

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](http://www.town.shinano.lg.jp)

2023  
No.453

8

町からのお知らせ

まちの話題

こころのねっこ

ほちゃの水先案内板

げんきっこ

Photo News

健康の達人

医療と介護のささえあい通信

そよげわか竹

一茶記念館月報

博物館のページ



ご協力をお願いします

工事

## 町道柏原小前線を車両通行止めにします

道路改良工事のため、町道柏原小前線を車両通行止めにします。  
現地の看板等に従い、う回してください。

長い期間ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

### ■通行止め期間

令和5年8月7日から令和6年12月頃まで

### ■通行止め内容

車両通行止め

### 通行止めの範囲



☎建設水道課 建設係 ☎(255)5922

地域事業者の皆様へ

募集

## 「信濃町暮らしの便利帳」に掲載する広告を募集します

町では、役場での各種手続きなどに関する行政情報や観光や医療に関する地域情報など、町民の皆さまの暮らしに役立つ情報を掲載した「信濃町暮らしの便利帳」を11月に発行する予定です。

本事業は、(株)サイネックスと官民協働により行うもので、制作に賛同いただける地域事業者の皆さまによる広告掲載費用により作成し、町内の全世帯へ無料配付します。

住民サービス向上と地域経済の活性化にもつながる本事業の趣旨にご理解をいただき、広告掲載にご協力をお願いします。

### ■信濃町「暮らしの便利帳」 ※町ホームページでも掲載予定

- ・規格 A4判カラー
- ・項数 約56ページ
- ・部数 3,500部
- ・内容 町からのお知らせ、各種手続き、医療機関情報、観光情報等  
※詳細は、(株)サイネックスが個別訪問の際にお示しします。



広告募集に関することは、こちらへ

☎(株)サイネックス長野支店 ☎(267)7133

☎総務課 まちづくり企画係 ☎(255)1007

表紙イメージ

## 携帯メールによる緊急情報の配信サービス

メール

## 緊急情報メール配信システムをご活用ください

町では安全・安心の町づくりの一環として災害情報等をメール配信でお知らせしています。配信を希望される方は、「メール配信の登録方法」を参考に登録してください。

## ■メールで配信する情報

- ・災害、気象情報 災害情報（町内で発生している災害の情報）  
警報等の情報（気象関連のうち警報や台風等の情報）  
農作物被害対策情報（農作物被害を及ぼす恐れがある霜情報等）
- ・防犯情報 信濃町での不審者情報  
行方不明者捜索の情報
- ・有害鳥獣情報（熊等の出没情報）
- ・会計年度職員等募集情報
- ・ゴミ出しメール



## メール配信の登録方法

## ■ STEP1 空メール送信

下記メールアドレス（またはQRコード）に空メールを送信  
shinano@cousmail-entry.cous.jp



## ■ STEP2 登録メール受信

返信メールが送信されますので、30分以内に本文内のHPアドレスをクリックして登録サイトにアクセス

## ■ STEP3 必要事項を記入

登録サイトにアクセスし、登録手続き

- ①サイトポリシーに同意
- ②配信希望の категория にチェックを入れる
- ③登録内容の確認、登録

☎総務課 庶務係 ☎(255)3111

病院

## 病院の運営について協議します

## 病院運営協議会の委員を募集します

信越病院では、病院事業の運営について協議する病院運営協議会の委員を募集します。

応募される方は、申込書に必要事項を記入のうえ、期日までに信越病院へ提出してください。申込書は信越病院のホームページからダウンロードいただくか、お電話にて病院へ請求してください。

- 募集人数 3名
- 任期 2年間
- 応募期間 8月7日（月）～8月18日（金）

☎信越病院 ☎(255)3100

## 申込書はこちらから

信越病院 運営協議会





## マイナポイントの申請期限まで残り2ヶ月

### マイナ LINE でマイナンバーカードの受取予約ができるようになりました

8月からLINEでマイナンバーカードの受取に関する窓口予約ができるようになりました。

事前に予約することで、窓口の待ち時間を大幅に短縮できますので、まだカードを受け取られていない方は、この機会にぜひご利用ください。

■夜間受取窓口 月曜日～金曜日 午後7時まで

■休日受取窓口 8月13日(日)、8月27日(日)、9月10日(日)、9月24日(日)  
午前9時から正午まで

※夜間受取窓口、休日受取窓口ともに、**予約された方のみ**の受付となりますので、必ずご予約のうえご来庁ください。

※予約は、2日前(開庁日)までをお願いします。

例) 月曜日：夜間受取窓口希望→木曜日：予約締切

### LINEの友だち追加方法

#### 方法① QRコードで友だち追加

LINEアプリの「友だち追加」  
→「QRコード」  
→QRコードを読み取る



#### 方法② 検索で友だち追加

LINEアプリの「友だち追加」  
→「検索」  
→「@town\_shinano」と入力し検索

☎ 住民福祉課 住民国保年金係 ☎ (255)6820

## 警戒・対策をお願いします

### 注意 クマ出没にご注意ください！

トウモロコシをはじめ野菜の収穫期となり、クマの出没が多くなる時季となりました。特に6～9月の間は、山に食べ物が少ないため農作物の被害が増えます。それに伴って人身被害の防止対策が重要となってきます。

クマは昼夜を問わず活動しますが、朝夕の薄暗い時間帯は盛んに活動します。クマが出没している地域周辺では、明け方・夕暮れ時の外出はなるべく避けるようにし、森林への立ち入りや山際での作業を行う場合は、鈴やラジオを携帯するようにしましょう。

また、農作物への被害対策として電気柵の設置が有効です。電流、漏電のチェックを行い、効果的に使用しましょう。

## ■電気柵購入費の補助を行っています

### 鳥獣被害防止電気柵普及促進補助金

補助率 購入価格(税抜き)の3分の2

上限 5万円

#### その他

予算額に達した段階で申請受付を締め切ります。補助制度ご利用を希望する方は、購入前に申請書類の提出が必要となります。

☎ 産業観光課 農林畜産係 ☎ (255)3113

## 相談

## お知り合いの移住者さんがいらっしゃいましたら、お声がけください！ 移住定住相談会を毎月第2金曜日に開催しています

信濃町への移住を検討されている方や既に移住された方を対象にした移住定住相談会を定期的を開催しています。

移住してみても疑問や心配ごとの相談、新たな出会いなどをご提供できればと考えています。小さなことでも「こんなこと…」などと思わず、ご相談ください。定住されている方も大歓迎ですので、お気軽にお出かけください。

