



問い合わせ
環境経済課 (☎275-8355)

- 課税強化 農地の評価額が1.8倍になります。
- 実施時期 令和5年1月1日時点で、勧告が行われている場合
- 問い合わせ 昭和田農業委員会事務局 (☎275-8355)

自ら耕作の再開も行わない等、遊休農地を放置している場合に限定されます。

固定資産税の課税が強化されます。

農地法に基づき、農業委員会が農地所有者に対して、農地中間管理機構と協議すべきことを勧告した農業振興地域内の遊休農地を対象に、この協議の勧告が行われるのは、機構への貸付けの意思を表明せず、

遊休農地の固定資産税課税強化について

- 受付期間 11月1日(水)～30日(木)
- 受付場所 環境経済課 農政振興係(役場2階)
- 問い合わせ (☎275-8355)

詳しくは、農政振興係までお問い合わせください。

農業振興地域内の農用地をお持ちの方で、具体的な農地転用に係る事業計画がある方の、「農業振興地域区域除外申出書」の受付を行います。除外には、農業振興地域の整備に関する法律に基づく除外要件を全て満たす必要があります。申出書の提出があっても除外にならないケースがあります。

農振農用地区域除外申出書の受付

図書館だより

Library Information No.161

●10月の休館日
2日(月)、8日(日)、9日(月)、
16日(月)、23日(月)、30日
(月)、31日(火・月末整理日)

昭和田立図書館 〒409-3864 昭和田押越 575 ☎ 275-7860 FAX 275-7870 URL <https://www.lib.showacho.ed.jp/>

イベントのお知らせ

○ギターの調べ

クラシックギターの音色を聴きながら、館内で癒やしのひとときをお楽しみください。

日時 10月14日(土) 午前10時～
対象 図書館・児童コーナー
場所 図書館・児童コーナー
演奏 山上 浩幸氏
申込 不要

○秋のおはなし会

楽しいおはなしや絵本の読み聞かせなど、いどり豊かな秋のおはなし会です。工作のお土産もありますのでぜひご参加ください。

日時 10月21日(土) 午後2時～
対象 幼児～小学生
定員 20名
場所 図書館・視聴覚室
申込 10月1日(日) 午前10時～

※事前に申し込みが必要です。

※イベントが変更または中止になる場合もございます。予めご了承ください。

○0,1,2歳児のおはなし会

絵本、わらべうたなどをお楽しみください。

日時 10月19日(木) 午前11時～
対象 0,1,2歳児とその保護者
定員 5組
場所 図書館・幼児コーナー
申込 10月1日(日) 午前10時～

○ふくらすずめ第11回朗読会「陽だまりカフェ」

「朗読サークル ふくらすずめ」の第11回朗読会です。どうぞお気軽にお申し込みください。

日時 11月12日(日) 午後1時30分～
(開場1時15分)
定員 20名
場所 図書館・視聴覚室
出演 昭和田朗読サークル・ふくらすずめ
申込 10月10日(火) 午前10時～

○おはなし会

おはなし、手遊び、絵本などをお楽しみください。

日時 11月4日(土) 午前11時～
対象 幼児～小学生低学年
定員 5組
場所 図書館・幼児コーナー
申込 10月10日(火) 午前10時～

○ボランティアのための読み聞かせ講座

山梨県立図書館子ども読書支援センターの小林和美氏と株式会社童心社による、読み聞かせの基本講座です。

日時 第1回「おはなし会で使える手遊び・わらべうた」
11月4日(土) 午後2時～
第2回「紙芝居の基本」
11月18日(土) 午後2時～
対象 読み聞かせボランティアをやりたい方、絵本の読み聞かせに関わりのある方など
定員 20名
場所 図書館・視聴覚室
申込 10月10日(火) 午前10時～

今月のおすすめ本

『どなかお?』

べかたろう／作
KADOKAWA



食べ物にはみんな顔がある！りんごの顔はどんな顔？バナナは？にっこり、びっくり、あっぱっ！実写ならではの野菜や果物の個性豊かな表情に、思わず食べ物が愛おしくなる1冊です。

『へそまがりの魔女』

安藤みきえ／文
牧野千穂／絵
アリス館



暗い森に住む、年老いた呪いの魔女のもとに、ひとりの娘がやってきます。人嫌いの魔女でしたが、相棒のねずみのはからいで、しぶしぶ一緒に暮らすことに。呪う事しか許されない魔女と優しさを知らない少女の心温まる物語です。

『最後の語り部』

ドナ・バーバ・ヒグエラ／著
杉田七重／訳
東京創元社



2061年、新天地を目指して家族とともに恒星植民地に乗り込んだ少女ペトラが、380年後に人口冬眠から目覚めると船内では革命が起きていて…。ペトラは地球での物語を武器に暗黒社会に挑んでゆきます。

10月1日は、浄化槽の日です！
浄化槽を設置されている方は、年1回の法定検査の受検をお願いします。
浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水をきれいにする装置です。適切な維持管理(保守点検・清掃)が必要です。
法定検査は、日頃の維持管理(保守点検・清掃)が適正に行われ、浄化槽からの放流水に異常がないかを確認する検査で、毎年1回受検する必要があります。
検査の申込は、知事が指定した機関である(一社)山梨県浄化槽協会までお願いします。

10月1日は、浄化槽の日です！

「農作業は、焦らず、急がず、慎重に！」を合言葉に、農作業の安全に努めてください。

- ⚠ 作業時は安全に配慮した服装とする。
- ⚠ ほ場の出入、あぜ越えに注意する。
- ⚠ 移動走行時には人や車に注意する。
- ⚠ 点検整備中はエンジンを停止する。
- ⚠ 取扱説明書安全ラベルを理解する。
- ⚠ 棚支柱針金等は目印などで目立たせる。
- ⚠ できる限り一人で作業しない。

