

やまのうちの
美味しいりんご

秋の始まりとともに、収穫の時期を迎えるりんご。ここ山ノ内町には、甘くて色づきのよい美味し〜いりんごがあります。今年も丹精込めて育てられ、続々と出荷中。

特集

- 01 山ノ内中学校 白樺祭
- 02 志賀高原ヒルクライム
- 03 東小学校 運動会



竹節町長の
対談コーナー

こんにちは よしたかです

第175回

10月1日、蟻川図書館開館30周年記念式典が開催されました。図書館建設費全額、また毎年の寄附により図書館の整備・充実に献身された故・蟻川沿雄さんの遺志を受け継ぐ、長女 蟻川佳代子さん、次女 西畑紀美子さんにお話を伺いました。



▶(右から)竹節町長、蟻川佳代子さん、西畑紀美子さん

町長 お父様のご遺志を受け継がれて、図書館の整備・充実に毎年お力添えをいただいていること、本当に感謝しています。今後どんな図書館でありたいかなど想いはありますか。

蟻川 この30年間で私たちの

日常が激変してきますが、本についても電子書籍が普及し、学校の教科書ですら電子化が進んできています。本のあり方が変わってきているので、図書館のあり方も変わらなければいけないと感じており、この30周年がその節目なのかなと考えます。父の「子どもたちへ学びの場を」という想いで図書館が開館しましたが、この30年間で山ノ内町の人口ピラミッドの構成も変化してきていると思うので、できる限り老若男女問わず皆さまにご利用いただける場であり続けたいと思います。また、今日の30周年を機に、その新たな一歩を歩き出せればと思います。

町長 そうですね。新しいこれからの10年、20年後を見据えていかなければいけませんね。今後もお二人の視点からのご指導をお願いします。西畑さんは本の整理にたびたび訪れていただいていますけど、どうですか。

西畑 やはり地元で愛される図書館でありたいです。最近

では、スマートフォンの普及などで、子どもたちの本離れが進んでいるような気がしています。そのような中でも、愛される図書館であるためには、本を読むことが目的ではなくても、気軽に図書館に来ていただいて、ちよつと周りを見渡したときに、気になるような本と出会える環境づくりが問われているのではないかと思います。

町長 お父様も、子どもたちには本と触れ合うことで人間形成して欲しいと、生前おっしゃっていました。町づくりは人づくりと私は考えておりますが、蟻川図書館は私たちに学びを教えてくれる大切な場所です。町の子どもたちや利用者、町民を代表して本当に感謝申し上げます。今日はありがとうございました。



蟻川図書館30周年の歩み

今年で開館30周年を迎えた蟻川図書館。その30周年の歩みを振り返ります。

沿革

平成4年6月23日	開館・記念式典
平成14年6月30日	開館10周年記念式典
平成18年10月	図書館システム電算化
平成20年7月	図書貸出冊数増冊(二人3冊から5冊)図書館システム更新・利用者用館内蔵書検索開始
平成20年12月	開架書庫内書棚入替工事(固定式から可動式書庫へ)
平成22年7月	インターネット蔵書検索開始 (長野県内公共図書館横断検索サービス網加入)
平成24年9月15日	ブックスタート事業開始(町内の赤ちゃんとファーストブックを渡す活動で、1人2冊プレゼント)
平成26年7月1日	開館20周年記念式典
令和元年6月	図書館システム更新
令和元年8月22日	第1回改修工事(玄関・ロビー階段の壁紙・絨毯等)
令和2年6月	フリーWi-Fiサービス開始
令和2年7月1日	第2回改修工事(2階閲覧室壁紙・絨毯等)
令和3年2月9日	インターネット予約利用サービス開始
令和3年6月	読書手帳発行サービス開始
令和4年6月	図書除菌機を設置し、安心・安全な読書へ
令和4年8月5日	第3回改修工事(1階閲覧室壁紙・絨毯等)
令和4年10月1日	第4回改修工事(トイレ等水回り壁・床・設備他)
	市町村と県による協働電子図書館(デジタルと信用)開始
	開館30周年記念式典

百歳長寿

これからもお元気で長生きを

国では毎年9月15日を「老人の日」と定め、21日までの1週間を「老人週間」とし、老人福祉に関して国民的理解を考える週間としています。

今年度町内で百歳を迎えられる方は10名で、うち2名は、いで湯の里敬老祝賀会において、他2名へは自宅訪問を行い、町長が百歳長寿をお祝いするとともに、国・県・町からの祝状や記念品の贈呈を行いました。

大正・昭和・平成、そして令和という激動の百年間を乗り越えてこられた皆さまに、心からのお祝いと、これからも健康で穏やかな日々を過ごされることをお祈りします。



写真／小嶋 正廣 氏（前列中央・立川）

インバウンド回復に向けた緊急要望を実施

9月14日、水際対策のさらなる緩和など、今冬のインバウンド回復に向けての緊急要望書を国土交通省 清水真人大臣政務官をはじめ、前内閣総理大臣菅義偉議員、二階俊博議員、小泉進次郎議員、務台俊介議員、後藤茂之議員、中川宏昌議員、井出庸生議員に提出しました。

寄贈していただきました

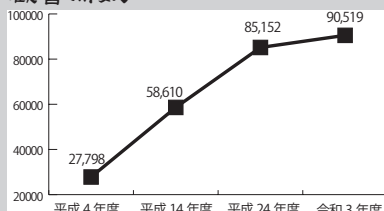
9月14日、町商工会青年部（部長・竹節宗一郎）様から、スラックレールを町内の5保育園に寄贈していただきました。スラックレールとは、床に置いて乗り、さまざまなスポツで必要とされる「体幹」「バランス」「集中力」を養うスポツトイです。新型コロナウイルス感染症等の緊急事態宣言下において、一時期、外で自由に遊ぶことができなかったため、子どもたちが室内で楽しく遊んでもらいたいという想いから、寄贈されました。町内の保育園で大切に使用していただきます。



