

人と自然が輝くまち

広報

たてしな



立科町マスコットキャラクター
「しいなちゃん」

2013.6

No.472

みなづき
水無月

印象あざやかに

Index

健康サポーター養成講座	P2
立科すずらん学級	P7
立科教育 小・中・高連携授業	P12
大きく育て子ども王国	P15
故 遠山順孝氏 叙位の栄誉	P18
フラッシュニュース	P19

光徳寺(古町)の仏舎利塔

健康サポーター養成講座開催のお知らせ 福祉係

この講座は、高齢者支援や自分自身の健康維持のために必要な知識を習得する立科町健康サポーター養成講座です。昨年度も受講された皆様からも『受講して良かった』との声が多く聞かれ、また、健康サポーターとして認定後も継続した学習会や交流会、ボランティア活動など、地域の高齢者支援の場面で多くの方が活躍されております。

講座の内容も、幅広く各分野の講師を揃え、また様々な視点から「高齢者を地域でどう支えていくか」を学んでいきます。「介護のことは全く知らない」「介護予防方法を知りたい」「地域の高齢者のボランティアの方法がわからない」など、普段思っていることの解決方法のヒントとなるかもしれません。今回（第6期）受講生を募集いたしますので、大勢の皆様のご参加をお待ちしております。

平成25年度 健康サポーター養成講座（6期生）

	月日	講座内容	講 師	開催時間	開催場所	備考
1	7/11 (木)	立科町高齢者の現状と 介護予防について	担当職員	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	
2	7/18 (木)	年を重ねること ＜医学的観点から＞	柳澤医院 柳澤伸孔	13:30～15:00	中央公民館 大会議室	
3	7/25 (木)	介護予防運動機能について ①講義と実技	身体教育医学研究所 渡邊真也	13:30～15:00	中央公民館 大会議室	
4	8/6 (火)	アンチエイジング料理教室 ＜介護予防の観点から＞	山井栄養士	10:00～12:00	老人福祉 センター	
5	8/22 (木)	介護予防運動機能について ②講義と実技	身体教育医学研究所 横井佳代	13:30～15:00	中央公民館 大会議室	
6	9/12 (木)	救急救命法 高齢者緊急時の対応	川西消防署	13:30～15:00	中央公民館 大会議室	
7	10/10 (木)	認知症 地域で暮らしていくために	NPO法人やじろべー 中澤純一	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	
8	10/24 (木)	排泄について（認知症） 在宅で介護していくために	NPO法人やじろべー 有賀祐子	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	
9	11/7 (木)	介護技術の理解と実技① 腰痛予防と心地よい介護	信州短期大学部 関口昌利	13:00～14:30	信州短期大学 介護実習室	バス 送迎
10	11/21 (木)	介護技術の理解と実技② 利用者本位の介護の実践	信州短期大学部 関口昌利	13:00～14:30	信州短期大学 介護実習室	バス 送迎
11	12/2 (月)	介護予防 口腔機能について	永井歯科 永井 敏	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	
12 **	1/16 (木)	コミュニケーションとは？① 共感し耳を傾けるために	NPO法人やじろべー 中澤純一	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	
13	1/30 (木)	コミュニケーションとは？② 体験後のふりかえり	NPO法人やじろべー 中澤純一	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	
14	2/13 (木)	仲間づくりのために ＜レクをとおして＞	レクリエーション講師 大塚寛美	13:30～15:00	中央公民館 視聴覚室	

※日程につきましては会場や講師の予定により変更となる場合があります。

** ⑫講座終了後に、施設など訪問しコミュニケーションをはかる体験を行ないます。

受講対象者 町民で介護に関心のある方ならどなたでも
募集期限 平成25年6月28日(金)
申込先 立科町地域包括支援センター（町民課 福祉係）
 電話 56-2311 または 有線 2311 までご連絡ください。



物忘れ相談会

最近忘れることが
多くなってきたかな？

福祉係

「最近物忘れが多くなってきたかな？」「もしかしたら認知症になってきたのかな？」など、年齢を重ねるごとに自分や家族について心配になる機会が多くなっていきます。物忘れや認知症は、初期の段階での対応がとても重要です。どのように自分や家族と向き合っていくか、日頃不安に思っていることについて相談会を実施致します。まずは一人で悩まず専門家に相談してみませんか？

例えばこんな場合

- ・これまで、出かける日にちを間違えたことがなかったおばあさんが、予定のない日に「出かける」と言って聞かない、これは物忘れ？それとも認知症？
 - ・昔のことはハッキリ覚えているのに、さっき話したことも覚えていない。本人はしっかりしていると思っているので、家族はどのように接していけばいいのかわからない。
- 物忘れや認知症はその人によっていろんな症状があります。まずは物忘れの心配からご相談ください。

相談員	NPO法人やじろべー 理事長 中澤純一氏
開催時間	午後1時30分～3時30分
対象者	立科町に在住の方・ご家族
募集人数	各日 2名程度（※事前にお申し込みが必要となりますのでご連絡ください。）
相談会日程	(第1回) 平成25年 6月24日(月) 立科町中央公民館 (第2回) 平成25年 8月26日(月) 立科町中央公民館 (第3回) 平成25年10月28日(月) 蓼科ふれあい健康支援センター
申込期限	各日、相談日程の1週間前まで
申込方法	立科町地域包括支援センター（町民課 福祉係） 電話 56-2311 有線 2311 まで電話にてご連絡ください。



こちら 地域包括支援センターです！

福祉係

「はつらつチェックリスト」 ご協力をお願いします！！

毎年4月上旬に、65歳以上の方（介護保険の認定を受けている方を除く）を対象に「はつらつチェックリスト」へのご協力をお願いしています。

このチェックリストは、国で定めた25項目の質問に「はい」・「いいえ」で回答いただく簡単なもので、足腰の機能低下や、閉じこもりや物忘れの心配のある方を早めに把握し、必要な介護予防サービスをご紹介したり、介護予防の教室等へお誘いするために活用しています。

まだお手元にチェックリストがある方は、是非ご記入頂き6月30日までに投函又は、福祉係へ提出をお願いします。

平成25年度 はつらつチェックリスト			
* 太枠の中をご記入後、チェックリストの質問項目に回答してください。			
記入日	平成25年 月 日		
ふりがな		住所	立科町大字
氏名		電話番号	有線
生年月日	明・大・昭 年 月 日		
現在治療中の主な病気があればお書きください。()			
かかりつけの医療機関についてご記入ください。			
病院・医院	科	主治医名	先生
チェックリスト質問項目			
下記について、右欄の「はい」「いいえ」の該当する方に○をし、体重・身長は、わかれば記入してください。			
1	バスや電車(自家用車・バイク等)で1人で外出していますか。	0. はい	1. いいえ
2	日用品の買い物をしていますか。	0. はい	1. いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか。	0. はい	1. いいえ
4	友人の家を訪れていますか。	0. はい	1. いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか。	0. はい	1. いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。	0. はい	1. いいえ
7	いすに座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか。	0. はい	1. いいえ
8	15分ぐらい続けて歩いていますか。	0. はい	1. いいえ
9	この一年間に転んだことがありますか。	1. はい	0. いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか。	1. はい	0. いいえ
11	6ヶ月で2～3Kg以上の体重減少がありましたか。	1. はい	0. いいえ

