



6月25日 第9回 ABMORI 開催

旧笠岳スキー場での植樹は、今年で4回目を向かえました。
写真中央の背が低い樹木は、2015年から2017年にかけて植樹
してきたものです。ゆっくりですが、着実に山に戻っている姿
を見ることができ、大きな喜びを感じました。



町LINE
友だち追加



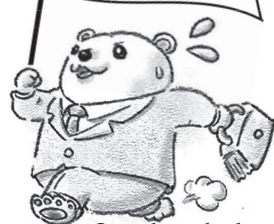
町の観光情報

今月の記事

- ▶ ABMORI 「いのちを守る森」づくり
- ▶ 夏まつり山ノ内どんどん
- ▶ 議会だより

しろくま つうしん

第3号



© @ butabulo

なんて、とてもワクワクしませんか？

教育・学校統廃合問題

私自身が立ち止まって見直すことを宣言しました。その理由ですが、児童の数が減ってきていること、統合しない

ませんか？」「A L T 24名（1校あたり3.4人）」と、先進英語教育小中学校をアピールしています。これからの世代は英語が喋れて損はありません。英語は子ども達の世界を広げます。

私はこの山ノ内町の小中学校も、町内外へはつきりと

伝わるような魅力をもった学校にするべきだと思っています。もちろん今行われている

ESD教育^{*3}も素晴らしいと思います。町としては今年度中に方向性を決めるためにも

しっかりと町民の皆さんとともに議論をしていきたいと思

います。

^{*1}DMO（観光地域づくり法人）：地域の「稼ぐ力」を引き出すとともに地

域への誇りと愛着を醸成する地域経営の視点に立った観光地域づくりの司令塔として、多様な関係者と協同

しながら、明確なコンセプトに基づいた観光地域づくりを実現するための法人。

^{*2}PFI：プライベート・ファイナンス・イニシアティブ。公共施設等の

建設、維持管理、運営等を民間の資金、経営能力及び技術的能力を活用して行う手法。

^{*3}ESD：持続可能な開発のための教育と訳される。持続可能な開発を実現するために発想し、行動できる人材を育成する教育。

教育功労者に勲記と勲章が授与されました

令和5年度に88歳を迎え、学校教諭として学校教育の振興に貢献し、特に功績が顕著であった教育功労者2名に対して勲記と勲章が授与されました。

・受章者 石田 茂^{いしだ しげ}

元山ノ内町立西小学校校長（平成5年4月から平成7年3月末まで）

・受章者 清水 照雄^{しみず てるお}

元山ノ内町立東小学校校長（平成4年4月から平成7年3月末まで）

※（ ）は、町立学校校長在職期間（敬称は省略）

◀写真 東小学校での伝達式の様子（左から清水照雄さん、竹内教育長）

清水さんは、学校教諭として36年間子ども達のために教育を

施され、

平成4年

4月から

3年間、

26代目の

東小学校

長を務め

ました。



観光局と教育について

みなさんこんにちは！しろくま町長（ひらさわがく）です。志賀高原も開山祭が行われ、これから夏真っ盛りですね。この四季があるのも日本の良さですね。皆さんも熱中症に注意してください！

さて、6月は議会が開催され、一般質問では10名の議員さん達から、さまざまな質問や意見をいただきました。

主には観光関連や、教育についての課題や方向性、2年後の山ノ内町70周年イベントなど、幅の広い質問をいただき、意見を交わしました。

観光局(DMO)設立に向けて

山ノ内町の観光・PRを一本化するために、山ノ内町観光局(仮称)を設立したく、この夏に設立準備室を立ち上げます！

この観光局(仮称)は稼げるDMO(※観光地域づくり法人^{*1})を目指します。機能として

は、現在の観光商工課が行っている観光関連業務を将来的に引き継ぐこと、各観光協会や旅館組合、索道協会などとしっかりと連携し、山ノ内町を国内外にプロモーションしていく窓口になる！ことです。同時に、湯田中駅や道の駅での観光案内所などの整備も観光局(仮称)が中心となり改善していきます。

実はこの観光局設立プランは、平成16年に当時の中山町長が、若手職員たちと一緒に作った「自立のためのマスタープラン」にも記載されて

いました。山ノ内町が中野市と合併しない道を選んだ直後

に作られたもので、このマスタープランには観光局の他、

観光アカデミーや総合型スポーツクラブ、PFI^{*2}の仕

組みを取り入れた町営住宅案、地域通貨の活用など、今の山

ノ内町が実行したい内容がすでに描かれているのです。20年も前にすでにそんなビジョンを我が町が持っていた

なんて、とてもワクワクしませんか？

教育・学校統廃合問題

私自身が立ち止まって見直すことを宣言しました。その理由ですが、児童の数が減ってきていること、統合しない

と1クラスあたりの人数が減り過ぎてしまい、教育面でも

支障が出ることなど、私も理解しています。しかし、山ノ

内中学校の敷地は狭い上、世界情勢の影響で建設コストが

跳ね上がっている現状で、本

当に何十億円もかけて新しい建物を建設するのか？学校の

中身に関しての議論が不十分の状態で、急いで建物だけ建

てる計画を進めていいのか？その順序を変えて、もっと議

論してほしいと思っています。

竹内教育長には、まずは魅力のある教育方針、わざわざ

引っ越してきたくなるほど魅力(中身)のある小学校のプラン

を作してほしい、そのうえで、その具現化のために、どこ

に小学校があるべきなのか？という議論にしてほしい、と

お願いしてあります。

茨城県境町は「英語移住し

『ジビエ料理を食べてみたい!』 『野生鳥獣による農業被害に困っている…』

そんなあなたへご案内です!

ハンターになって狩猟を始めてみませんか?

