



公民館生涯学習講座 「立科すずらん学級」

◆すずらん学級 立科町名所めぐり

晩秋の秋晴れの中、すずらん学級地域体験教室を10月21日に大勢の参加をいただき開催しました。今回は「伝えていきたい名木を訪ねて」をテーマに、平成16年の諏訪大社御柱祭で切り倒された^{ちみ}榎木の切り株を見ながら「御柱の道」を散策し、昭和57年に現皇太后殿下同妃殿下がご臨席された第6回全国育樹祭会場と両殿下お手入れの唐松を確認しました。昼食をはさんで午後には、中尾集落から



徒歩で西峰方向に登り、立科町天然記念物の天狗松に向かいました。急傾斜で険しい山道でしたが、たどり着いた先にそびえ立つ赤松の巨木を見上げ、みなさん感激し記念写真を撮っていました。一昨年度は立科町の地理や地形について学び、昨年度は“木”でしたので、今年度は“水”をテーマに水源や溪流を訪ねる探検を計画しています。みなさんの参加をお待ちしています。

◆立科すずらん学級講演会 現在音楽を聴く/考える

令和3年度2回目のすずらん学級による講演会を12月19日に中央公民館大会議室で開催しまし



た。今までの講演会と内容を変え音楽について考えてみました。講師に信州大学准教授の小野貴史氏を招き「現在音楽を聴く/考える」を演題に、メトロノームによる演奏曲やヘリコプターに乗り上空で演奏した曲など珍しい音楽を聞かせていただき、音楽の幅の広さや歴史的な流れについて学びました。



毎年文化祭を盛り上げてくださるグループ代表のみなさんにお集まりいただき、それぞれの活動状況報告をはじめ公民館や町に対する要望などの意見交換会を12月16日に中央公民館で行いました。一昨年前からのコロナ感染拡大によりグループの活動が制限されていましたが、昨年の秋過ぎから感染者が減少傾向になったことを受けて練習を再開したとの報告もありとても安心しました。今後コロナ禍ではありませんが、活動の成果を発表できることを励みに続けていきたいとの意見も多く出されました。現在再び感染者数も増加しており、先行き不透明ではありますが、文化祭開催へ向けて今後も協議を続けていきます。

公民館グループ代表者会議

また、ほとんどのグループではメンバーが高齢化していることや、指導者が不足している後継者が育たないことなど、文化活動を推進していくうえでの課題が浮き彫りになりました。これからさらに意見をいただきながら、公民館活動の手法や町からの支援などについて検討していく必要があります。

リレー回想



南半球で見た星座

川合 登巳雄

「なんだっ？このオリオン座なんかおかしい！上下左右逆じゃん！」

南半球で最初にオリオン座を見たときの私の反応でした。北半球の日本では、オリオン座の左上に輝いているはずの赤っぽい「ベテルギウス」が、星座の右下に見えているのです。そして、オリオン座の右方向に位置する散開星団「すばる」はオリオン座の左側に見えていました。日本で見るとは様相が真逆：考えてみれば赤道が北に位置する南半球：納得はしたものの私にとっては大きな戸惑いでした。太陽や月が東から昇り西に沈むのは北半球も南半球も同じですが、北半球では南の空を移動するのに、南半球では北の空を移動します。南米チリのアパートのベランダで「自分は今、南半球に来ているんだなあ」とあらためて実感した私でした。季節も日本とは逆で真夏のサンタさんはなんとも暑そうで気の毒でした。私は、日米欧の共同プロジェクトで進められた電波望遠鏡「ALMA」(アルマ：アタカマミリ波サブミリ波干渉計)の建設期に、国立天文台チリ観測所で働くという貴重な経験をさせていただきました。もう12年も前のことです。

ALMAは、南米チリの標高5000mアタカマ高地に建設され、日本は直径12mのアンテナ4台と7mのアンテナ12台、米欧はそれぞれ12mのアン



テナ25台ずつを製作しました。2013年に完成し、今なお、銀河の進化、星や惑星系の形成、生命関連分子の発見、解明等を目指し、果敢に世界の天文研究者たちが運用しています。

その成果が新聞紙上等に取り上げられることがよくあります。私はそのたびにアタカマ高地に並ぶ66台のパラボラアンテナの風景を思い出し、仲間たちの活躍に拍手を送っています。

ALMAの成果は国立天文台ホームページで紹介されています。ご興味がありましたらぜひアクセスしてみてください。

クラブ訪問・立科シンフォニー

秦野 正博

わたしたち「立科シンフォニー」は出来て間もない音楽芸術グループです。

代表の秦野正博は若年期に録音スタジオ・ジャズライブハウスの演奏・編曲の経験を関西・関東で積んだ後、プロジャズピアニスト・作曲家として細々と活動して参りましたが、ここ立科町への移住をきっかけに音楽に再奮起して、地元の音楽家や音楽家をめざす子ども達を育てたいという思いで「立科シンフォニー」を結成しました。現在は10代から70代までの幅広いメンバーで、ジャズ・歌謡曲・童謡唱歌・クラシック名曲・軽音楽などのレパートリーを増やしながらさまざまな場所で発表を行っています。

現在、コロナ禍のため、ライブ活動は制限されていますのでYouTubeや地元ケーブルテレビのご協力を得て放映されています。

コンセプトは「人をつなぐ、音をつなぐ」を主にし、人を音楽でつないでゆくよう心がけています。現在、当団体では楽器演奏家・ボーカルを絶賛募集中です。ライブ演奏など全く経験が無くても楽器がある程度弾ければメンバーと楽しく学んでいただけます。またボランティア活動のため、出資をいただけるスポンサーも募集しております。

わたしたちの最終目標は「立科町を芸術発信の町に」です。

さまざまな形でお力添えをいただければ幸いです。



図書室だより

寄贈者(敬称略・順不同)

たくさん寄贈していただき、ありがとうございます。
紙面にてお礼にかえさせていただきます。

[本] 安江 高亮 [町] 岡村 知彦 [小諸市]
その他匿名多数

新着図書

「同志少女よ、敵を撃て」

逢坂 冬馬(著) 早川書房 (出版)

独ソ戦が激化する1942年、母をドイツ軍に惨殺され、赤軍の女性兵士に救われた少女セラフィマは、復讐のため、訓練学校で一流の狙撃兵になることを決意する。訓練を重ねた彼女は、やがてスターリングラードの前線へ…。



「ほたるいしマジカルランド」

寺地 はるな(著) ポプラ社 (出版)

老舗遊園地「ほたるいしマジカルランド」。「うちはテーマパークではなく遊園地」と言い切る名物社長を筆頭に、たくさんの人々が働いている。お客様に笑顔になってもらうため、自分たちの悩みはうちに隠しながら、従業員は日々奮闘中。



「強制終了、いつか再起動」

吉野 万理子(著) 講談社 (出版)

大麻取締法違反の20歳未満の検挙者は、2020年版犯罪白書よると前年比41%増。若年層にもひろがる薬物汚染をテーマにした社会派ヤングアダルト小説。

おしっこ、うんこはどこに行く？

中川ひろたか(作) カワチレン(絵) アリス館(出版)

おしっこやうんこは、一体どこに行くんだろう？さあ、小さくなって、トイレのその先を探検しよう。生活の「なぜ？」にこたえる、楽しい絵本。



「おかえり、ウミガメ」

高久 至(写真・文) アリス館(出版)

命がけで上陸し産卵する、お母さんウミガメ。子どもたちは、生まれてすぐに必死で海にむかいます。そして遠い海で、長い年月を経て大人になり、生まれた島に帰ってきます。アカウミガメのぼうけんのものがたり。

お話し会のお知らせ

「ちいさなおともだちのおはなし会」

日時 4月27日(水)午前10時30分～
場所 中央公民館 対象 0歳児～
内容 絵本・パネルシアター・手遊びなど
親子でお楽しみください！



利用者様から
「絵本と時代」
宮坂 理恵(赤沢)

子どもと一緒に公民館の図書室に通いはじめて二年が過ぎ、240冊余りの絵本を親子で楽しんできました。
絵本に登場する人や動物・乗り物達は皆とても表情豊かで、子どもはそれらと一緒に笑ったり悲しんだりしています。そして、「もう一回」「もう一回！」と読んで真似をして遊んだり、本に苦手なことを克服する手助けをしてもらっています。

