



多摩源流 小菅村



広報

こすげ

No.545

6 2025.
月号

発行：小菅村役場

〒409-0211 山梨県北都留郡小菅村4698番地 ☎0428-87-0111
<http://www.vill.kosuge.yamanashi.jp>

人口・世帯 令和7年5月1日 現在

●人口…622人 ●世帯数…334世帯(-1)

【男性…320人(+1)・女性…302人(±0)】

※() 前月より



第34回

多摩源流まつりを開催しました！

contents

P2 …健康だより

P3 …フリガナの通知を必ず確認しよう！ | 資格確認書等の年次交付と年次賦課処理による保険料額確定について

P4 …第34回多摩源流まつり | 青年会事業

P5 …中学校長のつぶやき | ベトナム交流会

P6 …令和7年度自衛官等採用試験予定 | 地域おこし協力隊より

P7 …お知らせ

P8 …6月の行事予定 | ごみカレンダー

歯と口の健康週間

おいしいものを食べたり、家族や友人と話したりする楽しみは、歯と口の健康(健口)に支えられています。「むし歯」や「歯周病」が原因で日々の暮らしの質が低下してしまうこともあるため、歯の健康を守る適切なケアに取り組み、歯と口の健康を維持しましょう。



正しい歯みがきをしましょう

歯みがきは「食べたら磨く」を基本に、就寝中は唾液の分泌量が減り細菌が繁殖しやすいので、就寝前の歯みがきは特に念入りに行いましょう。

1. 歯ブラシを正しく使う：歯ブラシは歯の面に対しては90度、歯と歯茎の間には45度で当て、軽い力で細かく動かします。
2. フッ化物が入った歯みがき剤で、むし歯を予防：歯みがき剤は歯ブラシ全体につけて(1～2cm)、歯ブラシ後のうがいには少量の水で1回のみ。歯みがき剤のフッ化物(むし歯予防の成分)が残るようにします。
3. 1日1回は歯間ブラシやフロスで歯と歯の間を磨く：歯間ブラシは前後に、フロスは上下へ歯に沿わせるように動かします。
4. 入れ歯は専用のブラシを使って流水洗い：入れ歯は、ぬめりがなくなるまで丁寧にこすり洗いを。1日1回、洗浄剤を使ってきれいにするのも忘れずに。入れ歯を落として割ってしまわないように気をつけましょう。
5. 洗口液を上手に使う：歯周病対策(殺菌成分)やむし歯対策(フッ化物)など、悩みにあった商品を選びましょう。

禁煙について



たばこは肺がんや脳卒中、COPD(慢性閉塞性肺疾患)等の多くの病気を引き起こす原因になるだけでなく、免疫力にも影響があります。喫煙していると免疫力が低下し、インフルエンザや肺炎、新型コロナウイルス感染症等に感染しやすくなったり重症化しやすくなったりする等、様々なリスクがあります。また、たばこが及ぼす害は吸っている本人だけとは限りません。吸わない人がたばこの煙(副流煙)にさらされることを「受動喫煙」と言い、喫煙者が直接吸い込む煙(主流煙)よりも発がん性物質やニコチンなどの有害物質が何倍も多く含まれています。受動喫煙により、様々な病気になるリスクが高まります。

たばこの煙が消えた後に、床や壁に有害物質が付着したまま残ることがあり、こうした有害物質を誰かが吸入することを「サードハンド・スモーク(三次喫煙)」と言います。特に子どもや乳幼児は被害を受けやすく、気管支ぜんそくやアトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患をはじめ、多くの健康被害を及ぼすことが指摘されています。

40～74歳の方へ 年に1回は必ず「特定健診」を受けてください!

がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病が、日本人の死因の約6割を占めています。

特定健診の目的は、病気を発症する前に異常に気づき、生活習慣を改善することで生活習慣病を防ぐことです。今、病気で生活に支障がないことが当たり前だと思っても、突然病気を告げられ、生活が一変してしまうこともあります。自分のため、家族のため、これからも大切な人と元気に楽しく生活していくために、毎年1回は健診を受け、自分の健康づくりに活かしましょう。

小菅村では、6月8日(日)に山梨県厚生連健康管理センターによる集団健診が行われます。国保、社保被扶養者の方は特定健診が受診できますので、ぜひこの機会に健診を受けましょう。また、特定健診の対象ではない方も、お気軽にご相談ください。



■お問い合わせ…小菅村役場 住民課 保健師 ☎0428(87)0111

フリガナの通知を 必ず確認しよう!

