



9月8日に国道最高地点「渋峠」を目指す自転車レース「志賀高原ヒルクライム2024」が開催されました。参加者は冷涼な志賀高原の空気を感じながら颯爽と駆け抜けていました。

### 今月の記事

- ▶ 町長直筆コーナー  
『しろくまつうしん』第18号
- ▶ 特集  
「志賀高原ヒルクライム2024」
- ▶ 広報伝言板



町LINE  
友だち追加



町の観光情報

# しろくま 第18号

by しろくま町長



© @ butabulo

暑かった夏が終わりを迎えて、町内では美味しそうなブドウやリンゴの出荷が進んでいます。

山ノ内の豊かな恵みが日本中で楽しまれていることに嬉しさを感じています。

## 働き方改革

日本人の働き方は、しばしば勤勉すぎると評されています。私自身も、フランスの企業との長年の関わりを通じて、実感しています。

役場の有給休暇取得率も低いままで。フランスの人々はしっかりと休暇を取り、休むために働くという姿勢が印象的です。

役場でも多くのスタッフが残業を余儀なくされている現状を鑑み、働き方改革、働き場の改革、そして仕事・作業内容の見直し、DXを進め、今後は無理なく働ける環境を整えていきます。

## 若い世代の意見

先日、成蹊大学経済学部のゼミが町内で合宿を行い、町の活性化について貴重な意見をいただきました。Z世代が考える山ノ内町の課題や、学生たちからのアンケートによる山ノ内町の知名度やイメージの調査結果など、今後の町づくりに役に立つアイデアをたくさんいただきました。今後はZ世代にも興味を持ってもらえる町にしていきたいですね。

## 町長と未来を語るう会

町内4か所で開催した「町長と未来を語るう会」では、多様な意見を伺うことができました。いただいた沢山のご意見を今後の町政運営に反映させていただきます。参加してください。

皆様、ありがとうございます。

## 健康・美・長寿 推進協議会に加盟

日本の健康寿命は世界1位（74・1歳、2023年WHO統計より）であり、旅行者の中でも「健康・美・長寿」に関心を寄せる方が増えています。

これを受けて、地域の健康・美・長寿の魅力を国内外に発信することで、観光立国としての発展や地方創生を目指す同協議会に加盟しました。詳細な活動については、追ってご報告いたします。

## DX（デジタルトランスフォーメーション）とは

現在、DXの重要性がさまざまな場面で叫ばれています。DXは、デジタル技術を用いて変革を促すことですが、本質は「X」の「変革」にあります。

「D」のデジタルはただのツールです。今後、我々地方から「変革」を推進していく必要があります。働き方改革、町の観光や魅力の情報発信、農業の生産性向上、そし

て地域住民が夢を持てる町づくりを進めるためにも、DXは欠かせません。DXを上手に進めることで、魅力のある町に変化させ、若い人たちが住みたいと思える活力のある町、デジタルで人に優しい町づくりができると思っています。

## 来年は町制施行70周年

来々、山ノ内町は町制施行70周年を迎えます。現在、「記念イベントなどを計画しています。

これからも町民の皆さんが誇りを持てる町づくりを進めるため、町議会議員と意見交換を重ね、町民の皆さんの声を大切にしながら、未来の方向性を模索してまいります。

## エステー等との 包括連携協定を締結

町は、脱炭素社会の実現及びSDGsの達成に向けた包括連携協定を「消臭力」などの商品で知られるエステー株式会社（東京都）とともに、瑞穂木材株式会社（木島平村）、北信州森林組合の4者間にて締結しました。

今回の包括連携協定では、

「森林資源のアップサイクル×かおり」をテーマにし、脱炭素社会の実現及びSDGsの達成に向けた相互連携と協働による活動を推進していくもので、地域の諸課題に迅速かつ適切に対応するなど、住民サービスの更なる向上により活力ある個性豊かな地域社会の形成と発展を図ることを目的としています。

今後、町内の森林の未利用枝葉等を精油など樹木抽出液等の材料として、活用し、開発した製品を町内観光施設や宿泊施設に展開するほか、ふるさと納税の返礼品として提供することも予定しています。



