



青空と緑と産業のまち
山梨県 昭和町

No.587

9 2026.
月号
September

広報

Showa Town Public Information

昭和
しょうわ



令和8年9月1日発行

contents

- 02 第35回昭和町ふるさとふれあい祭り
- 04 物価高騰に伴う住民税非課税世帯支援事業
- 05 各種お知らせ（就学時健診 ほか）

- 10 町のわだい
- 22 暮らしの情報 ほか
- 24 わが家のアイドル、みんなの食育 ほか

昭和町
第35回

ふれあい祭り

手をつなぎ
みんなでつくろう
輝く昭和

2026.
10 / 11 9:00~16:00
日

nanaho ユナイテッドパーク押原
(押原公園「ゆめパーク昭和」)

問い合わせ…企画財政課 企画情報係 ☎275-8154

第35回昭和町ふれさとふれあい祭りを10月11日(日)にnanahoユナイテッドパーク押原(押原公園「ゆめパーク昭和」)で開催します。恒例の「ふれあいコンサート」や「キャラクターショー」をはじめ、押原中学校吹奏楽部や地元にゆかりのミュージシャンの演奏、町内の各団体による出展など、趣向を凝らした催し物を予定しています。
詳しい内容は、来月の広報誌でご案内します。



丘みどり



新浜レオン



U字工事



田中アキラ

メインステージプログラム(予定)

時 間	催 物
9:20~ 9:40	押原中学校ダンス部
9:50~10:20	押原中学校吹奏楽部[演奏]
10:20~10:40	神輿練り歩き 太鼓披露
11:00~11:30	開会式
11:40~12:10	名探偵プリキュア!ショー (1回目)
12:15~12:35	ふれあいコンサート 田中 アキラ
12:50~13:20	お笑いステージ U字工事
13:35~15:20	ふれあいコンサート 1st 新浜 レオン(13:35~) 2nd 丘 みどり(14:30~)
15:30~16:00	名探偵プリキュア!ショー (2回目)



名探偵プリキュア! ショー

観覧無料

1回目 11:40 ~ 2回目 15:30 ~

《ショーとサイン会》

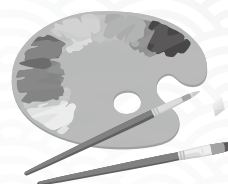
場所: メインステージ



©ABC・A・東映アニメーション

第59回 昭和町文化祭のお知らせ

昭和町文化祭を昭和町総合会館で10月9日(金)～12日(月・祝)に開催いたします。
町民の方どなたでもご参加、ご出品いただけます。次の募集規定によりお申込みください。
たくさんのご応募をお待ちしております。



文化祭日程

開催日	開催内容	開催時間	開催場所
10月 9日(金)	作品搬入・鑑賞	午後2時～	—
	歌謡の夕べ	午後7時～午後9時30分	軽運動室
10月10日(土)	記念式典	午前9時30分～	軽運動室
	作品鑑賞	午前10時～午後5時	2階
	お茶会	午前10時～午後1時	2階
	芸能発表	午前10時30分～正午(午前の部)	軽運動室
		午後1時～午後2時30分(午後の部)	
	抽選会	午後2時30分～	軽運動室
10月11日(日)	作品鑑賞	午前9時～午後4時	2階
10月12日(月・祝)	作品鑑賞	午前9時～正午	2階
	将棋大会	午前9時～午後5時	和室
	作品搬出	午後0時30分～	—

応募内容

【展示日：10月9日(金)～12日(月・祝) 芸能発表会：10日 将棋大会：12日】

短歌	1人3首以内、短冊と色紙。
川柳	題「雑詠」 1人3句以内、色紙1枚、短冊2枚。
俳句	題「当季雑詠」 1人3句以内、色紙1枚、短冊2枚。
書道	漢字、かな、語句、文書、書体は問わない。ただし、本、仮表装のもの1人1点。
写真	サイズ、白黒、カラー、題名：自由 氏名、電話番号を必ず記入。会員以外の方は1人3点以内。
絵画	画題：自由 大きさ：油彩F20号以下・日本画水彩画・水墨画等。 作品は額縁入りを原則とするが、台紙でも可(費用は自己負担)。
押花	画題：自由 作品は額縁入りを原則とする。1人1点。
陶芸	1人3点以内。お気軽にご出品してください。
ちりめん細工	
木工彫	
その他	
小中学生展	町内に在住する小中学生の作品(絵画・書道・工作など)を募集します。
芸能発表	コーラス・歌謡・三味線・マンドリン・社交ダンス・フラダンス・創作ダンス等。
将棋大会	お気軽にご参加ください。

応募規定

【作品出品・芸能発表共に】

①応募先…昭和町教育委員会生涯学習課 ☎275-8641

②締切…作品出品・将棋大会・芸能発表 9月14日(月)

※作品を出品される方は展示スペースに限りがありますので、作品の大きさをお申込みの際にお知らせください。

※締切以降の応募はプログラム作成の都合により受付できませんのでご注意ください。

昭和町文化協会会員の方へ…作品出品、出演希望者は各部長が取りまとめを行います。

共催…昭和町文化協会・昭和町教育委員会

昭和町物価高騰に伴う

住民税非課税世帯支援事業 のお知らせ

物価高騰により、食料品や光熱水費などの価格が上昇し、町民の皆さまの生活に大きな影響が生じています。本町では、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用して、エネルギー価格をはじめとする物価高騰の影響を特に大きく受けている住民税非課税世帯に対し給付金を支給し、家計負担の軽減及び生活の安定を図ることを目的として物価高騰対策事業を実施します。

対 象

全ての非課税世帯

(令和8年8月13日現在の住民基本台帳に記録されている世帯)

給 付 額

一世帯あたり **10,000円**

※代表者(指定口座)へお振込みいたします。

申 請 方 法

本給付事業の対象世帯の世帯主宛てで、町が「給付のお知らせ」または「申請書」(*)を郵送します。

※町が口座を把握している世帯には、「給付のお知らせ」を、口座を把握していない世帯には「申請書」を郵送します。

申 請 期 限

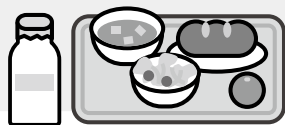
口座確認書
が届いた方

変更が必要な場合は、令和8年9月18日まで
に福祉介護課へご連絡ください。
変更の必要がない場合は、手続き不要です。

申 請 書
が届いた方

令和8年9月30日

学校給食費等 補助金制度について



町立小中学校の給食費の無償化に伴い、対象となるつぎの児童・生徒の保護者に、町立小中学校の学校給食費に相当する額を上限に補助金を交付します。

対 象 者

児童・生徒とその保護者が昭和町に居住し、住民票の登録がある以下に該当する保護者。

- ①自宅から私立小中学校、特別支援学校（小中学部）や町外の公立小中学校に通学し、通学先で給食やお弁当の費用を負担している場合。
 - ②昭和町立小中学校に通学しているが、食物アレルギーを理由に学校給食で対応できていないことから、学校長の許可により毎日お弁当を持参している場合。
- ※年度の途中で転校されている方も昭和町に居住されている期間は対象となります。

補 助 対 象 外

通学、通所先の学校や自治体等から就学援助（給食費相当分）等の扶助や補助などを受けている場合。

申請方法

対象となる可能性がある方には、令和9年1月下旬ごろを目途に、令和8年4月～令和9年3月分の申請書類を送付する予定です。（※対象者の条件をご確認いただき、対象と思われる方で令和9年1月を過ぎても申請書類が届かない場合にはお問い合わせください）
申請の締切は令和9年3月中旬を予定しています。詳細は送付される書類をご確認ください。

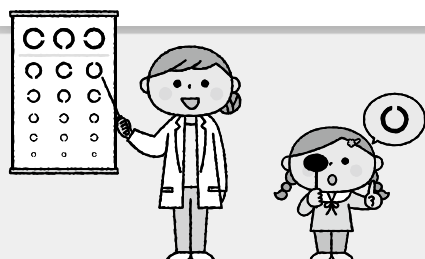
問い合わせ

昭和町教育委員会 学校教育課 ☎275-8631

平日 午前8時30分～午後5時15分



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月中旬に次の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29日**（木） 午後1時～（予定）

会 場 昭和町総合会館（昭和町押越616）

- 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

問い合わせ

昭和町教育委員会 学校教育課 ☎275-8631

10月

10/4(日) 西条二区

西条二区スポーツ交流会

時間:午前8時30分～午後0時40分

場所:nanahoユナイテッドパーク押原(押原公園)天然芝グラウンド

内容:ブロック対抗競技、自由参加競技、幼児宝探し、抽選会ほか



10/4(日) 上河東

第62回上河東区スポーツ大会

時間:午前9時～午後1時

場所:常永小学校 校庭 ※雨天時は体育館

内容:組対抗競技、幼児宝探し、子どもゲーム、クイズ大会ほか



10/4(日) 清水新居

第53回清水新居区大運動会

時間:午後0時30分～3時30分

場所:清水新居ふれあい広場

内容:組対抗競技、宝探し、抽選会ほか

10/18(日) 飯喰

飯喰区運動会

時間:午前9時～正午

場所:常永小学校 体育館

内容:綱引き、玉入れ、子どもたちの玉割り、宝ひろいほか

グラウンドゴルフ大会

時間:午後2時～4時

場所:常永小学校 校庭



10/25(日) 河西

区ふれあい秋祭り
文化祭・諏訪神社大祭

時間:午前10時～午後3時

※キッチンカー・模擬店は午前11時販売開始

場所:諏訪神社(河西1368)・河西区公会堂

内容:文化協会展示発表会、各種キッチンカー出店、商工会模擬店

2026
地区の運動会・お祭りの
お知らせ

秋は運動会のシーズンです。地域の方とふれあい知り合う楽しい機会として、皆さまお誘い合わせでご参加ください。なお、天候等により日程・内容等は変更になる場合があります。詳しくは、区からの回覧や区内放送等でご確認ください。

