

人と自然が輝くまち

広報

# たてしな

2024. 9

[令和6年]

No.607



## Index

- 総合防災訓練を実施します…………… P2
- 秋の全国交通安全運動…………… P3
- 定額減税しきれないと見込まれる方への給付金  
(調整給付金)のご案内…………… P4
- 給付型奨学金の奨学生を募集します…………… P5
- 分館人権学習会が開催されます…………… P18
- 立科小学校6年生の土屋夢紅さん  
小学生の水泳全国大会で優勝!!…………… P26



立科町マスコットキャラクター  
「しいなちゃん」



第32回 町民まつり  
立科えんどこ

関連記事はp14,15

# 総合防災訓練を実施します

町では、災害が発生したとき、地域で協力して助け合い、被害を最小限にとどめる協力体制を維持すべく、9月1日(日)に総合防災訓練を実施します。当日は、各地区の防災行政無線等により情報伝達を実施する予定ですので慌てずにご対応をお願いします。

訓練内容等は、各地域の実情に合わせて区長・部落長さんを中心に検討を進めていただいております。災害が発生した際に適切な避難行動が行えるよう防災対策の心構えや備蓄品を用意するなど災害に備えた準備を日ごろから心がけましょう。

- 停電に備えて、ラジオや懐中電灯、予備の乾電池を準備する
- 食料品(3日分程度)や、飲料水を準備する
- 避難場所や避難経路、家族との連絡方法等を確認する



## 災害時の避難情報

令和3年5月20日から  
**避難指示で必ず避難**  
避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報
5	緊急安全確保*1	災害発生情報
4	避難指示*2	避難指示(緊急) 避難勧告
3	高齢者等避難*3	避難準備・高齢者等避難開始
2		大雨(土砂・洗濯物等)
1		早期注意情報(地震等)

※1 避難場所(避難所)へ避難し、必要に応じて避難所へ避難する。 ※2 避難所へ避難し、避難所から避難する。 ※3 避難所へ避難し、避難所から避難する。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。警戒レベル5緊急安全確保の発令を受けてはいけません!

警戒レベル4避難指示は、これからは、警戒レベル4避難指示で危険な場所から全数避難しましょう。

避難に時間がかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3高齢者等避難で危険な場所から避難しましょう。

内閣府(防災担当)・消防庁

「避難」って何すればいいの? 小中学校や公民館に行くことだけが避難ではありません。「避難」とは「避」を「難」けること。下の4つの行動があります。

行政が指定した避難場所への立退き避難  
安全な親戚・知人宅への立退き避難  
安全なホテル・旅館への立退き避難  
屋内安全確保

警報からどう行動するか決めておきましょう

3つの条件が満たされれば避難の必要があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

1 避難場所が徒歩圏内に入っていない  
2 避難所より避難が難しい  
3 避難所までの徒歩所要時間が10分以上あり、避難所が徒歩圏内に入っていない

## 災害情報を確認できます

町では、防災行政無線、たてしなび、などを使用して情報をお伝えするほか、ホームページ、町公式SNSを使ってさまざまな情報をお伝えしています。

インターネット環境やSNSの普及によって、誰でも簡単に情報発信や情報共有ができ、リアルタイムに知りたい情報を得ることができます。

災害時に備え、自分に合った町からの情報等の入手方法を確認し、複数の媒体から情報を得られるように普段から準備することも必要です。

### ●情報配信システム「たてしなび」



### ●キキクル



### ●町公式SNS

SNSの手軽さや情報の拡散のしやすさを活用し、リアルタイムな情報発信に取り組んでいます。  
Facebook <https://www.facebook.com/tateshina.town/>  
X (旧 Twitter) <https://twitter.com/TateshinaTown>



### ●立科町土砂災害防災マップ

町の土砂災害防災マップは、パソコンやスマートフォンで閲覧できます。次のウェブサイトでご確認ください。  
立科町土砂災害防災マップ(立科町公式サイト)  
[https://www.town.tateshina.nagano.jp/kurashi/anzaen\\_anshin/bosai/2014.html](https://www.town.tateshina.nagano.jp/kurashi/anzaen_anshin/bosai/2014.html)



# 秋の 全国交通安全運動

9月21日(土)～30日(月)まで

# 交通安全

運動のスローガン

「信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道」

目的

広く住民に交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、住民自身による道路交通環境の改善に向けた取組を推進することにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的とします。



運動の重点

反射材用品等の着用推進や安全な横断方法の実践等による歩行者の交通事故防止

☆反射材を活用しよう☆

夕暮れ時以降は、歩行者の姿が思った以上に運転者などから認識しにくくなります。

外出するときには明るい目立つ色の服装と反射材をつけて、自分の存在をアピールしましょう。

☆歩行者も自らの注意で事故を防ごう☆

・道路横断中の交通事故が多発しています。「歩行者優先だから」「車は止まってくれるはず」などの過信は危険です。横断歩道では、必ず止まって左右の安全を確認し、横断中も周囲の安全を確認しながら渡りましょう。

夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進と飲酒運転等の根絶

☆夕暮れ時以降は早めのライト点灯！夜間はハイビーム

も活用☆

・秋になると日没時間が早まります。夕暮れ時以降は早めのライ



ト点灯を心がけましょう。また、夜間帯は速度を落とし、ハイビームとロービームの切り替えをこまめに行いましょう。

☆飲酒運転も、あおり運転も「絶対しない、させない」☆

・依然として飲酒運転による悲惨な交通事故は後を絶ちません。「あおり運転」(妨害運転)も重大な交通事故につながる極めて悪質・危険な行為です。一人ひとりが「絶対しない、させない」という強い気持ちで根絶していきましょう。

自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

☆自転車も特定小型原動機付自転車もヘルメット着用！☆

・自転車、特定小型原動機付自転車(いわゆる電動キックボード等)に乗る時は、ヘルメットを着用しましょう。ヘルメットの着用により、事故発生時の致死率が大きく下がります。自分の命を守るため必ずヘルメットを着用し、交通ルールを守って安全走行しましょう。

自転車安全利用五則

- 1 車道が原則、左側を通行。歩道は例外、歩行者を優先。
- 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用

☆町では、自転車用ヘルメット購入費の補助金制度があります。詳しくは、ホームページをご覧ください。総務課庶務係までお問合せ



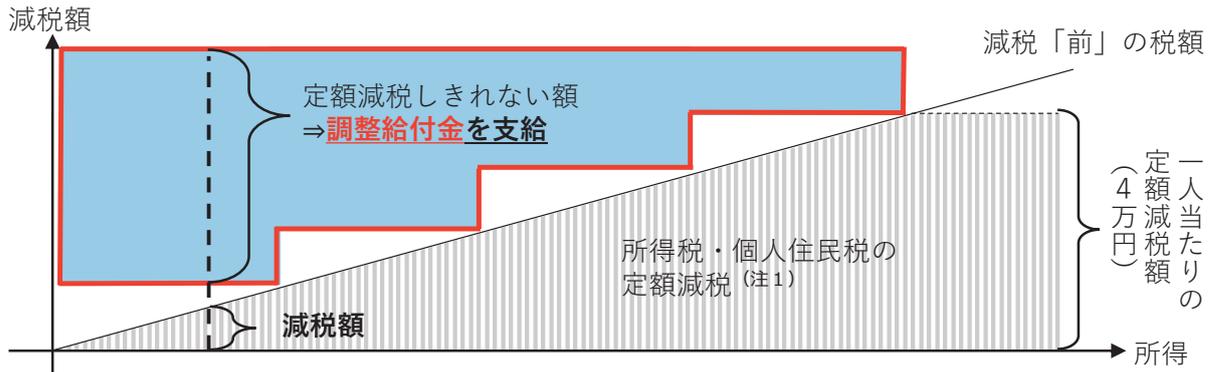
●お問合せ●総務課 庶務係 電話0267-56-2311

## 定額減税しきれないと見込まれる方への給付金（調整給付金）のご案内

### 「調整給付金」とは？

- デフレ完全脱却のための総合経済対策における物価高への支援の一環として、納税者および同一生計配偶者または扶養親族1人につき、4万円（令和6年分の所得税から3万円・令和6年度分の個人住民税所得割から1万円）の「定額減税」が行われます（注1）。
- その際、**定額減税しきれないと見込まれる方に対しては、当該定額減税しきれない額を1万円単位に切り上げて算定した「調整給付金」が支給されます**（注2）。

