

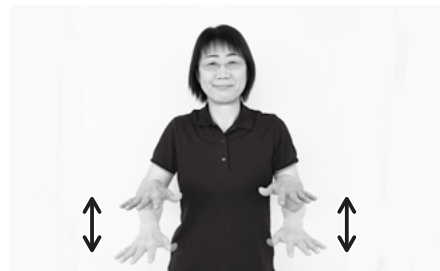


基本的な手話を覚えよう

連載 vol.49

今回は「蛙(カエル)」、「虹」と都道府県の「兵庫」を紹介します

「蛙(カエル)」



両肘を張って、指先を向かい合わせた両手を体の前で同時に上下する。
(蛙が飛び跳ねるしぐさの表現)

「虹」



右手を指文字の「7」の形にし、左から右へ上に掛けて大きな弧を描く。
(「虹」をイメージ)

兵庫県



握った両拳を上下に置いて、右胸あたりに軽くあてて。
(鉄砲を持つ「兵隊」をイメージ)

担当が変わりました。

岡町福祉支援課福祉係 ☎ 055-272-1106

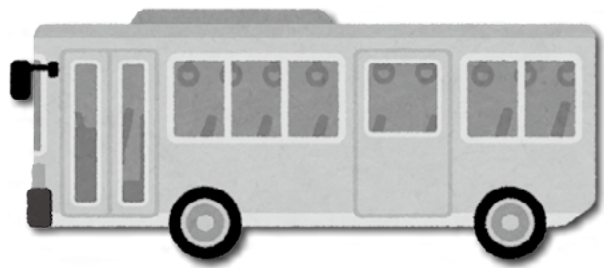
4月1日から福祉支援課の一員になりました、村松です。
私は、聴覚に障害があり、手話や筆談でコミュニケーションをとっています。
広報連載の「基本的な手話を覚えよう」は、6月号から私が担当することになりました。
多くの町民の皆さんに手話を覚えてもらえるように頑張りますので、皆さんも手話および聴覚に障害のある人に対する理解や興味を持っていただき、手話によるコミュニケーションを積極的にとっていきましょう。



町コミュニティバス(三珠線・山保線)

生涯学習センターまで延伸

市川三郷町コミュニティバス(三珠線、山保線)は、
6月1日より生涯学習センターまで延伸します。



三珠線

木曜日
火曜日
運行

市川三郷病院

生涯学習センター

富士見集会所

中略

下芦川農協跡地

※延伸により下芦川農協跡地「11:05 発」は「10:06 発」となりました。ご注意ください。

※月・水・金曜日「芦川駅行」のルートは変更ありません。

岡町財政課管財係 ☎ 055-272-6091

山保線

月曜日
水曜日
金曜日
運行

生涯学習センター

市川三郷病院

中略

四尾連湖公園前

岡町防災課防災防犯係 ☎ 055-272-1175

詳しくは町HPまたは全戸配布予定の時刻表でご確認下さい。

町営住宅入居者募集

町まちづくり推進課

町では、次のとおり町営住宅の入居者を募集します。

■町営富士見住宅(富士見地区)

【募集戸数】1戸(3DK)

【建築年】平成22年

【家賃】前年の所得を基に計算(参考)

23,000円～61,000円

【入居資格】▽住宅に困窮している

方▽公営住宅法の規定による収入基

準以下であること▽現在、他の公営

住宅に入居していないことなど

【選考方法】市川三郷町営住宅設置

及び管理条例の規定による

【募集期間】6月12日(金)～6月25日

(木)(平日午前8時30分～正午・午後

1時～5時)※入居は7月上旬から

【申込方法】必要書類に所要事項を

記入し、本人または申し込み事情を

詳しく説明できる方が町まちづくり

推進課まで持参して下さい。

【問い合わせ】町まちづくり推進課

住宅係 ☎ 055(272)1136

事業主のみなさまへ

山梨労働局

労働保険料と一般拠出金の申告・納付はお早めに!

