

広報 人と自然が輝くまち  
たてしな

3  
2023[令和5年]  
No.589

Tateshina Town Public Relations



「たてしなび」利用者説明会の様子



立科町マスコットキャラクター  
「しいなちゃん」

Index

- 『ライフビジョン』で「たてしなび」をご利用ください … p2
- 立科町奨学金返還支援助成金 …………… p3
- 新たな国民病「CKD(慢性腎臓病)」 …………… p8
- 各種検診申し込みの受付を行います …………… p9
- 転入・転出などの届出は忘れずに! …………… p11
- 第68回 愛川町一周駅伝競走大会 …………… p19

# スマートフォンアプリ『ライフビジョン』で「たてしなび」をご利用ください!

立科町行政情報配信システム通称「たてしなび」が、3月1日からスマートフォンアプリ「ライフビジョン」で利用できるようになりました。

2月に配布(貸与)を開始したタブレット版「たてしなび」と同様に、お持ちのスマートフォンでも町からのお知らせを受け取ることができますので、ぜひダウンロードをお願いします。  
※ご利用いただくためには、下記の手順でご自身のスマートフォンにアプリのインストールおよびログインを行ってください。



## スマートフォンアプリ『ライフビジョン』のダウンロードおよび「たてしなび」のログイン方法

1 下記QRコードを読み取り、またはアプリ「ライフビジョン」と検索してください。

iOSスマホ▼



Androidスマホ▼



※iOS端末は「App Store」から、Android端末は「Google Play ストア」で「ライフビジョン」と検索し、ダウンロードすることも可能です。

2 アプリをインストール(入手)してください。

iPhoneのAppStore画面



AndroidのGooglePlay画面



3 インストール完了後、スマートフォンのホーム画面に右記のアイコンが表示されます。アイコンをタップして、アプリを起動してください。



4 地域を選択してログイン

「地域を選択してログイン」をタップ



お住まいの「郵便番号」を入力し「検索」をタップ



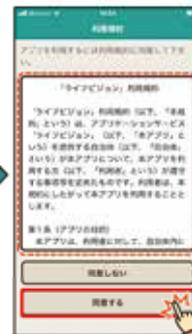
地域を確認「次へ」をタップ



受信を希望する地域を選択して「決定」をタップ



利用規約を確認して「同意する」をタップ



ホーム画面が表示されます



# 西塩沢三葉団地の分譲について

企画情報係

町の移住定住施策として三葉保育園跡地において造成工事を進めていました「西塩沢三葉団地」について、造成工事は終了し、測量等を進めています。

区画数は8区画、一区画の平均面積は100坪程度で販売開始予定です。

宅地の販売価格や一次募集等の販売に係ることについては、今後随時お知らせしていきますが、興味のある方は、是非お問合せください。



## 立科町奨学金返還支援助成金をご活用ください

地域振興係

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人に対して、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住民登録をしている方
- ・大学等の在学期間中に以下の奨学金を借りた方
- ・転勤等により一時的に町内に住民登録した人でない方
- ・奨学金の返還に際し、ほかの地方公共団体からの助成を受けていない方
- ・町税等の滞納がない方

※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）
- ・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)

### 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

### お問合せ先

- ・立科町役場企画課地域振興係 電話：88-7315

詳細はこちら



## 2022年中の交通事故状況がまとまりましたのでお知らせします。

### 1. 長野県下の状況

区分	2022年	2021年	増減数
件数	4,752件	4,772件	△20件
死者数	46名	45名	1名
負傷者数	5,611名	5,696名	△85名

ドライバーの皆さんは慣れた道でも十分な安全確認、信号機の遵守、歩行者への思いやりを忘れずに、また歩行者の皆さんも十分な注意をお願いします。

そして、運転中は前方注視が最も基本です。脇見や考え事などは警戒心が希薄になり大変危険です。相手の動きをしっかりと確認するとともに、見えない危険に対しても、常に警戒心を高めて運転をしましょう。

### 2. 佐久署管轄区域内の状況

(佐久市・御代田町・立科町・小海町・佐久穂町・川上村・南牧村・北相木村・南相木村)

区分	2022年	2021年	増減数
件数	317件	298件	19件
死者数	6名	2名	4名
負傷者数	376名	376名	0名

### 3. 立科町の状況

区分	2022年	2021年	増減数
件数	12件	15件	△3件
死者数	0名	0名	0名
負傷者数	16名	20名	△4名



## もしも! のときのために

## 「東北信市町村交通災害共済」に加入しましょう。

- 共済期間 2023年4月1日から2024年3月31日まで
- 共済掛金 1人 400円 (年額)
- 共済見舞金 死亡見舞金 200万円  
入・通院見舞金 最高40万円(基礎見舞金を含む)



自動車や自転車等の運行中における交通事故(接触、衝突、転落等)によりケガをした場合に対象となり、共済見舞金(基礎見舞金及び入院または通院日数に応じた見舞金)が支払われます。

※入院、通院、基礎見舞金は2日目から対象となります。

2月～3月に各地区の交通安全推進指導員を通じ、2023年度分の加入のご案内をします。詳しくはその際の資料をご覧ください。

18歳以下(2005年4月2日以降にお生まれの方)、身体障害者手帳1級及び2級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は公費(町で負担)加入となります。