<調整給付金のイメージ（注3）>



（注1）定額減税についての詳細は、国税庁HPや総務省HPをご覧ください。

（注2）令和5年の課税状況に基づき、給付額を算定のうえ、支給されます。令和6年分の所得税が令和5年分の所得税よりも減少した場合等には、令和6年分の所得税の確定後に、給付金を追加で支給する場合があります。

（注3）所得税および個人住民税所得割それぞれで定額減税しきれない額を算出し、両者を合算のうえ、1万円単位に切り上げた額が支給額となります。



国税庁HP



総務省HP

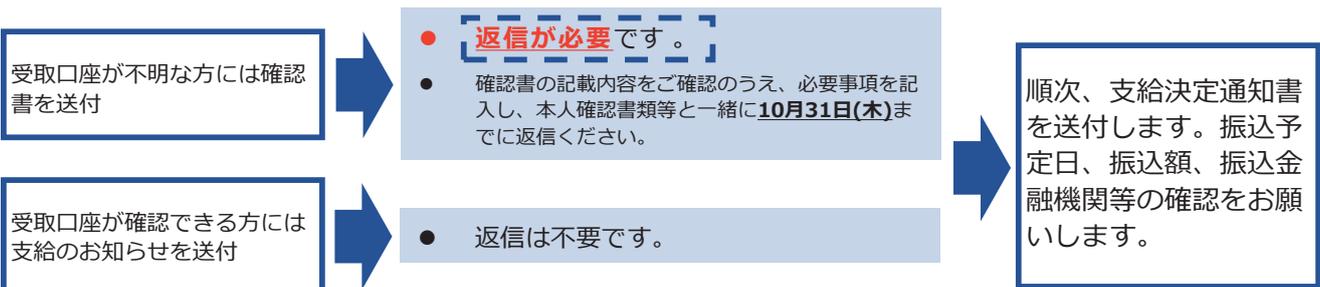
### 支給対象者・支給金額について

※支給金額は、個別の課税状況により異なるものであり、次の項目はあくまで一例です。

- 所得税と個人住民税所得割の少なくとも一方を納められており、定額減税しきれない額が生じることが見込まれる方が支給対象者です。
- 支給金額の具体例は、以下のとおりです。
  - <例1> 一人暮らしで、所得税1万円・住民税所得割2万円（減税前）の納税者の場合
    - ⇒ ・所得税から1万円の減税、住民税所得割から1万円の減税が行われます。
    - ・ **定額減税しきれない所得税分の2万円が、調整給付金として支払われます。**
  - <例2> 4人家族で、内1人が所得税3万円・住民税所得割2万円（減税前）の納税者の場合（注4）
    - ⇒ ・所得税から3万円の減税、住民税所得割から2万円の減税が行われます。
    - ・ **定額減税しきれない所得税分の9万円と住民税分2万円の計11万円が、調整給付金として支払われます。**

（注4）所得税及び個人住民税において、扶養親族等として申告されている方が、定額減税及び調整給付金の算出基礎となります。詳しくは国税庁HPや総務省HPをご覧ください。

### 給付金の支給手続き



●お問合せ●総務課 税務係 電話0267-88-8402

## 令和7年4月に大学等進学・進級する

## 給付型奨学金の奨学生を募集します

町では、修学意欲が高く、かつ、将来立科町の発展に貢献しようとする意志を持ちながら経済的理由により、修学が困難な学生を対象に「給付型奨学金（返済不要）」を創設し、大学、短期大学及び専修学校への進学者並びに高等専門学校の4年生進級者を対象に修学を支援します。

なお、奨学金給付対象者は、世帯所得の低い学生を優先して採用します。



## 【採用予定人数】

- (1) 大学進学予定の学生 8人以内
- (2) 2年制以上の短期大学・専修学校進学予定の学生、高等専門学校の4年生に進級予定の学生4人以内<選考により採用を決定します。>

## 【奨学生の資格要件】

- (1) 立科町に住所を有し、かつ、実家があり保護者が居住する者の子どもであること。
- (2) 経済的理由により修学が困難で、修学意欲が高く、将来立科町の発展に貢献しようとする意志のある学生であること。

## 【支給額・支給期間・支給方法】

- (1) 支給額 月額35,000円（年額420,000円）
- (2) 支給期間 大学は継続して同一の学校4年間（5年制以上の大学も支給期間は4年間です。）  
短期大学・専修学校・高等専門学校は継続して同一の学校2年間
- (3) 支給方法 奨学生本人の金融機関口座に、年2回（6月・12月）6箇月分を振り込む（在学証明書を確認後、奨学金を支給します。）

## 【申請受付期間・書類提出先等】

- (1) 申込受付期間 令和6年9月2日(月)から10月31日(木)まで
- (2) 選考・採用内定 応募いただいた書類をもって、奨学生選考委員会により選考を行います。  
選考結果は、12月末までに本人に通知します。
- (3) 提出・問い合わせ先 学校教育係へ関係書類を提出（郵送不可）  
電話 0267-88-8415

※申請書類等は、町のホームページまたは学校教育係窓口にあります。

# 地域おこし協力隊 奔走中、

地域振興係

●移住定住促進担当  
の今井優花です

はじめまして。

7月から地域おこし協力隊として移住定住促進担当をさせていただくことになりました、今井優花（いまい ゆうか）と申します。

長野県中野市出身で大学進学を機に上京し、都内の建築設計事務所で働いていました。主に空き家改修やデザイン関係の仕事をしていたので、その経験を活かして移住促進に貢献したいと思っています。

前職では直接お客様と関わる機会が無く、誰のために仕事をしているのか分からないというもどかしさを感じていました。相手の顔が見える仕事をしたいと思い探していた時に、立科町の地域おこし協力隊の募集を見つけました。将来は自然豊かな場所で、自分で空き家を改修しながら犬や猫と暮らしたいと考えていたので、そのための土壌作りにもピッタリだと思い、移住を決めました。

立科の豊かな自然と温かな町の皆さんの魅力をたくさんの方に伝えて、移住して来たいと思ってもらえるような活動をしていきますので、皆さんどうぞよろしく願いいたします。



## 敬老の日式典開催のお知らせ

高齢者支援係

町では、長年にわたり社会に貢献された高齢者の皆様に敬意を払い、長寿をお祝いするため、敬老の日の式典を次のとおり開催します。

なお、式典へご案内するのは88歳（米寿）、99歳（白寿）、100歳の皆様とさせていただきます。

**開催日時** 9月16日（月）敬老の日

式典：午前10時～

**開催場所** 老人福祉センター 集会室

**参加対象者** 令和6年度 敬老の日お祝い対象者の皆さん

（88歳（米寿）、99歳（白寿）、100歳）

※お祝い対象者の皆さんには、別途ご案内状をお送りします。



## 町議会9月定例会のお知らせ

9月定例会日程（予定）

議会事務局

- 9月 3日(火) 本会議（提案説明）
- 4日(水) 本会議（提案説明）
- 5日(木) 本会議（議案質疑・委員会付託）
- 6日(金) 本会議（一般質問）
- 9日(月) 本会議（一般質問）
- 10日(火) 社会文教建設常任委員会
- 11日(水) 総務経済常任委員会
- 12日(木) 決算特別委員会
- 13日(金) 決算特別委員会
- 18日(水) 本会議（委員長報告・討論・採決）



屋外広告を  
表示・設置・管理  
している皆さん。

## 屋外広告物の定期点検が 義務付けられています

適切に管理されていない屋外広告物は、倒壊や落下を招き、重大事故に繋がる恐れがあります。このような事故を防ぐため、長野県屋外広告物条例では、以下のとおり定期点検が義務付けられています。

### 屋外広告物とは

- ・常時または一定の期間継続して
- ・屋外で
- ・公衆に表示されるもので
- ・看板、立看板、はり紙およびはり札並びに広告塔、広告板、建物その他の工作物等に掲出され、または表示されたもの並びにこれらに類する物をいいます。

### 点検の対象

- 次のものを除く、すべての屋外広告物が対象です。
- ・立看板類、はり紙、はり札、広告幕類、アドバルーン、壁面等に描かれたもの
- ・法令で表示等が義務付けられているもの
- ※高さ4mを超える広告物の点検は、条例で定められた資格を有する者が実施しなければなりません。