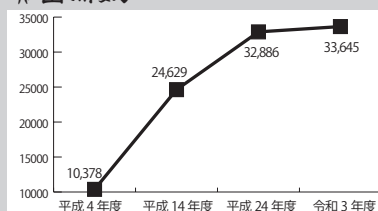
～30周年の推移～

この30年間で、たくさんの町民の方からご利用いただきました。

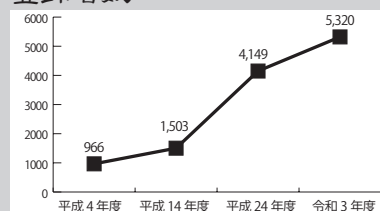
蔵書冊数



貸出冊数



登録者数



白樺祭

山ノ内中学校で毎年開催される『白樺祭』は今年で54回目。コロナ禍で学校生活に制限がある中、生徒たちはどのような想いで白樺祭に取り組むのでしょうか。

9月9日、白樺祭に向け準備作業中の実行委員長小松芽依さん（3年生）に、お話を伺いました。

Story ～全校が主人公となれ～

広報 今年の白樺祭のテーマは「ストーリー、全校が主人公となれ」ということですが、このテーマに込められた想いは何かありますか。

小松さん そうですね。コロナ禍ということもあり、今年の白樺祭は1.5日開催ですが、その中でもたくさんの方のプログラムがあります。全校のみんなには、一人ひとりが主人公となって、白樺祭を作り、進めていってほしいという想いが込められています。

広報 そうなんですね。みんなが主人公で、心に残る白樺祭になるといいですね。小松さん自身の白樺祭にかける熱い想いは何かありますか。

小松さん 熱いですか（笑）熱いかどうかはわかりませんが、私が1年生のときから、この白樺祭を先輩方が作ってきたくて、クラスみんなで楽しめることができない毎年の特別な行事だったんです。なので、この大切な行事を私たちの代でも引き継いで、後輩みんなの思い出に残るような白樺祭にしたいと思っています。

広報 非常に熱い想いで、いいですね。当日も取材させていたいただきますが、今から楽しみにしてきました。当日のイチオシは何かありますか。

小松さん もちろんありますよ。今年の全校制作は「巨大パズル」

なんですけど、当日最終日にならないと、生徒のみんなはどんなパズルが出来上がるのか知らないんです。

広報 すごく面白そうですね！

小松さん 今、1年生から3年生までの各クラスに、実行委員会が指定した模様のピースを作ってもらっていて、完成した各クラスのピースを当日にはめて完成させるんです。

広報 なるほど。ここだけの話どんなパズルができるかって聞いても…？（笑）

小松さん それはダメです。（笑）当日を楽しみにしてください。

広報 そうですよ。（残念）

小松さん ちなみに「巨大パズル」制作にはSDGsの取り組みも兼ねていて、各クラスに作ってもらっているピースは家庭で捨てる、いらない広告をちぎって作る、いわゆる「ちぎり絵」なんです。

広報 それはすごい。大人顔負けの発想力です。SDGsにも力を入れて取り組んでいるところが、本当に素晴らしい白樺祭になりそうですね。

小松さん ありがとうございます。みんなの心に残る白樺祭になるように頑張ります。

当日

迎えた当日、開会式で実行委員による『ももたろう』の劇が披露されました。小松さんが見どころだと語ってくれた「巨大パズル」のピースが劇中で徐々に集まっていく展開に。閉会式では、劇の続きが公演され、戦いを挑んだ鬼が持っていた星形のピースがはめ込まれ、パズルが見事完成。それを見届けた生徒たちは、歓喜の笑みと充実感が満ちていました。白樺祭が閉幕した瞬間、委員長の小松さんをはじめ、生徒一人ひとりに白樺祭の「ストーリー」が生まれた瞬間でもありました。



▲ 完成した“巨大パズル”



▲ 最後のピースをはめ込む瞬間

▶ 展示作品を見学する生徒たち

志賀高原ヒルクライム



初開催！ 国道最高地点へ 駆け上げろ！

午前7時、緊迫感に包まれた空気の中、号砲が鳴り響くと選手たちは勢よく飛び出しました。クライマーたちを待ち構えるのは、標高2,000mを超える九十九折れの

9月11日、秋の気配を感じる空気の中、志賀草津高原ルートを開鎖し、志賀高原ヒルクライム2022が初開催されました。北は福島県、南は宮崎県から集まった605名のクライマーたちがゴールとなるのは、サイクリストの聖地「渋峠」で、距離にして13.4km、標高差は743m、雲海が眼下に広がる国道292号を走り抜けました。

10年越し、念願の開催

開会式で竹節町長（実行委員長）は「構想開始から10年、新型コロナウイルスの影響で2回中止となったものの、3年間待ち続けてくれた参加者や開催に向けて尽力した地元志賀高原、通行制限に協力いただいた長野県をはじめとする関係機関など、多くの皆さんへ感謝を申し上げたい」と話しました。

渋峠へつづく難コース

完走後は 地元の食べ物・絶景を楽しむ



難コース。サイクリングであれば間違いなく記念撮影に立ち止まりたくなる絶景の中、それぞれの目標タイムに向けて駆け上がっていきました。

ゴール地点の渋峠では、地域のボランティアによる「そば鍋」やブランド米「雪白舞のおにぎり」に舌鼓を打ち、横手山頂や国道標高最高地点での記念撮影など、志賀高原の味覚や絶景を楽しみました。表彰式では、クラス別に表彰され、総合優勝に輝いた井出雄太さんには表彰状とチャンピオンジャージに加え、「雪白舞」の米俵が贈られました。

