

実り豊かな生活文化都市

2026
(令和8年)



ちゅうおう

7

No.245

思い出は、宝物

特集 AIデマンド交通 のるーと中央の
実証運行実績を報告します …P2-3

特集 国民健康保険・後期高齢者医療に
加入しているみなさんへ …P4-7

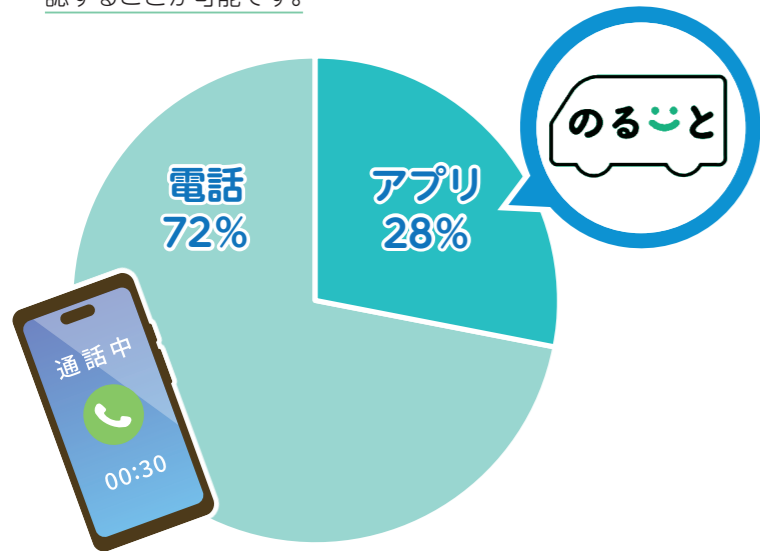
特集 総合健診のお知らせ …P8



取材した青雲祭(体育の部)
の写真は、中央市公式インス
タグラムに掲載しています。

③予約方法の割合

24時間いつでも予約可能なアプリを推奨していますが、現在は電話によるオペレーター受付予約を利用される人が多い状況です。アプリでは、予約内容の確認や、予約時刻の1時間前と直前の通知機能を利用でき、直前の通知ではお迎えの車両の位置情報をリアルタイムで確認することが可能です。



便利な使い方

のるーと中央は、日常生活のさまざまな場面で便利にご活用いただけます！

例えば、普段の買物や通院の場面では、市内のスーパーマーケットや病院に楽々移動できます。また、旅行の際には最寄りの駅までの移動手段としても活用できます。

東花輪駅や小井川駅までののるーと中央で快適にアクセスし、その後電車で県外の旅先へ。そんな便利でスムーズな移動が可能のため、これまでに多くの人にご利用いただいています。

あなたの日常に合わせて柔軟に活用できる「のるーと中央」でもっと快適な移動を体験してみませんか？

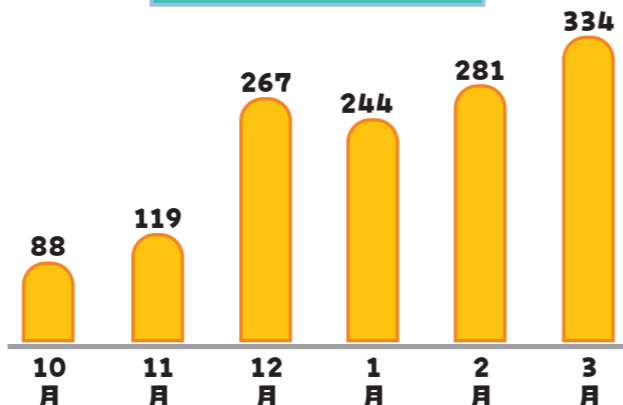
多くの人とその利便性を実感しています。ぜひ一度お試しください！



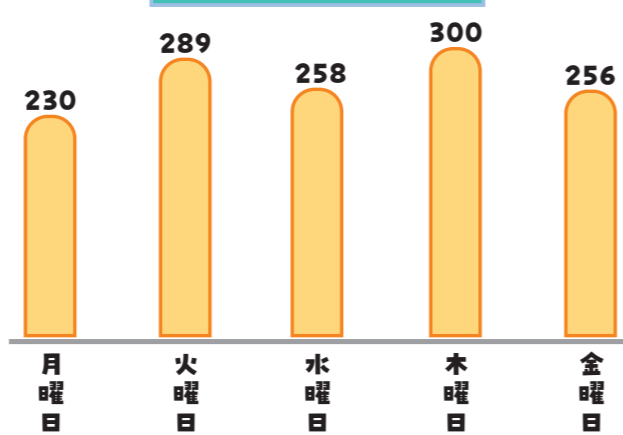
②利用の状況

利用者数 1,333人(令和7年10月1日~令和8年3月31日)
運行開始以降、利用者数は増加しています。曜日別ではあまり偏りがなく、時間帯別では朝の利用が多く、午後からはあまり偏りはありません。

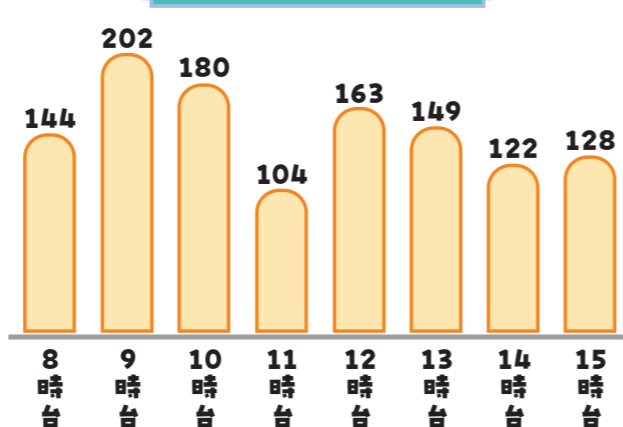
月別利用者数(人)



曜日別利用者数(人)



時間帯別利用者数(人)



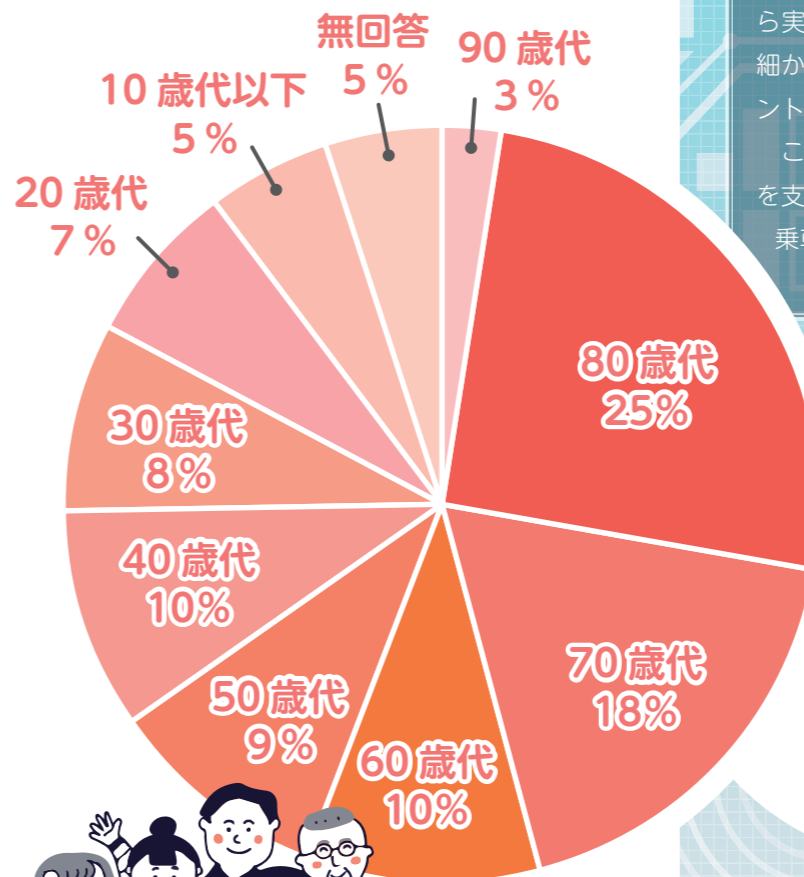
実証運行実績

(期間: 令和7年10月1日~令和8年3月31日)

①利用登録者数・年齢別割合

利用登録者数 589人(令和8年3月31日時点)

のるーと中央の利用登録者を年齢別で見ると、幅広い年齢で登録され、中でも70~80歳代が多く登録されています。普段は自家用車で移動する人や送迎を受ける人にとっても、荒天時などの運転が不安なときや怪我のため自身で運転できないとき、行き帰りのどちらかだけ交通手段が必要なときなど、それぞれの状況に応じて活用されています。



AIデマンド交通 のるーと中央の 実証運行実績を報告します

→問合せ 企画課 ☎274-8523

のるーと中央とは?

