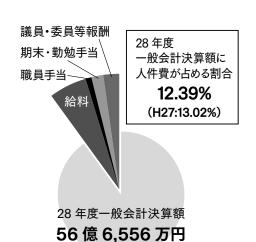
(集) まちの「今」をお届けする行政情報誌

### 広報しなの

Shinano Town Public Relations Magazine [町公式 HP] www.town.shinano.lg.jp 2018 No.387



【公表】



#### 給与の状況

#### ■ 職員の給与の状況

平	成2	28年月	度一般会計決算額	59億6,556万円
	うち人件費総額			7億3,951万円
		絵	給料	3億7,811万円
		給与費	職員手当	6,864万円
			期末勤勉手当	1億3,971万円
	議員•委員等報酬		•委員等報酬	1億2,323万円
	特別職			2,983万円

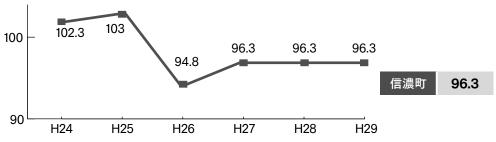
■ 一人当たりの平均給与

541 万円

(27年度:517万円)

#### ■ ラスパイレス指数の状況(各年4月1日現在)

国家公務員と地方公務員の給料水準を比較する方法として、ラスパイレス指数があります。 国家公務員の給料を100 とした場合、町の職員の給料がどのくらいかを示したものです。



※ 24・25 年は、国家公務員給与が大震災復興財源として平均 7.8%削減されていました。

#### 職員数の状況

#### ■ 部門別職員数の推移

		一般	行政部	部門	į	持別行	<b> 丁政部</b>	門	公	営企業	等会	計部門	
28年度 197人			94	人			14人			89	人		
29年度 202人			95	人			14人			93	3人		
								=					
部門	議会	総務	税務	農林	商工	土木	民生	衛生	教育	病院	水道	下水	その他
人数	3	19	8	10	8	8	28	11	14	81	5	2	5

#### ■ 定員管理の数値目標の年次別進捗状況 ( 病院・水道を除く)

平成26年	平成26年:119人		5人	42%		平成3	1年:114人
	H26 計画前年	H27 (1 年目)	H28 (2年目)	<b>H29</b> (3年目)	H30 (4年目)	H31 (5年目)	
	119	119	115(-4)	116(+1)			

※各年のカッコ内は、対前年比の増減数です。

職員の給与(給料・手当)は、 地方公務員法に定める給与 決定の原則に基づき、国や 他の地方公共団体の職員の 給与、民間企業の給与など を参考にして定めています。 給与の基本的な事項は、議 会の議決を経た「一般職の 職員の給与に関する条例」 などで定められています。

職員数については、第7次行政改革大綱に基づき、 適正な人員の配置を行っていきます。

問 総務課 庶務係☎ (255)3143

#### ■ 特別職の報酬等の状況 (29年4月1日現在)

区分	給料月額•報酬等
町 長	696,000円
副町長	577,000円

区分	給料月額•報酬等
議長	278,000円
副議長	202,000円
議員	180,000円

区 分	期末手当
町副議 議議長長長員	6月分:1.55月分 12月分:1.70月分

#### ■ 平均の年齢・給料・給与(一般行政職 29年4月1日現在)

#### 【平均給与月額(比較)】

給料月額のほか、扶養手当、地域手当など全ての 手当額を合計したもの。ただし、比較のため国家 公務員と同じ条件で再計算。(国家公務員の平均 給与月額には手当等が含まれていないため。)

#### 【平均給料月額】

基本給から算出したもの

	信濃町	国
平均年齢	40.3歳	43.6歳
平均 給与月額	326,710円	410,719円
平均 給料月額	302,500円	330,531円

#### ■ 経験年数別・学歴平均給料月額の状況 (一般行政職 29 年 4 月 1 日現在)

	初任給	経験10年	経験15年	経験20年
大学卒	178,200円	233,700円	303,600円	349,900円
高校卒	144,100円	205,700円	266,800円	310,900円

#### ■ 職員の手当の状況

#### 【期末手当・勤勉手当】

一人当たり 平均支給年額(28年度)	135.0万円
28年度支給割合	期末手当:2.6月分 勤勉手当:1.7月分

#### 【扶養手当】28 年度

配偶者	13,000円
子等の	6,500 円
扶養親族	満15歳以上22歳まで加算5,000円

#### 【住居手当】

12,000円を超える場合27,000円 を限度に家賃の半額を支給

#### 【通勤手当】

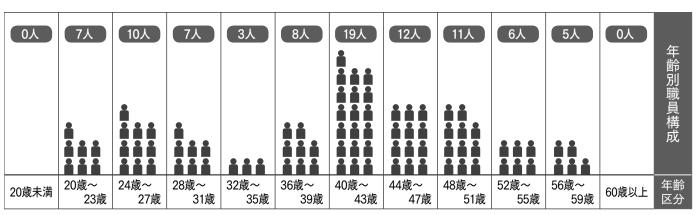
乗用車等使用	2km以上距離に応じ て3,140円~17,810円		
電車・バス利用	45,000 円まで全額。 それを越える部分は 5,000 円を限度に半額支給		

#### 14人 12人 8人 2人 20人 32人 級別職員数の状況 (1級) (2級) (3級) (4級) (5級) (6級) 職務 内容 主事補•主事 主 任 主 査 係長•主幹 課長•課長補佐 課長

#### 一般行政職 **88** 人

(29年4月1日現在)

この表は、税務職・医師・薬剤師・医療技術職・看護師・保育士・企業職・技能労務職に該当する職員を含んでいません。



### 台風 21 号が残した災害と現状

古海・慶沢農道 大雨により写真向かって左側が 0.5 ㎡、右側 2 ㎡程度陥没



野尻地区の一部に避難勧告を発用の氾濫などの災害が発生したため、古海、菅川、熊坂地区、河尻地区を中心に林道の崩落、河 尻地区を中心に林道の崩落、河た。信濃町北部の古海地区、野かけて激しい雨が降り続きまし により、被害を最小限に止めるな方々から協力いただいたこと たのか、その一部をお伝えしま 旧作業が始まります。2月号で ています。これから本格的な復 消防署、消防団、事業者など様々 各地区の皆さん、役員さん、 か残していった爪痕は、未だ残っ ことが出来ましたが、台風21号





古海・仲陣 河川の水が溢れ、道路に沿うように水が流入。民家の床下浸 水が上流で1件、下流で3件発生





大雨の影響により、8 mに 渡り農地の法面が崩落





斑尾林道 横 20m に渡り林道が崩落し、 土砂が80 m程度崖下に滑り落 ちる。

#### 時系列活動記録

台風 21 号による災害の発生時刻や活動内容をまとめ た一覧表です。(広報しなの用に一部抜粋しています)

