

9月29・30日に、山ノ内中学校で55回目を迎える白樺祭が開催されました。初日には全校生徒による音楽会が行われ、澄んだ歌声が響き渡りました。



特集

- 児玉悠作さん 4
- 志賀高原ヒルクライム 5
- 東小学校運動会 8



町LINE
友だち追加



町の観光情報

しろくま つうしん

第6号



© @ butabulo

10月に入ったらいきなり寒くなってきましたね。皆さま、暑かった夏の寒暖差で体調をくずさない様に、くれぐれもお気をつけください。

果物の収穫シーズンを迎え、農家の皆さんが大切に育てたブドウやリンゴが、全国に旅立っていていますね。町では名誉町民の皆さまにブドウなどを送りしました。届いた名誉町民の方から、とてもおいしかった！とご連絡をいただいで、とても嬉しい気持ちになりました。

山ノ内町旅先納税® 「山ノ環(ヤマノギフト)」

ふるさと納税を強化するために、10月から旅先納税®がスタートしました。旅行などで山ノ内町を訪れた方が、その場で納税して返礼品を受け取ることができたり、宿泊代として支払うことができる制度です。長野県内では軽井沢町に次いで2番目の導入にな



山ノ内町のファンをひとりでも増やし、山ノ内町にふるさと納税をしていただく仕組みをつくるのが重要だと考え、旅先納税®の導入に至りました。ロゴもこだわりがあり、りんごのシルエットの中心に岩菅山・笠岳・高社山、温泉に入る猿やスキーのゴンドラなどを加え、山ノ内町を表現しています。

旅先納税を活用するには、地元のホテルや旅館、飲食店の皆さまのご協力が必要です。の皆さまと納税を倍増させ、ふるさと納税を倍増させるためにもご協力ください。旅先納税やふるさと納税の寄附額が増えると、さまざま

な町民サービスに反映させることができます。



写真右から平澤町長・株式会社JTB長野支店 太田洋介支店長

小学校統合について

9月27日に開催された総合教育会議で、教育委員の方々と話し合いました。アーカイブでもその内容をご覧くださいね。

学校の統合は100年に一度の一大事業です。これから移住者を増やし、町の経済を活性化し「孫達が帰ってきたくなる町」をつくろうとしている今、多額の税金を投じて学校を新しくつくるのであれば、他のどの小学校よりも魅力的で、移住者も、この町の人も、この町で教育を受けたいと思うような、そんな

『魅力的な教育内容と教育環境』をつくるべきです。

これから日本の国際化が進む中、「話せる英語教育」は必須です。ESD(※)教育などの良い内容は引き続き伸ばしつつ、ALIT(※)を増やすなどして英語を強化することは可能だと考えます。

将来は外国人の町民も増えることが予想され、インターナショナルスクールの設立も視野に入れていく必要があります。統合問題だけではなく、教育内容についても引き続きしっかりと議論していきます。

国も少子化対策に乗り出す今、山ノ内町としても子育てのしやすい魅力のある町づくりに向けて、同じ方向性で進めていきたいですね。

※ESD:持続可能な開発を実現するために発想し行動できる人材を育成する教育。
※ALIT:外国語指導助手。

の確
議らら
会ちか
育ドす
教一可
合QR
総内認



寄附をいただきました

セイコーエプソン株式会社から町内小中学校の児童・生徒全員に対し再生紙学習用ノート等の寄付をいただきました。

企業としての環境への取り組みの一環として、社内で使用済の古紙を自社製乾式オフイス製紙機にて再生し、その再生紙を用いたノートを県内市町村の小中学生に配布することで、環境保護活動を身近に感じ、ESDやCO₂削減の意識向上に繋げてほしいとの意向です。

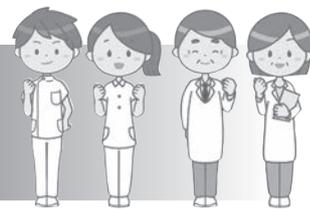
寄附いただいた再生紙学習用ノートは町内各小中学校へ配布するとともに、再生紙は片内業務にて有効活用させていただきます。ありがとうございます。



写真左からセイコーエプソン株式会社 窪田美彦 総務部長・平澤町長

医療費

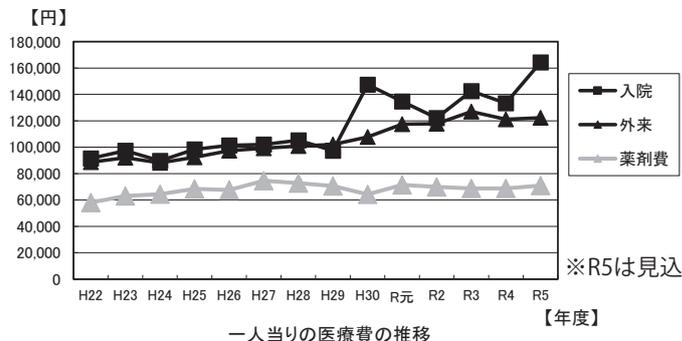
早期発見・早期治療、ジェネリック医薬品の活用などで医療費の適正化を目指しましょう



一人当たり医療費は減少

令和4年度の町国民健康保険の医療費は、総額で約11億6千万円となり、前年度と比べて6.93%減少しました。一人あたりは34万8,844円となり、11,378円、3.16%減少しました。令和5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増加しています。

被保険者数は109人減少している中で、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、特定健診や各種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に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、以下のような医療費の節約方法について、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使用する）
- ・お薬手帳は一人1冊にまとめる
- ・年1回特定健診等を受け、病気の重症化を防ぐ（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

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ありませんので、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。

問健康福祉課 医療保険係 ☎33-3116

「習慣・精神力・スピード」 400mハードル

自己ベストを更新、世界選手権出場と、今シーズン好調を維持している山ノ内町出身400mハードル選手児玉悠作さんにお話しを伺った。



Yusaku KODAMA
児玉悠作

強みを生かしたプランで勝負するところが魅力です。
——今シーズン調子が上がっている要因は。

児玉 今シーズン入る前の冬季トレーニングが上手くできたので、そこのパワーアップがシーズンにも繋げることができ、結果へと繋がっていると思います。

——具体的にどのようにトレーニングをしたのですか。

児玉 自分の弱みでもあるスピードや、ハードルの技術向上を意識してトレーニングに取り組みました。冬季のトレーニングでは、あまりスパイクを履かずに、ランニングシューズでトレーニングし、スパイクに頼らない基本的なところを身に付けるようにしています。スパイクを履くと、ピンによるグリップ力などごまかせてしまいますので。

——今までに「つらい」と思ったことは。

児玉 もちろんありません。ですが、そのトレーニングを乗り越えて結果が出たときは嬉しいですし、先輩後輩同期に恵まれて、つらいトレーニングでも楽しくできています。

——町の子どもたちへメッセージをお願いします。

児玉 自分の根底にあるのは、「走ることが楽しい」という気持ちです。今もその気持ちがあることで競技を続けることができますので、みなさんには初心を忘れずにスポーツをしてほしいです。

——今後の目標は。

児玉 来年のパリ五輪、再来年の東京世界陸上の出場を目指します。そして、自分が楽しんで取り組んでいる姿を届けられたらと思います。

——アジア選手権2位、セイコーゴールデングランプリ陸上優勝おめでとうございます。優勝の瞬間はどのような気持ちでしたか。

児玉 正直自分でも状況がつかめていなく、フワフワとした感じがしていました。周りの方からお祝いの言葉をいただき、実感がわきました。

——もちろん応援も大きいですが、ご自身の努力があつてこそその結果ですね。

児玉 特別なことはしていません、毎日トレーニングを継続することで、このようなタイムや結果がついてき

ていますので、そこは自分自身を褒めてあげたいです。

——陸上を始めたきっかけは。

児玉 中学1年生から始めたのですが、小学校の頃から走ることが好きで、たまたま少年野球で出場した駅伝大会で区間賞を獲得することができ、そこから走ることは楽しいという感覚を持ちました。盗塁も好きでしたし。(笑)それがきっかけです。

——400mハードルの魅力は。

児玉 スピード、スタミナ、ハードルの技術といった要素が複合されている競技で、選手それぞれが自分の



児玉 悠作 —こだまゆうさく—

山ノ内町出身、22歳。ノジマ陸上競技部所属の400mハードル選手。2023年のセイコーGGP横浜で優勝、アジア選手権2位。8月には、ブダペスト2023世界陸上競技選手権大会に出場。次期オリンピックを目指す。

志賀高原

ヒルクライム2023



9月10日、秋の気配を感じる気持ちのよい空気の中、志賀高原ヒルクライム2023を開催しました。集まった約700名のクライマーたちがゴールとなる波峠まで、距離にして13・1km、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。

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いよく飛び出しました。波峠では、「そば鍋」やブランド米「雪白舞」のおにぎり、地元産のリングゴに舌鼓を打ち、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、クラス別に表彰があり、一般女子部門では2022全日本ロードチャンピオンである榎木祥子さんが優勝に輝きました。また、昨年引き続き井出雄太さんが総合優勝に輝き、表彰状とチャンピオンジャージに加え、「雪白舞」の米俵を贈りました。

