



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

2024
No.460

3

町からのお知らせ

Photo News

まちの話題

げんきっこ

ほちゃの水先案内板

ところのねっこ

そよげわか竹

一茶記念館月報

博物館のページ

公民館報





令和 5 年度信濃町 ACE 健幸ポイント事業

交換

1 年間貯めたポイントを交換しましょう

○「ACE 健幸ポイント」って何？

健診を受けたり、運動や体重・血圧測定などに取り組むことでポイントが貯まり、1 年間貯めたポイントで、景品と交換できます。

初めて参加する方は、ポイント台紙がセットになった「ガイドブック」をご覧ください。各種健（検）診や住民福祉課保健予防係の窓口、町のホームページでもご案内しています。

交換には、700 ポイントが必要です。（75 歳以上は、350 ポイント）

信州
ACE
プロジェクト



■交換できる期間

3月25日（月）～ 4月19日（金）

※期間を過ぎると交換できませんので、早めの交換をお願いします。

■交換場所（窓口）

住民福祉課 保健予防係

午前8時30分～午後5時15分 ※土日祝日除く

■持ち物

ポイント台紙

※体重・血圧測定をされた方は、その記録用紙・手帳など

※各種健（検）診を受け、スタンプの押印がない方は、その結果通知書など

■交換方法

窓口で交換申請書・アンケートを記入いただき、ご希望の景品と交換します。

郵送での申請も可能です。詳しくはホームページをご覧ください。



問 住民福祉課 保健予防係 ☎ (255) 3112

健康づくり講演会を開催します

開催

「わかりやすい糖尿病の話～糖尿病を持つ人へのメッセージを含め～」

近年、信濃町は高血糖の方が多くなってきています。※令和3年度の健診を受けた方の2人に1人が高血糖。高血糖は私たちの体にどのような影響を与えるのでしょうか。日頃の生活やご自分の体のこと、一緒に考えてみませんか。ご参加お待ちしております。

■日時 3月23日（土） 午後1時30分～午後3時00分（受付：午後1時00分～）

■場所 総合会館 2階 大会議室

■講師 太田糖尿病内科クリニック 院長 太田 康晴先生

■参加料 無料（事前の申し込みは必要ありません。）

問 住民福祉課 保健予防係 ☎ (255) 3112

接種

高齢者の肺炎球菌予防接種

令和6年度から定期接種対象者が変わります

高齢者の肺炎球菌予防接種は、平成26年10月から65歳の方を対象に定期接種化されました。

これまでは特例措置（期限が限られている措置）として、各年度70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方も実施していましたが、この特例措置は令和5年度末で終了します。

○令和5年度末までの対象者

信濃町に住民票がある方で、

- ・65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳を迎える日が年度内にある方
- ・60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方



○令和6年度からの対象者

信濃町に住民票がある方で、

- ・65歳の方（65歳の誕生日から66歳の誕生日を迎える前日まで）
- ・60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方

※過去に肺炎球菌ワクチン「ニューモバックス NP（23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライド）」の接種を受けたことがある方は、定期接種の対象外となりますのでご注意ください。

⑨ 今年度対象の方で接種を希望される方は忘れずに接種しましょう

これまで対象の年度に高齢者肺炎球菌予防接種を受けなかった場合、5年後に再度定期接種の対象になっていましたが、令和6年度以降は65歳の間に接種を受けなければ、今後、定期接種の対象にはなりません。

令和5年度の定期接種の対象者で、接種を希望される方は、3月29日（金）までに忘れずに接種を受けてください。

問 住民福祉課 保健予防係 ☎（255）3112

接種

お済みですか？

HPV（子宮頸がん）ワクチンの接種について

HPV ワクチンのキャッチアップ接種は、接種勧奨を控えていた時期に接種の対象であった方が公費で接種するためのキャッチアップ期間として設けられています。このキャッチアップ期間終了は、令和7年3月31日です。完了までには3回の接種が必要で、6カ月の期間を要するため、お済みでない方は、早めの接種をお勧めします。

■接種対象者 平成9年度～平成19年度生まれの女性の方

■接種期間終了 令和7年3月31日

※20歳以上の方は子宮頸がん検診の受診もご検討ください。

※予診票がない方は保健予防係へお問い合わせください。

※信越病院または、予防接種相互乗り入れ医療機関にて接種することができます。

問 住民福祉課 保健予防係 ☎（255）3112



受付

介護保険サービスを利用されている方へ 「介護給付費通知書」をお送りします

町では、介護保険サービスの利用者へ「介護給付費通知書」をお送りしています。この通知は、介護保険サービスの利用状況をお知らせする通知です。

○「介護給付費通知書」とは？

どのようなサービスをどれくらい利用されたかをお知らせするものです。また、サービス事業所からの請求に誤りがないかを確認していただくために通知しています。圧着されている箇所を剥がすと下記のように介護保険サービスの利用状況が記載されています。



〒389-1300

長野県上水内郡信濃町〇〇△△△△-〇

信濃 太郎 様

介護給付費のお知らせ

信濃町住民福祉課 福祉・介護保険係
〒389-1392
長野県上水内郡信濃町大字柏原428-2
電話 026-255-4214

介護給付費のお知らせ（請求書ではありません）

被保険者番号 ××××××××××

あなたが令和〇年〇月～令和〇年〇月に利用された介護給付費等は下記の表のとおりです。

サービス月	サービス事業所	サービス種類／略称	サービス 日数／回数	利用者負担額 合計額（円）	サービス費 用合計額 （円）
令和×年〇月	ヘルパーステーション△△	訪問介護	8	3,160	31,610
	〇〇デイサービスセンター	通所介護	4	2,000	20,000
令和×年〇月	ヘルパーステーション△△	訪問介護	12	4,740	47,400
	福祉用具貸与		2	3,000	30,000

サービスを利用した年月です。今回の通知は令和5年10月～12月にサービスを利用した方が対象です。

介護サービスを提供した事業所です。

介護サービスの種類です。

その月に利用した介護サービスの日数、または回数です。

事業所に支払った金額です。

介護サービスに対する費用の総額です。

このお知らせが届いたことによる手続きは何もありませんが、わからないことがありましたら下記の問い合わせ窓口までお問い合わせください。

○「介護給付費通知書」が届いたら何か手続きをする必要はありますか？

この通知書は、請求書や領収書、還付通知書ではありませんので、特に手続きやお金を支払う必要はありません。

○確定申告など所得申告で医療費控除を受ける際に使用できますか？

医療費控除証明書として使用できません。

○通知書はいつ届くの？

年に1回3月に送付します。

通知書には、10月～12月サービス利用分について記載されています。

○何のデータを元に作られていますか？

サービスを利用した介護保険事業所からの介護保険請求を元に作成しています。該当期間にサービスを利用されていても、事業所からの請求が遅れた場合には記載されません。

募集

グループでの参加也大歓迎

信越五岳トレイルランニングレースのボランティアを募集します

「信越五岳トレイルランニングレース 2024 ～パタゴニア CUP～」のボランティアスタッフを募集します。総距離 160 km にもおよぶ信越高原の雄大な山々とその裾野を駆け抜けるランナーと一緒に応援しましょう。

※ 2025 年大会の優先エントリー権付与はありません。

■日時 9月14日(土)～15日(日)の間で実働10時間程度(途中休憩あり)

■場所 ・熊坂地区、近隣のエイドステーション
・コース上

■内容 ・エイドステーションの設営・撤収並びに飲食物の提供など
・指定ポイントでの選手のコース誘導

■参加費 無料

■参加特典 ・大会記念Tシャツ(パタゴニア製)プレゼント
・活動中の食事の提供

■申込方法 氏名・住所・携帯番号・メールアドレスをご記入のうえFAX・メールまたはQRコードからお申込みください。

■申込締切 3月31日(日)まで

お問い合わせ先

○信越五岳トレイルランニングレース事務局 田村英幸さん

E-mail: volunteer@sfmt100.com

FAX: 0255-82-2535

携帯: 090-7016-9300

○産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114

大会ホームページはこちらから

信越五岳トレイルランニング
レース 2024

ボランティア申込みはこちらから



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。移住してみてもの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 3月8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

