

春風とともに、町内全域で桜が満開を迎えました。厳しい冬を超え、一斉に花開いた風景は活気に溢れています。



町LINE  
友だち追加



町の観光情報

# しろくま つうしん 第33号

b y  
しろくま町長



今年は例年よりも桜の開花が早く、町のあちこちで春の訪れを感じるようになりまし  
た。暖かい日が続く、冬が  
終わったんだなあと思しま  
す。

一方で、志賀高原ではまだ  
スキーを楽しめる日が続いて  
います。山の上には雪が残り  
里には桜が咲く。この時期な  
らではの山ノ内町らしい風景  
を見ていると、あらためてこ  
の町の魅力を感じます。春と  
冬が同時にあるような、そん  
な贅沢な季節です。

## 新年度スタート

3月末から4月にかけては、  
別れと出会いの時期でもあり  
ます。役場でも新年度を迎え、  
新しい職員が仲間に加わりま  
した。

新しい環境に飛び込むのは  
不安もあると思いますが、役  
場の仕事は町民の皆さんの暮  
らしを支え、この町の未来を  
つくっていく大切な仕事です。  
新しく入庁した職員たちには、  
失敗を恐れず、まずは一歩踏  
み出してほしいと思います。

## 役場の組織も進化

役場の組織も、この数年で  
大きく体制を見直してきました。  
時代に合わせた役場づく  
りを進め、必要に応じて改善  
を重ねながら、少しずつ新し  
い形を作ってきています。

この4月にも小さな見直し  
を行いました。一度変えたら  
終わりではなく、実際に動か  
しながらより良い形に育てて  
いくことが大事だと思ってい  
ます。

町民の皆さんにとって分か  
りやすく、相談しやすく、新  
しい課題にも対応できる役場  
を目指して、これからも進化  
を続けていきます。

## 久保田副町長離任

この春は、久保田副町長  
の離任もありました。

3年間、長野県庁から山ノ  
内町に派遣いただき、県との  
連携や役場内の調整など、多

くの場面で力を尽くしていた  
できました。今後は県庁に戻  
られ、新たに北信地域振興局  
の副局長として、山ノ内町を  
含めた6市町村を担当されま  
す。立場は変わりますが、引  
き続き山ノ内町を支えていた  
だけることを心強く感じてい  
ます。

## 卒業式・入学式

3月には小中学校の卒業式  
に出席し、祝辞を述べさせて  
いただきました。

中学校の卒業式では、僕は  
2年前から日本語と英語の両  
方で祝辞を読んでいます。外  
国にルーツを持つお子さんや  
保護者の方がいらっしゃるの  
も今の時代です。山ノ内中  
学校を卒業する子どもたちに  
は、これから世界のどこでも  
活躍できる可能性があると思  
っています。

4月の入学式でも、同じよ  
うに日本語と英語でお祝いの  
言葉を贈りました。英語は人  
とつながるための大切なツ  
ールです。話せるようになるこ  
とで、見える世界も大きく広  
がっていきはります。

## 1970年米雑誌の表紙!

先日、古本屋で思わぬ発見



米雑誌「LIFE」の表紙

がありました。アメリカの有  
名雑誌「LIFE」マガジン  
の1970年1月号を見つ  
けたのですが、なんと表紙が地  
獄谷野猿公苑だったのです。  
今から50年以上前に、山ノ  
内町の風景が全米で読まれて  
いた雑誌の表紙を飾っていた  
ことに驚くと同時に、うれし  
くなりました。僕たちの町の  
魅力は、ずっと前から世界に  
届く力を持っていたのだと感  
じます。

春は、終わりと始まりが重  
なる季節です。寂しさもあり  
ますが、それ以上に新しい出  
会いや挑戦の季節でもありま  
す。

桜が咲き、山にはまだ雪が  
残るこの季節のように、山ノ  
内町にはさまざまな魅力が同  
時にあります。その魅力を大  
切にしながら、これからの町  
の未来を皆さんと一緒につ  
くっていきたいと思います。

## 不屈の粘り 馬場選手が語るミラノ五輪

2月27日、ミラノ・コル  
ティナ冬季五輪のクロスカ  
ントリースキに出場した  
馬場直人選手が役場を訪れ、  
大会の結果報告を行いました。  
腰の負傷を抱え、世界屈指  
の過酷なコースに挑んだ馬場  
選手。「粘り」という自身の  
持ち味を最大限に発揮し、見  
事全種目を完走しました。

大会最終日の男子50km  
を終えた今の心境を次の  
ように語ってくれました。

「望む結果ではありません  
でしたが、競技者として、ま  
た人として成長できた2度目  
の五輪でした。地元の声援が、  
最後の50kmのゴールまで私を  
導いてくれました。本当にあ  
りがとうございました。」  
今後は再び山ノ内町を拠点  
に、次なる目標へ向けて再始  
動します。町民に勇気を与え  
てくれた馬場選手のさらなる  
挑戦を、これからも町全体で  
応援していきましょう!



▲再始動を誓い、町長と握手をする馬場選手

# 新体制でスタート しました

# 山ノ内町 消防団

新年度を迎え、山ノ内町消防団も新たな幹部体制で4月からスタートしました。

1期目の中村光孝団長を筆頭に、まずは予防消防で無火災山ノ内町を目指し、また、有事の際は被害を最小限に留めるよう団の強化を図り、住民の皆様の安心安全な暮らしのために努力していきます。

**消防団本部**

消防団長  
中村 光孝(横湯)

女性部長  
坂本 清美(須賀川)

副部長  
佐藤 美智代(湯田中)

役場部長  
行元 盛利

副部長  
芦原 仙一



中村 光孝 団長



**東部分団**

分団長  
小根澤 広光(洪)

副分団長  
佐藤 穂積(志賀)

**南部分団**

分団長  
佐藤 要之(戸狩)

副分団長  
児玉 勝成(佐野)

**西部分団**

分団長  
山上 大助(横倉)

副分団長  
岡田 進(宇木)

**北部分団**

分団長  
徳竹 和弥(乗廻)

副分団長  
望月 稔(下須)

**沓野部**

部長  
関 雄大(沓野)

**湯田中部**

部長  
関 真二(星川)

**上条部**

部長  
湯本 光一(上条)

**穂波部**

部長  
大森 祐助(佐野)

**本郷部**

部長  
佐藤 友紀(本郷)

**宇木部**

部長  
田中 翔平(宇木)

**横前部**

部長  
畔上 冬真(横前)

**須賀川部**

部長  
山崎 諒(須賀川)

## 生活応援

現在、町ではエネルギー価格や食料品などの物価高騰による家計への負担を軽減し、併せて町内店舗の消費拡大のため、「山ノ内町物価高騰対策商品券」を配布しています。お手元に届きましたら、期間内に町内のお店でご活用ください。

商品券で15,000円分  
のお買い物！！



# 物価高騰対策 商品券

有効期限 令和8年8月31日(月)まで

※期限を過ぎた券は無効となりますので、使い忘れのないようご注意ください。

### 配布

商品券は、令和8年3月末より順次「ゆうパック」にて皆さまのご自宅（世帯主様宛）へ発送しています。

○対象となる方：令和8年1月1日時点で、山ノ内町の住民基本台帳に登録されている全ての住民の方が対象です。

○お届け内容：一人につき15,000円分（1,000円券が15枚セットになったもの）をお送りします。

### 注意事項

○その他：本券をご利用の際、お釣りは出ません。額面（1,000円）以上のご決済時にあわせてご利用いただくのがおすすめです。

### 取扱店舗

町内の商店、飲食店、ガソリンスタンドなど多くの店舗でご利用いただけます。具体的な利用店舗は、商品券と同封のチラシを確認いただくか右のQRコードよりご確認ください。

▼取扱店舗はこちらから



このポスターのある  
店舗・事業所で  
お使いください！



☎経済振興課 経済振興係 ☎33-1107  
山ノ内町商工会 ☎33-5666

## 令和8年度山ノ内町区長会

令和8年度山ノ内町区長会の総会が4月9日に開かれ、会長に寒沢東区長の湯本守尾さん、副会長に湯田中区長の宮崎一彦さん、横倉区長の池田進次さん、須賀川区長の徳竹重弥さんが選出されました。各区長は次のとおりです。（敬称略）

沓野区長 山本 高明（横湯四）	菅区長 山本 幸一（菅一）
沓野組惣代 望月 福一（湯ノ原一）	寒沢東区長 ※会長 湯本 守尾（寒沢）
渋湯組惣代 山田 和由（笹湯）	戸狩区長 山本 清太郎（伊沢）
横湯組惣代 児玉 信喜（横湯四）	夜間瀬本郷区長 ※監事 畔上 不二男（本郷二）
湯田中区長 ※副会長 宮崎 一彦（湯田中大湯）	宇木区長 渡辺 千春（宇木二）
上条区長 中山 孝臣（湯河原二）	横倉区長 ※副会長 池田 進次（横倉三の二）
穂波温泉区長 阿部 正吾（穂波大湯）	前坂区長 田中 要（前坂）
佐野区長 古幡 諭（佐野上）	須賀川区長 ※副会長 徳竹 重弥（下須賀川）

# 胃内視鏡（胃カメラ）検診のご案内

町では50歳以上偶数年齢の方に胃内視鏡（胃カメラ）検診を行っています！  
胃内視鏡検診について、よくある質問にお答えします。



▶胃がん検診  
詳しくはこちら



Q 胃内視鏡検診を受けるメリットは？

A 胃内視鏡検診は小さな病変や早期胃がんの発見率が高い検査です。2年に1度胃のチェックをしていきましょう。

Q 胃内視鏡検診って辛い？

A 検査のつらさを感じる方もいらっしゃいますが、軽減する方法もありますので、以下を参考にしてください。

1. 首、肩の力を抜いてリラックスする。（検査前に深呼吸をする）
2. 唾は無理に飲みこもうとせず、口から出す（のどの麻酔をかけるため、誤嚥を防ぐ）
3. ゆっくりとした呼吸を意識する
4. ゲップはできるだけ我慢する
5. 目は開けたまま遠くをみるように（目を閉じると意識がのどに集中してしまうため）
6. 喉を通すときに少しあごを突き出すとのどの空間が広がる
7. カメラの先端が食道まで進んだらあごを引く

