

まな
おし
はぐく
育む
学べる

三つの歯車が一つになって

昭和田教育委員会 ☎ 275-3737

昭和田民会議

●●●
地域の子どもは
地域で守り育てる
●●●

新型コロナウイルス感染拡大防止のため5月末の「令和2年度青少年育成昭和田民会議総会」の開催は中止となりました。総会資料となる書面の送付をもつての総会とし、青少年関係団体の皆さまには、今年度のご協力をお願いしました。

子どもたちにとって、新型コロナウイルスの影響は予想以上に大きなものとなっています。長引く休校や外出の自粛により学習やコミュニケーション等の活動の場が削られ、生活のリズムや学び、体力にも影響が出ています。

昭和田民会議では「地域の子どもは地域で守り育てる」という意識のもと、子どもたちが地域で豊かな人間関係を築き、自立心を持つて生き生きと活動できるよう支援してきました。これまで経験したことのない状況の中、私たち大人は子どもたちのために何ができるのか、問い続けていなければなりません。

各地区青少年育成担当者（敬称略）

地区	育成推進員	育成会長	子どもクラブ	高等学校生活指導員
西条一区	乙黒 真理	乙黒 真理	乙黒 真理	宮川 哲治
西条二区	小池 映之	坂本 和幸	佐藤 三苗	馬場 利彦
清水新居	沓掛 俊也	沓掛 俊也	小林 裕子	早田美穂子
西条新田	原 香織	荊澤由利子	荊澤由利子	市川 千穂
押 越	田中 邦彦	田中 邦彦	石原 章裕	湯泉 英
河東中島	神宮寺良吉	上野 健一	松木 宏文	志村 久美
紙漉阿原	泉 敏弘	泉 敏弘	橋本 美紀	芦沢 厚
築地新居	雨宮 愛	雨宮 愛	雨宮 愛	三神ひろみ
飯 喰	堀内 三男	小澤 和紀	小澤 和紀	望月 裕仁
河 西	保坂 正広	保坂 正広	保坂 正広	谷口 恵子
上 河 東	市川 一尚	望月 生	酒井 康夫	塚原 由美
上河東二区	廣瀬はるみ	國友 里美	石川 由美	荻野 幸生

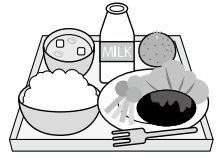
●●●
令和2年度
各区の青少年育成担当者
●●●

今年度の各地区の青少年育成担当者をご紹介します。各区の青少年育成の中心となる青少年育成推進員をはじめ、育成会長や子どもクラブ指導者、高等学校生活指導員の皆さまには、地域の育成活動にご尽力いただいております。

給食センター

新型コロナウイルスの感染拡大防止に係る臨時休業も明け、授業が再開し、給食につきましても5月25日から（小学校1年生については26日から）開始されたところです。

現在、学校給食を実施するに当たっては、感染症対策に万全を期すために「新型コロナウイルス感染症に対応した学校再開ガイドライン」に示されたもののほか、配膳の過程での感染防止のため、可能な限り品数の少ない献立で適切な栄養摂取ができるような工夫をした給食を提供しています。引き続きご理解とご協力をよろしくお願い致します。



振替日は毎月月末（休日の場合は次の平日に変更）になっております。給食費は、給食の材料を購入する費用に充てられていますので、残高不足が無いように、月末にはご確認をお願いいたします。

なお、町内小中学校児童生徒の給食費を一部無償（5月から7月の3カ月分）とさせていたしましたが、最後の2月分徴収の際に、年間の給食費を再度算出し、調整した金額で納入していただきますのであらかじめご承知おきください。

今年度、給食センターには新しい栄養教諭が着任し、新たに1名の調理員が採用になりました。臨時休業中に提供できなかった献立も含め、引き続き安全・安心でおいしい給食を提供していきます。



甲府昭和高校

●●●
甲府昭和高校で見かけた
「これは何？」
●●●

甲府昭和高校のキャンパス内にある「これは何？」というものを解説したいと思います。

①「石碑」

正門近くの植え込みにある石碑は、本校の緯度・経度を表示している「測量標」です。



昭和62年11月に初代PTA会長の島田利彦さん（故人）から寄贈されたものです。この測量標には、「海拔 267.60 m 北緯 35.38.22 東経 138.32.39」と彫られています。

②「地球儀」

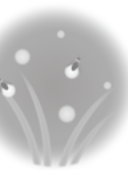
図書室前の中庭に設置されている地球儀型の造形物は、「タイムカプセル」です。



これは平成15年の本校創立20周年を記念して作られました。当時の全校生徒と教職員が「30年後の自分」に宛てた「手紙」と「今の時代を象徴する物品」が入っています。令和15年の創立50周年の創立記念日に開封されます。この地球儀は、東京都の金属メーカーに製造を依頼した特注品で、重量は80 kgもあります。

生涯学習課

昭和田源氏ホタル愛護会の会員を募集しています



昭和田源氏ホタル愛護会では、町のシンボルである源氏ホタルの復活を願い、愛護活動を行っています。

年間の活動は、ホタルの幼虫の餌となるカワニナ採取の他、ホタルの発生時期である5月下旬から6月上旬に行われるホタル夜会の開催（本年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました）、3月下旬に行われるホタルの幼虫の放流等です。現在の会員数は約70名です。

