

Clip!

健康づくり、やってみませんか!!

問合せ先：健康推進課
保健・予防担当 ☎(46)5113

■講習会前期日程

日程	時間
平成25年10月24日(木)※	9時～10時半
11月13日(水)	9時～10時半
12月20日(金)	9時～10時半
平成26年1月20日(月)	13時30分～15時
2月12日(水)※	9時～10時半
3月11日(火)	9時～10時半

ヘルスアップ講習会
ヘルスアップ講習会では、健康の維持・増進を目指す方を応援します！
講習会では、健康な生活についての実践的なアドバイス、運動機器の利用方法について講習会を行います。一回の講習会を受講すると、1年間自由に運動機器の利用が可能です！（利用時間：平日9時～17時です）
また1年間終了時には、実践の効果についてフォローアップを行います。
運動習慣のきつかけづくりとして参加してみませんか？
申込み 開催日1週間前までに電話でお申し込みください。
対象者 20歳～64歳で都留市に住民票がある方。

日程 10月24日(木)
10時30分～11時30分
講師 浜田純一氏
対象者 20歳～64歳で都留市に住民票がある方。
※運動制限のある人・学生は除く
定員 30名(先着順)
申込み 開催日1週間前までに電話でお申し込みください。
費用 無料
場所 いきいきプラザ都留3階 研修室
運動のできる服装でいらしてください。

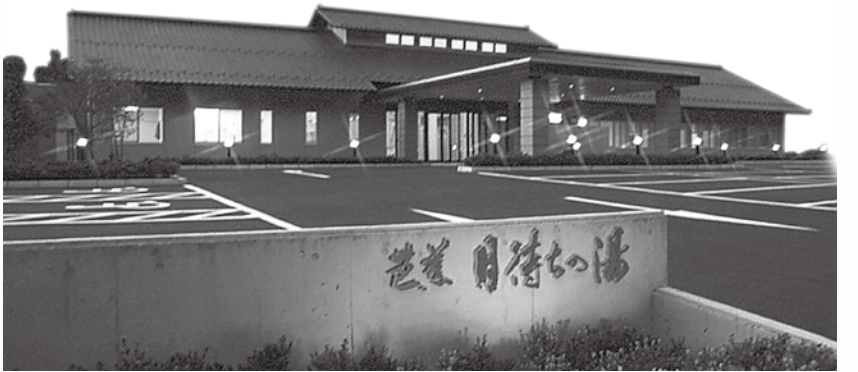
Clip!

はっらつ湯友健康講座

問合せ先：健康推進課
包括支援センター ☎(46)5114

■平成25年度 秋コース日程及び講座内容

回数	日程	申し込み期間	講座内容
1回目	10月31日(木) 10:15～11:45	10月15日～28日	「脳力アップ体操」 講師：健康運動指導士 浜田純一 「お口すっきり、歯と口のお手入れ術」 講師：歯科衛生士
2回目	11月7日(木) 10:15～11:45	10月15日～11月5日	「心すっきり、元気な毎日」 講師：保健師 「若さを保つ、脳トレーニング」 講師：健康運動指導士 浜田純一
3回目	11月14日(木) 10:15～11:45	10月15日～11月11日	「からだいきいき健康体操」 講師：健康運動指導士 浜田純一



「温泉で元気づくり！」
いつまでもからだも心も元気で過ごせるように…
学んで、動いて、温泉でリフレッシュできます。
「芭蕉月待ちの湯」を中心とした豊かな森林と清冽な溪流が流れる都留戸沢の森和みの里に、どい、楽しく健康づくりをしてみませんか。
※各講座終了後に保健師による個別健康相談も実施いたします。
1回のみ参加もできます。
場所 芭蕉月待ちの湯 有料休憩室
対象者 65歳以上の市民（入浴・運動制限のない方）
定員 25名
※各日程の申し込み期間中に申し込みをしてください。
※定員になりしだい締め切ります。

Clip!

