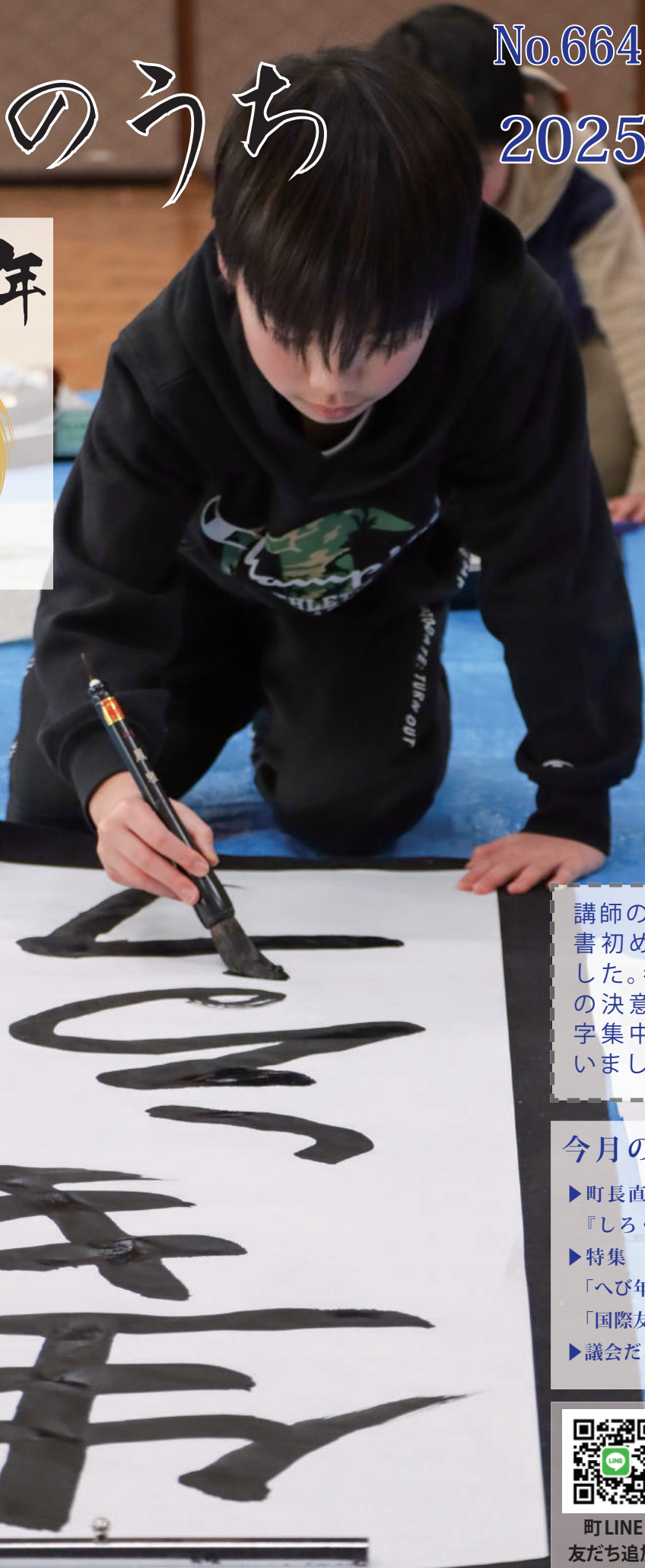


謹賀新年



講師の呉羽先生を招き、書初め教室を開催しました。参加児童は、新年の決意や目標を一字一字集中して筆を運んでいました。

今月の記事

- ▶町長直筆コーナー
『しろくまつうしん』第21号
- ▶特集
「へび年生まれの将来の夢」
「国際友好交流協定締結」
- ▶議会だより



町LINE
友だち追加



町の観光情報

しろくま つうしん 第21号

しろくま町長



© @ butabulo

皆さま、新年明けましておめでとございます。

2025年が皆さまにとって素晴らしい一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

去年は、記録的な暑さに見舞われる夏をはじめとして、多くの挑戦と成長があった一年でした。町長として今年も引き続き町の発展のため全力を尽くしてまいります。

2025年の重点施策

今年、現在進めている取り組みをさらにスピードアップさせ、地域の発展と住みよい町づくりに一層取り組んでいきます。

■地域スポーツの振興

総合型地域スポーツクラブは、町民の皆さんの健康増進とスポーツ振興を目的として設立されました。

現在はスポーツ教室が中心となっていますが、今年には部活動の地域移行を積極的に推進し、子どもたちがスポーツを通じて成長し、地域の絆を深められる環境づくりを目指していきます。

■観光振興

この冬はラニーニャ現象の影響で、12月から冷え込み雪も降り、良好なシーズンインとなりました。海外からのスキーファンの方々も増えているようです。駅前前のインフォメーションセンターでは、日々多くの観光客の方々をお迎えし、スタッフによる案内が行われています。さらに、湯田中駅内には「エキナカ」というカフェを設置し、訪れる方に町内産のリンゴジュースや特産品を提供しています。

そして地獄谷野猿公苑の入口にもなっているロマン美術館前には、待合室とトイレを整備することができました。日本全体でインバウンド観光が増加するなか、山ノ内町でも受入れ態勢のさらなる整備を進めていきます。

■農業振興

12月の豪雪で一部ぶどう棚が被害を受けました。現在状況把握に努めています。1日も早い復旧に向けて町としても取り組み、県などにも要望をあげていきます。農家の後継者不足や

遊休農地の増加、有害鳥獣対策といった課題にも積極的に取り組んでいます。

また、昨年は例年以上に熊が里に降りてくる事例が多く見られました。引き続き電柵の整備を進めるとともに、IT技術を活用したスマート農業を推進し、農業支援や働き手不足の課題解決に向けて努めていきます。

■国際交流の推進

今年初め、フランスのサンジェルヴェ・レ・バン市との国際交流都市提携を結びました。この提携を通じて、子どもたち同士の交流や文化・スポーツ分野での交流を深めていきたいと思っています。国際的な視野を持つことで、山ノ内町の魅力をさらに広げることができると確信しています。

■学校統合

小学校の統合は早期に取り組むべき課題であると認識しています。昨年は「教育の内容」や「魅力のある教育」について議論を進めてきました。今年はその方向性を基に、統合に向けた具体的な進捗をご報告できると思っています。

町で子育てをされている保護者の皆さんに、魅力的だと思ってもらえる学校にしていきたいと思っています。

また、町としては放課後の充実も目指したいと思っています。

都会では学童クラブと習い事が融合したサービスが多く展開されており、共働きの皆さんお母さんが多い中で、より子育てしやすく、子どもたちが学びやすく成長できる環境を整えていきます。

■巳年の象徴と新たな挑戦

2025年は巳年です。巳年は「知恵」や「成長」を象徴する年であり、蛇が脱皮を繰り返すことから変化や再生の象徴でもあるため、新たな挑戦を恐れず、成長していくことが大切だと感じています。私自身も職員も、地域の皆さまと一緒に知恵を絞り、より良い未来を築いていきたいと思っています。

最後に、皆さまのご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。今年も山ノ内町をどうぞよろしく願います。共に手を携え、素晴らしい一年を築いていきましょう。