令和7年5月26日から
戸籍にフリガナが
記載されます

戸籍制度マスコットキャラクター
「コセキツネ」



法務省民事局
制度の詳細はこちら

戸籍 フリガナ



■お問い合わせ… ☎ 0570 (05) 0310
(コールセンター開設時間)
午前8時15分～午後5時15分
※土・日曜・祝日、年末年始を除く

①本籍地の市区町村長による通知

本籍地の市区町村長から、戸籍に記載される予定の氏名のフリガナが郵送で通知されます。

通知は、令和7年5月26日以降送付されますので、**通知が届いたら必ず内容を確認してください。**

通知のフリガナが正しいときは、届出をしなくても通知のとおり戸籍に記載されます。

②氏名のフリガナの届出

令和7年5月26日から令和8年5月25日までの間、氏名のフリガナの届出をすることができます。

オンライン(マイナポータル)での届出が便利ですが、郵送や市区町村の窓口で行うこともできます。

③市区町村長による氏名のフリガナの記載

②の届出がなかった場合、令和8年5月26日以降に、①の通知に記載されたフリガナが戸籍に記載されます。

後期高齢者医療 資格確認書等の年次交付と 年次賦課処理による 保険料額確定について

■後期高齢者医療資格確認書について

・後期高齢者医療の資格をお持ちの全ての方に資格確認書が交付されます。令和7年度の新しい後期高齢者医療資格確認書は薄紫色となります。

新しい資格確認書(令和7年7月1日発行、有効期限令和8年7月31日)は、7月中旬に簡易書留もしくは特定記録郵便で郵送します。

新しい資格確認書はお手元に届いた日からご利用いただけます。現在お手持ちの被保険者証(さくら色)または資格確認書(薄緑色)は、有効期限終了後はご利用いただけません。有効期限を過ぎた資格確認書は、個人情報記載されていますので、裁断するなどして廃棄してください。

■資格確認書への限度額区分の任意記載事項の併記について

マイナ保険証をお持ちでない方で、資格確認書への限度額区分の記載を新規で希望される方は申請が必要となります。

なお、前年度交付を受けている方またはすでに併記申請を行った方に該当する場合は、引き続き任意記載事項が記載された資格確認書を交付しますので申請は不要です。

※マイナ保険証をお持ちの方は、医療機関等の窓口でマイナ保険証を提出し、「限度額情報の表示」に同意することで適用されますので申請は不要です。

■長期入院日数届出書について

低所得者Ⅱ(区分Ⅱ)に該当する方で、申請月を含めた過去12カ月の入院日数が90日(低所得者Ⅱと判定された期間に限る)を超え、入院時の食費等の減額をさらに受ける場合は、お住まいの市町村担当窓口での申請手続きが必要です。ただし、申請書を提出する月以前の12月以内に90日を超えた入院日数のわかる領収書もしくは入院証明書等の添付書類が必要です。

申請後は入院時の食事代が減額されます。ただし、申請日から申請月末日までの食事代については療養費(食事療養費差額)の申請が必要となります。

※マイナ保険証の保有の有無に限らず、長期入院に該当する方は申請が必要となります。

■基準収入額適用について

住民税課税所得金額が145万円以上の被保険者がいる世帯については、一部負担金(診療等における被保険者の窓口負担)の負担割合が3割となります。ただし、収入金額が一定基準額以下で基準収入額適用となる場合、適用後の負担割合は所得状況に応じて2割もしくは1割となります。

なお、要件に該当する方につきましては収入状況等を確認の上、適用後の負担割合の被保険者証を送付します。申請等は必要ありません。

■納付方法について

保険料の納付方法は特別徴収か普通徴収の2通りに分かります。

特別徴収は年金から天引きされます。

普通徴収は納付書または口座振替で納めます。

口座振替の方については記載された口座から引き落とされます。

口座振替は、納期ごとに出かける手間がなく、納め忘れる心配がない「便利」で「確実」な納付方法ですので、ご利用ください。

■お問い合わせ…小菅村役場 住民課 ☎0428(87)0111

5月4日(日)小菅村スポーツ広場にて第34回多摩源流まつりが開催されました。

多くの子どもたちや家族連れで賑わう祭りとなりました。

当日は天候にも恵まれ、約七千人の来場者にお越しいただきました。

多くの皆様のご来場ありがとうございました。

①小菅中学生全校による太鼓「飛躍」

②伝統芸能小永田神代神楽③鮎の塩焼き(丹波山商工会)④警察署による

パトカー・白バイの展示⑤子ども広場

⑥140機によるドローンショー【初】



青年会事業

春のこすげパーティー

4月11日(金)、中央公民館にて、村民同士の交流を目的とした「春のこすげパーティー」を開催しました。チラシを村内回覧したところ、79人の村民の方にご参加いただきました。参加していただいた皆様からは「このような場をつくってくれてありがたい。次回も開催してほしい。」といったお声をいただきました。

