

看護師募集

町総務課

町では次のとおり看護師を募集します。

【職種・人数】看護師4名程度

【勤務場所】町立の医療・介護施設（夜間勤務あり）

【応募条件】看護師資格取得者もしくは取得見込者

【採用日】4月1日

【給与等】町職員給与条例による

【試験日】2月6日(日)

【受付期間】1月5日(水)～1月21日(金)（土・日を除く午前8時30分～午後5時）

【応募方法】試験申込書、有資格免許の写し、健康診断書を提出

※試験申込書、履歴書、健康診断書の様式は、役場本庁舎総務課で配布しています。

【問い合わせ・申し込み】町総務課庶務係 ☎055(272) 1102

つむぎの湯臨時職員募集

六郷の里つむぎの湯

六郷の里つむぎの湯では次のとおり臨時職員を募集します。

【募集人員】臨時職員若干名（採用は4月1日から）

【勤務形態】日勤シフト（原則、週3日勤務）

【勤務内容】窓口受付、販売、接客、事務処理など

【待遇】町臨時職員取扱規定による

【選考方法】書類審査、面接試験

【面接日程】1月26日(水)午前10時「つむぎの湯」にて

【採用条件】▽土日・祝日・年末年始にも勤務可能な方▽多少のパソコン操作ができる方

【提出書類】履歴書・健康診断書

【申込期限】1月21日(金)

【申し込み・問い合わせ】▽六郷の里つむぎの湯 ☎0556(20) 2651▽町いきいき健康課健康増進係 ☎0556(32) 2114

町有住宅入居者募集

町建設課

町では富士見地区の町有住宅市川団地入居者を募集します。

▽町有住宅市川団地（富士見地区）

【募集戸数】2戸（2K）

※入居は2月1日から

【建築年】昭和47年

【家賃】月額15,000円

【募集期間】1月4日(火)～14日(金)（平日午前8時30分～正午・午後1時～5時30分）

【入居資格】▽住宅に困窮している方▽町税などの滞納がなく独立の生計を営む方 他（詳しくはお問い合わせ下さい）

【申し込み方法】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建設課まで持参して下さい。

【申し込み・問い合わせ】入居資格、申込書類など詳しくは町建設課町営

住宅係 ☎055(272) 6090
までお問い合わせ下さい。

放送大学4月生募集

放送大学山梨学習センター

放送大学では平成23年度第1学期（4月入学）の学生を募集中です。

放送大学はテレビやラジオの放送を通して学ぶ遠隔教育の大学です。心理学、福祉、経済、歴史、文学、自然科学など幅広い分野を学べます。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。

【出願期間】2月28日(月)まで

※資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学山梨学習センター ☎055(251) 2238までご請求下さい。放送大学ホームページでも受け付けています。

都市計画区域マスタープランの縦覧

山梨県土整備部

山梨県で策定を進めている都市づくりの方向性を示す「都市計画区域の整備、開発及び保全の方針（甲府盆地7都市計画区域マスタープラン）」の計画案を、次の日程で縦覧します。また縦覧期間内に計画案に対する意見書を提出することもできます。これまでの策定経過は、県HPをご覧ください。

【縦覧期間】1月6日(木)～1月20日

『最低賃金が改正されました』

■山梨県電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業最低賃金

1時間：798円（効力発生日：H22/12/24）

■山梨県自動車・同附属品製造業最低賃金

1時間：798円（効力発生日：H23/ 1/ 5）

■山梨県最低賃金

1時間：689円（効力発生日：H22/10/17）

【問い合わせ】

山梨労働局賃金室 ☎055-225-2854

（土・日・祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで）

【縦覧場所】▽山梨県県土整備部都市計画課▽山梨県峡南建設事務所都市計画建築課▽町建設課都市計画係

【意見書】計画案に対する意見書を提出できます。縦覧期間内に、意見の要旨、住所、氏名、電話番号を記載した書面を1月20日午後5時15分までに県峡南建設事務所都市計画建築課（〒409-13606市川三郷町高田111-1）まで提出、または郵送して下さい。

【問い合わせ】山梨県県土整備部都市計画課 ☎055(223) 1716▽山梨県県HP <http://www.pref.yamanashi.jp/toshikei/index.html>

移動県民相談

山梨県民生活センター

山梨県民生活センターでは、県内各地へ担当相談員が出向いて「移動県民相談」を開催しています。

県の仕事に関する相談、生活上の法律問題に関する相談、土地や住宅についての相談、交通事故のあと処理に関する相談などご相談下さい。

【日時】 1月20日(木)午前10時～午後3時

【場所】 南巨摩合同庁舎2階会議室

【相談内容】 法律相談(相続、金銭)