参加者からは、既に来年の開催への期待の声が聞こえる中、志賀高原を舞台としたレースは無事、幕を閉じました。

百歳長寿

～これからもお元気で長生きを～



佐藤 平次郎 さん (写真左 みろく)

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習慣としています。

今年度町内で、百歳を迎えられる方は11名で、うち1名には、いで湯の里敬老祝賀会で、3名には自宅訪問を行い、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町長から行いました。

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。



西澤 充子 さん (写真中央奥 和田)



池田 玉江 さん (写真左 本郷二)

秋のこどもまんなか月間 オレンジボン・児童虐待防止推進キャンペーン ～虐待かもと思ったらダイヤル189番(いちはやく)へ～

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、こども家庭庁では毎年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が行われます。

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・DV24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。

こども まんなか

ふるさと寄附金「“オラ”のふるさと応援貨」

岡本 美穂子	松倉 史明	岸本 啓一	岩品 剛	坂井 直也	南 泰成	沈 力	横山 洋	水洗 政司	吉川 満則	三大寺 崇	橋爪 優子	川添 健太郎	高島 樹里	村上 幸司	畔上 雄介	須澤 壮太	橋本 梨紗	川端 陽介	大塚 翠	伊藤 直子	代田 齊	小森 樹音	増田 愛	花井 克之	渡邊 武士	中村 康裕	飯田 勇一	野口 みゆき	加藤 治人	新田 尚史	飯島 尚輝
宮本 晋也	金田 穰次	関谷 純一	小原 亮一	西尾 和子	李 成哲	熊谷 美恵	坂井 貞樹	高梨 航	杉田 紀里	中村 友香利	岩松 安則	樊 冠瀛	財津 慶一	河野 安昭	竹内 大哉	日吉 亮太	大森 翔	村野 武尊	鈴木 裕也	海宝 雄太	吉沢 亮太	田嶋 周	永池 翼	宮島 辰之	藤岡 正民	端 大輝	早津 真由美	大西 翔平	岡安 類	相川 礼彦	川崎 始
岩本 毅彦	矢吹 遼介	高橋 幸	山下 勝秀	大木 泰人	小柳 崇仁	千葉 栄一郎	馬場 正治	服部 傑	小日山 千尋	マゲ 幸	カリヤワサムガ	名取 善宏	加藤 竜一	田畑 善嗣	井田 聡	原 良介	河原 武	黒松 俊基	末松 雅士	大沢 優也	今田 光一	久保田 直美	竹ノ内 幸治	石黒 隆男	豊島 健司	齊木 健太	渡邊 紘充	中野 博孝	三枝 敏二	中里 寿春	根本 正子
柏原 匡	板垣 美奈	中島 健蔵	坂部 智美	坂部 光彦	立花 祐樹	田中 浩	木原 康裕	尾崎 康二	倉増 晋	小菅 聡	白木 優作	宗野 公保	河野 一郎	金上 裕輔	松本 勇	松田 拓馬	児島 学	佐藤 祐樹	谷口 博	安西 慶晃	渡邊 拓朗	宮澤 知宏	田口 幹雄	内川 裕介	三井 梓	井田 徳正	多田 啓一	深水 祐介	野崎 正浩	北澤 大輔	多田 佳典
大石 裕	山本 亮太	時任 啓太	中川 進也	岩丸 良子	渡邊 誠	稲垣 和晃	池谷 茂樹	添田 浩志	山崎 悟史	家常 篤	仁科 葉子	山浦 大輔	清水 利周	長谷川 慧	酒井 久珠子	奥村 裕之	佐賀 文昭	村田 正道	秦 恵子	平田 和哉	高見 純平	浅見 文美恵	佐藤根 遼平	笠井 謙一	阿部 諒	福島 真人	浜田 芳樹	駒津 健太	下野 築	森谷 有美	佐藤 宏
今中 哲	遠藤 孝良	岩月 一郎	加藤 靖章	吉本 由里子	関根 敦	中山 寛彦	鈴木 芳徳	井上 貴雄	孟 桜舟	緑川 真剛	小古瀬 政代	河部 俊弘	今井 伸幸	前坂 泰弘	関谷 忠明	岡崎 好信	藤森 茂晴	高橋 一矩	吉田 恵修	小島 真理子	橋本 礼児	大江 将史	山本 慶一	坂本 亮一	櫻井 和義	脇田 友子	船原 政一	松井 麻希	勝山 雅人	安藤 諒	高橋 亨仁
佐藤 大太郎	中内 剛	大久保 誠	山田 琢三	山本 貴史	吉田 弘輝	濱 辰徳	小野木 智	佐藤 啓	田口 健太郎	井堀 琴	田口 和彦	本木 英人	高橋 篤史	星 祐司	鈴木 聡	佐藤 雪	松田 直也	石田 直樹	井上 雅志	森田 友樹	中沢 宏紀	木村 勝夫	伊藤 英紀	鈴木 紀章	鈴木 雄大	辛 演祥	小林 且昌	本間 陽一郎	角田 淳	下坂 祐介	綿貫 秀也
大林 市郎	後藤 智子	洪 貴花	道善 外廣	土井 淳	菊原 智	多田 納強	塩井 崇称	湊 豊	小松 優作	竹田 遼	鳴海 清貴	藤澤 秀治	松原 知輝	渡邊 堅司	松本 美智子	森田 千穂	松島 健登	桜井 徹也	日笠 規男	常田 茂雄	前川 哲弥	木内 位親	羽鳥 裕一	堀川 弘美	勝木 康雄	神尾 正二	三科 幸司	内田 昭	高井 佳子	吉岡 雄太郎	

9月に寄附をいただいた方(敬称略) 1,246件総額 63,462,000円

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。

最後までかけぬける

一人一人が★主役の



9月16日、東小学校で運動会が開催されました。よく晴れた気持ちの良い天気のもと、元気いっぱい競技を行う児童の姿が見られました。また、今年からはかけ声を出せるようになり、所々で力のこもった声が響き渡っていました。



150周年

運動会



東小学校は、前身となる明治6年（1873年）の盛明学校開校以来、地域住民の手によって整備され、未来の郷土を担う人材育成、地域の学校として親しまれ、輝かしい伝統と歴史を築き上げてきました。本年、開校から150周年という節目を迎え、児童が自ら表現したいことを取り入れるなど、一人一人が主役となる運動会となりました。



乗入児による風車拾い♪





保育園の入園受付を行います



来春（令和6年4月）から入園を希望される皆さんへ

令和6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様の、入園申し込み受付を次のとおり行います。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、役場（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添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。

入園の申込受付日程

受付日	保育園名	受付時間
11月1日（水）	志賀高原保育園	10：00～11：00
11月2日（木）	かえで保育園	9：00～11：00
11月7日（火）	ほなみ保育園	
11月8日（水）	よませ保育園	
11月9日（木）	すがかわ保育園	10：00～11：00

申込方法

各保育園および役場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。申し込み用紙にご記入のうえ、受付日に提出してください。

☎健康福祉課 子ども支援係 ☎ 33-3116

エノキタケの収穫体験 志賀高原保育園

9月28日、志賀高原保育園で園児によるエノキタケの収穫体験を行いました。

長野県では信州ACEプロジェクトの一環として、9月を強化月間とし、「ひくシオたすべじ北信州」キャンペーンに取り組んでいます。野菜・果物の摂取増加と減塩に取り組むキャンペーンで、保育園では、町内産キノコや果物を利用した給食、減塩スープ等の提供を行いました。キャンペーンの一環として、JAながの志賀高原支所のご協力をいただき、4名の園児がエノキタケの収穫体験をしました。園児は、指導を受けながら一人ずつ楽しそうに収穫を行いました。御礼としてリズムの披露をしました。最後には皆で記念撮影をしました。



●部落解放・人権政策確立要求中高地区総決起大会

8月28日、38回目となる「部落解放・人権政策確立要求中高地区総決起大会」が中野市中央公民館で行われ、地域住民など222名が参加しました。

講演会では、長野市内で10年以上続いている差別事件を取り上げ、高橋典男さん（NPO法人人権センターながの事務局長）と松沢佳苗さん（信濃毎日新聞デジタル編集部）からお話をいただきました。事件の解決に向け尽力されている高橋さんは、この事件が解決していない理由の一つに差別禁止法がないことを挙げ、立法の必要性を説きました。松沢さんは、事件取材した経験から「差別はされる側の問題ではない。部落差別が通用してしまっているこの社会が変わらなければならない。差別はなくなってもいけないが、差別が通用しない社会にすることはできる」と訴えました。講演後、山ノ内町の白鳥金次実行委員長は「二人へお礼を伝える一番の方法は、ここにいる皆さんがこの話を家庭や地域に持ち帰って広め、差別のない地域を作ること」と謝辞を述べました。身近に起きている部落差別問題に触れ、人権が尊重される地域づくりのために自分ができること、すべきことを考える機会になりました。



人権啓発イベントレポート

●第32回解放講座

人権課題を「自分ごと」としてとらえ、実践行動につなげる機会になることを願い、町内4会場で様々な人権課題をテーマとした講座を行いました。町内在住・在勤者など延べ185名が参加しました。参加者から寄せられた感想とともに、内容を紹介します。

