



手と手つなぎ、
ともに生きる—。



特集

やさしいひかり、

～認知症という病に、向き合う～

シャボン玉が空に消えるように
今まで覚えていたことが、

簡単に出来ていたことが

ひとつひとつ、できなくなる・・・

焦りと困惑と混乱は

不安を生み、恐怖心へとかわるー。

「この先、私はどうなってしまうのか。」

「認めたくない。全てを隠したい。」

目に見えぬ「認知症」という病は、

私たちに身体的・精神的に疲労を与え、心が疲れていくー。

高齢者の4人に1人が認知症になるといわれ

若者も認知症になりえる現代・・・

もはや誰にとっても他人事ではない「認知症」。

「認知症になったら、もう終わりー。」

言葉にしなくても、心に存在するこの想い、

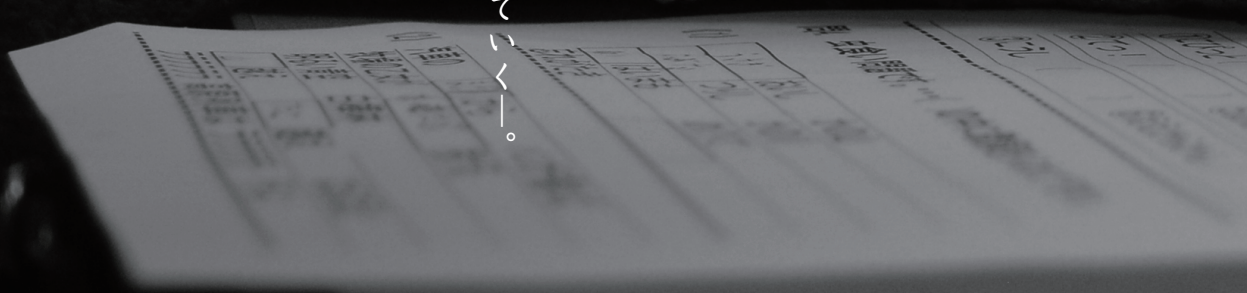
出来る限り目を背けたい。

今月の広報では、現代社会で深刻な問題として

クローズアップされている「認知症」に

真正面から向き合い

どうすれば認知症の本人も、介護に携わる方も、
笑顔で幸せに生きることが叶うのか考えますー。



愛する妻が 認知症に



まさか、
なんで妻が—。

8年前から認知症の妻の介護をする夫の小林久浩さん（58歳／写真右）。昔は油絵を描いたり、2人でドライブすることが好きだった妻・伊寿美さん（59歳／写真左）。認知症発症による暮らしの変化や介護に携わるなかで感じる不安など、心のうちをお伺いしました。

少しおつちよこちよいな妻が、料理の手順がわからなくなったり、事故を起こしたりといった行動が出てきたのは、8年前くらいのこと。40代の頃から統合失調症等を患っていたこともありましたが、50代前半という年齢からも認知症になるとは思っておらず、今思えばこの頃からはじまっていたのだなと思います。

しかし、不思議な行動やかみ合わない会話が日々重なり、私の方にもストレスが溜まるばかりでした。認知症だとは思ってないから、怒鳴って怒ることもありました。私に気が付かないところで症状は深刻化し、パトカーの前で信号無

視をしたり、正面衝突の事故を起こすようになり、病院で受診させることを決意しました。
結果は「若年性の認知症（※1）」。
正直「なんで、私の妻が・・・」という想いが心中に渦巻きました。

わたしを、
ひとりにしないで。

認知症と診断されたこと自体に絶望したり、精神的な辛さは実はそこまでありませんでした。なぜなら、妻の様子について、常にオープンにしていたからです。会社にも、友人にも、地域の方にも、隠したりしなかったことが良かったと感じています。何も悪いことはしていないし、隠す必要などないのです。

それでも、介護が楽だったかといえど、決してそうではありません。毎朝、仕事に行こうとすると、妻が「わたしを、ひとりにしないで。」と言われるのが辛かった。仕事をしても、妻のことが心配だった。家に帰ると、色々なものが引っぱり出され散らかり、きつと不安な心がそうさせたのだろくなあ・・・とやり切れない気持ちになることもありました。そういう日々は簡単に私の心身を疲れさせていきました。

※1【若年性認知症】 65歳未満で発症する認知症で、高齢者の認知症との病理的な違いはありません。

やさしいひかり、

～認知症という病に、向き合う～



B

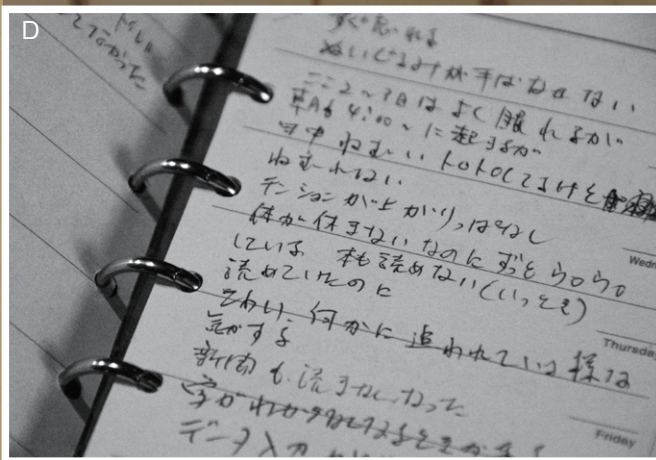


C

A 夫を見つけかけ
よる伊寿美さん／
B 趣味だった油絵
／C 介護中、必
ず付けているスト
ラップ／D 最初の
頃、伊寿美さんが
つけていた日記



A



D

毎日が、
「戦い」なんです。

要介護5（※2）の妻。何をす
るにもしてあげないとならない、
生活の全てを介助することは、容
易なことではありません。

妻は日の出とともに目が覚めま
す。着替え、食事、歯磨き等を済
ませ、ヘルパーさんに預けて出勤
する。午後9時に家に帰り、お風
呂に入れてあげる。浴槽に入れる
時と入れない時があるし、気分の
すぐれない時は、薬を飲ませる時
に口を開けてくれなかったりす
る。排泄の処理も大変です。自然
と無尽や大好きなゴルフにも行か
なくなりました。自分の時間は無
く、疲れ果てて床につく日々。
まさに、毎日が戦いなんです。

まるで、
子どもに戻るよう

私の感覚では、認知症は症状が
進む中でだんだん子どもに戻るよ
うなものであるという気がしてい
ます。ただ、子どもの場合は出来
ることがひとつひとつ増えていく
のですが、認知症はひとつひとつ
減っていく病なのです。

できることは、
やってあげたい。

介護者の苦労や大変さも分か
りますが、本人も不安で不安でた
まらなと思うんです。言葉にでき
なくても、行動が伴わなくても、
目や表情で気持ちは分かるもの
です。だから、介護サービスも活用
しながら、私が出発することはでき
るだけやってあげたいと思って介
護しています。

うれしそうに、
笑うんですよ。

介護は大変だし辛いことも多
い・・・けれど、妻の笑顔にはか
なわない。認知症が進み、感情表
現に乏しくなっても、それはそれ
は嬉しそうに笑うんです。その
笑顔が私にとって、心からの幸せ
なのです。介護は苦労も多いもの
ですが、抱え込まずに「オープン」な
心でいることが大切だと思います。
私は外出時に「介護中ストラップ」
を付けていると手助けをしてくだ
さる方もいて、とても助かります。
支えてくれる友人や地域の方や介
護に携わる方など、温かい心を持っ
た人が実はたくさんいるものです。

※2【要介護認定】 介護を必要とする度合いによって、7つに区分されています。「要支援1～2」と「要介護1～5」です。



誰もがかかる可能性がある「認知症」。実際にはどういう病なのか知っていますか。認知症を正しく理解することが、認知症の方のために私たちができることを考える第一歩となります。本市の認知症の現状をお伝えします。

身近に迫る認知症とは
 どのような「病」なのか

認知症とは、「脳や身体の病気が原因で記憶や判断力などが衰え、生活に支障が出る状態」のことです。若い世代が発症する「若年性認知症」も増えていますが、一般的に認知症は加齢とともに発症する可能性が高くなります。つまり、特別な人に起こる特別な出来事ではなく、歳をとれば誰にでも起こりうる、身近な病気であるといえます。

市内の65歳以上の人口は10,906人（平成29年4月1日現在）で高齢化率は33・4%という超高齢社会であり、認知症に関する相談も年々増加しています。平成28年度、地域包括支援センターへ寄せられた相談件数は640件、介護認定を受けた方は400人で、そのうち224人が認知症の症状があります。

認知症の方に寄り添い、認知症の方が認知症とともによりよく生きていくために、私たちに出来ることがあります。今後さらに増えるであろう認知症という病気を「じぶんごと」として捉え、家族や大切な人が「認知症」になるかもしれないという考えを持つことが重要となります。

認知症の症状の無い方
 および軽度の方
 766人

39.7%

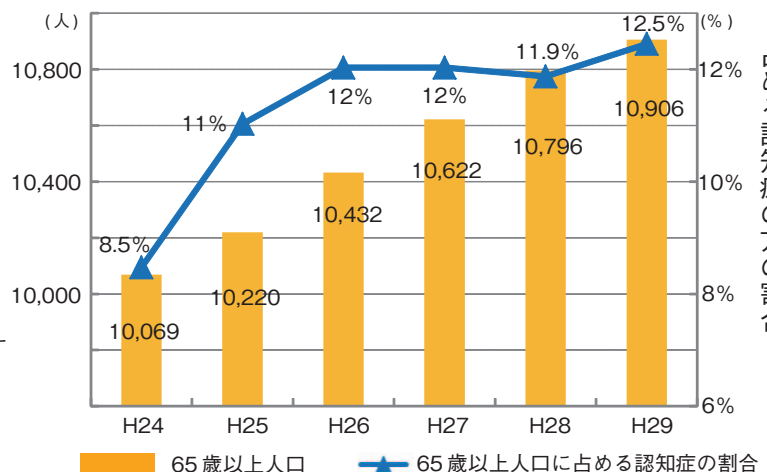
介護保険利用者
 1,929人

60.3%

日常生活に支障をきたす
 認知症の症状のある方
 1,163人

【グラフB】

介護保険利用者のうち生活に支障をきたすような認知症の症状ある方の割合



【グラフA】
 甲州市の65歳以上人口に占める認知症の方の割合

認知症には 4つの種類がある

脳の疾患部位により、「アルツハイマー型認知症」「脳血管性認知症」「レビー小体型認知症」「前頭側頭型認知症」の4つが主な種類です。それぞれの種類に応じたケアが大切になります。

認知症の 「症状」とは

認知症の症状は「中核症状」と「周辺症状」の2種類に大別されます。

「中核症状」は記憶障害で、直前に起きたことも忘れるような症状が特徴的です。また、判断力の低下、時間や場所などが分からなくなる見当識障害などがあります。

「周辺症状」脳の障害により生じる精神症状や行動の異常を伴います。その人の性格や環境、人間関係などが関係し起きるものです。



周辺症状

- ものとり妄想(※3)や徘徊。
- 気分が落ち込み、無気力になる。
- 攻撃的な言動。
- 性格が変化する。

中核症状

- ものごとを思い出せない。
- 段取りをたてて行動できない。
- 時間や場所がわからなくなる。
- 人との関係がわからなくなる。

※3 大事な物を盗られたと訴える症状で認知症で起きやすい被害妄想のひとつ。

加齢によるもの忘れと 何が違うのか

認知症のもの忘れは加齢による一般的なもの忘れとは違います。

加齢によるもの忘れは、「体験の一部を忘れる」「もの忘れを自覚」「探し物を見つけない」という特徴があります。これに対し、認知症のもの忘れは、「体験そのものを忘れる」「もの忘れの自覚に乏しい」「誰かにとられたと思い込む」「とりつくりをする」など日常生活に支障をきたすという特徴があります。

