

Tsuru public relations magazine

No. 792 2026

広報つる 9

特集

共に生きる 認知症にやさしいまちへ
～ひとりで悩まず、早期発見を～

共に生きる 認知症にやさしいまちへ

～ひとりで悩まず、早期発見を～

9月21日は「認知症の日」、そして9月は「認知症月間」です。認知症は、誰にでも起こりうる病気です。誰もが安心して暮らせるまちをつくるために、認知症について正しく知り、私たちにできることを考えてみましょう。

問合先 長寿介護課 地域包括支援センター ☎ (46)5114

認知症は誰にでも起こりうる身近な病気です

認知症とは、脳の病気や障害などのさまざまな原因により、記憶力や判断力などの認知機能が低下し、日常生活に支障が出ている状態を指します。進行すると日付や場所がわからなくなるなどの症状により、ご本人が一番戸惑い、不安を感じています。

認知症と加齢によるもの忘れの違い

加齢

- 約束を「うっかり」忘れてしまった
- 「何を食べたか」思い出せない
- 目の前の「人の名前」が思い出せない



認知症

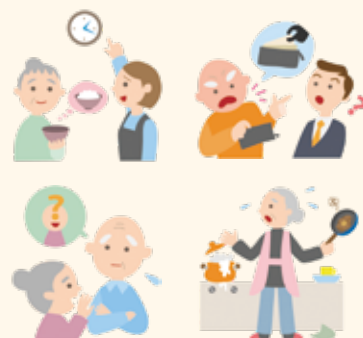
- 「約束したこと自体」を忘れる
- 「食べたこと自体」を忘れる
- 目の前の人が「誰なのか分からない」

「もしかして？」と思ったら…早期発見が大切です

認知症は、早く気づいて適切な治療やケアを受けることで、進行を遅らせたり、症状を和らげたりできる場合があります。ご自身やご家族の様子で、気になることはありませんか？

！ こんなサインにご注意ください

- 同じことを何度も言ったり、聞いたりする
- 物の名前が出てこなくなった、置き忘れが増えた
- 慣れているはずの作業（料理や片付けなど）ができなくなった
- 些細なことで怒りっぽくなった
- 趣味や好きだったことへの関心がなくなった



本人・家族の声

「おかしいな」と思ったら、 早めの一步を

二人で支え合う、今の暮らしが一番の幸せ

「最初は自分の中で何かが起きていると分かっていても、認めるのが辛くて、悔しい思いもありました。」

Aさんは、家族の支援で病院の専門治療につながり、今ではお薬と向き合い穏やかな日々を取り戻しています。

一番大切なのは、この場所で二人で過ごす時間。近所の方々の温かい見守りや言葉の交わりが、何よりの支えだとい

「ひとりで悩まず周りに相談することで道が開けました。近所との関わりが、涙が出るほど嬉しいんです。」

認知症の症状には波があります。振り返されずに上手に付き合っていく、ご夫婦の姿勢はとてもしなやかです。

「もし不安を感じているなら、一人で抱え込まず早めに専門家へ相談して。それが、より良い生活を守る大切な一歩になりますよ。」

今日も二人の歩幅で、穏やかな一日を積み重ねています。



いつまでも安心して暮らせるように

認知症の人と家族を見守る地域のかかわり

地域には、医療、介護、予防、生活や住まいの支援からなる大きく分けて4つの資源があります。ひとりで悩まずに相談し、これらを活用してみましょう。

医療

- かかりつけ医
- 認知症疾患医療センター
- かかりつけ薬局
など



介護

- 訪問系サービス
- 通所系サービス
- 入所系サービス
など



予防

- 健康診断
- 老人クラブ
- 通いの場
(いーばしょ、サロン)
など



生活や住まいなど

- 家事・配食サービス
- 住宅改修・福祉用具
- 緊急通報システム
- 専門職がいる相談の場
(地域包括支援センター)
など



都留市での取り組み

本市でも、認知症の方やそのご家族を地域で支えるためのさまざまな取り組みを行っています。

いーばしょ

地域の方や団体が主体となって運営する、高齢者が身近な場所で気軽に立ち寄れる通いの場です。

市内 52 カ所で、健康運動指導士による体操や脳トレーニング、踊り、工作などさまざまな活動を行っています。

現在、市では「いつもの仲間と、これからもお互いさまのいーばしょづくり」をテーマに、いーばしょを対象としたミニ講座を開催しています。

出張健康教室

活動を検討している方を対象に、出張健康教室を行っています。お気軽にご相談ください。

認知症あんしんガイドブック

認知症に関する情報が一冊にまとめられた認知症ケアパスが、10月より「認知症あんしんガイドブック」へと刷新されます。

市HPに掲載するほか、コミュニティセンターなどへ設置しますのでぜひご覧ください。

現在配布中の
認知症ケアパス ▶



身近な病気「認知症」の身近な「理解者」に！ 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは？

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援する応援者のことです。講座を受講することでサポーターになることができます。

市内在住であればどなたでも無料で受講でき、希望者が10人以上集まれば事業所や学校、自治会などで出張講座を行うこともできます。お気軽にご相談ください。

今年の講座ではVRゴーグル※を着用し、認知症の方が見ている世界を体験できます。

日時 10月28日（水）13時30分～15時

場所 いきいきプラザ都留

受講後に、「認知症サポーターカード」と「オレンジリング」をお渡しします！



※VRとは：

コンピューターで作られた映像の世界を体験できる技術

認知症カフェ（オレンジカフェ）

認知症の方やそのご家族、地域の皆さんが気軽に集い、交流や情報交換ができる場所です。今年は新しい場所での取り組みの準備をしています。詳細が決まり次第お知らせします。

一人で悩まず、ご相談ください

「認知症かもしれない」「介護に疲れてしまった」など、不安や悩みがあれば一人で抱え込まず、お気軽に総合相談窓口である長寿介護課 地域包括支援センター【☎(46)5114】へご相談ください。高齢者が安心して地域で暮らせるように専門のスタッフが一緒に考え、サポートします。



暮らしの情報

～市役所からのお知らせ～

主な市の施設の凡例と連絡先

市役所本庁舎 ☎(43)1111(代) いいきいプラザ都留 ☎(46)5111(代)
教育プラザ都留 ☎(43)1111(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(代) 消防署 ☎(43)1119(代)

9月から保育料と児童発達支援の利用者負担を無償化します！

問合せ先：記事内に記載

保育料の無償化

仕事と子育ての両立支援と子育て世帯の経済的負担の軽減を図るため、市独自の取り組みとして、0歳児から2歳児の保育料を無償化します。

開始日

令和8年9月から

対象者

認可保育所(園)や認定こども園を利用している、市内に住所がある0歳児～2歳児
※保護者の所得やお子さんの人数に関係なく保育料が無料となります。

※保育料以外の費用はこれまでどおり保護者負担となります。

問合せ先

健康子育て課 保育担当

児童発達支援の無償化

9月からの保育料無償化に伴い、療育を必要とする児童が利用する児童発達支援の利用者負担も無償化されます。無償化に伴う特別な手続きは不要です。

問合せ先

福祉課

障がい者支援担当



東桂郵便局での証明書発行について

9月7日(月)から昼時間帯はご利用できません

問合せ先：市民課

市民窓口担当

本市では、市民の皆さまの利便性向上のため、東桂・宝・都留朝日の市内3郵便局に、住民票の写しなどの証明書発行業務を委託しています。

このうち、東桂郵便局では、9月7日(月)から昼時間帯の窓口業務が休止となります。休止時間中は、市が委託している各種証明書の発行も利用できません。

東桂郵便局の業務休止時間

11時30分～12時30分(60分間)

休止時間中に発行できない証明書

- 住民票の写し
- 印鑑登録証明書
- 戸籍謄本・抄本、除籍謄本、戸籍の附票(本人のものに限る)
- 軽自動車税納税証明書

休止時間帯の代替手段

- 市民課窓口の利用
- 宝郵便局・都留朝日郵便局の利用
- コンビニ交付サービスの利用

※住民票の写しと印鑑登録証明書のみの利用

※全国のコンビニなどで6時30分～23時まで利用可能

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

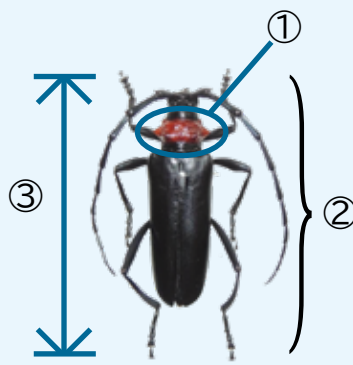
特定外来生物 クビアカツヤカミキリ警戒中！

問合先：記事内に掲載

サクラやモモなどのバラ科樹木が食害を受ける被害を防ぐため、公園やご自宅の庭木などに被害のサインがないか、市民の皆様との確認と早期発見へのご協力をお願いします。

特徴

- ①胸部は赤く、コブ状の突起がある
- ②体は黒色でツヤがある
- ③体長は2～4cm
- 成虫が6～8月に発生
- 6～8月樹皮の割れ目に産卵



▲画像提供：埼玉県環境科学国際センター

発見時の対応

移動させず成虫を捕殺し、下記担当まで情報提供をお願いします。写真があればよりスムーズな対応につながります。

侵入のサイン

木の幹や根元に、細長い「かんなくず」や「きな粉」のような独特の木くず（フラス）が大量に落ちている。



▲出典：環境省HP

(<https://www.env.go.jp/nature/intro/4document/species/kubiaka.html>)

