

青空と緑と産業のまち

広報

しょうわ

1998

12月

- みんなでささえる介護／特集「介護保険制度」がはじまります
- よみがえれホテルの里／下水道できれいな町づくりを
- これを見ればだいじょうぶ／年末年始役場関係の業務案内・ゴミ収集
- 地域の福祉や援助に役立てられます／12月1日～31日は歳末たすけあい運動



No.254

—第6回ふれあいマラソン大会—

楽しくマイペースで行こうネ……

特集

「介護保険制度」がはじまります



みんなですっきりえる介護……

介護保険を知ろう

「介護保険制度」は、1997年12月9日衆議院本会議で可決成立し、2000年4月1日のスタートに向けて準備が進められている新しい制度です。

今どうして介護保険なの？

日本の高齢化のスピードは世界に類を見ないと言われています。寿命が永くなる「長寿化」と、子どもが少なくなる「少子化」の相乗作用により高齢化は進行します。長寿は好ましいことですが、これにより、介護が必要な高齢者の数が増えるだけでなく介護する期間も長くなり介護する家族には大きな負担となってしまいます。

今まで介護は、その人の配偶者であったり、子どもや嫁であったり、いわゆる「身内」がするものという慣習がありました。

しかし現在の高齢化が進み核家族化が進み女性の社会進出が進んでいる社会状況の中、介護をごく一部の身内だけが抱え込むことには限界があります。

介護疲れからノイローゼにかかったり、無理心中を図ったりといった深刻な事態もおきつつあるのが現状です。

誰もが長い人生の中でいずれは介護される立場になるという可能性はあります。その時のため、そしてそれより先に今、介護は個人

ではなく社会で支えなくてはならない時代になって来ているのです。介護保険制度は、介護を社会全体で支え、介護される本人や介護する家族の希望を尊重し、福祉、保健、医療のトータルなサービスを受けることで状態の改善を図りながら残された能力をできる限り生かし、在宅での生活を重視していこうという制度です。

制度のあらまし

◆介護保険制度は西暦2000年4月1日に始まりですが、要介護認定の申請は1999年10月1日から受け付けます。

◆事業主体（保険者）は昭和町です。

◆介護保険に加入する人（被保険者）は、65歳以上の方全員（第一号被保険者という）と、40歳から64歳までで医療保険に加入している方全員（第二号被保険者という）です。

◆被保険者は、月々所得に応じた保険料を支払うことにより、介護が必要な状態になった時、町に「要介護認定」の申請をし、認定された場合は介護計画（ケアプラン）を立て、それに沿ったサービスを受けて、受けたサービスの料の一割を支払います。

（3ページ図参照）

要介護認定とサービスの利用方法

申請書を受け付けた町は、町の保健婦などが日常の生活動作や特別な医療を受けているか等の調査をするために訪問します。



②町保健婦等による訪問調査



役場介護保険窓口

申請は、本人・家族がしますが、介護支援専門員に依頼することもできます。

①役場の窓口で申請書を提出します

介護が必要になった高齢者



要介護認定の申請

申請できるかた

| (第1号被保険者) 65歳以上のかた | (第2号被保険者) 40～65歳未満のかた |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ◆寝たきり・痴ほうなどの入浴、排せつ、食事などの日常生活動作について常に介護が必要なかた ◆家事や身じたくなどの日常生活に支援が必要なかた | <ul style="list-style-type: none"> ◆初老期痴ほう、脳血管障害など、老化に伴う病気で介護が必要になったかた ◆国で定めた15種類の特定疾病に限定 |

③要介護認定の審査

②の調査結果とかかりつけ医の意見書に基づき、保健・福祉・医療の分野の学識経験者によって編成された「介護認定審査会」が、介護や支援が必要か否か、及び必要な場合はどの程度の介護が必要か審査判定します。

認定結果

- 要介護** 介護が必要な状態で、その必要度に応じて軽い方から1から5までのランクで判定されます
- 要支援** 介護までは必要ないが社会的支援が必要な状態です
- 再調査** 再度調査をして判定します
- 自立** 介護が必要ないと判定され、介護保険からの給付サービスは受けられません

④申請者に結果通知

申請者には原則として申請受付から30日以内に結果を通知します

⑤介護サービス計画の作成

申請者や家族の希望を尊重し、介護支援専門員という資格を持った人が申請者の要介護度に応じた支給限度額も考慮して、「介護サービス計画」を作成します（*自分で作成し役場に提出してもよい）



⑥サービスの開始

「介護サービス計画」に基づいてサービスが受けられます。その時の申請者の負担は、受けた介護サービス全体の1割です。



在宅サービス

施設サービス

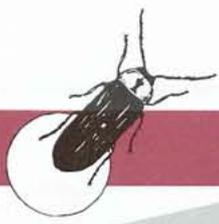
今回を含め10回のシリーズで、「介護保険制度が始まります」を特集いたします。この新しい制度成功は、町民（被保険者）の皆さまがいかによく制度を理解し、信頼できる制度として受け入れてくれるにかかっていると思います。