# 「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

川西消防署  
立科町消防団

2022年度 全国統一防火標語

## 令和4年 川西消防署管内 火災統計(令和4年1月から12月)

	建物	林野	車両	その他	合計
佐久市	2	0	0	3	5
立科町	1	0	0	4	5
合計	3	0	0	7	10

※その他火災は田畑や空地等で発生した、たき火などによるものです。

●佐久広域連合消防本部における火災件数 106件



## 春の火災予防運動について

3月1日(水)から3月7日(火)まで、春の火災予防運動が全国で一斉に実施されます。

春先は、空気が乾燥し、風が強い傾向にあります。そんな中で、田畑の作業の始まる時期に伴い、土手焼きや、冬季に処理できずにいた、落ち葉や枯れ枝等の焼却が多く見受けられます。春先の火災では、実際に土手焼きの火が燃え広がったり、飛火により山林等が燃える火災が多発しています。

## たき火等をする時の注意事項

### 風の強い日には行わない！



飛び火や延焼拡大に繋がりが大変危険です！  
また、風が強くなってきたら直ちに中止し、消火するようにしましょう。

### 一度に大量の物を燃やさない！



大規模なたき火をすると、広範囲に燃え広がり、火災になりやすくなります。  
また、小規模でも一度に数箇所なたき火は危険です。  
少しずつ行うようにしましょう。

### 消火の準備をする！



消火器具（水のほか、スコップなど）を準備し、火が消えるまで決して離れないで下さい。

### 火の粉の飛散防止！



火の粉が飛ばないように少しずつ燃やし、着衣着火や、やけど等に注意しましょう。

### 可燃物の近くで行わない！



落ち葉や新聞紙など燃えやすい物の近くでは、周りに燃え広がる可能性があります。あり危険です。

※風俗習慣の行事などによる、たき火等の火災予防条例第50条で火災と間違えるような煙または、火災が発生する恐れのある場合は消防署に届出することになっています。(電話連絡可)

ご不明な点は川西消防署までお問い合わせください。

【お問合せ】川西消防署 電話0267-53-0119

# 国民年金保険料 学生納付特例制度のご案内

住民係

国民年金は、20歳以上であれば、学生も加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「**学生納付特例制度**」があります。

対象となる人は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限1年以上である課程)に在学する学生等で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

**【所得のめやす】 118万円+{扶養親族等の数×38万円}**

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合は、4月始めに再申請の用紙が届きます。

引き続き、学生納付特例制度の申請をご希望の場合は、必要事項を記入の上、ご返送ください。

**必要な添付書類：学生等であること、または学生等であったことを証明する書類**

※在学期間がわかる在学証明書(原本)または学生証(裏面に有効期限・学年・入学年月日等の記載がある場合は裏面も含む)の写しを添付してください。

## 町議会3月定例会のお知らせ

議会事務局



3月定例会日程(予定)

- 3月2日(木) 本会議(提案説明)
- 3日(金) 本会議(提案説明)
- 6日(月) 本会議(議案質疑・委員会付託)
- 7日(火) 本会議(一般質問)
- 8日(水) 本会議(一般質問)
- 9日(木) 社会文教建設常任委員会
- 10日(金) 総務経済常任委員会
- 13日(月) 予算特別委員会
- 14日(火) 予算特別委員会
- 16日(木) 本会議(委員長報告・討論・採決)

議会傍聴の際は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスク着用等にご協力をお願いします。

### 町長コラム 39



両角 正芳

昨年でありました。昨日の朝は、放射冷却現象によって記録的な低温となったとのことではあります。異常気象への対策が待たれる昨今であります。

今年も年明け以降、暖かい日もありますが、全体的に低温傾向かと思えます。こうした中、1月24日には強い寒気が流れ込み県北部を中心に大雪となり、県内各高速道路や国道18・19号、国道254号の一部区間が全面通行止となりました。県内では、高速道と国道が事前の同時通行止は初めての出来事でした。また、翌日の25日も強い寒波の影響が続き、県内30観測地点のうち、飯田市南信濃を除く29観測地点で最高気温が0度未満の真冬日となりました。長野地方気象台は県内全域に低温注意報を発令し、水道管凍結などに注意を呼びかけました。県内各地の25日の最高気温は、上田市菅平が氷点下12・5度、軽井沢が同8・1度、長野が同4・6度、松本が同2・7度など。軽井沢で最高気温が氷点下8度台だったのは、1936年以来、87年ぶりとのことでもあります。

特筆すべきは、当町の25日の最低気温が氷点下18・6度で、全国第7位でありました。全国第1位が菅平の氷点下27度でありましたが、立科町が県下二番目で、全国第11位の野辺山(氷点下18・3度)、同12位の開田高原(氷点下17・5度)より最低気温が低いという驚きの結果でありました。当日の朝は、放射冷却現象によって記録的な低温となったとのことではあります。異常気象への対策が待たれる昨今であります。

