

ほくと

正しく知って防ごう
熱中症





瑞牆山から望む景色

山の恵みに感謝

南アルプス、奥秩父山塊、八ヶ岳に囲まれた
自然豊かな北杜市。
山の恵みに感謝し、
この自然豊かな環境をいつまでも守り続ける。
それが、私たちの使命。

観光課 ☎ 42-1351 ☎ 42-5216

東沢大橋



みずがき山自然公園



青年小屋



真原の桜並木





甲斐駒ヶ岳から望む景色



八ヶ岳



「ほくと山シール」
プレゼントキャンペーン

Instagram か Twitter に
#ほくと山シールで投稿

▶シール配布および写真投稿期間
～9/30(土) (なくなり次第終了)

▶対象者

・北杜市内から望める山八座に登頂して、次の条件をクリアした方

- ①登頂時に、山の名称がわかる場所で本人を入れて記念撮影をする。
- ②その写真をハッシュタグ「#ほくと山シール」をつけて自分のInstagramかTwitterに投稿する。

▶シール配布場所

山小屋、温泉施設など

詳しくはこちら▶

ふるさと納税課 ☎42-1324 ☎42-1127



8月11日は「山の日」

「山の日」とは、山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する祝日です。北杜市は人々を魅了する雄大な山岳景観が望め、また、豊かな自然資源に恵まれています。この自然環境を後世へつなぐために、私たちができることを考えてみませんか？

市内に2つのユネスコエコパーク

ユネスコエコパークとは、豊かな生態系を有し、地域の自然資源を活用した持続可能な経済活動を進めるモデル地域のことです。

「南アルプスユネスコエコパーク」と「甲武信ユネスコエコパーク」が認定を受け、現在、それぞれのユネスコエコパーク地域連絡会が環境保全や地域活性化に取り組んでいます。

4～5ページでは、それぞれのユネスコエコパーク地域連絡会の会長に取組内容などをお話いただきました。



茅ヶ岳・金ヶ岳から望む景色



尾白川渓谷



北杜市南アルプスユネスコエコパーク地域連絡会

長坂 正 会長

いつまでも南アルプスの豊かな自然を守りたい

部会」、歴史・民族芸能などの体験・学習会やエリア内の生物調査を行う「文化・教育部会」、中山を活用したハイキングや林道整備などを行う「ブランド・ツーリズム部会」の3部会で活動しています。今後は、地域連絡会の自主財源確保に向け、有料イベントの準備に取り組んでいきます。

地域連絡会のこれまでの活動を振り返って

南アルプスが平成26年6月にユネスコエコパークに登録された翌年の3月に地域連絡会を発足しましたが、何をしたらいいのか手探り状態でした。そんな中で、まず自分たちがエリア内の甲斐駒ヶ岳や鳳凰山系の自然資源や文化財などを学ぶことから始めました。

南アルプスの魅力を言で表すと？

一言では非常に難しいですね。しいて言えば「深い山、豊かな水」ですね。太平洋プレートで隆起した地形は、独自の自然を作り上げており、この特異な成り立ちが恵みとなり、特有な地域の産業や文化を作り上げています。

現在、どのようなことに力を入れて活動していますか？

登山道整備や清掃活動、浸食箇所への養生マットの設置などを行う「環境

活動の中でうれしかったこと、苦労したこと

中山の登山道を整備した際、大きな丸太を頂上まで担ぎ上げたときは本当にきつい作業でしたが、完成した登山道はとても登りやすく、疲れも忘れ、満足感でいっぱいになりました。また、中山の展望台周辺までの登山道整備が進み、360度のパノラマ展望を楽しむハイカーが増えたことは喜ばしいです。



一方で、この活動が地域の皆さんにまだまだ認知されていないと感じることから、もう一段徹底したPR活動の必要性を感じました。

豊かな地域の自然をこれからも守っていくために必要なことは？

1つめに「会員の意識向上」が挙げられます。地域連絡会の会員がこの地域の良さに惚れ、情熱的にこの地域の自然を守ることを考えることにより、素晴らしいアイデアが生まれるのではないのでしょうか。

2つめに「子どもたちへの教育」です。子

今後の活動は？

私の使命は、前任者が一生懸命築き上げたこの活動を「さらにスピード感を持って前に進めること」であると考えます。来年はユネスコエコパーク登録10周年を迎えます。まずは、地域の方に南アルプスユネスコエコパークをさらに知ってもらう活動に力を入れ、「わが町は南アルプスユネスコエコパークの町だよ」と胸を張って言えるようにしたいです。

最後に子どもたちにメッセージを！

皆さんが住んでいるエリアは素晴らしい地域です。この地域の自然や文化を一生懸命守っている人のおかげで皆さんの住んでいる地域は成り立っています。感謝の気持ちを持ち、皆さんもこの地域のことをもっともっと勉強してください。そして、大人になっても、この素晴らしい地域で育ったことを一生の宝にしてほしいと思います。

地域を守る活動を通じて、みんなの町を守りましょう！



北杜市甲武信ユネスコエコパーク地域連絡会
五味 力 会長

・地域連絡会のこれまでの活動を振り返って

私は四季を通して自然に携わる機会が多く、山々の素晴らしさを感じています。この素晴らしい地域に魅かれて移住してきたという方に出会うこともありました。地域連絡会の活動は始まったばかりです。すべてのものには命があります。その命を絶やさないために保護や管理を行い、後世まで資源を残すことを心がけていきたいと感じています。

・金峰山、瑞牆山の魅力を三言で表すと？

「宝の山」です。自分の成長に合わせた山に登ることで見える景色が違ったり、また用途によっては山はさまざまな見方ができます。元気をもらいたくときは瑞牆山の岩肌を眺めたり、木賊峠から眺める金峰山に感動しています。山に触れることで、元氣や勇氣、感動をもたらえる場所であると思います。

・現在、どのようなことに力を入れて活動していますか？

地域連絡会の今後の取組内容などを検討しています。6月には、山梨県植物研究会理事の櫻井八州彦さんを講師に、瑞牆山で植物観察会を開催し、本市に移住された方など多くの方に参加いただきました。長年この地域に住んでいる皆さんにもぜひこの素晴らしさを実感してもらいたいと思っています。また、できる限り努力して、PR活動をしていきたいです。



・活動の中でうれしかったこと、苦労したこと

昨年、北杜高校の生徒とみずがき湖周辺の清掃活動を行いました。若い世代が地域の良さを感じ、美化活動が日常茶飯事に行われるよう、これからも続けてほしいと思いました。一方で、私は会長を仰せつかっていますが、微力であると感じる中、手探り状態で苦労しながら活動しています。

・豊かな地域の自然をこれからも守っていくために必要なことは？

私が山で活動しているとき、チョウを写真に収めるために訪れたというグループに出会いました。そのチョウは絶

滅危惧種だと言います。人は物事を知ると欲が出てきて、絶滅危惧種までも採集するなどの行為に至ることもあります。希少種だと知らなければ、採集することがないかもしれない。「無知」であることで、絶滅危惧種や貴重な植物を守る側面もあるのではないかと思います。

・今後の活動は？

今年から本格的に活動するにあたり、後世に残す、また、興味を持ってもらうため、若い世代に山や自然の魅力、四季折々の景観の素晴らしさを知ってもらいたく、体験型イベントなどを計画しています。そして、多くの方に参加してもらいたいと思っています。また、市内で開催されるイベントに出向き、積極的なPR活動に取り組みたいと思っています。

・最後に子どもたちにメッセージを！

私が小さい頃に河原で遊んだり、木の实を拾ったりした自然の楽しみ方を今の子どもたちにも体験し、四季の移ろいを実感してほしいと思います。ぜひ私たちの背中を見て、皆さんに学んでいただくと嬉しいですね。

四季折々に感じる 山々の魅力を知ってほしい

子育てに関する手当などの手続きのご案内

お手続きは
お早めに

子育て政策課 ☎ 42-1332 ☎ 42-2335

児童扶養手当の現況届について

児童扶養手当を受給されている方は、毎年「現況届」を提出する必要があります。受給されている方には7月末に書類を送付しましたので、必ず提出してください。この届け出は、11月から来年10月分の手当額を決定するための大切な届け出です。提出されない場合、11月以降の手当を受けることができなくなります。

▶児童扶養手当とは

ひとり親家庭の支援を目的に、18歳に達した年度末(一定の障がいをもつ児童については20歳の誕生日前日)まで受給することができます。受給にあたっての要件がありますので、制度を利用されていない方は、子育て政策課までお問い合わせください。

▶提出期間 8/1(火)~8/31(木)

▶提出場所 子育て政策課、ネウボラ推進課または各総合支所地域市民課

ひとり親家庭医療費受給資格者証の更新手続きについて

ひとり親家庭等医療費を受給されている方は、毎年、更新の手続きが必要です。受給資格者証をお持ちの方には7月末に書類を送付しましたので、必ず手続きをしてください。この届け出をしないと、9月以降の助成を受けることができなくなります。

※現在交付されている受給資格者証の有効期限は、8月31日までです。

▶ひとり親家庭医療費助成とは

ひとり親家庭の親と児童に対し、通院・入院した場合に、保険診療による医療費の自己負担分と入院時食事療養費(児童分)を助成します。ひとり親家庭医療費助成の対象になると思われる方で制度を利用されていない方は、子育て政策課までお問い合わせください。

※保険適用外のもの是对象外

▶提出期間 8/1(火)~8/31(木)

▶提出場所 子育て政策課、ネウボラ推進課または各総合支所地域市民課

▶助成対象 ○ひとり親家庭の親とその児童

○父母のいない児童およびその児童の養育者(ただし、配偶者がいる場合は除く)

※児童が18歳に達した日以降の最初の3月31日まで該当

▶所得要件 ○ひとり親家庭の父または母、養育者が所得税非課税

○ひとり親などの扶養義務者の所得が児童扶養手当制度の所得制限限度額内

時間外・休日も受け付けます

「児童扶養手当現況届」「ひとり親家庭医療費受給資格者証更新手続き」について、次の日程で時間外や休日も受け付けます。

▶時間外 8/22(火)・8/23(水) 17:15~20:00

▶休日 8/20(日) 9:00~16:00

▶場所 子育て政策課

令和5年 秋開始接種について

接種が受けられる時期

令和5年9月～12月までの接種を予定しています。日程については詳細が決まり次第、広報や市ホームページなどでお知らせします。

接種の対象

対象は初回接種(1・2回目従来型ワクチン)が完了した5歳以上の方です。(予定)

また、初回接種が完了していない方は、先に初回接種を受けてください。

乳幼児(6カ月～4歳)は初回接種(3回)のみです。

※ワクチンの種類によって、対象年齢が変わる可能性があります。

接種場所

従来どおり、市内の医療機関で実施します。予約はコールセンターまたはwebにて受け付けします。

※集団接種については、現在検討中です。

使用するワクチン

接種ワクチンは、XBB.1系統の株に対応したワクチンを厚生労働省にて検討中です。

接種券の発送(手続き)

「令和5年春開始接種」にてワクチンを接種した方で、高齢者(65歳以上)の方・5歳～64歳で基礎疾患をお持ちの方・重症化リスクが高いと医師が認める方は市から郵送で接種券を発行します。(8月下旬予定)

また、医療従事者・高齢者施設等従事者の方は「令和5年春開始接種」と同様にお勤め先の医療機関・高齢者施設などで、できる限りまとめて市へ代理申請していただくようお願いします。

上記以外の5歳～64歳で基礎疾患・重症化リスクがなく接種を希望する方は、市役所・各総合支所の窓口の申請、郵送、webからの申請を予定しています。

詳しくは下記の表をご覧ください。

対象者区分	接種券の発送(手続き)
①高齢者(65歳以上)	65歳以上のすべての方に順次、発送予定です。
②5歳～64歳で基礎疾患をお持ちの方 重症化リスクが高いと医師が認める方	「令和5年春開始接種」にて接種を受けた方は自動的に接種券を発送する予定です。 ※「令和5年春開始接種」を未接種の方は、⑤と同様に申請が必要です。
③医療従事者	医療機関・施設ごとに代理申請してください。 ※個別での申請方法は、⑤と同様です。
④高齢者施設などの従事者	
⑤基礎疾患・重症化リスクのない 5歳～64歳の方	接種を希望される方は、市役所・各総合支所窓口、郵送、webからの申請を予定しています。

- ・初回接種を完了していない方：先に初回接種(2回)を終えてから「令和5年秋開始接種」を接種できます。
- ・乳幼児(生後6カ月～4歳)：4歳以下の方は、初回接種(3回)までで終了。

