



ご成人おめでとうございます
令和3年 生坂村成人式

節目を祝う 令和3年生坂村成人式



一月六日(土)、生坂村成人式を生坂中学校体育館で行い、令和三年で成人を迎える皆さん一九名が出席し、大人の仲間入りをしました。

まず初めに、懐かしの中学校昇降口前で記念写真を撮影しました。その後式典では、スーツや艶やかな振袖に身を包んだ成

人者の皆さんへ、藤澤村長より式辞が、太田村議会議長より祝辞が添えられ、それぞれの立場からお祝いのご褒が贈られました。



した。

新成人を代表し原田愛加さん(日岐)が「皆様からのお祝いとお言葉をいただき背筋の伸びる気持ちでございます。ここに集う仲間たちその誰もが、社会の中で自分の力を役立たせたいと思っていることに間違いはありません。昨今の新型コロナウイルスの渦中でも、自分たちでできることを全うすることを大切にしていきたいと思えます。まだまだ未熟ではあ

りますが、精進してまいりますので、より一層のご指導のほどお願い申し上げます。」と答辞を述べ、成人した決意が示されました。



この後、小学校から中学校までのスライドを鑑賞し、映し出されたシーンに当時の記憶をたどったり、一人ずつ近況をスピーチしたりと、思い出話や久しぶりの再会に皆で盛り上がりました。

また、今回はZoomを使ったオンラインによる参加も可能とし、会場に来ることができなかった成人者とも、旧交を温め合っていました。

素晴らしい作品が立ち並ぶ 第四六回文化祭展示発表会

ばせたりしていました。

来年も、大勢の方の出展と、多くの皆さんに会場していただきたいと思えます。

今年で四六回目を迎える村の文化祭が、村内の個人やクラブなどで活動する皆さんから出展をいただき、一月三日(水)から七日(日)までの五日間農村資料館にて開催しました。

今年度も、赤とんぼフェスティバルの中止に伴い、文化の日に合わせての開催となり、開催初日にセレモニーなどは行わず、静かな幕開けとなりました。

今年も、村内で活動するサークルやクラブの皆さんの作品、公民館教室に参加して作成した作品が数多く出展され、観覧された皆さんは、一点一点の出来栄えに見入っていました。

個人作品では、例年展示していただいている皆さんのほかに、北澤敏子さん(草尾)の『木目込人形』や、瀬戸恵子さん(上生坂)の『モルタルデコ』などが出品されました。

期間中は九〇名程の方が訪れ、小学校・中学校の児童生徒の作品や展示発表を見て、感嘆の声を漏らしたり、顔をほころ



今年も開催「イクラン」!!松本山雅FC」

今年度もホームタウンとなっている松本山雅FCのご協力をいただき、一昨年、昨年に続き「イクラン」!!松本山雅FC」が一月二三日(火)勤労感謝の日に開催されました。今年度も昨年同様、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策を講じた上で、多くの皆様のご理解とご協力により、無事に開催することができました。



コロナ禍ではありましたが、村内外より一五二名のランナーが参加し、総合運動場をスタート・ゴールに、草尾・昭津・大日向地



区の犀川沿いの村道を三キロの部、五キロの部、一〇キロの部の三コースで走っていただきました。

また、一〇キロには松本山雅FCより神田文之社長と元選手で現在はチームスタッフとして在籍される片山真人さん、今井昌太さん、阿部琢久哉さんの四名の方にもご参加いただきイベントを盛り上げていただきました。

九時過ぎより、藤澤村長と神田社長からご挨拶をいただいたあと、事務局より注意事項などのご案内をし、九時二〇分に神田社長の号砲で五キロの部二三名

続いて九時二五分には三キロの部四九名がスタートしました。三キロと五キロ二つの部全員のゴールを確認したのち、一〇時五分に藤澤村長の号砲により、一〇キロの選手の皆さん七九名が一斉にスタートを切りました。選手の皆さんは、周りの声援を受けながら快調に走り出し、あつという間に見えなくなりました。今回も前回までと同様に一〇キロへのエントリーが一番多く、第一回目から続けてご参加された方や普段から走りこまれていて足に自信のある選手も多く見られました。

競技終了後の閉会式は行わず、コースごとに記録証と参加賞、一〇キロの男女一位の選手には副賞が手渡されました。



松本山雅FC 交通安全かるた 寄贈式

生坂小学校では、一月三〇日(火)に松本山雅FCによる「松本山雅FCガンズくん交通安全かるた」の寄贈式が行われました。



このかるたは、松本山雅FCが、オフィシャルスポンサーのNTPトヨタ信州株式会社との協賛により地域の未来を担う子どもたちの健全な心身の育成を願い、交通安全について楽しみながら学ぶことを目的として制作されました。

これまでホームタウンの市町村の各小学校に贈呈してきており、本年度は、生坂小学校が対象となりました。

当日は、代表児童として小学



六年生がランチルームに集合して、松本山雅の神田社長をはじめ、スポンサー関係者やスタッフの方、来賓として、藤澤村長や樋口教育長、駐在所の古幡巡査部長にもご参加いただき式典が行われました。

駐在所の古幡巡査部長に交通安全のお話を聞いた後、贈呈では、ガンズくんが登場して、小学生の代表者にかかるたが直接手渡されました。その後、グループに分かれて、教育長が交通安全に関する読み札を読み上げて、かるた取りが行われました。

今回、生坂小学校には一セットのかるたが寄贈されました。小学生の皆さん、交通安全に心がけて、楽しくかるた取りをしてください。

♪金管バンド部 今年は 北部吹奏楽祭、音楽会で発表ができました。♪

生坂小学校金管バンドは4年生8名、5年生12名、6年生15名の35名で活動しています。

今年度も、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、感染レベルが高くなると、練習を中止しなければならなかったり、感染レベル4以上になると全体練習ができないので、パート練習をしたりと、思うような練習はできませんでした。しかし、昨年参加できなかった北部吹奏楽祭や、校内音楽会に参加し、発表したいという願いを持って、練習が出来る時はコロナ対策をしながら活動していました。

今年度は、心配していたコロナ感染状況も落ちつき、北部吹奏楽祭と音楽会に無事に参加することができ、子どもたちにとって、良い経験になったと思います。

○北部吹奏楽祭に参加した感想

初めて参加したので緊張したけれど、全力でできたのでよかったです。 吉井 健琉

すごく緊張したけれど他の学校の演奏がすごかったから、自分も頑張ろうと思って演奏することができました。 平林 隼

今年は、参加することができたので、はりきって演奏することができました。緊張もしたけれど楽しかったです。 藤原 優杏

練習した時よりも、上手にきれいな音で吹けたと思いました。本番の緊張感でしっかりと吹けました。最後なので参加出来て良かったです。 平林 真依

○他の学校の演奏を聴いた感想

少人数でも、しっかり演奏していてすごかった。聴いていて楽しかった。 腰原 光星

生坂中のみんながのりのりですごく良かったです。 久恒 空楽

中学生たちの演奏はびっくりするほど上手で、私もあんな中学生になりたいです。新しい目標ができました。他の学校も少人数なのにまとまっていてすてきな演奏でした。 市川 結唯

○音楽会で演奏した感想

北部吹奏楽祭よりも、レベルアップできた。リズムののって演奏ができた。 濱野 楽

北部吹奏楽祭よりも、上手に演奏できたし、指揮をしっかりとして見て吹けたので良かったです。 日岐 愛莉

自信を持って演奏でき、今までで演奏した中で一番上手に演奏できました。 平林 紗妃

○金管バンドの活動の感想

5年生と教え合っ練習できて良かったです。みんなと一緒に演奏できて楽しかったです。いい思い出になりました。 平林 蘭

最後の音楽会をやりきれました。これからは、3年生に教える側なので、もっと曲がまとまるようにわかりやすく教えてあげたいです。いままでありがとうございました。 後藤 杏奈

最初は、吹けなくてつまらないと思っていたけれど、練習していくうちに、できるようになり、金管の楽しさが少しずつわかってきました。練習をすれば、「つまんない」「やめたい」から「楽しい」に変わるんだなと思いました。報われるまで努力する。 吉井 智哉



令和3年度標津町交流学習



鮭の遡上見学



チョウザメとのふれあい (サモン科学館)



330度地球が見渡せる開陽台



歓迎式



絶品グルメの数々

10月22日(金)~10月24日(日)に、2・3年生で北海道標津町へ交流学習に行ってきました。標津中、川北中の両中学生をはじめ、体験先の方々に至るまで、町を挙げて歓迎していただきました。
この交流事業のおかげで、標津町の皆さんの温かさにふれ、生坂村とは違う生活文化にふれることができました。また、生坂村の魅力を見つめなおすことにもつながりました。今回の交流をこれからの人生に役立てていきたいです。



