

広報昭和

9

2022
No.539

さわやかに
いきましょう♪

表紙

ふれあいラジオ体操

目次

マイナンバーカードをつくろう	P2~3
各種お知らせ(ふるさとふれあい祭りについてほか)	P4~8
まちのわだい(想定浸水深指標を設置ほか)	P9
各種たより(教育昭和、環境経済通信ほか)	P10~19
暮らしの情報/スポ少紹介/川柳ほか	P20~23
みんなの広場(わが家のアイドル、みんなの食育ほか)	P24

令和4年9月1日発行

町の鳥:ひばり 町の花:れんげ 町の木:おとめ椿

まちの動き 8月1日現在(前月比)

人 口	20,928 人 [750] (+27 [- 2])	※内、[]は外国人数
男	10,491 人 [311] (+ 4 [- 7])	※平成 24 年 7 月 9 日
女	10,437 人 [439] (+23 [+ 5])	から人口・世帯数は
世帯数	9,318 戸 [348] (+12 [- 5])	外国人住民を含んだ数

こちらも
チェック!



問い合わせ 昭和町役場 町民窓口課 町民係 (☎ 234-5144)

今なら手軽に! ケータイショップでマイナンバーカード

総務省受託事業(マイナンバーカードに係る申請サポート事業)

マイナンバーカードの普及促進のため、総務省が一般社団法人全国携帯電話販売代理店協会と委託契約し、令和4年7月27日から令和5年3月下旬まで、全国約8,000店舗の携帯電話ショップにおいてマイナンバーカードの申請サポート事業を実施しています。

ケータイショップでマイナンバーカード申請を オススメする3つの理由

1

手ぶらで
OK!

2

丁寧に
ご案内

3

すぐに
完了

手続きは
無料です!



QRコード付き交付申請書をお持ちの方*も、お持ちでない方も、スマホをお持ちでない方もショップスタッフが申請完了までしっかりサポートさせていただきます。

*QRコード付き交付申請書をお持ちいただくとカードがより早くお手元に届きます。

申請手続の流れ

- 1 スマホに証明写真アプリをダウンロードします。
- 2 アプリで顔写真を撮影します。

こちらから
ダウンロード
できます。

iPhone用



Android用



右のような写真は不適切な例です。



- 3 専用のWEBサイトで名前、住所、生年月日、性別、および写真、その他必要な情報を登録します。
- 4 申請完了後、申請受付番号をお渡しします。

申請後の流れ

- 1 申請手続が完了したら、あとは市区町村からの交付通知書(ハガキ)を待つだけ。

★ケータイショップで申請いただいてから通知書が届くまでおおむね1ヶ月程度(※)
★QRコード付き交付申請書をお持ちの場合、マイナンバーカードが早く交付されます。
※マイナンバーカードの申請が一定期間内に集中したり市区町村の窓口が混雑している場合はこれ以上のお時間がかかる場合があります。

- 2 交付通知書が届いたらマイナンバーカードを市区町村に受け取りに行きましょう。
(お持ちいただくもの)
・交付通知書(はがき)、「通知カード」(令和2年5月以前に交付を受けている方)、本人確認書類、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)



<申請内容や写真に不備があった場合>

☐ 申請内容に不備がある場合は、市区町村やJ-LIS(地方公共団体情報システム機構)からご連絡をする場合があります。

<お客さまの大切な個人情報を守るために>

申請をご自身のスマホではなく、店頭で用意したデバイスで行った方は、以下の内容を店頭スタッフと一緒にご確認ください。
☐ ブラウザ上の履歴にお客さまの申請情報が残っていない。
☐ お客さまの顔写真のデータが消去されている。
☐ 予測変換にお客さまの情報が残っていない。
☐ ご登録情報は本申請以外の目的で使用することは一切ありません。
☐ 店舗ではお客さまの個人情報を保管しないため、申請後のお問い合わせは受付出来かねます。

チェック!



総務省委託 マイナンバーカードに係る申請サポート事業 共同事業体

NTT docomo

Tomorrow, Together
KDDI

SoftBank

一般社団法人
全国携帯電話販売代理店協会

つくるなら今!! マイナンバーカードをつくろう!

申し込み・問い合わせ 町民窓口課 町民係 (☎ 234-5144)

8月より、昭和町では役場まで申請に行くことが困難な方、申請方法が分からない方などを対象に、マイナンバーカードの申請受付を各地区公会堂において実施しています。9月の日程について、下記の通り申し込み受付を延長します。

町の職員が、申請のサポート(顔写真の撮影・申請書の受付)を行い、申請時に本人確認等の必要な条件を満たせば、完成したマイナンバーカードを本人限定受取郵便によりご自宅へお送りします。この機会に、ぜひお申し込みください。



申請を希望される方は、下記の締切日までに町民窓口課へご予約をお願いします。

日 程	会 場	申込締切	実施時間/定員
9月 8日(木)	紙漉阿原区公会堂	9月7日(水)	各日 午後2時～4時30分 <u>先着15名</u> ※要予約
9月 9日(金)	河西区公会堂		
9月16日(金)	築地新居区公会堂	9月15日(木)	
9月21日(水)	飯喰区公会堂		
9月22日(木)	上河東二区集会所		
9月29日(木)	上河東区公会堂		

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、**完全予約制**とさせていただきます。

必要な持ち物

● 本人確認書類

- ・本人限定受取郵便 → 【A】1点 + 【B】1点(例:運転免許証 + 健康保険証)
- ・役場窓口での受け取り → 【A】1点 または 【B】2点

【 【A】運転免許証、パスポート、在留カードなど顔写真付きの身分証明書(官公庁発行のもの)
【B】健康保険証、氏名・生年月日が印字された診察券、子育て受給者証(ピンク色のもの)、年金手帳、学生証など 】

● 通知カード(受付時に回収します。なお、紛失している場合は「紛失届」を記入していただきます。)

● 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ、受付時に回収します。)

※なお、平日の午前8時30分から午後5時までの間、昭和町役場1階 町民窓口課 [4番窓口] にて継続して申請サポートを行っております。平日の時間内に役場へお越しの方は、予約不要です。

マイナポイントをゲットしよう

マイナポイント
第2弾
実施中!!

マイナンバーカードを使って申込みすると

最大 **20,000円分** のポイントがもらえる!

カード取得は、
お早めに!



マイナンバーカードの新規取得等※で
最大 **5,000円分** の
ポイントがもらえる!

2022年1月1日から実施中

健康保険証としての利用申込みで
7,500円分
ポイントがもらえる!

6月30日から ポイントの申込み受付・付与を実施中

公金受取口座の登録で
7,500円分
ポイントがもらえる!

※カードを既に取得した方のうち、マイナポイント第1弾の未申込者も含まれます
詳細はマイナポイント事業のホームページにて順次お知らせします

詳しい申込み方法などはこちら →



マイナポイント第2弾対象のマイナンバーカードの申請期限は、**9月末**までとなりますのでお早めに!

町民のみなさまへ

問い合わせ いきいき健康課 (☎ 275-8785)

新型コロナウイルス感染症が心配なときは

発熱・せきなどの症状がある場合、下記のフローに沿って、まずは電話でご相談ください。

発熱等の症状がある方

発熱・せきなど
何らかの症状がある方

かかりつけ医が
いる場合

かかりつけ医など
最寄りの医療機関

電話をして相談

相談先に迷う場合※

・かかりつけ医がない
・夜間、休日 など

山梨県新型コロナウイルス感染症
受診・相談センター

055-223-8896
(24 時間対応)

外国語対応を希望される方は
092-687-7953

不安に思う方

・感染予防や対策
・新型コロナウイルス感染症
に関する健康相談 など

※お願い



新型コロナウイルス感染症の急激な拡大により、医療機関に大きな負担がかかっています。新型コロナウイルス感染症にかかわらず、緊急を要しないと思われる場合は、平日・昼間の診療時間内に受診するなどのご協力をお願いいたします。

昭和町ふるさとふれあい祭りの中止について

昭和町ふるさとづくり推進委員会では、新型コロナウイルス感染症に係る諸状況を考慮し、感染拡大防止のため、令和4年10月9日（日）に開催を予定しておりました「昭和町ふるさとふれあい祭り」の開催中止を決定いたしました。

開催を楽しみにしていた町民の皆さま、お祭りに関わる全ての皆さまにとって心苦しく、残念なお知らせですが、皆さまの安全を優先した決定に、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

今後とも町政運営に対しまして、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

令和4年8月22日 昭和町ふるさとづくり推進委員会会長

昭和町長 塩 澤 浩

就学時健康診断のお知らせ

町教育委員会では、来春小学校に入学予定のお子さんを対象とした健康診断を行います。
該当するお子さんがいるご家庭には、9月上旬に次の5つの書類を郵送いたします。書類が届かない場合には、学校教育課までご連絡ください。

日時

10月6日(木)
午後1時～(予定)

会場

昭和町総合体育館

送付書類

- ① 就学時健康診断のお知らせ
- ② 保健調査票
- ③ 家庭環境調査票
- ④ 就学時健康診断票
- ⑤ 食物アレルギーに関する調査

9月上旬に
郵送いたします



問い合わせ 昭和町教育委員会 学校教育課

(☎ 275-8631)

HPVワクチン自費接種者の方へ

接種費用の償還払いのご案内

HPVワクチン接種の差し控えにより、定期接種期間(小6～高1相当を過ぎて自費接種をした左記対象者の方)に対して、償還払いを行っています。

対象者

次の条件にすべて該当する方

- ・令和4年4月1日時点で昭和町に住民票がある、平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれ的女性
- ・高校1年生の年度末(16歳となる日の属する年度の末日)までに定期接種を3回完了していない方
- ・定期接種期間(小6～高1相当)が終了してから令和3年の年度末までに自費で接種した方
- ・HPVワクチンのキャッチアップ接種を受けていない方