### 点検時期

- ・屋外広告物を表示、設置、改造したとき
- ・表示、設置、改造したときから3年以内ごと

### 点検項目

本体および取付け部の変形・腐食、ボルトおよびビス等のサビ・緩み、照明の取付け状態等

詳しくは長野県のHP

(<http://www.pref.nagano.lg.jp/toshikei/kurashi/sumai/kokoku/jore/index.html>)でご確認くださいか、建設環境課生活環境係にご相談ください。



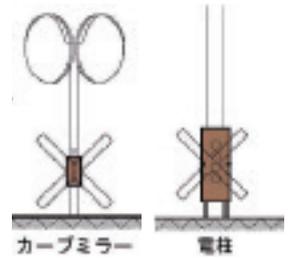
## 屋外広告物を掲出できない物件があります

長野県屋外広告物条例では、以下の禁止物件に屋外広告物を取り付けする行為は禁止されています。禁止物件に看板を設置している方は直ちに撤去をお願いします。

### ○屋外広告物表示禁止物件

信号機、交通標識、歩道柵(道路上の柵)、街路樹、カーブミラー、橋、電柱(禁止されている箇所)等

※広告物が表示設置されると、良好な景観形成を害するおそれがある公共的な性格のものを禁止物件としています。



詳しくは建設環境課生活環境係(電話0267-88-8411)にご相談ください。

## 災害時のためのペットの備えについて

災害時、あなたとあなたの大事なペットを守るために、いま、できることを考えましょう。

### 飼い主が今やるべきこと

#### ○住まいや飼養場所の防災対策

- ・家具やゲージの固定、転倒防止、落下防止
- ・ペットの避難場所の確保(ゲージ等)

#### ○しつけと健康管理

- ・不必要に吠えない、決められた場所で排泄できるようにしつける
- ・ゲージの中に入ることを嫌がらないように日ごろから慣らしておく



#### ○ペットが行方不明にならないための対策

- ・首輪と迷子札の装着
- ・鑑札、狂犬病予防注射済票の装着(犬の場合)
- ・マイクロチップの装着

#### ○ペット用の避難用品や備蓄品の確保

- ・健康や命にかかわるもの(ペットフード、水、ゲージ、ペットシーツなど)
- ・情報(飼主の連絡先と飼主以外の緊急連絡先、ワクチンの接種状況、ペットの写真など)
- ・ペット用品(タオル、ブラシ、ビニール袋など)

飼い主は、ペットを飼ううえで責任を持って、災害に対する十分な備えを行うことが必要です。

●お問合せ●建設環境課 生活環境係 電話0267-88-8411

# ご存じですか？マイナンバーカードには 2種類の有効期限があります！

マイナンバーカードは発行日から 10 回目の誕生日までがカード自体の有効期間です。(18 歳未満の人は5回目の誕生日まで) また別途、電子証明書の発行を受けている人は5回目の誕生日に「**電子証明書の更新**」が必要となります。



<おもて面>

本人確認書類の利用  
顔写真入りなので  
「**本人確認書類**」  
として使えます



マイナンバーカードの有効期限  
(顔写真付き身分証明書として使える期間)

※外国人の人は在留区分等により有効期間が異なります。

<うら面>

個人番号が記載されています。  
(ビニールのカードケースに入れて保管している場合は、隠れて見えないようになっています)



電子証明書の有効期限は、  
発行から**5回目の誕生日**

※有効期限が不明な場合は、マイナンバーカードをご持参のうえ、ご本人が役場窓口までお越しください。  
※電子証明書が有効期限切れにより失効してしまうと、コンビニ交付やマイナ保険証の利用が出来なくなりますのでご注意ください。  
※役場窓口で電子証明書の新規発行を行えば、また使えるようになりますのでご相談ください。

## 有効期限の3カ月前に「更新案内通知」が届きます

- ◆有効期限を迎える人に、有効期限の約3カ月前に地方公共団体情報システム(J-Lis)から**水色の封筒で有効期限通知が送付されます。**(転送はされない郵便物です)
- ◆更新手続きは有効期限の3カ月前からできますので、お早めの手続きをお願いします。
- ◆**カードと電子証明書どちらも有効期限を迎える人**は、あらたに顔写真を撮影して交付申請し、新しいカードの交付を受けます。その際、**現在お持ちのマイナンバーカードは返納**していただきます。
- ◆**電子証明書の有効期限だけ迎える人**は、カードの切り替えはなく IC チップに内蔵された電子証明書の更新ですので、役場窓口までお越しください。
- ◆2022 年4月1日の成人年齢引き下げ以前にカードを申請された人で、申請時点の年齢が20 歳未満の場合は、5回目の誕生日までがカードの有効期限となります。

## マイナンバーカードを健康保険証としてお使いいただく際のご注意

- ◆マイナンバーカードの交付時に「**電子証明書の発行を希望しない**」を選択した人、**すでに電子証明書の有効期限が切れている人はマイナ保険証を利用できません。**役場窓口で電子証明書の新規発行または更新を行ってからマイナ保険証の申込みをお願いします。
- ◆次の3 点に該当する人はすでにマイナ保険証の初回利用登録が完了しています。
  - ①窓口、スマホ等から「健康保険証利用申込」をしてマイナポイントの申込みをした人
  - ②カード交付時や、申請時に郵送受け取りを選択した際に保険証利用登録を希望した人
  - ③医療機関の顔認証付きカードリーダーで保険証利用の申込みをした人

●お問合せ ● 町民課 住民係 電話0267-88-8404

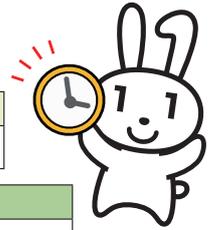
# マイナンバーカード平日開庁時間延長のお知らせ

住民係

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。

開庁日

月	月曜日(午後7時まで)
令和6年9月	2日、9日、17日、24日、30日



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、詳しくは8ページをご確認ください。  
また、持ち物などご不明な点は下記までお問合せください。

●お問合せ●町民課 住民係 電話0267-88-8404

## 下水道管に流していませんか？

上下水道係

下水道管に次のような物を流すと、汚水が流れなくなり悪臭の発生や下水道管のつまり、下水処理場の故障の原因となります。

### 流してはいけないもの

#### ★水に溶けないもの (紙おむつ、木片、 タバコの吸殻等)



下水道管のつまりや、ポンプ場・下水処理場の故障の原因となります。可燃ごみとして捨てましょう。

#### ★かみの毛



下水道管が詰まる原因となります。集めて可燃ごみとして捨てましょう。

#### ★油 類

油を下水道管に流すと徐々に固まり、つまる原因になります。

また、油の混ざった水を下水処理場できれいな水に戻すのは大変です。

料理で使った油は新聞紙や古い布に吸わせて可燃ごみとして捨てましょう。



#### ★薬品類



薬品（ガソリン・灯油等の燃料や農薬・殺虫剤など水質に影響をあたえるもの）は下水道管を溶かす原因となったり、下水処理場の故障や水質に影響がでますので専門業者で処分する等、正しい方法で処分しましょう。

■その他 油脂等が固着し、管路の閉塞に繋がるおそれがありますので、グリストラップ等を設置している施設や店舗につきましては、適切な清掃をお願いいたします。

●お問合せ先 建設環境課 上下水道係 電話0267-88-8410

## 結婚新生活を始めるための費用を助成します ～立科町結婚新生活支援事業～

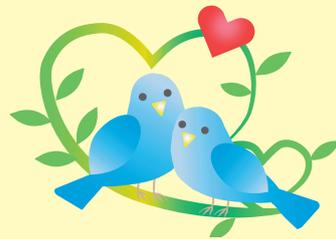
地域振興係

新婚世帯の住居費および引越費用を助成します。

### 【対象となる世帯】

次の①～⑤のすべてを満たす世帯が対象となります。

- ①令和5年1月1日から令和7年3月31日までに婚姻届を提出し、立科町に住民票のある世帯。
- ②婚姻の時点で夫婦いずれかの年齢が満40歳未満であること。
- ③夫婦の令和5年分（2023年分）の所得の合計額が500万円未満※であること  
※世帯年収約650万円未満に相当。
- ④町税等の徴収金に滞納がないこと。
- ⑤対象となる住居が町内にあること。



