

がんばれ子育て

9月は児童扶養手当の支給月です

9月11日(月)に、7月、8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。

↓問合せ 子育て支援課
☎274-8557

パパママ級 ウェルカムベビー①(申込制)

日時 10月19日(木)午後6時45分～受付午後7時～8時30分

場所 玉穂勤労健康管理センター

内容 菌の話、虫菌リスフ検査、食事の話、妊婦疑似体験、参加者交流など

対象 妊婦と夫

※9月の予定は、広報折込の「保健事業のお知らせ」をご覧ください。

↓申込み・問合せ 健康増進課
☎274-8542

就学時健診の実施について

令和6年4月に小学校へ就学を予定している児童の就学時健診を実施します。

日程 10月19日(木)

場所 玉穂総合会館

対象 平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれで、中央市に住所を有する日本国籍および市内の小中学校へ就学を希望する外国籍の児童

※対象児童の保護者には、別途通知します。

↓問合せ 教育総務課
☎274-8521

愛育まつり

コマづくりやおもちゃ釣り、ゲームコーナーなど、さまざまな遊びと交流の場を通して、楽しい時間を過ごしませんか。

日時 9月30日(土)午前10時～11時30分

場所 玉穂勤労健康管理センター

対象 市内在住の未就学児とその家族

持ち物 水分補給用の飲み物

↓問合せ 健康増進課
☎274-8542

子育てセミナー わくわくママクラス(申込制)

子育てをしていると、子どもが「してほしくない行動をとる場面」に遭遇します。そんなとき、つい感情的に怒ってしまつて後悔することはありませんか。ストレスを最小限にして子どもと上手に関わるポイントを学びましょう。託児つきなの

で、お子さん連れ参加も可能です。

日時 10月13日(金)、27日(金)、11月10日(金)、24日(金) 午前9時30分～受付午前10時～11時30分

※全4回のセミナーです。なるべく4回通じてご参加ください。

場所 子育て支援センター

内容 育児のヒント、子どものほめ方、ストレス解消のポイント、子どもの協力を増やす方法など

対象・定員 市内在住で幼児を養育している親 15人程度(先着)

持ち物 筆記用具、お子さんのお預かりに必要なもの(託児を利用する人のみ)

申込期限 10月6日(金)まで

↓申込み・問合せ 健康増進課
☎274-8542

小規模保育施設「ミモザ保育園」が開設されます

0歳児から2歳児を対象とした小規模保育施設「ミモザ保育園」が下河東地区内に開設される予定です。

開設に伴い、入園を希望する保護者を対象に、申請書類の配布および受け付けを行います。

開設日 11月1日(水)

申請書配布日 9月1日(金)～

受付期間 9月25日(月)～29日(金)

※詳細はお問い合わせください。

↓問合せ 子育て支援課
☎274-8557

まみい・キッズこども園 新規入園について

令和6年4月に入園を希望されるご家庭を対象に、入園に関する説明会および見学会を開催します。お子さんと一緒に、お気軽にお越しください。

日時 9月14日(木)午前9時30分～受付午前10時～ 入園説明会 午前10時30分～ 園内見学会

場所 まみい・キッズこども園

※説明会への参加には、申し込みが必要です。電話またはメールで、保護者名、入園希望児名、年齢をお伝えください。

↓申込み・問合せ まみい・キッズこども園
☎273-3522

みかさこども園からのお知らせ

▼令和6年度園児募集
対象 3歳児(令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ)
募集要項配布 9月29日(金)～
願書受付 11月1日(水)午前10時～正午
※保育時間、延長保育などの詳細はお問い合わせください。

▼令和6年度入園説明会および園内見学会
令和6年度に入園を希望される保護者を対象に、説明会および園内見学会を開催します。親子で気軽にお越しください。

日時 9月29日(金)、30日(土)
午前10時～ 園庭あそび、園内見学 午前10時30分～ 入園説明会

※感染症の流行など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。詳細は各課へお問い合わせください。

場所 みかさこども園

※詳細はお問い合わせください。

▼母と子と赤ちゃんのリトミック教室

園の広いホールでお子さんの輝いた笑顔を見ませんか。子育ての悩みも一緒に考えます。

日時 9月1日(金)、15日(金)