わからないこと、もっとよく知りたいこと、疑問に思ったこと、何でも結構です。

役場健康福祉課介護保険係までお問い合わせください。

☎75・2111内線257

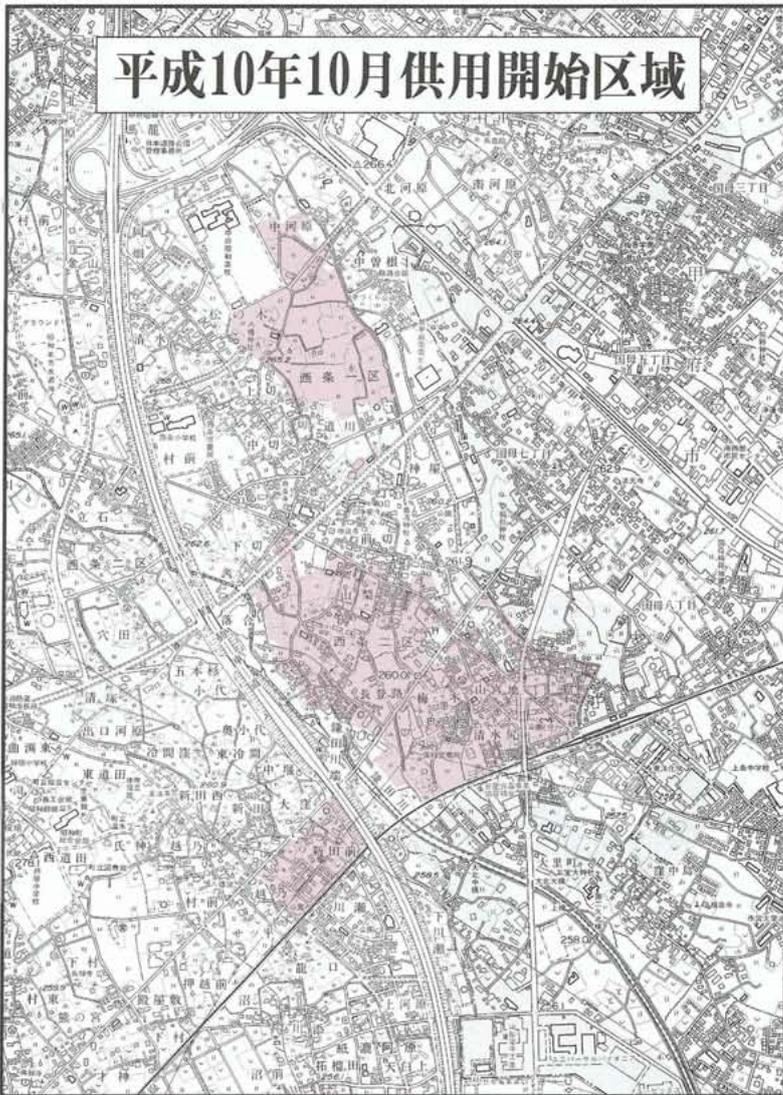
次回は「介護保険制度財源のしくみ」を掲載します。



平成10年10月より、西条二区・押越地区の 一部の地域で下水道が供用開始になりました。

よみがえらせよう
ホテルの里。

昭和町



平成10年10月供用開始区域

昭和町の下水道整備

家庭や工場から出る汚水を下水道管によって集め、処理場で浄化し、きれいな水として川や海にもどす下水道は、環境を守る重要な役割を担っています。

昭和町では、昭和62年から下水道の整備を進め、現在は河西・上河東・上河東二区・築地新居・飯喰地区の一部地域で下水道の使用ができるようになりました。

平成10年10月からは、下水道の整備が完了しました西条二区・押越地区の一部地域（左図参照）で下水道の使用を開始いたしました。



下水道受益者負担金制度とは

下水道施設の建設には多額の費用がかかりますが、公園や道路などのように不特定多数の人が利用するものどちがい、限られた人だけが利益を受けることとなります。このような施設を税金だけでまかなうと、利用できない地域の人たちの間に不公平が生じることとなります。

そこで、下水道の整備によって利益を受ける人たちに建設費の一部を負担していただき、この不公平を少しでも解消するとともに、下水道の建設を促進していくという制度が受益者負担金制度です。

一負担金額は？ 1㎡あたり310円です—
H11.6.1までに納付書が送付されます。

165㎡（約50坪）の土地所有者の場合
310円×165㎡＝51,150円

負担金は、その土地に対して一度だけのものです。

排水設備工事の申し込み方法

① 工事の依頼

希望する指定工事店に工事費の見積りを依頼します。

指定工事店は、現地を調査し見積書を作成します。

見積書の内容をよく確認のうえ、工事を依頼してください。

② 工事の確認申請

指定工事店は、工事の確認申請書を作り、町に提出します。

申請書類の作成、提出は指定工事店が代行しますが、申請者の押印が必要です。

(借地、借家の場合は、権利者の同意書が必要です。)

③ 確認申請書の審査

町は提出された申請書の内容について、施工方法などが適正かどうかを審査し、工事の確認をします。

④ 工事の実施

確認を受けた指定工事店は、工事に着手します。工事に必要な日数は、一般の住宅の場合およそ1日から3日くらいで、そのうちトイレが使用できないのは1日程度です。



⑤ 工事完了の届出

指定工事店は、工事完了届・公共下水道使用開始届を町に提出します。

⑥ 工事完了の検査

町は工事完了届により完了検査をします。検査に合格すると「検査済証」を門戸等の見やすいところにはります。



⑦ 工事費の支払

工事費は原則として完了検査が終わってから、指定工事店に支払ってください。

なお、助成金、貸付金を申請された方は、確認してください。

排水設備について

公共下水道が整備され供用開始となった区域では、下水道が使用できるようになります。この区域の家庭や事務所では、汚水を直接公共下水道に流すための“排水設備”の工事をしていただきます。

○排水設備は建築物の所有者が行います。

排水設備の工事は、建築物の所有者が行うことに義務づけられています。借家人などの土地や建物の所有者以外でも所有者の同意があれば排水設備の工事を行うことができます。

○排水設備とは…

トイレ、風呂、台所などの流し口から公共汚水ますまでの部分で、汚水を排水するために設置する施設（排水管やますなど）をいいます。

この排水設備は、個人の費用で設置し管理していただきます。

年末

役場の業務案内

年始

町の施設は…

■ = 閉館・定休日

| 施設名 | 12月 | | | | | | | 平成11年1月 | | | | | |
|-------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| | 25 (金) | 26 (土) | 27 (日) | 28 (月) | 29 (火) | 30 (水) | 31 (木) | 1 (金) | 2 (土) | 3 (日) | 4 (月) | 5 (火) | 6 (水) |
| 役場一般窓口 | | | | | ■ | ■ | ■ | | | | | | |
| 公民館・教育委員会 | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 総合会館・温泉 | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 西条・押原・常永児童館 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 町立図書館 | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 町立温水プール | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 総合体育館 | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| スポーツ施設 | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |
| 住民票・印鑑証明 自動交付機 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | |

*年末年始の休みの間でも、出生、死亡、婚姻届けなど、
戸籍に関する届出は役場の当直者がお預かりします。
*役場には当直者が常時勤務していますので、緊急なご
用件は(☎75-2111)へご連絡ください。

ゴミの収集は…

◆年末最終収集日及び年始収集開始日

| 収集地区名 | 12月収集最終日 | | 1月収集開始日 | |
|-------------|----------|---------|---------|---------|
| | 西条地区 | 押原・常永地区 | 西条地区 | 押原・常永地区 |
| 燃えるゴミ | 29日 | 28日 | 5日 | 4日 |
| 不燃ゴミ (アルミ等) | 25日 | 16日 | 13日 | 6日 |
| 粗大ゴミ | 21日 | 21日 | 27日 | 27日 |
| 特殊ゴミ | 21日 | 21日 | | |

*年末・年始の燃えないゴミの収集日の曜日に変更がありますので、注意しましょう。
*又その他のゴミの収集日についての詳しい日程は、8ページの「こよみコーナー」をご覧ください。
*ゴミについてのお問い合わせは
役場環境衛生課(☎75-2111)までご連絡ください。

町内各地区の郵便番号

| | | |
|-----|----|----------|
| 西条 | 条 | 409-3866 |
| 清水 | 新居 | 409-3867 |
| 西条 | 新田 | 409-3865 |
| 押 | 越 | 409-3864 |
| 河東 | 中島 | 409-3863 |
| 紙漉 | 阿原 | 409-3861 |
| 築地 | 新居 | 409-3853 |
| 築地 | 新田 | 409-3854 |
| 飯 | 喰 | 409-3852 |
| 河 | 西 | 409-3851 |
| 上河 | 東 | 409-3862 |
| 昭和町 | 役場 | 409-3880 |

年賀状は12月24日まで！



世界のほとんどの国では、外国人の入国と滞在を許可する条件の一つとして、パスポート（旅券）の所持と提示を義務付けています。また、国あるいは旅行の目的によっては、パスポートのほかにビザ（査証）が必要な場合もあります。