※記憶障害の症状には個人差があります。

●加齢によるもの忘れ

記憶の帯

例) 何を食べたか思い出せない。

●認知症によるもの忘れ

記憶の帯

例) 食べたこと自体を忘れる。





認知症を受け入れ、支えることは容易なことではありません。家族や大切な人が認知症になったとき、どのような困難があるのか、介護者の心の想いに迫ります。

認知症の方の こころの想いは・・・

認知症の症状は多様で、一人ひとりに合ったケアが大切になります。介護の方法もこれが必ず正しいといった正解が用意されているわけではありません。答えも分からず不安やストレスは蓄積され、認知症の方がどういう気持ちなのかわからず、時には怒鳴ってしまうことも。

周囲は認知症の人に対して「認知症になると何もわからなくなる」「徘徊

や妄想、興奮など異常行動を起こす面倒な人」などと決めつけてしまうことがあります。しかし本人は、自分に起きている変化に気づいていて、とまどいや不安を感じています。

例えば、もの忘れが頻繁に起き混乱したり、鍋を焦がしたり、同じ物を何度も買ってしまったり生活の中での失敗が多くなります。周囲の人はなかなか認知症とは気づかないため、注意や責めを受けることも少なくありません。失敗体験が積み重なり、周囲の理解もなく、仕事や生活について自信を喪失していきます。

さらに病気は進み、できないことが増え、行動が少なくなります。危ないからと料理をさせてもらえない、一人で出かけさせてもらえない・・・。

このようにこれまで普通にできていたことを制限されれば、認知症でなくてもストレスはたまっていきます。

家族や周囲の人は、認知症という病気を理解し、認知症の人の気持ちに寄り添うことが出来るようになるには、「戸惑い・否定」→「混乱・怒り・拒絶」→「割り切り」→「受容」というプロセスを経験するといわれています。

そして、認知症に携わる方にとって、最も大切なことは「認知症の悩みを抱え込まないこと」です。認知症の方も、それを支える周囲の人も心穏やかに暮らすことは必ずできます。

介護者が

認知症を受け入れるまでのプロセス

process



認知症に対する理解が深まり、認知症の人の心理を介護者自身がわかるようになる。認知症をあるがままに受け入れられるようになる。

怒ってもいいことはないと感じきははじめ、割り切って考えられるようになる。症状は同じでも、心は軽くなる。

どう対応していいかわからず混乱して、ちょっとしたことに腹を立て怒ったりする。精神的・身体的に疲労やストレスがたまり、拒絶感や絶望感に陥る。

これまでにない言動に戸惑い、否定しようとする。誰にも打ち明けられず悩む。



ステップ③に進めない・・・

認知症への戸惑いや混乱は怒りとなり、介護者自身を疲弊させます。①や②の状態から③のステップに進むには、認知症の症状への理解が必須です。どんなに不可思議な言動にも、理由があり、本人の考えや想いがあります。何回も繰り返す言動も、本当に忘れてしまうからです。そして、「認知症の方は、介護者の鏡」ということも大切なことです。怒りをぶつければ、認知症の方もイライラします。



episode. 心の声に触れる

介護エピソード

認知症なんて、 無縁だと思ってた・・・

「7年前、母は認知症になりました。」
家のことは何でもこなし、私が手伝うことはほとんどないほどしっかりしていた母が、鍋を焦がすようになったり、洗濯物も干しっぱなしにするようになりました。その頃の私は、仕事も忙しく母の行動を深刻に考えていませんでした。

誰にも相談できず、 涙をながす日々・・・

曜日の感覚がなくなり、母は認知症である可能性が高いことに気づきました。認知症とは無縁だと思っていた母が、まさかこんなことになるなんて・・・誰にも相談できず、毎日泣いていました。

そんな時に「甲州市地域包括支援センター」の存在を知り相談し、病院の診察を勧められました。しかし、母の身体は健康であつたし、本人の自覚症状もなかったため、病院に連れていくことに苦労しました。「行きたくない」「行く理由がない」と何度も言っていて聞きませんでした。趣味もあり友人も多く、家事も全てこなす母がどうして・・・「認めたくない」「否定したい」「隠したい」という気持ちが心のなかで渦巻いていました。最終的には健康診断などという嘘までついてどうにか受診することができ、「認知症」と診断されました。

わかっていても、 怒ってしまう・・・

何度も同じことをきいたり話したり、物事を忘れたり、毎日のように怒ってしまっていました。認知症という症状は理解しているつもりでも気持ちに余裕がありませんでした。怒っては後悔をしていました。

いい意味で、 手を抜くことも大切・・・

発症時は、会社にも母の病気を伝えていなかったのも、ストレスも多く大変な時期もありました。現在では、家族や会社の理解や支えもあり、また、デイサービス等も利用する中で、いい意味で手を抜くことができるようになりました。少しずつですが気持ちに余裕ができ、休みの日には友人と買い物や遊びに行くこともでき、ストレスをため込まないように出来てきました。

近所の皆さんや 周囲の支えは心強い・・・

母が以前住んでいた場所に帰ってしまうことがありました。その時、近所の方が送ってくれたこともあり、近所の支えの大切さを痛感しました。初めは知られたくない気持ちが大きかったのですが、現在では友人をはじめケアマネージャーやデイサービスの方々、四つ葉の会への参加などで、ひとりで落ち込んだり不安になることが少なくなりました。特に友人も同じ境遇で、お互いの情報共有ができることは心強いです。

認知症は自分事、 ひとりで悩まないで・・・

認知症は、自分事。しっかり者の母が“まさか”認知症になるとは考えたことがありませんでした。誰でもなりうる認知症は、おかしいと思ったらすぐに甲州市地域包括支援センターや病院に行きたくて欲しい。近所の方や施設の方、市役所、友人などと情報共有することも大切です。

認知症という病気は、大変なこと、辛いことたくさんあります。しかし、ひとりで抱え込まず、相談し、少しずつでも家族のことを理解していけば、うまく向き合うことができていると思います。



「ひとりで悩まないで・・・」「私たちが力になります」
認知症に関わる全ての人に寄り添い、支える心と取り
組みを紹介します。市の認知症施策にご指導・ご支援
いただいています久保田正春院長（日下部記念病院）、
認知症サポート医の阿部 理院長（阿部ファミリーク
リニック）に認知症の症状や相談先などについて伺い
ました。（以降敬称略）



「早期発見、早期治療が
とても大切ですー。」

認知症の初期症状

初期の認知症の症状は、人によって
様々な出現の仕方をします。【A】気分
がすぐれない、意欲がないといったう
つ症状から始まる方や【B】財布がな
くなったなど物がなくなったことを訴
え、時には誰かに盗まれたのではない
かと心配する方もいます。【C】夜中の
一人暮らしの寂しさのせいもあるのか、
女の子が部屋にいたといった感覚や、
【D】もともとは穏やかで、理性的な方
が感情がもろく泣き出してしまったり
する方、【E】夜中に大声や手足を動か
してしまいう睡眠障害が認めれる方もい
ます。このような中には、認知症の始
まりの兆候であることもあります。認
知症Ⅱもの忘れ、という考えをする方
もありますが、実はこれは、多くの認
知症を見逃してしまう可能性のある考
え方です。それまでのその方の性格や
考え方と違った状態が気になるときは
一度医者にかかり、相談を受けたいも
のです。

認知症の早期発見 早期治療の大切さ

前述のような症状が認められた場合、
受診することをお勧めしましたが、もっ
とも強調されるものは、【A】治療可能
な認知症が確認され、治療できるとい
うことです。この中でも、正常圧水頭
症や慢性硬膜下血腫のような脳内に循
環している脳脊髄液の異常や出血から
くる認知症です。また、これ以外でも、
【B】薬物療法により症状の進行を遅ら
せることができたり、【C】患者本人が
認知症を理解することで、その後の生
活について判断できることもあります。

家族も患者の状態を理解して、適切に
医療や介護保険に繋がることができ
ることも大きいと思います。
症状を理解し、認知症に結びつける
ことは肉親の方々には考えにくいこと
だと思えます。このため、少しでも疑
わしいと思ったときには、第三者に相
談して意見を聞くことが大切です。市
役所の相談窓口をはじめとして、様々
な相談窓口がありますので活用くだ
さい。



日本認知症学会認定専門医
日下部記念病院 院長

久保田 正春

特集

やさしいひかり、

～認知症という病に、向き合う～



認知症サポート医

阿部ファミリークリニック 院長

阿部 理

「かかりつけ医に
気軽に相談して欲しい。」

家族や大切な人が
認知症になったら・・・

「もしも、「あれ、家族が認知症かも？」
と思ったときにどこに相談したらよい
か、どうしたらよいかわからない、と

いう方も多いかもしれません。認知症
に限らず、ほとんどの病気が身近になっ
て初めて色々考えることになることが
多いと思います。

患者さんが高齢者であれば高血圧、糖
尿病などがかかりつけ医に通院されて
いることもあるでしょう。患者さんが

普段おひとりで通院されていると、ご
家族が心配した症状（もの忘れや食欲
低下、元気のなさ、家での気になる言動）
を外来で相談していないこともあり得
ます。ご家族が気になった症状があれ
ば患者さんと一緒に受診していただく
と診断の助けになることがあります。

かかりつけ医の役割

かかりつけ医は認知症の専門ではな
いかもしれませんが、症状によりその
医療機関で診断・治療が可能であつた
り、必要時は専門医療機関に紹介する
こともあります。その中でほえみオ
レンジチームをご紹介いただくことも
あります。この場合、支援チームがか
かりつけ医と連携をとりながら認知症
の困りごとへの支援をします。「今まで
の先生に診てもらえなくなるんじゃない
か？」という心配はご無用ですので、
ご安心ください。また、かかりつけ医
がない場合は、ご家族から直接甲州
市地域包括支援センターにご相談いた
だければ結構です。もちろん、かかり
つけ医がいる場合でも市役所にご相談
いただいても構いません。

「こんなことを相談しては迷惑か
な？」「まだ症状が軽いからもっと悪く
なってから相談しよう」とは考えずに
かかりつけ医にお気軽に相談いただけ
ると嬉しいです。





認知症に関わる全ての人に寄り添い、支える取り組みとして、「ほほえみオレンジチーム」「オレンジカフェ」「認知症サポーター」などを紹介します。

support.1

ほほえみオレンジチーム

自宅で生活をしている認知症またはその疑いがある方やその家族で次のような症状による困りごとに対し支援をしています。認知症専門医の助言を得ながら、保健師・社会福祉士などの専門職がチーム員となり、家庭を訪問し約6ヶ月間集中的に困りごとの解決に向け支援を行います。

認知症状によるこんな困りごとはありませんか？

- ☐ 介護サービスを利用したがない
- ☐ お風呂に入らない
- ☐ 家族の助言に抵抗する
- ☐ 認知症の症状が強く、対応に困る
- ☐ 認知症状が出てきているが病院受診を拒む
- ☐ かかっていた病院に行かない
- ☐ 処方された薬を飲まない



support.2

徘徊 SOS ネットワーク

市では認知症の方が行方不明になった時、早期に発見できるように関係機関(甲州市、日下部警察署、一時保護協力施設、捜索時協力機関)が協力し合う「SOS ネットワーク」があります。事前登録が必要になりますので、甲州市地域包括支援センターまでご相談ください。

模擬訓練を実施しました！



support.3

オレンジカフェ



- ・認知症の方とその家族がお茶を飲みながら、日頃の悩みや不安を話せる場所
- ・認知症のご家族が介護の思いや分かりあえる人と出会う場所
- ・認知症ご本人が安心して集える場所
- ・認知症について、学べる場所

- 日 時 3月8日(木) 午前10時～12時
- 場 所 恩賜林記念館
- 日 時 4月12日(木) 午前10時～12時
- 場 所 およっちょいぶらざ七里
- 参加費 100円
- その他 毎月第2木曜日に開催しています。
どなたでも参加できますので、
お気軽にお越しください♪



オープン当初から、ボランティアスタッフとして参加している私達二人は、毎回カフェでくつろいでいただけるよう、お手伝いをしています。参加者の方からの「気持ちがリフレッシュできた」「悩みが打ち明けられた」との声を励みに、これからも繋がりを大切にしていきたいと思っています。美味しいお茶を準備してお待ちしております。気軽に遊びに来ませんか。
(認知症サポーター 大島・近藤)

support.4

認知症サポーター

2047名の
認知症サポーターがいます♪

認知症サポーターとは認知症の方の応援者のことです。「認知症サポーター養成講座」を受講し、認知症に対する正しい知識と理解を身につけ、日々の暮らしの中で認知症の方や家族に対し、優しい支援を行っています。認知症サポーターが地域に増えることで「認知症になっても安心して暮らしていけるまち」を築くことができます。

甲州市内には2047名(平成30年2月16日現在)の認知症サポーターがいます。市内在住・在勤・在学の方で10人以上が集まれば認知症サポーター養成講座を開催することが出来ますので、お気軽に介護支援課までご相談ください♪



オレンジリングは
認知症サポーターの証♪



認知症サポーター養成講座を受けたみなさん。オレンジリングには、認知症を正しく理解し、寄り添いたいという想いが込められています。講座を行う認知症サポーターキャラバンは「ロバ隊長」を先頭に、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指し、歩んでいます。





- 日 時 3月16日(金) 午後3時～
※3月13日(火)までにお申し込みください。
- 日 時 4月20日(金)
※4月17日(火)までにお申し込みください。
- 場 所 市役所本庁舎 1階 市民会議室B

support.5

もの忘れ相談

市では毎月第3金曜日に「もの忘れ相談」を無料で実施しています。

もの忘れを感じたとき病院へ相談に行くのはとても勇気がいると市民の方からうかがいます。市では、ご本人やご家族が心配に感じたときに、少しでもお気軽に相談ができるように市役所庁内で認知症専門医による相談を受け付けています。予約制なのでゆっくり相談ができます。お気軽にご利用ください。

今すぐチェック!
3つ以上当てはまったら
ご相談を!

