

人と自然が輝くまち

広報

# たてしな

2015.8  
[平成27年]

No.498

## 涼風の 通り道

### Index

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 教育長就任・退任あいさつ         | P2  |
| 胃検診のお知らせ             | P8  |
| 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金 | P10 |
| 大きく育て子ども王国           | P14 |
| 予防医療啓発イベント           | P17 |
| 国勢調査を実施します           | P17 |



立科町マスコットキャラクター  
「しいなちゃん」

朝日の丘公園 しらかばの小径



## 教育長就任あいさつ

宮坂 晃

このたび、7月1日付で、塩澤勝巳教育長の後任として、教育長を拝命しました宮坂でございます。宜しくお願い申し上げます。

地方教育行政の組織及び運営に関する法律の一部改正に則り、立科町でも新しい教育委員会制度が始まりました。この改正は、これまでのように多様な立場の様々な経歴をお持ちの委員の合議制で方針を決定していく良さは維持しつつ、突発的な課題に対して迅速な対応をし、責任を明確にする姿勢が求められているのだ、と認識致しております。更に、新しく総合教育会議が創設されますが、町長と教育委員が十分な意思疎通を図り、町民のご意見を共有する上で有効な組織にしたいと思っています。

さて、立科町は自然豊かな風土と、向学の気概に富んだ精神性を併せ持つ町であります。このような恵まれた場で子どもたちが夢を持つこと、夢に向かって逞しく成長していく環境づくりに尽力したいと思っております。夢の実現のためには志を立てる力、粘り強く追及する力、

人と関わる力、自分の資質を人類の幸福につなげる力などが必要になりますが、町の将来を担ってゆく子供たちのために、ありとあらゆる場においてすべての皆さんのお力添えをお願いしたいと思います。

現在は社会構造の変化に伴い、教育を取り巻く環境も激変しております。国際化、情報化など外的要因のほか、急激な少子化、個々の生活観の多様化など、時間をかけて歴史的に変容してきたものもあります。子どもたちが夢を持ちにくい時代と言われますが、だからこそ、学校・家庭・地域及び行政が価値観を共有し、緊密に連携していくことが肝要であると思います。そして願わくば、大人たちも夢をいだいていただく必要があるかもしれません。人口減少が続く立科町ですが、この町で育って良かった、子育てをして良かった、そんな感慨を持っているのであれば良い影響が出てくるのではと考えております。

また、町民が生甲斐を持ち、豊かな生活を送られるよう生涯教育・社会体育の充実も図って参りたいと思います。そして教育委員会主催の各種行事への参加者が年々減少しておりますが、対策を講じたいと考えております。

町民皆様のご指導ご支援を賜りますようお願い申し上げます。就任の挨拶といたします。

## 教育長退任あいさつ

塩澤 勝巳

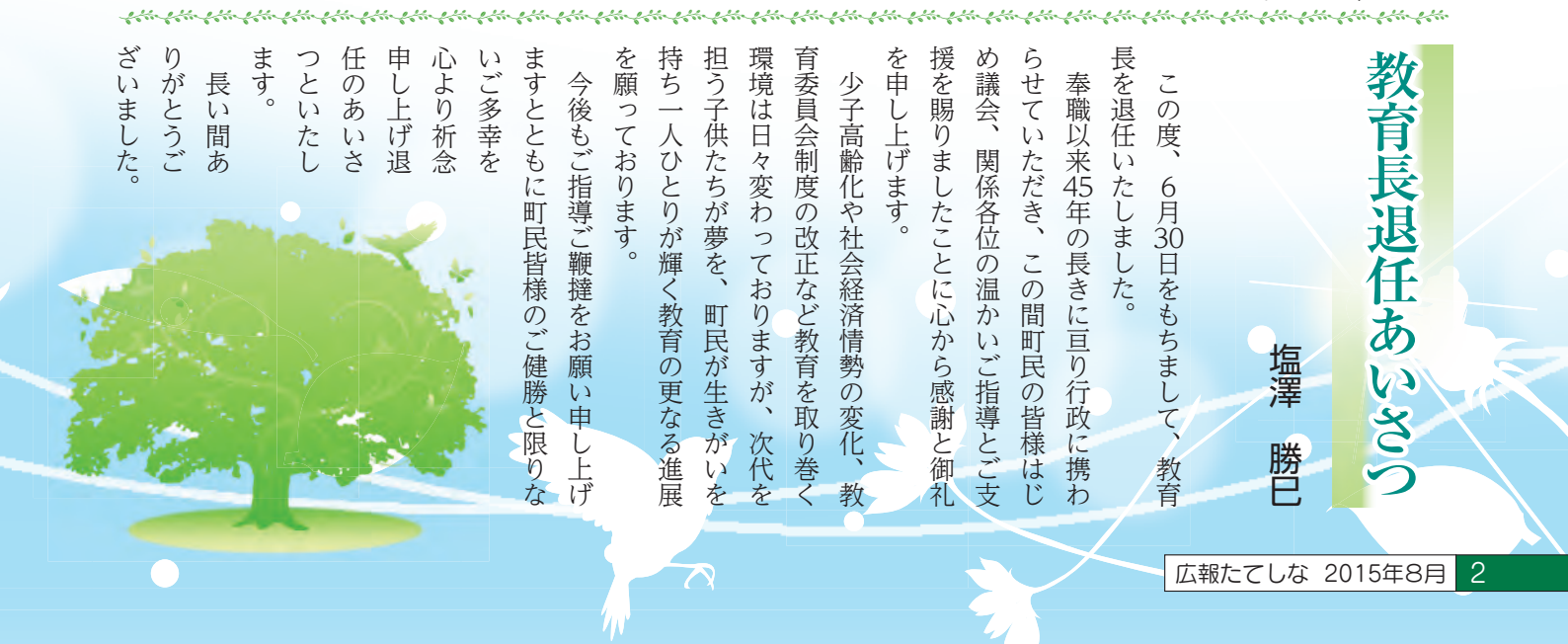
この度、6月30日をもちまして、教育長を退任いたしました。

奉職以来45年の長きに亘り行政に携わらせていただき、この間町民の皆様はじめ議会、関係各位の温かいご指導ご支援を賜りましたことに心から感謝と御礼を申し上げます。

少子高齢化や社会経済情勢の変化、教育委員会制度の改正など教育を取り巻く環境は日々変わっておりますが、次代を担う子供たちが夢を、町民が生きがいを持ち一人ひとりが輝く教育の更なる進展を願っております。

今後ともご指導ご鞭撻をお願い申し上げますとともに町民皆様のご健勝と限りないご多幸を心より祈念申し上げます。退任のあいさつといたします。

長い間ありがとうございました。



## 地方創生地域活性化「たてしな商品券」発売開始！

お得な買い物ができる、地方創生地域活性化「たてしな商品券」が発売されます。

日常生活用品から、住宅建設やリフォーム、お車の購入等、町内多数の取扱い店で利用できます。



- 販売内容 500円の商品券12枚綴り（6千円分）を1セットとし、5千円で販売
- 購入対象者 町内に住所がある方  
（購入時、健康保険証等のご提示をお願いします。）
- 購入限度額 1人10セットまで  
ただし、誕生日が平成9年4月2日以降の方は20セットまで
- 販売開始日 8月1日(土)から（販売15,000セット分が売切れ次第終了）
- 販売所 立科町商工会 平日の午前9時から午後5時まで  
（8月1日(土)、2日(日)は販売します）

例



10セット



20セット

お問合せ先 立科町商工会 電話 0267-56-1004 有線 2652

## 8月は、滞納徴収月間です

税務係

税金の滞納は、ありませんか？

税金を滞納すると督促状などを発送して自主納付を促していますが、その後納付や連絡もなく滞納状態が続くと、税の公平公正を保つため、税法の規定に基づき滞納処分を執行します。

税金は、納期限内に納付をお願いします。

納税相談も随時実施していますので、ご相談ください。

### 滞納処分の例

給与……勤務先に給与の支払い状況を調査し、差し押さえます。

預貯金…金融機関に預貯金の調査を実施し、差し押さえます。

お問合せ先 総務課税務係 電話 56-2311（内線 213・214）

## 広報「たてしな」7月号記事に関するお詫びと訂正

広報「たてしな」7月号10ページに記載の「国民年金保険料免除制度」で、掲載した箇所に誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。

### ①保険料免除制度

経済的な理由などで、保険料を納めることが困難なときに利用できる制度で、申請が承認されると保険料の全額又は一部が免除されます。申請者本人のほか、配偶者および世帯主の方の前年所得により決定されます。