1年未満なら切り替えを

国によってはビザを申請するとき、あるいは入国するときに、パスポートにある一定の有効期間が残っていることを条件にしていることがあります。有効なパスポートを所持していたものの、渡航先の国が要求している残存有効期間（数か月を必要としている国も多々あります）に満たないことに出発間際に気づき、慌てて手続きしたものの間に合わず、日程変更やキャンセルをしなければならないケースも見られます。

年末年始は海外渡航者が集中する時期です。旅行を計画する際は、パスポートの有効期間がどのくらい残っているか、渡航する国の規則はどうなっているかなども各国外使館などで確認しましょう。パスポートは、残存有効期間が1年未満であれば新しいものに切り替えることができます。

パスポートの管理はしっかりと

海外旅行中のパスポートの紛失・盗難事件が増えています。カバンや上着の内ポケットに入れていても、紛失・盗難に遭う人はたくさんいます。パスポートは、しっかりと管理しましょう。

あなたのパスポートの有効期間の確認を怠れず

家屋を取り壊したみなさんへ



減失家屋の届出は役場税務課窓口でかんたんに行えます。忘れなく！

固定資産税は、毎年1月1日を基準として課税されます。今年1年間に、老朽化や建て替えなどで建物を取り壊した所有者のみなさん、今月中に役場税務課窓口で減失家屋の届出をしてください。

届出に必要なものは、印鑑だけです。

*お問い合わせ

税務課資産税係（☎75-2111内線223）

このものの外科ではどのような疾患をどのように治療しているか、まだまだ知られていないことが多いのでこの機会に紹介させていただきます。我々が診療の対象とするのは十五歳以下で、おもに腹部（消化器）・体表を中心とした種々の疾患を扱っています。十五歳以下と言っても、人間の生涯で一番変化を示す時期でもあり、通常はWHO分類に従って、新生時期（四週以内）、乳児期（一歳未満）、幼児期（六歳未満）、学童期（六〜十二歳）、思春期（十三〜十八歳）と分かれています。特に、患児の年齢により特徴的な疾患や病態があることから、その時期の特殊性を熟知して診療に当たることがあります。特に新生時期や乳児期ですと、成人と比べて発育途上であるため臓器や生理機能が未熟であり、これをよく理解して診療や手術を考慮して選択する必要があります。また、麻酔方法や、手術機器や手技も特殊で成人のそれとは異なっています。また、お腹の開腹も、成人ですと縦切開によることが多いのですが、小児では一般的に横切開で行います。その理由はいくつかありますが、横切開のほうが腹筋で覆われ傷が聞き難いこと、皮膚の皺と一致しているため成長してから傷跡が目立ちにくいこと、年齢による差異と特殊性についてお話しします。新生時期では先天性の食道閉鎖症、胃破裂、小腸閉鎖、鎖肛、ヒルシュスプルング病、腹壁異常など緊急処置を要する疾患が大

大病院から 医健康メモ

★こどもの外科

山梨医科大学医学部附属病院講師
第二外科 高野 邦夫

半を占めています。最近では胎児診断が行われるようになり、先天性の横膈膜ヘルニアや腹壁異常、腸閉鎖症が疑われた場合は、母胎搬送して産科・新生児科・小児外科の立ち会いのもとに出産し、診断治療に手遅れがないようにして患児の救命に当たっています。乳幼児期では特に外来で多く診療するのはソケイヘルニア、痔瘻、肛門周囲膿瘍、膣ヘルニア、頸部腫瘍（リンパ節腫大を含む）などがあります。ソケイヘルニアは嵌頓症例以外は六ヶ月以降から一歳前後に手術を行います。膣ヘルニアは九割が自然治癒が期待できます。時々貨幣ヘルニア門を覆って大きな膣部の皮膚炎を併発した患児に遭遇することがありますが、ヘルニア門を覆う必要はなく、膣が出ていて見た目は心配ですがそのままで、経過を見て一歳過ぎても脱出するようであれば、膣形成を加えて手術を行います。ともに入院は一泊二日で、ご家族に一緒にいていただいています。肛門周囲膿瘍は生後六ヶ月位から発症し、再発を繰り返すため、毎日何回かおむつを交換するおかあさんにとっては苦痛の種となり、時にノイローゼにもなる方もおられました。再発を繰り返しますが、成人のそれとは発症のメカニズムも違い、多くは一歳六ヶ月を過ぎると治癒してきます。膿瘍ができたら膿を排出し、成長発育により改善してきます。救急を要する疾患として、腸重積、肥厚性幽門狭窄症があり、当科の治療の特徴としては腸重積症は、空気整復により、より安全な治療を行い、肥厚性幽門狭窄症では創部が目立たないように膣部での皮膚切開を行い、患児のQOLを配慮しています。また、胆道閉鎖症・胆管拡張症・腹部腫瘍などの特殊な疾患もこの時期に発症してきます。幼児期から学童期では悪性疾患とともに不慮の事故による外傷例が多くなります。小児外科で扱っている主な疾患を紹介いたします。私が小児外科医をめざして一八九七〇年代半ばころの治療成績は惨憺たるものでしたが、この四半世紀に呼吸器をはじめとする医療機器の改良と開発とともに、栄養管理の進歩により重篤な合併症がない限り救命しうようになりました。小児外科疾患の治療成績の向上は、食べれない飲みえない患児に対する中心静脈カテーテル挿入による高カロリー輸液法（IVH）の進歩と普及によること、過言ではありません。現在では悪性腫瘍の抗腫瘍治療にIVHを併用することにより良好な治療成績が得られています。また、機会がありましたら外科栄養法に関しても紹介できたらと考えております。

企画 財団法人 里仁会

10/25

第27回地区対抗一般男子・女子バレーボール大会



一般女子
優勝 河
準優勝 西条二区
第3位 西条一区
紙漣阿原



一般男子
優勝 上河東二区
準優勝 西条一区
第3位 河東中島
飯喰

★秋季球技大会の結果★

秋季ゲートボール大会



優勝 飯
準優勝 築地新居
第3位 紙漣阿原
河西



優勝 西条二区
準優勝 西条一区
第3位 築地新居
上河東

第20回地区対抗壮年男子ソフトボール大会

10/22 秋季町民ゴルフ大会の結果

- ◆個人の部(敬称略)
 - 優勝 山田 昇
 - 準優勝 油川 勝司
 - 第3位 新田 重典
- ◆団体の部
 - 優勝 西条二区
 - 準優勝 河東中島
 - 第3位 上河東



