

# 広報 人と自然が輝くまち たてしな

Tateshina Town Public Relations

2  
2024[令和6年]  
No.600



立科町マスコットキャラクター  
「しいなちゃん」

## Index

- マイナンバーカードについて ..... P2 ~ 4
- 立科町消防団員募集中! ..... P5
- 低所得の子育て世帯への特別給付金について ..... P7
- 役場窓口に自動精算機を導入しました ..... P8
- 「たてしなび」タブレット端末町内事業所等へ貸出 ..... P9
- 「宝くじ助成金」で備品を整備しました ..... P10
- スキー場お得情報 ..... P16

白樺高原国際スキー場の  
青少年スキー教室

健康保険証をお使いの皆さまへ



# 「マイナンバーカード」を 健康保険証としてぜひお使いください！

## ① データに基づく最適な医療が受けられる

過去に処方されたお薬や特定健診などの情報が医師・薬剤師に共有され(※)、データに基づく最適な医療が受けられるようになります。

※マイナンバーカードを健康保険証として利用し、医師等と過去の情報を共有した場合には、健康保険証で受診した場合と比べて、初診時等の医療機関・薬局での窓口負担が低くなります。

## ② 転職や転居等による保険証の切り替えや更新が不要

今後、転職や転居などで必要だった保険証の切り替えや更新が不要になります。  
(※なお、新しい保険者への加入手続きは必要です。)

## ③ 手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除

限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが確実に免除されます。

**!** マイナンバーカードを健康保険証として利用するための登録が済んでいない皆さんは、次の2つの準備をお願いします。

### STEP1.

#### マイナンバーカードを申請

##### ■申請方法は選択可能です

- ①オンライン申請  
(パソコン・スマートフォンから)
- ②郵便による申請
- ③まちなかの  
写真証明機からの申請



### STEP2.

#### マイナンバーカードを 健康保険証として登録

##### ■利用登録の方法

- ①「マイナポータル」から行う
- ②セブン銀行ATMから行う
- ③医療機関・薬局の受付で行う



# マイナンバーカードは安全です！

マイナンバーカードを失くしたら個人情報が流出しそうで不安…



マイナンバーカードのICチップには、健康・医療情報や税情報・年金情報などプライバシー性の高い情報は入っていません！

マイナンバーカードを失くした場合、どうすれば良いかわからない…



万が一紛失しても、コールセンター【0120-95-0178 (24時間365日受付)】に電話することで、カードの利用を一時停止できるので安心です！

マイナンバーを他人に悪用されそうで怖い…



第三者にマイナンバーを見られても、あなたになりすまして手続きを行ったり、あなたの個人情報を調べたりすることはできません！

2024（令和6）年秋以降は新規の保険証の発行を取りやめ、マイナンバーカードと一本化する方向で、検討が進められています

マイナンバーカードをなくしたり、手元にない場合は？

- 2024（令和6）年秋以降は、マイナンバーカードを紛失・更新中の方やお手元にカードがない方などは、ご加入の医療保険の保険者に申請いただくことで、**ご本人の被保険者資格の情報などを記載した「資格確認書」を無償交付**する方向で、検討が進められています。
- 「資格確認書」を医療機関等の窓口で提示することで、**引き続き、一定の窓口負担で医療を受けることができます。**

健康保険証はいつまで使えますか？

- 2024（令和6）年秋の時点でお手元にある有効な保険証は、その時点から**最長1年間（有効期限が2025（令和7）年秋より前に切れる場合はその有効期限まで）**使用することができる方向で、検討が進められています。

マイナンバーカードは  
こちらのポスターやステッカーを  
貼っている医療機関・薬局で  
**ご利用可能**です！



厚生労働省  
ホームページ

※厚生労働省HPでもご利用可能な  
医療機関・薬局を公開しております。

もっと詳しく知りたい方はフリーダイヤルにお問い合わせください  
**マイナンバー総合フリーダイヤル TEL：0120-95-0178**

# スマホ用電子証明書が コンビニ交付でも利用できます

住民係



どうい  
うサ  
ービス?

- マイナンバーカードのICチップに格納されている署名用電子証明書を使って、ご自身のスマホへ新たに「スマホ用電子証明書」を搭載するサービスです。(Android一部対応機種のみ。iOS対応時期は未定)
- スマホ用電子証明書を事前に搭載しておく、子育て支援や引越し手続き等のオンライン申請のほか、令和5年12月20日からはスマホひとつでコンビニで住民票や印鑑登録証明書等を取得できるようになりました。

※マイナポータル引越し  
手続きの詳細はこちら→



※スマホ用電子証明書についての詳細や  
搭載できるスマホ一覧はこちら→



## 対応開始する事業者・開始日

株式会社ファミリーマート 株式会社ローソン

東京都 内店舗：令和5年12月20日 より  
東京都 以外の全国の店舗：令和6年1月22日より

## 対応機種

- ・現在はAndroid端末の一部の機種で利用できます。(iOS対応時期は未定)
- ・対応しているスマートフォンの機種については上記のQRコード(右)からご確認ください。

## 戸籍関係証明の利用登録申請 (町外に本籍のある人)

- ・本籍地市町村が戸籍のコンビニ交付に対応している場合、コンビニのマルチコピー機や自宅のパソコンから事前に利用登録を行うことで戸籍証明を取得できますが、**この利用登録申請には必ずマイナンバーカードが必要**ですのでご注意ください。