そんな絵本の魅力の一つ、細かく描かれた「背景」の中にデパートの屋上遊園地があったり、おばあちゃんが店番をしている駄菓子屋、花柄のまほうびん、藍色に白い水玉模様の湯飲みなど昭和の暮らしが混ざっている。「あ、「コレ昔あったよね？」と親の方が懐かしい想いで好きになってしまってもあります。そういう本の作者の紹介を見ると大抵自分達と同世代の方だったりします。絵本作家さん達は、自分が子どもの頃の生活体験や思い出を作品の中にそっと描いているんですね。

将来、令和時代に幼少期を過ごした者達からはどんな絵本が生まれ、また、どんな「今」を懐かしく思い出すのだろう？と、これからの絵本も楽しみにするのです。

WEB蔵書検索ができます！

スマートフォン



携帯電話



パソコンは、立科町公式ホームページトップのバナーをクリック！

(予約には、最初にパスワード設定が必要です。図書室でお気軽にお声がけください)

公民館事業へ協力してくださる方を募集します！

この度、広く町民の皆さんの意見を反映し公民館事業の充実を図るため、立科町の公民館事業へ協力していただくみなさんを募集します。

■業務内容

公民館事業の推進、企画および実施に向けた事務局業務

(会議、イベント企画、分館対抗球技大会、歩け歩け大会、文化祭、ふらばーるバレー大会等)

■募集人員 2名程度（応募者多数の場合は選考による）

■応募資格 ・町内在住者

■応募締切 6月30日（木）

■その他 ・報酬は立科町の規定による
・任期は任命の日から2年間

■応募およびお問合せ先 中央公民館（電話88-8417、有線4000）

ご利用ください 花嫁衣裳・留袖

公民館では、生活改善の一環として、町民のみなさんを対象に、花嫁衣裳・留袖の貸出しを行っています。

利用申込みは、中央公民館事務室（電話88-8417）までお気軽にどうぞ

●花嫁衣裳

3万円

●留袖

5千円～1万2千円

●紋付

7千円

●小物等

千円～5千円



編集後記

昨年の初夏のある日に、夕涼みに外に出ると一匹の蛍を見つけた。家の庭隅に、すーっと飛ぶ光を久しぶりに見ました。幼いころはこの辺でもたくさんとんでいました。怖がりだったわたしは、夕食が終わると父の手を引き暗い田んぼ道へ行き、蛍が光る度に我先にと「あっち、あっち」と指をさし喜んだのを覚えています。小学生になると、近所の友達と一緒にカゴに捕まえて来てはテントに放したりして遊んだことを思い出しました。たった一匹の蛍との出会いでも幸せな気持ちになりました。春は思い出を振り返りまた新しい季節のスタートでもありません。雪解けを知らせる女神湖の座禅草に夏は畑を彩る野菜達。秋は太陽の光をたっぷり浴びたりんご畑に、冬は蓼科山の雪景色。今年も年末から降った雪が蓼科山を白く染め、こんなに降ったのにも思っています、春から夏にかけて全部消えちゃうんだから自然ってすごいなあと思います。そんな蓼科山から流れる水がいままで綺麗で、蛍に出会える場所が残っていて欲しいと思います。近年は、コロナ禍でなかなか集まりや旅行などできませんが、昨年生まれた我が子と一緒に一年を通して立科町のそれぞれの季節を楽しみ感じていきたいと思っています。A・K

みんなの『足』となる公共交通

町内の公共交通を維持確保していくためには、多くの皆さんにご利用いただくことがとても大切です。いわゆる交通弱者の足となる公共交通を守るため、積極的なご利用をお願いします。

■たてしなスマイル交通■

コミュニティバス「たてしなスマイル交通」は、幹線ルート、西・南回り線、東回り線、シラカバ線の4系統が運行しています。町内での移動確保を主たる目的としていますが、「立科町役場前」バス停で町外へ通じる他の路線バスに乗り継ぐことが可能です。

系統名	運行日	運行地域等
幹線ルート	月～金曜日	芦田・塩沢・牛鹿
西・南回り線	月・水・金曜日	芦田・宇山・山部・茂田井・古町
東回り線	火・木・土曜日	芦田・塩沢・藤沢・桐原
シラカバ線	毎日	芦田～古町～中尾・美上下～蓼科



詳しい情報

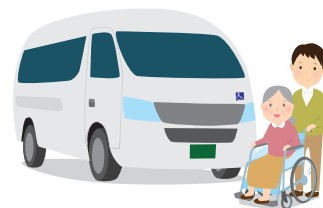
運行の詳細は「立科町 バス路線案内（令和3年4月1日改正版）」、町公式HPをご覧ください。

<http://www.town.tateshina.nagano.jp/0000000195.html>

■福祉型デマンドタクシー■

たてしなスマイル交通が通っていない地域にお住いの皆さんやご利用要件に該当する人は、利用者登録をすることで町内での移動に限り1乗車600円のご負担で、タクシーをご利用いただけます。利用登録は、随時受付しています。

利用要件	利用可能回数（年間最大）
交通空白地域（塩沢5班前沢地区9にお住まいの人）	24回（月あたり2回）
身体障害者、療育、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人	96回（月あたり8回）
要介護（支援）、事業対象者の認定を受けた人	96回（月あたり8回）
運転免許証を返納した人	96回（月あたり8回）



【運行事業者】

- ご自身で乗降車が可能な人または運転手の簡単な介助で乗降車が可能な人
 - ・望月ハイヤー（電話0267-56-1153）
- 「最寄りのバス停まで歩くことができない」など、お一人で公共交通の利用が困難な人
 - ・エンジェルタクシー（電話0800-800-1890 ※通話無料）
 - ・介護 福祉タクシー はね（電話0800-808-1180 ※通話無料）

■たてしな定額タクシーチケット■

路線バス「中仙道線」（立科町～佐久市）の大幅減便によって生じた空白の時間帯を補完するため、望月ハイヤーで「たてしな定額タクシーチケット」を販売しています。特定の地点までの運賃を、タクシーチケットの購入というかたちで複数回分まとめてお支払いいただき、券種に応じた回数分のタクシーをご利用いただけます。

望月ハイヤーが行う事業ですが、町が運賃の一部を負担することで、低運賃でタクシーをご利用いただくことが可能です。

【乗車可能なエリア等】 ・佐久平駅 立科町内の中仙道線バス停⇄ ・浅間総合病院 ・佐久医療センター	【乗車可能な時間帯】 ・平日：午前8時～午後2時 ・休日：午前8時～午後4時
--	---

【券種】 ※チケットは望月ハイヤーのタクシー車内でご購入ください。

券種	金額	利用上限等
1週間券	4,000円	有効期限：購入日から1週間 上限回数：2回
3か月券	6,000円	有効期限：購入日から3か月 上限回数：6回

問合せ：望月ハイヤー（有） 電話56-1153 有線5545

知ってほしい「発達障害」のこと

◆発達障害とは

発達障害の原因は、生まれつきみられる脳の働き方の違いによるといわれています。その後の発達においても「得意」と「苦手」の差が大きく出てしまうこともあります。例えば、「計算がとても得意」であっても「誰かと話すことが苦手」、その逆のパターンもあります。また、「音」や「光」といった感覚が過敏で、極度に避けるような場合もあります。



このような特性は18歳くらいまでに現れることが多いですが、小さいときは目立たず、大人になってから気づくこともあります。

◆周囲の理解とサポートが大切

発達障害の特性は、一見すると多くの人の目には変わった行動に映るかもしれませんが、これは決して本人の性格や怠け、親のしつけや教育の問題ではありません。大切なのは、発達障害の人が持つ“でこぼこの発達の仕方”を理解し、適切なサポートをすることです。

本人が何に困っているのかをきちんと把握し、安心できる環境を整え、その人に合った方法を出来るだけ具体的に伝えること、そして穏やかに根気よく接することで、良い関係を築いていくきっかけにつながります。

◆4月2日は「世界自閉症啓発デー」、4月2日～8日は「発達障害啓発週間」です

発達障害について知ることや理解することは、発達障害がある人だけでなく、誰もが幸せに暮らす社会の実現につながります。この期間をきっかけに、発達障害について知識・理解を深めてみませんか。

◆発達障害に関する主な情報・相談窓口

長野県発達障がい者支援センター	電話026-227-1810
佐久広域連合障害者相談支援センター	電話0267-63-5177
立科町役場 町民課 保健福祉係	電話88-8407 (直通)

※保健福祉係では子どもさんの発達に関するご相談も対応しています。お気軽にご相談ください。



1日の食塩摂取量がわかる!?