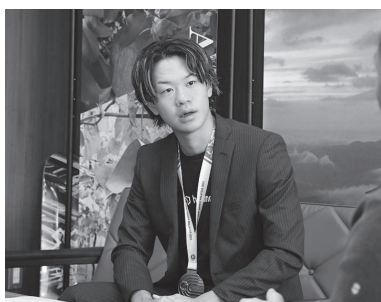
▲西小学校の子どもたちが育てたりんごを湯田中駅前販売しました

デフサッカー 星河真一郎選手が優勝報告

町内在住のデフサッカー選手星河真一郎選手が、昨年末に行われた「第10回アジア太平洋ろう者競技大会」にて、見事に優勝しアジアチャンピオンに輝きました。

星河選手は、「前回大会は2位だったが今回は1位になったことを素直に嬉しく安心して話している」と話す。

また、これからの目標を聞かれると「今年初めて東京にて自国開催されるデフリンピックにて選手として選出されるため、練習を重ねていきたい」とのこと。



▲優勝を報告する星河選手

●デフサッカーとは

聴覚障がいのある選手がプレーするサッカーのこと。選手たちは、アイコンタクトや手話で連携を図る。

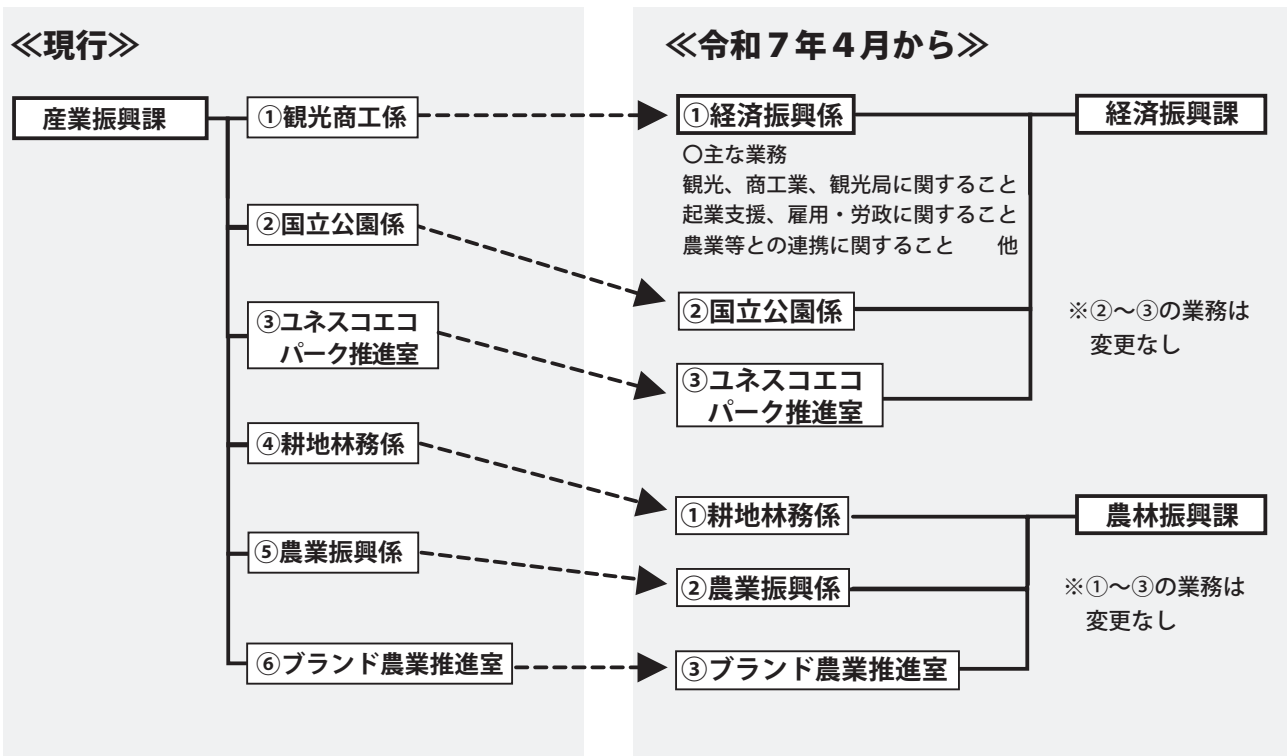
令和7年4月に役場組織を一部見直します

「町の経済振興につなげるための体制強化（産業振興課の再編）」

産業振興課を2課に分割し、町の経済振興につなげるための部署として「経済振興課」を、旧農林部門を担当する部署として「農林振興課」をそれぞれ設置します。

近年、Uターン者による町内での起業、移住者による空き店舗を活用した開業等が盛んに行われるようになり、行政の支援体制や施策の整備が求められています。今後ますますニーズが高まると考えられる起業支援、テレワークなど町内を拠点とした新たな働き方の実現や生業の創出につながる支援、中小企業支援の継続に的確に対応していくために、経済振興部門を産業振興課から独立させ強化を図るとともに、関連業務の一部移管も行いながら体制を一本化します。

なお、観光分野については、令和6年4月に本格稼働した（一財）山ノ内まちづくり観光局へ施策や事業の実質的な移管を進めながら、町行政との連携を保ちつつ観光関連事業に取り組んでいきます。



☎総務課 総務係 電話：33-3111

役場職員における フレックスタイム制の試行について

本町では、職員の働き方について柔軟で多様な勤務形態の選択肢を創出することで、職員の能力を十分に発揮し、高い意欲を持って効率的に勤務できる環境を整備し、公務効率の向上及び仕事と家庭生活等の両立を推進することを目的とし、国や他の自治体の例を参考にしながら、フレックスタイム制の試行運用を令和7年1月から開始します。

役場職員の勤務時間は1日7時間45分と定めています。フレックスタイム制では、1週間当たりの勤務時間（38時間45分）を基本とし、日によって勤務時間を短くしたり、長くしたり調整（時間の割振り）して勤務する制度です。

例えば、朝・夕に子育てや介護のための時間が必要な場合、所用のため時間が必要な場合など、目的に応じてある日、ある曜日の勤務時間を調整し勤務することが可能となります。

町民の皆様や業務に関わる事業者の皆様には、できるだけご迷惑がからないよう、業務内容や職員間の連絡体制を確認し、制度の試行運用を行ってまいりますので、趣旨をご理解のうえ、ご承知いただけますようお願い申し上げます。

☎総務課 総務係 33-3111



西小 5年 腰田 璃唯彩さん

かんごしになって人助けをしたい

私の将来の夢は、看護師になることです。年中ぐらいから、苦しんでいる人を助ける看護師の人がとってまかっよく見えて、私もあんな風に苦しんでいる人を助けたいと思うようになりました。なので私は、学校でもそうだし、学校以外でも「困っている人がいたら助けよう」ということを心がけています。例えば、授業中に物を落とした人がいればひろうし、転んでケガをした人がいれば「大丈夫?」と声をかけて保健室へ連れて行くなど、その人の力になるためにできる限りのことをするようにしています。このような行動も大事にしつつ、勉強もがんばりながら夢を実現させたいです。

メディア機器を作りたい

私の将来の夢は、機械を作ることです。機械の中でもスマートフォンやパソコンなどのメディア機器を作りたいと思っています。私は、物を組み立てることが好きで昔から趣味でした。これは自分の価値観ですが、組み立てる部品が小さいほど難しくなると同時に、出来上がったときの達成感も大きいと感じます。スマートフォンやパソコンは精密機械であるため、細かい部品を合わせなければできません。まだそこまで部品の細かい機械は作ったことはありませんが、スマートフォンやパソコンが完成したときの達成感はとても大きいと予想されます。夢の実現に向けてこれからも努力を続けたいです。



西小 5年 塚田 梨乃さん

米料理の力でみんなを笑顔に!!

ぼくの将来の夢は、料理人になることです。人は、食べる物がなくて生きてはいけません。料理をして食べてもらうというのは、人を生かすことと同じだと思います。そう思うと料理人は、「すごいなあ」と思うし、あこがれます。

料理は、ただお腹をいっぱいにするだけでなく、食べた人を幸せにする力があると思います。だからぼくは、高級料理ではなく、普通の人々が気軽に食べられる食堂の料理人になりたいです。そして、みんなが好き嫌いをせずに、楽しく食べられるような料理をたくさん作って、みんなを元気に、笑顔にしたいです。



南小 5年 湯本 英寿さん

心に届く絵を描きたい

私の将来の夢はイラストレーターになることです。落ち込んだ時、あるイラストを見て元気をもらい、「私も誰かを元気にさせられるような絵が描けるようになりたい!」と思うようになりました。私は、大好きな絵を描くことで、悲しいことや辛いことを忘れることができます。いつか、自分の描く絵が、少しでも他の誰かの希望や支えになれたらうれしいなと思います。

そのために、色々なイラストを見たり描いたりして勉強しています。色々なジャンルのイラストを描けるようになって、誰かの心に温かい『色』を届けられるようなイラストレーターになりたいです。



南小 6年 大山 結音さん



東小 6年 佐藤 大悟さん

地球にやさしく、そして人を笑顔に

僕の将来の夢は、自分の会社を立ち上げ、社会に貢献できる環境に優しい製品を作ることです。今、地球の環境問題が深刻化しており、持続可能な社会を作るために一人ひとりができることを考えるべき時だと思います。僕は、エコロジーに配慮した製品やサービスを提供することで、生活の質を向上させながら、環境を守る手助けをしたいと考えています。具体的には、リサイクル素材を使った商品や、省エネルギー技術を取り入れた製品を開発したいです。この会社が社会に良い影響を与え、次世代に誇れる企業として成長していくことが、僕の最大の目標です。

パイロットへの道

僕は、ブルーインパルス（第11飛行隊）のパイロットになりたいです。1歳の頃からブルーインパルスのパイロットに憧れていました。実際に羽田空港や松本空港に行ったりしてたくさん飛行機を見てきました。また、米軍基地や自衛隊の基地も見たいと親にお願いして連れて行ってもらいました。