年会費 1000円

お申し込み先 町教育委員会生涯学習課 ☎ 275・8641

一坪農園をはじめませんか



町教育委員会生涯学習課では、一坪農園を開設しています。

この農園は、一般的な市民農園とは異なり、農芸講座の実習農場となります。

家庭菜園をはじめたいけど自宅に栽培できるスペースがない方や、自家消費用の野菜を栽培したい方などからの連絡をお待ちしております。

貸出期間は1年で、毎年更新が可能です。

なお、営農を目的とした農地をお探しの方は、環境経済課にご相談ください。



お申し込み先 町教育委員会生涯学習課 ☎ 275・8641

募集 数区画（先着順）

場所 河東中島農園（熊野神社北） 上河東農園（常永駅南）

料金 1区画・年間 河東中島農園 4000円
上河東農園 2000円

教育委員会

◎4月定例教育委員会の審議内容（5月承認の概要）は次のとおりです。

教育長報告事項

- 4月実施四校会の報告について
- 新型コロナウイルス感染症への対応について
- 今年度の主な取組・事業について
- 令和2年度中北地区教育委員会連合会総会の中止について
- 令和2年度関東甲信越静市町村教育委員会連合会総会（群馬大会）の中止について
- 全国学力学習状況調査の実施延期について
- 昭和田立小中学校教育課程説明会について
- 昭和田立小中学校教育委員会学校訪問について
- 第一回管理主事地教委・学校訪問について他
- 生涯学習課報告連絡事項
- 学校教育課報告連絡事項
- 事業報告・行事予定について他



問い合わせ
環境経済課 (☎275-8355)

募金への協力をお願いします

役場野菜をお持ち帰りの方に、緑の募金使途限定募金をお願いしています。

募金は、震災被災地の緑化による復興支援に充てられ、これまでも多くの方の善意を東北と熊本に送らせていただきました。

金額は問いませんので、今年も皆様のご協力をお願いいたします。



野菜が育ったら、お譲りします！

毎年、役場の緑のカーテンからは、たくさん野菜が収穫できます。こちらの野菜『役場野菜』として、ご希望の方にお譲りしています。

例年だと七月初旬から収穫しています。

※収穫の有無については、お問い合わせください。

※今年は収穫が少し遅くなる場合があります。



昨年7月の「メロン」



昨年の「すいか」

今年も、役場の緑のカーテンから美味しい『役場野菜』が育っています！

緑のカーテンとは、ゴーヤー等のツル性の植物を活用した天然のカーテンです。直射日光を遮るだけではなく、葉の蒸散作用で壁の熱を吸収し、涼しくなります。

また、美味しい野菜や花を楽しんだりもできます！

農作業中の熱中症対策について

全国の農作業中の熱中症による死亡事故は、毎年20人前後で推移し、7月、8月に70～80代の高齢者が屋外作業を行うときに集中しています。中には、気付かないうちに熱中症にかかっている方が多くいます。特に高齢者は加齢により体温調節機能が下がり、体温調節に重要な発汗が上手くできなくなるといわれているため、注意が必要です。また、日頃から農業に従事し暑さに慣れている方も、高温多湿なこの時期は注意が必要です。

1. 作業は気温の高い時間帯を外して行いましょう
2. 作業前・作業中の水分補給を心がけましょう
3. こまめな休憩をとりましょう
4. 帽子、吸汗速乾素材の衣服等を活用しましょう
5. 単独作業を避けましょう
6. 高温多湿の環境を避けましょう

「暑い環境での体調不良」は全て熱中症の可能性がありま。体調がすぐれなればすぐに作業を中断しましょう！



申請期限
令和2年7月3日(金)

助成金額
100㎡あたり8000円(ただし、8万円を上限とする)

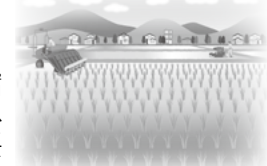
農地保全助成金のご案内

美しい水田景観を引き継ぎましょう

昭和町では、農業の活性化と調和のとれた水田景観の形成を目的として、農業振興地域内で水稲を作付する方に助成金を交付しています。

昨年度助成金を交付した方には個別にご案内を送付しましたが、今年度新たに申請する方は、環境経済課までご連絡ください。

対象者
昭和町在住で、昭和町農業振興地域内で今年度500㎡以上、水稲を作付する方。



※7月の粗大ごみの日は27日(月)です。当日の朝8時30分までに、総合体育館駐車場に出してください。
粗大ごみは、指定ごみ袋に入らないものに限りま。それ以外のごみは、しっかりと分別して出しましょう！

図書館だより

Library Information No.122

●7月の休館日

5日(日)、6日(月)、12日(日)、
13日(月)、19日(日)、20日(月)、
23日(木・祝日)、24日(金・祝日)、
26日(日)、27日(月)、
31日(金、月末整理日)

昭和町立図書館 〒409-3864 昭和町押越 575 ☎275-7860 FAX 275-7870 URL <http://www.lib.showacho.ed.jp/>

【各種イベント中止のお知らせ】

7月に開催を予定しておりました各イベントにつきまして、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し中止させていただきます。今後のイベントの開催につきましては、次号の図書館だよりをご確認ください。

中止となるイベントは下記のとおりです。

- ・「おはなし会」
- ・「0,1,2 歳児のおはなし会」

図書館の各イベントを心待ちにされていた皆さま、大変申し訳ございません。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。



今月のおすすめ本

『きんぎょすくいめいじん』

松成 真理子/作
講談社



お祭りの日、ぼくは「きんぎょすくい」に挑戦！だけど全然うまくいかない…。その時、隣にいた男の子がそっと金魚を一匹入れてくれた。その子は金魚すくい大会で2位をとるすごい子で…。