## スマホ電子証明書に関する問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル (通話料無料) 0120 - 95 - 0178

受付時間 平日：9時30分～20時00分 土日祝：9時30分～17時30分

※ダイヤル後、音声ガイダンスが流れます。スマホ用電子証明書についてのお問い合わせは「4番」へ  
※スマホ用電子証明書についてのお問い合わせは役場窓口ではお答えできかねますのでご注意ください



## 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日曜日の午前中はマイナンバーカードの事務に関し、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。

なお、確定申告期間中のマイナンバーカード休日窓口はありません。確定申告でマイナンバーカードをご利用の際は有効期限や暗証番号を早めにご確認いただき、下記のような場合は住民係までお越しください。

カードに関する事	内容
カードを作りたい	写真撮影があります。ご本人が来庁してください。
カードを受け取りたい	本人確認があります。ご本人が来庁してください。
すでにカードを持っている	保険証の利用申込み、公金受取口座の登録ができます。
有効期限が切れそうまたは切れている	更新手続きが必要です。ご本人が来庁してください。
暗証番号を間違えてロックがかかってしまった	暗証番号の初期化(ロック解除)が必要です。ご本人が来庁してください。

※マイナンバーカードの有効期限については広報10月号をご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

開庁日	月	日曜日(午前9時～正午)	月曜日(午後7時まで)
	令和6年2月	11日	5日、13日、19日、26日

予約や持ち物について詳しくは右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0267-88-8404



# 立科町消防団員募集中!

消防団

立科町消防団では、一緒に活動をする意欲ある方を募集しています。

## 消防団とは…

消防団は、市町村の非常備の消防機関であり、その構成員である消防団員は、他の本業を持ちながら権限と責任を有する非常勤特別職の地方公務員として「自らの地域は自ら守る」という強い意志と精神に基づき、火災・風水害・地震等の消防活動を行っています。また、平常時はポンプ車やポンプ積載車を活用し防火広報や訓練、警戒活動を行っています。



## 入団資格

消防団の任用資格は、立科町消防団条例で定めています。

1. 当該消防団の区域内に居住し、又は勤務する者。  
ただし、区域外の居住者で消防団活動に従事できる場合は、この限りでない。
2. 年齢18歳以上の者
3. 志操堅固で、かつ、身体強健な者

## 消防団の身分(処遇)について

消防団員の身分は非常勤特別職の地方公務員となり、立科町消防団条例に基づき報酬が支給されています。また、消防団活動中に怪我した場合は、各種災害補償制度が受けられ、退職報償制度も設けられています。

## 入団の申込みは…

役場総務課 庶務係、またはお近くの消防団員にお問合せください。



# 交通安全

交通安全協会

もしものときの安心と安全のために

「交通災害共済」に加入しましょう。



共済期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日  
共済掛金 1人 400円(年額)  
共済見舞金 死亡見舞金 最高200万円

## 支払見舞金(一部)

交通災害区分	共済見舞金の額
死亡の場合	2,000,000円
入院1日あたり	2,000円
通院1日あたり	1,000円
基礎見舞金	20,000円

※入院、通院、基礎見舞金は2日目から対象となります。

※基礎見舞金20,000円に入・通院の金額が加算されます。

交通災害共済とは、交通事故による被害者救済のため、掛金を納めた人が交通事故で死傷されたときに、納めた掛金の中からお見舞金が支払われる助け合いの制度です。

対象となる事故は、自動車・バイク・自転車・電動カートなどの運行中の衝突、転落、転倒などによる事故または、これらの車が原因となる歩行中の事故です。

高校生以下、身体障害者手帳1級および2級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの皆さんは公費(町で負担)加入となります。

2月から3月に各地区の交通安全推進指導員を通じ、令和6年度分の加入をご案内しますので、詳しくはその際の資料をご覧ください。

# 今年こそ“脱メタボ”

メタボ（メタボリックシンドローム）は、内臓脂肪症候群と呼ばれ、内臓脂肪の蓄積に加えて、高血圧、脂質異常、高血糖のいずれか2つを併せ持った状態のことです。動脈硬化が急激に進行しやすく、命にかかわる深刻な病気を招く原因となります。

メタボは、自覚症状がなく、健康診断で指摘されても放置してしまっている人もいますが、生活習慣を見直すことで、改善できる段階にあります。さあ、今日からメタボ予防に取り組みましょう。

# 保 健 ニ ュ ー ス



## 生活改善のポイント

- ① **甘い飲み物をやめる**（野菜ジュースやスポーツドリンクも注意）
- ② **ご飯は軽く1杯**
- ③ **野菜を2倍**
- ④ **加工食品を減らす**（スナック菓子やカップ麺など）
- ⑤ **体重を毎日記録する**
- ⑥ **1日10分の筋トレ**（スクワット、足踏み、つま先立ちでもOK）

## 続けるための工夫

極端なダイエットやハードすぎる運動は、一時的に効果が出て、リバウンドや体調を崩す恐れもあります。忙しい時期には、体重が増加しないよう体重の記録だけは続けるなど、少し頑張ればできる、無理のない目標を立てましょう。また、こころの健康のためにも、夜更かしを避け、早めに寝ることを心掛けましょう。



