

■地域包括支援センターからのお知らせ■

「認知症コールセンター」のご案内

一人 でかかえこまないで下さい ます **私たち** がお聴きします



**こんな時は相談してください。相談は無料です。**

- 親が認知症かも…
- 認知症について知りたい
- 介護が辛い、話を聞いて欲しい
- 利用できる介護サービスについて知りたい



※看護師や認知症介護経験者が、電話をとおし認知症の方ご本人や介護されているご家族の様々な悩みをお聴きし、解決への糸口を一緒に考えます。(秘密は厳守します)

**【専用電話】** 055-251-0001 (山梨県福祉プラザ内)  
**【相談日時】** 月曜日～金曜日 午後1時～午後5時(年末年始、祝日除く)  
**【相談対象】** 認知症高齢者ご本人や家族等の介護者など  
**【相談員】** 看護師及び(社)認知症の人と家族の会山梨県支部会員

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
担当者	看護師				家族の会 会員

●ご存知でしょうか?

健康増進課案内板に並んで地域包括支援センターの案内板があります。包括支援センターでは、介護の相談、高齢者の福祉サービスについての相談等、様々なご相談をお伺いしております。また、健康プラザと各地区での健康教室も開催しております。いつまでも健康でその人らしい生活を継続するためのお手伝いをいたします。お気軽に相談において下さい。【包括支援センター専用電話 72-1999 健康増進課内】

社協だより

『福祉のJUNO醸成』  
講演会を開催

11月8日(月)に勝山中学校ふれあいホールにて、「福祉のこころ醸成」講演会が開催され、勝山中学校全生徒、保護者、さくや会役員、勝山老人クラブ等総勢二百名余りが受講しました。



講師に、勝山地区在住の在原金造氏を招き、競争体験をとおして「命の大切さ」について講演していただきました。在原さんが出版した「俺の青春」(第10回)私の物語「山梨自分史大賞最優秀賞受賞」のあらすじを生徒が朗読後、戦争中の事実やその時の思いを話し、この辛く、悲しい体験を次世代に体験させないよう伝え続けていくという内容でした。

この講演は、学校と地域が連携し、地域住民が助け合いや支えあいの「福祉のこころ」を醸成し、住民主体による、地域福祉力の向上をめざし、開催されました。

功績表彰

『山梨県社会福祉大会』

11月11日(木)に、県民文化ホールにおいて、山梨県社会福祉協議会主催の第58回山梨県社会福祉大会が開催され、当町から福祉関係者31名が参加しました。

この大会では、社会福祉事業に貢献した方々に、知事表彰並びに山梨県社会福祉協議会会長から表彰並びに感謝状の贈呈も行われ、当町からは、次の方々を受賞されました。

『山梨県社会福祉協議会会長表彰』

・民生委員・児童委員

宇野みづ子(船津)

流石 治子(勝山)

・ボランティア活動(個人)

望月 幸子(小立)

・ボランティア活動(団体)

