

信 まちの「今」をお届けする行政情報誌

広報しなの

Shinano Town Public Relations Magazine

【町公式 HP】 www.town.shinano.lg.jp

2020
No.417

8

町からのお知らせ

まちの話題

医療と介護のささえあい通信

Photo News

健康の達人

はじめての一茶さん

そよげわか竹

博物館のページ

私の夢





病院

説明会のお知らせ

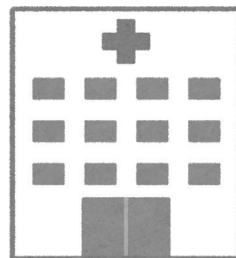
信濃町立病院再整備にかかる住民説明会を開催します

信越病院は昭和46年に新築され、およそ50年が経過して老朽化が進んでおります。再整備について町の重要課題として検討を重ねてきました。

この度、旧柏原小学校跡地を移転先の候補地として、新築移転する計画を進めていくにあたり、現在検討している計画の概要等についてご説明させていただきます。

■住民説明会の日程

8月5日(水)	19:00～	野尻湖支館3階講堂
8月6日(木)	19:00～	富士里支館2階大会議室
8月9日(日)	15:00～	古海集会所2階ホール
8月10日(月・祝)	14:00～	古間支館1階大会議室
8月10日(月・祝)	17:00～	総合会館2階大ホール



☎ 信越病院 事務局 ☎ (255)3100

国保

令和3年3月から

マイナンバーカードが健康保険証として使えるようになります

マイナンバーカードを持っていれば、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だけで受付手続等をスムーズに行うことができます。ただし、カードの保険証利用については医療機関や薬局が準備でき次第開始となります。今後、厚生労働省ホームページで利用可能な医療機関・薬局が公開される予定です。

■利用には事前に登録が必要です

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、事前登録が必要になります。スマートフォンやご自宅のパソコン(カードリーダーが必要)からお申込みいただくか、住民国保年金係の窓口でもお申込みできますのでお気軽にご相談ください。また、事前登録時にお買い物に使えるマイナポイントの予約申込みも行えますので、併せてご登録ください。
※予約者多数の場合、予約を締め切る可能性がありますのでご予約はお早めに!

■まずはマイナンバーカードの取得から!

住民国保年金係の窓口では、マイナンバーカードの申請に必要な顔写真の撮影・申請までを無料で行っております。短時間で簡単に申請できますので、ぜひこの機会にマイナンバーカードを作ってみませんか。

☎ 住民福祉課 住民国保年金係 ☎ (255)6820

上下水

令和2年8月から

上下水道料金の納付書等のデザインが変わります

令和2年8月から、上下水道料金の納付書及び督促状（はがきタイプ）と、上下水道使用料のお知らせ（検針票）のデザインが変わります。記載内容に大きな変更はありません。

問建設水道課 上下水道係 ☎(255)2962

上下水

新型コロナウイルス感染症対策

上水道料金の基本料金を減免します

新型コロナウイルス感染症対策として、町民の皆さまの生活や経済活動の支援を目的に、令和2年8月請求分から令和2年11月請求分までの4か月間、上水道基本料金を減免します。（従量料金及び下水道料金は対象外です）

なお、今回の減免措置について、申請は必要ありません。

問建設水道課 上下水道係 ☎(255)2962

商観

運転免許の返納を支援します

公共交通の割引制度について

自動車を運転する機会の少なくなった方や、運転に不安を感じている方の運転免許の返納を支援し、その後の交通手段確保することを目的として、運転免許の返納をされた方が町の公共交通を利用された場合、割引で乗車することができます。その他にも町の「介護予防・日常生活支援総合事業対象者」の方も同様に割引で乗車することができます。

- 割引対象 町内路線バス・デマンドタクシー
- 割引率 半額（割引後の運賃 路線バス100円 デマンドタクシー150円）
- 申請方法 商工観光・癒やしの森係で申請してください。
- 必要書類 運転経歴証明書、運転免許経歴証明書等



問産業観光課 商工観光・癒やしの森係 ☎(255)3114



募集

ご応募お待ちしております

令和3年4月1日採用の新規職員を募集します

■試験の日時・会場〈一次試験〉

○日 時 9月20日(日) 9:00～

○場 所 信濃町役場

■申込期限 8月14日(金) (必着)

※詳細については、町総務課庶務係までお問い合わせいただくか、町のホームページをご覧ください。

■募集区分・採用人数・受験資格

◎初級行政・・・若干名

高等学校卒業以上または
令和3年3月までに卒業見
込みの者で、昭和62年4
月2日から平成15年4月
1日までに生まれた者

◎中級行政・・・若干名

短大卒業以上または令
和3年3月までに卒業見
込みの者で、昭和62年4
月2日から平成13年4月
1日までに生まれた者

◎保育士・・・若干名

保育士の資格を有する、
または令和3年春までに
資格取得見込みの者で、平
成13年4月1日までに生
まれた者



問総務課 庶務係 ☎ (255) 3143

国勢

令和2年国勢調査

新型コロナウイルス感染防止に関するお知らせ

国勢調査は、行政を進める上で最も基本となる人口、世帯数をはじめ、性別、年齢、産業別などの人口構造や世帯の構成、居住状況を明らかにするために行われるものです。

調査員による回答用紙等の配布は9月上旬を予定しています。御回答はできる限りインターネット又は郵送
をお願いします。

新型コロナウイルス感染防止のため調査書類の配布や受け取りをできる限り世帯の皆様と調査員が対面しない非接触の方法で行うようにします。



総務省統計局・都道府県・市町村

Ministry of Internal Affairs and Communications, Government of Japan

問総務課 庶務係 ☎ (255) 3143

後期

2年ごとに保険料が見直されます

令和2・3年度の後期高齢者医療保険料率が決まりました

後期高齢者医療制度の保険料率は、今後見込まれる医療費などの推計を基に2年ごとに改定されます。保険料率の改定は、後期高齢者医療制度の財政を安定的に運営するためのものです。みなさまのご理解とご協力をお願いします。