生活習慣病とは、「食事や運動、喫煙、飲酒、ストレス等の生活習慣が、深く関与し、発症の原因となる疾患の総称」と定義されています。生活習慣病の多くは、発病してもかなり進行するまで自覚症状がほとんど現れないため、健康診断などで生活習慣病のリスクを指摘されたり、さらには検査結果が病気の診断基準に達するほどの異常値であつても、それを自覚しにくいいため、予防や治療というアクションを起こせない、または起こさない人が少なくありません。それを防ぐには、日頃の体調、身体のちょっとした変化など、常に自身自身の健康に目を向ける必要があります。そして、中高年になってからではなく、若い頃から適正な生活習慣を意識して実行していくことが大切です。

- 一無…無煙 たばこは万病のもと
- 二少…少食 食事は腹八分目 よくかんで、三食を規則正しく
- 少酒 アルコールは少量をたしなみ、ほどほどに
- 三多…多動 今より10分多くからだを動かそう
- 多休 しっかり休養 こころとからだのリフレッシュを
- 多接 多くの人、事、物に接してイキイキした生活を送る

## いちむ にしよう さんた 一無・二少・三多で生活習慣病を予防！



## 低所得の子育て世帯への特別給付金について 福祉係

低所得の子育て世帯(住民税非課税世帯等)を対象として、特別給付金を支給しております。

給付金により支給要件が異なりますので、内容をご確認のうえ、期限までに申請して下さい。(各給付金の詳細は、町のHPをご確認ください。)

該当者には、給付金を支給しております。(県または町から)

複数の支給要件にあてはまる場合であっても、支給される給付金は、いずれか一つとなりますので、令和5年度中にすでに給付金の支給を受けている方は、他の給付金の申請は出来ません。

特別給付金の種類	子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯) 【国給付金】	子育て世帯生活支援特別給付金 (その他世帯) 【国給付金】	子育て世帯生活支援特別給付金 (低所得世帯) 【長野県給付金】	
支給対象児童	18歳以下(平成17年4月2日~令和6年2月29日生まれ)の児童 (※障がい児は、20歳未満)			
支給対象者	支給対象児童の養育者			
支給額	児童1人当り 5万円	児童1人当り 5万円	児童1人当り 3万円	
所得要件	住民税(均等割)のみ課税の方	—	—	○
	家計急変により、住民税(均等割)のみ課税相当と見込まれる方	—	—	○
	家計急変により、児童扶養手当受給相当と見込まれる方	○	—	—
	住民税非課税の方	—	○	—
	家計急変により、住民税非課税相当と見込まれる方	—	○	—

**申請期限 令和6年2月29日(木) (厳守)**

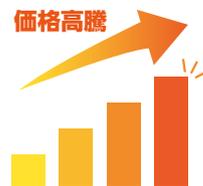
※要件に該当する方で、まだ支給を受けていない場合は、お問合せください。

【お問合せ】町民課 福祉係 電話0267-88-8405

## 令和5年度立科町住民税非課税世帯等支援給付金(追加)について 福祉係

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を受け、特に家計への影響が大きい低所得世帯(住民税非課税世帯)に対して給付金を支給しております。

確認書が届いている方は、申請が必要となりますので、支給要件をご確認いただき、該当する場合は、期限までに申請をお願いします。



### 対象世帯 令和5年度住民税非課税世帯

(※住民税が課税されている方の扶養親族のみからなる世帯、既に他市町村から価格高騰重点支援金の給付を受けている方、租税条約に該当する方を除きます。)

**基準日 令和5年12月1日**  
(立科町に住民登録のある方)

**支給額 1世帯 7万円(支給は1回限り)**

**申請期限 令和6年2月29日(木)**

支給要件の確認が取れた皆さまには令和6年1月末に支給を予定しております。

課税状況のわからない方(未申告者・転入等)については、令和5年度の住民税を申告していただき、支給要件に該当すると思われる方は、期限までに申請をお願いします。また、ご不明な点がございましたらお問合せください。

【お問合せ】町民課 福祉係 電話0267-88-8405

## 役場窓口に自動精算機を導入しました

企画情報係

住民係

1月から、待ち時間短縮等のサービス向上のため、役場住民係の窓口のお支払いに現金の自動精算機をご利用いただけるようになりました。各種証明手数料等が、この自動精算機でお支払いできます。

また、2月からは、各種手数料や施設使用料などのお支払いに、クレジットカード・電子マネーなどのキャッシュレス決済が順次利用できるようになる予定です。自動精算機の扱いは簡単ですが、初めての方は、職員へお気軽にお声がけください。

今後もサービス向上に努めてまいりますのでご理解とご協力をお願いします。

### 2月からご利用いただけるキャッシュレス決済の種類

【クレジットカード】Visa、MasterCard、JCB、AMEX、Diners、DISCOVER、銀聯

【電子マネー】楽天Edy、iD、nanaco、WAON、QUICPay、交通系電子マネー

【QRコード決済】PayPay、楽天ペイ、d払い、auPay、J-coinPay、Alipay、WeChat Pay、銀聯、JKOPAY

#### ※ご注意ください

- ・町税等の税金や上下水道料等の料金支払いについてはご利用いただけません。
- ・クレジットカードのご利用は、1回払いのみのお取り扱いとなります。
- ・役場では現金のチャージができません。ご利用前に残高確認をお願いします。
- ・キャッシュレス決済と現金を併用した支払いはできません。
- ・電子マネーの返金はできません。
- ・お支払いができる料金の種類や、キャッシュレス決済の種類等の詳細はお問い合わせください。
- ・マイナンバーカードの再発行手数料については、現金のみのお取り扱いとなります。

