

実り豊かな生活文化都市

2021
(令和3年)



広報

ちゅうおう

3

No.181

食べて、**学**ぼう
ふるさとの味!!



特集 財務書類の概要を公表します
特集 中央市の病気事情

田富小学校の給食の様子(詳細22ページ)

社会保障
財源化分は社会保障施策
に要した経費に充てられ
るものとされており、下
表の通り社会福祉、社会保
険、保健衛生に関する事業
に充当したことをお知らせ
します。



市の令和元年度一般会
計歳入歳出決算において、
地方消費税交付金歳入総
額(6億4,844万9千円)
のうち、社会保障財源化
分は2億3,832万8千
円でした。

【単位：千円】

事業名	経費	財源内訳					
		特定財源			一般財源		その他
		国 支 出 金	地 方 債	そ の 他	地方消費税交付金 (うち社会保障財源化分)	そ の 他	
社会福祉	老人保護措置事業	13,086	0	0	1,414	1,321	10,351
	在宅福祉・介護予防事業	974	125	0	0	96	753
	特別障害者手当等給付事業	10,853	8,140	0	0	307	2,406
	心身障害者手当等給付事業	25,692	0	0	2,700	2,603	20,389
	障害者自立支援給付費(介護給付費等)事業	420,398	105,100	0	0	35,692	279,606
	障害者自立支援給付費(補装具費)支給事業	10,460	2,615	0	0	888	6,957
	障害児通所給付費等事業	139,575	34,893	0	0	11,850	92,832
	地域生活支援事業	25,085	2,954	0	0	2,505	19,626
	私立保育所措置事業	524,496	30,764	0	0	55,890	437,842
	延長保育・病児保育事業	5,867	1,671	0	0	475	3,721
	実費徴収に係る補足給付事業	36	36	0	0	0	0
	障がい児保育対策事業	0	0	0	0	0	0
	一時預かり事業	81	81	0	0	0	0
	地域子育て支援拠点事業	7,234	5,719	0	0	171	1,344
	児童入所施設措置事業	0	0	0	0	0	0
	児童扶養手当支給事業	140,992	47,113	0	0	10,627	83,252
	ひとり親家庭支援事業	522	35	0	0	55	432
	児童手当支給事業	477,360	404,276	0	0	8,273	64,811
	準要保護児童就学援助事業(小学校)	12,905	531	0	2,800	1,084	8,490
	準要保護児童就学援助事業(中学校)	11,105	337	0	2,600	925	7,243
	生活保護費扶助事業	275,737	210,997	0	1,302	7,181	56,257
小計		2,102,458	855,387	0	10,816	139,943	1,096,312
社会保険	国民健康保険特別会計繰出事業	203,312	130,304	0	0	8,265	64,743
	介護保険特別会計繰出事業	255,091	10,794	0	0	27,654	216,643
	後期高齢者医療広域連合事業	234,080	0	0	0	26,498	207,582
	後期高齢者医療特別会計繰出事業	52,063	39,047	0	0	1,473	11,543
小計		744,546	180,145	0	0	63,890	500,511
保健衛生	重度心身障害者医療費助成事業	115,157	49,943	0	15,138	5,669	44,407
	障害者自立支援医療費給付事業	31,521	27,426	0	0	463	3,632
	ひとり親家庭医療費助成事業	18,973	9,283	0	407	1,051	8,232
	子ども医療費助成金支給事業	128,256	20,833	0	27,284	9,072	71,067
	養育医療費助成事業	742	533	0	209	0	0
	予防接種事業	59,860	1,385	0	0	6,619	51,856
	母子健診事業	21,422	1,202	0	0	2,289	17,931
	不妊治療費助成事業	4,067	0	0	1,700	268	2,099
	総合健診事業	34,986	428	0	200	3,889	30,469
	人間ドック事業	44,787	0	0	0	5,070	39,717
	保健推進事業	954	30	0	0	105	819
小計		460,725	111,063	0	44,938	34,495	270,229
合計		3,307,729	1,146,595	0	55,754	238,328	1,867,052

※地方消費税交付金(社会保障財源化分)は、各事業に要する一般財源の比率に応じて按分し、充当しています。

※事務費や事務職員の人件費などについては、地方消費税交付金(社会保障財源化分)を充てないこととされており、上記の表には含まれていません。

令和元年度決算 財務書類 の概要を公表します

総務省から示された財務書類作成に関する指針「統一的な基準」に基づき、財務書類を作成しましたのでお知らせします。

➡問合せ 財政課 ☎274-8513

「統一的な基準」って何？

地方公共団体の会計では、予算の適正な執行を重視するため「現金主義」が採用されてきましたが、「現金主義会計」は単式簿記で、その年の収入と支出の状況は明確でわかりやすい反面、今まで整備してきた建物や道路などの資産、それらを整備するために借り入れた地方債などの負債の状況を把握することが難しいという弱点がありました。

「統一的な基準」はこの弱点を補完するものとして「発生主義」を採用した地方公会計の整備を促進させるものです。

発生主義会計にすると何がわかるの？

「発生主義会計」は複式簿記であることから、現金支出を伴わないコスト（減価償却費や退職手当引当金など）や、資産・負債の状況が把握できるという特徴があります。また、「発生主義会計」により作成される財務書類は、貸借対照表（バランスシート）、行政コスト計算書、純資産変動計算書、資金収支計算書の4つの表で構成され、これら4つの表には相互関係があり、分析することで市全体の財務状況を把握することができます。

市では、平成29年4月から地方公会計を導入し、平成29年度決算から統一的な基準に基づく財務書類を作成・公表してきました。

今回公表するのは、一般会計に田富よし原処理センター事業特別会計を加えた令和元年度一般会計等財務書類です。

一般会計等財務書類

全体財務書類

連結財務書類



一般会計

特 田富よし原処理センター事業特別会計

特 国民健康保険特別会計

特 後期高齢者医療特別会計

特 介護保険特別会計

特 地域包括支援センター特別会計

公 上水道事業会計

※簡易水道事業特別会計、下水道事業特別会計、農業集落排水事業特別会計は対象外

三郡衛生組合

山梨西部広域環境組合

甲府地区広域行政事務組合

東八代広域行政事務組合

中央市農業振興公社

山梨県市町村総合事務組合

中央市社会福祉協議会

中巨摩地区広域事務組合

山梨県後期高齢者医療広域連合

※一般会計等財務書類に特別会計と上水道事業会計を加えた「全体財務書類」と、一部事務組合などの財務書類を連結させた「連結財務書類」は、今後市ホームページなどで公表を予定しています。

※簡易水道事業特別会計、下水道事業特別会計、農業集落排水事業特別会計は公営企業会計への移行のため、令和元年度は連結対象外としました。

一般会計等財務書類について 3つの視点から前年度と比較すると…

有形固定資産減価償却率

$$\left(= \frac{\text{減価償却累計額}}{\text{有形固定資産合計} + \text{減価償却累計額}} \right)$$

(土地などの非償却資産を除く)

58.9%

(前年度 62.2%)

保有している有形固定資産額と、償却資産の取得価額などに対する減価償却累計額との関係から、耐用年数に対して資産の取得からどの程度経過しているのかを全体として把握することができます。

学校給食センターや市庁舎の建設などにより、前年度より3.3%減少していますが、資産全体の約6割が償却済みであり、全体として老朽化が進んでいることがわかります。

資産形成度

将来世代に残る資産は
どのくらいあるか

市民一人あたりの総資産額

$$\left(= \frac{\text{資産合計}}{\text{人口}(\text{※})} \right)$$

177.8万円

(前年度 172.5万円)

貸借対照表上の資産額を市民一人あたりに置き換えると、177.8万円になりました。

学校給食センターや市庁舎の建設などの大型事業により、前年度と比較して5.3万円の増加となっています。

※令和2年1月1日現在の人口(3万1,010人)で算出

貸借対照表 (令和2年3月31日現在)

基準日現在の財政状態(資産と負債のバランス)を示したものです。

【資産の部】

固定資産	504億5,121万円
有形固定資産	461億6,155万円
事業用資産(庁舎・学校など)	230億4,958万円
インフラ資産(道路・河川など)	226億0,954万円
物品	5億0,243万円
無形固定資産	8,715万円
投資その他の資産	42億0,251万円
流動資産	46億9,583万円
現金預金	16億2,177万円
基金(財政調整基金・減債基金)	29億8,940万円
未収金など	8,466万円
資 産 合 計	551億4,704万円

【負債の部】

固定負債(償還期限が1年を超える債務)	165億6,134万円
地方債	158億6,149万円
退職手当引当金など	6億9,985万円
流動負債(償還期限が1年以内の債務)	13億4,868万円
1年以内償還予定地方債	12億0,675万円
賞与等引当金など	1億4,193万円
負 債 合 計	179億1,002万円
【純資産の部】	
純資産合計(資産と負債の差額)	372億3,702万円
負 債 ・ 純 資 産 合 計	551億4,704万円

純資産変動計算書 (平成31年4月1日～令和2年3月31日)

1年間で貸借対照表の純資産がどのように変動したかを示したものです。「本年度末純資産残高」が貸借対照表の「純資産」の金額に対応します。

前年度末純資産残高	362億4,085万円
本年度純資産変動額	9億9,617万円
純行政コスト(△)	△102億9,823万円
財源(税収など)	111億3,851万円
その他	1億5,589万円
本年度末純資産残高	372億3,702万円

