



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5月7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/>

軽自動車税のお知らせ

令和8年4月1日時点で軽自動車を所有(もしくは使用)している方へ、5月上旬に納税通知書を発送します。納期限は6月1日(月)です。期限内に納付をお願いいたします。

口座振替をご利用の方は、納税通知書に記載されている口座から5月26日(火)に引き落としされます。

※便利で納め忘れのない口座振替を利用しましょう！

手続きは下記までお問合せください。

※お支払いは金融機関のほかに、コンビニ支払い、スマホ決済アプリ(PayPay等)もご利用できます。

☆障害者手帳をお持ちの方へ

障害者手帳をお持ちの方で、一定の要件(障がい等級・使用用途・所有名義)に該当する場合は、申請により軽自動車税の減免を受けられます。

減免を受けようとする方は、納期限までに申請手続きをお願いします。

軽自動車税納税証明書(継続検査用)の郵送について

納期限までに口座振替等で納付をされた方に送付していただきました「軽自動車税納税証明書(継続検査用)」は、軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)が稼働したことに伴い、原則不要となったことから、納税証明書の送付は廃止とさせていただきます。

納税証明書が必要な方は、住民税務課の窓口で交付申請をお願いします。

☎住民税務課課税係(青木・田中) ☎33-3118

所得証明書等の交付開始日について

最新年度の所得に関する各証明書は、下記開始日より交付できます。

町・県民税の納め方	交付開始日
・勤め先の給与からの差し引き(特別徴収)のみで納めている方	5月14日(木)
・納税通知書で納めている方(普通徴収) ・特別徴収と普通徴収の両方で納めている方 ・年金からの差し引きで納めている方 ・上記の同一生計配偶者の方及び扶養親族の方	6月11日(木)

※町・県民税の納め方で発行できる日が異なります。詳しくは下記までお問い合わせください。

☎住民税務課課税係(春原・外山) ☎33-3118

山ノ内町事業承継相談会を開催

事業を後継者に継がせようと思うが、何からしたらよいか分からない。そのようなお悩みを相談してみませんか。相談は無料です。

日時 6月3日(水)

①10:00~11:00 ②11:00~12:00

③13:00~14:00 ④14:00~15:00

⑤15:00~16:00

場所 文化センター 1階郷土資料室

申込み 下記担当へお電話ください(※事前予約制)

☎経済振興課(山崎・秋元) ☎33-1107

長野県事業承継・引継ぎ支援センター ☎026-219-3825

伐採木をご利用ください

町の事業で発生した伐採木を提供します。町の伐採木置場に搬入されている伐採木は、申し込み不要でどなたでもご自由にお持ちいただけます。職員の立会はありませんので、ご希望の方は注意事項をよくご確認ください。

利用期間 通年

※搬入量や事業の進捗状況によっては、伐採木がない場合もありますのでご承知おきください。

伐採木置場 夜間瀬川左岸側 戸狩ドッグラン下

注意事項

- ・営利又は他人への転売等を目的にしたものはお断りします。
- ・数量に限りがあります。なくなり次第終了とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。
- ・薬剤処理等は行っておりません。害虫等が発生しても責任は負いかねますのでご了承ください。
- ・伐採木は幹や細かい枝などサイズは様々です。大きいものは切断を行わないと運搬が難しいものもあります。木の種類も様々ですので各自ご確認ください。
- ・一輪車、軍手、のこぎり、チェーンソーなどの作業用品(防護具等含む)は各自でご用意いただき、作業や積込、運搬も各自で行っていただきます。怪我などに十分注意して作業を行ってください。
- ・積込、運搬等に当たっての怪我や事故等の一切の責任は負いかねますのであらかじめご了承ください。
- ・運搬車両の積載可能容量の規定を厳守してください。
- ・多くの方々に利用していただきたいため、節度ある量でよろしく申し上げます。

☎建設水道課景観維持係(黒岩・関) ☎33-3114

参加者募集

第2回健康・美・長寿シンポジウム in 山ノ内町

元気に生活できる期間「健康寿命」を伸ばすにはどうすればよいのか、講師にせき けんいち関賢一氏をお招きし健康長寿に欠かせない「運動」と「身体機能」の重要性の解説や、日常でできるエクササイズなどをご紹介します。お気軽にぜひご参加ください。

第一部 講演会

演題 健康・美・長寿の地域価値を高める身体づくりとは
講師 (株)BCF代表取締役社長 関賢一氏

第二部 パネルディスカッション

ゲスト自治体の皆様をパネリストに迎え、健康・美・長寿をキーワードに取り組みや展望などをお話しいたします。

日時 5月28日(木) 14:00~16:30

場所 文化センター

対象者 町民のどなたでもご参加いただけます。

参加費 無料

申込み 担当まで電話、もしくはネットからも申込み可能です。詳しくはホームページをご覧ください。



☎経済振興課経済振興係(秋元・小林) ☎33-1107

募集

尿中塩分測定検査

山ノ内町は、動脈硬化のリスクである高血圧の方の割合が県内トップクラス！

血圧を上げる原因の1つに塩分の摂りすぎがあります。1日の塩分摂取量を尿検査で調べることができます。血圧、塩分量が気になる方におすすめの検査です。

自分の塩分摂取量が分かります！



日時 ①5月25日(月) ②6月29日(月)
③7月27日(月) ④8月31日(月)
⑤9月28日(月) ⑥10月26日(月)
⑦11月25日(水) ⑧12月1日(火)
⑨12月21日(月) ⑩R9.1月25日(月)
⑪R9.2月22日(月)

