

やまのうち



今月の記事

■ 広報やまのうち

- 町長対談 (4)
- 100歳長寿 (5)
- ABMORI育苗プロジェクト (5)
- 保育園入園案内 (7)
- 運動会・白樺祭特集 (9)
- ほか

■ 議会だより (18)

花手水

平和観音では女将の会「ゆのか」による水面に花を浮かべ飾る花手水の取り組みが行われています。色とりどりの花々が訪れた人の心を癒しています。
(この取り組みの様子は本誌P4をご覧ください。)

■ 第5次町総合計画基本理念 ■

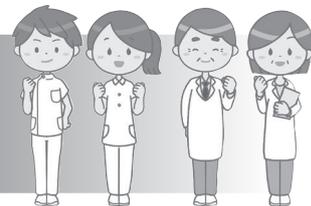
住む人、訪れる人に
温もりのある郷土



自然と湯ったり...やまのうち

医療費

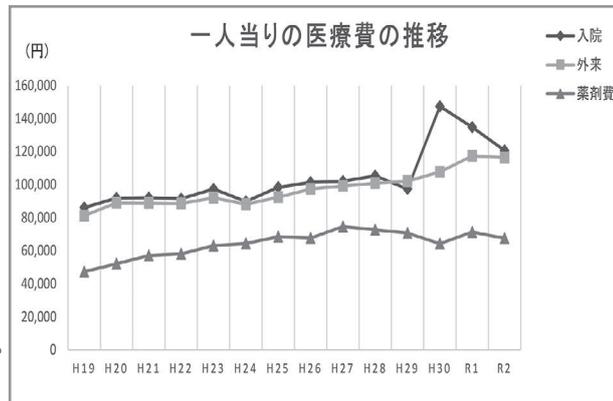
早期発見・早期治療・ジェネリック医薬品の活用などで医療費を節約しましょう



一人当たり医療費が微増

令和元年度の町国民健康保険の医療費は、総額で約13億円となり、前年度と比べて3.72%減少しました。一人当たりは34万4,381円となり、969円、0.28%増加しました。令和2年度は半年を経過した状況で、医療費全体で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一人当たり医療費は増加することが見込まれます。特定健診等を受診して、早期発見・早期治療で医療費を節約しましょう。今年度は新型コロナウイルス感染症により受診を控え、治療が遅れてしまうことで、医療費が増加することもあります。必要な時に必要な治療を受けることができるように、医療制度がありますので適切な治療を受けましょう。



一人ひとりのご協力で医療費の適正化を

万一、病気にかかったり事故にあった時は、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、次のような方法で医療費を節約しましょう。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

- ・同じ病気やけがでいろいろな病院にかからない
- ・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飲む）
- ・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よう

町の医療費の中でも薬代（調剤費）の割合が増加傾向にあります。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（一部例外もあります）。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
<ul style="list-style-type: none">・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	<ul style="list-style-type: none">・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。詳しくは担当係までお問い合わせください。

教育委員会だより

小学校統合法？

8月7日に令和2年度第1回の町総合教育会議が開かれ、「出生数から考察する教育環境のあり方」をテーマに小中学校長を交えて意見交換がされました。

結論的には、平成29年8月29日の総合教育会議の時の方針で、①将来1校統合という方向は変えない。②当面、現3校体制を続け、出生数が50人から60人程度が継続する見込みとなった時には改めて、1校統合を進めていくことを再確認し、「適正規模及び適正配置に係る基本方針(案)」策定が必要であることが確認されました。

席上、統合する際には、子どもにとって一番良い教育環境は何か、地域の実情や住民の期待に根差したものが大切であるといったような意見が多数出されました。

しかし、いずれにせよ令



▲総合教育会議の様子

和4年度には見込みではあるが、新1年生が57人、翌令和5年度には54人となり子ども的人数が年毎に減ってくる傾向は否めません。

学校統合法といえば、私事で恐縮ですが、今から55年程前に当町の東西南北4中学校の統合を中学3年生の時に経験しました。そして、山ノ内中

学校の第1期の卒業生です。

その頃の3年生の生徒数が約500人(11クラス)で、3学年合計すると約1,500人近くの人数でした。校舎の中や外は大勢の生徒で

あふれ返っていたのが脳裏に浮かびます。

その一方、令和2年度中学校卒業生は約90人足らずです。これも時代の流れといったらそれまでですが、寂しい限りではありませんか。

【文 山本均】

小学校統合法については、今後の教育委員定例会で協議を重ね、総合教育会議で方向性を決めていく予定です。

GIGAスクール構想

GIGAスクール構想とは、子ども達に1人1台端末と、高速大容量の通信ネットワークを一体的に整備することで、多様な子どもたち一人ひとりに個別最適化され、資質・能力が一層確実に育成できる教育※ICT環境を整える計画のことです。

