

人と自然が輝くまち

広報

たてしな

2026.
[令和8年]

No.623



Index

- 町長・議長 新春のごあいさつ P2・3
- 立科町奨学金返還支援助成金をご活用ください..... P4
- 後期高齢者医療の医療費通知について..... P5
- 带状疱疹ワクチン定期接種は令和8年3月31日までです。..... P8
- たてしな環境フェア実行委員を募集します！..... P10
- 移住定住促進住宅建築工事の進捗状況について..... P19

虎御前から臨む日の出



立科町マスコットキャラクター
「しいなちゃん」



立科町合併70周年



立科町長
両角 正芳



新年明けましておめでとうございます。
町民皆様におかれましては、希望に満ちた新春を、健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。日頃より、町政運営に対し温かいご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、2月26日に岩手県大船渡市で大規模山林火災が発生し、1200ヘクタールに及ぶ延焼被害。また、9月4～5日にかけて台風15号が日本列島を襲い、各地で大雨による住宅被害、土砂災害等が発生。特に、静岡県内では竜巻の発生等により県全体で2000軒に及ぶ国内最大級の住宅被害となりました。11月の大分市の大規模住宅火災は記憶に新しい惨事であります。自然災害の恐ろしさを改めて痛感しました。当町では、大きな災害もなく、リンゴ等の果樹、水稲ともに平年並みの収穫量とのお話を聞き安堵いたしました。ただ、コメ価格の高止まり傾向は、生産者米価に悪影響が出ないか危惧しております。国の動向に目を向けますと、政府は11月21日の臨時閣議で経済対策を決定。物価高対策として子ども1人当たり2万円を給付し、この1～3月の電気・ガス料金を合計7000円程度引き下げる。食料品高騰対応や、ガソリン暫定税率の昨年末廃止と相まって、家計の負担軽

減が図られました。国や県の動向を注視しながら、末端行政としてできる支援策を推し進めてまいります。町では昨年10月よりデマンド型運行の実証実験を開始しております。「たてしなスマイル交通」の利用者が極端に少ない便の見直しと、より町民ニーズに合わせた効率的な運行を図るために導入したデマンド型交通であります。今後は、実証実験結果を検証後、本格運行に移行してまいります。また、10月は3年ぶりに開催した地域懇談会や合併70周年の節目に開催した記念式典等を通して、町民皆様の貴重なご意見や未来志向の町づくりを語る良い機会となりました。

2期目最後となる令和8年度の予算編成に当たり私が示した重点指針と主要施策は次のとおりです。

一、**住んでみたい、産み育てたいと思える町づくり**では、居住環境の更なる充実と風の子広場の整備促進、妊娠・出産から子育てに至る切れ目のない支援、地域公共交通の確保と維持、教育環境の充実と蓼科高校の存続発展への支援強化など。

二、**安心・安全で暮らしやすい町づくり**では、中央公民館及び周辺施設の整備促進、有害鳥獣対策と防災減災対策の取組み強化、介護予防事業の推進と地

域福祉の充実、DXの推進など。
三、**地域資源を活かした町づくり**では、索道施設の整備・更新と魅力ある観光地の構築、持続可能な農業振興、森林資源の整備と利活用、商工業振興。以上が8年度の主要重点施策の概要です。

令和8年度の財政見通しにおいて、歳入では、町税をはじめ全体として大幅な増が見込めない一方で、歳出は、高齢化の進展に伴う扶助費や医療・介護等の社会保障分野が増加傾向にあるほか、各公共施設の老朽化や防災・減災対策、デジタル化の推進等、諸課題に係る経費の増加が見込まれます。限られた財源の中で、「選択と集中」により事業の重点化を徹底し、様々な視点から町の魅力ある資源を最大限に活用するとともに、補助事業や有利な起債事業を活用し、歳出削減に努めてまいります。「第6次立科町総合計画前期基本計画」に定めた基本目標に沿った重点施策を着実に推し進めてまいります。

結びに、本年も平穏で活気に満ちた年となりますようご祈念申し上げますとともに、町民皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、念頭の挨拶とさせていただきます。



立科町議会議長
今井 英昭

New year 2026



新春のご

新春を迎え、町民の皆さまに謹んでご挨拶を申し上げます。旧年中は、立科町議会の活動に温かいご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。とりわけ昨年は、立科町が合併70周年という大きな節目の年を迎え、町の歩みを振り返りながら、未来への新たな一歩を踏み出す重要な一年となりました。