決 まった時刻表や固定の運行ルートではなく、AI(人工知能)が利用者からの予約に基づき最適なルートを割り出しながら運行する次世代型の乗合交通サービスで、令和7年10月1日から実証運行を開始しました。普通乗用車を活用することで、地域の細かな生活道路まで進入可能となり、市内の身近な場所に乗降ポイントを250か所(令和8年7月現在)設置しています。このサービスは、市民のみなさんの買い物や通院などの日常生活を支えることを目的としており、自治会が管理するごみ集積所から乗車し、商業施設や医療機関、公共施設、駅などさまざまな目的地へ快適に移動することができます。

のるーと中央の概要

- 運行日時** 月~金 午前8時~午後4時
※祝日、年末年始(12月29日~1月3日)をのぞく
- 運行エリア** 市内全域
- 運賃** 500円(未就学児は無料)
※介護者は要介護者1人につき1人まで無料
- 予約方法**
- 電話** ▶のるーと中央 コールセンター
☎050-3098-0587
- アプリ** 専用アプリ「のるーと」
※専用アプリ「のるーと」はApp StoreやGoogle playなどからダウンロードしご利用ください。



のるーと中央の予約方法などの詳細が掲載された「利用ガイド」を企画課で作成し、配布しています。興味のある人は企画課(☎274-8523)にお問合せください。



【例1】国民健康保険税の算定方法

中央五郎さんの世帯の場合

国民健康保険に2人加入していて、世帯主の五郎さん(66歳)は、年金収入120万円(所得10万円)、農業所得50万円、妻の夏子さん(59歳)はパート収入113万円(所得48万円)。

氏名	前年中の総所得金額	課税標準額 (前年中の総所得金額-43万円)
中央 五郎	60万円	17万円
夏子	48万円	5万円
合計	108万円	22万円

医療保険分の計算方法

- ①所得割額 世帯の課税標準額の合計(22万円)×所得割(7.57%) = 1万6,654円
 ②均等割額 加入者数(2人)×3万1,300円 = 6万2,600円
 ③平等割額 1世帯につき2万2,700円
 ▶医療保険分合計 ①+②+③ = 10万1,900円(100円未満切捨て)

後期高齢者支援金分の計算方法

- ④所得割額 世帯の課税標準額の合計(22万円)×所得割(2.33%) = 5,126円
 ⑤均等割額 加入者数(2人)×9,600円 = 1万9,200円
 ⑥平等割額 1世帯につき6,900円
 ▶後期高齢者支援金分合計 ④+⑤+⑥ = 3万1,200円(100円未満切捨て)

子ども・子育て支援金分の計算方法

- ⑦所得割額 世帯の合計課税標準額の合計(22万円)×所得割(0.28%) = 616円
 ⑧均等割額 加入者数(2人)×1,272円 = 2,544円
 ⑨平等割額 1世帯につき800円
 ▶子ども・子育て支援金分合計 ⑦+⑧+⑨ = 3,900円(100円未満切捨て)

介護納付金分の計算方法

- ※中央五郎さんは、65歳以上の人が加入する介護保険制度で介護保険料を納めているため、国民健康保険税では介護納付金分は課税されません。
 ⑩所得割額 介護納付金分対象者の課税標準額の合計(5万円)×所得割(1.86%) = 930円
 ⑪均等割額 加入者(1人)×9,800円 = 9,800円
 ⑫平等割額 1世帯につき4,600円
 ▶介護納付金分合計 ⑩+⑪+⑫ = 1万5,300円(100円未満切捨て)

合計金額は15万2,300円(10万1,900円+ 3万1,200円+3,900円、1万5,300円)ですが、中央五郎さんの世帯は**5割軽減世帯【表2参照】に該当**するため、均等割額と平等割額が減額計算され年間保険税額は**8万7,700円**になります。

Chapter 01 国民健康保険



令和8年度の国民健康保険税は、7月1日(本算定日)に1年間の税額が決定します。7月中旬頃、国民健康保険に加入している人のいる世帯に通知を送付します。

▼国民健康保険税の算定方法

国民健康保険税は、医療保険分、後期高齢者支援金分、子ども子育て支援金分、介護納付金分を合算して算定します【表1・例1参照】。

この中で介護納付金分は40歳から64歳の国民健康保険加入者に課税されます。65歳以上の人は「第1号被保険者」となり、介護保険制度で介護保険料が課されます。

【表1】令和8年度 国民健康保険税の税率・税額

区分	課税対象	医療保険分 (全ての被保険者)	後期高齢者支援金分 (全ての被保険者)	子ども・子育て支援金分 (全ての被保険者)	介護納付金分 (40歳~64歳の被保険者)
所得割	課税標準額(注1)	7.57%	2.33%	0.28%	1.86%
均等割	被保険者1人あたり	3万1,300円	9,600円	1,272円 (18歳以上のみ)(注2)	9,800円
平等割	1世帯あたり	2万2,700円	6,900円	800円	4,600円
限度額		67万円	26万円	3万円	17万円

注1 所得割の課税標準額=前年中の総所得金額など-43万円(基礎控除額)
 注2 子ども・子育て支援金分の均等割:4月1日時点で18歳以上の人は、均等割1,200円に18歳以上均等割72円が加算されます。なお、18歳未満の人には均等割が賦課されません。

【表2】国民健康保険税 均等割額・平等割額の軽減

基準となる所得金額(世帯主および世帯の被保険者全員、特定同一世帯所属者(※1)の軽減判定所得の合計)	軽減割合
43万円+10万円×(給与・年金所得者(※2)の人数-1) 以下の世帯	7割
43万円+10万円×(給与・年金所得者(※2)の人数-1)+(31万円×国民健康保険加入者および特定同一世帯所属者(※1)の人数) 以下の世帯	5割
43万円+10万円×(給与・年金所得者(※2)の人数-1)+(57万円×国民健康保険加入者および特定同一世帯所属者(※1)の人数) 以下の世帯	2割

※1 特定同一世帯所属者とは、後期高齢者医療制度へ移行したことにより国民健康保険の資格を喪失した人
 ※2 世帯主、国民健康保険加入者、特定同一世帯所属者で一定以上の給与収入または公的年金収入がある人

▼今年度から適用される改正点

- 子ども・子育て支援金が徴収
- 子ども・子育て支援金制度は、子育てを社会全体で支えるための制度です。国民健康保険に限らず、全ての世代や企業のみならずから支援金を負担いただき、子育て世帯への支援に活用されます。
- 医療給付費分の賦課限度額が66万円から67万円に増額
- 低所得世帯の軽減の判定に係る基準額の変更
- 納税義務者
- 納税義務者は世帯主です。世帯主本人が社会保険などに加入している場合や、後期高齢者医療制度に加入している75歳以上の人も納税義務者になります。
- 低所得世帯の軽減について
- 国民健康保険税には、所得の低い世帯の負担を軽減するため、均等割額・平等割額の7割、5割、2割を軽減する軽減措置があります【表2参照】。
- ※令和8年1月1日時点で65歳以上の人で、公的年金所得がある場合は公的年金所得から15万円を控除した金額で軽減判定します。
- ※所得がなくても、住民税申告をしないと軽減措置が受けられないので、必ず申告してください。

▼普通徴収(納付書または口座振替での納付)

納付方法は、あらかじめ指定した口座から納付期限の日に自動的に引き落とす「口座振替」と納付書により直接納める「納付書払い」があります。納期は年8回(7月から翌年2月まで毎月末)です。

納付書払いの方法

- 納付書裏面に記載された取扱店で納付
- 請求書のバーコードを読み取り、スマートフォンアプリで納付
- 地方税統一QRコードを利用した納付

▼特別徴収(年金からの天引き)

すでに年金から天引きされている世帯の国民健康保険税は、7月1日(本算定日)に決定する年税額から、4月、6月、8月で徴収済みの額を差し引いた税額が10月、12月、翌年2月に受給する年金から天引きされます。

▼年度の途中で75歳になる人の国民健康保険税

誕生日前月まで国民健康保険で賦課され、誕生日の属する月からは後期高齢者医療制度で賦課されます。

【例】令和8年9月20日に75歳になる人

- 令和8年4月~8月まで国民健康保険で賦課(5か月分を課税)
- 令和8年9月~令和9年3月まで後期高齢者医療制度で賦課(7か月分を課税)

▼後期高齢者医療資格確認書について

令和8年度から資格確認書の利用状況に応じて該当の人のみに資格確認書が交付されます【表3参照】。

新しい資格確認書(8月1日発行、有効期限：令和9年7月31日)は、7月中旬に簡易書留で郵送します。

※資格確認書とは、後期高齢者医療制度の被保険者の資格情報が記載されたもので、令和6年12月に廃止された保険証に代わるものです。

※資格確認書を医療機関や薬局窓口で提示することで、今までの保険証と同じように一定の窓口負担で受診できます。

※新しい資格確認書は、8月1日から利用できます。現在お持ちの資格確認書(薄紫色)は、有効期限終了後は利用できません。資格確認書には個人情報記載されていますので、有効期限が切れたら裁断するなどして廃棄してください。

※資格確認書をお持ちの人は、資格確認書とマイナ保険証のどちらでも受診できます。

▼資格確認書への限度額区分の任意記載事項の併記について

マイナ保険証をお持ちでない人で、資格

【表3】 資格確認書が交付される人

	84歳以下 (令和8年8月1日時点)	85歳以上 (令和8年8月1日時点)
マイナ保険証を直近1年間で6回以上利用し、かつ直近3か月に利用実績のある人	資格情報のお知らせ (申請により資格確認書の交付も可能)	資格確認書
上記以外の人	資格確認書	

【表4】 令和8年度後期高齢者医療保険料の税率・税額

保険料	医療費分		子ども・子育て支援金分	合計
	所得割	9.44%	0.25%	9.69%
	均等割	5万2,610円	1,330円	5万3,940円
保険料の賦課限度額(上限額)		85万円	2万1,000円	

【子ども・子育て支援金制度について】

令和8年度の後期高齢者保険料から、従来の保険料(医療分)とあわせて子ども・子育て支援金のご負担をお願いします。子ども・子育て支援金は、従来納めていただいている医療分の保険料とは区分された仕組みです。子育て世帯などへの支援に活用されるものであり、医療分などに流用することはありません。

【表5】 後期高齢者医療保険料 均等割額の軽減

対象の所得要件(世帯主および世帯の被保険者全員の軽減判定所得の合計)	軽減割合
43万円+10万円×(給与・年金所得者などの数-1) 以下の世帯	(医療費分) 7.2割 (子ども・子育て支援金分) 7割
43万円+10万円×(給与・年金所得者などの数-1)+31万円×被保険者数 以下の世帯	5割
43万円+10万円×(給与・年金所得者などの数-1)+57万円×被保険者数 以下の世帯	2割