尿中塩分測定体験者募集中!

私たちは毎日の食事から、体に必要なエネルギーや栄養素を摂取していますが、毎日の食事からとっているエネルギー量や食塩相当量を、皆さん承知していますか？また、自分に必要なエネルギーや食塩相当量の目標値をご存知でしょうか？

健康のため、「食べすぎ・飲みすぎ」に注意しましょう！とか「塩分のとりすぎに気をつけて」などと言われることが多くありますが、そもそも、塩分ってどれだけとっているの？と思っている方は多いはず。食事からとった塩分は9割以上が尿中に排出されるといわれているため、尿をとって測定するだけで簡単に調べることができます！

長野県が目標としている食塩摂取量は8g以下。この機会に、自分の食塩摂取量を調べてみませんか？実際に体験してみたいという人を募集しています！

対象者 立科町にお住まいの20歳以上の人ならどなたでも

内容 早朝尿による尿中塩分測定と食事調査
結果を見ながら日ごろの食生活について考えてみましょう

お問合せ 保健福祉係 電話88-8407
お気軽にどうぞ！

次の日程で結核検診を実施しますので、対象となる皆さんは、受診してください。

◎ 結核は、現在でも多くの方が発症している感染症です。

65歳以上の皆さんは、「感染症法」で年に1回の検診が義務付けられています。

対象者 65歳以上の町民の皆さん **料金** 無 料

・胸部の病気で治療中の人、せきなどの症状がある人は医療機関の受診をお勧めします。

・肺がんCT検診を受診予定の方は結核検診を受診する必要はありません。

(64歳以下で受診を希望する人は、検診費用1,800円を持参のうえ、最寄の会場へ直接お越しください。)

受診時の注意 当日は、「結核検診票」をお持ちください。(検診票は4月上旬に郵送します。)

※撮影は、無地の肌着1枚でお願いします。(重ね着不可) ボタン・湿布・ネックレス等ははずしてください。

※感染症対策のためマスク着用のうえ、会場にお越しください。体調がすぐれない人は受診をご遠慮ください。

結果について 検診の結果は5月下旬ごろ、個別に通知します。

検診日程	時間	会場	対象地区	
4月20日(水)	午前	8:45~9:05	虎御前公民館	虎御前
		9:15~9:25	五輪久保公民館	五輪久保
		9:35~10:10	外倉公民館	外倉
		10:25~10:40	柳沢公民館	柳沢
		10:50~11:00	マルウシ共選所	牛鹿
		11:10~11:30	平林公民館	平林
	午後	11:40~12:00	桐原生活協同館	桐原
		1:20~1:35	細谷公民館	細谷
		1:45~2:00	中原公民館	中原
		2:10~2:20	赤沢集会所	赤沢・和子
	2:45~3:15	老人福祉センター	町5~10	
4月21日(木)	午前	9:40~10:00	蓼科公民館	蓼科
		10:30~10:40	美上下(渡邊隆氏宅前)	美上下・中尾
		10:55~11:05	姥ヶ懐公民館	姥ヶ懐
		11:20~11:50	古町公民館	古町
	午後	1:10~1:25	蟹原集会所	蟹原
		1:40~2:00	藤沢公民館	藤沢
		2:20~2:30	日向(寺島春枝氏宅前)	日向
		2:45~3:00	真蒲消防庫付近	真蒲
	3:20~3:50	老人福祉センター	町1~4	
4月22日(金)	午前	8:40~8:55	立石公民館	石川・立石
		9:10~9:20	日中公民館	大深山・日中
		9:30~9:50	蟹窪公民館	蟹窪
		10:05~10:20	滝神公民館	滝神
		10:30~10:45	山部公民館	山部
		10:55~11:05	上房公民館	上房
		11:25~11:55	茂田井公民館	茂田井
	午後	1:20~1:45	西塩沢公民館	西塩沢
		1:55~2:15	塩沢公民館	塩沢
		2:25~2:35	大城集会所	大城
		2:50~3:15	野方公民館	野方

児童扶養手当・特別児童扶養手当の額が改定されました 保健福祉係

令和4年4月からの児童扶養手当と特別児童扶養手当の月額がそれぞれ次のとおり改定されました。

今回の改定は物価スライド制※に伴うもので、対前年比0.2%の引き上げとなります。

児童扶養手当

	全部支給額（前年度比）	一部支給額（前年度比）
手当額	43,070円（－90円）	43,060円～10,180円（－90円～－20円）
第2子加算額	10,170円（－20円）	10,160円～5,090円（－20円～－10円）
第3子加算額	6,100円（－10円）	6,090円～3,050円（－10円）

特別児童扶養手当

	支給額（前年度比）
1級	52,400円（－100円）
2級	34,900円（－70円）

※物の価格の上がり下がりを表した「全国消費者物価指数」に合わせて支給する額を変える仕組みをいいます。
令和4年1月21日に総務省から公表された物価指数により変動率が決定しました。

乳幼児等に対する福祉医療(医療費助成)制度について 新しい受給者証をお送りしました

保健福祉係

福祉医療制度とは医療機関等の窓口で支払った保険適用の医療費自己負担分の一部について、町が補助する制度です。

令和4年4月1日より有効開始の新しい受給者証を、乳幼児等の皆さんに郵送しました。自己負担金欄に柔道整復施術療養費欄が追加されたものになります。

なお、古い受給者証は、ご家庭にて破棄願います。



令和3年度中18歳到達者について

福祉医療費受給者証の送付はなく、これまでご利用いただいていた受給者証は、令和4年3月31日に有効期間が終了します。有効期限の切れた受給者証はご自身で破棄いただくか、役場に返還するなど必ず処分してください。

「災害共済給付制度」との併給防止について

保育園や学校等の管理下で災害（ケガ、疾病等）が発生したときに、日本スポーツ振興センターから支給される災害共済給付金は、福祉医療費給付金との重複給付が受けられません。

災害共済給付制度を利用する場合は、医療機関等の窓口で福祉医療費受給者証を提示せず受診をしてください。

なお、併給が確認された場合には、後日福祉医療費給付金を返還していただきます。ご了承ください。

●お問合せ 町民課 保健福祉係 電話88-8407 有線2311

入学・就職・転勤等による引っ越しで住所を異動する皆さんは、 役場窓口での「正確な住所の届出」が必要です！

住民係

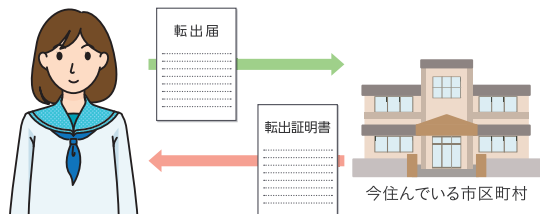
○住民票の住所の異動届（転出届・転入届・転居届等）は、国民健康保険および国民年金の資格の確認や、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。



住民票の手続きは簡単です！

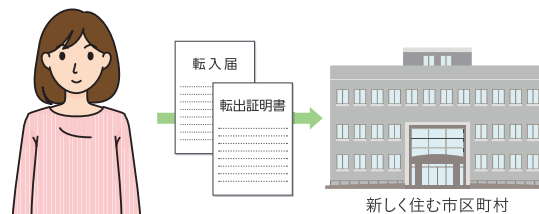
引っ越し前

① 転出届を提出し、転出証明書を受け取る



引っ越し後

② 転出証明書を添えて、転入届を提出



- 転入届は、転入した日から**14日以内**に提出してください。
- 引っ越しをした際には、「**マイナンバーカード**」の記載事項の変更が必要ですので、転入届提出時にマイナンバーカードもお持ちください。
- 「**マイナンバーカード**」を持っている人は、引っ越し前の市区町村に「転入届の特例による転出届」を郵送することで、転出証明書の発行なしで、引っ越し後の市区町村にのみ出向いて転入手続きすることが可能です。
- 正当な理由がなく住民票の異動の届出をしない場合、**5万円以下の過料**に処されることがあります。