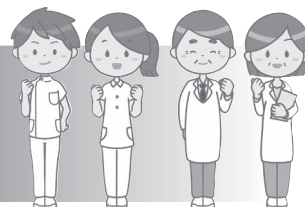
来年の開催を期待する声

参加者からは「居心地の良いレースで、来年も参加したい！」「10年に渡って開催に尽力された運営の皆さま、本当にありがとうございました。」「景色もよく、エイドも充実しているし、温泉も観光も楽しめるいい大会。」など、来年の開催を期待する声が多く聞かれ、志賀高原ヒルクライム2022は無事、幕を閉じました。



医療費

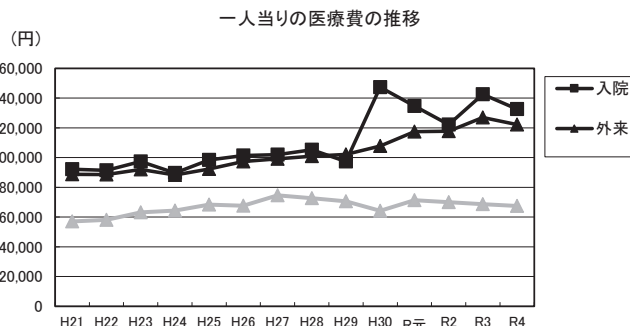
早期発見・早期治療、ジェネリック医薬品の活用などで医療費の適正化を目指しましょう



一人当たり医療費が増加

令和3年度の町国民健康保険の医療費は、総額で約12億4千円となり、前年度と比べて4.03%増加しました。一人当りは36万222円となり、28,626円、8.63%増加しました。令和4年度は、半年を経過した状況で、医療費全体では前年度より減少しています。

被保険者数は170人規模で減少している中で、高齢化や医療の高度化により今後も一人当たり医療費は増加することが見込まれますので、特定健診やがん検診等を受診して、早期発見・早期治療で医療費を節約しましょう。



一人ひとりのご協力で医療費の適正化を

万が一、病気にかかったり事故にあったりした時は、健康保険に入っていることにより、一部の負担金で安心して医療を受けることができます。この制度を存続させるために、以下のような方法で医療費を節約しましょう。みなさまのご理解とご協力をお願いします。

- ・ 同じ病気やけがで複数の病院を受診しない
- ・ 診療時間外や休日診療は、なるべく避ける
- ・ 必要以上の薬はもらわない（もらった薬は、きちんと使用する）
- ・ 年1回特定健診等を受け、病気の重症化を未然に防ぐ（早期発見・早期治療）



ジェネリック医薬品を上手に活用してみましょう

安全性や効き目は、新薬と同等である低価格なジェネリック医薬品を上手に活用すると、自己負担額の軽減になります（一部例外あり）。なお、すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではないので、医師や薬剤師とよく相談のうえ処方していただくことをお勧めします。



柔道整復師（接骨院、整骨院）の正しいかかり方

柔道整復師（接骨院、整骨院）による施術は、その負傷原因や症状によって国民健康保険の使用に制限があります。国民健康保険の適用が認められなければ施術料は全額自己負担となるので、施術を受ける前にきちんと確認して正しく施術を受けることが大切です。

○保険が使える場合	×保険が使えない場合
・ 捻挫、打撲や肉離れ ・ 医師の同意がある場合の骨折、脱臼の施術	・ 日常生活における単純な疲労や肩凝り、腰痛、体調不良など ・ 脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善がみられない長期の施術 ・ 保険医療機関（病院、診療所など）で同じ負傷などの治療中のもの

セルフメディケーションとは

「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と、言われています。健康管理の習慣が身についたり、医療や薬の知識が身についたりすることで、医療機関への受診の手間や時間が省かれることもあります。一度考えてみてはいかがでしょうか。

医療機関へかかる際の自己負担金を減免、徴収を猶予する制度があります

災害や事業の休廃止、失業など特別な事由に該当し一時的に収入が減って著しく生活が困難になったと認められるときは、申請することにより医療機関へかかった際に支払う医療費の自己負担金を減免したり徴収猶予を受けたりすることができます。対象となる事由や収入等の各種要件があり、減免期間は3カ月以内、徴収猶予は6カ月以内となっています。詳しくは、医療保険係までお問い合わせください。

☎健康福祉課医療保険係 ☎33-3116

募集

陸上自衛隊 高等工科学校生 第3回自衛官候補生

【募集種目】 高等工科学校生徒

将来陸上自衛隊において、高機能でシステム化された装備品を運用するとともに、国際社会においても自信をもって対応できる自衛官となる者を養成する高等工科学校生徒を募集します。

【募集種目】 第3回自衛官候補生

技術と体力を一心に磨く任期制自衛官候補生を募集します。

【資格】

令和4年4月1日現在で15歳以上17歳未満の男子

【受付期間】

○推薦

12月2日まで

○一般

令和5年1月6日まで

【試験日】

○推薦

令和5年1月5日～7日

(うち1日)

○一般

1次 令和5年1月14日

・15日(うち1日)

2次 令和5年1月26日

・29日(うち1日)

【試験日】

11月25日～11月27日

【受付期間】

11月18日まで

【資格】

18歳以上33歳未満の者



問 自衛隊長野地方協力本部
026-235-6026

11月は児童虐待防止推進月間

～ 虐待かもと思ったらダイヤル189(いちはやく) ～

児童虐待

に関する相談対応件数は依然として増加しており、特に子どもの生命が奪われるなどの重大な事件も後を絶ちません。

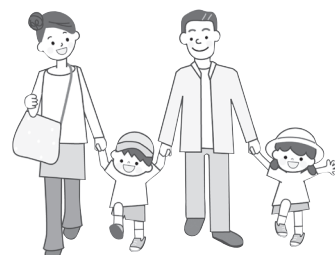
こうした状況の中で、児童虐待問題に対して深く関心を持っていただくことを目的に、厚生労働省では毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、集中的な広報や啓発活動を行います。もし、地域で気になることがありましたら、下記までお知らせください。

