



ほくと

韓国・抱川市も祝福
合併20周年



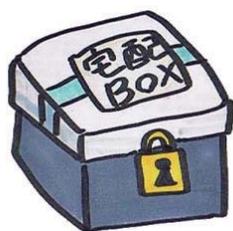
ほくと通信

宅配ボックスの購入費用を補助します

近年の通信販売の急速な拡大や、「物流の2024年問題（トラックドライバーの長時間労働に上限規制を適用）」により、今までの宅配サービスが受けられなくなる可能性があるため、宅配の再配達削減を図る取り組みとして、宅配ボックスの購入費用に対し、補助します。

▶申請期間

令和7年3月10日(月)まで



▶対象者

市内にある戸建て、集合住宅の居住者、
または管理者などで市の住民基本台帳に記録されている方

▶補助金額

- ・購入金額の2分の1（上限1万円）
- ・クーポンやポイントなどを利用して購入した場合、その利用額分を購入金額から除く。

▶宅配ボックスの条件

- ・令和6年10月1日～令和7年3月10日までに購入したもの
- ・鍵やダイヤル錠などの盗難防止機能を有していること
ほか

商工・食農課 ☎ 42-1354 ☎ 42-5216



北杜市
ホームページ
随時更新中！



北杜市公式
LINE
友だち募集中！



山梨県北杜市
@cityhokuto
X (旧Twitter)
フォロワー募集中！



山梨県北杜市
AIチャット
ボット
運用開始！



10月1日の人口 (前月比)

人口	: 45,516人	(+12人)
男	: 22,256人	(-5人)
女	: 23,260人	(+17人)
世帯	: 22,340世帯	(+23世帯)

週刊ほくと
ニュース
毎週土曜日更新



ページ

03	特集 市制施行 20 周年記念式典
06	令和 5 年度決算報告
10	ふるさと納税が北杜を元気にする
11	11 月は児童虐待防止推進月間
12	クラウドファンディング募集
13	北杜の健康 / 介護サービス事業所等優良表彰募集
14	地域とともに ～市立病院・診療所からのお知らせ～
15	ほくと♡出会い / Hokuto 住まい Smile
16	食杜北杜
くらしの情報	
17	各種相談日程 / 広報・CATV アンケート
27	入札執行結果
28	イベントインフォメーション
30	北杜市民自主企画講座
31	図書館インフォメーション
32	ほくと歴史めぐり
33	HOKUTO TOPICS まちのできごと
34	11 月のお誕生日 / 米・食味分析鑑定コンクール国際大会 in 北杜

※掲載している講座・イベント・催しなどは、中止・変更することがあります。詳しくは市ホームページなどでご確認ください。

今月の表紙



今年 11/1 に、北杜市は 20 周年を迎えることができました。これもひとえに市民の皆さんのおかげであります。10/1 には八ヶ岳やまびこホールで「市制施行 20 周年記念式典」を開催しました。P3～5 で特集していますので、ぜひご覧ください。



- 市制施行 20 周年特集 - Vol.4
市制施行 20 周年記念式典



令和6年10月1日(火)に、ハケ岳やまびこホールにおいて、市制施行20周年を記念して式典を開催しました。

式典では、市の発展に功績のあった方や各分野で素晴らしい活躍を収められた方々を表彰しました。

平成16年11月1日に誕生してから20年

市制施行20周年記念式典を開催



市制施行20周年

功労者を表彰

(順不同、敬称略)

市民栄誉賞

市民に希望と活力を与える顕著な功績で、広く市民から敬愛される方

渡邊 英子 前北杜市長

市政功労表彰

永きにわたり各種分野の振興に多大な貢献をされた方

浅川 力三 北杜市観光協会 代表理事

市政施行20周年記念特別表彰

現在の市の礎を築き、地方自治の発展に多大な貢献をされた方

篠原 眞清 元明野村長

中田 欽哉 元須玉町長

小宮山 光彦 元大泉村長

中山 賢一 元小淵沢町長

小澤 壯一 元武川村長

優遇表彰

12年以上の永きにわたり地方自治の発展に貢献された方

三井 英雄 保護司

小宮山 修 地域委員

三浦 義成 スポーツ推進委員

清水 一照 スポーツ推進委員

内藤 英子 スポーツ推進委員

八巻 ちあき スポーツ推進委員

萱沼 鉄男 土地利用審議会委員

山田 輝夫 土地利用審議会委員

善行表彰

各分野で貢献された方

北杜市空き家バンク協力会

定住の促進および地域活性化に尽力

原 真樹子 食生活改善推進員

横森 千恵子 食生活改善推進員

皆川 直弘 体育の振興に貢献

向井 博 体育の振興に貢献

田丸 敬一 体育の振興に貢献

浅川 栄司 体育の振興に貢献

白倉 利江子 体育の振興に貢献

岩波 信司 体育の振興に貢献

清浦 理也 体育の振興に貢献

萩野 恵美子 体育の振興に貢献

清水 勇雄 体育の振興に貢献

矢崎 元子 薬物乱用防止指導員

有井 勇次 多額の金品を寄附

渡辺 三夫 畜産農業の振興に貢献

奨励表彰

各部門・分野での振興に寄与された方

菱沼 乾 革靴作りの技術などを競う世界大会で最年少優勝

前橋 真子 第70回国際理解・国際協力のための高校生の主張コンクール中央大会で法務大臣賞

小林 直美 長年にわたり登録統計調査員として活動され、令和5年度には総務大臣表彰を受賞

大多和 健人 2022年全日本ジムカーナ選手権クラス6で第2位。2022・2023年JAFカップオールジャパンジムカーナで2年連続優勝

井上 優 第25回米・食味分析鑑定コンクール国際大会inつなん「栽培別部門環境王国」金賞

株式会社こぴっと 第25回米・食味分析鑑定コンクール国際大会inつなん「栽培別部門米の精」特別優秀賞



望月農業センター 樋田 亮輔

第25回米・食味分析
鑑定コンクール国際
大会inつなん
「大型農業法人部門
(20ha以上)」特別優
秀賞

株式会社今井農園

第20回お米日本一コ
ンテストinしずおか
最高金賞

佐藤 幸子

長年にわたり地域住
民から寄せられる行
政相談の功績により、
総務大臣表彰

特別表彰

各分野で特別な功績を挙げられた方

社団法人ソウル国際親善協会

日本と韓国の友好関
係発展に貢献

有限会社イズミフーズ

多額の金品を寄附

北杜高等学校 書道部

第12回県高校書道パ
フォーマンス大会で3
年連続優秀賞

株式会社ゴールドウイン

市の地域振興に貢献

サントリープロダクツ株式会社
天然水南アルプス白州工場

環境教育の普及に貢
献

東洋ライス株式会社

市の農業振興に貢献

フジクレールワイナリー株式会社

市ワイン産地の振興
に貢献

フジクレールファーム株式会社

市ワイン産地の振興
に貢献

株式会社ちとせ研究所

市の農業振興に貢献

株式会社裕源

市農産物などの台湾
への販路拡大に貢献

NIPPON EXPRESS
ホールディングス株式会社

市の農業振興に貢献

小宮山 ひろみ

地域交通の活性化に
貢献

道村 隆司

道路行政の発展に貢
献

里吉 恒一

道路行政の発展に貢
献

株式会社はくばく

市民の健康増進に貢
献

株式会社トランジツトジェネラル
オフィス

自主財源の確保に貢
献

一般社団法人コミュニティーパーク

地域振興に貢献

株式会社クスリのサンロード

環境保全・健康増進
に貢献



▲式典のオープニングを飾った韓国・抱川市の伝統文化芸能



▲北杜市ふるさと親善大使 erica さんによる音楽ライブ



☎ 総務課
42・1311 42・1122

令和5年度

決算報告

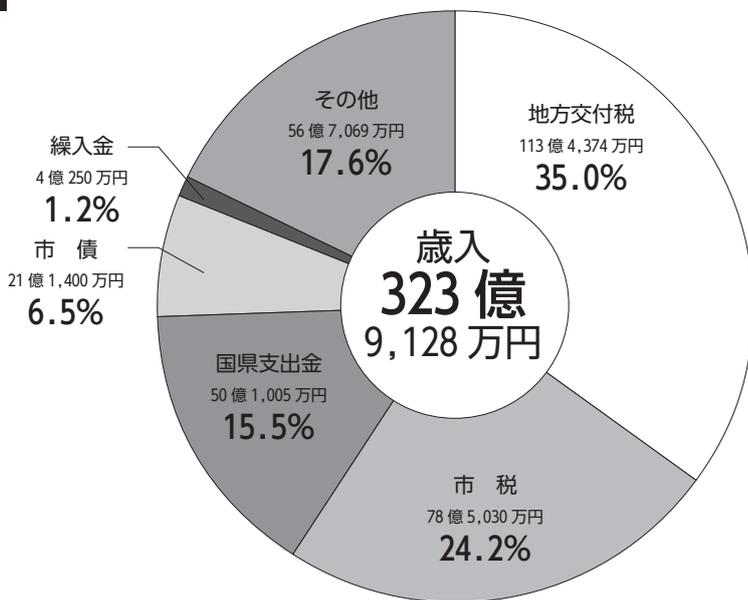


市では、市民の皆さんが納めた税金や国・県からの支出金、市債などを財源としてさまざまな事業を実施しています。

市民の皆さんの生活のためにどのように活用されたのか、令和5年度の決算の概要をお知らせします。

財政課 ☎ 42-1322 ☎ 42-1122

一般会計歳入



地方交付税…

全国どこに住んでいても同じように暮らすことができるための国からの交付金

市税…

市民・企業が納めた税金

国県支出金…

国・県からの補助金など

市債…

銀行などから借りたお金（市の借金）

繰入金…

積立金を取り崩したお金など

その他…

前年度からの繰越金や使用料など

特別会計決算

区分		歳入決算額	歳出決算額
国民健康保険		58億4,421万円	58億4,172万円
後期高齢者医療		8億3,886万円	8億3,588万円
介護保険		50億7,102万円	49億8,281万円
居宅介護支援事業		1,480万円	911万円
新エネルギー事業		1億7,987万円	1億7,403万円
辺見診療所		1億684万円	1億669万円
白州診療所		8,935万円	8,880万円
財産区		2億777万円	1億4,864万円

		収入額	支出額
病院事業	収益	37億9,585万円	39億711万円
	資本	5億3,415万円	6億9,879万円
水道事業	収益	22億4,982万円	21億7,521万円
	資本	9億6,282万円	9億6,289万円
下水道事業	収益	27億6,549万円	26億7,493万円
	資本	15億9,243万円	23億9,295万円

令和5年度決算 一般会計歳出合計は 307億5,793万円

一般会計の決算額は前年度対比で歳入が0.4%の増、歳出が1.0%の減となりました。

令和5年度は、「北杜新時代・幸せ実感・チャレンジ北杜」の実現のため、さまざまな施策に市民、事業者の皆さんとともに全力を挙げて取り組んできました。また、電力・ガス・食料品などの価格高騰対策に係る事業に重点的に取り組み、困難に直面する方々の支援に努めました。

皆さんのご協力により、健全化判断比率などは、法律で定められている財政再生基準や早期健全化基準を満たしています。

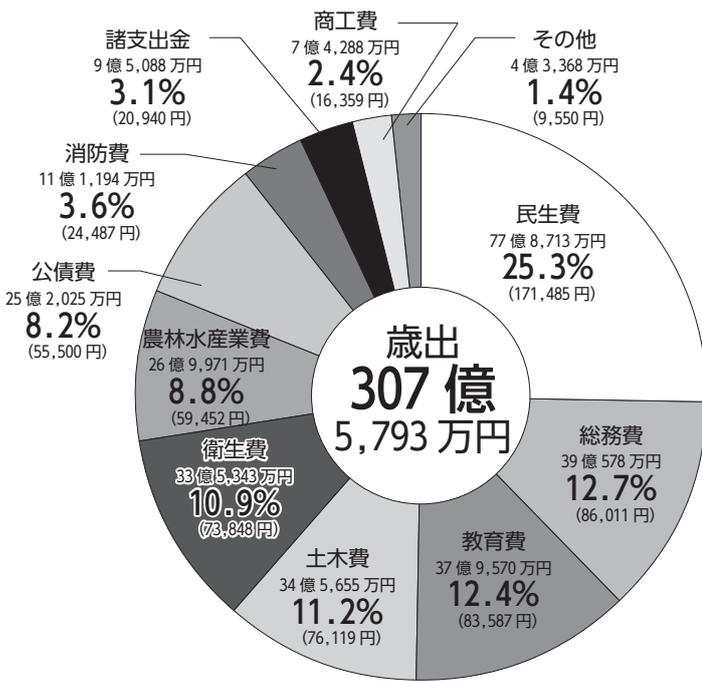
今後も限られた財源の重点的かつ効率的な配分に努め、将来を見据えた持続可能な財政を目指すとともに、市民の皆さんが安心して暮らし、活躍でき、幸せを実感できるまちづくりを進めていきます。

