



令和6年度宅配ボックス 購入費補助金のお知らせ



町では、物流業界の働き方改革に対応し、再配達の削減による事業者の負担及び環境負荷の軽減を図るため、宅配ボックスの購入費の一部を補助します。

【対象者】

- ① 町内の戸建て住宅若しくは集合住宅に居住する方（申請時に昭和町内に住所を有する方）
- ② 町内の集合住宅の所有者若しくは管理者（共同使用を目的として購入・設置）

【補助金額】

- ① 補助対象経費の½（百円未満端数切捨て・上限1万円）※1世帯1基限り
- ② 補助対象経費の½（百円未満の端数切捨て）又は総戸数若しくは購入した宅配ボックスの扉数の少ない数に1万円を乗じた額のいずれか低い額 ※1棟1回限り

【申請期間】

令和6年10月1日（火）～令和7年2月28日（金）
詳しくは、町G E n a (https://www.town.showa-yamanashi.jp/soshiki/8/10719.html) または環境経済課農政振興係
(☎275-8355)までお問い合わせください。

図書館だより

Library Information No.173

●10月の休館日
7日（月）、13日（日）、
14日（月・祝日）、21日（月）、
28日（月）、
31日（木・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

○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17日（木）午前11時～
対 象 0,1,2 歳児とその保護者
定 員 10組
場 所 図書館・幼児コーナー
申 込 10月1日（火）午前10時～

○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、いどろ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26日（土）午後2時～
対 象 幼児～小学生
定 員 30名
場 所 図書館・視聴覚室
申 込 10月1日（火）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。

○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19日（土）午前10時～
場 所 図書館・児童コーナー
演 奏 山上 浩幸氏
申 込 不要

○ふくらすずめ第13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13回朗読会です。どうぞお気軽にお申込みください。

日 時 11月15日（金）
午後1時30分～（開場1時15分）
定 員 30名
場 所 図書館・視聴覚室
出 演 昭和町朗読サークル・ふくらすずめ
申 込 10月1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2日（土） 午前11時～
対 象 幼児～小学校低学年
定 員 10組
場 所 図書館・幼児コーナー
申 込 10月6日（日）午前10時～

○読み聞かせ講座

読み聞かせの基本講座です。今年度は、保育と人形の会の高田ちとせ氏をお迎えし、「おはなし会で使える小さな人形」と題して、こどりの人形を作成し、演じ方についてご講義いただきます。

日 時 11月9日（土）午後2時～
対 象 読み聞かせボランティアを
やってみたい方絵本の読み
聞かせに関わりのある方など
定 員 15名
場 所 図書館・視聴覚室
持ち物 15cm前後のよく切れるハサミ
申 込 10月8日（火）午前10時～

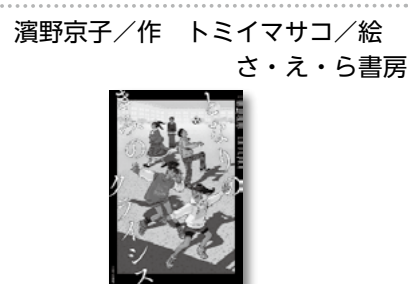
今月のおすすめ本

『わすれていいから』



ねこの「おれ」と赤ちゃんの「おまえ」。一緒に過ごすことは「おれたちのなわばり」。ねこの目線で見ると、男の子の成長を描いた絵本です。最後のページにじんわりさせられます。

『となりのきみのクライシス』



「今日は、子どもの権利条約について少しお話ししたいと思います」大西先生は終わりの会でこう言った。6年1組のクラスメイトは、それぞれが危機（クライシス）を抱えていた。母親の干渉、父親の家庭内暴力、学校でのセクシャル・ハラスメント、家族からの男尊女卑差別…。自分たちにも尊重されるべき権利があることに気づき声を上げていく物語。

『考古学者が発掘調査をしていたら怖い目にあった話』



大陸をまたにかけ、ロマンを追いかける考古学者。でもロマンだけでは食べていけない！原因不明の病にかかり、墓の中に2週間閉じ込められ、生贄の羊をさばく！？発掘調査の面白いエピソードがこれでもかと紹介されています。

