



みんなで楽しく

認知症予防教室

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6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
- 都市計画法に基づくごみ処理施設の都市計画原案に関する説明会のお知らせ
- 新100歳 慶祝訪問／わた SHIGA 輝く国スポ

- 2025／桂川河川清掃の実施／ニュースポーツ教室のお知らせ
- 高齢者補聴器購入費助成／生ごみ処理容器補助金のお知らせ
- 在園児継続入所申込み受付のお知らせ／結核住民検診を実施します
- 献血へのご協力をお願いします／特定健診（個別健診）のご案内
- 食べていますか？朝ごはん
- みんなの健康だより～“ロコモ”予防～

- 11月は児童虐待防止推進月間／フードドライブを実施します
- INFORMATION
- 西桂町子育て支援 11月の予定
- 11月・12月上旬行事予定・慶弔



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1500-1 TEL0555-25-2121(代表) FAX20-2015
URL <https://www.town.nishikatsura.yamanashi.jp>

子育て支援センター



あそびのおけいこ



ミュージック・ケア



いもほり



運動会

フォトニュース

-PHOTO NEWS-

児童館



栄養教室

保育所



防災訓練

- ・総務課(代表) ☎25-2121
- ・企画財政課 ☎25-2121
- ・出納室 ☎25-2122
- ・議会事務局 ☎25-2123
- ・福祉保健課 ☎25-4000
- ・税務住民課 ☎25-2171
- ・子育て支援課 ☎25-2172
- ・建設産業課 ☎25-2173
- ・教育委員会(さずな未来館) ☎25-2941

問合せ

令和7年10月1日現在
人口と世帯
男 1,856人(－5)
女 1,959人(－3)
合計 3,815人(－8)
世帯 1,548世帯(－2)
※住民基本台帳(外国人含む)に基づく人口と世帯数を掲載

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(総務課) 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



決算に基づく健全化判断比率及び 資金不足比率の公表

～ 当町は早期健全化基準の範囲内 ～

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。令和6年度決算においては、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ます。

指 標	年度	決算に基づ く数値	早期健全 化基準	財政再生 基準	解 説
① 実質赤字比率 一般会計における標準 財政規模 ^(※) に対する実 質収支の赤字割合	R6 年度	－	15.00	20.00	15.00%が早期健全化の警戒 ラインですが、令6年度決算 では約1億1,638万円の黒 字決算となっているため、数 値としては算定されません。
	R5 年度	－			
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	R6 年度	－	20.00	30.00	普通会計だけでは見えない町 全体の財政運営の深刻度を示 します。令和6年度決算では 約1億3,612万円の黒字決 算となっているため、数値と しては算定されません。
	R5 年度	－			
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）	R6 年度	7.6	25.0	35.00	この比率が高まるほど、借金 の返済に一般財源が圧迫さ れ、財政の弾力性が低下する ことを意味します。令和6年 度決算では7.6%となってい ます。
	R5 年度	7.5			
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	R6 年度	29.1	350.0		この比率が高まるほど、将来 に見込まれる負担が大きいと いうことを意味します。令和 6年度は、将来負担額が増加 し、充当可能財源等を上回っ たため、早期健全化基準を下 回ってはいますが、初めて数 値が算出されました。
	R5 年度	－			

※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

指 標	年度	簡易水道 事業会計	下水道 事業会計	経営健全 化基準	解 説
⑤ 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	R6 年度	－	－	20.0%	この比率が高まるほど、収入 で資金不足を解消するのが難 しく、経営状況に問題がある ことを意味します。数値とし ては両会計とも 黒字となっ ているため算定されません。
	R5 年度	－	－		

問合せ 企画財政課 財政係 ☎ 25-2121

都市計画法に基づくごみ処理施設の 都市計画原案に関する説明会のお知らせ

富士・東部広域環境事務組合では、現在構成12市町村内にて4施設あるごみ処理施設の老朽化に伴い、西桂町小沼米倉地区及び富士吉田市上郷地五名米倉地区において、令和14年度の供用開始に向けた、『広域ごみ処理施設整備事業』を計画しています。