◆9月21日 よませふれあいセンター

『私たちの未来のために』（参加者50名）

長野県警察人身安全・少年課スクールワーカー 山田恵津子さん

インターネットや情報社会の発展に伴うトラブルや今と昔の違い、いじめや闇バイトなど、実際の事例を交えて解説いただきました。山田さんは「考える力をつけ行動することが、私たちの、子どもたちの未来につながる」と力強く語りかけました。



〈感想〉「いじめの話聞き、胸が苦しくなりました。見て見ぬフリをするのではなく、異変に気づき、行動できる人になりたい」（20代）、「速く世の中が変わる現代の状況を常にアップデートできる講演内容」（30代）、「人ごとでは無いと感じた」（40代）

◆9月27日 すがかわふれあいセンター

『子どものストレスと親子関係』（参加者28名）

スクールソーシャルワーカー 小巻佳人さん

スクールソーシャルワーカー・精神保健福祉士としての経験から「子ども自身に『SOSを出して』と言っても出せない」といい、子どもが訴える心身の不調や問題行動を大人がSOSとして受け止めること、子が安心して弱音を吐ける関係を親子で築くことが大切と話しました。



〈感想〉「まず親が幸せになり、子どもへたくさんの愛をそそげる家庭が増えればと思います」（30代）、「めざしたい家庭・仕事における立場のあり方を考えることができました」（50代）

◆9月28日 ほなみふれあいセンター

『〈ボッチャ〉でパラスポーツ普及と理解』（参加者42名）

北信教育事務所生涯学習課 土橋裕樹さん



東京パラリンピックでも日本勢の活躍が目された『ボッチャ』を通して、障がいの有無にかかわらず、誰もが分け隔てなく共に生きる社会を考えました。講義を聞いた後、実際に体験すると、年齢や性別に関係なく楽しめることがわかりました。初対面同士でも話し合いながらゲームを進め、「上手！」「すごい」「いいぞ」と歓声や笑い声が聞こえる場面もあり、大いに盛り上がりました。



〈感想〉「楽しさと同時に障がいの方の実践のすごさを感じました」（20代）、「利き手でない方でのゲームは良い体験になった」（60代）、「初めてでしたが、誰でも楽しめるスポーツで良いな、と思いました」（30代）

◆9月29日 文化センター

『今なお残る部落差別の問題への取組』（参加者65名）

長野県教育委員会心の支援課 徳永吉彦さん



今も根深く残る部落差別問題の現状や、その背景にある差別の構造について解説いただきました。

インターネット上に差別的な情報が氾濫する中で「寝た子を起すな」ではなく正しい学習、教育啓発を行うことの必要性を説き、「部落差別がなくなった状態とは、部落を知る人が世の中からいなくなるのではなく、自分の生まれを告げても安心・安全が社会的に保障されている状態のことではないでしょうか」と問いかけました。

〈感想〉「小学校の時にも部落差別について勉強したけど、差別がまだなくなっていないことにとっても驚いた」（10代）、「出身地が悪いんじゃないというお話を聞いて少し元気が出ました」（40代）

空き家でお困りの方はいませんか？



- ・空き家を相続したいけれど、何をすれば良いのか分からない・・・
- ・空き家を売却したいけれど、どこに相談すればいいのか分からない・・・
- ・空き家を処分したいけれど、荷物整理が進まない・・・



以下のような制度や相談会があります！
一度、役場や専門家に相談してみませんか？

空き家バンク事業

町では空き家を減らし、有効活用してもらうため、「町内に空き家を所有している方」と「空き家の利用希望者」の売買・賃貸借のマッチングをお手伝いしています。

☎総務課 移住交流推進室
☎33-3111

空き家相談会

11月11日（土）に「空き家相談会」が開催され、山ノ内町と協定を結んでいる専門家が、空き家所有者の様々なお悩みについて相談に応じてくれます。

- 1 日 時 令和5年11月11日（土） 10時から15時
- 2 場 所 中野Drop（中野市中央2丁目4-4）
- 3 主 催 公益社団法人 長野県宅地建物取引業協会長野支部
- 4 申込方法 電話予約（宅建協会長野支部 ☎026-228-2130）
- 5 参加費 無料



町では保育所運営事業費に充当し、未満児保育や延長保育の実施に役立てました。

この交付金は、市町村が実施する公共用施設の整備費や地域活性化事業費などに充当することにより電源市町村の活性化を図ることを目的としています。

「電源立地地域対策交付金」は、水力発電施設やダムなどが所在している市町村に対し、国（経済産業省資源エネルギー庁）から県を通じて交付されている交付金で、令和5年度、当町には819万2千円が交付されています。

電源立地地域対策 交付金の活用

広報やまのうちに広告を掲載しませんか

有料広告募集中！

申込方法、料金等については町ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎総務課企画係 ☎33-3111



「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穂 2842

司法書士青木事務所

〒381-0401 山ノ内町大字平穂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

令和5年度第1回山ノ内町総合教育会議を開催

教育委員会だより

9月27日文化センターにおいて、平澤町長と教育委員による山ノ内町立小学校の統合を議題に令和5年度第1回山ノ内町総合教育会議が公開により行われました。

教育委員会では、今後、住民や統合準備委員会の意見をさらに求め、年内には統合小学校の位置と統合の目標年度を決定したいと考えています。詳しくは、町ホームページ「小学校統合について」をご覧ください。

総合教育会議における主な意見は次のとおりです。



▲第1回山ノ内町総合教育会議の様子

【総合教育会議の概況】

町長と教育委員会の考え

3小学校の1校統合については、児童数の著しい減少が進むなか町長や教育委員も早期統合を実現するべきと一致。

長い議論のなかでようやくまとまった中学校敷地とする小学校統合整備計画（案）を十分に理解してほしいとする教育委員に対し、町長は中学校敷地は狭く魅力のある学校づくりには適さないのではと指摘し、小中一体的な統合先敷地は拙速に進めず十分に検討するべきとしながらも現状の子どもたちに配慮し、既存の小学校を活用した小学校の統合を優先に進めるべきとの提案を含め意見交換が行われました。

【町立統合小学校整備計画案について】

町長の発言

計画案が示す統合小学校の「基本方針」、目指す学校像、目指す子どもの姿などは否定しない。移住者が増えるほどの魅力的な学校教育を目指して、プラスアルファを加えてほしいと考える。

教育委員の発言

計画案は、町長が言う移住者が増えるための学校づくりを目的に作成されたものではなく、町民の想いを今の子どもたちのために作成したもの。案に示されている基本構想が実現できれば素晴らしい教育ができると考える。現在の出生数から想定してクラス数・校舎の規模を計画している。

【統合小学校の位置について】

町長の発言

現状の中学校敷地では狭く中学校敷地に固執する必要はないと考える。

山ノ内町の教育としては、広い敷地で児童がのびのびと教育を受けられる学校づくりを想定してほしい。中学校敷地に建設するならば、周辺の用地買収も視野に入れた設計をするべき。中学校敷地以外も視野に入れて、地域エゴにとらわれないひとつの山ノ内町としてベストな候補地を検討するべきと考える。

教育委員の発言

地域の合意形成を積み重ねてきた中で中学校敷地を候補地として進めている。仮に既存校舎を選択する場合、いずれの既存校舎を活用するか議論に戻ることによって統合が先送りになりかねない。用地買収は必要とを感じるが、土地は個人の大切な財産であることから慎重に進める必要があると考える。また、将来の小中一貫教育となった場合の中学校敷地は決して狭くない。

町長の小学校統合に関する考え

<魅力ある教育>

教育内容と教育環境が揃ってはじめて魅力ある教育と言える。移住者も町の教育を受けたいと思うような、人口が増える教育内容と教育環境が重要。町としては、山ノ内町に住む人、新しく移住してくる人双方にとって魅力と感ずるものや価値のあるものを具体的に考え投資をしたい。

<統合と敷地について>

現状は小中一貫教育や義務教育学校については十分な議論が尽くされていないのではないかと。方向性として、子どもが減少する中での教育の充実のために決定している「3校を1校に統合」と、内容未定の小中一貫校や連携などに関わる「中学校に隣接した敷地への新校舎建築」は切り離して考えるべきと考える。魅力ある学校づくりが中学校敷地でできるのであれば反対しない。

<これからの時代にマッチした魅力のある教育を目指して>

国際化が進み山ノ内町も国際的な観光地になりつつある現状を考えると、英語が話せるための英語教育は必須。将来は外国人町民も増えることが予想され、インターナショナルクラスなどの開設やスポーツクラブとの連携など、新しいスタイルの公共教育も視野に入れていく必要があると考える。

小学校統合にかかる住民・保護者との懇談会結果

7月22日から9月19日のうち20日間（24回）、小学校統合に関するご意見や魅力ある教育について各地域において開催しました。

【地区懇談会の状況】

- ・内訳：対象団体別数 区長会 14回 一般者向け 4回 保護者向け 6回
- ・参加者 延べ322名（10月4日現在）うち保護者懇談会（育成会含む）76名

【主な意見等 約160件】

○中学校敷地への1校統合に関してのご意見

<発言例>

- ・整備計画案のとおり進めてもらえればよい。これまで議論されて中学校敷地になったのに、また、既存小学校に統合するような話は混乱を招くだけである。余計なことはしないで早く進めてほしい。