昭和町商工振興センターだより ～昭和町商工会からのお知らせ～

経営に役立つセミナー、相談会を開催します。ぜひご参加ください。

セミナー情報

- ▼10月2日（水） 14時～16時
売上アップ実践ワークショップ ChatGPT編
- ▼10月8日（火） 13時30分～16時30分
中堅社員実力養成講座
- ▼10月17日（木） 14時～16時
売上アップ実践ワークショップ Canva編
- ▼10月23日（水） 14時～16時
知っておきたい食品のこと ブランドを守る編
- ▼11月12日（火） 14時～16時30分
売上アップ実践ワークショップ Instagram編
- ▼11月13日（水） 14時～16時
知っておきたい食品のこと 会社を守る編
- ▼経営なんでも相談会
10月10日（木）、24日（木）、11月11日（月）、28日（木）、
12月5日（木）、19日（木）
- ▼業種別リスク診断会
10月21日（月） 午前

その他、詳しくは昭和町商工会ホームページをご確認ください。



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ので、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月の粗大ごみの日は、10月28日（月）になります。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.134

国民健康保険
加入世帯 2,319世帯
被保険者 3,579人
令和6年8月末現在

お問い合わせ先
町民窓口課
☎ 275-8264

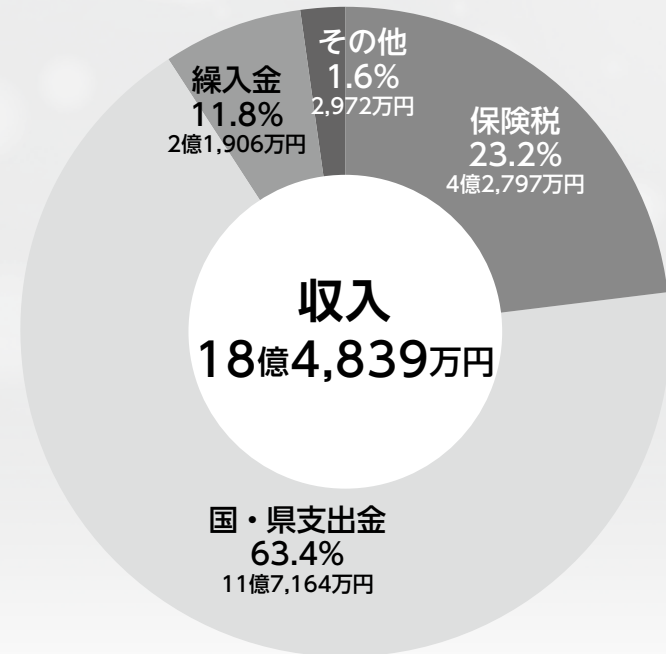
国民健康保険の主な収支

（令和5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5年度の決算から、国民健康保険の収支を見てみましょう。

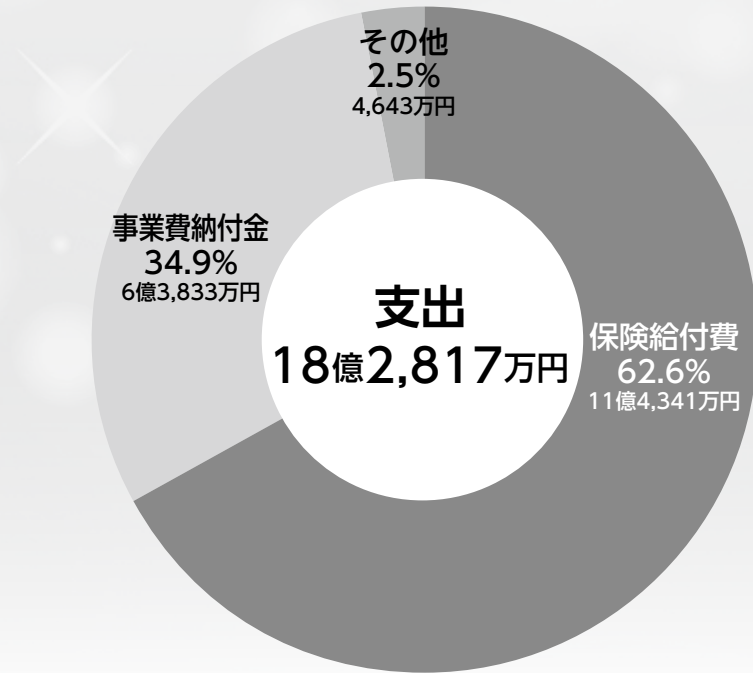
国民健康保険の主な収入

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、銀行等に出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、山梨みらい農協の普通預金（総合口座）のキャッシュカードに限りです



