

# 広報 つる 2

こまめな消毒で  
コロナ感染を予防!



## 特集

- ◆大雪に日頃の備えを
- ◆第67回都留市成人式を挙行了しました
- ◆令和3年度消防関係表彰者一覧

1月18日(月)、宝保育所では株式会社飯田製作所様(大幡)から、幼児用の足踏み式消毒スタンドの寄付をいただきました。

この足踏み式消毒スタンドは、子ども向けのタイプが少ないことを受け、自作したものとのことで、同社の飯田 満代表取締役は「コロナ禍でイベントなどもなかなかできず、子どもにも負担を強いている中で、せめて地域の子どものための保育所で過ごす時間がより安全なものになれば。」と今回の寄付への想いを語ってくれました。

飯田製作所の皆さま、この度の寄付、本当にありがとうございました!

# 「他人事」ではない 大雪に日頃の 大雪 備えを！

昨年の12月中旬、強烈な寒波が日本海上空に流れ込んだことによる記録的大雪により、新潟県と群馬県の県境付近の関越自動車道では最大2,000台以上の車が道路上で最長約50時間にわたり、立ち往生してしまうという被害が発生しました。

都留市でも平成26年2月には、車や徒歩での移動が困難になるほどの大雪に見舞われるなど、台風や地震と同様に雪害も決して「他人事」ではない災害です。

大雪への備えを日頃からしておくよう、一人ひとりが心がけましょう！



## ◇過去の豪雪で都留市は…



平成26年2月14日の夕方から降り始めた雪は、一夜にして1メートルを超える積雪を記録しました。

これまで経験したことのない大雪により、走行中の車は立ち往生し、消防署や各地域コミュニティセンターなどに開設された避難所には約300名の方が避難を余儀なくされました。また、住宅や車庫などの損壊被害は報告があっただけでも約100件にのぼるなど、本市にとってはまさに未曾有の雪害となりました。

雪が降り止んでからも特に交通機能のマヒやそれに伴った物流のストップによる食料品・日用品の不足など人々の生活にこの雪害は大きな影響を与えました。

### ◀平成26年2月15日の国道139号(上谷)の様子

車があることでかろうじて道だということが分かるほど降り積もった雪。国道には多くの車が立ち往生し、市内各地でこのような状態が発生しました。

## 多くのボランティアの方々に復旧へのご協力をいただきました！

地震や風水害、噴火などの自然災害が発生した場合、都留市社会福祉協議会において、被災者支援のボランティア活動を行うための拠点となる『災害ボランティアセンター』をいきいきプラザ都留に設置します。このセンターでは、災害ボランティアの受け入れ、派遣などを行い、被災地域の復旧・復興支援に取り組みます。

平成26年の豪雪の際には2月20日から8日間、災害ボランティアセンターを設置し、市内外から387名ものボランティアの方に駆け付けていただき、延べ150件の高齢者世帯や障がいをお持ちの方のいる世帯などへの支援活動を行いました。



## ◇被災時には特に備蓄が重要になります！

雪害時には下図及び右の写真のように、物流の停滞により、生活のために必要な食料品や日用品が購入できなくなる可能性があります。

台風や地震などへの備えにも言えることです。最低3日分の食料品や飲料水、日用品などを備蓄して、万が一の事態に備えましょう。

豪雪時のコンビニの商品棚



1 m超の積雪で道路・鉄道などが通行不能



物流がストップし、食料品・日用品が不足



数日間、食料品・日用品を購入できない！

## ◇「ローリングストック」でムリなく備えよう！

保存食を非常用持ち出し袋に入れて日用品とともに備えておくことはとても大切なことです。しかし、備蓄しているものの定期的な管理や補充などに負担を感じて、実践できていないという方も少なからずいると思います。そんな方におすすめするのが「ローリングストック」という備蓄方法です。

### ローリングストック

食料品や日用品を多めに買い足しておき、日々の生活で消費した分を補充するという循環型の備蓄方法です。

普段の生活で消費する食料品や日用品をもしもの場合に備えて多めに買い置きしておき、消費した分を買い足すことで結果的に常に一定量の新しい食料品などが備蓄できるという災害備蓄の考え方です。

備える



備蓄は家族が最低3日間は買い物に行かなくてもまかなえる量を目安に準備しましょう。

食べる・使う



消費期限などが近づいてきたものから順に、普段の生活の中で使っていきましょう。

買い足す



消費した分を買い足し、常に新しいものを必要な量、備えておくようにしましょう。

### 【ムリなく始められる！ローリングストックのメリット】

- いつものスーパーやドラッグストアで買える！
  - 備蓄品の「期限切れ」を防げる！
  - 災害が発生した場合でも、普段と同じものを食べられる・使えるので、ストレスが軽減できる！
- ※停電に備え、備蓄品の調理に必要なカセットコンロなどの調理器具もあわせて準備をしましょう。

# ～第67回都留市成人式を挙りました～

1月10日(日)、都の杜うぐいすホールにて、第67回都留市成人式を執り行いました。

今年度は平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた537名の方が成人を迎えられ、当日は207名の方が式典に出席されました。

昨年末からの新型コロナウイルス感染症の感染再拡大により、式典の開催も危ぶまれましたが、受付時の検温や手指消毒の徹底、出席者同士の距離の確保、式典の時間短縮などの感染症対策を講じて開催することができました。例年とは異なる形での式典になりましたが、出席された新成人は一様に笑顔で、人生で一度きりの成人式を旧友たちとともに楽しんでいる様子でした。



▲誓いのことば 瀧本 駿大さん

式典は11時から行われ、堀内市長が式辞を述べ、新成人の新たな門出を祝いました。  
新成人を代表して「誓いのことば」を瀧本 駿大さんが行い、西暦2000年に生まれてからこの20年間の社会の変化、特に情報通信技術の発達・普及とそれに伴う課題を述べ、社会で起きていることへ関心を向けることの大切さを語りました。また、コロナ禍において、例年成人式後に行っている各中学校の同窓会を中止したことを挙げ、「今までできていたことは決して当たり前ではないことをしっかりと理解し、全てのことに対して責任ある行動を取っていく」と成人の誓いを力強く述べました。



▲お礼のことば 飯山 舞優さん

また、「お礼のことば」を飯山舞優さんが行い、これまで支えてくれた家族や友人、恩師への感謝の意を伝えるとともに、「新型コロナウイルス感染症が蔓延する今こそ、私たちは社会の一員として手を取り合い、ともに前進していかなければならず、これから先、さらなる困難に直面したときでも、一歩一歩希望に向かって突き進むことを誓います」と、これからの人生への決意を述べました。  
式典第二部では中学校時代の恩師からのビデオレターによるお祝いメッセージが上映され、新成人からは歓声が上がっていました。  
成人された皆さま、ご家族の皆さま、おめでとうございます。



# 令和3年都留市消防関係表彰者一覧



例年は1月上旬に都留市消防出初式を挙行し、消防活動に功績のあった消防団員の表彰を行うところですが、本年は感染症予防対策のため、出初式が中止となったため、広報にて受賞された方々をご紹介します。  
※写真は昨年の出初式の様子です。