ICTの活用により充実する学習の例

■調べ学習

課題や目的に応じて、インターネット等を用い、さまざまな情報を主体的に収集・整理・分析

■遠隔教育

大学・海外・専門家との連携、過疎地・離島の子どもたちが多様な考えに触れる機会、入院中の子どもと教室をつないだ学び

■表現・製作

推敲しながらの長文の作成や、写真・音声・動画等を用いた多様な資料・作品の制作

【今年度の環境整備予定】

■児童・生徒への端末配備

小学校 iPad OS 端末タブレットの整備

中学校

Windows OS 端末タブレットの整備

■PC 端末電源キャビネットの設置

全小中学校

■学校ネットワーク環境整備

中学校

※当初GIGAスクール構想による1人1台端末整備は、令和5年までに達成とされていきましたが、新型コロナウイルス感染症対策による長期臨時休業により、ICTを最大限活用しての家庭でのオンライン学習などの必要性が注目され、令和2年度に整備することが前倒しされました。

※ICT：インターネットの
ような通信技術を利用した産業やサービスの総称。



☎ 教育委員会学校教育係

33-1102

～コロナ終息を願って『花手水』～

竹節町長の
対談コーナー

こんにちば
よしたかです

第152回

10月1日、女将の会「ゆのか」で行っている、花手水の取り組みについて、現地にお邪魔し、女将の皆さんからお話を伺いました。



町長 今日の花手水はハートの形していてかわいいね。この活動のきっかけは。
兒玉 ゆのかでWAWAWAWAステーションなどの活動を行っているのですが、今年はできないなと思う、何か代わりにできることはと考えていた時に寺院で行っている花手水はどうかかなという話になりました。
小野澤 インスタグラムを参考にしながら次はこうしよう、とか毎回考えながら



作っています。花手水だけでなく手水舎の装飾や鐘撞堂の絵馬も見ていただきたいと思います。
町長 上の飾りも素敵だね。この活動はいつからやっているんだ。

兒玉 5月15日から始めて、毎月1日と15日に活動しています。今年12月1日を最終日に予定しています。それまでは続けていきます。
町長 やってみて大変なことは。
兒玉 最初はお花の調達が大変かなと思うながら始めましたが、イベントがどんどん中止になってしまい花屋さんの花が廃棄になってしまいう二ニュースを見て、近隣の花屋さんから調達できればいい



など思っていました。ただ、ここにはアジサイもありますし、畑の苜蓿を持っていいよとおっしゃってくださる方がいたり、始めてみたらたくさんの方が協力してくださって助かっています。今日もほとんどいただいた物で作っています。
町長 このたくさん浮いているりんごも？
小野澤 メイポールという品種のりんごです。花手水にぜひ使ってくださいとご提供いただきました。本当にありがたいですね。



訪れてくれたらいいなと思っています。
町長 せっかくなら、来年4月1日の東京オリンピックの聖火リレーはここが出発地点だから、その日も花手水をお願いしたいのですが。
兒玉 いいですね、ぜひ協力させてください。出来れば雪中りんごもあればいいですね。
町長 わかりました。これからも頑張ってください。今日はお忙しいところありがとうございます。

(写真右から、兒玉夕香さん、小野澤志乃さん、竹節町長、兒玉布佐子ゆのか会長、小根澤祐子さん、兒玉恵子さん)

▶ 当日の花手水



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なっています。

今年度町内で100歳を迎えられる方は7名で、うち4名の方へは町長がいで湯の里敬老祝賀会で、また2名の方へ自宅訪問を行い、100歳長寿をお祝いするとともに、国・県・町からの祝状や祝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100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。



下田 かわ子 さん（表落合）



山岸 フミエ さん（横倉二）

ABMORI

育苗プロジェクト

育苗プロジェクトは、「後世に残そう森・水・いのち～志賀高原から世界へ、未来へ～」をテーマとして、木を「植える」だけではなく、「育てる」、「見守る」、「広める」、「活かす」といった活動それぞれに多くの人に参加していただくことが重要です。



ABMORI 稚樹採取

9月1日、東小学校3年生の児童31人が、横手山スキー場でコメツガの稚樹採取を行いました。採取したコメツガは、植樹が可能となる大きさまで育成し、将来のABMORIで活用します。子どもたちは元気いっぱい楽しそうに、コメツガの稚樹を採取しました。



保育園の入園受付を行います

～ 来春(令和3年4月)から入園を希望される皆さんへ～

令和3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、入園申込の受け付けを行います。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(月)	志賀高原保育園	10:00～11:00
11月4日(水)	かえで保育園	9:00～11:00
11月5日(木)	ほなみ保育園	
11月6日(金)	よませ保育園	
11月9日(月)	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



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。

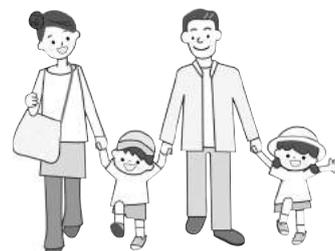
こうした状況の中で、児童虐待問題に対して深く関心を持っていただくことを目的に、厚生労働省では毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、集中的な広報や啓発活動を行います。