○中学校敷地以外の1校統合に関してのご意見

<発言例>

- ・少人数のほうが目がかけられる。学級の人数が少ないからいけないというのは根拠がない。

○統合全体に関すること

<発言例>

- ・子どもにしわ寄せが出ているのではないかと。統合の時期が無駄に先送りになるだけで、子どもたちを第一優先として考えてほしい。学年の児童数が増えればできることもあるし、楽しみな気持ちを持っているかもしれない。大勢でできるように大人が段取りをするべき。
- ・統合が先延ばしになればまた改修を繰り返していくのか。また余計な費用がかかる。
- ・豊富な自然と国内外にも劣らない観光地がある。ほかでは体験できない場所に住んでいるのも魅力。ゼロベースからの統合はとても魅力あり。私立でしかできないことなど公立でも出来たらと思う。通う児童、通わせる保護者、町の人々がわくわくするような学校づくりのできる統合になってくれることを期待する。

○その他の意見

- ・財政面やコスト面 ・空き校舎の利活用 ・若い世代の意見を重視すべき
- ・多くの人数で学べる環境を ・プールや体育館、グラウンドについて
- ・体育の教育について など

詳しくは町公式ホームページをご覧ください。



町公式ホームページ

ご紹介します！

2学期から赴任された小学校のALT（外国語指導主事）

山ノ内町の皆さんこんにちは。

私は、カナダのトロントから来たパトリア・カラジョーゴスと申します。年齢は28歳でトロントのヨーク大学を卒業しました。

小学生の時に日本語の先生と交流したことがきっかけで日本に興味を持ち、日本語を学びたいと思うようになりました。「日本に来て、日本語と日本文化を学び、そして英語やカナダの文化を伝えたい!」という私の長年の夢が多くの人々の助けによって叶いとても感謝しています。まだまだ学ぶことがたくさんありますが、これから一生懸命頑張りたいと思います。

今回、山ノ内町に赴任することになり、とても嬉しく、ワクワクしています。そして、町の子どもたちに英語を教えることをとても楽しみにしています!カナダの文化を町の皆さんと分かち合えるように頑張りたいと思いますので、これからどうぞよろしくお願いたします。



パトリア カラジョーゴス
Patricia Karageorgos 先生

典 役場のしごと

ご存知ですか？

No.23

☆計画監理係・景観維持係☆



▲夜間瀬川河川清掃

景観維持係では、良い景観を守るため、景観条例に基づく審査を行っています。また、地域の方々に良い景観づくりの意識を持っていただくため、地区団体に燃料等の支援やイベントを開催しています。

計画監理係では、都市公園の維持管理や町営住宅の管理、空き家の調査などを行っています。その他、建築物を建てる際に注意が必要な規制内容の確認や道路占用等の審査・受付窓口を行っています。



▲景観ウォーキング

☎建設水道課 計画監理係・景観維持係 ☎ 33-3114

米づくり農業体験



東小



西小



9月19日に南小学校、9月25日に東小学校、10月3日に西小学校で稲刈りを行いました。稲刈り用の鎌を使い、一つ一つ丁寧に手で刈っていました。

児童からは、「初めは難しかったけれど、徐々に慣れてきた。」「鎌で刈るのは楽しい。」「などの声が多く聞かれ、機械で稲刈りを行うことが通常となっている環境で、鎌の安全な使い方を学び、手で稲刈りをするこの大変さや楽しさを肌で感じ取っていました。

デマンド交通実証運行 チョイソコやまのうち

令和5年12月～令和6年2月までの3か月間、町の公共交通の利便性向上を目的として、楽ちんバス西北部ルート[※]の朝・夕を除く昼間の時間帯を活用し、実証運行を行います。実証運行の時間帯は、楽ちんバス西北部ルートの運行を休止し、予約により乗車が可能なデマンド交通に切り替わりますのでご注意ください。

- ・ 6：33 裏落合発 便
 - ・ 8：06 裏落合発 便
 - ・ 17：13 夜間瀬駅発 便（上林線のダイヤ改正にあわせて12月1日より改正予定）
- の3便は実証運行中も楽ちんバスとして運行します。

会員登録
が必要

乗車
申し込み
が必要

事前予約でご乗車！乗り合い送迎サービス



チョイソコやまのうち

とは？

利用者の電話予約に応じて運行する予約制コミュニティバスです。

令和5年12月から令和6年2月の間、楽ちんバス西北部ルートの一部便において実証運行中。予約のあったバス停とバス停の間を効率的に移動することで中野市内・交通空白地への移動の実現を目指します。

運賃

運賃は先払いです！

山ノ内町のバス停 ⇔ 山ノ内町のバス停 …………… 1回100円

山ノ内町のバス停 ⇔ 中野市内のバス停 …………… 1回500円

※ツルヤー本木店様、北信総合病院様、信州中野駅
未就学児は無料

楽ちんバス回数券・福祉乗物補助券も使用できます

運行時間

運行日時 毎日 午前9時30分～午後3時まで、午後4時～5時まで

受付時間

受付日時 毎日 午前9時～午後5時まで

利用希望日時1週間前から当日1時間前まで

朝9:30～10:00の出発を希望する場合、前日までに予約をしてください。

乗降場所

全ての会員の方 バス停からバス停まで

※自宅までの送迎を行うものではありません。

チョイソコやまのうち 乗り方

会員登録
が必要

① 会員登録

まずは会員登録を!

会員資格

- ①小学生以上の山ノ内町民の方
- ②ご自分で乗り場へ移動および車両の乗降ができる方

申込方法

会員登録申込書を提出

郵送の場合

郵送先
〒381-0498
山ノ内町役場
総務課企画係

窓口持参の場合

提出先
町役場3階
総務課企画係

ご自宅に会員証が届いたら予約・利用が可能です。
(約1週間程度)

会員登録申込書は

- ・町ホームページ
 - ・総務課企画係窓口
 - ・楽ちんバス車内
- に用意があります。



～バスの乗り方講座を開催中～

- ・予約方法の説明
 - ・乗車方法の説明
 - ・会員登録手続き等
- をご理解いただける内容となっております。
お気軽にご参加ください!

② 乗車予約

チョイソコセンターへ電話で予約!

チョイソコセンター

050-2030-3380

予約受付 毎日
時間 午前9時～午後5時

予約時に伝えること



- ① お名前と会員番号
- ② 予約希望日時
- ③ 乗る場所・降りる場所
- ④ 同乗者の有無

利用希望日の1週間前から
当日利用希望時刻の
60分前まで予約ができます。

覚えておくと
役に立つ!

予約のポイント

朝一番の電話は避ける

午前9時から9時15分までの間は、予約の電話が集中するため、つながりにくくなります。急ぎでない場合は、9時30分以降のお電話がおすすめです。

前日までに予約する

利用したい時間の60分前まで予約できますが、混雑状況により希望の時間に予約できない場合があります。前日までに予定が決まっているときは、早めの予約がおすすめです。

行きの予約時に帰りの予約もする

帰りもチョイソコをご利用希望の場合は、行きの予約をするときに、合わせて帰りの分も予約しておく、安心してお出掛けできます。

③ 指定した停留所で待機

【乗車時のお願い】 乗り合いのため、ほかの利用者の迷惑にならないようマナーを守りましょう

- ・10分前に停留所でお待ちください
- ・運転手による介助・支援はできません
- ・携帯電話をご持参ください
- ・お荷物は自分で持てる範囲で
- ・乗車中はお静かに

健康メモ

あなたの睡眠をチェック!
1個でも該当すればかくれ不眠

「かくれ不眠」は、不眠症ほど重症ではないが、睡眠の質は良くない状態。誰でも陥る可能性があります。寝不足と見分けが付きにくく、自分は大丈夫だと思っていたり無関心だったりするまま日常生活や健康に支障をきたす場合もあります。

仕事が忙しいと、寝ないで夜遅くまで頑張ってしまう	はい	いいえ
最近面白そうなことがあってもあまりやる気が出ない	はい	いいえ
夜中に何度も起きてしまうことがある	はい	いいえ
寝る時間は決まっておらず、毎日ばらばらである	はい	いいえ
思ったよりも早く起きてしまうことがある	はい	いいえ
眠れないのは異常ではない	はい	いいえ
寝つきが悪いことが多い	はい	いいえ
平日にあまり寝られないため、休日に「寝だめ」する	はい	いいえ
自分は寝なくても大丈夫なほうだ	はい	いいえ
よく昼間に居眠りしてしまうことがある	はい	いいえ
起きた時に「よく寝た」と思えない	はい	いいえ
集中力が途切れがちで、イライラすることが多い	はい	いいえ

「はい」が1~3個
生活習慣を改善しましょう

「はい」が4~9個
生活習慣を改善し、市販の改善薬なども利用してみる

「はい」が10個以上
専門医による診断と治療が必要



日ごろ仕事が忙しくて休日に寝だめをしていませんか？スマートフォンや飲酒で楽しむ時間が長く睡眠時間が短くなっていませんか？まずは自分の睡眠習慣に注目して、かくれ不眠の段階で悪循環を断ち切ることが大切です。寝ても疲れが取れない・日中の居眠りが続く場合は心や身体からのSOSかもしれません。専門医に相談しましょう。

