

# しゅうあ

Showa Public Relations

青空と緑と産業の町  
Public Relations Showa Town  
町の鳥=ひばり 町の花=れんげ 町の木=乙女椿

# 12月号

Dec.2008  
No.374

まちの動き

11月1日現在( )内は前月比

人口	16,810人 (+9)
男	8,672人 (+7)
女	8,138人 (+2)
世帯数	6,754戸 (+5)

しんしんと降りつづくゆき  
あったかいおうちへ帰ろう

来年もよい年でありますように





# しょうわ 安全・安心マップ

～安心して暮らせるまちづくり～

安全・安心  
マップとは？

防犯情報  
犯罪被害から  
身を守ろう！

道路工事情報  
工事箇所・交通規制  
を確認できます

火災・災害情報  
いざというときに  
備えましょう

昭和田役場 〒409-3880 山梨県中巨摩郡昭和田町押越542-2  
Copyright(C) 2008 SHIOWA TOWN. All Rights Reserved

※携帯電話へのメール配信をお申し込みされた場合パケット通信料がかかります。なお、登録された個人情報は厳重に管理いたします。お問い合わせは、役場企画財政課企画情報係 (☎ 275-8154) まで

ご利用ください

## しょうわ 安全・安心マップ

安心して暮らせるまちづくり

町では9月にホームページのリニューアルを行いました。ゴミの出し方に関する外国語版の追加やトップページの修正などです。

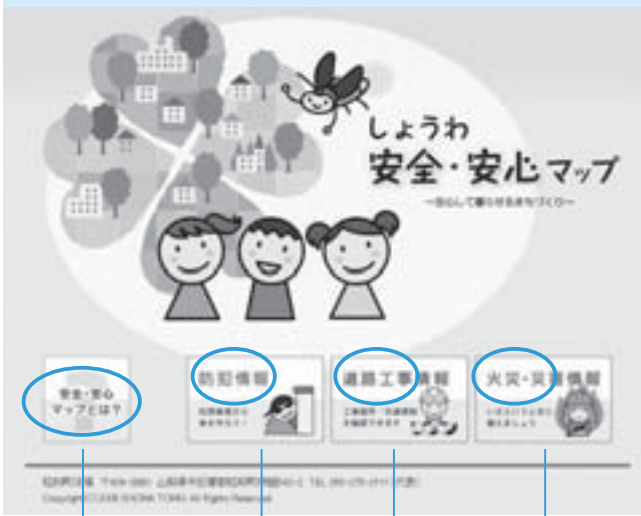
このリニューアルに伴い、「しょうわ安全・安心マップ」機能も追加いたしました。昨年実施した地域情報化推進に関するアンケート調査において、町民から要望が多かった町内の「安全・安心」にかかわる情報を提供し「地域防災力」の一助となるよう構築したものです。特徴は、警察や地域の方から提供のあった安全・安心にかかわる情報を地図上に表示できることと、登録した情報を広く普及している情報端末である携帯電話にメール配信できることです。

情報の種類としては、不審者情報などの防犯にかかわるもの、道路工事情報などの公共交通の安全にかかわるもの、そして火災や集中豪雨などの災害にかかわるものとなっています。

11月末現在で登録されている情報は、ホームページ上で見る事ができ、また、新しい情報が登録されれば携帯電話でメール受信することができます(利用者登録が必要です)ので、多くのおみなさまのご利用をお待ちしています。



クリックすると下の画面になります。  
 (直接リンク [http://www.town.showa.yamanashi.jp/safe\\_map/](http://www.town.showa.yamanashi.jp/safe_map/))



クリック

クリックすると登録されている情報をパソコン上で地図情報とともに見ることができます。

クリック



クリック



配信される情報は、「防犯情報」「道路工事情報」「火災・災害情報」の3つです。いずれも町民のみなさまの安全で安心な日常生活の一助となる情報です。もちろん、地図情報も一緒に配信されるのでとてもわかりやすくなっています。左図を参考に携帯電話への配信登録をお待ちしています。今すぐアクセス！

どんな情報が配信されるの？

9月から始めた「安全・安心マップ」。昨年実施した地域情報化に関する町民アンケート調査で要望が多かった内容について情報配信を行っています。11月末現在で不審者情報3件、道路工事情報9件が配信されています。

都市化の進む本町は、山梨県内でも刑法犯等の発生率が高い町です。また、区画整理事業や道路整備等による道路の通行止めについても、町民の皆さまにご不便をおかけしています。これらの情報をできるだけ町民に提供し、安全で安心して

て暮らせるまちづくりをすすめていくことを目的としています。自分たちの住む地域は自分たちが守るといふ「地域防災力」の向上のため、より多くの方のご利用をお願いいたします。



▲携帯電話へメール配信



▲昭和町保育所連合会幹事園である第二上河東保育園の保育士さんも利用しています

「保育園でも不審者情報などの防犯情報を知ることは大切です。携帯電話のメールで確認できるので便利です」

私たちも利用しています。



# 『昭和町の家計簿』をお知らせします

昭和町の平成 19 年度決算が、今年 9 月に開かれた定例町議会で承認されました。町が行っている様々な事業は、みなさんが納めている税金や、国・県からの補助金などでまかなわれています。

決算とは、年度始まりの 4 月から翌年 3 月の間にいくら収入や支出があったかをまとめた「町の家計簿」です。

平成 19 年度の歳入総額は 93 億 2,526 万円で、歳出総額は 87 億 4,230 万円でした。

\* 歳入歳出差引額 5 億 8,296 万円のうち平成 19 年度事業で翌年度に繰越す財源 1 億 3,853 万円を差し引いた 4 億 4,443 万円は、前年度繰越金として平成 20 年度の歳入となります。

## 《平成 19 年度一般会計決算状況》

歳入 93 億 2,526 万円

県支出金  
2 億 7,526 万円  
3.0%

町税 42 億 7,251 万円 45.8%	その他 23 億 8,490 万円 25.5%	国庫支出金 11 億 9,875 万円 12.9%	町債 7 億 4,600 万円 8.0%	譲与税 4 億 4,784 万円 4.8%	交付金 4 億 4,784 万円 4.8%
自主財源 (町が自主的に収入する財源)		依存財源 (国や県から交付される財源)			

歳出 87 億 4,230 万円

消防費  
2 億 2,780 万円  
2.6%

農林水産業費  
1 億 763 万円  
1.2%

土木費 25 億 6,189 万円 29.3%	教育費 18 億 7,067 万円 21.4%	民生費 15 億 2,729 万円 17.5%	総務費 8 億 6,268 万円 9.9%	衛生費 5 億 2,360 万円 6.0%	公債費 4 億 8,507 万円 5.5%	その他 5 億 7,567 万円 6.6%
-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------

\* 端数処理の関係上、合計数値と一致しない部分があります。

### ◆歳入について

歳入のトップは町税ですが、税制改正による個人町民税の増収に引き換え、法人町民税は景気の後退により減収となり、町税全体では前年比で 5,793 万円の減収 (1.3%) となりました。国庫支出金は、都市公園事業・町営住宅建替事業・西条小学校増築事業・地域交流センター建設事業等、国庫補助事業に関連した国庫補助金が増額になりましたが、押原中学校増築事業の町債分が大幅に減額となりました。歳入全体では前年比 5.9%、約 5 億 8,873 万円の減額になりました。

- その他……………保育所運営費保護者負担金・学校給食費保護者負担金・町営住宅使用料・基金繰入金・前年度繰越金など
- 町債……………都市公園整備事業・町営住宅建設事業・西条小学校増築事業などの借入金
- 譲与税・交付金……………自動車重量譲与税・地方道路譲与税・地方消費税交付金・自動車取得税交付金・地方特例交付金など

### ◆歳出について

歳出については、押原中学校増築事業が平成 18 年度をもって完了したため、教育費において、前年比約 2 億円 (9.7%) の減額となりました。また、諸支出金についても、基金への積立金が前年に比べて大幅に減額となり、歳出全体では前年比 5.8%、約 5 億 3,675 万円の減額になりました。

- 公債費……………町の借金の返済金
- その他……………議会費・労働費・商工費・基金積立金など

## ◆町税の決算状況

税目	決算額	構成比
個人町民税	10億1,736万円	23.8%
法人町民税	6億8,173万円	16.0%
固定資産税	22億6,310万円	53.0%
軽自動車税	3,380万円	0.8%
町たばこ税	2億7,652万円	6.5%
合計	42億7,251万円	100%

\*端数処理の関係上、合計数値と一致しない部分があります。

## ◆基金

平成19年度末 基金現在高	31億1,220万円	町民一人当り 185,700円
------------------	------------	--------------------

●基金とは、町が将来に備えたり、特定の目的のために資金を積み立て、または、定額の資金を運用するために設けられる資金で、町の積立預金のことをいいます。

## ◆町債

平成19年度末 町債現在高	62億8,334万円	町民一人当り 374,900円
------------------	------------	--------------------

●町債とは、町が公園や道路、学校などの大きな事業をするために借り入れるお金（借金）のことです。これに対し歳出の公債費とは、この町債を返済するためのお金です。

町債を財源とした施設は、長期にわたって利用されることから、町債も将来にわたって返済していきます。これは現在利用する方と将来利用する方が公平に負担し合うということです。

◎人口は、平成20年3月31日現在人口（16,759人で計算）

# \*\*\* 財政指標 \*\*\*

自治体の財政状況を分析するため様々な分析指数があり、総称して「財政指標」と呼んでいます。昭和町の財政状況が裕福かどうか、財政に弾力性があるかどうか、借金の占める割合が高いか低いかなどを判断する3つの指標についてお知らせします。

## ◆財政力指数

財政基盤の強弱を示す指数で、標準的な行政需要に必要な財源をどれくらい自力で調達できるかを表しています。この値が大きいほど財政力に余裕があり、「1」を超えた団体は、自立して自主的に財政運営ができることとなりますので、地方交付税が交付されない、いわゆる「不交付団体」となります。

昭和町の財政力指数	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度
	1.464	1.443	1.389	1.422	1.486

## ◆経常収支比率

財政の弾力性を測定する最も一般的な指標であり、経常的な一般財源（町税などのように使途が特定されていない財源）が、経常的に支出する経費（人件費、扶助費、公債費等）にどれくらい充当されているかを示す比率です。この比率が高くなるほど財政運営が厳しくなります。

一般的に70%程度が望ましく、80%を超えると財政構造の弾力性が失われつつあるといわれています。

昭和町の経常収支比率	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度
	61.3%	62.4%	66.4%	63.7%	71.0%