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。



保育園・小学校運動会 中学校白樺祭 開催

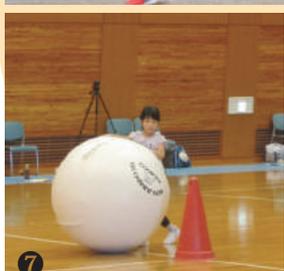
9、10月に各保育園・小学校で運動会が、9月25日には中学校で白樺祭が開催されました。その様子を写真で振り返ります
(写真提供: 町民リポーター大碓正光さん)

運動会

新型コロナウイルス感染症対策により縮小した開催となりましたが、コロナに負けじと頑張る子どもたちの真剣な顔が見られました。競技も工夫がされ、例年と同様に白熱した運動会でした。



- ①よませ保育園
- ②かえで保育園
- ③すがかわ保育園
- ④南小学校
- ⑤西小学校
- ⑥西小学校
- ⑦志賀高原保育園
- ⑧ほなみ保育園
- ⑨東小学校



白樺祭

今年度の白樺祭は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため1日だけの開催となりました。校歌斉唱の際は、森の音楽堂で撮影した小澤国際室内楽アカデミー奥志賀の皆さんによる伴奏に合わせて歌い、ほかにも山中生の主張や吹奏楽部の演奏、クラス合唱や体育祭を行うなど、大盛り上がりの1日となりました。





マイナンバーカードが保険証として使えるようになります

来年3月以降、各医療機関等で順次マイナンバーカードが保険証として使えるようになります。医療機関や薬局の受付で、マイナンバーカードをカードリーダーにかざすことで医療保険の資格をオンラインで確認できるようになるものです。なお、国民健康保険以外の全国健康保険協会や健康保険組合に加入している方は利用開始時期が異なりますので各保険者へ問い合わせください。



▼どんないいことがあるの？

○健康保険証としてずっと使える！

マイナンバーカードを使えば、就職や転職、引越ししても保険証の切り換えを待たずにカードで受診できます。(保険者への加入の届出は引き続き必要です。)

○窓口への書類の持参が不要に！

オンラインによる医療保険資格の確認により、高齢受給者証や高額療養費の限度額認定証などの書類の持参が不要になります。(自治体独自の医療費助成などは持参が必要です。)

○健康管理や医療の質が向上！

マイナポータルで、自分の薬剤情報や特定健診情報を確認できるようになります。(令和3年秋以降の予定。)

○医療費控除も便利に！

マイナポータルを活用して、自身の医療費情報を確認できるようになります。確定申告でもマイナポータルを通じて医療費情報を取得し、医療機関などの領収書がなくても手続きができるようになります。(令和3年秋以降の予定)



▼利用には事前登録が必要です。

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには事前にマイナポータルに登録が必要です。

マイナポータルとは、子育てや介護をはじめとする行政手続きの検索やオンライン申請がワンストップでき、行政からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。

マイナポータルはこちらから↓

【HP】 https://myna.go.jp/SCK0101_01_001/SCK0101_01_001_InitDiscsys.form

スマホでも登録できます！



▼マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはカード申請から！

マイナンバーカードの申請には「マイナンバーカード交付申請書」が必要です。申請書はマイナンバー通知カードの下部に添付されています。申請書をお持ちでない場合、まずは健康福祉課住民環境係で申請書を取得してください。(同一世帯員であれば、一緒に取得できます。委任状などの準備は必要ありません。)申請書を取得する場合、窓口に来られる人の運転免許証など本人確認書類を持参ください。なお、通知カードは令和2年5月25日に廃止されていますので、マイナンバーの通知は個人番号通知書が送られてきます。

▼今なら、マイナンバーカードを使ってお買い物などに利用できるマイナポイントがもらえます！

マイナポイントとは、キャッシュレスで2万円のチャージまたは買い物をすると1人当たり5,000円分のポイントがもらえるものです。ポイントの利用は令和3年3月末までの予定です。

マイナンバーカード
で生活を便利に！



☎健康福祉課住民環境係 ☎ 33-3116

あなたのキャッシュカードを狙う 預貯金詐欺・キャッシュカード詐欺盗

今年は預貯金詐欺・キャッシュカード詐欺盗の被害増えているので注意が必要です。手口を知ってだまされないように気を付けましょう。

■預貯金詐欺・キャッシュカード詐欺とは？

預貯金詐欺はキャッシュカードをだまし取る手口です。キャッシュカード詐欺盗とはキャッシュカードを封筒に入れさせ、「割り印を押す。」と言って印鑑を取りに行かせ、その間に偽カードの入った別の封筒とすり替えて盗む手口です。

【主な事例】

警察官や銀行職員を名乗り、電話をしてきて、「あなたの口座が犯罪に使われているので、口座を止めてキャッシュカードを新しくする。」と言って暗証番号などの口座情報を聞き出す。その後、警察官や銀行職員を装った犯人が自宅に来てキャッシュカードを受け取りだまし取る。だまし取られたキャッシュカード

