

# 和昭教育 まな 学 ぶ おし 教 える はぐく 育 む

三つの歯車が一つになって

昭和町教育委員会 ☎ 275-3737

## 昭和町民会議

### 今年度の高校生連の活動から

ふれあい祭りのボランティアでは、地域の小さい子どもや小学生と関わる貴重な体験をすることができました。小さい子どもと関わる機会がありませんので不安もありましたが、ヨーヨーやバルーンアートを渡したときの子どもたちの笑顔と「ありがとう」は、私までうれしくなりました。同じ学校の他学年の人や高校生とも関わり、色々なことを学ぶことができました。普段、お祭りの裏方をやる機会もないので、地域の方々が私たちを楽しませてくれるために大変な思いをしながらがんばってくれていることを知りました。少しは力になれていたらいいなと思います。

5年ぶりのふれあい祭りで多くの方と関わり、ボランティアとして色々な笑顔を見れたことをうれしく思います。私まで元気をもらいました。来年もまたボランティアに参加できたらいいなと思います。

### 活動紹介 押越区

令和5年には、様々な事業が再開されるようになりました。ささやかではありますが、育成会もあいさつ運動の旗を揚げ、「朝のあいさつふれ合う心」を合言葉に運動を進めてきました。あいさつは日常的に継続されるものですので、地域を巻き込んだ活動の再開する予定でいます。

次に、「押越初穂祭り」に、押越中学校PTA・押越高校生連と連携して参加しました。区の祭りも運営スタッフの減少や各種団体の参加状況が変化したこともあり、中学校・高校生連保護者が共同出店（初穂餅・焼きそば・飲み物）を運営することになりました。保護者が事前に調理をしながら打ち合せを行うことで交流を深めるとともに、運営スタッフとして中学校・高校生の参加を得ることができました。大きな成果であり、これからも継続して進めていきたいと思っています。

## 生涯学習課

### 第2回「地方病を語る会」

2022年に、地方病の体験やホタルの記憶などをまとめた『地方病を語り継ごう―流行終息宣言から25年―』を発刊しました。

この本に寄稿していただいた方々に来ていただき、直接話をしてもらう（話を聞く）こともとても重要な貴重な機会になるだろうと考え、「語る会」を開催しました。

第1回目を、昨年7月2日に行い、12月3日には、第2回を行いました。

今回は地元、昭和町の長谷川幸廣さん（西条二区）、齊藤進さん（西条新田区）、のお二人に来ていただきました。



長谷川さんには、「私の地方病体験」と題して、ご本人が5回も地方病になったことや当時の地域の様子など話していただきました。

齊藤さんは「溝渠対策（こうすいさく）に取り組んで」と題して、当時役場職員として、水路のコンクリート工事（溝渠事業）に関わった経験など話していただきました。



第1回目同様、30数名の参加者があり、質疑応答も活発に行われ、盛況の中で終了しました。

地方病関係者や罹患者の高齢化とともに、地方病は忘れられ、風化しつつあるのが現状です。この会を通して、地方病を語り継いでいきたいと思っています。今後も、より多くの町民の方の参加をお願いします。

## 甲府昭和高校

### 沖縄への研修旅行

甲府昭和高校の研修旅行（修学旅行）は、4年ぶりに沖縄へ行くことができました。12月5日から8日までの4日間、美しい自然や歴史の跡などに触れ、感動と学びを友達と共有することができました。押原中学校出身のふたりに旅行の思い出を聞きました。

横森 日々生さん

沖縄の海はとても透き通ったエメラルドグリーンでした。サンゴ礁やカラフルな熱帯魚を至近距離で見たりしました。私は、食べることが大好きなので、様々な沖縄料理を食べ、おいしさや美しさを友達と共有できたのは本当に幸せでした。

中村 咲妃さん

鍾乳洞が思い出深いです。CAVE OKINAWAは方言で「ぬちしぬじガマ」といい、命をしのいだ洞窟と言われています。不思議な形の鍾乳石はライトアップされ、神秘的な美しさでした。沖縄の歴史や自然、伝統を学ぶことができたとても楽しい4日間でした。