11月

11/3(火・祝) 押越

第44回押越区八幡初穂祭り

時間:午前8時30分～午後4時

場所:押越八幡神社・押越広場

内容:神輿(大人・子ども)、カラオケ大会、模擬店、抽選会ほか



11/8(日) 河西 予備日11/15(日)

第46回区民大運動会

時間:午前8時～午後1時30分

場所:常永小学校 校庭

内容:組対抗競技、リレー、自由参加競技、宝ひろい、豪華おたのしみ抽選会、消防団模擬店、キッチンカー出店

11/8(日) 河東中島

雨天順延11月15日(日)

世代間交流モルック大会

時間:午前9時～11時30分

場所:第一公会堂ふれあい広場

内容:「小さい子からお年寄りまで、モルックで仲良くなろう」体力を必要としない軽スポーツです。参加賞もお楽しみ。



11/8(日) 西条新田

西条新田フェスタ

時間:午前10時～午後2時

場所:甲府市上下水道局北方水源運動場

内容:キッチンカー、マルシェ、子ども神輿、自由参加スポーツ、抽選会(豪華景品)

11/8(日) 上河東二区

上河東二区秋祭り&文化祭

時間:午前10時～午後2時

場所:上河東二区集会所広場・集会所

内容:模擬店、アトラクション、野菜販売、子どもビンゴ大会ほか

11/15(日) 築地新居

第70回築地新居区大運動会

時間:午前8時～正午

場所:釜無工業団地公園グラウンド

内容:組対抗競技、区民親睦・軽競技、お楽しみ抽選会、宝ひろいほか

11/15(日) 紙漉阿原

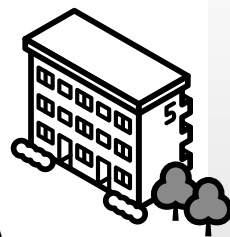
第52回紙漉阿原区大運動会

時間:午前8時30分～正午

場所:阿原1号公園(天白神社裏)

内容:自由参加競技、宝ひろい、玉入れ競争ほか

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	主な応募資格 ✓ 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 ✓ 2人以上の世帯構成であること (※親族のみ、所得条件あり) ✓ 県内在住の連帯保証人をたてられること (所得条件あり)
募集数	2DK(B棟)・・・1戸	
受付期間	9月1日(火)～30日(水) 午前9時～午後5時(平日のみ)	
入居予定日	11月中	

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。

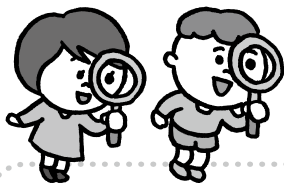
申し込み・問い合わせ

都市整備課 公園住宅管理係 ☎275 - 8413

第③回

お仕事体験ウォーク 参加者大募集!

お仕事体験で
一緒に新しい発見を
見つけてみませんか?



お仕事体験ウォークとは?

昭和町内のお店や会社をグループで歩いて回り、
お仕事の見学や体験を行うことで身近にあるお仕
事の理解や学びを深めるためのイベントです。

日 時 **11月20日** (金・県民の日) **9時～16時頃** (予定)

対 象 **町内在住の小学生(4・5年生)**

内 容 **1グループ小学生6人程度** ※大人の引率が付きます。

1日かけて町内の事業所(3・4ヵ所程度)を
歩いて回ります。

申込方法 右記申込QRコードよりお申し込みください。

詳 細 申込QRコードより詳細をご確認ください。



申込QRコード



昨年の様子



Instagram



Youtube

商工会のInstagramとYouTubeに過去の様子掲載中 ▶

問い合わせ

昭和町商工会 ☎275-3344

後援: 昭和町役場・昭和町教育委員会

昭和町

文化協会会員 募集

新しい趣味、仲間を見つけないですか * ♪♪♪ *



	部 名	活 動 曜 日	時 間	場 所
1	俳 句	毎月1回土曜日	午後1時半～3時	町立図書館 視聴覚室
2	短 歌	第3水曜日(5・11・2月) 第4水曜日(8月)	午後1時半～	町立図書館 視聴覚室
3	将 棋	毎月第2土曜日	午後1時～5時	町総合会館 和室
4	書 道	毎月第1・第3火曜日	午後1時～2時半	町立図書館 視聴覚室
5	絵 画	毎月第1・第3火曜日	午後1時半～4時	町総合会館 調理室
6	写 真	毎月15日	午後7時～9時	昭和力メヲ博物館
7	歌 謡	毎月第1・第3土曜日	午後6時半～9時	町総合会館 相談室・講習室
8	舞 踊	毎月第3金曜日	午後1時半～3時半	町総合会館 和室
9	陶 芸	毎月第1・第3土曜日	午前9時～午後3時	ほたる小屋
10	押 花	毎月第2・第4木曜日 (1・8・12月休み)	午後1時半～3時	町総合会館 和室
11	英 会 話	毎週水曜日	午後8時～9時半	町総合会館 相談室・講習室
12	茶 道(表)	毎月第2・第3水曜日	午後0時～4時	町総合会館 和室
13	茶 道(裏)	毎月第1・第3火曜日	午後1時～3時半	町総合会館 和室
14	コ ー ラ ス	毎週水曜日	午後1時～2時半	町総合会館 軽運動室
15	ちりめん細工	毎月第1月曜日(1月休み)	午後1時～5時	町総合会館 和室
16	社交ダンス	毎週月曜日	午後6時30分～9時	町総合会館 軽運動室
17	フラダンス	毎月第2・第4火曜日	午後3時～4時半	町立温水プール2階スタジオ
18	創作ダンス	毎週金曜日	午後7時～9時	町総合会館 軽運動室
19	木 彫	毎月第2・第4火曜日	午後1時半～4時	町総合会館 和室

お気軽にお問合せください！

昭和町教育委員会生涯学習課 ☎275-8641

公共工事等入札結果 (令和8年度 第1四半期)

問い合わせ
総務課 法制係 ☎ 275 - 8153)

