



いちかわ みさと

No.251
2026 (令和8年)

8
August
葉月

軒先ゆらす
夏神輿



祇園祭の子ども神輿

Topics

AI デマンド交通 2ページ

町総合防災訓練 3ページ



カラー版の表紙を見る
(町ホームページ)



データ版町回覧を見る
(町ホームページ)

まちのすがた ※令和8年7月1日現在 ()内は対前月比
■人口 14,087人 (-14) 男性 6,868人 (-15) 女性 7,219人 (+1) ■世帯 6,588戸 (-1)

町防災交通課消防防災係 ☎ 055-272-1175

そのとき、あなたは動けますか？

8月30日 日 8時20分から

尊い命と財産が一瞬にして奪われる大規模災害。令和6年1月には能登半島地震により北陸地方に甚大な被害があったほか、最近では山梨県内で最大震度6弱の地震が発生するなど、全国各地で大きな被害が生じています。

町では、こうした自然災害に備え、8月30日に町総合防災訓練を実施します。町民の皆さまのご参加をお願いします。

自助・共助の重要性

災害対応には「自らの命は自らが守る」こと（自助）と「自分たちの地域は自分たちで守る」こと（共助）がとても大事です。

自身での備えを増やすことが、自分の命や大切な人の命を守ることにつながります。平常時から家族・地域で考え、みんなで備えましょう！

防災訓練では、各家庭でこの4つを実践して下さい。

- ✓ 家具の固定
被害を最小限にするため、家具の固定をして下さい。
- ✓ 非常用持出袋の用意
重くならないように、中身は必要最小限に留めて下さい。
- ✓ 非常食や飲用水の備蓄（水は1人1日3リットル）
1週間分、家や倉庫などに分散して備蓄しましょう。
- ✓ 家族会議
家族の安否確認、連絡方法を確認しましょう。

避難行動要支援者のみなさまへ

個別避難計画を作成しましょう！

個別避難計画とは、災害時に自ら避難することが困難な高齢者や障がい者などの「避難行動要支援者」を対象に、対象者ご本人の身体状況や避難先、避難支援者などの情報をまとめた計画です。

日頃の防災対策に活用するとともに、避難支援者や地域の関係団体へ事前に共有しておくことで、災害時に一人一人の状況に応じた適切な避難支援が行える体制を整えます。

【対象となる方】

- 身体障害者手帳1～3級 ■療育手帳 A 判定
- 精神障害者手帳1・2級 ■要介護3～5
- 65歳以上で一人暮らしの虚弱高齢者
- その他援護を必要とする方

※個人情報の取り扱いについての同意・緊急連絡先・地域支援者への依頼（同意が必須）が必要です。

※必ずしも優先的な支援を約束するものではありません。



◀詳しくは峡南保健福祉事務所ホームページをご覧ください。

【個別避難計画についての問い合わせ】
町福祉課社会福祉係 ☎ 055-242-7057

最優先はあなた自身の安全確保

シェイクアウト訓練

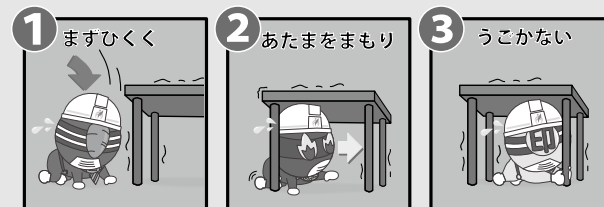
8月30日 日 午前8時20分より約1分間

地震はいつ、どこで起きるかわかりません。緊急地震速報や、地震発生時には、自分の身の安全確保を最優先してください。

【実施区域】市川三郷町全域

【実施内容】午前8時20分に町の防災行政無線放送によりお知らせします。下の図を参考に、すみやかに地震から身を守る安全行動をとってください。（約1分間 その時にいる場所で）

シェイクアウト訓練での3つの安全運動



より詳細な訓練方法等はこちら



新たな交通サービス AIデマンド交通

町防災交通課交通対策係
☎ 055(272)1175

町民の皆さんが駅や商業施設、医療機関へ移動しやすく、より暮らしやすいまちを目指すため、10月1日からコミュニティバス三珠線に代わり、新たな交通サービス『デマンド交通』の実証運行を開始します。