悩みごと、心配事、
お気軽にご相談ください！

あなたの近くの民生児童委員

福祉係

民生児童委員は援助を必要とする方の福祉全般に関するさまざまな悩みや問題などの相談に応じ、行政や関係機関へのパイプ役を務め、問題解決の手助けをします。

また、民生児童委員の中に「主任児童委員」が設置され、子どもや子育ての相談・援助を専門に担当しています。

さまざまな相談を受けるほか、地域でのボランティアや社会福祉協議会などが実施する福祉事業に協力するなど、地域福祉の推進活動においても活躍しています。



こんな相談をお受けしています

- ・高齢者の一人暮らしで生活に不安がある。
- ・災害時の避難に対して不安がある。
- ・福祉サービスの制度や窓口がわからない。
- ・育児に対する不安や子育ての問題で悩んでいる。
- ・病気やけがで生活に困っている。
- ・児童虐待、高齢者虐待らしい様子を目にした。 など

安心してご相談ください

民生児童委員は、相談内容の秘密は固く守り（守秘義務）、個人情報やプライバシーの保護に配慮した支援活動を行っています。

任期は平成22年12月1日～平成25年11月31日の3年間です。平成25年度は民生児童委員改選となります。

竹重 幸江

主任児童委員（東部・茂田井）

佐々木 美良

主任児童委員（西部・南部）

土屋 亀一

仲町・東町

大角 ふみ子

西町・田町

宮坂 ます江

細谷

長坂 長一

桐原

原田 知弘

藤沢・蟹原

角田 てる子

西塩沢

宮下 艶江

塩沢

平坂 光明

立石・石川

遠山 政子

蟹窪・日中・大深山

柳澤 洋司

外倉・五輪久保・虎御前

浦野 正人

牛鹿・柳沢

平林 健治

平林・滝神

保科 喜一郎

上房・山部・真蒲

大森 睦子

和子・赤沢・中原・日向

山下 孔二

大城

渡邊 清

野方

今井 稔子

町5～9

青木 富士枝

町1～4・10

竹内 愛國

美上下・中尾・古町・姥ヶ懐

波岡 順子

蓼科6～7

翠川 仲子

蓼科1～5

氏名

担当地区

児童手当等受給者のみなさん「現況届」の提出をお忘れなく

福祉係

児童手当等を受給されている方は、毎年6月中に「現況届」を提出することになっています。この届は6月1日現在の養育状況を記載していただき、児童手当等を引き続き受ける資格があるかどうかを確認するためのものであり、提出がないと6月以降の手当が受けられなくなります。

町では、受給者（前年度受給者）あてに関係書類を送付しますので、内容をご確認のうえ、必ずご提出ください。

●提出先 福祉係

現況届提出の際には次の書類の添付が必要です

●受給者がサラリーマンなど厚生年金等加入者の場合は健康保険証の写し

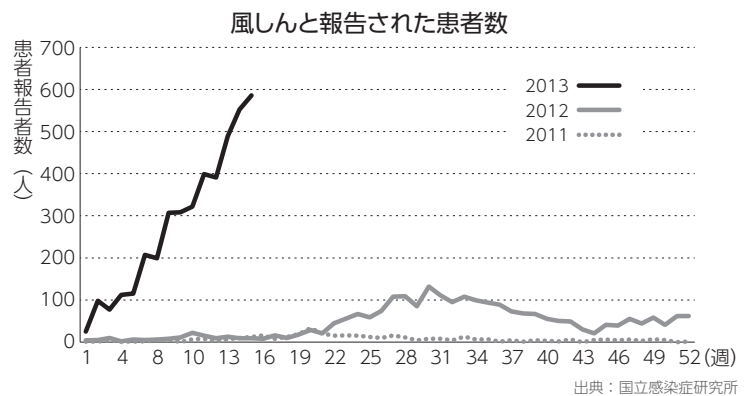
（国民健康保険加入者は不要です）

※今年の1月1日現在で立科町に住所がなかった方は、前住所地の市区町村が発行する児童手当用の所得証明書の提出が必要となります。

風しんが流行しています

風しんが広く流行し、平成20年以降で最も多い患者数となっています。

特に関東地方や近畿地方が中心ですが、他の都市でも増加傾向にあります。流行の中心は、20代～40代の男性です。平成23年の国の調査では、20代～40代の男性の15%が風しんへの免疫がなく、女性の15%は免疫がないか、免疫が不十分な状況でした。



防ぎたい「先天性風しん症候群」

風しんは、発疹、発熱、リンパ節の腫れを主症状とし、通常は、自然に治る感染症です。

ただし、風しんに対する十分な免疫を持たない妊娠初期の女性が風しんにかかると、赤ちゃんの耳が聞こえにくくなったり、心臓に奇形が生じる、目が見えにくくなるなどの障害（先天性風しん症候群）が現れる可能性があります。

予防接種

- 定期予防接種…… 1歳から2歳・就学前1年間の幼児
- 任意の予防接種……以下の方で、免疫が十分と確認できた場合を除き、任意の予防接種を検討しましょう。
 - ①妊婦の夫や家族（※妊婦は風しんの予防接種を受けることができません。）
 - ②10代後半から40代の妊娠する可能性の高い女性（※予防接種後2ヵ月間は避妊が必要です。）
 - ③出産後早期の女性
 - ④成人男性で、風しんにかかったことがない、又はワクチン接種を受けていないか不明な方は予防接種を検討しましょう。（2回接種しても問題はありません）

風しん定期予防接種の状況

生年月日	1回目接種時期	2回目接種時期
昭和37年 4月以前生まれ	実施なし	実施なし
昭和37年 4月～昭和54年 4月生まれ	中学生女子のみ	
昭和54年 4月～昭和62年10月生まれ	中学生男女 (あるいは6歳までにMMRワクチン)	
昭和62年10月～平成 2年 4月生まれ	7歳半までに (あるいは6歳までにMMRワクチン)	
平成 2年 4月～平成 7年 4月生まれ	7歳半までに	高校3年生 (MRワクチン)
平成 7年 4月～平成12年 4月生まれ	6歳までに	中学1年生 (MRワクチン)
平成12年 4月～平成17年 4月生まれ	1歳～2歳までに (MRワクチン)	小学校入学前1年間 (MRワクチン)

※MMR：風しん・麻しん・おたふくかぜのワクチン ※MR：風しん・麻しんのワクチン

●ワクチンについて

風しんの免疫が十分でない方は、麻しんの免疫が不十分な傾向があることから、麻しん風しん混合ワクチンの接種をお勧めします。（それぞれの単独ワクチン接種も可能です。）

感染を広げないために

風しんは、患者の飛まつ（つばのしぶき）により他の人にうつります。

感染しても症状が出ない人が15～30%程度います。また、症状の出る前後の1週間は周りの人にうつす可能性があります。

風しんを疑う症状がある場合は、医療機関にかかる・無理をせず自宅で休む・やむを得ず外出する場合はマスクを着用し人ごみを避けましょう。



肥満にサヨナラ ～普通体重を維持しよう～

環境保健係

BMI、標準体重という言葉をご存知でしょうか？ BMI (Body Mass Index) とは、肥満の判定に用いられる体格指数のことです。BMI：22が統計的に最も病気にかかりにくいと言われていますので、標準体重は、このBMI：22をもとに計算されます。

太っている方も、標準体重まで減量しなければいけないわけではなく、現在の体重の3～5%の減量でも高血圧、脂質異常症、肝機能障害などの肥満症による健康障害が改善されるとわれています。

BMIの計算方法

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

例えば……身長160cm、体重65kgの人は

BMI = 65 ÷ 1.6 ÷ 1.6 = 25.39

となり、肥満(1度)の判定になります。

標準体重 = 身長 (m) × 身長 (m) × 22

例えば……身長160cmの人は

1.6 × 1.6 × 22 = 56.32 となり、

56.3kgが標準体重となります。

日本肥満学会の肥満基準より

BMI	判定	例えば (身長160cmの人なら)
18.5未満	低体重(やせ)	47.4kg未満
18.5～25未満	普通体重(標準)	47.4～64kg未満
25～30未満	肥満(1度)	64～76.8kg未満
30～35未満	肥満(2度)	76.8～89.6kg未満
35～40未満	肥満(3度)	89.6～102.4kg未満
40以上	肥満(4度)	102.4kg以上

