



# 広報 ふじみ

2009  
**4**  
APRIL  
No.469



さくら色に染まる日本の春 今年もこの優しさに魅せられて…  
(高森観音堂 しだれ桜)

## 主な内容

### 特集

**メタボを防ごう！**  
**健康づくりは毎日の食卓から**  
～地区料理教室活動報告～

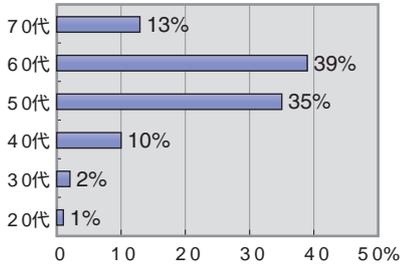
..... 2

平成21年度予算の概要 .....	4
ごみ減量の取り組み ごみの排出量を知ろう .....	6
資源ごみの収集方法が変わります .....	7
妊婦さんと赤ちゃんを応援します .....	8
平成21年度保健事業のお知らせ .....	9
国保だより	
町特産品開発推進交付金事業審査結果 .....	10
狂犬病予防接種集合注射の日程 .....	11
教育委員会だより .....	12
ふじみグリーンフェアのご案内 .....	14

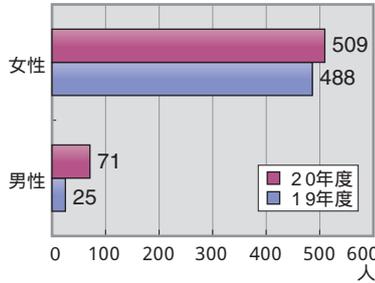
## 1 地区料理教室に参加された方の現況

参加者 579名 アンケート回収 462名  
(回収率 80%)

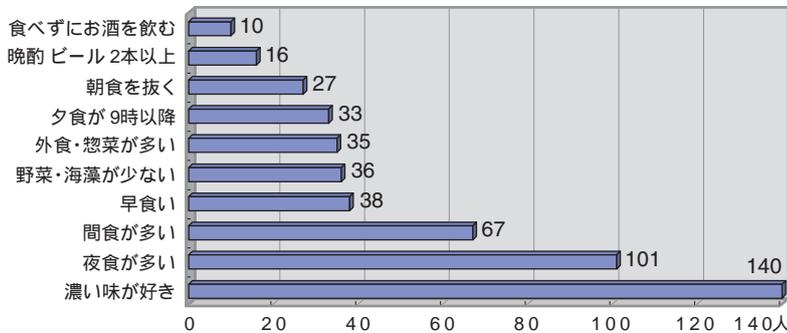
参加者の年代



参加者の推移



食生活の状況



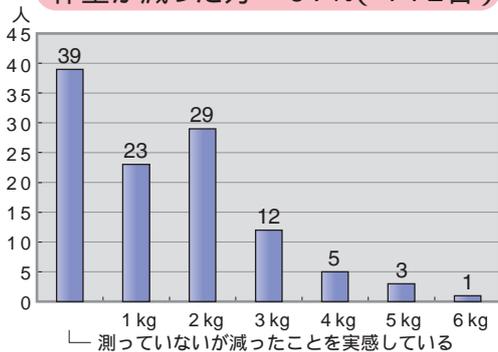
町では昨年度国保事業の一環として、町民の皆さんの健康維持・生活習慣病（メタボリックシンドローム）予防対策のための地区料理教室を27会場で開催しました。  
大勢の皆さんが参加され、教室で紹介した食事バランスガイドを活用して、各家庭で食生活改善に取り組みました。実践していただいた結果をご紹介しますので、皆さんのご家庭でも、毎日の食生活・健康づくりの参考にしてください。

## 2 食生活改善に取り組んだ成果(2ヶ月後のアンケート調査より)

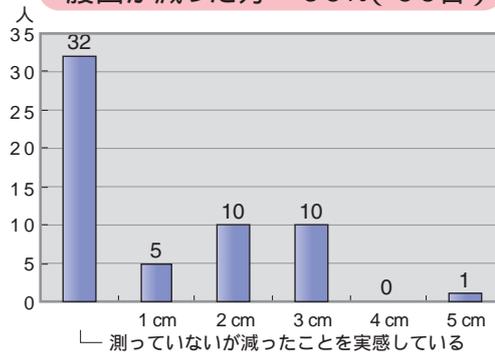
参加者 579名 アンケート回収 279名(回収率 48%)

メタボを予防するため、食生活を改善・工夫したか? ……した: 87% しない: 13%  
食生活を改善することで体の変化はあったか? ……あり: 62% なし: 34%

体重が減った方 67%(112名)



腹囲が減った方 35%(58名)



### 家庭からの声

「家中でお父さんが一番熱心」  
「家族みんなで意識して頑張ろうと思った」

教室を通して1日に必要な食事の目安量などを知り、夕食後は何も食べない・野菜をたくさんとる・酢を使う・炭水化物や甘いものを減らすなど、食生活改善に取り組んでいただきました。その結果、体重や腹囲・体脂肪が減少した方が多く見られました。また、中性脂肪・総コレステロール値が下がり、血圧も正常値に近くなった、胃の調子や便通が良くなり体が軽くなったなどの結果が寄せられました。変化が見られなかった回答者については、もともと体に問題がなく現状維持という方がほとんどでした。

### 3 食事バランスガイド活用状況

食事バランスガイドを活用しているか? …………… している: 90% してしない: 10%

「食事バランスガイド」とは・・・

1日に「何を」「どのくらい」食べたらよいかが一目でわかるようにコマで示した食事の目安です。主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループから料理(食品)を組み合わせて食べるとバランスの良い食事になります。ひもの部分の嗜好品は取りすぎに気をつけましょう! 食事バランスガイド(コマ)を参考にバランスのよい食生活をしましょう!



「食事バランスガイド」をご希望の方は、保健予防係( 62-9134)までご連絡ください。

#### 食事バランスガイドを活用して

～アンケート結果より～

- ・食べ過ぎないよう意識付けになった
- ・野菜を多くとるようになった
- ・今日足りないものは、次の日に食べるようになった

バランスがよいと

“コマがしっかり回転”します!

### これから我が家では...

直接話を聞いたり試食をして、お酒の適正量や味付けの程度がわかりました。晩酌や食生活を見直してみます。(男性参加者)

普段カロリーについて気にしていませんでしたが、教室に参加して我が家の食生活をカロリーという面からも見直したいと思います。

自分だけでなく家族のためにも食生活を改善すること、また、幼児期からの食事の大切さがわかりました。食事の準備も大切な仕事と思ってできそうです。

地元で採れる旬の野菜を使った料理を紹介してもらったので、今後参考にして、野菜中心の献立にしていきたいと思います。

試食することによって塩分の取り過ぎに気づいたので、減塩に努めていきます。

今年度も町民の皆さんの健康づくりに向けた地区料理教室を開催しますので、ぜひご参加ください。



#### 教室で紹介した献立

- \* 鶏肉のオイスターソース炒め
- \* 野菜トマトスープ
- \* えのき・ニラ納豆
- \* 昆布かりんとう

塩分・油控えめ、食物繊維たっぷりのメタボ予防献立です。

### 地区料理教室に参加して

塩分と油を控えること・野菜をたくさん食べることの2点に気をつけています。野菜は火を通すと食べやすく量もとれるので、よく煮物を作ったり、味噌汁も具たくさんにしています。温野菜のサラダも美味しく食べやすいですね。濃い味付けのものや油こいものは食べたくありません。地区料理教室は、自分の食生活を見直すよい機会になりますので、皆さんもぜひ参加してください。



賀 来 けさ系 さん (桜ヶ丘)

毎年地区料理教室には近所でも参加しています。大勢の方もこの教室に性意識が高く、男大勢参加しては、普段の食生活では、

我が家では、教室で教えていただいたコマの表を貼り、食事づくりの時、バランスを考慮するようにしています。家族みんなで食事に関心をもち、一緒に調理することも大切ですね。野菜をたくさん食べよう、ということでも、ほとんど自家栽培していますが、昨冬はハウスでほうれんそうやみず菜・べんり菜などを作ってみました。栽培する楽しみは、食べる楽しみも更に大きくしてくれます。



小 池 元子 さん (下葛木)

ある野菜を使っている時間を参考にしたいです。教室では、身近に誘って教室に参加しました。保健指導員をしてるので、近所の皆さんを誘って教室に

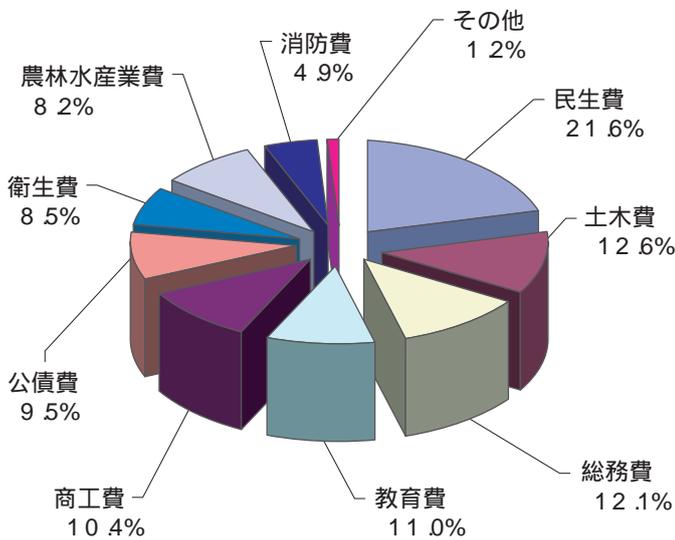
# 要をお知らせします

## 対策・子育て支援”を重点に――

に進展させるため、最重点課題である「協働」「安全・安心」な推進」「産業振興・企業誘致」の2項目にも重点的に計上  
 引き続き積極的に取り組む一方で、福祉・教育などの基本的

