

## Clip!

### 特定健康診査を受けましょう！（今年の集団検診は10月が最終です）

申込・問合せ先：下記記事内をご覧ください

健診項目	個人負担金		
	39歳以下	40～74歳	75歳以上
特定健康診査	1,750円	・国保(無料) ※社保などは 保険者が指定 する金額	無料
追加健診セット	1,200円	1,200円	1,200円

**特定健康診査について**  
**対象者** 本市に住居登録のある方のうち、【20～74歳の国民健康保険の加入者】、【20～39歳の社会保険等の被扶養者】、【75歳以上の後期高齢者医療保険加入者】のいずれかに該当する方  
**自己負担金**

今まで特定健康診査を受けたことがない方、会社の健診では受けていない項目がある方、ぜひこの機会に受けてみてはいかがでしょうか。  
**実施期間**  
 10月12日(金)～16日(火)  
 ※土、日を含む5日間  
**受付時間** 8時15分～9時30分  
**実施場所** いきいきプラザ都留  
 ※平成30年6月に受けられた方は10月に受診することはできません。



**健診内容**  
 メタボリックシンドロームに該当するかどうかや心筋梗塞・脳卒中等の血管病を引き起こす危険因子がないかを調べるために①身体測定②腹囲測定③血圧測定④血液検査⑤尿検査を行います。特定健康診査受診者で希望者は追加健診として貧血・尿酸・心電図・眼底検査・クレアチニンの追加健診セットの受診ができます。  
 ◆肝炎ウイルス検査は、40歳以上で過去に検査をしたことがない方が対象となります。費用は400円です。  
 ※1つの検査項目につき、年度内に1回のみ受診できます。健康保険証の種類・年齢(年度末年齢)によって健診の受け方が異なります。なお、がん検診も同時に受診することができます。

年齢基準は平成30年度(平成30年4月1日～平成31年3月31日)に達する年齢です。

検診項目	対象者	検査内容	個人負担金	
			20-69歳	70歳以上
1 胃がん検診	20歳以上 ※喀痰については、「喫煙指数」重視(1日の喫煙本数)×(喫煙年数)	バリウムを飲みレントゲン間接撮影	1,200円	600円
2 肺がん検診		レントゲン間接撮影	350円	65歳以上無料
3 肺がん喀痰検診		喀痰検査	850円	450円
4 大腸がん検診	50歳以上の男性	便潜血反応検査(2日法)	550円	300円
5 腹部超音波検診		超音波検査	950円	500円
6 前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査	50歳以上の男性	450円
7 乳がん検診	30歳以上の女性	●バス検診→問診・マンモグラフィ(視触診無し)	70歳以上の方：600円 40-49歳までの方：1,550円 その他の年齢の方：1,150円	

**お手元に問診票はありますか？**

はい → **申し込みは不要です。開催期間中に直接受診してください。**

いいえ → **保険証をお手元にご用意の上、お電話にて担当まで申し込みください。※予約は随時受け付けます。**

**いきいきプラザ都留での特定健康診査・がん検診申込み方法について**

**がん検診について**  
**対象者** 本市に住居登録のある方  
**検診内容や個人負担金について**  
 各検診項目の検査内容や個人負担金については、左記の表をご確認ください。

**共通申込・問合せ**  
 健康子育て課健康づくり担当  
 ☎(46)5113(内線125)  
 ※申込方法については左記の表をご確認ください。

## Clip!

### 都留市競争入札参加資格定期審査を実施します

担当課：財務課  
契約担当

**事業者説明会**  
 事前準備として、定期審査の申請に関する事業者説明会を次の日程により開催します。  
 参加を希望される方は、「やまなしくらしねっと電子申請サービス」によりお申し込みください。  
 なお、説明会参加申込電子申請フォームは、「組合ホームページ」または「電子申請サービス」からアクセスしてください。説明会参加申し込みは8月1日(水)からとなり、当日に電子申請を公開します。  
 ※各会場とも定員になり次第締め切らせていただきます。