鍾乳洞



～ ホテルにて ～  
左：伊坂碧唯さん 右：中村さん  
（ともに押原中学校出身）



～ 船上でクラスメートと食事 ～  
右：横森さん

## 給食センター

### 給食はいかがでしたか

令和5年度も終わりに近づきました。小学校は3月18日に、中学校は3月22日に給食が終了となります。皆さん、1年間、給食を楽しんでいただけただけでしょうか。

今年度も最後まで、美味しく安全な給食を提供できるよう、センター職員一同、努力していきたいと思っています。

中学3年生の皆さんは残り少ない給食になります。卒業後も栄養のバランスの良い食事を心がけてください。時々、給食のことも思い出してくださいね。

### 給食費について

一年間の給食費は4月から翌年2月までの11か月で納めていただきます。該当月の月末に口座引き落としとなります。残高不足により引き落とし不能とならないようご確認をお願いします。なお、口座登録の手続きがお済みでない方は、口座振替への



移行をお願いします。

### 配送車に看板が設置されました

現在、昭和町では2台の配送車で給食を届けています。

この度、配送車の荷台の左右に看板を設置しました。デザインは、各小学校の給食委員と押原中学校の美術部の皆さんが考えてくださいました。どの作品もとても素晴らしいものになっているので、町で見かけたら、是非、ご覧になってください。

作品を描いてくださった皆様ありがとうございました。

## 教育委員会

◎12月定例教育委員会の審議内容（1月承認の概要）は次のとおりです。

### 教育長報告事項

- 12月実施四校会の報告について
- 新型コロナウイルス、インフルエンザ等の感染症と教育委員会および学校行事について
- ヤングケアラー等児童生徒とその家庭状況の把握について
- 特色ある昭和教育のための重点校指定について
- コミュニティ・スクールボランティアの有償化について
- 今後の地域学校協働本部体制について
- 県及び町職員の年度末人事異動について
- 押原中学校増築工事進捗状況について
- 教育委員会の仮移転について
- 風土伝承館「杉浦醫院」の今後について

### 生涯学習課報告連絡事項 学校教育課報告連絡事項

- 修学旅行者の選定について
- 中学校休日の部活動の地域移行について
- 生涯学習課報告連絡事項
- 主な事業予定について







# 国保だより

No.126

国民健康保険  
加入世帯 2,358世帯  
被保険者 3,640人  
令和6年1月末現在

■ 問い合わせ 町民窓口課 国民健康保険係 (☎ 275-8264)

国民健康保険は、病気やケガをしたときに少額な負担で安心して医療を受けるための大切な制度です。保険証(国民健康保険被保険者証)は、あなたが国民健康保険に加入しているという証明書であり、医療機関にかかる際の受診券の役割も果たしています。

現在お持ちの保険証の有効期限は**令和6年7月31日**となっています。令和6年7月31日まではお手元の保険証をご使用いただきます。更新時期が近くなりましたらお知らせいたしますので、それまで大切にご使用ください。



下記に該当する方は有効期限が異なりますのでご注意ください

## ●令和6年7月31日までに75歳になる方 (後期高齢者医療制度へ移行)

※誕生日の前日が有効期限

75歳の誕生日からは、後期高齢者医療制度へ移行し、後期高齢者医療保険証になります。新しい保険証は、国民健康保険証の有効期限前に役場から簡易書留でお送りします。(手続き不要)

## ●令和6年7月31日までに70歳になる方 (高齢受給者証と一体の保険証に変更)

※誕生月の末日が有効期限(1日が誕生日の方は前月末日が有効期限)

70歳の誕生日の翌月(1日が誕生日の方は当月)から高齢受給者証と一体の保険証になります。新しい保険証は、有効期限前に役場から世帯主に簡易書留でお送りします。(手続き不要)



次の場合は保険証と必要書類を持って役場町民窓口課で手続きを行ってください

- 学生用の遠隔保険証の発行  
※在学証明書、入学証明書等
- 職場の健康保険などへ加入された方がいる世帯  
※職場の健康保険証等
- その他、特別な事情がある世帯



マイナンバーカードを健康保険証として利用できる医療機関・薬局が増えています

ただし、マイナンバーカードを健康保険証として利用するためにはマイナポータルより登録が必要になります。



詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

## 💊 ジェネリック医薬品にしてみませんか?

ジェネリック医薬品は新薬と同等の効果が期待できるうえ、低価格に設定されています。みなさまのお薬代の負担を軽減させるだけでなく、日本の医療保険制度を維持していくためにも、とても大切なお薬です。