10/24 第7回親子ふれあいマス釣り大会



9/22~10/20 手作り絵本教室開催



▼昭和町建設安全協議会から、ふるさとふれあい祭りでのパザーの収益金32,680円を町社会福祉協議会へ寄付していただきました。



善意
ありがとうございます
ございます



▲第9回昭和町商工会地区別対抗ゴルフ大会でのチャリティー募金46,020円を町社会福祉協議会へ寄付していただきました。

| 日 Sunday | 月 Monday | 火 Tuesday | 水 Wednesday | 木 Thursday | 金 Friday | 土 Saturday |
|--|--|--|---|--|--|---|
| <p>師走です、うっかり火災に気をつけて!</p> <p>年末は、慌ただしさから火気の使用放置による火災が発生しがちです。</p> <p>ガスコンロの使用放置、風呂の空焚き、ストーブの消し忘れなど十分注意をしましょう。</p> <p>甲府地区消防本部</p> | | <p>1 仏滅</p> <p>歳末助け合い運動(～31日)</p>  | <p>2 大安</p> <p>乳児健診 心配ごと相談 (社会福祉協議会 午後1時～3時) エアロビクス教室(午後)</p> | <p>3 赤口</p> <p>リハビリ教室 エアロビクス教室(夜間)</p> | <p>4 先勝</p> <p>乳児健診 飼えなくなった犬・猫収集日 (総合会館前 午前10時50分～ 10時55分) エアロビクス教室(午前)</p> | <p>5 友引</p> <p>役場閉庁</p>  |
| <p>6 先負</p> <p>総合会館・温泉休館</p> | <p>7 仏滅</p> <p>大雪</p> <p>図書館休館 総合体育館休館 温水プール休館 母子手帳交付及び一般健康相談</p> | <p>8 大安</p>  | <p>9 赤口</p> <p>リハビリ教室 心配ごと相談 (社会福祉協議会 午後1時～3時) エアロビクス教室(午後)</p> | <p>10 先勝</p> <p>2歳児歯科検診 エアロビクス教室(夜間)</p> | <p>11 友引</p> <p>エアロビクス教室(午前)</p> | <p>12 先負</p> <p>役場閉庁 アニメ映画会 (図書館 午後2時～) 子供創作教室 ミニ門松作り (児童館 午前)</p> |
| <p>13 仏滅</p>  | <p>14 大安</p> <p>図書館休館 総合体育館休館 温水プール休館</p> | <p>15 赤口</p> <p>1歳6か月児健診</p> | <p>16 先勝</p> <p>リハビリ教室 心配ごと相談 (社会福祉協議会 午後1時～3時) 行政相談 (中央公民館 午後1時～)</p> | <p>17 友引</p> <p>母子手帳交付及び一般健康相談 読みかせとお話の会 (午前11時～ 図書館)</p> | <p>18 先負</p> <p>飼えなくなった犬・猫収集日 (総合会館前 午前10時50分～ 10時55分)</p> | <p>19 大安</p> <p>役場閉庁</p>  |
| <p>20 赤口</p> <p>総合会館・温泉休館</p> | <p>21 先勝</p> <p>図書館休館 総合体育館休館 温水プール休館</p> | <p>22 友引</p> <p>冬至</p> <p>整形外科検診 ボカシ作り (午後1時～) 国際交流教室</p> | <p>23 先負</p> <p>天皇誕生日</p> <p>総合会館・温泉休館 図書館休館</p> | <p>24 仏滅</p> <p>クリスマス・イブ</p> <p>総合体育館休館 リハビリ教室</p> | <p>25 大安</p> <p>クリスマス</p> <p>母子手帳交付及び一般健康相談 献血</p> | <p>26 赤口</p> <p>役場閉庁</p>  |
| <p>27 先勝</p> | <p>28 友引</p> | <p>29 先負</p> | <p>30 仏滅</p> | <p>31 大安</p> | <p>ゆとりとマナー 今日もさわやか 甲斐の路 パパよし ママよし ボクもよし! みんなしめたよ シートベルト! 人も車も自転車も 正しいルールを身につけて</p> <p>← 公民館・児童館・総合会館・温泉休館 →</p> <p>← 温水プール・図書館・総合体育館休館 →</p> | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|-------|----------------------------------|------|------|-------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|-----|--|
| 12月のゴミ収集日 | 地区 | 西条一区 | 西条二区 | 清水新居 | 西条新田 | 押越 | 河東 | 紙漕 | 築地 | 飯新 | 河原 | 上河 | 上河東 | |
| | 燃える物 | 毎週 火・金曜日 | | | 毎週 月・木曜日 | | | | | | | | | |
| | 燃えない物 | 1日・4日・8日・11日・15日・18日・22日・25日・29日 | | | 3日・7日・10日・14日・17日・21日・24日・28日 | | | | | | | | | |
| | 燃える物 | 第2水曜日・第4金曜日 | | | 第1水曜日・第3水曜日 | | | | | | | | | |
| | 燃えない物 | 9・25日 | | | 2・16日 | | | | | | | | | |
| 21日(第3月曜日) | | | | | | | | | | | | | | |
| ピンは、お近くの空きピンポストへ | | | | | | | | | | | | | | |

※収集日が祝日の場合は収集業務はいたしませんので次回の収集日をご利用ください。

※必ず町指定の収集袋を使用してください。

黒いビニール袋などでは出さないでください。

※収集袋・荷札には必ず氏名、電話番号を記入してください。荷札は粗大ゴミに使用してください。

※収集日の当日午前8時30分までに出してください。

※燃える物、燃えない物、リサイクル品の分別はしっかり行ってください。

※引越しゴミなどを早く処理したい場合は、環境衛生課へご相談ください。

環境衛生課 (75-2111)

乳 児健康診査

| 実施日 | 該当児 | 受付時間 |
|--------------|------------|------------|
| 12月2日 (水) | 平成9年11月生まれ | 午後1時～1時15分 |
| | 平成10年2月生まれ | 午後1時30分～2時 |

| 実施日 | 該当児 | 受付時間 |
|--------------|------------|------------|
| 12月4日 (金) | 平成10年8月生まれ | 午後1時～1時15分 |
| | 平成10年5月生まれ | 午後1時30分～2時 |

場 所 総合会館
持ち物 母子手帳・健康保険証・印鑑・筆記用具・バスタオル

乳 児整形外科検診

実施日 12月22日(火)
受付時間 午後1時～1時15分
場 所 総合会館
該 当 児 平成10年8月～平成10年9月生まれのお子さん
持 ち 物 母子手帳・筆記用具
*神経芽細胞腫検査の説明と検査セットの配布…8月生まれ
*予防接種の説明と予診票・パンフレット等の配布…9月生まれ

1 歳6か月児健康診査

実施日 12月15日(火)
受付時間 午後1時～1時30分
場 所 総合会館
該 当 児 平成9年4月～平成9年5月生まれのお子さん及び前回来未受診のお子さん
持 ち 物 母子手帳・1歳6か月児健康質問票

2 歳児歯科検診

実施日 12月10日(木)
受付時間 午後1時～1時30分
場 所 総合会館
該 当 児 平成8年8月～平成8年10月生まれのお子さん
持 ち 物 母子手帳・質問票・歯ブラシとコップ