## ◆実質公債費比率

平成18年度から導入された新しい財政指標で、公債費（町債の返済金）による財政負担の程度を示す比率です。実質的な公債費に費やした一般財源の額が標準財政規模（標準的な行政活動を行うのに必要な額）に占める割合をいいます。公営企業等（下水道事業など）へ繰り出している起債の償還分も含まれ、実質的な公債費を網羅して算定した指数です。18%を超えると地方債の発行に許可を要し、25%を超えると起債の制限をつけることとなります。

昭和町の実質公債費比率	平成17年度	平成18年度	平成19年度
	8.0%	8.5%	8.8%

問合せ 役場企画財政課財政係（☎ 275-8154）

# 財政健全化判断比率を公表します！

平成 19 年 6 月「地方公共団体の財政の健全化に関する法律（以下、財政健全化法）」が公布されました。この法律は、財政再建団体制度がいわゆる「夕張市問題」に十分に機能しなかったことを踏まえ、その問題点を改善した制度であり、50 年ぶりに見直されました。

財政健全化法では、地方公共団体は、平成 19 年度決算数値から、次の健全化判断比率等（①～⑤）を監査委員の審査に付した上で、その意見を付して議会へ報告し、町民のみなさまに公表することになりました。

## 健全化判断比率

「早期健全化基準」「財政再生基準」を下回り「健全段階」となりました （単位：％）

指標名	平成 19 年度 昭和町 比率	早期健全化基準	財政再生基準
① 実質赤字比率	-	14.74	20
② 連結実質赤字比率	-	19.74	40
③ 実質公債費比率	8.8	25	35
④ 将来負担比率	22.7	350	-

※赤字額がないため、①実質赤字比率と②連結実質赤字比率は「-」と表示しています。

※将来負担比率については、財政再生基準が設定されていないため「-」と表示しています。

## ⑤資金不足比率

資金不足を生じた特別会計はなく「健全段階」となりました （単位：％）

会計名	平成 19 年度 昭和町 比率	経営健全化基準
下水道事業特別会計	-	20

※資金不足額がないため、⑤資金不足比率は「-」と表示しています。

## 用語解説

### ・実質赤字比率

一般会計等（一般会計及び渇水対策事業特別会計）を対象とした実質赤字の標準財政規模に対する比率。  
一般会計等の赤字の程度を指標化し、財政運営の深刻度を示すものです。

### ・連結実質赤字比率

すべての会計を対象とした実質赤字（又は資金の不足額）の標準財政規模に対する比率。  
すべての会計の赤字や黒字を合算し、町全体としての赤字の程度を指標化し、全体の財政運営の深刻度を示すものです。

### ・実質公債費比率

一般会計等が負担する元利償還金及び準元利償還金の標準財政規模に対する比率（3 か年平均）。  
借入金の返済額及びこれに準じる額の大きさを指標化し、資金繰りの危険度を示すものです。

### ・将来負担比率

一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率。  
一般会計等の借入金や将来支払っていく可能性のある負担などの現時点での残高の程度を指標化し、将来財政を圧迫する可能性が高いかどうかを示すものです。

### ・資金不足比率

公営企業会計（下水道事業特別会計）の資金不足を、料金収入等と比較して指標化し、経営状況の深刻度を示すものです。

### ・標準財政規模

自治体が、標準的な状態のとき、通常収入されるであろう経常的一般財源の規模のことです。

※標準収入額等（町税や地方譲与税など）＋普通交付税＋臨時財政対策債発行可能額



## 早期健全化基準を超えると…

健全化判断比率(①～④)のうち1つでも早期健全化基準を超えると、早期健全化団体として自主的に財政の健全化を図るため、次のことを行います。

1. 財政健全化計画を策定し、議会の議決を経て速やかに公表
2. 議会で承認された財政健全化計画を県知事に報告
3. 財政健全化計画の実施状況を議会に報告、公表、県知事に報告
4. 外部監査契約による監査

早期健全化が著しく困難であると判断されたときは、県知事から必要な勧告が行われます。

## 財政再生基準を超えると…

健全化判断比率(①～④)のうち、④将来負担比率を除いた3つの比率のうち1つでも財政再生基準を超えると、財政再生団体として国の関与をうけながら財政の再生を図るため、次のことを行います。

1. 財政再生計画を策定し、議会の議決を経て速やかに公表
2. 議会で承認された財政再生計画を総務大臣に協議し、同意を求めることができる→同意がない場合には、災害復旧事業債などを除き、地方債の起債が不可能となる
3. 財政再生計画の実施状況を議会に報告、公表
4. 外部監査契約による監査

財政再生計画が実際の財政運営に適合しないと判断されたときは、総務大臣から予算の変更等、必要な措置の勧告が行われます。

## 経営健全化基準を超えると…

⑥資金不足比率が経営健全化基準を超えると、経営健全化を図るため、次のことを行います。

1. 経営健全化計画を策定し、議会の議決を経て速やかに公表
2. 議会で承認された経営健全化計画を県知事に報告
3. 経営健全化計画の実施状況を議会に報告、公表、県知事に報告
4. 外部監査契約による監査

経営健全化が著しく困難であると判断されたときは、県知事から必要な勧告が行われます。

### ◎滞納解消に向けた取り組み

#### 納税相談

町税を納期限までに納めることが困難な場合はご相談ください。

#### 納税催告

納期限が過ぎても納付のない方に対し、文書催告、電話催告、自宅訪問を行います。

#### 財産調査

滞納者の財産を、官公署・金融機関・生命保険会社・勤務先(給与照会)などに対し調査します。

#### 滞納処分

財産調査(預貯金・給与・自動車・生命保険)に基づき、財産がある滞納者に対し、差押えを行います。差押え後も納付がない場合は、やむを得ず、差押えた財産の換価・公売を行うこととなります。

悪質な滞納は絶対には許しません！  
ほとんどの町民の方は、町税を納期限内に自主的に納めていただいています。再三の催告にも納付に応じない滞納者に対しては、税負担の公平性を確保するため、強制的に給与、不動産、自動車、預貯金、生命保険等の財産の差押えを執行し、その財産をインターネット、公売などにより換価し、滞納税額に充てます。

(単位：円)

差押財産	件数	金額
給与	2	355,000
預貯金	27	2,717,715
生命保険	0	0
不動産	0	0
自動車	3	換価未済
搜索	2	換価未済
その他	39	1,815,051
計	73	4,887,766

また、場合によっては、職員が滞納者の自宅等を強制的に搜索して、発見した財産を差押え、搬出することも行います。

税務課から「町税徴収強化」についてのお知らせ  
12月は「滞納整理」を強化します  
山梨県地方税滞納整理推進機構と連携して  
差押え等の処分を強化します

■問い合わせ先： 役場税務課 徴収係 (☎ 275-8265)

# 国保

# だより

NO.47



国保被保険者 加入世帯 2,589 世帯 被保険者 4,924 人 平成 20 年 10 月末現在

## 国保疾病統計から見てみよう



国民健康保険では、毎年季節的な病気や住民の異動が少ない5月に、国保加入者が病気等で医療機関にかかった状況を疾病統計として集計しています。本町の状況についてお知らせします。（左下表）

肥満傾向にある方が「高血圧」「糖尿病」「高脂血症」といった生活習慣病を2つ以上持っている状態を「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」といいます。本町を見ても、これらに関連する疾病の受診件数が多く見られます。

「メタボリックシンドローム」は、自覚症状がほとんどないまま、気づかないうちに重篤な事態を招く恐れのあるもので、本町のみならず全国的に増加傾向にあります。

本年度から、この「メタボリックシンドローム」の改善を主たる目的とした「特定健診」が始まりました。また、この健診結果により必要に応じて「特定保健指導」が行なわれます。本町では7月に特定健診を実施し、8月から該当者には特定保健指導を始められます。

「特定健診」「特定保健指導」は伸び続ける医療費に歯止めをかけるため、疾病を早期発見、早期治療をす

るのでなく、疾病そのものの発症をなくすことを目的としています。「特定健診」を受診されること、また、食生活の改善や運動に心がける等、ちょっとした日常生活の見直しや「メタボリックシンドローム」を減らし今後の昭和町国保を支えていくこととなります。

外 来		入 院	
順位	疾病分類項目	順位	疾病分類項目
1	歯及び歯の支援組織の障害	1	腫 瘍
2	高 血 圧 性 疾 患	2	精 神 及 び 行 動 の 障 害
3	呼 吸 器 系 の 疾 患	3	脳 血 管 疾 患
4	筋 骨 格 系 及 び 結 合 組 織 の 疾 患	4	循 環 器 系 の 疾 患
5	眼 及 び 付 属 器 の 疾 患	4	消 化 器 系 の 疾 患
6	皮 膚 及 び 皮 下 組 織 の 疾 患	4	損 傷、中 毒 及 び そ の 他 の 外 因 の 影 響
7	糖 尿 病	7	神 経 系 の 疾 患
8	消 化 器 系 の 疾 患	7	妊 娠・分 娩 及 び 産 じ ょ く
9	精 神 及 び 行 動 の 障 害	7	異 常 臨 床・検 査 所 見 で 他 に 分 類 さ れ な い も の
10	感 染 症 及 び 寄 生 虫 症	10	気 管、気 管 支 及 び 肺 の 悪 性 新 生 物

▲高率受診件数上位10項目

## 長寿医療制度からお知らせ

今年度4月1日から始まりました長寿医療制度につきましては、施行以降、周知不足、低所得者の保険料の負担増等様々な不備が指摘されているところですが、国はこのような点を改善するためいくつかの対策をとってきているところです。

特に「高齢者医療の円滑な運営のための負担の軽減」により、低所得者を対象に保険料額を引き下ることとなり、保険料が減額に変更されたことにより、それまでの年金からの天引き（特別徴収）だった方が納付書によって収めていただく（普通徴収）に切り替わるようになります。

該当される方にはすでに通知書と納付書を送し、9月からは納付書での納入をお願いしているところですが再度の確認をお願いいたします。

また、これまで加入していた国民健康保険で口座振替により保険税の納付を受けていた方が、75歳になったことで後期高齢者（長寿）医療制度に切り替わった場合は、これまでの口座からの振替は出来ず、改めて口座振替の手続きが必要となります。