1/17 は「防災とボランティアの日」 1/15 ～ 1/21 は 「防災とボランティア週間」

平成7年1月17日に発生した「阪神淡路大震災」では、災害ボランティアの活動で多くの被災者の生活が支えられました。

これをきっかけに毎年、1/15～21は「防災とボランティア週間」、1/17は「防災とボランティアの日」と定められました。

一人ひとりが、災害時のボランティア活動や自主的な防災活動への理解と認識を深め、自ら行動し、お互いが助けあう安全で安心な地域づくりを心がけましょう。

～防災アドバイス～

- 非常持出品と非常備蓄品を準備
- 避難場所、道順、家族との連絡方法などを確認
- 家具、家電製品などは、転倒・落下防止器具で固定
- 地域で行われる防災訓練には、積極的に参加
- 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方を覚える

▷《災害用伝言ダイヤル117》1月の体験利用日
1月1日～1月3日 午前0時～深夜12時
1月15日～21日(防災とボランティア週間)
午前9時～午後5時



万一のとき、備えあれば憂いなし。あなたも
防災について考えてみましょう

【問い合わせ】 鯉沢警察署 ☎ 0556-22-0110

自動車不具合情報ホットライン

国土交通省

国土交通省では、迅速なリコールの実施やリコール隠しなどの不正行為の防止のため、「自動車不具合情報ホットライン」を通じて、直接ユーザーから車の不具合情報を収集しています。また、ホームページでも「自

貸借、近隣問題、土地住宅、家族、交通事故相談、消費生活相談 他

【問い合わせ】 山梨県民生活センター ☎ 0555 (223) 1571

緊急医療情報キットについて

町福祉支援課

町では、65歳以上の方のみで構成される高齢者世帯を対象に、安心・安全を図ることを目的に、かかりつけ医療機関などの必要な医療情報を容器(キット)に入れて保管し、緊急時に救急隊員等に伝えるための救急医療情報キット(写真左)の配布を行います。

対象世帯には、各地区の民生委員が各世帯を訪問し、このキットの説明をいたします。購入希望者には申請書に必要事項を記入していただき、配布を行います。訪問は1月中旬を予定しています。

【問い合わせ】 町福祉支援課福祉係 ☎ 0555 (272) 1106



下水道は正しく使いましょ

11月14日、市川大門ポンプ場に油の流入が確認されました。調査の結果、町内から流入したものと考えられます。油が流入すると処理場などの機能を妨げ、また下水処理水質にも悪影響を及ぼします。

もう一度、下水道を使用する際の注意事項をご確認下さい。

■流しからそのまま流した生ゴミが、排水管を詰まらせることがあります。必ずゴミかごや流し口の受皿を用意して下さい。

■油はそのまま流すと、冷えて固まり配水管を詰まらせる原因となります。新聞紙などの紙に吸収させるか、凝固剤を使って燃えるゴミとして捨てて下さい。

■トイレトーパー以外の水に溶けない紙、タバコの吸い殻、脱脂綿、ガムなどは詰まりの原因となります。

■リンは、水の浄化作用に大切な水中のバクテリアにとって有害な物質です。洗剤はできるだけ無リンのものやクレンザーを使用して下さい。

■ブルーレット等のトイレ洗浄剤も、バクテリアにとって有害なので使用しないで下さい。

※ご協力をお願いします。

【問い合わせ】 町生活環境課下水道係 ☎ 0555 (272) 6092



たんぽぽ

地域の話や情報をお寄せ下さい
総務課広報係 ☎ 055-272-1101

青空に際立つのは大塚にんじんの赤さ

市川三郷町ふるさと冬まつり大塚にんじん収穫祭

12月4日みたまの湯駐車場にて、「ふるさと冬まつり大塚にんじん収穫祭」が開催されました。春・夏・秋・冬と季節を通じて催してきた「ふるさと祭り」の最終章です。収穫祭では、大塚にんじんの販売、試食、品評会、人参オークションなどが行われ、地元の生産農家など25件が採れたての大塚にんじんを用意しました。生産者の一人窪田正武さんは今年のにんじんの出来について「夏に高温が続いたため少し細めだけど、収穫量も売り上げも去年なみ」と話していました。大塚にんじんは1月の下旬頃まで収穫されます。(写真・恒例となった人参オークションの様子)