# 犬・猫は正しく飼いましょう！

飼い主は、「命あるもの」である動物の愛護と管理に責任を持ち、動物が人を傷つけたり、迷惑をかけないように注意しましょう。

## 犬の飼い主さん

○犬は**つなぐか檻の中で飼**い、散歩のときは**必ずリードを付け**ましょう

放し飼いは、人に噛みついたり、交通事故等の原因となり、相手にケガをさせる恐れがあります。

○飼犬登録し、**狂犬病予防注射を必ず毎年受け**ましょう

役場での飼犬登録と年1回の狂犬病予防注射が法律で義務付けられています。

○鑑札・済票は**必ず首輪に付け**ましょう

鑑札・済票は必ず首輪に付けて飼い主が特定できるようにしてください。

○散歩のときの**フンは必ず持ち帰**りましょう

犬のフンを片付けることは、飼い主にとって**最低限のマナー**です。必ず持ち帰って処分しましょう。



## 猫の飼い主さん

○猫は**完全屋内飼育**に努めましょう

屋外での飼育は、他人の敷地内でフン尿をしたり、近隣住民に迷惑をかける恐れがあります。

また、交通事故や野良猫からの感染症などの危険もあります。

○野良猫への**エサやりはやめ**ましょう

「かわいい」や「かわいそう」という理由でエサを与えることによって、さらに野良猫を増加させる原因となります。

エサを与える場合は、飼い主として責任もって飼育しましょう。



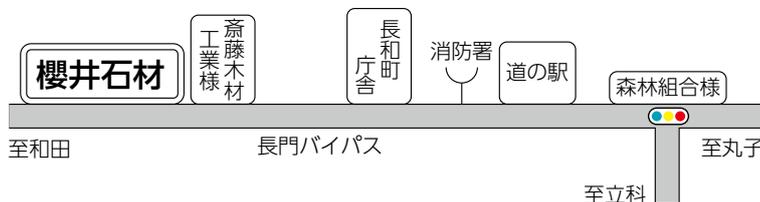
※飼い主さんは、犬・猫のその命が終えるまで飼う責任があります。最後まで責任を持って飼いましょう。

【お問合せ】 建設環境課 生活環境係 電話88-8411 有線2311

## 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. 戒名や法名は、いつ頃までに墓誌に刻めばいいの？

A. 「この日までに」という決まりはありません。ご家族・関係者で相談して決めてください。一般的には、四十九日・百カ日・一周忌等の法要やお盆、お彼岸等にあわせて刻まれることが多いです。



墓石・戒名彫り・墓石クリーニング・石工事全般

**櫻井石材有限公司**

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/>



保  
健  
ニ  
ュ  
ー  
スシークーディー  
「CKD（慢性腎臓病）」を知っていますか

## CKDとは

CKD（慢性腎臓病）は一つの病気を表す病名ではなく、腎臓の機能が慢性的に低下している状態を指します。日本の慢性腎臓病罹患率は8人に1人であり、新たな国民病といわれています。

## CKDは自覚症状がない

自覚症状がないため、放置してしまうと徐々に腎臓の機能が悪くなり、むくみや貧血が進み、さらに進行すると透析が必要になります。また、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患の重大な危険因子です。

## 早期発見のために、健診を受けましょう！

早期発見の為に、健診を受けることが大切です。CKDは健診の尿検査（尿たんぱく）や血液検査（クレアチニン・eGFR）で発見することができます。健診結果に異常が見つかったら、自覚症状がなくても必ず医療機関へ相談しましょう。



## 腎臓に負担をかけない生活習慣

肥満や高血圧、喫煙、糖尿病などの生活習慣病は、CKDの原因の一つとなります。

- ① **減塩** …………… 食品本来の味を活かした食事・漬物や汁物の取りすぎに注意
- ② **適正飲酒** ……… ビールだと1日500mlまでが適量
- ③ **体重管理** ……… 食べ過ぎや運動不足の改善
- ④ **禁煙** …………… タバコはCKDの発症と進行に関わる危険因子です。

- 減塩や野菜を積極的に食べるなど、健康に気をつけた食事を心がける
- 禁煙する
- 節度ある適度な飲酒（週に2日休肝日をつくる）
- 家族や仲間を誘ってからだを動かす
- 健康診断やがん検診、歯科検診を定期的に受ける
- 十分な休息、睡眠時間を確保する

## 大人が見直したい生活習慣

- からだをたくさん動かして遊ぶ
- 早寝、早起きをする
- 朝ごはんをしっかり食べる
- 排便を済ませてから登校、登園する
- テレビやパソコン、スマホなどを見る時間を制限する



## 子どもが見直したい生活習慣

新年度、新学期がもうすぐ始まります。新しい職場や進級・進学などで生活環境が大きく変わる人も多いのではないのでしょうか？  
心もからだも元気に過ごせるように、家族で、職場で日ごろの生活習慣を見直してみましょ。

新たな気持ちで  
新学期を迎えようみんなで  
食育

# 令和5年度各種検診申し込みの受付を行います!

「検診申込書」の提出は令和5年3月27日(月)まで

保健福祉係

3月中に各世帯に配布する「検診申込書」を同封の封筒で返送するか、または、スマホ・パソコンからお申し込みください。

スマホ・パソコンからでも申し込みができます。

検診の申し込みがない場合は「検診申込書」の提出は不要です。

提出は、役場または蓼科出張所(女神湖体育館)窓口も可能です。



ながの電子申請サービス

## 令和5年度に立科町が実施する検診

会場の記載がない検診は、老人福祉センターで実施。

※印は、受診間隔が2年に1度の検診。奇数年齢でも電話申込みにて受診が可能。

「検診申込書」で申込む検診 (スマホ申込できます)		対象者	料 金
特定健診 血液検査等 (基準該当者は 心電図、眼底検査)	集団健診 (老人福祉センター・女神湖体育館)	30～39歳と75歳以上	無料
	町内個別 (町内医院)	40～74歳で国保加入者	
	町外個別 (県内契約医療機関)	40～74歳で国保加入者	
大腸がん検診 (便潜血検査)		40歳以上	500円
前立腺がん検診 (血液検査)		50歳以上男性	500円
肺がんCT検診		40歳以上	2,000円
婦人科検診 (子宮頸部細胞診)		20歳以上女性で偶数年齢※	1,000円
電話で申込む検診	マンモグラフィ検診 (予約4/10～)	40歳以上女性で偶数年齢※	1,500円
	乳房超音波検診 (予約7/10～)	30～39歳女性	1,000円
	胃検診(バリウム) (予約6/1～)	50歳以上で偶数年齢※	1,000円
申込み不要の検診	結核検診 (地区巡回レントゲン)	65歳以上	無料
	肝炎検診 (血液検査)	40歳以上未受診者	500円

