

# 保健・福祉 health & welfare

## 就職職業相談(生活困窮者・ひとり親家庭)

生活困窮者・ひとり親家庭を対象にハローワーク富士吉田による巡回相談を行います。

日時■2月21日(火) 午前9時～正午

場所■市役所1階 福祉相談室

問合せ■福祉課 ☎内線199

## 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯に対して支援します。

申請締切日■2月15日(水)

令和4年度住民税非課税世帯

対象■令和4年9月30日に本市に住居登録があり、世帯全員の令和4年度住民税が非課税の世帯／支給額■1世帯5万円／支給方法■確認書などを郵送しています。内容を確認し記入の上、期日までに返送してください。

家計急変世帯

対象■令和4年1月以降の収入が減収し、世帯全員のそれぞれの1年間の収入見込み額が住民税非課税相当になった世帯／支給額■1世帯5万円／申請方法■申請書に記入して、窓口か郵送で提出してください。給与明細や令和4年度課税(もしくは非課税)証明書などの令和4年の世帯員全員の収入が確認できる書類やマイナンバーカード・運転免許証の写しなどの本人確認書類、通帳写しなどの振込銀行口座の確認書類が必要です。

※申請書は窓口かホームページからダウンロードできます

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援金の「振り込め詐欺」「個人情報の詐取」に注意してください。

問合せ■福祉課 ☎内線161・113



詳細はこちら

## ふじさんホール・市民会館 2月の催し物

### 市民会館 3階小ホール

- ◆4日(土)・5日(日)・7日(火) 富士吉田市小中学校区工美術作品展 午前9時30分～午後3時30分 ※7日は正午まで  
《問》教育研修所 ☎23-1766
- ◆16日(木) 富士の里市民大学2月必修講座 午後1時30分  
《問》生涯学習課 ☎内線523
- ◆18日(土) 社会福祉のつどい 午後1時30分  
《問》富士吉田市社会福祉協議会 ☎23-8105 無料
- ◆23日(木・祝) ケアノン上映会 午後2時  
《問》山梨県認知症高齢者グループホーム協会  
☎30-1216 無料

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止になることがあります

### 2月の休館日

6日(月)・13日(月)・20日(月)・24日(金)・27日(月)

問合せ■市民会館 ☎23-3100

## 司法書士による「相続・遺言・成年後見」 無料相談会

日時■2月18日(土) 午後1時30分～4時30分

場所■市民会館／相談料■無料 ※予約制

問合せ■県司法書士会総合相談センター

☎055-253-2376

## 依存症に関するシンポジウム

日時■2月11日(土) 午後1時20分～4時／場所■山梨大学甲府キャンパス 大村智記念学術館 ※駐車場はありません／テーマ■依存症は自己責任?～依存症・犯罪・社会復帰～／定員■先着80名／参加料■無料 ※予約不要。詳細はホームページをご覧ください

問合せ■県弁護士会 ☎055-235-7202

有料広告

## うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎055-288-1038

結婚相談所 ムスベル

有料広告

## ヒーリングサロン VEGA

「人生の新しい選択肢があります」

生き方に迷ったり、新しい道を模索している人が訪れる場所



VEGA

人生の風向きを変える神祕のゲート

- ☆対面ヒーリング (カウンセリング+ヒーリング)
- ☆スピリチュアルカウンセリング
- ☆遠隔ヒーリング(オンライン)

しむしむスピリチュアルYouTube

インスタグラム shim\_spi

Hitoshiのヒーラーブログ

検索

HPはこちら



志村 仁(ヒーリングカウンセラー・看護師)

〒403-0014 富士吉田市竜ヶ丘1-12-19

TEL 090-4067-3108 無料相談もあります!

