

第39回小澤コンサートが志賀高原総合会館98にて開催されました。町内の小・中学生の児童生徒たちは美しい音色に包まれながら演奏に聞き入り、合唱でお礼の気持ちを伝えました。



町LINE  
友だち追加



町の観光情報

題字●蟻川浩雄 書(永世名誉町民)

今月の記事

- ▶町長直筆コーナー  
『しろくまつうしん』第16号
- ▶特集「二十歳を祝う会」
- ▶広報伝言板
- ▶農業委員会だより
- ▶公民館報・図書館だより

# しろくま 第16号

b y しろくま町長



© @ butabulo

いよいよ夏本番、熱中症に注意が必要な時期になりました。特に農家の皆さんは気をつけてください!!そしてクマの目撃情報も増えています。ご注意を!

## 小澤征爾さんを偲んで

先日、39回目の小澤コンサートが志賀高原98会館で開催されました。

今までは、中学校の体育館で開催されている、小澤アカデミーの若手演奏家によるコンサートです。この日、最後に演奏してくれた曲は、小澤先生の十八番とも言えるチャイコフスキーの弦楽セレナードハ長調Op.48。指揮者なしの若手演奏家たちの演奏を聴いて、小澤先生の指揮をもう見ることができない現実、少し悲しくなりました。今回の若手演奏家の皆さんにも、小澤先生の想いや音楽の楽しさはしっかりと引き継がれているのだと、感じられる演奏でした。

このコンサートは僕が中学校2年生の時に始めました。元々小澤征爾さんのファンだっ

た僕は、とても嬉しかったのを覚えてます。小澤先生率いる演奏家達を、中学生が困むように座った暑い体育館で、いろいろな楽器の特徴や音を、小澤先生が説明し、笑いもあり、小澤先生自らが進行する楽しいコンサートでした。

山ノ内町で育った我々はとももラッキーです。世界の小澤先生が、毎夏コンサートを開いてくれていたのですから。僕自身、もっと観にきていければと、悔やまれます。

以前、オリンピックの周年記念イベントで、小澤先生と神田正輝さんと3人で滑る機会に恵まれました。ポケットに忍ばせたウィーンフィルのニューイヤークンサートのCDに、小澤先生直筆のサインをいただきました。そのCDは今でも僕の宝物です。

僕は、小澤先生の書いた「僕の音楽武者修行」を読んで、中学を卒業してアメリカに行くことを決めました。本を読んで、僕も世界に出たい、世界で挑戦したい、と思ったのです。そして今、僕も次の世代のた

めに、何ができるかを考えられる歳とポジションになりました。町としても、これから海外に「打って出たい」若手を支援していきたいと思っています。

## 町の危機感・国の危機感

今、日本は経済的にも、世界情勢的にも厳しい状態なのだ。最近とても実感しています。極端な円安、物価安も問題だと思っています。豪州は平均年収が930万円です。

今後、日本の生産年齢人口の減少が加速し、約75年後の2100年には日本の人口は半減して6500万人になると言われています。

役場としても、今までのように人員を増やせる時代ではありません。コンパクトな町役場に变化しなければならぬと考えています。

デジタル化、というと年配者が取り残されるイメージですが、これからの時代、少ない人数で役場を運営するためには、もっとデジタル化を進めないと、町の運営自体が困難になります。

今までのような、経済成長と人口増の日本ではなく、経済を立て直しと人口減を食い止めるければならない日本になってしまっているのです。

さまざまな計画が、町や広域で過去に作られていたと思います。

人口の少なくなる日本、そして我々のエリアにとって、道路や橋などの公共インフラも含めて、本当に必要なものを選択し、限られた資源を集中していかないといけないと感じます。今までの拡大路線の時代では、「もう」ないのです。

## 観光の伸びしろ・農業の土台

農業の生産量を倍にすることは難しいです。農地面積などの限界もあります。

しかし、観光はインバウンドを含め、もっと大きくなる可能性を秘めています。

特に雪が多く降る日本の冬は、これから経済発展で伸びてくる東南アジア諸国の方々から、羨望の眼差しを向けられています。

山ノ内町は魅力的な観光と、魅力的な農産物という2つの大きな経済の柱があります。若い人たちが帰ってきたくなる、魅力のある町というのは、稼げる町でもある必要があります。

観光と農業の経済をしっかりと結びつけ、山ノ内町の魅力をたくさんの人に知ってもらい、経済を活性化することで、町に活気を戻していきたいと思っています。

## エアロビクス全国大会出場

7月24日、エアロビクスの全国大会「全国こどもチャレンジカップ第17回全国大会」に出場される山ノ内中学校の望月寧来さん、望月優里さんが来庁され、町長と対談しました。

寧来さんからは「3回目の全国大会、前回は入賞できたので今年は優勝できるように頑張りたい。」優里さんからは「前回は決勝に行けたけど、入賞できなかったの、できるだけ上位入賞できるように頑張りたい。」と意気込みを語ってくれました。



左から寧来さん、優里さん

# 人権啓発イベントルポ

## 人権 同和教育標語 優秀賞

7月18日、町文化センターで「第47回差別をなくす町民大会」を開催しました。大会では、町内小中学校の児童・生徒の皆さんが考えた人権・同和教育標語の中から、選考の結果、見事優秀賞を受賞された皆さんに表彰状をお贈りしました。どの標語も優しく思いやりにあふれ、身近なところからよりよい社会を形づくるメッセージが伝わってきました。