日時	発(受)信内容				
10月22日(日)					
12:35	台風21号の気象情報を随時発信				
18:30	暴風警報発表を防災無線で放送				
22:25	大雨警報(土砂災害、浸水害)発表				
10月23日	日(月)				
4:38	洪水警報発表				
6:25	古海区から溢水・舗装破損の連絡				
6:43	消防団各分団に出動要請				
7:20	土砂災害警戒情報発令				
7:40	第1回災害対策本部会議				
8:35	古海集会所・野尻湖支館に避難所開設				
8:42	古海•菅川地区に避難勧告発令				
8:44	野尻(一部)・熊坂地区に避難勧告発令				
13:30	林道被害状況調査・斑尾林道で数箇所崩落				
22:35	土砂災害警戒情報解除				
23:16	大雨(土砂災害)•洪水警報解除				
10月24日	目(火)				
8:30	古海地区被害状況調査を実施				
9:30	避難勧告解除•避難所閉鎖				
10月25日	3(水)				
13:00	斑尾林道の被害状況を視察				
10月26日	3(木)				
8:30	災害協定に基づき現地確認を委託				
11月1日(	水)				
9:45	災害対策本部廃止				

ご理解とご協力をお願いします。 民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、旧作業を行う予定です。工事期間中、住終了し、平成30年の春から秋にかけて復いた、全被災箇所の復旧工事の設計が

# 復旧完了予定平成 30 年初秋

※場合により変更になる可能性があります。

#### 古海地区抜粋



古海・川尻 排水路に土砂が流入し、80cm 程度 推積し、排水路が溢水



概算復旧費 25,318,600 円

#### 復旧事業数 49 件

古海・管川地区 32 件 熊坂地区 6 件 野尻地区 3 件 富農地区 2 件 荒瀬原地区 2 件 富士里地区 2 件 柴津・船岳地区 1 件 柏原地区 1 件 (一般住宅含む)

	詳	細		*			
	住宅被	ま・			床下浸水	4 t	東
-					屋根破損	2 1	東
	道路。	<b>.</b>	•		倒木除去・破損・道路敷地法面崩落等	5 路絲	泉
	林道。		•		林地崩落・路肩決壊・砕石流出等	15 箇戸	F
	農道・				河川横断部決壊	1 箇戸	F
	河川・		•	.\.	土砂等推積・石積崩落・護岸決壊等	11箇月	F
	農業用	月水・	•	. \	土砂流入・崩落による水路埋塞	2 用7	k
	農地・		•		法面崩落・土砂流入	7 箇戸	ſГ
	農集排	非施設	է •		管材保護破損	1 箇戸	斤
	上水道	<b>道施</b> 設	չ •		濁り・崩落による引込管露出	2 箇戸	斤
	教育於	6設・	•		野尻湖体育館シャッター破損	1 箇戸	斤
	その作	<b>b</b> • •	•		旧富士里小学校屋根一部剥離	1 箇戸	沂
					遊歩道倒木	2 路絲	泉

## 



#### 平成31年3月から広域化 ごみ減量にご協力をお願いします

平成 29 年 4 月から 12 月末までに町内から出た可燃ゴミは約 1,525 トン(前年比 101%)。一人あたり約 177 キロ排出している計算になります。ごみ処理が広域化になると、施設建設費や運営費はごみの排出量に応じて市町村が負担することになります。負担金を抑えるには、ごみの減量が必要となりますので、皆さんのご協力をお願いします。

#### 無駄な物は買わない!

買い物に行く前に冷蔵庫の中や消 費期限を確認して、必要なものだ けを買うようにしましょう。



#### 生ごみは水気を切ってから

生ごみは多くの水分を含んでいます。 捨てる前のギュッとひとしぼりで悪臭・ 腐敗防止、"かさ"が減ってごみ袋の 節約にもなります!



#### 生ごみ処理容器等の購入費補助受付中!

家庭から出される生ごみの減量対策として、生ごみ堆肥化容器、電気式生ごみ処理機を購入される方へ補助金を交付しています。

#### ■補助対象者

次の項目をどちらも満たす方が対象となります。

- ◎町内に住所があり、居住している方
- ◎町税に滞納のない方

#### ■補助金額

◎生ごみ堆肥化容器

購入費の2分の1以内で、限度額3,000円まで(100円未満は切り捨て)

#### ◎電気式生ごみ処理機

購入費の2分の1以内で、限度額25,000円まで(100円未満は切り捨て)

#### ■申請方法

所定の申請書に領収書を添付して提出いただきます。 申請書は、環境係にお越しいただくか、町ホームページ からダウンロードしてください。

平成 28 年4月以降に購入された生ごみ処理容器等が対象となります。詳しい内容は、環境係へお問い合わせください。

間住民福祉課 環境係☎(255)5924



### 児童クラブの利用をお考えの皆さんへ<br/> 平成 30 年度児童クラブ利用説明会を開催します

平成30年度に児童クラブの利用を希望する保護者を対象とした説明会を、次の日程で行います。

日時:平成30年2月9日(金)午後7時~午後8時

場所:信濃町総合会館

間信濃町教育委員会 子ども支援係☎(255)5923



#### 町からのお知らせ



#### 清掃・保守点検・法定検査は必ず!!

#### 4月から浄化槽の法定検査項目の一部が変わります

生活排水をきれいな水にするため、浄化槽をお使いの皆さんには、浄化槽法で清掃・保守点検・法定検査の義務が 定められています。その中の法定検査(浄化槽法第 1 1 条検査)項目に新たに生物化学的酸素要求量(BOD)の検査 が加わり、効率的で充実した内容になります。

BODは、水の汚れを示す重要な指標です。生活排水の汚れや浄化槽の調子を知ることで、浄化槽に異常があった場合、 早急な対応が可能になります。また、検査の一部が省略されるので時間の短縮も同時に図られます。

今後とも法定検査の実施にご協力をお願いします。なお、検査手数料の変更はありません。

#### 参考

#### 浄化槽法第 ]] 条第 ] 項(法定検査)

浄化槽管理者は、環境省令で定めるところにより、毎年 1 回、指定検査機関 ※ の行う水質に関する検査を受けなければならない。

※長野県では、指定検査機関に(公社)長野県浄化槽協会を指定しています。



法定検査についてのお問い合わせは、(公社)長野県浄化槽協会 ☎ 026-234-7637 にお願いします。

圖建設水道課 下水道係☎(255)3002



#### 農家の皆さんへ

#### 平成30年以降の米政策について

平成30年産を目途に国からの生産数量目標の配分、生産数量目標に従った米の作付けの助成(米の直接支払交付金:7,500円/10 a)が廃止されます。今後も米の生産調整は継続し、全国の需要動向を踏まえた数値「主食用米の生産数量目安値」として信濃町農業再生協議会から農業者ごとに提示します。米の需要に応じた生産が行えるよう今後もご理解、ご協力をお願いします。なお、転作作物への助成(水田活用の直接支払交付金)、畑作物の直接支払交付金や、収入減少影響緩和対策(ナラシ対策)は継続されます。

平成 30 年産米 信濃町における生産数量目安値 2,975,000 トン (29 年: 2,975,000 トン)