◆長野県児童虐待・DV 24時間ホットライン ☎ 026-219-2413

◆児童相談所全国共通ダイヤル 189(いちはやく)

※連絡は匿名で行うことも可能です。

連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。



司法書士青木事務所

〒381-0401 山ノ内町大字平穏3246-1-410
TEL : (0269) 33-1950 FAX : (0269) 33-1951
URL : aoki-jimusho.net
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)

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

9月23日、東小学校の運動会が開催されました。始まる直前まで雨が降っていたものの、子ども達の想いが天まで届き次第に雨は止んでいきました。各プログラムを通して、子ども達が元気いっぱい楽しむ姿勢が見られ、最後の演目の“山ノ内どんどん”では保護者も参加し、会場にいる全員が一体となる場面もありました。力を出し切った児童やそれを応援する保護者、会場にいた全員が笑顔で、無事に運動会が終えることができました。

笑顔輝く

力を合わせ、全力で！

運動会

東小学校





保育園の入園受付を行います



来春(令和5年4月)から入園を希望される皆さんへ

令和5年4月から山ノ内町各保育園への入園を予定されるお子さまの、入園申し込みの受付を行います。希望される方は、入園希望の保育園でお申し込みください。

また、仕事などの理由で町外の保育園へ入園を希望される場合は、健康福祉課子ども支援係へご相談ください。なお、育児休業終了などによる年度途中での入園は、ご希望に沿えない場合があります。途中入所を希望される方も、今回の受付でお申し込みください。

入園申込受付日程

受付日	保育園名	受付時間
11月2日(水)	志賀高原保育園	13:00~14:00
11月2日(水)	かえで保育園	9:00~11:00
11月7日(月)	ほなみ保育園	
11月8日(火)	よませ保育園	
11月9日(水)	すがかわ保育園	

申込方法

各保育園および健康福祉課子ども支援係で申し込み書類をお配りしています。申込用紙にご記入のうえ、受付日に提出してください。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、来園の際はマスクの着用をお願いします。

健康福祉課子ども支援係 ☎33-3116



中国密雲区友好交流都市提携 International Exchange

中国のインターネット展示会『一带一路』文化観光プロモーション展で町が紹介されています。

『一带一路』とは

中国が推し進める巨大経済圏構想で、アジアとヨーロッパ間を陸路と航路で結び、経済発展を目指す現代版シルクロードのことです。

町が文化観光プロモーション展に出展

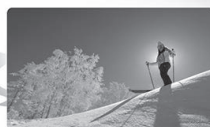
新型コロナウイルス感染症の影響で人と人との関係が薄れていましたが、そんな状況を乗り越えようと『一带一路』文化観光プロモーション展がインターネットで公開されました。町は、中国北京市密雲区との友好交流都市提携により、プロモーションに出展しています。他国からは中国の行政区と友好関係のある10か国20都市(イタリア・ミラノ、韓国・ソウル、タイ・バンコクなど)が参加していて、規模として一番小さいのが山ノ内町ですが、素晴らしい観光資源のおかげで有名都市に引けをとらない展示内容となっています。

山ノ内町のインバウンドの回復に向けた展示内容を、ぜひチェックしてみてください。

総務課移住交流推進室 ☎33-3111

▼『一带一路』文化観光プロモーション内 町の紹介ページ

Hosts Miyun District People's Government of Beijing Municipality Supports Yamaguchi Town, Nagano Prefecture, Japan



Preface

Yamaguchi town is located in the Northern part of Nagano prefecture in Central Japan. It is surrounded by 2000 meter-high mountains and has scenic attractions such as Shiga Highlands, Yamanaka Onsen Open Forest, and the Shiga Highlands Shiga Highlands is part of a national park and offers activities throughout the year for those who love the nature and mountains. Using the summer trails of Shiga Highlands (NAGANO) (Shiga Highlands), hiking and skiing can be enjoyed in the green season. During winter, fantastic powder snow can be enjoyed on ski and snowboards throughout...

PICTURES OF NAGANO PREFECTURE



『一带一路』文化観光プロモーション展サイト

英語版



中国語版



美しい河川景観を守るために、ご協力をお願いします！

誰もが気持ちよく利用できる河川へ

河川は雨水などを下流に流し、住民の皆さんの生命・財産を守る施設であるとともに、散策や公園等として利用できる身近な場所です。

美しい河川景観を守るため、河川の管理は長野県や町だけでなく、住民の皆さんで組織する河川愛護団体等と連携して、河川の清掃・草刈りや環境美化活動を行っていて、町内では18団体2000名あまりの皆さんが河川愛護団体として登録しています。誰もが気持ちよく利用できるよう美しい景観を守っていきましょう。



▲沓野組湯ノ原まちづくりの会

山ノ内町の河川愛護団体

構成員数(人)

星川湯河原河川防災委員会(星川)	226
星川湯河原河川防災委員会	177
湯河原2組河川愛護会	250
沓野組湯ノ原まちづくりの会	64
穂波温泉河川愛護会	259
三沢川河川愛護会	425
伊沢川河川愛護会(菅・寒沢)	151
伊沢川河川愛護会(戸狩)	55
本郷河川愛護会(本郷区厚生部)	13
本郷河川愛護会(本郷区土木委員会)	6
宇木区泡貝川愛護会	30
宇木区笹川河川愛護会	36
横倉区河川愛護会	222
前坂区河川愛護会	59
夜間瀬川河川愛護会・湯河原1組河川愛護会	50
三沢川美化組合	63
上組河川愛護会	39
夜間瀬川河川愛護会・緑地公園のり面保全愛護会	35
合計18団体	2,160