▶優秀賞を受賞されたみなさん

小学1年の部	渡辺 樹	やさしくするとやさしくされてうれしいな
小学2年の部	中島 星音	しないでね じぶんがされていやなこと
小学3年の部	市川 栞梨	やめようよ なかまはずれはかなしいよ
小学4年の部	大井 紬	聞きたいな クラスみんなのフワフワ言葉
小学5年の部	高相 紗羽	SOS だしてもいんだよ がまんせず
小学6年の部	児玉 翔琉	ありがとう 自然と笑顔になるまほう
中学1年の部	大碓 玲哉	行動は人の心を動かすよ
中学2年の部	小松 美嬉	大丈夫？ その一言で救われる
中学3年の部	小林 輝英	困ったら 助けを出そう 友達に

優秀賞の表彰式に続き、講師に大賀一樹さんをお招きし、「い로운な性」といふ方「自分らしく」って「一体なんだ？」と題した人権講演会が行われました。大賀さんは幼いころから自身の性別に違和感を覚え、自分は何者なのかと悩まれましたが、20歳の時に「Xジェンダー」という性のありようを知り、自分を知ることができたといいます。

参加者からは、「LGBTという言葉は聞いたことがあったけどよく知らなかった」「今まで聞くことのなかった、向き合うことのなかった内容だった」という言葉が多かったです。その他、「正しく理解をすることが大切」「考えさせられた、勉強になった」といった感想が寄せられました。

※Xジェンダー…自分自身が認識している性(性自認)が「男性・女性のどちらにも当てはまらない」と自認するセクシャリティのこと。



▲講演会の様子

### ●人権擁護委員の紹介

人権擁護委員は、地域の皆さんから人権相談を受けて問題解決のお手伝いをしたり、啓発活動を行う法務大臣が委嘱する民間ボランティアです。町には、東西南北4地区から選出された4名の人権擁護委員がいます。毎日の暮らしの中でお困りのことや心配ごとなどがありましたら、お気軽にご相談ください。



▲人権擁護委員の皆さん

左から 山本久美子さん (南部)  
徳竹森之さん (北部)  
渡辺松美さん (西部)  
児玉綾子さん (東部)

### ●退任された人権擁護委員

令和3年4月〜令和6年6月

水野 歩美さん (西部)

在任中のご支援に感謝いたします。この経験を今後の人生に活かしていきます。

今までありがとうございました。





令和6年度

# 山ノ内町二十歳を祝う会

対象年代：2003年度（平成15年度）生まれ  
新成人数：109名（男性54名、女性55名）

## 2003年の主なできごと

- 「千と千尋の神隠し」が第75回アカデミー賞を受賞
- 流行語「なんでだろ〜」
- 第2次小泉内閣発足
- 郵政事業庁が日本郵政公社に

令和6年度山ノ内町二十歳を祝う会が8月15日に開催されました。

大勢の来賓、中学時代の恩師が出席され、晴れやかな門出をお祝いしました。

二十歳代表の言葉は、横井美優さんが読み上げ、会場に訪れた参加者は、久しぶりに再開した友人と近況を報告し合ったり、当時の思い出を懐かしんでいました。

## 二十歳代表のことば

澄みわたる夜空に星が美しく眺められる季節になりました。本日は私たちのためにこのような盛大な式典を開催していただき、誠にありがとうございます。平澤町長をはじめ、多くのご来賓の皆様にご臨席を賜り、二十歳を代表して心より御礼申し上げます。

ご参加いただいた二十歳の皆さまにおかれましては懐かしくも、久しぶりの再会に胸を踊らせていることと思います。成人が十八歳に引き下がり、私たちは既に成人を迎えました。自分達が想像していた大人とは少し違うかも知れませんが、この二十歳の節目を皆様と祝えたこと誠に嬉しく思います。

2024年もすでに多くの出来事がありました。年始には能登半島地震が起こり、多くの方々が被災されました。私の友人にも、自宅が半壊し断水が続いているといった連絡がありました。近年頻発する自然災害を前にあらゆる対策が行われております。しかし、本当に災害にあつた時、地域のつながりが重要となつております。住民それぞれがお互いを助け合い、いざという時に頼りになる存在がいることは、大きな心の支えとなるでしょう。SNSの普及から人間関係が希薄になつてしまつた今、社会的なつながりは貴重なものとなつてしまいました。私は山ノ内町全体が支え合い、尊重しあえる町になつていくことを願っています。

他にも7月より新紙幣が導入されました。皆様のもとにはもう普及しているでしょうか？旧紙幣が発行されたのは2004年、今から約20年ほど前のこととなります。私たちは生まれてからこのかた、ずっと同じデザインの紙幣を

使用してきました。私は新紙幣の顔ぶれに未だに慣れません。紙幣は20年を目処に新デザインになるそうですが、今回は目の不自由な方や海外の方のためにも、ユニバーサルデザインの考え方を踏まえたデザインとなつているそうです。