●お問合せ 住民係 電話88-8404

資格喪失後は国民健康保険の保険証を返還してください

住民係

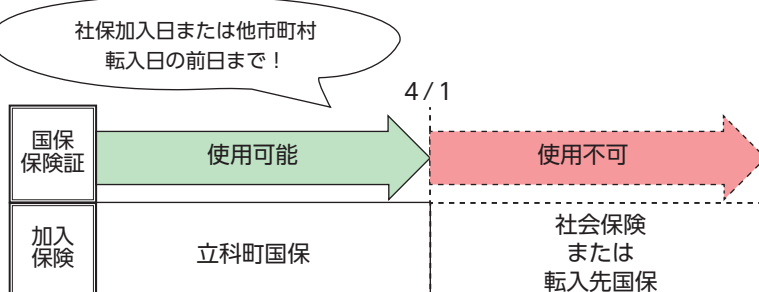
4月は転出・入学・就職等の機会が多く、転出者や新たに社会保険に加入した人が、誤って国保保険証を使用してしまい、医療機関等とのトラブルが多く発生する季節です。

国保の加入・喪失の届出は14日以内に役場窓口で行っていただく必要がありますので、忘れずに手続きをお願いします。

トラブルを避けるためにも、転出や資格喪失手続きの際には必ず保険証を役場窓口へ返却してください。

なお、無資格者（遡って喪失した人を含む）の保険証使用が判明した際は、保険適用分（医療費の7～9割分）を徴収させていただきます。

（例）4月1日社保加入または他市町村転入の場合



新しい保険証が交付される前に医療機関を受診する際は、加入先の保険者（勤務先等）にご連絡ください。



また、大学等への進学のため転出される際に、届出することでマル学保険証が交付されますが、卒業・中退・就職等により在学の事実がなくなった場合は、資格喪失の手続きが必要です。忘れずに手続きをお願いします。

「ひまわりの会」(家族介護者の会)を紹介します!

「ひまわりの会」は、家庭で介護をされている人の会です。

介護に関わっている人たちが交流し、リフレッシュをしたり、学びを深めたりしています

主な事業内容

- 交流会：座談会、忘年会
- 慰 勞：コンサート、日帰り旅行など
- 介護者の健康：健康体操、健康講話など
- 介護に関する学習会：介護保険、認知症の話、看取りの話など

参加費

事業によっては参加費をいただく場合があります



介護者同士、理解し合えることは多いものです。
2か月に1回ほど新型コロナウイルス感染症の状況をみながら活動しています。
お気軽にご参加ください。

こちら 地域包括支援センターです!

たてしな元気塾参加者募集のお知らせ

たてしな元気塾は、外出する機会が減ったり体力や筋力が徐々に低下している高齢者の皆さんを対象とした介護予防の通いの場です。介護予防について学んだ「健康サポーター」の皆さんが中心となり、月に1回、体操やレクリエーション等を行っています。去年は外へ出てお花見やりんご狩りを楽しむこともできました。参加することで、皆さんとおしゃべりを楽しんだり（おしゃべりすることは脳トレにもなります!）、筋力アップの体操や口腔機能アップの体操を学んだり、いいことがたくさんあります。



参加者を随時募集していますので、ご興味・ご希望のある皆さんはお気軽にお問合せください。ご希望により送迎も行ないます。

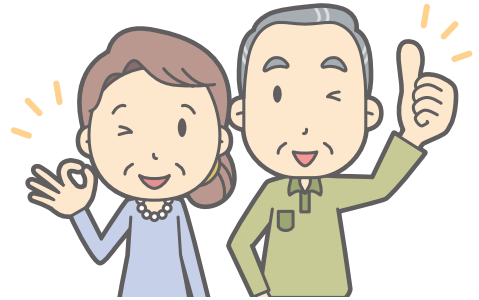
- 開催日時 毎月第2木曜日 10:00~11:30
- 開催場所 老人福祉センター 集会室（変更する場合があります）
- 対象者 チェックリストの該当者および要支援1・2の認定者（対象になるかわからない場合は地域包括支援センターまでご連絡ください）
- お問合せ・お申込み 地域包括支援センター 電話88-8418 有線2311

後期高齢者医療保険料率が 決まりました

後期高齢者医療制度の保険料率は、制度の財政を安定的に運営するため、今後見込まれる医療費などの推計を基に2年ごとに改定されます。令和4・5年度の保険料率は、後期高齢者医療広域連合議会の議決を受け、次のとおり決まりました。保険料額は6月下旬に決定し、7月以降に決定通知書をお送りします。

●保険料率改正の概要

	改正前	改正後
均等割額	40,907円	40,907円
所得割率	8.43%	8.43%
限度額	64万円	66万円



保険料額は、収入金額や世帯構成により異なります。

保険料の計算方法

保険料は、加入者が負担する均等割と、前年の所得に応じて負担する所得割の合計額です。

均等割額 40,907円	+	所得割額 (前年中の総所得金額等 - 43万円) × 8.43%	=	一人当たりの保険料額 (限度額66万円)
-----------------	---	-------------------------------------	---	-------------------------

保険料の軽減

○所得が基準額より低い人は保険料の軽減措置があります。

世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等を合計した額	軽減割合(軽減後の均等割額)
	令和4・5年度
43万円※1 + 10万円 × (給与所得者等の数※2 - 1) 以下の場合	7割軽減 (年額12,272円)
43万円※1 + (28.5万円 × 世帯の被保険者数) + 10万円 × (給与所得者等の数※2 - 1) 以下の場合	5割軽減 (年額20,453円)
43万円※1 + (52万円 × 世帯の被保険者数) + 10万円 × (給与所得者等の数※2 - 1) 以下の場合	2割軽減 (年額32,725円)

※1 住民税の基礎控除額。平成30年度税制改正により、令和3年度から43万円になりました。ただし合計所得金額が2,400万円を超える人は、その合計所得金額に応じて控除額が変わります。

※2 給与所得者等の数とは、世帯内の被保険者と世帯主のうち、年間55万円を超える給与収入を有する人の数と公的年金等の収入が年間125万円（その人が65歳未満の場合は60万円）を超える人の数（給与所得を有する人を除く）の合計です。

○お問合せ 高齢者支援係 電話88-8406

長野県後期高齢者医療広域連合 電話026-229-5320

なんだか うれしい

何かがなくなる…ことの本

雪に覆われた中庭、結氷した池…その氷に乗り、遊び始める子どもたち。長靴でバランスをとりながら、氷の上ではしゃぎまわる子どもたち。勢い余ってひっくり返る子どもたち。見かねた桂本校長先生。

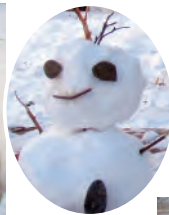
「みんな、池の上で遊んでいいよ・・・でもね、ヘルメットかぶろうか。そしたらもっともっと遊んでいいから」

氷点下 10 度の厳寒。キラキラと輝く雪の冷たさ。カチカチに凍った氷・・・雪に覆われ、何もかもが無くなったような土の上・・・落ち葉や土の黒が無くなり、一面の白色。物に囲まれ、利便性の中に居た子どもたちが、何もないその空間に立った瞬間に活気に満ちた遊びを始めていきました。

「何かがなくなる」「少なくなる」ということは「ある力を秘めている」・・・ふと思ったことです。

そして、目にとまった中庭ベンチの上の雪だるまたち。枯木や枯草が手になり、掘り出された小石が目や口や耳になっている。かじかんだ小さな手が創り出した力作の雪だるまたち。子ども達が楽しそうな笑顔で、どんな形になるのかなあ、どんな顔になるのかなあ・・・とワクワクしながら取り組んでいる様子が浮かんできました。冷たさも感じながら、でもそんな冷たさよりも雪だるまが次々と出来上がっていくことが楽しくてたまらない・・・そんな子どもたちの夢中さも伝わってきました。

形も立つ位置も、ひとつとして同じものがない雪だるまたち。雪だるまたちの表情を見ていると、何かを語りかけているようにも思えてくるのです。楽しい会話を子どもたちと弾ませた雪だるまたち。そして今、子どもたちの居なくなった校舎の片隅で、雪だるまたちが楽しくおしゃべりしている声が聞こえてくるのです。