## 高齢者肺炎球菌予防接種はお済みですか?

保健福祉係

令和4年度の高齢者肺炎球菌予防接種は、**令和5年3月31日**で終了します。

今年度の対象者で接種を希望する人は、あらかじめ医療機関へ予約のうえ受診してください。

※過去に接種したことがある人は対象外です。過去に接種歴があり今年度予診票が届いている場合は、事前に保健福祉係までご連絡ください。

- 接種回数：1回
- 料 金：2,000円(生活保護世帯は無料)
- 実施医療機関：柳澤医院、岩下医院または長野県内の契約医療機関
- 持ち物：予診票、接種済証(令和4年4月に発送済みです)

年 齢	令和4年度の対象者
65歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生
70歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生
75歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生
80歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生
85歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生
90歳	昭和 7年4月2日～昭和 8年4月1日生
95歳	昭和 2年4月2日～昭和 3年4月1日生
100歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日生

## 不育症治療費助成事業のご案内

保健福祉係

妊娠しても流産や死産を繰り返し、出産に至らない「不育症」。  
町では、不育症に悩む夫婦の経済的負担を軽減することを目的に、不育症治療費助成事業を開始します。

- 対象者** 次のすべての要件を満たす人
  - ・治療終了日において夫婦の双方が立科町に住所を有している
  - ・町納入金の滞納がない
  - ・長野県不育症治療支援事業の助成の決定を受けている
- 申請期限** 県助成金の交付決定日(R4年4月1日～適応)から1年以内
- 申請方法** 申請書に次の書類を添付して提出してください。
  - ・長野県不育症治療支援事業受診等証明書の写し
  - ・長野県不育症治療支援事業助成決定通知書の写し
  - ・治療にかかる領収書申請書は役場窓口、または立科町ホームページからダウンロードできます。申請は郵送でも受け付けます。
- 助成額** 長野県不育症治療支援事業の助成対象となる費用から県助成金を差し引いた額の7/10(1回当たり20万円を上限)
- 担当窓口・送付先** 町民課保健福祉係 電話88-8407

## 「支え合い自ら輝く地域づくり」を目指して

高齢者支援係

### ～豊かな第二の人生をスタートするために～

人生100年時代、長くなった第二の人生をどのようにして、生き生きと自分らしく過ごせるかが課題となっています。60歳代に定年を迎え、第二の人生を考えたとき、様々なかたちで社会と関わりを持ち続けることが重要です。そんな時、自分は何ができるのか、手始めに何をすれば良いのか迷うこともあるかもしれません。

#### <活動のヒントとしての高齢者の学びの場>

高齢者支援係では「認知症サポーター養成講座」

「一般介護予防講座」

長野県では「シニア大学」があります。



高齢期になっても、「学ぶ」ことは大切です。

これからの第二の人生のために、新しい「学び」にチャレンジしてみませんか。

## こちら 地域包括支援センターです!

高齢者支援係

### 「あんしんコール」を利用してみませんか?

あんしんコールとは、一人暮らしの高齢者の人へ「お変わりありませんか?」と電話をかけ安否確認をするサービスです。たてしなふれ愛園の利用者さんが定期的に登録されたお宅に電話します。「一人暮らしで不安。」「話をする人がなくて寂しい。」「離れて暮らして心配。」ということがありましたら「あんしんコール」を利用してみてはいかがでしょうか?

対象者：町内に住む概ね65歳以上の一人暮らしの人  
利用頻度：基本は平日週1～2回、  
希望により週5回(平日のみ)  
※午前9時～午後3時でご希望の時間に電話をかけます。



【問合せ・申込み先】 たてしなふれ愛園 電話56-3721 有線4321

## 引っ越しシーズン到来

住民係

# 転入・転出などの届出は忘れずに!

3月、4月は入学・就職の季節です。立科町に転入したとき、町外へ転出するとき等、住所に変更が生じたときは、すみやかに届出してください。

届出者は原則として異動者本人ですが、世帯主が代わりに届出することもできます。世帯主でない代理人が届出する場合、異動者本人からの委任状が必要です。手続きの際、**窓口に来られた人の本人確認**を行っています。**運転免許証、マイナンバーカード、パスポート等をご提示ください。**

なお、正当な理由がなく、14日以内に届出をしない場合、科料に処されることがありますのでご注意ください。

種類		届出期間	届出に必要なもの
転入届	町内に住所を移した時	転入してから 14日以内	<ul style="list-style-type: none"> <li>・転出証明書（前住所地で発行されたもの）</li> <li>・マイナンバーカード（該当者）</li> <li>・障害者手帳（該当者）</li> <li>・在留カード（外国籍の人）</li> <li>・国外から転入される人はパスポート</li> </ul> <b>★運転免許証などの本人確認できる書類</b>
転出届	町外へ住所を移す時	転出前、または 転出後14日以内  ※郵送でも請求が できます	<ul style="list-style-type: none"> <li>・印鑑登録証（登録者）</li> <li>・マイナンバーカード（該当者）</li> <li>・国民健康保険証（加入者）</li> <li>・後期高齢者医療保険証（該当者）</li> <li>・介護保険証（該当者）</li> <li>・福祉医療受給者証（該当者）</li> </ul> <b>★運転免許証などの本人確認できる書類</b>
転居届	町内で住所を変更した時	転居してから 14日以内	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マイナンバーカード（該当者）</li> <li>・国民健康保険証（加入者）</li> <li>・後期高齢者医療保険証（該当者）</li> <li>・介護保険証（該当者）</li> <li>・福祉医療受給者証（該当者）</li> <li>・障害者手帳（該当者）</li> <li>・在留カード（外国籍の人）</li> </ul> <b>★運転免許証などの本人確認できる書類</b>

