

広報ふじみ

2017年9月（平成29年）No.570

巻頭

小林町長退任挨拶／健康増進事業現状と取り組み

富士見星峰クラブ準優勝おめでとうございます（関連記事は21ページに掲載）

前富士見町長小林一彦退任のご挨拶

2期8年町長の役目に全力を傾注し勤められたことは、町民の皆様に支えて頂いたおかげと心から感謝致します。

私は今迄、素晴らしい景観・文化・歴史を守り、しっかりと町づくりをしてきた諸先輩方、町職員、町民の皆様の成果を尊重し継続すると同時に、私自身世界企業を相手に最先端技術、ビジネスで培った知識経験、感性を最大限に引き出し改革・改善を実行することに努めました。

現在、就任時のパノラマの借金35.2億円の返済は完了し、土地開発公社の17.9億円の借金は早期に決断したメガソーラーが全額返還できるペースで安定して発電をおこなっています。

また、福祉事業でも急速に進む高齢化の中、施設整備も必要となり、国の補助金を獲得し、新清泉荘の建設及び一本松の家の建設を行い、高齢者の安心を高めてきました。

子育て支援を強化し、行政が母親代わりを一部担うという考えで、子育てにも力を入れています。町でも0から2才の未満児保育のニーズが高く、希望する全員の保育を受け付けているほか、病児保育や延長保育も実施しています。その結果、女性の社会進出、産業界の労働力不足の解消に向けた効果が上がっています。

さらに、私は町民の皆様の健康に強い関心を持ち、自分で予防する様々な仕掛けを用意し実行していただきました。その結果、健康管理を勉強し改善する意識が浸透し、この2、3年間の医療費は大きく減少しました。

また、国保料は下がりかつ健康寿命延伸を実現することも出来ました。

以上、様々な政策によって、住み良い町づくりが進んだと確信しています。

これからの最大の問題は少子高齢化・東京等への転出による厳しい人口減少が続いている事です。町では平成27年度に地方創生5か年計画を策定し、5年間の人口減をゼロに抑

える具体的な目標を掲げました。森のオフィスを建設し、IT企業や個人IT事業者の誘致をしています。その他にも新規就農者の誘致、一般の方の移住促進、子供の人数増等具体的な数値目標を設定しています。これは役場職員・外部有識者・コンサルを中心に、議員の方とも議論して実現の可能性があるものとしてまとめました。そして現在、役場職員・町民関係者が一丸となって施策を実行中です。

私は富士見の将来は本計画の完遂にかかっていると思います。皆で心を合わせ、脱人口減を目指し、より魅力ある住み良い町づくりに挑戦して頂く事を祈念し、町長退任の言葉と致します。

本当に充実した8年間、誠にありがとうございました。

健康増進(健康寿命延伸)事業現状と取り組み

健康長寿の推進

超高齢化社会を迎えている現在、「高齢者ができる限り長く自立した日常生活を送ることができること」＝「健康寿命の延伸」が重要となってきたため、町では、健康増進のため積極的に様々な地域活動を支援しています。住み慣れた地域で自立した元気な高齢者で居続けられるよう、日常的な運動や食事などの健康管理により介護予防、生活習慣の改善を心掛けましょう。また、定期的に健康診断を受診して健康をチェックし、重症化予防ため必要に応じて保健指導を受けましょう。

中長期的な医療費の抑制、生涯にわたる生活の維持・向上が図られ「健康寿命の延伸」につながります

国民健康保険(国保)の現状

国保が負担する医療費総額は平成25年度の10.75億円をピークに減少傾向となり、一人当たり医療費も下記の表のとおり減少に転じています。医療費の減少の主な要因は、前期高齢者(65から74歳)の医療費の減少です。

生涯を通じて健康で居続けることは医療費の抑制に反映されます。

介護保険の現状

平成15年度から諏訪広域連合で広域介護運営がスタートし、施設の整備や介護サービスを充実してきましたので、スタート時の介護保険給付費60.5億円が平成28年度には164.2

億円と大幅に増大しています。国では団塊の世代が 2025 年に後期高齢世代に移行後、2043 年に介護保険給付費のピークを迎えると見込んでいます。

町の介護保険認定者一人当たりの介護保険給付費は、1 ヶ月平均 145,031 円で、諏訪圏域では最も高い給付率となっています。また、介護認定者の出現率も 17.77%と圏域内では 2 番目に高い出現率となりました。

介護依存度の高まりとともに、介護保険制度の見直しにより介護保険料負担基準や利用者負担割合、高額サービス費の基準改正が行われています。介護状態にならない元気な高齢者で居続けることは介護給付費の削減になります。元気な高齢者で居続けられる取り組みが課題となっています。

【一人当たりの医療費】

<21 年度>

一般被保険者数：

3,816 人

一人当たりの医療費：

238,672 円

<22 年度>

一般被保険者数：

3,733 人

一人当たりの医療費：

246,665 円

<23 年度>

一般被保険者数：

3,683 人

一人当たりの医療費：

253,883 円

<24 年度>

一般被保険者数：

3,713 人

一人当たりの医療費：
283,091 円

<25 年度>

一般被保険者数：
3,751 人

一人当たりの医療費：
306,983 円

<26 年度>

一般被保険者数：
3,671 人

一人当たりの医療費：
322,033 円

<27 年度>

一般被保険者数：
3,620 人

一人当たりの医療費：
305,601 円

<28 年度>

一般被保険者数：
3,606 人

一人当たりの医療費：
286,869 円

健康づくりの地域活動に参加しましょう。

民福祉課関連事業

介護サービス事業者、ボランティア、NPO、地域の皆さんと連携して健康づくりのため、地域全体で高齢者を支える取り組みを進めています。

地域包括支援センター主催

介護予防教室「運動スポット」（現在、第2体育館で開催中 10月からは旧恋月荘西棟）

社会福祉協議会主催

地域の通いの場「地区サロン」（各地域）「脳と体の健康教室」「ズクださぎー」（ふれあいセンター）

高齢者クラブの育成

食生活改善推進協議会・保健補導委員会食育・健康講座

生涯学習課関連事業

富士見町地域スポーツクラブと連携して子どもから高齢者まで全世代を対象に健康推進事業に取り組んでいます。4ページで事業を紹介しています。是非ご参加ください。

健康診断を受診しましょう。

各種健康診断の受診により自身の健康状態を把握しておくことが必要です。加入されている健康保険組合等では、特定健康診断を推進し異常が発見された時には特定保健指導として被保険者に対して保健・栄養指導を行い、疾病等の早期発見、早期治療、生活習慣病の改善や重症化予防に取り組んでいます。

心と体を健康に健康推進事業富士見町地域スポーツクラブ

富士見町地域スポーツクラブは、平成20年3月に設立し今年で10年目を迎えました。

合言葉を「スポーツは一生もの」「スポーツは楽しむもの・楽しいもの」「スポーツはみんなのもの」とし、小さな子ども達から、高齢者の方々まで、いつでも・どこでも、ご家族で・仲間でスポーツ（身体を動かすこと）に親しみ、健康で幸せな毎日を送る一助にと活動しています。是非ご参加ください。

子どもたちを主に対象とした事業

スポーツの大好きな子どもたちの育成・支援を目指します。

すくすくスポーツデー

毎月第2金曜日

19時～20時30分

町民センター体育室にて

開催

町民スポーツ祭・キッズスポーツ祭

毎年1回（10月）

町主催のスポーツ祭に参加

毎年1回（ふじみの日）

キッズスポーツ祭開催

小学生のための苦手・つまずき克服教室

毎年5回松本大学のご協力を頂き多種目の教室を開催

小学生のための野外活動体験（アウトドアのエキスパートをめざして）

毎年3回ボーイスカウトリーダーを講師に迎え八ヶ岳少年自然の家他にて開催

成人男女を主に対象とした事業

スポーツを生活の一部として取り入れることを目指します。

サロンげんき塾

包括支援センター主催

ストレッチ教室

毎週水曜日

10時30分から11時30分

第2体育館にて開催

(秋からは旧恋月荘にて開催)

毎週木曜日

10時から11時15分

町民センター2階大会議室にて開催

清泉荘ストレッチ教室

毎週火曜日

10時から11時15分

清泉荘室内ゲートボール場にて開催

いきいき健康教室

毎月2回(第2・第4)

火曜日

10時から11時15分

町民センター2階大会議室にて開催

包括支援センター主催

ストレッチ教室

毎週水曜日

10時30分から11時30分

第2体育館にて開催

(秋からは旧恋月荘にて開催)

ウォーキングの集い

春の菫崎「桃と桜の花を訪ねるウォーキング」、秋の「諏訪湖ウォーキング」など、随時開催

富士見町地域スポーツクラブが目指すもの

クラブマネジャー葛城明美

スポーツクラブの窓口を担当しています。「みんなで創る・みんなのクラブ」が目標です。
ご意見、ご要望等、是非いただければ幸いです。

みんな一緒に楽しもう！

地域スポーツクラブ会長森山高志

地域スポーツクラブは、スポーツを楽しむと同時に、定期的にスポーツをする機会を自分たちの手でつくっていく楽しみもあります。みんなで力を合わせることにより、地域の活性化や子どもたちの健やかな成長とスポーツ技術の向上、スポーツ指導者の育成なども期待されています。

