

# 広報 にしかつら



元気はつらつ運動教室

広報 にしかつら 11 2023 No.562

Public Relations Magazine Nishikatsura  
編集・発行 山梨県西桂町役場総務課広報担当

山梨県南都留郡西桂町小沼1501-1 TEL.0555-25-2121 FAX.20-2015  
URL <https://www.town.nishikatsura.yamanashi.jp/>

フォトニュース

## -PHOTO NEWS-

子育て支援センター



乳幼児親子  
防犯・防災教室



ママビクス



ママのための  
フィットネス教室

### CONTENTS

- 西桂中学校蛍水祭
- 西桂小学校秋季大運動会/西桂保育所運動会
- 令和4年度決算に基づく健全化判断比率の公表
- 生活応援券の使用期限について/令和6年度保育所等への継続入所申込み受付のお知らせ
- 環境影響評価方法書の縦覧および説明会の開催について/普通救命講習会を実施しました

- ペットのフン害について/一時多量ごみについて/農作業安全推進運動
- ウォーキング(歩き方)教室/日本脳炎の予防接種について/8mmフィルムは眠っていませんか?!
- 男女共同参画推進委員会通信/西桂町まちづくり交流センターきずな未来館からのお知らせ/新100歳慶祝訪問

- 献血へのご協力をお願い/特定健診(個別健診)のご案内
- インフルエンザ予防接種の助成について
- 「胃がん」について知っていますか?
- インフォメーション
- ねんきんネット
- 救急電話相談窓口
- 行事予定・慶弔



Nishikatsura  
西桂町シンボルマーク

令和5年10月1日現在  
人口と世帯

男	1,941人 (+ 6)
女	2,070人 (+ 2)
合計	4,011人 (+ 8)
世帯	1,571世帯 (+ 6)

※住民基本台帳(外国人含む)に基づく人口と世帯数を掲載

問合せ

西桂町役場  
☎ 25-2121  
教育委員会(きずな未来館)  
☎ 25-2941  
いきいき健康福祉センター  
☎ 25-4000

ホームページ

過去の広報誌を町のホームページで見ることができます。  
<https://www.town.nishikatsura.yamanashi.jp/>



広報に関するご意見・ご感想

TEL.0555-25-2121 FAX.0555-20-2015  
kouhou@town.nishikatsura.lg.jp

この広報誌は環境に配慮した植物油インキを使用しています。





西桂小学校  
秋季大運動会



西桂保育所  
運動会



西桂中学校  
蛍水祭





## ご注意ください!

西桂町民生活応援券の使用期限は、  
11月30日(木)までです!



## 西桂町民生活応援券の使用期限について

西桂町民生活応援券の使用期限は、11月30日(木)までです。  
期限が過ぎた西桂町民生活応援券は一切使えなくなり、買忘れ・使い残しのないようご注意ください。

【問合せ】 総務課 総務係 ☎2512121

## 令和6年度保育所等への継続入所申込み受付のお知らせ

保育所の役割は、保護者が働いている場合や、疾病等の理由により、家庭において十分な保育ができない場合に、保護者に代わって児童を保育することです。来年度、同じ保育所等への入所を希望する方は、下記日程より書類の配布・受付を行います。  
※町外施設へ通っている方は、事前に書類を郵送させていただきます。

### 【書類配布・受付期間】

11月1日(水)～11月30日(木)

午前9時～午後5時まで

※期間厳守・月々金のみ(祝祭日除く)

### 【配布・提出先】

西桂保育所 職員室

### 【その他・注意事項】

町外の保育所等を希望される方は施設の所在する市町村の締め切りに準じますので、早めにご確認ください。

### 【問合せ】

西桂保育所 ☎2513255



## 令和4年度 決算に基づく健全化判断比率及び資金不足比率の公表

地方公共団体の財政の健全化に関する法律に基づき、西桂町の健全化判断比率及び資金不足比率を公表します。  
この法律は地方自治体の財政状況を四つの指標(①実質赤字比率、②連結実質赤字比率、③実質公債費比率、④将来負担比率)で数値化し、その指標によって破たんの可能性が高い「早期健全化団体」や、破たん状態にある「財政再生団体」を認定し、再建に向けた計画策定と実施を義務付ける法律です。  
西桂町では、いずれの指標においても早期健全化基準を下回っているため、健全な財政状況であると判断されず。