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326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？
- 【開催日時】
11月12日(火)午前9時～午前11時30分
雨天の場合、11月19日(火)の同時刻に延期
- 【会場】
櫛形総合公園
(南アルプス市桃園1600)
- 【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30名まで
- 【持ち物】
①タオル ②帽子
③歩きやすい服装や靴
④飲み物(必要な方)
⑤上着(必要な方)
- 【参加費】
無料
- 【参加申込期間】
10月15日(火)から10月31日(木)まで
※平日の午前9時から午後5時までが
受付可能となります。
- ※原則として本人が電話でお申し込みください。
【その他】
当会より飲み物(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」



防災×キャンプ教室
共同募金を活用し、町民の皆様の防
災意識の向上と地域交流を目的とし
て実施しました



eスポーツ活用事業
eスポーツ備品を共同募金で購入し、
地域交流促進を目的としたeスポー
ツ活用事業を実施しました

**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、皆様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、本年も皆様
の温かいご支援ご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

10月の予定

各事業、事前申し込み制です。

【ボランティア講習会】
1日(火) アイスブレイキングについて

【のびしろ体操】
3日(木) 10日(木) 17日(木)
24日(木) 31日(木)

【コレカラ教室】
4日(金) ハンドケア
8日(火) 健康になるため体操
18日(金) 背骨コンディショニング
23日(水) いすヨガ
28日(月) 3B体操

【55キネマ映画鑑賞会】
29日(火)

町いきがいクラブ連合会主催
**昭和町福祉軽スポーツ
親善交流会 参加者募集！**

町いきがいクラブ連合会では、軽スポーツ親善
交流会を開催します。誰でも簡単にできる軽ス
ポーツ全6種目をご用意しています。ぜひ皆様
のご参加をお待ちしております！

日 時 令和6年11月28日(木)
※悪天候の場合は12月5日(木)に
延期

場 所 町総合体育館(押越1001)
(受付は午前9時30分から)
(参加者は町内在住の60歳以上の方)

参加費 無料

持ち物 ①動きやすい服装 ②上履き
申込締切 令和6年11月1日(金)
※お住まいの地区の町いきがいク
ラブ会長又は町いきがいクラブ
連合会事務局(町社会福祉協議会
内)へお申し込みください。

国民年金

シリーズ
その238

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

昭和町広報の国民年金シリーズの今回は、国
民年金の任意加入制度を紹介します。

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
とができます。

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①、②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。
- ①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
 - ②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。

お問い合わせ

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

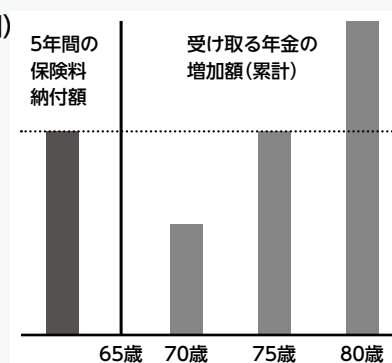
5年間加入したと仮定した場合の保険料納付額と年金増加額は次のとおりです。

※令和6年度の保険料額、年金額(65歳時満額の816,000円)

●5年間の保険料納付額(総額)・・・ 1,018,800 円

●65歳から受け取る年金の増加額

70歳・・・約 510,000円(5年間の総額)
75歳・・・約 1,020,000円(10年間の総額)
80歳・・・約 1,530,000円(15年間の総額)



60歳からの「任意加入」でもらえる年金額を増やせます！



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)



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、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。