リ ハビリ教室

対 象 者 町内に住む身体に障害をお持ちの方
(脳血管疾患後遺症・整形外科疾患など)
訓練会場 総合会館 機能訓練室
(会場まで車でのご送迎をいたします)
訓練日程 12月3日(木)・9日(水)・16日(水)・24日(木)

母 子手帳交付及び一般健康相談

日 時 12月7日(月) 午前9時～11時30分
12月17日(木) 午後1時30分～4時
12月25日(金) 午前9時～11時30分

場 所 総合会館
*総合健診の結果報告会においてになれなかった方には、結果表をお渡ししています。
*母子手帳の交付を希望される方は、印鑑をお持ちください。
*予防接種についてのご相談も受け付けています。
*一般健康相談は40歳以上の方を対象に血圧測定、尿検査、栄養指導などを行います。

予 防接種の接種間隔

| 前に受けた予防接種 | 前に受けた予防接種 |
|-----------------|-----------|
| BCG はしか 風しん ポリオ | 3種混合 日本脳炎 |

1 か月以上 間隔 1週間以上

今回受けるすべての予防接種

献血にご協力ください

年末年始は、血液が不足することが予想されます。みなさまのご協力をお願いします。

日 時 12月25日(金)
午前9時30分～12時
午後1時～午後3時30分まで
場 所 昭和町役場前
献血の種類 成分献血
全血献血 (200ml・400ml)

あなたの真心を
待っている人がいます



■保健・健康に関するお問合わせは

役場健康福祉課保健指導係

☎75-2111 内線252・253までどうぞ



県体育祭で表彰
文化協会フォークダンス部

第51回山梨県体育祭に昭和町文化協会フォークダンス部が出場しました。県内各市町村から23チームが出場し、持ち前の演技を披露しました。昭和町文化協会フォークダンス部は初出場というプレッシャーの中でしたが、日頃の練習の成果を十分発揮し、県体育協会から「奨励賞」・県レクリエーション協会から「チームワーク賞」をいただくことができました。



..... '98昭和町ソフトボールリーグ戦開幕

Bリーグ成績

| チーム名 | 勝 | 負 | 分 | 勝点 |
|-----------|---|---|---|----|
| ノンキーズ | 6 | 1 | 0 | 19 |
| 中島クラブ | 6 | 1 | 0 | 19 |
| 押原クラブ | 4 | 2 | 1 | 16 |
| 押越クラブ | 3 | 4 | 0 | 13 |
| 西条二区B | 3 | 4 | 0 | 13 |
| 日立甲府 | 3 | 3 | 1 | 12 |
| ワカツキスピリッツ | 2 | 5 | 0 | 11 |
| 湯楽会 | 0 | 7 | 0 | 7 |

Aリーグ成績

| チーム名 | 勝 | 負 | 分 | 勝点 |
|----------|---|---|---|----|
| 西条一区クラブ | 5 | 2 | 0 | 17 |
| 昭和一般男子 | 4 | 3 | 0 | 15 |
| 昭和クラブ | 4 | 3 | 0 | 15 |
| 盟和トラバース | 4 | 3 | 0 | 15 |
| 飯喰フレンダーズ | 3 | 3 | 1 | 14 |
| 西条二区A | 4 | 3 | 0 | 13 |
| スリーエスクラブ | 3 | 4 | 0 | 13 |
| 築地クラブ | 0 | 6 | 1 | 8 |

'98年町ソフトボールリーグ戦は、半年間の熱戦に幕を閉じました。来シーズンは各リーグの1・2位が上位リーグへ、7・8位が下位のリーグへ入れ替わります。今シーズンの各チームの成績は表のとおりです。

Cリーグ成績

| チーム名 | 勝 | 負 | 分 | 勝点 |
|----------|---|---|---|----|
| 河西F.F.C | 6 | 0 | 0 | 18 |
| 体協シニア | 3 | 3 | 0 | 12 |
| テッチャンズ | 3 | 3 | 0 | 12 |
| 河西クラブ | 4 | 2 | 0 | 12 |
| Kクラブ | 2 | 3 | 1 | 11 |
| 西条一区ベアーズ | 1 | 4 | 1 | 9 |
| ラビット | 1 | 5 | 0 | 8 |

順位は各チームの勝ち点により決定しました。勝ち点と同じ場合は得失点差で決定しました。

教育委員長に
秋山登志江氏
就任



西条4282番地

11月1日付けで、教育委員の秋山登志江氏が教育委員長に就任いたしました。委員長任期は平成11年10月31日です。

町立図書館から
お・す・す・め



【一般図書】

崩れた街の足ながおじさん 上之郷利昭 講談社

「主人」を選んだ八人の男たち 宮内克代メトロポリタン出版

気になる言葉、気が散る日々 青山南 本の雑誌社

引退なき人生 諸井薫 PHP研究所

鳥のことは人のことは 加藤幸子 KSS出版

【児童図書】

町工場・スーパードーナツのつくり 小関智弘 筑摩書房

数の悪魔 エンツェンスヘルガー 晶文社

うさぎのダンス 彩樹かれん ひさかたチャイルド

はしれ/ちびっこチーター 羽仁進 ひかりのくに

星空のどうぶつえん ジャックリンメディアファクトリー



敷島梅の里クロスカントリー大会

～梅の薫りがただようさわやかな風の中を
力いっぱい駆け抜けてみませんか！～

日時 平成11年3月7日(日) 午前8時～9時(受付)

会場 敷島総合文化会館前広場

申込期限 平成11年1月20日(水)まで

参加料 一般・親子ファミリー 2,000円
中・高生 1,000円 小学生 500円

参加定員 1,000人(受付順、定員になり次第締め切り)
(3km) 親子ファミリー、小学4・5・6年生男女 (5km) 中学生男女
(5km・10km) 一般高校生男女、40歳以上男女

申込方法 所定の用紙(敷島町役場窓口にある)に参加料を添えて直接、または、お近くの郵便局よりお申込みください。

参加資格 一般アマチュア競技者で健康者に限ります。
小学生以上(親子ファミリーの子どもは、小学1・2・3年生に限る)
障害をもつ方の参加も可能(伴走者帯同)

申し込み 敷島町教育委員会内クロスカントリー実行委員会事務局 (☎77-4111)

'98ふれあい回り舞台

テーマ『ホットな甲府(まち)がここにある』

◆発表部門

日時 12月6日(日) 午後1時～4時

会場 甲府市総合市民会館 山の都アリーナ

出演予定 プラスバンド・海援隊、中央保育園・園児、希望の家・レインボー
演歌寄っっちゃばれ踊り・美幸会、おみこし・山梨みこし連合他

〈甲府市〉

◆展示部門

日時 12月2日(水)～6日(日)

会場 甲府市総合市民会館多目的室

◆ふれあい・交流部門

日時 12月6日(日) 午後1時～4時

会場 甲府市総合市民会館ホワイト

内容 クリスマスツリーを手作りで飾り付けて完成させます



問い合わせ 甲府市役所障害福祉課 (☎37-1161内線3581)

社交ダンスで交流しよう

日時 12月20日(日)