Mail: shimcafe.0917@gmail.com

催し物

イベント・スポーツ大会などの催し物

## やまなし思いやり駐車区画利用証について ご理解・ご協力をお願いします

県や市町村では、やまなし思いやり駐車区画利用証を交付しています。これは、車の乗り降りや移動に不自由があり、通常より幅が広い施設入口に近い駐車区画を必要とされる方が、安全、安心に駐車し、施設を利用できるように支援する制度です。

これらを必要とする方は障害者だけではなく、高齢者や妊婦、病气やけがで一時的に心身に不自由を持つ方などさまざまな方がいます。また、利用証は他府県や市でも同様な制度で管理・交付されていて、41府県、市で相互利用ができます。

市民の皆さんには、本制度・利用証をご理解と利用証をお持ちの方、お持ちでない方に関わらず、適正利用にご協力をお願いします。

※利用証の更新を希望の場合は、問い合わせてください  
**問合せ**■県障害福祉課 ☎055-223-1460

市福祉課 ☎内線151

## 障害者の相談窓口「ふじのわ」

障害の種別や年齢、障害者手帳の有無にかかわらず、障害のある方(疑いのある方を含む)や家族などからの困りごとに、相談支援専門員や社会福祉士・精神保健福祉士などの専門性のある職員が相談に対応します。相談は無料です。気軽に相談してください。

**開所日時**■月～金曜日(祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

**場所**■市役所1階

**問合せ**■ふじのわ ☎28-6255

FAX22-1122



## お急ぎください、もうすぐ、請求期限をむかえます 戦没者等の遺族に対する第11回特別弔慰金

**対象**■令和2年4月1日(基準日)に「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方がいない場合、①～④の順番による順位の遺族一人に支給されます

戦没者等の死亡当時の遺族で

①令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法等による弔慰金の受給権を取得した方

②戦没者等の子

③戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

④①～③以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪など)

※戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関係があった方に限ります

**支給内容**■額面25万円、5年償還の記名国債

**請求締切日**■3月31日(金)

**請求を済まされた遺族の皆さんへ**

受け付けから支給決定まで1年ほどかかります。県からの国債引渡し準備が整い次第、郵送でお知らせします。

**問合せ**■福祉課 ☎内線161・113

詳細はこちら



## 「はたちの献血」キャンペーン

今年、新たに「はたち」を迎えた皆さんを中心に献血へのご協力をお願いします。

献血された血液は、血液製剤としてがんなどの治療に多く用いられていますが、少子高齢化社会の日本では血液製剤を必要とする方が増加する一方で、献血可能な若年層が減少しています。この問題を乗り越えるためには、若者を中心に多くの方から継続的に献血へのご協力をいただくことが必要です。

県内では、献血バスや甲府市献血ルームで献血を行うことができます。献血という命を救う身近なボランティアにご協力をお願いします。

**献血バス**■県赤十字血液センターのホームページで献血バスの運行スケジュールを確認できます。

**献血ルーム**■ファース甲府ビル2階

**問合せ**■富士・東部保険事務所 衛生課 ☎24-9033



## 広報「ふじよしだ」&市ホームページ 広告募集中!

市のホームページには、地域をはじめ、全国から多くのアクセスをいただき、好評を得ています。貴社の新たな広告のひとつに、ぜひご検討ください。



広報ふじよしだ ●カラー枠・2色枠：A4の1/8～1/4  
 掲載料金：12,500～100,000円  
 ホームページ ●夏期：30,000円、夏期以外：20,000円



やっています!!

フォロワー  
募集中!

@kohofujiyoshida



2009年から続く、郡内織物産地 × 東京造形大学連携の2022年成果展



# フジヤマテキスタイル プロジェクト 2022

2022年度の成果展 /

イマココ展

2月11日(土)~18日(日)  
11:00~17:00

定休日: 14日(火)~16日(木)

フジヤマテキスタイルプロジェクトは、県内の織物メーカー数社と東京造形大学テキスタイルデザイン専攻の産学協同開発企画です。テキスタイルデザインを専攻する学生と織機のプロフェッショナルの織物工場の知見を掛け合わせて、一つの作品を作り上げていきます。学生と職人が作り上げるイマをご覧ください。



フジヤマテキスタイル  
プロジェクトについて

ハタオリ工場の廃材とそれを活かした工作アイデアの展覧会



## B-tan展

3月4日(土)~26日(日)