役場では毎週月曜日(当日が休日の場合は翌日)時間外の窓口業務を午後7時まで実施していますのでご利用ください。  
お問合せ先 住民係 電話88-8404

## マイナンバーカード交付・申請窓口の休日開庁 および平日開庁時間延長のお知らせ(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：写真撮影があります。ご本人が来庁してください。
- ・受け取る人：予約来庁いただくことでカードが受け取れます。マイナポイントの申請もできます。

### 開庁日

月	日曜日(午前9時～正午)	月曜日(午後7時まで)
令和5年3月	12日	6日、13日、20日、27日



予約や持ち物について詳しくは右記までお問合せください。

お問合せ 住民係 電話88-8404



- 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)

指導主事だより

## なんだか うれしい

教育委員会

### 地域性の回帰ということ

細谷のお堂から西塩沢方面に向かう道路沿い。高台にしがみつくように作業をされているおじいさんと、おばあさんの姿が目にとまります。

荒れ地に向き合い、枯れ木を伐採し、枯草や藪をコツコツと片付けられていました。

そんなお二人の日々の姿は3年の月日の中で、積み重ねられていきました。

やがて、荒れ果てた丘は、色とりどりの花々が咲き乱れる丘になっていきます。

お二人の作業は、その周辺の道路や用水路にも及んでいきました。ある時は、道路わきの埃が堆積し、根を張った雑草を、お二人で力を合わせ、取り除き、何回も何回も泥を運び出されていました。

さらに周辺に投げ捨てられるゴミ拾いを始められていきます。車で通るたびに目にするビニール袋ごと放り出されるゴミのいくつか。それを手にされたお二人は、そのゴミ袋をご自宅に持ち帰ります。

子ども達が、登下校の道すがら、地域のおじいさん、おばあさんと挨拶を交わし、コミュニケーションをとる日常が流れているということ、そのことに豊かさを感じるのです。

地域の中で知らなかったおじいさん・おばあさんが、子ども達を受け入れ、安心して声をかけられる大人としてつながり合いが深まっていく。

道すがらアサガオの花の美しさに目をとめる子どもたち。そのアサガオに毎朝、水やりを続けるおじいさんに「やさしいおじいさん」と声をかける女の子。どれほどに温かさを感じながら、元気を出して学校に向かうであろう子どもたちであることか。

ただよう温かさが目に浮かびます。

「知らない人は信頼できない」という近年の社会の前提。「知らない人でも信頼できる」というかつての前提を、このおじいさんとおばあさんは生み出してくださっているのです。

立科町ってすごいなあ・・・しみじみと思います。

地域の空洞化が叫ばれて、コミュニティーが失われている昨今。ゴミを拾われ、片付ける行為からは「自分たちでやれることはやる」の精神を学ぶことができるのです。こうした自立の姿を目にする子どもたちは、自然に自立することを身に付けていきます。善意や自立のあふれるコミュニティーの中で暮らす環境こそが子どもたちを育てます。

地域の方々の姿に学びながら、学校や家庭もまた、子どもたちの自立と安定の縁(よすが)としての空間を保障していく場であってほしいと思います。同時に、地域性を回帰していく人々の姿の中に立科町の子育ての可能性を垣間見るのです。

カップ麺の汁がこびりついたり、糖分や油分がしつこいほどに張り付いたりした容器をひとつひとつ分別しながら、収集所に運び入れます。ただただ頭がさがるのです。ゴミを見るたびに不愉快な気分だけは持ち続けた自分と、そうではない、それを片付けるおじいさんとおばあさん。

そんなお二人に声をかける機会にも恵まれ、お話をお聞きすることもできるようになりました。季節の花のこと、野菜や土のこと、様々な経験を教えていただきました。学校の子どものこともお話していただきました。

「登下校の子ども達が、声をよくかけてくれる」というお話。立科の子ども達はみんな良い子だよ。アサガオに水やりをしていると、「やさしいおじいさん、おはようございます」なんていう声をかけてくれる。

トイレをかりにくる子、「今、何時ですか?」と家の中に向かって聞いていく子・・・。

そんな子どもたちに、やさしく応じ続けるおじいさんとおばあさん。



できないかも・・・

できないかも・・・

でも、やってみる!

## 図書室利用案内

- お一人 5冊まで (新刊本、雑誌は4冊まで)
- 2週間借りられます

## 開室時間

- ・月曜～金曜 午前10時～午後6時
- ・土曜 午前10時～午後5時
- ・日曜・祝日 午後1時～午後5時

## 閉室日

- ・毎月最終週の月曜日
- ・年末年始
- ・蔵書点検、館内清掃など特別に決めた日

3年ぶりの開催!

## おでかけ絵本室のおしらせ

～たたみの部屋で ゆったりと 絵本を広げてみてください～

期間 3月20日(月)～4月9日(日)  
[時間は図書室の開室時間と同じ]

場所 中央公民館創作室

図書室の絵本を創作室に移動し、テーマ別に並べます。

表紙を見て絵本を選ぶことができ、また、畳の上で絵本を広げられるので、ゆったり絵本の時間をお楽しみいただけます。



## お話し会のおしらせ

### 「ちいさなおともだちのおはなし会」

日時 3月29日(水) 午前10時30分～  
場所 中央公民館 視聴覚室  
対象 未就園児  
内容 絵本 紙芝居、手遊び等

## リサイクル本市のおしらせ

図書室で所蔵としなくなった本を、有効に活用していただくため、町民の皆様は無料でお譲りします。

日時 3月4日(土) 午前10時から  
場所 中央公民館ロビー

- ※大勢の皆様にご利用いただけるよう、当日はお一人20冊(雑誌の同タイトルは5冊)までとさせていただきます。
- ※混雑が見受けられた場合は、時間で交代制とさせていただきます。
- ※持ち帰り用の袋は、各自でご用意ください。

● 蔵書検索はこちらから スマートフォン URLが新しくなりました!



