

# ほくと

仲間がいる大切な場所



# 新型コロナウイルスワクチン接種

4月から順次開始されるワクチン接種についてお知らせします。※3月15日時点

国などの動向を踏まえて、市民の皆さんの接種に向け準備を進めています。

ワクチンに関する情報は、市ホームページなどで随時発信していきます。

健康増進課ワクチン接種推進班

☎ 42-1337 ☒ 42-1125



## 新型コロナウイルスワクチン接種の Q&A

ワクチン接種についての疑問にお答えします。

- A**  必ず接種を受けないと  
いけないの？
- ワクチン接種を受けるには本人の同意が必要です。ワクチン接種による感染症予防効果や副反応のリスクなどについて理解した上で、自らの意思で受けていただくものです。同意なく接種が行われることはありません。
- A**  ワクチンにはどんな効果があるの？
- 承認されたファイザー社のワクチンは、2回の接種で95%の有効性で、発熱やせきなどの症状が出ることがを防ぐ効果が認められています。
- A**  ワクチンは何のために接種するの？
- 新型コロナウイルス感染症の発症を予防し、死亡者や重症者を減らして、結果として感染症まん延防止を図ることを目的としています。
- A**  ワクチン接種について、相談窓口はあるの？
- ワクチン接種の専門的な相談や、手続きなどについて、国、県、市それぞれが電話相談窓口を開設しています。相談内容に当てはまる窓口をご利用ください。次のページで紹介しています。
- A**  ワクチン接種の副反応には、どんな症状があるの？
- どんなワクチンでも「副反応」が生じる可能性があります。今回のワクチンは、国からの報告によると、接種部位の痛み、疲労・倦怠感、37.5度以上の発熱などがみられることがあります。また、まれな頻度で、アナフィラキシー（急性のアレルギー反応）が発生したことが報告されています。接種会場では、接種後15～30分経過観察をし、すぐ対応可能なように医薬品などを準備しています。その他、接種による健康被害は極めてまれではありませんが、ゼロではありません。国は新型コロナウイルスワクチンの副反応に対しても予防接種法に基づいた救済制度を設けています。

# ワクチン接種までの流れ

ワクチン接種を受けるまでの流れは次のとおりです。

1

## 接種券が届く

住民票が市内にある方に、「接種券」を郵送します。  
65歳以上の接種券の発送は4月上旬を予定しています。  
※接種券は接種時に必要となるので、大切に保管してください。

2

## 予約する

接種希望場所・日時の予約を事前に必ず行ってください。

※市内の接種会場・接種可能な医療機関一覧は、接種券に同封します。  
接種会場・医療機関は決まり次第、市ホームページにも掲載します。



市ホームページ

〔予約方法〕 ①、②のいずれかの方法で事前予約をしてください。  
予約の際、接種券の情報が必要です。お手元に準備して予約をしてください。

- ①電話予約「北杜市新型コロナワクチン接種コールセンター」へ
- ②WEB予約「北杜市専用予約サイト」から※接種券を発送次第、市ホームページで公開します。

3

## 接種を受ける

接種券に同封された予診票を事前に記入し、予約日時に接種会場へお越しください。  
持ち物：接種券・予診票・本人確認証（運転免許証・健康保険証等）

### ▶接種当日の注意事項

- ・接種前にご自宅で体温を測定し、発熱がある場合や、体調が悪い場合などは接種を控え、「北杜市新型コロナワクチン接種コールセンター」にご連絡ください。
- ・ワクチンは上腕部に接種します。肩を出しやすい服装でお越しください。
- ・会場ではマスクの着用をお願いします。
- ・接種券は接種後、接種済証明証としてご利用ください。



## 各種相談窓口

ワクチン接種の予約や  
手続きなどについて



北杜市新型コロナワクチン接種コールセンター  
☎ 0551-42-1330 ☎ 0551-42-1125  
9:00～17:00（平日・土日祝祭日〔4月5月のみ〕）

ワクチン接種の専門的な  
相談  
(ワクチンの効果・安全性や接種前の疑問・  
副反応など)



山梨県新型コロナワクチン専門相談ダイヤル  
☎ 055-223-8878  
8:30～20:30（平日・土日祝祭日）

ワクチン接種の在り方  
などに関するご意見・  
問い合わせ



厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター  
☎ 0120-761-770（フリーダイヤル）  
9:00～21:00（平日・土日祝祭日）

# 休日・夜間の 救急医療

健康増進課

☎ 42-1335 ☎ 42-1125

休日や夜間に  
具合が悪くなったら・・・

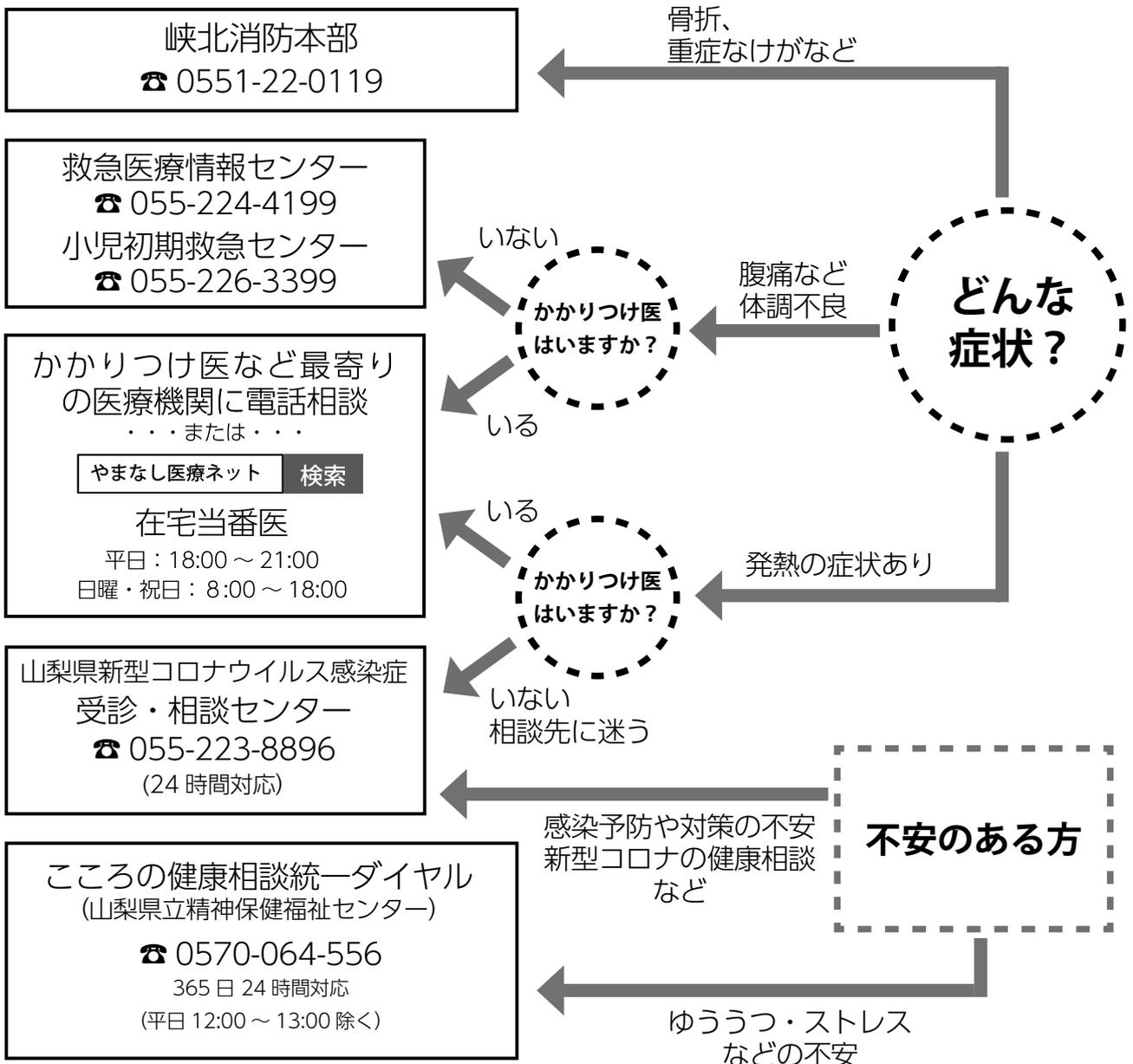
休日や夜間に具合が悪くなった場合、症状に応じて受診できる医療機関があります。

具合が悪くなった時、どこに連絡をし、どんな行動をすれば良いかを確認しましょう。

適正な利用にご協力ください

「夜間の方がすいていそうだから」「昼間は仕事があるから」など、軽症の患者さんが、休日や夜間の救急外来を受診すると、緊急性の高い重症の患者さんの治療に支障をきたすおそれがあります。症状が軽い場合は、できるだけ昼間の診療時間内に受診しましょう。

