

国民健康保険に加入の **40** ~ **74** 歳の
皆さんへ

まだ間に合う! 本年度最後の 健康診断!!

申込み・問合せ ■ 国民健康保険室 ☎ 内線116

健康診断の受け忘れや助成金の申請忘れはありませんか？自身の健康状態を把握するため、健康診断の受け忘れが無いを見直してみましよう！

本年度、人間ドックを含む健康診断を受けた

YES



医療センター・市立病院・石和温泉病院などで人間ドックを含む市の健康診断を受けた

A



YES

NO

B



NO

かかりつけの医療機関で、血液検査と尿検査を行っている

C



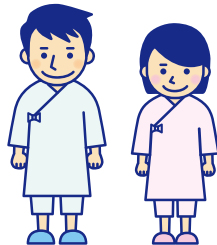
YES

NO

D

A 市の人間ドックや健康診断を受けた方

健康診断を受けていただきありがとうございます。来年度も継続して健康診断を受診し、健康を維持しましょう。



B 全額自費(保険診療を除く)で人間ドックや健康診断を受けた方

健康診断費用の助成制度が利用できるかもしれません。健康診断の結果と領収書、申請書を提出していただくことで、特定健診なら1,000円、人間ドックなら男性は10,000円、女性は12,000円を助成します。



C かかりつけ医療機関で検査を行っている方

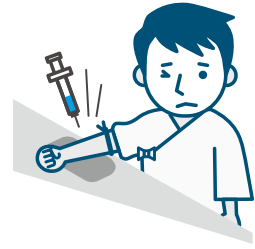
特定健康診査情報提供同意書を医療機関に提出し、検査結果を市に提供してください。提出することで健康診断を受けたとみなすことができ、市の健康診断受診率が向上します。

D 健康診断を受けていない方

個別健診が3月17日(金)まで受診できます。自己負担1,000円で近くの医療機関で受診することができます。



かかりつけ医で血液・尿検査を行っている方はいませんか？



かかりつけ医で血液・尿検査を行っていて、健康診断を必要としていない方を対象に「かかりつけ医情報提供」を実施します。対象の方が「特定健康診査情報提供同意書」をかかりつけ医に提出することで、市に検査結果の提供が行われ、その方が健診を受けたとみなすことができます。

昨年提出いただいた方には、2月頃に同意書を送付しました。同意書が届かない方でも、協力していただけの方は、同意書をお送りしますので連絡してください。

本市の健康診断受診率は県内で下位に位置し、健康診断の受診率が低いと国からの補助金が交付されず、税金などの負担が大きくなることがあります。ぜひ受診率向上に協力してください。

※3月31日(金)までにかかりつけの医療機関に提出してください

問合せ ■ 国民健康保険室 ☎ 内線 116

(ひな形) 特定健康診査情報提供同意書 富士吉田市

〈裏面〉

No. -

この紙をかかりつけの医療機関へ持って行ってください

“特定健診の受診率向上にご協力をお願いします！”

この情報提供については、ご本人の同意が必要になりますので、お手数ですが、以下の署名欄にご署名いただき、医療機関にご提出ください。

かかりつけ医療機関名: _____

署名欄: _____ (生年月日) _____

(令和 4 年 3 月 31 日 まで)

「定期的に医療機関で治療を受けているので、特定健診は必要ない。」と思っていられる方についても特定健診を受けていただきたいです。

現在、かかりつけの医療機関で検査や治療を受けている方は、この用紙を医療機関に提出することによって、特定健診を受診したものとみなされる場合があります。

※ 情報提供に関する同意確認
 皆様から提供される裏面記載の情報については、かかりつけの医療機関から直接、富士吉田市に通知され、富士吉田市個人情報保護条例に基づいて、適正に管理し、皆様の健康保持・増進のために利用いたします。
 (※ 裏面は記載不要です。)

実施医療機関

| 実施医療機関 | 住所 | 電話番号 | 実施医療機関 | 住所 | 電話番号 |
|------------|---------------------|---------|----------------|--------------|---------|
| ことぶき診療所 | 上暮地 5-8-16 | 22-9011 | くわざわクリニック | 上吉田 2-13-2 | 30-0133 |
| 宮下医院 | 大明見 6-1-6 | 22-5687 | 大田屋クリニック | 上吉田 5-8-3 | 24-0678 |
| 天野医院 | 下吉田 1-7-19 | 22-4800 | 新西原クリニック | 上吉田 4259-2 | 24-9911 |
| 奥脇医院 | 下吉田 3-25-5 | 22-0129 | 高田内科クリニック | 上吉田 4203-2 | 20-1760 |
| 蓬萊整形外科 | 下吉田 1-3-21 | 22-0019 | 羽田レディースクリニック | 上吉田 6-10-14 | 30-0311 |
| 内藤医院 | 下吉田 3-9-13 | 22-0162 | 富士の森クリニック | 上吉田 7-12-14 | 30-5522 |
| 羽田医院 | 下吉田 2-2-18 | 22-0015 | 吉田医院 | 中曽根 1-5-10 | 22-0142 |
| 保坂内科クリニック | 下吉田 5-25-20 | 22-5070 | 鈴木内科クリニック | 旭 5-1-38 | 30-0016 |
| 堀内産婦人科医院 | 下吉田 7-3-14 | 22-1151 | ささき頭痛・脳神経クリニック | ときわ台 1-1-23 | 72-8877 |
| よねやまクリニック | 下吉田 5-22-51 | 30-0238 | クリニック小林 | 松山 5-11-6 | 24-5585 |
| 佐藤医院 | 下吉田 4-13-17 | 22-5321 | 深澤医院 | 新町 4-11-12 | 24-1183 |
| 皆春堂田辺医院 | 下吉田 2-14-28 | 22-0140 | 樂々堂整形外科 | 上吉田東 3-3-30 | 24-1171 |
| いしだ女性クリニック | 上吉田 2-5-1 Qスタ 5F | 25-7100 | 加賀谷医院 | 上吉田東 4-15-34 | 23-2450 |
| 樂天堂整形外科 | 上吉田 2-5-1 Qスタ 5F | 21-1161 | かわむらクリニック | 上吉田東 1-5-51 | 20-1180 |
| 高橋外科医院 | 上吉田東 2-1-5 | 22-5200 | | | |

利子補給金



公的経営支援融資を受けている方を対象に利子分の助成を行っています

【 対象融資 】

- ①富士吉田市小口資金融資
- ②山梨県商工業振興資金融資
- ③小規模事業者経営改善資金融資(マル経)
- ④信用保証協会創業応援保証「エール」
- ⑤信用保証協会事業承継保証「A・B・C」を利用した融資