家族や友だち同士、誘い合ってクラブにお出かけください。スポーツのある生活で心身ともに健康になる喜び、仲間と交流する楽しさを存分に味わってほしいと思います。

事務局：海洋センター生涯学習課社会体育係

【お問い合わせ先】電話番号：62-2400

新規就農者・農業法人誘致の取り組み

平成 22 年からスタートした新規参入者支援の成果

平成 22 年から始まった新規就農者の確保・育成の取り組みは、7 年間で独立農家 31 組、農家後継者 7 組、法人就農 9 人の合計 47 組を支援し、現在、町内各地で農業に従事しています。

また、誘致した農業法人は 7 社となり、地域に雇用・経済効果を創出しています。

新規参入者支援制度は、農業人口の増加に加え、町内人口の維持に着実な成果を上げています。

【平成 22 年】

独立就農：4 組

農家跡継：1 組

法人就農：0 人

誘致法人：該当無し

【平成 23 年】

独立就農：5 組

農家跡継：2 組

法人就農：1 人

誘致法人：1 社

【平成 24 年】

独立就農：6 組
農家跡継：1 組
法人就農：3 人
誘致法人：2 社

【平成 25 年】

独立就農：2 組
農家跡継：2 組
法人就農：1 人
誘致法人：1 社

【平成 26 年】

独立就農：5 組
農家跡継：0 組
法人就農：0 人
誘致法人：該当無し

【平成 27 年】

独立就農：3 組
農家跡継：1 組
法人就農：3 人
誘致法人：2 社

【平成 28 年】

独立就農：6 組
農家跡継：0 組
法人就農：1 人
誘致法人：1 社

【新規就農者・農業法人誘致の取り組み、合計】

独立就農：31 組
農家跡継：7 組
法人就農：9 人
誘致法人：7 社

農林業センサスで専業農家数が増加する

直近の平成 27 年センサスで専業農家数が 185 戸となり 5 年前の平成 22 年から 23 戸増加しました。

専業農家に兼業農家・自給農家を加えた総農家数が 135 戸減少する状況で、新規参入者支援制度の取り組みにより、専業農家が増加する結果となりました。

農業者の高齢化により農業者が減る中で、専業農家が増加したことは今後の富士見町の農業にとって明るい兆しと言えます。

農家数の推移

平成 22 年

総農家：1205 戸

（内専業：162 戸）

平成 27 年

総農家：1070 戸

（内専業：185 戸）

新規参入者の集落加入が増加。地域定着が進む

I ターン等で富士見町に移住して就農する者を増やすことは農業振興上、重要ですが、地域に定着し、地域貢献する住民を増やす事は、もっと重要なことです。

独立農家 31 組のうち、集落に加入している割合は 58 パーセントとなっており、年々増加傾向にあります。

就農時は集落加入せず、農業を始めて、日々、農業を通じて地域に溶け込んでいき、数年で地域定着している実態が伺えます。

集落加入率

加入 18 組 58 パーセント

未加入 13 組 42 パーセント

注記：独立農家 31 組のうち、集落に加入している割合は 58 パーセントとなっている

経営安定に向けた支援を加速化する

新規就農者の経営の実態は、販売額 500 万円以上が 47 パーセント、500 万円以下が 53 パーセントとなっており、就農 5 年目の目標額が 500 万円であることから半数の経営が安定していません。

今後は販売額 500 万円以上の割合を増加させるため、農地集積・集約化による作業効率化、生産技術指導の充実により生産量と品質の向上等の取り組みを関係者の連携のもと、さらに加速化させていきます。

販売額別新規就農者割合

100～500 万円：53 パーセント

500～10 時万円：20 パーセント

10 時万円以上：27 パーセント

【お問い合わせ先】 住民福祉課社会福祉係 電話番号：62 - 9328

屋外広告物の適正な設置・管理について

【お問い合わせ先】 建設課都市計画係 電話番号：62 - 9217

屋外広告物は、景観や風致を損ねないように設置し、落下や倒壊などの危険を防止するため適正な維持管理を行いましょう。

【屋外広告物とは】

1. 常時または一定の期間継続して表示されるもの
2. 屋外で表示されるもの
3. 公衆に表示されるもの
4. 看板、立看板、はり紙、はり札、広告塔、広告板、建物その他の工作物等に掲出されるもの、

のことをいいます。

【屋外広告物の表示設置が禁止される物件があります】

信号機、交通標識、歩道柵、カーブミラー、橋、電柱、街路灯柱、消火栓、道路の擁壁などには、原則として屋外広告物を表示設置することが禁じられています。

【屋外広告物の表示設置に届出が必要な地域があります】

国道 20 号や中央自動車道から展望できる地域または八ヶ岳エコーラインの沿道では、屋外広告物の表示設置に届出が必要な場合があります。

また、道路区域内に表示設置するときや、高さ 4 m を超える広告塔、広告板等を設置するときは、道路法や建築基準法の許可や確認が必要になります。

【屋外広告物の定期点検が義務化されます】

近年、適切に管理されていない屋外広告物が見受けられ、倒壊または落下による重大事故が発生した事例もあります。長野県では屋外広告物による危害防止等のため、屋外広告物条例を一部改正しました。

【定期点検の実施】

屋外広告物を表示し、設置し、または管理する方は、日常の補修その他の管理に加え、危害防止等のため、簡易な広告物等を除くすべての広告物について、定期的に点検を行わなければなりません。

【点検結果の保管・報告】

- ・点検結果の記録は、屋外広告物を除却するまでの間、保管しなければなりません。
- ・表示・設置の許可を受けている屋外広告物は、許可の更新時に、直近の点検結果の報告書を提出する必要があります。

【一部改正の施行日】

平成 29 年 10 月 1 日

- ・施行日前でも、倒壊・落下のおそれのある屋外広告物の表示や設置はできません。
- ・施行日において設置後 3 年経過している屋外広告物は、速やかな点検実施をお願いします。

また、9 月 1 日から 9 月 10 日までは、「屋外広告物適正化旬間」です。禁止物件の点検や除却、パトロールを重点的に実施しますので、ご理解、ご協力をお願いします。

下水道に接続し「きれいで快適な生活」

【お問い合わせ先】上下水道課施設係 電話番号：62-9354

下水道への早期接続を！

【お問い合わせ先】上下水道課施設係 電話番号：62-9354

さわやかな環境、快適な生活を与えてくれる下水道の整備には、多額の費用が掛かっています。この多額の資金を投入して整備した下水道も町民のみなさんに利用していただかないと、無駄な施設となってしまいます。また、処理場・ポンプ場・管清掃などの維持管理費や、建設時の借入金返済を利用者からの使用料によりまかなっていかなければなりません。

このようなことから、下水道が使用できる区域の方は、一日でも早く接続されますようご協力をお願いします。宅内排水工事に関する手続き等は、町指定工事店が代行しますのでお気軽にご相談ください。（下水道の宅内排水工事は、町指定工事店でなければ行うことができません）

120万円を無利子で融資斡旋

【お問い合わせ先】上下水道課庶務経理係 電話番号：62-9352

町では、町民の皆さんに一日でも早く快適な生活をしていただくため、下水道への接続工事をされる方に、無利子で金融機関から最高120万円を7年間返済で借りることができる「融資斡旋制度」を設けています。

詳しくは上下水道課庶務経理係にお問い合わせください。

「下水道を正しく使って快適な生活を」9月10日は下水道の日です

【お問い合わせ先】上下水道課施設係 電話番号：62-9354

下水道は、自然や生活環境をより良くするための公共の財産です。下水道の施設は大部分が地下にあるため、詰まったときの修理は大変です。一人一人がルールを守り、快適な生

活を送れるよう、町民の皆さんのご協力をよろしく申し上げます。

トイレトーパー以外は流さない

水に溶けやすいトイレトーパー以外のティッシュペーパーや新聞紙、紙クズ等を流すと詰まりの原因となります。

詰まるものは流さない

固いものや布類は下水管やポンプ場、処理場でも詰まりの原因となります。便器に落としってしまった場合は水を流す前に必ず拾い出しましょう。また、紙おむつや生理用品などの繊維製品も詰まりの原因となるので流さないようにしましょう。