※この情報は、7月3日時点での情報を基に掲載しています。(厚生労働省にて審議中の情報を含みます。)

障がいのある方が利用できる各種手当制度

特別児童扶養手当

▶手当月額 1級：53,700円

2級：35,760円

▶対象

身体・知的・精神障がいなどがあり、かつ法令により定められた程度の障がい状態にある20歳未満の障がい児を養育する父母または養育者

▶該当する障がい

身体障害者手帳が1級～3級程度（下肢障がいなどの場合は一部4級を含む）、療育手帳がA～B-1程度の知的障がい、または同程度以上の精神障がい（診断書の内容により、等級が軽度の場合や手帳を所持していない場合でも、診断書の内容により支給可能となることがあります。）

※対象児童が施設入所（通園・通所を除く）、もしくは障がいを事由とする給付を受けている場合（障害厚生年金など）は請求できません。

障害児福祉手当

▶手当月額 15,220円

▶対象

身体または精神に重度の障がいがあり、日常生活において常時介護を必要とする在宅の20歳未満の児童

▶該当する障がい

身体障害者手帳が1級程度の身体障がい（両手指欠損などの一部の2級を含む）、療育手帳がA-2a程度の知的障がい、または同程度以上の精神障がいなど

※対象児童が児童福祉法に規定する肢体不自由児施設などやこれに類する施設入所、もしくは障がいを事由とする給付を受けている場合（障害厚生年金など）は請求できません。

特別障害者手当

▶手当月額 27,980円

▶対象

身体または精神に著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の20歳以上の方

▶該当する障がい

最重度の異なる身体障がい2つ以上ある場合（例：両上肢手関節欠損1級かつ両大腿欠損1級など）や、最重度程度の知的障がいや同程度の精神障がいを有し、日常生活の動作や能力に著しい影響がある場合

※継続して3カ月以上の入院もしくは障がい者支援施設などへ入所している方（短期入所を除く）は請求できません。

※障害者手帳を所持している方は、当該手帳に記載の障がい名および等級に応じて申請の際に診断書が省略可能になる場合があります。また、手帳を所持していなくても診断書の内容により支給可能な場合があります。

※各種手当には所得制限があります。受給者（申請者）の所得や、受給者の配偶者・扶養義務者の所得が、政令で定める額以上であるときは、手当は支給されません。

現在手当を受給されている方へ所得状況届の提出のお願い

各手当を受給されている方には「所得状況届」を送付します。受給者の方は期間内に福祉課または各総合支所地域市民課までご提出ください。

▶提出期間 8/10(木)～9/11(月)

「子育てを考える親の会」の開催について

	日時	場所	内容
第1回	9/29(金) 10:30～12:00	大泉総合会館	学習会：「発達特性や相談先などについて知ろう」
第2回	10/12(木) 10:00～11:30	北杜市 保健センター	交流会：周りに聞きたいこと・愚痴など何でも話しましょう。
第3回	11/6(月) 10:00～11:30		勉強会：「自立に向けた支援について」
第4回	12/4(月) 10:00～11:30		交流会：周りに聞きたいこと・聞いてもらいたいことを何でも話しましょう。

▶定員 20人

▶参加費 無料

▶申込み 第1回・第3回のみ申込が必要です。かざぐるままで電話またはファックスにて。

▶申込期限 第1回：9/8(金)・第3回：10/27(金)

かざぐるま（障害者総合支援センター） ☎ 42-1411 ☎ 20-4422

山梨県障害者文化展作品を募集します

障がいのある方が作成した手芸、絵画、書道、文芸（詩・俳句・川柳・作文など）、工芸、陶芸などの作品を募集します。また、文化展は地域展・総合展が開催され、地域展からの選抜作品が総合展で展示されます。

▶応募資格 県内に居住する障がいのある方

▶応募期間 8/18(金)～9/1(金)

▶作品提出期間 10/2(月)～10/10(火)

地域展

▶期間 10/13(金)～10/18(水)

▶場所 韮崎市民交流センターニコリ

総合展

▶期間 12/2(土)～12/6(水)

▶場所 山梨県立図書館 1階イベントスペース

※出展を希望される方は、事前に福祉課までご連絡ください。

福祉課 ☎ 42-1334 ☎ 42-1125

『皆でつくろう北杜の未来！』THE 医療介護交流会

住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、市民の皆さんに医療・介護の仕事の魅力を伝え、交流できる場「知って!楽しんで!体験して!」を発信します。須玉ふれあい館で楽しい1日を過ごしませんか? ※申込不要

▶日時 9/3(日) 10:00～15:30

▶場所 須玉ふれあい館

▶内容 ・医療介護連携事業所紹介コーナー

・体験コーナー(骨密度、血管年齢、フレイルほか)

・シンポジウムと健康落語

・美味しいものコーナー(キッチンカーやクッキー販売)

・楽しんで!よさこいタイム など、子どもから高齢者まで、知って得する内容です。

北杜市地域包括支援センター ☎ 42-1336 ☎ 47-4510

健康教室 市内の医師から聞く「からだいきいきシリーズ」の開催について

いつまでも健康でいるために、教室に参加してみませんか?

	日時	テーマ	講師
第1回	8/23(水) 開場 13:30 開演 14:00	～東洋医学の視点から～ とれていきますか?睡眠と休養	中田医院 中国医学研究所院長 中田 薫 医師
第2回	10/31(火) 開場 13:30 開演 14:00	婦人科検診のすすめ	北杜市立甲陽病院 大野 明子 医師
第3回	12/19(火) 開場 13:30 開演 14:00	「糖尿病の合併症」と「身体活動」	北杜市立甲陽病院 中村 傑 医師 エアロビクスインストラクター 近藤 優子 先生

▶場所 須玉ふれあい館ホール ▶参加費 無料

▶申込方法 健康増進課まで電話、またはやまなしくらしねっとからお申し込みください。

健康増進課 ☎ 42-1335 ☎ 42-1123

やまなしくらしねっと▶



今年度の介護保険料（本算定）が決定しました

●介護保険料について

皆さんから納めていただいた介護保険料は、介護保険給付の財源の一部となっています。介護保険事業が適正に運営され、誰もが安心して介護保険サービスを利用できるように、介護保険料の納付にご協力をお願いします。

●本算定について

本算定とは、介護保険料の算定基礎となる住民税の確定後、毎年7月にその年度の保険料額を正式に決定することです。

本算定により決定した保険料額が適用されるのは、

普通徴収は3期(8月)から、特別徴収は4期(10月)からとなります。

※本算定以前の期間は仮算定期間となるため、前年度と同じ保険料額で計算しています。

※本算定により前年度の保険料額と過不足が生じた場合は、本算定期間で調整を行います。

●納付方法について

・普通徴収…納付書での現金納付または口座振替(各金融機関での手続きが必要です。)

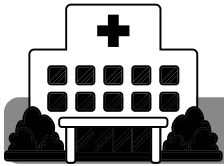
・特別徴収…偶数月に支払われる年金から2カ月分の保険料が天引き

【段階別介護保険料一覧】 前年の所得に応じて、9段階に区分されます。

所得段階	対象となる方	保険料率	年 額
第1段階	・生活保護受給者 ・老齢福祉年金受給の方で、本人および世帯全員が住民税非課税の方 ・本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	基準額×0.30	16,560円
第2段階	本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円を超え120万円以下の方	基準額×0.50	27,600円
第3段階	本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額+課税年金収入額が120万円を超える方	基準額×0.70	38,640円
第4段階	本人が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下で、かつ世帯内に住民税課税者がいる方	基準額×0.90	49,680円
第5段階	本人が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が80万円を超え、かつ世帯内に住民税課税者がいる方	1.00(基準額)	55,200円
第6段階	本人が住民税課税で合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.20	66,240円
第7段階	本人が住民税課税で合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	基準額×1.30	71,760円
第8段階	本人が住民税課税で合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	基準額×1.50	82,800円
第9段階	本人が住民税課税で合計所得金額が320万円以上の方	基準額×1.70	93,840円

【令和5年度納期限】 納期限は原則偶数月の末日、祝祭日の場合は翌平日となります。

期	1	2	3	4	5	6
普通徴収	仮算定期			本算定期		
納期限	5月1日	6月30日	8月31日	10月31日	12月25日	2月29日
特別徴収	仮算定期			本算定期		
天引き月	4月	6月	8月	10月	12月	2月



地域とともに

介護老人保健施設 しおかわ福寿の里

AI（人工知能）と介護



施設長
須田 利樹

この原稿依頼が来た時、最近話題のChatGPTで書いて見ようと試みた。残念ながら、私のキーワードの選定が悪いのか、文章自身は見事であったが、内容は私が求めていたものと違うためボツとした。

ChatGPTはAIが答えるチャットサービスで膨大な情報から自然で高度な回答を導くことができるらしい。ただ、回答内容が間違っている場合も多いと言われている。また、使う側のテクニックも必要である。

昔、NHKの子ども電話相談室で、ある子どもが「セミの抜け殻は食べられますか？」と質問すると、回答する先生は「すぐ嬉しそうに『お母さんに頼んで、から揚げにしてもらって、先端を少し食べてみてください。全部食べると、お腹をこわすかもしれないからやめておいてね。』と答えた。この先生は、知識をすぐ与えるのではなく、科学は実践であり、自分なりの研究仮説を証明するために食べることを勧めている。

AIはコンピューター上のデータ(知識)をもとにして動いており、残念な

がら、使う側の人間(現実)とどうしても隔たりがある。

バーチャルテクノロジーでその隔たりをできるだけなくすように研究はされているが、まだ実験と変わらないレベルまでには至っていない。

私はしおかわ福寿の里の施設管理者を仰せつかっているが、人手不足に頭を悩ませている。日本人口の減少、高齢化社会で介護の担い手が相対的に少ない。外国人介護人材の導入や、IT化を進めるなど提案されているが今のところうまくいかない。また、AIに代わりにくい仕事に介護が挙げられている。

高齢入所者の予測不能性、個々の多様性、文化背景の違いなどがあり、非言語的コミュニケーション力、対人的深層共感力が必要であり、パターン認識や、客観的な対応が得意なAIには苦手なのかもしれない。

ただ、ChatGPTは、AIと人間の間を狭くした革新的な技術であることは間違いなく、介護分野においてもChatGPTの様な技術の出現を期待する。また、ChatGPTに奪われた職種の人材が介護業界に流れてくることを期待する。

最後に、ChatGPTとかけまして恋人ときます。

そのころは……どちらもAI(愛)が大切です。
おあとがよろしいようで。

国民健康保険からお知らせ 医療機関窓口での支払いが高額になるとき

医療機関での自己負担支払額が高額になるときは指定の認定証を医療機関に提示すると、支払いが自己負担限度額で抑えられたり、食事負担額が減額されたりします。

入院・外来で自己負担支払額が高額となる場合は早めの申請をお願いします。

なお、マイナンバーカードの保険証利用の申し込みをされている方は、医療機関受診時にマイナンバーカードを提示することで、指定の認定証の提示が不要となる場合があります。

【限度額適用認定証】

▶対象 70歳未満の住民税課税世帯の方、70歳以上75歳未満の方で住民税課税所得が145万円以上690万円未満の方

【限度額適用・標準負担額減額認定証】

▶対象 住民税非課税世帯の方

▶申請に必要な物

被保険者証または被保険者証兼高齢受給者証(70歳以上の方)

▶申請場所

国保年金課または各総合支所地域市民課(総合支所は受付のみ)

※認定証の切り替え時期は毎年8月です。必要な方は忘れずに申請をお願いします。

※認定証は申請した月の1日から適用されます。

※国民健康保険以外の方は、加入されている保険者や会社などへお問い合わせください。



市ホームページ

国保年金課 ☎42-1339 ☒42-1125

身体と、向き合う

Vol.5

運動していますか？

目指せ+10分^{プラス}身体活動

皆さんが子どものころは、どんな遊びをしていましたか。友達と一緒に身体を動かす遊びをしていた方もいると思いますが、今の子どもたちの遊びの内容は変化し、身体を使った遊びの時間は減少傾向にあります。

また、スマートフォンや携帯型ゲーム機、インターネットなどの普及により、近年は子どもだけではなく大人もスマートフォンなどの利用時間が増えており、身体活動の時間が減少しています。身体活動の幅が減少することで、例えば子どもは「運動」

スポーツクラブなどへの参加という考えになりやすく、自分に合う身体活動の選択肢の幅が狭まることにつながります。そうしたことで、身体活動の内容が自分と合わなかった場合には「運動が嫌い」という考えになりがちです。