開催回	日時	会場	定員
第1回	9月4日(火) 13:30～15:30	富士川町民会館	200名
第2回	9月11日(火) 10:00～12:00 13:30～15:30	富士吉田市民会館	220名
第3回			220名
第4回	9月12日(水) 10:00～12:00 13:30～15:30	山梨県自治会館	240名
第5回			240名
第6回	9月14日(金) 13:30～15:30	笛吹市スコレーセンター	400名

**事業者説明会に関する問合せ** 山梨県市町村総合事務組合業務課  
 甲府市蓬沢一丁目15番35号 山梨県自治会館2F  
 ☎055(268)3446

都留市が行う競争入札における参加資格の審査は、山梨県市町村総合事務組合(以下「組合」)に掲載しますので、各自印刷しお持ちください。(会場での用意はありません。)  
 ※説明会で使用する資料は、8月20日(月)に組合ホームページに掲載されますので、各自印刷しお持ちください。(会場での用意はありません。)  
 ※インターネット環境をお持ちでない方は、組合までご連絡ください。

## Clip!

### 景観まちづくり市民懇談会メンバーを募集します。

問合せ・申込先：建設課  
都市計画担当

本市は標高1,785mの三つ峠をはじめとする1,000m級の山岳に囲まれ、新緑や紅葉など視覚的に四季を感じることができます。また、桂川の浸食、蒼竜峡、田原の滝などいくつもの景勝地が形成されているとともに、平成の名水百選である十日市場・夏狩湧水群では、清澄で豊富な湧水のもと、夏には野菜などを冷やし、冬には水掛菜が栽培され、季節の風物詩となっております。さらに古くから県東部の政治、経済、文化の中心地として発達し、江戸時代には城下町の整備が行われ、現在も城下町を偲ばせる静かな佇まいの中、寺社仏閣も多く、松尾芭蕉が逗留した桃林軒、茶壺が保管された勝山城跡など、多くの史跡や文化財が点在しております。

こうした美しい自然景観や歴史文化的景観などを守り未来に受け継いでいくとともに、新たな魅力ある景観づくりのため、本市では、「都留市景観計画」の策定に今年度から着手し、平成32年度中の計画策定を目指してまいります。市民の皆さんの想いがつまった計画を策定するため、景観まちづくりについて検討する市民懇談会を立ち上げます。

この懇談会は、様々な立場の人が集まり自由に意見を出し合い、お互いの考えを尊重しながら、意見や提案をまとめ上げていくワークショップ形式で進める方は、ぜひご応募ください。

**募集要項**  
**対象者** 市内在住の18歳以上の方  
**募集人員** 5名程度  
 ※応募者多数の場合などは選考させていただきます。選考が完了した場合は、お電話にてご連絡させていただきます。  
 ※懇談会の報酬はありません。  
**開催期間** 8月から平成31年3月頃まで(全6回程度を予定)  
**開催時間** 平日19時から21時頃までの2時間程度  
 ※休日に現地調査を1回予定しております。  
**申込方法** 申込用紙に必要事項を記入のうえ、郵送・持参・メール・ファックスのいずれかによりお申し込みください。  
 ※申込用紙は建設課で配布か、または市のホームページからダウンロードできます。  
**申込期限** 8月15日(水)必着  
**申込先**  
 〒402-8501  
 都留市上谷一丁目1番1号  
 都留市役所建設課都市計画担当  
 FAX(43)5049  
 メール toshikeikaku@city.tsunulg.jp