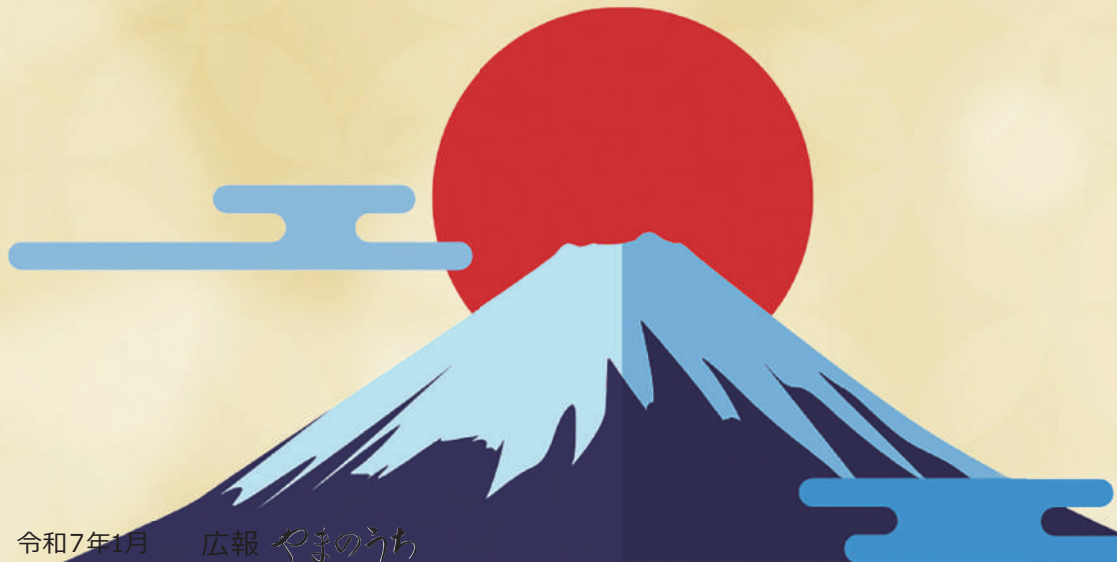
僕はただパイロットになるだけでなく、世界一のパイロットになりたいです。どんなパイロットかというと、操縦技術が高く、世界中に歓迎されるようなパイロットです。

パイロットになるためには勉強が必要です。僕は、特に算数や英語を頑張っていきたいです。上手いかないかもしれないけれど、この努力が未来につながると思います。



東小 5年 養田 乃護さん

未来に羽ばたく
へび年生まれの夢
へび年生まれの小学生から
将来の夢を聞きました！





暮らす やまのうち

最近の住宅を取り巻く事情のトピックとしては、住宅建築価格の上昇が挙げられ、材木や住宅設備などの資材の高騰、人件費の高騰や人材確保の難しさ、為替レートの円安の影響などが主な要因と言われています。

実際に住宅建築の平米単価はコロナ前の150～200%となっており、そのような状況で収入の増加が伴わなければ、マイホームを取得するために取れる手段は①面積を狭くする、②土地の購入価格を抑える、③新築ではなく中古住宅を購入する、といった対策を取らなければいけません。山ノ内町は土地の価格が比較的安く、広い空き家も多くありますので、これらのマイホーム課題を解決できる状況は整っています。

空き家や空き地は持ち主自身や子や孫などの家族が帰ってきて使うというのが理想ですが、その予定がない場合は町に定住したい若い人や町に移住したいと考えている移住者にタイミングよく引き継いで使ってもらえることで町の活性化にもつながります。

また家や土地の管理にかかる費用（除草や除雪など）も嵩んで見過ごせませんし、屋根の雪下ろしは高齢化や人手不足で請け負ってくれる業者が減っており年々ハードルが高くなっていますので、それだけでも手放す動機になりそうです。屋根がつぶれてからでは手放したくても為すすべはほとんどありません。

空き家をお持ちの方、近所の空き家の持ち主をご存じの方、ぜひ空き家・空き地バンクに相談だけでもしてみませんか？

☎未来創造課 移住国際交流係 ☎33-3113

みんなで楽しく！ いきいきふれんど

～お正月飾りを作ろう～

令和6年も残すところ半月となった12月15日、町文化センターでお正月飾りを手作りしました。

色紙に鶴やだるまなどの折り紙、お正月の小物や縁起物のシールなどを貼って、お気に入りの作品に仕上げました。

家族の人数分のだるまの折り紙を大きさや模様を変えて作ったり、色紙からはみ出すほどたくさんのだるまの折り紙を作ったりする人もいました。完成するとお互いの作品を見比べて会話もいちだんとはずんでいました。

お気に入りのお正月飾りを飾って、きっと良い新年が迎えられたことでしょう。

☎生涯学習課 文化創造推進係 ☎38-0373



ヘルメットを着用して、ウインタースポーツを楽しみましょう ～救急隊からヘルメット着用のお願い～



今年もウインタースポーツのシーズンとなり、多くの方がスキーなどを楽しまれていることと思います。皆さまが、冬のレジャーを安全に楽しみ、素晴らしい思い出を作れるようウインタースポーツ時の安全対策についてお願いします。

■下記表は町内のスキー場でケガをされた方を救急車で病院へ搬送した件数で、救急件数は増加傾向にあります。

年	救急件数	重症以上（死亡者含む）の件数
2023年	169件	19件
2022年	110件	18件
2021年	99件	10件



搬送される方の中には、スキーなどで滑走中に転倒し頭を強く打ち、重傷となるケースが見受けられます。ヘルメットを着用していれば重傷化を防げた可能性が高い方もいました。

ヘルメットは頭部を保護するだけでなく、オシャレを目的として着用する方も多くなり、様々なヘルメットが販売されています。

着用することは義務ではありませんが、安全にウインタースポーツを楽しむためにスキー、スノーボード中のヘルメット着用の検討をお願いします。

ヘルメットが自分や家族の大切な命と未来を守る！



☎山ノ内消防署（消防課） ☎ 33-3119



山ノ内町公式

単発
お仕事
探しサイト

詳しくはこちら！



おこみん



山ノ内マッチボックス
powered by matchbox

実施主体：山ノ内町 産業振興課 観光商工係
受託業者：株式会社Matchbox Technologies



もちつき大会

よませ保育園

11月26日、よませ保育園では恒例のもちつき体験が行われました。元気な掛け声でついた餅は、小さく分けて乾燥させた後、「あられ」として食べます。食べられる日が待ち遠しいですね。

ゆめっこ通信

Vol.158



2月の予定

12月3日のクリスマス会には大勢の親子の皆さんに参加していただき、賑やかに行うことができました。子どもたちはサンタさんとトナカイの登場にびっくりしながらもニコニコ笑顔でプレゼントをもらって嬉しそうでした。



〇3月の予定

- 4日(火) : おもちゃの修理屋さん
- 6日(木) : ぴよっこクラブ保健・栄養相談
- 7日(金) : たんじょう会
- 12日(水) : 大きくなったねの会

日時	内容
13日(木) 受付9:45~	ぴよっこクラブ 保健・栄養相談 保健師・栄養士による身体測定・育児相談があります。 持ち物:母子手帳・タオル・飲み物・こどもノートなど ★9日(日)までに予約をお願いします。
21日(金) 集合10:15 開始10:30	AIさんの親子ダンス 持ち物:飲み物、タオル等 ★18日(火)までに予約をお願いします。
25日(火) 集合10:15 開始10:30	ワークショップ 季節の制作を楽しみませんか! ★21日(金)までに予約をお願いします。
28日(金) 集合10:15 開始10:30	2月生まれのたんじょう会 ★誕生者は25日(火)までに予約をお願いします。



★マークのイベントはQRコードから予約をお願いします。

☎子育て支援センターゆめっこ ☎33-4778

フランス サン・ジェルヴェ・レ・バン市と 友好交流協定を締結しました

山ノ内町は、中国北京市密雲区、アメリカ合衆国コロラド州ベイル町に続いて、3都市目となるフランス サン・ジェルヴェ・レ・バン市と国際交流協定を結びました。

今後は歴史あるスキーリゾートと温泉地という「共通の魅力」を持つ自治体同士で、未来志向の協力関係を築いていきます。特に次世代を担う子どもたちの交流は、国際的な視野を持った人材が育まれることで、両自治体にとって貴重な財産となり、それぞれの地域の活性化につながる重要なものと考えています。まずは子どもたちの交流からしっかりと取り組んでいきます。