一般会計歳出

北杜市住民基本台帳人口45,410人（令和6年3月31日現在）から算出した市民一人あたりの額を（ ）内に示してあります。

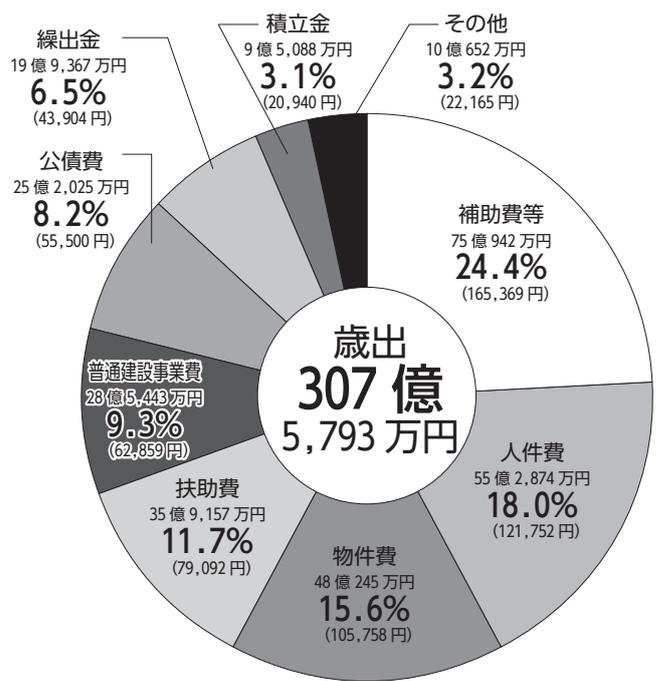
目的別

使われた費用を行政目的別に分類したものです。



性質別

使われた費用を経済的性質別に分類したものです。



- 民生費…福祉・医療・保育園などの運営費
- 総務費…地域振興・庁舎管理・選挙などの事業費
- 教育費…学校などの教育・文化に係る事業費
- 衛生費…保健・ごみ処理・環境活動の事業費
- 土木費…住宅・道路などの整備・管理に係る事業費
- 公債費…市が借り入れたお金の返済
- 農林水産業費…農林業の発展・振興に係る事業費
- 諸支出金…将来やいざという時のための基金への積立金
- 消防費…火災や地震など災害・減災対策の事業費
- 商工費…商工業の発展・振興の事業費

- 補助費等…各種団体への補助金
- 人件費…議員報酬、職員の給与など
- 物件費…委託料・賃金・消耗品・光熱水費などの経費
- 扶助費…生活保護費・医療費助成、子育てや高齢者対策などのお金
- 公債費…市が借り入れたお金の返済
- 積立金…将来やいざという時のための基金への積立金
- 普通建設事業費…学校・住宅・道路などの整備費
- 繰出金…特別会計への繰出金

主な内訳

農林業の発展に



59,452 円

市が借り入れた
お金の返済に



55,500 円

災害対策に



24,487 円

商工業の発展に



16,359 円



昨年度に実施したさまざまな事業の中から、市の主要施策の一部を紹介します。

社会体育施設整備事業

2億8,281万円



長坂総合スポーツ公園に広域的な防災拠点機能を有したクラブハウスを整備しました。また、新たなスポーツの拠点づくりを行うため、スケートリンク内側の整備工事を実施しました。

空き家バンク登録物件リフォーム費等補助金

1,790万円



空き家バンクに登録した所有者などに対して、リフォームなどに係る経費を補助しました。

外国人観光客誘客促進事業

2,269万円



山梨県の訪日外国人客数の多い国を中心に、インバウンド促進の取り組みとして、国外トップセールスなどを行いました。

子育て応援金支給事業

3,300万円



出生率の向上や子育て世代の転入促進などを図るため、北杜市に誕生した全ての子どもに子育て応援金を支給しました。

市民一人当たりの支出総額 67万7,338円

福祉、医療、保育園運営に



171,485円

地域振興・庁舎管理に



86,011円

教育・文化に



83,587円

住宅・道路に



76,119円

保健、環境活動に



73,848円

令和5年度の

主な事業

情報化推進事業

1,592万円



DX推進計画に基づき、市民の問い合わせなどに対応するため、AIチャットボット、保育・教育施設向けICTサービス「CoDMON」や、道路のAI診断を導入し、市民サービスの向上や事務の効率化を図るなど、市のDX化を推進しました。

物価高騰対策支援金支給事業

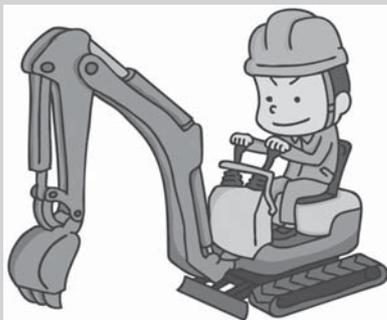
7億7,224万円



物価高騰による負担の軽減を図るため、国の交付金を活用し、低所得者世帯や後期高齢者世帯、介護・障害福祉事業所などへ支援金を支給しました。

道路・橋梁長寿命化、住宅改修事業

3億9,519万円



市民の皆さんの安心安全な暮らしを確保するため、市道・橋梁の長寿命化、住宅の改修を実施しました。

ふるさと納税推進事業

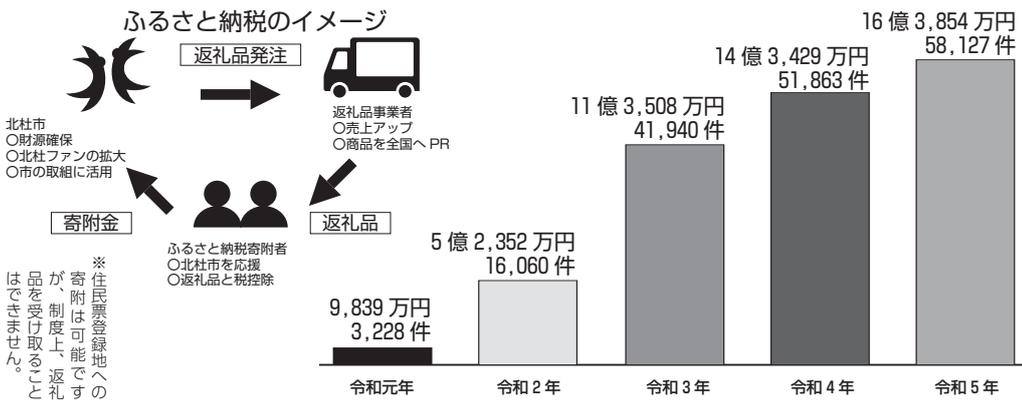
8億1,198万円



ふるさと納税パンフレットの作成、配布および寄附者へ返礼品を送付し、本市の魅力を外にPRしてきたことにより、令和4年度と比較し、約2億円増の16億4千万円のふるさと納税寄附金をいただきました。

ふるさと納税が北杜を元気にする

～北杜市は、全国からたくさんの応援をいただいています～



ふるさと納税の実績

ふるさと納税ポータルサイト、寄附者お礼の品となる返礼品の充実、本市のプロモーションなど、多くの寄附者へ目に留まる積極的なPRにより、寄附額を増やしてきました。

※ふるさと納税の募集に要した費用等は、現況調査結果として「ふるさと納税ポータルサイト」総務省にて掲載されています。

北杜市ふるさと納税の返礼品事業者に登録しませんか

農産物、加工品、食事券、体験など、あなたの逸品を北杜市ふるさと納税の返礼品として出品しませんか。北杜市の返礼品として登録するには要件があります。要件に合致するかなど、ぜひご相談ください。

ふるさと納税の使い道

全国の皆さんから応援いただいた寄附金は、本市の自然・環境保全、子育て支援、教育支援、観光振興や防災など幅広い分野の事業に活用されています。

令和5年度の主な活用事業

- ・子育て応援金支給事業
- ・スケート振興事業
- ・看護師奨学金貸付事業
- ・世界に誇るワイン産地化推進事業
- ・デジタル文化財発信事業
- ・保育事業
- ・環境循環型農業推進事業 など

子育て応援金支給事業

スケート振興事業

友人や離れて暮らす家族などに、ぜひご紹介ください。次のふるさと納税ポータルサイトをご検索ください。

北杜市ふるさと納税特設サイト・ふるさとチョイス・楽天ふるさと納税
ふるなび・さとふる・三越伊勢丹ふるさと納税・JREMAIL ふるさと納税
一休ふるさと納税・食べチョクふるさと納税

ふるさと納税課 ☎ 42-1324 [F] 42-1127

国民健康保険・後期高齢者医療制度の紙の保険証が廃止

マイナ保険証に一本化されます

12月2日から現行の紙の保険証が廃止

国の法改正により12月2日(月)からは現行の紙の保険証は廃止され、マイナ保険証(保険証の利用登録がされたマイナンバーカード)を基本とする仕組みに移行されます。

※お手元にある発行済みの保険証は、保険証の内容に変更がない限り記載された有効期限まで使用できます。有効期限が切れるまでは廃棄しないでください。

※11月30日(土)と12月1日(日)が閉庁日のため、再発行の最終の手続きは11月29日(金)までとなります。

12月2日以降は「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を発行

▼マイナ保険証をお持ちの方

12月2日以降にお手元にある保険証の記載事項に変更があった方(転居、世帯主変更など)や、新たに健康保険に加入した方には「資格情報のお知らせ」(ご自身の被保険者資格情報を簡易に記載したもの)を発行します。

ただし、後期高齢者医療制度に加入されている方は、「資格情報のお知らせ」は発行されず、「資格確認書」を発行します。

▼マイナ保険証をお持ちでない方

12月2日以降にお手元にある保険証の記載事項に変更があった方(転居、世帯主変更など)や、新たに健康保険に加入した方には「資格確認書」(現行の保険証の代わりになるもの)を発行します。

▼マイナ保険証をお持ちの方

- ・マイナ保険証を提示する。
- ・マイナ保険証の読み取りが出来ない場合などに、マイナ保険証とともに「資格情報のお知らせ」を提示する。
- ・マイナポータルにアクセスし、資格情報画面をマイナ保険証とともに提示する。
- ・有効期限内の、現行の紙の保険証を提示する。

▼マイナ保険証をお持ちでない方

- ・「資格確認書」を提示する。
- ・有効期限内の、現行の紙の保険証を提示する。

国保年金課
☎ 42・1339 [F] 42・1125

11月は児童虐待防止推進月間です

「子ども虐待防止
オレンジリボン運動」



オレンジリボンには児童虐待を防止するというメッセージが込められています。

「しつけ」と「体罰」は
異なります

「しつけ」とは、子どもの人格や才能などを伸ばし、社会において自立した生活を送れるようにすることなどの目的から、子どもをサポートして社会性を育む行為です。

「体罰」とは、子どもの身体に何らかの苦痛を引き起こし、または不快感を意図的にもたらす行為(罰)であり、児童虐待の一種です。たとえ保護者がしつけと考えていても、その行為が子どもの心や身体を傷つけるものであれば、それはしつけではなく体罰です。社会全体で、子どもの気持ちに寄り添いながら、体罰などによらない子育てを応援しましょう。

児童虐待とは？

・身体的虐待…

殴る、蹴る、火傷を負わせる、外に締め出すなど、生命・健康に危険のある行為



・性的虐待…

子どもへの性的行為、性器や性交を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

・ネグレクト…

食事を与えない、不潔な服装や環境、車への放置、病気の治療をしない、同居人などによる虐待行為の放置 など



・心理的虐待…

言葉による脅し、無視、きょうだい間の差別、子どもの前で夫婦喧嘩や家族へ暴力を振るうなど



児童虐待の影響

子どもの生命を脅かすばかりでなく、心に深い傷を残し、人格形成に重大な影響を与えます。その結果、非行、引きこもり、自殺企図、精神疾患などさまざまな社会的不適応行動の原因となります。