ドから現金を引き出されてしまい被害に気付いた。

■詐欺に遭わないための心がまえ

- 自宅の電話は、いつも留守番電話設定
- キャッシュカードを預かる、確認する、交換するは、すべて詐欺と認識する
- 暗証番号は、絶対に教えない

長野県内の特殊詐欺被害認知件数・被害額が1億7396万円を超えました。昨年の同時期と比べ、被害額は減少傾向ですが、被害件数の5割は、1件当たりの被害額が100万円を超えており高額な被害が出ています。日頃からの心がけて、詐欺被害から身を守りましょう。

◎山ノ内町消費生活相談室
山ノ内町防犯協会
☎33・3116

使用済みインクカートリッジの 回収にご協力ください

インクジェットプリンタの普及や高性能化にともない、使用されるインクカートリッジの数が増加しています。そこで、民間のリサイクル業者では再資源化の取り組みが行われています。町ではこの取り組みのためのインクカートリッジ回収ボックスを健康福祉課住民環境係に設置しています。ご家庭で不要になったインクカートリッジの回収にご協力ください。

健康福祉課住民環境係
☎33・3116



▶役場庁舎2階健康福祉課
住民環境係で回収中！

なぜ、インクカートリッジを回収するの？

【ごみの低減に貢献】

捨てずに回収することで、再利用されて新たなインクへ生まれ変わります。

【資源の有効活用で地球環境に貢献】

インクカートリッジを焼却すると、1個あたり約58グラムから110グラムの二酸化炭素が排出されます。リサイクルすれば、二酸化炭素の排出を抑制することができます。

【障がい者の雇用確保に貢献】

選別作業はハンディキャップのある方に雇用の場を提供する「就労以降支援事業」と「障がい者就業継続支援A型・B型」事業に役立っています。

総回収量・年間(約)
25,000,000個

※国内年間使用量の23%に相当

二酸化炭素換算では…
毎年約2,000トン

二酸化炭素の発生を抑制しています。

※約119,600本の杉の木が年間に吸収する量に相当



人権について考えてみませんか？

「かわいいのは、どっち？」

「コロナ感染がかわいい！差別がかわいい！どうすればいいの？」

人権研修用DVD

陸上自衛隊 高等工科学校生募集

新型コロナウイルス感染症のこわさ、最近では重症化することだけでなく、回復した後の後遺症のこわさも報じられるようになりました。

また、「コロナ差別」とまで呼ばれるようになり、その事例が報道された各自治体がコロナ差別をしないよう呼びかける場面が見られるようになりました。

左の4コマ漫画をご覧ください。さい。今、このような会話が現実味を帯びてきています。

新型コロナウイルスは、感染がこわいということに合わせることで、人々は「不安」や「恐れ」を抱きます。そして、それを防ぎたいがために目に見

える感染者やそれに関わる家族や医療従事者等に差別をしてしまいます。「防ぎたい」「避けたい」という思いは、人間だれもが持っている防衛本能から発しているのではなく、それができません。

実は今回と同様の「見えな

い相手を見える相手にすり替えた差別」は、これまでも歴史の中で何度も繰り返されてきました。ハンセン病患者、スペインかぜ患者、水俣病患者、HIV患者、福島原発の放射能からの罹災者等。部落差別でさえ、1000年ほど前の「けがれる」「けがれはうつる」という誤った思想が発端でした。

「新型コロナウイルスのこ

わさ」や「コロナ差別のこわさ」を今は世界中の人々が知っています。そして、現代は情報社会でもありません。これは、これまで繰り返されてきた差別の歴史に終止符をうつ絶好のチャンスです。すべての差別をここで止めていきましょう。

そのためには家族が、職場が、学校が、地域が、そしてあらゆる社会が「差別はしない、させない、許さない、なくす」という共通意識をもち実行することが大切です。ただし、「差別はいけない」と言っているだけではだめです。「なぜ差別はいけないのか」をまず自分事として考えることが大事です。

◎総務課人権政策室
☎33・3111

町では、今年度の地域人権研修の教材として「ウイルスのように広がる『いじめ』や『差別』」を用意してしました。残念ながら新型コロナウイルス感染症の拡大を受けて実施できていませんが、教材を動画にして各地区（差別をなくす推進委員長宛）に回覧用DVDとして配布してあります。対象は大人ですが、ご覧になり、ご家族で差別について考えるきっかけにしたいだけたらと思います。また、個人貸出も用意しています。詳しくは町人権政策室までお問い合わせください。

将来陸上自衛隊において、高機能化・システム化された装備品を駆使・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ために、中学校卒業予定者等を対象に採用試験を実施します。