夏の日の思い出を色あざやかに描いた絵本です。金魚の色がきれいで印象にのこります。

『目でみる漢字』

おかべ たかし/文
山出 高士/写真
東京書籍



「田」「川」などの誰でも読める漢字から「椿象(カメムシ)」「木耳(キクラゲ)」といった難読漢字まで、36組の漢字を実物の写真を添えて紹介しています。

漢字にまつわる知識や雑学を目で見て学ぶことができる、誰かに話したくなるような面白い写真集です。

『オリンピックの輝き』

佐藤 次郎/著
東京書籍



“魔物が住む”と言われるオリンピックの大舞台。初参加のストックホルム大会から2016年リオ大会までの選手やコーチ、大会を支えていた人々の物語や歴史が綴られています。東京2020大会に向けて、ぜひ読んでみたい1冊です。

国保だより

No.104

国民健康保険
加入世帯 2,407世帯
被保険者 3,879人
令和2年5月末現在



お問い合わせ先
町民窓口課
☎ 275-8264



令和2年度の国民健康保険税(国保税)が決定

国民健康保険制度につきましては、平成30年度の改正により都道府県単位の広域化となり、山梨県が市町村とともに運営しています。このことにより、財政運営や事業の効率化などにおきまして、なお一層の制度の安定化が図られることとなりました。保険税につきましては、引き続き市町村が決定しますが、令和2年度の税率等は令和元年度と同様(据え置き)としています。

国保税は、①医療費の支出にあてる「医療保険分」、②後期高齢者医療制度にあてる「後期高齢者支援金分」、③介護納付金にあてる「介護保険分」(40歳から64歳の方が対象)を合計した額です。それぞれに「所得割」「被保険者均等割」「世帯別平等割」があり、各世帯単位で算出します。

また、保険税額はそれぞれ区分ごとに「限度額」が定められています。計算上、限度額を超える金額となった場合は、区分ごと定められた限度額が保険税となります。

期限内の納入をお願いします

各世帯の国民健康保険税額が決定しましたら、町から7月中に納税通知書をお送りします。

皆様から納めていただく保険税は、県に納付金として納めることになります。保険税は国民健康保険制度を維持・運営していくうえでとても大切な財源ですので、納期限内に納入してください。



	① 医療保険分	② 後期高齢者 支援金分	③ 介護保険分
所得割額	6.5%	1.7%	1.6%
被保険者 均等割額	28,000円	9,700円	9,500円
世帯別 平等割額	27,500円	8,500円	7,000円
限度額	63万	19万	17万

後期高齢者医療保険証の更新時期です

7月は保険証の更新時期です。有効期限が令和3年7月31日までの新しい後期高齢者医療被保険者証(保険証)を交付します。

新しい保険証は「紫色」となります。被保険者の皆さまのお手元には7月中に簡易書留で郵送され、

お手元に届いた日から使えます。現在お使いの保険証は、8月以降は使えません。古い保険証は個人情報記載されていますので、裁断するなどして廃棄してください。

また、「限度額適用・標準負担額減額認定証」及び「限度額適用認定証」につきましては、令和元年度交付を受けている方で今年度も適用要件に該当する方へは保険証とは別に発送されます。

409-3864
山梨県中巨摩郡昭和町
押越542番地2

昭和 太郎 様

昭和町役場
山梨県中巨摩郡昭和町押越542-2
〒409-3880
TEL055-275-8264

↓ ここを折ってゆくりとはがしてください

被保険者名	昭和 太郎
被保険者番号	01234567
負担割合	3割
有効期限	令和3年 7月31日

後期高齢者医療被保険者証 有効期限 令和3年7月31日
被保険者番号 01234567
住所 中巨摩郡昭和町押越542番地2
氏名 昭和 太郎 性 男
生年月日 昭和11年 1月 1日
資格取得年月日 平成23年 1月 1日
発行期日 平成23年 1月 1日
交付年月日 令和 2年 8月 1日
一部負担金の割合 3割
被保険者番号 39193842
被保険者名 山梨県後期高齢者医療広域連合

令和2年度後期高齢者医療保険料について

7月に今年度の保険料が決定します。保険料は前年の年金や給与、不動産といった収入に基づき算定されます。今年度の保険料率は前年度と変更なく据え置くことに決まりましたが、保険料賦課限度額は国の基準の変更に伴い、前年度の62万円から64万円に変わります。

平成 30・令和元年度

均等割額 40,490 円

+

所得割額
(所得ー33万)×7.86%

||

年間の保険料
(限度額62万)

令和 2・3年度

均等割額 40,490 円

+

所得割額
(所得ー33万)×7.86%

||

年間の保険料
(限度額64万)

納付方法の種類について

4月から翌年3月までの1年間分をそれぞれの納付方法に応じた納期回数で除した金額で各期納めていただきます。

○年金特徴(年金大引)

7月中旬に保険料決定通知書を送付します。

○普通徴収(納付書納付・口座振替)

7月～翌年2月までの8回で納めていただきます。納付書納付の方へは保険料決定通知書と各月の納付書を、口座振替の方へは保険料決定通知書をそれぞれ7月中旬に送付します。

国保税を計算してみよう

次の計算式の□に、あなたのご家庭の国保加入者の所得額、国保加入者数をあてはめて国保税を計算してみよう。

この算定方法により算定された国保税の額から、既に納めていたにている4・5・6月の仮算定額を引いた金額を、7月以降、9回の納期で納めていただくことになります。

(1) 所得割額 …所得に応じて計算
(

所得金額
円

 -

保険税基礎控除
330,000 円
(有所得者毎)

) ×

税率
6.5%

 = 円

(2) 均等割額 …加入者に応じて計算

国民健康保険加入者数
人

 ×

1人あたりの金額
28,000 円

 = 円

(3) 平等割額 …1世帯あたりの金額
= 27,500 円

医療保険分 合計 (1) + (2) + (3) = 円

- 計算表は医療保険分の計算例です。後期高齢者支援金分・介護保険分の算出は、それぞれの税率等(上表)に置き換えて計算してください。(医療保険分・後期高齢者支援金分の計算は、国保加入者全員、介護保険分の計算は、40～64歳の方のみの所得・人数で計算)
- それぞれの税額の合計が1年間の国保税となります。