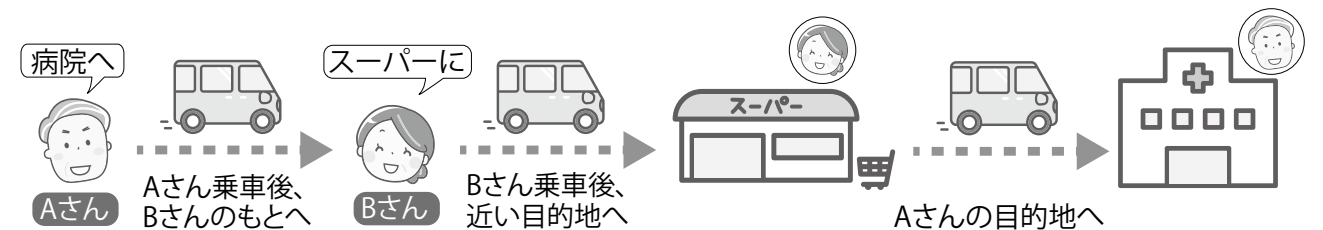
『デマンド交通』とは、利用者の予約に合わせて運行する乗合型の交通サービスで、予約は専用アプリまたは電話で行います。時刻表がなく、予約状況に応じてAI（人工知能）が運行ルートを随時更新しながら走ります。

地域の公共交通は、多くの方に利用していただくことで持続することができます。リニューアルする公共交通を利用して、お出掛けしませんか。

実証運行スタート 利用可能時間帯
10月1日 (平日) 午前8時30分～午後4時30分

- 『AIデマンド交通』とは？
- 決まった運行路線がない
 - 時刻表がなく、乗りたいタイミングで乗れる
 - 運行エリア内なら、どこでも乗降可能
 - 事前予約制
 - 乗り合わせ

同時時間帯に、同方向へ向かう利用者がいる場合は「乗合」となります



各地区で利用説明会を開催します

利用するには、事前の利用者登録が必要です。AIデマンド交通の利用方法などについて、各地区で説明会を行いますので、ぜひお越しください。（お住まいの地区以外の会場でも参加可）

日時	会場
9月7日(月) 午前10時～	上ノ原集会所
9月7日(月) 午後1時30分～	北区集会所
9月8日(火) 午前10時～	南区コミュニティセンター
9月8日(火) 午後1時30分～	道林ふれあいプラザ
9月10日(木) 午前10時30分～	下九一色いきいきサロン*
9月14日(月) 午前10時～	下河原集会所
9月14日(月) 午後1時30分～	上野本村コミュニティセンター
9月15日(火) 午後1時30分～	矢作ふれあいプラザ

日時	会場
9月16日(水) 午前10時～	町屋集会所
9月16日(水) 午後1時30分～	川浦集会所
9月16日(水) 午後7時～	富士見公民館
9月17日(木) 午前10時～	富士見公民館
9月17日(木) 午後1時30分～	大塚桃林橋集会所
9月17日(木) 午後7時～	市川三郷町民健康管理センター
9月18日(金) 午前10時～	上野桃林橋コミュニティセンター
9月18日(金) 午後7時～	市川三郷町 ふるさと交流センター

※下九一色地域はサロンで説明会を実施します。
参加されていない方で説明をご希望の場合は、防災交通課までご連絡ください。



地域密着型 買取専門店／

おたからや 市川三郷店

金色・銀色していたら
それって価値のある物かも！
一度お持ち込みください



貴金属・ジュエリー

金・銀・プラチナ
金貨 インゴット
ダイヤモンド
ルビー・サファイア
エメラルドなど

ブランドバッグ ブランド時計

ヴィトン エルメス
シャネル セリーヌ
ロレックス オメガ
パテックフィリップ
オーデマピゲなど

骨董品

掛け軸 カメラ
香木 ブランド食器
ライター ジャンク時計
古銭 テレカなど

ご挨拶

身の回りにあるもので、使わなくなった金・貴金属やデザイン
の古くなったブランド品など、処分されようとしてい
た物が、本当は価値のある物だったりします。眠ってい
るお宝がありませんか？『これ売れるかな？』と思っ
たら是非おたからや市川三郷店にお問い合わせ下さい！



店長
井戸 順子



おたからや市川三郷店

所在地 / 山梨県西八代郡

市川三郷町市川大門1384-1

定休日 / 不定休

営業時間

10:00~18:00

月 火 水 木 金 土 日

● ● ● ● ● ● ●

電話番号 / 0552-25-3032

山梨県公安委員会
471042022046号



ひとり親家庭医療費受給 対象者は申請を！

受給者証の有効期限は8月31日です。
次の条件に当てはまる方は申請をしてくだ
さい。なお、現在ひとり親家庭医療費を受給している方には、7月下旬に申請書を送付しました。