【募集種目】

高等工科学校生徒

【資格】

男子で中卒（見込み含む）

17歳未満の者

【受付期間】

◎推薦
11月1日～11月30日

◎一般

11月1日～

11月1日

令和3年1月6日

【試験日】

◎推薦
令和3年1月10日・11日

（うち1日）

◎一般

1次令和3年1月23日

2次令和3年2月7日

◎自衛隊長野地方協力本部
☎026・235・6026

かわいいのは、どっち？



「自らの命は自らが守る」
～災害はいつ起きるかわかりません～



■5段階の警戒レベル

国では、平成31年3月に「避難勧告等に関するガイドライン」が改定され、住民は「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自らの判断で避難行動をとるとの方針が示され、この方針に沿って自治体や気象庁等から発表される防災情報に対し、住民がとるべき行動を分かりやすくするため、5段階の警戒レベルによる防災情報が提供されることとなり、警戒レベル3以上については町の判断により発令することとなりました。

○レベル1(早期注意情報)

最新の防災気象情報等に留意

○レベル2(注意報)

防災マップ等により災害の想定区域や避難先、避難経

路を確認

○レベル3(警報等)

避難準備・高齢者等避難開始の発令。ご自身または一緒に避難する方が、避難に時間がかかる場合は、指定緊急避難場所などに避難を開始

○レベル4(警戒情報/危険情報)

土砂災害警戒情報や氾濫危険情報が出され、避難勧告・避難指示の発令により避難。

○レベル5(災害発生)

災害がすでに発生している可能性がある極めて高い状況。命を守るための最善の行動を。

■警戒レベルに応じた避難行動を

町から「警戒レベル3」や「警戒レベル4」が発令された際には速やかに避難行動をとってください。また、テレビなどで「警戒レベル3相当」「警戒レベル4相当」といった防災気象情報が発表された際には、町から避難情報が発令されていなくても早めの避難に心がけてください。

なお、避難場所は、指定の避難場所にこだわらず、親戚・知人の家や、川や崖から離れた頑丈な建物の上層階に避難するなど、自らの判断で安全を確保することが重要です。

■避難行動判定フローで安全確保を

緊急時に適切な避難行動をとることができるようにするため、国では「避難行動判定フロー」を作成しています。「避難行動判定フロー」は、防災マップなどにより、身の回りの災害危険箇所を確認し、とるべき避難行動や適切な避難先を判断できるようにしたものです。「避難行動判定フロー」は、山ノ内町防災マップ資料編でご覧いただけるほか、LINE公式アカウント「内閣府防災」で確認できます。



山ノ内町防災マップ
<http://www.town.yamanouchi.nagano.jp/bousai/bousaimap.html>

☎ 総務課危機管理室
33-3111

「コミュニティ助成事業の紹介

宝くじの社会貢献広報事業である一般財団法人自治総合センターの宝くじ助成金を活用し、2団体の事業が完了しました。

湯田中区は「コミュニティ助成事業」を活用し、祭用台車2台を購入しました。今までは、昭和初期に消防用に使っていた台車を貰い受けた後、修繕を繰り返しながら使用してきましたが、損傷状態と安全面を考え新調しました。新調したことにより不安も解消され気持ちも新たに住民の融和やコミュニティ意識の醸成、さらには地区の活性化につながると期待されます。



山ノ内町消防団では「地域防災組織育成助成事業」を活用し、高機能レインウエア

110着を整備しました。昨年10月の台風19号災害に伴い災害は多種多様化し、消防団の活動が重要視されています。

豪雪地域である当町では、降雨、降雪など様々な気象条件で消防団が活動しなければならず、より活動性を高めるため、老朽化した雨具に代わり高機能レインウエアを新調しました。地域住民を災害から守るため、さらなる消防団の活躍が期待されます。

これらの事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。



☎ 総務課企画係
33-3111



こんにちは！移住定住推進室です。
今回は、当室が推奨している空き家バンク事業についてご紹介します。

空き家バンク事業とは使用されなくなった建物に関する情報を町内外の方に提供して賃貸や売却につなげ、資産の有効活用をサポートする制度です。

みなさん住宅の賃貸は意外と需要があることはご存知でしょうか？

移住をしたいが家を買うにはまだ余裕がない、アパートは手狭で一軒家に住みたい等といった事情で賃貸を希望する方や、事情により売ることができないが貸したいけど手続きの仕方がわからないためそのままにされている方は多いのではないのでしょうか。その両者のニーズを叶えるのがこの空き家バンク事業です。

空き家バンクに登録するには、申請用紙を書いていただくだけ！難しい手続きはありませんし登録料も無料です。また、家財道具があっても登録ができるほか家財道具処分に係る費用を一部補助させていただいています！

この機会に家を売りたいと思っている方や貸したいと思っている方がいましたら空き家バンクに登録をして資産を有効活用してみたいはかがでしょうか！



健康メモ

11月14日は『世界糖尿病デー』

世界糖尿病デーは、1991年にIDF(国際糖尿病連合)とWHO(世界保健機構)が制定し、各国で糖尿病の予防、治療、療養を推進しています。日本でも、11月9日～15日(2020年)を全国糖尿病週間として、各地で建造物のブルーライトアップなど、啓発活動を行っています。