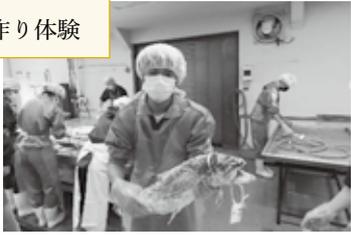
広大な湿原散策



ポー川でのカヌー体験



新巻鮭作り体験



北方領土学習

国後島近海での洋上クルーズ体験



中標津空港にて(お見送り)



紅葉の大城・京ヶ倉に登ろう！ 秋のトレッキングツアー

一月七日(日)に秋の大城・京ヶ倉トレッキングツアーを開催しました。

「大城・京ヶ倉を広く世に出す会」により、この時期に見頃の紅葉を山頂から見えて楽しんでいただくかと企画しているツアーです。

昨年の春・秋と今年の春は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、開催中止となっていました。また、感染症拡大防止策を講じ、二年振りの開催となりました。

村外から二六名の参加者と本会会員、いくさか大好き隊員、観光協会事務局職員一三名の総勢三九名でトレッキングを楽しみました。

当日は午前八時にB&G下駐車場に集合し、出発式後、マイクロバスで万平登山口へ移動しました。移動後登山口で準備体操を行い、四班に分かれ、各班一列になって途中休憩を挟みながら、ゆっくりとしたペースで登りました。



おおこば見晴台や馬の背からの眺望を楽しみながら生坂の秋を堪能していただき、京ヶ倉山頂では班ごとに記念撮影をしました。

京ヶ倉山頂では、ツアー参加者以外にも多くの一般登山者がおり、大変賑わっていて今までのPRや登山道整備を続けてきた成果だと感じました。

大城山頂にて軽食をとり、下生坂眠り峠を通過して、下山しました。

今年も新型コロナウイルス感染症対策のため、例年実施していた交流会は中止としましたが、

参加者の皆様には、お土産として、かあさん家の灰焼きおやき、おからクッキー(巨峰)とやまなみ荘の入浴券、そして登頂記念ピンバッジをお渡ししました。

今回は、晴天の中ツアーを開催することができ、怪我やリタイヤする方も無く、無事にツアーを終了することができました。

「大城・京ヶ倉を広く世に出す会」と「生坂村観光協会」では、今後も引き続き登山道整備やツアーの開催、宣伝、PRなど地域振興のための活動を進めてまいります。

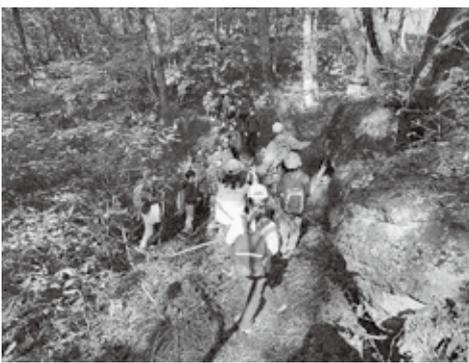


金戸山で百体観音のクイズに挑戦 巡礼 金戸山百体観音

山清路金戸山百体観音保存会と教育委員会、公民館の共催で、一月三日(水)の文化の日に合わせて「みんな登って 金戸山でナゾをとく」と題し、クイズやトレッキングを楽しみました。

この金戸山百体観音めぐりは、毎年文化の日に行っていますが、昨年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となっており、二年ぶりの開催となりました。

当日は、肌寒い陽気でしたが参加者の皆さんは、有識者の山越正義先生の説明を聞きながら、トレッキングを楽しみました。



山中には、百体観音にまつわるクイズが設置されており、金戸山の標高や、百体観音の由来を当てる問題などに挑戦していただきました。

来年度も一月三日「文化の日」に合わせてイベントの開催を予定していますので、ぜひご参加ください。

道の駅いくさかの郷だより

今年も残すところ数日となりました。一年間、道の駅いくさかの郷をご愛顧いただき誠にありがとうございました。

一月、直売所では、梨、柿、長芋、自然薯、なめこ、しいたけ、ヒラタケ、ネギ、白菜、ほうれん草、カブ、大根、野沢菜、カリフラワー、豆類など、地元産の新鮮な農産物が生産者の皆さんから出荷され、大勢のお客様にお買い求めいただきました。

また、一月六日(土)には、県産食材「食べて応援」地域内消費推進事業を活用して、信州プレミアム牛肉、信州サーモン、信州黄金シャモの注文受付を行い、二三日(火)の勤労感謝の日に合わせて商品をお渡ししました。

どの商品も立派で、お買い上げされた皆様に、各ご家庭などで味わってもらい、大変満足していただきましたので、これをきっかけに県産食材への関心がさらに高まったと感じています。

そして、一月二〇日(土)には、毎月第三土曜日恒例の特産

市を開催し、おじさま倶楽部の

「信州ひすいそば」、女・人竹こくらぶの「竹っこおやき」「竹っこ弁当」、こなもん工房の「石窯

焼きピザ」に加え、商工会青年部の皆さんが、大阪焼きを販売して、会場を盛り上げてくれました。

各団体の皆さん、道の駅いくさかの郷を盛り上げていただき誠にありがとうございます。

道の駅いくさかの郷では、お客様に安心してご利用いただくため、引き続き新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を講じてまいりますので、ご協力をお願いいたします。



歩こう部活動紹介

新型コロナウイルス感染症拡大防止のためお休みしていた歩こう部の活動が、一〇月から再開しています。今回は一月の歩こう部の活動をご紹介します。

一月二日は、小立野公民館前集合で、北アルプス展望と犀川コースでした。ウォーキング前のストレッチ体操の時は少し冷たい風を感じていましたが、歩き始めると心地よい風に変わり、紅葉が始まった犀川沿いの道をそれぞれのペースで一時間ちよつとのウォーキングを楽しみました。このコースはハナモモの花が咲く時期もとても素敵な景色になるので、来春も楽しみなコースです。

一月九日は、B&G海洋センターでけん玉講座がありました。作業療法士の先生とけん玉を使ってエクササイズをしまし



た。手を使って、足を使って、けん玉を乗せたり、動かしたり、意外と普段使わない筋肉を使つたように感じます。最後にみんなで足を使い、けん玉を乗せるリレーをしました。みなさんとっても上手に落とさずにでき、最後はみんなで笑顔になり、拍手で終わってとっても楽しかったです。



一月一七日は、南部交流センター集合で、下生野から日岐までの往復で一時間弱のメタボ解消コースでした。コース途中の史跡についての話題から、冬支度の話題まで出て、終始笑顔いっぱい楽しめました。紅葉した木々の間から陽の光が映えて見える川面はとてきれいでした。

毎回一三〜一五名の参加があり、無理なく自分のペースで歩いています。会話や景色を楽しみながら歩いて心身ともにリフレッシュしましょう。



これから寒い時期になるとウォーキングの機会も減ってきます。歩こう部では、屋内での運動の機会もありますので、脚力や体力に自信がないと思われる方もぜひお気軽にご参加ください。

寒さと運動不足で身体がかなりがちです。テレビを見ながら、お風呂上がりになど、ストレッチ体操を毎日の生活の中に取り入れてみましょう。

令和4年度「地域発 元気づくり支援金」の 事業を募集します

長野県では、令和4年度の「地域発 元気づくり支援金」の事業募集を行います。この支援金は、市町村だけでなく、地域づくりを行うグループや協議会など幅広い団体を支援対象としていることから、「地域をよくしたい」「こんな活動してみたい」などの地域づくりの支援要望がありましたら、奮ってご応募ください。

◎ 支援対象事業及び対象事業例

自らの知恵と工夫により自主的、主体的に取り組む地域の元気を生み出すモデル的で発展性のある事業に対して、必要な経費を支援します。

事業区分	支援事業例
地域協働の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域協働にもとづく道普請 ・ 地域づくり市民フォーラムの開催
保健、医療、福祉の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・ 活動量計等を活用した健康づくり促進のための環境整備 ・ 障がい児者、高齢者等を対象とした口腔ケア ・ 子育て支援を行うためのネットワークづくり
教育、文化の振興	<ul style="list-style-type: none"> ・ 伝統文化の保存、伝承事業 ・ 外国籍市民との交流事業 ・ 食育シンポジウムの開催 ・ 文化・スポーツ振興のための交流イベントの開催や環境整備
安全・安心な地域づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・ 防災対策や防災意識の向上に資する事業 ・ 住民支え合い防災マップの作成 ・ 救命救急講習会の開催 ・ 自主防災組織の活性化支援
環境保全、景観形成	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自然エネルギーの普及・拡大に関する事業 ・ 公園や里山の遊歩道整備・花木の植樹 ・ ホタルの飛び交う自然環境の再生事業 ・ 地域の貴重な財産を後世に残すための景観整備 ・ その他美しい景観の形成に資する事業
産業振興、雇用拡大 (観 光) (農 業) (林 業) (商 業) (その他)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 観街歩きガイドブックの作成、観光ボランティアの育成 ・ 遊休荒廃農地の復元事業 ・ 間伐材を活用した木炭の生産支援、森林体験学習事業 ・ 商店街活性化イベントの開催、空店舗を活用した定期市の開催 ・ 工業展等の開催、特産品開発、技術者養成講座の開催 ・ 障がい者、女性、若者の雇用促進及び就業・定住支援事業
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・ 移住希望者に対する暮らしや仕事を体験する場の提供 ・ 結婚活動を支援するための出会いの機会の提供