### 【対象となる費用】

令和6年4月1日から令和7年3月31日までの婚姻を機に生じた費用。

- ・新規の住宅賃貸費用（賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料）
- ・新規の住宅取得費用（中古住宅に限ります。）
- ・結婚に伴う引越し費用
- ・結婚に伴う住居のリフォーム費用

詳しくは町HPをご覧ください

（「立科町結婚新生活支援事業」で検索してください。）

### 【補助額】

該当した世帯に最大30万円を上限額とし交付します。ただし、ご夫婦ともに29歳以下の世帯には1世帯あたり60万円を上限とし予算の範囲内で交付します。

詳細はこちら



補助要件や申請手続きは、事前にお問合せください。

●お問合せ●企画課 地域振興係 電話 0267-88-7315

住んでいない、使っていない空き家をお持ちの方へ

地域振興係

## 空き家バンクに登録して、資産の有効活用をしませんか！

空き家バンク制度とは？

空き家の賃貸・売却を希望する所有者から提供された情報を、空き家をこれから利活用したいとお考えの方に紹介する制度です。

なお、空き家バンクに登録された物件を売買または賃貸いただくことで、改修、片付けに要した経費の2/3以内（最大50万円まで）の補助金が交付される「立科町空き家利用促進補助金」制度を活用いただくことも可能です。

### 町ホームページ

#### 空き家バンクについて

URL: <https://www.town.tateshina.nagano.jp/soshiki/kikaku/chiikishinko/775.html>

#### 空き家利用促進補助金について

URL: <https://www.town.tateshina.nagano.jp/soshiki/kikaku/chiikishinko/776.html>



空き家相談のお問合せ ふるさと交流館内(移住サポートセンター) 住所:立科町大字芦田2615-1 電話:0267-78-5645

# 立科町U・I・Jターン促進事業 新築住宅補助金をご活用ください

地域振興係

立科町へのU・I・Jターン者が行う住宅の新築に要する経費に対し、最大150万円の補助金を交付します。

## 【補助の対象となる人】

令和2年度から令和6年度までに新築住宅を取得し、次のすべてに該当する人

- ・移住者（本町以外の市区町村に5年以上居住し、平成31年4月1日以降に本町内に住民票を異動する人）  
※新築住宅が共有の場合、共有者が町内在住者である場合は除く。
- ・市区町村が賦課する町税等の徴収金に滞納がない人
- ・過去にこの補助金、又は立科町移住定住促進事業新築住宅補助金の交付を受けたことがない人

## 【補助額】

補助金の額は、次の各区分に記載する額の該当区分に応じた合計額となります。

- ・移住者 **50万円**
- ・移住者で申請時に移住者若しくは配偶者が満40歳未満の者、又は15歳に達する日の属する年度の末日までの間にある子を扶養し、かつ、同居する者 **50万円**
- ・移住者で申請時に移住者若しくは配偶者が町内の事業所に就職している常勤就業者（内定者含む）、又は個人事業主 **50万円**



●お問合せ●企画課 地域振興係 電話0267-88-7315

詳細はこちら

## ご利用ください「たてしなび」

企画情報係

立科町行政情報配信システム通称「たてしなび」では専用タブレットおよびスマホアプリ（アプリ名：ライフビジョン）で行政情報を受け取ることができます。

専用タブレットは、利用申込をいただくことで原則1世帯に1台を無償貸与しますので、ご希望の方は企画課企画情報係までご連絡ください。（端末充電にかかる電気代のみご負担をお願いします。）

また、ご自身のスマートフォンにアプリ「ライフビジョン」をインストールしていただくことで、専用タブレットと同様に情報を受信することができます。ご利用いただくためには、次のQRコードをご自身のスマートフォンで読み取り、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。

※スマートフォン版たてしなび（ライフビジョン）のダウンロードはこちら



※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。

●お問合せ●企画課 企画情報係 電話0267-88-8403

# 婦人科(子宮頸がん)検診

子育て保健係

子宮頸がんは、女性なら誰でもかかる可能性のある病気で、近年、39歳以下の女性で子宮頸がんの発病や死亡が増えています。検診を受けることで早期発見が出来れば、体への負担も少ない治療で済み、妊娠や出産も可能になります。20歳になったら、子宮頸がん検診を定期的に受けましょう。

お申込みいただいている人には、9月上旬に問診票等をお送りします。申込みがまだの人で、検診を希望する人は、お早めにお申込みください。

日 ち	10月15日(火)、16日(水)、25日(金)
受付時間	①午後1時 ②午後1時30分
場 所	立科町老人福祉センター
内 容	子宮頸部(子宮の入口)の細胞診・視診等 ※子宮体部(子宮の奥の方)の検診は実施しません
対 象 者	20歳以上の女性
検診料金	1,000円または節目検診無料券



※次に該当する人は、集団検診ではなく医療機関での受診をお勧めします。

子宮の全摘手術を受けている人、不正出血等の自覚症状がある人や子宮の病気で通院中(経過観察中)の人、性交渉の経験のない人、妊娠中・妊娠の可能性のある人

※生理中でも検査は可能ですが、出血量の多い2～3日目は避けましょう。

●お申込み・お問合せ●町民課 子育て保健係 電話0267-88-8407

## 救命講習会 開催のお知らせ

立科町保健委員会

保健委員会では、いざというときに役立つ救命講習会を開催します。町民であればどなたでも参加できますので、この機会にぜひご参加ください。

日 時	10月18日(金) 午後6時30分～8時
場 所	立科町中央公民館 大会議室
内 容	心肺蘇生法、AEDの使用法、応急処置法について
講 師	川西消防署 職員
対象者	立科町民(定員15名)
申込み	10月11日(金)までに町民課 子育て保健係へ電話または 右のQRコードからお申込みください。



●お問合せ●町民課 子育て保健係 電話0267-88-8407

## 令和6年度 予防接種ガイドの訂正について

子育て保健係

令和6年3月に全戸配付いたしました予防接種ガイドに下記のとおり誤りがありました。

お詫びして訂正いたします。ご不明な点につきましては子育て保健係(電話0267-88-8407)までご連絡ください。

〈訂正箇所〉 高齢者肺炎球菌 対象者  
誤) 65歳(昭和34年4月2日生～昭和35年4月1日生)



正) 65歳(接種日に65歳の者)

※これから誕生日を迎え65歳になる方には、誕生日の前月に通知をお送りします。

お酒は、社交の場や生活の楽しみとして、私たちの生活に浸透していますが、私たちがイメージするよりもずっと少ない量のアルコールで生活習慣病などの発症リスクを高めます。お酒に強い、弱いにかかわらず、飲酒が健康に悪さをしていないか確認しましょう。

適切な飲酒量と許容量

お酒は肝臓障害やアルコール依存症だけでなく多くの病気と関係しています。

自分に合った適切な飲酒量は、年齢や性別、体質等によって異なります。(表1)で示す「リスクが高まる純アルコール量までなら飲んでよい」と考えるのは誤りで、これよりも少ない量の飲酒を心掛ければ病気の発症の可能性を減らせると言われています。

(表1) 我が国における疾病別の発症リスクと飲酒量(純アルコール量)(参考文献)

	疾病名	飲酒量(純アルコール量)(g)	
		男性	女性
		研究結果(参考)	研究結果(参考)
1	脳卒中(出血性)	150g/週(20g/日)	0g<
2	脳卒中(脳梗塞)	300g/週(40g/日)	75g/週(11g/日)
3	虚血性心疾患・心筋梗塞	※	※
4	高血圧	0g<	0g<
5	胃がん	0g<	150g/週(20g/日)
6	肺がん(喫煙者)	300g/週(40g/日)	データなし
7	肺がん(非喫煙者)	関連なし	データなし
8	大腸がん	150g/週(20g/日)	150g/週(20g/日)
9	食道がん	0g<	データなし
10	肝がん	450g/週(60g/日)	150g/週(20g/日)
11	前立腺がん(進行がん)	150g/週(20g/日)	データなし
12	乳がん	データなし	100g/週(14g/日)



注) 「研究結果」の欄の数値については、これ以上の飲酒をすると発症等のリスクが上がると考えられるもの。「0g<」は少しでも飲酒するとリスクが上がると考えられるもの。「関連なし」は飲酒量(純アルコール量)とは関連が無いと考えられるもの。「データなし」は飲酒量(純アルコール量)と関連する研究データがないもの。「※」は現在研究中的のもの。