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割額} \\ \hline \text{被保険者1人当たり} \\ \hline \text{40,907 円} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割額} \\ \hline \text{賦課のもとと} \\ \hline \text{なる所得額} \times 8.43\% \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{年間保険料額} \\ \hline \text{(限度額 64 万円※)} \\ \hline \end{array}$$

※保険料額の上限となる賦課限度額は、令和元年度は 62 万円でした。

また、保険料額は、収入金額や世帯構成により異なります。

保険料の軽減



● 低所得に係る均等割額の軽減

世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等を合計した額	軽減割合（軽減後の均等割額）	
	令和2年度	令和3年度
33万円以下の場合	7.75 割軽減	7割軽減
うち、世帯内の被保険者全員が年金収入 80 万円以下 (その他各種所得なし) の場合	7割軽減	
33 万円+ (28.5 万円 ×世帯の被保険者数) 以下の場合	5割軽減	
33 万円+ (52 万円 ×世帯の被保険者数) 以下の場合	2割軽減	

● 保険料額決定通知書の発送

普通徴収の方は8月中旬に、特別徴収の方は9月下旬にお送りしますので確認をお願いいたします。

問 住民福祉課 住民国保年金係 ☎(255)6820

または、長野県後期高齢者医療広域連合 ☎026(229)5320

8月8日から信濃町商工会で発売を開始します ～特別なプレミアム～

しなのまち地域振興商品券で町を元気に！

コロナの影響を受けている事業者の支援と町内の消費喚起を目的に、プレミアム付き商品券を販売します。お得な商品券をご利用ください。

- 商品券の種類 取扱い加盟店全店共通券 (40%プレミアム)
飲食店・宿泊業限定券 (50%プレミアム)
- 販売開始 令和2年8月8日(土) ～
- 有効期限 令和2年8月8日(土) ～令和3年1月31日(日)
- 購入方法 郵送しました「しなのまち地域振興商品券購入券」をご覧ください。

2020しなのまち地域振興 商品券購入券

しなのまち地域振興商品券を販売いたします。
購入には、この「商品券購入券」が必要です。
この購入券がなければ、商品券は購入いただけません。【コピー等の複製不可】
なお、商品券購入にあたっては下記についてご留意下さい。



1. 商品券購入資格
 - ① 信濃町に住民登録している町民等の方
 - ② 町外に居住しているが信濃町の企業に勤務している方
 - ③ 信濃町に居住を所有している方
2. 商品券購入方法
 - 下記の商品券購入券に必要事項を記入の上、購入窓口へ現金を添えて購入下さい。
 - 【町外に居住しているが信濃町の企業に勤務している方及び信濃町に居住を所有している方は、本人氏名(姓等主氏名欄)に、電話番号・居住している市町村名を記入】
 - ・1回目の購入 8月8日(土)～8月31日(日)
 - ・2回目の購入 9月1日(火)～9月31日(日)
 - ※ 取扱い 加盟店全店共通商品券 (飲食店・宿泊業も使用可) 1巻券②巻限定
 - ※ 1回目の購入時、1巻券②巻まで購入された場合は、販売窓口へ申し付けたい場合は、取扱い加盟店商品券をお渡しいたします。但し、購入数を保証するものではありません。
 - ※ 商品券が完了した場合は、無効になります。
 - ②回目の購入(1巻券が完了した場合) 9月1日(火)～
 - ※ 飲食店・宿泊業限定商品券 1巻券③巻限定
 - ※ 取扱い 加盟店全店共通商品券 (飲食店・宿泊業も使用可) 1巻券③巻限定
3. 販売金額
 - ・飲食店・宿泊業限定商品券 1巻5,000円で購入(500円×10枚)として利用いただけます。
 - ※ 取扱い 加盟店全店共通商品券(飲食店・宿泊業も使用可)
 - 1巻5,000円で購入(500円×10枚)として利用いただけます。
4. 商品券使用期限 令和2年8月8日(土)～令和3年1月31日(日)
5. 販売期間・時間
 - 1回目 8月8日(土)～販売 購入はどの販売場所でもお買い求めいただけます
 - 8月8日(土) 9:30～11:00 市商工会・野田町会・野田町会・野田町会
 - 13:30～15:30 市商工会・野田町会・野田町会・野田町会
 - 8月9日(日) 9:30～15:30 信濃町総合会館
 - 8月11日(火) 9:00～17:00 信濃町総合会館
 - 販売は、平日のみ(土・日・祝祭日は販売しない)
 - 2回目 9月1日(火)～ 9:00～17:00 信濃町総合会館
 - 販売は、平日のみ(土・日・祝祭日は販売しない) 商品券が完了次第終了

2回目 商品券購入券【飲食店・宿泊業限定】 購入枚数に○印を付けてください。 1 2 3 姓 氏 名 購入金額 円 電 話 番 号 町 外 住 居 者 市 町 村		2回目 商品券購入券【飲食・宿泊業全店共通】 購入枚数に○印を付けてください。 1 2 3 4 5 6 7 8 姓 氏 名 購入金額 円 電 話 番 号 町 外 住 居 者 市 町 村	
1回目 商品券購入券【飲食店・宿泊業限定】 購入枚数に○印を付けてください。 1 2 姓 氏 名 購入金額 円 電 話 番 号 町 外 住 居 者 市 町 村		1回目 商品券購入券【飲食・宿泊業全店共通】 購入枚数に○印を付けてください。 1 2 3 4 5 6 姓 氏 名 購入金額 円 電 話 番 号 町 外 住 居 者 市 町 村	