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 同じことを何回もきく | <input type="checkbox"/> 薬をきちんと飲めなくなった |
| <input type="checkbox"/> 出来事の前関係が解からない | <input type="checkbox"/> 以前はできた家事や作業に手間取る |
| <input type="checkbox"/> 計画を立てられなくなった | <input type="checkbox"/> 複雑な話を理解できない |
| <input type="checkbox"/> 興味が薄れ、意欲がなくなる | <input type="checkbox"/> 怒りっぽい、疑い深い |
| <input type="checkbox"/> 服装など身の回りのことに無頓着になる | <input type="checkbox"/> 同時に二つの作業を行うと一つ忘れる |
| <input type="checkbox"/> 水道栓やドアを閉め忘れたり、後片付けができなくなる | |

voice
利用者の
声
March. 2018

病院というとハードルが高く、本人も行きたがらないけれど、市役所なら身近で相談に行きやすかったです。また、気軽に先生にも相談ができ、心配事も減って安心しました。

介護者の会

「四っ葉の会」

四っ葉の会では、介護者の悩みや想いを気軽に相談したり、情報交換や学習会、レクリエーションを通して交流を深め、要介護者とその家族のより良い生活の向上を目指しています。

- 日時 3月8日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場所 甲州市民文化会館 第1研修室
- 内容 お茶を飲みながら介護者同士の交流会
- 対象 会員、介護に携わっている方
介護について関心のある方
- ※3月6日(火)までに電話でお申し込みください。
※交通手段にお困りの方は、ご相談ください。

認知症の人と家族の会

「さつきの会」

さつきの会は、全国「認知症の人と家族の会」山梨県支部に属し、峡東保健福祉事務所の強力なバックアップを受けて、甲州市・笛吹市・山梨市を活動範囲とする地域会です。会員は、介護者、介護を終えた方をはじめ、市、病院、施設等の協力を頂いています。介護者が安心して話せる交流会、認知症に関する研修会、施設見学等の他、相談活動、認知症への理解啓発に努めています。お気軽にお声をかけてください。

- ◆お問い合わせ先 認知症の人と家族の会
「さつきの会」 ☎0553-26-3068





人との交流、 地域の支え合い

認知症予防について研究が進み、規則正しい生活習慣や有酸素運動（軽く息がはずむ程度のウォーキングなど）や、頭を使いながら指先を動かす知的活動（囲碁や将棋、裁縫など）が効果的といわれています。

そして、もう一つ大切なことが、「コミュニケーション」。閉じこもりがちで人との交流の機会が少ない人は認知症になりやすいといわれています。特別な外出ではなくても、身近な地域で近所の人と声を掛け合う、地域の行事に参加する、そんな日常の身近な交流を積極的に行うことが大切です。

また、一人暮らしや高齢者の夫婦世帯も増える中、普段からのご近所の交流や、見守り合い、昔のような向こう三軒両隣の見守りあい関係、ちょっとした変化に気づけるような地域の支え合いが非常に大切になります。困ったときに支えあえるよう日頃から良い関係を築いておくことが重要です。また、市や社会福祉協議会で実施している活動も活用しながら、認知症予防に役立てましょう。

いきいき健幸教室



自分らしく、いきいきと「健康」で「幸せ」な生活を送るため、簡単な運動等を楽しみながら行います。
【毎月1回／市内14会場】



すこやか脳教室

もの忘れ予防のため、仲間と一緒に料理をつくったり楽しく脳を活性化する活動を行う教室です。
【週一回 1コース 8回】



ふれあい いきいきサロン

身近な地域で開催されるお茶のみ会を中心とした高齢者の集いの場です。【市内29会場】
甲州市社会福祉協議会 ☎ 44-2612



認知症に関わる皆さんをサポートする事業、施策、相談などをご紹介します。
お気軽にご相談ください。



事業・施策・相談	内容	お問い合わせ先
ものの忘れ相談	ものの忘れに関する相談	介護支援課 地域包括支援センター (高齢者支援担当) ☎ 32 - 5600
ほほえみオレンジチーム	早期診断・早期対応へ向けた支援	
徘徊 SOS ネットワーク	行方不明者の早期発見・保護	
認知症サポーター養成講座	認知症の理解や支える地域づくり	
四つ葉の会	認知症介護に携わる家族会	介護支援課 介護予防担当 ☎ 34 - 5434
オレンジカフェ	認知症の相談や学べる場	
すこやか脳教室	認知症予防に関する教室	
いきいき健幸教室	介護予防に関する教室	

☎ 早期発見が大切！
お気軽にご相談ください

**若年性認知症
コールセンター**

0800(100)2707

午前10時～午後3時
年末年始・日曜・祝日を除く

☎ ひとりで悩まないで、
なんでもご相談ください

**山梨県認知症
コールセンター**

055(222)7711

月曜日～金曜日 午後1時～5時

認知症施策紹介パンフレット

「認知症ケアパス」

認知症を予防したり相談できるサービスをまとめたパンフレット「認知症ケアパス」を昨年制作しました。市役所本庁舎、各支所でご希望の方に配布しています。また市ホームページでもご覧いただけます。



心の想いをノートに

「わたしの想いのノート」

あなたが大切にしたいことは何ですか・・・

「もっとこうして欲しいという希望があるかもしれない…」

「これでよかったのかなあ…」

「認知症になってもこれは大切にしたいということがあるのでは…」

今回の取材中、認知症の介護に携わる多くの皆さんから伺った声。介護する立場、される立場になっても「その人の本当に大切にしたいこと」を尊重したいという想いが込められていました。この想いを実現するため、市では現在「わたしの想いのノート」を制作しています。認知症になっても自分らしく笑顔で暮らすために本当に大切にしたいこと、して欲しいことをノートに綴ってみましょう。

interview
地域
インタビュー

March.2018

民生委員の日向さんに地域で認知症を支えることの大切さについて伺いました。

甲州市民生委員 児童委員連絡会

日向 正臣さん

高齢者の4人に1人が認知症またはその予備軍と言われています。認知症になられた方の見守りも重要ですが、認知症にならない方を増やす努力も必要です。その為には、地域・地区（自治会・組）近所との連携を図りその担い手を広げていく必要があります。

地域の人たちが「良き隣人」として、地域行事への積極的参加、「声かけ」「見守り」「気づき」を私たち民生委員と共に協力して推進していけることを願っております。





Happy smile photo gallery

認知症の方もそうでない方も、だれもが笑顔で年を重ねることができるまちを目指し、高齢者施策を全力で進めます。本特集の最後に、取材で出会った素敵な皆さんの明るい笑顔をご紹介します。

特集

やさしいひかり、

「認知症という病に、向き合う」



「認知症になっても、」

あなたの不機嫌も、苛立ちも、不安も、
表情や声色でわかります。

あなたの優しさも、笑顔も、思いやりも、
表現できなくても伝わっています。

出来ないことばかりでなく、
出来ることも、たくさんあります。

本人も、家族も、地域も

全ての人が「じぶんごと」になり
思いやりを持つことで、
笑顔で暮らせる未来が甲州市を彩ります。

4月から変わります

市民サービスのさらなる向上と市民の皆さんにわかりやすく、
利用しやすい窓口体制の構築や行財政改革の一層の推進、効率
的な行財政運営を図ることを目的に組織機構の見直しを行い、
課の体制を28課から26課に再編しました。

組織の変更点

- 市民課を「戸籍住民課」とし、「住民記録・戸籍担当」と「国保・年金担当」を配置します。
- 「市民生活課」を新設し、「市民生活担当」と「市民参画・協働担当」を配置します。
- 健康増進課の健康企画・医療担当を「健康企画・地域医療担当」とし、「保険事業担当」と「大藤診療所担当」を配置します。
- 収納課の管理担当と徴収担当を「収納担当」とします。
- 福祉課に「障害者相談支援担当」を新設します。
- 介護支援課の「訪問看護担当」を廃止します。
- 水道課を「上下水道課」とし、「簡易水道担当」を廃止し、「下水道担当」を配置します。
- 財務経営課を「財政課」とし、「行政経営担当」を廃止します。



■教育総務課に「学校教育担当」を新設し、「学校給食担当」を配置します。

■生涯学習課に「東京オリンピック対策担当」を新設します。

■都市整備課の下水道担当を「上下水道課」へ移管します。

■建設課の道路・河川維持担当を「道路維持・河川担当」とし、

住宅建築担当と用地管理担当を「住宅・用地管理担当」とします。

■産業振興課を「農林振興課」とし、「基盤整備担当」を配置します。

■観光交流課を「観光商工課」とし、企画・宣伝担当を「観光企画・宣伝担当」とし、「整備・管理担当」を廃止します。

「ワイン・商工振興室ワイン・商工担当」を新設します。

■管財課の契約担当と財産管理担当を「財産契約担当」と

「営繕管理担当」とします。

■勝沼支所と大和支所の地域振興担当と市民福祉担当をそれぞれ「市民福祉・地域担当」とします。

■国保年金課、農林土木課、学校給食センターを廃止します。

4月以降の各課のフロアガイドについては、市役所本庁舎総合案内、勝沼支所、大和支所、甲州市民文化会館窓口に用意しておりますので、ご利用ください。

◆お問い合わせ先

政策秘書課 政策調整担当

☎32・5064

生涯学習課が市役所本庁舎へ移ります

4月から、生涯学習課の社会教育担当、スポーツ振興担当、東京オリンピック対策担当の執務場所を甲州市民文化会館から市役所本庁舎2階へ移します。

☎生涯学習課 ☎32 - 5097

訪問看護ステーションは4月から 甲州市社会福祉協議会が運営します

☑甲州市訪問看護ステーションは、在宅医療の重要性が高まる昨今、多様化するニーズに迅速かつ柔軟に対応していくため、4月1日（日）から甲州市社会福祉協議会の訪問看護ステーションとして生まれ変わります。事務所の住所や電話番号等、現在のサービスの内容は変わりません。市では、利用者の皆様がこれまで通り、不便や不安なく、丁寧で手厚い訪問看護サービスが受けられるよう円滑な引継ぎ手続きを行うとともに、今後も多様化する訪問看護ニーズに対応できるよう事業者の支援に努めてまいります。