身体活動が明日の健康をつくります。自分の生活リズムや体調に合った身体活動のタイプを見つけて、今の生活にプラス10分の身体活動を始めてみませんか。

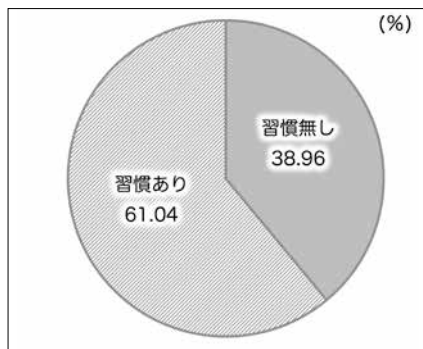
質の良い睡眠のためには、 日中の身体活動が不可欠

身体活動の減少は、睡眠の質にも影響を及ぼします。

厚生労働省のe-ヘルスネットの「快眠と生活習慣」の記事にもあるように、国内外の疫学研究において、運動習慣がある人は不眠が少ないことが分かっています。市民の生活習慣の特徴として、睡眠不足を感じている人が多いことが挙げられます。

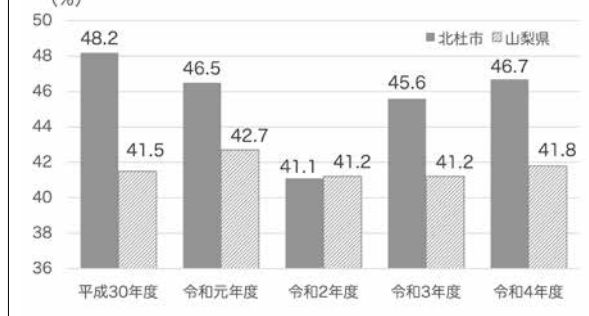
日常的に身体を動かすことは、血流の改善、食欲が増す、腸の働きが良くなる、気分が良くなるなどの効果や、筋肉の強化を図ることにつながります。また、激しくない適度な運動を行うことで寝つきがよくなり、深い睡眠が得られるようになります。

日頃から身体を動かす習慣のない人の割合
(直近5年間平均)



R4年度総合健診問診票より

睡眠不足と回答した人の割合 (40~74歳)



出典：国保データベースシステム

睡眠に効果的なのは、就寝する3時間くらい前の運動だと言われています。また、就寝前の明るい光の下では、睡眠を促進する作用のある「メラトニン」というホルモンの分泌が停止してしまいます。運動により適度な疲労感を得ること、また、就寝前に部屋の中の光(スマートフォンやブルーライトなど)を控えることが睡眠の質を高めます。快適な睡眠を確保し、生活習慣のバランスを整えてみましょう。

健康を維持するためには、子どもの頃から自分に合った生活習慣や運動習慣を定着させ、無理なく日常生活の中で身体を動かすことが重要です。

Check

保健師・管理栄養士からの
ひとことアドバイス

スポーツなどの運動だけではなく、自分のライフスタイルに合わせた方法で身体を動かす意識を高めるとともに、継続して取り組みましょう。



e-ヘルスネット
「快眠と生活習慣」

健康増進課

☎ 42・1335 ☎ 42・1123

あなたの力が必要です

女性消防隊員募集

北杜市消防団本部女性消防隊では、主に防災に関する広報・啓発活動に取り組んでいます。地域の安全・安心のために、あなたの力を貸してくれませんか。

少しでも興味のある方は気軽にお問い合わせください。

消防防災課

☎42-1323 ☎42-1122

8/30～9/5は北杜市防災週間

地震や水害などの災害から「自分の命は自分で守る」ために、地域や家族で話し合いを行い、防災訓練を行うなど減災力の強いまちをつくりましょう。

シェイクアウト訓練を行いましょう！

地震から身を守るどこでもできる訓練です。

9/3(日)9:00に地震を想定した一斉サイレンを鳴らします。9/3のサイレンと同時に実施し、いざという時のために安全行動①②③を身に付けましょう。



消防防災課 ☎42-1323 ☎42-1122

第2回「北杜市未来創造事業費補助金」申請募集

芸術・文化の振興、テレワークの推進や先端技術を活用した新たな取り組みを行う法人を支援します。

〈対象事業〉

①芸術・文化施設魅力向上事業

芸術・文化振興に関わる施設整備、改修および機器を導入する事業

②テレワーク環境整備事業

誰でも利用できるテレワークスペースの施設整備、改修ならびに機器を導入する事業

③先端技術活用促進事業

事業者の新たな取り組みとなる先端技術を活用する事業

▶補助金額 最大100万円(対象経費の2分の1)

▶募集期間 8/1(火)～8/31(木)

※9月に行う審査会で、申請者によるプレゼンテーションを実施していただきます。

未来創造課 ☎42-1164 ☎42-1127



「第1回未来創造オープンカレッジ」の開催

市にゆかりのある著名人を講師として招き、北杜の未来を考えるセミナーです。

第1回は、甲陵高校出身で現在は(一社)炭素回収技術研究機構(CRRA)の代表理事・機構長の村木風海氏を講師に招き、講演いただきます。



テーマ:

山紫水明の里を守り、星への道を切り拓くには?

～二酸化炭素がつくる未来の世界～

▶日時 9/8(金) 12:50～14:00

▶場所 甲陵高等学校ミュージックホール

北杜市に関心のある方ならどなたでも参加できます。お申込みは2次元コードまたは市ホームページからお願いします。

未来創造課 ☎42-1164 ☎42-1127



10月から総合支所の日直業務を本庁舎に集約します

総合支所における閉庁日(土曜、日曜、祝祭日、年末年始)の日直については、合併後も継続してきましたが、総合支所での日直事務処理件数が減少していることから、10月1日(日)から総合支所の日直を廃止することとしました。

なお、市役所本庁舎の日直は今までどおり継続し、お問い合わせや戸籍届出の受領などは、本庁の日直が対応します。休日にお困りの際は、右の連絡先までお電話ください。

ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

本庁日直窓口

▶場所 市役所本庁舎東館宿日直室

▶連絡先 ☎42-1111

※閉庁日に総合支所にかけた電話は、本庁日直に転送されます。

日直業務に関する問合せ(平日)

総務課 ☎42-1311 ☎42-1122

自然災害による

農地・農業用施設の 被害報告のお願い

日頃から水路の木の葉やゴミなどの除去、ため池の洪水吐きのゴミなどの除去を行うとともに、大雨などの予報が出た際には、土砂災害や河川の増水に十分に注意しながら、農地の浸水や冠水対策、水路の流量調整、営農利用に影響のない範囲での定水位管理など、農業用施設

の適切な管理をお願いします。また、自然災害が発生した場合は、円滑な被害状況把握のため、次のとおり確認および報告をお願いします。

自然災害発生時

河川増水、土砂災害なども発生する恐れがあります。被害確認は周りの状況を判断し、二次災害が発生しないよう十分注意して行ってください。

被害確認から被害報告まで

発生から2週間以内に

市役所へ報告を

国が定める基準を満たす災害は国費で対応することとなっています。国への報告を円滑に行うため、被害状況の迅速な確認および報告にご協力をお願いします。

※作物被害は農業共済組合などが加入を推進している保険の対応となります。

皆さんのお願い

行政で行う自然災害復旧工事は、早期対応・完成を目指しますが、災害規模や被害状況によっては時間を要する場合があります。今後の農作物の栽培時期に影響を及ぼす可能性もあることをご理解ください。

区分	被害確認	被害報告
農地	地権者または耕作者	農地地番・被害状況をまとめて総合支所に報告
水路設備	堰・水利組合または受益者	管理を行っている水路設備の被害をまとめて総合支所に報告
農道および農業用施設	管理者(受益者)	管理者(受益者)が総合支所に報告

農地整備課

☎ 42・1352
F 42・5216

道路上に張り出している

樹木のせん定・伐採について

(沿道地権者の皆さんへお願い)

沿道の樹木の管理が適切に行われていないと、道路への枝の張り出し、枯れ枝の落下や倒木などで、車両や歩行者などの通行に支障となることがあります。

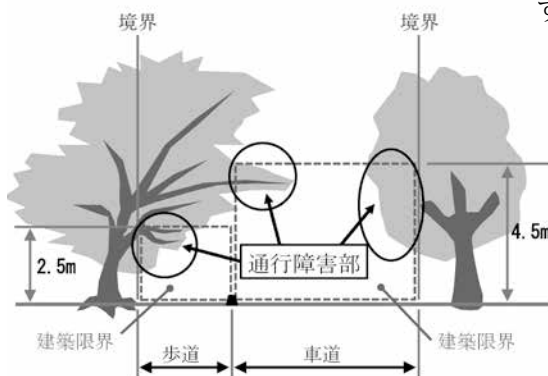
沿道地権者の皆さんには、道路での事故防止・安全確保のため、伐採や道路上に樹木が張り出さないようせん定するなど、適切な管理をお願いします。

なお、道路の建築限界を侵すなどの危険が迫った場合には、やむを得ず緊急措置として、道路管理者が通行の支障となる樹木のせん定・伐採を行い、道路の通行・安全の確保を行う場合がありますので、ご理解をお願いします。

沿道地権者の皆さんへ のお願い

- 次のような状況が見られる際、樹木のせん定・伐採をお願いします。
- ①車道や歩道に樹木が張り出している。
 - ②枯れ木や折れ枝などにより通行に支障がある、またはそのおそれがある。
 - ③竹林の繁茂により通行に支障がある、またはそのおそれがある。

せん定・伐採が必要となる範囲
通行障害部のせん定・伐採をお願いします。



せん定・伐採時の注意事項

- ①作業の際には、歩行者と車両の通行のための安全対策に十分ご注意ください。
- ②電線や電話線がある箇所での作業は危険を伴います。事前に最寄りの東京電力パワーグリッド(株)やNTT東日本(株)に連絡し、指示のもとで作業を行ってください。

道路河川課

☎ 42・1363
F 42・2235

八ヶ岳 水と杜のリゾートワーク

Yatsugatake Resort of water and forest

ほくとではたらく

長坂コワーキング

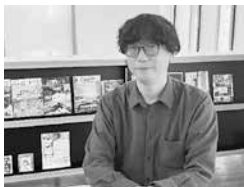
Vol.5

未来創造課

☎ 42-1164 ☎ 42-1127

●**利用するきっかけは？**
長坂駅前にコワーキングスペースがあることは知っていましたが、自宅の仕事環境が充実していることもあり、なかなか訪れるチャンスがありませんでした。そんな中、施設を利用した交流イベントがあることを知り、参加したのがきっかけです。

●**利用するきっかけは？**
今回は、施設の利用者であり、「移住ニ拠点生活・ワーケーション」の活動をしている玉利裕重さんにお話を伺いました。



コワーキングスペースとは、事務や仕事、会議用の場所を共有できるオープンスペースです。市では、さまざまな交流やつながりが生まれ、新たなビジネスチャンスや地域コミュニティが生まれる場所の創出を目指し、長坂コワーキングスペースでイベントや勉強会を開催しています。

ほくと異業種交流会を開催します

仕事や地域のこと、お互いのことなどを気軽にお話しませんか？ ファシリテーターは長坂コワーキングコミュニティマネージャー。新たな出会いと交流の場に、ぜひお越しください。

- ▶日時 8/26(土)
10:00~11:30
- ▶参加費 お一人550円
- ▶申込み 未来創造課まで電話
または申込フォームから



▲詳細・お申込みはこちら

●**実際に利用してみて感じることは？**
一人一人の作業エリアが区分されているソロスペースと、ソファやテーブルがある交流スペースが分かれているのがいいですね。仕事に集中したい時も騒がしくなく、でも利用者がすぐそばにいる、その距離感が心地良いです。

●**どんな人とうつながりたいですか？**
地域で起業している人ともっと交流を広げていきたいです。また、八ヶ岳エリアに興味を持っている都市部の人、例えばIT企業やスタートアップ企業で働いている人たちとつながってきたいですね。

●**利用を考えている方に一言**
駅前にあるので、長坂エリアに用事がある時にふらっと立ち寄って仕事ができる便利なスポットです。リモートワークの人だけではなく、ちよっと作業に集中したい時にも使ってもらえたらいいなと思います。



市では、移住を希望する方向けの相談窓口を開設するなど、さまざまな移住施策に取り組んでいます。シリーズで、北杜市に移住したご家族を紹介します。

今回は 諏訪 友理さん・登さん

- 移住年月：令和4年4月
- 居住地区：高根町
- 職業：自営業（写真業・宿泊業）
- 趣味：友理さん・漫画、アニメ
登さん・生き物観察



諏訪 友理さん・登さん

北杜市に移住したきっかけは？

自分たちの店舗を持ちたいと考え、以前、夫が山梨県内で働いていたこともあり、清里エリアを見に行ったら、豊かな自然の中で非日常を感じられ、解放感もあるロケーションがとても良いと思いました。家族でくつろぎながら撮影ができる場所を探していたところ、現在の物件と出会い、北杜への移住を決めました。