問産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114

購入券は大切に保管してください。

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、「新しい生活様式」を取り入れましょう。

「新しい生活様式」の実践例(厚生労働省)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html



『絆の森プロジェクト』が長野県知事賞を受賞しました！

信濃町柏原町区と駒澤大学高等学校が、2006年11月に「森林(もり)の里親契約」を締結し立ち上がった『絆の森プロジェクト』は、同区所有林の植栽や下刈り等の森林整備活動を継続的に実施しています。また、現在では高校の文化祭で町の特産品を販売するなど、都市と地域の交流事業に発展しています。

この功績が評価され、長野県ふるさととの森林づくり賞森林環境教育推進部門の県知事賞に輝きました。



問産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114

癒しの森が全国初の2つ星に認定されました☆☆

森林セラピー基地は全国で65ヶ所認定されており、信州信濃町癒しの森は、2つ星の認定制度がスタートして、全国で初めて昇格認定されました。2つ星となった癒しの森へぜひ足を運んでみてください。

問産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114



新型車両導入しました！

しなの鉄道では老朽化した車両52両の更新を計画し、8年かけて入れ替える予定となっています。7月4日（土）から、新型車両「SR1」系ライナー型の運転を開始しました。

この列車は、信濃町も支援し完成しました。新型車両には、車いす対応洋式トイレ、電源コンセント、無料Wi-Fiなどが搭載され、とても便利な車両となっております。皆様ぜひご利用ください。



ノマドワークセンターを無料開放します！

新たな働き方として、仕事とプライベートを両立する「ワーケーション」が全国的に広まっています。その拠点として運営している「信濃町ノマドワークセンター」を以下の期間中無料開放しますので、町内宿泊・観光事業所の皆様におかれましては是非この機会にご利用いただき、今後の誘客の参考にしていただければ幸いです。



- 開放期間 令和2年8月8日（土）～8月16日（日）
- 開放時間 10:00～17:00
- 対象者 信濃町民の方、信濃町内の宿泊施設に滞在の方
- 事前予約 不要

問 総務課 まちづくり企画係 ☎(255)1007

※注意点※

- ・必ずマスクを着用し、新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力下さい。
- ・見学はもちろん、児童・生徒のみなさんの勉強利用も可能です。12歳以下は必ず保護者同伴でご利用下さい。
- ・飲食は基本的にはご遠慮下さい。
- ・お仕事をされる方が優先ですので、できるだけお静かにご利用下さい。
- ・施設のルールを守ってご利用下さい。

自然災害などで被害はありませんか？

令和2年度水稻の水稻共済・被害届の受付を開始します

自然災害、病虫害などにより耕地ごとに3割を超える減収が見込まれる場合は被害届の提出をお願いします。

- 対象被害 減収が見込まれる自然災害、病虫害、獣害など。
- 申告方法 各戸配布の損害通知書に必要事項を記入のうえ、長野県農業共済組合北信支所にご提出下さい。
- 締め切り 令和2年9月4日（金）

※取りまとめは行いませんので、必ず収穫前に御自身で申し出をお願いします。詳しくは、長野県農業共済組合北信支所農畑作物係 までお問い合わせ下さい。

問 長野県農業共済組合北信支所農畑作物係 ☎026(219)2892



注意をお願いします

野外焼却は法律により原則として禁止されています

最近、違法な野外焼却による火災や、近隣からの臭い等の苦情が寄せられています。

ごみの野外焼却は、一部の例外を除き、法律により禁止されていますので注意しましょう。

【例外】

- ・風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な焼却 例) どんど焼きなど
- ・農業、林業等を営むためにやむを得ないものとして行われる焼却 例) 畔の草および下枝の焼却

※上記の例外にあたる場合でも、苦情があった場合は行政指導の対象となりますので、燃やす量や風向き、時間帯を考えて周りに迷惑（煙や臭いなど）をかけないように必要最小限とするようお願いします。

問 住民福祉課 環境係 ☎(255)5924

エサを与えないで

野良猫を、近所の悪者にしないために

猫の糞尿被害などに関する住民からの苦情や相談が多く寄せられています。「猫のため」と思っていた行為がかわいそうな猫を増やしているかもしれません。

野良猫にエサを与えた方は事実上の飼い主となります。飼い主となる自信と責任を負うことができれば、絶対にエサを与えないでください。

■不妊・去勢手術をして飼いましょう

動物は自らの意思で繁殖をコントロールできません。望まない命を生み出さないためにも責任を持てる頭数を飼育しましょう。



問 住民福祉課 環境係 ☎(255)5924

クマ出没にご注意下さい！

山から下りてくるクマを減らす対策をお願いします

その1 誘引物を片付ける

取り残しの野菜・果樹や生ゴミ等、クマを誘うものを片付けましょう。

その2 存在をアピール 音を立てながら複数人で行動する

突然の出会い頭に、重大な事故が発生することもあります。ラジオや鈴を携帯し、複数人での行動を心がけましょう。

その3 農地に近づかせない侵入させない

遊休農地等刈払いでクマの隠れ場所を減らしましょう。高性能の電気柵が販売されていますので、収穫前に設置しましょう。（町が購入費の一部を補助します。）

問 産業観光課 農林畜産係 ☎(255)3113





【信越土屋薬局】

「医療と介護のささえあい通信」では、高齢になっても可能な限り住み慣れた地域で安心して日常生活を送ることができるよう、「地域包括ケアシステム（医療・介護・介護予防・住まい・生活支援）」の充実を目指しています。ここでは、「地域包括ケアシステム」を担う各事業所をご紹介します。

かかりつけ薬局をお持ちですか？薬局もいざという時に頼れるところが安心です。信越土屋薬局では、気軽に相談していただけるよう丁寧かつ親身な対応を心がけております。在宅でのお薬管理のお手伝いをさせていただいたり、栄養士による「栄養相談」も月に一回開催し、地域の皆さまの頼れる薬局を目指しています。処方箋がなくてもふらりと立ち寄っていただけるような明るく丁寧に清潔な薬局を目指しております。