Q 社会保険に加入しているけど、受けられる？

A 町で実施しているすべてのがん検診は、加入している保険に関係なく受診することができます。

Q 検診料は？

A 町から助成金がでますので、**3割弱**で受診ができます！（右の計算を参考）

検診費用	約 16,000 円
— 町の助成金	約 11,700 円
検診料	4,300 円

Q どこで受けられる？

A 指定医療機関は、北信総合病院、油井内科医院、アライクリニック、須藤医院です。受診を希望される場合は、事前に町への申し込みが必要です。

Q 胃内視鏡検診を毎年受けたい！

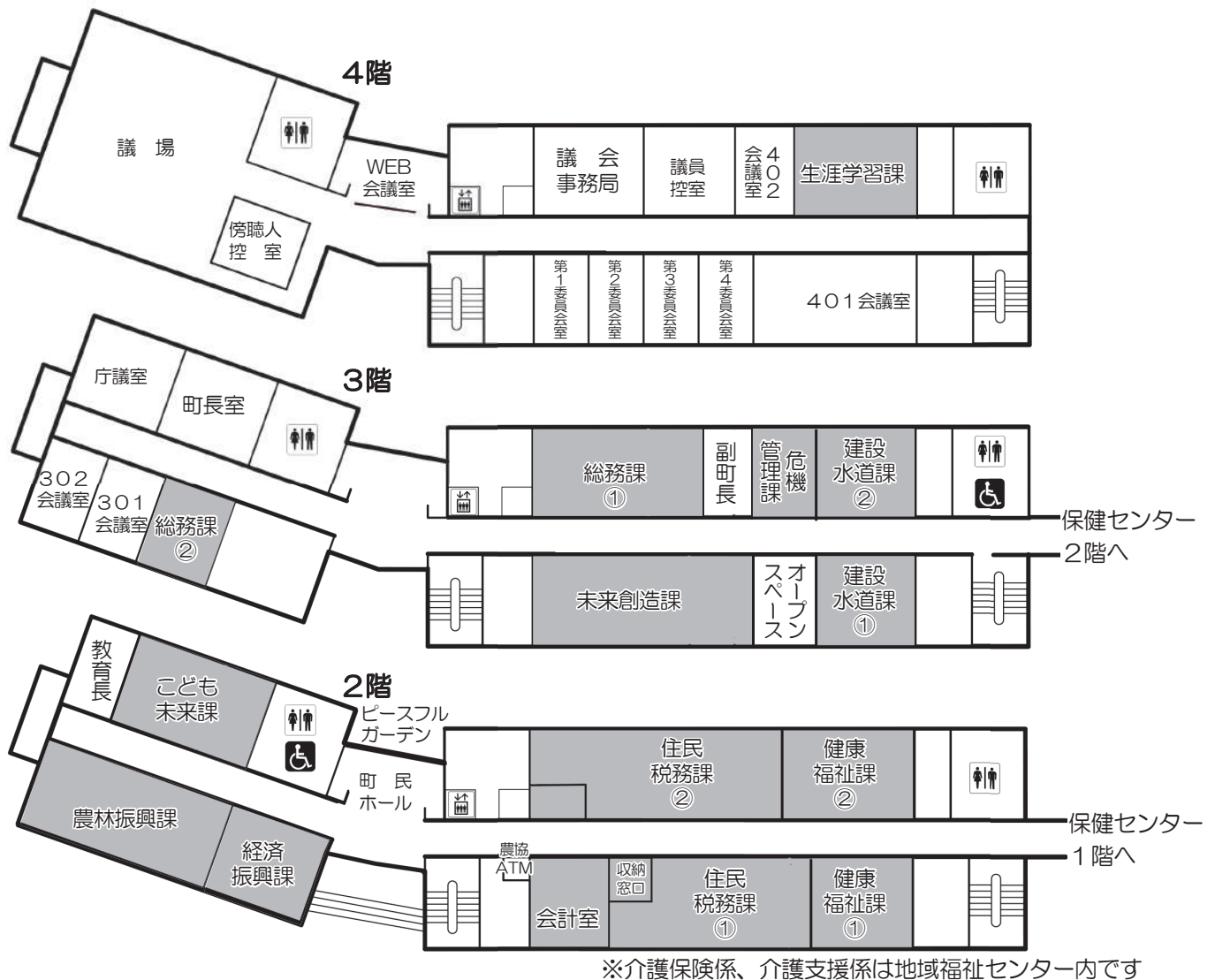
A 検診は無症状の方を対象としており、受診間隔はガイドラインが定める2年に1回の実施としていますので、町の胃内視鏡検診を毎年受けることはできません。気になる症状がある方は、速やかに医療機関へ受診をお願いします。

特定健診・特定診査（人間ドック）、がん検診を受診して「健康ポイント」を貯めよう！  
詳しくは 11P をご覧ください。

# 令和8年度 山ノ内町の組織図

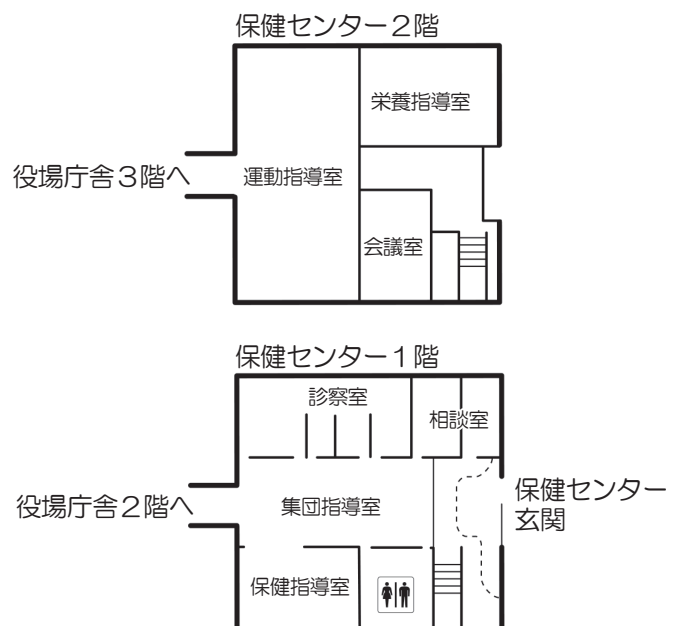
課・局等	係・室等	主な業務
総務課 ☎ 33-3111	総務係	総合調整、広報、文書收受、統計調査、職員・人事、選挙、区長会、秘書業務
	管財係	入札業務、庁舎管理、財産管理、地縁団体
	財政係	財政計画、予算、行政改革
未来創造課 ☎ 33-3113	企画政策係 (DX推進室)	総合計画・総合戦略、各種計画、地域指定、ボランティア・NPO法人、コミュニティ活動推進、公共交通、DX推進
	地域創造係 (ゼロカーボン推進室)	シティプロモーション、官民連携、ふるさと納税、ゼロカーボン推進、環境政策・地球温暖化対策
	移住国際交流係 (移住国際交流推進室)	移住定住の促進、空き家等の有効活用、友好都市等交流、国際交流、多文化共生
危機管理課 ☎ 33-3115	危機管理係 (消費生活相談室)	危機管理、地域防災、防災行政無線、防犯、交通安全、消費者行政
住民税務課 ☎ 33-3118	課税係	住民税、固定資産税、軽自動車税、たばこ税(種別税)、国民健康保険税、入湯税、後期高齢者医療保険料、介護保険料
	収納係	税・使用料の収納、滞納対策、納期内納税推進
	住民窓口係	受付案内、戸籍・住民登録、住民基本台帳、個人番号、諸申請・届書の受付処理、印鑑登録、国民健康保険の資格取得・喪失、国民年金
	住民生活係	墓地、ごみ(一般廃棄物、産業廃棄物・清掃事業所)、公害、へい獣処理、飼犬、環境保全、資源循環、地下水保全、温泉掘削
健康福祉課 ☎ 33-3116	福祉係	障がい者福祉、高齢者福祉、生活保護、民生児童委員
	健康づくり支援係	保健指導、予防接種、各種健(検)診、健康相談、健康教室 保健センター ☎ 33-1124
	医療保険係	国民健康保険、福祉医療給付、後期高齢者医療保険
地域福祉センター ☎ 33-8411	介護保険係	介護保険、認定調査
	介護支援係 (地域包括支援センター)	介護予防事業、予防ケアプラン作成・介護、認知症等相談業務、虐待・認知症等相談業務
経済振興課 ☎ 33-1107	経済振興係	観光振興、商工振興、起業支援、中小企業融資、労政、農業等との連携
	国立公園係 (ユネスコエコパーク推進室)	国立公園、観光施設、観光開発 ユネスコエコパークの推進
農林振興課 ☎ 33-3112	耕地林務係	農業農村整備、林業振興、有害鳥獣対策、町有林・施設の管理
	農業振興係 (ブランド農業推進室)	農業委員会、農業振興、担い手対策、遊休荒廃地対策、農業資金 地産地消、農産物ブランド化、マーケティング推進
建設水道課 ☎ 33-3114	建設係	町道・橋梁・河川の新設改良・維持補修、除雪
	計画監理係	都市計画(街路・公園)、法定外公共物、建築(耐震)、公営住宅
	景観維持係	景観形成、屋外広告物
	企業会計係 上下水道係	企業会計予算決算、出納、水道料金、下水道使用料 水道事業、公共下水道事業、農業集落排水事業、浄化槽設置
消防課 山ノ内消防署 ☎ 33-3119	消防係	消防団、消水防施設
会計室 ☎ 33-3117	会計係	出納、決算書作成
議会事務局 ☎ 33-1101	議事係	議会本会議、委員会、議事録、議会広報、議長会議
	庶務係	議会予算、文書の受発保存
子ども未来課 ☎ 33-1102	学校教育係	学校教育、就学相談、学校施設管理・整備、放課後児童対策 学校給食センター ☎ 33-5580
	学校統合準備係	学校統廃合
	保育・幼児教育係	保育所、子育て支援、ファミリー・サポート・センター 志賀高原保育園 ☎ 34-2808      かえで保育園 ☎ 33-4334 ほなみ保育園 ☎ 33-0543      よませ保育園 ☎ 33-0987 すがかわ保育園 ☎ 33-6931
	子ども家庭支援係	児童手当、児童相談、ひとり親家庭福祉、父子年金
	生涯学習課 ☎ 38-0373	文化創造推進係
	スポーツ推進係 (地域スポーツ推進室)	社会・体育スポーツの振興、体育施設の設置・管理運営
	人権政策係 (人権政策室)	人権・同和政策、男女共同参画