少しの油断が大きな事故を引き起こします。

「農作業は、焦らず、急がず、慎重に！」を合言葉に、農作業の安全に努めてください。

県内では農作業中の事故が多発しています。とくに65歳以上の高齢者が事故にあわれるケースが多くなっています。

農作業は安全第一に！



※10月の粗大ごみの日は、10月23日(月)になります。当日の朝6時30分～8時30分の間に、昭和田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ます！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。

国保だより



No.129

国民健康保険
加入世帯 2,356世帯
被保険者 3,648人
令和5年8月末現在

お問い合わせ先
町民窓口課
☎ 275-8264

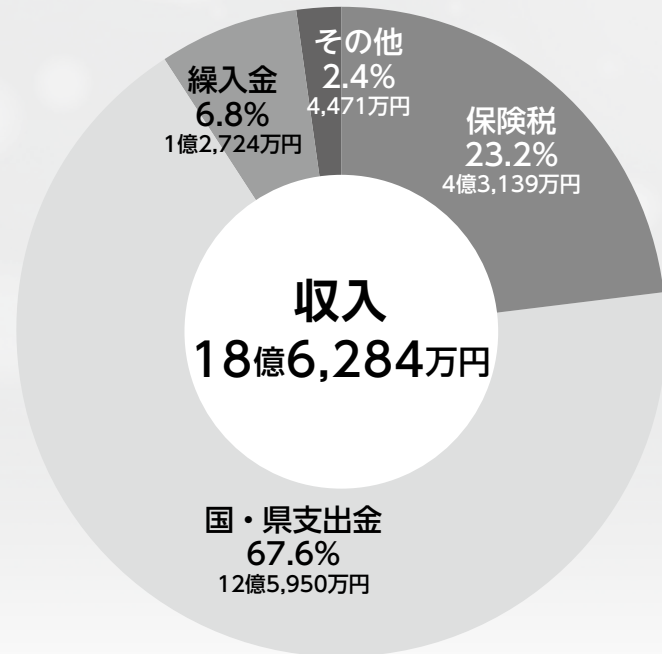
国民健康保険の主な収支

（令和4年度決算）

国民健康保険は、昭和町の国民健康保険に加入している皆さまの国民健康保険税を主な財源として運営しています。令和4年度の決算から、国民健康保険の収支を見てみましょう。

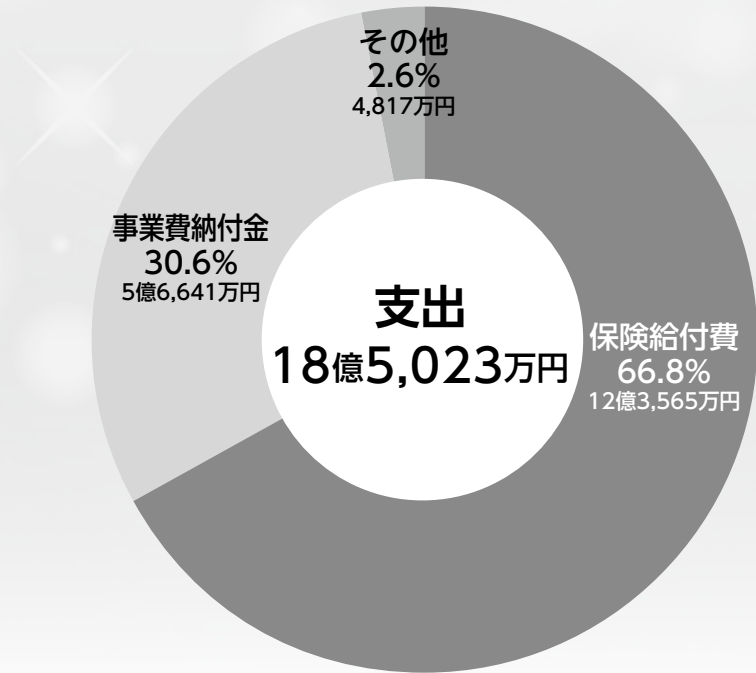
国民健康保険の主な収入

国民健康保険の収入は、国民健康保険に加入している皆さまから納めていただく国民健康保険税をはじめ、県からの負担金、一般会計からの繰入金、その他納付金・返納金等となっています。



国民健康保険の主な支出

国民健康保険の支出は、国民健康保険に加入している皆さまが病院などにかかった時の医療費の保険者負担金（本人負担3割の場合は7割、2割の場合は8割）である保険給付費が主な支出となります。
また、県へ納める事業費納付金、特定健診、特定保健指導を実施するための経費、国・県への返還金等となっています。



納期限を守りましょう！

国民健康保険は、加入者が病気やけがをしたときに、病院で安心して診療を受けられるよう加入者相互が保険税を負担し合い、助け合う制度です。この制度の運営を支える大切な財源となるのが、皆さんに納めていただいている保険税です。

国民健康保険加入の皆さまは、医療が必要な時は、少額の負担で医療を受けられるとともに、保険税を納める義務もあります。保険税は納期限を守り、必ず納めてください。

交通事故などにあつた時には必ず届出を！



交通事故をはじめ、第三者の行為によってけがなどをした場合にも、国保で治療を受けられます。本来、治療費は第三者（加害者）が支払うものですが、一時的に国保が立替え払いをして、あとから国保が第三者側（加害者・保険会社）に費用の請求をします。示談の前に必ず国保に「第三者行為による傷病届」を提出してください。