このたび、ごみ処理施設の都市計画原案を作成いたしましたので、原案の内容や今後の手続きについて、説明会を開催いたします。

① 都市計画原案説明会

日時 11月20日（木）
午後6時30分から午後7時30分まで
場所 西桂町まちづくり交流センター
きずな未来館 2階 研修室1・2
※申込みは不要です。当日会場へお越しください。
※駐車場につきましては、きずな未来館駐車場もしくは保育所前駐車場をご利用ください。

② 都市計画原案の縦覧及び
公述申出の受付

期 間 11月17日（月）から
12月1日（月）まで
縦覧場所 西桂町役場 建設産業課
受付時間 午前8時30分から午後5時15分まで
（土曜・日曜・祝日は除く）
※期間中は、町ホームページからも閲覧できます。

URL <https://www.town.nishikatsura.yamanashi.jp/>
公述申出 原案の縦覧期間中、町内に住所を有する方及び利害関係人は公述の申出ができます。公述申出書につ

③ 公聴会
（公述申出があった場合に開催）

きましては、12月1日（月）必着で建設産業課へ郵送又は持参してください。
※公述申出書は、建設産業課窓口で配布するほか、町ホームページからもダウンロードできます。

日時 12月16日（火）
午後6時30分から午後7時30分まで
場所 西桂町まちづくり交流センター
きずな未来館 2階 研修室1・2

※公述人（公述申出書を提出した方）は原則公聴会への出席をお願いいたします。正当な理由なく公聴会を欠席した場合は、その権利を放棄したものとみなします。
※傍聴は申込み不要です。当日直接会場へお越しください。
※公聴会開催の有無は、12月3日（水）以降に町ホームページにてご確認ください。

問合せ 建設産業課 建設係
☎ 25-2173

西桂町高齢者補聴器購入費助成について

高齢者の加齢による聴力機能の低下に対して早期の適切な対応を推進することにより、社会参加や地域交流を促すことで認知症やフレイル予防を促進することを目的として、令和7年10月1日以降に購入する補聴器の購入費を一部助成します。

○助成額

上限 30,000 円

(購入費用の2分の1に相当する額として、1,000円未満の端数は切り捨てとします。)

○対象者

1. 西桂町に住所を有する65歳以上の方
2. 聴覚障害による身体障害者手帳の交付対象とならない方
3. 耳鼻科の医師から補聴器の必要があると診断され医師の意見書が提出できる方
(医師の意見書が必要になります。)

○申請方法

申請書は福祉保健課窓口または西桂町ホームページからダウンロードしてください。

購入後の申請は受付できませんのでご注意ください。

○問合せ 福祉保健課 介護係 ☎ 25-4000

生ごみ処理容器補助金のお知らせ

「捨てる」を「活かす」にチェンジ！お得に始めよう生ごみ処理！

生ごみ処理容器・処理機の購入費用を西桂町が補助します。

☑ 補助金について

- ・最大20,000円を補助します。
- ・補助額は本体購入費(税・付属品・送料などは除く)の1,000円未満を切り捨てた額です。
- ・予算がなくなり次第終了します。

☑ 対象となる機器

種類	機能	補助上限
家庭用生ごみ処理機	電動・手動でかくはん、発酵、分解	1基まで
生ごみ処理容器	自然発酵、分解	2基まで

☑ 対象者

- ・町内に住所を有する世帯主の方
- ・町税の滞納がない方

☑ 申請の流れ

手順	申請者(世帯主)	町
1	町へ申請書を提出	
2		申請者へ交付決定通知書を交付
3	生ごみ処理容器の購入・設置 ※領収書を必ず発行	
4	町へ請求書・実績報告書を提出	
5		補助金振込
6	補助金受取	

問合せ

税務住民課 環境係 ☎ 25-2171

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歳を迎えられる池田清さんへ、「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。

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、これからもご長寿を重ねられますようお祈りいたします。

また、令和7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 67名

88歳(米寿) 5,000円 26名



第8回 桂川河川清掃

10月4日(土)に第8回桂川河川清掃を実施しました。

当日は悪天候にも関わらず約80人の方に本活動に参加していただき、170kgものごみを回収しました。当日参加された方につきましてはご協力いただきありがとうございました。町では引き続き、環境美化活動を通して町内の環境維持、改善に努めてまいります。