- ・全額免除
- (誤) ・4/3免除
- ・半額免除
- (誤) ・4/1免除

- ・全額免除
- (正) ・4分の3免除
- ・半額免除
- (正) ・4分の1免除

# 立科町議会6月定例会

立科町議会6月定例会が6月10日から23日までの会期で開催されました。

一般質問では9名の議員より、新体制の方針、町政運営の現状や課題についての質問があり、活発な質疑応答がなされました。

立科町介護保険条例の一部を改正する条例制定をはじめとして、町長から提案しました議案16件について慎重な審議がなされました。結果は、専決処分の承認を求めることについて（平成26年度立科町一般会計補正予算（第12号））は不承認となり、15議案は原案どおり可決されました。



## 可決された議案

### ●立科町介護保険条例の一部を改正する条例

概要：法律の改正に伴い、低所得者の軽減措置を実施するため、介護保険条例を改正する。

### ●平成27年度立科町一般会計補正予算（第1号） 他補正予算5件

### ●専決処分の承認を求める議案 条例2件、補正予算6件

## 予算

一般会計補正予算の概要は、次のとおりです。

**補正予算額 1億2,416万7千円** 予算総額は、47億4,316万7千円

## 補正された主な内容

### 歳入

- 社会保障・税番号制度システム整備費等補助金 ..... 382万円
- 地域発元気づくり支援金事業補助金 ..... 67万1千円
- 再生可能エネルギー基金事業交付金 ..... 3,000万円
- 外国人旅行者受入環境整備事業補助金 ..... 53万2千円
- コミュニティ助成事業補助金 ..... 460万円
- 緊急防災・減災事業債 ..... 4,220万円

### 歳出

- マイナンバー法導入に伴う例規整備支援業務委託 ..... 194万4千円
- コミュニティ助成事業補助金 ..... 460万円  
(平成27年度3地区採択：除雪機、屋外放送施設、調理器具等)
- 地域情報通信機器等更新 ..... 5,410万4千円  
(自主放送装置、FM告知放送システム、統合管理システム等)
- 社会保障・税番号制度対応電算システム整備 ..... 382万円
- 権現の湯温泉ポンプ入替工事 ..... 481万7千円
- 農畜産物立科ブランド確立事業 ..... 89万5千円  
(農畜産物利用拡大のためのPR用貸出黒板、認定マークステッカー等)
- 立科町無線LAN環境整備事業補助金 ..... 53万3千円  
(外国人旅行者受入環境整備事業補助金を活用した民間宿泊施設等補助)
- 白樺湖交差点案内看板改修工事等 ..... 770万1千円
- 町道五本木前線調査測量設計業務等 ..... 1,203万7千円
- 防災拠点づくり事業 ..... 9,917万4千円  
(役場庁舎耐震補強工事及び太陽光発電設備設置工事)



## ■保育園交通安全教室

6月17日、たてしな保育園の園児を対象に交通安全教室が開催されました。

交通安全協会・長野県交通安全教育支援センターの指導により、園庭に設置された模擬道路を実際に歩き、正しい歩行・横断の仕方を身に付けることができました。



5月30日、交通安全協会理事の皆さんにより、道路環境整備として町道等のストップライン引き（一時停止線の引き直し）が行われました。今年もラインが見えにくくなっているもの、消えているものを中心に引き直しを行いました。一時停止線ではしっかりと止まり、安全確認をしてください。

■小学校交通安全教室  
5月27日、立科小学校全校児童を対象に交通安全教室が開催されました。  
交通安全協会・長野県交通安全教育支援センターの指導により、校外道路で正しい歩行・横断の仕方を身に付けることができました。



■道路環境整備実施

## 平成27年度 佐久広域連合職員採用試験のお知らせ

試験区分、職種、採用予定人員及び勤務予定機関

| 試験区分 | 職種   | 採用予定人員 | 勤務予定機関                     |
|------|------|--------|----------------------------|
| 上級   | 消防職員 | 若干名    | ・佐久広域連合消防本部<br>・佐久広域連合各消防署 |
| 中級   | 消防職員 | 若干名    |                            |
| 初級   | 消防職員 | 若干名    |                            |

### 受験資格

平成27年7月1日現在、佐久地域広域市町村圏内（小諸市、佐久市、南佐久郡、北佐久郡）に住民登録をして佐久地域広域市町村圏内に居住している者（修学、就職などのため他市町村に住む者で、家族が佐久地域広域市町村圏内に居住している者を含む）で、将来にわたって佐久地域広域市町村圏内に居住する予定の者で、次の要件を満たす者。

- (1) 上級 消防職員 昭和62年4月2日から平成6年4月1日までに生まれ、4年制の大学を卒業した者。（平成28年3月卒業見込み者を含む）
- (2) 中級 消防職員 平成4年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、救急救命士法に基づく救急救命士の資格を有する者。
- (3) 初級 消防職員 平成6年4月2日から平成10年4月1日までに生まれ、高等学校程度の学力を有する者。

試験日及び場所 第1次試験 9月20日(日) 佐久広域連合消防本部 3階講堂  
第2次試験 第1次試験合格書で該当者に通知します。

受付期間 7月28日(火)から8月17日(月)まで

●お問合せ先 佐久広域連合消防本部総務課職員係  
〒385-0051 佐久市中込2947番地（庁舎3階） 電話 0267-64-0119

# 交通安全

庶務係



# 第48回消防ポンプ操法・ 第29回消防ラッパ吹奏大会に出場

7月5日佐久合同庁舎駐車場を会場に、北佐久消防協会が主催する大会が開催され、ポンプ操法大会のポンプ車操法の部に町分団本部自動車班、小型ポンプ操法の部に牛鹿分団、また、ラッパ吹奏大会には各分団からの選抜メンバーで構成されたラッパ隊が立科町の代表として出場しました。惜しくも県大会出場は逃しましたが、練習の成果を存分に発揮されました。

## 出場選手の皆さん（敬称略）

### ポンプ車操法の部

|     |           |     |      |
|-----|-----------|-----|------|
| 主将  | 武重公大      | 指揮者 | 今井秀樹 |
| 1番員 | 瀧澤寿年      | 2番員 | 小松息吹 |
| 3番員 | 佐藤 光      | 4番員 | 小松 潤 |
| 補欠  | 今井優貴、土屋岳彦 |     |      |

### 小型ポンプ操法の部

|     |           |     |      |
|-----|-----------|-----|------|
| 主将  | 中澤雄一郎     | 指揮者 | 中澤政道 |
| 1番員 | 石合弘幸      | 2番員 | 小宮山孝 |
| 3番員 | 小宮山寛      |     |      |
| 補欠  | 浦野勇次、清水貴幸 |     |      |

### ラッパ吹奏大会

|     |                                                                                   |     |      |      |      |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|------|
| 指揮者 | 中村 収                                                                              |     |      |      |      |
| 吹奏者 | 今井克郎、翠川浩平、山浦宏章、山浦英明、<br>宮下淳一、関森良友、大森祥吾、櫻井 誠、<br>保科大輔、浦野正紀、児玉陽輔、依田清澄、<br>田中辰也、下城哲男 |     |      |      |      |
| 大太鼓 | 齋藤久美                                                                              | 小太鼓 | 内藤大和 | シンバル | 桜井智也 |
| 補欠  | 柳澤 淳、大澤達矢                                                                         |     |      |      |      |



ポンプ車操法



小型ポンプ操法

ラッパ吹奏



## 権現の湯 お盆の営業について

権現の湯は、お盆の期間中（13日～16日）通常営業しております。

※8月13日は木曜日ですが、休まず営業いたします。

ご家族、ご親戚の皆さん等、大勢の皆様のご来館をお待ちしております。

権現の湯 電話 56-0606  
有線 4126

## 庶務係

## 町政懇談会が 開催されました

7月10日（金）に例年開催している各地区の区長・部落長と町行政関係者との町政懇談会が開催されました。

町からの行政説明や、各地区からの意見、要望に対し意見交換を行いました。

また、本年度の防災訓練は、各地区を主体に9月6日（日）を中心に（地区によつては別日程を設定）実施することをお願いしました。





## 膝・腰痛い人のためのプール教室参加者募集

膝や腰が痛くて悩んでいる方や激しい運動はできないという方、プールは膝や腰に負担なく運動ができます。運動指導士が効果的な運動を指導します。ゆっくり温水プールで体を温めたり、ストレッチしたりすることで心と体の健康づくりにお役立てください。役場から温泉アクティブセンターまで送迎も致しますので、大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

- 対象者 65歳以上で介護保険を利用していない方
- 日 時 全6回  
8月24日(月)、9月7日(月)、9月28日(月)、  
10月5日(月)は午前開催 (午前9時～11時30分頃まで)  
11月2日(月)、11月16日(月)は午後開催  
(午後1時～3時30分頃まで)
- 内 容 役場集合・出発 ⇒ アクティブ到着・体調チェック・着替え ⇒  
20分 25分  
プールで運動・温まる ⇒ 着替え ⇒ アクティブ出発 ⇒ 役場着  
45分～1時間 15分 20分
- 場 所 ケアポートみまき温泉アクティブセンター
- 講 師 温泉アクティブセンター 健康運動士
- 持ち物 水着・水泳キャップ、バスタオル等
- 費 用 1回 1,310円程度 (プール使用料1200円と保険料110円程度)
- 申込み 8月3日(月)～8月12日(水) 定員20名  
地域包括支援センター 有線 2311 電話 56-2311まで  
ご連絡ください。