北杜市で暮らしてみてどんな印象ですか？

野生動物にたくさん会えるのが嬉しいです。私たちが自然の中にお邪魔している立場にあることを日々感じています。それに、移住してからテレビよりラジオをよく聞くようになり、自然とデジタルデトックスできている気がします。たまに都会に行くと時間の流れを早く感じるようになりました。冬も想像以上の寒さで、本格的な防寒着は必須ですね。

これからの楽しみは？

店舗をできる限りDIYで修繕していき、自分たちの手で育てていく楽しみができました。宿泊業も未経験の業種で、泊まりに来てくれた人たちに喜んでもらえるよう、地域の方々とも連携した北杜市ならではのプランも考えています。訪れる人が特別な時間を体験できるお手伝いが出来たら嬉しいです。

移住者交流会を開催します

諏訪さんファミリーを囲んで座談会を開催します。交流の場としてぜひご参加ください。（参加者にはスタジオで撮影した写真1枚をプレゼント）

▶期日 令和5年9月23日を予定

▶場所 写真スタジオ（高根町）

北杜市にお住まいの方を対象に募集します。ご希望の方は、ふるさと納税課へお電話ください。

ふるさと納税課

☎ 42-1324 ☎ 42-1127

お知らせ 入札参加資格の中間審査申請（令和6年度分）

市が行う競争入札の参加資格の審査は、山梨県市町村総合事務組合で実施しています。令和6年度分の資格審査を行いますので、資格取得を希望する場合は、審査申請期間内に必ず申請してください。申請せず資格を取得できなかった場合は、1年後に予定する令和6年度定期審査(令和7・8年度分)まで資格を取得することができません。

- ▶実施内容公開 9/1(金) ※組合ホームページに掲載します。
- ▶申請受付期間 10/2(月)~10/26(木)
※申請後、必要書類を提出していただく必要があります。
- ▶書類提出期間 10/30(月)~11/22(水)
- ▶審査対象職種 建設工事、測量・建設コンサルタント等業務、物品製造・役務提供など
- ▶申請受付区分 次の内容の申請を受け付けます。
 - ①新規申請 入札参加資格を有していない事業者の新規資格取得
 - ②業種追加 入札参加資格を有する事業者の業種追加
 - ③市町村等団体追加 入札参加資格を有する事業者の市町村等団体追加※令和4年度定期審査(令和5・6年度分)で資格を有し、登録業種・登録市町村等団体を追加する必要がない事業者は、令和6年度まで資格が有効のため申請する必要はありません。
※事業者説明会の開催はありません。
※ハガキによる受領証明および電話での受領確認への対応は行いません。
書留・追跡サービスおよび配達証明などをご利用ください。

山梨県市町村総合事務組合 業務課

☎055-268-3446



山梨県市町村事務組合

お知らせ 農地パトロールを実施します

農業委員会では、遊休農地や農地の無断転用の実態を調査するため、農地パトロール(農地利用状況調査)を毎年実施しています。

パトロールは、農業委員および農地利用最適化推進委員と協力員が行います。農地を管理しないまま放置すると、獣の住処となり、病害虫が発生するなど、周辺農地へも悪影響を及ぼす恐れがありますので、適正な管理をお願いします。

遊休農地の課税強化

耕作放棄した農地を放置して、農業委員会による農地中間管理機構と協議すべきことの勧告を受けた農地は、固定資産税が増税される場合があります。

固定資産税の軽減

所有する全ての農地を農地中間管理機構に10年以上貸し付けた場合、農地分について「固定資産税の期限付き軽減措置」が最大5年間受けられます。



農農業委員会

☎42-1306 ☒42-1123

くらしの 情報

7月1日の人口

人口 45,723人 (+8人)
男 22,415人 (+7人)
女 23,308人 (+1人)
世帯 22,043世帯 (+27世帯)

講座・イベント・催しなどは、中止・変更になる場合があります。

☎…電話 ☒…ファックス ☒…メール

お知らせ 8月の納税

▶税目 個人市県民税 第2期
▶納期限 8/31(木)
固税務課 ☎42-1313 ☒42-1123

▶税目 国民健康保険税 第2期
▶納期限 8/31(木)
固国保年金課
☎42-1339 ☒42-1125

お知らせ グリーフケアサロン ほくと

大切な人を亡くした方のつどいです。
(ペットを亡くした方も参加できます。)

▶開催日 8/20(日)
13:30~15:30
▶場所 長坂町農村環境改善センター
▶定員 8人
▶参加費 無料
▶申込み 8/19(土)までに電話
またはファックスにて。

固土山 ☎090-8693-6507
☒42-1122

固健康増進課
☎42-1335 ☒42-1123

お知らせ	マイナンバーカードの交付を 休日・時間外も行います
-------------	--------------------------------------

- ▶ **休 日** 8/6(日)・8/13(日)・8/19(土)・8/27(日)
9:00~16:00
 - ▶ **時間外** 8/7(月)・8/21(月) 17:30~19:00
 - ▶ **場 所** 市民サービス課
- ※事前予約のうえ、ご自身が来庁してください。
 ※電子証明書更新の方は、現在設定済みの暗証番号を入力していただきますので、暗証番号を確認のうえ更新してください。
 ※休日、時間外はマイナンバーカードに関する業務のみで、その他の業務は行いません。
 ※マイナポイントのサポートは休日・時間外は行いません。

▶ **持ち物**

○ **マイナンバーカードの交付を受ける方**

- ・交付通知書(はがき) ・個人番号通知カード
- ・本人確認書類(詳しくは交付通知書をご覧ください。)
- ・住民基本台帳カード(お持ちの方) ・暗証番号記載票

○ **電子証明書を更新される方**

- ・マイナンバーカード
- ・現在設定済みの暗証番号の控え(お持ちの方)

問市民サービス課 ☎ 42-1331 ☎ 42-1125

お知らせ	マイナンバーカード申請 サポート実施中
-------------	--------------------------------

マイナンバーカード用の写真撮影から申請書の受付までを一連で行う申請サポートを実施しています。

- ▶ **日 時** 平日 9:00 ~ 16:30
- ▶ **場 所** 市民サービス課、長坂総合支所
- ▶ **内 容** ・インターネット申請補助
・郵送申請補助
- ▶ **予約方法** 市民サービス課まで電話にて。
- ▶ **持 ち 物** サポートを受ける本人が次の持ち物をもって、予約時間までにお越しください。
 - ・個人番号通知カード
 - ・住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
 - ・郵送申請補助の場合:縦4.5cm×横3.5cmの顔写真
 - ・本人確認書類 A1点またはB2点
 - A: 運転免許証・パスポート・在留カード・運転経歴証明書など
 - B: 健康保険証・介護保険証・年金手帳・医療費受給者証・母子手帳・学生証など



※郵便での受け取りを希望される場合はお問い合わせください。

※所要時間は1人20分程度です。

問市民サービス課 ☎ 42-1331 ☎ 42-1125

お知らせ	郵便局の窓口でマイナンバー カードの申請ができます
-------------	--------------------------------------

北杜市内21の郵便局で、郵便局の社員がマイナンバーカードの申請を支援します。マイナンバーカードの申請に必要な顔写真の撮影、申請書の作成支援を無料で行います。

お近くの郵便局へお気軽にお立ち寄りください。

▶ **受付時間** 平日9:00~17:00までの郵便局の窓口営業時間

▶ **郵便局で申請できる方**

- ・北杜市に住民登録がある方
- ・マイナンバーカードを新規で申請される方(再交付申請は対象外)
- ・申請者本人(15歳未満の方は法定代理人とともに)が窓口に来ることができる方

▶ **持ち物** 2次元コード付き個人番号カード交付申請書(※申請書が無い方もお手続きできます)

▶ **取扱郵便局** 市内郵便局(北杜郵便局、簡易郵便局は除く)

問市民サービス課 ☎ 42-1331 ☎ 42-1125

お知らせ	マイナポイントの申込みは お早めに
-------------	------------------------------

マイナポイントの申込期限間近には窓口やポイント申込サイトが混雑することが考えられます。市役所から交付予定通知書が届きましたら、市民サービス課に予約の上、マイナンバーカードを受け取り、お早めにポイントをお申し込みください。

▶ **マイナポイント申込期限** 令和5年9月末

※お選びいただく決済サービスによっては9月末よりも早く申込みの受付を終了する場合があります。

▶ **申込に必要なもの**

- ・令和5年2月末までに申請したマイナンバーカード
- ・利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁の暗証番号)
- ・マイナポイント対象の決済サービスのIDとセキュリティコード
- ・公金受取口座の登録を希望する方は預金口座の情報

▶ **申込方法** ①スマートフォン(マイナポイントアプリのダウンロードが必要です。)

②パソコン

③マイナポイント手続きスポット

- ・市役所本庁、長坂総合支所(平日 8:30 ~ 17:15)
- ・郵便局、携帯ショップ など

詳細は、総務省「マイナポイント事業」のホームページをご覧ください。

問市民サービス課

マイナポイント事業

☎ 42-1331 ☎ 42-1125



お知らせ

～結婚 60 周年～ダイヤモンド婚 のご夫婦を表彰します

ご夫婦で力を合わせ、地域社会の発展に貢献した功績を讃えるため、祝い品を贈呈します。

- ▶**対象者** 令和5年7月1日に北杜市に住所を有し、昭和39年3月31日以前に婚姻届を出した夫婦で、過去の北杜市健康福祉大会などで表彰されていない方。
- ▶**申込み** 9/29(金)までに福祉課または各総合支所地域市民課に備えてある「申出書兼同意書」をご提出ください。

※該当項目確認のため、戸籍・住基情報を確認させていただきます。

※市に本籍がない方は、戸籍謄本1通をご提出ください。

問福祉課 ☎ 42-1334 ☎ 42-1125

お知らせ

第 19 回北杜市体育祭り

5/21～6/25までの約1ヵ月間、第19回北杜市体育祭りが開催されました。

この大会は、スポーツ協会各支部専門部対抗得点制で行われ、20競技27種目で熱戦が繰り広げられました。また、最終日には、今年度の体育功労者などの表彰も行われました。

総合成績の結果は、次のとおりです。

総合優勝	高根支部	(69.0点)
総合準優勝	長坂支部	(67.0点)
総合第3位	大泉支部	(40.0点)
総合第4位	須玉支部	(33.0点)
総合第5位	小淵沢支部	(32.0点)
総合第6位	白州支部	(31.0点)
総合第7位	明野支部	(29.0点)
総合第8位	武川支部	(17.0点)

問北杜市スポーツ協会 ☎ 45-6130

お知らせ

市民バスの運行について

県道および県が管理する国道の連続雨量が基準に達したとき、通行止めとなる路線があります。

県道などが通行止めとなったときは、通行止め区間を運行する市民バスも運休します。市民バスを利用される皆さんにはご不便をおかけしますが、ご理解をお願いします。

問企画課 ☎ 42-1321 ☎ 42-1129



お知らせ

夏休みにバスで 出かけてみませんか？

北の杜バス(北杜市民バス)は、高校生以下は常時1乗車100円でご利用できます。夏休みにバスに乗って、北杜市を探検しませんか？(小さいお子さんは保護者と乗車してください。)

詳しい路線図や時刻表は、市ホームページや各総合支所地域市民課または企画課窓口にてご確認ください。

また、デマンドバスや明野・須玉おでかけバスなども運行しています。

問企画課 ☎ 42-1321 ☎ 42-1129



時刻表・路線図

お知らせ

母子・父子・寡婦家庭の皆さまに

大学や高等学校に入進学する際には、入学金・授業料のほか、施設設備費や制服代などの経費が必要です。県では、母子・父子・寡婦家庭のお子さんの入進学に必要な資金計画についてご相談に応じています。

まずはお早めにご連絡ください。

【母子・父子・寡婦福祉資金 貸付限度額の例】

(公立高校・自宅通学の場合)

○ 修学資金 月額2万7千円

○ 就学支度資金 15万円

※条件によって貸付限度額が異なります。また、貸付には審査があります

問山梨県中北保健福祉事務所 福祉課 ☎ 23-3443

お知らせ

ひとり親家庭社会見学バス事業

お子さんと一緒に思い出に残る一日を過ごしませんか。

▶**期 日** 10/21(土)

