

Public Relations

KOFU

広報こうふ

11

2025 令和7年
No.838

人・まち・自然が共生する未来創造都市 甲府

話しておこう、
大切なことを、
大切な人と。

特集

日常の中で始める "人生会議"
ご存じですか ACP

日常の中で始める “人生会議”

ご存じですか
ACP

話しておこう、大切なことを、大切な人と。

問地域包括支援課… ☎055(237)5484

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)とは、ご自身が大切にしているもの・こと・価値観、どこで、どのような医療やケアを受けたいかを前もって考え、家族や友人、医療・介護従事者等と自分の想いを話し合うことです。愛称は「人生会議」です。

“もしものとき”のために“大切なこと”を“大切な人”と話してみませんか。



なぜACPが 必要なの？

- ▶ 命の危機が迫った時、約70%の人が自身が望む医療やケアについて自分で決めたり、希望を伝えたりすることができなくなると言われています。だからこそ、あらかじめ考えて伝えておくことが必要なのです。

いつ・どのように 始めたらいいの？

- ▶ 誕生日や退職などの節目をきっかけに、健康なうちから始めましょう。まずは自分の大切にしていることや、好きなこと、嫌いなことなど、伝えやすいことから考えてみてください。

日々の会話の中で
気軽に話すのも GOOD ♪

1. 考える

あなたが大切にしていることは何ですか

何度でも
繰り返し考え
話し合しましょう

2. 話す

信頼できる人や医療・ケア
チームと話してみよう

3. 伝える

話し合った内容を記録して
大切な人に共有しましょう

ACPの進め方

だいじなのは、何度でも、繰り返すこと。

「もしものとき」に「どうしたいか」は一人一人違うもの。その時の健康状態やライフステージによっても、ご自身の想いは変化します。大切なのは繰り返し周囲の人と共有し、話し合うことです。

日頃の会話を大切にすることでも、ご自身の望む医療やケアを受けられる可能性が高くなります。今回は、自然な会話の中でACPに取り組んでいた方々にお話を聞きました。

おふたりのお話を
もっと読みたい方
はこちらへ▶



専門的なことなど、 気軽に相談してください



横山 先生

よこやま泌尿器
在宅クリニック
院長。
訪問診療も行っ
ている。

本人の想いは健康な時と病気になってからとで変化する場合があります。だからこそ、繰り返し話していくことが大切です。想いをまとめ、大切な人に伝えておくことは、「もしものとき」にご自身の想いを代弁する時の助けになります。訪問診療を導入する際には「今後どのように生きたいか」ということを本人・ご家族と話し合います。想いを整理し、医療や介護を考える中で悩んだり、不安を感じる時があると思います。そのような時はぜひ相談をしていただければと思います。

会話の中で自然と 本人の想いを聞いていました



美里 さん

市内在住。祖母
を看取り、現在
は祖父を介護中。

祖母は長らく入院していましたが、これまでの生活や祖母との会話から、住み慣れた自宅で家族と過ごすことが祖母の想いではないかと感じ、1年半ほど自宅で過ごし看取りました。退院の際に「これから先はずっとおうちにいられるよ」と話すと、祖母はこの上ない笑顔でした。自分らしいエンディングを考えて周囲に伝え、ノートにまとめておくこと、周囲の人は日常の何気ない会話から本人の想いを考えることが大事だと思います。

一歩踏み出す きっかけに

市では、ACPを始めるきっかけとして、『わたしの想いノート』の配布や講演会の開催、さらに、在宅療養についての周知を行っています。



わたしの想いノート

ご自身の想いをカタチにするためのノートです。記載をしたら、大切な人と共有してみましょう。

ノートがあると
話しやすいね♪



配布場所

本庁舎、健康支援センター2号館、西庁舎(旧穴切小学校)、各公民館、各福祉センター

ACP普及啓発講演およびトークセッション ～話しておこう、大切なことを、大切な人と。～

〒イベント運営事務局…☎055(235)7666
FAX 055(235)7672
問地域包括支援課…☎055(237)5484



日時 12/6(土) 13:00～15:00

会場 リッチダイヤモンド総合市民会館 芸術ホール

定員 会場 450 人、ライブ配信 500 人(先着順)

申込 11月17日(月)までに申込フォーム、FAXまたは電話で

【第1部】(講演) 話してみませんか? 大切なことを

講師: 浜野 淳さん(医師・筑波大学医学医療系准教授)

【第2部】(トークセッション) いま大切な人と話しておきたいこと

出演者: 原 千晶さん(タレント)、浜野 淳さん、
高添明日香さん(あすか在宅クリニック院長)



浜野 淳さん



原 千晶さん



高添明日香さん

在宅療養を身近に

在宅療養は、住み慣れた自宅で医療や介護を受けながら自分らしい生活を送るための選択肢の1つです。

▶在宅療養

普及啓発動画



▶出前講座

「ご存知ですか? 在宅療養」

〒問生涯学習課…☎055(223)7323
医療・介護の専門職から、在宅療養についての講話を聴くことができます。



▼講座内容はこちら



※団体による申し込みが必要で

話すべきは、今。

ずっと自分らしく暮らすための一歩を、
ぜひ踏み出してください。

募 集

未来のこうふまちづくりミーティング# 01 リニア駅から広がるこうふくなまちづくり



甲府リニアプロジェクト推進課…☎055 (237) 5114

樋口市長と深澤直人さん(甲府市リニアまちづくりデザインディレクター*)が、リニア開業をきっかけに甲府をこうふくにするための、駅前のまちづくりなどに関するアイデアの発表や対談を行います。この機会を出発点として、未来のこうふのまちを一緒に考えてみませんか？

※リニア開業に向けてまちの価値を高めるべく、デザインの視点から専門的な助言を得るために設置

【内容】前半 プレゼンテーション 後半 パネルディスカッション

【対象】市民、県民、民間事業者など、どなたでも

【日時】11月22日(土) 14:00~16:00 (13:30 開場)

【会場】甲府商工会議所 5階多目的ホール

【定員】150人(先着順)

【申込】11月20日(木)までに右記申込フォーム
または電話で



甲府市長 樋口雄一



深澤直人さん
甲府市リニアまちづくり
デザインディレクター

1956年、甲府市生まれ。
プロダクトデザイナー。
多摩美術大学副学長。英
国D & AD金賞、日本グ
ッドデザイン金賞受賞。

YouTube LIVE 配信

当日、イベントのようすを市公式 YouTube
でライブ配信します(申込不要)。

甲府市ちゃんねる

検索



／ 令和7年度日本女性会議レガシー事業 ／

募 集

peco トークショー ファッションも人生も自分らしく！



甲府人権男女参画課…☎055 (237) 5209

タレント・ブランドプロデューサーのpecoさんをお招きし、子育てと仕事の両立に関するトークショーを開催します。

テーマ ファッションも人生も自分らしく！
～ peco の子育て my rule ～

【日時】令和8年1月17日(土)
13:30~15:10 (12:50 開場)

【会場】リッチダイヤモンド
総合市民会館 芸術ホール

【定員】450人(先着順)

【申込】12月15日(月)までに下記
いずれかの方法で



peco



司会 水越千尋
山梨放送アナウンサー

市公式 LINE

メニュー▶各種予約▶
その他イベント等の予約



やましくらしねっと

表示される手順により
下記申込内容を入力



メール

件名「peco トークショー参加希
望」と下記申込内容を記入のうえ
danjyoks@city.kofu.lg.jp まで

電話

平日午前8時30分~午後5時
15分(祝日、年末年始は除く)
に人権男女参画課へ

▶申込内容

①申込者 ① 郵便番号 ② 住所 ③ 氏名 ④ 生年月日

・申込者含めて4人まで申込可。全員の①~④をご記入ください
・郵便番号や住所が同じ場合は同上でも可
・後日、参加者それぞれに入場券(ハガキ)を送付します

②電話番号 ③メールアドレス ④ peco さんへのご質問

託児
あり

定員若干名(先着順)。

託児の詳細は市ホームページをご確認ください。

／ "わたしのロールモデル"をみつけよう／

募 集

女性ロールモデルとの交流会

“じぶんを大切に”地域みんなで子育て 編



甲府人権男女参画課…☎055 (225) 3940

先輩起業家によるワークショップや体験談など、あなたらしい一歩を踏み出すための交流会を開催します。

【対象】市内在住で何かに挑戦したい女性

定員 20人
(先着順)

【日時】11月13日(木)
13:30~15:30

【会場】SHIRO-no-IRO
(丸の内1丁目15-2
第五丸銀ビル3F)

【申込】市公式LINEで



講師

赤池有花

さん

KEIPEI(株)広報・フード事業部
「MARLU SOUP&DELI」発起人

／ あなたとわたしが会える場所 ／

イベント

こうふ女性達で創る チャレンジマーケット



甲府人権男女参画課…☎055 (225) 3940

甲府の中心で、頑張る女性を応援！11月はこうふ亀屋座
で、ウィークエンドマーケットを開催します。

【日時】11月8日(土) 10:00~16:00 (雨天決行、荒天中止)

【会場】こうふ亀屋座 交流広場

【内容】焼き菓子、お弁当、クラフト、
ワークショップなど11店舗
が出店予定

●子ども応援フェスタ
お城であそぼ！
●こうふ みんなの健康ひろば
(in 舞鶴城公園)
と同日開催！

令和6年度 決算報告



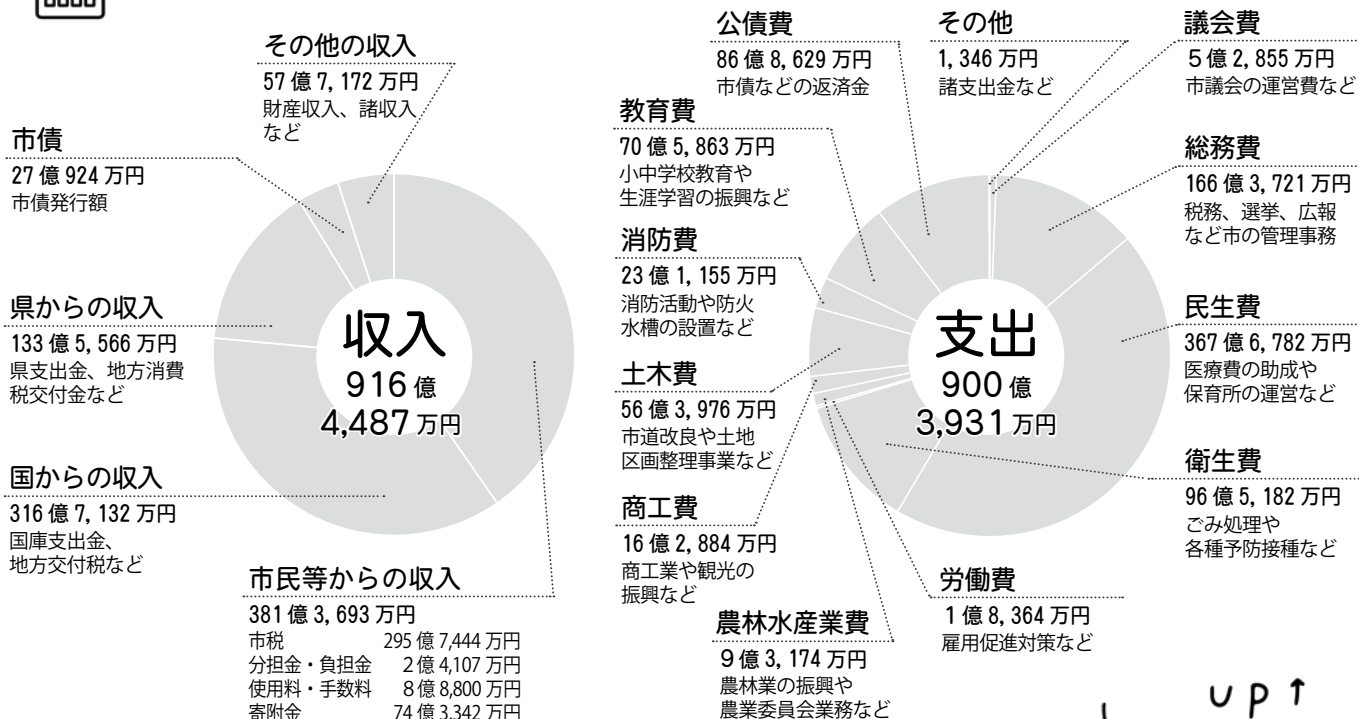
令和6年度の決算と決算に基づく健全化判断比率などについてお知らせします。

問 財政課… ☎ 055 (237) 5292



一般会計

福祉・教育・環境など、市民の皆さんの日常生活に関わる仕事をする会計



「主な事業費の増減」

増加

- ふるさと応援寄附金に係る経費
- 定額減税補足給付(調整給付)に係る経費
- 保育施設等の運営給付に係る経費 など

減少

- 電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金の支給に係る経費
- 子育て世帯生活支援特別給付金の支給に係る経費 など

令和6年度収支

収入 916億 4,487万円 — **支出** 900億 3,931万円 = **差引額** 16億 556万円 (令和5年度：21億 8,391万円)

《差引額の内訳》

令和7年度に繰り越して使用する分 ➡ 10億 556万円 (令和5年度：12億 8,391万円)
将来に備えて基金へ積み立てる分 ➡ 6億 0万円 (令和5年度：9億 0万円)

◎市民 1 人当たりの税負担

市民税	7 万 5,320 円
固定資産税	6 万 4,212 円
都市計画税	1 万 765 円
市たばこ税	7,478 円
軽自動車税	3,582 円
入湯税	256 円
合 計	16 万 1,613 円

◎市民 1 人当たりの支出

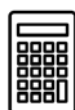
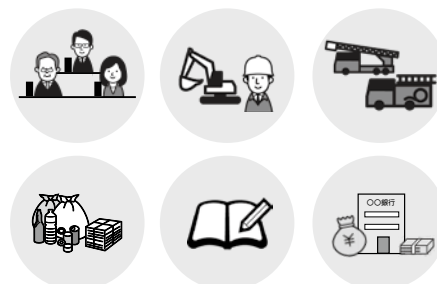
議会費	2,888 円	商工費	8,901 円
総務費	9 万 916 円	土木費	3 万 819 円
民生費	20 万 923 円	消防費	1 万 2,632 円
衛生費	5 万 2,744 円	教育費	3 万 8,573 円
労働費	1,003 円	公債費	4 万 7,467 円
農林水産業費	5,092 円	その他	74 円
合 計		49 万 2,032 円	

