



生坂村秋の風物詩

イクサカラットの出荷が本格的に始まりました！

令和6年度 村政懇談会

今年度の村政懇談会は、6月24日（月）の小立野区から始まり、7月29日（月）の古坂区、8月3日（土）の子育て世帯向けの会をもって、すべての地区で懇談会を開催することができました。

お忙しい中、のべ173名の皆さまにご参加いただき、活発なご意見・ご要望等を賜りありがとうございました。

今回は、後半5区と子育て世帯向けの会で出たご意見等を区・会ごとにまとめて報告させていただきます。

草尾区 七月一〇日

出席者 二〇名

問 ICN自主放送は、村内の行事などが放送されず、使用料に見合わなくなっている。

答 使用料は、自主放送の放送料ではなく、機器設備の維持管理費などであることを、ご理解していただきたい。自主放送の内容は、満足していただけるよう努めていきたい。

問 ICNの議会の放送を、早い時間に複数回放送することや、ライブ配信も考えて欲しい。

答 六月議会の放送は、トランプで一時間遅れて配信となり、大変申し訳なかった。複数回の放送については、今後検討する。ライブ配信については、すぐに対応できない状況である。

問 ICN自主放送について、読み上げが長くなると後半部分が切れてしまうの

で、改善してほしい。

答 以前からご意見を頂戴しており、できるだけそういうことが無いように、後ろの時間を長く取るように設定しているが、機械的な問題もあり、解消できていない。もう一度確認する。

問 今年の寒い時期に長い停電があった。あの時に防災無線で情報発信がされなかった記憶がある。特に寒い時期の停電は、なんらかの情報が無いと皆心配になる。

答 停電時には、中部電力からの情報をもとに放送している。現在は防災無線の内容をLINEでも配信するようにしているので、ぜひ登録していただきたい。

問 防災無線の電池を変えても「ピッピ」という音が消えない。修理などお願いできるのか。

答 故障の可能性があるのでお問い合わせ願う。（なお、来年度には各無線機の入れ替えあり）

問 空き家バンク購入者に対して、土地の境界線の確認等の不動産業者がやっている事を村が案内できないのか。

答 村は不動産業の資格が無いので、空き家の仲介のみを行っている。

問 村道一級一号線の高鼻地籍の工事について、現在時間規制で片側交互通行となっているが、入口が片側しか開いていなく狭いため、両側開放してほしい。

答 安全性を考慮し、対策を検討する。



問 松本建設事務所からの案内は、護岸工事を一月から行うことで車輛全面通行止めとのことだが、極力通行できるようお願いしたい。

答 松本建設事務所と協議していく。

問 県が二年連続で護岸工事を実施したが、その後実施していない。当初の話では、毎年続けて行う予定であったと思う。今後も実施してもらえるのか。

答 高鼻地籍の災害復旧工事を優先している。また、ダンプが入れない関係で、牛沢地区の工事を先に実施するなどの対応をしているところ。草尾の護岸工事については、引き続き長野県建設部に要望し、毎年実施していただくようお願いしていく。

問 生坂ダム付近の県道沿いに、倒れ掛かったアカシアがあり大変危険な状態なので、対応してほしい。

答 現場確認済みで松本建

設事務所に連絡してある。早期に対応していただけるように再度要望していく。

問 スマホ等で村ホームページから事前に申請書を作成し、内容が入力されたQRコードを窓口で見せるだけで、証明書等の発行がスムーズに行えるところがあるが、いつからできるのか。ホームページを見ても、その内容が掲載されていない。

答 至急確認し対応する。(証明書デジタル申請について、村ホームページに3月頃掲載したが分かりづらいため見直しし、トピックスにも七月一六日に掲載)

昭津区 七月一九日

出席者 一〇名

問 役員の選出が難しくなってきた。

答 区や常会の役員が多いという意見が出ているので、区長会の中で検討していく。ご意見等あれば区長さ

んに伝えていただきたい。

問 昨年、安協が道の駅で啓発活動を行ったようだが、今年度大きな事故が二件発生した。大々的に注意を呼び掛ける必要があるのではないか。

答 死亡事故も発生し、安曇野警察署・安曇野安協・生坂支部が連携して対応していく必要があることを確認している。啓発活動に力を入れていくので、生坂支部の理事にご協力をお願いしていく。

問 193カードを持参することを忘れてしまう。その都度発行してもらっている。何枚も持っている。システムなどで管理できないか。

答 役場にお持ちいただく際、すでにお渡しした複数枚を一枚に集約することができる。ごみ袋や商品券等と引き換えができるので有効に使っていただきたい。193カードは村独自の事業なのでシステムを構築す

るのは難しいがご意見として受け止める。

問 現役世代が少ないので、草刈りや整備作業等に特化した人材を配置できないか。

答 依頼があれば、いくさか大好き隊で対応する。申し込みは村でも地区担当職員でも良い。

問 集落支援の申し込みの窓口や手続き方法をわかりやすくしてほしい。

答 決まった申請様式は無いが、紙・電話・メールなどで受け付けている。古坂区の

ように上手く活用している区もある。依頼方法については広報等で周知していく。

問 いくさか大好き隊が下ノ田で梅を育てている。管理がなかなか行き届いていないように見受けられるが、村で面倒を見ることはできないか。

答 担当隊員の体調不良により手が回っていないが、他の隊員とも協力しながら荒らさずにきちんと管理をするよう徹底する。

問 梶本ノ大日向間の村道一級一号线で陥没している箇所がある。

答 現地を確認して対応する。

問 有害鳥獣による被害が深刻化している。

答 村内各所で発生している。猟友会と協力して罠の設置を行っているので、被害があれば報告をいただきたい。

大日向区 七月三日

出席者 一六名

問 村営バスは中学生や高校生も乗るので、子どもたちが安心して利用できるよう、運転手への教育をしてほしい。

答 直接役場にも連絡があることがあり、その都度運行会社には伝えている。もう一度運行会社には徹底するよう連絡する。

問 空き家バンクについて、現在三件ほどしか載っていない。村で情報を持っているのか、それともこれで全てなのか。南平地区は空き家が増えて六件ほどある。持ち主が管理している物件もあるが、何もしていない物件の持ち主は、空き家バンク制度を知っているか、その確認を村はしているのか。

答 空き家バンクのページには現在三軒の掲載。(他に非公開物件が一軒。)新規物件を掲載するとすぐに売れる状況。



空き家バンクについて、毎年固定資産税の納付書に制度についてのお知らせ等を同封している。以前にも空き家の調査をしたが、すぐに手放す選択をする方が少ない。直接お話すことも非常に大事なので、区長会でもお知らせをしていく。

問 倒壊しかけている空き家について、近隣市町村では行政代執行で処分したこともある。行政代執行を考慮する必要があるのでは。

答 費用の面で取り壊しができない方もおり、村から五〇万円の解体補助をしている。解体せずに、道や隣の家の方に危害を及ぼすようであれば、行政代執行をせざるを得ないと思う。そのような物件があれば、村づくり推進室に連絡いただきたい。

問 空き家購入者が区に馴染めるように、村から自治会等を紹介しているのか。

答 自治会への加入等について誓約書を取っている。

自治活動に参加し、区長や常会長、また近所の方に挨拶をしていただくようお願いしている。

問 鹿の被害が出ている。ブドウの袋掛けが終わっているが、袋を破つて下から食べられているのが数件見られる。南平では防護柵がされていないところが一部あり、そこから入ってきているようだ。対策として、その防護柵の設置というのを検討されているか、それともこちらから要望すれば検討してもらえるのか。

答 南平の鳥獣侵入防護柵について、現在検討等を行っているが、状況等把握のために現地確認をしたので案内をお願いしたい。

問 地区内の道路が、かなり傷んでいる箇所が見受けられる。振興課に状況を話せばすぐ対応していただけるか。年に一回地区要望で提出することは可能だが、その他の方法を教えていただきたい。

答 簡易的なものについては職員等でも対応できるので、お知らせしていただきたい。大規模工事等、金額がかかってしまうような工事の場合は、要望していただき、村で現地確認し、調整する。

問 地区要望について、数年間返答がそのままになっているのが数件ある。

電波塔下水路の関係、南平集会所天井のキツツキによる穴等、現在検討中や県と協議中などの返事で、まともな返答と言えるべきものが来ていない。半年に一回程度の状況報告をいただければ、区の皆さんに報告できる。

答 電波塔下の水路関係は県に要望し検討中とのこと。半年に一回程度で報告していく。大きな工事や、県の事業対象になるものについては財政的なことを考えてお願いをしている。キツツキの件は、様子を見て、支障があるのかどうかも踏まえながら検討していくが、集会所のため、ある程度地元の負担が出てくる。状況を確

認しながら検討していく。

問 草尾地区の一級一号の通行止めの現状や、国道工事の現在の状況について。

答 草尾高鼻地籍は、現在午前六時から午後七時までの間で片側交互通行にしている。今後の工事の詳細については未確定だが、一月頃から護岸工事を始める予定。また、犀川が大雨等の増水時には通行止めとなる場合がある。国道工事について、トンネル内の防災対策工事を行っている。