この場合も納付書を送してありますが、口座振替になつていないと思いが未納となっている方も見受けられますのでご確認をお願いいたします。

年末調整・確定申告には「国民健康保険税納付額のお知らせ」をご利用ください

今年1月から12月までに納めていただいた国民健康保険税は、「年末調整」、「確定申告」のときに社会保険料控除として所得から差し引くことができます。

支払った国民健康保険税額を知りたい場合は、役場町民窓口課に「国民健康保険税納付額のお知らせ」を申請してください。

ご本人・同居の家族以外の方が申請する場合は委任状が必要です

役場に来られない場合も、前もって連絡をいただければ、ご自宅へ郵送いたします。いずれも無料です。（ご自宅以外のごころへの郵送はできません。）支払った額についての電話での問合せは、地方公務員法及び昭和町個人情報保護条例に基づきお答えできませんので、「了承ください。」



■問い合わせ先：役場町民窓口課 国民健康保険係 (☎ 275-8264)





## 只今、救急出場急増中！

緊急でないのに救急車を要請すると、救急車を必要とする重症者が発生したとき、遠くの救急車が出動することになり、到着が遅れ「救える命が救えなくなる」おそれがあります。

### 「救急車を必要とする症状」

- ・急に顔色が悪くなり、冷や汗をかいている
- ・急に激しい頭の痛みがおこり、我慢できないとき
- ・急に激しい胸の痛みがおこり、我慢できないとき
- ・急に激しいお腹の痛みがおこり、我慢できないとき
- ・急にろれつが回らない、言葉が出せない、手足が動かない
- ・急にケイレン、吐き気、嘔吐したとき
- ・担架等がないと移動できないとき
- ・意識がない

### 「救急車の誤った使い方」

- ・風邪、かすり傷、つき指等の軽症者
- ・タクシー代わりに利用する人
- ・自家用車がないからと利用する人
- ・優先的に受診ができるからと利用する人
- ・通院や入院を目的として利用する人
- ・夜中に診察してくれる病院がわからない

皆様のご協力をお願いします



夜間・休日の救急病院の問い合わせ・相談  
甲府市医師会救急医療センター  
055 (226) 3399

## スポーツ少年団紹介《昭和ミニバスケットボール》



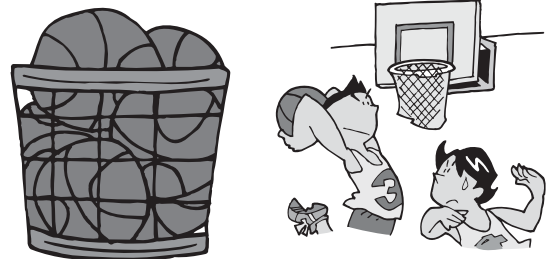
僕たち、昭和ミニバスケットボールスポーツ少年団は、現在 16 名のバスケ大好き少年が集まる楽しいチームです。

バスケットボールの技術を磨くことはもちろん、仲間への思いやり、チームワークの大切さを学びながら、元気よく練習に励んでいます。

いつでも見学に来てください。

僕たちと一緒にバスケットボールをしましょう。

練習日 水・木曜日 午後 6 時 30 分～8 時 30 分  
土曜日 午後 4 時 30 分～7 時 30 分  
練習会場 押原小学校体育館  
問合せ 町教育委員会 生涯学習課 (☎ 275-8641)



10月12日に開催された「ふるさとふれあい祭り」において、中・高生のみなさん（高等学校生活指導員連絡協議会）が、お祭り会場のゴミ拾いを行いました。

ご協力ありがとうございました  
「ございました」



立川 聖子 様  
寄付金 5万円

上河東二区  
10月21日町長室において「町の環境行政充実のために」と次の方から寄付をいただきました。

善意ありがとうございました  
「ございました」

# 2008 スポーツフェスティバルが開催されました

11月2日(日)「2008 スポーツフェスティバル」が開催されました。参加者のみなさんは、秋晴れの中、スポーツで汗を流し、楽しんでいました。このフェスティバルでは、食生活改善推進員の方々が、温かい豚汁サービスを行っていただきました。各種目の様子や結果は次のとおりです。



ターゲットシューター  
めざせ！Jリーガー



豚汁コーナー  
あったか。ほっと一息



バッグコーナー  
的まで届けっ！



スポーツ吹き矢コーナー



## 子どもクラブ綱引き大会

優勝 押原 A  
準優勝 押原 B  
第3位 紙漉阿原



ゲートボール教室  
1番ゲート通過！



ストラックアウトコーナー  
1枚でも多く当たったかな？

## ストラックアウト

団体優勝 体協野球部



体力測定



チャイルドサッカー  
負けないぞ～

## チャイルドサッカー

優勝 押原 保育園  
準優勝 富士桜学園

■ 12月4日(木)～12月10日(水)は「第60回 人権週間」です！



清水 博久さん



河西 忠則さん

法務大臣から平成20年10月1日付けで、西条二区にお住まいの、河西忠則さんと紙漉阿原にお住まいの、清水博久さんが新たに人権擁護委員に委嘱されました。任期は3年間です。

人権擁護委員が  
決まりました



角野 洋さん

法務大臣から、平成20年10月1日付けで、西条一区にお住まいの、角野洋さんが新たに保護司に委嘱されました。任期は2年間です。

保護司が  
決まりました



# 下水道に油などを

## 流さないでください！

下水道はみんなの施設！大切に使いましょう！

下水道への接続はお済ですか？

町では「公衆衛生の向上、公共水域の水質保全、清潔で快適な生活の確保」を目的として下水道事業を進めています。そして、すでに町民の約7割を超えているみなさまが下水道を使える地域（供用開始区域）に住んでいることとなります。

下水道事業は、ただ下水道の工事をしたということではありません。供用開始区域のみならず下水道に接続をし、下水道を使用して初めて事業の目的が果たせるのです。

※供用開始区域にお住まいのみならず、また、区域内にアパート、事業所等をお持ちのみならず、1日も早い下水道への接続をお願いいたします。

今季節は下水道が詰まりやすくなります

下水道には何でも流せるというものではありません。ここ数年、下水道に流すことのできない物質等を流してしまうこと

により、下水道の公共マス、本管等が詰まったり破損したりするケースが起きています。いずれも下水道に流された油分が気温低下によって固まり、汚水中の浮遊物質等を巻き込んで大きくなったオイルボールが原因です。

◆下水道の閉塞等が起きた箇所

- ① 西条彩の広場南のマンホール・東のマンホール
- ② 西条昭和高校東側公共マス
- ③ 西条上石田一丁目西条線の甲府バイパス交差点から南側の公共マス
- ④ 河西大林公園横のマンホール
- ⑤ 西条地内昭和バイパスのマンホール
- ⑥ 清水新居諏訪神社南交差点付近のマンホール

※下水道に流してはいけない物質等を流すことによって生じるトラブルについては、下水道法によりその原因を生じさせた人に修繕及び清掃等の費用負担をしていただくこともあります。



▲マンホール清掃の様子

下水道は大切な財産です

水は貴重な資源です。一度汚してしまうと元に戻すには大変な労力と費用がかかります。再度つぎの点にご注意いただき、町の大切な財産である下水道を正しく使うようお願いいたします。

- 天ぷら油などの食用油、石油などの鉱物油、シンナーなどの溶剤類を流さないでください。
- 台所のゴミや残り物、風呂場や洗面台の髪の毛等は極力取り除いてください。
- 水に溶けない紙おむつや、タバコの吸殻等を流さないでください。
- 洗剤等は、量を守り使い過ぎないようにしてください。

※昭和町では個人の排水管等の清掃を業者委託するようなことはいたしません。戸別訪問をして排水管等の清掃を強制するような業者がいましたらその場での契約は避け、役場下水道課に連絡を取るなどの確認をしてください。

問合せ 役場下水道課  
(☎275・8356)

### 山梨県心身障害者自動車燃料費助成金の請求手続きについて

平成20年度（平成20年1月～12月分）の助成金の請求を次により受け付けますので、該当する場合は次のいずれかの会場に来場の上、手続きをしてください。

◆助成対象者の条件

自動車税または軽自動車税の減免を受けている方（申請済の方）で、身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A、または戦傷病者手帳特別第1・第2項症に該当する方。

◆受付日・会場（どこの会場でも受付出来ます）

平成21年	1月6日(火)	午前10時00分～午後3時	昭 和 町 総 合 会 館	2階 軽運動室		
	1月8日(木)	午前 9時30分～午後4時	甲 府 市 総 合 市 民 会 館	1階 多目的室		
	1月14日(水)					
	1月15日(木)	午前10時00分～午後3時	北 杜 市 役 所 長 坂 総 合 支 所	1階 会 議 室		
	1月20日(火)					
	1月22日(木)				甲 斐 市 敷 島 総 合 文 化 会 館	2階 研 修 室
	1月23日(金)				北 杜 市 役 所 本 庁 舎 (須 玉)	1階 会 議 室
	1月26日(月)				北 巨 摩 合 同 庁 舎 (葦 崎)	1階 大 会 議 室
	1月28日(水)				白 根 保 健 セ ン タ ー	1階 多 目 的 室
	1月29日(木)					
	2月2日(月)					
	2月5日(木)					

◆当日持参するもの

- ①山梨県心身障害者自動車燃料費助成金請求書
- ②宛名に請求者氏名が記載された領収書と購入量計算書または支払証明書
- ③身体障害者手帳、療育手帳、戦傷病者手帳のいずれか（「減免申請済」と押印があるもの）
- ④印鑑
- ⑤車検証
- ⑥請求者の預金通帳（ゆうちょ銀行は除く）

◆連絡・問合せ先 山梨県中北保健福祉事務所 福祉課障害福祉担当 (☎237-1381 FAX235-7115)





# 町立図書館からのお・す・す・め

## 【一般図書】

題名	作者	出版社
おひとりさまでもだいじょうぶ。	吉田 太一	ポ プ ラ 社
左 岸	江國 香織	集 英 社
ふたりが遺したラブレター	リディア・フレム	ヴィレッジブックス
駅 神 心 た た び	関子 慧	早 川 書 房
かつら文庫の50年	東京子ども図書館	東京子ども図書館

## 【児童図書】

題名	作者	出版社
ぼくらの先生!	はやみね かおる	講 談 社
ラッキー・トリプルのサバイバルな毎日	スーザン・パトロン	あ す な ろ 書 房
時間をまきもどせ!	ナンシー・エリメンディ	徳 間 書 店
前略、がんばっているみんなへ	北島 康介	ベースボール・マガジン社
とんがとびんがのプレゼント	西内 ミナミ	福 音 館 書 店

町立図書館では、みなさんの読みたい本のリクエストをいつでも受付けています。カウンターでお気軽に声をかけください。町立図書館の開館時間は、平日は午後7時まで、土・日曜日は午後5時までです。お仕事帰りにご利用ください。また、DVDの貸し出しも、ご利用ください。