問合せ 税務住民課 環境係 ☎ 25-2171

第79回国民スポーツ大会

わたSHIGA 輝く国スポ2025

9月13日(土)から15日(月)にかけて、インフロニア草津アクアティクスセンター(滋賀県)にて第79回国民スポーツ大会水泳競技が開催され、西桂町から大谷柚葉さんが山梨県代表として出場されました。

全国大会での経験を糧に、今後のさらなる飛躍を期待します。



山梨県代表
大谷柚葉さん

ニュースポーツ教室のお知らせ

パラリンピック競技であり、大人から子どもまで一緒に楽しめるボッチャを体験してみませんか。

【日時】 11月15日(土) 午前9時30分～午前11時30分 ※受付：午前9時～

【会場】 西桂中学校 体育館

【実施種目】 ボッチャ

【講師】 西桂町スポーツ推進委員

【問合せ】 教育委員会 社会教育係 ☎ 25-2941

にいはぴ!
20P

献血へのご協力をお願いします！

病気や交通事故などで大量に出血された患者さんの命を救うために、輸血用の血液が必要です。しかし、血液は生きた細胞であるため、人間の体内でしか造ることができず、長期間の保存ができません。患者さんの命をひとつでも多く救うために、献血へのご理解をよろしくお願いします。貧血予防の食事や各種記念品を準備のうえ、皆様のご協力をお待ちしております。

○日 時 12月4日（木） 午前10時～午後3時
午後1時以降、混雑が緩和される傾向にあります！

○場 所 いきいき健康福祉センター

○対 象 18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。

※年間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をご確認ください。

○予約受付期間 11月1日（土）～

予約していただくと、指定の時間にスムーズにご案内が可能です。

献血にご協力いただける方は事前にご予約の上ご来場ください！

○予約方法 下記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
ラブラッドまたはラブラッドアプリより予約をお願いいたします。

ラブラッドがアプリ
でも利用可能に！



ラブラッドから、献血希望時間の3時間前まで予約が可能です！

また、これまで献血会場のタブレットで入力していただいた問診回答も、当日午前5時以降に事前入力できるようになりました。ぜひご利用ください！

○問合せ 福祉保健課 保健係 ☎25-4000

にいはぴ!
100P

「年に一度の特定健診！今からでも間に合います！」／
40歳～74歳の西桂町国民健康保険に加入されている皆様へ

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していただけます。ご自身の予定に合わせ、ぜひ受診してください。

○健診期間

令和8年3月19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

無料

○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

①福祉保健課 保健係（☎25-4000）へ電話で
申し込みを行います。

②保健係より受診券が送付されます。

③しまだ医院（☎25-2388）へ健診予約を行っ
てください。

④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、医療機関に問合せください。

○申込み・問合せ

福祉保健課 保健係 ☎25-4000

在園児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、左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4日（火）～11月28日（金）

午前9時～午後5時まで

※期間厳守・月々金のみ

（祝祭日を除く）

【配布・提出先】

西桂町役場 子育て支援課窓口または
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】

子育て支援課 ☎25-2172

【提出書類】

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

令和7年度課税証明書

令和7年1月1日時点で町外に住んで
いた方のみ）

⑧預金口座振替依頼書

（新規申込みの方・口座変更の方のみ）

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）

【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

⑧DV・虐待の恐れがあること

⑨その他町長が認める事由

にいはぴ!
30P

結核住民検診を実施します

胸部レントゲン車が町内をまわり、検診を行います。

【対象者】 65歳以上の町民（昭和36年4月1日以前に生まれた方）

【実施方法】 移動レントゲン車による胸部レントゲン撮影

【実施日時・場所】

対象者	日程	時間	場所	自己負担額
65歳以上の全住民 （昭和36年4月1日以前に 生まれた方）	11月17日（月）	13：30～14：20	倉見公民館	無料
		14：30～15：20	西桂小学校	

【その他】

・申込の必要はありません。直接検診場所へお越しください。

7月27日（日）、28日（月）、11月16日（日）、17日（月）実施の特定健診及びがん検診で、「胸部レントゲン」、または「肺ヘリカルCT検査」を受診された方は、検診の必要はありません。