時間 午後6時～午後9時

場所 甲府市総合市民会館アリーナ

内容 甲府広域圏内の文化交流事業の一環として、ダンス愛好者の交流と連携を目的とします。

問合せ ・甲府地区広域行政事務組合事務局
(☎22-1190内線291)
・佐野 (☎75-6467)

玉穂町生涯学習館完成



11月1日玉穂町生涯学習館がオープンしました。

1階は、図書館となっており、現在約3万冊の蔵書があります。他にもインターネットや本の検索ができるマルチメディアコーナーや好きなビデオを鑑賞できるAVコーナーなどがあります。

2階は、いろいろなイベントに使える視聴覚ホールや読書室があります。

●開館時間
午前10時～午後5時
(火曜日・金曜日は午後7時まで)

●休館日
月曜日、祝祭日、年末年始など
※詳しくは玉穂町生涯学習館へお問い合わせ下さい。

☎0552-30-7300

NEWS お知らせ
&
つどい EVENT

甲府地区広域行政圏情報

甲府市・竜王町・敷島町・玉穂町・昭和町・田富町

〈竜王町〉 クリスマスコンサート

開催日 12月12日(土)

時間 午後7時30分～

会場 竜王町立図書館 視聴覚室

演奏 マンドリン演奏…英和高校OB
ハンドベル演奏…英和高校生徒



くま×くまキッズクリスマス会

開催日 12月19日(土)

時間 午前10時～

会場 竜王町立図書館 視聴覚室

対象 幼稚園・保育園児から小学校低学年

内容 大型絵本、アニメ映画会、折り紙など

問合せ 竜王町立図書館 (☎78-0811)

福祉・家事援助サービス基礎学習会

開催日 平成11年1月26日(火)～29日(金)

時間 午前9時～正午

会場 竜王町北部公民館2F

対象者 県内在住者で4日間参加できる人

日程 26日 ホームヘルプサービス概論
27日 サービス利用者の理解
28日 ホームヘルパーの職業倫理
29日 高齢者、障害者などの調理技術

主催 山梨県シルバー人材センター
中巨摩東部シルバー人材センター

問合せ 事務局 (☎79-6626)

その他 2月にも同内容で開催予定

新春マラソン

開催日 平成11年1月2日(土)

時間 午前7時30分

集合 釜無川レクリエーションセンター前集合

問合せ 竜王はしろう会 (☎76-6551)



平成10年度

工業統計調査にご協力ください

この調査は、毎年12月31日現在で製造業を営む事業所の1年間の製造活動、また、国内産業のエネルギー消費の実態を把握するものです。年末年始のご多忙の中ですが、ぜひ調査の必要性をご理解いただき、ご協力をお願いします。

*昭和町内の製造業を営む事業所が対象です。

お問い合わせ 役場企画行政課 統計担当まで

近頃、子どもと話をしていますか？

ふたん、子どもとふれあう時間をもっていますか？
思い出してみてください。あなたの子どもの時代を。つらいとき、悲しいとき、悩んだときを。
周囲に分かってもらいたかったことは何だったのか。
どんなアドバイスや励ましの言葉が役立つたか。
子どもたちの心のシグナルに気づき、受け止めてあげられる大人であるために、大切にしてください。子どもたちとの時間。

ご両親へ「子どもと話す」ための4つのヒント

① 日常のあいさつを交わそう

コミュニケーションの基本は、「おはよう」「いってきます」「いってきます」などの毎日のあいさつです。親から進んで声をかけてください。

② 親子で一緒に楽しめる話題をつくらう

無理に子どもに話を合わせるのではなく、趣味やスポーツなど親子で興味のもてる話題を探してください。

③ 残業や夜のお付き合いは

ほどほどに、家に早く帰ろう。

「いつも家にいないお父さん」では、会話のしようがありません。仕事や付き合いはほどほどに、なるべく早く帰宅しましょう。

④ お説教にならないように

最後はいつもお説教になってしまう...では、子どもに敬遠されるだけです。子どもの意見や将来の夢などにじっくりと耳を傾けてください。



暮らしのワンポイント

休日は家族に邪魔されずに、ゆっくり読書を楽しんだり、パソコンをいじったりしたい...と、ひそかに考えているお父さんたちも少なくないのでは。

でも、昨今の住宅事情では、子ども部屋の確保だけで手一杯、「お父さん専用の書斎」は夢のままというのが実情ではないでしょうか。そこで提案したいのが、押し入れや部屋の壁面などを利用したコーナー書斎です。

コーナー書斎

お金をかけられないという人には、押し入れの活用をお勧めします。ふすまを外した押し入れの上段に、カラーボックスや本立てを入れて奥半分を小さな書棚にし、手前半分をデスクとして利用します。

収納スペースに余裕のあるお宅なら、押し入れの中板を外して、中を丸ごと書斎にしてもう方法もあります。周囲に壁紙を張り、照明を備え付けて、中に小さなデスクや座卓を置きます。この場合は、床面積を広く使えるように、本棚は天井から

押し入れや壁面を利用して

のつり下げ式のものを設置する
とよいでしょう。
組み立て式のユニット家具には、さまざまなものが市販されており、これらを利用して部屋の壁面に書斎空間を作る方法もあります。本棚や引き出しなどパーツをブロックのように積み上げ、そこにライティングボードを組み合わせれば、小さな書斎のできあがりです。

ユニット家具のメリットは、壁面を有効に使える収納力と、必要に応じて簡単に増改築できること。パーツにもいろいろ種類があり、ライティングデスクのほか、パソコン専用デスクを設置するなど、自由な設計が楽しめます。

最近では、通信販売されているものも多いので、雑誌やカタログなどで比較検討してください。



県下一斉無料法律相談会

法律的なご相談でしたらどんな内容でも結構です。ただし予約制となります。

日 時 平成10年12月9日(水)
 時 間 午後1時～午後4時まで
 場 所 昭和町中央公民館
 担当弁護士 水上浩一氏
 相談者人数 6名から8名位まで(要予約)
 予 約 先 役場企画行政課行政係
 (☎75-2111内線211)

清里の森「リゾート昭和」

一冬期休館になりますー

(12月1日～来年3月31日)

清里高原にある町営保健休養施設「リゾート昭和」が、今月から来年の3月まで冬季休館になります。開館中は、多くのみなさんにご利用いただき、ありがとうございます。

来年は、4月からのご利用となります。

◆問い合わせは 役場総務課(☎75-2111)まで

婦人講座のお知らせ

- ◆お菓子作り教室 1月22日から3回
金曜日 午後7時から
- ◆絵手紙教室 1月28日から5回
木曜日 午後7時30分から
- ◆パン作り教室 2月19日から4回
金曜日 午後7時30分から
- ◆フラワー
アレンジメント 2月2日から4回
火曜日 午後7時30分から

*会場はすべて町総合会館です。詳しい問い合わせは健康福祉課福祉係(☎75-2111内線251)