## みなさんの

## 健 康

### “富士山には覚悟して登りましょう”

山梨大学医学部免疫学講座教授

中尾 篤人

山梨大学医学部は夏休みの期間、富士山8合目救護所で医療ボランティア活動をしています。私は、山梨大学に赴任して以来約5年間、今まではこの活動にあまり関心がなかったのですが、今年、どういうわけか、学内に回って来た依頼書を見て参加することを即決してしまいました。今思ってもどうしてその時、行こうと思ったのか、よくわかりません。

さて、そこで他の3人のメンバー（研修医1名、事務職員の方たち2名、私も一応医師です。）と7月20日～22日に救護所に行きました。夏休みの初めで、かつ3連休だったので家族にブーブー言われましたが、ここしか参加できる日がないのでしょうがありません。日頃の行ないがいいのか、天気は最高の晴天でした。4人で車で5合目まで行き、8合目の救護所まではブルドーザーが送ってくれました。途中、ブルドーザーで楽をしている我々に対する登山者の冷たい視線を感じながらも、余裕で救護所に到着しました（当たり前）。

1日目、思っていたよりずいぶん多くの具合の悪くなった登山者の人が救護所を訪れました（誰だ、ほとんど誰も来ないと言っていた人は）。でも、つつがなく仕事をこなし、2日

目に、予定通り、（救護所は研修医の人に留守番してもらい）生まれて初めて富士山山頂にトライしました。でもこれが地獄の始まりでした。

8合目から山頂まで距離にして約2キロ、たいしたことはないと思っていたのが大間違い、100メートルも進まぬうちに、息が苦しく足が前に出なくなりました。3分の1くらいきたところで真剣に引き返すことを考え始め、半分くらいのところで救護所のスタッフが救助されたらシャレにならない、と思いついて、3分の2くらいのところで、もうここで死ぬ、と覚悟しました。幸い、山頂に近づくにつれて吹き始めた涼しく心地よい風（神風？）に後押しされ、なんとか山頂の鳥居をくぐることができました。富士山（高山病）恐るべしです。よく新聞やテレビで、富士山を軽い気持ちと装備で登るのは止めましょうと言っていますが、その通りです。少しでも体調の悪い人は、富士山登山は止めましょう。ちなみに、今年は過去最多数の登山者ということで、来年も多くの人が登るのだらうと思います。もちろん、私のように富士山をあなどっている人は少数だとは思いますが、3000メートル級の山であることを忘れずに皆さんくれぐれも体に気をつけて登ってください。救護所が忙しくなるということは、生命の危険にあっている皆さんの数が増えているということでもあります。とにかく体調に留意です。山梨大学からのお願いです（笑）。

とは言うものの、苦しかった私も、山頂にたどり着いたときには、感動のあまり、富士浅間神社のお守りを、高かったけどつい買ってしまいました。また8合目で見たご来光の美しさは一生忘れないものになると思いますし、下山道の長さにも閉口しましたが、なんとなくちょっとでも進んでいけば、物事はちゃんと終わるんだな、と妙に哲学的ことを実感しました。やっぱり富士山は日本一の山です。

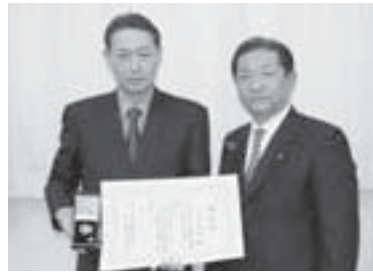
企画 財団法人 里仁会

## 全国防犯協会防犯荣誉銅賞を受賞

10月16日(木)都留市うぐいすホールにおいて、「平成20年度安全・安心街づくり山梨県民大会」が開催されました。

この大会の席上、日ごろの地域安全活動に対する努力と成果が認められ、県防犯協会南甲府支部長(町消防団長)の尾倉孝男さん(押越)が「全国防犯協会防犯荣誉銅賞」を受賞されました。

また、同大会において「関東防犯協会功勞団体表彰」を町消防団が受賞しました。



## 相談です

### ◇町長と語らいのとき

日時 12月3日(水)  
午後1時30分～4時

場所 町長室

\*あらかじめ総務課までご連絡ください。  
(☎275-8153)

### ◆行政相談

日時 12月17日(水)  
午後1時～3時

場所 中央公民館2階

### ◆消費生活無料相談

日時 12月12日(金)  
午前10時～正午

場所 中央公民館2階

\*直接会場へおこしください。  
お問合せは企画財政課まで(☎275-8154)

### ◆教育相談

日時 随時(水・金・土・日曜日、祝日は除く)  
午前9時～午後4時

場所 中央公民館2階

\*直接会場へおこしください。  
問合せは、町教育カウンセラーまで(☎275-6951)

### ◇心配ごと相談

日時 12月10日・24日  
毎月第2・4水曜日

午後1時30分～3時30分

場所 社会福祉協議会

\*あらかじめ町社会福祉協議会までご連絡ください。  
(☎275-0640)

### ◇結婚相談

日時 12月13日  
午後1時30分～4時

場所 総合会館2階

\*直接会場へおこしください。  
お問合せは、町結婚相談所まで(☎275-1881)

## 秋の球技大会上位の結果



### 一般男子ソフトボール

優勝 飯 喰  
準優勝 河 西  
第3位 西 条 二 区  
" 上 河 東 二 区

### ゲートボール

優勝 西 条 新 田  
準優勝 西 条 二 区  
第3位 紙 漉 阿 原  
" 築 地 新 居



### 一般女子バレーボール

優勝 西 条 二 区  
準優勝 上 河 東  
第3位 西 条 一 区  
" 紙 漉 阿 原



## 第42回秋季町民ゴルフ大会上位の結果



### 個人の部

優勝 小田切政人さん  
準優勝 辻 和夫さん  
第3位 宝福由秀さん



### 団体の部

優勝 西 条 二 区  
準優勝 河 西  
第3位 紙 漉 阿 原

## お知らせ

### ◆ボカシつくり会

日時 12月11日(木)  
場所 総合会館裏

時間 午後1時～

環境経済課まで

(☎275-8355)

\*不用犬・猫のお問合せは、環境経済課まで(☎275-8355)

### ◇町へのご意見箱(ホームページ)

\*ご意見やご要望、日ごろ町政についてお気付きの事を、町のホームページからお寄せください。

# シ リーズ 国民年金



## 繰上げ支給・繰下げ支給

【その48】

老齢基礎年金は65歳から受給ですが、希望すれば60歳から65歳になるまでの間に減額された繰上げ支給の年金を受けたり、66歳以降に増額された繰下げ支給の年金を受けたりすることができます。

早くもらう

### 繰上げ支給

60歳から65歳になるまでの間で、請求したときの月単位の年齢によって減額率が決まります。

減額率

0.5% ×

繰上げ請求月から  
65歳になる月の  
前月までの月数

- ・一度決めた減額率は一生変更できません。
- ・繰上げ支給を受けた後は障害基礎年金を受けられません。
- ・国民年金の任意加入者は繰上げ支給を請求できません。

請求時の年齢	請求時から65歳になる月の前月までの月数	減額率	昭和16年4月1日以前に生まれた人の減額率※
60歳0ヵ月～60歳11ヵ月	60月～49月	30.0%～24.5%	42.0%
61歳0ヵ月～61歳11ヵ月	48月～37月	24.0%～18.5%	35.0%
62歳0ヵ月～62歳11ヵ月	36月～25月	18.0%～12.5%	28.0%
63歳0ヵ月～63歳11ヵ月	24月～13月	12.0%～6.5%	20.0%
64歳0ヵ月～64歳11ヵ月	12月～1月	6.0%～0.5%	11.0%

※年単位になります。

後でもらう

### 繰下げ支給

66歳以降で、請求したときの月単位の年齢によって増額率が決まります。

増額率

0.7% ×

65歳になる月から  
申出月の  
前月までの月数

- ・一度決めた増額率は一生変更できません。

請求時の年齢	請求時から65歳になる月の前月までの月数	増額率	昭和16年4月1日以前に生まれた人の増額率※
66歳0ヵ月～66歳11ヵ月	12月～23月	8.4%～16.1%	12.0%
67歳0ヵ月～67歳11ヵ月	24月～35月	16.8%～24.5%	26.0%
68歳0ヵ月～68歳11ヵ月	36月～47月	25.2%～32.9%	43.0%
69歳0ヵ月～69歳11ヵ月	48月～59月	33.6%～41.3%	64.0%
70歳0ヵ月～	60月～	42.0%	88.0%

※年単位になります。

■問い合わせ先：竜王社会保険事務所 年金業務課 (☎ 278-1104)・役場町民窓口課 国民年金係 (☎ 275-8264)



男 女  
女と男とが築きあげる  
21世紀のまちづくり  
「共に生き活き  
No.52 輝け昭和」  
昭和町男女共同参画推進だより  
事務局 役場企画財政課 (☎275-8154)

家事・育児・介護は…  
仕事として認めていますか？

日本の社会は男は仕事、女は家事・育児・介護が役割として、生計は男性に頼る暮らしが長く続いてきました。当時は女性の地位も低く女性の担当する家事などは社会のなかでは正当な仕事としては評価はされてはいませんでした。その一例として、さまざまな保障制度にも男性と女性の補償額の差は顕著で地位と等しい状況でした。

現在では男女共同参画社会基本法により、女性政策は人権問題として捉えて、国の最優先課

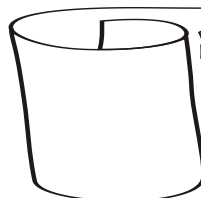


私たちの家庭においても、家事・育児・介護は正当な仕事として認めあいながら、役割や分担ではなく、家族全員の仕事として、出来る人が、出来るときに、出来ることをする、思いやりのある家族形成が望まれています。

題で、近年多くの改善がなされてきました。保障制度の逸失利益も改善されつつあり男女の差は縮小の傾向にあります。



 こんにちは！  
愛育会です！  
事務局 役場いきいき健康課  
(☎275-8785) No.19



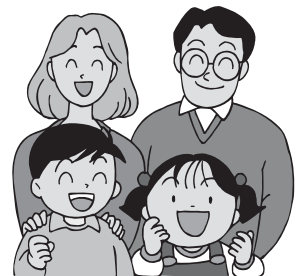
### 今月の声かけ

寒い日が続きますね。  
お元気ですか？

～風邪、インフルエンザなどの感染症がはやる時期です。  
うがい、手洗いなどの予防に心がけましょう。～

### ☆子宮がん検診は受けましたか？☆ 有効期限は 12 月末です！

愛育会では、多くの女性が子宮がん検診を受け、異常の早期発見・治療に役立ててもらいたいとの思いから、声かけをしながら検診のお勧めと、受診票の配布を行ってきました。この結果、愛育会を通してのお申し込みが 814 人ありました。愛育会を通して申し込まれた方の有効期限は 12 月末までです。まだ受診していない方は早めに受診しましょう。