また、医薬品メーカーによってお薬を飲みやすい形や大きさに変えるなどの工夫が図られています。お医者さんと相談し積極的に活用しましょう。



## ●主治医を持ちましょう

同じ検査や診療の繰り返しは、身体の負担になるばかりでなく、医療費の増加にも繋がります。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。



## ●お薬手帳は一人一冊にまとめましょう

お薬手帳が何冊もあると、薬の重複や飲み合わせなどが確認できず、身体に害が生じることがあります。必ず一人一冊にまとめましょう。



# 国民年金

シリーズ  
その231

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

## よくある 国民年金の手続きの紹介

年度末になり、就職や転職、退職など様々なことが切り替わる時期になりました。

それに伴い、年金も取得や喪失等の手続きが必要になる場合があります。今回は年度の変わり目に多い手続きを紹介します。手続きの種類は下記のとおりです。

下記の※部分の第1号被保険者になる場合は資格喪失証明書等を持参して、役場町民窓口課国保年金係へ届出をしてください。健康保険証の資格を喪失した方は国民健康保険加入の手続きも同時にできます。

国民年金保険料について、納付が困難な場合は、届出の際に雇用保険の退職日記載されている離職票等を持参いただければ、失業による特例免除の申請ができることがあります。

手続きの詳細で分からないことがありましたら、役場町民窓口課または竜王年金事務所にお問い合わせください。

役場町民窓口課 (☎ 275・8264)  
竜王年金事務所 (☎ 278・1100)

## 第1号被保険者 (自営業、学生等)



自営業・自由業・農林業・学生・フリーアルバイター・無職等の人で20歳以上60歳未満の人

会社員や公務員等になった

第2号被保険者になります。  
新しい勤務先へ届出をしてください。

第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになった

第3号被保険者になります。  
配偶者の勤務先へ届出をしてください。

## 第2号被保険者 (会社員、公務員等)



厚生年金に加入している会社員や公務員等で就職時～65歳未満の人

会社等を退職した

※第1号被保険者になります。  
役場町民窓口課へ届出をしてください。

会社等を退職し、第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになった

第3号被保険者になります。  
配偶者の勤務先へ届出をしてください。

## 第3号被保険者 (会社員・公務員等に扶養されている配偶者)



第2号被保険者に扶養されている配偶者で20歳以上60歳未満の人

会社員や公務員等になった

第2号被保険者になります。  
新しい勤務先へ届出をしてください。

配偶者が会社等を退職した

※第1号被保険者になります。  
役場町民窓口課へ届出をしてください。

配偶者の扶養からはずれた(離婚や収入増など)





# 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)



## 「フィッシング詐欺」に注意!!

### ①フィッシング詐欺とは

実在する金融機関やクレジットカード会社、ショッピングサイトなどを装った偽の電子メールやSMSを送信し、これらのホームページとそっくりの偽サイトに誘導して、IDやパスワード等の重要情報を入力させて詐欺する行為のことで、最近では、フィッシングにより不正に入手したIDやパスワード等の重要情報を使い、インターネットバンキングに不正アクセスして預貯金を不正に送金する事案が増加しています。



### ②被害防止対策

#### ○心当たりのない電子メールやSMSは開かない

フィッシング詐欺被害のほとんどは、メールに添付(リンク)されたURLから偽サイトに誘導され、IDやパスワードを入力したことによるものです。

不審なメールに添付されたURLからは、絶対にアクセスをしないでください。

#### ○パソコンやモバイル端末を安全に保つ

OSやアプリ等のアップデートを行い端末の安全を保ってください。

#### ○携帯電話会社などが提供するセキュリティ設定を活用する

メッセージブロック機能などを活用し、フィッシングメールや不審メールが届きづらい設定にしましょう。

#### ○IDやパスワードを使い回さない

使い回しによって利用している全てのサービスが乗っ取られる可能性があります。

利用するサービスごとに異なるIDやパスワードを設定しましょう。

#### ○電子メールやSMSの内容を鵜呑みにしない

金融機関などの名前で送信されてきた電子メールの中で、通常とは異なる手順を求められた場合は、必ず金融機関に確認をしてください。確認する時は、必ず正規のウェブサイトや金融機関からの郵便物などで連絡先の電話番号を調べてから電話をかけてください。

#### ○公式サイトや公式アプリからアクセスする

ID・パスワードなどを入力するウェブページにアクセスする場合は、正規のURLを保存したブックマークやお気に入りからアクセスし、アプリを使用する場合は、公式サイトからダウンロードしたものを使用しましょう。