問総務課 まちづくり企画係 ☎(255)1007

○都内移住相談会も毎月第3水曜日に開催中

・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)



伐採

ご理解とご協力をお願いします

立木の伐採や造林(植栽)には届出が必要です

森林は、所有者の財産であると同時に、多くの人にとって大切な役割を担っています。

森林所有者は、それぞれの状況に応じ、森林法に基づく次の届出が義務づけられています。各手続きは産業観光課農林畜産係で行うことができます。定められた法令やルールなどにに基づき適切に管理していただくよう、ご理解とご協力をお願いします。

①森林を伐採する時

伐採の90日から30日前までに「伐採及び伐採後の造林届出書」を町に届け出る必要があります。

※林地外へ転用する場合も伐採届が必要です。

②伐採が完了した時

作業終了日から30日以内に、「伐採に係る森林の状況報告書」を町に届け出る必要があります。

※転用の場合は備考に用途時期などの記載が必要です。

③植栽や天然更新により森林に復元した時

造林完了日から30日以内に「伐採後の造林に係る森林の状況報告書」を町に届け出る必要があります。

④売買や相続・贈与などにより新しく森林の所有者となった時

取得した日から90日以内に「森林の土地の所有者届出書」を町に提出する必要があります。

※①～④のほかにも、以下のような場合は県からの許可が必要になります。

- ・保安林に指定されている森林で伐採などの作業をする場合（保安林内作業許可）
- ・1ヘクタール以上の森林を伐採、土砂または、伐根の採掘をし、林地外へ転用する場合
- ・0.5ヘクタール以上の森林を伐採して太陽光発電設備の設置をする場合（林地開発許可）など

☎長野地域振興局 林務課治山林道係 ☎026(234)9604

☎信濃町役場 産業観光課農林畜産係 ☎026(255)3113

募集

事業者の皆様、PRにご活用ください

町ホームページのバナー広告を募集します

地域産業の振興対策の一つとして、町内事業者の皆様から、町ホームページに掲載する有料広告を募集します。

詳細は、信濃町ホームページをご覧ください。まちづくり企画係までお問い合わせください。

○募集締切

3月15日（金）

■掲載場所等の概要

掲載場所	町HPトップページ下部
掲載料金	2,000円/月
掲載期間	・令和6年4月～令和7年3月(12か月) ・令和6年4月～令和6年9月(6か月) ※上記の期間のいずれかから選択してください

☎総務課 まちづくり企画係 ☎(255)1007

募集

令和6年度から月額6万円

信濃町奨学金奨学生を募集します

■信濃町奨学金奨学生募集要項

○令和6年度の募集締切

3月19日（火）

○貸付金額

1人月額6万円以内

○貸付対象者

5名以内（選考委員会により選考します。）

○資格の要件

次の条件を全て満たしていること

- ①本人または本人と生計を一にする者が、町内に1年以上居住している者で、町税などの滞納がないこと

②学校教育法の規定に基づく大学（夜間、通信による学部を除く）・短期大学・高等専門学校（第4・5学年に限る）および専修学校（専門課程に限る）に在学または在学を予定する者

③人物・学力ともに優れ、健康であって、かつ学費の支弁が困難と認められる者

④在学または出身学校長が推薦した者

⑤日本学生支援機構等から学資の貸付けを受けていないこと

※詳しい内容は子ども支援係へお問い合わせください。

☎教育委員会 子ども支援係 ☎(255)5923

LINE

国道・県道・町道すべて受け付けます

道路の異常を見つけたら LINE で通報を



LINE アプリから道路の異常を通報できるようになりました。道路の種別（高速道路・国道・県道・町道）にかかわらず通報できますので、異常を見つけた際は、ぜひご活用いただき、情報提供にご協力ください。

対象エリアは、長野県・東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県・茨城県・栃木県・群馬県・山梨県です。

○このような異常は通報をお願いします

落下物



落石・土砂流入等



路面の穴ぼこ・段差



動物の死骸

友だち追加は
こちらから

○注意事項

- ・事故防止のため、運転中の携帯電話の操作は、お止めください。
- ・夜間・土日・祝日は早急に対応できない場合があります。
- ・事故の通報は、警察（110番）へご連絡ください。

☎建設水道課 管理・国土調査係 ☎(255)5922



交通

デジタル技術を使い、利便性を高めました

令和 6 年 4 月から信濃町の公共交通が便利になります

令和 6 年 4 月から町の公共交通（バス・デマンドタクシー）を使いやすくなるよう見直しを行います。デジタル技術を使い、多くの方にご利用いただけるよう利便性を高めました。

○デマンドタクシー「ふれあいコスモス号」がより便利になります



デマンドタクシーとは？

昼間に運行する事前登録・予約制の乗り合いタクシーです。新たにスマートフォンでの予約ができるようになり、より便利になります。

POINT ① 好きな時間帯で乗れる

時刻表を無くし、運行時間内の好きな時間帯に乗車ができる運行に変わります。人工知能（AI）を活用して効率的に運行することで、これまでよりも乗車時間帯の選択肢が広がります。

POINT ② アプリ予約サービス開始

電話予約のほかに、スマートフォンアプリで予約できるようになります。アプリは土日祝日を問わず、24 時間いつでも予約でき、自宅到着前の通知など利用をサポートする便利な機能があります。

下記の日程で説明会を開催しますので、ぜひご参加ください。

○デマンド予約アプリを使ってみよう！スマホ教室も同時開催

新デマンドタクシーの説明と、実際にデマンド予約アプリが使えるようにスマホ教室を開催します。予約アプリの使い方のほか、スマートフォンの基本操作から信濃町公式 LINE アプリの使い方もご説明します。

■参加予約 ☎（255）3135

■受付締切 3月15日（金）

■開催スケジュール

日にち	時間	会場
3月25日（月）	午前の部 9時30分～11時30分	富士里支館
	午後の部 1時30分～3時30分	地域交流施設
3月26日（火）	午前の部 9時30分～11時30分	野尻湖支館
	午後の部 1時30分～3時30分	総合会館

○「まちなか循環号」運行スタート

デマンドタクシーや路線バスとは別に、新たに町中心部を循環して運行する「まちなか循環号」の運行を開始します。循環号は時刻表により、黒姫駅や病院、スーパーなどを経由するルートを循環して運行します。乗車予約の手間がなく、デマンドタクシーと組み合わせてご利用いただくことで、一度のお出かけで複数の用事を済ませることができます。

■活用例



自宅



デマンド



病院



循環号



スーパー



デマンド



自宅

○町内路線バスを見直し

現在9路線運行している路線バスですが、路線維持や公共交通全体のサービス向上のため、利用者が少ない時間帯や路線について見直しを実施します。

①

タクシー助成への切り替え＜2路線＞

■古海・菅川線

■黒姫高原・瑞穂線

上記2つの路線は廃止し、利用者の移動目的に合わせてタクシー運賃の助成を実施します。自宅前で乗車できるタクシーへ切り替えることで利便性を向上します。助成は事前申請が必要ですので、助成内容や申請については産業観光課商工観光・癒しの森係へお問い合わせください。