#### ☆受診をした方の声☆

20 歳以上の女性は子宮がん検診が受けられるということをはじめで知りました。愛育さんに声をかけてもらい、助かりました！

#### ☆愛育班員の声☆

声かけを行うと共に、自分自身も検診を受けました。自分の為にも、人の為にもなる活動が出来てよかったです。

# 環境経済通信

問合せ 環境経済課 (☎ 275 - 8355) NO.8



環境保全推進大会が  
開催されました

「平成 20 年度昭和町環境保全推進大会」が 10 月 2 日(木)に開催されました。この大会において、環境美化功労者の表彰や町内小中学生から寄せられた環境保全ポスター・標語の入賞者が表彰されました。その他、町からの環境事業の報告、環境カウンセラー、藤巻眞史氏による「食とリサイクル」と題した講演会が行われました。

## 環境美化功労者

上河東二区 故 立川 清 様



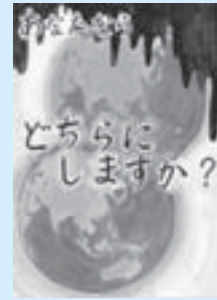
(故 立川清様に代わり妻の聖子様が授与されました)

## 環境保全ポスターの部入賞者

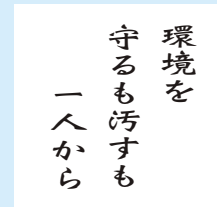
最優秀賞	押原中学校 1 年	古屋 友 唯 さん
優秀賞	押原小学校 5 年	河戸 苑 子 さん
〃	西条小学校 6 年	鈴木 愛 理 さん

## 標語の部入賞者

最優秀賞	押原中学校 1 年	五味 源太郎 さん
優秀賞	押原小学校 1 年	井上 明日実 さん
〃	常永小学校 4 年	宿沢 怜 央 さん



ポスターの部最優秀作品



標語の部最優秀作品

## 環境衛生係から

### エコキャップ運動

今年の 7 月から町民のみなさまにご協力をいただいているエコキャップ運動 (ペットボトルのふた) の、10 月末現在の集計ができましたので、お知らせいたします。

町民の方 (役場窓口) から 30,800 個、西条小学校のみなさんから 7,300 個、常永小学校のみなさんから 17,200 個合計 55,300 個のエコキャップを寄付していただきました。

このエコキャップ運動は、みなさまから寄せられたキャップを NPO 法人に渡し、発展途上国の子どもにポリオワクチンを贈る運動です。800 個で 1 人分のポリオワクチンが購入できます。

昭和町内で集めた 55,300 個のエコキャップで、**約 69 人**の子どもにポリオワクチンを届ける事ができました。これからも町民のみなさまのご協力をお願いいたします。

年間	個数	ワクチン数 (人分)
町民	30,800	38.5
西条小	7,300	9.1
常永小	17,200	21.5
合計	55,300	69.1

## 昭和町商工会から

### 年末年始謝恩大売出しご案内



昭和町商工会商業部会では、消費者のみなさまに、日頃のご愛顧を感謝し年末年始謝恩大売出しを実施します。今年度は 12 月 10 日(水)から 1 月 12 日(月)まで、参加各商店や飲食店など、町内の「のぼりやポスターのある店」で実施しています。昨年同様その場で抽選券を削っていただき、5,000 円～ 200 円までが当たる「スクラッチくじ」方式です。残念賞の粗品もご用意してお待ちしておりますので、さらに町内のお店をご愛顧くださいますようお願い申し上げます。

問合せ 昭和町商工会 商業部会 (☎ 275-3344)



## あなたの個人情報は狙われています！

●最近、南甲府警察署管内において「【民事訴訟裁判通達書】と記されたハガキが送られてきてどうしたらよいのか？」という相談が相次いでおります。ハガキの内容は『この度、貴方はご契約会社及び債権回収業者に対しての契約不履行につき、原告側が提出した起訴状を指定裁判所が受理したことを通知致します。後日、指定裁判所から出廷命令通知書が届きますので…尚書面通達となりますので個人情報保護の為、詳しい詳細等は当局員までご連絡下さい。※ご連絡なき方には不本意ながら本書を勤務先等へ郵送させていただきます。日本財務局管理センター』です。



身に覚えのない場合は決して連絡はしないで（相手はあなたの電話番号等の個人情報を狙っています。）無視をして構いません。しかし、発信者が「裁判所」の場合に限り、放置せず裁判所に確認してください。

## 少年の非行防止（健全育成）

少年が加害者や被害者となる事件が多発し、大きな社会現象となっております。平成20年中に刑法犯の罪を犯した少年（刑法犯少年という。14歳以上20歳未満）は、全刑法犯の約3割を占めています。同年齢層人口1,000人当たりの検挙人



員で見ると、少年は成人の約5.5倍と深刻な状況にあります。警察では、少年に対する不良行為の段階での指導や被害少年の保護に力を入れています。少年の非行防止・健全育成のため、「自分の地域の少年は自ら育てる」との意識を持って、少年への声掛けなどに取り組んでいきましょう。

## 薬物乱用防止

今、少年の間にも薬物乱用が広がっています。

### 「ダイエットに効くというのは嘘！」

薬物がダイエットや眠気覚ましに効果があるというのは嘘。そんな誘いに絶対に乗ってはダメです。最近、カラフルな色をしたMDMAが出回っていますが、これも恐ろしい麻薬です。薬物のワナはいたるところに仕掛けられています。



### 「ダメなものはダメ。きっぱりと断ろう！」

「みんながやっている」「一度くらいなら」といった軽い気持ちで、薬物乱用につながるのです。一度使うとやめられなくなり、心や体が破壊され、場合によっては死亡することもあります。あなた自身の強い意志で薬物の誘いをきっぱりと断りましょう。「薬物はダメ。ゼッタイ。」

問合せ 南甲府警察署 生活安全課 (☎ 243-0110)

## 文芸コーナー

## 山柳

テロ事件防弾チョッキ着る気持  
母の愚痴父が拾って和が解ける

森田 狂花

回想記出て来る戦友の若い顔  
オレオレで心の防備空廻り

小沢 春男

医師が言う待たせてごめんと笑い顔  
懐かしいライバル意識あった日日

高野 夏子

無防備で居れぬ犯罪渦を巻き  
晩秋の風が侘しい十三夜

山本みよ子

九十歳祖母にしか無い温もりが  
太っ腹父が築いたいばら道

森田みづほ

あれこれと選ぶバザーに買いそびれ  
防災の炊出し御飯人気あり

山本ひろ子

旅帰り住み馴れた町の匂いする  
決断を心に葛藤どう防ぐ

堀内 富美

萩の花家路の足を止めて見る  
耕耘機音響かせて野路の朝

小俣 芳枝

怖くない身の丈に合う生活す日日  
子を守る防波堤なら術尽す

中沢 久子





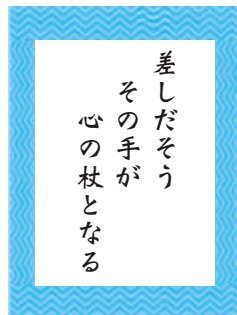
社会福祉法人 昭和町社会福祉協議会 〒409-3864 昭和町押越 616 ☎275-0640 FAX275-6497  
URL <http://www.town.showa.yamanashi.jp/other/syakyou/index.html>

### 平成 20 年度 福祉標語・ポスター入選作品決定！！

町社会福祉協議会では、赤い羽根共同募金配分金事業として、未来を担う小・中学生に、福祉教育の一環としてボランティア活動や福祉に関心を持っていただき、豊かな学び、成長をはかる目的で町内の小・中学生を対象に、福祉標語・ポスターを募集しました。その結果、応募総数 747 点と、たくさんの応募をいただきました。そして、多数の応募作品の中から、角野町長をはじめとする選考委員 33 名により厳選なる審査の結果、次の方々が入賞されました。おめでとうございます！！（敬称略）

#### ◆福祉標語の部◆

- 【特選】常永小 5 年 佐野 宏樹
- 【入選】西条小 1 年 村山 優心
- 押原小 3 年 小宮山裕仁
- 【佳作】押原小 4 年 内藤あおい
- 押原小 6 年 小宮山貴仁
- 西条小 3 年 目黒 花菜



特選作品

#### ◆ポスターの部◆

- 【特選】押原中 1 年 小池 夏未
- 【入選】押原小 4 年 内藤あおい
- 常永小 5 年 前嶋 惇志
- 常永小 5 年 磯部 茄穂実
- 【佳作】押原中 1 年 木内 葵
- 常永小 5 年 木内 優作
- 常永小 5 年 中丸 南美



特選作品

## 第 17 回 親子ふれあいマス釣り大会

10 月 25 日（土）、西条二区の鎌田川において、赤い羽根共同募金配分金事業による『第 17 回親子ふれあいマス釣り大会』が、西条二区役員、民生児童委員、町建設安全協議会、社会福祉協議会理事・評議員、その他大勢のボランティアの方々にご協力していただき、開催しました。

この大会は、親子のふれあいを深める場として開催し、前日から土手の草刈など清掃された自然豊かな鎌田川に約 2,000 匹のマスが放流されました。当日は絶好の釣り日和となり、町内各小学校約 240 名の親子が参加しました。

この体験学習を通して、自然とのふれあい、環境に対する意識の高揚、親子のふれあいなど、多くの学びがあった 1 日となりました。



▲たくさん釣れたかな？

12 月の予定（時間・場所等については、社協までお問合せください）	
12 月 4 日（木）、11 日（木） 17 日（水）	一般高齢者運動指導事業 （リズムテコンドー教室）
12 月 9 日（火）・19 日（金）	いきいきふれあいサロン上河東
12 月 15 日（月）	いきいきふれあいサロン河西
12 月 16 日（火）	西条一区いきいきふれあいサロン
12 月 17 日（水）	ふれあいサロンしみず
12 月 18 日（木）	クリスマスふれあいランチ

#### 高齢者ふれあい教室の時間変更について

12 月より開催時間が午前 10 時からとなりました。65 歳以上の方が対象で、様々なレクリエーションを火・木曜日のどちらかに開催する予定ですので、催し物内容を温泉の掲示板でご確認の上、ご参加下さい。また、「こんな教室をして欲しい」など要望がありましたら、お気軽に町社会福祉協議会までご連絡ください。（☎ 275-0640）