<https://opac.libcloud.jp/tateshina/>

携帯電話



<https://opac.libcloud.jp/tateshina/wopc/pc/mSrv?dsp=TP>

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!

人権が尊重される社会

# 人権だより

## 人権擁護委員に川合登巳雄さん

1月1日付で牛鹿の川合登巳雄さんが人権擁護委員として法務大臣より委嘱(3期目)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権利(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、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、心配ごと相談等において人権に関する様々な相談にも応じるなど、広く人権の擁護に努めています。

川合さんには、任期の3年間を人権擁護委員として活動していただきます。



# 地域おこし協力隊“奔走中”

空き家となった教員住宅を移住希望者のための賃貸物件として利活用するため、協力隊の永田さんらと共にDIYワークショップの講師として計8回のワークショップを行いました。お陰様で各回定員を上回る応募があり、県内外からたくさんの方々に参加していただくことができました。特に断熱ワークショップでは多くの反響があり、ワークショップから数日も経たないうちに「現在住んでいる住宅が寒くて、早速実践をしてみました！」という嬉しい連絡をいただくこともありました。DIYの作業中には、町内の方からりんごやおやつの差し入れもあり、自然と参加者同士の交流が生まれていた雰囲気もとても嬉しかったです。各回の詳しい様子は立科町のnoteを是非ご覧ください。

また、移住希望者の方が立科町に住むことができるよう、引き続き空き家バンクの登録件数もまだまだ増やしていきたいと考えています！空き家の処分や活用でお困りの方は、お気軽に町かどオフィスまでお越しください。



●移住促進担当  
秋山 晃士です。

## DX

Digital Transformation  
デジタル・トランスフォーメーション  
プロジェクトライフサイクル



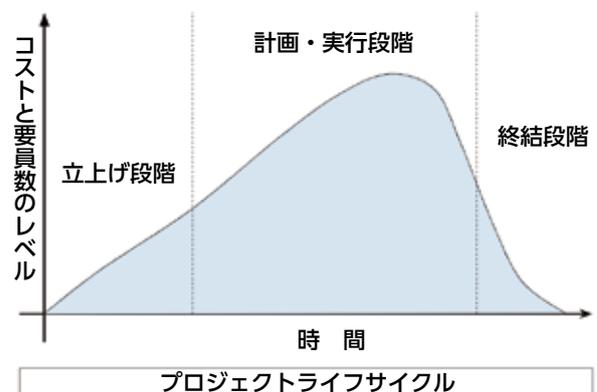
こんにちは。デジタル化推進専門官の渡邊です。今回は「プロジェクトライフサイクル」について、お話したいと思います。

多くのプロジェクトには「立上げ」「計画・実行」「終結」の各段階が存在しています。専門用語では、こうした段階の移り変わりのことを「プロジェクトライフサイクル」と呼んでます。

現在進行中の立科町DX推進プロジェクトも令和4年の前半に始まり、様々な計画を立案してきました。比較的大きな規模のプロジェクトだったことや参加者が多いことから戸惑いや手探りの部分も多くあったと思いますが、

今後も継続されるDXの取り組みの初期段階の立上げとしては良いスタートを切ることができたと思います。デジタル技術は日進月歩のため、つねに最新技術を学びながら活用し続けなければなりません。

今年度も残りわずかとなり令和4年度の立科町DX推進プロジェクトも終結の段階に入ります。これまでの取り組みを振り返り、課題を整理して令和5年度のプロジェクト立上げに向けて準備を進める段階に移行します。今後のDX推進の取り組みを楽しみにしていただければと思います。



# 令和5年度春季自衛官等募集案内

- 1 予備自衛官補**(一般・技能)(社会人や学生生活を送りながら予備自衛官を目指すコース)
  - ・身 分: 非常勤の特別職国家公務員
  - ・受験資格: (一 般) 18歳以上34歳未満の者  
(技 能) 国家資格免許を保有する18歳以上53歳～55歳未満(保有する免許による)  
※ 年齢は令和5年7月1日(金)現在
  - ・受付期間: 令和5年1月10日(火)～4月6日(木)まで
  - ・採用試験: 令和5年4月8日(土)～4月23日(日)の指定する1日
- 2 自衛隊幹部候補生**(大学等から幹部自衛官を目指すコース)
  - ・受験資格: (大卒程度試験)・22歳以上26歳未満の者  
・20歳以上22歳未満の者で大学を卒業した者(卒業見込みを含む)  
・22歳以上28歳未満で修士課程等を修了者(学位取得見込みを含む)又はこれに相当する者  
(院卒者試験)・20歳以上28歳未満の者で修士課程修了者 ※資格は令和5年4月1日現在
  - ・受付期間: 令和5年3月1日(水)～4月14日(金)
  - ・1次試験: 令和5年4月22日(土)・23日(日)
- 3 一般曹候補生**(職種の特化スペシャリストとして、定年まで勤務したい方に！)
  - ・受験資格: 18歳以上33歳未満の者
  - ・受付期間: 令和5年3月1日(水)～5月9日(火)まで
  - ・1次試験: 令和5年5月19日(金)～5月28日(日)の指定する1日
- 4 自衛官候補生**(任期制自衛官として任期満了時に、継続か退職か自己を見つめ直すチャンスのある制度)
  - ・資 格: 18歳以上32歳の者
  - ・受付期間: 年間を通じて行ってあります。
  - ・試験期日: 受付時にお知らせします。