次回の開催もどうぞお楽しみに！

そして幅広い世代の皆様のご参加をお待ちしております！



中学校長のつぶやき

多摩源流まつりは、山梨県小菅村が誇る自然資源である「多摩川源流」をテーマとした祭りであり、地域住民や来訪者が、小菅村の豊かな自然に触れ、その恵みに感謝する村の一大イベントです。小菅中学校の生徒が、このようなイベントに参加することは、発表の機会を与えていただいたということだけではなく「努力は実を結ぶ」ことを実感し、大きな自信へと繋げることができる貴重な機会となったことと思います。

小菅中の太鼓活動は、9月の「明媚祭」と「敬老会」、10月の「丹菅音楽祭」、3月の「3年生を送る会」と年間4回披露する場があります。今年はさらに源流まつりのオープニングを叩くという機会もいただきました。ただ、小菅中には太鼓部というものはありません。月2回程度の練習と年間2回来ただけの外部講師の指導により曲を仕上げます。太鼓も所有しておらず、活動する時には小学校からお借りしています。生徒数も減り、練習時間も減った中で、太鼓活動は、困難も少なくありません。それでも生徒たちは限られた時間の中で、精一杯練習に励んでいました。

そして本番当日。ステージに上がった時の緊張感。仲間と息を合わせ演奏することの心地よさ。七千人近く集まってくれた来訪者からの大きな拍手と笑顔。そしてこのような機会を与えてくださった地域の方への感謝。生徒たちはこの体験を通して「地域に支えられて生きている」と感じると共に「自分たちも地域を支えることができる」ということを自覚することができたのではないのでしょうか。自分たちががんばる姿を見せることが、地域の方を元気にする。笑顔にする。たくさんの方に勇気を与える。自分たちがしてきた努力が、地域を支えることに繋がっているということを実感したのではないのでしょうか。中学校の3年間を終え、義務教育が終了し、それぞれ高校や社会へと自らの足で歩み始めていくこの子たちには、様々な経験を通してさらに大きく成長してほしいと願っています。

小菅中学校
校長 勝野 誠



小菅村×ベトナム

ベトナム交流会

4月12日(土)、ベトナム関係者60名、小菅村から約30名、総勢90名弱が集まり、小菅村×ベトナム交流会が開催されました。まず魚のつかみ取りを体験しました。参加したベトナム人学生や子どもたちは元気いっぱいに魚を追いかけて、歓声を上げていました。



また、参加学生が民族衣装を身にまとい、素晴らしいファッションショーを披露しました。色鮮やかな衣装に身を包んだ学生たちの姿に、子どもたちは目を輝かせ、異国の文化に触れる貴重な体験となりました。

参加していただいた在日ベトナム学生年協会と在日ベトナム大使館から、ベトナム国内で有名なバッチャン焼きのお皿をいただきました。現在、中央公民館図書室に飾っていますので、ぜひご覧ください。