持続可能性

どのくらい
借金があるのか

市民一人あたりの負債額

$$\left(= \frac{\text{負債合計}}{\text{人口(※)}} \right)$$

57.8万円

(前年度 55.2万円)

貸借対照表上の負債額を市民一人あたりに置き換えると、57.8万円になりました。

学校給食センターや市庁舎の建設など大型事業に係る合併特例事業債を発行したことにより、地方債の発行額が償還額を上回ったため、前年度と比較して2.6万円の増加となりました。

基 礎 的 財 政 収 支

$$\left(= \begin{array}{l} \text{業務活動収支} + \text{投資活動収支} \\ \text{(支払利息を除く)} \quad \text{(基金を除く)} \end{array} \right)$$

△7億4,340万円

(前年度 △22億2,100万円)

基礎的財政収支は、地方債などの元利償還額を除いた歳出と、地方債などの発行収入を除いた歳入とのバランスを示す指標で、財政の持続可能性を評価するため、政府全体の財政健全化の目標にも使われています。

学校給食センターや市庁舎などの公共施設整備を行ったため、業務活動収支の黒字分で投資活動収支の赤字分を補てんで、7億4,340万円の赤字となりました。



今回紹介した財務書類は、市民のみなさんにわかりやすくお伝えできるよう大まかな項目にまとめた「概要版」です。

詳細版は今後、市ホームページの財政課ページに掲載予定です。

U R L <https://www.city.chuo.yamanashi.jp/soshiki/zaisei/toututekinakijyuniyoruzaimusyorui/index.html>

世代公平性

将来世代と現世代との
負担の分担は適切か

将 来 世 代 負 担 比 率

$$\left(= \frac{\begin{array}{l} \text{地方債合計} \\ \text{(臨時財政対策債など特例地方債を除く)} \end{array}}{\text{有形・無形固定資産合計}} \right)$$

21.3%

(前年度 20.2%)

社会資本等形成に係る将来世代の負担がどの程度あるのかを把握することができます。

大型事業の進捗により多額な合併特例事業債を発行したため、前年度より1.1%上昇しました。今後も田富北小学校の建て替えや総合防災公園の建設など大型事業が予定されており、地方債残高は増加していく見込みのため、現世代と将来世代への負担バランスにも留意していく必要があります。

資金収支計算書 (平成31年4月1日～令和2年3月31日)

1年間の資金収支の状態(資金利用状況や資金獲得能力)を3つの収支区分で示したものです。

本年度末資金残高に本年度末歳計外現金残高を足した額が、貸借対照表の「現金預金」の金額に対応します。

前年度末資金残高	14億0,201万円
本年度資金収支額	2億0,571万円
業務活動収支	20億1,632万円
投資活動収支	△25億7,758万円
財務活動収支	7億6,697万円
本年度末資金残高	16億0,772万円
本年度末歳計外現金残高	1,405万円
本年度末現金預金残高	16億2,177万円

行政コスト計算書 (平成31年4月1日～令和2年3月31日)

資産形成につながらない行政サービスなどに1年間でかかった費用とその対価として得られた収入を示しています。「純行政コスト」の金額が、純資産変動計算書の「純行政コスト」の金額に対応します。

経常費用	115億1,241万円
業務費用(人件費や物件費など)	60億5,900万円
移転費用(社会保障給付など)	54億5,341万円
経常収益	13億0,516万円
純経常行政コスト	102億0,725万円
臨時損失(資産売却損など)	1億0,168万円
臨時利益(資産売却益など)	1,070万円
純行政コスト	102億9,823万円

中央市の 病気事情

→問合せ 保険課
☎ 274-8545



国民健康保険は、万一の病気やけがに備えて、加入者が保険税を負担し、医療費などに充てる社会保障制度です。そのため、医療費の増加はみなさんが納める保険税の引き上げの原因となります。

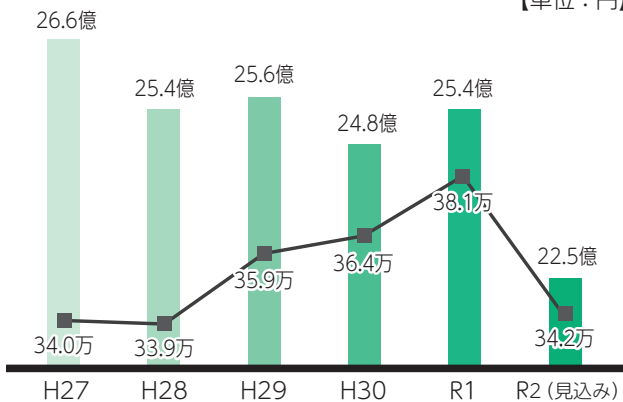
国民健康保険にかかる加入者一人あたりの年間医療費は令和元年度まで年々増加していましたが、令和2年度については約4万円の減少となる見込みです。これは、新型コロナウイルス感染症が拡大したため、通院を控えた人が多かったなど一時的な減少と考えられます。

▼国保疾病統計(令和2年5月分)

市民の医療の様子を推察することができ、診療報酬明細書(レセプト)。各年代でどのような疾病が多いのか、いくら医療費が使われているのかを知り、予防やその対策につなげましょう。

年間総医療費と一人あたりの年間医療費の推移

【単位：円】



乳幼児期

令和2年5月の診療分

0歳～4歳(被保険者数100人)
医療費総額62万2,630円/56件

【一人あたり】
6,226円

1位	皮膚及び皮下組織の疾患	26件	31万80円
2位	呼吸器系の疾患	12件	15万240円
3位	消化器系の疾患	5件	6万2,850円
4位	その他	4件	3万2,060円

★1位の多くは皮膚炎や湿疹で、2位の多くは喘息でした。



青年期

令和2年5月の診療分

20歳～29歳(被保険者数345人)
医療費総額164万1,220円/82件

【一人あたり】
4,757円

1位	筋骨格系及び結合組織の疾患	5件	34万7,700円
2位	消化器系の疾患	5件	33万3,610円
3位	精神及び行動の障害	10件	22万2,600円
4位	神経系の疾患	7件	17万8,970円

★20歳代から躁鬱病などの精神疾患や、てんかんなどの神経系の疾患が増加します。

30歳～39歳(被保険者数505人)
医療費総額566万7,930円/216件

【一人あたり】
1万1,224円

1位	精神及び行動の障害	42件	197万2,320円
2位	呼吸器系の疾患	21件	125万3,580円
3位	神経系の疾患	16件	59万3,120円
4位	消化器系の疾患	24件	37万2,750円

★30歳代は6年連続で統合失調症や躁鬱病などの精神疾患が1位です。



少年期

令和2年5月の診療分

5歳～9歳(被保険者数130人)
医療費総額60万2,870円/48件

【一人あたり】
4,637円

1位	呼吸器系の疾患	14件	17万1,410円
2位	その他	7件	14万3,340円
3位	皮膚及び皮下組織の疾患	11件	11万3,030円
4位	精神及び行動の障害	4件	6万460円

★1位の多くはアレルギー性鼻炎や喘息で、3位の多くは皮膚炎や湿疹でした。

10歳～19歳(被保険者数365人)
医療費総額122万5,350円/102件

【一人あたり】
3,357円

1位	呼吸器系の疾患	23件	23万5,520円
2位	皮膚及び皮下組織の疾患	20件	21万8,150円
3位	筋骨格系及び結合組織の疾患	4件	19万2,140円
4位	その他	13件	9万870円

★1位の多くはアレルギー性鼻炎や喘息で、2位の多くは皮膚炎や湿疹でした。



高齢期

令和2年5月の診療分

60歳～69歳(被保険者数2,108人) 【一人あたり】
医療費総額5,029万7,640円/1,559件 **2万3,860円**

1位	腎尿路生殖器系の疾患	79件	825万860円
2位	新生物(がん)	56件	742万7,960円
3位	循環器系の疾患	291件	620万6,710円
4位	内分泌、栄養及び代謝疾患	263件	557万2,300円

★1位は腎不全などです。また、60歳代は高血圧性疾患や糖尿病、脂質異常症で医療機関を受診する人が増加しています。

70歳～74歳(被保険者数1,606人) 【一人あたり】
医療費総額5,413万770円/1,506件 **3万3,705円**

1位	循環器系の疾患	321件	1,195万9,540円
2位	筋骨格系及び結合組織の疾患	228件	804万1,610円
3位	内分泌、栄養及び代謝疾患	240件	643万9,980円
4位	腎尿路生殖器系の疾患	73件	498万2,750円

★70歳代は高血圧性疾患や糖尿病、脂質異常症などの疾患が多くみられます。また、高齢期になると、関節症や脊椎障害などの筋骨格系及び結合組織の疾患が増加します。



中高年期

令和2年5月の診療分

40歳～49歳(被保険者数689人) 【一人あたり】
医療費総額1,343万9,050円/279件 **1万9,505円**

1位	精神及び行動の障害	54件	413万7,400円
2位	神経系の疾患	15件	256万5,490円
3位	循環器系の疾患	27件	183万7,810円
4位	呼吸器系の疾患	20件	127万8,440円