順不同 名称・人数は令和3年度県への報告データ

夜間瀬川をきれいにする会 令和4年度ボランティア参加 110人

問 建設水道課計画監理係 ☎ 33-3114

お知らせ

危機管理課より 町民の皆さまへ

① 交通災害共済の加入、随時受付中です

今年 10 月 1 日からの東北信市町村交通災害共済の一斉加入の推進期間は終了しましたが、加入は随時受け付けています。

この共済は任意ですが、交通事故はいつでも自身やあなたのご家族にふりかかってくるかわかりません。町の令和 3 年度見舞金申請件数は 14 件でした。

加入されていない方はぜひ加入をご検討ください。なお、共済期間は申込日の翌日から来年の9月 30 日までとなり、掛金は申込月により異なります。



問い合わせ・申込みはこちらまで

危機管理課危機管理係 ☎ 33-3115

② 電話でお金詐欺(特殊詐欺)被害防止共同キャンペーン

長野県消費者被害防止対策推進委員会では 11 月 15 日まで、詐欺犯人から電話を受けないための『電話対策』に重点をおいたキャンペーンを実施しています。

1. 在宅中でも留守番電話設定
相手を確認して電話に出ましょう
2. ナンバーディスプレイ・着信拒否設定
知らない番号の電話には出ない
3. 防犯機能付き電話機等の活用
着信前の警告や自動通話録音などで被害を防止

この3つを心がけ、詐欺被害から身を守りましょう!



問 町消費生活相談室 ☎ 33-3115

教育委員会だより

令和6年度の発足を目指し、町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会で協議が進められている『総合型地域スポーツクラブ』をご紹介します。

総合型地域スポーツクラブとは？

皆さん、総合型地域スポーツクラブをご存知でしょうか。総合型地域スポーツクラブとは、人々が身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、子どもから高齢者まで（多世代）の様々なスポーツを愛好する人々が（多種目）、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）、という特徴を持っています。「いつでも、どこでも、だれでも、いつまでも」スポーツを楽しむことができる社会を実現するために、その地域に住む皆さん（地域住民）が主役となっ

て、自主的・

主体的に

運営され

るスポー

ツクラブ

です。



クラブでは、色々な種目を様々な人たちが、その興味・関心や競技レベルを問わず、それぞれのスタイルで楽しむことができます。

国内における総合型地域スポーツクラブは、平成7年度から育成が開始され、平成29年7月には、創設準備中を含め3,580クラブが育成され、それぞれの地域において、スポーツの振興やスポーツを通じた地域づくりなどに向けた多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手としての役割やスポーツに限らず、社会・文化的な活動も視野に入れ、地域コミュニティの形成にもつながるクラブを理想としています。



▲設立準備委員会の様子

クラブ設立に向けて

現在、町に総合型地域スポーツクラブはなく、町スポーツ推進計画や第6次総合計画でも総合型地域スポーツクラブの設立を目標に掲げ、今年4月に「山ノ内町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会」が立ち上げられました。

設立準備委員会では、将来的なクラブの設立に向けて運営内容等の検討やクラブに必要なビジョンや理念についての話し合いが行われ、設立準備にあたっては、スポーツ振興くじ助成金を活用し、保育園から小中学生を対象としたアンケート調査の実施、広報イベントとしてスポーツイベントを企画するなど、少

しずつ町民の皆さんに総合型地域スポーツクラブの理解を深めていきたいと考えています。

山ノ内らしい総合型地域スポーツクラブを目指して

町民が絆を深め、スポーツ・レクリエーション活動に親しむことは、健康で明るく心豊かな生活を営むために大切なことであり、スポーツには大きな貢献が期待されているほか、スポーツをより一層推進するための仕組みや体制づくりが求められています。町は、スキーをはじめとするウィンタースポーツや各種スポーツなどが行われていて、過去には国内外の大きな競技大会が開催され、日本を代表するような選手も輩出しています。これまでもスポーツ教室の開催を通じて町民スポーツの振興と普及に努めてきましたが、今後もすべての町民が年齢や体力、ライフスタイルに応じて、生涯にわたってスポーツを楽しめる



よう、生涯スポーツ活動の推進、多様なスポーツ団体の育成と指導者の育成を図るなど、さらに運動・スポーツを普及推進することを目標に、山ノ内町らしい総合型地域スポーツクラブの設立を目指します。

山本均さんが教育委員に再任されました

平成30年10月9日に教育委員に任命された、山本均さん（佐野）の4年間の任期が満了となり、9月議会で同意を得て再任されました。

新たな任期は令和4年10月9日から令和8年10月8日までの3年間です。引き続き町の教育行政にご尽力をお願いします。



町の文化財を訪ねよう ⑪

町有形民俗文化財

峠の観音



▲ 第20番「西山善峰寺(京都市)千手観音」
(高さ95cm)

指定日 1977(昭和52)年2月7日

所有者 峠の観音講

上林の十二沢から丸池付近までの草津街道沿いに立ち並ぶ観音石仏です。高さは70～130cmほどで、如意輪観音・千手観音・馬頭観音などさまざまな観音様が見られます。

この観音石仏は、平穏地区の観音講員が建てました。文政2年(1819)、分担して西国三十三か所(近畿と岐阜県)の霊場を参詣し、それぞれの寺院から本尊の写し絵をもらい受け、石工に彫らせたそうです。後に造り直されたものもあり、総数は35体です。

江戸時代後期、草津街道は山ノ内と草津(群馬県)・江戸を結ぶ道として、多くの人や物が行き交いました。標高2000mを超える急な山道は危険なため、道中の安全を祈願しての建立だったことでしょう。



第2番「名草山紀三井寺(和歌山市)十一面観音」(高さ76cm)

