

広報 やまのうち 伝言板

携帯・スマホからもご覧いただけます。右のQRコードをご利用ください。



令和6年2月8日発行

山ノ内町役場総務課
☎33-3111

☎問い合わせ先（ ）担当者 ㊦有料広告

【町ホームページ】 <https://www.town.yamanouchi.nagano.jp/>

参加者募集

町の伝統文化を体験しませんか？

ユネスコエコパークの取り組みを理解し、地域振興に活かすため「第4回志賀高原ユネスコエコパークセミナー」を開催します。

今回は、300年以上前から町民の生活道具として使われてきた「須賀川竹細工」について学びます。

日時 3月9日(土) 9:00~12:30(予定)

(集合場所 文化センター 8:50から受付)

内容 長野県伝統工芸品に指定される「須賀川竹細工」について、歴史や作り方を学び継承していくためのワークショップです。

当日は手軽なサイズのカゴを作るため、初心者でも安心して参加できます。

参加費 1,500円/1人

持ち物 エプロン

申込み 事前申込(先着10名程度)

参加申込みフォーム(QRコード)か
観光商工課までご連絡ください。



参加申込み

㊦観光商工課ユネスコエコパーク推進室(田中・山本)
☎33-1107

参加者募集 介護者リフレッシュ教室

町社会福祉協議会では、町内の介護者を対象に、心身のリフレッシュや介護について学ぶ、介護者リフレッシュ教室を開催します。



今回は、簡単なおむつのあて方のポイントや種類やサイズ、男女の違い、おむつ内の衛生改善など介護用おむつについて学びます。ご興味のある方どなたでも申し込みができますので、ご参加をお待ちしております。

日時 2月27日(火) 13:30~15:00

場所 地域福祉センター 3階 洋室

講師 白十字株式会社 竹ノ入 隆氏

定員 10名

申込方法 下記担当まで電話にてご連絡ください。

申込期限 2月20日(火)

申込・問 山ノ内町社会福祉協議会

つつみ住民活動センター(芦原) ☎33-2810

参加者募集 おとこの料理教室

性別による役割分担意識を解消し、性別に関係なく料理に親んでもらうことを目的とした料理教室を開催します。「おとこの」と銘打っていますが、ご夫婦や親子での参加も大歓迎です！

昨年は3歳~80歳代の方々が交流しながら、分担してお弁当作りを楽しみました。今回も作った料理は折り詰めにしてお持ち帰りいただきます。皆様のご参加をお待ちしています。

日時 3月2日(土) 10:00~12:00(予定)

場所 よませふれあいセンター 調理室

内容 料理初心者の方でも作れる料理の実習

講師 湯田中温泉よろづや 富永 一豊氏

参加費 無料

持ち物 エプロン、三角巾、マスク

募集定員 先着10名(町内在住・在勤の方)

申し込み 2月26日(月)までに、人権政策室までお申し込みください。

※定員に達し次第、申し込みを締め切ります。

申込・問 教育委員会人権政策室(秋元・櫻井)

☎33-1102 FAX33-4355



参加者募集 花の寄せ植え教室

季節の花を使って春から夏まで長く楽しめる花の寄せ植え教室を開催します。

基本的な植え方、苗・花の選び方、管理方法などを学びます。



日程	3月7日(木)	3月15日(金)
時間	10:00~11:30(予定)	
定員	各15名	
会場	文化センター	よませふれあいセンター
申込締切	2月27日(火)まで	3月6日(水)まで
材料代	2,800円 ※花6種、鉢、培養土(保水剤込)	
持ち物	移植ごて、ビニール手袋	
講師	<small>やまもと ひろみ</small> 樹木医 山本 裕美氏	