宅幼老所ひなたぼっこの家の様子

【宅幼老所ひなたぼっこの家】

～小規模デイサービス～

宅幼老所ひなたぼっこの家は特に訪問看護、ケアマネジャー、他事業所と連携しご利用者様の状態把握やサービス対応について情報共有をしています。また新型コロナウイルスについては役場、病院とも連携し、他事業所とご利用者様の対応に差異がないよう情報共有に努めました。現在、新型コロナウイルスの感染予防対策としてマスクの着用、手指のアルコール消毒、ご利用前の検温、施設内では天井からビニールを吊るした飛沫感染対策、常時窓を開ける換気等の感染予防に努めています。



いちげん庵の様子

【いちげん庵】

～小規模デイサービス～

いちげん庵は送迎を大事にしています。日頃、一番多い時間を過ごされるご家族とお会いする機会ですし、利用者さんの最新の話が聞けるからです。その時の利用者さんの状況を少しでも把握するよう努めています。お仕事などで送迎時にお会いできないご家族には、連絡帳を有効に活用して状態を共有していけるように努めています。ケアマネジャーとは、定期的に利用者さんの状況を共有しています。医師とは、受診時に利用者さんの変化や状況、服薬状況等を必要時にお手紙で伝え、薬の変更や文書のお返事が頂けることもあります。今後は、さらに他の事業所や地域との連携に努めていきます。

住民福祉課 地域包括支援センター

☎255-4214

在宅医療・介護連携チームは最期まで、ここで安心して暮らしていくための応援者です。



災害に備えて！一流山市よりー



6月23日、姉妹都市提携をしている流山市から給水車をいただきました。ありがとうございます。

信濃町でも給水タンクはありましたが使用する度にトラックに載せる必要があり準備に時間がかかる等とても苦勞をしていましたが、今回いただいた給水車のおかげで災害に対し、より迅速に対応ができるようになりました。また、LPガス車とのことなので環境に配慮したクリーンな車です。



おはようございます！



7月3日、黒姫駅と古間駅で青少年喫煙防止キャンペーンと信州あいさつ運動を信濃町交番、信濃町役場、長野中央少年警察ボランティア協会の皆さんで啓発を行いました。

信州あいさつ運動は家庭や地域でお互いにあいさつをすることで、みんながつながり、地域を元気にして、地域ぐるみで子どもの育ちを応援することを目的としています。

あした天気にな〜れ！わ〜！

7月13日～7月17日の間『NBS みんなの信州』お天気コーナーが始まる前に響く元気な声、「あした天気にな〜れ！」のコーナーに柏原保育園のぶどう組が出演しました。撮影当日は晴天だったので園児たちの日ごろの行いが良かったんですね。本番前にテレビ局のお姉さんに指導をもらい、本番はみんな元気いっぱいに声を出していました。



<再掲> 訂正しお詫びいたします



信濃電気製錬株式会社 労働組合様

信濃電気製錬労働組合様では、会社とワンチームとなり新型コロナウイルス感染症の予防に取り組んでいます。

緊急事態宣言が解除され、人の動きが多くなる中でさらなる感染症予防のため町内ワンチームとの思いからマスクと消毒液を町にご寄附いただきました。

信濃小中学校、保育園、給食センターで活用させていただきます。

社名を誤って記載してしまいました。誠に申し訳ありませんでした。



快眠で夏を元気に乗り切ろう！

人生の3分の1は睡眠!?

夏本番。暑くて寝苦しい時期になりました。夜、寝苦しいという方もいるのでは？

私たちは夜眠ることで、疲れた体を回復させ、明日への活力を養っています。睡眠はこころと体の栄養源。睡眠不足は「免疫力」「感情制御」「脳機能」など様々な体の機能の低下に直結します。人は人生の3分の1の時間を睡眠に費やすと言われるます。よりよい眠りのために、できることから始めてみましょう。

眠気を感じてから床につく

「早く眠りにつかなくては」と、眠らなくてもとりあえず布団に入る人がいますが、実はあまりおすすめできません。寝室が「眠れない場所」としてインプットされてしまうからです。眠気を感じてから布団に入るほうが、自然に眠れます。「規則正しい就寝」にこだわらず、布団から出て、リラックスしながら眠気が訪れるのを待ちましょう。

寝床でスマホ・ゲームはNG

人間の脳は夜になると自然に眠るための準備をします。しかし、寝る前にスマホやゲーム機などの光を見続けると、脳が「まだ夜ではない」と勘違いして、自然な眠りにつくことができなくなります。また「依存症」に発展する危険もあるため、寝床でスマホを使うのは控えましょう。



寝酒は睡眠の質を悪くする!?

寝る前の一杯を習慣にしている人も多いのでは？ アルコールには眠気を誘う作用があり寝つきはよくなりますが、アルコールを分解するために就寝中も体が働き続けるため、眠りが浅くなり、眠りの質が低下します。利尿作用があり、何度もトイレに起きるため熟睡できない原因になります。

日中の運動が快眠の元

脳と体が疲れると自然と眠気を催しますが、デスクワークなどで一日中体を動かさない場合は、脳が疲れていても、体が疲れておらず、寝つきが悪くなります。日中の適度な運動は、入眠作用をもたらすし、良質な睡眠を得るのに効果的です。ただし寝る直前の運動は興奮を招くので避けましょう。

不眠とうつ病は表裏一体

ストレスでこころが不安定な人の多くは、眠りのトラブルを抱えています。不眠傾向が続くと疲労が取れず、次第にうつ病を発症しやすくなります。一方、不眠はうつ病の典型的な症状の一つ。「二週間以上続く不眠」があり、普段できていた仕事や家事などの日常生活に支障が出てくる場合には、うつ病の可能性があります。早めに心療内科や精神科等専門の医療機関に相談することで、回復も早くなります。

こころの健康相談のご案内

仕事・健康・人間関係・経済問題などによるさまざまな悩みや不安、またこころの病気（うつ病、アルコール依存、ひきこもり、不登校など）について精神保健福祉士が相談に応じます。ご自身のことだけでなく、家族や友人のことについてのご相談でもかまいません。秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。