日韓の福祉文化を肌で実感

身延山大学韓国人留学生、たんぽぽの家メンバーと交流

身延山大学の留学生キム・ヨンジュさん(写真右)とリュウ・ウンジュさん(写真中央)は、11月29日、三珠地域活動支援センター「たんぽぽの家」で同施設で活動しているメンバーと共に生産活動を行いました。普段からこの施設と交流のある同大学の学生、宇賀神敬子さん(写真・左から2番目)の呼びかけで実現したもので宇賀神さんは「授業では学べない実際の現場を体験してほしい」と話していました。キムさんは「障害を持っていても、明るく活動しているメンバーと交流できて幸せです。韓国でも福祉を学んでいますが、ここでの経験を活かしたいです」と感想を語ってくれました。

善意ありがとうございます

■大森政市様(落居)から古希祝いを記念し、自らの基礎を築いてくれた六郷中学校で教育に役立ててほしいと、100万円の寄付をいただきました。

■有野文明様(宮原)から父・故良雄様の遺志により、福祉のために役立てて下さいと町社会福祉協議会に10万円の寄付をいただきました。

■赤池貢様(岩間)から父・故一男様の遺志により、福祉のために役立てて下さいと町社会福祉協議会に5万円の寄付をいただきました。

■株細田協佑社様(細田治代表取締役)から、福祉のために役立てて下さいと町社会福祉協議会に5万円の寄付をいただきました。

■三珠地区母と女性教職員の会(八代智世代表)から、福祉のために役立てて下さいと町社会福祉協議会に5,856円の寄付をいただきました。

■ふるさと秋まつりボランティアから、ふるさと秋まつりでの収益金1万円を町社会福祉協議会に寄付していただきました。

■友遊会(遠藤菊枝代表)から、デイサービスでご利用下さいと、タオル50枚を町社会福祉協議会に寄贈していただきました。

■望月いとじ様(市川大門)から、ケアセンターいしかわの利用者のために、手編みの座布団30枚を寄贈していただきました。

ありがとう!



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。ご了承ください)

(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 みさお クイズ

《問題》

～ヒントは広報紙の中に～

出生地や想い入れのある市町村に寄付をすると、実際に住んでいる市町村の個人住民税などが軽減される制度は何でしょうか?

- ① ふるさと納税制度
- ② 地方自治体活性化対策優遇納税制度
- ③ ふるさと寄付金税控除制度

ハガキまたはメールで、クイズの答え、住所、氏名及びペンネーム、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聴広報係までご応募下さい。

ims1790@town.ichikawamisato.yamanashi.jp

(締切) 1月 17 日必着



(メルアドFORコード)
対応する携帯電話などで読み取ると、
本町のメールアドレスを表示します

■先月号の答え

「芦川第一発電所 100 年を記念し植樹された植物は？」は②番の「藤の木」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。
おでぶちゃん、三珠中ピカピカの 1 年生さん、伊藤道義さん、くうちゃん、あきさん



私たちが給食メニューを考えました

市川小3年生が給食センターへメニュー提案

12 月 7 日、市川小学校 3 年生は自分たちで考えた給食メニューを給食センターに届けました。生徒たちは、事前に食育の授業で「給食には栄養素がバランス良く入っている」ということを学び、今度はその教えを活かして自らで栄養バランスのとれたメニューを作成してみました。生徒たちは自分たちだけでなく、給食が配給されるほかの地区の子どもたちにも喜んでもらえそうなメニューに仕上げようと工夫したそうです。3 年生を代表して蓮岡れなさんと笠井柚葉さんが「可能な限り私たちが考えたメニューを給食に取り入れてもらいたいです」と給食センター長にメニューを渡すと、センター長からは「皆さんの希望に添えるよう栄養士さんと相談し、できるだけ取り入れていきたいです」と返事が返ってきました。(写真・センター長にメニューを手渡し生徒)

六郷の里「つむぎの湯」

源泉ポンプ復旧期間延長についてのお詫びとお知らせ ～源泉復旧まで今しばらくお待ち下さい～

当施設は平成 22 年 6 月より、源泉ポンプ系統の故障による緊急処置として「地下水による沸かし湯」での運営を行なっています。施工業者ともども精一杯取り組みましたが、源泉の復旧は当初の予定よりも大幅に遅れ、平成 23 年初頭には復旧するとのお知らせをしましたが、作業は困難を極め新年の復旧には間に合わない見込みとなってしまいました。

源泉の復旧を心待ちにしていた町民の皆様には、期待に応えられなかったことを心よりお詫び申し上げます。

これからはしばらくの間は沸かし湯による営業、また「いきいきセンター」は地域の活性化施設として継続して運営していきますので、何卒、御理解のほどよろしくお願いいたします。