- 日時 8月18日(金) 午前10時00分～午後4時00分
- 場所 黒姫駅前 モトホンヤ (信濃町柏原 2711-3-1)
- 参加費 無料

### 都内移住相談会も毎月開催中！

- ・開催日 毎月第3水曜日
- ・時間 午後4時00分～午後7時00分
- ・場所 長野県アンテナショップ銀座NAGANO (東京都中央区)

☎総務課 まちづくり企画係 ☎(255)1007

## 注意

## 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

例年、違法な野外焼却による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。

右記の例外事項にあたる場合でも、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(臭いや煙など)をかけないように必要最小限とするようお願いします。

☎住民福祉課 環境係 ☎(255)5924

### 例外事項

- ・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  
→どんど焼きなど
- ・農業等を営むためにやむを得ないものとして行う焼却  
→畔の草や下枝の焼却

## 保険

## 事業主の皆さんご確認ください 一人親方等の方が加入できる労災保険があります

労災保険は事業所の従業員など「労働者」の皆さんの業務災害や通勤災害に対して補償を行うことを目的とした制度です。そのため、ご自身が事業主にあたる「一人親方」は保険加入の対象に含まれません。しかし、建設業に従事する一人親方は現場に入り、災害発生状況が限りなく労働者に近いため、国は労働者ではない一人親方に対しても特別に労災保険の加入を認めています。

信濃町職工組合は、一人親方の組合で、加入者の皆さんが協力し合って運営している団体です。加入は、厚生労働大臣の承認を受けた当組合で行っておりますので、加入できる業種かどうかのご相談や加入を希望される方は、信濃町職工組合事務局(産業観光課商工観光・癒しの森係)へご連絡をお願いします。

☎産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114



ごみ

## 枳形不燃物最終処分場

### 埋立ごみの減量にご協力ください

枳形不燃物最終処分場は町の大切な財産です。処分場で埋立を行える範囲には限りがあります。少しでも長く、処分場を使用するために以下のことに気をつけて、埋立ごみの減量にご協力ください。

また、埋立ごみに有機物（生ごみ等）の混入が見受けられます。

不燃物最終処分場に、有機物の搬入をしないようご協力をお願いします。

#### ■資源物として分別しましょう

- ①なべ類、フライパン等  
→金属類（アルミ類、スチール類）として搬入
- ②電気掃除機、炊飯器等  
→小型家電の対象品目として分けて搬入
- ③プラスチック製トタン  
→プラスチック類として分けて搬入

#### ■有機物について

- 梅酒のビン等  
→中身が入ったまま搬入されている場合があります。  
※ビンのみが埋立ごみとして対象  
※中身については別途生ごみとして処分

☎ 住民福祉課 環境係 ☎ (255) 5924

ごみ

## ご協力ください

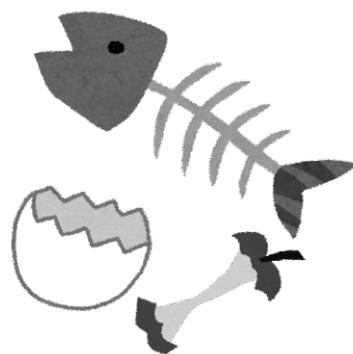
### 生ごみの減量について

気温が高くなるこれからの季節、生ごみ等の水気は集積所内やごみの運搬時の悪臭の原因となります。

生ごみは80%程度が水分と言われており、悪臭の主な原因もこの水分です。生ごみの水気をよく切ることでごみの減量や悪臭の防止にも繋がります。

地域の皆さんが気持ちよく集積所を使えるよう、以下の水気を切る方法や生ごみの減量方法を参考にして生ごみの減量及び悪臭の発生防止にご協力ください。

また、町では家庭から出る生ごみの減量対策として、生ごみを堆肥化させる生ごみ処理機、処理容器を購入された方に補助金を交付しています。ぜひこの機会にご利用ください。



#### Point 1 水分と臭いの少ない生ごみは、濡らさず捨てましょう

→元から水分や臭いの少ない野菜屑は三角コーナーに入れてしまうと水道や他の生ごみから水分を吸収してしまいます。余計に濡らさずそのままごみ箱に捨てましょう。

#### Point 2 三角コーナーを傾ける、上から重しをする

→ごみ袋に入れる前日などに、三角コーナーを傾けておくことで水切りの効果があります。

→生ごみの上に軽く新聞紙等を敷いて重しを乗せる等の方法もあります。

☎ 住民福祉課 環境係 ☎ (255) 5924

信濃町生活改善グループ主催！

開催

## こしょう漬け教室を開催します

信濃町の郷土食「こしょう漬け」をご存じですか？

こしょう漬けは、信濃町の伝統野菜「からごしょう」と、キュウリ、シソの実、大根などを一つの桶で塩漬けた越冬漬物です。その歴史は江戸時代までさかのぼると言われています。

そんな歴史ある郷土食を受け継いでいくことを目的として、生活改善グループの皆様のご協力によるこしょう漬け教室を開催します。

## こしょう漬け教室

- 開催日時 8月26日(土) 素づくり  
11月下旬予定 本漬け 計2回
- 開催時間 午前10時00分～正午まで
- 開催場所 地域交流施設(信濃町大字富濃 1945-2)
- 参加人数 20名(先着順)
- 参加費 500円
- 申込方法 右のQRコードからお申込みください。
- 申込期限 8月16日(水)まで

申込みはこちらから



産業観光課 農林畜産係 ☎(255)3113

65～74歳で障がいのある方へ

保険

## 障がい認定で後期高齢者医療制度に加入できます

後期高齢者医療制度の障がい認定についてお知らせします。65～74歳の一定程度の障がいのある方は、65歳から後期高齢者医療制度に加入できます。加入には申請の手続きが必要ですので、詳しくは住民国保年金係までお問い合わせください。