サン・ジェルヴェ・レ・バン市の紹介

サン・ジェルヴェ・レ・バン市は、フランス南東部のオーヴェルニュ・ローヌ・アルプ州にある自治体です。ヨーロッパアルプスの最高峰であるモンブランを有し、豊かな自然に恵まれ、歴史のあるスキーリゾートと温泉地であり、魅力を活かした観光振興に取り組んでいます。

サン・ジェルベ・レ・バン		山ノ内町
5,719人 (2023年)	人口	11,420人 (2023年)
63.63km ²	面積	265.9km ²
571～4,810m	標高	424～2,341m
最高 17.8℃ / 最低 -11.6℃ 平均 3.3℃	気温	最高 35.3℃ / 最低 -8.8℃ 平均 11.8℃



▲美しい街並み

▼フランスの鉄道としては、最も高い標高（2,372m）まで到達する登山鉄道



協定締結までの経緯

令和6年4月、山ノ内町訪問団が現地を訪れ、温泉や観光施設、最新の交通インフラ、文化遺産などを視察。地域の人々と自然という財産を守りながら、責任ある観光を推進するという価値観を共有しました。

この訪問を通じて、観光、教育、文化、スポーツなど幅広い分野での協力を進めていくことを双方が合意し、今回のサン・ジェルヴェ・レ・バン市のジャンマルク・ペイエックス市長の訪町に合わせ、山ノ内町にて友好交流協定を結ぶはこびとなりました。

友好交流協定締結式

去る1月8日、山ノ内町文化センターにて友好交流協定締結式及び歓迎レセプションが執り行われ、多くの関係者が見守る中、平澤町長とジャンマルク・ペイエックス市長が協定書にサインしました。



▲協定締結の様子

☎未来創造課 移住国際交流係 ☎33-3113



健康メモ

冬は
特に注意

ノロウイルスによる食中毒



ノロウイルスによる感染性胃腸炎食中毒は1年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間で、主な症状は吐き気、おう吐、下痢、発熱です。軽い風邪のような症状のこともあります。

■ノロウイルス感染を予防しましょう

- ① **食品は十分に加熱調理して食べるようにしましょう**
ノロウイルスは85℃で1分以上加熱することによって感染力が失われます。
- ② **調理器具は常に清潔に保ちましょう**
まな板や包丁などは洗剤でよく洗った後、塩素液（濃度200ppm）に浸して消毒し、その後水洗いするようにしましょう。
- ③ **感染者が使用したものや触れたものは消毒しましょう**
食器、下着、トイレのレバー・ふた、ドアノブなども塩素液（濃度200ppm）で消毒し、金属部分は10分後に水拭きしましょう。

■家庭用消毒液の作り方

市販の漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）を水で薄めることで、家庭用消毒液を作ることができます。素手で直接扱わないなど、注意事項をよく読んで使用しましょう。

消毒液の濃度	製品の濃度	液の量	水の量	用途
200ppm 濃度の塩素消毒液	12%	5mL	3L	調理器具、ドアノブ、床、 トイレの便座などの消毒
	6%	10mL	3L	
	1%	60mL	3L	

問健康福祉課 健康づくり支援係 ☎33-3116

広報やまのうちに広告を掲載しませんか

有料広告募集中！

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

問総務課総務係 ☎33-3111



「襖」「障子」「網戸」

〈見積り無料〉

お気軽にご連絡ください！

壁・床の傷み汚れ、お部屋の模様替えなどご相談ください！

(有)本間室内美装

TEL: 0269-33-2702 FAX: 0269-33-8556

〒381-0401 下高井郡山ノ内町大字平穩 2842

広告

司法書士青木事務所

〒381-0401山ノ内町大字平穩3246-1
エンゼルリゾート志賀高原410
電話: 0269-33-1950 FAX: 0269-33-1951
E-Mail: h-aoki@aoki-jimusho.net

～取扱業務～

相続・不動産取引・会社・簡裁民事訴訟
・財産管理・後見

（秘密厳守・初回相談無料）

広告

広告

処方せん受付 コトブキヤ薬局

開局時間 AM 8:30～PM 6:00

（土曜日はPM 4:00まで）

FAX 0269-33-2668 TEL 33-2254

よませコトブキヤ薬局

開局時間 AM 9:00～PM 6:00

（土曜日はPM 2:00まで）

FAX 0269-33-2668 TEL 33-2254

かかりつけ薬局をつくりましょう

恋するステップ

今年度をもって地域おこし協力隊を卒業します。

ですので、この記事が最後のコラムとなります。新型コロナウイルスによる延長もあったので3年10カ月間地域おこし協力隊員として活動させて頂きました。振り返るとあつという間でしたがとても濃い経験をしたなと感じます。

着任前は山ノ内町の名前すら知らず、縁もゆかりもなく尚且つ婚活事業という経験したことない領域にチャレンジすることに不安以前に全てのことが分からなかったため、逆にゼロからのスタートはネガティブな気持ちにならなかったことを覚えています。ただそのゼロからここまでやってこれたのは、職場の方々、地域の方々に支えてもらって、一緒に走っていただけたおかげです。移住をする前は人との繋がりをあまり考えずに生活していましたが、ここではその繋がりの大切さやありがたさに触れ、移住をしてその大事さを学ばせていただきました。

町の健康福祉課、社会福祉協議会の中で活動を通して、「人と人を繋ぐこと、その繋ぐことにどれだけより添えてサポート出来るか」を教えてもらいました。この言

葉は婚活事業を行っていく上でも自身の活動においても大切な言葉になりました。

この町に移住をして、婚活事業ができて本当に良かったと思っています。地域おこし協力隊としての活動は終わりになりますが先ほどの言葉を大切に、この町で引き続き婚活事業もやりながらステップアップ出来るように頑張りたいと思います。今までありがとうございました！



▲婚活イベント「ゲレンデで恋するやまのうち」の様子

▶イベント参加者募集中！
詳しくはQRを確認ください



多文化を経験しているTCKは、複数言語の習得、現在のグローバル



▲湯田中駅ステーションクリーンプロジェクトに参加しました。

国際交流員
アヨの

異文化

「サードカルチャーキッズについて」

「サードカルチャーキッズ」という言葉を聞いたことありますか。TCKとは、アメリカの社会人類学者によって作られた言葉です。

皆さんがご存じのとおり、「出身」

は生まれ育った土地という意味があります。ただ、両親の仕事などで国際移動する方は、両親の出身国＝一次文化、現在居住している国＝二次文化、特定の国にも属さない独自の居場所＝三次文化という経験があります。

つまり、生まれ育った土地が複数であるように感じてしまいます。こういった人々をTCKと呼びます。

皆さんがご存じのとおり、「出身」は生まれ育った土地という意味があります。ただ、両親の仕事などで国際移動する方は、両親の出身国＝一次文化、現在居住している国＝二次文化、特定の国にも属さない独自の居場所＝三次文化という経験があります。