※表記の事業は参考であって、あくまで県で示す一例です。

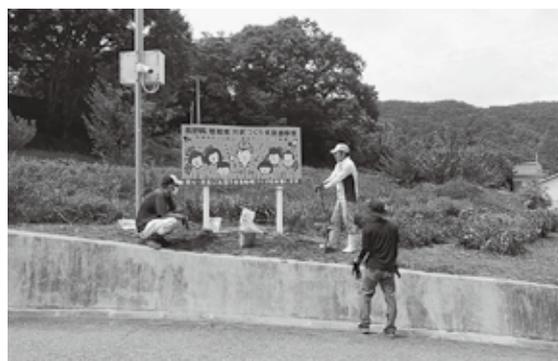
◎支援対象者

- ・市町村、公共的団体等（県内に事務所を有し、公共的活動または地域の活性化に資する活動を営む団体）

◎支援内容

事業	補助率	重点テーマに該当する場合の補助率
ソフト事業	3 / 4 以内	4 / 5 以内
ハード事業	2 / 3 以内	3 / 4 以内

- ・ハード事業：道路、水路、建物等の建設または改修、1件10万円以上の備品の取得など
 - ・ソフト事業：ハード事業以外
- 補助限度額 ・補助額の下限30万円



地域まるごと安心・安全ネットワーク事業
(大日向葡萄生産組合)

◎県の担当者による事前相談会

- ・「計画書の書き方がわからない!」、「この経費は対象にしてよいの?」など事業計画書の提出前の疑問に県の担当者がお答えします。事前相談会への申し込みは、役場村づくり推進室 (TEL 0 2 6 3 - 6 9 - 3 1 1 1) までご連絡ください。

○日時 令和4年1月6日(木) 9:30 ~ 16:00

○場所 生坂村役場 1階 応接室

◎応募・問い合わせ等

- ・直接の受付は松本地域振興局 企画振興課となりますが、申請や応募については、役場にてご相談、対応をいたしますので、応募を予定される団体やグループの方、またお問い合わせにつきましては、役場村づくり推進室 (TEL 0 2 6 3 - 6 9 - 3 1 1 1) までご連絡ください。

【提出期限の都合もありますので、1月上旬までにお問い合わせ等をお願いいたします。】

生坂村で本年度 地域発 元気づくり支援金事業に採択された事業は下記のとおりです。

【村事業】

事業名	支援金額 (千円)	事業内容
◎生き生きいくさか農業所得向上応援プログラム事業	3,573	通年農産物栽培ができる施設園芸農業の基盤整備を行い、集落営農組織や村内有志団体に貸し付けを行う。施設で栽培した農作物を農産物直売所「いくさかの郷」に出荷してもらい、一年を通して安心・安全な地元産野菜を販売できる提供体制を整備する。
◎「自らの命は自らが守る」災害リスクマネジメント事業	2,531	地区の防災リーダーとして防災士を育成し、防災講演会や防災訓練を通じて、地域防災力の向上を図る。また、要配慮者支援マニュアルの作成・配布や村指定避難所施設のデータベース化を行う。
◎松本山雅と「新・心・進!」地域の元気をつくる事業	1,801	ホームタウンである松本山雅FCと連携し、村民の健康増進に繋がる講座を開催するほか、村外からも参加できるランニングイベントを開催する。
◎中山間地の畔刈り応援事業	2,590	村内の集落営農組織や団体等が活用できる遠隔で操作する草刈機を整備して、活動を支援する。また、農作業の事故防止のための講習会やチラシによる広報を行う。
◎SOY・ソイ・WORK・ワク事業	781	村内産大豆の加工品の特産化を推進するため、加工機械の整備や普及啓発等の取り組みを行う。
5事業	11,276	村事業・計

【団体事業】

事業名(団体名)	支援金額 (千円)	事業内容
◎L et' enjoyいくさかを五感で感じる観光事業(生坂村観光協会)	2,051	道の駅にレンタサイクルを整備して、村内の周遊観光を促進し、観光ピンバッジによるキャンペーン事業を行う。
◎地域まるごと安心・安全ネットワーク事業(大日向葡萄生産組合)	958	大日向区内に農作物盗難や不審者等の犯罪の抑止を強化するため、防犯カメラや防犯看板を整備する。また、ぶどう農家と、地区住民が連携して、区内の防犯活動や啓発活動を行う。
◎住民と子供たちによる災害に負けない地域防災活動事業(防災に取り組むみんなの知恵袋の会)	476	災害発生時に適切な対応ができる技術を身に着けるため、村内の子どもから高齢者までの方を対象に広場やデイキャンプでの体験イベントを実施する。
3事業	3,485	
合計8事業	14,761	

自分たちが 育てた大豆で 「豆腐作り体験」

一月二日(月)に、生坂小学校二年生一二名の児童の皆さんが、生坂村産大豆を使って豆腐作りの体験を行いました。

体験した二年生の皆さんは、今年、学校の農園で大豆栽培を行っているっており、豆腐作りはその事業の一環だそうです。

今回は、小学校低学年なので安全面を考慮し、見学と体験を織り交ぜて行いました。

児童の皆さんは、小学校から加工施設まで元氣よく歩いて来られ、身支度を整えてから手もしっかり洗い、体験が始まりました。

大豆を煮る工程までは予め準備を進めておき、そこから豆乳とおからに分ける作業から見学を行い、機械から出てくる豆乳を見た後、作り立ての豆乳を試飲して「おいしい！」と歓声を上げていました。

おからは、各自袋詰めを行い家でのおからの食べ方を話しながら、うれしそうにたくさん詰めていました。

おぼろ豆腐状態の豆腐も試食し「おかわりしたい！」と、とてもおいしかったようです。その後、型に流し入れる体験を一人ずつ行いました。



公社職員が最初にお手本を見せて、同じ様に児童の皆さんが、上手に型へ流し込んでいる姿には感心しました。豆腐が固まるまで、生坂村で採れた大豆の豆をサヤからむく作業をし、大事そうにポケットにしまっていました。

みんなで力を合わせて型に入れた豆腐が固まると、公社職員が豆腐を切ってパック詰めを行い、機械で仕上げる様子を真剣に見学していました。そして、職員には一日にどれくらい豆腐を作るのか、どこで売っているのかなど、積極的に質問もして

いました。出来上がった豆腐を、皆で冷たい水槽に移して冷やし、十分に冷えた後、公社職員が学校へ届けました。

児童の皆さんには、豆腐作りの機械や作業工程に大変興味を持って楽しそうに体験していただき、公社職員も楽しく作業を行うことができました。

生坂村産大豆から作るおいしい豆腐の事を知ってもらい、豆腐が家庭の食卓や学校給食のメニューに出された時、この体験の事を思い出していただけたらうれしく思います。

なお、この体験事業は、令和三年度長野県地域発元気づくり支援金事業(ONS・ソイ・WORK・ワク事業)を活用して、村が主催し、生坂村農業公社のご協力により行いました。



生坂村を E-bike で駆け巡ろう！ E-bike のレンタサイクルを導入



狭い箇所が多く、特に不慣れな方にとっては、車での移動はかえって負担になってしまったりもします。

小回りが利き、勾配がきつい道でも電動アシストで進める E-bike を移動手段とすることで、生坂村内を巡り、魅力を見つけてみるのはいかがでしょうか。

また、MTB クロスカントリの元五輪選手である鈴木雷太さん監修のサイクリングコースも策定し、初めて村に来る方でも気軽に村の観光スポットを巡ることができるようにいたしました。

観光客の皆様滞留時間を延ばし、満足度を向上させることにより、村内事業者、施設の皆様経済効果の増加も目指してまいります。

寒い季節となつてしまい、なかなかサイクリングという時期ではございませんが、これから暖かい季節を迎えた際には、ぜひ E-bike のサイクリングをお楽しみください。