ふるさと寄附金「“オラ”のふるさと応援貨」

9月に寄附をいただいた方(敬称略) 311件 総額 15,205,000円

了承を得た方のみ掲載しています。
大切にに使わせていただきます。
ありがとうございました。

佐藤 政明	笹島 沙里	後藤 哲二	桑山 功	CHEN CHENHUNG	富田 久順	西本 大輔	小森 雅裕	片山 弘樹	高相 知郎	Smith Malcolm James	福 淳史	緑川 真剛	依田 誠児	兼平 博史	有満 太郎	豊田 章敏	万代 貴子	坂本 隆紀	宮野 麻美	森 俊樹	山崎 弘久	川口 賢二	櫻庭 啓一郎	山崎 隆雄	原 良介	大日方 一夫	石橋 一也	藤澤 秀治(千曲)	杉山 隆一	飯田 勇一	ベヒシユタイン 暁夫
佐藤 啓	井上 洋輔	衣笠 智晴	滝口 由朗	谷村 純也	三好 達也	村上 靖	小川 トシ子	岡野 千鶴	栗田 秀吉	小泉 弘樹	大石 裕	中島 慧	沼田 和也	庄司 宗生	安藤 健	米田 樹央	神崎 竜平	佐藤 寛	兄山 雄太	吉岡 雄太郎	山本 圭介	松田 一夫	吉澤 優子	西田 順子	Barry Joshua	井木 尚洋	福士 龍之介	西尾 勇輝	鈴木 旭	亀橋 由衣	佐藤 百合子

皆さまからの
応援メッセージ

大学時代に志賀高原のスキー場には毎年行っていました。
懐かしい良い思い出です。少しでもお役立てください。

毎年、温泉やドライブを楽しんでいます。これからも魅力あふれる町づくりを頑張ってください。応援しています!

一昨年もりんごをいただきました。美味しかったです。

小柳 津里奈
大森 莉奈
越川 貴史
清水 八代枝
岡本 美穂子



役場のしごと

No.15

健康福祉課 介護保険係・介護支援係

介護保険は、住民のみなさんと社会全体で支えている制度で、町が保険者となって運営しています。40歳以上のみなさんは、加入者(被保険者)となって保険料を納め、介護が必要となったとき、費用の一部を支払って、介護サービスを利用できる仕組みです。

どんな仕事内容？

介護保険係

介護保険制度に関することで、主に要介護認定、被保険者証等の交付、介護サービスにかかった費用の支給、介護サービスの確保と整備、介護保険料に関することをしています。



▲介護保険に関するパンフレット

介護支援係

要介護・要支援の状態になることを予防していくとともに、介護・医療・保健・福祉など、総合相談の拠点として地域包括支援センターを運営しています。身体の状態に応じた予防教室等の開催や、生活を支援するサービス等を提供しています。



▲介護支援 教室の様子

住み慣れた地域で暮らせるよう、介護や介護予防に関する心配ごと等 ⑩健康福祉課介護保険係
があれば、お気軽にご相談ください。 介護支援係

☎33-8411



健康メモ

『悲嘆(グリーフ)』について

人生のストレスの1位は、配偶者の死、2位は離婚・・・5位は、近親者の死とされています。最近、ペットの死もストレスの大きな要因になっているようです。大切な人を亡くしたときに起こる様々な反応のことを『悲嘆(グリーフ)』と言います。



さまざまな悲嘆(グリーフ)

こころの変化

何も感じられない・あまり覚えていない・自分を責める・怒りがこみ上げるなど

身体の変化

だるい・眠れない・食欲がない・疲れやすい・血圧上昇・持病の悪化

行動の変化

誰にも会いたくない・落ち着かない・涙を流す・泣き叫ぶ

悲嘆は、自然な反応です。回復していく道のりは人それぞれで違い、回復には時間も必要です。6か月以上経っても強度に症状が継続し日常生活に支障をきたしている場合は、専門的治療が必要になりますので、精神科や心療内科等への受診をおすすめします。周囲の方は、悲嘆の中にある方の感情をありのままに受け入れ、あたたかい誠実な思いやりのある態度でそばに付き添い、いつでも必要とするときに支援できるようにしてください。一緒に食事をするなど、日々の小さな事が癒しにつながります。

⑩健康福祉課健康づくり支援係 ☎33-3116

笑顔でわっはっは

このコーナーでは、町内保育園、小学校、中学校の最上級クラスを紹介します。
10月号は、すがかわ保育園の紹介です。

元気いっぱい！
楽しさいっぱい！

すがかわ保育園 きりん組

年長 男子2名、女子2名
年中 男子3名、女子1名
年少 男子1名 計9名



すがかわ保育園のお友達は全員で13名です。日々の生活の中、みんなで元気いっぱいに過ごしていて、欠席もほとんどなく健康なことも、子ども達の自慢の一つです。すがかわの恵まれた自然の中で、心も体もどんどん大きくなっています。

先日の運動会はお家の方の温かな応援の中、みんなで練習の成果を発揮することができました。頼りになる年長さんの姿は、しっかりと年下のお友達に引き継がれているようでした。

これからも秋の自然の中で存分に体を動かして遊んでいきたいと思います。また、秋の収穫を今から楽しみにしています。

ゆめっこ通信 Vol.143

11月の予定

9月16日にララ・さりまさんのパネルシアターを親子で楽しみました。パネルシアターは、皆さんが楽しみにしているイベントのひとつです。中でも子どもたちが大好きな演目は「はたらくくるま」です。車のパネルが歌と一緒に次から次へと出てくると、目を輝かせていました。親子で楽しそうに手拍子をしたり、歌ったりする微笑ましい姿が印象的でした。