※肥満症診断基準の中で、BMI35以上が「高度肥満」と定義され、診断や治療の対象と位置づけられました。

環境保健係

年に1回 特定健診を受診しましょう！

特定健診は、40歳以上の国保加入のすべての方が対象です

特定健診は生活習慣病（心筋梗塞・脳卒中・糖尿病・高血圧症など）の発症や重症化を未然に防ぐことができる健診です。

特定健診は毎年受けることが大切です。健康状態は、刻々と変化しており、年ごとの検査数値の変化から健康状態の傾向を把握することが出来ます。

立科町では、特定健診の集団健診を7～8月に、個別健診を6月から実施します。3月に申込みをされた方には、受診券等をお送りします。これから申込みをされる方は、役場環境保健係まで早めにご連絡ください。

※病院へ通院中（治療中）の方も特定健診対象です。主治医とご相談のうえ、受診ください。

立科町特定健診の受診対象者

① 国保加入者の方

町の特定健診を受けてください。
40歳以上の国保加入者は特定健診を受ける義務があります。
会社の健診や人間ドックを受診した（す

る）場合は、町の特定健診を受診する必要はありませんが、受診の確認のため役場環境保健係まで健診結果をお持ちください。

② 国保以外の方（40歳から74歳まで）

加入している保険者（社会保険等）からの案内に従ってください。

③ 30歳代の方

加入保険に関係なく、町の特定健診を受診することが出来ます。

④ 75歳以上の方

無料で町の特定健診を受診することが出来ます。ただし、要介護認定を受けている方、生活習慣病の治療を受けている方は、この健診の対象になりません。病院で医師による指導・管理を続けてください。

※国保加入者の方、及び75歳以上の方には、人間ドック受診に対して補助制度があります。役場環境保健係または町のホームページで必要書類をご確認ください。



「立科すずらん学級」開催

生涯学習講座「立科すずらん学級」では、参加者相互の交流のみならず地域づくりに欠くことのできない人材の発掘や育成もあわせ、各種教室を計画しました。

すずらん学級への参加により、個々の能力を地域で発揮できること及び仲間づくりやグループ活動の発展へとつながっていくことに期待をしています。

なお、運営計画は講師の都合等により、日程や内容を一部変更する場合があります。広報、有線放送を通じてご案内いたしますので、ご確認のうえ参加をお願いいたします。

月 日		項 目	内 容	講師・協力団体等
5月 21日	火	開講式・記念講演	地域づくり実践者の話を聴き、地域づくりを通じて潤いのある生き方などを学ぶ。	山田順子さん（時代考証家） 「真田三代ミステリー」著者 〈実施済〉
6月 7日	金	ふれあい ゲートボール教室	体力の維持向上と参加者相互の交流と親睦を図る。	ゲートボール連盟
6月下旬～ 7月上旬		災害時避難体験教室	災害時の避難にあたり、知っておきたい知識を学ぶとともに、実習を交え、体験もすることにより、いざという時の備えについて学ぶ。	日本赤十字社長野県支部 (社会福祉協議会との共催)
7月 20日	土	さわやかハイキング	高山植物の観察を通じ、自然保護への理解を深めるとともに、町民相互の交流や体力の維持向上を図る。(霧ヶ峰・八子ヶ峰方面)	山岳ガイド他
8月 6日	火	郷土の 歴史文化を学ぶ教室	地域の歴史や文化を育んでいくためには、地域を知ることが必要である。あるもの(埋もれているもの)探しにより歴史や文化の活用方策を考える。	蓼科地区を歩く (塩沢堰、桐蔭寮等)
9月 4日	水	研修旅行(日帰り)	県内外の生活・文化等に触れ、我が町を見つめ直す機会とするとともに、相互の親睦と交流を深める。	研修先は阿智村 「満蒙開拓平和記念館」を予定
10月 4日	金	ふれあい マレットゴルフ教室	技術の向上や参加者相互の交流と親睦を図る。	マレットゴルフクラブ
11月 8日	金	郷土の 歴史文化を学ぶ教室	地域の歴史や文化を育んでいくためには、地域を知ることが必要である。あるもの(埋もれているもの)探しにより歴史や文化の活用方策を考える。	道傍にある石造物めぐり (中山道沿い)
12月 4日	水	健康体操教室	運動することの大切さの理解に合わせ、簡単な体操を身につける。	佐久平整形外科クリニック
1月10日	金	知識習得教室	専門家の話を聴き、健康や生きるための知識を習得する。	地域包括支援センターとの 共催
1月22日	水	映画鑑賞会	名作・秀作に触れ、日本の文化・習慣を見つめ直す。	
2月 5日	水	歌の教室	地域に伝わる歌などを後世に伝承していくことも含め、みんなで元気に歌いつなぐ。	講師は、蓼科高校熱中先生 出前講座を予定
2月18日	火	身近な問題を学ぶ教室	身近な問題や社会情勢について学ぶ。	信州大学出前講座等の活用
3月11日	火	閉講式並びに 文化芸術鑑賞会	文化や芸術に触れる。	道化師 「つかはらしげゆき」さんを予定

新着図書

「一路」上・下

浅田 次郎（著） 中央公論新社（出版）

父の不慮の死より、御供頭として江戸への参勤を仕切ることに
なった若き小野寺一路。途方にくれる一路だが、家伝の「行軍録」
を唯一の手がかりに、一行を従え、いざ江戸見参の道中へ。おの
れの本分を全うしようとする一路だが、その前途に、真冬の中山
道の難所が立ち塞がる。



「陽子の一曰」

南木 佳士（著） 文藝春秋（出版）

還暦を迎えた女医陽子。もはや先端医療の担い手ではない彼女は、
元同僚の病歴要約を読みながら、自身の半生を回想する。医療と
は何か、人間とは何かを根底から問う。

「おおかみこどもの雨と雪」

細田 守（原作）ワダ ヒトミ（ノベライズ） 角川書店（出版）

雪の日に生まれた『雪』と雨の日に生まれた『雨』は、狼を父に持
つおおかみこどもだった。人間でもあり、狼でもある姉弟は、それ
ぞれの想いを胸に成長していく。

「おしりをしりたい」

鈴木 のりたけ（作） 小学館（出版）

『おしり』のことをもっとよくしりたい！『おしりおしり隊』がお
しりの謎を、おもしろおかしく徹底解明。おしりに火がついたっ
てなに？おしりはどこからどこまで？

立科町公民館（教育委員会 社会教育人権政策係） 有線 4000

お知らせ

「ちゅうりっぷの会」による

乳幼児のためのおはなし会

日時 6月26日(水) 午前10時30分～

場所 中央公民館 視聴覚室

対象 0歳児～

テーマ 「あめ」

大型絵本・パネルシアターなど
親子でお楽しみください



図書室利用案内

開室時間

●月曜日～土曜日 午前9時30分～午後6時
(土曜日は午後5時)

●日曜・祭日 午後1時～午後5時

*お一人 4冊まで 2週間借りられます

ふれあいサロンたてしな参加者募集について

教育委員会

立科町男女共同参画推進委員会では、男女共同参画社会の促進を目的に「ふれあいサロンたてしな」を開催
しています。

第1回目は、有限会社たんばぼ（長野市篠ノ井）を訪ねて～食と農を通じて地域に貢献～をテーマに、女性
の個性や技術を活かした農産物加工販売等の運営に取り組む事例について、先進地の現地研修を下記のとおり
開催します。