油を流さない

石けんと水と油が化合すると、固まって下水管を詰まらせます。

生ゴミを捨てない

生ゴミなどは詰まりの原因になります。野菜くずや残飯などは流さないでください。

「ハロウィン in 多摩センター2017」参加者募集！

【お問い合わせ先】【申込】総務課企画統計係 電話番号：62-9332

富士見町と多摩市が友好協定を締結して30年が経ちました。そこで多摩市との友好をさらに深めるため、新たな友好事業を実施します。

多摩市で毎年開催されるハロウィンのイベントへの参加や、ハローキティなどのキャラクターと会えるサンリオピューロランドで自由に過ごす企画です。

この機会に多摩市を訪れ、お子さんと楽しいハロウィンのお祭りに参加してはいかがでしょうか。

日時：平成29年10月28日（土曜日）

富士見町出発午前8時

富士見町到着予定午後8時

集合場所：富士見町役場正面駐車場

内容：ハロウィン in 多摩センター2017の仮装パレードに参加
サンリオピューロランドで自由行動等

参加料：1,000 円

※サンリオ入園料等含む。昼食・夕食は各自負担。

定員：先着 40 名（定員になり次第締め切り）

参加資格：富士見町在住の子どもとその保護者（中学生以下は保護者同伴）

※上記について変更になる場合がございます。ご了承の上お申し込みください。

国保日より平成 29 年 10 月 1 日から新しい被保険者証で受診してください

【お問い合わせ先】 住民福祉課国保年金係 電話番号：62 - 9111

国民健康保険加入者のみなさんが現在使用している被保険者証は、9 月末日で有効期限が切れ、10 月 1 日から

新しい被保険者証を使用していただくこととなります。

● 新しい被保険者証

被保険者証が「藤色」から「空色」に変わります。退職者用は「黄色」から「桃色」に変わります。

※個人ごとにカード化されています。

※9 月末日までに世帯単位で郵送します。届いたら内容をご確認ください。

● 古い被保険者証

ご自身で裁断するなどして廃棄していただくか、役場 1 階 2 番の窓口へお持ちください。

● 学生用被保険者証（マル学）

新たに申請していただく必要があります。お早めに手続きをしてください。

【対象】 修学のため富士見町から住民票を移されている方で、引き続き富士見町国保の被保険者証が必要な方。

【窓口】 役場 1 階 2 番窓口

【持ち物】 印鑑、被保険者証、在学証明書（学生証の写し可）、マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード、届出に來られる方の本人確認資料（運転免許証、パスポート等）

※今年 4 月以降に申請した方は、在学証明書は必要ありません。

人間ドック補助金のご案内

富士見町国保の被保険者が人間ドックを受けられたときは、健診費用の一部を補助しています。

対象者

- ・保険料を滞納していない世帯の方
- ・人間ドック受診後に受け取る健診結果等報告書（健診データ）の写しを町に提出し、特定保健指導等を目的として利用することに同意される方

補助金額（補助は同一人に対し年一回の補助となります。）

日帰りドック 15,000 円、一泊ドック 30,000 円

申請方法

健診終了後、「人間ドック補助金交付申請書」および「人間ドック補助金請求書」を提出してください。

【申請の際にお持ちいただくもの】1.国民健康保険被保険者証 2.領収書（原本）3.振込口座のわかるもの（預金通帳など）4.印鑑 5.健診結果等報告書

年金日より

国民年金保険料の追納をお勧めします

【お問い合わせ先】岡谷年金事務所 電話番号：23-3661 住民福祉課国保年金係
電話番号：62 - 9111

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等これらの期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- 一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- 「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

※追納のお申し込み・ご相談は岡谷年金事務所または住民福祉課国保年金係までお願いします。

9月10日「世界自殺予防デー」から16日までの1週間は「自殺予防週間」です かけがえのない“いのち”を大切に

【お問い合わせ先】住民福祉課保健予防係 電話番号：62 - 9134

日本の年間自殺者数は平成10年に3万人を超えましたが、国や市町村が中心となり自殺対策に取り組んできた結果、昨年は2万1千人台に減少しました。しかし、町内でも毎年自殺者が発生しています。

一人で悩むより、まず相談を

自殺の原因は、病気などの健康問題、失業や借金などの経済・生活の問題、介護・看病疲れなどの家庭問題など、さまざまな問題が複雑に絡み合っています。その結果、心理的に追い詰められ、自ら死を選ぶことがあります。多くの場合、自殺を図る前には、うつ病などの精神疾患を発症しており、その影響から正常な判断を行うことができない状態になっています。

国や県・町等では、こころの健康や家庭問題など、さまざまな相談窓口を設置しています。一人で悩まず、家族だけで抱え込まず、まずは一度、相談してみませんか。

自殺を防ぐために

自殺を考えている方は、悩みを抱えながらもサインを発しています。身近な方が気づき、支え、そして支援につなげることで、かけがえのない命を守りましょう。

自殺予防の3つのポイント

【気づく】サインを出している方の悩みに気づき、声をかける

【支える】温かく寄り添いながら、じっくり話を聴く

【専門家への相談につなげる】回復への第一歩は、専門家への相談から始まります。本人の悩みを理解している家族や友人などと協力し、専門家への相談につなげましょう。

相談窓口・相談機関など

こころの健康相談（長野県諏訪保健福祉事務所）

電話番号：0266-57-2927 毎月第1金曜日（11月曜日は第2金曜日）14時から（要予約）

長野県精神保健福祉センター

心の健康に関する相談

電話番号：026-227-1810

月曜日から金曜日（祝日・休日・年末年始を除く）8時30分から17時15分

こころの健康相談統一ダイヤル（精神保健福祉センター内）

「消えてしまいたい」「家族や知人に死にたいと訴える人がいる」

「身内が自死してつらい」など、自殺に関する相談

電話番号：0570-064-556 月曜日から金曜日（祝日・休日・年末年始を除く）9時30分から16時

よりそいホットライン～どんなひとのどんな悩みにもよりそって一緒に解決する方法を探します～

電話番号：0120-279-338 毎日24時間・通話料無料

【長野いのちの電話】

電話番号：026-223-4343（長野）毎日11:00から22:00

電話番号：0263-29-1414（松本）毎日11:00から22:00

電話番号：0120-783-556（自殺予防いのちの電話）毎月10日8時から翌日8時

【いのちの電話ナビダイヤル（全国共通相談電話）】

電話番号：0570-783-556 毎日10時から22時

【健康相談（随時受付）（富士見町住民福祉課保健センター内）】

電話番号：0266-62-9134

乳がん検診（マンモグラフィ検査）のお知らせ

【申込】【お問い合わせ先】住民福祉課保健予防係 電話番号：62-9134

乳がん検診を実施します。申込みがあった方には受診日希望調査票を送付しました。申込みをされていない方でも、下記の対象であれば追加のお申し込みができます。

対象者：昭和 18 年 4 月 2 日から昭和 53 年 4 月 1 日までに生まれた女性

対象地区：落合地区、境地区（境広原除く）

日程：11 月 22 日（水曜日）・24 日（金曜日）・27 日（月曜日）・28 日（火曜日）・29 日（水曜日）

※午前 9 時から午後 2 時までの完全予約制です。

会場：保健センター

申し込み締め切り：9 月 29 日（金曜日）

健診申込み者には、受診日希望調査票を送付していますので、締め切りまでにご提出ください。その後、受診案内通知を送付します。

検診一部負担金：2,000 円

※下記の対象の方は検診一部負担金が免除になります。まだ手続きしていない方は保健センターで手続きをしてください。

免除の対象となる方

申請：不要

- (1) 昭和 23 年 4 月 1 日以前に生まれた方

申請：必要

- (2) 65 歳以上で障害の認定により後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方
- (3) 生活保護法（昭和 25 年法律第 144 号）の規定による生活保護を受けている世帯に属する方
- (4) 当該年度分の町民税非課税世帯に属する方

検診を受けることができない方

- ・ 自覚症状のある方（しこり、乳頭分泌、乳頭びらんなど）
- ・ 授乳中、妊娠中または妊娠の可能性のある方
- ・ 乳がんまたは乳房の病気で治療中、経過観察中の方
- ・ 乳がん手術後 10 年未満の方
- ・ 乳房内にペースメーカーや V-P シヤント、シリコン等が入っている方
- ・ 当日乳房に外傷があり圧迫できない場合や健診時にまっすぐ立ってられない方（7分程度）

平成 29 年度結核検診（胸部レントゲン撮影）のお知らせ

【お問い合わせ先】 住民福祉課保健予防係 電話番号：62-9134

今回が平成 29 年度最終となります！

今年 5 月に実施しました結核検診を受診されなかった 65 歳以上の方を対象に、次の日程で検診を行います。

最寄りの会場にて受診してください。費用は無料です。

今回が今年度最後となりますので、忘れずに受診してください。なお、健診等申し込みの際に結核検診を申し込まれなかった方でも、当日会場にて受診することができます。

【日程】

検診日、9 月 12 日（火曜日）

受付時間、午前 9 時から 9 時 30 分

会場、池袋公民館

検診日、9 月 12 日（火曜日）

受付時間、午前 9 時 45 分 から 10 時

会場、乙事区役所

検診日、9 月 12 日（火曜日）

受付時間、午前 10 時 15 分から 10 時 30 分

会場、立沢構造改善センター

検診日、9月12日（火曜日）

受付時間、午前10時45分から11時

会場、御射山神戸区役所

検診日、9月12日（火曜日）

受付時間、午後1時から2時

会場、保健センター

注記：今年度、肺がんCT検診を受診された方や、医療機関で胸部レントゲン撮影を行った方は受診の必要はありません。

マイナンバーを利用した新たなサービス

社会保障・税番号制度が始まって1年半が過ぎました。政府ではマイナンバーカードの普及のため、今後の利用機会増を目指し、いろいろな利用方法の検討を進めています。本年7月18日からはマイナンバーカードを使った新しいサービスの試行が始まっています。そこで、この新しいサービス（マイナポータル）についての概略をお知らせします。

マイナポータルとは

政府が運営するオンラインサービスです。子育てに関する行政手続きがワンストップでできたり、行政からのお知らせが自動的に届いたりします。具体的な機能は以下のとおりです。

やりとり履歴（情報提供等記録表示）

あなたの個人情報を行政機関同士がやりとりした履歴を確認することができます。

あなたの情報（自己情報表示）

行政機関等が持っているあなたの情報を確認することができます。

お知らせ

行政機関等から配信されるあなたへのお知らせを受け取ることができます。

ぴったりサービス（行政サービス検索と電子申請）

あなたにあったサービスの検索ができたり、行政機関や民間事業者へのオンライン申請・オンライン決済などができたりします。（子育てワンストップサービスはこの機能を使いません。）