※教室の内容、日程は変更になることがあります。

お願い：持病がある方は、主治医にご相談の上、お申込みください。

地域包括支援センター・住民福祉係

**お困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください。**(初回相談無料サービス中)

お取り扱い業務 Service contents

☆暮らしサポート

- ・相続、遺言書作成サポート
- ・協議離婚サポート
- ・公正証書、内容証明作成サポート
- ・自動車登録、車庫証明、交通事故サポート
- ・開発行為、農地転用等土地活用サポート

☆起業・開業・独立サポート

- ・法人設立(株式会社・LLC・NPO・各種組合等)
- ・電子定款作成代行、電子公証手続
- ・建設業、産廃業、運送業、飲食店、風営店等  
各種許認可(開業・変更・更新)申請代行
- ・中小企業・個人事業の会計記帳代行・決算書作成



**OFFICE Agent**

行政書士 オフィス エージェント



登録 No.第 15150271 号

長野県行政書士会会員

行政書士 掛川 浩邦

〒384-2303 立科町塩沢 1454-3

TEL 0267-56-3237 FAX 0267-56-3008

立科町では、地域経済の活性化を図るため、民間企業等の広告を有料で掲載しています。《お問合せ先：総務課財政係》



# 胃検診のお知らせ

## ～2人に1人が「がん」にかかる時代です！～

長野県における「がん」の部位別死亡率では、肺がんが最も多く、次に「胃がん」の順になっています。  
(厚生労働省「人口動態統計より」)

胃がんは、早期発見・早期治療が可能です。自覚症状がなくても毎年、定期的に検診を受けることをおすすめします。

立科町では下記の日程で、今年も胃検診を行います。

既にお申込みをされている方には、7月中旬に問診票等をお送り致しましたが、これからでも検診の申込は可能です。胃検診の受診を希望される方は、お早めに環境保健係まで電話でお申込みください。

実施期間：8月24日(月)～8月28日(金) (5日間)

受付時間：午前7時～9時まで

対象年齢：30歳以上の町民の方

検診会場：老人福祉センター(受付は玄関内です)

検査方法：胃レントゲン撮影(バリウム検査)

検診料金：1,000円

お申込み先：町民課環境保健係 電話 56-2311 有線 2311



### 検診を受けられない方

- ・妊婦・妊娠の可能性がある方、又は不妊治療中の方。
- ・胃の手術をされている方。
- ・バリウムにアレルギーのある方、及び気分が悪くなられた方
- ・ひどい便秘症の方。
- ・検査時に自分で体の向きを変えられない方、飲食物でむせたことのある方は、集団検診でなく、専門医での検査をお勧めします。

※集団検診で毎年精密検査対象となる方は、集団検診が適当でない場合がありますので、かかりつけ医師とご相談ください。

### 環境保健係

みんなで  
**食育**

「食」から防ごう 高血圧！

決め手は減塩！



高血圧の予防、改善の要は食事です。特に塩分のとり過ぎが問題。濃い味付けや塩辛いものを好む人、野菜不足、外食が多い人は、知らず知らずのうちに血圧を上昇させている可能性があります。血圧がちよっと高めの人は塩分を控えるだけで血圧が下がることがあります。

また、降圧剤は塩分をとり過ぎていると効果が上がらないことも。塩分と血圧上昇の関係には個人差があり、中には塩分を多くとっても血圧が上がらない人もいます。とはいえ、塩分のとり過ぎは胃がんのリスクを高めることにもなるので、減塩を心がけることが大切です。急激に塩分量を減らすのではなく、今日から少しずつ減塩していきましょう。日々の積み重ねが大事です。

### 今日から始める、おいしい減塩

- 塩分の多い加工食品、外食は控える
- 食べ過ぎない(減塩しても食べ過ぎれば効果はありません)
- 新鮮な材料で素材の味を生かす
- 酸味や香辛料、天然だしの旨みを利用するなど料理の方法を工夫する

- 何か1品だけ塩味を効かせてあとは薄味に
- 食後にのどが渇くようなら塩分のとり過ぎ。減塩を
- 温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに。味が一番引き立つ温度で食べる



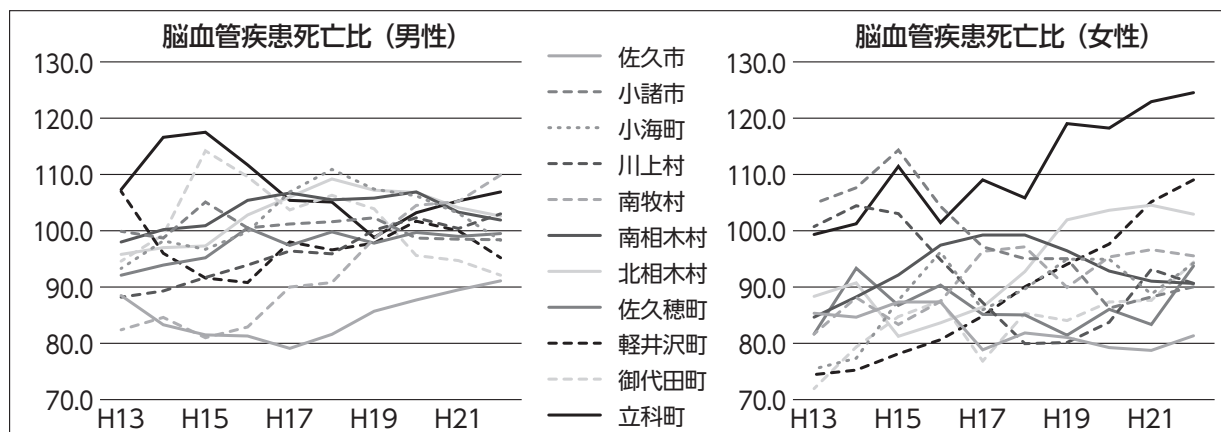
## 立科町は脳血管疾患が多い?!

長野県は全国でも長寿県として知られていますが、脳血管死亡率は全国平均を上回り、平成22年度状況では、全国47都道府県のうち、男性13位、女性7位と脳血管死亡率の高い県となっています。

## 立科町の脳血管死亡の状況

下の表は、長野県の平均を100として佐久地域の脳血管疾患の死亡率を比べたものです。

佐久地域全体は県内でも脳血管疾患の死亡が少ない方にありますが、立科町の男性は佐久地区内でも2位、女性では佐久地域1位、県下でもなんと1位と高い死亡率になっています。



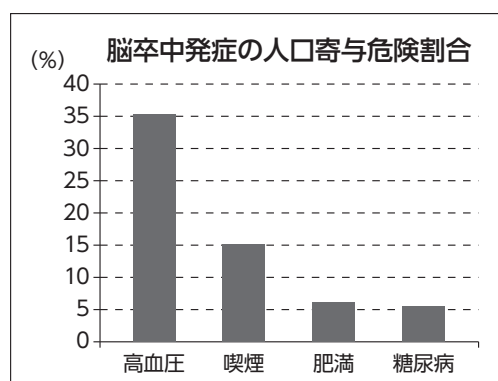
※数値はEBSMR。年齢構成の異なる地域間で死亡の状況を比較できるよう補正した死亡率。

脳血管疾患を引き起こす危険因子は、高血圧、脂質代謝異常、肥満、糖尿病、喫煙等があります。特に関係が強いのは、高血圧の予防、そして禁煙が重要になります。

では、どうして立科町で脳血管疾患で亡くなる方の割合が多いのでしょうか。他の佐久地域の方や、他県の方と比較して、立科町に住む私たちの暮らし方の何に関係しているのでしょうか？

地域間の死亡率の差を研究したある報告では、女性では塩分摂取量が多い地域、男性では特定健診の受診率が低い地域が脳血管疾患の死亡率が高いという結果でした。個人個人の予防の取り組みに加え、地域全体で、減塩や健診受診を勧めて脳血管疾患死亡率の低い立科町を目指しましょう。

※役場フロアに自動血圧計を設置しました。お気軽にご利用ください。



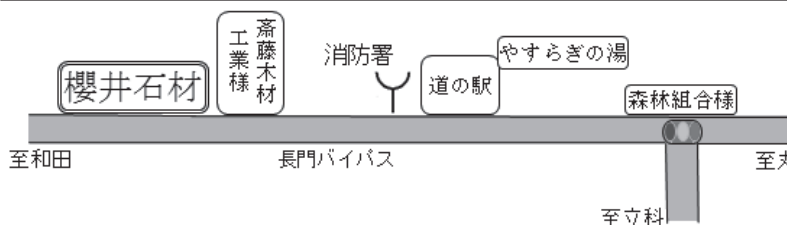
※表は、ある因子がなくなれば、その発症を妨げる割合（厚生労働省研究班による多目的コホート研究より）