多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

- 期 日 6月29日(土) 午前9時～午後4時30分
- 研修先 有限会社「たんばぼ」（長野市の「地産地消協力店」第1号店）
- 参加費 1,200円（昼食等）
- 定 員 20名（定員になり次第締切とさせていただきます）
- 申込先 6月21日(金)までに 立科町中央公民館（有線 4000）

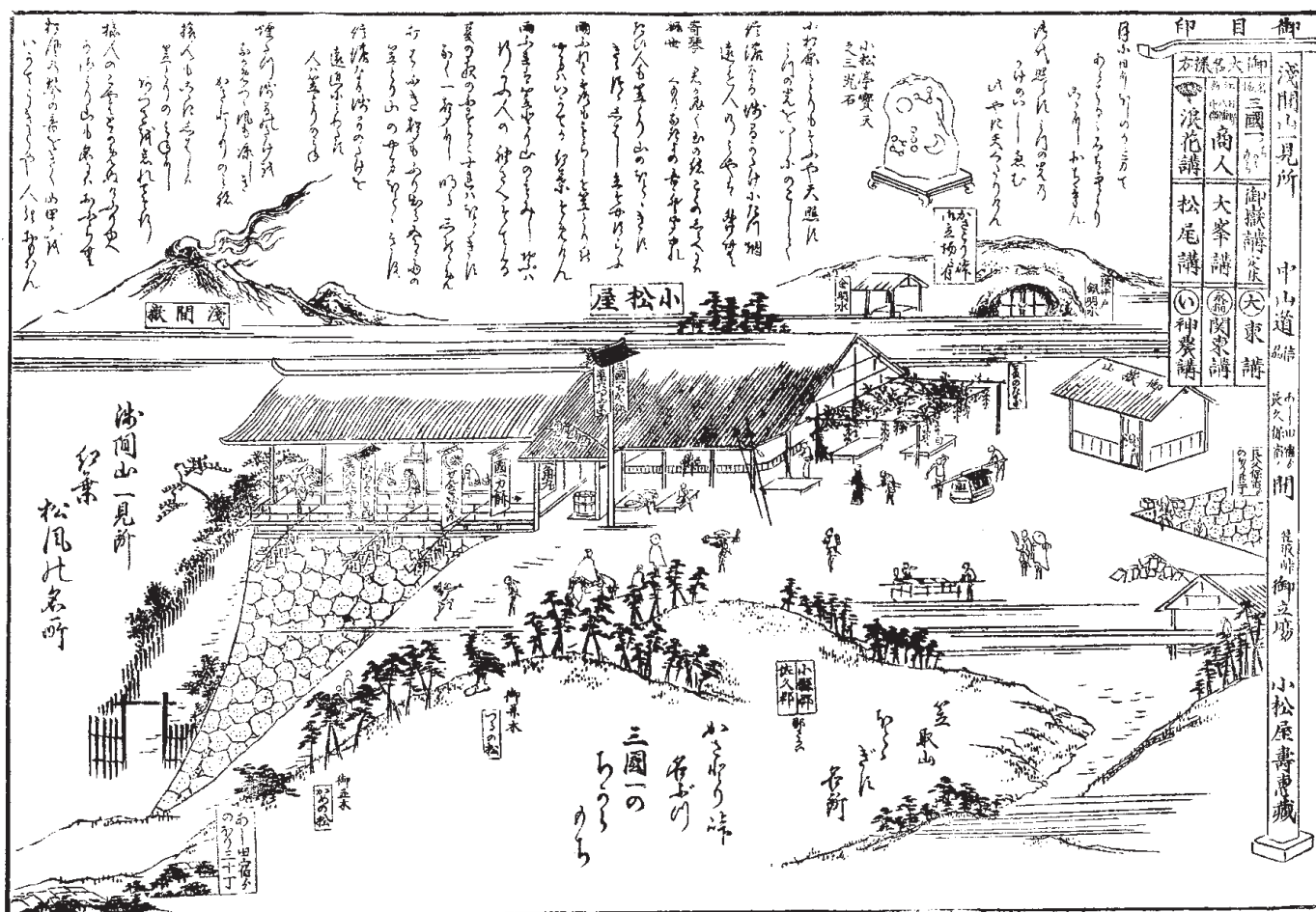
マツ並木歴史ばなしあれこれ④

前回、保存管理計画策定の際の調査によって、客観的な事実を記録することに主眼を置いた「図面」的な史料やマツ並木や笠取峠の景観認知を今日に伝えている「絵画」的な史料があり、「図面」的な史料として「芦田宿絵図」について紹介しましたが、今回は、「名所(などころ)」としての並木に対する認識を読み解く手がかりとなる「絵画」的な史料として、「笠取峠立場図」についてご紹介します。

「笠取峠立場図」は、この峠にあった立場(たてば)を描いた名所絵の一つと考えられ、右端の「小松屋壽恵蔵」名の看板と、中央の四角囲みの「小松屋」の屋号から、茶屋「小松屋」が土産品や宣伝広告等の目的で作成されたものではないかと推定できます。成立年次は不明ですが、江戸時代の末期には県内観光地で同種のものが作成されている事例(安曇野市中房温泉)もあり、描かれている看板に大名の利用を記している点と併せて考えますと、おおよそ19世紀中頃の成立と思われます。

この史料の中の二ヶ所で「浅間山一見所」とあることから、笠取峠を代表する景観は「浅間山」であったと思われます。あわせて、左端には「浅間山一見所、紅葉、松風の名所」、下端の「笠取山、ほととぎす名所」などから、笠取峠は、四季折々の山林の風情を視覚ばかりでなく、五感を通じて味わう名所であったようです。

※立場とは、宿場と宿場の間にあって、旅人や人足、駕籠かきなどが休息する場所



『笠取峠立場図』 竹内純一氏 所蔵 (原寸大は、25cm×26cm)

- 立科小学校/午前9時～午前11時30分
電話 56-3131 (呼)・有線2190 (呼)
- 立科中学校/午後2時～午後5時
電話 56-1076 (呼)・有線2251 (呼)
- 立科町児童館/
午前 11時40分～午後1時30分
電話 56-0303 (直通)
有線 8889 (直通)

※予約をされる方は児童館または小・中学校の
教頭先生へご連絡をお願いします。

充実した中学校生活を送るための 生徒の心がけと自覚

～ 立科小学校6学年道徳講話より ～

立科町教育相談員 岩上起美男

「子どもは無限の可能性を秘めた存在である。」

と申し上げますと、多くの方が、たとえば総理大臣やオリンピック金メダリスト、ノーベル賞受賞など、栄光に満ち溢れた「可能性」を思い浮かべるのではないのでしょうか。

確かに、子どもには前途洋々たる未来が待っており、そこには、まさに無限の輝かしい世界が広がっています。しかし、子どもも、このような「光」の面と同時に、「影」の部分併せ持っていますので、「無限の可能性」の中には、犯罪をおかしたり、いじめの加害者になったり、また、事故に遭ったりする「負の可能性」もひそんでいます。

そこで、立科小学校の卒業生（現在中学1年生）が、中学生期に発現されやすい「負の可能性」にもきちんと向き合い、充実した中学校生活を送ることを願って、卒業式を4日後にひかえた今春3月11日、「充実した中学校生活を送るための生徒の心がけと自覚」という講話を致しました。以下、その内容を要点的に記します。

*

立科小学校の卒業生誰もが、充実した中学校生活を送ってほしい。そのために、6年間の小学生としての自分を振り返りながら、真剣に中学生になるための心がけと自覚について考える場にしよう。

まことに痛ましい限りであるが、中学校の指導管理下において、毎年、全国で30人前後の中学生が死亡している。その大多数が、病気と登下校時の交通事故による。教室内で追いかけてこをしていて窓ガラスに突っ込み、胸部に大量の血液がたまって死亡した中学生もいる。