左から北信州森林組合代表理事組合長 山崎明氏、エステー株式会社代表執行役社長 上月洋氏、平澤町長、瑞穂木材株式会社代表取締役社長 宮崎正毅氏

# 教育委員会だより



教育委員 やまもと 山本 ひとし 均

昨今、巷では様々な業種で働き方改革が進んでいる。一介の教員だった立場から私見を述べてみたい。

昔々?今から半世紀ほど前のこと、(記憶が定かでないところもあるのでお許しを!) 田中内閣の時代に新卒の学生が一般企業に流れる傾向が顕著だった。教員の人材を確保するために教員の待遇改善が図られた。その中身は、残業代は無し、その代わりに教職調整額4%を基本給に上乗せするというものだ。

国の指針では、月80時間超の残業を過労死ラインとし、それ以上働かせてはならないとしている。一日当たり4時間ということになる。教員の場合は、持ち帰り仕事が多い特異な職種だ。

全国的に中・高校では部活動指導が教員にとって相当負担になっていた。近ごろは、朝練の廃止、対外試合の縮小、外部指導者の導入、地域移行へと着々と改善されつつあることは、喜ばしいことだ。

私の勤務地であった京都市でも小学校のスポーツ部活と称するものがあつた。週に数日、放課後、1時間程度バレーボール、テニス、バスケ、卓球などさまざまな種目の指導に当たられた(自主的なものではないからだ)。若手を中心に少なくない人が借り出された。指導手当は雀の涙。放課後の仕事が山ほどあるのに正直「やってられない!」と思った。欧米では放課後教員が部活動に関わることはなく地域のスポーツクラブが受け皿となっていた。うらやましい限りだった。

現在、部活動は縮小。  
数ある大学の教員養成学部も増え、採用試験の倍率も上がっているとのこと。

部活指導後、やっとこさ本業にとりかかる。テストの丸つけ、ノートに目を通す、教材研究、給食会計、市教育委員会への報告文書作りなどなど次々と続く。家でできるものは持ち帰りになる。



Take a break! ちょっとここで一服

恐ろしく身の毛のよだつ体験談を! 今となつては何のことはない。ただの笑い話だが…。調べてみると定かではないが、それは「狐火」、「狐の提灯」といわれるものだったらしい。

ある冬の夕方、山間にある学校の帰り道。バイクに乗って曲がりくねった道から、少し開けた所に下がってきた途端、150メートル程前方の小高い山の斜面に「やつら」が出現した。薪を燃やした時の炎そのもの。5から6個程かな? 不規則にかたまりその場にとどまっている。あっちこっちに浮遊している感じではない。薪らしきものは見えない。その時は背中が「ゾクゾク」して身の毛がよだつた。身の危険すら感じた。なにしろ今だかつて目にしたことがない奇怪な現象だったからだ。カメラがあつたらと思った。自分の目を疑つたので、数秒後やや斜め横からバイクを止めて確認した。確かに「やつら」はまだ存在していた。いよいよ怖くなってバイクをぶっ飛ばして一目散にずらかった。翌朝職場でそのことを話すと、一笑に付された。(誰か同じような体験をした人がいたら話してみたいです。)

夏になると水泳学習が始まる。子ども達は大喜びだ。教師にとっては苦痛なのだ。大から小規模校を問わずプール管理が大変。古い浄化装置の場合は余計に手間がかかる。ろ過剤かざいをタンクに投入。朝夕2回。粉が飛び散るとタンクの器具が重いので女性陣からは当番制にしたところで敬遠される。結局体育主任の私が代行することが多かった。

長野市内の学校では、プールの老朽化に伴い自校のプールは使わずスイミングスクールを利用する所が増えてきているという。スクールではインストラクターが丁寧に教えてくれる。水泳の苦手な教員は大助かり。何より水質管理に関わる手間が省けるのでメリットだらけだ。自校で実施するのは雲泥の差。230余人の児童を6人の担任で水泳の授業をする光景を想像してみるといい。

この間の新聞によると、文部科学省は、公立学校教員の給与に残業代は出さないが、「教職調整額」を現在の4%相当から13%に増額するよう予算要求に盛り込んだという。

現役の頃、給料アップはさることながら、多忙緩和にはなによりも教員定数を増やすことが一番だと思っていた。私がかつて遭遇した「狐火」の件は百歩譲って幻想であつたとしても、今回の記事は正に「狐につままれた」感がある。残念ながら、50年経つても根本的な改革には程遠い。「な〜んでかな?」



町内各保育園で運動会が開催されました。この日のために先生たちと一生懸命練習してきた成果を観覧に訪れたお父さんやお母さん家族みんなにお披露目しました。元気いっぱい楽しむ園児、親子競技では保護者も本気になったり、運動会は大いに盛り上がりました。