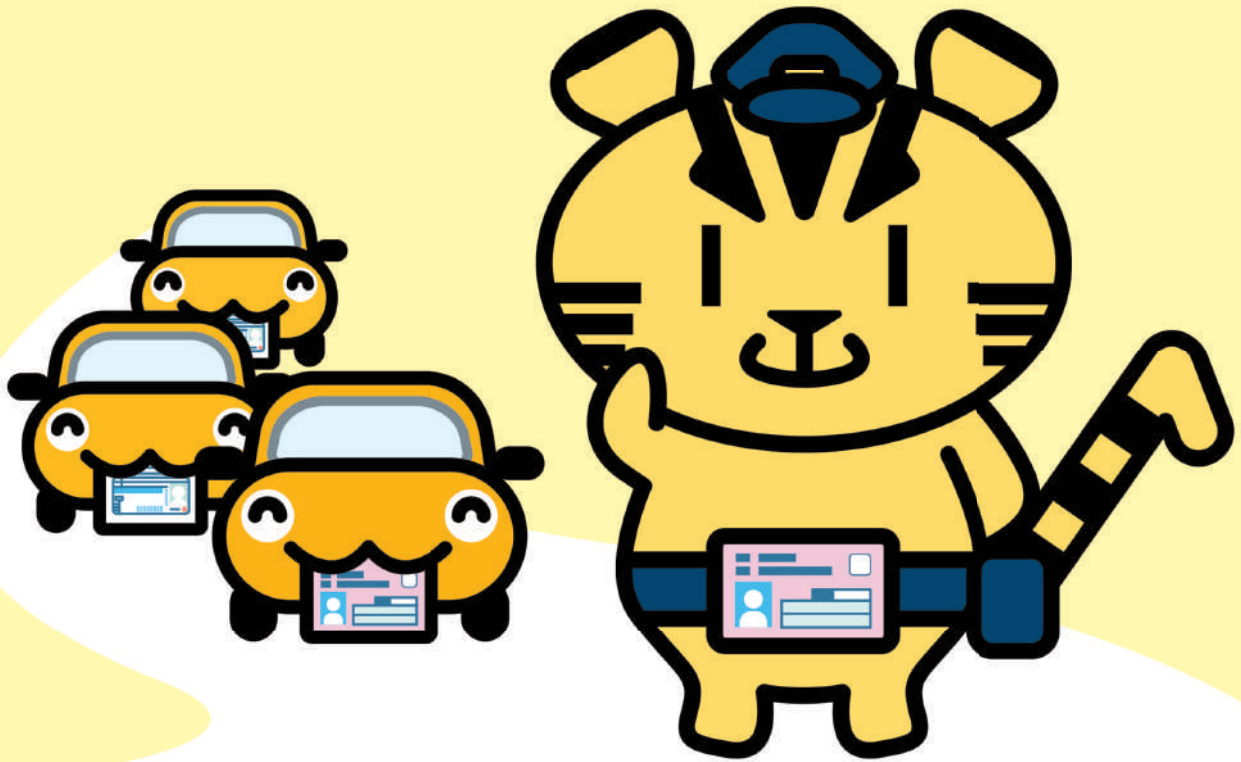


令和7年

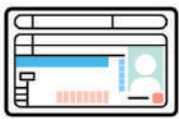
3/24

運用開始!

マイナンバーカードを 運転免許証として、 利用できるようになります。



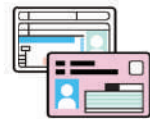
免許証は選べる3タイプ



免許証
のみ



マイナ免許証
(免許情報が記録されたマイナンバーカード)
のみ



両方

※ 運転の際は、免許証又はマイナ免許証のいずれかを携帯

※ 免許情報を読み取る場合には、「マイナ免許証読み取りアプリ」を利用（券面には免許情報が記載されないため）



希望する方は、マイナ免許証を持つことができます。

希望者は運転免許の情報をマイナンバーカードに記録できるので、免許証の面倒なアレコレがらくらくスムーズに!

メリット
1

住所変更等がラクに!

(マイナ免許証のみ)

メリット
2

オンライン更新時講習が受講可能に!

(優良運転者講習・一般運転者講習)

メリット
3

住所地以外での
更新の迅速化・申請期間延長!

メリット
4

更新手数料が安く

※ 住所変更ワンストップサービス等の利用申請やマイナポータル連携手続のためには、運転免許センター等でマイナンバーカードの署名用電子証明書の提出が必要であることから、一体化の手続前に6～16桁の暗証番号を予め準備する必要があります。

警察庁・都道府県警察

魅力あふれる わが町ブランド農業

山ノ内町は高品質な農産物が育つ優良な産地であり、農家の巧みな栽培技術により育てられた農産物は、市場でも高い評価を受けています。やまのうちブランドを広く県外の方に知っていただくために毎年行っている活動の一部をご紹介します。

ブランド農業活動報告

●玉村町産業祭（群馬県）11/17

友好交流都市である玉村町のイベントです。毎年出展していることもあって今年も販売開始前から長蛇の列ができ、多くの方が楽しみにしてくださっていたのだと感じました。

《参加された生産者より》

○サンふじを求める声が多かったのもう少し持って行ってよかったと思いました。



●愛川町ふるさとまつり（神奈川県）10/20

愛川町ふるさとまつりへは令和元年の観光キャラバンをきっかけに出展しています。今年はシャインマスカットをメインに販売し、お客様に食べ比べを楽しんでいただけるように多品種を販売しました。

《参加された生産者より》

○黒・赤・青系のぶどうや珍しい品種のぶどうが人気で毎年購入してくれる人が増えたので、品質を保つのが大事だと思いました。

《購入者からの感想など》

○初めてクイーンルージュを食べてみて大粒で甘いのでびっくり！来年も楽しみにしています。（神奈川県 70代女性）



●とやまグルメ・フードフェス2024（富山県）10/26～27

平成30年から参加しているイベントで、今年はりんご3兄弟（秋映、シナノスイート、シナノゴールド）と巨峰、シャインマスカット等を販売し、北陸地方のお客様へ山ノ内町の農産物をPRしました。

《参加された生産者より》

○物価高騰もあり今年は特に財布の紐が固い印象を受けました。

《購入者からの感想など》

○本当に新鮮なフルーツで美味しい！山ノ内町をあまり知らないが他にも美味しいものがありそうで訪れてみたい。（富山県 50代女性）



この他、所沢市、名古屋市、熊谷市、新潟市へ町の美味しい農産物をPRしました。今後も引き続き取り組んでいきます。

●令和6年度県内各種コンクール入賞者（敬称略）

第57回うまいものくだものコンクール

りんご「シナノスイート」

農林水産大臣賞 古幡豊和（佐野）

長野県知事賞 鈴木駿介（佐野）

長野県園芸作物生産振興協議会長賞 小林英晃（佐野）

長野県園芸特産振興展推進協議会長賞 小湊崇法（佐野）

全国農業協同組合連合会長野県本部長賞 山戸敬太（戸狩）

第57回うまいくだものコンクール

ぶどう「ナガノパープル」

一般財団法人長野県果樹研究会賞 奥出俊一（宇木）

令和6年度長野協同組合 きのご品評会

品目「えのきたけ」

全農長野北信事業所賞 坂口建一（横倉）

長野県農村工業研究所理事長賞 秋山秀樹（佐野）

生産部会連絡協議会きのご班長賞 小野沢潤一（本郷）

ふるさと寄附金「“オラ”のふるさと応援貨」

町田 伸二	浅井 奈々	大澤 学	青山 新之介	藤田 雅史	竹内 俊博	清水 亨	世古口 和也	石井 和紀	磯邊 美春	小泉 宏隆	西村 桂一	佐藤 玄人	久保 美津穂	壁本 潤	矢澤 英彦	荒川 武士	小田 健太	宮腰 千晴	米本 真悟	渡邊 景子	原口 和子	布施 恵一郎	松村 奈美子	林 茜ウエン	鈴木 雅弘	池田 光次	後藤 稔	加藤 菊乃	東海林 良一	平山 宏昌	唐澤 祥嗣	川口 圭	瀬川 和正
曾根 崇文	島袋 竜成	柳瀬 理美	勝呂 紀明	森島 優	紙本 伸一	竹田 遼	藤森 直子	山崎 正貴	黒川 明成	伊藤 栄章	宮澤 優	勝又 大介	中村 奈緒美	中山 理世	小林 貴文	星野 理恵子	岡本 義昭	長澤 美穂	嶋田 浩喬	中村 洋介	吉田 成美	宮島 寛	石橋 暁江	井上 是久	周東 宜則	関 康一郎	中澤 征忠	福井 利幸	伊藤 育子	間野 直人	田畑 善嗣	倉掛 信介	上杉 秋則
八代 健太郎	横枕 憲治	清水 亜希子	飯田 夏木	山本 真実	高橋 秀直	高木 俊郎	井関 貴裕	シフオーニマルコ	三野 春雄	北村 彰秀	川上 拓	村上 齐志	武藤 健司	滝田 佳伸	黒崎 裕太	渡邊 茂	伊藤 久司	綾野 創	中村 大	渡辺 信幸	石山 明日香	小林 謙一	渡邊 功	鈴木 拓也	田中 亨	徳田 雅彦	宮西 英明	谷川 和彦	平岡 竜一	西村 謙太郎	羽入田 圭司	中村 涼太	関 美咲
ホ チョンピン	田中 力	園山 浩範	田崎 夏帆	田中 健一	藤田 博史	井関 礼子	岩本 文成	中村 浩	松下 貴伸	澤田 矩光	石崎 琢哉	吉川 満則	亀井 圭一郎	田村 雅子	串田 淑久	安川 洋	石坂 仁	堀場 郁司	酒井 郁代	島田 健	柳山 弘人	箱崎 飛鳥	尾崎 康二	立花 祐樹	佐藤 芳伸	嶋本 陸	田村崎 潤	大西 正利	尾路 宗孝	赤羽 良孝	高野 晶子	平松 慎一朗	大淵 唯太
野々下 徳之	五反田 泰貴	徳江 直樹	井坂 直人	小滝 篤	田邊 和美	松本 将	佐藤 直子	多賀 一幸	新垣 真理子	小野 友栄	海谷 智弘	角永 歩実	泉澤 信太郎	本多 洋輔	深水 祐介	水居 拓真	池浦 久美子	堤 加奈子	佐藤 由美子	宮川 一朗	中井 睦	原 周作	野澤 皇支	木村 祐大	木部 和敬	徳丸 哲也	森崎 健二	桑 常雄	中村 公志	西澤 真人	高野 隆之	木村 卓也	関口 貴生
村瀬 裕行	金古 仁志	金古 まり子	吉田 和樹	内田 昇	川端 秀昭	三戸手 健治	田辺 貴幸	小川 和夫	小林 ゆう子	神保 直樹	松本 慶二	西山 拓洋	福田 良太郎	山本 隆之	神宮 広志	河野 秀	松本 美紀	田中 潤	高里 雄立	篠田 裕介	高良 律子	赤坂 由紀子	飯田 始	大野 建治	螺澤 利一	門脇 知宏	高橋 宰	五十嵐 英知	小林 良秋	菊島 芳彦	藤原 英樹	竹本 雅紀	熊谷 健
平田 拓三	原 佳吾	松田 海希	池邊 明文	佐藤 崇文	古橋 優磨	横山 真琴	小田 一彦	久保田 啓二	中西 義一	工藤 麻里子	北嶋 慎一	田村 和喜	大迫 勝一	松岡 秀典	濱崎 翔太	小川 清二	春原 智広	山本 昌吾	橋本 貴子	奥村 一馬	棚橋 力	森島 繁生	小高 裕和	古川 敏行	柳谷 隆幸	坂東 裕太	石井 聡	戸崎 巨	小野 仁嗣	高橋 延之	海宝 雄太	仁科 葉子	鶴崎 明