健康に十分留意しよう。そして、自分の心がけ次第で未然に防げる事故があるので、他者から守ってもらう安全に甘んずることなく、自分の安全は自ら守る「安全感覚」を身に付けよう。「安全感覚」がなければ、教室も廊下も階段も、どこもかしこもすべて危険箇所である。

非常に悲しく、切ないことであるが、全国各地でいじめを苦に自ら命を絶った中学生がいる。生徒誰もが充実した中学校生活を送るために、何としてもいじめを根絶しなければならぬ。そのためには、生徒誰もが絶対に、文字通り絶対にいじめの加害者になってはならない。

中学生の成長上のテーマは、「内なる破壊と再構築」である。今までの生き方や考え方、感じ方、人との接し方などを一旦壊して、白紙の状態から改めて築き直す、という意味である。固定化した狭い友達関係も見直さなければならない。

中学生の発達課題は二つある。発達課題とは、各成長期に取り組むべき問題で

あり、その成長期に身に付けるべき「生きる力」である。

一つは、「精神的な自立」である。中学生には、「社会的な自立」や「経済的な自立」は求められないが、自分のことは自分で考え、判断し、行動する姿勢が求められている。

毎朝、自分で起きることが「精神的な自立」の第一歩である。目覚まし時計などをセットして、自力で起床しよう。また、むろん病気やけがなど、事情があればやむを得ないが、日常的に家人に登下校の送迎をしてもらうことも考え直そう。徒歩なら徒歩、自転車なら自転車、バスならバス、と定められた方法で通学しよう。

もう一つの発達課題は、「中学校卒業後の望ましい進路を選択する力の育成」である。このような力は、勉強や運動、交友、読書、清掃、給食の準備・片付け、係・委員会の役割、家の手伝いなど、平素からやるべきことをきちんとやることによって、自然に身に付くものである。そのためには、特に、テレビやゲーム、パソコン、携帯電話、ビデオなどの電子映像メディアへの接触時間を一日2時間以内にコントロールしよう。

脳の発達研究によると、人間の脳は、3歳のころには大人の90%程度になり、6～8歳でほぼ完成し、思春期に脳のシ

STEMが再構築されるそうである。したがって、「内なる破壊と再構築」という中学生期のテーマは、脳の発達面からも裏付けられていると言える。

個人差はあるが、思春期は、脳のSTEMが再構築される成長期であるがゆえに、次のような、十分に注意しなければならない特徴がある。

○人の気持ちが伝わりにくい。(情動判断の遅れ)

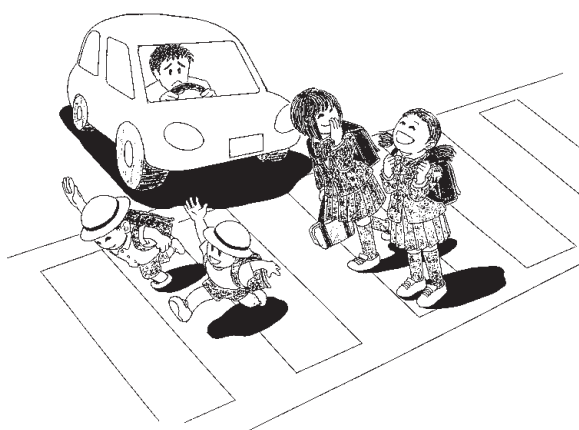
○将来のことまで考えが及ばず、今現在の目の先の楽しさにとらわれやすい。

(困難な快予測)

○気持ちが不安定で、わけもなく感情が揺れ動くことがある。(不安定な情緒)

思春期は、気持ちが不安定で、人の気持ちを思いやることができず、目の先の楽しさを求める傾向があるため、小学校低学年の児童がきちんとできることでも、思春期にある高学年児童や中学生にはできないことがある。横断歩道の渡り方が、その好例である。小学生の方が、中学生よりもずっと礼儀正しく、きびきびと横断するのではないか。中学生が集団になると、「待っているのだから、早く渡りなさい。」と急かしたくなるほど、その傾向は強まる。だが、当の中学生には悪意など微塵もないことが多い。ただ、車

を停めて待っている運転者の気持ちに思いが及ばず、友達とおしゃべりという目の先の楽しさに没頭しているのである。



このような思春期の特徴を自覚していないために、起こってしまう中学生の深刻な問題行動がある。それは、いじめである。「うざい」「きもい」「死ね」などと言われた生徒がどんなに嫌な思いをするのか、言った生徒には実感できず、また、集団から仲間外しにされた生徒がどれほど切なく、どれだけ悩み苦しむのか、察することができないのである。そのため、人をからかったり、小馬鹿にしたりする目の先の楽しさが止まないのである。そこで、ぜひとも思春期の三つの特徴を自覚しよう。いじめは複雑な要因が絡み合っ

特徴を自覚することによって、いじめの加害者になってしまふ生徒が激減すると信じている。

中学生として、人として絶対にしてはいけないことがある。それは、人を馬鹿にすること(人の尊厳を傷つけること)。人を仲間外しにすること(人を軽視し、排除すること)。そして、人をいじめること(人の身体と精神を攻撃すること)である。

ところが、このことを知識としては知っていても、具体的な行為に結び付かない児童・生徒がいる。であるから、何が絶対にしてはならない言動や態度なのか、具体的に確認しよう。

口汚い言葉は人の心を深く傷つけるので、人に向かって、「うざい」「むかつく」「きもい」「ばか」「汚い」「くさい」「バイキン」「死ね」などと言ってはならない。

容姿を動物などにたとえたり、おもしろおかしくまねをしてからかったりしてはならない。悪口や陰口も禁句である。

無視したり、わざとらしく避けたり、落書きしたり、物を隠したり、靴に画鋲を入れたり、机を運ばなかったり、給食を用意しなかったり、舌打ちしたり、これ見よがしにため息をついたりする行為も、厳に戒めなければならない。さら

に、目つきや態度で、人を小馬鹿にする雰囲気を出してはならない。

なぜなら、これらの言動や態度は、人の心と体を攻撃し、傷つけるいじめであり、人権を侵害する差別であり、時として人の命を奪う犯罪であるからである。のみならず、このような恥ずべき陰湿な言動をとるたびに、純真さや素直さ、誠実さ、優しさなど、その子が生まれつき持っている良さが失われていくと感ずるからである。

いじめられていること(またはいじめがあること)を教師や家族に話すのを、チクる行為として嫌がる生徒がいるが、それは、いじめられている生徒を守るだけではなく、加害生徒も守る「正義告発」である。決して卑怯な行為ではない。「正義告発」のできる中学生になろう。

*

入学・進級から約2ヶ月経ちました。ともすると初心が薄れる時期です。日々、為すべきことを誠実に為すとともに、「負の可能性」にも毅然と向き合い、いじめは絶対に許されない卑劣な行為であるという知識と自分は絶対にいじめの加害者になるまいという決意が、迂回して歪んだり、屈折して滞ったりすることなく、自分自身の言動に直線的に結び付く児童・生徒であってほしい、と切に願っています。

立科教育の一環として、小学校・中学校・高校の連携授業が始まりました。異なる学校の先生方が訪問して相互にT T（ティームティーチング）することにより、算数数学の各単元の学習が、過去・現在・未来と繋がってなめらかに児童・生徒に伝えることができ、さらに興味を持たせたり、全体の学力向上に結びつくことが期待されます。