★40歳代は精神疾患が1位です。また、中高年期になると高血圧性疾患などの循環器系の疾患が目立つようになります。

50歳～59歳(被保険者数726人) 【一人あたり】
医療費総額1,966万8,620円/380件 **2万7,092円**

1位	筋骨格系及び結合組織の疾患	48件	507万1,370円
2位	精神及び行動の障害	42件	425万3,840円
3位	腎尿路生殖器系の疾患	17件	266万6,910円
4位	新生物(がん)	9件	197万2,950円

★1位は脊椎症や腰痛などです。また、50歳代から腎不全やがんなど、1件あたりの医療費が高額な疾患が増加しています。

国保疾病統計からわかったこと

▼令和2年5月の1か月間の医療費で見ると、1位「循環器系の疾患」、2位「筋骨格系及び結合組織の疾患」、3位「精神及び行動の障害」、4位「腎尿路生殖器系の疾患」、5位「新生物(がん)」の順となっています。また、一人あたりの医療費単価は「新生物(がん)」や「腎尿路生殖器系の疾患」が比較的高額です。

▼30歳代、40歳代、50歳代は精神疾患の割合が高く、特に入院が長期になると一人あたりの医療費が高額になります。自身のストレスサイン(不眠、憂鬱な気分が続くなど)に気付き、早めに対処することが大切です。

※市ではこころの健康相談を実施しています。詳細は10ページをご覧ください。

▼中高年期から高齢期にかけては、がん(新生物)、腎不全(腎尿路生殖器系の疾患)、高血圧性疾患・脳梗塞(循環器系の疾患)、糖尿病・脂質異常症(内分泌、栄養及び代謝疾患)の患者数が増加し、一人あたりの医療費が急激に増加しています。

▼タバコは多くの疾患を悪化させます。禁煙しましょう。

▼腎不全や透析は高額な医療費がかかる

と同時に生活に制限が出てくることから、病気になる人にとって大きな負担となります。予防可能な疾患である生活習慣病(高血圧症や糖尿病)への対策として、まず自身の健康状態や生活習慣を見つめ直すことが重要です。健康診断や人間ドックは、疾病の早期発見、早期治療につながるだけでなく、自分自身の生活習慣を再度チェックするきっかけにもなります。積極的に受診し、特定保健指導を利用しましょう。4月に各種健診希望調査を実施しますのでお申し込みください。また健康診断後、要精密検査や要治療と診断された人は早めに受診してください。

医療費の抑制にご協力を

安定的な国保財源確保のため下記のポイントに心がけてください。

- ✓ かかりつけ医を持ち、重複・頻回受診に気を付けましょう。
- ✓ 緊急の場合でなければ、時間内に受診しましょう。
- ✓ 後発医薬品(ジェネリック医薬品)の利用を検討してみましょう。
- ✓ お薬手帳を持ちましょう。

住民票、マイナンバーカードについてのお知らせ



引っ越しの際は住民票の異動を忘れずに

住民票は国民健康保険、国民年金、選挙人名簿など各種の登録や行政サービスにつながる大切な情報です。進学、就職、転勤などで引っ越しをする人は、住民票の異動も忘れずに行ってください。

▶中央市から他市区町村に転出する場合

転出前に市民環境課で転出の届け出を行い、「転出証明書」を受け取ってください。新住所に住み始めてから14日以内に新しい住所地の市区町村で「転入証明書」を添えて転入の手続きをしてください。

▶中央市内で転居する場合

新住所に住み始めてから14日以内に転居の届出を行ってください。



✓ マイナンバーカードも住所変更手続きが必要です

住所変更をしてもマイナンバー（個人番号）の変更はありませんが、マイナンバーカードへ新住所の追記が必要です。転入、転居時は住所変更した人のマイナンバーカードを持参してください。手続きをしないまま住所変更の異動日から90日を経過すると、マイナンバーカードは失効しますので、ご注意ください。

✓ マイナンバーカードの暗証番号は忘れずに

住所変更やコンビニ交付、e-Taxなどの利用の際には、マイナンバーカード交付時に設定した暗証番号（数字4桁と英数字6桁以上の2種類）が必要です。なお、暗証番号は入力を間違えると（数字4桁は3回、英数字6桁以上は5回）ロックされます。忘れた場合は、市民環境課で再設定（本人のみ）を行う必要がありますので、ご注意ください。



マイナンバーカードの有効期限の確認を！

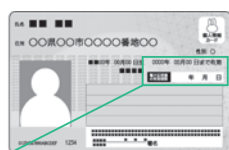
マイナンバーカードと電子証明書には有効期限があります。有効期限を過ぎたマイナンバーカードは、身分証明書として使用できなくなるほか、コンビニ交付やe-Taxなどの電子申請にも使用できなくなりますので、有効期限通知書が届いたら、更新の手続きを行ってください。

更新の手続きには次の2種類があります。どちらの手続きが必要なのか、有効期限通知書を確認してください。

▶マイナンバーカードの更新手続き

申請方法は下記のいずれかの方法で申請してください。

- ・スマートフォンで申請
- ・パソコンで申請
- ・証明写真機で申請
- ・郵送で申請



マイナンバーカード（見本）



①マイナンバーカードの有効期限
②電子証明書の有効期限

また、カードが交付されるまで1か月程度かかります。交付通知書（はがき）が届いたら、市民環境課に受け取りに来てください。

▶電子証明書の更新手続き

市民環境課に下記の書類を持参してください。更新手続きは有効期限の3か月前から可能です。また、更新後もカードはそのまま使用することができます。

持ち物

- ①有効期限通知書
- ②マイナンバーカード
- ③暗証番号の控え（カード交付時に設定したもの）
- ④照会書兼回答書
- ⑤代理人の身分証明書

※①④は対象者に郵送で送付されます。④⑤は代理人が更新手続きに来庁する場合のみ必要です。

※暗証番号を忘れてしまった場合は、再設定（本人のみ）することができます。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます

3月から一部の医療機関や薬局の窓口で、オンラインによる資格確認が開始されます。事前登録手続きを行えば、マイナンバーカードを健康保険証として利用できるようになります。

▶オンラインでの資格確認とは

医療機関や薬局などの窓口でマイナンバーカードを顔認証付きのカードリーダーにかざすことで、本人確認と資格確認を行います。

▶利用開始時期

3月から一部の医療機関や薬局で利用開始になります。また、令和5年3月末までには概ね全ての医療機関や薬局で利用可能になる予定です。

なお、カードリーダーが導入されていない医療機関や薬局では、これまで通り保険証が必要です。マイナンバーカードを保険証として利用できるように登録した場合でも、現在の保険証は従来通り

使用できます。またマイナンバーカードがなくても、これまで通り保険証を提示すれば受診することができます。

▶登録手続き

マイナンバーカードを保険証として利用するには、事前登録（初回登録）手続きが必要です。登録手続きは「マイナポータル」から行う方法とマイナポイント申し込み時の「マイナポイントアプリ」の最終画面から行う方法があります。

※パソコン（ICカードリーダーが必要）か、スマートフォン（マイナンバーカードの読み取りに対応した機種）からマイナポータルにアクセスできます。また、対応するパソコンやスマートフォンをお持ちでない人は、市役所に設置している端末から登録できます。登録にはマイナンバーカードと電子証明書用暗証番号（数字4桁）が必要です。

スマートフォンアプリで楽しく健康管理！

新型コロナウイルス感染症の拡大により、健康づくりのためにウォーキングやランニングを始めた人も多いと思います。そのような人たちに、ウォーキングやランニングのデータの記録や、地域のスポーツ情報を入手することができるスマートフォンアプリがあります。

このアプリは、昨年開催された全国の市町村が1か月間に歩いた距離や走った距離の累計を競い合うイベント「オクトーバーラン&ウォーク」などで使われたものです。

右記のQRコードからダウンロードして、健康管理にご活用ください。



▶ウォーキングアプリ

「SPORTS TOWN WALKER」



▶ランニングアプリ

「TATTA」



スマホアプリ「マチイロ」
広報ちゅうおうが毎月無
料で配信されます！



お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

善意をありがとう

新型コロナウイルス感染症予防に
役立ててほしいと寄贈していただき
ました。

鷹野 節子 様

子ども用マスク 60枚

お知らせ

有効期限間近！高齢者タクシー運
賃の助成について

新型コロナウイルス感染症に関する支
援として、昨年の10月末に対象者に送付
したタクシー券の有効期限が間近です。
期限が過ぎると使用できなくなるので、
ご注意ください。

有効期限 3月31日(水)まで

問合せ 地域包括支援センター

☎274-8558

「桃と桜のサイクリング2021」 の開催中止について

「桃と桜のサイクリング2021」は新
型コロナウイルス感染症の影響により、
昨年に引き続き中止します。

市民のみなさんにはご迷惑をおかけし
ますが、ご理解をお願いします。

問合せ 産業課 ☎274-8561

所得税および復興特別所得税の 確定申告の期間延長について

令和2年分の所得税および復興特別所得
税の確定申告と納付の期限が、3月15日(月)
から4月15日(木)に延長されました。

なお、中央市での申告相談は3月15日(月)
で終了しますのでご注意ください。

問合せ 税務課 ☎274-8546

3月の市民と市長の対話室

今月の市民と市長の対話室はお休みに
す。来月の予定は広報ちゅうおう4月号
でお知らせします。

問合せ 政策秘書課

☎274-8512

3月は自殺対策強化月間、 3月1日は「山梨いのちの日」です

3月は就職や転勤、転居など生活環境
が大きく変動する時期であり、自殺者数
が増加する傾向にあります。自殺の多く
は、さまざまな悩みや問題を一人で抱え
るうちに心理的に追い込まれていくこと