3Hの推進

～早めのライト点灯、ハイビームの活用、反射材の使用～

例年、日の入り時間が急激に早まる10月以降は、歩行者と車の重大な交通事故が多く発生する傾向にあります。

ドライバーの皆さんは、夕暮れ前の明るいうちに

「早めのライト点灯」

を行い、いち早く歩行者や自転車を発見するとともに、自分の車の存在を知らせてください。

また、対向車や先行車がない時は、照射範囲が広い

「ハイビームの活用」

を心掛けてください。

歩行者の皆さんは、明るい色の服装や

「反射材の使用」

により、自分の存在をドライバーに知らせてください。

なお、10月中の「早めのライト点灯」の目安時間は、午後4時30分です。

○ ライト点灯目安時間

10月：午後4時30分

11月：午後4時

12月：午後4時



No.240

ひとひと
女と男とが築きあげる21世紀のまちづくり

共に生き

昭和町男女共同参画推進委員だより

活き輝け昭和

家庭における共働きについて

男女共同参画推進委員会 松本英敏(西条二区)

現在、日本においては、共働き家庭の割合が平成10年を境に増加の一途をたどっています。かつて私も子どもの頃は、父親は仕事、母親は家について家事と育児に専念することが普通の家庭と思い、何の疑問もなく生活しておりました。しかし、私が中学生か高校生になった頃、母親がパートとして働きだしました。起床後、朝食を作り、帰宅後も洗濯や夕食の支度等、家事全般を行っていた記憶があります。父親が家事を手伝っていたかという、私の記憶の中では、子どもを遊びに連れていってくれる以外、家事などは全くしていなかったと思います。確かに今で言う週休2日制度が定着する前のことなので、土曜日は普通に仕事という今とは違う勤務体制であり、その分母親、つまり女性の負担が大きかったと思います。数年前にテレビ番組で、女性は週休0日で、収入で言う夫の収入以上の金額を稼いでいると報道していましたが、納得できます。

時代は、昭和・平成・令和と進み、世の中の流れ的に週休2日制度になりました。その分今まで以上に時間に余裕ができたと思うと、そうではなく、今では共働きが当たり前の世の中、女性は仕事・家事・育児と今も昔も変わっていません。実質週休0日が継続しています。また、政府は子育て世代に向けた男性の育児休暇制度の取得を推奨していますが、この制度をうまく活用して少しでも家事育児の分担・協力を努めて欲しいです。ここで問題なのが、育児休暇はとるものの、何をしてよいかわからない、指示されないと動かないでは元も子も無いと思います。

昭和町では、料理の上達はもちろん、料理を作る側の気持ちを少しでも理解してもらえればと思い「男性の料理教室」を開催しています。家事参画の第一歩としての参加も大歓迎です。

事務局 企画財政課 (☎ 275・8154)

No.209

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「乳がん月間」です ～みんなで予防に取り組もう～

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…

30歳以上が対象。すでに今年度の申込み・集団検診は終了していますが、10月～1月末までの施設検診（個別）はまだ申し込み可能ですので、受診を希望される方はいきいき健康課にご連絡ください。(☎ 275-8785)



みなさんの

健康

形成外科での乳房再建について

山梨大学医学部附属病院 形成外科学部内講師 塩川 一郎

現在では、遺伝性乳がん卵巣がん症候群に該当する患者さんが、リスク低減乳房切除術を選択した場合にも再建が行われています。これらの乳房再建が、乳がん治療の妨げになるといふ科学的な根拠はありませんし、日本では健康保険の適用となりますので、安心して受けていただけます。

再建方法は大きく分けて、シリコン製の人工乳房（乳房インプラント）を用いた再建と、自分の体の一部を移植する自家組織再建の2通りがあります。

また、再建を行うタイミングにより、切除と同時に1次再建（同時再建）と、切除術の後しばらく時間をあけてから行う2次再建に分かれます。

この再建の方法、タイミングに関しては、それぞれ長所・短所があり、患者さんの状態、希望に応じて選択していきます。

乳房インプラントについては以前、挿入後にごくまれなリンパ腫（乳房インプラント関連未分化大細胞リンパ腫…BIA-ALCL）が発症する報告が相次ぎ、2019年にそれまで使用されていたインプラントが発売中止となり、社会問題