## 受賞者一覧(順不同・敬称略)

### 【山梨県消防協会会長表彰】

甲種功労章 志村利幸 板垣公広  
小俣剛之

乙種功労章 平井聡明 中村一路  
佐藤恭介 矢島久光 鬢柳翔平

牛田勝也 渡邊浩隆 森屋真一郎  
小俣利夫 中野雅秀 布施英史

森嶋一成 市川雅史 仲野真一郎  
上條徳大 天野隆太 田中栄男

田邊裕次 渡邊和弘 野武和浩  
日向隆智 日向一仁

### 【富士・東部地域県民センター所長表彰】

勝俣嘉仁 佐藤清一 佐藤 東  
小宮 圭 横山 実 前田慎也

雨宮清和

### 【大月警察署長・山梨県防犯協会 大月支部長感謝状】

佐藤清一 勝俣嘉仁 佐藤 東  
渡辺 聡 小宮 圭 志村敏邦

横山 実 佐藤祐介 上條徳大  
前田慎也 田中栄男 日向一仁

雨宮清和

### 【山梨県消防協会東部支部長表彰】

日向一仁 川村祐一 中村一路  
佐藤恭介 奥秋一也 森屋真一郎

小俣亮浩 河口 健 志村嘉彦  
小俣 敦 小俣利夫 青嶋英彰

吉原正文 相川大介 山口裕樹  
初原健太 小林一考 久保田清文

梅澤恒二 三枝正洋 奥脇大記  
根本恭志

### 【都留市消防団協力事業所表彰】

株式会社日向、株式会社NBC  
×ツシユテック山梨都留工場

### 【市長表彰】

佐藤恭介 矢島久光 森屋真一郎  
木下喜史 太田 洋 古屋喜正

鬢柳翔平 小俣亮浩 牛田勝也  
渡邊浩隆 河口 健 志村嘉彦

小俣 敦 小俣利夫 中野雅秀  
青嶋英彰 吉原正文 仲野真一郎

佐藤祐介 相川大介 布施英史  
森嶋一成 市川雅史 上條徳大

天野隆太 梅澤恒二 三枝正洋  
奥脇大記 田中栄男 田邊裕次

渡邊和弘 野武和浩 日向隆智  
日向一仁 根本恭志

### 【団長表彰】

森嶋将太 荻原由貴 三宅侑也  
澤上淳弥 桑原 平 鈴木健一

庄司秀一 深沢慎二 栗沢拓海  
長沼勇氣 小俣竜也 志村祐和

小林貴之 小島佑輔 重森啓伍  
佐藤博俊 滝口崇仁 加々美貴之

船木大輝 卯月聡也 小林慎太郎  
大井健也 平井慎也 佐藤健太

田邊良太 都倉優三 鈴木智也  
白須章哲 奥秋哲也 小林俊樹

佐藤尚典 川上大輔 権守千尋  
野武千晃 小俣瞭輔

### 【十年勤続表彰】

青嶋英彰 古屋周平 佐藤恭介  
田中 稔 小林明彦 高部勝仁

伊藤達哉 細田浩一 藤森直人

小林一仁 谷内夢規 志村侑亮

安富秀利 佐藤博幸 高部芳隆

小俣 英 小俣利夫 直井俊祐

杉本拓也 山本哲也 関山俊寿

吉原正文 上杉晃一 佐藤隆太

奈良和弥 初原健太 渡邊健一郎

杉本浩一 小俣一樹 上野聖規

吉村 透 堀内優斗 小林広明

藤本和哉 野武信洋 根本浩和

### 【十五年勤続表彰】

田边利幸 勝俣嘉仁 森 和也

稀代 誠 河口 誠 佐藤秀喜

国見 剛 志村春樹 坂田明規

坂本一樹 清水 淳 荻窪拓哉

中野哲朗 渡邊 翔 廣瀬真也

渡邊直也 竹下雄二 内藤純也

田中彰人 佐藤 泉 久保田清文

天野雅章 小林大希 三枝正洋

小林政治 前田洋輔 前田貴司

小俣宏樹 杉本好享

### 【二十年勤続表彰】

白井秀行 岡本滋樹 志村貴庸

杉本 衛 志村一典 曾根圭司

渡辺 澄 渡辺和也 志村直樹

布施英史 白井克幸 佐久間友和

小西栄治 藤本裕介 平井武彦

都倉一憲 天野隆行 日向和彦

### 【二十五年勤続表彰】

奥脇和博 望月崇裕 奥脇利行

# オクトーバー・ラン& ウォーク 2020 結果発表



写真は昨年度のロードレース大会

新型コロナウイルス感染症の影響により中止となった「つる湧水の里ハーフマラソン」の代替事業として本市も参加した「オクトーバー・ラン&ウォーク 2020」は、スポーツ専用アプリを活用することで会場に集まることなく、各自のスマートフォンから気軽に参加できるコロナ禍における新しい形のスポーツイベントでした。

このイベントには多くの市民の方々にご参加いただき、特にウォーキングの部にはイベントに参加した全国の自治体の中でも最も多くの504名の方にご参加いただきました。このほか、自治体ごとの参加率などでも本市は特に上位の結果を残すことができ、市民の皆さまのスポーツへの取り組みや健康への意識の高さを改めて実感できるイベントとなりました。

## 人口2万人～5万人未満の市町村(39自治体)

### 〈ランニングの部〉

住民人口あたりの参加率ランキング **全国第1位**   
 累計距離ランキング **全国第3位**

### 〈ウォーキングの部〉

住民人口当たりの参加率ランキング **全国第1位**   
 累計距離ランキング **全国第1位** 

## スマホアプリを活用して、スポーツを習慣にしよう！

オクトーバー・ラン&ウォーク 2020は昨年10月で終了となりましたが、アプリ「スポーツタウン WALKER」と「TATTA」は引き続き利用可能です。

アプリのダウンロード方法などは右下のQRコードから市ホームページをご確認ください。

ぜひ、この機会にランニング・ウォーキングを日々の習慣となるようチャレンジしてみましよう！



毎日の積み重ね！  
 歩数や歩行距離の履歴も確認できます！



こまめにチェック！  
 1日の歩数や歩行距離などが確認できます！

競いながら健康に！  
 全国・県・市の中で自分のランキングが表示されます。

## 都留市景観計画を策定しました～美しい景観を未来につなぐ～

二十一秀峰の山々、十日市場・夏狩湧水群や田原の滝などの水辺景観、城下町の面影を残す歴史的景観、勉学に励む多くの学生など、都留市はさまざまな美しいまちなみ景観を有しています。

この今まで当たり前にあると思ってきた地域の景観の価値を今一度見直し、優れた景観を守り未来に受け継ぎ、新たな魅力ある景観づくりを推進していくため、市では「都留市景観計画」を策定しました。

### ◆都留市景観計画とは

景観まちづくりを進める基本的な計画として、「市の望ましい景観の姿」と「守るべきルール」を定めています。この計画に基づき、市民、事業者、行政が一体となって、魅力ある景観づくりに取り組み、より良い景観を次世代に引き継ぐことを目的としています。

### ◆市の望ましい景観の姿

「住むひとにとっても、訪れるひとにとっても心地よい 誇りと交流を育む景観まちづくり」を基本理念に、次の6つの基本方針を定めています。

#### ◇基本方針

- 特徴ある地形や山紫水明の景観を守り、活かす
- 郷土の多彩な眺望景観を守り、育む
- 先人たちの営みに培われた歴史文化資産を継承し、活かす
- 里地・里山・里水が織りなす農山村景観を守り、活かす
- 地域の表情を映す、心地よさと魅力ある暮らしの景観を育む
- まちが元気になる、交流・おもてなしの景観まちづくりを進める



### ◆守るべきルール

景観に影響を及ぼす一定規模以上の建築物の建築などを対象にルールを定め規制及び誘導を行います。

具体的には、一定規模以上の建築物の建築などの行為について、景観計画と合わせて制定する「都留市景観条例（令和3年4月1日施行）」に基づき、届け出していただき、色彩やデザインなどについて定めた景観形成基準に適合させていただく必要となります。

### ◆景観まちづくりの実現に向けて

良好な景観をつくるには、市民、事業者など多くの皆さんに関心を持っていただき、協働することが求められます。一人ひとりの活動が地域の魅力や価値を高めることに繋がりますので、ご理解・ご協力をお願いします。なお、詳細は、広報と同時に配布している都留市景観計画概要版をご覧ください。

問合せ先 建設課 都市計画担当

## 公立大学法人都留文科大学第3期中期目標を策定しました

都留文科大学は、地方独立行政法人法に基づき、6年間ごとの中期目標を設立団体である都留市が策定することとなっており、12月議会での議決を経て、公立大学法人都留文科大学第3期中期目標を策定し、令和2年12月21日(月)、市長公室にて手交式を実施しました。

第3期中期目標では新たに追加した「地域連携の一層の充実に取り組む」の取組方針に基づき、これまで以上に身近で、愛される大学となるよう、市長より大学理事長に目標を手渡し、指示しました。なお、第3期中期目標は、市ホームページにてご覧いただけます。

問合せ先 企画課 企画担当



# 暮らしの情報

～市役所からのお知らせ～

## 主な市の施設の連絡先

市役所本庁舎 ☎(43)1111(代) いきいきプラザ都留 ☎(46)5111(代)

まちづくり交流センター ☎(43)1321 市立図書館 ☎(43)1324 市立病院 ☎(45)1811

## 所得税・住民税を期間内に申告しましょう！

問：税務課 市民税担当  
大月税務署☎(22)3151

所得税の確定申告と住民税の申告期間は、2月16日(火)～3月15日(月)です。

### 所得税の確定申告をしなければならない方

- 給与または公的年金の収入がある方で、その他に20万円を超える所得がある方
  - 給与収入が2,000万円を超える方
  - 公的年金の収入の合計が400万円を超える方
  - 事業所得、不動産所得、農業所得のある方 など
- ※大月税務署、または市役所で申告してください。  
※市役所では簡易な確定申告のみお受けします。青色申告、土地や株の売却による所得の申告、消費税の申告、令和元年分以前の申告、住宅借入金等特別控除を新たに受ける場合などは、お受けできませんので、税務署で申告を行ってください。(作成済みの確定申告書を税務署にお届けすることはできません。)