問 プラスチックのゴミの回収に関して月一回でなく例えば二回にするというのは可能か。また一〇枚入りの燃えるゴミの袋が、非常に取り出しにくい。

答 収集日を今の月一回から月二回等に増やすと委託料も増額となるが、今後に検討していく。また燃えるゴミの袋について、それぞれ一〇枚バラバラに入っているパタンも確認しているため在庫の関係もあるかと思う

が、今後確認していく。

問 井戸の調査結果と目的、不在地主の蓋がない古井戸について。

答 調査の結果、回答いただいた方が一四四名、井戸の箇所は二五ヶ所。そのうち使用中が全体の四割程という状況だった。地震などによる断水の際に生活用水として使用可能な井戸について実態を調査した。今後は結果をもとに、災害時協力井戸として協力いただける井戸を把握したい。また古井戸の対応については今後検討する。



問 ゴミ袋について、中と小はあるが大を見たことがない。なぜないのか。大があったらそつちを買いたい。

答 容量が大きく扱いにくくなってしまふことがあり、今まで扱いをしてこなかった。

宇留賀区 七月二四日

出席者 一三名

問 宇留賀公民館の無線の電波状況が悪い。防災無線のデジタル化で解消できるのか。

答 今回は同報系の無線をデジタル化するため、移動系の対応はできないが、何らかの方法を検討していきたい。

問 空き家バンクで空き家を購入者に紹介する時に、土地の境界の確認は行っているのか。

答 村では不動産業の資格がなく、その対応が出来ないため、前所有者と購入者間で境界を確認して欲しい。

問 さぎの平でアレチウリが増えているので、いくさか大好き隊と一緒にアレチウリの駆除を行えないか。

答 区より依頼があれば調整し対応していく。

問 旧県道の公園化はどのような形で進めていくのか。また誰が管理していくのか。

答 今年度は五〇六台分の駐車場整備と防護壁を設置していく。旧県道は村道になるため遊歩道として整備していく、景観保全しながら村で管理していく。

問 金戸山で松枯れが進んでいるが今後の対応は。

答 松くい虫空中散布は県の指針で行っているが、山清路は散布が出来ない区域となっているため、伐倒駆除等に対応していきたい。

問 金戸山の観音を守っていくには、松枯れの伐倒駆除と登山道の整備を同時進行して欲しい。公園化に向けて金戸山にも目を向けて欲しい。

答 一月三日には金戸山巡礼登山を行っているのので、登山道を確保するように努めていきたい。

問 国や県に働きかけて松枯れ対策を行ってほしい。

答 森林環境譲与税を活用した伐倒駆除ができないか、松本地域振興局林務課に確認していきたい。

問 観光庁の第二のふるさとづくりプロジェクト事業で生物多様性等について村外の方に学んでいただくが、学校ではどのように取り組んでいくのか。

答 時間の限りもあるので自然学習に特化していくことは難しいが、地域学（Ikusaka学）で生坂の自然などを学んで行くように取り組んでいく。

問 スクールバスは中学生も乗車できないか。

答 今は小中一貫校の施設分離型で時間も違うため同乗するのは難しい。中学生の通学では、村営バスを無

償化しているので利用いた
だきたい。

問 給食でオーガニックや有機給食に材料費はかかるが、進める施策はないか。

答 現在、地域の方が作った農作物を取り入れているが、有機給食は地産地消の延長と考える。オーガニックで出来たものがあり地域の方との調整が出来れば導入を検討していきたい。



古坂区 七月二九日

出席者 六名

問 以前から古坂の無線の屋外子局が聞こえるように要望しているが、無線のデジタル化で聞こえるようになるのか。

答 デジタル化することでは聞こえるようにはならないが、今回の事業でスピーカーの位置、向き等により解消できるようにしたい。

問 感震ブレイカーの設置の際、住宅に手を入れる場合は村内業者をお願いする必要があるのか。

答 できるだけ村内の業者を利用していきたい。能登半島地震では、電気が原因で火災が発生した。感震ブレイカーの設置を検討いただきたい。

問 山清路より北側の国道に張り出している木があるので、伐採してほしい。

答 現在、長野国道事務所

るので、要望してみる。

問 役場窓口で証明書を申請するのに手書き記入しなくても手続きができるとあるが、マイナンバーカードではなく、運転免許証でもよいのか。

答 役場窓口で書いていただいてる住民票や所得証明書などの申請について、ほぼ書かなくても済むシステムを導入した。その申請にはマイナンバーカードと運転免許証が利用できる。

問 児童館で子どもたちを教育している職員、その教育内容など、児童館ではどのような運営がなされているか。

答 夏休み期間中については会計年度任用職員を雇用し対応している。活動内容については、お楽しみ会や学習、遊びなどを計画して行っている。

問 児童館で、伊那で開催されている映画祭のような、無償で映画などを放映

するといった企画が提供できないか。

答 導入できる機会があれば検討していきたい。まずは児童館に話してほしい。

問 広報などには小中一貫教育と記載されているが、特に様子が何も変わっていないのはなぜか。

答 生坂村の小中一貫教育は施設分離型で行っており、小中学生は今まで通り小中学校に通い、教育の自身の部分で小中合同の取り組みを増やしたり、先生同

士の交流を深めたりなど、ソフトな部分の取り組みを増やしている。

子育て世帯 八月三日

出席者 七名

問 草刈りや里山整備についても高齢化が進んでいる。村として対策はあるのか。

答 いくさか大好き隊のなかで集落支援や地域支援を行っており、その活動の一環として協力支援を進めているところ。

問 住宅の更なる整備を図るところで、現存する村営住宅をゼロエネルギー住宅化するのか、新たにそういうものを作るということなのでしょう。

答 村営住宅について、新たに建設する住宅については設備等の設置も考えながら進めていく。既存の住宅に関しては、原則としてそのままとなる予定。太陽光パネルと蓄電池は、居住者のご理解をいただきながら

設置をしていきたいと考えている。

問 村営住宅の太陽光パネルは、もし一人でも反対という方がいたら設置しないのか。

答 村営住宅は村の持ち物ではあるが、居住者の意向も尊重しながら話しをし、納得いただけない場合は設置できないと考えている。

問 新しい村営住宅の建設予定場所について、現時点で決まっているところはあ

答 役場から徒歩一〜二分ほどの位置にある農地を今年度取得し、来年度から村営住宅を建設したいと考えている。また、古い住宅を壊して二世帯が入居できる村営住宅を建設する予定で、こちらは六月の補正予算で認められている。

問 山を含む土地全体を保全していく視点が重要だと思

対策や活用をしていけたらと思う。

答 有機土木という取り組みに関しては、今後研究していきたい。竹林整備に関しては村内全体で取り組む必要がある、チップーを使った竹林整備講習会も毎年行っている。竹林整備も持ち主の高齢化で思うように進んでいない状況であり、振興課から声を掛けて、より多くのハチクを出荷できるように取り組んでいきたい。

問 観光や防災の面においても水を汲める場所があったら良いと思うが、そのような場所があると生坂村に住む価値が上がると思うので検討してほしい。

答 水源の確保は、何かあった際に上水道が復旧するまでの間に助かるという点で必要だと思っている。村内の水源調査は今までに何度も行ったが、見つからなかった。そのため、安曇野市と大町市と契約を締結して上水道を確保しているのが現状である。



問 小中一貫型の教育についてですが、今年度から取り組みがスタートして、この先にどういう流れがあるのか教えてほしい。

答 子ども達に生坂のこともっと学んでもらうために、地域学(Ikuskax学)を取り入れている。他にも、中学生がメインで、北海道の標津町との交流学习も進めている。小中学生との関わりを増やす機会として、小学生が中学校に行つて青空給食を実施したり、音楽鑑賞も合同にしたりするといった取り組みも始めたところ。教員においても、義務教育の九年間で小中の先生の垣根を取り払つて、生坂の子ども達を見ていけるような取り組みを増やしたい。

問 小学校が閉鎖されて、中学校にままとるといったことはないのであるか。

答 小学校の校舎は老朽化が進んでおり、校舎の建て替え等が必要になる。その際、校舎を今の場所建て替えるのか、中学校の隣に

建てるのかも含めて考える必要があるが、現時点で小学校をすぐに閉鎖することは考えていない。

問 小中一貫教育について、バスの運行が一緒になるといった仕組みの変更は考えているのか。

答 スクールバスに関して、現在のところは一つにするということは想定していないが、仮に、小学校の校舎を中学校の傍に移すことになった場合、検討は必要だと思っている。現時点においては今の運用通り、スクールバスは小学生を対象に運行する形で考えている。

問 宇留賀のほうでは国道一九号までの距離もあり、冬場は自転車も危険かと思うので、中学生もバスに乗車できるシステムは検討できないのか。

答 中学生の通学はできれば自力で来ていただきたい。自助・共助・公助の考え方のうち、スクールバスは公助の部分になる。まずは

自助努力をしていただき、困難であれば隣近所の方と助け合う共助を、それで困難なら公助を考える必要があると考える。ただ、特定の地区で対応するとはかの地区に対する公平性の観点もあり、対応は難しい。