操作履歴

マイナポータルの操作履歴を表示して確認することができます。

もっとつながる（外部サイト連携）

外部サイトを登録することで、マイナポータルから外部サイトへのログインが可能となります。

子育てワンストップサービスって？

マイナポータルを使用して、ご自身にあった子育てに関するサービスを検索したり、オンライン上で申請書を作成して、オンライン申請を行ったりすることができます。また、忘れてしまいがちな手続についても「お知らせ」が、あなたのマイナポータルに届きます。

「食育推進チーム」だより本郷小学校(栄養士)

かしこく選んで、おいしく食べよう！

本郷小学校では『自分の健康を考えておやつを選ぼう』というテーマで、児童に食育を行いました。

事前にとったアンケートでは、児童がよく食べるおやつはアイス、スナック菓子、チョコレートなど。アイスに入っている砂糖の量を自分達で計ってみると、「ええー！こんなに入ってるんだ。」と、驚きの声。虫歯や生活習慣病を予防するために、砂糖の摂り過ぎには気をつけたいですね。

授業後のワークシートでは、「おやつは量を決めて食べる！」「乳製品や果物など、体に良

いおやつを選びたい！」といった意見をいただきました。

本郷小学校栄養士のおすすめおやつで食べたい学校給食のメニュー

じゃこチーズトースト材料・作り方は、食パンにじゃこ・刻みのり・とろけるチーズをのせて焼くだけ!!!

簡単に出来て、噛みごたえがあり、カルシウムもたっぷりとれるメニューです。ぜひご家庭でも作ってみてください。

富士見町教育委員会だより第 141 号

「教育のまち・子育てのまち・学び続けるまち富士見」を目指して

平成 29 年 9 月 1 日発行

富士見町教育委員会編集

電話番号:62-9235

kodomo@town.fujimi.lg.jp

9 月定例教育委員会

9 月 13 日（水曜日）

午前 9 時 30 分から

役場 2F 教育長応接室

傍聴歓迎！

子どもに関するなんでも相談

月曜日から金曜日

午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分

電話番号:62-9233

家庭・教育・子育て相談員

9 月 17 日（第 3 日曜日）は家庭の日・家庭読書の日

子どもたちの安全について感心を高め、家族ひとりひとりの安全について話し合ひましょう。

第 25 回友好自治体交流会

8月1～3日、川崎市の友好都市である富士見町と北海道中標津町の小学生が川崎市で交流を行いました。

川崎市青少年の家に到着すると、3日間一緒に学習する班ごとに分かれ、それぞれに少し緊張しながら、オリエンテーションや自己紹介、自分たちの住んでいる地域の紹介をして交流が始まりました。

2日目は東芝未来科学館とかわさきエコ暮らし未来館、巡視船に乗船して川崎港内の見学を行いました。

夜の交流会ではキャンドルファイヤーを行い、児童たちは交流を深めました。

3日目はよみうりランドで園内自由行動・自由昼食をし、解散式が行われました。解散式では、3日間ともに過ごした仲間たちと別れを惜しみながら、帰町しました。

夏休み補充講座

富士見中学校では、夏休みに入ってからすぐ、「夏休み講座」が行われました。本年度は、「補充講座（夏休みの宿題支援）」と共に、「達人に学ぶ（深く広い学び）」も開設され、2種類の講座が行われました。

各学年で出されている夏休みの課題を持ってきて学習を進める子どもたち。達人講座では、講師の先生の専門性を生かして、会話を楽しんだり思考を巡らせたりいろいろな様子がありました。参加した生徒は、「家で勉強するとわからない所を聞けないけれど、ボランティアの先生方に聞くことができ、わからない部分を学ぶことができた」など、充実した学習の時間を過ごしました。

7月定例 教育委員会報告

7月11日に開催された7月定例教育委員会で協議した主な内容をお知らせします。

議決事項

就学猶予申請について（非公開）

報告事項

【教育長より】

仮称「ゆめの森公園」の遊具、夏休み中の小学校パソコン入れ替えとタブレットの導入等について。

【子ども課より】

コミュニティスクール進捗状況報告、園長会報告。

【生涯学習課より】

多目的交流広場の進捗状況について。

【その他】

委員の活動報告

男女共同参画フォーラムに参加。

【検討事項】

詳しくはホームページをご覧ください。

保育園入園説明会、入園申し込み受付を行います

平成 30 年 4 月～平成 31 年 3 月までに入園を希望される方は、説明会に参加し、申し込みをしてください。

入園説明会

【日時】 9 月 16 日（土曜日）午前 10 時から

【場所】 コミュニティ・プラザ 2 階大会議室

【持ち物】 筆記用具

入園申し込み受付（入園を希望する保育園にて）

【受付日】

10 月 2 日（月曜日） 富士見保育園

10 月 3 日（火曜日） 西山保育園

10 月 4 日（水曜日） 本郷保育園

10 月 5 日（木曜日） 落合保育園

10 月 11 日（水曜日） 境保育園

【時間】 午後 3 時から 3 時 45 分

（本郷保育園のみ 2 時 30 分から 3 時 45 分）

詳しくは、教育委員会だより 8 月号または町のホームページをご覧ください。

【お問い合わせ先】 富士見町教育委員会子ども課子ども支援係 電話番号:62-9237

広島平和学習

8月5日から7日まで富士見中学2年生5名が広島市を訪れました。
平和祈念式典への参列や平和祈念資料館の見学、2年生全員で折った折鶴を捧げるなど戦争の悲惨さと平和の尊さについて学ぶことができました。

地域ぐつみで子育て支援

ほっと！ホット！通信 PART12

人とのつながりで「ほっと」する・地域などの熱い「ホット」な想いを大切に

【小中学校の夏休み】

各学校の夏休みも終わりました。

それぞれの学校では、夏休みにも様々な学習・行事が行われました。そして、それらを支援する方々もおられました。

富士見中学校では、夏休み補充講座が5日間行われました。

町内小学校では、プール開放が行われました。水泳時の安全確保のため、PTAのみなさんが監視当番さんとして協力してくださいました。各地区では、地区子ども会行事も行われたようです。また、毎年行われている富士見町社会福祉協議会主催の「サマーチャレンジ」が今年も実施されました。7月27日から8月31日を体験期間とし、事前研修に参加し同じ施設で2から3日間活動できることを条件に毎年受け入れています。

給食食材放射能測定結果（7月分）

測定日：7月5日

測定食材数：5

測定結果：町基準の10ベクレルを超えた食材はありませんでした。

※保育園、小・中学校で使用を予定する給食食材の放射能が 10 ベクレルを超えた場合は、給食に使用しません。詳しい測定結果は、町のホームページをご覧ください。

編集後記

小中学校では2学期が始まりました。まだまだ暑い日が続きますが、負けずに頑張りますよう。(Y)

くらしの情報

お知らせ

自動車税の納税確認が電子化されました

平成 27 年 12 月から車検時の自動車税の納税確認が電子化され、納税証明書の提示を省略できるようになりました。そのため平成 29 年 4 月から、減免の承認を受けている自動車の車検用納税証明書の送付を廃止しました。

※納税証明書の交付を希望される方は、お近くの県税事務所にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】南信県税事務所諏訪事務所

電話番号:57-2905

秋の全国交通安全運動

交通事故防止を徹底するため、長野県では「秋の全国交通安全運動」を実施します。

期間

9月21日（木曜日）から9月30日（土曜日）

運動の重点

子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止

夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

飲酒運転の根絶スローガンは『思いやり乗せて信濃路咲く笑顔』です。日没が早くなりますので、運転者の皆さんは早めのライト点灯を心がけましょう。また、夜間出歩く時は反射材を身に付け、普段使い慣れた道であってももしっかり安全確認をしましょう。

【お問い合わせ先】 建設課都市計画係 電話番号:6 2 - 9 2 1 6

相談

県下一斉司法書士 無料法律相談

10月1日は「法の日」です。この法の日を中心に、県内の各市町村で司法書士無料法律相談を実施します。秘密は厳守します。お気軽にお出かけください。

日時：10月3日（火曜日） 午後5時から午後7時

場所：町民センター

相談内容：

- ・ 不動産の登記、会社（法人）の登記に関するもの
- ・ クレジット・消費者金融・カードローン等債務に関するもの
- ・ 高齢者・障がい者等の財産管理に関するもの
- ・ 相続に関するもの
- ・ 悪質商法被害に関するもの
- ・ 不動産の売買・贈与等の取引に関するもの

など

予約：不要

長野県司法書士会諏訪支部 植松陽子司法書士 電話番号:6 1 - 2 0 7 7

イベント・教室

好評「刃物研ぎ」実施します

茅野広域シルバー人材センター富士見事業所では、切れなくなった包丁類、ハサミ類、鎌類、ナタなどを有料でお研ぎします。希望される方は直接富士見事業所前へお集まりください。なお、特殊なものは事前にお問い合わせください。