# 『まちづくり』だより

《常永土地区画整理事業・大規模集客施設の立地》

【第61号】



## 《区画整理事業・都市計画関係》

常永土地区画整理事業区域内のスーパー街区に出店が予定されている『(仮称) イオンモール甲府昭和』について、「山梨県大規模集客施設の立地に関する方針」に基づく立地計画書が10月14日付で県へ提出されました。また、10月23日には、地元住民、昭和町をはじめとした関係市町村、その他の関係者等を対象とした立地計画説明会が、イオンモール株式会社の主催により町総合会館軽運動室において開催されました。

「山梨県大規模集客施設の立地に関する方針」では、広域的な集客力をもつ大規模集客施設の立地が都市構造や地域のまちづくり・地域経済に及ぼす影響等を考慮し、建築等に係る法定手続きに着手する前の早期段階で立地計画に関する情報をオープンにし、市町村・住民等の関係者の意見を反映して計画の適正化を図っていくことを目的として、立地計画の事前の届出制度が定められています。

### 【所在地】

飯喰 1-12 街区 1 画地外

### 【敷地面積】

約 125,000 m<sup>2</sup>

### 【駐車場収容台数】

約 2,700 台

### 【着工予定年月日】

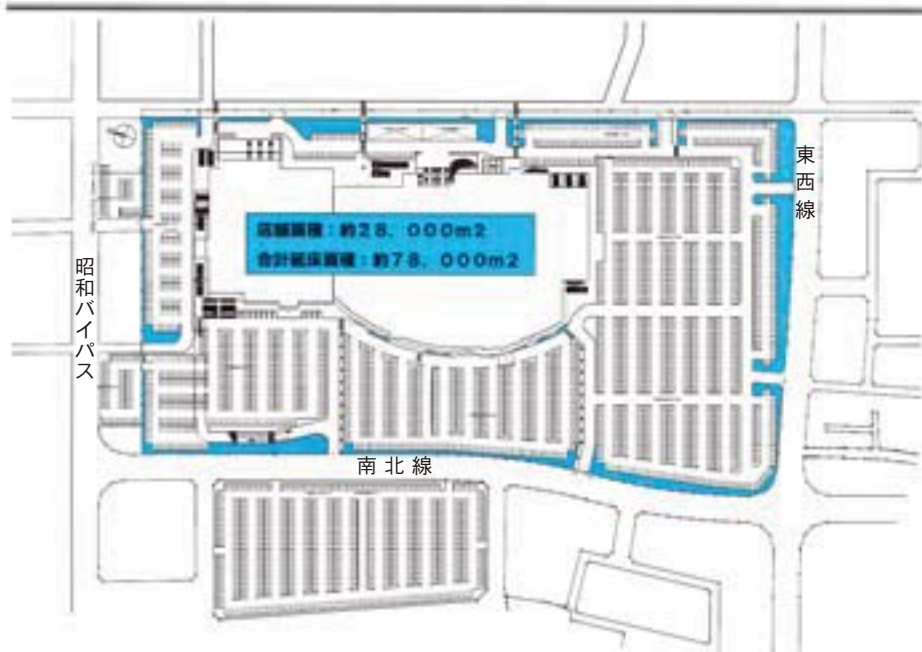
平成 21 年 4 月

### 【開業予定年月日】

平成 22 年 4 月

※この立地計画の届け出等に関する詳細は、山梨県のホームページ（山梨県⇒知事政策局⇒立地に関するページ）を参照してください。

## 届出内容（平面図）



## イメージ図



※イオンモール株式会社が説明会資料用に作成したものです。

### 【問合せ先】

《大規模集客施設の立地計画》

イオンモール株式会社 開発本部  
東日本開発部

☎ 03-5633-8503

山梨県知事政策局

☎ 055-223-1776(直通)

《区画整理》

昭和町常永土地区画整理組合

☎ 055-275-2261

役場区画整理課

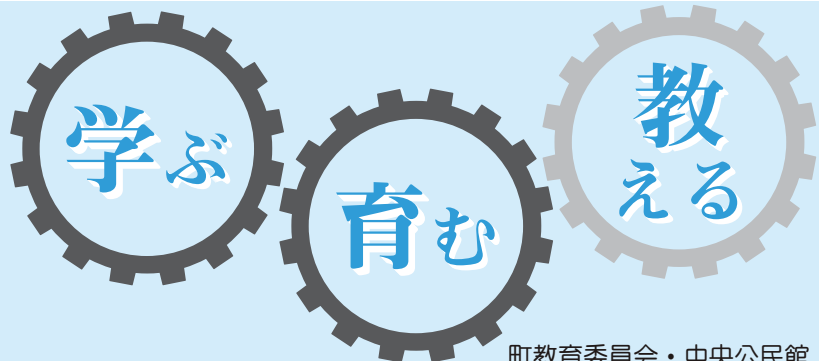
☎ 055-275-8918(直通)

《都市計画関係》

役場都市整備課

☎ 055-275-8413(直通)





### 青少年対象の社会教育も進めています！ 生涯学習課

社会教育、生涯学習と聞くと中央公民館や地区公会堂で大人がやるものと思っっている方も多いかと思いますが、学校が休みの週末は、青少年対象の教室も開設しています。中途からの入会も可能ですので、現在生涯学習課が開設している5教室を紹介します。

お問い合わせは、275-8641へどうぞ

#### 運動が苦手な子も！スポーツ教室

昭和町体育指導委員のみなさんが講師となり、ニユースポーツやハイキングなど学校ではやらないスポーツが出来る大好評の教室です。十一月にはロッククライミングという山登りの技に挑戦しました。毎月第2・第4土曜日に総合体育館武道場が会場です。

#### これが子どもの作品！機織り教室

十月の町文化祭にこれまでの作品を展示した時の町の声です。第2・第4土曜日時間いっぱい静かに集中してはた織り機にむかいマフラーやコースターなど神津先生の優しい指導で素敵な作品を織り続けています。現在は、女の子だけではなく、男の子の入会も可能です。



#### 子どもも百姓で収穫も！農業教室

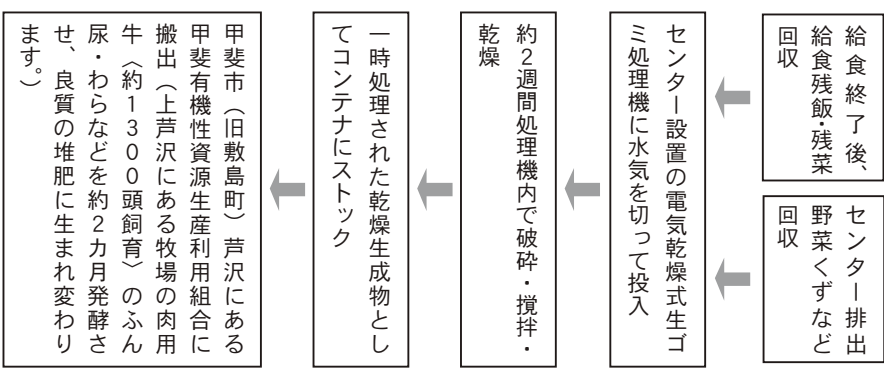
今年も春から秋まで、内藤先生

### 給食センター

#### 学校給食から出る残菜・残飯が良質の堆肥に生まれ変わりました

次のような手順で、リサイクルされています。循環社会を目指して資源は有効に使いましょう。

#### ◆残飯・残菜から堆肥ができるまでの流れ



このようにして、製造された堆肥を「すつきり昭和」の皆様のご協力をいただき、10月に開催された第20回ふれあい祭りでお配りしました。



▲リサイクル堆肥



▲先輩からのメッセージ (給食センタートラックの絵)

各学校の残菜残飯量は次の通りです。(平成20年4月から9月) 1人当たりの残飯量は、ごくわずかです。一人ひとりが少しづつ食べれば、残飯はきつと「0」になります。残さずたくさん食べて運動して、健康で丈夫な体をつくりましょう。

(単位: Kg)

	西条小	押原小	常永小	押原中
4月	376.0	149.5	176.0	298.5
5月	532.0	249.5	246.0	433.0
6月	495.0	183.0	233.0	367.5
7月	341.0	158.0	166.5	324.0
8・9月	518.5	237.5	224.5	459.0
月/1人当り	0.88	0.58	0.52	0.68



教養講演で  
演劇を鑑賞

本校では「教養公演」として3年を1サイクルとして演劇鑑賞、音楽鑑賞、講演会を行っています。

今年も、10月24日(金)山梨

県県民文化ホールにて劇団青年劇場上演による「修学旅行」を観劇しました。

この劇は修学旅行先の旅館の一室で起こる生徒の日常を描いた物語です。平和学習を目的とした沖縄への修学旅行を通じ友情を深めていくストーリーに、生徒たちは



はときに笑いの渦に巻き込まれつつも、また真剣な表情を見せていました。芸術の秋にふさわしい鑑賞会となりました。来年は音楽鑑賞が予定されています。



強歩大会が  
行われました

秋の澄みわたる晴天のもと、第25回強歩大会が行われました。学校を出てアルプス通りを西に進み、開国橋から釜無川を市川三郷方面に、男子は30キロ、女子は20キロのコースです。生徒たちは体育の授業のペースランニングをもとに歩行計画を立て、秋のさわやかな気候と自然を楽しみながら完歩をめざしました。本年も沿道では多くの保護者のご協力をいただきました。また今年もゴールした生徒に同窓会からパンと飲み物が配布され、疲れた表情の中にも笑顔を見せパンをほおぼる生徒の姿が見られました。



町民会議

ふれあい祭りに中高生  
45名が参加



昭和町高生連では今年も中高生45名、役員19名が協力し「縁日コーナー」を開きました。例年行っているヨーヨー釣り、金魚すくい、綿菓子の販売や子ども広場での案内等に加え、今

年は、環境ボランティア団体である「人と環境すつきり昭和」と連携し、会場内のゴミ拾いなどの活動も行いました。参加してくれた生徒たちの積極的な活動に地域を支える若者たちの強い力を感じました。