さらに成人後、今度は自分が虐待者となるケースも多く報告されています。

出典…こども家庭庁

児童虐待かも、と思ったらすぐに相談を

児童相談所 虐待対応ダイヤル ☎ 「189」

いちはやく

☎ 「189」

つらいときは一人で悩まないで！ 子育てに悩んだら、気軽にお電話ください。

ネウボラ推進課・家庭児童相談室「おひさま」 ☎ 42-1401

山梨県中央児童相談所 ☎ 055-288-1561

児童相談所 相談専用ダイヤル ☎ 0120-189-783

いちはやく おなやみを



こども家庭庁

☎ 42・1401
ネウボラ推進課

☎ 30・4144

たかねふれあい公園に大型複合遊具を設置のため ガバメントクラウドファンディング募集

本市は、山岳景観に恵まれ、清里や小淵沢といったリゾート地を持ち、都心から2時間の立地の良さから、移住者が多い地域特性があります。しかし、移住した子育て世帯のほとんどは、祖父母などの親族が近くにいないため、地域コミュニティでの子育て支援が望まれています。

地域の皆さんが集う既存の公園に、子育て世代からのニーズが高い大型複合遊具を設置し、さまざまな年代の市民と親子がいつでも安心して遊び、交流できる公園を整備するため、クラウドファンディングを行います。

▶ **寄附金の使途** 大型複合遊具設置費用

▶ **受付期限** 1/2(木)

▶ **申込み** ・クレジットカードでの寄附をご希望の方…ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス GCF」から。
・納付書による寄附をご希望の方…12/16(月)までにふるさと納税課へご連絡ください。

ガバメントクラウドファンディングとは

自治体がふるさと納税制度を活用して行うクラウドファンディングです。地域の課題解決のため、ふるさと納税の寄附金の「使い道」をより具体的にプロジェクト化し、そのプロジェクトに共感していただいた方から寄附を募る仕組みです。

プロジェクトに対する寄附金の控除

プロジェクトに対する寄附金は、ふるさと納税制度の扱いになり、控除上限額内の実質2,000円を超える部分の税金が控除されます。(北杜市にお住まいの方はお礼の品を受け取ることができません。)また、企業(法人)からの寄附も受け付けています。企業版ふるさと納税での寄附は、ふるさと納税課へお問い合わせください。



ふるさとチョイス GCF

【ふるさと納税について】 ふるさと納税課 ☎ 42-1324 ☎ 42-1127
【プロジェクトについて】 子育て政策課 ☎ 42-1332 ☎ 42-2335

水道キャラクター

「ほくすい」が誕生しました！

「ほくすい」は、北杜市ふるさと親善大使でもある著名デザイナーの中野シロウさんによってデザインされ、水道をテーマにしたキュートなマスコットキャラクターです。「水を運ぶ人」と北杜市上下水道局をイメージして、「ほくすい」と名付けました。

「ほくすい」はこれからお知らせなどで活躍する予定です。「ほくすい」を通じて、北杜市の上下水道事業をより深く理解していただければと思います。

「ほくすい」をぜひ応援してください。



上下水道総務課 ☎ 42-1342 ☎ 42-1444

北杜の健康

幼児期から運動習慣を！

Vol.5

皆さん、毎日を動かしていますか？大人は1日に日常生活活動（掃除や買い物など）を含めて60分の運動が健康を維持するために必要と言われています。今回は幼児期の運動についてお伝えします。

幼児期において、体を動かす遊びを中心とした身体活動を十分にすることは、基本的な動きを身に付けるだけでなく、生涯にわたって健康を維持し、積極的に活動に取り組み、豊かな人生を送るための基盤づくりとなります。

また、楽しく体を動かす遊びは、運動・スポーツを楽しむための基礎的な体力や運動能力を発達させ、さまざまな活動への意欲や社会性、創造性などを育む機会を与えてくれます。次の3つのポイントを参考に、家庭・地域で子どもの運動について考えるきっかけとしてください。

ポイント①
多様な動きが経験できるように、さまざまな遊びを取り入れる

幼児期は運動機能が急速に発達し、多様な動きを身に付けやすい時期です。この時期に体をたくさん動かすと、普段の生活に必要な動きをはじめ、とっさの時に身を守る動きや将来的にスポーツに結び付く動きにつながります。

ポイント②
楽しく体を動かす時間を確保する

ある程度の時間を確保し、さまざまな遊びをすることで、結果として多様な動きを獲得することにつながります。幼児にとって体を動かすことは遊びが中心ですが、散歩や手伝いなど生活の中でのさまざまな動きも含まれます。

ポイント③
発達状況に応じた遊びを提供する

幼児期は心身の発達が著しい時期ですが、その成長は同じ年齢であっても個人差が大きいです。幼児に体を動かす遊びを提供する際は、一人一人の発達に応じた配慮が必要です。発達に応じた遊びを提供することは、自発的に体を動かして遊ぶ幼児を育てることになり、結果として無理なく基本的な動きを身に付けることにつながります。

幼児はさまざまな遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすことが大切です。

家庭・地域で楽しく体を動かす機会をつくることは、小学校以降の運動や生涯にわたってスポーツを楽しむための基盤を育むことにつながります。

ネウボラ推進課

☎ 42・1401 ☎ 30・4144

北杜市介護サービス事業所優良事業所

・優良職員表彰制度について

趣旨

働きやすく、活力ある職場づくりに取り組む介護サービス事業所や介護職員を表彰します。

優良事業所表彰

- ▶対象 市内の事業所
- ▶推薦者 事業所を運営する法人が1事業所に限り応募できます。
- ▶応募書類 推薦書と推薦理由書

優良職員表彰

- ▶対象 市内の同一事業所に5年以上勤務する職員
- ▶推薦者 職員が勤務する事業所の施設長、利用者または利用者の家族で、1事業所につき1人に限り応募できます。
- ▶応募書類 推薦書と推薦理由書

応募期間

11/1(金)~12/27(金)
応募書類を介護支援課へ提出してください。



市ホームページ

介護支援課 ☎ 42-1333 ☎ 42-1125



今月は白州診療所からの
お知らせです

地域とともに

市立病院・診療所からのお知らせ

もの忘れにつける薬？

白州診療所 所長 武田盛夫

「二度ぼこ」という言葉を

ご存知ですか？

若い方や市外から移住された方には耳慣れない言葉かもしれませんが、山梨県の西側や長野県の南側では、歳を重ねて再び「二度」子ども(ぼこ)のようになることを「二度ぼこ」と言うことがあります。調べた範囲の国語辞典では「二度ぼこ」という言葉を見つけることができず、小学館国語大辞典で「二度おぼこ」という少し意味の異なる言葉を見つけるに留まるため、極めて限られた地域の方言なのかもしれません。的を射た良い表現ではないかと思っています。

歳を重ねると、長い年月の間に蓄積した豊富な経験で熟練の技を発揮できるようになる一方、若いころのように器用に体を動かすことができなくなり、計算もゆつくりになるなど子どもに戻ってしまう部分があり、さらにももの忘れも多くなりま

もの忘れが急激に進行してしまうような場合は、「二度ぼこ」ではなく病的な変化も考えられるようになります。

もの忘れと認知症

今朝食べた食事の内容を思い出せないことは誰にでもあることです。食事を済ませたことをすっかり忘れてしまうようであれば病的で認知症が心配されます。米国精神医学会では、もの忘れが続き、日常の複雑な作業に援助が必要な状態を認知症と定義しており、必要のないタ

ンパク質が脳内に溜まって脳の神経細胞が死滅していくことが原因で起こると考えられています。認知症の診断は従来からの問診や頭部MRI検査などのほか、アミロイドPET検査や髄液検査でも行われるようになります。より確実な判断ができるようになってきました。

認知症の新薬

昨年、日本でも認知症の新しい治療薬が使用可能になりました。脳内に蓄積した不要なタンパク質を除去するという従来の治療薬と異なる、より本質的な治療薬で、テレビなどでも広く紹介されていたためご存知の方も多いと思います。適応となる方が早期の認知症の方のみで、

すでに確立された

認知症の治療薬

新薬ばかりに目が行きがちですが、従来からある治療薬にも新しい流れがあり、進化した認知症の方にも使いやすいシツプのような形の治療薬も登場しています。これであればご家族が1日1回貼りかえるだけで良く、使い忘れも減り、より確実な効果が期待されます。また、家族の認知症への理解や適切な介護サービスの利用は、薬以上に認知症の改善と進行予防になるとの報告もあり(これは介護と医療の現場では誰もが実感しているところですが)、薬に頼るだけが能ではないようです。

これから認知症にならないために

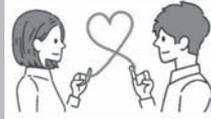
認知症の最大の危険因子は年齢ですが、これ以外にも教育不足、頭部外傷、運動不足、喫煙、過度の飲酒、高血圧、肥満、糖

尿病、難聴、うつ病、社会的孤立、大気汚染の12因子が報告されており、最近発表されたロンドン大学の研究では新たに40代頃からの脂質異常症と視力喪失も追加されました。なかでも難聴と脂質異常症は認知症との関連が高く、「定期的な運動、禁煙、中年期の認知活動(正式な教育以外も含む)、過度の飲酒を避けるなどの健康的な生活習慣は、認知症になる危険を低下させるだけでなく、認知症の発症を遅らせる可能性がある」と説明されていました。

やはり人として健康的で活動的な生活が、自分らしい生活を支えてくれるようです。すでにもの忘れが始まってしまった方も、まだそうでもない方も、健康的で活動的な生活を送り、健康的な「二度ぼこ」を目指しましょう！



ほくと Vol.2 出会い



「令和版婚活」についてご紹介します。

子育て政策課 ☎ 42-1332 ☎ 42-2335

市ホームページ

自分に合った婚活スタイルを見つけよう

まずは婚活診断をチェック！



婚活診断



引用：東京都結婚応援ポータルサイト
「TOKYO ふたり STORY」

①リアル（対面）婚活

北杜市、長野県富士見町、原村の3市町村を会場に各1回ずつ開催しています。直接会って話したい方におすすめです。

②メタバース（オンライン）婚活

インターネット上の仮想空間メタバースを活用した婚活です。自身の分身（アバター）を操作しながら交流します。容姿や年齢などの条件ではなく、フィーリングなどの内面を重視した出会いをしたい方や初対面の方との会話が苦手な方におすすめです。

③出会いサポートセンター（結婚相談所）

結婚サポーターのアドバイスを受けながらお相手探しをしたい方におすすめです。お見合いに必要なプロフィール写真は、相手の目に入るファーストステップです。自撮りではなく、プロに撮影してもらおうと良いでしょう。

婚活の準備をしよう

【自分の好みや価値観を知ろう】

相手に求める結婚の条件（仕事・年収・年齢・居住地・家族など）を整理しましょう。

【好印象をあたえる服装とコミュニケーション】

第一印象が大切です。清潔感のある服装を心がけましょう。男性はビジネスライクな服装が好まれます。女性は万人受けする女子アナコーデがおすすめです。ひげや爪、髪型、靴なども忘れずにチェックしましょう。

笑顔で、相手の話を聞きましょう。相手が興味を持つことを予想して話すことも大事です。

婚活スキルアップセミナーに参加して恋愛スキルを磨くことも大事です。セミナー情報は、「婚活やまなし（山梨県婚活サイト）」をチェック！

2年以内に結婚する！などの目標設定をしたり、婚活宣言をして周囲の方から情報をもらったりすることも結婚への近道です！

ご家族で北杜市に移住された方を
ご紹介！

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。
今回は、東京都から北杜市に移住した方を紹介します。

高木さんファミリー



〇北杜市に移住したきっかけは？

都内でレストランのサービスをしていた時に、アイカフェファームの代表と出会いました。代表としては、料理、サービス、ワインがわかる人が欲しい。という想いがあり、私は私で、子育て環境や転職も視野に入れている時に、アイカフェファームの現地を案内していただくことになり、料理人としては最高の環境だ！と感じ移住を決断しました。