詳しくは、生坂村観光協会(☎〇二六三・六九一三・一一二)までお問い合わせください。

生坂農業未来創りプロジェクト会議 山村活性化対策事業視察研修報告

生坂農業未来創りプロジェクト会議では、一月四日、五日の両日、南信方面での視察研修を実施しました。



ホリデーなどの取り組みについて話を聞きました。

この取り組みは、平成一〇年度から実施しており、令和元年度までに延べ七六〇三人を受入れ、二二名が定住し、四五名が就業したとのことでした。

これにより、農業労働力確保に繋がったとともに、適期作業の効率が上がり、生産性の向上と品質の向上が見られ、高齢農業従事者のモチベーションアップや、農業経営の維持継続が図られたなどのお話をいただきました。

株式会社アトリエデフは、自然素材を使った安心・安全な家づくりをしながら、自然と人に無理のない暮らしを提案し、持続可能な地域社会やサーキュラー・エコノミーの実現、SDGsに力を入れている会社です。

同社は、薪、竹、生ごみ堆肥、雨水を利用するなど、自然エネルギーの循環までを実現する家づくりを提案するとともに、放置竹林問題にも取り組んでお

り、竹チップや竹炭を作り、土壌改良材としての活用や化学肥料を使わない作物づくりを推奨しています。

また、竹資源の持続的な利用と新たな用途の研究を地域住民や大学と連携して行うなど、限りある資源を有効活用する活動等についてお話いただきました。

その他、「有限会社天龍農林業公社」では、遊休農地拡大防止策について、「道の駅信州新野千石平」および「たてしな自由農園」では、農産物直売所の運営についての取り組みについてお伺いしました。

今回の視察で学んだ他地域の取り組みについては、今後、村の農業振興と産業振興の活性化推進に活かしてまいります。



野沢菜漬け

かあさん家 遠藤 正美

今年はいつまでも残暑が続き、野沢菜が例年より早く生長しましたが、一月に入り、北から雪の便りが聞かれる様になってから、幾度か霜にも当たって旨味が増し、いつもどおりの美味しい野沢菜になりました。

今年もかあさん家では、一月下旬に二日間かけて「おじさま俱樂部」の皆さんに作っていただいた野沢菜を漬け込みました。一月に漬け込んだ分と合わせて、四・五トンの野沢菜を漬け込みました。

野沢菜のおまんじゅうや、野沢菜がいつぱい入った野沢菜ミックスのおやきが好評で、年間通して使うため、この時期に沢山漬け込みます。

漬け込みの日は「かあさん家」の定休日を利用して、大勢で額に汗をかきながら作業しました。そして、冬の寒さの中でしっかりと熟成して漬かり込んだ頃、二週間ほどかけて加工していきます。味付けした野沢菜は年間通して使うため、味が落ちないように真空

パックして冷凍保存します。

野沢菜漬は、「信州の味」としての認知度も高く、県外からの注文もたくさんあることから、一年中切らさないように提供していきたいと思います。

「かあさん家」

年始のイベント情報

- 一月五日(水)新春特別セール (先着百名様福豆進呈) おまんじゅう、豆腐など、割引価格にて販売します。
- 一月から二月まで「かあさん家思いやり月間」です。

七五歳以上の方は、食堂でのうどんメニューは、全て一〇〇円引きになります。



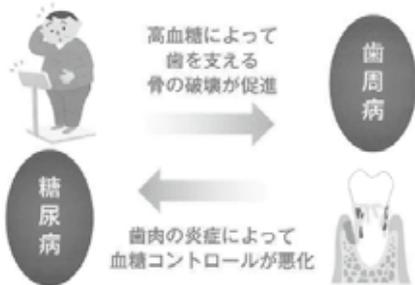
歯つぴーたいむ

歯周病と糖尿病の関係

糖尿病と歯周病はお互いに悪影響を及ぼす関連がわかっています。

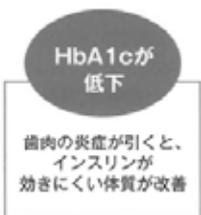
糖尿病は、インスリンというホルモンが効きにくい状態になり、血糖値が高くなっている状態のことです。

歯周病の原因は歯の表面に付着している「プラーク」いわゆる磨き残しの歯垢です。プラークは主に細菌で構成されていて、その中には歯周病菌も含まれます。歯周病菌は歯と歯肉の隙間、「歯周ポケット」で増殖することで歯肉に炎症を起こし、さらに歯を支えている骨を破壊してしまいます。



この歯周ポケットから、炎症に

関連した生理活性物質が体中に放出され、インスリンが効きにくくなり、糖尿病が発症・進行しやすくなります。また、岳向きの関連として、高血糖状態にあると細菌感染から、体を守るための免疫機能が低くなってしまったため、歯周病が発症・進行しやすくなります。また、インプラント治療の成功率や長期の安定性に、糖尿病が影響を与えている事も明らかになっています。



歯周病治療の基本になるのが、

歯周病の原因であるプラークを取り除くプラークコントロールです。プラークコントロールは、患者さん自身が行うセルフケアと、歯科医院で行うプロフェッショナルケアで成り立っています。プラークが石灰化して歯に固くこびりついた歯石は、器械的に除去しなければなりません。

このスクレーリング・ルートプレーニングを行うことで血糖コントロールが改善する事が明らかになってきました。

日本を含め世界各国で臨床研究が行われ、糖尿病を患っている患者さんにたいしてブラッシング指導と歯石除去を行ったところ、二型糖尿病患者を対象とした多くの研究で血糖コントロールの指標であるヘモグロビンA1Cが低下することが示されました。このとき、インスリン抵抗性の指標も同時に下がっている事も複数の研究で報告されています。糖尿病と歯周病はお互いに影響を与えているものの、適切な歯周病の治療により血糖コントロールが改善できる事を示しています。

生坂村歯科診療所

ゆのんびりやまなみ荘

今年も残すところ数日となりました。一年間やまなみ荘をご愛顧いただきました、ありがとうございます。

食堂では、一二月二日から二八日まで「海鮮井フェア」を開催しています。カボスぶり、カキ、信州サーモンをメインに盛り付けました。毎回来てくださる方や、フェア中数回お召し上がりになる方もいらっしや

り、とてもありがとうございました。令和四年が皆様にとって良い年でありますことを心より願っています。

く思います。お客様には「待ちどおしかったよ」「ネタが新鮮でおいしいね」とお褒めの言葉をいただきました。今後もフェアとしてご提供しますのでご期待ください。



【防災アドバイス】

松本広域消防局

明科消防署

《救急車の適正利用のお願い》



当消防局では、一四台の救急車がフル稼働し救急要請に対応しています。救急出動件数は年々増加しており、それに伴い現場到着時間が遅くなる傾向にあります。タクシー代わりや緊急度が低いと思われる要請がある一方で、我慢して症状が悪化してから要請するケースも少なくありません。どんな時に救急車を呼ぶべきか再確認していただき、救急車を適正に利用しましょう。

● 次のような場合には急いで

一 一九番通報をしましょう。

- ・ 呼びかけても反応がない
- ・ 苦しそう、息をしていない

- ・ 激しい頭痛、腹痛、胸の痛み
- ・ 大出血している
- ・ 広範囲にやけどをした
- ・ けいれんが続いている



● 救急車を呼ぶか迷ったら

小さなお子さんをお持ちの保護者の方が、休日・夜間の急な子供の病气・けがにどう対処したらよいのか、病院の診療を受けさせたほうがいいのかなどの判断に迷ったときは、小児科医師・看護師への電話による相談ができる小児電話相談事業（#8000）もありますのでご利用ください。（なお、大人の場合の電話による統一相談窓口は、首都圏など一部地域では整備済みですが、長野県ではまだ整備されていません。）

「自家用車がない」「かかりつけの病院に早く連れて行ってほしい」このような救急要請が多く続くと災害や事故、急病などで生死にかかわるような緊急度の高い傷病者が発生した場合に、迅速な搬送ができなくなってしまう。自家用車で病院に行けない場合は、民間の搬送車を利用するなどの手段もあります。

どこの病院に行けばいいかわからず困った時には、松本広域消防局の救急当番医自動音声案内（☎〇二六三ー三五ー九一一）をご利用ください。松本広域消防局のホームページにも救急当番医が案内されています。

● お問い合わせは

松本広域消防局 明科消防署
☎〇二六三ー六二ー一九九二一

明科高校だより

◎ 秋季クラスマッチ

一月九日（火）一〇日（水）の両日、クラスマッチを行いました。あいにくの雨でしたが、今回はバドミントン、バスケット、卓球、ドッチボールといった屋内競技であったため、種目の変更などはなく計画通りにできました。