## Clip!

### 水道使用量等のお知らせ(検針票)の見方

問合せ先：上下水道課  
水道管理担当

水道使用量等のお知らせ	
お客様番号	メーター番号
0011111-01	011111
口径 13 mm	
都留市上谷1丁目1-1	
都留 太郎 様	
ご請求月	30年8月分
ご使用期間	5月2日～7月4日
今回のメーター指針(A)	1,016 m <sup>3</sup>
前回のメーター指針(B)	1,000 m <sup>3</sup>
旧メーター水量(C)	
今回使用水量(D)	16 m <sup>3</sup>
(D)=(A)-(B)+(C)	
水道料金	1,790 円
下水道使用料	2,370 円
請求予定額(消費税含む)	4,160 円
30年8月に口座振替にてご請求させて頂く金額です。	
<small>・口座振替ご利用のお客様は、検針月の翌月10日です。  <small>*10日が金融機関の休日にあたる場合は翌営業日となります。  <small>・口座振替以外の方は、検針月の翌月に納入通知書をお送りします。</small> </small> </small>	
ご参考情報	前回の使用水量 18 m <sup>3</sup> 前年同期の使用水量 24 m <sup>3</sup>
通信欄	

今回ご使用になった期間です。

今回ご使用になった水量と、その水道料金、下水道使用料(消費税含む)を表示しています。

前回の使用水量と前年同期の使用水量を表示しています。※今回使用水量と前回使用水量及び今回請求予定額と前月振替済金額に差がある場合などをお知らせする票(黄色い用紙)を検針票といっしょにお渡ししています。漏水の場合は、早急に都留市指定給水工事店へ連絡し、修理してください。その際の修理費用は全て個人負担となります。

前回請求分における口座振替金額を表示しています。※納付書でお支払いの方には表示されません。

口座振替による領収のお知らせ	
30年6月請求分	
水道料金	1,790 円
下水道使用料	2,370 円
振替済金額(消費税含む)	4,160 円
金融機関：〇〇銀行 上記金額を 30年6月11日に口座振替により領収いたしました。	

水道メーター(量水器)の検針は、検針員が2カ月に1回行われた場所につなぐなどの協力をお願いいたします。水道使用量のお知らせでの水金の支払いはできません。水道使用量のお知らせの際に金額を請求することはありませぬので、詐欺などには充分ご注意ください。

また、犬は水道メーターから離れ合わせてください。水道使用量のお知らせの際に金額を請求することはありませぬので、詐欺などには充分ご注意ください。

なお、検針票の給水場所以外に物や車などを置かないよう、への送付をご希望の方は、お問

## Clip!

### 水道料金は納付期限までに納めましょう!

問合せ先：上下水道課  
水道管理担当

納入に便利な口座振替をご利用ください!

こうした事態を避けるためにも、納入に便利な口座振替のご利用をおすすめします。

口座振替のご利用は、預金通帳(口座番号のわかるもの)、印鑑(通帳届出印)及び水道料

水道料金が滞らないように納付期限内の納入をお願いします。

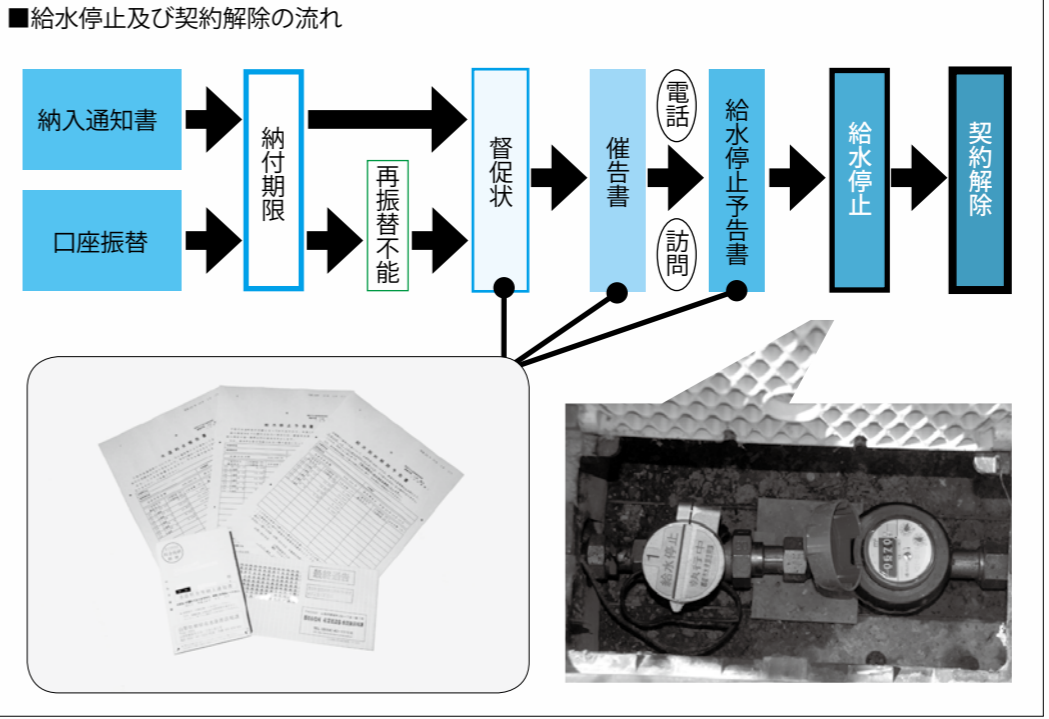
水道料金の未納者には、督促状・催告書の送付、電話・訪問催告などにより納入を促しますが、それでも支払いがない場合には、給水停止予告書を送付し、法令などに基づき給水停止を実施しています。給水停止後も納付及び連絡がない場合は、給水契約の解除を行います。