子育て支援センターゆめっこ ☎33-4778

1日(火) 10:00～ 11:00	おもちゃの修理やさん 大切にしているおもちゃが壊れて困っていませんか。 場所: クラフトルーム 修理代がかかる物や修理ができない物もありますので、気軽に相談ください。 ※当日持ってこれない方は、事前に「ゆめっこ」であずかります。
10日(木) 集合 9:45～	ぴよっこクラブ保健・栄養相談 保健師・栄養士による身体測定・育児相談 場所: ぴよこの部屋 持ち物: 母子手帳、タオル・飲み物、子どもノートなど ★前日までに予約をお願いします。(10組まで)
16日(水) 10:30～	お話し会 グーチョコキパーさんと楽しいひと時を過ごしましょう。 場所: あそびの広場 ★事前予約をお願いします。(10組まで)
25日(金) 10:30～	たんじょう会(11月生まれのお子さん) 場所: あそびの広場 ※誕生月に来られない場合でも、都合のつく月に参加できます。 ★誕生者は事前の申し込みが必要です。(10組まで)
30日(水) 10:00～	リフレッシュ講座(クリスマスリース作り) 講師: 下田 邦子さん ※材料費が1,000円かかります。 ★事前予約をお願いします。(5組まで)

○12月の予定

1日(木)	ぴよっこクラブ	9日(金)	AIさんの親子ダンス
7日(水)	クリスマス会	16日(金)	パネルシアター
	【クラシックコンサート】	23日(金)	たんじょう会

この補助金、活用しています！

山ノ内町若者定住マイホーム取得等補助金

☎総務課移住交流推進室 ☎33-3111

最近、町内で新しいお家が建っているのを見る機会が増えたのではないかと思います。実際にそういったお家は若いファミリー世帯の住居として建てられたものが多く、町内や近隣市で就職している方だったり、Uターンして親元で新規就農している方だったり、Iターン移住した方もいます。また、最近では妻の実家がある山ノ内町に家族で移住する、いわゆる「嫁ターン」が増えてきた印象です。

マイホームが欲しいなあと考えている皆さんにぜひ活用いただきたいのが「山ノ内町若者定住マイホーム取得等補助金」です。この補助金は町内在住の45歳以下の方が住宅ローンを利用して、住宅の新築・購入・増改築を行う場合に補助金を交付。町内建築業者、転入者、子育て世帯、三世代同居・近居者に該当の場合、加算額があり、最大150万円を補助するものです。

昨年度は16軒の補助実績があり、今年度もすでに17軒の補助を予定しています。

町内外に住むご家族やお知り合いにもぜひお伝えください。

※予算には限りがあり、補助を受けるには事前申込が必要です。



中古住宅の購入や
リフォームにも使えます

地域おこし協力隊 網守大輝の

恋するステップ

こんにちは。地域おこし協力隊の網守大輝です。

この町に着任して1年3ヵ月が経ちました。仕事においても、生活においても初めてのことをたくさん経験して、この1年はおそらく人生で最も濃い1年でした。振り返るとあつという間で、不思議な気持ちになります。

最近の活動では、秋の出会いのイベントに向けてピザ窯を制作しました。元々は職場の会長さんから自宅にある耐火煉瓦を活用してほしい、ということから始まったこのプロジェクト。もちろん、作った経験もなく、YouTubeを見て設計図を作りゼロからのスタートでしたが、職場のチーム、地域の方々、同じ地域おこし協力隊員にもアドバイスや協力してもらい、ついに完成しました。1人では絶対出来なかったこのプロジェクト。あらためて多くの方々に支えられているな、と実感しました。

窯は移動式で制作したので、婚活のイベントだ

けではなく、多くの方々に利用してほしいと考えています。運用については検討中ですが、この窯が町の皆さんの笑顔になるツールになるようにしていければと思います。



▲完成したピザ窯



▲焼けたピザ



気になる方はぜひインスタ
をチェックしてください→ KOISURU.YAMANOUCHI

町の慶弔録

令和4年9月1日から9月30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)

出生

氏名	保護者	地区
なかむら たまき 中村 環	友哉 あゆみ	杓野
こだま りお 児玉 莉於	孝徳 理恵	佐野
ほうじょう ようた 北條 葉大	圭佑 芙美	湯田中
こなかわ まさな 粉川 雅生	LE HOUEZEC JOSSELIN 由姫	星川

おくやみ

氏名	享年	地区
さとう たまえ 佐藤 たまえ	92	裏落合
ほりうち あいじ 堀内 相治	91	安代
やまもと ゆうこ 山本 優子	90	渋
こばやし まさ子 小林 まさ子	79	本郷
やまぐち 榮吉 山口 榮吉	82	本郷
しもだ えいじろう 下田 英次郎	98	戸狩
ほしかわ なおこ 星河 尚子	52	上条
たかそう なおじ 高相 直治	89	杓野

入札結果(9月分)

工事関係

入札執行日 または 落札決定日	工事名	落札者	落札額	担当課
R4.9.2	令和4年度 側溝整備工事 町道中須八丁原線	(株)丸美商会	1,870,000円	建設 水道課
R4.9.26	令和4年度 農業集落排水事業 路面等修繕工事	山岸木材(株)	2,050,000円	建設 水道課
R4.9.26	令和4年度 公共下水道事業 路面等修繕工事	(株)池田商事	2,100,000円	建設 水道課
R4.9.26	令和4年度 橋梁補修(長寿命 化)工事(栄橋歩道橋)	(株)下田土建	43,800,000円	建設 水道課
R4.9.30	令和4年度 やまびこ広場管理 棟外部改修工事	山岸木材(株)	5,400,000円	観光 商工課
R4.9.30	令和4年度 国土保全特別対策 事業 前河原工区	平穏建設(株)	6,310,000円	農林課

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
R4.9.2	令和4年度 物品購入(非接触 型屈折検査機器一式)	(有)サトー商会	1,225,000円	健康 福祉課
R4.9.30	令和4年度 配水管布設替・流 量計設置工事実施設計業務 委託	新日本設計 (株)	2,650,000円	建設 水道課