狩猟免許試験の お知らせ

狩猟や有害鳥獣駆除を始めるには免許の取得が必要です。

今年度、北信地域で開催される試験の内容は次のとおりです。

狩猟免許試験実施予定

試験日: 令和5年9月26日(火)

会場: 中野市北部公民館(中野市大字赤岩1447)

試験区分: わな・銃のみ

初心者講習日: 令和5年9月13日(水)

会場: 長野県北信合同庁舎(中野市大字壁田955)

受付期間: 令和5年8月21日から9月1日まで

受付場所: 北信地域振興局林務課

必要な提出書類や受験手数料などの詳しい情報については、長野県公式ホームページを確認していただくか、北信地域振興局林務課(☎0269-23-0215)へお問い合わせください。



近頃、野生鳥獣の目撃や出没が増えています。屋外で作業などをされる際は注意して行動しましょう。
野生鳥獣に関する目撃情報・被害情報は町農林課耕地林務係へご連絡ください。

☎農林課 耕地林務係 ☎33-3112

ふるさと山ノ内会

進学・就職などを期に山ノ内町を離れ、違う場所で生活している人たちがいます。首都圏在住の山ノ内町出身者を中心に、平成9年に結成された「ふるさと山ノ内会」は、そのような方達が集まり、活動している会です。

今年の6月に東京都で「ふるさと山ノ内会」の定期総会が開催され、町長を始めとする町関係者も参加しました。総会では町長も挨拶を行い、花火大会の協賛や、ふるさと納税による町への協力を呼びかけたところ、参加者の中から「町に貢献できるように真剣に考えよう」と言った声も聞かれました。

色々な形でその地域を応援してくれる熱心なファンのことを「関係人口」と呼ぶことをご存知でしょうか。

地方では、人口減少や高齢化といった課題がありますが、「関係人口」の方々が地域に積極的に関わってくれることで、「地域づくりの担い手」となることが全国的

に期待されています。

ふるさと山ノ内会も、かつては「関係人口」として町の発展に寄与するために活動いただいていたが、今は新型コロナウイルスの流行や、会員の高齢化のため、会を存続するのが厳しい状況であると伺っています。

町外に住んでいる山ノ内町出身者に会う機会があれば、ふるさと山ノ内会のことを紹介していただけるとありがたいです。

また、今回の総会出席を機に、山ノ内町を町外から支えてくれる「関係人口」の方々の増やす重要性を再認識し、そのための取り組みを進めていきたいと改めて思いました。



▲総会での集合写真



▲市川團十郎さんのご家族



▲右から平澤町長、市川團十郎さん、
阿部県知事、溝畑副会長



▲町内3小学校6年生によるコカリナ演奏

第9回信州・志賀高原から始まる市川團十郎「いのちを守る森」づくりⅡ ABMORI植樹イベントを6月25日(日)志賀高原・旧笠岳スキー場を植樹会場として開催しました。

この会場は、2015・2016・2017年の植樹会場であり、当時植樹した苗木の生長が確認できる場所となりました。

梅雨の時期で雨も心配されましたが、当日は天候に恵まれて約600人の参加者で5,200本の苗木を植樹しました。

今回は4年ぶりに全国から参加者を募集して、マスク着用等の感染症対策の緩和、りんごジュース・タケノコ汁のおもてなしサービス、式典前には町内3小学校の6年生合同によるコカリナ演奏などコロナ禍前の開催に少しずつ戻して開催しました。



▲目黒先生による樹木作業の指導

開会式

式典前には町内3小学校の6年生合同によるコカリナ演奏を4年ぶりに行い、参加者のおもてなしをしました。

毎回、恒例となっている植樹苗の名前の唱和ですが、市川團十郎さん、ぼたんさん、新之助くん、溝畑日本どりのプロジェクト推進協議会副会長、阿部県知事、平澤町長が順番に苗木の名前を読み上げ、会場にいる参加者は久しぶりに大きな声を上げての復唱となりました。

その後に行われた植樹の際に行うワラを押さえる縄の貼り方の実践では、團十郎さんがぼたんさんや新之助くんの協力を得て竹杭への縛り方を慣れた様子で見せてくれました。

今回は團十郎さんの親友で今年3月にJRA騎手を引退した福永祐一さんにも参加いただき、あいさつや苗木の名前を紹介いただきました。

また、團十郎さんのあいさつの中でこのイベントを「ダンモリ」に変えず「エビモリ」のままでとお言葉をいただきました。



ABMORI

第9回

「いのちを守る森」づくり



植樹

植樹会場では14種類、5,200本（前回13種類3,000本）を参加者が21区画に分かれて中野西高生を含む植樹リーダーの指示で植えました。晴天で暑さが厳しい中でしたがマスクの着用が自由となっていたので参加者は不自由なく一本一本、丁寧に植樹を行いました。

東小学校で行っている育苗活動で、志賀高原で採取したコマツガを種苗業者で育成した苗が20センチメートル以上の大きさに生長したため、100本ほど植樹しました。

今後もABMORI事業として、秋ごろには東小学校の児童による育苗活動、中野西高生によるモニタリング活動（生育調査）、中学校の生徒によるサテライト活動（人的交流活動と植樹）を行う予定です。



令和5年度

甲種防火管理新規講習会

開催案内

- 開催日時 10月12日(木)、10月13日(金)
- 会場 中野市中央公民館
- 募集人数 70名
- 申込先 日本防火・防災協会(インターネットまたは、FAXのみ)
- 申込期間 8月21日(月)～8月28日(月)



※令和5年度より、岳南広域消防本部や近隣消防本部ではなく日本防火・防災協会が開催します。申し込み、詳細の閲覧及びお問い合わせについては「日本防火・防災協会」ホームページからお願いします。(検索サイトより、「防火・防災管理講習」と検索または、岳南広域消防本部ホームページ「試験・講習会」にリンクがあります。)

☎消防課(山ノ内消防署内) ☎33-3119

8月は『道路ふれあい月間』

～気持ちいい 道路であいさつ にっこにこ～

(令和5年度「道路ふれあい月間」の推進標語)

国土交通省では、道路の役割や大切さを認識し、さらには慈しむという愛護の心を高めていただくため、毎年8月を「道路ふれあい月間」として定めています。道路をより身近に考え、広く・美しく・安全な利用にご協力ください。



8月10日は「道の日」

夏は樹木が成長する季節です。道路や歩道にはみ出た樹木の枝は、景観や見通しを悪くし、人や車の安全な通行の妨げとなります。

樹木や果樹の所有者の方は、道路にはみ出さないよう、剪定や伐採など適切な管理をお願いします。

土地の所有者には、民法の規定により所有地内に存在する樹木などを適切に管理する義務があり、これに起因して車両や歩行者に事故が発生した場合は、所有者の管理責任が問われ、場合によっては賠償請求されることもあります。