後期高齢者医療制度の 保険料軽減措置の見直しについて

後期高齢者医療保険料は、被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と、個人の所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算されますが、所得の低い人や健康保険組合などの被扶養者であった人は現在、保険料が軽減されています。

後期高齢者医療制度発足時から激変緩和のため、保険料の軽減措置が行われてきましたが、令和元年度から段階的に見直しを行っており、令和2年度もまた昨年度から均等割額の軽減措置の一部が変更になります。また、5割軽減、2割軽減となる条件が緩和されまし

後期高齢者に係る 医療費通知について

75歳以上の方の医療費のお知らせは、これまで年3回医療費通知を発送していましたが、医療費控除の申告をされる方の利便性向上のため左記のとおり回数が変更となります。

○昨年度まで

7月・11月・2月の年度
中3回発送



○令和2年度から

2月末の年度1回発送
(令和2年1～12月診療分
をまとめて令和3年2月末に
発送します)





一社協だより まごころ 第275号

社会福祉法人 昭和町社会福祉協議会
〒409-3864 昭和町押越 955-1

【昭和町社会福祉協議会ホームページ】URL <http://www.showashakyo.or.jp>
【記事に関するお問い合わせ】 ☎ 275-0640 FAX 268-3737



車イスの操作や注意事項については、職員が丁寧に説明いたします。

※営利目的等の使用の場合、貸出を制限させていただきます。予めご了承ください。

○最長1カ月

貸出期間

○無料

使用料

○町内在住者・町内で活動する団体等

貸出対象者

※申請時に、判子を忘れずにお持ちください。

申請方法

○町社会福祉協議会へお越しいただき、

申請書にご記入ください。使用日の

1カ月前から申請が可能です。

町社会福祉協議会では、介助や通院、

ケガ等で歩行が困難な方に向けた支援

として、当会所有の車イスを貸出して

おります。



車イスの貸出を
行っております

事業中止のお知らせ

例年、夏季に開催しております下記の事業については、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止といたしました。開催を楽しみにしていただいていた皆様には、大変申し訳ございませんが、ご理解をいただきますようお願い申し上げます。

- ・夏だ！祭りだ!! ふれあいランチ
- ・昭和町福祉ゲートボール大会
- ・ボランティアサロンコーディネーター講習会



善意をありがとうございました



「町社会福祉協議会の活動に役立ててください」と手作りマスク100枚を寄付していただきました。心から感謝申し上げます。

寄付者 田島 秀子 様

町社会福祉協議会へ来会される際の新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください

新型コロナウイルス感染症対策として、町社会福祉協議会へ来会される際には、次の点についてご協力をお願いします。

- ①事前連絡（連絡先はこのページ上部をご覧ください。）
- ②入室する前の検温
- ③マスクの着用
※マスクにつきましては、各自でご用意をお願いします。
- ④入室する際の手指のアルコール消毒

※次の項目に当てはまる方は、来会をお断りさせていただきます。予めご了承ください。

- ・息苦しさ、強い倦怠感、味覚異常、嗅覚異常、発熱、咳等の症状のいずれかがある
- ・過去14日以内に上記の症状の疑いのある方と接触したことがある等



町母子寡婦福祉会の名称が変わりました!

町母子寡婦福祉会は、父子家庭及び寡夫の方々にも入会していただけるように、令和2年4月30日から名称を変更しました。

新名称「昭和町ひとり親家庭福祉会」
旧名称「昭和町母子寡婦福祉会」

町内の母子家庭・父子家庭・寡婦・寡夫を対象に「しあわせづくりは自分たちの手で」と会員相互の交流と親睦・自立支援のための活動を中心に町の関係機関等から支援を受けて多様な活動を行っております。皆様のご入会をお待ちしております。