- 相談日 8月19日（水）／9月16日（水）
- 時間 午後5時～午後8時（1件あたり30分～60分、1日2～3人まで）
- 相談料 無料
- 場所 保健センター

はじめての 一茶さん

第48回 「父の終焉日記① 発病」

【文責】一茶記念館
学芸員 渡辺 洋

葛飾派での後ろ盾を失った翌享和元年（1801）、一茶さんを奈落の底へ突き落とす事態が起きました。父弥五兵衛の死です。義母と腹違いの弟はいるものの、これで一茶さんの本当の肉親は一人もいなくなってしまうのです。

今回から紹介する「父の終焉日記」は、父が病に倒れてから亡くなるまでの一ヶ月間を生々しく描いた、一茶さんの代表作のひとつです。

はじめに言っておきたいことは、一茶さんは「作家」であり、「父の終焉日記」は「作品」であるということです。全てがそのまま事実であるとは言えないかもしれませんが、ただし、いわゆる「私小説（※1）」的内容なこともまた確かです。この点は、作品の内容を追いかけてから考えましょう。

四月廿三日は清和（※2）の天、雲なく晴て、山ほとゝぎすはつ音告渡る日、父はなすびの苗などに水などかけておはしけるに、なにとおぼしてんや、破冉（※3）生陽（※4）の日なたをうしろ（に）うけていました。

一茶云、「いかなればかゝる浅ましき所にうつぶし給ふらん」と抱き起し待るに、蓬が下の土（※5）となり給ふ前表なりと、後に思ひ知たり。

空は晴れ、ほととぎすが鳴く初夏の日、父は家の裏の畑で植えたばかりのナスの苗に水をくれていました。突然倒れます。一茶さんはのんきに「なんでそんなところにうつぶせになってるんだい」と抱き起こしました。後から思えば、これが父が亡くなる最初の前触れでした。



金沢佑光作「一茶帰省中父倒れる 四十一才」

これが作品の冒頭で、倒れた父を、たまたま帰省して家にいた一茶さんが抱き起こすという劇的な場面から始まっています。でも、実際は父の重病の知らせがあつて、急いで帰郷したのかもしれない。

※1 私小説：作者の実体験を赤裸々に描く小説。田山花袋の「蒲団」が有名
※2 清和：初夏の季語。さわやかな気候
※3 すは、急に
※4 青陽：春の日差し
※5 蓬が下の土となり：死んで埋葬されること

サマージャンボ宝くじ7月14日(火) サマージャンボミニ 発売開始!!

今年の『サマージャンボ宝くじ』は1等・前後賞合わせて7億円!

1等 5億円×21本

前後賞各 1億円×42本

※当せん本数は発売総額630億円・21ユニットの場合

『サマージャンボミニ』は、1等・前後賞合わせて5,000万円!

1等 1,000万円×80本

※当せん本数は発売総額240億円・8ユニットの場合

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

バージョンアップしました!

無料
アプリ

停電情報お知らせサービス

このアプリでは、台風や地震などで停電が発生した場合、停電地域が確認できます。無料ですので、ご活用ください。

プッシュ通知

地図表示

停電が起きたら、通知が届きます。 500m～2km 四方のメッシュ単位で停電地域の表示ができます

中部電力パワーグリッド

お問い合わせ先: 0120-985-232 月～金曜日 / 9:00～17:00

App store・Google Play から
「停電情報お知らせサービス」をダウンロード!!



iOS 用



Android 用

2学年 生活科の様子から



さつまいもの苗を植えたよ



春探しをしたよ



遊び道具を作ったよ（あやとり紐）



きゅうりが穫れたよ

〈春を探しに出かけよう〉

今年は、三十九名で二学年をスタートしました。四月の初めに、春探しに出かけました。まだ肌寒い時期でしたが、学校の周辺も少しずつ春が感じられるようになり、小さな草花や虫たちが顔を出していました。それを見つける度に、嬉しそうに伝え合う姿が可愛らしい二年生でした。

〈野菜の収穫が楽しみな〉

六月に、さつまいもの苗植えをしました。協力して畝にマルチシートをかけてから、一人一本ずつ植えました。自分の苗が元気に育つように丁寧な土寄せする姿に、優しさが感じられました。しばらくすると、畑から少しずつ野菜が収穫できるようになりました。育てているのは、きゅうりやトマト、パプリカ、オクラ、ズッキーニなどですが、今年は食べる活動ができませんので、収穫したものは各家庭に持ち帰ってもらっています。一度にたくさんは穫れませんが、皆とても楽しみにしています。少しでもたくさん穫れるようにと、草取りを頑張っている二年生です。

〈室内で楽しく遊ぼう〉

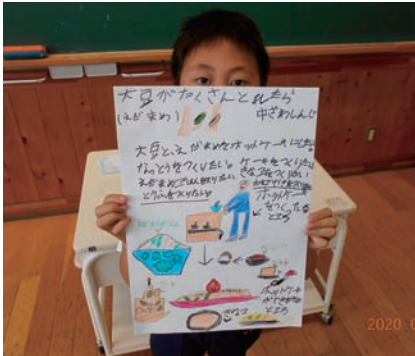
梅雨の時期に入り、休み時間も室内で過ごすことが多くなりました。室内でも楽しめるよう、あやとりをしてみました、ということになりました。あやとり紐の編み方を覚えると、誰もが夢中で取り組み始めました。何度も直しながら編み上げた紐を、自慢そうに見せ合う様子が見られました。新しいことに意欲満々で、互いに得意な技を教え



誕生日おめでとうカード渡し



梅雨の時期の遊び



大豆でやりたい活動を考えたよ



大豆の観察日記をかいたよ



大豆の植え替えをしたよ



一人で運べるようになったよ



気持ちを込めて掃除をするよ

合いながら、「こんな技ができたよう!」と、嬉しそうに報告してくる人たちがたくさんいます。

〈誕生日おめでとう〉

各月に誕生日を迎える人のために、『誕生日カード』でお祝いの気持ちを伝える活動をしています。皆、互いの誕生日を大事にしようという気持ちをもち、心を込めてメッセージを伝えています。