で起こるとされており、誰でも当事者にな
りうる身近な問題です。

誰かと話をすることで気持ちが楽に
なり、解決の糸口が見つかるかもしれま
せん。一人で悩まず、まずは相談から始め
てみませんか。

▼こころの健康相談

市では、毎月こころの健康相談会を実
施しています。「夜眠れない」「憂鬱な気分
が続く」などの心の病気が心配な人はご
相談ください。なお希望者が多い場合は、
医療にかかっている人を優先します。

カウンセラー面談(要予約)

3月22日(月) 午後1時～5時

保健師電話相談(予約不要)

3月1日(月) 午後1時～4時

こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570-064-556

よりそいホットライン

☎0120-279-338

↓相談・申込み・問合せ 健康増進課

☎274-8542

マイナンバーカードの休日・ 平日時間外交付について

個人番号カード交付通知書が届いた人
を対象に、休日や平日時間外も交付事務
を行っています。平日の開庁時間内に来
庁が困難な人は、ぜひご利用ください。

▼休日交付

日時 3月28日(日) 午前9時～正午

※来月は4月25日(日)を予定しています。

▼平日時間外交付(予約制)

日時 3月16日(火)

午後5時30分～7時30分

※30分ごとの時間帯(全4回)で予約する
ことができます。

定員 各回3人(先着)

申込期限 3月15日(月)まで

※マイナンバーカードの交付以外の手続
きは行いません。

申込み・問合せ 市民環境課

☎274-8541

軽自動車の各種手続きを忘れずに

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在
で軽自動車などを所有している人に課税
されます。

現在所有してなくても、廃車などの
手続きを行わないと課税されますので、
手続きを早めに行ってください。

▼市役所で手続きのできる車種

原動機付自転車(排気量125cc以
下)、農耕車、小型特殊車両

手続きに必要なもの

- ・印鑑
- ・ナンバープレート(廃車の場合)
- ・標識交付証明書(廃車の場合)
- ・販売証明書(購入の場合)
- ・所有者の廃車証明書(譲渡の場合)
- ・譲渡証明書(譲渡の場合)

名義変更の場合

同居の家族間に限り、ナンバープレ
ートを変更せずに名義変更を行うことがで
きます。

それ以外の人が使用する場合は旧所有者が廃車手続きをした後に、新所有者が取得手続きを行います。

▼市役所で手続きのできない車種

- ①四輪の軽自動車
- ②二輪の軽自動車（排気量125ccを超え250cc以下のバイク）
- ③二輪の小型自動車（排気量250ccを超えるバイク）

手続き場所

山梨県軽自動車検査協会：①②
（笛吹市石和町唐柏792-1）

050-3816-3121
山梨陸運支局：③
（笛吹市石和町唐柏1000-9）

050-5540-2039
問合せ 税務課 274-8546

後期高齢者医療制度および

国民健康保険の各種お知らせ

▼後期高齢者医療被保険者証は7月末まで使用できます

現在お持ちの後期高齢者医療被保険者証の有効期限は、7月31日までです。誤って破棄しないようご注意ください。保険料が完納されている人には、7月中旬に8月からの被保険者証を簡易書留郵便で郵送します。保険料を納め忘れていた人は、お早めに納付してください。

▼後期高齢者医療保険料の支払い方法

後期高齢者医療保険料は原則年金から天引き（特別徴収）されます。

2月に特別徴収された人は、令和3年

度の保険料（4月、6月、8月）は2月と同じ金額を年金から仮徴収されます。

また、令和2年度に75歳になった人や転入などの理由により、令和2年度の保険料を普通徴収（現金支払いもしくは口座振替）で納付した人も、4月から特別徴収に変更になる場合があります。新たに特別徴収になる人には、通知が届きますのでご確認ください。

なお、申し出により、特別徴収から普通徴収への変更もできますので、お問い合わせください。

▼国民健康保険被保険者証は7月末まで使用できます

現在お持ちの令和2年度国民健康保険被保険者証の有効期限は、7月31日までです。令和3年度から、70歳以上の人が対象の高齢受給者証と保険証の一体化を予定しているため、昨年までの有効期限と異なりますのでご注意ください。

※毎年配布していました「被保険者証ケース」は、令和3年度より配布しませんので継続してお使いください。新しいケースが必要な人は保険課でお渡しします。

▼任意継続保険に加入している人へ

会社を退職した後、引き続き任意継続保険に加入している人で、加入期間の終了などによって資格を喪失した人は、ほかの健康保険に加入する場合を除いて、国民健康保険に加入することになります。加入にあたってはご自身で手続きをする必要があります。

加入の届け出が遅れると、任意継続保険をやめた月までさかのぼって保険税を一括で納めなければならぬ場合もありますので、忘れずに手続きをしてください。

↓問合せ 保険課 274-8545

春の全国火災予防運動

「その火事を防ぐあなたに金メダル」
期間 3月1日（月）～7日（日）

春先は空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。暖房器具の消し忘れなど火の取り扱いには十分に注意しましょう。また、住宅火災を早期に見出し、被害を最小限に抑え火災から命を守るために「住宅用火災警報器」を設置しましょう。

↓問合せ 甲府地区消防本部予防課
222-11284

家出少年などの早期発見にご協力を

春休みの時期は、卒業、進学、就職などで生活環境が大きく変わり、少年が家出や深夜徘徊、薬物乱用などに走りやすくなります。また、出会い系サイトやコミュニティサイトなどを安易に利用して性的な被害を受けたりするなど、少年の福祉に害する犯罪の被害に遭うケースも少なくありません。

このため警察では、学校をはじめ関係機関との連携を図りながら、有害環境浄化活動や街頭補導などを一層強化し、少年の非行防止活動を推進しています。

少年の非行などを防止するためには、家庭で親子のコミュニケーションをとり、家庭が居場所であることを少年に実感させ、

こんな188っ！ 消費生活トラブル Q & A

消費生活消費者ホットライン188
イメージキャラクター イヤヤン

Q 頼んだ覚えのない商品が届いたらどうすればいい？

「以前注文を受けた健康食品を代引きで送る」と電話がかかってきたが、頼んだ覚えがない。商品が送られてきたら代金を支払わなければいけないのか。

A 注文していない商品を一方的に送り付ける行為は、「送り付け商法」という悪質商法です。支払い義務はありません。代引きなどでお金を支払ってしまうと金銭的な救済は困難です。宅配業者に事情を伝えて、持ち帰ってもらいましょう。「コロナで困っている」などと、強引な勧誘で魚介類を購入させられたという相談も増えています。購入するつもりや、注文した覚えがなければ「いいえ」ときっぱり断りましょう。

→問合せ 総務課 274-8511

将来への希望を見出させることが重要です。みなさんのご協力をお願いします。

↓問合せ 南甲府警察署生活安全課

☎ 243-0110

飲酒運転情報提供BOX

南甲府警察署では、悪質な飲酒運転を根絶するため、市民のみなさんから飲酒運転に関する情報を募集する「飲酒運転情報提供BOX」を公開しています。

左記のURLの南甲府警察署ホームページに、飲酒運転常習者や飲酒運転をして帰ることを知りながらドライバーにお酒を提供している飲食店などの情報を投稿してください。

メールフォームなので、24時間いつでも投稿が可能で匿名でも構いません。詳細はホームページをご覧ください。

URL <https://www.pref.yamanashi.jp/police/minami-kofu-ps/insu.html>

↓問合せ 南甲府警察署交通課

☎ 243-0110

甲府市給水区域(玉穂地区)の水道料金の口座割引サービスについて

甲府市給水区域(玉穂地区)の「口座振替早期納付時優遇割引制度(口座割引サービス)」(注)は3月の検針分で終了します。

(注)水道料金を口座振替または自動払込で支払った場合に、請求金額から1回(2か月分)につき110円(税込)

み)が割り引きされる制度

↓問合せ 甲府市上下水道局サービスセンター

☎ 228-3311

身近な民事トラブルは簡易裁判所で解決

簡易裁判所は「貸したお金を返して欲しい」「近隣の騒音がひどい」など日常生活におけるトラブルを取り扱った身近な裁判所です。

簡易裁判所ではトラブルの内容に応じて、左記の民事手続きをすることができ、手続きは、請求額やトラブルの内容によって異なります。

- ① 通常訴訟手続き
- ② 少額訴訟手続き
- ③ 民事調停手続き
- ④ 支払督促手続き

※手続きに関する説明も行っています。詳細は裁判所ホームページをご覧ください。どうかお問い合わせください。

URL <https://www.courts.go.jp/>

↓問合せ 甲府簡易裁判所

☎ 213-2537

相談

特設人権相談所

差別、虐待、いじめ、セクハラ・パワハラなどの人権問題について、人権擁護委員が相談に応じます。身近な人権問題でお困りの人は、お気軽にご相談ください。

日時 3月5日(金)午前10時～午後3時

場所 中央市役所

↓問合せ 総務課 ☎ 274-8511

3月の消費生活相談

身近な消費生活に関する相談・苦情について、消費生活相談員が相談に応じます。

日時 3月8日、15日、22日、29日

すべて月曜日

午前9時～正午、午後1時～5時

場所 総務課

※電話での相談も受け付けています。

↓相談・問合せ 総務課

☎ 274-8511

3月の行政相談

日時・場所

3月12日(金)午後1時30分～3時30分

玉穂総合会館

3月22日(月)午後1時30分～3時30分

大鳥居ふれあいプラザ

↓問合せ 総務課 ☎ 274-8511

無料弁護士相談(予約制)