## 薬物乱用 ダメ! ゼットイ!

禁止薬物の使用は、健康に悪い影響を及ぼすとともに、薬物依存になると、不安、幻聴、幻覚、被害妄想などの症状が現れ、とても危険です。

薬物使用者の多くは、仲間からの誘いや、ちょっとした好奇心から安易に使い始めています。薬物使用の危険性は身近にあり、自分には関係ないと思わないことが大切です。

薬物について悩みや疑問を感じたときは、最寄りの警察署または次の相談窓口にご相談してください。

薬物相談電話 ☎055-228-8974



# 一社協だより まごころ 第319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

## 町社会福祉協議会の車両を「ご利用ください」!

町社会福祉協議会では、町民の皆様の社会生活の利便性の向上及びボランティア活動の推進を目的に、当会所有の車両を貸し出しています。ぜひご利用ください。

### ●利用手続き

①事前(最大1か月前まで)にお電話で利用希望日を「相談ください」。

②町社会福祉協議会にお越しいただき、申請書をご提出ください。

※申請時に印鑑及び運転免許証をご持参ください。

※営利目的等の利用はできません。

※申請時間は、祝日及び年末年始を除く平日の午前8時30分～午後5時まで

※土日、祝日に使用する場合は、利用日前後の平日での貸出及び返却となります。

※車両の破損や故障、備品を紛失した場合は修理費用等を負担していただく場合があります。

### ●料 金

無料(有料道路や駐車料金等は利用者負担です)

### ●利用期間

原則として3日間まで(年末年始を除く)

### ●利用限度

同一利用者による1か月間の利用回数は4回まで

### ●利用対象者

車いす対応車両

町内在住で車いすを利用している方又は介助者

ボランティア車両

町内在住又は勤務しており、ボランティア活動保険へ加入している運転者

### ●車両について

車いす対応車両

ファンカーゴ 定員2名+車いすの方1名まで

シエンタ(福祉車両) 定員5名+車いすの方1名まで

ボランティア車両

シエンタ(普通車両) 定員7名まで



## 3月の予定

※各事業、事前申し込み制です。

【子ども食堂】

2日(土)



【ふれあい教室】

6日(水) いすヨガ

8日(金) ゆがみ直し整体体操

15日(金) アロマとハーブの体験講座

22日(金) 3B体操

28日(木) 脳トレ体操

【笑う!! 健康体操教室】

6日(水)・13日(水)



## eスポーツを体験してみませんか?

町社会福祉協議会では、地域交流の促進を目的として、eスポーツの普及活動を行っています。

eスポーツは、子どもから高齢者まで性別問わず楽しむことができるスポーツです。今年度はふれあい祭りへの出展や各地区サロン、やいگیいクラブへの普及活動を実施させていただきます。

ハンドルやペダルを操作するレーシングゲームやリズムに合わせた太鼓を叩く音楽ゲームを用意していますので、ご興味のある方はぜひお問い合わせください。

## Health 健康

### みなさんの

## 健康

## 女性特有の悩み、些細なことでも産婦人科で相談を!

女性の皆さんは、女性であることを理由に、今まで「何か」を諦めてきませんでしたか。例えば「旅行なのに生理がぶつかって温泉に入れなかった」「大事な試合中、経血漏れが気になって集中できなかった」などです。

私自身も、試験に集中できなくても我慢するものだと思って過ごしてきました。私にとつての「何か」は、旅行や受験など10〜20代の自分が連想されます。皆さんにとつて「何か」は何でしょうか。

女性は、エストロゲンという女性ホルモンの波にずっと揺られながら過ごしています。一生の中では、エストロゲンの上昇により初経が起き、低下すると閉経となり、月経が起きている性成熟期では毎月という単位でエストロゲンは変動しています。もちろんそれは正常な変動なのですが、月経があることにより月経前に気持ちが悪くなる、月経後、いわゆるPMSや、腹痛などの症状により日常生活に支障がでる月経困難症などの症状に悩まされているのです。多産であった昔の女性は一生に経験する月経は約50回と言われていますが、現在の女性は初経も早く出産をしない方も多いので、450〜500回ほど月経があるとされています。現代を生きる女性も十分にすごいです。しかし、エストロゲンは悪者とい