契約 番号	入札日	工 事 名(業務名)	工事場所	業 者 名	予定価格(税抜)	落札額(税抜)	落 札 率	工 期
1	4/7	押原小学校職員室等冷暖房設備改修工事	押越	(有)坂本工業	9,970,000円	9,600,000円	96.289%	4/9～8/31
2	4/27	農道 2 号線交差点改良工事 (外1箇所)	西条・築地新居	(株)望	4,300,000円	4,200,000円	97.674%	4/30～7/10
3		町道 271 号線側溝改良工事 (外 2 箇所)	西条・築地新居	(有)内藤組	5,300,000円	5,150,000円	97.170%	4/30～7/30
4		町道 58 号線水路騒音対策工事 (外 1 箇所)	西条	興和建設(株)	5,770,000円	5,640,000円	97.747%	4/30～7/24
5		昭和町公共下水道管渠布設工事 (8-1 工区)	上河東	三島工業(株)	18,530,000円	18,100,000円	97.679%	4/30～7/31
6		昭和町公共下水道管渠布設工事 (8-5 工区)	上河東	(有)坂本工業	21,970,000円	21,300,000円	96.950%	4/30～8/31
7		昭和町公共下水道管渠布設工事 (8-6 工区)	河東中島・上河東	(株)田中重建	30,820,000円	30,100,000円	97.664%	4/30～8/31
8		昭和町公共下水道管渠布設工事 (8-9 工区)	西条	(株)旭建設	7,930,000円	7,750,000円	97.730%	4/30～8/31
9		昭和町立図書館エアハンドリングユニット更新工事	昭和町立図書館	(有)メンテック調和	23,340,000円	21,000,000円	89.974%	4/30～12/25
10		昭和町都市計画マスタープラン見直し業務委託	昭和町	(株)ブレーンズ	14,820,000円	13,800,000円	93.117%	2026/4/30～ 2028/3/31
11		北河原公園外 3 箇所植栽・樹木等管理業務	西条一区・紙漕阿原	山梨ガーデン(株)	3,460,000円	3,380,000円	97.688%	4/30～3/31
12		釜無工業団地公園外3箇所植栽・樹木等管理業務	築地新居・河西	(株)石原グリーン建設 昭和支店	3,000,000円	2,850,000円	95.000%	4/30～3/31
13		神屋公園外8箇所植栽・樹木管理業務	昭和町	(有)敷島緑化土木 昭和営業所	2,600,000円	2,530,000円	97.308%	4/30～3/31
14		梅の木公園外8箇所植栽・樹木等管理業務	昭和町	辻緑化土木(株)	5,540,000円	5,320,000円	96.029%	4/30～3/31
15		常永ゆめ広場 (ピオトープ) 植栽・樹木等管理業務	上河東	(株)富士グリーンテック	3,730,000円	3,630,000円	97.319%	4/30～3/31
16		常永ゆめ広場芝生等管理業務	上河東	山梨ガーデン(株)	5,553,000円	5,430,000円	97.785%	4/30～3/31
17		常永1～4号公園植栽・樹木等管理業務	飯喰・上河東・河西	(株)石原グリーン建設 昭和支店	2,110,000円	1,980,000円	93.839%	4/30～3/31
18		昭和町総合体育館植栽管理業務	押越	(有)峡中緑化	1,644,000円	1,580,000円	96.107%	4/30～3/31
19		子育て支援センター用地測量業務	昭和町	(株)明和測量	2,070,000円	1,950,000円	94.203%	4/30～3/31
20		子育て支援センター造成設計業務	昭和町	新都市設計(株)	7,270,000円	6,770,000円	93.122%	4/30～3/31
21		子育て支援センター設計業務委託	昭和町	(株)天野建築設計事務所	28,680,000円	19,500,000円	67.992%	4/30～3/31
22		情報基盤更改 (リース契約)	昭和町	リコージャパン(株) デジタルサービス営業本部 山梨支社 LA 営業部	21,063,000円	20,857,000円	99.022%	4/30～2/26
23	6/23	昭和町総合体育館空調設置及び照明・床改修工事	押越	名工建設(株)甲府支店	360,860,000円	328,000,000円	90.894%	議会議決の翌日 ～3/31
24	5/20	昭和町公共下水道管渠布設工事 (8-2 工区)	上河東	明友建設(株)	21,740,000円	21,200,000円	97.516%	5/22～8/31
25		昭和町公共下水道管渠布設工事 (8-7 工区)	河東中島	(有)管清社	21,580,000円	21,000,000円	97.312%	5/22～9/30
26		令和 8 年度昭和町公共下水道 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	(株)クリーンライフ	1,540,000円	1,477,000円	95.909%	5/22～8/31
27		令和 8 年度昭和町公共下水道 TV カメラ調査 及び管渠清掃業務委託 (第 2 分区)	押越・河東中島	(有)管清社	1,630,000円	1,530,000円	93.865%	5/22～8/31
28		町道 364 号線物件調査補償算定業務委託	河西	(株)オーツヤ測量	2,310,000円	2,180,000円	94.372%	5/22～1/29
29		農道 4 号線道路改良測量設計業務委託	築地新居	伊藤調査測量設計(株)	2,230,000円	2,100,000円	94.170%	5/22～1/22
30		西条二区道路新設測量設計業務委託	西条	(株)明和測量	2,690,000円	2,550,000円	94.796%	5/22～1/22
31		神ノ木地内道路改良測量設計業務委託	西条新田	(株)アイ・プランナー	4,200,000円	3,900,000円	92.857%	5/22～2/26
32		町道 34・279・281 号線街路樹管理業務委託	昭和町	辻緑化土木(株)	1,940,000円	1,850,000円	95.361%	5/22～3/31
33		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)	2,250,000円	2,150,000円	95.556%	5/22～3/31
34		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	2,290,000円	2,190,000円	95.633%	5/22～3/31
35		町道 393・408 号線外 7 箇所植栽帯 及び桜並木管理業務委託	昭和町	山梨ガーデン(株)	3,841,000円	3,740,000円	97.370%	5/22～3/31
36		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	6,000,000円	5,830,000円	97.167%	5/22～3/31
37		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	98.000%	5/22～3/31
38	6/25	昭和町内舗装工事	昭和町	(有)昭和道路	4,880,000円	4,780,000円	97.951%	6/27～9/30
39		昭和玉穂線舗装本復旧工事	河東中島	(有)昭和道路	8,080,000円	7,900,000円	97.772%	6/27～11/30
40		昭和町公共下水道管渠布設工事 (8 - 3 工区)	上河東	(有)金丸組	20,440,000円	19,900,000円	97.358%	6/27～10/30
41		西条小学校 校庭夜間照明 A 種接地工事	西条	(有)高山電設	5,800,000円	5,499,970円	94.827%	6/27～3/15
42		釜無公園管理棟屋上及び 1 階改修工事	築地新居	(株)新装建設	13,550,000円	13,000,000円	95.941%	6/27～3/31
43		子育て支援センター建築設計に伴う 建設予定地地質調査業務	押越	岩間井戸工業(株)	1,980,000円	1,850,000円	93.434%	6/26～9/30
44		町内 4 校防火設備および建築設備定期検査 報告業務委託	昭和町	望月建築設計事務所	4,027,000円	3,900,000円	96.846%	6/26～3/31

※予定価格、落札額はいずれも税抜



のわだい

町の「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

はっけよい! 力いっぱい勝負!

西条一区子ども相撲大会

7月12日(日)、西条一区祇園祭の子ども相撲大会が開催されました。かつて相撲が途絶えた際に疫病が人々を苦しめたものの、相撲を復興すると疫病が治まったという言い伝えが残る大会です。以来、地域の人々によって大切に受け継がれ、今日まで守り伝えられてきました。

当日は、男の子も女の子も元気いっぱいに土俵で熱戦を繰り広げ、会場からは大きな歓声と温かい声援が送られていました。



料理で広がる地域の輪

虹いろテラス 親子料理教室

7月11日(土)、西条二区公会堂にて、西条二区クラウド主催の地域交流食堂「虹いろテラス」親子料理教室が開催されました。このイベントは、さまざまな世代や地域の人々の関わりを通して、次代を担う子どもたちの自主性や自己肯定感を育むことを目的としており、参加した親子は協力しながら鶏肉のトマト煮込みとピラフ作りに取り組みました。

参加者は料理作りを楽しみながら、親子や地域の交流を深めていました。



子どもの声をまちづくりに

子ども議会

7月23日(木)、初めての「子ども議会」が開催されました。小学校5年生から中学校1年生までの8名が子ども議員として参加し、実際の議場で昭和町をより良くするための提案や意見を発表しました。

子ども議員たちは、学校設備の整備や改修、地域の憩いの場の提供、税金の徴収率などについて質問し、町の現状や取り組みへの理解を深めるとともに、まちづくりへの関心を高める機会となりました。



いざ、関東大会へ!

押原中学校関東大会出場報告

8月3日(月)、令和8年度山梨県中学選手権大会・総合体育大会で優秀な成績を収め、関東大会出場となった押原中学校の選手たちが、塩澤町長へ報告に訪れました。

今年は、水泳部・陸上部・柔道部・男子卓球部・女子卓球部・女子ソフトボール部・女子バレー部・吹奏楽部が関東大会への出場を決め、各部の代表者からは、大会に向けての抱負と決意が述べられ、塩澤町長と柴教育長からは選手たちへ激励の言葉が送られました。



人権について学びました

人権擁護教室

5月から7月にかけて、地域人権啓発活動活性化事業の一環として押原中学校と町内3小学校で昭和町人権擁護委員の皆さんによる人権授業がおこなわれました。授業では、人権の成り立ちや、相手の立場に立って考えることの大切さ、自分や友だちを思いやる気持ちについて分かりやすく学びました。

児童・生徒たちは真剣な表情で話に耳を傾け、人権について理解を深めていました。



▲ 5月26日(火) 押原小学校



▲ 6月22日(月) 常永小学校



▲ 7月6日(月) 押原中学校



▲ 7月21日(火) 西条小学校

お気軽にご相談ください

教育支援センター 愛称「ホタルの輪」に決まりました

子どもたちが自分のペースで学び、過ごせる場所であり、教育に関する相談窓口でもある「教育支援センター」。この度、愛称を募集し、「ホタルの輪」に決まりました。『一人ひとりが集まって、温かい安心できる場所になりますように』という思いを込めて考えてくれた名前です。

学習のことや学校生活のことなど、安心してお気軽にご相談ください。

問い合わせ：学校教育課(☎275-8631)



▲ 愛称を考えてくれた生徒(牛奥さん)

スポーツ少年団紹介 昭和空手クラブスポーツ少年団

昭和空手クラブスポーツ少年団では週2回の練習を通して、健康の増進を図り、仲間と協力して体を動かすこと、汗を流すことの楽しさを体験し、学校とは異なる年齢層・異なる技術レベルの集団の中で、互いに「教え教えられ」という対人関係において協調性・信頼・友情・積極性などを養う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、お気軽にお問い合わせください!!