世界で6秒に1人の命を奪う糖尿病

世界で年間500万人が糖尿病が引き起こす合併症等が原因で死亡しています。糖尿病患者は4億6,300万人おり、そのうち半数は診断されていない状況です。

日本では、糖尿病および糖尿病予備群が2,000万人(総人口の15%超)いると推定されています。糖尿病は、痛みなどの自覚症状が少ないことから、疑いがありながらそのまま治療を受けないケースが多くありますが、**診断の遅れは合併症のリスクを高めます。**

山ノ内町では

山ノ内町国保の特定健診受診者(受診率54%)の約半数が糖尿病または糖尿病予備群です。

糖尿病の発症予防・合併症などの重症化予防の第一歩は、自覚症状では分からない体の状態を知ることです。毎年の特定健診・健康診査を忘れることなく受診しましょう。



☎健康福祉課健康づくり支援係 ☎33-3116

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)

広告

処方せん受付 広告 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 4:00まで)

FAX 0269-33-2668 TEL 33-2254

かかりつけ薬局をつくりましょう

わっはっは

ぞう組

男子 6名、女子 7名 計13名

みんな仲良し!
ぞう組

小学校、中学校の最上級クラスを紹介の紹介です。



ぞう組は、とっても元気なクラスで氷鬼や転がしドッチボールなど身体を動かしてみんなで遊ぶことが大好きです。お手伝いが上手で布団縛り、じゅうたん巻きに毎日張り切って出掛けていき、小さいクラスの子を気にかけて行ってくれています。また困っているお友達がいたら声をかけ、そっと手伝ってくれるやさしい気持ちがいっぱいのクラスです。室内遊びでは、工作をする子が多く、ダンボールや空き箱を使って思い思いにイメージを広げ作ることを楽しんでいきます。最近では、お友達と話し合っって一つの物を作り上げることも増え、みんなが協力してクラスに大きな“ひみつきち”もできました。運動会では「こころをひとつに！」を合言葉にどの競技も楽しみながらがんばってできました！！

ゆめっこ通信 Vol.119

11月の予定

本年度から月ごとに誕生会を行うようになりました。4月からのスタートはできませんでしたが、1回目の「誕生会」を9月30日（水）に行い、5組の誕生者は、お母さんと一緒にみんなからお祝いをしてもらいました。子どもたちの大好きな「アンパンマンとあそぼう」のパペット人形も登場し、一緒に楽しく歌ったり、アンパンマンの仲間たちと握手をしたりと、ニコニコ笑顔の子どもたちでした。



日時	内容
6日(金) 10:30 ~11:00	パネルシアター (らら・さりません) 親子でパネルシアターを楽しみましょう。 場所：あそびの広場 ★事前予約が必要です。(7組まで)
19日(木) 受付 9:45~	びよっこクラブ・保健・栄養相談 保健師・栄養士による身体測定・育児相談をします。 場所：おはなしのへや 持ち物：タオル2枚、母子手帳、子どもノート、飲み物など ★前日までに予約が必要です。都合がつかなくなった場合は連絡をお願いします
27日(金) 11:00 ~11:30	誕生会 11月生まれの子どもの誕生会をみんなで祝いします。 場所：あそびの広場 ★事前予約が必要です。(7組まで)

問 子育て支援センターゆめっこ ☎33-4778

かがやけ！ きりん組

きりん組

男子 6名 女子 11名 計 17名

笑顔で

このコーナーでは、町内保育園、
します。10月号は、かえで保育園

きりん組は、とてもパワフルで毎日元気な話し声と笑い声であふれています。歌が大好きで季節の歌から少し難しい歌までどんな歌でもすぐに覚え、元気いっぱい歌声でうたっています。

遊びでは鬼ごっこや虫探し、工作やお絵かきなどそれぞれ好きなことにとことん熱中して輝く力「自分キラリ」とみんなで協力して遊びを盛り上げて輝く力「みんなキラリ」があるクラスです。運動会でもこの輝く力を見てもらいたくて「かがやけ！きりんぐみ！」をテーマにしました。初めて挑戦したパラバルーンでの入場や大好きなアニメの曲のリズムも毎日一生懸命練習したおかげで、またひとつ大きな輝きとなりました。この輝く力をひとつずつ増やしていきながら元気な1年生になりたいです！！



この輝く力をひとつずつ増やしていきながら元気

みなさんこんにちは、地域おこし協力隊の谷津です。

2018年に就任してからはや2年が経過し、残りの任期は1年足らずとなりました。地域や役場のみなさんにお世話になって、季節を味わいながら毎日楽しく快適に過ごしていたらあっという間に時は過ぎていくものですね。