詳しい特徴など
詳細はこちら



問合先

○モモ・スモモ・ウメが植えられている農地で発見した場合
産業課 農林振興担当市
○その他の場所で発見した場合
地域環境課 環境政策担当市

9月はナラ枯れ対策強化月間

ナラ枯れ被害の情報提供にご協力ください

問合先：産業課

農林振興担当市

「ナラ枯れ」とは、カシノナガキクイムシという昆虫が媒介するナラ菌を原因とした、ナラ類やシイ・カシ類の集団枯損被害です。

被害木に数千匹侵入して増殖するため、放置すると急速に被害が拡大し、森林景観への悪影響や倒木による被害が懸念されます。

ナラ枯れの特徴

- ①7～8月に葉が赤褐色になり、急激に枯れる
- ②被害木の根元に細かい木くず（フラス）が溜まる。
- ③樹幹の低いところ（高さ2m以下）に小さな穴（直径2mm程度）が多数見られる。

被害木を見かけた際は…

問合先までご連絡をお願いします。特に人家付近にて見かけた際は、早めにご連絡ください。



ふるさと時代祭りにおける公共交通の一部運休のお知らせ

問合先：地域環境課

地域振興担当市

市役所周辺で交通規制が行われるため、公共交通を一部運休します。

市民の皆さんにはご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

AIつるくと

運休日時

○9月5日（土）

17時30分～18時30分

○9月6日（日）

13時～18時30分

運休範囲 市内全域

デマンドタクシー

運休日時

9月6日（日）各路線の便

運休範囲 左記の一部路線

路線名	対象の便	利用不可の停留所
東桂線	第3・4・5便	③谷村町駅入口 ～④中央二郵便局前
禾生・盛里線		④大手前 ⑤都留市役所 ⑥谷村町駅入口
開地線		③谷村町駅入口 ～⑧中央二郵便局前
宝線	第3・4便	③中央二郵便局前 ～⑦都留市役所

コミュニティ助成に応募する団体を募集します！

問合せ先：記事内に掲載

◆令和8年度の募集事項

助成事業名	助成の対象となる活動内容	助成額
一般コミュニティ助成事業	住民が自主的に行うコミュニティ活動促進のための活動に必要な設備などの整備	100万円～250万円
自主防災組織育成助成事業	自主防災組織またはその連合体が行う地域の防災活動に必要な設備の整備	30万円～200万円 (区分により異なりますので、担当までご相談ください。)
コミュニティセンター助成事業	住民の行う自主的なコミュニティ活動推進に必要な集会施設(集会所など)の整備	対象となる事業費の5分の3以内に相当する額 (上限2,000万円)
青少年健全育成助成事業	青少年健全育成のための主として親子で参加するソフト事業	30万円～100万円

※掲載している内容は昨年度の募集事項ですので、今後変更となる場合があります。

※上記の他にも助成事業があります。詳しくは、(一財)自治総合センターHPまたは市HPをご覧ください。

一般財団法人自治総合センター
による宝くじ収入を財源としたコミュニティ活動に対する助成事業への応募希望団体を募集します。

対象団体

- コミュニティ組織
- コミュニティ組織の連合体
- 自主防災組織
- ※宗教団体、営利団体、公益法人、特定の目的で活動する団体や、地域に密着していると言い難い団体などは除きます。

申請方法

10月9日(金)までに申請書または事業計画表を申請窓口へ提出してください。

※申請書などは、市HPまたは申請窓口にあります。

申請窓口

- 自主防災組織育成助成事業
総務課 危機管理担当市
- それ以外の事業
地域環境課 地域振興担当市

子猫を見つけても「触らないで」

問合せ先：地域環境課
環境政策担当市



飼い主がいらない子猫を見かけて「かわいそう」「助けなきゃ」と、安易に触れていませんか？その行動が、かえって子猫を危険にさらしてしまうことがあります。状況に合わせた正しい行動をしましょう。

なぜ触ってはいけないの？

母猫の育児放棄につながります

子猫が1匹でいるように見えても、母猫がエサ探しや引っ越しの最中であるケースがほとんどです。人間が触つておいかつくと、母猫が警戒して育児を放棄してしまいます。

捨てられた可能性もあります

愛護動物の遺棄は法律で禁じられた犯罪です。段ボールに入れて置かれていたなどの不審な目撃情報があれば、警察や市へ通報してください。

子猫を見つけた時どうする？

関わりたくない・そこにいると困る場合…

人の手をかけず、餌も与えずそっと見守りましょう。母猫が自ら子猫を連れて、別の場所へ移動する可能性が高まります。

保護したい場合…

ご自身で室内飼育する、新しい飼い主を探すなど責任をもって対応ができる場合のみ、専門機関や保護団体に相談の上、適切な保護活動を行ってください。

外での「餌やりだけ」はおやめください

猫の急増や糞尿被害など、近隣トラブルの原因になります。

どうしても外で飼育する際は、トイレの設置や不妊・去勢手術をしたうえで世話してください。

子猫の命と地域環境を守るため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

市では、飼い主のいない猫の不妊去勢手術費用の補助を行っています。

※手術前の申請が必要です。



第28回「都留いきいきフェスティバル2026」

問合先：生涯学習課
生涯学習担当教



日永 龍彦 先生
(山梨大学 大学教育・DX推進センター 教授)

10月・11月の2カ月間を生涯学習月間と位置づけ、「都留いきいきフェスティバル」を開催します。詳しくは広報10月号でお知らせします。

日時
10月4日(日)
13時30分～15時20分

会場
教育プラザ都留 本館
3階大研修室

内容
○開会式典 13時30分～
○講演会 13時50分～
みんなで育てる地域の子どもたち「コミュニティ・スクールと地域学校協働活動」
コミュニティ・スクールと地域学校協働活動の意義や実践を通して、地域全体で子どもを育てる仕組みと、誰もが参加できる地域づくりについて考えます。

同時開催①
都留市立病院 医療技術局
による体験会・相談会
「10年後も元気に過ごせる」をテーマに実施します。

日時
10月4日(日)
○体操・ストレッチ体験会
10時30分～11時30分
(各30分程度)