■対象者

ひとり親家庭の父または母、および児童

■必要書類

- ①認定申請書
- ②「ひとり親家庭医療費を受けるにあたって」
- ③申請する父母・子全員の健康保険の資格
内容がわかるもの

■所得制限

申請者の前年分の所得税が非課税で、か
つ扶養義務者の前年（令和7年1月から令和7
年12月）の所得が下の表の所得制限内の方

扶養義務者の所得制限

扶養親族 の数	0人	1人	2人	3人	4人
所得制限	236万円	274万円	312万円	350万円	388万円

※平成22年度の税制改正で廃止された年少
扶養控除などを含めて再計算した時、非課
税になる場合も含まれます。

児童扶養手当を受給している方、現況届の提出を！

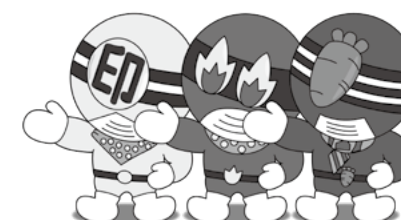
児童扶養手当は、父母の離婚等により
18歳まで（障害を有する場合は20歳未満）
の児童を監護する父または母、もしくは父
母に代わってその児童を養育している方に
支給されます。

現況届は、前年の所得や家族状況など
を確認し、継続して手当を受給するための
大切な届出です。現況届の提出がない場合
は、その年度の11月分以降の手当を受け
られなくなります。

また、提出をしないまま2年を経過する

と、時効により受給資格がなくなります。

児童扶養手当受給資格のある方には7月
下旬に現況届を送付しましたので、必ず8月
中に提出してください。



ひとり親家庭医療費受給者証更新 児童扶養手当現況届 提出期間・提出先

■提出期間

8月3日(月)～31日(月) 午前9時～午後5時
(土日祝日を除く)
8月15日のみ土曜日にも受付を行います。

■提出先

町役場子育て支援課
※8月13日(木)～14日(金)は
町役場1階大会議室



母子・父子・寡婦家庭の皆さん

ご相談下さい！

お子さんの

入進学に必要な資金計画

大学や高等学校に入進学する際には、入学
金・授業料のほか、施設設備費や制服代など
の経費が必要です。

県では、母子・父子・寡婦家庭のお子さんの
入進学に必要な資金計画についてのご相談に
応じます。まずはお早めにご連絡ください。

母子・父子・寡婦福祉資金 貸付限度額の例
(公立高校・自宅通学の場合)

- 修学資金 月額2万7千円
- 就学支度資金 15万円

※貸付には審査があります
※資金の申請から貸付までに2か月程度要します

〒 峡南保健福祉事務所 福祉課 ☎ 0556-22-8148





開館時間〔平 日〕午前9時30分～午後7時
〔土日祝〕午前9時30分～午後5時
■学習室：（平 日）午前9時30分～午後6時45分
（土日祝）午前9時30分～午後4時45分
■休館日：毎週月曜（祝日は開館）・祝日の翌日・年末年始・月末平日
【予約本の貸出・出張貸出（はことしよ）】
▶三珠児童館 火・木 午前10時～午後1時
▶六郷出張所 水・金 正午～午後3時

図書館 休館のお知らせ

8月7日金 ※神明の花火大会のため
休館します。
ご不便をおかけしますが、ご理解のほど
よろしくお願いいたします。

ビブリアバトル in いちかわみさと

“推し本”への愛を語ってみませんか？

【日時】8月11日（山の日）午後1時30分～
【場所】町生涯学習センター 2階 研修室1
※観覧参加者（投票者）定員20名（申込受付中）
詳細は、図書館へお問い合わせください。