うわけではなくて、子宮内膜への作用や骨量の増加などにも関与しているとても大切なホルモンでもあります。医療の力でコントロールすることで、快適に過ごせるように手助けすることは可能です。

ありがたいことに、女性アスリートの皆さんに外来にお越しいただくことが増えたのですが、アスリートにももちろん月経はあります。月経の悩みのせいでベストを出せない、どうにかしたい、と思っても指導者に相談できずに困っている方もたくさんいらっしゃると思います。また、アスリートが陥りやすい症状として、無月経もあります。運動量が多く消費エネルギーに摂取エネルギーが追いついていないといった場合に、脳が指令を出して月経を止めてしまうのです。前述したエストロゲンが低下してしまうため、骨粗鬆症などに繋がることもあります。さらに、筋力の低下、免疫力の低下などにも関与するといわれており、頑張っているはずなのにパフォーマンスが下がるといった悲しい結果になってしまうこともあります。

月経があることによる諸症状、月経がないことによる諸症状、どちらも女性にとって生活の質を下げてしまうとても重要な問題です。アスリートの皆さんのみならず、悩んでいる多くの女性の力になれば幸いです。

企画 一般財団法人里仁会 (☎ 273-15475)



## 常識とはいったい何なのかということ

男女共同参画推進委員 本田万壽男（築地新居区）

見過ごしたままでは、私たちが「常識は押し付けてはいけない」という常識を押し付ける人になってしまいかねません。常識とは、社会にとって当たり前のもののことであり、いわば文化そのもののことを指します。常識とはすなわち、偏見や先入観、常識ならぬ偏見を押し付ける人たちが、いったいどのような心理でそれを行っているのか、「常識を押し付ける人」がいるのではなく、人間誰しも「常識を押し付けてしまうときがある」というのが実態に近いのではないかと思います。特に子どもへの「当たり前」の押し売りです。誰しも、親からの受け売りの常識を持っているかと思いますが、子どもが必然的に、その親の教える「常識」と無意識に引き継いでしまうのです。

家族の中で延々と続いてきた、その「常識」という名のアンコンシャス・バイアス（無意識な思い込みによる偏り、偏見・差別）

だと思えます。それはいつの時代からなのかは定かではありませんが、典型的な「男尊女卑」に伴うジェンダー問題・人権問題が典型かと思われます。自分がこのパターンに当てはまっていたと後から気づくこともあります。いかに無自覚であったかを改めて、先入観を解くことが、男女共同参画推進としての優先順位をつけて、フェア（公平）であるということにフォーカスするところで、多様な時代を受け入れるヒントが見えてきます。

男女が性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮することができる社会の実現が重要な課題であると考えます。

男はこう、女はこうという固定観念から、性による差別をせず、一人ひとりの個性を大事にしていこうという意味で、アンコンシャス・バイアスに対する取り組みや啓発が、ジェンダー「社会的性差」問題への第一歩と考えます。

事務局 企画財政課（☎275・8154）



## こんにちは！愛育会です！

No.202  
昭和町母子愛育会  
事務局 いきいき健康課  
（☎ 275-8785）

## 健康フェスタ2024が開催されました！

2月10日（土）、4年ぶりとなった健康フェスタが総合会館で開催されました。コロナ禍を経て開催時間を短縮し、それに合わせて絞った内容になりましたが、大勢の方々にお越しいただきました。短時間ではありましたが、参加された皆さんは、楽しく過ごすことができたようです。



### 参加者の声

- ・「久しぶりの開催を待っていました」
- ・「初めて参加しました。子どもとも楽しく遊ぶことができて良かったです」
- ・「食推さんの試食、美味しかったです。家でも作ってみたいと思います」
- …etc



### 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 3月24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

3月1日（金）～22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らせていただきます。

○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）

### 「ひとり親家庭入学・進学祝金」の支給について

令和6年4月に、小・中学校へ入学、進学する児童を持つ「ひとり親家庭」の世帯に対し、町から祝金として児童1人につき1万円を支給します。

支給対象

令和5年度（令和4年所得分）所得税の非課税世帯

※非課税には、年少扶養控除の廃止及び特定扶養控除の上乗せ部分の廃止がないものとみなして計算した場合に税額がゼロとなる場合を含みます。

申請方法

子育て支援課窓口で配布の申請用紙に必要事項を記載し提出

申請期限 3月6日（水）

問い合わせ

子育て支援課 児童家庭係  
（☎267・5255）

### 駐車場を貸し出します

町では、JR国母駅近くの駐車場の貸出しを行っています。次のとおり、令和6年度中の利用申し込みを受付しますので、ご希望の方は受付期間内にお申し込みください。なお、申し込み多数の場合は、抽選となります。