となりました。

現在では新しいタイプのインプラントが承認され、新インプラント使用後のBIA-ALCL発症率は、ほぼゼロと考えられています。

また、以前にtexturedインプラントを挿入した方を含め、当院では術後に年1回定期的な診察、検査を行い、安全性を確認しています。現時点で、当院において術後BIA-ALCLを発症した方はいらっしゃいません。

乳輪・乳頭も再建手術が可能です。当院では、乳房再建の術後半年以降をめどにご希望を踏まえて行っています。

これから普及が期待される治療として、吸引した脂肪を用いて再建する脂肪注入がありますが、現時点では健康保険の適用外です。

乳房再建には、様々な選択肢があるため、どの時期・方法がふさわしいかを提案した上で、ご本人の希望を踏まえて最良の選択をして頂くことが重要と考えます。

そこで、この度日本形成外科学会の編集で、「患者さんと家族のための乳房再建ガイドブック」が医歯薬出版から発売されました。当科医師も執筆に参加しており、外来でもご覧いただけるようにサンプルを1冊設置予定です。再建をお考えの方々の一助になればと考えています。

企画 一般財団法人里仁会 (☎ 273-15475)

INFORMATION CORNER

マイナンバーカード休日の受け取り(申請済の方のみ)・電子証明書の更新・暗証番号初期化

日時 10月27日(日)
午前9時～正午

場所 町民窓口課(4番窓口)
持ち物

○カード受け取りの方

- ・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)

○電子証明書更新の方

- ・マイナンバーカード
- ・暗証番号記載票
- ・記載に不備の無い照会書兼回答書(代理での更新のみ)

○暗証番号初期化の方

- ・マイナンバーカード

予約期間
10月1日(火)～25日(金)

○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。

その他

- 電子証明書更新を除き、必ずお手続きする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。

○当日はマイナンバーカード交付・電子証明書更新・暗証番号初期化のみ対応いたします。証明書の発行・住所変更等のお手続き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)

3活プレミアム付き電子商品券の使用期限にご注意を！

電子商品券(paypay)の使用期限は11月27日(水)までです。期限を過ぎますと、商品券残高が残っていても、使用できなくなりますので、期限内にご使用ください。

また、商品券の購入期間は11月26日(火)までです。期間を過ぎますと購入することができなくなりますので、忘れずに購入をお願いします。

問い合わせ
総務課 (☎275・8153)

開催日 11月9日(土)

行き先 日本平動物園・清水港ミニワルーズ

参加費

大人	2500円
中学生	2000円
小学生	1500円
未就学児	500円

定員 80名(先着順)

申し込み 子育て支援課(総合会館内)窓口へ参加費(現金のみ)を添えてお申し込みください。なお、ひとり親世帯であることを確認する場合があります。

注意事項

- ・親子でのご参加をお願いします(子どものみ、又は大人のみの参加はできません)。
- ・申込期間を過ぎてからの申し込みは受付できません。
- ・申し込み後にキャンセルされる場合は、お早めにご連絡願います。時期によりキャンセル料がかかる場合もありますのでご承知おき願います。

受付期間
10月7日(月)～11日(金)
午前8時30分～午後5時15分
※10月7日(月)・8日(火)の2日間は午前8時30分～午後7時15分まで受付

問い合わせ
子育て支援課 児童家庭係
(☎267・5255)

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、体験にぜひいらしてください。



○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

2025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「2025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

・価格 通常版：680円(税込)
プレミアム版：1200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確認ください。
山梨県統計調査課ホームページ
https://www.pref.yamanashi.jp/toukei/index.html

三郡衛生組合職員募集

三郡衛生組合では令和7年4月採用の職員を募集します。

募集職種 事務職員(ふじかわ聖苑火葬場)採用人員 若干名

受付期間 10月1日(火)～25日(金)

試験日 ・一次試験 11月9日(土)

・二次試験 11月30日(土)

※詳細は三郡衛生組合ホームページをご覧ください。
https://sangun-eisei.jp/news/

問い合わせ
三郡衛生組合
(☎284・0432)

定額減税しきれないと見込まれる方への給付金(調整給付)の申請はお済みでしょうか。申請期限は令和6年10月31日(木)(必着)です。期限内に申請がない場合には給付を受けられません。