お酒に含まれる純アルコール量の算出式 摂取量(ml) × アルコール濃度(度数/100) × 0.8(アルコールの比重)  
 例) ビール500ml(5%)の場合の純アルコール量:500(ml) × 0.05 × 0.8 = 20(g)

わたしと健康

立科町にお住いのみなさんに、毎月、「わたしと健康」をテーマに何ったお話を掲載しています。お話を聞いてみたい人がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

質問内容: ①健康のためにやっていること ②始めたきっかけ ③それをやってよかったこと ④おすすめポイント

小池 明美さん(大深山)

- ①手をグーパーする、スクワット、かかと落とし
- ②保健委員会の研修会でからだチェックをしたこと
- ③ペットボトルの蓋やお菓子の袋が楽に開けられるようになった
- ④合間の時間を使ってできることをやっている

無理せずストレスにならない程度に続けることがコツだそうです。



減塩は健康への第一歩

みんなで食育



長野県民の1日あたりの食塩摂取量は、男性11.8g、女性9.6g※です。男女共に約9割の人が目標値である

1日7g※を超えています。食塩の摂りすぎは血圧の上昇につながりやすく、脳血管疾患や心疾患、腎疾患などの原因になります。また、胃がんのリスクを高めるとの研究報告もあります。日々の食事の中で、できることから減塩をすすみましょう。

塩分控えめのコツ

※第3期信州保健医療総合計画より

- ①旬の新鮮な食材を使う
- ②汁物は具だくさんにしよう
- ③調味料をかけるのは味を見てから
- ④「かける」より「つけて」食べよう
- ⑤漬物は量も回数も控えめに
- ⑥よく噛んで素材の味を味わおう
- ⑦ラーメンなどの麺類の汁は残そう
- ⑧低塩・減塩調味料を上手に使おう
- ⑨酸味・香辛料、香味野菜、ゴマやナッツを使っておいしさをプラス
- ⑩外食・加工食品などは栄養成分表示で食塩相当量を確認しよう

# ハートフルケアたてしなの決算について

町では社会福祉法人ハートフルケアたてしなと事業推進協議会を開催し、運営方針、事業内容、予算等について協議しています。

法人から、令和5年度の決算について報告がありましたので、国の「第三セクター等の経営健全化等に関する指針」に準じ、決算概要をお知らせします。

なお、詳細については社会福祉法人ハートフルケアたてしなのホームページをご覧ください。

令和5年度 資金収支計算書 より

事業活動収入計 ①	619,983千円
事業活動支出計 ②	553,584千円
事業活動資金収支差額 A (①-②)	66,399千円
施設設備等収入計 ③	100千円
施設設備等支出計 ④	62,783千円
施設設備等資金収支差額 B (③-④)	△62,683千円
積立資産取崩収入計 ⑤	0千円
積立資産等支出計 ⑥	2,707千円
その他の活動資金収支差額 C (⑤-⑥)	△2,707千円
当期資金収支差額合計 A+B+C	1,009千円

令和5年度は、前年度に引続き新型コロナウイルスの影響による介護老人福祉施設「すずらん」で入居抑制を行うなどの対応を迫られました。このため、決算では事業活動収入が前年と比べ減収となりましたが、事業活動支出において人件費の抑制及び光熱水費等の削減が図られ、1,009千円の黒字となりました。

○ 社会福祉法人ハートフルケアたてしな 事業資金借入金(元金)の償還金残額

R 5.3.31現在  
1,497,061千円

R 5年度償還額  
58,996千円

R 6.3.31現在  
1,438,065千円

## もしものときの

### 高齢者支援係

## 「見守り事前登録」を活用しましょう

認知機能の低下により、自分の家がわからなくなり行方不明になってしまうことがあります。

認知症等により行方不明になるおそれのある人の名前や住所、連絡先、写真等の情報を記載した「見守り事前登録票」を登録することで、万一行方不明になったときの捜索に役立て、早期発見・保護につなげます。



**【対象者】** 認知症等で行方不明になるおそれのある人

**【登録方法】** 「見守り事前登録票」に必要事項を記入し、顔写真と全身写真を1枚ずつ添付のうえ、提出してください。

**【相談・提出先】** 町民課 高齢者支援係

※登録された情報は、役場、警察署、担当民生児童委員で共有します。また、捜索が必要になったときには消防署へも情報提供します。

なお、秘密は厳守します。

●お問合せ● 町民課 高齢者支援係 電話0267-88-8406

## 認知症への理解を深めていきましょう

7月13日(土)に、毎年恒例のすずらん学級・立科町地域包括支援センター共催による映画鑑賞会が開催されました。今年は、若年性認知症と診断された丹野智文さんの実話に基づいた映画「オレンジ・ランプ」を上映しました。

当日は、30代～90代と幅広い年代の80名を超える皆さんが来場され、住民の皆さんの認知症への関心の高さを感じました。

国の推計では、2025年(令和7年)には、全国で約700万人(約5人に1人)が認知症になると予測されています。人生100年時代になり、認知症は誰もが関わる可能性のある病気の一つになっています。

町では、認知症について正しい理解を深めるとともに、認知症になっても安心して生活できる地域づくりを目指し、次のような取り組みをしていますので、ぜひご参加・ご活用下さい。

また、地域包括支援センターでは、高齢者の皆さんの「総合相談窓口」として、随時相談を受け付けておりますので、お気軽にご相談下さい。

学ぼう	認知症サポーター養成講座 (介護予防ポイント対象事業)	10月3日(木)13:30～ 老人福祉センター(集会室)
相談しよう	もの忘れ相談会 (個別相談・予約制)	10月10日(木)、12月12日(木)、令和7年3月6日(木) 老人福祉センター(機能訓練室)

どなたでも  
ご参加いただけます

●お問合せ●立科町地域包括支援センター(町民課 高齢者支援係) 電話 0267-88-8418

地域包括支援センター・高齢者支援係

## 知って・出会って・つながる

## 地域づくり出合いのひろば 開催!

「地域づくり出合いのひろば」は、シニア世代や地域づくりに関心がある団体や個人が、ボランティア活動や地域づくり活動などの社会参加活動に積極的に取り組めるよう、「一緒に活動する仲間を求め側」と「何か活動したい側」が【出合い、交流し、情報交換や意見交換ができる場】として開催します。

「立科町支えあい情報」に登録している団体や個人のパネル展示のほか、「ステージ発表」や「ボッチャ体験」などさまざまなプログラムがありますので、ぜひご来場ください。

日時: 9月21日(土) 13時30分～15時30分

場所: 立科町老人福祉センター 集会室

主催: たてしな“ずく”りの会

共催: 長野県長寿社会開発センター佐久支部

後援: 立科町教育委員会

対象: 概ね65歳以上の立科町在住の方、地域活動に関心のある人、情報がほしい人

※申し込みは不要です。



●お問合せ●たてしな“ずく”りの会事務局(町民課 高齢者支援係) 電話 0267-88-8406

## 『みんなで学ぼう人権』分館人権学習会を開催します



人権学習会を各分館において9月から10月（一部を除く）にかけて開催します。

人権は、年齢や性別、障害の有無、国籍、文化の違いなどを超えて、誰にでも認められる権利であり、私たちが幸せに生きるためのものです。私たち一人ひとりが人権について学び、人権問題を自分の課題としてとらえ人権尊重の意識や態度を身につけることで、人権が日常生活に「文化」として定着し、豊かで暮らしやすい社会が実現するのではないのでしょうか。

今回の学習会では「大切なひと」と題した、インターネット社会における部落差別をテーマとした映像作品を視聴します。

この作品は、インターネット上の一部の情報が、誤った認識や差別意識を助長すること、表現の自由を逸脱した許されない行為であると気付く大切さ、差別されている当事者が訴え続けるという負担を強いる社会構造の実態について理解するとともに、差別のない社会、誰もが一人の人間として尊重される社会の実現をめざすことを目的に制作されています。

すべての人が尊重し合いながら共生できる社会を確立していくために、この学習会を人権について考える機会としていただければと願います。大勢の皆さん、最寄りの会場へお出かけください。