リサイクルブックのお知らせ

保存切れの図書・雑誌を差し上げます。
本を持ち帰る袋をご持参ください。

8月14日金～8月27日木
町生涯学習センター 1階ロビー

なくなり次第
終了

ぬいぐるみ おとまり会

ぬいぐるみを図書館におとまりさ
せてみませんか？引き渡し時にスタッ
フがこっそり撮影したおとまり会の様
子を、アルバムにしてプレゼント♪

【対 象】幼児～小学生
【申 込】先着5名
8月18日（土） 受付開始
【持ち物】お気に入りのぬいぐるみ

おはなし会
9月17日（土）
午後4時30分～5時
ぬいぐるみと一緒に
おはなし会に参加しよう
ぬいぐるみ引き渡し
9月19日（土）～

りんどうちゃんのおはなしのへや

8月27日（土） 午前11時～11時20分 図書館
【申込開始】8月13日（土）午前9時30分から

三珠地区 乳幼児おはなし会

今月はお休みさせていただきます。

六郷地区 おはなし会（小学生対象）

8月6日（土） 午後1時30分～2時30分
文京交流センター 1階

今月のおはなし会

図書館の本を使って調べよう！

調べ学習の参考になる資料や工作の展示を行っています。

【場所】町生涯学習センター 会議室1

8月20日（土）まで

新 着 図 書

新着図書を紹介します。
ぜひ図書館にお越しいただき、読んでみてください。

■一般向け

『夏帆』

（村上春樹 / 新潮社）

絵本作家の夏帆が経験する不可思議な出来事。現実と異界を行き来し、彼女が最後に目にする情景とは。巨匠が初めて女性視点のみで描く母と娘、自己と他者を巡る冒険譚。



■一般向け

『山小屋からの手紙』

（山と溪谷編集部 / 山と溪谷社）

山に生き、小屋を守る「小屋番」。日本各地の山小屋の主人のエッセイを収録。自然と登山者、双方を愛する「守り人」57人の、滋味あふれる文章をご堪能下さい。



■こども向け

『じしゃくのて！』

（白数哲久 / 岩崎書店）

じしゃくが好きなものなーんだ。輪ゴム？人の手？ボールペン？じしゃくどうしはどうか？分かりやすい写真と文で小さい子どもでも楽しく読める、はじめてのじっけん絵本。



市川三郷町 男女共同参画推進計画についての

アンケートにご協力をお願いします

令和9年度から始まる「第5次男女共同参画プラン」の策定にあたり、アンケート調査を実施します。さまざまな年代の方からのご回答をお待ちしております。

回答はこちらから
選択式で簡単回答！



回答期間	～8月31日（月）
対象者	町内在住者
所要時間	約3分



※町役場政策推進課窓口にも紙のアンケートもあります。

町政策推進課政策推進係 ☎ 055-272-1103

性別で育児休業・
介護休業の取りづ
らさを感じる？

自治会や地域活
動の役員に女性
はどのくらい？

輝く笑顔
いちかわみさと

シリーズ男女共同参画
川柳（標語）コンテスト
Vol.196

作品募集

町男女共同参画推進委員会では「輝く笑顔倍増プロジェクト」として、男女共同参画を題材にした川柳（標語）を募集します。
男女の性別にこだわらず、自分らしく生きるためのヒントやアイデア、また日頃違和感を持っている事などを題材に川柳を作ってください。
川柳は俳句と違い、心に思いつくままの言葉を5・7・5の17

音に並べるだけで、季語などの制約がありません。ぜひお気軽にご応募ください。

【応募作品】未発表の作品に限ります。また、作品は委員会に帰属します。

【応募方法】はがき、または原稿用紙などに、作品・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を明記して郵送、FAX

昨年の大会大賞

思い込み 無くす取り組み 男女の差

青洲高校 安藤花帆

昨年の男女共同参画推進委員会長賞

ちがいこそ 未来をつなぐ かけはしだ

大塚小学校 北村月聖

X、Eメールのいずれかの方法によりご応募ください。

※作品及びこれらの個人情報に関しては、推進活動をする上で使用させていただきます。

【応募資格】町内に居住もしくは通学、通勤する小学生以上。

【締切日】8月31日（月）必着

【審査】町男女共同参画推進委員会、主催者が委託した審査員

【発表】11月頃、広報などで発表。表彰式は、12月上旬を予定しています。

【その他】入賞者には記念品を贈呈します。町ホームページでも詳細をご覧いただけます。

【主催】市川三郷町、市川三郷町男女共同参画推進委員会

【後援】市川三郷町教育委員会

【問い合わせ・提出先】

〒409-1360

西八代郡市川三郷町市川大門

1790-3

町政策推進課政策推進係

☎ 055（272）1103

FAX 055（272）2525

Eメール

seisaku@town.ichikawamisato.lg.jp

町会計年度任用職員募集

町では、会計年度任用職員を募集します。

【募集職種】事務補助1名

【応募資格】普通自動車免許所有（AT限定除く）。年齢・性別不問。

【勤務体系】週5日以内。基本午前8時30分～午後5時

※土日祝日勤務あり。

【採用方法】書類審査、面接

【任用期間】令和8年9月15日～令和9年3月31日

※契約更新の可能性あり。

【受付期間】8月20日(木)まで

【申し込み方法】町指定の申込書に運転免許証の写しを添えて、町生涯学習課生涯学習係までお申し込みください。郵送可、締切日消印有効。

【問い合わせ】町生涯学習課生涯学習係 055(272)6094

県シルバー人材センター連合会
技能講習

令和8年度にシルバー人材センターに入会して就業を希望される原則60歳以上の方を対象に、無料の技能講習を開催します。

■刈払機安全講習

【内容】刈払機の安全な取り扱いや関係法令について座学と実技で学びます。

【日程】11月17日(火)

百八灯火祭り

8月16日(日)

午後7時～ かがり火点火
高萩地区 光源院付近
(市川三郷町高萩60)