■労働保険料・一般拠出金の年度更新手続きは、6月1日から7月10日の間に行うことになっています。

法定申告・納付期限内に申告・納付を済ませて下さい。

年度更新申告書の送付は5月末

ストップ 不法電波

総務省では、6月1日から10日までを「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動及び不法無線局の取締りを強化しています。電波はルールを守り、正しく使いましょう。

岡県総合通信局

●不法無線局による混信・妨害 ☎ 03-6238-1939

●テレビ・ラジオの受信障害 ☎ 03-6238-1945

高次脳機能障害サテライト相談窓口

高次脳機能障害者支援センター

県高次脳機能障害者支援センター

では、高次脳機能障害(脳卒中や交通事

故などにより現れる記憶低下や集中困難

など後天的な認知面の障害のある方やご家族の相談に

地域で安心して暮らせるように関係機関と連携して支援を行います。

セーターは県内に1か所であるため、県内4か所にサテライト相談窓口を開

設し、『ミニ講座』と『相談会』を行います。相談日と会場はセン

ターホームページ(<https://www.krg-re.jp/ehabil/koujinou.html>)でご確認

ください。相談会は、事前にご予約をいただく

とスムーズです。

【日時】6月17日(水)午後1時45分～受付開始

【場所】南巨摩合同庁舎3階大会議室(富士川町

鰍沢771-2)

【当日のスケジュール】午後2時～午後2時30分

(高次脳機能障害に関するミニ講座)

午後2時30分～午後2時40分(休憩・相談会準備)

午後2時40分～午後4時00分(相談会)

【問い合わせ】山梨県高次脳機能障害者支援セン

ター(笛吹市石和町四日市場2031

甲州リハビリテーション病院内) ☎ 055(262)

3121 FAX 055(262)3727

Eメール koshu.hdb@krg-re.jp(会場に関する

ことは、峡南保健福祉事務所福祉課 ☎ 0556

(22) 8145まで)

レジ袋有料化

スタート

2020年7月1日

～レジ袋削減にご協力下さい～

海洋プラスチックごみ問題を含めた環境問題が深刻さを増しています。

政府では環境問題解決に向けて様々な施策を実施、検討しています。

“レジ袋削減”もその一環です。

できるだけ無駄なレジ袋を少なくし、環境問題解決の一步になるよう、

皆様のご協力を賜りたく、

よろしくお願い申し上げます。

消費者向け レジ袋有料化お問合せ窓口 ☎ 0570-080180

事業者向け レジ袋有料化お問合せ窓口 ☎ 0570-000930

経済産業省 レジ袋有料化に関するHP

クイズに答えて記念品をゲット!

正解者5名の方に抽選で記念品を差し上げます。
(記念品は月によって内容が変わる場合があります。ご了承下さい)

※必要事項が明記されていない場合は、対象からはずさせていただきます

広報
いちかわみさと
クイズ

《問題》

～ヒントは広報紙の中に～

市川三郷町フォトコンテスト
2019でグランプリに輝いた作品は
「〇〇の陽射しの下で」でしょうか?

- ① 春 分
- ② 節 分
- ③ 常 夏

ハガキまたはメールで、クイズの答え、住所、氏名、ペンネーム、年齢、電話番号、広報の感想や町への意見を書き
〒409-3601 市川三郷町市川大門1790-3 市川三郷町役場総務課広報係までご応募下さい。

ims1790
@town.ichikawamisato.
yamanashi.jp
【締切】6月15日必着



対応する携帯電話などで読みとると、本町のメールアドレスを表示します

■先月号の答え

2020年こどもの読書週間標語は「出会えたね。〇〇〇〇1冊に。」でしょうか?の答えは「②とびっきりの」が正解でした。おめでとうございます。次の方が当選されました。記念品をお贈りします。ばあばさん、コロナ怖いさん、一瀬和子さん、ナナセさん、のんびり買物したいさん

善意ありがとうございます

■防災製品を扱う株式会社NeoN(代表取締役 五味さつき)様より、新型コロナウイルス感染拡大防止に役立てていただきたいと町に不織布マスク2,000枚の寄贈をいただきました。(写真:5月12日 町長室)



■今村 治様(黒沢)より、新型コロナウイルス感染拡大防止に役立てていただきたいと町にマスク1,400枚の寄贈をいただきました。

■市川三郷町交通安全母の会(青柳みゆき会長)様は、町内を管轄する鯉沢警察署員の新型コロナウイルス感染拡大防止に役立てていただきたいと鯉沢警察署に手作りマスク約50枚を寄贈しました。



(写真:4月24日 鯉沢警察署長室)

■市川マップの会(一瀬 茂会長)様より『市川三郷まちめぐりマップ』約6,000冊の寄贈をいただきました。(写真:4月22日 町長室)



◀『市川三郷まちめぐりマップ』町内の文化財等を絵とマップを中心とし、各所の解説文を添え紹介した冊子



市川大門郵便局敷地で 遺跡(町の跡)発見!?