昭和30年の合併以来、先人の皆さまが築いてこられた努力と知恵、そして地域を思う強い志が今日の立科町の基盤を支えております。70年という歳月は、決して平坦なものではありませんでしたが、災害や社会情勢の変化に立ち向かいながら、町民の結束と支え合う心によって、私たちの町は確かな発展を遂げてまいりました。改めて、これまで町を築いてこられたすべての皆さまに深く敬意を表します。

しかしながら、人口減少や少子高齢化、地域経済の変化など、地方を取り巻く環境はより一層の厳しさを増しております。立科町も例外ではありません。だからこそ、いま求められているのは、町民の皆さまと行政、そして議会が一体となり、次の時代に向けた持続可能な町づくりを力強く進めていく姿勢です。

議会といたしましても、町へ対しての要望書や政策提案、また議論をより一層活性化し、町民の声が確実に町政

へ届くよう取り組みを強めてまいります。透明性と説明責任を大切にし、誰もが町の未来に希望を持てるよう、議会として果たすべき役割を着実に遂行していく決意です。

また、観光・農業・子育て環境の充実、地域コミュニティの強化、デジタル技術の活用など、町の持続的発展に欠かせない課題にも、議会として積極的に関わってまいります。

そして、立科町は、自然の恵み、人の温かさ、文化の豊かさに恵まれた町です。この魅力を次の世代につなぎ、また潜在的資源を発掘し未来に向けてさらに輝かせていくために、皆さまと歩みを共にして暮らしやすく活力ある町づくりを進めてまいります。

それを実現するために、変化の大きな時代だからこそ、「守るべきものは守り、変えるべきものは勇氣をもって変える」という姿勢が重要と考えています。とりわけ、本町が長年育んできた自然景観や地域のつながりといった財産はしっかりと継承しつつ、一方で人口減少や暮らしの多様化といった新たな課題には、柔軟な発想と果敢な判断で挑むことが求められています。こうした両面の視点を持つことで、立科町は次の時代へ確かな歩みを進めることができると考えております。

さらに、合併70周年を機に改めて実

感したのは、立科町が育んできた「地域の力」であります。日々の生活を支える地域行事や自治活動、学校・福祉・消防・産業など多くの場面で、町民一人ひとりの積極的な参加が町の土台を築いてきました。こうした営みは、人口規模の大小に左右されるものではなく、むしろ志と誇りによって支えられるものであります。議会としても、地域の主体的な活動がさらに広がるよう、制度面や環境整備の観点から後押ししてまいります。

また、次代を担う子どもたちの育ちを守り、安心して暮らせる社会基盤を整えることは、町の未来を開く最も重要な投資であります。教育環境の充実、防災減災対策、医療や移動手段の確保、地域交通や公共施設のあり方など、将来を見据えた議論を深め、持続可能な町の姿とともに描いてまいります。

本年も、変化への対応と町の魅力向上を両輪として、未来志向の議会運営に取り組んでまいります。小さな声にも耳を傾け、町民の皆さまの想いを確かな形にすることで、立科町の次なる時代を力強く切り拓いてまいります。私たち議会は、これからも町民の信頼に応えるため、不断の研鑽と対話を重ねてまいります。未来への歩みを共に進めていきたいと思います。どうぞ本年もよろしくお願い申し上げます。

立科町奨学金返還支援助成金をご活用ください

企画振興係

町では、移住・定住の促進を図るため、令和3年4月1日以降に本町に転入して、奨学金を返還している方、または、本町出身者で令和3年4月1日以降に奨学金の返還を開始した方に対して、奨学金返還額の一部を補助します。

補助率 2/3、上限：年額 12 万 円 最大：通算 60 月

対象となる人

次のすべてに該当する人

- ・町外から立科町に令和3年4月1日以降に転入した方または立科町出身者であって交付申請を行う日の属する年度の3月1日に現に居住する人
- ・大学等の在学期間中に以下の奨学金を借りた人
- ・転勤等により一時的に町内に住民登録した人でない人
- ・町税等の滞納がない人



※公務員（地方公務員法に規定する地方公務員及び国家公務員法に規定する国家公務員）は対象外

【対象となる奨学金】

- ・日本学生支援機構の奨学金（第1種奨学金および第2種奨学金）
- ・地方公共団体が設ける貸与型奨学金
- ・その他町長が認める貸与型奨学金

補 助 額 ・申請年度内に返還した奨学金の額の2/3（1,000円未満は切り捨て）
・補助上限 年額 12 万円

交付対象期間 ・通算して 60 月 ※転入した人は、転入した日の翌月から対象

交付申請時期 ・原則毎年度3月（年度内の返還額を確認できる時期として3月としています）
・令和7年度分の申請については、令和8年3月19日（木曜日）必着とします。
・申請書類はお早めにご準備をお願いいたします。