※脳血管疾患は、脳の血管の病気の総称です。脳血管疾患の主なものは脳梗塞や脳出血などで「脳卒中」とも呼びます。

## お墓Q&amp;A ◇各種ご質問にお答えしますので、お気軽にお問い合わせください。

Q. お墓参りで注意することってありますか？

A. お供え物には、注意が必要です。腐敗してシミになったり、カラスなどが散らかします。もっとも注意したいのは、金属(缶)です。サビが墓石に染み込んでしまい、消えない汚れになってしまいますのでご注意下さい。



墓石・記念碑・石工事一式

**櫻井石材有限会社**

長和町古町4459 (長門バイパス沿い)

☎0268-68-3859 FAX0268-68-4444

立科町では、地域経済の活性化を図るため、民間企業等の広告を有料で掲載しています。《お問合せ先：総務課財政係》



### 臨時福祉給付金

#### 《臨時福祉給付金とは》

平成26年4月からの消費税率の引上げに伴い、所得の低い方々への負担の影響に鑑み、暫定的・臨時的な措置として、臨時福祉給付金を支給します。

#### 《給付対象者》

平成27年度分市町村民税（均等割）が課税されない方が対象となります。

ただし、

〔ご自身を扶養している方が課税される場合〕  
〔生活保護制度の被保護者となっている場合〕

などは対象外です。

《給付額》 給付対象者1人につき 6,000円

《基準日》 平成27年1月1日

### 子育て世帯臨時特例給付金

#### 《子育て世帯臨時特例給付金とは》

平成26年4月からの消費税率の引上げに伴い、子育て世帯の家計への負担を減らし、消費の下支えを図るために、児童手当を支給している方に子育て世帯臨時特例給付金を支給します。

#### 《給付対象者》

平成27年6月分の児童手当・特例給付を受給している方が対象となります。

#### 《給付対象児童》

給付対象者の平成27年6月分の児童手当・特例給付の対象となる児童

《給付額》 対象児童1人につき 3,000円

《基準日》 平成27年5月31日

### 2つの給付金の申請手続きに関して

- ・申請先は、各基準日において住民登録されている市町村となります。  
※基準日以降に立科町へ転入されている方は、前住所地が申請先となります。
- ・2つの給付金の対象要件に該当する場合、併給となります。
- ・立科町の申請期間は9月1日～12月1日です。  
対象となる方には8月下旬に申請書を送付致しますので御確認ください。

#### 2つの給付金のお問合せ先

町民課 住民福祉係

電話：0267-56-2311

有線：2311

## ごみの分別について ～容器包装プラ類～

### 環境保健係

日頃は、一般廃棄物のごみ分別・リサイクル推進にご理解ご協力いただき、誠に有り難うございます。

当町では年間総ごみ排出量の4分の1をリサイクルし、皆様の協力でごみの資源化・減量化を積極的に推進しております。

資源ごみの分け方・出し方につきましては、「立科町環境衛生カレンダー」にて再度ご確認のうえ、正しくお出しいたしますようお願い申し上げます。

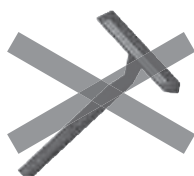
#### 注意!!

次のものは、「容器包装プラスチック・ビニール」ではありません!!(抜粋)



注射器類  
点滴チューブ

正) 医療系廃棄物



使い捨てヒゲ剃り

不燃ごみ



ガスライター

有害・危険ごみ

※ペットボトルは指定袋には入れずに、ごみ集積所のコンテナへ

容器包装プラ類は次のとおり分別のうえ、ごみ集積所へ種類ごとに排出くださいますよう、ご理解ご協力をお願いいたします。

#### 容器包装プラ類(マークのある物)

|                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ペットボトル</b><br><br>PET<br>ラベルは取る<br>軽く洗う<br>※金属製キャップは不燃ごみへ、プラスチック製キャップは容器包装プラスチックへ<br>1.中身を出す<br>2.軽くゆすぐ<br>3.キャップをとる<br>4.ラベルを剥ぐ<br>5.指定のコンテナにバラで出す<br>ペットボトル<br>コンテナ | <b>発泡スチロールトレイ(白色のみ)</b><br><br>PS<br>軽く洗う<br>ラベルは取る<br>ラベル等を剥がす<br>※大きい箱はそのまま出す<br>1.中身を出す<br>2.軽くゆすぐ<br>3.収用ネットにバラで出す<br>※白色以外のトレイは、容器包装プラ指定袋へ<br>収用ネット<br>指定袋 | <b>容器包装プラスチック・ビニール</b><br><br>軽く洗う<br>1.中身を出す<br>2.汚れを落とす<br>3.指定袋に入れる<br>4.金属類の取れない物は不燃ごみで出す<br>容器包装指定袋<br>指定袋<br>袋には地区名、名前を記入 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 新 人権擁護委員に笹井隆さん



7月1日付で赤沢の笹井隆さんが人権擁護委員として法務大臣より委嘱されました。

人権擁護委員は、憲法で保障されている国民の基本的な人権（生命、自由及び幸福追求等の権利）が侵犯されることのないように監視し、もしこれが侵犯された場合には、その救済のため速やかに適切な措置をとるとともに、常に自由人権思想の普及高揚に努めることを使命とし、自由人権思想に関する啓発宣伝や人権擁護運動に取り組み、人権侵犯事件があった場合には、その救済のために調査及び情報の収集を行い、法務省人権擁護局（長野県の場合は長野地方法務局）への報告、あるいは関係機関に対しての告発・勧告を行う等、幅広く人権の擁護に努めています。

また、心配ごとやいじめ等の相談にも応じていただきます。

## 図書室だより

お願い

返却期限は守りましょう。本の予約待ちをしている人もいますので借りた本は期限内に返却をお願いします。

教育委員会

夏休みは図書室を活用しよう!!

7月28日(火)～8月12日(水)は、公民館内の学習室も利用できます。詳しくは中央公民館にお問合せください。

## 新着図書

## 自由研究に!

## 「ひらめき! 食べものの加工」おもしろ実験アイデアブック

岡本 靖史(作) 農山漁村文化協会(出版)

アイス、グミなど身近な食材で工作感覚でできるお手軽加工から、稲ワラ納豆、麦芽水あめなどの複雑な加工まで、プロセス写真とともにわかりやすく解説。家族で実験しながら楽しめる手づくり加工品の本。

## 「大研究カイコ図鑑

生態から飼育方法、歴史まで。カイコのひみつがすべてわかる!

横山 岳(監修) 国土社編集部(編) 国土社(出版)

人間に役立つ家畜として、日本の近代化を支えてきたカイコは、現在は、最先端のバイオテクノロジーの研究に役立っている。

カイコにまつわるあらゆることをビジュアルにわかりやすく解説。



## 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 8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～

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 5冊まで 2週間借りられます

## 戦後70年目の夏。平和を考える!!

## 「平和をかんがえる

こども俳句の写真絵本」

小学館(出版)

戦時下のこどもの写真と、今のこどもが作った俳句で、身近な「幸せ」を感じる心を育む一冊。「戦争と平和」について知らなかったことが見えてくる!