### 1. 健全化判断比率

指標名	決算に基づく数値	早期健全化基準	財政再生基準
①実質赤字比率	-	15.00%	20.00%
②連結実質赤字比率	-	20.00%	30.00%
③実質公債費比率	6.9%	25.0%	35.0%
④将来負担比率	-	350.0%	

#### ①実質赤字比率

一般会計における標準財政規模(注)に対する実質収支の赤字割合で、令和4年度決算では約7,208万円の黒字決算となっているため数値としては算定されません。15.00%が早期健全化の警戒ラインなので健全です。

※標準財政規模:地方自治体の標準的な状態で通常収入が見込まれる一般財源の規模

#### ②連結実質赤字比率

一般会計と国民健康保険などの全ての特別会計における標準財政規模に対する実質収支の赤字割合で、令和4年度決算では約1億5,005万円の黒字決算となっているため数値としては算定されません。20.00%が早期健全化の警戒ラインなので健全です。

#### ③実質公債費比率

標準財政規模に対する地方債の償還に要した一般財源の割合(3年平均)で、令和4年度決算では6.9%となっています。25.0%が早期健全化の警戒ラインなので健全です。

#### ④将来負担比率

標準財政規模に対する将来負担額(債務合計から充当可能財源を控除して算出)の割合で、令和4年度決算では充当可能財源等が将来負担額を上回ったため数値としては算定されません。

### 2. 資金不足比率

特別会計名	決算に基づく数値
簡易水道特別会計	-
下水道特別会計	-

※マイナスは0%以下のため数値として算定されません。

#### 資金不足比率

事業の規模に対する公営企業ごとの資金不足額の割合で、西桂町の場合、簡易水道特別会計及び下水道特別会計が該当となりますが、それぞれ黒字決算となっているため、数値としては算定されません。

### 【保育所に入所できる条件】

- ① 就労
- ② 妊娠・出産
- ③ 保護者の疾病・障害
- ④ 同居・入院等している親族の介護・看護
- ⑤ 災害復旧
- ⑥ 求職活動・起業準備
- ⑦ 就学・職業訓練
- ⑧ DV・虐待の恐れがあること
- ⑨ その他町長が認める事由

- ① 保育所入所申込書
- ② 給付認定・変更申請書兼施設利用申込書
- ③ マイナンバー確認書類
- ④ 就労証明書類
- ⑤ 保育の必要性の申立書(妊娠・出産・介護、求職活動等)
- ⑥ 支給認定に係る保育必要量の認定申請書
- ⑦ 令和5年度課税証明書(令和5年1月1日時点町外に住んでいた方のみ)
- ⑧ 預金口座振替依頼書(新規申込みの方・口座変更の方)
- ⑨ 管外保育園等入園希望申立書(町外施設を希望される方のみ)

## 環境影響評価方法書の

## 縦覧および説明会の開催について

富士・東部広域環境事務組合(以下「組合」)では、「山梨県環境影響評価条例」に基づき、「富士・東部広域環境事務組合一般廃棄物処理施設整備事業環境影響評価方法書」を縦覧し、説明会を開催します。