樹木のはみ出しにご注意ください



刈り込み前



刈り込み後

☎建設水道課 景観維持係・計画監理係 ☎33-3114

町消防団 火災対応訓練

☎ 消防課（山ノ内消防署内）
33-3119

地域の身近なヒーロー消防団

普段はさまざまな仕事や家事などをしながら、いざ地域で火災などの災害があつたときには、自宅や職場などから現場に駆け付けるのが消防団です。

「自分たちの町は自分たちで守る」という郷土愛の精神のもと、皆さんの安全・安心な暮らしを守るため、定期的に訓練を実施しています。

火災対応訓練を実施

長年行なわれてきたポンプ操法大会の訓練に代わり、実戦に即した訓練として、5月27日（土）から6月10日（土）までの間、火災対応訓練を実施しました。

消火活動の基本となるポンプ操法の動きを確認し、その後、実火災を想定して消防署の施設を利用した消火訓練を行いました。

また、女性部も団現地指揮本

部設置及び、無線運用訓練を行いました。

団員募集中

消防団員は随時募集しています。（女性団員も募集中です）詳しくは消防課までお問い合わせください。

消防団から広がる地域の輪
あなたも消防団員に！



▲規律訓練



▲操法訓練



▲操法訓練



▲想定訓練



▲想定訓練



▲女性部訓練

夏まつり山ノ内どんどん

『うまいもの』 ● 14:00 ~ 20:15

[テント]

山ノ内大勝軒

復刻版焼き肉

第一飲食店組合

焼きそば、フランクフルト、おでん、
焼魚、生ビール、ソフトドリンク

やまブイブイ

ソーセージサンドイッチ

[キッチンカー]

CHAY HANE

ケバブ

happy crepe

クレープ

きら俱樂部 2020

栃尾バーガー、唐揚げ、ポテト

[クラフトビール]

玉村本店

志賀高原ビール

YUDANAKA BREWERY
COMPLEX "U"

YUAGARI ALE. YUDANAKA IPA.
YUKIDOKE WHITE

『踊り』

山ノ内どんどん

全3回を予定

どなたでも参加いただけます

浴衣でのご参加大歓迎!!

● 17:30 ~

● 18:20 ~

● 19:15 ~

『ステージ』

ステージ 3 ● 17:50 ~



daigo(Vocal & Guitar)
山ノ内町出身



Howling way

ステージ 4 ● 18:40 ~



山ノ内町出身



山本ひかり

ステージ 5 ● 19:45 ~



2017年CDデビュー
注目株!



Anna

ぜひ浴衣でお越しください

8月12日
(土曜日)



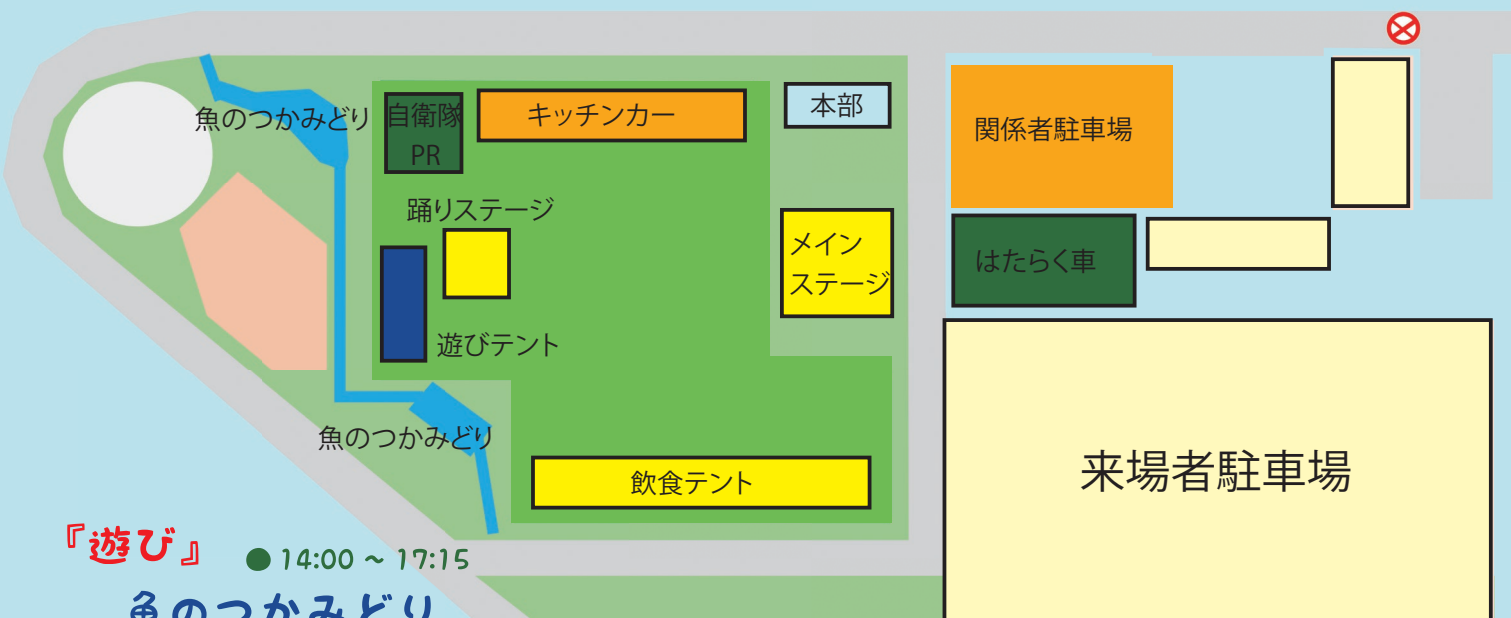
『花火打ち上げ』

● 20:15 ~

4年ぶりに夏まつり山ノ内どんどんを開催します。これまでの『夏まつり山ノ内どんどん』を大きくリニューアルし、踊りはもちろん、魚のつかみどりから露店、アーテイストによるステージのほか、最後は恒例の花火の打ち上げを行います。子どもから大人まで楽しんでいただけます。ぜひお越しください。詳細は、町公式ホームページをご覧ください。

会場 やまびこ広場

14:00から 20:30頃まで



『遊び』 ● 14:00 ~ 17:15

魚のつかみどり

中野青年会議所

くじ・スーパーボールすくい

商工会青年部

はたらく車乗車体験

建設業山ノ内会

自衛隊 PR (～ 20:00 頃)