※公的年金を受給している人は、均等割軽減判定時に15万円が控除されます。

※「給与・年金所得者等の数」とは、同じ世帯にいる「公的年金収入が65歳未満の人は60万円、65歳以上の人は125万円を超える」または「給与収入が55万円を超える」被保険者および世帯主の合計人数です。合計人数が2人以上の場合に適用します。

【表6】 基準収入額と負担割合

適用前の負担割合	3割
適用後の負担割合	2割もしくは1割

(注)一定基準額とは、同一世帯に後期高齢者医療制度に加入している被保険者が、1人の場合(単身世帯)と2人以上の場合(複数世帯)にそれぞれ定められた収入額の基準です。

単身世帯…383万円、 複数世帯…520万円

確認書に限度額区分の記載を新規で希望される場合は申請が必要です。

※前年度交付を受けている人、またはすでに併記申請を行った人は引き続き任意記載事項が記載された資格確認書を交付しますので、申請は不要です。

※マイナ保険証をお持ちの人は、医療機関などの窓口でマイナ保険証を提出し「限度額情報の表示」に同意することで適用されるので、申請は不要です。

▼保険料について

7月に令和8年度後期高齢者医療保険料が決定されます【表4参照】。今年度の7月算定時に賦課対象となる被保険者は7月1日までに資格を取得されている人です。7月2日以降に資格を取得した被保険者には、取得月の翌月に通知書などを郵送します。

後期高齢者医療制度は、医療費などの自己負担額を除く費用(医療給付費)を、公費で約5割、現役世代で約4割負担し、残りの約1割を後期高齢者医療保険料で賄っています。

▼納付方法について

保険料の納付方法は「特別徴収」と「普通徴収」の2通りあります。
 ・特別徴収は年金から天引きされます。保険料の納付は、原則特別徴収です。
 ・普通徴収は、市が発行する納付書や口座振替で保険料を納める方法です。

▼保険料の軽減について

世帯の所得状況に応じて、均等割額が軽減されます【表5参照】。

▼被用者保険の被扶養者に対する軽減

後期高齢者医療制度の資格取得日前日に職場の健康保険などの被扶養者だった人は、加入後2年を経過する期間(加入した月から24か月までの期間)に限り所得割額はなく、均等割額が5割軽減になります。

※所得が低い人に対する軽減にも該当する人は、いずれか大きいほうの額が軽減されます。

▼自己負担割合

後期高齢者医療被保険者は、医療機関の窓口で総医療費の1割(一部の人は2割、現役並み所得者は3割)を自己負担します。更新時に前年の所得に応じて自己負担割合を判定します。

▼基準収入額適用について

住民税課税所得金額が145万円以上の被保険者がいる世帯の医療費の窓口負担割合は3割ですが、収入金額が一定基準額(注)未満で基準収入額適用の要件に該当する場合の負担割合は表6のとおりです。
 ※要件に該当する人には、収入状況などを確認し、適用後の負担割合の資格確認書を送付します。申請などは不要です。

▼長期入院日数届出書について

所得区分が「低所得者Ⅱ(区分Ⅱ)」に該当する人で、申請月を含めた過去12か月の入院日数が90日(低所得者Ⅱと判定された期間に限る)を超え、入院時の食費などの減額を受ける場合は、申請が必要です。申請には、申請書を提出する月以前の12か月以内で90日を超えた入院日数のわかる領収書もしくは入院証明書などの添付書類が必要で

申請後は入院時の食事代が減額されます。ただし、申請日から申請月末日までの食事代については療養費(食事療養費差額)の申請が必要です。

※マイナ保険証の保有の有無にかかわらず、長期入院に該当する人は申請が必要です。

▼医療費通知について

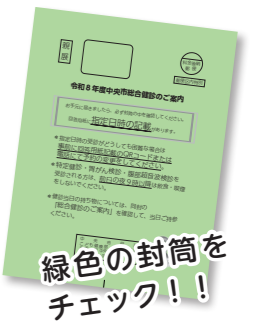
令和8年12月診療分は令和9年1月末に発送する医療費通知には記載されず、1年後の令和10年1月末に発送する医療費通知に記載されます。

医療費控除の申告手続きを行う場合は、令和8年12月診療分の領収書が必要になるので必ず保管しておきましょう。
 ※みなさんが病院などを受診した情報は受診した月の2か月後に山梨県後期高齢者医療広域連合に提供されます。印刷期間も含めて医療費通知の発送には3か月程度かかります。



総合健診のお知らせ

↓問合せ 健康増進課 ☎274-18542



緑色の封筒をチェック!!



からだ未来ホシヘル事業 ポジヘルマン

今年度から、健診の日程変更がスマートフォンでできるようになりました。回答用紙の二次元バーコードを読み取り、変更の手続きを行ってください。

混 雑を防止するため、受診日時を指定しています。市から郵送される回答用紙に記載された指定日時を確認してお越しください。指定日時の受診が困難な場合は、必ず事前に電話または回答用紙の二次元バーコードで変更またはキャンセルの連絡をお願いします。

※今年度の健診の案内は緑色の封筒が届きます。お手元に届いたら早めに開封し、日程の確認・変更をお願いします。

※台風などの荒天により、健診の中止や日程を変更する場合があります。

健診日程

8月	7月	日程	会場
20日(木)、21日(金)、22日(土)	9日(木)、10日(金)、12日(日)、13日(月)、14日(火)、15日(水)、16日(木)、17日(金)		玉穂勤労健康管理センター (下河東256)

健診結果のお知らせと説明会について
健診の結果は、概ね1か月後に郵送します。ただし、「特定保健指導が必要な人」など、面談が必要な人には結果表を同封せず「結果説明会」のご案内「通知を郵送します。結果説明会の受付時間などの詳細は、お手元に届いた案内通知で確認ください。

※受診は申込制です。まだお申し込みされていない人は、事前に健康増進課にお申し込みください。

健診内容

健診項目	対象年齢	自己負担金
特定健診	30歳～39歳/75歳以上 40歳～74歳(社会保険本人は不可)	1,500円 国民健康保険 1,500円 ※社保扶養の人は、ご加入の医療保険によって異なります
胃がん検診(バリウム検査)	30歳以上	600円
腹部超音波検診	30歳以上	600円
大腸がん検診(便検査)	30歳以上	300円
肺がん・結核検診(レントゲン)	30歳以上(レントゲン)	無料
(レントゲン・らせんCTのどちらかを選んでください)	40歳以上のハイリスクな方(らせんCT)	3,000円
前立腺がん検診	50歳以上で未治療の男性	500円
乳がん検診(超音波・マンモグラフィ)	30歳代・40歳以上の奇数年齢(超音波検査) 40歳以上の偶数年齢(マンモグラフィ)	1,100円
骨粗しょう症検診	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性	1,000円

情報BOX

ちゅうおうシティ
インフォメーション

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

コンビニ交付サービスの利用停止について

システム機器入替作業のため、次の期間コンビニ交付サービスを停止します。

利用停止期間

・7月7日(火) (終日)
・7月24日(金)午後5時～27日(月)午前9時
↓問合せ 市民環境課 ☎274-18541

マイナンバーカードの平日時間外・休日交付を行います

個人番号カード交付通知書が届いた人を対象に、平日時間外や休日にも交付事務を行います。※当日は交付以外の手続きも受け付けます。場所はどちらでも市民環境課です。

▼平日時間外交付(予約制)

日時 7月9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木) 午後5時30分～7時
※30分ごとの時間帯(全3回)で予約するこ

とができます。

定員 各回5人(先着)
申込期限 各日前日まで
▼休日交付
日時 7月26日(日) 午前9時～正午
↓申込み・問合せ
市民環境課 ☎274-18541

マイナンバーカードの申請手続きをサポートします(予約制)

マイナンバーカードの申請方法で困っている人を対象に、写真撮影から申請までの手続きをお手伝いします。

日時 7月18日(土) 午前9時～正午
※30分ごとの時間帯(全6回)で予約するこ

とができます。

場所 市民環境課
定員 各回5人まで(先着)
持ち物 顔写真付き身分証明書1点、もしくは健康保険証や受給者証など2点
※申請にはIDと二次元バーコードが入った申請書が必要です。予約された人の書類を用意しますので、事前に予約をお願いします。

※マイナンバーカードは申請から交付までに1か月程度かかります。

申込期限 7月17日(金)まで
※詳細はお問い合わせください。
↓申込み・問合せ
市民環境課 ☎274-18541

表彰

子どもが積極的に読書活動を行う意欲を高める活動が認められ、表彰されました。

令和8年度 子供の読書活動優秀実践校・園・図書館・団体(個人)・文部科学大臣表彰

ひよこの会 (図書館ボランティアグループ)

行政相談委員としての永年の活動が認められ、表彰されました。

令和8年度 公益社団法人全国行政相談委員連合協議会 会長表彰

乙黒美佐枝さん(上成島)

中央市スポーツ協会総会・表彰

5月14日(木)、市スポーツ協会総会が開催され、各種スポーツ大会の入賞者が表彰されました。

総会后、「スポーツのちから 地域のちから」と題し、元プロサッカー選手の岡西宏祐さんとヴァンフォーレススポーツクラブ代表理事の長田圭介さんの基調講演が行われました。



【順不同・敬称略】

▶特別体育功労者表彰

清水 洋(中央市スポーツ推進委員)
石原 治仁(中央市スポーツ推進委員)

▶体育功労者表彰

三井 徳造(中央市スポーツ推進委員)
鮎澤 信幸(中央市スポーツ推進委員)
河崎 純子(中央市スポーツ推進委員)
望月 昭子(中央市フォークダンス部)

▶特別優秀選手表彰

森野 健治(中央市グラウンド・ゴルフ協会) (国民スポーツ大会 優勝)
松本 弘(中央市水泳部) (新春マスターズスイムミート千葉 90～94歳 男子50m自由形 第1位 世界新記録)

▶優秀選手表彰

深澤 昇(中央市グラウンド・ゴルフ協会) (第32回関東地区グラウンド・ゴルフ大会山梨県予選会 優勝)
鹿野 未羽菜(中央市剣道連盟スポーツ少年団) (エンジョイ剣道フェスティバル2026 中学生女子個人の部 第3位) (エンジョイ剣道フェスティバル2026 山梨県予選 優勝)

依田 新平(中央市剣道連盟スポーツ少年団) (エンジョイ剣道フェスティバル2026 山梨県予選 優勝)

斎藤 和那(中央市若宮) (関東高等学校陸上競技大会 女子5,000m競歩 第2位)

▶優秀団体表彰

中央市ハイキング部 (第37回全国健康福祉祭ぎふ大会 優勝)

→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

水泳選手(マスターズ) 松本 弘 さん 国際水泳殿堂(ISHOF) 殿堂入りおめでとう!