睡眠は、食事や運動と同様、健康維持のために不可欠な要素です。そして睡眠は、こころと身体の回復をはかる時間です。すっきり目覚め、眠気なしで活発に活動できる睡眠を目指しましょう。

健康福祉課 健康づくり支援係 ☎33-3116

町の文化財を訪ねよう⑪

町宝 寺崎広業の大幟



指定日 1982(昭和57)年6月8日

東小学校では、今年も運動会にこの大幟を掲げました(写真)。2棒とも縦9.75m、横2.60mあり、校舎の屋根から地上まで達するほどの大きさです。

この大幟は、上林の小林民作さんが寺崎広業に揮毫を依頼し、昭和5年(1930年)、教育勅語発布40年記念に同校へ寄贈したものです。

寺崎広業(1866-1919 秋田県出身)は日本を代表する日本画家で、東京美術学校教授・文展審査員・帝室技芸員を務めています。上林に別荘を持つほど当地を気に入りました。54歳での没後、親友の日置黙仙(永平寺66世貫主)がこの別荘を広業寺とし、現在に至っています。

絵幟「富岳水墨画」は明治44年6月1日、書幟「信為萬事本」(信は万事の本をなすの意)は大正5年9月吉日の日付が記されています。

教育委員会 生涯学習係 ☎33-1102

新たなふるさと納税 「旅先納税[®]」スタート

“未来に羽ばたく夢と希望のある健康な郷土（まち）”を目指し、町外にお住まいの方からの寄附を通じて“山ノ内町の様々な取り組み”を応援していただきたく、「“オラ”のふるさと応援賞」を設置しています。

町内の消費喚起を促すことで地域振興を図るとともに、納税件数及び金額の増加を目指すため、新たな寄附方法の窓口として「山ノ内町旅先納税[®]～山ノ環（ヤマノギフト）～」を10月6日から開始しました。



▲記者会見の様子

「旅先納税[®]」とはふるさと納税の制度を利用し、旅行・出張で訪れた自治体に寄附をして、返礼品として旅先で使える電子商品券を獲得できる仕組みです。

返礼品として受け取った電子商品券は、宿泊施設や飲食店、レジャー施設、おみやげ屋さんなど、その場ですぐにお使いいただけます。



山ノ内町旅先納税

山ノ内町旅先納税[®]～山ノ環（ヤマノギフト）～

山ノ内町と寄附者さまのつながりを大切にしたい、寄附者さまとの縁が途切れないようにしたい。寄附者さまの応援の気持ちを町民や町を訪れる方のために使わせていただきながら、そのお礼の気持ちをお贈りしたい。

「輪」や「持続性」、「巡り廻る」などのイメージを持つ『環』を町名に合わせて「山ノ環（ヤマノギフト）」という名称をつけました。

※旅先納税は、株式会社ギフトの登録商標です。

事業者募集中

旅先納税[®]を取り扱っていただける事業者を募集しています。

○対象となる商品・サービス

宿泊（売店を除く）、飲食、アクティビティ（入場料、リフト券、レンタルなど）、おみやげ（町内で製造したものに限り）

○申込方法

1. オンライン申請
2. 紙媒体での申請

詳しくは町公式ホームページをご覧ください。



町公式ホームページ

◎総務課 移住交流推進室 ☎33-3111

山ノ内町内でも

役場職員を騙った還付金詐欺の電話が多発しています!



7月6日

「介護保険料について還付金があります。昨年の10月に還付金申請の用紙を送付していますが、まだ提出されていません。過去5年間で29,600円が過払いとなっています。3月末までに手続きが必要でしたが、今から手続きしてもらえれば還付金が受けられます」と電話がかかってきました。

「こんな電話がかかってきたけど本当かい?」と役場税務課にお問い合わせいただいたため、被害に遭わずにすみました。

8月10日

現在お一人で住んでいる女性宅に、「役場です。未納の税金25万円を取りに行きます」と電話がありました。指定された日間近、ご近所の方と「こんな電話があつて。。。と話したことをきっかけに、「それはおかしいんじゃない?」と、ご近所の方が女性の担当ケアマネージャーに相談してくれたことで、女性は事なきを得ました。



※掲載以外にも多数の情報提供がありました

実際に役場税務課から還付金についてのお電話をすることもあるため、すべてが詐欺とは言い切れませんが、可能性は大きくあります。もしもこのような電話がかかってきた場合は、役場税務課(☎33-3118)に確認の電話をしたり、山ノ内町消費生活相談室(☎33-3115)や身近な相談相手に話をすることで、被害を防げる可能性が格段に上がりますので、一人で抱え込まないようにしましょう!

☎危機管理課 消費生活相談室 ☎33-3115

地域おこし協力隊 田畑歩の

就農「ドタバタ漂流記」



猛暑&渇水の夏も終わり、秋雨の日が続く今日この頃いかがお過ごしでしょうか。

ちょうど稲刈りの時期に雨が続いたため、我が家も毎日田んぼの心配ばかりしておりました。地域おこし協力隊として山ノ内町に移住して早2年半、このコラムを執筆させていただくのもあと1~2回と思いますが、今回は移住してから百戦錬磨となったあの作業についてお話ししたいと思います。

これからの時期、ぬかるんだ沼のようになった畑や雪道である日突然発生するあの作業。そう、車のスタック脱出作業です。畑のぬかるみにはまった乗用草刈り機、雪でスリップし脱輪した軽トラックetc... 農道や畑の走行に慣れていなかったこともあり私の脱出作業経験は今シーズンには2桁への到達が確実と(家庭内では)ささやかれております。自慢にならない?すみませんもう少し気を付けて運転します...(汗)

閑話休題、そんなわけで今やスタックした車の救助に関しては精鋭兵となってしまった田畑隊員はこれからの時期軽トラにけん引フックとけん引ロープを常に積んでいる訳ですが、実際のスタック現場は様々な状況があるため、この2種類だけでは対応できないことも多々あります。今回はそういったスタック脱出作業を華麗に

解決した道具を3種類ほどご紹介します。

1. レバーブロック

本来重量物を持ち上げる作業に使う道具ですが、ブドウ棚の補修作業に使われるためブドウ農家ではよく見かけるレバーブロック。丈夫な柱などが事故現場付近にあれば農道や畑のような救援車両が入りにくい現場で大活躍すること間違いなしです。(最大荷重以内に収まるか必ず確認しましょう)

2. あゆみ板

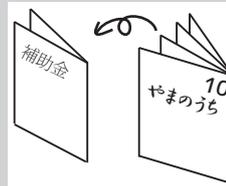
乗用草刈り機などの農機具をトラックに積載するための渡し板のことです。端部がカギ爪状になっているため特にぬかるみからの脱出に効果的です。脱出後泥だらけになるので洗うのが大変なのが少しだけ欠点です。

3. 人の力

究極的なところ、人数さえ十分にいればどんなスタック状況でも脱出できます。自分一人では解決できない場合は恥を忍んで応援を呼びましょう。脱出後はお礼も忘れずに。

いかがでしょうか。突然のスタックで冷静さを保つことは難しいですが、どこかで本コラムを思い出していただき脱出の助けになれば幸いです。

知って得する！補助金リスト



P21～P26まで抜き取り、補助金一覧冊子としてご使用ください。

各補助金等の詳細、申請方法等は担当係へお問い合わせください。

【総務課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
地域発元気づくり支援金 【県からの支援金】	公共的活動または地域の活性化に資する活動を営む団体に、地域の元気を生み出すモデル的で発展性のある事業に対して支援金を交付	下限300,000円 ハード事業：2/3以内(重点テーマの場合3/4以内) ソフト事業：3/4以内(重点テーマの場合4/5以内)	企画係 ☎ 33-3111
地域活性化事業支援補助金	区等が行う新たな地域づくり事業に要する経費(人件費を除く)を補助	区：90%以内450,000円上限 団体：70%以内270,000円上限	
人づくり研修事業補助金	地域振興を目的に、個人は3日以上、7名以上で構成する団体は5日以上各種研修に必要な経費の50%を補助	個人：200,000円上限 団体：800,000円上限	
克雪対策小型除雪機械購入費補助金	居住地の除排雪に使用するための小型除雪機械および農耕用機械に接続するアタッチメントの購入に対する補助	取得費用300,000円以上(消費税等除く) 補助率1/4以内、上限150,000円	
起業チャレンジ支援事業補助金	町内で起業する方を対象に事務所開設等に係る経費に対し補助金を交付	事業所等開設支援：対象経費の1/2以内(上限300,000円) 経営支援：対象経費の1/2以内(上限200,000円) 雇用促進：人件費の10/10以内(上限500,000円)	
協働のまちづくり推進事業支援補助金	区等が行うまちづくり推進、コミュニティ推進、地域防災推進、そのほか地域の課題を解決するために行う事業に対して補助 ただし、ハード事業は対象外	1事業上限300,000円	
テレワークオフィス開設支援事業補助金	町外企業等が町内の空き家等を活用して新たにテレワークを実施するためのオフィスを開設するための経費に補助	空き家等の購入・改修または備品購入等経費の1/2以内(上限400,000円)空き家等および駐車場賃借料の1/2以内(月額30,000円上限、最長3年) 通信回線・通信機器使用料の1/2以内(月額20,000円上限、最長3年)	
NEW!! 分譲地造成支援補助金	分譲地造成工事に係る実費用の一部を補助	分譲地1区画あたり100万円 開発道路1m ² あたり5,000円 上限 500万円	
NEW!! アパート建設支援補助金	アパート建設工事に係る実費用の一部を補助	アパート1部屋あたり100万円 上限 1棟あたり500万円	
若者U・I・Jターン等奨学金返還支援補助金	大学等に進学し、奨学金の貸与を受け、卒業後町に定住し、初年度申請日において満30歳未満の就労等している方に返還金の一部を補助	補助申請の前年度返還した金額の1/3(上限100,000円)町内に就労等した場合は、前年度中返還した金額の1/2(上限150,000円)	
UIターン就業・創業移住支援金	東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県、愛知県、大阪府から移住かつ就業した方(テレワーク含む)、または長野県の創業支援金の交付決定を受け移住した方に支援	単身の世帯 600,000円 2人以上の世帯 1,000,000円 18歳未満の世帯員を帯同するときは、当該世帯員一人につき1,000,000円を加算	