富士河口湖町食生活改善推進委員会

『山梨県社会福祉協議会会長感謝状』

宗教法人 真如苑

芙蓉の湯、健康プラザへの

送迎バスお休みについて

温泉送迎バス運行は、12月29日(水)～1月3日(月)まで休ませていただきます。

# 平成22年度募集・健康のまちづくり キャッチフレーズ 入 選 作 品



	キャッチフレーズ	学校名	氏 名
最優秀賞	ほどほどに 上手につきあう アルコール	湖 南 中	長山 明裕
優秀賞	心の健康、笑いが1番！	湖 南 中	横関 恵
//	一步ずつ 健康意織 高めよう	勝 山 小	澤田 里彩
//	自分に害、他人に害、それでもたばこを吸いますか？	船 津 小	外川 梓
//	自分の歯、いくつになっても、宝物	西 浜 小	常盤 奈々
//	吸っちゃダメ！ その1本が 命取り・・・。	湖 南 中	田邊 十沙
//	朝、昼、晩 しっかり食べて健康づくり	湖 南 中	渡辺 麻由
//	運動で体も心もスマイルに	勝 山 小	流石研志郎
//	ウォーキング いい汗かいて医者いらす	勝 山	浅川よしお
//	ウォーキング小さな1歩で健康に！！	湖 南 中	加賀美友菜
//	食べたらみがく その習慣 ずっとおいしく食べられる。	小 立 小	羽田 大輝
//	睡眠で、元気な体にリセットしよう	船 津 小	細山 菜
//	がんばり過ぎず、適度に休養、入れましょう。	勝 山 中	原田 祥吾
//	運動、勉強、健康維持、全ての基本は食事から	北中学校	田中 愛
//	毎晩の美味しいお酒もいいけれど、たまには作ろう休肝日。	勝 山 小	根本 敦也

- 健康のまちづくりキャッチフレーズ、多数の御応募ありがとうございました。  
本年度は第1次審査を通った35点を誕生祭で展示し、一般町民の皆様から選んでいただくこととしました。  
得票数の順位から上記15点が入選作品となりました。  
平成23年度のカレンダー・広報・健康増進課の配付物に、健康づくりのキャッチフレーズとして掲載させていただきます。
- 入選作品は平成23年1月、芙蓉の湯・健康プラザのロビーに展示をいたします。

## ●タラソ棟【河口湖タラソ】のご案内

健康プラザに併設のタラソ棟【河口湖タラソ】は血圧、脈拍の正常化。これからの寒い次期に増える皮膚トラブルには、水分量の調節作用による改善。また自立神経にも作用し、精神状態の改善等、町民モニターによる効果検証試験の数値の測定結果と、アンケート結果からも効果が認められています。

そこで、格安料金で健康への効果が期待できることから、ぜひ一度タラソ施設ご利用のお薦めも兼ねて今年度の入選者の方へは家族みんなの健康のために役だてて頂けるよう、芙蓉の湯・健康プラザ・タラソ棟の家族無料入浴券を記念品とします。家族の皆さんでお楽しみ下さい。

★芙蓉の湯、健康プラザご利用の皆様、タラソ棟へも足をのばしてみませんか！

そしてまだ、利用したことのない町民の方、今年の冬から、ぜひぜひ、タラソ御利用のお薦めをします。  
楽しみながら、健康への効果を試してはどうでしょう？薬を飲まない健康法のお薦めです。

問い合わせ 0555-72-6037

富士河口湖町 健康増進課



## 健康のまちづくり

**“酒・たばこ、心いやされど身はいたむ。”**

(健康のまちづくりスローガン入選作品)

12月はお酒を飲む機会が多くなる時期です。そこでちょっと気にとめて下さい。

お酒を百薬の長から魔力にかえるのは・・・あなた次第!!



### 百薬の長

\*1日平均純アルコールで  
20g程度摂取 (成人男性)

ほどほどに  
上手につきあう  
アルコール



### 魔力

\*1日平均純アルコールで  
60g以上摂取 (成人男性)  
\*お酒に強い肝臓は無い  
\*ウコンの過信は要注意  
\*無尽の数は?



《健康的な上限量》 あなたの思っている「適量」は「健康的な適量」ですか？

種類	度数	量	量(ml)
日本酒 (清酒)	15	1合	180
ビール (中瓶またはロング缶)	5	1本	500
焼酎	25	0.6合	100~110
果実酒	25		100~120
ワイン	12	グラス2杯弱	約200
ウイスキー	40	ダブルで1杯	60
ブランデー	40	ダブルで1杯	60
缶チューハイ	5	1本と半分	約520

●健康で幸せな生活のために、あなたの飲酒習慣、チェックしてみましょう!