光源院 ☎ 090-1853-5382



入札参加資格定期審査(令和9・10年度分)を実施します

町の入札参加資格審査は、県市町村総合事務組合において共同処理しています。資格取得を希望される場合は、受付期間内に必ず申請して下さい。申請を行わなかった場合、次回の中間審査まで資格取得できません。

また、同定期審査にかかる事業者説明会を開催します。詳しくは、組合ホームページ(<https://www.ysc-yamanashi.or.jp>)をご確認ください。

【実施内容公開】9月1日(火) ※組合ホームページに掲載

【申請期間】9月28日(月)～10月22日(木)

【対象職種】『建設工事』『測量・建設コンサルタント等業務』『物品製造・役務提供等』

県市町村総合事務組合 ☎ 055-268-3446



女性行政書士による女性のための無料相談会

山梨県行政書士会では、女性行政書士による女性のための無料相談会を行います。女性が抱えるさまざまな悩みをご相談ください。

【日程】9月11日(金)午前10時～午後4時(受付終了午後3時30分)

【場所】リッチダイヤモンド総合市民会館3階会議室4

※相談時間は30分程度

【相談内容】①遺言相続、成年後見、契約書作成、農地利用 ②法人設立、各種許可申請、在留許可等

※②は9月4日(金)午後4時30分までにご予約ください。

【問い合わせ】山梨県行政書士会 055(237)2601

お杜協便 156号

町市川三郷町社会福祉協議会
☎ 055(272)4179

ボランティア活動を始めてみませんか

ボランティアは、人と人が出会い、活動を通して、自分や相手の幸せ、やりがい、喜びにつながる活動です。社協では、「ボランティアセンター」を設置し皆さんのボランティア活動への最初の一步を応援します。

現在募集中のボランティア

- ・高齢者世帯のちょっとした困り事(電球交換、ゴミ出し、草取り、買い物代行等)のサポート
- ・在宅、施設等で生活する高齢者の話し相手
- ・高齢者の通院、付き添い等の移動支援
- ・住民による地域活動のサポート(受付・会場設営等)
- ・災害ボランティアセンターの運営補助



興味のある方は
お気軽にご相談ください



高齢者宅のゴミ出しのサポート

市川アカデミー

気軽に行講座

参加無料

文学・歴史・音楽などさまざまな分野を身近に学べることで人気の市川アカデミー気軽に行講座。多彩な講師陣に出会える話題の講座にぜひご参加ください。



親子で!ベリーダンス教室

基本的な動きから音楽に合わせて踊れるようになるまで!各年代ごと難易度を変えて、誰でも楽しめる内容となっています。少し珍しいダンスレッスンで楽しく体を動かしてみませんか?

講師 高橋 亜也(Aya Belly)さん

【時間】午前10時～11時30分

【対象】年少(3歳児)～高校3年生

※小学6年生までは必ず保護者同伴、中学生以上は1人での申し込み可

【定員】40名(20組)



8月22日(土)

町生涯学習センター 多目的ホール

フルート四重奏コンサート

透明感がある繊細なフルートの音色。アマチュアオーケストラで活躍する4名の演奏で、フルートの奥深さを味わってみませんか?どなた様もお気軽にご参加ください。

出演者 酒井 楠美子さん、滝沢 都さん、
半田 沙季絵さん、若林 茉那さん

【時間】午後3時 開演(午後2時30分 開場)

【申込期間】8月3日(日)～8月17日(日)(平日午前9時～午後5時)

【申し込み】どちらも町生涯学習課にお電話ください。

町生涯学習課生涯学習係 ☎ 055-272-6094

指定給水装置工事事業者の皆さまへ

5年ごとの更新手続きが必要です

水道法の一部改正(令和元年10月1日施行)に伴い、指定給水装置工事事業者の有効期間がこれまでの『無制限』から『5年間』となりました。

初回の更新時期は、旧制度で指定を受けた日によって異なります。右表をご確認のうえ更新手続きをお願いします。

期限内に更新申請がされない場合は、無効となります。

詳しくは町ホームページを
ご覧下さい▶



指定を受けた日	初回の有効期限
令和元年10月以降	指定日から5年を経過する日の前日

町生活環境課上水道係 ☎ 055-272-6092

国民年金保険料の納付は、早割・前納が便利でお得です!