【問合せ】 福祉保健課 保健係 ☎25-4000

“ロコモ”を 予防しましょう

問合せ

福祉保健課 保健係 ☎25-4000



④ 最近よく耳にするロコモって何？

「ロコモ」は「ロコモティブシンドローム」という言葉の略称です。ロコモとは、運動器の障害により基本的な運動能力が低下し、立ったり歩いたりといった日常生活の中で行う簡単な動作が困難になる状態のことを指します。

適切に対処しないと、運動器機能はさらに低下していき、最悪の場合は寝たきり状態になるおそれもあります。

ロコモティブシンドロームは、要支援・要介護の大きな原因の一つです。

こんな症状がある方は要注意！

以下のチェック項目に一つでも当てはまったら要注意。トレーニングを始めて運動器の衰えを防ぎましょう。

- ☐ 片足立ちで靴下をはけない
- ☐ 手すりなしで階段を上るのがつらい
- ☐ 15分以上歩き続けることができない
- ☐ 横断歩道を青信号の間に渡りきれない
- ☐ 家の中でつまずいたり、足を滑らせたりすることがよくある
- ☐ 布団の上げ下ろしなど、重いものを持つ家事が辛い
- ☐ 2キログラム程度（牛乳1リットルパック2本分）の買い物袋を持って歩くのが辛い

④ どうやって予防するの？

ロコモティブシンドロームの原因は加齢だけではなく、運動不足や食生活の極端な乱れも影響します。今からできる予防をしっかりと実践することが大切です。

①生活習慣の改善

体は食べたもので作られるため、健康を見直すなら食事から。ロコモの予防にも、食生活の改善は重要ポイントです。三食規則正しい時間に、栄養バランスを意識した食事を摂るように心がけましょう。

②適度な運動

ロコモの原因はたくさんありますが、最も多いのが「運動不足」です。高齢になってからだけではなく、若いときの行動にも起因します。下記のような生活を送っている方は生活の見直しを検討することをお勧めします。

- ☒ エレベーター、エスカレーターをよく利用し、階段を使わない
- ☒ ソファに座ってばかりいて、出歩かない
- ☒ 怪我ばかりしている
- ☒ 極端に太ったり、痩せたりしている

心当たりのある方は、日常生活に些細な運動を組み込むことから始めてみてはいかがでしょうか。

④ 悪循環に陥る前にロコトレを

ロコモティブシンドロームの怖さは、「体が思うように動かない」→「動くのをやめる」→「さらに体が思い通りに動かなくなる」という悪循環に陥りやすい点にあります。

日本整形外科学会ではロコモ予防の「ロコトレ」を推奨しています。興味のある方は右記QRコードを読み取り、ロコトレに挑戦してみてください。



日本整形外科学会公式
「ロコモ ONLINE」

食べていますか？ 朝ごはん

1日のはじまりの食事「朝ごはん」、食べていますか？

1日の食事を規則的にとり、生活リズムをつくっていくことが、生活習慣病予防にもつながります。

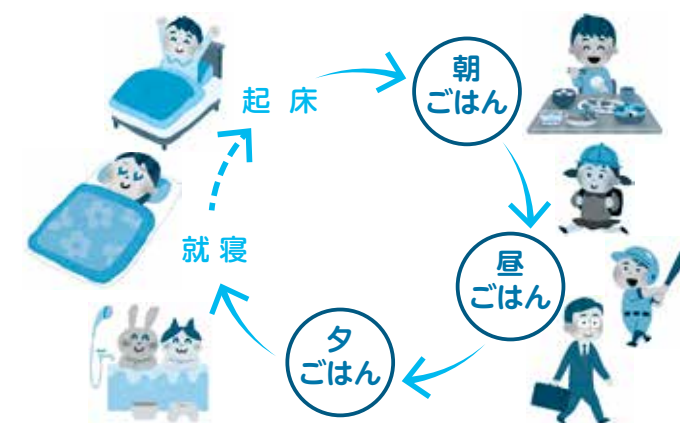
④ 朝ごはんは1日のパワーの源

朝ごはんを食べることで、体温をあげて1日の活動の準備を整えます。

脳のエネルギー源となるブドウ糖（ごはん、パン、麺などの炭水化物が体内で分解されたもの）は、体内にたくさん蓄えておくことができません。朝ごはんを食べないと、エネルギー不足でイライラの原因になります。朝ご飯を食べて勉強も仕事も効率アップを目指しましょう！