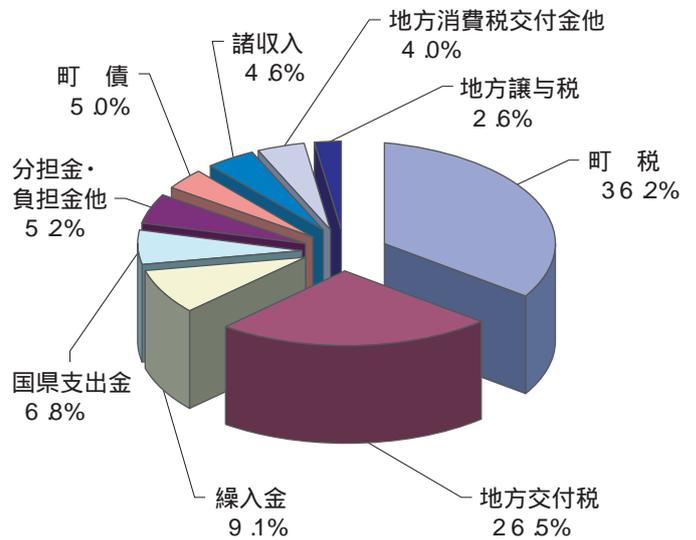
### 〔一般会計予算の概要〕

#### 歳 出 (予算総額 65億円)



民 生 費	14億 549万 8千円
土 木 費	8億 2,194万円
総 務 費	7億 8,341万 8千円
教 育 費	7億 1,322万 6千円
商 工 費	6億 7,361万 8千円
公 債 費	6億 1,888万 4千円
衛 生 費	5億 4,903万 8千円
農 林 水 産 業 費	5億 3,433万 6千円
消 防 費	3億 1,972万 4千円
そ の 他	8,031万 8千円

#### 歳 入 (予算総額 65億円)



町 税	23億 5,509万 2千円
地方交付税	17億 2,100万円
繰入金	5億 9,199万 5千円
国県支出金	4億 4,265万 1千円
分担金・負担金他	3億 3,511万 7千円
町 債	3億 2,630万円
諸 収 入	2億 9,744万 4千円
地方消費税交付金他	2億 6,090万 1千円
地 方 譲 与 税	1億 6,950万円

一般会計予算の総額は、65億円で前年度当初比 1.5%、1億円の減となっています。歳入については、景気の後退により、町税は前年度当初比 7.1%の大幅な減収となりましたが、緊急対策等により地方交付税や交付税の不足分を補う臨時財政対策債は増額となりました。歳出については、大型建設事業である地方特定都市計画道路事業（北通り線）・産業団地内下水道整備事業が継続事業で最終年度となるほか、福祉・教育費等については、新規事業や施策の拡充を幅広く取り入れました。経済対策により平成 20年度に前倒した緊急経済対策事業を含めると、前年度と同規模程度の予算総額となります。

歳入の減に対応するため、徹底した事業の再検証を図る中で、人件費の圧縮削減や経費の削減・抑制を行い、限られた財源の効率的活用と町民の皆さんとの連携により、「活力に満ちた輝くまち」を目指します。

# 平成21年度予算の概

## —— “協働” “安全・安心” “少子化

本年度は、第4次町総合計画に基づくまちづくりを確実「少子化対策・子育て支援」を継続し、「中学校統合の円滑しました。更に「開発公社・土地開発公社への支援」に引行政サービスを低下させない予算としました。



新たな中学校に向けての交流事業(百人一首大会)

### 新規事業と主な施策

(単位:千円)

町民に開かれた親しみのある行政をめざして

第4次町総合計画後期策定住民調査	2,230
役場庁舎屋上ライブカメラ構築	1,200
コンビニ収納業務	225
有線放送告知システム事業(運用開始)	20,018

健康で生きがいのある福祉のまちをめざして

老人福祉センター(清泉荘)	2,411
耐震補強実施設計事業	
妊婦一般健康診査公費負担の拡充	11,084
マタニティマーク普及啓発事業	75

人と自然が共生する環境の整ったまちをめざして

新エネルギー導入推進事業	376
生ごみ処理機等設置補助金拡充	620
可燃ごみ排出量計量記録事業	1,337
地方特定都市計画道路事業 (北通り線道路改良工事他)	108,100

いきいきとした活力のある産業のまちをめざして

商工業人材育成補助事業	1,129
入笠湿原前トイレ設置事業	10,000
職員県東京事務所研修派遣事業	3,000
産業誘致事業(産業団地内下水道工事)	10,000
観光戦略構築調査事業	24,000

子育てを支援し、豊かな人間性を育む保育・教育・生涯学習環境の整ったまちをめざして

新生児聴覚検査費助成事業	600
保育園看護師・用務員配置	5,433
中学校統合事業	39,708
小学校外国人英語講師配置	5,040

安全・安心なまちをめざして

緊急地震速報放送設備接続事業	1,283
防災行政無線個別受信機設置事業	410
地域防災支援事業	7,000

### 〔特別会計・企業会計予算の概要〕

会計名		予算額	前年度比(%)
特別会計	国民健康保険特別会計	12億円	97.2
	老人保健特別会計	71万9千円	0.5
	後期高齢者医療特別会計	1億3,707万5千円	84.6
	有線放送電話特別会計	7,695万円	20.3
	観光施設貸付事業特別会計	3億17万8千円	106.6
	富士見財産区特別会計	1,268万円	55.9
	本郷・落合・境財産区特別会計	3億9,680万円	51.6
	乙事財産区特別会計	750万円	95.2
合計	21億3,190万2千円	71.2	
企業会計	水道事業会計	13億1,190万円	126.1
	下水道事業会計	19億9,425万円	97.3
	合計	33億6,150万円	107.0

企業会計については収益的支出と資本的支出の合計額です。

特別会計については、有線放送電話特別会計の告知放送事業が完了したこと等により、8会計の総額が前年度当初比28.8%の減となっています。

また、企業会計については、水道事業会計の第13次上水道拡張事業による施設整備等により、前年度当初比7.0%の増となっています。

燃えるごみ1人1日の排出量300gをめざして

# まずは我が家の排出量を知ろう

ごみの減量は町民一人ひとりの努力の結果

あなたのご家庭で、重さにしてどのくらいの可燃ごみを出しているかをご存じですか。ごみ袋がいっぱいになれば指定日にごみステーションに出すだけで、重さを量ったことはないという方がほとんどでしょう。

平成19年度に家庭から出された可燃ごみの総量は2,598tで、1人が1日に459gを出したことになります。これは、1人が1ヶ月に約14kg、1年では約167kgです。4人家族ですと1年に約670kgの可燃ごみを出していることになります。

町では、一般廃棄物減量等推進審議会の提言を受けて、可燃ごみの削減目標を平成22年度までに「家庭系可燃ごみ1人1日の排出量300g」（平成19年度比35%の削減）と設定し、その達成をめざします。

この目標達成のためには、まず、町民一人ひとりが、各ご家庭が、どのくらいの可燃ごみを出しているかを知ってもらう、把握してもらうことから始まると考えます。そこで、ごみステーションにばね秤を用意して、可燃ごみを出す際に手軽に量れるようにするとともに、その量を記録する記録表を全戸に配布しますので、まずは各家庭で減量目標を定めてください。また、衛生部長さんや集落の役員の皆さんにご協力をお願いし、全町を上げて可燃ごみの減量と資源化に取り組んでいきます。

ごみの減量は皆さんの努力の結果です。一人ひとりができることから着実に実行し、1人1日の排出量300gの目標達成をめざしましょう。

## 燃えるごみの削減目標達成計画(年度ごとの削減目標)

排出量	19年度(実績)		21年度(中間目標)		22年度(目標)	
	1人の場合	4人家族の場合	1人の場合	4人家族の場合	1人の場合	4人家族の場合
1日	459g	1,836g	370g	1,480g	300g	1,200g
1週間	3.2kg	12.9kg	2.6kg	10.4kg	2.1kg	8.4kg
1ヶ月	13.8kg	55.1kg	11.1kg	44.4kg	9.0kg	36.0kg
1年	167.5kg	670.1kg	135.1kg	540.2kg	109.5kg	438.0kg

あなたは燃えるごみをどのくらい出しているかご存じですか？

家庭で最初に取り組んでいただきたいこと

各家庭において、1人1日当たりどのくらいの可燃ごみを排出しているかを把握(記録)し、家庭での減量目標を定めて達成をめざす。

可燃ごみとして排出しているものを検証し、生ごみの自家処理や水切りの徹底、紙類やプラスチック類で資源化できるものを分別する工夫や努力を行う。



可燃ごみの重さを量って排出量を把握しましょう

## 生ごみ処理器等設置補助の制度拡充

電気生ごみ処理機やホームコンポストなどを設置した際に、町では平成11年度から補助金を交付してきました。

可燃ごみの減量策として生ごみの自家処理を推進するなら、生ごみ処理器等設置補助の制度も拡充すべきではないかとの審議会の提言から、補助制度を改正し4月1日から適用します。