生坂村公式LINE アカウントの登録を

村では、広報誌やICN自主放送、無線放送で、行政に係る情報をお届けしていますが、より一層住民の皆さんにしっかりと情報が届けられるよう、村のホームページに毎月の全戸配布、回覧でお配りしたものを掲載していきます。

また、生坂村公式LINEアカウントも活用し、チラシの配信、無線放送でお知らせしている行政からのお知らせ内容もLINEで配信します。

LINEは、役場からの情報をお送りしていますが、全ての情報を網羅できるものではありませんので、様々な機会や媒体で行っている情報をご確認いただけますようお願いいたします。



※ QRコードから登録ができます

空き家をお持ちではありませんか？

生坂村では、空き家対策と移住促進を図るため、『空き家バンク』に村内の空き家情報を掲載し、移住者に情報提供しています。

お持ちの空き家を『空き家バンク』に登録しませんか？

空き家バンクは、売主に代わって村が物件の情報を公開するもので、どなたでも閲覧することができます。

「誰にでも売りたいわけじゃない」「この人になら」という方に売りたい」といった思いをお持ちの売主の方には、情報を広く公開せずに買主を探せる『さかさま不動産』というサービスもあります。

ご不明点等ございましたら、お問い合わせください。

■お問合せ先

村づくり推進室

☎六九一三一

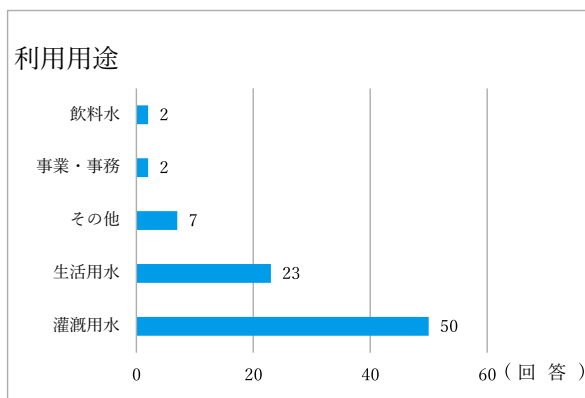
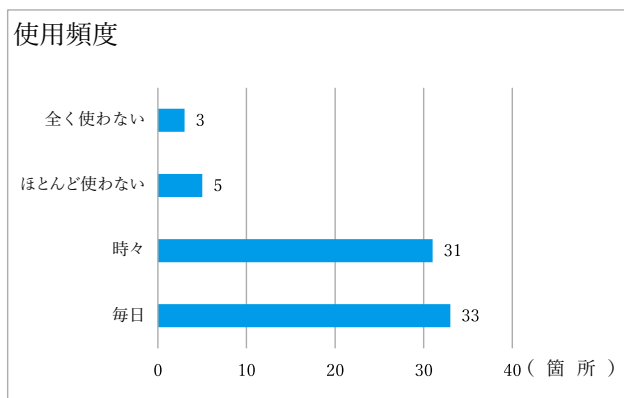
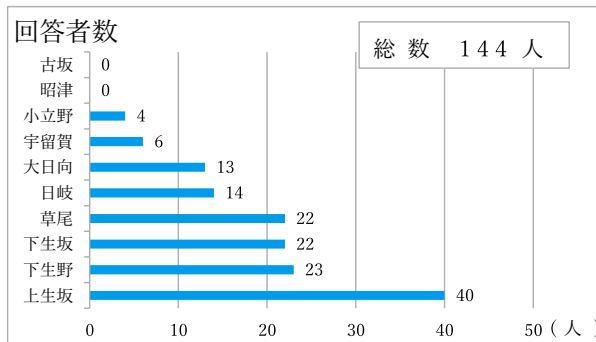
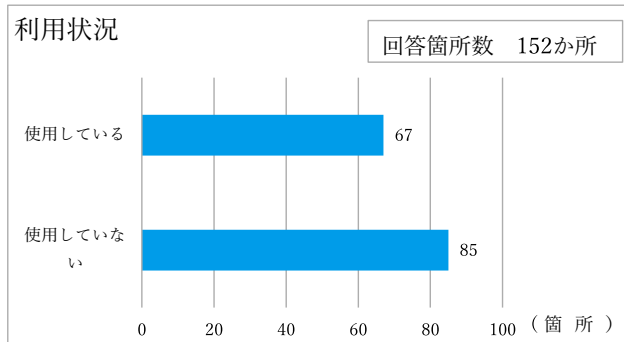
井戸調査の結果と お願い

先に実施しました「井戸の状況調査」にご協力いただきありがとうございます。

回答いただいた方が一四名、井戸の箇所は一五二ヶ所でした。そのうち使用中が全体の四割程という状況でした。

こうした調査結果をもとに、今後地震等により発生する恐れのある断水の際に生活用水として井戸水を提供していただける災害時協力井戸の登録制度を現在検討しています。整備に向け該当する井戸について再度調査を行っていますので、その際にはご協力をお願いします。

また、皆さんの井戸の蓋は安全ですか。傷んでいると事故に繋がる恐れがありますので、定期的に確認し危険性のある場合は安全対策を講じましょう。



毒きのこによる 食中毒にご注意を！

毒きのこによる食中毒は、過去一〇年間に県内で発生した食中毒事件数の約六％を占めており、例年その発生が危惧されています。

夏の気温が高く、その後適度な降雨があり、朝晩の気温が低下すると、多くのきのこが発生すると考えられています。

例年、毒きのこを原因とする食中毒は、九月から一〇月に多く、家庭を中心に発生しています。

毒きのここと食用きのこを見分けるには、誤った言い伝えや迷信(柄が縦に裂けるきのこは食べられる等)を信じず、一種類ずつ特徴を確実に覚えるしかありません。

きのこは種類が多いにも関わらず、三割程度しか名前がわかっていません。図鑑に出ていないきのこが多くあるため、無理に図鑑に掲載されているものに当てはめないことも重要です。

【きのこ中毒防止のポイント】

- ① 知らないきのこは採らない、食べない、提供しない。
- ② きこの特徴を覚え、確実な鑑別をする。
- ③ 毒きのこを加工(塩漬、乾燥、水さらし等)して食べない。誤った言い伝えや迷信を信じない。
- ④ 人から貰ったきのこでもできるだけ鑑別をする。

誤って毒きのこを食べてしまったら、食べた種類、量にもよりますが、食後一〇〜三〇分位で胃が重くなったり、むかつくなどの症状(腹痛・下痢・嘔吐・神経障害など)が出ます。

指を口の中に深く入れ、食べた物を全部吐き出し、早急に医師の診察を受けて下さい。

毒きのこでなくても、古くなったきのこや傷んだきのこでも中毒様症状を起こします。食用のきのこでも、生の状態で食べたり、一度に大量に食べたりしないようにしましょう。

～児童手当制度改革（拡充）のお知らせ～



児童手当法等の改正に伴い、令和6年12月支給分（10月分）から下記のとおり児童手当の制度が変わります。制度改革により申請書の提出が必要な方には10月上旬までに通知を送付しますので、住民課まで提出をお願いします。

主な改正内容について



- 支給対象者を中学生から**高校生まで拡充**
- 第3子以降の支給額を、1万5千円から**3万円に増額**
- **大学生年代から第1子としてカウント**
- 保護者の**所得制限を撤廃**
- **支給月の変更**

主な変更		改正前 令和6年9月分まで		改正後 令和6年10月分から	
支給対象		中学校終了前までの児童 (15歳到達後の最初の年度末まで)		高校生年代※1までの児童 (18歳到達後の最初の年度末まで)	
所得制限		所得制限あり		所得制限なし	
手当月額		第1子・第2子	第3子以降	第1子・第2子	第3子以降
	3歳未満	15,000円		15,000円	30,000円
	3歳以上 小学校修了前	10,000円	15,000円	10,000円	
	中学生	10,000円		10,000円	
	高校生年代※1	支給なし 多子加算の算定対象として数える		10,000円	
	大学生年代※2	支給なし 多子加算の算定対象として数えない		支給なし 多子加算の算定対象として数える	
支給月		年3回（2月・6月・10月） 各前月までの4ヶ月分を支給		年6回（偶数月） 各前月までの2ヶ月分を支給	

※1 高校生年代＝令和6年度は平成18年4月2日～平成21年4月1日生まれの子（年齢が18歳年度末まで）

※2 大学生年代＝令和6年度は平成14年4月2日～平成18年4月1日生まれの子（年齢が22歳年度末まで）

多子加算の児童の数え方

		拡充				
改正後	児童の数え方 支給月額	第4子 10歳 30,000円	第3子 14歳 30,000円	第2子 17歳 10,000円	第1子 20歳 支給対象外	カウント外 23歳
改正前	児童の数え方 支給月額	第3子 30,000円	第2子 10,000円	第1子 支給対象外	カウント外 支給対象外	