場所 JR身延線跨線橋下

（国母駅近く）

受付期間

2月28日（水）～3月6日（水）

※受付は各日午後5時まで

抽選日時（予定）

3月11日（月）午後7時～

※応募数が募集区画数内となった場合、抽選は行いません。

※抽選を欠席された場合、抽選の権利を放棄したものとしますので、ご注意ください。

貸出期間

令和6年4月1日～

令和7年3月31日

募集区画

6区画

利用料金

1台につき月額3,000円（年額を契約時に前金払い）

その他

○町内に住民登録のある方を優先します

○原則、一世帯につき一台まで

○申し込み多数の場合、右の条件で絞り込みのうえ抽選

○受付期間経過後に、空き区画のある場合は、右条件によらず貸し出し可能

申し込み・問い合わせ

企画財政課 企画情報係  
（☎275・8154）

### 桜並木をお楽しみください

3月下旬から4月上旬の桜の開花期間にあわせ、山伏川桜並木と河西の諏訪神社・霞堤の桜に提灯飾りを行います。また紙漉阿原の今川でも桜が楽しめます。

爛漫と咲き誇る町内各所の桜並木を、ぜひお楽しみください。

期間

3月下旬から4月上旬頃

（桜が咲き終わる次第終了）

場所

①山伏川の桜並木 約100本

（イオンモール甲府昭和店東側付近）

②諏訪神社と霞堤の桜 約20本

（霞堤公園、河西1368付近）

③今川の桜並木 約30本

（紙漉阿原区公会堂西側付近）

その他

○①では一部道路を通行止めにし、お花見に開放します。

○駐車場はありません。

○ゴミはお持ち帰りください。

○他の見物客や近隣に迷惑となる行為、騒音はご遠慮ください。

問い合わせ

企画財政課 企画情報係  
（☎275・8154）

### 相続登記の申請が義務化されます

民法及び不動産登記法の一部が改正され、令和6年4月1日から、相続により不動産を取得したことを知った日から3年以内の所有権移転登記が義務づけられます（令和6年4月1日より以前に相続が発生している場合も対象となります）。

詳しくはお近くの法務局に電話でお問い合わせください。また、登記の専門家である司法書士への相談もご検討ください。

問い合わせ

甲府地方法務局  
（☎252・7186）

山梨県司法書士会  
（☎253・6900）

### 返しきれない借金で悩んでいますか？

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いたします。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  
多重債務専門相談窓口  
（☎253・2269）

●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



コレカラ教室(ふれあい教室)  
4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、イスに  
座りながらでもできる、誰もが  
楽しめる体操教室を開催してい  
ます。興味のある教室にご参加  
ください。

※4月より教室の名称が、ふれ  
あい教室から「コレカラ教室」  
に変更しました。

＜4月の日程＞

5日(金) 背骨コンディショ  
ニング

11日(木) 脳トレ体操

16日(火) 心と身体健康体操

22日(月) リンパ体操

24日(水) ミュージック・ケア

時間 午前10時～11時

場所 昭和町総合会館2階  
軽運動室

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

汗拭きタオル、飲み物、マス  
ク、タオル(体操用)

申込受付

3月18日(月) 午前9時～

新しい体操の紹介

○16日の体操は、ストレッチを  
中心に、身体に負担の無い優  
しい体操を行います。

※複数の教室をお申し込みいた  
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)

運動指導事業  
のびしろ体操(健康体操教室)

町社会福祉協議会では、介護  
予防事業の一環として、高齢者  
のための体操を開催します。

※健康体操教室から「のびしろ  
体操」に変更しました。

※初日と最終日に簡単なアン  
ケートを行いますので、ご協力  
をお願いします。

日時

4月18日・25日

5月22日・9日・16日、

23日・30日

6月6日・13日・20日

7月11日・18日

木曜日 全12回

午後1時30分～2時30分

場所 昭和町総合会館2階  
軽運動室

対象

町内在住の65歳以上の方

定員 40名(先着順)

参加費 1000円(教室初回  
に集合)

持ち物

動きやすい服装・汗拭きタ  
オル・飲み物・タオル(体操用)