シャトルバス運行表

		すがかわふれあいセンター	横倉集会所	宇木区民会館	夜間瀬本郷区民会館	やまびこ広場
	行き	13:00 14:35 17:00	13:15 14:50 17:15	13:30 15:05 17:30	13:45 15:20 17:45	14:00 15:35 18:00
		やまびこ広場	湯田中駅	夜間瀬本郷区民会館	宇木区民会館	横倉集会所
	帰り	15:45 18:05 20:30	15:55 18:15 20:40	16:10 18:30 20:55	16:25 18:45 21:10	16:40 19:00 21:25

		菅集落センター	寒沢集落センター	戸狩公会堂	やまびこ広場
	行き	13:30 15:00 16:45 18:15	13:40 15:10 16:55 18:25	13:55 15:25 17:10 18:40	14:05 15:35 17:20 18:50
		やまびこ広場	戸狩公会堂	寒沢集落センター	菅集落センター
	帰り	15:45 17:30 20:30	15:55 17:40 20:40	16:10 17:55 20:55	16:20 18:05 21:05

		役場	湯田中駅	やまびこ広場
	行き	13:40 14:25 15:25 16:25 17:25 18:25 19:25	13:45 14:30 15:30 16:30 17:30 18:30 19:30	13:55 14:40 15:40 16:40 17:40 18:40 19:40
		やまびこ広場	湯田中駅	役場
	帰り	15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:30	15:10 16:10 17:10 18:10 19:10 20:40	15:15 16:15 17:15 18:15 19:15 20:45

当日は、3台（北西部、南部、駅・役場）の無料シャトルバスを運行します。会場には駐車場がありますが、停められる台数に限りがありますので、乗り合い、シャトルバスを積極的にご利用ください。

※タイムテーブルは予定ですので、当日の状況により変更する可能性があります。

夏まつり山ノ内どんどん実行委員会

事務局 山ノ内町 総務課 企画係 33-3111



役場のしごと

No.20

☆インバウンド推進係☆

平成31年1月に主に外国人観光客誘致に関する事業に取り組む組織強化のため設置されました。

●どんな仕事？

訪日外国人観光客(インバウンド)を受け入れるため、国・県等と連携したプロモーションの取り組みや、受入環境整備を行っています。また、令和3年7月から国際交流員(CIR)の米国出身レーガン・メンキンさんを係に招き、インバウンド推進業務を進めています。

●町内における外国人観光客人気スポット

広大なスキーエリアと上質なパウダースノーの志賀高原、レトロなたたずまいが人気の湯田中渋温泉郷、ソラテラスが有名な北志賀高原などがあり、アクティビティや歴史文化を肌で感じられるスポットが人気です。

特に、地獄谷野猿公苑の温泉に入る野生の猿(スノーモンキー)は世界的に有名であり、外国人観光客が多く訪れる圧倒的に人気スポットです。

●SNSアカウントの紹介

英語版の公式Instagram@love_yamanouchi_englishがあります。チェックしてください!メンキンさんが更新しています。

インスタへのアクセス▶



▲外国人観光客でにぎわう湯田中駅



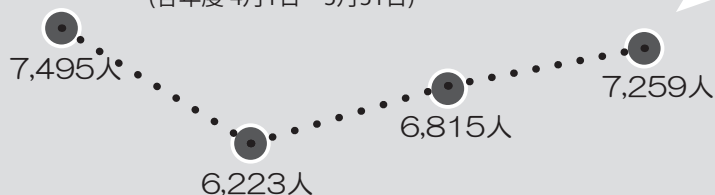
▲スノーモンキー

☎観光商工課 インバウンド推進係 ☎ 33-1107

楽ちんバスニュース

☎総務課 企画係 ☎ 33-3111

利用者数の推移 ※西北部ルート・南部ルートの利用者数の計
(各年度 4月1日～3月31日)



南部ルート
利用400人増

多くの方のご利用をいただき、ありがとうございます。

●楽ちんバスは高校生の通学にも便利!



↑南部ルートの利用イメージ例

☆お帰りは、長野電鉄18:05湯田中駅着
→ 南部ルート18:10湯田中駅発

長野電鉄 中野方面行

7:43

7:59

信州中野駅



楽ちんバスの
利用は1回100円!
通学にもぜひ
ご利用ください!

事業主の皆さん、山ノ内町勤労者互助会へ加入しませんか

山ノ内町勤労者互助会は、町内の中小企業で働く勤労者の福利厚生を増進を図る目的で昭和62年に設立され、現在24の事業所が加入しています。

当互助会に加入すると、結婚・出産・就学・永年勤続祝金、障害・傷病・住宅災害の見舞金、死亡弔慰金などの共済金の給付が受けられます。また、厚生事業としてインフルエンザ予防接種の助成、町内施設利用クーポン券を発行しています。手続きは、必要書類を事務局に提出するだけです。簡単です。入会金は1人100円、会費は1人月額300円、事業所単位で随時入会を受け付けておりますので、事務局へお問合せください。

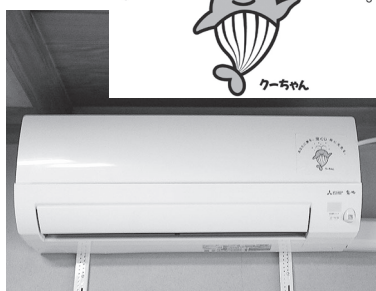
共済給付金等の一例	
事由	給付金額
結婚	1,500円
子どもが生まれた	8,000円
子どもの入学 (小学校・中学校)	6,000円
永年勤続	10年 5,000円 20年 8,000円
お仕事を休みした	(休業日数により 異なります) 7,000円～38,000円
家族が亡くなった	配偶者 70,000円 子 20,000円 親 7,000円

山ノ内町勤労者互助会事務局 33-11107

令和5年度 コミュニティ助成事業

(二財)自治総合センターの宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用し、横倉区が宝くじの助成金で横倉集会所にエアコンを整備しました。利用頻度が高い部屋にエアコンを設置したこと、近年の夏季の気温上昇による健康被害への不安が払拭され、利用者が安心して施設を利用できるようになりました。住民の融和やコミュニティ意識の醸成、さらには地区の活性化につながると期待されます。

コミュニティ助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として事業が行われており、地域社会の発展と住民福祉の向上に寄与しています。