交付決定を受けた者の責務 ・最後の交付決定から5年間は立科町に居住すること

お 問 合 せ ・企画課 企画振興係 電話 0267-88-7315

詳細はこちら



立科町の皆さま、こんにちは。

令和7年10月6日、立科町の皆さまに寄り添う不動産屋として新たにスタートいたしました。立科町を中心に、特に空き家のご相談に力を入れてお手伝いしています。

地元で約20年間不動産に携わってきた経験を活かし、一人ひとりのご事情に合わせたご提案をさせていただきます。

住まいのこと、土地のこと、どんな小さなことでも構いません。

皆さまの暮らしがより豊かになるよう、心を込めてサポートいたします。どうぞ、お気軽にお声がけください。



ユーカリ不動産

ユーカリ不動産

代表：小平 秀和

住所：〒384-2211

長野県北佐久郡立科町
大字茂田井2228番地

TEL：0267-78-5655

営業時間：9:00～18:00

定休日：水曜日、祝祭日、
年末年始

MAIL：yu.karifudousan1006@gmail.com



気軽にご相談ください！ ～高齢者の総合相談窓口・地域包括支援センターです～

新年明けましておめでとうございます。

新しい1年がスタートしました！！立科町地域包括支援センターでは今年も、『住み慣れた町で、地域と協働しながら、いつまでも元気で暮らしていける地域社会の実現』を基本理念に活動をして参りますのでよろしくお願いします。

地域包括支援センターは、社会福祉士、保健師、ケアマネジャーの専門職が連携し地域の高齢者の皆様の様々な相談に応じます。

介護のこと、権利擁護に関すること、生活全般の困り事など、心配ごとを抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。来庁ができない場合は職員がご自宅へ訪問します。

◆介護予防講座開催予定◆（会場：老人福祉センター・集会室）

受講受付中

開催日時	内 容	講 師
1月14日(水) 13:30～15:00	楽しく食べよう！話そう！ ～健康づくりはお口から～	歯科衛生士 藤井直美さん
2月4日(水) 13:30～15:00	人生会議をはじめよう ～これからの人生を自分らしく生きて行こう～	こもろ医療センター 看護師 佐藤洋子さん

高齢者支援係まで申し込みをお願いします。（0267-88-8406）

介護予防ポイント対象事業です、参加の際はポイントカードをお持ちください！

●お問合せ●町民課 高齢者支援係 電話 0267-88-8406

地域包括支援センター・高齢者支援係

高齢者支援係

後期高齢者医療の医療費通知について

長野県後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆様に健康や医療に関する理解を深めていただくとともに、医療費が正しく請求されているかを確認していただくために、医療費通知を年1回送付しております。

今年度は令和6年11月から令和7年10月診療分についての医療費通知を令和8年1月下旬頃に送付します。

今年度送付する医療費通知には作成のスケジュール上、令和7年11月・12月診療分については記載されません。確定申告で医療費控除の申告をされる場合は、11月・12月診療分については領収書を基に申告してください。

令和7年11月・12月診療分については、令和8年1月から令和8年10月までの診療分と併せて、令和9年1月下旬ごろの送付となります。

なお、該当の期間に医療機関等の受診があってもデータ作成（12月上旬）時点で被保険者が亡くなっている場合は医療費通知が送付されません。亡くなられた方の医療費通知が必要な場合は、長野県後期高齢者医療広域連合まで直接ご連絡ください。



●お問合せ●長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室
電話 026-1229-15320

睡眠不足や睡眠の質の低下は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病や認知症、うつ病の発症リスクが上昇することが明らかになっています。不規則な食事、運動不足、ニコチン、アルコール過飲によって、睡眠状態は悪化しますので、生活習慣を改善することによって、良質な睡眠を保つことにつながります。朝、目覚めた時に感じる休まった感覚（睡眠休養感）は良質な睡眠の目安になります。睡眠休養感を高める工夫を生活に取り入れましょう。



睡眠5原則

寝る前や深夜のデジタル機器の使用は避けよう

- ① 適度な長さで休養感のある睡眠を
- ② 光・温度・音に配慮した環境を
- ③ しっかり朝食、日中は体を動かし、寝る前のリラックスで眠りと目覚めのメリハリを
- ④ カフェイン（コーヒー、コーラ、エナジードリンク等）、お酒、たばこは控えて
- ⑤ 睡眠に不安を感じたら専門家に相談を