④ 生活リズムの見直しのために

夕食の時間が遅くなったり、夜食を食べたりすると、朝起きた時に食欲がなく、朝食を食べられなくなることがあります。朝食や夕食の時間、夜食や就寝時間、からだを動かしているかなど、自分の生活を振り返ってみましょう。1日の食事を規則的にとり、生活リズムをつくっていくことが健康的な生活習慣にもつながります。



朝ごはんのステップアップにチャレンジ

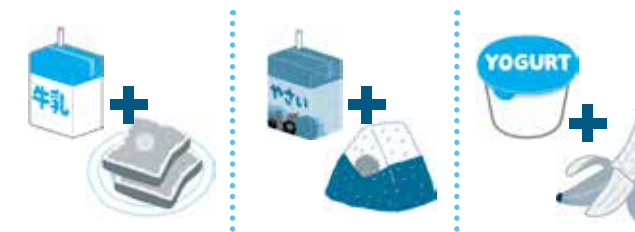
STEP1 朝食を抜いている人は…

牛乳や野菜ジュースなどの飲み物や、ヨーグルトなどの食べやすいものから食べる習慣を身につけましょう



STEP2 食べる習慣はあるが1品しか食べない人は…

今の食事にプラス1品してみましょう



STEP3 バランスの良い食事を始めてみましょう！

主食・主菜・副菜をそろえ、乳製品や果物も取り入れましょう



山梨県ケアラー電話相談 (土日・祝日相談窓口)

01

西桂町

INFORMATION

介護に関するお悩みがある方は、お気軽にお電話ください。

- ・仕事を続けながら介護することが難しい
- ・認知症ケアで困っているけど、どこに相談すればよいの？
- ・介護サービスを受けたいけど、手続きがわからない など

介護支援専門員、保健師、看護師等の介護に関する専門職が対応し、介護に関する悩みや不安に寄り添いながら、必要に応じて適切な支援機関の紹介などを行います。

【電話番号】 055-223-1452

【相談時間】 土曜・日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）
午前9時～午後9時

【相談料金】 無料（通話料は別途かかります。）

【相談内容】 介護に関すること全般

やまなし県民文化祭 協賛事業

第22回富士北麓・東部地域文化祭 大正琴演奏発表会

【日時】 11月29日（土） 開場：午後12時30分 開演：午後1時00分

【会場】 西桂町まちづくり交流センター きずな未来館1階 大広間

【出演】 南都留地区大正琴グループ

☆ゲスト☆ 西桂町童謡の会うらら、W鈴木の歌声のつどい

ご来場、心よりお待ちしております！！

【問合せ】 富士北麓・東部地域文化祭実行委員会事務局 ☎ 0555-45-2539



10月・11月は麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動実施期間

近年、特に大麻の乱用が深刻な社会問題となっています。若年層を中心に、大麻に関する危険性の認識が低下し、「一度だけなら大丈夫」「海外では合法だから安全」などの誤った情報が広がっています。

大麻は無害ではありません。ゼツタイに手を出さないでください。薬物乱用は、自分自身だけでなく、家族や友人、社会全体に深刻な影響を与えます。

～薬物乱用は「ダメ。ゼツタイ。」、「自分には関係ない」と思っている方々にも、正しい知識と危機意識を持ってもらうための大切な取り組みを行っています。～

薬物乱用に関するご相談は保健所へお願いします。

【相談先】 富士・東部保健所 衛生課 ☎ 0555-24-9033

11月は

児童虐待防止推進月間です

しつけが行き過ぎると虐待にあたることもあります

保護者はしつけのつもりで行った行為でも、子どもの心や体が傷つき、子どもの成長に悪影響を及ぼすものであれば、それは「しつけ」ではなく「虐待」になります。

虐待の種類

身体的虐待、性的虐待、心理的虐待、ネグレクトの4種類があります。

虐待を防ぐために

虐待者が保護者や家族である場合、子どもは自ら救いを求めることはなかなかできません。

また、虐待者を責めるだけでは解決にはなりません。

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。『児童虐待かも？』と思ったら、迷わずお電話ください。連絡は匿名でも可能で、連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