# 笑顔実る秋の 運動会



令和6年  
(2024年)  
**10月**から  
(12月支給分から)

# 児童手当制度が 変わりました！

お子さん（22歳以下）が3人以上で一番上の子が19歳～22歳のご家庭は11月末までに申請が必要です。



## 1. 支給対象が拡大します

0歳～中学校修了までの子を  
養育している方  
(15歳到達後の最初の年度末まで)

0歳～**高校生年代**までの子を  
養育している方  
(18歳到達後の最初の年度末まで)

## 2. 所得制限が撤廃されます

**所得制限**  
所得制限限度額、所得上限限度額あり

**手当月額**

3歳未満	月 15,000円
3歳～ 小学校修了まで	第一子・第二子 月 10,000円
	第三子以降 月 15,000円
中学生	月 10,000円

※児童を養育している方の所得が所得「制限」限度額以上、所「上限」限度額未満の場合には、特例給付として月5,000円を支給。  
※第三子以降の算定対象は18歳到達後の最初の年度末まで。

**所得制限**  
**所得制限なし**

**手当月額**

3歳未満	第一子・第二子 月 15,000円
	第三子以降 月 30,000円
3歳～18歳 18歳到達後の 最初の年度末まで	第一子・第二子 月 10,000円
	第三子以降 月 30,000円

※特例給付はなくなり、受給者全員が上記の支給額に。  
※第三子以降の算定対象は22歳到達後の最初の年度末まで。

## 3. 偶数月(年6回)に支給されます

**支給月**  
2月・6月・10月(年3回)  
※各前月までの4か月分を支給

**支給月**  
2月・4月・6月・8月・10月・12月(年6回)  
※各前月までの2か月分を支給

**申請について** 児童手当の申請は、こども未来課（役場玄関の左奥13番窓口）まで申請してください。  
※養育している方がご両親など複数名いる場合には、令和5年（2023年）の所得が高かった場合は、こども未来課 TEL 33-1102  
※公務員の方は勤務先に申請してください。 問合せ先：こども未来課 TEL 33-1102

こどもまんなか  
こども家庭庁

児童手当の申請など詳細についてはこちらをご参照ください

こども家庭庁 児童手当ウェブサイト

<https://www.cfa.go.jp/policies/kokoseido/jidouteate/mottoouen>



◎この給付には、社会全体でこども・子育てを支えるための「子ども・子育て支援金」（令和8年度から開始）が充てられます。  
少子化・人口減少が危惧的な状況にある中、社会全体でこども・子育て世帯を応援していきます。今回の児童手当の拡充は、「こども未来戦略」（令和5年12月22日閣議決定）に基づく、抜本的なこども・子育て政策の給付拡充の一環であり、同戦略に基づくその他の拡充策とともに、その財源の一部に「子ども・子育て支援金」（全世代・事業主の皆様へ、医療保険料とあわせて負担能力に応じて拠出いただきます）が充てられます。支援金は、社会保障分野の徹底した歳出改革等による社会保障負担軽減効果の範囲内で導入することとしています。



9月20日のうんどう会には、大勢のみなさんに参加していただき、賑やかな雰囲気の中行うことができました。「抱っこ」「ハイハイ」「よちよち」「歩く」のグループでかけっこや、巨大なトトロを使った親子競技を楽しみました。



### ○ 12月の予定

3日(火)	クリスマス会
5日(木)	びよっこクラブ保健・栄養相談
13日(金)	AIさんの親子ダンス
18日(水)	たんじょう会

☎ 子育て支援センターゆめっこ ☎ 33-4778

日時	内容
1日(金) 時間10:15 開始10:30	<b>ララ・さりさんのパネルシアター</b> ★前日までに予約をお願いします。
5日(火) 時間 10:00~11:00	<b>おもちゃの修理屋さん</b> 大切にしているおもちゃが壊れて困っていませんか。 ※当日持ってこられない方は、事前に「ゆめっこ」で預かります。
7日(木) 集合9:45	<b>びよっこクラブ 保健・栄養相談</b> 保健師・栄養士による身体測定・育児相談があります。 持ち物:母子手帳・タオル・飲み物・こどもノートなど ★5日(火)までに予約をお願いします。
20日(水) 集合10:15 演奏時間 10:30~11:15	<b>クラシックコンサート</b> 中村ひろ子さん(ピアノ)、下田加奈子さん(バイオリン)、澤山有子さん(声楽)の3名の方による演奏を楽しみます。 ★前日までに予約をお願いします。
26日(火) 時間 10:30~11:00	<b>おしゃべりサロン(予約不要)</b> お茶会をしながら、おしゃべりを楽しみませんか! 飲み物持参でお願いします。
29日(金) 集合10:15 開始10:30	<b>11月生まれのたんじょう会</b> ★誕生者は、前日までに申し込んでください。