- 練習日 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)



@SHOWAKARATE

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)

▶特設人権相談(※)

- 日時：9月2日(水)
午前10時～午後3時
場所：役場別棟2階 会議室(南)
(企画財政課 ☎275-8154)

▶行政相談(※)

- 日時：9月16日(水)
午後1時～3時
場所：役場別棟2階 会議室(南)
(企画財政課 ☎275-8154)

▶教育相談(※) *正午～午後1時を除く

- 日時：年末年始・祝日を除く火・水・木の午前9時～午後4時
場所：教育委員会 第一会議室
(町青少年育成カウンセラー ☎275-6951)

▶障がい者相談支援センター

- 「穂のか」出張相談
日時：9月11日(金)・25日(金)
午前9時～正午
場所：総合会館1階
(福祉介護課 ☎275-8784)

▶昭和町認知症伴走型支援拠点

- 「ひばり」(町委託事業)
認知症と診断された方やご家族など、町民を対象に相談を受付けます。
日時：平日午前9時～午後4時
(連絡先 ☎275-9511)

▶総合相談

- お問い合わせください。
(昭和町社会福祉協議会 ☎275-0640)

※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24日(木)
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、町政についてお気づ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



No.328

令和8年9月号

教育 昭和

Education
Showa

三つの歯車が一つになって

Learn まな 学ぶ

Teach おし 教える

Nurture はぐく 育む

昭和町教育委員会 ☎275-3737

押原中学校

引き取り訓練

毎年行っている引き取り訓練ですが、今年度は小学校と合同で5月22日に行いました。昨年度までの試行錯誤を経て、今年度は兄弟のいる生徒・児童については中学校をスタートとして引き取りを行い、その後小学校の児童を引き取っていただくという形をとりました。



当日は、まず教室で一次避難をし、その後交流センター（体育館）に二次避難をして保護者の方に引き渡すという形をとりました。事前の資料をよく理解していただいたためか、大きな混乱もなく引き渡しを行うことができました。

実際に災害が起こった時には、日頃の訓練が必ず役に立ちます。今年度の検証を経て、より良い形をさらに模索していきたいと思えます。



壮行会

6月4日、3年生最後の大会となる総合体育大会やコンクールに向けて、壮行会が行われました。

各部の力強い決意が発表され、3年生の最後の大会にかけける思いの強さを感じました。各部長の選手宣誓の後、全校生徒による応援が行われました。応援委員会が練習からリードし、お互いを鼓舞するように体中を使って声を出したり手を叩いたり、熱い思いのこもった応援に、体育館が震えるようでした。入退場には吹奏楽部の演奏が華を添え、体育館の出入り口には美術部による応援画が飾られました。

多くの部長が口にして、関わってくださった方々への「感謝」の気持ち。様々な人たちの思いを背負って闘う仲間たちを、これからも全校一丸となって応援していきます。



押原小学校

「きずな祭り」大成功でした

6月9日に児童会行事の一つである「きずな祭り」が行われました。1年生から6年生までの異学年で構成された縦割り班ごとに、楽しいゲームのお店を開きました。当日に至るまでには、顔合わせの会をし、ゲームの内容を話し合い、協力しながら準備を進めるなど、いくつかのステップを踏みました。その甲斐もあって、当日は大盛り上がり。6年生が下級生を先導してお店を回ったり、みんなで協力してお店番をしたりする様子が見られました。



また、この日を学校開放日に設定し、多くの保護者の方、地域の方に来校していただくことができました。

楽学両道

～歴史や文化を学び笑顔満開の修学旅行！～

6年生は、6月24日～26日修学旅行に行ってきました。1日目は鎌倉・横浜方面、2日目は国会議事堂と江戸東京博物館の見学、3日目は東京ディズニーランドに行きました。



この3日間のために、準備を重ねてきた6年生。それぞれの見学地で実際に見聞きたことで学習がさらに深まった様子でした。また、押原小の代表として節度ある行動ができていました。この3日間での成長を学校生活でも生かしていってほしいです。

押原小学校公式ブログでは、日々学校の様子をお伝えしています。ぜひご覧ください。



■ 西条小学校

楽しかった修学旅行

6月3日から5日にかけて、神奈川県、東京方面に出かけました。台風の接近で出発が危ぶまれましたが、みんなの祈りが天に通じ、雨の中ではありませんでしたが無事に出発できました。

6年生は修学旅行に向けて、これまで見学先についての学習を深めてきました。社会の授業では、訪れる鎌倉の歴史や地理的な特徴を学びました。自分たちが計画している見学場所に関わる歴史の学習では、熱心に学習する様子が見られました。各見学場所で、友だちと協力したり楽しんだりしながら、一生の中で一度しかない、小学校の修学旅行を満喫しました。

出発前の子どもたちの顔は楽しみでいっぱいでしたが、帰ってきた子どもたちの様子は充実感でいっぱいでした。家族のことを考えて買ったお土産をたくさん抱えて、迎えに来た家の人に会った時、子どもたちは本当に嬉しそうでした。



音楽発表ほたるっ子のつどい

1年生から6年生までが音楽で学習したことを発表し合う「ほたるっ子のつどい」が開催されました。この日のために何週間も練習をしてきました。

当日子どもたちは、各学年のすばらしい発表にリズムをとったり体を動かしたりしながら楽しく鑑賞しました。自分の出番になると少し緊張しながらも、どの子どもも堂々と立派に発表しました。後日の学校開放日には、「ほたるっ子のつどい」での発表を保護者の皆様にも見ていただきました。家の人に発表することに対して子どもたちには格別の思いがあります。どの学年の発表も「ほたるっ子のつどい」の時よりも、もっと気持ちのこもった発表になりました。

どんな人にも伝えることができる、どんな人でも楽しめる、そんな音楽のすばらしさを感じたひと時となりました。



■ 常永小学校

7月7日、七夕の日です！

7月7日は、七夕の日です。学校の給食も、今日は行事給食の「七夕メニュー」でした。また、図書室の前には、子どもたちの短冊が綺麗に飾られています。

七夕は、年に一度だけ織姫と彦星が出会える日として有名です。一生懸命に働くことを条件に、天の川を渡って再会を許された二人の伝説から、七夕は「努力が実を結び、願いが叶う日」とも言われています。短冊は、織姫にあやかり「機織りや習い事が上達しますように」と願いを込めたのが始まりとされています。

短冊に目を向けると、「～ができるようになりたい」といった目標や、子どもたちの個性が光る様々な願い事が書かれていました。ぜひ大きな夢や目標を持ち、そこに向かって努力を重ねながら、たくましく成長していったほしいと思います。



3年生 親子活動

先日、3年生の親子活動を実施しました。この活動は、本校の特色ある教育活動の一つとなっています。今回は、図工の教材「くぎうちトントン」を使い、親子で一緒に作品づくりに取り組みました。

金づちの扱い方や、釘の打ち方に気を付けながら活動がスタートしました。はじめは子どもたちが緊張しながらも中心となって作業していましたが、徐々に保護者の皆様も釘打ちに加わっていきました。あちこちから「ここはこうしようか?」「上手だね!」といった楽しそうな会話が聞こえる中、親子で協力してオリジナルのゲーム板を仕上げていきました。

完成した作品は、迷路ゲームやダーツゲーム、野球ゲームにピンボールゲームなど、どれも工夫が凝らされたものばかり。親子での楽しい時間になりました。



■ 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
- ・安全な学校運営について
- ・自転車の安全な乗り方について
- ・小中合同引き取り訓練について
- ・服務規律の確保について

- ・いじめ・不登校対策について
- ・働き方改革について 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

昭和町 地域包括支援センターだより

ご相談・問い合わせ
福祉介護課 地域包括支援センター
☎ 275-8784

『認知症があってもなくても暮らしやすいまち』をめざして

9月は認知症月間・9月21日は認知症の日です。

認知症月間の取り組みとして、昭和町地域包括支援センターでは、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活動をおこないます。

Q. 突然ですが、ここでクイズです！

認知症月間のシンボルカラーは何色？

3つの中から正解をお考えください。

①オレンジ ②レインボー ③ゴールド

※答えはこのページの最後



みんなで
考える
機会に！

認知症月間中のイベントや取組をご紹介します。

他人事ではなく身近なこととして正しく知ることから始めましょう。



▲ 詳しくはこちらから

認知症展示コーナー

毎年9月は、町立図書館と地域包括支援センターのコラボ企画として、認知症を考える展示コーナーを設置しています。

認知症月間では、より多くの人に認知症について知り、認知症の人に関する正しい知識を深めてほしいと願っています。ぜひ足を運んでみてください。



期間：8月29日(土)～9月29日(火)

場所：町立図書館・総合会館1階ロビー



期間中、総合会館にて花の種を配布。
みんなで育ててオレンジ色の町に

しょうわオレンジガーデニング プロジェクト 2026

「認知症になっても暮らしやすいまちをみんなでつくっていこう！」という思いを共有し、認知症啓発のシンボルカラーであるオレンジ色の花を町中に咲かせようという企画です。花植えやみんなで完成させるアートなど、誰でも参加できる取り組みとなっていますのでぜひご参加ください。



このプロジェクトは町内の施設や賛同いただいた認知症サポート事業所(企業や店舗)でもおこなわれています。オレンジ色の花を見かけたら、『認知症』について考え、身近な人と話すきっかけにしてみてください。

認知症サポート
事業所とコラボ



クイズの答え 正解は、①のオレンジ色です！
認知症への理解を広げるシンボルカラーは「オレンジ」。
町で見かけたら思い出ししてください！

No.196 図書館 だより

Library Information

9月の 休館日

7日(月)、14日(月)、21日(月・祝日)、
22日(火・祝日)、23日(水・祝日)、
28日(月)、30日(水・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。※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

※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	9月1日(火)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3日(土)午前11時～
対象	幼児～小学校低学年の児童
定員	10組
場所	図書館・幼児コーナー
申込	9月6日(日)午前10時～