町生涯学習課学術文化係 ☎ 055-272-6094

第1編 中世、近世「町の跡」発見

県埋蔵文化センターによる埋蔵文化財等の分布調査が行われ、試掘の結果市川大門郵便局敷地に中世や近世の人々が生活していた痕跡やその道具の破片などの「町の跡」が発見されました。調査対象地は、市川代官所(町指定史跡・市川陣屋跡)の南西に位置しています。市川代官所の支配領域は甲斐国南西部一体を占めており、甲斐国の近世支配体制を理解する上で、市川代官所とそれを取り巻く市川大門村の歴史は重要であると言えます。

遺跡名を「御陣屋遺跡」とし、この場所に遺跡があったことを記録するため、県埋蔵文化センターが発掘調査を行っていきます。

「発掘! 発見! いちかわみさと」では、町内で発見された遺跡などについて調査内容や発掘の成果などを町民の皆さまへお知らせしていきます。



▲器などが掘り出された様子



▲実際に掘り出された器など

今年も、 艶やかに――



歌舞伎文化公園ぼたんの花

外出自粛等により、昨年のように多くの方に見ていただくことができなかった、歌舞伎文化公園のぼたんですが、今年も大輪の花が咲きました。

町ホームページへカラーの写真をアップしましたので、よろしければご覧下さい。

「ぼたんの花」写真

町ホームページに掲載しています➡



社協 第84号 便り

社協は、町民の皆さまと一緒に地域福祉活動を進めていきます。

☎ 町社会福祉協議会 ☎ 055-272-4179
FAX 055-230-3137



▲実習の様子

福祉の担い手を 育成しています

社協の役割の一つに「福祉の担い手づくり」があります。社協では毎年、社会福祉士の資格取得を目指す学生の実習受け入れを行っています。

社会福祉士とは、相談援助を主な業務として、あらゆる生活課題を抱える人の相談に応じ、関係機関と連携を取りながら個人や社会全体をより良い方向に変えていく専門職です。

昨年度は、県立大学と身延山大学の学生が社協で実習を行いました。地域の方にインタビューし、地域の課題を見つけて支援策を検討したり、いきいきサロンやミニデイサービスなどの社協事業を見学・体験したり、日々の実習に励んでいました。

社協では、福祉の担い手を育成していくために、これからも積極的に実習生の受け入れを行っています。

時間限定“海の道”歩いてみませんか?



「トンボロ」という言葉をご存知ですか?これは、イタリア語で普段は海で隔てられている陸地と島が、干潮時に砂州などでつながる現象のことを言います。世界遺産にも登録されているフランスのモン・サン=ミッシェルは有名です。

西伊豆町の堂ヶ島でも、トンボロにより対岸にある三四郎島に歩いて渡ることができます。

3月~9月上旬の干潮時の約90日、しかも1日のうちの数時間しか現れませんが、石を裏返したりすると、気軽に海の生き物を観察できる夏休みにちょうどいいスポットです。

新型コロナウイルス感染症が収束したら、潮位表をチェックしてぜひ一度訪れてみて下さい。
【潮位表】 <https://www.town.nishiizu.shizuoka.jp/kakuka/kankou/kankou/tombolo.html>



☎ 西伊豆町役場まちづくり課 観光係 ☎ 0558-52-1114

こんにちは保健師です

不安やストレスに負けない

笑顔で前向きに



新型コロナウイルス感染症は生活や経済に大きな影響を与え、日々の生活に不安やストレスを感じている方も多いと思います。

今の「非日常」において、ストレスを感じることは特別ではなく、誰にでも起こる自然な反応です。こうした不安やストレスを少しでも和らげるためのちょっとした工夫をご紹介します。

生活のリズムやペースを保つ

朝同じ時間に起きることや軽い運動をするなど、いつも習慣にしていることはできていますか？

日頃行ってきたことを継続することは心の安定にもつながります。

楽しいと思えることをする

読書、音楽を聴く、料理、庭の手入れ、散歩、体操など、楽しいことに時間を使いましょう。

心と身体をリラックス

ゆっくりと入浴する、ストレッチをするなど、自分なりのリラックス法をみつけましょう。「呼吸法」を取り入れることも不安の軽減につながります。

《呼吸法》

- ①「1・2・3」で鼻からゆっくりと息を吸う。
- ②「4」で軽く息を止める。
- ③「5・6・7・8・9・10」で口からゆっくり長く息を吐く。
(ネガティブな感情を全部吐き出すイメージ)



笑ってみる

笑うことにより、身体を守ろうとする免疫細胞が増え、免疫力を高めると言われています。また、緊張が解けてリラックスすることができます。

その笑顔を見た相手にも、「ここちよい」という感覚が伝わりリラックスさせることができます。

笑えることがない時には「笑顔を作る」だけでも効果があると言われています。

自分に合った方法で、日々の生活の中に少しでも「ホッ」とできる時間を作ってみて下さい。
(保健師・中山裕子)