小児のインフルエンザ予防接種費用を助成します

問合せ先：健康推進課
保健・予防担当 ☎(46)5113

■小児のインフルエンザ予防接種市内協力医療機関(順不同)

医療機関名	電話番号
磯部医院	☎(43)4121
大戸内科医院	☎(45)3188
坂本整形外科医院	☎(43)2227
しまだ医院	☎0555(25)2388
須藤整形外科医院	☎(43)3151
武井クリニック	☎(45)6811
ツル虎ノ門外科リハビリテーション病院	☎(45)8861
東桂メディカルクリニック	☎(20)8010
富士渡辺内科	☎(45)8881
山岸医院	☎(43)2067
水島医院	☎(56)8220
中野診療所	☎(45)4440
都留市立病院	☎(45)1811

※医療機関によって、接種開始日や対象の年齢が異なる場合があります。
※上記以外の医療機関をご希望の方はお問い合わせください。

市では、今年度のインフルエンザワクチン(インフルエンザH Aワクチン)の接種費用を次のとおり助成します。
接種対象者 接種時において市内に住所を有し、かつ0歳から中学3年生までの小児
助成費用 インフルエンザワクチンの1回目の接種費用のうち、1、500円を助成します。(ただし、一人につき1回の助成とします)
助成方法 ①指定医療機関で接種する場合は、いきいきプラザ都留内健康推進課へ、必ず接種日前日までに申し込みをしてください。(電話でのお申し込みも可能)
②接種時に必要な委任状をお渡しします。
助成対象接種期間 10月1日～平成26年1月31日
償還払い申請期間 10月1日～平成26年3月31日
市では、今年度のインフルエンザワクチン(インフルエンザH Aワクチン)の接種費用を次のとおり助成します。
・委任状を持って医療機関で接種していただきます。医療機関窓口で接種費用から1,500円を差し引いた額が自己負担となります。
②指定医療機関以外で接種した場合は、領収書・保護者の振込口座がわかるもの・印鑑をお持ちになって、健康推進課で償還払いの手続きをしてください。後日、口座へ1,500円振り込みます。

Clip!

骨粗鬆症予防検診を受けましょう!

問合せ・申込先：健康推進課
保健・予防担当 電話(46)5113

骨の状態チェック！
～いくつ該当しますか？

- あまり牛乳、乳製品をとらない。
- あまり小魚や豆腐をとらない。
- 喫煙、飲酒の習慣がある。
- 晴れてもあまり戸外に出ない。
- からだを使う機会が非常に少ない。
- どちらかといえばやせ気味だ。
- 家族に骨粗鬆症と診断された人がいる。
- 糖尿病の既往や胃切除の経験がある。
- 閉経を迎えている。
- 若い頃から月経が不順であった。

●チェックの結果、多くの項目に該当する人は、骨が弱くなる可能性があるそうです！

「骨粗鬆症って？」
骨粗鬆症とは体内のカルシウムの不足から骨の量(骨塩量)が減少し、骨がスカスカになり、折れやすくなる状態のことをいいます。
「骨粗鬆症の原因とは？」
骨粗鬆症は突然起こるわけではなくありません。性別・年齢・体質以外に、長い間の生活習慣(偏食・運動不足・日光浴不足、アルコール・タバコ)などいろいろな原因が影響しています。
「早期発見のすすめ」
20歳から30歳をピークに骨のカルシウム量は減ってきます。特に、女性は閉経後に急激に減ります。
転ばぬ先の骨検診
「骨粗鬆症の原因とは？」
骨粗鬆症は突然起こるわけではなくありません。性別・年齢・体質以外に、長い間の生活習慣(偏食・運動不足・日光浴不足、アルコール・タバコ)などいろいろな原因が影響しています。
実施日・受付時間
11月8日(金) 9時～11時、13時～15時
11月9日(土) 8時30分～11時
検診料 500円
申込期限 10月28日(月)17時まで
検診方法 超音波法(足のかかとを検査します。短い時間でできます。結果はその日に説明してお渡します。)
場所 いきいきプラザ都留3階 研修室

Clip!

水道メーターを定期的に確認し、漏水の早期発見を!

問合せ：水資源活用課
水道業務担当・簡易水道担当



パイロットマーク
この部分が、「パイロットマーク」です。水を使用しているときにこれが回転します。これが一回りするごとに、およそ13mmの水道管で0.27ℓ、20～25mmの水道管で0.33ℓの水が流れたこととなります。

※減免措置の例
今回漏水時使用水量100m³
3年間の平均使用水量 50m³
漏水認定計算
100m³-50m³=50m³
(オーバー部分)
50m³×1/2=25m³
(減免する水量)
従って、100m³から25m³が減免され、75m³が請求水量となります。