Firefly Book Club

※定員予約制

英語で、絵本や手遊びをお楽しみください。

日時	9月27日(日)午前11時～
対象	幼児～小学校低学年の児童
定員	10組
場所	図書館・幼児コーナー
申込	9月1日(火)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9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	8月18日(火)午前10時～

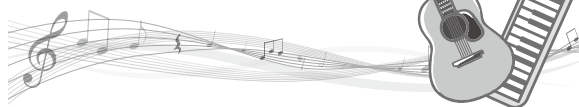
夕暮れコンサート

※定員予約制

秋の夕暮れ時、昭和町在住のギタリスト・山上浩幸さんと鍵盤ハーモニカ・滝本はる美さんの演奏を、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26日(土)午後5時30分～
場所	図書館内
定員	30名
申込	9月1日(火)午前10時～



今月のおすすめ本



まるがかけたら

武田美穂／作
理論社

子どもにとって、まるを描くのは結構難しいもの。でこぼこになったり、長細くなったりしながらも、だんだん上手に描けるようになっていきます。描いたまるに線を足していくと、風船やお花、おたまじゃくしに変身！ページをめくるたびに「次は何になるのかな？」とワクワクが広がります。ひとつのまるから生まれる楽しい発想の世界に、思わずお絵描きがしたくなる絵本です。



理系の職場⑩ 山梨県富士山 科学研究所のしごと

こどもくらぶ／編
同友館

近い将来、必ず噴火する富士山。これを専門に研究する施設が山梨県にあります。富士山にかかわるさまざまな研究をする山梨県富士山科学研究所の仕事を紹介しています。富士山研の職員になる方法なども収録しています。皆さんの将来の仕事について考えるきっかけしてほしい一冊です。



じゃんじゃん使える レモンづくし

農文協／編
農山漁村文化協会

これ一冊でレモンの使い方がわかる！定番の塩レモンや砂糖漬けを活用したレシピから、レモン酵素シロップなどのドリンク、レモンの基本的な生態や栽培方法、個性豊かなレモン品種の紹介、寒い地域で育てるコツ、小さな木に仕立てる方法、無農薬で害虫退治する方法、各地で起きたレモンをめぐる物語など、レモンづくしの内容です。

環境経済 通信

環境

農政

NO.220

農地パトロールについて

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、全体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、後継者不足等により、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、中間管理機構を通して、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合せください。

農景観作物の種子購入に係る補助金のお知らせ

町内の農地が食料生産の機能以外に自然環境の形成や美しい農景観形成といった機能を併せ持つことから、癒しと安らぎを与えることを目的として補助事業を行います。(要件等あり)

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。詳しくは右記QRコードから町のHP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。



家庭から出た
廃食油は昭和町役場
環境経済課で回収します

問い合わせ 環境経済課(☎275-8355)

農業用水の管理について

農業用水の問合せが多数ありますが、鍵のかかっていない水門の操作や止水板(マチ板)等を使用している農地への灌水はご自身で管理をお願いします。なお、鍵がかかっている水門等に関しましては、環境経済課にご連絡ください。

また、水の利用については関係耕作者で協議し、水が不要の時は止水板を外したりするなど、譲り合ってください。

生分解性マルチ購入に係る補助金のお知らせ

町では、昭和町の農作物栽培の省力化と廃プラスチック対策を推進し、生分解性マルチの普及に向けて支援を行うため、販売目的をもって農作物を栽培する事業者を対象に補助事業を行います。(要件等あり)

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に要した経費とします。詳しくは右記QRコードから町のHP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。



粗大ごみ

※9月の粗大ごみの日は、9月28日(月)です。

収集時間は、当日の午前6:30～8:30。

収集場所は、昭和町総合体育館駐車場です。

そのごみ、再利用できませんか？



粗大ごみも修理・再利用で資源に再生できます。捨てる前にリサイクルを考え、環境にやさしい暮らしを広げましょう。

新シリーズ!!

監査の部屋

議会事務局 ☎ 275 - 8842

NO. 1

今月号から「監査の部屋」として隔月で、監査に
おいての指摘事項等を抜粋して掲載いたします。
まず今月は監査用語等の説明です。

● 監査委員とは

監査委員とは、地方自治法で設置が義務付けられており、自治体が行う事業において、公金が適正に使われているか、事業の執行が適正かを調査する機関です。毎月行われる例月検査・年に何回も行われる行政監査等を会計管理者、監査委員事務局と一緒に進めます。

● 例月検査とは

市町村の現金の出納事務について、毎月期日を定め
て行う検査です。また、公金の収納または支払いの事
務について実施する監査です。

● 行政監査とは

監査委員が必要と認めるとき、市町村の事務の執
行について行う監査です。令和8年度は9月より5課を
予定しています。

私たちが監査委員です



代表
監査委員
小林 一



議会選出監査委員
小林 耐三

	国民年金	シリーズ その261	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
---	---------------	---------------	---------------------------------------

国民年金保険料の各種免除とメリットのご案内

国民年金保険料の 免除・納付猶予制度をご利用ください

国民年金保険料の納付が経済的な理由などにより難しい場合は、申請により保険料の納付が免除または猶予される制度があります。

保険料を未納のままにしまうと、将来受け取る老齢基礎年金が少なくなるだけでなく、万が一、病気や怪我で障害が残ったときや、ご家族が亡くなられたときに支給される年金を受けられない場合があります。保険料の納付が困難なときは、未納のままにせず、まずはご相談ください。

▼免除・猶予についての主な制度

全額・一部免除制度

前年所得などの要件を満たす場合、保険料の全額または一部（四分の三、半額、四分の一）が免除されます。

納付猶予制度

前年所得などの要件を満たす方は、保険料の納付が猶予されます。

学生納付特例制度

学生で本人の前年所得が一定額以下の場合、在学中の保険料の納付が猶予されます。

免除・納付猶予制度を利用するメリット

- ・「未納」を防ぐことができます。
- ・将来、老齢基礎年金を受け取るための受給資格期間に算入されます。
- ・万が一、病気や怪我で障害が残った場合の障害基礎年金や、亡くなられた場合の遺族基礎年金を受けられる可能性があります。
- ・経済状況が改善した後に追納することで将来受け取る老齢基礎年金額を増やすことができます。
- ・追納可能期間は、免除・猶予を受けた期間から過去十年以内の分まで遡って納付可能です。
- ・加算金は、免除・猶予の翌年度から起算して三年度目以降に追納する場合、少額の加算額が上乗せされます。
- ・失業や収入減少など家計が厳しい時期の負担を軽減できます。
- ・差押えなどの滞納処分のリスクを減らすことにつな

- がります。（未納のままにしないことが重要です。）
- ・学生や若い世代も、将来の年金権を守りながら学業や就職活動に専念できます（対象制度あり）

よくある質問

- Q1.どのくらいの期間さかのぼって申請できますか？
- A1.原則として、申請時点から過去2年1カ月前までさかのぼって申請できます。
- Q2.年金保険料の免除申請をしましたが、納付書が届きました。支払う必要ありますか？
- A2.免除申請の審査結果が出るまでは、納付書が送付される場合があります。審査中は納付書を保管しておいてください。
- Q3.学生でも申請できますか？
- A3.所得要件を満たす学生は、学生納付特例制度を利用できます。
- Q4.申請したら必ず承認されますか？
- A4.所得などの審査があるため、必ず承認されるとは限りません。
- Q5.年金保険料の免除・納付猶予の申請はいつできますか？
- A5.国民年金保険料の免除・納付猶予は毎年7月から翌年6月までの1年分を申請できます。

最後に

国民年金は、老後の生活だけでなく、病気や怪我で障害が残ったときや、家族の生活を支える大切な制度です。

保険料の納付が難しい場合でも、免除・納付猶予制度を利用することで、将来の年金を受け取るための資格期間の確保や、万が一の際の保障につながります。「納められないから」とそのままにせず、まずは制度をご利用いただくことをご検討ください。

ご自身やご家族の将来の安心のためにも、お困りの際はお気軽に役場の国民年金担当窓口へご相談ください。

お問い合わせ先

竜王年金事務所 （☎ 278 - 1100）
 昭和町役場 国保・年金係 （☎ 275 - 8264）
 年金加入者ダイヤル （☎ 0570 - 003 - 004）



秋を楽しむ寄せ植え教室の 参加者を募集します!

季節の花で寄せ植えして秋の彩りを楽しんでみませんか。寄せ植えの管理等の座学を聞いていただいた後に実習となり、ゆったりとした時間を過ごせる内容です。材料はこちらでご用意しますので、どうぞお気軽にご参加ください。

日 時 10月6日(火) 午前10時～11時40分
当日受付 午前9時40分～

場 所 昭和町総合会館2階 軽運動室

対 象 町内在住の60歳以上の方

定 員 30名(先着順)

参 加 費 1,500円 ※当日集金

持 ち 物 軍手、エプロン、筆記用具、
寄せ植えを持ち帰るための袋

申込方法 9月15日(火)

●前回(5/20実施)「多肉植物寄せ植え教室」に参加されていない方の受付時間 午前9時～午前9時30分

●すべての対象者の受付時間 午前10時～

※電話のみの受付となり、参加者本人がお申し込みください。

※世帯で一人の申込が可能です。

※当会の事業のため町役場へのお問い合わせやお申込みはお控えください。

コレカラ教室10月のご案内

いすに座りながら体操できる運動教室を毎月5回(※)開催中!誰でも楽しめるバラエティに富んだ内容となっています。興味のある教室にご参加ください!