バスケットボール！

コロナの感染対策を図りつつも、感染状況が収束傾向にあったため、久々に解放感を味わえた二日間になりました。

◎ ゴルフ実習

特筆すべきは二日目のドッチボールでした。人にボールをぶつける競技だけに、特に先輩と後輩が対戦するゲームは心配でしたが、大きなトラブルもなく、そんな心配をよそに和気あいあいと対戦する姿を見て、生徒たちを見直すとともに、感心させられました。



ナイスショット！

この日は晴天に恵まれたこともあり、「開放的で気持ちよかったです」授業（練習）の成果が出てよかった」と生徒も大満足の様子でした。



名門！穂高カントリー

PTA環境整備作業
二月七日（日）生徒三〇人、保護者二〇人、職員一人、総勢六五人で毎年恒例のPTA環境整備作業を行いました。およそ九〇分間でしたが、休憩を挟まず一人ひとりが黙々と作業をしていました。PTAのお母さんから「せっかく落葉をいっぱい集めたので子どもたちで焼き芋をやったらどうですか」という声も聞かれました。



少し肌寒いとはいえ、皆さん汗だくになって作業をされていました。山のようになり、積みあがった落葉の向こうに、この日も常念岳が頭ののぞかせていました。翌朝、出勤し中庭を見ると、昨朝の作業前と同じくらい葉っぱが落ちていました。開いた口が塞がらず、葉っぱどころか、肩が落ちました。

文責 教頭 堀内雅司

食生活改善推進協議会★おすすめレシピ

凍り豆腐と牛乳、チーズはカルシウムを多く含む食品です。凍り豆腐のグラタンは、これらの食品を組み合わせた料理で、一日に必要なカルシウム量（成人のカルシウム摂取推奨量650～750mg）の約半分がとれます。凍り豆腐と野菜がたっぷり使われているのでボリュームがあり、ご飯などの主食を組み合わせると栄養バランスのよい食事になります。お肉の代わりに凍り豆腐を、ぜひご家庭でお試してください。

主菜 凍り豆腐のグラタン

材 料 (2人分)

凍り豆腐	2枚
ブロッコリー	50g
しめじ	50g
玉ねぎ	1/2個
牛乳	350ml
バター	5g
顆粒コンソメ	小さじ1
片栗粉	小さじ2
水	小さじ2
ピザ用チーズ	30g

【作り方】

- ① バットに凍り豆腐を並べて、牛乳200mlを入れて戻し、軽く水気を絞って、一口大に切る。
- ② ブロッコリーは小房に分け、熱湯で硬めにゆでる。しめじは石づきを切り、小房に分ける。玉ねぎは薄切りにする。
- ③ フライパンにバターを入れて熱し、玉ねぎとしめじを入れて炒める。
- ④ ③に凍り豆腐と残りの牛乳、顆粒コンソメを入れ、蓋をして5分煮る。
- ⑤ ④の火を止めて水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。ブロッコリーを加えて混ぜ、グラタン皿に等分に入れる。
- ⑥ ⑤にチーズを等分にかけて、オーブントースターに入れて5～6分程焦げ目がつくまで焼く。



1人分 栄養価

エネルギー	321kcal
タンパク質	20.2g
脂 質	18.7g
カルシウム	414mg
鉄 分	2.0mg
食塩相当量	1.4g

信州まつもと広域圏 移住体験オンラインツアー

松本地域への移住を考えている方向けに、その地域での暮らしをイメージしていただく「信州まつもと広域圏 移住体験オンラインツアー」を二月二十七日（土）に開催しました。県松本地域振興局が主催し、松本地域の三市五村が参加しました。

オンラインツアーは、オンライン会議アプリ「Zoom」を活用し、スタジオから各市村を中継し、現地の映像や先輩移住者の話を配信しました。各市村は「創業」「就農」「子育て」の三つのテーマ



ある暮らし「秋冬物語」をテーマに各市町村による長野県での農ある暮らしの紹介や移住相談のほか、実際に都内から塩尻市に一四年前に移住され、県の農ある暮らし相談センターで農業アドバイザーを務められている山村まゆさんのお話をお聞きしました。

楽園信州移住セミナー

長野県でのローカルライフを広く知ってもらうため、二月二十六日（金）に、東京都のNPO法人ふるさと回帰支援センターで楽園信州移住セミナーが開催されました。このセミナーは、長野県への移住に関心のある都内の方を対象に、田舎暮らし「楽園信州」推進協議会が企画したもので、生坂村を含む県内の八つの市町村が参加しました。

今回「ながので楽しむ農



可欠。地域の農業・暮らしを担っていく戦力として、その期待に応えられるよう地域に溶け込んでいくことが重要」と星野さんから貴重なお話をいただきました。



生坂村男女共同参画講演会が一月一日（日）やまなみ荘大ホールで開かれました。

生坂村男女共同参画講演会



この講演会は、新型コロナウイルス感染症防止のため、定員五〇名の事前申し込みとし、当日は四八名が参加しました。

明していただきました。今まで当たり前だと思っていたことや、慣例にも意外なジェンダーがある。それに気付くことが大事。というのが今回の講演のテーマです。

人は十人十色、互いに相手を思いやることでジェンダーは解消できるとの話でした。

教育委員会では、一月から三回にわたり、先生の四コマ漫画「小さなジェンダー」を広報紙に掲載します。また、著書の「小さなジェンダー」は図書室にも置いてありますので、ご覧ください。

マイナンバーカード を使って

サラリーマンも
農業所得者も
自営業者も・
自宅から

スマホ で 確定申告



e-Tax

- ・好きな時間で
- ・さらに便利に



スマホ申告

- ・好きな場所で
- ・簡単ラクラク

公的年金等を受給されている方へ

以下の全てに該当する場合、所得税及び復興特別所得税の
確定申告は必要ありません。

- ・公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下
- ・公的年金等の全部が源泉徴収の対象となる
- ・公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下



確定申告書
作成コーナー

申告期間 令和4年 2月16日(水) ~ 3月15日(火)

申告会場 松本税務署 1階

開設期間 令和4年1月25日(火)~3月15日(火)

受付時間 午前8時30分から午後4時まで (土、日及び祝日を除きます。)
午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります。

※還付申告の申告相談は、2月15日(火)以前でも受け付けています

お子さんの予防接種は、お済みですか？

【健康福祉課】

予防接種は、その病気の発症や重症化予防のため、またまん延防止（周りの人を守る）のために行います。

公費（無料）のできる年齢は、ワクチンの種類ごとに期限が決められていますので、手元に未使用の接種券（予診票）がある方は、期限内に受けられるようお願いいたします。

うっかり忘れがちな予防接種



同じ種類で、間隔を空けて複数回接種する必要があるもの

- ① ヒブ・小児肺炎球菌・四種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ）
*いずれも乳児期に3回接種した後、1歳過ぎてから4回目の接種を受けます。
- ② 水痘（水ぼうそう）
*半年の間隔を空けて、2回接種をします。2回目接種を忘れずに。
- ③ 日本脳炎
*3歳児に2回（Ⅰ期初回）、1年後に1回（Ⅰ期追加）、Ⅰ期追加接種の約5年後に1回（Ⅱ期）と、計4回接種します。
なお、今年度はワクチンの供給量の関係により、Ⅰ期追加及びⅡ期に該当するお子さんには、来年度以降に受けていただくようご案内しています。
- ④ ヒトパピローマ（子宮頸がん）ウイルス
*小学校6年～高校1年の間（標準接種開始時期は中学1年時）に3回接種します。
2回目終了後、半年の間隔を空けて接種となりますので、接種開始時期に気を付けてください。
接種を希望される方は健康管理センターにご連絡ください。接種券を発行します。
接種料金は無料です。

公費で受けられる期間が比較的短いもの

- ① MR（麻しん（はしか）・風しん）
*1歳～2歳になる前日までの1年、就学前の1年の間に計2回接種します。
- ② 水痘（水ぼうそう）
*1歳～3歳になる前日までの2年間で、半年の間隔を空けて2回接種します。
- ③ DT（ジフテリア・破傷風）
*11歳～13歳になる前日までの間に1回接種します。村では、小学校6年時に接種券を発送しています。



いま一度、お子さんの母子健康手帳の予防接種欄をご確認ください。未接種のものがあ、り、接種券が手元にない場合は、再発行をしますので、健康福祉課（☎0263-69-3500）までご連絡ください。

消防団中継送水訓練

消防団では、一月二八日（日）に松本広域消防局明科消防署と合同による中継送水訓練を実施しました。

当日は、平林利充署長より、小型ポンプ自動中継弁の取扱いについて、ご講義をいただいた後、草尾地区へ移動し中継送水を行いました。



訓練では、上野巨峰団地での火災を想定し、犀川から取水して、各地点に小型ポンプ八台、ポンプ車一台を配置し、約一・五kmの中継送水を行いました。

中継送水は、山間地である生坂村において必要不可欠であり、有事の際は迅速確実な技術



が要求されます。

近年は熟練団員の退団などにより機械器具に精通している団員が減少していることと、団員の確保が難しい状況の中、今回の訓練は全ての団員が技術の習得と向上を図ることを目的に実施しました。

今後とも訓練や講習会、予防消防活動に取り組み、地域防災の要として活動してまいりますので、村民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

きましょ!