☎甲州市訪問看護ステーション
☎20・6011

大藤診療所からのお知らせ

☑大藤診療所及び出張診療所の4月からの診療体制については、次のとおりとなります。

◎大藤診療所 ☎月～金曜日 ☎午前8時30分～11時30分 午後1時30分～4時30分

※火曜日・木曜日・金曜日の午後は、往診及び一ノ瀬・

落合出張診療所での診療のため医師不在となります。必ずお電話でお問い合わせください。

◎一ノ瀬出張診療所 往診対応のため、大藤診療所にお問い合わせください。

◎落合出張診療所

☎毎月第3木曜日 ☎午後2時～3時

●3つの診療所の診療医 田中千絵 医師

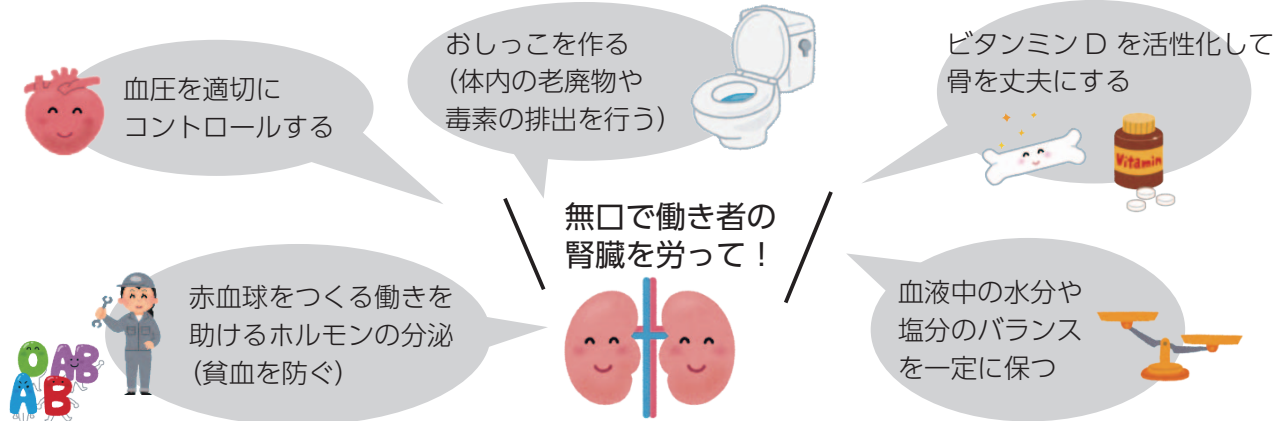
☎大藤診療所 ☎33・2649

腎臓のこと 知っていますか？

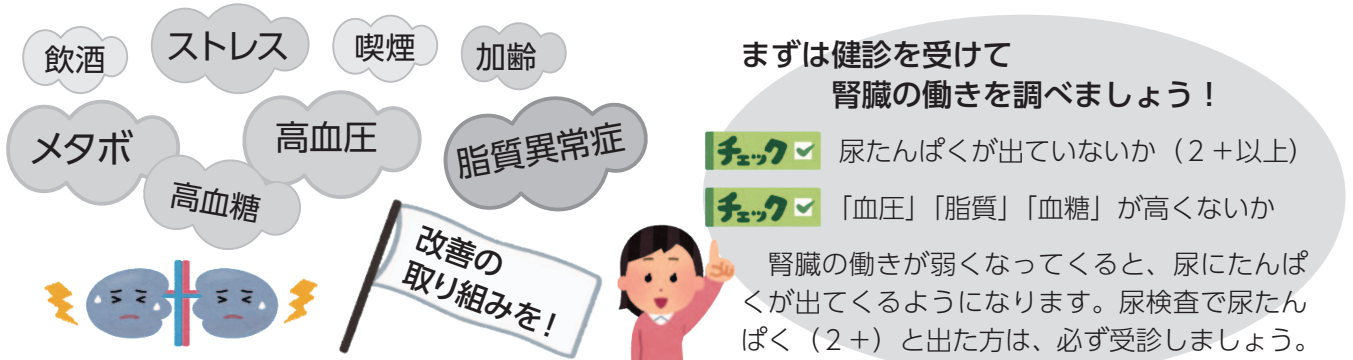


3月は世界腎臓デーです

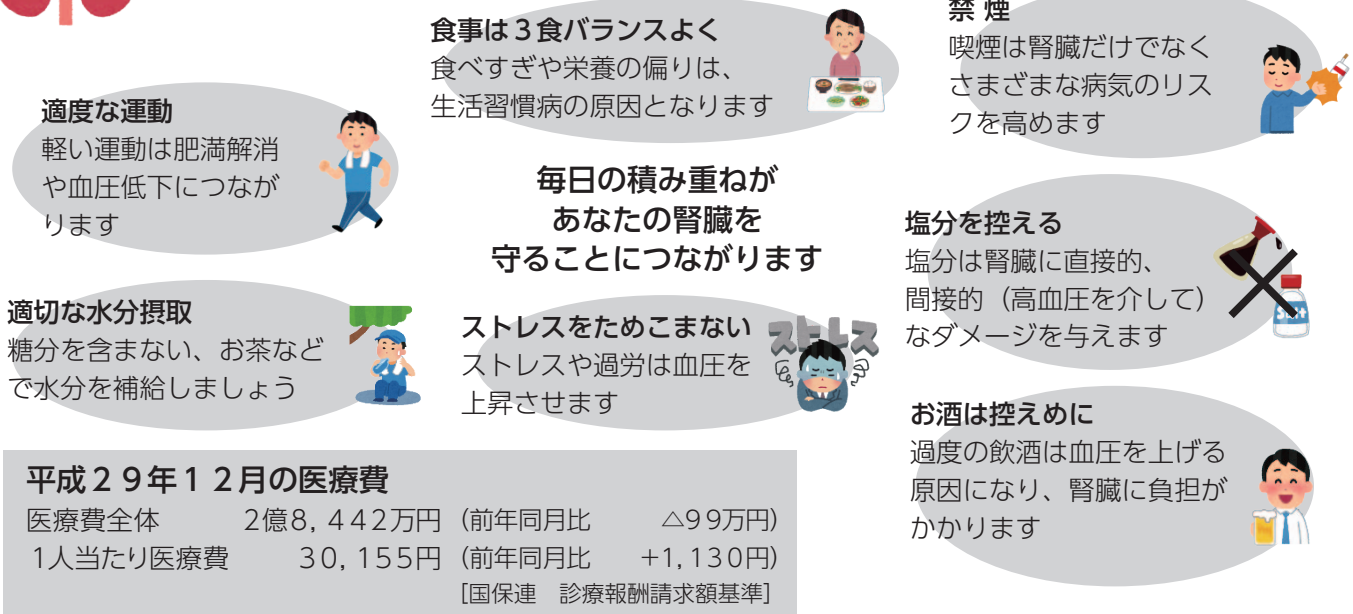
腎臓は生きていく上で欠かせない、とても重要な働きをしています



腎臓の働きを弱める原因にメタボや生活習慣病があります



腎臓を守るために、今できること！



平成29年12月の医療費

医療費全体	2億8,442万円	(前年同月比)	△99万円)
1人当たり医療費	30,155円	(前年同月比)	+1,130円)
[国保連 診療報酬請求額基準]			

4月から

どうして県と市町村と一緒に運営する必要があるの？

国民健康保険制度が変わります！

現在、国民健康保険は市町村ごとに運営されていますが、4月からは、県も市町村とともに国保運営を担うこととなります。

市町村国保は、勤務先の健康保険など他の医療保険に加入していない方が加入する医療保険です。これにより全ての方が医療保険に加入する国民皆保険制度が実現されています。しかし、市町村国保は勤務先の医療保険などと比べると、「高齢者の割合が高い」「加入者の所得水準が低い」といった構造的な問題を抱えています。そこで、市町村国保の財政を県単位に拡大することで、安定的な制度の運営を目指します。また、市町村事務の効率化・標準化・広域化を推進します。

何が変わるの？



○被保険者証（保険証）などの様式が変わります。

県も国保の保険者となるため、被保険者証（保険証）や限度額適用認定証などの様式が変わります。

○資格の取得・喪失は都道府県単位になります。

国保加入者が県内の他市町村へ住所を異動した場合、「山梨県の国保加入者」という資格が継続されます。ただし、他の都道府県へ住所が変わった場合には、国保の資格取得・喪失が生じます。（どちらの場合も、市町村へ転出・転入の届出は今までどおり必要です。）

○高額療養費の多数回該当が県単位で通算され、加入者への負担が軽減されます。

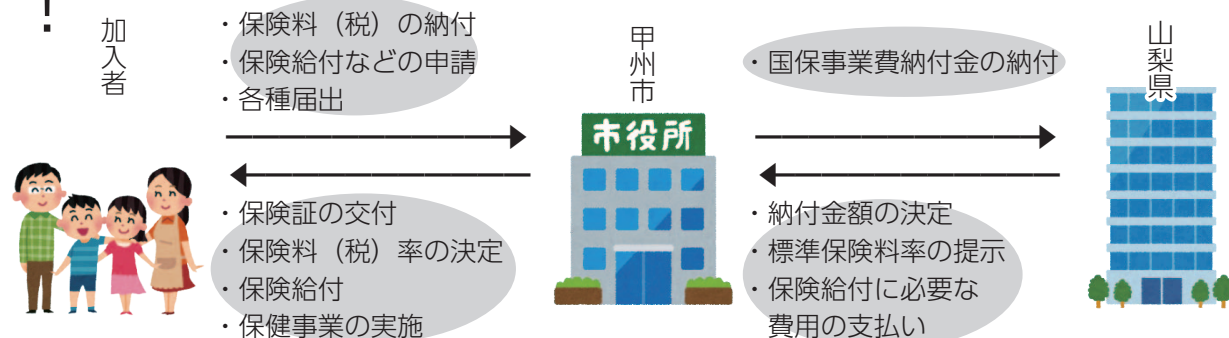
県内の他市町村への転出であれば、世帯の継続性が保たれている場合、高額療養費の多数回該当（*）が通算されるようになります。

*多数回該当とは、過去12ヶ月間で高額療養費の対象となった月数が4回以上となった場合、4月目から自己負担限度額が引き下げられる制度です。

加入者には

どんな影響があるの？ 国保の窓口は今までと変わりません！

財政運営の主体が山梨県に移るだけで、保険料（税）の納付先や各種申請手続きの窓口は引き続き甲州市が行います。



県と市町村の役割分担（4月以降）

○山梨県の主な役割	○甲州市の主な役割
国保運営の中心的な役割	加入者に身近なきめ細かい事業を引き続き実施
<ul style="list-style-type: none"> 市町村ごとの国保事業費納付金を決定 各市町村の標準保険料率を提示 給付に必要な費用を全額、市町村へ支払い 国保の統一的な運営方針を決定 	<ul style="list-style-type: none"> 加入者の資格管理（各種届出の受付、保険証の発行など） 保険料（税）の賦課、徴収 給付の決定、支払い 国保事業費納付金を県に納付 保健事業など、加入者の健康づくりのための事業を実施

◆お問い合わせ先 国保年金課 国保・年金担当 ☎ 32 - 5173

恵林寺を火災から守る 文化財防火デーに火災訓練

1月28日、文化財防火デーの一環として、恵林寺で建物火災を想定した消防演習を行いました。

演習には、塩山消防署や甲州市消防団松里分団、寺院関係者、地域住民など約200人が参加。地域住民による恵林寺の重要物品の搬出訓練、消防署と地元消防団が連携した一斉放水が行われ、参加者は貴重な文化財が火災で失われることがないように訓練に取り組んでいました。



県弁護士会と協定 法律相談で大規模災害を支援

1月15日、市と山梨県弁護士会は、大規模災害時における法律相談に関する協定を締結しました。

協定は、地震や風水害時などの大規模災害が発生した時に、市と弁護士会が協議したうえ、無料で法律相談を開く内容となっています。

締結後、田辺市長は、「いつ発生するかわからない大規模災害。被災者に寄り添い、迅速な復旧活動につなげてほしい」と話しました。



みんなわ 第11回男女で環になり 笑顔のフォーラム

2月3日、「樋口一葉から学ぶ男女共同参画」をテーマに開催した今回のフォーラムでは、女優の奥山眞佐子さんによる「一葉日記」の朗読を通じて一葉の魅力に触れるとともに、シンポジウムでは、山内幸雄さん（山梨学院大学教授）をコーディネーターとして、明治という時代的背景の中で、夢や理想をもって生きた樋口一葉の両親や一葉本人の生きざまから女性の自立など男女共同参画について考えました。