### 所得税の確定申告をしなくてよい方

- 給与の収入が2,000万円以下の方で、その他の所得が20万円以下の方(勤務先が1か所で年末調整済みの方に限ります。)
- 公的年金の収入の合計が400万円以下の方で、その他の所得が20万円以下の方(国外の年金を受給されている方は申告の必要があります。)
- どなたかの申告や年末調整で被扶養者になられている方

**確定申告をしなくてよい方も住民税の申告が必要です。ただし次のいずれかに該当する方は住民税の申告も不要です。**

- 確定申告をされた方(される方)
- 前年の所得が給与所得のみで(勤務先が1か所で年末調整済み)、医療費控除などを追加しない方
- 前年の所得が公的年金のみで、医療費控除などを追加しない方

### 申告に必要なもの

- 申告書に添付または申告時に提示する必要があります。
- ◎令和2年中の収支を証明するもの
    - ・給与や公的年金の源泉徴収票
    - ・報酬などの支払調書
    - ・事業・不動産・農業所得の収支内訳書
    - ・雑所得、一時所得などの所得を算出するための書類
  - ◎控除の適用を証明するもの
    - ・社会保険料(国民年金)控除証明書
    - ・生命保険・個人年金・地震保険などの控除証明書
    - ・「医療費控除の明細書」や医療費通知書
    - ・障害者控除の適用を受ける方は障害者手帳、療育手帳または障害者控除対象者認定証
    - ・勤労学生控除の適用を受ける方は学生証
    - ・寄附金控除の適用を受ける方は、寄附金の受領書
    - ・住宅ローン控除の適用を受ける方は、その必要書類(給与所得者は2年目以降、年末調整で控除を適用できます。)
  - ◎「マイナンバーカード」または「通知カード(写し可)」
  - ◎所得税の還付を受ける方は、本人名義の口座がわかるもの(通帳など)
- ※申告会場でご相談される場合は、前年の申告書の控えもあわせてご持参ください。

### その他

令和2年中に収入がなかった方や遺族・障害年金などの非課税所得のみの方も、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料の軽減判定(税を軽くする制度)の基礎資料となりますので、住民税の申告を行ってください。なお、その場合は電話でも申告をお受けします。

※ご不明な点や詳細などは大月税務署、または市役所税務課までお問い合わせください。

## 大月税務署の申告受付 ※確定申告のみ

期 間	会 場	時 間
2月16日(火)～3月15日(月) ※期間中の平日のみ	大月税務署(大月市御太刀2-8-10)	【受 付】 8時30分～16時 【相 談】 9時～17時

※コロナ対策として会場内の混雑状況に応じて、相談受付を早めに締め切る場合があります。

## 都留市の申告相談 ※簡易な確定申告・住民税の申告

感染症対策として市の申告相談には事前の電話予約が必要です！

予約専用ダイヤル ☎(46)5066

予約受付期間 2月1日(月)～3月12日(金) 平日9時～17時

※受付開始直後などは予約が集中して電話が繋がりにくくなってしまう可能性があります。あらかじめご了承ください。

※予約状況によっては希望に添えない場合もあります。また、予約を変更・キャンセルする場合も上記専用ダイヤルへご連絡ください。

期 日	会 場	準備していただく書類
2月16日(火)～3月15日(月)	市役所本庁舎	次の書類を事前に作成し、右のページの申告に必要なものと一緒に持参してください。 ○受付票(相談者全員) ○収支内訳書(対象者のみ) ○医療費控除の明細書(対象者のみ) ※様式は、市HPに掲載されています。ダウンロードできない方については、郵送しますので、税務課までご連絡ください。
2月17日(水)	宝地域コミュニティセンター	
2月18日(木)	盛里地域コミュニティセンター	
2月19日(金)、22日(月)、24日(水)	禾生地域コミュニティセンター	
2月25日(木)、26日(金)、3月1日(月)	東桂地域コミュニティセンター	
3月2日(火)	いきいきプラザ都留	

※市役所の相談時間は平日9時～16時30分、その他の会場の相談時間は各日程の9時30分～16時30分となります。

※感染症対策として、相談時の検温やマスクの着用にご協力ください。

※会場内の混雑を避けるため、予約時間の10分以上前に来場しないようにしてください。

### 医療費控除

令和2年分の申告から「医療費控除の明細書」の添付が必須となりますので、必ず明細書を作成し、お持ちください。領収書は、自宅で5年間保管してください。

### イベントが中止となった場合の寄附金控除

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に関する政府の自粛要請を受け、中止となったイベントのチケットの払い戻しを受けられない場合は、寄附金控除の適用を受けられます。主催者から発行される「指定行事認定証明書」と「払戻請求権放棄証明書」を添付して申告してください。所得税と住民税の対象イベントについては同一となりますので、文化庁・スポーツ庁ホームページをご確認ください。

### 新型コロナウイルス関連の国などから支給された助成金

新型コロナウイルスの影響に関連して国などから支給された助成金(持続化給付金など)は、申告しなければならぬものもありません。詳細は支給元にご確認ください。なお、特別定額給付金は、申告の必要はありません。

### その他の変更箇所

給与・年金の所得控除・基礎控除・青色申告特別控除の改正、ひとり親に対する税制上の措置などが変更となっておりますので、詳細は国税庁ホームページをご確認ください。

### 税務署からのお知らせ

#### 【所得税の納税】

申告書の提出後に納付書の送付や納付のお知らせはありません。申告により納付すべき所得税は、3月15日(月)までに所定の納付書で最寄りの金融機関、または税務署窓口で納税をお願いします。

#### 【納税は振替納税で】

所得税及び復興特別所得税、個人事業者の消費税及び地方消費税の納税には、振替納税が便利で確実です。

◎納税をつっかり忘れることなく、振替日にご指定いただいた預貯金口座からの引き落としにより自動的に納付がされます。

◎金融機関や税務署の窓口まで現金を持ち歩く必要がなく安全です。

◎一度手続きをすれば、継続して利用できます。

※転居などで所轄の税務署が変更となった場合には新たに手続きをしていただく必要があります。

#### 振替納税を希望する方へ

振替納税を希望する方は、申告書の提出期限までに税務署へ「預貯金口座振替依頼書」を提出してください。

各振替日、

所得税・復興特別所得税 4月19日(月)

消費税・地方消費税 4月23日(金)

※振替日にご指定の預貯金口座から納税額を引き落としますので、事前に預金口座の残高をご確認ください。

## 【市立病院】職員を募集します

問：下記記事内を  
ご確認ください

都留市立病院では次のとおり、職員の募集を行います。  
**募集職種・人員**  
臨床検査技師 1名

### 応募要件

以下の要件を全て満たす方が対象となります。

○日本国籍を有し、地方公務員法第16条の欠格条項(※下記参照)に該当しない方

○昭和56年4月2日以降に生まれた方

○臨床検査技師の資格を有する、または令和3年3月31日までに募集職種の資格を取得する見込みのある方

### 応募期間

募集人員に達した時点で募集を締め切ります。

### 応募書類

○受験申込書

○身上書付履歴書

○臨床検査技師免許証の写し(令和3年3月卒業見込み者は卒業見込み証明書)

※申込書などは市ホームページからもダウンロードできます。

採用予定日 4月1日

応募に関することや雇用条件、試験の日程など、詳細はお問い合わせください。  
**応募・問合先**  
市立病院事務局 総務企画課  
〒402-0056  
都留市つるぎ 5-1-55  
☎(45)1811



地方公務員法第16条欠格条項  
①禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者  
②当該地方公共団体において懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から10年を経過しない者  
③人事委員会又は公平委員会の委員の職にあつて、第60条から第63条までに規定する罪を犯し、刑に処せられた者  
④日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した者

## 高額医療・高額介護合算療養費の支給申請

問：市民課  
保険年金担当

### 70歳未満の方がいる世帯の自己負担限度額

世帯ごとの所得区分 (基礎控除後の総所得金額等)	自己負担限度額 (国民健康保険+介護保険)
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

### 70歳以上の方がいる世帯の自己負担限度額

世帯ごとの所得区分 (基礎控除後の総所得金額等)	自己負担限度額 (国民健康保険+介護保険) (後期高齢者医療保険+介護保険)
Ⅲ(課税所得690万円以上)	212万円
Ⅱ(課税所得380万円以上)	141万円
Ⅰ(課税所得145万円以上)	67万円
一般	56万円
低所得者Ⅱ	31万円
低所得者Ⅰ	19万円

※令和2年7月31日時点で、都留市の国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者でなかった方は、加入していた健康保険に申請を行ってください。

※被用者保険の方はお勤め先にお問い合わせください。

高額医療・高額介護合算療養費制度とは、医療と介護の両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減する制度です。1年間に支払った医療と介護の自己負担額を合計し、自己負担限度額を超えた金額が高額医療・高額介護合算療養費として支給されます。