図書室

■年末年始休業

生涯学習施設たんぼぼ（児童館・図書室）は、一月二八日（火）～一月四日（火）まで年末年始の休館となります。ご利用の際は、ご確認の上ご利用ください。

■ブックスタート事業を行いました。

今年度一歳になるお子さまへ、事前にご希望いただいた絵

本一冊と、絵本バッグをプレゼントしました。

子育て支援センター「なのはな」にて一月一五日に村長よりファーストブックの絵本が手渡されました。絵本は、絵の視覚からだけでなく、触る触覚や読み聞かせをもらった時の聴覚など、子どもたちの五感を刺激して楽しむことのできるツールです。

大変な世情ではありますが、こんな時だからこそ絵本で親のふれあいの時間をたくさんもっていただき、絆が深まるこ

竹林整備講習会を開催しました

一月二七日（土）の午前八時三〇分から、高津屋森林公園において、竹林整備講習会を開催しました。

竹林所有者だけでなく、広く村民の皆様が竹について関心を持っていただくため開催したところ、一〇名の方が参加され、竹の基礎知識や竹林整備の方法、竹チップパーの使用について学びました。

講師には、松本地域振興局林



務課の方と、森林再生舎の平林氏を招き講習を行いました。参加された方からは、「竹の

とを願っています。図書室には、約三千冊の絵本があります。お子さまと一緒に、図書室にも遊びに来てください。

今年はこの5冊から選んでいただきました



知識がついた」「各地区で実習をしてほしい」などの意見がありました。



宝くじ助成金で 防寒衣を整備

生坂村消防団では、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、冬期の訓練や作業の負担軽減を図るため、防寒衣七〇着を団員に配布しました。令和四年度も引き続き整備をする予定です。

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。



健康応援隊

活動紹介

毎年ご好評いただいている、健康応援隊天野先生の「からだの中を動かす体操」が今年度も開催されました。今年度は、六月から各地区の公民館などにおじゃまし、計一〇回開催されました。初めての方はもちろん、毎年参加してくださる方もいたので、和気あいあいと楽しく開催できました。天野先生の体操は、約一時間ゆつくりと身体を動かします。足腰の悪い方は、椅子に座って行っていただくこともできます。

天野先生にご指導いただいている体操を、いくつかご紹介いたします。

まずは正しい呼吸法からです。腹式呼吸を意識して行います。たつぷり息を吸って、ローソクの火を、五〜一〇秒かけてゆつくり吹き消すようなイメージで息を吐いていきます。どんな体操をする時も、この呼吸法を行いながら体操をしていくことが基本となります。

次に、年を取ると年々衰えてくる、骨盤底筋を鍛える体操二

種類です。一つ目は肛門に力を入れて、力を抜く運動です。もう一つは、両足の太もも同士を開いたり閉じたりを繰り返す運動です。一日一回、やるタイミングを決めてこの体操を行うことで、骨盤底筋が鍛えられ、尿漏れしにくい身体になっていきます。朝布団から起き上がる前、お風呂の中など、どんな場所でも良いので、一日一回、実践していただければと思います。

三つ目の体操は、足裏から太ももにかけてのマッサージで



す。昔は足を揉むことはタブーとされていましたが、今は第二の心臓とよばれ、足に気を配ることが大切です。足の指の間に手の指を挟み、優しく指圧したり揉んだりします。ふくらはぎから太ももは自身の手の甲を使い、末梢から心臓に向かってゆつくりと揉んでいきます。膝など痛む部位のある方は「頑張って動いてくれてありがとう。痛みがとれますように。」と優しく話かけながらマッサージをしてみてください。足にも感謝の気持ちが伝わり、良くなるてくるそうです。マッサージで行い足の血流が良くなると、転倒予防にもつながります。体操は継続して行うことが大切ですので、ご自宅で行ってみてください。

体操の後は、手洗いや塩分、熱中症対策について健康クイズを五問行いました。みなさま健康意識が高く、正解される方が多かったです。初めて知る事もあったようです。来年も健康、生活に役立つクイズを行っていきましょう。



健康応援隊は、村民の皆様元気な暮らしを応援し、毎年行っています。来年度も各地区におじゃまし一緒にぜひ身体を動かしたいと思えます。ご参加ください。



みんな笑顔でいただきまーす 😊

毎月19日は「食育(しょくいく)の日」!



みなさんにご存じでしたか? 2005年に「食育基本法」が成立し、国では毎月19日を「食育の日」としました。

—— 食育は生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となる ——
“体育智育才育”は即ち食育なり・・・と明治時代の医師、石塚左玄氏が説いています。

生坂村子ども保健委員会(生坂村教育委員会)では、食育を考えていただくため、下記の2つの事業を実施しています。

「わいわい楽しい食卓」事業

生坂産の採れたてポテトを配布しました。

生活スタイルの変化等で孤食が進む中、生坂村子ども保健委員会では、「子ども達に皆が一緒に食べる喜びと食の大切さを伝えたい」と願い、昨年に引き続き、子ども(小中学生)一人につきポテト2個を配布しました。(7月実施)

子どもたちが持ち帰ったポテトを使い、「作って」「揃って」「一緒に食べる」ことを通して、家族団らんの時間が増えて「わいわい楽しい食卓」のひとつを大切にしてほしいと願い、事業を進めています。子ども達とご家族そろって話す時間を大切にいただければと願います。



食について多くのことを知り、自分で考えて食を選ぶ力を身につけ、健康的な食生活になるよう、実践できる力を養っていきましょう。

「早めの帰宅促進」事業

「食育の日」の啓発事業の日に合わせて、職場から早めに帰宅する日として勧奨しています。

- 目的として、①親子の絆、愛着形成促進
②親子、家族の共有の時間確保促進
③村内全域に「食育」に対する普及、意識付け、
定着促進 を掲げています。

子どもや家族と一緒に過ごす時間を作りましょう。一緒に調理をしたり出来上がった料理を一緒に食べるなど食を育みましょ

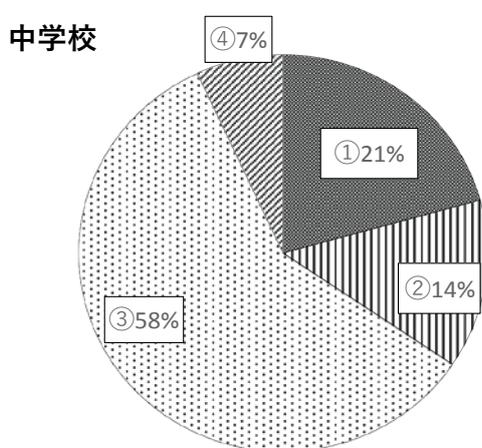
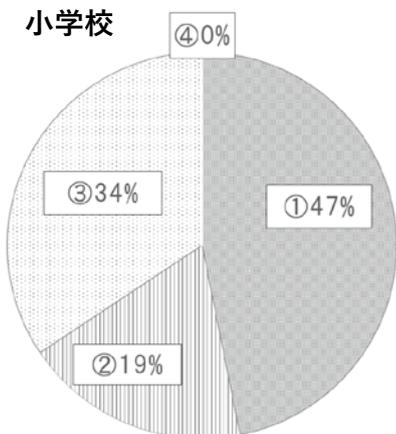