- 交通事故（自損事故を含む）
- 他人のペットに噛まれた
- 飲食店で食中毒になった など
- 不当な暴力や傷害行為を受けてケガをした
- 自転車同士や自転車と歩行者による事故

保険税の納付は口座振替が便利です

保険税は、納付書（振込用紙）による納付のほか、口座振替でも納められます。口座振替では、毎月月末に金融機関の口座から引き落としとなるため、納め忘れがなく、銀行等に向く手間が省けて便利です。ぜひ、ご利用ください。

○申し込み・手続き

預金口座のある金融機関の窓口でお申し込みできます。取扱い金融機関は、納付書の裏面に記載されている金融機関です。
金融機関窓口へ、預金通帳、通帳の届出印、納税通知書をお持ちになって、口座振替をお申し込みください。
なお、役場町民窓口課にキャッシュカード（※）をお持ちいただくだけで、口座振替の申し込み手続きを行えるサービスも行っていきます。役場にお越しの際、お気軽に口座振替の手続きもお申し出ください。

※山梨中央銀行、甲府信用金庫、山梨信用金庫、ゆうちょ銀行の普通預金（総合口座）のキャッシュカードに
限ります



医療費の節約にご協力をお願いします

医療費は、医療技術の進歩、加入者の高齢化等により、増加傾向となっています。皆さまの大切な国民健康保険を続けていくため、一人ひとりが医療費に関心を持ち、医療費の節約にご協力をお願いします。

○いくつもお医者さんにかかるのはやめましょう

同じ検査や診察の繰り返しは、身体への負担になるばかりでなく、医療費の無駄にもなります。重複していくつものお医者さんにかかるのではなく、信頼のおける主治医を持ちましょう。

○ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品は、これまで使われてきたお薬（新薬）の特許が切れた後に、有効性・安全性が同等のものとして製造販売される低価格のお薬です。ジェネリック医薬品の選択は、自己負担の軽減だけでなく、医療費全体の抑制にもつながります。



医師や薬剤師と相談し、ジェネリック医薬品の利用が可能な場合には積極的に活用してみましょう。

○柔道整復師（整骨院・接骨院）で保険証を使える範囲は限られています

柔道整復師（整骨院・接骨院）にかかる時は、健康保険が使える範囲が限定されていて、対象となるのは、急性などの外傷性の打撲・捻挫（肉離れ等）・骨折・脱臼だけです。日常的な疲労からくる肩こりや腰痛、スポーツによる筋肉疲労、病气（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニア等）からくる痛みやこり、症状の改善が見られない長期の治療などは対象になりません。柔道整復師にかかる時には負傷の原因を正しく伝えましょう。



※国民健康保険税は、コンビニエンスストア（コンビニ）でも納付することが出来ます。利用できる店舗は納付書の裏面に記載してあります。ただし、納付書にコンビニ収納のバーコードが印字されていない場合や、破損・汚れ等でバーコードが読み取れない場合、金額の訂正があった場合、納入期限を過ぎている場合、納付金額が30万円を超えている場合はコンビニでは納められません。



一社協だより まごころ 第314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

- 【開催日時】
11月24日(金) 午前9時～11時45分
雨天の場合は、11月29日(水)の同時刻に延期
- 【会場・コース】 御勅使南公園
・はりきりコース(約3km)
・ゆつくりコース(約2km)
- 【集合場所】
町総合会館 玄関前 午前8時50分集合
※バスで会場へ向かいます。
- 【対象者】 町内在住の概ね60歳以上の方
先着20名まで
- 【持ち物】
①マスク ②帽子 ③タオル
④動きやすい服装や靴
⑤飲み物(必要な方)
⑥上着(必要な方)
- 【参加費】 無料
- 【参加申込期間】
10月13日(金)～11月13日(月)
※平日の午前9時から午後5時までとなります。
※原則、電話でお申し込みください。
- 【その他】
当会よりお茶(ペットボトル1本)を配布します。



社協ウォーキング事業 「歩いてみるじゃん」

町社会福祉協議会では、今年度第2回目の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を行います。一緒にウォーキングを楽しみませんか。

共同募金配分金事業新規購入備品の紹介



災害時に役立つ
ミストファン



貸出備品用倉庫
地域へ貸出するレクリエーション備品の倉庫です。

赤い羽根共同募金へ
ご協力をお願いいたします

本年も、厚生労働大臣の告示により、10月1日から全国一斉に「じぶんの町を良くするしくみ」をテーマとして、募金活動が展開されます。毎年、皆さまからお寄せいただいた貴重な募金は、ボランティア活動、いきいきふれあいサロン活動、各種教室の開催など、町内の地域福祉活動の推進に役立てられています。地域福祉の充実・向上のため、本年も皆さまの温かいご支援・協力をお願い申し上げます。

山梨県共同募金会 昭和町分会

峡中・峡北地域マッチング 婚活パーティー

参加者を募集します！

昭和町結婚相談所を含む5市町(北杜市・甲斐市・韮崎市・中央市結婚相談所主催の婚活パーティーを開催します。内容はグループトーク等を予定しています。

日時 11月26日(日)午後1時～3時半
場所 北杜市須玉ふれあい館
北杜市須玉町若神子521の17
対象者 20代後半～40代前半の独身男女各30名
参加費 男性6,500円 女性1,500円
主催市町内在住または勤務の方は割引となります。
男性2,500円 女性500円

申込 運営窓口の山梨恋活コミュニティまで、左記の必要事項を明記し11月12日(日)までにメールにてお申し込みください。

件名 「峡中・峡北地域婚活」
本文 ①お名前 ②生年月日 ③お住まいの市町村
④携帯電話番号 ⑤メールアドレス

申込先 山梨恋活コミュニティ
メールアドレス wincere2013@gmail.com
※申込者多数の場合は抽選となり、申込者全員に抽選結果をメールいたします。
※詳細は山梨恋活コミュニティHPまたは、昭和町結婚相談所HPをご覧ください。