ホームコンポスト

	ホームコンポスト等		電気生ごみ処理機	
	改正前	改正後	改正前	改正後
補助率	購入価格の1/2以内		購入価格の1/2以内	
端数処理	1,000円未満切捨て	100円未満切捨て	1,000円未満切捨て	100円未満切捨て
限度額	2,000円	なし	15,000円	20,000円
補助基数	1世帯2基		1世帯1基	

問 建設課 生活環境係

62-9114 (有)9114

## 容器包装・その他プラスチック

# 5月からフレコン収集に変更

ごみ・資源物収集に関する  
お問い合わせ  
建設課 生活環境係  
62-9114 ㊟9114



容器包装プラスチック用の  
フレコン(大)



その他プラスチック用の  
フレコン(小)

5月から、容器包装プラスチックとその他プラスチックの収集方法が変わります。現在、容器包装プラスチックの収集は、燃えるごみ袋でそのまま出すか、収集所に町が用意したビニール袋に入れてもらう方法で収集をしています。また、その他プラスチックは、収集所で容器包装プラスチックとは別の町が用意したビニール袋に入れてもらう方法で収集をしています。

この方法を、5月から町が収集所に大小 2種類のフレコン袋を用意しますので、容器包装プラスチックは大きなフレコン袋に、その他プラスチックは小さなフレコン袋に入れる方法に変更します。特に、どちらも持ち寄った袋のままでは絶対に入れないでください。燃えるごみ袋でも、レジ袋でも、必ず中身をフレコン袋にあけていただきます。

資源物収集したプラスチック類は、汚れたものはリサイクルできません。しかし、毎月、相当量の容器包装プラスチックが汚れたままの状態で混入していたり、プラスチック以外のものまで含まれているなど、分別が粗くなっています。あけかえることによって、収集所での指導員の指導も可能となり、分別の徹底を図っていきます。



一杯になった状態の  
フレコン



ネット袋

## ペットボトルと布類 収集所での収集袋が変わります

5月から、資源物収集所で収集するペットボトルと布類の収集袋が変わります。これまで、緑色のネット袋で収集していたペットボトルと布類の収集袋を、間口が広く横幅のある青色のネット袋に切り替えます。

## 全町対象に可燃・粗大ごみ、資源物の収集を5月から始めます

近年、住民の生活様式の多様化により、家庭から出される廃棄物や資源物の早朝収集ではなく、もう少し遅い時間に収集できないかという要望や、別荘利用者等の地区衛生自治会等に加入していない人と集落のステーションを維持管理する側等との間で、利用ルールを守らないなどによる地域とのトラブルや苦情が増えています。また、全町民を対象とした収集所の設置要望が多く寄せられています。町では、このような要望に対応するため、可燃ごみ、粗大ごみ、資源物の全町民を対象とした収集所を設置します。なお、この収集事業は平成 21年度の利用状況等を見たうえで、22年度以降の継続や実施回数の増減等を検討します。

また、転出や別荘利用者の帰京日等により、どうしても指定日に資源物や可燃ごみを出すことができない場合に、これらを町が収集一時保管をします。この事業は予約が必要で、その際に受取り日時等を調整します。

昨年度から実施している「事業系資源物分別収集」は、個人事業者等が排出する産業廃棄物以外の事業系一般廃棄物のうち資源物のみを収集するものです。この制度は、資源物分別実施事業者登録が必要です。

	収 集 日	収集時間	収集場所	備 考
可燃ごみ収集	5月4日から毎週月曜日 (祝日も実施)	午前9時～ 11時	役場裏駐車場 (第2体育館駐車場)	指導員の指示に従ってください
資源物分別収集 粗大ごみ収集	6/14、9/13、12/13、3/14 の年4回 (各月第2日曜日)	午前9時～ 11時	役場前駐車場	指導員の指示に従ってください
資源物の 収集一時保管	5月から受入れ 予約時に町が指定した日時・場所			転出等により収集日に出すことができない場合 生活環境係に予約が必要
可燃ごみの 収集一時保管	5月から受入れ 予約時に町が指定した日時・場所			転出時や別荘利用者等が収集日に出すことができない 場合 生活環境係に予約が必要
事業系資源物 分別収集	町が指定した日時・場所			登録が必要 (申請手続き:生活環境係)

# 妊婦さんと赤ちゃんを応援します！

妊婦さんの安心した生活と赤ちゃんの健やかな成長を願い  
新たな事業を始めました

## 新生児聴覚検査費の助成を行います

生まれてくる赤ちゃん 1,000人のうち 1～2人は、生まれつき耳の聞こえに障害をもちとされています。その場合には、早く発見して適切な援助をしてあげることが赤ちゃんの言葉と心の成長のためにはとても大切です。



新生児聴覚検査は、生まれてまもない赤ちゃんの耳の聞こえの状態を調べるもので、眠っている間に赤ちゃんを傷つけたり痛い思いをさせたりすることなく、自動的に判定を行う耳の検査です。

町では、全新生児に検査を受けていただくよう、平成 21年 4月から聴覚検査の費用の一部を助成することとしました。助成の申請方法等については、住民福祉課保健予防係（ 62-9134 〔 9134 〕）までお問い合わせください。

## マタニティマークチェーンマスコット等を配布します

町では、平成 21年 4月から母子健康手帳の交付時に、カバンなどに簡単につけられるマタニティマークの入ったボールチェーンマスコットや車に貼れるステッカーを無料で配布します。

妊娠中、特に妊娠初期は、赤ちゃんの健康を維持するためのとても大切な時期です。しかし、外見上は妊婦であるかどうか判断しにくかったり、「つらい症状」があったりする場合もあります。

### 街でこのマークを身に付けているお母さんを見かけたら

- \* 電車・バス等では優先して席を譲ったり、乗り降りの時に押されたりしないよう気配りをする。
- \* 手がふさがっているときや階段などでは、手荷物を持ってあげたり、ベビーカーをたたんであげる。
- \* エレベーターが込み合っているときは、妊産婦さんやベビーカーの方を優先的に乗降させる。
- \* 妊産婦さん、赤ちゃん、子どもの近くでは、たばこは吸わない。
- \* 「何かお手伝いしましょうか？」などのやさしい一言をかける。

皆さんからの思いやりのある心遣いと小さな勇気ある行動をお願いします。

### マタニティマークとは？

「マタニティマーク」は、妊産婦への思いやりを啓発するため、厚生労働省が平成 18年 3月に発表したマークです。



## 妊婦健康診査の公費負担を 14回に拡大します

これまで妊娠中に医療機関で受ける妊婦健康診査のうち、5回分を公費で負担（無料）していましたが、平成 21年 4月から 14回分を公費で負担します。

母子健康手帳発行時に 14回分の受診票を交付します。妊娠に気づいたら、早めに保健予防係へ妊娠の届出をしてください。（妊娠届を医療機関で書いてもらい、届け出の際にお持ちください。）

里帰り等の理由で県外の医療機関において妊婦健康診査を受けた場合も健診費用を助成します

該当される方は、最終の受診日から 6ヶ月以内に保健予防係へ申請してください。

受診票は県外医療機関では使えませんので、未使用の受診票と妊婦健康診を受けた医療機関の領収書を申請時に添付してください。

詳細は、住民福祉課保健予防係（ 62-9134 〔 9134 〕）までお問い合わせください。



# 平成21年度 保健事業のお知らせ

## 麻疹風しん(混合)の予防接種を受けましょう

現在、麻疹風しんの予防接種は1歳と小学校入学前のお子さんに対し、2回行っています。また、平成20年度より追加接種として中学1年生・高校3年生に対しても予防接種を行っています。この年代は、過去に1回しか接種を受けていないため、麻疹・風しんにかかることがあります。免疫力を強めるため、追加の予防接種を受けましょう。

	対象者	実施方法	接種料金
	* 1歳～2歳未満の人 * 小学校入学前のお子さん (平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの人)	医療機関における個別接種	無料
追	* 中学1年生 (平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの人)	町内中学校における集団接種	
追	* 高校3年生 (平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれの人)	医療機関における個別接種	

追：追加接種は平成20年度から平成24年度までの5年間、経過措置として行います。

麻疹(はしか)の主な症状は高熱と全身の発疹ですが、肺炎や脳炎などの合併症を起こす事が30%程度あります。

風しんの主な症状は発熱・発疹で、子どもの場合3日程度で治ることが多いので「3日ばしか」とも言われます。大人になってからかかると子どもの時より重症化する傾向が見られ、特に妊婦が妊娠早期に風しんにかかると、心臓病・白内障・聴力障害を持った赤ちゃんが生まれる可能性があります。

対象となる方には、個別又は学校を通じて予診票とお知らせをお送りします。希望される方は通知文書をよくお読みになり、接種を受けてください。

## 長寿医療人間ドックの申請方法が一部変更になります

平成20年度から実施しました後期高齢者医療被保険者に対する人間ドック受診費の補助申請について、平成21年度から申請時に人間ドック検査報告書の提出が必要になります。