資格等については、条件により異なります。詳しくは自衛官募集ホームページをご覧になるか、自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所までお問い合わせ下さい。

**お問い合わせ：自衛隊上田地域事務所**  
住所：上田市中央西2-3-13 法務総合庁舎1F  
電話：0268-22-5267 (FAX兼)



INFORMATION  
「サンスポーツ佐久スポーツクラブ」開催のご案内

障がい者スポーツを体験する・楽しむスペースとして体育館を開放します。

日 時 3月4日(土)  
午後1時30分～3時30分  
場 所 立科町体育センター  
対 象 者 ・障がいのある人と介助者  
・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

参加費 無料  
申込・お問合せ  
今回は新型コロナウイルス感染症対策のため事前申込制となっております。参加希望の皆さんは、次の連絡先にお申込みください。  
●障がい者スポーツ支援センター「サンスポーツ佐久」

電話 0267-821-6781  
※当日、37度5分以上の発熱がある場合、風邪の症状がある場合はご遠慮ください。  
また、感染症警戒レベル等の状況により、会場が変更になる可能性があります。

保健福祉係  
電話 0267-881-8407

INFORMATION  
「昔の借金電話相談」  
法テラス長野 後援  
司法書士による電話無料相談  
借金請求の通知が届いたら、放置しないで！

日 時 令和5年3月4日(土) 10:00～16:00  
電話 0120-4448-788(フリーダイヤル)  
相談料 無料(電話による無料相談です)  
相談例

・昔借りた借金の請求が来たけど払わなければいけないだろうか？  
・借りた覚えのないところから借金の請求が来たけどどうだろうか？  
・認知症の父に借金の請求がきているがどうしたらいいだろうか？

※専門家に相談・依頼したくても費用を用意するのが経済的に苦しい場合には、法テラスによる民事法律扶助を利用することで解決できる場合があります。その点も含めご相談に応じますので、本電話相談をご利用ください。

お問合せ 長野県司法書士会  
電話 026-232-7492



皆様のご来館を  
おまちしています

# 3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「なかよし広場だより」(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。

### なかよし広場 3月の行事予定

★対象：就園前の子どもさんと保護者  
★時間：午前10時30分～

※広場・教室とも状況により中止になることがあります。立科町ホームページ等でご確認ください。

3日(金) ちびっこ広場(誕生会)  
6日(月) ひよこ広場  
9日(木) 親子運動遊び  
10日(金) ちびっこ広場

### 放課後子ども教室 3月の行事予定

1日(水) 囲碁教室  
8日(水) 将棋教室  
13日(月) わくわく教室  
16日(木) 防犯教室  
17日(金) レクリエーション教室  
20日(月) エコ教室

22日(水) 囲碁・将棋大会  
23日(木) ボッチャ大会  
24日(金) 茶道教室  
27日(月) ものづくり教室  
28日(火) エコ教室  
29日(水) 町歩き教室  
30日(木) 手話教室

- ・3月11日(土)は年度末大掃除・児童クラブ集会のため、12時から開館になります。
- ・3月12日(日)は館内清掃のため、休館になります。
- ・3月16日(木)から小学生が春休みになります。この間の乳幼児利用は10時～12時です。
- ・日曜日は子育て支援センターとして町内在住の未就学児とその保護者を対象に、10時～17時まで開館しています。ご利用ください。



#### 《ちびっこ広場～さかなつり～》

トレーなどの空き容器で作った魚やタコやカメを、手作りの釣り竿で釣りました。たくさんつれたね!



#### 《わくわく教室～花餅づくり～》

紅白の花餅を作って飾りました。

【お問合せ】立科町児童館 電話56-0248 有線8888

## 白樺高原 便り



### 立科町民リフト料金

	大人	子ども・学生 (高校生・大学生含む)
平日、日曜日午後	無料	無料
土曜日、祝日、日曜午前	2,000円	800円
シーズン券	20,000円	7,200円

※立科町民リフト券は <https://shirakaba-ski.axess.shop/ja>での会員登録(無料)と初回来場時のみ住所の記載のある本人確認書類(運転免許証など)をご提示いただくことで適用されます。