◎市税収納状況

令和 7 年 3 月 31 日現在 人口：182,995 人

	令和 6 年度分	滞納分	合 計
課税額	296 億 9,836 万円	8 億 225 万円	305 億 61 万円
収入額	294 億 1,699 万円	1 億 5,745 万円	295 億 7,444 万円
収納率	99.05%	19.63%	96.96%

※過去の収納率(合計)：令和 4 年度…97.04%、令和 5 年度…97.11%



特別会計

特定の仕事をする場合に、一般会計と別に経理する会計

	収入額	支出額
国民健康保険事業	180 億 7,676 万円	179 億 2,657 万円
交通災害共済事業	3,419 万円	3,419 万円
住宅新築資金等貸付事業	1,762 万円	1,762 万円
介護保険事業	227 億 5,987 万円	224 億 5,234 万円
後期高齢者医療事業	35 億 8,097 万円	35 億 7,325 万円
母子父子寡婦福祉資金貸付事業	3,328 万円	2,914 万円



公営企業会計

地方卸売市場や病院など、独立して経理する会計

	収入額	支出額
地方卸売市場事業	営業収益 2 億 3,033 万円	営業費用 2 億 9,349 万円
	営業外収益 1 億 1,739 万円	営業外費用 2,902 万円
	特別利益 0 万円	特別損失 0 万円
	当年度純利益 2,521 万円	
病院事業	医業収益 83 億 3,147 万円	医業費用 89 億 5,525 万円
	医業外収益 9 億 2,645 万円	医業外費用 5 億 928 万円
	特別利益 5,853 万円	特別損失 0 万円
	当年度純損失 1 億 4,808 万円	
下水道事業	営業収益 39 億 1,366 万円	営業費用 55 億 5,421 万円
	営業外収益 34 億 2,389 万円	営業外費用 4 億 1,127 万円
	特別利益 2 億 3,493 万円	特別損失 206 万円
	当年度純利益 16 億 494 万円	
水道事業	営業収益 47 億 249 万円	営業費用 45 億 9,226 万円
	営業外収益 11 億 4,736 万円	営業外費用 3,520 万円
	特別利益 6,246 万円	特別損失 341 万円
	当年度純利益 12 億 8,144 万円	
農業集落排水事業	営業収益 468 万円	営業費用 3,965 万円
	営業外収益 3,715 万円	営業外費用 84 万円
	特別利益 18 万円	特別損失 47 万円
	当年度純利益 105 万円	
簡易水道等事業	営業収益 339 万円	営業費用 7,207 万円
	営業外収益 7,155 万円	営業外費用 335 万円
	特別利益 0 万円	特別損失 0 万円
	当年度純損失 48 万円	
浄化槽事業	営業収益 635 万円	営業費用 2,641 万円
	営業外収益 2,404 万円	営業外費用 147 万円
	特別利益 17 万円	特別損失 21 万円
	当年度純利益 247 万円	



令和 6 年度 決算に基づく健全化判断比率など

地方公共団体の財政運営の健全性を示す「健全化判断比率」や公営企業ごとの経営状況を示す「資金不足比率」は、早期・経営健全化基準を下回り、健全な財政運営を維持することができました。



■健全化判断比率（単位：％） 自治体財政の健全度を示します。

指標名	指標の説明	甲府市の比率	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率*	福祉、教育、まちづくりなどを行う地方公共団体の一般会計などの赤字の程度を指標化し、財政運営の悪化の度合いを示すもの	—	11.31	20.00
連結実質赤字比率*	公営企業会計を含む全ての会計の赤字や黒字を合算したもので、地方公共団体全体としての赤字の程度を指標化し、財政運営の悪化の度合いを示すもの	—	16.31	30.00
実質公債費比率	借入金の返済額と、それに準じる額の大きさを指標化し、資金繰りの程度を示すもの	8.4	25.0	35.0
将来負担比率	公営企業会計を含む全ての会計や一部事務組合などにおいて、借入金（市債）残高や将来支払っていく可能性のある財政負担見込額などを指標化し、将来の財政運営を圧迫する可能性の度合いを示すもの	6.5	350.0	

※赤字額が生じていないため比率は「—」で表示

■資金不足比率（単位：％） 公営企業経営の健全度を示します。

区分	甲府市の比率	経営健全化基準
地方卸売市場事業会計	—	20.0
病院事業会計	—	
下水道事業会計	—	
水道事業会計	—	
農業集落排水事業会計	—	
簡易水道等事業会計	—	
浄化槽事業会計	—	

※各会計とも資金不足額が生じていないため比率は「—」で表示

※指標を算出するための計算方法などは、市ホームページに掲載しています

◎市債残高

一般会計	611 億 5,409 万円
特別会計	1,940 万円
市場事業会計	5 億 5,357 万円
病院事業会計	31 億 7,076 万円
下水道事業会計	313 億 2,813 万円
水道事業会計	44 億 9,486 万円
農業集落排水事業会計	3,296 万円
簡易水道等事業会計	1 億 1,968 万円
浄化槽事業会計	7,101 万円

市職員の給与と職員数の状況

問職員課…☎055（237）5096

市職員の給与は地方公務員法に基づき、市議会の議決を経て市の条例で定めています。令和7年4月1日現在の状況をお知らせします。

◎令和6年度職員給与費の決算状況

給与費とは、毎月支給される給料や民間会社のボーナスにあたる期末・勤勉手当、各種手当の合計です（退職手当、児童手当は除く）。

令和6年度普通会計決算給与費の総額	70 億 1,882 万円
内 給料	42 億 3,116 万円
期末・勤勉手当	17 億 9,959 万円
職員手当（扶養・住居手当など）	9 億 8,807 万円

◎令和7年度職員給与費の予算状況

令和7年度普通会計当初予算給与費の総額	78 億 3,696 万円
内 給料	44 億 965 万円
期末・勤勉手当	24 億 8,955 万円
職員手当（扶養・住居手当など）	9 億 3,776 万円

◎職員給料の状況

職員の給料は職種、職務、経験年数、学歴に応じて定めた級と号給からなる給料表（行政職、医療職(1)(2)(3)、技能労務職など）で決定しています。

●一般行政職の初任給	●職員の平均年齢・平均給料月額
大学卒…22 万 0,000 円	一般行政職…41.8 歳・31 万 7,000 円
短大卒…20 万 1,000 円	技能労務職…54.4 歳・33 万 1,300 円
高校卒…18 万 8,000 円	

◎職員数の状況 ※職員数は国の定員管理調査に基づき、常勤一般職の数で、臨時または非常勤の職員は除きます

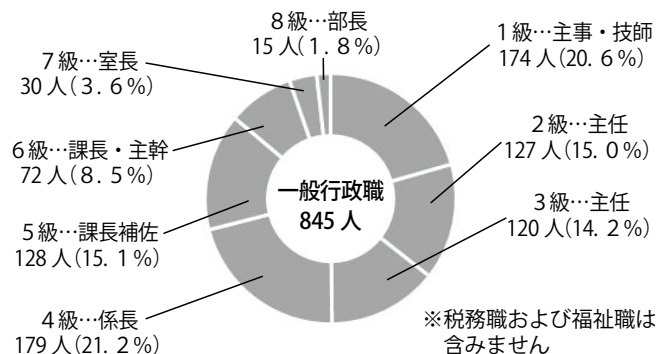
令和7年度は1,772人で、総合計画策定、国民スポーツ大会冬季大会および全国高等学校総合体育大会開催準備に伴う体制強化などを図った一方で、業務の見直しや効率化を進めると共に、とりわけ技術職の人材確保の難しさなどにより、全体では令和6年度の1,795人に比べ、23人の減員となりました。

◎特別職の報酬などの状況

特別職の報酬などは、市議会の議決を経て決定します。

	区分	月額	期末手当の支給割合
給料	市長	1,080,000 円	6 月期… 2.275 月分 12 月期… 2.275 月分 計… 4.550 月分
	副市長	880,000 円	
報酬	議長	660,000 円	6 月期… 1.725 月分 12 月期… 1.725 月分 計… 3.450 月分
	副議長	610,000 円	
	議員	590,000 円	

◎一般行政職の「級」別職員構成の状況



命のメッセージ展／多様な性に関するパネル展

◎命のメッセージ展

閩人権男女参画課…☎(237) 5120
 国連NGO横浜国際人権センター山梨ランチ…☎(243) 8563
内容 人権啓発写真、マンガパネル、市内小・中学校生徒の感想文など、命と人権を考えるパネル展
期間 11月6日(木)～19日(水) ※19日は午前中のみ
会場 市立甲府病院、中道公民館

◎多様な性に関するパネル展

閩人権男女参画課…☎(237) 5120
 CoPrism…Eメール(coprism.yamanashi@gmail.com)
内容 性的指向や性自認を理由とする偏見や差別を解消し、思いやりのある社会を実現するためのパネル展
期間 11月6日(木)～19日(水) ※19日は午前中のみ
会場 市立甲府病院

暮らしの情報

最新の情報は市ホームページなどでご確認ください。

※記載のない限り申込不要・参加無料・

定員は先着順

※市外局番は055

甲府市公式ホームページ▶



持ち去り行為は条例違反です

閩ごみ収集課…☎241・4313
 ごみ集積所に出された不燃物・資源物・有価物を、市の委託業者以外が収集運搬する事は条例で禁止されています。違反者には20万円以下の罰金が科されることがあります。
 なお、持ち去り行為を見かけたら、直接声をかけず、車両ナンバー等をごみ収集課へお知らせください。

来て！見て！聞いて！ 里親相談会〔夜間開催〕

閩子育て支援課…☎237・5917
 社会的養育機関エール里親支援センター…☎277・3093
内容 里親制度に関するパネル展示やDVDの上映、里親制度の説明、個別相談など
日時 12月9日(火)午後4～8時
会場 県立図書館イベントスペース 東側(北口2-8-1)

「日本不動産鑑定士協会連合会 設立60周年」無料相談会

閩協働推進課…☎237・5298
 県不動産鑑定士協会…☎221・2380
内容 不動産の価格、地代・家賃など、不動産の有効利用に関すること
日時 11月13日(木)・14日(金)午前10

有価物などの収集日程表 閩ごみ収集課(燃えないごみ)…☎(241) 4313／ごみ減量課(有価物・資源物)…☎(241) 4327 ※3日(月・祝)と24日(月・振)も収集地区の燃えるごみを収集します

地区名	燃えないごみ(ガレキ)	有価物	資源物	地区名	燃えないごみ(ガレキ)	有価物	資源物	地区名	燃えないごみ(ガレキ)	有価物	資源物
相生	11月11日 12月10日	11月26日	11月6日 12月8日	国母	11月13日	11月20日	11月7日 12月5日	富士川	11月21日	12月1日	11月17日
相川	11月28日	11月14日	11月26日	里垣	11月25日	11月6日 12月5日	11月18日	宮本	11月4日 12月2日	11月11日	11月27日
朝日	11月26日	11月5日 12月4日	11月19日	上九一色	11月18日		11月12日	山城	11月7日 12月8日	11月19日	11月4日 12月3日
穴切	12月3日	11月13日	12月1日	新紺屋	11月27日	11月10日 12月8日	11月20日	湯田	12月1日	11月12日	11月25日
池田	11月12日	11月7日 12月9日	11月21日	新田	11月12日	11月7日 12月9日	11月21日	中道(北)	11月17日	11月22日	11月10日 12月10日
石田	11月5日 12月4日	11月17日	11月28日	住吉	11月10日 12月9日	11月21日	11月5日 12月4日	中道(南)	11月17日	11月22日	11月10日 12月10日
伊勢	11月10日 12月9日	11月21日	11月5日 12月4日	琢美	11月11日 12月10日	11月26日	11月6日 12月8日	廃食油の回収日程(11月)			
大国	11月17日	11月28日	11月10日 12月10日	玉諸	11月20日	11月4日 12月3日	11月14日	10日(月)	公民館 北・北東 悠遊館 羽黒・相川・北部・朝日		
大里	11月18日	11月27日	11月12日	千塚	11月14日	11月25日	11月11日 12月9日	11日(火)	西公民館 悠遊館 貢川・石田		
春日	12月3日	11月13日	12月1日	千代田	11月4日 12月2日	12月10日	11月27日	12日(水)	公民館 南西・南・中道 大国悠遊館、堀之内町公会堂		
北新	11月4日 12月2日	11月11日 12月10日	11月27日	能泉	11月4日 12月2日	11月11日	11月27日	13日(木)	中央公民館、保健センター 悠遊館 住吉・伊勢・湯田・富士川		
貢川	11月19日	12月2日	11月13日	羽黒	11月6日 12月5日	11月18日	12月2日	14日(金)	総合市民会館、東公民館 悠遊館 里垣・玉諸		
甲運	11月21日	12月1日	11月17日	東	12月1日	11月12日	11月25日	11日(火)～ 16日(日)	リサイクルプラザ(正面玄関横)		

※有価物回収は自治会などが実施する集団回収です。詳細は、加入している自治会などにご確認ください

■8月分のごみの量 燃えるごみ 4,265.82 燃えないごみ 381.62 資源物 251.01 プラスチック製容器包装 79.99 有価物 226.51 合計 5,204.95 (単位 t)
 ◎ 令和7年8月の家庭系燃えるごみ1人1日あたりの排出量は、目標値463.8gに対して455.43gでした。目標達成しました！今後もご協力をお願いします。

本文中の☎は会場、☎は申込先、☎は問合せ

時々午後2時午後1時30分受付終了
会場 本庁舎1階市民活動室

特設人権相談所

閩人権男女参画課：☎237・5120
全国共通人権相談ダイヤル：
☎0570・003・110

相談内容 いじめ、近隣トラブル、
困りごとなど人権に関する悩み相談

日時 11月19日(水)午後1時30分～
3時30分
会場 中道公民館会議室2・3

子ども・夫婦なんでも無料相談会

閩協働推進課：☎237・5298
申問県弁護士会：☎235・7202

弁護士と臨床心理士が対応します。
日時 11月29日(土)午後1時30分～4
時50分

会場 県弁護士会館(中央1ー8ー7)
申込 面談・Zoomによる相談は
11月28日(金)正午まで、電話相談は申
込不要(当日午後4時まで)

第21回山梨の10士業による無料
なんでも合同相談会(予約可)

閩協働推進課：☎237・5298

日本弁理士会関東会事務局：

内容 司法書士・行政書士・社会保
Eメール(10shikaijim25@jpa.or.jp)

険労務士・土地家屋調査士・税理士・
公認会計士・弁護士・弁理士・不動
産鑑定士・中小企業診断士が対応

日時 11月23日(日)祝午前10時30
分～午後3時45分(1人30分)