講師

エムズスポーツ  
インストラクター

荻原悦子氏

知っていますか？建退共制度

建退共制度は、中小企業退職  
金共済法に基づき建設現場労働  
者の福祉の増進と建設業を営む  
中小企業の振興を目的として設  
立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、  
労働者の働いた日数に応じて掛  
金となる共済証紙または退職金  
ポイントを積み立て、その労働  
者が建設業界で働くことをやめ  
たときに建退共から退職金を支  
払うという、いわば業界全体で  
の退職金制度です。

特長

○国の制度なので安全、確実。  
○経営事項審査で加点評価の対  
象となります。

○掛金の一部を国が助成します。  
○掛金は事業主負担となります  
が、法人は損金、個人では必  
要経費として扱われ、税法上

全額非課税となります。  
○掛金は、インターネットを利  
用した電子申請での納付も可  
能です。

○事業主が変わっても退職金は企  
業間を通算して計算されます。  
※その他詳細は建退共ホーム  
ページをご覧ください。

https://www.kentaikyo.  
taisokukin.go.jp/

問い合わせ

建退共山梨支部  
(☎235・4421)

INFORMATION CORNER

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。

◎入会説明会

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

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

※事前にセンターに電話でお申  
し込みください。

◎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)

・襖・障子・網戸の張り替え

・家事サービス(洗濯、掃除、  
買い物等)

※その他でも、お気軽に「」相談  
ください。

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)

INFORMATION CORNER

申込開始

・初めての方：3月25日  
・初めてでない方：3月27日  
両日とも午前9時～

※電話のみの受付となります。  
※ご本人が申し込みください。

申し込み・問い合わせ

昭和町社会福祉協議会

(☎275・0640)

山梨県弁護士会  
上映会&トーク・セッション

山梨県弁護士会では、昨年から  
校則のあり方や生徒の関わり  
方について、生徒、保護者や教  
職員の方々とともに考えるイベ  
ントを行ってきました。今回は、  
映画「夢見る校長先生」子ども  
ファーストな公立学校の作り  
方」の上映会を企画しました。

この映画は、通知表を廃止し  
た小学校、校則をなくした中学  
校、宿題をゼロにした小学校な  
どと、そのような改革に踏み  
切った校長先生たちが紹介され  
ています。

上映後、オオタヴィン監督と  
校則ゼロを実現した世田谷区立  
桜丘中学校元校長の西郷孝彦さ  
ん、弁護士によるパネル・ディ  
スカッションも行います。

ぜひご参加いただき、自分た  
ちの学校でも学校や校則がどう  
あるべきか、児童や生徒がどの  
ように関わることができるとい  
うといったことについて考えるヒ

山梨県の最低賃金が改定さ  
れました

山梨県最低賃金は、令和5年  
10月1日から時間額938円に  
改定されています。

また、「山梨県電子部品・デ  
バイス・電子回路、電気機械器  
具、情報通信機械器具製造業最  
低賃金」は、令和5年12月16日  
から時間額997円に、「山梨  
県自動車・同附属品製造業最低  
賃金」は、令和5年12月10日か  
ら時間額971円に改定されま  
した。

詳しくは、山梨労働局賃金室  
または最寄りの労働基準監督署  
にお尋ねください。

問い合わせ

山梨労働局 賃金室  
(☎225・2854)

甲府労働基準監督署  
(☎224・5616)

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」が協力して皆様のご  
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  
お手伝いいたします。

完全予約制です。電話での相  
談はお受けできません。  
事前の予約が必要で、相談は  
有料です。

境界問題でお困りの方、まず  
はお電話ください。

申し込み・問い合わせ

境界問題相談センターやまなし  
(甲府市国母8・13・30)  
(☎225・3737)



INFORMATION CORNER

文芸コーナー  
川柳

老いて来る時の流れに逆らえず

精一杯肩肘張った老の道

沈む夕日それぞれに見た故里で

堀内 富美

抱いていた夢が近づく孫二十歳

生きている証に苦楽つきまとう

同窓会上下差のない丸い席

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)