▶**集合場所** 北杜市保健センター駐車場

▶**集合時間** 5:45

▶**行き先** 東京ディズニーランド

▶**対 象** 市内在住ひとり親家庭の親子・北杜市母子父子寡婦福祉連合会会員

▶**定 員** 40人(定員になり次第締切)

▶**参加費** 会員:大人9,000円、中・高校生7,000円、小学生以下4,000円
会員外:大人10,000円、中・高校生8,000円、小学生以下5,000円

▶**申込み** 8/7(月)～9/29(金)までに参加費を添えて、北杜市母子父子寡婦福祉連合会事務局まで。

問北杜市母子父子寡婦福祉連合会事務局

(北杜市社会福祉協議会本所)

☎ 47-5202 ☎ 47-5206

講座	実践！アドラー心理学講座
----	--------------

月1回開催の対人関係の心理学講座です。今回は第9回、テーマは「自分のよさを再発見する」です。全12回の講座ですが、どの回からでも参加できます。

- ▶日時 8/27(日) 13:30～15:00
- ▶場所 長坂町農村環境改善センター
- ▶定員 12人
- ▶資料代 1回につき200円
- ▶申込み 8/24(木)までに電話またはファックスにて。

〒土山 ☎090-8693-6507 ☎42-1122

問かざぐるま(障害者総合支援センター)

☎42-1411 ☎20-4422

講座	認知症サポーター養成講座
----	--------------

認知症ってどんな病気なの？認知症の基礎知識を学びたい！認知症の方への接し方は？などをわかりやすく説明します。

受講した方には、認知症サポーターのテキストとサポーターの証「サポーターカード」を差し上げます。

- ▶日時 9/7(木) 13:30～15:00
- ▶場所 生涯学習センターこぶちさわ
- ▶講師 キャラバン・メイト(※所定の研修を受講した講師役となる市民の方)

- ▶定員 30人(先着順)
- ▶参加費 無料
- ▶申込み 8/31(木)までに地域包括支援センターまで電話にて。

◆これって認知症?!『1分で出来る認知症チェックサイト』
二次元コードを読み取ってチェックしてみてください。認知症は、早期発見・早期対応が大切です。結果にかかわらず、心配のある方は早めにご相談ください。

問北杜市地域包括支援センター

☎42-1336 ☎47-4510



認知症チェックサイト

講座	[21世紀の縄文人展 2023] 関連事業 金生遺跡ライブ 「原始の記憶 Vol.9」
----	--

- ▶開催日 8/5(土) 16:00～17:00
- ▶場所 金生遺跡(雨天時は、北杜市考古資料館)
- ▶出演 GENSHI 楽団
- ▶内容 世界の民族楽器による即興演奏と遺跡の解説
- ▶対象 一般(申込不要)
- ▶参加費 無料

問北杜市考古資料館 ☎20-5505

お知らせ	令和6年北杜市成人式
------	------------

- ▶日時 令和6年1/7(日)
受付13:00～ 式典14:00～
- ▶場所 八ヶ岳やまびこホール
(高根ふれあい交流ホール)
- ▶対象者 平成15年4月2日～平成16年4月1日までに生まれた方で、平成30年度市内中学校卒業生または令和5年9月1日に市に住民票がある方

※対象者には、10月下旬頃ご案内の通知を送付します。

対象者の方で、住所変更のある方は「やまなしくらしねっと」の電子申請サービスで送付先の変更をお願いします。その他ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。



やまなしくらしねっと

問生涯学習課 ☎42-1373 ☎42-1124

お知らせ	「夏の交通事故防止県民運動」 実施中
------	-----------------------

夏の交通事故防止県民運動を7/21(金)～8/20(日)までの31日間実施しています。

「守るのは マナーと家族と 君の明日(あす)」を運動のスローガンとし、次の4項目が重点目標です。

- 1 飲酒運転の根絶
- 2 高齢者と子供の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
- 3 二輪車の交通事故防止
- 4 自転車の安全適正利用の推進

児童、生徒などの夏休みと夏の行楽シーズンが重なる夏季において、交通事故の発生が懸念されます。市民の皆さん一人一人が交通安全を心がけ、交通事故のない北杜市を目指しましょう。

●運転免許証自主返納制度

市内にお住まいの満65歳以上で、運転免許を自主返納された方を対象に市民バスの回数券を支給します。

詳しくは企画課までお問い合わせください。

問企画課 ☎42-1321 ☎42-1129

催し	おいでやギャラリー
----	-----------

- ◆非戦の想像力展 8/4(金)～8/14(月)
- ◆志村佳子現代アート展 8/18(金)～8/28(月)
- ▶開館時間 10:00～17:00 開催期間中無休

問おいでやギャラリー ☎32-1161

相 談	県下一斉無料法律相談会
-----	-------------

県弁護士会の弁護士が相談に応じます。
相談は1人30分で、事前予約が必要です。

- ▶日 時 8/23(水) 13:00～16:00
 - ▶場 所 北杜市役所
 - ▶定 員 6人
 - ▶申込み 8/7(月)～ 8:30～15:15
(土日祝日除く、先着順)
- 問総務課 ☎ 42-1311 ☎ 42-1122

相 談	無料年金相談
-----	--------

厚生年金保険と国民年金に関する各種相談を受け付けます。※要予約

- ▶日 時 8/17(木)
9:30～12:00、13:00～16:00
 - ▶場 所 長坂総合支所
 - ▶内 容 各種相談、申請受付
- 問竜王年金事務所 ☎ 055-278-1100

相 談	結婚相談
-----	------

婚活をサポートします！相談は無料で、秘密は固く守られます。※要予約

- ▶開設日 月・水・金・土曜日・第2第4日曜日
 - ▶開設時間 13:00～17:30(日曜日13:00～16:00)
※祝日は休館です。
 - ▶場 所 出会いサポートセンター(市保健センター内)
 - ▶ほくと縁結び公式LINE友だち募集中！
- 友だち追加(登録)して、婚活イベントや最新情報をチェック。

問専用電話(開設時間内のみ)

- ☎ 080-2175-2478
- 子育て政策課
- ☎ 42-1332 ☎ 42-2335




ほくと縁結び
LINE

相 談	あなたの悩みを聞かせてください
-----	-----------------

学校における「いじめ」や家庭内における児童虐待などの人権問題の解決を図るために、人権相談活動を強化することを目的として「こどもの人権相談」強化週間を実施します。

- ▶相談日時 8/23(水)～8/29(火) 8:30～19:00
(土日10:00～17:00)

問全国共通・フリーダイヤル ☎ 0120-007-110

講 座	子ども囲碁教室	
-----	---------	---

囲碁は集中力を身に着け、バランス感覚を養う練習になり、人格形成に役立ちます。

未経験者大歓迎です。ゼロからやさしく教えます。みんな楽しく学んでみませんか。

- ▶日 時 10/1～12/10 各回10:00～12:00
毎週日曜日(全11回)
 - ▶場 所 北杜市囲碁美術館
 - ▶定 員 14人
 - ▶参加費 無料
 - ▶申込み 囲碁美術館まで電話にて。
- 問囲碁美術館 ☎ 42-1405

講 座	米飯官能鑑定士養成講座
-----	-------------

米どころとして、米のブランド化や普及促進を目的に、来年、米・食味分析鑑定コンクール：国際大会が北杜市で開催されるにあたり、米飯官能鑑定士養成講座を行います。おいしいお米の見分け方、おいしく炊くコツなどを学びませんか？

- ▶日 時 9/22(金) 10:00～
- ▶場 所 須玉ふれあい館 調理室
- ▶定 員 10人程度 ※先着順
- ▶参加条件 北杜市に居住、または北杜市に勤務・就学している高校生以上の方で、お米に興味があり、受講後はお米のPR事業など、令和6年度開催予定の国際大会の炊飯部門に可能な範囲でご協力いただける方。
- ▶申込み 9/8(金)までにインターネットまたは商工・食農課まで電話にて。

詳しくは二次元コードからご覧ください。

問商工・食農課

- ☎ 42-1354 ☎ 42-5216



市ホームページ

相 談	消費生活相談窓口
-----	----------

「還付金詐欺」など、消費生活に関する疑問・困り事や消費者の方が事業者との間に生じたトラブルなどの相談を受け付けています。

- ▶連絡先 消費者ホットライン(電話番号188)を開設している窓口をご案内します。
- ▶相談日時 毎週木曜日(祝日、年末年始を除く)
9:00～12:00、13:00～16:00

問総務課 ☎ 42-1311 ☎ 42-1122

募 集 市営子育て支援住宅
はっぴいタウン須玉団地 大泉団地

子育てにやさしい間取りで入居者が自由に使えるプレイルームや学習室などを備えた子育て支援住宅の入居者を募集します。子育て支援住宅はその他にもトランクルームの完備、駐車場2台分の確保など、生活しやすい設備が整っています。

募集团地	部屋	間取り	家賃	敷金
子育て支援住宅 須玉団地	103	2LDK	36,000円	108,000円
子育て支援住宅 須玉団地	204	2LDK	36,000円	108,000円
子育て支援住宅 大泉団地	306	2LDK	37,000円	111,000円

▶主な入居要件

- ・子や妊婦がいる世帯。または子育て予定のある夫婦のみの世帯。
- ・子育て支援住宅退去後、引き続き市内に定住する世帯。
- ・市要件を満たす連帯保証人がたてられる者。

※その他要件あり

▶入居期限 原則、契約の日から5年

▶選定方法 応募多数の場合は、次の優先順位により、選定します。

- ①就学前の子(妊婦の場合は、加算)が多い世帯
- ②子の人数が多い世帯
- ③夫婦の年齢の和を入居者の数で割って得た数値が小さい世帯

▶募集期間 8/16(水)～9/8(金)

▶入居日 11/6(月)

▶申込み 申込書類を住宅課(郵送可)または各総合支所(持参のみ)へ提出。

※申込書は、住宅課、子育て政策課、各総合支所の窓口を用意しています。ホームページからもダウンロードできます。



須玉団地



大泉団地

問住宅課

☎ 42-1362 ☎ 42-2235



市ホームページ

募 集 やまなし県央連携中枢都市圏の
愛称を募集

北杜市ほか8市1町(甲府市、韮崎市、南アルプス市、甲斐市、笛吹市、山梨市、甲州市、中央市、昭和町)で構成する「やまなし県央連携中枢都市圏」が広く知れ渡り、親しまれ、一体感が生まれるような愛称を募集します。

▶募集締切 8/31(木)

※郵送での応募の場合は当日消印有効

▶愛称の基準・条件

- ・圏域の特徴がイメージできるもの
- ・親しみやすく覚えやすいもの
(よみがなにして10文字程度)
- ・他の名称や商標などに類似していないもの
- ・自作で未発表のもの

▶応募資格 どなたでもご応募いただけます。

▶応募方法 応募用紙、はがき、インターネットのいずれか(一人3点まで応募可)

・応募の際には、次の事項を記載してください。

- ①愛称(よみがな)
- ②愛称に込めた想いや意味合い
- ③住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号

郵送

〒400-8585 甲府市丸の内1-18-1
甲府市役所自治体連携課「愛称募集係」まで

インターネット

甲府市ホームページからご応募ください。

その他

応募箱へご投函ください。

▶応募用紙・応募箱の設置場所

- ・市役所本庁舎1階正面受付
- ・企画課窓口

▶記念品 採用された方には、クオカード3万円分と圏域の特産品(1万円相当)を贈呈します(2人まで)。また、応募者の中から抽選で10人に圏域の特産品を贈呈します。

詳しくは市ホームページをご覧ください。

問甲府市企画財務部自治体連携課

☎ 055-237-5321

企画課 ☎ 42-1321 ☎ 42-1129 市ホームページ



募 集 市営住宅入居者

市営住宅の入居者を募集しています。募集中の部屋や申込条件などは、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。



問住宅課 ☎ 42-1362 ☎ 42-2235 市ホームページ

募集

第5回「大豆を使ったアイデア料理」コンテストのレシピ募集

大豆を使用したアイデア料理を募集しています。なお、コンテスト応募作品のうち4人(組)の方に、9/16(土)に開催する料理コンテスト(会場:須玉ふれあい館)で作っていただきます。

- ▶ **応募締切** 8/20(日)
- ▶ **応募方法** レシピ(4人分)と写真を添えて、氏名・年齢・住所・電話番号・メールアドレス(お持ちの方)を明記し、郵送にて。
- ▶ **応募先** たかね農村女性の会 保坂(〒408-0013 北杜市高根町蔵原1488)まで
- ▶ **その他** 豆腐、豆乳、納豆、枝豆、湯葉などの大豆製品は可ですが、みそ、しょうゆなどの調味