## 令和5年度 信州自然講座開催のお知らせ

生活環境係

#### イベント概要

「雪が少なくなった」「桜の開花が早くなった」

～暮らしの中で感じる気候や自然の変化、実際はどうなっているのでしょうか？～  
気候変動や生物多様性の課題に、科学的な視点から迫ります。

午後は、世界に誇る信州上田の生物多様性を紹介し、自然共生サイトに登録された草原の維持について30by30として取り組む㈱キリンHDが紹介します。

地域の自然を味わい、維持していくことの重要性について、ぜひご参加ください。

#### イベント名

SDGsフォーラムin信州上田「みんなで捉えろ！気候変動と生物多様性」

#### 日時

令和6年2月23日(金・祝) 10時00分～15時00分

#### 場所

サントミュージゼ上田・大ホール(上田市天神3-15-15)

#### 主催

上田市、筑波大学山岳科学センター、長野県環境保全研究所

#### イベント内容

午前の講座：まだまだ知らない気候変動のお話

午後の講座：生物多様性の育て方～人と自然が共生する信州上田～

企画展示：「五感で知る自然からのサイン ～研究所が繋ぐ糸～」

現地参加 事前申込不要 (オンライン参加のみ事前申込締切あり)  
現地・オンライン参加 共に無料



【お問合せ】電話026-239-1031 (長野県環境保全研究所 担当 大木)

## 「宝くじの助成金」でお祭り用の備品を整備しました。

市町村振興宝くじ（サマージャンボ）の収益金を財源としている、公益財団法人長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、お祭り用の備品を整備しました。

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。

実施団体	内 容	活用した助成事業
蓼科区	和太鼓（足つき） 1台 発電機 2機 タープ Tent 2張 絆纏（大人用） 30着 絆纏（子ども用大） 10着 絆纏（子ども用小） 10着 かすり着物 10着	(公財)長野県市町村振興協会 「地域活動助成事業」 ※財源は宝くじの受託事業収入



## 「宝くじの助成金」で集会施設の備品を整備しました。

(一財)自治総合センターが助成する一般コミュニティ助成事業を活用し、集会施設の備品の整備を行いました。

実施団体	内 容	活用した助成事業
中尾美上下部落	・高座椅子 20脚 ・机 (W=1,500mm) 1台 ・机 (W=1,800mm) 6台 ・小型除雪機 1台 ・ブレード除雪機 1台 ・発電機 1機 ・保管用倉庫 1棟	(一財)自治総合センター 「コミュニティ助成事業」 ※財源は宝くじの受託事業収入

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報を目的として、宝くじの受託事業収入を財源に助成事業を実施しています。地域でコミュニティ活動を行う団体(区、自治会等)を対象に、活動に直接必要な設備等の整備に要する費用を助成する事業です。



# 地域おこし協力隊 “奔走中”

地域振興係

この度12月から地域おこし協力隊に着任いたしました、  
いっほなおや  
伊坪直也と申します。名古屋市出身で、11月までは茅  
野市に12年ほど住んでおり、12月からは、立科町に移住して  
きました。趣味は登山やスキー、スノーボードや自転車などアウトドアスポー  
ツが好きです。また前職はバラや花を扱い販売するガーデニング業務をし  
ていましたので植物も好きです。あと、猫も好きです。お庭の手入れもし  
ていましたので、町の中でお庭のお困りごとなどがあればお問い合わせくだ  
さい。白樺高原観光センター内の観光協会の事務所にて、まずは窓口業  
務、SNSの運用等から始めております。登録できる方はよろしく願いいた  
します。基本的には観光業務を通じて立科町に貢献できるよう努めており  
ますが、花や植物などを使った取り組みもできればと考えております。何卒  
宜しくお願いいたします。

●観光振興担当  
伊坪 直也です。



地域おこし協力隊は、都市地域から過疎地域等の条件不利地域に住民票を異動し、地域ブランドや地場産品の開発・販売・PR等の地域おこし支援や、農林水産業への従事、住民支援などの「地域協力活動」を行  
いながら、その地域への定住・定着を図る取組です。隊員は各自治体の委嘱を受け、任期はおおむね1年から3年です。具体的な活動内容や条件、待遇等は各自治体により様々ですが、総務省では、地域おこし協力  
隊員の活動に要する経費に対して隊員1人あたり480万円を上限として財政措置を行っています。(参照：総務省HP)

## 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

中央公民館 0267-88-8417

### 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

### 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 2月28日(水) 午前10時30分～  
■ 場所 中央公民館 視聴覚室 ■ 対象 0歳児～  
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!