漏水の調べ方
水道メーターのふたを開けるとパイロットマークというものがあります(写真参照)。水がメーターを通ると、これが回る仕組みになっています。ご家庭の蛇口を全て閉めて、パイロットマークを見た時に回転している場合は、どこかで漏水している可能性があります。
漏水の可能性がある場合には...
水道の修理は、都留市指定給水工事店へ直接依頼してください。その際の修理費用は全てお客様負担となります。また、修理依頼の際には、次の点にご注意ください。
◎お知り合いの水道工事店があるときは、「都留市指定給水工事店かどうか」を確認ください。
◎修理を依頼するときは、工事の内容や費用について十分な説明を受けるください。

税状況調査に関する同意書」を行政管理課職員担当へご提出ください。
※履歴書などの様式は、市ホームページに掲載しています。申請書「臨時職員募集に伴う書式のダウンロード」からダウンロードしてご利用ください。(インターネットを使用できない環境の方は、行政管理課職員担当までお越しください。)
■選考方法
書類選考(1次選考)と面接選考(2次選考)を実施します。
面接選考は、書類選考で選考された方を対象に実施します。
■賃金
月額163,500円
■その他
通勤に伴う費用は、通勤距離2キロメートル以上で規程に基づき支給します。社会保険等、健康保険法、厚生年金保険法及び雇用保険法の各要件に該当する場合は加入します。年次有給休暇有り

Clip!

コミュニティ助成制度に応募しませんか

問合せ：政策形成課
企画担当

(財)自治総合センターは、宝くじ収入を財源に、コミュニティの健全な発展を図るため、助成事業を行っています。
平成26年度事業の募集を開始しますので、次の事項に留意の上、申請してください。
●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
※特定の目的のために組織された宗教団体や営利団体、公益法人、文化協会や体育協会などの協会、趣味の愛好会やイベントなどのために組織された団体、地域に密着しているといふ難い団体などは対象外です。
●申請について
①申請書の入手方法
市ホームページからダウンロードしてください。また、政策形成課窓口でも配布します。
②申請窓口
自主防災組織育成事業
↓行政管理局法制・安全室
それ以外の事業
↓政策形成課企画担当
③申請期限
↓10月31日(木)

助成事業名	内容	助成額	使用例
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施設や設備の整備に活用できます。	100万円～250万円	公園整備、コミュニティ芸能のための太鼓、視聴覚機器など
自主防災組織育成事業	自主防災組織、婦人防火クラブ又はその連合体が行なう地域の防災活動に必要な施設又は設備の整備に活用できます。(消防団は除く)	30万円～200万円	電池メガホン、緊急用濾水装置、簡易資機材倉庫など
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となる多目的な総合施設(集会所など)の整備に活用できます。	総事業費の3/5相当額(上限1500万円)	レクリエーションルーム、視聴覚室、多目的ルームなど
青少年健全育成事業	青少年健全育成のための親子で参加するソフト事業に活用できます。(ただし、野球、バレーボール、サッカーに関する事業は対象外)	30万円～100万円	親子参加のオリエンテーリング、講演会などの開催

上記の他にも助成事業があります。詳しくは、市ホームページまたは(財)自治総合センターホームページをご覧ください。

Clip!

栄養士【嘱託職員募集】

問合せ：健康推進課
保健・予防担当 ☎(46)5113

市では、嘱託職員の栄養士を募集します。
募集人員 1人
応募資格
日本国籍を有し、次の条件をすべて満たす方
①栄養士の資格を有する方
②普通自動車免許を有し、日常的に運転されている方
③パソコンで文書作成可能な方
④地方公務員法第16条の欠落条項に該当しない方
■勤務場所
都留市保健福祉センター(いきいきプラザ都留)内 健康推進課
■勤務時間
月～金 9時～17時15分
■業務内容
母子保健に関する栄養相談・指導業務、特定保健指導など
■雇用期間
平成25年11月1日～平成26年3月31日
■申込
10月18日(金)までに「履歴書(写真添付のこと)」、「資格証明書の写し」、「職務経歴書」、「納税状況調査に関する同意書」を行政管理課職員担当へご提出ください。
※履歴書などの様式は、市ホームページに掲載しています。申請書「臨時職員募集に伴う書式のダウンロード」からダウンロードしてご利用ください。(インターネットを使用できない環境の方は、行政管理課職員担当までお越しください。)
■選考方法
書類選考(1次選考)と面接選考(2次選考)を実施します。
面接選考は、書類選考で選考された方を対象に実施します。
■賃金
月額163,500円
■その他
通勤に伴う費用は、通勤距離2キロメートル以上で規程に基づき支給します。社会保険等、健康保険法、厚生年金保険法及び雇用保険法の各要件に該当する場合は加入します。年次有給休暇有り

Clip!