料は大豆使用とは認めません。

- ・応募された作品は返却いたしません。
- ・材料費2,000円を支給します。(コンテスト当日に参加できる方に限る)
- ・応募いただいた内容は、レシピ本で公開するなど当会の活動に利用させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。(応募作品の使用権は、たかね農村女性の会に帰属します。)

☎ たかね農村女性の会

保坂 ☎ 090-4201-8028

北杜市役所の仕事 職員募集 お気軽にお問い合わせください。

市立塩川病院

【正規・会計年度任用職員】

薬剤師、診療放射線技師、看護師、介護福祉士、介護員、看護補助者(資格問わず)、作業療法士

☎ 塩川病院

☎ 42-2221 ☎ 42-2992

市立介護老人保健施設

しおかわ福寿の里

【正規職員】

介護福祉士兼介護支援専門員、介護福祉士

☎ 福寿の里

☎ 42-4604 ☎ 42-4101

市立甲陽病院

【正規・会計年度任用職員】

薬剤師、管理栄養士、診療放射線技師、臨床検査技師、看護師、准看護師、介護福祉士、看護補助者(資格問わず)

☎ 甲陽病院

☎ 32-3221 ☎ 32-7191

北杜市役所では、保育園、病院、学校給食センターなどで職員を募集しています。詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

各種相談日程 各相談員が相談を受け付けます。

総務課 ☎ 42-1311 ☎ 42-1122

月	相談場所	連絡先	人権相談		行政相談		合同相談	
			相談員	人権擁護委員	相談員	行政相談員	相談員	行政相談員 人権擁護委員
9月	高根総合支所	☎ 42-1114	1(金)	13:00~15:00				
	高根町農村環境改善センター	☎ 42-1114			7(木)	10:30~12:00		
	小淵沢総合支所	☎ 42-1119			11(月)	10:00~12:00		
	武川総合支所	☎ 42-1118			12(火)	10:00~12:00		
	大泉総合会館	☎ 42-1116			13(水)	13:30~15:30		
	明野総合支所	☎ 42-1112			19(火)	10:00~12:00		
	須玉総合支所	☎ 42-1113			19(火)	13:30~15:30		

令和5年度



山梨県立北杜高等学校同窓会定期総会

(峡北高校同窓会・峡北農業高校同窓会・須玉商業高校同窓会)

- 日時 令和5年8月27日(日) 10:00~10:30
- 会場 北杜高等学校 2階視聴覚室

ふるってご参加ください。

※総会后、漫画家の清水アイ先生(峡北高校卒業生)による講演会がございます。(10:40~11:40)

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎ 055-288-1038

結婚相談所 ムスベル



北杜市民自主企画講座

市民の皆さんの自主的な学びの企画運営を支援しています

生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 42-1124

●歴史カフェ・「秋桜」

「近現代史を自主的に学ぶ楽しい読書会」
▶日時 8/8(火) 9:30~11:30
▶場所 生涯学習センターこぶちさわ
▶定員 10人
▶受講料 無料
☎080-6588-7934

●いきいき絵画造形教室

「コルクシートを使ったサンゴ礁」
▶日時 8/19(土) 10:00~12:00
▶場所 長坂町農村環境改善センター
▶定員 5人
▶受講料 1,800円
☎38-4621

●季節の便りで美文字のお稽古

▶日時 8/10(木) 13:00~16:30
▶場所 生涯学習センターこぶちさわ
▶定員 10人
▶受講料 1,000円
☎090-2625-0136

●ほくとピラティスを楽しむ会

▶日時 8/2(水)、8/8(火)、8/16(水)
10:15~11:30
▶場所 甲斐駒センターせせらぎ
▶定員 各回5人
▶受講料 1,000円
☎26-3662

●筆ペン実用講座

▶日時 8/9(水)、8/23(水)
9:30~11:30
▶場所 大泉総合会館
▶定員 各回10人
▶受講料 各回500円
☎080-6549-3909

●八ヶ岳文学教室

「もう一度読みたい?!日本近代文学」
大岡昇平「靴の話」
▶日時 8/12(土) 14:00~16:00
▶場所 長坂町農村環境改善センター
▶定員 15人
▶受講料 1,000円
☎050-1178-0407

●腰痛予防体操教室

▶日時 8/3(木)、8/17(木)
9:30~12:00
▶場所 生涯学習センターこぶちさわ
▶定員 各回8人
▶受講料 600円
☎36-5452

●ゼロから始めるデッサン教室

▶日時 8/2(水)、8/20(日)
8/27(日) 9:30~12:30
▶場所 生涯学習センターこぶちさわ
▶定員 各回5人
▶受講料 2,100円
☎070-6579-8755

●ハーモニカ教室

▶日時 8/8(火)、8/22(火)
9:30~11:30
▶場所 長坂町農村環境改善センター
▶定員 各回5人
▶受講料 1,500円
☎090-8963-4934

●養生気功体操

▶日時 8/1(火)、8/15(火)
10:30~11:30
▶場所 北杜市郷土資料館
▶定員 各回5人
▶受講料 1,000円
☎090-2568-5579

●フルーツ体験会

▶日時 8/20(日) 9:30~12:00
▶場所 白州総合会館
▶定員 3人
▶受講料 1,000円
☎35-2258

北杜市芸術文化スポーツ振興基金活用事業 まなびの社パスポート連携事業



山奥の廃校でジャズコンサート ミュージックコレクション in ますとみ 2023

迫力あるスイングバンドとトランペット演奏をお楽しみください。

▶日時 8/26(土) 13:00~
▶場所 旧増富小学校
▶出演 第1部 スイングバンド・ジャズオーケストラ
第2部 ジャズマーケット
▶入場料 1,000円(中学生以下無料)
▶申込み 事務局まで電話にて。

☎ますとみ元気会山奥の廃校でジャズコンサート
実行委員会事務局 小林 ☎090-2653-3411

いずみプール水泳教室 「一般中級コース」



▶日時 9/2(土)、9(土)、16(土)、23(土)
10:30~11:30(10:20集合)
▶場所 いずみプール ▶対象 中学生以上
▶定員 10人(最小開催人数5人) ※要申込
▶内容 クロールを中心に、他の種目もステップアップしましょう。
▶参加費 1,000円(初回徴収、入館料別)
▶持ち物 水着、スイミングキャップ、
ゴーグル、タオル他
▶申込み いずみプールまで電話にて。

※水曜日は休館日です。

☎いずみプール ☎42-1400

文化・芸術 みんなで楽しむピアノ演奏会

プロピアニストにも愛され、世界最高峰ともいわれるピアノ「スタインウェイ」の音色を一緒に楽しみませんか。出演は公募による市民の皆さんです。

- ▶日時 10/14(土) 開演 14:00 (開場 13:30)
- ▶場所 長坂コミュニティ・ステーション
- ▶入場料 無料(当日受付)

※同日、長坂総合支所にて囲碁まつりの開催のため、支所前の駐車場が満車の場合は、駅西側にある市管理の臨時駐車場をご利用ください。

演奏者を募集します

ホールでお好きな曲を弾いてみませんか。ピアノが好きであれば、どなたでもご参加いただけます。

- ▶参加費 無料
 - ▶募集人数 20人(先着順)
 - ▶演奏時間 1人(1組) 5分以内で1~2曲。
- ※ピアノとの共演に限り、声楽・他の楽器も可。
- ▶申込期間 8/23(水)~9/5(火)
 - ▶申込み 生涯学習課まで電話にて。※定員になり次第締切

生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 42-1124

講座 第4回ほくと地域魅力発見講座 「北杜の歴史を知る~地形編~」



八ヶ岳南麓の大きな崖、釜無川筋の七里岩と塩川筋の八里岩(新称)について、市内各地を巡り、地形の謎について学びます。また、富士山の背比べ伝説の謎に迫る話も聞くことができます。

- ▶日時 9/9(土) 13:30~16:00
- ▶集合場所 北杜市役所本庁駐車場
- ▶対象 親子・一般 ※小学生は高学年以上
- ▶定員 20人
- ▶講師 山梨地学会顧問 内藤久敬氏
- ▶参加費 500円
- ▶申込み 8/16(水)~8/30(水)までに生涯学習課へ電話にて



生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 42-1124

文化・芸術 第16回八ヶ岳音楽祭 in Yamanashi 阪田知樹 ピアノ・リサイタル

F, リスト 大練習曲より第3番「ラ・カンパネッラ」
R, シューマン 子供の情景より「トロイメライ」他

- ▶日時 11/19(日) 開演 14:00 (開場 13:30)
- ▶場所 八ヶ岳やまびこホール 全席自由
- ▶入場料 前売券 一般3,000円 高校生以下1,000円
当日券 一般3,500円 高校生以下1,000円

※対象:小学生以上
※前売券完売の場合は、当日券の販売はありません。

チケット発売中

チケット取扱所 生涯学習課 明野総合会館 須玉ふれあい館 八ヶ岳やまびこホール 長坂コミュニティ・ステーション 大泉総合会館 生涯学習センターこぶちさわ 白州総合支所 甲斐駒センターせせらぎ BOOKS SEIBUNDOきららシティ店 東京エレクトロン韮崎文化ホール

主催 八ヶ岳音楽祭運営委員会
共催 北杜市教育委員会

生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 090-8844-2121
☎ 42-1124

文化・芸術 第16回八ヶ岳音楽祭 in Yamanashi ベートーヴェン生涯最高傑作

序曲「献堂式」作品124

「ミサ・ソレムニス」(荘厳ミサ)ニ長調 作品123

- ▶日時 12/3(日) 開演14:00 (開場13:30)
- ▶場所 YCC県民文化大ホール 全席自由
- ▶演奏 八ヶ岳音楽祭管弦楽団&八ヶ岳音楽祭合唱団
- ▶入場料 前売券 一般3,000円 高校生以下1,000円
当日券 一般3,500円 高校生以下1,000円

※対象:小学生以上
※前売券完売の場合は、当日券の販売はありません。

チケット発売中

チケット取扱所 生涯学習課 明野総合会館 須玉ふれあい館 八ヶ岳やまびこホール 長坂コミュニティ・ステーション 大泉総合会館 生涯学習センターこぶちさわ 白州総合支所 甲斐駒センターせせらぎ BOOKS SEIBUNDOきららシティ店 東京エレクトロン韮崎文化ホール

主催 八ヶ岳音楽祭運営委員会
共催 北杜市教育委員会

生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 090-8844-2121
☎ 42-1124

festival

第16回北杜市甲斐駒エリア ふるさと祭り

甲斐駒エリアふるさと祭りを開催します。過去の
水害被害を慰霊するとともに、夏の一夜を楽しい
ステージショーや盆踊り大会、慰霊の意と合併20
周年に向けたプレイベントを兼ねた豪快な花火な
ど盛り上げます。お盆で帰省中のご家族やお友達
とぜひお出かけください。

▶日時 8/14(月) 16:00～20:30

▶場所 武川中学校グラウンド



写真「北杜市甲斐駒エリアふるさと祭り」実行委員会事務局
(武川総合支所地域市民課内) ☎ 42-1481 ☎ 26-2538

festival

第11回 北杜市大泉ふるさと夏祭り

4年ぶりに大泉ふるさと夏祭りを開催します。

例年好評をいただいていた、大泉産のそば粉を使用
した「大泉そば」の無料配布や子どもに人気のニ
ジマスのつかみ取り、抽選会、ステージイベントなど
盛りだくさんのイベントを計画しています。また、合併
20周年に向けたプレイベントとして、打ち上げ花火を
行います。

夏の楽しい思い出づくりにぜひ遊びに来てください。

※内容などが変更になる場合もあります。

▶日時 8/11(金・祝) 16:00～20:30

▶場所 泉小学校校庭



写真「北杜市大泉ふるさと夏祭り」実行委員会事務局
(大泉総合支所地域市民課内) ☎ 42-1461 ☎ 38-4211

文化・芸術

第12回 名峰と名水の里 北杜囲碁まつり



▶日時 10/14(土) 9:00～17:00

▶場所 北杜市囲碁美術館(長坂総合支所2階)

▶定員 囲碁大会106人、囲碁入門教室30人、指
導対局30人(先着順)

▶内容 囲碁大会(北杜杯争奪戦、段位戦、級位戦)、
プロ棋士による囲碁入門教室(未経験
者歓迎)、指導対局

▶プロ棋士 剣持丈八段、内田修平八段、
桑原陽子六段

▶参加費 2,000円(中学生以下1,000円) ※昼食付

▶申込み 8/1(火)～9/20(水)までに募集要項に必要
事項を記入し持参、郵送、ファックス、メ
ールにて。または電子申請サー
ビス「やまなしくらしねっと」か
らお申し込みできます。