## 新着本

### 「椿ノ恋文」小川 糸(著) 幻冬舎(出版)

大切なあなたへ 伝えたい、でも、伝えられない。そんなあなたの想いを、ツバキ文具店の  
鳩子が代筆させていただきます。「ツバキ文具店」のその後のおはなし。

### 「本を旅する」赤羽 康男(著) ほおずき書籍(出版)

太宰治、松本清張、藤沢周平…作品の舞台となった土地を、著者が訪れ、その魅力を再発見する。12人の  
作家とその作品が心に染みる“文学思索紀行”。

### 「池上彰のこれからの小学生に必要な教養」お金 政治 歴史 SDGs ネット 池上 彰(著) 主婦の友社(出版)

お金から政治、歴史、SDGs、ネットまで、小学生が知っておきたい5つの分野について、イラストとともに  
わかりやすく説明する。

### 「にゃははな毎日」銭天堂の招き猫たち 廣嶋 玲子、jyajya(著) 偕成社(出版)

「ふしぎ駄菓子屋銭天堂」シリーズで人気の招き猫たちが主役のスピノフ小説全3話や、猫たちの日常をか  
わいく描いた4コマ漫画などを収録。



デジとしよ信州の申請のお手続きは、立科町公民館図書室のカウンターで承っています。図書室  
利用者カードと住所のわかる身分証明書をご持参のうえ、図書室開館時間内にお越しください。

デジとしよ信州



●蔵書検索はこちらから スマートフォン



<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  
トップのパナーをクリック!

## 「第46回人権を考える町民大会」を開催しました

12月2日(土) 老人福祉センターにおいて第46回人権を考える町民大会を開催しました。

講師に長野県視覚障害者マラソン協会名誉会長の保科清さんをお迎えして「夢をあきらめない～継続は力なり～」と題し講演をいただきました。講師からは、50歳を越えて2度のパラリンピックに出場した競技活動で得た素晴らしい出会いや、苦境に立たされた時に支えられた仲間や言葉などについて、自らの体験に基づいてお話しいただきました。最後に、「子どもや孫たちには、隠れた能力を見つけ、ほめて育ててあきらめず、くじけても立て直して生きることを応援してあげてほしい」というメッセージがありました。貴重で興味深い内容に、参加者の皆さんは熱心に耳を傾けられており、「継続は力なり、よく聞くことばですが実践し続けた実話に感動しました。」「人は努力するかしないか。そ

のことを学ばせていただいた。」等の感想をいただきました。

講演後には、たてしな保育園保護者会長である宮坂理恵さんにより、私たち一人ひとりが人権問題を自分自身の課題としてとらえ、お互いの人権意識を育み合うための大会宣言を朗読いただき、満場の拍手の中大会宣言が採択され、大会が締めくくられました。

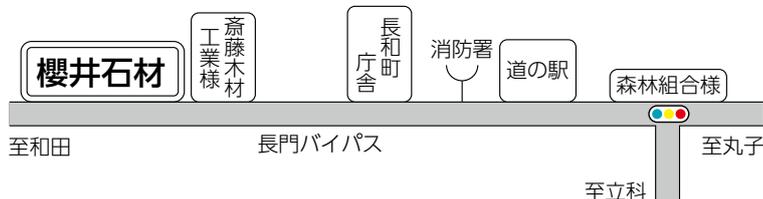
今後も、さまざまな人権問題に目を向け、毎年12月第1週の土曜日に大会を継続して開催していく予定です。引き続き、多くの皆さんのご参加をお願いします。



### 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/>



- 立科小学校／午前9時～午前11時30分  
電話 0267-56-3131 (呼)・有線2190 (呼)
- 立科中学校／午後2時～午後5時  
電話 0267-56-1076 (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 0267-56-0303(直通)・有線8888(直通)  
(担当 指導主事 中島一彦)

指導主事だより

教育委員会

なんだかうれしい

## 自分を誇れる学校か

二十歳になった2人の青年が  
小、中学校時代を語る。

昨年、立科町教職員研修で教育実践家菊池省三先生をお迎えしました。全国の学級崩壊した教室を次々と立て直していく実践家でもあります。その菊池先生が小学生を担任し、その子どもたちが二十歳になった時に当時の学級をふり返る対話をします。その対話でのAさんと、B君二人の語りが著作の中に記されています。

今、生きづらいな、寂しいな、誰も分かってくれないで、怒られてばかりだな、  
と思っている小さい頃の僕みたいな状況の子が、やっぱり先生に怒られている。

**B君**

「これは、ダメ」とか、「ああしなさい、こうしなさい」というのは、例えば、誰々先生から「じっとしていなさい」とか、「静かにしなさい。ちゃんと席に座りなさい」「元の教室に戻りなさい」っていうのは、僕のために言ってくれているというのは、あまり正しくなくて、どちらかという、教室の調和のためとか、教室が崩れないように、事故らないように、安全運転するために、小石をどかしているような行為だから、なんでそういうことを、この人たちは言ってきて、なぜ自分は今こういうことをしているんだろうというのを、自分の心で一回深く考えてみると、いいかもしれないと思います。

僕と同じような理由で叱られている人は、面白いことが大好きだと思うんですね。

それを制限されちゃうっていうのは、すごく苦しい事だと思うし、僕もすごく苦しかったから、その「楽しいことをしたい」っていう気持ちを本当に捨てないでほしい。  
どれだけ言われても、それだけは捨てないでほしいと思います。



小学校4年生までは、お母さんから「最近、学校どう」と聞かれても、あまり答えたくなかったし、「私は、学校でいい子だよ」みたいな嘘をついていました。

小学校5、6年の時は、質問されなくても自信をもって自分から、「こういう質問をされて、どういふことで褒めれて」とかたくさん話していたんですね。

自分を誇れるような生活が出来ていたこと  
にも幸せを感じていたんです。 **Aさん**

二人の青年たちの声が心の中に響き続けています。立科町の子どもたちが 例外なく、どの子も学びの主人公として位置づいてほしいと思います。教育は、どの子にも役立つものでなければなりません。一人も見捨てない・・・教室、授業、学校を、そして教育のあり方を問い続けていきたい。