国民健康保険及び後期高齢者医療制度の被保険者のうち、令和元年度分の支給対象となる方には申請に関する通知を3月中旬に送付します。

対象期間 令和元年8月1日～令和2年7月31日  
対象者 医療と介護の両方で自己負担額があり、その合計が左表の自己負担限度額を超えている世帯  
※高額療養費または高額介護サービス費として支給された金額は、自己負担額から差し引いて計算します。  
※対象期間中に健康保険の変更があった方は、通知が送付されない場合があります。詳細はお問い合わせください。

# がん検診を実施します

問：健康子育て課 健康づくり担当

☎(46)5113

新型コロナウイルス感染症の影響により12月に中止となったがん検診を実施します。

なお、年度内の受診は1回のみとなりますので、ご注意ください。

## がん検診の詳細

期間 2月27日(土)～

3月3日(水)※土日含む。

受付時間 8時15分～11時15分

※混雑回避のため、15分間隔で受付時間を区切らせていただきます。

場所 いきいきプラザ都留

対象者 本市に住民登録のある方。ただし年齢の下限がありますので下図をご確認ください。

申込方法 希望の検診日、受診項目をご検討いただき、電話にて申し込みください。

後日、検診日や受診項目を記載した問診票を郵送します。

※中止となった12月のがん検診の申し込みをしていた方の予約を先行して受け付けています。完全予約制のため、お早めにお申し込みください。

申込締切日 2月19日(金)17時まで

### ◆検診項目・対象年齢・検査内容・個人負担金など

検診項目	対象年齢※1	検査内容	個人負担金		備考
			20-69歳	70歳以上	
胃がん検診	20歳以上 喀痰は「喫煙指数」重視 (1日の喫煙本数)×(喫煙年数)	バリウム検査	1,200円	600円	
肺がん検診		レントゲン撮影	350円	65歳以上無料	
肺がん喀痰検診		喀痰検査	850円	450円	検体は後日提出
大腸がん検診		便潜血反応検査	550円	300円	
腹部超音波検査		超音波検査	950円	500円	
前立腺がん検査	50歳以上男性	血液検査	450円		
乳がん検診	40歳以上女性	問診・マンモグラフィ検査(視触診はなし)	40～49歳 50～69歳 70歳～	1,550円 1,150円 600円	乳がん無料クーポンをお持ちの方も受診できます。
子宮頸がん検診※2	20歳以上女性	問診・子宮頸部細胞診	2,200円	1,100円	指定医療機関に直接お申し込みください。

※1 対象年齢は令和2年度(令和2年4月1日～令和3年3月31日)に達する年齢です。

※2 子宮頸がん検診のみ、いきいきプラザ都留ではなく各自で指定医療期間に直接お申し込みいただき、受診していただくことになります。

### 令和3年度にがん検診を受ける方へ

◆厚生労働省の指針に基づき、令和3年度より胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診の※対象年齢は40歳以上、乳がん及び子宮頸がん検診の受診間隔は2年に1回となります。また、子宮頸がん検診については対象の方に事前に送付する受診票が必要となりますのでご持参ください。ご自身の身体を定期的にチェックし、気になる症状などがありましたら、適時、医療機関を受診するようにしてください。

※乳がん検診は令和2年度より受診対象年齢が40歳以上となっています

◆今回はがん検診のみの実施となります。特定健診・がん検診を同日で受診したい場合は、来年度の受診をご検討ください。

### 令和3年度の特定健診・がん検診

◆令和3年度の特定健診・がん検診は6月と10月に実施する予定です。

◆今回のがん検診を受診した方も、令和3年度に実施予定のがん検診を受診することができます。

◆来年度の特定健診・がん検診については4月以降に予約の受付を開始する予定です。詳細は決定次第、広報やホームページなどでお知らせします。

## 感染症対策の継続を支援します！

問：産業課  
商工観光担当

### 都留市事業者等感染症対策 継続支援金

新型コロナウイルス感染症対策のため、やまなしグリーン・ゾーン認証を受けた飲食店などに対して、感染症対策の継続を支援するため一律5万円の支援金を給付します。

対象となる店舗など

○やまなしグリーン・ゾーン認証を受けた飲食店または宿泊施設

○休業等の協力要請の個別解除を受けた遊興施設のうち、飲食を提供し、やまなしグリーン・ゾーン認証の飲食業の認証基準に準じた設備が整備されていると認められる店舗

その他の支給の条件

○令和元年度以前の市税などを滞納していないこと

○都留市暴力団排除条例(平成24年都留市条例第12号)第2条第1項第2号または第3号に該当しないこと

支援金の額 一律5万円

申請期限 3月31日(水)

※申請方法などの詳細は下記QRコードから市HPをご確認ください。



## 避難行動要支援者名簿への掲載に同意を！

問：福祉課 地域福祉担当  
☎(46)5112

### 避難行動要支援者名簿への 掲載の同意について

市では災害発生時の避難の際に、特に支援が必要な方をまとめた「避難行動要支援者名簿」を作成し、消防や警察、自主防災会、消防団などの避難支援関係者に配布しています。

自力での避難が困難な方(一人暮らしや認知症の高齢者、障がいをお持ちの方など)は、避難行動要支援者名簿への掲載に同意をお願いします。

### 新たに対象となる方

新たに名簿掲載の対象者となられた方には、2月上旬に「制度の案内」と名簿への記載情報を避難支援関係者に提供することに同意するかどうかを確認する「同意確認書」をお送りしますので、必要事項を記入し、期日までに同封する返信用封筒にて提出してください。

### 通知が来なかった方や これまで同意をいただけなかった方

上記担当までご連絡をいただければ、「同意確認書」を送付しますので、必要事項を記入し、提出をお願いします。

なお、「同意確認書」は市ホームページからもダウンロードできます。

## パブリックコメントを実施します

問：下記記事内を  
ご確認ください

次の計画を策定するにあたり、計画の内容を公表し、意見を求めるパブリック・コメントを実施しています。  
**策定する計画**

○都留市災害廃棄物処理計画

### 計画の閲覧方法

#### 閲覧場所

市ホームページ、総務課・地域環境課窓口、いきいきプラザ都留、各地域コミュニティセンター、市立図書館

※市立図書館は開館日のみ、その他の施設は平日8時30分～17時15分まで  
閲覧期間 2月1日(月)～19日(金)

### 意見書の提出方法

受付期間 2月19日(金)17時15分まで

#### 意見の提出方法

- ◇持参 担当窓口へ提出
- ◇郵送 〒402-8501  
都留市上谷1-1-1

※封筒の表に「パブリックコメント意見書」と記載してください。

◇FAX (43)5049※要送付書

◇メール kankyuhozen@city.tsuru.lg.jp

※意見書の様式は自由ですが、住所、氏名、連絡先を記入してください。

記入がない場合は意見書を受け付けません。

## くらしの豆知識

### ストーブやヒーターでの やけどに注意!

#### 事例1

自宅で遊んでいる際に石油ストーブを触ってしまい、両方の手のひらをやけどした。

(当事者：1歳8カ月 女児)

#### 事例2

ヒーターに右手を突っ込んでしまい、手をやけどした。

(当事者：1歳0カ月 女児)

#### ひとこと助言

●子どもは好奇心が旺盛なため、熱いかどうかよく分からないまま、ストーブやヒーターの表面を触つ

たり、温風の吹き出し口に手を入れたりしてしまうことがあります。普段から安全柵で囲むなど、子どもが触れないような環境づくりをしましょう。

●子どもは大人より皮膚が薄いため、短時間で深いやけどになりやすく、注意が必要です。やけどを負った場合は、すぐに流水で冷却

しましょう。水ぶくれがあれば潰さないようにして医療機関を受診しましょう。

(国民生活センター 子どもサポート情報より)

#### 問合せ・相談窓口

市民課 市民窓口担当

☎(46)0170

## ■新型コロナ傷病手当金の対象期間を延長します

国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している被用者のうち、新型コロナウイルス感染症に感染または感染の疑いで就労を予定していた期間のうち、労務に服することができなかった日数が3日を超えた方に傷病手当金を支給します。

対象期間 令和2年1月1日～令和3年3月31日

※制度の詳細は市ホームページをご確認ください。

問合せ先 市民課 保険年金担当

山梨県後期高齢者医療広域連合 ☎055(236)5671

## ■都留市タクシーデリバリー事業は終了しました

令和2年11月から試行的に実施してきました「都留市タクシーデリバリー事業」は、利用状況や利用実態などを検証した結果、事業を終了し、今後は、本事業で得られたデータなどを踏まえ、コロナ禍における市内のデリバリー需要などを下支えするための新たな事業を検討していきます。

