

和昭教育

まな
学ぶ
おし
はぐく
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)



押原中学校

押原中学校生徒会

押原中学校生徒会は、行事を盛り上げたり、日常生活を充実させたりするために活動しています。毎年11月下旬に改選が行われます。

今年度も11月29日に生徒会役員選挙が行われました。立候補届出から約1ヶ月、19名の候補者たちは工夫を凝らして選挙活動をしていました。候補者たちの教室での選挙演説に、有権者の生徒たちも選挙公報を見ながら真剣に聞いている姿が印象的でした。

今年度は体育館の照明の工事の関係で、立会演説会がリモート形式となりました。候補者たちはカメラの前での演説に戸惑いもあったようですが、自分の考え、主張を堂々と話していました。生徒たちも、それぞれの教室で静かな雰囲気の中、メモを取りながら集中して聞いていました。



押原小学校

5年生「お米の収穫祭」の開催

12月3日に、5年生が収穫したお米を、保護者の方や、一緒に育ててくれた地域の方に振る舞う感謝の会を開催しました。当日は収穫したお米を炊いておにぎりにして一緒に食べたり、お米に関するクイズを出したりして、楽しい時間を地域の方や保護者の方と過ごしました。炊き立てのご飯、おにぎりはやっぱりおいしいですね。

2年生「やさいも収穫祭」の開催

12月19日に、2年生が育てきたさつまいもの収穫を祝う収穫祭を行いました。「昭和町いきがいがクラブ連合会」の方々に来校していただき、火おこし、火の管理、火の始末を行っていただきました。たき火の遠赤外線で焼かれたおイモの味は、格別のようで、子どもたちも満面の笑みで「おいしい♪」と言いながら、食べていました。2年生や5年生の活動のよう

に、多くの地域の方の支えのもと、押原小の教育活動が行われています。今後も多くの方々のお支えに感謝しながら、教育活動を進めてまいります。

「芸術鑑賞教室」の開催

12月12日に、全校児童が体育館に集い、「芸術鑑賞教室」を行いました。今年度は、作曲家の弓削田（ゆげた）健介さんをお招きし、愛と平和をテーマにしたコンサートを鑑賞しました。弓削田さんは、本校の合唱部が出場した時に歌った「平和のたね」の作曲者でもあります。弓削田さんの柔らかな歌声に包まれながら時を過ごす、聞いている私たちの心もほんわかとした。コンサート最後には、弓削田さんと全校児童で弓削田さん作曲の「どんなときも」を歌い、心も一つになることができました。

押原小学校公式プログラムもご覧下さい。



西条小学校

「ゲームウォークラリー」開催

児童会行事の1つである「ゲームウォークラリー」が開催されました。

それぞれの縦割り班に分かれて、どんな内容にするか、6年生を中心に話し合いを進めてきました。今年度の児童会テーマは「つながる」です。「児童同士をつながり」「仕事とをつながり」「学校とをつながり」を意識し、取り組んできました。

当日は24のブースが設けられ、アイデア満載のゲームが目白押しでした。どの縦割り班のお店の前もたくさん行列ができていました。楽しい時間はあっという間に過ぎてしまいました。子どもたちにとって「つながり」を深めることができた活動であり、有意義な時間となりました。

今回のゲームウォークラリーでの経験をこれからの生活に役立ててほしいと思います。



「令和6年度3学期スタート」

1月9日、西条小学校3学期の始業式が行われました。

新しい年を迎え、子どもたちも心機一転、気持ちを新たに目標を掲げ、取り組もうとしています。冬休みは、年越しや新年を迎えるといった冬ならではの行事が多く、家族で過ごす時間が多かったように感じます。子どもたちの冬休みの思い出を聞いてみると「家族で年越しそばを食べた」「おじいちゃんのお家に行って、おせち料理を食べた」などといった感想を聞くことができました。中でも、「どんど焼き」に参加した児童もいて、今でも伝統的な行事を引き継いでいることに心があたたかくなりました。