11:00~17:00

定休日: 火・水・木

アーティストとともに  
廃材を使った遊具を作り、  
楽しく参加できる展  
示を予定しています。

B-TANの  
インスタグラム



B-TAN マーケット

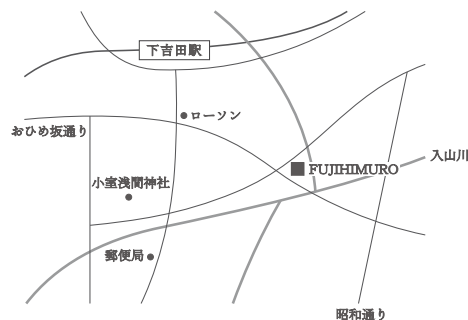
日時: 2月23日(木)

10:00~16:00

場所: 富士山アリーナ

2月、3月はギャラリースペース<FUJIHIMURO>で  
企画展が目白押し! 入場無料でお楽しみいただけます!

問合せ: 地域振興・移住定住課 内線 296



# らいぶらり

～暮らしの中に図書館を～



## 今月の新着図書

### 文芸書

- \* 踏切の幽霊 (高野 和明) たかの かずあき
- \* 真珠湾の冬 (ジェイムズ・ケストレル) ほか

### 児童書・ヤングアダルト

- \* まよなかの ゆうえんち (ギデオンのステラー)
- \* 認知症のわたしから、10代のあなたへ (さとうみき) ほか

### ビジネス・くらしに役立つ生活書・教養書

- \* 新しい収納の教科書 (赤工 友里) あかく ゆり
- \* フリーランスがインボイスで (原 尚美) はら なおみ
- 損をしない本 ほか


※新着資料は入荷の都合により貸出が遅れることがあります

## 蔵書点検のため休館します。

「蔵書点検」とは、資料が正しい位置にあるか行方不明の資料がないかなど資料の状態を1点ずつ確認・調査する作業のことです。つまり！お店などという「棚卸し」に似た作業。


約25万点の資料が対象になりますので、長い休館になり、利用者の皆さんには不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

休館中に図書・雑誌を返却する場合には、線路側入口の壁とおもいやり駐車区画向かいの壁の返却口へお願いします。ビデオ・CD・DVDは、破損の恐れがありますので、3月1日(水)以降にカウンターへ返却してください。



蔵書点検に伴う休館日

2月13日(月)～28日(火)



## ◆ まちがいさがし! ◆

# 「蔵書点検だよ7!」

2枚の写真をよく見比べて、まちがいを7個探してね♪  
 広報を持って、回答を図書館に提出してください!  
 ◇正解者の方には、先着100名に粗品をプレゼント!  
 ※プレゼントは、来館された本人のみお渡しします  
 提出期限 ■ 2月4日(土)～12日(日) 図書館開館中  
 対象 ■ どなたでも



市立図書館

☎22-0706

☎24-4831

🏠ホームページ <https://flib.fujinet.ed.jp/>

今月の休館日

6日(月)・13日(月)～28日(火)(蔵書点検期間)

※新型コロナウイルスの影響により、休館日などが変更、催し物などが延期や中止になることがあります



富嶽人物百景

# 本庄 宗秀

ほんじょう むねひで

1809年生 1873年没

江戸時代、富士登山は一大ブームになっていましたが、登山者のほとんどは庶民でした。ただ、そんな中で唯一、大名として富士山に登った人物がいます。それが宮津藩(現、京都府宮津市)の藩主、本庄宗秀です。

宗秀は、富士登山の許可を幕府に求めていましたが、大名による富士登山の前列がないためか、なかなか認められず、出願してから3年目でようやく許可を得ることができたとされます。宗秀がこのような万難を排してでも富士登山を望んだ理由は定かではありません。ただ、1日で20里(約80km)を走破しても疲れないほどの体力の持ち主であったと伝わります。

宗秀が登山をしたのは、参勤交代のため江戸から宮津へ帰る途中のことでした。江戸を出立し東海道を進んだ宗秀と家臣たちは1852年6月20日に吉原宿(現、静岡県富士市)に到着します。吉原宿を午後2時頃に出発した宗秀たちは、登山口の村山(現、富