令和7年度 自衛官等採用試験予定

山梨地方協力本部の最新情報は、右のQRコードからアクセスできます。



試験区分	受付期間	1次試験又はWeb試験	2次試験等又は口述試験等
第3回自衛官候補生	6/16(月)～7/4(金)	7/9(水)～15(火)	7/19(土)
第4回自衛官候補生	7/22(火)～8/1(金)	8/17(日)～21(木)	8/23(土)
第2回一般曹候補生	7/1(火)～9/2(火)	9/13(土)～9/18(木) 予備19(金)	10/12(日)、13(月)
航空学生	7/1(火)～8/29(金)	第1回1次：9/20(土) 第2回1次：9/27(土)	2次 10/16(木)～10/23(木) 3次 海11/21(金)～12/17(水) 空11/15(土)～12/18(木)
防衛大学校/推薦	9/5(金)～9/9(火)	9/20(土)・21(日)	—
防衛大学校/総合選抜		9/20(土)	10/25(土)・26(日)
第5回自衛官候補生	8/25(月)～9/10(水)	9/17(水)～24(水)	9/27(土)、10/12(日)、13(月)
第2回予備自衛官補 一般・技能	5/24(土)～9/11(木)	9/17(水)～24(水)	9/27(土)
第3回幹部候補生(注) 一般、専門(陸)	陸海：9/1(月)～9/26(金) 空：8(月)～9/26(金)	10/11(土)	11/15(土)～11/18(火)
幹部候補生(第3回)(注)			
防衛医科大学校(看護)	7/1(火)～10/3(金)	10/18(土)	12/6(土)・7(日)
防衛医科大学校(医学)	7/1(火)～10/8(水)	10/25(土)	12/17(水)～19(金)
キャリア採用幹部(第2回)	8/1(金)～10/10(金)	陸10/31(金) 空11/4(火)～11/6(木)	—
自衛隊奨学生(第1回)	6/3(火)～10/10(金)	11/8(土) 予備日9(日)※ ※口述試験及び身体検査のみ	—
防衛大学校/一般	7/1(火)～10/16(木)	11/1(土)	11/29(土)～12/3(水)
第2回医科/歯科幹部(注)	7/29(火)～10/23(木)	11/14(金)	—
第6回自衛官候補生	10/1(水)～10/29(水)	11/5(水)～11(火)	11/15(土)
技術曹(海)(第2回)	8/1(金)～10/10(金)	11/10(月)	—
技術曹(空)(第2回)	9/16(火)～11/14(金)	12/3(水)～12/5(金)	—
第3回一般曹候補生	9/16(火)～11/21(金)	11/29(土)～12/3(水) 予備日4(木)	1/10(土)
第7回自衛官候補生	11/17(月)～11/26(水)	12/3(水)～9(火)	12/13(土)
高等工科学校/推薦	10/1(水)～11/28(金)	1/10(土)～1/12(月)	—
高等工科学校/一般	10/1(水)～1/15(木)	1/24(土)・25(日)	2/14(土)
奨学生(第2回)(注)	12/1(月)～1/30(金)	2/21(土)	—
第8回自衛官候補生	1/13(火)～2/12(木)	2/14(土)～18(水)	2/21(土)

注：採用計画数の確保が可能と見込まれる場合は実施しない。



地域おこし協力隊 より 長瀬 克敏

道の駅の物産館で働いております協力隊の長瀬です。皆様に本当によく面倒を見ていただけたおかげで、4月から協力隊3年目を迎えることが出来ました。日々、物産館で働いておりますと生産者の方々の後継問題等といった村の課題を目の当たりにします。小菅村に足を運んでくれたお客様に楽しんでいただくため、そして何よりも生産者の皆様が大事に育てきた小菅村の特産品を途絶えさせてはならないと思っています。何なりとご意見をお聞かせ下さい。私のような者に出来ることは限られているかもしれませんが残り1年精一杯取り組みます。



人権擁護委員の日

毎年6月1日は人権擁護委員の日です。この日を中心に全国各地で啓発行事等が開催されます。

本村でも6月2日(月)午前10時から正午までの間、役場2階相談室を会場に、特設人権相談所が開設されます。

相談は無料で、秘密は厳守されますので、ご希望のある方は是非ご利用ください。

- お問い合わせ…小菅村役場 住民課
☎0428(87)0111

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用とは、「たった一度」でも決められたルールを守らないで、薬物を使用することです。医薬品についても、「病気や傷の治療に使う」といった本来の目的以外に使えば、薬物乱用です。

「たった一度」の薬物乱用でも脳や体は破壊され、薬物を手に入れるために窃盗や強盗などの犯罪が誘発され、自分や周囲の大切な人の人生を壊してしまいます。

国及び県では、6月20日から7月19日までの一か月間「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を行います。

この機会に薬物乱用の恐ろしさを正しく理解するとともに、身近な人の薬物乱用に気付いたときには、勇気をもって保健所へご相談ください。

- ご相談先…富士・東部保健所 衛生課
☎0555(24)9033

地域福祉講座講演会受講者募集

障害への理解を深め、障害児(者)が住みやすい社会を作るため、障害福祉に関する講演会を開催いたします。

どなたでも受講できますのでお気軽にご参加ください。

「援助者のためのメンタルケア～「私」と「仲間」と、その先の存在を大切にするために～」

- 日時…6月11日(水)午後1時30分
- 開場…午後1時15分
- 場所…山梨県立富士ふれあいセンター
(富士河口湖町船津6663-1)
- 講師…山梨県立大学人間福祉学部
社会福祉士・精神保健福祉士 山中 達也 氏

- 対象…どなたでも ●受講料…無料
- 事前申込…要 ●締切日…6月4日(水)
- お問い合わせ・申込先…富士ふれあいセンター
若尾 ☎0555(72)5533

「第73回山梨県統計グラフコンクール」の開催について

山梨県では、県民の皆さんに統計グラフの作成を通じて、統計を活用し、親しんでいただくため、毎年「統計グラフコンクール」を開催しています。

皆さんが普段気になっていること、疑問に思ったことなどを調べて、統計グラフをつくってみませんか。

この機会に、ぜひご応募ください!