## ■「一定程度の障がい」とは？

身体障害者手帳	1・2・3級
身体障害者手帳	4級の音声機能・言語機能障害
身体障害者手帳	4級の下肢障害1・3・4号
精神障害者保健福祉手帳	1・2級
療育手帳	A
国民年金法等における障害年金	1・2級



## ■その他

- ①後期高齢者医療制度に加入するかしないかはご本人の選択です。
- ②74歳までであれば加入後の脱退も可能です。
- ③さまざまなケースがありますので、個別にご相談ください。

住民福祉課 住民国保年金係 ☎(255)6820



# 癒しの森コンサート 2023

## Healing Forest Concert

9月3日(日) タングラム斑尾東急リゾート  
ホテルタングラム内 レストラン ZIGZAG

開演:午後 1 時 30 分 (開場:午後 1 時 00 分)

**[ 演 奏 ]** 東京音楽大学シンフォニーオーケストラ

**[ 入 場 料 ]** 500 円 / 席 1 席につき 1 セットお菓子のお土産とドリンク付き  
※当日現金にてお支払いください。

**[ チケット販売 ]** 事前申込み制 定員 300 名  
右の QR コードから電子申請、もしくはお電話にてお申込みください。  
※定員埋まり次第終了



**[ シャトルバス運行 ]** 当日は、信濃小中学校からホテルタングラムまでシャトルバスを運行します。ご利用の方は、コンサートチケット申込時にお申出ください。

**[ お問い合わせ ]** 信濃町役場 産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255) 3114

お出かけください

# 黒姫駅前夏祭りを開催します！

しなの鉄道の利用促進を図り、黒姫駅前を中心とした賑わいの創出と交流の促進を目的に黒姫駅前夏祭りを開催します。



- 開催日時 8月11日(金・祝) 午前10時00分～午後3時00分
- 会場 一茶ふるさと広場
- 駐車場 駅西口駐車場、町営黒姫駅前駐車場、旧第一スーパー柏原店駐車場

## 出店

地元信濃町で起業し、活躍しているお店がお祭りを盛り上げてくれます。知らなかったお店、新しいお店に訪れて、お馴染みさんになっちゃおう！

出店	内容	出店	内容
道の駅しなの	とうもろこし販売(生・ゆで)	まつりや	お菓子販売
森のくまさん	クレープ販売	かき氷屋けんちゃん	かき氷販売
くぼの店	パン販売	信濃町地域おこし協力隊	ジャム、蜂蜜、など
へっぼこぐるまん	パン販売	山民	射的、輪投げ
Connex coffee	コーヒー、ジュース販売	AIDANA craft&life	クラフト体験
水穂珈琲店	水出しアイスコーヒー販売	—	—

## 開催イベント

### ■とうもろこし総選挙 ～アナタの推しとうもろこしを教えて～ イベント中開催

5種類のとうもろこしを食べて、アナタの推しとうもろこし(好きなとうもろこし)を教えてください。推しはこれだけれど、1位になるのはこのとうもろこしだろう・・・という1位予想もしてね。1位予想が的中した方には、後日抽選でステキな賞品をプレゼントします。

### ■とうもろこし早むき選手権 午前11時00分～午前11時30分

とうもろこしの皮をむく早さを競います。日頃の成果を発揮してね。1位の方にはステキなプレゼントがあるよ。

### ■じゃんけん大会 午後2時00分～午後2時30分

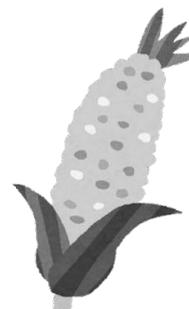
優勝者には、出店者からプレゼントを差し上げます。

### ■小さな駅員さん撮影会 午前10時00分～午後2時00分の間いつでも

しなの鉄道駅員さんの制服を着て、記念撮影できます。

### ■焼きとうもろこしを作ってみよう ゆでとうもろこし販売終了まで

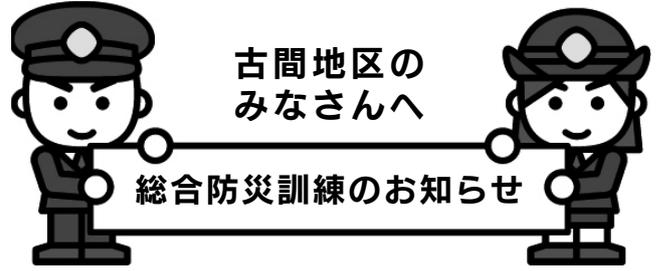
焦げが多い方がいいのか、少ない方がいいのか・・・。自分好みの焼きとうもろこしを作ってみよう。



## 防災意識と地域防災力の向上を図るため 古間地区で総合防災訓練を実施します

地震や水害などにおける防災意識の高揚と地域防災力の向上を図るため、今年は、古間地区を重点に防災訓練を実施します。災害はいつどこで起こるかわかりません。「もしも」に備えて地域の皆様、ぜひご参加ください。

また、古間地区以外の皆さんは、実際の避難指示とお間違えの無いようお願いします。



■日時 9月3日(日) 午前9時00分から  
(荒天等で中止の場合は、午前7時30分に防災無線でお知らせします。)

- ①当日は、午前9時に避難指示発令の屋外放送、消防車両による呼びかけをします。
- ②古間地区のみなさんは、戸締り、火の元を確認して、隣近所のみなさんと声を掛け合い避難訓練を開始してください。

☎総務課 庶務係 (255) 3111

富士里保育園 1・2歳児のさくらんぼ組です。女の子4名、男の子4名の計8名で、毎日笑顔たくさんで楽しく過ごしています。7月からは夏でしか経験できない遊びを満喫しています!! 水や砂、泥の感触を全身で感じ、年上の子や友達、保育士の真似をして色々な発見や楽しさを見つけています。子ども達に寄り添い共に楽しんでいきたいです。