## 不妊治療費の一部を助成します

町では、不妊治療を行っている夫婦の経済的負担軽減のため、治療費の助成を行っています。助成額は不妊治療に要した費用の1/2とし、年間20万円が限度額となります。

問 住民福祉課 保健予防係(保健センター) 62-9134 ㊟ 9134

### 重度心身障がい者の皆さんへ

## タクシー利用料金を助成します



重度の障がいをお持ちの方に、在宅生活支援としてタクシー乗車券を交付します。対象となる方は、申請期間内に手続きをしてください。

対象者 身体障害者手帳 第1種 1・2級 療育手帳 A1・A2・B1 精神障害者保健福祉手帳 1・2級の方

自動車税又は軽自動車税の減免を受けている方は対象になりません。

助成枚数 1枚880円 年36枚まで(1ヶ月3枚となりますので、早めに申請してください。)

申請期間 平成21年4月1日～平成22年3月31日

持ち物 手帳 印鑑

申請 問 住民福祉課 社会福祉係 62-9144 ㊟ 9144

# 国保だより

問 住民福祉課 国保年金係  
6 2 9 1 1 1 1 1 1 1 1  
☎ 9 1 1 1 1

新年度がスタートしました。新たに国保に加入するときや、やめるときは、14日以内に住民福祉課国保年金係（2番窓口）に届出が必要となります。

## 【国保に加入するとき】

他市区町村から転入してきたとき（職場の健康保険に加入していない場合）

職場の健康保険などをやめたとき（退職証明書が健康保険の資格喪失証明書が必要）

子どもが生まれたとき  
生活保護を受けなくなったとき等

## 【国保をやめるとき】

他市区町村に転出するとき

職場の健康保険などに加入したとき（加入した健康保険者証が、加入した旨の証明書が必要）

国保の被保険者が死亡したとき  
生活保護を受け始めたとき

後期高齢者医療制度の対象となつたとき（75歳になって対象となつたときは届出不要）等

## 届出が遅れると・・・

加入の届出が遅れると、保険料は加入資格を得た月までさかのぼって納めることとなりますので、ご注意ください。

## 制度改正のお知らせ

### 【平成21年からの変更】

出産育児一時金の額が、35万円から38万円に増額されました。（産科医療補償制度加入の医療機関で出産の場合）

70歳から74歳の方の医療機関での自己負担割合（2割）を1割に据え置く措置が、平成21年4月から平成22年3月までの一年間再延長されます。

### 「保険料は国保の大切な財源です」

保険料は、国などの補助金とともに、かかった医療費にあてられる国保の貴重な財源です。

保険料を滞納すると、入院時の高額療養費の限度額適用認定が受けられない場合があります。

また、未納期間に応じて、一ヶ月・三ヶ月・六ヶ月と有効期間が短い短期被保険者証を交付することになります。状況によっては、滞納処分（財産の差押え等）を受ける場合もありますので、納期内納付にご理解とご協力をお願いします。

## 町特産品開発

今年もたくさんのアイデアが寄せられました！



審査会では応募者がそれぞれの作品を紹介

2月12日 役場において平成20年度町特産品開発推進交付金の審査会を開催しました。14品の応募があり、全品のアイデアを採用しました。今後は、生産者、加工業者、販売者等との調整を行い、特産品としての商品化を目指していきます。

審査会では、「富士見産の素材を活かす取り組みを評価し、今後も特産品開発を進めて欲しい。」「特産品の販売は知名度が重要で、富士見のPRも一緒に進めていきたい。」などの意見が出されました。また、2月21日の富士見の日には作品を採用された皆さんに、矢嶋町長から交付金決定通知書が手渡されました。

### 採用された14点

- \* 食用ホウズキとジャム〔珍しい食用のホウズキ〕(バディアス農園 鈴木康晴)
- \* チルチルのジャム〔自家農園で収穫した6種類のジャム〕(小池みちる)
- \* レッドキドニーサラダ豆〔富士見の気候を活かした豆〕(葛窪女性部)
- \* ヤーコン菓子〔富士見産ヤーコンを使用〕(葛窪女性部)
- \* ふわふわ古代米シフォン・米粉ふわふわシフォン  
〔富士見産古代米と米粉使用のもっちりふわふわシフォンケーキ〕(小林節子・名取京子)
- \* 富士見産そばの実クッキー〔そばの実をそのまま使用〕(ル・キャトル・セゾン名取京子)
- \* 富士見産ブルーベリーマフィン〔新鮮なブルーベリーをたっぷり使用〕( )
- \* 富士見産古代米キッシュ〔古代米、チーズ、季節の野菜を使用〕( )
- \* 米粉とゴマの白黒クッキー〔古代米の粉と上新粉を使用〕( )
- \* ルバープピューレ〔肉・魚各種料理に合うルバープのピューレ〕(ルバープ生産組合)
- \* ルバープの砂糖菓子〔心地よい酸味の効いたお菓子〕( )
- \* ルバープケーキ〔赤いルバープをアクセントにしたケーキ〕( )
- \* じゃがいもとおからのコロッセ&ハンバーグ〔町内豆腐屋さんのおから使用〕(ワイワイエコライフ)
- \* 米粉ケーキ〔お米、トッピングのみそだれは富士見産〕( 篤木宿加工グループ 今井良美)



ふわふわ古代米シフォン



チルチルのジャム

# 狂犬病予防接種 集合注射のお知らせ



犬（生後 91日以上）の所有者は、法律により狂犬病の予防注射を毎年 6 月 30日までに接種することが義務付けられています。

狂犬病は世界各地で流行しており、毎年 4 万～5 万人が死亡している恐ろしい病気です。2006年には国内でも 36年ぶりにフィリピンからの帰国者 2 人が感染発症し、死亡しています。狂犬病の人への感染を防ぐために、毎年 1 回、狂犬病の予防注射を接種しましょう。

平成 21年度狂犬病予防集合注射を下記のとおり実施します。

## 平成 21年度 犬の登録・狂犬病予防注射日程

期 日	場 所 ・ 時 間							
4月 20日 (月)	富士見町 役場 9 30～10 15	富士見 区役所 10 25～10 45	瀬沢公民館 11 05～11 20	平岡辻 11 40～11 50	上蔦木 集落センター 13 10～13 25	信濃境 公民館 13 40～13 55	先達公民館 14 10～14 25	
4月 21日 (火)	立沢下羽場組 公会所 9 30～9 50	立沢構造 改善センター 10 00～10 30	乙事公民館 10 45～11 15	新田 集落センター 11 30～11 45	御射山神戸 公民館 13 10～13 30	栗生 集落センター 13 45～14 00	原の茶屋 集落センター 14 15～14 30	富士見ヶ丘 公民館 14 40～14 55
4月 22日 (水)	南原山 集落センター 9 30～10 00	若宮 集落センター 10 20～10 35	木之間 公民館 10 45～11 05	花場公民館 11 20～11 35	横吹公民館 11 50～12 00	塚平集会所 13 20～13 35	とちの木 公民館 13 50～14 05	富士見台 公民館 14 25～14 40
5月 10日 (日)	富士見町 役場 9 15～10 15	信濃境 公民館 10 45～11 15	先達公民館 11 30～11 45	高原保健地 管理所前 13 00～13 20	乙事公民館 13 40～14 00	立沢構造 改善センター 14 15～14 30		
5月 11日 (月)	下蔦木 集落センター 9 30～9 40	机 集落センター 10 00～10 15	烏帽子 公民館 10 30～10 50	池袋公民館 11 05～11 20	田端公民館 11 35～11 50	葛窪転作 研修センター 13 10～13 30	高森公民館 13 45～14 15	小六公民館 14 30～14 50
5月 12日 (火)	御射山神戸 公民館 9 30～9 45	原の茶屋 集落センター 10 00～10 10	木之間 公民館 10 25～10 40	富士見町 役場 10 55～11 25				

### 注意事項

- \* 飼い主が居住している市町村で手続きをしてください。他市町村では鑑札・注射済票の交付が受けられません。
- \* 犬の健康状態を確かめた上で受けてください。
- \* 過去に狂犬病予防注射後に異常を起こしたことがある犬は、動物病院で受けてください。
- \* 犬の保定( 暴れたり動かないように抱くこと )ができる方が同伴してください。詳しい保定の仕方については、ホームページ <http://www.vets.ne.jp/faq/body/hotei.pdf>でもご紹介しています。
- \* 会場に連れていけない場合は、最寄りの動物病院で受けてください。
- \* 病気等で予防注射を受けられない犬は、動物病院で診断書( 猶予証明書 )の交付を受け、建設課生活環境係へ提出してください。
- \* 犬が死亡した場合は、建設課生活環境係へ届け出てください。

### 手数料

	登録済みの方	新規登録する方
予防注射	2,670円	2,670円
注射済票	550円	550円
新規登録	0円	3,000円
計	3,220円	6,220円

- \* 登録済みの方は、3月中旬に送付しました注射済票交付申請書の「はがき」を必ずお持ちください。
- \* 各会場でも新規登録の手続きができます。
- \* 手数料は、つり銭のないようご用意ください。

## 安全管理とマナーについて

犬のフンは必ず持ち帰りましょう！

犬のフンを片づけない一部の心無い飼い主のために、住民が利用する生活道路や、子供たちの通学路までもが汚されています。犬を散歩させるときは、スコップやビニール袋を持参し、フンは必ず持ち帰りましょう。