【 助成額 】

令和4年4月1日～令和5年3月31日までの期間に支払った利子の100%を助成します。

- ②、③、④、⑤の融資は限度額50万円

【 申請期間 】

対象期間の元利償還証明書が発行された日から4月7日(金)まで

※繰り上げ償還などで令和4年3月31日以前に、返済を終えている方は対象になりません

【 対象条件 】

- ・対象融資を実行した月から60カ月以内
※本年度は平成29年4月1日以降に実行したもの
- ・市内に住所がある個人で市税を完納している方。
- ・市内で事業を実施する法人で市税を完納している方。

【 申請書類 】

- ・利子補給金交付申請書
- ・元利償還証明書
- ・市税完納証明書
- ・振込先口座通帳の写し
- ※通帳の写しは金融機関、支店、口座番号が確認できる見開き1ページ目カナ標記部分のコピーを添付してください(当座預金の場合は、小切手帳の表紙部分のコピーを添付)

中小企業信用保証料補助

公的経営支援融資を受けている方を対象に保証料の補助を行っています

【 対象融資 】

- ①富士吉田市小口資金融資
- ②信用保証協会創業応援保証「エール」
- ③信用保証協会事業承継保証「A・B・C」を利用した融資

【 助成額 】

令和4年4月1日～令和5年3月31日までの期間に支払った保証料を補助します。

- ①支払った保証料の25%
 - ②、③支払った保証料の100%
- ※100円未満切捨 ②、③は限度額20万円

【 申請期間 】

4月7日(金)まで

【 対象条件 】

令和4年4月1日以降に実行された融資

※令和4年3月31日以前に実行した融資は対象になりません

【 申請書類 】

- ・富士吉田市中小企業信用保証料補助金交付申請書
- ・保証料計算書または信用保証書の写し
- ・対象融資の保証料であることを証明できる書類の写し
- ・市税完納証明書
- ・振込先口座通帳の写し
- ※通帳の写しは金融機関、支店、口座番号が確認できる見開き1ページ目カナ標記部分のコピーを添付してください(当座預金の場合は、小切手帳の表紙部分のコピーを添付)
- ※①は信用保証協会から補助分を市に直接請求するため、申請は不要です

3月 冬季水道故障修理当番表

| | 社 名 | 電話番号 | 地 区 | 社 名 | 電話番号 | 地 区 | |
|----|-----|---------------------|---------------|---------|---------------------|---------------|---------|
| 1 | 水 | 清 燃 料 瓦 斯 | 24-1311 | 下 吉 田 | サ ン エ イ | 23-9296 | 松 山 |
| 2 | 木 | 太 陽 設 備 | 23-7031 | 上 暮 地 | 総 合 設 備 シ ム ラ | 23-7230 | 上 吉 田 東 |
| 3 | 金 | 沙 原 設 備 工 業 | 23-8886 | 大 明 見 | 高 野 熱 設 備 | 24-2323 | 竜 ケ 丘 |
| 4 | 土 | ス マ イ ル 設 備 | 22-7394 | 上 吉 田 | 西 山 設 備 工 業 | 23-2598 | 新 西 原 |
| 5 | 日 | 白 銀 設 備 | 23-0362 | 新 西 原 | 興 和 工 業 | 22-3453 | 新 屋 |
| 6 | 月 | 三 協 設 備 | 23-3506 | 大 明 見 | 北 稜 設 備 | 24-2397 | 下 吉 田 |
| 7 | 火 | 営 繕 セ ン タ ー 三 枝 | 24-0510 | 上 吉 田 東 | 武 藤 設 備 工 業 所 | 22-4774 | 上 吉 田 |
| 8 | 水 | ト ー エ イ ・ カ ン パ ニ ー | 090-3135-6716 | 新 倉 | 舟 久 保 設 備 | 22-7893 | 向 原 |
| 9 | 木 | 富 士 五 湖 設 備 | 22-5273 | 富 士 見 | 横 堀 住 設 工 業 | 23-5852 | 新 西 原 |
| 10 | 金 | プ ラ ス 工 業 | 22-2986 | 下 吉 田 | 宮 下 設 備 工 業 | 22-5084 | 上 吉 田 東 |
| 11 | 土 | 宮 下 管 工 | 23-3653 | 浅 間 | OMORI マ テ リ ア ル | 24-8003 | 中 曾 根 |
| 12 | 日 | 荒 井 設 備 | 23-3187 | 緑 ケ 丘 | 大 博 管 工 | 22-4863 | 下 吉 田 |
| 13 | 月 | め ぐ み 設 備 工 業 | 23-0819 | 小 明 見 | 富 士 冷 熱 | 22-1530 | 上 吉 田 東 |
| 14 | 火 | 光 工 業 | 24-2097 | 旭 | 一 水 工 業 | 22-0395 | 下 吉 田 |
| 15 | 水 | シ ス テ ム 五 島 | 23-8479 | 新 西 原 | 明 進 設 備 | 22-1898 | 大 明 見 |
| 16 | 木 | 柏 和 設 備 | 24-2154 | 下 吉 田 | 渡 辺 設 備 | 080-5444-0352 | 上 吉 田 |
| 17 | 金 | 勝 俣 配 管 | 23-5780 | 上 吉 田 | 鐘 山 設 備 | 23-5917 | 上 吉 田 東 |
| 18 | 土 | 勝 田 設 備 | 23-0221 | 大 明 見 | 営 繕 セ ン タ ー 三 枝 | 24-0510 | 上 吉 田 東 |
| 19 | 日 | 高 野 熱 設 備 | 24-2323 | 竜 ケ 丘 | 米 山 工 業 | 23-0063 | 上 吉 田 東 |
| 20 | 月 | 加 藤 設 備 工 業 | 23-1992 | 小 明 見 | 興 和 工 業 | 22-3453 | 新 屋 |
| 21 | 火 | 桑 原 配 管 工 業 所 | 23-0231 | 大 明 見 | 広 瀬 設 備 | 23-1218 | 小 明 見 |
| 22 | 水 | 西 山 設 備 工 業 | 23-2598 | 新 西 原 | ス マ イ ル 設 備 | 22-7394 | 上 吉 田 |
| 23 | 木 | 三 協 設 備 | 23-3506 | 大 明 見 | 白 銀 設 備 | 23-0362 | 新 西 原 |
| 24 | 金 | サ ン エ イ | 23-9296 | 松 山 | 太 陽 設 備 | 23-7031 | 上 暮 地 |
| 25 | 土 | 武 藤 設 備 工 業 所 | 22-4774 | 上 吉 田 | 沙 原 設 備 工 業 | 23-8886 | 大 明 見 |
| 26 | 日 | 北 稜 設 備 | 24-2397 | 下 吉 田 | 総 合 設 備 シ ム ラ | 23-7230 | 上 吉 田 東 |
| 27 | 月 | 佐 藤 燃 料 | 22-1576 | 上 吉 田 東 | ト ー エ イ ・ カ ン パ ニ ー | 090-3135-6716 | 新 倉 |
| 28 | 火 | 清 燃 料 瓦 斯 | 24-1311 | 下 吉 田 | 横 堀 住 設 工 業 | 23-5852 | 新 西 原 |
| 29 | 水 | 渡 辺 設 備 | 080-5444-0352 | 上 吉 田 | プ ラ ス 工 業 | 22-2986 | 下 吉 田 |
| 30 | 木 | シ ス テ ム 五 島 | 23-8479 | 新 西 原 | 宮 下 管 工 | 23-3653 | 浅 間 |
| 31 | 金 | 宮 下 設 備 工 業 | 22-5084 | 上 吉 田 東 | め ぐ み 設 備 工 業 | 23-0819 | 小 明 見 |

マイナンバーカード 取得促進キャンペーン

旬な話題をいち早くキヤッチ!