問合せ先 産業課 商工観光担当

## ■後期高齢者医療費通知の発送時期が変わります

75歳以上の方の医療費通知について、令和2年1月～12月診療分をまとめて2月末に発送します。

※昨年度までは複数回に分けて通知を発送していましたが、医療費控除の申告をされる方の利便性向上のため1年分をまとめて送付する方法に変更しました。

問合せ先 市民課 保険年金担当

山梨県後期高齢者医療広域連合 ☎055(236)5671

## ■はたちの献血キャンペーン

今年、新たに成人式を迎える「はたち」の皆さまを中心に献血へのご協力をお願いします。献血された血液は血液製剤としてがんなどの治療に用いられますが、少子高齢化社会の日本では血液製剤を必要とする人が増加する一方で、献血可能な若年層が減少しています。県内では、献血バスや献血ルームで献血を行うことができます。命を救う身近なボランティアとして献血にご協力いただくと幸いです。

【献血バス】 山梨県赤十字血液センターのホームページで献血バスの運行スケジュールを確認できます。

【献血ルーム】 場 所 甲府市丸の内1-16-20 ココリ2階

問合せ先 健康子育て課

## ■信玄公生誕500周年記念花火リレー

市民の皆さまの新たな活力と希望につながるよう、本市も「信玄公生誕500周年記念花火リレー事業」に参加します。

打ち上げ日時 2月20日(土)19時30分～

※打ち上げ場所は混雑回避のため、直前に市ホームページなどでお知らせします。

問合せ先 産業課 商工観光担当

## ■令和2年度公民館まつりは中止となりました

例年2月に開催している公民館まつりについて、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続き、来場者の感染リスクを排除することが困難であると判断し、今年度の開催を中止としました。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

問合せ先 まちづくり交流センター内 中央公民館 ☎(43)1451

## 学校給食会調理員を募集します

都留市小中学校給食会では、調理員(臨時職員)を募集しています。

**職務内容** 給食センター内、学校給食の調理及び洗浄業務など

**採用条件** 昭和35年4月2日以降に生まれた、市内及び近隣に居住している方。

**募集人員** 若干名

**給与** 賃金日額 6,300円※ほか各種手当あり

**勤務時間** 学校のある日の8時15分～16時  
※月に3日程度、早朝出勤あり

**その他** 応募方法や雇用条件などの詳細は下記までお問い合わせください。

**申込・問合せ先** 都留市小中学校給食会 ☎(43)1165

## 暮らしに役立つみんなの広場

都留文科大学児童文化研究部～COLORS～  
「にじいろおはなしかい」

大学生による影絵劇と大型紙芝居の読み聞かせを行います。

**日時** 2月14日(日)14時～15時

**場所** まちづくり交流センター

**対象者** 小学生、未就学児  
(未就学児は保護者同伴)

**申込・問合せ先**

都留文科大学

児童文化研究部～COLORS～

※上のQRコードから申し込みできます。

まちづくり交流センター ☎(43)1321



▲申し込みフォーム

## 歩行者の事故を防ぎましょう！

歩行者は暗くなってから外出するときは、明るい服装や反射材を身につけ、慣れた道でも無理な横断はやめて、安全確認をしてから横断歩道を渡りましょう。ドライバーは夕暮れ時は早めにライトを点灯してください。道路交通法上、「ハイビームが原則」です。前照灯をこまめに切り替えて良好な視界を保ちましょう。また、信号機のない横断歩道付近では常に周囲に気を配り、歩行者がいるときは交通ルールとマナーを守って思いやりのある運転を心がけましょう。

**問合せ先** 地域環境課 地域振興担当・大月警察署 ☎(22)0110

## 講座 大学コンソーシアムつる

産業技術短期大学校

能力開発セミナー3月開講講座

○HP開設(基礎編) ○HP開設(応用編)

能力開発セミナー4月開講講座

○新入社員研修 ○初心者のためのパソコン

○第二種電気工事士筆記試験準備講座〔I〕

☎産業技術短期大学校 ☎(43)8911

健康科学大学看護学部

学生チームによる感染症対策啓発動画を作成しました。詳細は本紙23ページをご覧ください。

☎健康科学大学看護学部事務室 ☎(46)6600

## 講座 都留市健康ジム プログラム

お昼のかんたんズンバ

☎2月9日(火)13時～13時45分

¥300円 一般 12名

運動機能説明会

☎2月19日(金)10時30分～12時

¥200円 一般 10名

☎都留市健康ジム ☎(45)4111

※内容が変更となる場合があります。

# Information

アイコンの見方

☎→日時 📍→場所 👤→定員・対象

💰→料金 🗨️→問合せ先 🗨️→その他

市内で活動する団体の活動やイベント(非営利)情報も掲載できます。詳細は総務課法制広報担当までお問い合わせください。

## 講座 ぴゅあ富士

女性の活躍支援講座「発見！わたしのお仕事スタイル」

☎2月4日、18日、3月4日、18日(木)10時～

👤就職・再就職を考えている女性 10名

男女で学ぶ子育て世代のお金の話

☎2月16日(火)10時～ 👤8名

DVから自分の身を守るために

☎2月21日(日)13時30分～ 👤30名

女子大生目線から発信する、山梨の魅力

☎2月28日(日)13時30分～ 👤30名

※各講座の詳細はお問い合わせください。

☎ぴゅあ富士 ☎(45)1666

## 情報募集 自衛官候補生を募集しています

自衛官候補生とは、陸上・海上・航空自衛官は任期制で勤務する隊員のことです。

試験日 2月27日(土)

※応募締め切りは2月18日(木)です。

※試験の場所や内容、勤務条件など、

詳細は右のQRコードからご確認ください。



〒自衛隊山梨地方協力本部 ☎055(253)1591

## 情報募集 里親相談会

子どもを里親として育ててみたいと思うあなたに、里親制度の説明だけでなく、子どもを育てたいという願いや里親への疑問などお気軽にご相談ください。

どなたでも参加でき、当日参加も可能です。

☎3月6日(土)13時～17時 ㊟びゅあ富士

〒乳児院ひまわり ☎055(287)8087

## 情報募集 NPO法人にご研

NPO法人にご研から間もなく皆さんに良いお知らせができると思います。もう少し待っててね！

### 親子 de 作ろう

季節の製作キットをいきいきプラザ都留内健康子育て課、市立図書館、市内スーパーなどに用意したので、おうち時間に作ってみてね。作れたらSNSにアップしていただくと嬉しいです。

### にこけんLINE de 吐き出そう会

色々な制限の中で「慣れ」もあるかもしれませんが、辛い事はありませんか？NPO法人にご研は専門家ではありませんが、何か力になれることはありませんか？みなさんの「今、思うこと」を教えてください。

対象は子育て世代のママパパです！相談はにご研公式LINEにて受け付けます。スマホから下のQRコードを読み取ってください。

### あそVIVA！つる！！

『ちょっと過ごせる場所があると助かるんだけど…』、『初めて行く場所は子ども連れだと不安です…』など、市内の親子で過ごせる遊び場スポットをお伝えします。「都留市 あそVIVA」で検索してください。※ママたちの現地調査のため、情報の掲載のスピード感にはご理解の程、よろしくお祈いします。

〒NPO法人にご研ホームページ

※最新の情報や突然のイベントなど、ホームページやSNSで公開・発表する場合があります。



## 情報募集 都の杜うぐいすホール

### DRUM TAO THE BEST LIVE 祭響 - Saikyo -

チケット販売中！人間 TAO と楽器だけの漆黒の世界

今だからこそ、エンターテイメントが世界を元気にする！！無数の響きが出会った瞬間、最強のエンターテイメントショーが幕を開ける！

☎令和3年3月4日(木)18時30分～ ㊟大ホール

¥5,900円(会員5,600円)／バルコニー席5,100円(ホール販売のみ)※全席指定、当日券はそれぞれ300円UP、6歳児未満入場不可。※新型コロナウイルス感染拡大防止対策(<http://www.drum-tao.com>)を都度ご確認ください。

休館日 2月2日、9日、16日(火)

※施設を利用される際はホームページの「新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドライン」をご確認ください。

〒都の杜うぐいすホール (43)1515

## 情報募集 シニア世代(55歳以上)合同就職面接会

☎2月9日(火)13時30分～16時(入場時間指定)

㊟山梨県地場産業センター(甲府市東光寺3-13-25)

㊟55歳以上の求職者 100名※参加無料、要事前申込

〒やまなしシニア世代就労推進協議会

☎055(223)1777

## 講座 桂川ウェルネスパーク

### 森で遊び隊「丸太のコースター作り&大木を切ろう」

森で遊びながら樹木の管理作業を楽しく学ぶシリーズです。林業の専門家に教わりながら公園の大木を伐採したり、切った木材を使ってコースターを作ったりします。

☎2月13日(土)10時～12時※雨天中止

㊟桂川ウェルネスパーク(大月市富浜町鳥沢8438)