私たちは、多様化、情報化といった多くの複雑な情勢の中、あらゆるものを自分自身で選んでいかなければなりません。それはとても難しいことだと思えます。そんな時は家族や信頼する友人に話してみてください。もしも、日々の生活に疲れてしまった時には、心安らぐこの町を思い出して下さい。

最後になりますが、私たちを支えてくれた家族や先生方、友人、地域の皆様に心から感謝し、今後の山ノ内町の益々の繁栄を祈念して、二十歳代表の言葉とさせていただきます。本日は誠にありがとうございました。



二十歳を祝う会実行委員

横井美優さん（湯ノ原）

# 二十歳おめでとうございます！



# 国民年金加入のご案内

国民年金には以下のようなメリットがあります。

## 老後を支える終身保障！

「老齢基礎年金」が受け取れる一生涯の保障です。

## 納めた保険料の全額が所得から控除！

家族の保険料を納めた場合、家族の分もまとめて申告できます。

## 万が一の障害や遺族を保障！

老後だけでなく現役世代の保障も充実しています。

## 基礎年金の半分は国（税金）が負担！

基礎年金の半分は国（税金）から支払われています。

- ・20歳以上60歳未満の学生・農林業業者・自営業者・無職の方など（国民年金第1号被保険者）は、国民年金に加入することが義務付けられています。
- ・原則として、保険料を納めなければ年金を受け取ることができません。しかし、所得が低く保険料を納めることが困難な方のために**保険料免除制度**があります。

## Ⅱ 保険料免除制度とは？

本人・世帯主・配偶者の前年所得（1月から6月までに申請する場合は前々年所得）が一定額以下の場合や失業した場合など、保険料を納めることが経済的に困難な場合は、ご本人が申請書を提出し、承認されると保険料の納付が免除されます。

免除される額は、全額、3/4、1/2、1/4の4種類があります。



詳細はこちらの動画から▶

☎ 住民税務課 住民環境係 ☎ 33-3118

## ふるさと寄附金

### 「“オラ”のふるさと応援貨」

7月に寄附をいただいた方（敬称略）

342件総額 11,742,000円

池田 健太郎 八代 健太郎 栢 光昭 滝 健治 坂根 毅 石原 貴子 鈴木 清美 荒井 正明 渡辺 周賢 江本 勇治 森田 茂雄 常田 真二 林 孝志 市来 健太郎 福田 利昌 中村 利昌 佐々木 昭 篠崎 昭 安田 良郎 関 敬子 田中 邦剛 富田 章夫 飯田 勇一 黒岩 亮 松本 重明 榎本 清孝 戸田 三津夫 平垣省太郎 三浦 章彦 小木 曾慶治 片岡 修平 福田 春彦 鶴岡 晃央 中島 健蔵 横山 幸生 松本 雅彦 中西 義一 高崎 和也

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。



※育児支援金は、出生翌年から小学校入学前まで毎年交付

・育児支援金  
第2子1人10万円（第3子以降は1人30万円）

・出産祝い金  
1人10万円（第3子以降は1人30万円）

町の未来を担うお子さんの誕生を祝う「出産祝い金」と、多子世帯の充実した子育てのための「育児支援金」を交付し、子育て世帯を応援しています。

○ 出産育児祝い金（R5充当額 1230万円）

## 夢・ワンパクこども応援貨

皆さまには、ふるさと寄附金としてたくさん応援をいただきましたありがとうございます。  
皆さまからいただいた寄附金（応援貨）は、様々な分野で有効に活用させていただき、町を明るく元気にするための事業に役立てています。令和5年度において、寄附金を活用して実施した事業の例をご紹介します。

ふるさと寄附金（オラのふるさと応援貨）は

町の元気の源です

# 認知症ケアパス ご活用ください！

## 誰もがかかる可能性のある身近な病気

認知症の方は年々増加しており、厚生労働省の推計によると2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。認知症が身近な病気であることがよくわかります。

認知症とは、何らかの原因によって脳の機能が正常に動かなくなることで記憶力や判断力が低下し、これまでの生活を続けることが難しくなる状態をいいます。

## 認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために

認知症は、進行とともに状態が変化していく病気であり、その状態に応じて適切なサポートを受けることが大切です。

町では、認知症についてどこに相談したらよいのか、どのようなサポートが受けられるのか、認知症の方へどのように接したらよいのかが一目でわかるよう「認知症ケアパス」を作成しました。

「認知症ケアパス」は、認知症の方・ご家族だけでなく、ケアマネジャーなどの専門職・地域の方も活用いただくことで、認知症の方の安心にもつながります。ぜひご活用ください。

## 「認知症ケアパス」の設置場所

町地域福祉センター

町内認知症対応型グループホーム

町内医療機関

また、町ホームページからもダウンロードできます。

## まずは相談してみましょう

認知症の方やご家族だけでなく、近所に住んでいる方で気になる方の相談など幅広く受け付けていますので、下記までお気軽にご相談ください。



▼町HPはこちらから



健康福祉課 介護支援係（地域福祉センター） ☎ 33-8411

## 【山ノ内町「認知症ケアパス」表紙】

認知症になっても希望をもって暮らし続けられるまちを目指して

### 山ノ内町 認知症ケアパス

認知症は、進行とともに認知機能が低下していきますが、進行の仕方は、原因となる病気や人によって違いますが、認知症ケアパスには、地域の介護、福祉サービスを紹介しています。認知症になっても、住み慣れた家が、わか町で必要かつ適切なサポートを受けながら暮らし続けるように、ご活用ください。