一人分栄養価  
エネルギー 195 kcal  
塩分 0.9 g

《作り方》  
① かぼちゃは種を除き5mmの厚さで3cmの長さ  
に切る。  
榎茸は根元を除き長さを3×4cmに切る。  
ベーコンは2cmの幅に切る。  
② フライパンにかぼちゃ、榎茸の順に並べ入  
れ、塩・胡椒を振ってベーコンをのせ、マ  
ヨネーズを全体にかける。  
③ 蓋をして弱火にかけ、かぼちゃがやわらか  
くなるまで蒸し焼きにする。  
\* できればフッ素加工のフライパンを使用し、フッ  
素加工のものが無い場合は焦げないように  
少し油を引くと安心です。  
(小立地区会員)

### 《材料4人分》

かぼちゃ 300g  
榎茸 100g  
ベーコン 2枚  
マヨネーズ 大さじ4  
塩 少々  
胡椒 少々

調理時間15分程度



かんたん美味  
食生活改善推進委員会のおすすめ  
〜かぼちゃのマヨネーズ焼き〜

かぼちゃは風邪の予防に最適で冬至に食  
べる習慣は理にかなっています。いつでも手  
に入る現代は冬至に限らず手軽にたつぷり食  
べましょう。

# 年末の交通事故防止県民運動

平成22年12月1日(水)から12月31日(金)までの31日間

## 重点目標

- 1 飲酒運転の根絶と悪質・危険な運転の追放
- 2 高齢者と子どもの交通事故防止
- 3 二輪車の交通事故防止
- 4 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 5 自転車の安全利用の推進
- 6 早めのライト点灯の徹底と反射材使用の推進

年の瀬を迎え、お酒を飲む機会が多くなる時期です。

少しでもお酒を飲んだら「車の運転は絶対にしない！」  
まわりの人も「車の運転をする人にはお酒を飲ませない！」  
「お酒を飲んだ人には運転させない！」

みんなで「飲酒運転を許さない」環境をつくりましょう。

また、車の乗ったら全ての座席でシートベルト、チャイルドシートを着用しましょう。



車も二輪車も、交差点では確実に安全確認をしましょう。

歩行者は、早朝や夕暮れ・夜間には明るく目立つ色の服装や反射材を使用しまし  
よう。

年末を迎え何かと慌ただしくなりますが、1人ひとりが交通ルールと交通マナーを  
守り、交通事故を防止して、明るい新年を迎えましょう。



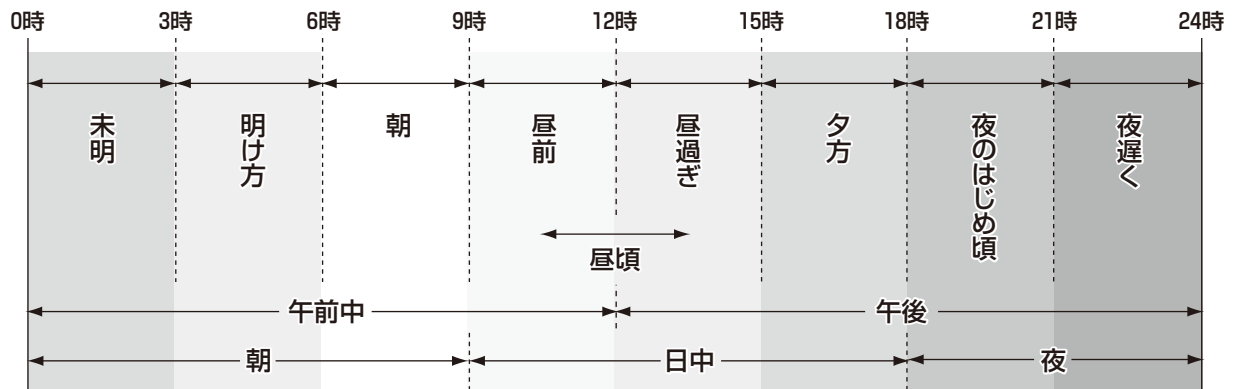
管理課 防災係 TEL 72-6013

## 家庭を守る防災対策 Part 46

### [防災気象情報について]

防災気象情報とは、災害の発生を予想した場合、災害の防止・軽減、交通の安全の確保のために、警報、注意報、気象情報を発表するものです。

気象庁が発表する予報などはわかりやすく正確に伝わるように予報用語を定めています。例えば、テレビやラジオなどの天気予報で耳にする「夕方」や「未明」などの表現は下の図のように1日を3時間ごとに分けて表しています。さらに大きく分けて「日中」や「夜」といった言い方で最高・最低気温などの予想や観測値を発表することもあります。