年会費 一世帯 500円

入会方法 町ひとり親家庭福祉会事務局（町社会福祉協議会内）へお越しいただき、申込書にご記入ください。

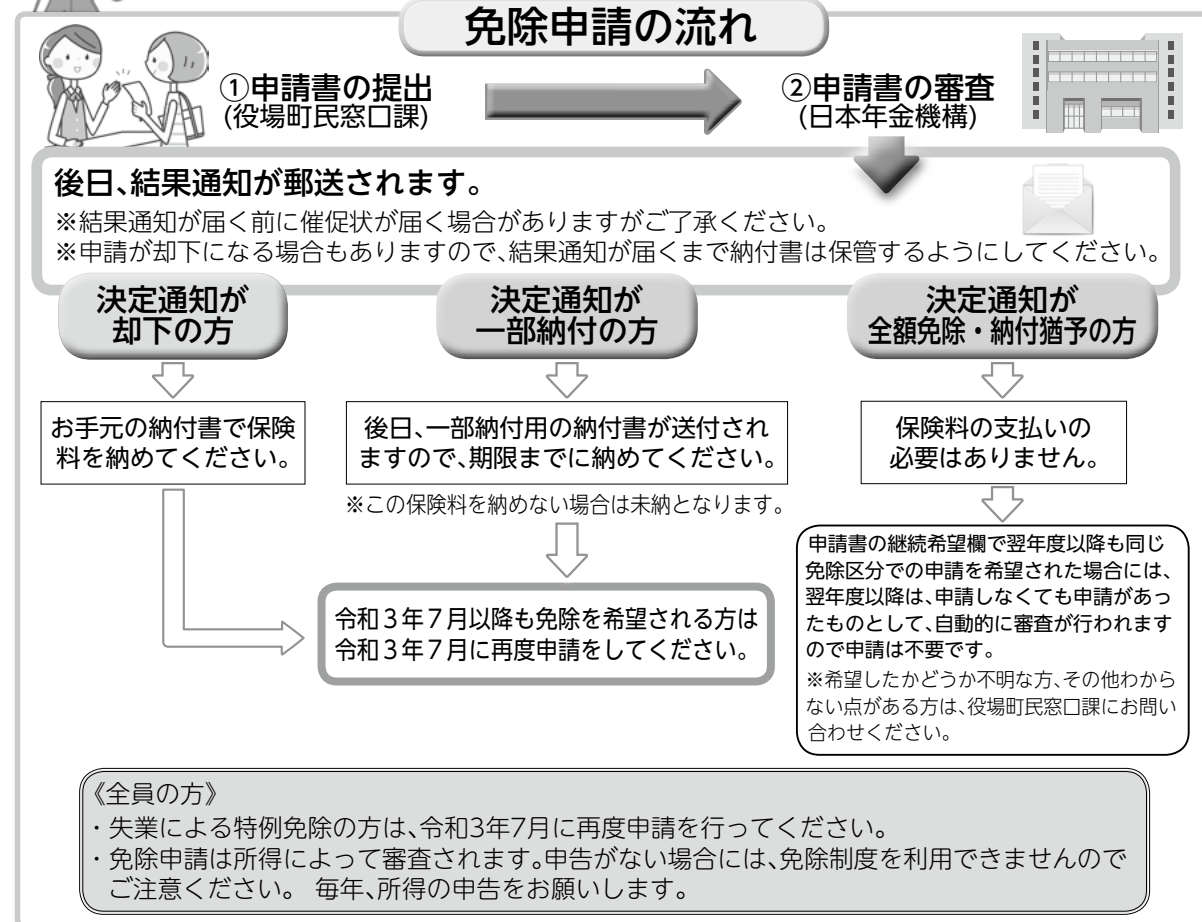
国民年金

シリーズ
その187

年金は世代間の支えあい
年金について
もう一度考えてみませんか

竜王年金事務所 ☎278-1100 / 役場 町民窓口課 国保年金係 ☎275-8264

国民年金に加入されている方は月々1万6540円の保険料を納めることになっていきます。所得が少ない・失業したなど、経済的に保険料を納めるのが困難な場合には、所得などに応じて、免除または猶予に該当する可能性があります。手続きは役場町民窓口課で受け付けています。7月より、令和2年度（令和2年7月分）令和3年6月分）の受け付けを開始します。今回は免除申請の手続きの流れについてご案内します。



国民年金保険料免除制度の申請手続きについて

▼免除の対象となる方

① 所得が限度額を下回る方

（限度額は扶養人数などにより異なります。）

※限度額については年金機構のホームページ等を参考にしてください。

② 生活保護認定を受けている方

③ 特例的な事情がある方

（失業や災害など）

☆新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少された方は令和2年2月分から臨時特例の免除申請ができる場合があります。条件や申請方法等の詳細は役場町民窓口課 竜王年金事務所にお問い合わせされるか日本年金機構のホームページをご覧ください。 <https://www.nenkin.go.jp>

▼免除された保険料について

免除になっていた保険料は10年以内であれば、追納することができます。追納すること将来の年金額の計算で、満額を納付したのと同じ扱いになります。

手続きは役場町民窓口課 竜王年金事務所です。

※全額免除の承認を受けた方は保険料の支払いをしなくても将来受給するために必要となる期間には含まれますが、受給額は納めていない分減額されます。

※一部免除の承認を受けた方は、減額された納付書で支払いをしてください。

納めていない場合には受給するために必要な期間に含まれません。

問い合わせ

役場町民窓口課 ☎275・8264
竜王年金事務所 ☎278・1100



南甲府警察署通信

問い合わせ 南甲府警察署 生活安全課 (☎ 243-0110)



「ネットショッピングの偽サイト」に注意!

1 ネットショッピングの偽サイトとは

実在する企業になりすまして偽のネットショッピングサイトを作り、お金を騙し取ろうとするサイトや、他のサイトでは売り切れている商品を掲載したり、商品の価格を他のサイトよりも安く設定するなどして購入意欲をあおり、お金を騙し取ろうとするサイトです。

※最近では、通販サイトでマスクや消毒液を購入して、代金を振り込んだが、商品が届かないという被害が発生しています。

2 ネットショッピングの偽サイトの特徴

- 検索サイトの検索結果の上位に表示される。
- 支払い方法が銀行振込による前払いである。
- 他のショッピングサイトでは品切れしたり、価格が高騰している商品なのに在庫がある。または、商品の価格が極端に安い。
- 不自然な日本語が使用されている。
- 事業者の電話番号等が記載されていない。

3 ネットショッピングサイトを利用する際の注意事項

- 利用するショッピングサイトのURLを確認する。
- 支払い方法に代引きが可能であればなるべく代引きを利用する。
- クレジットカードの利用明細を確認し、身に覚えのない請求が来ていないことを確認する。



- ショッピングサイト内の商品の価格が極端に安くないか確認する。
- 会社概要や決済方法の記載部分が不自然な表記になっていないか確認する。
- 会社概要の記事事項を確認し、連絡先や住所を検索し、会社が実在しているか確認を行う。
- ネットショッピングサイトの評価(口コミ)を確認する。
- ウイルス対策ソフト、OSをアップデートして最新の状態で利用する。