会場 ジットプラザ(高畑2ー19ー2)
申込 申込フォームで

※10士業の資格説明会も開催
※書類の作成指導・審査不可

犯罪被害者等相談窓口

閩人権男女参画課：☎237・5120

甲府警察署警務課：☎232・0110

南甲府警察署警務課：☎243・0110

犯罪被害に遭われた方やそのご家
族からの相談に応じます。

山梨県警察ホームページ



相談窓口	電話
山梨県犯罪被害者等総合支援窓口 ★A	☎(223)4180
警察総合相談室 ★C	# 9110 ☎(233)9110
性暴力110番 ★C	# 8103 ☎(224)5110
ヤングテレホン ★A	☎0120(31)7867
各警察署警察安全相談所 県下12警察署 ★A	各警察署内
(公社)被害者支援センターやまなし ★B	☎(228)8622
やまなし性暴力被害者 サポートセンター「かいさほもこ」★C	# 8991 ☎(222)5562

※受付は、★A 平日午前8時30分～午後5時15分(ただし、
ヤングテレホンのみ午後5時まで)／★B 平日午前10時～
午後4時／★C 24時間受付

11月の相談 ※祝日は除く

日時・問い合わせ先など	会場
●司法書士無料法律相談 ～登記、相続などの相談～ ※書類の作成指導・審査は不可 5日(水)午前10時～午後1時(1組30分) ※原則、毎月第1水曜日を予定 要予約山梨県司法書士会 ☎(253)2376	本庁舎4階 市民相談室1・2
●くらしの法律無料相談 ※10月27日(月)から予約受付 開始。年度内に1人1回 限り。弁護士対応 5・19日(水)、10・17日(月)、16日(日) 午後1時30分～4時30分(1組30分) 要予約協働推進課 ☎(237)5298	
●土地家屋調査士無料相談 ～土地境界、調査測量など～ 12日(水)午前10時～午後1時 協働推進課 ☎(237)5298	
●行政相談 ～官公庁の仕事に対する苦情・意見・要望～ 13日(木)午後1時30分～4時(3時30分受付終了) 協働推進課 ☎(237)5298	
●宅建協会無料相談 ～不動産売買・賃貸借・空き家の悩み など～ 20日(木)午後1時30分～4時 ※有資格者が対応 協働推進課 ☎(237)5298	
●マンション管理士無料相談 ～マンションの快適な居住環境、 維持・管理など～ 20日(木)午後1時30分～4時 協働推進課 ☎(237)5298	
●行政書士無料相談 ～遺言・相続・契約などの書類作成 の相談～ 21日(金)午前10時～正午、午後1～4時 協働推進課 ☎(237)5298	
●税理士無料税金相談 ※9日(日)のみ要予約 (予約は税理士会へ) 9日(日)午前9時～正午 11日(火)午前10時～正午(11時30分受付終了)、 午後1～4時(3時30分受付終了) 協働推進課 ☎(237)5298	

日時・問い合わせ先など	会場
●女性総合相談室 ～女性が抱える悩み全般～ 毎週月～金曜日午前9時～正午、 午後1～4時(金曜日は午後7時まで) 女性総合相談室 ☎(223)1255	本庁舎4階 女性総合相談室
●労働相談室 ～労働条件や退職などの悩み相談～ 毎週火・木曜日午後5～8時 企業立地雇用推進課 ☎(237)5736	本庁舎4階 相談室4a 電話はこちらへ
●社会保険労務士無料相談 ～雇用保険や年金などの相談～ 9・23日(日)午前10時～午後4時(3時受付終了) 企業立地雇用推進課 ☎(237)5736	☎(298) 4475
●心配ごと相談室 ～日常生活上の悩み相談～ 毎週月～金曜日午後1～4時(1組30分) 心配ごと相談室 ☎(237)5897	本庁舎4階 相談室4a
●消費生活相談 ※必要に応じて弁護士による法律相談も行います 毎週月～金曜日午前9時～午後4時 (水曜日は午後6時まで) 消費生活センター ☎(237)5309	本庁舎4階 消費生活センター
●交通事故無料相談 毎週月・水・金曜日午前9時～午後4時 交通事故相談室 ☎(237)5443	本庁舎4階 交通事故相談室
●外国人相談 ※英語、韓国語、中国語の相談員がいます。 その他の言語は音声翻訳機を使用して対応します。 時間によって対応できない場合があります 毎週月～金曜日午前9時～午後4時 市民課 ☎055(237)5359	本庁舎2階 市民課相談室2a

◆人権啓発活動重点目標：「誰か」のことじゃない。

◆人権啓発活動強調事項：「犯罪被害者及びその家族の人権に配慮しよう」

目指そう！賢い消費者！！～ストップ！悪質商法～



消費生活センター… ☎ (237) 5309
毎週月～金曜日(祝日・年末年始は除く)
午前9時～午後4時(水曜日は午後6時まで)



▲消費生活
情報サイト

事例：スマホで SNS を閲覧中、差込広告に反応し、紹介されていたブランドの洋服が格安だったので注文した。数日後、洋服は届いたが海外で製造された粗悪品で、とても着用できるものではなかった。

アドバイス：通常の商品よりも極端に安い値段で売られている商品は、粗悪品やニセモノの場合が多くあります。返品に応じてくれる場合もありますが、対応が遅く返金されるのに数か月を要するケースも見られます。不用意にサイトにアクセスしないことや、情報の真偽を注意深く見極めましょう。

証明書発行はコンビニ交付で お得に！

問市民課… ☎ 237・5337

マイナンバーカードを使って、コンビニのマルチコピー機で住民票の写しなどの各種証明書が取得できます。交付手数料が150円安くなり、土日祝日も利用可能です。※11月18日(火)は、戸籍証明書、戸籍の附票の写しのコンビニ交付が停止します。ご理解・ご協力をお願いします

マイナンバーカード 出張申請受付会場

問市民課… ☎ 0570・0178・55

11月は次の日程で会場を設けます。

日	日	会場
1	1日(土)	北公民館
2	4日(火)・5日(水)	西公民館
3	6日(木)・7日(金)	西公民館
4	8日(土)	南公民館
5	10日(月)・11日(火)	南公民館
6	12日(水)・14日(金)	西公民館
7	15日(土)	西公民館
8	17日(月)・18日(火)	東公民館
9	19日(水)・21日(金)	東公民館
10	22日(土)	南西公民館
11	25日(火)・26日(水)	南西公民館
12	27日(木)	遊亀公民館
13	28日(金)	南西公民館
14	29日(土)	中道公民館

受付時間 ①午後2～5時
②午後1～4時
③午後4時30分～7時30分

※申請時、本人確認書類(顔写真付の公的書類なら1点、健康保険・介護保険証など顔写真のない確認書類は2点)をご用意ください。なお、申請書、通知カード、住民基本台帳カード、マイナンバーカードをお持ちの方はご用意ください

★個人宅や介護施設、公共・商業施設への出張申請を受け付けています。詳しくはお問い合わせください



事業主の方々へ 給与支払報告書の配布

問市民課… ☎ 237・5398

日時 ①11月20日(木)午前10時～午後4時
②11月21日(金)以降 午前8時30分～午後5時15分

会場 ①リッチダイヤモンド総合市民会館多目的室 ②本庁舎3階市民税課 ※給与支払報告書のみ配布します。今年度より、①で配布していた法定調書や源泉徴収票などの書類については配布しませんので、最寄りの税務署から入手してください



11月9日(日)～15日(土)は「秋季全国火災予防運動」を実施します

問消防本部査察課… ☎ 222・1284

全国統一防火標語 「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

空気が乾燥し火災が発生しやすい季節です。火の取り扱いには十分注意しましょう。

★消防フェスティバルを開催します
内容 消火、救助、応急手当等の消防体験の他、防火衣を着て記念撮影も。スタンプラリーで消防グッズをプレゼント。

日時 11月9日(日)午前10時～正午
会場 県立科学館愛宕山358-1

お子様の結婚がバッチリな方の交流会

親同士のお見合い

@山梨県地産センター かいてらす小会議室

11月22日(土) 14:00～

対象 未婚の子を持つ親御様
お子様の年齢：女性30～40歳 男性35～45歳

費用 3,000円(税込)
※おひとりでもご夫婦でも同額

お子様の身上書き(年齢や職業等)を元に、親御様同士でお見合いを行う会

マル道マークCMS取得 ムスベル株式会社
主催：結婚相談所ムスベル甲府
甲府市丸の内2丁目16-4 丸栄ビル6階
営業時間：10時～19時 定休日：第2・第4水曜日

055-288-1038

服を買うより2～3週間で、やせてみる!?

- ☑病院でやせるように言われた(健診が近い)
- ☑ポッコリお腹が気になる(最近服がキツイ)
- ☑コレステロールが高い(血圧や血糖も)
- ☑太ったら膝や腰が痛くなった(運動は嫌い)
- ☑色々試したがやせない(40～70歳代も)
- ☑短期間で集中してやせたい(長いと飽きる)

甲府市住吉5-18-26 臨床漢方薬局ナオル薬品
電話 241-3211 FAX241-3213(無料電話相談可)

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

人権擁護委員の田中正志さんが法務大臣表彰を受賞

閩人権男女参画課：☎237・5120
甲府地方事務局：☎252・7239
人権擁護委員として活躍されている田中正志さんが、長年にわたる地域住民の人権擁護および人権尊重思想の普及高揚に積極的に寄与されてきた功績が評価され、法務大臣から表彰されました。



11月1日(土)は計量記念日

閩市民部総務課：☎237・5304
「適正な計量」は、取引や証明、健康管理、快適な環境の維持などに大切な役割を果たしています。

電動キックボード・シェアサイクル実証実験スタート！

閩交通政策課：☎237・5109
やまなしリニア・地域交通共創プラットフォーム事務局：☎223・1659
次世代の移動手段として注目されている「電動キックボード」や「シェアサイクル」の実証実験を実施しています。

期間 令和8年1月18日(日)まで

対象エリア 甲府市、甲斐市、昭和町の一部地域

ポイント※設置場所 甲府駅、山梨大学周辺、湯村温泉郷、県立美術館、竜王駅

※貸出・返却を行う無人の駐輪場

対象 16歳以上の方

料金 11月23日(日)祝日まで

クーポン利用で無料(時間上限あり、再利用可)。

※詳しくは県ホームページをご覧ください

バス停まで自転車！サイクル・アンド・ライドを活用しよう！



閩交通政策課：☎237・5109

通勤・通学・買物・通院等において、バス停の近くまで自転車で行き、バスに乗り換える際、市内協力施設の駐輪場の利用が可能です。

※協力施設や申請方法については、市ホームページをご覧ください

※ご協力いただける施設等も募集しています



12月7日(日)は日曜窓口を臨時休業します

閩市民総室総務課：☎237・5294
市民課：☎237・5349

システム更新のため、日曜窓口業務(マイナンバー業務含む)を臨時休業します。なお、戸籍に関する届出(出生届・死亡届など)は本庁舎1階管理室で受け付けます。

工事請負・物件供給などの追加登録(新規)希望者は申請を

閩契約課：☎237・5124(工事)
☎237・5194(物品)
閩上下水道総務課：☎228・3436

対象 令和8年度に市(学校・病院・地方卸売市場を含む)と上下水道局が発注する工事請負・物件供給などを希望する方※令和6年12月に申請し、すでに登録済みの方は必要ありません。市と上下水道局の一括申請(受付は契約課でのみ)

受付期間 12月1日(月)〜12日(金)(必着)

申請 いずれかの方法で申請

●郵送 申請書(市ホームページからダウンロード可)に記入し、必要書類を添付の上、〒400-8585 甲府市役所契約課まで郵送

●インターネット「やまなしくらしねっと」で申請し、一部書類を契約課まで郵送



正看護師募集中! 甲府共立病院

まずは直接お問い合わせください。

職種/正看護師(非常勤職員)

時給/1195円〜(経験換算あり)

時間/日勤 8:30〜16:30

準夜 16:30〜0:30

深夜 0:15〜9:00 早番・遅番、土日祝日勤務

休日/4週6休 有給休暇(勤務条件による)

手当/準夜手当4700円 深夜手当7400円

賞与(2023年度実績2回支給)

通勤手当 制服貸与 各種社会保険有

備考/就労条件についての相談に応じます。

甲府市宝1-9-1 甲府共立病院(公益社団法人 山梨県労働医療協会)

Tel 055-226-3131(代表)

総看護師長室 望月・林

kofukyoritsu@s.yamanashi-min.jp



無料・低額診療事業

を実施しています

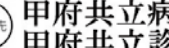


医療費でお困りの方は
ご相談ください

詳しくはこちら



「お金がないから」と医療をあきらめている方、1日でも早く病院・診療所に来て下さい。いっしょに治療を始めましょう。



甲府共立病院 TEL 055-226-3131

甲府共立診療所 TEL 055-221-1000

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

狂犬病予防注射の接種はお済みですか？

閩衛生薬務課：☎237・2550

狂犬病予防法により飼い犬に毎年1回、狂犬病の注射を受けさせることが義務付けられています(毎年11月中旬までに接種が確認できていない犬の飼い主へ通知を送付)。まだ注射が済んでいない場合には早急に動物病院で接種をしてください。

税金・助成

11・12月は「滞納整理強化期間」

閩収納推進課：☎237・5438

11・12月は、県下一斉滞納整理強化期間です。税金の滞納が長期化すると、ご自宅への訪問や、差し押さえなどの滞納処分を行う場合があります。やむを得ない事情で納付が困難な場合は、ご相談ください。

募集・イベント

令和8年「二十歳のつづら」式典出演者募集

閩生涯学習課：☎223・7323

内容 ①【市民憲章】市民憲章を朗読

②「二十歳のメッセージ」二十歳としての抱負を発表

対象 令和7年4月2日～令和8年4月1日に二十歳を迎える方

日程 令和8年1月11日(日)

会場 リッチダイヤモンド総合市民会館山の都アリーナ

定員 ①1人②2人

申込 11月28日(金)までに電話またはEメール(kyogai@city.kofu.jp)で

※申込多数の場合は抽選



朗読ボランティア養成講座(全2回)

閩市ボランティアセンター：☎223・1061/FAX231・6061

朗読の基本的な知識、技術を学び、福祉施設や学校などで活動する朗読ボランティアをしてみませんか。

対象 市内在住・在勤・在学中、全日程受講可能な方

日時 12月4・11日(木)午後2～4時

会場 中央公民館1階会議室2

講師 坂本英子さん(劇団やまなみ朗読・表現さざなみ)

定員 20人

申込 11月5日(水)～25日(火)までに、電話または講座名、住所、氏名、電話番号を明記しFAX、Eメール(k-vc@kofu-sakyoor.jp)で

第35回平和ポスター展

閩市民部総務課：☎237・5294

平和都市宣言事業として行います。

日時 11月28日(金)～12月4日(木)午前8時30分～午後9時30分(初日は午後1時から、最終日は午後3時まで)

会場 本庁舎1階市民活動室

市民ふれあいウォーキング大会「小瀬スポーツ公園コース」

閩スポーツ課：☎223・7325

対象 市内在住・在勤の方

日時 11月30日(日)午前9時45分～正午(受付9時30分)

定員 100人

申込 11月4日(火)午前9時から電話または住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号(携帯番号も)を明記し、Eメール(kyosports@city.kofu.jp)で



甲府市国土強靱化地域計画(案)に対する意見の募集

閩危機管理課：☎237・5247

大規模災害等に備え、「強さ」と「しなやかさ」を持った持続可能なまちづくりを実現するため、「甲府市国土強靱化地域計画(案)」を作成しました。

募集期間 11月14日(金)～12月15日(月)

資料設置場所 本庁舎1階総合案内

本文中の(会)は会場、(申)は申込先、(問)は問合せ先

金相場最高値更新！「金」お売りください!!