日時：9月24日（日曜日）

（雨天決行）

受付：午前9時から正午

引渡し：午後3時頃

場所：茅野広域シルバー人材センター富士見事業所前（町民センター）

料金：300円から（研ぐものにより金額は異なります）

【お問い合わせ先】茅野広域シルバー人材センター富士見事業所 電話番号：62-7766

「すわよう祭」一般公開

諏訪養護学校では、「すわよう祭」を開催します。ぜひお出かけください。

テーマ：絆

みんなスマイル 楽しく 輝く すわよう祭 2017

日時：9月30日（土曜日）

午前9時40分から午前11時30分

場所：長野県諏訪養護学校

内容：児童生徒の作品展示、手作り作品のバザー、模擬店他

注記：お車でお越しの際は係員の指示により、学校校庭または校舎周辺をご利用ください。

【お問い合わせ先】 諏訪養護学校 電話番号:62-5600

富士見高原病院 第63回みんなの健康教室

開催日：9月13日（水曜日）

午後6時から午後7時

場所：富士見高原病院大会議室

テーマ：「いびき」の気になるお話睡眠時無呼吸症候群の症状、治療、予防と、生活習慣病との深い関係をお話いたします。

講師：

矢代泰章

内科部長

受講料、申し込み：不要

【お問い合わせ先】 富士見高原病院 電話番号:62-3030

諏訪中央病院第235回 ほろ酔い勉強会特別講演 「子宮がんについて」

『子宮がん』について、山梨大学医学部産婦人科平田修司教授をお招きしての講演です。ぜひ足をお運びください。

日時：9月20日（水曜日） 午後2時から

場所：諏訪中央病院講堂

参加費：無料

申し込み：不要

【お問い合わせ先】 諏訪中央病院 総務課広報調整係 電話番号:72-1000（内線1557）

富士見町図書館 「秋の図書館まつり」

特別お話し会・ミニ上映会を開催します。ご家族・お友達お誘い合わせてお出掛けください。

日時：9月23日（土曜日）

午前10時30分から

場所：コミュニティ・プラザ 2階AVホール

ミニ上映会内容

「忍たま乱太郎の宇宙大冒険・天の川の段」

募集

長野県農業大学校 「実践経営者コース」学生

募集人員：10人

修学年数：2年

受験資格：高卒等以上

願書受付期間：

・第一回 9月

13日（水曜日）から10月4日（水曜日）

・第二回

11月8日（水曜日）から11月29日（水曜日）

・第三回 1月

10日（水曜日）から1月31日（水曜日）

試験日：

・第一回

10月15日（日曜日）

・第二回

12月11日（月曜日）

・第三回2月

15日（木曜日）

【お問い合わせ先】長野県農業大学校 農学部事務局 電話番号:026-278-5211

平成30年度 長野県福祉大学校学生

諏訪市にある長野県福祉大学校では、来年度の保育学科、介護福祉学科の学生を募集します。

【保育学科推薦入試】

出願期間：10月6日（金曜日）から10月20日（金曜日）

試験日：11月1日（水曜日）

募集人数：30名程度

注記：保育学科一般入試は、前期試験1月26日（金曜日）、後期試験3月13日（火曜日）に実施します。

【介護福祉学科】

出願期間：

10月30日（月曜日）から11月9日（木曜日）

試験日：11月21日（火曜日）

募集人数：20名

詳しくはお問い合わせください。

【お問い合わせ先】長野県福祉大学校教務室 電話番号:57-4821

公共職業訓練「医療・Dクラーク科」訓練生

離転職者の方を対象とした公共職業訓練を実施します。

目標資格：

- ・メディカルクラーク（医科）
- ・医師事務作業補助

応募資格：

ハローワークに求職申し込みされている方で、全訓練日程を受講できる方

応募方法：

ハローワークに備え付けの申込書を期日までに同所へ提出

応募締切：9月25日（月曜日）

定員：15名

受講料：無料（テキスト代1万5千円、資格試験受験料は自己負担）

訓練期間：10月20日（金曜日）から1月19日（金曜日）3ヶ月

注記：募集締め切り後、岡谷技術専門校にて入校選考を行います。

【お問い合わせ先】長野県岡谷技術専門校 電話番号：22-2165

健康ふじみ通信 心も体もいきいきと楽しく暮らせる高原の富士見町

【お問い合わせ先】住民福祉課保健予防係 電話番号：62-9134

「運動編」

「ロコモティブシンドローム」をご存知ですか？ロコモティブシンドロームは、運動器がおとろえ、日常生活の「立つ」「歩く」などの動作が困難になる状態のこと。高齢者だけの問題と思われがちですが、運動器の障害は突然起こるわけではありません。若いうちから

の運動習慣をつけておくことが大切です。

まずは日常生活からロコモの危険度をチェック

1 つでも当てはまればロコモの心配があります。

1. 片足立ちで靴下がはけない
2. 家の中でつまずいたりすべったりする
3. 階段を上がるのに手すりが必要
4. 家のやや重い仕事が困難
5. 2 kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難
6. 15分くらい続けて歩くことができない
7. 横断歩道が青信号で渡り切れない

出典：日本整形外科学会「ロコモパンフレット 2015 年度版」

【地区活動開催中】

保健補導員会主催の運動教室があります。運動習慣をつけるきっかけにどうぞご参加ください。

開催日：9月5日（火曜日）

開催時間：午後7時から9時

開催会場：下葛木集落センター

開催内容：リラックス気功

開催日：9月16日（土曜日）

開催時間：午前9時から11時

開催会場：原の茶屋富士見財産区庭

開催内容：正しいウォーキングとラジオ体操

開催日：9月19日（火曜日）

開催時間：午後7時から9時

開催会場：御射山神戸公民館

開催内容：正しいウォーキングとラジオ体操

開催日：9月21日（木曜日）

開催時間：午後7時から9時

開催会場：富士見区役所

開催内容：正しいウォーキングとラジオ体操

開催日：10月14日（土曜日）

開催時間：午前9時から11時

開催会場：富里区役所

開催内容：エアロ&フットコンディショニング

開催日：10月21日（土曜日）

開催時間：午前8時から10時

開催会場：諏訪養護学校体育館

開催内容：循環を良くする！ストレッチ教室

開催日：10月21日（土曜日）

開催時間：午前10時から12:00

開催会場：塚平公民館

開催内容：エアロ&フットコンディショニング

開催日：11月17日（金曜日）

開催時間：午後7時から9時

開催会場：木之間公民館

開催内容：リラックス気功

消費者見守り情報 No.79

いつまでたってもなくなる特殊詐欺

【お問い合わせ先】

住民福祉課住民係 電話番号：62-9112

茅野市消費生活センター電話番号：72-2101（内線256）

長野県中信消費生活センター電話番号：0263-40-3660

平成29年上半期の特殊詐欺について、長野県警察本部より発生傾向の情報が発表されまし

た。

認知（警察で被害を把握した）状況

・認知件数は115件で前年より20件、14.8パーセントの減、被害額は約1億3434万円で前年より約1億7883万円、57.1パーセント減となっており、1件当たりの被害額は約117万円です。

・認知件数は架空請求詐欺が43件（前年比11件増）、オレオレ詐欺が35件（前年比24件減）、還付金等詐欺が27件（前年比2件減）となっています。

・オレオレ詐欺、架空請求詐欺、還付金等詐欺の3つの手口の合計が、認知件数全体の91.3パーセント（105件）を占めています。

阻止状況

・阻止件数は179件（前年比43件、19.4パーセントの減）、阻止金額は約2億1429万円（前年比約1億4732万円、40.7パーセント減）

となっており、1件当たりの阻止金額は約120万円です。

・阻止件数の内35.2パーセントは架空請求詐欺で63件（前年比11件減）、34.6パーセントパーセントが還付金等詐欺で62件（前年比4件増）、27.9パーセントがオレオレ詐欺で50件（前年比34件の減）となっています。

・詐欺被害を未然に防止した者は、40.8パーセントが金融機関職員（73件）、20.7パーセントが家族（37件）、18.4パーセントがコンビニ従業員（33件）となっています。

被害者の男女別数

・被害者の内訳は31.3パーセントが男性（36名）、68.7パーセントが女性（79名）です。

・オレオレ詐欺の被害者では、8.6パーセントが男性（3名）、91.4パーセントが女性（32名）です。

・架空請求詐欺の被害者では、51.2パーセントが男性（22名）、48.8パーセントが女性（21名）です。

・還付金等詐欺の被害者では、25.9パーセントが男性（7名）、74.1パーセントが女性（20名）です。

・男性被害者でみると、架空請求詐欺が61.1パーセント、還付金等詐欺が19.4パーセントとなっています。

・女性被害者でみると、オレオレ詐欺が40.5パーセント、架空請求詐欺が26.6パーセントとなっています。

被害者の年代別

・特殊詐欺被害者のうち、60歳以上の年代の方が約7割を占めています(特に70代が多い)。

被害者の職業

・被害者の内の64.3パーセント(74名)が無職の方です。

詐取(振込・送金等)の方法

・被害現金等の受取り方は、振込型(ATMが29.3パーセント、窓口が1.6パーセント)と手交型(自宅が10.9パーセント、上京型が2.3パーセント)、送付型(電子マネーが46.5パーセント、送付が5.5パーセント)に分類され、被害金額的に多いのはATMを利用するもので、件数的に多いのは電子マネーを利用するものとなっています。

町では特殊詐欺被害防止機器(自動通話録音装置)の設置経費に対する補助事業を行っています。わずかな自己負担で大きな効果が期待できます。ぜひ設置のご検討をお願いします。