**時間・場所** 午後7時30分～午後8時30分 各公民館または集会所

**内 容** 人権問題啓発ビデオの視聴と意見交換 等

## 【分館人権学習会の日程】

月 日	分館名	月 日	分館名	月 日	分館名
9月 1日(日)	蟹 窪	9月17日(火)	牛 鹿	10月15日(火)	日 中
9月 2日(月)	大深山	9月18日(水)	茂田井	10月17日(木)	古 町
9月 3日(火)	虎御前	9月19日(木)	五輪久保	10月18日(金)	平 林
9月 5日(木)	立 石	9月20日(金)	塩 沢	10月19日(土)	西塩沢
9月 6日(金)	山 部	9月26日(木)	真 蒲	10月20日(日)	大 城
9月 7日(土)	赤 沢	9月27日(金)	蟹 原	10月23日(水)	細 谷
9月 9日(月)	野 方	9月28日(土)	石 川	10月26日(土)	滝 神
9月10日(火)	和 子	10月 2日(水)	藤 沢	10月27日(日)	上 房
9月11日(水)	姥ヶ懐	10月 4日(金)	中尾・美上下	10月30日(水)	蓼 科
9月13日(金)	外 倉	10月 5日(土)	桐 原	11月 3日(日)	町
9月14日(土)	日 向	10月 7日(月)	中 原	12月 6日(金)	柳 沢

日程は都合により変更になる場合があります。



指導主事だより

なんだかうれしい

教育委員会

# ストケシアの花

「からだ」が自分の内側の世界に向かって開いているときは、「からだ」は様々なことを感じ取ることができます。学校で、大声や感情的な立ち振る舞いで怒鳴られたり、「なんで、そんなことで黙ってしまうのだ」「なぜ、最後まで発言しないんだ」・・・そんな感情(言葉だけではなく、無意識に醸し出す教師の雰囲気)をぶつけられたりし続けてきた子どもたちは・・・自分を守るために無意識の内に「からだ」全体を鎧でおおうようになっていきます。見えない鎧は、外からの刺激を遮断し、表情を押し殺し、感じることを遮断してしまいます。感じるという心をとめてしまうといってもいいのかもしれませんが。

そんな内面に気づかずに、全体と同じ歩調を求め続ける教師。教師の感情で自分が言いたいことが言えなかったり、したいことがどうということか分からなくなったりということでは、その子にとって教師はいなかったということになります

昨日、立科中学校の事務室で待機していた時のことでした。休み時間に校長室で堀内校長先生と談笑する中学生たちの姿がありました。楽しそうな会話が耳に入り、思わず聴き入りました。退室時一人の女生徒が「私、堀内校長先生の孫になりたい」と笑顔で退出していきました。楽し気に授業に向かう後ろ姿を見ながら、思い出したことがあります。

中学1年で出会ったAさん。発達障害を抱え口数が少なく、孤立しがちなAさん。なかなか口を開こうとしません。国語の授業で、Aさんに語ってもらうために様々な工夫や場を整えましたが、言葉を発してくれません。40代でしたので、様々な授業技術を駆使しながらぶつかっていましたが、思うようにいきません。1年後新しい支援員のM先生が学校に来られました。AさんがM先生と出会い、生活を共にしていく中で、M先生と楽しそうに会話をする姿に出会うようになりました。Aさんに関わり続けた先生方からは、時に嫉妬にも似た感情をぶつけられながら、「どうしてM先生ならしゃべるの?」そんな声もきかれるようになりました。M先生はもちろん感情をぶつけるような姿勢はとりません。

Aさんからの「お菓子が好き」という情報をキャッチし、季節に合わせた行事にまつわるヨモギ団子を作り始めます。限られた時間の中で、ヨモギを摘み、粉と混ぜ、あんこを入れ、・・・Aさんの話に耳を傾けながら、M先生はAさんに合うプロジェクトを企画実践されていきました。

子どもが子どもとして受け入れられる、また無条件に、その存在を肯定される、生まれてきたことが祝福され、その存在がとても大切に思われて、そこにいる。そういう居場所があってはじめて子どもが子どもとして存在できる・・・そんなことをM先生との日々の会話から思うようになりました。

家庭訪問の玄関先で「この花、素敵ね」とAさんに声をかけたM先生。Aさんは「先生、それはねストケシアの花だよ」と嬉しそうに教えてくれたそうです。

Aさんが様々な困難を乗り越え、高校生活に踏み出して2か月後、「ストケシア」の小さな苗がM先生に届けられました。

こんな教師や子どもたちとの出会いを思い返しなが、存在を肯定される、生まれてきたことが祝福され、その存在がとても大切に思われて、そこにいることができる・・・子どもたちが、そう感じる「教師のからだ」を考え続けていきたいと思えます。





【カヤック体験教室開催】

カヤックで女神湖をスイスイ！！  
満喫しよう！

初心者の方も経験者の方も大歓迎！！



体験料：無料

開催日時：9/1(日)、9/8(日)、9/29(日)、10/6(日)、10/20(日)、10/27(日)

13:00～



体験時間：概ね60分

利用申込：女神湖センターへ事前予約

利用制限：小学5年生以上とさせていただきます。

●お問合せ●

女神湖センター 電話 0267-55-6210

～有害鳥獣対策について～

農林係

依然として、ニホンジカ等有害鳥獣による農作物等への被害が多発し、農家に大きな損害を与えています。当町では農地の鳥獣被害防止設備の資材等の購入に要する経費に補助金を交付しています。

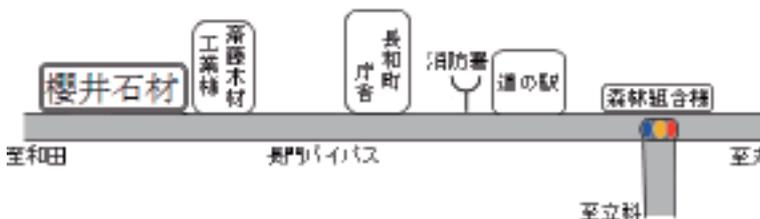
補助対象経費	補助率
立科町の区域内の農地において、鳥獣被害の防止のために農業者等が設置する次の各号に掲げる資材等の購入に要する経費。 ただし、総事業費は300,000円を限度とし、長野県農業共済組合の助成金を受けられる場合は対象としない。 (1) 電気柵 バッテリー含む。 (2) 防除柵 柵、ネット、トタン板等で鳥獣の侵入を防ぐものをいう。 (3) 音響設備 音又は音波で専ら鳥獣からの被害を防止するために開発された機器。ただし、爆音機は除く	購入に要した経費の1/3以内。 ただし、算出した額に千円未満の端数があるときは、これを切り捨てる。

最近サルを目撃情報が多発しています。遭遇した際は、目を合わせず近寄らず、エサを与えないようにしてください。目撃した際は、産業振興課 農林係までご連絡ください。

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. お墓の一部分だけをリフォームすることはできますか？

A. もちろんできます。例として「花立を直したい」、「墓石の目地を直したい」、「石張りにしたい」、「墓石をキレイにしたい」などさまざまなリフォームがあります。全部作り変えなくても見違えるようになります。まずはご相談ください。



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)

TEL 0268-68-3859 FAX 0268-68-4444

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



# INFORMATION お知らせ

## INFORMATION 「佐久一日合同行政相談所」の開設

登記、年金、道路、相続などについて専門家に無料で相談できます。（予約制、相談時間は1件につき20分）  
日 時 9月6日（金）  
13時～16時（15時35分受付終了）

場 所 佐久平交流センター  
参加機関 法務局、長野県、佐久市、年金事務所、公証人、弁護士、司法書士、行政書士、税理士、土地家屋調査士、行政相談委員

定 員 先着順  
予 約 7月29日から8月9日まで  
の平日8時30分～17時15分

電話：026-235-0128  
お問合せ 総務省長野行政監視行政相談センター  
電話：026-235-0128

INFORMATION  
（独）労働者健康安全機構  
労働安全衛生総合研究所からのお知らせ

国内で取り扱われている化学物質の中には、危険性や有害性を持つ物質が多くあるため労働者が安全に働けるように化学物質規制があります。



労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月から職場での化学物質規制が大きく見直しとなっております。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご覧ください。

お問合せ 事業者のための化学物質管理無料相談窓口  
電話：050-5577-4862

## INFORMATION 「県下一斉司法書士無料法律相談」相談所を開設

10月1日は「法の日」です。司法書士会では、「国民に身近な司法の実現」を目指して、県下の市町村において「無料法律相談所」を開設しますので、お気軽にご相談ください。

司法書士には守秘義務が課されており、司書士には守秘義務が課されておりますので、皆さんの秘密は厳守します。  
日 時 10月5日（土）午後1時～4時  
場 所 立科町中央公民館視聴覚室  
※予約は不要です