問い合わせ 山梨恋活コミュニティ担当 入倉宛
☎090-4597-9915

10月の予定

各事業、事前申し込み制

【ふれあい教室】
2日(月) ストレッチ
11日(水) 脳トレ体操
18日(水) 音楽療法
20日(金) 3B体操
30日(月) リンパ体操

【健康体操教室】
5日(木)
19日(木)
24日(火)

【55キネマ映画鑑賞会】
26日(木)

国民年金

シリーズ
その226

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

任意加入制度について

老齢基礎年金は65歳から受け取れますが、受給資格として10年(120月)以上の保険料の納付期間が必要です。また、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めていなければ、満額の年金を受け取ることができません。

そこで、国民年金保険料の未納・未加入・免除期間がある方は60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して保険料を納めることで、受給資格を得たり、年金受給額を満額に近づけたりすることができま

任意加入をする条件について

- 次の①～⑤のすべての条件を満たす方が任意加入をすることができます。
- ①日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
 - ②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
 - ③20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月(40年)未満の方
 - ④厚生年金保険に加入していない方
 - ⑤日本国籍を有しない方で、在留資格が「特定活動(医療滞在や観光等を目的とする長期滞在)」で滞在する方ではない方
- またこの他の条件として次のア、イのいずれかに該当する方も任意加入をすることができます。
- ア・年金の受給資格期間(10年・120月)を満たしていない65歳以上70歳未満の方
- イ・外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の方

加入にあたっての留意点

●納付方法は口座振替です

保険料の納付方法は「外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の方」を除き、口座振替が原則となります。

●さかのぼって加入できません

加入月は任意加入の申し出があった月となり、さかのぼって加入することはできません。

問い合わせ

昭和町役場 町民窓口課 年金担当(直通)
(☎275・8264)

電王年金事務所 (☎278・1100)



年金増加額の例

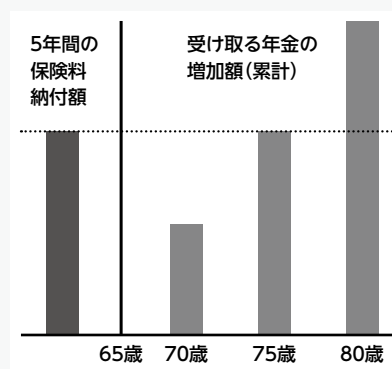
5年間加入したと仮定した場合の保険料納付額と年金増加額は次のとおりです。

(令和4年度の保険料額、年金額で計算しています)

●5年間の保険料納付額(総額)・・・995,400円

●65歳から受け取る年金の増加額

70歳・・・約486,000円(5年間の総額)
75歳・・・約972,000円(10年間の総額)
80歳・・・約1,458,000円(15年間の総額)





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)



全国地域安全運動の実施

警察では、地域から犯罪をなくし、安全で安心して暮らせる地域社会をつくるため、

毎年10月11日から同月20日までの10日間を「全国地域安全運動」期間

と定め、県や市町村、防犯ボランティア団体、防犯協会等の関係機関・団体と連携を図りながら、犯罪の予防活動を展開しています。

県内では、この期間中、

○子どもと女性の犯罪被害防止

○電話詐欺の被害防止

に重点をおいた運動を行います。そのほか、各警察署でも各種キャンペーン・行事を予定しています。

地域から犯罪をなくし、安全で安心して暮らせる地域社会の実現のため、ご協力をお願いします。

電話詐欺の被害防止

電話詐欺とは、被害者に電話をかけるなどして対面することなく信頼させ、現金等をだまし取る犯罪の総称をいいます。

交際あっせん詐欺

「交際相手を紹介」等と雑誌に掲載したり、メールを送りつけ、相手の紹介を申し込んできた人に、会員登録料金や保証金として金銭等をだまし取る(脅し取る)手口です。

相手がこれと言ったら詐欺

会員登録をすれば、素敵な異性を紹介します。登録料○万円を振り込んでください。

→紹介する異性と会えば相手からもお金がもらえます、などと言って会員登録料をだまし取る手口もあります。

だまされないためには

- ・交際あっせんに関する電話や郵便物・メールなどは「詐欺」を疑う。
- ・「デートするだけでお金がもらえる」は注意！
- ・お金を払う前に、家族に相談する(話しづらい場合は、相談窓口へ)。

No.228

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

自分らしく生きるということ

男女共同参画推進委員 川野久美子(西条二区)

私が高校3年生の時担任だった先生が、今年の7月に5年の闘病むなしく74歳で逝去されました。

先生は、初日のホームルームで名簿を見ずに生徒の名前をフルネームで出席を取り、毎朝、生徒ひとりひとりの頑張ったこと、出来事などをプリントにして配ってくれた方でした。個々を尊重し、生徒のことであれば昼夜休日を問わず駆け回り、大切にしてくれました。

生徒をファーストネームで呼び、とても身近に感じていた先生を当時人気の芸人に似ていたことから私たちは「オクレ先生」と呼んでいました。

先生は、担任をしたクラスをモデルにして本を自費出版し、在職中に大学院に通いまたも勉強をし、闘病中も英語教員向けの本を出版するなど、教師という職業を全力で全うした人生を

送っていました。

当時、独身だった先生に友人が結婚しないのかと尋ねると「結婚すると生徒に集中できなくなる」と話していました。パートナーがいることで生徒に集中することは難しいことなのか、理解をパートナーに求めることが難しいのか、ワーク・ライフ・バランスという概念がなかった当時の時代背景も重なったのか。先生は、教師という仕事に情熱を傾けることが、一番の自分らしさだったのかもしれない。