面積換算值 4,775,281 ㎡ (29年:4,813,920㎡)

※12月14日に県から町に配分された平成30年産米の生産数量目安値です。農業者ごとの配分は、3月を予定しています。

**閻**産業観光課 農林畜産係**☎**(255)3113

#### 申告に関するお問い合わせ

#### 税務会計課 税務係

#### **a** 026-255-5921

#### 申告

# 所得税 町県民税の申告相談

2月16日~3月15日の間、

役場で申告相談を実施

# 申告に必要な書類

# ■マイナンバーが分かる書類と本 人確認書類

左記①②両方必要です。

②運転免許証・健康保険証など の記載がある住民票

◎給与所得者源泉徴収票 ■平成29年中の所得が分かる書類

◎事業所得者 営業・農業・不動

※事前提出の方を除く 産所得の収支内訳書

◎**医療費控除**(平成29年中に本人 一各種控除の書類

治療のための薬代も含まれます。) 払った医療費が控除の対象となり や生計を一にする家族のために支 ます。通院のためのバス・電車代や、

◎寄附金控除

◎住宅借入金等特別控除

住宅借入金の年末残高証明書な

寄附した団体からの受領書など

護支援係にご確認ください。

行の障害者控除認定書(事前に介

りに「医療費控除の明細書」 は提示の必要はありません。 払った医療費の領収書の添付また 前に作成しお持ちください。 平成29年分の確定申告から、支

◎セルフメディケーション税制 (医

証明書なども必要です。)

(最初の年は、

家屋の登記事項

■申告者名義の金融機関口座番号

療費控除の特例 ) を受ける場合

「セルフメディケーション税制

①通知カードまたはマイナンバー ※マイナンバーカードがない方は ◎マイナンバーカード

◎年金所得者 源泉徴収票(原本)

◎雑損控除 **◎生命保険料・地震保険料等控除** 生命保険料等の控除証明書 領収書等

を受けている方は、 神障害者保健福祉手帳/介護認定 ◎障害者控除 身体障害者手帳/療育手帳/精 介護支援係発

ださい) の明細書 (事前に作成しお持ちく

知表、領収書等 けたことを証明する書類 ②定期健康診断・予防接種等を受 (結果通

それぞれの明細書の用紙は役場に

※詳しくは下記をご覧ください。 あります。

◎社会保険料控除 国民年金保険料などの控除証明書

◎扶養控除

配偶者・扶養者に所得があった場 合は、所得金額が分かるもの

#### セルフメディケーション税制とは??

平成 29 年分から始まる新しい制度で、定期健康診断等を受けている方が、特定一般用医薬品(OTC医薬品) を 1 年間で 12,000 円以上購入した場合に、超えた金額について、所得から控除を受けることができます。(上限 88,000円)

特定一般用医薬品については、領収書等に対象商品であることが表示されています。 対象となる OTC 医薬品を購 入した際の領収書等の提出の必要はありませんが、今年度のみ記入内容の確認のためお持ちください。領収書等は 税務署より提示または提出を求められる場合がありますので、5年間は自宅で保管してください。

※従来の医療費控除制度とセルフメディケーション税制は、どちらか一方を選択して適用を受けることになります のでご注意ください。

#### 対象になる人は??

- ■特定健康診査 ■人間ドック ■予防接種(インフルエンザ・定期接種等)
- **■定期健康診断 ■がん検診 のいずれかを受けている人**

#### セルフメディケーション税制の医療費控除の計算方法

特定一般医薬品 (OTC 医薬品) 購入金額

保険金などで補 填される金額

12,000円

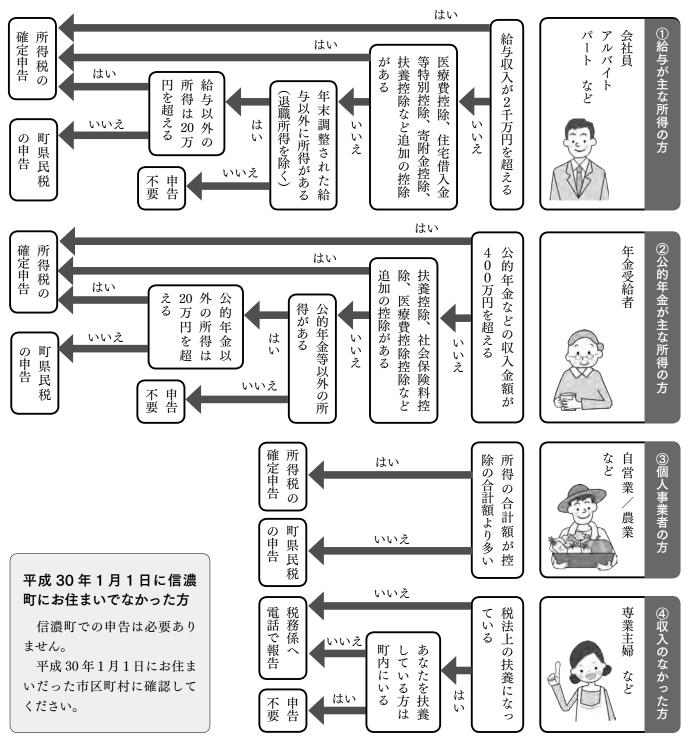
医療費控除額 (最高 88,000 円)



セルフメディケーション税制 対象商品の領収書例

#### **レレ 所得税の確定申告/住民税の申告はお早めに**

#### ☑ チェック!申告が必要なのかご確認を!



※このフローチャートは簡易に判断するものです。ご不明な場合は税務係にお問い合わせください。

#### 「④収入のなかった方」とは

○病気などで収入がなかった方のほか、障害者年金や遺族年金などの非課税所得のみの受給者も該当します。

○上記のフローチャートで「税務係へ電話で報告」の方は、連絡をいただかないと、所得証明・非課税証明書などが必要なときにすぐ交付することができず、また、国民健康保険税や児童手当などの判定に、支障が出る場合があります。できるだけ、2月15日までにご連絡ください。



どうぞご利用ください

#### デマンドタクシーのご利用方法について

町内に住民票のある方、もしくは町内に通勤通学されている方はデマンドタクシー (ふれあいコスモス号)を利用できます。

デマンドタクシーは、自宅から病院、商店、金融機関等の指定の場所へ運行する乗り合いタクシーです。乗り合いのため予約状況によっては時間がかかりますが、(出発から到着まで40分以内)バス並の安価な料金で運行しています。

■デマンドタクシー (ふれあいコスモス号)の利用方法





「名前」 「乗る場所」 「降りる場所」 「利用する便」 をお伝えください



運行日 平日のみ (12月29日から 1月3日は運休)