今後、先生方が集まって生徒の学力実態の分析を行い、授業改善に取り組み実効の上がる連携授業のあり方等について研究を進める予定です。



中学校の授業風景



中学校の先生が小学校を訪問して授業



夢科高校の授業風景



夢科高校の先生が中学校を訪問して授業

たてしな保育園で 北佐久保育連絡会総会及び実技講習会を開催



5月11日(土)に開催された総会には93名の参加者があり、小宮山眞平氏の保育講話の後、日本遊育研究所専任講師の都築 淳先生によるリズム講習が行われました。

手遊びなど日々の保育にもすぐに使えるものが多く、子ども達の様子を見ながら、身近な物を使って投げる・拾う・座ったままでも十分体を動かせるメニューのアドバイスをいただきました。

今後も、たてしな保育園の「運動あそび」は、歌って、踊って、笑って、子ども達と楽しく進めて行きたいと考えています。

こども未来館情報 6月・7月 行事予定

教育委員会

皆様のご来館をおまちしています

※都合により内容などが変更となる場合がありますので、ご承知ください。

ながよし広場

★対象：就園前のお子さんと保護者

★時間：午前10時30分～

★日程及び内容

6月 3日(月) 人形劇	7月 3日(水) 子育て講話 (柳沢助産師)
4日(水) 親子リズム	
5日(水) ちびっこ広場	4日(水) ちびっこ広場
12日(水) ちびっこ広場	9日(火) 親子リズム
13日(木) おはなし広場	11日(木) おはなし広場
18日(火) たまご広場	17日(水) ちびっこ広場
20日(木) みんなで遊ぼう	18日(木) みんなで遊ぼう
25日(水) ちびっこ広場	23日(火) たまごクラブ
27日(木) 親子運動遊び	25日(木) 親子運動遊び

レクリエーション教室

★対象及び時間：小学生 午後3時30分～

★日程及び内容

6月 5日(水) 山で遊ぼう
7月24日(火) 丸太を切りに挑戦

学習・スポーツ教室

★対象及び場所と時間：

小学生 立科小学校 午後3時～5時

★日程：6月 5日(水)・12日(水)
19日(水)・26日(水)
7月 3日(水)・10日(水)
17日(水)・24日(水)

★内容：学習アドバイザーの先生方に、予習・復習等を教えていただくことができます。

学習終了後、3時30分より体育館でスポーツ教室に参加できます。

わくわく教室

★対象及び時間：小学生 午後3時30分～

★日程及び内容：6月 3日(月) お手紙をかこう(父の日)

10日(月) 花摘みに行こう

17日(月) お手玉で遊ぼう

24日(月) 七夕制作

7月 1日(月) 七夕飾り

8日(月) 押花を使って壁かけを作ろう

22日(月) シャボン玉で遊ぼう

ビーズ教室(要予約)

★対象及び時間：小学生 午前10時～

★日程及び内容：6月22日(土) 未定
7月20日(土) 未定

文化伝承教室

★対象及び時間：小学生 午後3時30分～

【囲碁】★日程：6月 6日(木)・20日(木)

7月 4日(木)・18日(木)

【将棋】★日程：6月13日(木)・27日(木)

7月11日(木)・25日(木)

【昔遊び】★日程：6月28日(金)・7月26日(金)

アートチャレンジ教室(要予約)

★対象及び時間：小学生 午後1時30分～

★日程及び内容：7月29日(月) 未定
7月30日(火) 未定
7月31日(水) 未定

児童館事業の様子

ちびっこ広場



ちびっこ広場卒業式



親子運動遊び

こどもわんぱく劇場



スマイリーフジマジックショー



全国一斉「子どもの人権110番」強化週間（6月24日～6月30日）に伴い、 相談所が開設されます

全国人権擁護委員連合会と法務局では、子どものいじめや児童虐待などの様々な人権問題の解決を図るための取組を強化するため、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施し、それに伴う相談所が開設されます。

- 日 時 平成25年6月29日（土）午前10時～午後3時
- 場 所 佐久市内2箇所 野沢会館（佐久市野沢）・駒の里ふれあいセンター（佐久市望月）
- 相談内容 学校における「いじめ」などの子どもに関する問題等
- 相談員 人権擁護委員
- お問い合わせ先 佐久市猿久保890-4 長野地方法務局佐久支局内
佐久人権擁護委員協議会事務局 電話 0267-67-2272

*予約は不要です。相談は無料で秘密は厳守します。

*お気軽に相談してください。



人権に 関する 専用電話

- | | |
|---------------|-----------------------|
| ●みんなの人権110番 | 0570-003-110（全国共通） |
| ●子どもの人権110番 | 0120-007-110（全国共通・無料） |
| ●女性の人権ホットライン | 0570-070-810（全国共通） |
| ●長野地方法務局人権擁護課 | 026-235-6634 |
| ●長野地方法務局佐久支局 | 0267-67-2272 |

庶務係・建設係

6月は 土砂災害防止月間です

土石流やがけ崩れ、地すべり等の土砂災害は、時には一瞬のうちに尊い命や貴重な財産を奪ってしまいます。

雨が降り続くとき、強い雨のとき、川の水やわき水が急に変化したり、濁りだしたとき、土地に亀裂が入ったときなどは、非常に危険です。

「危ないな」と思ったら早めに避難するとともに、立科町役場へ連絡してください。



電話 56-2311 有線 2311

町づくり推進係

平成24年度「公文書公開制度」と 「個人情報保護制度」の運用状況について

【立科町公文書公開条例第16条の規定により公表】

- ・請求総件数……6件
- ・公開件数……6件
（内 全部公開6件、部分公開0件）
- ・非公開件数……なし
- ・不服申立て等……なし

【立科町個人情報保護条例第22条の規定により公表】

- ・個人情報取扱い事務の登録件数……112件
- ・開示等の請求件数……なし

公文書公開制度は、町が持つ情報を町民からの請求に応じ公開することを定め、行政執行上で生じた情報を適正に管理、運用することを責務としています。

個人情報保護制度は、町の機関が持つ個人情報の開示、訂正、削除及び目的外利用又は外部提供の中止を請求する権利を町民個人に明示したものです。

立科に育つ子ども達を紹介します

大きく育て 子ども王国



平成24年5月生まれ～平成24年6月生まれ
(10、11ヶ月児健診時に撮影)



くどう まおちゃん (女) 大城

もうすぐ1歳のお誕生日だね。
大好きなお姉ちゃんといっぱい遊んで、
いっぱいご飯を食べて大きくなあれ！



やま き り お
山木 梨央ちゃん (男) 赤沢

最近、誰と目が合ってもニコッとする
梨央。笑顔が絶えない子に育ってほしい
です☆



おお さわ りょう
大澤 涼ちゃん (男) 茂田井

いつも元気いっぱいでお兄ちゃんと仲良
し。これからも可愛い笑顔で和ませてね。



やま こし ゆき や
山越 幸弥ちゃん (男) 町

いろいろな事ができるようになって、
日々、成長を感じます。元気にたくましく
育ってね♡ みんなの宝物だよ(^。^)

働く人のメンタルヘルス相談処

陽だまりプレース

あなたの心は健康ですか？ 職場におけるメンタルヘルスの相談窓口を開設します。
産業カウンセラーが親身にあなたの悩みをお聴きします。

開設予定日

佐久勤労者福祉センター (佐久市佐久平駅南)

平成25年 7月 2日(火) 平成26年 1月21日(火)
8月 6日(火) 2月 4日(火)
9月 3日(火) 3月 4日(火)
10月 1日(火)
11月 5日(火)
12月 3日(火)

上田市勤労者福祉センター (上田市中心4丁目)

平成25年 6月17日(月) 平成26年 1月20日(月)
7月 8日(月) 2月17日(月)
8月19日(月) 3月17日(月)
9月 9日(月)
10月21日(月)
11月18日(月)
12月16日(月)