〇暮らしてみてもどんな印象ですか。

とても素晴らしい一言です。空気が綺麗で、水も美味しい。市民であれば、温泉も半額で入浴できます。また、生活する上で必要なものが手に入らないということもありません。都内に住んでいたときよりも、食材や口にしている水など生活の水準が上がった気がします。

魚釣りや虫取りも日常の生活で行うことができ、家族の思い出を残しやすいので、毎日がとても楽しいです。

〇これからの楽しみは？

市内におしゃれな飲食店や移住者の方がやっているお店など、新しいお店が増えていて、生活していて楽しいです。私たちが運営しているアイカフェファームも北杜市のランドマークになればという想いでこれからも頑張っていきます。

ここで仲間をみつけよう！ ほくと移住交流会

北杜市に移住された方やお住まいの方、北杜市に移住したい方も集まれる交流会としてリニューアル！

市内にてテーマを決めた新たな移住交流会を開催します。（毎月を目途）
交流の場としてぜひご参加ください。☆どなたでも参加可能！

☆11月のテーマ 『農的な暮らしをゆったり語ろう会』

▶日時 11/2(土) 10:00~12:00 ▶場所 須玉町黒森集落『結理苑』 ▶参加費 無料
▶対象 農的な暮らしや農業に興味のある方 ▶持ち物 防寒具・帽子(屋外での開催予定の為)

移住して新規就農し、農的な暮らしを体現している元地域おこし協力隊のご家族との交流会です。お子さんとの参加も歓迎♪農的な暮らしや農業に興味がある方など、紅葉が綺麗なこの時期にぜひご参加ください。

ふるさと納税課

☎ 42-1324 ☎ 42-1127



市公式
Facebook

交流会申し込みや詳細については、
市公式 Facebook をご確認ください。

高校生と事業者でつくる
地域ブランド

食杜▲北杜

高校生とつくった
美味しいもの

2024ver.

Vol.2

商工・食農課

☎42-1354 ☎42-5216

始まった

商品開発

9月26日の第2回ワークショップでは、実際に事業者と高校生の商品開発が始まり、生徒それぞれが考えてきた商品案を発表しました。また、連携事業者の既存商品を学び、商品開発の方向性を検討しました。

高校生からは「自分では出せないような案が出て、おもしろかった」「他の班の発表でもSDGsなどを意識していて、良い商品が作れそう」といった感想が聞かれました。

今回のワークショップでは、チームごとに連携事業者の事業所を訪問します。

北杜高校生と市内事業者が共同で新商品の開発・販売を行う地域ブランド「食杜北杜」。地域の稼ぐ力を高め、高校生が地域の魅力を再発見すること、「食と農」を生かした住み続けられるまちづくりを推進するプロジェクトです。SDGsの開発目標の達成に向けた取り組みとして、平成30年度から実施しています。

食杜北杜の商品は
このマークが目印!!



チーム名が決定しました!

- ・しょくとみぞぐち×清里ジャム
- ・これ arikamo ×久月堂
- ・MKYY's ×ソーセージの店 フランク
- ・カブ株式会社RUWAN×ROBEN - SO
- ・DARATAパーク×白州屋まめ吉
- ・こぶし×ROTONDO小淵沢



販売会を実施します

▼日時 11月14日(木)～11月16日(土)

9時30分～15時

▼場所 道の駅はくしゅう

▼昨年度までに開発した商品を販売します。高校生も店頭に立ちますので、ぜひお越しください!

食杜北杜
ホームページは
こちら▼



食杜北杜
Instagramは
こちら▼



@SHOKUTOHOKUTO

お知らせ 11月、12月は滞納整理強化月間です

市税は、インフラ整備、福祉、教育、保健事業など、行政サービスを支える貴重な財源です。市では納期を過ぎても納付がない場合、「督促状」や「催告書」により自主納付を促しています。

しかし、督促・催告に応じず納税への誠意が見られない滞納者に対しては、税負担の公平性の維持、また税収確保のために、預貯金などの財産差押を行っています。

11月、12月は県と市町村共同で県下一斉滞納整理強化月間を設定し、滞納整理を重点的に実施します。市税を納期内に納めない場合、延滞金が発生し、さらに差押を受けると社会的信用を失う可能性があります。再度、納付忘れがないか、お手元の納付書などをご確認ください。

▶国税庁などをかたった不審なメールにご注意ください

市では電子メールでの納税催告は行っていません。指定された URL や添付ファイルをクリックしないようご注意ください。

固収納課 ☎ 42-1314 ☎ 42-1123

お知らせ 11/8は「いい歯の日」です

日本歯科医師会は「いつまでも美味しく、そして、楽しく食事をするために口の中の健康を保っていただきたい」という願いを込めて、厚生労働省とともに平成元年から「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という「8020運動」を積極的に推進しています。

いい歯の日は、その「8020運動」推進の一部です。80歳になっても20本の歯を残すためには、歯や歯肉に痛みがなくても、定期的に歯科健診を受診し、口腔内の健康を保つことが大切です。歯周病や虫歯予防だけでなく、身体全体の健康につながります。歯周病や虫歯を放置すると、口腔の機能低下（オーラルフレイル）を引き起こし、誤嚥性肺炎や認知症、糖尿病の発症・悪化リスクを高めます。かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受けて口腔内を含めた身体の健康に努めましょう。なお、市では、20・30・40・50・60・70歳を迎える方を対象に無料で受けられる「歯科健康診査」を実施しています。山梨県歯科医師会加盟の歯科医院で受診することができます。その際は受診券が必要になりますので、健康増進課にお申し込みください。

固健康増進課 ☎ 42-1335 ☎ 42-1123

お知らせ 火災予防に努めましょう

市では、毎年11月から翌年3月にかけて、野焼きを原因とする火災が多発しています。自らの生命・財産を守るため、火災予防に努めましょう。また、野焼きは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で原則、禁止されています。

秋季火災予防週間

▶期間 11/9(土)~11/15(金)

▶全国统一標語 「守りたい 未来があるから 火の用心」

固消防防災課 ☎ 42-1323 ☎ 42-1122

くらしの 情報

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 11月の納税

▶税目 国民健康保険税 第5期

▶納期限 12/2(月)

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

大切な人を亡くされた方のつどいで、(ペットを亡くされた方も参加できます。)

▶日時 11/17(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 11/16(土)までに電話またはファックスにて。

☎ 090-8693-6507(土山)

☎ 42-1122

固健康増進課

☎ 42-1335 ☎ 42-1123

お知らせ 教育委員会の自己点検・ 評価を行いました

教育委員会では、地方教育行政の組織及び運営に関する法律に基づき、教育行政事務の管理および執行の状況について、自己点検・評価を行いました。

この点検・評価報告書は、市ホームページ、市役所や各総合支所、各図書館でご覧になれます。

固教育総務課

☎ 42-1371 ☎ 42-1124

お知らせ**知っていますか？
ヘルプマーク**

内部障害や難病の方、妊娠初期の方、義足や人工関節を利用している方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分かりづらい方がいます。

ヘルプマークは、こうした方が周囲に援助や配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。

▶ヘルプマークを見かけたら

援助が必要な方が身に着けているマークです。このヘルプマークを見かけたら、思いやりのある行動をお願いします。

- ・電車やバスの中では席をお譲りください。
- ・駅や商業施設などでは声掛けや見守りなどの配慮をお願いします。
- ・災害時は安全に避難するための支援をお願いします。

**岡山梨県福祉保健部障害福祉課**

☎ 055-223-1460 ☎ 055-223-1464

北杜市福祉課 ☎ 42-1334 ☎ 42-1125

お知らせ**畜産等飼料価格高騰対策事業
補助金**

畜産飼料の価格高騰が畜産などの経営に影響を与えていることから、畜産業などの負担を緩和し、経営の安定化を図ることを目的として、畜産業などを営む方へ補助金を交付します。

▶対象者

肉用牛、乳用牛または馬を飼育している方で、次の

①および②の要件を満たす方

①市内に住所を有し、畜産業などを営む方

- ・個人事業主：北杜市の住民基本台帳に記録されている方

- ・法人：市内に商業登記または法人登記をしている方

②市税、市債権その他の徴収金を滞納していない方

▶補助金額

飼育頭数に応じて補助金の額が異なります。

▶申請期限 12/27(金)

詳細は、市ホームページを確認いただくか、農業振興課までお問い合わせください。

岡農業振興課 ☎ 42-1350 ☎ 42-5216

お知らせ**スマートフォンやパソコンでお困りですか？**

市では、スマートフォンやパソコンのちょっとしたお困りごとに対応するため、地域おこし協力隊による「よろず相談所」を設置しています。スマートフォンやパソコンの基本的な操作方法など、一人一人の課題に合わせたサポートを行います。※完全予約制

※相談は長坂コワーキングスペース内で行いますので、利用料 550 円のお支払いをお願いします。(最大 60 分程度)

▶場所 長坂コミュニティ・ステーション**▶期間** 令和 7 年 3 月末まで(月曜日は休館日) **▶時間** 10:00~15:00

岡未来創造課 ☎ 42-1164 ☎ 42-1127

お知らせ**11/9~11/15 は山梨禁煙週間です**

喫煙はがん、心疾患、呼吸器疾患をはじめとしたさまざまな疾患の発症・重症化に関係しています。近年急速に普及している加熱式たばこは、健康への影響はまだ明らかになっていませんが、ニコチンや発がん性物質をはじめ、多くの有害成分が含まれています。

「たばこが身体に悪いことも分かっているし禁煙はしたい。でも、なかなか踏み切れない」そんな気持ちの喫煙者の方もいるのではないのでしょうか。禁煙を開始するときには、「今後一生禁煙しよう！」とすることをやめましょう。

禁煙は失敗してもなんの損もありません。失敗を恐れず「とりあえずやってみる」という気持ちで

気楽に実施しましょう。禁煙を生涯成功させる方の多くは、何度かの失敗を繰り返しています。

今までに失敗の経験のある方は、それだけ禁煙のゴールは近いと思しましょう。

禁煙しようと思ったときがやめ時です。ぜひこの機会にチャレンジしてみませんか。

岡健康増進課 ☎ 42-1335 ☎ 42-1123

山梨県医師会
ホームページ

お知らせ 11/10～11/16 は「アルコール関連問題啓発週間」です

「酒は百薬の長」とは言いますが、これはあくまで「適量ならば」ということを忘れないことが大切です。不適切な飲酒は本人だけでなく、家族や周囲に深刻な影響を与えます。

▶適切な飲酒量を知りましょう

適度な飲酒量は、飲むお酒に含まれているアルコールの量で考えます。厚生労働省は、節度ある適度な飲酒を純アルコールで1日平均20g程度と示しています。適切な飲酒の目安は、ビール(5%濃度)では500ml、日本酒(15%濃度)では1合、焼酎(25%濃度)では100mlです。お酒を飲むとすぐに赤くなってしまう方や、女性や高齢の方などは、より少ない飲酒量が推奨されています。

▶心身への影響を知りましょう

過度な飲酒により、生活習慣病(肝障害・膵炎・高血圧・糖尿病・高尿酸血症など)の発症リスクを高めます。またアルコールによる肝障害が悪化すると、肝がんへ進行する可能性があります。

過度に常習化した飲酒は精神にも影響を与え、アルコール依存症の発症につながります。アルコール依存症は、飲酒のコントロールができなくなる精神疾患であり、お酒を飲んでいれば誰でもなる可能性があります。ご自身や周りの方の飲酒について振り返っていただき、気になる場合には、一人で抱え込まずご相談ください。

▶飲酒問題に関する相談先

健康について…北杜市健康増進課 ☎ 42-1335

アルコール依存症について…山梨県精神保健福祉センター ☎ 055-254-8644

☎健康増進課 ☎ 42-1335 ☎ 42-1123

お知らせ 11/12～11/25 は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

▶ドメスティック・バイオレンス(DV)とは

一口に「暴力」といってもさまざまな形態の暴力が存在します。これらのさまざまな形態の暴力は単独で起きることもありますが、多くは何種類かの暴力が重なって起こっています。また、ある行為が複数の形態に該当する場合があります。