注意事項

- ・書類の不備等がないか確認をして返送をお願いします。
- ・書類の不備等につきましても期限内に修正いただく必要がありますのでご注意ください。

・お電話では、個々の具体的なお問い合わせにはお答えできない場合がございますので、お問い合わせ先へお問い合わせください。

問い合わせ
総務課
(☎275・8265)

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。

日時 10月20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7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6年12月19日(木)

※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)

コレカラ教室(ふれあい教室)11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、誰もが楽しめるイスに座ってできる体操教室、体験講座を開催しています。興味のある教室にご参加ください。

〔11月の日程〕
6日(水)心と身体健康体操

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 11月26日(火)
午後1時30分～3時

場所 昭和町総合会館 軽運動室

対象 昭和町にお住まいの方

定員 25組(1組2名まで)

※お一人での参加は中学生以上以上とさせていただきます。

参加費

12日(火)脳トレ体操
19日(火)背骨コンディショニング

25日(月)リンパ体操
29日(金)ゆがみ直し整体体操

時間 午前10時～11時

場所 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 10月28日(月)午前9時～

※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)

●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

全国一斉 不動産表示登記の無料相談会(完全予約制)

土地家屋調査士が不動産の表示登記や境界に関するご相談にお答えします。

日時 10月12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)

申し込み・問い合わせ
山梨県土地家屋調査士会
(☎228・1311)

申し込み・問い合わせ
昭和町社会福祉協議会
(☎275・0640)

※電話又は二次元コードにてお申し込みください。

※先着順ではあります。応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

申し込み・問い合わせ
昭和町社会福祉協議会
(☎275・0640)

11月7日(木)
午前9時～午後5時

※電話又は二次元コードにてお申し込みください。

※当日のキャンセルは出来かねるため、材料費として1000円をお支払いいただきます。

講師 五味醤油株式会社

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手袋(必要な方)

申込期間 11月7日(木)
1組1000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。

※当日のキャンセルは出来かねるため、材料費として1000円をお支払いいただきます。

INFORMATION CORNER

中央市ふるさとまつり

中央市最大のイベント「中央市ふるさとまつり」を開催します。多種多様の催し物をご用意してみなさんのお越しをお待ちしています。

日時 11月3日(日・祝)

場所 午前9時～午後3時30分
玉穂ふるさとふれあい広場(中央市乙黒1・1)

内容 演歌歌手「杜このみ」ステージ、キャラクターショー、魚のつかみどり、特設遊員等の体験イベントや模擬店の出店 ※会場周辺の駐車場には限りがありますので、無料シャトルバスを利用してお越しください。

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)

介護施設運転講習

介護施設などの運転業務に係る安全運転・介助技術などを学びます。「福祉有償運送運転者講習」修了証交付

日時 10月30日(水)
午前8時～午後7時30分
10月31日(木)
午前9時～正午 2日間

場所 甲府市「湯村自動車学校」

対象・要件

令和6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)

定員 15名(書類選考あり)

締め切り 10月15日(火)

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)

健康体操教室及びグラウンドゴルフ大会

シルバー事業の普及啓発と高齢者の健康維持及び地域の交流を深めることを目的に開催します。

日時 10月30日(水)
午前9時～正午
午前9時～正午
(受付午前8時30分)

場所 甲斐市双葉スポーツ公園
※雨天時は双葉体育館で実施

対象・要件 甲斐市、中央市、昭和町にお住まいの60歳以上の方

定員 130名(先着順)

参加料 500円

申込受付 10月9日(水) 午前8時30分から電話・FAXにて受付

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)
(FAX279・6620)

山梨大学医学部学園祭「型医祭2024」のご案内

山梨大学医学部学園祭では、医学に関する講演会や参加体験型の企画を中心とした医学展、芸人によるステージ企画、学内外団体による展示やパフォーマンス、模擬店の出店を行います。

日時 10月26日(土)
午前9時～午後5時
10月27日(日)
午前9時～午後4時30分

場所 山梨大学医学部キャンパス(中央市下河東1-110)