②

便数の見直し＜全路線＞

■全路線

行き3便（17時台）の便を減便

※①の路線・国道線を除く

■国道線

飯綱病院発着の便を残し、いこいの家、黒姫高原発着の便を減便

路線バスでの通勤・通学や通院の移動を支えるため、利用の多い時間帯・目的地の便を維持できるよう見直しを行います。

※上記のほか、時刻表の見直しも実施します。新しい時刻表は、町ホームページや役場窓口でご案内します。

町の公共交通の詳細は、別に配布のチラシや町ホームページでご案内します。

問産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114

購入価格の2分の1を補助

補助金

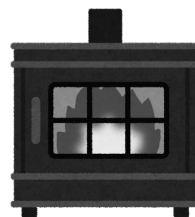
ペレットストーブを購入する方に補助金を交付します

町では、県産材の有効活用を図るため、ペレットストーブ購入費の一部を補助します。

■補助金額 購入価格（消費税抜き）の2分の1（上限10万円）

■補助の要件 長野県産ペレットを年間800kg以上使用することほか。

※詳細は、産業観光課農林畜産係までお問い合わせください。



問産業観光課 農林畜産係 ☎026(255)3113

募集

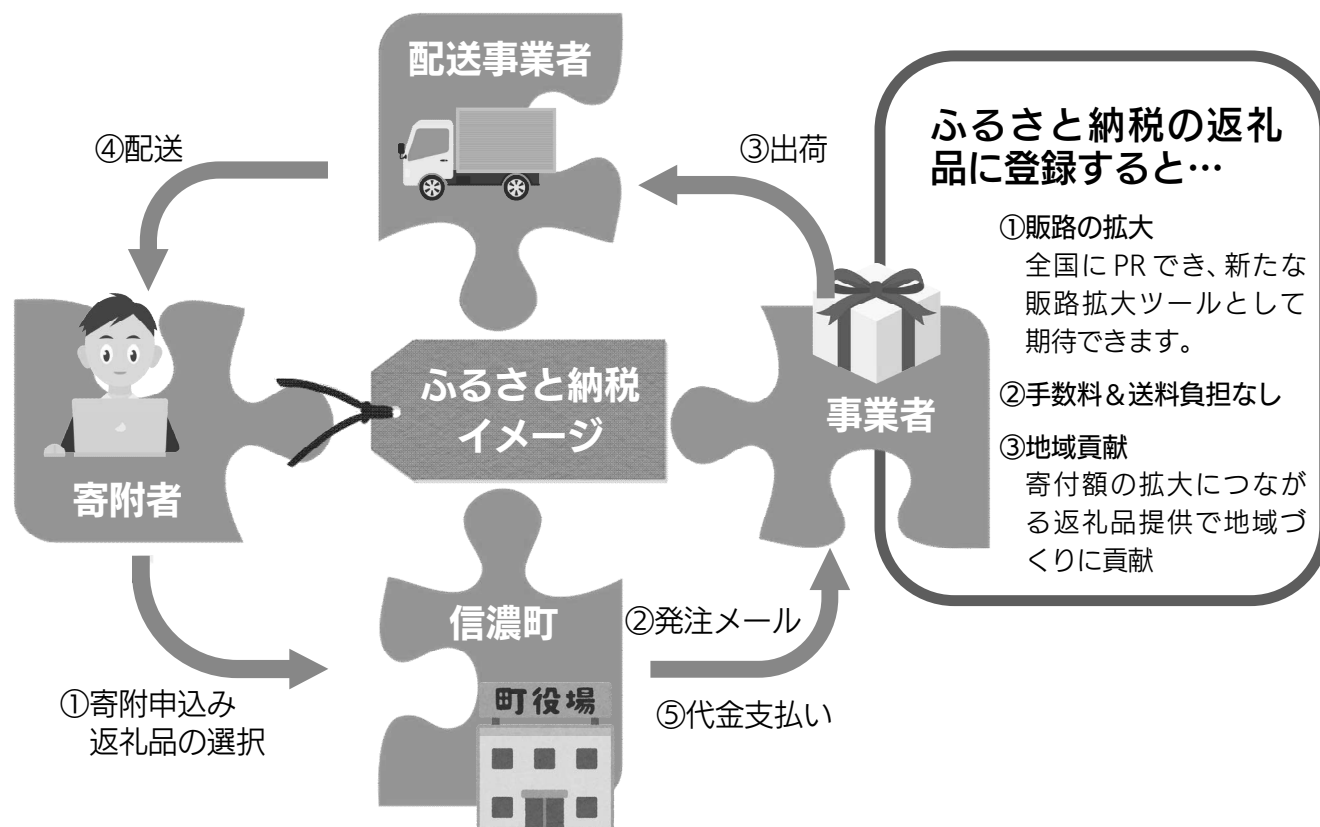
ふるさと納税返礼品

信濃町の魅力を PR する返礼品を募集します

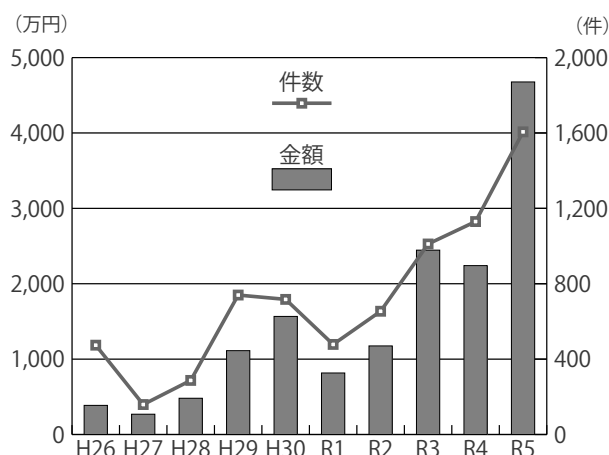
ふるさと納税返礼品を通して、信濃町ファンづくりを進めて活気あるまちづくりを目指しています。

町の魅力をより広く発信するため、信濃町ならではの商品やサービスといった返礼品を募集します。

令和 6 年度分のふるさと納税返礼品の申込を受け付けています。信濃町ホームページで詳細をご確認の上、お申込みをお待ちしています。お電話での相談も受け付けていますので、まちづくり企画係ふるさと納税担当までお気軽にご連絡ください。



○ふるさと納税：寄附額と件数の推移



問総務課 まちづくり企画係 ☎ (255) 1007

○返礼品協力業者向け説明会を開催します

下記の日程で、信濃町ふるさと納税に関して 3 部に分けて説明会を行います。ご興味のある事業者の方は、ぜひご参加ください。(部分的な参加も大歓迎です。)

■日時 3月8日(金) 午後1時30分～

■会場 富士里支館

第1部 参加をご検討いただける新規事業者様への相談会(午後1時30分～)

・ふるさと納税とは？どんなものが返礼品に出せるのか？

第2部 令和5年の振り返り(午後2時30分～)

・傾向と分析

第3部 事業者目線でのふるさと納税活用法(午後3時00分～)

・効果的な掲載の仕方とは？

介護

一緒に運動を始めましょう

介護予防教室の年間スケジュールと参加者募集のお知らせ

令和6年度も民間事業者による介護予防教室を行います。誰でも年齢を重ねると身体の機能は低下してきます。いつまでも元気で健康に過ごすために、元気なうちから理学療法士（リハビリ専門職）が立案したプログラムで運動を始めてみませんか。第1期の参加希望の方は下記までお申し込みください。

■内容 ストレッチマシンなどでご自分に合った運動を行います。

■年間予定

第1期 (全12回)	4月11日/18日/25日
	5月2日/9日/16日/23日/30日
	6月6日/13日/20日/27日
第2期	令和6年7月～9月
第3期	令和6年10月～12月
第4期	令和7年1月～3月

※第2期以降の申し込み・日程は、別途お知らせします。

■日時 毎週木曜日
①午前の部 10時00分～11時30分
②午後の部 1時00分～2時30分

■定員 午前・午後 各10名
※先着順・初回の方優先

■対象 ・65歳以上の方で医師から運動を禁止されていない方
・他でリハビリを受けていない方
・移動が一人でできる方
※要介護認定を受けている方は参加できません。

■参加費 1回300円
※報酬改定にあわせ若干の変更あり
※送迎が必要な方はご相談ください。

お問い合わせ・お申込み先

○株式会社カドケン ヘルスケア事業部 となり TONARI ☎(255)4652 担当：佐藤大さん

☎住民福祉課 福祉・介護保険係 ☎(255)4214

3月23日から信濃町商工会で販売開始

商品券

プレミアム付き「しなのまち地域振興商品券」で町を元気に

物価高騰の影響を受けている住民及び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：5,000円で7,000円分）

■販売日時など

3月23日(土)	午前9時30分～午前11時00分	古海集会所・野尻湖支館
	午後1時30分～午後3時30分	古間地域交流施設・富士里支館
3月24日(日)	午前9時30分～午後3時30分	総合会館
3月25日(月)以降	午前9時00分～午後4時00分	信濃町商工会 ※販売は平日のみ

■使用期間 3月23日(土)～8月31日(土)