道徳の授業参観と  
話し合いの会

平成8年度から行われてきた道徳教育の公開授業が、本年度も実施されました。各学校とも大勢の



参観者を迎えた人と同じ立場になつて絵や文字を書く体験をするなど、人間としてのあり方を学びました。

- 7月4日(金)西条小 自主公開
- 10月18日(土)常永小 指定公開
- 10月24日(金)押原小 指定公開
- 10月30日(木)押原中 自主公開

冬季生活指導推進会議  
のお知らせ

青少年の健全育成は全町民の願いです。家庭・学校・地域が連携し、子どもたちが有意義で楽しい冬休みを過ごせる環境づくりを目指して実施します。大勢の参加を願っています。また当日は、家庭の日のポスターと作文の表彰、4名の小中学生による「家庭の日」の作文朗読なども行われます。

日時 12月16日(火)7時～  
場所 中央公民館講堂

「家庭の日」作文・  
ポスター優秀者決定

昭和町民会議では、「家庭の日」の作文とポスターを募集しました。作文337点、ポスター72点の応募があり、次のみなさんが最優秀者に決まりました。(敬称略)

「ポスターの部」最優秀賞

- 小学校低学年の部 野澤 歩夢
- 小学校高学年の部 星野 梨子
- 中学校の部 五味 拓也
- 【作文の部】最優秀賞
- 西条小学校 福島 千紗
- 常永小学校 原田 成宏
- 押原小学校 小林 慎
- 押原中学校 井上 怜香

街頭啓発活動を実施

11月1日、昭和町民会議青少年部会では「全国青少年健全育成強調月間」に合わせ、山梨県民会議と共催し、イトーヨーカドー甲府昭和店において、青少年の健全育成への理解を深めるための啓発活動を行いました。



# Town Topics



## まちのわだい



町内の「地域情報」を紹介するコーナーです。  
身近な話題がありましたらご連絡ください！

10/17

思春期体験学習  
(赤ちゃん抱っこ体験)



みんな  
小さな命を大事に「抱っこ」していました

10/19

山梨県消防団員  
親睦ソフトボール大会

市・町混在の中、山梨県4位の成績！



10/19

甲府広域圏域  
ふるさと再発見ツアー



←甲斐市 (照光寺)

↓甲府市 (善光寺)



10/19

第2回サッカーフェスティバル  
昭和町サッカー協会



10/20

粗大ゴミパトロール



粗大ゴミには、名前・連絡先を記入した荷札をつけましょう。  
また、エアコン・テレビ・冷蔵庫は粗大ゴミでは出せません！





**10/25** 第17回  
親子ふれあいマス釣り大会



**10/31** 西条小公開授業  
『わくわくイングリッシュ』

みんなで楽しく英語を勉強しました!



**11/2** クラシック音楽演奏会  
押原小学校多目的ホール



**11/6** ハロウィンにちなんだ英語の授業 (1年生)  
学生模擬議会

山梨学院大学の学生が一生懸命「昭和町」を勉強し、その成果を議場で発表しました。



**11/9** 消防フェスティバル 「火のしまつ、君がなくて誰がする」







気くばりで 未来へつなぐ うまい水

No. 79  
2008. 12

# 水道だより

●問合せ 甲府市上下水道局 TEL 228-3311(代)  
FAX 228-3773  
URL <http://www.water.kofu.yamanashi.jp>

## 水道管の冬支度をお忘れなく！ ～気温-4℃以下は危険信号～

水道管の凍結・破裂は、気温が上がらない日が何日か続いたり、朝の冷え込みが厳しい時(-4℃以下)に多く発生します。

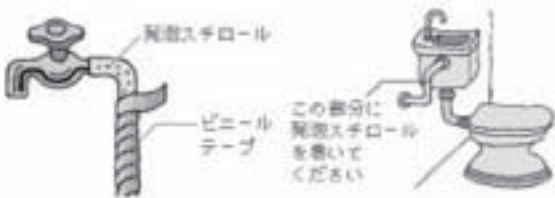
水道管の冬支度は万全か点検しましょう。

問合せ 営業課…☎ 228-3867

### 凍結から水道管を守るには

#### ●水道管を保温する

露出している水道管は、発泡スチロール・布切れなどを巻いて保温しましょう。



#### ●給湯機器にも防寒対策をする

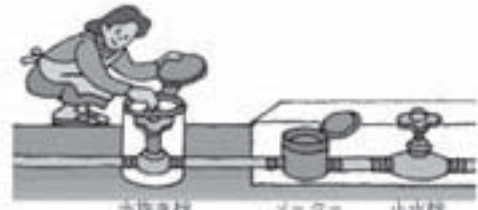
温水機器や給湯配管も、凍結・破損する場合があります。少量の水を出したり、水抜きをするなど防寒対策をしましょう。

また、防寒用機能を備えた機器もあるので、利用することをお勧めします。不明な点は機器メーカーやガスなどの供給会社へお問合せください。

#### ●水抜きをする

夜間や長い間水道を使わない時は、水抜きをしておきましょう。水抜きをする時は、水抜き栓(不凍栓)バルブを右いっぱい回し、必ず蛇口を1カ所開けてください。

\*水抜き栓バルブは、開・閉いっぱい止まるまで回さないと漏水する恐れがあります。



#### ●水を出しておく

水抜き栓がないご家庭や、翌朝特に冷え込みが予想される時は、前夜から箸の太さくらいに水を出しておくのも有効です。

#### ◆水道管が、凍結や破裂した場合

水道管が凍結した時は蛇口をいっぱい開け、タオルをかぶせ、ゆっくりぬるま湯をかけて温めてください。

一気に熱湯をかけると、蛇口や水道管を傷めるだけでなく、やけどなど思わぬケガのもとになります。

また、水道管が破裂した時やどうしても凍結が解けない場合は、甲府市管工事協同組合(☎ 228-8851)、または最寄りの指定給水装置工事業者へ修理を依頼してください。(修繕費は自己負担)

\*破裂した時は、止水栓・水抜き栓で水を止めてください。



#### ◆受水槽がある建物は

3階以上のビル・マンションなど受水槽を取り付けている建物の維持管理は、建物の所有者が行います。故障や破裂などをした場合、建物の所有者・管理人に連絡して修理を依頼してください。



#### ◆自分で出来る漏水チェック

●ご家庭で漏水があると…

- ・水道使用量が増加し、水道料金が高くなります。
- ・床下などでの漏水の場合、家や家財をいためます。漏水は早期に発見すれば被害も最小限で済みます。1カ月に1度、自分の目でも確認してください。

#### ●漏水調査方法

- ①家庭の蛇口を全部閉める
- ②メーター内のパイロットの動き確認
- ③パイロットが動いている場合(右周り)、漏水の疑いあり

\*漏水箇所がわかっている場合は、甲府市管工事協同組合または最寄りの指定給水装置工事業者へ修理を依頼してください。(修繕費は自己負担)漏水箇所がわからない場合には、上下水道局職員が調査に伺いますのでご連絡ください。(調査費無料)



# 年末年始

## 町施設の『業務案内』と『ゴミの収集』について

### ◆『町施設』年末年始閉庁・閉館・休館日◆

■は閉庁・閉館・休館日

	平成 20 年 12 月						平成 21 年 1 月				
	26日 (金)	27日 (土)	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)	1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)	5日 (月)
役場・教育委員会											
中央公民館											
総合会館・温泉											
西条・押原・常永児童館・児童センター											
町立図書館											
町立温水プール											
総合体育館											
スポーツ施設											
自動交付機											

\*年末年始の休みの間でも、出生・婚姻・死亡届など、戸籍に関する届出は役場の宿日直者がお預かりします。  
また、宿日直者が常時勤務していますので緊急なご用件は（☎ 275-2111）までご連絡ください。

### ◆『ゴミの収集』年末収集最終日・年始収集開始日◆

	12月収集最終日	1月収集開始日
収集地区名	全地区	全地区
燃えるゴミ	30日(火)	5日(月)
不燃ゴミ(缶類含む)	24日(水) 第3水曜日(17日)は収集しません	7日(水)
粗大ゴミ	17日(水)	28日(水)
特殊ゴミ	17日(水)	収集しません(8月・12月のみ収集)

\*年末は、空き缶・空きびん・新聞・雑誌・段ボール・牛乳パック・ペットボトル・発泡トレイ・その他プラ・乾電池などの資源ゴミが出ますが、これらのゴミは、分別すれば資源として再生ができますので、各地区の決められた資源回収ボックスに出してください。ボックスが一杯の場合は、1月5日(月)以降にお出しく下さい。

\*テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機・パソコン・オートバイ等は、決められた方法で処分してください。

\*その他のゴミの収集日については、別紙カレンダー(12月)をご覧ください。

\*年末はゴミがたくさん出ますが、収集日を守ってゴミを出しましょう。

\*その他、ゴミについてのお問合せは、役場環境経済課(☎ 275-8355)まで

募集します!

### 町臨時職員の募集

町では、臨時で働ける保健師を募集いたします。

- 採用期間 平成21年1月5日～平成21年12月31日
- 勤務時間 月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分
- 募集人員 1名 **資格等** 保健師
- 応募期限 12月15日(月)まで
- 応募書類 履歴書・保健師免許証の写し
- 選考方法 書類審査及び面接による
- 問合せ 役場総務課 総務係 (☎275-8153)



参加無料

### 保護者のための就職セミナー

「ジョブカフェやまなし」では、就職を控えた子どもを持つ親(保護者)を対象に、就職活動をサポートするノウハウや県内就職(Uターン就職)について理解を深めていただくために、「就職セミナー」を開催します。

- 日時 12月7日(日)午後1時30分～(受付は1時～)
- 場所 地場産業センター「かいてらす」2階 大会議室 甲府市東光寺3-13-25
- 対象 大学生など新卒者の保護者、本セミナーに関心のある方
- 参加方法 事前の申込みが必要となります。
- 申込み ジョブカフェやまなし (☎233-4510・FAX233-4518)

### 冬のEye愛ひとみ相談会

お子様の見え方について不安を感じている方、成人されてから目に障害を持ち悩んでいる方、視覚に問題がある子どもさんを指導されている方など、目の事でお悩みの方は、お気軽にご相談ください。

- 日時 12月13日(土)、14日(日) 午前10時～午後3時まで
  - 場所 山梨県立盲学校 甲府市下飯田2-10-2
  - 相談費用 無料
  - 申込方法 前日までに電話で申し込みをお願いします。受付時間は平日午前9時～午後5時まで。
  - 問合せ 山梨県立盲学校 視覚障害教育相談・支援センター 担当: 浅川・佐田 (☎226-3361・FAX226-3362)
- ※相談は、本校への就学相談ではありません。

参加無料

### 国保ミニだより

町が医療機関などに支払った10月分の医療費は、約6,901万3千円(前年同比9.0%の増)です。

医療費の増加を抑えるには、早期発見、早期治療が大切です。むやみな転医は控え、医療費を大切に使いましょう。



募集します!