# 山ノ内町役場庁舎 課・係配置図



※介護保険係、介護支援係は地域福祉センター内です

階	課	係・室等
4	生涯学習課	スポーツ推進係（地域スポーツ推進室）、文化創造推進係、人権政策係（人権政策室）
		総務課① 総務課②
3	未来創造課	総務係、財政係 管財係、町長秘書
		企画政策係（DX推進室）、地域創造係（ゼロカーボン推進室）、移住国際交流係（移住国際交流推進室）
		建設水道課① 建設水道課②
		建設係、計画監理係、景観維持係 企業会計係、上下水道係
2	こども未来課	学校教育係、学校統合準備係、保育・幼児教育係、こども家庭支援係
	農林振興課	農業振興係（ブランド農業推進室）、耕地林務係
	経済振興課	経済振興係、国立公園係（ユネスコエコパーク推進室）
	会計室	会計係
	住民税務課① 住民税務課②	課税係、収納係 住民窓口係、住民生活係
	健康福祉課① 健康福祉課②	福祉係 医療保険係、健康づくり支援係



# 野生鳥獣対策について

春は、クマが冬眠から目覚め、食べ物を探して山中を動き回る季節です。冬眠明けのクマは草や木の芽を好んで食べるため、例年、山菜採りの際に遭遇する事例が多くなります。山菜採りに熱中するあまり周辺への注意力が散漫にならないよう注意が必要です。

自然豊かな長野県ではどの山もクマの生息地です。クマによる被害を防止するためには、クマと遭遇しないことが一番です。次の点に十分注意して行動しましょう。

- 一人で山に入らない。
- 子グマを見かけたら、絶対に近寄らず、その場を静かに離れる。
- 山菜採りや溪流釣りの際は常に周囲の状況を確認し、クマの痕跡を見つけたらそれ以上近づかずに引き返す。
- 山や畑へ出かけるときは、クマ避け鈴やラジオなど音の出る物を持っていく。



- 早朝や日没など薄暗い時間の行動は控える。
- 藪や茂みの刈り払いをして、田畑周辺の見通しを確保する。
- 生ゴミや収穫残渣などクマの餌になるものを畑や庭に放置しない。
- 田畑は電気柵などで囲って守る。
- 利用しないクリやカキなどの木（放任果樹）は積極的に伐採する。

## 緊急銃猟について

昨年度の全国的なクマの被害に伴い、「緊急銃猟制度」が施行されました。

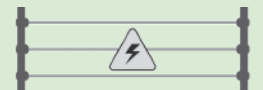
市街地など人の生活圏にクマやイノシシが出没した際、市町村長の判断で猟友会やハンター等に委託し、即座に駆除・捕獲できる制度です。実施については、発砲に対する安全の確保や周囲の道路の通行止め、周辺住民の避難等、安全を十分に確保したうえで実行されます。

### エサ場と隠れ場を減らそう！

クワの木などは放置しておくとうる鳥獣を寄せ付けるエサ場となってしまいます。また、耕作放棄地の茂みは獣たちにとって安全な移動路となります。集落の中からエサ場と隠れ場を除去して被害を減らしましょう。

町では地域の団体が集落の鳥獣被害対策として、藪や茂みの刈り払いや放任果樹の伐採などをしたとき、その費用の一部を補助します（上限5万円）。積極的に活用してください！

## 電気柵について



雪解けとともに畑に設置した電気柵について見直してみましよう。少しのスキマや設置が甘い部分があれば、獣たちはそこから侵入を試みてきます。確実に侵入を防ぐためには、正しい設置と日ごとの点検管理が重要です。設置した電気柵について、次の項目をチェックしてみましょう。1つでも該当する項目があればすぐに対処しましょう。

町では有害鳥獣の被害を防止するための電気柵等の設置に対する資材購入費用の一部（対象経費の50%、上限10万円）を補助しています。詳しくは以下QRコードからご確認ください。

- 下草が伸びて電線に触れている
- 最下段の高さが20cm以上になっている
- 電線のたるみ、破損している箇所がある
- 日中は通電していない
- 十分な電圧（4,000V以上）を確保できない
- 畑に廃果などを放置している



電気柵設置・管理の基本  
(町HP)



ツキノワグマ対策  
(長野県HP)



3月13日におおきくなったねの会を行いました。  
「3びきのこぶた」の人形劇を観たり、新聞紙を丸めてドーナツ作りをしたり、親子で楽しい時間を過ごしました。



〇6月の予定

11日(木)	びよっこクラブ
17日(水)	ベビーマッサージ
19日(金)	AIさんの親子ダンス
24日(水)	たんじょう会
26日(金)	ワークショップ

日時	内容
8日(金)	<b>ベビーヨガ</b> 首が座ってから12か月までのお子さんが対象です。 持ち物:バスタオル・飲み物 ★2日(土)までに予約をお願いします。
12日(火) 10:00~ 11:00	<b>おもちゃの修理やさん</b> 大切にしているおもちゃがお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」でお預かりします。
14日(木) 集合 9:45 開始 10:00	<b>びよっこクラブ</b> 保健師・栄養士による身体測定、育児相談 持ち物:母子手帳・こどもノート・タオル・飲み物など ★10日(日)までに予約をお願いします。
20日(水) 10:30~	<b>ぐーちょきばーお話し会</b> ★16日(土)までに予約をお願いします。
26日(火) 10:30~	<b>5月生まれのたんじょう会</b> 誕生日以外の方のご参加は予約なしで大歓迎です。 ★誕生日は21日(木)までに予約をお願いします。
27日(水) 10:30~	<b>ワークショップ</b> 遊べるおもちゃを作ります。 ★22日(金)までに予約をお願いします。(限定10組)



★マークのイベントは QR コードから予約をお願いします。

☎ 子育て支援センターゆめっこ ☎ 33-4778

ご紹介します！  
新たに赴任された校長先生

西小学校



神田 和幸 校長

この度、山ノ内町立西小学校に着任いたしました神田和幸です。どうぞよろしくお願ひいたします。  
2年前にも南小学校でお世話になりましたが、豊かな自然に恵まれ文化の香り高いこの町で、再び子どもたちとともに学び成長していけることに大きな喜びと責任を感じております。  
学校は今、時代の大きなうねりの渦中にあります。これからの時代を生きる子どもたちに求められる力は、単なる知識の習得にとどまりません。自ら課題を見つけ、考え、他者と協働しながら解決していく力、そして変化の激しい社会の中でもしなやかに生き抜く力です。「答え」のない問題に対してあらゆる方向からアプローチしみんなで「最適解」を導きます。

出す、そんな学びのスタイルが大切になってきます。自分自身を大切に、他者を尊重する心を基盤としながら、一人ひとりの個性を生かし、主体的に学び続ける姿勢を育ててまいります。  
同時に、山ノ内町の豊かな自然や文化、人の温かさに目を向け、この町の良さに気づき、誇りをもてる子どもを育てていきたいです。「四季折々の美景」「古からのいで湯の里」「爽やかな農産物」、「ウインタースポーツのメッカ」「自然と共生するユネスコエコパーク」・・・この町を形容する言葉は一つや二つではありません。このような魅力に満ちた山ノ内町で生活する子どもたちが、自分のふるさとを知り、ふるさとを愛する心は、将来どこで生きていくとしても、自分の軸となり支えとなるものです。地域の皆様とのつながりを大切にしながら、学校と地域が一体となつて子どもたちを育てていきたいと願っております。  
子どもたちが、この町で、そして西小学校で学べてよかったと思える学校づくりに全力で取り組んでまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。

## 若者U・I・Jターン等奨学金返還支援補助金

進学などにより町を離れた方のUターンや、Iターン・Jターンによる若者の移住定住の促進と、就業しながら奨学金を返済する方の負担軽減を図る制度です。

### 補助金額

- ・申請年度の前年度返還金額の1/3（限度額10万円）
- ・町内に就労などしている方は、申請年度の前年度返還金の1/2（限度額15万円）
- ・交付対象期間は60か月（5年）
- ・転出や離職をした場合、その事由が発生した月の前月分まで支給

### 申請に必要なもの

- 交付申請書（様式第1号）
- 誓約書（様式第2号）
- ・奨学金貸与機関が発行する奨学金貸与を証するもの
- ・令和7年4月から令和8年3月までの返還金額がわかるもの（領収証、通帳の写し等）
- ・就労、起業または青色事業専従の状況に関する書類（就労状況により必要な書類が異なります。事前にご確認ください。）

※○の申請書類は移住国際交流係まで、または町ホームページからダウンロードできます。



申請受付中! **5/29(金)まで**

### 対象者

次のすべてに該当する方

- ・町内に居住実態があり、住民登録をしている
- ・就労等している（就労、起業、青色事業専従）
- ・大学等の在学期間中に奨学金の貸与を受け、返還を遅滞していない
- ・補助金受給年度の前年度に奨学金を返還している
- ・補助金受給初年度の申請日において満30歳未満
- ・初回申請日から起算して5年間山ノ内町に居住すると誓約できる
- ・町税等を滞納していない