村垣 麻紀	須藤 純司	増田 嘉道	鏡味 順	富田 剛治	廣橋 隆	原田 憲治	澤田 晃浩	小見川 穂乃香	吉田 康哉	山岡 大	横山 拓也	横山 雅子	檜山 裕貴	黒澤 健司	三宅 栄次	浅原 敏治	植松 秀人	平丸 秀昭	谷口 直人	山本 貴寛	橋本 裕子	橋本 一成	瀬戸口 慎	田島 洸城	佐藤 康裕	内堀 優	菅野 拓矢	武田 直樹	関口 友貴	留崎 由貴子	松林 修	小島 昭美	新井 宏典
岩部 昌平	佐藤 雪	木村 涼那	山田 知広	千賀 大彰	森本 雅史	白畑 裕也	木村 行延	井上 翼	宮城 亮子	稲垣 昌恵	西村 奈津子	管 翔太	谷口 和彦	藤澤 和弘	小柳津 里奈	小幡 宣友	鶴田 洋輔	徳永 英司	岸 康之	名合 博司	小塚 かおり	国安 真里奈	山ノ井 万里子	菅原 充広	岡本 正彦	西山 直人	Tinker Andrew	井尻 典明	平井 隆一	杉田 圭佑	山出 功二	蓮田 憲夫	関谷 秀一
安藤 楽太	鈴木 清香	及川 修平	宗 杏奈	和島 寛	稲葉 高広	木村 俊介	浜野 光太郎	国分 俊裕	平山 大剛	神山 康二	坂部 智美	野村 和広	畑 伸幸	野木 雄次	泓田 翔平	品川 歩弓	中村 圭介	谷田部 耕介	小原 匡介	海老澤 祐児	副島 泰之	加藤 博之	大内 利明	高橋 俊晴	宗像 祐典	川林 和洋	椋 一樹	杉山 徹	寛座 智大	足立 勇	宮城 真人	佐藤 大太郎	
東 正行	明比 健太	アビ ステファン	鷹野 敬	田中 稔	高柳 拓	川上 貴史	倉本 滋	飯田 博之	広瀬 俊幸	村形 恭平	櫻井 友馬	渡邊 貴史	渡邊 佐苗	磯辺 真人	末岡 仁	山岸 俊也	浅田 裕	川野 哲史	吉田 悠斗	渡邊 芳明	北澤 大輔	中井 まゆみ	秋山 範之	房野 信一	小笠原 久美子	鈴木 基史	高橋 太一	柏木 達也	堂坂 洋光	真鍋 禎宏	徳重 修	青沼 賢	野田 真吾
中村 聡宏	内田 豊	根本 亜紀	古川 由章	宇治原 淑智	野本 真史	中島 誉也	森本 潤	武田 秀則	喜多 智彦	仙浪 英幸	小出 佑貴	成澤 治子	羽山 祐司	増田 和広	宮入 達也	大友 陽介	岡林 英昌	飯田 和孝	阪部 雪菜	足羽 裕之	島倉 健輔	山口 康	川瀬 裕之	塚原 勇	北川 純子	佐藤 克彦	木場 秀樹	石川 友靖	知桐 功治	長谷川 耕大	平岩 生成	村中 康一	伴 遼介
上坊寺 亨	生玉 梨紗	小川 美起男	遠藤 隆史	樋口 弘和	小間 貴之	久保田 曜	熊谷 善紀	YUJI SATO	山岡 未奈	渡辺 裕紀	山上 昌広	松永 明子	岸 和良	西岡 佐知子	長谷川 和範	田中 雅士	嶋本 祥之	坂本 敏志	田中 尋美	杉浦 美由貴	大内 はるか	中里 寿春	猿子 一裕	利根川 絢子	Liu Jian	石田 真由実	植田 美和	小西 健一郎	中内 剛	レイネマン のぞみ	小嶋 正憲	坂部 光彦	石原 信人
飯田 勇一	加藤 慎也	出口 友二郎	洪 潤希	浅海 竜太郎	中村 翔一郎	小野 広行	林 英和	小林 聡	大森 立嗣	田代 博昭	芦沢 仁	鈴木 竜真	内田 欣也	鶴飼 一穂	澤井 泉水	河村 芳樹	Shan Xiaoli	田口 林太郎	目澤 勇樹	上田 昌博	田島 靖兼	安達 圭子	Lysne Nathan Kenneth	高島 樹里	鎌田 将行	前田 将利	若林 一	牛山 泰喜	高橋 賢	小林 知行	横山 拓	磯 和成	

〈次ページに続きます〉

ふるさと寄附金「“オラ”のふるさと応援貨」

山梨 雅人
吉村 直子
熊本 和代
桃尾 恭平
松下 正恭
藤村 綾夏
柳田 実
田中 慎也
佐々木 一雄
金森 将樹
菊池 拓実
宮本 毅
布施谷 冬樹
サーフエン 智
木村 匠
原川 裕介
堀口 峻一
桜沢 裕樹
齋藤 由紀子
西村 大祐
中山 文弥
大宮 真一
木村 麻美子
中村 和民
奥堀 孝子
大野 剛宏
坂本 和也
島津 春菜
原 菜摘
北野 裕介
影山 該
Lemaitre Julien
平松 格

中津川 英治
内田 成美
小畑 堯嗣
大塚 満里奈
市川 和樹
中村 大輔
近藤 純平
高橋 昂平
安藤 浩一
榎原 令子
Gordeev
Gennady
岡本 涉
岩田 啓輔
萩原 裕晃
森田 友樹
後藤 岳史
橘 敬祐
坂東 智宏
丸山 菜穂子

12月に寄附をいただいた方(敬称略) 2,672件 総額 199,873,000円

了承を得た方のみ掲載しています。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



「びん」の出し方のお願い

ガラスびんは、無色のびん、茶色のびん、その他の色のびんと3種類に分別していただいておりますが「びん」で出せないものが混じっていることがあります。

陶磁器、乳白色ガラス、耐熱ガラス製品やガラス食器は「ガラスびん」とは成分が違います。そのためガラスびん以外のものが混入すると、リサイクルされてできる新しいガラスびんの強度や品質に大きな影響が出てしまいます。

陶磁器、乳白色ガラス、耐熱ガラス製品やガラス食器は埋立ごみで捨てていただくようお願いいたします。

◆ガラスびんと間違いやすいもの◆



▲「びん」の形をした陶磁器や乳白色ガラスのボトル

Check

「びん」の正しい出し方

- ①キャップ、栓、プラスチックラベルをとる
(紙ラベルは取らずにそのまま出せます)
- ②きれいに洗う
- ③ガラスびん以外のものを混ぜない
- ④色別に出す



問 住民税務課 住民環境係 ☎ 33-3118

令和6年中の所得について、3月17日までに町へ申告してください。

(令和6年1月から12月までの収入が対象)