（注）請求者（受給者）が監護相当・生計費の負担（仕送り等）をしている必要があります。

制度改革により申請手続きが必要な方

- ・ 高校生年代の児童のみを養育している方
- ・ 所得上限限度額超過により児童手当・特例給付を受給していない方
- ・ 児童手当を受給中で、大学生年代の子を含めて3子以上の児童を養育している方
- ・ 生坂村に住所がない高校生年代の児童を養育している方

【お問い合わせ 住民課 生活環境係 電話 0263-69-3113】

マイナ保険証をご利用ください



令和6年12月2日から、健康保険証の発行が終了となり、マイナ保険証（健康保険証の利用登録したマイナンバーカード）に移行します。

マイナンバーカードをお持ちでない方は、この機会に申請をお願いします。

また、マイナンバーカードをお持ちの方で、保険証の利用登録をしてない方は、住民課で登録支援ができますので、お気軽にご相談ください。

- 令和6年12月1日までに発行された保険証は、記載された有効期限（最長令和7年12月1日）まで使用することができます。

※生坂村国民健康保険及び後期高齢者医療保険加入者は、令和7年7月31日までとなっておりますのでご注意ください。

- 令和6年12月2日以降、マイナ保険証をお持ちでない方には、「資格確認証」が交付され引き続き医療を受けることができます。

～マイナ保険証のメリット～

お薬のトラブルを未然に防ぐことができます

電子処方箋に対応した医療機関・薬局をマイナ保険証で受診等すると、本人の同意のもと、「直近の」薬の情報も医師や薬剤師などと共有でき、重複投薬を避けたり、一緒に飲んではいけないお薬の処方を未然に防ぐことができます。

より良い医療を受けることができます

過去のお薬情報等を見られるようになり、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることができます。

手続きなしで高額医療の限度額を超える支払いを免除できます

限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。

詳しくは厚生労働省Webサイトで
ご確認いただけます。

マイナンバーカード
の保険証利用について
もっと知りたい方は
こちら



ひと・くらし、あらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

お問い合わせ 住民課 生活環境係 TEL 69-3113

小学校だより

四年生の一学期の思い出は？運動会、プラネタリウム、理科実験、川での魚とり体験、畑の世話、クラブ活動、長野見学！それぞれの思い出を五、七、五で表しました。



夏休み
父さんコークで
ぼくペプシ

井筒 啓斗

暑い夏
川ですずしむ
魚たち

岩間 蒼空

どうしたの
毎日来るよ
あまがえる

遠藤 颯大

あやちゃんと
あそびまくった
一学期

小池 栄都

かんだうの
しょうじんりょうりに
したつつみ

齋藤 楓太

初めての
精進料理
おいしいな

齋藤 麻由



初めての
ポプリ作り
いい香り

高開 陽葵

善光寺
かいだんめぐり
こわかった

瀧澤 善



たのしいな
プールで泳ぐ
夏の日々

中山 翔太

善光寺
かいだんめぐり
スリルある

福田 時和

暑い夏
プールに入る
きもちいな

藤澤 一花

プラネタリウム
キラキラ星空
きれいだな

森田 るみ珂

川あそび
魚がとれた
うれしいな

山田 彪人

BGで
泳ぎまくって
あーつかれた

吉川 悠人



なんとといっても、長野見学にむけての学習では、準備、見学、発表と、四年生のみなが自分で考え、それぞれの得意な方法で学習をすすめてきました。みんなが得意な分野や方法で友だちとかかわりあいながら楽しく学習しようとしています。

二期は生坂村の特産物、『竹』を使ってキャンプのできる家づくりをしたいという四年生のみな。みんなの知恵と力を合わせてどんな家がでかあがるかな？楽しみです。

生坂中学校吹奏楽部 ♪ 心 響 楽 ♪

～私たちの熱い夏～

部長 アルトサックス

今年度の夏のコンクールでは、A編成、4校合同での演奏と、今までにない新しいことに多く挑戦し、県大会にも出場し、銀賞をいただくことができました。練習期間の短さや、気持ちの統一など三年生として、部長として、大変さや難しさ、プレッシャーがありましたが、合同バンドならではの達成感や楽しさを知ることができました。卒部まで、残りわずかですが生坂中学校、吹奏楽部の一員として最後まで全力でやり切りたいと思います。かしわ祭や赤とんぼフェスティバルではその成果をたくさんお見せできるよう頑張ります。

副部長 チューバ

今年、初めての夏のコンクールA編成、そして4校合同バンドで出場してみて、最初の練習では、沈黙の時間が続いてしまったり、同じパートの人に、「もっとこうしよう」というのが言うことができませんでした。練習を重ねるうちに、『4校』ではなく『1つのチーム』として動けるようになり、意見を言い合うことができるようになり、本番では4校でやってよかったと思える演奏で、とても楽しかったです。今思っても4校でA編成に出場して本当に良かったと思えるくらいに良いチームでした。



3年 トロンボーン

今年のコンクールは、4校合同バンドでA編成出場など初めてのことがたくさんありました。最初の頃は自分から他校の方たちに話しかけに行くことができず、気持ち揃えていくことが難しいと感じました。しかし、練習していくうちに少しずつ話しかけられるようになってきてよかったなと思いました。また、気持ちが揃えられるようになったことで、この大人数でも音を揃えられるようになり最終的にはとても良い演奏にすることができたので良かったです。

副部長 ピッコロ&フルート

今年は、4校合同での夏のコンクールでした。他校との交流ならではの考え方や刺激があり、全体も自分自身も成長することができました。その刺激があったからこそ、自分の音に責任をもってよりいい音にしようとコツコツ努力ができ、コンクールではその成果を評価していただけて、自分の努力、全員の努力が無駄にならず、しっかり心の音を届けることができたなと思いました。この夏の経験を活かし、さらにレベルアップした姿を村民の皆さん、保護者の皆さんにかしわ祭でお見せできるように頑張ります！

3年 バスクラリネット

今回、4校合同バンドで初めてA編成に出場して、最初は上手くコミュニケーションを取ることができずにいましたが、日を重ねるごとに、演奏中にやらなければならないことや他校のことについて話すようになり、前よりも仲が深まるようになりました。初めは、本当に揃うことが難しく、二曲をきちんと吹ききれるか心配でしたが、この夏のコンクールで県大会までに上りつめることができ、4校の絆を深めることができました。何よりA編成に出ることができて本当に良かったです。

3年 パーカッション

今年の夏のコンクールに4校合同でA編成に出るという初めてのことで、たくさんのことを学びました。はじめのうちは他校との交流に慣れていなくて、音が揃わない等、心配なことも沢山ありました。ですが、練習を重ねるごとにお互いのことを知っていくことができ、どうやったら音が揃うか考え、揃えられるようになりました。練習を通して、自分に足りない所やどうしたら、改善できるのかを模索しながら成長することができました。今までの経験をいかして、残り少ない活動を行っていきたいです。

3年 クラリネット

今年の夏のコンクールは、4校合同でA編成に出場するという新しい挑戦をしました。4校を代表して、私はコンサートマスターを担当しましたが、B編成だった頃よりもたくさんの人数がいて圧倒されました。音を合わせるよりも、心を合わせることを意識し、本番に繋げることができました。そして私たちは今年、県大会で銀賞をいただくことができ、ホール中に自分たちの音を響かせることができました。今まで一緒に頑張ってきた仲間や、支えてくださった家族や地域の人たちに感謝しながら、この喜びをかみしめていきたいと思います。

2年 トランペット

夏のコンクールでは話し合うことの大切さや自分の立場、振る舞いの大切さを学ぶことが出来ました。これから、3年生にかわって2年生が部活を引っ張っていく番なので、今のままではなく3年生や先生に聞いたり、自分から素早く行動したりして、生坂中学校吹奏楽部の伝統を壊さないように引っ張れるようにしていきたいです。

1年 トランペット

県大会では、1学期で先生や先輩に習ったこと、地区大会の反省を活かして演奏しました。自分としては全力で演奏できたと思いましたが、まだ音程や音の出し方に課題があるので、これからの大会や行事に活かしていきたいと思います。これからは分からないところがなくなるように練習をしていきたいと思います。

2年 ユーフォニアム

私は2年生になって、練習のやり方や同じパートの人と話し合うことや音を合わせることなど、いろいろな事を知りました。大会では楽器運搬で分からないことがあったりしたので、これからは分からないまま次に進むのではなく、きちんとわからないことは先生に聞いたりすることを目標にして自分で動けるようにしたいです。

1年 ホルン

夏のコンクールでは、何回も練習を続けることの大切さや練習の時の返事、コンクールの緊張、楽器の扱い方など、これからの部活動で役立つことを学ぶ事ができました。しかし、まだ学ばないといけないこと、直さないといけないことがたくさんあります。これからは、できなくてもいい一年生を卒業できるよう、練習していきたいです。

2年 テナーサックス

4校合同での演奏で最初は揃わなかったり不安があったりしていたけれど、みんなで演奏していくうちに気持ちが一つになっていって、コンクール当日、課題曲は前進していくイメージだったり、自由曲では、テンポ感、表現を出すなどを考えながらできて、今までで一番いい演奏になったと思ったし、楽しめた演奏でした。これからも2年生として先輩を支えながら、1年生をまとめられるようにしたいです。

1年 ユーフォニアム

僕は、夏のコンクールで多くのことを学びました。しっかり返事することの大切さや、人のことを考える大切さを学びました。色々な事を学びましたが、練習に向かう姿勢や気持ちがまだまだ足りないと思いましたので、赤とんぼフェスティバルや文化祭で学んだことを生かし、課題を克服して演奏したいです。

みんなを誘って、みんなで歩こう | 毎月第1火曜日と3水曜日に「いくさか歩こう部」開催!