設置したエアコン

令和5年 「緑の募金」ご報告

令和5年「緑の募金」にご協力いただきありがとうございます。市民の皆さまからいただいた募金額は、65万3,849円となりました。皆さまから寄せられた「緑の募金」は、植樹や間伐など国内の森林整備のほか、災害で被災した方々への支援、未来の担い手である子どもたちへの森林環境教育、また海外の緑化支援等にも使われています。

山ノ内町では、小中学校や公共の施設へ木や花の苗が配布され、それぞれの場所で大切に植えられました。また、5月には文化センターでアジサイとシヤクナゲの無料配布を行いました。



給食センター前花壇

広報やまのうちに広告を掲載しませんか

有料広告募集中！

申込方法、料金等については町ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

総務課企画係 ☎ 33-3111



「襖」「障子」「網戸」

〈見積り無料〉

お気軽にご連絡ください！

壁・床の傷み汚れ、お部屋の模様替えなどご相談ください！

(有)本間室内美装

TEL: 0269-33-2702 FAX: 0269-33-8556

〒381-0401 下高井郡山ノ内町大字平穩 2842

司法書士青木事務所

〒381-0401 山ノ内町大字平穩3246-1-410

TEL: (0269) 33-1950 FAX: (0269) 33-1951

URL: aoki-jimusho.net

E-Mail: h-aoki@aoki-jimusho.net

～ 取扱業務 ～

相続・不動産取引・会社・簡裁民事訴訟

・財産管理・後見

(秘密厳守 初回相談無料)

処方せん受付 コトブキヤ薬局

開局時間 AM 8:30～PM 6:00

(土曜日はPM 4:00まで)

FAX 0269-33-2668 TEL 33-2254

よませコトブキヤ薬局

開局時間 AM 9:00～PM 6:00

(土曜日はPM 2:00まで)

FAX 0269-33-2668 TEL 33-2254

かかりつけ薬局をつくりましょう

令和6年度 町職員を募集します(2次募集)

令和6年4月に採用する町職員を次のとおり募集します。

受験を希望される方は、役場に用意してある受験申込書を提出してください。町のホームページからもダウンロードできますのでご利用ください。

1. 採用の対象となる職種区分および採用予定人員

職種等 一般行政職(上級・初級) 若干名

2. 受験資格

山ノ内町に居住していること、または居住することを条件とします。



募集 職種	受験資格年齢	第一次試験		受験申込 受付期間
		科目	日時	
一般行政 上級	大学卒業者および大学卒業程度の学力 を有する者で平成5年4月2日から平 成14年4月1日までに生まれた者	教養試験 職場適応性検査	9月17日(日)	7月10日(月)から 8月9日(水) 必着
一般行政 初級	高校卒業者および高校卒業程度の学力 を有する者で平成10年4月2日から平 成18年4月1日までに生まれた者	教養試験 職場適応性検査		

⑨総務課 庶務文書係 ☎ 33-3111

役場の組織を一部見直しました

✓ 観光局設立準備室の設置(7月から)

観光振興に係る全ての取組を一元化し、合理的な運営、効率的な事業推進を行うことが必要であり、官民一体の体制で拡大・発展を目指し、自立した持続的な観光地経営のための「観光局」の設立に向けた課題の検討や諸準備を行うため観光商工課に設置しました。

✓ 公害関係業務を危機管理課へ移管(6月から)

野外焼却や油漏洩、騒音、悪臭などの公害業務について健康福祉課環境係から危機管理課危機管理係に所管替えしました。

⑨総務課 庶務文書係 ☎ 33-3111
観光商工課 観光局設立準備室 ☎ 33-1107
危機管理課 危機管理係 ☎ 33-3115

後期高齢者医療制度被保険者の皆さま

令和5年8月1日から
新しい保険証で受診してください



後期高齢者医療被保険者証
有効期限

被保険者番号
住 所
氏 名 後期 太郎 性別 男
生年月日 資格取得年月日
発効期日 交付年月日
一部負担金の割合
保険者番号
保険者名 長野県後期高齢者医療広域連合 印

令和5年7月31日まで
旧(桃色)

後期高齢者医療被保険者証
有効期限

被保険者番号
住 所
氏 名 後期 太郎 性別 男
生年月日 資格取得年月日
発効期日 交付年月日
一部負担金の割合
保険者番号
保険者名 長野県後期高齢者医療広域連合 印

令和5年8月1日から
新(橙色)



新しい保険証は薄黄色の封筒で郵送しました。保険証がお手元に届きましたら、氏名・住所などの記載内容をご確認いただき、保険証をなくさないように大切に取扱ってください。



※封筒は長野県統一様式のもので
お送りしています。

問 健康福祉課医療保険係
長野県後期高齢者医療広域連合

☎ 0269-33-3116
☎ 026-229-5320

納期内納入のお願い

7月中旬に令和5年度後期高齢者医療保険料の納入通知書(普通徴収分)を発送しました。納入月は表のとおり全9期ありますので、納期内の納入にご協力をお願いします。

令和5年 7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和6年 1月	2月	3月
1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期

○納期限は各月の月末となります。(月末が土、日、祝日のときは翌月の最初の平日となります。また12月は12月27日が期限となります。)

問 税務課 収納係 ☎: 33-3118

国際交流員メンキンの

上手な話をさせていただきます

暑がりのメンキンです。今年もいよいよ一番嫌な季節が来ました。僕にとつて夏は汗なので、早く終わってほしいです……。今回は秋田国際相撲大会について話したいです。また、相撲の話でごめんなさい。

秋田国際相撲大会は2005年

からCharity Akitaによって開催されていて、今年はコロナの影響で2019年以来、4年ぶりの大会でした。選手の大半は、秋田県内の相撲素人外国人で構成されており、男性15人、女性4人が出場しました。僕は、2019年チャンピオンだったので、タイトル防衛として参戦し、長野市内の高校ALT（外国語指導助手）の友達のルークも連れて行き参戦してもらいました。また、応援として彼女のシャロットにも来てもらいました。

今大会も白熱した取り組みが多く、観客が盛り上がりました。友達のルークは初めてとは思えないほどいい相撲を取り、結果は準決勝敗退でした。僕は予想していたとおり、決勝まで敗けなでしたが、危うい場面も多く、練習の足りなさが見受け

られました。結果は、決勝で相撲経験者の日本人に敗れ、タイトル防衛ならずでした。うれしいことに2位の賞品があきたこまち10kgでした。うど、お米が欲しいって思っていたので、最高の賞品でした。メンキンの勝手な話でした。



▲友達のルーク（左）とメンキン（右）
（うまい棒バラエティーパック、あきたこまち 10kg）

守ろう大切なお金！大切な家族！

次から次へと新手の手口が出てくる詐欺犯罪。

詐欺被害防止の第一歩、それは。。。

『今、起きている詐欺情報を知る』こと!!