犬は必ずつないで飼いましょう！

いくら飼い主に従順でも、知らない人には攻撃的なのが犬の習性です。自分の飼い犬はおとなしいからといって放し飼いにしてはいけません。散歩の時も必ず綱をつきましょう。

# 町内校長室通信

## 異文化(間)コミュニケーション

富士見小学校長 渡邊 文雄



長い間、中学校で英語を教えてきましたが、若い頃は、英語という言葉そのものをどう身につけさせるかということに腐心してきました。

40代の頃、様々な国を訪問したり、ホームステイした時、異なった時間と空間に身を置いてみると、異文化理解という壁にぶつかりました。

いくら英語という言葉を使えても、相手は心から接してはくれないのです。最初は違いに目がいくのです。そして自己の価値観で優れていると思うと同化し、そうでないと嫌悪を感ずる。違いを違いとして認め

受け入れる。これが理解することなんだと思いました。

言葉はコミュニケーションの手段だけではなく、文化そのものなのだというところにも気がつきました。

例えば、アメリカでは困っていると誰に対しても、May I help you? と声をかけてくれます。私たち日本人は、相手によって声をかけたり、かけなかったりです。心の中でかければよかったと思う事が多いのです。また、映画の授賞式や大統領就任の演説の最後はきまっています。ありがとう家族。God bless with you。(すべての人に神のご加護を)。宗教的な違いはありますが、総じて自分(大文字 I)も大事にするが、公(だれに対しても)も大切だという意識があると感じたものです。



子どもたちも、各家の文化の中で育ち、富士見の文化を身につけ、そしてやがて異文化(新しい友人)と遭遇するでしょう。

そのとき、いかに違いを認め、受け入れ、相手を理解していけるかが大事ではないでしょうか。

米国カンザス州中学校で日本文化などを教えた後、子どもたちと(右から3番目)



富士見町

教育委員会だより

第40号

平成21年4月1日発行  
富士見町教育委員会編集  
62-9235  
kodomo@town.fujimi.nagano.jp

### 定例教育委員会

4月 8日(水)  
5月 13日(水)  
午前9時30分より  
役場3階会議室

### 電話による教育相談

月・火・木曜日  
午前9時~午後3時  
62-3118



4月に保育園、小学校、中学校へ入園・入学されるみなさん、保護者の皆様、おめでとうございます。  
新生活が、豊かで実り多いものとなりますように。



入園・入学  
おめでとう  
ございます

- |                       |                   |                   |            |            |            |             |            |            |             |            |            |                  |                   |                         |            |            |            |                   |                   |                       |
|-----------------------|-------------------|-------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|------------|------------------|-------------------|-------------------------|------------|------------|------------|-------------------|-------------------|-----------------------|
| 南中学校同窓会<br>(2月1日付で着任) | 会長<br>小池 一夫 (下蔦木) | 副会長<br>平出 善衛 (田端) | 小池 哲郎 (高森) | 小林 友子 (高森) | 小出 善衛 (田端) | 折井 金興 (木ノ間) | 小池 卷彦 (立沢) | 植松 康吉 (新田) | 雨宮 五十鈴 (新田) | 鈴木 清 (学校長) | 細川 忠國 (神戸) | 会長<br>細川 忠國 (神戸) | 副会長<br>細川 忠國 (神戸) | 富士見高原中学校同窓会<br>(昨年度に続き) | 小林 友子 (高森) | 小出 善衛 (田端) | 平出 善衛 (田端) | 副会長<br>平出 善衛 (田端) | 会長<br>小池 一夫 (下蔦木) | 南中学校同窓会<br>(2月1日付で着任) |
|-----------------------|-------------------|-------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|------------|------------------|-------------------|-------------------------|------------|------------|------------|-------------------|-------------------|-----------------------|

よろしくお願ひします

## 今年度も安全で 健やかな学校生活を

町内小・中学校の管理下で、児童・生徒のみなさんが骨折・捻挫・切り傷などのケガ等をされ、病院を受診された場合、独立行政法人「日本スポーツ振興センター」の災害給付が受けられます。

掛け金は1人年額945円（うち485円は町負担、個人負担は460円）で、5月に学校を通じて支払っていただきます。

ケガ等があったときは、学校に申請すると、病院受診の個人負担分が戻ります。不明な点は、学校及び総務学校教育係（62-9235 ㊟9235）までお問合せ

ください。



お子さんが安心して勉強できるように支援します  
～就学援助制度のお知らせ～

教育委員会では、小学校、中学校に通うお子さんを養育され、経済的な事情でお子さんの学校生活に関わる費用に困難を生じているご家庭に対し、学用品費、給食費、修学旅行費、校外活動費の一部を援助しています。

この制度は法律により、国や市町村に義務付けられているものです。支給の認定は、前年の所得や家庭の状況をもとに行いますが、月中に学校を通じて案内を配布しますので、ご覧ください。

総務学校教育係  
62-9235 ㊟9235

## 教員免許更新制度について

平成21年4月から教員免許更新制度が導入されます。この制度は、教員免許状に10年の有効期間が定められたもので、免許状更新のためには30時間の免許状更新講習の受講・修了が必要となります。詳しくは下記ホームページをご覧ください。

長野県教育委員会

[http://www.pref.nagano.jp/kenkyoi/menkyo\\_k/menkyo-ktop.htm](http://www.pref.nagano.jp/kenkyoi/menkyo_k/menkyo-ktop.htm)

文部科学省

[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/koushin/index.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/koushin/index.htm)

## 八ヶ岳の風

亡くなった祖母が元気だった頃。  
「朝から怒るもんじゃない」「夜怒るもんじゃない」。よく言われた言葉です。  
育児書どおり、何時に起きて、食事は何時、夜九時には寝ないといけない、と一生懸命だった私は、思いどおりにならない娘とそんな祖母の言葉にイライラしたものです。  
朝は一日の始まりだから嫌な気持ちにしちゃいけない。夜は一日の疲れをとるのにゆっくり寝られるよう嫌な気持ちにしちゃいけない。そんな祖母の言葉を思い出しながら、十三歳離れた娘と息子の姉弟げんかを呆れながらも微笑ましく見えています。  
育児書どおりいかなないけど大丈夫！ 子どもは自分で成長する力を持っています。

教育委員

井出 志保子

## 編集後記

この夏2年ぶりに軽井沢大賀ホールに大好きなミュージシャンが来るとの知らせ。夏を楽しみに、やるべきことをやっていきたい春です。(A)

## シリーズ

## 富士見町の近代化遺産 14

### 烏帽子区の農業倉庫

落合<sup>えぼし</sup>烏帽子にある農業倉庫は、昭和16年(1941年)に区の大工組合によって建てられたもの。

規模は8間×3間で、2間の差しかけがある。土蔵造りで漆喰<sup>しっくい</sup>が塗られ、屋根は鉄板葺きである。その屋根は以前、瓦葺きであった。政府に供出する米を貯蔵・保管しておく倉庫として、農協が管理していた。

西側には漆喰の大きな戸が2箇所あり、東側には窓が2箇所設けられている。近年まで古文書類を保管していたが、現在は貸倉庫として利用されている。外観の保存状態はとても良い。  
(文化財係)



# 2009 ふじみグリーンフェア



## 花いっぱい 野菜苗もいっぱい スタンプラリーでみどりづくり

スタンプラリーをしながら場内を見てまわろう！  
もらったスタンプの数で、出展者からの景品がもらえます。

### 育てよう

花・野菜苗、果樹・庭木

地元で育てられた苗で、まずは自宅の庭先から花やみどりをいっぱいに見ませんか。色合いや植え方などを、出展者の皆さんが教えてくれます。

### 地元で育てて味わおう

ジュース・味噌・豆  
ひまわり油・ジャム ほか

どれも富士見が育てた味です！ぜひ、味わってください。食卓に富士見が見えてくるかな？レシピも教えてもらえます。

### 体験しよう 育てよう

家族で木工品づくり  
持ち物 かなづち・軍手  
シイタケのこま打ち

### 使ってみよう

木炭・廃油石鹸  
マイバック・ほかし  
生ゴミ処理機  
完熟堆肥

家庭でできる環境にやさしいくらしの品々をご紹介します。使い方、作り方の実演もあります。



こま打ちからシイタケ栽培に挑戦！

手作りっていいな。  
家族そろっての休日、  
日曜大工始めるなら、まずは親子で木工体験から！

景品は、ふじみのみどりづくりを推進する出展者の皆さんが心をこめてつくった自信作です。ラリーをしながら花や野菜の育て方のヒントをさがしてください。

### 知って帰ろう

エコな豆知識  
自宅の庭づくり  
剪定・間伐の仕方  
富士見の美しい景観

間伐で、自分の山を守ったり育てたりできる方法をお教えします。身のまわりのエコを発見しませんか？富士見の美しい風景を見つけて、みどりづくりの参考にしてください。

日 時： 4月29日(水・祝)  
午前9時30分～午後2時  
会 場： 富士見町役場前駐車場

お願い...お車でご来場の方は、役場庁舎裏駐車場をご利用ください。

主催：みどりづくりを推進する実行委員会  
協賛：カゴメ株式会社  
共催：春のバザーフリーマーケット実行委員会

問 建設課 都市計画管理係

62-9217 〔有〕9217

フリーマーケットについては、富士見町図書館  
(62-7930)へお問い合わせください。

お知らせ

春の全国交通安全運動  
4月6日(月)～4月15日(水)

スローガン  
信濃路はルールとマナーの  
走るみち。

- 運動の重点
- 子どもと高齢者の交通事故防止
- 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
- 自転車の安全利用の推進
- 飲酒運転の根絶
- 生活道路における交通事故の防止
- 新入学・新学期と、子どもたちにとっても生活環境が変わり、交通事故にあつ危険が増加する時期になりました。自宅周辺や通学路などの危険箇所を家族と一緒に確認して、皆で子どもを事故から守りましょう。