気になることがありますか？

- 最近忘れっぽくなった
- 体の調子がなんとなくおかしい
- ものごとがおっくうになった

- 同じことを何度も話す
- 探し物が多くなった
- 不安や焦り、怒りっぽくなった。以前と性格が変わったような気がする

認知症とはさまざまな原因により脳の変化が起こり、それまでできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態です。認知症になることは特別なことではありません。誰もが人生の中で認知症になる可能性があります。苦しさや不安をひとりやご家族で抱え込まずに、まずは相談してみませんか。

まずは相談してみましょう

どこに相談したらいいか迷ったらまずはこちらへ

☎ 0269-33-8411

山ノ内町役場 健康福祉課 介護支援係  
(山ノ内町地域包括支援センター)

介護保険サービス、地域の支援や居場所、介護者支援等の紹介を行います。認知症の方やご家族だけでなく、近所に住んでいる方で気になる方の相談など幅広く受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

かかりつけ医・専門医

北信総合病院 認知症疾患医療センター

認知症の専門医療機関として指定を受けている病院です。

【物忘れ外来】※完全予約制。かかりつけ医からの紹介が必要です

☎ 0269-22-2151(代)

問い合わせ先：地域医療連携課

【専門医療相談窓口】

☎ 0269-23-4310

受付時間 平日 9:00～17:00

長野県内の主な相談窓口

認知症コールセンター

☎ 0268-23-7830

受付時間 午後1時～午後8時

認知症の人と家族の会 長野県支部

☎ 026-293-0379

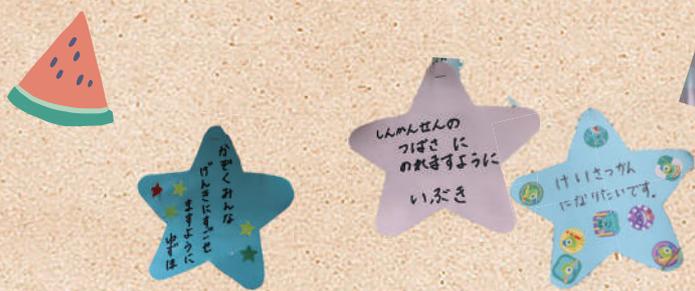
受付時間 午前9時～12時

若年性認知症コールセンター(国)

☎ 0800-10C-2707

受付時間 午前10時～午後3時

# 保育園七夕まつり



7月下旬から8月上旬にかけて、町内の保育園で七夕まつりが行われました。今回はその園児たちの様子をお届けします。

## どんなお願いをする？

七夕まつりの始まりは、笹の飾りつけ。一生懸命考えながら願い事を書く子、先生と一緒に飾り付ける子など、園児たちそれぞれの姿勢で楽しんでいました。

園児たちが書いた短冊は、子どもならではの願いで溢れ、微笑ましい七夕飾りが保育園の夏を彩りました。

## 願いよ届け

園内に飾り終わった笹は燃やして天に願いを届けます。皆それぞれの願いが叶うように祈りながら見守りました。

燃やし終わった後は、お待ちかねのスイカ割り。大きなスイカに大興奮!!未満児さんから年長さんまで順番に挑戦し、全員で割って食べるスイカの味は格別です。

種飛ばしをする子や、たくさんお代わりする子など元気な姿が見られました。



令和6年9月から

# 保育料の軽減を拡充します！

☎33-1102 保育・幼児教育係

町では、安心して子どもを産み育てやすい環境づくりを推進するため、令和6年9月から、長野県と協力して保育料を軽減し、子育て家庭の経済的負担の軽減を図ります。

## 軽減対象

- (1) 保護者及びお子さんの住所が山ノ内町内であること。
- (2) お子さんの年齢が0歳から2歳（3歳未満児）で、保育施設（保育所）に在籍していること。

※兄弟の年齢に制限はありません。

※基準額からすでに保育料が無料となっている場合や、幼児・教育の無償化により無償化対象となっている場合は、対象となりません。

## 軽減内容

- (1) 市町村民税所得割課税5万7千円（年収360万円相当）未満の世帯  
↓ 保育料軽減の拡充  
保護者と生計が同一であれば、兄弟の年齢に関わらず最年長の兄弟からカウントして①1人目は半額、②2人目以降は無償化

- (2) 市町村民税所得割課税5万7,000円（年収360万円相当）以上の世帯  
↓ 多子軽減の拡充  
保護者と生計が同一であれば、兄弟の年齢に関わらず最年長の兄弟からカウントして①2人目は半額、③3人目以降は無償化

### 例① 【低所得世帯】

兄弟	在園状況	軽減額
第1子	保育園(2歳児)	(1人目) 全額→半額
第2子	保育園(1歳児)	(2人目) 半額→無償
第3子	保育園(0歳児)	(3人目) 無償

### 例② 【多子世帯】

兄弟	在園状況	軽減額
第1子	小学生	カウント対象外 (1人目扱い)
第2子	保育園(1歳児)	1人目:全額 →半額(2人目扱い)
第3子	保育園(2歳児)	2人目:半額 →無償(3人目扱い)