(2025年10月金相場過去最高価格更新)

ブランド品・時計・ジュエリー・貴金属・金貨・お酒・商品券・株主優待券の高価買取店

大黒屋 甲府買取センター



甲府市国母1-17-27
TEL:055-236-3377
【外貨両替】も承ります

事業主の皆様、手続きはお済みですか？

労働保険

労働保険は、労災保険と雇用保険の総称です。労働者(パート、アルバイトを含む)を一人でも雇用していれば、事業主は業種・規模を問わず、成立(加入)手続きが必要です。

手続きはお早めに！

甲府市丸の内1-1-11
山梨労働局 労働保険徴収室
☎055-225-2852

制度・手続き(厚生労働省HP)



財源確保のため有料広告を掲載しています。広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

拉致問題について考える日

閩人権男女参画課…☎(237) 5120
閩県民生活支援課…
☎(223) 1352/FAX(223) 1640

内容 映画「めぐみへの誓い」上映
※上映前に、特定失踪者ご家族による講話を行います
【森本美砂さん(山本美保さんの妹)】
日時 12月14日(日)午後1時30分～3時30分(午後1時開場)
会場 かいてらす3階大ホール(東光寺3-13-25)
申込 11月28日(金)までに申込書(本庁舎1階総合案内、各公民館に設置。県ホームページからもダウンロード可)に明記し、県民生活支援課へEメール(kenmin-shien@pref.yamanashi.lg.jp)またはFAXで

内容 甲府市と奈良県大和郡山市

閩国際交流課…☎237・5119
学校教育課…☎223・7321

甲府市・姉妹都市児童生徒作品展

内、2階市政情報コーナー、4階危機管理課各窓口センター。市ホームページからもダウンロード可
提出 意見提出用紙に記入のうえ、〒400-8585甲府市役所危機管理課まで、郵送、持参、FAX、またはEメール(kikikanri@city.kofu.jp)で(12月15日(月)必着)
※詳しくは市ホームページをご覧ください



ケアアシスタントお仕事説明会の開催

閩長寿介護課…☎237・5473

県社会福祉協議会…☎254・8680

ケアアシスタントとは、食事の配膳・下膳や送迎などの介護業務以外の「周辺業務」を行っていただく方です。

内容 仕事内容の紹介、モデル事業所「フルリール甲府」からのメッセージなど

対象 短時間から働きたい方、介護施設や地域で働きたい方など
日時 12月13日(土)午後1時30分～3時30分

場所 南公民館大ホール

まちなかマルシェ出店者募集

閩商工課…☎237・5695

期間 令和8年1月14日(水)～19日(月)

会場 岡島地下催事場

応募条件 市内在住または市内に事業所などがあり、次のいずれかに該当。

①店舗を持たない方や創業間もない方
②中心市街地に店舗を持ちたい方
③ご自身の活動を広げたい女性

小・中学生の作品展(書道、絵画)
日時 11月18日(火)～24日(月) 午前8時30分～午後9時30分
会場 本庁舎1階市民活動室

「甲府GXセミナー」を開催

閩商工課…☎237・5695

閩環境政策課…☎241・4363

市内企業を対象とした、GX(グリーン・トランスフォーメーション)を知らない方から、実際に取り組みたい方まで、幅広く学べるセミナーです。個別相談も実施予定です。

対象 市内の企業経営者や担当者など
日時 11月7日(金)午後2時～(2時間程度)

会場 甲府商工会議所201会議室



甲府矯正展

閩市民部総務課…☎237・5294

甲府刑務所矯正処遇部門(作業)…☎241・8311

内容 全国の刑務所で製作した作業製品の販売および堀の中での取り組みを紹介する矯正広報、刑務所内見学(予定)

日時 11月24日(月) 午前9時30分～午後3時

会場 アイメッセ山梨

※②は市外の方も可
出店料 無料(一部、実費負担あり)
申込 11月14日(金)までに申込フォームで
※応募多数の場合は選考



おひとり様、ご高齢者の終活後悔する前にご相談ください

身元保証、見守り、遺言書、老後資金、死後手続き
身寄りの少ない方、生活が不安な方に
行政書士がそっと寄り添います



お気軽にご相談ください

☎:0120-962-974

甲斐市富竹新田 245-2 昭和土地ビル 3 階

一般社団法人 あんしん相続支援協会

庭木1本から承ります!



- お客様との
お約束
- ☑庭木1本より明瞭料金
 - ☑トイレはお借りしません
 - ☑土日でもOKです
 - ☑お茶はご遠慮します

広報紙
を
お
取
り
な
さ
い

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常 2,200円を ※税込
初回限定 1,100円
先着 10名様

ガーデンエクステラ

カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ

山梨店 甲斐市岩森 1387 営業時間 9:00～17:00 お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

☎0120-61-4128

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

甲府駅北口のイベント

◎日本の伝統芸能を知る講座
～能の五番立(ごばんだて)～

日時 3日(月・祝)
午後1時30分～午後3時まで
会場 藤村記念館1階
※入場無料

◎第87回きたち音楽会
～100万人のクラシックライブ～

日時 8日(土)開場午後6時(開演6時30分)
会場 藤村記念館1階
出演 ヴァイオリン：永井公美子さん
ピアノ：矢島愛子さん
入場料 1,000円
(前売り 800円、中学生以下無料)

◎YAMANASHI BELLY DANCE Festa
～山梨県下最大級 ベリーダンスの祭典～

日時 9日(日)
午前10時～午後3時30分
会場 アシストエンジニアリング
よっちゃばれ広場
※入場無料

◎第27回藤村ライブ バロックコンサート

日時 15日(土)開場午後6時(開演6時30分)
会場 藤村記念館1階
出演 アンサンブル・ピアチェーレ
※入場無料

◎ソライチ

毎月第3日曜日に開催されるマーケット。
お気軽にお越しください
日時 16日(日)午前9時～午後3時
会場 ペDESTリアンデッキ、アシストエン
ジニアリングよっちゃばれ広場

◎第28回藤村ライブ クラシックとジブリ

日時 29日(土)開場午後6時(開演6時30分)
会場 藤村記念館1階
出演 アンサンブル・ルボゼ
※入場無料

問まちづくり部総務課…☎(237) 5797

NPO法人甲府駅北口まちづくり委員会…☎(252) 8797

【第3回市民講座】
日本遺産「御嶽昇仙峡」
遊歩道散策ガイドツアー

問 問 観 光 課 … ☎ 237・5702

国の特別名勝にも指定されている
御嶽昇仙峡の遊歩道をガイドとともに
歩きます。

対象 甲府市・甲斐市在住で3時
間歩く体力がある方

日時 11月29日(土)午前9時～午後
0時30分

集合場所 天神森市営駐車場

定員 15人程度
申込 11月7日(金)から電話で



「山フォトハイク」参加者募集

問 問 林 政 課 … ☎ 298・4837

山岳カメラマンを講師に、ハイキ
ングをしながら冬の澄んだ美しい自
然や景色をスマートフォンでカメラ
で撮ってみませんか？

対象 県内在住の登山経験者で、ス
マートフォンをお持ちの方

日時 12月6日(土)午前9時～午後
1時30分

集合場所・定員 武田の杜サービ
スセンター・15人

申込 11月19日(水)までに参加希望
者全員の住所、氏名、年齢、性別、生
年月日、電話番号を明記し、〒400-1
8585 甲府市役所林政課まで郵

送またはEメール
(sangshinsei@city.kofu.
g.jp)で
※応募多数の場合は抽
選し、結果を通知します

「武田の杜トレイルランニング
レース」ランナーを応援しよう

問 問 観 光 課 … ☎ 237・5702

市 観 光 協 会 … ☎ 226・6550

日時 12月14日(日)午前8時スタート

コース 武田の杜周辺約30km(武田
神社・信玄の湯・湯村温泉)

※信玄の湯・湯村温泉周辺は交通規
制で混雑が予想され
ます。ご理解とご協
力をお願いします



第28回山梨県障害者文化展

問 問 障 がい 福 祉 課 … ☎ 237・5240

県 障 害 者 福 祉 協 会 … ☎ 252・0100

内容 地域展で審査員に選ばれた絵
画や書道、工芸などを展示します

日時 11月21日(金)～26日(水)午前10
時～午後6時(25
日は休館、26日
は午後2時まで)

会場 県立図書
館1階イベント
スペース(北口
2-8-1)



《集客プロモーションパートナー都市》静岡市からのお知らせ

第19回清水港マグロまつり2025

問 問 清水港マグロまつり実行委員会…☎070(9361)7498

11/8(土) 10:00～16:00
清水駅東口公園(静岡市清水区袖師町)

11/9(日) 9:00～16:00
清水駅東口公園、清水魚市場、冷蔵庫団地

マグロ解体ショー、マグロ無料ふるまい、マグロ裁断&即売会など実施♪
他にも体験イベントがいっぱい！



お見積り無料
1本だけでも
大歓迎

庭木の
お手入れ
承ります

フリーコール
0120-329-919

植木屋革命
0120-329-919

【受付】
9:00～18:00
※・日・祝日も受付(年末年始を除く)

三ツ星カットアドバイザー
※・日・祝日も受付

剪定・伐採・草むしり

〒183-0016 東京都府中市八幡町3-19-20 サンサティア

財源確保のため有料広告を掲載しています。
広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

市スポーツ協会職員採用試験

【甲府市スポーツ協会：☎252・3824】
資格 大学卒業以上で、昭和61年4月2日(39歳)から平成3年4月1日(34歳)までに生まれた方で、民間企業において平成30年4月1日から令和7年3月31日までの間に5年以上の職務経験を有する方
職種・募集人数 事務職・1人
試験日 【第1次試験】11月28日(金)12月9日(火)のうち受験者が選択する日
【第2次試験】令和8年1月11日(日)
募集期間 11月7日(金)〜26日(水)まで
※詳しくは、市スポーツ協会ホームページをご覧ください

施設の情報

中道公民館 ☎266・4121

★手作り味噌教室

日時 11月26日(水)午後1時30分〜3時30分
講師・定員 おかめ麴商事有限会社・15人
材料費 3700円
(容器・味噌代含む)
申込 11月6日(木)午前10時から電話で
★背骨ストレッチ教室



日時 11月18日(火)午前10時〜正午
講師・定員 鈴木明子さん・10人
申込 11月5日(水)午前10時から電話で

遊亀公民館 ☎235・1428

★家庭教育学級・女性学級合同作品展

日時 ① 11月14日(金)午後1〜4時
② 11月15日(土)午前10時〜午後3時
会場 2階展示室

★甲府の歴史を学ぼう

「若彦路から 甲府をさぐる」
日時 11月16日(日)午後1時30分〜3時30分
会場 講義室2
講師・定員 保坂康夫さん・20人
申込 11月5日(水)午前10時から電話で
※火曜日が休館日

中央公民館 ☎222・4242

★こうふ歴史散策〜穴切大神社〜

日時 11月28日(金)午前10時〜正午
講師・定員 歴史文化財課職員・20人
申込 往復はがきに住所、氏名、電話番号を明記し、〒400-0031丸の内3-26-16中央公民館まで郵送(11月18日(火)必着。1人1通。応募多数の場合は抽選)
★体幹ストレッチ教室(全2回)

日時 11月18・25日(火)午前10〜11時
講師・定員 望月和文さん・20人
申込 11月5日(水)午前10時から電話で
★背骨コンディショニング教室

①姿勢・肩こり改善編

日時 12月1日(月)午前10時〜正午
②腰痛改善編

日時 12月15日(月)午前10時〜正午
【②共通事項】
講師・定員 藤井聖司さん・20人
申込 11月14日(金)午前10時から電話で

東公民館 ☎235・0611

★こうふ歴史講座〜甲斐善光寺の歴史と文化財を訪ねて〜

日時 11月19日(水)午前10時〜11時45分
集合・解散 甲斐善光寺正面駐車場
講師・定員 歴史文化財課職員・15人
拝観料 500円
申込 11月5日(水)午前10時から電話で

★木の実のブローチ作り教室

〜ナチュラル素材を使つて〜
日時 12月1日(月)午後2時〜3時30分
講師・定員 雪江なほみさん・15人
申込 11月12日(水)午前10時から電話で

北東公民館 ☎254・6100

★甲府歴史講座

「戦国武将・武田信玄研究の今〜現在から見た新たな視点〜」
日時 11月25日(火)午前10時〜正午
講師・定員 信藤祐仁さん・20人
申込 11月5日(水)午前10時から電話で

西公民館 ☎225・1762

★新春に向けたお部屋香つくり教室
日時 11月29日(土)午前10時〜正午

講師 薫物屋香楽 香司さん
定員 10人
材料費 2500円
申込 11月7日(金)午前10時から電話で

南西公民館 ☎228・5571

★初心者！健康マージャン講座

日時 11月27日(木)午後2〜4時
講師 日本健康麻将協会推薦講師
定員 初めて牌に触る方20人
申込 11月11日(火)午前9時30分から電話で
★お正月に着物を着てみましょう(全2回)

日時 12月2日(火)・3日(水)午後2〜4時
講師・定員 山田幸子さん・15人
申込 11月18日(火)午前9時30分から電話で

貢川福祉センター ☎222・0310

★飾り巻き寿司教室

サンタクロースをモチーフに作ります。
対象 市内在住で60歳以上の方
日時 12月11日(木)午前10時〜正午
講師 小淵正子さん
定員 18人
材料費 800円
申込 11月20日(木)午前9時から12月4日(木)午後4時までに代金を持参で