多くの老人クラブ会員が参加 第12回甲州市老人福祉大会

1月31日、甲州市社会福祉協議会は、第12回甲州市老人福祉大会を開催しました。

第1部では、永年老人クラブ活動に貢献された10人の方に表彰状が贈呈され、受賞者を代表して古屋文浩さんが「これからも地域のために頑張っていきたい」と話していました。

第2部では、舞踊や詩吟などの芸能発表が行われ、親睦を深めました。



世代を超えてともに学ぶ 生涯学習推進大会

2月17日、甲州市生涯学習市民協議会は、甲州市生涯学習推進大会を開催しました。子どもたちからの意見発表では、丹澤勇樹さん（祝小）、森永翔さん（塩山中）、土屋希望さん（松里中）があいさつや地域のつながりの大切さを発表、童謡フェスティバルでは、地区・自治公民館から14組が参加し、日ごろの公民館活動の一環である合唱を披露。また、童謡歌手の雨宮知子さんのコンサートが行われるなど、世代を超えて交流を深めました。



地域おこし協力隊活動報告と 甘草入りみそづくりワークショップ

2月10日、地域おこし協力隊の山田直孝さん（写真中央）が3年の任期を迎えるにあたり活動報告会と、甘草入りみそづくりのワークショップを開催。

山田さんは、市の甘草の里づくり事業に携わり、甘草の栽培や甲州市産甘草入りみそプロジェクト、フレーバーティーの商品開発についての取り組みを発表しました。隊員終了後はみそとフレーバーティーの販売に向け取り組むと気持ちを新たにしていました。



日本ワイン黎明期を支えた 甲州市と茨城県牛久市 両市をつなぐストーリーを日本遺産へ

甲州市と茨城県牛久市は2月1日、「日本ワインの歴史ロマン薫る風景 近代化と先人たちのワイン醸造140年」と題して、地域の有形・無形の文化財をストーリーに集約し地域振興やインバウンド観光を図る「日本遺産」の認定に向け、文化庁へ申請書を提出しました。

文化庁による書類審査などを経て、本年5月頃に認定の可否がわかる見込みです。同遺産の認定を目指すにあたり、有識者らで構成した「ワイン文化日本遺産認定推進協議会甲州市部会（部会長：田辺市長）」を設立、申請にともなう取り組みによって、相互のイベント参加が始まるなど、新たな交流が始まっており、今後も両市の交流を深めていくことなどを確認しました。



平和を願う 甲州市戦没者慰霊祭

2月14日、先の大戦で亡くなられた方々を追悼し平和を祈念する甲州市戦没者慰霊祭を行いました。

市内のご遺族や関係者が参列し、厳粛な雰囲気の中黙とう、献花などを行い、戦没者1,405柱の御霊の冥福を祈りました。また、若者を代表して、田邊一葉さん（塩山北中）が「戦争の悲しみを二度と起こさないように、平和を願う気持ちを"言葉"にして、ともに伝えていきましょう。」と訴えました。



くらしの 情報

マイナンバーカードを つくりませんか

- ☑ マイナンバーカードはこんなに便利！
- ① 公的な身分証明書として！
顔写真付きの公的な身分証明書として、
窓口開設等に利用できます。
 - ② マイナンバーの提示が1枚で！
年金や税などの手続きでマイナンバーを求められても、これ1枚提示すればOKです。
 - ③ コンビニで住民票等を取ることができます！
「住民票の写し」と「印鑑証明書」が、全国のコンビニ（セブンイレブン、ファミリーマート、ローソン）・市役所本庁のコピー機で、窓口と比べ100円お得に取得できます。
 - ※ 休日でも取得できます。
 - ④ カード搭載の電子証明書が便利！
e-Taxでの確定申告やマイナンバーで子育てサービスの申請などができます。
- 申請手続き
- ① マイナンバーカードの申請
市役所本庁舎、各支所、郵送、インターネット等で申請できます。
 - ② 約1ヶ月後、市から「交付通知書」（交付・電子証明書発行通知書兼照会書）が届きます。
 - ③ 市役所本庁舎でお受け取りください。（各支所では手続きできません。）

【完全予約制】 マイナンバーカード夜間受取窓口

毎週水曜日は午後7時まで受け取りができます（予約した方のみ）。希望日の前日午後5時までにご予約ください。

※ なりすまし防止のため、ご本人の来庁をお願いします。（代理人の受け取りが認められる場合は病气や入院・入所などに限られます。）

☑ 「交付通知書」・「通知カード」・「本人確認書類」2点（顔写真付の公的な身分証明書（運転免許証、パスポート等）及び健康保険証、年金手帳等）・「住民基本台帳カード」（お持ちの方のみ）

※ 代理人の場合、または15歳未満の方や成年後見制度を受けている方の場合は、前述の持ち物のほかにお持ちいただくものおよび手続きの方法が異なります。詳しくは市民課へお問い合わせください。

なお、「交付通知書」に記載された交付期限を過ぎる場合は、市民課へご連絡ください。（交付期間経過後ご連絡がない場合は、カードを破棄させていただきます。）

● 住基カードをお持ちの方は：

現在「住民基本台帳カード」をお持ちの方は、カード本体および電子証明書の有効期限をご確認ください。有効期限満了後、引き続き同様の機能の利用を希望される方は、「マイナンバーカード」への切り替えが必要です。

- ☎ 市民課 住民記録・戸籍担当
32・2111（内102・105）
- ☎ マイナンバー総合フリーダイヤル
0120・95・0178（無料）

引越等の際は 14日以内に届出を！

☑ 住所変更は、市役所での手続きが必要です。転入（市外からの引越）、転居（市内での引越）、転出（市外への引越）は、新しく住み始めてから14日以内に届出が必要です。（転出のみ、引越予定日の14日前から届出ができます。転出の届出の際に交付します「転出証明書」は、引越先の市区町村での転入手続きに必要です。）

時間外受付は行っていないので、市役所の開庁時間に手続きをお願いします。2月・4月は引越等の届出窓口が大変混雑します。届出の際には、関係窓口での手続きもありますので、事前の確認および時間に余裕をもって来庁をお願いします。なお、手続きができるのは、本人または同じ世帯の方に限られます。それ以外の方が手続きをする場合は委任状が必要です。

マイナンバーカード、住民基本台帳カードをお持ちの方は、転入・転出の手続き方法が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

▲ 市役所本庁舎

市民課／勝沼支所

☎ 午前8時30分～午後5時15分
※ 土・日曜日、祝日を除く

☑ 印鑑、運転免許証等の本人確認書類、国民健康保険被保険者証、年金手帳、住民基本台帳カード、通知カード、マイナンバーカード、印鑑登録証等の市から発行された各種証書類

※ なりすましによる住所変更を防止するため、窓口での本人確認書類の提示にご協力ください。

- ☎ 市民課 住民記録・戸籍担当
32・2111（内102・105）

甲州市立学校施設整備計画(案) に関するパブリックコメント募集

☑ 子ども達が、より良い環境で学習や生活ができるよう安心・安全な施設・設備の整備を進めていくことを目的に「甲州市立学校施設整備計画」（案）を作成しました。これに伴い、市民の皆さまに広くお知らせし、ご意見を募集します。

▲ 閲覧場所

市役所本庁舎 教育総務課／勝沼支所／大和支所／市ホームページ
募集期間 3月7日（水）まで
☎ 午前9時～午後5時（閲覧は各施設の開庁時間）

☎ ① 市内在住の方 ② 市内に通勤・通学している方 ③ 市内で事業または活動を行う法人や団体 ④ 市に対して納税義務がある個人、法人、団体 ⑤ 前項①～④のほか、計画に関して具体的な利害関係のある個人、法人、団体

● 提出方法 意見は任意の様式に、住所・氏名を記入し、郵便・FAX・メールまたは持参のいずれかの方法で提出してください。電話や口頭によるご意見はお受けしません。

● 提出先

- ① 郵送宛先
〒404・8501（住所不要）
甲州市教育委員会 教育総務課

② FAX 32・5172
教育総務課 教育総務担当
③ メール
kyouiku@city.koshu.lg.jp

④ 持参提出先 市役所本庁舎 教育
総務課 勝沼支所、大和支所
●その他 提出されたご意見は、市の
考え方とともに公表します。なお、
意見に対しての個別回答はしませ
ん。あらかじめご了承ください。
☎教育総務課 教育総務担当
32・1412

甲州市単独教員・子ども支援 スタッフ（学習支援講師）募集

市単独教員 若干名

▲勤務先 市内各小学校
☺勤務時間 週38時間45分（配属先
の学校によります）
●採用要件 小学校教員免許取得者
●その他 有給休暇（6ヶ月勤務す
ると、その後1年間で10日）、雇用、
公災、健康、厚生年金の保険等に
加入します。

子ども支援スタッフ
（学習支援講師） 若干名

▲勤務先 市内各小中学校
☺勤務時間 週20時間（配属先の学
校によります）
●採用要件 教員免許取得者（小学
校、中学校、高等学校教員免許い
ずれかを取得している方）
☎賃金 時給 1,200円
☎勤務開始月 4月
●申込方法
履歴書1通（証明写真を貼付）お
よび教員免許の写しを教育総務課
窓口へ持参してください。後日面
接を行います。

☎受付期間
3月1日（木）～23日（金）
☎教育総務課 教育総務担当
32・1412

学校司書（臨時職員）募集

●募集人員 1名
▲勤務先 塩山北中学校・松里中学
校の兼務
☺勤務時間 午前8時30分～午後5
時15分（通常）
☑学校図書館司書全般
☎資格 司書免許取得者
☎休日 土・日曜日、祝日・年末年始
☎賃金 日額 6,510円
賞与 年2回 ※通勤手当あり
●その他 有給休暇（6ヶ月勤務す
ると、その後1年間で10日）、雇用、
公災、健康、厚生年金の保険等に
加入します。
☎総務課 人事担当
32・2111（内225・226）

学校給食調理員（臨時職員）募集

●募集人員 1名
▲勤務先 学校給食センター
☺勤務時間
・通常 午前8時～午後4時45分
・早番 午前7時30分～午後4時15分
☑学校給食の調理全般
☎休日 土・日曜日、祝日、年末年始
☎賃金 日額（3月まで6,200
円）（4月から日額6,510円）
賞与 年2回 ※通勤手当あり
●その他 有給休暇（6ヶ月勤務す
ると、その後1年間で10日）、雇用、

公災、健康、厚生年金の保険等に
加入します。
☎総務課 人事担当
32・2111（内225・226）

勝沼中学校調理場調理員 （臨時職員）募集

●募集人員 1名
▲勤務先 勝沼中学校調理場
☺勤務時間 午前8時15分～午後5
時（通常）
☑勝沼中学校給食の調理全般
☎休日 土・日曜日、祝日、年末年始
☎賃金 日額（3月まで6,200
円）（4月から日額6,510円）
賞与 年2回 ※通勤手当あり
●その他 有給休暇（6ヶ月勤務す
ると、その後1年間で10日）、雇用、
公災、健康、厚生年金の保険等に
加入します。
☎総務課 人事担当
32・2111（内225・226）

シルバー人材センター会員募集 入会説明会 開催

☎3月9日（金）、4月13日（金）、
5月11日（金）、6月8日（金）、
7月13日（金）
☺各日午後1時30分～
▲シルバー人材センター 塩山事務
所（勤労青少年ホーム事務所内）
●主な仕事内容 除草、剪定、清掃
などの軽作業、農作業の手伝い、
家事手伝いなど
●概ね60歳以上で、健康で働く意欲
のある方
☎シルバー人材センター塩山事務所
32・4110