■購入方法 郵送される「しなのまち地域振興商品券購入券」をご覧ください。

☎産業観光課 商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114



国保

ご確認ください

柔道整復師の施術を受けられる方へ

柔道整復師（整骨院・接骨院）の施術を受ける場合、被保険者証が使える場合と使えない場合があります。どんな場合に使えるのかを簡単にまとめましたので、治療を受けるときの注意事項とあわせて、受診の際の参考にしてください。

国民健康保険が使えるのはどんなとき？

○医師や柔道整復師に、骨折、脱臼、打撲および捻挫など（いわゆる肉ばなれを含む）と診断または判断され、施術を受けたとき。（骨折および脱臼については、応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です。）

○骨・筋肉・関節のケガや痛みで、その負傷原因がはっきりしているとき。

例：日常生活やスポーツ中に転んで膝を打ったり、足首をひねったりして急に痛みが出たとき。

⑨ 国民健康保険証が使えない場合 ☆

医師や柔道整復師の診断または判断などにより健康保険などの対象にならないものの例

○単なる（疲労性・慢性的な要因からくる）肩こりや筋肉疲労

○脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善の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

○労災保険が適用となる工作中や通勤途上での負傷

治療を受けるときの注意点

1 国民健康保険の対象にならない場合も！

負傷の原因は正確にきちんと伝えましょう。

2 「受領委任」が認められています

患者が自己負担分を柔道整復師に支払い、柔道整復師が患者に代わって残りの費用を保険者に請求する「受領委任」が例外的に認められています。

3 受領委任は原則患者の自書が必要

受領委任は柔道整復師が患者の方に代わって保険請求を行うため、柔道整復施術療養費支給申請書の受取代理人欄に原則患者の自筆による記入が必要となります。

4 医師の診察も受けましょう

施術が長期にわたる場合は、内科的要因も考えられますので医師の診察を受けましょう。

5 領収証は大切に保管

窓口支払いの領収書は無料発行されます。医療費控除を受ける際に必要になりますので、大切に保管しましょう。

治療内容について保険者よりお尋ねすることがあります

施術日や施術内容について照会させていただく場合があります。柔道整復師にかかったときは、負傷部位・施術内容・施術年月日の記録・領収書などを保管し、照会がありましたら、ご自身で回答できるようご協力をお願いします。

ごみ

4月17日から

枅形不燃物最終処分場の受け入れを開始します



枅形不燃物最終処分場は、町内から発生した資源物を再資源化するための選別や、埋立ごみの埋め立て処理を行う施設です。自己搬入を行う場合は、以下の点に注意をして搬入してください。

- 搬入できるもの 不燃性粗大ごみ・大型のプラスチック類・金属類・びん類・ペットボトル・埋立ごみ・小型家電など
- 期間 4月17日(水)～11月17日(日) ※冬期間は降雪のため閉鎖
- 搬入可能日 毎週水、金曜日及び第3土、日曜日 ※6月15日(土)のみ搬入不可
- 受付時間 午前…午前9時00分～午前11時00分
午後…午後2時00分～午後4時00分
※搬入には必ず搬入許可証が必要になりますので、事前に環境係で交付手続きを行ってください。
- 注意点
 - ・建築廃材など産業廃棄物の受入はできません。
 - ・搬入日、搬入可能時間以外は受付できません。

埋立ごみ減量のお願い

枅形不燃物最終処分場は町の大切な財産です。処分場で埋め立て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。

○資源物として分別しましょう

- ①なべ類、フライパンなど
⇒金属類(アルミ類、スチール類)として分けて搬入
- ②コード類、掃除機、炊飯器など
⇒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

○その他の注意点

- ①ホース、手袋等のゴム製品
⇒可燃ごみとして処分
- ②ビンの中の汚れ(油など)
⇒一度水洗いしていただき、埋立ごみとして分けて搬入
- ③汚れの落ちない発泡スチロール
⇒汚れの落ちないものは可燃ごみとして処分
- ④ブルーシート
⇒折り畳み、紐で縛って可燃ごみとして処分

問 住民福祉課 環境係 ☎(255)5924

図書

市町村と県による協働電子図書館

「デジとしょ信州」ご利用ください

○「デジとしょ信州」とは？

信濃町に住んでいる方ならどなたでも利用できる電子書籍サービスです。市町村で電子書籍を分担購入して、電子図書館(県立図書館)で管理します。

スマートフォン、タブレット、パソコンでいつでもどこでも利用可能で、利用料はかかりません。

詳細はこちらから



登録はこちらから



問 総合会館 ☎(255)3135

黒姫高原で力走

2月3日、黒姫高原・童話の森スノーウェーブで第41回黒姫高原クロスカントリースキー大会が開催されました。

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188人がエントリーしました。選手は、コース脇からの声援を受けて力強い滑りを見せました。



大谷選手からのグローブ

メジャーリーグで活躍する大谷翔平選手から信濃小中学校へグローブが寄贈されました。

「野球しようぜ」と書かれたメッセージとともに、右利き用2つと左利き用1つの計3つが届きました。児童・生徒は、寄贈されたグローブでキャッチボールを楽しんでいます。



能登町のためにできること

1月22日～2月3日にかけて、信濃小中学校で令和6年能登半島地震で被災した姉妹都市「能登町」への募金活動が行われました。

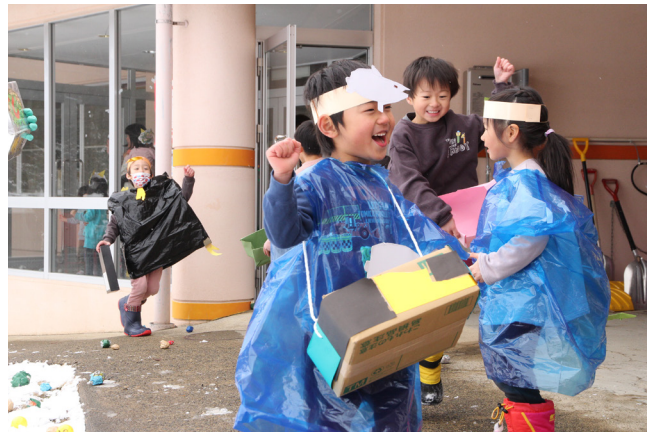
この募金活動は、信濃小中学校の生徒会が企画したものです。児童・生徒・先生が募金したほか、2月3日は、授業参観が行われ、保護者も募金を行いました。全日程で、約20万円の募金が集まりました。





鬼に立ち向かいました

2月3日、信濃町の3保育園で豆まきが行われました。保育園には大きな赤鬼、青鬼がやってきました。圧倒的な迫力の鬼を見て泣き出す子もいましたが、助っ人も駆けつけ「鬼はそと！」と大きな声で豆まきを行いました。最後は、鬼も改心し、みんな友だちになりました。



一茶カルタを楽しむ

一茶さんをもっと身近に触れてもらおうと、毎年、一茶記念館学芸員が各保育園に行って一茶かるたの遊びを教えています。

一茶かるたは、一茶さんが作った俳句が読み札になっており、絵札は、俳句からイメージしたイラストが載る一茶記念館オリジナルの商品です。



全国中学校スキー大会に出場

第61回全国中学校スキー大会に出場した信濃小中学校の岩井秀達さん(7年生)が町を表敬訪問しました。

全国中学校スキー大会は2月6日から9日まで長野県野沢温泉村で行われました。

岩井さんは、第62回長野県中学校総合体育大会で、上位の成績を残し、全国大会への切符を手に入れました。今後のご活躍を願っています。

＼ 2 回目の支援物資／

能登町へ義援金・支援物資をお届けしました

2月9日、令和6年能登半島地震で多くの被害を受けている姉妹都市の石川県能登町へ、鈴木町長と町職員4人が義援金と2回目の支援物資をお届けしました。

能登町から燃料とブルーシートが不足しているという連絡を受け、ミニバンと小型トラックに物資を積載し、運搬しました。

信濃町では引き続き、能登町の要請に応じて、支援を行っています。



能登町 大森町長 信濃町 鈴木町長



能登町の防災担当職員から説明を受ける鈴木町長



能登町 金七議長 信濃町 鈴木町長

総務課 庶務係 ☎(255)3111

ばんきっこ

Genkikko

1歳半児健診に来てくれたおともだち 3月



たけうち てとら
竹内 天寅ちゃん(富士里)