これからますますライフスタイルの多様化、個人の考え方の多様性が重要視される中で、社会との調和を鑑みながら、誰もが生き活きと輝ける時代であって欲しいです。

先生に出逢えたからこそ、自分らしく生きるということの大切さを学べました。

事務局 企画財政課 (☎ 275・8154)



No.197

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！



10月は「乳がん啓発月間」です

乳がんは自分で見つけることができるがんです。
毎月、日を決めて行う自己検診と、健康診断などの定期検診を受けましょう。



自己検診で確認しよう！

- ・毎月、月経終了の1週間後くらいに固くて痛みのない小さなシコリがあるかどうか自分で触って確かめてみましょう。
- ・また、お風呂上りに鏡の前でみてみましょう。



- ★乳房にしこりやくぼみはありませんか？
- ★乳頭や乳輪がただれてはいませんか？
- ★左右の乳房の形が非対称ではありませんか？
- ★乳頭から分泌物が出ていませんか？

あれ？気になるな…と思ったら

早めに乳腺科、乳腺外科などで乳腺専門医の診察を受け、早期発見につなげましょう。



昭和町の乳がん検診は…

- ・対象は年度末年齢が30歳以上の方です。40歳以上奇数年齢の方は「マンモグラフィ検査」、30代の方、40歳以上偶数年齢の方は「エコー検査」を受けることができます。
- ・4月に申し込みをされた方には、受診券をお送りしていますので忘れずに受診しましょう。

申し込みを忘れていた方は…

委託医療機関で検診を受けることができます。お早めいきいき健康課(☎ 275-8785)へお問い合わせください。



Health 健康

みなさんの

健康

胃がんの最新治療

山梨大学医学部附属病院 第一外科講師 河口賀彦

日本人は2人に1人ががんになると言われています。がんには様々な種類があります。胃がんは男性では10人に1人、女性は21人に1人になると言われており、大腸がん、肺がんに次いでなりやすいがんです。

◇胃がん手術：開腹、腹腔鏡、ロボット

胃がんの治療というと手術を思い浮かべる方も多いと思います。胃がんの最も効果的な治療は胃を取り除くことです。胃がんは癌細胞が粘膜と言われる内側の層から発生し、だんだん根っこが生えるように深く入り込みます。さらに進むと、癌細胞が胃を飛び出して周りのリンパ節や肝臓、肺などに転移を起こすようになります。転移の可能性がほぼ0%である極めて浅い胃がん以外は手術の適応となります。

手術では、癌のある部分と転移の可能性

がある胃の周りのリンパ節を取り除きます。リンパ節は胃を栄養する血管に沿って数珠状に連なっているため、ある範囲をまとめて取り除きますが、しっかりリンパ節を取るためにこの血管も一緒に切除します。そのため、胃がんの手術は血管の分布上、出口側3分の2の胃を取り除く方法と胃の全部を取り除く方法の2種類しかありませんでした。しかし、今では胃を少しでも多く残すことで手術後の体重減少や貧血が抑えられるという報告が多くなされ、胃の入り口をわずかでも残す手術や、胃の入り口のみを切除する手術を行う施設が増加しています。

このような手術を以前はお腹を縦に15〜20

◇胃がんの抗がん剤治療：ステージ4胃がんへの挑戦

胃がんに対する抗がん剤治療も進化しています。長らく胃がんの抗がん剤は4種類くらいしかありませんでした。しかし、様々な新薬が開発され、以前は手術がでないとと言われていたステージ4の胃がんに対しても、抗がん剤の効果で手術ができるようになる症例も増えています。これらの薬の使い分けや治療は専門施設で行われています。昨年から日本胃癌学会公認の認定施設という仕組みが始まり、全国で306施設が認定され、当院も認定されました。

◇最後に

胃がん治療は最先端の手術や抗がん剤を駆使することにより、根治をめざすべく進化しています。

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)

日時 10月29日(日) 午前9時〜正午 ※令和5年10月より、平日時間外の交付は中止となりましたのでご注意ください。 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 10月2日(月)〜27日(金) その他 ○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。 ○必ずご本人が来庁してください。 ○予約枠に限りがありますので、定員になり次第締め切りさせていただきます。 ○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)

弁護士による無料法律相談

町では、山梨県弁護士会による無料法律相談を次のとおり実施します。相談は無料ですが、事前予約が必要です。 日時 10月15日(日) 午後1時30分〜4時30分 (30分毎に1件、計6件相談) 場所 役場 別棟会議室 定員 6名(町内在住者のみ) 受付開始 10月2日(月)〜(平日、午前9時〜午後5時) その他 ○相談無料・要予約 ○予約は、左記の申し込み電話番号直通のみ受付 ○年度内初回相談の方が優先 ○次回予定は令和5年12月21日(木) ※今年度は4月、8月、12月は第3木曜日、6月、10月、2月は第3日曜日で開催を予定しています。 ※相談内容または相談中に、担当弁護士が相談内容に対して利害関係があることが判明した場合、相談を中止することがあります。 申し込み・問い合わせ 総務課 法制係 (☎275・8153)

町営常永団地入居者募集

町営常永団地の入居者を募集します。ご希望の方は期間内にお申し込みください。 詳しくは、都市整備課で配布の入居者募集案内または町ホームページをご覧ください。なお、応募多数の場合は抽選となります。 所在地 昭和町上河東543 募集数 3DK(A棟)：1戸 受付期間 10月2日(月)〜31日(火) 午前9時〜午後5時(平日のみ) 入居予定日 令和5年12月中 応募資格 ○町内に1年以上住民登録がされているか町内の事業所に勤務していること ○3DKは3人以上の世帯構成であること(親族のみ) ○県内在住の連帯保証人をたてられること(所得条件あり) その他 申込必要書類の準備に時間がかかるため、お早めにお手続きください。 申し込み・問い合わせ 都市整備課 公園住宅管理係 (☎275・8413)

