

# まほむち

地域の話題や情報を寄せ下さい

町総務課広報係 055-272-1102



で清水新居子どもクラブ(昭和町)に僅差で競り勝ち、決勝戦では大栄子どもクラブ(甲斐市)に3セット連取して勝利しました。

この大会での町内の子どもクラブの優勝は、第23回(平成6年)大会の印沢子どもクラブについて2度目の快挙です。

## 町内・町外で子どもクラブ大活躍

### 町・県子どもクラブ親睦球技大会

8月23日には、市川大門総合グラウンドにおいて市川三郷町子ども親睦球技大会(青少年育成市川三郷町民会議主催)が行われました。大会はグラウンド・ゴルフで競われ、地区予選を勝ち抜くなどしてきました10チーム57人が、楽しく、時に真剣になりながら親睦を深めました。

▶樂しくプレーする選手の皆さん



#### グラウンド・ゴルフの主な結果

##### ■団体の部

- |             |                 |
|-------------|-----------------|
| 1位 文京子どもクラブ | 1位 原田大志さん(文京)   |
| 2位 落居子どもクラブ | 2位 宮下準児さん(落居)   |
| 3位 川浦子どもクラブ | 3位 渡辺芽依さん(大塚桃林) |

##### ■個人の部

## いつまでも お元気で 町内各地で敬老会

敬老の日は、お年寄りに感謝と敬意を込めて長寿をお祝いする国民の祝日です。9月1日現在、本町の65歳以上の高齢者は5,736人で全人口の34%を占めています。

9月、町内各地区で敬老会が行われました。市川地区敬老会では、ジュニアコーラスいちかわによる歌の披露(写真右上)や、敬老会実行委員会の皆さんと「いいじやん市川」体操を行ったりしました。みたまの湯で行われた上野地区の敬老会では、三珠保育所の園児が歌やお遊戯を披露したり(写真右下)、おじいちゃんおばあちゃん手遊びで遊びました。



市川地区の夏を締めくくる摩利支天社奉納打揚花火大会  
が並び、多くの方で賑わいました。  
過ぎ去る夏を振り返るようにゆっくりと花火  
が打ち揚げられ、会場沿道には数十店の露店  
打揚花火大会が、8月29日に開催されました。

## 夏の終わりを告げる 摩利支天社奉納打揚花火大会



## お父さん・お母さんが ハッスルプレー 町保育所保護者会親善球技大会

市川三郷町保育所保護者連合会では8月23日、市川大門町民体育館で親善球技大会としてソフトバレー大会を開催しました。町内9つの保育所・保育園から23チームが登場し親睦を深めました。この日のために練習を重ねてきた保護者の皆さん、子どもたちや先生の声援を受け、夢中でボールを追いかけていました。

#### 大会結果

- |                    |             |
|--------------------|-------------|
| 優勝 定林寺立正保育園B       | 2位 ひまわり保育園A |
| 3位 高田保育園A、ひまわり保育園B |             |

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ことがあります。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



### 《問題》

~ヒントは広報紙の中に~

マイナンバー制度では、まず個人番号(マイナンバー)をお知らせするための「・・」?カードが郵送されます。

①個人 ②通知 ③番号

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】10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

今年は国勢調査の年、今回から新たに始まる回答方法は「…」?回答。の答えは①番の「インターネット」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。

笑門来福さん、椿洋一さん、9229さん、チーママさん、うしパパさん

## 社協便り 第29号

社協は、町民の皆様と一緒に地域福祉活動を進めていきます。

閑町社会福祉協議会 ☎ 055-272-4179



今年も皆さまに還元されます。福祉推進のための発行を進めます。地域の活動の推進やボランティア活動の推進など町の地域に還元されます。集められた募金の約6割は、社協による募金活動を展開していきます。

今年も10月1日から12月31日の間、全国一斉で『赤い羽根共同募金運動』が始まります。この運動は、人々のたすけあい精神を基調とし、募金活動への参加と協力を得ながら、誰もが住みやすいまちを作り上げていく地域福祉活動です。昭和22年からスタートした共同募金は、地域における高齢者の居場所づくり、障がい者の就労を支援する施設の機器整備、子育て支援などを推進するための貴重な財源となっています。また、災害時における被災地支援や現地で活躍するボランティア、NPO団体などへの助成も行っています。町では、平成27年度の共同募金目標額を3,709,000円と設定し、戸別や街頭、企業や学校、職場等を中心募金活動を展開していきます。