## 健康メモ

「いい育児の日」の一環で、お子さまの塩分の取りすぎについて改めて意識してみませんか。

山ノ内町では、1歳6か月の乳児健診で保護者の尿中塩分測定、3歳児健診でお子さまの尿中塩分測定を行っています。基準の値を超える方が大変多い現状です。

お子さまの一日の塩分は大人の半分以下と意識してください。

### 乳幼児期の食塩相当量の1日あたりの目標量

	男性	女性
6~11か月	(目安量として)1.5g	
1~2歳	3.0g未満	3.0g未満
3~5歳	3.5g未満	3.5g未満
6~7歳	4.5g未満	4.5g未満

厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2020年)」から



11月19日は「いい育児の日」

家族で楽しむ・家族で学ぶ・家族でふれあう  
毎月第3日曜日(10月27日)、11月第3日曜日は「ゆめっこ日」

お子さまが塩分を取りすぎると、過剰に水分を欲しがり、体がむくみます。塩分過多が続くと腎臓がダメージを受けます。腎臓は再生しません。一度に小さじ1杯の塩を摂ってしまうと中毒症状に至り命の危険もあります。

保護者の方ももちろんですが、ご家族みんなで薄味の習慣をつけ、気軽にスナック菓子や漬物など与えないようにご注意ください。

☎ 健康福祉課 健康づくり支援係 ☎ 33-3116

# まちづくり子ども委員会を 開催しました

現在町では、令和7年度から11年度を計画期間とした「第三期山ノ内町子ども・子育て支援事業計画」を策定中です。

策定にあたり、令和5年4月1日に施行されたことも基本法で、「こども施策を策定・実施・評価するにあたっては、こども又はこどもを養育する者その他の関係者の意見を反映させるために必要な措置を講ずる」と定められました。

これを受けて、こどもの意見を聴き、今後の計画策定や町の子育て施策に活かすための「山ノ内町まちづくりこども委員会」を中学生の皆さんに委員をお願いして、9月11日に第2回目となる委員会を開催しました。

委員の皆さんからは、子育て支援策のみにとどまらず、まちづくり全体に対する意見も幅広く

く出され、今後これらの意見を計画策定等に反映していきたいと思えます。



▶委員会の様子

☎教育委員会 こども未来課  
33-33113

## ●電源立地地域対策交付金の活用

「電源立地地域対策交付金」は、水力発電施設やダムなどが所在している市町村に対し、国（経済産業省資源エネルギー庁）から県を通じて交付されている交付金で、令和6年度、当町には820万6千円が交付されています。

この交付金は、市町村が実施する公共施設の整備費や地域活性化事業費などに充当することにより電源市町村の活性化を図ることを目的としています。

町では保育所運営事業費に充当し、未満児保育や延長保育の実施に役立てました。

☎未来創造課 地域創造係  
33-33113

## ●宝くじの助成金で備品を整備しました

市町村振興宝くじ（サマージャンボ）の収益金を財源としている、公益財団法人長野県市町村振興協会の地域活動助成事業（一般コミュニティ助成事業）を活用し、菅区がゴミ収納箱と普集落センターの音響設備を整備しました。この事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。



☎未来創造課 地域創造係  
33-33113

## 司法書士青木事務所

〒381-0401 山ノ内町大字平穏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

# 志賀高原 ヒルクライム 2024



## 国道最高地点へ 駆け上げろ!

9月8日、秋の気配を感じる気持ちのよい空気の中、志賀高原ヒルクライム2024が開催されました。集まった約600名のクライマーたちがゴールとなる「渋峠（標高2172m）」まで、距離にして13.1km、標高差は743m、雲海が眼下に広がる国道292号を走り抜けました。