世界水泳連盟が承認する、水泳界の発展に大きく貢献した人物を称えるための栄誉ある組織「国際水泳殿堂(ISHOF)」に、水泳選手の松本弘さん(写真右)が殿堂入りされました。松本弘さん、殿堂入りおめでとうございます。

こんなの188っ! 消費生活トラブル Q & A

空調能力のないエアコンに注意

Q SNS閲覧中に、室外機のいらぬ簡易エアコンの広告を見た。広告には日本の大手電機メーカーと共同開発で、短期間で部屋中が冷たくなると書かれていた。金額も安いと、購入しようと考えているが大丈夫か。

A 「数秒で室温が変化する」といった冷暖房機能の性能をうたっているにもかかわらず、実際の商品が広告に書かれている性能に合わないといった相談が増えています。購入する前に記載内容を十分に確認しましょう。また、「特定商取引法に基づく表記」のページをよく確認したり、インターネット検索で調べたりしましょう。不安に感じたり、トラブルが生じた場合は、すぐに消費者ホットライン☎188にご相談ください。

→問合せ 総務課 ☎274-8511

7月の市民と市長の対話室

日時 7月21日(火) 午前9時30分～11時

場所 政策秘書課

対象 市内に在住、在勤、在学のいずれかの個人または団体

定員 3組(先着)

申込方法 政策秘書課、玉穂支所、豊富支所、市HPにある申込書に必要事項を記入し、7月14日(火)までに提出してください。

↓問合せ 政策秘書課 ☎274-8512

固定資産税第2期納付期限

第2期納付期限 7月31日(金)まで

期限内の納付をお願いします。口座振替をご利用の方は、7月31日(金)が振替日です。再振替はありませんので、残高などの確認をお願いします。

↓問合せ 税務課 ☎274-8546

夏の交通事故防止県民運動

期間 7月21日(火)～30日(木)

自動車事故が原因で死亡または重度の後遺障害が残った人のお子さん(0歳～中学生卒業まで)を対象に、無利子で育成資金を貸し付けます。

▼療護センターの設置

自動車事故による脳損傷によって遷延性意識障害となった人に、社会復帰の可能性を追求しながら適切な治療や看護を行う専門の病院を設置しています。詳細は自動車事故対策機構千葉療護センター(☎043-277-0061)にお問い合わせください。

↓問合せ 独立行政法人自動車事故対策機構 山梨支所 ☎262-11088

相談

7月の行政相談

日時 7月10日(金)・24日(金)

市民のみなさん一人ひとりが正しい交通ルールとマナーを守り、交通事故防止に努めましょう。

▼全席シートベルト・チャイルドシート着用徹底運動を実施しています

交通事故から大切な命を守るために、全席のシートベルトの着用や正しいチャイルドシートの着用を徹底しましょう。

↓問合せ 危機管理課 ☎274-8519

公共下水道へ接続のお願い

下水道には、水路や排水路などの水質があり、衛生的な環境にやさしい快適なまちづくりのため、市では下水道の普及を図っています。

既に下水道が使用できる区域にお住まいの世帯でまだ接続が済んでいない場合は、早期の接続をお願いします。

※公共下水道の接続工事は、市の指定を受けた業者のみが行えます。排水設備指定工事は、市HPをご覧ください。

午後1時30分～3時30分

場所 玉穂総合会館

↓問合せ 総務課 ☎274-8511

事業者のみなさんのさまざまな相談に専門家が応じます(予約制)

中小企業・小規模事業者のみなさんの相談に、さまざまな産業支援機構のよろず支援拠点のコーディネーターが応じます。相談は無料です。ぜひご利用ください。

日時 毎週水曜日 午前9時～午後5時

場所 産業課

※相談時間は1事業者あたり約1時間です。別日でも相談に応じられる場合があります。

↓申込み・問合せ

産業課 ☎274-8561

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

い合わせください。

↓問合せ 上下水道課 ☎274-8555

農地の適正管理について

農地に雑草や樹木が繁殖するなど荒廃化すると、火事や不法投棄、病害虫の発生や鳥獣の住みかになるなど、周辺の農地や近隣住民に多大な迷惑がかかります。

所有する農地は定期的な草刈りをするなど、周囲に影響が出ないよう適切な管理をお願いします。また、自分で耕作できない場合は、他の農業者に貸し出すなど、農地として有効活用する方法を検討してください。

↓問合せ 産業課 ☎274-8561

あなたの大切な遺言書を法務局が守ります

「自筆証書遺言書保管制度」は、自分が作成した遺言書を法務局に預けることができ、遺言書の紛失や第三者による破棄や改ざんなどを防止することができます。

律上の問題について、相談に応じます。

日時 7月31日(金) 午後1時～4時

場所 総務課

対象 市に住民登録のある人 定員 6人(先着)

申込期間 7月27日(月) 午前9時～

※初めて利用する人を優先します。

※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。

↓申込み・問合せ

総務課 ☎274-8511

事業資金の相談窓口

中央市商工会では、小規模事業者を対象に事業資金(設備投資や運転資金など)の相談を受け付けています。

※相談内容の秘密は厳守します。



市HPはこちら

募集

中央市一般廃棄物処理基本計画 策定委員会 委員募集

「中央市一般廃棄物処理基本計画(第2次)」は策定から10年が経過することから、現状の社会情勢や環境変化を踏まえ、第3次の計画策定を予定しています。

第3次の計画に市民のみなさんの意見を広く反映させるため、策定委員会の委員(無償)を募集します。

任期 委嘱日～令和9年3月末まで

応募資格

・市内在住の満20歳以上の人(令和8年4月1日現在)

・年3回程度開催(平日の日中)する委員会に参加できる人

募集人数 3人程度

※応募多数の場合は、書類選考で決定します。

応募期間 7月6日(月)～22日(水) (必着)

応募方法 市民環境課、玉穂支所、豊富支所に設置されている応募用紙に必要事項を記入し、市民環境課に提出してください。

※応募用紙(Word版)は市HPから入手できます。必要事項を記入し、市民環境課窓口へ直接持参郵送、メール(ig-shimin-

第2回 Nordisk Mountain Trail in YAMANASHI CHUO

ノルディスク マウンテントレイル イン ヤマナシ チュウオウ



中央市の自然豊かな景観を楽しみながら、里山や丘陵地などを駆け抜けるトレイルランニング大会「第2回Nordisk Mountain Trail in YAMANASHI CHUO」を開催します。みなさん、ぜひご参加ください。

開催日 9月27日(日)

コース・参加料


- ①ロングコース(約25km) 7,000円
- ②ショートコース(約12km) 5,000円

スタート・ゴール地点

YSKe-comシルクパーク
※申込方法やコースなど、詳細は市HPでご確認ください。

→問合せ Nordisk Mountain Trail in YAMANASHI CHUO実行委員会(産業課内) ☎274-8561

中央市消防団 団員募集



詳細はこちら

自分が「育った、暮らす、働く」まちを守るために、消防団に入団をお願いします。

消防団員の活動

- ・火災発生時の消火活動、消防職員のサポート
- ・災害発生時の水防活動や避難誘導
- ・地域の消防設備や車両の点検、訓練など

入団資格

市内在住または在勤の18歳以上の人で、心身ともに健康な人(性別不問)

→問合せ 危機管理課 ☎274-8519

男女共同参画社会実現に向けた啓発作品「川柳、標語、写真」募集

誰もが性別や年齢、背景にかかわらず、個性や能力を最大限に発揮し、共に豊かに暮らせる社会の実現を目指し、男女共同参画の普及啓発を図るため、啓発作品(川柳、標語、写真)を募集します。

日々の暮らしの中で感じたこと、未来への願い、具体的な行動など、あなたの心に響く言葉を川柳や標語、写真に乗せて発信してみませんか。


募集作品 テーマ「認め合い、支え合い、自分らしく生きる」を表現した川柳、標語、写真
※1人何点でも応募可能ですが、未発表で自作のものに限ります。

対象 市内に在住、在勤、在学のいずれかの人

申込方法 必要事項を記載した応募用紙を、企画課窓口で直接提出するか、FAX、メールで提出(写真の部は作品を添付)してください。応募用紙を使用せず、メールで提出する場合は、本文中に川柳、標語、写真の題名のほか①郵便番号、②住所、③氏名(ふりがな)、④性別、⑤年齢、⑥連絡先、⑦作品に対して一言、の7項目を記載してください。