●軽減の適用については、保育料納入通知書をご確認ください。(9月中旬送付予定)

会員募集中！

## 山ノ内町ファミリー・サポート・センター事業の開始

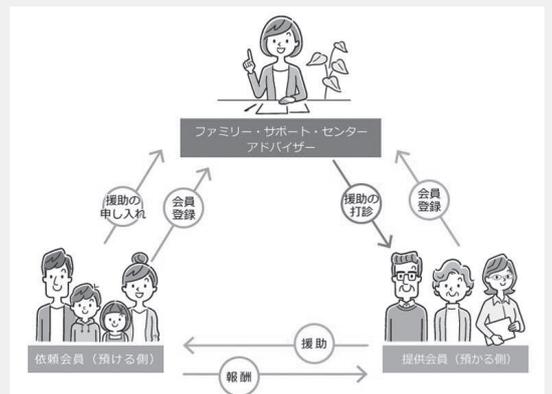
### ファミリー・サポート・センター事業とは

児童の預かり等の援助を受けたい方（依頼会員）と、援助を行いたい方（提供会員）、どちらも行いたい方（両方会員）からなる相互援助活動を行う事業で、援助を受けたい会員から援助依頼があった際に、町は援助を行いたい会員とのマッチングを行います。

### 相互援助活動の内容

- ・ 保育所、幼稚園、認定こども園及び放課後児童クラブ等（以下「保育施設等」という。）の保育開始前または保育終了後の対象児童の預かり
- ・ 保育施設等が休みの場合の対象児童の預かり
- ・ 保育施設等までの対象児童の送迎
- ・ 学校の放課後の対象児童の預かり
- ・ 仕事、疾病、冠婚葬祭、通院、学校行事及び買い物等の際の対象児童の預かり
- ・ その他、会員の子育てに関し必要な援助

▼詳細はこちら



☎子ども未来課 保育・幼児教育係 ☎33-1102



7月3日に「やまびよカラズコンサート」がありました。トランペットなどの迫力ある演奏が始まり、子どもたちが大好きなアンパンマンやディズニーの曲でみんなノリノリ!親子で楽しい時間を過ごすことができました。当日は、かえて保育園の2歳児も参加して、賑やかな時間でした。



### ○10月の予定

2日(水)	グーチョコキパー
8日(火)	図書館へ行こう
10日(木)	びよっこクラブ
18日(金)	AIさんの親子ダンス
25日(金)	たんじょう会
29日(火)	おしゃべりサロン

日時	内容
3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。 ※当日持って来られない方は事前に「ゆめっこ」で預かります
5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、子どもノートなど ★3日(火)までに予約をお願いします。
12日(木) 集合10:15 開始10:30	<b>ベビーマッサージ(1歳までのお子さんが対象になります)</b> 丸山奈美さんによるベビーマッサージがあります。 持ち物:バスタオル、飲み物 ★事前予約が必要です。
20日(金) 集合9:45 開始10:00	<b>うんどう会</b> 親子での競技・パン取りを楽しみましょう! ★15日(日)までに申し込んでください。(20組まで)
25日(水) 10:30~11:30	<b>おしゃべりサロン</b> ※入室・退室は自由です。(予約不要)
27日(金) 集合10:15 開始10:30	<b>9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。

☎子育て支援センターゆめっこ ☎ 33-4778

## 司法書士青木事務所

〒381-0401山ノ内町大字平穩3246-1  
エンゼルリゾート志賀高原410  
電話: 0269-33-1950 FAX: 0269-33-1951  
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) [広告]

[広告]

## 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

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!

[広告]

(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

# 公園に行こう！

あなたのお気に入りの公園が見つかるかも!?  
町内の公園を紹介します。



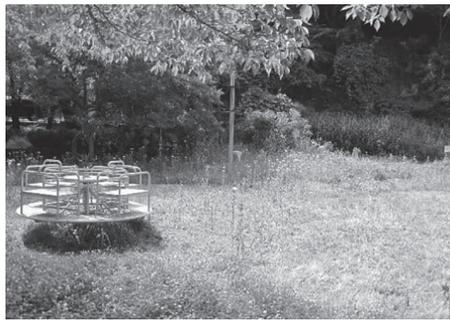
## どんぐりの森公園



### 👍 オススメポイント

- ✓ターザンロープやスラックラインなどの遊具でたくさん身体を使って遊ぶことができます。
- ✓芝生が広がっていて見晴らしがとても良いです。
- ✓桜やバラの季節にはお花見に良いスポットです。