時 間 午後1時～ 秘密厳守・相談無料

申し込み先 長野県東信労政事務所 (上田市材木町1-2-6 合同庁舎)

電話 0268-25-7144

相談希望日の1週間前までに電話予約をお願いします。

(急を要する場合は、開催日以外でも相談をお受けしますので、ご連絡ください。)

立科町消費者の会で啓発活動を行いました

5月9日(木)ツルヤ立科店の協力をいただき、立科町消費者の会と上田消費生活センターで、「悪徳商法追放キャンペーン」を実施しました。新しい巧妙な手口による消費者トラブルが多発しています。正しい知識を身につけ、被害を未然に防ぎましょう。



講座日程

回数	日付	時間
1	7月22日(月)	9時30分～正午
2	8月26日(月)	9時30分～15時
3	9月19日(木)	9時30分～15時30分
4	10月11日(金)	9時30分～15時

食生活改善推進員（ヘルスメイト）とは、家族の健康管理から近隣、地域住民へと食生活の改善を中心として、地域での健康づくりの担い手として活躍するボランティアです。

この講座で、健康づくりの3本柱である食生活・運動・休養についての正しい知識と技術を学び、より良い健康生活の実践者として健康づくりを推進していく食生活改善推進員になるための勉強を始めませんか。

食生活改善推進員養成講座 受講者募集

INFORMATION

お知らせ

TATESHINA INFORMATION

対象 佐久地域に在住で、食生活を通して健康づくりを目的としたボランティア活動に関心のある方（性別問いません）

会場 小諸市保健センター
（小諸市与良町6丁目5-1）

定員 15名（申し込み順）

内容 健康づくりに関する講話・調理実習など

参加費用 調理実習代等
1,000円程度

申し込み期間

6月18日(火)から7月2日(火)まで

申し込み・お問い合わせ先

直接または電話で、

佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課

電話 0267 (63) 3163

FAX 0267 (63) 3221

INFORMATION

公証人による休日無料 相談のお知らせ

公証人による休日無料相談を行います。

お気軽にお出かけください。

公正証書は大切な契約や取引において皆さまの権利を正しく、確実に守ってくれます。

日時 平成25年6月29日(土)

午前9時～午後5時

場所 佐久市佐久平駅北26番7 藤ビル2階
相談内容

- ・ 遺言に関する事
 - ・ 離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払いに関する事
 - ・ 任意後見契約に関する事
 - ・ 金銭消費貸借に関する事
 - ・ その他公正証書作成に関する事
- ※事前に電話にてご予約ください。

お問い合わせ先

佐久公証役場

電話 0267 (54) 8305

INFORMATION

6月は外国人労働者問題 啓発月間です

事業主の方が外国人労働者を雇用する場合、事前に適法に就労できる「在留資格」を確認の上、労働者の氏名、在留資格、在留期限、国籍等をハローワークに届け出ることが義務付けられています。また、国内で就労している外国人労働者には、日本人労働者と同様に労働基準法などの労働関係法令が適用されます。

お問い合わせ先

ハローワーク佐久

電話 0267 (62) 8609

平成25年度 自衛官等採用説明会について

1 佐久地域

日時 平成25年7月14日(日) 午後1時30分～
平成25年7月15日(月) 午後1時30分～
場所 佐久勤労者福祉センター内
(ジャスコ佐久平店隣)

2 上田地域

日時 平成25年7月14日(日) 午後1時～
平成25年7月15日(月) 午後1時～
場所 上田駅温泉口交差点角
MSTY BLIF

両日とも、採用説明会に参加できない場合でも上田地域事務所にて採用等に関する説明をいたします。(要連絡)

お問い合わせ先

自衛隊長野地方協力本部上田事務所
上田市天神4-14-3
電話 0268(22)5267

あなたの心に残る風景と エピソードを募集

NHK・BSプレミアムで現在放送中の「にっぽん縦断こころ旅」では、7月8日～21日まで長野県内の風景が放送されます。

この番組は、俳優の火野正平さんが旅人となって視聴者から寄せられた思い出

の場所をエピソードと共に巡る番組です。番組では、皆さんのこころの風景とエピソードを募集しています。県内・町内の心にある忘れられない風景や景色を、エピソードを添えてご紹介ください。

お手紙募集の締切日 6月18日(火)

番組・応募に関するお問い合わせ先

NHKふれあいセンター
電話 0570(066)066
番組ホームページ
<http://www.nhk.or.jp/kokorotabi/>

権現の湯お楽しみ カラオケ発表会を開催します

日頃の練習の成果を発表してみませんか。

日時 6月25日(火)
午前10時30分(受付開始)
午前11時00分(カラオケ発表会開始)

場所 権現の湯 カラオケルーム
募集人員 先着45名

留意事項

- (1)入館券をご購入ください。
- (2)受付はカラオケルーム前廊下にて行いますので、必ずご本人でお願いします。

(3)昼食は各自でお願いします。

カラオケ弁当(600円)を希望される方は、ご予約願います。

(4)出場順位は、予め当方にて決めさせていただきます。

お問い合わせ先

立科温泉権現の湯
電話 (56)0606 有線4126

平成25年度 調理師試験の実施について

試験日 平成25年9月11日(水)

午後1時から3時まで

場所 佐久合同庁舎 5階 講堂

願書の受付

受付期間

平成25年7月9日(火)から7月11日(木)までの3日間

午前9時～正午、午後1時～5時まで

受付場所

佐久合同庁舎 404号会議室

準備講習会(調理師会主催)

日時 平成25年8月20日(火)・21日(水)
午前9時～午後4時まで

場所 佐久合同庁舎 5階 講堂

受講料 26,250円

受付場所

佐久合同庁舎 404号会議室

試験科目や受験資格等、試験の詳細についてのお問い合わせ先

佐久合同庁舎内 佐久保健福祉事務所
食の安全・生活チーム 乳肉・動物衛生ユニット
電話 0267(63)4191

守ろう！電波のルール

6月1日から10日は、電波利用環境保護周知啓発強化期間です。私たちみんなの財産である電波の良好な利用環境を守るため、不法無線局をなくし、電波を正しく使いましょう。

電波に関することは、総務省信越総合通信局までお気軽に御相談ください。

★無線設備への混信・妨害及び違法な無線設備の情報に関すること

・監視調査課

電話 026-234-9976

★テレビ・ラジオなど放送の受信障害に関すること

・受信障害対策官

電話 026-234-9991



故 遠山順孝氏 叙位の栄誉



去る3月15日死去された前立科町長遠山順孝氏（和子）に内閣総理大臣より従六位の位記が授与され、5月8日小宮山町長よりご遺族に伝達がされました。

高邁な政治信念と多大な功績が高く評価されました。

遠山氏の功績

遠山氏は、平成7年から3期12年の永きにわたり、第六代町長を歴任され、豊富な経験と卓抜なる見識をもって、デイサービスセンターやグループホーム等福祉施設の整備、下水道全処理区の供用開始や老朽化の進んだ水道管の布設替えによる生活

環境の整備、スキー場のゲレンデ整備や権現の湯、風の子広場、クライנגルテンによる農業・観光振興、中学校へのAET招致や地域高校の存続など、多方面にわたり町の発展にご尽力されました。

また、北佐久郡老人福祉施設組合組合長、川西保健衛生施設組合組合長、佐久地域広域行政事務組合代表副連合長等の公職も歴任されました。



平成15年11月 構造改革特別区域計画認定書授与式の様子
(左側：故 遠山順孝氏、右側：小泉純一郎元首相)



白樺高原は新緑の季節を迎え、御泉水自然園ではたくさんの野鳥が美しい声を響かせています。

これから御泉水自然園では、アズマシャクナゲやレンゲツツジ・ニリンソウ・ヒトリシズカなどが咲き始める花の季節を迎えます。小鳥の声を聴きながら高山植物をながめ、自然散策を楽しんでみてはいかがでしょうか。きっと心も身体もリフレッシュできると思います。