申請受付期間

令和5年2月28日(火)まで

必要書類

- ① 任意接種償還払い申請書(町ホームページからダウンロードできます)
- ② 支払額が確認できる書類(領収書原本等)
- ③ 接種記録が確認できる書類(母子手帳、予診票の写し等)
- ④ 振込金融機関の口座情報(支店名、口座番号、口座名義等)がわかる書類
- ⑤ 申請者、被接種者の本人確認書類(免許証、マイナンバーカード等)の写し

金額

接種費用の領収書がある場合…上限16150円
接種費用の領収書がない場合…上限14500円

問い合わせ いきいき健康課 (☎ 275-8785)



公共工事等入札結果

(令和4年度 第1 四半期)



今年4月から6月に行われた町の公共工事等の入札結果(令和4年度公共工事等第1 四半期入札結果)をお知らせします。

契約 番号	入 札 日	工 事 名 (業 務 名)	工事場所	落札業者	予定価格	落札額	落札率	工 期
1	4 月 12 日	町道732号線側溝改良工事	築地新居	(株)望	1,800,000 円	1,750,000 円	97.22%	4/14～6/10
2		西条小学校教室冷暖房設備設置工事 (リース契約)	西条一区	(有)高山電設	5,954,000 円	5,830,000 円	97.91%	4/14～9/30
3		昭和町空家等実態調査業務委託	町内全域	(株)ゼンリン 甲府営業所	3,100,000 円	2,720,000 円	87.74%	4/14～(R5)3/10
4		梅の木公園外8箇所植栽・樹木等 管理業務委託	西条二区、清水新居、 押越、紙漣阿原	辻緑化土木(株)	4,283,000 円	4,180,000 円	97.59%	4/14～(R5)3/31
5		常永ゆめ広場芝生等管理業務委託	上河東	山梨ガーデン(株)	4,728,000 円	4,600,000 円	97.29%	4/14～(R5)3/31
6		常永区画1～4号公園芝生等管理業務委託	飯喰、河西 上河東	(株)石原グリーン建設 昭和支店	1,664,000 円	1,580,000 円	94.95%	4/14～(R5)3/31
7		神屋公園外8箇所植栽・樹木等管理業務委託	町内全域	(有)敷島緑化土木 昭和営業所	1,383,000 円	1,320,000 円	95.44%	4/14～(R5)3/31
8		常永ゆめ広場(ピオトープ)植栽・樹木等 管理業務委託	上河東	(株)富士グリーンテック	2,988,000 円	2,920,000 円	97.72%	4/14～(R5)3/31
9		北河原公園外3箇所植栽・樹木等 管理業務委託	西条一区 紙漣阿原	山梨ガーデン(株)	2,777,000 円	2,700,000 円	97.22%	4/14～(R5)3/31
10		釜無工業団地公園外3箇所植栽・樹木等 管理業務委託	築地新居 河西	(株)石原グリーン建設 昭和支店	2,463,000 円	2,380,000 円	96.63%	4/14～(R5)3/31
11		統合型土地情報システムKGS構築機器 購入(リース契約)	押越	(株)マルモ	2,287,500 円	1,414,700 円	61.84%	4/14～(R5)3/31
12	5 月 31 日	町道358号線側溝改良工事(外1路線)	上河東二区 河東中島	興和建設(株)	7,020,000 円	6,850,000 円	97.57%	6/2～9/30
13		町道527号線側溝新設工事(外3路線)	河西 西条一区	(有)内藤組	6,230,000 円	6,150,000 円	98.71%	6/2～9/30
14		昭和町立押原中学校増築準備(建築主体)工事	押越	(株)新装建設	43,630,000 円	42,300,000 円	96.95%	6/2～(R5)1/31
15		昭和町立押原中学校増築準備(機械設備) 工事	押越	(有)坂本工業	38,710,000 円	37,500,000 円	96.87%	6/2～(R5)1/31
16		西条・彩の広場調整池排水ポンプ交換工事	西条	深沢電気工業(有)	2,280,000 円	2,200,000 円	96.49%	6/2～10/31
17		昭和町立押原中学校増築準備(電気設備) 工事	押越	中楯電気(株)	42,920,000 円	41,600,000 円	96.92%	6/2～(R5)1/31
18		昭和町公共下水道管渠布設工事 (4-1工区)	西条新田	興和建設(株)	8,800,000 円	8,550,000 円	97.15%	6/2～9/30
19		昭和町公共下水道管渠布設工事 (4-3工区)	押越	(有)金丸組	11,950,000 円	11,500,000 円	96.23%	6/2～12/2
20		昭和町公共下水道管渠布設工事 (4-2工区)	西条新田	(株)田中重建	28,600,000 円	27,800,000 円	97.20%	6/2～11/30
21		昭和町公共下水道管渠布設工事 (4-6工区)	河東中島	明友建設(株)	28,600,000 円	27,700,000 円	96.85%	6/2～12/28
22		昭和町公共下水道TVカメラ調査及び 管渠清掃業務委託(第1分区)	西条、西条新田 押越、河東中島	(有)管清社	2,200,000 円	2,090,000 円	95.00%	6/2～8/31
23		昭和町公共下水道TVカメラ調査及び 管渠清掃業務委託(第2分区)	西条、西条新田 押越	(株)クリーンライフ	2,410,000 円	2,290,000 円	95.02%	6/2～8/31
24		町道2号線舗装工事(外2箇所)	西条二区、西条新田 押越	(有)昭和道路	7,090,000 円	6,850,000 円	96.61%	6/2～8/31
25		町内4校照明器具LED化工事設計業務委託	西条、押越、河西	(株)馬場設計	5,740,000 円	4,180,000 円	72.82%	6/2～(R5)2/28
26		釜無工業団地外周緑地帯管理業務委託	築地新居	(株)石原グリーン建設 昭和支店	1,900,000 円	1,820,000 円	95.78%	6/2～(R5)3/31
27		町道26号線外11箇所街路樹管理業務委託	町内全域	(有)敷島緑化土木 昭和営業所	4,490,000 円	4,390,000 円	97.77%	6/2～(R5)3/31
28		町道393・408号線外7箇所植栽帯及び 桜並木管理業務委託	町内全域	山梨ガーデン(株)	3,038,000 円	2,950,000 円	97.10%	6/2～(R5)3/31
29		常永土地区画整理地内街路樹管理業務委託	飯喰、河西 上河東	辻緑化土木(株)	1,710,000 円	1,650,000 円	96.49%	6/2～(R5)3/31
30		町道34・279・281号線街路樹管理業務委託	築地新居	辻緑化土木(株)	1,280,000 円	1,240,000 円	96.87%	6/2～(R5)3/31
31		押原小学校・押原の杜植栽管理業務委託	押越	甲南緑化(株)	3,500,000 円	3,430,000 円	98.00%	6/2～(R5)3/31
32		昭和町環境基本計画見直し支援業務委託	町内全域	(株)環境管理 コンサルタント	2,120,000 円	1,230,000 円	58.01%	6/2～(R5)3/31
33		昭和町都市計画基礎調査業務委託	町内全域	新都市設計(株)	4,062,000 円	3,800,000 円	93.55%	6/2～(R5)2/28
34	6 月 29 日	砂田地内河川管理地保全工事(外1箇所)	西条新田	山梨ガーデン(株)	2,585,000 円	2,520,000 円	97.48%	7/1～9/16
35		昭和町公共下水道実施設計業務委託 (委4-1)	押越、河東中島 築地新居	伊藤調査測量設計(株)	12,529,000 円	11,600,000 円	92.58%	7/1～(R5)2/16
36		昭和町公共下水道実施設計業務委託 (委4-2)	西条	新都市設計(株)	14,201,000 円	9,780,000 円	68.86%	7/1～(R5)2/16
37		総合体育館植栽管理業務委託	押越	(有)峡中緑化	1,320,000 円	1,254,000 円	95.00%	7/1～(R5)3/31
38		町内4校防火設備及び建築設備定期検査 報告業務委託	西条、押越、河西	(株)雨宮建築設計事務所	3,333,000 円	3,200,000 円	96.01%	7/1～(R5)3/31

問い合わせ 総務課 法制係 (☎ 275 - 8153)

※予定価格、落札額はいずれも税抜

※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ますようお願いいたします。

人気講座
3年ぶりに開催！

おまご講座

～知っててよかった！～今どきの孫育て～

じいじ、ばあばが安心して孫育てに関わるための講座を3年ぶりに開催します。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催を見送っていましたが、コロナ禍だからこそその必要性も感じ、今回開催することとなりました。

今どきの子育て情報や祖父母の皆さんが気になることなど、お孫さんや親である娘さん、息子さんと関わっていく中で役立つお話が満載です。お孫さんのいる方はもちろん、これからお孫さんが生まれる方も参加できます。



日 時 11月11日(金) 午後7時～9時(受付6時45分)

場 所 総合会館 1階保健センター

対 象

- ① 昭和町民でこれから生まれる孫がいる方(孫の住所問わず)
- ② 1歳までの孫がいる方(祖父母か孫どちらかが昭和町民であれば可)
- ③ 昭和町民の妊婦の実父母・義父母(祖父母の住所問わず)

内 容

- 講義 『知っててよかった！～今どきの孫育て～』
- 最近の子育てグッズの紹介
- 質問タイム ほか

定 員 20名程度(先着順)※ご夫婦でもお一人でも参加可

講 師 山梨県助産師会助産師

持 ち 物 マスク(着用してご参加ください)、筆記用具

参加費 無料

申込締切 10月21日(金)