0歳児 午前10時30分～

1歳～3歳児 午前11時～

※毎月2回、金曜日開催予定

対象・定員 6か月頃～3歳児 20組

参加料 初回のみ800円

(年間傷害保険料)

▼2歳児ルームピスチーナ

入園前の子どもとお母さんが一緒に楽しむ遊びの広場です。

日程 毎週火・木曜日

↓申込み・問合せ みかさこども園

☎273-6386

健康ライフ

新型コロナウイルス 令和5年秋開始接種について

9月20日(水)から新型コロナウイルスの秋開始接種が始まります。詳細は市ホームページでお知らせします。

接種期間 9月20日(水)～令和6年3月末

対象 初回接種を完了した人

※生後6か月から11歳までの子どもは、申請が必要です。

予約方法 市ホームページからWEB

予約または中央市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター(☎274-8588)に電話で予約

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

高齢者インフルエンザ予防接種

10月1日より高齢者インフルエンザの予防接種を開始します。

対象

①接種日に65歳以上の人
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をす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の人には、予診票を9月下旬から郵送します。対象②の人で接種希望者には予診票を発行します。健康増進課、玉穂・豊富支所へ障害者手帳または医師の意見書を持参し、申請をしてください。

接種期限 令和6年1月31日(水)まで

助成金額 2,000円

接種方法 医療機関に予約のうえ、予診票を持参(生活保護受給者は予防接種費免除券も持参)して接種してください。

※接種期間中に65歳を迎える人は、誕生日前に予診票を郵送しますが、65歳の誕生日前に接種した場合は助成することができませんので、ご注意ください。

※生活保護受給者と特定中国残留邦人等

支援給付受給者は無料で接種できます。詳細はお問い合わせください。

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

9月10日～16日は自殺予防週間です

毎年9月10日は「世界自殺予防デー」、9月10日から16日は「自殺予防週間」です。

自殺予防週間は、自殺や精神疾患について正しく知ること、命の大切さ、自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの周囲の対応の仕方などを理解してもらうことを目的としています。

自殺には、こころの病気が深く関わっています。こころが追いつめられるきっかけは人それぞれで、いくつもの理由が重なり、どんどん追いつめられていきます。自殺を考えている人は悩みを抱えながらも、次のようなサインを発しています。

自殺のサイン～自殺予防の10か条～

- ① つつ病の症状がある
- ② 原因不明の身体の不調が長引く
- ③ 酒量が増す
- ④ 安全や健康が保てない
- ⑤ 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- ⑥ 職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦ 本人にとって価値あるものを失う
- ⑧ 重症の身体の病気になる
- ⑨ 自殺を口にする
- ⑩ 自殺未遂におよぶ

あなた自身にサインがあった、あなたの大切な人のサインに気づいたときは、

ひとりで悩まないで、ご相談ください。

▼こころの健康相談

市では、毎月こころの健康相談を実施しています。希望する人は事前に予約をしてください。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)

9月11日(月) 午後1時～5時

9月25日(月) 午後1時～5時

保健師電話相談(予約不要)

9月4日(月) 午後1時～4時

こころの健康相談統一ダイヤル

↓相談・申込み・問合せ 健康増進課

☎274-8542

総合健診結果を郵送しています

7月から8月にかけて実施した総合健診を受診した人に、受診した日から概ね1か月後に結果を郵送しています。健診結果で精密検査が必要と判断された人は、必ず詳しい検査を受けてください。

また、特定保健指導が必要な人や、特定の項目において精密検査が必要な人、面談が必要な人には、「結果説明会のお知らせ」を郵送しています。このお知らせが届いた人は内容をご確認いただき、説明会実施日に玉穂勤労健康管理センターへお越しください。