配食ボランティア（有償）募集

☑市では、調理が困難な高齢者の方々
へ介護食や病気の症状に合わせた
治療食を、定期的に届ける配食サー
ビスを行っています。新たにご協
力いただける方を募集します。

■主な活動内容
・自家用車を使用し、昼食の配達と
使用した食器の回収など
・月曜日～土曜日、午前11時頃～午
前12時30分頃の間で約8件、週1
～3回程度（サービスの利用者の
人数によって活動日数及び配達数
の変更になる場合があります。）
☎介護支援課 介護予防担当
34・5434

平成30年度交通災害共済に 加入しませんか

☑加入者が交通災害にあった場合に
被害の程度によって見舞金をお支
払いする相互救済の制度です。
☎掛金 ひとり年間 500円
☎共済期間 4月1日（日）（中途
加入の場合は、その翌日）～平成
31年3月31日（日）
※市内在住の方であれば、どなたで
も加入できますので、ご家族でご
加入をお待ちしています。
☎市役所本庁舎 市民課
市民生活担当
☎勝沼支所 32・5068
☎大和支所 32・1111
☎484・2111

☎：日付 ☺：時間 ▲：場所 ☎：料金 ☎：対象 ☑：内容 ☎：持ち物 ☎：休館 ☎：問合せ

はかりの検査を実施します

特定計量器（はかり）の定期検査は2年に1度行われます。取引・証明に使用するはかりは、『はかりの検査（定期検査）』を受けることが法律で義務付けられています。（検査を受けない場合は、罰金に処せられることがあります。）

※商店・観光農園等で商品の重量を計るはかり、調剤用のはかり、体重計などが対象です。

※検査シールのない「家庭用はかり」は、検査の対象外です。

※前回検査で受検をしなかった検査対象のはかりをお持ちの方はご連絡ください。

●勝沼地域
 ▲勝沼市民会館
 4月16日（月）～24日（火）
 ◎午前10時～午後3時
 ※水・土・日曜日は除く

●大和地域
 ▲大和ふるさと会館
 4月26日（木）
 ◎午前10時～午後3時
 ※全日程正午から午後1時までの時間を除く

●その他
 ・前回の検査を受けた方には、通知により検査日をお知らせします。お知らせした検査日に受検できない場合や、前回とはかりの状況が変わった場合はご連絡ください。

・250kg以上の大型はかりや、使用場所から動かすことが難しいはかりは、設置場所を受検すること

ができます。希望の場合はご連絡ください。

・移動可能な電気式はかりは、検査会場を受検することができます。

産業振興課 商工担当
 ☎32・2111（内284）

戦没者等のご遺族の皆様へ 特別弔慰金（第十回）の 請求はお済みですか

戦没者等の遺族の皆さんに対し、国として改めて弔慰の意を表するために、特別弔慰金を支給します。

支給対象者 平成27年4月1日において公務扶助料や遺族年金などを受ける方がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

戦没者等の死亡当時のご遺族で
 ①戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権者 ②戦没者等の子 ③戦没者等の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹 ※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

④前述①～③以外の戦没者等の3親等内の親族（甥、姪など）
 ※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

●請求期間 4月2日（月）まで
 ※期間を過ぎると特別弔慰金の請求ができなくなります。

●請求窓口 福祉課／勝沼支所／大

和支所

福祉課 地域福祉担当
 ☎32・5027

山梨県 国保課 援護給付担当
 ☎055・223・1454

平成30年度甲州市 福祉タクシー回数券の交付

障害者の行動範囲拡大と社会参加を促進するため、福祉タクシー回数乗車券を交付します。

市内在住の在宅の方で、自動車税・軽自動車税の減免ならびに、山梨県心身障害者自動車燃料費助成事業の助成を受けている方以外で、次の①～③のいずれかに該当する方です。

①身体障害者手帳1級または2級を所持している方 ②療育手帳の障害程度がAに該当している方 ③介護療養金の支給を受けている方に介護を受けている方で、所得税の非課税世帯の方

申請受付 3月19日（月）
 申請場所 市役所本庁舎 福祉課
 勝沼支所／大和支所

申請に必要なもの
 ・身体障害者手帳または療育手帳
 ・印鑑（認印可）
 ※お持ちでない場合は、受付できません。

※現在お持ちの手帳に自動車税減免を受けていた時の印がある場合は、申請前に必ず印の取消手続を済ませていただくようお願いいたします。

交付枚数と有効期間
 4月27日（金）までに申請いただいた場合、600円のタクシー回数券を24枚交付します。5月以降の申請は、1ヶ月経過することにより、2枚ずつ交付枚数が減少します。また、交付されるタクシー回数券は、4月1日（日）から平成31年3月31日（日）まで利用できます。

福祉課 障害福祉担当
 ☎32・5067 FAX 20・6167

高齢者を支援するサービス

甲州市らくらくお出かけサービス
 在宅高齢者の方で、身体状況等の理由により一般の交通機関を利用することが難しく、閉じこもりがちな高齢者の方の積極的な社会参加を促進するための外出支援を実施しています。

①～④をすべて満たす方
 ①市内に住所を有する65歳以上の高齢者の方 ②在宅で老衰、心身の障害、傷病等の理由により一般の交通機関（バス・電車）を利用できない方 ③市民税非課税世帯の方 ④甲州市福祉タクシー回数券の交付を受けていない（利用対象ではない）方

事業内容 730円のタクシー券を年間24枚を上限に交付します。交付枚数は、申請月によって異なります。

甲州市介護用品支給サービス
 在宅で寝たきり、または認知症の高齢者の方を対象に、紙おむつなどの介護用品を購入できる介護用品購入券を交付する事業を実施しています。

①～③をすべて満たす方

80歳以上の方

甲州市に住民票を有する方

介護保険被保険者の方

要介護1以上の方

申請期間 毎月1日～15日

①市内に住所を有する在宅で常時失禁状態の寝たきりまたは認知症高齢者の方 ②概ね毎月5千円以上の介護用品を必要とし、市民税が非課税世帯の方 ③要介護4以上の認定を受けた方

※施設入所者もしくは長期入院中の方は対象外となります。

※申請するには、直近の月の領収書（介護用品を5千円以上購入した際の領収書）を添付していただく必要があります。

■事業内容 2,500円の介護用品購入券を年間24枚を上限に交付します。

甲州市訪問理美容サービス

在宅高齢者のうち、身体状況により美容院または美容院に出向くことが困難である方に対して、在宅でも利用サービスが受けられるよう、訪問理美容券を交付する事業を実施しています。

■

①市内に住所を有する65歳以上の高齢者の方 ②在宅で老衰、心身の障害、傷病等の理由により臥床しているが、座位の保持に支障がある方 ③自ら美容院に出向くことが困難な方

■事業内容

一般的な散髪とし、パーマ等の髪型は除くものとします。3,000円分の訪問理美容券を年間6枚を上限に交付します。交付枚数は申請月によって異なります。また、訪問理美容サービスを受けた利用者は、訪問理美容券とは別に、利用料1,000円が必要となります。

■申請受付 4月2日（月）※これらのサービスの利用申請には、担当ケアマネジャーまたは地区担当保健師の意見を記入する必要があります。詳しくはお問い合わせください。

※現在サービスを利用されている方で、4月以降も対象となる方は、申請のご案内を通知いたします。

☎介護支援課 介護予防担当
34・5434

国民健康保険被保険者証を3月中に郵送します

☑現在お使いの被保険者証の有効期限は、3月末までです。そのため3月中に、4月からの被保険者証を、世帯主様あてに簡易書留郵便で郵送交付します。被保険者証は国民健康保険に加入している証明書です。大切に保管し、医療機関にかかるときは必ず窓口に提示してください。

●被保険者証ケースは同封しません。以前からのケースをご使用になるか、新しいケースが必要な場合は、国保年金課（1階2・1窓口）または勝沼・大和各支所の窓口で、必要に応じて取得していただくようお願いいたします。

●国民健康保険税に未納がある世帯は、被保険者証の代わりに短期被保険者証（※1）または資格証明書（※2）が交付されます。

※1 有効期限が1ヶ月や3ヶ月に区切られた被保険者証です。

※2 被保険者証の代わりに交付されるもので、医療機関を受診する

ときは、いったん医療費を全額自己負担するものです。国民健康保険負担分（保険給付分）は国保年金課へ支給申請することにより、後日払い戻しになります。

☎被保険者証に関するお問い合わせ
国保年金課 国保・年金担当

☎32・2111（内112・114）

☎納税に関するお問い合わせ
収納課 徴収担当

☎32・2111（内171・172）

☎国民健康保険税の算出に関するお問い合わせ
税務課 市民税担当

☎32・2111（内184・186）

国民年金届書への個人番号の利用について

☑国民年金の届出については、基礎年金番号を記載していただいておりますが、3月以降、様式が変更となり、マイナンバーを記載して提出していただくこともできます。

マイナンバーでのお届けの場合、窓口で番号法に基づく本人確認（番号確認及び身元（実在）確認）を行いますので、マイナンバーを確認できるものと、身分証明書を

ご持参ください。

なお、基礎年金番号による手続きも引き続き行えますので、届書等にはマイナンバーまたは基礎年金番号を記載いただきようお願いいたします。

☎国保年金課 国保・年金担当
32・2111（内114・113）

ボランティア相談窓口

☎3月20日（火）
☎午後1時30分～3時30分

☎ボランティア連絡協議会事務所
（市役所本庁舎 地下1階）

☎050・8002・5122
（開設日のみ）

☑ボランティアを始めたい方や依頼をしたい方などを対象に、相談窓口を開設します。また開設日に限り電話での相談も受け付けます。

☎甲州市社会福祉協議会
44・2612

無料・要予約 同じ障害を持つ相談員 ピアカウンセラーによる相談

●視覚 石原テル氏 ☎33・2489
●聴覚 遠藤養蔵氏 ☎33・9192
●肢体 羽村千鶴氏（肢体） ☎32・1224
中村安孝氏（脳原性） ☎44・2240

●知的障害児保護者 田中美津江氏 ☎32・3120

●知的 雨宮さつき氏 ☎32・0285

※相談日・時間帯について、また来所できない方についてもご相談ください。

☎福祉あんしん相談センター
32・0285 FAX 33・2307

無料・要予約 障害者生活支援相談

☎水曜日 ☎午後5時15分～7時
3月7日、14日、28日
☎土曜日 ☎午後1時～4時
3月3日、10日、17日、24日、31日
☎福祉あんしん相談センター
☎32・0285 FAX33・2307

障害者陶芸教室

☎3月13日(火) ☎午後1時～
■定員 10名程度
☎材料費 1000円
☎福祉あんしん相談センター
☎32・0285 FAX33・2307

要予約 「いのちの専門相談」

☎「精神科医師による相談」
☎3月14日(水)
☎午後2時30分～4時30分
●締切日 3月7日(水)
☎「臨床発達心理士による相談」
☎毎月第1・第3火曜日の午前中
☎福祉あんしん相談センター
☎32・0285 FAX33・2307

要予約・無料 合同相談

☎3月8日(木)
☎午後1時30分～3時
☎市役所本庁舎 2階 第1会議室
☎市内在住の方

☎行政、人権、家庭のことでお悩みの方は、この機会にご利用ください。
☎市民課 市民生活担当
☎32・5068

要予約・無料 勝沼・大和地域行政相談

☎3月16日(金)
☎午後1時30分～3時
☎大和ふるさと会館 2階 研修室3
☎市内在住の方
☎行政に関わることでお悩みの方は、この機会にぜひご利用ください。
☎市民課 市民生活担当
☎32・5068

要予約 無料法律相談

☎3月15日(木)
☎午後1時30分～4時30分
☎勝沼防災センター 1階 会議室
☎市内在住の方
●定員 6名(1名につき30分以内)
※3月5日(月) から予約を受け付けます。
※多くの方に相談機会を設けるため、回数を制限させていただく場合があります。
☎市民課 市民生活担当
☎32・5068