年代別の睡眠のポイント

子ども…年齢にあった十分な睡眠時間を確保

日中は太陽の光を浴びて運動しましょう

成人…1日6時間以上を目安に十分な睡眠時間を確保

就寝前の食事や運動は避け、リラックスする方法を身につけましょう

高齢者…寝床に8時間以上とどまらないようにしましょう

規則正しく食事を摂り、昼寝は短時間にしましょう



こどもの睡眠時間の目安

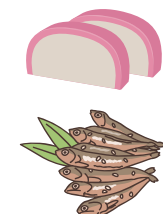
1～2歳	11～14時間
3～5歳	10～13時間
小学生	9～12時間
中学・高校生	8～10時間



おせちの意味とリメイク術

お正月に食べるおせちは、家族の無病息災や豊作を願う行事食。黒豆は「勤勉と健康」、数の子は「子孫繁栄」、田作りは「五穀豊穡」、昆布巻きは語呂合わせで「よろこぶ」、伊達巻は巻物に似ていることから「学業成就」、紅白かまぼこは切り口の半円形が初日の出を連想させ、紅は「魔除け」、白は「神聖さ」を意味します。このほかにもおせちの種類はたくさん。ひと品ごとに込められた願いを話題に、家族で味わいましょう。

余ったおせちは、無理なくおいしくリメイク♪



● 黒豆ヨーグルト

黒豆とヨーグルトを合わせ、きなこやはちみつをかける。朝食におすすめ。

● 田作り炊き込みご飯

田作り、にんじん、しいたけで炊き込みご飯に。刻んだ昆布巻きを入れても美味しい。

● かまぼこの卵とじ

かまぼこと玉ねぎを薄切りし、だしで煮る。溶き卵でとじ、三つ葉を添える。

保存は清潔な容器で低温管理、早めの消費が基本です。おいしく食べ切って、よい一年のスタートを切りましょう！



「こども性暴力防止法」がスタートします！令和8年12月25日施行予定

○こどもに対する性暴力は、断じて許されるものではありません。

学校や保育所、学習塾など、こどもに対して教育、保育などを行う事業者には、性暴力を防ぐための取り組みが義務付けられました。



○こどもたちを性暴力から守るための取り組み

☑ 事業者において日頃から取り組むこと

性暴力を未然に防止する環境づくりを進めるとともに、早期発見の仕組みを整えます。（こどもへの面談アンケート、従事者への研修等）

☑ 性暴力の疑いがある場合に取り組むこと

こどもの安全を守るとともに、調査等を行い、具体的な対策につなげます。
（こどもの保護支援、調査等）

☑ 性犯罪を繰り返さないために取り組むこと

こどもと接する業務に就く人に特定性犯罪の前科がないかを確認します。

特定性犯罪とは………不同意わいせつ、痴漢、盗撮など

対象業務は………必ず対象となる業務：教員・保育士・園長・カウンセラーなど

実態を踏まえて対象とするか判断する業務：事務員・スクールバスの運転手

○事業者は、こどもに対して性暴力などを行うおそれがあると判断する場合、こどもと接する業務に就かせないなどの対応を行います

こどもに関する総合相談窓口

電話番号 0267-88-8407

妊娠・出産/子育て/家庭（虐待等）

お子さん本人からの相談もこちらから

わたしと健康

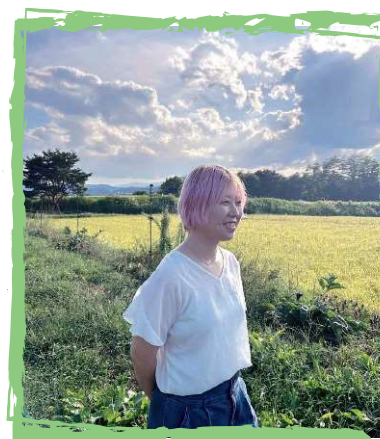
立科町にお住まいのみなさんに、「わたしと健康」をテーマに4つの質問に回答いただきました。

今月は、西田 理絵さんです。西田さんは、AIの活用方法を教える仕事や、デザインの仕事をしながら、田んぼをお父さんより引継ぎ、家族でお米を作っているそうです。自営業と農家をはじめ、家族といる時間が増え、心のゆとりができたことで、家族の体調や気持ちに食事が大切と感じたそうです。

質問内容：①健康のためにやっていること ②始めたきっかけ ③それをやってよかったこと ④おすすめポイント

にしだ りえ
西田 理絵さん（野方）

- ①余計な物（添加物）をできるだけ減らした食事と、ストレスを溜めず“ワクワク・楽しい”気持ちで過ごすことを大切にしています。
- ②周りに食事やデトックスを大切にする人が多く、自然と自分も気を付けるようになりました。
- ③家族の体調が安定しやすくなり、気持ちも前向きに。日々が軽く、整うように。
- ④食材の原材料を見ることで始められ、心のケアにもつながる続けやすい習慣です。