## 「六千人の命を救え! 外交官・杉原千畝」

白石 仁章(著) PHP研究所(出版)

第二次世界大戦中、当時の外務省上層部の命令にそむいてまで、迫害された多くのユダヤ人に日本通過ビザを発給した杉原知畝。「諸国民の中の正義の人」と称えられた外交官の勇気と決断を紹介。



- 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。

# 夢

## ～自分が知らない 自分からのメッセージ～

立科町教育相談員 岩上起美男

夢は、繁忙な日常生活において、ほとんど無視されているか、甚だしく誤解されているのではないかと、思います。

ご自分で見た夢を大事に受け止め、その夢のメッセージを読み解こうとされている方がいらっしゃると思いますが、多くの方は、夢について深く考えたり、見た夢の内容を信頼できる人と語り合ったりすることは稀なのではないでしょうか。夢や夢分析の専門家ではない老生にもそれは非常にもったいないことのように思われます。

睡眠には、レム睡眠とノンレム睡眠の二種類あることが、大脳生理学の研究によって、明らかになっています。

レム睡眠とは、眠っているときに、まぶたの下で眼球がキョロキョロ動く状態の睡眠で、ノンレム睡眠は、この運動が起らない睡眠です。人間は、夜、レム睡眠とノンレム睡眠を交互に繰り返しながら眠っています。通常、レム睡眠は10分～20分、ノンレム睡眠が70分～80分で、一周は90分です。したがって、一晩に8時間寝る人には、レム睡眠が4～5回訪れています。

レム睡眠時の脳波は、起きて活動しているときの脳波と似ていますので、眠っていても脳は活動していること、すなわち、人間は、主としてレム睡眠のとき、

断続的に夢を見ていることを示しています。睡眠時間8時間の人は、合計2時間くらいは夢を見ていることになります。

生理学的な観点から、人は誰も夢を見ることが分かっていますが、「私は夢を見ない。」と言う人も大勢います。それは、脳のメカニズムから考えますと、見た夢の内容を覚えていないだけということになるそうです。

しかしながら、原理原則には必ず例外があるものなのでしょう。作家の村上春樹は、「空中浮遊の夢以外、夢というもののを全然見ない。」と語っています。

心理療法師、河合隼雄（1928～2007）が、それに応えて、「それは小説を書いておられるからですよ。（詩人の）谷川俊太郎さんもほとんど夢を見ないそうです。詩や物語を書いているときは、もう現実生活と書くことが完全にパラレル（二つのものが相互に応じ合い、同一になっていること）にあるので、夢を見る必要がないのだと思います。」と述べています。——この対談を読んで、超然とした人々の不可思議な体験や超越した感覚を、凡俗なレベルで推し量ってはならないと自戒し、ただただ、「夢を見る必要がない凄い人」と「そう指摘できる凄い人」の存在に驚き、感心しています。

心理療法に携わっている京都大学大学

院の東山紘久教授（教育学博士・臨床心理士）は、人のこころの深層や無意識での考え方、見方を知るために、夢をカウンセリングの素材として大切にしているそうです。自分の夢のメッセージを受け取ることは、自分の深層の考えを受け取ることであり、教授自身、夢から多くのものを得、夢に何度も救われたことがあるからだそうです。

教授は、次のように語っています。

夢は人生を豊かにしてくれます。

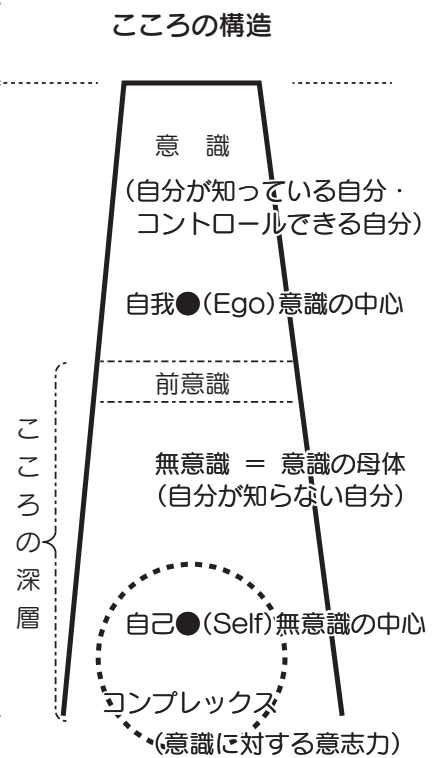
夢は危険を防止してくれます。

夢は身体の変調を知らせてくれます。

夢は勇気を与えてくれます。

心理学、特に、その一分野である臨床心理学（人間の心理的な障害や病理を、心理学的な原理と知識を総合して解決するための理論及び技術を研究する心理学）における発見はあくまでも仮説で、今現在の有力な仮説の一つであるそうですが、次ページの図（「こころの構造」のように、こころの中には、自分が意識できる部分と意識できない部分（無意識）があると考えられています。

そのため、動物の中で最も知性的な人間だけが、分かっているのに、できないことや止められないことがあります。人間には、明らかに自分のためになること



や絶対にやると決めたことが、どうしてもできず、意志に反して、自分の不利益になる逆の言動を取ってしまうことがあります。ここにもないことを言ったり、思っていることと正反対のことをやりたりしてしまうことがあるのです。

これは、人間の行動が、意識している自分だけではなく、無意識の部分の影響によって左右されており、無意識が意識を妨げているからだそうです。無意識の中で一つの塊として発達してきたコンプレックス（意識に対する意志力）に、意識が攻撃されている状態であり、コンプレックスの性状を見極め、意識化すれば、コンプレックスの力は失われると考えられているのです。

そこで、自己理解を深め、現実の行動の意味を理解するために、意識の部分だ

けでなく、無意識の部分も知る必要があります。

無意識の考え方をするために、無意識からの手紙である夢が、大きな役割を担っています。夢は、無意識の産物であり、夢を見た自分を傷つけないようにきちんと安全装置を働かせて、無意識というこのころの深層の状態や考え方を表現し、現実の自分をサポートしているからです。

自分の夢のメッセージを読み解くために、「夢は、私の人生の指針となり、いさめとなり、エネルギーとなっています。」とも語る東山教授は、「なぜ自分はこのような夢を見たのか。」と「現実と夢の違いはどこか。」の二点について、じっくり吟味することが大切と説いています。

そして、その際に留意することとして、次の点を挙げています。

○同じような夢でも、その意味は一人一人、一つ一つ違うので、現実の生活で欲求や願望が十分満たされていないから、願望充足のために、□□の夢を見たという画一的な解釈や、「□□は××の象徴。」というパターン化した固定解釈をしない。

○「□□の夢を見ると、縁起がいい。何か良いことがある。」□□の夢は不吉で、事故に遭う。」という「夢占い」のような、将来を予言（予告）したり、人や自分に暗示をかけたりする夢解釈をしない。

○夢の多くは警告や忠告、助言の要素を併せ持つ「警告夢」なので、夢からの警告のメッセージに耳を傾け、現実の生活でも、その教えを守る。

○夢の意味が分からないときは、夢の中の印象深い情景や物、人物をイメージするだけでも、夢のメッセージを受け取ることができる。

○その夢を見たことに第一の重要な意味があり、夢を語る人に見た夢を語ることによって、その意味が増す。

○夢は忘れやすいので、夢を見たときは、すぐにその内容を書いておく。

○正確な夢の分析を望む場合は、信頼できる専門の方に相談する。

シンガーソングライター、井上陽水に、「夢の中へ」という曲があります。

探しものは何ですか？  
見つけにくいものですか？  
カバンの中もつくえの中も探したけれど見つからないのに  
まだまだ探す気ですか？  
それより僕と踊りませんか？  
夢の中へ夢の中へ  
行ってみたいと思いませんか？  
ウーウーウー…… さあ！……

この曲を聴くたびに、現実の中ではいつくばって探しても見つからない探し物を、夢の中へ行つて、見つけましよう、と誘われているような気がします。そして、この誘いに応えないのは何とももったいないと考えています。夢は、自分が知らない自分からのメッセージであるからです。

#### ＜参考図書＞

- 「プロカウンセラーの夢分析」 東山紘久 創元社
- 「村上春樹、河合隼雄に会いに行く」 河合隼雄・村上春樹 岩波書店
- 「人間の深層にひそむもの」 河合隼雄 大和書房
- 「フォークソング」 野ばら社



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26年7月生まれ～8月生まれ  
(10、11ヶ月児健診時に撮影)



み の わ ゆ づ き  
**箕輪 優月ちゃん(女) 茂田井**

毎日いろいろな表情を見せて家族みんなを笑顔にさせてくれる優月。笑顔のステキな優しい女の子になってね。



み の わ よ う た  
**箕輪 陽太ちゃん(男) 茂田井**

いつも愛らしい笑顔で笑顔で家族みんなに元気をくれる陽太。太陽のようにひかり輝く男の子になってね。



い ま い あ や か  
**今井 絢香ちゃん(女) 赤沢**

絢ちゃんというと皆が笑顔になれるよ。お姉ちゃんと仲良く、元気に育ってね。



な か む ら さ な  
**中村 咲菜ちゃん(女) 中尾**

いつも元気いっぱいワクワクさんの咲菜ちゃん。これから心身ともにすやかに育ちますように！



さ く ら い せ い な  
**櫻井 星凧ちゃん(女) 藤沢**

星凧が生まれてもう1年!! 毎日が宝物です。かわいい笑顔がありがとう♡これからも一緒に成長していこうね!!