※国及び地方公共団体に勤務する職員は除く

### 申請期間

令和7年度内（令和7年4月～令和8年3月）に返還した分を令和8年5月29日（金）までに申請してください。申請期限を過ぎた場合は受付できません。交付時期は年度内です。

**令和8年度内に返還した奨学金は、令和9年度の補助対象となりますので、対象となる方は奨学金を返還したことがわかる書類の保存をお願いします。**

◎未来創造課 移住国際交流係 ☎33-3113



## 不法投棄を「しない!」「させない!」

### 不法投棄は犯罪です

不法投棄をした場合は、5年以下の懲役若しくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が科せられます（法人の場合は3億円以下）。

### 不法投棄されないためには

私有地に不法投棄され、投棄した者が不明の場合は、土地の所有者（管理者）が投棄物を処分しなくてはなりません。私有地の適切な管理をお願いします。

### 不法投棄が起こりやすい環境

- ・農道や林道沿いなど車輛の進入ができる
- ・雑草や草木が生い茂っており見通しが悪い
- ・人や車のおりが少なく、人目に付きにくい
- ・既にゴミが捨てられている

### 不法投棄されにくい環境を作りましょう

- ・こまめな草刈りなどの掃除
- ・柵・ロープ・立て看板の設置
- ・捨てられたゴミの早急な撤去
- ・定期的な見回り

### 不法投棄とは

ごみを定められたルールに従って処理せずに空地、農地、山林、河川、道路などに捨てたり、埋めたりする行為を言います。不法投棄は、他人に迷惑をかけるだけでなく、そのまま放置しておくとならざる不法投棄を誘発する恐れや水質や土壌の汚染といった新たな悪影響を及ぼす要因にもなります。

### 情報提供のお願い

町内で不法投棄を発見、または不法投棄の現場を目撃した等の情報をお持ちの方は、下記までご連絡をお願いします。

「不法投棄が行われている」「不法投棄をして逃げていった」このような時は、すぐに110番通報してください。不法投棄している場所、時刻、車のナンバーなどを控えていただくと、投棄した者を特定しやすくなります。ご協力をお願いします。

◎山ノ内町交番 ☎33-2006

◎住民税務課 住民生活係 ☎33-3118

# やまのうち 健康ポイント

注目!!

P

100 ポイントの貯め方例

社会保険の方でも

ポイントを貯められます!



職場の健康診断、  
人間ドックを受ける

50P

人間ドックや町の検診で  
肺がん検診を受ける

10P

大腸がん検診を受ける

10P

ジェネリック医薬品の利用

10P

健（検）診結果を健康づくり支援係へ提出し、結果を見ながら保健指導を受ける

20P

100 ポイントを貯めたカード（下記をご利用ください）を提出された方全員へ、減塩協力店や健（検）診で使用できる600円分の利用券及びスマートミール券（※裏面参照）に交換いたします。

※2月3月に健診を受ける方は、健診を受けることがわかるものを提出すれば、ポイントを付与いたします。

▼詳細についてはこちら



町の健（検）診を受けなくても、加入している健康保険より案内がある健康診査や人間ドックを受けることでポイントを付与いたします。

更に

カード提出された方から抽選で30名の方に町特産品、減塩商品の特典が当たります!

特典



切り取ってご利用ください

切り取り線

## 令和8年度 やまのうち健康ポイント事業カード

受付No.		受付日	
申請日	令和 年 月 日	保険	町国保・その他
名前	男 女	年 月 日	生 歳
住所	平穏 佐野 寒沢 戸狩 夜間瀬 番地	地区名	
電話番号	（自宅・携帯・勤務先）		
令和8年度健康診査受診方法を○で囲んでください。			
・町の健康診査・職場・人間ドック・医療機関・その他			
この事業の意見、希望などありましたらご記入ください			



↑ ネットでの提出はこちら

- 100ポイント貯まりましたら、記入漏れがないか確認していただき提出期間内にカードを提出してください。
- 町の集団健（検）診や楓の湯、道の駅北信州やまのうち、町内減塩協力店、染ちゃんバス回数券購入等で使用できる利用券6000円分+スマートミール（減塩弁当等）割引券400円分と交換できます。

● 抽選で町の特産物等が30名に当たる特典もあります

【提出期間】 令和8年10月1日(木)～令和9年1月29日(金)

【提出先】 山ノ内町役場 健康福祉課 健康づくり支援係

※令和8年1月下旬～3月の間に受診予定の方はお申し出ください

お問合せ先 山ノ内町役場 健康福祉課 健康づくり支援係  
電話0269-33-3116



スマートミールとは... 12学会（日本栄養改善学会、日本高血圧学会、日本糖尿病学会等）が認証する、管理栄養士の監修のもと、減塩かつ1食の栄養バランスの基準を満たしているメニュー

スマートミール限定 NO. \_\_\_\_\_

**400円割引券**

※指定の食品または減塩ドライブレインで、スマートミールの食事・弁当の購入のみ利用可。  
※1食につき、1枚利用できます。  
※他券と併用できません。

有効期限：令和8年9月30日まで

**スマートミール券でお得に美味しく健康に！**

下記のメニューに、スマートミール券が使えます

見

**注目!**

令和8年4月より販売される新しいメニューです!

**【湯河原】関英ドライブレイン**

おろしほん酢ヒレカツ弁当	※減塩親子煮弁当	※減塩野菜炒め弁当
塩分1.9g	塩分2.5g	塩分2.0g
1,070円	930円	980円

**【湯田中】馳走家流有Ru**

根切り竹の炊き込みご飯弁当	ふわふわオムレツライスの日替わり弁当
塩分2.2g	塩分2.9g
950円	1,080円

金額は変動になることがあります。  
※定食もあります（店舗で食べることができます）

詳細については、町のホームページ・減塩プロジェクトをご覧ください。



健康福祉課 健康づくり支援係 ☎ 33-3116

切り取ってご利用ください  
切り取り線

名前	性別	生年月日	内容	ポイント	証明印	●証明印は各集団健（検）診会場又は健康づくり支援係で押印します			
						内容	ポイント	証明印	証明印
【必須】令和8年度 健康診査受診						50			
結果報告・保健指導						20			
健康診査を3年以上継続して受診						5			
血圧測定（3か月以上）						5			
体重測定（3か月以上）						5			
運動（3か月以上）または町スパーククラブ参加						5			
適正体重(BMI18.5～24.9) または健診時から1kg以上減った						5			
適正腹囲(男85cm未満、女90cm未満) または健診時から1cm以上減った						5			
禁煙・たばこを吸わない						5			
お酒は適量(1日1合未満)かつ、休肝日は週2日以上						5			
健康づくり講演会または心の健康講演会参加						5			
動脈硬化予防セミナー(1回・2回・3回・4回)						1回			
各種教室参加(町主催の健康教室、介護予防教室)						1回のみ			
その他自分の目標						5			
ポイント合計									

\*ポイント付与期間は令和8年4月1日から令和9年1月29日まで




# 健康メモ

## 油断禁物！紫外線は4月から急増します

春は気持ちの良い季節ですが、実は紫外線はすでに強くなっています。  
 紫外線とは、可視光線より短い波長の電磁波の事で、波長が長い順にUVA、UVBがあります。  
 UVAはシミ、シワ、タルミの原因になり、UVBは将来的な発がんの可能性があります。

### 【紫外線のホント・ウソ】

 <p>雲った日には日焼けしない？</p>	<p><b>正解は...ウソ！</b>          薄い雲の場合、紫外線の80%以上が通過します。</p>
<p>太陽の光に暑さを感じない時には、日焼けを起こさない？</p>	<p><b>正解は...ウソ！</b>          日焼けは私たちが感じることでできない紫外線によるものです。暑さを感じるのは赤外線によるもので、紫外線ではありません。</p>

### 【対策】

- ①紫外線の強い時間帯（正午前後）を避ける。
- ②日陰を利用する。
- ③日傘を使う、帽子をかぶる。
- ④衣服で覆う。
- ⑤サングラスをかける。
- ⑥日焼け止めを上手に使う



紫外線環境保健マニュアル2020より（環境省）

☎健康福祉課 健康づくり支援係 ☎ 33-3116

国際交流員  
アヨの

## 異文化



こんにちは、国際交流員アヨです。  
 今年度は、当町の国際交流活動についてもっと知りたい、自分なりに実現したい、と考えている町民のニーズを想像しながら、町の国際交流ブランドや情報提供の充実を目的とした活動を行いました。

### 令和7年度はこんなことをしました！

8月は山ノ内町どんどん夏まつりでの国際友好都市のPR、9・10月は世界平和大観音前のフランスとアメリカをテーマとした花手水の設置、10月はフランス写真家の受け入れ、2月は志賀高原ロマン美術館で「水のかたち」写真展の開催など、皆さんの日常生活で活かせる、身近で体験できる交流活動を推進しました。

また、町・県内の民間業者の皆さんから、国際交流ブースの出展、メニューや公式HPの英語表記相談、通訳、PR写真のモデル役など、様々な依頼をいただきました。依頼していただいた皆さん、ありがとうございます！