住宅対象侵入犯罪の被害防止 ～被害防止の基本はカギかけ!～

県内で発生している住宅を狙った空き巣や忍び込みなどの侵入窃盗の被害状況の大半は、無締り箇所からの侵入です。

犯人は、犯行現場の下見をしてから侵入する機会をうかがっています。犯人は、侵入するのに5分以上かかり、顔や姿を見られたりすることを特に嫌います。

被害防止の基本は「カギかけ」です。不在時はもちろんのこと、在宅中でもカギかけを習慣づけ、就寝時のカギかけも忘れないようにしましょう。住宅に防犯性能の高い建物部品を使うことも有効です。

ご近所同士が気軽に声を掛け合えるコミュニティづくりを行い、犯人が近づきにくい安全で安心して暮らせる地域社会をつくりましょう。



No.189

女と男とが築きあげる21世紀のまちづくり

共に生き

活き輝け昭和

新型コロナウイルス自粛生活で学んだこと

男女共同参画推進委員会 玉川秀城 (築地新居区)

世界中の人々が、一生に一度あるかないかの経験をしています。新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式が政府から発表され、それを実行することが感染拡大防止となり社会が守られることになりました。自粛生活を余儀なくされてきたなか、世界中の様々なことがあぶりだされてきました。世界各国の指導者の方針や取組は実に様々で、それらに対する賞賛や批判は毎日のニュースで報道されているところ。日本国内についても例外ではなく、山梨県をはじめ各都道府県の取組についても知ることとなりました。そんなコロナ禍において、男女共同参画に携わる者として気にしてしま

うのが指導者たちの男女比率です。その比率は男性のほうが高いのですが、数は少なくとも女性が活躍していることを頼もしく思います。

話を戻しますが、自粛を打ち出した日本政府の方針への反応は、趣旨には賛成するが個々の具体的事柄には異議を唱える、いわゆる総論賛成・各論反対が長所

である日本人らしからぬものです。自粛生活によりこれまでの日常生活が阻害されることへの不満をあらわにする者、自分だけは感染しないから外出も自粛しない、感染したから他人に移してやろうといった自己中心的な者がいることが、日本人の負の特性としてあることを浮き彫りにしています。

私たち委員会も20年を超えた活動を続けておりますが、先進国といわれる日本はいまだ男女格差が解消されていないのが現状です。男女平等格差を示すジェンダー・ギャップ指数が先進国の中でも後ろに位置しており、残念なことにその順位を年々落として続けています。

コロナ禍という未曾有の危機のなか、生命を守るための新しい生活様式が求められています。これをひとつのきっかけとして、男女共同参画についても前に進んだ変化が感じられることを切に願います。



No.158

昭和町母子愛育会
事務局 いきいき健康課
(☎ 275-8785)

こんにちは! 愛育会です!

熱中症に気を付けましょう!

新型コロナウイルス感染症の影響で、まだまだ「マスク着用」や「3密を避ける」ことが呼びかけられている中、夏の暑い日が続きます。慣れないマスクを着用しての外出時は、熱中症に十分注意しましょう。

(屋外で人との距離が2m以上確保できる場合は)
マスクを外しましょう!

外出するときは・・・

- 日傘や帽子を着用しましょう。
- 日陰を歩いたり、こまめに水分を摂るとともに、マスクをはずし休憩をしましょう。
- 通気性がよく、涼しい服装にしましょう。
- ベビーカーを利用するときは地面からの熱を受けやすくなるので、暑い日や長時間のお散歩は控えましょう。
- 熱中症アラート発表時はなるべく外出を控えましょう。



新型コロナウイルス感染拡大防止のため4月から活動を休止しておりましたが、緊急事態宣言解除を受け、施設利用のルールに従い、マスク着用と密を避ける方法で、6月9日に正副班長会議を開催し、愛育会活動を再開しました。出来る範囲での活動になりますが、今後も町民の皆様の健康づくりの支援を行っていききたいと思います。

Health

健康

膵臓のリスクである
膵管内乳頭粘液性腫瘍(IPMN)について

山梨大学附属病院 消化器内科 講師 高野伸一

膵臓は早期診断や治療が難しいことで知られていますが、ほかの癌と同様に早期発見が重要なことは言うまでもありません。膵臓の早期診断が難しいのは、人間ドック等で行われる腹部超音波検査(エコー)で膵臓自体が見えにくいことが多く、また膵臓発生の危険因子が明確には解明されていません。しかし、理由としてあげられます。しかし、全くお手上げかというところではありません。可能性のある危険因子を持っている方に対しては、膵臓がよく見える精密検査を定期的にいくという方法が考えられます。

膵臓の危険因子として可能性が示唆されているのは、家系に膵臓・膵炎・乳癌・卵巣癌の方が複数見られる場合や、糖尿病・慢性膵炎・肥満・膵管内乳頭粘液性腫瘍(IPMN)、喫煙などです。これらの中でもIPMNは危険因子として近年重要視されています。IPMNは人間ドック等で高頻度に発見される粘液を産生する嚢胞性の腫瘍で、その割合の多くを占める分枝型と呼ばれるタイプでは、IPMNの悪性化が年率1〜2%程度、IPMNとは別に膵臓が発生するのが年率1〜2%程度と言われ、極めて高率であると考え

られます。従って、膵臓の早期診断のために健診・人間ドックの腹部超音波検査などでIPMNを指摘してもらい、定期的な精密検査を受けることが重要となります。膵臓を診断するために外来でできる検査としては、CT、MRIのほか、精密なものとして超音波内視鏡検査があげられます。超音波内視鏡は通常の内視鏡とは基本的には同じ形をしていますが、先端に超音波プローブが埋め込まれる分だけやや太くなっています。胃や十二指腸に開かれる膵臓は腹部から見るとやや深いところに位置しています。特に肥満の方は腹部超音波検査で膵臓を見ることは難しくなりますが、超音波内視鏡検査では胃や十二指腸から明瞭に膵臓を描出することが可能です。しかも、超音波検査は見えれば小さいものでも検出することができ、1cm以下の早期の膵臓も診断できる可能性が十分にありま