- 一、事業者の名称:富士・東部広域環境事務組合  
代表者の氏名:管理者 堀内 茂  
主たる事務所の所在地:山梨県富士吉田市小明見3丁目11-32
- 二、対象事業の名称:富士・東部広域環境事務組合  
一般廃棄物処理施設整備事業  
対象事業の種類:廃棄物処理施設の設置(ごみ焼却施設)  
対象事業の規模:1時間当たりの処理能力の合計約9トン(約219トン/日)
- 三、対象事業実施区域:山梨県西桂町及び富士吉田市の一部
- 四、影響地域の範囲:山梨県西桂町及び富士吉田市
- 五、縦覧場所:組合事務所、山梨県県民情報センター、西桂町税務住民課  
縦覧期間:11月1日(水)～30日(木) (平日のみ)  
縦覧時間:土・日・祝日を除く午前9時～午後4時30分  
※ 縦覧期間中は、下記の組合ホームページでも方法書を閲覧できます。  
URL <https://www.ftkkk.jp/info/32>
- 六、意見書の提出:環境保全の見地からご意見がある方  
用紙に氏名、住所、対象となる方法書の名称、意見(理由含む)を日本語でご記入のうえ、12月14日(木)までに下記問合せ先へご郵送ください(当日消印有効)。意見書の様式は、組合ホームページからご確認ください。
- 七、住民説明会の開催を予定する日時・場所  
① 11月17日(金) 午後7時～ 西桂町さずな未来館  
② 11月20日(月) 午後7時～ 富士吉田市環境美化センター  
※ 感染症対策により、人数を制限する場合があります。
- 八、問合せ先(意見書郵送先):富士・東部広域環境事務組合 事務局 建設課  
〒403-0002 富士吉田市小明見3丁目11-32  
☎ 0555-28-5145

## ペットのフンは飼い主の責任で処理しましょう

飼い犬などのペットのフンを放置されて迷惑している人がいます。またきちんと持ち帰っているのに疑いの目で見られてつらい思いをしている飼い主もいます。ペットの飼い方のマナーを再認識しましょう。

問合せ 税務住民課 環境係 ☎2512121

### ●フンの放置によっておこる被害

- ・周辺住民への精神的ストレス
- ・ハエや病原菌が増殖する温床となり不衛生
- ・悪臭被害
- ・フンを踏んでしまう
- ・ペットや子供が触ったりしてしまう

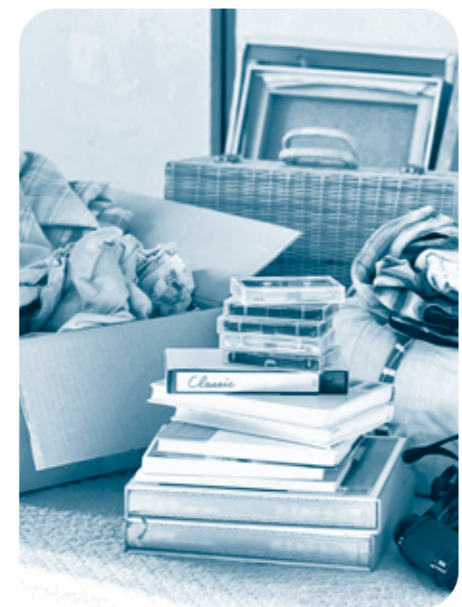
### ●ペットのフンの処分方法

- 1 フンはトイレトペーパー・スコップ、袋などを使い持ち帰る
- 2 持ち帰ったフンはトイレに流す(トイレの配管に傷がつかないよう砂や小石はできる限り取り除いてください)
- 3 フンを出した袋は可燃ごみとして出す

ペットのフンの被害を少しでも防ぐために、町内に注意喚起看板の設置をお願いします。



## 一時多量ごみはごみステーションに入れないでください!



### ●一時多量ごみとは

引越しや大掃除、植木の剪定等により、一次的に多量にでる家庭ごみを「一時多量ごみ」といいます。ごみの大きさに関わらず多量に出るごみのことを指しています。

### ●一時多量ごみの処分方法は

「一時多量ごみ」は排出者自らが富士吉田市環境美化センターに持ち込むことが西桂町一般廃棄物処理基本計画で決められています。

### ●環境美化センターへの搬入方法

- 1 西桂町役場の窓口にてごみの搬入許可の申請書を記入(西桂町民であることがわか

## 西桂町消防団普通救命講習会を実施しました

消防団の活動は、消火活動だけでなく、防災に対する啓発や救助活動なども担っています。いざという時に即座に対応できるように、9月16日(土)に西桂町役場にて消防団普通救命講習会を実施しました。  
当日は、富士吉田消防署員の方々が講師に招き、団員27名が受講しました。  
応急手当や救命処置についての座学を受けた後、実際に訓練用の人形やAEDを使用した実技講習を行い、心臓マッサージや人工呼吸、AEDの取り扱い、異物除去の方法、止血法を学びました。  
コロナウイルス感染症の流行時は、成人に対しては人工呼吸は実施せず、胸骨圧迫だけが続けるよう」と指示がありました。  
受講した団員には、普通救命講習終了証が交付されました。今後も継続的に実施し、消防団員に技術や知識が定着化することで、皆様安心して暮らせるまちづくりに努めてまいります。