一つの体験が、その子の中で熟し、何かを形作るまでには時間が必要です。子どもの頃、心に刻まれた体験は、大人になった時に、言葉ではなく、いつか見た風景や具体的な体験が励まし、勇気を与えてくれることがきっとあるはず。ワクワクして夢中になる体験は学ぶ力、課題に立ち向かい、逆境をも跳ね返す力として積み重ねられていきます。そう、「苦しい」、「大変」ではなく、**ワクワクしながら困難や逆境に向かって行く。**

自分を変える事は、知ることではなく、行動して経験することの思いを強くするのです。

相談時間等 月・水・金曜日

- 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50分～午後1時40分
電話 56-0303 (直通)・有線8888 (直通)
(担当 指導主事 中島一彦)

立科町の人権啓発事業

人権尊重の社会を築くには、一人ひとりの自尊感情を育て、人権感覚を磨き合うことで、権利と責任の自覚、互いの人権の尊重といった「共に生きる心」を醸成していくことが重要です。人権教育とは、人権教育・啓発推進法によると「人権尊重の精神の涵養を目的とする教育活動」（第2条）であるとしています。当町の人権教育・啓発は、住民の人権意識の高揚、「共に生きる心」の広がりや人権尊重の社会づくり・町づくりに向けて、これまで学校、地域、家庭、企業・職場等でさまざまな取り組みがなされてきました。

立科町の主な人権啓発事業は次のとおりです。（感染症の状況により開催方法や日程が変更、中止となる場合があります。）

○町民向けの人権啓発事業

- ・人権教育指導者養成講座（7月、8月に2回開催）
- ・分館人権学習（9月～10月に33分館において開催）
- ・人権を考える町民大会（12月3日（第1週土曜日）に講演会を開催）

○学校等における人権啓発事業

- ・保育園、小学校、中学校、高校における人権教育
- ・新任職員人権研修会（4月頃）
- ・保育園・学校教職員人権研修会（7月頃）



○企業等の事業所における人権啓発事業

- ・企業内研修の実施、各種人権啓発研修への参加
- ・立科町人権を考える企業連絡会研修（36事業所が加入）
- ・人権標語コンテスト（作品は人権を考える町民大会で掲示）

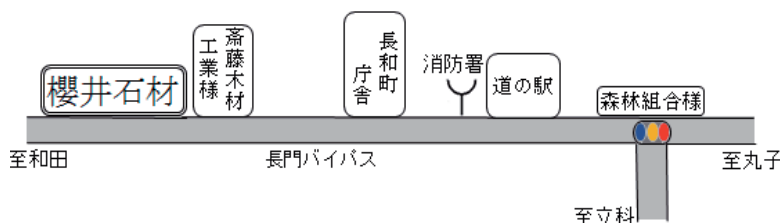
しかし、私たちの身の回りには、いまだにさまざまな偏見や人権侵害が残っており、また、生命・身体の安全を脅かすいじめや虐待問題、インターネットによる卑劣な人権侵害など新たな人権問題も生じています。このような社会情勢の中で、「人権を尊重し共に生きる明るい町づくり」を目指し、一人ひとりが人権問題について理解と認識を深めていけるよう、当町は、「立科町部落差別撤廃とあらゆる差別をなくすことをめざす総合計画」に基づき、これからも人権教育の推進・啓発事業の展開を図ってまいります。

これまで、あまり人権啓発事業に参加される機会がなかった皆さまも、まずは身近なところで、地域の分館人権学習会や人権を考える町民大会等へ参加し、一緒に人権について考えてみるのはいかがでしょうか。

お墓Q&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. お墓のお手入れは、どうしたらいいですか？

A. まずは墓石に水をかけてから、雑巾やスポンジを使ってホコリ・カビ・コケの汚れを洗い落とします。仕上げに乾いた布で水分を拭き取ることがポイントです。
当社では墓石クリーニングも承っております。是非ご利用ください。



墓石・戒名彫り・墓石クリーニング・石工事全般

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

URL: <http://sakuraisekizai.net/info/>



「がんばる地域応援事業」

地域振興係

令和4年度の事業を募集します

募集期間 令和4年4月1日(金)～4月22日(金)

対象者は、区・部落、企業、おおむね町民10名以上(※)の団体です。

※10名未満でも対象となる場合がありますので、まずにご相談ください。

この事業は、町民の皆さんが自主的、主体的に行う地域づくり活動に対して、町が応援することにより、地域活性化や地域課題の解決を図る制度です。皆さんの積極的なご応募をお待ちしています。

交付金の対象となる事業

- 1 住民の安心・安全な生活の確保に役立つ事業
- 2 住民福祉、住民支え合い事業
- 3 地域の魅力を活かした観光振興や産業振興事業
- 4 地域住民が触れ合うコミュニティ絆交流事業
- 5 地域の定住促進事業
- 6 美しい地域づくり(道路沿線の植栽や環境美化等)の事業
- 7 地域の担い手・人材を育成する事業
- 8 伝統・文化を継承する事業
- 9 その他町長が認める事業

補助率および限度額等

- 同一事業に対し
- 1年～3年目 補助対象経費の100分の75以内、15万円が上限。
 - 4年～10年目 補助対象経費の100分の50以内、7万5千円が上限。
- 新しく団体を立ち上げて事業を実施する場合
補助対象経費の100分の100以内、15万円が上限。
(団体結成初年度のみ。)

補助対象経費

事業実施に要する経費
(人件費や備品費など一部対象とならない経費があります。)

応募方法

所定の様式に必要事項を記入し、4月22日(金)までに地域振興係へ提出してください。
詳しくは町HPをご覧ください。

<http://www.town.tateshina.nagano.jp/0000000854.html>

選考方法

立科町がんばる地域応援事業審査委員会において、各団体から提出していただいた事業計画書等に基づいて審査・選考します。



詳細はこちら

応募要件

次のすべてに該当すること

- 1 社会または不特定多数の者の利益につながるもの
- 2 波及効果や発展性が期待されるもの
- 3 計画や費用が実現可能で関係者の合意形成が図られているもの

マイナンバーカード交付・申請窓口の時間延長・休日開庁のお知らせ(予約制)

住民係

毎月第2日曜日はマイナンバーカードの交付・申請サポート事務に限り、窓口を開庁します。平日来庁が困難な人は、ぜひご利用ください。なお、窓口が混み合う場合は、予約がある人を優先して手続きします。また、毎週月曜日(休日の場合は翌開庁日)は窓口を午後7時まで延長しています。

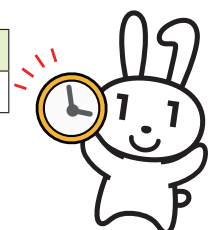
- ・申請する人：後日、役場でお受け取りいただくか、本人限定郵便で住所地に郵送します。
- ・受け取る人：事前に申請がお済みの皆さんは予約来庁いただくことでカードが受け取れます。

開庁日

月	日曜日(午前9時～正午)	月曜日(午後7時まで)
令和4年4月	10日	4日、11日、18日、25日

予約や持ち物について詳しくは下記までお問い合わせください。

●お問合せ 町民課住民係 電話88-8404●



ガバメントクラウドファンディング実績報告

地域振興係

団体名	信州白樺クラフト製作所
代表者	渡部ゆかり
プロジェクト名	後世に残したい。信州 白樺高原のシラカバの樹を100年先の子どもたちへ
募集期間	令和3年6月16日～令和3年12月13日
目標金額	1,250,000円
達成金額	1,262,000円
活動目的	<p>県道40号線沿いの白樺林は平成10年から平成16年にわたり白樺高原の名にふさわしい白樺林を造成するため町民が白樺を植樹し、その後20年、有志により下草刈りなどの整備が細々と進められてきました。私たちの調査では、白樺の寿命は長くとも60年で樹齢30年あたりから倒木等による管理費用が増え、計画的に植樹されない場合には、白樺林が減少していくことが分かりました。</p> <p>また、白樺は資源としての価値がこれまで評価されてこなかったため、維持管理は町の財源を使って行われてきました。当活動により、白樺の資源としての価値を付加し、自立した持続可能な活動による森林管理を行う環境整備を行っていきます。</p>
代表者メッセージ	<p>多くの皆様のご支援、応援をいただき、白樺林保全のクラウドファンディングは目標額125万円を上回る126万2,000円のご寄付を受けて達成しました。取り組みの趣旨に賛同し応援してくださった町内および全国の皆さんをはじめ、周知にご協力いただいた皆さんに心より感謝申し上げます。</p> <p>20年前にシラカバを植樹して大切に守り、育ててこられたみなさまの思いを受け継ぎ、後世に素晴らしい景観を残していけるよう取り組んでまいります。今後とも応援をよろしくお願いいたします。</p>