マイペースで家族を笑顔にしてくれる長男坊です。お姉ちゃんと仲良く元気に成長してね！



ごうづ ゆうり
合津 友理ちゃん(富士里)

色々なことにワクワクしながら毎日楽しく笑って過ごせますように。友理君は皆の笑顔パワーだよ。



たかぎ とわ
高木 十輪ちゃん(富士里)

いつも周りを癒してくれる笑顔いっぱいのおとちゃん。たくさん食べて元気に大きくなあれ！



しみず ひなた
清水 陽葵ちゃん(柏原)

いつもニコニコみんなを笑顔にさせてくれてありがとう！これからも笑顔で元気に大きくなってね！



まつぎ とあ
松木 斗亜ちゃん(野尻)

いつも表情豊かで周りを笑顔にしてくれる斗亜くん。優しく、逞しく、健やかに育ってね！

家族の
メッセージ
付き！

ほちゃの水先案内板

テーマ：水道水の水質管理について

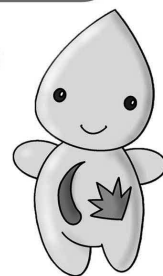
今月のテーマは水道水の水質管理についてです。毎日使う水道水の水質はどのような管理がされているのかご紹介します。

水道水は、法律で定められた水質基準に適合しなければならず、町は水質検査計画を策定し検査を行わなければなりません。

水質検査計画とは、町が水道水の水質検査について、検査の項目、地点、頻度などを示した計画の事です。水質検査計画及び検査結果については、町のホームページで公表しています。

検査項目 検査箇所	毎日検査	毎月検査	年4回検査	1回 / 年検査	1回 / 3年検査
個人宅の水道水 (町内 12 カ所)	5 項目 ・臭気 ・味 ・色 ・濁り ・残留塩素	9 項目 ・一般細菌 ・大腸菌 ・有機物など	12 項目 ・シアン ・塩素酸 ・ホルムアルデヒドなど	—	51 項目 ・水銀 ・ヒ素 ・フッ素 ・マンガン ・鉛など
水源の水 (町内 17 ケ所)	—	—	—	40 項目 ・水銀 ・ヒ素 ・フッ素 ・マンガン ・鉛など	—

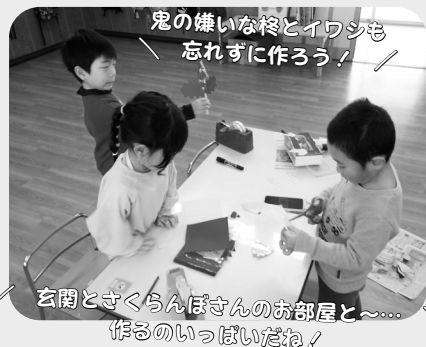
安全な水を供給するため、多くの検査が行われているホ



ほちゃ
(信濃町水PRキャラクター)

富士里保育園 3、4、5 歳児は混合クラスで過ごしています。1 月中旬なまはげ軍団から手紙が届き、節分について絵本や紙芝居を見ながらイメージを膨らませてきました。また、鬼と戦うための準備を子どもたちと相談し、お面と角箱を作ることになりました。製作が好きな子も多く、切って貼って色を塗ってと、個性あふれる素敵な作品ができました♪

ぼくに任せて！とマメマイターたちと戦うお友達や
怖くて保育士の後ろに隠れるお友達...
それぞれの思いで豆まきができました！



保育園にいる鬼、お腹の中にいる鬼を無事に退治することができ、1 年無病息災で元気に過ごせると良いですね。



信濃町
保育園だよ

こころのねっこ

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。

広報版

信濃小中学校だより

そよげわか竹

「9年生 卒業に向けて」

9年1組



9年2組



あつという間の大切な時間（九年一組）

この信濃小中学校に入学してから卒業するまでの学校生活を振り返ると、たくさん思い出があります。このクラスは九年間のうちのたった三年間でしたが、思い出の数でいったら私たちの思い出のほとんどはこの三年間にあります。

七年生になってみんなの雰囲気が一気に変わり、毎日の学習や部活動などに小学生の時よりも一層励み、少しずつ中学生らしくなったように感じました。

八年生になり、全校の縦割り活動での進行を任せられ責任感を持つことを経験し、職場体験学習や立志式を通して将来に向けて自分の目標を明確にし、最高学年になるという自覚を持つようになりました。

あつという間に九年生。六年生の時の修学旅行はコロナウィルスが流行っている時で県内にしか行けませんでした。が、今回は予定通り京都と奈良へ行くことができました。この三日間で深まった友だちとの絆は修学旅行でしか得られないもので忘れることのない思い出になりました。

そして秋桜祭。一番クラスの絆が深まったのは体育祭です。最後だからこそ一人ひとりが「負けたくない！」という思いを強く持っていました。しかし騎馬戦の練習では負けてばかりでした。そしてついに本番！熱い戦いが始まります。激闘の末、我ら一組が戦いを制しました。本番で最大限の力を発揮できるところも一組の良いところです。

本当にあつという間で、まだまだ九年一組のみんなと一緒に居たいというのが本音です。だけどこの三年間、九年一組のみんな、先生方とたくさんつくってきた思い出を忘れずに、それぞれの道に進んでいきます。飛べ！九年一組！！



卒業まで（九年二組）

三年間、九年二組の仲間と過ごして感じたことは、個性の強さです。学級目標に「二十八の個性で描こう」とあるように、このクラスには様々な個性を持つ人がいます。例えば、友だちを作るのが得意な人もいれば苦手

な人もいますし、給食をたくさん食べる人もいれば、少食の人もいます。そんな強い個性がぶつかってしまいうこともしばしばあります。が、体育祭などの行事での団結力は他のどのクラスにも負けないと思います。大縄跳びやクラス対抗リレーでは、本番で皆の個性が持つ力を一つに集め、三年間のほとんどで好成績を残すことができました。

そんな私たちですが、今、最大の危機が訪れています。受験という高い高い壁が私たちの未来を遮っています。そしてその壁を破ろうと、二十八人全員で戦っている最中です。試験本番に向けて、休み時間でも真剣に机に向かっている人がいます。分からない問題を教え合う姿も見られます。また既に受験を終えている人もクラスを盛り上げようと、カウントダウンカレンダーなどの企画を行ってくれています。

そして、九年二組の仲間と過ごすのも残りわずか。保育園からずっと一緒に育ってきた仲間と別々の道を歩むことは、まだ想像ができません。しかし、その先に明るい未来が待っていると信じて、一日一日を大切に、楽しんで過ごしていこうと思います。

一茶記忘館 月報

令和六年三月

町内保育園一茶かるた



毎年1〜2月頃に、町内全保育園の年長児を対象に、一茶記念館オリジナルの「一茶かるた」で遊ぶ機会を設けています。かるた遊びの前後に、一茶記念館学芸員が、一茶のこと、俳句のことも教えています。また、ご家庭でも一茶かるたを楽しんでもらえるように、かるたを一人一組プレゼントしています。



古間保育園でのかかるた取りの様子



信濃小中3年生の見学



2月9日に、信濃小中学校3年生が、昔の人が使っていた道具を学ぶため、一茶記念館と民俗資料棟を見学しました。学芸員の説明を聞きながら、ワラや木でできた冬の道具や、現代のスマホと形も仕組みも全然違う古い電話機など、普段の生活とは全くかけ離れた古い道具を興味津々で見学する姿が見られました。



冬・春期展開催中 「一茶を描く作家たち」

※3月19日(火)までは冬期営業期間のため土日祝日休館。それ以降は毎日開館しています。

3月31日(日)まで

「一茶ふるさと俳句」1月募集入選句発表

選者…信濃町の俳句会の皆さん

年賀状

特選	年賀状この丸文字はやはり君	吉澤 弘子
佳作	遠く住む友の無事知る年賀状	静谷 和子
佳作	年賀状来年辞退の文字淋し	志原 悦子
佳作	能書家にいたたく賀状香る墨	松木 珍念