### ●ごみステーションはルールを守って使用しましょう

「一時多量ごみ」がごみステーションに出されると、通常のごみのごみステーションに入られずに、カラスなどの被害にあい、ごみが散乱し、回収業務に影響が出るなど、衛生環境の悪化を引き起こします。ルールを守って使用しましょう。

問合せ 税務住民課 環境係 ☎2512121

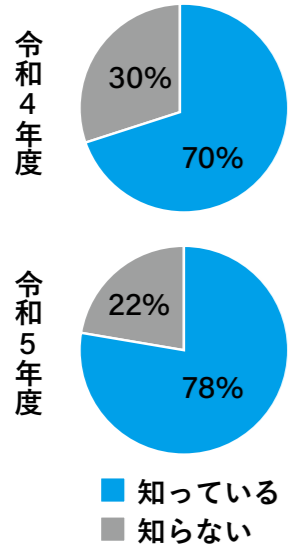
## 農作業安全推進運動

農作業が忙しくなる中で、心配されるのは作業中の事故です。農繁期を迎え、高齢者を中心に農作業事故が多くなります。  
特に乗用草刈り機と木の間に挟まれる事故や脚立からの転落事故が多くなっています。  
「農作業は焦らず、急がず、慎重に」を合言葉に、農作業中の事故に十分注意してください。

山梨県農作業安全推進会議

## 男女共同参画推進委員会通信

「男女共同参画」  
という言葉の認知度



ふるさと夏まつりでは、毎年恒例の男女共同参画の認知度調査にご理解ご協力をいただき、ありがとうございました。男性50名・女性50名の計100名に調査をした結果、約7割強くらいの方にご理解いただいているような状況になっており、過去と比較すると、年々認知度が増加しているという結果になっております。

男女共同参画社会とは、「男女がお互いを尊重し合い、職場、学校、家庭、地域などの社会のあらゆる分野で、性別にかかわらず個性と能力を十分に発揮し、喜びや責任を分かち合うことができる社会」のことです。

活動を通して、町民の皆さんに性別という固定観念にとらわれず、どんな場所でも人と人とがお互いに尊重できる社会の実現を目指します。

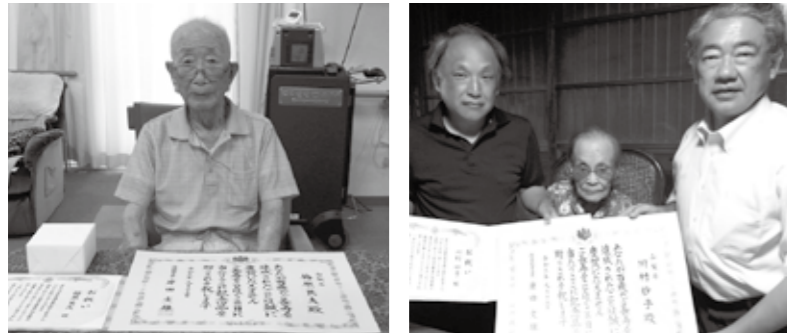
当委員会では一緒に活動して下さる推進委員を募集しています。男女共同参画に興味がある方は、総務課までお問合せください。