【総務課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
若者定住促進マイホーム取得等補助金	町内在住の45歳以下の者が住宅ローン(500万円以上)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(注)申請前に事前申込が必要です	新築・建売住宅、増改築：借入金の5%以内(上限500,000円) 中古住宅：借入金の10%以内(上限300,000円) ※加算金(最大1,000,000円)あり	移住交流推進室 ☎ 33-3111
若者定住促進家賃補助金	町内に住所を有する結婚3年以内で夫婦の合計年齢が80歳以下、かつ、夫婦の年齢がいずれも45歳以下の夫婦に、アパート等家賃の一部を補助 ※所得要件あり	①月額23,000円以下 家賃等から12,000円を控除した額 ②月額23,000円超 家賃等から23,000円を控除した額の1/2に11,000円を加算した額(上限27,000円)	
移住促進家賃補助金	移住を希望する50歳以下の方の町内民間賃貸住宅等(社宅等は除く)の家賃の一部を補助	同上	
空き家活用改修等補助金	町内に移住を希望する方が、空き家を購入し改修を行う場合、改修工事に係る経費に対し補助金を交付	対象経費の1/2以内(上限800,000円)	
空き家家財道具等処分補助金	空き家バンク登録物件の残存する家財道具等の処分・搬出に係る経費に対し補助金を交付	対象経費の1/2以内(上限100,000円)	

【教育委員会】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
小中学校卒業祝金	小学校および中学校を卒業する児童・生徒に卒業祝金を支給	小学校卒業：20,000円 中学校卒業：30,000円	学校教育係 ☎ 33-1102
就学援助費(要保護・準要保護援助費)	小・中学校に在籍し、経済的な理由により就学困難な児童・生徒の保護者の方に、学用品費、給食費などを援助	学用品費、学校給食費、修学旅行費等、基準額を限度に支給	
特別支援教育就学奨励費	特別支援学級に在籍している児童・生徒の保護者の方に、収入状況などにより就学奨励費を支給	学用品費、学校給食費、修学旅行費等、基準額を限度に支給	
奨学資金貸付制度	高校生から大学生(専門学校生、短大生を含む)を対象に、奨学資金を貸し付け、さらに町に戻ってくる大学生等に対して償還の一部を免除	高校生：30,000円/月以内 専門学校・短大生等：55,000円/月以内 大学生：60,000円/月以内 (国公立・私立、自宅・自宅外等の条件により貸与限度額が変動)	
高校生通学定期券購入費補助金	鉄道および路線バスを利用し町内から通学する高校生の保護者に通学定期運賃の一部を補助	通学定期運賃の20%以内(100円未満の端数切捨)	

【危機管理課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
自主防災組織補助金	各区等が組織する自主防災組織に対し、防災資機材の購入および防災知識の啓発活動に関する経費の一部を補助	資機材：購入に要した実支出額の1/2(上限30,000円) 啓発活動：防災に関する資料作成または防災士資格の取得に要した実支出額(上限30,000円)	危機管理係 ☎ 33-3115
防犯灯設置補助金	地域内に区等が設置する防犯灯の新設およびLED器具への交換に対する費用の1/2を補助	上限500,000円	
特殊詐欺等被害防止対策機器購入費補助	特殊詐欺対策機能を備えた電話機本体、装置または特殊詐欺対策サービス工事費用等の1/2を補助(対象は65歳以上の者のみで構成された世帯)	上限5,000円	

知って得する！補助金リスト

【観光商工課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
観光振興イベント等 事業支援補助金	イベント開催事業	事業費の1/2以内(上限450,000円)	観光商工係 ☎33-1107
	地場商品開発事業	事業費の1/2以内(上限90,000円)	
空き家等再生事業補助金	商店街団体および事業者等が実施する空き家等再生事業の、建物改修費および賃借料に対し補助	【改修】 空き家：2,500,000円上限(1回限り) 休眠スペース：1,000,000円上限(1回限り) 【貸借】 年600,000円上限(最長3年) ※休眠スペースは家賃補助なし	
中小企業融資保証料補給金	町・県の中小企業融資を利用された方の保証料の一部または全部を補給	【町制度資金】 一般資金・創業支援資金： 4/5(1/5利用者負担) 経営安定活力資金・小企業特別小口資金：全額 【県制度資金】(一部を除く) 県2/5、町2/5の計4/5を補給	
町中小企業融資利子補給金	町中小企業融資を利用された方に対し利子の一部を補給	一般資金・創業支援資金・小企業特別小口資金・経営安定活力資金：借入利率の1%を最終償還まで補給	
NEW!! レンタサイクル事業支援補助金	町内でレンタサイクル事業を実施する事業者に対しE-Bike購入に係る経費の一部を補助	E-Bike購入一台あたり 2/3以内(上限250,000円)	
NEW!! サイクルスタンド等整備補助金	サイクルスタンド設置等のサイクリスト受け入れ整備事業を実施する事業者に対し設置費又は購入費に係る経費の一部を補助	設置費又は購入費の2/3以内(上限15,000円)	
志賀高原ユネスコエコパーク活動支援補助金	志賀高原ユネスコエコパークのまちづくりを推進するため、自然環境、生物多様性の保護・保全などの活動経費の一部を補助	1事業主体あたり事業費の2/3以内の額(100,000円を超える場合は100,000円)	
キャッシュレス決済等導入補助金	キャッシュレス決済を導入する町内事業者に対し導入費の一部を補助(対象期間：令和6年2月29日まで)	1事業者につき50,000円上限(1回限り)	
インバウンドセールスコール支援事業補助金	インバウンド誘客促進を図るため、海外で開催される商談会・イベント・セールス等を行う町観光連盟の会員等に対し渡航運賃および宿泊費の一部を補助(3名以上を1グループとした単位)	1名につき200,000円上限または1/2(1回限り)	インバウンド推進係 ☎33-1107
多言語パンフレット等作成事業補助金	外国人観光客に対するおもてなし・快適な受入環境の向上を図るための多言語版のパンフレット作成を行う町内施設(飲食・宿泊等)事業者に対し補助	上限額50,000円または1/2	

【消防課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
高齢者等への住宅用火災警報器補助金	高齢者等を対象に住宅用火災警報器の購入に対する補助金制度	購入に要した費用1/2の額か10,000円のいずれか低い額	消防係 ☎33-3119

【健康福祉課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
住宅用太陽光発電システム設置費補助金	自らが居住する町内の住宅への太陽光発電システム設置費の一部を補助	最大出力10kw未満のシステムに対し1kwあたり30,000円(上限150,000円)	環境係 ☎33-3116
温泉熱利用設備導入支援補助金	町内の温泉利用施設や温泉引湯住宅への温泉熱を利用した設備導入費の一部を補助	【事業者向け】1/3以内(上限500,000円) 【個人向け】1/3以内(上限100,000円)	
ごみ処理容器等設置補助金	電動式生ごみ処理機および生ごみ堆肥化処理容器(コンポスト)購入費の一部を補助	電動式:購入費の2/3以内(上限50,000円) コンポスト:購入費の1/2以内(上限5,000円)	
資源ごみ減量推進補助金	資源ごみの回収を実施した団体に補助	取引量10kgあたり50円	
猫繁殖制限手術費補助金	猫の不妊・去勢手術に要する経費の一部を補助(申請者は町内在住者に限る)	不妊手術:5,000円 去勢手術:3,000円 飼い猫は1世帯につき1回を限度	