※諸事情により開催回数に変動が生じる場合があります。

10月の日程

1日(木) 脳トレ体操

7日(水) リラックスできるヨガ体操

16日(金) 背骨コンディショニング

21日(水) エンジョイしよう!!(新)※

26日(月) リンパ体操

時 間 午前10時～午前11時まで

場 所 昭和町総合会館2階 軽運動室

対 象 昭和町内在住の65歳以上の方

参 加 費 おひとり 月額 1,000円

持 ち 物 動きやすい服装・飲み物・
タオル(体操用・汗拭き用)

参加申込 9月24日(木) 午前9時～受付

※新しい教室の紹介です。

21日 エンジョイしよう!!

元氣よく笑顔で身体を動かす事の大切さを感じて健康人生をエンジョイしませんか。簡単な体操や脳トレをリズムに合わせてやってみましょう。

介護予防事業 のびしろ体操 (健康体操教室)

当会では、介護予防事業の一環として、高齢者のためののびしろ体操を実施します。

日 時 10月1日・8日・15日・22日
11月5日・12日・19日・26日
12月3日・10日・17日
※木曜日 全11回
午後1時30分～午後2時30分

内 容 脳トレ・筋力アップ・ストレッチ

場 所 昭和町総合会館2階 軽運動室

対 象 者 町内在住の65歳以上の方

定 員 50名まで

参 加 費 2,000円

持 ち 物 動きやすい服装・飲み物・タオル(体操用)

講 師 シナプソロジーアドバンス教育トレーナー
健康運動指導士 小澤 智子 様

受付開始日 9月17日(木) 午前9時～
※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。

申し込み・問い合わせ 上記電話番号まで

第2回山梨いきいきシニアまつり を開催します!

山梨県老人クラブ連合会では、高齢者の健康づくりやいきがいづくりを目的としたイベント「第2回山梨いきいきシニアまつり」を開催します。

日 時 9月19日(土) 午前11時～午後3時まで
場 所 リッチダイヤモンド総合市民会館(甲府市)
対 象 者 どなたでも
参 加 費 無料(申し込み不要)
内 容 健康相談や各種体験、展示販売コーナーなど、こどもから高齢者まで楽しめるイベントです!スタンプラリー参加者にはプレゼントもご用意しています!

問い合わせ 山梨県老人クラブ連合会
☎055-254-8688

9 September 月の予定 事前申し込み制です

●55キネマ
29日(火)

●コレカラ教室

4日(金) ゆがみ直し整体体操
8日(火) 脳トレ体操
16日(水) いすヨガ
24日(木) 筋力アップ体操
28日(月) リンパ体操

水道だより

No. 160

2026 (令和8) 年 9 月

甲府市上下水道局 TEL. 055-228-3311 (代)
FAX. 055-228-3773

9月1日(火)は 「防災の日」

災害は突然、襲ってきます。災害が起きた時のために、**①非常用飲料水 ②生活用水 ③携帯用トイレ**の備蓄をしましょう。

問 甲府市上下水道局営業課 ☎055(228)3319

① 非常用飲料水

大規模災害が発生した場合には、復旧に時間がかかる可能性があるため、**1人1日最低3ℓ、7日分程度**の飲料水を備蓄しましょう。



“ローリングストック”で効率よく備える

飲料水などを普段から備蓄し、使った分だけ新たに補充しながら、災害に備えましょう。



② 生活用水

飲料水とは別に、洗濯・トイレ(使用可能な場合)などの生活用水も必要です。浴槽に水をためておくのも有効な方法です。

※目安…**1人1日約20ℓ**



③ 携帯用トイレ

下水道管が破損した場合、水洗トイレが使えなくなる場合があります。**1人1日5回、7日分**を備蓄しましょう。



携帯用
トイレ

既存の水洗トイレにつけて使用する便袋。吸水シートや凝固剤で固めるので衛生的です。



災害時でも水道水を届けるために

甲府市上下水道局で実施した昨年度の防災訓練の様子をご紹介します。東京都、神奈川県、千葉県の事業体の皆さんと合同で実施しました。



給水車への注水訓練
(東京都水道局)



設置型給水タンクの
組み立ての様子



設置型給水タンク送水訓練
(国土交通省)

▶ 特設 WEB サイト「あたりまえの、裏にあるもの。」公開中！

「あたりまえの、裏にあるもの。」をコンセプトに、安全・安心の裏にある、かけがえのない自然の循環と水をきれいにするいくつかの工程や携わる人について紹介しています。



▲特設サイト



▲Instagram



▲ホームページ



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

男女共同参画推進委員会 副委員長 青柳 英子(西条二区)

デートDVパンフレットを配布しました (～ 中学3年生のきみへ～)

皆さんは、「デートDV(ディーブイ)」をご存知ですか？
「デートDV」とは、「恋人などの交際相手、または、元交際相手から振るわれる暴力」のことをいいます。

私たち昭和町男女共同参画推進委員会では、押原中学校3年生の皆さんに、【中学生のきみへ デートDVを知っていますか?】という、オリジナルパンフレットを配布しています。このパンフレットには、「デートDVに、どのような暴力(行為や言葉)があるか」「どんな気持ちになっているか」などが、書かれています。「デートDVをしている? されている?」と思った時は、どうしたらいいか、行動のヒントや相談窓口も、紹介しています。そして、私たちが伝えたい大切なメッセージ、「デートDVを防ぐために、どんな時でも、お互いの気持ちを確認し合いましょう」が、載っています。押原中学校3年生の皆さん、周囲の方々にも、役立てていただけたらと願っています。

「デートDV」の「DV」は、「ドメスティックバイオレンス

= 人権を侵害する暴力」のことです。

1999年(平成11年)、男女共同参画社会基本法が制定されました。第一章総則の目的では、男女(ひととひと)の人権が尊重されることについて触れています。かつて日本では、古くからの家族観などにより、夫婦間または近親者(家族・親族・交際相手など)からの暴力を、容認する傾向がありました。しかし、近年はそれらを容認することなく、人権を侵害する暴力である、と認めるようになりました。加害の防止、被害者の保護が、重要となっています。

他方残念ながら、現実の生活では、人権の侵害を、簡単または端的に、語れない場面があります。そのような中でも、仕方がないことだと諦めず、考え続けること、見つめ続けることにより、問題が明らかになっていくこともあります。

私は、男女共同参画推進活動を通し、自分を含めたより多くの方が笑顔で暮らせる社会になって欲しい、そのために自分ができることを、考え続けます。

Hello!!
こんにちは! 愛育会 No.232 です!



昭和町母子愛育会
事務局 いきいき健康課
☎ 275-8785



災害時の備えはできていますか

「自助」とは自分の命を守ること。けれども赤ちゃんは自分で身を守ることができません。



“もしも”に役立つ防災読本 子育て中のパパママ必見!

愛育会では、赤ちゃんを災害から守るための防災読本を作成し、地域の子育て家庭へ差し上げています。育児学級等でお渡ししていますが、ご希望の方はいきいき健康課までお問い合わせください。

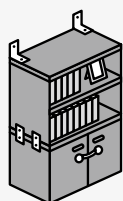


大切なご近所との関わりを持ちましょう

8月30日に行われた昭和町自主防災訓練には参加しましたか? 防災訓練は、避難場所等を知ることだけでなく、顔を合わせることで近くに頼れる人がいることなどを知ることができます。

訓練だけでなく、日ごろから積極的にご近所との関わりを持ち、自分の顔や家族の顔を覚えてもらいましょう。

赤ちゃんを危険から守るために



大きな家具や家電、倒れやすいものは転倒防止用のストッパーで固定しておきましょう。



大人にはケガなど想像できない物でも、赤ちゃんにとっては凶器になります。赤ちゃんがいる部屋には、なるべく物を置かないようにしましょう。



母乳育児であっても母乳があげられないときのために、粉ミルク・使い捨て哺乳瓶・水・お湯を沸かすための卓上コンロとカセットボンベを備蓄しておきましょう。

地震が起きて避難する場合、おんぶは赤ちゃんの様子がわからないため大変危険です。抱っこ紐などを使いしっかりと抱っこし、ミルクやおむつなど必要なものを入れた非常持ち出し袋を背負って避難しましょう。



Minami-Kofu Police Station

南甲府警察署

問い合わせ…南甲府警察署 生活安全課・警務課 ☎243-0110

通信



SNS 型投資・ロマンス詐欺 (略して『トウロマ』) の被害防止

SNS型投資・ロマンス詐欺(略して「トウロマ」)被害の主な特徴

①きっかけ

- ・投資詐欺は、有名投資家や著名人などを装ったバナー広告を表示し、サイトにアクセスさせる。
- ・ロマンス詐欺は、魅力的な見た目や趣味が合うと装い、インスタグラムやフェイスブック、マッチングアプリなどで、友達申請(フォローリクエスト)やメッセージが届く。