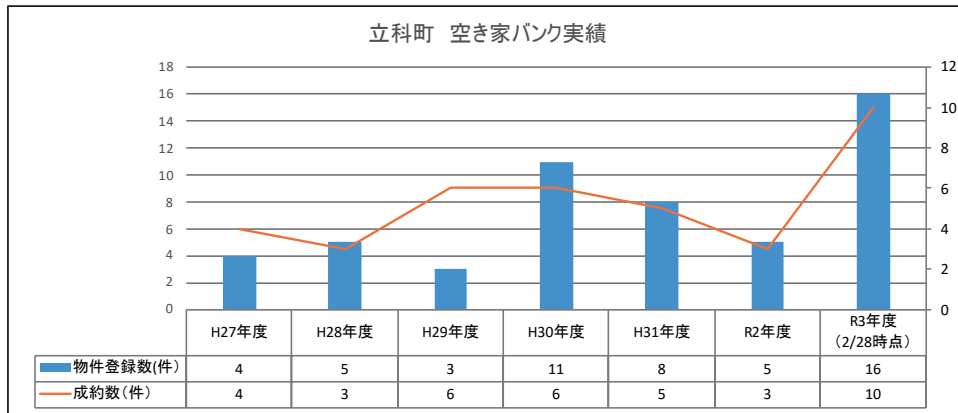


ガバメントクラウドファンディングとは

地域活性化または地域課題の解決のため、ふるさと納税制度を活用し寄附金の使い道をより具体的にプロジェクト化し、インターネットを通じて不特定多数の方から資金を調達する仕組みのことです。通常のふるさと納税では寄附金の用途が大きな枠組みで設定されるのに対し、ガバメントクラウドファンディングは事業内容が具体的で明確なため、寄附者の共感を得て寄附を行うこととなります。

【令和3年度空き家バンク実績報告】

今年度は、企画課と地域おこし協力隊永田さんが協力し、令和4年2月28日時点で物件登録数16件、成約数10件とどちらも過去最高の動きがありました。一方で、移住相談数は年間50～60組程度ありますので、まだまだ移住希望者に対して住居は不足している状況です。



平成30年4月 立科町空き家利用促進補助金を設置
 令和2年6月 地域おこし協力隊永田さん着任
 令和2年11月 「町かどオフィス」オープン

【空き家バンクに登録して、 資産の有効活用しませんか！】

引き続き、「売りたい・貸したい」希望の住宅がありましたら、企画課地域振興係、または「町かどオフィス」までご連絡をお願いします。



提出していただく住宅情報

住宅所有者の住所、氏名、電話番号、空き家の所在地等

流れ

申請

調査【町】

登録

再利用決定【資産の運用開始】

お問合せ 企画課 地域振興係 電話 88-7315 有線 2311 FAX 56-2310

成人男性の風しん抗体検査・ 第5期予防接種について

保健福祉係

次の対象者には、無料で抗体検査と予防接種を受けられるクーポン券を送ります。クーポン券の有効期限は令和7年3月31日までです。この機会にクーポン券を利用し抗体検査と予防接種を受けてください。

●対象者 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性
 ※既に実施済の人は対象になりません。

●実施場所 本事業に参加している全国の実施医療機関で受けることができます。

※健康診断や人間ドックで受けられる場合もありますので、詳しくは受診先にご確認ください。

※クーポン券を紛失した場合は、再発行の申請が必要になります。申請については町ホームページから申請書をダウンロードするか、保健福祉係（電話88-8407）へお問合せください。

地域おこし協力隊 奔走中、

地域振興係

移住定住・空き家担当
永田賢一郎です

新しい年度に入りだいぶ暖かくなってきましたね。昨年度は町かどオフィスの業務の他にも空き家活用促進などでいろいろと活動させていただきまして、おかげさまで空き家バンクの登録件数と成約件数も過去最高となりました（詳細は本誌40ページをご覧ください）。

昨年度は、町かどオフィスでの業務と並行して、蓼科ケーブルビジョンの「地域まるごと探検隊」という番組内で、移住希望者の声を町内の皆さんにお届けする「立科に住みたい!」というコーナーを作らせていただきました。今までは、県外からの移住希望者というのが実際どのような人なのか町内の皆さんが知る機会がなかったので、少しでも情報をお伝えすることで皆さんに安心してお家と希望者を繋ぐことができればと思います、始めた企画でした。



また蓼科高校で年間通して、空き家と移住、これからの暮らし方について考えてもらう授業を行いました。家の管理は所有者さんだけでなく、子どもさん、お孫さん世代がいずれ直面する課題です。若い人たちにこそ、今から考えて欲しいと思い、自分の家と立科町のことを考えてもらう授業をし、最後に「立科町に移住者を増やすにはどうしたらいいか」を役場職員や関係者の皆さん、テレビ局の取材なども入る中で発表してもらいました。

その他、ご案内にもなりますが、新たに空き家バンクのホームページも立ち上げまして、同時に空き家バンクのご案内のチラシも刷新しました。チラシはふるさと交流館「芦田宿」や町かどオフィスの他、立科町のセブンイレブン、コメリ、農ん喜村、菜いろいろ畑などにも置かせていただいておりますので、ぜひ見かけた皆さんは手にとってみてください。

「木造住宅」 無料耐震診断受付中

建設係

町では、住宅の耐震促進として、耐震性能を向上させるための補強工事を実施する予定の既存木造住宅に対し、無料耐震診断を実施しています。

この診断は国、県、町が費用を負担し、今後起こりうる大規模地震から大切な生命や財産を守るため、住宅に倒壊のおそれがないかどうかを診断するものです。

診断は、長野県で登録されている木造住宅耐震診断士がご自宅に伺い、建物内の構造を確認し地震に対する強度を算出します。

耐震診断の対象は次のすべてに該当する住宅に限ります。

- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅
- ②木造在来工法の住宅
- ③長屋および共同住宅以外の個人所有の住宅

耐震診断を希望する人は、役場建設係窓口へお申込みください。

- ※1 診断は建物の内側および外側から測定器を使用しておこないます。
- ※2 申込み者が多数の場合は、先着順とさせていただきます。
- ※3 診断の実施は令和5年度になります。
- ※4 原則として、診断を受け耐震補強工事の必要性があった場合、工事を行う事を前提とします。

この耐震診断制度を利用した人で、該当する住宅の耐震補強工事を行う場合は町の補助制度があります。（最大100万円）



詳しくは役場建設係（電話88-8409）へお問合せください。

お知らせ

INFORMATION

春山登山の遭難防止

INFORMATION

昨年、県内の春山では、52名が遭難し、11名が亡くなりました。

特に春山は気象の変化が激しく、急変すると、真冬並みの吹雪になることもあります。

天候の変化により、低体温症で行動できなくなったり、視界不良により道に迷うなどの危険があります。

入山前には気象情報を確認し、天候の判断を誤らないようにしましょう。

長野県立歴史館 2022年所蔵品展

INFORMATION

「至宝の名品」学芸員の「イチオシ考古資料編」

イチオシ考古資料編

長野県立歴史館では、令和3年（2021年）から収蔵資料を公開する春季所蔵品展を始めました。今回の展示では、土器、石器、木器といった考古資料に焦点を当て、重要文化財や長野県宝を含む逸品を、学芸員のイチオシポイントとともに紹介します。