温泉に水を運んで! /



/泥って楽しいなあ~/

水すくえたよ! /



水って気持ちいい~/



入ってみようかな? /



本当だ〜すごいね! /



こころのねっこは、日々、園児と一緒に生活している先生が、保育園での出来事を地域の皆さんにお伝えするコーナーです。

# ほちゃの水先案内板

## テーマ：温室効果ガス削減の取り組み（下水道）

浄化センターは、生活排水処理において水処理や汚泥処理に電気を使用しているため、災害が発生し停電が続くと汚水処理ができなくなってしまいます。

また、信濃町は豪雪地帯であることから、創エネ(太陽光・風力・下水熱)施設の建設にも課題がありますが、町では災害に強い安全・安心な汚水処理のため、柏原浄化センターをモデルとした下水道温室効果ガス削減モデル事業に取り組んでいます。

### 令和5年度 下水道温室効果ガス削減推進モデル事業

対象施設 柏原浄化センター（平成19年供用開始）

処理方式 オキシレーションディッチ法

計画 人口5,400人、汚水量：日平均3,676m<sup>3</sup>・日最大4,351m<sup>3</sup>、処理能力4,400m<sup>3</sup>

令和4年度 人口1,788人、汚水量：日平均502m<sup>3</sup>・日最大757m<sup>3</sup>、処理能力1,100m<sup>3</sup>

#### 事業の概要

この事業では、下水道事業全体の脱炭素化促進を行うため、国土交通省の支援を受け、モデル処理場における省エネ診断を通じた省エネ(ハード・ソフト)及び創エネ・再エネ方策の検討を行います。導入効果等を踏まえて実行計画、事業化スケジュール化を行うものです。

町はモデル事業を通じて、豪雪地帯における創エネ(太陽光・小風力発電等)などの導入を国の支援により検討します。

6月下旬に実施した本事業の初回打合せでは、今後の業務フローや実施工程などの確認や同規模処理場との消費エネルギー比較を行いました。今後は下水道事業における脱炭素社会への貢献や当町の地球温暖化対策について検討を進めます。

創エネや再エネを検討する水。



問建設水道課 上下水道係 ☎(255)3002

## ばんきっこ

# Genkikko 8月

1歳半児健診に来てくれたおともだち

お母さんの  
メッセージ  
付き!



BOY  
しずや ふうた  
静谷 楓太ちゃん(古間)  
お母さん:志保さん

我が家の癒やし系担当!これからお姉ちゃんたちと仲良く、のびのびと大きくなれ!



GIRL  
こばやし なつなちゃん(柏原)  
お母さん:庸子さん

雪上で寒くとも泣かない子。小さくても逞しい雪国育ち。どうかこのまま健やかに。



BOY  
いとう りょうたろう  
伊藤 鈴太郎ちゃん(古間)  
お母さん:久美子さん

沢山食べて遊んで、怒って笑って、毎日元気いっぱいありがとう!1日1日楽しく過ごそうね!

## 夜の保育園は特別な気分

7月6日、町内の各保育園で七夕ほしのつどいが開催されました。参加した年長さんは、浴衣や甚平を着て夕方に登園し、盆踊りや先生が店員さんの屋台を楽しみました。夜の保育園はちょっぴり特別な気分です。



## 野尻湖を調査しました

6月24日、野尻湖で信濃小中学校5年生がクリーンラリーに参加しました。クリーンラリーは、野尻湖の水質保全などに関心を持ってもらうための取り組みです。生徒は、船に乗り野尻湖の真ん中で水を採取し、透明度、水温、プランクトンの有無などを調べました。



## 信濃町のアツイ夏

7月22日、黒姫童話館でシナノフェスが開催されました。

ステージイベントでは、町内外からのアーティストが出演し、ポップス、ロックなどの様々な音楽で会場を盛り上げました。



## 2023 野尻湖トライアスロン in 信州信濃町開催



7月9日、野尻湖周辺を会場に「2023 野尻湖トライアスロン in 信州信濃町」が開催されました。

全国各地のアスリートが野尻湖に集結しました。力強いアスリートのレースが繰り広げられ、選手は沿道からの声援を力に変えていました。



## 町の事業に活用されます

7月3日、岩澤建設株式会社様から寄附金をいただきました。

企業からの寄付金は、町の様々な事業に活用されます。岩澤建設株式会社様、ありがとうございました。



## 協会大会に2チームが参加

7月9日、長野消防協会ポンプ操法大会が長野市の消防学校で開催されました。

信濃町からは、町大会を勝ち抜いた2チームが出場し、ポンプ車の部では、第二分団柏原班が優勝し、小型ポンプの部では、第一分団が準優勝しました。



# 元気に夏をのりきるために

## 気温と湿度

日本の夏は一般的に気温が高く、合わせて湿度も高い特徴があります。

私たちの体は、周囲の温度の変化に応じて、体温を調節する機能が働き、体温を整えます。この体温調節機能がうまく働かないと、体力の低下や食欲低下など、いわゆる「夏ばて」の症状が出る可能性があります。

## 体温調節機能を働かせるために

体温調節の鍵を握っているのが、「汗」です。日頃から適度な運動で汗をかくことは、暑さと冷房の差で狂いがちな体温調節機能の改善に効果があります。ただし、運動をする時は、日中の気温が高い時間帯は避け、涼しい時間帯を選びましょう。

また、生活リズムを整えることも大切です。毎日決まった時間に就寝し、決まった時間に起きましょう。朝の光を浴びることで、体内時計がリセットされ、調子が整いやすくなります。

## 栄養補給の注意点

夏の暑い時期になると、食欲が落ちて、水分や冷たい物ばかりとってしまいうという方もいらっしゃると思います。

冷たい物の食べすぎ飲みすぎは、胃腸を弱めてしまうことがあります。胃腸の力が弱まると、食べ物の消化吸収がうまくでき



## 夏におすすめの食材



- 豚肉、卵など(ビタミンB1)  
→糖質をエネルギーに変え、疲労物質を分解
- ブロッコリー、カラーピーマン、果物など(ビタミンC)  
→ストレスに対処する、副腎からのホルモンを合成
- 肉、魚、豆製品、卵など(良質なたんぱく質)  
→体を作る