午前7時、緊迫感に包まれた空気の中、号砲が鳴り響くと選手たちは勢いよくサンバレー駐車場を飛び出しました。渋峠では、そば鍋やブランド米「雪白舞」のおにぎり、地元産のリングに舌鼓を打ち、横手山頂や2172mの国道標高最高地点での記念撮影など、志賀高原の味覚や絶景を楽しみました。

志賀高原総合会館98で行われた表彰式では、クラス別に表彰があり、一般男子部門では板子祐士さん、一般女子部門では、大西由美さんが優勝に輝き、表彰状とチャンピオンジャージに加え、「雪白舞」の米俵が贈られました。

参加者からは、早くも来年の開催への期待の声がかかる中、志賀高原を舞台としたレースは無事、幕を閉じました。





# 保育園の入園受付を行います



## 来春から入園を希望される皆さんへ

令和7年4月から山ノ内町各保育園への入園を予定されるお子様の、入園申し込み受付を次のとおり行います。希望される方は、入園希望の保育園でお申し込みください。

また、仕事などの理由で町外の保育園へ入園を希望される場合は、役場（こども未来課 保育・幼児教育係）へご相談ください。

なお、育児休業終了などによる年度途中での入園はご希望に添えない場合があります。途中入所を希望される方も、今回の受付でお申し込みください。

### 入園の申込受付日程

受付日	保育園名	受付時間
11月1日（金）	志賀高原保育園	10：00～11：00
11月5日（火）	かえで保育園	9：00～11：00
11月6日（水）	ほなみ保育園	
11月7日（木）	よませ保育園	
11月8日（金）	すがかわ保育園	10：00～11：00

### 申込方法

10/16（水）より各保育園および役場こども未来課 保育・幼児教育係で申し込み書類をお配りしています。申し込み用紙にご記入のうえ、受付日に提出してください。

☎こども未来課 保育・幼児教育係 ☎33-1102

## 秋のこどもまんなか月間

**児童虐待**に関する相談対応件数は依然として増加しており、特に子どもの生命が奪われるなどの重大な事件も後を絶ちません。

こうした状況の中で、児童虐待問題に対して深く関心を持っていただくことを目的に、こども家庭庁では毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、集中的な広報や啓発活動が行われます。

もし、地域で気になることがありましたら、下記までお知らせください。

◆長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026-219-2413

◆児童相談所全国共通ダイヤル 189（いちはやく）

※連絡は匿名で行うことも可能です。

連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

# こども まんなか

# 百歳長寿

～これからもお元気で長生きを～



高相 ヨシノ さん (横手山)

国では毎年9月15日を「老人の日」と定め、21日までの1週間を「老人週間」とし、老人福祉に関して国民的理解を深める週間としています。

今年度町内で、百歳を迎えられる方は9名で、うち2名の方には、いで湯の里敬老祝賀会で、3名の方には自宅訪問を行い、百歳長寿をお祝いするとともに、国・町からの祝状や記念品を贈呈しました。

大正・昭和・平成、そして令和という激動の百年間を乗り越えてこられた皆さまに、心からのお祝いと、これからも健康で穏やかな日々を過ごされることをお祈りします。



佐々木 むつ さん (宇木一)



小林 たつ子 さん (下須賀川)

## 海産物トラブルにご注意を!!



毎年、年末に向けて増えていく海産物トラブル。

「注文していないのに勝手に送られてきた」「金額に見合わない商品が届いた」などといった相談が全国的に多くなりますのでご注意ください。

### 【アドバイス】

- 必要のないものはきっぱり断りましょう
- 断ったのに商品が届いたら、受取りを拒否し、代金を支払わないようにしましょう
- ※受取りを拒否しても不利益を被ることはありません
- 電話勧誘を受けて契約したときはクーリングオフできます

困ったな・・・そんな時は!!

スマホでサクッと検索!様々な消費者トラブルの対処方法を知れる「国民生活センター 消費者トラブルFAQ」をご利用ください!



### 消費者トラブルFAQ



キーワードを入力すると、関連するトラブル事例や解決のためのアドバイスが表示されます!