※記載のない限り、申込不要・参加無料・定員は先着順

玉諸福祉センター ☎235・3672

★トールペイント教室

なべしきにポインセチアを描きます。

対象 市内在住で60歳以上の方

日時 11月28日(金)午前10時～11時30分

講師・定員 早川恵美さん・15人

材料費 800円

申込 11月5日(水)午前9時から電話

または来館で

リッチダイヤモンド

総合市民会館 ☎231・1951

①体幹トレーニング

日時 11月12・26日(水)午前10時～

参加費 1500円/回

(小学生以下千円)

②リラクセスヨガ

日時 11月13・27日(木)午後7時～

参加費 1500円/回

③禅力フェニ「寄僧」

座禅および法話(椅子での参加や途中入退場可)

日時 11月30日(日)午後7時～

定員・参加費 20人・千円(お茶菓子付)

【①②③共通事項】

会場・申込 1階格技場・電話で

申問スポーツ協会：☎252・3824

★甲府市いきいき健康プログラム

ゆがみ治して体スッキリ体操教室全4回

日時 11月21日(金)、12月5・12・19

日(金)午前10時～午前11時30分

会場・講師 格技場・岩下幸子さん

定員 市内在住50人

参加費 千円(全4回分)

申込 11月6日(木)午前10時から

電話または申込フォームで



緑が丘スポーツ公園

申問市スポーツ協会：☎252・0661

★第17回新春市民グラウンド・ゴルフ

初打ち大会

対象 市民および市内事業所勤務の

社会人(応募多数の場合は抽選)

日時 令和8年1月12日(月)祝午前8

時30分～予備日1月25日(日)

会場 ふじでんスタジアム

定員 64チーム(1チーム6人)

参加費 500円/人

申込 11月28日(金)(当日消印有効)

までに往復はがきにチーム名、代

表者電話番号、記録員氏名、参加

者氏名・住所・年齢・性別を記入し、

〒400-0008緑が丘2-8-11甲

府市スポーツ協会まで郵送で

市立図書館

☎235・1427

★11月の休館日

10・17日(月)、4・25日(火)、28日(金)

★開館時間

平日↓午前10時～午後7時

土・日・祝日↓午前10時～午後5時

★開催予定のイベント

〈第1会議室〉

●折り紙教室(ポインセチア)

日時 ①11月14日(金)午後3時～

②11月27日(木)午前10時30分～

協力 甲府文庫連絡会

●図書館寄席

図書館ボランティア内田パパとそ

の仲間による落語など

日時 11月9日(日)午後2時～

出演 それつ亭どーで生ほか

〈視聴覚ホール〉

●紡ぎあう集い

日時 11月16日(日)午後1時～

出演 トウレモンド・エクスプレッション

●大人の映画会

日時 11月21日(金)午後2時～

内容 「人生、いろいろ」(112分)

●第15回平和朗読会

日時 11月29日(土)午後1時30分～

主催 甲府市平和推進連絡協議会

●花の会 朗読会

日時 11月22日(土)午後1時30分～

出演 朗読・花の会

〈展示室〉

●折り紙展

日程 11月11日(火)～16日(日)

協力 甲府文庫連絡会

●山梨県教育会甲府支部文化展

日程 11月18日(火)～

24日(月)

協力 県教育会甲府

支部



本文中の☎は会場、申は申込先、問は問合先

11月		移動図書館『なでしこ号』巡回日程表					12月	
5日(水)	18日(火)	10:00～10:20 横根町公会堂手前	10:40～11:10 国玉町 J A 玉諸経済センター内	13:50～14:10 古閑町 上九一色出張所内	14:30～15:00 中畑町 甲陽学園内	15:40～16:10 里吉2丁目 市営里吉団地内	2日(火)	17日(水)
7日(金)	20日(木)	10:00～10:20 古府中町 丸光建設 相川悠遊館内	10:30～11:00 宮前町 八幡神社境内	13:40～14:10 貫川本町 クリナップショールーム 駐車場	14:30～14:50 下河原町 県営貫川団地内	15:10～15:40 丸の内3丁目 中央公民館内	3日(水)	18日(木)
6日(木)	19日(水)	10:00～10:30 上町 諏訪神社境内	10:40～11:00 上今井町 上今井公民館前	13:25～13:50 徳行5丁目 県営徳行住宅内	14:05～14:30 上石田4丁目 市営南西第一団地内	14:50～15:15 伊勢4丁目 南勢五月公会堂前	4日(木)	19日(金)
11日(火)	21日(金)	10:00～10:20 堀之内町 堀之内南公園内	10:30～11:10 後屋町 市営後屋団地内	13:40～14:10 北新2丁目 市営北新団地集会所駐車場	14:30～15:00 下帯町 千代田小学校内	15:20～15:50 屋形3丁目 武田神社前	5日(金)	23日(火)
12日(水)	26日(水)	10:00～10:20 山宮町 山宮福祉センター	10:35～11:05 湯村3丁目 県営湯村団地内	13:30～14:00 飯田2丁目 長田駐車場	14:10～14:30 荒川2丁目 市営荒川団地内	14:40～15:10 千塚1丁目 J A 千塚経済センター内	9日(火)	24日(水)
13日(木)	27日(木)	10:00～10:30 青葉町 青葉スポーツガーデン 駐車場	10:40～11:00 住吉4丁目 入明寺駐車場	13:30～13:50 小瀬町 県営小瀬団地内	14:00～14:30 大里町 市営城南団地内	14:40～15:00 大里町 市営大里南団地内	10日(水)	25日(木)

初心者対象

楽しく学ぶ！スマホの使い方入門

【申問】DX推進課…☎055(237)5214

開催日	会場	時間	内容
11/7 (金)	東公民館	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④
11/10 (月)	西公民館	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④
11/17 (月)	本庁舎9階 会議室9-2	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④
11/22 (土)	遊亀公民館	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④
11/28 (金)	南庁舎1階 相談室1	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④
12/5 (金)	本庁舎4階 市民対話室	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④
12/8 (月)	北東公民館	9:45～	①
		11:00～	②
		13:00～	③
		14:15～	④

【内容】

- ①電話・カメラを使おう
- ②地図アプリを使ってみよう
- ③メッセージアプリ(LINE)を使おう
- ④スマホを安全に使うための基本的なポイント
- ⑤インターネットを使ってみよう
- ⑥災害に役立つ情報を学ぼう

【全日程共通】

時間・定員
各回1時間・各回8人
申込
開催日3日前までに電話で
(平日のみ)

※講座内容の詳細は、
お問い合わせください



キャンパスNEWS

今回は山梨県立大学

PENTAS YAMANASHI 社会人受講者募集！



PENTAS YAMANASHI は山梨県立大学を中心に山梨大学・山梨英和大学・事業協働機関が協力して提供する、学生と社会人の垣根を超えた実践知教育プログラムです。既存の価値観やビジネスモデルが通用しない予測不可能な時代を生き抜くため、多彩な講師陣と「実践知」を育みます。

★募集期間 10月27日(月)～11月21日(金)

★受講料 14,300円/単位

★募集科目

- ・地域のチャレンジ2
- ・観光実践マネジメント
- ・世界の経営と技術の最前線を学ぶ
- ・事業計画づくりワークショップ
- ・グローバルビジネススキル



受講の申し込み、
科目の詳細はこちら▶



【問】山梨県立大学地域人材養成センター…

☎055(225)5412

食品や生活用品の寄付のお願い

フードアプリケーション プラス



【問】市ボランティアセンター…☎055(223)1061

ご家庭や職場で余った食品や生活用品をご寄付ください。寄せられた食品や生活用品は、NPO法人などを通じて、必要とする方々へお届けします。

■集荷期間 11月17日(月)～12月12日(金)
午前8時30分～午後5時(平日のみ)

■集荷場所 市ボランティアセンター
(市社会福祉協議会内・相生2-17-1)

知っておきたい選挙の豆知識

【問】選挙管理委員会事務局…

☎055-2355517

衆議院議員総選挙

衆議院議員の定数全員を選ぶために
行われる衆議院議員総選挙は、衆議院
議員の4年の任期満了によるものと衆
議院の解散によって行われるものの2
つに分けられます。日本国憲法が施行
されてからは、任期満了に伴う総選挙
は、昭和51年に行われた第34回衆議院
議員総選挙の1回のみで、その他は全
て解散による総選挙となっています。
憲法では、衆議院が解散されると
40日以内に総選挙を行うこと
とされています(憲法第
54条)。



市民文芸

短歌

～三枝浩樹／選～

東光寺2丁目 樋川礼子
洗濯を干してる卒のゆびさきに秋の気配がそつと寄ってくる

洗濯物を干す指先に感じた秋の気配
猛暑の夏がようやく終わろうとしている

善光寺3丁目 内藤厚子
百均にカボチャあり手帳カレンダーあり三十五度の九月に並ぶ

三十五度の九月の店内に並ぶ百均の品々。お買い得の物を見つけた嬉しさ

俳句

～井上康明／選～

東下条町 米倉敏美
せき止めて胡桃洗ふや谷の風

せき止められた谷川の水は澄んで
幾つもの胡桃の色や形が見えてきます

住吉3丁目 穂坂真
新涼の同窓会へ出掛けばや

秋の爽やかな季節だからこそ、同窓会へ行こうと、弾む心を語ります

川柳

～深澤弘／選～

上阿原町 藤巻茂
謎解きは老化と認知解き明かす

心に抱いた不安を晴らし、まだ老いて
たまるか自問自答する意気込みが見事

徳行1丁目 長田三枝子
学び舎で出合った友は宝物

長い年月を経る程、学友こそ一生の宝物と明言する長田さん、幸せな余生の詩

☆『広報こうふ1月号』市民文芸募集要領…作品と種目(多種目の重複応募不可)、住所、氏名、ふりがな、電話番号を明記し、〒400-8585 甲府市役所情報発信課「市民文芸」宛てに郵送またはEメール(kouhou@city.kofu.lg.jp)で(11月20日(休)必着)



健康診査を受診しよう 健康ガイド 1～19ページ

問地域保健課(19～39歳の方、がん検診、社会保険加入の方、生活保護受給者等)…☎055(237)2505
健康保険課(国民健康保険加入の方)…☎055(237)5373、(後期高齢者医療制度加入の方)…☎055(237)5617

集団健診

申込締切日(健診1か月前)までにお申し込みください。健診日のおおむね1週間前に、『健診関係書類(問診票など)』を郵送します。受診日当日に必ずお持ちください。

やまなし
くらしねっと▶



年齢など	19～39歳	40～74歳	75歳以上
	医療保険の種類に関係なし(勤務先などで健康診断を受ける機会がない方が対象です)	国民健康保険以外の加入者(社会保険等被保険者(本人)の方は勤務先にお問い合わせください)	国民健康保険加入者
受付	午前8～11時 ※30分ごとの時間指定により実施		
申込	『健康ガイド』巻末の申込はがき、市公式LINE、またはやまなしくらしねっとで	4月下旬発送の往復はがき、または、やまなしくらしねっとで	4月下旬発送の受診券に同封の申込はがき、または、やまなしくらしねっとで
問合先	地域保健課		健康保険課

日程	会場*	申込締切日	託児
12月7日(日)	厚生連	11月7日(金)	—
12月10日(水)	医師会	11月10日(月)	—
12月13日(土)		11月13日(木)	—
12月14日(日)	厚生連	11月14日(金)	—
12月15日(月)	医師会	11月17日(月)	○

- 荒天時は健診を中止することがあります。市ホームページでご確認ください
- 集団健診会場での乳がん検診はマンモグラフィ検査となります。詳しくは『健康ガイド』12ページをご覧ください(40歳以上で特定健診と同時に受診する女性のみ対象)
- 厚生連健康管理センターでの集団健診では骨粗しょう症検診も当日申し込みで同時に受診できます
- 風しん抗体検査を希望の方は、医務感染症課【☎055(237)8952】へお問い合わせください

※医師会…医師会健診・検査センター(幸町14-6)
厚生連…厚生連健康管理センター(飯田1-1-26)

個別医療機関健診

基本的な健診と各種がん検診など

※詳しくは『健康ガイド』9～10ページをご覧ください

実施期間 令和8年1月末(医療機関受診可能日)まで
対 象 40歳以上の方

申 込 指定医療機関に電話で

その他の検診(健診)

医療保険の種類(国民健康保険や社会保険など)に関係なく受診できます。治療中の方など、受診をご遠慮いただく場合があります。

◀市公式 LINE

やまなしくらしねっと▶



検診(健診)・対象	日時	会場	持ち物	申込・予約
乳がん単独 30歳以上の女性	11月12日(水)午後	厚生連健康管理センター	受診票※ 自己負担金 マイナ保険証等 ※『健康ガイド』から切り取るかコピー、または市ホームページからダウンロード	・市公式LINE ・地域保健課へ電話、来所で予約
	11月14日(金)午後	南公民館		
	11月20日(木)午後	健康の杜センターアネシス		
	11月21日(金)午後	医師会健診・検査センター		
	11月29日(土)午前	厚生連健康管理センター		
	12月1日(月)午後	医師会健診・検査センター		
骨粗しょう症 20歳以上の方(妊娠中またはその可能性がある方は除く)	11月12日(水)午後	厚生連健康管理センター		
	11月20日(木)午後	健康の杜センターアネシス		
	12月13日(土)午前	厚生連健康管理センター		
子宮頸がん 満20歳以上の女性(妊婦も対象。令和6年度に受診した方は対象外)	令和8年1月末 (指定医療機関受診可能日)まで	指定医療機関	受診券 自己負担金 マイナ保険証等	・地域保健課へはがき ・市公式LINE ・やまなしくらしねっとで受診券を申込 ※電話での申込はできません
成人歯周疾患 19～74歳の方(妊婦は18歳以下も受診可。後期高齢者医療制度加入者は除く)	令和8年3月末 (指定医療機関受診可能日)まで		受診券 健診票 マイナ保険証等	
後期高齢者歯科口腔 75歳以上の方(一定の障がいのある65歳以上の後期高齢者医療制度加入者を含む)			受診券(兼質問票) 後期高齢者医療資格確認書またはマイナ保険証	

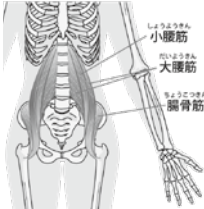
本文中の(会)は会場、(申)は申込先、(問)は問合先



インナーマッスルを鍛えて健康な身体を！

＜腸腰筋はどんな筋肉？＞

腸腰筋は背骨や骨盤から大腿骨にかけてついている、インナーマッスルとも呼ばれる深層の筋肉です。大腰筋、小腰筋、腸骨筋の3つで構成され、足を持ち上げる働きがあり、歩行をはじめとした動作に関わっています。また姿勢バランスの維持にも重要な役割をもち、腸腰筋が衰えると足が上げにくくなるだけでなく、バランスが悪くなり、転倒のリスクが高まる恐れがあります。