申込期限 11月18日(水)まで
※応募用紙は市HPからダウンロードするか企画課窓口で入手してください。
※応募作品の中から、各部門(川柳、標語、写真)それぞれ大賞1点、入賞5点、特別賞数点を選定し、記念品を贈呈します。
※詳細は市HPをご確認ください。

→問合せ 企画課
☎274-8523
☎274-7130
✉lg-kikaku@city.yamanashi-chuo.lg.jp



市HPはこちら

kankyou@city.yamanashi-chuo.lg.jp)のいずれかで提出してください。

↓問合せ 市民環境課 ☎274-8543

中央市職員採用試験

試験日 9月20日(日)

試験会場 市役所本館

試験区分 行政、土木、保育士、保健師、社会福祉士

申込期間 8月7日(金)～28日(金)

※受験資格や申込方法などの詳細は、市HPをご確認いただくか、お問い合わせください。

↓問合せ 総務課 ☎274-8511

水道メーター検針員(豊富地区)募集

豊富地区の各世帯と事業所の水道メーターの検針員を募集しています。

↓問合せ 総務課 ☎274-8511

配布します。

展示期間・場所

①7月3日(金)まで 甲府市役所 1階 展示スペース

②7月4日(土) 午前10時～午後5時 イオンスタイル甲府昭和 1階 催事場

↓問合せ 総務課 ☎274-8511

※8月下旬から、隔月で年6回、豊富地区の約340件を検針します。

対象(全てに該当すること)

- ・県内在住者1人を保証人とできる
- ・健康で長時間の歩行が可能
- ・細かな文字が確認できる
- ・簡単な機械の操作に対応できる

募集人数 若干名

応募手順

- ①上下水道課に連絡
- ②履歴書(写真入り)を作成し、上下水道課窓口を持参

※履歴書の内容を確認後、面接の日程を連絡します。

募集期間 7月24日(金)まで

※詳細は市HPをご確認いただくか、お問い合わせください。

↓問合せ 上下水道課 ☎274-8554

令和9年4月採用 甲府地区消防職員採用試験

第一次試験日 9月27日(日)

試験会場 山梨大学甲府キャンパス(工学部)

採用職種・人数 消防吏員(消防士) 8人程度

申込場所 甲府地区消防本部人事課 (甲府市伊勢三丁目8-23)

申込期間 7月13日(月)～8月14日(金) 午前9時～午後5時(平日のみ)

※受験資格などの詳細は、甲府地区消防本部HPでご確認いただくか、お問い合わせください。

↓問合せ 甲府地区消防本部人事課 ☎222-11249

自衛官採用試験

募集種目 2等陸海空士(任期制隊員)、一般

曹候補生、航空学生、幹部候補生(一般)、幹部候補曹、防衛大学校学生、防衛医科大学校学生、高等工科学校生徒、予備自衛官補

※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

イベント・教室

消費生活展2026

県央ネットやまなし主催の消費生活問題に関するパネル展示「消費生活展2026」が6月29日(月)から甲府市役所で開催されています。7月4日(土)は場所をイオンスタイル甲府昭和に移して展示します。みなさんぜひお越しください。

※7月4日(土)のみ、啓発品を数量限定で

地域の頼りあいコミュニティ「山梨中央・富士川シェアタウン」

5月7日(木)、中央市、富士川町、株式会社はくばく、株式会社アズママ(ASAMAMA)の4者が、子育てや暮らしの困りごとの解決を核とした包括連携協定を締結しました。

この協定により、中央市・富士川町で地域の頼りあいコミュニティをつくるプロジェクト「山梨中央・富士川シェアタウン」が本格始動し、7月26日(日)にはオープニングイベントが開催されます。みなさんぜひお越しください。

日時 7月26日(日) 午前10時～午後3時

場所 イオンタウン山梨中央 センทรัลコート

道の駅とよみ桃のイベント開催

▼桃フェア2026

甘くてみずみずしい、採れたての桃を販売します。さまざまな品種を取り揃え、みなさんをお待ちしています。

日時 7月4日(土) 午前9時～

場所 道の駅とよみ

▼桃とすももの競演3DAYS

採れたての桃とすももを販売します。

日時 7月18日(土)、19日(日)、20日(月・祝) 午前9時～

場所 道の駅とよみ

↓問合せ (一財)中央市農業振興公社 ☎269-12411 ☎269-13424

夏休み子ども向け防災講座(予約制)

「いつも(日時)」「もしも(非常時)」「もかけがえない自分と大切な人の命を守るために、「フェーズフリー」という新しい防災の考え方のもと、楽しみながら防災について学びます。

※フェーズフリーとは、日常時と非常時(災害時)の境界をなくし、普段利用しているモノやサービスを災害時にもそのまま役立てようとする、防災の新しい概念です。

対象・定員 親子7組(先着)

持ち物 懐中電灯

申込期間 7月3日(金)～28日(火)

↓申込み・問合せ 生涯教育課 ☎274-8522

日時 7月25日(土) 午後1時30分～3時30分

場所 北巨摩合同庁舎(韮崎市本町4-1-4)

内容 防災リズム体操、煙体験、水消火器体験、段ボールベッド組立体験、消防車などの展示 ほか

対象 年長児～小学校4年生まで

※保護者の同伴が必要

定員 40人(保護者含む)

持ち物 飲料、運動しやすい服装、スニーカー、汗拭きタオル、はさみ(使い慣れたもの)

申込期限 7月21日(火)

↓申込み・問合せ 山梨県中北地域県民センター ☎0551-1231-3051 ☎0551-231-3012

✉ch-kennic@pref.yamanashi.lg.jp

生涯教育講座 豊富郷土資料館ナイトツアー

普段見ることのできない夜の資料館を親子で探索してみませんか。懐中電灯の明かりを頼りに、課題の答えを探しながら資料館を一周します。今年は「灯り」についての学習や、最後には恐怖の試験も…。

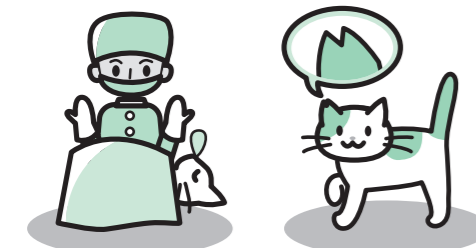
日時 7月31日(金) 午後6時45分(受付) 午後7時～

場所 豊富郷土資料館

環境のこと

市民環境課 環境担当 ☎274-8543

飼い主のいない猫の不妊・去勢手術を助成します



市では、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術への助成を行います。

対象 ・市内在住の人
・市内に事務所を有する個人または法人

助成対象経費 令和8年4月1日から令和9年2月28日の間に実施した、猫の不妊・去勢手術および耳先カットの処置に要した費用

助成額(上限) 不妊手術(メス)1万6,000円
去勢手術(オス)1万1,000円


申請方法 申請書(医師の証明必須)に、「領収書の写し」と「正面から撮影した個体全体が分かるカラー写真および耳先カット後の猫の様子が分かるカラー写真」を添えて、市民環境課窓口で提出してください。

申請期限 令和9年3月10日(水)まで

※予算に限りがあるため、期限よりも前に受け付けを終了する場合があります。

※申請書は市HPからダウンロードするか、市民環境課窓口で入手してください。

※詳細は市HPでご確認いただくか、市民環境課にお問い合わせください。



市HPはこちら

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

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

男女共同参画週間の展示を行いました



男 女共同参画週間（6月23日（火）～29日（月））にあわせ、田富図書館で男女共同参画に関する図書の展示やしおり配布を行い、多様な視点からの「あなたらしさ」について考えるきっかけとして多くの来館者にご覧いただきました。

1人ひとりが自分らしく輝き、多様な生き方や価値観を認め合える社会の実現をめざし、引き続き、男女共同参画に関する取り組みや、啓発活動、イベントを行ってまいります。



ご意見・ご感想をお待ちしております

委員会事務局：企画課 ☎274-8523

インストール方法などの詳細は、各アプリストアで検索するか、警察庁HP「警察庁・SOS47特殊詐欺対策ページ」でご確認ください。
警察庁HPはこちら

山 梨県内で、親族や公共機関の職員、警察をかたる特殊詐欺の予兆電話が頻りに確認されています。
山梨県内の令和7年度の特殊詐欺被害額は5億円以上ののぼり、特殊詐欺は身近な問題です。巧妙化する手口から身を守るため、警察庁がその効果を認めた「警察庁推奨」の防犯アプリ「詐欺対策 BYNT Tタウンページ」「詐欺バスターLite」を導入しませんか？
これらのアプリは警察から提供された「実際に犯行に使われた電話番号」の膨大なデータを活用しています。怪しい番号

から着信があった際、自動でブロックしたり、携帯電話の画面上で詐欺電話の可能性があることを警告したりすることで、犯人と直接話す機会を未然に防ぎます。どちらも無料（ダウンロードやご利用時に発生する通信料は利用者負担）で利用でき、操作も簡単です。ご自身のスマホはもちろん、離れて暮らすご家族の端末にも導入することで防犯力を高めることができます。
「自分は大丈夫」という油断が狙われます。最新のテクノロジーを味方につけ、詐欺被害を未然に防ぎましょう。

市民安心

特殊詐欺被害をゼロに！
警察庁推奨の無料アプリを活用しましょう

危機管理課 ☎274-8519

内容 マルシェ、親子向けワークショップ、交流ブースなど
※詳細はアスマンエド (<https://asmana.jp/yctf20260729/>) を「確認」してください。
↓問合せ 政策秘書課 ☎274-8512

盆踊り講習会・盆ぼん夏祭り
夏の日常風景だった盆踊りを踊ってみませんか。年齢に関係なく誰でも楽しく踊れる定番を中心に、盆踊りの講習会を開催します。8月15日（土）には「盆ぼん夏祭り」を開催します。講習会で覚えた盆踊りで、地域の絆を深めましょう。