- ・身体的なもの…殴ったり蹴ったりするなど、直接何らかの有形力を行使するもの

例：平手で打つ、足で蹴る、髪を引っ張る など

- ・精神的なもの…心無い言動などにより、相手の心を傷つけるもの

例：大声で怒鳴る、「誰のおかげで生活できているんだ」などと言う。

生活費を渡さない*など

*生活費を渡さないといった行為は「経済的なもの」と分類される場合もあります。

- ・性的なもの…嫌がっているのに性的行為を強要する、中絶を強要する、避妊に協力しないといったもの

▶子どもに与える影響

暴力を目撃したことによって、子どもにさまざまな心身の症状が表れることもあります。また、暴力を目撃しながら育った子どもは、自分が育った家庭での人間関係のパターンから、感情表現や問題解決の手段として暴力を用いることを学習することもあります。

出典：内閣府男女共同参画局



内閣府男女共同参画局ホームページ

☎ネウボラ推進課

☎ 42-1401 ☎ 30-4144



「女性に対する暴力をなくす運動」パープルリボンには女性に対するあらゆる暴力をなくしてこのメッセージが込められています。

一人で抱えず気軽に電話ください

DV 相談ナビ

☎ 「#8008」

DV 相談+ (プラス) (メール、チャットでも相談可能です)

☎ 0120-279-889

ネウボラ推進課・家庭児童相談室「おひさま」

☎ 42-1401

山梨県女性相談支援センター

☎ 055-254-8635

山梨県立男女共同参画推進センター

☎ 055-237-7830

お知らせ

成年後見制度をご存じですか？

～自分一人ではよく分からない。そんな時でも安心して暮らせるために～

知的障害・精神障害・認知症などにより、一人で契約や手続きをすることに不安や心配な時があるかと思います。成年後見制度とは、そんな時でも安心して暮らせるために、さまざまな方とつながり、本人の思いを分かり合い、一緒に考え、お手伝いする制度です。お手伝いの範囲は、障害や認知症の程度によって「後見」「保佐」「補助」の種類が変わります。

また、お金をあまり持っていない方のために、市は費用の一部を助ける制度もあります。

後見

すべての契約などを
・代わってしてもらう
・取り消してもらう

保佐

財産に関わる重要な手続・契約などを
・一緒に決めてもらう
・取り消してもらう

補助

一部の限られた手続・契約などを
・一緒に決めてもらう
・取り消してもらう

固利用制度について…北杜市社会福祉協議会権利擁護センター ☎ 46-1005

補助制度について…北杜市福祉課 ☎ 42-1334 ☎ 42-1125

お知らせ

【北杜GX推進プロジェクト】

北杜市後期高齢者世帯（75歳以上のみの世帯）電気料金高騰対策支援金について

後期高齢者のみで構成されている世帯に対し、翌年3月末に冬季分の電気料金高騰対策支援金を支給します。令和6年4月2日以降に75歳になった方や転入してきた方で75歳以上のみの世帯、9月末の夏季分支援金の支給申請書が未提出だった世帯には、11月下旬を目途に支給申請書を発送します。必要事項を記入し、必要書類を添付の上、提出してください。

夏季分の支援金を受給した世帯は、すでに提出されている支給申請書をもとに冬季分を支給しますので、今回、支給申請書を提出する必要はありません。

▶支給対象者

令和6年10月1日（基準日）に北杜市に住民登録があり、世帯全員が75歳以上の者で構成する世帯（支給月まで引き続き住民登録があること。）

▶支給額 6,000円/世帯 ▶支給時期 令和7年3月末

▶手続き 新たに手続きが必要な方は、11月下旬頃に郵送する支給申請書に必要事項を記入し、必要書類を添付して返送してください。

▶申請期限 1/31(金) ※当日消印有効

固環境課 ☎ 42-1341 ☎ 42-1123

お知らせ

北杜市子育て世代マイホーム補助金の募集期限について

市では、子どもの未来を拓くまちづくりを進めるため、子育て中または子育てを始める世帯の定住を目指し、市内への住宅の新築・購入や、リフォームを支援しています。計画書の募集期限は、12/20(金)です。補助金の利用を希望される方は、期限までに必要書類を揃えて申請してください。

▶補助金の種類

①子育て住宅購入費補助事業	新築・建売・中古住宅が対象。交付額は、住宅の建築費または購入費の10%とし、限度額は新築・建売住宅が150万円、中古住宅購入が100万円。
②子育て住宅ローン利子補給事業	新築・増築・リフォーム・建売・中古住宅で、住宅ローンを利用した住宅が対象。交付額は住宅ローンの利子相当額とし、限度額は年20万円、交付期間は補助金交付決定後5年間。
③子育て住宅リフォーム費補助事業	増築またはリフォームをする住宅が対象。限度額は増築、リフォーム費の50%とし、限度額は100万円。

補助対象には要件がありますので、詳細はホームページをご覧ください。

固子育て政策課 ☎ 42-1332 ☎ 42-2335



市ホームページ

お知らせ マイナンバーカードの交付などの
手続きを休日・時間外も行います

休日 11/10(日)・11/24(日) 9:00~12:00

時間外 11/5(火)・11/18(月) 17:30~19:00

▶**場所** 市民サービス課

※**事前予約**の上、ご本人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、暗証番号を確認の上、来庁してください。

※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。

▶**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

事前予約制でマイナンバーカード用の写真の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)
- ・インターネット申請補助の場合:写真の持参不要(当日撮影)
- ・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 A 1点またはB 2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。

☎市民サービス課 ☎ 42-1331 ☎ 42-1125

お知らせ マイナンバーカードに搭載の
電子証明書の更新について

マイナンバーカードに搭載されている電子証明書は有効期限(1回目の期限はカードの発行から数えて5回目の誕生日)があり、更新の手続きが必要になります。有効期限を迎える方に対し、有効期限の2~3カ月前を目途に有効期限通知書が送付されます。更新には手数料は掛かりません。

電子証明書の更新手続き窓口

▶**場所** 市民サービス課、長坂総合支所

▶**時間** 平日の9:00~17:00

▶**持ち物**

- ・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)
 - ※署名用電子証明書の暗証番号
(アルファベットと数字を組み合わせた6ケタ以上)
 - ※利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4ケタ)
 - ※更新手続きの際、現在設定済みの暗証番号を入力していただきますので、暗証番号を確認の上、時間に余裕をもって来庁してください。

☎市民サービス課 ☎ 42-1331 ☎ 42-1125

お知らせ マイナンバーカード普及強化月間
「出張申請サポート」を行います

事前予約制で企業、福祉施設などに職員が訪問し、マイナンバーカード用の写真撮影から申請までの手続きをサポートします。また、70歳以上の高齢者、障害や要介護などで外出が困難な方を対象に、ご自宅への申請サポートも実施します。

▶**日時** 11/5(火)、11/7(木)、11/12(火)、11/14(木)
11/19(火)、11/21(木)、11/26(火)、11/28(木)
10:00~15:00

▶**場所** 自宅、市内企業、福祉施設など

▶**内容** 顔写真撮影、オンライン申請補助

▶**予約方法** 市民サービス課まで電話にて。

※希望日の1週間前までに要予約。

▶**必要な書類**

サポートを受ける当日、本人が次の書類をご用意ください。

- ・個人番号通知カード
- ・住民基本台帳カード(お持ちの方)
- ・インターネット申請補助の場合:写真の持参不要(当日撮影)
- ・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 A 1点またはB 2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

☎市民サービス課 ☎ 42-1331 ☎ 42-1125

お知らせ つどいの広場へようこそ！

つどいの広場は、市内に4カ所ある親子の遊び場で、平日は毎日開所しています。広いフロアやお庭があり、自由に使えるおもちゃもあります。予約も必要なく、利用料もかかりません。

▶毎月イベントを実施

4カ所それぞれ人気のイベントがあり、好評をいただいています。

また、季節ならではのイベントも実施しています。

▶育児の悩みも相談

子育てアドバイザーが常駐しています。子育て中のいろいろな悩みの相談を通じて、育児の不安解消をお手伝いします。また、保健師や栄養士、助産師など市の専門職につなぐこともできます。

▶年少クラスまで利用可能

保育園の年中クラスにあがるまで、つどいの広場を利用できます。保育園に通っていても年少クラスであれば利用できます。

▶土日も開所

はっぴいたんたん（高根）では毎週土曜日も開所しています。

また、今年度からひよこルーム（長坂）で第2・第4日曜日の開所を始めました。

お休みの日にご家族そろってご利用できます。パパも一緒に遊びに来ませんか。

詳しくは市ホームページをご覧ください。

つどいの広場はここにあります

・はっぴいたんたん（北杜市保健センター内）

☎ 42-1401

・ひよこルーム（長坂保育園秋田分園内）

☎ 32-8288

・ひまわりルーム（小淵沢共同福祉施設内）

☎ 36-8280

・たんぼぽルーム（甲斐駒センターせせらぎ内）

☎ 26-3021

▶開所時間 10：00～15：00

※開所時間内はいつでも出入りできます。

お昼ご飯も食べられます。



市ホームページ

関ネウボラ推進課 ☎ 42-1401 ☎ 30-4144

お知らせ 第26回 高根クラインガルテン大収穫祭

第26回高根クラインガルテン大収穫祭を開催します。農園利用者、組合員および一般の方々のご参加をお願いします。

▶日時 11/3(日) 10：00～14：30

▶場所 高根クラインガルテン

▶イベント内容

★農園利用者農産物品評会（13：00）

受付/10：30～12：30

★優良農園の表彰（13：00）

★農産物の直売会（さつまいも・大根・白菜など）

★フォルクローレ音楽「ピミエンタ」演奏

★輪投げ・ホールインワンゲーム（10：30～）

★ビンゴゲーム（14：00～）

★キッチンカー出店

★みどり保育園絵画展示

★模擬店

・もち・野菜おこわ・焼きそば・焼き鳥

・うどん・各種ジュース類・綿菓子（無料）

関高根クラインガルテン ☎ 20-7211

お知らせ 労働保険加入手続きは お済みですか？

11月は労働保険適用促進強化期間です。事業主の方は、社員・パート・アルバイトなどを問わず、1人でも労働者を雇っている場合は、労働保険（労災保険・雇用保険）の加入が義務付けられています。また労働保険に未加入の事業主の方はお問い合わせください。

関韮崎公共職業安定所 ☎ 22-1331

お知らせ たかねの湯 ネーミングライツ パートナーと愛称が決定

▶パートナー企業

株式会社クスリのサンロード

▶契約期間

令和6年11月1日～令和9年3月31日

▶愛称

日帰り温泉ヘルシースパサンロード たかねの湯

▶命名権料 年額60万円（総額1,450,000円）

関観光課 ☎ 42-1351 ☎ 42-5216

お知らせ 糖尿病デーイベント

看護師・臨床検査技師・管理栄養士・薬剤師・リハビリ技師による、糖尿病のことを知っていただくイベントを開催します。糖尿病を患っている方以外の方もお気軽にご参加ください。※申込不要

▶日時 11/14(木) 9:00~11:00

▶場所 北杜市立塩川病院

☎北杜市立塩川病院医事課 ☎ 42-2221 ☎ 42-2992

お知らせ 市内の事業者の皆さんへ 年末調整書類の配布について

年末調整関係書類と給与支払報告書などを次の日程で配布します。年末調整関係書類の内容に関しては税務署へお問い合わせください。

また、年末調整関係書類は国税庁ホームページ、給与支払報告書は市ホームページからダウンロードできます。

▶日時 11/21(木) 10:00~12:00

▶場所 須玉ふれあい館

☎税務課 ☎ 42-1313 ☎ 42-1123

☎甲府税務署 ☎ 055-254-6105

お知らせ ほくと異業種交流会

年齢・職業問わずどなたでも参加できるイベントです。参加者からは「新しい事業のアイデアやアドバイスをいただき、とても有意義な時間でした」という声もいただいています。普段なかなかお話をする機会のない職業の方との交流や情報交換におすすめです。

▶日時 11/9(土) 10:00~11:30

▶場所 長坂コワーキングスペース

▶定員 15人(定員に達した場合、締切)

▶参加費 550円

▶申込み Googleフォームまたは電話にて。

▶申込期限 11/8(金)

☎未来創造課 ☎ 42-1164 ☎ 42-1127



詳細・お申込みはこちら

北杜市役所で働きませんか？

北杜市では、保育園、病院、学校給食センターなどで会計年度任用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