料金 大人 300 円 中学生以下無料

①事前登録 専用の登録用紙に必要事項を記入し、商工観光・癒やしの森係に提出してください。

②電話で予約 受付センターに電話をして「名前」「乗る場所」「降りる場所」「利用する便」をお伝えください。

※予約は発車時間の30分前までにしてください。

③乗車 ふれあいコスモス号が迎えにきます。便の発車時間までに準備をしてお待ちください。

■割引制度 運転免許自主返納者や障がい者等割引対象者の方は、半額になります。

※割引対象者の申請方法については、役場の担当窓口にお問い合わせください。

#### ふれあいコスモス号受付センター

☎: 026 - <u>217</u> - 2965

番号のお間違えの無いようお願いします。

#### 事前登録などのご相談は

産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114

#### 入居者を募集

#### 県営住宅統一募集のお知らせ

長野地区を中心とした、県営住宅の入居者募集が行われます。詳しい内容は、長野県住宅供給公社までお問い合わせください。

■詳細発表 平成30年2月5日圓(入居可能な県営住宅の内容等が発表されます)

■募集期間 平成30年2月14日函~23日園まで(募集期間中は土・日曜日も受付)

■問い合わせ 長野県住宅供給公社 県営住宅課 ☎026-227-2322



#### 飼い主の義務と責任

#### 猫の飼育にはマナーを守りましょう

#### 猫の飼育には、周囲に迷惑をかけない飼い方が求められます。 ・室内飼育をお勧めしています

猫は室内だけで飼うことができます。放し飼いをしていると飼い主の知らない間に近所の庭にフンやおしっこをし たり、農作物や建物、車などを傷つけたりして、周囲に迷惑をかけていることがあります。また、子猫が誕生しても 育てられない場合には、不妊・去勢手術を行わないと、望まない妊娠を招き、新たに飼い主のいない猫の誕生を招く 恐れもあります。

室内飼育のメリットは愛猫を交通事故や猫同士のけんかによる怪我や感染症などから守る効果もあります。愛猫が 安心して安全に生活し、近所の人に迷惑を掛けないように室内飼育をお勧めしています。

#### 野良猫へのエサやりをやめましょう

野良猫にエサを与え続けることで周辺に居着き、鳴き声やフン尿などで周囲に迷惑がかかります。エサを与えた方 が事実上の飼い主となりますので、飼い主となる自信と責任を負うことができなければ、絶対にエサを与えないでく ださい。

**閻**住民福祉課 環境係☎(255)5924

#### 法務大臣から委嘱

#### 人権擁護委員に清水岳美氏を再任

信濃町の4名の人権擁護委員のうち清水岳美氏が、平成29年12月31日で任 期満了となりました。それに伴い、平成30年1月1日付けで法務大臣より清水岳 美氏が再任命されました。

人権擁護委員は、国民の基本的人権の侵犯を監視し、その救済措置を講じるとと もに、人権思想の普及高揚を図ることを使命としています。人権についてお困りの ことは、人権擁護委員までお気軽にご相談ください。



**閻住民福祉課 福祉係☎(255)1179** 

#### お子さまの教育資金をサポート

#### 「国の教育ローン」ご存じですか?

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま 1 人につき 350 万円以内を、 固定金利(年 1.76%平成 29 年 11 月 10 日現在)で利用でき、在学期間内は利息のみの返済とすることができます。

詳しくは、「国の教育ローン」で検索していただくか、下記へお問い合わせください。

教育ローンコールセンター ☎ 0570 - 008656 (ナビダイヤル)

日本政策金融公庫長野支店 国民生活事業 ☎ 233 - 2141

#### 観光案内所がリニューアル!











黒姫駅前にある観光案内所がリニューアルオープンしました。これまでは事務所の出窓ごしに観光案内を行っていましたが、観光客の皆様にとって居心地のよい観光案内所にしたいとの想いから、観光客が自由に出入りできる空間をつくり、くつろいで町の観光情報にふれることができるスペースを設けました。

この観光案内所のリニューアルを記念し12月21日に開所式が行われ、今後は町の観光案内の拠点として、魅力ある観光情報を発信していきます。

#### もう少しでオープンです!!







現在、改修工事を行っている富士里支館。いったい中はどうなっているのか、気になりますよね。今回は、少し早く新しくなった富士里支館をちょっとだけご紹介します。どの部屋がどうなったのか想像しながらご覧いただければと思います。詳しい間取りは来月号に掲載予定です。

#### オープンスケジュール

■3月3日(土)

○竣工式典9:30~13:00○文化展および施設一般公開13:00~17:00

■3月4日(日)

○文化展・ステージ発表 8:30~15:30 (予定)

#### 貸館予約について

■受付開始:2月1日(木)からスタート

(土日祭日等、休館日(2/19)を除く)

■受付時間:8:30~17:15

詳しくは、野尻湖支館☎258-2113まで

#### 「苦しさ」も力に変えて











第38回黒姫高原クロスカントリースキー大会が1月20日、黒姫高原・童話の森スノーウェーブで開催されました。

一般、シニア、小中学校それぞれの部門があり、 県内外から総勢 435 人がエントリー。雲一つ無い 晴天の中、選手たちは力強い滑りを見せていまし た。時に苦しい表情を浮かべる選手たちでしたが、 コース脇からの応援を力に変えて、一生懸命に滑走 していく姿がとても印象的でした。

#### 交通栄誉章を受賞されました



1月22日、信濃町交通安全協会会長の中村力さんが、交通栄誉章「緑十字銀章」を受賞され、町長を表敬訪問されました。

交通栄誉章は、長年にわたって交通安全活動に尽力し、功績等があった交通安全功労者、優良安全運転管理者に贈られます。1月19日に東京の文京シビックホールで「交通安全国民運動中央大会」が行われ、秋篠宮同妃両殿下、内閣総理大臣等ご臨席のもと表彰式が執り行われました。

中村力さんは、長年にわたり町の交通安全に献身的に活動されています。「緑十字銀章」受章おめでとうございます。

### 地域包括支援センターだより ③

地域包括ケアシステム



ボランティアさんも参加しています! 平成 29 年度新規事業 健康づくりの取り組み

### 「はつらつ体操教室 & はつらつの会」

6月から8月までの3か月間、第1・3木曜日に「はつらつ体操教室」を開催しました。20名を超える参加者が、体操や口腔機能向上のためのプログラムに取り組み、無理のない範囲で仲間と身体を動かす楽しさを味わいました。

大変好評なことから9月からは月1回「はつらつの会」として体操教室を続けています。





#### 。 (寄ってけ家事業)

6月から第2・4木曜日に「寄ってけ家」事業を開催しています。軽く身体を動かしながら、各自が実践できるボランティア活動をしています。回を重ね会話も弾みます。

活動内容として布巾を縫い、保育園に寄贈したり、町 の木育事業である木製おもちゃの二ス塗り、ペットボト ルキャップの仕分け作業を行ったりしました。







#### 平成 29 年度「介護予防サポーター養成講座」終了!

自身の健康づくりと、地域の実態やボランテイア活動について学ぶ講座を平成27年度から行っています。今年も7回コースで開催し、延べ143名が参加され、28名の介護予防サポーターが誕生しました。昨年度までの講座で誕生したサポーターが、今後、地域の力となっていくことを期待しています。