募集要項は、生涯学習課、各総合支所、囲碁美
術館に設置し、市ホームページに掲載しています。

囲碁美術館 ☎ 42-1405 ☎ 32-3303

✉ hokuto-igo@city.hokuto.yamanashi.jp

festival

第23回 北杜市明野ふるさと納涼まつり

ステージイベントなど盛りだくさんのイベントを
計画しています。また、合併20周年に向けたプ
レイベントとして、打ち上げ花火を行います。

夏の楽しい思い出づくりにぜひ遊びに来てくだ
さい。

※内容などが変更になる場合があります。

▶日時 8/14(月) 18:30～21:30

▶場所 明野中学校校庭



写真「北杜市明野ふるさと納涼まつり」実行委員会事務局
(明野総合支所地域市民課内) ☎ 42-1421 ☎ 25-3064

入札執行結果

一般競争入札

令和5年6月6日執行・第5回

入札番号	案件名	履行場所	予定価格(税込)	落札金額(税込)	落札業者	工期・納期
71	市民バス車両購入	北杜市役所	24,856,150	23,980,000	山梨日野自動車(株)	R6.3.15

一般競争入札

令和5年6月8日執行・第6回

入札番号	案件名	履行場所	予定価格(税込)	落札金額(税込)	落札業者	工期・納期
67	須玉小学校外3校太陽光発電設備更新工事	北杜市立須玉小学校外3校	33,902,000	入札公告誤りのため取止め		R6.1.31
68	配水管布設替工事 武川第5-1工区	武川町三吹地内	38,258,000	37,950,000	金山土建(株)	R5.11.10
70	インターネット系サーバ・ネットワーク機器等リース	北杜市役所	110,101,200	105,600,000	(資)内田盛和堂	R6.1.1 ~ R10.12.31

指名競争入札

令和5年6月30日執行・第7回

入札番号	案件名	履行場所	予定価格(税込)	落札金額(税込)	落札業者	工期・納期
72	市道長坂上条1号線(宮久保工区)道路改良工事(5-1工区)	長坂町長坂上条地内	19,327,000	18,964,000	(株)仲山建設	R5.11.10
73	明野総合会館ポーチ屋根改修工事	明野町上手地内	3,212,000	全者辞退のため中止		R5.10.31
74	北杜市立甲陽病院診察室増築棟屋上防水改修工事	北杜市立甲陽病院	10,450,000	入札者が1者となったため不調		R5.12.28
75	スパティオ小淵沢空調設備改修工事	小淵沢町地内	20,196,000	19,888,000	半田電工(有)	R5.10.31
76	配水管布設替工事 白州第5-1工区	白州町白須地内	27,676,000	27,280,000	(有)坂本設備	R5.11.15
77	配水管布設替工事 武川第5-2工区	武川町三吹地内	26,972,000	26,620,000	金山土建(株)	R5.11.10
78	高根総合支所屋内消火栓ポンプ改修工事	高根総合支所	1,870,000	1,771,000	東八防災(株)	R6.2.28
79	配水管布設替設計業務委託 武川第5-1工区	武川町柳澤地内	6,501,000	6,160,000	(株)エスティ設計 北杜市支店	R5.10.31
80	市道高根村山西割6号線 用地測量・補償物件調査業務委託	高根町村山西割地内	3,872,000	3,630,000	(株)サンクス	R5.10.31
81	市道高根清里57号線測量設計調査業務委託	高根町清里地内	13,464,000	12,782,000	(株)サンクス	R5.11.10
82	市道高根箕輪新町2号線測量設計業務委託	高根町箕輪新町地内	8,239,000	7,810,000	(株)サンクス	R5.10.31
83	橋梁塗装塗替(津金大橋)外2橋設計業務委託	須玉町下津金地内外	19,602,000	18,040,000	(株)ブレーンズ	R6.1.19
84	北杜市農道橋点検および個別施設計画策定業務委託(R5)	北杜市内	13,915,000	12,540,000	(株)サンポー	R6.2.29
85	北杜市立塩川病院290kw非常用発電装置 更新工事設計業務委託	北杜市立塩川病院	3,300,000	2,904,000	(株)佐野建築研究所 甲府事務所	R5.10.31
86	小学校建築設備及び防火設備定期調査業務委託	北杜市立小学校	3,971,000	3,509,000	(株)雨宮建築設計事務所	R5.9.29
87	中学校建築設備及び防火設備定期調査業務委託	北杜市立中学校	3,740,000	3,289,000	(株)雨宮建築設計事務所	R5.9.29
88	社会体育施設建築設備及び防火設備定期調査業務委託	北杜市内	1,705,000	1,573,000	(株)山形一級建築士事務所	R5.9.29
89	北杜市3ホール建築設備定期調査業務委託	北杜市内	803,000	748,000	(株)山形一級建築士事務所	R5.9.29
90	北杜市農業振興地域整備計画総合見直しに伴う 基礎調査業務委託	北杜市内	8,272,000	7,700,000	(株)フジヤマ 山梨営業所	R6.3.22
91	自動車騒音調査業務委託	北杜市内	3,718,000	1,760,000	(株)メイキョー	R6.3.15
92	北杜市内小・中学校消防用設備保守点検業務委託	北杜市立小中学校	10,285,000	10,208,000	(株)大沢防災	R5.7.4 ~ R10.3.31
93	小学校太陽光設備保守点検業務委託	北杜市立明野小学校 校外13校	2,783,000	入札者が1者となったため不調		R6.3.29
94	中学校太陽光設備保守点検業務委託	北杜市立明野中学校 校外7校	1,320,000	入札者が1者となったため不調		R6.3.29
95	北杜市須玉町及び白州町地内小規模合併浄化槽 点検業務委託	北杜市内	931,920	735,900	(株)塩川フクリーン	R6.3.31

入札番号	案件名	履行場所	予定価格(税込)	落札金額(税込)	落札業者	工期・納期
96	北杜市立保育園遊具点検業務委託	北杜市立保育園(13園)	1,053,800	935,000	日都産業(株)	R5.9.29
97	北杜市立保育園機械警備業務委託	北杜市立保育園(13園)	17,160,000	13,866,600	日本連合警備(株)	R5.9.1 ~ R10.8.31
98	北杜サイト太陽光発電事業所 警備委託	長坂町夏秋地内	18,480,000	16,500,000	綜合警備保障(株) 山梨支社	R5.8.1 ~ R10.7.31
99	北杜市立小学校定期清掃業務委託	北杜市立小学校	2,370,500	2,253,900	太平ビルサービス(株) 甲府支店	R6.3.15
100	北杜市立中学校9校・甲陵高等学校定期清掃業務委託	北杜市立中学校9校・甲陵高等学校	3,819,200	3,542,000	(株)三友	R6.3.15
101	北杜市立保育園・認定こども園保育業務支援システム導入用タブレット端末機器等購入	北杜市立保育園・認定こども園 13園	9,670,320	6,553,360	(資)内田盛和堂	R5.9.29
102	北杜市立小中学校備品購入(事務備品)	北杜市立小中学校	3,220,800	2,975,500	(有)オフィスアトベ	R5.9.19
103	北杜市立小中学校備品購入(保健備品)	北杜市立小中学校	1,157,200	1,075,800	(有)オフィスアトベ	R5.9.19
104	北杜市立小中学校備品購入(電気製品)	北杜市立小中学校	1,921,700	1,738,000	(有)タキデン	R5.9.19
106	須玉町おいしい学校パン捏ね機購入	須玉町下津金地内	1,699,500	1,452,000	(株)日新厨房企画	R5.8.31
107	北杜市指定収集袋購入	北杜市内	18,833,650	13,788,039	(株)オオキ	R5.10.31
108	公用車(市民バス車両)購入	北杜市役所	5,053,400	3,874,180	甲斐日産自動車(株)	R6.3.15
109	令和5年度北杜市基幹系プリンターリース	北杜市内	10,282,800	9,926,400	(株)正直堂 北杜店	R5.10.1 ~ R10.9.30
110	北杜市立塩川病院巡回診療車メンテナンスリース	北杜市立塩川病院	4,884,000	全者辞退のため中止		R6.3.1 ~ R11.2.28
111	北杜市上下水道局 公用自動車リース	高根総合支所	6,336,000	4,540,800	(株)トヨタレンタリース 山梨	R5.10.1 ~ R10.9.30

管財課 ☎ 42-1312 ☎ 42-1129

今月の表紙

峡北消防本部による小学生を対象とした熱中症予防講習会が市内で開催され、この日は明野小5年生が熱中症の症状や予防について学びました。屋外や高温多湿といった環境が影響し、からだの体温と水分量のバランスが崩れると熱中症になりやすいそうです。まだまだ暑さが厳しい日が続きます。水分と塩分補給をこまめに摂るなど、熱中症から身を守りましょう。

ほくと魅力発信部 4期生募集!

北杜市に暮らし、子育て、遊び、楽しむ人の目線で、ほくとの魅力SNSで発信する「ほくと魅力発信部」。プロのライターやフォトグラファーを講師に迎え、学びながら活動します。

▶対象・小学生までのお子さんをお持ちの方
・積極的に情報発信できる方

▶締切 8/23(水)

市ホームページ



☎ 42-1161 ☎ 42-1127

広報、CATV アンケート

広報ほくと、CATV(週刊ほくとニュース)ではご意見・ご感想を受け付けています。アンケートフォームからご回答ください。郵送の場合は秘書広報課までお送りください。※様式は任意



今月のプレゼント



食社北杜で開発! 北杜高校生とのコラボ商品 「青春ROCKカレー」

- 店舗名: 萌木の村
- 住所: 高根町清里 3545
- 営業時間: 10:00 ~ 18:00 ※店舗により異なります。
- 定休日: ROCK 年中無休。その他店舗はそれぞれ異なります。
- 電話番号: 0551-48-3522
- お店の紹介: 醸造所併設のレストラン「ROCK」やオルゴール館、完全無農薬で形成される広大なナチュラルガーデンをはじめ、様々な店舗を有する清里の複合型観光施設です。

締切: 8/25(金)まで

ご回答いただいた方の中から抽選で10名の方に、プレゼントします。

※当選は引換券の発送をもってかえさせていただきます。

秘書広報課では、アンケートに回答いただいた方へのプレゼントを提供していただける店舗を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

秘書広報課 ☎ 42-1161 ☎ 42-1127

図書館

インフォメーション



中央図書館 (金田一春彦記念図書館内)
☎ 42-1374 □ 38-1126

今月のイベント

図書館おさんぽラリー開催中

明野図書館とすたま森の図書館の2館を巡って対象本を借り、2つのスタンプを集めると、かわいいプレゼントがもらえます。

- ▶ **期間** 8/30(水)まで
- ▶ **場所** 明野図書館・すたま森の図書館
- ▶ **対象** 小学生以下

☎ 明野図書館・すたま森の図書館

圏内の魅力を発信します

八ヶ岳定住自立圏共生ビジョン事業の一つとして、長野県の富士見町図書館と原村図書館と連携し、3市町村同時に本の展示を行います。今年度1回目のテーマは「縄文時代に思いを馳せて」です。圏内地域の歴史に触れ、魅力を再発見してください。

- ▶ **展示期間** 8/1(火)~8/30(水)
- 3館をまわってスタンプを集めると、記念品がもらえるスタンプラリーも実施します。

☎ 中央図書館

蔵書点検 (特別整理期間) に伴う休館のお知らせ

【明野図書館】▶ **実施期間** 9/3(日)~9/10(日)

【たかね図書館】▶ **実施期間** 9/7(木)~9/16(土)

- *蔵書点検中は資料の貸出しができません。
 - *本や雑誌の返却は、返却ポストをご利用ください。
 - *CD、DVDなどの視聴覚資料や、市外の図書館から借りている相互貸借資料(専用の袋入り資料)は、破損を防ぐためポストには入れず、開館している図書館のカウンターに返却をお願いします。
- ご理解とご協力をお願いします。



第147回 大人のための朗読会「やまびこ」

- ▶ **日時** 8/18(金) 13:30~
- ▶ **場所** 大泉総合会館
- ▶ **出演** おはなしの会 こだま
- ▶ **作品** 瓜生 喬 作
『語りべ』より「黒髪」 他
- ▶ **参加費** 無料

☎ 中央図書館

夏休み課題図書の貸出し期間

「第68回青少年読書感想文コンクール課題図書」および「夏休みの友課題図書」「夏休みの友紹介図書」は、貸出希望が多いため、8/30(水)まで貸出期間を短く設定しています。多くの方に本が届くよう、返却期限を守ってご利用ください。