ごぞんじですか 「検察審査会」

☎検察審査会は、交通事故や詐欺、脅しなどの犯罪事件を検察官が起訴しなかったこと(不起訴処分)に不

満をもつ被害者などからの申立があった場合に、その不起訴処分が正しかったかを審査する機関です。審査申立などについてのご相談、または検察審査会について知りたい場合は、お問い合わせください。
☎甲府検察審査会(甲府地方裁判所3階)
☎055・2113・2548

平成30年度 市民農園(一葉やさい文学園) 利用者募集

☎農作業を通じて自然とふれ合い、おいしい野菜を作ってみたい方を募集しています。
☎使用料
・区画面積
4032㎡ 3,880円/年額
5,180円/年額

☎募集期間
3月1日(木)～22日(木)
●申込方法 産業振興課農地担当で申請用紙に記入し、お申し込みください。(印鑑をご持参ください)
※区画の空き状況等はお問い合わせください。
※1世帯1区画の使用とします。
※申請用紙は、市ホームページからダウンロードできます。
☎産業振興課 農地担当
☎32・2111(内285・286)

アメリカ合衆国エイムズ市中学生訪問団ホストファミリー募集

☎7月3日(火)～8日(日)
5泊6日(予定)
☎エイムズ市中学生訪問団および随行者 25名程度

☎訪問団員のホームステイの受け入れを行っていただき、国際交流委員の皆さんとともに、エイムズ市の方々と日本文化体験などを行います。
●申込方法 3月23日(金) までに事務局へご連絡ください。
☎甲州市国際交流委員会事務局
☎市民課 市民参画・協働担当
☎32・5583

無料 平成29年度 甲州市農業振興協議会講演会

☎3月16日(金) ☎午後1時30分～
☎JAフルーツ山梨本所 2階 会議室
●第1部 シヤインマスカット等の農産物市場における近年および今後の動向
●講師 福川祥広氏(東京青果株式会社 果実第1事業部 部長)
●第2部 山梨県におけるぶどう・ももの新品種と今後の開発状況
●講師 小林和司氏(山梨県果樹試験場 育種部 主任研究員・部長)
●定員 100名
※どなたでも自由に参加できます。
☎産業振興課 果樹農林担当
☎32・5092

塩山駅北、甘草屋敷ひな祭りフットパス

☎3月3日(土) ※雨天中止
☎午前8時30分～(受付)
午前9時～(開始)
☎甘草屋敷駐車場

☑ ひな祭りを見学し、千野の六地藏を巡り、旧「三塩トロッコ道」を歩いて当時の物資輸送を考えてみましょう。

● 7000円（保険代・ガイドブック代・入館料・お茶代）

● 定員 20名

☎ NPO法人甲州市観光ボランティアガイドの会

☎ 090・8891・3915

無料

武田家の聖地フットパスツアー
「武田家一族が信仰した史跡を巡る」

☎ 3月17日（土） ☎ 午前8時30分～

※小雨決行

☎ 市役所本庁舎（集合）

☎ 市役所本庁舎（バス乗車）→玉諸神社（これより徒歩）→延命院→下竹森のネズミ福應寺→慈雲寺→松泉寺→トロッコトンネル→慈徳院→塩山温泉郷→向嶽寺→菅田天神社→市役所本庁舎（約9.5km）

☎ 弁当・飲物・タオル・帽子・雨具・運動靴

● 定員 25名 ※先着順

● 締切日 3月14日（水）

☎ 観光交流課 交流イベント担当

☎ 32・10000

無料

歴史講演会 和歌刻書土器と古代豪族 三枝氏

☎ 3月17日（土）

☎ 午後1時30分～3時

☎ 甲州市民文化会館 2階 大会議室

● 講師 平川南氏（山梨県博物館館長、人間文化研究機構理事）
● 生涯学習課 公民館担当

☎ 32・1411

農泊・民泊の魅力を学ぶ
セミナー

☑ 農泊や民泊形態は農家民泊や民宿、空き室を利用した民泊など様々です。地域の魅力を深く知り、ファンになってもらう、定住につながるっていくことも期待できます。

「農泊・民泊」という言葉は聞くけど、よくわからない」「関心はあるけど難しいかな」と考えているあなた。このセミナーで学んでみませんか。

☎ 3月14日（水） ☎ 午後6時30分～

☎ 市役所本庁舎 2階 第1会議室

● 講師 佐々木文人氏（株ノットワールド代表取締役）

● 演題 「農泊・民泊の魅力を学ぶ」

● 産業振興課 果樹農林担当

☎ 32・5092 FAX 32・5174

☎ sangyou@city.koshu.lg.jp

無料

甘草の里づくりセミナー

☑ 5年間の甘草の里づくり事業を振り返り、今後の甘草の里づくりを活かすため、市民の皆さんを対象にセミナーを開催します。

☎ 3月22日（木） ☎ 午後7時～9時

☎ 甲州市民文化会館 3階 第2研修室

● 講師 吉岡達文氏（新日本製薬株式会社）

● 申込方法 電話、FAXまたは

☎ 申込方法 電話、FAXまたは

メールで住所、氏名、電話番号をご連絡ください。

● 産業振興課 商工担当

☎ 32・5092 FAX 32・5174

☎ sangyou@city.koshu.lg.jp

井尻堰遺跡の発掘現場の
見学会と近傍堰散策

☑ 松里史跡調査会では、市民提案型協働まちづくり事業の一環として、平成29年度「小屋敷堰・井尻堰遺跡の調査・修復・保存・啓蒙活動を中心とした地域活性化事業」を行っています。遺跡見学会を次のとおり開催します。

☎ 3月18日（日）

☎ 午前10時30分～正午

☎ 恵林寺西（岩波農園北）駐車場

※歩きやすい服装でご参加ください。

※事前申込不要、雨天順延。

☎ 松里史跡調査会代表

☎ 33・5540（土屋）

☎ 090・8780・4836

第1回公開研究発表会

恵林寺寺子屋 「宇宙と地球」

☑ 恵林寺寺子屋事業として、日本大学の大学生および大学院生による学術研究発表会が開催されます。

「宇宙と地球」をテーマとして、各々の専門分野において研究した成果を、社会の中で共有し、活かすことのできる『学び』としてまとめ、発表します。

☎ 3月7日（水）

☎ 午後1時～（開会）

☎ 乾徳山 恵林寺

● 興味のある方などなくても
● 後援 甲州市教育委員会
☎ 乾徳山 恵林寺 ☎ 33・3011

釈迦堂遺跡博物館だより

◎ 彩りのあかり展「暮らしの室礼」

☑ 展示室内がやさしく暖かな灯りで満たされます。灯りのおもてなしと癒しのひと時をお楽しみください。

☎ 3月11日（日）～4月16日（月）

☎ 釈迦堂遺跡博物館 企画展示室

◎ いにしえの丘

☑ 澄み切った夜景と、早春の夕べ、クラシック音楽の名曲をお楽しみください。

☎ 3月10日（土） ☎ 午後6時30分～

☎ 釈迦堂遺跡博物館 ロビー

● 出演 ヴァイオリン 牛山舞／ピアノ 岡村真美子／フルート 岡村孝子

※入館料が必要です。

☎ 釈迦堂遺跡博物館 ☎ 47・3333

市民教養講座

茶道教室

☎ 3月16日（金）

☎ 午後7時～8時30分

☎ 甲州市民文化会館 2階 和室

● 講師 前嶋芳美氏（表千家教授）

● 市内在住または在勤の方

☎ 500円（材料費）

● 定員 15名 ※先着順

☎ 生涯学習課 社会教育担当

☎ 32・5097

☎：日付 ：時間 ↑：場所 ☎：料金 ☎：対象 ☎：内容 ☎：持ち物 ☎：休館 ☎：問合せ

文化財課 イベント情報

第18回上条集落見学会

3月4日(日) 午前10時～正午
※少雨決行

福蔵院駐車場(集合)

無料(別途保険料2000円程度)
養蚕の隆盛を今に伝える茅葺切妻
造民家がまとまって保存されてい
る上条集落をゆっくりとご案内い
たします。

申込方法 3月2日(金) までに電
話またはFAXで、氏名・住所・電
話番号・生年月日をご連絡ください。

甘草屋敷「春の宴コンサート」

3月23日(金)
午後4時30分(開場)
午後5時(開演)

旧高野家住宅 甘草屋敷

無料(申込不要)
ひな飾りの華やか雰囲気と生田流
箏曲部が奏でる琴の優しい響きを
お届けします。

第13回歴史的風致散策

3月25日(日) ※少雨決行
午前9時～午後3時

ふどうの国文化館駐車場(集合)

勝沼町下岩崎1034番地1
無料(別途保険料2000円程度)
※昼食をご持参ください。

山梨大学生命環境学部観光まちづ
くり研究室との共同企画として、
勝沼の歴史的風致・文化的景観を
散策します。

申込方法 3月20日(火) までに電
話またはFAXで、氏名・住所・電

話番号・生年月日をご連絡ください。

国史跡・勝沼氏館跡展

3月27日(火)～4月22日(日)
午前9時～午後5時

甲州市民文化会館 歴史民俗資料 室(月曜休館)

国史跡・勝沼氏館跡の写真パネル
や出土遺物の展示を行い、最近の
調査成果についてもご紹介します。

国宝大善寺本堂で響く ヴァイオリンの音色コンサート

4月14日(土)
午後6時30分(開場)
午後7時(開演)

大善寺本堂

無料(別途拝観料5000円)
築700年余りの大善寺本堂で、
クラシックから気軽な楽曲などの
演奏会を開催します。

出演 武田舞子(ヴァイオリン)
／横林順子(ピアノ)

定員 80名 ※先着順

文化財課
32・5076 FAX 32・5172

無料・要申込

今年は「ミニオン」♪ 子ども映画会

3月18日(日) 午後1時30分
大和ふるさと会館 まほろばホール

市内在住、3歳以上の幼児から一
般まで(小学生未満は保護者同伴)

上映作品
「怪盗グルーのミニオン大脱走」

定員 165名(先着順)

締切日 3月14日(水)

大和ふるさと会館
48・2921

Gallery JR塩山駅南口 市民ギャラリー

作品展

3月5日(月)～4月1日(日)

塩山文化協会の華道部による作品を展
示いたします。

※展示内容・期間につきましては、変更にな
る場合もあります。

KOSHU NEWS こうしゅう

TRAIN SUITE 四季島 おもてなしに感謝状

1月26日、JR東日本は豪華寝台列車「TRAIN
SUITE 四季島」の乗客におもてなしをした「宮
光園」や「風林火山塩山太鼓保存会」、「甲陽
戦国隊」、「天招会」に感謝状を贈呈しました。



★キラ塾〈音楽科〉

・ピアノ・コントラバス
・ギター・ドラム
・ウクレレ・ベース

代表
三枝数也



甲州市塩山熊野282-4

♪無料体験できます♪

熊野神社近く

33-5150

有料広告

TRAIN SUITE 四季島 おもてなし団体募集!