※主な展示品

- ・塩尻市吉田川西遺跡出土「緑釉陶器」（平安時代、重要文化財）
- ・千曲市社宮司遺跡出土「木造六角宝幢」（平安時代、長野県宝）

- ・上田市陣馬塚古墳出土「銀象嵌大刀」（古墳時代）

※長野県埋蔵文化財センター速報展「掘るしん2022」も同時開催。

会期 6月12日（日）まで

会場 長野県立歴史館 企画展示室

料金 一般300円 大学生150円

高校生以下無料

お問合せ

長野県立歴史館 総合情報課

電話 026-274-3991

農作業は安全に！

INFORMATION

長野県では、農繁期である令和4年5月1日（日）から5月31日（火）まで、農業安全に対する意識を高め、農作業事故防止の徹底を目的とした「春の農作業安全運動月間」を実施します。

近年県内では、農作業中の死亡事故が毎年10件以上発生しています。

年齢別では高齢者が多く、特にトラクターや乗用型草刈機による事故が多く発生しています。

家族や仲間同士で互いに声を掛け合い、安全に農作業を行いましょ。

【トラクターによる事故防止の注意点】

- ・乗用型トラクターに乗る時は、シートベルト・ヘルメットを着用しましょう。
- ・走行中の転倒、転落に注意しましょう。（直角カーブ・鋭角カーブ・坂道走行・狭い道幅・草むらではスピードを抑える）
- ・走行型トラクターは、後退時に後方を注意しましょう。

【乗用型草刈機による事故防止の注意点】

- ・作業前に障害物（ワイヤー等）や作業の支障になる枝などがなければ確認しましょう。
- ・作業を行う際は傾斜が緩やかな道を走行しましょう。
- ・斜面で作業する場合は機械のバランスに十分注意し、少しでも危険を感じたら、作業を中止しましょう。

お問合せ

県庁 農村振興課

電話 026-235-7242

「信州プレミアム食事券」を販売中

INFORMATION

県では、適切な感染防止対策を行っている飲食店で利用できる「信州プレミアム食事券」を追加販売しています。郵便局などで、1万2千円分の食事券を1万円で購入いただけます。販売は6月30日まで、利用期間は7月31日までです。

購入方法など詳しくは「信州プレミアム食事券」で検索。

お問合せ

信州プレミアム食事券キャンペーン事務局

電話 026-291-6266

奨学金のご案内

INFORMATION

県の高校生等を対象にした奨学金制度のご案内です。

奨学金の貸与月額は公立高校が18,000円、私立高校が30,000円。他に遠距離通学費に対する貸与があります。

新型コロナウイルスの影響で収入が著しく減少した人もご利用いただけます。

募集は4月から12月まで。

お申込みは、学校を通じて行いますので、在学する高等学校等へ相談してください。

春の山火事を予防しましょう

INFORMATION

空気が乾燥し風が強くなる春は、山火事が多い季節です。

山火事の被害を防ぐため、次の点に注意してください。

- ・枯草など燃えやすいものがある場所では焚火を行わないでください。
- ・火を扱うときはその場を離れず、使用後は消火を確認してください。
- ・火災を見つけたら直ちに119番通報をお願いします





児童手当等の手続きは

保健福祉係

マイナンバーカードを使ったぴったりサービスをご利用ください

平成30年から国が運営する「ぴったりサービス（マイナポータル）の電子申請機能」を活用して、電子申請による受付を開始しています。

認定請求や氏名、住所変更等の届出がスマートフォンやパソコンなどを利用して、いつでも、どこでも行うことができます。

詳しくは、ホームページをご覧ください。なお、窓口の申請も従来どおり受付しています。



マイナポータル
ぴったりサービス



ながの電子申請
サービス

新型コロナウイルスワクチン

追加接種（3回目接種）のお知らせ

保健福祉係

新型コロナウイルス感染症は、依然として感染が収まらない状況が続いています。追加接種（3回目）がお済みでない人はご検討ください。

追加接種のメリット ・追加接種で大幅に抗体価が上昇したとの報告があります。
・感染予防効果、重症化予防効果が高くなったとの報告があります。

2回目接種日から6か月経過した人が接種できます（※令和4年3月現在、18才以上の人が対象。4月以降対象年齢を拡大する予定です）。ワクチン接種を希望する場合は、事前予約をお願いします。

また、次の日程で、立科町老人福祉センターと長野県立武道館で、集団接種を行いますので、ご利用ください。

立科町老人福祉センター	4月 2日(土)、9日(土)、16日(土)、24日(日)
長野県立武道館	4月23日(土)、24日(日)

ワクチン接種に関する予約・お問合せ先

町コールセンター 電話 0570-055-895（平日のみ午前8時30分～午後5時15分）

詳しい内容は、お送りしているパンフレットまたは町のHPをご確認ください。

令和4年度

「サンスポート佐久スポーツクラブ」開催のご案内

保健福祉係

障がいがあってもその程度や特性に応じて様々なスポーツを行うことができます。各種障がい者スポーツの体験をしたり、自由に自分のペースで運動したり、楽しく身体を動かしませんか？スポーツを通じた仲間作りをしたい、余暇活動の一つとして楽しみたいなどそれぞれの目的に応じたスポーツの場を提供します。体育館でスタッフと一緒にスポーツを行うので一人でもご参加いただけます。

会場	日程	
立科町体育センター	①5月29日(日)	④11月27日(日)
	②7月3日(日)	⑤令和5年1月14日(土)
	③9月17日(土)	⑥令和5年3月4日(土)




- 対象者 ・障がいのある人および介助者・ご家族・友人など
・障がい者スポーツの体験をしてみたい皆さん
- 時間 午後1時30分から3時30分
- 参加方法 新型コロナウイルス感染症対策のため事前申込み制となっています。
参加希望者は、次の連絡先にお問合せください。
- 参加費 無料
- その他 スポーツ傷害保険等は参加者が各自で加入してください。
- お問合せ 障がいスポーツ支援センター佐久「サンスポート佐久」
電話0267-82-6781

国民年金のお知らせ

住民係

こんなときは必ず届出を！

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の全ての人（厚生・共済年金加入者を除く）を対象とし、老後や障がいになったときに給付を行うなど、その生活を皆で支えあう制度です。

こんなとき	届出に必要なもの	届出先
会社を退職したとき (扶養している配偶者の届出も忘れずに)	●年金手帳 ●資格喪失日の証明書	役場 町民課 住民係 
第3号被保険者が配偶者の扶養からはずれたとき	●年金手帳 ●資格喪失日の証明書	
20歳になったとき	●日本年金機構から送付される『国民年金被保険者資格取得届書』	
学生で収入が少ないとき (学生納付特例の申請)	●学生証の写しまたは在学証明書	
所得の減少により保険料の減免等を受けたいとき	●離職等により、雇用保険受給資格者証、または雇用保険被保険者離職票があれば、その写し	
年金手帳を紛失したとき		
結婚・退職等により配偶者の扶養になるとき		配偶者の勤務先
配偶者が会社を変わったとき (扶養になっている場合)		配偶者の新しい勤務先

国民年金保険料納付のご案内

令和4年4月分から令和5年3月分までの国民年金保険料は月額「16,590円」です。保険料の納付は便利でお得な口座振替・前納がおすすめです。

●お問合せ 町民課 住民係 電話88-8404

防犯はみんなの力で町ぐるみ 「振り込め詐欺に注意しましょう！」

防犯組合

家族を大切にしている気持ちを利用した「オレオレ詐欺」は、高齢者をねらう悪質で卑劣な犯罪として依然として後を絶たない状況です。佐久警察署管内でも2件で423万円(R3)の被害が発生しています。

特に、自宅の固定電話を連絡手段とした特殊詐欺は件数全体の約8割を占めています。税務署や自治体名等を名乗り、税金や保険金等の過払い分を還付するのでATMに行くように指示し、ATMを操作させてお金を振り込ませる還付金詐欺が依然として高い水準で被害が発生しています。

振り込め詐欺等の手口に巻き込まれることのないよう、次の点に注意しましょう。

○特殊詐欺被害防止対策

「犯人からの電話を受けない」～犯人からの電話を受けない(かけない)ために～

- 自宅固定電話への通話録音装置の取付け、または常時留守番電話設定や非通知拒否設定を活用し、メッセージを残さない人からの電話に出ない。
- サイトの未納料金請求や「裁判になる」などと記載されたメールが届いたり、パソコンに「ウイルス感染した」などと表示されたりしても、無視して記載の連絡先には電話をかけない。