「自分を誇れるような学校か」「とことん好きなことを探究できる授業か」の二人の青年の問いを、どう引き受けるべきなのか、立科町の先生方と考え続けていきたいと思うのです。

聴き合い、認め合い、つながり合っていく学びを確かなものにしていきたい。そのためにかけがえのない愛おしい存在としての子どもたちへの慈愛に満ちる子ども観、そして教職員が高い同僚性を生み出していく必要も求められます。新しい年が始まりました。移ろいゆく季節、時の流れをひしひしと感じる今、学校での暮らし一つひとつのかけがえのなさを思いながら、歩み続けていきたいと思っています。

[引用：菊池省三『授業を変えよう』 中村堂]

皆様のご来館を  
おまちしています

# 2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 2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～

2日(金) ちびっこ広場  
7日(水) ママのヨガタイム  
15日(木) 親子運動遊び  
19日(月) リトミック  
26日(月) ちびっこ広場

## 放課後 子ども教室 2月の行事予定

1日(木) 囲碁将棋教室	15日(木) 囲碁将棋教室
3日(土) ビーズ教室	19日(月) わくわく教室
5日(月) わくわく教室	21日(水) 学習教室
7日(水) 学習教室	22日(木) 囲碁・将棋教室
8日(木) 囲碁将棋教室	28日(水) スポーツ教室 学習教室
14日(水) スポーツ教室 学習教室	29日(木) 囲碁・将棋教室

※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。



『うた広場』



『放課後子ども教室スポーツ教室』



『ちびっこ広場』

『クリスマス会』

・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。

【お問合せ】立科町児童館 電話0267-56-0248 有線8888

# たてしな保育園の 子どもたち

## ひよこ1組

手指を使って、お花紙を丸めたりシールを貼ったりして、クリスマスの飾りを作りました!みんなのお家にはプレゼント届いたかな?



♪発表会みんな笑顔で頑張りました♪

## ひよこ2組

ミッキーミニーになりきってお家の方と一緒に歌や踊りを楽しみました♪



## あひる組

子ども達の大好きな「はらぺこあおむし」。かわいいあおむしたちが、歌ったり踊ったりして楽しむことができました!



## 年少組

りす組は「3匹のこぶた」、うさぎ組は「ねこのおしやさん」。大勢の人の前で緊張気味の子ども達でしたが、とても満足そうでした。☆楽しかったね☆



## 年中組

ぱんだ組は『ブレーメンのおんがくたい』、こあら組は『ピノキオ』。ちょっぴりドキドキしたけど、いつも通り楽しくできたね♡



## 年長組

きりん組は『十二支のはじまり』、ぞう組は『ピーターパン』。友だちとセリフのやり取りを楽しみ、一人ひとりが自分の役に自信を持って出来ました!



## 白樺高原国際スキー場・ しらかば2in1スキー場お得情報

### 立科町民リフト料金

	大人 (ミドル・シニア含む)	子ども・学生 (高校生・大学生含む)
平日、日曜日午後(特定日を除く) 2/12の午後	無料	無料
土曜日、祝日、日曜午前 特定日(2/11)	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サポーター制に登録(無料)していただくことでご利用いただけます。サポーター制への登録には<https://shirakaba-ski.axess.shop/ja>での会員登録と初回来場時のみ本人確認書類(運転免許証など)が必要です。

※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(0267-55-6000)**までお問い合わせください。  
ホームページ <https://whitebirch.co.jp>



## たてしなあったか燃料券のご利用はお済みですか?

観光商工係

たてしなあったか燃料券の使用期限が **令和6年2月29日(木)** にせまっています。まだ使い残しがあるみなさんは使用期限までにお使いください。

最新の取扱店等情報は、立科町商工会ホームページ  
または商工会窓口でご確認ください。  
<https://r.goope.jp/tatesina>



未経験者歓迎

## アルバイト 従業員 募集



仕事内容：農作業(植付、剪定、散水、消毒、収穫、草刈り等)  
時給：① 1,000円  
② 1,500円 ※刈払い機持ち込み(燃料代込み)

【特徴】 荒廃農地や耕作放棄地にソーラーパネルを設置して発電し、その下でユウカリを栽培しています。  
※ソーラーシェアリングという取り組みです。

立科町塩沢 1650 番地

お気軽にお問合せください!

**たてしなサンサンファーム** 080-2547-1747 (担当：今井)

## 気になる「もの忘れ」 悩まず・抱えず! 相談しよう!

年齢を重ねると、物忘れが増えて不安になりがちです。

落ち着いて思い返したり、ちょっとしたヒントで思い出せる場合は心配ありませんが、体験した事や約束したことを「全部」忘れてしまう場合は認知症に伴う物忘れの可能性があります。認知症は、誰もがなる可能性があり、誰もがかわかることになるかもしれない身近な病気です。

2月は、今年度最後の相談会になります、ご心配のある人、ご家族は是非、相談会をご利用ください。

- 対象者: もの忘れなどが気になる人や、その家族
- 開催日: 2月29日(木)
- 時間: 午後1時30分～3時30分
- 会場: 中央公民館 1階 視聴覚室
- 相談員: NPO法人やじろべー 理事長 中澤純一さん
- 定員: 2名 (一人60分位の個別相談)
- 申込み: 事前の申し込みが必要です。