〈大豆を大きく育てよう〉

畑の活動とは別に、大豆を育てる活動も進めています。県内の多くの小学校が取り組んでいる『大豆百粒運動』に、本校の二年生も参加することになりました。学年全体で育てているものとは別に、『自分の大豆』ということで、一人ずつ鉢でも育てています。そして、週に何度か観察し、『大豆絵日記』に観察記録をつけています。算数で『ものさし』を学びましたので、背丈や葉の大きさも具体的に表すことができるようになりました。また、たくさん収穫できたら取り組んでみたい活動も考えてみました。「豆腐を作って食べたい!」「枝豆でずんだ餅を作りたい」など願いは大きく膨らみ、より一層、大豆の世話に力が入ります。

〈清掃をがんばるぞ〉

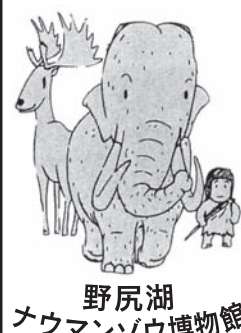
生活科から話はズレますが、二年生は、今、清掃に力が入っています。一年生の手本になるのだ、という気持ちの表れだと思っています。机と椅子を、重ねて一人で運べるようになりました。学年の分担も増やしてもらい、意欲と責任感が高まっている二年生に、期待してください。

第35回 特別展

野尻湖の水草 —変化する野尻湖の環境— 開催中

主催：野尻湖ナウマンゾウ博物館 協力：野尻湖水草復元研究会

博物館 の ページ



野尻湖に生える水草は、湖の水質やまわりの環境に合わせて変わってきました。

1911年におこなわれた野尻湖の水生植物の調査ではヨシやマコモ、ヒルムシロなど26種類の水草があったことがわかっています。

1970年代には観光客の増加などによって、湖に流れ込む水の中の栄養分が増えて、水草が大量に繁殖しました。増え過ぎた水草はボートにからむなどして、漁など水上での活動に支障がでるようになりました。1978年に水草を取り除くため、ソウギョを放しました。ソウギョは野尻湖の水草を食べつくして、水草が見られなくなってしまいました。

水草が無くなったことにより、水草を生活の場^{あかし}にしていたエビや小魚が少なくなり、水質は悪くなり、1988年に赤潮が発生しました。

これをきっかけに、再びきれいで自然豊かな湖にするための取り組みがはじまりました。地元の住民、有志による野尻湖水草復元研究会が発足し、水草の復活に向けた活動が始まってから、20年以上が経ちましたが、この間に、ボランティアや住民、町内の小学生とともに野尻湖に水草を植える活動などを続けています。また、ソウギョに食べられないように網で囲った中でホシツリモなどの水草を育ててきました。そして、3年ほど前から、網の外でも水草が見られるようになり、再びいろいろな種類の水草が育つ湖に変化してきています。

特別展では、現在野尻湖で見られる水草を中心に展示し変化してきた野尻湖の自然環境について紹介しています。

特別展開催にあたり、野尻湖漁業協同組合の皆様には水草調査や採取などにご協力を賜りました。厚く御礼申し上げます。

期間 7月23日（木）～11月30日（月）

会場 野尻湖ナウマンゾウ博物館 3階特別展示室



水草の展示（セキシウモ）

特別展関連学習会のお知らせ

野尻湖の水草をしらべよう

湖畔を歩きながら、今どのような種類の水草が生えているのか、どのような生き物がいるのかを観察します。野外を歩きますので、歩きやすい格好でご参加ください。

日時：8月29日（土）13:00～15:00

集合：野尻湖ナウマンゾウ博物館前

参加費：100円（保険代、資料代）

持ち物：筆記用具、飲み物

定員：20名

お申込み：8月26日（水）までに野尻湖ナウマンゾウ博物館までお電話（258-2090）でお申込みください。

新型コロナウイルス感染症防止対策について

当館では次のような感染症対策をして、6月2日から開館（再開）しています。

- ①受付・売店にパーテーション設置
- ②展示室に換気扇設置
- ③止まる位置にナウマンゾウの足跡サインを2m間隔で設置
- ④触る展示、体験コーナーにパーテーション設置
- ⑤1日複数回、定期的な消毒

入館者には以下のことをお願いしています。

- ・入館時のマスクの着用、手指の消毒
- ・「連絡先記入票」への記入
- ・混雑時の入場制限



①受付のパーテーション



②展示室の換気扇



③ナウマンゾウの足跡サイン



④化石に触る展示のパーテーション

宮ノ腰遺跡発掘調査の報告

長野県埋蔵文化財センター 西山 克己

信濃町穂波にある埋蔵文化財包蔵地の宮ノ腰遺跡内に令和2年度以降、電力送電線の鉄塔が新設されることから発掘調査を実施することとなりました。

発掘調査は4月15日(水)から6月10日(水)にかけておこなわれました。

調査の結果、奈良時代後半から平安時代初頭頃(8世紀後半から9世紀初頭)の竪穴住居跡2軒・掘方に柱を据えた跡8基・六跡



古墳時代中頃の竪穴住居跡(一部調査)

116基・火を使った施設1基・ゴミ捨て場跡?1基、不明1基、古墳時代中頃(5世紀)前半の竪穴住居跡1軒・土器を捨てた穴跡1基、旧石器時代後半(約2万年前)の礫群(キャンプ生活跡)の一部が発見されました。また出土遺物は奈良時代後半から平安時代初頭頃の多くの土器やフイゴ羽口、古墳時代中頃の土器、旧石器時代の石器5点や礫などがあります。