場所 保健センター

対象者 74歳以下の町民

検査方法 1回分の尿を尿検査容器に採取して当日提出していただきます。

※検査容器、検査方法の詳細については、申込後に通知します。

検査料 100円

申込期限 希望検査日10日前までにお申込みください。

☎健康福祉課健康づくり支援係(佐藤・深海) ☎33-3116

带状疱疹予防接種のお知らせ

年度末年齢65・70・75・80・85・90・95・100歳の方等を対象に、接種費用の助成を実施しています。

対象者の方にお配りしました「お知らせ通知」に掲載されている実施医療機関のほか、以下でも接種可能です。

- ・城下クリニック
- ・須藤医院
- ・長谷川クリニック

詳しくは町ホームページをご確認ください。



☎健康福祉課健康づくり支援係(山本・柳沢) ☎33-3116

特定健診に代わる医療機関の診療情報提供について

3月に申込者へ配布した「令和8年度 特定健診に代わる医療機関の診療等情報提供について」に契約医療機関として記載がありますが、いいやまファミリークリニックでは診療情報提供は実施していません。

ご希望の方は、町ホームページ等に掲載されている実施医療機関をご利用ください。

☎健康福祉課健康づくり支援係(風間・柳沢)

☎33-3116



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。

[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 5月20日(水) 14:00~16:00

場所 保健センター

相談医 医療法人聖峰会佐藤病院 たかはし ともこ高橋 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、5月18日(月)までに下記にご連絡ください。

☎健康福祉課健康づくり支援係(桜沢・柳沢) ☎33-3116

精神疾患等を患う方を支える家族の交流会を開催します

病気のこと、生活のこと、就労のこと、将来のこと等、支える家族の不安はつきません。理解してくれる仲間たちと話をしてみませんか？ご参加お待ちしております。

日時 5月25日(月) 14:00~15:00

場所 保健センター1階

対象 精神疾患や精神障がいを患う方を支える家族や支援者等

主催 山ノ内町やまぶきの会(精神障害者家族会)

参加費 無料

※予約が必要です。下記までご連絡ください。

☎健康福祉課健康づくり支援係(桜沢・柳沢) ☎33-3116

募集 令和8年度 会計年度任用職員

職種 一般事務
勤務地 生涯学習課(スポーツ推進係)
業務内容 事務作業全般・体育施設予約システム業務・スポーツ関連事業支援(現場・電話対応等含む)
勤務時間 8:30~17:00
任用期間 任用日(6月1日予定)~令和9年3月31日
募集人数 1名
応募資格 町内在住者を優先
応募締切 5月22日(金)
申込方法 町ホームページから電子申請
※詳細については、下記までお問い合わせください。
☎総務課総務係(湯本・藤井) ☎33-3111

補助金 高校生通学定期券購入費

町内から通学する高校生の通学定期代の一部を補助します。

補助率 通学定期券購入金額の20%
(100円未満切り捨て)
申請方法 スマホで申請(QRコード)
定期券の有効期限内に申請してください。



※有効期限外の定期券は補助対象外
※その他詳細はホームページをご覧ください。

☎こども未来課学校教育係(小林・黒鳥) ☎33-1102

届出期限 氏名の振り仮名の届出 お急ぎください

令和7年5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍の記載事項に氏名の振り仮名が追加されることになりました。

山ノ内町に本籍がある方へ「戸籍に記載される予定の氏名の振り仮名の通知書」(ハガキ)を令和7年8月上旬頃に発送しています。ご自身やご家族の振り仮名に誤りがないか、必ず内容をご確認ください。

5月25日までに必ず届出を行ってください。

届出の方法

1. マイナポータルを利用してオンラインで届出

窓口に出向く必要がなく大変便利です。

マイナポータルを利用した届出は、

こちらから→



2. 窓口での届出

届出先: 本籍地の市区町村または、お住まいの市町村の窓口

3. 郵送による届出

送り先: 本籍地の市区町村の戸籍担当課

※届書用紙のダウンロードは

町HPから→



☎住民税務課住民窓口係(滝沢・堀米) ☎33-3118

無料法律相談会の開催について

昨年度に引き続き、長野県弁護士会長野在住会の弁護士による無料法律相談会を開催します。

法律に関わる悩みごとや困りごとがありましたらお気軽にご相談ください。秘密は固く守られます。

開催日 5月27日(水) 7月22日(水) 9月30日(水)
11月25日(水) R9.1月27日(水) 3月24日(水)