建物火災を防ぎましょう

建物火災の出火原因で上位を占めるものは、こんろに起因するものが最も多く、特に天ぷら油使用中の火災発生が多くなっています。

天ぷら油は、加熱を続け360度位になると口火がなくても自然に発火します。家庭で使用する油量程度の天ぷら油を家庭用のガスこんろで加熱すると、約5分で揚げ物に適した温度(180度)に達し、そのまま放置すると約10分で白煙が立ち始め、約20分後には発火点に達し火がつきます。一度使用するなど揚げカス等があれば、それが灯芯になって200度近くで発火することもあります。

- 天ぷら油火災を防ぐには天ぷら油を火にかけたまま、その場を絶対に離れない。
- 僅かな時間でも離れる時は火を弱めるのではなく、必ず火を消す。
- 天ぷら油加熱防止装置の付いたこんろを使用する。
- こんろの周りに燃えやすいものを置かないことも大切です。
- 住宅用火災警報器を設置しましょう。新築住宅は平成18年6月1日から、既存住宅は平成21年6月1日から設置が義務付けられています。

事業主の皆様へ  
長野労働局・労働基準監督署・公共職業安定所からのお知らせ

労働保険の年度更新事務は、本年(平成21年)から6月1日～7月10日までと申告納付期間が変更されました。(例年4月1日～5月20日) この変更は社会保険の算定基礎届と提出期限を同じにすることで、事業主の皆様の手務を簡素化することを目的としています。このため、本年の申告書送付は6月1日になり、年度更新説明会も6月に開催を予定していません。

改正の主旨をご理解いただき、本年の申告納付手続きをお願いいたします。

長野労働局労働保険徴収室  
026-223-0552  
または、最寄の労働基準監督署

「緑の募金」にご協力を

地球規模での環境問題が大きな注目を浴びている今、森林の重要性はますます高まっています。

森林は、「木を植え、大切に育て、切って使い、また植える」という循環型資源である木材を生み出すだけでなく、水を蓄え、土砂の流出を防ぎます。また、野生動物の生育の場所となり、私たち

富士見町無料職業紹介所 求人情報

平成21年3月16日現在

正社員

職種	年齢	採用人数	就業時間	賃金	必要な経験・免許資格等
鉄工業	20~35歳	3	8:00~17:00	月額160,000~200,000円	普通自動車免許

パート

職種	年齢	採用人数	就業時間	賃金	必要な経験・免許資格等
販売スタッフ	不問	1	9:00~18:00	時給900~	不問
レストラン接客	不問	2~4	10:00~21:00	時給900~	不問
厨房補助	20~65歳	2	6:00~20:30	時給900~1,000円	普通自動車免許

仕事をお探しの方へ...掲載の業種の外、最新の求人情報をご紹介します。お気軽に富士見町無料職業紹介所へお問い合わせください

事業所の方へ...富士見町無料職業紹介所では、求人情報を募集しています。一般求人、パート求人等採用計画がありましたら、情報の提供をお願いします。

連絡先 問 富士見町無料職業紹介所(産業課商工観光係内) 62-9228 9228

# 住民だより 3月

2月15日～3月14日の届出 敬称略  
 転入・転居・出生は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	出身地
新井 俊幸	諏訪市
小川 恵莉子	御射山神戸
矢沢 一徳	立沢
小林 琴音	池袋
五味 芳幸	池袋
河西 美妃	諏訪市

## 出生おめでとう

氏名	父の名	母の名	区名
久保川 未愛	陽介	友美	乙事
高野 陽菜	雅也	郁美	立沢
赤羽 らん	陽介	由美子	富士見
常磐 りん	十夢	直子	富里
樋口 まな	勝之	皆恵	富士見
有賀 けい	秋成	由美子	富士見台
五味 希	康裕	望	小六
窪田 廉	浩	ルンザガ窪田 グレイスリン	富士見

## おくやみ申し上げます

氏名	年齢	世帯主	区名
三井 直賢	80歳	郁和	大平
平出 君江	91歳	君江	田端
下倉 正樹	25歳	友男	富里
小池 梅子	96歳	明	立沢
小林 猶恵	98歳	清治	木之間
五味 博正	85歳	左千雄	乙事
小池 元久	82歳	幸長	立沢
水野 幹夫	97歳	俊彦	先達
樋口 操	88歳	操	木之間

## 4月の納税等

固定資産税 / 後期高齢者医療保険料  
 国民健康保険料 / 保育料  
 有線放送使用料 / 住宅使用料

納期限・振替日は4月30日(木)です

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。

問 財務課 収納係 62-9123 9123

の心を癒し、さらには地球温暖化防止にも役立ちます。  
 この貴重な財産を次の世代に引き継ぎ、緑豊かな住みよい郷土をつくるために、緑の募金が役立っています。  
 今年も4月1日(水)から5月31日(日)まで、緑の募金運動が実施されます。集められた募金は、森林整備活動の支援やみどりの少年団への活動助成、各地区の公共施設への緑化木の配布などに活用されます。  
 皆さんのご協力をお願いします。

### コートハウス(裁判所) 見学ツアー 開催

長野地方裁判所では、「コートハウス(裁判所)見学ツアー」を開催します。参加をご希望の方は、各庁のお問い合わせ先までご連絡ください。  
**【長野地方裁判所】**  
 日時 4月23日(木)・6月18日(木)・7月9日(木)  
 各日とも午後1時～午後3時15分  
 場所 長野地方裁判所  
 内容 刑事裁判の傍聴・裁判員制度の説明・法廷見学等

### 長野地方裁判所 総務課庶務係

026-232-4991  
 (内線525・526)

**【長野地方裁判所松本支部】**  
 日時 4月23日(木)・6月25日(木)・7月23日(木)  
 各日とも午後3時～午後4時30分  
 場所 長野地方裁判所松本支部  
 内容 刑事裁判の傍聴・裁判員制度の説明・法廷見学等  
**問** 長野地方裁判所 松本支部刑事係  
 0263323090

### 春季体育施設一斉清掃

体育施設の一斉清掃を行います。体育施設利用登録団体等により施設使用料金の免除を受けている団体の皆さんは、ご参加ください。  
**実施日時** 4月12日(日) 雨天決行  
 午前6時30分～7時30分  
**場所・用具・責任者等** 割当て施設名・箇所と使用用具については、各団体代表者宛の通知をご覧ください。割当て人数以上の参加者と施設毎の必要用具の手配をお願いします。各会場責任者と作業責任者は、現場指示をお願いします。

### 相談

平成21年度  
 交通事故相談所巡回相談

交通事故に関することでお悩みの方は、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。

相談実施日時  
 毎月第2木曜日  
 午前10時～午後3時  
 平成22年2月のみ(日)水  
 会場 諏訪合同庁舎  
**問** 諏訪地方事務所地域政策課  
 572900

# くらしのガイド

4月(4月11日～5月10日)

## 相談・説明会

相談・説明会名	日 時	会 場
心配ごと相談	4月17日(金) 午前10時～午後3時	町民センター
結婚相談	4月14・21・28日(火) 5月3日(日・祝) 午後1時～午後6時 62-7853	結婚相談所 (消防署隣り)
女性のための 悩み相談	一般相談電話受付 (火)～(土) 午前8時30分～午後5時 (金)のみ午後9時まで	県男女共同参画センター (岡谷市) 22-8822

心配ごと相談 問 社会福祉協議会 62-6766 圏 8988

## スポーツスケジュール

日 時	事業名	会 場
随時	地域スポーツクラブ 平成21年度会員募集	海洋センター 町民センター
4月11日(土) 午前8時30分～ 雨天:12日(日)	地域スポーツクラブ事業 ナチュラルウォーキング	山梨県 新府桃源郷
4月12日(日) 午前6時30分～	春季 町内体育施設一斉清掃	町内社会体育施設
4月23日(木) 5月8日(金) 午前10時～	地域スポーツクラブ事業 ストレッチの集い	町民センター
4月24日(金) 午後7時30分～	フリースポーツデー	町民センター
4月29日(水・祝) 午後6時30分～	スポーツ少年団 総合結団式	町民センター
5月3日(日・祝) 午後5時～	少年野球教室 開講式	町民広場野球場 雨天:海洋センター
5月8日(金) 午後7時～	地域スポーツクラブ事業 すくすくスポーツ	町民センター
5月10日(日)	市町村対抗 駅伝競走大会	松本市
5月10日(日) 午後7時～	体育施設利用者会議	町民センター

問 生涯学習課社会体育係 62-2400 圏 2750

## 主な行事

日 時	行事名	会 場
4月26日(日) 午前10時～	子ども読書の日 “スペシャル”	コミュニティ・プラザ
4月29日(水・祝) 午前9時～	ふじみグリーンフェア 2009	役場庁舎前駐車場
4月29日(水・祝) 午前10時～	春のバザー フリーマーケット	コミュニティ・プラザ お祭り広場
5月5日(火・祝)	春の縄文体験 午前9時～ ぼろ織り体験 午前10時～	井戸尻史跡公園 歴史民俗資料館
5月5日(火・祝) 午前10時～	子どもの日イベント	コミュニティ・プラザ