管理課 防災係 TEL 72-6013



県などからのお知らせ

県統計調査課から

「製造事業所」の皆様へ

工業統計調査にご協力をお願いします。



経済産業省・山梨県・市町村では、工業統計調査を12月31日現在で実施します。調査結果は、国や地方公共団体の行政施策の重要な基礎資などに使われますので、正確なご記入をお願いします。

調査をお願いする事業所には、知事から任命された統計調査票を持ってお伺いしますので、調査にご協力をお願いします。

◇調査対象 製造業を営む事業所

◇調査の内容 1年間の生産活動に伴う製造品の出荷額、原材料使用額など

◇調査実施時期 12月～平成23年2月

●問合せ 県統計調査課 商工業担当

TEL 055・223・1343

FAX 055・223・1347

富士河口湖町役場企画課 72・1129

富士・東部保健福祉事務所から

自動車燃料費の助成について

富士・東部地区に在住する心身に障害のある方を対象に富士・東部保健福祉事務所と次の会場で受付を行います。

○請求書用紙の配布等

市町村役場障害福祉係の窓口か、直接保健福祉事務所まで受け取って下さい。

また、保健福祉事務所のホームページからも用紙印刷が出来ます。

○受付期間及び時間

・平成23年1月5日(水)～2月4日(金)までの間午前10時～午後3時

・郵送での受付は2月4日(金)消印有効

○会場での受付

1月5日(水) 山梨県富士吉田合同庁舎

1月6日(木) 上野原市もみじホール

1月12日(水) 富士ふれあいセンター

1月18日(火) 大月市総合福祉センター

1月19日(水) いきいきプラザ都留

1月27日(木) 山梨県富士吉田合同庁舎

●問合せ・郵送先 富士吉田市上吉田1-2-5

富士・東部保健福祉事務所

〒403-0005

富士吉田市上吉田1-2-5

TEL 0555-24-9032

<http://www.pref.yamanashi.jp/ft-hoken/>

「世界エイズデー」と HIV夜間検査のお知らせ

12月1日は「世界エイズデー」です。WHO(世界保健機関)が世界的レベルでのエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別や偏見の解消を図るために提唱しているものです。

HIV患者・感染者の報告数は依然として増加傾向にあります。

保健所では世界エイズデーにあわせてHIV検査を次の日程で実施します。

○夜間検査 12月6日(月) 午後5時～7時

○通常検査 月曜日・金曜日 午前9時～午後4時

※匿名・無料で受けられますが、あらかじめ電話での予約が必要。

※検査(抗体) 結果は採血後1時間以内でわかります。

※感染の心配のあった時から3ヶ月ほど経過して

いないと確実な結果を渡すことが出来ません。

●検査予約受付 地域保健課 TEL 24-9035

山梨県環境科学研究所から

富士山・火山写真展

■日程 2月28日まで 午前9時～午後5時

■入場料 無料

もりのおはなしかい

絵本の読み聞かせを通して自然の不思議や環境のことがいろいろわかります。

■日程 12月12日毎月第2日曜

■日 程 午前の部 午前10時30分～ 約30分間

■入場料 無料

■対象 幼児・小学校低学年

■申込・問合せ 環境科学研究所

(対象年齢以外の方も参加可)

TEL 72・6202

富士吉田市上吉田5597-1

県土整備部都市計画課から

富士北麓都市計画区域マスタープラン

都市計画変更案の縦覧について

県が策定を進めている、今後の都市づくりの方向性を示す「都市計画区域の整備、開発及び保全の方針(富士北麓都市計画区域マスタープラン)」の計画案を、次の日程で縦覧します。