②興味を抱くと

- ・LINEのやりとりに移行し、毎日メッセージを送り信頼させる(好意をもたせる)。

③投資に誘導

- ・ニセ投資アプリ(サイト)を登録させる。
- ・少額入金(暗号資産の購入)させて、ニセ投資アプリ(サイト)上「儲けが出ている」とみせかける。

④だまし取る方法

- ・「儲けが出る」と信じさせる。特別なイベントをうたい、投資を続けさせる。

⑤さらにだまし取る

- ・出金しようとする、手数料や税金などの名目でさらにだまし取る。

SNS型投資・ロマンス詐欺(略して「トウロマ」)を防ぐポイント

- SNSで知り合った相手からお金(投資)の話をされたら全て詐欺【相手を信じてお金を出してはいけません。】
- 知らない個人・法人名義の口座への振込は詐欺【振込先が知らない個人や法人名義の口座にお金を振り込んではいけません。】
- 暗号資産の送金は詐欺【ニセ投資アプリ(サイト)上で、指定されたアドレスに暗号資産を送金してはいけません。】

秋の全国交通安全運動の実施

9月21日(月)から9月30日(水)までの10日間にわたり「秋の全国交通安全運動」が実施されます。

秋は日没が早くなり、薄暗い時間帯では、歩行者、自転車の発見が遅れやすく、死亡事故など重大な交通事故の危険性が高まります。そのため、通勤、通学や買い物など、多くの人が道路を利用する夕暮れ時は、特に注意が必要です。

一人ひとりの安全な行動が、地域の大切な命を守ります。

交通事故のない社会を目指し、次のことを実践しましょう。

- 徒歩や自転車で外出するときは、反射材やライトを活用する
- 道路を横断するときは、横断歩道を利用し、手を挙げるなどして横断の意思を運転者に伝える
- 自転車利用時は、ヘルメットを着用し、交通ルールを守る
- 車を運転するときは、早めにライトを点灯し、速度を控えて安全運転に努める

犯罪現場はそのままに

「外出先から帰宅したら家の中が荒らされていた」など、泥棒による被害に遭ったときは、落ち着いて次のような対応をお願いします。

○犯罪現場には立ち入らず、そのままにしておく。

犯罪現場には、指紋や足跡など犯人が残したこん跡がたくさんあります。やむを得ず立ち入った場合は、駆けつけた警察官に説明をしてください。

○「110番通報」または、「最寄りの警察官、交番、駐在所」に届け出る。

直ちに警察官が駆けつけて、状況をお聞きしたり、指紋や足跡など犯人が残したこん跡を採取したりします。

事件をいち早く解決するため、犯罪現場はそのままにして、直ちに警察に届け出るよう、ご協力をお願いします。

その他の犯罪現場に遭遇したときにも、現場はそのままにしてください。

みなさんの Health 健康

パーキンソン病は、もはや珍しい病気ではありません — 身近になった病気と進歩する治療 —

山梨大学大学院 総合研究部 医学域 神経内科学講座 准教授 樽野 陽亮

パーキンソン病は国の指定難病の一つですが、その中でも患者数の多い病気です。日本には約20万人の患者さんがいると推計され、65歳以上では約100人に1人が患っているとされます。高齢化などを背景に世界中で患者数が急増しており、「パーキンソン・パンデミック」と呼ばれることもあります(感染症のように人から人へうつる病気ではありません)。

病名は、1817年にこの病気を「振戦麻痺」として初めて詳しく報告した英国の医師ジェームズ・パーキンソンに由来します。脳内で体の動きを調節するドパミンという物質が減少することで、さまざまな症状が現れます。

最初の気づきとして多いのは、片方の手足の震え、動作が遅くなる、歩幅が小さくなる、片腕を振らずに歩く、字や声が小さくなるといった変化です。肩や腰の痛み、便秘、嗅覚低下、睡眠中に大声を出したり手足を動かしたりすることが先に現れる場合もあります。「年齢のせい」と思っていた変化が、診断の手掛かりになることがあります。

治療の中心は薬ですが、近年は選択肢が大きく広がりました。病気が進み、薬の効果が短くなって一日に何度も内

服する必要が生じた場合には、小型ポンプを用いて薬を持続的に投与する治療があります。また、脳に細い電極を留置し、電気刺激によって症状を調整する脳深部刺激療法もあります。

薬が効きにくい強い震えには、頭蓋骨を開けず、MRIで確認しながら超音波を一点に集中させて震えを抑える集束超音波治療を受けられる場合があります。さらに、iPS細胞から作ったドパミン神経のもとになる細胞を脳内に移植する治療も、新たな選択肢として期待されています。

特に、ポンプによる持続投薬、脳深部刺激療法、集束超音波治療については、症状、年齢、薬への反応や全身状態などを踏まえた専門的な判断が必要です。現在の治療で生活しにくくなった場合や、こうした治療について詳しく知りたい場合には、山梨大学医学部附属病院をはじめとするパーキンソン病の専門施設へご相談ください。適切な時期に一人ひとりに合った治療を組み合わせることで、長く自分らしい生活を続けられる可能性があります。

企画 一般財団法人 里仁会(☎273-5475)



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 9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
顔写真付き本人確認書類
- ・マイナンバーカード(2回目以
降のお受け取りの方)

※未成年のお子様のマイナンバー
カードを保護者様が受け取る場
合、お子様・保護者様双方の本人
確認書類が必要です。

○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 9月1日(火)～25日(金)

※最終日の受付は正午まで

※事前予約制になります

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
等のお手続きは受付できません。

申し込み

右記QRコード、または
お電話からお申し込み
ください。



問い合わせ

町民窓口課 町民係 ☎234-5144

受けていますか?浄化槽の法定検査

浄化槽の管理者には、浄化槽の維持
管理として「法定検査」、「保守点検」、
「清掃」の3つが浄化槽法で義務づけら
れています。

県では今年度、「法定検査」を受検し
ていない方を対象として個別に受検案
内を郵送しています。

受検案内を受け取られた方は、検査
機関である山梨県浄化槽協会に申し込
みいただき、速やかに検査を受けるよ
うお願いします。

浄化槽は適切な維持管理を行わない
と、浄化機能が低下するばかりでなく、
汚物・汚水が水路等へ流出すること
による水質汚濁や、悪臭の原因となる
など近隣の迷惑となることがあります。
浄化槽は適切な維持管理を行うこと
により、その機能が十分に発揮されま
す。良好な水環境の維持のため、法定
検査、保守点検、清掃を実施してくだ
さい。

問い合わせ

(一社)山梨県浄化槽協会
(☎055-225-5118)

ファミリーサポートしょうわ

フォローアップ研修

『体験! ポーセラーツ&懇親会』

こどもたちに関わる大人自身が感性
や個性を豊かに! 五感を使って表現す
るポーセラーツ体験を楽しみませんか。

ファミサポでは保育の充実を目指し
てフォローアップ研修を行っています。
ファミサポ援助会会員の方はもちろん、興
味をお持ちの方もぜひご参加ください!

日時 9月16日(水) 午前10時～正午

場所 ファミリーサポートしょうわ

講師 ポーセラーツ講師

黒江 明子 氏

参加料 500円

定員 12名

参加申込・問い合わせ

ファミリーサポートしょうわ
(☎275-8115)

ファミリーサポートしょうわ

おやこ講座

ハイハイ・ヨチヨチ・トコトコ・抱っ
このお子さんも一緒に楽しい時間を
過ごしてリフレッシュしましょう!

リズムあそび

日程 9月29日(火)

講師 リトミック講師 鶴田香予子 氏

持ち物 飲み物

定員 親子 8組

月バレエストレッチ&リリース法

日程 9月9日(水)・17日(木)

講師 美優's Balletスタジオ

入倉みわ 氏・竹川智那 氏

持ち物 飲み物・ヨガマット(ある方)

定員 親子 12組

時間 午前10時30分～11時30分

場所 ファミリーサポートしょうわ
(西条新田361-2)

参加申込・問い合わせ

ファミリーサポートしょうわ
(☎275-8115)

R8 年度地域防災リーダー養成講座

講座名

「洪水ハザードマップから読み解く
水害リスクと備え」

内容

- ・ハザードマップで水害リスク確認
- ・浸水想定正しい見方を学ぶ
- ・日頃の備えと適切な避難行動

対象者

昭和町、甲府市、韮崎市、甲斐市、南ア
ルプス市、北杜市、中央市に在住の方

日時 10月6日(火) 午後1時30分～3時

場所 北巨摩合同庁舎 101会議室
(韮崎市本町4-2-4)

定員 40名 ※要予約

講師 山梨大学地域防災・マネジメント
研究センター 助教 佐藤史弥 氏

参加費用 無料

申し込み

9月29日(火)までに電話、メール、
FAXにて受け付けます。参加者氏名

●チャイルドシート貸与事業(問い合わせ…企画財政課 行政係 ☎275-8154)

昭和町では、乳児の交通安全とチャイルドシートの着用推進のため、次の事業を行っています。

- 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

●行政相談について(問い合わせ…企画財政課 行政係 ☎275-8154)

行政相談は、町や国、県などへの苦情や意見、要望などを相談できる制度です。相談は無料です。町では2人の相談員が対応します。
事前連絡不要です。直接会場にお越しください。 ●日時…毎月第3水曜日 ●場所…役場別棟2階会議室

●昭和町公式X(旧ツイッター) 運用中(<https://x.com/showatown>)

X(旧ツイッター)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。



(ふりがな)、連絡先、お住まいの市町村をお知らせください。

問い合わせ

山梨県中北地域県民センター
(☎0551-23-3051)
(メール: ch-kenmin@pref.yamanashi.lg.jp)
(FAX: 0551-23-3012)

55 キネマ映画鑑賞会のご案内

55歳以上の方を対象に映画館のスクリーンを貸し切って鑑賞会を行います。迫力ある新作映画を大きなスクリーンで鑑賞しませんか？

日時 9月29日(火)
午後2時～4時30分

当日受付 午後1時～1時40分まで

※受付場所は映画館ロビーです

場所 TOHOシネマズ甲府
(イオンモール甲府昭和2階)

内容

【踊る大捜査線 N.E.W.