日時・場所
▼盆踊り講習会
①7月11日（土） 午後1時～4時
田富北小体育館
②7月25日（土） 午後3時～5時
玉穂総合会館 多目的ホール
③8月2日（日） 午後1時～4時
豊富中央公民館 多目的ホール
④8月8日（土） 午後3時～5時
玉穂総合会館 多目的ホール

講師 市文化協会 舞踊部のみなさん
持ち物 上履き、飲料
※申し込み不要です。各日、講習内容は同じですので、都合の良い日にご参加ください。

▼盆ぼん夏祭り
日時 8月15日（土） 雨天中止
午後6時～8時
場所 中央市玉穂ふるさとふれあい広場
↓問合せ 「盆ぼん夏祭り」中央市民実行委員会 ☎274-18522

入札結果公表

→問合せ 管財課 ☎274-8517

入札執行日 令和8年5月27日

※金額に消費税は含まれません(単位:円)

工事・委託・物品(役務)名	工事・委託・納入(納品)場所	落札業者	落札金額	予定価格
中央市立田富中学校2号館トイレ洋便器取替工事	布施地内	日昇総合設備㈱	4,660,000	4,800,000
中央市総合防災公園芝生等散水業務委託	布施・山之神・臼井阿原地内	㈲峡中緑化	1,660,000	1,731,000
第3次中央市男女共同参画基本計画策定業務委託	中央市内	㈱サンニチ印刷	1,967,620	4,545,000
中央市一般廃棄物処理基本計画(第3次)策定業務委託	中央市内	不調		3,500,000
中央市役所清掃業務委託	中央市役所	㈱日本リフレッシュ	5,220,000	6,200,000
市道3820号線道路擁壁改修工事設計業務委託	関原地内	㈱太陽設計	2,950,000	3,140,000
上成島地内法定外道路舗装工事設計業務委託	成島地内	㈱太陽設計	6,220,000	6,660,000
市道玉穂中央通り線道路改良事業(第Ⅱ期)詳細設計業務委託	下河東地内	㈱ブレーズ	53,300,000	58,030,000
鍛冶新居地区他配水管布設工事詳細設計業務委託	山之神・布施・西花輪地内	㈱エスティ設計 南アルプス市支店	4,900,000	5,190,000
市営久保団地給水ポンプ他更新工事設計業務委託	大鳥居地内	㈱木村設計	2,250,000	2,380,000
市営飛石団地解体工事設計業務委託	西花輪地内	㈱山形一級建築士事務所	3,080,000	3,200,000
中央市立田富小学校渡り廊下建設工事設計業務委託	布施地内	㈱佐野設計	9,000,000	10,230,000
中央市消防団保護帽購入	中央市役所	三和防災㈱	1,999,500	2,113,500
中央市学校給食センター食器購入	臼井阿原地内	㈱日新厨房企画	2,979,300	3,843,000
中央市立田富第二・田富第三統合保育園プール購入	西花輪地内	㈱マルアイ産機	4,000,000	4,280,000
中央市立田富第一保育園什器等備品購入	布施地内	㈱正直堂 本部・中央支店	10,640,000	11,200,000
中央市立田富北小学校児童用机椅子購入	臼井阿原地内	㈱正直堂 本部・中央支店	4,092,800	4,310,000
中央市学校給食センター複合機リース	臼井阿原地内	㈱マルモ	2,220,000	2,345,000

入札執行日 令和8年5月27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)

物品(役務)名	納入(納品)場所	落札業者	落札金額	予定価格
業務系パソコン等リース	中央市役所他	㈱マルモ	57,480,000	59,568,000
情報系パソコン等リース	中央市役所他	㈱マルモ	148,710,000	156,540,000

がんばれ子育て

7月は児童扶養手当の支給月です

7月10日(金)に、5月・6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、ひとり親家庭を対象に支給される手当です。

↓問合せ 子育て支援課 ☎274-8557

心理士や保健師の子育て相談・カウンセリングをご利用ください

▼子育て相談(要予約)

お子さんの成長発達に関する心配事や、お子さんの個性に合わせた上手な関わり方など、子育てについて心理士や保健師に相談してみませんか。

日時 9月15日(火)

午前9時～正午

場所 玉穂勤労健康管理センター

対象 未就学児と保護者

▼リフレッシュカウンセリング(要予約)

日頃のストレスや悩みを話してリフレッシュしてみませんか。心理士によるカウンセリングが無料で受けられます。

子育て支援センター「しん☆ちび」各種イベントのご案内

ひろば防災DAY

子育て中に知っておきたい防災についての情報をお届けします。また、午後には地震を想定した訓練も実施予定です。

日時 7月8日(水)
場所 しん☆ちび 子育て広場
対象 0歳～未就学児親子

親子リトミック教室(申込制)

音楽に合わせて、親子でふれあいながら、楽しくからだを動かしましょう。

日時 7月15日(水)
午前10時30分～11時30分
場所 しん☆ちび 多目的ルーム
講師 鶴田 香予子 さん
対象 歩けるお子さん～未就学児親子
定員 15組
参加料 500円
申込期限 イベント前日まで

ふたご・多胎親子あつまれ(申込制)

ふたご・多胎親子のみなさんが集まって、あそんだり、おしゃべりしたり、交流を楽しむ会です。

日時 7月16日(木)
午前10時30分～11時30分
場所 しん☆ちび 多目的ルーム
対象 ふたご・多胎児の親子
定員 5組
申込期限 イベント前日まで

※各イベントの詳細の確認や参加申し込みは、しん☆ちびHPをご利用ください。
→申込み・問合せ
子育て支援センター「しん☆ちび」
☎269-8212



しん☆ちびHPはこちら

日時 8月19日(水)・24日(月)

午後1時～4時

8月31日(月) 午前9時～11時

場所 玉穂勤労健康管理センター

対象 育児中の人

↓申込み・問合せ

健康増進課 ☎274-8542

児童・生徒の自転車用ヘルメット購入費用の一部を助成します

ヘルメットの着用を促進し、事故時の被害軽減を図ることを目的に、ヘルメットの購入費用の一部を助成します。

対象 市内に住所を有し、小・中学校に在籍する児童・生徒の保護者

助成額 購入費用の2分の1

(上限2,000円)

※助成を受けることができるのは、児童・

生徒1人につき1回限りです。

※申請方法などの詳細は市HPをご覧ください。

↓問合せ 教育総務課 ☎274-8521

小・中学生が受検する学力検定の一部を助成します

児童・生徒の学習意欲の向上や、保護者の経済的負担軽減を目的に、学力検定の一部を助成します。

対象 市内に住所を有し、小・中学校に在籍する児童・生徒の保護者

助成対象検定 実用英語技能検定、日本漢字能力検定、文章読解・作成能力検定、実用数学技能検定

助成金額 検定料の2分の1

※児童・生徒1人につき、同一年度あたり各検定1回です。

※申請方法などの詳細は市HPをご覧ください。

↓問合せ 教育総務課 ☎274-8521

健康ライフ

献血にご協力ください

7月は愛の血液助け合い運動2月間です。不足しがちな夏の献血で命をつなぐボランティアに参加してみませんか。

身近な会場で行われる献血へ、若い世代をはじめ、みなさんのあたたかいご協力をお願いします。

日時 7月28日(火)

午前9時30分～11時30分、午後0時45分～3時30分

場所 中央市役所

対象 17歳～69歳

※混雑緩和のため、献血WEB会員登録サービス「ログイン」(https://www.kenketsu.jp/Login?startURL=%2F)の事前予約を1活用ください。

※400ml献血のみ

※65歳以上の人は、献血をされる人の健康を考え、60歳から64歳の間に献血の経験がある人に限ります。

↓問合せ 健康増進課 ☎274-8542

充実ふくし

国民健康保険加入中のみなさんへ 保険課からのお知らせ

医療費が高額になる場合の限度額適用について

入院や外来診療などで医療費が高額になる場合、マイナンバーカードを提示すると、

保険適用にかかる支払いが自己負担限度額までになります。自己負担限度額は世帯の所得区分によって異なり、課税状況によっては食事が減額される場合もあります。これまで紙の限度額適用認定証をお持ちの人も、今後はマイナンバーカードを提示すれば医療機関で自己負担限度額等の情報の確認ができるため、限度額適用認定証の事前申請が不要になります。ただし、次に該当する人は、引き続き限度額適用認定証の申請が必要です。

限度額適用認定証の申請が必要な人(いずれかに該当)

・マイナンバーカードを取得していない人

・直近12か月の中で入院日数が90日を超える住民税非課税の人

申請期間 7月1日(水)～

場所 保険課、玉穂支所、豊富支所

※玉穂支所・豊富支所で申請の場合は、後日郵送でお届けします。

国民年金保険料の納付に困ったら

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合は「保険料免除制度」や「保険料納付猶予制度」をご利用ください。

申請者本人、配偶者、世帯主の前年所得で審査し、承認されると保険料の納付が免除・猶予されます。

免除や猶予を受けずに保険料が未納の状態ですと、障害基礎年金や遺族基礎年金が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

申請場所 保険課、玉穂支所、豊富支所、竜王

持ち物 申請者の本人確認書類(運転免許証など)、世帯主および認定証の交付を受ける人のマイナンバーの分かるもの

※直近12か月の中で入院日数が90日を超える住民税非課税世帯の人は領収書など入院期間の分かるものが必要です。

↓問合せ 保険課 ☎274-8545

山梨県シルバー人材センター連合会から技能講習のお知らせ

令和8年度にシルバー人材センターに入会して就業を希望される人が対象の講習会です。

申込期限までに受講申込書の提出が必要で

なつやすみチャレンジ体験 なつ★チャレ 参加者募集



小 中高生を対象に、多様性や福祉、ボランティア活動などを学ぶイベント「なつ☆チャレ(中央市社会福祉協議会主催)」が開催されます。

夏休みの思い出作りに、友達や兄弟姉妹を誘ってぜひご参加ください。

日程・内容
7月29日(水)
・非常食を作ってみよう!
・水中の安全教室(玉穂B&G海洋センター)～ライフジャケットを使ってプールで浮いてみよう!～

8月5日(水)
・郷土料理を作ろう!
～ほうとうづくり～
・手話教室
～聞こえないってどんな感じだろう～

場所 玉穂総合会館
対象 市内在住の小学校4年生～高校生
※保護者同伴での参加も可能です。
定員 25人(先着)
申込期間 7月7日(火) 正午～
※定員になりしだい終了
申込方法 WEB申し込み
※詳細は中央市社会福祉協議会HPをご確認ください。



申し込みはこちら

→問合せ 中央市社会福祉協議会 ☎274-0294





5/7 (木)

地域コミュニティづくりを目指して ~株式会社はくばく~



7月26日(日)「山梨中央・富士川シェアタウン」オープニングイベント開催!