健診結果について不明なことや心配なことがありましたら、ご相談ください。

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

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

※感染症の流行など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。詳細は各課へお問い合わせください。

がん検診無料クーポン券を お持ちの人へ

4月下旬に子宮頸がん乳がん検診の無料クーポン券を対象者に郵送しました。受診していない人は早めの受診をおすすめします。

無料クーポン券を利用し、自身の健康管理に役立ててください。

↓問合せ 健康増進課

☎274-8542

「フレイル」を知っていますか

健康で元氣な生活を目指すためには、運動、食事、社会とのつながりが大切です。市が行った後期高齢者へのアンケート結果では、後期高齢者の約3割が固い物が食べにくい、むせやすいと感じており、また、半数が歩く速度が遅くなったと感じていました。

「自分はまだ元氣だから大丈夫」と思っている人も、元氣なうちからフレイル(加齢とともに心身が衰え始めた「虚弱」の状態)予防、介護予防を行いましょ。

▼こんな人はフレイルに要注意

- ・最近体重が減ってきた
- ・筋力(握力)が低下してきた
- ・疲れやすい
- ・歩くのが遅くなった
- ・身体を動かすことが減った

↓問合せ 保険課

☎274-8545
健康増進課 ☎274-8542

充実ふくし

中央市心身障害者(児)福祉手当

福祉手当は心身障害がい者(児)の福祉の向上を図ることを目的とし、毎年9月1日に中央市の住民基本台帳に記録されている障がい者(児)に支給されます。対象の人は申請をしてください。

福祉手当額

次の障がい程度により、9月29日(金)に年額を口座に振り込みます。

福祉手当額(年額)

<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳1級、2級 ・療育手帳A ・精神障害者保健福祉手帳の障がい程度若しくは国民年金法第30条第2項に規定する障がい程度が1級 	30,000円
<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳3級、4級 ・療育手帳B ・精神障害者保健福祉手帳の障がい程度若しくは国民年金法第30条第2項に規定する障がい程度が2級 	18,000円
<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳5級、6級 	12,000円

申請場所 福祉課、玉穂・豊田支所

持ち物 印鑑、心身障がい者(児)本人の振込口座がわかるもの、障害者手帳など

※すでに受給している人は、再度申請する必要はありません。

いきいき倶楽部

※社会福祉法第2条第2項に規定する施設入所者、児童福祉法第27条第2項に規定する国立療養所入所者、特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当受給者(児)は、受給できません。詳細はお問い合わせください。

↓問合せ 福祉課 ☎274-8544

金婚・ダイヤモンド婚を迎えるご夫婦の申請を受け付けています

金婚記念などを迎える夫婦に対し、お祝いとして記念写真(撮影代含む一式)または商品券のどちらかを、希望により11月22日(いい夫婦の日)に贈呈します。

対象 令和5年度中に結婚50年または60年を迎え、かつ、中央市の住民基本台帳に記録されている夫婦

申請場所 地域包括支援センター

持ち物 印鑑(戸籍謄本(夫婦記載のもの))

申請期限 9月29日(金)まで

↓問合せ 地域包括支援センター

☎274-8558

まごころ学園

「山梨県立考古博物館見学」

山梨県立考古博物館の特別展「発掘された日本列島」を見学します。集合場所から考古博物館までは、市のバスで移動します。

日時 9月19日(火)

午後1時20分集合

午後1時30分出發

午後3時30分解散(予定)

※施設の見学は1時間程度

集合場所 田富図書館駐車場

対象・定員 まごころ学園生徒 40人(先着)

申込期限 9月13日(水)まで

※集合場所まで送迎バスを運行します。詳細はお問い合わせください。

※まごころ学園は65歳以上の市民であれば、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。

↓申込み・問合せ 生涯教育課

☎274-8522

ヴァンフォーレ甲府

シニアわくわく健康運動教室(秋季)

楽しく身体を動かしてみませんか。

日時 10月5日、12日、19日、26日、11月2日、9日、16日、30日、12月7日、14日、21日

すべて木曜日 全11回

午前10時～11時30分

場所 山梨大学医学部グラウンド

※雨天の時は山梨大学医学部体育館

内容 各種軽運動、ボール運動、脳トレ、筋力測定、姿勢解析、健康・食事指導など

対象・定員 市内在住、在勤の55歳以上の

の人 40人(先着)