2月末をもってマイナンバー付与対象になるマイナンバーカードの申請が期限を迎えました。そこで、本市ではマイナンバーカード取得推進キャンペーン」と銘打ち、3月1日以降にマイナンバーカード申請をされ、窓口でマイナンバーカードを受け取られた方に、先着で粗品をプレゼントします。まだ、マイナンバーカードをお持ちでない方は、この機会にぜひ申請をしてください。

※このキャンペーンは粗品が無くなり次第終了になります

マイナンバーカードの保険証利用登録をしましょう!

市では、マイナンバーカードの保険証利用に係る登録補助を行っています。窓口でマイナンバーカードを受け取られたときに、一緒にマイナンバーカードの保険証利用の登録をお勧めしています。

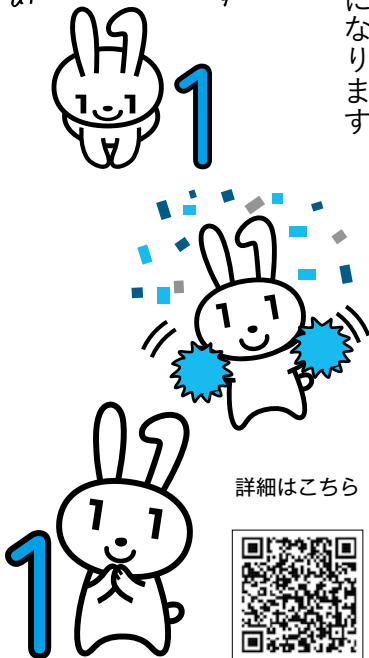
問合せ ■ 市民課

☎ 内線 4 5 5

国民健康保険室

☎ 内線 1 1 7

ありがとうございます



詳細はこちら



事前申込制 あなたの力を地元で生かそう!

富士北麓地域合同企業就職セミナーを開催します!

西桂町・忍野村・山中湖村・富士河口湖町・鳴沢村と連携し、地元企業へ就職を希望する学生や一般の方を対象にした「富士北麓地域合同企業就職セミナー」を開催します。富士北麓地域にある企業での仕事に関心がある学生・社会人の皆さんの参加をお待ちしています!

日時 ■ 3月6日(月)

午前10時～正午・午後2時～4時の2部構成

※受付・各開始時間の30分前から

場所 ■ ハイランドリゾートホテル&スパ グラントバンケット「富士」

対象 ■ 令和6年春、大学・短大・専修学校を卒業予定の方・社会人

後援 ■ 山梨労働局
ハローワーク富士吉田

内容 ■ 企業担当者との個別面談方式による企業紹介

※午前の部と午後の部で

参加企業は異なります。

詳細は市のホームページを確認してください

さい

参加料 ■ 無料

※事前に参加登録が必要です。

QRコード

より3月5日(日)午前9時までに申し込み

をしてください

開催の中止は市のホームページや参加登録者にはメールでお知らせします。

問合せ ■ 商工振興課

☎ 内線 4 0 2 ・ 4 0 3

後援 ■ 山梨労働局

ハローワーク富士吉田



参加企業に関する詳細はこちら



参加登録はこちら

TOPICS
03

スポーツボランティア募集 ボランティアで、スポーツイベントに参加しませんか



メールはこちら

さまざまなスポーツイベントは多くのボランティアの方々を支えられ運営されています。各大会でのボランティアの皆さんの応援やサポートは、参加選手たちにとって大きな励みです。

本市やその周辺で行われるスポーツイベントなどに参加・協力していただける市民の皆さんを募集しています。スポーツの素晴らしいさをより身近に感じ、一緒に盛り上げてみませんか。

スポーツボランティアって？

スポーツを「する」「みる」に加え、「ささえる」という形で参加するのが、スポーツボランティアです。誰でも参加できます。参加する選手、観客、ボランティア仲間とともに、多くの出会い、感動を共有できます。

どんなスポーツ大会があるの

チャレンジ富士五湖《ウルトラマラソン》、Mt富士

ヒルクライム《自転車レース》、第76回富士登山競走《マラソン》など

どうすれば参加できるの

スポーツボランティアに登録してください。参加できる大会で、ボランティアとして活動してください。

対象 ■ 高校生以上

※中学生以下の方は家族やスポーツ団体など方と一緒にであれば応募登録できます

応募方法 ■ 応募用紙を

メール、FAX、郵送、持参のいずれかの方法で提出してください。応募用紙は、生涯学習課または教育委員会のホームページからもダウンロードできます。

申込み・問合せ ■ 生涯学習課 ☎内線530

FAX (22) 6552
T 403-8601
下吉田6-1-1



TOPICS
04

高額医療・高額介護合算療養制度

医療と介護、両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減する制度です

高額医療・高額介護合算療養制度とは、1年間の医療と介護の自己負担額を世帯で合計し、基準額を超えた金額を支給するものです。

対象 ■ 令和3年8月1日

〜令和4年7月31日までの1年間に医療と介護の両方に自己負担額があり、その期間の自己負担額の合計が基準額を超えた世帯

後期高齢者医療被保険者の方へ

令和3年8月1日〜令和4年7月31日の1年間の自己負担額を仮算定し、支給対象になる可能性がある方には令和5年3月上旬に支給申請書と支給申請についてのお知らせなどを郵送します。

申請方法 ■ 支給申請書・

支給申請についてのお知らせ・振込先の口座が分かるもの・本人確認書類を持参し、申請をしてください。

※通知が手元に届いてから2年間で時効になります



※医療保険・介護保険のいずれかに自己負担額がない場合は、支給対象になりません

また、入院・入所時の食費やベッド代、介護保険の自己負担限度額を超えた分などは含まれません

※自己負担額が500円以下の場合には支給されません

問合せ ■ 国民健康保険室 ☎内線176
健康長寿課 介護保険担当 ☎内線449

TOPICS
05

入学・就職・転勤などの引越して、住所を異動される方は、「正確な住所の届出」が必要です!