ご覧ください『町消防出初式』

正月恒例の町消防出初式をご存じでしょうか。「出初式」とは、消防団員が1年の消防活動のはじめとして、表彰、また、訓練礼式や、ポンプ車操法・小型ポンプ操法などを披露する式のことです。

日ごろ町の消防・防災・防犯活動に熱心に取り組んでいる消防団員の雄姿をご覧ください。

◆と き 平成11年1月10日(日)

午前9時～

◆と ころ 押原中学校校庭

手話講習会

町の手話サークル「ほたるの会」の協力による、初心者を対象とした基礎的な手話法の講習会です。どなたでも気軽にご参加ください。

◆日 時 1月12日(火)～3月16日(火)
(火曜日計10回)

◆時 間 午後7時30分～9時30分

◆場 所 総合会館(受講料は無料)

*申し込み・問い合わせは役場健康福祉課福祉係(☎75-2111内線251)

山梨県知事選挙の日程

選挙期日の告示 平成11年1月7日(木)

投票日 平成11年1月24日(日)

こうぼう川柳

- 子は職場女盛りの妻となる
ちぢばばで孫と遊んだ糸電話
井口 素木
- 二の足を踏んでる父の思いやり
肩たく、孫のこぶしも血の絆
森田 狂花
- 金作の足が重たい不況風
義理人情背負いて老いて過疎の村
小沢 春男
- ふれあいし炬燵の中の手の温み
年の功だけで上座のむづがゆさ
高野 夏子
- 村祭り酒好きの客千鳥足
ライバルと握手打算見え隠れ
磯部 玉枝
- 足もとを見られ商談た、かれる
小さな秋見つけほつほつ衣替え
山本みよ子
- 痛む足かばいて歩く老いた年
盛砂に園児歯び砂遊び
堀内美代子
- 手も足も不自由なれど自立心
ようこそとふれあう祭り酒の味
森田みづほ
- 母の足案じて温い送り物
雑穀へ子等の助っ人里の秋
小沢 花枝
- 遠き日の父の素足が浮かぶ夜
郷想う柚子湯の香りとおしく
中沢 久子
- 苦勞した親の足跡子に光り
贅沢な愚痴で自分を見失しない
相原あき子

おめでとう

(10月1日～10月31日受付 敬称略)

★お誕生★ 健やかな成長を

- | 地区 | 氏名 | 保護者 |
|-------|-----------------------|-------|
| 西条一区 | 平澤 輝人 | (雄一) |
| 西条二区 | 保坂 涼也 | (貴美子) |
| 西条三区 | 萩原 俊 | (輝) |
| 西条四区 | 牧内 駿斗 | (英樹) |
| 清水新居 | 張江 奈央 | (祐輔) |
| 西条新田 | 福田 一貴 | (寛二) |
| 清水新居 | 福田 裕希 | (政幸) |
| 押 越 | 長田 凌 | (格) |
| 押 越 | 浅川 裕希 | (一徳) |
| 押 越 | 望月 優佑 | (格) |
| 紙漉阿原 | 依田 瑛実奈 | (寿彦) |
| 紙漉阿原 | 清水 海都 | (正信) |
| 紙漉阿原 | 市川 季樹 | (裕二) |
| 紙漉阿原 | 伊藤 沙良 | (克也) |
| 築地新居 | 倉本 菜緒 | (吉治) |
| 築地新居 | 内藤 あおい | (寛文) |
| 飯 喰 | 相原 聖 | (基浩) |
| 河 西 | 金田 流星 | (勝) |
| 河 西 | 小林 怜雄 | (利雄) |
| 河 西 | 今村 未来 | (圭一) |
| 河 西 | 岡田 拓馬 | (真佐一) |
| 上河東 | 井上 百香 | (研一) |
| 地区 | 氏名 | |
| 西条二区 | 渡邊 久 | 深澤真由美 |
| 築地新居 | 西中山哲也 | 志村 雅子 |
| 河 西 | ワイルドワンズ ハイパーステーション | 鷹野まゆみ |
| 上河東二区 | 中込 和也 | 小澤 薫子 |

おくやみ

◆ご冥福をお祈りします

- | 地区 | 氏名 | 届出人 |
|------|-------|-------|
| 清水新居 | 萩原今朝平 | (正敏) |
| 河東中島 | 石原 泰藏 | (卓) |
| 紙漉阿原 | 赤池 週平 | (まさる) |

INFORMATION CORNER

「正月用盆栽の作り方教室」の開催

松竹梅の正月用盆栽でお正月を迎えましょう。
 日時 平成10年12月17日(木)
 時間 午前9時30分～午後4時まで
 講師 雲松園会長 小林豊蔵先生
 受講料 5,000円(完成した盆栽は持ち帰りできます)
 定員 25名(先着順)
 申込み 申込書(役場企画行政課窓口にある)に必要事項を記入の上、申し込みください
 会場・申込先
 山梨県中小企業人材開発センター
 甲府市大津町2130-2 (☎43-4916)

登記申請はお早めに

登記申請は、例年年末になりますと急激に増加し、相当の混雑が予想されます。
 つきましては、年内の業務終了日【12月28日(月)】間近に提出された登記申請は、年内に処理することができないことも考えられますので、できるだけ早期に申請していただきますよう、ご協力をお願いします。

甲府地方法務局

「世界人権宣言50周年・人権擁護委員制度50周年記念月間」のお知らせ

本年は「世界人権宣言」が1948年(昭和23年)12月10日に採択されてから50周年を、また、同年7月17日に発足した人権擁護委員制度も50周年を迎えるという意義深い年に当たります。
 法務省と全国人権擁護委員連合会では、12月1日から31日までの1か月間を「世界人権宣言50周年・人権擁護委員制度50周年記念月間」と定め、住民の皆さんに人権思想の普及高揚を呼びかけております。
 強調事項は、次の7つですが、これを実現することは、すべての人々の願いです。それぞれの趣旨を理解し、お互いの人権を尊重して明るい社会を築きましょう。

- 考えよう あなたの権利 わたしの権利 -世界人権宣言50周年- 子どもの権利を守ろう
- 国際化時代にふさわしい人権意識を育てよう
- 部落差別をなくそう
- 女性の地位を高めよう
- 障害のある人の完全参加と平等を実現しよう
- 高齢者を大切にすることを育てよう

人権問題でお困りの方は、お気軽に最寄りの人権擁護委員が法務局にご相談下さい。
 ☎0552-52-0110 (いじめ110番)
 ☎0552-52-7151 (甲府地方法務局)
 相談は無料、秘密厳守で、難しい手続きは必要ありません。

「町内交通事故」発生件数

「気をつけて」
 朝の一言 忘れずに
 ==10月分==

| 件数 | 負傷 | 死者 |
|-------------|-------|------|
| 物損55件 (+10) | 34人 | 1人 |
| 人身25件 (-16) | (-24) | (+1) |

()内は、前月比
 (西条・押原駐在所調べ)