また縦覧期間内に計画案に対する意見書を提出することもできますのでお知らせします。これまでの策定経過等については、県HPをご覧ください。

■縦覧期間 1月6日(木)～20日(木)

※土日祝日は除く

午前8時30分～午後5時15分

●縦覧場所 山梨県国土整備部都市計画課

山梨県富士東部建設事務所都市計画・建築課

山梨県富士東部建設事務所吉田支所

富士河口湖町都市整備課

●意見書の提出

計画案に対する意見書を提出することができます。縦覧期間内に、意見の要旨及び住所、氏名、電話番号を記載した書面をご提出下さい。

※提出期限 1月20日午後5時15分まで

●意見書の提出先

山梨県富士東部建設事務所都市計画・建築課

〒401-0015 大月市大月町花咲1608-3

●提出方法 郵送又は持参による

●問合せ先 山梨県国土整備部都市計画課

TEL055(223)1716 (直通)

<http://www.pref.yamanashi.jp/foshikei/index.html>

郵便局からのお知らせ

「富士ヶ嶺簡易郵便局の受託者募集」

郵便局株式会社では、山梨県南都留郡富士河口湖町富士ヶ嶺地域で、簡易郵便局の業務を受託していただけの方(受託者)を募集しています。

受託にはいくつかの要件がありますので、受託を希望される方や関心のある方は、お気軽にお問い合わせください。

●簡易郵便局とは...

郵便局株式会社等から契約した郵便局の窓口サービスのうち、基本的なサービスの委託を受けた個人や法人の方に、郵便局株式会社が指定させていただく地域において、個人や法人の方が自ら用意した施設でサービスを行っていたり、いたります。

●募集締切

平成23年1月31日(月)

※なお、新規受託候補者が決定次第、募集は終了させていただきますので、ご了承ください。

●問い合わせ先

【報道関係の問合せ先】

郵便局(株)南関東支社企画部広報担当

TEL045(228)2503

FAX045(228)2590

【お客さまの問合せ先】

郵便局(株)南関東支社企画部広報担当

店舗ネットワーク担当(簡易郵便局担当)

TEL045(228)2521

※月々金曜日(祝日を除く)

午前9時30分〜午後5時30分

ジョブカフェ・サテライトから

「ジョブカフェ・サテライトご利用案内」

●就職活動のお手伝い

面接の仕方や履歴書の書き方などのノウハウを学べます。

●適職探し

パソコンを使って自分の適性や、適職についての分析ができます。

●キャリアアカウンセリング

カウンセラーが、就職に関する悩みや不安、仕事探しなどの相談にじっくり時間をかけて応じます。

※職業紹介はしていません。

「就職活動に役立つ各種セミナー開催」

■日時 12月10日(金) 「応募書類の書き方」

12月17日(金) 「面接対策」

午後2時〜3時

(開講10分前までにお越しください)

■場所 ジョブカフェ・サテライト

■対象 39歳までの就職活動中の方

■参加費 無料 ■持ち物 筆記用具

●問合せ先 ジョブカフェ・サテライト

富士吉田市上吉田2-5-1 Q・STAFF  
TEL0555-72-8803

富士五湖聖苑 年始休業について

平成23年1月1日〜3日までの3日間は休業いたします。4日以降の火葬予約は、1月1日〜3日の間も各市町村役場で受付しております。

なお、斎場受付のみ、3日午前8時30分より富士五湖聖苑で行います。

●問合せ先 富士五湖聖苑 TEL20-9300

山梨運輸支局及び軽自動車検査協会から

市町村合併に伴う車検証の住所変更手続きについて

市町村合併に伴う住所変更が反映されていない車検証については、法令により新住所とみなされる措置が取られています。新住所へ変更希望される方は、専用紙等に記入し、車検証を添えて申し出頂くなどの方法により新住所の車検証を無料で交付しています。

また、合併後に継続車検を行う場合については、継続の車検の申請と同時に同手続きを行うか、継続検査申請書に「新住所」と赤字で記載するなどの方法で新住所の車検証を交付しています。混雑時には、交付までの手続に時間を頂くことがあります。※市町村合併とは関係のない手続き(住居表示の変更や土地区画整理による変更)は、通常の有料手続となりますのでご承知願います。

●問合せ先は、ナンバーを管轄する運輸支局・自動車検査登録事務所及び軽自動車は軽自動車検査協会事務所となります。

# みんなの生涯学習

みなさんのやる気を  
応援します!