申し込み・問い合わせ いきいき健康課 (☎ 275・8785)



廃食油回収のお知らせ！

～廃食油の回収を進めよう～

廃食油回収キャラバンは、使用済み天ぷら油などの廃食油を利用して、ディーゼル車両のバイオディーゼル燃料として利用する取り組みです。

今までは、民間団体の主催により実施していましたが、諸事情により平成30年度をもってキャラバン活動は終了となりました。しかし、町といたしましては、環境美化活動の推進のため、町及び協力団体である「人と環境すっきりしようわ」の共催でこの活動を続けてまいります。皆さまのご協力をお願いいたします。

廃食油回収日程 9月10日(土) 午前11時～正午

回収場所

役場正面玄関前

回収できる油

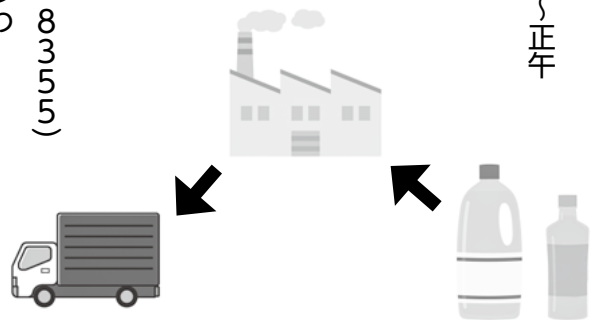
- ・使用済みになった天ぷら油(食用油)
- ・賞味期限切れの天ぷら油
- ※業務用の廃食油は回収できません。

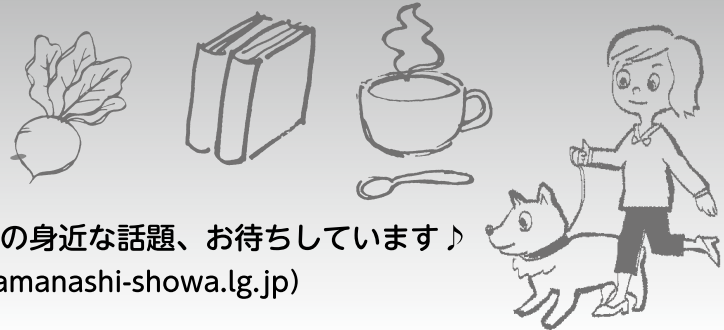
お願い

- ・賞味期限切れの食用油は、そのままの容器でお持ちください。
- ・天かすは取り除いておいてください。
- ・空容器はお持ち帰りください。

問い合わせ 環境経済課 (☎ 275・8355)

人と環境すっきりしようわ





町内の「地域情報」を紹介するコーナーです。あなたの身近な話題、お待ちしております♪
(企画財政課 広報担当 ☎275-8154 kikaku@town.yamanashi-showa.lg.jp)

夏山を駆ける

7月の「昭和町子どもスポーツ教室」では、プロトレイルランナーの山本 健一 氏（韮崎市）を講師に招き、韮崎市の穂坂自然公園にてトレイルランニングを体験しました。山の歩き方や走り方をはじめ、山の中では仲間を思いやる気持ちや、自然の中に人間がお邪魔している気持ちを持つことが大事だと教えていただきました。

「一歩ずつでも進んでいけば必ずゴールにたどり着く。ゴールしたときの成功体験を宝物にして欲しい。」と話す山本さん。みんなで夏山を駆け抜けた思い出もまた、かけがえのない宝物となりました。

昭和町子どもスポーツ教室では、町スポーツ推進委員が中心となり、種目によっては講師を招いて、小学生を対象に年間を通して様々なスポーツを体験しています。(今年度の申込は終了しました)



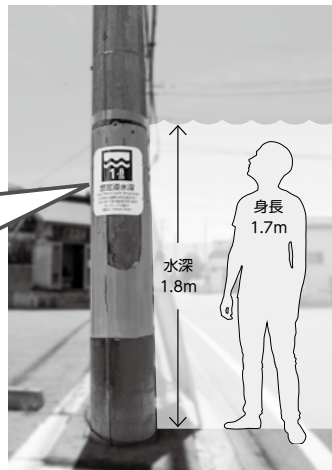
電柱に想定浸水深指標

8月、町内の電柱に想定浸水深指標を設置しました。これは、国土交通省甲府河川国道事務所の公表データをもとに、想定される最大規模の降雨により釜無川が氾濫した際の浸水を想定したもので、白色の表示板と赤色のラインで浸水の深さを示しています。町民の皆さんに日頃から水害リスクを把握してもらい、水防災に対する意識の向上を図ることを目的としています。この指標は、公会堂や公共施設周辺の電柱に設置されています。

9月1日は「防災の日」です。ハザードマップを確認したり、いざという時の行動パターンを家族と共有しておくなどして災害に備えていきましょう。



※想定浸水深は場所により異なります。
また、水深は道路面からの深さです。



人権について考えよう

7月11日（月）、押原中学校の3年生の教室で昭和町人権擁護委員による人権授業が行われました。次代を担う子どもたちに豊かな人権感覚を身に付けてもらうことを目的としたもので、様々な経歴を持つ人権擁護委員の皆さんからは仲間と自分を大切に思いやりの心を持つことの大切さを教えていただきました。どの教室でも真剣な表情で聞き入っていました。

日頃から多くの友人と過ごす皆さんにとって、人権の授業は心に響くものになったようです。



1. 支給対象世帯

(1) 住民税非課税世帯

基準日(令和4年6月1日)において、昭和町に住民登録があり、世帯全員の令和4年度分の住民税均等割が非課税である世帯

(2) 家計急変世帯

令和4年1月以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、(1)の世帯と同様の事情にあると認められる世帯
※(1)(2)ともに令和4年度分の住民税均等割を課税している者の扶養親族等のみからなる世帯親(課税に扶養されている大学生・非課税)の単身世帯や、子(課税に扶養されている両親の世帯(非課税)等、すでに令和3年度住民税非課税世帯等の給付金を受けている世帯は対象となりません。

2. 支給額

1世帯当たり **10万円**

3. 手続方法等

(1) 住民税非課税世帯

対象となりうる世帯の世帯主の方宛てに「支給要件確認書」を郵送しています。内容を確認し、必要事項を記入の上、返信してください。
※返送期限：確認書の発行日から3か月以内

(2) 家計急変世帯

必要書類(給与明細などの収入がわかる書類等)を添付の上、申請していただく必要があります。
(1)の「支給要件確認書」が送付される世帯は申請できません。
※申請期限：9月30日(金)まで(土日・祝日除く)

◆令和3年度非課税世帯等に対する臨時特別給付金支給要件確認書が未提出の方へ

申請期限を過ぎると給付金を受給できませんので、早急にご提出ください。

問い合わせ 福祉介護課(☎275-8784)

トールペイント教室

身近な生活小物に、絵の具でお花や果物等の絵を描くトールペイントで暮らしに彩を添えませんか。

今回はクリスマスに向けて、フラワーペイントでクリスマスリースを作成します。お手本を参考に、先生と一緒に筆遣いのテクニックを学びながら描くので、絵に自信がなくても大丈夫です。

お部屋にいつも飾っておけるティッシュケースも作成します。

日時

9月28日(水)、10月12日(水)・26日(水)、11月9日(水)・22日(火)、12月7日(水) 全6回
午後7時～8時30分

定員

15名程度
押原公園管理棟
定員になり次第締め切ります。

参加料

6000円(筆・絵具等画材材料費として)

申し込み・問い合わせ

教育委員会 生涯学習課(☎275-8641)



emiフラワーペイント
早川 恵美 先生



令和4年度

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金について

相談日

- ▶町長と語らいのとき
 - お問い合わせください。(総務課 ☎275-8153)
- ▶行政相談(※)
 - 日時：9月21日(水) 午後1時～3時
 - 場所：役場別棟2階 会議室(北)(企画財政課 ☎275-8154)
- ▶教育相談(※)*正午～午後1時を除く
 - 日時：祝日を除く火・水・木の午前9時～午後4時*
 - 場所：中央公民館2階 相談室(町青少年育成カウンセラー ☎275-6951)
- ▶心配ごと相談
 - 日時：9月14日(水) 午後1時30分～3時30分
 - 場所：社会福祉協議会で案内
 - *あらかじめご連絡ください。(昭和町社会福祉協議会 ☎267-6774)
- ▶結婚相談
 - お問い合わせください。(昭和町結婚相談所 ☎275-1881)
- ▶障がい者相談支援センター「穂のか」出張相談
 - 日時：9月9日(金) 午前9時～正午
 - 場所：総合会館1階(福祉介護課 ☎275-8784)

※印の相談は事前連絡不要です。直接会場にお越しください。

お知らせ

- ▶ボカシつくり会
 - 日時：9月20日(火) 午後1時～
 - 場所：総合会館裏(環境経済課 ☎275-8355)

ご意見

- ▶町へのご意見箱(ひとりの声)
 - ご意見など、町政についてお気付きのことをお寄せください。
 - ホームページ
 - https://www.town.showa.yamanashi.jp/site/chocho/5151.html
 - 郵送
 - 〒409-3880 昭和町押越542-2 昭和町役場 総務課 宛



和昭教育

まな
おし
はぐく
ぶ
教える
育む

三つの歯車が一つになって

昭和町教育委員会 (☎ 275-3737)