地域コミュニティづくりを目的に、中央市、富士川町、株式会社はくばく、株式会社アズママ (AsMama) の4者が包括連携協定を締結しました。

この協定は、子育てや暮らしの困りごとの解決を核としており、今後、地域の担い手「シェア・コンシェルジュ」の発掘や育成、交流イベントの企画・開発支援などに取り組みます。7月末からは、中央市・富士川町で地域の頼りあいコミュニティをつくるプロジェクト「山梨中央・富士川シェアタウン」がはじまります。

地域産業の発展に向けて

~市役所~

地域産業の発展や農産物の国際展開、高度外国人材の活用、外国企業の誘致などを目的に、中央市は独立行政法人日本貿易振興機構 (JETRO) と協定を締結しました。

市では今後、日本貿易振興機構の支援機能を最大限に活用し、市の地域産業や経済の発展、持続可能な成長に向けて取り組んでいきます。



地域産業を世界に向けて発信していきます!

5/14 (木)

5/16 (土)

た・から創業祭 ~た・から農産物直売所~



ヤングコーン、たくさんゲットしたよ!

創業から20年を迎えたた・から農産物直売所で、創業祭が開催され、新鮮な野菜を求めて多くのお客さんが詰めかけました。

会場には農産物の直売のほか、ヤングコーンの詰め放題、ヨーヨー釣り、くじ引きなど子どもが楽しめるブースが設けられ、来場者を楽しませてくれました。



来場者でにぎわうた・から

市民ウォーキング大会

~富士川クラフトパーク~



望月市長から激励をいただきました

市スポーツ推進委員協議会主催のウォーキング大会が開催され、富士川クラフトパークを散策しました。望月市長も一緒に歩き、参加者とコミュニケーションをとっていました。

パーク内はバラが見ごろを迎えており、気持ちの良いウォーキング大会となりました。



天気に恵まれ気持ちの良いウォーキングとなりました

5/17 (日)

※参加するには、事前にシルバー登録が必要で、要です。

▼ガーデンング講習

バラの植付けや剪定を中心に、園芸スタッフとして必要な知識を学びます。

日程・場所 9月9日(水) 昭和町内

定員 15人(書類選考)

申込期限 7月10日(金)

▼ラジコン電動草刈り機講習

多種多様な刈払機の取り扱いを実習で学びます。

日程・場所 10月2日(金) 甲斐市内

定員 10人(書類選考)

申込期限 8月10日(月)

▼介護施設送迎講習

介護施設などの送迎業務に関わる安全運転・介助技術を学びます。

※2日間の日程を修了した人に、国土交通大臣認定「福祉有償運送送迎講習者講習」修了証を交付します。

日程 10月5日(月)・6日(火)の2日間

場所 甲府市内

定員 15人(書類選考)

申込期限 8月10日(月)

▼遺跡発掘講習

実際の発掘現場で、遺跡発掘の基礎、考古学の基礎、遺跡発掘技術の基礎などを学びます。

日程・場所 10月中 中央市内

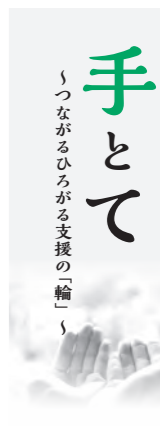
定員 20人(書類選考)

申込期限 8月10日(月)

↓申込み・問合せ

山梨県シルバー人材センター連合会

☎2268180383



手とて

障がいがある人、高齢者、妊産婦などの車の乗り降りに配慮が必要な人が、公共施設や商業施設などの「思いやり駐車区画」の表示がある駐車場に車を止め、施設を利用できるように支援する制度です。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)
- ・難病患者
- ・高齢者(要介護1以上)
- ・妊産婦(母子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)

申請場所

福祉課または中北保健福祉事務所

↓問合せ 福祉課 ☎27418544

中北保健福祉事務所 ☎055112313443

みなさんの健康

リウマチ膠原病ってどんな病気?

山梨大学医学部附属病院 リウマチ膠原病内科
診療科長・准教授 中込大樹

「リウマチ」という言葉は耳にしたことがあっても、「膠原病」と聞くと難しい病気、怖い病気という印象を持たれる人も多いかもかもしれません。今回は、私たちが日々診療しているリウマチ膠原病についてご紹介したいと思います。

まず、関節リウマチですが、実はリウマチも膠原病の一種です。私たちの体には、細菌やウイルスなどの外敵から体を守る「免疫」という仕組みがあります。しかし、何らかのきっかけで、本来は自分を守るはずの免疫が、自分自身の体を攻撃してしまうことがあります。このような免疫の異常によって起こる病気を、総称して「膠原病」と呼びます。

関節リウマチでは、主に関節に炎症が起こります。関節の内側にある「滑膜」という組織に炎症が起こり、腫れや痛み、朝のこわばりなどの症状が出現します。炎症が長く続くと、関節や骨が破壊され、変形につながることがあります。一方で、リウマチ診療はこの20年ほどで大きく進歩しました。現在では、生物学的製剤やJAK阻害薬など新しい治療薬が次々と登場し、早期診断・早期治療によって症状をしっかりと抑え、普段通りの生活を送れる患者さんも増えていきます。また、関節エコー検査などを用いることで、より早い段階で炎

症を見つけられるようになってきました。膠原病には、関節リウマチ以外にもさまざまな病気があります。皮膚、関節、腎臓に炎症を起こす全身性エリテマトーデス(SLE)、筋肉、皮膚、肺に炎症を起こす皮膚筋炎・多発性筋炎、皮膚や内臓が硬くなる全身性強皮症、目や口の乾燥を引き起こすシェーグレン症候群などです。また、近年注目されている病気に「血管炎」があります。これは血管に炎症が起こる病気で、発熱、体重減少、腎障害、肺病変、しびれなど全身にさまざまな症状を引き起こします。特に高齢化に伴い、高齢者に多いANC A関連血管炎の患者さんは増加しています。膠原病の治療は、以前は大量のステロイド治療が中心でしたが、現在ではさまざまな新しい治療薬の登場により、ステロイドをできるだけ減らしながら治療することが可能になってきています。

リウマチ膠原病は専門性が高く、診断が難しいこともあります。しかし現在では、適切な診断と治療によって病気をコントロールできる時代になっていきます。原因不明の発熱、関節痛、体重減少、長引く倦怠感などがある場合には、早めに専門医へ相談することが大切です。

企画 一般財団法人 里仁会



5/28 (木)

熱戦！青雲祭 ～田富中学校～

田富中学校で青雲祭(体育の部)が開催され、クラスや学年の枠を越え、思いっきりスポーツを楽しみました。大縄跳びや綱引き、リレーなど、大勢が一丸となって競う種目では、応援席から割れんばかりの歓声があがっていました。



力を合わせて、オーエス、オーエス!!

接戦！ 勝つのは何色だ!?

5/18 (月)

もろこしパトロール ～市内～



パトロールよろしくお願いします！

警察とJAは、とうもろこしの収穫時期に合わせて、盗難被害を防ぐためにパトロールを強化しています。この日、パトロール隊の出発式が南甲府警察署で行われ、式後、消防団や生産者も協力して市内のとうもろこし畑をパトロールしました。



怪しい人影がないか、入念に見回りました



小学校運動会

～市内小学校～

5/30 (土)

市内の小学校で運動会が開催されました。それぞれの学校で特色のある演技や競技が披露され、応援にかけつけた保護者のみなさんから、児童たちへ大きな声援と拍手がおくられました。



田富北小



田富南小



田富南小



玉穂南小



豊富小



豊富小



玉穂南小

5/21 (木)～6/7 (日)

地域防災リーダー育成講習

～市役所～



手書きの防災マップを作成しました

自主防災組織の防災人材の育成を目的に、地域防災リーダー養成講習を実施し、各自治会や防災士を取得している市民42人が参加しました。全3回の日程の中で、実例を踏まえた共助の大切さを学ぶ座学講習、体験型の実習、自主防災会の事例発表などがあり、参加者は自助・共助の重要性を学び、地域の防災リーダーとしての知識を深めました。



足首を固定する方法を学びました

5/22 (金)

新入生ブックプレゼント

～田富小学校～



夢中で聞き入る児童たち

市では、市内小学校の新1年生に本を贈る「新入生ブックプレゼント事業」を実施しています。この日、田富小学校で贈呈式が開かれ、望月市長から児童へ本が手渡されました。また、市立図書館のボランティアグループの読み聞かせが行われ、児童たちは夢中で聞き入っていました。



たくさん読んでね！



みんな一列になってきれいに植えるぞー

親子で田植えを体験

～市内ほ場～

6/8 (土)

子どもたちが農業体験をとおして地産地消や食の大切さを学ぶ「教育ファーム」が実施され、市内公立保育園5園の園児とその保護者が田植えを体験しました。秋には稲刈り体験を予定しており、収穫したお米で作ったおにぎりが給食に登場します。



親子で協力して田植えを行いました

わんぱく与一まつり

～豊富郷土資料館～

5/23 (土)



狙いを定めて… 的に当たるかな!?