委員長 酒井 基和

## ご長寿 おめでとうございます

### 新100歳慶祝訪問

敬老の日にあたり、今年度100歳を迎えられる3名の方に、「内閣総理大臣」・「山梨県知事」よりのお祝い状が贈られました。



100歳を迎えられる方  
**梅原民夫さん 川村妙子さん 関戸ふく子さん**

永年にわたり社会の発展やご家族の幸せのために尽くされたことに感謝し、これからはご長寿を重ねられますようお祈りいたします。

また、令和5年敬老祝金が民生委員さんを通して町から贈られました。

【西桂町敬老祝金支給者数】

○77歳(喜寿) 3,000円 25名 ○88歳(米寿) 5,000円 21名

## 西桂町まちづくり 交流センターきず な未来館からの お知らせ

教育委員会では、きずな未来館の有効活用を図るため開放事業を行っています。

地域住民の交流の場・憩いの場として日常的に利用され気軽に集い、語り合うことができる施設を目指しています。

手芸、書道、コーラス、大正琴及びダンスなど、いろいろなジャンルのサークル活動の他、会議・生涯学習の場としてご活用ください。

なお、休館日は国民の祝日、年末年始(12月29日から翌年1月3日まで)となります。土曜日、日曜日も利用可能ですので希望される方は事前にお問合せください。

【問合せ】 西桂町教育委員会  
☎ 25-2941

## ウォーキング(歩き方)教室

町民皆さまの健康維持・増進のために教室を開催します。この教室では、専用機器を使用して歩行年齢測定や3Dセンサーを使った歩行年齢評価を実施し、専門講師による講義も行います。

自身の体のことを知る良い機会となりますので、是非ご参加ください。

- 【開催日時】 11月18日(土) 午前9時から3時間程度
- 【場所】 西桂中学校体育館
- 【対象者】 町内在住の方(定員30名 参加費無料)
- 【申込締切】 11月10日(金) 午後5時まで
- 【申込先】 税務住民課 住民係 国保担当 ☎ 25-2121
- 【持ち物】 動きやすい服装、飲み物、室内用シューズ (体育館内を歩きます)



## 接種機会を逃した方の 日本脳炎の予防接種について

日本脳炎の予防接種後に重い病気になった事例があったことをきっかけに、平成17年度から平成21年度まで、日本脳炎の予防接種のご案内を行いませんでした。その後、新たなワクチンが開発され、現在は日本脳炎の予防接種を通常通り受けられるようになっております。そのため、下記の対象の方で、日本脳炎の予防接種を受けていない方は、20歳のお誕生日の前日までの間、特例対象者として公費で接種できるようになっております。

- 【特例対象者】 平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方
- 【接種回数】 第1期(1回目・2回目・追加) 第2期について、接種機会を逃した残りの回数
- 【接種期日】 20歳のお誕生日の前日まで
- 【接種について】 ○接種の希望がある場合は「特例予診票」を交付します。母子健康手帳をお持ちの上、いきいき健康福祉センターで申請をお願いします。  
○接種については予約が必要な場合がありますので、医療機関にご確認ください。
- 【問合せ】 福祉保健課 保健係(いきいき健康福祉センター内)  
☎ 25-4000

## ご自宅に8mmフィルムは 眠っていませんか!?

西桂町としては、過去の記録を後世に残すため、町民の皆さまに、8mmフィルムの提供をお願いします。

【処理】 8mmフィルムをデジタル化して保存

- 【活用方法】 ・上演会(西桂町の今と昔など)  
・後世へ残すためのデータとして保存
- 【その他】 ・デジタル化後に、8mmフィルムはお返しします。  
・DVD媒体に保存したものをお渡しします。(色褪せず、手軽に視聴が可能)  
・デジタル化には、費用はかかりません。
- 【問合せ】 総務課 総務係 ☎ 25-2121

# インフルエンザ予防接種の助成について

今年も10月1日からインフルエンザの予防接種の助成が始まっています。

インフルエンザが流行する前に接種するようにしましょう。  
接種回数は、小学6年生までは2回、  
中学生以上のお子さん及び高齢者は1回です。

助成期間は、令和5年10月1日から令和6年2月末日までです。

## ◎高齢者インフルエンザ助成

- 【対象者】 ①町内在住で令和6年2月末日までに満65歳以上となる方  
②満60歳から65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウィルスによる免疫の機能に障害を有するものとして厚生労働省令で定める方
- 【助成上限額】 2,500円
- 【接種方法】 ①事前に医療機関に予約をしてください。  
②保険証と予診票を医療機関へ持参して接種してください。  
(予診票は対象者へ9月末に郵送しています。)