## 共同募金運動

くじぶんのまちを良くするしくみ



▲贈呈式で手旗を受け取る市川南小の菊池彩花さん

## 地域防犯、交通安全を願い

山梨県自動販売機関連協議会による防犯資材の贈呈

## 安全に、着実に、延伸中

### 中部横断道八之尻トンネル貫通式

現在整備が進められている中部横断自動車道、増穂インターから仮称六郷インター間(9.3km)には3本のトンネルがあります。

8月21日、そのうちの一つ八之尻トンネル(2.469m)の貫通式が行われました。八之尻トンネルは平成23年8月10日の安全祈願祭から4年の歳月を経て工事が安全に無事故で貫通となりました。

残る2本の宮狩トンネル(2.893m)、原トンネル(751m)と富士川に架る橋(823m)、新川及び葛籠沢川に架る橋などが順次完成予定で、

平成29年3月の開通を目指しています。

中部横断自動車道は、北は中央自動車道にさらには上信越自動車道に、南は新東名高速道路及び東名高速道路とつながります。

新たな交通体系で、災害時や救急など命の道として、また、文化、経済、生活、物流の道として新しい時代を迎えます。



▲貫通式で掘削機の始動ボタンを押す久保町長(中央)と志村富士川町長(右)

## ～ パパママ教室 ～

【日 時】10/25 (日) 午前10時～午後1時  
(受付は午前9時45分～)

【場 所】三珠健康管理センター

【内 容】妊婦体験、フリートークなど

【持ち物】母子健康手帳、父子健康手帳

※予約制です。申し込み問い合わせは10/21(水)までにいきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい。

※託児を希望される方は、申し込み時に「託児希望」とお伝え下さい。

## ～ 母子健康手帳の発行 ～

【と き】10/16 (金)、10/27 (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 (時間厳守でお願いします)  
※発行には1時間30分程度かかります。

【持ち物】印鑑、保険証

※原則、上記日程で本人に限り発行となります。

※ご不明な点は、子育て支援係までお問い合わせ下さい。

## ～ カンガルー(母親)学級 ～

■3回目 10/2 (金) お産の進み方と過ごし方、マタニティヨガ

■4回目 10/15 (木) 赤ちゃん用品の準備、子どもの育て方(沐浴等)、先輩お母さんと赤ちゃんとふれあい

【時 間】午後1時30分～(受付は1時15分～)

【場 所】三珠健康管理センター

【対象者】妊娠中の方

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、1回目に使用したテキスト、動きやすい服装でお越し下さい。

## ～ リリース教室 ～

【日 時】10/15 (木) 午後1時30分～(受付は午後1時～)

【場 所】三珠健康管理センター

【内 容】乳児と母親の健康チェック、ベビーマッサージ、妊婦さんとの交流

【対 象】出生5カ月までの児とその母親

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

# 平成27年度 三珠地区住民健康診断

### 【日 程】

10月17日(土) 上野桃林橋・矢作・下九一色  
10月18日(日) 上野・川浦・樋田  
10月19日(月) 町屋  
10月20日(火) 北区・南区  
10月21日(水) 上ノ原・道林・大塚桃林橋・下河原

【受付時間】午前8時～10時30分

【場 所】三珠健康管理センター

【持 ち 物】「健康診断のご案内」封筒一式  
保険証ほか

※町国保以外の医療保険の扶養家族で、特定健診を受けられる方は「特定健康診査受診券」を必ずお持ち下さい。  
※町国保以外の医療保険に加入している方(本人)は特定健診は受けられません。がん検診のみ受けることができます。