ず、体力が落ちる原因にもなります。

冷たい物ばかりに偏ることなく、常温や温かい物も上手に取り入れて、胃腸を守りましょう。

## しっかり眠って元気回復

日中の暑さによる疲労から回復するためには、気持ちのよい睡眠も非常に大切です。

私たちの体温は、夕方以降から夜にかけて上昇し、下がり始めると眠気が出てきます。暑くて眠れない時には、冷却シートや、ひんやりとした素材の寝具を利用してみるのも方法の一つです。

明け方からは体温が上がってきますが、体が冷えていると体温が上がりにくく、起床のスイッチが入らないため、だるさの原因につながります。冷房を使う場合には冷えすぎにも注意しましょう。





### 複合型サービス始動!



『在宅ケアセンターいぶき』は合同会社むすび野系列の薬局、訪問看護ステーションに続き、看護小規模多機能型居宅介護施設として6月1日にオープンしました。

これまでの訪問看護に加え「通い(デイサービス)」「訪問介護(ヘルパー)」「泊まり(ショートステイ)」の全てを『在宅ケアセンターいぶき』が提供します。どの場面でも顔なじみの職員が関

## 在宅ケアセンターいぶきがオープンしました

わることで、利用者、家族の安心につながります。また、一つ屋根の下に各サービスが整っていますので、家族の急な用事にも対応できる良さがあります。

北信五岳を一望できる舟岳に、木造平屋の建物で窓からは四季折々の自然を堪能できる場所にあります。木の香りと自然の風を感じていただきながら、安心と快適な環境をお届けすることを大切にしています。

定員は24名で現在12名の方が登録されており、通い(デイサービス)を利用された方から「楽しかった」「また来るね」とのお言葉をいただきました。職員一同、住民の皆様から愛されるような施設を目指していきたいと思えます。

見学等の相談を常時受けております。

在宅ケアセンターいぶき

☎026-217-6288

(午前9時00分～午後5時00分)

食堂・居間



脱衣室



宿泊室



浴室



住民福祉課 地域包括支援センター ☎255-4214  
～医療と介護のささえあい通信は偶数月でお届けします～

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。



# 信濃小中学校だより そよげわか竹

## 楽しい体験がいっぱい！ 2年生の学習

それぞれの個性が十分に発揮されるようになってきた元気いっぱいの2年生。新しい学年が始まり、友達も増え、楽しい体験がいっぱいの学びの冒険が始まりつつあります。1年生の時よりも生活に慣れ、さまざまなことに取り組めるようになってきましたね。昨年は制限のある中での学習でしたが、今年はさまざまなことに挑戦できる素晴らしい年になるように、楽しみながら学習していきましょう。



ふかふかの土で大きくなあれ



かなへび、どこにいるのかな？

五月初旬には、ミニトマトの種をまきました。畑の土と肥料を混ぜながら、「栄養いっぱい土を作るってこんなに大変なんだね」とつぶやきつつ、土づくりに取り組みました。子どもたちは「今日は雨だから、ミニトマトはおなかいっぱいだね」と言ったり、「最近水やりをしていないから、急いで水やりに行かなくちゃ」と天気をよく見ながらミニトマトのお世話をしています。また、観察日記の書き方を学び、葉の大きさや形、数などを具体的に表現しながら、野菜の成長を願う気持ち日々強くなっています。これからもおいしいミニトマトの収穫を目指して、お世話を続けていきたいです。

**早く実ってほしいな、わたしのトマト**

今年度は、三十七名の児童たちと共に2学年をスタートしました。四月と五月には、総合体育館方面と旧古間小方面に春を探しに出かけました。まだまだ肌寒い時期ではありましたが、少しずつ春を感じることで、草花や虫たちが顔を出していました。国語の学習で取り上げた「ふきのとう」や「たんぽぽ」を見つけたら、のびろやかえるを発見したりと、子どもたちは楽しみながら春の訪れを感じていました。特にかなへびを見つけると、大はしゃぎでお友達に伝え合い、みんなで協力しながらつかまえる姿が可愛い2年生でした。

**春をさがしに出かけよう！**



# 一茶記念館 月報

令和五年八月



## 企画展

たのしい一茶かるた

令和4年7月29日(土)～11月26日(日)  
 (休館日: 10月2日(月) / 10月31日(火))



昭和51年の町民運動会で「一茶ジャンボかるた」が行われたことがきっかけで生まれた一茶記念館の一茶かるた。歴代の一茶かるたに加え、他にも様々なバリエーションの一茶俳句をモチーフにしたかるたを、実物・原画を交えて紹介します。



江戸時代の百人一首(寄託) 小野小町「花の色は移りにけりな徒にわが身世にふるながめせしまに」

昭和51年の町民運動会で使われた「一茶ジャンボかるた」



## 【第2回一茶記念館講座】 7月1日

一茶研究者の玉城司先生(清泉女子大学人文科学研究所客員所員)に、一茶と同時代の俳人鳳朗との交流と比較を通じて、当時は一茶より有名だった鳳朗が現代ではなぜ忘れられ、一方、一茶は今も日本人の心に生きているのかをお話しいただきました。

～江戸時代のふるさとの暮らし～



## 8月の催し物



【ふるさと基礎講座】  
 「お百姓はつらいよ」

講師 一茶記念館学芸員  
 8月26日(土) 14:00～15:30

【夏休み親子企画】

○オリジナル缶バッジづくり(1回100円)  
 ○昔のおもちゃで遊ぶコーナー

水風船/けん玉/だるま落とし /  
 コリントゲーム(木製のパチンコ) 他

## 「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

### 更衣

- |    |                |       |
|----|----------------|-------|
| 特選 | 更衣あら昔のパンタロン    | 吉澤 弘子 |
| 佳作 | 樟脳の匂い微かに更衣     | 松本 珍念 |
| 佳作 | ハイハイのお尻メツシュに更衣 | 志原 悦子 |
| 佳作 | 雨上がり街に人波更衣     | 伊藤 靖則 |