いくさか 歩こう部

お知らせ

VOL.63

2024

Sep

生坂村役場 健康福祉課
(生坂村健康管理センター)
☎ 0263-69-3500

秋は、代謝が高まり運動の効果を得やすい時期と言われています。

紅葉など秋ならではの景色を楽しみながら、皆さんでウォーキングしましょう!

事前申し込み制ではないので、お気軽にご参加下さい★



開催日	集合時間	コース	集合場所
10月1日(火)	11時30分	旧国鉄廃線敷きコース	安曇野市明科総合福祉センター あいりす前駐車場
10月16日(水)	14時～	お手軽ウォーキングコース (原～西手)	B&G 海洋センター前
11月5日(火)	14時～	スカイスports公園 (白日)	スカイスports公園駐車場
11月20日(水)	14時～	北アルプス展望と犀川コース	小立野公民館
12月3日(火)	14時～	お楽しみ講座 マレットゴルフ	やまなみ荘下スポーツパーク 駐車場
12月18日(水)	14時～	宇留賀～大日向	会生活改善センター

◆10月から開催時間が**14時**になります。

◆雨天時は、B&G 海洋センターで開催予定ですが、状況により中止する場合がありますので、無線放送でご確認ください。



お弁当を持ってウォーキング

お弁当を持って出かけします。
秋の涼しい風を感じながら、ウォーキングしましょう。

◇日にち: 10月1日(火)

◇時間: 11時30分～14時頃

◇コース: 旧国鉄廃線敷きコース

※お弁当は各自ご準備ください。



お楽しみ講座 マレットゴルフ

師走の寒い時期ですが、寒さに負けず
マレットゴルフを楽しみましょう



◇日にち: 12月3日(火)

◇時間: 11時30分～14時頃

◇場所: やまなみ荘下スポーツパーク

※マレットゴルフの用品は事務局が
準備します。

詳細については、健康管理センターにお問合せください。☎ 69-3500

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス 10月からワクチン接種が始まります



※ 対象者

- (1) 接種日に65歳以上の方（65歳の誕生日の前日から接種できます）
- (2) 接種日に60歳から64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい有する方

※ 接種期間と接種回数

各ワクチンとも接種回数は 1 回です。

種 類	接 種 期 間
高齢者インフルエンザ	令和6年10月1日（火）～ 令和7年1月31日（金）
新型コロナウイルス	令和6年10月1日（火）～ 令和7年3月31日（月）

※ 自己負担

- 高齢者インフルエンザ 1,000円
- 新型コロナウイルス 1,000円

※ 接種場所

かかりつけの医療機関等 各自で予約してください。

9月下旬に対象者に接種券を同封した封筒、またはハガキを送付いたします。
ハガキが届いた方で、今年度接種を希望される方は健康福祉課までご連絡ください。

生坂村健康管理センター ☎ 0263-69-3500

こどものインフルエンザ予防接種助成

季節性インフルエンザ予防接種を受けた場合に、接種費用の全額助成を行っています。
対象となるご家庭に、通知と申請書またはハガキを送付いたしますので、助成を希望される保護者の方は、接種にかかった費用の領収書とともに健康福祉課へ申請をしてください。

※対象者 生後6ヶ月から高校3年生相当にあたるお子さん

※接種期間 令和6年10月1日（火）～令和7年1月31日（金）

※申請期限 令和7年2月10日（月）まで

【申請・お問い合わせ先】 生坂村健康管理センター ☎ 0263-69-3500

人が集まる・笑顔がみえる

いどばたキャラバン

いどばたキャラバンって
なに？

地域支え合い推進会議から生まれた、
住民が気軽に集える場所です。
地区をまたいでの参加也大歓迎。
年齢問わず、どなたでも参加可能です。
みんなでわいわい集いましょう！

参加費
無料！

開催予定日（その他の地区は時期に合わせて広報予定です）

10月21日（月） 大日向生活改善センター 10時～12時

10月24日（木） 昭津木材ふれあい体験館 10時～12時

10月29日（火） 宇留賀公民館 10時～12時

（10地区開催予定です）



お問合せ

役場健康福祉課
生坂村健康管理センター
電話 69-3500
担当 竹内

『成年後見人等のつどい』 開催のお知らせ

親族等の成年後見人、保佐人、補助人を受任している方、これから利用を検討している方、成年後見制度に関心のある方を対象に「成年後見人等のつどい」を開催します。

認知症や精神障がい、知的障がいをお持ちの方の財産管理や契約行為において、成年後見制度の利用が必要になることがあります。

「成年後見人等のつどい」では、実際に成年後見人を受任している弁護士から成年後見制度の概要や後見人等の業務について講演をしていただきます。

会場

松本市松南地区公民館
(なんなんひろば)

三階大会議室
住所 松本市芳野四一

内容

①講演、質疑応答
「相続・遺言と成年後見制度」

講師 神戸 美佳弁護士

②個別相談 四組(先着順)
一組一五分程度

対象者

松本市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村に在住で

①親族等の成年後見人、保佐人、補助人になつてい
る方

②成年後見制度の利用を検討している方

③成年後見制度に関心のある方

●定員 八〇名

●参加費 無料

日時

令和六年二月一日(日)

講演

午後一時三〇分～
午後三時

個別相談(先着順)

午後三時～午後四時

申込み方法

令和六年一〇月一日(火)
～二月五日(金)
(土・日・祝日を除く。)

午前八時三〇分から午後五時一五分までの間に電話でお申込みください。

個別相談を希望される方は申込みの際にお申し出ください。

申込み・問合せ

松本市社会福祉協議会
成年後見支援センター
かけはし

☎八八・六六九九



特定疾患等見舞金 支給について

村では、特定疾患(指定難病)等受給者証をお持ちの方に、見舞金を支給します。対象となる方は申請してください。

【対象者】

一〇月一日現在、次のいずれかの受給者証をお持ちの方

▼特定医療(指定難病)

受給者証

▼長野県特定疾病医療費

受給者証

▼特定疾患医療費受給者証

小児慢性特定疾病医療費受給者証

▼ウイルス肝炎医療費

受給者証

【見舞金の額】

年額 二万円

【申請期限】

令和七年二月末まで

【申請・お問合せ先】

生坂村健康管理センター

☎六九・三五〇〇

一〇月・一月前半
公民館教室・社会教育、
生涯学習関連イベント

☆地域未来塾

一〇月 五日(土)
二六日(土)

午後一時一五分～
会場・B&G海洋センター
二階会議室

☆絵手紙教室

一〇月 五日(土)

午前一〇時～
会場・児童館「たんぽぽ」
創作室

☆金戸山百体観音巡り

二月 三日
(日・文化の日)
午前九時～午後〇時半頃

どんな“ごはん”がよいのかな??

主食・主菜・副菜を組み合わせると自然に栄養バランスのよい食事になります。

健康な体を作り、一日を元気に過ごすためには栄養バランスの良い食事をとることが大切です。



部活も勉強も
頑張れる朝ごはん



主食+主菜：卵どんぶり
(油揚げ、しめじ、小松菜)
副菜：トマトときゅうりのサラダ(みょうが)
汁物：みそ汁(なす、わかめ、しめじ)
デザート：バナナヨーグルト

おすすめポイント

中学の運動部に所属しているため、ごはんをたくさん食べられるように丼ぶりにしました。忙しい朝でも電子レンジで簡単に作っています。

食べ盛りのお子さんにあった量で工夫していますね。(管理栄養士)



【わたしのじゃがいも料理 募集しま〜す】

子ども保健委員会では、7月に保育園年少児から中学3年生を対象に生坂産のじゃがいもを配布しました。

じゃがいもを使った料理を「作って」「一緒に食べる」、団らんの時間はとれましたか?