「広報ふじみ縮刷版」を販売しています

【お問い合わせ先】総務課文書情報係 電話番号：62-9324

町では過去の広報誌をまとめた縮刷版を販売しています。

この「広報ふじみ」は町民のみなさんと行政のパイプ役を果たすべく町の様子や話題を取り上げ、歴史を記録してきたものです。購入をご希望の方は総務課文書情報係までお問い合わせ下さい。

仕様 A4 版製本・箱入り

刊行物：広報ふじみ縮刷版 第1巻

発行年月：昭和59年9月

掲載期間：昭和43年7月(第1号)から昭和59年9月(第174号)

販売価格(税込)：3,000円

刊行物：広報ふじみ縮刷版 第2巻

発行年月：平成14年3月

掲載期間：昭和59年10月(第175号)から平成6年12月(第297号)

販売価格（税込）：5,000 円（セット販売となります）

刊行物：広報ふじみ縮刷版 第3巻

発行年月：平成14年3月

掲載期間：平成7年1月（第298号）から平成12年12月（第369号）

販売価格（税込）：5,000 円（セット販売となります）

住民だより 8月

7月15日～8月14日の届出 敬称略

出生・転入・転居は14日以内に死亡は7日以内に届出を

結婚おめでとう

氏名：吉次将士 区名または出身地：栃木県

氏名：丸山美樹 区名または出身地：山梨県

出生おめでとう

氏名 母の名： 区名：

氏名：藤澤 暉（ふじさわ あき） 父の名：英樹 母の名：冴 区名：乙事

氏名：五味 夏（ごみ なつ） 父の名：有 母の名：美貴 区名：乙事

おくやみ申し上げます

氏名：中山 衣代 年齢：86歳 世帯主：衣代 区名：机

氏名：五味 勝男 年齢：92歳 世帯主：勝男 区名：立沢

氏名：小池 文年 年齢：85歳 世帯主：文年 区名：富里

氏名：北原 と美 年齢：97歳 世帯主：と美 区名：立沢

氏名：磯部 よし子 年齢：87歳 世帯主：秀則 区名：富士見台

氏名：平出 ちず子 年齢：92歳 世帯主：九万雄 区名：先達

氏名：伊藤 隆 年齢：87歳 世帯主：隆 区名：御射山神戸

氏名：牛山 とみ 年齢：85歳 世帯主：茂 区名：富原

注記：住民だよりは届出者の希望により掲載させていただきます。

訂正とお詫び

広報ふじみ8月号4ページの外来生物の説明において、オオハンゴンソウとオキンケイギクの写真が入れ違って掲載されておりました。訂正してお詫びいたします。

こんにちは地域包括支援センターです

【お問い合わせ先】地域包括支援センター 電話番号：62-8200

知っていますか？「フレイル」

『フレイル』とは、今まで“老化現象”といわれてきた状態のことで、寝たきりの原因にもなることが分かってきました。つまり、介護が必要となる一歩手前です。普通の人だと風邪を引いても数日で治るのが、フレイルの状態になっていると、風邪をこじらせて肺炎を発症したりしてしまいます。

では『フレイル』の基準とは・・・

- 体重の減少（自然に半年で2～3 kg以上など）
- （以前よりも）疲れやすくなった
- 歩行速度の低下
- 握力の低下（ペットボトルのふたが開けにくくなった、買い物で重いものを持つのが大変になったなど）
- 活動性の低下（以前よりも出かけることが少なくなった）

このうち3つ当てはまると『フレイル』と判断されます。

「フレイル」にならないためには、どうしたらいいの？

「食事」と「運動」でフレイルを防ぎましょう。

散歩やウォーキングなど無理のない運動を生活に取り入れることが大切です。栄養面では、肉や魚、乳製品、大豆などの良質なたんぱく質を積極的に食べるようにしましょう。食事制限がある場合は主治医の先生にご相談ください。

フレイルを予防して、健康で楽しみのある毎日を送りましょう。

(『フレイル』2014年5月日本老年医学会が提唱)

9月の納税等

【お問い合わせ先】 財務課収納係 電話番号：62-9123

国民健康保険料／後期高齢者医療保険料

保育料／水道料／下水道使用料／住宅使用料

納期限・振替日は10月2日(月曜日)です

注記：毎週火曜日は午後7時まで夜間納税窓口を開設しています。ご利用ください。

母と子の健康ガイド

9月(9月11日～10月10日)

【お問い合わせ先】 住民福祉課保健予防係 電話番号：62-9134

健康診査

事業名：4ヵ月児健診

対象児：平成29年4月から5月生まれ

期日：9月28日(木曜日)午後1時

会場：保健センター

事業名：1歳6ヵ月児健診

対象児：平成28年1月から2月生まれ

対象児：9月14日(木曜日)午後1時

会場：保健センター

事業名：2歳児歯科健診

対象児：平成27年7月から8月生まれ

期日：9月20日(水曜日)午後1時

午後 1 時

会場：保健センター

相談・教室

事業名：乳幼児相談

期日：9 月 13 日（水曜日）

受付時間：午前 9 時 30 分から 10 時 30 分

会場：保健センター

事業名：離乳食教室

対象児：平成 28 年 12 月から平成 29 年 1 月生まれ

期日：9 月 11 日（月曜日）

受付時間：午前 10 時

会場：保健センター

諏訪地区小児夜間急病センター 年中無休

診療時間：午後 7 時から午後 9 時

診療科目：小児科 15 歳以下

住所：諏訪市四賀 2299-1

（平安堂諏訪店駐車場・かっぱ寿司の奥）

電話番号：54-4699

StaySmile 町内にはさまざまなコミュニティがあり、独自の活動をしています。
そんな皆さんの活動やイベントをご紹介しますコーナーがステイ・スマイル（笑
顔のままです）です。

農業の未来へ向かって新たな力町新規就農支援事業

細野和幸さん（田端）

平成 26 年に富士見町に妻と移住し、この地で農業を始めて 3 年目になります。境と立沢、原村の三ヶ所でミニトマトを育てています。

出身は神奈川県で、実家は専業農家です。農業に全く興味がなかった私は、大学卒業後、実家を継がず東京の飲食の会社に就職しました。しかし、仕事で食材の仕入れや調理をする中で、扱う食材、特に野菜に興味を持ちました。

日々大量に、当たり前に入手に入る野菜を両親がどんな想いや苦勞で育てているのか、ということ深く考えるようになり、初めて農業に興味を持ち、自分でやってみたいと思いました。

富士見町にご縁を頂けたので会社を辞め、無農薬有機栽培にこだわった、安心して安全なミニトマトを育て始めました。富士見町で暮らして、豊かな自然環境と人の良さが大好きになり、地元の人に食べてもらいたい！この町を盛り上げたい！と強く思うようになりました。

課題の多い無農薬有機栽培での農法ですが、移住者の私を快く受け入れて下さった町の方々のおかげで、今日まで続けられていることに、心から感謝しています。これからも、富士見町で暮らしながら農業を通して豊かな自然環境を守っていきたいと思っています。技術も経験も浅い私ですが、一日一日、日々勉強しながら頑張っていきます。どうか、これからもよろしくお願いします。

子育てはたくさんの笑顔とたくさんの手で子どもの場所から

NPO 法人ふじみ子育てネットワーク電話番号：62-5505

諏訪圏野外保育フォーラム

野外保育森のいえ“ぼっち”は、去る 7 月 2 日（日）ゆいわ一く茅野において、「諏訪圏野外保育フォーラム」を開催しました。諏訪地域でも野外保育や森のようちえんへの関心が高まってきていることに加え、保育所保育指針に基づく計画で、自然の中で目的をもった保育を行っていることを発信し、野外保育を正しく理解していただくために企画しました。ぼっち園児の毎日の様子だけでなく、子どもの自ら育つ力を感じたエピソードや自然が子どもの育ちを促す事例、また野外保育園に子どもを通わせている保護者のお話などを、約 60 名の参加者に紹介するとともに、参加者からもたくさんのご意見やご質問をいただきました。参加者は、保育士、元保育士や幼稚園教諭、保育系短大の学生、乳幼児を子育て中の親、議員、行政職員、地域で子どもに関わる活動をされている方などで、遠く東京からもご参加いただきました。皆さん、野外保育への関心は高く、感想として、漠然とした野外保育へのイメージを具体的なものにできた、子どもの育ちの姿に感動した、これからは

子ども主体の視点で保育に取り組んでいきたい、など前向きな声を多くいただきました。今回のフォーラムでは、私たち自身もたくさんの学びを得ることができました。保育や教育の場で「子どもが自ら育つ力を信じる」「子ども主体」という言葉を耳にすることが多くなってきた今だからこそ、言葉がイメージだけで終わらず、魂をもったものになるために、森のいえ“ぼっち”では、自然の中で子どもと一緒に過ごす日々の実践を大切に重ね、子どもたちが教えてくれる多くのことを、再びフォーラムのような学びの場に繋げたいと考えています。

いざその時～災害から身を守る～

総務課防災危機管理係 電話番号：62-9326

知っていますか？「満タン&灯油プラス1缶運動」

車にガソリンが10リットル余分にあれば、家庭に灯油が一缶（18リットル）あれば、どれだけ災害時に有用でしょうか。また、心の安心感にもつながります。

【満タン&灯油プラス1缶運動とは】

全国石油商業組合連合会は、東日本大震災や熊本地震など大規模災害発生直後、店頭混雑によってガソリン等燃料が入手困難となった状況を回避するために、消費者の皆さんに対して日頃から車の燃料を満タンにしておくなどを推奨する「満タン&灯油プラス1缶運動」を今年9月から開始します。