さて、私を含む私たち家族はこの町でずっと暮らし続けたく、住処を検討しておりますが、別の地域から来る移住者にとってまず家の確保は課題です。特に山ノ内町は賃貸の物件が少なく、一軒家の賃貸物件への問い合わせも多くいただいております。将来的には購入を検討していても、まずは賃貸で住んで地域の事を知りたい、でもせっかく地方での暮らしを選ぶのだから広い一軒家に住みたい、みたいな気持ちはよくわかります。

また山ノ内町は移住者や若者を対象とした家賃やマイホーム購入など住宅に関する補助金メニューも金額も近隣の市町村に比べて、かなり手厚いと思いますが、入居する物件があってこそ補助制度であって、適した物件が無ければ補助金自体が使えません。



みなさまがお持ちの空き家、一度空き家バンクへの登録を検討してみませんか。賃貸、売買を問いません。またご近所の空き家の持ち主をご存知でしたら、空き家バンクという制度があることをお知らせいただけませんか。

お問合せ先：総務課移住定住推進室 空き家バンク担当
☎ 33-3111

町の暮らしの魅力や移住定住推進室の活動を SNS で発信していますので、ご興味ある方は一度ご覧になってみてください。町外の方にもご紹介いただけましたら幸いです。おたのもしゃんす。

📷 「@kurasuyamanouchi」

📘 「暮らしやまのうち」

地域おこし協力隊 谷津誠也の
暮らしやまのうちの通信

入札結果（9月分）

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
R2.9.15	中学校パソコン端末 調達業務委託	富士電機 I Tソリューション(株) 信 越支店 中野 営業所	18,699,200円	教 育 委員会
R2.9.15	水路測量設計業務 委託	国土監理(株)	2,300,000円	建 設 水道課
R2.9.25	道路改良事業測量 設計修正業務委託	(株)フジテック	2,690,000円	建 設 水道課

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
R2.9.15	側溝整備工事 町道 四ツ角線	山岸木材(株)	1,880,000円	建 設 水道課
R2.9.15	国土保全特別対策事 業(宇木工区)	山岸木材(株)	3,360,000円	農林課
R2.9.15	消防施設長寿命化工 事 星川(河原)水防 倉庫	旬竹節建築	1,250,000円	消防課
R2.9.25	河川災害復旧付帯工 事(町単)伊沢川	(株)下田土建	1,800,000円	建 設 水道課
R2.9.25	河川整備付帯工事	(株)下田土建	1,700,000円	建 設 水道課

町の慶弔録

令和2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。

(敬称略)

おくやみ

氏名	享年	地区
小坂 房子	92	横倉
中山 計治	90	菅
鈴木 弘子	85	寒沢
藤澤 正秀	84	本郷
山口 守	68	金倉
佐藤 春子	86	安代

出生

氏名	保護者	地区
丸山 琉依	直人 グエンミン トウイ	佐野
小松 凱	拓海 ケサリン	穂波温泉
徳竹 結	修一 芳恵	本郷
佐伯 美空	幸彦 志織	中須賀川
山本 莉歩	哲也 麻美	上条
梨本 千充希	雄希 祥子	佐野

蟻川図書館

おすすめの本

◆一般書
『健康長寿100歳時代』の生き甲斐づく
り 鈴木信著 柳沢京子他執筆 ほおず
き書籍
世界ブルーツーンのバイオニア沖繩の
ルーツは、長野にあった！

『始まりの木』夏川草介著 小学館
学問と旅をめぐる、奇蹟のファンタジー
小説。

◆児童書
『キニ子の日記 上』間部香代作 クリハ
ラタカシ絵 WAVE出版
ちっ素が気になる。青春が気になる。もっ
と気になることがある。満塁小学校6年F
組、キニ山キニ子の気になる日記と須原C
介先生の赤いコメントが織りなす勉強と雑
学のあいだ。(表紙カバーより)(小学生以
上)

『とかげくんのしっぽ こどもプレス』
ツク之助作 イースト・プレス

たいせつなしっ
ぽをなくしたと
かげくんといっ
しよに、しっぽ
をさがしにいき
ましょう。大人
気!!いきものイ
ラストレーター、
ツク之助の絵本。
(幼児から)



※詳しくは、蟻川図書館ホームページの「新
刊案内」「利用の手続」をご覧ください。

蟻川図書館

33-1184



ホームページは
こちらから

人口10.1現在
(住民基本台帳)

11,994人

男 5,869人
女 6,125人
前月比 -28人

4,985世帯

前月比 -8世帯

気象 9月

()は過去5年間の平均

平均気温

21.6℃

(20.3℃)

最高気温平均

26.2℃

(24.9℃)

最低気温平均

18.3℃

(16.9℃)

降水量 119.0mm

(110.9mm)

平均日照時間

4時間30分

(4時間18分)

国保加入者一人
当たり支払った
医療費 8月

26,047円

前年比 -16.34%

交通事故9月

()は1月からの累計

件数 2件(15)

死者 0人(0)

傷者 2人(18)

※累計は変動します

119番情報9月

()は1月からの累計

火災 0件 (9)

救急 48件 (627)

救助 1件 (8)