### 相談内容

- 不動産の登記、会社（法人）の登記に関すること
- 高齢者、障がい者等の財産管理に関すること
- 相続に関すること
- 不動産の売買、贈与等の取引に関すること
- 裁判所への提出書類の作成に関すること
- 借地借家に関すること
- 借金、売掛金等の回収に関すること

お問合せ 長野県司法書士会 佐久支部（齋藤）  
電話：0267-56-2263

## INFORMATION 住宅新築等における手続き等制度の変更のお知らせ

建築基準法及び建築物省エネ法の改正により、令和7年4月から建築にあたって必要な手続き等が変わります。令和7年4月1日以降に工事に着手するものが対象となりますので、住宅等の新築や増築のご予定がある方は改正法を踏まえ設計段階からご検討ください。

主な改正内容は次のとおりです。

1. 「省エネ基準適合」の対象範囲が変わります。
  - ・原則全ての新築住宅・非住宅に省エネ基準適合が義務付けられます。
  - ・建築確認手続きの中で省エネ基準への適合性審査を行います。
2. 「建築確認・検査」の対象範囲が変わります。
  - ・都市計画区域外においても、階数2以上または延べ面積200平方メートル超の建築物は全て建築確認・検査の対象になります。また、大規模な修繕・模様替えを行う際も同様です。
3. 「審査省略制度（いわゆる「4号特例」）」の対象範囲が変わります。
  - ・階数2以上または延べ面積200平方メートル超の建築物は、県内の全ての地域で確認申請の際に構造・省エネ関連の図書の提出が必要になります。

詳しくは、国土交通省ホームページをご覧ください。  
[https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/build/r4kaisei\\_shoenehou\\_kijunhou.html](https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/build/r4kaisei_shoenehou_kijunhou.html)



事業主さん

# 安心・有利・手軽な 国の退職金制度を活用しませんか。

## 中退共済

CHU 小企業 退 職金 共 済 制 度



国の退職金制度 掛金の一部を国が助成します。	掛金は全額非課税 手数料もかかりません。	外部積立型で管理も簡単 退職金試算額などをお知らせします。
---------------------------	-------------------------	----------------------------------

（独）勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

【上田地域定住自立圏主催】

## 39歳以下独身者向け婚活交流会



日時

11月24日(日)

午後1時～5時30分(12時30分から受付)

会場

上田東急REIホテル

上田市天神4-24-1電話 0268-24-0109

- 内容 男女別身だしなみ&婚活セミナー、1対1トーク、フリートーク
- 対象 39歳以下(昭和60年以降生まれの方)かつ、  
【男性】上田地域定住自立圏※に在住または在勤の独身の方  
※上田市・東御市・青木村・長和町・坂城町・立科町・嬭恋村  
【女性】独身の方(県内及び嬭恋村在住または在勤の方優先)
- 定員 男女各20名(合計40名)  
(申し込み多数の場合や、男女人数に偏りがある場合は、抽選により決定)
- 参加費 男性 2,000円 女性 1,500円  
※事前のお支払となり、支払後に参加を辞退された場合、返金はいたしません。
- 申込期間 9月2日(月)から10月20日(日)まで
- 申込方法 メール、または二次元バーコードを読み取りお申込みください。  
※電話、FAXによる申し込みはご遠慮ください。
- その他 お土産の用意があります。
- お問い合わせ



〒386-8601 長野県上田市大手1-11-16

上田地域定住自立圏中心市 上田市移住交流推進課

電話 0268-71-6734

E-mail : ueda-konkatu@city.ueda.nagano.jp



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：①1,000円  
②1,500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、ブルーベリーを栽培しています。  
※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

たてしなサンサンファーム

お気軽にお問合せください!

080-8086-5701(担当:今井)

児童館では、休館日の日曜日を、子育て中の親子の交流の場として開放しています。

- ・利用対象者 : 未就学児とその保護者
- ・開放時間 : 午前10時～午後5時
- ・利用方法 : 利用希望日の2週間前までに電話申込み
- ・問合せ先 : 立科町児童館 電話 0267-56-0248



## 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。中央公民館 0267-88-8417

教育委員会

### 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

### お話し会のお知らせ

#### 「ちいさなおともだちのおはなし会」

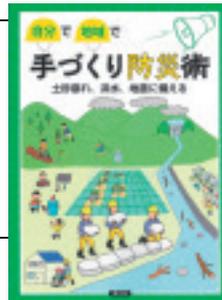
- 日時 9月25日(水) 午前10時30分～
- 場所 中央公民館 視聴覚室
- 対象 未就園児の親子  
絵本 紙芝居 手遊び 等



### 新着本

「自分で地域で手づくり防災術」土砂崩れ、洪水、地震に備える  
農山漁村文化協会(編)農山漁村文化協会(出版)

「手づくり防災術」とは、自給の力や地域の力で自然災害に備える工夫のこと。ミニ太陽光発電、ポリ袋調理、田んぼダム、手づくり防災マップなど、防災、減災の実践を多数収録。



「方舟を燃やす」 角田 光代(著)新潮社(出版)

口さげ女はいなかった。恐怖の大王も来なかった。でも疾病が流行し、今日も戦争は続いている…。オカルト、宗教、デマ、噂、フェイクニュース、SNS。誰もが何かを信じたいこの世界で、信じることを意味を問う長編小説。

### 「かぜがつよいひ」

昼田 弥子(作)シゲリ カツヒコ(絵)くもん出版(出版)

強い風が吹く日、お母さんが買い物に行きました。留守番をする姉と弟は、しりとりをして遊ぶことに。ところが外では、2人が口にするものが次々と風で飛ばされていき…。圧倒的画力で描く、ナンセンスしりとり絵本。



### 「一生モノの生理とからだの取り扱い大全」

保健師めぐみ(著)日東書院本社(出版)

生理の「正常な範囲」って？産婦人科って何をするとこ？  
“生理のお悩みアドバイザー”が13歳から更年期世代までの女性ならではの悩みを解決！自分のからだを大切に思うすべての女性に寄り添う一冊。



デジとしょ信州(市町村と県による電子図書館)のお申し込みは、  
図書館カウンターまでどうぞ！

公民館図書室では、立科町にお住まいの方の申請を受け付けています

デジとしょ信州



### ●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  
トップのバナーをクリック！

皆様のご来館を  
お待ちしております

# 9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でご確認ください。

### 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～

9月 9日(月) リトミック  
13日(金) ちびっこ広場  
19日(木) 親子運動遊び  
27日(金) ちびっこ広場

### 放課後子ども教室

9月 2日(月)	わくわく教室	19日(木)	囲碁・将棋教室
5日(木)	囲碁・将棋教室	20日(金)	学習教室
6日(金)	学習教室	25日(水)	スポーツ教室
11日(水)	スポーツ教室	26日(木)	囲碁・将棋教室
12日(木)	囲碁・将棋教室	27日(金)	学習教室
13日(金)	学習教室	30日(月)	わくわく教室

※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。



「わくわく教室」七夕飾りを作り、短冊に願いを込めました



「ちびっこ広場」「フラワーアート～壁飾り作り～」



「シャボン玉遊び」

お問合せ 立科町児童館/電話 0267-56-0248

たてしな保育園の  
子どもたち



ひよこ組

七夕飾りの前でパチリ☆みんなの願いが叶いますように！



あひる組

雨の日。カッパを着てみんなでお散歩。水溜まりで遊んだり、カエルを探したり、雨でも楽しかったね☔



年中組

はじき絵、にじみ絵、紋切りなど、様々な技法を使って七夕飾り作りをしました☆



年少組

あさがおの芽がでたね🌱。どんな花が咲くのか楽しみだね♪どろんこ遊びも楽しんでいます。



年長組

自然観察。長門牧場、御泉水自然園、車山高原などに行き、地元の自然や景色を満喫しました♪

## 立科小学校6年生の土屋夢紅さん つちやみく 小学生の水泳全国大会で優勝！

8月3日(土)・4日(日)、愛知県で開催された「とびうお杯第39回全国少年少女水泳競技大会」で、立科小学校6年生の土屋夢紅さんが、女子100m自由形で優勝、女子50m自由形で3位に入賞し、8月15日(木)、両角町長に成績報告を行いました。