甲府昭和高校

「SDGs 1分間動画」発表会

7月1日「総合的な探究の時間」の時間に、一年生全員が「SDGs 1分間動画」を制作し、発表会を実施しました。クラスごとに4名の班に分かれて、持続可能な開発目標(SDGs)の中から一つテーマを決め、1分間の動画を制作しました。参加した押原中学校出身の4名の感想を紹介します。



「陸の資源を守ろう」

青柳 陽音

グループのみんなと協力して、動画を制作することが出来ました。発表することで更に発展的に学習してみようという気持ちになりました。

「海の豊かさを守ろう」

小野 凱登

分かりやすく訴えかける映像表現が難しかったです。制作することにより、環境問題について深く知るきっかけになりました。

「森林伐採保護」

長坂 愛彩

映像化することにより、自然環境について自分たちが何をしなければいけないのかということ認識することが出来ました。

「ジェンダーフリーを 実現しよう」

内藤 のどか

女子が男子になるという動画を作ったのですが、それを映像に表現することが難しかったです。また、他の班の発表を見ることも勉強になりました。



生涯学習課

昭和町スポーツ協会主催 アジリティ&ランクリニック

「アジリティ」とは、軽快に機敏に動き、素早く方向転換ができるようにするためのトレーニング、エクササイズです。

「ラン」は、スピードアップのために必要なランニングフォームの習得、正しい動きを身に付けることにより、減速したり、方向転換を行う際に起こりがちなケガの予防にも大変効果的です。みんなで楽しく体を動かしましょう！

参加費 無料

時間 午後7時15分～8時15分
日にち・場所 ※すべて火曜日

9月6日(総)・27日(総)
10月4日(地)・25日(地)
11月8日(総)・22日(総)
12月6日(総)・13日(地)
1月24日(地)・31日(地)
2月7日(総)・14日(地)
3月7日(総)・28日(総)
(総)：昭和町総合体育館 (押越1001)
(地)：地域交流センター (押越495・2)

*地域交流センターが会場の場合は、駐車場は中央公民館前または総合会館駐車場をご利用ください。

対象者

町内在住の小学生・大人まで (定員50名)

*小中学生は必ず保護者も一緒に申し込みください。

講師

ヴァンフォーレ甲府
フィットネスダイレクター

持ち物

上履き、飲み物、タオル、着替え

※新型コロナウイルス感染防止対策を施し、実施します。

※来場時には、マスク着用をお願いいたします。

申し込み・問い合わせ

昭和総合型地域スポーツクラブ
Camellia(キャメリア)
(☎ 275・6851)
平日午前9時～午後5時



申し込みはこちら



カメラ

昭和町民会議

夏季生活指導 推進会議開催

7月12日、総合体育館メインアリーナにおいて、町民会議夏季生活指導推進会議が3年ぶりに開催されました。

町内小中学校と甲府昭和高校の夏休み生活指導の内容が提案されました。各校のいいねいな資料提供に感謝いたします。

推進会議後半では、県教育庁生涯学習課主幹・島口英俊氏より講演をいただきました。「やまなしを切り拓く子ども・若者の応援にむけて」と題された講演は、短い時間の中で充実した聞き応えのあるものでした。未就学児も含めた子どもたちのインターネット利用の現状から始まり、コロナ禍の子どもへの影響、親のスマホと家庭教育、Withコロナ時代の育成活動等、目を開かされる思いがしました。貴重な研修の場となりました。



活動紹介 紙漉阿原区

育成会や子どもクラブの行事が行われない中、1月9日に紙漉阿原区祭典委員会主催による「どんと焼き」が行われました。

コロナ禍での開催に賛否両論ありましたが、感染対策をとり、禍の払拭を込めて実施されました。夕方から行われた櫓への火入れには、2年ぶりということもあり、大勢の区民と子どもたちが集まりました。燃え上がる炎に照らし出された親子の笑顔がとても印象的でした。また、獅子舞に頭を噛んでもらうために列ができていた光景は、とても微笑ましく思えました。

今後も、子どもたちが参加できて記憶に残るような地域行事に、育成会も携わっていききたいと切に思いました。



給食センター

給食センターから

2学期がスタートしました。今学期も給食センターでは適切な栄養摂取ができるような工夫をしながら、十五夜給食をはじめとした、皆さんが楽しめるような行事食を提供していきます。

引き続き、安全でおいしい給食が提供できるよう、2学期も職員一同、努力してまいります。

給食が皆さんに届くまで⑤ 大きな釜登場！

前回は、野菜の下処理をしてるところを紹介しました。今回からは、それぞれの担当に分かれて、調理を進めていく様子を紹介いたします。

今回は、『煮炊き調理室』の様子を紹介します。調理場の中でも最も広いこの部屋には、大きな釜が5台設



置されています。この釜では、汁物はもちろん、炒め物や煮物も作ることができます。

調理員さん達は、スパテラという大きなしゃもじのような道具を使い、釜の中の料理を混ぜたりします。ベテランの調理員さんでも、大量の料理を混ぜるのは一苦労。その為、二人一組で息を合わせ、二本のスパテラを釜の中で上手に合わせながら調理します。



調理の手順や工程は細かく決められていますが、美味しい給食に仕上がるかどうかは、調理員さんの腕にかかっている部分でもあります。

工場のような給食センターですが、働く調理員さんの腕はまさに『料理人』です！そして、気持ちは、ご飯を作るお母さんやお父さんのようでもあります！

教育委員会

◎6月定例教育委員会の審議内容(7月承認の概要)は次のとおりです。

教育長報告事項

- 6月実施四校会の報告について
- 学校運営協議会(コミュニティ・スクール)について
- 土曜学習塾ほたる塾(吉田)について
- ヤングケアラーの実態把握について
- 新型コロナウイルス感染症対策と学校行事について
- 押原小学校プール授業外部委託について
- 押原中学校増築工事について
- 学校行事における旅行者らいてふるさと教育の推進としての「風土伝承館 杉浦醫院」の活用について
- 6月昭和町議会について他
- 生涯学習課報告連絡事項
- 生涯学習課関係施設の方針について他
- 学校教育課報告連絡事項
- 5月入札結果について
- 学校給食費の滞納状況について他

図書館だより

Library Information No.148

●9月の休館日
5日(月)、12日(月)、
19日(月・祝日)、
23日(金・祝日)、26日(月)、
30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 <https://www.lib.showacho.ed.jp/>

イベントのお知らせ

※事前に申し込みが必要です。電話か図書館カウンターにて承ります。
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては中止になる場合があります。

○0,1,2歳児のおはなし会 ※定員予約制

絵本、わらべうたなどをお楽しみください。

日時 9月15日(木) 午前11時～
対象 0,1,2歳児とその保護者
定員 2組
場所 図書館・幼児コーナー
申込 9月1日(木) 午前10時～



○手作り御朱印帳教室 ※定員予約制

世界に一つだけのオリジナル御朱印帳をつくってみませんか？

日時 9月14日(水) 午前10時～
対象 御朱印帳に興味のある高校生以上の方
定員 5名
場所 図書館・視聴覚室
持ち物 えんぴつ、ハサミ
申込 9月1日(木) 午前10時～



○おはなし会 ※定員予約制

おはなし、手遊び絵本などをお楽しみください。

日時 10月1日(土) 午前11時～
対象 幼児～小学生低学年
定員 2組
場所 図書館・幼児コーナー
申込 9月4日(日) 午前10時～



○夕暮れコンサート ※定員予約制

秋の夕暮れ時、昭和町在住のギタリスト・山上浩幸さんと矢崎理江さん(ギター)の演奏を、たっぷりお楽しみください。※図書館閉館後に行います。

日時 9月24日(土) 午後5時30分～
(開場 午後5時15分・1時間程度)
場所 図書館内
定員 15名
申込 9月1日(木) 午前10時～



今月のおすすめ本

『くろねこのほんやさん』

シンディ・ウーメ／文・絵
福本 友美子／訳
小学館



本を読むのが大好きなくろねこは、町の本屋さんで働きはじめます。ある日大雨で水浸しになってしまった本屋さんのために、くろねこは家族とともに大活躍！「ほんを よめば いろんなことができるし、なんにでも なれる。」子どもたちに本の楽しさを伝えてくれる絵本です。

『ろくぶんの、ナナ』

林 けんじろう／作
高橋 由季／絵
岩崎書店



引っ込み思案のナナは、遊園地で不思議なサイコロをもらいます。1から6までの個性豊かなサイコロの「目」たちによって、ナナは少しずつ変わっていきます。そんなある日、親友のポポがいなくなってしまう…

『レンタルフレンド』

青木 祐子、げみ／著
集英社



世の中には、お金を払ってでも「友達」をレンタルしたい人がいる。プロの“フレンド要員”の七実は、人付き合いが苦手な女子大生や、訳アリのヘアメイクアーティストなど、フレンドを必要とする人たちと関わる中で、彼女たちの秘密を知っていくことに。

昭和町地域包括支援センターだより

第3回 9月はアルツハイマー月間です

国際アルツハイマー病協会(ADI)と世界保健機関(WHO)は、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と定めており、世界中で認知症への理解を深めるための様々な取り組みが行われています。

本町においても、認知症地域支援推進員やキャラバンメイトが中心となって普及啓発活動を行っています。日頃から「認知症になっても安心して暮らせるまち」を目指して、様々な取り組みを行っている昭和町。この機会に、一人でも多くの方に認知症について知り、理解を深めてほしいと思います。

町の取り組みの一部を紹介します！

認知症サポーター養成講座

認知症の人やその家族が安心して暮らせるよう、認知症サポーター養成講座を実施しています。認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。受講者には、認知症サポーターカードをお配りしています。

対象者：町内にある企業、町内在住者

場 所：総合会館(出前講座も可)