転出・転入・転居届などの住民票の住所の異動届は、国民健康保険や国民年金の資格の確認、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。住所を異動する際には、引越し前後の市区町村の窓口で正確な住所変更の届出を行っていただく必要があります。

マイナンバーカードをお持ちの方が転出する際には、住所異動のデータをカードに格納して手続きをすることができません。その後転入する際に、カードの情報を最新のものにする必要がありますので、新しい市区町村の窓口でマイナンバーカードを持参し、手続きをしてください。手続きには、暗証番号の入力が必要です。

申込み・問合せ ■ 市民課
☎ 内線 455

住民票の異動届(転出・転入・転居届など)の手続き方法

他の市区町村に転出・転入する場合

市民課の窓口

転出前に転出届を提出して転出証明書を受け取る(マイナンバーカードをお持ちの方はカードにデータを格納)

引越し先の市区町村

転入した日から14日以内に転出証明書またはマイナンバーカードを添えて転入届を提出する

市内で転居する場合

市民課の窓口

転居した日から14日以内に転居届を提出する

TOPICS
06

防衛省の交付金により、新たな医療機器を導入しました



X線撮影装置BENE0 eX

診療の質の向上を図るため、防衛省交付金を活用し医療機器の整備を図っています。令和4年度の防衛省交付金事業で、X線撮影装置BENE0 eXを導入しました。

すると高画質・低線量での撮影ができる機種です。胸腹部などの体幹部から四肢の細かい部分まで適用範囲が広く、短時間で撮影をすることができます。

X線撮影装置BENE0 eXは、従来の機器と比較

問合せ ■ 市立病院
管理課 ☎ (22) 4111

TOPICS
07

富士山レーダードーム館リニューアル1周年記念イベントを開催します



昨年3月にリニューアルオープンした富士山レーダードーム館。リニューアルオープン1周年を記念してイベントを開催します！

「スゴろく」お天気キャスター米津龍一さんのスペシャルトークライブをはじめ、ミニ縁日、ガラポン、ノベルタイププレゼントなどイベント盛りだくさん。市民の皆さんは、無料で入館できますので、ぜひお立ち寄りください。

日時 ■ 3月25日(土)
午前10時～午後3時

場所 ■ 富士山レーダードーム館

イベント内容 ■

- ・「スゴろく」お天気キャスター米津龍一さんのスペシャルトークライブ
- ・ミニ縁日
- ・ノベルタイププレゼント
- ・ガラポン抽選会
- ・防災〇×クイズ
- ・消防士の活動服展示 など

※10時から整理券配布

問合せ ■
富士山レーダードーム館
☎(20)0223

※3月25日(土)のみ市民の方は入館料無料です
ので住所を確認できるものを持参してください



・ミニ縁日
・ノベルタイププレゼント
・ガラポン抽選会
・防災〇×クイズ
・消防士の活動服展示 など

TOPICS
08

個人住民税の申告を受け付けます

申告をしないと、各種申請に必要な住民税の課税・非課税の証明や国民健康保険税の軽減措置を受けられないなどの不利益を被る場合があります。

対象 ■ 令和5年1月1日現在、市内に住所のある方で①～④に該当する方

① 収入がなかった方または遺族年金、障害年金などの非課税所得のみの方で令和4年12月31日に市内在住の親族の税法上の扶養になっていない方

② 公的年金収入が400万円以下で年金以外の課税所得が20万円以下の方

③ 公的年金収入が400万円以下かつほかに主な収入がない方で、配偶者控除などの控除を追加される方(控除の追加により源泉所得税の還付を受けるためには、確定申告が必要です)

④ 上場株式等に係る配当所得、譲渡所得で、所得税とは異なる課税方式

申告をしない方などを選択される方などを
期間 ■ 3月13日(月)～4月12日(水) 午前8時30分～午後5時15分

場所 ■ 税務課 8番窓口
持ち物 ■ マイナンバーカード、運転免許証などの本人確認ができるもの
・源泉徴収票
・令和4年中の収入の合計額と科目ごとの必要経費の合計額が分かる記帳・帳簿書類
・保険料控除などを受ける方は保険会社などからの各種保険料控除証明書

・障害者控除を受ける方は、身体障害者手帳など障害の程度が分かるもの
・医療費控除を受ける方は、医療費控除の明細書、おむつ使用証明書など
・課税方式を選択される方は確定申告書の写し、年間取引報告書など
・第三者による代理申告の場合は委任状(同居でも世帯が別の場合は委任状が必要です)

問合せ ■ 税務課
☎内線135

母親学級

妊婦さんを対象に、妊娠中を快適に過ごし、育児について楽しく学べる教室を開催しています。妊婦さん同士の交流もでき、ママ友作りのきっかけにもなっています。妊娠中の今しか参加できない教室ですので、ぜひ参加してください!!

テーマ■妊娠中の生活のポイント、栄養の話、歯科保健指導、マタニティビクス

日時■3月7日(火)

午前9時30分～午後0時30分

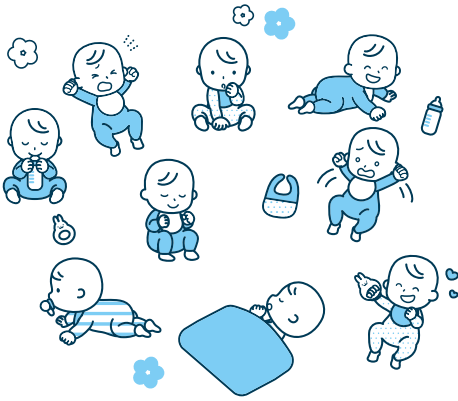
対象■5～8月が出産予定日の妊婦

場所■子育て支援センター

申込締切日■3月6日(月)

申込み・問合せ■健康推進室

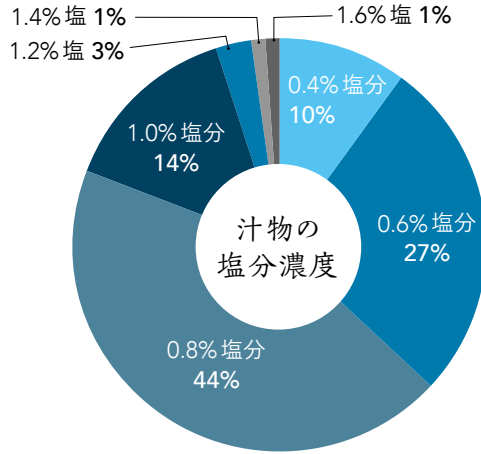
☎内線799



汁物の塩分調査

12月～1月に食生活改善推進員が各地区に家庭訪問を行い、市内480軒に汁物の塩分測定とアンケート調査を実施しました。

家庭で飲まれている汁物の塩分濃度の割合は0・8%が一番多い結果になりました。



体にやさしく、おいしいと感じるみそ汁の塩分濃度の目安は0・8%です。

『汁物は具たくさんにする』『天然のだしを利用する』など塩分を控えるように意識しましょう。



食生活改善推進員会より

みそ汁は私たちにとって身近な食べ物です。減塩を意識して、おいしく健康的に食べましょう。

食育
ピクトグラム



親子で一緒に食べる ともっとおいしい!