「令和7年度町・県民税申告書」を1月中旬に全戸配布しました。町・県民税の申告が必要な方は、「申告の手引き」をご覧ください、記入のうえ提出してください。

○申告書が足りない場合は、コピーして使用いただくか、町住民税務課からお持ちください。なお、町ホームページからもダウンロードできます。



▲町HPはこちら

申告に必要なもの

- 申告書・マイナンバー(個人番号)確認書類・本人確認書類(運転免許証など)
- 所得が明らかにできるもの(給与や公的年金の源泉徴収票、報酬などの支払調書など)
- 収入や必要経費を記入した収支内訳書(営業・農業・不動産所得がある場合)
- 社会保険料などの支払額が分かるもの(国民年金保険料、生命保険料控除証明書など)

●障害者控除を受ける方は、障害の程度が確認できるもの(障害者手帳など)

●医療費控除を受ける方は、医療費控除の明細書またはセルフメディケーション税制の明細書

●申告者の金融機関口座が分かるもの(確定申告で所得税が還付となる場合)

●利用者識別番号の分かるもの(確定申告の場合のみ)

郵送でも提出できます

混雑を避けるため、郵送での提出にご協力ください。「町・県民税申告書」に「各種証明書」などを添付して、3月17日までに町住民税務課あてにお送りください。

◎ご注意いただきたい事項

『収入がない場合でも申告は必要です』

申告内容は、個人住民税、国民健康保険税、介護保険料などの算定や各種福祉手当を受ける際の基礎資料にもなります。収入がなく、町内親族の税金上の扶養でなかった方は、「所得なし」の申告をしてください。

『医療費控除を受けるとき』

領収書の添付または提示では控除は受けられません。必ず「医療費控除の明細書」を作成のうえ添付してください。



確定申告の相談は信濃中野税務署へ

信濃中野税務署では、所得税・個人消費税・贈与税の確定申告相談を行います。

【会場】信濃中野税務署 2階会議室

【期間】2月17日(月)～3月17日(月)

※土・日・祝日を除く

【時間】受付 午前8時30分～午後4時

相談 午前9時～

※確定申告会場の入場には、「入場整理券」が必要です。

【入場整理券の配布方法】

①会場で当日配布

②LINEアプリによる事前発行(国税庁LINE公式アカウントを友達追加)

※確定申告に関する詳しい内容は、国税庁ホームページ「確定申告特集」をご覧ください。

◎確定申告は、e-Tax・スマホ申告が便利です。ぜひ、ご自宅からe-Taxをご利用ください。

【問】信濃中野税務署

☎22-3151 (自動音声案内に従ってください)



【国税庁LINE公式アカウント】

※入場整理券の取得はこちらから！申告書作成や、チャットボットなど便利な機能が盛りだくさん！！

〈次ページに続きます〉

町・県民税

申告の準備はお済みですか？

フローチャートで確認できます
あなたは申告が必要ですか？

このフローチャートは一般的な内容になります。ご不明な点はお問い合わせください。

スタート

令和7年1月1日現在、山ノ内町に住んでいた

いいえ

山ノ内町へ申告する必要はありません

住んでいた市町村に申告が必要となります

はい

令和6年中の主な収入

年金収入

※遺族年金、障害年金を除く

年金収入のみ
 その額が148万円（65歳未満は98万円）以下

4

年金収入のみ
 その額が148万円（65歳未満は98万円）を超える

1

年金収入が400万円以下
 それ以外の所得が20万円以下である

1

年金収入の額が400万円を超える
 年金収入以外に20万円を超える所得がある

3

1か所からの収入のみで、年末調整の内容に変更がない

4

給与収入以外の所得が20万円以下

1

給与収入

次のいずれかに該当する場合
 ・2か所以上から給与の支払いを受け、
 年末調整が済んでいない
 ・年末調整の内容に変更がある
 ・医療費、寄附金、住宅借入金等の控除を受ける
 ・給与収入が2,000万円を超える
 ・給与収入以外に20万円を超える所得がある

3

営業収入

農業収入

不動産収入など

所得金額（収入－経費）より控除額が多い

1

所得金額（収入－経費）より控除額が少ない

3

非課税収入のみ

※遺族年金・
 障害年金・失業給付など
 または**収入なし**

山ノ内町内の親族の税金上の扶養である

4

誰の扶養にもなっていない
 または山ノ内町外在住の親族の税金上の扶養である

2

申告の区分

1

町・県民税の申告が必要です ※14ページの上段～中段をご覧ください
 ※所得税の還付を受ける場合は、確定申告が必要です

2

町・県民税の申告（収入なしについて）が必要です
 ※14ページの上段～中段をご覧ください

3

所得税の確定申告が必要です → 信濃中野税務署へ
 ※14ページ下段の確定申告欄をご覧ください

4

申告の必要はありません

町の申告相談は事前予約制です

感染症対策を行って下記のとおり開催します。ご理解とご協力をお願いします。

会場：役場1階 101会議室

期間：2月12日(水)～3月17日(月) ※土・日・祝日を除く

時間：午前9時～正午、午後1時～午後4時30分 ※1人原則30分以内です。

※農業・営業・不動産所得がある方は、事前に収支内訳書の集計をしてきてください。

※「医療費控除」のある方は、医療費の明細書を作成してきてください。

≪申告相談の予約方法≫

受付 2月5日(水)～3月14日(金)まで

どちらかの方法でご予約下さい ※役場の窓口では予約できません!

インターネット(パソコン・スマホ)

QRコードの専用サイトで24時間ご予約できます。希望する日の前日まで予約・変更が可能です。



山ノ内町 申告相談

検索

電話(予約専用ダイヤル)

電話 0269-38-0606

平日の午前9時～正午、午後1時～午後4時まで
※予約以外のお問い合わせはご遠慮ください。
希望する日の、前日午後4時まで、予約・変更が可能です。(前日が土日祝日の時は、その前の平日まで)

●利用者識別番号(e-Tax:電子申告のID)が必要です!

申告される皆様の利便性向上の観点から、町相談で作成する確定申告書は電子申告として扱います。税務署から送付される以下のいずれかの書類をお持ちの方は当日ご持参ください。

①利用者識別番号を取得した際に交付された「利用者識別番号等の通知」

②事前に税務署から送付されたはがきなどで「利用者識別番号が分かる書類」

利用者識別番号(個人番号とは異なります)が未取得の方は、事前に取得してきてください。

【e-Taxポータルサイト専用ページ：<https://www.e-tax.nta.go.jp/start/index.htm>】

●感染症対策のためのお願い

①予約時間の5分前にお越しください。控室はありません。

②できる限り、少人数(世帯の代表者1名)でお越しください。

③体調がすぐれない場合は、無理をせずに、予約日を変更してご相談ください。

相談カレンダー

★特別開設期間(2月12日～2月14日)

町・県民税申告または所得税の
還付申告のみ、相談することが可能です。

月	火	水	木	金
		2/12★	13★	14★
17	18	19	20	21
	25※	26※	27※	28※
3/3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17最終日				

※2/25～28は税理士の方が会場にて相談をお受けします。(各時間1枠のみ)

申告書の作成は、国税庁のHPからご自分で作成をしていただきますが、専門家に相談したい!これはどうしたらいい?など、税に関するご相談がある方はこの機会にぜひご利用ください。

※青色申告、建物・土地・株式の譲渡所得、住宅借入金等特別控除の初年度など、複雑な確定申告は町の申告相談では対応できません。

※予約は定員になり次第締め切りとなります。確定申告の場合は、なるべく税務署へご相談ください。

☎住民税務課 課税係 ☎33-3118

町の慶弔録

令和6年12月1日から12月31日までに町に掲載希望の届け出があったものです。
(届け出による記載、敬称略)



おくやみ

氏名	享年	地区
やまもと あいこ 山本 合子	89	湯田中
ほりごめ こ 堀米 かづ子	76	横倉
しもだ よしお 下田 義雄	79	星川
くの たもつ 久野 保	98	湯ノ原
さくらい にすけ 櫻井 仁助	80	穂波温泉
つきおか りほ八 月岡 利八	93	宇木
ゆもと さぶろう 湯本 三良	91	上条
もちつき け さ お 望月 今朝雄	92	湯河原
とみおか 富岡 ノブ	91	丸山