40歳以上の国保加入者の皆さんへ

特定健診と同等の検査を受けている方へ情報提供のお願い

子育て保健係

情報提供の方法は以下の2通りです

① みなし健診を利用する（医療機関等で特定健診と同等の検査を受けている場合）

岩下医院、柳澤医院、小諸市・佐久市・北佐久郡の契約病院、依田窪病院で検査を受けた場合は、「検査結果書」の記入と役場への提出を医療機関が行います。

ただし、令和7年度病院で行った検査が、特定健診の項目※を満たしている場合に限りです。

手続き：「検査結果書」をマイナ保険証または資格確認書と一緒に、病院窓口提出してください。

「検査結果書」は町ホームページからダウンロードまたは役場子育て保健係窓口でお渡しできます。

② 役場に検査結果を提出する （職場の健診を受けている、または、みなし健診を利用しない場合）

対象：40歳以上の国保加入者で次の項目に該当する場合

①令和7年度に特定健診、みなし健診、人間ドック補助金を受けていない方（予定がない）

②令和7年度に職場健診や病院で行った検査が、特定健診の項目※を満たしている場合

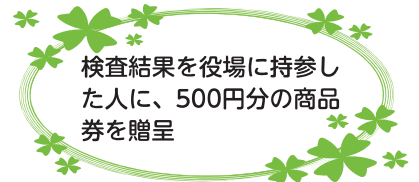
（血圧、尿検査、腹囲が不足している場合、提出時に役場で実施可能）

手続き：検査結果（写しでも可）を役場にお持ちください。

※特定健診の項目：身体計測、血圧、脂質、肝機能、血糖、尿検査



●お問合せ● 町民課子育て保健係 電話0267-88-8407



带状疱疹ワクチン定期接種は 令和8年3月31日までです。

子育て保健係

※組換えワクチン接種を希望される場合には、1月末までに1回目の接種を完了してください。

■対象者（対象となる方には4月に通知を送付しています。）

①年度内に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人

②60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害により、日常生活がほとんど不可能な人

③101歳以上の人

■受診方法

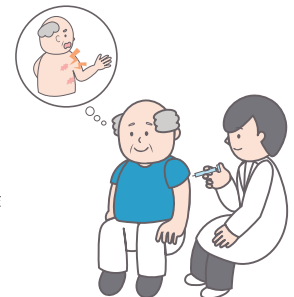
あらかじめ医療機関に予約をして、予診票（ピンク色）、接種済証を実施医療機関に提出してください。

■接種回数と自己負担額

ワクチンの種類	生ワクチン	組換えワクチン
接種回数と間隔	1回	2回（2か月以上の間隔をあける）
自己負担額	2,000円	1回 6,000円

令和8年4月以降の接種になった場合は、任意接種（全額自己負担）となります。

●申込み・お問合せ●町民課 子育て保健係 電話 0267-88-8407



会計年度任用職員の登録者を募集します

庶務係

町では、令和8年度会計年度任用職員の登録者を募集します。

- 募集期間 令和8年1月5日(月)から2月27日(金)まで
- 募集職種 一般事務、事務補助、保育士、児童館厚生員、給食調理員、清掃作業員等
- 任用期間 一会計年度（令和8年4月1日から令和9年3月31日まで）
- 勤務時間 原則として1日7時間（ただし、職種、任用条件等により異なります。）
- 勤務場所 役場庁舎および関連施設
- 応募資格 各職種で異なりますので、お問合せください。
- 申込方法 総務課庶務係へ登録申込書等を提出してください。
登録申込書および募集要領は、総務課窓口にあります。また、ホームページからダウンロードできます。
- 選考方法 職員の任用が必要となった際に登録者の中から書類審査および面接により決定します。今回の登録有効期限は、令和9年3月31日までとなります。



●お問合せ●総務課 庶務係 電話 0267-56-2311

正社員 パート・アルバイト 大募集！

未経験者歓迎



YAMAURA
Metallic painting

正社員

月給	スキルや経験に合わせて応相談
業務	塗装・塗装下処理
時間	8:30～17:30

■社会保険完備 ■交通費あり ■昇給あり
■未経験者歓迎

パート・アルバイト

時給	1,061円～
業務	塗装下処理・梱包
時間	8:30～17:30の間で 応相談。週3日～



面接前の工場見学もどうぞ お気軽にお問い合わせください

有限会社ヤマウラ

0267-56-1303
北佐久郡立科町桐原 360-3



採用担当：小俣