※受講料無料。ご希望があれば5名以上で開催します。お気軽にどうぞ！



▲ 押原中2年生への養成講座



10年続く伝統の授業です！



▲ 町内企業向けの講座を実施中(昨年度、3企業6回実施)



昭和町認知症初期集中支援チーム

医師、保健師、主任ケアマネジャー、作業療法士等の専門職で構成されるチームです。認知症またはその疑いのある方とそのご家族を支援します。

対象者：町内在住の40歳以上で自宅で生活をされている、認知症が疑われる方や認知症でお困りの方

内 容：ご相談内容に応じて、家庭訪問・医療や介護サービスとの連携・生活の見通し等について、共に考え支援します。

※まずはご相談から。下記にご連絡ください！



▲ 認知症初期集中支援チーム員会議(毎月実施)

町立図書館・総合会館にて認知症コーナーの設置

町立図書館・総合会館において、認知症コーナーを設けています。認知症に関する本や関連チラシなどを置いていますので、ぜひこの機会に手に取ってみてください。

期 間：9月1日(木)～30日(金) ※町立図書館は29日(木)まで。月・祝日は休館となります。

場 所：町立図書館・総合会館1階ロビー

ご 相 談
問 い 合 せ

福祉介護課
地域包括支援センター (☎275-8784)

国民年金

シリーズ
その213

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

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

- ①雇用保険受給資格者証
- ②雇用保険被保険者離職票
- ③雇用保険被保険者資格喪失
確認通知書
- ④雇用保険被保険者資格取得届出
確認照会回答書

(1)失業等による特例免除について
本人、世帯主または配偶者のいずれかの方が退職（失業等）された場合失業特例免除を申請できます。（退職（失業等）された方の前年の所得をゼロとして審査します。）ただし退職してから2年後の6月までの期間となります。
※免除の申請書その他、雇用保険の適用があった場合は次のいずれかの書類のコピーが必要です。（詳しくはお近くのハローワークにお問い合わせください。）

国民年金保険料の各種免除のご案内
国民年金保険料については所得が少ない等の理由で国民年金保険料の納付が困難な場合、申請により保険料の納付猶予または全額もしくは一部免除になる制度があります。
その中でも特別な場合には別の書類を添付すれば有利な条件で申請できる制度があります。これについて、次のとおりご案内いたします。

国民年金保険料の各種免除のご案内

国民年金保険料の各種免除とメリットのご案内

昭和町広報の国民年金シリーズの今回は、国民年金保険料の各種免除とそのメリットについてご案内いたします。

(2)新型コロナウイルス感染症の影響による臨時特例について
雇用保険の適用がなかった場合は役場町民窓口課または電王年金事務所にお問い合わせください。

(2)新型コロナウイルス感染症の影響による臨時特例について

本人、世帯主または配偶者のいずれかの方が令和2年2月以降に新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少し、所得が相当程度まで下がった場合、臨時特例免除を申請できます。

※免除の申請書その他、専用の所得申立書を提出していただきます。

(3)産前産後期間の免除について

平成31年2月1日以降出産された国民年金第1号被保険者の方は国民年金保険料が出産前後の一定期間免除される制度があります。
※免除の申請書その他、母子手帳のコピーを提出していただきます。

(4)学生の方の国民年金保険料について

学生の方で納付が困難な場合は、免除申請ではなく「学生納付特例」の申請をしてください。この制度は所得限度額未満の方が学生の間、納付を猶予してもらうことができる制度です。

国民年金保険料の免除申請のメリットについて
免除申請され審査により保険料の納付猶予または全額もしくは一部免除が決定すると次のようなメリットがあります。

メリット①

免除の割合に応じて、一定の年金額が保障されます。
例えば、全額免除の期間は、保険料を納めなくても、年金額が2分の1保障されます。
※納付猶予は年金の受給資格期間には含まれますが、年金額には計算されません。

メリット②

万が一の際にも保障を確保できます。病気や事故で障害が残ったときの障害年金や一家の働き手が亡くなったときの遺族年金を受け取ることができます。

免除・学生納付特例の申請手続きは役場町民窓口課または電王年金事務所に来庁されるか、日本年金機構ホームページから申請書をダウンロードして郵送されるか、いずれかで行うことが可能です。
申請手続きの後は、日本年金機構において審査を行い、審査結果を通知します。
※免除申請の流れの詳細は広報7月号のシリーズ211でのご案内しています。

問い合わせ

ねんきん加入者ダイヤル
☎0570・0003・0004
電王年金事務所
☎278・1100



環境経済通信

NO.172



問い合わせ
環境経済課 (☎275-8355)

農業委員会だより



私たち農業委員は、従来の農地法等に基づく権利移動の審議許可等に加え、担い手への農地利用の集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進等の業務に取り組んでいます。

毎月20日を中心に農業委員会定例会を開催し、農地の転用などについて審議を行っています。

また、毎年行っている農地パトロールを8月上旬に実施しました。猛暑の中、町内の農地約200haを巡回し、作付状況等を確認するとともに、遊休農地の調査を行いました。まだ、最終的な集計は終了していませんが、全体的に、耕作者の高齢化、後継者不平等により、年々遊休農地が増えているようです。

遊休農地対策としては、農用地利用集積計画（農地銀行）により、農地の貸し借りもできますので、希望される方は、農業委員会までお問い合わせください。

昭和町農業委員会 会長 佐野 國夫



農業委員による農地パトロール

安全・安心な農作物を栽培するために

農薬は正しく安全に使いましょう！

農薬を散布する前

- ・周辺の農作物を確認して使用する薬剤を選択しましょう。
- ・薬剤の使用方法等の確認をしましょう。
- ・近隣の生産者、住民への情報伝達をしましょう。
- ・散布器具の点検をしましょう。



農薬の散布中

- ・風の向きや強さに注意しましょう。
- ・散布液量や圧力を調節しましょう。
- ・ほ場の周辺部での散布は特に注意しましょう。



農薬を散布した後

- ・タンクやホースはきちんと洗浄しましょう。
- ・防除日誌はすぐに書きましょう。



※9月の粗大ごみの日は、9月26日（月）です。当日の朝6時30分～8時30分の間に、昭和町総合体育館駐車場へ出してください。そのごみ、本当に粗大ごみ？粗大ごみは、指定ごみ袋に入らないものに限りです！それ以外のごみは、しっかりと分別をして出してください。

9月1日(木)は「防災の日」です。

(問)甲府市上下水道局
 経営企画課 ☎(228-3319)

防災について考えましょう

災害は突然、襲ってくるものです。
 災害が起きた時のために「非常用飲料水・生活用水」の備蓄をしておきましょう。



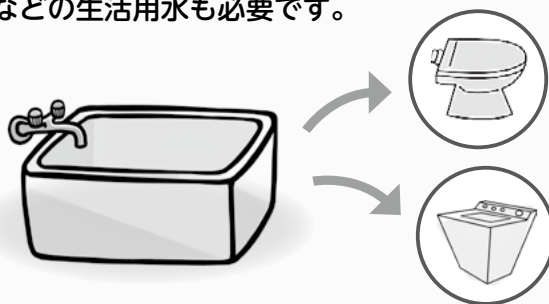
非常用飲料水は1人1日最低3ℓが必要!

南海トラフ巨大地震などの大規模災害が発生した場合、復旧に時間がかかる可能性があります。
 家庭で7日分程度の備蓄が推奨されています。



非常用に生活用水の準備も!

災害時には飲料水とは別にトイレ・洗濯などの生活用水も必要です。



～ 水の備蓄の仕方 ～

水道水を密閉できる容器に空気が残らないように口元一杯まで入れて、しっかりフタをします。そして、冷暗所で保管してください。(夏季は3日間、冬季は5日間が目安です)



災害対策として「非常用貯水槽」を設置しています

大規模災害の発生時に飲料水を確保するため、小・中学校などの地下に「非常用貯水槽」を設置しています。



- | | | | |
|--|--|---|--|
| <p>○昭和町
 常永小学校
 西条小学校
 押原公園
 計3か所</p> <p>○甲府市
 舞鶴小学校
 玉諸小学校
 山城小学校
 大里小学校
 伊勢小学校
 東小学校
 善誘館小学校</p> | <p>湯田小学校
 国母小学校
 貢川小学校
 新田小学校
 大田小学校
 石田小学校
 池田小学校
 朝日小学校
 甲運小学校
 新紺屋小学校
 相川小学校
 羽黒小学校
 北新小学校
 千塚小学校</p> | <p>甲府南中学校
 甲府東中学校
 中道北小学校
 中道南小学校
 甲府市役所本庁舎
 甲府市役所
 南庁舎
 (旧相生小学校)
 甲府市役所
 西庁舎
 (旧穴切小学校)
 富士川悠遊館
 (旧富士川小学校)
 計29か所</p> | <p>○甲斐市
 (旧敷島町)
 敷島南小学校
 敷島中学校
 計2か所</p> <p>○中央市
 (旧玉穂町)
 玉穂南小学校
 計1か所</p> |
|--|--|---|--|



一社協だより まごころ 第301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 <https://www.showashakyo.or.jp>
 【記事に関するお問い合わせ】 ☎ 275-0640 FAX 268-3737

IKUZOプログラム事業 親子映画鑑賞会

《Good Memories 昭和シネマ》開催しました

お楽しみ抽選会当選者
 おめでとうございます!