相続、離婚、土地・建物、契約、金銭など法律上の問題について、弁護士が相談に応じます。

日時 3月26日(金) 午後1時～3時

場所 田富総合会館

対象・定員 市内在住の人 4人(先着)

申込期間 3月22日(月) 午前9時～

※初めて利用する人を優先します。

※相談前または相談中に、担当弁護士が

相談内容に対して利害関係にあることが判明した場合は、相談を中止することがあります。

※開催時間および定員は、施設の利用制限の状況により変更します。詳細はお問い合わせください。

↓申込み・問合せ 総務課

☎ 274-8511

造園、外構のお手入れの季節です

中央市商工会では、住まいの環境が少しでもより良くなるきっかけづくりのため、「住まいの相談室」事業を実施しています。相談内容の秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

対象 一般住宅、外構、店舗、工場など

※契約や施工について発生する一切の事項は、施工業者との取り決めに基づきます。

↓問合せ 中央市商工会「住まいの相談室」

☎ 273-4141

3月の事業者向け無料相談(予約制)

新型コロナウイルス感染症の影響も含めた経営相談全般に応じます。

日時 3月3日、10日、17日、24日、31日

すべて水曜日

午前9時～午後5時

※相談時間は1事業者あたり約1時間

場所 産業課

↓申込み・問合せ 産業課

☎ 274-8561

募 集

中央市会計年度任用職員募集

中央市の会計年度任用職員として勤務していただける人を募集しています。履歴書、資格などの写しを添えて各担当課へお申し込みください。

※詳細はお問い合わせください。

▼保育士

勤務場所 市内公立保育園

賃金

月額15万4,900円～16万6,200円、賞与年2回

福利厚生 社会保険、雇用保険、労災保険、厚生年金、通勤手当

休暇 有給休暇、夏季休暇、特別休暇

▼保育士(パート)

勤務場所 市内公立保育園

賃金 通常保育 時給983円
延長保育 時給1,083円

賞与年2回(週15・5時間超の場合)

福利厚生 雇用保険(週20時間以上勤務の場合)、社会保険(基準を満たす場合)、労災保険

合、労災保険

▼放課後児童クラブ支援員

勤務内容 児童の見守りや遊びの指導、施設の衛生管理、保護者の対応など

勤務場所 市内放課後児童クラブ

勤務時間 午後2時～6時30分

(平日のみ)

※長期休暇期間などは概ね8時間勤務

賃金 時給925円、賞与年2回

※所定の支援員研修を修了した人は、時給983円

福利厚生 社会保険、雇用保険、労災保険、通勤手当

休暇 有給休暇、夏季休暇、特別休暇

応募資格(次のいずれかに当てはまる人)

保育士資格、社会福祉士資格、幼稚園・小学校・中学校・高等学校の教諭となる資格、高等学校卒業者かつ2年以上の児童福祉事業に従事した経験のある人

※補助員も募集しています(資格不要、時給897円)。2年以上の勤務で放課後児童クラブ支援員の資格が取得できます。

▼児童館職員(月曜日のみ)

勤務内容 児童の健全育成と家庭養育などの指導

勤務場所 市内児童館

勤務時間 午前10時～午後6時30分

休憩60分

※月曜日が祝日の場合は翌日の火曜日が勤務日になります。

賃金 時給983円

福利厚生 労災保険、通勤手当

休暇 有給休暇、夏季休暇、特別休暇

応募資格(次のいずれかに当てはまる人)

保育士資格、社会福祉士資格、幼稚園・小学校・中学校・高等学校の教諭となる資格、高等学校卒業者かつ2年以上の児童福祉事業に従事した経験のある人

↓問合せ 子育て支援課

☎274-8557



環境のこと

市民環境課環境担当
☎274-8543

ごみの減量化にご協力ください！

家庭から出るごみは、収集・運搬や焼却・埋め立て処理など莫大な費用をかけて処分しています。また、燃えるごみとして出されたごみは焼却処理されるため、二酸化炭素などの温室効果ガスを排出し、それにより地球温暖化が進んでしまいます。ごみを減らすことは、生活環境の改善だけでなく地球そのもののためでもあります。

循環型社会形成推進基本法では、資源消費や環境負荷の少ない「循環型社会」の構築の目的から優先順位をリデュース、リユース、リサイクルとしており、中央市では、ごみの減量化と地球温暖化防止対策として3R「Reduce(リデュース)、Reuse(リユース)、Recycle(リサイクル)」を進めています。

Reduce (リデュース)	Reuse (リユース)	Recycle (リサイクル)
ごみになるものを減らしましょう	ものを繰り返し大事に使いましょう	もう一度資源として活用しましょう
- マイバック、マイ箸を使用する - 食品ロスを減らす - 簡易包装の製品を選ぶ	- 壊れたものは修理して使用する - リサイクルショップなどを活用する - 詰め替え製品を使用する	- 資源ごみの分別をする - 生ごみを堆肥化する - 再商品化された商品を使用する

▶まずは身近なことから改善していきましょう

- まだ使えるのに自転車を粗大ごみとして捨てた。
 - ➡ごみとして出す前に近所の人や中古買取店に相談してみましょう。
- 資源ごみとわかっていたが、手間だったので燃えるごみ・燃えないごみとして出した。
 - ➡大切な資源です。リサイクル推進のため分別して出しましょう。

※リサイクル対象品目は、中央市ホームページ「ごみの出し方・仕分け方」をご確認ください。

ぶらり散策 千本桜登山
くお山の神さんへ登ろうく

豊かな自然に触れ、春の息吹を満喫できる「千本桜登山」を開催します。

日時 4月3日(土) 午前9時～

定員 50人(先着)

参加料 1,000円(昼食、飲み物、保険代)

申込期間 3月1日(月)～30日(火)
午前9時～午後5時
(水曜日を除く)

イベント・教室

自衛官募集

募集種目 自衛官候補生(随時受付)

対象 18歳以上33歳未満の人

※応募資格、受付期間などの詳細は、お問い合わせください。

問合せ 自衛隊山梨地方協力本部巨摩募集案内所 ☎283-5150

▼玉穂B&G海洋センタープール監視員

勤務内容 遊泳者の安全管理、施設の衛生管理など

勤務場所 玉穂B&G海洋センター

勤務期間 5月1日(土)～8月20日(金)

※勤務の時間帯は月によって異なります。

賃金 時給897円

福利厚生 労災保険、通勤手当

定員 若干名

問合せ 生涯教育課 ☎274-8522

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

市民安心

各種お知らせ

危機管理課 ☎274-8519

▼災害協定を締結しました

中央市は山梨市と災害協定を締結しました。

この協定により、地震または水害などの自然災害が発生したとき、または発生するおそれがあり、市内の避難所への避難が困難になった場合に山梨市へ広域避難し、指定避難所などを利用することが出来ます。

▼中央市防犯ジョグパトに参加してみませんか？

新型コロナウイルス感染症の影響で、運動不足を解消するため新たにジョギングやウォーキングを習慣にされた人も多いのではないのでしょうか。

市ではジョギングやウォーキングをしながら、地域の見守り活動やパトロールをする「防犯ジョギング・ウォーキングパトロール」にご協力いただける人を募集しています。

日頃行っているジョギングやウォーキングなどにあわせて防犯パトロールを行うことで、地域の安全安心なまちづくりを推進することを目的としています。

対象 市内在住で活動の趣旨に賛同し、自己責任で継続的に協力いただける18歳以上の人

登録方法 申請書に必要事項を記入し、危機管理課・玉穂・豊富支所へ提出してください。登録時にパトロール証(反射材)を渡します。

※昨年度登録いただいている人は再登録不要

活動期間 登録した日から退会の手続きを行うまで

パトロールの注意点

・パトロール中はパトロール証を身に着けてください。パトロール証を身に着けた人がいることで、犯罪抑止につながります。

・犯罪を目撃したらすぐに110番！

・不審に思ったなら、近寄らないでまず観察をしてください。

・危険な行為や無理な行為はやめましょう。

・自分の身の安全を第一に考えましょう。

※保険などの加入については自己の判断と負担において行ってください。詳細はお問い合わせください。



申込方法 農業法人えべしホームページ、またはシルクふれんどりい窓口に設置されている申込書に必要事項を記入し、シルクふれんどりいへ持参するか、次のいずれかの方法で申し込み

①郵送 〒400-1513

中央市大鳥居1619-1

シルクふれんどりい

千本桜登山申込係

※当日消印有効ですが、先着順となりますので事前にご確認ください。

②メール farmer@epesti.com

③FAX 269-3006

↓問合せ シルクふれんどりい

☎269-2280

みかさこども園 2歳児ルーム「ピスチーナ」

親子で楽しむ遊びの広場です。入園前のお子さんもお母さんも友達づくりをしませんか。

年間日程・時間 5月～翌年2月

週1回コース(火、木曜日のいずれか)