地域の文化や歴史上の人物「浅利与一公」を遊びながら学ぶイベント「わんぱく与一まつり」が豊富郷土資料館で開催されました。会場には弓矢体験コーナーや甲冑工作コーナーなどが設けられ、参加した子どもたちはそれぞれ与一公になりきって楽しんでいました。



手作りのカブト、似合ってるね



ちよっと気になる本

児童(幼児くらいから)
くるん くるん



線がくるくるしたら、何か見えてきたよ。指でたどって、一緒にくるんくるんしよう。
最初から最後までぜんぶ1本の線でつながった、赤ちゃんから楽しめる絵本です。

中新井純子作・絵 童心社

児童(小学低学年くらいから)

1が かけたよ



カニやアリ、ひよこなど、さまざまな生きものがいるフマ先生のクラスで、数字の「1」を書いてみることにしました。すると、いろんな1が集まって…。みんなはどんな1を書いたのでしょうか？

ウー・ヤナン作 リウ・ロンシャ絵
木坂涼訳 岩崎書店

児童(小学高学年くらいから)

イチからつくる 蚊とり線香



ハルちゃんとおブくんは、蚊とり線香の原料を育て、イチから蚊とり線香をつくってみたいと思うように…。シロバナムシヨケギクの育て方や、線香の使い方なども紹介している本です。

湯澤規子・飯尾裕光編 赤池佳江子絵
農山漁村文化協会

期間 7月16日(木)～30日(木)

押花工房花ばたけ作品展

期間 8月7日(金)～22日(土)

【ワークショップ】

日時 8月8日(土)・22日(土)

①午前10時～、②午後1時～

内容 ペン立て、うちわ、カレンダー作り

定員 各回15人

参加料 500円(材料費)

豊富図書館イベント

▶おりがみで楽しみましょう

日時 7月8日(水)・12日(日) 午前10時～11時30分

▶ちよっとこわーいなつやすみのおはなし会

日時 7月30日(木) 午前10時～10時40分

申込期間 7月13日(月) 午前10時～

▶なつやすみおりがみ体験教室

日時 8月5日(水) 午前10時～11時

▶甲州弁でかたるむかしばなし

日時 8月19日(水) 午後2時～2時40分

対象 小学生およびその保護者

定員 30人

申込期間 7月21日(火) 午前10時～

田富図書館イベント

▶夏休み親子体験教室「折り紙リースづくり」

日時 8月2日(日)

①午前10時30分～正午 トトロのリースづくり

②午後2時～3時30分 季節のあさがおのリースづくり

(小学生以上)

定員 各回20人

申込期間 7月8日(水)～ 電話またはカウンター

7月のおはなし会

▶玉穂生涯学習館

ちいちゃいちいちゃいおはなし会(6か月～3歳)

日時 7月15日(水)、8月5日(水) 午前10時30分～

おはなしでてこい(幼児～小学校低学年)

日時 7月4日(土)・19日(日) 午前11時～

すみれちゃんのおはなし会(幼児～小学校低学年)

日時 7月12日(日) 午後3時30分～

▶豊富図書館

おはなしかいモモ(3歳～8歳くらい)

日時 7月25日(土) 午前10時30分～

▶田富図書館

トミーくんのおはなし・あそびタイム(6か月～)

日時 7月14日(火) 午前11時～

キッズおはなしききタイム(3歳～8歳くらい)

日時 7月11日(土) 午前11時～

3館共通イベント

▶ぬいぐるみのおとまり会

玉穂生涯学習館・田富図書館

日時 8月8日(土)～9日(日)

定員 各10組

豊富図書館

日時 8月22日(土)～23日(日)

定員 5組

申込期間 7月22日(水) 午前10時～ 電話または各館カウンター

玉穂生涯学習館イベント

▶図書館シネマ(子ども向け)

日時 7月17日(金) 午後2時～(開場:午後1時30分)

上映作品 「映画すみっこぐらし ツギハギ工場のふしぎなコ」

▶なつやすみ折り紙教室

日時 7月23日(木) 午前10時～

対象 幼児～小学校2年生

定員 20人

申込期間 7月10日(金) 午前10時～ 電話またはカウンター

▶図書館シネマ

日時 7月28日(火) 午後7時～(開場:午後6時30分)

上映作品 「おいしい給食 Final Battle」

▶おはなしカーニバル

日時 8月1日(土) 午前11時～

▶なつやすみ工作教室

日時 8月6日(木) 午後1時30分～

対象 小学校3年生～6年生

定員 20人

申込期間 7月24日(金) 午前10時～ 電話またはカウンター

▶玉穂生涯学習館ロビーギャラリー

わんぱく児童館プラゴミアート作品展

一般
整体に行く前に読みたい
痛み・コリが続く人の「身体のカセ図鑑」



座り方、立ち方、寝相、歩き方など無意識に行う身体のカセから不調の原因を見つけ、メンテナンス方法を解説する一冊。分かりやすいイラスト付きで手軽に始めることができます。

みお著 KADOKAWA

一般

水耕栽培まどべじ!
窓辺でカンタン野菜づくり



部屋の窓辺で野菜を育てる「まどべじ」のコツを解説した一冊。リサイクル容器と100円均一の商品を使って手軽に始められる点も魅力です。この本をきっかけに「まどべじ」に挑戦してみませんか?

利倉夏実著 主婦と生活社

一般

子どもと海あそび



はじめて磯・砂浜へ出かける時に気を付けたい服装や持ち物、海でのルールをまとめた一冊。これからの夏のシーズン、海遊びがより一層楽しくなるような遊び方のヒントが掲載されています。

茂木みかほ著 グラフィック社

はじめて磯・砂浜へ出かける時に気を付けたい服装や持ち物、海でのルールをまとめた一冊。

これからの夏のシーズン、海遊びがより一層楽しくなるような遊び方のヒントが掲載されています。



図書館利用カードの有効期限にご注意ください

中央市立図書館では、利用登録者の情報を適切に保護・管理するため、4月から図書館利用カードの有効期限を設けています。

有効期限は、利用カードの登録日または最後に図書資料を貸し出しをした日から3年間です。有効期限が切れると図書資料の貸し出しやインターネットサービス(マイライブラリーへのログイン)の利用などができなくなります。

期限切れの利用カードをお持ちの場合は、最寄りの図書館で更新の手続きをしてください。

中央市の人口と世帯

面積: 31.69km²
中央市役所の位置
北緯35度35分58秒
東経138度31分2秒

令和8年6月1日現在 ()は前月比
住民基本台帳人口… 30,305人 (-7人)
男…………… 15,006人 (-5人)
女…………… 15,299人 (-2人)
世帯…………… 14,353世帯(+2世帯)

5月下旬、市内の小・中学校で運動会が開催され、児童・生徒たちが元気いっぱいグラウンドを駆け回る様子を撮影してきました。素敵な笑顔がたくさん撮れて、どの写真を表紙にするか迷いに迷った末、この写真を選びました。跳び上がる全員足のピタリ揃い、生徒たちの「みんなで勝つんだ」という熱い思いが、レンズを通して伝わってきた瞬間です。



今月の表紙



歴史が真ん中

Chuo City's history

あんどん 行灯



history No.64

雰囲気あるやわらかい灯りだけどちょっと暗いかな…



行灯は、箱形の木枠の周りに和紙を貼り、内側に油を入れた皿を置いて火を灯した照明具です。火の周りを覆うことで隙間風の多い日本家屋でも安定した灯りを確保できるように作られ、石油ランプの普及する明治時代まで広く使われました。

豊富郷土資料館に展示されている行灯は、高さ80cm、奥行27cm、幅27cmで上半分に和紙が貼られています。木枠が上にスライドして開く面が1面あり、そこから梁の上ののっている、直径6cmほどの油皿に火をつけたり手入れをします。

江戸時代の燃料としては、動物や植物の油がありますが、一般的には安価な魚の油「魚油」が使われていました。イワシの油が代表的でしたが、においが強く猫が寄ってきてなめることもあったそうです。

7月31日(金)開催の資料館ナイトツアー(詳細は13ページ参照)では、昔の灯りを体験するコーナーもあります。もしかすると猫もやってくるかも。



保育園給食の献立

わんぱくレモンピ



暑い夏でも美味しく栄養補給

お肉と野菜をバランスよく食べられるメニューです。

作りかた

- ① フライパンに油をひき、豚ひき肉を炒める。
- ② 豚ひき肉に火が通ったら、焼肉のタレを入れて味をつける。
- ③ ほうれん草は2cm幅、きゅうりとにんじんは千切りにする。
- ④ ほうれん草、にんじん、もやしを茹でて、冷ます。きゅうりもさつと茹でて、冷ましておく。
- ⑤ ④の水気を絞って、しょうゆとごま油で和える。
- ⑥ 器にご飯を盛って⑤を②の順で乗せる。

■子ども向けの味付けになっていますが、ひき肉にコチュジャンなどの辛味を入れてもいいしくできます。

調理の



材料(大人4人分)

ごはん……………	茶碗4杯分	もやし……………	1/4袋
豚ひき肉……………	180g	きゅうり……………	1/2本
油……………	小さじ1	にんじん……………	1/3本
焼肉のタレ……………	25g	しょうゆ……………	小さじ2
ほうれん草……………	4株	ごま油……………	小さじ1

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
334kcal	12.9g	10g	0.9g

※1人分の摂取量