◀ 「国民生活センター 消費者トラブルFAQ」

問 危機管理課 消費生活相談室 ☎33-3115

## 町の文化財を訪ねよう㉓

町史跡

### 彌勒石仏



指定日 昭和 46(1971) 年 5月 10日

所在地 金倉

法量 光背の高さ約 180 c m

像高 約 170 c m

肩幅 約 120 c m

この石仏は、粗い安山岩の一面を刻んだもので、舟形の光背に尊像を浮彫にして地中に埋め込んでいます。野ざらしではなく、六角宝形造の堂内に安置されています。

縦より横に広い面相とずんぐりした姿、ふっくらとした頬、大きな唇、三味線撥のような平たい鼻、膨らんだ瞼には畏怖の念や親しみを感ずります。

胸部には吉祥の卍(逆まんじ)が刻まれています。右手を挙げて施無畏の印相を結び、左手は右膝上に置いていると思われそうですが、摩耗して印相はわかりません。光背には「大治五年 四月十九日」「願主安応聖人 大和末光」の銘文が刻印されています。大治五年(1130年)は崇徳天皇の代で、安応という名の聖が願主となり、大和末光という在家が施主となって造られたことを示しています。

如来型の造像様式は平安時代後期の作風で、本県の造銘ある石仏として最も古く注目される特異的なものとされています。当時の彌勒信仰、修験道、御牧との関わりにおいて、山ノ内町の歴史を語る貴重な史料といえます。

生涯学習課 文化創造推進係 ☎ 38-0373



地域おこし協力隊員 時野光海の

### 「やっほーっやまのうち！」

Vol.1

町民の皆さん、はじめまして！

神奈川県湘南から山ノ内町に引っ越してきました、8月から山ノ内まちづくり観光局で活動している地域おこし協力隊員の時野光海です。今までずっと海の近くで暮らしていたので、山に囲まれた生活は毎日が新鮮です。

来る前は少し閉塞感を感じるかも…と心配していましたが、2か月暮らしてみて、実は山ノ内町はとても住みやすい町だと気づきました。温泉はもちろん、季節の果物も美味しく、野猿公苑のような世界的に有名な観光スポットや、ウィンタースポーツのおかげで、国際色豊かで英語を使う機会も多く、活気のある町なんだなあと日々実感しています。

ただ、こんなに魅力が詰まっているのに、まだ十分に活かされていない部分もあるなと感じます。たとえば、インバウンドのお客さまが野猿公苑を訪れた後、温泉街に立ち寄りそのまま帰ってしまうことが多いです。そうした状況を少しでも変えられるよう、インフォメーションセンタ

ーで国際交流員のマイクさんたちと一緒に観光案内も頑張っていますので、気軽に遊びに来てください。

また、案内業務のほかに、Web 開発を通じて山ノ内町の認知度向上にも取り組んでいます。これからは、地域の特産品を販売する通販サイトの構築を計画中で、楓の湯の新しいホームページも近々公開予定です。こうした活動を通じて、町がもっと活気づき、持続可能な観光地として発展するように頑張っていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



# 町の慶弔録

令和6年9月1日から9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



### おくやみ

氏名	享年	地区
かけがわ 芳子	78	上条
とくたけ 徳重	94	表落合
ゆもと さと子	74	湯田中
おの 欣五	98	湯田中
もとづき 望月 榮	90	下須賀川
こぼやし 功	98	佐野
たかぎ 光江	96	本郷
ゆもと 環	86	前坂
ふじさわ 弘治	83	戸狩
いけだ よし	92	穂波温泉
みやざき あい子	94	佐野
あだち 芳子	82	安代
いで ひさ也	68	湯ノ原
すがぬま 啓四郎	100	佐野

### 出生

氏名	保護者	地区
いで りま 璃茉	勝大 結奈	佐野
あしはら えん 媛	大致 友梨	上条
やまもと きんじ 欣治	陽介 真理子	安代
たかぎ しゅうと 終勇	龍 良美	中須賀川
こぼやし しゅうご 秋悟	晴太 莉穂	穂波大湯

### 婚姻

氏名	地区
ふじさわ あきら 藤澤 晶	星川
グエン ティフェ	星川
さとう いつき 樹	横倉
まるやま なつき 丸山 夏輝	佐野

### 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。  
か、お問い合わせください。

☎総務課総務係 ☎ 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

## 入札結果(9月分)

委託・購入等業務関係

入札執行日 または 落札決定日	工事	落札者	落札額	担当課
R6.9.26	令和6年度 山ノ内町文化センター大規模改修 実施計画作成業務委託	有限会社 関建築とまち研究室	16,680,000円	生涯学習課