## 休日当番医・薬局

月 日	当 番 医	当番薬局	
4月	12日(日)	高原病院 62-3030	さくら藤沢薬局 61-1815
	19日(日)	高原病院 62-3030	ミツワ西友薬局 62-7586
	26日(日)	高原病院 62-3030	さくら藤沢薬局 61-1815
	29日(水・祝)	高原病院 62-3030	藤沢薬局 62-2106
5月	3日(日・祝)	高原病院 62-3030	ミツワ西友薬局 62-7586
	4日(月・祝)	高原病院 62-3030	さくら藤沢薬局 61-1815
	5日(火・祝)	高原病院 62-3030	藤沢薬局 62-2106
	6日(水)	文化ヶ丘医院 62-2046	ミツワ西友薬局 62-7586
10日(日)	高原病院 62-3030	さくら藤沢薬局 61-1815	

## 粗大ゴミの収集

4月13日(月)	乙事・小六・高森・烏帽子 富士見高原ペンション
4月20日(月)	信濃境・池袋・田端・先達・葛窪
4月27日(月)	下蔦木・上蔦木・神代・平岡・机 先能・瀬沢・富士見台

## 資源物の収集

4月16日(木)	富士見地区
5月7日(木)	本郷・落合・境地区
プラスチック類のみ	
4月16日(木)	本郷・落合・境地区
5月7日(木)	富士見地区

## 役場窓口業務 延長日

4月14日(火)・21日(火)・28日(火)  
5月7日(木)

## 水道指定給水装置工事事業者 土・日・祝日当番店

月 日	当 番 店	電話	有線	
4月	11日(土)	三善工業	66 2078	
	12日(日)	坂本鉄工所	62 2065	3153
	18日(土)	窪田設備	62 7004	5833
	19日(日)	窪田鉄工設備	62 3253	2766
	25日(土)	エンドウ	62 5656	2732
	26日(日)	リビングクボタ	62 5391	3712
5月	29日(水・祝)	富士見設備	62 2421	
	2日(土)	太陽住設	62 2093	8690
	3日(日・祝)	山本管工事	64 2649	8940
	4日(月・祝)	戸井口建設	65 3213	5396
	5日(火・祝)	三善工業	66 2078	
	6日(水)	坂本鉄工所	62 2065	3153
月	9日(土)	窪田設備	62 7004	5833
	10日(日)	窪田鉄工設備	62 3253	2766

こんにちは

地域包括支援センター  
62-8200 ㊟8200

## 地域包括支援センターです

### 春です！ 出かける前に 足の爪のお手入れを！

春になると外出する機会も増えるはず。しっかり歩くためには、爪は大切な部分です。爪を正しくお手入れしないと、爪の形が変わってしまい、爪の役割が果たせなくなります。

#### 爪の役割は？

爪には、柔らかい指先を守る・指の先の力を強くさせる・感覚を敏感にさせるなどの役割があります。指の骨は指の先までないので、指に力が入ったとき力が逃げないように、爪が押さえの役割をしています。また、爪という押さえがあるため、指先の感覚が伝わりやすくなります。

#### もしも 爪にトラブルが起ったら・・・

歩きにくくなる 膝・股関節に負担がかかり痛みが生じやすくなる 体全体のゆがみが生じる 転びやすくなるなど、全身に影響をもたらす、寝たきりになることもあります。

#### 爪の正しい切り方は！

爪が乾いた状態で爪切りをすると、ひび割れなどトラブルの原因になるので、入浴後に行います。

爪の端から少しずつ切ります。

爪はまっすぐ切って、角はやすりをかける位にします。爪の角の部分が指の両端の皮膚よりも短くならないようにします。(爪を丸く切ったり深爪をすると巻き爪の原因になります。)爪の長さは、足の指に垂直に手の指や板などを当てた時に、爪が当たるか当たらないか位にします。

爪やすりは外側から中央に向けて一方向にします。全体を爪やすりで整えて仕上げります。



健康ふじみ21

住民福祉課 保健予防係  
62-9134 ㊟9134

## いきいき通信

富士見町健康づくり計画「健康ふじみ21」  
を推進しています

### 4月は「未成年者飲酒防止 強調月間」です

入学・就職祝い、お花見など4月はお酒を飲む機会が多い時季です。しかし飲み方によっては急性アルコール中毒や依存症、臓器障害、未成年者や妊婦の飲酒による健康被害のほか、飲酒運転による交通事故などの問題を引き起こします。



未成年者の飲酒は法律で禁止されており、下記のような医学的根拠があります。

脳が未熟なため飲酒により萎縮しやすく、集中力や記憶力が低下し学業不振に陥りやすい。

男らしさ女らしさが妨げられる。性腺が萎縮してインポテンツや月経不順になる可能性がある。

アルコール分解能力が未熟で、急性アルコール中毒になりやすい。

心身が未発達なため、アルコール依存症になりやすい。

「お祝いだから」「一口だけなら」と未成年者にお酒を勧めないようにしましょう。また大人も節度ある飲酒にこころがけ、他人に酒を強要したり、一気飲みなどはやめましょう。

富士見町健康カルタ

「ビールとか お酒の飲みすぎ  
やめようね」

平成18年度本郷小学校6年 植松 ゆきさん

## 親と子の健康ガイド

4月 (4月11日～5月10日)

### 健康診査・予防接種

事業名	対象児	期日	集合時間	会場
4ヵ月児健診	平成20年12月生まれ	4月14日(火)	午後1:00	保健センター
1歳6ヵ月児健診	平成19年9月～10月生まれ	4月17日(金)		
B C G	平成20年11月9日～平成21年2月8日生まれ	5月8日(金)	午後1:30	
ポリオ	今までに受けられなかったお子さん	4月13日(月)	午後1:15～1:50(受付)	
3種混合	生後6ヵ月～7歳6ヵ月	4月16日(木)		

### 相談・教室

事業名	期日	受付時間	会場
地域乳幼児相談	4月22日(水)	午前10:15～11:00	子育てひろば「A A U」 (町民広場・研修センター)

問 住民福祉課 保健予防係 62-9134 ㊟9134

# ~若い力を明日へ~

## 第11回

このコーナーでは、町内で自営業を営まれている皆さんをご紹介します。

今日から明日へとたゆみなく続くまちづくり、地元事業者の皆さんの活躍は大きな力です。町民の皆さんも、どうぞ応援をよろしくお願いいたします。今月は、富士見で『久保田ドライクリーニング商会』をお父さんと一緒に営む久保田俊樹さんをご紹介します。



久保田俊樹さん(26歳 富士見)  
『久保田ドライクリーニング商会』経営

### Q1 仕事の内容をご紹介ください

ホームクリーニング(洋服類)業をしています。

### Q2 この仕事を選んだ理由は?

親が朝早くから夜遅くまで仕事をしているのを見ていて、少しでも役に立ちたいと思い、この仕事を選びました。

### Q3 仕事の中でご苦労されていることは?

お客様の洋服をお預かりしての仕事なので、紛失や洗い間違いがないようにと、常に神経を使っています。

### Q4 この仕事をしていて良かったことは?

洋服についているシミが落ちた時や、急ぎのクリーニングに対応でき、お客様に喜んでいただけた時、とても嬉しく思います。

### Q5 今後の抱負をお聞かせください

今まで以上にシミを落とす技術を高め、たくさんの人に喜んでいただけるようがんばりたいと思います。

### 最後に一言!

お客様のご意見ご要望をお聞きしながら、地域に貢献していきたいと思います。

『小児ぜんそく』って知っていますか?

この病気の原因は8割以上がダニだと言われています。そしてこのダニは、意外と布団にたくさん潜伏しています。天気の良い日には布団を干したり、毎月1回くらいはクリーニングに出すことをおすすめします。



丁寧にアイロンをかけて仕上げます

## 高原の自然と先人の知恵が育んだ富士見の味

### “季節の食卓” 第5回

4月・・・

季節の山菜で  
からだリフレッシュ!



春の山菜を使って

#### 甘鯛の木の芽味噌かけ

甘鯛は薄めに切って料理酒をふり、並べて5分程蒸す。

うどは短冊に切って、水にさらしておく。

菜の花は色よく茹でしておく。

を盛り付けた上から、木の芽味噌をかける。甘鯛の代わりにホタテやエビを使ってもおいしいです。

#### 焼きたけのこの木の芽味噌かけ

たけのこの皮をむき、縦半分に切る。

こめかを入れてゆがく。

適当な大きさに切り、グリルで少し焦げ目がつく程度に焼く。(オーブントースターでも可)

盛り付けて、木の芽味噌をかける。

冬の終わりから早春にかけて、田んぼや山野には特有の苦味と香りを持った山菜が顔を出します。春の使者といわれる「ふきのとう」、山菜の王様「たらの芽」、春の七草として親しまれている「せり」など。それぞれの効能を上手に取り入れ、冬の間体内に蓄積された脂肪や老廃物を排出し、活動的な体に目覚めさせましょう。

春の山菜は、特有の苦味と香りを持っています。苦味はアクとして「アク抜き」し調理されますが、このアクはタンニンなどのポリフェノール類です。抗酸化力などの有効な成分が含まれているので、アクを抜きすぎないように気をつけましょう。

山菜は本来は栽培されないもの、それゆえに特有の苦味や香りが強く、春の体に必要な植物なのです。山菜を食べて冬の体から春の体へ、そして、やがて訪れる暑い夏を元気に乗り切る体づくりをしましょう!