『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.yamanouchinagano.jp/

相談

■携帯サイト■

携帯電話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。
http://mobile.town.yamanouchi.nagano.jp/



◎職業相談

[求人申込・職業相談など]

○開設日11月4・10・17・24日
(毎週火曜日、祝日の場合は翌日)
9:00~12:00

▷場所 町文化センター相談室

※マスクをご持参ください。

☎観光商工課観光商工係

☎33-1107

◎心配ごと相談

11月13日(金) 9:00~12:00
土地、財産、家族の事など、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。

場所 地域福祉センター健康相談室

☎地域福祉センター

☎33-8411

◎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。

☎総務課人権政策室

☎33-3111

または長野県女性相談センター

☎026-235-5710

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

毎週 月 9:00~12:00 保健センター 全町民対象

●定期予防接種(※要予約)

法律で予防接種を行うよう努める必要があると定められているもの ※すべて予約が必要です。

11/5(木)	ヒブ	13:00~13:20	保健センター
	小児肺炎球菌	13:00~13:20	
	BCG	13:00~13:20	
	口タ	13:00~13:20	
	日本脳炎	13:15~13:30	
11/24(火)	四種混合	13:00~13:20	保健センター
	B型肝炎	13:00~13:20	
	水痘	13:00~13:20	

※日本脳炎は集団接種のみです。日本脳炎以外の予防接種は町保健センターでの集団接種と医療機関での個別接種の選択ができます。集団接種を希望される方は健康づくり支援係へご予約ください。

●特定健診

11/24(火)	9:00~10:00	保健センター
	13:30~14:30	ほなみふれあいセンター

●乳房超音波検診

11/2(月)	8:50~11:00 12:50~14:00	保健センター
11/12(木)		
11/25(水)		
11/30(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。

●乳幼児健康診査

会場:保健センター

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

●すくすく子育て教室

11/26(木) 9:20~9:30(受付) 保健センター

●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

11/1(日)	片桐医師	11/3(祝)	須藤医師
11/8(日)	西原医師	11/15(日)	渡辺医師
11/22(日)	小田切医師	11/23(祝)	市川医師
11/29(日)	城下裕医師		

※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

* 凍り豆腐とかぼちゃのそぼろあんかけ *

<材料> (4人分)		(合わせだし)【A】	
凍り豆腐	2枚	しょうゆ	大さじ2/3
かぼちゃ	1/4個(350g)	砂糖	大さじ2
鶏ひき肉	70g	塩	小さじ1/4
水溶き片栗粉	適宜	酒	大さじ1
		だし汁	400ml

<作り方>

- ① 凍り豆腐をぬるま湯で戻し、6等分にする
- ② かぼちゃは種とわたをスプーンでこそぎ取り、適当な大きさ(3~4cm)にきり面取りをする
- ③ 鍋に油を熱し、鶏ひき肉を入れ、中火でほぐすように炒める。鶏ひき肉がポロポロになったら、かぼちゃを加え全体をサッと炒め、油をなじませる
- ④ ③にAを入れ、沸騰したら凍り豆腐を入れ、15分程煮る。かぼちゃがやわらかくなったら、水溶き片栗粉を入れ、とろみをつける。

1人分: エネルギー 149kcal、たんぱく質 9.7g、脂質 4.2g、食物繊維 2.3g、食塩相当量 1.1g

~おかずにかが~
胃腸に優しい体温まる一品



10月
1日

公衆トイレがリニューアル



道の駅北信州やまのうちの公衆トイレリニューアル工事がしゅん工しました。バリアフリーに対応し、子どもや女性に配慮したトイレ数の増設など、誰もがより快適な空間をご利用いただけます。

10月
9日

戦没者追悼式



今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から関係者のみで執り行われました。それぞれが平和への思いを込め、御霊を追悼しました。



山岳遭難発生時に遭難者の迅速な発見および搬送の技術向上などを目的に、志賀高原一の瀬パノラマ駐車場を会場に秋季総合訓練が実施されました。県警ヘリに協力いただき、隊員ほか地域の警察署員がホイスト訓練等の救助訓練を実施しました。

10月
12日

ブラッシュアップ品評会【シャインマスカットの部】

審査員に県やJA、旅館の女将さんなどを迎え、シャインマスカットの品評会を開催しました。翌日には道の駅で販売し、訪れた方からは「こんな見事なシャインマスカットは初めて見た」といったお声もいただき、大好評でした。



10月
6日

収穫の秋！小学校で稲刈り



農業体験学習として各小学校で稲刈り体験を行いました。泥まみれになりながらも、「楽しい!」といった声がたくさん聞こえ、夢中になって稲刈りとはげ掛けを行いました。(写真は東小学校5年生)

10月
11日

町長杯卓球大会



27名の町民の皆さまが参加し、町長杯卓球大会が開催されました。参加者の迫力あるスマッシュやナイスレシーブも飛び出し、熱戦が繰り上げられました。

志賀高原地区遭対協 秋季総合訓練

9月
29日