㊟小学校3年生以上と保護者10組 ¥800円

〒桂川ウェルネスパーク ☎(20)3080

## 情報募集 関東電気保安協会





## 委員会の動き～現地審査(本審査)に向けて～

今月号では、昨年11月に実施した認証取得のための「事前指導」にて審査員にご覧いただいた、防犯対策委員会の健康・安全・郷育プログラムの一つ「自分の命を自分で守る力を育む」取り組みを紹介します。

## ～「自分の命を自分で守る力を育む」取り組みとは？～

この取り組みは、「かけがえのない命を自分で守る心と体づくり」と題し県内各地で取り組みの輪を広げている「リズムオブラブ」※の活動に着目した防犯対策委員会が、犯罪から身を守るための取り組みとして有効なプログラムであることを確認し合い、対策の一つとして市民の皆さまに周知しようとするものです。

※リズムオブラブ(主宰 渡辺 光美氏)

山梨発信！健康安全郷育プログラムを参加者にあわせて作り変え、県内各地で講座や教室、セミナーなどの活動を展開している。音楽に合わせ楽しみながら、いざという時に「自分の命を守る」身体の使い方や、怪我や事故を未然に防ぐための健康で安全な心と体づくりを学ぶことができる。

## 2つの活動をCATVで放映！

防犯対策委員会で撮影した「自分の命を自分で守る力を育む」活動と、「電話詐欺撲滅体操」の映像を市民の皆さまにも広く周知するため、CATVなどで放映しますので、ぜひご覧ください。

各対策委員会では今後も様々な活動を展開していきますので、市民の皆さまのさらなるご協力をお願いします。

※放映日時などの詳細は、市ホームページでお知らせします。



### ▶電話詐欺撲滅体操

リズムオブラブさんが山梨県警と作成した「電話詐欺撲滅体操」を、消防団や金融機関、児童・幼児など多くの方々にご協力いただきながら収録したビデオです。

### ◀健康・安全・郷育プログラム

禾生第一、第二小学校の低学年を対象にリズム体操や歌などを通じて行った、命の大切さを楽しく学ぶプログラムです。



電話詐欺撲滅体操  
作成：リズムオブラブ

## 「〇〇次第」

青少年健全育成シリーズ第355回 青少年育成都留市民会議

今年もまた3月がくる。毎年のことであるが、卒業の季節である。と同時に、進路が確定する時期でもある。私自身の反省であるが、長いこと10代の頃の自分が選んだ進路を「失敗」だと思っていた。別の道を進めばもつと…。

中学3年の時に担任をした教え子から、数年振りに手紙が来た。その教え子は志望校を決める際に、最後まで悩んでいたことを覚えていた。親だけでなく、親戚にまで反対されていた進路だったが、なんとか合格した。ここまですごい知っていたところだ。その後、高校での生活は反対されていた通りかなり厳しかったこと、一時期はその高校を選んだことを後悔していたことなどが書かれていた。高校卒業したら就職しよう、と考えていたらいい。ただ、その手紙には、自分が選んだ道が失敗だった、ではなく、かなり苦しかったけどその高校を選んで良かったと書いてあった。きつと苦しみながらもかなりの努力を

したのだと思う。自分でも全く想像していなかった大学への進路が決まった、といううれしい報告だった。

冒頭の話に戻るが、私が反省しているのは、私の進路選択は失敗だったのではなく、「失敗にしてしまった」ことである。

その当時は、どの道を選ぶのが「正解なのか」ばかり考えていたが、そうではない。当たり前の話になるが、その進路を進めば順調にいくなんていうことはなく、進んだ道でどう頑張ったのかが重要である。私が顧問をしている部活動の生徒たちにも「どの練習をやったかではなく、その練習をどうやったかが選手としての伸び方の違いだ」という話をしながら、実際のところは自分自身にその言葉を向けている。

もし、選択を正解にするとするならば、選んだ後の自分の「〇〇次第」であると思う。自分で選んだ道を正解だと思える自分でありたいと思う。

## ヒートショックに注意しましょう！

問合せ 長寿介護課  
地域包括支援センター  
☎(46)5114

暦の上では立春を迎える2月ですが、まだまだ寒い日が続きます。寒い季節に気を付けたいのが「ヒートショック」です！ヒートショックとは、急激な温度変化による血圧の変動が原因で起こる現象をいいます。

暖かい居間などから冷え込んでいるトイレや浴室などの極端な温度差がある場所に移動した際に、血圧が大きく変動することで失神や心筋梗塞、脳梗塞などの心臓や血管の疾患を生じる可能性が高くなるので、特に高齢者は注意が必要です。



### ヒートショックを予防するには！

- ①トイレや脱衣室などの温度差をなくすため、暖房器具を使用し、暖めておきましょう。
- ②排便時にいきみ過ぎると心臓への負担が高まり、排便後は急激に血圧が低下します。普段から便秘対策をしておきましょう。
- ③入浴時は心臓から遠い手足にかけ湯をして、お湯の温度に体を慣らしてから入りましょう。
- ④同居の家族がいる場合は、排泄・入浴前後にひと声かけましょう。家族が遠方にいる場合は、電話などで安否確認をしましょう。

### 高齢者移動支援事業の 申請・使用期限が迫っています！



市では75歳以上の方を対象に、バスやタクシーなどの地域公共交通利用券を支給しています。利用券の申請期限と使用期限はそれぞれ下記のとおりですので、利用を希望する方は、お早めに申請と使用をお願いします。

申請期限 2月26日(金) 使用期限 3月31日(水)

申請方法 すでにお送りしているハガキを持参し、長寿介護課窓口で申請を行ってください。

## 大切な命を守るため、がん検診を受けましょう！

問合せ 健康子育て課  
☎(46)5113

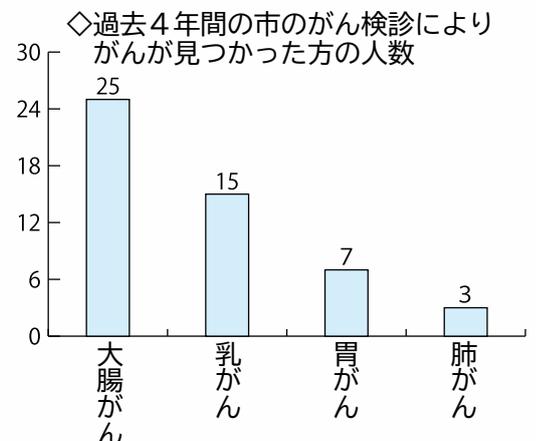


都留市で亡くなられた方の死亡原因のうち、最も多くを占めるのは「がん」ということはご存じでしょうか？しかしながら、がんも早期で見つけることができれば、現在は治療して治すことができる可能性が高いため、決して怖い病気ではありません。早期発見するためには定期的に検診を受けることが何よりも大切です。

### 早期発見によって救われる命があります

これまでの研究では、胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がんの5つのがんは、厚生労働省の指針に基づいたがん検診を受けることで、早期にがんを発見することができることは科学的に証明されています。

市が行っているがん検診により、過去4年間で50人の方ががんを発見することができました。検診を受けることで、がんを早期発見することができ、大切な命を救うことができます。



### がん検診を実施します！

日本対がん協会の調査によると、新型コロナウイルス感染症への不安から、令和2年度にがん検診を受けた人は前年度に比べて減少しています。

市では12月に中止となったがん検診を2月下旬から3月上旬にかけて実施する予定です。詳細は11ページに記載していますので、ご確認の上、積極的な受診をお願いします。

# 都留市立病院の透析室 ～新型コロナウイルス感染症対策～

問合先 市立病院 事務局  
☎(45)1811



▲市立病院透析室メンバー

医師や看護師、臨床工学技士、医師事務作業補助者がチームとして協力しながら、「安全で安心な透析治療の提供」を目標に、患者様一人ひとりに応じた快適な透析環境を提供できるよう努めています！

## ◆透析とは？

腎臓の働きがきわめて悪くなった状態(腎不全)では、体内に老廃物や水分が溜まり、高血圧やむくみ、吐き気、呼吸困難、心不全などの症状が現れ、ときに命に関わる危険も生じます。それを防ぐために、腎臓の働きの一部を人工的に補う治療法が透析です。

## ◆血液透析の仕組み

血液を体外に取り出し、余分な水分や老廃物を取り除き、必要な物質を補充して、きれいになった血液を再び体内に戻します。

血液透析は長く続けられる治療法ですが、食事や水分摂取制限などを患者さま自身で管理する必要があります。また、血液透析のための通院が週3回、1回あたりの治療で4時間程度かかることなどから、患者さまには生涯にわたり大きな負担がかかってしまいます。