工事関係

入札執行日 または 落札決定日	工事	落札者	落札額	担当課
R6.9.9	令和6年度 国立公園整備事業 遊歩道改修工事	湯本建設株式会社	5,150,000円	産業振興課
R6.9.26	令和6年度 オーバーツーリズム対策事業施設建築工事	平穩土建株式会社	39,890,000円	産業振興課
R6.9.26	令和6年度 湯田中駅前温泉風の湯設備機器改修工事	田中設備工業株式会社	27,800,000円	産業振興課
R6.9.26	令和6年度 側溝整備工事	株式会社池田商事	2,090,000円	建設水道課
R6.9.26	令和6年度 情報物産館テラスエリア改修工事	山岸木材株式会社	4,170,000円	産業振興課

おすすめ本

一般書

# 蟻川図書館



『乗りたい!撮りたい!現役「国鉄形車両」完全ガイド』 Gakken  
いろんな人達の青春や思い出を運んできた国鉄形車両たちに拍手を!定期運用を終了した「特急やくも」の雄姿も!

『海風』今野敏著 集英社  
迫り来る欧米列強を前に、新進の幕臣たちが未曾有の国難に立ち向かう幕末歴史小説。

児童書

『しばらくあかちゃんになりますの』  
P 研究所  
ママがあかちゃんばかりお世話するので、みーちゃんもあかちゃんになってみました。ところが今度はママがあかちゃんになって……?  
(5歳から)



『ケーキ』  
小西英子作 福音館書店  
子どもたちが大好きなケーキが、きあがるまでを愛情たっぷりに描いた絵本。できあがったケーキは何て美しく、おいしそうなのでしょう! (2歳)

※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



## 相談

### いろいろな暴力についての相談

夫やパートナーからの身体的な暴力、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。

☎生涯学習課 ☎38-0373  
長野県女性相談センター  
☎026-235-5710

### 心配ごと相談

11月8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10.1現在 (住民基本台帳)

11,160人  
男 5,457人  
女 5,703人  
前月比 -18人

5,016世帯  
前月比 -9世帯

### 気象 9月 ( )は過去5年間の平均

平均気温 22.8℃  
(21.5℃)  
最高気温 33.0℃  
最低気温 13.0℃  
降水量 57.5mm (104.3mm)  
平均日照時間 3時間54分 (4時間00分)

### 国保加入者一人当たり支払った医療費 8月

27,425円  
前年比 -2.31%

### 交通事故9月

( )は1月からの累計

件数 0件 (8)  
死者 0人 (0)  
傷者 0人 (11)  
※累計は変動します

### 119番情報9月

( )は1月からの累計

火災 0件 (0)  
救急 68件 (897)  
救助 1件 (10)

### 『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。



## 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 健康づくり支援係窓口  
毎週月曜日 9:00～12:00 全町民対象

●乳幼児健康診査 保健センター  
11/12(火) 1歳6か月児・2歳児 12:45～13:15(受付)

●母子保健相談(要予約)  
母子コーディネーター・栄養士による個別相談です。

●乳房超音波検診 保健センター(要予約)  
11/1(金) 受付 8:50～11:00  
12:50～14:00

●すくすく子育て教室 保健センター(要予約)  
11/28(木) 9:20～9:30(受付)

●胃・大腸がん検診  
11/27(水) 大腸がん検診 8:30～12:00  
健康づくり支援係窓口まで(未受診者)

●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

11/3(祝)	南谷医師	11/4(替)	丸谷医師
11/10(日)	高野医師	11/17(日)	徳竹医師
11/23(祝)	豊川医師	11/24(日)	今井医師

※当番医師は、変更になる場合があります。

災害時に、自宅から避難するときに持ち寄った食材で作れるメニューです。

### 料理タイトル

### 野菜とツナのシチュー

<材料> (2人分)  
じゃがいも…1個  
にんじん…40g  
たまねぎ…1/2個  
コーン缶…40g  
ツナ缶(水煮)…40g  
シチュールー…2個(30g)  
水…160cc

### 作り方

- ①じゃがいも、にんじんは小さめの乱切りにし、たまねぎはざく切りにする。
- ②ポリ袋に①とコーン缶、ツナ缶、シチュールー、水を入れ、全体をなじませ、袋の中の空気をよく抜いて口をしっかり結ぶ。
- ③沸騰した鍋に入れて約20分加熱し、取り出す。

### 表示分量(1人分)

・エネルギー 167kcal ・たんぱく質 5.9g  
・脂質 5.5g ・塩分相当量 1.7g

## 食生活改善推進協議会 考案レシピ

鍋で少量を作るより、ポリ袋を活用することで洗い物が少なく簡単に作れます。



# あなたの年金 簡単便利な「ねんきんネット」で!

## ◆ねんきんネットとは

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです!  
また、マイナポータルと連携することでますます便利になります!