場所
○薬や栄養などに関する相談会
10時15分～12時

申込先
市立病院 総務企画課病

同時開催②
「通いの場」作品展
高齢者の通いの場関係団体や障がい者支援施設などで制作した作品を展示します。皆さまのご来場、お待ちしております。

日時
10月4日(日)、
6日(火)～9日(金)
10時～16時

※最終日は12時まで

場所
教育プラザ都留 別館2階

7月の入札結果

問合先 財務課 契約担当市

件名	場所	期間 (当初)	落札額 (税抜)	予定価格 (税抜)	落札者の 商号・名称	担当課
道の駅つる新設駐車場整備工事	大原地内	7月9日 ～令和9年3月19日	83,286,900円	97,310,000円	㈱小林工務店	産業課
横畑加畑下大幡線配水管布設替工事(企業誘致関連)	平栗地内	7月9日～11月30日	12,810,000円	13,670,000円	宝栄設備	上下水道課
都留市立病院 LED化更新工事(第一期)	つる五丁目 地内	7月9日 ～令和9年3月31日	5,300,000円	5,464,000円	㈲朝日電設	市立病院
都留市水道事業アセットマネジメント策定業務	都留市内	7月9日 ～令和9年3月31日	10,800,000円	11,580,000円	㈱東洋設計事務所 山梨出張所	上下水道課
都留第一中学校校舎トイレ等改修工事監理業務	大野地内	7月9日 ～令和9年2月22日	2,930,000円	3,264,300円	あおぞら設計室一級建築士事務所	学校教育課
東桂中学校校舎トイレ等改修工事監理業務	桂町地内	7月9日 ～令和9年1月25日	2,950,000円	3,300,000円	Warp 一級建築士事務所	学校教育課
都留市市民課窓口整備業務委託	上谷一丁目 地内	7月9日～11月30日	5,260,000円	5,357,700円	NEC ネットツエスアイ(株) 甲府営業所	市民課
都留市保健福祉センター(いきいきプラザ都留)LED化改修修繕	下谷地内	7月9日 ～令和9年1月29日	5,650,000円	5,840,000円	㈲工ヌエーエム	福祉課
禾生第二小学校給食配送車出入口床面等修繕	小形山地内	7月9日 ～令和9年3月1日	2,520,000円	2,600,000円	三輝矢(株)	学校教育課
玉川グラウンド LED化改修工事	玉川地内	7月23日 ～令和9年3月31日	34,878,300円	39,161,000円	㈲佐藤電気商会	生涯学習課
砂原線道路改良工事	鹿留地内	7月23日～12月10日	5,090,000円	5,230,000円	㈱丸昇建設	建設課
桂町門原線配水管布設替工事	鹿留地内	7月23日～12月25日	9,150,000円	9,420,000円	㈲佐藤商店	上下水道課
自治体窓口DXaaS構築業務委託	上谷一丁目 地内	7月23日～ 令和9年2月26日	14,860,000円	14,860,000円	日本電気(株)甲府支店	市民課
都留第一中学校屋内運動場及び校舎特別館通級指導室照明器具等改修工事設計業務委託	大野地内	7月23日～11月30日	3,290,000円	3,500,000円	AKIRA 一級建築士事務所	学校教育課
衛星調査後の2次漏水探查業務委託	都留市地内		—	—	不調	

会計年度任用職員を募集します

問合先 総務課 職員担当市

本市では、下記の職員を募集しています。

雇用形態	職種	勤務場所	申込方法
フルタイム	社会福祉士	いきいきプラザ	申込期間：随時(人員が充足した時点で募集締切)
パートタイム	社会福祉士	いきいきプラザ	申込書兼履歴書(HPに掲載)、資格免許証などの写しを提出



詳細はこちら

応募要件

①地方公務員法第16条の欠格次項に該当しないこと ②ワード、エクセルなどパソコンの基本操作ができること

令和8年度 文化祭のテーマが 決定しました！

最優秀賞 小倉初江様の

「世代超え文化の風が響き合う」

に決定しました。

たくさんのご応募、誠にありがとうございました。

問合先 都留市文化祭実行委員会事務局

婚活イベントを開催します！

癒しの森で恋をする

～富士山の伏流水が湧く、癒しの森へ～

「平成の名水百選」に選ばれた都留市の豊かな自然の中で、素敵な出会いを見つけませんか？滝を眺めながら心と身体を整えるリトリート、座禅体験、森のなかで楽しむバーベキュー、焚き火などのプログラムを用意しました。お一人でも、お友達と一緒にでも安心して参加できる婚活イベントです。

日程 10月31日(土) 8時40分～15時 ※終了予定

場所 田原交流センター nicot、太郎滝、次郎滝、FISH ON! 鹿留

※女性のみ立川・大月からの無料送迎あり

対象 市内外在住の独身男女(30～45歳)

定員 男女各10名程度

参加費

○女性：2,500円(友人とペア参加で500円引き)

○男性：市内在住 4,000円／市外在住 6,000円

募集期間 10月20日(火)まで

※男性(市外在住)のみ、9月10日(木)より募集開始

※先着順、定員になり次第終了

申込方法 右記申込フォームからお申し込みください。



問合先

○主催：市民課 市民窓口担当市

○運営：株式会社パピヨン ☎055(244)8108

E-mail info@be-papillon.com

受付時間：10時～19時(日曜を除く)

※天候や運営上の都合により、プログラム内容、実施時間、会場などを変更する場合があります。

募金箱を設置しています

本市では、被災された方々を支援するため、募金箱を設置しています。お寄せいただきました募金については、日本赤十字社へ全額お送りいたします。



令和8年熊本地震災害義援金

設置期間 10月30日(金)まで

令和8年8月千葉豪雨災害義援金

設置期間 11月30日(月)まで

設置場所

○いきいきプラザ都留1階(福祉課 地域福祉担当)

○市役所2階(総務課 危機管理担当)

問合先 福祉課 地域福祉担当市

9月・10月は行政相談月間です

総務省では、行政相談制度を利用いただけるように、9月と10月を「行政相談月間」とし、相談活動や広報活動などを重点的に実施しています。

行政相談員とは？

総務大臣が委嘱した民間有識者です。国民の皆さまの身近な相談相手として、行政に関する苦情、行政の仕組みや手続きに関する問い合わせなどの相談を受け付け、その解決のための助言や関係行政機関に対する通知などを行っています。



▲マスコット「キクーン」

◆市の行政相談日

毎月20日(土・日・祝の場合は翌開庁日)

※相談は無料、秘密は厳守されます。

◆9月・10月の人権相談

日時 9月24日(木)10時～12時

10月20日(火)13時～15時

場所 市役所2階 第1会議室など

問合先・予約方法

○市民課 市民窓口担当市

☎(43)0170

○LINE なんでも予約

なんでも予約

※事前予約は必須ではありませんので、相談を希望される方は当日会場へお越しください。



「都留アルプス」フリーハイキング を開催します！



毎年春と秋の2回行っている大人気の「フリーハイキングイベント」を、紅葉が見ごろの秋に開催します。

参加者には記念品をプレゼントします。※小雨決行

日時 11月29日(日) 受付:8時、8時30分(予定)

集合場所 市役所

コース 決定次第、市HPへ掲載します。

問合先 産業課 商工観光担当市

サントウン井倉・サントウン宝 の区画を販売しています

○サントウン井倉

区画数	2区画
面積	237.18㎡、249.90㎡
価格	6,451,000円、6,547,000円



○サントウン宝

区画数	40区画
面積	181.25㎡～223.58㎡
価格	2,027,000円～3,197,000円



申込方法

要項をご確認の上、申込書を提出してください。

要項と申込書は土地開発公社(財務課 管財担当)でお渡しするほか、市HPからもダウンロードできます。

問合先 土地開発公社(財務課 管財担当市)

食生活改善推進委員会 養成講習会を開催します！

食生活改善推進委員会とは？

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、食を通して地域の健康づくりを推進するボランティアです。生活習慣病予防のための調理実習や、子どもたちにむけた料理教室などを行っています。

養成講習会の参加者を募集します！

健康づくりに必要な知識を仲間と一緒に学びます。修了後は食生活改善推進委員会の一員として活動します。

実施時期

10月～12月(全8回)

初回開催日時:10月30日(金)9時30分～

初回開催場所:都留市給食センター

対象者 市内在住の方 **定員** 20名

参加費 420円

申込期限 9月18日(金)まで

※各回の詳細は右記二次元コードより

市HPをご確認ください。

問合先 健康子育て課 健康づくり担当市



9月15日～21日は「老人週間」

敬老会補助金

市内の各地域で自治会などを中心に老人週間前後に開催される敬老の催しに対し、補助金を交付します。

対象者

敬老の催しに参加した方で、令和9年4月1日時点で70歳以上の高齢者(昭和32年4月1日までに生まれた方)

補助金

対象者1人につき1,000円

※補助金は、各自治会などで催し開催前に申請を行う必要があります。

寿賀祝事業

喜寿祝事業については、事業内容の見直しにより、令和7年度をもって廃止となりました。なお、百寿祝事業は引き続き実施します。100歳の誕生日を迎えられた方に、市より祝金を贈呈いたします。

問合先 長寿介護課 高齢者支援担当市



くらしの豆知識

医薬品のネット通販による定期購入に注意

事例（60歳代）
 動画広告に出てきた手足のしびれ改善薬をお試しで申し込んだところ、意図せず定期購入となっていた。数回使用したところ発疹が出たため医師から使用停止を告げられた。昨日届いた2セット分の返品を連絡したところ、「すべには解約できない」と断られた。商品を返品したい。

○インターネット通販で医薬品を購入したら定期購入だった、という相談が寄せられています。「一般用医薬品」に限りインターネット通販で購入出来るようになりましたが、実際に使用してみないと自分に合っているかなどの判断が困難です。インターネット通販で購入しようとしている医薬品を使用することに問題が