### 自由題

- |    |                 |       |
|----|-----------------|-------|
| 特選 | 心地よき小満の風穂を揺らす   | 佐藤てる子 |
| 佳作 | 紹の帯や近寄りがたき若き寡婦  | 松本 珍念 |
| 佳作 | 夏風邪に臥して眼のうつろかな  | 静谷 和子 |
| 佳作 | 梅雨晴間今がチャンスと畑に出る | 黒田 久作 |

※敬称略。一部添削しています。

### 【難しい季語解説コーナー】

小満: 二十四節気のひとつで、新暦5月21日頃にあたる。二十四節気は一年の季節を24分割した呼称で、紀元前の中国で生まれた概念。現在でも冬至・夏至・立春などがよく使われる。季節と日付が毎年異なる太陰暦の東洋では農業や生活の重要な指標だった。



### ★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(土)必着(入選発表: 広報しなの10月号)
- 季 題: ①向日葵 / 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。
- ※二重投句(同じ句を複数の場所へ投句すること)はお控えください。

【問】一茶記念館 〒389-1305 信濃町柏原2437-2  
 0269(255)7141 Mail: issakinen@town.shinano.lg.jp

★投句は楷書で読みやすくお願いします

# はじめての一茶さん

## 第80回 「一茶さんの親友一瓢」

一茶記念館  
学芸員 渡辺 洋

一瓢(いつひょう) (1771~1840) は日蓮宗の僧侶で、日暮里(東京都荒川区)の本行寺の住職でした。僧侶としての名前は日桓上人といいますが、本行寺の住職になったのは文化元年(1804)で、俳諧もこの頃に始めたようです。

一瓢は夏目成美の下で俳諧を学んでおり、文化2年(1805)に成美の句会で一茶さんと知り合っています。この頃はまだ初心者だったことでしょう。

文化6年(1809)ごろから一茶さんは本行寺を頻りに訪れるようになり、交流が深まりました。文化8年(1811)には、一瓢が出版した『物見塚記』の編集を一茶さんが手伝っています。

その後一茶さんは柏原に帰ります。三度江戸へ出ており、その際は必ず本行寺に顔を出しました。

一瓢は文化14年(1817)

に伊豆の妙法華寺(※1)に移り、一茶さんと疎遠になっ  
てしまいましたが、一茶さんが亡くなった際には木像を作り、終生座右に置いていました。一茶さんとは8歳離れた年下ですが、このように親友といつていい間柄でした。

また、二人は俳風がとてもよく似ていることが指摘されています。

一瓢 麦時きや鼻で教へし秋葉道  
一茶 大根引き大根で道を教へけり  
一瓢 合歡咲くやさらく風のさらく  
一茶 吹風のさらく団扇く哉  
一瓢 葉桜に始まる寺の軒かな  
一茶 風に軒盛りの屑屋哉

実はこれらの類似例はみな一茶さんの句の方が後で詠まれたものです。つまり、単なる模倣ではなく、一瓢は「一茶風」(※2)を体得していたと言っているでしょう。



一瓢作の一茶像。直接の知人の作であり、生前の姿を彷彿とさせる。



現在の本行寺。かつて境内に「太田道灌の物見塚」という名所が存在したが、線路の拡幅で失われた。

初心者の頃に一茶さんと出会い、その作風に大いに感化されたものと思われまふ。

※1 妙法華寺・静岡県三島市玉沢の日蓮宗寺院  
※2 茶風・滑稽味・擬音・擬人法・口語の多用  
身近なモチーフ等の特徴とし、当時から極めて独特な作風として俳壇で認知されていた。  
【参考文献】『俳僧一瓢の研究』南信一著(s51) 風間書房

### 立身(たてみ)話(わたり)本(ほん)林(りん)便(べん)り

#### 信濃町風景画展作品募集

9月28日(木)から開催予定の信濃町風景画展のため、町内の風景を題材とした絵画を募集します。

- 申込期間：8月7日(月)～8月27日(日) 必着
- ※町内の風景であれば、出展者の居住地は問いません。
- ※要項や申込用紙はホームページに掲載しています。

#### クラウドファンディングに挑戦中

自然と童話の世界により深く入り込める「知育あそびエリア」を作るためクラウドファンディングに挑戦しています。プロジェクトへのご支援ご協力をお願いします。

#### 8月のその他のイベント

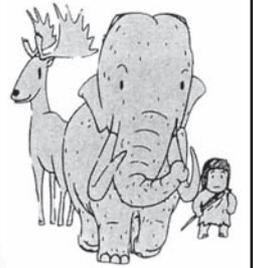
- ・6日(日)：『The Violin! Vol.3』(細川奈津子・小宮山愛・外山賀野)
- ・11日(金・祝)・12日(土)：やまつかあそび～2  
(声楽家・やまざきひろし&道化師・つかはらしげゆき)
- ・19日(土)：おはなしの日

クラウドファンディング  
の詳細はこちらから



閻黒姫童話館 ☎ (255) 2250

# 博物館のページ



野尻湖  
マウマンゾウ博物館

## 古池・種池自然観察会の報告

6月17日(土)に黒姫山  
ろくの古池・種池の周りを  
散策する自然観察会をおこ  
ないました。黒姫山から流  
れてくるさわやかな風を感  
じながら、10名の参加者と  
いっしょに山道を気持ちよ  
く歩くことができました。



種池で生物調査

種池は、貴重な湿原の環  
境が残されている池です。  
黒姫山を形作る溶岩の上の  
くぼみに、湧き出た水がた  
まってできた池で、湿地帯

の多様な生物を観察するこ  
とができます。参加した子  
ども達と一緒に池の中にど  
のような生き物がいるか調  
べました。



古池に生えるミズドクサを観察

モリアオガエルの大きな  
オタマジヤクシがたくさん  
見つかり、コオイムシやゲ  
ンゴロウ、ヤゴなどの昆虫  
フナなども生息しているこ  
とがわかりました。種池を  
見渡すとヒオウギアヤメの  
紫の花が目立っており、水  
中にはヒツジグサや、ジュ