子どもに合った調理の工夫は必要ですが、そのために「特別に作り分けなくちゃ」と考える必要はありません。

大人の食事をベースに、

○食材の大きさを硬さを変える

○薄めの味付けにする

といった工夫をして「取り分けられる」メニューにすれば、親子で同じごはんが食べられます。

食育
ピクトグラム



問合せ■健康推進室

☎内線794



抗原定性検査キットを配布します!

対象 ■濃厚接触者を含む軽度の有

症状者で①④を全て満たす方

①県内在住の方

②中学生〜65歳未満の方(40歳以上は新型コロナウイルスワクチンを2回以上接種している方)

③基礎疾患などがなく、症状が軽く安定している方

④妊娠していない方

実施期間 ■3月31日(金)まで

※土・日曜日、祝日は除く

検査キット配布申請の流れ

健康推進室に電話で申し込む

市役所中庭駐車場に行く

中庭駐車場に到着したら健康推進室に電話する

職員が駐車場まで抗原定性検査キットを届けるので受け取る

※代理人でも受け取りできます

申込み・問合せ

健康推進室

☎内線 436・770



成人用肺炎球菌の予防接種はお済みですか?

令和4年度対象者の方に市から予防接種を郵送しています。助成がある期間は3月31日(金)までです。ワクチンを接種することによって、肺炎球菌性肺炎の重症度と死亡のリスクを軽減することができます。肺炎リスクの高い高齢者の方は、肺炎予防効果がありますが、発症を必ず防ぐわけではありませんので注意してください。

助成額 ■4,000円

持ち物 ■予防票・健康保険証・自己負担金

※ワクチン接種の注射部分の腫れや痛み、発熱などの症状がみられることがあります

※新型コロナウイルスワクチン接種前後2週間は他の予防接種をすることができません

※予防接種を希望する方は、あらかじめ医療機関に電話などで相談・予約をしてください

問合せ ■健康推進室

☎内線 436

認知症のことで悩んでいませんか?

地域包括支援センターは、認知症の相談や対応方法、利用できるサービスなどについての相談窓口です!

認知症の初期症状として、洗濯をしなくなった。以前に比べて怒りっぽくなった。外出しなくなった。料理の味付けがおかしいなど

があります。認知症かと思うことや親の認知症で困る事など、一人で悩まずにどんなことでも相談してください!

問合せ ■地域包括支援センター

☎内線 438

県認知症コールセンター

☎055・254・7711

今月のキーワード



転倒予防に1311運動

「1日3食バランス良く」、「1日1回整理整頓」のことで、これらを中心掛けることで転倒を予防することができます。

6月号から発表しているキーワードは今月で最後です。応募用紙に必要な事項を記入し、健康長寿課に提出してください。正解した方には転倒予防オリジナルトートバックを差し上げます。
※1家族1回まで
応募締切日 ■3月31日(金)
問合せ ■健康長寿課
☎内線 445

応募用紙

①キーワード

②年齢 (歳)

③転倒予防都市宣言をしたことを知っていますか? はい ・ いいえ

④1311運動を知っていますか? はい ・ いいえ

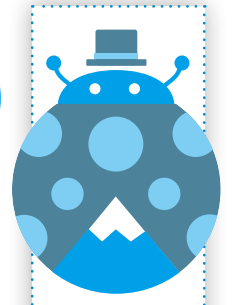
⑤1311運動を実践していますか? している ・ していない

(している方:どのように?)

⑥ここ富士体操を知っていますか? はい ・ いいえ

⑦ここ富士体操を実践していますか? している ・ していない

(している方:どのように?)



情報編

転倒予防情報 定期便VOL16



元気な体は食事から

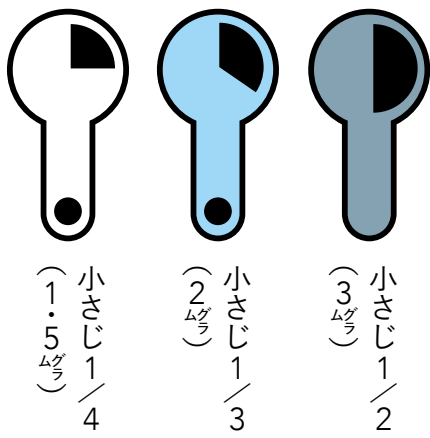
「給食」の減塩の工夫を紹介

学校給食は、栄養価の基準があります。この基準は、生活習慣病の予防も考慮されています。令和3年4月にはさらに見直され、食塩相当量が低くなりました。
保育園児…1.5g未満/食
小学生…2g未満/食
中学生…2.5g未満/食

※参考

18歳以上

男性…7.5g未満/日
女性…6.5g未満/日



学校給食では、減塩のためさまざまな工夫をしています。

◇みそ汁やすまし汁の塩分を減らしました。

- 小中学校 0.6〜0.7%
- 保育園 0.5〜0.6%

塩分が少なくてもおいしくなるように、煮干しやかつお節の量を増やし、和風だしを塩分など添加物の少ないものを使っています。

◇できるかぎり手づくりで、味の加減をしています。

◇調味料を少しずつ減らし、大豆やきのこ類、トマトや乳製品などを使ってうまみやコクを出しています。



子どもの片付けどうしたらいい？

子どもにどのように片付けを教えたらいのだろうか…と、悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。そこで今回は「子ど

もの片付けのコツ」についてまとめました。

その1

親が楽しみに片付けている姿を見せる

子どもは「片付け」というのが何をすることなのか分かりません。子どもは大人がしていることをまねたがるため、まずは大人が楽しく片付けをしている姿を見せましょう。子どもと一緒に片付けながら「何をどこに」片付けるのか教えてあげることが大切です。

その2

ゲーム性を取り入れて「競争」する！

3・4歳は子どもに自我が芽生えて主張が強くなる頃です。この時期にはママやパパとどっちが早く片付けられるかという競争がお勧めです。子どもは「片付け」遊びを終わらせるものととらえるので片付けも「遊びの延長」と再認識させてあげましょう。子どもは遊びながらで

あれば、楽しく片付けることができます。

その3

収納はふたなしボックス&オープン棚で！

子どもの意欲を削がないため、収納は子どもの手が届きやすい場所、収納ボックスはふたがなく「入れるだけ」、収納棚も扉がないものなど、簡単な収納方法にした方が子どもは片付けがしやすくなります。必要最低限の動作で片付けができるような環境を用意してあげましょう。

その4

衣類やカバンは「手軽にかけられるもの」がお勧め

普段よく着るコート類や幼稚園や小学校に持っていくカバンやランドセルなど、使用頻度が高いものはツリー状のポールハンガーなどを使って、手軽にかけられるようにして「片付ける場所が決まっている」環境を用意してあげましょう。