ないか、事前に薬剤師や医師などの専門家に相談しましょう。

○定期購入は、一定期間継続して商品を使用することが前提の購入方法であるため、継続的に医薬品を使用する必要がある場合も含め、慎重に検討する必要があります。

○SNSなどの広告表示では定期購入が条件だと分かりにくい場合があります。最終確認画面で定期購入が条件となっていないかなどを確認

認し、トラブルになった場合に備え、広告表示や最終確認画面のスクリーンショットを撮っておきましょう。

○困ったときはお住まいの自治体の消費生活センターなどにご相談ください（消費者ホットライン188）。

（国民生活センター 見守り新鮮情報より）

問合せ・相談窓口
 市民課 市民窓口担当
 ☎（46）0170

スポーツイベントのお知らせ

大人のスポーツテスト

今の自分の体力年齢って何歳？懐かしの体力測定に挑戦しませんか。事前の申し込みは不要です。

- 日時** 9月11日（金）19時30分～21時30分（予定）※受付：19時15分～
会場 市民総合体育館 **対象者** 20歳～64歳までの方 **参加料** 無料
種目 握力・上体起こし・長座体前屈・立ち幅跳び・反復横跳び・20mシャトルラン

※参加すると健康ポイントが付きます。健康ポイント手帳をお持ちの方は、当日ご持参ください。



みんなのスポーツひろば～誰でも気軽に、みんなでわくわく！～

「やってみたい」その気持ちだけでOK。運動が苦手な方も、久しぶりに体を動かす方も大歓迎です。推進委員がやさしくサポートしますので、お気軽にご参加ください。申込みは不要のため、直接会場へお越しください。

- 日時** 9月25日（金）、10月23日（金）、11月2日（月）
 19時30分～21時30分（途中参加も可能）※受付：19時15分～
会場 市民総合体育館 **参加料** 1回100円（保険料など）

内容 推進委員が中心となり、さまざまなスポーツを実施します！
 ※日程が変更となる場合があります。お越しの際は市HPをご覧ください。
 ※1回参加すると健康ポイントが付きます。健康ポイント手帳をお持ちの方は、当日ご持参ください。

※小学生以下は必ず保護者同伴でご参加ください。

問合せ先 生涯学習課 スポーツ振興担当



秋の全国交通安全運動

秋は日没時間が早まり、夕暮れ時や夜間には交通事故が発生しやすくなります。運転手は早めのライト点灯を心掛け、歩行者は明るい色の服装と反射材を身につけましょう。

- 期間** 9月21日（月・祝）～30日（水）の10日間
交通事故死ゼロを目指す日 9月30日（水）
スローガン 「安全の 気づかい乗せて 甲斐の道」
運動の重点

- ①歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- ②夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- ③自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
- ④高齢運転者の交通事故防止



街頭指導所開設

今年も交通安全運動に伴い、通行車両に対して啓発活動を行います。

- 日時** 9月29日（火）10時30分～11時30分 **区間** 田野倉地区国道

SC交通安全対策委員会からのお知らせ～反射材をつけて、命を守ろう～

歩行者が車に轢かれる事故は夕方・夜間に多くなっています。夜は視界が悪くなるため、ドライバーも注意して運転しなければいけませんが、歩行者も反射材をつけて存在を知らせることで、交通事故を防ぐことができます。

◆「反射材プロモーター」募集中！

登録いただいた方には、「つるビー反射材」をプレゼント！

配付場所 市役所1階 地域環境課窓口

問合せ先 地域環境課 地域振興担当



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 10月開講講座

○パワーポイント（プレゼンテーション）

○ISO9000 シリーズ内部監査員スキルアップコース
（監査技術・ISO 認証取得効果の向上）

所産業技術短期大学校都留キャンパス

問産業技術短期大学校 ☎(43)8911



◆健康科学大学

オープンキャンパス 2026

日9月5日（土）

所○看護学部（桂川キャンパス）13時～16時

○健康科学部（富士山キャンパス）10時～14時

※詳細はHPをご覧ください。

問健康科学大学 入試広報課 ☎0555(83)5240



◆都留文科大学

国際教育学科の創立10年目記念イベント「国教フェス」

国際教育学科創立10年目を記念した特別イベント！
第二部では、組織開発コンサルタント・作家の勅使川原真衣氏による基調講演と教員・学生たちを交えたクロストークを開催します。

◆講演テーマ：「能力主義に回収されない〈能力〉の育成
は可能か——学び・評価・関係性の再考」

日9月13日（日）14時～16時

所都留文科大学THMC 6201教室

¥無料 他申込不要

問都留文科大学 国際教育学科事務室 ☎(43)4341



情報 探究まなび場つるラボ

大人のまなび場～つるラボカフェ～

参加者同士の「話したいテーマ」や「呼んでみたいゲスト」などのアイデアを持ち寄り、対話と交流を楽しむ大人のコミュニティです。

日9月11日、10月2日、11月13日、12月11日、
令和9年1月8日、2月5日（金）
いずれも19時～20時30分

所田原交流センター nicot ¥500円/回

問一般社団法人都留まなびの未来づくり
推進機構 ☎080(7589)4001



つるラボ公式
LINE

HP

情報 ありがとう、花束の会

ひきこもりや不登校の家族の会です。本人や家族が
ほっと笑顔になれる時間を一緒に過ごせたらと思い開
催します。お気軽にお集まりください。

日9月14日（月）13時30分～

所いきいきプラザ都留 2階ミーティングルーム

問代表 野武 ☎080(1282)2576

Information

アイコンの見方

日→日時 所→場所 人→定員・対象

¥→料金 問→問合先 他→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。

情報 道の駅つる

敬老の日イベント

日頃の感謝を伝えられる道の駅つるオリジナルのお
菓子などの「敬老の日詰め合わせセット」を販売します。

日9月上旬～販売開始 ※数量限定

地元の元気プロジェクト

明治安田生命による健康チェックを開催します。ま
た、レストランお勝手場ではSDGsの一環として夏
野菜たっぷりのカレーを販売します。

日9月19日（土）

山梨めだかフェス

日9月20日（日）9時～14時

ぶどうスイーツ祭り

直売所ではぶどうスイーツを、レストランお勝手場
ではシャインマスカットのつるビーパフェを販売します。

日9月20日（日）、21日（月・祝）

白百合醸造ワイン試飲会

日9月22日（火・祝）

ぶどうの日

山梨県産・都留市産のぶどうを毎朝農家直送で販売
しています。地元産のぶどうをぜひご賞味ください。

日9月23日（水・祝）

9月の営業時間に関するお知らせ

平日：9時～17時30分

土日祝日：9時～18時30分

※9月19日（土）～23日（水・祝）のシルバーウィー
ク中は土日祝日の営業時間、朝食も営業します。

○レストラン「お勝手場」の営業時間

平日：10時30分～15時

土日祝日：10時30分～15時30分

※ドリンク、アイス類は16時まで

朝食販売：土日祝日8時～10時

問道の駅つる ☎(43)1110



情報募集 NPO法人にこ研

みんなでリトミック♪

グランドピアノの音色に合わせて親子で触れ合い、楽しく身体を動かしましょう♪

日 9月2日(水) 10時15分～11時(受付:10時)

所 まちづくり交流センター 1階交流室

人 未就学児親子 参加費無料 他 予約不要

にこ研遊ぼう会@大ホール

お天気を気にせず、広々大ホールで遊びましょう♪

日 9月16日(水) 10時～11時

所 まちづくり交流センター 4階大ホール

人 未就学児親子 参加費無料 他 予約不要

世界にひとつだけのオリジナルスプーンを作ろう♪

毎日のごはん時間が特別な思い出になるように、お子さまのお名前や好きなイラストを入れて、世界にひとつだけのウッДСプーンを作りませんか？

日 9月29日(火) 10時～11時

所 まちづくり交流センター 1階交流室

人 未就学児親子/定員10組 参加費無料

他 要予約、6組限定で無料託児あり(都留市民限定)

※完成品は後日交流室でお渡しします。

交流室で遊ぼう♪

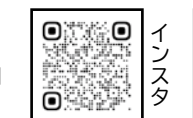
赤ちゃんはもちろん、就園児、就学児も利用可能です。季節の工作もお楽しみいただけます♪

日 火曜日～土曜日(祝日は休み) 9時～16時30分

人 市外県外の方も利用可能 利用無料

他 予約不要・飲食可能

問 NPO法人にこ研 親子のえがお研究クラブ ☎(43)1330



情報募集 ぴゅあ富士

障害のあるわが子との生き方

障害のある子の地域での自分らしい生き方や将来について考える研修会を開催します。

日 9月4日(金) 10時～12時

所 教育プラザ都留 2階 ぴゅあ富士 交流室

人 主に知的障害(中度・軽度)・発達障害・グレーゾーンの子をもつ保護者/20名

参加費無料(要事前申込)