- 応募区分…県内在住・在学・在勤で小学生以上の方が対象です。
第1部…小学校1・2年生の手描きの作品
第2部…小学校3・4年生の手描きの作品
第3部…小学校5・6年生の手描きの作品
第4部…中学生の手描きの作品
第5部…小・中学生のPCの作品
第6部…高校生以上の手描き・PCの作品
- 課題…自由(ただし、小学校4年生以下の児童については、自ら観察又は調査した結果をグラフにしたものとします。)
- 規格…B2判(72.8cm×51.5cm 紙質、色彩は自由ですが、パネル仕上げ、表面のセロハンカバー等の調製はしないでください。)
- 応募方法…山梨県新価値・地域創造推進局統計調査課あて郵送又は持参
- 募集期間…令和7年6月6日(金)～9月3日(水) 必着
- 表彰等…各部門：知事賞1点以内、教育長賞2点以内、入選2点以内、佳作数点
応募者全員に参加賞を贈呈
- その他…優秀な作品については「統計グラフ全国コンクール」に出品します。
全国コンクールに出品となった方には、統計検定4級(活動賞)が贈られます。
応募作品についての用紙(B2判)は統計調査課に用意してありますので、お申し出ください。
- お問い合わせ…統計調査課
TEL:055(223)1340 FAX:055(223)1347
E-mail: toukei@pref.yamanashi.lg.jp
〒400-8501
甲府市丸の内1-6-1(山梨県庁北別館5階)
HP:
<https://www.pref.yamanashi.jp/toukei/gracon.html>

みなづき
水無月
6月



★ 口座振替日は6月30日(月)です ★

- 村県民税(第1期分)
- CATV基本料(第1期分)

重要 6月27日(金)までに通帳残高の確認をお願いします

日	月	火	水	木	金	土
1 仏滅 ● 村営バス運休	2 大安	3 赤口 ● 筋トレ教室 ● 子育て支援 ありんこ ● 健康づくり るーむ 燃えるゴミ・ 生ゴミ ダンボール	4 先勝 粗大ゴミ 橋立・川池 田元・中組	5 友引 燃えるゴミ・ 生ゴミ	6 先負 ● 筋トレ教室 ペットボトル	7 仏滅
8 大安 ● 住民総合健診 (厚生連) ● 村営バス運休	9 赤口 燃えるゴミ・ 生ゴミ	10 先勝 ● 筋トレ教室 ● 子育て支援 ありんこ ● 健康づくり るーむ カン類	11 友引 ● 献血(役場前)	12 先負 燃えるゴミ・ 生ゴミ	13 仏滅 ● 筋トレ教室 ビン類	14 大安
15 赤口 ● 村長杯 グラウンド ゴルフ大会 ● 村営バス運休	16 先勝 燃えるゴミ・ 生ゴミ	17 友引 ● 筋トレ教室 ● 子育て支援 ありんこ ● 健康づくり るーむ ダンボール	18 先負 粗大ゴミ 東部・白沢 小永田・長作	19 仏滅 燃えるゴミ・ 生ゴミ	20 大安 ● 筋トレ教室 ペットボトル	21 赤口
22 先勝 ● 村営バス運休	23 友引 ● はぐくみ サポート 燃えるゴミ・ 生ゴミ	24 先負 ● 筋トレ教室 ● 子育て支援 ありんこ ● 健康づくり るーむ カン類	25 赤口	26 先勝 燃えるゴミ・ 生ゴミ	27 友引 ● 筋トレ教室 ● 村営バス運休 本・雑誌	28 先負 ● 子宮頸がん 検診(車検診)
29 仏滅 ● 村営バス運休	30 大安 燃えるゴミ・ 生ゴミ 口座振替日	7月 1 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅

● 「子育て支援ありんこ」とは、保育所入所前の子どもと親を対象に保育所で行っている交流活動です。

● 粗大ごみの収集は4地区ずつ2日に分けて収集します。

● 健康づくりるーむは17:30~19:00きぼうの館で行います。

● 村営バスの運休日は毎週日曜日と第4金曜日となりますのでご注意ください。



この広報誌は再生可能電力
(CO2排出ゼロ電力)で印刷されて
います。