申込・問 中央公民館(山本・新井) ☎33-1120



燃料購入補助券のご利用期間は2月29日まで

※利用期間終了後は、利用できなくなりますのでご注意ください。

※利用可能な店舗は町ホームページ(QRコード)でご確認ください。

㊦総務課企画係(三井・堀米) ☎33-3111



自宅からe-Taxで確定申告！

マイナンバーカードを使ってさらに便利



確定申告書の該当項目が自動入力されるため、寄附金受領証明書や医療費通知情報など1件ずつ入力する手間が不要。さらに、給与所得の源泉徴収票なども自動入力の対象になります。



e-Tax

昔の借金相談会

借金の請求が届いたら放置しないでください。
司法書士による無料相談を開催します。

日時 3月2日(土) 10:00~16:00

相談種別

①面談による相談

場所 長野県司法書士会(長野市妻科399番地)
予約 電話にて事前予約要(☎026-232-7492)
予約受付は3月1日(金)まで

②電話による相談

電話 0120-448-788(フリーダイヤル)
予約 不要

相談例

- ・昔借りた借金の請求は支払う必要があるのか？
- ・借りた覚えのない借金の請求にどう対応する？
- ・認知症の家族に借金の請求がきている際の対応は？

☎長野県司法書士会 ☎026-232-7492



「投資被害110番」電話相談

長野県弁護士会による、暗号資産やFX
取引などの投資に関する電話での無料相談
が開催されます。相談内容の秘密は厳守され
ます。ご不安なことがある方は、この機
会にぜひご利用ください。



日時 2月22日(木) 10:00~17:00

相談方法 相談専用電話。予約不要(通話料は相談者負担)
〈相談専用電話〉026-217-8477

相談員 長野県弁護士会会員

☎長野第一法律事務所 弁護士 坂井田 慧
(長野県弁護士会消費者問題対策委員会委員長)
☎026-233-0345 FAX026-233-0340

心の相談

心も体と同じように病気になることがあり
ます。自覚がないままに心の病気にかかっ
ている場合が少なくありません。ご心配な方
は一人で悩まずにご相談ください。



相談内容の秘密は厳守されます。お気軽に
ご相談ください。

[相談例] やる気が出ない、不安が強い、イライラする、
眠れない、食欲がない、酒の量が増える、物忘
れが増えた、引きこもり、不登校 など
(家族の方のみの相談でもかまいません)

日時 2月15日(木) 14:00~16:00(1人20分程度)

場所 保健センター 1階

相談医 医療法人聖峰会佐藤病院 高橋 智子 先生

※相談は個別で無料です。予約制のため希望される方は、
2月13日(火)までに下記にご連絡ください。

申込・問 健康福祉課健康づくり支援係(柳沢・堀米)
☎33-3116

外国人のための無料相談会 Free consultation for foreigners.

長野県多文化共生センターと町では、外国人のみな
さんのための相談会を開催します。17のことばで話す
ことができ、秘密は守られます。相談会の前に予約はい
りません。法律のこと、入管のこと、役場の手続き、生活
のことで困っていることがあったら、お気軽に相談して
ください。

Need some advice? We'll try our best to help you
with multilingual support (17 languages).

- Immigration procedures
- Prefecture/Town procedures
- Legal Affairs
- Daily Life Consultation

No reservation. Free of charge. Your information
will be kept confidential.

日時 2月26日(月) 10:00~15:00

場所 文化センター 郷土資料室

相談相手 相談員、司法書士、東京出入国在留管理局、
行政書士

February 26th (Mon) 10:00~15:00

Yamanouchi Town Bunka Center

☎長野県多文化共生センター

Nagano Prefecture Multicultural Consultation Center

☎026-219-3068/080-4454-1899



ハロートレーニング受講者募集

コース	定員	訓練期間	申込締切日
電気設備技術科	15名	4月2日(火) ~	3月7日(木)
ビル設備サービス科	15名	9月27日(金)	
機械オペレーション科*	15名	5月8日(水) ~ 11月22日(金)	4月9日(火)

*ビジネススキル講習・企業実習付き

場所 ポリテクセンター長野

受講料 無料(テキスト代等 別途)

申込先 お近くのハローワーク(QRコード)

☎ポリテクセンター長野 ☎026-243-7856



ハローワーク

☆自転車用ヘルメット補助金

☆通学定期券購入補助金



お家からいつでもできる
スマホ申請が便利です!



「1のつく日*」は歩きましょう
1日10分多く歩きましょう
* 1日、11日、21日、31日



雪道は足元に十分注意をしてください。