豪華寝台列車 TRAIN SUITE 四季島のお客様が JR 東日本塩山
駅下車後、バスに乗車するまでの間「おもてなし」をしていた
だけの団体を募集します。

■実施期間 4月～11月(毎週土曜日の正午前後の30分)
※実施日程については、後日調整します。

■募集条件

団体であること／営利や営業目的の団体でないこと／甲州
市らしさをPRできる団体であること／その他、市がおも
てなしにふさわしいと認める団体

■募集期間 3月1日(木)～20日(火)

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆お問い合わせ先

観光交流課 企画・宣伝担当 ☎32・2111(内292)

障害年金 ご存じですか？

若いときに公的年金制度に加入し保険料を納め続けることで、病気やけがで生活や仕事制限されるようになった場合に、生活が不安定になることを防止する目的の制度です。

障害年金を受給できる可能性があるにもかかわらず、その請求を行っていない方がいるかもしれません。

1. 障害年金の種類

障害年金には、「障害基礎年金」と「障害厚生年金」があります。受け取る年金の種類は、障害の原因となった病気やけがで、初めて医師の診療を受けた日（初診日）の時点で加入している年金制度により異なります。

「障害基礎年金」：国民年金に加入していた場合

「障害厚生年金」：厚生年金に加入していた場合

※初診日に20歳前または60歳～65歳までの年金未加入期間中の方は、障害基礎年金が請求できます。

主な障害年金の対象となる病気やけが

- 外部疾患 眼、聴覚、肢体（手足など）の障害など
- 精神障害 統合失調症、うつ病、認知障害、てんかん、知的障害、発達障害など
- 内部疾患 呼吸器疾患、心疾患、腎疾患、肝疾患、血液・造血器疾患、糖尿病、がんなど

2. 受給要件

障害基礎年金・障害厚生年金を受けるためには、次の3つの要件をすべて満たしている必要があります。

- ①初診日に、年金に加入していること
初診日に年金に加入していることが必要です。

※初診日に20歳前または60歳～65歳までの年金未加入期間中の方は、障害基礎年金が請求できます。

- ②一定の障害の状態にあること

障害認定日（原則、初診日から1年6ヶ月を経過した日（※1）または65歳に達するまでに、一定の障害状態にあることが必要です。

（※1）初診日が20歳前の方は、20歳に達したとき（障害認定日が20歳以降のときは障害認定日）になります。

- ③一定の保険料を納付していること

初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と保険料免除期間を合算した期間が3分の2以上あること、または、直近の1年間に保険料の未納期間がないことが必要です。

3. 年金額

障害年金の額は、初診日の時点で加入していた年金や、障害の程度、配偶者の有無や子どもの人数などによって異なります。

- ①障害基礎年金

年間支給額は、1級障害は974,125円、2級障害は779,300円で、18歳到達年度末日の間にある子（または障害の状態にある20歳前の子）がいる場合は、その人数に応じて一定額が加算されます。

- ②障害厚生年金

年間支給額は、厚生年金加入期間の報酬額と加入期間で算出され、1級障害は報酬等に比例した年金額の1.25倍、2級、3級障害は報酬等に比例した年金額が支給されます。

また、1級障害、2級障害の障害厚生年金を受けられる方には、配偶者加算がされるほか、あわせて障害基礎年金も支給されます。

※障害者手帳の等級とは異なります。

※年金額は平成29年度の額です。

4. 請求手続き

障害年金を受け取るためには、本人または家族による年金請求手続きが必要です。

- ①「障害基礎年金」の請求手続き先
甲州市役所国保年金課または甲府年金事務所
- ②「障害厚生年金」の請求手続き先
甲府年金事務所

■お問い合わせ先

国保年金課 国保・年金担当

☎32 - 2111（内114・113）

甲府年金事務所

☎055 - 252 - 1431（代表）

児童センターイベント【無料】

●塩山南児童センター○

☑ベビーマッサージ

～マッサージしながら親子でゆっくり
肌のふれあいを楽しもう～

📅3月6日(火) ⌚午前10時30分～

📍塩山南児童センター

👤1歳未満の子と親

👜バスタオル

📞塩山南児童センター ☎33-7900

●東雲ふれあい親子館

☑ベビースキンケア講座

「お肌乾燥注意報!～保湿ケア～」

📅3月9日(金) ⌚午前10時30分～

📍東雲ふれあい親子館

👜バスタオル・筆記用具

📞東雲ふれあい親子館 ☎44-3723

●東雲ふれあい親子館

☑ベビーマッサージ

～マッサージしながら親子でゆっくり
肌のふれあいを楽しもう～

📅3月13日(火) ⌚午前10時30分～

📍東雲ふれあい親子館

👜バスタオル

📞東雲ふれあい親子館 ☎44-3723

子どもの食事 ワンポイント

～食事のバランスとれていますか?～

☑子ども達が毎日元気で過ごすためには、日々の「食事」が大切です。特に、育ち盛りの子どものにとってバランスが良い食事は健康的なからだを作る源です。「バランスが良い食事」とは、1食に「主食」、「主菜」、「副菜」の3つがそろえることが目安です。

「主食」 ごはん、パン、麺類

*働く力や体力になる



「主菜」 魚、肉、卵、大豆料理

*からだを作る



「副菜」 野菜、きのこ、海藻料理

*からだの調子を整える



図を参考に1日3食バランスの良い食事を心がけましょう。また、市では1食に何をどれだけ食べれば良いか「食事バランスと量」が簡単にわかる「塩山式手ばかり」を推進しています。

市ホームページ「食育情報」を参考にしてください。

📞健康増進課 健康づくり担当 ☎33-7812



4月18日まで開催 ひな飾りと桃の花まつり

2月11日、第16回甲州市えんざん桃源郷ひな飾りと桃の花まつりが開幕しました。

開催期間中は、歴史深いひな飾りや甲州市ならではの和紙で作った吊るし飾りなどを甘草屋敷、宮光園、武田信玄公宝物館など市内12ヶ所で見ることができます。

まつりの詳細は、市ホームページなどで紹介しています。



平成30年度 レックセンター 教養講座・クラブ 受講生募集!!

■受講資格 市内在住、または在勤の39歳以下の方ならどなたでも受講できます。

■料 金 無料(講座により材料費などは自己負担となります。)

■その他 受講の際は、利用者登録が必要です。

◇教養講座◇ 【開講時間】 午後7時～9時

曜日	講座名	講師	定員
火曜日	手編み講座	橋本 千代美	10人
水曜日	茶道(裏千家)講座	菊島 美恵子	15人
水曜日	華道(創美流)講座	市川 一窓	15人
木曜日	茶道(表千家)講座	北角 笑久恵	15人

◇クラブ◇ 【活動時間】 午後7時～9時

〈テニスコート〉

火曜日	軟式テニスクラブ
水曜日	硬式テニスクラブ
木曜日	硬式テニスクラブ
金曜日	硬式テニスクラブ

〈体育館〉

金曜日	バドミントンクラブ
-----	-----------

※上記以外の日は、一般開放しています。

◆お問い合わせ先

甲州市勤労青少年ホーム(レックセンター) ☎33-6955

産業振興課 商工担当 ☎32-2111(内284)



としょかん つうしん

図書館HP <http://www.lib-koshu.jp/>

★お問い合わせ先★

勝沼図書館	☎44 - 3746
塩山図書館	☎32 - 1505
大和図書館	☎48 - 2921
甘草屋敷子ども図書館	☎33 - 5926

◆マジックポッケ春のお話会

- 日時 3月4日(日) 午前10時30分～
- 場所 大和ふるさと会館 研修室2
- 内容 読み聞かせボランティア「マジックポッケ」のみなさんによる、幼児から小学校低学年の皆さんに贈る春の楽しいおはなし会です♪

◆勝沼人形劇団「ぶどうの実」公演

- 日時 3月25日(日) 午後2時～
- 場所 勝沼図書館
- 楽しくて、なんだか元気がわいてくる！そんなぶどうの実さんの、図書館だけのスペシャル公演です！

◆知的書評合戦ビブリオバトルⅠN塩山①⑥ ～発表本テーマ「食」～

- 日時 3月3日(土) 午後5時30分～
- 場所 塩山図書館

◆知的書評合戦ビブリオバトルⅠN塩山 小中学生大会③

- 日時 3月24日(土) 午前10時30分～
- 場所 甲州市民文化会館 ロビー
- 発表者対象 小学4年生から中学生 5名

★どちらの大会も当日の観戦は自由です。
時間までにお集まりください。

◆勝沼図書館：山梨の若手醸造家集団『アサンブラージュ』と語る山地ワインのタベ

- 日時 3月17日(土) 午後6時～8時
- 場所 勝沼図書館(参加申込みは勝沼図書館まで)
- 内容 今年で5年目となる、山梨の若手醸造家グループ『アサンブラージュ』の皆さんによる、試飲つきの講演会です。※試飲をされる方につきましては、お車でのご来館はお控えください。

◆平成30年度カムカムクラブ会員募集！

勝沼図書館『子ども読書クラブ・カムカムクラブ』の来期生を募集します。

- 募集対象 小学3年生・4年生(定員20名)
- 申込み 4月7日(土) 午前10時より電話にて受付開始。詳しくは勝沼図書館まで。



◆甘草屋敷子ども図書館第56回企画展・東日本大震災復興支援イベント⑥

『親子のための地震イツモノート』パネル展

- 会期 5月27日(日) まで、甘草屋敷子ども図書館にて開催中
- 協力 NPO法人プラス・アーツ 『親子のための地震イツモノート』ポプラ社
- 内容 「親子で考える防災」をテーマに展示を行っています。



運転免許証の記載事項の 変更は速やかに！

運転免許証の内容は、市役所への届け出
だけでは変わりません！

卒業、就職、入学や転勤
等で、本籍や住所等が変わ
る方は、必ず運転免許証も
記載事項の変更を申請して
ください。



○住所だけが変わる場合は、「住民票・健康保険証・公共機関等が発行した郵便物等で新しい住所がわかる物」のいずれかを提示して申請します。

○本籍や氏名が変わる場合は、「本籍が記載されている住民票抄本」を提出して申請します。(この場合、住民票抄本はお返しできません。)

○住所変更の手続きを忘れてしまうと、免許更新の連絡が届かなくなる可能性があります。確実に申請してください。

Information
日下部警察署
☎22-0110



みんなの
スマイル
smile*



じいじ、いつもいっぱい遊んで
くれてありがとう☆これから
も兄妹仲良くね（芦沢心くん、
優心ちゃん、政彦さん・赤尾）



いつも元気な澄玲ちゃん♡
元気に大きくなってね♡
（町田澄玲ちゃん・赤尾）

甲州市にあふれる
笑顔（スマイル）
大募集！



子どもから大人までどなた
でもOK！
ぜひ、記念に素敵なスマイル
を掲載してみませんか？



◆申し込み・お問い合わせ先 政策秘書課 秘書・広聴広報担当 ☎32-5063

広報こうしゅう

発行／平成30年3月1日
編集／甲州市役所 政策秘書課
秘書・広聴広報担当



■やまなしの印刷紙
この印刷紙には、山梨県有
林からの木材が使用されて
います。

マチを好きになるアプリ

※広報紙をスマートフォン
やタブレットで



集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料電話相談をご利用ください

B型肝炎訴訟（給付金請求） 無料電話相談

対象者 昭和16年7月2日～
昭和63年1月27日生まれ
給付金 50万円～
3,600万円
着手金・相談料 無料
成功報酬制
弁護士費用
※償還に応じて給付等の内容が異なります
※訴訟実費別途

（ご予約受付時間） ☎9:00～18:00 （完全予約制） ☎0120-013-621

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所
〒400-0001 山梨県甲府市東町1-1-1 東町ビル6-A（営業時間）平日9:00～18:00
TEL 03-5383-8333 FAX 03-5383-8334 E-mail: info@precious-law.jp
http://precious-law.jp/

凍結させないために…

- 野外の蛇口に、古毛布を巻くなど凍結防止策をしましょう。
- 朝方の冷え込みが厳しいときは、あらかじめ水道管の中の水を抜きましょう。

もし凍結したら…

- 凍結した所にタオルなどをかけ、ぬるま湯をゆっくりかけてください。

破損や漏水したときは…

- 甲州市指定水道工事業業者に修理依頼を！（事業者の一覧表は市ホームページをご覧ください）

◆お問い合わせ先
水道課 ☎32-2111（内192）

水道管を凍結
から守りましょう

有料広告

◆掛け時計多数展示！
◆電波時計・腕時計も
多数品揃え
◆補聴器も豊富に品揃え

営業時間
9:00～19:00

藤原時計店 山梨市一町田中1085-1
☎22-0701

有料広告

メガネ補聴器
宝飾時計
昭和堂
OPTICAL JEWELRY
WATCH & CLOCK

創業
90周年

昭和堂 塩山下於1541-1 10:00～19:00（水曜定休）
（塩山バイパス通り） ☎32-1325

介護スタッフ大募集

訪問介護：サービス提供責任者・ヘルパー
通所介護：介護職員・看護師
介護支援：介護支援専門員（ケアマネジャー）



あなたのやさしい手を仕事に活かしてみませんか？
施設見学・お仕事体験など随時受け付けております♪



株式会社 やさしい手 甲府

お問い合わせ：☎0553-44-4116 担当：中嶋



有料広告