子どもたちやご家族の皆さまから、【じゃがいもを使った料理】の写真を募集します。

選考委員により審査を行い、選出された方の写真は、広報いくさかに掲載し、村内に展示いたします。

投稿者には素敵なプレゼントを用意しています 📷 🍌 自慢の美味しいじゃがいも料理をお待ちしています 🍌

●投稿方法(以下3つよりお選びください):

- ・QRコード読み取り回答.....→
- ・E-mail.....kenkokanri@vill.ikusaka.nagano.jp
- ・生坂村健康管理センターに郵送.....〒399-7201 生坂村6043-1

●投稿内容:①お名前 ②ペンネーム(任意) ③年齢 ④地区名 ⑤連絡先
⑥じゃがいも料理の写真 ⑦料理名 ⑧おすすめポイント

●応募締切:令和6年11月29日(金)

●お問合せ:教育委員会 子ども・子育て支援係 (☎0263-69-2087)
健康福祉課 管理栄養士 金子 (☎0263-69-3500)



げんきあっぷごはん 元気あっぷごはん

生坂村 子ども保健委員会

Vol.2



子ども保健委員会では、子ども達に「皆と一緒に食べる喜びと食の大切さを伝えること」を目的に食育の取組を行っています。食について多くの事を知り、自分で考えて食を選ぶ力を身に付け、健康的な食生活を実践できる力を養いましょう。

広報5月号では、皆様から1食分の食事の写真を募集しました。今回は応募された3枚の写真をご紹介します。どの料理もお子さんのためにバランスよく作られていますので、毎日の料理の参考にしてください。

なお、この企画は、教育委員会主催の食育作品コンクールの応募にも繋がっています。

孫のための朝ごはん



主食:おむすび(鮭わかめふりかけ)
主菜:納豆入り玉子焼き
ウインナー焼き
副菜:もろきゅうカニカマのせ
ミニトマトの甘酢漬け
飲み物:豆乳入り野菜ジュース

おすすめポイント

小学生の孫が食べやすいように、おにぎりにしました。納豆は毎日食べるので、玉子焼きに入れました。

おにぎりにするとご飯がたくさん食べられて、1日元気に過ごせそうですね。
(管理栄養士)



主食:ごはん
主菜:コロッケ
(付け合わせ:キャベツ、ミニトマト)
副菜:きゅうりの塩こんぶもみ
汁物:コンソメスープ

おすすめポイント

ひき肉以外の材料は全部家の畑から収穫したものです。コロッケとスープは全部同じ食材を使って、手間を省いています。



旬の野菜がしっかりとれていいですね。
(管理栄養士)

じいちゃんの野菜たっぷりごはん



第234号

Tel 69-3050

2024年 10月 利用カレンダー

図書かん

だより

生坂村生涯学習施設 たんぽぽ

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

※  …図書室の休館日

※  …17 時閉館

開館／月～金＝10 時～18 時 土曜日＝10 時～17 時

休館／毎週日曜日、祝日、毎月第3金曜日、年末年始、蔵書整理期間等

生坂 ＊ 秋の古本市 &ブックカフェ

日 時 ／10月26日（土）
10：00～16：00

場 所 ／児童館（生涯学習施設たんぽぽ）

●図書室で除籍された資料や、みなさまにご提供いただいた資料を無料でリサイクルするものです。

●今年もブックカフェを行います。ゆったりとお茶を飲みながら、古本市や図書室で見つけた特別な一冊を探しに来てください。



第19回 『この本よかった賞』 募集!!!

毎年、秋恒例の『この本よかった賞』を募集します！

「この本、おもしろかった！」「みんなにも読んでもらいたい！」

という本を、所定の用紙に、タイトルと紹介文を書いて、応募してください。

応募者の紹介文は、次号以降の図書かんだよりで紹介します！

また、応募者の中から、抽選で、生坂村図書室ボランティア団体「本だいすきの会」より、賞品もプレゼント！ 大人も子どもも大歓迎！ ドシドシご応募ください☆

募集期間 ／9月24日（火）～10月31日（木）

応募方法 ／図書室にある所定の応募用紙に、本のタイトル、おススメの理由、内容の紹介などを書いて、応募箱にいらしてください。

★今年も Twitter で「この本よかった賞」！

今年読んで面白かった本TOP3とその理由を

【 #この本よかった賞 2024 】 でつぶやいてください。

※紹介者のお名前と書いていただいた紹介文を次号以降に掲載させていただきます。

神無月 10月の新着本



一般書

- バリ山行 (松永 K 三蔵) **第 171 回芥川賞受賞作**
- サンショウウオの四十九日 (朝比奈 秋)
第 171 回芥川賞受賞作
- 常夏荘物語 (伊吹 有喜)
- 暗殺 (柴田 哲孝)
- バタン島漂流記 (西條 奈加)
- 猫と罰 (宇津木 健太郎)
- まだら模様の日々 (岩瀬 成子)
- 中村哲という希望——
日本国憲法を実行した男 (佐高信、高世仁)
- 四季折々の八ヶ岳を楽しむ
69 歳、しあわせを生み出す自然な暮らし
(ウリウリばあちゃん/著、春日井 康夫/写真)
- 消費される階級 (酒井 順子)
- 「おふたりさまの老後」は準備が 10 割 元氣
なうちに読んでおきたい! 68 の疑問と答え
(松尾 拓也)
- 中学生から知りたいパレスチナのこと
(岡真理、小山哲、藤原辰史)
- いまぞ熾りつ (上野啓祐)
- 人間に生れてしまったけれど (Pippo)
- かがくいひろしの世界 (展覧会公式図録)
- くらべてわかる トンボ (くらべてわかる図鑑)
(尾園 暁)

文庫・新書

- きよのお江戸料理日記 ④⑤ (秋川 滝美)
- 風は山から吹いている (額賀 滯)
- 41 人の嵐 台風 10 号と両俣小屋全登山者
生還の一記録 (桂木 優)

実用書

- 改訂新版 サケマス・イワナのわかる本
(井田 齊、奥山 文弥)

えほん

- のりくらのえほん めぶきのきせつ
(のりくらのえほんプロジェクトチーム)
- ほんちゃん (スギヤマ カナヨ)
- とんとん ももんちゃん (とよたかずひこ)
- 夏がきた (羽尻 利門)
- ねずみのよめいり 日本昔ばなし
(小澤 俊夫/著、金井田 英津子/イラスト)
- アンパンマンをさがせ! (やなせたかし、他)

児童書

- 鉄道-まどあきしかけ (はっけんずかんプラス)
(星川 功一/監修、スズキサトル/イラスト)
- ミラクルきょうふ! 意味がわかると怖い
ストーリー Re: (朔月 糸)

今年も秋の恒例古本市を行います! 今年には図書室にも足を運んでいた
だけのように、場所を児童館に移しました。来館いただいたみなさんが、
新しい本に出合えるよう、本のポップを図書室内の本につける企画も進
めています。秋の一日、ぜひお待ちしております。 (まるやま)

えほん
児童書

一般





食育作品コンクール 作品大募集！



食べた朝食 エネルギー 「元気UP 朝ごはん」



「簡単で美味しい一品」
「思い出の味」
「定番メニュー」など
忙しい朝を元気に乗り切る
アイデアをお待ちしております



写真（A4）、川柳、絵、レシピ など… どんな作品でも結構です

下記の課題の4部門から選出された方には
教育委員会より賞状と記念品を贈呈いたします。

応募者全員に参加賞があります

*課題（テーマ）：食べた朝食 エネルギー 「元気UP 朝ごはん」



- | | | |
|------------------|----|----|
| ①「手軽にしっかり朝ごはん」 | 部門 | 1名 |
| ②「毎日食べたい朝ごはん」 | 部門 | 1名 |
| ③「これならできる美味しいご飯」 | 部門 | 1名 |
| ④「愛情いっぱい満腹ご飯」 | 部門 | 1名 |

【締め切り】 令和6年10月11日（金）

★作品は、子育て支援センター『なのはな』までご持参ください

＜応募のあった作品は村内の施設で掲示します＞

- 掲示する施設… 小中学校、いくさかの郷、やまなみ荘、郵便局、
農協、かしわ荘、児童館、健康管理センター、
保育園、役場、教育委員会
- 作品は、毎月19日（食育の日）前後1週間を目安に掲示します



〈お問い合わせ〉

生坂村教育委員会 子ども・子育て支援係
【担当】 大塚・吉澤 ☎：69-2087





『古本市&ブックカフェ』開催！

一〇月二六日(土)に古本市&ブックカフェを開催します。

B & G 海洋センター体育館で、例年行っていた古本市ですが、今年は児童館で開催します。

図書室で除籍になった資料や、提供された本などを、無料でご来場の皆様に無償で提供するものです。

図書室で貸出していて一定期間を過ぎた雑誌、レシピ本や教養本・健康についての実用書、文庫本にマンガ、物語の本なども幅広くご用意します。

そして昨年も行った「ブックカフェ」を今年も一日限定でオープンします。当日は遊戯室をカフェとして

解放します。お茶を飲みながら好きな本について語ったり、古本市で選んだ本を早速楽しんだり、思い思いのスタイルで楽しんでください。この機会に図書室を利用して、電子図書館「デジとしょ信州」に登録してみてはいかがでしょうか。

深まる秋、いろいろな「読書の秋」に出合う一日にしてください。

詳細は、情報無線、ICN、村内公共施設に掲示されるポスターでご確認ください。

場所／生涯学習施設たんぽぽ
時間／一〇時から一六時まで



新型★チャイルドシート を無償で貸し出します！

子育て世帯への拡充支援として、新生児から使える新型のチャイルドシートを導入し、九月から無償貸出を始めました。

チャイルドシートは交通事故の被害から乳幼児を守ります。道路交通法では、自動車の運転者は、六歳未満の乳幼児を乗せる場合、チャイルドシートの使用が義務付けられています。乳幼児を自動車に乗せる時は、必ずチャイルドシートを使用しましょう。