★毎年恒例!お待たせしました★

## ひめ縄づくり教室

今年も良いわらをたくさん用意しました!手作りのひめ縄を飾って気持ちよく新しい年を迎えましょう♪

日時:12月22日(水) 午後7時~  
場所:中央公民館  
持ち物:カッター、定規、汚れても良い服装  
定員:20名(※親子の参加も大歓迎です。)  
講師:古屋 賢一先生  
申込み・問合せ 生涯学習課【Tel.72-6053】

## ＊体育館の教室＊

## ベビーマッサージ

アロマオイルを使ってマッサージ。産後の機能回復体操。

対象:H22年9~10月生まれのお赤ちゃんとその保護者  
期日:1月13日・20日・2月3日・17日 木曜日  
時間:午後2時30分~3時30分  
場所:富士河口湖町子ども未来創造館  
定員:10組(先着順)  
参加料:無料 持ち物:バスタオル・レジャーシート



申込みは12月9日(木)午前9時より受付開始  
社会体育係(町民体育館)電話73-1220まで

## 電気主任技術者第三種国家試験受験講座

平成22年度受講者の方からも合格者ができました!

期間:平成23年1月から9月の土曜日(月3回)を基本として開催。  
場所:中央公民館  
時間:午後2時~5時  
対象:電気主任技術者第3種国家試験受験者(高校生以上)  
定員:10名(最低実施人員3名)  
参加費:必要なテキスト代のみ受講生負担  
講師:長山 和男先生  
申込み:生涯学習課 72-6053 申込み締切 12月24日(金)

## 川辺先生&平林先生の教育相談

12月25日(土) 平林恵美先生  
1月29日(土) 川辺修作先生

【時間】午後1時30分~4時30分の間 40分程度  
【場所】中央公民館  
【対象】幼児から中学生までの子どもをもつ保護者

☆相談を希望される場合はあらかじめ予約が必要ですので生涯学習課までご連絡下さい。  
☆相談内容、個人情報等は厳守いたします。

連絡先:生涯学習課72-6053

## 歴史・文化財講座

## 「ふるさと歴史探訪」の御案内

富士河口湖町内や周辺地域の事例や遺跡をとおして郷土の歴史の奥を探る講座「ふるさと歴史探訪」の全7回シリーズの第6回目を開催します。今回は富士北麓地域の富士山信仰の画期について関連遺跡や寺社などの解説を中心に講座を開催します。

### 第6回 中世~近世 「富士山信仰の画期と関連遺跡」

日時 平成22年12月15日(水) 午後7時より  
場所 中央公民館 第2研修室  
参加費 無料  
定員 25名(申込み不要)※講座ごとの聴講も可能です。  
問合せ 72-6053(生涯学習課)

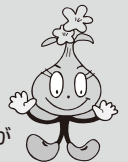
## 大切なおもちゃをなおします!