国際交流員（CIR）の派遣や相談の依頼は、随時対応しています。希望する方は、未来創造課移住国際交流係までお気軽にご連絡ください。



▶ワールドフェスタin長野2025でナイジェリアをテーマにしたブースを出展するCIRアヨ氏



◀国際交流  
Instagram

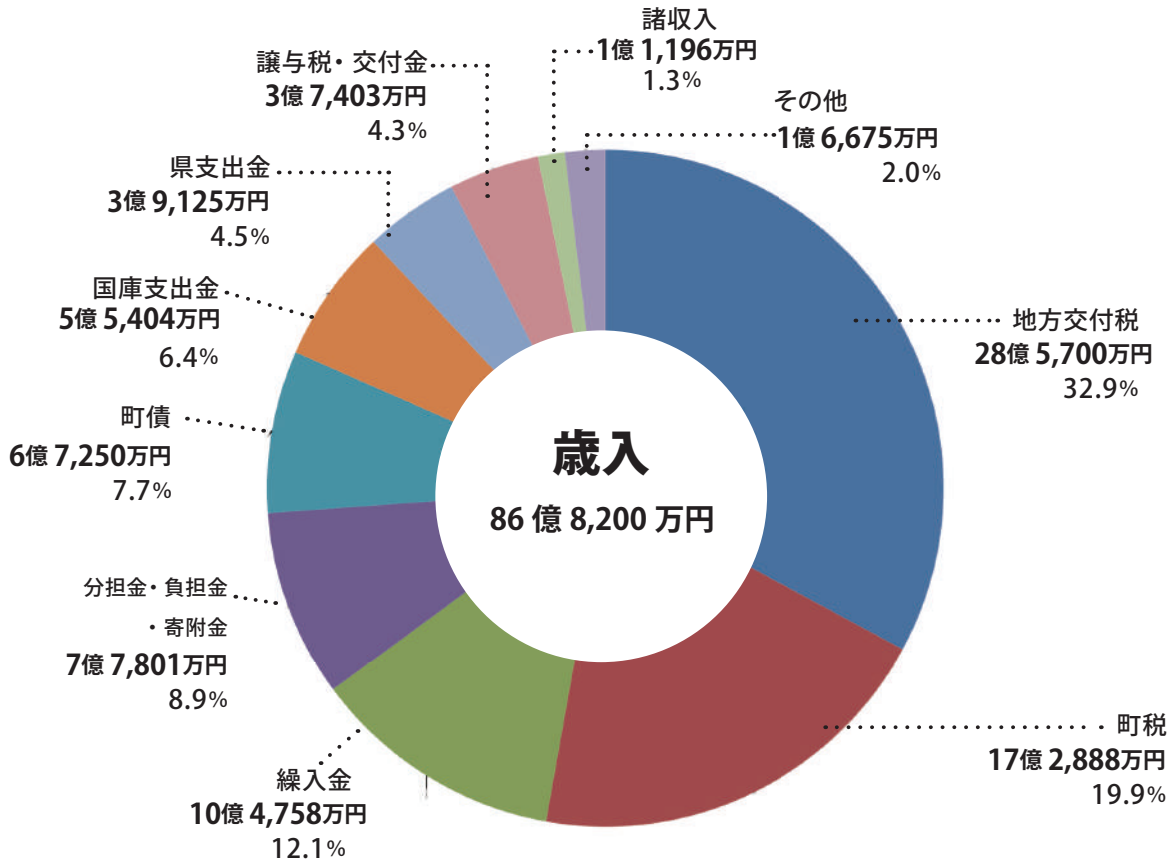


◀令和7年度国際  
交流活動（町HP）

令和8年度は、第6次町総合計画後期基本計画（令和8～12年度）の初年度となります。町の将来像「未来に羽ばたく 夢と希望のある 健康な郷土（まち）」の実現に向け、統合学校整備や、観光・農業の産業活性化、人口減少・少子高齢化対策などを重点に、子どもから高齢者まで全ての町民の皆さんがいきいきと暮らせるよう予算を編成しました。

一般会計の当初予算は、86億8,200万円で前年度より2億4,000万円増となり、当初予算としては過去10年間で最高となりました。

令和8年度予算では、国・県の動向を注視しながら限られた財源を効率的・効果的に活用し、住民生活・事業者支援への取り組みや多様化する行政課題に迅速かつ着実に対応していきます。



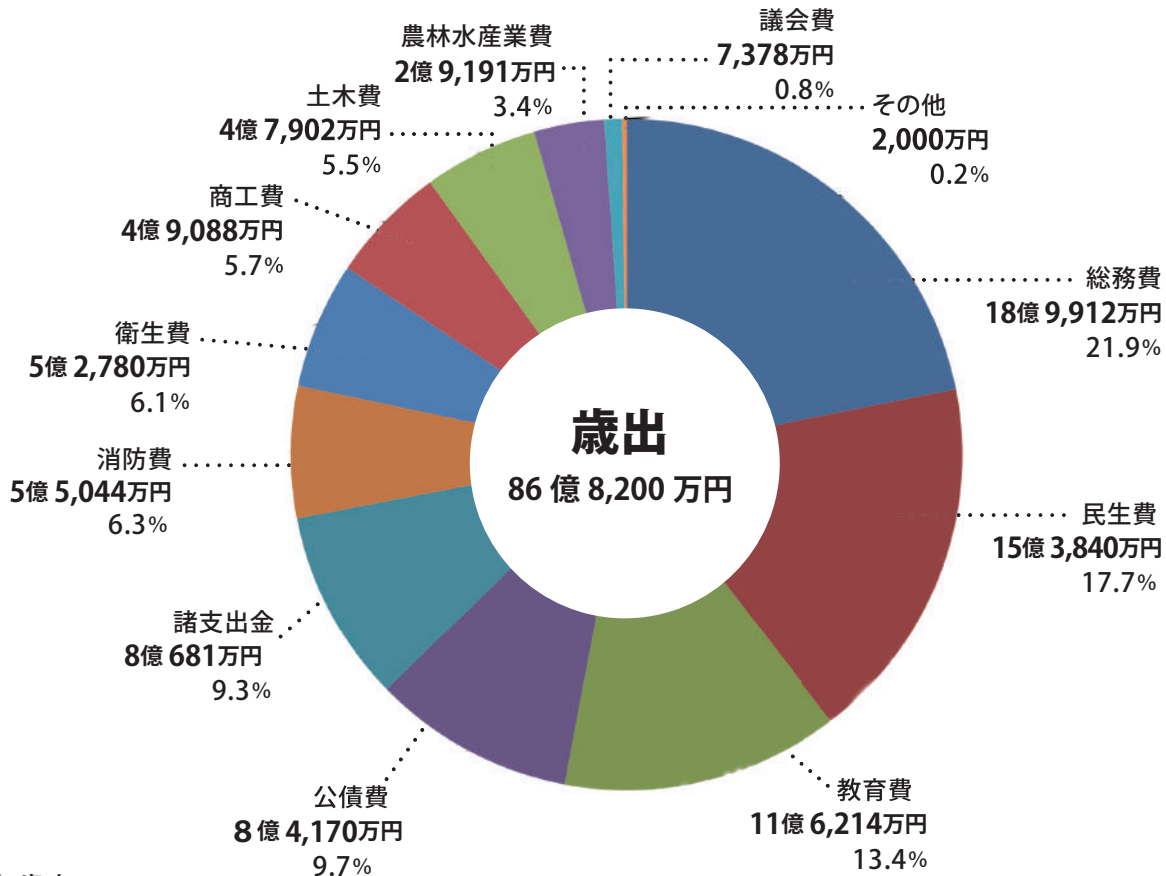
用語解説（歳入）

- 地方交付税・・・皆さんが国に納めた税金のうち、町の財政状況に応じて配分されるお金
- 町税・・・皆さんが町に納める税金（町民税・固定資産税など）
- 町債・・・特定の事業を行うために、国や銀行などから借り入れるお金
- 繰入金・・・各種基金（家庭でいう貯金）を取り崩して使うお金
- 国庫支出金・・・皆さんが国に納めた税金のうち、特定の事業に国から交付されるお金
- 県支出金・・・皆さんが県に納めた税金のうち、特定の事業に県から交付されるお金
- 寄附金・・・一般の方や団体などからいただいた寄附金

主な歳入

用語	前年度比	増減の理由
地方交付税	3,700万円 増	国が示す R8 地方財政計画の考慮による増など
町税	3,396万円 増	収納率の見込みによる増など
町債	1億460万円 増	文化センター施設整備事業の実施による増など
繰入金	5,331万円 増	ふるさと基金を活用して実施する事業の拡充による増など
国庫支出金	9,371万円 減	志賀高原自然保護センター展示改修事業完了による減など
県支出金	648万円 減	新規就農者育成総合対策事業の事業費減少による減など
寄附金	1億3,783万円 増	ふるさと寄附金の収入見込みによる増など

一般会計 86億8,200万円



主な歳出

用語	前年度比	増減の理由
総務費	2億4,872万円 増	ふるさと寄附金の基金積立や行政システム更新による増など
民生費	4,207万円 減	保育所運営費や各種サービス事業費の見直しによる減など
農林水産業費	4,472万円 減	産地パワーアップ事業の事業費減少による減など
商工費	2,655万円 増	志賀高原総合会館 98 改修工事の実施による増など
土木費	2億4,646万円 減	(仮称) 湯田中温泉公園整備事業の完了による減など
教育費	3億5,270万円 増	統合学校整備に係る基本設計業務の実施による増など
公債費	329万円 増	過去に借金をして実施した事業に係る返済金の増
諸支出金	864万円 減	公共下水道事業に対する補助金の減など

用語解説（歳出）

- 総務費・・・町税の収納や戸籍などのほか、町の全般的な運営・管理に係る経費
- 民生費・・・子どもからお年寄り、身体の不自由な方などへの福祉サービス費
- 農林水産業費・・・農業振興や、農道林道・かんがい施設の機能保全などに係る経費
- 商工費・・・観光業や商工業の産業振興などに係る経費
- 土木費・・・町道の改良や維持管理、急傾斜地対策、公園整備などに係る経費
- 教育費・・・学校教育のほか、生涯学習やスポーツ振興に係る経費
- 公債費・・・町の借金の返済に充てる経費
- 諸支出金・・・公営企業会計への補助金や町の特別会計へ繰り入れる経費