山梨県内で超音波内視鏡検査ができる病院は限られておりますが、膵臓の早期診断には極めて重要な検査となります。もし皆さんが人間ドック等で膵臓にIPMNなどの異常を指摘された場合には、超音波内視鏡検査ができる病院へ紹介してもらいま

マイナンバーカード時間外の受け取り（申請済の方のみ）

日時 7月15日（水）
午後5時30分～7時
場所 町民窓口課（4番窓口）
持ち物
・交付通知書（ハガキ）
・通知カード
・運転免許証やパスポート等の顔写真付き身分証明書
・住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）
その他
○必ずご本人が来庁してください。
○混雑を避けるため事前予約制になります。前日までに町民窓口課までご連絡ください。
○予約がない場合及び持ち物等に不足がある場合は、受付・交付ができませんので、ご確認のうえ来庁してください。
○当日は更新を除くマイナンバーカードの受け取りのみ対応いたします。マイナンバーカード交付以外の住所変更・自動交付機を除く証明書の発行等の業務は受付できませんのでご了承ください。
申し込み・問い合わせ
町民窓口課 町民係
☎275・8264

母子・父子・寡婦家庭の皆さんにお知らせ
お子さんの入進学に必要な資金計画はお済みですか？大学や高校に入進学する際には、入学金・授業料のほか、施設設備費や制服代などの経費が必要です。
県では、母子・父子・寡婦家庭のお子さんの入進学に必要な資金計画についてご相談に応じています。まずはお早めにご連絡ください。
【母子・父子・寡婦福祉資金貸付限度額の例】
公立高校・自宅通学の場合
○修学資金 月額2万7千円
○就学支度資金 15万円
※貸付には審査があります。
問い合わせ
山梨県中北保健福祉事務所
福祉課 児童家庭担当
☎0551・23・3443

昭和三十九年度教育委員会相談室について
昭和三十九年度教育委員会相談室にて、火・水・木曜の3日間（祝日を除く）青少年育成カウンセラーが勤務しています。
青少年育成カウンセラーは、町内の青少年関係者や育成組織の連携を図り、青少年健全育成の推進に努めています。同時に、青少年育成町民会議事務局として、その活動促進に関わっています。
また、児童生徒、保護者、教職員からの教育相談にも応じています。内容により、関係相談機関を紹介したり学校等と対応したりすることもあります。
お気軽に、教育委員会相談室をご利用ください。
相談時間 午前9時～正午
午後1時～4時
申し込み・問い合わせ
生涯学習課 相談室
☎275・6951

献血にご協力ください
西条一区、西条二区、清水新居区、西条新田区の4つの区からなる「西条地区献血協力会」では、次のとおり、献血バスを招き献血を募集します。ぜひご協力をお願いします。
日時 7月19日（日）午前10時～正午、午後1時～3時30分
場所 イトーヨーカドー甲府昭和店 正面入口前
（昭和町西条13・1）
問い合わせ
山梨県赤十字献血センター
☎251・5891

文芸コーナー 短歌

早朝の畑仕事は気分よし
負けてはおれぬ新型コロナ

初ツバメ我が家の庭で宙返り
コロナ疲れの見舞いかな

花筏淀みにしばし休むかに
今季に別れ告げつつ揺れる

鋤かれたる春待つ田にも風渡り
ひっそりそよぐ大根の花

新しき時代の流れ直ぐ其処に
オンラインだと孫は得意げ

◎一緒に「短歌」を始めてみませんか？
短歌部では皆さまの入部をお待ちしております。
問い合わせ 昭和町文化協会 短歌部
（事務局 生涯学習課 ☎275・8641）

※新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、各種催し等が中止となる場合があります。大変お手数ですが、各問い合わせ先にご確認くださいようお願いいたします。

INFORMATION CORNER

優和福祉専門学校
オープンキャンパスのご案内

優和福祉専門学校は、介護福祉士国家資格取得を目的とした2年制の専門学校です。手話、レクリエーション（脳トレ）、手洗いチェック等企画しています。コロナ対策としてもお勧めです。お気軽に遊びにいらしてください。
日時 7月18日（土）
8月1日（土）
9月12日（土）
受付 午前9時30分～
開始 午前10時
場所 優和福祉専門学校
昭和町築地新居374・1
申し込み・問い合わせ
優和福祉専門学校
※電話・FAX・HPにてお申し込みください。
☎268・6001
(FAX) 268・6003
(HP) http://yuwaiko-gakuen.ed.jp/

スポーツ少年団紹介

昭和少女バレーボールスポーツ少年団

昭和少女バレーボールスポーツ少年団は、バレーボールを通してスポーツの楽しさ、仲間との絆、成長期の子どもの体作りなど、多くのことを子どもたちが学べるように取り組んでいます。
新チームになってから、新型コロナウイルス感染拡大に伴う活動自粛などがありました。6人の6年生を中心として、「継続は力なり」を合い言葉に、公式戦では1試合でも多く勝利できるよう、目標に向かってコツコツと練習に取り組んでいく予定です。
楽しい監督、コーチとお姉さん達が待っていますので、いつでも見学に来てください！