市では、公平にお支払いいただくために、きめ細かな未納対策を実施しています。

**未納対策の実施**

配水管の修繕、施設の維持管理、配水管の布設替工事などにかかる費用は、皆さまからいただく水道料金でまかなっていません。

金領収書または使用水量のお知らせ(お客様番号がわかるもの)をご持参のうえ、お取引先の取扱金融機関へお申し込みください。



- 取扱金融機関**
- 山梨中央銀行
  - 山梨信用金庫
  - 都留信用組合
  - 山梨県民信用組合
  - クレイン農業協同組合
  - ゆうちょ銀行

## Clip!

### 介護福祉士または介護職員初任者研修修了者の臨時職員を募集します!

申込・問合せ先：下記記事内をご覧ください



介護老人保健施設「つる」では、臨時職員として介護福祉士または介護職員初任者研修修了者(ホームヘルパー2級取得者)を募集します。

時給 介護福祉士 1,000円～1,300円  
介護職員初任者研修修了者(ホームヘルパー2級取得者) 900円～950円

**基本勤務時間**  
8時30分から17時15分(1日7時間45分、週38時間45分)

**福利厚生** 社会保険・厚生年金の加入、健康診断、予防接種、有給休暇(最大年10日など)

**募集人員** 2名

**応募期限** 8月31日(金)

※期限までに募集人員に達しない場合は、随時募集とします。

※詳細につきましては、お問い合わせください。

**申込・問合せ先**  
市立病院事務局 庶務担当  
☎(45)1811(代)

## Clip!

### 高齢者の健康づくりを応援します!～さわやか教室～

問合せ先：長寿介護課地域包括支援センター ☎(46)5114



65歳以上の方を対象に、心身ともに「元気ではつらつとした生活」を長く維持できるように、月1回、筋力を維持するための体操や簡単な脳のトレーニングなど健康づくりの実践方法を学びます。日頃の生活に取り入れ、元気ではつらつとした毎日を過ごし健康長寿を目指しましょう。

**日時** 8月30日、9月20日、10月25日、11月15日、12月6日、1月17日、3月14日(木)

10時～11時30分

※講師の都合等により、日程が変更となる場合があります。

**会場** いきいきプラザ都留

**参加費** 1回400円

※送迎を必要とされる方は1回につき、200円追加となります。

**定員** 20名程度

※定員になり次第締め切り。

**参加の条件**

- 介護認定を受けていないこと
- 医師から運動制限されていないこと
- 持ち物 タオル、飲み物、運動しやすい靴

**講師** 健康運動指導士、理学療法士、保健師等

## Clip!

### 生産性向上特別措置法に基づく「先端設備等導入計画」の認定申請について

問合せ先：産業課 商工観光担当

#### 都留市導入促進基本計画の概要

目標	労働生産性が年平均3%以上向上すること
先端設備等の種類	経済産業省関係生産性向上特別措置法施行規則第1条第1項に規定する先端設備全てとする
対象地域	市内全域
対象業種・事業	全業種とする。(労働生産性が年平均3%以上に資すると見込まれる全事業)
導入促進基本計画の計画期間	国の同意した日(H30.7.10)から3年間
先端設備等導入計画の計画期間	3年間、4年間または5年間