ンサイ、フサモなども生え  
ていました。以前に比べる  
とミツガシワの生えている  
場所が広がっているように  
した。

### ■古池

古池のまわりでは特に多  
くのモリアオガエルの卵塊  
と、たくさんのおタマジヤ  
クシが岸壁の近くに集まる  
ようすが見られました。池  
にはカモやキンクロハジ  
ロ、カワウが泳いでいて、  
時折水中に潜るようすが観  
察できたので、エサとなる  
ような生き物がいるよう  
でした。



林床に生えるギンリョウソウ

古池湿原の植物なども観  
察しつつ、古池をぐるりと  
一周する道中では、ギン  
リョウソウという林床の植  
物も観察できました。  
元気な小学生も参加し、  
にぎやかな観察会でした。

## 野尻湖クリーンラリーの報告

6月23日(金)に第30回  
野尻湖クリーンラリーがお  
こなわれました。クリーン  
ラリーは、水質保全や環境  
問題に関心を持ってもらう  
ことを目的に長野県が主催  
している学習会です。信濃  
小中学校5年生のみなさん  
と野尻湖の生物や環境のこ  
とを学習しました。

### ■事前学習

5月23日(火)は、クリー  
ンラリーに向けた事前学習  
をおこないました。野尻湖  
の環境の変化や歴史、水の  
利用について学習し、その  
後、小中学校のプールを利  
用して、船の上でおこなう  
調査の内容を確認しました。

### ■水生生物観察

6月9日(金)は、鳥居  
川での生物観察を計画して



学校のプールで事前学習

いきましたが、前日からの雨  
で川が増水していたため、  
予定を変更して野尻湖の湖  
岸で生物観察をおこないま  
した。

一人ずつ網を持って、湖の  
中の生き物を捕まえて観察  
しました。水草が生えてい  
る場所では、ブラックバスの  
稚魚や昆虫などを見つけた  
ことができ、生き物たちの  
多様性について学びました。

### ■クリーンラリー

当日は、はじめに遊覧船  
に乗って湖上で調査をおこ  
ないました。船の上から透  
明度板をおろして、何mの  
深さまで見えるかを確認し  
ましたが、板が流されてしま  
い深さを確認するのに苦  
戦していました。専用の  
ネットでプランクトンを採



野尻湖の生き物観察

取した後は、バケツにくん  
だ深い所、浅い所の水の温  
度を確かめました。

船を降りた後は、野尻湖  
体育館に移動し、班ごとに  
分かれて、体育館内の7つ  
のブースを回りました。国  
立公園について、下水道につ  
いて、CODの調査、プラ  
ンクトンの観察、水草、外  
来魚、水生昆虫について、  
それぞれの専門家から熱心  
に学んでいました。野尻湖  
のきれいな水辺の環境を守っ  
ていくにはどのようなことが  
大事か、理解を深めました。



国立公園について学ぶブース



船上の調査

## 多言語音声ガイドが利用できます

ご自分のスマートフォンで展示解説が聞ける音声ガイドを始めました。

博物館内のFree Wi-fiに接続していただき、掲示してあるQRコードをスマートフォンで読み込むと展示解説を自動音声で聞くことができます。

対応の言語は日本語、英語、中国語、台湾語、韓国語です。ご利用の際は、周りの人の迷惑にならないよう、小さめの音声にするか、イヤホンをご使用ください（イヤホンの貸出はしておりませんので、必要な方はご持参ください）。

現在は試験的な運用で、一部の展示解説のみとなりますが、博物館にお越しの際はぜひご利用ください。



館内掲示のQRコードからご利用ください

## 第38回特別展 見どころ紹介①

## 信濃町の縄文時代のはじまり 長野県最古の土器

今回の特別展では町内の遺跡から出土した縄文土器をたくさん展示していますが、最初に、長野県最古の土器とされる貫ノ木遺跡出土の土器を紹介しします。これは国道18号「信濃町IC入口」信号付近の国道拡幅工事に先立っておこなわれた発掘調査で1999年10月に出土した土器で、表面に細い線状の粘土を貼り付けた文様があり、隆起線文土器と言われるものです。内面に黒いこげ（炭化物）が付いていたため、このこげを使って放射性炭素法による年代測定をしたところ、補正した年代値で1万5720年前という結果が出ました。これまでに県内で年代測定をおこなった土器の中で、最も古い値でしたので、今のところ、長野県最古の土器とされています。国内で最古とされる土器は今のところ、青森県の<sup>おおだいやまもといち</sup>大平山元Ⅰ遺跡で出土した無文土器の1万6500年前ですので、かなり近い年代になります。今後の研究の進展で、更に古い数値の土器が見つかるかもしれませんが、今のところ長野県でいちばん古い土器といえるものです。



長野県最古の土器の展示

## 氷河時代体験ミニ講座のお知らせ

夏休み期間中に体験学習を中心としたミニ講座を開催します。氷河時代の自然や暮らしにふれてみましょう。自由研究にもおすすめです。

内容は日替わりで時間中2～4回の入れ替え制です。定員は各回15～20名です。

日程 8月5日（土）、6日（日）、10日（木）～15日（火）

時間 午後1時～午後3時

会場 博物館2階 多目的室

受付 当日、12時30分より会場前にて受付をおこないます（先着順）。

事前のお申し込みは受け付けておりません。

費用 無料

定員 各回20名

内容 火山灰の鉱物しらべ、昆虫化石さがし、石器づくり、アジアゾウの骨をしらべよう

### ミニ講座の予定

石器づくり

5日（土）、6日（日）

アジアゾウの骨をしらべよう

10日（木）、11日（金）

昆虫化石さがし

12日（土）、13日（日）

火山灰の鉱物しらべ

14日（月）、15日（火）

お問合せ先

野尻湖ナウマンゾウ博物館 ☎258-2090

### 信濃町星空研究会

## ペルセウス座流星群観測会のお知らせ

下記の日程でペルセウス座流星群観測会をおこないます。星が見られないような曇天・雨天の場合は中止します。実施するかどうか不明の場合には、当日午後6時までに野尻湖ナウマンゾウ博物館までお問い合わせください。