# 新規・拡充 事業の紹介

## 総務費

- 地域公共交通対策・  
楽ちんバス運行事業(拡)  
事業費：7,866万円  
コミュニティバス運行等による地域公共交通の維持
- 文書管理決裁システム事業(新)  
事業費：3,882万円  
システム導入による行政文書の適正管理及び迅速化
- 定住環境整備促進事業(新)  
事業費：500万円  
定住環境整備に伴うアパート建築に対する補助
- 防犯カメラ設置補助事業(新)  
事業費：20万円  
自治会による街頭防犯カメラ設置に対する補助

## 消防費

- 消防団ドローン購入事業(新)  
事業費：200万円  
消防団が安全で効果的に活動するためのドローン購入

## 教育費

- 総合学校整備事業(基本設計)(新)  
事業費：4,200万円  
令和12年度開校に向けた統合学校整備に係る基本設計
- 文化センター改修事業(新)  
事業費：2億6,763万円  
老朽化した文化センターを安全で快適な施設へ改修
- 総合型地域スポーツクラブ  
運営事業(拡)  
事業費：3,694万円  
部活動の地域展開に向けた総合型地域スポーツクラブの運営強化

## 民生費

- 保育所運営事業(拡)  
事業費：5億3,129万円  
こども誰でも通園制度や保育士移住支援事業の実施など
- 軽度・中等度難聴者補聴器購入補助事業(新)  
事業費：90万円  
軽度・中程度難聴者の生活支援などのための補聴器購入補助

## 農林水産業費

- 県営畑地帯総合土地  
改良事業(新)  
事業費：675万円  
かんがい排水事業の電動弁施設更新
- 有害鳥獣駆除事業(拡)  
事業費：2,605万円  
個人電気柵購入補助、有害鳥獣パトロール、緊急猟銃経費など

## 商工費

- 志賀高原総合会館98改修事業(新)  
事業費：7,330万円  
志賀高原総合会館98の高圧受変電設備更新及びテラス床張替工事
- 観光誘客施設整備補助事業(新)  
事業費：50万円  
使用されていない施設の活用による観光誘客施設の改修に対する補助

## 特別会計

特別会計	今年度予算	前年度予算	増減率
国民健康保険特別会計	15億8,014万円	16億2,364万円	△2.7%
(事業勘定)	15億8,000万円	16億2,350万円	△2.7%
(直営診療施設勘定)	13万5千円	13万5千円	0.0%
後期高齢者医療保険特別会計	2億6,720万円	2億3,140万円	15.5%
介護保険特別会計	19億2,362万円	19億1,208万円	0.6%

※特別会計とは、特定の事業を行うための会計です。

## 公営企業会計

公営企業会計		今年度予算	前年度予算	増減率
公共下水道事業	収益的予算(支出)	5億2,686万円	5億5,377万円	△4.9%
	資本的予算(支出)	1億5,510万円	1億2,862万円	20.6%
農業集落排水事業	収益的予算(支出)	1億6,511万円	1億6,658万円	△0.9%
	資本的予算(支出)	7,477万円	7,822万円	△4.4%
水道事業	収益的予算(支出)	4億1,152万円	4億249万円	2.2%
	資本的予算(支出)	1億5,827万円	1億4,616万円	8.3%

※収益的予算…施設運転・管理等事業を運営するための予算  
資本的予算…施設の建設・整備するための予算

# 町民 1 人あたりの予算の使い方 (令和 8 年度一般会計)

※令和 8 年 1 月 1 日現在の人口 11,114 人で算出 1 人あたり 78 万 1 千円 歳出総額 86 億 8,200 万円



## 予算を家計に例えると・・・

令和 8 年度一般会計予算 (86 億 8,200 万円) を、年間総収入 410 万円 (1 か月約 34 万円の収入) の家計に換算してみました。

### 収入

項目(町の予算科目)	金額
給与収入(町税)	81.6万円
パート収入(使用料・手数料など)	9.4万円
実家からの援助(地方交付税・国県支出金など)	197.2万円
兄弟からの援助(寄附金)	35.7万円
貯金取り崩し(繰入金)	49.6万円
銀行からの借り入れ(町債)	31.6万円
前年度繰越金(繰越金)	4.9万円
合計	410万円

収入のうち、家庭の基本的な収入である給与は町税、パート収入は使用料・手数料などに該当しますが、合わせて 22.2% になります。一番大きいのは 48.1% を占める実家からの援助 (地方交付税・国県支出金など) ですが、この他に貯金の取崩し (基金からの繰入金) や銀行からの借り入れ (町債) でやりくりしています。

### 支出

項目(町の予算科目)	金額
食費(人件費)	92.7万円
自治会費・習い事(補助費など)	74.6万円
光熱水費・消耗品(物件費)	73.8万円
リフォーム・家電買い替え(普通建設事業費)	38.5万円
ローン返済(公債費)	39.8万円
子どもへの仕送り(繰出金)	31.6万円
医療・介護費(扶助費)	26.6万円
修繕・貯金など(維持補修・積立金・予備費)	32.4万円
合計	410万円

支出では、家庭での食費 (人件費) が最も多くなっていますが、次いで自治会費・習い事 (補助費等)、光熱水費・消耗品 (物件費) が続いています。

# 山ノ内町 財務書類 4 表 公表します

問 総務課財政係 ☎33-3111

町の財政情報をわかりやすく開示するため、民間企業会計の考え方と会計事務を取り入れ、令和6年度決算に基づく財務書類4表を作成しました。

この財務書類4表は、町がどのくらいの資産を形成し、今後どれだけの債務を負担しなければならぬかを明らかにしたものです。

対象とした会計は一般会計のほか、国民健康保険特別会計などの特別会計と水道事業会計などの公営企業会計です。

行政コスト計算書	
190 億 8,296 万円	経常行政コスト等 (A) 109 億 3,115 万円
176 億 3,167 万円	人にかかるコスト (人件費など) 16 億 6,810 万円
91 億 8,314 万円	物にかかるコスト (物品購入など) 36 億 5,015 万円
84 億 4,853 万円	移転支出的なコスト (社会保障給付など) 53 億 5,084 万円
14 億 5,129 万円	その他のコスト (支払利息など) 2 億 5,388 万円
10 億 7,576 万円	臨時損失 818 万円
3,793 万円	経常収益等 (B) 7 億 2,758 万円
1 億 579 万円	施設の使用料、手数料、負担金、保険料、臨時利益など
2 億 3,181 万円	
148 億 8,909 万円	純行政コスト (A) - (B) 102 億 357 万円
	経常行政コストから経常収益を差し引いた純粋な行政コスト
339 億 7,204 万円	
純資産変動計算書	
11 億 3,068 万円	前年度末純資産残高 148 億 8,173 万円
3,903 万円	当期変動高 736 万円
	【内訳】
11 億 5,098 万円	純行政コスト △ 102 億 357 万円
△ 2 億 8,940 万円	財源調達 (町税、補助金など) 102 億 1,093 万円
△ 8 億 2,255 万円	
11 億 6,971 万円	令和6年度末純資産残高 148 億 8,909 万円

## 行政コスト計算書

社会保障、ごみ処理、教育などの人的サービスや給付サービスにかかる経費と、それらの経費に充てることが特定された財源である使用料、手数料などを表し経常的な収益を対比しています。

## 純資産変動計算書

貸借対照表の純資産が1年間でどのように変動したかを表しています。

## 負債

### 1 固定負債

- ・地方債 翌々年度(令和8年度)以降に償還する借入金
- ・退職手当引当金 年度末に全ての職員が退職したと仮定した場合に要する退職金

### 2 流動負債

翌年度(令和7年度)に償還する借入金や物件の購入費

## 純資産

資産から負債を差し引いたもので、将来、支払いや返済の必要がありません

## 財務書類のポイント

- 1 町民一人当たりの貸借対照表（令和7年1月1日現在の人口 11,114 人）  
資産：306 万円 負債：172 万円 純資産：134 万円
- 2 町民一人当たりの行政コスト 経常行政コスト（A）98 万円 経常収益（B）7 万円  
純経常行政コスト（A）－（B）91 万円
- 3 社会資本形成の世代間負担比率 現世代負担比率 51% 将来世代負担比率 46%  
今後は、経年経費分析や他の地方公共団体との比較分析等により、一層健全な財政運営のために有効的に活用していきます。



### 貸借対照表

行政サービスを提供するために保有している資産と、その資産をどのような財源で賄ってきたかを表しています。負債はこれから支払うもの、純資産は支払いが終了したものです。資産合計額と負債・純資産合計額が一致し左右のバランスがとれているため、「バランスシート」とも呼ばれています。

### 資金収支計算書

1年間の資金収支状況を性質別に区分し、どのような要因で現金が増減したかを表しています。

### 貸借対照表（バランスシート）

貸借対照表（バランスシート）		
資産【これまで形成された資産】	339 億 7,204 万円	負債【将来世代の負担】
固定資産	307 億 1,128 万円	固定負債
事業資産（土地、建物）	84 億 1,094 万円	地方債
インフラ資産（道路、水路等）	191 億 4,226 万円	退職手当引当金等
物品	13 億 2,338 万円	流動負債
無形固定資産（ソフトウェア等）	5 万円	翌年度償還予定地方債
投資その他資産	18 億 3,466 万円	未払金
流動資産	32 億 6,076 万円	賞与引当金
現金預金	11 億 6,971 万円	その他（預かり金等）
その他（基金・未収金など）	20 億 9,105 万円	純資産【現在までの世代の負担】
資産合計	339 億 7,204 万円	負債および純資産合計

### 資金収支計算書

前年度末現金預金残高
当期収支
【内訳】
業務活動収支（行政サービス）
投資活動収支（資産形成）
財務活動収支（町債など）等
令和6年度末現金預金残高

注）金額の内訳は、端数処理の関係で一致しない場合があります。

広域連合や一部事務組合会計を合わせた連結財務書類も作成しています。詳細は、町ホームページをご覧ください。



## 資産

- 1 事業用資産 役場庁舎、学校などの土地、建物
- 2 インフラ資産 道路、水路、公園などの不動産や車両、高額備品などの動産
- 3 投資その他資産 公営企業などへの出資金や貸付金、基金のうち特定の目的のために積み立てているもの、また町税などの未収金のうち前年度（令和5年度）以前のもの
- 4 流動資産 現金や町財政の健全な運営に役立てるための財政調整基金、減債基金、町税などの未収金