さらに

口座振替の早割がお得

国民年金保険料を納付期限の当月末に口座振替する方法のことを「早割」といいます。

▲通常の口座振替(翌月末振替)

7月分を8月末に振替 → 17,920円

△早割(当月末振替)

7月分を7月末に振替 → 17,860円

※初回の口座振替は前月分と当月分の2カ月分

口座振替やクレジットカードでの前納がお得

6カ月分を納付する場合、口座振替での前納がお得です。

▲現金で毎月納付 107,520円

△クレジットカードで前納 106,650円

△口座振替で前納 106,300円

6カ月前納(10月～3月分を10月末に振替)は8月末が申請期限です。申出書は町町民課窓口、年金事務所窓口、日本年金機構ホームページにあります。

町ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570-003-004 町電王年金事務所 ☎ 055-278-1100 町町民課 ☎ 055-272-1105



おめでとうございます

高田婦人会 全国女性団体連絡協議会長 特別表彰を受賞



高田婦人会のみなさん

市川三郷町高田婦人会（依田眞佐子会長）が、全国女性団体研究大会にて全国女性団体連絡協議会長特別表彰を受賞しました。

高田婦人会は創立 80 年と歴史が長く、日頃から災害対応のための活動や地域奉仕活動、高齢者支援など、人の輪を大切にしながら活動を行っています。

村松宏記さん 県民表彰を受賞 (令和 8 年度 山梨県男女共同参画推進事業者等表彰)

男女共同参画推進委員会の委員を第 3 期から第 10 期まで務めた村松宏記さんが、長年にわたる男女共同参画活動を評価され、山梨県庁にて県民表彰を受賞しました。



表彰を受ける村松さん(写真左)

村松さんは、男女共同参画推進委員および副会長として、豊富な知識と経験を活かし、男女共同参画プランの策定や住民意識調査アンケートの実施など地域の男女共同参画実現に向けた活動に尽力されました。

善意ありがとうございます

■小森敏枝様（大阪府）より、子ども達に見て楽しんでもらいたいと、「野菜アートやさいちゃん」（14 冊）を町内の小中学校・保育所に寄贈していただきました。

■山梨むかしがたりの会（代表 藤巻愛子）様より、子ども達に甲州弁の民話を楽しんでもらいたいと、「甲州弁で語りつく 日本の民話五十選」（10 冊）を町内の小中学校に寄贈していただきました。



賑わうイベントブース



神明の花火アンバサダーに就任した
仲田道弘さん(写真左)と河西歩果さん(写真右)



レシピを学ぶ参加者と都志見シェフ(写真右)

更生保護を支えるボランティア
7 月の「社会を明るくする運動」強化月間にあわせて市川三郷町保護司会と西八代地区更生保護女性会が役場を訪れ、取り組みの推進、協力を訴えました。保護司は犯罪や非行の立ち直り援助、生活環境の調整といった奉仕活動を通じて、地域と更生保護の架け橋を担っています。

市川三郷町の「好き」に出会う
ワカモノ目線地域活性化に取り組み、むくまち市川三郷は、なおいハウスで活動 5 周年の節目イベント「ぼくふえす」を開催しました。ぼくまち市川三郷は市川三郷町がだいすきなメンバーで構成され、町の魅力を発信しながら交流の場づくりに取り組んでいます。

ゆかりの会「りんどう」総会
市川三郷町ゆかりの会「りんどう」の総会が調布クレストンホテルで行われ、県内外から約 40 名が参加しました。懇親会では市川中 2 年生の折居姫月さんの歌が披露されるなど、市川三郷町にゆかりのある方々が交流を深め、ふるさと談義に花を咲かせました。

神明の花火を盛り上げよう！
花火大会を中心に町を PR する神明の花火アンバサダーに、前ふるさと夏まつり実行委員会会長の仲田道弘さんとフリーアナウンサーの河西歩果さんが就任しました。2 人は、首都圏や海外など幅広い人々に愛される花火大会にしていきたいと、意気込みを語りました。

笑顔はじける人形劇
市川南幼稚園では、人形劇団ピコットによる人形劇が上演され、園児たちのたくさんの笑顔がみられました。演目は『ジャックとまめの木』。子どもたちはしゃべりだす人形にわくわくと目を輝かせ、ハラハラドキドキの冒険談に引き込まれていました。

『十八番餅』新たな銘菓を目指して
フレンチシェフ都志見セイジさん監修のもと、市川家の歌舞伎十八番にちなんで開発された菓子『十八番餅』のレシピ講習会が開かれました。飲食店など 11 事業者が参加し、作り方のポイントなどを熱心に書き留めていました。今後新たな町の名物として期待されています。



保護司・更生保護女性会の皆さん



参加したゆかりの会「りんどう」メンバー



人形劇に見入る子どもたち

熱中症に気をつけましょう

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで体温を調節する機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態です。屋外だけでなく室内でも発症することがあるため注意が必要です。