## 休日や夜間に具合が悪くなったら・・・ 受診方法をチェック



## 休日夜間急患病院

入院を必要とするような重篤な症状の場合、対応する病院は、平日夜間、休日、祝日で当番が決まっています。

### ▶平日夜間（18:00～翌日 8:00）

月	火	水	木	金
甲陽病院 韮崎市立病院	塩川病院 韮崎市立病院	甲陽病院 韮崎市立病院	塩川病院 恵信韮崎相互病院	甲陽病院 韮崎市立病院

### ▶土曜日（18:00～翌日 8:00） 日曜日（8:00～翌日 8:00）

第1日曜日と前日の土曜日	塩川病院・韮崎市立病院
第2日曜日と前日の土曜日	甲陽病院・韮崎市立病院
第3日曜日と前日の土曜日	塩川病院・韮崎市立病院
第4日曜日と前日の土曜日	甲陽病院・韮崎市立病院
第5日曜日と前日の土曜日	塩川病院・韮崎市立病院

### ▶祝日・振替休日（8:00～翌日 8:00）

4月29日（木） 昭和の日	塩川病院・恵信韮崎相互病院
5月3日（月） 憲法記念日	甲陽病院・韮崎市立病院
5月4日（火） みどりの日	塩川病院・韮崎市立病院
5月5日（水） こどもの日	甲陽病院・韮崎市立病院
7月22日（木） 海の日	塩川病院・恵信韮崎相互病院
7月23日（金） スポーツの日	甲陽病院・韮崎市立病院
8月8日（日） 山の日	甲陽病院・韮崎市立病院
8月9日（月） 振替休日	甲陽病院・韮崎市立病院
9月20日（月） 敬老の日	甲陽病院・韮崎市立病院
9月23日（木） 秋分の日	塩川病院・恵信韮崎相互病院

## 小児救急

※打撲、やけど、けがなど外科的疾患には対応できませんので、救急医療情報センターへお問い合わせください。

### 小児救急電話相談

小児科専門の看護師が  
急な病気に関する相談を受け付けます。

☎ # 8000（携帯電話、プッシュ回線から）  
055-226-3369（ダイヤル回線から）

平日夜間：19:00～翌日 7:00

土曜日：15:00～翌日 7:00

日曜・祝日・年末年始：9:00～翌日 7:00

### 小児初期救急医療センター

小児科専門医が応急の診察と治療を行います。  
症状によっては対応できない場合もあるため、電  
話で確認をした上で受診してください。

☎ 055-226-3399

（甲府市幸町 14-6 甲府市地域医療センター内）

平日夜間：19:00～翌日 7:00

土曜日：15:00～翌日 7:00

日曜・祝日・年末年始：9:00～翌日 7:00

〈病院電話番号〉

甲陽病院 ☎ 32-3221

塩川病院 ☎ 42-2221

韮崎市立病院 ☎ 22-1221

恵信韮崎相互病院 ☎ 22-2521

✓ 県内のさまざまな医療情報が掲載されています。  
休日・夜間の当番医も確認できます。

やまなし医療ネット



市民主役のまちづくりを目指して

# 一緒に考えよう ほくとの未来

図政策推進課

☎ 42・1162 ☎ 42・1127

## 第3次北杜市総合計画審議会 の委員を募集します

ウイズコロナ・ポストコロナ時代においてもこれまで以上に市民が安全・安心で快適な生活を送ることができ、活力に満ちた北杜市の未来をつくっていくため、新たな行政指針となる第3次総合計画を策定します。

策定にあたり、「市民と行政で未来を共有できる計画」を市民の皆さんと一緒に作り上げるため、計画原案を審議していただく委員を募集します。

### ▼募集期間

4月1日(木)～4月30日(金)

### ▼募集資格

- 次の①～⑥のすべてに該当する市民
- ① 満18歳以上、1年以上在住
  - ② まちづくりに関心があり、総合計画の審議に協力できる
  - ③ 市他の審議会等の委員でない
  - ④ 会議(平日昼間)に参加できる
  - ⑤ 市議会議員または市職員でない
  - ⑥ 暴力団員等でない

### ▼募集対象・人数

- 「一般枠」若干名  
「特別枠」①若者(35歳以下)  
②子育て世代  
③移住者(県外からの転入者)  
各若干名  
一般枠・特別枠合わせて計3～5人程度

※幅広い層から意見を聞くため、特別枠を設けます。

### ▼報酬

会議1回あたり5,000円

### ▼応募方法

応募用紙に必要な事項を記入し、テーマに係る作文(800字程度)を添付して、持参、郵送、メールのいずれかの方法で政策推進課にご提出ください。応募用紙は、政策推進課、各総合支所で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

### ・作文テーマ

「私が描く北杜市の未来と取り組むべき課題」

### ▼選考方法

書類審査(作文評価)

### ▼会議開催時期・回数

6～3月に5回程度

※新型コロナウイルスの感染状況により、Web会議となる場合があります。



市ホームページ

# ほくと子ども育成戦略会議 の委員を募集します

人口減少が進む中、少子化の進行に歯止めをかけることは喫緊の課題であり、これからは、個人・企業・地域などすべての当事者を巻き込みながら、子育てに係るあらゆる段階、あらゆる場面を想定した更なる取り組みを行う必要があります。

このため、国や県の取り組みも踏まえながら、市が取り組むべき対応策について、従来の発想にとらわれることなく幅広い視点から検討するため、ほくと子ども育成戦略会議を設置し、その委員を募集します。

## ▼募集期間

4月1日(木)～4月30日(金)

## ▼募集資格

次の①～⑥のすべてに該当する市民

- ① 満18歳以上、1年以上在住
- ② 「結婚・妊娠・出産・子育ての支援活動に関わっている」「子育て世代」「移住者」のいずれか
- ③ 市その他の審議会等の委員でない

- ④ 会議(平日昼間)に参加できる
- ⑤ 市議会議員または市職員でない
- ⑥ 暴力団員等でない

## ▼募集人数

5人程度

## ▼報償

会議1回あたり5,000円

## ▼応募方法

応募用紙に必要な事項を記入し、①または②のテーマに係る作文(800字程度)を添付して、持参、郵送、メールのいずれかの方法で政策推進課にご提出ください。応募用紙は、政策推進課、各総合支所で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

・作文テーマ①

「結婚・妊娠・出産・子育てに必要な

支援について」

・作文テーマ②

「移住定住の推進に必要な支援について」

## ▼選考方法

書類審査(作文評価)

## ▼会議開催時期・回数

年間3回程度

※新型コロナウイルスの感染状況により、Web会議となる場合があります。



市ホームページ



# 令和元年度決算 普通会計の財務書類を公表します

国で示された固定資産台帳の整備、複式仕訳に基づく令和元年度（令和2年3月31日）決算の財務書類を作成しました。

公会計の財務書類では、どのような収入があり、どのように使われたのかわけなく、現金の支払いを伴わない減価償却費などの情報も明らかになり、市の財政状況をより一層わかりやすく把握できます。

財務書類をより身近にするために大略で表したものを掲載します。詳細な財務書類については市ホームページをご覧ください。



## Q 財務書類って？

**A** 財務書類は ①貸借対照表（バランスシート）、②純資産変動計算書、③行政コスト計算書、④資金収支計算書の4つの表で構成され、それぞれの表は相関関係にあります。

## Q 財務書類と決算書の違いは？

**A** これまでの予算や決算は現金の動きだけを捉えていました。企業会計のように複式仕訳にすることによって、減価償却費などのお金の支出がなかったものも計上されます。

## Q 減価償却って？

**A** 建物などは長く使用するとその価値がだんだん減少していきます。会計上も同じようにその価値を減少させていきます。これを減価償却と呼んでいます。

### ① 貸借対照表 次世代に託す自治体の姿

市にどれだけの資産や負債があるのかを表しています。

<b>資産合計</b>	<b>1,142 億円</b>	<b>負債＋純資産</b>	<b>1,142 億円</b>
<b>資産</b>	<b>1,142 億円</b>	<b>負債</b>	<b>231 億円</b>
<b>固定資産</b>		<b>固定負債</b>	<b>199 億円</b>
有形固定資産	952 億円	<b>流動負債</b>	<b>32 億円</b>
無形固定資産	1 億円		
投資など	121 億円		
<b>流動資産</b>		<b>純資産</b>	<b>910 億円</b>
現金預金	15 億円		
基金など	53 億円		