夏休みに比べて短い冬休みでしたが、子どもたちにとってかけがえのない休業日になったと思います。ご家族のご協力に心より感謝申し上げます。



常永小学校

スケート教室

12月16日、4年生が小瀬アイスアリーナでスケート教室を実施しました。

本校では、冬のスポーツに親しむ体験学習として、12月から1月にかけて3・4年生がスケート教室を、5・6年生がスキー教室を行っています。

スケート教室は会場が学校から近いので、午前中に実施しました。さすが4年生！最初は恐る恐る氷の上に立ち、よちよち歩きをしていましたが、すぐに感覚を取り戻し、後半には上手にすべっていました。転ぶことも上達の一步と考えて、意欲的に練習に励む姿が印象的でした。

短い時間ではありましたが、充実した体験学習となりました。



「源氏ホタル幼虫」の贈呈式

町のシンボル「源氏ホタル」は、本校の校章にもデザインされていますが、現在町内で見ることほとんどなくなりました。

12月19日、町とホタル愛護会の皆さんから、源氏ホタルの幼虫を贈呈していただきました。この幼虫の飼育を通じて、「ホタルの里」としての町の歴史について学び、町への愛着を深めてほしいと考えています。

贈呈式では、「ホタルを復活させたい」という決意の言葉とともに児童会本部と飼育委員会とのリーダーが、児童を代表して幼虫を受け取りました。早速、餌のカワニナとともに水槽に入れて飼育を始めています。これから全校で協力し、大切に育てていきたいと思っています。



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
- 通学路の安全対策について
- 部活動の地域クラブ活動の移行から展開について

- 新入学児童生徒数と校区について
- 土曜学習塾「ほたる學舎」について
- 年度末教職員人事について
- 教育委員会の移転について
- 押原中学校校庭、地域交流センター照明のLED化について
- 町教育支援センターの開設について

- 児童生徒によるほたるの飼育活動について
- 学校給食センターアレルギー対応について
- 杉浦醫院母屋、屋敷蔵の改修について
- 12月町議会について 他

- 生涯学習課報告連絡事項
- 学校教育課報告連絡事項
- 今後の事業予定について 他

- 協議事項
- 就学援助費支給認定について
- 昭和町学校給食費徴収規則の一部改正について

国民年金

シリーズ
その243

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が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。

会社員や公務員等になった

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号被保険者である配偶者に
扶養されるようになった

※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。

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。

会社員や公務員等になった

※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。

配偶者が会社等を退職した

配偶者の扶養からはずれた
(離婚や収入増など)

第1号被保険者 (自営業、学生等)



自営業・自由業・農林業
業・学生・フリーアルバイ
ター・無職の人などで 20
歳以上 60 歳未満の人

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

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



NO.202



問い合わせ
環境経済課 (☎275-8355)

犬の登録と狂犬病予防接種を実施します

狂犬病予防法に基づき、犬の登録と狂犬病の予防接種が飼い主に義務づけられています。生後91日以上の犬を飼っている方は、下記の日程をご確認のうえ、最寄りの会場で予防接種(毎年1回)を受けてください。この機会に受けられない場合は、後日、病院で予防接種を受けていただくこととなります。

なお、狂犬病予防法では、犬の所有者は注射済票を犬につけておかねばならないと規定されています。動物病院で注射を済ませた方は、証明書と手数料(550円)、集合注射のお知らせのハガキをご持参のうえ、役場までお越しください。注射済票をお渡しします。
※集合注射の際は、おつりが出ないように協力お願いいたします。

令和7年度 犬の登録及び狂犬病予防集合注射の日程

実施日	実施場所	時 間
4月16日(水)	清水新居区公民館	午前 9:30 ~ 10:15
	築地新居区公会堂	午前 10:45 ~ 11:30
	常永ゆめ広場(常永小南)	午後 1:30 ~ 3:00
4月17日(木)	西条二区第1公会堂	午前 9:30 ~ 10:30
	紙漉阿原区公会堂	午前 11:00 ~ 11:45
	西条一区公会堂	午後 1:30 ~ 2:30
4月20日(日)	昭和町総合体育館	午前 9:00 ~ 11:30

犬の登録や予防接種にかかる費用(集合注射の場合)

狂犬病予防注射料金 **3,650 円** (注射料 3,100 円 + 注射済票交付手数料 550 円)
(新規登録手数料 3,000 円)