## 渋公園



### 👍 オススメポイント

- ✓椅子がついた回転遊具で遊ぶことができます。
- ✓涼しさを感じられる滝があり、6月中旬～下旬までホタルを観ることができます。

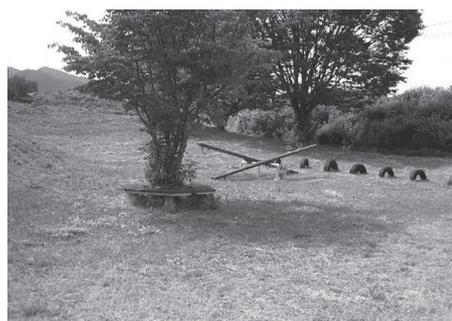
## みろく公園



### 👍 オススメポイント

- ✓ブランコやシーソーで遊ぶことができます。
- ※みろく公園にあるコンクリートの滑り台は現在使用禁止となっています。

## 本郷児童公園



### 👍 オススメポイント

- ✓シーソーで遊ぶことやベンチで休憩することができます。
- ✓トイレと水道と駐車場も整備されています。

## 夜間瀬緑地公園



### 👍 オススメポイント

- ✓見晴らしが良く、お散歩するのにとても良い公園です。
- ✓マレットゴルフもできます。

## 北部児童公園



### 👍 オススメポイント

- ✓周りが緑いっぱい自然を感じることができます。
- ✓ベンチで休むことができます。

## 町の文化財を訪ねよう㊷

県宝

### 木造阿弥陀如来坐像



指定日 昭和 44(1969) 年 5月 15日  
※昭和 41年、倉田文作氏(国立奈良博物館長)の鑑定を受け、京都美術院国宝修理所で修理復元後に指定。  
所在地 興隆寺(佐野)

この像は興隆寺のご本尊です。

桂材の寄木造り(1本の木材から全身を丸堀りしたもので、彫眼(木を彫りだして像の目を表したもの)、白毫(眉間にある白い巻き毛)、漆箔(表面に漆、その上に金箔を施す技法)が施されています。右手を上に乗ね、両人差し指を立てた「定印」を結んでいます。像は台座に乗り、光背(背板)があります。

仏教では、釈迦の死後 2000年を経ると仏法が衰えて世の中が乱れるという「末法思想」があります。日本では平安時代の 1052年からがその時に当たります。阿弥陀如来は、死後の衆生を極楽浄土へ往生させてくれる仏とされ、人々が不安にかられたこの時代、極楽浄土への往生を願う阿弥陀信仰が広まりました。

この像は藤原氏が活躍した平安時代の作で、県下でも数少ない像の一つです。興隆寺の開基が戦国時代の天文 5(1536) 年であり、それ以前に造られたこの像は、何らかの事情によって当寺にもたらされたと考えられます。

☎生涯学習課 文化創造推進係 ☎ 38-0373



## 健康メモ

### 身近な病気の認知症を予防しましょう！！



#### 認知症とは？

様々な脳の病気により、脳の神経細胞の働きが徐々に低下し、認知機能(記憶、判断力など)が低下して、社会生活に支障をきたした状態をいいます。

#### 「加齢による物忘れ」と「認知症の物忘れ」の違い(一例)

	加齢による物忘れ	認知症の物忘れ
体験したこと	一部忘れる 例) 朝ごはんのメニュー	すべてを忘れて 例) 朝ごはんを食べたこと自体
物忘れの自覚	ある	ない
日常生活への支障	ない	ある
症状の進行	極めて徐々にしか進行しない	進行する

#### 予防方法

認知症の多くを占めるアルツハイマーや血管性認知症は生活習慣病(高血圧、脂質異常症、糖尿病など)と関連があるとされています。

#### 認知症を予防するために

- ・バランスの良い食事と規則正しい生活
- ・適度な運動習慣
- ・社会活動に参加する
- ・生活習慣病予防のために健康診断を受ける

☎健康福祉課 健康づくり支援係 ☎ 33-3116

# 温泉よってかっしやい のふとまる通信 (最終回)

こんにちは。佐藤美智代です。山ノ内町に来てもう5年が過ぎようとしています。着任した当初は3年間の任期と思っていましたが、コロナの影響により任期を延長し、5年間活動することとなりました。

湯田中駅ガイドセンターでの観光案内を3年、渋温泉の広報活動を1年ほど取り組み、本年4月からは湯田中駅の山ノ内まちづくり観光局に出向しております。2024年9月をもちまして地域おこし協力隊の任期を終えます。山ノ内町で過ごした5年間は毎日が刺激的で勉強の毎日でした。

特に印象に残っているのは渋温泉での活動です。普段入れない地下の洞窟に入り、温泉の源泉を撮影したり、ラーメン屋さんになったり、ゲートボール大会や寄席を開いたり、竹灯籠を削ったりと、多岐にわたる活動をさせていただきました。(詳しくは渋温泉のInstagramやYouTubeをご覧ください!)

おかげさまで皆さまにお心遣いいただき、温泉についての知識を得たり大勢の仲間ができたり、かけがえの無い経験をすることができました。

「地域おこし協力隊」として、少しでも町民の皆さまのお役に立てていれば幸いです。

山ノ内町での5年間はあっという間で、とても充実した日々でした。この場をお借りして、たくさんの出会いとご縁とサポートにお礼申し上げます。本当にありがとうございました。