### ② 純資産変動計算書 純資産の増減

当年度の行政サービスの世代間負担の状況などを表しています。

期首純資産残高	915 億円
純行政コスト	△255 億円
税金や補助金等	243 億円
無償所管換等※	7 億円
<b>純資産残高</b>	<b>910 億円</b>

※区分変更に伴う資産の評価額等

### ④ 資金収支計算書 支出とその財源の対応関係

市の現金収支を3つの活動に区分し、どのような活動に資金が必要かを表しています。

業務活動収支	32 億円
投資活動収支	△23 億円
財務活動収支	△10 億円
期首現金預金残高	16 億円
期末現金預金残高	15 億円

### ③ 行政コスト計算書 経常的な行政サービスのコスト

経常的な行政サービスのコストや使用料等（受益者負担）でどの程度まかなえたのかを表しています。

経常費用	260 億円
経常収益	△10 億円
臨時損失	6 億円
臨時利益	△1 億円
<b>純行政コスト</b>	<b>255 億円</b>

# 財務書類からわかること

有形固定資産の行政目的別明細（単位：億円）

区分	生活 インフラ	教育	福祉	環境衛生	産業振興	消防	総務
有形固定資産額	494.07	262.20	37.09	6.26	111.20	4.14	37.51

構成比を算出

区分	生活 インフラ	教育	福祉	環境衛生	産業振興	消防	総務
構成比	51.9%	27.5%	3.9%	0.7%	11.7%	0.4%	3.9%

**構成比の高い  
生活インフラ**

市の面積は602km<sup>2</sup>と広いので、道路などの整備によるインフラ資産の工作物は他の分野よりも構成割合が高くなっています。

**「教育」構成比  
27.5%**

「教育」は、学校施設だけでなく、社会教育や社会体育施設などの建物を所有しているため、構成割合が高くなっています。

**道路や施設の  
修繕にかかる額**

一般的に古い建物であれば、修繕などのコストもかかります。有形固定資産のうち耐用年数が経過している資産の割合を把握する資産老朽化比率は、下のとおりです。

有形固定資産の明細（単位：百万円）

	本年度末残高 (A)	本年度末減価償却累計額 (B)	本年度償却額 (C)	差引 本年度末残高 (A) - (B)
土地を除く 事業用資産	840.48	469.73	17.90	370.75
土地を除く インフラ資産	1,496.44	1,035.01	27.57	461.43
物品	70.36	64.91	1.24	5.45
土地を除く合計	2,407.28	1,569.65	46.71	837.63

計算方法 減価償却累計額 ÷ (土地を除く有形固定資産合計額 - 減価償却累計額)  
1,569.65 ÷ (837.63 + 1,569.65)

**資産老朽化比率は 65.2%**

**老朽化の高い施設**

減価償却の累計額約1,570億円は、資産価値の減少分を新しくする  
場合の必要額です。

資産老朽化比率は、類似団体よりも  
少し高い状況にあります。

**これからの公共施設**

市の公共施設等総合管理計画では、道路などのインフラ資産については維持管理の見直しなど、公共施設などの事業用資産については30年間のうちに更新時期を迎える公共施設の保有量（延床面積）を30%程度縮減することを目標としています。今後は、財政状況や社会情勢等の変化に対応するため、総合管理計画の見直しを予定しています。

また、財務書類から他市との比較もすることができ、市民の皆さんにもっとわかりやすく活用できるように検証していきます。

財政課  
☎ 42・1322 ☎ 42・1122

# 心がつながる応援券 ご利用ありがとうございました



● 昨年8月から今年1月にかけてご利用いただいた「心がつながる応援券（3万円商品券）」  
● の利用状況をご報告します。多くの方のご利用ありがとうございました。  
● 引き続き市内店舗のご利用をよろしくお願ひします。

● 新型コロナ対策課  
● ☎ 42-1163 ☎ 42-1127

利用割合 ▶ 全体 98.77%

○ A 券 (利用可能店舗：大型店・小売店等・観光業等)	99.63%
○ B 券 (利用可能店舗：小売店等・観光業等)	99.35%
○ C 券 (利用可能店舗：観光業等)	97.29%

最終利用額 ▶ 13 億 5,627 万 2 千円

総務省の経済波及効果の試算方法では、約 20 億円の市内経済効果があったと推測されます。

## 利用店舗

○よく利用された店舗

- ▶ 飲食店・・・27.49%
- ▶ 食料品店・コンビニ・・・13.73%
- ▶ ガソリンスタンド・・・7.52%

## 皆さんの声



心がつながる応援券があったので、家族で行ったことのないお店に行きました。近くのステキなお店を知ることができました。

母が欲しがっていた洗濯乾燥機を地域の電器屋さんで買いました。



心がつながる応援券は市民も嬉しいし、使ってもらった店も助かるのでとてもよかったです。

心がつながる応援券によって、市内に目を向ける意識が高まりました。



# “入居者募集” 就業者向け定住促進住宅

## 白州甲斐駒団地

白州甲斐駒団地の入居者を募集します。

### ▼主な入居要件

- ・給与を受けて生活する方または生活する予定の方
- ・入居者と同居者の給与所得(月額)の合計金額が、家賃の3倍以上あること
- ・現に同居し、または同居しようとする親族がいること

### ※その他要件あり

### ▼選定方法

応募多数の場合は、抽選で入居者を決定します。

### ▼募集期間

4月1日(木)～4月30日(金)

### ▼入居予定日

7月上旬

### ▼申込場所

住宅課

※申込書は、住宅課、各総合支所地域振興課窓口に用意してあります。市ホームページからもダウンロードできます。

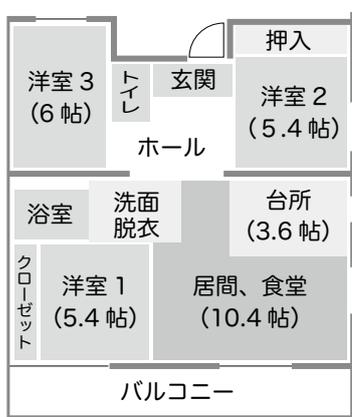
### ▶募集概要

募集部屋	間取り	部屋タイプ	家賃	敷金
301号室	3LDK	Aタイプ	48,000円	144,000円



市ホームページ

### ▶間取り



### 住宅課

☎ 42・1362  
F 42・2235

# エコひいき地産地消協力店募集 ～北杜を想うあなたのお店を、市がエコひいきします～

### ▼エコひいき地産地消協力店とは？

北杜市産の食材やその加工品を積極的に取り扱い、環境にやさしい取り組みを行っている市内の事業所を「エコひいき地産地消協力店」として登録しています。登録されると登録書が交付され、PR用品を配布し、市ホームページなどで紹介します。

### ▼登録基準

①飲食店・宿泊施設、②食品加工业者、③直売所・小売店の3つのカテゴリーごとに登録基準があります。

### ▼応募方法

8月30日(月)までに、申請書を商工・食農課または各総合支所地域振興課へ提出してください。



市ホームページ

エコひいき地産地消協力店一覧は市ホームページで確認することができます。申請書もこちらからダウンロードできます。

### 商工・食農課

☎ 42・1354  
F 42・5216

「通いの場」の活動を支援します



通いの場では、住民同士が気軽に集まり、主体的に活動内容を決め、「仲間づくり」「生きがいづくり」「支え合い」の輪を広げる活動をしています。「人生100年時代」を迎える中で、健康寿命を延ばすために重要な介護予防の拠点が「通いの場」です。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、私たちの暮らしが一変しました。外出することを恐れるあまり、フレイルといわれる足腰が弱まるケースが増えています。こんな時代だからこそ、人と人がつながる大切さを再認識し、「新しい繋がり方」を実践してみませんか？

住民主体型介護サービス補助金事業

補助対象事業の内容	開催頻度	補助金限度額
おおむね65歳以上の市民に、2時間以上の介護予防のための「通いの場」を開催する。	月1回以上 2回未満	年額 30,000円
	月2回以上 4回未満	年額 108,000円
	月4回以上	年額 216,000円