日時 8月12日（土）午後8時～

8月13日（日）午後8時～

場所 町営野尻湖第2駐車場（旧野尻湖小学校グラウンド）

費用 100円（保険代）



## 「信州防災アプリ」好評配信中！

各地で大雨・台風による災害が相次ぐ中、長野県では、もしもの時の避難をサポートする「信州防災アプリ」を配信しています。

### アプリの特徴

- お住まいの地域のハザードマップや避難先、河川の情報をすぐに確認！
- 避難計画（マイ・タイムライン）を簡単に作成・共有！
- 災害時、位置情報に基づいて避難情報をプッシュ通知でお知らせ！

もしもの前に今！  
インストールはこちらから

☎長野県庁 危機管理防災課 ☎(235)7184



Android



iOS

## 「長野県パートナーシップ届出制度」が始まりました

「長野県パートナーシップ届出制度」は、双方またはいずれか一方が性的マイノリティであるお二人が、互いを人生のパートナーとすることを県へ届け出て、県は届出を受領したことを証明する制度です。

多様性や違いを認め、共に支え合って暮らす社会の実現に向けて、性的マイノリティの方々の生活上の障壁を取り除くことを目指します。

制度の詳細や届出方法については、長野県公式ホームページをご覧ください。

☎長野県庁 人権・男女共同参画課 ☎(235)7102

長野県公式ホームページ  
はこちらから

長野県パートナーシップ届出制度



### 毎週火曜日は、時間外窓口受付を行います



8月1日 / 8日 / 15日 / 22日 / 29日

午後5時15分～午後7時まで【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／マイナンバー手続き

※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。

## 求む！空き家情報



信濃町  
空き家バンク

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。

☎総務課 まちづくり企画係 ☎(255)1007

**1 予防接種小児科外来(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 乳児健診(4・7・10か月児) 保健センター**  
 8月31日 月 / 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:令和5年3月・4月生  
 7か月児 / 対象:令和5年1月  
 10か月児 / 対象:令和4年10月生

**3 こころの健康相談 保健センター**  
 8月17日 月 / 17:00～19:00  
 ※3日前までに予約してください。

**4 断酒会 総合会館**  
 8月23日 月 / 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7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2日 月 / 7日 月 / 9日 月 / 21日 月 / 23日 月 / 28日 月 / 30日 月  
 9:00～13:00 / 母乳育児の相談、乳房マッサージ、体重測定  
 ※1日4組の予約制で行います。詳しくは、子育て支援サイトをご覧ください。

**7 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。

**8 発達相談 木育ルームなかよし**  
 ※ホームページ等をご確認ください。

◆木育ルームなかよしの絵本について  
 木育ルームなかよしには約1,200冊の絵本があります。1人1回3冊まで貸し出しができますので、ぜひ、ご利用ください。詳しくは、ホームページをご覧ください。

▶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 7 なかよし相談員 ☎090(4382)6832
- 8 教育委員会事務局 ☎(255)5923

## 8月資源物収集

☎住民福祉課環境係  
 ☎(255)5924

1日 月 アルミ類	22日 月 ペットボトル
3日 月 スチール類	23日 月 容器包装プラスチック
5日 月 ダンボール(野尻・古間)	24日 月 ビン無色
8日 月 埋立ごみ	26日 月 雑誌・雑がみ(野尻・古間)
9日 月 容器包装プラスチック	29日 月 ビン茶色
17日 月 発泡スチロール・トレー	31日 月 ビンその他の色
19日 月 雑誌・雑がみ(柏原・富士里)	

生ごみ処理機器購入費補助の申請受付中!

## 「こどもの人権相談」強化週間

8月23日(水)から8月31日(木)は、「こどもの人権相談」強化週間です。悩みがあったら相談してね!

- 電話で相談  
 こどもの人権 110 番 ☎0120-007-110
- LINEで相談  
 ・アカウント名 SNS 人権相談  
 ・検索 ID @snsjinkensoudan

友だち追加は  
 こちらから



## 県営住宅の入居者を募集します

- 受付期間 8月17日(木)～8月30日(水)  
 ※土日除く
- 受付場所 長野県住宅供給公社 3階  
 (長野市大字南長野南県町1003-1)
- 募集团地等 長野県住宅公社へ連絡またはホームページで確認



募集团地等の確認は、こちらから

長野県住宅供給公社



長野県住宅供給公社 ☎(227)2322

## 交通安全!

信濃町・交通安全協会・信濃町交番  
 ゆずりあいの心で安全に!

わたしの

# 夢

## 未来への輝く思い

信濃小中学校 9年1組

井原

知也



### 信濃町の将来を明るくしたい

僕の将来の夢は、信濃町役場に就職して働くことです。

理由は主に二つあります。一つ目は信濃町が大好きで、お世話になっている信濃町に恩返しをしたいからです。

二つ目は町の将来をもっと明るくしたいからです。現在、この町は深刻な過疎化と少子高齢化に悩まされていると学んできました。このままでは大好きな信濃町が無くなってしまいかもかもしれません。だから、町の職員になれたら、町に移住してきてもらうための仕事をして、この町に住む人が増えるようにしたいです。この夢をかなえるためにも、今の勉強はもちろん、これからは様々なことにチャレンジして、これからの時代に役立つ人になりたいです。

### 編集後記

◆皆さんこんにちは、広報担当のありえです。

うなるような暑さが続き、夏本番です。みなさんは、夏といえば、なにを思い浮かべますか？やっぱり海ですよねー焼けた肌と海がモチベーションですよー！

残念ながら今年は、また海に行けていませんが、先日、野尻湖でカヌーをしました。焼けた肌を手に入れるため、あえて日焼け止めを塗らずに挑みました。その結果、とんでもないひりひりに襲われ、夜寝られませんでした。思い返せば去年も海と同じような目にあっただよな気がします。

たぶん、去年も思ってたと思うんですけど、来年こそは、日焼け止めを塗って夏を楽しみたいです。(あつな)

### 町の将来像



人口 7,728人(-10) 男 3,845人(-10) 女 3,883人(+0) 世帯数 3,334世帯(-2) 6月30日現在

※カッコ内は前月との比較