スポーツ少年団紹介

昭和剣道スポーツ少年団

昭和剣道スポーツ少年団は、幼児から中学生まで幅広く剣道の稽古に励んでいます。剣道の基本を大切に厳しくも楽しく稽古しています。剣道を通して礼儀や仲間の大切さを学んでいます。昭和剣道では新入団員を随時募集中です。少しでも興味がありましたら見学、体験にお越しください。



○稽古日・場所 毎週月曜日 押原小学校 体育館 水・金曜日 総合体育館 武道場 ○稽古時間 午後6時40分〜8時

問い合わせ 町教育委員会 生涯学習課(☎275-8641)

INFORMATION CORNER

ふれあい教室のご案内

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！

＜11月の日程＞

6日(月) ストレッチ 13日(月) リンパ体操 16日(木) 背骨コンディショニング体操 22日(水) ミュージック・ケア 28日(火) 脳トレ体操 時間 午前10時〜11時 場所 町総合会館2階 講習室・相談室

対象 町内在住の概ね65歳以上の方 定員 各30名まで(先着順) 参加費 無料 持ち物 ①マスク ②飲み物 ※16日(木)背骨コンディショニング体操にご参加の場合は、バスタオルをご持参ください。 申込受付 10月25日(水)午前9時〜 ※参加したい教室をお申し込みください。(複数申込可) 申し込み・問い合わせ 昭和町社会福祉協議会 (☎275・0640)

災害ボランティア協力員養成講座受講者募集

町社会福祉協議会では、いつ起きても不思議ではない大規模災害に備えて、体制づくりを進めています。発災後、町内外から集まる災害ボランティアの受入拠点として、また住民の皆さまと一緒に復旧復興を目指した活動を行う拠点として『昭和町災害ボランティアセンター』の設置運営を行います。 この講座は、災害ボランティアや災害ボランティアセンターの活動について具体的に知っていただける内容となっています。 日時 11月14日(火)・22日(水) 26日(日)・28日(火) 各日午後7時〜午後8時30分頃まで。3日目のみ山梨県地震防災訓練に参加するため午前8時30分から正午まで 会場 昭和町総合会館 講習室・相談室(押越616番地)他 講座内容 1日目(座学) 災害ボランティアとは 2日目(座学) 災害ボランティアセンターとは 3日目(実技) 災害ボランティアセンター設置運営訓練 4日目(座学)

図上演習・まとめ

定員

各日50名程度(先着順)

対象

町内在住若しくは在勤者で災害ボランティアに興味のある方(※年齢不問) 持ち物 防寒対策・動きやすい服装・マスク 申込方法

①氏名 ②年齢 ③住所 ④電話番号を町社会福祉協議会へお知らせください。 下のQRコードからもお申込みいただけます。 申し込み・問い合わせ 昭和町社会福祉協議会 (☎275・0640)



みそづくり教室の参加者募集

発酵食品である「みそ」は、健康な生活に欠かせない食品です。初めてみそ作りをする方も安心してご参加いただけます。交流を楽しみながら美味しいみそを仕込みましょう。 日時 令和5年11月18日(土) 午後1時30分〜3時 場所 昭和町総合会館 講習室・相談室 ※駐車場は図書館北側駐車場をご利用ください。 対象 昭和町にお住まいの方 定員 20組(1組2名まで)

※お一人の参加は中学生以上とし、ご兄弟のみで参加される場合は、中学生以上と小学5・6年生の組み合わせとさせていただきます。 参加費 1組500円(1組4キロの味噌と保存容器が1セット) ※お釣りがないよう、当日現金でお支払いください。 講師 五味醤油株式会社 五味洋子氏 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手袋(必要な方) 申込期間 10月18日(水)〜19日(木) 午前9時〜午後5時 ※電話での受付のみ。 ※応募多数の場合は抽選とさせていただきます。 ※他のご家族やご友人の分など複数の申込はできません。 申し込み・問い合わせ 昭和町社会福祉協議会 (☎275・0640)

スポーツ吹矢を始めませんか

スポーツ吹き矢とは、1.2mの筒を使って腹式呼吸で的に向かって矢を飛ばすスポーツです。ゲームとしての爽快さ、面白さはもちろん、楽しみながら健康に良く、心身共に鍛えられます。次のとおり練習をしています。

ますので、一度体験してみませんか。

日時 ①毎週水曜日 午前10時30分から1時間30分 ②毎週木曜日 午後7時30分から1時間 場所 総合体育館(武道場) ※用具は準備しております。大勢の方のご参加をお待ちしております。 問い合わせ 昭和町教育委員会生涯学習課 昭和町スポーツ協会吹き矢部 塩田(☎090・2167・6089) 斉藤(☎090・3204・9387)

一日合同行政相談

身近な生活の相談に、国や県の担当者、弁護士、司法書士、行政書士などがお答えします。相談は無料で秘密は守られます。 日時 10月26日(木) 午前10時30分〜午後3時 場所 甲府市総合市民会館 大会議室(甲府市青沼3・5・44) 問い合わせ 総務省 行政相談センター きくみ山梨 (☎0570・090110)