◀米龍ラーメンイベントで渋温泉の皆さんと



◀山ノ内まちづくり観光局の皆さんと

渋温泉旅館  
組合公式  
YouTube



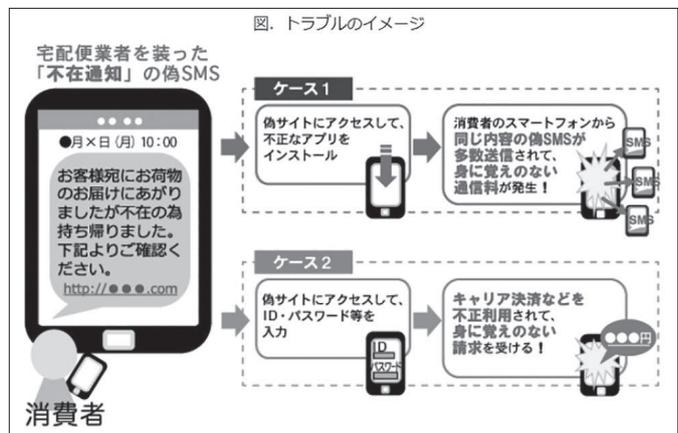
# 13億8,384万円

## これはなんの金額でしょう??

正解は、令和6年1月から6月にかけて発生した県内での特殊詐欺の被害額です。

- 「電話でお金詐欺(特殊詐欺)」被害額 **3億4,731万円**  
⇒主な手口：架空料金請求詐欺**51件**、オレオレ詐欺**29件**、還付金詐欺**14件**
- 「SNS型投資詐欺・ロマンス詐欺」被害額**10億3,653万円**

SNS型投資詐欺やロマンス詐欺の被害額が多くなっていますが、オレオレ詐欺など昔からある詐欺も依然として続いています。中でもパソコン利用中に突然「偽ウイルス感染」が表示されたり、通信会社から「有料サイトの利用料金未払い」のメールが届くなどといった「架空料金請求詐欺」の割合が多くなっています。他にも、宅配業者を装った「不在通知」の偽メッセージは、受信したことがある方も多いのではないのでしょうか?アクセスしてしまうと右図のようなトラブルにつながってしまいます。被害に遭わないよう、絶対にメッセージ内のリンクをクリックしないようにしましょう!もしも不安なことがある場合は、町消費生活相談室にご相談ください。



消費生活相談室・町防犯協会事務局  
☎ 33-3115

# 町の慶弔録

令和6年7月1日から7月31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)

## おくやみ

氏名	享年	地区	氏名	享年	地区
きたざわ いわたろう 北澤 岩太郎	95	土橋	やまうら まき 山浦 マキ	94	湯田中
さとう けいいち 佐藤 圭一	89	佐野	せき さいよ 関 さよ	93	渋
しもだ ひざみ 下田 久三	91	表落合	こばやし せつこ 小林 節子	80	安代
ゆもと まさみち 湯本 正道	56	上条	<b>婚姻</b>		
たけふし ゆきエ 竹節 ユキエ	90	湯ノ原	氏名	地区	
さとう さか 佐藤 榮	96	渋	すのはら よしたか 春原 良宗	丸池	
みずの しゅういち 水野 彰一	82	佐野	おおしば ひな 大柴 妃奈	丸池	
ふせや ちず子 布施谷 ちず子	89	下須賀川			



## 入札結果(7月分)

### 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
R6.7.9	令和6年度 道路トンネル定期点検業務委託	(株)フジ技研 長野営業所	2,350,000円	建設水道課
R6.7.9	令和6年度 橋梁長寿命化補修設計業務委託	(株)フジテック	4,500,000円	建設水道課
R6.7.9	令和6年度 山ノ内町消防団活動服購入事業	(有)デнда	6,560,000円	消防課
R6.7.9	令和6年度 塵芥車タイヤ購入等業務	(有)佐藤商店	1,399,000円	住民税務課
R6.7.24	令和6年度 公共下水道管渠点検業務委託	(株)アースワーク	2,600,000円	建設水道課

### 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
R6.7.24	令和6年度 道路維持(舗装修繕)工事	平穩土建(株)	13,990,000円	建設水道課
R6.7.24	令和6年度 落石防護施設工事	(有)北武土建	11,370,000円	建設水道課
R6.7.24	令和6年度 緑地公園遊歩道舗装工事	山岸木材(株)	4,250,000円	建設水道課



## 蟻川図書館 おすすめの本

### 一般書

『文房具の考古学 東アジアの文字文化史』

山本孝文著 吉川弘文館

文字と同時に日本へ伝播した筆記具と併せて描く、古代東アジアの文化史。著書は山ノ内町湯田中出身。

『サンショウウオの四十九日』

朝比奈秋著 新潮社

同じ身体を生きる姉妹、その驚きに満ちた普通の人生。医師でもある気鋭が描く、世界が初めて出会う物語。2024年第171回芥川賞受賞。

### 児童書

『いのちをまもる図鑑 最強のピンチ脱出マニュアル』 池上彰他監 ダイヤモンド社

人生でいちばん大切なことは、死なないこと！野生動物、急なケガ、自然災害……あらゆる危険からのちを守る76の方法。(小学生以上)



『くまたのびつくりだいさくせん』

柴田ケイコ著 白泉社

ママにほめられたくて、くまたがしかけたとおきのおきの「びつくり」。はたしてママのはんのうは？親子の愛情が伝わる絵本(3〜5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。



## 人口8.1現在 (住民基本台帳)

11,181人  
男 5,458人  
女 5,723人  
前月比 9人

5,004世帯  
前月比 +20世帯

## 気象 7月 ( )は過去5年間の平均

平均気温 24.0℃ (23.8℃)  
最高気温 34.0℃  
≪7/29 13:39≫  
最低気温 16.8℃  
≪7/13 5:18≫  
降水量 236.0mm (159.1mm)  
平均日照時間 4時間00分 (3時間48分)