詳細は、生坂村教育委員会六九・二〇八七へ、お問い合わせください。尚、ベビーカーの無償貸出も行っています。



Ikusaka Daisukitai Tsushin



2年目のぶどうの収穫

小澤 寿志

生坂村に来て2年目のぶどう収穫が始まりました。

今年の出来は収穫が始まったばかりですが、昨年と比較して良いように感じています。

1年目の経験から試行錯誤をして、うまくいくのが不安もありました。それでも、少しずつ手応えを感じる事ができているので良かったです。

ぶどうの栽培は、天候や土壌、剪定など、どれもがぶどうの出来に影響を与えるため、正直なところ、まだ手探り状態が続いています。それでも、結果が少しでも実を結んだと感じられます。

ることは今後の励みになります。

2年目の収穫が始まったばかりですが、来年は3年間の研修の最終年です。少しでも一人前のぶどう農家に近づけるように引き続き頑張っていきます。





約30名近くの応募者が集まりました！

8月30日(金)に参加申込の締切を迎えましたが、約30名の参加者にご応募いただきました。初回の顔合わせオンラインミーティングは9月11日に、第1回目のプログラムは9月15日に開催されました。参加者は主に東京都・神奈川県・埼玉県・千葉県を中心にもっとも遠くからのご参加はなんと三重県。実際に村にお迎えするのは約25名の参加者ですが修了式が行われる1月まで、4回以上生坂村へ繰り返し来訪いただきます。

このプログラムは観光のあり方を根本から問い直す挑戦的な取り組みとして注目を集めています。今後の展開として、以下のような可能性が考えられます。

- ①**環境保護と経済活動の両立:** 観光という経済活動を通じて環境保護を推進することで、持続可能な地域発展のモデルを示すことができます。
- ②**地域アイデンティティの強化:** 自然環境や文化を再評価し、磨き上げることで、地域の独自性と魅力を高めることができます。
- ③**新たな関係人口の創出:** 「第2のふるさと」として生坂村に関わる人々を増やすことで、過疎化や高齢化といった地方の課題解決にも寄与します。
- ④**環境意識の向上:** 参加者が実際に自然再生活動に携わることで、環境問題への理解と行動変容を促すことができます。
- ⑤**イノベーションの創出:** 異なる分野の企業や専門家が協働することで、新たな価値や解決策が生まれる可能性があります。

10月中旬には企業からの視察団体も来村されます。ゼロカーボンビレッジを掲げる生坂村ではこの取り組みを通じ、関係人口の増加を目指し地域課題を解決していきたいと思っています。



<https://tabisuruikimono.com/>



山雅ヤマ部 第1回目の部活動を開催しました！

8月24日(土)に雲根地区、いくさか『創造の森』に於いて株式会社松本山雅と共催のイベントが行われました。11名が村外から参加し、テントを張り自然栽培で育った野菜や果物の収穫や動物との触れ合い、BBQなどを楽しみました。収穫した野菜はトマト、ナス、ピーマン、きゅうり。そして大きなスイカを3玉。真っ赤に熟したスイカは甘く美味しかった！と参加者から感想をいただきました。

この日はカターレ富山vs松本山雅戦の野外パブリックビューイングをしながらBBQを楽しむ予定でしたが、夕方の試合開始時に雷雨となり、山岳ガイドでもあるクラブツーリズム株式会社・窪田さんの指示により、参加者が車に一時避難するヒヤリとする場面もありました。山雅ヤマ部アンバサダーの安東氏も「昨今の急変する天候によって、サッカーができなくなる日が来るかも知れない、気候変動の問題は思っている以上に深刻。」そんな会話を交わしました。

信州の野遊びに慣れてらっしゃる参加者は、ゲリラ雷雨もなんのその！親子で楽しいひとときを過ごされて、ニッコリと笑顔で村を後にされました。第2回目の部活動は10月を予定！テーマは「人気のアウトドアサウナを体験！地産の外サウナ飯も作ってみよう！」です。



道の駅いくさかの郷だより

『ぶどう最盛期も折返し』

実は毎年この時期になると見る夢があります。



なので、夜中に目は覚めるし睡眠不足になる季節(笑)。

どんな夢かというと、



いつまでも進まない大行列と売場がガラガラの商品切れの店で右往左往。

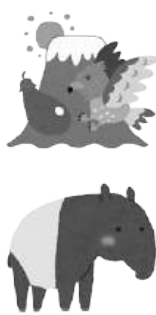
小売業あるあるとも言えますが、行列ができて売場の商品が売れるのは売り手側からすると喜ばしいことです。が、買い手側の立場で考えるとストレスや残念感があふれ出す状態です。

いくさかの郷の九月は一年で一番多くのお客様が来

店する月。

まだ六年目のいくさかの郷。今はお客様が期待してくださっていることを推測し顧客創造につなげ、わざわざ生坂村に来ていただくきっかけ作りの種をまき続ける段階。数年後には実り豊かな生坂村に立ち寄っていただき楽しんでいただけるようになると思います。さてどうでしょう？

同じ見る夢ならより良い未来を想像しつつ



「富士二鷹三茄子」と縁起の良い夢を見られるようにしないとだめですね。悪い予感の夢はバクに「ばくつ」と食べてもらえばいいかとのおんきに考えながら、残り約一ヶ月、生坂村のぶどう最盛期の繁忙期をスタッフ一丸となって乗り切りたいと思います。



一期一会を大切に接客しています

かあさん家 腰原 秀子

今年の夏も、うだる様な暑さが続きました。最近では朝方・夕方になると以前に比べ気温も下がり、少しほっとした気持ちになります。

いよいよ、いくさかの郷ではぶどう販売の季節となりました。一年のうちで、とても賑やかな時期を迎えます。太陽を一杯浴びた、ぶどう農家さんが丹精込めて作られた美しいぶどうが売場にたくさん並び、お買い求めに來られるお客様で活気に溢れています。お客様がたくさん来ていただくと私共も張り合いが出てきます。

そして、ぶどうを購入していただくお客様にかあさん家商品や、生坂村のことをもっと知っていただきたいと思っています。

朝早くから、おやき、おまんじゅう、おからドーナツ等、心を込めて作ってくれ



気分が沈む、眠れない、食欲がない…など、
「最近いつもと様子が違う」といったことはありませんか？それはころが発しているSOSのサインかもしれません。いつもの自分と少しでも違うと感じたら、お気軽にご相談ください。

また、身近な方のSOSのサインに気付いたら、「声をかけ」「話を聴き」、病院や相談窓口などへ「つなぎ」、寄り添いながら温かく「見守る」対応をお願いします。

■相談窓口

悩みを抱えるご本人からだけではなく、その周りの方からの相談も受け付けています。

●こころの相談窓口(長野県精神保健福祉センター)

☎〇二六―二六六―〇二八〇
受付時間：八時三〇分～十七時一五分(土日祝日を除く)

●社会福祉法人長野いのちの電話

九月二〇日から二六日は「自殺予防週間」です

ゆのんびり湯ったりやまなみ荘

例年より成長の早い稲穂が一斉に刈り取られると、山間の生坂は秋の気配が深まってきました。はぜ掛けと夕暮れはとても様子がよい風景です。

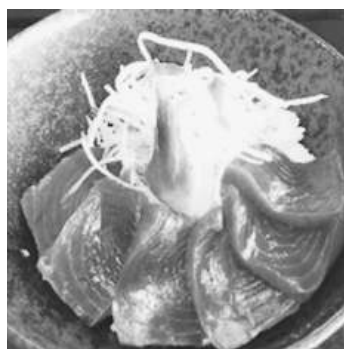
やまなみ荘では九月中の食堂フェアといたしまして「まぐろ祭り」を開催しております。まぐろ井、づけ井、ネギトロ井の三種の井をご提供しています。大人から子供まで大変人気のあるマグロの刺身は、大勢の方にお召し上がりいただいています。ありがとうございます。今後海鮮井や刺身盛皿で、おいしい刺身をご提供していきますので、ご利用ください。

秋の食材をふんだんに使った「秋の味覚プラン・団体プラン」は、九月・一〇月の限定プランです。「やまなみ荘の料理はとても美味しいけれど量が多い」とか「お酒を飲んでしまうと食べきれな

い」といった意見を頂戴し、

量より質のプレミアムな六〇〇〇円と八〇〇〇円宴会料理をご用意しました。このコースのご利用が日帰りで二名様、お泊りで八名様以上ですと、一名様分の料理代をサービスいたします。宿泊料は朝食付きでプラス六五〇〇円でお泊りいただけます。こちらは通常より一〇〇〇円から二〇〇〇円お得です。秋の夜長にゆっくりと食べて飲んで泊まっていたきたいと思います。

農事が落ち着いてきましたら、ぜひお誘いあつてやまなみ荘にお越しください。



「ツキノワグマ出没(目撃)マップ」を公開しています

長野県公式ホームページ

では、県内におけるツキノワグマ目撃情報を地図に示した「ツキノワグマ出没(目撃)マップ」を公開しています。目撃情報のある地域周辺では特に、明け方・夕暮れ時の外出はなるべく避けるなど、クマと遭遇しないための行動を心がけましょう。

URL

<https://www.pref.nagano.lg.jp/shinrin/sangyo/ringyo/choju/joho/kumamaph.html>



掲載情報

クマの目撃場所・日時・頭数 など

秋のクマに注意!