「子どもの部」1等賞



「大人の部」1等賞



約260名の親子にご参加いただきました。

7月2日(土)、イオンモール甲府昭和内T O H Oシネマズ甲府において、コロナ対策を徹底しながら町内在住の約260名の親子を対象に映画鑑賞会「Good Memories 昭和シネマ」を開催しました。鑑賞作品は映画「えんとつ町のプペル」を上映し、参加者には大きなスクリーンで迫力のある映画を楽しんでいただきました。映画鑑賞後には、お楽しみ抽選会を開催しました。豪華景品の発表に参加者から驚きの声や、当選して喜ぶ姿が見受けられ、大変盛り上がりしました。

今後も親子の絆を深める事業を開催いたしますので、ぜひご参加ください。

生活困窮者自立支援事業

この事業は、経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなる恐れのある方に対して、個々の状況に応じた支援を行い、自立の促進を図る事を目的としています。
 生活の困り事や不安を抱えている場合は、ご相談ください。支援員が相談を受けて、どのような支援が必要か一緒に考え、具体的な支援プランを作成し、寄り添いながら自立に向けた支援を行います。



受付時間

・月曜日～金曜日
 ・午前8時30分～午後5時15分
 ※祝日、年末年始は休み

相談・問い合わせ

山梨県社会福祉協議会
 ☎090・4815・4140
 ☎090・3147・4140

9月の社協事業 予定表

ふれあい教室
 9/8 (木) 脳トレ体操
 9/15 (木) 音楽療法
 9/22 (木) リンパ体操
 9/29 (木) 目で脳をスッキリ
 ※9月より、「足裏健康体操」は「リンパ体操」へ名称を変更しました。

55 キネマ映画鑑賞会
 9/28日 (水)

※各事業、事前申し込み制

フードドライブへのご協力ありがとうございました!

6月20日(月)から29日(水)に町社会福祉協議会事務所および町総合会館ロビーにて実施したフードドライブでは、合計15・65キロの食品をご寄附いただきました。お寄せいただいた食品は、フードバンク山梨が実施する「食のセーフティネット事業」として、支援を必要としている世帯へ届けられます。皆さまの温かいご支援、ご協力に心から感謝申し上げます。





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)



二輪車の盗難防止にカギかけ・ツーロック

二輪車(オートバイ・自転車)の盗難被害が後を絶ちません。令和3年中の盗難被害状況を見ると、

- ・オートバイ盗難のうち約2割がエンジンキーを付けたまま
- ・自転車盗難のうち約7割がカギをかけない状態で被害にあっています。

二輪車を盗む犯人は、簡単に盗むことができるカギのかかっていない二輪車を探しています。

盗難被害防止の基本は、カギかけです。

オートバイや自転車を二つ以上のカギで守るツーロックは、犯人に「簡単には盗めない二輪車だ。」と犯行を諦めさせる有効な手段です。

その他、大切なオートバイや自転車を盗難被害から守るための「ポイント」をご紹介します。



- オートバイは、車庫や家の中など見えない場所に保管するか、固定されている柱等と車体をワイヤー錠等でくくり付けましょう！

- カギは必ず抜き、ハンドルロックを確実にしましょう！

- 自転車は、備え付けのカギを必ずかけましょう！

- 備え付けのカギだけでなく、もう一つ別のカギ(ワイヤー錠・U字型錠等が効果的)でツーロックしましょう！

- 短い時間でもカギかけを確実にに行いましょう！

- 路上等には止めず、管理の行き届いた駐車場や駐輪場に止めましょう！

- 防犯登録・グッドライダー登録をしましょう！

家出少年等の早期発見にご協力を

例年夏休み後のこの時期は、家出、深夜はいかい、薬物乱用等の問題行動が心配されます。特に少年の家出は大きな危険を伴います。近年、インターネット上で知り合った相手に直接会いに行き、誘拐や監禁または性犯罪の被害に遭う少年が増加しています。

このため、警察では、関係機関や団体等と連携を図りながら、有害環境浄化活動や街頭補導活動等を一層強化し、少年の非行・被害防止に向けた活動を推進しております。

家庭では、普段と違う様子はないかなど少年の変化に気を配り、コミュニケーションをとり、家庭が心安らぐ居場所であることを実感させることが重要です。

地域においては、あいさつや声かけを通じて、少年を温かく見守る大人の存在を伝えていきましょう。



No.215

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

男女格差と今後の男女共同参画について

男女共同参画推進委員会 三井正(河西区)

7月、世界経済フォーラムより2022年ジェンダーギャップ(男女の格差)の発表がありました。日本は昨年120位でしたが、今年は146カ国中116位と相変わらず下位になっています。評価基準は「教育」「健康」「政治」「経済」の4分野を対象にしていますが、「教育」「健康」の分野では、ほぼ男女平等になっているものの、「政治」は女性議員や閣僚の少なからず139位、「経済」でも女性管理職の少なさや男女の収入格差から121位になっています。

国は、女性議員を増やすように対策を進めていますが、「選挙区における現職は男性が多く、比例区で女性の擁立者を増やすしかない」との見解です。また、以前から企業の役員・管理職に占める女性の比率は低く、さらにコロナ禍により働く女性が減少した事も影響しているとの分析結果です。

一方、今年春に策定された県の「第5

次男女共同参加計画」の重点施策としては、①若年層等への「意識啓発」の強化、②幅広い分野で女性リーダーを増やしていくための「人材育成」の強化、③複雑多様化する課題に対応する「相談機能」の充実強化を掲げています。これらの進捗状況は毎年度公表されていますが、各施策を進めるにあたって懸念されるのが、2年以上続き第7波も発生しているコロナ禍です。コロナ禍により、非正規雇用者の多い女性の収入の減少やDV等の問題も深刻化しています。

昭和町男女共同参画推進委員会も各行事を計画しても中止せざるを得ないケースが増え、町民のみなさんとのコミュニケーションが取りづらくなっています。今は思い通りの活動ができませんが、各種団体と連携し、誰もが活躍できる輝けるより住みよい町づくりができればと思います。



No.184

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！

昭和町母子愛育会創立60周年記念子どもの事故防止冊子

#子育てハッとヒヤッと

～うちにもあった あんなこと こんなこと～

第2弾

～ハッとヒヤッと体験～

- 0歳**
 - ・まだ寝返りもしない時期だったので、毛布を掛けて寝かしていたら、毛布が顔にかかってしまっていた。
 - ・つかまり立ちができるようになったころ、ソファによじ登り足を踏み外し頭から床に落ちた。
- 1歳**
 - ・炊飯器でご飯を炊いているときに、つかまり立ちをしていた子どもが炊飯器から出る湯気に触ってしまった。
 - ・階段を登ろうとしてバランスを崩し階段の角に顔をぶつけてしまった。
- 2～3歳**
 - ・駐車場で降車の際、動いている車の前に飛び出しそうになった。
 - ・ベッドの上でピョンピョン跳ねて遊んでいたら、ベッドから落ちてしまい顔を強打した。

などなど…

この冊子をご希望の方は…

昭和町に住む子育て中のご家庭には、4カ月・10カ月の乳児健診でお渡ししています。また、その他の年の方にも幼児健診などに、ご自由にお取りいただけるように会場に置いてあります。

昭和町ファミリーサポート(総合会館2階)にも置いてあります。ただし、お渡しできる数に限りがありますことをご了承ください。

昭和町の医療機関、子ども医療電話相談
#8000などの情報も掲載しています。



愛育会からの気づき

子どもの急成長は大人の予想をはるかに超え、子どもにとっての「初めてできる日」は突然訪れます。

不安定な体勢で急に立ち上がったたり、ハイハイですぐいスピードで移動したり階段を登ったり。頭からの落下が増え、顔から転ぶことも多くなります。事故防止グッズや工夫での対策が欠かせません。

大人のやることを実によく見ていて、なんでも自分でやってみる。ダメと言われると余計にやりたがる。そんな時期ですね。本当に目が離せません。迷子も増えてきます。子どもにはすべてのことが新しい発見です。大人の「ちょっと」も通用しませんね。

新型コロナウイルス感染症の検査について

山梨大学医学部附属病院検査部臨床検査技師 小坂駿介

みなさんの

健康

月日の流れは早いもので、2019年に新型コロナウイルス感染症が初めて報告されてから3年が経とうとしています。みなさまには、

手洗い・うがいやマスクの着用など、日々の感染対策にご協力いただき誠にありがとうございます。今回は、新型コロナウイルス感染症の検査のひとつである「PCR検査」について、臨床検査技師の立場から少しお話しさせていただきたいと思っています。みなさまの中にも、一度受けたことがあるという方がいらっしゃるのではないのでしょうか。

まず「PCR」とは何の略語かご存知でしょうか。PCRとは、正式には「ポリメラーゼ連鎖反応(Polymerase Chain Reaction)」といい、生物の遺伝情報をもつDNAやRNAといった物質を複製して増幅させる方法のことを言います。ポリメラーゼとはこの複製反応に用いる酵素の名前です。私たちはこの頭文字3つをとって「PCR検査」と呼んでいるわけですね。

PCRを利用すれば、ごく微量なサンプルであっても、そこに含まれるわずかなDNAやRNAから、特定の部分だけを短時間で増やすことで目的の遺伝子が存在しているかを知ることができます。このPCRの特性を活かして、体内や食品などに潜む

細菌やウイルスを検出し、遺伝子の研究や、DNA鑑定などで利用されています。新型コロナウイルス感染症だけでなく、幅広い分野で活躍している検査法なのです。PCR検査の特徴は、その検出感度の高さです。検出感度が高ければ高いほど微量の目的遺伝子でも検査できるということになります。新型コロナウイルス感染症の検査法には、他に抗原検査や抗体検査がありますが、PCR検査はこれらのうちで最も検出感度が高いと言われています。