講座 北杜市第13期地域減災リーダー育成講習

地域の中心となって共助力を高める「地域減災リーダー」の育成を行います。(現在124名を公式認定しています。)

▶受講資格 北杜市に在住する高校生以上、または、北杜市内に就業する方

▶申込み 氏名、住所、連絡先を記入いただき、ファックスまたはメールで、消防防災課へお申し込みください。後日、受講カードを発行しますので、受講日に持参してください。受講カードは2カ年有効です。2年以内に認定試験を受けてください。

▶受講 5教科(①平成の災害の教訓・減災基礎・②家庭の減災・③地域の減災・④避難所の開設、⑤普通救命基礎)を受講してください。

▶認定試験 ①~④を受講すると認定試験の受験資格が得られます。(注)⑤の普通救命基礎講習が未受講でも受験は可能ですが、減災リーダーの公式認定には普通救命講座受講が必須です。また、すでに普通救命基礎講習終了証をお持ちの方は、研修時にご提示ください。

▶合格認定 認定試験合格者で、5教科受講済みの方には市が公式認定証を発行し、北杜市地域減災リーダー名簿に登録されます。

▶その他 感染症対策をとったうえで受講してください。

講習日程

▶実施日 12/1(日) 9:15~16:40(受付9:00~)

▶場所 高根町農村環境改善センター

▶定員 30人(先着順)

▶申込み ファックスまたはメールにて。

☎消防防災課 ☎ 42-1323 ☎ 42-1122 ☎ bousai@city.hokuto.lg.jp

令和6年度普通救命講習 (Ⅰ・Ⅲ)講習日程

普通救命講習は、北杜消防署および韮崎消防署で実施していますので、各消防署に申し込んでください。

☎北杜消防署 ☎ 32-2508

▶実施日 11/16(土)、12/21(土)
1/19(日)、2/19(水)
3/8(土)

☎韮崎消防署 ☎ 23-1499

▶実施日 11/17(日)、12/14(土)
1/26(日)、2/16(日)
3/15(土)

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。

▶**相談方法** 消費者ホットライン（電話番号 188）に連絡すると、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

固総務課 ☎ 42-1311 ☎ 42-1122

相 談	巡回無料法律相談会
------------	------------------

山梨県弁護士会では、法律援助事業の巡回無料法律相談会を開催します。法律的な内容でお困りの方は、この機会にご相談ください。

相談は1人30分で、事前予約が必要です。

▶**日 時** 12/12(木) 13：00～16：00

▶**場 所** 須玉ふれあい館

▶**予約受付開始** 11/5(火) 9：30～

固山梨県弁護士会 ☎ 055-235-7202

催 し	おいでやギャラリー (水曜日休館日)
------------	-------------------------------

◆矢野兼三 絵画展

11/15(金)～11/25(月)

期間中 11/20(水) 休館日

◆守屋良江 フランス刺繍展

11/29(金)～12/9(月)

期間中 12/4(水) 休館日

▶**開館時間** 10：00～17：00

固おいでやギャラリー ☎ 32-1161

募 集	市営住宅入居者募集
------------	------------------

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。

固住宅課 ☎ 42-1362 ☎ 42-2235



市ホームページ

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11回、テーマは「物事を前向きに考える」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** 11/24(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** 11/21(木)までに電話またはファックスにて。

☎ 090-8693-6507 (土山) ☎ 42-1122

固かぞぐるま (障害者総合支援センター)

☎ 42-1411 ☎ 20-4422

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** 11/21(木) 10：00～12：00、13：00～16：00

▶**場 所** 長坂総合支所

▶**内 容** 各種相談、申請受付

固竜王年金事務所 ☎ 055-278-1100

相 談	税理士の税金無料相談
------------	-------------------

東京地方税理士会甲府支部が、相続税や所得税、法人税を分かりやすく説明します。

※予約不要。ただし先着6名まで。

▶**日 時** 12/13(金)

13：00～16：00 (受付終了 15：30)

▶**場 所** 須玉ふれあい館

▶**主 催** 東京地方税理士会甲府支部

固東京地方税理士会甲府支部

☎ 055-233-1318

催 し	市民ギャラリー作品展示
------------	--------------------

押し花展

小宮山幸枝 (大泉在住)

▶**期 間** ～11/28(木)

▶**場 所** 長坂総合支所内

▶**開館時間** 9：00～17：00 (土日祝日休館)

固生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 42-1124

募 集 市営子育て支援住宅はっぴいタウン大泉団地 入居者募集

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。

▶募集概要

部屋	間取り	家賃(月額)	敷金
106・206	2LDK(角部屋)	37,000円	111,000円
304	2LDK	36,000円	108,000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
 - ・市が示す要件を満たす連帯保証人がたえられる方
- ※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。

- ・第1優先 就学前の子(妊婦の場合は、加算)が多い世帯
- ・第2優先 子の人数が多い世帯
- ・第3優先 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

※今回の募集は同団地かつ同間取りのため、優先順位の高い方から部屋を選定できます。

▶募集期間 11/18(月)~12/9(月) ▶入居日 翌年2/6(木)

▶申込場所 住宅課(郵送可)または各総合支所地域市民課窓口(持参のみ)

※申込書は、住宅課、子育て政策課、各総合支所地域市民課窓口に用意してあります。
また、市ホームページからもダウンロードできます。
詳しくは、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 ひとり親家庭交流事業「クリスマス会」参加者募集

市母子父子寡婦福祉連合会主催「クリスマス会」の参加者を募集します。須玉ふれあい館にてケーキ作りを行います。ぜひご参加ください。

- ▶日 時 12/8(日) 9:30~11:30
- ▶場 所 須玉ふれあい館
- ▶内 容 ケーキ作り・試食・ゲームなど
- ▶対 象 市内在住ひとり親家庭の親子(子どもは18歳未満)
北杜市母子父子寡婦福祉連合会会員
- ▶定 員 30人(定員になり次第締切)
- ▶参加費 大人1,000円 高校生以下500円
※参加費には材料費、昼食代を含む。
- ▶申込締切 11/8(金)
※参加費を添えてお申込みください。

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

募 集 令和6年度「介護入門講座 in 北杜市」参加者募集

資格はなくても介護の仕事に興味がある方を対象とした介護入門講座を開催します。皆様のご参加をお待ちしています。

- ▶日 時 12/3(火) 13:25~16:30(受付/13:10~)
- ▶場 所 北杜市社会福祉協議会
- ▶対 象 介護の仕事に興味がある方、短時間の仕事を探している主婦(夫)の方、介護に備え学びたい方、アクティブシニア
- ▶定 員 20人
- ▶申込締切 11/20(水)
- ▶申 込 先 山梨県社会福祉協議会福祉人材センター
- ▶申込方法 参加申込みフォームまたは山梨県社会福祉協議会福祉人材センターまで電話(☎055-254-8654)にて。
※電話での申込みは、月~金(土日祝日除く)9:00~17:00

問介護支援課
☎ 42-1333 ☎ 42-1125



申込みフォーム

各種相談日程 各相談員が相談を受け付けます。

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
			日	時間	日	時間	日	時間
12月	明野総合支所	☎ 42-1112	4(水)	13:00~15:00				
	須玉総合支所	☎ 42-1113					4(水)	13:30~15:30
	高根総合支所	☎ 42-1114	4(水)	13:00~15:00				
	長坂総合支所	☎ 42-1115	4(水)	13:00~15:00	11(水)	13:30~15:30		
	大泉総合会館	☎ 42-1116	4(水)	13:00~15:00				
	小淵沢総合支所	☎ 42-1119	4(水)	13:30~15:30				
	はくしゅう館	☎ 42-1117	4(水)	13:00~15:00				
	武川総合支所	☎ 42-1118	4(水)	10:00~12:00	16(月)	10:00~12:00		

総務課 ☎ 42-1311 ☎ 42-1122

広報、CATV アンケート

広報はくと、CATV（週刊はくとニュース）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 焼き菓子(郵送)&お好きなスコーン(店頭にてお渡し)

締切 11/25(月)

- 店舗名 My Dish
- 住所 北杜市大泉町谷戸 8515-1
- 営業時間 10:30~16:00
- 定休日 日曜日、月曜日、火曜日
- 電話番号 0551-30-4340



身体に優しく・美味しく・綺麗になるランチやスイーツをご提供しています。

グルテンフリーパスタ、米粉の焼き菓子、古代小麦のスコーンなど、動物性食材や乳製品を使わないため、食事制限がある方もご安心してお召し上がりいただけます。

自家焙煎珈琲、ハーブティ、黒焼き玄米茶琲など、ドリンクメニューも豊富です。

ご回答いただいた方の中から抽選で**7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

広告

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

ひとりで悩まずお電話ください

相談電話 **055-221-4343**

毎週火曜～土曜 午後4時～午後10時

山梨いのちの電話

こちらからお名前を聞くことはありません

ボランティア相談員募集

活動資金応援もお待ちしています

事務局 055-225-1511 平日月～金午後1時～5時

入札執行結果

一般競争入札

令和6年9月2日執行・第11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・納期等
201	児童生徒用タブレット端末購入	北杜市役所、北杜市立中学校(3校)	29,154,400	26,191,000	(株)エーティーエルシステムズ	R7.2.28
202	防災備蓄倉庫購入	北杜市内	35,014,100	30,602,000	東八防災(株)	R7.2.28

一般競争入札

令和6年9月4日執行・第12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・納期等
178	北杜市立塩川病院非常用発電装置および電気設備部品更新工事	北杜市立塩川病院	173,470,000	173,250,000	タキデン・白州電気サービス北杜市立塩川病院非常用発電装置および電気設備部品更新工事共同企業体	R8.1.31

一般競争入札

令和6年9月6日執行・第13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・納期等
203	市道若神子・下黒澤線 災害防除工事(6-1工区)	須玉町若神子地内	116,655,000	115,500,000	(株)里吉工業所	R7.3.13
204	市道若神子・若神子新町1号線のり面修繕・補強工事(6-1工区)	須玉町若神子地内	60,170,000	59,620,000	(株)上村建設	R7.1.14
205	大井ヶ森橋外2橋塗装塗替工事	長坂町大井ヶ森地内外	31,603,000	31,460,000	(有)武井建設	R7.2.27
206	大泉町西井出地内原堰頭首工 災害復旧工事(R4年災)	大泉町西井出地内	49,896,000	49,830,000	(有)藤森石材土木	R7.3.17
207	川俣川西沢管理用道路護岸 災害復旧工事(2工区)	大泉町西井出地内	33,913,000	33,220,000	(有)清水建興	R7.2.28
208	旧小淵沢西保育園解体工事	小淵沢町地内	35,508,000	35,200,000	唐沢建設(有)	R7.1.17
209	配水管布設替工事 武川第6-1工区	武川町柳澤地内	47,036,000	入札参加者がいなかったため不調		R7.2.28