○高齢者通いの場運営費補助金制度をご利用ください。

高齢者通いの場の運営に取り組む市民団体の活動を支援しています。

※補助金交付申請書については、介護支援課または地域包括支援センターでお渡しします。

介護支援課  
☎42・1333 ☎42・1125

介護用品  
支給事業の取扱い

在宅の要介護高齢者を介護する家族の負担軽減のため、紙おむつなどの介護用品を支給しています。今回、国が支給制限の取り扱いを見直しました。

▼支給対象（本人非課税）

- ① 要支援1～要介護3  
排他一部介助：月上限2千円
- ② 要支援1～要介護3  
排他全介助：月上限4千円
- ③ 要介護4・5  
月上限6千円

今回の見直しにより、③の支給対象については、本人が非課税であっても世帯員が課税である場合には、年間上限が6万円となります。

介護支援課  
☎42・1333 ☎42・1125

令和3年度  
農作業参考料金のお知らせ

市の標準農作業の目安です。農地の形状や天候、その他の条件により料金の変動がありますので、最終的な金額については十分に協議してください。

作業名	単位	参考料金	備考
耕起（田・畑）	10a	8,100円～	1回耕耘
代掻き（耕起してある場合）	10a	10,500円～	整備田、完全仕上げ
田植え（機械植え）	10a	8,000円～	整備田、乗用田植え
稲刈（バインダー）	10a	8,500円～	ひも別
稲刈（コンバイン） ＊運搬料は含まない	10a	15,000円～	湿田・倒伏の場合また田の形状により割増あり、脱穀含む
脱穀（ハーベスタ）	10a	6,500円～	
籾摺り	30kg	300円～	
一般農作業（田・畑）	1日	8,000円～	昼食持参（労働時間は1日8時間を基準）
籾乾燥・調整	1kg	27円～	水分量により変動あり

※機械作業は燃料代含む ※金額は消費税抜き

農業委員会事務局  
☎42・1306 ☎42・1123

# 減災力の強いまちづくり

シリーズ 35

～自らの命は自ら守る～

北杜市  
ハザード  
マップ



北杜ほっとメール  
防災行政無線の補完  
システムです。



## 火の取扱いに注意しましょう

春は火災の発生が  
多くなります

令和元年中の中北地域(北杜市・韮崎市・甲斐市(旧双葉町))の火災件数は69件で、このうち北杜市が51件と全体の7割を超える件数となっています。

出火原因の多くは、「たき火」や「火入れ・野焼き」を行い、その場を離れたことや、急な風にあおられ拡大することが多く、建物火災・林野火災に至ったケースもありません。一人一人が火災の発生を予防し、生命や財産を守りましょう。

## 山梨県の出火率は

全国ワースト2

(出火率・人口1万人当たりの出火件数)

山梨県の出火率は431%と全国の2.95%を大幅に上回っています。中北地域は7.49%

	出火率
全国	2.95%
山梨県	4.31%
中北地域	7.49%(69件)
【北杜市】	10.99%(51件)
【韮崎市】	4.12%(12件)
【甲斐市】 (旧双葉町)	3.62%(6件)

と更に高い出火率となっています。北杜市の出火率は10.99%と全国の3倍以上となっています。

(峡北広域行政事務組合・消防年報 令和元年度版 令和2年6月1日発行)

## 小中学校に災害時に使える 無線LANを整備

総務省の公衆無線LAN環境整備支援事業補助金を活用し、市内の避難所に指定されている市立小・中学校に災害時に利用できる無線LANを整備しました。

災害時には、避難者のスマートフォン、携帯電話でWiFiに接続できます。※平常時は、学校の教育専用になります。

## 消防署所適正配置計画(案) パブリックコメント募集

峡北広域行政事務組合(以下・組合)では市内の消防署の再編を進めるにあたり、配置計画案のパブリックコメントを実施します。詳しくは組合ホームページをご覧ください。

### ▼パブリックコメント

閲覧場所 組合ホームページ・組合

総務課窓口(韮崎市本町4-8-36)

### ▼募集期間

4月15日(木)～5月20日(木)

(土・日、祝日は除く)

### ▼その他

提出方法は組合ホームページをご確認ください。

### 問い合わせ

峡北広域事務組合総務課

☎22・3311



組合ホームページ

次の日程で説明会を開催します

### ▼説明会

日時 5月10日(月) 午後7時

場所 長坂総合支所2階 会議室



Apple store



Google play

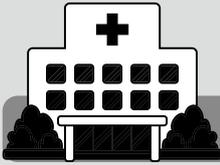
災害情報を「Yahoo!防災速報」アプリで配信しています。下記のQRコードでアプリを登録しましょう。



消防防災課

☎42・1323

☎42・1122



# 地域とともに

## 市立病院・診療所からのお知らせ



### コロナ禍の健康二次被害を予防しましょう②

▼3月号の続き

#### 3 自宅でもこまめな運動を

一般的に、筋肉量は25歳くらいでピークを迎え、その後、加齢により減少していき、40歳以降、毎年1%ずつ筋肉は減っていき、80歳になると20代の約50%まで落ち込みます。高齢者では、2週間の寝たきりにより失われる筋肉量は、7年間に失われる量に匹敵するといわれています。

まずは、筋肉量を維持するためにできる運動を意識してやってみましょう。片脚立ち、スクワットなどは室内でも出来る運動です。日本整形外科学会ではロコモティブシンドローム(通称ロコモ、運動器の障害のために移動能力の低下をきたした状態を防ぐために、「ロコトレ(ロコモーショントレーニング)」をすすめています。これらを毎日行うだけで効果があることが分かっています。(図)

運動は体力低下を抑制するだけでなく、脳を活性化させセロトニンという神経伝達物質を脳内に増やします。これは気持ちをリフレッシュし、前向きな気持ちを促すといわれています。

私たちが住んでいる北杜市は美しい山々に囲まれ、気持ちよく運動ができる自然豊かな環境にあります。家の中の運動だけではなく、天気の良い日には自然を眺めながら散歩や体操を楽しみましょう。さらには、人と人との距離を保つなどの感染対策を行いながら、友人と

一緒に笑顔で楽しく歩くことができれば良いですね。笑顔が免疫力を上げます。また、運動不足は免疫力を下げますが、運動のやり過ぎは逆に免疫力を落とすことが科学的に証明されています。適度な運動量で楽しく、長く続けることを心掛けましょう。

#### 「アフターコロナ」を見据えた健康づくり

新型コロナウイルス感染症が収束するには、まだまだ時間がかかりそうです。私たちがコロナウイルスに打ち勝った時、違う病気になるていてこれまで通りの生活が送れなくなってしまうというようにならないようにしたいですね。

「運動」は「運」を「動かす」と書きます。運動すれば、運も良くなると前向きに考え、この悩ましいコロナ禍をみんなで乗り越えましょう！

#### ロコトレ 1 バランス能力をつけるロコトレ 片脚立ち

左右とも1分間で1セット、1日3セット

1. 転倒しないように、必ずつかまるものがある場所に立ちます。
2. 床につかない程度に、片脚を上げます。



出典：【ロコモチャレンジ！推進協議会公式HP  
【ロコモONLINE】  
甲陽病院 ☎32・3221  
☎32・7191

#### ロコトレ 2 下肢の筋力をつけるロコトレ スクワット

5~6回で1セット、1日3セット

1. 足を肩幅に広げて立ちます。
2. お尻を後ろに引くように、2~3秒かけてゆっくりと膝を曲げ、ゆっくり元に戻ります。



スクワットができない場合  
イスに腰掛け、机に手をつけて立ち座りの動作を繰り返します。机に手をつかずにできる場合はかざして行います。



北杜市立甲陽病院  
整形外科  
長澤 晃樹 副院長

# 健診に行こう

シリーズ1

## 健康管理の目標を立てましょう

1月に実施した健診希望調査をもとに4月から健診を実施します。「総合健診」を希望された方全員に健診セットを送ります。

お手元に届いたらすぐ開封し、記載されている受診日時を確認してください。

「国保人間ドック」「子宮頸がん施設検診」を希望された方には受診票を郵送します。届きましたら検査機関へ予約をしてください。

ひとこと

### コラム

新しく何かをスタートさせていくことが多いこの時期に、ご自身の健康管理について、何か目標を立ててみませんか？

仕事や家庭内での役割、生活リズムや嗜好、身体的要因や遺伝的要因等ひとりひとりに違いがあるため、ご自身にあった達成できそうな目標を立てて継続していくことが大切なポイントです。

例えば

- ① 今より15分多く歩く。
- ② 野菜を使った料理を一品増やす。
- ③ 一口入れたら30回噛む。
- ④ 歯磨きの際はブクブク、ガラガラうがいをしっかり15秒行う。
- ⑤ 日記をつける。
- ⑥ 毎日ラジオ体操を行う。