## ◎子どもインフルエンザ助成

- 【対象者】 町内在住の生後6ヶ月から高校3年生相当(18歳以下)までのお子さん
- 【助成上限額】 1回目:2,500円 2回目:1,500円  
※中学生以上のおさんは、原則1回接種となりますが、医師が2回接種を必要と判断する場合は、2回目も助成対象となります。
- 【接種方法】 ①事前に医療機関に予約をしてください。  
②保険証と母子手帳を医療機関の受付に提示し、「助成対象者」であることを教えてください。  
※予診票の個別送付は致しません。医療機関に設置してあります。

- 【その他】 ①接種にかかる自己負担額は、医療機関ごとに異なります。  
接種費用につきましては、事前に医療機関へお問い合わせください。  
②接種できる医療機関は、原則、指定医療機関のみです。  
指定医療機関等不明な点については、事前にお問い合わせください。
- 【問合せ】 福祉保健課 保健係(いきいき健康福祉センター内) ☎25-4000

## 命を救う

### 大きなボランティア

### 献血へのご協力をお願い

輸血用の血液は、事故や手術だけでなく、その多くは病気治療の患者さんに使われています。血液は長期にわたっての保存ができないため、常に皆様のご協力を必要としています。輸血を必要としている患者さんの尊い命を救うために、献血へのご理解、ご協力をお願いいたします。

**日時** 12月7日(木) 午前10時から午後3時  
☆400mL献血のみとなります。  
※医療機関では97%以上が400mL献血由来の血液を使用しています。需要に見合えば、又、患者さんの血液の安全性をより高める400mL献血の推進にご協力をお願いいたします。

**場所** いきいき健康福祉センター  
**対象** 16歳から69歳  
※65歳以上の方の献血は、60歳から64歳の間に献血経験がある方に限ります。  
※当日服用しているも献血可能な薬がありません。血圧の薬(降圧剤)・ビタミン剤・花粉症の薬(セレスタミン以外)・胃腸薬・高脂血症治療薬(コレステロールを下げる薬)自身の間隔に献血できる量は決まっています。ご自身の次回献血可能日は献血カードをご確認ください。

## 〈予約献血のお願い〉

献血にご協力いただける方は待ち時間が短縮されますので、予約へのご協力をお願いします。

**予約受付期間** 11月1日(水)～  
**予約方法** 左記QRコードより会員登録後、山梨県赤十字血液センターHP 献血Web 会員サービスアプリまたはラブラッドアプリより予約をお願いいたします。  
ご予約希望時間の3時間前まで、ラブラッドから予約いただけます。  
また、これまで献血会場のタブレットで入力していた間診回答を来場前にラブラッドで献血日当日午前5時以降に、事前に入力できるようになりました。



40歳～74歳の西桂町国民健康保険に加入されている皆さまへ

## 特定健診(個別健診)のご案内

特定健診の受診の機会を増やすため、町内の医療機関において特定健診を個別に受診できるようにいたしました。ぜひ受診してください。

### ○健診期間

令和6年3月20日まで(医療機関の休診日は受診できません)

### ○健診実施医療機関

医療法人千理会 しまだ医院  
(住所:小沼1710-1、☎25-2388)

○対象者 今年度末年齢40歳～74歳の西桂町国民健康保険加入者

○健診費用 1500円

### ○検査内容

【基本健診】問診・診察・身体計測・血圧測定・血中脂質検査・肝機能検査・血糖検査・尿検査

【詳細検査】貧血検査・心電図検査・腎機能検査

### ○申込・受診方法

- 福祉保健課 保健係(☎25-4000)へ電話で申込みを行います。
- 保健係より、受診券が送付されます。
- しまだ医院(☎25-2388)へ健診の予約を行ってください。
- 受診券を持参し、健診を受診してください。

### ○その他

今年度、町で実施する集団健診や人間ドックを受診された方は受診できません。  
・休診日等は、医療機関にお問い合わせください。  
・かかりつけ医で検査を受けている方は、検査データを町に提供することで特定健診を受けたこととなります。対象の方には12月以降に通知をお送りいたしますのでご確認ください。

### ○申込・問合せ

福祉保健課 保健係  
(いきいき健康福祉センター内) ☎25-4000

| 西桂町 |

INFORMATION

## 01 法律扶助の日無料法律相談会

山梨県弁護士会では、法律扶助の日(1月24日)を記念して無料法律相談会を開催します。予約が必要となりますので、下記までお問合せください。

※ご予約多数の場合、受付を早期に打ち切ることがございます。予めご了承ください。

**日時・場所** 令和6年1月27日(土) 午後1時15分～4時45分

山梨県弁護士会館(甲府市中央1丁目8-7)