2月14日(水)までに、電話でお申込みください

【相談・申込先】立科町地域包括支援センター(高齢者支援係) 電話0267-88-8418 有線2311



INFORMATION  
相続登記の申請義務化に向けた  
全国一律「遺言・相続」無料相談会

◆日時 2月17日(土)午前10時～午後4時

◆相談料 無料

◆相談方法

(1)面談による相談

会場: 上田市勤労者福祉センター  
受付2階第2会議室

相談時間: 30分以内

予約: 必要

長野県司法書士会ホームページの予約フォームから申込

長野県司法書士会事務局へ電話で申込

(電話: 026-23217492)

予約受付: 1月19日(金)午前9時から2月16日

(金)午後4時まで※土日祝日を除く

(2)電話による相談

電話番号: 01203391279(フリーダイヤル)

予約: 不要

(3)Webによる相談

相談方法: Zoomを使用(予約後、相談用のアドレスをご連絡します。)

相談時間: 30分以内

予約: 必要

長野県司法書士会ホームページの予約フォームから申込

予約受付: 1月19日(金)午前9時から2月16日

(金)午後4時まで

◆相談例

相続登記の申請義務化について知りたいなど

◆問合せ先 長野県司法書士会

(電話: 026123217492)

INFORMATION

司法書士による相続登記無料相談月間

相続登記はお済みですか月間

◆日時 2月1日(木)～2月29日(木)毎日午前

9時から午後4時まで(土曜・日曜・祝日を除く)

◆場所 県内各司法書士事務所

◆相談料 無料

◆予約 相談する司法書士事務所にお問い合わせください

◆相談例

相続登記が義務化されるとどう変わるかなど

◆問合せ先 長野県司法書士会

(電話: 026123217492)

INFORMATION

法テラス後援 司法書士による無料相談

借金の請求が届いたら放置しないぞー

昔の借金相談会

◆日時 3月2日(土)午前10時～午後4時

◆相談方法

面談相談

場所 長野県司法書士会(長野市薬科399番地)

要予約: 前日までに長野県司法書士会

(電話: 026123217492) にご

予約ください。

電話相談

予約不要: 電話: 01204481788

(フリーダイヤル)

◆無料相談

※法テラスにおける法律扶助の資力要件を満たさない相談者の方についても、当日は無料でご相談をお受けします。

◆法テラス利用による簡易援助

※法テラスにおける簡易援助の資力要件を満たす方には、必要に応じて、相談員が簡易な法的文書を作成し、お渡しすることができるところもあります(この場合は、相談者の方に2,200円の費用負担が発生します)。

◆相談例

昔借った借金の請求が来たけど払わなければならないだろうかなど

◆問合せ先 長野県司法書士会

(電話: 026123217492)

## 令和6年 立科町新春賀詞交換会

1月10日（水）、立科町老人福祉センターにおいて多くの来賓をお招きして、立科町新春賀詞交換会を開催しました。開会を前に北陸、能登半島を中心とする大規模な地震により被災され、亡くなられた方々のご冥福をお祈りするため黙とうを捧げました。会では町長、議会議長のあいさつに続き、各団体等の代表者に最近の情勢、本年の展望や抱負等、新年のあいさつをいただきました。



## 消防出初式

1月11日（木）、権現山運動公園屋内運動場において、立科町消防出初式が挙行されました。

式では、無火災章や長年消防業務に従事した団員、功労者、退団者への表彰が行われ、その後消防団員・幼年消防隊・川西消防署員総勢166名と消防車両による分列行進が行われました。

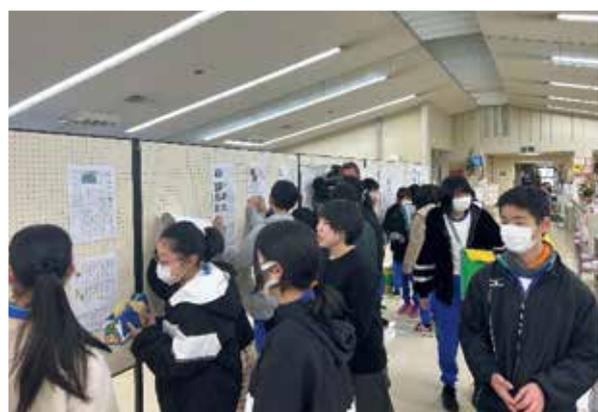
立科町消防団は、本年も住民の生命・身体・財産を守ることを使命として活動します。町民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



## 『笠取峠のマツ並木』の学習内容の展示をしました

立科小学校6年1組が、総合的な学習の時間で取り上げている「笠取峠のマツ並木」についての学習内容の展示を役場ロビー中央で行いました。

地域の文化遺産について学んだことを地域の皆さんにも知ってもらいたいという子どもたちの想いから実現しました。





## 令和5年度 青少年スキー教室

1月4日(木)～6日(土)までの3日間、白樺高原国際スキー場で青少年スキー教室が開催され、小学生23人が参加しました。

教室に参加した児童は、各々スキーの技術向上させるために、レッスンを頑張りました。

参加した児童からは、スキーの上達を喜ぶ声が多く聞かれ、スキー教室を楽しみました。



## 第69回 愛川町一周駅伝競走大会

1月7日(日)に、友好都市の神奈川県愛川町にて、第69回愛川町一周駅伝競走大会が開催され、立科町の選抜チームが出場しました。(7区間・全長26,840m)