しかしながら、どんなに検査法として優秀でも適切な方法で採取されたサンプルでなければ正確に検査することはできません。本当は陽性だったのに、ウイルスがない所からサンプルを採取したために陰性と判定されてしまったという例も報告されています。最も適したサンプルと言われているのが鼻咽頭ぬぐい液で、これを探るためには綿棒を鼻のかなり奥の方まで差し込む必要があります。人によっては痛みを感じてしまうかもしれませんが、正しい検査結果を出して治療に役立てるために、ご協力いただけると幸いです。

新型コロナウイルス感染症についてはまだまだ予断を許さない状況が続きますが、臨床検査技師含め医療スタッフ一同、全力で取り組んで参りたいと思います。

企画 一般財団法人里仁会(☎ 273-15475)

マイナンバーカード時間外・
休日の受け取り(申請済の方のみ)

申し込み・問い合わせ
町民窓口課 町民係
(☎275・8264)

日時 ①9月21日(水)

午後5時30分～7時

②9月25日(日)

午前9時～正午

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)

予約期間【平日のみ】

①9月1日(木)～20日(火)

②9月1日(木)～22日(木)

その他

○必ずご本人が来庁してください。

○事前予約制になりますので

希望される方は、必ず町民窓口

課までご連絡ください。

○予約枠に限りがありますので、

定員になり次第締め切ら

せていただきます。あらかじめ

ご了承ください。

○予約がない場合や持ち物等に

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・証

明書の発行等の業務は受付で

できませんのでご了承ください。

シルバー人材センター会員
及び仕事の募集

シルバー人材センターでは、

左記のとおり入会説明会を行っ

ています。また、左記の内容の

仕事を引き受けています。

・対象 健康で働く意欲があり、

原則60歳以上の昭和町、甲斐

市、中央市在住の方

※会員登録が必要になります。

・年会費 2000円

◎入会説明会

・日時 毎月第2・第4水曜日

午後1時30分～(祝日の場合

は翌日)

・場所 峡中広域シルバー人材

センター会議室

・持ち物 筆記用具

※要事前申し込み

※遺跡発掘作業の希望者を募集

しています。

◎仕事を依頼したいとき

電話でセンターへご相談くだ

さい。

《仕事の内容》

・除草・せん定(草取り、草刈

り、植木のせん定)

・清掃(屋内、屋外)

・宮繕(襖・障子・網戸の張り

替え)

・家事サービス(洗濯、掃除、

食事作り、買い物等)

申し込み・問い合わせ

公益社団法人峡中広域シル

バー人材センター

(☎279・6626)

シルバー人材センター連合会
各種講習会

シルバー人材センター連合会

では、左記のとおり講習会を行

います。

◎介護施設運転講習会

(福祉有償運送・運転者資格

を取得できます)

日時

10月19日(水)

午前8時～午後7時30分

10月20日(木)

午前9時～正午

場所 甲府市湯村自動車学校

対象・要件

令和4年度以降にシルバー登

録をされる方(※要事前登録)

定員 12名(書類選考あり)

※年齢制限があります。

締め切り 9月12日(月)

受講料 無料

申し込み・問い合わせ

山梨県シルバー人材センター

連合会(☎228・8383)

対象です。

各企業がブースを設けて、フ

リーガイダンス方式で行います。

※詳細は町ホームページでご確

認ください。

日時

10月8日(土) 午後2時

(受付は午後1時30分～)

場所

甲府市総合市民会館

山の都アリーナ

(甲府市青沼3・5・44)

問い合わせ

甲府市産業部 産業総室

雇用創生課

(☎237・5736)

ファミリーサポートしゅわ

フォローアップ研修

保育の質の向上を目指して、

『子どもの事故と安全・応急処

置法』について学び直します。

再受講の方も大歓迎です。最新

の知識を得て、安全で安心な保

育につなげましょう。

日時

9月21日(水)

午前10時～11時30分

講師

西武文理大学 看護学部

小児看護学

教授 茂手木明美氏

定員

10名

場所 総合会館相談講習室

申し込み・問い合わせ

ファミリーサポートしゅわ

(☎275・8115)

申し込み・問い合わせ

山梨県後期高齢者医療広域連合

総務課

(☎236・5671)

②電子メール

kouho@amanashi-

iyoukouki.jp

※件名は「川柳応募」として

ください。

問い合わせ

山梨県後期高齢者医療広域連合

総務課

(☎236・5671)

※土・日・祝日を除く
申し込み方法

住所、氏名(ふりがな)、

電話番号を明記し、左記まで

FAX、メールまたは電話で

お申し込みください。

※メールの場合は題名を「公

開講座申込」としてください。

申し込み・問い合わせ

山梨大学学務課公開講座担当

(医学部キャンパス管理棟1階)

メール koukoza@

ni.yamanashi.ac.jp

(FAX273・6742)

(☎273・9334)

(☎273・7972)

住宅用太陽光発電システム
の火災にご注意ください

普及に伴い、当該構成機器の経

年劣化や接続不良等が原因と思

われる火災が全国的に増加傾向

にあります。設置されているご

家庭におきましては、メーカー

による定期点検などの実施をお

勧めします。使用中に異常を感

じましたら速やかに使用を停止

していただき、メーカーに問い

合わせをお願いします。

※詳しくは、消

費者庁ホーム

ページをご覧

ください。

問い合わせ

甲府地区広域行政事務組合



消費者庁 HP

消防本部警防課
(☎222・1269)

「法の日」無料相談会

山梨県司法書士会では、10月

1日の「法の日」を記念して、

無料相談会を開催します。

日時 9月3日(土)

午後1時30分～4時30分

場所

山梨県立図書館

1階イベントスペース

その他 相談料無料・要予約

申し込み・問い合わせ

山梨県司法書士会

総合相談センター

(☎253・2376)

土地の境界問題に関する相談

境界問題相談センターやまな

しでは、土地境界の専門家「土

地家屋調査士」と法律の専門家

「弁護士」が協力して皆さまの

ご相談に応じ、公正・迅速・円

満な形で問題の解決を目指すよ

うお手伝いします。

※完全予約制です。

※電話での相談はできません。

※相談は有料です。

申し込み・問い合わせ

境界問題相談センターやまなし

(☎225・3737)

スポーツ少年団紹介

昭和空手スポーツ少年団

昭和空手スポーツ少年団では現在、18名の団員が活動
しています。コロナ禍以前とはいかないものの感染対策
をし、状況をみながら大会等各種行事も行っている現状
です。週2回の稽古を通して、空手技術の習得と共に心
と身体を鍛え、物事の取り組み方や礼儀や感謝の気持ち
を持つことを大切にしています。

見学や体験は随時行っていますので、どうぞお気軽に
お越しください。



努力

○練習日(稽古) 火曜日 午後7時～9時
土曜日 午後6時30分～9時

○練習場所 総合体育館 武道場

問い合わせ 町教育委員会 生涯学習課(☎275・8641)

INFORMATION CORNER

山梨大学公開講座「すこやかに生きる」
糖尿病ってどんな病気?

山梨県は人口あたりの糖尿病
患者数が全国平均を上回ってお
り、糖尿病は身近な病気です。
糖尿病に関する基本的なお話か
ら、予防のための生活習慣、夢
のある最先端の予防・治療ま
で、分かりやすくお話しします。
また、予防に欠かせない運動
についても実演を交えてお伝え
いたします。

日時 10月30日(日)

午後1時30分～3時35分

(受付は午後1時～)

場所

山梨大学医学部キャンパス

臨床講義棟 大講義室

対象 一般町民

講師

山梨大学医学部

内科学講座糖尿病・

内分泌内科学教室

教授 土屋恭一郎氏

山梨大学医学部附属病院

リハビリテーション部

理学療法士 上原 泰樹氏

山梨大学医学部

内科学講座糖尿病・

内分泌内科学教室

医員 渡邊知美氏

医員 犬飼峰彦氏

受講料 無料

募集期間

9月1日(木)～10月26日(水)

午前8時30分～午後5時

INFORMATION CORNER

※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。

※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。

ふれあい教室 10月のご案内

町社会福祉協議会では、介護予防事業の一環として、誰もが楽しめるふれあい教室を開催しています。興味のある教室にご参加ください。

10月の日程

4日(火) 3B体操

18日(火) 音楽療法

24日(月) リンパ体操

時間 午前10時～11時

場所 町中央公民館 講堂

対象

町内在住の概ね65歳以上の方

定員 各25名まで(先着順)

参加費 無料

持ち物 ①マスコット

②室内用運動靴

③蓋のできる飲み物

参加申し込みについて

9月20日(火) 午前9時～

参加希望の教室をお申し込みください。(複数申込可)

※電話のみの受付となります。

※ご本人がお申し込みください。

※参加する教室の開催日より2週間前からの体調や感染者との接触にご注意ください。

申し込み・問い合わせ

昭和町社会福祉協議会

(☎275・0640)



「歩いてみるじゃん」参加者を募集します

町社会福祉協議会では、ウォーキング事業を開催します。ウォーキングの他に、参加者の交流を深めるレクリエーションや脳トレクイズを行います。町内を歩きながら一緒に楽しみませんか。

日時 10月19日(水)

午前8時45分～正午

※雨天の場合は10月25日(火)の同時刻に延期

コース

押原公園～西条・彩の広場～

押原公園(往復約3km)

集合場所

押原公園管理棟前の芝生広場(押越1500・1)

対象 町内在住の概ね60歳以上の方 20名(先着順)

参加費 無料

持ち物 マスコット着用、飲み物、タオル、帽子、歩きやすい服装や靴

申込受付期間

9月15日(木) 午前9時～

10月3日(月) 午後5時まで

※電話のみの受付となります。

※原則、ご本人がお申し込みください。

※申込の際に緊急連絡先をお伝えください。(ウォーキング中に体調不良となった場合や感染症への対応で使用)