＜腸腰筋の筋トレがもたらすもの＞

主な効果は①歩行姿勢の改善②体幹のバランスと姿勢保持の安定化③基礎代謝の向上です。①は、腸腰筋を鍛えることで足を振り出しやすくなり、歩行がよ

りスムーズになり、足底が引っぱりにくくなるので転倒リスクが減少します。②は、体幹を支える役割も担っているため、安定した体の軸がつくれ、姿勢をまっすぐに保持しやすくなります。日常の姿勢が安定すれば、肩こりや腰痛などの不調の軽減にも結びつきます。③は、腸腰筋の筋トレをすることでエネルギー消費量が増え、痩せやすい身体をつくれます。呼吸をしたり心臓を動かしたり、生命の維持に欠かせない基礎代謝を高めるよう、腸腰筋を鍛えましょう。立位での足上げや椅子に座り片足を交互にゆっくり持ち上げる運動などでトレーニングできます。身近なところから始めてみてはいかがでしょうか。



問市立甲府病院…☎055(244)1111

健康談話室 健康ガイド23ページ

会申問健康談話室…☎055(221)3560

問健康政策課…☎055(237)2586

市ホームページ▶



11月の教室		備考
①元気ほっと教室 健康体操、ストレッチなどでフレイル予防 ②脳！活性化教室 頭の体操や楽しいゲームで認知症予防	対象 要介護認定を受けていないおおむね60歳以上の方 時間 午前10時～11時15分(①木・金曜日コース②水・木曜日コース若干名空きあり) 会場 健康支援センター2階健康談話室 申込 平日午前9時15分～11時30分に健康談話室へ電話で	申し込み後、詳細を連絡します
出張版 脳！活性化教室 脳！活性化教室を市内公民館で行います	対象 要介護認定を受けていないおおむね60歳以上の方 日時 11月27日(木)午前10時～11時15分 会場 西公民館2階多目的集会室 申込 11月26日(水)までの平日午前9時15分～11時30分に健康談話室へ電話で	

11月の オレンジカフェ(認知症カフェ)

問地域包括支援課…☎055(237)5484

利用者同士が気軽に集い、情報交換や交流を通して認知症や認知症の方の介護についての知識を深めます。市内在住の方であれば、どなたでもご参加いただけます。※飲食費が必要な会場があります。詳細は各オレンジカフェまで

日時	会場	問い合わせ先 ※事前申込が必要です
5日(水)午後1～3時	オレンジカフェ城東(城東4-13-15)	☎055(233)6411
8日(土)午前9時30分～11時30分	オレンジカフェ千塚(千塚3-1-32)	☎055(242)7831
8日(土)午後1～3時	オレンジカフェわかまつ(若松町6-35)	☎055(223)8101
8日(土)午後1時～3時30分	オレンジカフェ朝気(朝気3-18-5)	☎090(4722)9403
16日(日)午後1時30分～3時30分	オレンジカフェ甲府小瀬(小瀬町379-1)	☎055(220)2323
18日(火)午前10時～正午	オレンジカフェ甲府中央(中央1-5-6)	☎055(236)8611
20日(木)午後1時30分～3時30分	オレンジカフェ甲府駅前(宝1-9-1-2階)	☎055(221)8725
22日(土)午前10時～正午	オレンジカフェすみよし(住吉4-7-22)	☎055(221)0071
22日(土)午後2～4時	オレンジカフェいけだ(下飯田1-2-17)	☎055(236)3530
29日(土)午後1～3時	オレンジカフェ朝日(朝日3-11-28)	☎055(298)6461

＋ 救 急 医 療

※受付時間など詳細は市ホームページをご確認ください

- ①救急安心センターやまなし…
(短縮ダイヤル)☎#7119または☎055(223)1418
- ②山梨県救急医療情報センター… ☎055(224)4199
- ③山梨大学医学部附属病院 初期救急医療センター…
☎055(273)1122
- ④日曜・祝日の医療機関の案内(午前8時30分～午後5時30分)…
☎055(226)3399

- ⑤山梨県小児救急電話相談…
(短縮ダイヤル)☎#8000または☎055(226)3369
- ⑥小児初期救急医療センター… ☎055(226)3399
- ⑦甲府市歯科医師会 歯科救急センター…☎055(220)1199
- ⑧山梨県精神科救急受診相談センター…☎0551(20)1125

※救急医療は緊急時の診療に対応するものです。体調などに不安がある場合は、診療時間内にかかりつけ医などを受診してください



「健康とくらしの調査」を実施します！

問地域包括支援課…☎055(237)5484

高齢者の健康状態やくらしの様子を把握し、次期介護保険事業計画等策定や健康格差の解明とその方策および地域共生社会の実現に役立つ重要な資料として活用します。郵送で受け取られた方はぜひご協力をお願いします。

対象 市内在住で要介護認定を受けていない65歳以上の方・3,000人

日程 11月17日(月)から

こちら社協派出所(出張相談会)

問市社会福祉協議会…☎055(225)2118

地域の皆さんの生活の困りごとなどお聞きします。

日時 ① 11月18日(火)午後2～4時

② 11月26日(水)午前10時30分～午後12時30分

会場 ① 貢川福祉センター

② 健康の杜センターアネシス

ひきこもり家族のつどい「かたりどころ」

問問精神保健課…☎055(242)8667

同じ悩みや思いを持つ家族の方が分かち合い、情報共有できる場です。

対象 市内在住でひきこもり状態にある方のご家族

日時 11月25日(火)午前10時～(2時間程度)

会場 相生福祉センター 2階休養室

申込 11月18日(火)までに電話で

食品リスクコミュニケーション事業を開催

問問衛生業務課…☎055(237)2550
FAX 055(242)6178

ウイルス性食中毒について、専門家による講義と意見交換会を行います。

日時 11月28日(金)午後1時30分～3時30分

会場・定員 南公民館 大ホール・100人

申込 市役所窓口や公民館などに設置の申込用紙に必要事項を記入の上 FAX、または市ホームページで



ご存じですか？「健康被害救済制度」と「患者からの医薬品副作用報告」

問衛生業務課…☎055(237)2550

医薬品副作用被害救済制度と生物由来製品感染等被害救済制度は、医薬品の副作用などにより入院が必要な程度健康被害を受けた方の救済を図る公的制度です。

「患者からの医薬品副作用報告」とは、医薬品による副作用が疑われる症例についての情報を、患者またはその家族から直接収集し、医薬品の安全対策に活用するための制度です。

(独)医薬品医療機器総合機構 救済制度相談窓口
午前9時～午後5時(平日のみ※年末年始を除く)

☎03-3506-9425

薬の副作用が出たら「PMDA
(医薬品医療機器総合機構)」
にお知らせください

患者副作用報告

検索



足腰を丈夫にする知恵袋 ～健康づくり同窓会～

問問健康政策課…☎055(237)2586

体組成・握力測定で身体の状態を知り、足腰を丈夫にするコツを医療専門職がお伝えします(受付は開始30分前～)。

地区	日程	時間	会場
相生	6日(木)	午前10時～ 11時30分	相生福祉センター
宮本	13日(木)		御岳公会堂
湯田	17日(月)		遊亀公民館研修室(リッチダイヤモンド総合市民会館2階)
東	18日(火)	午後2時～ 3時30分	勤労者福祉センター
千代田	27日(木)		昇仙峡ロープウェイ 北部悠遊館
新紺屋	2日(火)		山梨県立図書館多目的ホール
住吉	12月4日(木)	午前10時～ 11時30分	クリーニングすわん住吉悠遊館
玉諸	9日(火)		玉諸福祉センター
新田	12日(金)		西公民館 1階大ホール

対象 原則75歳以上(他地区での参加も可能)

申込 開催日の前日までに電話で

あなたの食事は☆いくつ？

～食品模型を使い20分で楽しく食生活をチェック～

問問地域保健課…☎055(242)8301

あなたの食事バランスを簡単に短時間で診断します。結果をもとに管理栄養士が個別アドバイスします。

日時 11月25日(火)午後1時20分～3時30分

会場・定員 保健センター・10人

申込 11月21日(金)までに電話で

家族介護教室 からだの健康はお口から

～オーラルフレイルを予防しよう～

問問地域保健課…☎055(237)1173

高齢者などを在宅で介護されているご家族や近隣の援助者の方を対象に、介護に関する学習や介護者同士の交流、情報交換などを行います。

日時 11月26日(水)午後2時～(90分程度)

会場・定員 城東病院・15人程度

申込 地域保健課または近くの地域包括支援センターへ電話で



「健幸アンバサダー養成講座」受講者募集！

問問健康政策課…☎055(237)2586

健康に関する正しい知識や運動の仕方を地域の皆さんに広めていく健幸アンバサダーになりませんか。健康づくりの知識だけでなく、心理学や認知学に基づいた相手の心に届く情報伝達方法も学びます。

対象 市内在住・在勤・在学の19歳以上

日時 令和8年1月18日(日)午前10時～午後1時

会場・定員 びゅあ総合 大研修室・100人

申込 11月4日(火)から市ホームページで



12月1日は「世界エイズデー」

問問医療感染症課…☎055(237)8952

HIV陽性者でも早期の把握・治療によりエイズ(AIDS)の発症を防ぐことができるようになってきました。

★不安や心配のある方は相談・検査を★

市保健所ではHIVやその他性感染症の相談、検査を匿名・無料で行っています(事前予約制)。



本文中の☎は会場、申は申込先、問は問合先

高齢者の带状疱疹・肺炎球菌ワクチン定期接種の助成は期間内のみです

問医務感染症課…☎055(237)2587

対象の方に予診票など封入された通知をお送りしています。それぞれ助成を受けられる期間が決まっています(その期間を逃すと再度助成の対象となることはありません)ので、予防接種を希望される方は期間内に接種してください。

①带状疱疹ワクチン

- 対象**
- 令和7年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方
 - 60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障がい有する方(身体障害者手帳1級相当)
 - 令和7年度に限り、101歳以上の方も対象

②肺炎球菌ワクチン

- 対象** 65歳になった月から66歳の誕生日前日まで
※65歳の誕生月に通知を送付しています
- その他** 詳しくは市ホームページをご覧ください

带状疱疹
ワクチン▶



高齢者肺炎球菌
ワクチン▶



甲府市民は血糖値の高い人が多い？

申問地域保健課…☎055(237)2505

毎年11月14日は「世界糖尿病デー」、また、日本では、今年は11月9日(日)～15日(土)が「全国糖尿病週間」です。この機会に、「高血糖や糖尿病予防」についての知識を深めてみませんか。

▶データから見る甲府市民の血糖値は…？

甲府市の国民健康保険加入者の健診の結果によると、全国と比べ、血糖値が高めの方が多く見られます。40代で約4割、50代で5割以上、また、それ以下の若い世代にも見られ、国民健康保険の医療費データでも、糖尿病や糖尿病を原因とした腎不全の割合が高くなっています。

▶高血糖や糖尿病予防に役立つ教室に参加しよう！

血糖値が高くても、初期には自覚症状はありませんが、静かに全身の血管に影響し、心疾患や脳血管疾患などの病気や、糖尿病になると網膜症・腎症・神経障がいなどの重大な合併症を引き起こします。

高血糖や糖尿病の予防で最も重要なポイントは、食事と運動です。市では、予防に役立つ教室などを実施しています。

教室・相談

※申込は電話で。詳しくはお問い合わせください

■こつを学んでうんどう続けてふやせ健康貯金！運動教室

- 対象** 持病や運動制限がない74歳以下の方
日時 11月27日(木)午前10時～11時30分
会場 保健センター1階 プレイルーム
定員 15人



■糖尿病予防教室

- 対象** 74歳以下で血糖値が高いまたは気になっており、糖尿病の診断や治療を受けていない方
日時 11月21日(金)午前10時～11時30分
会場 健康支援センター2号館2階大会議室
定員 15人

■糖尿病リスクチェック

指先からの微量の採血で過去1～2か月の血糖の状態を確認します。

対象 次の全てに当てはまる方

- ①糖尿病や血糖値に関心のある18～64歳
- ②糖尿病の治療中や経過観察中ではない
- ③出血性疾患の治療や抗血栓薬の内服をしていない
- ④自分で血液採取ができる
- ⑤内服や疾患の既往等により受検できない場合があることに同意が得られる
- ⑥個人情報の提出に同意が得られる

日時 11月15日(土)午前9時30分～正午

会場・定員 保健センター1階プレイルーム・30人



11月9日(日)～11月15日(土)は 「山梨禁煙週間」

申問地域保健課…☎055(237)2505

禁煙や受動喫煙防止などの普及啓発を行っています。

★禁煙相談

禁煙状況や習慣、ニコチン依存度を確認し、禁煙の準備や、その方に合った禁煙方法の提案などを行います。禁煙中の相談もできます。

- 対象** 市内在住・在勤で禁煙希望の方
日時 平日に随時受付
会場 健康支援センター
申込 平日午前8時30分～午後5時15分に電話で

★受動喫煙対策にご協力ください

- ・飲食店など施設内は原則禁煙です
- ・喫煙可能施設には入り口など標識の掲示義務があります
- ・喫煙専用室や喫煙可能店など喫煙エリアには、家族や従業員も含め20歳未満の方は立ち入り禁止です

11月19日(水)は

「世界 COPD(慢性閉塞性肺疾患)デー」

問地域保健課…☎055(237)2505

COPDは、肺の生活習慣病ともいわれ、2023年の死亡者数は約1万6,000人。全国患者数は530万人以上と推計されていますが、診断されているのは約38万人で、多くが適切な医療につながっていません。市民アンケートでも、約7割が「知らない」と回答し、知っている人が少ない病気です。

初期は無症状ですが、ゆっくり進行し、元通りには治りません。また、全身性炎症、心・血管疾患、骨粗しょう症、糖尿病を併発するなど全身に影響します。主な原因は喫煙で、**症状は「階段の上り降りで息切れ」「せきやたんが続く」「呼吸時にゼーゼー・ヒューヒューする」**などです。



症状のある方は早めに
呼吸器内科に相談を！
早期発見が重要です。



We are

こうふ きっず!