午前10時～11時30分

費用 月額3,000円

説明会 3月16日(火) 午前10時～

※説明会では5月から開催する各種子育て支援活動の案内も行います。

※入会は年間を通して随時できます。詳細はお問い合わせください。

↓申込み・問合せ みかさこども園

☎273-6386

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

vol.168

り

男女共同参画委員会

おとう飯^{はん}を始めましょう！

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で在宅の時間が多くなっているお父さんはいませんか？今回は、誰でも簡単に美味しく料理ができるレシピを紹介します。この機会にぜひ“おとう飯”に挑戦して、家族団^{らん}楽を楽しみましょう！

▶チキンドリア

少なめのご飯とホワイトソースでカロリーは控えめでも、肉や野菜をのせて焼くのでおいしくてボリュームがあります。



作りかた

- ①鶏もも肉は小さめのそぎ切りにして塩(1)をふる。
- ②玉ねぎ、マッシュルームを薄切りにする。
- ③ブロッコリーを小房にわけて茹でる。
- ④鍋にバターを溶かし、①と②の玉ねぎをよく炒めた後、小麦粉をふり入れ牛乳を加えて手早く混ぜる。塩(2)を加えて焦げないように鍋底から混ぜながら②のマッシュルームを加え、とろみがついたら火を止める。
- ⑤ご飯に塩(3)と④を3分の1加えて混ぜる。
- ⑥耐熱皿に⑤を入れ、③と残りの④のをせ、粉チーズをふり、オーブンで焼き色が付くまで焼いて完成。

材料(4人分)

鶏もも肉……………160g
塩(1)……………1.2g
玉ねぎ……………120g
マッシュルーム……………80g
ブロッコリー……………100g

バター……………小さじ4
小麦粉……………小さじ4
牛乳……………2カップ
塩(2)……………小さじ1/3
ご飯……………600g
塩(3)……………小さじ1/3
粉チーズ……………小さじ4

エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量
438kcal	17.7g	9.9g	1.6g

※1人分の摂取量

ご意見・ご感想をお待ちしております

女性公学協会・企画部 ☎274-5523

入札執行日 令和3年1月25日

※金額に消費税は含まれません(単位:円)

工事・委託名	工事・委託場所	落札業者	落札金額	予定価格
中央市総合防災公園トイレ建築工事	布施地内	(株)ニューライフ総建	17,800,000	18,400,000
中央市玉穂ふるさとふれあい広場 トイレ洋式化工事	玉穂ふるさと ふれあい広場	(株)マルホ工業	1,610,000	1,710,000
中央市立田富杉の子児童館外4館 トイレ洋式化及び手洗い場設置工事	市立5児童館	(有)丸松	4,000,000	4,190,000
中央市豊富郷土資料館・与一弓道場 トイレ洋式化及び自動水栓改修工事	豊富郷土資料館・ 与一弓道場	(株)マルホ工業	3,154,000	3,320,000
中央市立玉穂生涯学習館トイレ洋式化及び 自動水栓改修工事	玉穂生涯学習館	(有)カワスミ	3,730,000	3,890,000
浅利川東部地区No4マンホールポンプ場 制御盤更新工事	関原地内	(株)メエップ	4,530,000	4,839,000
中央市立田富北小学校校内LAN 環境整備工事	中央市立 田富北小学校	(株)伸電工業	7,970,000	8,050,000
地域用水環境整備事業臼井阿原水路工事に 伴う配水管布設替工事詳細設計業務委託	西花輪地内	クヌギ建設コンサルタ ント(株)	3,100,000	3,320,000
中央市立小学校学習支援ソフト導入業務委託	中央市立小学校6校	(株)カルク	4,464,000	4,700,000
中央市立中学校学習支援ソフト導入業務委託	中央市立中学校2校	(株)カルク	1,872,000	2,000,000

入札執行日 令和3年2月2日

※金額に消費税は含まれません(単位:円)

工事・委託名	工事・委託場所	落札業者	落札金額	予定価格
災害用防災備蓄倉庫設置工事(豊富地内)	大鳥居地内	ラボ(有)	2,769,000	2,913,000
災害用防災備蓄倉庫設置工事(田富地内)	臼井阿原地内	大沼建設	2,420,000	2,535,000
中央市立豊富小学校新普通教室棟移転業務	中央市立豊富小学校	不調		2,550,000

入札執行日 令和3年2月2日(事後審査型条件付き一般競争入札)

※金額に消費税は含まれません(単位:円)

工事	工事場所	落札業者	落札金額	予定価格
市道田富玉穂大津線道路改良工事(4工区)	布施地内	(株)深沢組	57,500,000	59,840,000

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

※新型コロナウイルス感染症の影響で掲載内容に変更が生じる場合があります。変更があった場合は市ホームページやSNSなどでお知らせしますので詳細は各課へお問い合わせください。

がんばれ子育て

期間間近！予防接種をお忘れなく

子どもを感染症から守るために予防接種は非常に大切です。今年度の各予防接種の対象者で、まだ接種していない人は期限までに接種してください。接種期限を過ぎて接種した場合は、全額自己負担になりますのでご注意ください。

対象者には予防票を送付してあります。紛失した人は母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課にお越しください。

▼麻しん風しん混合2期

対象 年長児（平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ）

接種期限 3月31日（水）まで

▼2種混合

対象 小学校6年生（平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ）

接種期限 3月31日（水）まで

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

パパママ学級ウェルカムベビー②

※広報折込の「保健事業のお知らせ」もあわせてご確認ください。

日時 3月7日（日）午前9時45分～受付

午前10時～正午

内容 沐浴・スキンケアについて、妊婦

疑似体験、パパママ交流

※新型コロナウイルス感染症の状況によつては、オンラインで開催する場合もあります。詳細はお問い合わせください。

↓申込み・問合せ 健康増進課

☎274-8542

3月は児童扶養手当の支給月です

3月11日（木）に1月、2月分の児童扶養手当を受給者の口座に振り込みますので、通帳をご確認ください。

※「児童扶養手当」とは、ひとり親家庭などを対象に支給される手当です。詳細はお問い合わせください。

↓問合せ 子育て支援課

☎274-8557

健康ライフ

新成人のみなさんへ

成人のお祝いとして「ピロリ菌抗体検査無料クーポン券」を郵送しました。胃がんの約8割はピロリ菌が関係していると

言われています。今回は血液による抗体検査を助成します。クーポン券は次の方法で使用できます。ピロリ菌感染の有無を早期に見出し除菌することで、将来胃がんになる確率が低下します。将来への保険として、ぜひ活用ください。

①指定医療機関で検査する場合

指定医療機関に予約のうえ、クーポン券と保険証など本人確認できるものを持参して受検してください。指定医療機関はクーポン券裏面を参照してください。

②指定医療機関以外で検査する場合

医療機関でピロリ菌検査を受検した後、令和4年3月31日までに健康増進課に償還払いを申請してください。後日、指定口座に助成金（上限2,000円）を振り込みます。

※令和元年1月に成人を迎えた人のクーポン券の有効期限は3月31日（水）までとなります。

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

期間間近！高齢者肺炎球菌予防接種

対象

①令和3年3月31日に満65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の人

②接種日に60歳から64歳で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあるものとして厚生労働省令に定められる人（障害者手帳1級相当）

※対象①の人が助成を受けることができます。

る機会は今年度のみです。忘れずに接種しましょう。郵送してある予防票を紛失した人は健康増進課にお越しください。また、過去に肺炎球菌の予防接種を接種したことがある人は対象外です。

助成金額 5,000円

接種期限 3月31日（水）まで

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

各種健診の案内と希望調査

令和3年度の特定健診、人間ドック、がん検診などの健康診断の申し込みは、4月中旬に世帯に郵送される「各種健診（人間ドック含む）案内と希望調査」でお知らせします。年齢や加入医療保険によつて受けられる健診が異なりますので、案内を確認して令和3年4月30日（金）までに必ず返送してください。この調査票を返送しないと健診が受けられないのでご注意ください。

※希望調査が届かない場合は、締め切り前に必ずお問い合わせください。

▼人間ドック受診希望者へ

希望者は、4月30日（金）の締め切り前に必ず「各種健診案内と希望調査」を返送するか、健康増進課・玉穂・豊富支所の窓口で申し込みしてください。

※締め切り以降の申し込みは一切受け付けできませんのでご注意ください。

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

風しんの抗体検査および 予防接種はお済みですか

平成30年に30歳代から50歳代の男性を中心に風しんが流行したことを受け、令和3年度まで風しんの抗体検査および予防接種を無料で実施しています。

対象者で、まだ検査などを受検していない人は、クーポン券を活用して早めに受検しましょう。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

助成期限 令和4年2月まで(予定)

受検方法 クーポン券を利用して抗体検査を受け、十分な量の抗体がない人に対して、予防接種を実施します。

▼令和元年度、2年度に発行した風しんの抗体検査などのクーポン券の取り扱い

令和元年度、2年度に発行したクーポン券の有効期限は2月までですが、来年度も引き続き使用できることになりました。特別な手続きは必要ありませんので、お手元にあるクーポン券をそのまま医療機関などに持参して受検してください。