い わ さ き そ う た  
**岩崎 想太ちゃん(男) 細谷**

もうすぐ1才!! すくすくと元気に大きくなったね。お兄ちゃんと仲良く遊んでね。



さ と う ゆ い と  
**佐藤 優弦ちゃん(男) 中原**

病気なく、元気にすくすく育ってもらいたい。笑顔がステキな優弦。

## 「子どものなやみごと相談所」が開設されます

全国人権擁護委員連合会と法務局で、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、「子どものなやみごと相談所」が開設されます。お気軽にご相談ください。

日 時：8月4日(火) 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

予約は不要です。相談は無料で秘密は厳守します。

相 談 員：人権擁護委員

お問合せ先：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

# 8月・9月 行事予定 立科町児童館 こども未来館情報 皆様のご来館をおまちしています

教育委員会

※都合により内容等が変更となる場合がありますので、ご承知おきください。  
詳しくは毎月発行しております、「なかよし広場だより」(未就学児向け)「こども未来館だより」(小学生向け)をご覧ください。

## なかよし広場

- ★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
- |                |                            |
|----------------|----------------------------|
| 8月20日(木) たまご広場 | 9月 4日(金) ちびっこ広場            |
| 21日(金) ちびっこ広場  | 10日(木) たまご広場               |
| 27日(木) 親子運動遊び  | 11日(金) 子育て講話               |
| 28日(金) ちびっこ広場  | 17日(木) 親子運動遊び              |
|                | 18日(金) ちびっこ広場              |
|                | 29日(火) ママのリラックス広場<br>(要予約) |

## カット＆タイ教室

- ★対象及び時間：小学生 午後3時30分～  
★日程：8月28日(金)、9月11日(金)

## 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：9月12日(土) 未定

## 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：8月24日(月) シャボン玉遊びをしよう  
31日(月) 紙飛行機作りをしよう  
9月 7日(月) 広告で箱を作ろう  
14日(月) グループホーム訪問  
28日(月) 粘土遊びをしよう

## レクリエーション教室(要予約)

- ★対象及び時間：小学生 午後3時～  
★日程及び内容：9月2日(水) 魚のつかみどり

## 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：8月20日(木)、9月 3日(木)・17日(木)  
【将棋】★日程：8月27日(木)、9月10日(木)・24日(木)

## 水辺教室(要予約)

- ★対象及び時間：  
小学生(3年生～6年生)  
定員10名 午後1時30分～  
★日程及び内容：8月3日(月)  
川の中の水生昆虫を調べてみよう

## 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：8月10日(月)・11日(火) ピタゴラ装置を作って遊ぼう

## エコ教室

- ★対象及び時間：小学生 午後1時30分～  
★日程及び内容：8月7日(金) 未定

## 児童館事業の様子

### なかよし広場



おたんじょうかい

### 放課後子ども教室



茶道教室



# 「ふれあいサロンたてしな」参加者募集

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。

今回は、女性の積極的な社会参画のあり方や、自分らしく生きるために学び、考えることを目的に、小池手造り農産加工所「小池芳子会長」を訪ねて「60歳起業の不屈のワンマン女性社長 起業への道」をテーマとし現地研修を開催します。

60歳で独立を果たした現会長のそれまでの生き方、求めてきたものについてお話を聞くとともに、加工施設を見学します。

多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

- 期 日 9月5日(土) 午前7時30分～午後5時30分
- 行き先 飯田市 小池手造り農産加工所(有)、かぶちゃんカフェテリア (ランチビュッフェ)、ふるさと水引工芸館、お菓子の里 飯田城
- 参加費 2,500円程度 (参加人数により変動します)
- 申込先 8月17日(月)までに教育委員会 社会教育人権政策係 (電話 56-2311 有線 4000)

## 税務係

### 図根点杭を大切にしましょう!!

「地籍図根点」とは、国土調査の際、測量の基準として設置したもので、土地の分筆測量や境界の復元測量など現地測量をするうえで非常に大切なものです。

国土調査事業が完了してからすでに20数年が経過し、地籍図根点の中には、なくなってしまうたり、損傷してしまったものが数多くあるため、町では計画的に復元作業を行っております。

今年度は、外倉・柳沢地区の現地調査及び復元を行います。町が委託した測量業者が皆様の土地に立ち入らせていただき、作業を

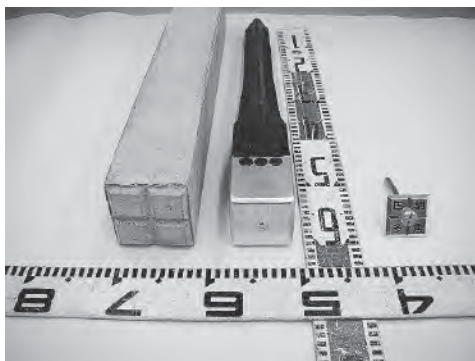
させていただきます。ご理解とご協力をお願いいたします。

また、現地調査により復元が必要な箇所には、「頭を赤くスプレーし、ピンクのテープを付けた木の杭」を設置させていただきますので、復元終了まで保存していただきますようよろしくお願いいたします。

作業は7月から実施しており、11月の終了を予定しておりますのでご承知ください。

お問合せは 役場税務係

電話 56-2311 有線 2311 まで



## 予防医療啓発 イベント

## 「測って、試して！『予防医療』知って隊」 温泉係 ～はじめよう、広げよう。骨粗しょう症とロコモ予防～

**日時** 8月23日(日) 午後2時～5時

※参加費無料、どなたでもご参加いただけます！

**会場** 立科温泉 たてしなの里  
権現の湯

### 実施内容

- 立ち上がりテスト (脚力をしらべてみましょう)
- 7つのロコチェック (身体の状態・生活状況をチェックしましょう)
- 骨粗しょう症&ロコモ クイズ (クイズで骨粗しょう症とロコモを学びましょう)
- 運動相談 (生活の中に運動をとりいれましょう)



(※2014年9月開催時の様子)

「骨粗しょう症」と「ロコモティブシンドローム」の予防をテーマに、ロコモ度チェックコーナーや、骨粗しょう症やロコモティブシンドロームへの理解を深めるためのクイズコーナーなどを設け、体を動かしながら、気軽に楽しく病気の予防について知っていただけます。また、各コーナーをまわって、アンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で記念品をプレゼントします。

### 「ロコモティブシンドローム」とは？

骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり介護が必要となる危険性が高い状態を指しています。(厚生労働省「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」より)

共催：MSD株式会社、立科温泉 たてしなの里 権現の湯 後援：長野県、日本健康運動指導士会長野県支部

## 平成27年10月1日、 国勢調査を実施します

国勢調査  
2015

国勢調査は、日本国内に住む全ての人と世帯を対象として実施されます。国勢調査は国内の人口や世帯の実態を明らかにするため、5年ごとに行われる、国の最も重要な統計調査です。

今回の調査からパソコンやスマートフォンを使ったインターネットによる回答ができるようになります。インターネットで回答のなかった世帯のみ、調査員が調査票を配布する方法で調査を行います。



**調査対象** 平成27年10月1日現在、日本国内に普段住んでいる全ての人(外国人を含む)、及び世帯

**調査事項** 世帯員について：男女の別、出生の年月、配偶者の有無、就業状態、従業地、通学地など13項目  
世帯について：世帯員の数、住居の種類、住宅の建て方など4項目

国勢調査については、「国勢調査2015キャンペーンサイト」をご覧ください。

<http://kokusei2015.stat.go.jp/>

国勢調査2015

検索

### 企画振興係

塩沢区の屋外放送設備が  
「宝くじの助成金で

整備されました。



塩沢区では、公益財団法人長野県市町村振興協会(一般コミュニティ助成事業(宝くじの社会貢献広報事業))を活用し、屋外放送設備の整備を行いました。宝くじの収益金を活用した一般コミュニティ助成事業は、地域住民の連帯感や自治意識向上を目的とする地域コミュニティ活動に必要な施設整備等が対象となります。



# 立科中学校PTAより 資源回収のお願い

立科中学校PTA資源回収について町民の皆様にお知らせします。

中学校PTA資源回収を、本年度も下記のように実施いたします。町民の皆様には毎年多大なご協力をいただき、お陰様で生徒の諸活動に大変役立たせていただいております。本年度もご理解の上、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

**日 時** 9月5日(土) 午前6時30分までにお出してください

**回収方法** 地区の生徒とPTAで収集にうかがいます。  
※ただし、蓼科牧場・中尾・美上下・虎御前・蟹窪・大深山・姥ヶ懐・石川・真蒲地区は公民館前に、平林地区はゴミステーションにお願いします。

## 回収物の種類

**アルミ缶、ビール瓶、ビールケース、古新聞紙・新聞広告、雑誌・雑紙、段ボール**  
(アルミ廃材、アルミサッシ、アルミホイール、銅製品、鉄の廃材、自転車も回収可能ですが、大きすぎると回収できない場合があります。下図参照)



耕耘機などの農機具や、タイヤゴム付きのホイールは回収できません。

## 資源を出していただくときのお願い

### ●アルミ缶

- ・スチール缶は回収しません。混ぜて出さないようにお願いします。
- ・缶は、縦につぶさないで出してください。(すでにつぶしてある缶も回収します。)