※犬を車に乗せたままの注射(ドライブスルー方式)に、ご協力ください。

犬猫の不妊・去勢手術補助金は事前の申請が必要となります。環境経済課までお問い合わせください。

農業用資材価格高騰対策支援補助

【対象となる資材】・種苗費・肥料費・農業衛生費・諸材料費(生分解性マルチを除く)、動力光熱費
【対象者】・町内に住所を有する個人もしくは法人または町内において認定農業者の認定を受けている方・対象となる資材を購入している方・町税等の未納が無い方
【補助金交付額】・令和6年1月～12月までの間の資材の購入経費の100分の10。(上限額は1対象者につき10万円)ただし、認定農業者等は100分の20。(上限額は1対象者につき20万円)
【提出書類】①昭和町農業用資材価格高騰対策支援補助金交付申請書兼請求書②振込口座(申請者名義)の通帳の写し③令和6年分確定申告書の写し(一式)
※なお、左記の2つの補助金を申請している分は含めることができませんのでご注意ください。

生分解性マルチ購入に係る補助金

補助金の対象となる経費は、農作物を栽培する農地への使用を目的とした生分解性マルチの購入(令和6年1月～12月までの間)に要した経費(山梨県内で購入したものに限る)とします。
補助金の額は、山梨みらい農業協同組合の生分解性マルチ1本あたりの予定販売価格と同組合が販売する同等の黒マルチの価格の差額の2分の1以内の額に購入本数を乗じて得た額とします(上限5万円)。
【提出書類】①昭和町生分解性マルチ普及推進事業補助金交付申請書兼請求書②購入先の機関・団体等が発行する生分解性マルチの購入数量が正確に確認できる書類の写し③出荷伝票の写し④振込口座 申請者名義)の通帳の写し

農景観作物の種子購入に係る補助金

補助金の対象となる農地は、農景観作物(コスモス又はレンゲ)作付面積が概ね500平方メートル以上の町内の農地とします。
補助金の対象となる額は、山梨みらい協同組合が販売する農景観作物(コスモス又はレンゲ)の種子の価格に、作付面積100平方メートルあたりの播種量(コスモス0.3リットル、レンゲ0.4キログラム)を乗じて得た額とします。

【提出書類】①昭和町農景観整備事業補助金交付申請書兼請求書②購入先の機関・団体等が発行する農景観作物の購入量(令和6年1月～令和6年12月までの間に購入したもの)が正確に確認できる書類の写し③昭和町農景観整備事業実施概要書④実施場所の位置図⑤振込口座(申請者名義)の通帳の写し
※各補助金の申請書の提出締切日は令和7年3月31日(月)となります。詳しくは、環境経済課 農政振興係(☎275・8355)までお問い合わせください。

※3月の粗大ごみの日は24日(月)です。当日の朝6時30分～8時30分の間に、総合体育館駐車場へ出してください。
粗大ごみは、指定ごみ袋に入らないものに限りです。それ以外のごみは、しっかりと分別して出しましょう!



一社協だより まごころ 第331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

- **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
- **車について**
車いす対応車両
①ファンカーゴ 定員2名+車いすの方1名まで
②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
①シエンタ（普通車両）定員7名まで



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。

町社会福祉協議会の車両を「活用ください」！

●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ご相談ください。
- 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。
※申請書は当会ホームページよりダウンロードできます。
- ※申請時に判子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

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

ボランティア車両

①ファンカーゴ 定員2名+車いすの方1名まで

②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

①シエンタ（普通車両）定員7名まで

国保だより

No.136

国民健康保険

加入世帯 2,297世帯
被保険者 3,496人
令和7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。国の法改正により、令和6年12月2日以降、保険証は新規・再交付されなくなりました。令和6年12月1日までに交付された保険証は、保険証に記載の有効期限まで使用できます。（最大令和7年7月31日まで）

【マイナ保険証をお持ちの方】

マイナ保険証を医療機関に提示してください。資格の確認のために「資格情報のお知らせ」を交付します。

【マイナ保険証をお持ちでない方】

保険証に代わる「資格確認書」を申請によらず交付します。この「資格確認書」を医療機関に提示することにより、引き続き医療を受けることができます。



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7年7月31日までに75歳になる方

※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、**後期高齢者医療制度の「資格確認書」が交付されます。**「資格確認書」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7年7月31日までに70歳になる方