※クーポン券を紛失した人、または抗体検査などを希望する人でクーポン券をお持ちでない人は、健康増進課にお越しください。なお、昭和37年4月2日から昭和41年4月1日生まれの男性については4月中旬にクーポン券を郵送します。

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

充実ふくし

重度心身障害者(児)等 タクシー利用料金助成について

通常の交通機関の利用が困難な重度心身障がい者(児)などを対象に、タクシー利用料金の一部を助成しています。令和3年度のタクシー券の交付を希望する人は、福祉課・玉穂・豊富支所で申請してください。

対象

- ・身体障害者手帳交付者で肢体不自由および視覚障がいの等級が1級・2級の人、聴覚障がいの等級が2級の人、じん臓機能障がいの等級が1級の人、のうち人工透析を受けている人
- ・療育手帳の障がいの程度がA1・A2・A3の人
- ・精神障害者保健福祉手帳交付者で等級が1級・2級の人
- ・中央市寝たきり高齢者・認知症高齢者介護慰労金の支給を受けている人に介護されている人で、所得税非課税世帯の人

助成額 タクシー券を年間36枚(交付決定月から年度末3月までの月数×3枚)交付します。乗車1回につきタクシー券1枚710円までの助成を行います。

710円を超えた分は自己負担となります。

※社会福祉施設および介護保険施設の入所者、自動車税・軽自動車税の減免を受けている人、自動車燃料費助成を受けている人は対象となりませんので、ご注意ください。

↓問合せ 福祉課 ☎274-8544

いきいき倶楽部

まごころ学園 「背骨コンディショニング体験教室」

背骨のゆがみが身体に与える影響を学び、ゆがみを整える体操を体験します。

日時 3月16日(火)

午後1時30分～2時30分

場所 玉穂総合会館

講師 平田好美氏

対象・定員 まごころ学園生徒

30人(先着)

持ち物 飲み物、バスタオル、フェイスタオル、動きやすい服装

申込期限 3月12日(金)まで

※参加者は当日マスクを持参して着用してください。また、風邪の症状があるなど体調の悪い人は参加をご遠慮ください。

※会場までの移動は、送迎バスを運行します。利用を希望する場合は、申し込み時にお伝えください。また、停車場と停車時間はお問い合わせください。

※まごころ学園は65歳以上の市民であ

ば、どなたでも入会できます。入会の申し込みは、随時受け付けています。詳細はお問い合わせください。

↓申込み・問合せ 生涯教育課

☎274-8522

シルバー人材センター 会員募集

シルバー人材センターは、高齢者にふさわしい仕事を家庭や企業、公共団体から引き受け、高齢者に就業の機会を提供し、地域の発展に寄与することを目的としている公益的な団体です。

▼会員になるには(入会説明会)

日時 毎月第2・第4水曜日

午後1時30分～(祝日の場合は翌日)

場所 峡中広域シルバー人材センター

(甲斐市篠原2644-3)

対象 健康で働く意欲があり、原則60歳以上の中央市、甲斐市、昭和町に在住の人

持ち物 筆記用具

年会費 2,000円

※事前に電話で申し込みください。

▼仕事を依頼したいときは

- ・主な仕事内容
- ・草取り、草刈り、植木の剪定
- ・ふすま・障子・網戸の張り替え
- ・家事サービス
- ・清掃などの軽作業

※そのほかのことでも、お気軽にご相談ください。また、依頼は電話で申し込みください。

↓申込み・問合せ (公社)峡中広域シルバー人材センター ☎279-6626

手とて

「つながるひろがる支援の「輪」」



手話を覚えてみませんか？

手話とは、目で見て話す「言語」です。耳の聞こえる人が音声を使って会話するのと同じように、手話は手指や身体の動き、表情など視覚を使って会話する日本語や英語と同じ「言語」の一つと言えます。

聴覚障がい者は、耳が聞こえなかったり、声を出して話すことが難しいため、何かを伝えるときは目で見てわかる方法を使う必要があります。手話は、手の形や動きによってさまざまな意味を表すことができるため、聴覚障がい者にとって大切なコミュニケーションの輪を広げる役割をしています。

市では毎年、「手話奉仕員養成講座」を開催しています。興味がある人はぜひご参加ください。

※受講料は無料、テキスト代は実費

↓問合せ 福祉課

☎274-8544

みなさんの健康



コロナ禍の乳がん予防、検診、治療について

山梨大学医学部附属病院 第一外科 講師 井上慎吾

▼乳がん発症予防に努めましょう

平成29年から女性の乳がんの発症割合は10人を切り、9人に1人となりました。また、日本女性のがん死亡率は第5位ですが、40歳代から60歳代の死亡率だけで見ると第1位になります。

乳がんの発症が増加傾向にある原因は、女性の社会活動への参画だと考えられます。参画しても女性の出産や子育てに対する周囲の支援が十分でないため、結婚や妊娠、出産が遅れ、出産後すぐに断乳をして社会復帰をしなければならぬ状況にあります。これらのいくつかの要因は乳がんのリスクとなるので、社会全体で改善なくてはならない問題です。

また、アルコールや喫煙、閉経後の肥満（閉経前肥満など）もリスクを高める要因です。反対に運動は大腸がんをはじめ、何種類かのがんのリスクを減少させ、高血圧、高脂血症などの成人病発生を予防する効果もあります。新型コロナウイルス感染症の影響で

運動不足になった人は、体重増加に気を付けましょう。

▼乳がんを早期に見つけましょう

乳がんの早期発見で大事なことは、ブレストアウェアネス（自身の乳房の状態に日頃から関心を持つこと）と乳がん検診です。日本女性の乳がんになりやすい年齢は40歳代から60歳代なので、30歳代からご自身の乳房に関心を持ちましょう。

しかし、乳がん検診でも見つけられない乳がんや、検診の合間に急速に増大する乳がんもあります。コロナ禍でがん検診ができない場合もありますが、乳がんの半数の人は検診を受けず、しこりを自覚して受診します。検診で発見される乳がんの多くは早期乳がんであり、その後の経過も極めて良好になります。検診を受けなかった場合は、進行がんの場合があり、多岐にわたる治療が必要となります。ご自身の肉体・精神的衰弱、治療費の家計への圧迫、家族への負担が発生して

しまいます。また、せっかく治療を受けても、再発した場合には治癒する可能性は極めて低くなります。さらに新型コロナウイルスの感染が蔓延すれば、十分な診療が受けられない可能性もあります。

▼再発後の治療は厳しい場合があります

今までの治療で大きく変わった点は、再発した乳がんに対する薬剤が多く認可されたことです。これらの新しい薬剤によって延命効果が得られる可能性がありますが、再発すると完全に治すことは非常に困難です。従って、再発しないように早い段階で発見することです。

▼コロナ禍のがん予防で大切なこと

コロナ禍では、今まで以上に乳がん予防に努め、ご自身の乳房に関心を持ち、乳がん検診を受けることが重要です。

企画 一般財団法人 里仁会

お知らせ

相談

募集

イベント・教室

がんばれ子育て

健康ライフ

充実ふくし

いきいき倶楽部

1/19 (火)



栄冠を勝ち取って

～中央市役所～



激闘だった大会の様子を田中市長に報告しました

「第23回山梨県ジュニアバレーボール大会」において、中学女子で優勝した玉穂中学校と中学男子で優勝した田富中学校の生徒が、田中市長に優勝の報告を行いました。両校の代表者は、大会の様子や試合に対しての心持ち、優勝した時の喜びなどを語ってくれました。



優勝おめでとうございます！

右見て、左見て、安全確認練習中！

～田富第二保育園～

1/26 (火)



交通安全に関する問題に、みんなで答えます

幼い時から交通事故などから自分自身を守るため、年長児を対象にした室内交通安全教室が開催されました。

園児たちは、横断歩道を渡る練習をしたり、交通安全指導員が出題する問題にマルバツ形式で回答するなど、楽しく交通ルールを学んでいました。



ちゃんと安全確認できるかな？

1/31 (日)

火災を未然に防ぐため

～釜無川、笛吹川、鎌田川、浅利川、七覚川～



燃え広がらないようにパトロールをしながら作業します

中央市消防団では、空気が乾燥し火災が起こりやすいこの時期に、火災を未然に防ぐため河川敷の枯草焼却作業を実施しています。

団員たちは、民家に近い場所などもあるため慎重に作業を行いながら枯草を焼きました。



燃える危険がある場所を焼却していきます

f 身近なところから

～市役所周辺～

2/3 (水)



歩道には小さなごみがありました

みかさこども園の年長児が地域の環境美化のため、市役所周辺のごみ拾いを行いました。

この日はとても風が強く、園児たちの手に持つごみ袋があおられるほどでしたが、歩道や道路わきに落ちているごみや空き缶を友達と競争しながら拾いました。空っぽだったごみ袋がすぐにいっぱいになりました。