「健診結果を聞いた後は気をつけよう」と思っていた、「お正月を迎えたときは今年の目標を決めたのに」と感じている方はぜひこの機会に始めてみましょう。

### 健康増進課

☎ 42・1335 ☎ 42・1125

支え愛  
地域づくり

シリーズ1

## 「こんなあったらいいじゃんねー」

市では、支え合い地域づくりの仕組みと一緒に考える生活支援コーディネーターを社会福祉協議会に配置しています。

生活支援体制整備事業として、地域の高齢者の生活について市民の皆さんが考え、支え合うことができる地域づくりに取り組んでいくためのお手伝いをします。

生活支援コーディネーターは、町内会や老人会などの地域組織と一緒に、地域の高齢者の生活について解決するための仕組み（協議体）を作っていきます。

市と社会福祉協議会では、この活動が活発に進められるよう「地域づくりフォーラム」を夏ごろに開催する予定です。市民の皆さんに事業内容を理解してもらえよう今月号からシリーズで、「支え愛地域づくり」の概要などを紹介していきます。

や「こんなあったらいいじゃんねー」がありましたら、介護支援課または社会福祉協議会までお気軽にお声かけください。

「コロナ禍で集まることが難しくなりましたが、会えないことで市民一人一人が近所の様子を気にして、小さく集まり気にかける様子も見られます。そういった小さな「集まり」を大事にして、気にかける「支え愛の地域」を目指していきます。

今回は、生活支援コーディネーターと協議体の活動についてご紹介します。

### 介護支援課

☎ 42・1333 ☎ 42・1125

### 地域包括支援センター

☎ 42・1336 ☎ 47・3778

### 社会福祉協議会

☎ 47・5206 ☎ 47・5206

高齢者の皆さんの「地域の困り事」

お知らせ

## 風しん無料クーポン券の期限延長

風しんのまん延防止のため、対象者に配布した風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券の期限を延長します。

▶対象者：昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

▶延長後の期限：令和4年3月31日まで

※抗体検査の結果により予防接種が必要になります。検査結果が出るまでに1～2週間かかります。余裕を持って検査を受けましょう。

風しん抗体検査を受け、あなた自身とこれから生まれてくる世代を守り、風しんの流行を止めましょう。

園健康増進課 ☎42・1335 ☎42・1125

お知らせ

## 今年は3年に一度の土地・家屋の評価見直し

固定資産税は、毎年1月1日現在で市内の土地、家屋や償却資産をお持ちの方がその評価額に応じて負担する税金です。

土地と家屋は、適正な評価額となるよう3年ごとに見直し（評価替え）を行います。なお、償却資産は毎年減価を行います。

▶土地の評価替え…

土地の評価額は、取引価格を基にした「適正な時価」で算定します。地価公示価格、不動産鑑定士による鑑定評価額などを活用し、個々の土地の状況も反映させて算定します。評価額は、原則として次の評価替えの年まで据え置きになりますが、地目の変更、文筆・合筆や地価の著しい下落があった場合には、見直しを行います。

▶家屋の評価替え…

家屋の評価額は、再建築価格を基に物価の変動割合や新築時からの経過年数に応じた資産価値を反映させて算定します。

園税務課 ☎42・1313 ☎42・1123

お知らせ

## 令和3年度固定資産課税台帳の縦覧・閲覧

▶縦覧制度とは…

市内に土地や家屋を持つ納税者が他の資産の評価と自身の資産の評価を比較して、適正かどうかを確認できる制度です。

▶閲覧制度とは…

納税義務者などが自身の資産について記載された内容を確認するため、固定資産課税台帳を閲覧できる制度です。

※借地・借家人の方も関係する資産の記載内容を確認することができます。

▶期間 4/30(金)まで

▶場所 税務課、各総合支所地域市民課、増富出張所

▶手数料 無料

▶持ち物 ①納税通知書または課税明細書

②本人確認書類（免許証、保険証、マイナンバーカードなど）

※法人の場合は、①と社印または委任状

※借地・借家人の方は、②と賃貸借契約書の原本

園税務課 ☎42・1313 ☎42・1123

# くらしの 情報

3月1日の人口

人口 46,505人（-3人）

男 22,778人（-13人）

女 23,727人（+10人）

世帯 21,669世帯（+31世帯）

お知らせ

## 4月の納税

▶税目 固定資産税第1期

▶納期限 4/30(金)

園税務課 ☎42・1313 ☎42・1123

お知らせ

## 「グリーンケア サロンほくと」開催

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ご参加できます）

▶開催日 4/18(日) 13:30～15:30

▶場所 長坂町農村環境改善センター

▶定員 5人

▶参加費 無料

▶申込み 4/17(土)まで

土山 ☎090・8693・6507 ☎42・1122

園健康増進課

☎42・1335 ☎42・1125

お知らせ

## 太陽光発電セミナー 動画配信

山梨県では、太陽光発電設備を適切にメンテナンスすることで発電量のアップが期待できることを学ぶセミナーの動画配信をしています。

▶講演内容 太陽光発電事業を成功に導く、発電量を最大化するメンテナンス

▶講師

（一社）新エネルギーO&M協議会

園山梨県森林環境部

環境・エネルギー課

☎055・223・1503



県ホームページ

**お知らせ****休日・夜間のマイナンバーカード交付**

マイナンバーカードの交付を休日・夜間も行います。

- ▶ **休日窓口** 4/11(日) 4/25(日) 5/9(日) 5/23(日) 9:00~16:00
- ▶ **夜間窓口** 4月・5月の毎週月曜日(5/3(月)は除く) 17:30~19:00
- ▶ **場 所** 市民課

※事前予約のうえ、本人がお越しください。

※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お越しください。

※休日、夜間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。

▶ **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)

☎市民課 ☎42・1331 ☎42・1125

**お知らせ****交通災害共済 申込受付中**

交通災害共済は、加入者が交通事故に遭った場合に被害の程度によって見舞金が支払われる相互救済の制度です。

自動車事故だけでなく、自転車・シニアカーなど幅広い事故に対応し、通院1日から見舞金が支払われます。

加入申込書は次の方を対象に3月中に郵送しました。

- ・令和2年度交通災害共済に加入された方
- ・令和2年2月1日~令和3年1月31日までに北杜市に転入された方

加入を希望される方は申込書を総務課または各総合支所地域市民課に提出してください。また、昨年加入されていない方でも加入することができます。加入申込書は総務課または各総合支所地域市民課で受け取ることができます。

- ▶ **掛 金** 年額500円(1人あたり)
  - ▶ **見舞金** 死亡100万円 障害20~30万円 傷害2~18万円
- ※見舞金額が変わりました。令和3年度に起きた交通災害に適用されます。

☎ 総務課 ☎42・1311 ☎42・1122

**相談****年金相談・お手続きは  
予約相談を**

日本年金機構では、相談の予約ができます。予約相談希望日の1カ月前から前日まで受付します。

ご連絡の際は、年金手帳や年金証書など、基礎年金番号の分かるものをご用意のうえ、「予約受付専用電話」へ電話してください。

☎日本年金機構 予約受付専用電話  
平日8:30~17:15 ☎0570・05・4890

**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** 4/15(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  
☎竜王年金事務所 ☎055・278・1100

**講座****たんぽぽサロン**

うつ病の方と家族の集いです。

- ▶ **開催日** 4/11(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** 4/10(土)までにお電話にて  
☎土山 ☎090・8693・6507 ☎42・1122  
かざぐるま(障害者総合支援センター)  
☎42・1411 ☎20・4422

**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7回目、テーマは「目的を意識する」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** 4/25(日) 13:30~15:00
- ▶ **場 所** 長坂町農村環境改善センター
- ▶ **定 員** 8人
- ▶ **資料代** 1回につき200円
- ▶ **申込み** 4/22(木)までにお電話にて  
☎土山 ☎090・8693・6507 ☎42・1122  
かざぐるま(障害者総合支援センター)  
☎42・1411 ☎20・4422

**講座****中級囲碁教室**

10級程度以上を対象とし、初段を目標にした教室です。

- ▶ **開催期間** 4/7(水)から1年間  
毎週水曜日 10:00~12:00
- ▶ **会 場** 囲碁美術館
- ▶ **参加料** 1,500円(前・後期分)
- ▶ **定 員** 30人
- ▶ **申込み** 随時受付 囲碁美術館  
へ電話にて  
☎囲碁美術館 ☎42・1405