士宮市)に午後8時頃に到着します。そして、午後10時に村山(標高458m)を出発し、本格的な登山を開始します。松明を手にして進んだ一行は、翌日の午前4時頃に中宮八幡堂(標高1260m)に着きます。ここは馬返しであり、馬に乗ってきた人もここより上は徒歩で登らなければならぬ境界でした。村山を出発した時、宗秀たちは家臣51名に加えて弁当などの荷物を持つ強力が数十名も随行するという大所帯でしたが、中宮八幡堂から先は弓や道具持の家臣や荷上げの人々が外れたため、案内人を含めて28名になります。

中宮八幡堂で弁当を食べた一行は、ここから先はさらに険しい山道になるため、金剛杖を手にして再び登り始めます。そして、夜明け頃に一合目(標高2270m)に到着します。



村山口登山道の中宮八幡堂

男

共同

参画

より

女

推

進

だ

よ

り

## 「日本女性会議 2022

### in 鳥取くらしよし」参加者レポート

#### 第3分科会

IKIGAI(いきがい)

講師はアドラー心理学と教育工学を活用した研修が定評の開業保健師の方でした。参加者が「自分が大切にしていること」や「社会に期待されていること」を書き出し、3人1組で言葉選びのカードゲームを通し、あらためて自分自身を知るきっかけになりました。また「私の大切にしていること」と「社会の期待に応えること」の二つが交わったところに「生きがい」があること。そして「生きがい」はそれぞれ違って、その集合で作られるのが「社会」であることを学びました。

(杉本哲子委員)

4年ぶりに対面での開催になった日本女性会議に参加し、フェイス to フェイスでの交流がいかに

大切なことであったかを実感しました。その土地・地域が抱える課題にどう向き合い取り組んでいくかを、地元スタッフの熱量とともに知ることができました。特に登壇者や運営スタッフに高校生や大学生などの若者が多く、エネルギーが豊富で、未来が想像できました。地域力を高めるには、この若い力を、地域に住むさまざまな方がくみ取りお互い協力していくことが大切だと思います。

(勝俣昭代委員)



日本女性会議に参加した市男女共同参画推進委員のレポートから抜粋して掲載しました。

## お久しぶりです アンディです!



13年くらい前に3年間、国際交流員として勤務していたスミス・アンディです。1月から大好きな富士吉田に戻り、再び国際交流員として仕事をしています。3月までの短い期間ですが、皆さんのお力になれるよう頑張りますので、よろしくお願いします。

### 市民のための英翻訳サービス(3月まで)

水際対策の緩和措置以降、市内でも外国人の姿が増えています。そこで、外国人観光客と皆さんの間にある言語と心の壁を少しでも低くするために英翻訳サービスを実施します。

例えば、お店のメニューやサービス内容、感染

対策の注意書きなどなど、英語にしたいと思うものがあれば相談してください。もちろん、観光客だけでなく地域に暮らす外国人に向けたものでもOK。依頼や相談は、電話・メールのほか、直接市役所にお越しいただいても構いません。大好きな富士吉田市が誰にとっても居心地のいい場所になるために、お手伝いをしたいと思います。まず気軽に問い合わせてください。

※英会話教室の企画もあります。詳しくは、22ページをご覧ください

“しゃらっさみい”日が続きますので、皆さん健康に気を付けて元気に過ごしましょう。

連絡先 ■ 市民協働推進課 ☎24-1236

✉ iadfujii@city.fujiyoshida.lg.jp



## 未病都市日本一を目指す

富士吉田医師会長 刑部光太郎先生

日本一の未病都市を具体的に実現する方法を紹介致します。キーワードは『私は、若くて元気!』。人間は、本来120歳までの寿命があるとされています。120歳までの健康維持は、身体面と精神面両面の管理が大事です。

今回は、身体面の健康維持方法を述べます。

日本の死因は、大きく分けるとがんと心血管系の二つの疾患になります。この両方で半数以上の方が亡くなります。

両疾患群に共通する第一病因は「活性酸素」です。活性酸素は、細胞分裂の際の遺伝子を傷つけがんの発生原因になります。また、血管の内壁を痛め、動脈硬化を促進し、脳卒中、心筋梗塞などの原因になります。

第二病因は「ストレス」です。各種のストレスが、自律神経系を乱し、ストレスホルモンである

アドレナリンが分泌され、心血管系を痛めます。

第三病因は、各種生活習慣病を引き起こす「肥満」です。

第四病因は、転んで寝付く引き金となる「転倒」です。

これらへの対策です。まず、心の底から『私は、若くて元気!』と毎日唱える事です。気持ちが大事です。そして、実行・行動が大事です。実行することは、運動療法(散歩、体操、ストレッチ)と食事療法(簡単なのは、体重を増やさない)の2つが、最も重要です。この2つを実行すると4つの病因を取り除けます。体を動かさないと1日約3%、1カ月で90%近くの筋力が衰えます。

動きましょう!元気は、宝です!