※誕生日の末日が有効期限（1日が誕生日の方は前月末日が有効期限）

70歳の誕生日の翌月からは、**所得等に応じて2割または3割の自己負担割合が記載された「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」が交付されます。**

①マイナ保険証を保有している方、「資格情報のお知らせ」

②マイナ保険証を保有していない方、「資格確認書」「資格確認書」等は、有効期限前に役場から世帯主に簡易書留で送ります。（手続き不要）

次の場合は「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」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。

- 学生用の遠隔資格確認書等の発行
※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
※新しい健康保険の「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」等

◎現時点で有効な保険証をお持ちの方は、資格確認書等に代わり、保険証をお持ちください。

マイナ保険証をご活用ください

マイナ保険証を使用すると、手続きなしで高額療養費制度の限度額を超える支払いが免除されるほか、過去のお薬情報や健診結果をもとにより良い医療を受けることができたり、マイナポータルでご自身の医療費情報を確認できたりするなどのメリットがあります。



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、身体へ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。



3月の予定

事業は事前申し込み制です。

- **コレカラ教室**
5日（水）
いすヨガ
13日（木）
心と身体の健康体操
18日（火）
背骨コンディショニング
24日（月）
3B体操
27日（木）
脳トレ体操
- **社協サロン事業**
6日（木）
天然のはちみつを使ったハンドクリームづくり体験



町社会福祉協議会では、地域のイベントや事業に役立つ軽スポーツ用品の他、日常生活でお困りの方へ車いすやスマートモニターなどを貸し出していますので、ぜひご利用ください。

申請手続き

- ①事前（最大1か月前）にお電話で利用希望日をご相談ください。
- ②町社会福祉協議会にお越しいただき、申請書をご提出してください。
※申請書は当会ホームページよりダウンロードできます。
- ※貸出及び返却日は、祝日・年末年始を除く平日の午前8時30分～午後5時まで
- ※営利目的等の利用はできません。
- ※貸出備品について搬送や利用中における破損、紛失等が生じた場合は、原則として利用責任者がその損害を賠償するものとします。

貸出期間

○原則として1週間まで（車いすのみ1か月まで）

対象者

○福祉・ボランティア活動を行う町内在住者又は町内で活動する団体等
※車いす、スマートモニターは福祉・ボランティア活動を行っていない町内在住者にも貸し出しています。

備品貸出事業を「活用ください」！



南甲府警察署通信

問い合わせ 南甲府警察署 生活安全課・警務課 (☎ 243-0110)



令和7年度犯罪被害者支援 大学生ボランティア募集のお知らせ

犯罪の被害に遭われた方やその御家族、御遺族は、犯罪行為そのものによる直接的な被害だけでなく、被害直後からの心身の不調、周囲のうわさ話や心ない言動、SNSによる誹謗中傷等の二次被害にも苦しめられています。

山梨県警察では、このような犯罪被害者等が社会から孤立することのない社会を実現するため、県民を対象とした様々な広報啓発活動を推進しており、その活動を共に行う犯罪被害者支援大学生ボランティアを募集しています。

熱意と行動力を持った大学生が、ボランティア活動を通じて犯罪被害者等の支援に関する理解を深め、そこで得た知識や情報が地域社会へ浸透していくことを期待しています。

私たちと一緒に犯罪被害者等を支援する活動に参加してみませんか。

募集期間は、令和7年4月1日から同年5月31日までです。詳細は、山梨県警察本部警務部警務課犯罪被害者支援室にお問い合わせください。

家出少年等の早期発見にご協力を

春休みの時期は、卒業、進学、就職等、生活環境が大きく変わり、少年が家出、深夜はいかい、薬物乱用等に走りやすく、SNS等を安易に利用して性的な被害を受けたり、有害業務に従事させられるなど、少年の福祉を害する犯罪の被害に遭うケースが少なくありません。