その他

※感染症対策として、10月5日(水)からの健康状態にご注意ください。

申し込み・問い合わせ

昭和町社会福祉協議会

(☎275・0640)

テニス教室を開催します

テニスに興味がある方の参加お待ちしております。一緒に楽しんでみませんか。初心者の方も大歓迎です。

日時

10月4日(火)・7日(金)

11日(火)・14日(金)

18日(火)・21日(金)

25日(火)・28日(金)

午後8時～10時(全8回)

場所 釜無公園テニスコート

対象者

町内在住者または町内在勤者

定員 30人(先着順)

参加料 1500円(初日集金)

服装・持ち物

運動のできる服装

ラケット、飲み物、タオル

※ラケットの貸出は行っておりません。

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策を 실시 致します。

マスク着用でお越しください。

申し込み・問い合わせ

教育委員会 生涯学習課

(☎275・8641)

●昭和町公式ツイッター運用中 (https://twitter.com/showatown) ツイッターは、パソコンや携帯電話などで利用できます。平常時は行政情報のお知らせ、災害時は緊急情報などを発信します。

あなたの体力年齢は何歳？ 体力・運動能力調査

体力年齢を知ることで健康管理や運動を始めるきっかけにしませんか？体力測定で確認してみましよう！

日時 9月28日(水)

対象者

町内在住の65歳以上の方：

午後2時～(受付開始)

町内在住の満20歳以上64歳以下の方：午後6時30分～

問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 (☎275・8641)

場所 昭和町総合体育館(押越1001)

申し込み 当日、会場で受付

持ち物

運動のできる服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策を 실시 致します。

マスク着用でお越しください。

問い合わせ

教育委員会 生涯学習課

(☎275・8641)

文芸コーナー 川柳

不況風老いの背中に重すぎる手のシワが老いの証に残されて

堀内 富美

雨上り雲流れゆく山の峰主のいぬ庭は荒れててくもの家

小俣 芳枝

深呼吸一息ついて胸おりる愚痴一つこぼさぬ友よ胸広し

山本ひろ子

問い合わせ 昭和町文化協会 川柳部

(事務局 生涯学習課 ☎275・8641)

INFORMATION CORNER

食生活改善推進員会 養成講習会のお知らせ

食生活改善推進員は、全国で活動しているボランティア団体です。「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、昭和町では56名が活動しています。

我が家の食事を充実させ、地域の健康づくり活動を一緒に行いませんか。

活動内容

○おやこ料理教室や生活習慣病予防教室などの料理教室

◎各地区での講習会・町主催行事への協力

全体講習

日時 10月26日(水)

午前9時～午後4時40分

11月25日(金)

午前9時～午後4時40分

12月20日(火)

午前9時～11時20分

昭和町総合会館1階

場所 保健センター

随時講習

地区活動等への参加、報告書等の提出

受講資格 昭和町在住で、町及び地区の仲間と食に関するボランティア活動ができる方

(男性・女性は問いません)

募集人数 15名程度

締め切り 9月30日(金)

申し込み・問い合わせ

いきいき健康課

(☎275・8785)

軽スポーツ教室を 開催します

町スポーツ推進委員協議会では、「軽スポーツ教室」を開催しています。毎回、数種類の軽スポーツ・ゆるスポーツ(年代や運動能力に応じてプレーができ、運動負荷が少ないスポーツ)を用意しています。皆さんで楽しく運動してみませんか。ご参加お待ちしております。

※新型コロナウイルス感染防止対策を施し、実施します。

マスク着用でお越しください。

開催予定日

9月21日(水)・10月18日(火)

11月15日(火)・12月20日(火)

1月17日(火)・2月21日(火)

3月23日(木)

午後7時30分～9時

※予定変更(中止など)の場合、町ホームページでお知らせします。

場所 昭和町総合体育館

対象者 町内在住者

参加費 無料

持ち物

運動のできる服装、上履き

問い合わせ

教育委員会 生涯学習課

(☎275・8641)

行政書士による無料相談会

山梨県行政書士会 甲府南支部では、次のとおり無料相談会

を開催します。

日時 9月19日(月・祝日)

午前10時～午後4時

場所 甲府市総合市民会館3階

会議室4

相談内容

相続、遺言、成年後見、農地の売買・賃借、会社設立など

※相談時間は1組40分程度

※書類の作成指導や審査はしません。

問い合わせ

山梨県行政書士会

甲府南支部 市川

(☎242・8874)

令和4年度下水道排水設備 工事責任技術者認定試験

下水道の排水設備工事を施工する指定工事店には、「下水道排水設備工事責任技術者」の資格を有する者の専属が必要で、この試験は、責任技術者としての技能を認定するものです。

受付期間

9月15日(木)～10月6日(木)

講習会日時

10月25日(火)

午前10時～午後4時

試験日時

11月24日(木)

午後2時～4時15分

場所

アイメッセ山梨(4階大会議室)

(甲府市大津町2192・8)

※申込用紙は、役場 下水道課

防災一口メモ 『防災の日』が9月1日になった理由

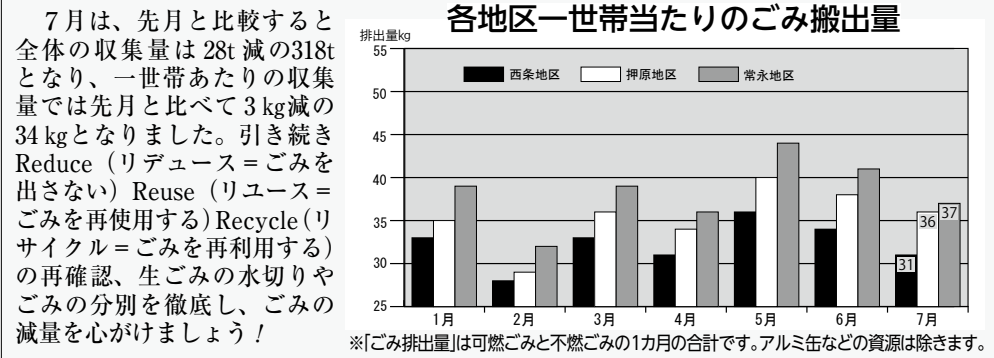
今から99年前の1923年9月1日、神奈川・東京を中心に広範囲にわたって震度5～7の大きな揺れをもたらした「関東大震災」は、死者・行方不明者は10万5,000人にもほり、建物の被害は全壊が約10万9千棟、全焼が約21万2,000棟と報じられています。山梨県でも震度6以上の揺れが発生し、全壊577件、半壊2,225件とされ、液状化による地盤沈下も見られたといわれています。

防災の日は「災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する」ことを目的に1960年に制定された日です。この日の出来事を記憶し、いまわたちができること、自分の命を守る「自助」をしっかりしていくことが大切です。

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7月分の医療費は、約8,998万6千円(前年同月比32.20%の増)です。◎健診結果は生活習慣を見直すきっかけになります。異常がなくても適度な運動等で日頃の健康維持に努めましょう！

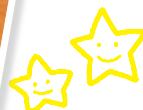




広報

しほりあ

わが家のアイドル大募集



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！
お子さんの氏名（ふりがな）、生年月日、住所、ご両親の名前、連絡先、コメント（40文字以内）とともに、ご自慢のお子さんのお写真を広報にお寄せください！

申し込み先 昭和町役場 企画財政課（☎ 275-8154） kikaku@town.yamanashi-showa.lg.jp



あとかぎ

皆さん、夏休みは満喫できましたでしょうか。厳しい暑さもやわらぎ、夏から秋へと変わり始めています。「〇〇の秋」というように、何か始めてみるのもいいかもしれませんね。個人的には、日頃の運動不足解消のためにも「運動の秋」にしていきたいと思っています。

今月の表紙は、ふれあいラジオ体操です。朝の公園で澄んだ空気のなか行う体操は清々しいものです。この体操は町内2カ所の公園で10月まで開催しています。（カレンダー頁参照）どなたでも参加できますので、一緒にさわやかな一日をスタートしてみませんか。

もやしとかぼちゃのポン酢チーズがけ

～ 今月は「西条二区食生活改善推進員」からのレシピです ～



◆ 材料（4人分）

- ・ もやし …… 150 g
- ・ かぼちゃ …… 150 g
- ・ しめじ …… 50 g
- ・ とろけるチーズ …… 50 g
- ・ 塩こしょう …… 少々
- ・ ポン酢 …… お好みで

◆ 作り方

- ① かぼちゃは薄切りにします。
- ② お皿にかぼちゃ、もやし、しめじをのせ、塩こしょう、とろけるチーズをのせたらレンジで8分加熱します。
- ③ 最後にポン酢をかけてできあがり♪

食養養成講習会
開催☆決定
（詳細は23頁）

食育推進協議会事務局
いきいき健康課（☎ 275-8785）



食欲の秋！

美味しい果物が旬を迎えています。私たちは毎日様々な食べ物を摂ることで、健康を維持しています。食べ物に含まれる栄養素を偏りなく摂るためにも、「主食・主菜・副菜」がそろった食事を1日3回食べましょう♪

そして、お楽しみの果物の1日の目安量は、片方の手のひらにのる量です。ビタミンや食物繊維がたくさん含まれる果物ですが、糖も多く含まれています。食べ過ぎしまうと血糖値や中性脂肪値の上昇に繋がります。スムージーにしようと思わずに飲みやすく、摂り過ぎてしまう原因になるため量に気をつけましょう。

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）