●広報誌へのご意見・ご感想お待ちしております

〒409・3880 中巨摩郡昭和町押越542・2

昭和町役場 企画財政課 企画情報係 宛

暮らしの情報

シルバー人材センター
植木せん定作業講習会

シルバー人材センターでは、次のとおり講習会を開催します。受講後は会員として植木せん定作業を試みませんか。経験者の方もお待ちしています。

内容・日時・場所

①せん定方法「座学」

10月24日（火）

午前9時～正午

甲斐市電王北部公民館（甲斐市篠原2610）

②低木の刈込み「実技」

10月24日（火）

午後1時～午後4時

西八幡公園（甲斐市西八幡4268・6）

③中木及び松のせん定「実技」

10月25日（水）・26日（木）

午前9時～午後4時

西八幡公園（甲斐市西八幡4268・6）

対象

昭和町・甲斐市・中央市にお住いの60歳以上の方（シルバー会員以外の方も参加可能）

定員

10名（先着順）

※①②③すべて参加できる方

参加料 無料

持ち物

飲み物、作業のできる服装（地下足袋、帽子等）、せん定・刈込ハサミ等

申込受付 10月6日（金）

午前8時30分から電話にて受付
※詳細は問い合わせください。
申し込み・問い合わせ

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。

①調理補助講習

季節の食材を使った調理の基本、栄養バランス・食中毒などの注意点を学びます。

日時

11月21日（火）・22日（水）

午前10時～午後4時

場所 甲府市内

定員 10名（書類選考あり）

申込締切 10月31日（火）

②認知症介助士講習

認知症を正しく理解し、認知症の方への適切な対応方法などを学びます。
「認知症介助士資格認定証」を交付します。

日時

12月1日（金）

午前10時～午後4時

場所 甲斐市内

定員 15名（書類選考あり）

申込締切 11月1日（水）

③介護施設運転講習

介護施設などの運転業務に係わる安全運転・介助技術などを学びます。

を学びます。
「福祉有償運送運転者講習」修了証を交付します。

日時

10月30日（月）

午前8時～午後7時30分

10月31日（火）

午前9時～正午

場所 湯村自動車学校（甲府市塩部2・2・15）

定員 15名（書類選考あり）

申込締切 10月10日（火）

対象・要件 ①②③共通

令和5年度にシルバー人材センターに入会して就業を希望される方（要事前登録）

受講料 ①②③共通

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）

返しきれない借金で悩んでいませんか？

甲府財務事務所では無料の債務相談窓口を開設しています。相談内容により解決のための助言を行い、必要に応じ法律専門家を紹介します。秘密は厳守します。

受付時間 月～金（祝日を除く）

午前8時30分～正午

午後1時～4時30分

問い合わせ

財務省甲府財務事務所 債務相談窓口

（☎253・2261）

中央市ふるさとまつり

ステージでは、演歌歌手「丘みどり」と「伸太郎」ステージ、キャラクターショー、郷土芸能の披露や、主に中央市内で活動している団体によるパフォーマンスを披露します。また、子どもみこし・仮装パレード、魚のつかみどり、特設遊具等の体験イベントや模擬店を多数出店します。

日時 11月3日（金・祝）

午前9時～午後3時30分

場所 玉穂ふるさとふれあい広場（中央市乙黒1・1）

問い合わせ

中央市ふるさとまつり実行委員会（産業課）

（☎274・8561）

2024年版

やまなし県民手帳

山梨県県民生活部統計調査課が監修する「2024年版やまなし県民手帳が発売されます。やまなしの見どころマップや各種統計データ、防災情報、やまなしのお祭りや農畜水産物等を紹介しています。

販売価格等

・価格

通常版：650円（税込）

プレミアム版：1100円（税込）

・サイズ：82mm×145mm

販売日

10月中旬予定

※書店等で購入できます。

★詳細は山梨県統計調査課のホームページをご覧ください。

山梨県統計調査課ホームページ

https://www.pref.yamanashi.jp/toukei/index.html

不動産表示登記の無料相談会

山梨県土地家屋調査士会では、不動産の表示登記や土地の境界に関する相談会を次のとおり開催します。

日時 10月14日（土）

午前9時～午後4時

場所 山梨県土地家屋調査士会館（甲府市国母8・13・30）

その他 完全予約制

申し込み・問い合わせ

山梨県土地家屋調査士会

（☎228・1311）

場所

山梨県土地家屋調査士会館

その他 完全予約制

申し込み・問い合わせ

山梨県土地家屋調査士会

（☎228・1311）

昭和三スポーツ協会主催

バレーボール練習会

一緒にバレーボールを楽しんでみませんか。初心者の方の参加も大歓迎です。

主催 昭和三スポーツ協会

バレーボール部

日時 10月27日（金）

11月24日（金）

申込方法

申込書の郵送、電話、

●昭和三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。

文芸コーナー
短歌

今日より明日疲れは積る
人生百年どうする私

石原 明子

紫陽花の陰でばつんと雨蛙
田んぼで仲間歌っているよ

大原優美子

こんなにも何気の仕草母に似て
通り硝子の自分におどろく

河田よし恵

夏休み孫のお世話で老夫婦
ザク切りポテト慣れぬオーダー

小林 康博

朝曇鮮やかに咲く百日紅
今日一日の元氣貰いつ

田中 祥子

亡兄が枯葉のように散りたいと
先生領き処方箋書く

中澤 孝子

憂きことも嬉しき事も入れたまま
今朝もゴミ出しぎゅっと結わえる

松田 君江

太陽と貴陽と皇寿と川中島
果樹王国の甘美な姫たち

三橋 雅江

FAX、メール、QRコードまたは参加登録フォームURLでお申し込みください。

申し込み・問い合わせ

山梨大学学務課公開講座担当

メール

kokaikoz@ml.yamanashi.ac.jp

URL

https://forms.office.com/r/SSXnqTdsb6

（☎273・7972、9342）

（FAX273・6742）

防災一口メモ 災害時に強い味方の補助が始まりました！

昭和町では、災害発生時の非常用電源の確保のための家庭用ポータブル「発電機」または「蓄電池」の購入補助金を交付することが決まりました（広報しょうわ9月号参照）。購入補助金には条件がありますので、昭和町役場ホームページや昭和町役場企画財政課（☎275-8154）にお問い合わせください。