■児童相談所虐待対応ダイヤル ☎ 189 24時間365日対応 通話無料

■都留児童相談所

☎ 0554-45-7838 休日夜間緊急時 ☎ 0554-45-7898

■西桂町役場 子育て支援課

☎ 25-2172

フードドライブを実施します

ご家庭等で余っている食料品や日用品の寄付にご協力ください！

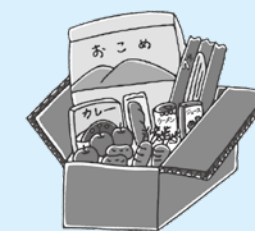
◆期間 10月28日（火）～12月4日（木）

※土日祝日はお休み

◆受付時間 午前8時30分～午後5時15分

◆場所 ①西桂町社会福祉協議会 ②西桂町役場 ③きずな未来館

ご家庭等で余っている食品を「フードバンク」や「フードサポート」を通じて、食料を必要としている方々に寄付する取り組み「フードドライブ」を実施します。



受付
できるもの

- 賞味期限が2か月以上先のもの
- 常温保存ができるもの
- 未開封のもの
- 破損等で中身が出ていないもの
- 生鮮食品（生肉、魚介類、生野菜）ではないもの

※酒類は受付できません（料理酒は可）

※お米は、昨年よりも前に収穫したものは受付できません

注意：以上の条件すべてを満たすものをご持参ください。
物の状態によっては受付できない場合があります。

受付例

- お米
- 缶詰
- 乾物
- 飲食
- 調味料
- レトルト食品
- インスタント食品

など

問合せ 西桂町社会福祉協議会 西桂町下暮地 915-7（いきいき健康福祉センター内）☎ 25-3333

おくやみ（死亡）			親族	おめでた（出生）			親族
本町	三枝	寛子	新弥 和正	上町	柏木	そうご 湘瑚	商徳
倉見	宮下	榮子					

〔 11月の納税等 〕

- ☑国民健康保険税 5期
- ☑介護保険料 4期
- ☑後期高齢者医療保険料 5期

日	月	火	水	木	金	土
						1 ブラッシュアップ クラス 10:00～11:30 いきいき 児童館休館
2	3 文化の日 ごみ収集なし	4 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき	5 転倒予防教室 10:00～11:30 いきいき	6 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき あそびのおけいこ 10:30～11:30 きすな	7 認知症予防教室 10:00～11:30 いきいき ママのための フィットネス教室 10:30～11:30 きすな	8 ランラン教室 9:30～11:30 13:00～15:00 きすな ブラッシュアップ クラス 10:00～12:00 いきいき 中学校図書館一般 開放日 10:00～12:00 13:00～15:00
9	10 ミュージック・ケ ア 10:30～11:30 きすな	11 母子相談・母子手 帳交付 9:00～12:00 役場庁舎 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき 在宅医療・介護な んでも相談 13:00～16:00 役場庁舎	12 転倒予防教室 10:00～11:30 いきいき	13 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき ふれあい健康相談 10:00～11:30 にぎわい広場 ベビーマッサージ 10:30～11:30 きすな	14 認知症予防教室 10:00～11:30 いきいき	15 支援センター開放 日 10:00～15:00 児童館クリスマス キャンドル作り 13:30～14:30 きすな
16 特定健診及びがん 検診 8:30～11:00 西桂中学校	17 特定健診及びがん 検診 8:30～11:00 西桂中学校 結核住民検診 13:30～14:20 倉見公民館 14:30～15:20 西桂小学校	18 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき	19 転倒予防教室 10:00～11:30 いきいき リトミックあそび 10:30～11:30 きすな 定例行政相談所 13:00～15:00 きすな	20 児童館工作 9:30～11:00 きすな 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき 児童館手織り体験 13:30～15:00 きすな 5歳児健康相談 15:30～ いきいき	21 認知症予防教室 10:00～11:30 いきいき ママビクス 10:30～11:30 きすな	22 ランラン教室 9:30～11:30 13:00～15:00 きすな 中学校図書館一般 開放日 10:00～12:00 13:00～15:00
23 勤労感謝の日	24 振替休日 ごみ収集なし	25 母子相談・母子手 帳交付 9:00～12:00 役場庁舎 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき	26 転倒予防教室 10:00～11:30 いきいき 10.11月誕生会 10:30～11:30 きすな	27 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき	28 認知症予防教室 10:00～11:30 いきいき マタニティクラス 13:30～15:30 いきいき	29 児童館休館
30	1 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき ベビードダンス 10:30～11:30 きすな	2 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき	3 転倒予防教室 10:00～11:30 いきいき	4 元気はつらつ運動 教室 10:00～11:30 いきいき よみきかせ会 10:30～11:30 きすな	5 認知症予防教室 10:00～11:30 いきいき	6 児童館もちつき体 験 10:30～ きすな