～ 乳児・幼児健診 ～

■□■4・7・10・13ヵ月児健診

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、6月の健診は中止とさせていただきます。中止に伴う対応については5月上旬に個別通知にてお知らせしています。

■□■2歳児歯科健診

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、6月の健診は延期とさせていただきます。延期に伴う対応については個別通知にてお知らせしますので、ご確認ください。

■□■1歳6ヵ月児健診 マスクの着用をお願いします。

【とき・場所】6/11 (木) 三珠健康管理センター
【対 象】平成30年7月～9月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票、同封のアンケート

■□■3歳児健診 マスクの着用をお願いします。

【とき・場所】6/25 (木) 三珠健康管理センター
【対 象】平成29年2月～3月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票、尿スティック、同封のアンケート

■□■5歳児健診 マスクの着用をお願いします。

【とき・場所】6/18 (木) 三珠健康管理センター
【対 象】平成27年4月2日～7月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、受付時間を分けさせていただきます。
(※詳細は個別通知にてご確認ください)

～ 母子健康手帳の発行 ～

【と き】6/2 (火)、6/24 (水)、7/7 (火)
【場 所】三珠健康管理センター 1階和室
【受付時間】午前10時(時間厳守をお願いします)
※発行には1時間程度かかります。
【持 ち 物】印鑑、保険証、個人番号カードまたは通知カード、運転免許証などの身分が確認できる物
※原則、上記日程で本人に限り発行となります。

三珠地区・六郷地区の方 住民健康診断の申し込みは お済みですか？

申し込み締め切りは **6月12日(金)**です。
お早めにお申し込み下さい。
※住民健診の申し込み用紙は5月に送付しています。
同一保険の場合は、世帯員分同封されていますのでご確認ください。
※子宮がん検診(20歳以上の女性)も同一の申込書にてお申し込み下さい。

「あなたの"心"健康ですか？」

新型コロナウイルス感染症の影響による仕事や生活の不安などから、ストレスを感じていませんか？

ストレス状態が長く続くと、身体や心にさまざまな変化があらわれます。

不安な気持ちを誰かに話したり、相談したりすると、つらさがやわらぐことがあります。

ひとりだけで抱え込まず
ぜひご相談下さい

☎ 町いきいき健康課健康増進係 ☎ 0556-32-2114

歯と口の健康習慣 6月4日から10日まで



みなさんは歯や口の健康について考えたことがありますか？歯周病などのお口の状態は全身の健康に大きく関係しています。定期的に歯科医院で正しく歯磨きができているか検診を受け、歯磨きの状態のチェックや歯石の除去などを行うことで、お口の健康を保つことができます。町においても年度末年齢が40、50、60、70歳の方を対象に県内指定医療機関において無料で検診を受けることができます。検診期間は8月1日～1月31日までの予定です。対象者には受診票を郵送しますので、ご確認くださいこの機会にぜひ受診しましょう!!

令和3年度から

子宮頸がん検診は2年に1回受診しましょう

日本人の2人に1人が生涯のうちにかかると言われる「がん」は、死亡原因の第1位です。

子宮頸がんは、女性のがん死亡と罹患(りかん)の上位で、近年増加傾向にあります。町が実施する子宮頸がん検診事業は「死亡率を減少させることが科学的に証明された」有効な検診です。

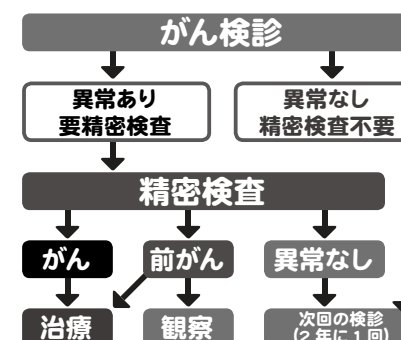
子宮頸がん検診で発見されたがんは、9割以上が早期がんです。早期がんは、高い割合で治ります。

がん検診を正しく理解し、早期発見、治療で大切な命を守るため、2年に1回の子宮頸がん検診を受診しましょう。検査結果が「異常あり」の場合は、必ず精密検査を受けましょう。

☎ 町いきいき健康課健康増進係 ☎ 0556-32-2114

子宮頸がん検診は令和3年度より、県下統一で指針に沿って行います。

■子宮がん検診の流れ



ウイルスに負けない体を作りましょう！

新型コロナウイルス感染症の予防として、手洗い・うがいなどの対策が行われていますが、普段の健康管理も大切です。十分な睡眠・バランスのよい食事・心がけ、免疫力を高めることでウイルスに負けない体を作りましょう!!