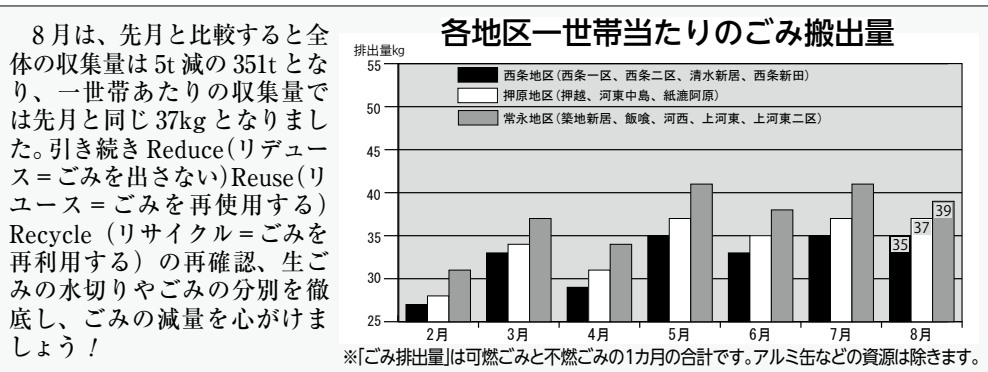
★ 購入にあたってのお勧め ★

○災害時に自宅での避難生活に最低限必要な電源を確保できる出力であること（エアコンやドライヤーなど出力の大きいものは災害時は使用しない）。
○長期停電に備えてソーラーパネルも購入しておく、昼間はソーラーで発電しながら使用できます。ソーラーパネルは補助対象ではありませんが、セットになっているものなら対象です。
○水害時には浸水しない場所への移動が必要なので、持ち運びできる重さのものが便利です。

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8月分の医療費は、約7,629万5千円（前年同月比18.93%の減）です。
「はしご受診」「重複受診」は医療費の無駄遣いになるだけでなく、薬の重複使用等にも繋がり身体によくないのでやめましょう。



暮らしの情報

●広報誌へのご意見・ご感想お待ちしております
〒409・3880 中巨摩郡昭和町押越542・2
昭和町役場 企画財政課 企画情報係 宛



広報

しょうわ



金川 朔久 くん・ 倫大 くん

令和5年5月6日生 (男の子) 令和4年1月27日生 (男の子)

(父) 隼大さん (母) ひなのさん (清水新居)

弟大好きお兄ちゃん！いつもそばにきてお世話してるね！
早く一緒に遊びたい！2人とも元気に育ってね☆



藤本 詩 ちゃん

令和5年1月11日生 (女の子)

(父) 健司さん (母) 咲さん (河東中島)

目が離せないお転婆詩ちゃん♡
すくすく大きくなってね♡

あとかぎ

豊かに穂を実らせ頭を垂れる稲は金色の穂のようです。9月に入ってから各地で稲刈りに汗を流す光景が見られました。日本の食卓に欠かせないお米は、まさに秋の実りの象徴です。大切に育ててくれた人たちに感謝しながら美味しくいただきたいですね。

5年ぶりとなるふれあい祭りが10月8日(日)に開催されます。藤あや子さん出演「ふれあいコンサート」をはじめ、グルメや各種体験ができるコーナーをご用意しています。ご家族やお友達をお誘い合わせのうえぜひ遊びに来てください。(関連2〜3頁)

雑穀パンのプディング

レシピ提供
食生活改善推進委員会



◆材料(1人分)

雑穀パン6枚切り 1.5枚
バナナ 大1本
ドライプルーン(干しぶどう) 2個

オリゴ糖シロップ 大さじ1
A 牛乳 100ml 卵 1個
砂糖 小さじ1

◆作り方

- ①パンは2cm角に、バナナは5mmの輪切りにして、プルーンはあらく刻みます。
- ②ボウルにAを入れ、卵の白身の塊がなくなるくらいよく混ぜ合わせ、パンを加えて染み込ませます。
- ③バナナ、プルーンを加えたら2つに分けてクッキングシートで包みます。
- ④フライパンに1cm程水を張り、③を入れ、蓋をして5分加熱したら完成です。

食育推進協議会事務局
いきいき健康課 (☎ 275-8785)



食物繊維 足りていますか？

日本人の多くが食物繊維が不足気味だと言われています。食物繊維が不足すると便秘になりやすく、痔や大腸癌、糖尿病などの生活習慣病のリスクも高くなります。1日に野菜350gをとるのはなかなか大変です。1日のうち1食の主食を玄米ごはん、麦ごはん、胚芽米ごはん、全粒小麦パンなどに置き換えることで、効率的に食物繊維を摂取できます。

食推では、さらに詳しいお話を9〜11月に各地区で行うはつらつ栄養教室(65歳以上対象)で調理実習を交えながら行う予定です。各地区の教室開催日は、地区の回覧板や地区の食推にご確認ください。

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)

発行/山梨県昭和町役場 編集/企画財政課
〒409-3880 山梨県中巨摩郡昭和町押越 542-2
電話 055-275-2111 (代) FAX 055-275-2109

URL <https://www.town.showa.yamanashi.jp/>
メール kikaku@town.yamanashi-showa.lg.jp
公式ツイッター <https://twitter.com/showatown>