出生

氏名	保護者	地区
やまもと けいし 山本 継志	浩明 姫生	上条

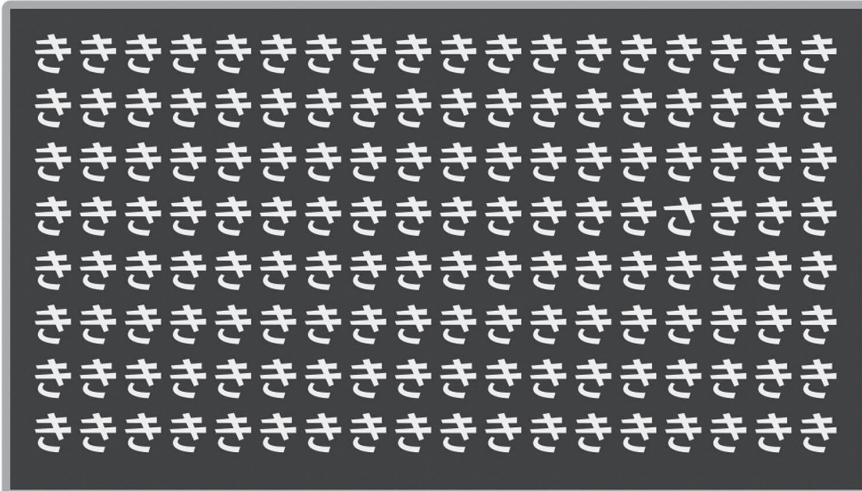
婚姻

氏名	地区
やまもと ゆうだい 山本 雄大	湯河原二
たなか ちひろ 田中 千尋	湯河原二

あたまの体操



ひとつだけ違う文字はどれ？



蟻川図書館

おすすめの本

一般書

『華の葛重』吉川永青著 集英社

豪華絢爛の吉原が業火の海に包まれた昭和九年。

多くの人ひとが落胆する中で、江戸を再び元気にしよう

と心に決めた男がいた。葛屋重三郎(通称葛重)。貸本屋

では飽き足らず、地本問屋の株を買って自ら版元として

様々な勝負に打って出る…。

『最高の介護 介護のお医者さんが教える満点介護!』

田口真子著 講談社

施設内部の実情 今後の介護医療についてやベストな

介護施設選び…等をわかりやすく解説。

児童書

『モモ絵本版』ミヒヤエル・エンデ文

シモーナ・チエツカレトリ絵 松永美穂訳 光文社

町のはずれ、こわれかけた野外劇場に住んでいると

いう女の子。最初はあやしいと思われていたが、たく

さんの人たちがモモに会いに…。

(対象年齢 小学校高学年から)

『まねっこだいすきぞうぞう』

ももろ作 借成社

ぞうのきょうだいと

いつしよに、身近でみ

つけたもののまねをし

てみましょう！オノマ

トべも楽しめる赤ちゃ

ん絵本です。

(対象 赤ちゃん)



※詳しくは蟻川図書館ホームページ「新
刊案内」利用の手続をご覧ください。

◎蟻川図書館

☎33-1184



人口1.1現在 (住民基本台帳)

11,229人
 男 5,505人
 女 5,724人
 前月比 +102人
 5,132世帯
 前月比 +119世帯

気象 12月 ()は過去5年間の平均

平均気温
 0.6℃
 (1.7℃)
 最高気温
 13.6℃
 << 12/3 14:49 >>
 最低気温
 -5.9℃
 << 12/30 7:44 >>
 降水量68.0mm
 (60.2mm)
 平均日照時間
 2時間00分
 (2時間54分)

国保加入者一人 当たり支払った 医療費 11月

27,784円
 前年比 0.00%

交通事故12月 ()は1月からの累計

件数 3件 (14)
 死者 0人 (0)
 傷者 5人 (21)
 ※累計は変動します

119番情報12月 ()は1月からの累計

火災 0件 (0)
 救急 97件 (1123)
 救助 0件 (14)

『広報伝言板』 『ホームページ』も ご覧ください

町からのお知らせ、イベント・講演会の開催、参加者等募集などは、月2回(10日頃と25日頃)発行の『広報伝言板』をご覧ください。



相談

いろいろな暴力についての相談

夫やパートナーから身体的な暴力、ことばや態度による暴力等でお悩みの方はご相談ください。

☎生涯学習課 ☎38-0373
 長野県女性相談センター
 ☎026-235-5710

心配ごと相談

2月14日(金) 9:00～12:00

土地、財産、行政への要望など、どのようなことでもお気軽にご相談ください。相談無料、秘密は固く守られます。なお、相談を希望される方は、事前予約をお願いします。

場所 地域福祉センター健康相談室
 ☎健康福祉課介護支援係 ☎33-8411

保健衛生だより

☎健康福祉課健康づくり支援係 ☎33-3116

●健康相談 健康づくり支援係窓口

毎週月曜日 9:00～12:00 全町民対象

●乳幼児健康診査 保健センター

2/4 (火) 3歳児
 12:30～13:00 (受付)
 2/14 (金) 3・4か月児、7・8か月児
 13:00～13:15 (受付)

●母子保健相談 (要予約)

母子コーディネーター・栄養士による個別相談です。事前予約制となります。健康づくり支援係までお問い合わせください。

●もぐもぐ教室 保健センター (要予約)

2/20 (木) 9:30～10:00 (受付)
 事前予約制です。健康づくり支援係までお問い合わせください。

●中高医師会 休日診療所

中野保健センター内(信州中野駅前) ☎23-2255
 9:00～12:00、13:30～17:00

2/2 (日)	飯田医師	2/9 (日)	須藤医師
2/11 (祝)	渡辺医師	2/16 (日)	市川医師
2/23 (祝)	南谷医師	2/24 (替)	丸谷医師

※当番医師は、変更になる場合があります。

凍り豆腐を使ったお子さんにも喜ばれるメニュー

食生活改善推進協議会 考案レシピ

料理タイトル

凍り豆腐のチーズ in照り焼き

表示分量(1人分)

- ・エネルギー 221kcal
- ・たんぱく質 18.9g
- ・脂質 11.6g
- ・食塩相当量 1.1g

<材料> (4人分)

凍り豆腐 4枚 スライスチーズ 2枚
 青じそ 4枚 豚もも肉 8枚
 小麦粉 適量 サラダ油 小さじ1
 葉ねぎ 少量 ★だし汁 1/2カップ
 ★しょうゆ 大さじ2 ★みりん 大さじ2
 ★砂糖 大さじ1

凍り豆腐を戻す際には、たっぷりのお湯で戻すのがポイントです。



作り方

- ① 凍り豆腐はぬるま湯につけて戻し、ぎゅっと絞って水気をきり、たて半分に切る。
- ② スライスチーズ(溶けないタイプ)を2枚重ね、8等分に切っておく。青じそも半分に切っておく。
- ③ 凍り豆腐を切り離さないよう、包丁で切れ目を入れ、青じそとチーズをはさむ。
- ④ ③を豚肉で巻いて、茶こしを使って全体に薄く小麦粉をまぶす。
- ⑤ フライパンに油をひき、肉の巻き目を下にして重ならないように並べふたをして中火で両面こんがり焼く。
- ⑥ まんべんなく焼き色がついたら★を鍋肌からまわしかけ、2～3度返しながらかき汁がなくなるまで煮詰める。
- ⑦ 切り口を見せるように半分に切り、お皿に盛り付け、みじん切りのねぎをパラっとかける。



12/10 中学生が一日税務署長に就任



令和6年度「中学生の『税についての作文』」において表彰された山ノ内中学校の西山さくらさんが一日税務署長に就任し、八十二銀行中野支店にて「キャッシュレス納付」のPRとしてティッシュ配布を行いました。

12/11 ブラッシュアップ品評会「サンふじ」の部



審査員に県やJA、市場関係者などを迎え、りんご（サンふじ）の品評会を開催しました。審査の結果、竹節政人さん（吉沢）が最優秀賞を受賞されました。

12/19 町のブランド米「雪白舞」認定式を開催



町内3校の5年生は、環境に優しいおいしい米「雪白舞」づくりに挑戦してきました。栽培した米はいずれも厳しい基準（食味値85点以上、穀物検査1等）をクリアしたことから、3校共に「雪白舞」に認定されました。

12/20 東京駅間直行バス出発式



長電バス株式会社は、首都圏からのスキーヤー・訪日外国人観光客などの利用を見込み、志賀高原と東京駅を結ぶ高速バス「雪物語」の運行を開始しました。快適に座れるリクライニングシートを搭載しており、志賀高原への新たな交通手段として期待されます。

12/24

かえで保育園
りんごのプレゼント

JAながの志賀高原ブロックから、保育園児へりんごがプレゼントされました。一人一人に手渡していただき、園児たちはりんごの衣装を着てお礼の歌を披露しました。いただいた400個のりんごは各園に配布させていただきました。