**担当者** 弁護士7名 司法書士3名

**相談内容** 離婚、相続、土地・建物の賃貸借、交通事故、損害賠償、サラ金等消費者問題、その他

**予約開始日・お問合せ** 12月11日(月)から

山梨県弁護士会 ☎055-235-7202 (平日午前9時30分～午後5時)

## 02 借金問題・消費者トラブル相談会の開催について

富士五湖広域相談窓口・富士吉田市消費生活センターでは、消費者金融等で借入している方や奨学金返済でお困りの方、また消費者トラブルでお困りの方を対象に、弁護士による無料相談会を開催します。

**日時・場所** 第1回:11月14日(火) 午前10時～午後5時 富士吉田市役所

第2回:12月15日(金) 午前10時～午後5時 富士河口湖町役場

**対象** 富士吉田市・西桂町・富士河口湖町・忍野村・山中湖村・鳴沢村にお住まいの方

**予約** 富士吉田市役所 商工振興課 ☎0555-22-1111(内線405)

## 03 旅行予約サイトでの予約はよく確認を!

【トラブルの例】

- ・旅行予約サイトから航空券を予約したが、入力ミスに気づき電話で訂正を申し出たところ、「一度キャンセルをして予約を取り直す必要がある。キャンセル料は返金しない。」と言われた。
- ・公式サイトから宿泊を申し込み、1週間前にキャンセルをしようとしたが、キャンセル料が100%かかると言われてしまった。

【注意するポイント】

- ・キャンセル・変更は、原則として契約のとおりとなります。予約を確定する前にキャンセルの条件などをよく確認しましょう。
- ・申込み後は、旅行が終わるまで予約確認メールや予約内容が確認できる画面等を保管しておきましょう。
- ・旅行予約サイトを利用する前に、サイト運営事業者の情報を確認しましょう。
- ・不安に思った時、困った時は消費生活センターに相談しましょう。(国民生活センター報道発表資料参照)

**問合せ** 総務課 総務係 ☎25-2121

**相談窓口** 富士吉田市消費生活センター☎0555-22-1577(受付:平日午前9時～12時、午後1時～4時30分)

※消費者ホットライン「188(いやや)」からもつながります。

# 「胃がん」について知っていますか？

胃がんは、20歳代の若年層にもみられますが、主に40歳代から増加しはじめ、60歳代がピークです。国内における胃がん患者数は、がん全体で最多です。医療が発達した今日でも、胃がんで亡くなる患者さんは依然として多く、死亡数は男性の2位、女性の5位に位置しています。

早期の胃がんでは、特徴的な症状はなく、上腹部の痛み、胃の膨満感、胸焼け、げっぷ、吐き気などがみられることがあります。患部からの出血による吐血や下血がみられることもあります。はじめのうちは空腹時や食後にあらわれることが多く、しだいに慢性的におこるようになります。しかし、胃がんの特徴的な症状というわけではないので、胃炎や胃潰瘍と思いきや胃がんになってしまうことが多いようです。

がんは遺伝も危険因子となりますが、遺伝するがんは全体の5%～10%にすぎません。日頃の生活習慣が健康を左右します。栄養バランスに気を付け、運動をし、タバコも吸わず飲酒も行わない方はがんのリスクは減少します。しかし、リスクはゼロではありません。

ですから、生活習慣の改善+「がん検診」の2段構えが大切です。

### ☑早期発見・治療が完治へのカギ

胃がんは不治の病ではありません。初期の段階で発見できた場合、外科的手術による胃の切除を行わず、内視鏡カメラによる治療で根治が得られることも多いです。

発見が早ければ早いほど、体への負担も少なく、完治の確率は高くなります!