## ●▲■おもちゃオプショナル●▲■

幼児から小学校低学年ぐらいまでのお子さん向けの、充電式・電池式などのおもちゃ全般を修理します。お気に入りだったのに、壊れてしまっでご自宅に眠っているおもちゃはありませんか?また、こんなおもちゃも直してもらえるのかな?というものも一度ご相談下さい。

【日程】12月10日(金)、24日(金) 午後1時から3時まで  
(※基本的に毎月第2・第4金曜日)

【場所】子ども未来創造館創作ルーム  
【申込み】不要  
【費用】修理内容によっては部品代が必要になる場合がありますのであらかじめご了承下さい。  
【問合せ】生涯学習課 72-6053



## 「教育センターからのお知らせ」

晩秋の候、木々の間にまだ命を繋いでいる葉が風に揺れています。私達の目を楽しませてくれた木々の祭典は休息の時を迎えようとしています。静かに逞しく寒さに耐え、また、輝く日を待っているのです。私達の毎日単調ではありません。ふりかえると、つらい日々も、強く生きた宝ものです。情報氾濫過多の中での子育ては、大変です。一人で悩まず、外に出てみましょう。話してみましょ。

### ＜不登校初期・中期・・・反抗・暴力的段階・閉じこもり段階＞

- ・寝起きが悪く、午前中家の中にこもりがちになる。パジャマのまま一日を過ごす。
- ・訪問者や電話が鳴るのを気にする。
- ・感情の変化が激しくなる。
- ・TVゲーム、テレビ、漫画等に熱中する。自己中心的な自分本位の生活リズムになる。
- ・昼夜逆転する。家族と接触しないように夜中に起きています。外出したがない。
- ・学校の話や極端に嫌がる。
- ・親に反抗的な態度が見られる。または、覇気のない表情になる。
- ・親などに暴力的な態度をとる、周囲の人へ攻撃的な言動をとるようになる。
- ・疲労感や無気力感を訴える。または、そのようにみられる。

### もう、どうしていいかわからない・・・

イライラせず落ち着くことです。決して自分を責めないでください。そして、子どもの一番のよき理解者になるように心がけてください。そして、子どもに気にかけていることをうまく伝えてください。不登校のことで家庭内が暗くならないようにこころがけてください。子どもと話題を共有できるものを探す(趣味など)こともよいと思います。状況を担当と連絡をとりあったり、適切な相談機関にも連絡をとりあい、適切な処置を施すことが解決の一歩です。決して、一人で悩まないでください。

### 相談業務→「お子さんに関する悩み相談受け付けます。」

- 時間帯 「月曜日~金曜日 午前9時~午後4時」
- 場所 「富士河口湖町交流センター内(旧河口湖町役場2階)教育センター」
- 対象 「お父さん・お母さん・子どもさん・おじいさん・おばあさん・先生方」
- 連絡先 「富士河口湖町教育センター 0555-83-3022」  
「E-mail ed-center@kawaguchiko.ne.jp」





みんなの教育委員会  
生涯学習課  
TEL 72-6053  
FAX 73-1358

# それいけ!



## 生涯学習講座 富士河口湖町成人者のつどい

平成23年

日時 平成23年1月9日(日) 午前9時30分受付 10時開式  
場所 勝山ふれあいセンター さくやホール

\*対象者(1990年4月2日から1991年4月1日生まれ)の方には案内状を発送いたします。



★当日は、記念写真の撮影を行います。ご自宅等へ写真の郵送を希望される方は、当日忘れずに送料120円(お釣りのないようご用意ください)をお持ちいただき、受付にてお申し込み下さい。

お問合せ:富士河口湖町教育委員会生涯学習課【Tel72-6053】

### 新春準備号 ☆ピーズdeストラップ☆

今年もいよいよ残りわずかですが、来年の干支のウサギを手作りしていませんか? かわいいピーズのストラップです♪  
みなさんで心をこめて作りましょう!



★日時★12月16日(木) 午前10時～正午  
★場所★ 中央公民館  
★講師★ 外川先生  
★費用★ 1,000円(材料費)  
★定員★ 20名  
(定員になり次第締め切ります)

★持ち物★ 無地ハンカチ・糸きりバサミ・筆記用具  
★申込み★ 12月6日(月)～受付開始  
生涯学習課 Tel72-6053

子どもたちは外あそびが大好き!心と体で感じる自然体験を!