【農林課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
鳥獣被害対策環境整備補助金	鳥獣被害対策として、耕作放棄地の刈り払いや放任果樹の除伐をした際の経費に対し補助	一団体あたり上限50,000円	耕地林務係 ☎33-3112
有害獣駆除免許取得者補助金	有害獣駆除に従事する狩猟免許(網・わなに限る)を年度内に取得された方に補助	初回に限り10,000円	
	有害鳥獣駆除に携わる新規銃猟登録者に対しての補助	初回に限り30,000円	
小規模田直し事業補助金	小規模で不整形な農地を3a以上の区画に拡大する工事に対し、工事費の1/3を補助(右欄上限)	3a以上10a未満 50,000円 10a以上20a未満 100,000円 20a以上30a未満 150,000円 30a以上 200,000円 暗渠排水1m当たり230円(10aあたり100mを上限)	
ペレットストーブ等設置事業補助金	ペレットストーブ設置(新品本体購入費)に対し補助(長野県産木質ペレット安定取引協定を締結すること(年間800kg))	100,000円	
農業経営雇用促進事業補助金	農業経営体の規模拡大と経営安定維持、また労働力確保のために雇用する雇用の賃金を補助	対象経費の積算により求めた額の25%以内(新規就農者・認定農業者・認定新規就農者は40%以内)	農業振興係 ☎33-3112
元気出せ!活かせ遊休農地復活事業補助金	利用権設定(賃借)された遊休農地復活に必要な経費に対し補助	補助対象経費の1/2以内、ただし10aあたり100,000円上限	
農地流動化補助金	利用権設定や農地法の手続きによりあらたに農地を賃借された農家へ補助金を交付	10aあたり上限15,000円(認定農業者の場合10aあたり上限30,000円)	
がんばる農業応援資金利子助成金	農業経営の近代化や規模拡大、運転資金等経営に関する資金をJAながの志賀高原ブロックから借入した場合、町とJAで利子助成	補助率:基準金利のうち、町0.9%・JA0.9%(実質負担利率0.15%)	
がんばる農業就農奨励金	町内に新たに就農した担い手に就農奨励金を交付	100,000円を1回限り(条件により50,000円) 1ターン就農者は条件により200,000円を1回限り	
新規就農者育成総合対策経営開始型	新規参入・親元就農者(親の経営に従事してから5年以内に継承した者)に対する経営発展の支援として取組計画を採択された認定新規就農者に対し交付	年間1,500,000円(最長3年間) ※前年の世帯収入が原則600万未満の方が対象	
6次産業化チャレンジ支援事業補助金	農業者が、生産した農産物を自らが加工し販売するための商品開発等の経費に対し補助	補助対象経費の1/2以内(委託料の補助対象経費に占める割合は1/3以内) 商品開発支援:上限200,000円 販路拡大支援:上限300,000円	

知って得する！補助金リスト

【建設水道課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
景観づくり事業補助金	景観づくり住民協定または景観協定に向けた景観づくり団体活動に対する調査費用	上限50,000円 (3年間に限る)	景観維持係 ☎33-3114
	景観づくり住民協定を締結した協定地区および協定者が実施する景観づくり事業等に対する補助	協定者が取り組む事業： 限度額500,000円 協定地区が取り組む事業： 限度額1,500,000円	
耐震改修促進事業補助金	【耐震診断】 昭和56年5月31日以前に着手した建築物のうち、住宅、ホテル・旅館に対する町の実綱に定める耐震診断事業補助	木造住宅：全額公費負担 非木造住宅：補助対象経費の2/3以内、限度額90,000円 ホテル・旅館：基準額の2/3以内	計画監理係 ☎33-3114
	【耐震改修】 住宅、避難施設、ホテル・旅館に対し、上記で実施した耐震診断の結果、耐震改修が必要と判断され、一定基準を満たす工事を実施する場合に補助	住宅：補助対象経費の4/5以内、限度額1,000,000円 避難施設：限度額20,000,000円 ホテル・旅館（大規模を除く）： 限度額3,000,000円	
老朽危険空家等除却費補助金	町内に存する老朽危険空家等(住宅)の解体に係る経費に対して補助	補助対象経費の1/2以内、限度額500,000円	
合併処理浄化槽設置事業補助金	町が定めた浄化槽処理区域において、町に居住する個人住宅の浄化槽設置工事に対して補助	5人槽：390,000円以内 7人槽：474,000円以内 10人槽：660,000円以内	下水道係 ☎33-3114
町民が進める町道除雪補助金	区・組等が行う町道の除雪に対し、燃料費等を補助	除雪機械ごとに算出	建設係 ☎33-3114

【健康福祉課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
児童手当	中学校卒業までの児童を養育している方に支給	1人5,000～15,000円/月 (年齢・所得要件等あり)	
児童扶養手当	父母の離婚などで、父または母と生計を別にして18歳到達の年度末までの児童(重・中度の心身障がい児は20歳)を監護している父・母や、父・母に代わって養育している方に支給	1人目上限44,140円/月 2人目加算上限10,420円/月 3人目以降1人につき加算上限6,250円/月(所得要件等あり)	
特別児童扶養手当	心身に障がいのある20歳未満の在宅の児童を監護している父母または養育者に支給	1級53,700円/月 2級35,760円/月(所得制限あり)	子ども支援係 ☎33-3116
出産・育児祝金 育児支援金	令和3年4月1日以後に出生した子どもを養育する父または母で、子どもの出生時および基準日時点において、町に居住し、子どもの出生後も子どもとともに引き続き定住する意思がある方に支給	【第1子】 出生時祝金：100,000円 【第2子】 出生時祝金：100,000円 支援金：出生の翌年から小学校入学前まで毎年100,000円(上限600,000円) 【第3子】 出生時祝金：300,000円 支援金：出生の翌年から小学校入学前まで毎年300,000円(上限1,800,000円)	
高齢者にやさしい住宅改良促進事業補助金	要介護高齢者が生活する住宅のバリアフリー化など大規模改修に係る費用の一部を補助	630,000円上限 (所得要件等あり)	介護支援係 ☎33-8412

知って得する！補助金リスト

【健康福祉課】

補助金等の名称	補助・給付内容	金額	担当係
福祉医療費給付金	満 18 歳に達した日以後最初の 3 月 31 日までの子ども、障がい者等、母子父子家庭等の医療費の自己負担額の一部を支給	保険内診療自己負担分から受益者負担金(500円)を控除した額 子ども(障がい児・ひとり親家庭の子どもを含む)については、病院・薬局ごと、ひと月1レセプトにつき、上限 500 円の窓口負担で医療を受けることができる	医療保険係 ☎ 33-3116
高額療養費給付金	後期高齢者医療保険および国民健康保険加入者の高額療養費を支給	限度額を超える自己負担額	
人間ドック等助成金	後期高齢者医療保険および国民健康保険加入者の人間ドック費用(病院等)に助成(受診前に申請が必要)かかった費用の 1/2 以内で右欄が上限※国民健康保険は 30 歳以上の被保険者	1 泊 : 25,000 円以内 日帰り : 15,000 円以内 脳ドック : 15,000 円以内 肺がんドック : 5,000 円以内	
不妊及び不育症治療補助金	不妊および不育症治療を行っている夫婦に、保険診療一部負担金および保険適用外医療費を最長 5 年間補助	300,000 円上限 / 年 1 回	健康づくり支援係 ☎ 33-3116
未熟児養育医療給付金	出生時の体重が 2,000g 以下であるなど、身体の発育が未熟なまま生まれたため、医師が入院を必要と認めた子どもの医療費の一部を負担	総医療費のうち保険負担分を差し引いた自己負担分の一部(所得要件等あり)	
新生児聴覚検査費用補助金	出生後初めて実施する新生児聴覚検査費用の一部を補助	7,500 円上限	
子どもインフルエンザ予防接種費用補助金	生後 6 か月～中学 3 年生(15 歳以下)の子どものインフルエンザ予防接種費用の一部を補助	1 回あたり 2,000 円(2,000 円を差し引いた金額で接種できる)	
骨髄バンクドナー助成金	骨髄バンクが実施する骨髄・末梢血幹細胞提供あっせん事業において、ドナーおよびドナーが勤務する事業所に対し補助	ドナー : 20,000 円 / 日 事業所 : 10,000 円 / 日(ドナー・事業者とも 10 日上限)	
造血細胞移植後のワクチン再接種助成事業補助金	小児がんなどの治療を目的とした造血細胞移植により、移植前に接種した定期予防接種ワクチンによる免疫消失で、ワクチン再接種が必要とされる 20 歳未満の者に対し、再接種費用を補助	医療機関に支払った予防接種費用で、長野県医師会と契約した委託単価を上限	
出産・子育て応援給付金	妊娠期から出産・子育てまで切れ目ない支援と合わせ、経済支援を図るため、応援給付金を補助	妊娠届出時 : 50,000 円 出産後 2 か月目の家庭訪問後 : 50,000 円	
アピアランスケア助成事業	がん治療に伴い購入した医療用補装具へ一部を補助	助成対象経費の 1/2 (上限 20,000 円)	
人工透析患者通院費補助金	人工透析患者の通院費の一部を補助	2,000 円 / 月	
高齢者いきいき交流事業	年 3 回以上活動する 65 歳以上の方を主体とした 10 人以上の団体が、町内の温泉旅館や飲食店等を利用した費用の一部を助成	1 人 1,000 円 / 年 1 回	
福祉乗物補助券給付事業	重度心身障がい者、高齢者および運転経歴証明書をお持ちの高齢者に対し、公共交通機関の料金の一部を補助	100 円券を月 10 枚(年間 120 枚まで) (年齢・所得要件等あり)	福祉係 ☎ 33-3116
障がい者にやさしい住宅改良促進事業補助金	障がい者が生活する住宅のバリアフリー化などに係る改修費の一部を補助	630,000 円上限 (所得要件等あり)	
結婚新生活支援事業補助金	新婚世帯の住居の購入費、賃料、引っ越し費用等の一部を補助	600,000 円上限 (年齢・所得要件等あり)	