## ◆透析が必要になる原因と開始のタイミング

透析が必要になる原因のトップは糖尿病性腎症、次いで慢性糸球体腎炎で、この2つで全体の約7割を占めており、腎臓の働きが低下すると、透析が必要になってくるため、普段から塩分の摂り過ぎや高血圧に注意し、腎臓に負担をかけることが大切です。



▲12月には最新の透析用監視装置を6台導入しました。



## ～透析室での感染対策～

新型コロナウイルス感染症などの感染防止のため、透析室環境や機器類の消毒など、常に十分な感染症予防対策を行っています。

今後も皆さまが安心して来院していただけるよう、感染症対策を徹底してまいります。

## ～日本生命労働組合様より、 介護用ミトン手袋の寄付をいただきました！～

日本生命労働組合様より、病院への感謝の気持ちを込め、介護用ミトン手袋の寄付をいただきました。今回のご好意の品につきましては、当院の病棟において活用させていただきます。

日本生命労働組合様、ありがとうございました。



# 協働通信

▽都留市まちづくり市民活動支援センター  
都留市中央3-8-1  
都留市まちづくり交流センター  
▽開館時間  
火曜日(祝日除)9時~17時  
▽問合せ先  
TEL(43)1322-11322  
FAX(43)1322-11322  
メール shien@city.tsuru.yamanashi.jp

今回は1月号に続き、地域協働のまちづくり推進会の事業をご紹介します。各地域では、健康づくりや学校と連携した子どもの育成支援を目的とした活動なども行っています。

## ◆三吉地域 グラウンドゴルフ

健康づくり事業として11月にグラウンドゴルフ教室を開催しています。今年度は約50名の方が参加し、気持ち良い秋晴れの下、広いグラウンドでのびのびと楽しみました。



## ◆盛里地域 旭子ども教室

「子どもたちの居場所」をつくり、地域力で成長を見守ることを目的に、旭子ども教室の活動を実施しています。11月の芋掘り体験には14名が参加し、秋の収穫を楽しみました。



### 市民活動団体を SNS で発信中！

市民活動支援センターでは、Facebook で市民活動団体の活動をお知らせしています。

市内で活動する団体の情報を、ぜひチェックしてください！

▶QRコードを読み取ると  
閲覧できます！



## ◆宝地域 スタンプラリー

毎年、健康づくりウォーキングを実施しています。今年度は密集しないよう「スタンプラリー」形式に変え、12か所でスタンプを集め、宝地域に関するクイズに答えるイベントを開催しました。



## 地域おこし協力隊ひろば

### 生涯活躍のまち・つる

### ビジネスプランコンテストを開催！

昨年12月、「生涯活躍のまち・つる」をテーマにしたビジネスプランコンテストの最終発表会を開催しました！

地域おこし協力隊の小川隊員が司会進行を務め、全国から応募のあった31のビジネスプランから審査を経て勝ち進んだ5組の最終発表会はオンライン開催であるにも関わらず大盛況でした。

最優秀賞には地域の「買い物代行」と「見守り」を組み合わせた「地域循環型配送・見守りプラットフォーム」を提案した登米航さんが輝きました。今後は、提案のあった各プランの事業開始に向けて準備を進めていく予定です。これからの取り組みにご注目ください！



問合せ先 一般社団法人まちのtoolbox

TEL(56)7511-1



▶コンテストの詳細は  
こちらから確認できます。

ミュージアム都留では新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため来館時の検温やマスクの着用をお願いしています。また、発熱や咳などの症状がある場合は来館の自粛をお願いします。

# Museum

## ミュージアム 都留

開館時間 9時～17時

※最終入館は16時30分まで

入館料 一般 300円(210円)

高・大学生 200円(140円)

小・中学生 100円(70円)

※( )内は20名以上の団体料金

休館日 月曜日、祝日の翌日

問合先 ミュージアム都留

☎45-8008

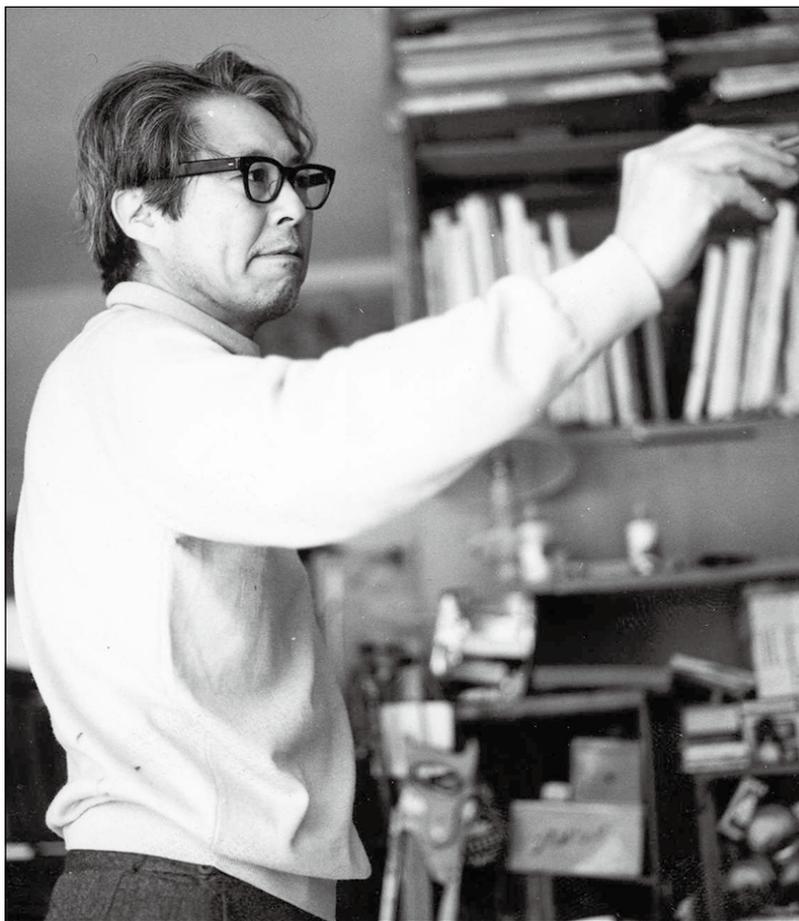
# 生誕100周年 増田誠展(仮称)

会期 3月13日(土)～5月9日(日)

増田 誠生誕100年の節目にあたり、画伯の作品やゆかりの品々を展示する予定です。

知られざる増田誠画伯の一面をご覧ください。ぜひお越しください。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、延期または中止となる場合があります。その他、企画展の詳細は広報3月号に掲載します。



View Port オンフルール 1960年

### ～増田 誠画伯～

1920年に旧谷村町下谷に生まれ、1957年に渡仏、以後32年パリを拠点に活躍しました。

港や河岸などの水辺の風景やパリの街の人々を描いた作品を多く制作し、数々の賞を受賞するなど、国際的な画家として知られています。一時帰国した際、郷土の風景を精力的に描きましたが、1989年4月に急逝されました。

### 施設の臨時休館について

下記の期間中、収蔵庫の燻蒸のため、臨時休館となります。燻蒸作業中は駐車場を含む敷地内への立ち入りも制限されますのであらかじめご了承ください。

**臨時休館日 2月2日(火)～9日(火)**

将来にわたり文化財を良い状態で残すために必要な作業となります。ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

### 【燻蒸】とは？

博物館に収蔵されている資料を害虫やカビなどから保護するため、薬剤を用いて行う殺虫殺菌処理のことです。ミュージアム都留では概ね2年に1度燻蒸を行っています。

# 本にふれる ～図書館通信～

制限付開館時間  
10時～16時30分

休館日 1、8、11  
15、22、23、26日

今月の新着  
児童図書 全102冊  
一般図書 全210冊  
問合せ先 都留市立図書館  
☎(43)1324

## 図書館司書が選ぶ、今月のおすすめ



▶『真夏のクリスマス』  
堀口 俊彦 著  
文芸社

著者は本名堀口剛、山梨県に生まれ都留市に育つ。仙台市在住、東北大学名誉教授、小説家。本書は物理学博士が人生の不条理を描いた青春小説。時代は今から30数年前のまだスマホもケータイ電話もなかった頃の物語。

▶『with you』  
濱野 京子 作  
くもん出版

高校受験や家族の悩みにもやもやとした日々を送る中学三年生の悠人は、夜の公園でひとつ年下の少女、朱音と出会う。彼女は病気の母を支えながら家事を担う“ヤングケアラー”だった。悠人は、彼女の力になりたいと思うようになるが…。