熱中症対策は万全に！服装やアイテムで涼しく過ごす

室内では

- ☒ 扇風機、エアコン
- ☒ 遮光カーテン、すだれ、打ち水
- ☒ 室温をこまめに確認する

屋外では

- ☒ 日傘、帽子
- ☒ 天気の良い日は日陰を利用し、こまめに休憩する

その他の対策

- ☒ 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服
- ☒ 保冷剤、氷、冷たいタオル
- ☒ こまめな水分・塩分補給

熱中症が疑われる症状

- めまい、立ちくらみ
- 顔のほてり ●手足のしびれ
- こむら返り ●大量の汗
- 頭痛 ●吐き気 ●倦怠感

「熱中症警戒アラート」発表時には、なるべく外出を控えましょう。また、特に子どもや高齢者、障がいをお持ちの方は熱中症のリスクが高く注意が必要です。周囲を気にかけ声をかけあいましょう。



お部屋で元気に！

町地域包括支援センター（介護課包括支援係）
☎ 055-272-1106

「フレイル」を防いで残暑に負けない身体づくり

今日から実践！ フレイル予防にも

厳しい残暑の時期、部屋に閉じこもりがちで「動かない」状態が続くと、心身の元気が衰える「フレイル（虚弱）」になりやすくなります。実は、このフレイルを防ぐ身体づくりこそが、熱中症を防ぐ最高の対策になります。

●お部屋でできる元気のコツ●

- ☒ 足腰を鍛えて水分を蓄える



筋肉は「体の水分タンク」です。涼しい部屋で足踏みなどをして筋肉を保つと、脱水症になりにくくなります。

- ☒ 3食食べて水・塩分を補う



ごはんをしっかり食べること、食べ物に含まれる水分や塩分を自然に補給できます。

- ☒ 涼しい部屋でもこまめに動く



室内で安全に動くことで体力を維持し、夏の疲れや残暑に負けない強い体をつくります。

宮澤 一郎	望月 敏江	上田 光輝	中込 五介	松井 一治	井上 アヤコ	北畑 千枝子	宮崎 一郎	森川 美智子	深澤 好一	渡邊 かず江	北村 幸雄	渡邊 喜美子	相田 英美子	丹沢 尊	山村 正
行雄	千恵子	勝也	哲也	利浩	えい子	赤池 桂子	忠夫	規彦	亨	渡辺 岳男	えみ子	雄司	信次	とし江	卓
鴨狩 向	楠甫	落居	落居	岩間	大田	高川	市川	市川	市川	大塚	大塚	上野	上野	上野	上野

死亡氏名 届出人 地域

川崎 心乃亮	三澤 日彩	鈴木 碧智	西川 智
希季	将平	洋平	啓
大塚 同	大塚 同	上野 同	上野 同

誕生氏名 届出人 地域

※本人・ご家族の申し出があったもののみ掲載
※字体は新字を使用する場合があります



町いきいき健康課 ☎ 055-224-9010 町子育て支援課 ☎ 055-224-9011

こんにちは保健師です

外出時には必ず紫外線対策を！



紫外線は、丈夫な骨を作ったり免疫を維持したりするビタミンDを体内で生成するために必要不可欠です。一方で、紫外線の浴びすぎはシミ・しわの原因となるほか、皮膚がんや白内障などのリスクを高めてしまいます。紫外線によるダメージは年齢とともに蓄積するため、子どものころからの対策が大切です。

紫外線対策の基本！

- ①紫外線が強い午前10時～午後2時の外出は避ける！
- ②つばの広い帽子や日傘、衣類で紫外線をブロック！
⇒直射日光だけでなく、地面などからの照り返しにも注意が必要です。日差しを遮り皮膚や目を守りましょう。衣類は通気性・吸水性の良いものがおすすめです。
- ③日焼け止めは皮膚にまんべんなく塗り、2～3時間おきに塗りなおしましょう！



日焼け止めを選ぶポイント

- ▶ SPF は日焼けなど肌表面のダメージを防ぐ強さ、PA はしわ・たるみなど肌の老化を予防する強さを示します。通勤通学やおでかけの際には、SPF や PA 値が高いもの（SPF50、PA++++ など）がおすすめです。
- ▶ 肌の弱い方や子どもなどアレルギーが心配な方は、紫外線吸収剤フリー・ノンケミカル処方と書かれた肌への刺激が弱いものを選ぶと良いです。