1月8日



二十歳を祝う会

二十歳代表のことは



記念事業 募金活動 目録贈呈



12月15日



富士吉田仏教会寄付金受納式

12月12日



富士吉田商工会議所女性会  
による生理用品寄贈式

12月26日



山梨ふじやまボーイズ  
全国大会出場による表敬訪問



消防出初式

1月9日



12月20日



日本ガイシ レーダードーム  
リニューアル工事 寄贈式

1月1日



元旦マラソン

12月7日



令和4年度優良PTA文部科学大臣表彰  
吉田中PTA 教育長表敬訪問

主に富士山火山防災に関する  
取り組みが評価され受賞されました

有料広告



陸海空自衛官等募集中

山梨地方協力本部 ☎0554-22-1298

自衛官候補生

技術を磨いてキャリアアップ

- 資格: **18歳以上 33歳未満**  
3ヶ月の教育期間を含め、  
陸上は約2年、海上および航空  
は約3年を1任期として勤務
- 年間を通じて、随時募集してい  
ます。

入隊後給与モデル

陸上自衛隊に自衛官候補生として入隊  
朝霧駐屯地勤務となった場合(任期:2年)  
給与総額  
(特例退職手当を含む。) **約770万円**

海上自衛隊に自衛官候補生として入隊  
艦艇勤務となった場合(任期:3年)  
給与総額  
(特例退職手当を含む。) **約1,250万円**

※学歴、配置場所により給与は異なります。





1年中見かけるブロッコリーですが、  
本来の旬は冬。栄養豊富な一品です。

# ブロッコリーの エビあんかけ



### 今月は緑色のおさら(副菜)です 病気から体を守るおさらです

#### 作り方

- ①ブロッコリーは小房に分け、茎は皮をむいて短冊にきり、2分ほど固めに茹でる。
- ②エビは皮をむき、背に包丁を入れ、背ワタを取る。
- ③エビをボウルにうつし、片栗粉を入れ絡まるようにもみこみ、水洗いし、ペーパータオルで水気をふき取る。
- ④フライパンにゴマ油とショウガを入れ炒め、香りが出てきたら、エビを軽く炒める。
- ⑤Aを入れ煮立たせ、ブロッコリーを入れ、味をしみこませ、塩コショウで味を整え、皿に盛り付ける。残ったスープに水溶性片栗粉でとろみをつけ、かけたら完成。



紹介者:食生活改善推進員  
滝口和美さん(白糸町)

☆エビの出し汁をブロッコリーがたっぷり吸っていてとても美味しかったです。

#### 材料(4人分)

- ・ブロッコリー:250g
- ・パナメイエビ(小):150g
- ・ゴマ油:大さじ1
- ・ショウガのみじん切り:大さじ1
- ・塩・コショウ:少々
- ・水溶性片栗粉:適宜
- ・鶏がらスープの素:小さじ1
- ・水:180cc
- ・酒:大さじ1

#### 1食あたりの栄養価

エネルギー 89kcal 塩分 0.4g 調理時間 20分

☆は取材人の感想です。



# GENKI! DA FUJIYOSHIDA

4K VOL.09

FUJIYOSHIDA-CITY, YAMANASHI PREFECTURE JAPAN

富士吉田市の富士山

YouTube




わが家のアイドル  
探しています

申込み ■ 市民協働推進課  
広報担当 ☎内線214

## 水漏れ 詰まりの修理

お気軽にお電話ください

# 0120-949-073

水道局指定工事店

ST水道メンテナンス(株)

山梨県甲府市千塚2-5-12



有料広告