乳幼児健診

受付時間は対象者によって異なるため、ホームページで確認してください。

場所 ■ 子育て支援センター

感染対策のため、保護者は子ども1人につき1人でお願いします。

2人以上の付き添いが必要な方や体調不良の方は気軽に相談してください。



乳幼児健診の
ホームページはこちら

4カ月健診

【対象】

| 3月14日(火) | | 令和4年11月生まれ | |
|-------------|------------|-------------|------------|
| 受付時間 | 生年月日 | 受付時間 | 生年月日 |
| 午後1時15分～30分 | 11月1日～10日 | 午後2時～2時15分 | 11月22日～27日 |
| 午後1時30分～45分 | 11月11日～18日 | 午後2時15分～30分 | 11月28日～30日 |
| 午後1時45分～2時 | 11月19日～21日 | | |

1歳6カ月健診

【対象】

| 3月15日(水) | | 令和3年8月生まれ | |
|-------------|-----------|-------------|-----------|
| 受付時間 | 生年月日 | 受付時間 | 生年月日 |
| 午後1時15分～30分 | 8月1日～5日 | 午後2時～2時15分 | 8月15日～20日 |
| 午後1時30分～45分 | 8月6日～10日 | 午後2時15分～30分 | 8月21日～24日 |
| 午後1時45分～2時 | 8月11日～14日 | 午後2時30分～45分 | 8月25日～31日 |

2歳児歯とこころの相談

【対象】

| 3月16日(木) | | 令和2年10月生まれ | |
|-------------|-----------|-------------|------------|
| 受付時間 | 生年月日 | 受付時間 | 生年月日 |
| 午後1時15分～30分 | 10月1日～4日 | 午後2時～2時15分 | 10月13日～20日 |
| 午後1時30分～45分 | 10月5日～7日 | 午後2時15分～30分 | 10月21日～26日 |
| 午後1時45分～2時 | 10月8日～12日 | 午後2時30分～45分 | 10月27日～31日 |

3歳児健診

【対象】

| 3月17日(金) | | 令和元年9月生まれ | |
|-------------|-----------|-------------|-----------|
| 受付時間 | 生年月日 | 受付時間 | 生年月日 |
| 午後1時15分～30分 | 9月1日～5日 | 午後2時～2時15分 | 9月14日～19日 |
| 午後1時30分～45分 | 9月6日～11日 | 午後2時15分～30分 | 9月20日～24日 |
| 午後1時45分～2時 | 9月12日～13日 | 午後2時30分～45分 | 9月25日～30日 |

問合せ ■ 健康推進室 母子保健担当 ☎内線793・799



妊娠中はホルモンの変化により、骨盤が歪みやすい状態です。妊娠後期はお腹が大きくなるため反り腰になり、さらに歪みやすくなります。骨盤の歪みは腰痛、尿漏れ、肩こり、下半身太りなどのトラブルの原因になります。産前から骨盤ケアが大切ですが、当院では特に産後のケアを重点的に行っています。産後の骨盤ベルトの役割は、

妊娠中はホルモンの変化により、骨盤が歪みやすい状態です。妊娠後期はお腹が大きくなるため反り腰になり、さらに歪みやすくなります。骨盤の歪みは腰痛、尿漏れ、肩こり、下半身太りなどのトラブルの原因になります。産前から骨盤ケアが大切ですが、当院では特に産後のケアを重点的に行っています。産後の骨盤ベルトの役割は、

妊娠出産で歪みがちな骨盤をサポートし、元の状態に戻す手伝いをしてくれます。分娩時にお渡しするお産セットの中に、骨盤ベルトが入っています。分娩直後から骨盤ケアが行えるよう、分娩台から降りる際に骨盤ベルトを装着させていただきます。帝王切開の方は、手術翌日の離床時に装着させていただきますが、傷に当たり痛みが生じる可能性があるため、無理のない範囲で行っています。

正しい位置に装着し、正しい骨盤ケアが行えるよう、産後は全ての方に骨盤ベルトの装着方法を伝えさせていただいています。何か分からないことがあった際は、遠慮なくスタッフに相談してください。



市立病院
だより

産後の骨盤ケア

産婦人科小児科病棟



産婦人科
ホームページはこちら



えがおいっぱい！

子育て情報局

てしたいまちNo.1を目指して！

☎23-8994

~Let's GO!!~

つどいの広場

ハーモニーへ

川邊先生に学ぶ子育て講座 と個別懇談

「つどいの広場ハーモニー」では令和5年度も4月から8回にわたって子育て講座を開催します。県内の学校や子育て支援センターで講演や子育て相談に活躍されている川邊修作先生をお招きして「子どもの心に育む信頼感」や「赤ちゃん返りの対応」など子どもの「こころ」を一緒に学びましょう。

乳幼児とママの大切な時間の過ごし方を学んで素敵な親子関係を築きませんか？

パパやおじいちゃんおばあちゃんの参加もお待ちしております。質問コーナーもありますので気軽に参加してください。

日時■4月17日(月)・5月15日(月)・7月3日(月)・8月21日(月)・11月6日(月)・12月18日(月)・1月22日(月)・3月4日(月)

午前10時30分

講師■カウンセリング心理士

川邊修作先生

※個別相談は予約が必要です

つどいの広場ハーモニー 3月予定表

| 日にち | 時間 | 教室名など |
|-------------------------------|-------------------|---------------------------|
| 3日(金)・17日(金) | 午前10時30分 | ママのためのストレッチ体操 |
| 3日(金)・10日(金) 17日(金)・24日(金) | 午前10時 ～午後3時 | 保健師相談会 |
| 6日(月) | 午前10時30分 | 川邊先生に学ぶ子育て講座 |
| 8日(水) | 午前10時15分 | ママのためのピラティス |
| 11日(土) | 午前10時 ～午後3時 | 土曜ひろば |
| 13日(月) | 午前10時30分 | お誕生日会 |
| 15日(水)・16日(木) | 午前10時 ～午後3時30分 | 2～3歳児 身体計測 と手形or足形ペタタン |
| 22日(水) | 午前10時15分 | おやこヨガ |

場所 Q-STA3階 **対象** 0～3歳児と保護者

開館日・時間

月～金曜日：午前10時～午後3時30分

各日とも正午～午後1時15分は利用できません

※参加無料・利用は予約制です

※27日(月)は休み

◎開館日や予定など、変更・中止になることがありますので、ブログを確認してください

↓ブログ



子育て支援センター改修工事のお知らせ

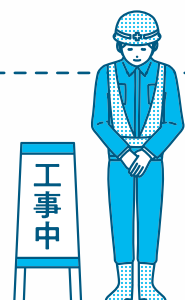
工事期間■3月1日(水)～31日(金)