自由題

特選	手を合わす心の声や息白し	佐藤てる子
佳作	雲一朶 ^{いちだ} 麓にまとい山眠る	水越八重子
佳作	風まきてホワイトアウト雪の里	伊藤 靖則
佳作	やさしさは小さな魔法 ^{まほう} 冬青 ^{ふゆぎ} の美	吉松 暉子
佳作	雪分けて駆け寄る犬の破顔 ^{はげん} かな	佐藤 灯

※敬称略。一部添削しています。

「やさしい添削コーナー」

元句 雲海を麓にまとい山眠る

添削例 雲一朶麓にまとい山眠る

★「雲海」は、登山した時に山頂から見下ろす雲を指しますが、その「登山」が夏の季語であるため、同様に夏の季語とされています。季重なりをさけるため、言葉を入れ替えてみました。



★3月の投句募集★ 初心者・子どもさんも大歓迎

■期 間…3月31日(日)必着(入選発表…広報しなの5月号)

■季 題…①花粉症(杉花粉)／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

☎026(255)6741 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87回「一茶さんと二竹④」

一茶記念館
学芸員 渡辺 洋

今回は、一茶さんの日記の記述から二竹の動向を見ていきます。

「文化句帖」文化元年3月13日
中村二竹 古郷に赴けば、
本郷追分（※1）迄おくる
霞み行や二親持し小すげ笠

一茶研究の大家小林計一郎氏は、この句の記述を、俳諧師志望になっていた二竹を親許に帰してやるため、一茶さんが、「実の両親と死別した私とは違い、お前にはふるさとに帰りを待つ両親がいるじゃないか」と諭したものと解釈しています。（※2）柏原ではこの頃ようやく騒動のほとぼりが冷めて、二竹が戻る環境ができてきたのかもしれない。

ところが、翌文化2年正月、二竹は再び江戸の一茶さんの家によって来ます。この頃、二竹は一茶さんに俳諧を学ん

でいたようです。同年には「一茶園月並」（※3）への投句がみられ、『諸国俳士録』（※4）という本には「二竹 柏原中村太三郎」と名前も載りました。これらのことから、二竹は柏原で唯一の一茶さんの門人と呼ばれています。

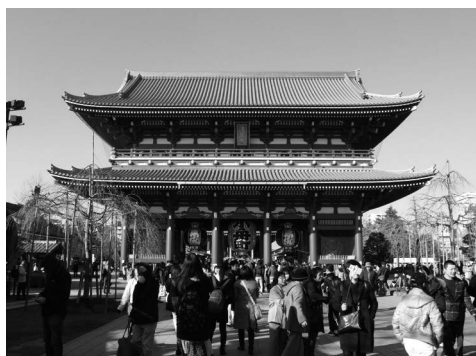
その後空白期間を経て、次は翌文化3年7月から9月にかけて一茶さんの許を訪れています。二竹の実家では、同年に父が亡くなり、弟が家を継ぎました。二竹は今後の身の振り方に悩んでいたようで、一茶さんと浅草寺にお参りをしたり、一茶さん得意のト占（※5）をしてもらっています。そして、それを最後に、一茶さんの記録から動向が途切れてしまします。

その後、二竹は文化8年に柏原村の宗門人別帳から「帳外」になりました。これは行方不明者などを戸籍から除外することを意味します。二竹

はふるさととの連絡を絶つてどこかへ消え、最期はようと知れませんが。悲しい人生の終幕でした。

※1 本郷追分：現東京都文京区向丘。中山道と岩槻街道の分岐点
※2 詳しくは参考文献を参照
※3 一茶園月並：二茶が宗匠として行った今で言う通信句会
※4 『諸国俳士録』高樹亭柏葉編。文化年間頃の諸国俳人の名簿録。刊行年不明
※5 一茶さんは占いの心得があった。この時は縁談を占っている。

【参考文献】『一茶 その生涯と文学』小林計一郎著 信濃毎日新聞社（2002）



一茶さんと二竹が参籠した浅草寺

「朗読を楽しもう～黒姫 朗読教室～」受講者募集

おはなしを声に出して読んでみませんか。声を磨いて、朗読を楽しみましょう。9月14日には童話の森ホールにて発表会を行います。

- 募集人数 先着12人（高校生以上）※経験の有無は問いません。
- 会場 童話の森ギャラリー体験実習室
- 日時 5月12日、6月2日、6月30日、7月28日、8月18日、9月1日 いずれも日曜日の計6日
午後1時00分～2時30分（全回通しての受講と発表会への参加が原則）
- 講師 伊藤博敏氏
（朗読・紙芝居・日本語表現アドバイザー。元民間放送アナウンサー）
- 費用 2,400円（入館料は別途。住民の方は1,000円、町外の方は2,000円の年間パスポートをお求めください）
- 持ち物 筆記用具、ご自分が必要と思う辞書（国語辞書、アクセント辞典など）、電子辞書可（ある場合）、ICレコーダー・スマートフォンなどの録音できる機器
- 申込締切 4月5日（金）必着

申込み方法はこちら

住所、氏名、年代（〇歳代）、固定電話、携帯電話、メールアドレス、この講座を知ったきっかけ、受講動機・学びたいことを記入し、FAX、ながの電子申請のいずれかでお申し込みください。



問黒姫童話館

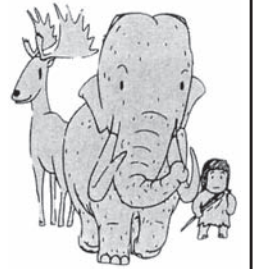
電話（255）2250

FAX（255）2261



4月4日
まで
冬季休館中

博物館のページ



野尻湖
ナウマンゾウ博物館

雪の家イグルーをつくろう！

野尻湖ナウマンゾウ博物館

館を核とする野尻湖周辺活性化事業実行委員会では、2月4日（日）にイグルー作りのイベントをおこないました。

イグルーは、北米の先住民族であるイヌイットが作る雪の家で、狩猟をしながら移動生活をする人々が一時的に暮らすために圧雪ブロックを使って作るものです。

氷河時代にゾウ狩りをしていた人々の暮らしを想像してもらい、また豊富な雪を楽しんでもらいたいとの思いから企画しています。

今回は、町内の小学生を中心とした33名の参加者と、氷河時代案内人3名を含むスタッフ11名の総勢44名が集まり、2グループに分かれて、2基のイグルー

を作りました。

博物館北側の駐車場を会場に、積もった雪を使って、半径1mの大きさのドーム状になるように雪のブロックを積み上げていきます。

雪を切り出すだけではブロックはすぐに崩れてしまいますので、コンテナに雪をつめて固めたブロックを使いました。

2基のイグルーとそれをつなぐ通路を全員で協力して作り、2時間ほどで完成しました。今回はイグルーをナウマンゾウとオオツノ

ジカの頭に見立てて、雪で顔やキバなどを表現してしました。子どもも大人も夢中になってイグルー作りに取り組みました。

参加者の感想

・一から人の手だけで居住スペースを造る大変さを体

感して、現代がいかに便利な世の中なのかを考えさせられる貴重な時間でした。楽しみながらイベントに参加できて、とても楽しめた反面、昔の人々の生活に思いをはせるととても楽しめたもんじゃないかなかったです。大人も子どもも素晴らしい、楽しい時間を過ごさせていただきました。