LGBTQ+ を知ろうーみんなで生きやすい社会へー

性的マイノリティの方の現状や必要な理解について学び、性の多様性について理解を深めましょう。

日 9月27日(日) 13時30分～15時

所 教育プラザ都留 2階 ぴゅあ富士 交流室

人 一般20名、オンライン10名 参加費無料(要事前申込)

問 ぴゅあ富士 ☎(45)1666

情報募集 都留市地域子育て支援センター『はぐっと』

はぐっと初めてツアー

スタッフがはぐっと館内をゆっくりご案内します。

日 9月1日(火)、26日(土)、10月6日(火)

①10時～10時30分 ②14時～14時30分

人 初来館の方

子育て期 ママパパのための防災講座

子育て期に必要な防災知識を学べる機会です。

日 9月2日(水) 10時～11時

人 未就学児の親子/定員10組

元気な足づくり講座

子ども専門シューフィッターさんが靴選びのポイントを教えてください♪

日 9月10日(木) 10時30分～11時30分

人 未就学児の親子/定員10組

ピラティス講座

ピラティスで心と体をほぐしましょう♪

日 9月11日(金) 10時～11時

保育園・認定こども園出張説明会

各園の関係者が、園の紹介をしてくれます♪

日 9月12日(土) 10時～11時

東桂保育園、青藍幼稚園、ひまわり幼稚園

○9月13日(日) 10時～11時

開地保育園、川茂保育園、長生保育園

人 未就学児の親子、妊娠中の方など 他 予約不要

幼児期から始めよう♪助産師さんと性のおはなし会

助産師さんと一緒に気軽に性のお話をしましょう♪

日 9月15日(火) 10時～11時30分

人 未就学児の保護者/定員6組

9月お誕生会

9月生まれのお友だちをみんなでお祝いしましょう！

日 9月25日(金) 10時～11時

人 未就学児の親子/定員10組

パパと遊ぼう♪

日 9月27日(日) 10時～11時

人 未就学児の親子/定員10組

小菅村の里山ごはんづくり

小菅村の旬野菜を使ったごはんを作って食べよう♪

日 9月29日(火) 10時～11時30分

人 未就学児の親子/定員5組 参加費900円(1家庭分)

問 都留市地域子育て支援センター『はぐっと』

(田原交流センター nicot 1階) ☎(67)8321

◆毎月親子で楽しめる季節の製作を行っています。

※料金の記載のないイベントは、無料(市外の方はひろば利用料として100円/1世帯)でご利用いただけます。

※保護者対象のイベントは、ご希望に応じてお子様を同じひろば内で無料でお預かりすることもできます。



情報募集 後期高齢者医療広域連合

川柳作品募集

後期高齢者医療制度への関心を高めるため、川柳作品を募集します。

募集内容：「ストレス解消法」をテーマにした川柳
応募資格：県内在住の後期高齢者医療制度の被保険者
応募締切：10月15日（木）必着

応募方法：作品（1人2点まで）、ペンネーム、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を送付
※展示などでお名前を使用させていただく予定です。
個人情報、本事業以外には使用しません。

応募先：

○郵送 〒400-8587 甲府市蓬沢1丁目15番35号
山梨県後期高齢者医療広域連合 総務担当宛
○メール kouho2026@yamanashi-iryokouiki.jp
※件名を「川柳応募」としてください。

受賞発表：令和9年1月頃に受賞者へ通知予定
山梨県後期高齢者医療広域連合 ☎055(236)5671

情報募集 下谷交流センター

「楽今サークル」演奏会

電子ピアノやオカリナの演奏、そして美しいハーモニイの歌声を皆で楽しみませんか♪

日 9月20日（日）11時～

所 下谷交流センター ￥入場無料

他 予約不要。スリッパなど上履きをご持参ください。

問 下谷交流センター ☎(21)9260

情報募集 都の杜うぐいすホール

Musical Piece コンサート

～ビッグバンドで奏でる名曲の数々～

往年のビッグバンドの名曲から耳馴染みの歌謡曲、洋楽まで楽しめるコンサートです。

日 9月26日（土）17時30分開場、18時開演

所 小ホール ￥入場無料

休館日

9月1日、8日、15日（火）24日（木）、29日（火）

問 都の杜うぐいすホール ☎(43)1515



情報募集 山梨県看護協会 富士東部地区

地域住民公開講座 公益財団法人長田ふるさと財団助成事業

人生100年時代の楽しみ方を世界最高齢プログラマーに学ぶ

日 10月3日（土）14時～15時30分

所 都の杜うぐいすホール 小ホール ￥参加費無料

他 講師：若宮正子氏

問 都留市立病院 看護部長室 ☎0570(00)4970

主催：山梨県看護協会富士東部地区

講座 健康ジム プログラム

LaLaLa Fit

日 9月1日、8日、15日、29日（火）10時～
9月11日、25日（金）10時～

人 一般（60歳以上）15名 ￥600円/回

ズンバ教室

日 9月1日（火）11時45分～

9月2日、9日、16日、30日（水）19時～

9月8日、15日、29日（火）11時45分～、19時～

人 一般（高校生以上）15名 ￥600円/回

ファンクショナルローラーピラティス（FRP）

日 9月3日、10日、17日（木）15時15分～

9月12日、19日、26日（土）14時～

人 一般（高校生以上）14名 ￥600円/回

LaLaLa Fit DVD サークット

日 9月4日、18日（金）10時～

人 一般（高校生以上）15名 ￥300円/回

ズンバキッズ教室

日 9月12日、19日、26日（土）10時～

人 小学生（1～3年生）12名

走り方教室

日 9月13日（日）

幼児：10時～、小学生（1～3年生）：11時～

所 まちづくり交流センター 大ホール

人 幼児、小学生（1～3年生）各10名

￥幼児：400円 小学生：600円

※別途入館料がかかります。（単発でも1クールセットでも入館料はかかります。）

※定員を超えた場合は、抽選により参加者が決定されます。

※健康ジムで実施中の教室の一部を抜粋して掲載しています。

問 健康ジム ☎(45)4111



情報募集 山梨県国民健康保険団体連合会

「ヴァンフォーレヘルスポ川柳」募集

あなたが未来の自分のために、今楽しんでいるスポーツや運動を五・七・五の川柳にしてみませんか？

募集内容：「スポーツでつなぐ未来～私の健康法」

※今夢中になっているスポーツや運動（観戦を含む）

応募締切：9月13日（日）まで

応募方法：

応募フォーム（右記QR）、はがき、J I T リサイクルインクスタジアム総合案内所応募箱（ホームゲーム開催日に設置）にて応募可能

〒400-8587 甲府市蓬沢1丁目15番35号

山梨県国民健康保険団体連合会 保健事業課

結果発表：10月中旬

問 山梨県国民健康保険団体連合会 保健事業課

☎055(223)2113



情報募集 山梨県運輸支局

STOP違法整備！

国の認証を受けずに業として「特定整備」をおこなうことは違法です。特定整備を伴う車検や点検整備を依頼する際は、国の認証を受けた整備工場へお願いします。

◆特定整備とは？

原動機、動力伝達装置、走行装置、かじ取り装置、制動装置、緩衝装置等を取り外して行う整備または改造および自動運行装置、運行補助装置の取り外しや作動に影響を及ぼすおそれのある整備または改造のこと
山梨運輸支局 未認証工場担当 ☎ 055(261)0880

(ガイダンス後「4」を押してください)

情報募集 山梨県

屋外広告物のルールを守りましょう

県では、景観保全や公衆に対する危害防止を目的として、屋外広告物条例により、屋外に広告物を設置する際のルールを定めています。

○種類や大きさなどにより許可申請が必要です。

○設置できない場所や地域があります。

○目視、打診などにより点検を行う必要があります。

※詳しくは「山梨県 屋外広告物の設置」で検索し、県HPをご覧ください。

山梨県 都市計画課景観まちづくり室 ☎ 055(223)1325

合同就職フェアを開催します

多数の県内企業に出会えるチャンスです！各企業ブースでの面談・各種相談コーナーもあります。

日 9月18日(金)

○セミナー 12時15分～12時55分

○フェア 13時～15時30分



所 バルクラシック甲府(甲府市)

人 一般求職者・令和9年3月学校卒業予定者

料 無料(交通費などは自己負担)

他 申込：山梨県公式就職支援サイト『やまナビ!』

山梨県 働く人・働き方支援課 ☎ 055(223)1562

情報募集 山梨県下水道公社

下水道排水設備工事責任技術者認定試験

○講習会

日 10月22日(木) 10時～16時

所 アイメッセ山梨 4階大会議室(甲府市)

○試験

日 11月10日(火) 14時～16時15分

所 アイメッセ山梨 4階大会議室(甲府市)