#### 受講者インタビュー

★ボランティアは自分が楽しくという言葉が一番心に残り、勇気を出し参加して良かった。講座で知り合った仲間ができ、少しでも役に立ちたいと思いました。70代 女性

★講座の中で「運動するぞ」と構えるのではなく、日常生活に取り入れていくことを学び、ストレッチや軽い筋トレが生活の中に習慣化してきました。60代 女性

★年を重ねてもこの町で楽しく元気に 過ごせることを考えたいと思いました。 60代 女性 ★年を重ね日常のモヤモヤ したことが、この講座を受 けて少し解消されました。 一緒に活動できるようまた 勉強したと思いました。 70代 女性

#### ご存じですか? ちょこっとお助けサポーター

高齢の方や障がいをお持ちの方など、支援が必要な方の日常生活での困りごとをお手伝いするサポーターが「ちょこサポ」です。登録サポーターは35名で、ゴミ出しのお手伝いを始めました。今後は活動内容の拡充と、サポーター登録の拡大を目指します。

#### おたっしゃ会 ~介護予防サポーターの会~

平成27年度「生活支援ボランティア講座」修了者15名に昨年度の「介護予防サポーター養成講座」修了者8名が加わり「おたっしゃ会(生活支援ボランティアグループ)」が組織され、一人暮らし高齢者の見守り訪問活動や、各種サロンへのボランティアが始まっています。この仲間の輪がますます広がりますように!

#### 予告!

#### 3月に「認知症初期集中支援チーム」設置予定!

地域包括支援センタースタッフに認知症サポート医が加わり、認知症初期集中支援チームが設置されます。これまで以上に認知症に関する相談がしやすくなります。

住民福祉課 地域包括支援センター ☎255-4214 信濃町社会福祉協議会 ☎255-5926

#### 歯を失う原因に占める歯周病の割合 (8020財団調査、2005年) 60 51.3 50 割 40 合 30 % 20 22.6 4.6 10 2.3 0 55~64 65~74 年齢(歳)

### 歯 は 全 身 の健康 の原点

# める歯

# 歯周病は全身に影響します

「歯周病」

はどんな病気?

は歯周病になっている人が多く、また 気との関連も指摘されています。 低体重児出産、骨粗しょう症などの病 す。その他にも歯周病は心臓病、 歯周病が治りにくいと報告されていま てきています。たとえば、糖尿病のト 身の健康と関係していることが分かっ 歯周病は、口の病気だけでなく、全

腫れや出血から始まり、放っておくと

やがて歯がぐらついて抜けてしまうと いうこともあります。歯周病は痛みな

かないうちに静かに進行します。

あなたは大丈夫ですか?

どの自覚症状がほとんどなく、気がつ

ける様々な病態の総称です。

歯ぐきの

歯周病は、

歯と歯を支える組織にお

# ★深い関連が指摘されるもの

○喫煙 ○糖尿病

★潜在的な影響が指摘されるもの ○骨粗しょう症

▲影響について報告されているもの ○心理的ストレス

○肺炎

○動脈疾患

○感染性心内膜炎 ○低体重児出産



## 毎日実践! ★正しい歯ブラシの持ち方 効果的な歯磨き方法

歯の表面や歯肉を傷つけてしまいま 換するようにしましょう。 す。また、歯ブラシは1か月に1回交 に動かしましょう。力を入れすぎると ペンを持つように軽く握り、 小刻み

# ★上手な歯みがきのポイント

①歯磨き粉は、乾いた歯ブラシに1.5 ンチくらい付ける。

②順番を決めて磨く。

④前歯の裏側は、歯ブラシを縦に当て、 ③基本は歯ブラシを歯に直角に軽く当 て、横に小刻みに動かす。 上下に動かす。

⑤表側と歯ぐきの間は45度の角度に毛 先を当てて歯ブラシを小刻みに動か

⑥かみ合わせの部分は、 ⑦奥歯の裏側は、歯ブラシが裏面に当 たるように、小刻みに動かす の面に当て、前後に動かす。 歯ブラシを上

## で歯肉の状態をチェックし、年に1~2 回は、かかりつけ歯科でチェックして もらうことが大切です。



#### 歯周病度チェック

- □歯ぐきに赤く腫れた部分がある
- □□臭がなんとなく気になる
- □歯ぐきがやせてきた
- □歯と歯の間にものがつまりやすい
- □歯をみがいたあと、歯ブラシに血がついた り、すすいだ水に血が混じることがある
- □ときどき歯が浮いたような感じがする
- □指で触ると少しグラつく歯がある
- □歯ぐきからウミが出たことがある

1~2項目が当てはまれば歯周病の可能 性があります。3項目以上当てはまった 方は歯周病が進行しているおそれがあり ますので、早めに歯科を受診しましょう。 歯周病を予防するためには、定期的に鏡

茶記念館 渡辺

お母さんの

# 第1回「旅の装い(寛政三年紀行の旅③)」

好をしていたのか、決め手に の一茶さんが、普段どんな格 を掲載していますが、若い頃 はありません。 なるような資料があるわけで 毎回、 茶さんのイラスト

けました。また、同じ庶民でも、 柄や素材など細かく統制を受 よって身分や職業ごとに、色 なりました。服装は、 にはっきりとした違いがあり 貧富の差で服装や身だしなみ 江戸時代の間で流行り廃りが ただし、ある程度推測はで (※1) は、 職業によっても形が異 たとえば、「ちょんま 25年にわたる 幕府に

推測 で、商家の手代風、当時のご戸で奉公暮らしをしていたの くごく一般的な町人の格好と 茶さんの場合は、長く江 江戸の風俗事典を参

> 時は、雲水=行脚修行をする一方、一茶さんが旅をする 手に珠数を提たれば、 別称)や、「反故袋を首にかけ、 旅人」(一人旅の斗藪=雲水の は、 考に描いてもらっています。 か 拠があり、「寛政三年紀行」で かったようです。これには根 僧侶の格好をすることが多 (頭陀袋を首から下げ、 世をいとふ容に似たれど」 自分の姿を、「孤身斗藪の いささ

> > るのですが、それは後日ご紹 格好が原因で奇妙な体験をす

います。

一茶さんは旅の途中、この

介しましょう。

す。 めていたでしょう。 言葉で表現していま ているが)といった 出家した人の姿に似 珠を持っているので、 もちろん頭も丸

西行(※1)、ぱきりやすかったとも、月中すかったとも、 する方が関所を通 諸国巡礼の僧侶と称 雲水姿の理由は、

のスタイルにあこがれて、

【文責】 こ

れを踏襲したとも考えられて

※1現代人がイメージする「ちょんまげ」は、 しくは「銀杏髷(いちょうまげ)」という

に活躍した歌人。若くして出家して諸国を行脚し、 たくさんの和歌を詠んだ。その生き方は、芭蕉や、 茶のような行脚俳人に大きな影響を与えた。

P.N. めぐるママ

1歳半児健診に来てくれたおともだち



ath ゆいな **三沢 由依奈** ちゃん(**柏原**) お母さん:由美子さん

お姉ちゃんと遊ぶのが楽しいゆいな♡これからも姉妹仲良く元気いっぱい成長してね♡

メッセージ 付き!