（長野市・一般）
・ブロックをかためていくのがたいへんだった。イグルーのトンネルを通るのが楽しかった。

（信濃小中学校7年）
・みんなで協力してイグルーを作れてよかったです。みんながんばれてよかった。

（信濃小中学校3年）
・ブロックをふみかためるのがストレスはっさんになって、たのしかった。

（信濃小中学校2年）
・イグルーのバランスがむずかしかった。かためるのがたいへんだった。とても楽しかった。

（信濃小中学校5年）



雪のブロック作り



雪で隙間を埋めながらブロックを並べる



イグルーを紹介



出入り口の完成



通路作り



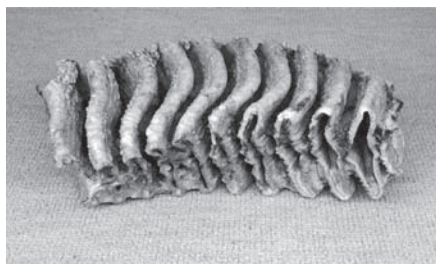
ドーム状にブロックを積み上げ



イグルーの前で記念撮影



雪でナウマンゾウの牙を表現



日本海白山瀬産ナウマンゾウ化石

現在、博物館3階特別展示室で開催中の収蔵資料展より、今回は日本海の海底から見つかったナウマンゾウ化石をご紹介します。

ナウマンゾウの化石は日本国内で300ヶ所ほどの地点から発見されていますが、その中には陸地だけでなく海底からひきあげられたものも含まれます。

展示中の標本は1980年6月に日本海の海底から発見されたナウマンゾウの臼歯の化石です。新潟市の底引き網漁船が日本海で漁をしている最中に網にかかって引き上げられました。

漁船の日記によると網に

収蔵資料展『ナウマンゾウとマンモス』より 日本海のナウマンゾウ化石

かかった地点は、佐渡島の西方で能登半島の北方の沖合110kmにある白山瀬と呼ばれる場所でした。およそ430mの深さの場所から引きあげられたそうです。海底には黒色の砂や泥がたまっているようでしたが、見つかった標本は洗われていて、どのくらいの時代の地層に埋まっていたのかはわかりません。

化石は、その形からナウマンゾウの左下顎第三大臼歯であると考えられています。歯の根元の部分など一部は欠けていますが、ゾウの臼歯の特徴であるラメラと呼ばれる板が11枚そろっています。野尻湖の化石が全体に暗い茶色をしているのに比べて、この標本は全体に白色から灰色、淡い茶色をしています。

北陸の沖合の海底から見つかったナウマンゾウ化石は非常に少なく、日本海周辺の大地の生い立ちを考えると貴重な標本であると考えられています。

来館者が描いた絵 見に来てください

野尻湖ナウマンゾウ博物館では館内で「絵を描いてみませんか」と呼びかけていて、描いていただいた絵は廊下や階段の壁に一定期間展示し、その後返却しています。ナウマンゾウやオオツノジカの実物大復元像を見ながらスケッチしたり、ナウマンゾウを狩りしていた氷河時代の人々を想像しながら描いたりしていただいています。令和5年度にはこれまでに105枚の絵が集まりました。今回は今年度描いていただいた絵の一部を紹介します。



展示のようす



1万年前のどうぶつたちのくらし
(重岡大和さん・奈良県・小3)



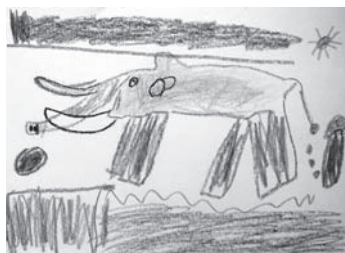
さわってみようにいるぞう
(田口ゆいこ・東京都・大人)



じゃんけん・・・パオーン！
(戸谷風海さん・愛知県・小3)



ぞうさんのおさんぽたのしいな
(田中もえさん・長野県・小1)



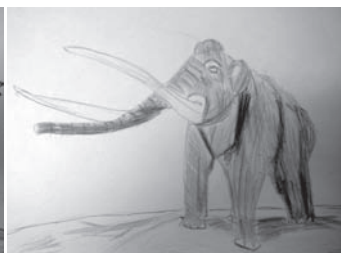
ぞうの日常
(伊藤叶霧さん・東京都・年長)



ナウマンゾウ
(村松彩都さん・山梨県・年中)



ナウマンゾウとオオツノジカ
(中山星愛さん・長野県・年中)



ナウマンゾウは生きていた、四万年前に
(中山彩音さん・埼玉県・小5)



狩りをする人
(北條智崇さん・兵庫県・小3)



突き進むナウマンゾウ
(鈴木健介さん・千葉県・小5)



虹色の王さまナウマンゾウ
(村上 耀さん・長野県・小1)



氷河時代のバトル
(樋口稜空さん・新潟県・小4)



認知症予防講座

1月27日明治安田生命の坂口基徳先生を講師にお迎えして、認知症予防講座が開かれました。



このテーマに関心を持つ方も多く、参加人数は40名と多く参加されました。会場では血管年齢検査も行われ、開始前から終始賑やかな雰囲気でした。講座ではまず、人生百年時代と言われる今後の世の中で、認知症を抱える人数と割合及び今

後の有病率やコストについて詳しく教えていただきました。

続いて認知症は誰でも起こり得るものとして、認知症とはどういうものかについて教えていただきました。認知機能の低下により、空間認識力と注意力が衰えてくると、「階段を上る時に足を持ち上げたつもりが十分でなくてぶつけてしまうことがありますよね」と投げかけられると、受講生の皆さんはうなず



血管年齢は？



受講生のみなさん

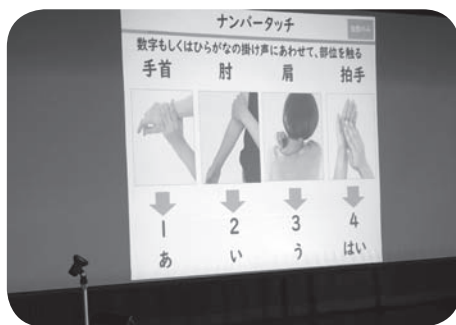
いておられました。

筆者が個人的に心に残った事は、「二昨日の夕飯に何食べたかを思い出せないのはただの物忘れで、認知症は食べたこと自体を忘れてしまう」というものでした。

その後、軽度認知障害（MCI）について教えていただき、認知機能の低下を予防すれば健康な状態に回復できるとして、座ってやる認知症予防体操を教えてくださいました。

ナンバータッチという数字もしくはひらがなの掛け声に合わせて体の部位を触る体操では、坂口先生は盛んに「間違えてもいいんです。みんな私の方を真剣に見ていますから。周りの人なんて見ていませんから」と受講者の皆さんの笑顔を誘いながら、予防体操を体験することができました。

認知症予防のためには、頻繁に脳に刺激を与え続けることが有効で、普段しないことにチャレンジして脳内を刺激し、笑いを交えながら、体験することが大切。この「笑いながら」というのも大事なポイントで、なによりも楽しんでいないと活動が続かないのでゲーム感覚で続けられるものや囲碁や将棋のようなゲームそのものも効果的であ



ナンバータッチ



予防運動

本館専門委員会講座「MYライフ&エンディングを考えよう」

エンディングノートを使い、

この先どういうことをやりたいか考えましょう！

認知症予防を踏まえ、これからの夢を探っていきましょう！！

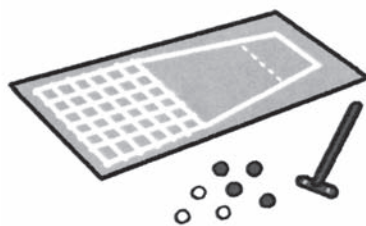
期日 3月2日(土) 時間 10:00～(約1時間)

場所 信濃町総合会館 2F 大ホール

ると教えていただきました。
また、体験だけでなく「いろんな人と出会い、新鮮な会話をするのが効果的だ」とか「人の役に立つ、相手に喜んでもらえるようなことをするとモチベーションアップが望める」とか、具体的な生活の仕方や目的意識の持ち方も教えていただき約一時間の講座があつという間に楽しく終えることができました。

囲碁ボール

富士里支館



1月13日(土)に富士里支館にて囲碁ボール大会が開催されました。ルールが分かる方がいなかった為、ルール説明から始め、参加者が理解されてからは試合が盛り上がり、良い雰囲気でした。24名の参加者で、当初の試合予定よりも試合数を増やし大盛況でした。



ねらってます



ココだぞ!!