メトロポリスを駆け抜けろ!】(新作)

対象 町内在住の55歳以上の方
約106名(先着順)

参加費 無料

持ち物 身分証明書

申込受付開始 9月14日(月)午前9時～

※電話若しくは下記 QR コード受付

昭和田社会福祉協議会
(☎055-275-0640)

※申込は1名から最大4名までとします。

※座席については、当日受付時に抽選で決定します。

※当日無断キャンセルは通常又は割引料金を請求いたします。

※本事業は社協主催となります。町役場へのご連絡はお控えください。



手話は言語です

9月23日は「やまなし手話言語の日」

山梨県では、全ての県民が、手話言語に対する理解を深め、障害のある人もない人も、社会を構成する対等な一員として、安心して暮らすことのできる共生社

会の実現を目指して、令和5年3月24日に山梨県手話言語条例を施行しました。条例では、9月23日を「やまなし手話言語の日」としています。

手話は言語です。手話でコミュニケーションの輪を広げていきましょう。

山梨県では、手話言語の理解促進のための啓発動画などを作成していますので、ご視聴をお願いします。

問い合わせ

山梨県障害福祉課
(☎055-223-1460)
(FAX 055-223-1464)



県央ネットやまなし

やさしい日本語講座を開催します

外国人にも伝わりやすい「やさしい日本語」を学んでみませんか。「やさしい日本語」は、相手に合わせて分かりやすく伝えるためのコミュニケーション方法です。伝えることばを一緒に考えましょう。

対象

昭和町・甲府市・韮崎市・南アルプス市・甲斐市・笛吹市・北杜市・山梨市・甲州市・中央市・市川三郷町・富士川町に在住・在勤・在学の方

日時 9月30日(水)午後2時～3時30分

会場 遊亀公民館 講義室2
(甲府市青沼3丁目5-44)

定員 45名

申込

9月28日(月)までに県央ネットやまなしポータルサイトから講座内容をご確認の上お申込みください。

※外国人のための日本語教室ではありませんので、ご注意ください。

問い合わせ 総務課(☎275-8153)



令和8年度下水道排水設備工事責任技術者認定試験のお知らせ

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す。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。

今年度は次の日程により実施します。

受付期間 9月10日(木)～10月1日(木)

講習会 10月22日(木)

午前10時～午後4時

場所 アイメッセ山梨4階大会議室
(甲府市大津町2192-8)

試験 11月10日(火)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)

申し込み先

公益財団法人山梨県下水道公社
(笛吹市石和町東油川字北畑417)

※申込用紙等は、公益財団法人山梨県下水道公社のホームページよりダウンロードしてください。9月8日よりダウンロード可。(URL: <https://www.yamanashi-swc.or.jp/>)

問い合わせ

公益財団法人山梨県下水道公社事務局
(☎055-263-2738)

県央ネットやまなし

ACP 普及啓発イベント

(映画上映&トークセッション)

いつかのためのいつものはなし

～今日から私の人生会議～

第1部 映画上映「痛くない死に方」

第2部 トークセッション

出演者:

木山 裕策さん(タレント・歌手)

新藤 琢磨医師(みんなのクリニック)

秋葉 峻介講師(山梨大学)

日時 10月11日(日)午後1時30分～5時

会場 甲府市リッチダイヤモンド総合市民会館芸術ホール

定員 会場500名(先着順)

申し込み

申込フォーム(QRコード)、または下記FAXでお申し込みください。
(FAX235-7672)



申し込み受付期間

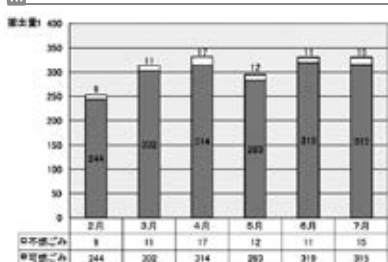
9月1日(火)～9月30日(水)

※定員になり次第締め切り

問い合わせ

イベント運営事務局(☎235-7666)

毎月の可燃・不燃ごみ搬出量



防災一口メモ 大雨のときの避難は避難所だけじゃない!

夜間や大雨の中では避難所への移動も危険が伴います。

屋外への避難が困難な場合は、2階以上の高所へ移動しましょう。

また、屋内に浸水してしまうと家電などは使えなくなります。避難生活をするために、生活に使う小さい家電や水や食料などの備蓄品も高所に移動させておきましょう。そのためには、水害時にはどのような行動をとったら良いかを、家族と話し合っておきましょう。

また、浸水するとトイレに水が流せなくなります。自宅のトイレを使ったポリ袋で作る簡易トイレを使用するようにしましょう。

女性防災ネット昭和



ラブちゃん

令和7年6月12日生(女の子)

散歩中、出会った人に挨拶をすることが大好き！
皆さんに沢山可愛がってもらえて嬉しいね。
自慢のわが子です♡



広報しよ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！
お子さんのとっておきの笑顔や、思い出の一枚をぜひお送りください。ワンちゃんやネコちゃんなどペットのお写真も募集しています！ご家族自慢の一枚をお待ちしています。詳細は右記 QR コードから町ホームページをご確認ください。
申し込み先 昭和町役場 企画財政課 (☎ 275-8154) kikaku@town.yamanashi-showa.lg.jp



たらのチリソースかけ

レシピ提供 昭和町食生活改善推進委員会

材料 2 人分

生たら(切り身) …… 2 切 (200g)
片栗粉 …… 大さじ 1
トマト …… 中 1 個 (200g)
玉ねぎ …… 1/2 個 (100g)
しょうが・にんにく …… 各 1/4 かけ
油 …… 大さじ 1.5
豆板醤 (A) …… 小さじ 1/3
トマトケチャップ (A) …… 大さじ 1
酒 (A) …… 大さじ 1
ウスターソース (A) …… 大さじ 1
砂糖 (A) …… 小さじ 2
サニーレタス …… 1 枚



作り方

- ①たらは塩こしょう(分量外)をふり、10分おいたら水気をキッチンペーパーで拭く。片栗粉をまぶしておく。
- ②湯むきしたトマトは2cm角に切る。玉ねぎ、しょうが、にんにくはみじん切りにする。
- ③フライパンに油(分量の半分)をしき、①を両面がこんがりするまで中火で焼く。蓋をして弱火で約4分、全体に火が通ったら一旦取り出す。
- ④同じフライパンに残りの油をしき、玉ねぎを中火で炒めしょうが、にんにくを加える。
- ⑤④に(A)を入れ強火にし、トマトを加えソースを煮詰める。
- ⑥冷水にさらして水気を切ったサニーレタスを皿に敷き、③を盛りつけチリソースをかける。

食育推進協議会事務局 いきいき健康課 (☎ 275-8785)

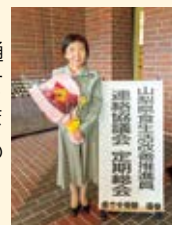


受賞 おめでとうございます！

食生活改善推進員の高野京子さん(飯喰地区)が、この度、山梨県食生活改善推進員会長表彰を受賞されました。

高野さんは平成7年より活動を開始し、30年の永きにわたりご活躍されています。飯喰区連絡員を計8年、令和6～7年は副会長を務められました。副会長を任期中には「転ばぬ先のカルシウム バランスのとれた食事で心も体も健康でいよう骨骨と！」をキャッチフレーズに活動を展開しました。骨を維持するために重要なカルシウムについて、食事へ上手に取り入れる方法を住民の方々へ普及していただきました。

これから「食」を通じて地域に寄り添ってくださることと思います。この度は誠にありがとうございます。



余白のすみっちょ

スーパーマーケットに並ぶ食材を見ると秋の気配を感じるようになりましたが、日中はまだまだ厳しい暑さが続いています。これから迎える食欲の秋に向けてしっかりと栄養をとって、残暑を元気に過ごしたいですね。

さて、今月号の表紙は、西条一区子ども相撲大会で撮影した一枚です。力いっぱい相手に向かっていく子どもたちの真剣な表情や、会場から送られる温かな声援がとても印象的でした。また、素足で土俵の砂を踏む感触はどの子どもたちにも新鮮なようで、取り組みが笑顔から始まっていたことも心に残りました。

まちの動き 8月3日現在(前月比)

人 □ 21,540 人 [836] (- 16 [+ 14])
男 10,764 人 [376] (- 15 [+ 5])
女 10,776 人 [460] (- 1 [+ 9])
世帯数 10,049 戸 [450] (- 4 [+ 11])

※内、[]は外国人数

※平成24年7月9日から人口・世帯数は外国人住民を含んだ数