## 今月の新着図書

### ◆児童図書

・見たい！知りたい！

・博物館はうら側もすごい！

・こども手に職図鑑

・こちら、まほろば動物病院

・もしもトイレがなかったら

・しゅくだいなかなかあり

・ジャンプして、雪をつかめ！

・怪物園

・ピーターラビットの

・ふるさとをまもりたい

ほか

### ◆一般図書

・ポストコロナ期を

・生きるきみたちへ 内田 樹

・香港あなたはどこへ向かうのか 阿古 智子

・登山式DE防災習慣 鈴木 みき

・日本のオンライン教育最前線 石戸 奈々子

・おかしなあみもの

・最後のダ・ヴィンチの真実 ベン・ルイス

・観月 麻生 幾

・74歳、ないのはお金だけ。

・あとは全部そろってる。ミツコ

・冠婚葬祭マナーの新常識

・ミソココロナ時代に対応！

岩下 宣子

ほか

## “シトラスリボン”プロジェクト ～だれもとりに残されない 安心安全のまち 都留～

### シトラスリボンプロジェクト とは？

新型コロナウイルス感染者や医療従事者らへの差別や偏見をなくし、暮らしやすい社会の実現を趣旨に愛媛県で始まったプロジェクトです。シトラス(柑橘)色のリボンを身に着け、運動への共感を示します。リボンの3つの輪は、回復したら安心して戻ってゆける「地域」「家庭」「職場・学校」を表します。今この活動が全国の自治体・企業・学校などに広がっています。

【 図書館は感染拡大予防のためサービスを縮小して開館中ですが、プロジェクトに賛同し、ご希望の方に館員手製のシトラスリボンを差し上げています。(数に限りがあります。) 】



※新型コロナウイルス感染症対策のため、利用時間・サービスなどを一部制限して開館中です。状況により開館時間・利用方法は変更する場合があります。図書館ホームページまたは電話でご確認ください。

市内で活躍する人や団体、市政の動きなどを紹介します。

# まちかど通信

## 羽田ひで子さんが全国社会教育委員連合表彰を受賞！



羽田ひで子さん(桂町)が、社会教育の振興に対する永年の功績により、一般社団法人全国社会教育委員連合から表彰され、1月13日(水)に市長公室にて表彰状伝達式を行いました。

羽田さんは、平成11年度から現在までの長きに渡り、都留市社会教育委員として、教育委員会が行う公民館活動や青少年育成事業、放課後子ども教室事業などに対して多くの提言を行うとともに、県や南都留地区の社会教育委員連絡協議会の活動にもご尽力されました。

羽田さん、おめでとうございませう。今後も本市の社会教育発展にご協力をお願いいたします。

## 福祉のための寄付をいただきました！



1月6日(水)、市役所にてガールスカウト山梨県第10団さま並びに都留ロータリークラブさまからの寄付金の受納式を行いました。

当日はガールスカウトの子どもたちから市長へ寄付金が手渡され、「新型コロナウイルスの影響で街頭募金はできませんでしたが、都留ロータリークラブの皆さんと協力して出し合っただけのお金を寄附させていただきました。この寄付金が福祉のために役立てば嬉しいです。」と今回の寄付金贈呈への想いを語ってくれました。

ガールスカウト山梨県第10団の皆さま、この度の寄付、ありがとうございます。ありがとうございました！いただいた寄付金は大切に使用させていただきます。

## 【地域おこし協力隊】養豚事業が承継されました！



平成29年10月から地域おこし協力隊として市内養豚場の事業を引き継ぐため活動してきた法師人 貞臣さんと法師人 龍史さんがこの度、事業承継に必要な手続きを全て完了し、正式に新たな経営者となりました。

お二人は道の駅つるの主力商品でもある「富士湧水ポーク」を生産する森嶋養豚場(加畑)を承継するために地域おこし協力隊として着任し、3年にわたって養豚や経営に必要なノウハウを身に付け、任期が満了した昨年10月から事業承継のための手続きなどを進めてきました。

美味しい豚肉を今後も生産していくために、日々、養豚事業に励んでいます。

## 「名勝 田原の滝」ライトアップイベントを実施しました！



12月18日(金)から25日(金)までの8日間、名勝 田原の滝のライトアップイベントを実施しました。

新型コロナウイルス感染症対策を徹底する中での初めての試みでしたが、実施期間中には七色に変わる幻想的な夜の田原の滝を見るために多くの方にお越しいただきました。

来場された方からは、「とてもきれいで感動しました」、「コロナで旅行ができない中、元気をもらえました」という声も聞かれました。

感染症の流行によりイベントなど中止や旅行へ行くことがためらわれる昨今ですが、そんな中でも市民の皆さまが楽しめるようなコンテンツを今後も発信していきます。

## 高校生・大学生が企画！都留七福神めぐりが開催されました！



都留興譲館高校の生徒と都留文科大学の学生の有志により構成されるワイワイ実行委員会都留支部が企画した、「都留七福神めぐり」が開催されました。このイベントは都留七福神像のある市内7つのお寺を巡り、用意した御朱印色紙に御朱印を集めるもので、参加された方々は新年の思い出作りを楽しんでいました。

都留興譲館高校代表の小林 由奈さんは、「地域と交流できる機会が持てて、とても嬉しいです。後輩たちにも地域との交流を大切にしてさらに頑張ってほしいです」と笑顔で話してくれました。

今後のワイワイ実行委員会のイベントの実施を楽しみにしています！

## 健康科学大学の学生が感染症対策啓発動画を作成しました！



健康科学大学看護学部災害看護学学生チームの学生たちが、市民向けの効果的な手洗いの方法についての動画を作成しました。

手洗いの重要性の再確認や効果的な手洗いの方法を身につけることは、避難所などでの新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどの感染症の蔓延を予防することにもつながり、「自分や周囲の人の命を守るため、手洗いの知識と技術を身につけて健康を守ってほしい」との思いから動画を作成したそうです。

なお、動画の利用を希望される場合は左記までご連絡ください。

問合先 健康科学大学看護学部  
☎(46)6600

### 都留市の人口

R3. 1. 1 現在  
男 14,636人(+5)  
女 15,252人(+23)  
計 29,888人(+28)  
世帯数 13,211世帯(+45)  
※( )内数字は、前月比

### 2月の納税

固定資産税(第4期)  
国民健康保険税(第8期)  
介護保険料(第8期)  
後期高齢者医療保険料  
(第8期)

### 都留市民憲章

わたしたち都留市民は  
○健康で明るいまちに住みます。  
○自然を愛し、美しいまちをつくります。  
○文化都市にふさわしい豊かなまちを築きます。  
○たのしく働き、活気ある産業のまちに育てます。  
○たがいに信じ、協力し、平和なまちをつくります。

# Happy First Birthday!

## 令和2年2月生まれの元気な子ども達!



志村

あいり  
藍吏ちゃん  
2月3日生まれ



あいちゃん誕生日おめでとう♪  
これからもたくさん食べて遊んで元気に育ってね♡



横田

れんゆう  
怜祐くん  
2月7日生まれ



1歳の誕生日おめでとう♡これからも元気にすくすく育ってね!



堀内

あさひ  
朝陽くん  
2月7日生まれ



生まれてきてくれてありがとう!のんびり屋なあさひ♪これからもよろしくね☆



加藤

みすみ  
満純くん  
2月9日生まれ



満純、1歳お誕生日おめでとう!これからもたくさん笑ってたくさん思い出つくろうね♡



小泉

えと  
絵都ちゃん  
2月13日生まれ



お誕生日おめでとう!毎日笑顔いっぱい幸せです♡健康に育ってねー!



奈良

たまき  
環希くん  
2月13日生まれ



たまりん、生まれてきてくれてありがとう!大好きだよ!これからもよろしくね!



小林

とうひ  
桃陽くん  
2月18日生まれ



お誕生日おめでとう♪たくさん食べて大きくなってね♡これからも楽しく過ごそうね!



渡邊

ひなた  
日葵ちゃん  
2月18日生まれ



ひなたちゃん♡これからもいっぱい笑って大きくなってね!



齊藤

あやり  
綾梨ちゃん  
2月20日生まれ



お誕生日おめでとう!いつも笑顔をありがとう♡元気にすくすく大きくなってね!

※対象月のお子さまの保護者の方には通知をお送りします。  
問合せ 総務課法制広報担当 ☎(43)1111

もう「ひとつごと」じゃない  
災害に備えよう!

地震や台風、集中豪雨などの災害時に迅速な避難ができるよう、市が発信する防災無線の内容をメールで受け取れるようにしておきましょう!  
・右のQRコードから防災つるメールの登録をお願いします。  
・市ホームページにリンクしています。



広告掲載欄

広告掲載欄



Twitter



Facebook



Instagram



LINE



マチイロ