地域おこし協力隊員  
畑山の



皆さんこんにちは！着任から約半年、とても濃い時間を過ごさせていただいています。この場を借りて3つご報告です。

**① 11月に教員住宅でプレイベントを開催しました**

第0回プレイベントと題して、畳を干して掃除をするというイベントを開催しました。DIYではない内容でしたが、「雪が降る前に一回イベントをやっておきたい！」と思い立ち、急いで準備を進めて開催しました。

人数を集めることはできませんでしたが、広報や当日の運営など、次のイベントに活かせる反省がたくさんあり、開催してよかったです。

**② 12月～2月で空き家の研修に行ってきました**

長野県の研修で、3か月住み込みで研修を受けました。場所は蛸で有名な辰野町です。どうすれば空き家を良い次の人につなげることができるのか、実際にどのように不動産売買契約が結ばれるのかなど、今も現場でチャレンジし続けている講師陣から多くの学びを得てきました。

そこで気づかされたのは、僕はもっと山ノ内町を知らなければいけないということです。知れば知るほど研修で得た知識を活かせるはずなので、

たくさん見て、聞いて、体験していきたいと思います。

**③ 4月から教員住宅DIY本格化&イベントやります！**

4月から週3日程度、教員住宅でDIYをスタートします。最初は畳をフローリングにするDIYにチャレンジしていきます。さらに、月1回程度イベントも開催予定です！

このイベントを通じて、たくさんの人に教員住宅を知ってもらい、僕や家族の未来の友達が住んでくれることを願っています。

ご近所の方は顔を出すだけでも大歓迎です！イベント日以外にも教員住宅にいる機会が増えますので、ぜひ遊びに来てください。



◀プレイベントの集合写真

令和8年  
4月1日から

**自転車の違反に「青切符」が導入されました**



令和8年4月1日から自転車運転者を対象に、信号無視や一時不停止、右側通行、ながらスマホなどの違反に対し、交通反則通告制度\*（いわゆる「青切符」）が適用されました。

16歳以上が対象となり、違反行為に対して反則金が定められています。自転車は自動車と同じ「車両」です。道路を通行する時は「車両」として交通ルールや交通マナーを守り、安全運転を心がけましょう。

※交通反則通告制度…違反者が反則金を納めれば刑事罰が科されない制度

**【主な違反と反則金の一例】**

違反内容	反則金額
スマホ・携帯の「ながら運転」	12,000円
遮断踏切立ち入り	7,000円
車道の右側通行（逆走）、信号無視、横断歩行者等妨害など	6,000円
指定場所一時不停止、無灯火、自転車制動装置不良、イヤホン運転、傘さし運転	5,000円
横に並んでの並走走行・二人乗り	3,000円



▲免許はなくてもドライバー  
【長野県警 HP】

5月12日は「民生委員・児童委員の日」です。ひとりで悩まず、まずは声をかけてください。

### 民生委員・児童委員とは？

「民生委員・児童委員」という言葉は聞いたことがあっても、「どんなことをしている人なの？」と思う方も多いのではないのでしょうか。厚生労働大臣から委嘱を受けた「地域のボランティア」です。

住民の一員として、困りごとの相談に乗ったり、必要な支援を紹介したりする「地域のつなぎ役」活動をしています。



### いつまでも安心して暮らすために

「最近、生活で困ったことがあるけれど、どこに聞けばいいかわからない…」、「身近に、困っていそうな一人暮らしの高齢者がいる」そんなときは、お近くの民生委員にご相談ください。

- ・見守り訪問：一人暮らしの方などのご自宅を訪問し、元気に過ごされているか確認します。
- ・福祉のつなぎ役：介護保険や福祉サービスなど、役場の専門窓口をご紹介します。
- ・秘密は守ります：相談内容は固く守られます。安心してお話しください。

### 育児の不安、ひとりで抱えないで

民生委員は「児童委員」も兼ねており、お子さんの健やかな成長を見守っています。

- ・子育ての相談：妊娠中の不安や、初めての育児の戸惑いなど、親身にお話を伺います。
- ・主任児童委員の活動：子どもや子育て支援を専門に担当する委員もいます。学校や関係機関と協力して、親子をサポートします。

☎健康福祉課 福祉係 ☎33-3116  
(民生児童委員協議会事務局)

## 町の文化財を訪れよう⑳

名勝

かん まん だき  
潤満滝



旭山下の展望台より望む潤満滝

指定日 昭和55(1980)年3月22日  
所在地 沓野  
所有者 (一財)和合会

志賀高原一沼の南西、角間川中流にある落差約100mの滝。『山ノ内町誌』には「落差101メートルにおよぶ日本第7位」、『山ノ内町の文化財』には「坊寺山の熔岩が角間川によって浸食された所に成立している(1,300m)。高さ101mは県下有数の滝」とあります。

角間川は横手山(標高2304m)・鉢山(2041m)・笠ヶ岳(2075m)一帯を源流とし、星川橋(614m)で横湯川と合流します。標高差1000m以上をおよそ12km下る急流のため、志賀高原の火山活動で生じた山地にV字谷をつくり、この滝が形成されました。

以前から景勝地として認識され、児玉果亭もここへ出かけて滝を愛で、絵に残しています。旭山下の展望台には、大正9年(1920)に滝を訪れた若山牧水の文学碑「潤満瀧」が建っています。

明治15年(1882)に平穩村が県に提出した地誌には、「喊満瀧」の漢字が充てられています。滝は集落から4.2kmほど離れた佐野村境の角間川にあり、高さが三十九丈(約118m)、幅六間(約11m)。その姿は深山幽谷の奇岩絶壁に天が布を曝すようであり、秋の紅葉の景色が最も美しい。などと述べています。

一度は滝下に立って滝を見上げてみたいものですが…

☎生涯学習課 文化創造推進係 ☎38-0373

# 景観づくりに取り組む団体を応援します

町では、愛着が持てる変わらない風景、また観光地として来訪者を迎えられる風景づくりを目指しています。美しい景観を守っていくため、地域や団体で行う景観づくり活動に対して支援を行っています。

締結団体募集中!!

## 【景観づくり団体・住民協定】

景観づくり団体・住民協定の認定を受けた地区や協定者に対し、景観づくり事業補助金による支援を行います。

### 景観づくり団体とは

一定の区域で地域の良好な景観形成を図ることを目的とする町民が構成する団体。

### 住民協定とは

一定の区域内の地域住民の皆さんが、その地域の実情に即した景観づくりを推進するために自主的なルールを決め協定を締結すること。

(補助例) 住宅等の外観整備、屋外広告物の除去・改善、公会堂・公衆浴場の外観整備 ほか

## 【美しい町づくり支援事業】

(アダプトシステム)

町道や公園など一定区域の草刈り・清掃・花壇の手入れ等のボランティアを行っていただける団体（区・地域グループ・学校）へ原材料支給及び保険加入の支援を行います。

(作業例) 町道・待避所・道路法面・公園等の草刈り、清掃、植樹帯・花壇・プランター等の整備

## 【地域の風景創造事業】

地域の街並みのルール化、樹木の管理方法等の景観づくりに対してアドバイザーを派遣します。

(派遣例) 桜の樹勢診断、寄せ植え講習会 ほか

詳しい内容については、お問い合わせください。

☎建設水道課 景観維持係 ☎ 33-3114



Kameyama  
Clinic

# かめやま医院 新規開院

糖尿病専門医・消化器病専門医

診療科目 内科疾患 糖尿病・代謝・内分泌内科 消化器内科

診療時間

休診日：金 土曜日  
日曜日 祝日



	月	火	水	木	金	土
9:00~ 12:00	○	○	○	○	休	休
14:00~ 17:00	○	○	○	○	休	休

〒381-0402 山ノ内町佐野704-4 南小学校そば

TEL 0269-38-0221 FAX 0269-38-0236

院長 亀山 正明

広告

広告

山ノ内町公式

未経験でも応募できる求人がたくさん!

# 単発お仕事探しサイト

詳しくはこちら!



おこみん

1日単位  
で働ける



履歴書/面接  
不要



お給料  
即払い



山ノ内マッチボックス powered by matchbox

実施主体: 経済振興課 経済振興係  
受託業者: 株式会社 Matchbox Technologies

## 買取のまるよし イオン中野店

広告

### 捨てないで!

こんなお品物も大歓迎です!

- 石取れ・壊れたアクセサリ
- サイズが合わない指輪
- 名前入りアクセサリ
- 金歯・万年筆のペン先などの金製品
- ガラス割れやサビOK! 壊れたブランド時計
- 傷ありブランドバッグ



いつでも  
高価買取  
あたりまえ!!

査定  
無料

即日  
現金

### 洋酒買取

飲まずにしまってある未開封のウイスキー・ブランドデー・ワインなど、箱がなくても買取いたします!

イオン中野店内1F 中野市大字一本木252-1

おかけさまで6年目を  
迎えました。

[営業]10:00~19:00 年中無休  
(土・日曜のみ18:00まで)

TEL 0269-27-4886

古物商許可証番号 / 長野県公安委員会第481032000010号

飯山市生まれ、中野市在住の吉越(店主)です。地域に根ざした信頼・安心のサービスをモットーに、これからもお客様にご満足いただけるよう全力を尽くします! お気軽にどうぞ!