じょう かなめ **條 要** 5ゃん(**柏原**) お母さん:早百合さん

でこでも深か鳴ると踊り出すかなき。これからも色んな姿を見せてね^^

### 信濃小中学校だより そよげ わかけ

#### 4年生米づくりを振り返って

まっすぐ植えるのは難しいね



全部手作業でやった田植え

昔の人はこんなに苦労して田植えをし 植 ていたんだと知りました。 えるのは大変でしたが頑張ってよ 全部を手で

# 大変だったいねかり

を育てたんだという達成感がありま 方を見ると、こんなにたくさんいね ました。いねをかり、 るとギュッと強くしばれるようになり きに、最初は結んだひもがゆるくてい ジャングルの中で草を取っているよう いたよりも て田んぼからあがりました。田んぼ ねが落ちてしまったけれど、慣れてく いねかりを始めると、いねが思って いねかりはとても大変でした。 かったいねをひもで束ねると いっぱいあって、まるで 全部ほし終わっ

# 小林

倒れないようにまっすぐ植える。③後 は「①1回に植えるのは3本ずつ。② 自分たちの手で植えました。ポイント んいました。僕たちは機械を使わずに 気持ちよかったです。生き物もたくさ

ろに下が

稲刈りでこんなにとれたよ

もちつきは力がいるね



自分だけのお皿製作中

#### 書きました。焼いて完成したお皿は、 からも大切にしたいです。 収穫祭で使いました。家に持ち帰って 出るように「米づくり楽しかった」と 皿の形になったらお皿に言葉を書きま なってきました。グーでたたいて、 食べ終わった時にメッセージが

した。

した。でも、こねているうちに楽しく を練るとき思ったよりかたくて大変で

お

いて教えてもらいました。最初、

粘土

# 高遠

だっこく

は、米を引っ張るとき、力がないと引っ 三つの道具を使いました。千歯こき

マイ・もち・プレート

n

おもちをのせるお皿を手作りしまし

黒田さん夫妻に学校に来ていただ

# 田んぼの土は、 もちみたいな感触

田

祐樹

機械でやるとはやいね 昔の道具を体験





収穫祭の献立紹介



米作りの体験を発表したよ



しめなわ作り

けがたおれて心配したけど、とても ら肉が取れる」と言われたので気を 17ふくろにもなりました。 たくさんの米がとれました。 れるのが大変でした。台風ではぜか つけました。米を入れると5秒くら でどんどん取れていきました。入 全部で す。 を開くことができてうれしかったで 分たちで作ったものでしゅうかく祭 たちで作り、お皿も自分で作って自 いいしゅうかく祭になりました。 たくさんの方に助けてもらって

だっこく機は、

足でふむのと手で米

がありちょっと大変でした。

足ぶみ

張れないし、

強すぎると切れること

が、米がたくさん取れました。手伝っ の束を力強く持つのは大変でした

てくれた新井さんは汗びっしょりで

ハーベスターは「手を入れた

# しゅうかく祭

### 小林 丞汰

ごく力がありました。三色もちも、 とができました。でも大人の方がす みそしるも、つけものもとてもおい さん作ったので、大変でした。もち した。試作をしていたときよりたく しかったです。もち米や野菜を自分 つきでは、力いっぱいもちをつくこ 朝8時から、ずんだあんを作りま

# めなわ作り

当に大変でした。まず、はだしでわ 作れるのか。」と思ったけれど、 らをおさえながらねじっていくのが ただきました。最後に丸くしてごへ 手くできなくて小林さんに教えてい を一つにまとめていくのですが、上 なるとやり直しでした。次に、三本 大変でした。力がいるので、 お手本を見た時「こんなに上手に 外谷 ゆるく 天嶺

る日、 くてびっくりしました。すごい力だ 先生がしばったところはとてもかた と思いました。かざる日やかたづけ いただきました。 元旦と元日のちがいも教えて

いをつけて出来上がりました。 小林

を積み重ねてきたことで、心身がた なるのではないでしょうか。 に行きます。そこでまた、 くましくなった4年生です。これ 田んぼと、地域の皆さんと共に活 た子どもたちも、 た方々のことを振り返る良い機会に の活動を振り返ることができます。 らの季節は、スキーで田んぼに遊び できるかな。」と不安げな表情だっ 1年間頑張ったこと、 4月当初 「本当に自分たちの力 ふるさと信濃町 お世話になっ 自分たち

ことは子どもたちに さんに教えていただ んの地域の講師 になったと思い とっても大きな財産 めに何度もご指導く 方々と親しくなれた きました。 4月から、 子どもたちの 地域 たくさ の ま 0) 皆 た

ださり本当にありが

とうございました。

#### 第22次野尻湖発掘「発掘ガイド」を募集します!!

#### 第22次野尻湖発掘実行委員会

平成30年3月23日から4月1日まで野尻湖の立が鼻遺跡にて第22次野尻湖発掘がおこなわれま す。「野尻湖のキルサイト(ゾウの狩り場)のようすを明らかにしよう」というのが発掘の大きな 目標です。子どもから大人まで全国各地から愛好家や専門家の皆さんが発掘にやってきます。地元 の野尻区と信濃町教育委員会、そして野尻湖発掘調査団では、野尻湖発掘実行委員会をつくり、発 掘に向けて準備を進めています。

今回の発掘でも、全国から見学に訪れる方々をご案内いただく「発掘ガイド」を募集します。 「発掘ガイド」は発掘の見学に訪れる方と発掘調査をする調査団の方たちとの間をつなぐ重要な係 で、地域の皆様にお願いしたい大切な仕事です。専門的な知識がなくてもかまいません。発掘直前 にガイド養成講座(事前説明会)をおこないます。また、発掘期間中に発行される「野尻湖新聞」 を読んでいただき、見学者の方々に自分の言葉でお話してくだされば大丈夫です。

多くの皆様のご参加をお待ちしております。

- ◆期間 平成30年3月24日(土)~31日(土)
- ◆時間 午前9:00~11:30 午後13:00~16:00 ※24日(土)は午後から、31日(土)は午前までです。
- ◆分担していただく日時

半日を1コマとして期間中の希望の日時をお選びください。都合が つく方は、できるだけ多くご参加いただけますとありがたいです。

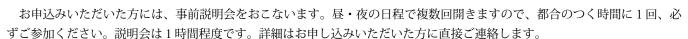
#### ◆特典

発掘現場には発掘参加者以外、自由に入れませんが、発掘ガイドの 方は特別に入ることができます。また期間中に発行される野尻湖新聞 を差し上げます。専門家の方々と交流でき、野尻湖発掘の最新の研究 成果を知ることができます。



究するグループです。 は人類や考古学の分野を研

1 月



◆申込み方法 野尻湖ナウマンゾウ博物館 ☎258-2090までお電話ください。

の程度残っているのか確認

し、化石が出る地層がど

ました。

また火山灰グ

◆申込み締め切り 3月19日(月)