また、蓼科第2牧場では牛や馬の放牧が始まります。隣接する朝日の丘公園からは、草を食みながらのんびりと過ごす牛馬の姿が間近にながめられます。

ぜひ一度ご家族、ご友人でお出かけください。



よい歯の表彰式が行われました

今回の表彰式では、平成24年11月と平成25年2月の3歳児健康診査において虫歯のなかったお子さん15名が表彰対象者となりました。

平成24年度は健診受診者の7割の方が、虫歯のない状態であることが分かりました。

3月26日（火）の表彰式には、12名のお子さんとその保護者の方が出席され、小宮山町長から表彰状と記念品と共に、お祝いの言葉が贈られました。

これからも親子で規則正しい生活習慣と虫歯予防に心がけ、いつまでも丈夫な歯で、しっかりと噛んで元気に過ごしていけるといいですね。

役場入り口正面の情報プラザ「陽だまり」において、表彰を受けられた方の全体写真と保護者のコメントを展示しましたのでご覧ください。



蓼北中学生バレーボール大会

5月11日(土)、立科町教育委員会主催の第27回蓼北中学生バレーボール大会が、当町で開催されました。望月・北御牧・東部・丸子・丸子北・依田窪南部・立科の7校が参加し、白熱した試合が繰り広げられました。

成績は次のとおりです。

男子Aチーム	優勝	望月	女子Aチーム	優勝	望月
男子Bチーム	優勝	望月	女子Bチーム	優勝	丸子



立科町選挙管理委員会

表彰される

立科町選挙管理委員会が、長野県選挙管理委員会委員長表彰を受章しました。

これは、昨年12月16日執行の第46回衆議院議員総選挙において、滞りなく正確かつ迅速に投開票事務が行われ、投票率も高い水準を維持し、新成人に投票立会人を依頼するなど積極的な啓発活動が認められたものです。

4月23日、須坂市文化会館において県委員長の深沢賢一郎氏より立科町委員長の中島民夫氏へ表彰状が授与されました。



長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会！

平成25年4月29日（月・祝）、天候に恵まれた絶好の駅伝日和に、第9回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会が開催され、立科小学校の代表選手たちが参加しました。

大会では、全員が見事最後までタスキを繋ぎ、全選手全区間を完走しました。

結果は、エントリー64チーム、当日出場57チーム中、立科町は22位とこれまでで最も良い成績を収めました。また、タイムも22分59秒で最も速い結果でした。





発行／立科町
編集／立科町広報編集委員会／電話0267-56-2311
〒384-2305 長野県北佐久郡立科町大字青田2532番地

ホームページ／URL <http://www.town.tateshina.nagano.jp>
メールアドレス／E-mail: info@town.tateshina.nagano.jp
印刷／有限会社ヴィアン



6月町民カレンダー

納税

- 町民税（第1期）
- 国民健康保険税（第1期）
- 介護保険料：普通徴収（第2期）

行 事 予 定		保 健	
6	木	立科町議会6月定例会（～17日）	マンモグラフィ検診：40歳以上、偶数年齢の女性
7	金	すずらん学級ゲートボール大会	
9	日	立科町消防ポンプ操法・ラッパ吹奏大会	
10	月	結婚相談会	
11	火		マンモグラフィ検診：40歳以上、偶数年齢の女性
12	水		マンモグラフィ検診：40歳以上、偶数年齢の女性
13	木	三校清掃（小・中学校・蓼科高校） 第15回体育協会長杯マレットゴルフ大会	赤ちゃん相談室：H25.3月生（母乳相談）
15	土	ビーナスマラソン in 白樺高原	
16	日	ビーナスマラソン in 白樺高原	
21	金	第17回体育協会長杯ゲートボール大会 小学校音楽会 心配ごと相談会	乳児健診：①H25.1月～2月生 ②H24.7月～8月生
23	日	第37回町民ゴルフ大会	
24	月	保育園公開保育	

7月の予定

- ・ 1月～5金
特定健診（集団）
（大腸・前立腺・肝炎）
- ・ 7日
北佐久消防協会ポンプ操法・ラッパ吹奏大会
公民館女性部研修会
- ・ 8月
結婚相談会
- ・ 10水
赤ちゃん相談室：H25.4月生
第28回交通安全町民大会
- ・ 15月
たてしな環境フェア2013

連絡先

立科町役場 電話 56-2311 有線 2311
FAX 56-2310

	電話	有線
白樺高原総合観光センター	55-6201	
中央公民館（事務室）	56-2311	4000
たてしな人権センター	56-2311	2311
こども未来館（児童館）	56-0248	8888
老人福祉センター	56-1825	4091
体育センター	56-3373	3008
立科温泉 権現の湯	56-0606	4126
ふるさと交流館「芦田宿」		4050
交流促進センター「耕福館」	51-4151	4200

町のデータ 4月

4月1日～4月30日の状況

人口 5月1日現在 () 内は前月比

人口	7,746 (- 3)	出生	2
男	3,809 (- 3)	死亡	10
女	3,937 (± 0)	転入	28
世帯数	2,793 (+ 2)	転出	33

気象

	今年	最近10年間の平均
平均	8.2℃	2.7℃
最高極日	26.6℃/18日	22.6℃/10年
最低極日	-5.2℃/22日	-10.4℃/10年
降水量	92.5mm	67.5mm
年間降水量	187.5mm	202.1mm
日照時間	234.2時間	209.1時間

救急	出動件数	年間累計	火災	発生件数	年間累計	犯罪	発生件数	年間累計
交通事故	4	8	建物火災	0	1	空き巣等	1	2
その他	26	127	その他	0	0	乗物盗	2	2
合計	30	135	合計	0	1	その他	1	3

休日緊急当番医

● 午前9時～午後5時
（歯科 午前9時～正午）

6/9 日	川西赤十字病院	佐久市望月	0267-53-3011
	東小諸クリニック	小諸市	0267-25-8104
	小岩井整形外科	小諸市	0267-26-6788
歯科	小諸厚生総合病院歯科	小諸市	0267-22-1070
16 日	みまき温泉診療所	東御市北御牧	0268-61-6002
	高橋内科医院	小諸市	0267-23-8110
	鈴木医院	小諸市	0267-26-1212
歯科	武重歯科医院	佐久市望月	0267-53-4182
23 日	中島医院	東御市北御牧	0268-67-2777
	田村医院	小諸市	0267-22-0048
	鳥山クリニック	小諸市	0267-26-0308
	御代田中央記念病院	御代田町	0267-32-4711
歯科	山口歯科医院西小諸診療所	小諸市	0267-24-8148
30 日	てらおかクリニック	佐久市浅科	0267-51-5222
	ひかり医院	小諸市	0267-22-8878
	小諸南城クリニック	小諸市	0267-26-5222
歯科	鈴木歯科医院	御代田町	0267-32-6480
7/7 日	岩下医院	立科町	0267-56-3908
	矢島医院	小諸市	0267-22-8148
	佐々木医院	小諸市	0267-22-0503
	御代田中央記念病院	御代田町	0267-32-4711
歯科	こまむら歯科医院	佐久市望月	0267-54-2361
14 日	柳澤医院	立科町	0267-56-1045
	関医院	小諸市	0267-22-2205
	御代田中央記念病院	御代田町	0267-32-4711
歯科	木村歯科医院	小諸市	0267-23-1515

救急当番医については、予告なく変更される場合がありますので、有線放送、新聞又は当番医に直接確認の上、受診してください。休日・夜間における医療機関等の情報提供 ナビダイヤル 0570-08-8199