受付期間：9月10日(木)～10月1日(木)

申込先：公益財団法人山梨県下水道公社

※申込用紙は、9月8日(火)から公益社団法人山梨県下水道公社HPよりダウンロード可能となります。

山梨県下水道公社 ☎ 055(263)2738

情報募集 山梨県老人クラブ連合会

第2回山梨いきいきシニアまつり

健康相談や各種体験コーナー、展示販売コーナーなど、こどもから高齢者まで楽しめるイベントです。スタンプラリー参加者にはプレゼントも用意しています。

日 9月19日(土) 11時～15時

所 リッチダイヤモンド総合市民会館(甲府市)

人 どなたでも 料 参加費無料

山梨県老人クラブ連合会 ☎ 055(254)8688

情報募集 都留市老人クラブ連合会

つる笑輪会ふれあいの集い

W鈴木の歌声のつどい、お茶会、保健師による健康講話を通し、心地よいひとときを過ごしませんか？

日 9月28日(月) 13時30分～16時

所 いきいきプラザ都留 3階研修室

人 都留市老人クラブ会員、一般市民(60歳以上) 80名

料 参加費無料

他 9月18日(金)までに電話にてお申込みください。

都留市老人クラブ連合会 ☎ (46)5115

情報募集 都留市社会福祉協議会

赤い羽根共同募金運動

街頭募金運動を実施します。お寄せいただいた募金は、本市の地域福祉活動のために役立たせていただきますので、皆さまのご協力をお願いいたします。

日 10月1日(木) 15時30分～17時

所 市内スーパーマーケットなど7店舗

熊本地震災害義援金を受け付けています

赤い羽根共同募金では、被災地支援のための募金を受け付けています。お寄せいただいた募金は、被災地の復興支援や現地でのボランティア活動、防災・減災活動に活用されます。

○受付期間：10月30日(金)まで

○受付時間：平日9時～17時

都留市社会福祉協議会 ☎ (46)5115

情報募集 志村ひさ子油彩画展

絵画にめぐり合い、絵を描くことが大好きな45年間の長い画業の人生。今回は『運河の有る街』ベネチア(イタリア)をテーマにした大作5枚を展示しています。

ぜひ作品をご覧ください、ご指導いただけると幸いです。

日 9月30日(水)まで

所 山梨中央銀行 都留支店

志村ひさ子 ☎ 090(3104)1462

○ママの森ギャラリー(山中湖村)



情報募集 山梨県行政書士会

行政書士による無料相談会

県民の皆さまに行政書士制度についてご理解をいただくために、無料相談会を実施します。

【東部富士五湖支部】

日 10月3日(土) 9時30分～15時 ※昼休憩なし

所 富士山パーキング(山梨県立富士北麓駐車場)

※県民の日記念行事富士吉田会場内

他 予約不要

相談内容：遺言・相続、農地利用、契約書作成、在留許可、自動車登録、戸籍、成年後見、会社・各種法人設立、営業許可ほか

問 山梨県行政書士会 事務局 ☎ 055(237)2601

情報募集 山梨県労働委員会

山梨県労働委員会委員による「労働相談会」

退職や賃金、勤務条件の切り下げ、安易な雇用調整(解雇、雇止め、派遣切り)、パワハラなど、職場のトラブル解決に向け、労働問題に豊富な知識と経験のある県の「労働委員会委員」(弁護士・労働組合役員・会社役員など)がアドバイスをします。

日 10月17日(土) 10時～12時、13時～15時

(1相談あたり最大50分、合計8枠)

所 山梨県立図書館 交流ルーム

人 労働者・使用者どなたでも ☎ 無料

他 要事前予約、予約受付：10月9日(金)17時まで

日 山梨県労働委員会事務局 ☎ 055(223)1827

情報募集 山梨県調停協会都留支部

無料調停手続相談会

調停委員が、交通事故による損害賠償、土地・建物などの貸し借り、借金問題、扶養・離婚・相続問題、家庭内や親族間のもめごとなどの、実際にお抱えの問題を伺い、解決へ進めていくための方法をご案内します。

日 10月18日(日) 受付10時～15時30分

所 教育プラザ都留 3階大会議室 ☎ 無料

問 甲府地方・家庭裁判所都留支部 ☎ (43)2185

情報募集 大月警察署

令和8年度大月警察署管内 外国人弁論大会

大月警察署管内に在住する外国人の方々が、「日本に慣れるために工夫していること」について、自ら考え、日本語で発表します。

日 9月13日(日) 9時30分～12時

所 大月市民会館 大ホール ☎ 入場無料

問 大月警察署 ☎ (22)0110



情報募集 県民の日富士吉田会場実行委員会

県民の日記念行事富士吉田会場

富士山パーキングの緑豊かな芝生広場を舞台に、「ふれあいステージ」では、郷土芸能・文化活動の発表や地元住民有志によるパフォーマンスを楽しむことができます。「交流広場」では「買う」「食べる」「体験する」をテーマに、バラエティ豊かな出展を予定しています。

日 10月3日(土) 9時30分～15時

所 富士山パーキング(山梨県立富士北麓駐車場)

問 山梨県 総合県民支援局 まなび支援課

地域づくり・NPO担当 ☎ 055(223)1350

情報募集 山梨県司法書士会

司法書士による「法の日」無料相談会

不動産の相続や売買など登記に関することをはじめ、成年後見に関することなど、皆さまのさまざまな相談をお受けします。

※書類の作成指導や審査はいたしません。

※初めての相談に限ります。

日 9月5日(土) 13時30分～16時30分

所 大月市民会館 ☎ 無料 他 要予約

問 山梨県司法書士会 総合相談センター

☎ 055(253)2376

有料広告

広告掲載欄

広告掲載欄

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・日(祝日除)9時~17時
▽問合せ
☎(43)13321
FAX (43)13322



Facebook

地域のお知らせ

◆谷村地域

○夢実現ひろば実行委員会
「まち交音楽会」
都留文科大学の軽音楽部の皆さんを招き、演奏を披露していただき、文大生との交流会を開催します。

日時

9月26日(土)
受付:13時30分

場所

都留市まちづくり交流センター 4階大ホール

入場料 無料

問合せ先

谷村地域協働のまちづくり推進会(地域環境課内)



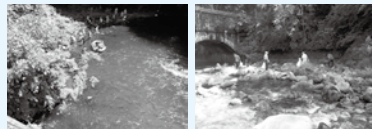
活動報告

◆東桂地域

○東桂おなん淵清掃

7月20日、おなん淵清掃を実施しました。今年度は都留市環境保全市民会議も協賛し、地域住民・団体含め総勢95名で河川清掃を行いました。当日は可燃ごみ35袋、不燃ごみ4袋を回収することができました。

環境保全について意識・行動して、きれいな自然を未来につなげていきましょう！



◆谷村地域

○ふれあい講座受講

7月29日、市のふれあい講座『体の健康づくり「元気の秘訣とは」』健康と生きがいづくり』を受講しました。

都留市立病院作業療法士の講義によるフレイルチェックなどを行い、健康寿命の重要性や健康維持のための日々の運動・食事・社会参加の重要性を改めて認識しました。



「どちらか」ではなく「どちらも」

青少年健全育成シリーズ 第422回 青少年育成都留市民会議

私が紙の新聞に加え、デジタル版の新聞も購読するようになり一年が経ちました。スマホなどの通信機器があれば、いつでもどこでも手軽に新聞を読むことができ、最新の情報も得られとても便利です。一方で、紙の新聞の手触りやめくる音、思いがけない記事との出会いも捨てがたい魅力です。スケジューリング管理の手帳も同様で、私はデジタルと紙を併用しています。

実際に両方を使ってみて感じるのは、「どちらか一方に絞る必要はない」ということです。紙には紙の良さがあり、デジタルにはデジタルの良さがあるからです。この「どちらの良さも尊重する」という柔軟性は、教育の場においても必要不可欠だと私は考えます。

一人一台端末の導入など、学校のデジタル化が進むにつれ、世間では「紙かデジタルか」という議論が増えたように思いますが、大切なのは大人がどちらか

に統一するのではなく、ツールを手取る子どもたち自身に、「どちらでもいいんだよ」と伝えてあげることだと私は思います。じっくり紙に向き合って思考を整理するのが好きな子もいれば、デジタル機器を使って効率的に調べたり表現したりするのが得意な子もいます。一人ひとりの個性やその時々状況によって、子どもたちが選択できる意思決定の場を奪わないことが大事なのではないでしょうか。「紙かデジタルか」に関わらず、さまざまな場面において、選択肢の広さは、子どもたちの多様性を引き出し、自分で決めたことに責任を持ってやり遂げる力の育成にもつながります。「どちらでも大丈夫」「自分で選んでやってみよう」と温かく声をかけ、子どもたちが自己選択した道を、自信を持って踏み出せるように支えていく、そんな大人でありたいと、私は日々思っています。