## ◆ねんきんネットでできること

### ○これから年金を受け取る方

年金記録の誤りや保険料の納め忘れがないかを確認できます!  
(年金の加入月数、資格取得・喪失年月日、月ごとの納付状況、持ち主不明記録の検索)  
年金見込額の試算や年金請求手続きをオンラインで行えます!  
(年金見込額の試算、年金請求の手続き)

### ○現在年金を受け取っている方

扶養親族等申告書をスマートフォンで簡単に提出できます!  
(郵送する手間も切手代も不要、本人情報は自動で入力、入力漏れもその場でチェック、  
処理状況や申請結果も確認可能) e-Tax 対応の通知書データの受け取りやオンラインで  
通知書の内容確認ができます!(源泉徴収票の電子送付、通知書(電子版)の確認)



▶詳しくは国民年金機構ホームページをご確認ください。



問 住民税務課 住民環境係 ☎33-3118

## ふるさと寄附金 「“オラ”のふるさと応援賞」

9月に寄附をいただいた方(敬称略)  
439件総額 29,086,000円

了承を得た方のみ掲載しています。  
大切に使用させていただきます。  
ありがとうございました。

芳賀沼	勝山	竹原	鈴木	飯塚	瀧川	安藤	小宮	須田	棚橋	殿山	坂倉	櫻井	宮西	河村	田口	小林	中沢	服部	竹沢	渡邊	綾野	山内	緑川	中山	木村	井田	葭原	徳江	田角	宮野	黒松
克紀	雅人	大洋	雅弘	太樹	茜	賢一	健太郎	美彦	力	晋太郎	愛美	雄一	英明	幸信	智敬	左枝	宏紀	慎一	毬巴	誠	創	成弘	真剛	由美	加奈恵	徳正	彰	直樹	雅幸	貴之	俊基
北山	菊原	駒津	佐藤根	西岡	丸山	白井	海平	山本	安井	大澤	富田	小滝	高橋	児玉	車	塩田	岩田	柳川	及川	菊池	浅賀	清水	島田	鈴木	山岸	川島	小林	吉岡	北山	関	肥後
周知	岳大	健太	遼平	敏克	省吾	松夫	淳一	卓嗣	理夫	敦司	章夫	篤	康彦	英一	明美	敏之	克明	利恵	和幸	邦夫	功次	東吾	恵次郎	雄大	令子	多賀子	拓光	雄太郎	亮介	大稀	
												藤澤	永瀧	飯田	田中	和田	齊藤	高橋	氏家	関戸	横川	森	新田	山口	梅田	井上	小林	高塚	梅咲	井原	鈴木
								秀治	正憲	勇一	健太	貴之	裕司	篤史	香織	いづみ	将也	一憲	直美	雄大	曉恵	昌義	玲	直彦	正人	栄一					



9/12 横湯川石積堰堤群除幕式を実施



大正 13 年から昭和 19 年にかけて建設された「横湯川石積堰堤群」が、令和 3 年 10 月に国登録有形文化財に登録されたのを記念して、長野県北信建設事務所では石碑と看板を横湯川沿いのやまびこ広場下河川敷地内に設置され、関係者による除幕式が行われました。

9/29 ふれあい移動動物園を開催しました



今年も八ヶ岳アルパカ牧場から、2 頭のアルパカと 4 匹のモルモットをやまびこ広場に連れてきていただき、家族連れなど多くの来場者で賑わいました。子どもたちは普段は会えない動物たちにふれあい、エサやりをし、じっくりと観察し、楽しい時間を過ごしました。

10/8 ブラッシュアップ品評会を実施



審査員に県や JA、市場関係者などを迎え、品評会【ぶどうの部（シャインマスカット）】を開催しました。出品された 16 品の中から 4 品が入賞し、山戸敬太（箱山）さんが最優秀賞と新人賞のダブル受賞されました。

ながかわ保育園  
きのこ収穫体験



9月18日、すがかわ保育園で園児によるきのこの収穫体験を行いました！  
JA ながの志賀高原支所のご協力をいただき 7 名の園児がエノキタケとブナシメジをもち採り、喜んでいました。