古墳時代中頃の集落があることもわかりました。今回特に注目されるのが、信濃町で21年ぶりに古墳時代の遺構が調査され、初めて古墳時代の竪穴住居跡が発見されたことです。平成11年(1999)年から平成12(2000)年にかけてバイパス工事に関連して信濃町野尻の川久保遺跡と仲町遺跡が調査され、それまで信濃町では皆無とされていた古墳時代から飛鳥時代(4世紀から7世紀)の遺構や遺物が発見されました。両遺跡の詳細については紙面の都合上、触れませんが、古墳時代人の祭祀を含めた生活の一部が発見されました。またこのことから周辺の尾根に古墳があると考え踏査した結果、遺跡北東の寺山に古墳(円墳・寺山古墳と命名、5世紀以前か)があることを確認しました。しかし残念ながら当時の調査範囲では竪穴住居跡は確認されず古墳時代集落の中心部分は発見されませんでした。

これまで宮ノ腰遺跡は、縄文・弥生・奈良・平安時代の遺跡とされてきましたが、今回の調査によって、古墳時代中頃や旧石器時代の遺跡でもあり、今回調査した地点には、奈良時代後半から平安時代初頭頃と

今回の宮ノ腰遺跡で発見された古墳時代中頃の竪穴住居跡は、川久保・仲町遺

跡で発見された古墳時代の人々の生活跡とも共通します。宮ノ腰遺跡と川久保・仲町遺跡とは約9km離れています。今後この3遺跡1古墳の成果とともに、新たな発見や今後の調査・研究により、ヤマト王権によるクニづくりの中に当地がどのように組み込まれていたのか。新たな信濃町の歴史構築の第1歩となる宮ノ腰遺跡の調査でした。

信濃町で夏至の部分日食が見られました

6月21日の夕方に、月が太陽の前を横切り、太陽の一部が隠される部分日食が起り、信濃町でもそのようすを観察することができました。ほとんど太陽の黒点が見られない状態が続いています。



20200621部分日食

6月21日17時8分25秒頃。
300mm望遠に2倍テレコンf22 1/200 ISO200
撮影者 小林丈人 撮影場所 信濃町柏原

信濃町星空研究会からのお知らせ

ペルセウス座流星群観望会

信濃町星空研究会では、下記の日程でペルセウス座観望会を行います。参加希望の方は、下記までお申し込みください。天気が悪く星が見えない場合には中止します。電話でお問い合わせください。

日時: 8月12日(水) 20時~24時(延長も可)

会場名: 黒姫高原コスモプラザ駐車場

参加費: 100円(保険料として)

当日の17時までに野尻湖ナウマンゾウ博物館まで連絡してください。
お問合せ・お申込み: 026-258-2090(事務局: 野尻湖ナウマンゾウ博物館)

北部高校地域授業をおこないました

6月から7月にかけて4回に分けて、北部高校1年生の地域授業をおこないました。はじめに博物館内とナウマンゾウ化石発掘地を案内しました。その後、火山灰の鉱物しらべの実習をおこないました。



実習のようす



「一茶ふるさと俳句」6月募集入選句発表

選者：信濃町の俳句会の皆さん

題「梅雨」

特選 梅雨空や寂しさつのる駅舎哉 田中 一哉
 佳作 災害の復旧半ば梅雨の入り 小林 大徳
 佳作 あざのある梅も漬け込む梅雨じめり 静谷 和子
 佳作 走り梅雨カラスの羽根の艶を増し 松木 珍念
 特選 新緑やドレミファのよう風の声 吉松 暉子
 佳作 初螢今年も庭の明かり消す 伊藤 靖則
 佳作 錦鯉紅白跳ねる蓮の花 池田 忠二
 佳作 父の日に皆で祝う夕げぜん 荒井 輝雄

※敬称略。一部添削しています。

【今月のワンポイント】

○俳句に季語が複数入ることを「季重なり」といいます。先生によつて、良しとする人、否定する人様々ですが、基本は一句に季語ひとつです。「一茶ふるさと俳句」は初心者向けなので、季重なりの俳句も取っています。



★8月の投句募集★ 初心者・子どもさんも大歓迎

■期 問：8月31日①必着（入選発表：広報しなの10月号）

■季 題：①盆（※）／②自由題 ★一人何句でも可

■投句方法：俳句／住所／氏名／電話番号記載の上、①はがき、②持参、③Eメールにて、一茶記念館へご投句ください。

※よりよい形に添削する場合があります。あらかじめご了承ください。

【問】一茶記念館 〒389-1305 信濃町柏原2437-2
☎026(255)3741 Mail: issakinen@town.shinano.lg.jp

※盆に関する季語全てOKです

相談会・講習会等	日時	場所	内容	その他
自衛官募集	募集受付期間 ～9月11日(金)	—	防衛大学生、予備自衛官補を募集します。	詳しくは 自衛隊長野地方協力本部 長野地域事務所 ☎026-235-6026
空き家問題 無料相談	8月10日(月) 午前10時から 午後4時まで	—	空き家になって困っている、売りたい、貸したい、利活用の方法についての相談。	長野県青年司法書士協議会 専用ダイヤル(当日のみ) ☎0120-448-788
多重債務専門相談	平日 8時30分から12時 13時から16時30分	—	ローンやクレジットの返済にお悩みの方からの相談を受け付けています。	長野財務事務所 多重債務専門相談窓口 専用ダイヤル(直通) ☎026-234-2970
就職氷河期世代 サポートコーナー開設	—	ハローワーク長野	概ね35歳以上55歳未満の正社員就職を希望する方のサポートを行う専用窓口を開設しました。	ハローワーク長野 就職氷河期世代サポートコーナー ☎026-228-0989