時間 (毎回)13:00~15:00

会場 文化センター

申込み 相談希望の方は、事前に下記担当までご予約ください。相談時間は1人30分まで、1日4人までとさせていただきます。

☎総務課総務係(羽入田・湯本) ☎33-3111

5月の人権よろず相談所について

差別、虐待、いじめ、家庭や隣近所での困りごと、心配事など、ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。誰に・どこに相談していいかわからないことも、お話を聞いて一緒に考えたり、適切な機関を紹介したりします。一緒に解決の糸口を探しましょう。秘密は固く守られます。

相談は**事前予約制**です。前日までにご連絡ください。

開催日	時間	場所
5月14日(木)	9:00	文化センター
5月26日(火)	12:00*	ほなみふれあいセンター

* 相談の受付は11時30分までです。

☎生涯学習課人権政策係(大塚・堀内) ☎38-0373

参加者募集 中央公民館 文化教室

●子ども絵画・造形教室

児童・生徒を対象とした、絵画・造形教室です。発想力や造形力、描写力を高めるアート教室です。

日程 7月1日(水)~12月16日(水)
(基本毎月第1,第3水曜日 全10回)

時間 15:45~17:15

定員 15名(小学生以上対象) ※ご相談ください。

参加費 材料費(実費)

持ち物 文房具(エンピツ,カッター,ハサミ,のり,定規等)

申込み 6月18日(木)まで

会場 文化センター

☎中央公民館(梨本・宮崎) ☎33-1120

蟻川図書館休館のお知らせ

蔵書点検のため下記のとおり休館します。

休館中の図書館の貸出・学習室の利用はできません。返却は通常どおり、図書館・各ふれあいセンター前の返却箱にお返しください。期間中ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

期間 6月15日(月)~6月25日(木)

☎蟻川図書館(高木・徳竹) ☎33-1184

バドミントン教室 金曜クラス(2部) 体験会を開催

総合型地域スポーツクラブ「やまのうちスポーツクラブ」では、6月よりバドミントン教室を1教室増やします。

どなたでも参加いただけます。親子での参加もOKです。からだを動かす楽しさの中でバドミンントンの面白さを一緒に体験しましょう。

バドミントンラケット、シャトルは貸出します。ぜひ体験会にお越しください。

対象 小学生から大人

定員 12名(先着順)

開催日 5月15日(金)

時間 18:00~19:00

場所 東小学校 大体育館

持ち物 内履き、動きやすい服装、飲み物、タオル

申込み 事前予約制 ※QRコードから申込み

※体験会後は毎月第1,3金曜日18:00~19:00に開催予定



☎やまのうちスポーツクラブ事務局(生涯学習課スポーツ推進係内 桑原・石井) ☎38-0373

令和8年度スポーツ大会のご案内

大会名	参加対象及び参加制限	開催日	会場
第73回全信州弓道大会	全日本弓道連盟・国際弓道連盟・山ノ内町弓道会のいずれか加盟者 一般:個人戦のみ 高校:団体戦のみ	6月14日(日)	山ノ内弓道場 (魚敏旅館内)
第32回町長杯親善マレットゴルフ大会	町内在住者	7月5日(日)	夜間瀬川緑地公園 マレットゴルフコース
第34回ソフトバレーボール大会	町内在住または町内に勤務する方が いれば町外者も可能	7月5日(日)	南小学校体育館
第53回町長杯争奪女子バレーボール大会	町内在住または町内に勤務する方 (学生は除く)	7月12日(日)	東小学校体育館
第25回山ノ内町民ゴルフ大会	町内在住または町内に勤務する方、 ふるさと山ノ内会	7月20日(月・祝)	志賀高原CC
第30回町長杯ソフトテニス大会	北信地区に在住、在勤、在学中 中学生以上の方	8月29日(土) 予備日9月6日(日)	上林テニスコート
第32回町長杯ソフトボール大会	男子35歳以上 女子年齢制限なし(学生は除く) 町内在住または町内に勤務する方 各チーム2名まで30歳~34歳の者の 参加を認める	8月中旬から	西小学校グラウンド 南小学校グラウンド
町民卓球フェスティバル兼 第40回山ノ内町長杯争奪卓球大会	町内在住者または町内に勤務する方 参加料 無料	10月11日(日)	東小学校小体育館
第75回中高柔道選手権大会	中高地区の在学生(小・中・高) 中高地区の勤務者	10月11日(日)	中野市武道館
第4回町長杯ピックルボール大会	町内在住・勤務する方及び主催が認 めた近隣市町村の方	10月18日(日)	東小学校体育館 南小学校体育館(予定)
第13回スポーツ吹矢フェスティバル	小学生以上の町内在住者または町内 に勤務する方	11月8日(日)	文化センター
第72回高水三市三郡 一般男女子バスケットボール 選手権大会	① 令和8年度現在、下水内郡・上高 井郡・下高井郡・飯山市・中野市・ 須坂市・長野市若穂の各都市内に 居住する方 参加料 1チーム3,000円 ※山ノ内町に宿泊のチームは無料 ② 高校生徒(定時制高校は含まず)は 参加できない	12月6日(日)	中学校体育館 南小学校体育館

☎生涯学習課スポーツ推進係(竹節・青木) ☎38-0373