食育の日「わいわい楽しい食卓」事業実施後アンケート

ご回答いただき
ありがとうございました。

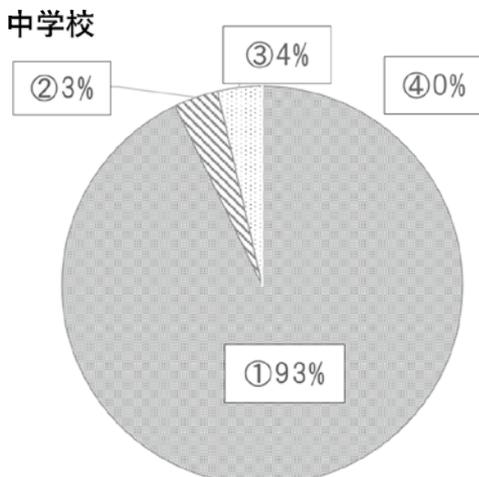
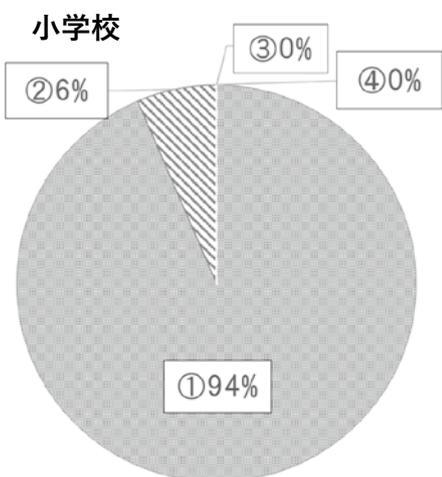
<子ども向け>

Q. ポテトを使って料理をしましたか？



- ①おうちの人と一緒に作った
- ②自分で作った
- ③おうちの人に作ってもらった
- ④作っていない

Q. 誰と食べましたか



- ①家族みんなで
- ②家族の誰かと
- ③一人で
- ④食べなかった

<大人向け>

	小学校 (人)		
	増えた	変化なし	その他
①親子、家族の会話	7	16	0
②親子、家族が一緒にいた時間	5	17	1

	中学校 (人)		
	増えた	変化なし	その他
①親子、家族の会話	7	8	1
②親子、家族が一緒にいた時間	5	11	1

《その他意見》

- ・とてもありがたいです。一緒に作れたので更に楽しみが増えました。自分で作れるということが料理への興味につながると思いました。
- ・あまりに忙しかったので一緒にメニューを考えたり料理したりする時間は取れませんでした。子どもが持ち帰ってきたので、何とか皆で食べようというのが精一杯でした。
- ・我が家が農家なのであまり変化はありませんでした。
- ・夕飯のメニュー決めに良いですね！助かります。今度は子どもに調理してもらおうかと思います。
- ・自分でポテトサラダ作ったりしてくれました。
- ・子どもが料理に興味を持ってくれたことが嬉しかった。
- ・子どもたちの好きなカレーやポテトサラダに使い良かったと思いました。 (全て原文のまま)

様々なご意見をいただきました。「家族揃って楽しい食卓」を見直す日のきっかけとしてぜひご活用いただければと思います。来年度以降も継続予定です。よろしくお願いいたします。

「子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯分）」の申請をお忘れなく
 ～令和四年二月二十八日まで～

国が新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対して、支給要件を満たす対象の方に児童一人当たり五万円の特別給付金を支給しています。

◆ **支給対象となる方**
 令和三年三月三十一日時点で、一八歳未満の児童（特別児童扶養手当を受給している障がい児の場合は、二十歳未満）を養育する方のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和三年一月以降の収入が減少し、住民税非課税相当の収入となつた方

◆ **支給額**
 対象児童一人当たり 五万円

◆ **申請手続き**

次の書類を住民課の窓口へ直接、または郵送で提出してください。

● 子育て世帯生活支援特別給付

金（ひとり親世帯以外分）申請書（請求書）（※）

● 申請者の本人確認書類の写し
 ● 受取口座を確認できる書類の写し

● 簡易な収入見込額の申立書または簡易な所得見込額の申立書（※）

※印の書類は、郵送しますのでご連絡をお願いします。また、村のホームページにも掲載しています。

◆ **申請期限**

令和四年二月二十八日まで

◆ **お問い合わせ先**

生坂村役場住民課生活環境係
 ☎〇二六三―六九―三一一三

違法な廃棄物（不用品）回収業者に注意してください

廃家電や粗大ごみなど、ご家庭のごみは、市区町村の責任の下で適正に処理する必要があります。市区町村の許可や委託を受けずにご家庭のごみを回収業者が収集することは認められていません。無許可の廃棄物回収業者は利用しないでください。

【違法と疑われる廃棄物回収業者の例】

● **車中で巡回しての回収**

スピーカーなどで放送しながら車中で街中を巡回し、廃家電等を回収する業者。無料をうたひながら、運搬費・作業費などの名目で料金を請求する事例もあります。

● **チラシ投函等をしての回収**

「〇月〇日に回収。家の前に置いておいてください。」といったチラシを投函し、廃家電などの回収を行う業者。行政による回収のように偽装するチラシもあります。

● **空き地で看板を立てての回収**

空き地等で「無料回収」などのぼり旗を立てて、住民・事業者が自ら持ち込み、廃家電等を回収する業者。リユース目的をうたいながら、不適切な保管をしている事例もあります。

● **インターネット広告を出しての回収**

インターネット上で回収の案内を掲示し、申込を受け付けて廃家電等を回収する業者。出張費などの名目で料金を請求する事例もあります。

【違法な廃棄物回収の問題】

● **消費者トラブル**

「無料回収」とアナウンスしているにも関わらず、「リサイクル料」「積込料」などの名目で高額な費用を請求され、消費生活トラブルにつながる例もあります。

● **無許可営業**

一般家庭から排出される廃棄物を収集運搬するには、市区町村の「一般廃棄物処理業許可」が必要です。許可なく廃棄物を収集運搬するのは違法行為です。（産業廃棄物の許可や古物商の許可では一般廃棄物の回収はできません。）

物処理業許可」が必要です。許可なく廃棄物を収集運搬するのは違法行為です。（産業廃棄物の許可や古物商の許可では一般廃棄物の回収はできません。）

● **不法投棄・不適正保管**

価値のある製品、部品を売却し、残った不用品などを不法投棄する例もあります。また、適切な環境対策を行わずに処理して有害物質が環境に放出されたり、不適正に保管して火災が発生したりする例もあります。



チラシを配布
インターネットで広告



街中を巡回



空き地で回収



遺品整理業者による
違法なごみの
引取り・処理



村の業務 年末年始カレンダー



各種手続き、ご用のある場合は早めに済ませましょう。

年月日 事務・施設など	令和3年12月							令和4年1月					
	25(土)	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	1(土)	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)
役場：一般事務					休み(12/29~1/3)								
：戸籍事務					○年末年始の休み中でも、「出生・婚姻・死亡届・埋火葬の許可」などの受け付けは、役場(☎69-3111)で行っております。								
：埋火葬許可事務													
火葬場業務							休み(12/31~1/3)						
社会就労センター					休み(12/29~1/4)								
やまなみ荘					年末年始も通常営業します。							休み	
いくさかの郷							休み(12/31~1/4)						
かあさん家							休み(12/31~1/4)						
加工施設					休み(12/29~1/3)								
歯科診療所					休み(12/28~1/5)								
社会福祉協議会							休み(12/30~1/3)						
保育園					休み(12/29~1/4)								
なのはな					休み(12/29~1/3)								
B&G海洋センター					休み(12/27~1/4)								
児童館					休み(12/28~1/4)								
小学校・中学校					休み(12/25~1/6)								
村営バス(周回バス)							休み(12/31~1/3)						

相続登記は お済みですか月間

空き家問題や所有者不明土地問題を難しくしている原因の一つに相続登記未了があります。これまで、相続登記には申請期限の定めがなかったため、残念ながら長期間にわたり相続登記を放置しているケースが少なくないことが社会問題化されてきました。しかし、令和三年四月二八日に相続登記の義務化を定める法律が公布され(令和三年法律第二四号)、公布後三年以内の政令で定める日に施行されることとなりました。

長野県司法書士会では、以前から相続登記の重要性を訴えるための活動を実施してまいりました。そして、相続登記を促進させるためには、村民の皆様が相続手続きへの関心を高めていただくことが最も重要であると考え、毎年二月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記の啓発活動に力を入れてまいりました。今般の相続登記の義務化の法律改正に伴い、問い合わせも増えることが予想されるため、本年度も県内各司法書

士事務所にて相続登記無料を受け付けます。

◆日時 令和四年二月一日(火)～二月二八日(月)

◆場所 毎日午前九時～午後四時
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
・相続登記はしないといけないの

・実家が相続登記をせずに空き家となっている

・相続人の中に行方不明の人がいて遺産分割協議ができない

・法定相続情報証明制度について教えてほしい

◆問い合わせ先
長野県司法書士会

☎〇二六―三三二―七四九二

◆お悔やみ 申し上げます◆

平林 木美夫さん(86歳 上生坂)

