

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8年3月10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/>

町の健診・がん検診の予約について

令和8年度より予約方法が変わります。
令和8年度はネット予約を先行して開始します。混雑緩和のため、できるだけネット予約にご協力ください。
開始日時は以下の通りです。お間違いのないようご注意ください。

健診・検診	ネット予約	電話予約*
予約制の集団検診	3月27日(金) 正午(12:00) 受付開始	3月30日(月) 午前8:30 受付開始
セット健診		
乳房マンモグラフィ検診		
肺CT検診		
乳房超音波検診	5月15日(金) 午前8:30受付開始	

*3月27日(金)~3月29日(日)の間は電話予約を受付けておりません。

※予約サイトや詳細などは後日お知らせします。

☎健康福祉課健康づくり支援係(堀米・山本) ☎33-3116

竜王越えスキーツアーコースについて

ツアーコースの点検・安全整備等を実施し、滑走ができる状態と判断しました。



しかし、昨年度と比較し積雪量が少ないため、滑走が難しい箇所が点在しています。ご利用の際には、最新の注意を払ってください。

なお、入山前には下記施設に登山届を提出いただくか、オンラインでの登山届を提出してください。

登山届提出先 奥志賀高原第4リフト乗り場 または 竜王スキーパーク山頂パトロール室

☎経済振興課国立公園係(佐久間・田村) ☎33-1107

「広報やまのうち」「町HP」に広告を掲載しませんか

有料広告募集中！

月額2,500円から

☎総務課総務係(田中・湯本) ☎33-3111



献血にご協力ください

少子高齢化等の影響により献血にご協力いただける方が減少しています。
献血バスによる献血を行いますので、皆様の温かいご協力をお待ちしております。



日時 3月13日(金) 14:00~16:30
※概ね受付から40分程度で終了します。

会場 保健センター

対象者 全献血400mL限定
男性17~69歳/女性18~69歳で体重50kg以上の方。なお、65~69歳の方の献血は、健康への配慮のため60~64歳の間に献血経験がある方に限ります。

※服薬状況などにより、献血をお断りする場合があります。日本赤十字社ホームページをご確認ください。

予約方法 「ラブラッド」にて事前予約受付中
混雑を避けるため、受付時間を事前に予約できます。(予約なしでも当日受付できます)
詳しくは、町ホームページ「山ノ内町 献血」をご確認ください。

☎健康福祉課健康づくり支援係(山本・堀米) ☎33-3116



日本赤十字社



山ノ内町献血

募集 バス運転手(楽ちんバス等)

職種 楽ちんバス、チョイソコやまのうちの運転手等

雇用形態 パートタイム

雇用主 長電バス株式会社長電ハイヤー湯田中営業所

勤務時間 6:00~19:00の間で4時間以上

採用時期 令和8年度10月(予定)

賃金 時給1,070円 ※1月時点

資格 車を運転できる方(普通自動車免許所有者)
※2種免許は不要。長電バスによる講習を受講していただきます。

☎未来創造課地域創造係(宮崎・樋口淳) ☎33-3113

子育て支援 山ノ内町ファミリー・サポート・センター

依頼会員募集中！



申込方法、料金等については町ホームページ(QRコード)をご覧ください。下記までお問い合わせください。

☎こども未来課保育・幼児教育係(高木・関) ☎33-1102



山ノ内町ファミリー・サポート・センター

令和8年度チャレンジシニア募集のお知らせ

おおむね60歳以上の要介護認定を受けていない方を対象に、地域での活動の場や生きがいづくりにつながるよう下記10講座を開催します。随時申込みを受付いたします。

なお、他の介護予防教室と併用できない場合や既に教室の受付人数に達している場合はご希望に添えない場合がありますので、詳細はお問い合わせください。

No	講座名	内容	講師	場所	時間	4月の日程
1	足腰らくらく教室	体操・筋トレ	まつもと つよし 松本 毅 先生	文化センター	13:00~ 14:30	4月7日(火)から ※原則第1火曜日
2	すこやか教室	体操	なかの のりよし 中野 哲良 先生	文化センター	13:30~ 15:00	4月13日(月)から ※原則第2月曜日 または第1月曜日
3	ごろりんシェイプ	ストレッチ ポール	ゆもと ふみえ 湯本 文恵 先生	地域福祉センター	10:00~ 11:30	4月23日(木)から ※原則第4木曜日
4	美ウォーカー	ノルディック ウォーキング	はっとり まさあき 服部 正秋 先生	やまびこ広場	9:30~ 11:00	4月8日(水)から ※原則第2水曜日
5	シニアヨガ	ヨガ	くわばら ゆきこ 桑原 ゆき子 先生	文化センター	13:30~ 15:00	4月20日(月)から ※原則第3月曜日
6	インザプール	水中運動	健康運動指導士	ながでん健康プラザ	13:30~ 15:00	4月6日(月) ※原則第1月曜日
7	経のこころ	写経	こばやし とよかず 小林 豊和 先生	文化センター	10:00~ 11:30	4月20日(月) ※原則第3月曜日
8	きかせてきかせて	朗読	うらの なをこ 浦野 なを子 先生	文化センター	10:00~ 11:30	4月14日(火) ※原則第2火曜日
9	セラピーメロディ	コカリナ	やまもと ともこ 山本 朝子 先生	文化センター	10:00~ 11:30	4月16日(木) ※原則第3木曜日
10	クッキングフレンズ	調理実習	やまくち きみこ 山口 紀美子 先生	地域福祉センター	9:30~ 12:00	4月21日(火) ※原則第3火曜日

※教室は月1回の開催となります。5月以降の日程は、4月の教室時にお知らせします。

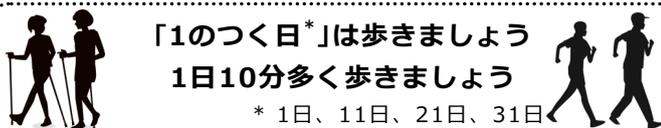
※教室の持ち物は申込時にお知らせします。

※利用料は1回300円(インザプールは1,000円)です。クッキングフレンズは別途食材費がかかります。

※No.1~6の運動系は2教室まで、また全体では3教室までの利用とします。なお、申込み多数の場合は、かけもちをお断りさせていただく場合もありますのでご了承ください。

☎健康福祉課介護支援係(地域福祉センター内)(大裕・北條) ☎33-8411

「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



夕方・夜間は反射材用品を着用しましょう!

宝くじは、みんなの街づくりに役立っています。

宝くじを発売して集まったお金は、動物園や公園・児童館の建設を始め、交通安全・防災や医療施設の整備など、住み良い街づくりのために役立てられています。

一般財団法人 日本宝くじ協会



ハロートレーニング受講者募集

コース	定員	訓練期間
機械オペレーション科 (企業実習付き)	15名*	6月2日(火) ~ 11月26日(木)

* 前月の入所人数により募集を行わないこともあります。

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)

締切日 5月8日(金)

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