★「水道だより」をご覧ください。
 ★防寒方法など詳しくは12月の「水道だより」をご覧ください。
 露出していたり、防寒の不十分な部分(水洗トイレのロータンの給水管やメーターボックスの中など)をしっかり防寒して寒さから水道管を守りましょう。
 気温が氷点下4度以下になると水道管は凍結や破裂の恐れがあり、破裂すると修理などの費用もかなり大変です。
 露出していたり、防寒の不十分な部分(水洗トイレのロータンの給水管やメーターボックスの中など)をしっかり防寒して寒さから水道管を守りましょう。

郵便局からのお願い

年賀状の差し出しは12月24日(木)までに

元旦にお届けするために、できるだけ12月23日(水)頃までに、お書きいただき、12月24日(木)頃までに、方面別に束ねてお出しくさるようお願いいたします。また、年賀葉書には7ケタの新郵便番号をお書きくださるようお願いいたします。
 (町内各地区の新7ケタ番号は9ページをご覧ください)

弱視教育相談室開催のお知らせ

お子さまやご本人の目の問題について、いろいろと悩んでいる方、専門の先生に相談してみたいかどうでしょうか。

- ◆日時 平成10年12月12日(土)・13日(日)
- ◆時間 午前10時～午後3時
- ◆場所 山梨県立盲学校文化交流館 甲府市下飯田2-10-2
- ◆対象 乳幼児・児童・生徒・成人(本人または保護者)
- ◆相談内容 教科書や黒板の字が読みにくい。その他、目の不自由な子どもの育児でお困りの方
- ◆申し込み 電話でお申込みをしてください。
 山梨県立盲学校 弱視教育相談室
 (☎26-3361) 酒井・中村まで

あなたも参加しませんか！

国際交流「クリスマス会」

町内在住外国籍住民との交流を目的に国際交流クリスマス会を開催します。「昭和町国際交流を進める会」のメンバーが、おいしい民族料理やバンブーダンスを用意して、楽しくどなたでも参加できるクリスマス会です。お誘い合せてご参加下さい。
 と き：12月22日(火) 午後7時から
 と ころ：昭和町中央公民館講堂
 ひょう：500円(飲み物代等)
 申込み：12月1日から電話にて受付け
 ☎75-3737 (教育委員会生涯学習課)

無料交通事故電話相談

相談日 月曜～金曜日(祭日除く)
 午前9時半～12時
 午後1時～4時40分
 電話 ご相談は(28-8335)まで
 専門の相談員が親身になってご相談に応じます。

(社)日本損害保険協会
 甲府自動車保険請求相談センター
 甲府市丸ノ内3-1-6
 (住友生命ビル3F)

お詫びいたします
 10月・11月号のお誕生コーナーに掲載漏れがありました。楽しみにしていましたご両親、ご家族の方の御期待を裏切ってしまったこと、深く反省し、この誌面をお借りしましてお詫び申し上げます。

水道局から

「すぐく寒がりな水道管、防寒は大丈夫でしょうか」

国保ミニだより

町が医療機関などに支払った9月分の医療費は、約3,490万4千円です。(前年同月比16.3%の減) 病気の予防は、早期発見、早期治療が大切です。むやみな転医はつづし、医療費を大切に使いましょう。



みんなの広場

は・じ・め・ま・し・て



お
子
さ
ん
募
集



おかもとひなこ
岡本陽菜子ちゃん

●H10.3.11生(西条二区)
●(父)賢司さん(母)恵美子さん

待望の1人目です。人にはやさしく、思いやりのある子に育ってほしいです。(健康第一)



かねまるなつみ
金丸菜摘ちゃん

●H9.2.20生(西条二区)
●(父)武士さん(母)みどりさん

何でもお兄ちゃんの真似ばかりをしたがるおてんば娘です。大人になったら、どんな娘になるかとても楽しみです。



お申込みは、役場広報担当(☎75-2111 内線(211、212))まで

しっかりバランス・簡単朝食メニュー

■甘塩づけと野菜のレンジ蒸し

●材料(4人分)

| | | | | |
|------|------|---|------|------|
| 甘塩づけ | 4切れ | A | ごま油 | 大さじ1 |
| しめじ | 200g | | 酒 | 大さじ3 |
| 人参 | 40g | | こしょう | 少々 |
| しょうが | 1/2片 | | | |
| ねぎ | 1/2本 | | | |

●作り方

- ①しめじは石づきを除いて、小房にほぐす。人参としょうがとねぎはせん切りにする。ねぎは冷水にさらしておく。
- ②Aは、混ぜ合わせておく。
- ③甘塩づけは、電子レンジ可能な皿に並べ、しょうが、人参、しめじを散らしのせ②を振りかける。ラップをかけて電子レンジで6~7分加熱する。
- ④火が通ったら、器に盛り分け、水けをよくきったねぎをのせる。

■小松菜と揚げかまぼこの早煮

●材料

| | | | | |
|--------|----------|---|---------|--------|
| 小松菜 | 1束(350g) | A | だし汁 | カップ2/3 |
| 揚げかまぼこ | 90g | | みりん | 大さじ2 |
| | | | うす口しょう油 | 大さじ2 |
| | | | 酒 | 大さじ1 |

●作り方

- ①小松菜は硬めにゆでて3~4cmの長さに切る。
- ②揚げかまぼこは5cm幅に切る。
- ③鍋にAを煮たて、小松菜と揚げかまぼこを入れ、強火でときどき混ぜながら3~5分煮、汁ごと器に盛る。

【町の人口】

| | |
|------------------|--------------|
| 男 | 7,647人(-1) |
| 女 | 7,112人(+14) |
| 計 | 14,759人(-13) |
| 世帯数 | 5,477戸(+2) |
| 11月1日現在。()内は前月比 | |

町の鳥=ひばり
町の花=れんげ
町の木=乙女椿

甘塩づけと野菜のレンジ蒸し 小松菜と揚げかまぼこの早煮

楽しいクッキング



まあ、おうちで

ちょっと一言

一日の始まりの朝食だからこそ、しっかりバランスのとれた食事をこころがけましょう。カルシウムの魚類に野菜もたっぷりそして実だくさんの味噌汁、これで今日も一日ファイト!

食生活改善推進員

今福みち子さん(清水新居)



ホッ

◆みなさんもそろそろ感じていないではないでしょうか?
「もう12月になっちゃったのか、そろそろ年賀状を書かなければ…」
毎年、早く書こうと思っ
ていますが、クリスマス・忘年会などで楽しくさわいでいると、つい
忘れてしまい、暮れの押し迫
った頃になって必死に書き始
めるのは私だけでしょうか?
今年こそは余裕を持って書
き終えたいものです。
◆主役はみなさん:
日頃みなさんが地域活動、サ
クル活動、その他の活動に汗を流
し、みんな楽しんでながら親睦を
深め活動している姿はとて
素晴らしいことだと思います。
広報はそんな町民のみなさん
を応援します。「話題のひろば」コ
ーナーの主役は、町民のみなさん
です。これからの時代は自分
をアピールすることも必要
ではないでしょうか。みな
さんのすてきな情報をお
待ちしています。どしどし
お寄せください!

広報担当