持ち物 運動のできる服装、タオル、帽子

参加料 1回500円(保険料、測定代など)

申込期間 9月5日(火)～10月2日(月)

申込方法 電話または、メール

※電話は、平日午前9時から午後5時まで

↓申込み・問合せ 生涯教育課

☎274-8522

✉skyouiku@city.chuo.yamanashi.jp

シルバー人材センターからの お知らせ

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、公共団体などから引き受け、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運営している公的な団体です。

▼センターで働くには

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
年会費 2,000円

▼入会説明会

日時 毎月第2・第4水曜日
午後1時30分～

場所 峡中広域シルバー人材センター
(甲斐市篠原2644-3)

持ち物 筆記用具

※事前に電話でお申し込みください。

▼仕事を依頼したいときは

主な仕事内容

- ・草取り、草刈り、植木のせん定
- ・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

※その他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 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」



「やまなし思いやりパーキング制度」とは

障がいのある人や高齢者、妊産婦など、車の乗り降りや移動に配慮が必要な人が、公共施設や商業施設などで「思いやり駐車区画」の標示がある駐車場に車を止め、施設を利用できる制度です。駐車するには利用証(要申請)が必要です。

対象

身体障害者手帳(障がいの程度による)・療育手帳A・精神障害者保健福祉手帳1級の所持者、難病患者、高齢者(要介護1以上)、妊産婦(母子健康手帳交付日から出産後1年6か月までの人)、移動に特別な注意が必要な発達障害のある人(要医師の意見書)、ケガにより歩行が困難で車いすなどを利用している人(要医師の意見書)

↓問合せ 福祉課 ☎274-8544

みなさんの健康



悪性黒色腫に対する抗がん剤治療の進歩

山梨大学医学部 皮膚科学講座 助教 武藤 容典

皮膚がんにはさまざまな種類があり、また全身のあらゆる部位に発生します。当科では全身・局所麻酔下の手術や抗がん剤治療、放射線治療、術後再発のフォローアップなど、皮膚がんのトータルケアに努めています。

皮膚がんに対しては従来有効な抗がん剤治療がほとんどありませんでしたが、近年悪性黒色腫に対して有効な抗がん剤が相次いで使用可能になり、進行した状態でも根治を望むことができるようになってきました。悪性黒色腫とはいわゆるホクロのがんであり、高頻度に全身に転移するため最も予後不良な皮膚がんの一つです。

悪性黒色腫に対する新規薬剤は大きく2種類あり、1つ目は2018年のノーベル賞の受賞で注目された免疫チェックポイント阻害薬です。「ニボルマブ」「ペムブロリズマブ」「イピリムマブ」の3つの薬剤が悪性黒色腫に対して適応があり、海外ではそのほかにも多くの薬剤がすでに臨床で使用されていたり、治験で使用されていたりしています。免疫チェックポイント阻害薬は数週間ごとの点滴での治療です。また、2つ目は分子標的薬であ

り、これは全ての悪性黒色腫の患者さんに投与することはできませんが、患者さんから摘出した腫瘍の遺伝子を解析した上で投与可能かどうかを判断します。分子標的薬は内服薬であり、免疫チェックポイント阻害薬よりも速効性が期待できます。当科では免疫チェックポイント阻害薬、分子標的薬のいずれも使用可能です。また、このような新規薬剤では全身のさまざまな臓器に種々の副作用が出現しているのですが、当院の腫瘍センターを通じて他診療科と密に連携し、副作用の早期発見、迅速な治療に努めています。

全身の黒や茶色のシミが急に拡大したり、皮疹が隆起してきたりする場合は皮膚がんの可能性が否定できません。特に足の裏の悪性黒色腫は気づかれにくいのです。また、山梨県は日照時間が日本一長いので、顔面などの露光部の紫外線による皮膚がんが多いです。当院は山梨県内の皮膚科クリニックや病院と密に連携しており、皮膚がんかどうかご不安がごありの場合は、まずは最寄りの医療機関を受診していただくことをお勧めします。

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