**催し****おいでや  
ギャラリー**

- モリ ミズキ絵画展 4/2(金)~12(月)
- 藤田 泉 版画展 4/16(金)~26(月)
- 平 日 11:00~17:30
- 土日祝 10:00~17:30
- 会期中無休
- ☎おいでやギャラリー ☎32・1161

4月の各種相談日程 各相談員が相談を受け付けます。

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 保護司 民生児童委員 母子相談員 など
		日	時間	日	時間	日	時間
明野総合支所	☎ 42-1112			19(月)	10:00～12:00		
須玉総合支所	☎ 42-1113			20(火)	13:00～15:00		
高根町農村環境改善センター	☎ 42-1114			7(水)	10:30～12:00		
長坂総合支所	☎ 42-1115	20(火)	13:00～15:00	7(水)	13:30～15:30		
小淵沢総合支所	☎ 42-1119					3(土)	13:30～15:30
白州総合会館	☎ 42-1117			20(火)	13:30～15:30		

※新型コロナウイルスの感染状況により中止になる場合があります。

☎ 総務課 ☎42・1311 ☎ 42・1122

**募集** 市立介護老人保健施設  
しおかわ福寿の里職員

【正規職員】  
・看護師  
【会計年度任用職員】  
・介護福祉士  
・介護員（資格問わず）車椅子移動、配膳など簡単なお仕事。  
☎ 42・4604 ☎ 42・4101

**募集** 市立塩川病院職員

【正規・会計年度任用職員】  
・薬剤師  
・看護師・介護福祉士  
【会計年度任用職員】  
・介護員（資格問わず）  
・看護補助者（資格問わず）  
・視能訓練士  
施設見学随時可能。  
☎ 42・2221 ☎ 42・2992

**募集** 市立甲陽病院職員

【正規・会計年度任用職員】  
・看護師・介護福祉士  
【会計年度任用職員】  
・視能訓練士  
・看護補助者（資格問わず）  
施設見学随時可能。  
☎ 32・3221 ☎ 32・7191

**募集** 市立訪問看護ステーション  
つくしんぼ職員

【会計年度任用職員】  
・訪問看護師（看護師）  
☎ 42・4515 ☎ 42・4595

**募集** 市立八ヶ岳訪問看護  
ステーション職員

【会計年度任用職員】  
・訪問看護師（看護師）  
☎ 32・6006 ☎ 32・6041

**募集** 市立保育園・認定  
こども園職員

【会計年度任用職員】  
・保育士 ・調理師  
・調理員（資格不問）  
☎ 42・1332 ☎ 42・1125

**募集** 市立白州診療所職員

【会計年度任用職員】  
・看護師 ・准看護師  
☎ 35・2009 ☎ 35・4373

**相談** 結婚相談

相談は無料で、秘密は固く守られます。  
\*5月の開館日  
▶開館日 月・水・金・土・日曜日  
※ただし、3日(月)5日(水)30日(日)は休館です。  
▶開館時間 13:00～17:30  
※日曜日のみ13:00～16:00  
▶場所 出合いサポートセンター  
(市保健センター内)  
▶LINEによる情報配信  
市婚活応援ポータルサイト「ほくと縁結び」から、ぜひ登録ください。  
出合いサポートセンター専用電話  
(開館時間内のみ) ☎080・2175・2478  
☎ 42・1321 ☎ 42・1129

**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。  
なお、来庁しての相談をご希望の方は、事前に予約が必要ですので、総務課までお問い合わせください。  
電話での相談:消費者ホットライン  
(電話番号188)山梨県民生活センター(055・235・8455)  
窓口での相談:毎週木曜日  
(祝日、年末年始を除く)  
※要予約 9:00～12:00、13:00～16:00  
☎ 42・1311 ☎ 42・1122

# 入札執行結果

令和3年2月25日執行・第25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
276	北杜市トンネル長寿命化修繕照明工事(2-2工区)(明許)	須玉町東向地内	53,515,000	52,800,000	カナマル・小林電気工事北杜市トンネル長寿命化修繕照明工事(2-2工区)(明許)共同企業体	R4.3.14

令和3年2月26日執行・第26回

277	北杜市トンネル長寿命化修繕照明工事(2-3工区)(明許)	明野町小笠原地内	14,179,000	14,025,000	半田電工(有)	R4.3.25
278	市道須玉小尾12号線(和田橋)災害復旧工事(明許)	須玉町小尾地内	11,143,000	10,978,000	藤原土木	R3.6.30
279	配水管布設工事 須玉第2-1工区	須玉町六平地内	3,355,000	3,289,000	(有)石原設備	R3.4.30
280	農業用施設災害復旧測量設計業務委託(大深沢川)(明許)	長坂町中丸地内	4,741,000	4,400,000	(株)富士測量北杜営業所	R3.6.30
281	農業用施設災害復旧測量設計業務委託(鳩川)(明許)	大泉町谷戸地内	4,620,000	4,290,000	(株)富士測量北杜営業所	R3.6.30
282	災害用備蓄食料購入	北杜市役所	1,767,960	1,562,760	櫻井呉服店	R3.3.26

令和3年3月8日執行・第27回

283	市道浅川線道路改良工事(2-1工区)(明許)	高根町浅川地内	39,017,000	38,720,000	(株)浅川運輸土建	R3.7.23
-----	------------------------	---------	------------	------------	-----------	---------

図管財課 ☎42・1312 ☎42・1129

## 募集 公の施設の指定管理者の募集を行います

令和4年4月から市の施設の管理を行っていただく指定管理者を募集します。

募集開始は、5月中旬を予定しています。詳しい内容については、市ホームページで5月から順次公開します。

### ▶募集期間(予定)

5月中旬から6月下旬まで

図管財課 ☎42・1312 ☎42・1129

## 募集 環境審議会委員

環境基本計画の策定及び環境の保全等に関する内容を調査審議する委員を募集します。

▶募集人員 若干名

▶任期 2年

▶募集期間 4/1(木)~20(火)

図環境課

☎42・1341

☎42・1123

市ホームページ



## 募集 廃棄物減量等推進審議会委員

令和4年度からの一般廃棄物処理基本計画を策定するため、委員を募集します。

▶募集人員 若干名

▶任期 2年

▶募集期間 4/1(木)~20(火)

図環境課

☎42・1341

☎42・1123

市ホームページ



## 広報、CATV アンケート

QRコードを読み込んでアンケートにご回答ください。▶▶



今月のプレゼント

## おはよう!!朝ごはんカレンダー



市では、朝ごはんの大切さを知ってもらおうと、毎年「おはよう!!朝ごはんレシピ」コンテストを開催しています。令和2年度は、おにぎりとおむすびのレシピを募集。集まった390のレシピの中から16点が入賞しました。

今回は入賞したレシピを紹介するカレンダーをプレゼントします。各家庭のアイデアが詰まったカレンダー。レシピを参考に、おうちでおいしい朝ごはんを作ってみませんか。

締切 4/19(月)

ご回答いただいた方の中から抽選で**10名様**に、「おはよう!!朝ごはんカレンダー」をお送りします。  
※当選は発送をもってかえさせていただきます。

アンケートのプレゼントをご提供いただけるお店を募集しています。秘書広報課までご連絡ください。☎42・1161 ☎42・1126

## 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。実施には申請が必要です。

### ●ハケ岳文学講座

「もう一度読む大人のための日本文学」  
 ●日 時 4/18(日) 14:00～15:50  
 ●場 所 長坂町農村環境改善センター  
 ●定 員 10人  
 ●受講料 1,000円  
 岡加藤 ☎ 050・1178・0407

### ●いきいき絵画造形教室

「菜の花を描く」  
 ●日 時 4/17(土) 10:15～12:15  
 ●場 所 長坂町農村環境改善センター  
 ●定 員 3人  
 ●受講料 1,700円  
 岡岩間 ☎ 38・4621  
 甲名取 ☎ 080・5702・3033

### ●平安時代の食文化で美文字のお稽古

●日 時 4/28(水)  
 ① 13:30～15:00 ② 15:30～17:00  
 ●場 所 生涯学習センターこぶちさわ  
 ●定 員 各回 15人  
 ●受講料 各回 1,000円  
 岡坂本 ☎ 090・2625・0136

## 募 集 北杜市民自主企画講座の募集

市民で構成されるグループが行う講座を支援します。身近な仲間と一緒に学びの場を作ってみませんか？

### ▶支援内容

- ・講座の企画等相談
- ・参加者募集のお手伝い（広報「ほくと」への掲載、社会教育施設へのチラシ配布）
- ・社会教育施設の使用料免除など

### ▶申請方法

5人以上の仲間（市民）を募り、申請書に必要事項をご記入の上、生涯学習課へ持参してください。  
 ※ FAX、メール、郵送での提出はできません。生涯学習課、各公民館に申請書があります。市ホームページからもダウンロードできます