※工事期間中の「つどいの広場にじいろ」は、3階多目的ホールになります

利用の皆さんには、迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします

※詳しくは市のホームページを確認していただくか問い合わせてください

問合せ■子育て支援課 ☎内線565



子育て応援ネットワークに参加してみませんか？

ファミリー・サポート・センターでは、地域の子育てに協力して下さる会員を募集しています。現在活躍中の会員の方々は「子どもが好き」、「子育てがひと段落した」、「退職したので地域で人の役に立てることがしてみたい」など、参加のきっかけはさまざまです。地域の子育てに関心のある方はぜひ問い合わせてください。

対象 ■市内にお住いの方

活動内容 ■子どもの預かり、送迎など

※活動の時間や内容に応じて報酬があります

問合せ ■ファミリー・サポート・センター ☎内線580



子育て支援センター予定表

3月

●:産前産後ケアルーム ♥:ファミサポ会員 ♪:つどいの広場にじいる利用者 ★:健診など ■:1歳未満児

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|-----|---|-----------------|---------------------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------|
| | | | 1 ♪わらべうた | 2 | 3 | 4 メンテナンス休館 |
| 5 | 6 ●ベビーマッサージ ねんね・寝返り期 (生後1カ月) | 7 | 8 | 9 | 10 ♪親子ふれあい体操 | 11 |
| 12 | 13 | 14 ★4カ月乳児健診 | 15 ♪読み聞かせ会 ★1歳6カ月健診 | 16 ●骨盤体操 ★2歳児歯と こころの相談 | 17 ●ママのための ピラティス ★3歳児健診 | 18 ●ハローベビー クラス |
| | | | | | | |
| 19 | 20 ●ベビーマッサージ ハイハイ・おすわり期 (生後6~12カ月) ♪子育て中の 就労相談 | 21 | 22 ●ぼかぼか測定 | 23 ♪歯ビバク相談 | 24 ●9カ月の測定会 | 25 |
| 26 | 27 | 28 ♪リトミックあそび | 29 | 30 | 31 | |

※つどいの広場のお休み期間も育児相談など受け付けています ☎内線565

子育て支援センター

下吉田7-29-19 ☎22-5155 ㊚22-7666

開館時間 午前8時30分~午後7時

※土曜日は午前8時30分~午後6時

利用は学習室・多目的ホール以外、

全て前日までの予約が必要です



新型コロナウイルス感染拡大の状況により、イベントや相談会などが中止や延期になることがあります

夜間・休日当直医のお問い合わせ 富士五湖消防本部 ☎23-4444

春の全国火災予防運動

『お出かけは マスク戸締り 火の用心』

3月1日(水)～7日(火)の1週間

春は空気が乾燥し、強風による延焼拡大の危険性が大きくなります。

春の行楽シーズンで屋外の活動が増えることもあり、住宅火災だけでなく林野火災が最も多くなる時期であります。

火の元をよく確認し、火災防止に努めましょう。

住宅防火 いのちを守る 10のポイント

4つの習慣

- ①寝たばこは絶対にしない、させない
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ③こんろを使うときはそばを離れない
- ④コンセントはほこりを清掃し、使わないときは抜く

6つの対策

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いたものを使う
- ②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期点検し、10年を目安に交換する
- ③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具や衣類カーテンは防災品を使用する
- ④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく
- ⑤高齢者や身体の不自由な人は避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などで、地域ぐるみの防火対策を行う

空き地火災を防止するポイント

田畑や住宅建設予定の空き地などを所有・管理している方は防火のため、年に数回、除草作業をしてください。

期間中、午後9時にサイレンを鳴らします。お休み前にもう一度火の元の点検を心掛けましょう。

問合せ■安全対策課 ☎内線222

お知らせ notice

高齢者の交通事故に注意!!

市内の令和4年1～12月までの交通事故発生件数は132件でした。そのうち65歳以上の高齢者の事故件数は49件と全体の37.1%を占めています。高齢者の方は被害者になるばかりでなく、車の運転などで加害者になる場合も増えてきています。

【高齢者の交通事故の特徴】

- ①自宅近くでの発生が多い
- ②夕方や夜間の発生が多い
- ③横断歩道のない場所での発生が多い

【歩行者の事故を防止するポイント】

- ①通り慣れた道でも、気を抜かずに車に注意する
- ②夜間の外出は、明るい色の服装や反射材を着用する
- ③横断歩道や信号機のある所を横断する

交通事故を起こしたり、事故に遭わないためお互いに交通ルールを守り、反射材を身につけるなど交通事故を防ぐための工夫と努力が大切です。

問合せ■安全対策課 ☎内線221

ふるさと納税推進室から

2月から、ふるさと納税ポータルサイト「さとふる」の返礼品として、ふるさと納税返礼品PayPay商品券の取扱いを開始しました。PayPay商品券の利用拡充のため、対象店舗である加盟店を募集します。PayPay商品券の利用ができるものは、総務省が定める地場産品基準に適合するものに限りです。詳しくは問い合わせてください。

問合せ■ふるさと納税推進室 ☎内線783

六根清浄

3月になると、長い冬が終わり春の訪れを感じます。この時期になると花粉が飛散しだす時期で、花粉症の方にはつらい時期になってきます。私も花粉症なので、つらさが分かります。

花粉症の簡単な対策としてはマスクや眼鏡をすることです。今までは新型コロナウイルス感染症の予防でマスクを着けていましたが、3月13日(月)からはマスクの着脱は個人の判断が尊重されると、政府の方針が変わります。皆さんはマスクをする方や、しない方もいると思いますが、私は花粉症の対策で外でもマスクが手放せなうです。

人口と世帯

令和5年2月1日現在
富士吉田市住民基本台帳登録人口・世帯数
カッコ内は前月比

| | | | |
|---|-----|-----------|-------|
|  | 人口 | 47,235 人 | (-54) |
|  | 男 | 23,245 人 | (-32) |
|  | 女 | 23,990 人 | (-22) |
|  | 世帯数 | 20,383 世帯 | (4) |

※住民基本台帳登録人口とは、住民基本台帳に登録された人口であり、直近の国勢調査人口を基本に算出した現住人口とは差があります

環境美化センターから

粗大ごみの戸別有料収集

粗大ごみの戸別収集(有料)を行います。収集できない物や収集品目の数え方は、ごみ分別マニュアルまたは市のホームページを確認してください。

※1回の収集につき最大9個まで

各日先着15件

| | | | | | |
|----|--------|----|--------|----|--------|
| 1個 | 1,300円 | 4個 | 2,450円 | 7個 | 4,700円 |
| 2個 | 1,500円 | 5個 | 3,200円 | 8個 | 5,450円 |
| 3個 | 1,700円 | 6個 | 3,950円 | 9個 | 6,200円 |

| 申込締切日 | 収集日 |
|----------|----------|
| 3月 7日(火) | 3月17日(金) |
| 3月14日(火) | 3月24日(金) |
| 3月28日(火) | 4月 7日(金) |

「可哀想」という気持ちだけで野良猫にご飯をあげていませんか?