平成26年度 都留市立病院・介護老人保健施設「つる」職員募集

問合せ：都留市立病院
☎(45)1811

◎看護師の資格取得のために借入れた奨学金の返済資金助成制度があります。
◎助産師、認定看護師資格取得支援制度があります。
◎院内保育所「みはらし」にお子様をあずけて、安心して働くことができます。
◆募集職種・人員
看護職員(助産師・看護師)6名程度
◆応募資格・要件
○昭和48年4月2日以降に生まれた方で平成26年4月1日までに助産師・看護師の資格を取得している方
○昭和48年4月2日以降に生まれた方で平成26年4月1日までに助産師・看護師の資格を取得する見込みのある方
※地方公務員法第16条の欠格条項のいずれかに該当する方、または日本国籍を有しない方は受験できません。
◆応募期間
平成25年10月7日(月)～平成25年10月25日(金)
※郵送の場合は、平成25年10月25日消印有効
◆応募書類
(1)受験申込書
(2)身上書付履歴書
◆採用予定日
平成26年4月1日
※有資格者については相談により随時採用も可能
◆台否通知
平成25年11月下旬までに郵送にて通知します。
◆試験内容
作文・面接
◆試験日・試験会場
試験日 平成25年11月9日(土)
会場 都留市立病院2階会議室
※職員募集要項並びに受験申込書身上書付履歴書は都留市立病院事務局庶務担当で平成25年10月1日(火)から配布します。(市ホームページからもダウンロードできます。)
◆試験日・試験会場
試験日 平成25年11月9日(土)
会場 都留市立病院2階会議室
※職員募集要項並びに受験申込書身上書付履歴書は都留市立病院事務局庶務担当で平成25年10月1日(火)から配布します。(市ホームページからもダウンロードできます。)
◆台否通知
平成25年11月下旬までに郵送にて通知します。
◆試験内容
作文・面接
◆試験日・試験会場
試験日 平成25年11月9日(土)
会場 都留市立病院2階会議室
※職員募集要項並びに受験申込書身上書付履歴書は都留市立病院事務局庶務担当で平成25年10月1日(火)から配布します。(市ホームページからもダウンロードできます。)

11月10日(日)は都留市長選挙及び都留市議会議員補欠選挙の投票日です

12月7日の任期満了に伴う都留市長選挙及び議員の欠員に伴う都留市議会議員補欠選挙が同時に執行されます。

今回の選挙は私たちの代表として市政を運営する人を選ぶ重要な選挙です。棄権することなくみんなで投票しましょう。

■立候補届出日
日時 11月3日(日)
8時30分～17時

■投票日
日時 11月10日(日)
7時～20時

■開票日
日時 11月10日(日)21時～
場所 谷村第一小学校体育館

■立候補予定者説明会
立候補の届け出が正確かつ迅速に行われるよう、立候補の手続き、選挙運動、選挙公営などについて説明会を次のとおり実施します。

■不在者投票
県の指定を受けた病院や老人ホームなどの施設に入院または入所されている方は、その施設で不在者投票ができます。

■年賀状などのあいさつ状の禁止
政治家は、年賀状などのあいさつ状を出すことが禁じられています。

■山梨県議会議員補欠選挙
投票日 10月6日(日) 7時～20時
開票日 10月6日(日) 21時～
場所 谷村第一小学校体育館

■投票できない方
投票日までには県外へ転出された方、平成25年6月27日以後に転入された方



②市議会議員補欠選挙立候補者
15時30分～
※時間が異なるのでご注意ください。

■投票のご案内
平成5年11月11日以前に生まれた満20歳以上の日本国民で平成25年8月2日以前から都留市の住民基本台帳に記録されている方

■投票できない方
投票日までには市外へ転出された方、平成25年8月3日以後に転入された方

■期日前投票
投票日に、仕事やその他の理由で投票所に行つて投票できない見込みの方は、期日前投票をすることができます。

■不在者投票
県の指定を受けた病院や老人ホームなどの施設に入院または入所されている方は、その施設で不在者投票ができます。

■山梨県議会議員補欠選挙
投票日 10月6日(日) 7時～20時
開票日 10月6日(日) 21時～
場所 谷村第一小学校体育館

■投票できない方
投票日までには県外へ転出された方、平成25年6月27日以後に転入された方

■期日前投票
投票日に、仕事やその他の理由で投票所に行つて投票できない見込みの方は、期日前投票をすることができます。

インターネットなどを利用した選挙運動について
今年7月に執行された参議院議員通常選挙から、有権者、候補者・政党などはインターネットなどを使った選挙運動ができるようになりました。