橋浦 寛司さん(68歳 上生坂)

大澤 由弘さん(94歳 上生坂)

寺島 澄雄さん(79歳 日岐)

大澤 重子さん(95歳 上生坂)



除雪作業にご協力ください

今年も雪の季節がやってきました。村では、通勤・通学などの道路交通の安全を確保するために、道路の除雪を行います。効率よく除雪を行うためには、村民の皆さんのご協力が必要です。次の点にご注意いただき、除雪作業にご理解、ご協力をお願いします。

1. 除雪作業にご協力をお願いします

除雪作業は山間部で降雪が10cm以上、その他平坦地で15cm以上、30cm以上と路線毎の基準により除雪を行います。除雪路線でない道路や歩道、高齢者世帯の周辺などは各区で協力し合い除雪をお願いします。

2. 各戸の出入り口部分の除雪をお願いします

除雪車が通過した後は、除雪された雪が玄関先をふさいでしまいご迷惑をおかけしますが、これらの雪の除排雪は各家庭で道路脇に寄せるなど、ご協力をお願いします。

3. 路上駐車はやめましょう

除雪作業の際に、路上駐車された車があると作業の遅れ、その周辺の除雪ができないことや、事故につながる恐れもありますので路上駐車は絶対にやめましょう。



4. 道路にはみ出している樹木等の撤去について

樹木などが道路にはみ出していると、除雪作業に支障をきたすこともありますので、伐採などの適切な管理をお願いします。

5. 道路に雪を出さないでください

除雪した道路に雪を出すことは、交通の妨げになることはもちろん、交通事故のもとにもなります。また、屋根から落ちた雪は、各戸で早めの除去をお願いします。

※ 凍結防止剤（塩カル）の配布について

歩行時の転倒やスリップ防止などの対策として、村内各所に凍結防止剤を配布しています。初回のみ役場で配布しますが、必要になった場合は役場に用意してありますので、お手数ですが常会長さんまたは常会長さんが依頼した方が取りに来てください。（1回2～3袋までお渡しします）

また、時期によっては村で管理している凍結防止剤の在庫が著しく少なくなる場合がありますので、その際は1回でお渡しできる数が少なくなる場合がありますのでご了承ください。

除雪に関するお問合せ先

- | | | |
|-----|---------------|---------------|
| ・村道 | 役場 振興課 建設係 | ☎0263-69-3112 |
| ・国道 | 長野国道松本出張所 | ☎0263-25-5752 |
| ・県道 | 松本建設事務所 維持管理課 | ☎0263-40-1965 |



水道の冬支度を

水道管の凍結を防ぐため、保温材や凍結防止帯を巻くなど、外気から水道管を保護してください。また、不凍栓は蛇口を全開にしてから完全に閉めてください。

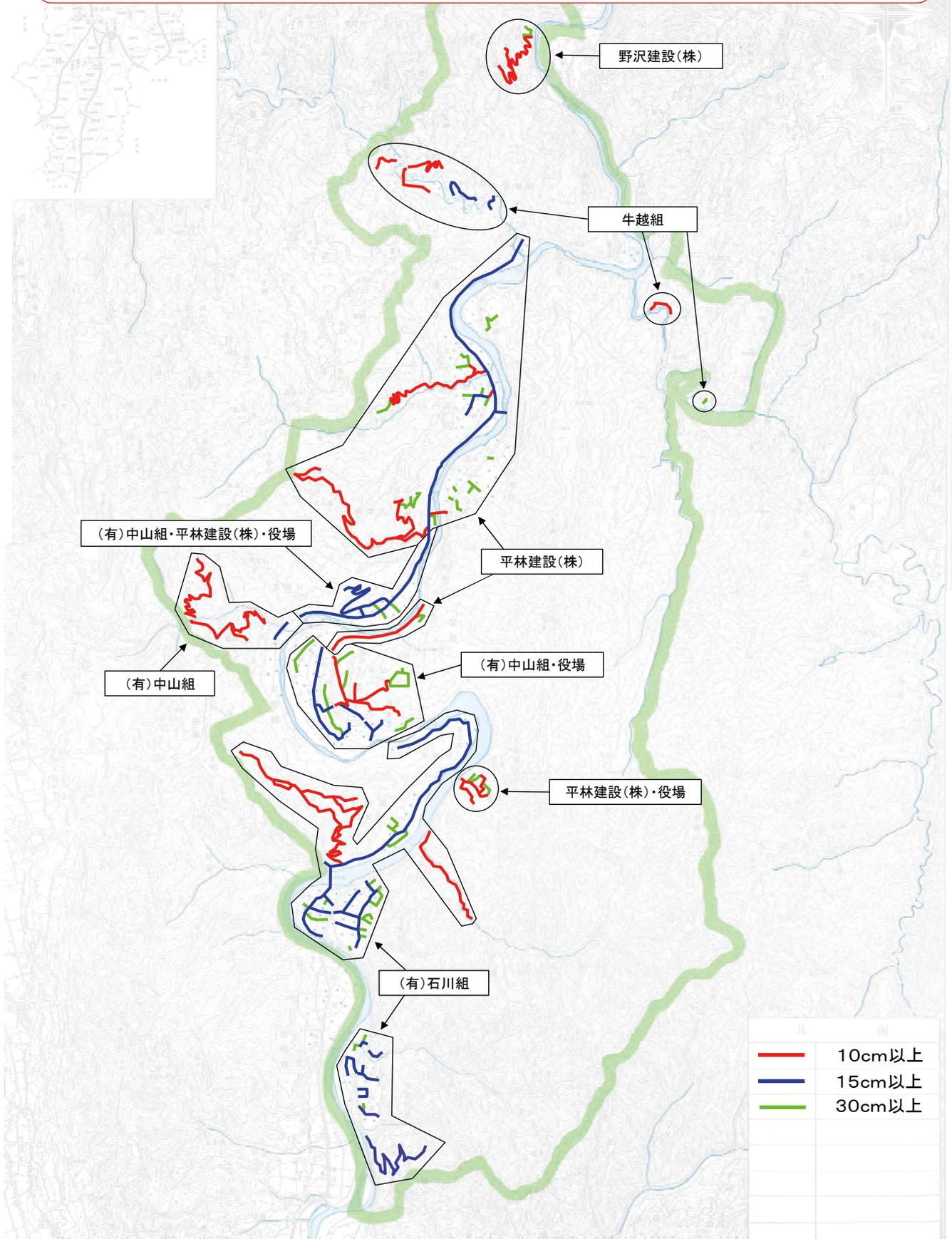
なお、長期間家を留守にする場合は、閉栓・水抜きをしてください。

水道に関するお問合せ先

役場 振興課 建設係 ☎0263-69-3112

除雪についてお知らせです

山間部で降雪が10cm以上、その他平坦地で15cm以上、30cm以上で、着色表示の路線を下記業者等により除雪を行います。なお、表示のない村道及び高齢者世帯の出入り口等については各区で協力し合い除雪をお願いします。





えのない日々感謝の気持ちで満たされています。さて今年も大好き隊で、やまなみ荘にてイルミネーションの設置をしました。僕がメインで担当させていたいたエリアでは、間伐した竹や、川で流木を拾い、明かりを灯しました。見飽きた竹も改めて注目すると真つぐ、しなやかで、見飽きた流木もやっぱり曲線や木肌が美しく、そこに

ヒトが明かりを灯すことで独特の空間が創造されました。イルミネーションと言えば、夜ですが、昼に見ても、目に留まる様な創造的な空間を意識しました。芸術と言ったら大袈裟ですが、自身の感覚に働きかける様は喜びで、軽快に手を動かしました。二月末まで点灯しておりますので、どうぞ暖かい格好でご覧ください。光は美しく希望を感じます。今この瞬間を生きる子供の様です。あらゆる命と自然や社会が調和し、平和で穏やかな日々を祈ります。来年も、どうぞ大好き隊をよろしくお願いたします。それは、良いお年をお迎えください。



【むかひ】
集落支援員の佐久間です。三才になった息子の保育園の送り迎えに行くと、全ての命に親がいる事に気が付きます。親子となり子を通して観る世界の一つ一つが目新しく、どこか懐かしさにも包ま

ています。目の前の世界を感じし、識別し、それを上手く言葉とする息子の成長していく姿に、バタバタな僕の日常生活は一度停止され、心から豊かな気持ちと希望を感じます。厳しい冬を耐え抜くと、また我が家には新しい命が産まれます。おかげ様で生坂村での子育てや仕事、衣食住にも恵まれて、かけが



こんげつのいい顔

お散歩大好き

中山 瑛太 ちゃん(1歳)
日岐/雅博・雅子さん