このため、警察では、学校をはじめ関係機関との連携を図りながら、有害環境浄化活動や街頭補導等を一層強化し、少年の非行等の防止に向けた活動を推進しております。

少年の非行等を防止するためには、まず家庭で親子のコミュニケーションをとり、家庭が居場所であることを少年に実感させ、将来への希望を見いださせることが重要です。

地域においても声掛けや挨拶等を通じて、厳しくも温かい「大人の目」があることを伝えていきましょう。

皆さま方のご協力を
お願いします。



No.245

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

活き輝け昭和

人生の先輩方へ 人生の後輩の悩みです。
「世代交代って、どうやればいいのでしょうか」

男女共同参画推進委員会 委員長 青柳英子（西条二区）

読んでくださる皆さん、ありがとうございます。
います。昭和町男女共同参画推進委員会、第11期委員長、青柳です。

十年一昔という言葉があります。（十年一昔…10年たてば、もう昔である。10年を1区切りと見て、その間には大きな変化のあるものということ。広辞苑より）

私が、初めてこの昭和町男女共同参画委員会に関わったのは、13年前でした。娘の恩師から「あなたなら！」と誘われました。その言葉がとても嬉しく、気が付けば委員長まで経験させていただきました。

13年前の男女共同参画社会。思い返せば、まさに十年一昔、と感じます。

男女共同参画社会はこれから先、これまで同様に変っていくでしょう。『古いものはダメ、新しいものが良い』と一刀両断するような変化ではありません。常に私たちの生活、営みの中、体を構成する細胞の

新陳代謝のように変わり続けるものだと思います。

新陳代謝により、体の細胞が全て入れ替わったとしても、その人が別人になることはありません。その人がその人であり続けるように、男女共同参画社会は、ひとりひとりの幸せのため、協力し合う人々のために存在し続けるでしょう。

大袈裟な表現ですが、たとえ国家がなくなつたとしても、ひととひととの営みがある限り、『男女共同参画社会』が追い求める『ひとの幸せ』は、あり続けるのではないのでしょうか。

現在、私はあることに苦慮しています。

人生の同輩、後輩方へ

「昭和町の男女共同参画活動の新陳代謝って、どうやればいいのでしょうか」

事務局 企画財政課 (☎ 275・8154)



No.214

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！

近所でお声かけ
あって、検診を受け
ましょう！

がん検診を定期的に受けることが予防の近道！

愛育会では大勢の方に検診を受けてもらえるよう、声かけを行っています。
2月の正副班長会議では、女性に多いがんについて保健師から研修を受けました。
「愛育便り3月号(組回覧)」をご覧ください。

子宮がんは「二種類」あります

女性のがんで最も多い「乳がん」

子宮頸がん

原因はHPV（ヒトパピローマウイルス）の長期感染で、20～40代の若い世代で増加傾向です。初期は自覚症状がありませんので、定期的ながん検診とHPVワクチンで予防しましょう。



子宮体がん

肥満やホルモンバランスの変化が影響しており、50～60代に発症率が高いですが、全世代に増加傾向が見られます。不正出血、排尿時痛などが症状としてあります。

女性ホルモンが深く関わっている乳腺のがんで、40代後半～70代前半に多く発症しています。女性のがんで最も多く、年間約9万人以上（女性の10人に1人）が乳がんになっています。
「ブレスト・アウェアネス」とは、「乳房を意識する生活習慣」のことです。日頃から乳房に関心を持ち、変化を感じたら速やかに医師に相談するという正しい受診行動を身につけましょう。
★町では30歳以上であれば、年齢により「マンモグラフィ検査」「エコー検査」のどちらかを毎年受けることができます。

町で行う子宮頸がん・乳がん検診の
申し込みは、4月にご自宅に配布する
「昭和町健診のご案内」をご確認ください。



Health
健康

みなさんの健康

骨粗しょう症と骨密度検査

山梨大学医学部附属病院 放射線技術部 診療放射線技師 相川良人

骨粗しょう症とは、骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。日本に約1000万人以上の患者さんがいるといわれており、高齢化により、増加傾向にあります。体内の骨は同じように見えても、代謝と言って、新たに作られる（骨形成）と溶かして壊される（骨吸収）を繰り返しています。骨粗しょう症は、何らかの原因でバランスが崩れることで起こります。特に閉経後の女性に多くみられ、女性ホルモンの減少や老化と関係があると考えられています。