きすな きすな未来館 いきいき いきいき健康保健センター 役場 西桂町役場庁舎



西桂町 子育て支援

11月
の予定

連絡先（子育て支援室） ☎0555-28-4755
☎070-4464-2424

★要事前申込み 📅日時 📍場所 👤対象 🗣️講師 💰参加費 🧰持ち物 👥定員 📋内容

西桂町子育て支援事業

★あそびのおけいこ

～かけがえのない
大切な命を守る心と体づくり～
📅11月6日（木）
午前10：30～11：30
📍きすな未来館
🗣️渡辺光美先生
👤乳幼児親子
💰100円/1回
🧰水分補給用飲み物等

★ママビクス

📅11月21日（金）
午前10：30～11：30
📍きすな未来館
👤妊婦と産後1年半未満の方
🗣️石倉秀子先生
渡邊美幸助産師
💰100円/1回
🧰汗拭きタオル・水分補給
用飲み物等

児童館

ランラン教室

📅11月8日・22日（土）
12月13日・20日（土）
※午前9時30分～11時30分
午後1時～3時
📍きすな未来館
👤小学生・中学生
📋教員OB、都留文科大学の学生
が、宿題・予習復習などの勉強の
進度がわかるので『教科書』を持っ
て来て下さい。楽しいプリントも
あります。
🧰教科書・筆記用具・水分補給用
飲み物・汗拭きタオル

★ママのためのフィットネス教室

📅11月7日（金）
午前10：30～11：30
📍きすな未来館
🗣️天野健一先生
👤乳幼児親子 ※託児あります
💰100円/1回
🧰汗拭きタオル、水分補給用飲み物等

★ミュージック・ケア

📅11月10日（月）
午前10：30～11：30
📍きすな未来館
🗣️新海陽子先生
👤乳幼児親子
💰100円/1回
🧰水分補給用飲み物等

ベビーマッサージ

📅11月13日（木） 午前10：30～11：30
📍きすな未来館 🗣️小野田豊美先生
💰100円/1回 🧰バスタオル・水分補給用飲み物等
👤生後2ヶ月～1歳までの乳児親子（1歳を過ぎたお子さんも可）

支援センター事業

リトミックあそび

📅11月19日（水）午前10:30～11:30
📍きすな未来館
📋タイコやピアノのリズムに合わせて
親子リトミックを楽しみましょう。

★10.11月誕生会

📅11月26日（水）
午前10：30～11：30
📍きすな未来館

★キャンドル作り

～クリスマスバージョン～
📅11月15日（土）
午後1：30～2：30
📍きすな未来館
🗣️嶺山裕紀枝先生
👥40名
💰500円
📋サンタやトナカイ、ベルなどのパーツをデコ
レーションしてオリジ
ナルのキャンドル作り
を楽しみましょう！
※ 事前申込みをお願いし
ます（11/12（水）まで）

★電動で回転する 三球儀 を作ろう！

📅11月20日（木）午前9：30～11：00
📍きすな未来館
🗣️子育てを支援する会 👥24名
👤小学校2年生～6年生 💰400円
📋太陽・月はどのように動いているの？
触って遊んで、自ら考える力をつけよ
う！太陽・地球・月の自転や公転が目で
見てわかります。

★手織り体験

📅11月20日（木）午後1：30～3：00
📍きすな未来館
🗣️三つ峠手織りの里グループ
👥8名 💰100円