野尻湖人類考古グループ

野尻湖人類考古グループ

※第22次野尻湖発掘の一般参加申込みは締め切りました。

|団の専門グループの研究 年末年始に野尻湖発掘調 第22次野

尻湖発掘に向

期間の予測水位にあわせ 討をおこないました。発掘 は第22次発掘の発掘地の検 野尻湖火山灰グループ 査研究しているグループで 尻湖周辺の地質について調 |尻湖地質グループ 野尻湖地質グループは野 1月6~8日の集会で 発掘ができる場所を検

れた火山灰の分析などをお ループでは信濃町で採取さ

ないました。

10月に野尻湖畔で産出した化石

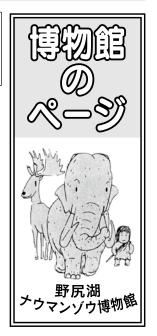
査で産出した化石のクリー なわれた地質グループの 業をおこないました。 発掘の成果報告書の執筆作 ないました。第21次野尻湖 ニング作業などもおこな に博物館で研究集会をおこ ループです。12月2~24日 類化石を中心に研究するグ 10月に野尻湖畔でおこ 野尻湖で産出した哺乳 尻湖哺乳類グル

ま

| 尻湖哺乳類グル

活動のようすをご紹介しま 集会がおこなわれました。

> 地から集まった8名で研究 集会になりました。 稿の執筆などの作業中心の 21次発掘の成果の報告書を 2016年に実施された第 集会をおこないました。 に、 6 つくるため、 大阪、 8 日 千葉、 図の作成と原 物館 長野の各 を会場





第21次野尻湖発掘ガイドのようす

野尻湖発掘調査団 尻湖発掘に向け 専門グループ

20

#### **・・リニューアルオープンに向けて・・・・**

#### 野尻湖ナウマンゾウ博物館の ロゴマークができました



博物館は現在改修工事中で、3月20日にリニューアルオープンを予定 していますが、これに合わせて、博物館のシンボルマークとオリジナル の書体を組み合わせたロゴマークを設定しました。

シンボルマークの図は「月と星」にしました。1973年に実施された第 5次野尻湖発掘で、ナウマンゾウの牙とオオツノジカの角が並んで出土 しましたが、もしかしたら当時の人々"野尻湖人"が並べたのでは?という くらいきれいに並んでいました。この出土状況を野尻湖発掘調査団は 「月と星」という愛称で呼んでいて、博物館の展示室ではこの出土状況 をレプリカで復元して展示しています。この「月と星」のマークがナウマ ンゾウ、オオツノジカ、"野尻湖人"を表していて、博物館の展示テーマを 象徴しているのです。色はきれいな湖の色をイメージした水色です。

野尻湖ナウマンゾウ博物館の文字はデザイナーに考えていただきま したが、「シャープな直線と、記号的な曲線 (象形文字風) を使って、知 的で古代のミステリアスな雰囲気が感じられるように工夫した」そうで す。「ウ」の文字がナウマンゾウの鼻のように見えるのも特徴です。色は 博物館展示室内のナウマンゾウの色や、博物館の建物の色をイメージ して茶色にしました。英文の書体も少し古代風のものにし、色は濃いめ の青にしました。

今後はこのロゴマークをポスターやパンフレットなどに使って、博物 館のイメージアップにつなげていきたいと考えています。

#### 常設展示のパネルを一部更新! 英文パネルを設置しました

文化庁の「地域の核となる美術館・歴史博物館支援 事業」の補助金を活用して、館内の案内の多言語化を 進めています。今年度は常設展示の各コーナーのタイ トルに英文パネルを設置しました。また、一部の日本 語の展示解説パネルには、英語の解説のパネルを併設 しました。外国からの来館される方にも内容を理解し

ていただけるよ うに、今後も順 次、館内の展示 の更新を進めて いきます。

あわせて、野 尻湖の10万年 の歴史を紹介す るパネルも新し くなりました。野 尻湖発掘の最新 の成果を反映さ せた内容となり ましたので、ぜ ひご覧ください。



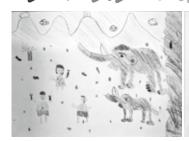
英文パネル設置のようす



設置された英文パネル

### かいてみませんか」

今年度も来館された方に、ナウマンゾウやオオ ツノジカたちの絵を自由に描いていただきました。 館内に展示した作品の一部をご紹介します。



「ナウマンゾウと野じりこ人」「ナウマンゾウと野尻湖人の戦い」 西村 ひまり(長野県・小学3年)



西村 龍(長野県·小学1年)



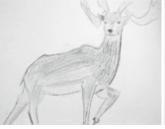
「ぞうさん」 松山 菜々香(長野県・年中)



「ナウマンゾウとたたかう人」 晴(新潟県・小学3年)



「のじナウマンゾウ」 ふくだゆうき(東京都・小学6年) 小路 なつ美(千葉県・中学2年)



「オオ!ツノシカ」



「野尻湖の昆虫」 佐藤 穣(2歳)



「ナウマンゾウ」 佐藤 遥樹(埼玉県・5歳)

### △△△ 暮らしの情報

#### 

学校運営協議会だより ~学校と地域の連携・交流~

#### 今年度の学校運営の振り返り

#### ○近隣校同士の合同部活動の検討

学校の部活動の現況について、先月号の広報に掲 載しました。学校運営協議会では、学校・教育委員会 と一緒に部活の在り方について、児童生徒の育成に つながる方策等を検討しています。活動場所への移 動や技術指導など、地域の皆様の力をお借りし、課題 解決を図っていきたいと考えています。

#### ○PTAによる登校見守り活動

昨年度からPTAによる登校見守り活動が実施され ています。今年度は、新たに冬期間も行われるように なりました。黄色のビブスが目印で、見守りの光景が 安心感に溢れています。また、下校時には、学校職員 が毎日指導を行い、安全な登下校が行われています。 地域の皆さんの見守りや挨拶などの声がけの姿も見 られるようになりました。地域の温かさを感じます。

#### ○地域の方が活躍できる学校

今年の重点目標「地域と共に歩む学校」の実現に向 けて、たくさんの地域の方にご支援いただきました。 児童生徒のためにと、知恵と時間をお貸しいただき ました皆様にお礼申し上げます。学校は「地域の皆さ んが活躍できる場所」ですので、引き続きお力添えく ださい。

#### 第5回

#### 黒姫高原一箱古本市出店者募集



コブシ、リュウキンカ、水仙が見ごろを迎え る黒姫高原で5月3日、4日に「黒姫高原一箱 古本市」を開催します。出店者を募集いたしま すので、詳しくは黒姫童話館までお問い合わせ ください。古本と合わせて手づくりクラフトな どの販売も可能です。