## ふるさと寄附金「オラ」のふるさと応援賞

日野	川井	大鹿	田口	野地	山下	吉田	佐川	久野	篠崎	林輝	神谷	駒津	三輪
瑛子	敏昌	洋	林太郎	実	千明	麻奈子	湧二郎	文菜	直子	司	則幸	和宜	雄彦

北川	高瀬	多田	岡本	北川	海野	村越	村越	福田	岡田
博恵	幸夫	雅樹	勝士	知明	明香根	英治郎	由希子	健太郎	直治

了承をいただい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。

3月に寄附をいただいた方(敬称略)  
247件総額 16,474,000円

介護タクシー・民間救急  
**出発進行**

代表 桜井 大輔 (救急救命士)  
070-7620-0119

QRコード

長南広域消防本部認定  
救急隊員歴28年の経験を活かし、ご利用者様のご要望に応えます。お気軽にご利用、お問い合わせください。休日、夜間もご利用出来ます。(不定休あり)

◎用途により2台の車両を幅広く使い分けが出来ます。  
例) 日産 キャラバン: ストレッチャーでの移動。看護師同乗 等  
※車いす2台可  
トヨタノア : 車いすでの移動。買物、お出かけ 等  
(普通車料金) ※ストレッチャー可

広告

## 「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穏 2842

広告

## 司法書士青木事務所

〒381-0401山ノ内町大字平穏3246-1  
エンゼルリゾート志賀高原410  
電話: 0269-33-1950 F A X: 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

# 町の慶弔録

令和8年3月1日から3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
小林 繁子 <small>こばやし しげこ</small>	93	佐野
山本 裕 <small>やまもと ひろし</small>	61	上条
齊藤 喜保 <small>さいとう よしやす</small>	77	横倉
山上 けさの <small>やまかみ</small>	97	横倉
青木 孝明 <small>あおき たかあき</small>	42	宇木
河上 由美 <small>かわかみ よしみ</small>	85	湯河原
監物 ミキエ <small>けんもつ</small>	97	上条
竹節 ツギ <small>たけふし</small>	99	志賀高原
藤井 一成 <small>ふじい かずしげ</small>	88	湯田中
畔上 善治 <small>あぜがみ よしはる</small>	76	宇木
山本 一郎 <small>やまもと いちろう</small>	92	杓野
吉池 忠夫 <small>よしいけ ただお</small>	84	中須賀川
丸山 けさ江 <small>まるやま けさえ</small>	86	裏落合

## 婚姻

氏名	地区
西村 龍起 <small>にしむら りゆうき</small>	上条
高田 綺愛 <small>たかだ きあら</small>	金倉

### 訂正とお詫び

広報やまのうち3月号12ページに掲載した慶弔録について、記載の誤りがありました。正しくは以下のとおりです。お詫びして訂正します。

正：芦原 俊一あしはら としかず  
誤：芦原 俊一あしはら としかず



## 入札結果(3月分)

委託・購入等業務

入札執行日 または 落札決定日	工事	落札者	落札額	担当課
R8.3.25	山ノ内町農業集落排水施設維持管理業務委託	(有)志賀プラントサービス	9,300,000円	建設水道課
R8.3.25	山ノ内町水質浄化センター維持管理業務委託	(有)志賀プラントサービス	46,080,000円	建設水道課



## 蟻川図書館

おすすめの  
一般書

### 一般書

『7回転んでも8回起きる』 高木菜那著 徳間書店  
妹との比較、命と心を削った五輪への道、金メダル目  
前での転倒…初めて明かす心の内と、頑張っている人へ  
のメッセージを込めた等身大の1冊。

『すべてが円くなるように』 原田マハ著 幻冬舎

貝は海からの贈り物。真珠には不思議な魔力が潜んでい  
る。祖母と孫、母と娘、女友達。真珠がつかなく人生と  
夢を描く、極上の短編集。

### 児童書

『夢をかなえるゾウ 子ども版1 おかしな神様ガネー  
シャとひみつの教え』  
水野敬也作 安楽雅志絵 文響社  
楽しく読めてタメになる、そして最後はホロリとさ  
せる、子どもが生まれて初めて触れる極上の自己啓発  
エンタテインメント!(幼児〜小学生)

『やきゅうのずかん』  
牛窪良太著 白泉社  
ユーモアあふれる豆知識  
もいっぱい、親子で楽し  
める野球入門書。この1冊  
さえあれば、家族での観戦  
も数倍楽しめること間違い  
なし!(幼児から大人まで)



※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。

☎ 33-1184



## 人口4.1現在 (住民基本台帳)

11,011人  
 男 5,372人  
 女 5,639人  
 前月比 -100人  
 5,170世帯  
 前月比 -54世帯

## 気象 3月 ( )は過去5年間の平均

平均気温 4.5℃ (4.4℃)  
 最高気温 20.1℃  
 ≪3/30 13:21≫  
 最低気温 -4.8℃  
 ≪3/11 6:16≫  
 降水量 15.0mm (58.0mm)

## 国保加入者一人 当たり支払った 医療費 2月

28,320円  
 前年比 -5.92%

## 交通事故 3月 ( )は1月からの累計

件数 1件 (4)  
 死者 0人 (0)  
 傷者 2人 (8)  
 ※累計は変動します

## 119番情報 3月 ( )は1月からの累計

火災 2件 (3)  
 救急 148件 (506)  
 救助 0件 (1)

## 『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

5月8日(金) 10:00～12:00

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、2日前までに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 保健センター  
 毎週月曜日 9:00～12:00 全町民対象  
 (5/4はお休みです)
- 胃検診 保健センター  
 5/22(金) 6:40～8:30  
 (大腸がん検診を同時に受診される方は便の容器もお持ちください。)
- 大腸がん検診 保健センター  
 5/8(金) 7:30～9:30  
 5/14(木) 7:30～9:30  
 5/22(金) 7:00～9:00
- 特定健診・健康診査  
 5/8(金) 12:30～14:00 保健センター  
 5/12(火) 13:30～14:30 保健センター  
 16:00～17:10 (夕方健診・要予約)  
 5/13(水) 9:00～10:30 ほなみふれあいセンター  
 13:00～14:00 ほなみふれあいセンター  
 5/14(木) 12:30～14:00 保健センター



◀各種健(検)診はQRコードから確認できます。

特定健診・健康診査、すくすく子育て教室の予約はQRコードからでもできます。

- 母子子育て相談  
 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。
- すくすく教室 保健センター  
 5/21(木) 9:20～9:30(受付)  
 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。QRコードからネット予約ができます。
- 乳幼児健康診査 保健センター  
 5/15(金) 1歳6か月児・2歳児 12:45～13:15(受付)
- 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



5/3(祝)	飯田医師	5/4(祝)	片桐医師
5/5(祝)	須藤医師	5/6(替)	渡辺医師
5/10(日)	保倉医師	5/17(日)	安部医師
5/24(日)	坂江医師	5/31(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 おかずにいかが

### 料理タイトル カジキの カレー炒め

### 表示分量(1人分)

- ・エネルギー 211kcal
- ・たんぱく質 13.6g
- ・脂質 8.5g
- ・食塩相当量 1.2g

### <材料> (4人分)

- カジキマグロ 4切 赤パプリカ 1/2個
- 黄パプリカ 1/2個 アスパラ 4本
- エリンギ 小2本 油 大さじ1
- ★小麦粉 大さじ2 ★カレー粉 小さじ1・1/2
- ◆めんつゆ(2倍濃縮) 大さじ4
- ◆みりん 大さじ2

## 作り方

- ① カジキは2cm幅に切り、★をまぶす。
- ② パプリカは長さを半分にしてくし切り、アスパラは斜め薄切り、エリンギは長さを半分にして4～6等分にする。
- ③ フライパンに油をひき、中火でカジキを焼く。両面焼けたら、いったん取り出す。
- ④ 同じフライパンに野菜を入れて炒める。油がまわり少ししんなりしたら、③をもどし、◆を加えてからめる。

## 食生活改善推進協議会 おすすめレシピ

ボリュームたっぷり。  
 子どもも好きな味付けです。





## 3/7 家事シェアを楽しく！誰でも簡単料理実習



人権・共生のまちづくり事業の一環として、性別に関わらず家事を共に担う意識づくりと町民交流を目的に、料理教室を開催しました。当日は家庭ですぐ実践できるメニューに挑戦。参加者は分担して協力し、会話を弾ませながら調理を楽しみました。

3/18  
~20 第69回志賀高原少年スキー大会を開催

志賀高原少年スキー大会（アルペン競技〔大回転・回転〕）が、ジャイアントスキー場コースで開催されました。大回転の部には115人、回転の部には72人が出場し、熱戦を繰り広げました（クロスカンントリー競技は、雪不足のため中止となりました）。

## 3/15 生涯学習フェスティバルを開催 たくさんの来場者で賑わいました



文化センターを会場に「生涯学習フェスティバル」が開催されました。「食と文化の交流」コーナーでは、名物のはやしそばや本格的なベトナム料理、香り高いコーヒーなどが振る舞われ、家族連れなど多くの人々が舌鼓を打ちました。体験コーナーでは、「フラワーアレンジメント」に熱中する姿が見られるなど、参加者は手仕事の楽しさを満喫。さらに今年は、オープニングステージに和太鼓グループ「もみじ太鼓」とフラダンスグループ「Haunani（ハウナニ）」の発表が加わり、躍動感溢れる音と南国のリズムに乗せた愛くるしいダンスが、新しい活気をもたらしました。

## 3/27 選挙関係功労者表彰の伝達式を挙げる



山ノ内町選挙管理委員会の元委員長・岩本大喜夫氏（83歳・苗間）に対し、総務大臣感謝状の伝達式が行われました。多年にわたり選挙の適正な管理執行と推進に尽力された顕著な功績を称えるものです。当日は徳竹信治委員長から、国民参政135周年等の節目を記念した感謝状が、その功労を称え手渡されました。

## 4/11 山ノ内町教育訓練を実施



消防団活動の基礎となる規律訓練や機関講習、新入団員訓練が実施されました。団員たちは、地域を守るための基本動作や機械操作の習得に真剣な表情で取り組んでいました。令和8年度新体制のもと、町民の安全・安心を確保するため、団結力を高め決意を新たにしました。