### 生涯学習課

☎ 42・1373 ☒ 42・1124

北杜市公式  
Twitter

北杜市の情報

広告

## 募 集 国税専門官募集

国税専門官は、国税局や税務署で、税務のスペシャリストとして法律・経済・会計等の専門知識を駆使して適正な課税を維持し、また、租税収入を確保するための事務を行います。

### ▶受験資格

- ①平成3年4月2日～平成12年4月1日生まれの者
- ②平成12年4月2日以降生まれの者  
で次に掲げる者

- (1)大学（短期大学を除く。以下同じ。）を卒業した者及び令和4年3月までに大学を卒業する見込みの者
- (2)人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者

### ▶受付期間

3/26(金)9:00～4/7(水) [受信有効] まで

### ▶試験日

第1次試験 6/6(日)  
 第2次試験 7/5(月)～7/16(金)までのうち指定された日時

### ▶申込方法

インターネットにて  
 人事院ホームページ上の申込専用  
 アドレスをご利用ください。

人事院ホームページ



岡東京国税局総務部人事第二課 試験係  
 ☎ 03・3542・2111 内線 2169

## 北杜市情報番組

【テレビ】10ch

### 「週刊ほくとニュース」

(平日) 午後7時30分～、午後10時30分～  
 (土日) 午前7時30分～、午後0時30分～  
 午後7時30分～、午後10時30分～

**ご子息・ご令嬢の結婚のお悩みを解決!**

幸せな結婚を  
サポート

- ・結婚してほしい
- ・孫の顔が見たい
- ・結婚の話に無反応
- ・結婚に消極的

**親御様 無料相談会実施中**

成婚実績で選ぶなら、短期成婚実績のステラ

**Stellar 055-249-8350**

甲府市中央2-9-21 ファース甲府5-C      受付時間 10:00～18:00      公式HP



## 令和3年度 いずみプールオープン

**4月22日(木) 10:00~**

毎週月曜日と金曜日の午前10時から水中ウォーキングと題し、幅広い世代の方が参加する運動教室を開催します。

新型コロナウイルス感染症対策を行い、安心して来館できる環境づくりに取り組んでいますので、是非ご利用ください。

休館日、イベント開催日などについては市ホームページでご確認いただくか、お問い合わせください。

閩いずみプール ☎42・1400



## 棒道パトロールウォーク (長坂~小淵沢)

**5月9日(日) 9:00~12:00**

石仏の状態を確認し、簡単な修繕や看板の補修、周囲の草取りなどをしながら棒道を歩きます。

集 合：三分一湧水館  
定 員：10人(要申込)  
参加費：無料  
申込開始：4/9(金)~

閩北杜市郷土資料館 ☎32・6498 ☎32・6497

## まなびの杜パスポートの受付について

生涯学習活動に参加することで、ポイントが貯まるパスポートカードを発行しています。

生涯学習を通じた交流や活動の記録、ふりかえりや自己評価などにご活用ください。

### ポイントについて

貯まったポイントに応じて、認定証や副賞(ホール事業招待券など)を差し上げます。

生涯学習情報誌「まなびの杜」に掲載されている事業、広報誌やチラシに「まなびの杜パスポートマーク」を表示している事業に参加された際に1ポイントスタンプします。

### 令和2年度まなびの杜パスポートの提出について

1年間(令和2年4月~令和3年3月31日)に獲得したポイントに応じて、認定証を発行します。

### 提出期間

**4月1日(木)~30日(金)**



### パスポートの発行・提出場所

生涯学習課・各公民館・図書館・郷土資料館・いずみプール

閩生涯学習課 ☎42・1373 ☎42・1124

## タレントバンクで 講座を開いてみませんか？

### まなびの杜タレントバンク制度とは

日常生活、文化、芸術などあらゆる分野で知識、経験、技術をお持ちの方に登録していただいています。地域の公民館活動や、サークル活動などで講師をお探しの際にご活用ください。

登録者一覧を掲載した冊子が各公民館窓口にあります。

**※5人以上の市民が実施する講座であれば、市民自主企画講座の制度が活用できます。**

### タレントバンクへの登録について

生涯学習活動に貢献したい人、自身の経験や知識を活かしたい人にご登録いただいています。詳細は市ホームページをご覧ください。どうか生涯学習課までお問い合わせください。

# 図書館

## インフォメーション



たかね図書館に「深澤快策文庫」を設置しました

平成27年度に、北杜市明野町出身の故深澤快策氏のご家族から寄附金をいただきました。子どもたちの教育、健全育成、図書館資料の充実のため市内の図書館に「深澤快策文庫」を設置しています。

今年度はたかね図書館に設置しました。

### 春のおはなし広場



日時 4月24日(土) 午後3時～  
場所 金田一春彦記念図書館

内容 おはなしウリぼうによる  
スペシャルおはなし会

対象 幼児～

定員 5組

参加料 無料※要申込

申込み・問い合わせ

金田春彦記念図書館 ☎38・1211

### 第125回 大人のための朗読会「やまびこ」

日時 4月16日(金)午後1時30分～

場所 大泉総合会館2階大ホール

出演 読書サークルゆずつこの会

作品 宮沢賢治著『よたかの星』他

対象・定員 一般 30名

\*定員になり次第締め切り

参加料 無料 ※要申込

申込み・問い合わせ 中央図書館

☎42・1374 ☎38・1126

### R ブックリサイクル

保存期限が過ぎた雑誌や本などを  
お譲りします。

なくなり次第終了させていただきます。

### ●ブックリサイクル

日時 4月3日(土)・4日(日)午前10時～

場所 金田一春彦記念図書館

日時 毎月1～7日 午前10時～

場所 ながさか図書館

### ★定例おはなし会のご案内★

申し込みは不要です。感染症対策を実施し、少しずつ再開します。状況によって変更することがありますので、各館にお問い合わせください。

対象	図書館	イベント名	開催日	時間
乳児から	明野図書館	おはなし会	第3木曜日	11:00～
	すたま森の図書館	アリスおはなし劇場	第1水曜日・第3土曜日	10:30～
	たかね図書館	ひよこのおへや	第3水曜日	10:30～
	ながさか図書館	おはなしのへやにあつまれ	第2金曜日	10:30～
	金田一春彦記念図書館	いずみにここにこタイム	第2水曜日	10:30～
	小淵沢図書館	おはなし会	第3日曜日	11:00～
	ライブラリーはくしゅう	おはなしひろば	第2土曜日	11:00～
	むかわ図書館	おはなし玉手箱	第3金曜日	10:30～
幼児から	たかね図書館	おはなしの国	第4日曜日	10:30～
	ながさか図書館	くるりくらのおはなし会	第3土曜日・4月休	14:00～
	金田一春彦記念図書館	おはなしの杜	毎週土曜日	15:00～

中央図書館 ☎42・1374 ☎38・1126

## 今月の表紙

3月1日、甲陵高校で卒業式が行われました。感染症対策のため、式には卒業生と保護者のみが出席。在校生はオンラインで教室から式の様子を視聴しました。社会の大きな転換期を迎えたこの1年。当たり前だった通学ができなくなったことから始まり、行事が制限されるなど、我慢もあった学校生活の中でも、卒業生の答辞の中には、「今の状況は私たちがさらに成長するチャンスかもしれない」との逞しい言葉がありました。仲間とともに過ごした大切な場所での思い出を胸に、新たな世界へ力強く踏み出していきましょう。



農と山の神の行事／赤羽根・六ッ根地区の山の神

農と山の神の行事

北杜市は北に八ヶ岳、東に瑞牆山、西に甲斐駒ヶ岳と全国でも有数の高い山々に囲まれ、県下最大の森林面積を有しています。北杜市域の人々は、湧水や山菜、キノコ採り、水晶採掘、炭焼きなど、森がもたらす豊かな恵みを活用して暮らしてきました。

北杜市域の里山の入り口には、山の神の石祠せきしが祀られています。市内では、山の神は古事記や日本書紀にも登場する大山祇命おほやまづみのみかみという名前で祀られることが多く、荒々しい男神と考えられていました。毎年1月17日のオカナムリオトシと呼ばれる山の神の祭日には、山仕事をする人々が集って山の神の祠にお供え物をし、酒宴を行って一年の安全を祈願しました。