セーフコミュニティ つる

～世界基準の安全・安心なまちづくり～ 第100号

問合せ先 地域環境課 地域振興担当

◆ 第100号！改めて都留市セーフコミュニティのことを知ろう！

本市では、「安全・安心なまちづくり」のため、データから導き出した取り組むべき6つの分野について、セーフコミュニティ対策委員会が設置されています。

対策委員会は、行政・市民・学校・警察・法人などさまざまな立場の方から構成されており、都留市で抱えている問題の解決に向けて取り組み(プログラム)を行っています。



防災・減災対策委員会

問題

- 地震に備えて、家具の転倒・落下対策をしている人が少ない
- 災害情報を取得できる人が少ない
- 地域の備え・対策が不十分（特にハイリスク群対応）



取り組み

- ①家具や家電などの固定方法・器具の啓発
- ②「防災つるメール・LINE」の啓発・登録指導
- ③人材発掘・地区防災計画の策定支援
- ④災害関連の健康リスク軽減のための講習会などの開催

交通安全対策委員会

問題

- 10～20代の若者世代が第一当事者になる事故が多い
- 歩行者事故の主な原因は運転手による安全運転義務違反
- 夜間の歩行者事故が多い



取り組み

- ①若者世代を対象とした交通事故防止活動
- ②横断歩道での意思表示の為のハンドサイン啓発活動
- ③事故多発地点の地図を用いた啓発活動
- ④反射材の利用促進活動の強化

防犯対策委員会

問題

- 窃盗犯の発生が多い
- 不審者被害がなくなる
- アポ電と詐欺被害が年々増加している
- 市民の犯罪に対する不安と実際の犯罪発生件数は必ずしも一致しない



取り組み

- ①家庭や地域での防犯対策の推進
- ②学生の見守り強化
- ③「健康・安全・郷育プログラム」の拡充
- ④電話詐欺防止など消費生活の安全向上

高齢者の安全対策委員会

問題

- 転倒や転落が多い
- 誤嚥や誤飲が多い
- 閉じこもりが多い



取り組み

- ①「今、生きてます体操」「楽ひざ体操」の普及
- ②住環境の点検表（リーフレット）作成と周知
- ③口腔ケアの普及
- ④地域での集まりの場の周知とサポート

親と子の安全対策委員会

問題

- 乳幼児期の家庭内での事故やケガが多い
- 学校でのケガが多い
- 子育て中の保護者が相談できる場が少ない
- 子どもへの虐待が多い



取り組み

- ①乳幼児期の家庭内でのケガや事故防止対策に係る保護者への啓発と環境整備の促進
- ②子育て中の保護者が気軽に相談できる場の創出
- ③虐待に対する正しい知識の周知

心の健康対策委員会

問題

- 心の病気に気づかない、心の病気を知らない人が多い
- 心の病気を抱えていても相談できない、気づかれない人が多い
- 20代（若者）の心を病む人が多い
- 40～60代（働き盛り世代）の心を病む人が多い



取り組み

- ①全年齢を対象とした心の健康相談窓口の周知・啓発活動
- ②ゲートキーパーの育成
- ③若者応援隊の結成と支援
- ④パートナーシップ企業の認定

活動は月に1回程度、会議や外に出て活動を行っています。

委員は随時募集していますので、興味のある方はお気軽にお問い合わせください。



Museum ミュージアム 都留

開館時間 9時～16時30分
※最終入館は16時まで
入館料 無料(一部の企画展・特別展を除く)
休館日 月曜日、祝日の翌日、第3火曜日(館内整理日)
問合先 ミュージアム都留
☎(45)8008

令和8年度ミュージアム都留企画展

増田誠の墨彩画－されとも楽し道草の味－

会期 9月19日(土)～11月29日(日)

場所 ミュージアム都留 第二展示室

都留市名誉市民第一号である増田誠は、60歳以降に墨彩による作品を描きはじめ、「吞舟」という雅号を名乗りました。本展示は増田誠の画業における吞舟としての作品の位置づけを再確認するとともに、代表作である油彩画とは異なる増田誠絵画の魅力を紹介することを目的として開催します。



【関連イベント】

◆講演会「増田誠の墨彩画」

日時 10月25日(日) 13時30分～15時

定員 30名

講師 太田智子氏(山梨県立美術館学芸員)

◆ワークショップ「墨彩画を描いてみよう！」

日時 11月3日(火・祝)

13時30分～15時30分

定員 10名(小学校低学年以下は保護者同伴)

講師 齊藤芳子氏(作家)

※当日は汚れても良い服装でお越しください。



イベントの
申込はこちら

令和8年度ミュージアム都留企画展

明治四十年の大水害

会期 9月6日(日)まで

場所 ミュージアム都留第2展示室

【関連イベント】

◆担当学芸員によるギャラリートーク (展示解説)

日時 9月6日(日) 10時～10時45分



イベントの
申込はこちら



現在発掘調査中!! 牛石遺跡発掘調査報告

問合先 生涯学習課 文化振興担当(ミュージアム都留内)

◆第2回 牛石遺跡発掘調査現地説明会

第2回現地説明会では、縄文時代の人々の生活の跡を見学することができます。

日時 9月23日(水・祝)

13時30分～15時

会場 牛石遺跡発掘調査現場
(都留市厚原地内)

申込 不要



都留市内で建築・土木工事 等を計画されている方へ

埋蔵文化財の取り扱いについては、市HP記載の手順を踏まえて各種手続きをお願いします。

※ミュージアム都留窓口では対応していません。必ず右記フォームにて手続きをお願いします。



本にふれる ～図書館通信～

開館時間

9時30分～17時

*火・木は2階のみ

19時まで開館します。

休館日 6、7、14、21、
22、23、28、
30日(館内整理日)

今月の新着

児童図書

全111冊

一般図書

全224冊

問合先

都留市立図書館
☎(43)1324

図書館司書が選ぶ、今月のおすすめ

教養として 知っておきたい ラジオの世界



『教養として知っておきたいラジオの世界』

コトブキツカサ 著

日本実業出版社

誰も教えてくれないラジオの楽しみ方をエネルギーッシュなエンタメ評論家が、ラジオの誕生、仕組み、発展を奥深く分析している。ラジオ100年の歴史を時系列で紹介し、独自の楽しみ方も紹介。現役アナウンサーのインタビューも収録。



『ろめんでんしゃでおでかけ』

間瀬 なおかた 作 絵
ひさかたチャイルド

港に向かって、路面電車が走ります。停留所に停まるごとに、夏祭りへ向かうお客さんが次から次へと乗り込んできます。窓のすぐ外では、御神輿を担いだ人たちが道路をよこぎって…。夏のワクワクが止まらない乗り物しかけ絵本。

今月の新着図書

◆児童図書

○小学生のための読書ガイド

○猛暑のサバイバル

○おもしろ標本研究室

○虫のウラガワ図鑑

○しかたなし日記

○なつのおばけずかん

○タイパわるいのダメです

か？

○おべんとうバスのころころ

りん

○バナナでんわででんわをし

たら

○よいいドテツ！

ほか

◆一般図書

○次の戦争を人間が決めない

日

○イラスト図解パズルで身に

つく論理的思考力

○ちよこつと山梨のたちより

温泉

○税務署員うつうつ日記

○糖質早わかり

○ドクターイエロー

○どうぶつ法律相談所

○おつむの良い子は長居しな

い

○書ける人になる

○夜想い 住野よる

ほか

図書館からのお知らせ

◆城下町谷村を知ろう！

「一体どんな城下町であったのか」「なぜ谷村が城下町になったのか」、さらに「城下町の面影がどこに残されているのか」を講義と現地踏査を含めた全3回シリーズで開催。

日時 【第1回】9月17日(木)13時30分～15時

場所 都留市まちづくり交流センター 3階多目的ルーム

内容 講義「城下町谷村を知ろう」(今回は室内講義のみ)

講師 奈良泰史氏(都留市郷土研究会会長) 申込先 市立図書館窓口または電話

◆本とあそぼう「全国訪問おはなし隊」がやってくる！

絵本をいっぱいのおせて日本中を回っているキャラバンカーが、市立図書館にやってきます。

日時 9月27日(日)

10時～11時：自由閲覧(キャラバンカー内の好きな本を選んで読めます)