※入浴料は、源泉復旧までの間、引き続き通常料金の半額とさせていただきます。

※回数券・ギフト券も、同様に半額処理とさせていただきます。なお源泉復旧までの期間は回数券・ギフト券の発売は一時停止とさせていただきます。

【問い合わせ】六郷の里つむぎの湯 ☎ 0556-20-2651



お便り

12 月号は表紙から 5 ページまでも地元が載っていた。谷の四季はもちろん、雪の中
でそっと静かに咲いているセツブンソウを見
ると、パワーを感じる。そして湧いてくる。荒
れた世の中を知ってか知らずか、一輪草、山吹、
藤、山桜...と。野菊で締めくくって冬が来る。
今頃、落ち葉の下で
花たちが「春よこい」
と待っている。
(三帳／とみちゃん／
60 代女性)

～ いきいきはつらつ 貯筋教室 ～

【内容】誰でも簡単に継続でき、体力筋力維持・増進できるタオル体操などを行います。

【対象者】おおむね 40 歳以上で健康づくりの運動をしてみたい方（若い方・男性の方大歓迎です！）※介護保険サービス利用者、ミニデイサービスを利用されていない方が対象です。ご了承下さい。

【場所・日程】時間：午後 1 時 30 分～3 時

■いきいきコース【初級・中級】

市川大門町民会館 1/19(水)・2/2(水)

大同地区公民館 1/21(金)・2/4(金)

六郷ふれあいセンター 1/20(木)・2/3(木)

■はつらつコース【上級】

三珠総合福祉センター 1/18(火)・2/1(火)

【持ち物】上履き・フェイスタオル・飲み物

【自己負担金】1 回 200 円

【問い合わせ・申し込み】「いきいき健康課健康増進係」まで電話にて ☎ 0556-32-2114

～ 離乳食教室 ～

【日時】2/10(木)午後 1 時 30 分～4 時

【場所】市川大門町民会館 2 階調理室

【対象】おおむね妊娠 5 カ月以降の妊婦
お子さんが生後 5 カ月未満の方

【内容】離乳食実習と試食

【持ち物】エプロン・筆記用具・母子健康手帳

【参加費】無料

※参加希望者は 2/3(木)までにお申し込み下さい。

※託児いたします（要申し込み）

【申し込み・問い合わせ】いきいき健康課子育て支援係

～ 子宮がん検診 ～

～ 子宮がん検診の期間が延長されました ～

【期間】1 月 31 日まで（期間外は実費になります）

【対象】平成 23 年 3 月末日現在で 20 歳以上の女性

【自己負担金】▶頸部検診 1,500 円 ▶頸体部検診 2,200 円（医師が必要と認めた方のみ）

【持ち物】すでに送付済みの受診票、保険証

★今からでも申し込みできます。

ファミリーサポート市川三郷会員募集

市川大門町民会館 1 階 ☎ 080-5685-1152 [月

～金・午前 9 時 30 分～午後 6 時]

～ 予防接種 ～

《定期予防接種》

■□■麻しん、風しん予防接種

【対象者】第 1 期⇒1 歳以上 2 歳未満の児

第 2 期⇒5 歳以上 7 歳未満の児（年長児）

第 3 期⇒中学 1 年生

第 4 期⇒高校 3 年生の年齢相当の方

■□■二種混合（ジフテリア破傷風混合ワクチン）

【対象者】小学校 6 年生

【接種期間】平成 23 年 3 月 31 日まで

■□■三種混合（ジフテリア百日せき破傷風混合ワクチン）

三種混合 1 期初回（3 回）の接種間隔が、20～56 日の間隔をはずれた場合は自己負担となります。

■□■日本脳炎

【対象者】第 1 期生後 6 か月から 90 カ月未満

【接種間隔】

第 1 期初回⇒6 日から 28 日までに 2 回接種

第 1 期追加⇒第 1 期初回 2 回目からおおむね 1 年後に 1 回接種

※勧奨の差し控えで、1 期の接種機会を逃した方への接種機会が特例措置により確保されることになりました。

第 2 期⇒9 歳から 13 歳未満に 1 回接種（接種を希望する方は、いきいき健康課までご連絡下さい）

※平成 22 年度は 3 歳児に対する 1 期初回に対して、積極的な勧奨をしています。3 歳以外で接種を希望する方は、ワクチンの効果や副作用などについて医師から十分に説明を受けた上で、接種することができます。