「電話を受けてもだまされない」～万が一、犯人からの電話を受けてもだまされないために～

- 電話でお金の話が出たら、詐欺を疑い、家族や警察に相談する。
- 現金やキャッシュカードを要求されても渡さない、送らない。

「だまされても周囲が阻止する」～だまされた人がいても周囲で被害を食い止めるために～

- 家族や知人等でお互いに声を掛け合う。
- 金融機関、コンビニエンスストア、宅配業者または公共交通機関等の職員による声掛けによって被害を阻止する。

引用：長野県警察本部ホームページ「ピィじいさんとサギ」

皆様のご来館を
お待ちしております

4月 行事予定 立科町児童館 こども未来館情報

教育委員会

※都合により内容等を変更する場合があります。詳しくは毎月発行しております「ながよし広場だより」(未就園児向け)、「じどうかんだより」(小学生向け)、立科町公式ホームページをご覧ください。

ながよし広場

★対象：就園前の子どもさんと保護者
★時間：午前10時30分～

14日(休) 親子運動遊び
15日(金) ちびっこ広場
22日(金) ちびっこ広場
25日(月) 音あそび広場

ながよし広場は、運動遊びや音楽遊び、製作や季節の行事など、いろいろな体験を楽しみながら親子で交流できる場です。広場のない日でも、平日と土曜日に開館していますので、遊びに来てください♪
日曜日は子育て支援センターとして開館していますのでご利用ください。



〈ちびっこ広場〉



〈リトミック広場〉



〈親子運動遊び〉

・4月5日(火)まで、小学生が春休みため、平日の乳幼児利用は中止させていただきます。

こども未来館 / 電話 56-0248 有線 8888



白樺高原 便り

白樺高原花便り

女神湖では、4月に入ると春の訪れをつけるザゼンソウが咲き始めます。

ザゼンソウは、開花する際に発熱(25℃まで上昇)が起こるため、周りの雪を溶かして春一番に顔を出します。女神湖畔では遊歩道からゆっくり眺めることができ、4月下旬頃まで楽しむことができます。



また、ザゼンソウと入れ替わりにミズバショウが咲き始めます。可憐なその真っ白な花はとても人気があります。見頃は5月中旬頃までです。

「広報たてしな」に **広告** を出しませんか？

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ので、是非ご活用ください。

4分の1 ページに 5,000円 / 1回で掲載ができます。

お問合せ先 企画課 企画情報係 まで

たてしな保育園の 子どもたち



あひる組

「おには～そと～！」 「ふくは～うち～！」
笑顔いっぱい春になりますように！！



ひよこ1組

手形で花束作ったよ。年長さん、卒園おめでとう！！



ひよこ2組

お花紙を丸めて「おひなさま」を作ったよ♡
みてみて！かわいいでしょ？



年少組

みんなで「おひなさま」を作りました。個性があつてかわいらしいのが
できました。みんなすくすく育てね！



年中組

みんなで協力して雪だるまを作ったよ！



みんなとハンターごっこでたくさん体を動かして遊んでいるよ！



年長組

小学校の前で写真を撮ったよ！早く1年生になりたいなあ～♪



株式会社信濃公害研究所様から寄附金をいただきました

株式会社信濃公害研究所様から6万円のご寄附をいただき、2月21日贈呈式が行われました。

八十二銀行の地方創生・SDGs応援私募債（銀行と発行企業による地域の人材育成支援・地域活力の創造支援の取組み）によるもので、町では寄附金を教育振興（学校の備品購入）に活用させていただきます。ありがとうございます。



小学校で国際交流授業を行いました

町は、2020東京オリンピックに出場したウガンダ共和国のホストタウンとして活動を行ってきました。

このうち、さまざまな交流や授業を通じウガンダに対する理解を深めてきた立科小学校6年2組の児童が、学習成果の発表とさらなる理解を深める機会として、国際交流授業を行いました。

2月22日(火)は、上田市在住のカルレ・デオグラシアスさんをお迎えし、ウガンダの生活や日本との違いなどさまざまな情報について英語を交えて楽しく紹介していただきました。

24日(木)は、ウガンダ国内のセント・ジョンボスコ カテンデ小学校の5年生とウェブ会議システムを使って交流しました。

立科小からは季節の文化を紹介し、カテンデ小学校からは食文化の紹介がありました。質問時間では、好きな教科やスポーツ、遊びなど子どもたちの身近なことに関して情報交換しました。



4月町民カレンダー

行事予定		保 健
2 土	立科町消防団新幹部・新入団員任命式	
3 日	スポーツ少年団開講式	
4 月	たてしな保育園入園式	
6 水	春の全国交通安全運動（～15日） 立科小学校入学式・立科中学校入学式	
7 木	蓼科高校入学式	マンモグラフィ検診予約開始
13 水		赤ちゃん相談室
14 木		まちの保健室（要予約）
20 水		結核検診（～22日）
26 火		子育て相談（要予約）
27 水		親子にここ教室（要予約）

各種相談日

- **結婚相談**
4月8日(金)
午後1時30分～3時30分
場所：老人福祉センター
☎立科町社会福祉協議会 電話56-1825
- **無料法律相談**
4月22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：宗宮英俊弁護士
浦野喜芳心配ごと相談員
☎立科町社会福祉協議会 電話56-1825

※新型コロナウイルス感染症の状況により予定を変更する場合があります。

4月の納税

- 固定資産税（第1期）
- 介護保険料：普通徴収（第1期）



連絡先

立科町役場 電話 0267-56-2311(代表) 有線 2311
FAX 0267-56-2310

	電話	有線
蓼科出張所(女神湖体育館)	0267-55-6201	
中央公民館(事務室)	0267-88-8417	4000
たてしな保育園	0267-56-0022	2100
こども未来館(児童館)	0267-56-0248	8888
老人福祉センター	0267-56-1825	4091
立科温泉 権現の湯	0267-56-0606	4126

町のデータ2月 2月1日～2月28日の状況

人口 3月1日現在(2月28日届出まで) ()内は前月比

人口	6,953 (-7)	出生	5
男	3,463 (-4)	死亡	10
女	3,490 (-3)	転入	9
世帯数	2,878 (-2)	転出	11

※12月分から日本人と外国人の合計値に変わりました

気 象		今 年	平 年 値
気 温	平 均	-2.5℃	-1.2℃
	最高極日	9.4℃/28日	19.4℃/R3
	最低極日	-14.7℃/25日	-20.7℃/S56
降 水 量		34mm	35.9mm
降水量(1月～)		41.0mm	69.6mm
日 照 時 間		185.1時間	182.3時間

※平年値は、2021年5月19日に更新されています。
※日照時間は、2021年3月2日以降推計値に変更されました。単純に比較することはできませんのでご注意ください。

救急	出動件数		年間累計		火災	発生件数		年間累計	
	1	2	1	2		1	2	1	2
交通事故	1	4			建物火災	0	0		
その他	37	72			その他	0	1		
合計	38	76			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)

3 日	関医院	小諸市	0267-22-2205
	小諸病院	小諸市	0267-22-0250
	佐久心臓血圧クリニック	佐久市岩村田	0267-67-0022
10 月	松永歯科医院	小諸市	0267-23-8488
	岩下医院	立科町	0267-56-3908
	東小諸クリニック	小諸市	0267-25-8104
	佐々木医院	小諸市	0267-22-0503
17 日	三木クリニック	佐久市岩村田	0267-77-7376
	浅川歯科医院	小諸市	0267-23-4050
	武重医院	小諸市	0267-22-0171
24 月	桜井クリニック	小諸市	0267-26-1188
	関口内科クリニック	佐久市中込	0267-63-5100
	木村歯科	小諸市	0267-23-1515
	柳澤医院	立科町	0267-56-1045
29 日	甘利医院わだ	小諸市	0267-26-5500
	わかば内科クリニック	佐久市中込	0267-67-6655
	おおくま歯科	軽井沢	0267-46-2525
	須江医院	小諸市	0267-22-2060
宮澤歯科医院	鳥山クリニック	小諸市	0267-26-0308
	しのはら消化器内科クリニック	佐久市	0267-63-1107
	宮澤歯科医院	佐久市望月	0267-53-2515

緊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、新聞または当番医に直接確認のうえ、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**