毎週火曜日は、時間外窓口受付を行います

受付



8月4日 / 11日 / 18日 / 25日

午後5:15～午後7:00【祝日除く】

- 税金・各種料金の支払い（※要納付書）
- 住民票／所得証明／戸籍関係の証明
印鑑証明の発行

※内容によっては発行できない場合もあります。

※転入・転出等の異動届受付、一般的な相談業務などは行っていない。

求む！空き家情報

若者定住促進のため、
空き家情報を募集し
ています。家を貸した
い方、空き家をご存
知の方は、下記まで
ご連絡ください。

信濃町
空き家バンク

☎総務課 まちづくり企画係 ☎(255) 1007

①予防接種外来(予約制) 信越病院
毎週月～金／受付13:30～14:00
※希望日の4日前までに予約してください。
※※予防接種は一般外来でも承りますが、その場合も予約が必要です。

②幼児健診(1歳半・3歳児) 保健センター
9月2日(金)／受付:12:30～12:45
1歳半児／対象:平成31年1月生
3歳児／対象:平成29年7月生
持ち物:母子健康手帳、子育てファイル、バス
タオル、フェイスタオル

③こころの健康相談 保健センター
8月19日(金)／17:00～20:00 ※1週間前までに
予約してください。

④断酒会 総合会館
8月26日(金)／18:00～19:00／お酒をやめられ
ない方、断酒を続けている方、ご家族の方のお
酒についての相談、学習

⑤よろず相談 木育ルームなかよし
8月3日(月)／10:00～11:30 子育ての相談

⑥母乳相談 木育ルームなかよし
8月3日(月)/5日(水)/11日(火)/12日(水)/17日(月)/19日(水)
/24日(月)/26日(水)/31日(月)/9:00～13:00 母乳育児の
相談、乳房マッサージ、体重測定

⑦あそびの会 木育ルームなかよし
8月27日(金)／10:30～11:30／内容:親子ふれあ
い遊び

⑧お誕生日会 木育ルームなかよし
8月生まれのお子さんがある方は事前にご連
絡ください。

⑨発達相談 木育ルームなかよし
8月3日(月)／14:00～16:00

⑩就労相談 木育ルームなかよし
8月3日(月)／10:00～12:00
※相談は、女性就業支援員(080-9542-8948)へ
電話予約してください。

⑪園開放 各保育園
新型コロナウイルス感染防止のためしばらく
中止いたします。

▶問い合わせ先

①信越病院小児科外来 ☎(255)3100
②～⑤保健予防係 ☎(255)3112
⑥～⑨なかよし相談員 ☎090(4382)6832
⑨～⑪教育委員会事務局 ☎(255)5923
⑪野尻保育園 ☎(258)2345／柏原保育
園 ☎(255)3740／古間保育園 ☎(255)2201／
富士里保育園 ☎(255)3416

8月資源物収集

岡上民福祉課環境係
☎(255) 5924

1日(土) ダンボール(柏原・富士里)	19日(水) 容器包装プラスチック
4日(火) スチール類	20日(木) ビン茶色
5日(水) 容器包装プラスチック	22日(土) 雑誌・雑がみ(柏原・富士里)
6日(木) 埋立ごみ	25日(火) ビンその他の色
8日(土) ダンボール(野尻・古間)	27日(木) ペットボトル
18日(火) ビン無色	29日(土) 雑誌・雑がみ(野尻・古間)

生ごみ処理機購入費用の補助受付中！

ひとときの会からのお知らせ



リラックスヨガ for yourself!

夏に疲れたからだ(心身)のため、そして眠りの質を高めるために、
ヨガの呼吸とポーズで深くリラックスして、心と体の休息を実感して
みませんか？

講師 間瀬 理江 氏
全米ヨガアライアンス認定 RYT200 登録インストラクター

- 日 時 8月18日(火) 午後7時～午後8時30分
- 会 場 町立総合会館 大会議室
- 持ち物 枕又はクッション、バスタオル、フェイスタオル、飲料
ヨガマット(ヨガマットレンタル有り 200円)
- 参加費 500円 ■定 員 10名

お申込みは8月17日(月)までに商工観光・癒しの森係まで ☎(255)3114

あなたの防災力はどのくらい？

やってみよう!防災模試

出典：Yahoo! JAPAN「全国統一防災模試」

Q

水道が復旧。最初に水を流してはいけない場所は？

- ①洗面所
- ②トイレ
- ③台所

「地震発生後、水道が復旧した場合、最初に水を流してはいけない場所はどこか？」
という問題が出た。正解は「洗面所」である。洗面所には、洗面台の下に
水道管が通っており、地震発生後、洗面台の下に水道管が壊れて、
洗面台の下に水が漏れ出す可能性がある。そのため、洗面所に水を
流すことは、洗面台の下に水が漏れ出す原因となる。洗面所に水を
流さないように注意する必要がある。洗面所に水を流さないように
注意する必要がある。洗面所に水を流さないように注意する必要がある。
②: 洗面所

未来への輝く思い

信濃小中学校9年2組

三沢みさわ

日香こ



信濃町の景色を発信したい！

今年の5月、田植えの手伝いをしていたとき、プロのカメラマンさんが田植えの風景を撮りに来ていました。その方に、写真を撮る時は光の角度や構成が大事だということを教えていただきました。その時に撮っていただいた写真を見て、何気なく見ている風景が、こんなにきれいなんだ、と改めて自分の住んでいる町の良さに気が付きました。

信濃町にはまだまだ素敵な景色があります。私はその景色をたくさんの人に見てもらえるような写真を撮る、そんなフォトグラファーになりたいです。

編集後記

◆雨が降り続き日本各地で災害が発生しました。信濃町では大きな災害は発生しませんでした。河川の水位が上がる等したので消防団、町職員が警戒にあたりました。災害がないことを常に祈っています。

◆コロナ禍でなんと体重が増えました。運動をする機会が減ったので当たり前です。よね。皆さんはいかがですか？私はバドミントンを長野市等の体育館ですることもありますが、億劫になってしまいました。これもコロナの影響ですかね？そろそろ、ずくを出して再開したいと思っています。これから夏本番です。くれぐれも熱中症には気をつけましょう。

(三沢)

町の将来像