そこで今回は、県内外で起きている詐欺・悪質商法の手口を知ることができるおススメのサイトをご紹介します!



長野県警ニュース 24 時

県内で発生した詐欺被害情報などを掲載!



国民生活センター 消費者トラブルFAQ

簡単な消費者トラブルなら、これを見て解決できちゃうかも!



国民生活センター LINE 公式アカウント

全国で相談が多い消費者トラブルをいち早く!



もしも被害に遭ってしまったら、大切なお金を失うだけでなく、家族みんなが悲しい気持ちになってしまいますよね。そんな悲しい、悔しい詐欺被害を防止できるよう、これらのサイトをお気に入り登録してぜひチェックしてみてください!スマホ、パソコンをお使いでない方は、こちらの広報で発信していきますのでまたご覧くださいね!

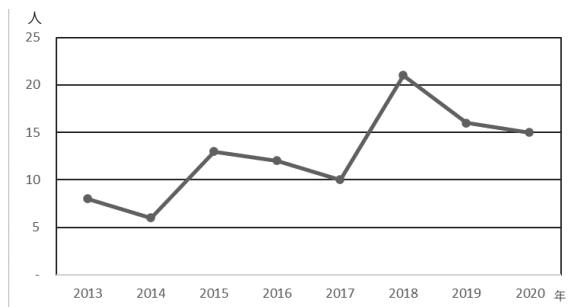
☎危機管理課 消費生活相談室 ☎ 33-3115



健康メモ

熱中症を防ぎましょう

近年の気候変動に伴う夏場の気温上昇や、熱中症リスクの高い高齢者人口の増加にともない、熱中症による死亡数は県内でも増加しています。自分は大丈夫と思わず、熱中症を防ぐ行動をとりましょう。



▲長野県熱中症による死亡数の年次推移
厚生労働省人口動態統計「都道府県別にみた熱中症による死亡数の年次推移」より

●そもそも熱中症はどのようにして起こるのでしょうか？

熱中症を引き起こす条件は、「環境」と「からだ」と「行動」によるものが考えられます。

環境

気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、閉め切った屋内、エアコンの無い部屋、急に暑くなった日、熱波の襲来

からだ

高齢者や乳幼児、二日酔いや寝不足、糖尿病などの持病を持った方、食欲が落ちた・欠食気味の方、下痢やインフルエンザでの脱水状態、肥満の方



(参考) 環境省熱中症予防情報サイト

行動

長時間の屋外作業、水分補給できない状況、激しい運動、慣れない運動

●熱中症を予防するにはどうしたら良いのでしょうか？

- ・無理をせず徐々に体を暑さに慣らす。
- ・体調管理をし、水分摂取をこまめにする。
- ・暑さを知らせる情報を活用する。

熱中症に関する詳しい情報はここから



▲町公式ホームページ



▲熱中症予防情報サイト (環境省)



▲熱中症予防のための情報・資料サイト (厚生労働省)

☎健康福祉課 健康づくり支援係 ☎33-3116

ふるさと寄附金「“オラ”のふるさと応援貨」

6月に寄附をいただいた方(敬称略) 306件総額 7,956,000円

了承をいただいた方のみ掲載しています。
ありがとうございました。

中村 賢次	鎌田 勇	岩月 一郎	酒井 郁代	大日方 一夫	福島 裕之	今井 伸幸	村田 英紀	坂本 勇一	細谷 健	塚原 光典	佐藤 浩	松葉 秀文	藤川 雅彦	結城 幹夫	矢野 諭	堂坂 洋光	瀬戸 智恵	村岡 督	松島 康太郎	古川 周平	田中 昭好	清水 高広	渡辺 喜代久	横山 芳枝	門野 あずさ	岡田 卓久	榊原 祐介	中島 謙次	石黒 拓磨
	Steve	Corbett	川口 恵美子	鎌田 昌憲	渋谷 信之	森口 裕美	野口 純也	木村 和歌子	田中 宏昌	井口 亮	菊原 智	江本 賢治	片瀬 文雄	大津 美南	柴田 紀子	島井 洋	佐藤 舞香	伊藤 房江	土屋 善久	吉廣 彩	田口 智敬	本間 義郎	齊藤 翔平	栢 光昭	今坂 俊之	渡邊 堅司	藤原 豊和	岸岡 美和子	増田 哲二



6月20日に2回目のおしゃべりサロンを行いました。お子さんの声とママたちの笑い声が響き、和やかな雰囲気が感じられました。サロンを通してママ同士がつながり、ゆめっこがパパ・ママたちのリフレッシュや癒しの場になってくれたらと思います。ぜひ、気軽にお出かけください。



09月の予定

- 5日(火) おもちゃの修理屋さん
- 6日(水) ベビーマッサージ
- 14日(木) ぴよっこクラブ
- 22日(金) うんどう会
- 27日(水) おしゃべりサロン
- 29日(金) たんじょう会

8/1(火)
～8/3(木) 七夕飾り作り

8/4(金)
10:30～ 七夕まつり
七夕の紙芝居やブラックシアターを見て楽しめます
★事前予約をお願いします

8/10(木)
集合 9:45～ ぴよっこクラブ保健・栄養相談
＊1歳までのお子さんが対象になります
持ち物: 母子手帳、タオル・飲み物、子どもノートなど
★8日(火)までに予約をお願いします

8/13(日)
～8/16(水) お盆休み

8/18(金)
10:30～ リフレッシュ講座 AIさんの親子ダンス
持ち物: タオル・飲み物など
★事前予約をお願いします

8/25(金) プールじまい
最後のプールあそびを楽しんだ後、終わりのセレモニーをします
プールあそび 10:00～11:00
セレモニー 11:15～
★事前予約はありません

8/29(火)
10:30～ たんじょう会(8月生まれのお子さん)
★誕生者は前日までに申し込んでください

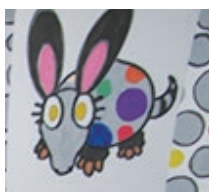
8/31(木)
10:30～ おしゃべりサロン
11:30 入室・退室は自由です(予約不要)