きんちょうするなあ

大人のそば打ち教室

柏原支館

2月3日(土)に総合会館において、「大人のそば打ち教室」が開催されました。

今回は、駒村久芳さんと中村由雄さんを講師にお迎えして、15名の方の参加を得て、江戸打ちという手法を教えていただきました。

まず、こね鉢にそば粉とつなぎ粉を入れてよく混ぜ、3回に分けて打ち水をしながら粉をこねて丸い玉にしました。



こねて丸める

次に、その玉を板の上に置いて両手で広げていき、30cm位になったら、のし棒を使って大きく広げて、四角の薄い生地になりました。

次に、生地を長方形にたたんで、駒板を乗せてそば切り包丁



四角くのばす

で細く切っていました。切ったそばを各自持ってきた入れ物に入れて持ち帰りました。



細く切る

今回は比較的经验者の方が参加されたので、スムーズにそば打ちができました。

訂正とお詫び

広報しなのNo.526号で『黒い絵』の著者名が「原田ハマ・」となっていました。「原田マハ」の間違いでした。訂正してお詫びします。

新刊図書



1月

最愛の 上田 岳弘
変な家 2 雨穴
名探偵じゃなくても

深夜カフェ★ポラリス 小西マサテル

絡新婦の糸 秋川 滝美
ともぐい 中山 七里

催眠ガール2 河崎 秋子
龍の墓 大嶋 信頼

人間標本 貫井 徳郎
今日、誰のために生きる? 湊 かなえ

ひすいこうたろう×SHOGEN ラウリ・クルスクを探して

なれのはて 加藤シゲアキ

2月 県警の守護神 水村 舟
ホットプレートと震度四

井上 荒野
東京都同情塔 九段 理江

一夜 隠蔽捜査10 今野 敏
シャイロック・ホームズの凱旋

森見登美彦
風に立つ 柚木 裕子

ブラック・シヨーマンと覚醒する女たち 東野 圭吾

フアラオの密室 白川 尚史

四重奏 逸木 裕
しあわせの輪 群 ようこ

墓じまいラブソディ 垣谷 美雨

赫き女王 北里 紗月



不動産鑑定士無料相談会を開催します

不動産評価に関する事項（売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借等に係る不動産評価）について不動産鑑定士が答えいたします。ご予約は不要ですので、直接会場へお越しください。

日時	会場
4月5日(金) 午前10時00分～午後4時00分	長野市役所第1庁舎 5階会議室151

☎一般社団法人長野県不動産鑑定士協会 ☎026(225)5228

介護スタッフを募集しています

ー特別養護老人ホーム矢筒荘からのお知らせー

長野広域連合 特別養護老人ホーム矢筒荘では介護職員を募集しています。

- 仕事内容 日常生活上の介護業務
- 勤務場所 特別養護老人ホーム矢筒荘
飯綱町大字牟礼 2227 番地
(町立飯綱病院西隣り)
- 賃金等 基本給：174,900 円／月（昇給あり）
- 処遇改善手当 34,000 円／月 他各種手当あり
- 勤務時間 7.75 時間／日
※交代勤務（日勤・早出・遅出・夜勤）

- 休日日数 年間約 130 日
- 加入保険 労災・雇用・社会保険
- その他
 - ・短時間勤務ご希望の方も相談可能
 - ・用務員も募集中

詳しくは、こちらから



☎特別養護老人ホーム矢筒荘 ☎026(253)6666

「電源立地地域対策交付金」を活用しています

電源立地地域対策交付金は、発電用施設の立地地域で行われる、公共施設の整備、住民福祉の向上のための事業に対して交付金を交付することで、発電用施設の設置に係る地元の理解促進等を図ることを目的とした制度です。信濃町では、中部電力の鳥居川発電所、東北電力の高沢発電所、池尻川発電所などが稼働しています。今年度、町立信濃小中学校の学習支援員の配置に対し、この交付金を活用し、学習指導の充実を図っています。

交付金額：7,263,000 円

☎総務課 財政係 ☎(255)5920

毎週火曜日は、時間外窓口受付を行います



3月5日 / 12日 / 19日 / 26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おりません。

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幼児健診(1歳半・3歳児) 地域交流施設
3月6日金／受付:12:30～12:45
1歳半児／対象:令和4年8月生
3歳児／対象:令和3年2月生

③こころの健康相談 保健センター
3月14日金／15:00～17:00
※3日前までに予約してください。

④断酒会 総合会館
3月27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
3月4日金／10:00～11:30 子育ての相談

⑥母乳相談 木育ルームなかよし
3月4日金/6日金/11日金/13日金/19日金/25日金/27日金
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
3月生まれのお子さんがい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

⑥⑦なかよし相談員 ☎090(4382)6832

⑧教育委員会事務局 ☎(255)5923

火の用心

信濃町消防団

火の後始末はしっかりと！

3月資源物収集

☎住民福祉課環境係
☎(255)5924

2日金 新聞・チラシ(野尻・古間)

6日金 容器包装プラスチック

9日金 ダンボール(柏原・富士里)

16日金 ダンボール(野尻・古間)

23日金 雑誌・雑紙(柏原・富士里)

27日金 容器包装プラスチック

30日金 雑誌・雑紙(野尻・古間)

生ごみ処理機器購入費補助の申請受付中！



ひとときの会からのお知らせ

抜群の森、袴岳へ！スノーシューお弁当持ちハイク

斑尾山北側標高1,135mの袴岳。そこに広がるブナの美しい森を目指し、森でのんびり過ごすことを目的とします。

帰りは、尻滑りで軽快に下りましょう♪人気のコース、積雪状況でルートが変わるのも新鮮な楽しみ。スノーシュー経験者や日常的に歩いている方向け企画です。※荒天中止

■日時 3月19日(火) 午前9時00分～午後3時00分頃まで

■集合 午前9時 道の駅しなの駐車場(乗り合いで斑尾移動)

■持ち物 飲み物、昼食、雪上に座るシート、スノーシュー・ストック(ロングトレイル用レンタル有り500円)、あれば一人用ザリ

■装備 体温調節しやすい防寒着、リュック、サングラスなど

■参加費 1,000円

お申込みは、3月18日(月)午後4時30分までに
商工観光・癒しの森係 ☎(255)3114へご連絡ください。

自衛官を募集します -自衛隊からのお知らせ-

○一般幹部候補生

幹部候補生学校へ入隊し、約1年の教育を経て幹部自衛官に任官します。

■受験資格 22歳以上26歳未満

■受付日 3月1日(金)～4月12日(金)

■試験日 4月20日(土)・21日(日)

○第1回一般曹候補生

自衛隊の中核となる自衛官を目指します。

■受験資格 18歳以上33歳未満

■受付日 3月1日(金)～5月7日(火)

■試験日 5月17日(金)～5月26日(日)のいずれか1日

お問い合わせは、自衛隊長野地方協力隊 ☎026(235)6026へ
ご連絡ください。

わたしの
夢

未来への輝く思い

信濃小中学校 4年1組

原田 はらだ

あみ



保育士になりたい

私は、大人になったら保育士になりたいです。小さいころからの夢です。赤ちゃんや小さい子どもが大好きだからです。

私には、弟や年下のいとこがいます。弟が小さいころからよくご飯を食べさせてあげたり、一緒に遊んだりしていました。いとこが生まれてからは、さらにたくさんお世話をするようになりました。弟やいとこの笑顔をみた時から「保育士になりたいな」と思うようになりました。

それから少しずつピアノを練習するようになりました。保育士になるために、読み聞かせやピアノをより良くする練習を続け、必要な力をつけていきたいです。

編集後記

◆皆さんこんにちは、広報担当のありえです。

2月・3月は、バレンタインデー・ホワイトデーの季節です。最近では、本命チョコや義理チョコの他に、世話チョコや逆チョコ、自分チョコなどがあるそうです。多様化の時代ですからね。チョコも多様化しています。自分チョコは、バレンタインデーに関係なく、ただの自分へのご褒美のような気がするのは私だけでしょうか。そんな私は、なんでもいいので、とにかくたくさんチョコをもらいたい人なんですけど、今年は、3つのチョコをもらいました。ありがとうございます。昨年より少し減ってしまったのは悲しいです。アピールが足りなかったんですね。来年のバレンタインデーは、業後に箱をもって各部署を回ろうと思っています。

(ありえ)

町の将来像