指名競争入札

令和6年9月30日執行・第14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・納期等
210	方傳小規模治山工事	須玉町小尾地内	13,927,100	13,772,000	藤原土木	R7.3.11
211	市道高根清里57号線 道路改良工事(6-1工区)	高根町清里地内	16,577,000	16,225,000	明立工業(株)	R7.1.30
212	市道江草・小笠原線 舗装工事(6-3工区)	明野町浅尾地内	14,146,000	13,860,000	(有)清水土建	R7.1.6
213	市道須玉大豆生田10号線外 舗装本復旧工事第6-1工区	須玉町大豆生田地内外	3,058,000	3,019,500	(有)川久保興業所	R6.11.29
214	市道箕輪線舗装工事(6-1工区)	高根町箕輪地内	12,155,000	11,781,000	(有)清水建興	R7.1.10
215	市道箕輪・小淵沢線 舗装工事(6-3工区)	高根町長澤地内外	14,883,000	14,300,000	(株)中新土木	R7.1.6
216	舗装本復旧工事 武川第6-2工区	武川町柳澤・山高地内	19,954,000	19,448,000	(株)早野組	R7.1.10
217	減圧弁更新工事 高根第6-1工区	高根町清里地内	18,953,000	18,469,000	長田興業(株)	R7.3.14
218	下水道用マンホールポンプ・水位計 更新工事(6-1工区)	須玉町藤田地内外	5,863,000	5,500,000	(株)メイキョー	R6.12.2
219	農業集落排水用マンホールポンプ 更新工事(6-1工区)	高根町浅川地内外	11,616,000	10,989,000	トーヨークリエイト(株)山梨北支店	R7.1.24
220	農業集落排水用通報装置 更新工事(6-1工区)	小淵沢町地内外	3,938,000	3,729,000	トーヨークリエイト(株)山梨北支店	R6.12.9
221	市道長坂中丸9号線 災害防除測量設計業務委託	長坂町中丸地内	11,660,000	11,055,000	(有)アスカ測量設計	R7.2.28
222	市道西井出1号線(あらい橋) 用地・調査業務委託	大泉町西井出地内	7,359,000	6,930,000	昭和測量(株)	R7.3.14
223	北杜市立甲陽病院 空調設備保守業務委託	北杜市立甲陽病院	5,295,400	4,728,900	(有)メンテック調和	R6.11.1~R9.10.31
224	職員用オフィスソフトライセンス購入	北杜市役所	5,692,500	5,112,800	(有)内田盛和堂	R6.10.31
225	道の駅はくしゅう防災備蓄倉庫等購入	白州町地内	1,469,320	1,333,240	櫻井呉服店	R6.12.27
226	可搬小型動力消防ポンプ購入	北杜市役所	4,281,200	4,092,000	(有)中村ポンプ工作所	R7.2.28
227	北杜市立甲陽病院 手動式除細動器購入	北杜市立甲陽病院	2,310,000	2,185,700	(有)平穂医科器械	R7.1.31
228	北杜市立甲陽病院 上部消化管汎用ビデオスコープ購入	北杜市立甲陽病院	5,049,000	4,928,000	豊前医化(株)営業本部	R6.12.27

管財課 ☎ 42-1312 ☒ 42-1129

芸術・文化 第19回北杜市合唱祭2024

市内で活動する14の合唱団が出演します！
子ども合唱団の澄んだ歌声や、混声合唱・同声合唱、オペラなど美しいハーモニーをお楽しみください♪

▶日時 11/24(日) 開場/12:20 開演/12:50
▶場所 ハヶ岳やまびこホール
▶入場料 無料(当日受付・全席自由)
▶主催 北杜市合唱祭実行委員会
▶共催 北杜市教育委員会

☎ 42-1373 ☎ 42-1124

講座 第6回ほくと地域魅力発見講座
「フォッサマグナと糸魚川—静岡構造線」

北杜市は国内で唯一2つのユネスコエコパークを有する自然の豊かな地域です。
今回は、北杜市の大地形成史を学びながら、北杜市の自然について、その明と暗について学んでみませんか。

▶日時 11/23(土) 10:00~12:00
▶場所 甲斐駒センターせせらぎ
▶講師 興水 達司氏
▶参加費 500円
▶対象 市内在住者
▶定員 40人
▶申込み 生涯学習課まで電話にて。
▶申込期間 11/1(金)~11/15(金)

☎ 42-1373 ☎ 42-1124

イベント 第20回青少年育成北杜市民大会

青少年の健全育成を図ることを目的とし、市民の皆さんの意識向上のため、本大会を開催します。

▶日時 11/30(土) 開場/13:00 開会/13:30
▶場所 明野総合会館
▶内容 あいさつ・声かけ運動標語表彰、意見発表(少年の主張)、北杜市・明野少年少女合唱団による合唱、基調講演、大会宣言
▶基調講演 子どものネット・ゲーム依存対策と情報モラル教育推進に向けて「正しくこわがり かしく使う」子どもたちの育成のために
山梨県教育庁生涯学習課 渡邊 雅男氏
▶定員 200人
▶参加費 無料
▶申込み 生涯学習課まで電話にて。
▶申込期限 11/20(水) 17:00(定員に達し次第、締切)

☎ 42-1373 ☎ 42-1124

イベント 第16回みあげて星見里 in むかわ

コラボレーションライブ「秋と冬の夜空をめぐる～情熱的なヴァイオリンの旋律と表現豊かなピアノの調べとともに～」を開催します。

▶日時 11/30(土) 19:00~(受付/18:00~)
▶場所 甲斐駒センターせせらぎ
▶定員 150人(先着順)※小学生以下は保護者同伴
▶出演 川口 堯史氏(ヴァイオリニスト)
細川 智美氏(ピアニスト)
牛山 俊男氏(自然写真家)
▶参加費 無料
▶申込み 武川総合支所地域市民課まで電話またはメールまたはファックスにて。
▶申込期間 11/28(木)
▶主催 武川地域委員会

☎ 42-1118 ☎ 26-2538
✉ mukawa@city.hokuto.yamanashi.jp

イベント 東京都西東京市親子交流事業

友好都市である東京都西東京市の親子と一緒に、北杜市産間伐材を使用した木工体験やほうとうづくり体験を通じた交流事業を開催します。

▶日時 11/30(土) 11:15~
▶定員 20組(40人)
▶申込方法 林政課まで電話またはメールにて。
※詳細は市ホームページをご覧ください。

▶対象 北杜市在住の小学1~6年生の親子
▶場所 須玉ふれあい館
▶申込期限 11/18(月) 10:00

☎ 42-1353 ☎ 42-2335 ✉ rinsei@city.hokuto.yamanashi.jp



イベント エコプロ 2024 見学バスツアー

北杜市地球温暖化対策・クリーンエネルギー推進協議会(通称:グリーン北杜)で、東京ビックサイトで開催される、環境に関する最新の取り組みやエコグッズを紹介する国内最大級の環境展示会「エコプロ 2024」の見学バスツアーを行います。

- ▶日 時 12/4(水) 8:00~19:00
(集合時間7:45) 予定
- ▶集合場所 須玉ふれあい館北側駐車場
- ▶定 員 25人(定員になり次第締切)
- ▶対 象 北杜市民(未成年者は保護者同伴)
- ▶参加費 500円
- ▶申込み 環境課まで電話にて。
- ▶申込期間 11/11(月)~11/20(水)

☎環境課 ☎ 42-1341 ☎ 42-1123



イベント 日本遺産デジタルスタンプラリー 始まります!

北杜市内を中心に長野県富士見町・原村の縄文遺跡12カ所を巡ってデジタルスタンプラリーを集めましょう!集めた数で素敵な景品がもらえます。

- ▶期 間 11/23(土)~1/26(日)

デジスタリリース記念イベント!

- ▶日 時 11/24(日) 10:00~
- ▶場 所 史跡梅之木遺跡公園
- ▶内 容 デジスタ相談ブース、縄文トーク、竪穴住居で360度写真撮影、火おこし体験、縄文スイーツ販売など
※内容は一部変更する場合があります。

☎北杜市郷土資料館 ☎ 42-1375 ☎ 32-6497



芸術・文化 南アルプスユネスコエコパーク地域連絡会(文化・教育部会)事業 「座禅・写仏体験と精進料理食事会」

- ▶日 時 12/14(土) 9:30~13:00
- ▶場 所 白砂山自元寺(白州町白須)
- ▶内 容 寺院見学、座禅・写仏体験、精進料理食事会、寺僧による講話
- ▶定 員 20人(定員になり次第締切)
- ▶参加費 1,500円(当日徴収)
- ▶申込み 生涯学習課まで電話にて。
- ▶申込期間 11/25(月)~12/9(月)

☎生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 42-1124



北杜ふれあい塾第4回 公演「東京藝大尺八コンサート ~尺八が綴る音景色~」



東京藝術大学との官学連携事業です。東京藝術大学出身の尺八奏者による風情あふれる演奏をお楽しみください。

- ▶日 時 12/7(土) 13:30開場 14:00開演
- ▶場 所 八ヶ岳やまびこホール
- ▶出 演 尺八 友常 毘山氏 箏 宇山 葵氏
- ▶入場料 1,000円 ▶定 員 400人
- ▶申込み 名前・連絡先を生涯学習課まで電話、ファックス、メールのいずれかの方法にて。または電子申請サービス「やまなし 申込みフォーム くらしねっと」からお申し込みも可能です。



☎生涯学習課 ☎ 42-1373 ☎ 42-1124
✉fureaij@city.hokuto.yamanashi.jp



スポーツ 第17回北の杜ふるさとウォーキング ~名水のふるさと「チップ街道」をみんなで歩こう~



北杜市の宝である緑と名水、山岳景観をはじめとする「自然」を感じながらウォーキングをしませんか?南アルプスユネスコエコパークについて学びながら歩きます。

- ▶日 時 12/8(日) 受付/9:00~ 開会式/9:30~ スタート/10:00~
- ▶集合場所 白州・尾白の森名水公園「べるが」 ▶定 員 500人(未就学児可)
- ▶参加費 高校生以上1,000円(弁当・保険料)※当日支払い 中学生以下 無料
- ▶コ ー ス 尾白名水コース(約7km) 鳥のさえずりコース(約2km)
- ▶申込み 専用申込フォーム「やまなし くらしねっと」にてお申し込みください。
インターネット環境がない方は電話にて。
- ▶申込期限 11/24(日)

※この事業は北杜市環境保全基金を活用した事業です。



申込みはこちら

☎北杜市スポーツ推進委員協議会事務局(生涯学習課内) ☎ 42-1373 ☎ 42-1124



忍者参上！～武川修行道場の巻～

みんなで宝探しや謎解きなどの修行に挑戦！

忍者のイメージを使ったコミュニケーションあそび活動プログラムです。

- ▶日 時 12/14(土) 13:30～15:30 (受付/13:00)
 - ▶場 所 甲斐駒センターせせらぎ
 - ▶対 象 市内小学生 (全学年)
 - ▶定 員 30人 (定員になり次第、締切)
 - ▶参加費 500円
 - ▶申込み 生涯学習課まで電話にて。
 - ▶申込期間 11/18(月) 9:00～11/29(金)
 - ▶持ち物 風呂敷1枚 (縦90cm×横90cm)、水筒、タオル、着替え
- ※風呂敷がない場合はお申し出ください。

岡青少年育成北杜市民会議事務局 (生涯学習課) ☎ 42-1373 ☒ 42-1124



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

●八ヶ岳文学セミナー～日本近代文学の世界～

遠藤 周作「黄色い人」

- 日 時 11/2(土) 14:00～16:00
 - 場 所 いずみ活性化施設
 - 定 員 15人
 - 受講料 1,000円
- 岡加藤 ☎ 050-1178-0407

●腰痛予防体操教室

- 日 時 11/7(木)、11/21(木) 9:00～11:30
 - 場 所 生涯学習センターこぶちさわ
 - 定 員 各回20人
 - 受講料 600円
- 岡盆出 ☎ 36-5452

●箏曲教室

- 日 時 11/9(土)・11/23(土) 13:30～16:00
 - 場 所 高根町農村環境改善センター
 - 定 員 各回5人
 - 受講料 無料
- 岡安孫子 ☎ 46-2882

●明野子ども美術館の手仕事講座

「おしゃれな帽子をつくろう」

- 日 時 11/10(日) 10:00～12:30
 - 場 所 明野子ども美術館
 - 定 員 10人
 - 受講料 子ども500円 大人1,000円
- 岡松崎 ☎ 25-5340

●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 11/12(火) 9:30～11:30
 - 場 所 生涯学習センターこぶちさわ
 - 定 員 5人
 - 受講料 無料
- 岡樫 ☎ 080-6588-7934

●平安文化で美文字のお稽古

- 日 時 11/14(木) 14:00～15:30
 - 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
- 岡堀井 ☎ 090-6194-3960

●ゼロから始めるデッサン教室

- 日 時 11/17(日)・11/24(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
- 岡新海 ☎ 070-5370-2552

●～格言から学ぶ～かいこま将棋教室

- 日 時 11/9(土)・11/23(土) 14:00～16:00
 - 場 所 甲斐駒センターせせらぎ
 - 定 員 各回10人
 - 受講料 大人1,000円 高校生以下500円
- 岡山崎 ☎ 080-5410-8182

●集まれ！！日本ミツバチ好きな人勉強会

- 日 時 11/30(土) 14:00～16:00
 - 場 所 大泉総合会館
 - 定 員 20人
 - 受講料 無料
- 岡池田 ☎ 090-1667-7989

●俳句・百韻句会 (ひゃくてんくかい)