中央・北部幼児教育センター・中道北児童館つどいの広場

☎中央部幼児教育センター…☎055(224)5455
 北部幼児教育センター…☎055(220)3398
 中道北児童館つどいの広場…☎055(266)7221

★【中央・北部・中道北】身長・体重測定

日時 11月12日(水)午前10時～午後3時

★【中央】おはなしの会

日時 ①11月7日(金)午前11時～11時30分

②11月11日(火)午前11時～11時30分

協力 ①ききみみずきんおはなしの会 ②なでしこの会

★【北部】おはなしの会

日時 ①11月18日(火)午前11時～11時30分

②11月21日(金)午前11時～11時30分

協力 ①なでしこの会 ②ききみみずきんおはなしの会

★【北部】親子で3B体操

対象 市内在住の1歳3か月～2歳のお子さんとその保護者8組

日時 11月13日(木)午前10時30分～11時30分

講師 井上重美さん(公益社団法人日本3B協会)

申込 11月4日(火)午前9時から電話または来館で

★【北部】ベビリズム体操

～バランスボールなどを使って楽しく体を動かそう!～

対象 市内在住の8か月～1歳3か月のお子さんとその保護者8組

日時 12月5日(金)午前10時30分～11時30分

講師 白畑麻里さん

申込 11月21日(金)午前9時から電話または来館で

★【中央】パパと楽しく運動遊び

対象 1～3歳未満児のお子さんとお父さん10組

日時 12月20日(土)午前10時30分～11時30分

講師 米長遊亀さん(子ども身体運動発達指導士)

申込 12月5日(金)午前9時から電話で

中道北児童館…☎055(240)1234



★冬のこうさく教室「クリスマスツリーを作ろう」

対象 小学生20人

日時 11月20日(木)午前10時30分～正午

参加費 400円

申込 11月8日(土)午前9時から電話または来館で

★クリスマス会

内容 鮎川英哲さんによるマジックショー&ビンゴ大会

対象 幼児・小学生50人(幼児は保護者同伴)

日時 12月1日(月)午後3～4時

申込 11月22日(土)午前9時から電話または来館で

中道南児童館…☎055(266)7211



★ハッピークリスマス会

内容 子どもたちのハンドベル演奏
ダンス・ビンゴ大会など

日時 12月6日(土)午後2時～3時30分

定員 80人(幼児は保護者同伴)

申込 11月15日(土)午前9時から電話または来館で

はじめてのお友だちも
待ってるよ～



ヴァンフォーレ おしろらんど…☎055(236)8087

※駐車場についてはホームページをご覧ください

★クラフトイベント

～クレヨンで指で混ぜてミックスジュースを描こう!～

日時 11月2日(日)

午前10時～・正午～・午後2時～・午後4時～

★絵本の読み聞かせ ベビーイベント

日時 11月6日(木)午前10時～

★わらべうたセラピー ベビーイベント

日時 11月13日(木)午前10時～

★手形アート

日時 11月19日(水)

午前10時～・正午～・午後2時～・午後4時～

★ボール遊び ベビーイベント

日時 11月21日(金)午前10時～

★ふれあいあそび歌 ベビーイベント

日時 11月26日(水)午前10時～

★お誕生日会(11月生まれのお子さん)

日時 11月30日(日)

午前10時～・正午～・午後2時～・午後4時～

※バルーンを使ったケーキ作りは、午前10時～のみ

市立図書館…☎055(235)1427



★映画会(視聴覚ホール)

日時 11月2日(日)午後2時～

内容 「スチュアート・リトル」(吹替/児童～・84分)

★読み聞かせ(児童室)

日時 11月1・15日(土)、6・20日(木)午前10時30分～

協力 なでしこの会

★おはなし会(児童室)

日時 11月8日(土)午前11時～

協力 ききみみずきんおはなしの会

★ちびちびひろば(第1会議室)

日時 11月12日(水)午前11時～

協力・定員 ききみみずきんおはなしの会・10組

申込 11月5日(水)午前10時から電話または来館で

12/7(日)
11:00～

クリスマス会

絵本の読み聞かせや
手あそびなどだよ!



①おはなし会

(視聴覚ホール)

時間 午後2時～

協力 ききみみずきん

おはなしの会

②おひざのうえのおはなし会

(第1会議室)

定員 ①②各10組

時間 ①午前11時～

②午後1時30分～

申込 11月26日(水)午前10時

から電話または来館で

緑が丘スポーツ公園

☎市スポーツ協会…
☎055(252)3824



★野球教室

対象 小学生150人

日時 12月21日(日)午前10時～正午

会場 ふじでん球場(雨天時は小瀬スポーツ公園武道館アリーナ)

講師 山梨学院高等学校野球部監督、コーチ、選手

参加費 100円(傷害保険料含む)

申込 11月10日(月)午前9時30分からEメール

(k-taikyo@mx3.nns.ne.jp)または電話で



本文中の(会)は会場、(申)は申込先、(問)は問合せ先



第34回「みらいを創るわたしの主張大会」開催

（問）子ども応援課…☎055（237）5679

内容 市内中学校 14 校から選出された代表者が意見発表を行います

日時 11 月 15 日（土）午後 1 時 30 分～午後 4 時 15 分

会場 山梨県立大学 飯田キャンパス講堂

※昨年までの「21 世紀を考える少年の主張大会」から大会名称が変更になりました

ようふくりレー

～子ども用品の寄付のお願い～

（問）市ボランティアセンター…☎055（223）1061

受付期間 11 月 28 日（金）までの平日午前 8 時 30 分～午後 5 時

対象物品 子どもが使用するもの（服、未使用の下着、靴、帽子、未開封の紙オムツ、子ども用寝具、ベビーソファ、絵本）

受付場所 市ボランティアセンター

（市社会福祉協議会内・相生 2－17－1）

魅力ある学校で学んでみませんか

制度について→（問）教育部総務課…☎055（223）7320

見学・面談→（問）湯田小学校…☎055（233）4382

千代田小学校…☎055（251）8059

少人数できめ細やかな授業などを行っている小学校に、一定の要件で就学することができます。事前に学校見学、学校長等との面談を受けた上で、応募をお願いします。

申請期限 12 月 12 日（金）



◀湯田小学校



◀千代田小学校

中学校入学に関する通知書を送付

（問）学事課…☎055（223）7322

11 月末までに届かない場合はご連絡ください。入学に関する相談も受け付けています。

対象 平成 25 年 4 月 2 日～平成 26 年 4 月 1 日生まれの
お子さん

※令和 8 年度の入学式は、4 月 6 日（月）です

山梨学院連携事業

KOTOMIC 運動能力をのばす身体表現（全 4 回）

（問）スポーツ課…☎055（223）7325

協応運動、リズム運動、身体表現を通して乳幼児から学校教育や生涯教育におけるダンスとスポーツの基礎能力を育みます。

対象 市内在住・在学の年中から小学生

日時 ① 11 月 20 日、12 月 18 日 ② 11 月 27 日、12 月 11 日
（全て木曜日）

午後 6 時 30 分～7 時 30 分（6 時 10 分受付開始）

会場 ① リッチダイヤモンド総合市民会館 ② 旧相生小体育館

講師・定員 川上琴美さん・20 人

参加費 1,000 円（4 回分）

申込 11 月 4 日（火）午前 9 時から電話で

小児救命救急講習会

～大切な命！ 救えるのは あなた～

（問）健康の杜センターアネシス…☎055（266）6400

内容 心肺蘇生法、AED の使用方法、異物除去、止血法など

日時 11 月 28 日（金）午前 10 時～11 時 30 分

会場 健康の杜センターアネシス

講師・定員 甲府地区消防本部消防救急指導員・25 人

申込 11 月 5 日（水）午前 9 時から電話で

令和元年 6 月に児童福祉法等改正法が成立し、親権者等は子どものしつけに際して体罰を加えてはならないことが法定化され、令和 2 年 4 月に施行されました。



11 月 は 秋のこどもまんなか月間／ 「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」期間 体罰等によらない子育てを広げよう

全ての子どもは、「児童の権利に関する条約」の精神にのっとり、適切な養育を受け、健全な成長・発達や自立が図られることなどを保証される権利があります。子どもの健全な成長に影響を及ぼす「児童虐待」は社会全体で取り組むべき重要な課題です。

オレンジリボン

児童虐待防止のシンボルマークです。このマークを通して多くの方に関心を持っていただき、市民のネットワークで虐待のない社会を築くことを目指しています（こども家庭庁ホームページより）。

児童虐待とは？

身体的虐待 殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、おぼれさせるなど

性的虐待 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

ネグレクト 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

心理的虐待 言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（面前 DV）など

しつけと体罰はどう違うの？

しつけは、子どもが自分で考え伝え、自立していけるように支えていく行為。体罰や暴言は、子どもの身体や心を傷つける行為です。

虐待かな？と思ったら

●児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189 ※通話料無料

※匿名で相談することができ、秘密は守られますので安心してご連絡ください。また、お伝えいただいた情報が間違っても相談者が罰せられることはありません

子育てはいろいろな人の力とともに

子育ての大変さをお母さんやお父さん、養育者だけで抱えずに、まずは周囲の信頼できる人に相談しましょう。市でも専門の相談窓口を開設しています。お気軽にご相談ください。

●市子ども・青少年総合相談センター「おひさま」

☎055（237）5917

●親子のための相談 LINE 12:00～23:00（受付 22:59 まで）



電子版はこちら▲



子育てに関する情報や支援情報をまとめています。ぜひご活用ください!!



親子のための
相談 LINE ▼





健康ガイド
34ページ



詳しくは、「市ホームページ」をご覧ください

親と子の教室・健康診査(11月)

※特に記載のない場合、会場は、
保健センター(健康支援センター内)

■【申込制】体験型♪ パパマクラス

申問 母子保健課… ☎ 055 (237) 8950

- 「こども育み予約サイト」(24時間受付)を利用できない方は、電話でご相談ください
- 当日の持ち物は予約受付時の返信メールでご確認ください



◀教室の詳細



◀「こども育み
予約サイト」

教室	対象	日時 ※受付は15分前～	申込 ※開始日は午前8時30分～
How to 母乳&食事	妊娠12週以降の妊婦と ご家族(大人1人)	4日(火) 午後2時15分～3時45分	10月24日(金)～28日(火)に 「こども育み予約サイト」で
夫婦de協力 どうする?育児 (夫婦での参加がおすすめ!)		15日(土) 午前9時45分～11時15分	11月4日(火)～8日(土)に 「こども育み予約サイト」で
Let's try! 産後の生活		28日(金) ①午後2時15分～3時45分 ②午後6時15分～7時45分	11月17日(月)～21日(金)に 「こども育み予約サイト」で

■【申込制】食に関わる教室



◀教室の詳細



◀「こども育み
予約サイト」

申問 母子保健課… ☎ 055 (242) 8301

教室	対象	日時 ※受付は10分前～	申込 ※開始日は午前8時30分～
後期・完了期 離乳食教室 ～楽しくかみかみ～	令和6年12月～ 令和7年3月生まれの お子さんのご家族	11日(火) ①午前10時10分～11時40分 ②午後1時30分～3時	10月29日(水)～11月5日(水)に 「こども育み予約サイト」で
育児離乳食教室 ～はじめの一步～ ※各回8人まで託児あり	令和7年5～7月生まれの お子さんのご家族	18日(火) ①午後1時～2時10分 ②午後2時30分～3時40分	11月5日(水)～11日(火)に 「こども育み予約サイト」で

■【申込制】相談事業

申問 母子保健課… ☎ 055 (237) 8950

相談	対象	内容	日程	申込
母乳相談	妊産婦	妊娠中の乳房ケアや産後の授乳・育児手技、 卒乳など ※1度の妊娠・出産につき2回まで	5・12・19・26日(水)	電話で(平日のみ)
ペアレント相談	●妊産婦 ●乳幼児の 保護者	妊娠期から育児期における不安や気持ち のつらさなど	4・11・18・25日(火) 17日(月)	

■乳幼児健診

問 母子保健課… ☎ 055 (237) 8950

健診種別	備考
3か月児整形外科健診	11月の対象者には 通知を送付しました
1歳6か月児健診	
2歳児歯科健診(2歳6か月)	
3歳児健診(3歳6か月)	

■【申込制】11月のすくすく発育歯科健診

申問 健康保険課… ☎ 055 (237) 5373

- 保護者も一緒に健診できます。
申込時にお伝えください



参加者には歯ブラシを
プレゼント!



◀市公式 LINE

対象	日時・会場	申込
甲府市国民健康保険に加入し、 今年度中に満4・5歳になる お子さん	8・22日(土) 午後2～5時 歯科救急センター	市公式 LINE または 電話で(平日のみ)

健康ガイド
34ページ



【申込制】健康談話室

申問 健康談話室… ☎ 055 (221) 3560

問 健康政策課… ☎ 055 (237) 2586

- アプリを使用できない方は、電話でご予約ください
- 希望者は発育測定もできます
- 当日の持ち物はアプリでご確認ください



◀健康談話室
ホームページ



◀アプリ
「すくすくメモリーズ」

教室	対象	日時	申込
ベビーマッサージクラス	①② 生後2・3か月児とご家族 ③ 生後3・4か月児とご家族 ④⑤ 生後4・5か月児とご家族	①4日(火) ②5日(水) ③17日(月) ④19日(水) ⑤25日(火) いずれも午前10～11時 (受付: 9時40分～)	1週間前からアプリ 「すくすくメモリーズ」で
マタニティヨガ教室	妊娠16週以降の方 ※切迫早産、逆子、高血圧の方 は参加をお控えください	10日(月) 午前9時45分～11時 (受付: 9時30分～)	

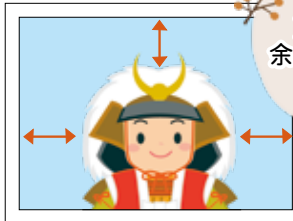
本文中の(会)は会場、(申)は申込先、(問)は問合せ先



赤ちゃんの写真★大募集★ (令和6年12月生まれ)

写真(裏に氏名を記載)と住所、氏名、ふりがな、生年月日、電話番号を書いたメモを〒400-8585 甲府市役所情報発信課までお送りください。

11月20日(木) 必着!!



頭部の周辺に
余白があるものを
送ってね!



～市立動物園～



問)市立動物園…

☎055(233)3875

ご寄付いただいたグッズを活用しています!



▲山梨 with あにまる様からいただいた給餌器で干し草を食べるポニーのシエルちゃん

動物たちの生活環境の向上や、本来の生態に即した暮らしを実現するため「アニマルウェルフェア(動物福祉)」に力を入れています。この取り組みに賛同してくださっている動物園応援団様、山梨withあにまる様から、動物たちの暮らしを豊かにするためのさまざまなグッズをご寄付いただきました。寄付されたミスト付き大型扇風機、設置式のブラシは動物たちが喜んで使用しています。少しずつ干し草が出てくる給餌器は、動物たちが時間をかけて餌を食べることで退屈な時間を減らし、早食いを防ぐ効果があります。これからもアニマルウェルフェアの取り組みを継続し、動物たちの健康と幸せを守っていきます。



▲動物園応援団の皆さんと動物園スタッフ

／ありがとうございました／



リニューアル工事のため、動物園は休園しています

休園中の動物たちの様子や最新の情報は
こちらから▶

ホームページ



Facebook



X



Instagram



YouTube



動物たちの日常や新しい取り組みの様子はSNSでも随時紹介中!!