選挙に関する禁止事項
政治家(候補者、候補者となる者)は、寄附者及び現に公職にある者は、寄附をすると処罰されます。

後援団体の寄附の禁止
後援団体が、花輪、香典、祝儀などを出すと処罰されます。

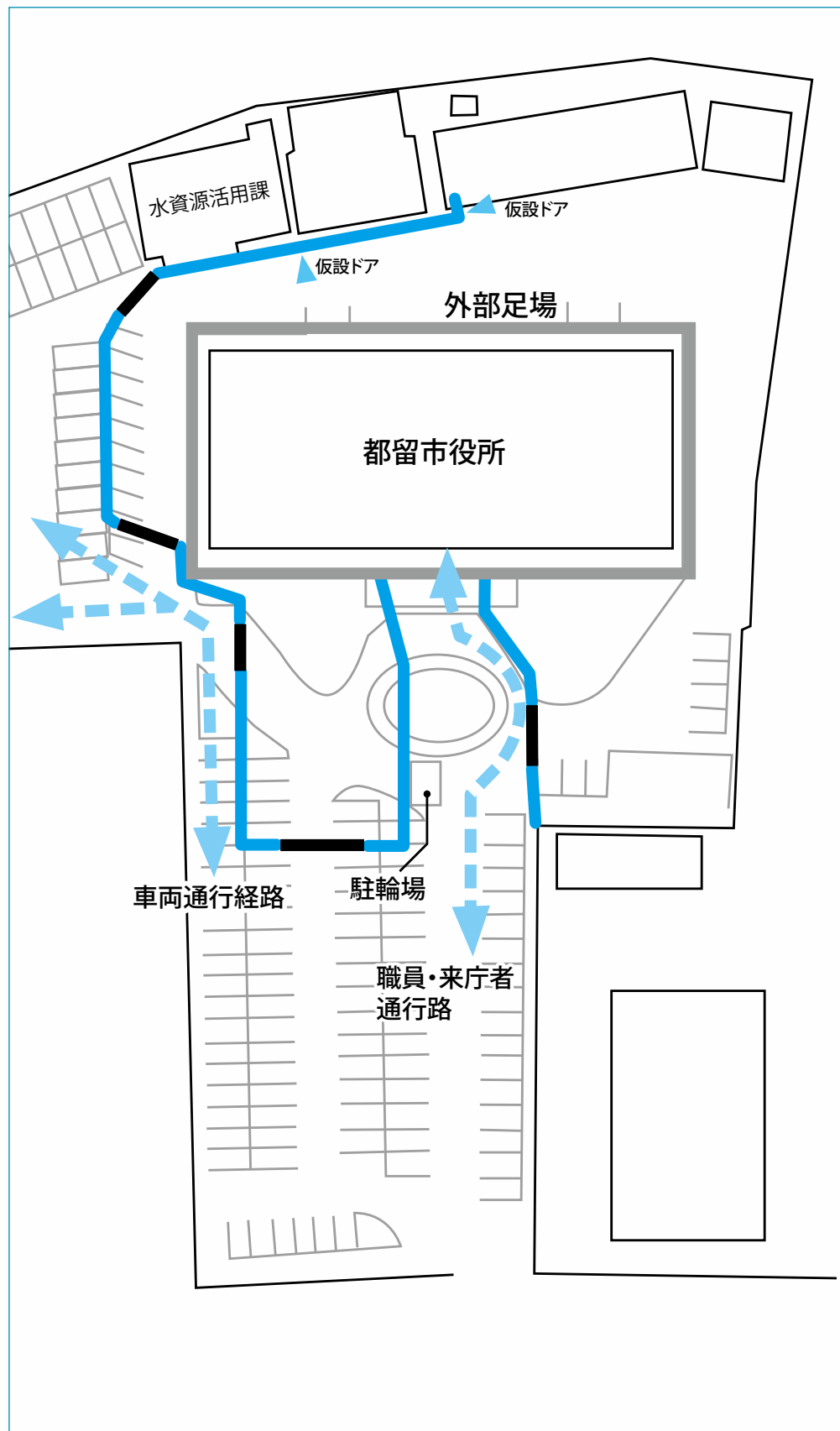
選挙に関する禁止事項
政治家(候補者、候補者となる者)は、寄附者及び現に公職にある者は、寄附をすると処罰されます。