骨粗しょう症の症状は普段感じることはありません。最近、背が低くなった、姿勢が前かがみになったなどは特徴の一つと言われていることです。この病気で一番問題となるのは、転倒などで骨折しやすくなることです。骨折しやすい部位は、背骨（脊椎の圧迫骨折）、手関節（橈骨遠位端骨折）、股関節（大腿骨頸部骨折）などです。骨粗しょう症の診断はX線（レントゲン）検査でも可能ですが、骨の量や成分（骨密度）を測定するためには、DEXA法（2重エネルギー線吸収法）、超音波法、MD法、CT法といった検査があります。山梨大学医学部附属病院では、

DEXA法で行っております。DEXA法は、2種類のエネルギーのX線の減弱の差により、正確に骨密度（骨の強度）を測定できます。検査部位は骨折すると生活に支障をきたす背骨と股関節を主に行っております。2022年に最新鋭の装置を導入しました。以前の装置より短時間で低侵襲に精度よく骨密度検査を行う事が可能です。
骨密度検査では、健康な若年成人（20歳～44歳）の平均値を100として、それに対して自分の骨量は何％にあたるかを見ていきます。基準の数値が80％以上で正常とされ、70％未満で骨粗しょう症と診断されます。70％～80％は骨量減少として、骨粗しょう症の予備軍になります。家族に骨粗しょう症の方がある、軽微な力がかかることによる骨折の経験などあれば、骨粗しょう症と診断されることもあります。

自分の骨の状態は、自覚することができないため、気が付いた時には骨が弱くなっている場合があります。転倒し骨折の原因となつて寝たきりになることもあるため、一定の年齢を超えた方や骨粗しょう症のリスク要因がある方は、定期的に骨密度を測定することが大切です。

皆さまの健康で快適な生活の一助となれば幸いです。
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 3月23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 3月3日(月)〜21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)

山梨県内の最低賃金が改正されました

令和6年10月1日から「山梨県最低賃金」が改正されています。改正後の金額は、時間額988円です。

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問い合わせください。

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)

「ひとり親家庭入学・進学祝い」の支給について

令和7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6年度(令和5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5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7年度中の利用申し込みを受け付けますので、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(金)〜3月7日(金)

※受付は各日午後5時まで

抽選日時(予定)
3月10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ります。

ますので、ご注意ください。

貸出期間
令和7年4月1日〜

募集区画 6区画

利用料金
1台につき月額3000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)

令和7年4月1日時点で盛土等に関する工事を行っている場合は届出が必要です

盛土規制法では、規制が開始される前に着手している一定規模以上の盛土・切土、一時的な土石の堆積(盛土等)について、次の期間に届出書の提出が必要です。

届出書の提出期間
4月1日(火)〜21日(月)

※詳しくは、県ホームページをご覧ください。

問い合わせ
中北建設事務所 都市整備課

昭和町役場 都市整備課
(☎275・8413)

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、誰もが楽しめるイスに座ってでき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月の日程〉

3日(木) ゆがみ直し整体体操
9日(水) 音楽療法
11日(金) 背骨コンディショニング
15日(火) 脳トレ体操
21日(月) リンパ体操

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35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24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)

INFORMATION CORNER

峡中広域シルバー人材センター会員募集

シルバー人材センターでは、健康で働く意欲のある方を次のとおり募集します。予め会員登録が必要です。

◎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

対象 原則60歳以上の昭和町、甲斐市、中央市在住の方

年会費 2000円

持ち物 筆記用具

※要事前申し込み
※WEB上でも入会申し込みが可能です。

https://webc.sjc.ne.jp/kyocho/job13

主な仕事の内容

- 草取り・草刈り・植木の手入れ
- 屋内及び屋外の清掃
- 襖・障子・網戸の張り替え
- 家事サービス(洗濯、掃除、買い物、食事作り)
- カーポート回収

※その他でも、お気軽にご相談ください。

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)

県立美術館 特別展 ドキュメント「アートキャンプ白州」

1988年、山梨県白州町(現在の北杜市)にあらゆる表現に関わる人々が国内外から集い、田中泯を中心に稀有なお祭りが行われた。本展では2010年まで続いた「アートキャンプ白州」の歴史を物語る記録映像や資料を展示する。