## 国保加入者一人 当たり支払った 医療費 6月

26,902円  
前年比 -15.02%

## 交通事故7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7月 ( )は1月からの累計

火災 2件 (6)  
救急 85件 (654)  
救助 2件 (8)

## 『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。



# 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

9月13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

# 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  
9/10(火) 1歳6か月児・2歳児  
12:45～13:15(受付)

●乳房超音波検診 保健センター  
9/3(火) 9/5(木)  
9/13(金) 9/20(金)  
受付 8:50～11:00、12:50～14:00  
※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。

●子宮がん(車)検診  
9/18(水) 13:10～13:30(受付)  
よませふれあいセンター  
9/20(金) 13:00～13:30(受付)  
文化センター

●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。

●すくすく子育て教室 保健センター  
9/26(木) 9:20～9:30(受付)

●肺がん胸部CT検診 保健センター  
9/27(金) 9:00～11:20  
※事前予約制・年齢制限あります。

●結核・肺がん検診(レントゲン)(春に未受診の方)  
9/26(木) 8:50～9:35 ほなみふれあいセンター  
9:55～10:40 よませふれあいセンター  
11:00～11:20 すがかわふれあいセンター  
13:15～13:45 和合会館  
14:00～15:00 保健センター

●休日健診 保健センター  
9/29(日) 9:00～10:30  
※事前予約制です。年齢制限あります。健康づくり支援係までお問い合わせください。  
※同日に大腸がん検診を実施します。  
受付時間9:00～10:30(保健センター)

●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

9/1(日)	三澤医師	9/8(日)	熊木医師
9/15(日)	油井医師	9/16(祝)	保倉医師
9/22(祝)	安部医師	9/23(替)	坂江医師
9/29(日)	半田医師		

※当番医師は、変更になる場合があります。

食生活改善推進協議会から、地産地消フレンチ料理教室で実習したレシピです。

## 食生活改善推進協議会 考案レシピ

### 料理タイトル

### かぼちゃの チーズ包み焼き

<材料> (8本分)

かぼちゃ 200g どうもろこし 30g  
片栗粉 55g さけるチーズ 2本  
砂糖 50g サラダ油 適宜

お子さんのおやつにも  
なります。

### 作り方

- ① かぼちゃは、一口大に切る(皮を残してもよい)耐熱容器に入れラップをして、600Wで5分電子レンジで加熱する。
- ② ①をマッシャーでよくつぶしてから、片栗粉、砂糖を加えて、固まるまでよく練る。
- ③ ②へ刻んだコーンを加えてさらによく練る。さけるチーズ1本を4つに分けておく。
- ④ ③を8等分し、1つを手の平でいっばいに広げてチーズを芯にして俵型に丸める。
- ⑤ フライパンに多めの油を熱し、④を転がしながらこんがり焼く。  
1つを半分斜めに切ってからお皿に盛り付ける。



### 表示分量(1人分)

・エネルギー 118kcal ・たんぱく質 2.3g  
・脂質 3.7g ・塩分相当量 0.3g

7/12 優秀ガストロノミー賞を受賞しました



ONSEN・ガストロノミーツーリズム推進機構の交流会が東京都内で開催され、昨年開催した第3回ONSEN・ガストロノミーウォーキングinスノーモンキータウン・湯田中渋温泉郷において、当町の食材を使用したメニューの評価が高かったことから、優秀ガストロノミー賞を受賞しました。

7/22 広島平和親善大使として山ノ内中学生を派遣



核兵器の廃絶と世界平和希求のため、平和親善大使として広島へ派遣する中学生4人が役場を訪れました。生徒は「どのような被害を受けたのか、復興後の生活の様子を学びたい」など意欲を示し、「世界で唯一の被爆国として、将来を担う若者が意識を高く持つきっかけにしてほしい」と町長が激励しました。

7/24 <sup>きずな</sup>JET 絆大使任命式を行いました



令和3年から当町の国際交流員として3年間で活躍いただきましたレーガン・メンキン氏が、任期終了後もアメリカと山ノ内町との友好関係を深めていただくことになり、総務大臣名で「JET 絆大使」として任命されました。

7/29 小澤コンサートを志賀高原で開催



小澤国際室内楽アカデミー奥志賀の皆さまによる小澤コンサートが志賀高原総合会館 98 で開催されました。素敵な音色が会場を包み、観客を魅了しました。演奏のお礼として中学生が校歌を合唱し、小学生がコカリナで「ふるさと」を演奏し、来場者が一緒に合唱しました。

8/5 バイクイベントの収益金の一部を寄附



昨年、志賀高原で開催されたバイクイベント「BMW MOTORRAD G/S DAY'S」の収益金の一部を主催者である BMW MOTORRAD 首都圏ディーラー様より町へ寄附されました。いただいた寄附金は、志賀高原の自然環境を保全するため登山道や遊歩道の整備へ活用させていただきます。

8/5 夏休み自然体験教室が開催されました



ほなみふれあいセンターで夏休み自然体験教室が開催され、町内の小学生15人が参加しました。当日はマッチで火をつける、ロープを結ぶ、防災ボトルを作る、興隆寺の杉並木を歩くなど様々な体験をして楽しみました。