後援団体の寄附の禁止
後援団体が、花輪、香典、祝儀などを出すと処罰されます。

Table with 3 columns: 投票区, 投票所, 居住地区. Lists 18 districts and their respective polling stations and residential areas.

Clip! 市役所庁舎耐震補強・改修工事に伴う仮囲い設置について

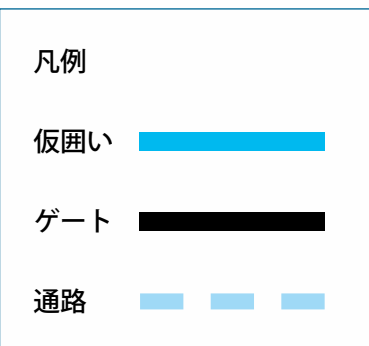
問合せ先：財務経営課
管財担当



市役所庁舎の耐震補強並びに改修工事に伴い、9月中旬から12月下旬までの間、安全確保のため、左図のとおり仮囲いを設置します。期間中は、庁舎裏入口が利用できませんので、庁舎正面玄関をご利用ください。(土・日・祝日を除く)

なお、水資源活用課(庁舎裏別館)にご用の方で、お車にてお越しの方は、庁舎前駐車場をご利用いただき、仮囲い沿いに徒歩にておいでください。

何かとご不便をおかけいたしますが、工事の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますよう、宜しくお願い致します。



Clip! 各種申請手当について

問合せ先：下記記事内をご覧ください

●児童扶養手当
父または母と生計を同じくしていない子を養育しているひとり親家庭などに対して、児童扶養手当が支給されます。
支給条件
○父母が婚姻を解消した
○父または母が死亡した
○父または母が一定の障害状態にある
○父または母の生死が明らかでない
○父または母から引き続き一年以上遺棄されている
○父または母が一年以上拘禁されている
○未婚の母の子
ただし、公的年金(老齢福祉年金を除く)を受けることが出来るときなど、手当が支給されないこともありますのでご注意ください。

所得制限
この手当は、所得制限があり受給者などの所得状況により、全額支給・一部支給停止または全額支給停止に区分されています。また、受給者は、毎年8月に現況届の提出が必要になります。
手当額(平成25年10月から)
全部支給 月額41,140円
一部支給 月額9,710円
第2子加算 月額5,000円
第3子以降加算 月額3,000円

●ひとり親家庭医療費助成
ひとり親家庭の親と子、父母のいない子の医療費(保険診療分)を助成します。
支給要件
○ひとり親家庭の親と子または、父母のいない子
○申請者の所得税が非課税である。
また、毎年8月に更新の手続きが必要になります。
※児童扶養手当・ひとり親家庭医療費における子とは、18歳を迎えた年度が終了するまで
申請・問合せ 福祉課子育て支援担当 ☎(46)5112

●特別児童扶養手当
在宅の心身障害児(20歳未満)で、次の障害程度を有する児童を養育している方は、特別児童扶養手当が受けられます。
支給要件
手当は、障害程度により1、2級に分かれます。
1級該当 身体障害者手帳1、2級・療養手帳A程度
2級該当 身体障害者手帳3、4級・療養手帳B-1程度
又は、同程度以上の精神障害のある児童
所得制限 この手当は、所得制限があります。又、受給者は、毎年8月に所得状況届の提出が必要になります。

●特別障害者手当など
●障害児福祉手当
身体または知的・精神が重度で永続する障害があるため、日常生活において常時介護を要する在宅の20歳未満の方で、特別児童扶養手当1級程度の障害と認められている方に支給されます。
●特別障害者手当
身体または知的・精神が重度で永続する障害があるため、日常生活において常時特別の介護を要する在宅の20歳以上の方で、国民年金法の1級程度の障害が重複していると認められる方に支給されます。
所得制限 この手当は、所得制限があります。また、受給者は、毎年8月に所得状況届の提出が必要になります。
手当額(平成25年10月から)
障害児福祉手当 月額14,180円
特別障害者手当 月額26,080円
申請・問合せ 福祉課障害者支援担当 ☎(46)5112