昨年11月下旬から週2回、権現山運動公園周辺で練習を重ね、大会に臨みました。

今大会では、10代から50代までの幅広い年代でメンバー構成がされており、若手とベテランの融合したバランスのとれたチームとなりました。

大会当日は天候に恵まれ、それぞれの区間において上位でタスキをつなぎ、出場した第2部で優勝しました。



チーム	タイム	順位
立科町	1時間41分12秒	第2部優勝(総合第6位)

## ● ボーイスカウト入団説明会開催のお知らせ ●

ボーイスカウトは、家庭や学校ではなかなか体験できないさまざまな活動を年齢の異なる仲間と行うことで、青少年の健全な心と体を育てます。

令和6年度の入団説明会を次のとおり開催しますので、大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

- 日 時 2月16日(金) 午後7時～
- 場 所 立科第一団スカウトハウス(人権センター隣)
- 対 象 小学2年生の男女と保護者
- お問合せ ボーイスカウト立科第一団事務局  
今井 電話090-7716-6556





# 2月町民カレンダー

行事予定		保健・介護
6	火	1歳6か月児健診(R4.3月～7月生)
8	木	パパママ教室(要予約)
11	日	マイナンバーカード交付・申請窓口休日開庁
14	水	赤ちゃん相談室
16	金	所得税確定申告・住民税申告期間～3/15(金)
18	日	第8回立科町ふらばーるバレー大会
27	火	親子にこここ教室⑩(要予約)
29	木	子育て相談(要予約) もの忘れ相談会(要予約)

## 2月の納税

- 介護保険料:普通徴収(第11期)
- 後期高齢者医療保険料(第8期)

## 休日緊急当番医

●午前9時～午後5時(歯科 午前9時～正午)

4日	診療科	住所	電話番号
うすだ医院	小諸市	0267-22-0483	
矢島医院	小諸市	0267-22-8148	
国保軽井沢病院	軽井沢町	0267-45-5111	
わかば内科クリニック	佐久市中込	0267-67-6655	
おおくら皮膚科	佐久市佐久平駅北	0267-65-9915	
おおくま歯科	軽井沢町	0267-46-2525	

11日	診療科	住所	電話番号
浅間南麓こもろ医療センター	小諸市	0267-22-1070	
軽井沢西部総合病院	御代田町	0267-32-4711	
坂戸クリニック	佐久市中込原	0267-63-6323	
ねむの木公園クリニック	佐久市佐久平駅北	0267-67-8866	
宮澤歯科医院	佐久市望月	0267-53-2515	

12月	診療科	住所	電話番号
Aiクリニック整形外科	小諸市	0267-25-0555	
須江医院	小諸市	0267-22-2060	
ほっちのロッチの診療所	軽井沢町	0267-31-5517	
小松耳鼻咽喉科クリニック	佐久市岩村田	0267-66-6300	
中澤眼科クリニック	佐久市中込	0267-62-0157	
わたなべ歯科医院	小諸市	0267-23-1100	

18日	診療科	住所	電話番号
岩下医院	立科町	0267-56-3908	
小諸医院	小諸市	0267-22-0250	
佐藤外科医院	小諸市	0267-22-0334	
国保軽井沢病院	軽井沢町	0267-45-5111	
しのはら消化器内科クリニック	佐久市中込	0267-63-1107	
雨宮病院	佐久市小田切	0267-82-5311	
武重歯科医院	佐久市望月	0267-53-4182	

23日	診療科	住所	電話番号
甘利医院わだ	小諸市	0267-26-5500	
よだ整形外科クリニック	御代田町	0267-41-0135	
角田医院分院	佐久市岩村田	0267-68-0550	
くろさわ病院	佐久市中込	0267-64-1711	
コスモス歯科	御代田町	0267-31-2284	

25日	診療科	住所	電話番号
小諸南城クリニック	小諸市	0267-26-5222	
高橋内科医院	小諸市	0267-23-8110	
軽井沢西部総合病院	御代田町	0267-32-4711	
金澤病院	佐久市岩村田	0267-67-2048	
斎藤産婦人科医院	佐久市中込	0267-62-0823	
松井歯科医院	佐久市望月	0267-53-8241	

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**

### 各種相談日

- 結婚情報センター相談会  
2月8日(木)  
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 0267-56-1825
- 無料法律相談会  
2月16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:土屋文男弁護士  
田原敦子心配ごと相談員  
◎立科町社会福祉協議会 電話 0267-56-1825



この2月号から、  
電話番号は町内を含め  
市外局番から記載します。

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

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

## 町のデータ12月 12月1日～12月31日の状況

人口 1月1日現在(12月31日届出まで) ( )内は前月比

人口	6,724(-16)	出生	0
男	3,357(-5)	死亡	14
女	3,367(-11)	転入	18
世帯数	2,889(-2)	転出	20

救急	出動件数	年間累計
交通事故	1	35
その他	51	495
合計	52	530

気象		今年	平年値
気温	平均	2.2℃	0.7℃
	最高極日	18.3℃/16日	21.7℃/H30
	最低極日	-9.1℃/28日	-17.4℃/H7
降水量		24.0mm	29.7mm
降水量(1～12月)		924.5mm	1,070.0mm
日照時間		193.4時間	172.4時間

火災	発生件数	年間累計
建物火災	1	3
その他	0	5
合計	1	8