※封筒に書かれている持ち物チェックリストをご覧下さい。  
※65歳以上の結核検診も上記の日程で行います。結核検診受診票を忘れずにお持ち下さい。

### 健康診断送迎バスのご案内

17 日 土	am8:00 - 下芦川 - 旧農協前 05 - 三 帳 - 三帳バス停前 10 - 古 宿 - 古宿バス停前 15 - 高 萩 - 旧農協前 50 - 岱 - 岱バス停前 55 - 中 山 - 有泉さん宅前 am9:00 - 畑 熊 - 畑熊バス停前
	20 日 火
	am8:00 - 北 区 - JA西八代大塚支店 10 - ふるさと交流センター 30 - 南 区 - ホットボックス前
	21 日 水
	am8:00 - 上ノ原 - 上ノ原公会堂前 20 - 道 林 - 道林公会堂前 25 - 大塚桃林橋 - 三珠産業事務所土手手前 30 - 下河原 - 下河原公会堂前
	※時間は多少前後しますのでご了承下さい。 ※乗り切れない場合は、再度送迎しますので、しばらくお待ち下さい。 ※お帰りは、人数が集まり次第お送りします。

問町いきいき健康課 ☎ 0556-21-2114

貯金教室の日程は、いちかわみさとカレンダーをご覧下さい

## こんにちは保健師です

### アルコールの摂り過ぎにはご注意を!

寝つけない夜、お酒を飲むことがありますか？適度の飲酒は、気持ちをリラックスさせたり会話が増えたりする効果があります。

そのため、お酒を飲むと心地よく眠れることもあります、これが習慣になると、睡眠障害の原因になることがあります。

アルコールには、寝つく時間を短縮させる効果がありますが、就寝1～2時間前に飲んだ場合、少量でも睡眠の後半部分を障害することがわかっています。つまり、寝つきは良いのですが、夜中に目覚めるとその後なかなか眠れないという事が起きます。

また、体内にはアルコールの耐性があるので、初めのうちは少ない量で眠れますが、習慣で飲んでしまうと、アルコールの量を増やすないと眠れなくなります。これが慢性的な睡眠障害を起こす原因になります。

簡単なことではありませんが、習慣になっている方はお酒を飲まずに眠るように少しずつ改善していくことが必要です。また、アルコールの適正量を理解し、飲みすぎないようにすることも大切です。

#### ★アルコールの適正量★

純アルコールで1日平均約20g程度です。  
(厚生労働省「健康日本21」より)

主な酒類の目安は次のとおりです。

- ◆ ビール 中瓶1本 500cc
- ◆ ウイスキー ダブル1杯 60cc
- ◆ ワイン グラス2杯 240cc
- ◆ 焼酎(乙類) 0.5合 100cc
- ◆ 清酒 1合 180cc
- ◆ 缶チューハイ 1本 350cc

### 60g以上のアルコール摂取は飲み過ぎです！

飲み過ぎは、睡眠障害だけでなくさまざまな病気を引き起します。

アルコールを飲む量や時間など、もう一度、ご自身のアルコールの飲み方を見直してみましょう♪

(保健師・中山裕子)

## ～乳児・幼児健診～

### ■□■4ヶ月児・7ヶ月児健診

【とき・場所】10/6(火)、11/10(火) 三珠健康管理センター

【受付時間】午後1時～1時30分

【対象】

10/6: 平成27年3月、平成27年6月出生児

11/10: 平成27年4月、平成27年7月出生児

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

### ■□■10ヶ月児・13ヶ月児健診

【とき・場所】10/27(火) 三珠健康管理センター

【受付時間】午後1時～1時30分

【対象】平成26年9月、12月出生児

【持ち物】母子健康手帳、バスタオル

### □■六郷幼児健診 ⇨ 六郷地区の方対象

【とき・場所】10/14(水) 六郷ふれあいセンター

【受付時間】午後1時～1時30分

【対象】

1歳6ヶ月児 ⇨ 平成25年12月～平成26年3月出生児

3歳児 ⇨ 平成24年5月～8月出生児

5歳児 ⇨ 平成22年9月～11月出生児

【持ち物】母子健康手帳、問診票、  
尿スティック(3歳児のみ)