問い合わせ 学祭実行委員会
nashisakuhou@gmail.com

国内での化学物質規制が大きく見直となりました

国内で取り扱われている化学物質の中には、危険性や有害性を持つ物質が多くあるため労働者が安全に働けるように化学物質規制があります。労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月から職場での化学物質規制が大きく見直しとなっています。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご覧ください。

問い合わせ 事業者のための化学物質管理 無料相談窓口
(☎050・5577・4862)

文芸コーナー短歌

蓮の花ふれあい広場に咲きにけり
白とピンクの大きな花と葉
石原 明子

ポストには見覚えのある優しい文字
十五の春の交換日記
大原優美子

明け初める肌さす冷気爽やかに
五感押されて心ひきしめ
河田よし恵

休日はジャズが流れる店内で
指折り数え言の葉紡ぐ
小林 康博

鬼あざみ綿毛は御化け風に乗り
新地開拓目瞠るばかり
田中 祥子

ガイドさん話術上手に場が和み
いきがいクラブの旅のひととき
中澤 孝子

亡き母の思い出つまる綿ふとん
圧縮しても膨らむ思い
松田 君江

散り落ちてふわりと並ぶ姫沙羅が
庭先に敷く花のじゅうたん
三橋 雅江

INFORMATION CORNER

女性行政書士による女性のための無料相談会

山梨県行政書士会は、女性行政書士による女性のための無料相談会を次の日程で実施します。相談員は全員女性の行政書士です。この機会に女性が抱える様々な悩みをにご相談ください。

日時 11月14日(木)
午前10時～午後4時

※相談時間は30分以内でお願いします。

相談内容 ①遺言相続、成年後見、契約書作成、農地利用
②法人設立、各種許認可申請、在留許可など

※②につきましては、11月7日までに事前にご予約ください。

申し込み・問い合わせ 山梨県行政書士会 事務局
(☎237・2601)

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました

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した(令和6年4月1日より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

山梨大学公開講座「すこやかに生きる」

山梨大学では、次のとおり公開講座を開催します。人生100年時代をよりよく生きるために、最新の知識をご紹介します。

日時 11月10日(日)
午後1時30分～3時30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 どなたでも聴講できます。

受講料 無料

演題 ①「皮膚とアレルギーの話」 医学部 皮膚科学講座 講師 三井 広
②「人生100年時代、斜視弱視・屈折異常の年齢別の疾病について」 医学部 眼科学講座 臨床助教 岡部 夏樹

申込方法 申込書の郵送、電話、FAX、メール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

山梨大学法学部公開講座「すこやかに生きる」

山梨大学では、次のとおり公開講座を開催します。人生100年時代をよりよく生きるために、最新の知識をご紹介します。

日時 11月10日(日)
午後1時30分～3時30分
(受付は午後1時～)

場所 山梨大学法学部キャンパス臨床講義棟大講義室

対象 どなたでも聴講できます。

受講料 無料

演題 ①「皮膚とアレルギーの話」 医学部 皮膚科学講座 講師 三井 広
②「人生100年時代、斜視弱視・屈折異常の年齢別の疾病について」 医学部 眼科学講座 臨床助教 岡部 夏樹

申込方法 申込書の郵送、電話、FAX、メール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

無料調停手続相談会

日本調停協会連合会 山梨調停協会甲府支部では、次のとおり調停手続相談会を行います。

日時 10月12日(土)
午前10時～午後4時

(最終受付：午後3時30分まで、事前予約不要)

会場 甲府市役所 1階 市民活動室

相談内容 生活の中で生ずる身近なトラブル(金銭トラブル、離婚、親族間紛争、土地建物問題など)

主催 日本調停協会連合会

相談担当 民事・家事調停委員(弁護士等専門家を含む)

問い合わせ 甲府地方裁判所事務局
(☎235・1133)

山梨県労働委員会による労働相談会

山梨県労働委員会では、労働相談会を次のとおり実施します。

日時・会場 10月19日(土) 午前10時～午後1時
山梨県立図書館 交流ルーム 103・202

防災一口メモ ハザードマップを確認しよう③ ～避難所へ行くときには～

今年も台風やゲリラ豪雨などでの水害に見舞われる地域が多く、昭和町でも大雨によって河川の土砂流出や冠水の被害も発生しました。

昭和町から配布された洪水ハザードマップの12ページには「避難先について」掲載され、避難所での注意点も詳しく書かれています。避難所ではルールを守ること、周囲への配慮や貴重品の管理などの約束事もありますし、避難する際には、自分に必要な水や食料、毛布などを持参する必要があります。