※詳細はいきいき健康課までお問い合わせ下さい。また町 HP でも見ることができます。

《任意予防接種》

■□■肺炎球菌ワクチン

【対象】生後 2 カ月から 9 歳以下の子どもで、本町に住民登録のある方

【助成額】今年の 10/1 以降に接種したもので、1 回につき接種費用の 1/2（上限 5,000 円）

■□■新型インフルエンザ予防接種（個別接種）

【接種期間】平成 23 年 2 月 28 日(月)まで

【助成額】◆住民税非課税世帯、生活保護世帯→全額助成（申請が必要です）

◆65 歳以上の課税世帯→2,000 円

町外でも子どもの予防接種ができます

町外で接種する場合は、県と契約している医療機関であることの確認が必要なため、いきいき健康課まで連絡をしてから予約をして下さい。

なお市川三郷町のホームページに、県と契約している医療機関を掲載しています。ご参照下さい。

こんにちは保健師です

想像してみましょう

新年あけましておめでとうございます。今年も皆さんにとって、良い年でありますようお願いいたします。

さて、今年最初の健康メモは脳とイメージトレーニングについてお話しします。

皆さんの周りには、苦手な事でも自信をもってこなしてしまう人がいませんか？そのような人は、できない自分を意識するのではなく、できている自分を想像する力が強いようです。

私たち人間の脳は、様々な状況をイメージ(想像)するという高度な働きを持っています。またイメージする事で、脳はあたかも本当に体験した様な働き(疑似体験)をします。本当に体験しなくても、脳は頭の中でどう振る舞うか判断するので、脳の神経同士が良い結びつきを作ります。そして、実際の場面でもその良い結びつきが働き、上手に行動する事ができると言われています。

この、脳の特徴を活かした訓練をイメージトレーニングといいます。このトレーニングはスポーツ選手がよく用いており、緊張をほぐすのに効果があるようです。

イメージトレーニングの方法ですが、まず体をリラックスすることから始めて下さい。次に楽な姿勢で軽く眼を閉じ、深呼吸を2～3回行い全身の筋肉の力を抜きます。体が楽になったら、頭の中でこうなりたいと思う姿を想像して下さい。例えばテストでスラスラ答えを書いているところや、人前でなめらかに話しているところ、苦手な料理を短時間で美味しく作っているところなど、うまく行動できている姿をイメージしましょう。さらに、その時の服装や、話をしている相手、周りの雰囲気、自分の表情や手順など、より具体的にイメージすることで脳の働きが活発になり、実際の行動にもつながっていくようです。

具体的な設定ができたら、それを何度も繰り返して想像すると、さらに実践で力を発揮します。

イメージによる自己暗示は想像以上に強力です。日々の生活の中に少しずつイメージトレーニングを取り入れ、今年も自信を持ってはつらつと生活しましょう。

(保健師 渡邊)



～ 乳児・幼児健診 ～

■乳児健診(4・7・10・13カ月児)

- 三珠地区の方 1/18(火) 三珠健康管理センター
- 市川大門地区の方 1/13(木) 市川大門町民会館
- 六郷地区の方 上記のどちらかで健診して下さい

【受付時間】午後1時～1時30分

【対象】平成21年12月、平成22年3・6・9月の出生児

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

■1歳6カ月児健診⇒三珠・市川地区の方対象

【とき・場所】1/20(木) 市川大門町民会館

【受付時間】午後1時～1時30分

【対象】平成21年4～6月の出生児

【持ち物】母子健康手帳、問診表

■対象地区以外の会場で、健診を希望される方は、いきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい。



妊婦さんにやさしい環境を

このマークをつけている方がいたら、席を譲ったり、近くでの喫煙を控えるなど配慮をお願いします。妊婦さんにやさしい環境づくりを皆でしていきましょう。

～ 母親学級 ～

※場所はいずれの回も市川大門町民会館

■1回目 2月4日(金) 午後1時30分～

【場所】市川大門町民会館 1階和室

【内容】母乳について、出産前後の心構えと具体的な方法

【持ち物】母子健康手帳

■2回目 2/25(金) 午後1時30分～

【内容】楽なお産のための妊婦体操とリラックス法

【持ち物】母子健康手帳、1回目で配布したテキスト

～ 母子健康手帳の発行 ～

【とき・ところ】

■1/11(火) 三珠健康管理センター 1階機能訓練室

■1/19(水) 六郷ふれあいセンター

■1/27(木) 市川大門町民会館 1階保健室

【受付時間】午前10時(時間厳守)

※発行にはおおよそ2時間かかります。

【持ち物】印鑑

※発行は原則として直接本人に限ります。

※お急ぎの方は子育て支援係までご連絡下さい。