新人戦での集合写真。先輩たちも応援に来てくれました。

- 練習日
水・金曜日 午後5時30分～8時00分
土・日曜日 練習または試合
- 練習場所
昭和町総合体育館ほか

問い合わせ 町教育委員会 生涯学習課 ☎275-8641

防災一口メモ 水害を未然に防ぐ① ～身近な川の水位を知っておこう！～

近年は大雨による被害のニュースがたびたび聞かれます。昨年の台風19号接近による、町の臨時避難所の設置も記憶に新しいことと思います。大雨は、通称ゲリラ豪雨と呼ばれる「局地的大雨」と、線状降水帯などの影響を受ける「集中豪雨」に大別されます。局地的大雨は、30分から1時間程度で消滅しますが、集中豪雨は局地的に断続的に激しい雨が続き、重大な災害を引き起こす恐れがあります。急激な大雨が降ると、地面に潜っている道路（アンダーパス）や、すぐにあふれてしまう側溝など、大きな河川でなくても被害が及ぶ場合があります。
大雨による水害に備え、被害を受ける恐れのある身近な河川の水位を日ごろから知っておくことが重要です。

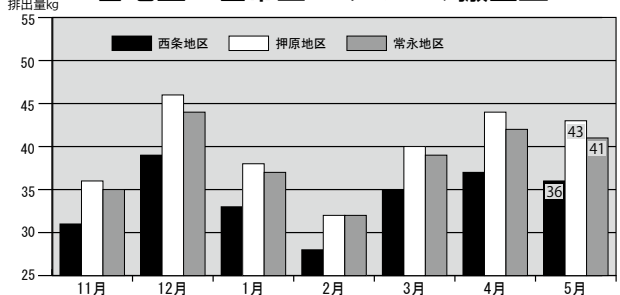
女性防災ネット昭和

国保ミニだより

町が医療機関などに支払った5月分の医療費は、約8,076万1千円（前年同月比3.66%の増）です。接骨院等では、保険証が使える施術と使えない施術があります。単なる肩こりや筋肉疲労などの施術では使えません。

5月は、先月と比較すると全体の収集量は約10t減の345tとなり、一世帯あたりの収集量は先月と比べて1kg減の39kgとなりました。引き続きReduce（リデュース＝ごみを出さない）Reuse（リユース＝ごみを再使用する）Recycle（リサイクル＝ごみを再利用する）の再確認、生ごみの水切りやごみの分別を徹底し、ごみの減量を心がけましょう！

各地区一世帯当たりのごみ搬出量



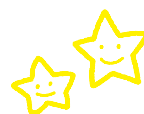
※「ごみ排出量」は可燃ごみと不燃ごみの1カ月の合計です。アルミ缶などの資源は除きます。

わが家の アイドル大募集

※次回は10月号以降の掲載となります。



広報昭和ではわが家のアイドルを大募集しています！
掲載者にはわが家だけの特別表紙をプレゼント。
ご自慢のお子さんのお写真をぜひ広報にお寄せください！
申し込み 企画財政課 企画情報係 ☎ 275-8154



あとかき

早いもので一年の半分が過ぎてしまいました。いわゆるコロナ禍による自粛生活をはじめ、季節のイベント事も中止となるなど季節の移ろいを感じにくいためか、あつという間の半年だったように感じます。町では各施設の利用が再開されましたが、一日でも

早く日常が戻ってほしいことを願うばかりです。さて、今月の表紙は河東中島区、山伏川沿いの紫陽花です。潤いの季節に美しく咲く様は、私たちに安らぎと活力を与えてくれます。梅雨が明ければ夏本番。暑さに負けず、体調に気を付けて元気に夏を乗り切りましょう。

厚揚げと夏野菜のみそ炒め

～今月は
「上河東二区
食生活改善推進員」さん
からのレシピです～



◆材料(2人分)

- | | | |
|--------------|---|---------------|
| ・厚揚げ …… 1枚 | A | みそ …… 大さじ1 |
| ・豚肉 …… 70g | | 砂糖 …… 大さじ1/2 |
| ・なす …… 1個 | | みりん …… 大さじ1 |
| ・ピーマン …… 1個 | | 酒 …… 大さじ1 |
| ・にんじん …… 20g | | しょうゆ …… 小さじ1 |
| ・油 …… 大さじ1 | | ＊にんにく、生姜はお好みで |

◆作り方

- ① なすは縦半分に切って1cmの斜め切りにし、水にさらしてアク抜きをしたら水気をとっておきます。
- ② 厚揚げは油抜きをしたら縦半分に切って約1cm幅の拍子切り、ピーマンは縦に細切り、にんじんは薄い短冊切りにします。
- ③ フライパンで豚肉を炒めたら皿に取り、油を足して野菜をしんなりするまで炒めます。
- ④ 厚揚げ、豚肉を加え、味をみながらAを加えて味がなじんだら完成です。

★なす、ピーマンは手で裂いてキッチンバサミで整え
にんじんはピーラーでスライスしてもOK

食育推進協議会事務局
いきいき健康課 ☎ 275-8785



今回は、
「上河東二区
食生活改善推進員」さんから

**ウイルスに負けない！
1日3食 主食・主菜・副菜を揃えよう！**

普段とは違う生活が続いたため、子どもも大人も食生活の乱れが心配されました。学校給食がない休日は偏った食事により食塩摂取量が多く、カルシウムやカリウムが不足しがちという調査結果があります。これから旬を迎える夏野菜を食べて、不足しがちな栄養素はもちろん、食物繊維も補ってバランスのとれた食事をするよう心掛けましょう。野菜はそのまま食べられ、手で裂く（なす、ピーマン、キャベツ、きのこ等）など手軽に下ごしらえできるものも多くあり、忙しい方にもおすすめです。野菜を積極的にとりながら、ウイルスに負けない身体を作りましょう！

チャイルドシート 貸与事業

利用料 無 料（1歳の誕生日の前日まで貸し出し）
対象者 町内に住所を有する1歳未満の子どもの保護者の方
問い合わせ 企画財政課 行政係 ☎ 275-8154