※リフト券ICカードの保証金として500円を別途お預かりします。保証金はICカード返却時にお返しいたします。

詳細につきましては、しらかば高原株式会社(55-6000)までお問い合わせください。  
ホームページ <https://whitebirch.co.jp>

# たてしな保育園の 子どもたち



## ひよこ 1 組

牛乳パックで作ったコマに色塗りやシール貼りをしてオリジナルのコマを作ったよ♪



## ひよこ 2 組

テラスで凧をとばして遊んだよ!たくさん走って楽しかったね♪



## あひる組

うさぎの福笑いやこま回しをして遊んだよ。福笑いでは、色々な表情のうさぎができて楽しかったね☆



## 年少組

こま回しやカルタ、凧あげや絵合わせなど、お正月遊びを楽しんでいます。文字への関心の高まりや、友達と教え合う姿など、成長を感じます☆



## 年中組

雪で遊んだよ。そり遊びや雪でおままごとをして楽しかったね♪

## 年長組

年長児で白樺国際スキー場にそり遊びに行きました。ビュンビュンスピードが出て怖かったけど、お友だちと一緒に楽しく遊べました。

ゴンドラで山の頂上まで行ったよ!遠くの山がきれいに見えたり、雪遊びができたり楽しい思い出ができました。



# 権現の湯からお知らせ

～町民特別御優待券の期限が近づきました～



権現の湯をご利用いただき誠にありがとうございます。

**令和4年度町民特別御優待券の有効期限は3月31日(金)までです。** 期限までにご利用ください。

なお、令和5年度の町民御優待券は、4月下旬に各部落長を通して各戸に配布させていただきます。

権現の湯 電話56-0606 有線4126

## 「信濃川水系河川整備計画」を変更しました

建設係

この度、国土交通省北陸地方整備局では令和元年東日本台風による洪水への対応や流域治水の取り組み等を盛り込んだ信濃川水系河川整備計画の変更が完了しました。

詳細についてはホームページをご確認下さい。



【お問合せ】国土交通省 千曲川河川事務所 調査課 電話026-227-9434

立科町の輝くニュース フラッシュ NEWS

### 立科中学校女子バレーボール部 県大会出場！

立科中学校女子バレーボール部は、令和4年11月19・20日に開催された長野県中学校新人体育（東信地区）大会で第3位となり、令和5年1月28日（土）、伊那市で開催された県大会（長野県中学校バレーボール選抜優勝大会）へ出場しました。

保護者等からの応援のもと健闘しました。



## 第68回 愛川町一周駅伝競走大会

1月8日(日)、3年ぶりの開催となる愛川町一周駅伝競走大会が友好都市である神奈川県愛川町にて開催され、立科町陸上チームが招待されました。

愛川町と立科町の友好の歴史は長く、今年度で友好都市35周年になりました。その記念すべき大会に向け選手一同は、12月より練習を重ね今大会に臨みました。

大会当日は、天気にも恵まれ、愛川町の皆さんから暖かい声援を受けながら、それぞれの区間でタスキを繋ぎ、出場した第2部(14チーム)で優勝しました。



チーム	タイム	順位
立科町	1時間35分35秒	第2部優勝(総合第1位)

ながおかさとる

### ■長岡聡さん先頭でタスキを繋ぐ(写真右)

3区を走った長岡聡さんは、2位でタスキを受け、その後先頭に立ち、4区小林勝太さんへチーム全員の思いを乗せたタスキを繋ぎました。

たけうちひなた

### ■竹内暖さん区間賞獲得!(写真下)

チーム最年少の竹内暖さんは、多くの観客に見守られる中、緊張を力に変え快走し、区間賞を獲得しました。



もりこうすけ  
ゴールテープを切る森紘輔さん(写真上)

たけうちしのぶ

### ■竹内志暢さん25回出場(写真左)

立科町チームのキャプテンを務める竹内志暢さんは、今大会で25回目の出場となり、表彰されました。

竹内志暢さんは、激戦区である1区を区間4位と力走し、25回目の出場という歴史を踏みしめながら、キャプテンとしてチームを牽引しました。



# 3月町民カレンダー

行事予定		保 健
3	金	乳児健診 4.5月児(R4.9月～10月生) 10.11月児(R4.3月～4月生)
7	火	パパママ教室③
8	水	まちの保健室(要予約)
9	木	子育て相談(要予約)
12	日	マイナンバーカード交付・申請窓口 休日開庁
14	火	幼児健診 3歳児(R1.11月～R2.2月生)
16	木	赤ちゃん相談室 母乳相談(要予約)
24	金	親子にこにこ教室⑫(要予約)

## 3月の納税

- 介護保険料:普通徴収(第12期)
- 上下水道料金

## 各種相談日

●結婚情報センター相談  
3月8日(火)  
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

●無料法律相談会  
3月17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:地域包括支援センター  
川合登巳雄心配ごと相談員  
飯塚千鶴心配ごと相談員  
◎立科町社会福祉協議会  
電話 56-1825

## 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1月

1月1日～1月31日の状況

人口 2月1日現在(1月31日届出まで) ( )内は前月比

人口	6,837(-6)	出生	1
男	3,410(-6)	死亡	15
女	3,427(0)	転入	14
世帯数	2,894(0)	転出	6

## 気象

		今年	平年値
気温	平均	-1.8℃	-2.1℃
	最高極日	14.5℃/14日	15.7℃/563
	最低極日	-18.6℃/26日	-19.0℃/558
降水量		9.0mm	33.7mm
降水量(1月～)		9.0mm	33.7mm
日照時間		200.4時間	183.1時間

## 救急

	火災		火災	
	発生件数	年間累計	発生件数	年間累計
交通事故	3	3	建物火災	0
その他	39	39	その他	0
合計	42	42	合計	0

## 休日緊急当番医

●午前9時～午後5時  
(歯科 午前9時～正午)

5 日	甘利医院わだ	小諸市	0267-26-5500
	佐久心臓血管クリニック	佐久市岩村田	0267-67-0022
	よこみぞ歯科クリニック	御代田町	0267-32-3938
12 日	岩下医院	立科町	0267-56-3908
	ひかり医院	小諸市	0267-22-8878
	柳橋脳神経外科	小諸市	0267-23-6131
	三木クリニック	佐久市岩村田	0267-77-7376
	松永歯科医院	小諸市	0267-23-8488
19 日	高橋内科医院	小諸市	0267-23-8110
	小岩井整形外科	小諸市	0267-26-6788
	関口内科クリニック	佐久市中込	0267-63-5100
	浅川歯科医院	小諸市	0267-23-4050
21 火	関医院	小諸市	0267-22-2205
	小諸南城クリニック	小諸市	0267-26-5222
	わかば内科クリニック	佐久市中込	0267-67-6655
	木村歯科	小諸市	0267-23-1515
26 日	矢島医院	小諸市	0267-22-8148
	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	佐久市中込	0267-63-1107
	おおくま歯科	軽井沢町	0267-46-2525

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 050-3033-0665