☎子育て支援センターゆめっこ ☎ 33-4778

みんなで楽しく! いきいきふれんど

5月28日(日) 志賀高原口マン美術館で、春の企画展に展示されているカラフルな動物たちのぬり絵をし、それを缶バッジに作製するワークショップが行われました。

企画展作家のトミ・ツカダさんよりカラーチャートを使って色の組合せのお話を聞き、展示されている動物の絵を観賞しました。その後、色の組み合わせをじっくり考えながら、カエル、



アルマジロ、背景になる水玉模様の3枚の紙にカラーペンでぬり絵をしました。参加した親子は1時間以上の間、ずっとぬり絵に集中していました。作品はどれも色使いが工夫されていてどんな缶バッジにできあがるのかとても楽しみになりました。作品は後日缶バッジに作製し、参加者の元に届けられました。

☎教育委員会 生涯学習係 ☎ 33-1102

笑顔でわっはっは

「笑顔あふれる
みんなたち！」

このコーナーでは、町内保育園、小学校、中学校の最上級クラスを紹介します。
6月号は、すがかわ保育園の紹介です。

すがかわ保育園 年長 男子3名 女子1名



すがかわ保育園での生活は、年上の子が小さいお友達のお世話をしたり、一緒に遊んだりと家族のようにみんなで楽しく過ごしています。泣いているお友達に声をかけてあげたり、お散歩へ行くとき、優しく手を握ってあげたりする姿に年長さんの思いやりが感じられます。小さいお友達のニコニコ笑顔を見てみんなも笑顔になる場面がとても微笑ましく、異年齢の仲の良さも深まっています。

すがかわの素朴な自然の中で、お花や野菜を育て生長や収穫を楽しみにしたり、生きものをみつけると、みんなでじーっと観察をしたり…。毎日の生活に目を輝かせている子どもたち。これからも、お友達と様々なことを楽しんでほしいと願っています。

地域おこし協力隊 網守大輝の

恋するステップ

こんにちは、網守大輝です。

今年の6月からこの町に移住、着任して3年目がスタートしました。最初の1年目は新型コロナの影響で「人と人が会う」婚活事業は難しい部分でしたが、その分この町をしっかりと知ることが出来ましたし、関相談員から色々なノウハウを教わりました。2年目は活動が本格化して「お見合い」、「婚活イベント企画」、「移住婚」など様々な出会いのお手伝いをさせて頂きました。その中でお付き合いが始まったり、同棲生活が始まったり、結婚の嬉しいご報告も頂けるようになりました。

する側にとって「婚活」はとてもエネルギーを使うものです。でもだからこそ真剣に取り組んで、一緒に進んで実を結んだときの喜びはとても感慨深いものがあります。

この活動は続けていくからこそ意味があると思うので、これからも嬉しい報告が溢れるように頑張っていきたいと思います。



気になる人はインスタ
をチェック！！→



KOISURU.YAMANOUCHI

町の慶弔録

令和5年6月1日から6月30日までに町に掲載希望の届け出があったものです。
(届け出による記載、敬称略)

お知らせ



出生

氏名	保護者	地区
やまもと あおい 山本 葵生	俊介 あずさ	菅
せき ひなた 関 日奈多	拓馬 恵里香	宇木
たかみざわ あこ 高見澤 杏心	知行 里亜乃	須坂市

訂正とお詫び

広報やまのうち 6月号「町の慶弔録 出生」コーナーにおいて、地区名に誤りがありました。正しくは次のとおりです。

氏名	保護者	地区
たかの あお 高野 蒼大	友志 有理絵	誤：上条 正：湯田中

大変ご迷惑をおかけしました。
お詫びして訂正いたします。

おくやみ

氏名	享年	地区
いけだ やちよ 池田 八千代	100	本郷
せき キクエ 関 キクエ	90	中須賀川
まちだ ふみこ 町田 文子	101	宇木
ようだ みつぎ 養田 貢	98	菅
やまもと すずこ 山本 鈴子	98	金倉
ゆもと はま江 湯本 はま江	101	湯田中
うすい いであき 臼井 出明	84	丸山

入札結果(6月分)

工事関係

入札執行日 または 落札決定日	工事名	落札者	落札額	担当課
R5.6.12	令和5年度 防護柵設置工事 町道下手丸山土橋線	矢木コーポレーション(株)	1,650,000円	建設水道課
R5.6.12	令和5年度 国補 山ノ内町立西小学校トイレ改修工事	(有)竹節建築	20,700,000円	教育委員会

委託購入関係

入札執行日 または 落札決定日	委託・購入等	落札者	落札額	担当課
R5.6.12	令和5年度個別施設計画策定業務委託(橋梁)町内一円	(株)アンドー 須坂営業所	7,000,000円	建設水道課
R5.6.12	令和5年度街なみ環境整備事業整備方針策定支援業務委託(補助) 渋・金倉地区	(株)地域総合計画	2,100,000円	建設水道課
R5.6.12	学校給食センター食器購入業務	日本調理機(株)	600,000円	教育委員会
R5.6.26	令和5年度消防団装備品購入事業	(有)青木電機センター	1,194,000円	消防課



蟻川図書館

おすすめの本

一般書

『メメントモリ』

ヨシタケ シンスケ著

KADOKAWA

「生きる意味」や「生きる目的」って必要ですか？
「必ず死ぬのに、生きる意味って何？」

『墨のゆらめき』

三浦しをん著 新潮社

実直なホテルマンは奔放な書家と文字に魅せられていく。書下ろし長篇小説

児童書

『ふわふわ 新版』

村上春樹文 安西水丸絵 講談社

25年ぶりの新版登場！ふたりの名コンビによる猫絵本の傑作。(3歳〜7歳以上)



『そらめくんのありがとう』

なかやみわさく 小学館

そらめくんとおまめたちが、やりとりのなかで、「ありがとう」を伝えます。人として伝えたら素敵な、感情・気持ち「が育つ絵本。(2・3歳から)」



※詳しくは蟻川図書館ホームページ「新刊案内」利用の手続をご覧ください。



◎蟻川図書館 ☎33-1184

いろいろな暴力についての相談

夫やパートナーから身体的な暴力、ことばや態度による暴力等でお悩みの方はご相談ください。

☎教育委員会人権政策室 ☎33-1102
長野県女性相談センター
☎026-235-5710

心配ごと相談

8月4日(金) 9:00～12:00

土地、財産、行政への要望など、どのようなことでもお気軽にご相談ください。相談無料、秘密は固く守られます。なお、相談を希望される方は、事前予約をお願いします。

場所 地域福祉センター健康相談室
☎健康福祉課介護支援係 ☎33-8411

人口7.1現在
(住民基本台帳)