「さくらねこ・TNR活動」を行っています。野良猫が増えてお困りの方は問い合わせてください。

問合せ■環境美化センター ☎22-0030

おくやみコーナーの予約受付を開始しました!

遺族の方が、市役所で行う手続きを少しでも分かりやすくワンストップで済ませていただけるよう「おくやみコーナー」を設けました。利用するには事前に予約が必要です。

遺族の方が行う手続き全般をまとめた「おくやみハンドブック」も用意していますので利用してください。

予約方法■電話予約 ☎22-1277 受付:月～金曜日
午前9時～午後4時(祝日は除く)

問合せ■市民課 ☎内線166

指定給水装置工事事業者の指定

次の事業者が新たに指定給水装置工事事業者として指定されましたので、富士吉田市指定給水工事事業者規定第10条に基づきお知らせします。

事業者名■ST水道メンテナンス(株)／代表者■武川 健

住所■甲府市千塚2-5-12／電話■055-231-5405

FAX■055-231-5407

問合せ■上下水道管理課 ☎内線611

カメムシ防除 景観保全のための一斉野焼き

カメムシの発生抑制には地域一丸となった取り組みが重要です。所有や耕作している農地の野焼きに協力をお願いします。

日時■3月19日(日) 午前9時～正午 集合:午前8時45分
※防災対応の為、地区を区切り30分毎を目安に実施します 予備日:3月26日(日)

集合場所■城山東農村公園駐車場

対象地区■城山東基盤整備地区

注意事項■①着火器具などやバケツ、水道ホースなど必要な用具は持参してください。②隣地などへの延焼に注意してください。③消火するまで必ず火を監視してください。④午後は風が強くなるため野焼きはしないでください。

城山東地区周辺にお住まいの皆さんへ

風向きによって灰やススが舞う可能性があります。洗濯物は屋内に干すなど、協力をお願いします。

問合せ■農林課 ☎内線411

LINE公式アカウント

友だち募集中

@fujiyoshidashi

LINEの「友だち追加」からID検索するからID検索するから

LINEの「友だち追加」からID検索するから

消費者の基礎知識

＝暗号資産などの投資話に注意！＝

【こんな相談が寄せられています】

・SNSで知り合った人から暗号資産の取引を勧められ、指定された口座に現金を振り込んだ。その直後から連絡がつかなくなりました。

【トラブル防止のポイント】

★暗号資産の入手・換金は金融庁へ登録のある暗号資産交換業者を利用して行われます。取引を行う前に金融庁のウェブサイトで登録業者かどうか必ず確認してください。

★投資はリスクが伴うものです。うまい投資話を勧められたら、特に注意深く判断するようにしましょう。

【暗号資産とは】

インターネットでやりとりされる通貨のような機能をもつ電子データです。日本円や米ドルのように国がその価値を保証している法廷通貨ではありません。
(国民生活センター報道発表資料参照)

相談専用電話 ☎(22)1577

消費者ホットライン「188」

場所 ■市役所東庁舎1階

相談受付時間 ■

午前9時～正午、午後1時～4時30分

問合せ ■商工振興課 ☎内線405

市税などの納付は便利な口座振替をお勧めします

市県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の市税などは、口座振替により預金口座から自動的に振替納付することができます。

口座振替は税目ごとで受け付けています。新たに介護保険料や後期高齢者医療保険料の納付がある方は、ぜひ口座振替を利用してください。

申込方法■金融機関か収税課に申請書を提出

【金融機関での申し込み】

持ち物■預貯金通帳・通帳印

【収税課での申し込み】

持ち物■キャッシュカード

※暗証番号の入力が必要です

※キャッシュカードの種類によって取り扱いできないことがあります

【口座振替の申し込みができる金融機関】

山梨中央銀行、都留信用組合、山梨信用金庫、山梨県民信用組合、中央労働金庫、ゆうちょ銀行・郵便局、クレイン農業協同組合

問合せ■収税課 ☎内線121・122

産前産後期間の国民年金保険料が免除されます!

免除された期間は保険料を納付したもものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

免除される期間■出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間 ※多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から最大6カ月間

免除の対象■国民年金第1号被保険者で、出産予定日または出産日が平成31年2月1日以降の方。

届出先・必要書類■市民課年金担当

- ・運転免許証、パスポートなどの本人確認書類
- ・母子健康手帳などの出産予定日または出産日が確認できるもの

問合せ■日本年金機構大月年金事務所

☎0554-22-3811

市民課 ☎内線146・147・148

市民農園で手作りの野菜を作ってみませんか?

小面積の農地を利用して野菜の栽培を実際に体験することができます。丹精こめて作った野菜の収穫の喜びを味わってみませんか!

農園■上吉田第一:富士保育園北側(上吉田7丁目) / 上吉田第二:吉田小学校北側(上吉田3丁目) / 下吉田:東町スポーツ広場東(下吉田8丁目) / 竜ヶ丘第一:源鍛冶鉄工所西(竜ヶ丘3丁目) / 竜ヶ丘第二:安田商事交差点東側(竜ヶ丘2丁目)

【貸出内容】

貸出期間■4月~翌年2月末日 / **貸出区画**■1世帯1区画
区画面積■1区画 約30~45㎡ / **貸出貨料**■無料 / **対象**■市内にお住まいの方 / **申込期間**■3月13日(月)~27日(月) / **申込方法**■指定の申込書を農林課へ提出 / **申込書**■農林課で配布または市のホームページからダウンロードできます

申込み・問合せ■農林課 ☎内線411・412

募集 recruitment

令和6年富士吉田市二十歳を祝う会実行委員募集

活動時期■5月頃から二十歳を祝う会当日までに3回~5回程度

募集締切日■4月1日

応募資格■平成15年4月2日~平成16年4月1日生まれの市内中学校卒業の方

活動内容■二十歳を祝う会全体の企画・運営

申込み・問合せ■生涯学習課 ☎内線521

有料広告

ガスも電気も吉田ガス

SHIZGAS

あなたにフィット

太陽光発電支援サービス

吉田ガス株式会社 SHIZGAS

TEL:0555-22-2161 <https://www.yoshidagas.co.jp/>

無料で貴方の脂肪(メタボ度)を測る会

有料広告

病院で「やせる」と言われた方、ポッコリお腹が気になる方へ、内臓脂肪・血管年齢などを測定して健康的な減量法をアドバイスします(無料、要予約)

【同時開催】春までに痩せてみるキャンペーン
塗るグルコサミン無料試供品頒布

日時 3月5.8.12.15.18.21.26.28.31日(60分)

会場 甲府市住吉5-18-26 ナオル薬品
(無料電話相談・宅配サービスも実施しています)
問合せ・資料請求 電話 055-241-3211 FAX 3213

募集

サークル・作品などの募集