20歳になったら国民年金

20歳以上60歳未満の学生・農林漁業者・無職の方等は、国民年金に加入し、保険料を納付することが義務付けられています。

国民年金保険料を未納のままにすると、「老齢基礎年金」や、不測の事態が生じたときの「障害基礎年金」・「遺族基礎年金」を受け取ることができない場合があります。

納付が困難な場合は、保険料を免除・猶予する制度があります。



国民年金保険料の納付は「口座振替」での前納・早割が便利でお得です！

「口座振替」と「現金納付」の割引額の比較（令和5年度）

	割引額	
	口座振替	現金納付
早割（当月末振替）	50円	
6カ月前納	1,130円	810円
1年前納	4,150円	3,520円
2年前納	16,100円	14,830円

※6カ月・1年・2年前納はお申込みに提出期限がありますのでご注意ください。
※その他、クレジットカードによる納付方法があります。

☎健康福祉課 住民窓口係 ☎33-3116

ゆめっこ通信 Vol.155

11月の予定

9月22日にうんどう会を行いました。大勢の皆さんに参加していただき、賑やかな雰囲気の中、年齢別のかけて、親子競技、パン取りなどを楽しみました。アンパンマンも来てくれて、子どもたちは大喜び！！アンパンマンとタッチしたり一緒にダンスを踊ったりして楽しんでいました。



○12月の予定

- 8日(金) クリスマス会
- 14日(木) びよっこクラブ
- 15日(金) AIさんの親子ダンス
- 19日(火) おしゃべりサロン
- 22日(金) たんじょう会

11/1 (水) 10:00 ~	リフレッシュ講座(押し花のキーホルダー作り) 講師: 下田 邦子さん *材料費が700円ほどかかります。 ★10/22(日) までに予約をお願いします。
11/7 (火) 10:00 ~ 11:00	おもちゃの修理屋さん 大切にしているおもちゃが壊れて困ってはいませんか? *当日持ってこられない方は、事前に「ゆめっこ」で教えてください。
11/9 (木) 集合 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 持ち物: 母子手帳、タオル・飲み物、子どもノートなど ★7日(火) までに予約をお願いします。
11/15 (水) 10:30 ~	グーチョキパーさんのお話し会 ★前日までに予約をお願いします。
11/21 (火) 10:30 ~ 11:30	おしゃべりサロン *入室・退室は自由です。(予約不要)
11/24 (金) 10:30 ~	11月生まれのたんじょう会 ★誕生者は前日までに予約をお願いします。
11/30 (木) 10:30 ~	クラシックコンサート ★前日までに予約をお願いします。

☎子育て支援センターゆめっこ ☎33-4778

町の慶弔録

令和5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)

お知らせ



出生

氏名	保護者	地区
ゆもと 湯本 かずは 一葉	裕也 奈美	寒沢
ゆもと 湯本 ななみ 七海	真史 清香	湯田中
たけだ 武田 つむぎ 紬希	知三 彩乃	穂波温泉
たきざわ 滝沢 さと	拓城 桃子	宇木

おくやみ

氏名	享年	地区
くろいわ 黒岩 ひでお 秀男	100	戸狩
こだま 児玉 としこ 俊子	82	沓野
たかやま 高山 くに	94	湯ノ原
まつもと 松本 ただお 忠男	88	表落合
せき 関 まさみ 正美	93	湯田中
せき 関 ようこ 陽子	82	湯田中
さとう 佐藤 かつえ 勝江	75	沓野
せきぐち 関口 のりこ 規子	94	金倉
よこざわ 横澤 よしまさ 義正	71	本郷
あらい 荒井 まさお 昌夫	92	湯田中
つきおか 月岡 カズエ	89	穂波温泉

婚姻

氏名	地区
くさなぎ 草薨 れん 漣	穂波温泉
こばやし 小林 まお 真緒	穂波温泉
なかやま 中山 さとあき 怜明	寒沢
みずいで 水出 ゆきみ 夕希未	千曲市

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
R5.9.28	令和5年度 空き家解体除却工事 上条地区	(株)丸美商会	10,760,000円	建設水道課
R5.9.28	令和5年度 湯田中駅前温泉風の湯・風の館等改修工事	(有)竹節建築	3,250,000円	観光商工課



蟻川図書館
おすすめの本

一般書

『すごい地層の読み解きかた』

小白井亮一著 草思社

初心者大歓迎！7つのすごい地層に封印された驚くべき太古の事件を読み解く。美しい地層の写真で、楽しみながら基礎が身につく入門書。

『あらしの白ぼと』

西條八十著 河出書房新社

少女の悩みは少女が救う！詩人として知られる西條八十が遺した、知られざる大冒険活劇！

児童書

『おだんごダイブ』

大塚健太文 小池壮太絵 白泉社 コドモエのえほん

あれはなんだ！？おつきみだんごだー！音とリズムが気持ちいい！
(2歳以上)



『どすこいみいちゃんパンやさん』

町田尚子作 ほるぷ出版

どすこいどすこいおいしくなあれ。おすもうとねことパンのつめあわせ。
(3歳〜5歳以上)



※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。



蟻川図書館 ☎ 33-1184

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10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。

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

人口10.1現在 (住民基本台帳)

11,359人

男 5,543人
女 5,816人
前月比 -17人

4,988世帯

前月比 -1世帯

気象 9月

()は過去5年間の平均

平均気温

22.6℃

(20.5℃)

最高気温

33.2℃

≪9/1 15:08≫

最低気温

11.7℃

≪9/24 6:07≫

降水量54.0mm

(128.7mm)

平均日照時間

3時間30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

28,074円

前年比 +13.25%

交通事故9月

()は1月からの累計

件数 2件 (12)

死者 0人 (0)

傷者 2人 (16)

※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 (7)

救急 66件 (848)

救助 0件 (5)

『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。

<https://www.town.yamanouchi.nagano.jp/soshiki/kikaku/gyomu/koho/koho/koho/yamanouchi/764.html>



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
11/7(火)1歳6か月児・2歳児
12:45~13:15 (受付)

●母子保健相談
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。

●乳房超音波検診 文化センター
11/2(木)、11/8(水)
受付時間 8:50~11:00、12:50~14:00
※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。

●すくすく子育て教室 保健センター
11/30(木) 9:20~9:30 (受付)
※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。

●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)	今井医師	11/5(日)	鈴木医師
11/12(日)	長谷川医師	11/19(日)	石原医師
11/23(祝)	荒井医師	11/26(日)	三澤医師

※当番医師は、変更になる場合があります。



料理タイトル

えのきたっぷり鶏つくね

町の食生活改善推進協議会で、ご自慢の家庭料理を募集し、会員から好評であった料理を紹介します。

<材料> 2人分 たれ
鶏ひき肉 300g しょうゆ 大さじ1と1/2
えのき茸 小1袋(100g) 砂糖 大さじ1
しょうゆ 小さじ1 みりん 大さじ2
(塩・酒) 片栗粉 小さじ1

<作り方>

- ① えのきは、石づきを切り落とし、5mmくらいの長さで切っておく。
- ② ひき肉に①のえのきとしょうゆ または塩・酒で味付けして混ぜる。
- ③ ②の肉をお好みの大きさに丸めてフライパンで蓋をして、片面を中火の弱火で4~5分(焼き色がつくまで)焼く。
- ④ ③の片面焼き色がついたら、裏返して再び蓋をして2~3分焼き、あらかじめ混ぜておいたたれを入れて全体をからめる。

表示分量(1人分): エネルギー: 361kcal たんぱく質: 28.2g 脂質: 18.1g 炭水化物: 18.0g、
食塩相当量: 1.2g

付け合わせに、野菜の揚げ浸しがおすすです。



9/4 認知症サポーター養成講座を開催



23名の方に参加いただき、認知症の症状や対応方法等について教えていただきました。また、「手紙～親愛なる子ども達へ～」という詩の朗読の際は涙を流す姿も…。認知症になっても安心して暮らすことができる町づくりを目指し今後も取り組んでいきたいと思います。

9/11 ブータン王国技術者による 夜間瀬かんぱい施設の見学



ブータン王国のかんがい技術者9名が町を訪れ、日本の溪流取水口のモデルとなるかんがい施設の見学を行い、災害による安全確保や安定かつ適切な送水を行うための管理方法を学ばれました。

9/15 ブラッシュアップ品評会



審査員に県やJA、市場関係者などを迎え、巨峰（無核）の品評会を開催しました。出品された17品の中から4品が入賞し、岡田進（宇木一）さんが最優秀賞を受賞されました。また、巻口哲（本郷一）さんが優良賞と新人賞のダブル受賞されました。

9/26 渋峠にて交通安全啓発活動



群馬県との県境である渋峠において、中野・長野原警察署、中高・西吾妻交通安全協会及び町交通安全推進本部合同で、秋の交通安全啓発を行いました。走行車両に長野・群馬の地元特産品を配布しながら、交通事故防止の意識向上を図りました。

9/30 運動会 かえで保育園

今年から親子競技が復活し大盛り上がりとなりました。また、年長さんによる表現は、これまでの練習の成果を発揮し、見事な出来となりました。