11,358人

男 5,546人
女 5,812人
前月比 -15人

4,958世帯

前月比 -6世帯

気象 6月
()は過去5年間の平均

平均気温 20.0℃
(19.9℃)
最高気温 29.9℃
≪6/29 13:40≫
最低気温 9.8℃
≪6/4 2:55≫
降水量 168.0mm
(82.4mm)
平均日照時間 4時間33分
(4時間06分)

国保加入者一人
当たり支払った
医療費 5月

31,264円

前年比 +5.56%

交通事故6月
()は1月からの累計

件数 1件 (8)
死者 0人 (0)
傷者 1人 (12)
※累計は変動します

119番情報6月
()は1月からの累計

火災 1件 (3)
救急 63件 (638)
救助 0件 (2)

『広報伝言板』
『ホームページ』も
ご覧ください

町からのお知らせ、イベント・講演会の開催、参加者等募集などは、月2回(10日頃と25日頃)発行の『広報伝言板』をご覧ください。

<https://www.town.yamanouchi.nagano.jp/soshiki/kikaku/gyomu/koho/koho/koho/yamanouchi/764.html>



19 令和5年7月

保健衛生だより

☎健康福祉課健康づくり支援係 ☎33-3116

●健康相談 保健センター

毎週月曜日 9:00～12:00 全町民対象
(8/14は休み)

●乳幼児健康診査 保健センター

8/18(金) 3・4か月児、7・8か月児 13:00～13:15(受付)

●母子保健相談

母子コーディネーター・栄養士による個別相談です。
※事前予約制となります。健康づくり支援係までお問い合わせください。

●中高医師会 休日診療所

中野保健センター内(信州中野駅前) ☎23-2255
9:00～12:00、13:30～17:00

8/6(日)	熊木医師	8/11(祝)	油井医師
8/13(日)	保倉医師	8/20(日)	安部医師
8/27(日)	坂江医師		

※当番医師は、変更になる場合があります。

●乳房超音波検診

8/2(水) よませふれあいセンター
8/3(木) 保健センター
8/7(月) 保健センター
8/10(木) (午前)すがかわふれあいセンター
(午後)保健センター
8/22(火) ほなみふれあいセンター
8/31(木) 和合会館

受付時間 8:50～11:00
12:50～14:00

(8/10のみ 8:50～11:00、13:20～14:30)

※事前予約制です。健康づくり支援係までお問い合わせください。

●もぐもぐ教室 保健センター

8/24(木) 9:30～10:00(受付)

※事前予約制です。健康づくり支援係までお問い合わせください。

今回は、この北信地域で啓発している「ひくシオたすベジ」(減塩運動)より、“ゆる塩調味料”を使ったレシピを紹介します。

料理タイトル

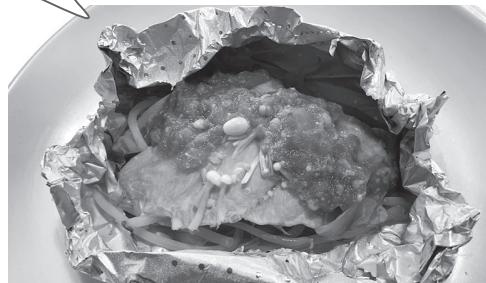
鮭のホイル焼き★トマトみそがけ

<材料> (4人分)

鮭の切り身	4切れ(1切れ100g)	にら	20g
もやし	40g	えのき	20g
キャベツ	60g	プロセスチーズ	40g
人参	20g		

市販のカット野菜が便利です

育ち盛りのお子さん向けに、減塩で野菜が摂れます！
カット野菜を使えば、包丁いらず時短で作れます！



<★トマトみその作り方>

トマト200gを8等分に切り、鍋に入れて弱火で15分程ドロっとするまで煮詰める。途中、トマトの皮は取り除く。火を止めて粗熱をとってから、みそ30gを混ぜてできあがり。(トマトは700Wで7分レンジで加熱してもよいです)

<作り方>

- ①ホイルを広げて、食べやすい大きさに切った野菜を敷く。その上に鮭をのせ、カットしたえのきをかける。さらにチーズをのせ、あらかじめ作っておいた★トマトみそをかける。
- ②①をホイルで包む。
- ③フライパンへ②を入れて、ふたをし、中火から弱火の間で5～7分焼く

表示分量(1人分): エネルギー172kcal たんぱく質 21.0g 脂質 6.2g 炭水化物 7.5g 食塩相当量 0.9g



6/4 プレパパママ教室を開催



子育て支援センター「ゆめっこ」でプレパパママ教室が開催されました。これから父親・母親になるための準備として、妊婦ベストの体験、赤ちゃんの抱っこやおむつ交換などの経験しました。おやつを試食もあり、パパママの交流に花を添えていました。

6/15 『もシカっち』と一緒に街頭啓発！



悪質商法・振込め詐欺等防止に向け、年金支給日に合わせた街頭啓発を行いました。長野県消費者被害防止啓発キャラクター『もシカっち』も登場し、一緒に注意喚起しました。

6/26 有害鳥獣パトロール出発式



猟友会によるパトロールを開始するにあたり、出発式を執り行いました。有害鳥獣による被害を未然に防ぐため、町内パトロールを11月14日まで行います。町民の皆様のご理解とご協力をお願いします。

7/1 夜間瀬川環境整備活動



夜間瀬川をきれいにする会の取り組みに地域から多くのボランティアが参加し、河川のごみ拾いや草刈り、特定外来植物の除去などを行いました。

7/6 スマートフォン教室を開催



当町のDX推進の一環として、主に高齢者をターゲットとした、スマートフォン教室を開催しました。受講者は、実際に手に取って操作し、スマートフォンの便利さを再確認しました。

7/8 北信保育連盟講演会開催



町文化センターにて、北信保育連盟主催の講演会が開催されました。長野県立大学健康発達学部の中山智哉教授を講師としてお招きし、「今、保育に求められる子どもと保護者の支援とは」を演題として、北信4町村の保育士総勢約70名が受講し、学びを深めました。