地震被害と違い、天気予報や町からの防災放送などで情報を入手できますので、事前にどのような方法で避難するのか、避難所へ行く必要があるご家庭は持ち物などを確認し、備えておきましょう。

女性防災ネット昭和

※どちらも事前予約制

内容 退職や賃金、勤務条件の切り下げ、安易な雇用調整(解雇、雇止め、派遣切り)、パワハラなどの職場のトラブル解決に向けたアドバイスをします。労働者・使用者どなたでも無料で相談できます。

予約受付期限 10月11日(金) 午後5時

申し込み・問い合わせ 山梨県労働委員会事務局
(☎233・1827)

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9,135万5千円(前年同月比19.74%の増)です。

◎健康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!

毎月の不燃・可燃ごみ排出量

8月は、町内の可燃ごみの収集量が311t、不燃ごみの収集量が11tとなりました。

引き続き Reduce(リデュース=ごみの減量) Reuse(リユース=モノを再使用) Recycle(リサイクル=再資源化)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!!

月	不燃ごみ (t)	可燃ごみ (t)
3月	11	252
4月	16	336
5月	19	308
6月	10	283
7月	17	336
8月	11	311



わが家の アイドル

はると
長田 陽斗 くん
令和6年6月29日生（男の子）
（父）正幸さん （母）智絵さん（西条）

明るく優しく元気に大きくなってね



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！※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

2日後に「秋分の日」を控え、暦の上では
ほぼ秋となる9月20日。スマホの天気予報を
見ると「猛暑」の二字が。いつまで夏が
続くのかと思いつながら町内を車で走っている
と、頭を垂れる稲穂が目に入り、しっかりと
秋は近づいているなと感じました。

さて、今月の表紙は「支えあいのまちづく
り」をテーマに活動をされている皆さんで
す。本誌4ページの中で活動の内容を掲載し
ていますので、ぜひご覧ください。また、そ
の中でも紹介しているフォーラムへもお気軽
にご参加ください。

チキンチキンごぼう

レシピ提供
西条一区食生活改善推進委員会

◆材料2人分

鶏もも肉 1枚(300g)
ごぼう 1/2本
いんげん 50g
かぼちゃ 100g



※甘辛だれ※

酒
みりん
醤油
砂糖
白すりごま
水

各大さじ1を
フライパンで煮詰める

◆作り方

- ① 鶏もも肉を一口大に切り、砂糖大さじ1、塩ひとつまみで揉みこみ、片栗粉大さじ1をまぶす。
- ② ごぼうを3mm程度の斜め切りにし、水に5分さらし、水気を切って片栗粉大さじ1をまぶす。
- ③ いんげんを横半分に切る。
- ④ かぼちゃを厚み1cmで長さ3～4cmに切る。
- ⑤ いんげんとかぼちゃを180度の油で素揚げする。
- ⑥ ごぼうを3分ほどカラッと揚げる。
- ⑦ 鶏もも肉を5～6分きつね色に揚げる。
- ⑧ 甘辛だれに鶏肉、ごぼう、いんげん、かぼちゃを混ぜ合わせる。

食育推進協議会事務局
いきいき健康課 ☎ 275-8785



ハッピーハロウィン☆ かぼちゃは成長期の強い味方！

今月ご紹介した「チキンチキンごぼう」は、山口県の郷土食をアレンジしたものです。このメニューは、20年以上前に新しい給食メニューを一般家庭に応募して決まったもので、今では一番の人気メニューだそうです。

今月はハロウィンということで、本家には入っていないかぼちゃを使っています。かぼちゃは便通を促す食物繊維や、エネルギー源となる炭水化物が豊富です。さらにタンパク質の代謝を助けるビタミンBも含まれているので、成長期の強い味方！栄養豊富な“皮”もそのまま使っていますので、ぜひ作ってみてください！

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