### ～しぜんをせつ・あそび～ 外遊び応援隊

見て・触って・聞いてみよう★新年初回は、「寒さを感じよう!」をテーマに河口湖フィールドセンターにて活動します!寒いから…とおうちに閉じこもっているなんてもったいない!寒さでブルブルも立派な経験のひとつなんです♪さあ親子で飛び出そう♪

日程:1/8(土):フィールドセンター(船津)  
対象:1歳8ヶ月～3歳までの親子15組  
時間:午前10時～12時 現地集合解散(雨天決行)  
講師:堀内 治美先生  
服装:防寒着・歩きやすい靴。帽子(雨天時:カッパ・長靴)  
持ち物:水分補給できる物・タオル・着替え(必要な場合)  
参加費:1組300円(1回)(保険料・あそびの材料費)  
申込み:生涯学習課 Tel72-6053

ザ★わたしの町のうまいものシリーズ第5弾

### 富士河口湖町のジビエ料理

富士河口湖町の新名物「ジビエ料理」(=野生動物のお肉料理という意味です)もう召し上がりましたか?まだの方必見!おいしくてヘルシーなシカ肉は近頃全国的にも人気なんです♪今回はハンティングから調理まで全てをこなすエキスパート 滝口さんを講師の先生にお迎えして、河口湖産の野菜やワインをふんだんに使った鹿肉料理を教わります。

【日時】12月15日(水) 午前10時～午後1時頃まで(食事の時間含む)  
【場所】中央公民館調理室  
【内容】カルパッチョや竜田揚げなどシカ肉を使った特製お料理を教わります。  
【対象】お料理好きの方15名  
【講師】滝口雅博さん(本栖・民宿松風)  
【持ち物】エプロン・お手拭タオル・持ち帰り用袋など  
【参加費】700円(材料費)  
【託 児】託児200円/人。ご希望の方は申込み時にお伝え下さい。  
【申込み】生涯学習課 Tel72-6053 12月6日(月)～受付開始

### 人づくり推進地域会議

日時:12月9日(木) 午後7時～  
場所:中央公民館 ホール

講演テーマ

「子どもを育む地域・家庭・学校の役割」

講師 渡辺 悟氏

(富士吉田市教育委員会・青少年育成カウンセラー)

平成22年もあと少しとなり、子どもたちの冬季休暇も近づいてきました。今一度、子どもたちの健全育成について皆で考えてみませんか。

講演会はどなたでもご参加いただけます。皆様お誘い合わせの上ご参加下さい。

お問合せ:生涯学習課【Tel72-6053】

### 1月の中央公民館パソコン教室

さあ!新年の初まりです♪今年はパソコンをマスターしてみませんか!

No.	コース	日 時
59	パソコン入門コース(昼)	1月11日(火)～13日(木) 午後1時30分～午後3時30分
60	パソコン入門コース(夜)	1月11日(火)～13日(木) 午後7時～9時
61	ワード入門コース(昼)	1月18日(火)～20日(木) 午後1時30分～午後3時30分
62	ワード入門コース(夜)	1月18日(火)～20日(木) 午後7時～9時
63	エクセル入門コース(昼)	1月25日(火)～27日(木) 午後1時30分～午後3時30分
64	エクセル入門コース(夜)	1月25日(火)～27日(木) 午後7時～9時
休日	データベース入門	1月22日(土)・23日(日) 午後1時～4時

\*受講料は平日講座2,000円、休日講座3,000円。2名以上で講座を開催。  
\*前日・当日のお申し込みは受付できませんのでお早めにお申し込み下さい。  
\*申込み:生涯学習課【Tel72-6053】

アロマの教室

### ＊ロールオン香水＊ をつくろう!

好きな香りに包まれて心と体のリフレッシュ。自分にあった香りを見つけてみませんか♪女性だけでなく、男性の方のご参加も大歓迎です。

日時:12月11日(土) 午前10時30分～正午  
場所:子ども未来創造館創作ルーム  
講師:中野真奈美先生  
(アロマセラピスト・看護師)

参加料:800円

定員:15名

申込み:生涯学習課生涯学習課 Tel72-6053