日頃から紫外線対策を取り入れ、強い日差しから身体を守りましょう。



（保健師・大久保沙都）

災害への備えはできていますか？



家庭や地域で備えておきたいもの

- 家具の置き方 ●備蓄食料 ●常備薬 ●非常用持ち出し袋
- 家族間の安否確認方法 ●避難場所、避難経路 など



家族構成（子ども・高齢者がいるなど）や持病・アレルギーの有無などによっても備えは異なります。ご自身・ご家庭で必要なものは日頃から備えましょう。

集団健診（六郷会場）
9月4日金～7日月
場所：六郷ふれあいセンター

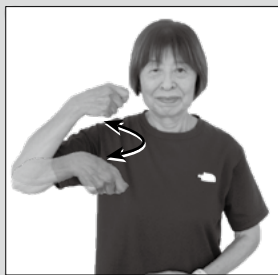
※健診をお申し込みいただいた方には、8月中旬頃に健診パックを送付予定です。
※受付日時・持ち物などについては、同封の案内をご確認ください。



連載 vol.105

基本的な手話を覚えよう

手話でショワッチ! 今回は「夏」を紹介します



右手の親指を人差し指にのせて軽く握り、ぱたぱたと扇ぐ仕草をする。



動画で見る



YouTube(ユーチューブ)



より分かりやすくお伝えするため手話動画を作成しました。QRコードよりご視聴ください。

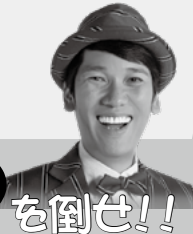
町福祉課障害福祉係 ☎ 055-242-7057

市川三郷町恋活イベント

婚活マスター

いい感じっ

を倒せ!!



9/12(土)
13:00~

笑いと出会いのミニゲーム&謎解き大作戦
~みんなで盛り上がるグループ対抗戦~

対象: 男女各50名程度 (20代後半~40代前半)

参加費: 男性6,500円 女性1,000円
(町内在住の方 男性1,500円 女性500円)

会場: イオンモール甲府昭和店3F イオンホール

服装: カジュアルな服装

締切: 男性 9月6日(日) (抽選) 女性 先着順

申込方法

右 QR コードまたはメールで次の項目をご記入のうえお申込みください。

- E-mail: wincere2013@gmail.com
- 件名: 「謎解き婚活」
- 本文: ①お名前 ②生年月日 ③お住まいの市町村 ④携帯電話番号 ⑤メールアドレス ⑥勤務地の市町村

詳細・申し込みはこちら



町政策推進課政策推進係 ☎ 055-272-1103

町生涯学習課生涯スポーツ係
☎ 055(272)6094

登録制度や申請書等は QR コードからご確認ください



町生涯学習課あてに登録申請書及び誓約書を提出してください。

受講申込方法

山梨県指導者研修システム
募集期間 ▼ 随時
実施期間 ▼ 随時
受験方法 ▼ オンデマンド+参集型
定員 ▼ なし
受講料 ▼ 無料

または

NTTA CLUB 指導者養成講座
募集期間 ▼ 8月1日~8月31日
実施期間 ▼ 10月1日~12月31日の間に全講座を受講
受験方法 ▼ オンデマンド
定員 ▼ 30名
受講料 ▼ 無料 (町負担)

町では、学校部活動の地域展開に向けて、『市川三郷町認定地域クラブ活動指導者』を募集します。
ただし、町教育委員会が定める研修(2種類のうち1つ選択)を受講し、修了することが条件となります。

クラブ活動指導者を募集します

海で遊ぼう! 海水浴場オープン

西伊豆町で9つの海水浴場がオープンしました!

開設中は、ライフセーバーの見守りもあるため、お子様連れの皆さまも安心して楽しめます。西伊豆町の海は、海況が良い日は素晴らしい透明度を誇ります。カラフルな熱帯魚が観察できるポイントもありますよ。今年の夏休みは海を満喫してみませんか?



開設期間	ゴロタ浜 (岩場)	砂浜
7月18日(土)~8月23日(日)	浮嶋海水浴場 田子瀬浜海水浴場	乗浜海水浴場 クリスタルビーチ
8月1日(土)から~8月23日(日)	大田子海水浴場 安良里海水浴場 黄金崎海水浴場	大浜海水浴場 宇久須海水浴場

※田子瀬浜の駐車場は 9/27 まで事前予約制。(2,500 円 / 日)
※事故のないようにルールとマナーを守って楽しみください。



町西伊豆町役場

産業振興課観光商工係

☎ 0558-52-1114

市川三郷町役場
〒409-3601 山梨県西八代郡市川三郷町市川大門 1790-3
☎ 055-272-1101(代表) FAX 055-272-2525

六郷出張所
〒409-3244 山梨県西八代郡市川三郷町岩間 495
☎ 0556-32-2111 FAX 0556-32-2887

メール ims1790@town.ichikawamisato.yamanashi.jp



町ホームページ



LINE



X



Facebook



Instagram

QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

発行/市川三郷町
編集/総務課広報係
発行日/令和8年8月1日