### ●ビール瓶

- ・中身は空にして王冠は取ってください。瓶が欠けているものは集められません。
- ・大瓶、中瓶(地ビール瓶・小瓶は集めません)のみの回収です。

### ●ビールケース

- ・ケースのみでも結構です。瓶がケースにいっぱいにならなくても結構です。

### ●古新聞紙・新聞広告

- ・まとめる大きさは4つ折でも8つ折でも構いません。紐で束ねてください。新聞広告は新聞に挟まれてくる広告のみでお願いします。

薄い雑誌やホチキスで留めてあるものは入れないでください(混ざっている場合回収できません)。雨にあたる場合があるので必ず当日の朝、出してください。

### ●雑誌・雑紙・段ボール

- ・雑誌と雑紙は一緒に構いません。紐で束ねてください。個人情報が入力されているもの(領収書など)は出さないでください。
- ・段ボールは段ボールのみでまとめてください。他の種類の紙が混入していると価格が下がります。



☆雨天順延の際は有線及びきずなネットでご連絡します。順延の場合は **9月12日(土)** 実施です。

お問合せ先 立科中学校 電話 56-1076 有線 2250 担当 佐藤健二

# 平成28年3月新規大学・短大・専修学校等卒業予定者及び 既卒者対象「佐久・小諸地区就職面接会」開催のお知らせ

開催日時 8月6日(木) 午後1時30分～午後4時(受付12時30分～)

開催場所 小諸グランドキャッスルホテル 小諸市古城1-1-5(電話 0267-22-8000)

対 象 平成28年3月新規大学・短大・専修学校等卒業予定者及び卒業後概ね3年以内程度の既卒者

当日は、佐久・小諸地区の多くの優良企業の人事担当と直接面接ができます。

参加企業の「企業案内」、「求人情報」等各種資料を配布します。

友人等誘い合ってお気軽にお出かけください。

お問合せ先 ハローワーク佐久 佐久市原565-1 電話 0267-62-8609

## 平成27年度 自衛官採用試験のお知らせ

### 自衛官候補生

資 格：平成28年4月1日現在、18歳以上27歳未満の男女

男子試験：筆記試験(9月19日(土)) 口述試験・身体検査(9月20～22日、27日の希望日1日)

女子試験：9月26日(土)

合格発表：11月上旬

待 遇 等：2年又は3年の任期で勤務し、任期满了時に任期を継続するか民間企業へ就職するかを選択

### 一般曹候補生

資 格：平成28年4月1日現在、18歳以上27歳未満  
の男女

1次試験：9月19日(土)(筆記試験)

1次合格発表：10月2日(金)

2次試験：10月10日(土)(1次試験合格者)

待 遇 等：入隊後2年9月以降選考により3曹へ昇任

### 航空学生

資 格：平成28年4月1日現在、高卒(見込含)で  
21歳未満の男女

1次試験：9月23日(水) 祝日(筆記試験)

1次合格発表：10月9日(金)

2次試験：1次試験合格者(1次合格時に発表)

待 遇 等：入隊後約6年でパイロット(幹部自衛官)

※3種目共通の受付期間：8月1日(土)～9月8日(火)

細部のお問合せは、自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所まで  
電話 0268-22-5267

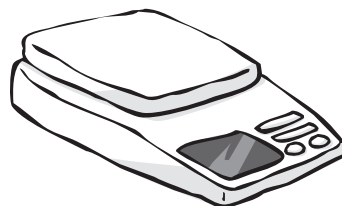
## 長野県計量モニターを募集しています

皆さんが日常購入している食料品等について、内容量が正しく表記されているか調査を行い、感想やご意見をいただく、「長野県計量モニター」を募集しています。計量に使用するデジタルキッチンスケールを支給します。詳細はお問合せください。

- 募集人員：10名程度
- 委嘱期間：11月1日(日)から11月30日(月)まで
- 応募期限：9月30日(水)
- 申し込み・お問合せ先

長野県計量検定所 電話 0263-47-4006 FAX 0263-47-9895

E-mail keiry@pref.nagano.lg.jp HP <http://www.pref.nagano.lg.jp/keiry/index.html>





## お知らせ

INFORMATION

信州サあイコー！（最高）  
ふるさと商品のお知らせ

「しあわせ信州 ふるさと割」では信州の魅力あふれる特産品「信州サあイコー！ふるさと商品」をインターネット通販サイトを通じ販売しています。期間限定最大40%割引でお求めいただけます。この機会に地元の特産品の魅力を再発見してみませんか？

## 購入サイト

「しあわせ信州 ふるさと割」ポータルサイト

URL

<http://www.we-like-shinshu.com/>

## ふるさと割適用期間

平成28年1月31日(日)まで

※ただし、割引助成予算の上限に達した時点で終了させていただきます。

## お問合せ先

(一社) 信州・長野県観光協会

電話 026-234-7201

しあわせ信州  
ふるさと割

商品イメージ

INFORMATION

## 相続登記特別相談会

長野県司法書士会では、8月3日司法書士の日を記念して、無料の相続登記特別相談会を実施します。お近くの司法書士事務所へお問合せの上、お出かけください。

日時 8月3日(月)～7日(金)

午前9時から午後4時まで

相談場所 各司法書士事務所

相談料 無料

予約 相談する司法書士事務所にお問合せください。

## 相談例

- 登記名義人が先々代のままになっている
- 遺言について教えてほしい

お近くの司法書士事務所については、長野県司法書士会へお問合せいただくか、司法書士会ホームページに掲載されている会員名簿をご覧ください。

## お問合せ先

長野県司法書士会

電話 026-232-7492

INFORMATION

技術専門校  
10月入校訓練生の募集

技術専門学校では、10月入校訓練生を募集しています。

## 募集定員

| 校名   | 佐久技術専門学校   |
|------|------------|
| 訓練科  | 機械CAD加工コース |
| 訓練期間 | 6か月        |
| 募集人数 | 10人        |

## 出願資格

職業に必要な基礎的な技能及びこれに関する知識を習得しようとする者

## 選考方法

職業適性検査、人物考査（面接）

## 授業料等

授業料・入校料及び入校審査料は無料

## お問合せ先

佐久技術専門学校

〒385-0004

佐久市高柳346-4

電話 0267-62-0549

INFORMATION

第2回  
狩猟免許試験のお知らせ

第2回狩猟免許試験を次のとおり行います。

また、本年度から網猟及びわな猟の免

## 試験日程

第2回（第1回は7月27日(月)受付終了）

| 受付期間 | 8月12日(水)～9月2日(水) |
|------|------------------|
| 選考期日 | 9月9日(水)          |
| 合格発表 | 9月16日(水)         |

※第1回で定員を充足した際、第2回試験を行わない場合があります。

許取得年齢の制限が「20歳以上」から「18歳以上」に引き下げられました。

#### 試験日時

9月13日(日)

午前8時30分から午後5時まで

#### 受付期間

8月10日(月)から8月21日(金)まで  
(郵送による場合は、8月21日までの消印があるものに限る)

#### 対象

長野県内に住所があり、狩猟免許を取得したい方又は種別の異なる免許を取得したい方。

(ただし、受験日に20歳未満(網猟及びわな猟は18歳未満)の方は受験できません。)

#### 試験内容

適性試験、技能試験、知識試験

#### 試験会場

上小森林センター、松本合同庁舎、  
飯田合同庁舎

#### 申込み先

佐久地方事務所林務課

#### お問合せ先

県林務部鳥獣対策・ジビエ振興室  
電話 026-235-7273  
ファックス 026-235-7279

#### INFORMATION

### 長野県生活支援センター

## 『まいさぼ』をご利用ください

平成27年4月から「生活困窮者自立支援法」がスタートしました。長野県では、生活や就労など様々な問題を抱えてお困りの方を広く受け止め、関係機関と連携しながら相談支援を行う「長野県生活就労支援センター『まいさぼ』」を県下各地に開設しました。「病気があり仕事や生活が不安」「ひきこもり状態から抜け出したい」「仕事を離れてから長く、なかなか就職できない」など生活や就労のお悩みをお持ちの方は、相談無料・秘密厳守ですので一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

#### 最寄りの『まいさぼ』案内

長野県生活支援センター『まいさぼ』佐久

担当地区 北佐久郡、佐久市、南佐久郡、

小県郡

場所 佐久市取手町183

野沢会館2F

電話 0267-78-5255

FAX 0267-78-5332

メール ps-saku@nsyakyoo.or.jp

相談受付 月～金(休日を除く)

午前9時30分～午後5時

※立科町への出張相談も受け付けています。

#### INFORMATION

### 終戦当時、引揚者の方々

## からお預りした通貨・証券等を返還しています

名古屋税関では、終戦後に外地から引き揚げてこられた方々が税関などに預けられた通貨や証券等をお返ししておりますが、今なお、引き取り手がなく保管されたままになっているものが多数あります。返還請求・お問合せは、ご本人はもとよりご家族の方でも構いません。お心当たりの方は、お気軽にお問い合わせ下さい。

#### 返還している通貨・証券等

●上陸地の税関又は海運局に預けられた通貨・証券等

●帰国前に在外公館や日本人自治会等に預けられた通貨・証券等のうち、その後日本に返還されたもの

通貨…旧日本銀行券、旧日本軍軍票

等

証券等…支那事変割引国庫債券、大東亜戦争割引国庫債券 等

#### お問合せ先

財務省名古屋税関 監視部監視通関部門  
電話 052-654-4060

T455-8535

名古屋市港区入船2丁目3番12号





## たてしな保育園の 子どもたち



### 年少児

交通安全教室があり、指導員の先生から横断歩道の渡り方について指導を受けました。

手を挙げてよく見て  
わたろうね!!