11時～11時30分：おはなし隊の「隊長さん」によるおはなし会

対象 8歳くらいまでのお子さん 料金 無料 ※予約不要

今月のおはなし会

場所：図書館3階 おはなしコーナー

※予約不要

○「ひびきの会のよみきかせ」

日時：9月12日(土)10時30分～

○こぶたの会の「ワクワク」おはなし会

日時：9月26日(土)10時30分～



知っていきいき元気に！自分を守る朝ごはん

問合先 健康子育て課 健康づくり担当

朝ごはんを食べないと…

朝ごはんを食べないと、肥満や高脂血症などの生活習慣病発症の恐れがあり、身体に多くの悪影響があります。



●食事の回数が減ることで、体が脂肪を蓄えようとするため1日の摂取カロリーが同じであっても肥満傾向になる。

●朝食の欠食によって食間が長くなり空腹感が強くなり、昼食を食べすぎてしまい、肥満傾向になる。

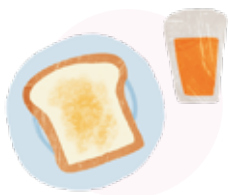
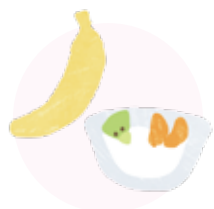
●夜間のまとめ食いや夜食につながり、体脂肪合成を助長する。

食べる習慣のない人は調理いらずの簡単な朝食からチャレンジ！

朝ごはんは、健康づくりへの第一歩です。食べる習慣がない人は簡単な朝食からチャレンジし、慣れてきたら主食・主菜・副菜を意識した朝食を目指しましょう。

調理いらず、簡単なメニュー

主食・主菜・副菜を意識した食事



バナナ+ヨーグルト おにぎり+即席みそ汁 パン+野菜ジュース

参考：1日のはじまりは朝食から～朝食を食べよう！～（山梨学院大学健康栄養学部×山梨県）

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

祝100歳！ 長寿のお祝いをしました



本市では、高齢者を敬い、長寿をお祝いするため、市内在住の100歳の誕生日を迎えられた方のお宅などに訪問し、お祝い状と祝金を贈呈しています。

今回は100歳の誕生日を迎えられた、禾生地区にお住まいの島崎時代さんをご紹介します。

島崎さんは90歳まで畑仕事を従っており、現在もデイサービスに通いながら運動を続けています。また、長く詩吟の活動にも親しまれており、体を動かすことや好きなことに打ち込むことが長生きの秘訣とのことでした。

島崎さん、これからもお元気で過ごしてください。100歳の誕生日、本当におめでとうございます！

「都留クラブ」が団体戦で県大会優勝！関東大会に出場しました！



都留クラブ(女子ソフトテニス)が、『第77回山梨県中学校総合体育大会』の女子団体戦において、2年連続となる優勝、さらに、個人戦においても2位・3位に入賞するなど、素晴らしい成績を収めました。

8月4日に行った表敬訪問では、選手を代表して山本瑠花選手より、「これまで支えてくださった方々への感謝の気持ちを忘れず、最後まで一生懸命戦っていきます。」と、力強く決意を語ってくれました。

その後、『第56回関東中学校ソフトテニス大会』に出場し、強豪ひしめく中、日頃培ってきたチームワークを武器に全力で戦い抜きました。

宝くじの助成金をコミュニティー活動に役立てました！

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託収入を財源にコミュニティ助成事業を行っています。

この度、下大幡自治会では、宝くじの助成を受けて、地域行事及び地域コミュニティの活性化を図るため、備品を整備しました。

また、楽山防災会では、宝くじの助成を受けて、地域防災組織育成を図るため、防災非常用蓄電池やリアカーなどの防災資機材を整備しました。

このように宝くじは、地域コミュニティ活動や地域の発展に役立っています。

▼楽山防災会（自主防災組織育成助成事業）



▼下大幡自治会（一般コミュニティ助成事業）



都留市立病院医療技術局「スペシャル講座」を実施！



都留市立病院医療技術局では、今年度から新たな取り組みとして、専門職員が連携してそれぞれの専門的な立場からお話する「スペシャル講座」を開催しています。

今回は、「これからの人生を元気で楽しく過ごしていくために」というテーマに沿って、栄養面からのアドバイスや、安全なお薬の飲み方などについて講義を行いました。

この「スペシャル講座」は、市のふれあい講座のメニューとしてご案内しています。健康に関心のある皆さまのお申し込みをお待ちしています。

都留市立病院太田院長が「いーばしょ」で意見交換会を行いました！



都留市立病院では、地域の皆さまにとつてより身近で信頼される病院を目指し、太田院長が地域の通いの場へ直接出向き、意見交換会を行っています。

参加された皆さまからは、日頃感じている病院への率直なご意見や、健康に関するお悩みなど、貴重な声を直接伺うことができました。

皆さまからいただいた温かいお声やご意見は、今後のより良い地域医療の提供や、安心できる環境づくりにしっかりと役立ててまいります。

夏祭り気分を満喫！老健つるの昼食バイキング！



7月27日、介護老人保健施設「つる」では、利用者の皆さまに夏祭り気分を感じていただける屋台メニューを揃えた昼食バイキングを実施しました。

焼きそば、鶏のから揚げ、じゃがバターなど皆さん好きなメニューを注文し、普段とは違う食事を楽しまれていました。

お食事は、季節感や食べる楽しみを提供することで笑顔を出せる大切なケアの一環です。これからも、栄養バランスの管理だけでなく、さまざまな工夫を通じておいしく、楽しくお食事を召し上がっていただけるようサポートを続けてまいります。

ふるさと時代祭りを彩る作品を作成しました！



介護老人保健施設「つる」では、おはつきウイークとして、利用者の皆さまと作成したふるさと時代祭りにちなんだ貼り絵や提灯を施設内に飾り、お祭り気分を盛り上げています。

皆さん熱心に作品作りに取り組み、とても素敵な作品に仕上がりました。施設見学に訪れた堀内詔子衆議院議員にも作成中の様子をご覧いただき、温かい声を掛けていただきました。

素晴らしい作品の数々が施設内に活気を与えてくれておりますので、利用者様との面会などでお越しの際は、是非ご覧になつてください。

都留市の人口

R 8. 8. 1 現在

男 13,625人 (－ 4)
女 14,200人 (+ 1)
計 27,825人 (－ 3)
世帯数 13,582世帯(+16)
※()内数字は、前月比

9月の納税

国民健康保険税3期
介護保険料3期
後期高齢者医療保険料3期

都留市民憲章

わたくしたち都留市民は

- 健康で明るいまちにいたします。
- 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!

9月生まれの
子どもたち

おと
一ノ瀬 鳳叶ちゃん
9月2日生まれ



ママとパパの大切な宝物です♡
おとちゃんに幸
せが沢山降り注
ぎますように！

しおん
冨塚 汐恩ちゃん
9月4日生まれ



1歳のお誕生日
おめでとう♡し
おんと過ごせる
毎日をこれから
も楽しみにして
るよ♡

ふうた
中澤 楓太ちゃん
9月9日生まれ



ぶくぶく可愛い
ふうちゃん♡1
歳のお誕生日お
めでとう！楽し
い思い出を沢山
作ろうね♪

いおり
柴田 伊織ちゃん
9月14日生まれ



お誕生日おめで
とう！これから
も元気で笑顔
いっぱい育て
てね♡

ひすい
高橋 美湊ちゃん
9月17日生まれ



ご飯大好きモ
ンスター♪いつ
もニコニコ笑
顔！！お兄、お
姉に負けず大き
く育ててね♡

みつは
入倉 三葉ちゃん
9月19日生まれ



元気いっぱい三
葉ちゃん1歳お
めでとう♡ねえ
ね達とたくさん
笑って過ごそう
ね♪

ふうあ
白鳥 楓羽愛ちゃん
9月19日生まれ



我が家のアイドル♡家族みんな
の宝物♡すく
すく育ててね♪

しゅうと
赤澤 柊人ちゃん
9月22日生まれ



暴れん坊しゅう
ちゃん♡その笑
顔がみんなの宝
物だよ！いっば
い笑って、大き
くなあれ★



※毎月、対象者の保護者様には通知を送っています。また、応募メールを送付後、2～3日以内に担当より返信メールが届かない場合
には、お手数ですが担当までご一報いただくようお願いいたします。問合先 総務課 法制広報担当 ☎(43)1111

防災行政無線の
放送内容を
確認するには？

電話架電サービス

放送内容を自動で架電し
音声で情報を届けます。
※事前登録が必要です。



防災つるメール



Yahoo! 防災速報



都留市防災 SNS



X



LINE

広告掲載欄

広告掲載欄