旧暦の4月10日はトーカーヤといわれます。山の神は田植えが本格化するこの時期に山を下り、秋のトーカーヤまで田の神となつて田畑を見守るとされています。神が春秋に山と田を行き来する春秋しゅんじゅうきょらい去来の伝承は日本各地にあります。特に北杜市域では山仕事と農業を兼業していたため、山の神と田の神との結びつきは深く、両神は厚く敬われてきました。

赤羽根・六ッ根地区の山の神

高根町赤羽根・六ッ根地区では、4月中ごろに山の神講を行います。この日には地域の人が耕地世話人（年番の担当者）を中心に山の神の石祠いしだいらに集まって周りを清掃し、お神酒などを供え、地域の全戸に山の神の札を配ります。山とのつながりが薄れつつある今日、現存している山の神の祭りは貴重なものとなっています。



塩川地区のオソウマチ  
（山の神講）  
撮影：伊藤七六氏



赤羽根・六ッ根地区の山の神と札

学術課

☎ 42・1375

☎ 32・6497

# 子育てカレンダー 4月 2021 April

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
			● 12カ月児健診			
【はっぴいたんたん】ようこそ はっぴいたんたんへ週間						
【ひまわりルーム】はじめまして週間						
12	13	14	15	16	17	18
【母と子の教室】 ベビーマッサージ(0~6カ月児) 10:30~(5組)	● 3歳児健診	● 4カ月児健診  【ひよこルーム】 親子で折紙製作 11:00~  こあらルーム みんな集まれの会				
【はっぴいたんたん】ようこそ はっぴいたんたんへ週間						
【ひまわりルーム】いろいろなボールで遊んでみよう♪						
【たんぼぼルーム】はじめましての会 10:30~						
19	20	21	22	23	24	25
		【母と子の教室】 セルフケア体操(0~6カ月・妊婦) 10:30~(5組)	● 1歳6カ月児健診			
【はっぴいたんたん】ようこそ はっぴいたんたんへ週間・ハッピーバースデー週間						
【ひまわりルーム】今月の手あそび・読み聞かせ週間						
【たんぼぼルーム】季節の製作を楽しみましょう						
26	27	28	29	30		
【母と子の教室】 オンラインベビマ・親子遊び (7~12カ月児) 10:30~11:00(5組)	28日 離乳食クッキング (5~12カ月児) 10:00~(4組)	【母と子の教室】 ようこそお母さん (0~4カ月) 10:30~(5組)  【ひよこルーム】 4月生まれのお誕生日会 11:00~  ニコニコスマイルルーム 誕生会	昭和の日			
【はっぴいたんたん】こいのぼり週間 ※29日(祝)を除く						
【ひまわりルーム】こいのぼり工作づくり ※29日(祝)を除く						

新型コロナウイルス感染症対策のため、つどいの広場と子育て支援センターは予約制となります。詳しくは、子育て支援サイト「やまねっと」をご確認の上、お越しください。

母と子の相談室 子育て世代包括支援センター「ほくとっこ」では、妊娠期から子育て期にわたる相談をお受けしています。9:00~16:00(平日)  
場所：保健センター ほくとっこ元気課 ☎42・1401

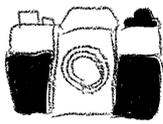
## 問い合わせ先一覧

つどいの広場	子育て支援センター	児童館
はっぴいたんたん ☎42・1401	ニコニコスマイルルーム (須玉保育園・南部こども園) ☎42・5631	明野児童館 ☎25・3285
ひよこルーム ☎32・8288	つくしんぼルーム (小泉保育園・北部こども園) ☎42・5550	須玉さわやか児童館 ☎42・5377
ひまわりルーム ☎36・8280	こあらルーム (白州保育園・西部こども園) ☎35・2306	いずみふれあい児童館 ☎38・1211
たんぼぼルーム ☎26・3021		武川児童館 ☎26・3021

## つどいの広場・子育て支援センター

開設時間内いつでも(4月の予定)	
ニコニコスマイルルーム	12~16 「みんな集まれの会」ウィーク 19~23 製作あそび「こいのぼり」 26~30 身体測定
つくしんぼルーム	1~30 「はじめまして月間」 19~30 季節の製作「こいのぼり作り」
こあらルーム	12~16 はじめましてウィーク 19~23 製作「こいのぼり」 26~30 身体測定

子育て応援課 ☎42・1332 ☎42・1125 ほくとっこ元気課(母と子の教室・乳児検診) ☎42・1401 ☎30・4144



# HOKUTO TOPICS

まちのできごと



2/17 (水)

## リモートで宇宙の授業

市内小学校

宇宙を旅した山高神代桜の種から育てた「宇宙桜」の苗木を東日本大震災の被災地に送る「希望の桜」事業をきっかけに、JAXAなどの協力を得て、宇宙についての授業が行われました。今年は宇宙ステーションに子どもたちの応援メッセージが送られました。



2/17 (水)

## ワクチン接種のための協定を締結

北杜市役所

シミックホールディングス株式会社と「市民のヘルスケアに係る包括連携協定」を締結しました。同社の持つ医療に関する知見や経験を市の取り組みに活かし、まずは新型コロナウイルスワクチン接種に向けて連携していきます。



2/18 (木)

## 啓発ポスターを作成

北杜警察署

北杜警察署では、市を舞台にしたアニメ「スーパーカブ」とコラボレーションした啓発ポスターを作成しました。ポスターを贈られた北杜高校の生徒会長は、「生徒たちに交通事故に気をつけてほしい」と話しました。



2/21 (日)

## 薪割り・火おこし体験

平田家住宅

郷土資料館の収蔵資料展「ほくとの食」の関連イベントとして、平田家住宅で薪割りと火おこしの体験が行われました。参加者は慣れない道具に苦労しながらも夢中で薪を割り、当時の生活の知恵を知るきっかけとなりました。



2/22 (月)

## 子どもたちの見守り標語を選定

北杜市役所

市内で子どもたちの見守り活動をしている団体などから寄せられた標語から1作品を選びました。作品「横断旗の先 ぴよこんとおじぎの ランドセル」家庭・地域・行政が連携を図り、子どもたちが安全に楽しく生活できるよう取り組んでいきます。



3/8 (月)

## 保育園で交通安全教室

清里聖ヨハネ保育園

専門交通指導員と北杜警察署による交通安全教室が行われました。年長の園児を対象に、実際に道路へ出て横断歩道の渡り方を学びました。4月から小学生になる園児たちは交通ルールを守って安全に登校することを約束しました。



ほくとの  
こども

# 4月のお誕生日

hokuto kids born in April

※写真・コメント(70字以内)の受付は、誕生日前々月の20日からです。(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。



小淵沢町



写真右 おとは  
**五味 織羽**ちゃん  
令和2年4月10日生まれ

1歳

お兄ちゃんお姉ちゃんとおふのが大好きな織羽ちゃん、1歳のお誕生日おめでとう♡1番ちびちゃんだけど、沢山笑ってすくすく育ってくださいね☆

高根町



2歳  
そうま  
**百瀬 壮真**ちゃん  
平成31年4月11日生まれ

2歳の誕生日おめでとう♪甘いほうで果物が大好きな壮真。ダンスもおしゃべりも上手になったね。これからも健康にすくすく大きくなってね。

須玉町



1歳  
きほ  
**豊田 姫帆**ちゃん  
令和2年4月20日生まれ

♡姫帆ちゃん♡1歳のお誕生日おめでとう!♡ニコニコしてるきーちゃんがほんとに可愛くて愛おしいです♪パパとママの元に生まれてきてくれてありがとう♡

高根町



3歳  
つぼめ  
**加藤 燕**ちゃん  
平成30年4月25日生まれ

3歳のお誕生日おめでとう。燕の笑顔と優しさに家族みんな心を動かされます♡これからの成長が楽しみです。いつもありがとう!

## ～北杜市が舞台となったアニメ「スーパーカブ」が4月から放送されます～



ひとりぼっちの女の子と、世界で最も優れたバイクが紡ぐ、友情の物語。

山梨県北杜市の高校に通う女の子、小熊。両親も友達も趣味も無い、何も無い日々を過ごす彼女だが、ふと見かけた中古のスーパーカブを買ったことで、ちよつとずつ短調な毎日が変わり始める。

角川スニーカー文庫にて刊行中のライトノベル『スーパーカブ』がアニメ化されます。山梨放送4月16日(金)スタート。

詳細はアニメ公式ホームページと公式ツイッターをご覧ください。



公式 Twitter



公式ホームページ