お知らせ



蟻川図書館

おすすめの本

郷土書

『信州のおばあちゃんたちに聞いた100年後に
も残したいふるさとレシピー100』
大和書房編集部編 大和書房

先人の知恵が凝縮された信州のおいしい「食」
を、長野県に暮らすおばあちゃんたちに教え
てもらいました。

一般書

『此の世の果ての殺人』 荒木あかね著 講談社
滅びゆく世界に残された、彼女の歪んだ正義
と私の希望。第68回江戸川乱歩賞受賞。

『人間ってなんだ』 鴻上尚史著 講談社
「人間とつきあうのが仕事」の演出家がずっと
考えてきた「人間」についてのあれこれ。読む
と誰かに語り合いたくなる一冊。

児童書

『小学生からのわくわく！おうち実験室』
市岡元氣著 アスコム

おうちでカンタン！科学の
おもしろ実験大集合！親子
でできる！
大人も知らない裏ワザ満載。
(小学生から)



※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10.1現在 (住民基本台帳)

11,489人

男 5,601人
女 5,888人
前月比 -28人

4,931世帯

前月比 -4世帯

気象 9月 ()は過去5年間の平均

平均気温

21.1℃

(20.5℃)

最高気温

32.5℃

≪9/6 15:10≫

最低気温

11.7℃

≪9/29 5:58≫

降水量 216.0mm

(128.7mm)

平均日照時間

3時間12分

(4時間12分)

国保加入者一人 当たり支払った 医療費 8月

24,789円

前年比 -4.83%

交通事故9月 ()は1月からの累計

件数 1件 (11)
死者 0人 (0)
傷者 1人 (13)
※累計は変動します

119番情報9月 ()は1月からの累計

火災 1件 (5)
救急 53件 (678)
救助 0件 (0)

『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。

http://
www.town.
yamanouchi.
nagano.jp/
message_
board.html



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。

☎教育委員会人権政策室 ☎33-1102
長野県女性相談センター
☎026-235-5710

心配ごと相談

11月11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。※新型コロナウイルス感染症の状況により変更となる場合があります。

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

●乳幼児健康診査 保健センター

11/4(金)	4か月児・7か月児	13:00～13:15(受付)
11/18(金)	1歳6か月児・2歳児	13:00～13:15(受付)

●母子保健相談 保健センター

11/1(火)、11/15(火) 9:00～12:00

※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。

●乳房超音波検診 保健センター

11/1(火)	
11/7(月)	8:50～11:00、12:50～14:00(受付)
11/21(月)	

※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。

●すくすく子育て教室 保健センター

11/24(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。

●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

11/3(祝)	城下博夫医師	11/6(日)	安部医師
11/13(日)	坂江医師	11/20(日)	半田医師
11/23(祝)	飯田医師	11/27(日)	片桐医師

※当番医師は、変更になる場合があります。



町の減塩プロジェクトは、今年度で4年目に突入しました！
皆さまから寄せられた減塩調味料を使ったレシピを紹介します。

やまのうち減塩レシピ コンテスト応募作品

応募作品

まいたけご飯

<材料> (4人分)

米 2合
まいたけ 1パック
ツナ缶 1缶(80g)
長ねぎ 適量

しょうゆ

みりん

酒

減塩白だし

適量

大さじ1と1/2

大さじ1/2

大さじ1

1袋(8g)

} A

作り方

- ①米は研いで水につけておく。まいたけは食べやすくほぐす。
- ②炊飯器に米を入れ、まいたけ、ツナ缶(缶汁ごと)、Aを加えて普通に水加減して炊く。炊きあがったら蒸らしてざっくりと混ぜ、器に盛って小口切りにした長ねぎを散らす。

表示分量(1人分): エネルギー306kcal たんぱく質 9.0g
脂質 1.0g 食塩相当量 1.7g

具材を入れてあとは炊飯器にお任せ

ペンネーム きーさん





9/11

第59回 高社山一周駅伝大会



高社山周囲 64.7kmを中高地区の各体育協会とオープン参加の計7チームが駆け抜け、山ノ内チームは2大会連続で市町村の部1位と健闘しました。

9/23

やまのうち景観ウォーキング2022



今年度は佐野地区の文化財を巡るコースを歩きました。あいにくの空模様でしたが、北信五岳の眺望や田園風景を楽しみつつ歴史文化を学びました。

9/24
25

埼玉県にてユネスコエコパークフェア



イオンモール川口で志賀高原ユネスコエコパークをPRしました。特産品の販売やコカリナ演奏、ネイチャークラフト体験など、多くの方で賑わいました。

9/26

志賀高原地区遭対協 秋季総合訓練



山岳遭難発生時に遭難者の迅速な発見、搬送の技術向上のため歩行訓練やドローン飛行訓練等が実施され、隊員や警察署員などが参加しました。

9/26

渋峠にて交通安全啓発活動



中野・長野原警察署、中高・西吾妻交通安全協会および町交通安全推進本部等合同で、スピードダウンや飲酒運転根絶等の旗を掲出し、交通安全を呼びかけました。

10/1

全国スポーツ少年団バレーボール交流大会長野県大会



岡谷市民総合体育館で開催された県大会に、やまのうちジュニアバレー女子チームが出場し、メンバー全員が力を合わせてベスト8と健闘しました。

10/1

錦秋のクラフトフェアin志賀高原



紅葉を楽しみながらお気に入りの一点に出会えるイベントが志賀高原蓮池広場にて開催されました。天気に恵まれ、たくさんの方で賑わいました。

10/5

令和4年度 戦没者追悼式



新型コロナウイルス感染症防止の観点から関係者のみで執り行われ、それぞれが平和への想いを込め、御霊を追悼しました。