### 年中児

年中児と年長児でハートフルケアたてしなに七夕の飾りつけに行きました。



「おじいちゃん、おばあちゃん、  
いつまでもお元気で！」

### 年長児

民生委員さんに教えて頂きながら畑に野菜の苗を植えました。たくさんの野菜ができることを楽しみにしています。



## 白樺高原便り

毎日暑い日が続いていますが、白樺高原では爽やかな空気が流れています。

蓼科ふれあい牧場では今年、アルパカに代わり仔牛が仲間入りしました。柵の側に近寄ると愛くるしい表情で出迎えてくれます。

その他にも、小さくてかわいいヤギやヒツジたちが元気に飛び回っています。

蓼科第二牧場では、牛と馬の放牧が始まり、広大な牧場でくつろいでいます。

また、県道沿いの白樺林ではヤナギランの花が見頃を迎えています。ぜひお出かけください。





**蓼科高校生徒海外派遣団 訪問**

7月16日(木)、蓼科高校の生徒10名が8月1日(土)から5日(水)までの5日間、海外研修として台湾への派遣を前に町長を訪問し、挨拶しました。

生徒たちは、1人1人台湾研修に対する抱負を述べ、町長からは、激励の言葉がありました。

**第48回二輪車安全運転 長野県大会**

6月7日(日)に中南信運転免許センター（塩尻市）で開催された第48回二輪車安全運転長野県大会において、蓼科高等学校の生徒2名が「高校生原付の部」に出場し、準優勝と第3位の成績を収めました。



競技開始の状況

**第19回体育協会長杯争奪ゲートボール大会**

第19回町体育協会長杯争奪ゲートボール大会が、6月18日(木)に権現山屋内運動場において開催されました。今年は4チームが参加し、和気藹々とした雰囲気ゲートボールの試合を楽しみました。大会結果は次のとおりです。

|     |         |
|-----|---------|
| 優 勝 | 赤沢チーム   |
| 準優勝 | 茂田井Bチーム |
| 3 位 | 茂田井Aチーム |
| 敢闘賞 | 宇山チーム   |

**第39回町民ゴルフ大会開催**

6月28日(日)、立科ゴルフ倶楽部に於いて206名参加のもと盛大に開催されました。主な成績は次のとおりです。

**ネットの部**

|     |       |
|-----|-------|
| 優 勝 | 岩下 弘幸 |
| 準優勝 | 片桐 朗弘 |
| 3 位 | 榎田 和典 |

**レディースの部**

|     |       |
|-----|-------|
| 優 勝 | 青井 貴子 |
| 準優勝 | 中屋 和子 |
| 3 位 | 今井 直美 |

**シニアの部**

|     |       |
|-----|-------|
| 優 勝 | 篠原 文夫 |
| 準優勝 | 小林 勝  |
| 3 位 | 浦野 正人 |

**グロスの部**

|     |       |
|-----|-------|
| 優 勝 | 荻原 将太 |
| 準優勝 | 今井 博之 |
| 3 位 | 菊地 衛  |





# 8月町民カレンダー

| 行事予定 |   | 保 健                                  |
|------|---|--------------------------------------|
| 3    | 月 | 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎検診、特定健診(集団)         |
| 4    | 火 | 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎検診、特定健診(集団)         |
| 5    | 水 | 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎検診、特定健診(集団)         |
| 6    | 木 | 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎検診、特定健診(集団)         |
| 7    | 金 | 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎検診、特定健診(集団)         |
| 8    | 土 | 町民まつりえんでこ<br>友好都市青少年県外交流事業(～10日)     |
| 10   | 月 | 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎検診、特定健診(集団)         |
| 11   | 火 | 白樺高原花火大会                             |
| 12   | 水 | 赤ちゃん相談 (H27.5月生)                     |
| 15   | 土 | 成人式                                  |
| 19   | 水 | 保育園 公開保育                             |
| 21   | 金 | 第17回町長杯マレットゴルフ大会<br>歯の健康について (歯科衛生士) |
| 23   | 日 | 少年スポーツ大会                             |
| 24   | 月 | 胃検診                                  |
| 25   | 火 | 胃検診<br>3歳児健診 H24.6月～7月生              |
| 26   | 水 | 胃検診                                  |
| 27   | 木 | 胃検診                                  |
| 28   | 金 | 胃検診                                  |

## 8月の納税

- 町県民税 (第2期)
- 国民健康保険税 (第3期)
- 介護保険料：普通徴収 (第5期)
- 後期高齢者医療保険料 (第2期)

## 各種相談日

● 結婚相談会  
8月8日(出)  
午後1時30分～3時30分  
場所：老人福祉センター 機能訓練室  
☎ 社会福祉協議会 電話56-1825

● 無料法律相談  
8月21日(金)  
午後1時30分～4時30分  
場所：老人福祉センター  
相談員：土屋弁護士  
☎ 社会福祉協議会 電話56-1825

## 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 |
| こども未来館 (児童館) | 56-0248 | 8888 |
| 老人福祉センター     | 56-1825 | 4091 |
| 立科温泉 権現の湯    | 56-0606 | 4126 |

## 町のデータ 6月 6月1日～6月30日の状況

人口 7月1日現在 (6月30日届出まで) ( )内は前月比

|     |             |    |    |
|-----|-------------|----|----|
| 人口  | 7,552 (-11) | 出生 | 4  |
| 男   | 3,732 (-5)  | 死亡 | 16 |
| 女   | 3,820 (-6)  | 転入 | 19 |
| 世帯数 | 2,839 (-0)  | 転出 | 18 |

## 気 象

|            |      | 今 年        | 最近10年間の平均   |
|------------|------|------------|-------------|
| 気 温        | 平 均  | 18.3℃      | 18.7℃       |
|            | 最高極日 | 28.8℃ / 2日 | 30.1℃ / 10年 |
|            | 最低極日 | 7.3℃ / 5日  | 8.0℃ / 10年  |
| 降 水 量      |      | 192.0mm    | 126.1mm     |
| 降水量 (1～5月) |      | 423.5mm    | 429.7mm     |
| 日 照 時 間    |      | 171.7時間    | 152.1時間     |

| 救急   | 出動件数 | 年間累計 | 火災   | 発生件数 | 年間累計 |
|------|------|------|------|------|------|
| 交通事故 | 1    | 8    | 建物火災 | 0    | 0    |
| その他  | 33   | 212  | その他  | 0    | 1    |
| 合計   | 34   | 220  | 合計   | 0    | 1    |

## 休日緊急当番医

● 午前9時～午後5時  
(歯科 午前9時～正午)

|      |           |        |              |
|------|-----------|--------|--------------|
| 2 日  | 中島医院      | 東御市北御牧 | 0268-67-2777 |
|      | 須江医院      | 小諸市    | 0267-22-2060 |
|      | 鈴木医院      | 小諸市    | 0267-26-1212 |
|      | てらお歯科医院   | 軽井沢町   | 0267-42-9123 |
| 9 日  | 高橋内科医院    | 小諸市    | 0267-23-8110 |
|      | 田村医院      | 小諸市    | 0267-22-0048 |
|      | 御代田中央記念病院 | 御代田町   | 0267-32-4711 |
|      | 林歯科医院     | 小諸市    | 0267-22-0152 |
| 16 日 | 小諸病院      | 小諸市    | 0267-22-0250 |
|      | うすだ医院     | 小諸市    | 0267-22-0483 |
|      | 依田塩名田歯科   | 佐久市浅科  | 0267-58-2135 |
| 23 日 | 市川医院      | 小諸市    | 0267-25-1200 |
|      | ひかり医院     | 小諸市    | 0267-22-8878 |
|      | 御代田中央記念病院 | 御代田町   | 0267-32-4711 |
|      | ゆみ歯科医院    | 小諸市    | 0267-26-2580 |
| 30 日 | 甘利医院      | 小諸市    | 0267-22-0729 |
|      | 佐々木医院     | 小諸市    | 0267-22-0503 |
|      | 山口歯科医院    | 小諸市    | 0267-22-0442 |

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