大規模災害に備え、日頃から「車のタンクは満タン」に、「灯油は多めの軒先在庫」を習慣づけることは住民の皆さんの災害対応力の向上や、ガソリンスタンド周辺の渋滞抑制につながり、早期復興にも大きく貢献します。

皆さんもこうした運動に応じて「満タン&灯油1缶」の備えをしてみたいはいかがでしょうか。

【参考】

車種にもよりますが、ガソリン10リットルで、車は100キロメートル以上の移動手段となり、約10時間のアイドリング状態を保ち、渋滞時にも、空調の確保やテレビやラジオ等の情報の入手が容易になります。

灯油一缶（18リットル）で、暖かな空間を8畳間なら約85時間確保できます。お湯なら

37 時リットル、熱湯なら 550 リットル沸かすことができます。石油ストーブを通じて、明かりも提供できます。

サービスステーションの災害対応力は格段に強化されているようですが、それでも大規模地震の際には、石油を求める方々が一気にサービスステーションに集中する「パニック・バイ」が発生することが考えられます。燃料在庫には限りもあり、渋滞等が起きると復旧支援活動等にも影響が出ます。

こんにちは。『地域おこし協力隊』です！

富士見町社協地域福祉係地域おこし協力隊の久保有美です。

今年の 4 月より、社協で行っている事業のひとつ「みんなのえんがわ」の特別編として、「出張えんがわ」なるものを開催しています。

様々な理由で、普段なかなか外出できない、サロンなど地域での集まりに出向くのが難しい・・・でも、人が来てくれる分にはかまわない、久しぶりに皆の顔が見たい！そんな声が多く聞かれたことから、それならば、と私たちがテーブルと椅子、お茶やお菓子を持って自宅へ伺い、そこに近所の方に集まってもらおうと始めた試みです。

8 月までに机、平岡、瀬沢の 3 地区で定期的で開催し、9 月には 15 回目を迎えます。

皆さんの庭先を借りて行っていますので、寒くなるまでの期間限定となりますが、他地区でも興味のある方、また、ぜひうちでも！とおっしゃってくださる方、お気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】 富士見町社協地域福祉係土屋・久保電話番号：78-8986

くらしのガイド 9 月(9 月 1 日から 10 月 10 日)

休日当番医・薬局【9 月分】

期日：9 月 3 日（日）

当番医：高原病院電話番号：62-3030

当番薬局：フジモリ薬局電話番号：72-2200

期日：9 月 10 日（日）

当番医：高原病院電話番号：62-3030

当番薬局：こぶし薬局電話番号：71-6202

期日：9月17日（日）

当番医：高原病院電話番号：62-3030

当番薬局：オギノ SC フジモリ薬局電話番号：71-2578

期日：9月18日（月・祝）

当番医：高原病院電話番号：62-3030

当番薬局：

フジモリ薬局電話番号：72-2200

けやき薬局電話番号：82-2864

期日：9月18日（月・祝）

当番医：やまびこクリニック電話番号：61-2155

当番薬局：

けやき薬局電話番号：82-2864

はるも薬局電話番号：78-7762

期日：9月24日（日）

当番医：高原病院電話番号：62-3030

当番薬局：

てらさわ薬局電話番号：78-7851

全町対象／燃えるごみの収集

日時：毎週月曜日午前9時～午前11時

（祝日も実施）

場所：役場裏駐車場（第2体育館駐車場）

全町対象／資源物分別収集

日時：9月10日（日）午前9時～午前11時

場所：役場前駐車場

粗大ごみの収集

9月25日（月曜日）

立沢・瀬沢新田・桜ヶ丘

10月2日（月曜日）

乙事・小六・高森・烏帽子

富士見高原ペンション

資源物の収集

全品目

9月7日（木曜日）・10月5日（木曜日）

本郷・落合・境地区

9月21日（木曜日）

富士見地区

※容器包装・その他プラのみ

9月7日（木曜日）・10月5日（木曜日）

富士見地区

9月21日（木曜日）

本郷・落合・境地区

水道指定給水装置工事事業者

土・日・祝日当番店

月日：9月2日（土曜日）

当番店：富士見設備

電話：62-2421

月日：9月3日（日曜日）

当番店：太陽住設

電話：62-2093

月日：9月9日（土曜日）

当番店：山本管工事

電話：64-2649

月日：9月10日（日曜日）

当番店：戸井口建設

電話：65-3213

16日（土曜日）

当番店：三善工業

電話番号：66-2078

17日（日曜日）

当番店：窪田設備

電話番号：62-7時4

18日（月・祝）

当番店：窪田鉄工設備

電話番号：62-3253

23日（土曜日・祝日）

当番店：エンドウ

電話番号：62-5656

24日（日曜日）

当番店：リビングクボタ

電話番号：62-5391

30日（土曜日）

当番店：富士見設備

電話番号：62-2421

役場窓口業務延長日

9月5日（火曜日）・12日（火曜日）・19日（火曜日）・26日（火曜日）10月3日（火曜日）・10日（火曜日）
午後5時15分～午後7時

相談・説明会

相談・説明会名：結婚相談

9月12・26日（火曜日）

午後1時から午後5時15分

結婚相談所（役場4階）電話番号：62-7853

心配ごと相談

9月15日（金曜日）

午前10時から午後3時

町民センター2階

社会福祉協議会電話番号：78-8988

子育て相談

9月15日（金曜日）

午前9時から午前11時30分

保健センター

子ども課子ども支援係 電話番号：62-9233

出張年金相談

9月6日（水曜日）

10月4日（水曜日）

午前10時から午後3時

役場3階会議室

岡谷年金事務所電話番号：23-3661

シルバー人材センター入会説明会

9月13日（水曜日）
午後2時から
茅野広域シルバー人材センター
電話番号：73-0224

税務無料相談
9月13日（水曜日）
午前10時から正午
下諏訪商工会議所会館2階
税務無料相談【要予約】税理士会事務局
電話番号：28-6666

女性のための悩み相談
一般相談電話受付
（毎週火曜日から土曜日）
午前8時30分～午後5時

県男女共同参画センター（岡谷市）
電話番号：22-8822

注記：法律相談で相談者が利害相反となる場合は、受付することができません。（弁護士法第25条）

スポーツスケジュール

【お問い合わせ先】社会体育係 電話番号：62-2400 ファクス番号：62-6483

日時：9月2日（土曜日）午前8時から
事業名：第68回諏訪地方陸上競技選手権大会
会場：茅野市運動公園陸上競技場

日時：9月5・12・26日（火曜日）午前10時から
事業名：地域スポーツクラブ事業清泉荘ストレッチ教室
会場：清泉荘

日時：9月7・14・21・28日（木曜日）午前10時から

事業名：地域スポーツクラブ事業サロン元気塾

会場：町民センター

日時：9月8日（金曜日）午後7時から

事業名：地域スポーツクラブ事業すくすくスポーツデー

会場：町民センター

日時：9月10日（日）午前8時30分から

事業名：スポーツ少年団県競技別交流大会バレーボール大会

会場：町民センター他

日時：9月10日（日）町民センター午後7時から

事業名：体育施設利用者会議

会場：町民センター

日時：9月12・26日（火曜日）午前10時から

事業名：地域スポーツクラブ事業いきいき健康教室

会場：町民センター

日時：9月16日（土曜日）午前8時から受付

事業名：第32回町民マレットゴルフ大会

会場：町民広場マレットゴルフ場

日時：9月17日（日）午前8時30分から

事業名：第47回町民ソフトテニス大会

会場：町民広場テニスコート

日時：9月21日（木曜日）・22日（金曜日）西伊豆町午後1時30分から

事業名：西伊豆町体育協会交流会（マレットゴルフ）

会場：西伊豆町

日時：9月22日（金曜日）午後7時30分から

事業名：フリースポーツデー

会場：町民センター

日時：10月10日（火曜日）町民センター午後7時から

事業名：体育施設利用者会議

会場：町民センター

主な行事

日時：9月3日（日）午前8時から

事業名：町総合防災訓練

会場：町内の各安否確認所役場正面駐車場

NewsFujimi まちの「話題」や「イベント」をご紹介します

消防ポンプ操法県大会富士見町消防団第1分団優勝！！

7月30日（日）

富士見町消防団第1分団は、中野市で行われた第59回長野県消防ポンプ操法大会ポンプ車操法の部に出場し、3年ぶりに優勝を果たしました。

ポンプ車操法の部には県内各地から12チームが出場。朝晩の厳しい練習の成果を披露し、消防技術を競いました。

全国大会は2年に一度で今年は開催されないため、来年の全国大会を目指します。

中部日本地区選抜中学軟式野球大会富士見星峰クラブ準優勝！！

8月14日（月曜日）から15日（火曜日）

ナゴヤドームで開催された中部日本地区選抜大会に富士見星峰クラブが出場しました。地区予選を制した10県の代表がトーナメント戦を行い、みごと準優勝を勝ち取りました。主将の雨宮陸斗君は、「準優勝は決して自分たちだけの力ではとることができなかった。監督、コーチ、保護者の皆さん、応援してくれた町の人たちの支えがあったからこそその結果だと思います。すべての人たちに感謝の気持ちでいっぱいです。」と話してくれました。