とびうお杯は、これまで多くの五輪メダリストたちも出場した、小学生の水泳全国大会で、土屋さんは女子100m自由形で1分01秒69、女子50m自由形で28秒28の好成績を納めました。

今後の目標は、「オリンピックに出てみたい!」と語り、両角町長も「立科町で初めてのオリンピック選手になることを期待しています。」とお祝いの言葉を送りました。



## 立科中学校 陸上・卓球・水泳・吹奏楽 県大会に出場！

中学校の県大会が各日程で開催されました。

陸上は、6月29日(土)・30日(日)、2年生の矢島羽花さんやじまはなが走幅跳、1年生の坂田遙空さんさかたはるかが3000mに出場。

卓球は、7月14日(日)、3年生の小池志奈さんこいけこなが個人戦に出場。

水泳は、7月13日(土)・14日(日)、3年生の市川大翔さんいちかわやまとが100m・200m平泳ぎに出場。

吹奏楽は、8月7日(木)、北御牧中と合同演奏で出場。

生徒の皆さんは、日ごろの練習の成果を発揮し、健闘しました。

## スポーツ少年団野球部 長野県スポーツ少年団競技別交流大会で2位の好成績！

7月6日(土)に令和6年度長野県スポーツ少年団競技別交流大会(軟式野球)が須崎市にて開催されました。

4会場に分かれての開催となりましたが、立科町スポーツ少年団野球部は浅科BBCとの合同チームで大会に臨み、北信地区代表を相手に2位の好成績を残しました。



## JFA こころのプロジェクト「夢の教室」

公益財団法人日本サッカー協会（JFA）「夢の教室」を7月23日(火)に立科小学校の5年生、7月24日(水)に立科中学校の2年生を対象に実施しました。

夢の教室は、その道で活躍されてきたアスリートの皆さんが「夢先生」として学校を訪れ、夢を持つことやその夢に向かって努力することの大切さなどを伝える事業で、小学校には、ソチオリンピック女子フリースタイルスキーハーフパイプ銅メダリストのおのづかあやな小野塚彩那さん、中学校には、バンクーバーパラリンピックアイススレッジホッケー銀メダリストのまじまこと馬島誠さんが来校し、夢先生自らの経験を基に子どもたちへの大切なアドバイスをもらいました。



(中学校体育館)



(小学校体育館)



(小学校5年1組の教室)



(中学校2年1組の教室)

## 蓼科クロスカントリーコース改修記念セレモニー

町では、蓼科クロスカントリーコースをよりよい環境で使用いただくために、800mコースの新設と雨水への耐性を向上させる改修工事を行い、この工事の竣工を記念するセレモニーを8月9日(金)に開催しました。

日頃から当施設をご利用いただいている陸上競技部の皆さんをお迎えし、新設した800mコースでのリレー大会も同日開催され、和気あいあいとした雰囲気の中、蓼科クロスカントリーコースを部員の皆さんが駆け抜けていきました。



## 第19回長野県キャンポリー開催

4年に一度の長野県キャンポリーがしらかば2in1スキー場において、8月7日(水)から8月12日(月)の日程で開催されました。長野県キャンポリーは県内のボーイスカウトを中心に開催される野営大会です。

今回は第19回目の開催となり、「X in 1 (エックス・イン・ワン)～仲間の力と心を合わせて～」をテーマに、スカウトと指導者あわせて約180名が集まりました。



# 9月町民カレンダー

行事予定	
1	日 総合防災訓練
4	水
5	木
7	土
8	日 第35回地域福祉推進町民大会
9	月
11	水
16	月 立科町敬老の日式典
18	水 第18回権現の湯マレットゴルフ大会
19	木
21	土 秋の全国交通安全運動（～30日）
22	日 第45回立科町長旗杯争奪スポーツ少年団軟式野球大会
25	水
27	金 立科町戦没者追悼式 立科中学校蓼秋祭（～28日）
30	月

保健・介護
お口の健康教室(申込制)
乳児健診 4・5か月児(R 6.3月～4月) 10・11か月児(R 5.9月～10月)
パパママ SARON(要予約)
健診結果相談会（～11日）
赤ちゃん相談室・母乳相談（要予約）
超音波検診（乳がん検診）
子育て相談(要予約)
親子にこここ教室(要予約)

### 各種相談日

- 結婚情報センター相談会  
9月8日(日)、15日(日)  
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  
9月20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  
川合登巳雄心配ごと相談員  
◎立科町社会福祉協議会  
電話0267-56-1825

- 固定資産税(第3期)
- 国民健康保険税(第4期)
- 介護保険料: 普通徴収(第6期)
- 後期高齢者医療保険料(第3期)
- 上下水道料金

## 9月の納税

### 連絡先

立科町役場 電話 0267-56-2311(代表)  
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

たてしな保育園 電話 0267-56-0022

こども未来館(児童館) 電話 0267-56-0248

老人福祉センター 電話 0267-56-1825

立科温泉 権現の湯 電話 0267-56-0606

### 夜間・休日の急な病気やケガの相談

夜間・休日に急な病気やケガの時は電話相談を活用しましょう

こども医療電話相談(毎日19時～翌8時) #8000

救急安心センター(平日19時～翌8時 土日祝24時間) #7119

### 町のデータ7月

7月1日～7月31日の状況

人口 8月1日現在(7月31日届出まで) ( )内は前月比

人口	6,704 ( +1)	出生	3
男	3,340 ( -2)	死亡	14
女	3,364 ( +3)	転入	27
世帯数	2,913 ( +2)	転出	15

### 気象

		今年	平年値
気温	平均	24.1℃	22.3℃
	最高極日	34.6℃ / 23日	36.0℃ / R 4
	最低極日	16.0℃ / 13日	9.6℃ / S 57
降水量		138.5mm	150.6mm
降水量(1月～)		785.5mm	579.0mm
日照時間		169.3時間	169.1時間

### 救急

	出動件数		年間累計	
	今年	前月	今年	前月
交通事故	1	1	16	16
その他	45	44	266	266
合計	46	45	282	282

	火災		年間累計	
	今年	前月	今年	前月
建物火災	0	0	0	2
その他	0	0	0	2
合計	0	0	0	4

## 休日緊急当番医

● 午前9時～午後5時 (歯科 午前9時～正午)

1	日	ひかり医院 軽井沢病院 金澤病院 佐久平整形外科クリニック 土屋歯科医院	小諸市 軽井沢町 佐久市岩村田 佐久市岩村田 軽井沢町	0267-22-8878 0267-45-5111 0267-67-2048 0267-66-7150 0267-45-4512
8	日	矢島医院 軽井沢西部総合病院 柳澤クリニック分院 佐久平透析クリニック 小林歯科医院	小諸市 御代田町 佐久市佐久平駅北 佐久市佐久平駅南 小諸市	0267-22-8148 0267-32-4711 0267-78-3355 0267-68-5423 0267-25-3708
15	日	甘利医院わだ 軽井沢病院 わかば内科クリニック 斎藤産婦人科医院 土屋歯科クリニック	小諸市 軽井沢町 佐久市中込 佐久市中込 佐久市望月	0267-26-5500 0267-45-5111 0267-67-6655 0267-62-0823 0267-54-2317
16	月	市川医院 いけお内科クリニック 関口内科クリニック おおくら皮フ科 植木歯科医院	小諸市 軽井沢町 佐久市中込 佐久市佐久平駅北 軽井沢町	0267-25-1200 0267-45-7328 0267-63-5100 0267-65-9915 0267-45-5291
22	日	高橋内科医院 軽井沢病院 三木クリニック いまいレディースクリニック てらお歯科医院	小諸市 軽井沢町 佐久市岩村田 佐久市岩村田 軽井沢町	0267-23-8110 0267-45-5111 0267-77-7376 0267-66-7050 0267-42-9123
23	月	小諸南城クリニック 井田医院 佐久心臓血管クリニック みさと皮フ科クリニック 林歯科医院	小諸市 御代田町 佐久市岩村田 佐久市白田 小諸市	0267-26-5222 0267-32-3845 0267-67-0022 0267-78-3132 0267-22-0152
29	日	柳橋脳神経外科 軽井沢病院 あさまコスモクリニック 佐久平エンゼルクリニック ゆみ歯科医院	小諸市 軽井沢町 佐久市長土呂 佐久市長土呂 小諸市	0267-23-6131 0267-45-5111 0267-66-7701 0267-67-5816 0267-26-2580

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、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 050-3033-0665