VENTFORET
KOFU



ホームゲーム日程

(JITリサイクルインク スタジアム)

11月2日(日) 14:00～vs 水戸ホーリーホック

11月23日(日・祝) 14:00～vs カターレ富山



©VFK

勝利を届け、皆さんの活力になれるように! ～河田 晃兵 選手(GK ①)～



幼稚園の頃、遊びでサッカーを始めたことがきっかけで漠然と「サッカー選手になりたい」という夢を持つようになり、その思いが今につながっています。プロになり常に意識しているのが「勝利に導ける選手でありたい」ということ。そのため体だけでなく「目」のトレーニングを取り入れており、試合前や練習前に欠かさず行っています。

▶プロを目指す皆さんへ

技術や能力はもちろん大事ですが、結局は根性とメンタルが一番大事です!

▶甲府サポーターの皆さんへ

いつも応援ありがとうございます。甲府サポーターは幅広い世代の方々が熱心に応援してくれ、2世代、3世代と、家族や親子でスタジアムに来てくれる姿を見ると嬉しくなります。勝利を届け、皆さんの活力になれるよう頑張ります!



▲休日にはチームメイトとゴルフを楽しんでいます

【プロフィール】大分県出身。184cm、78kg。A型。在籍12年目。座右の銘は「人生山あり谷あり尻上がり」。

山梨県産シャインマスカットが好き。甲府にはさまざまな素敵な場所がありますが、自宅の庭が一番のお気に入りです(笑)。

市政功労章を受章されました

市政功労章とは

甲府市表彰条例に基づき、本市自治の振興を図り、公共の福祉増進のために功績があった方の中から、議会の議決を経て授与する最高位の顕彰制度です。



みながわ いわお
皆川 巖さん

甲府市議会議員や山梨県議会議員として、数多くの要職を歴任され、地方自治の進展に貢献されました。



みき まさお
三木 正夫さん

甲府市歯科医師会会長や山梨県歯科医師会で数多くの役職を歴任されるなど、保健衛生の向上に貢献されました。

とびだせ！市民レポーター！

子ども育むまち・甲府「子ども応援フェスタ」取材！

甲府市は子育て支援・子育て応援に関するさまざまな取り組みやイベントを実施しています。今回は、9月27日にリッチダイヤモンド総合市民会館で開催された子ども応援フェスタ「アートであそぼ！」を取材しました。

子どもの可能性や視野を広げる体験を

子ども応援フェスタは甲府市子ども未来応援条例の制定を背景とし、令和4年度から実施されているイベントです。“子どもの頃の経験が将来の夢を育む”という考えのもと、芸術やスポーツに触れる機会をつくることを目的に、年2回「アートであそぼ！」と「お城であそぼ！」が開催されています。多彩な体験プログラムが用意されており、甲府市子ども応援プラットフォームなどを通じて集まった子ども応援団体の方々が協力してくれています。



▲「アートであそぼ！」は天候に左右されない屋内でのイベント

親子で楽しく！新しい経験や発見を！



▲「こんな材料でできるんだ！固まってきた！」と驚きの連続のスライム作り

このイベントは「作ろう・楽しもう・体験しよう・知ろう」をコンセプトに、芸術文化を中心に構成され、小学2年生の娘と一緒に参加しました。スライム作りに初挑戦したり、琴の演奏体験で曲の1フレーズを弾いてみたり、豆つかみゲームでは箸の使い方を確認しながら格闘したりと、親子でとても楽しい時間を過ごすことができました。たくさんのプログラムを体験するなかで、市内施設を活用したイベントを知ることができました。



▲豆つかみゲームに親子で挑戦！

11月開催「お城であそぼ！」



▲昨年の「お城であそぼ！」

11月8日(土)には子ども応援フェスタ「お城であそぼ！」が舞鶴城公園自由広場・南広場にて開催されます。おしろらんどあそび広場や、職業体験など豊富なプログラムがあるそうです(一部プログラムは要予約)。スポーツの秋、屋外の開放的な空間を使った体験プログラムに参加し、新たな経験をしてみてはいかがでしょうか？

イベント詳細・申込はこちら▶
「みんなの健康ひろば」も同時開催！



市民レポーターブログ
もご覧ください▶

【市ホームページ】

市民レポーターブログ

検索



今月の担当レポーター 浅沼 佳恵

転勤族の私は、これまで、いろいろなまちで子育てをしてきました。なかでも甲府市は、子どもが楽しめるイベントがたくさんあると感じています。子どもだけでなく、親としても新しいことに触れる機会はとても貴重だと思いました。週末に気軽に参加できるイベントもあるのでぜひ足を運んでみてください。





再生可能エネルギーや環境問題を楽しみながら学ぼう

「フェスタリサプラ」を開催します！



参加自由な
プログラムが
たくさん！



会(申)問リサイクルプラザ… ☎ 055 (241) 4357

日時 11月24日(月・振) 午前9時30分～午後0時30分

会場 リサイクルプラザ* ほか

※当日の利用時間は午後4時30分まで

リサイクル自転車抽選販売会

台数 30台 金額 3,700円～5,700円(防犯登録料込)

展示・応募 11月15日(土)～24日(月・振) 午前10時から午後8時(24日は午後0時30分まで)

抽選 11月24日(月・振) 午後1時から公開抽選

発表 11月24日(月・振) 午後3時頃 HP・館内掲示、当選者に電話でお知らせ

- 条件
- ① 甲府市・笛吹市在住の18歳以上
 - ② 自転車賠償保険に加入できる方
 - ③ リサイクルプラザに来館できる方



フリーマーケット

▶ 約20店が出店

リサイクル工作教室

▶ 何をつくるかお楽しみ

水素ロケット体験

▶ 水素でロケットを飛ばそう

遊休食器プレゼント

▶ キーワードラリーに参加して食器をもらおう

災害時に対応できる再生可能エネルギー

▶ 太陽光発電やソーラークッカー実演など



第62回藤村学校

伝統から学ぶ甲府の魅力 — つづけるということ —



問(申)問歴史文化財課… ☎ 055 (223) 7324

江戸時代末期から代々菓子卸売を業とし、明治以来、現在の地で生菓子(和菓子)の販売を続けている株式会社澤田屋のこれまでの歩みと理念を学びます。

日時 11月25日(火) 午後1時30分～3時

会場 藤村記念館 | 定員 40人

講師 黒澤晋太郎さん(株)澤田屋 代表取締役

申込 11月6日(木)午前9時から電話で(先着順)



甲府市がおすすめする 甲府の良きモノ

風土記の丘農産物直売所の2品 が“甲府之証”に仲間入り！



問(申)問風土記の丘農産物直売所… ☎ 055 (266) 3858
農政課… ☎ 055 (298) 4833

風土記の丘農産物直売所のシャインマスカットと夢みずき(もも)が、新たに甲府ブランド農林産物部門に加わりました。



特選1号 シャインマスカット
(令和7年8月27日認定)

※平成28年にJA山梨みらいでも特選1号を取得



特選4号 夢みずき
(令和7年7月3日認定)



宝石のまち甲府で人工水晶をつくろう

水晶・ルチル合成体験 を実施します！



問(申)問商工課… ☎ 055 (237) 5694

「水晶・ルチル合成体験」と「水晶に関する講義」を実施します。

日時 12月13日(土)・14日(日) 事前予約制
午後1時～2時30分

定員・参加費 各日10人・500円

会場 山梨大学クリスタル科学研究センター



センターの見学や、山梨大学の学生による体験ブース
もあります(見学自由/午前10時～午後4時)



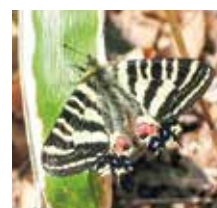
みんなで守ろう！

ヒメギフチョウを 市の天然記念物に指定しました



問(申)問歴史文化財課… ☎ 055 (223) 7324

ヒメギフチョウは、春に羽化するアゲハチョウの仲間。黄色に黒の縞があり、後翅の先端に赤い斑紋があるのが特徴です。山梨県内では、甲府市から山梨市にかけてのみ生息が確認されている、希少な種の蝶です。



レッドデータブック(環境省)で準絶滅危惧種に指定されています。見つけた際は、そっと見守りましょう



自治会は 人と人の助け合い 創ろうよ 地域の絆 地域の輪

自治会に加入しましょう！

甲府市自治会連合会
スローガン



問(申)問甲府市自治会連合会… ☎ 055 (235) 1168
協働推進課… ☎ 055 (237) 5298

自治会は、同じ地域に住む人たちが誰もが、安全で安心に暮らすことができる明るく住みよいまちづくりを目指して、自主的に活動を行っている、地域住民にとって最も身近な組織です。

こんな活動を
しています！



安全・安心
パトロールで
子どもたちを見守る



広報誌の配布や
回覧板で
地域の情報をお届け



避難訓練や
防災訓練で
いざという時に備える

あなたも地域の大切な一員です。
自治会に加入し、
自分たちの地域を
自分たちで
より良いものに
しましょう！



街路灯の設置や
管理で
犯罪を未然に防ぐ



ごみ収集や
清掃活動で
きれいなまちをつくる



お祭りや
歴史探訪などで
地域の絆を深める



編集後記

今月号の特集は「ACP(人生会議)」です。聞きなれない言葉かもしれませんが、とても大切なこと。いつまでも自分らしく暮らすために大切なことを、大切な人と、話し合ってみませんか？
特集を制作するにあたり取材・撮影にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

第1部 こうふ開府の日記念講演会

(午後1時30分～3時30分)

こうふ開府の日を記念して、甲府市出身で全国的に活躍している五味文彦さんを講師に招き、中世から近世甲府の成立に関わる歴史等を伝える記念講演会を開催します。

演目 甲斐府中
— その歴史と文化力を紐解く —

講師 五味文彦さん
(東京大学名誉教授、放送大学名誉教授)



五味文彦さん

第2部 史跡甲府城跡探訪

(午後3時30分～4時30分)

案内 久保田健太郎さん(山梨県埋蔵文化財センター)

※荒天の場合史跡探訪は中止

日時 12月20日(土)(こうふ開府の日)
午後1時30分～4時30分

会場 こうふ亀屋座 演芸場

定員 100人(先着順)

申込 11月10日(月)午前9時から電話で



申問歴史文化財課:

☎055・223・7324

私の地域・歴史探訪
こうふ開府の日記念講演会と
史跡甲府城跡探訪

こうふ亀屋座
小江戸甲府花小路
かわら版

問 観光課... ☎055(237)5702
中心市街地振興課... ☎055(237)5693



小江戸甲府花小路



こうふ亀屋座

●発行日/令和7年11月1日
●発行/甲府市・☎400・8585 甲府市丸の内1-18-1

●編集/甲府市役所
●編集/情報発信課

FAX ☎055・555・237237237
051103916741

問 情報発信課... ☎055(237)5314

「広報こうふ」アンケート にご協力ください

市民の皆さんに、より身近でわかりやすい広報誌をつくるためのアンケートを実施します。

令和8年 2月28日(土)まで 回答は [こちらから](#)



▶ 本庁舎、各窓口センターなどに紙のアンケートもあります ▶

問 風土記の丘農産物直売所... ☎055(266)3858

風土記の丘農産物直売所 感謝祭

- 大根・白菜・野沢菜の直売
- くじ引き
- 農産物全品1割キャッシュバック(現金でお買い上げの方のみ)
- もろこしすいとん無料配布(1,000食)
- 焼きいも、揚げたてコロッケの販売 など

11月23日(日祝) 午前9時～正午

※雨天決行

会場: 風土記の丘農産物直売所
(下曽根1070-3)



問 市文化協会事務局... ☎055(223)7329

つながろう つなげていこう 文化の和 第51回 甲府市民文化祭

11月1日(土)～23日(日・祝)

会場 リッチダイヤモンド総合市民会館

【文化祭賞等受賞作品展】

日時 11月25日(火)～27日(木)午前9時30分～午後3時30分

会場 本庁舎1階市民活動室 (25日は午後0時30分～)



問 同実行委員会... ☎055(228)5787

甲府市 地方卸売市場 消費者感謝デー

日頃の感謝を込めて、市場を大開放!

生鮮食品の販売、ホタテのバター焼きとカニ汁の無料配布、野菜釣り、バナナのたたき売り、大抽選会 など

11月15日(土) 午前11時～午後2時

※雨天決行

会場: 市地方卸売市場(国母6-5-1)



自衛隊募集案内

問 危機管理課... ☎055(237)5247

自衛隊山梨地方協力本部甲府募集案内所(酒折2-2-7)

... ☎055(228)6427

募集種目	自衛官候補生	陸上自衛隊高等工科学校生徒
	男子 女子	一般 推薦
募集人員	陸 約2,140人 海 約600人 空 約200人 約1,200人	約230人 約120人
資格	18歳以上33歳未満の者	男子で中卒(見込)17歳未満の者 男子で学校長が推薦できる17歳未満の者
受付期間	年間を通して	10月1日(火)～令和8年1月15日(木) 11月28日(金)
試験期日	受付時にお知らせ	【1次】令和8年1月24日(土)・25日(日) 【2次】令和8年2月12日(木)～15日(日) ※いずれか1日を指定 男子で学校長が推薦できる17歳未満の者 11日(日) 12日(月・祝) ※いずれか1日を指定
合格発表日	試験日にお知らせ	1次: 令和8年2月5日(木) 最終: 令和8年2月26日(木) 令和8年1月22日(木)
入隊(校)日	令和8年3月下旬～4月上旬	令和8年4月上旬



LINE



Facebook



X



Instagram

山梨県で空き家を所有しているオーナー様

空き家を貸してください!

どんな状態でも構いません!

このまま物件をお借りして
家賃をお支払いします。

チームアール
TEAM R 甲府
☎0120-094-918

〒400-0031 山梨県甲府市丸の内2-2-1 CROSS 500 1F
運営会社: UNIDEO株式会社

メールでのお問い合わせ



TEAM R甲府代表 山田 真澄

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告の内容に関するお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

★市の人口(令和7年10月1日現在、外国人住民を含む) 182,944人(－41) 男 89,154人(－34) 女 93,790人(－7)/94,999世帯(+41)
※()内は前月比

GPN 甲府市はグリーン購入に取り組んでいます