Clip! 住民基本台帳カードなどの電子手続き一時停止について

問合せ先：市民生活課
市民生活担当



住民基本台帳ネットワークシステムのネットワーク機器の切替作業を実施するにあたり、下記の業務について取り扱いを一時停止させていただきます。市民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
停止期間
10月7日(月)
取り扱いきれない業務
・住民基本台帳カードの発行など
・住民票の広域交付
・特例による転入・転出届
・公的個人認証サービスの電子証明書の発行など

問合先：税務課
収納対策室

Clip!

市税等滞納整理強化月間について

市では、納期内に納税している大多数の方との公平性を保ち、滞納の解消を図っていくため、10月から「市税等滞納整理強化月間」と定め、滞納者に対し、電話及び訪問催告・訪問徴収による滞納整理のための取り組みを積極的に実施します。

○市税等の納期内納付

納期限までに税金が完納されない場合には、納期限の翌日から納付の日までの日数に応じ、税額の次の割合を応じて計算した延滞金がかかりますので、納期内納付をお願いします。

◆延滞金の割合

- 納期限の翌日から1カ月を経過する日まで
↓年4・3%（年により率が変動します。）
 - 1カ月を経過した日以降
↓年14・6%
- ※延滞金は平成25年10月1日現在です。

○滞納処分の実施

本年度から、「都留市債権回収特別対策本部」を設置し、滞納整理（差押）の強化をしています。督促状、催告書、納税指導に従わない滞納者に対して、差押などの滞納処分を強力に推進していきます。

○納税相談

納期限までに納付できない場合は、必ず納税相談にお越しください。
・災害や病気などの事情により納期までに納められない場合は、徴収の猶予制度などもあります。
・平日時間のない方のために、毎週水曜日は午後7時まで窓口を開設しています。お気軽にご利用ください。

【延滞金計算例】

税額100,000円を納期限の2カ月後に納付した場合

○納期限の翌日から1カ月を経過する日まで(31日間)

$$\textcircled{1} 100,000 \text{円} \times 31 \times 4.3\% \div 365 = 365.2 \text{円}$$

(1円未満を切り捨て、365円となります。)

○1ヶ月を経過した日から納付日まで(31日間)

$$\textcircled{2} 100,000 \text{円} \times 31 \times 14.6\% \div 365 = 1,240 \text{円}$$

$$\textcircled{1} 365 \text{円} + \textcircled{2} 1,240 \text{円} = 1,605 \text{円}$$

100円未満を切捨 **延滞金は1,600円となります。**



今月の「ふれあい・子育てサロン」

親子一緒にのサロン

日時 10月7日(月)
場所 いきいきプラザ都留2階
持ち物 各自必要な物
費用 200円

託児サロン

日時 10月28日(月)
場所 いきいきプラザ都留2階
持ち物 お気に入りのおもちゃ、おやつ、飲み物、着替え、靴
費用 300円

※開催日の2週間前から受付ます。

申込・問合先 市社会福祉協議会
☎(46)5115

よみかせボランティア

「ひびきの会」の読み聞かせ

日時 10月12日(土)14時～
場所 市図書館おはなしコーナー

内容 みんなが選んだ絵本や紙芝居を読みます。

こぐまクラブの「こぐまのちいさなおはなし会」

日時 10月18日(金)10時30分～
場所 市図書館おはなしコーナー
内容 乳児から未就園児の親子を対象に読み聞かせや手遊びをします。

こぐまの会の「ワクワクおはなし会」

日時 10月26日(土)14時～
場所 市図書館おはなしコーナー
内容 小さな子どもむけのお話や歌、手遊びをします。

「ふれあい・子育てサロン」10周年記念イベント

日時 11月11日(月)10時～12時
場所 いきいきプラザ都留3階
研修室
対象 未就園児と家族50組程度
参加費 1家族200円
内容 記念式典・親子サロン
大型紙芝居、エプロンシアター、親子リズム遊びなど。
この他にも、風船おじさんとアンパンマンも登場します。

申込・問合先 市社会福祉協議会
☎(46)5115

※10月25日(金)までにお申し込みください！

※このほかの子育て情報は、「お知らせ募集」にも掲載しています。