中小企業等の労働生産性の向上を図るため、平成30年6月6日に施行された生産性向上特別措置法に基づく「都留市導入促進基本計画」を策定し、7月10日に国(経済産業省)からの同意を得たため、「先端設備等導入計画」の認定申請受付を開始しています。

計画期間内(平成30年7月10日から3年間)に、中小企業等

が労働生産性を一定程度向上させるため、先端設備等を導入する計画の策定をし、都留市の「導入促進基本計画」に合致する場合には認定を受けることができます。

#### 認定を受けた場合のメリット

- ①新規取得した設備の固定資産税(償却資産)の課税標準を3年間ゼロに軽減
- ②国の補助金優先採択
- ③ものづくり、商業、サービス経営力向上支援事業(ものづくり・サービス補助金)
- ④小規模事業者持続化補助金(持続化補助金)
- ⑤戦略的基盤技術高度化支援事業(サポイン補助金)
- ⑥サービス等生産性向上IT導入支援事業(IT導入補助金)
- ⑦信用保証協会による信用保証のうち、普通保険等とは別枠での追加保証など

#### 制度の概要

認定申請方法などについては、市ホームページ及び中小企業庁ホームページ(生産性向上特別措置法による支援)をご覧ください。

## Clip!

### 健康づくりに都留市健康ジムをご利用ください!

問合せ先：都留市健康ジム ☎(45)4111

生涯学習課スポーツ振興担当

プログラム名	プログラム内容	開催日時	対象・定員・費用
ヘキサスロン教室	「走る」「跳ぶ」「投げる」の基本動作を学べるように、独自グッズを活用したプログラムです。	8月19日(日) 10時～11時	小学生 10名 1回400円
「卓球教室」初心者クラス	「卓球を始めるキッカケが無い」、「ラリーが続くようにしたい」など、初心者向けの卓球教室です。	毎週水曜日 ①10時～11時30分 ②13時～14時30分	一般(高校生以上) 8名 月謝制4,000円
60歳からはじめる健康プログラム～ラララフィット～	機能性グッズを使い、バランストレーニングを行います。筋力トレーニングと合わせることで身体機能性の向上を目指します。	毎週火曜日・金曜日 10時～11時	60歳以上 15名 1回400円
かんたんピラティス	自重やアルファボールを使用し、体への負担をかけずに行う運動です。	毎週火曜日 19時～20時	一般(高校生以上) 12名 1回300円
グッズエクササイズ	トレーニング器具を使用し、楽しく簡単に体幹部のトレーニングを実施します。	毎週火曜日・木曜日 20時～21時	一般(高校生以上) 10名 1回300円
健康プログラム～ラララサーキットライト～	イスや自重、機能性グッズを使用し、筋力や機能性向上を目指します。	毎週木曜日 10時～11時	一般(高校生以上) 15名 1回400円
筋コンディショニング	日常使われない筋肉を使い、基礎代謝をあげ、痩せやすい体作りを！正しい姿勢の保持と障害予防にも効果的です。	毎週木曜日 19時～20時	一般(高校生以上) 12名 1回300円

都留市健康ジムではスタジオにて、はじめての方でも安心して、楽しみながら健康づくりができるよう、目的に合わせた「健康プログラム」などの各種プログラムを実施しています。暑い日も続きますが、体調や体力に合わせた適切な運動をすることで、暑さに負けない「体づくり」、「健康づくり」を心がけましょう！

※スタジオプログラムには、別途、利用料金が発生いたします。