「作った俳句を鑑賞し、意見交換する会」

- 日 時 11/23(土) 14:00～16:30
 - 午前中は希望者と野外にて俳句作り
 - 場 所 長坂町農村環境改善センター
 - 定 員 10人
 - 受講料 100円
- 岡橋原 ☎ 090-4230-3497



図書館

インフォメーション



中央図書館 ☎ 42-1374 F 38-1126

今月のイベント

市制 20 周年記念 こども図書館まつり ～マジックと音楽と絵本のコンサートを楽しもう！～

- ▶日時 12/15(日) 14:30～15:30
- ▶場所 ハヶ岳やまびこホール
- ▶講師 (株)Music & Magic 大友 剛氏
- ▶定員 150人 ※要申込(先着順)
- ▶申込み受付 11/1(金)～
- ▶申込み・問 中央図書館、市内各図書館



第 162 回 大人のための朗読会「やまびこ」

- ▶日時 11/15(金) 13:30～
- ▶場所 すたま森の図書館
- ▶出演 しずく
朗読サークル ゆずっこの会
- ▶作品 宮沢 賢治 作
『注文の多い料理店』 他
- ▶申込み・問 中央図書館

ビブリオバトルを開催しました

知的書評合戦とも言われるビブリオバトルがながさか図書館で行われ、県内の高校生の皆さんが、熱い戦いを繰り広げました。

今回、見事チャンプ本に輝いたのは、北杜高校2年生、上野陽向さんが紹介した『恋する寄生虫』(KADOKAWA)です。



上野さんからひとこと

- Q: ビブリオバトルに参加した感想は?
- A: 2回目なのであまり緊張せずに話すことが出来た。
- Q: チャンプ本に選ばれた感想は?
- A: あまり練習ができなかったので自信がなかったが、本番は自分が言いたいことを伝えることができたので、悔いはない。
- Q: ビブリオバトルに対する思いは?
- A: これまで図書館にあまり縁がない人や、本を読まない人でも、本の楽しさを知ることができるイベントなので、ぜひたくさんの人にビブリオバトルを通して、読書の楽しさを知ってほしい。

この一行に 逢いにきた

2024・第78回 読書週間
10/27～11/9



10/27の「文字・活字文化の日」をスタートに、11/9まで全国秋の読書週間が開催されています。今年の標語は「この一行に逢いにきた」。応募総数663点の中から選ばれた作者の中山さんは、「本の中にグッとくる一行があって、何度も何度も目でなぞり、ついには暗記してしまう。作者はこの一行のためにこの本を書いていて、読者はこの一行に出逢うため読んでいるのだと思うとき、幸福になる自分がいます」とこの標語に込めた気持ちを語っています。

図書館も、やまね便りやテーマ展示などでさまざまな角度からおすすめの本を紹介しながら、皆さんの読書を応援しています。読書の秋です。心に残るこの一行を探しに足を運んでみませんか？

2024年度 上半期 一般書 貸出し ランキング

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| 1位 『九十歳。何がめでたい』 佐藤 愛子/著 | 6位 『ハヶ岳デイズ Vol.25』 |
| 2位 『ハヶ岳南麓から』 上野 千鶴子/著 | 7位 『スピノザの診察室』 夏川 草介/著 |
| 3位 『山梨ふるさと記憶遺産 北杜市』
山梨県教育委員会/編 | 8位 『52 ヘルツのクジラたち』
町田 そのこ/著 |
| 4位 『汝、星のごとく』 凧良 ゆう/著 | 9位 『少年と犬』 馳 星周/著 |
| 5位 『水車小屋のネネ』 津村 記久子/著 | 10位 『九十八歳。戦いやまず日は暮れず』
佐藤 愛子/著 |

図書館	電話番号	図書館	電話番号	図書館	電話番号
中央図書館	42-1374	たかね図書館	47-4784	小淵沢図書館	42-1203
明野図書館	25-3285	ながさか図書館	32-8228	ライブラリーはくしゅう	35-5070
すたま森の図書館	20-6112	金田一春彦記念図書館	38-1211	むかわ図書館	20-3019

日本画家

河内雅溪かわち がけい

学術課

☎ 42・1375
F 32・6497

明野町正楽寺出身で、東京美術学校（現東京芸術大学）において日本画家・橋本雅邦がほうのもとで学び、明治から大正期に日本画家として活躍した人物に河内雅溪がいます。

雅溪は、日本美術院や二葉会、美術研精会などで活躍し、何度も褒賞を受賞し、明治37年には日本画家を代表し、セントルイス万博にも出展し銀牌を受賞するなど、明治期後半の画壇で活躍しました。

あまり知られていませんが、河内雅溪は作家の川端康成と親交がありました。大正十年の川端の日記には「六月十日 心覚えの借金 河内雅溪氏 二十圓 高校三年賄料」と記されています。また『伊豆の踊子』の

装幀その他』というエッセイには、伊豆の旅館で雅溪と一緒にになったことが書かれており、その中に「河内さんは私の一高時代の保証人である」とあります。旧制一高は全寮制であり、全員が寄宿舎で暮らしていました。川端が寄宿舎に入るにあたり、雅溪が保証人になっていたようです。日記に書かれていた借金は、寮の賄費の支払



河内雅溪



河内雅溪「竹堂図」
現在、浅川伯教・巧兄弟資料館に併設する「ほくと先人室」で展示されています。

いが遅延した川端に代わって保証人である雅溪が支払いを立て替えたものでした。

保証人となったいきさつについては、川端の母方の叔父にあたり、大阪の大地主で衆議院議員も務めた人物である秋岡義一が、雅溪の師である橋本雅邦と懇意にしていたことから雅溪とも面識があり、甥である川端が一高に入るにあたり、保証人を頼んでくれたことがエッセイに綴られています。

借金の記述がされた大正十年は、川端はすでに一高を卒業し、東京帝国大学2年生になっています。川端は1年以上借金を返済していません。日記には、川端が

雅溪に借金を返済したという記述はありませんが、エッセイには雅溪と川端は囲碁や釣り仲間であったことが書かれており、その後も良好な関係が続いていたことをみると、しっかり借金は返済したのでしょう。

大正期ぐらいからの雅溪の画壇での動向は不明となっていきますが、一方で画商として活動していたことが分かっています。川端は芸術愛好家でもあり、無類のコレクターでもありました。川端との間で売買された記録は今のところ知られていませんが、画商とコレクターという関係もあったのかもしれない。



9/22 (日)

市制20周年記念事業 スポーツ少年団野球教室

高根総合グラウンド

市では、プロ野球で活躍していた方々に指導してもらい、子どもたちに新たな夢や希望を持ってもらうため、スポーツ少年団野球教室を開催しました。指導にあたったのは、久慈照嘉氏、岩瀬仁紀氏、福留孝介氏です。峡北地区野球スポーツ少年団8チームが参加し、バッティングやピッチング、守備などの技術を指導してもらいました。



9/24 (火)

葦崎消防署須玉分署 北杜消防署白州分署竣工式

須玉町

将来を見据えた消防力の強化とともに、老朽化や耐震性などが課題となっていた葦崎消防署須玉分署と北杜消防署白州分署が完成しました。地元消防団や署員ら関係者が出席する中、須玉分署にて両分署の竣工式が執り行われ、関係者によるテープカットで完成を祝いました。新庁舎は感染症対策や衛生面などの向上が図られたとともに、消防力が最大限に発揮できる施設となっています。



9/25 (水)

高校生が台湾での物産展で 販売体験を報告

北杜市役所

9/13 (金)～9/15 (日)に台湾・台中市にある高級スーパー「裕毛屋」で「第2回北杜市物産展」を開催し、北杜高校の生徒3人が北杜市の地域ブランドを知ってもらおうと「食杜北杜」などの商品を店頭販売したことを、市長へ報告しました。生徒からは「台湾での経験を今後の進路に生かしたい」などの感想が述べられました。



9/26 (木)

「おこめプラス・健康増進 プロジェクト」立ち上げ

北杜市役所

市と株式会社はくばくでは、市民の健康増進の一環とした県内初の官民連携プロジェクト「おこめプラス・健康増進プロジェクト」を立ち上げました。本プロジェクトを通じて、市民の食生活意識を高めることで健康増進へ貢献するため、株式会社はくばくから提供されるもち麦を希望する市民へ提供し、毎日食べるごはんから健康意識の向上を目指します。



9/30 (月)

韓国・抱川市交流団が来訪

北杜市役所

北杜市の姉妹都市である韓国・抱川市の交流団が北杜市を来訪しました。ペク市長をはじめとする交流団が市役所を訪れ、多くの職員から歓迎を受け、大変感激した様子でした。交流団は、市制施行20周年記念式典に出席し、韓国伝統芸能を披露したり、市内各所で市民との交流を行い、文化などについての理解を深めました。



10/12 (土)

かけっこ教室

長坂総合スポーツ公園陸上競技場

市は、運動することの素晴らしさや楽しさを学んでもらうため、市内小学生を対象に、今年度3回目となるかけっこ教室を開催しました。約30人の小学生が参加し、プロアスリートで北杜市ふるさと親善大使でもあるエース栗原さんが講師を務めました。参加した小学生は、少しでも速く走るコツや少しでも遠くにボールを投げるコツなどを教えてもらいました。



ほくとのこども

11月のお誕生日

Hokuto kids born in November

1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。
※対象となるお子さんごみの写真をご提供ください。



1歳
藤森 廣ちゃん
令和5年11月2日生まれ

あつというまに1歳だね!
にいにたちの後を追って
一緒に遊んで毎日楽しいね☆
これからもたくさん笑って過ごそうね!



1歳
藤原つきひちゃん
令和5年11月2日生まれ

つきちゃん♡1歳おめでとう♡
我が家のアイドルであり
怪獣でもあるつきび!!
元気に育ってくれてありがとう!!



1歳
佐々木悠羽ちゃん
令和5年11月10日生まれ

1歳、おめでとう!!
ゆっくりゆるゆる大きくなあれ♡
ゆわちゃんだいすき!



1歳
赤坂 美緒ちゃん
令和5年11月27日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう!
よく食べて、よく寝て、
元気いっぱい美緒ちゃん、
これからもすくすく
大きく育ってね!大好きだよ♡



1歳
渡邊 結衣ちゃん
令和5年11月28日生まれ

ゆいちゃん
1歳誕生日おめでとう☆
よく食べて、よく寝て、よく笑って、
生まれてきてくれてから
毎日がとても幸せだよ!
たくさん食べて大きくなってね♡

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

第26回 米・食味分析鑑定コンクール国際大会 in 北杜を開催します!

本大会は、国内外の5,000検体以上のお米を一室に集め、審査・評価し、「良質な米作り」に日々精進する生産者や生産団体を支援することを目的として米・食味鑑定士協会が実施しています。

第26回大会は山梨県一のお米の生産量を誇る北杜市で開催し、当日は一次審査を通過したお米を審査員が官能審査を行い、世界一のお米を決めます。

大会内では、自身でもお米の作付けを行うパンツェッタ・ジローラモ氏を招き、北杜市包括連携協定締結企業によるトークセッションを行います。そのほか、上位入賞者のお米食べ比べ、キッチンカーなどの飲食ブース、農業資材や農機具メーカーの展示も実施します。

大会の詳細は、市ホームページをご確認ください。

▶日時 12/6(金)・12/7(土) ▶場所 アルソア女神の森セントラルガーデン



広告

庭木1本から承ります!

植木のプロフェッショナルがお伺いします!

お客様へのお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

広報ほくとへご購入の方に
生垣の剪定 長さ高さ 1m×2m
通常2,200円を
初回限定!先着10名様
1,100円

山梨店 甲斐市岩森1387 ☎ 9:00~17:00
ガーデンエクステル
カタクラ(登記スタンダード上場会社)グループ
0120-61-4128

お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

お米の出品は11/5(火)まで(米・食味鑑定士協会に出
品品必着)受付しています。

美味しいお米の産地であることをアピールするため、
市内生産者の皆さんの出品をお願いします。

なお、出品に関するお問い合わせは、
米・食味鑑定士協会(☎06-6100-1151)
までご連絡ください。



市ホームページ

米・食味分析鑑定コンクール国際大会
in 北杜実行委員会事務局(商工・食農課)
☎ 42-1354 ☎ 42-5216