### パート職員の募集

町では、次のとおり「パート職員」を募集いたします。

- 募集職種 町立給食センター(調理員)(64歳までの方)
- 採用期間 平成21年1月13日～平成21年3月24日
- 就労時間 月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分
- 応募期限 12月15日(月)まで
- 募集人員 1名
- 応募書類 履歴書
- 選考方法 書類審査及び面接による
- 問合せ 役場総務課 総務係 (☎275-8153)



### 温水プールからのお知らせ

#### ～気功太極拳教室 参加者募集～

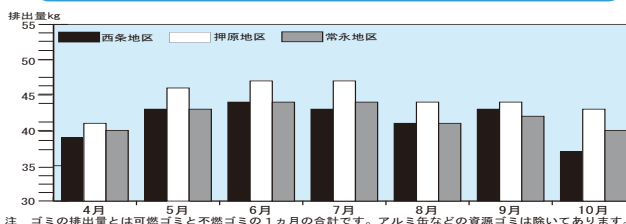
気功とは、「気」(生命のエネルギー)によって自身の免疫力や自然治癒力を高め、心身共に元気になる健康法のひとつ。呼吸法と体操によって体内の気血の循環をよくし、病気予防・健康維持を図ります。疲れやストレス等による体の不調が、気功を始めたら驚くほど改善した方も多いと聞きます。ぜひ、この機会に気功の効果を感じてください。



- 講師 日本健康太極拳協会指導員 望月 昭三 先生
- 日時 12月11日～3月26日(毎週木曜日 全15回) 午後7時30分～8時30分 \*1月1日を除く
- 定員 25名(定員になり次第締切ります)
- 持ち物 動きやすい服装、タオル、上履きをご用意ください
- 対象 町内在住の18歳以上の方(高校生を除く)
- 受講料 300円の利用券が必要です
- 持ち物 運動ができる服装、タオル、上履き等
- 申込み 電話またはプールのフロントにて先着順になります
- 受付 12月6日(土)午前10時から受付いたします
- 問合せ 町立温水プール (☎275-9811)

\*電話でのお申込みはつながりにくい場合がございます。  
\*妊婦の方およびお子さん連れでの参加はできません。

### 各地区一世帯当たりのゴミ搬出量



本年10月は、9月と比較すると全体の収集量は約27tの減となり、1世帯あたりの排出量では4kg減の39kgとなりました。引き続き Reduce (リデュース=ゴミを出さない) Reuse (リユース=ゴミを再使用する) Recycle (リサイクル=ゴミを再利用する) の再確認、生ゴミの水切りやごみの分別を徹底し、ゴミの減量を心がけましょう!!



## 働く婦人の家 いきいき講座のお知らせ♪

講座名	講師	準備するもの	日時・定員
アロマセラピー教室 生活にアロマセラピーを取り入れませんか？美容と健康の話をお聞きしながら、アロマで美容クリームを作ります。	国際アロマセラピスト連盟認定アロマセラピスト <b>前島 佳美</b>	筆記用具 材料費1,000円	<b>12月19日(金)</b> 午後7時30分～ 9時00分まで <b>20名</b>

- 開講場所** 町総合会館2階 働く婦人の家  
**受講料** 無料(ただし、テキスト代と材料費は有料となります)  
**受講対象者** 町内在住者(男女を問わず参加できます)  
**受付開始** 12月8日(月)～ 午前9時～午後5時まで  
**申込み方法** 原則として電話で受付(土・日・祝日は除く)定員になり次第締め切ります。  
**問合せ** 福祉課ファミリーサポートしょうわ(☎275-8115)

## 専門学校 県立農業大学校学生募集

### 平成21年度学生募集、今農業がおもしろい!

県立農業大学校は、昨年度から専門学校に変わりました。農業関係での活躍を目指す方や、新たに農業に関心を持たれたみなさんの応募をお待ちしています。

#### 募集人員・受験資格

養成科(30名)

- ◇果樹学科20名・園芸学科(野菜・花きコース)10名
- ◇高等学校または中等教育学校を卒業した者(平成21年3月卒業見込みの者を含む)

専攻科(若干名)

- ◇落葉果樹学科 若干名
- ◇短期大学以上で農業に関する課程を卒業した者等(平成21年3月卒業見込みの者を含む)

#### 入校試験日程および願書受付期間

試験区分	試験日	願書受付期間
養成科〈一般前期〉 専攻科〈B日程〉	平成21年1月15日	平成20年12月1日～ 平成21年1月5日
養成科〈一般後期〉 専攻科〈C日程〉	平成21年2月27日	平成21年2月9日～ 平成21年2月16日

#### 問合せ

願書の請求その他、詳しくは専門学校県立農業大学校へお問合せ願います。  
 専門学校 山梨県立農業大学校  
 (☎0551-32-2269 FAX 0551-32-2034)  
 ホームページ <http://www.ypaa.ac.jp> もご覧ください。

## 平成20年度 2等陸・海・空士募集

詳細については、自衛隊地方協力本部へお問合せください。

2等陸士(男子)	陸上(技術系を除く)は2年、海上・航空は3年を1任期として任用(以降2年を1任期)
資格	日本国籍を有し、18歳以上27歳未満の男子
受付期間	只今受け付けています。
試験種目	筆記試験、作文、口述試験、身体検査、適性検査
試験日	平成20年12月16日(火)
試験会場	陸上自衛隊 北富士駐屯地
採用予定月	平成21年3月予定

#### 問合せ

自衛隊山梨地方協力本部 南アルプス募集センター  
 住所: 南アルプス市桃園 611-2 (☎283-5150)

## 株券電子化の準備はもうお済ですか?

### ～関東財務局からのお知らせ～

上場会社の「株券電子化」は2009年(平成21年)1月実施予定

- ★株券は本人名義になっていますか?
- ★証券会社を通じて「ほふり」へ預託していますか?  
(株主の権利を失う可能性も!手続き未済の方はお急ぎください)

◎株券電子化制度に係る問い合わせは、

「日本証券業協会 証券決済制度改革推進センター」(☎03-3667-4500)  
 「関東財務事務所甲府財務事務所」(☎253-2263)

## ワールドワイドパーティー

国際交流を進める会では、毎年恒例の「ワールドワイドパーティー」を開催します。音楽やダンスを聞いたり見たり、ゲームに参加して楽しく過ごしましょう。料理や飲み物も用意します。国際交流に興味のある方は、気軽に参加してください。



**とき** 12月6日(土曜日) 午後6時～

**ところ** 町中央公民館 講堂

**参加費** ひとり1,500円(年会費含む)

※ただし家族で参加の場合は大人1人追加につき500円、子ども1人追加につき200円追加となります。

**問合せ** 役場総務課(☎275-8153)

## 男のお正月生け花講座

**日時** 12月26日(金)午前10時～

**場所** ぴゅあ総合 甲府市朝気1-2-2

**講師** 清水一幸先生(日本古流家元顧問)

**持ち物** はさみ、剣山、花器、新聞紙 **材料費** 2,000円

**問合せ** ぴゅあ総合(☎235-4171)



広報

しょうわ

発行所／山梨県昭和町役場 編集／企画財政課  
自然保護のため「広報しょうわ」は再生紙を使用しています。

〒409-3880 山梨県中巨摩郡昭和町押越542-2  
TEL.055-275-2111(代) FAX.055-275-2109  
URL <http://www.town.showa.yamanashi.jp/>



# みんなの広場

## わか家の“アイドル”



興石 優ちゃん

平成 17 年 10 月 28 日生

(父) 治孝さん (母) あや子さん (西条二区)

とっても元気で優しくて、お外遊びと絵を描くことが大好きです。たくましく育ってね！



風間 優也ちゃん

平成 17 年 9 月 12 日生

(父) 勝さん (母) はれみさん (西条一区)

サッカー大好きのゆうくん。将来はサッカー選手かな？毎日の成長が楽しみです。

わか家のアイドル募集中！お申込みは、企画財政課企画情報係 (☎ 275-8154) まで

# 町の食推から

## 旬の食材で作る喜び！笑顔が一番 田む食卓家族から

今月は、上河東二区食生活推進員の吉成さんから



### じゃこと辛子明太子のチーズじゃがバター

#### ◆材料 (2 人分)

- |                |                   |
|----------------|-------------------|
| *じゃがいも……中 2    | *チーズ…………… 1 枚     |
| *ベーコン………… 2 枚  | *バター (マガリッ)…小さじ 2 |
| *辛子明太子…… 2 0g  | *ほうれん草…… 2 株      |
| *酒……………小さじ 1   | *にんじん………… 3 0g    |
| *じゃこ…………… 2 0g | *醤油……………小さじ 1 弱   |

#### ◆作り方

- ①じゃがいもは皮をむき 2cm 角に切りひたひたの水で茹でる。
- ②ベーコンは 5mm ぐらいの細切り、辛子明太子は皮をとり油でほぐしておく。
- ③ほうれん草はさっと湯がいてあく抜きし、5cm に切る。
- ④にんじんは千切りにする。
- ⑤フライパンにバターをあたため④を炒め③を加えてさらに炒め、醤油をなべ肌に戻し入れる。
- ⑥①がやわらかくなったら水を切り熱いうちにバター、チーズの順にからめ最後にじゃこと②をからめて味を調える。
- ⑦⑤を皿にならべ⑥を盛る。

■食生活改善推進員会 事務局 いきいき健康課 (☎ 275-8785)

## 食事バランスガイド



#### ◆ひとこと◆

旬の食材でビタミンを摂り寒い冬を楽しく過ごしましょう！じゃがいもによっては粘り気が違うので、水または牛乳で調節してください！

#### 今話題の

### メタボリックシンドローム！

～脱メタボをめざして～

意外に毎日の摂取エネルギーが多い！！

- ・軽くハツラツと動く体と心を手に入れるために、自分の 1 日分の摂取量を知ろう！
- ・省エネ…動けば体のエネルギーを消費でき暖かくなります。これぞ省エネ

▼今月号の表紙のテーマは「寒い冬」の季節感と「癒やし」。大人にとっては忙しい 12 月ですが、子どもたちにとっては特別な月かもしれません。あったかいおうちで家族団らん。ほっと一息できる癒やされる時間があってよいですね。

▼さて、今年もあと 1 ヶ月。何かと忙しい日が続きますが、健康にはくれぐれも気を付けましょう。町民のみなさまが、年末の癒しの時間とともに、来年もよい年を迎えられますようお祈り申し上げます。

あ  
と  
が  
き