プラスチックのこんなごみも…

2月

鬼は外！福は内！

～市内各所～



田富第三保育園

ピンチ！鬼に追い詰められました

地球の公転の関係で立春が1日早くなったため、今年の節分は124年ぶりに2月2日となりました。市内各所でも、節分にまつわるイベントが開催されました。

田富第三保育園では、クラスごとにそれぞれ違った鬼のお面を手づくりし、節分を楽しみました。

玉穂西部児童館では、子どもたちが新聞紙で作った豆を鬼にぶつけ、友達と協力しながら鬼退治を行いました。また、中央市社会福祉協議会が運営するシルクの里デイサービスセンターでは、ボーリングのピンを鬼に見立てて利用者がボールを投げ、鬼を倒していました。



田富第三保育園

鬼のお面はこだわりの手づくり！



シルクの里デイサービスセンター

鬼をよ～く狙って♪



玉穂西部児童館

新聞紙でできた特製の豆で鬼退治！



玉穂西部児童館

みんなで鬼に立ち向かいます

2/5(金)

これまでに感謝！これからもよろしく！

～玉穂南小学校～



大きな声で感謝を伝えました

4年生の1/2成人式が授業参観の一環として行われました。

式では一人ひとりがステージに上がり、保護者に向けて感謝の気持ちを伝えた後、日頃言葉にできない想いを手紙にして親子で互いに読み合いました。また、担任の先生からのお祝いとして、児童一人ひとりの赤ちゃんとき現在の写真のスライド上映もあり、子どもたちの成長を振り返る感動の式になりました。



手紙を読みながら思わず涙が溢れます

刀の魅力に引き込まれる

～豊富郷土資料館～

2/6(土)



井上さんの体験を交えながらの講座に参加者は聞き入ります

歴史講座「刀の魅力」が開催され、市内外から16人が参加しました。

県内唯一の研ぎ師である井上弘さんが、自身の研ぎ師への道のり、刀の歴史や仕上がるまでの工程などをわかりやすく紹介しました。講座の最後には実際に刀を手に取り、刀の重みを感じる体験会が行われ、参加者は美しさと怖さをあわせ持つ刀の魅力に引き込まれていました。



初めて持つ刀の重さに驚き！



2/9 (火)

f 児童のアイデア給食に

～市内小中学校～



中央市の特産物「ナス・トウモロコシ・トマト」を使った給食

この日、田富小学校の6年生が市内の特産物を使って考えたレシピが、市内の小中学校の学校給食として提供されました。

レシピ作りは6年生の総合学習の一環で行われたもので、昨年の6月から試行錯誤して作られました。



とてもおいしかったよ！



希望の灯をつなぐ

～中央市役所～



聖火リレートーチは県内各地を巡回しています

東京2020オリンピック聖火リレートーチが中央市役所に展示され、期間中は多くの人たちが展示スペースを訪れました。

たくさんの夢や希望が詰まった聖火リレートーチを見た人たちは、改めて今年開催予定の東京2020オリンピックへの期待に胸を膨らませていました。

2/9 (火) ～14 (日)



トーチの色は美しい桜ゴールドです

2/14 (日)

仲間と笑い合う日常

～玉穂総合会館～



実際のピンを使ってボーリング♪

障がい者相談支援センター「穂のか」主催によるれんげ会が開催され、ボッチャとボーリング、茶話会が行われました。

茶話会では、「コロナ禍で普段運動不足になっており、身体を動かす良い機会になった」とゲームの感想が述べられました。また、日常の出来事などの近況報告も行われ、参加者にとってスポーツを通して交流を深める良い機会となりました。



競技中はみなさん真剣です！

中央市の新たな歴史が発覚！

～大鳥居宇山平遺跡～



畑の下から1,500年前の埴輪が出土しました

昨年12月から行われていた発掘調査により、王塚古墳の周囲には二重の溝が巡っていることが確認されました。また、埴輪の破片も出土しました。二重に巡る溝は、県内では今まで発見されたことがなく、とても貴重な事例です。

さらに、王塚古墳の近くに小さな古墳が発見されるなど、今回の調査により中央市の新たな歴史を知ることができました。

2/18 (木)



王塚古墳の手前に溝が確認できます

図書館だより

●玉穂生涯学習館 ☎230-7300

●田富図書館 ☎274-3311

開館時間 午前10時～正午

午後2時～4時

※土・日曜日、祝日は55分ごとの
入れ替え制(全4回)

●豊富図書館(分館) ☎269-4011

開館時間 午前10時～午後5時

※午後1時～2時を除く



ちよつと気になる本

児童(幼児くらいから)

しあわせなクレヨン

丸山陽子作 B.L出版



クレヨンは自分たちでどんな
絵をかいてもらえるのかワクワク。
でも、白いクレヨンだけは一
度も使われないまま…。やがて持
ち主の男の子が新しいクレヨン
をねだっているのを聞いて…。

児童(小学低学年くらいから)

すずめのうんどろぼうしつくります

西本鶏介作 黒井健絵 金の星社



庭で運動会の練習をしているす
ずめを見た帽子屋さんは、そのすず
めに運動帽子を作ってあげました。
丸くて小さな赤い帽子は、すずめの
頭にぴったりで…。優しい気持ちが
胸いっぱいになる絵本です。

児童(小学高学年くらいから)

トップラン

つげみさお作 森川泉絵 国土社



トップランは速く走れる魔法
の運動靴。その靴が欲しい航平
は、夏休みのがんばり次第で買っ
てもらえることに。さっそく早朝
のランニングに向かった航平を
待ち受けていたのは…。

一般

あしなが蜂と暮らした夏

甲斐信枝著 中央公論新社



著者が40年前に経験した、あし
なが蜂との思い出を綴った一冊。
あしなが蜂に魅せられ、観察をし
続けた著者だからこそ気付くこ
とのできた数々の発見に驚かさ
れます。

一般

ふきさんのアイデアおもちゃ大百科
ひらめいた！遊びのレシピ

佐藤路著 偕成社



手作りおもちゃのアイデアが
盛りだくさんの一冊。材料はどれ
も身近にあるものばかりで、難し
い工程ありません。家族みんな
でおうち時間を楽しみながら過
しませんか。

一般

「はやぶさ2」が舞い降りた日々
新喜・怒・哀・楽の宇宙日記

的川泰宣著 勉誠出版



3億kmの彼方にある小惑星
リュウグウへの宇宙探査ミッ
ションを成し遂げた「はやぶさ
2」。地球へ帰還するまでの6年
間の日々が綴られた、感動と共感
の宇宙日記です。

▼3月の図書館イベントについて

3月開催のおはなし会およびイベントは、
新型コロナウイルス感染症拡大の防止のため
中止します。詳細は各図書館に問い合わせる
か市立図書館ホームページをご覧ください。
URL <http://www.lib.city-chuo.ed.jp/>



市立図書館
ホームページは
こちら



今月の表紙

今月の表紙は田富小学校
の給食の様子(詳細22ペー
ジ)。この日の市内小中学校
の給食は、同校の6年生が
総合学習の一環で地域の食
材を使って考えたレシピか
ら作られたものです。

児童が試行錯誤の末に考
えた「ナスのハンバーグ」
「のりしおコーンポテト」
「トマトとたまねぎのコー
ンスープ」の3品を食べた
子どもたちからは、「とても
おいしかったー」と感想を
聞くことができました。

中央市の人口と世帯(令和3年2月1日現在)

住民基本台帳…30,964人(-5人)
男…15,407人(-22人) 女…15,557人(+17人)
世帯…13,503世帯(+13世帯) ()は前月比



歴史が真ん中

horo City's history

江戸時代～現代

history No. 11 ひなまつり

資料館でひなまつり。時を超えた想い感じて…。



豊富郷土資料館では2月16日(火)から4月4日(日)までの間、江戸時代から昭和にかけて飾られていた約170体の雛人形を展示しています。

桃の節句は、女の子の成長を祝う行事として行なわれていますが、もともとは、春先に里へ訪れる農耕の神様を迎えるために人々が心身を清める行事でした。始まりは、紙で作った人形を肌にくすりつけたり、息を吹きかけたりして穢れを移し、それを水に流す「形代流し」と呼ばれる禊でしたが、次第に無事に海まで行けるようにと、目鼻をつけ、着物を着せて帯を締め、今のような人形になったといわれています(「玉穂町誌」より)。

1年に一度勢揃いする資料館の雛人形の中には、約300年前に作られた享保雛(写真)など、現代の雛人形とは容姿が違う人形も展示されます。新旧の雛人形から歴史を感じてみてはいかがでしょうか。

体にやさしい ためして健幸レシピ

考案

中央市食生活改善
推進委員会(浅利)



旬のホタテを使った
ベビーホタテの
クリームチャウダー

作りかた

カルシウムを手軽に摂ることができる牛乳を使ったスープです

①鍋にオリーブオイル大さじ2を入れ、ベビーホタテをさつと炒めて皿に取り出す。

②同じ鍋にオリーブオイル大さじ1を入れ、玉ねぎを炒める。

③②にミックスベジタブルと牛乳を入れ、焦げないように混ぜながら中火で沸騰するまで煮る。

④鶏ガラスープの素と①を加え、2分程煮込んだら完成。

材料(4人分)

ベビーホタテ……………20個 牛乳……………600ml
玉ねぎ……………2個 鶏ガラスープの素…大さじ2
ミックスベジタブル…240g オリーブオイル…大さじ3

エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	食塩相当量
315kcal	14.5g	16.0g	28.1g	2.4g

※1人分の摂取量



●ベビーホタテは炒めすぎないように注意しましょう。