### ☑胃がん検診を受けましょう

がん検診は、症状がない健康なみなさんが対象です。健康な人(症状がない人)では、もしもがんがあっても、症状が出る前のがん、つまり早期がんであることがほとんどなのです。早期がんのうちに治療を行うことで、がんによる死亡を防ぐだけでなく、完治を目指せます。

しかし、がんが1回の検診で発見される可能性は100%ではありません。そのため、1年に1度の受診が大切です。

また、胃の痛みや不快感などの自覚症状がすでにある場合には、早めに医療機関を受診しましょう。

### ◆胃がん検診の検査方法:胃部X線検査(バリウム検査)

バリウム(造影剤)を飲んで発泡剤(炭酸)で胃を膨らませ、X線(レントゲン)を連続的に照射しながら撮影する検査です。食道、胃、十二指腸の病変をチェックします。

## —山梨労働局からのお知らせ—

令和5年10月1日から、山梨県最低賃金が改定されました。

改定後の金額は、時間額938円です。

詳しくは、山梨労働局賃金室(☎055-225-2854)または最寄りの労働基準監督署までお尋ねください。

宝くじ  
公式サイト

宝くじがネットで購入できる!

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

宝くじ公式サイト | Q





急な病気やけがで迷った時は、ココに相談！

# 救急電話相談窓口

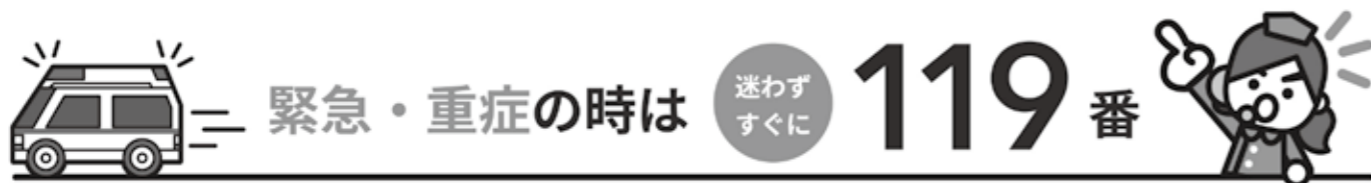
# #7119

(シャープ)

救急安心センターやまなし

24時間  
365日

IP電話・ダイヤル回線の場合は **055-223-1418**



休日や夜間に診療できる医療機関をお探しの場合は、以下にご相談ください

山梨県救急医療情報センター 甲府市、甲斐市（旧竜王町、旧敷島町の区域）、中央市及び昭和町を除く全地域	055-224-4199	峡北消防本部	0551-22-8181
甲府市医師会救急医療センター 甲府市、甲斐市（旧竜王町、旧敷島町の区域）、中央市及び昭和町	055-226-3399	笛吹市消防本部	055-261-0119
山梨県東部消防指令センター （都留市消防本部・大月市消防本部・上野原市消防本部）	0554-45-0119	峡南消防本部	055-272-1919
富士五湖消防本部	0555-23-4444	東山梨消防本部	0553-32-0119
		南アルプス市消防本部	055-283-1999



お問い合わせ先 山梨県防災局 消防保安課 055-223-1430

## 11月30日(いいみらい)は「年金の日」です

ご自身の年金記録や年金見込み額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。  
「ねんきんネット」なら24時間いつでもどこでも年金記録がパソコンやスマホで確認できます。

いつでもパソコン・スマホから

# ねんきんネット

ご自身の年金情報を手軽に確認できる  
サービスです！



- 年金記録の確認
- 将来の年金見込み額の試算
- 電子版「ねんきん定期便」の閲覧
- 各種通知書の確認

ログインは「マイナンバーカード」が便利です！

**STEP 1** マイナポータルにログイン  
スマホにマイナポータルアプリをダウンロード  
「マイナンバーカード」と「暗証番号」でログイン  
お手元にご用意いただくもの  
■マイナンバーカード  
■ご自身で設定した数字4桁の暗証番号（利用者証明用電子証明書パスワード）

マイナポータルアプリは  
こちらから



<https://myna.go.jp/>

**STEP 2** 「ねんきんネット」初回利用登録  
マイナポータルアプリTOP画面の「年金記録・見込み額を見る（ねんきんネット）」をタップし登録



※マイナンバーカードをお持ちでない場合は、「ねんきんネット」でユーザーIDを取得してご利用いただけます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。

ねんきんネット

検索



[https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)