会期
2月15日(土)〜3月23日(日)
午前9時〜午後5時(入館は午後4時30分まで)

休館日:月曜日(振替休日の場合その翌日)、3月3日(月)〜10日(月)は館内整備のため休館

会場
山梨県立美術館 特別展示室

観覧料

一般1000円(840円)
大学生500円(420円)

※○内は20名以上の団体料金

- 県内宿泊者割引料金
- ※高校生以下の児童・生徒は無料
- ※県内65歳以上の方は無料(健康保険証等持参)
- ※障害者手帳をご持参の方およびその介護をされる方は無料

問い合わせ
山梨県立美術館
(☎228・3322)

文芸コーナー 川柳

控えめに生きて明日の一步二歩
初日の出春一番の深呼吸
ふまれても清らかに咲く野辺の花
堀内 富美

敬老の自慢の手品座をわかせ
ふきのとう芽ぶき初めて春を待つ
久しぶり話しはずんで茶が笑う
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 「公助に頼らない備え」が大切

東北地方を中心に大津波や火災などで甚大な被害をもたらした東日本大震災から、今年で14年が経ちます。

被災者からは「大震災はニュースでも津波や原発が大きく取り上げられ、津波が来なかったところは被災していないかのように取り上げてくれなかった。テレビで映し出された避難所には支援物資が全国から送られたけれども、地震で家がつぶれて生活ができなくなった人たちも、公会堂や体育館で避難生活を送っている。支援物資もなく、食べ物や布団をつぶれた家から持ち寄って生活するしかなかった。ここは忘れられた被災地です」という声が聞かれました。

津波や土砂崩れの心配がない昭和町は、もしかしたら「忘れられた被災地」になってしまうかもしれません。いつ来るかわからない災害には、「公助に頼らない備え」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1月分の医療費は、約8,971万4千円(前年同月比6.78%の増)です。

※4月に特定健診の案内を送ります。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。

毎月の不燃・可燃ごみ排出量

1月は、町内の可燃ごみの収集量が282t、不燃ごみの収集量が15t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!!

排出量t

月	不燃ごみ	可燃ごみ
8月	11	311
9月	13	318
10月	18	302
11月	10	275
12月	18	336
1月	15	282



おみ
市川 旺弥 くん

令和6年7月17日生(男の子)
(父) 潤さん(母) 誉奈さん(押越)



うた
丸茂 詩 ちゃん

令和6年7月21日生(女の子)
(父) 翔大さん(母) 友佳さん(築地新居)

いつもニコニコして、お利口にしてくれてて
ありがとう♡これからも一緒に楽しく過ごそうね

詩、生まれてきてくれてありがとう
これからも一緒に笑顔いっぱいの日々を過ごそうね

あとかぎ

今年度も残り1か月。卒業や入学を控えるお子さんを持つ親御さんは、準備などで慌ただしいことと思います。特に、新一年生になるお子さんの親御さんは、登下校に不安を感じることもあるでしょう。実は私もその一人です。子どもたちの笑顔を守るためにも、交通ルールをしっかり守りましょう。

さて、今月の表紙は、創立30周年にして、初めて県でナンバーワンとなり、全国大会への切符を手にした昭和三バスの皆さんです。練習にお邪魔しましたが、みんな仲良く、とても活気のあるチームでした。3月末開催の全国大会では、存分に力を発揮されることを願っています(関連記事P12)。



押原中学校の食育

押原中学校の食育の取り組みの一つに全校で行う「お弁当の日」があります。「食生活や健康についての関心を高めたり、調理技能を身に付けたりすることで、健康的な食生活が実践できるようにする」「お弁当の献立作成や調理を通して家族と触れ合う機会を増やし、家族への感謝の気持ちを育む」などの目標のもと、3年目になる取り組みです。生徒はレベルを選択し、保護者と一緒に弁当を作ったり、自分で全部作ったりしています。この3年間の実施後のアンケートを比較すると、調理技能の向上や食生活への関心が年々高くなっており、成果が見られています。毎年1回のこの日を大切にしたいです。



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)