### ■□■1歳6ヶ月児健診 ⇨ 三珠・市川地区の方対象

【とき・場所】10/22(木) 三珠健康管理センター

【受付時間】午後1時～1時30分

【対象】平成26年1月～3月出生児

【持ち物】母子健康手帳、問診票

都合がつかない方は、いきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい

## ～すくすく相談会～

### 子どもに関する悩みや心配事を専門の心理士に相談してみませんか？

例：ことばがはっきりしない、落ち着きがない、かんしゃくや乱暴で困っている、こだわりが強い、友達とうまく関われないなど…。

【日時】10/30(金) 午後1時～

【場所】三珠健康管理センター

※完全予約制です。申し込み問い合わせは、10/28(水)までにいきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい。

相談は無料で秘密は厳守されますので  
安心してご相談下さい

市川三郷スポーツクラブ 第5回  
フェスティバル & 町民体力測定

- ◆誰でも気軽に行える軽スポーツ体験
- ヨガ ■ゆる体操 ■ピンポン ■輪投げ
- カローリング(室内で行うカーリングのようなスポーツ)
- 健常体操 ■スポーツ吹き矢

◆体力測定

- シャトルラン ■上体起こし ■反復横跳び など



10月24日土  
午前9時～正午  
市川大門町民体育館

スポーツに親しもう！

抽選会もあるよ!!

問市川三郷スポーツクラブ事務局(市川大門町民体育館内) ☎ 055-272-8335

第6編

歴史探訪 大塚古墳

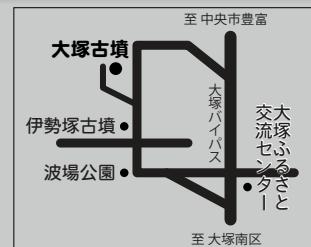
おおつかこふん  
県指定文化財

大塚古墳は市川三郷町大塚にある北原古墳群の前方後円墳のひとつです。

古墳の前方部から発掘された遺物は、六鈴鏡、直刀を含め、石室内にあったものと想定されます。

この古墳の出土品において注目すべき点は、甲冑、刀剣などに見られる軍事的な要素の出土品と鈴釧、六鈴鏡に見られる呪術的な要素の出土品が併存して発見された点が挙げられます。

墳丘周辺の試堀調査によって、周溝の一部が発見されましたが、これによれば、本来の全長は50メートルを超えるのではないかと推測されています。



問町生涯学習課学術文化係 ☎ 055-272-6094

ふるさとフォトコンテスト  
～夕陽日本一のまち～

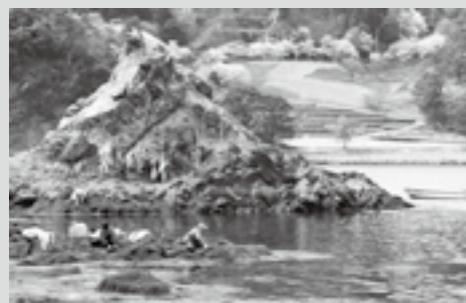
平成17年9月23日に「夕陽日本一宣言」をした西伊豆町では、毎年「夕陽のまち西伊豆町ふるさとフォトコンテスト」を開催しています。今年で第11回を数えるこのコンテストは、「夕陽部門」「ふるさと部門」の2部門で西伊豆町内のさまざまな景色を切り取った写真を募集しています。

夕陽部門は、田子島の女島と男島の間に夕陽が沈む大田子海岸や、堂ヶ島の沖合に浮かぶ島々の間に沈む夕陽など町内各所の夕陽、夕景。

ふるさと部門は、桜咲く街並みや海水浴場、花火大会、秋祭りなど風景だけでなく、行事や日常の出来事などさまざまな景色を募集しています。

入賞者には賞金や記念品などを贈呈しているほか、入賞作品は、町民カレンダーや観光PRポスターなどに使用しています。また、黄金崎クリスタルパークなどで展示し、皆さんにご覧いただいています。

「西伊豆町を切り取った」作品を、ぜひご応募下さい。



昨年度ふるさと部門グランプリ  
「春漁にいそしむ」

姉妹町

に  
し  
い  
ず  
便  
り

姉妹町の静岡県西伊豆町を紹介します

西伊豆町は、伊豆半島の  
ココ!

問  
西伊豆町観光商工課  
☎ 055-852-1114