防災一口メモ

災害時のデマ拡散に注意を！

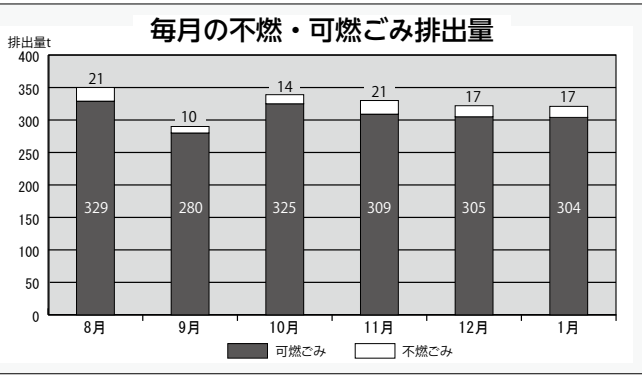
スマホなどで手軽にインターネットが利  
用できる昨今、様々な情報を取得・発信す  
ることができるインターネットの交流サイ  
ト(SNS)は、有効な情報共有ツールです。  
しかし、能登半島地震の際にも多数のデマ  
が拡散されてしまっていることから、総務  
省ではデマが救助活動の妨げになってい  
るとして利用者に注意を呼びかけています。

デマを拡散させないためには、「その記事  
が事実なのか」「自分が広めるべきものなの  
か」と一度疑問を持ち、発信源の情報をよく  
確認することが必要です。善意で被災者  
を助けるつもりが悪意を拡散していた、な  
んてことがないように注意しましょう。

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1月分の医療費は、  
約8,401万9千円(前年同  
月比4.43%の減)です。  
※4月に特定健診の案内  
を発送します。年に一度自  
分自身の健康状態を確認で  
きる絶好のチャンスです！  
必ず受診しましょう。



これまで各地区1世帯当たり  
のごみ排出量を掲載してしま  
したが、新しい企画記事の掲載  
のご意見等がありましたので、今  
月号から特に町民の皆様の生活  
に直結する不燃・可燃ごみの排出  
状況を掲載します。  
引き続き生ごみの水切りやご  
みの分別を徹底し、ごみの減量  
を！！

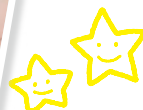




広報

しょうわ

# わが家のアイドル大募集



広報しょうわ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（50文字以内）とともに、  
ご自慢のお子さんの写真を広報にお寄せください！※写真のサイズによっては特別表紙が作成できない場合があります。

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

早いもので気が付けば年度最後の月です。3月は大きな節目の時期。仕事や学校で新生活を控えた皆さんは慌ただしい日々を過ごされているかと思えます。お世話になった人への感謝と新生活への希望を胸に、しっかりと準備を整え新たな一歩を踏み出しましょう。

今月の表紙は4年ぶりに開催された健康フェスタです。「親子であそぼう！」では、子ども大人も笑顔いっぱい楽しんでいました。今年度は日常を取り戻した復活の一年でした。新年度からも皆さんの笑顔をお届けできる広報誌でありたいと思います。

## いかのお好み焼き

レシピ提供  
紙漣阿原地区食生活改善推進員

### ◆材料（2人分）

いかの足とエンペラ …… 2杯分  
あさつき …… 6本  
小麦粉 …… 2/3カップ  
塩 …… ひとつまみ  
溶き卵 …… 1個分  
水 …… 1/2カップ  
油 …… 適量  
お好みのソース …… 適量



### ◆作り方

- ① いかの足は吸盤を削ぎ取ってざく切りにします。エンペラは細切り、あさつきは小口切りにします。
- ② 生地材料をよく混ぜ合わせ、①を加えてさっくり混ぜます。
- ③ ホットプレートで油を薄くひき、②を大さじ2ずつとって落とし、平にならして焼きます。
- ④ 焼き色がついたら裏返して、ヘラで押し付けるようにして両面からよく火を通します。
- ⑤ 焼きたてにソースをかけて召し上がれ。

食育推進協議会事務局  
いきいき健康課 ☎ 275-8785



## みんなで食卓を囲もう

食推では12月におやこ食育教室を実施しました。たくさんの笑顔に囲まれてとても楽しい時間となりました。お家ではなかなか家族一緒に料理をすることができなくて…というお声もいただきました。

そこでおすすめしたいのがホットプレート料理です。ホットプレートを使えば一気に調理することができ、テーブル上で調理をしながら皆で会話と食事を楽しむことができます。皆で食材がお料理へ変身していく様子を共有し、自分たちで作った！という達成感は自信にもつながっていきます。たこ焼きやオムライス、餃子やビビンパ等、色々作ってみましょう♪

## 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