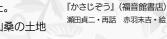
黒姫童話館:☎255-2250 HP:http://douwakan.com

#### ★赤羽末吉と黒姫 ①

1961年50歳で描いたもので 赤羽末吉の絵本画家デビュー作品。 1965年に黒姫に別荘を建てたこと で信濃町とゆかりがある。

どこかに別荘を建てたいと、ある 時、親交のあった坪田譲治に話した ところ、疎開した信濃町の町長であっ た松木重一郎を紹介された。

松木氏は自ら所有する山桑の土地





を破格の値段で提供することを申し出、用意された土地20区 画を赤羽氏は児童文学に関わる人々の中から募った。

相談会・講習会等	日時	場所	内容	その他
長野県シニア大学 長野学部学生募集	募集期間 平成30年2月1日(木) から28日(水)まで	_	50歳以上の方で、積極的に 地域活動を目指す方を募集し ます。(一般・専門コース)	詳しくは・・・ 長野県シニア大学本部 ☎226-3741
インターネットによる誹 謗中傷トラブル相談会	2月25日回 午前10時から 午後4時まで	_	司法書士による無料電話相談です。	相談窓口 ☎0120 - 448 - 788 長野県司法書士会 ☎026-232-7492

#### 毎週火曜日は、時間外窓口受付を行います



#### 2月6日/13日/20日/27日

午後5:15~午後7:00【祝祭日除〈】



- ●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。
- ※通常業務日と異なり、転入・転出等の異動届受付、一般的な相談業 務などは行っていません。

#### 長野県の最低賃金

長野県内の事業場で働くすべての労働者と、労働者を 一人でも使用している全ての使用者に適用されます。

時間額 795 円

平成 29 年 10 月 1 日から適用 厚生労働省 長野労務局

-茶ふるさと俳句の募集は休止中です。

#### **11**乳児健診(4·7·10か月児) 保健センター

2月22日困/受付:12:30~12:45(7・10か月

児)/12:45~13:00(4か月児) 4か月児/対象:平成29年10月生

7か月児/対象:平成29年7月生

10か月児/対象:平成29年4月生

#### 2幼児健診(1歳半・3歳児) 保健センター

1歳児半/対象:平成28年7月生 3歳児/対象:平成27年1月生

#### 3予防接種外来(予約制) 信越病院

※希望日の3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。

#### 4 こころの健康相談 保健センター

予約してください。

木育ルームなかよし

日よろず相談 2月5日月/10:00~11:30/育児に関する相 談、身長・体重の測定等を行っています。お気 軽にお越しください。

#### 6母乳相談 木育ルームなかよし

2月5日月/7日丞/13日巫/14日丞/20日巫 /21 日丞 /26 日月 /28 日丞 /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

地域交流施設

2月15日困/10:30~11:30/内容:はは はのはなし

#### 3発達相談 木育ルームなかよし

2月6日四/22日困10:00~12:00

#### ❷お誕生日会 木育ルームなかよし

2月27日灰/10:30~11:00 対象:2月生まれのお子さん

#### 10 園庭開放

各保育園

2月13日四/9:00~11:00

▶問い合わせ先

1 ~ 2 • 4 ~ 5 保健予防係 ☎(255)3112

3 信越病院小児科外来 ☎(255)3100

6・7・9なかよし相談員☎090(4382)6832

图教育委員会事務局 ☎(255)5923

10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

#### 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。



#### 2月資源物収集

**間住民福祉課環境係 2**(255) 5924

3日 ※ ダンボール(柏原・富士里)

7日函 容器包装プラスチック

10日 ※ ダンボール (野尻・古間)

17日 ※雑誌・雑がみ(柏原・富士里)

21日 容器包装プラスチック

24日 ※雑誌・雑がみ(野尻・古間)

#### 【※古紙類の収集について】

例年2月に役場前で行っていた、 古紙類の収集は行いません。今 年度から集積所を回り、収集を 行います。分別収集カレンダーを 確認の上、集積所にお出しくだ さい。

古紙類出し方 種類別に紐で十字 に束ねてください







ダンボール

新聞紙・折込チラシ (一緒に束ねてもよい)

#### 生ごみ処理機 購入費用の補助受付中!

<sup>′</sup>ひとときの会から のお知らせ



#### スノーシュー//イキキン/プ ∼ 黒姫 巨木の窓へ ~



クワッドリフト利用で上りをカットして、ダウンヒル尻 滑りを楽しみ、前山のふもとの沢沿いを抜け、グリーン 期には藪で行けないパワースポットの巨木の森に行きま す。帰りは御鹿池~童話館前の眺望ポイントに下ってき ます。

(案内 森林メディカルトレーナー高力)

- ■日 時 2月28日図 午前9時~午後1時(荒天中止) 黒姫スキー場コスモプラザ駐車場へお集まりください。
- ■持ち物 水分・軽食・あればスノーシュー、アルペンストック \*スノーシュー・ストックレンタル有(別途300円)
- ■装 備 体温調節可能な防寒着・帽子・手袋・リュック
- ■参加費 1,400円(リフト代含む)
- ■申 込 2月27日図までに商工観光・癒しの森係へ

お問い合わせ・お申し込みは商工観光・癒しの森係まで ☎(255)3114

#### 消防主任のひとくちメモ 2周編 ○災害に備えて家庭内備蓄をしましょう その②●

災害に備えて、お風呂の残り湯の活用を検討してみましょう。

お風呂の残り湯は、断水時の生活用水として手洗い、トイレ等への 利用、火災時の消火用水として活用することができます。バケツと合 わせて用意しておくと効果的です。

なお、飲料水は、ボトルウォーターを活用して、3日分程度備える ようにしましょう。

地震や土砂災害、雪害などの災害は、いつ発生するかわかりません ので、いざというときに備えましょう。

総務課 庶務係☎(255)3143

▼お正月もあっという間に過



# 未来への輝く思

信濃小中学校3年2組

和ゎ



#### 警察官になりたい

**は**くのゆめは、ミスもおかさないやさしいけいさつかんになることです。けいさつかんは、そんけいできる、りっぱな仕事 だと思います。

けいさつかんになったら、みんなで力をあわせて、いろいろなじ けんをのりこえたいです。でも、今のぼくは、べん強もやさしさも、 まだたりません。だから、じゅぎょうに集中して、べん強をがん ばって、友だちにもやさしくして、りっぱなけいさつかんになりま す。まだまだ間に合うと思っています。



「信濃町出身です」と誇れるふるさと

(はっとり)

運んでいただいて、見てみて どんな感じかは、実際に足を 計時に狙って作ったのでしょ て「おっ」となりました。設 が写っています。そこには りましたが、そこに大きな窓 せた写真で、階段の写真があ いです。フォトニュースで載 ません。リフォーム、凄まじ での面影はほとんど残ってい キレイになりましたね。前ま もあるかもしれませんね。 ください。私と違った**見え方** つか。オープンまであと少し。 ◆さて、富士里支館、とても ある」仕掛けが施されてい

か。真相は闇の中です。 たい何をしていたのでしょう わけではありませんよ。いっ 今年のお正月の記憶は一切あ れましたか?私はというと、 ぎてしまいましたね。 皆さん