対象本には、目印のシールが付いています。

貸出期間は、8日間です。

終戦特集—パネル展示—

- ▶ **期間** 8/1(火)~8/30(水) 開館時間内閲覧可能
- ▶ **場所** 金田一春彦記念図書館・たかね図書館・ライブラリーはくしゅう

図書館	電話番号
中央図書館	42-1374
明野図書館	25-3285
すたま森の図書館	20-6112

図書館	電話番号
たかね図書館	47-4784
ながさか図書館	32-8228
金田一春彦記念図書館	38-1211

図書館	電話番号
小淵沢図書館	42-1203
ライブラリーはくしゅう	35-5070
むかわ図書館	20-3019

地域の歴史を紐解く

武川町・柳澤地内 埜場遺跡

学術課

☎ 42・1375
F 32・6497

現在、武川町柳澤地内において「埜場遺跡」の発掘調査を実施しています。遺跡は石空川右岸の扇状地端、東西約80m、南北約220mの北向きの傾斜地に立地する、縄文時代中期（5000～4500年前）と平安時代（約1000年前）の集落跡です。令和4年11月、ほ場整備工事に先立つ試掘調査（遺跡の有無を確認する事前調査）によって新たに発見されました。

発掘調査は、まず重機を使って現在の地表面（耕作面）から、遺跡が確認できる面まで掘り下げます。その断面に現れた土砂の堆積状況を観察して、遺跡がどのような埋まっていったのかを確認して調査を進めます。

本遺跡（写真1）では、現在の耕作面から最大約180cm下で縄文時代中期の住居跡や土器が出土する当時の生活面を確認しました（Ⅴ層）。この時期には平坦であった土地が、その後、度重なる土砂の流入により砂が厚く堆積（Ⅳ層）すると、次第に傾斜地へと変化していった様子がうかがえます。Ⅲ層の時期には、薄い黒色土（草木が育つことができた安定した時期）と砂の層（土砂の流入）が交互に堆積しており、小規模ではあるものの頻繁に土砂の流入があったことが分かります。その後、傾斜した土地に盛土をして平坦に造成（Ⅱ層）、水田として整備（Ⅰ層）して、現在に至ります。数千年におよぶ長い歴史の上に、現在の私たちの暮らしがあるということ

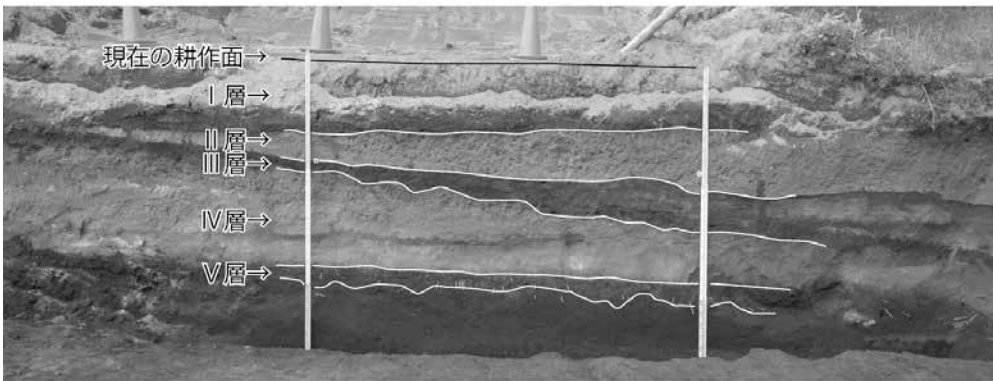


写真1 埜場遺跡で確認された土砂堆積状況

見て取ることができません。今後、各層から採取した炭化物を年代測定し、具体的な堆積時期を明らかにすることで、発掘調査結果と合わせて、土地の成り立ちと埜場遺跡の人々の暮らしについて考えていくことが可能となります。

発掘調査は、発見された住居跡や土器、石器などの考古資料を手掛かりに、過去の人々の暮らしを明らかにするだけではありません。現在まで奇跡的に地中に残された、さまざまな歴史の痕跡を回収し、土地の成り立ちや土地利用の変遷などを含めた、あらゆる地域の歴史を紐解いていきます。埜場遺跡の発掘調査は、鋭意継続中です。今後、さらなる発見が大いに期待されます。

HOKUTO Kids Press

＼ ほくとの子育て情報 ／

子育てに役立つ情報を、ほくと魅力発信部の
部員の皆さんと発信していきます！

Vol.7

☎ 秘書広報課 42-1161 ☎ 42-1127



▲北杜市公式 Twitter でも
発信しています！

「ほくと魅力発信部」…

北杜市に暮らし、楽しむ人の目線で市の魅力
を発信するために、市民の皆さんから公
募で選ばれました。昨年9月から活
動を開始した3期
生は、5人。皆さん
日々子育てに奮闘
しています！



今回は寺内瞳さん
が取材しました



ほくと魅力発信部がゆく！

木のぬくもり空間 つくしんぼルーム

子育て支援センターのひとつ、小泉保育園の敷地内に併設されている「つくしんぼルーム」では、6月の『父の日プレゼント』作りが行われました。

内容は、先生方が用意してくれたワイシャツの台紙に、お子さんの足形スタンプでネクタイを作るというもの。自分でインクの色を「あお〜」と、きちんと先生に伝え、ママ、先生方3人がかりでキレイな足形をとることができました。

その後は、シールや足形をノリでパタパタと貼ったり、パパへの日頃の感謝をお絵描きしたりと、ママと一緒に楽しみながらの共同作業。パパの喜ぶ顔が目に見えます。



＼ここが魅力！／

ボールプールやくるまのおもちゃが大人気のつくしんぼルーム、先生たち手作りの装飾が壁から天井までいっぱいとても可愛い空間です。この日は、子どもたちがつくったカラフルな金魚つきの七夕短冊もたくさん宙を泳いでおり、遊びながら思わず上を見上げる場面もありました！

つくしんぼルーム

場所 長坂町白井沢 4160

開館日・時間

月曜日～金曜日（祝日を除く）

10:00～15:00

子育て支援施設お問合せ先

子育て支援センター

- ニコニコスマイルルーム
(須玉保育園・南部こども園)
☎ 42-5631
- つくしんぼルーム
(小泉保育園・北部こども園)
☎ 42-5550
- こあらルーム
(白州保育園・西部こども園)
☎ 35-2306

つどいの広場

- はっぴいたんたん (高根町)
☎ 42-1401
- ひよこルーム (長坂町)
☎ 32-8288
- ひまわりルーム (小淵沢町)
☎ 36-8280
- たんぽぽルーム (武川町)
☎ 26-3021

児童館

- 明野児童館
☎ 25-3285
- 須玉さわやか児童館
☎ 42-5377
- いずみふれあい児童館
☎ 38-1211
- 武川児童館
☎ 26-3021



▲北杜の子育て情報は
「やまねっと」から

担当は
清水真里奈さん



魅力
発信部の
プチ
コラム

6月17日に高根町で行われた第3回WELCOMEベビーフェスで、ママ音楽隊としてステージに立ちました。ひよこルームに集う音楽好きなママ達に先生方が声を掛けてくださり、結成された音楽隊です。子どもたちは一緒に手を叩いたり、リズムに合わせて揺れたり、歌ったり♪子育てをしていると『自分の好きなこと』は後回しになりがちなので、好きなことを子どもと一緒にできる場合は普段以上に楽しく、ママ達のウキウキが現れた演奏になったと思います。音楽隊は随時メンバー募集中です！



6/12(月)

オーガニックビレッジに関する連携協定締結

明野総合支所

市が取り組むオーガニックビレッジを盛り上げ、一層の地域活性化および農業者所得の向上を図ることを目的に、市は梨北農業協同組合および井関農機株式会社と連携協定を締結しました。調印後、市内の水田で、連携事業の一つである有機栽培におけるスマート農業技術の支援として期待される「アイガモロボ」の投入式を行いました。



6/13(火)

小学校で人権の花運動

泉小学校

甲府人権擁護委員協議会北杜グループの人権擁護委員が泉小学校に出向き、「人権の花運動」を実施しました。人権教室の後、色あざやかな花を児童の皆さんへ贈りました。中沢朝征北杜グループ長は「花を育てることで、命を大切にす心や思いやりの心を育ててください。」と述べられ、児童一人ひとりが人権について考えるきっかけとなりました。



6/18・24

みんなで川をきれいに

尾白川・神宮川

6/18に名水百選尾白川クリーン事業が開催され、北杜市観光協会白州支部などが尾白川を、また、6/24に神宮川流域環境保全事業が開催され、北杜市白州町地下水保全・利用者対策協議会が神宮川の清掃活動を行いました。各事業とも良好な水環境の保全活動や景観の復元・維持を目的に実施され、地元企業や各行政区の皆さんなど約180人が参加しました。



6/27(火)

地域に根ざした学校給食感謝祭

高根東小学校

生産者との交流を通じて、食や農に対する理解を深め、郷土愛などを育むことを目的に、地域に根ざした学校給食感謝祭を開催しました。この日はハケ岳やさい倶楽部の石川宏治さんと杉浦秀幸さんから栽培している野菜などの話を聞き、交流を深めた後、生産者を交え、野菜の美味しさを感じながら、感謝の心で給食をいただきました。



6/29(木)

災害時等における協力に関する協定締結

北杜市役所

市は、災害時の避難場所として、道の駅南きよさと・道の駅はくしゅう・道の駅こぶちさわの施設の一部および設備などを利用できる協定を株式会社アルプスおよび株式会社スパティオ小淵沢と締結しました。この協定により、指定避難所以外の避難施設を確保でき、避難者の分散や受け入れ人数の増加、帰宅困難者への対応が期待されます。



7/3(月)

森林整備に関する協定締結

北杜市役所

市は、森林保全活動および森林環境教育の推進などを図るため、株式会社クスリのサンロード、浅原財産区管理会、峡北森林組合、やまなし森づくりコミッションとの連携協定の締結を行いました。今後は、市浅原財産区が所有する森林を「クスリのサンロードの森」として整備していきます。



ほくと
こども

8月のお誕生日

hokuto kids born in August



4歳

がく
高山 岳 ちゃん

令和元年8月4日生まれ

岳君お誕生日おめでとう。
これからも成長が楽しみです!
家族でいろんなところにお出かけしようね!



4歳

つばさ
山寺 翼 ちゃん

令和元年8月7日生まれ

とっても頑張り屋のつばさ。
4歳のお誕生日おめでとう。
これからも一緒にたくさん楽しい事をしようね。



1歳

なぎと
吉田 渚人 ちゃん

令和4年 8月 7日 生まれ

いつもにこにこ笑顔で元気な渚人くん!
これからもたくさん食べて沢山遊んで大きくなってね!
1歳おめでとう☆



2歳

あおい
中田 葵 ちゃん

令和3年8月10日生まれ

2歳になりました。
怖いもの知らずの女の子です。



2歳

うた
河野 優詩 ちゃん

令和3年8月31日生まれ

お誕生日おめでとう☆
おしゃべりとダンスが好きな優詩ちゃん。
優しい笑顔にいつも元気もらってるよ。
いつもパパとママに幸せをくれてありがとう♡

10月生まれ
募集中!

※写真・コメント(50字以内)を受け付けています。
(先着5名程度・満5歳まで)
※1人のお子さんの複数回の掲載をご遠慮いただく場合があります。

関秘書広報課 ☎ 42-1161 ☎ 42-1127
info@city.hokuto.yamanashi.jp

100歳 おめでとうございます

福祉課では100歳の誕生日を迎えた皆さんを訪問し、記念品をお渡ししています。



水石 美子さん
大正12年
6月3日生まれ

草取りが好きで、シニアカーで移動しながら家の周りや畑などをきれいにしていました。動物の写真を見ることも好きだそうです。



大柴 キミ子さん
大正12年
6月10日生まれ

若い頃は横浜で美容師をしていました。戦争でご主人と北杜市に移り、3人の子どもを育てながら、野菜をつくり、時には結婚式に着付けもしていました。



大浦 セイ子さん
大正12年
6月26日生まれ

学生の頃はバレーの選手でした。編み物も好きで孫4人のセーターやベストをお揃いで作りました。90歳頃までデイサービスでボランティア活動をしていました。



名取 房子さん
大正12年
7月6日生まれ

結婚するまで小学校の教師をしていました。ご主人と寒天業を営み、冬は良く働き、夏は旅行を楽しみました。周りの方々に支えられ感謝の気持ちで過ごしています。

福祉課 ☎ 42-1334 ☎ 42-1125