富士見町高原のミュージアム ワークショップ「石ころ仏」を作ろう！

7月16日（日曜日）

小さな石ころを使って自分だけのオリジナルお地蔵さまを作るワークショップがコミュニティ・プラザ実習室で開催されました。山梨県北杜市の「安達原玄仏画美術館」安達原千雪館長を講師に迎え、小さな石に心を込めて目や口を描き入れ、それぞれが用意した小さな器に飾り付けました。個性的なかわいらしいお地蔵さまがたくさん出来上がりました。

富士見町公民館 親子で楽しく「新聞紙ドーム」を作ろう！

8月12日（土曜日）

富士見町公民館主催「わくわく夏休み企画」の第1弾。長野県建築士会諏訪支部青年委員会の主導で、子どもと保護者が協力して窓を作り新聞紙を貼り合わせ、送風機で風を送り込むとパンパンに膨らみ約3畳分の新聞紙の家が出来上がりました。中に入って遊んだり、外からのぞき込んだり十分に楽しみ、最後は子供たちが壁を破って飛び出しました。

富士見中学校職場体験学習

7月11日（火曜日）から7月13日（木曜日）

富士見中学校の2年生が町内や近隣市町村の事業所、商店、施設などで職場体験学習をおこないました。今年も「広報ふじみ」へ2名の生徒さんが2日間体験しにきてくれました。体験の様子や取材したことを記事にしてもらいましたのでご紹介します。

職場体験学習を取材しました。

富士見消防署

富士見消防署では、2名が職場体験を行い、午前中は「放水体験」をしていました。生徒は消防署の方の話聞いて、放水をしました。「服などが重くて暑いけどすばやく動いていて消防署の方たちはすごい。」と話していました。消防署のかたは「いつ何があるかわからないからいつも気を張っているのが大変だけど、救助して救えた時は消防署に来て良かったと思う。」と話していました。

今井書店

今井書店では、2名が職場体験を行い、棚の埃を落とす作業などをしていました。生徒は「本の数を数えたり、並べたりするのが大変だけど、やりとげた時、やりがいを感じた。」と話していました。

今井書店オススメの本

今井書店の方にオススメの本を紹介していただきました。絵本作家「きたじまごうき」さんの絵本です。

はじめて出版した本、「とっておきのカレー」は、八ヶ岳からのインスピレーションを受けて作られたそうです。また、今年の冬には富士見町へ移住してきました。ぜひ、ご覧ください。

「広報にしいず」に掲載する町の特産品の紹介記事を作りました。一部ご紹介します。

※「広報にしいず」は役場正面入り口にあります。どうぞご覧ください。

収穫体験もできます富士見の赤いルバーブ

富士見町大平のかぼちゃん農園では、10月末までルバーブの収穫体験ができます。収穫を体験する際は事前に予約を電話かホームページでしてください。

電話番号：

090-4050-0906

(株式会社かぼちゃん農園)

ホームページ：

<http://www.fujimi-aka-rhubarb.jp/>

(富士見町ルバーブ生産組合)

編集後記

僕は、今回の職場体験で勉強がすごく大事だと考えた。例えば取材の質問の内容を考えるときこれから行く職場に合わせて考える事が大切で、これは相手の気持ちを考える国語力が大切です。僕は国語が苦手なので質問を考えるのにてまどってしまったので、もっと社会に出る前に勉強をしていきたい。

私は、取材する時にあまり質問とかができなかつたけど、聞いたことや、見たことなどを

メモして自分なりにまとめることができたのでよかったです。

この体験で私は、自分だけではなく読む人に伝わる文章を考えることの大切さを学ぶことができました。ありがとうございました。

取材に協力していただいたみなさん、ご協力ありがとうございました。

ふるさとのみなさんへ 東都高原富士見会だより

五味 実

横浜市在住（乙事出身）

出会いの山「入笠」

私は大自然の中で生活するのが自分に良く似合うような気がしてならない。それは子供の頃、家族で田畑や林、八ヶ岳（西岳）へ行った事や、子供会での入笠山や釜無川へのキャンプの記憶によるものが大きい。

まず食事だが、メンパ弁当、焼味噌むすび、味噌漬の味は忘れられない。富士見高原の水と野菜は天下一品である。

昭和三十二年十二月三十一日、私は高校三年生の時、同級生四名で初日を見ようと入笠へ夜半出発した。途中道に迷ってしまった。お互いに声を掛け合い前進。

しばらくすると他の登山者の明りを発見し助かった。

仲間四人は全員、冬山は経験がなく軽装備だった。本当に無茶だったがその時の出会いの山「入笠」初日の出は最高だった。

その後私は二十二歳の時に入笠行きを決め若宮口から入った。しばらく登ると可愛い娘に出会う。話を聞くと東京からで毛織工で働き、二十歳で新潟県出身だ

と言う。昼も一緒に食べ足早に下山した。二年間の交際の後結婚した。以来、友人や知人家族らと七回ほど入笠入りした。

不思議な山で人を呼び寄せる山、出会う機会を作ってくれる山でもある入笠山に感謝したいのである。

入笠山よ永遠なれ、富士見町に幸あれ！

ナイトゴンドラ運行星空観察会

【お問い合わせ先】産業課商工観光係 電話番号：62-9342

ナイトゴンドラ運行日

9月2日（土曜日）・9日（土曜日）・16日（土曜日）・23日（土曜日）

注記：悪天候、ゴンドラ運行中止

ゴンドラ運行時間

18時30分から20時（下り最終21時）

ゴンドラ料金（ナイトゴンドラ特別料金）

ゴンドラ往復

大人1,250円

子供（小学生）600円（未就学児無料）

星空観察会（参加費無料）

ナイトゴンドラ運行日に合わせ、ゴンドラ山頂部ゲレンデにて開催します。

レーザーポインターや、望遠鏡を使って星の観察をします。

満天の星空には感動間違いなし！ぜひこの機会にご参加ください。

開催時間

【第1回】19時から19時45分

【第2回】20時から20時45分

注記：悪天候の場合は、中止する場合があります。

注記：山頂部は気温が下がります。暖かい服装でお越しください。

姉妹町西伊豆だより 夕映えの響き 2017 夕陽と潮騒のステージ

西伊豆町では毎年9月に、宇久須クリスタルビーチに設置された特設ステージで「夕映え

の響き」を開催しています。

今年9月30日(土曜日)に、日本レコード大賞作品賞を受賞した「Woman」などで知られる中西圭三さんとIWISHのaiとして人気番組の主題歌「明日への扉」でデビューし、シンガーソングライターの草分け的存在である川嶋あいさんをお迎えします。例年、日本一の夕陽と素晴らしい音楽を多くの方にお楽しみいただいています。

また、夕陽コンサートの前には、西伊豆町非公認キャラクターの馬ロックンによるパフォーマンスや「夕陽に向かって叫べ！」大声コンテスト、夕陽コンサートの後には、手筒花火のパフォーマンスも行います。

秋は、夕陽日本一の西伊豆町の夕陽が一番きれいに見える季節です。みなさんもぜひ西伊豆町へお越しください。

【お問い合わせ先】西伊豆町観光協会 電話番号：0558-52-1268

URL：<http://www.nishiizu-kankou.com/>

富士見町町民憲章

わたくしたちは、秀麗富士を望み、雄大な八ヶ岳と眺望豊かな入笠山にいだかれた高原の町、富士見町民です。この限りなく美しく、厳しい自然の中に住むわたくしたちは先人の心を受けつぎ、自然を愛し、豊かな調和のとれた田園の町の発展をめざして、この町民憲章をかかげます。

- 一、かけがえのない自然を守り、育てていく町民となろう。
- 一、心身を鍛え、明るく健康な町民となろう。
- 一、教養を高め、香り高い文化を創造する町民となろう。
- 一、仕事に誇りを持ち、産業の発展につくす町民となろう。
- 一、思いやりの輪をひろげ、住みよい郷土をつくる町民となろう。

「広報ふじみ」、町ホームページの「町民のページ」で有料広告を募集しています。

詳しくは、

<http://www.town.fujimi.lg.jp/index3.html>

の「新着情報の一覧を見る」をご覧ください。

広告媒体：広報ふじみ

単位等：下1段（縦50ミリメートル、横175ミリメートル）

広告料：1回5,000円

広告媒体：町のホームページ（町民のページ）

単位等：トップページ（縦60ピクセル、横150ピクセル）

広告料：月額5,000円

広報ふじみあとがき

町の人口と世帯数平成29年8月1日現在（前月比）

住民基本台帳人口

男性：7,277人（増減なし）

女性：7,572人（10人減少）

合計：14,849人（10人減少）

世帯：5,948世帯（4人減少）

発行日

平成29年9月1日

編集・発行

富士見町総務課

郵便番号：399-0292 長野県諏訪郡富士見町落合 10777

電話番号：0266-62-2250（代表）

Fax 番号：0266-62-4481

ホームページ

<http://www.town.fujimi.lg.jp>

Eメール

fujimi@town.fujimi.lg.jp

印刷

有限会社富士見印刷

休日・夜間の緊急医電話番号案内

長野県救急医療情報センター

電話番号：0120-890-422