#### 木の芽味噌の作り方

**材料** 白味噌:50g 木の芽:10枚 砂糖:20g みりん:大さじ1  
料理酒:大さじ1(木の芽や砂糖の量はお好みで)

**作り方** 味噌、酒、みりんを火にかけてよく練る。  
木の芽をすり鉢またはミキサーなどで細かくする。  
をよく冷ましたところへ、 を入れ混ぜる。

作りだめして冷凍しておけば、とても便利です。豆腐・肉・焼き魚・こんにゃく・大根・たけのこ・和え物など、いろいろなものに合います。

【提供:富士見高原病院 栄養科】

# 話題

## 町中で祝った「富士見の日」

2月21日 富士見の日(2月23日)を祝い、町民センターを主会場にたくさんのイベントが開催されました。開会セレモニーを前に、坂本厳美さんによる木遣りや八ヶ岳カラオケ愛好会の皆さんによる合唱「月よりの使者」が踊り付きで披露され、記念イベントに花を添えました。

開会式では町特産品開発の表彰が行われたほか、昨年度から醸造を始めた古代米地ビールがお披露目されました。また、町民センター体育館では、早朝から「キッズ・スポーツ祭」が開かれ、大勢の子どもたちが障害物競走やゲームを楽しみました。

富士見町の由来となった富士山の眺めを楽しむ「富士見百景ビューポイントツアー」では、立沢から境方面をバスで巡り、ビューポイントを紹介。これからも大勢の皆さんに四季折々の富士山を楽しんでいただければ、と思います。

お昼には富士見こども太鼓の皆さんの勇壮な演奏の中、アツアツの豚汁がサービスされ、お祭り気分を一層盛り上げました。

コミュニティ・プラザでは、「景観・まちづくり座談会」が開かれ、町の懐かしい歴史を写真に残した武藤盈さんと、富士見の自然と景観を美しい写真で紹介している玉置弘文さんに、富士見町景観づくり功労者として感謝状を贈呈。お二人を囲んで、富士見の景観や撮影の思い出などを語り合いました。

また、富士見富里商栄会の抽選会や町内スキー場の「富士見の日」感謝デー特典サービスなども行われ、町中が活気に満ちた一日となりました。



勇壮に響く富士見こども太鼓



セレモニーに花を添えた木遣り(左)と「月よりの使者」(上)



特産品開発者の表彰



お披露目された初の地ビール「古代米麦酒」



元気いっぱい! 「キッズ・スポーツ祭」



富士山ビューポイントを訪ねて



「富士見町景観づくり功労者」として武藤盈さん(左)と玉置弘文さん(右)に感謝状を贈呈





## きりえに挑戦!

2月28日 高原のミュージアムで開催中の「日達れんげ 早春のきりえ展」の日達先生指導によるきりえ教室がコミュニティ・プラザで開かれました。

参加された皆さんは、絵柄の型紙をカッターを使い2時間ほどかけて丁寧に切り抜き、作品を完成させました。繊細な線を紙を切り抜くことで表現するところがきりえの魅力とのことで、初めてきりえに挑戦された方も、思わぬでき栄えに大喜び。「額に入れて飾ります。」と嬉しそうに話していました。このきりえ展は5月6日まで開催されています。

## 町内小中学校で卒業式

3月17日には町内小学校で、また18日には中学校で卒業式が行われました。今年は全町で小学生156人、中学生148人が、たくさんの思い出を胸に学び舎から巣立ちました。卒業生の皆さん、新たな世界でも思い切り羽を広げ、大きく羽ばたいてくださいね。



南中学校

## うちの村のお宝紹介 第18回『桜ヶ丘の宝は未来を担う子どもたち』桜ヶ丘



桜ヶ丘神社から続く桜の並木

今月は、桜ヶ丘区長の久保田正二さんに、区の歴史と現在の取り組みをご紹介します。

桜ヶ丘は、昭和50年に第一次住宅団地が完成し、翌年桜ヶ丘区として発足しました。桜ヶ丘の名に因み、現在公民館の建つ庭に桜を植え、また各家庭にも桜の苗木が1本ずつ配られました。30余年が経ち、すっかり大きくなった桜がまもなく区内を美しい花で包む季節を迎えます。

区発足当時は公民館もなく、総会などは役場の会議室を借りて行っていました。また、どんど焼きや小学校の運動会などは瀬沢新田の仲間に加えていただきお世話になったと、当時を懐かしく語られていました。

桜ヶ丘の宝は、『未来を担う子どもたち』という久保田区長さん。3年前から小学生の下校を見守る『活き活きパトロール』が高齢者の皆さんを中心に続けられています。寒い時季や雨の日、外で帰りを待つのは大変ですが、子どもたちに安全で住みやすい環境を与えてあげたいという願いが込められています。子どもたちと一緒に歩く帰り道では、和気あいあいと話もはずみ、希薄になりかけた地域のつながりを深めています。

現在154戸となった桜ヶ丘区は、公民館活動も活発で、昨年度は70歳以上の方のグループ『年輪会』も発足しました。また、今年度は『区誌』発行も計画しており、子どもたちにも寄稿してもらい、将来につながる区誌を作りたいという区長さんの言葉に、桜ヶ丘区の明るい将来を感じました。

次回は瀬沢新田をご紹介します。



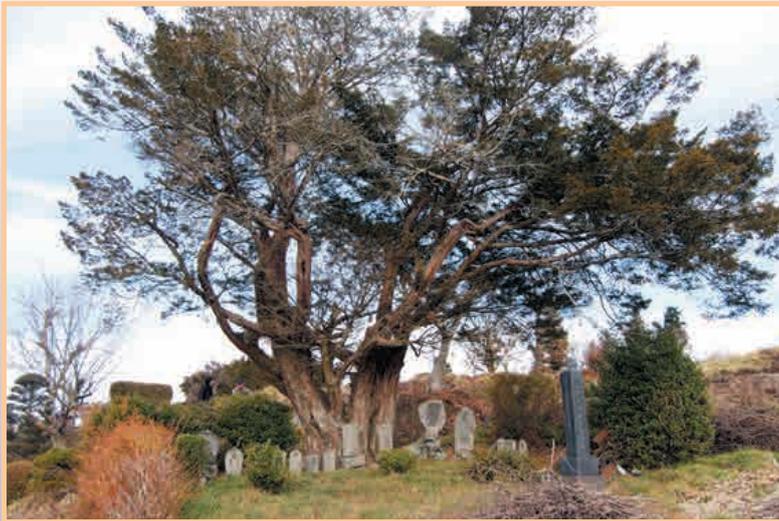
毎日続けられている小学生下校時のパトロール

# 富士見の景観

富士見町景観推進協議会

## 『びっくりに巨木!』

立沢に大きなイチイがあると聞き、見に行った。立沢公園から羽場へ入った八ヶ岳よりの墓地にその木はあった。近づいて見て驚いた。大きい! ねじれた幹のたくましさ、けたはずれの大きさ、風雪に耐えて力強く生き抜く姿に、ただただ頭が下がるばかりだ。墓地にある一番古い墓石は天保8年(1837年)と記されている。この頃植えられたとすると、樹齢は172年。しかしながら、樹勢はまだまだ盛んである。



イチイは日本各地の山地に自生し、材は硬く、心材は赤褐色で美しく、建材としても優れた木である。ちなみに日本では神職の笏(しゃく)をつくるのにこの木が使われ、高貴の木として一位(イチイ)と呼ばれた。

今月から富士見町景観推進協議会より、町内の美しい景観や会の活動等をご紹介します。

## 姉妹町 西伊豆だより

### 奏でる音色に心が和む「玉川大学トロンボーン演奏会」

3月13日、西伊豆中学校において、玉川大学によるトロンボーンアンサンブルの演奏会が行われました。会場には、同中学校の生徒の他、賀茂中学校の生徒も訪れ、約200人がトロンボーンの奏でる音色に耳を傾けました。

玉川大学のトロンボーンアンサンブルは、講師の大内邦靖氏が4年前に町内でコンサートを開催したことがきっかけで、毎年町内で合宿を行っています。今年も、14名の学生が練習の成果の披露も兼ねて、演奏会を行いました。

演奏会の最後には、トロンボーンによる伴奏で、生徒全員が「夢の世界を」を合唱。伸びやかな音色と生徒の歌声が会場に響きました。

伸びやかな音色を会場に響かせたトロンボーンアンサンブル



### 編集後記

毎日同じ道を通動していると、すれ違う車に顔見知りができる。その人がどこから来て、どこへ通っているのかはわからないが、同じ時間に同じ場所ですれ違うようになると、行き会わない日は、どうしたのかな? と少し心配になる。

あの人も私と同じように、今日の仕事を思いながら職場に向っているのだろうか...などと勝手に思いを巡らせる私は、一方的ながらいつしか見ず知らずの人に友だちのような親しみを感じている。

いよいよ新年度が始まった。「今年もそれぞれの場所で思いやり仕事ができればいいね。」と、すれ違う車に密かに声援を送る4月の朝である。(尾沼)

町の人口	平成21年3月1日現在住民基本台帳(前月比) 総人口 / 15,420人(-9) 男 7,573人(-16) 女 7,847人(+7) 世帯数 / 5,651世帯(-15)
発行日	平成21年4月1日
編集・発行	富士見町役場 総務課 〒399 0292 長野県諏訪郡富士見町落合10,777 TEL 0266-62-2250(代) FAX 0266-62-4481
ホームページ	http://www.town.fujim.inagano.jp
Eメール	fujim@town.fujim.inagano.jp
印刷	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 TEL 0120-890-422

この広報は再生紙を使用しています。