●鈴、ラジオ、笛などを使い、人の存在をクマに知らせる

●クマの行動が活発になる明け方・夕暮れ時の外出はなるべく避けるとともに、外出するときは複数人で行動する

●収穫しない果樹の伐採や、畑・果樹園での電気柵の設置を行う。

お問い合わせ

県庁 林務部
森林づくり推進課
☎〇二六―二三五―七二七三



☎〇二六―二三三―四三三三 (長野)

☎〇二六―三八八―八七七六 (松本)

受付時間: 二時～二時 (年中無休)

●自殺予防いのちの電話 2024

フリーダイヤル(無料)

☎〇二〇―七八三―五五六
受付時間: 九月一〇日八時
～九月一七日八時

●よりそいホットライン

フリーダイヤル(無料)

☎〇二〇―二七九―三三八
受付時間: 二四時間 (年中無休)

※家庭問題(DV、子育て、性被害、虐待など)、生活を送る上での悩み事などへ対応するその他の窓口については、長野県公式ホームページをご覧ください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/>

[zisatsutaisaku/](https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/zisatsutaisaku/)

[soudannadoguchi.html](https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/soudannadoguchi.html)

筑北勤労者互助会に

加入しませんか！

～相互扶助によるスケールメリットを生かし、
福利厚生の充実をお手伝いします～

筑北勤労者互助会は、地域の中小企業の事業主と
勤労者が会員となり、中小企業が単独で行えない
多様な福利厚生サービスを提供する団体です。



入会金及び会費(従業員1人当たり)

- 入会金／100円(入会時)
- 会費／350円(月額)

これらの経費を事業主が負担した場合は、税法上、法人では「損金」として、
個人事業者は従業員分を「必要経費」として処理できます。(青色申告者は従業員
がいる場合に限り、専従者分も必要経費として処理できます。)

入会できる方

- ・麻績村/生坂村/筑北村内の企業で働く勤労者及び事業主(原則、事業所ごとの加入をお願いしています。)

主な事業や加入メリット

わずかな掛け金で大きな保障

共済給付

祝い金：結婚、出産、小・中入学、
卒業、永年勤続(10・15
20・25・30年)

お見舞金：傷病・障害見舞金、死亡弔
慰金、住宅災害見舞金 等



楽しい様々な

福利厚生事業

テーマパーク等のバスツアー・
クオカードの配布 等



事業所のみなさんのメリット

自社の事務負担を増やさずに事業内容の充実
を図り、しかも、自社単独で実施するより、安
い経費負担で従業員の福利厚生の充実が図れ
ます。

勤労者のみなさんのメリット

共済給付のみならず、人間ドック補助金・健康ス
クリーニング費用補助、平穩祝い給付事業等、
享受できる福利厚生メニューが広がります。

お問い合わせ・お申込みは 筑北勤労者互助会

- | | | | |
|----------------|-----------|-------------|-------------------------|
| ・事務局(筑北村 観光課内) | 〒399-7501 | 筑北村西条4195 | TEL 66-2111 FAX 66-3010 |
| ・事務委託先(筑北村商工会) | 〒399-7601 | 筑北村坂北2191-1 | TEL 66-2444 FAX 66-3116 |
| ・麻績支部(麻績村 振興課) | 〒399-7701 | 麻績村麻 3837 | TEL 67-3001 FAX 67-3094 |
| ・生坂支部(生坂村 振興課) | 〒399-7201 | 生坂村 5493-2 | TEL 69-3111 FAX 69-3115 |



【防災アドバイス】 松本広域消防局 明科消防署 〈救命の連鎖について〉

少しでも早く救急車を要請することが重要です。

●二つ目は「心停止の早期認識と通報」です。突然倒れた人や、反応のない人を見つけたら、ただちに心停止を疑うことが大切です。

心停止の可能性があれば大声で応援を呼び、一九番通報とAEDの手配を依頼してください。

九月九日は「救急の日」です。救急の日は、昭和五七年から始まり、全国で様々な取り組みが実施されています。今回は、皆様に「救命の連鎖」についてお伝えします。

●三つ目は「二次救命処置」です。止まってしまった心臓と呼吸の動きを、心肺蘇生法やAEDの使用によって助けます。脳は心臓が止まると一五秒以内に意識がなくなり、三〜四分以上そのままの状態が続くと回復が困難となります。心臓が止まっている間、心肺蘇生によって脳や心臓に血液を送り続けることが、後遺症を残さないために重要です。



●四つ目は「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」です。救急救命士や医師が、薬や器具等を使用して心臓の動きを取り戻すことを目指します。心臓の動きを取り戻すことができれば、医療機関による集中治療により社会復帰を目指します。

〈まとめ〉

心臓や呼吸が止まった人の治療は一分一秒を争います。まず、必要なことは「すぐに一九番通報」をすることです。一九番通報が早ければ早いほど救急隊員や医師による救命処置を、早期に受けることができます。救急車が来るまでは、現場に居合わせた皆様が、救急隊や医師へ命のバトンを引き継げるように、これを機に救急救命講習の受講を検討してください。

■お問い合わせ

松本広域消防局明科消防署
☎〇二六三・六二二・二九九二

明科高校だより

◎体験入学実施しました

八月一日、中学三年生を対象として、体験入学を実施しました。

今年は、生徒四五名、保護者二五名に参加いただきました。



様子や行事、生徒会活動などについて紹介があり、運動部・文化部それぞれの代表生徒によるクラブ活動の紹介もありました。

その後、体験入学の目玉である模擬授業を九会場に分かれて行いました。各教科の模擬授業内容の一覧により調査した

第一希望の科目を全員に受けてもらうことができました。

保護者の皆さんにも中学生と一緒に教室で模擬授業を受けていただき、日頃の本校の授業の様子を体験していただくことができました。参加生徒からは、「明科高校の行事や部活、授業など詳しく知ることができました。」保護者の方からは「説明が分かりやすく、学校の良さが伝わりました。」との感想をいただきました。



生徒会役員からは、
学校生活の



(文責 教頭 倉下 直)

歯つぴーたいむ

介護を必要とする方のお口のケア

介護が必要な状態になると、セルフケアでは行き届かないケアを介護者が補う場合が増えてきます。

お口の機能の維持・向上

歯ブラシを自身で持てるのであれば、たとえ時間がかかってでも、できるだけ自分で歯磨きを促すようにしましょう。維持している機能の低下スピードを抑えながら、「まだ自分でできる」という自信につながります。

介護する側は、お口の健康維持が全身に繋がっていることを意識して手助けをします。

認知症になったらプロの定期ケアは必須です。

認知症になると、自分から痛みを訴えられないケ

スも出てきます。お口のトラブルが進まないようにする為にも、プロによる定期的なケアは必要になってきます。認知症になっても継続してケアを受け、口腔健康管理を行うことで、症状の進行を改善することができます。

介護者が気を付けたいお口のケア手順

普段から介護する人のお口の中に注意することが大切です。いつも見ていることで、小さな変化も見落とすことが少なくなります。



一、お口の中をチェック

歯の状態(むし歯・グラグラしている歯・欠損など)、乾燥・口臭や歯みがき時の出血・歯垢や歯石の有無・歯

肉や舌の状態などをチェックする。

二、お口の粘膜、舌の汚れを取る

お口の汚れを取るために、水分や保湿剤を含ませたスポンジなどで、お口の中を事前に湿らせます。その後、舌ブラシやスポンジで頬の内側、上顎、舌などの汚れを優しく拭き取る。

三、歯を磨く

汚れやすい歯の裏側や、歯と歯ぐきの境目を中心に、軽い力で優しくみがきましょう。奥歯は、先端を使って磨きます。むせやすい場合、できるだけ体を起こして、歯磨き剤の量に注意しましょう。

四、保湿ケアする

最後に、唾液の分泌状態、口腔乾燥状態にに応じて、保湿剤を口腔内に薄く塗って感想を防ぎます。

生坂村歯科診療所

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が、9月17日(火)から全国で2種類同時発売されました。この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分されますので、**長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。**

ハロウィンジャンボは、PCやスマホからもネット購入できます！

インターネットなら24時間いつでも宝くじが購入可能です。

「宝くじ公式サイト」での会員登録の住所が長野県であれば、収益金は長野県に配分されます。



© 段 丹映子 無断転載禁止 (「ちいさなジェンダー」ほおずき書籍)

男女共同参画

第6回

とく

みんなで考えよう!

身近なジェンダー

職場の働きやすさや、就労の継続しやすさは女性に限らず、すべての人が望むところではないでしょうか。

その一つとして、育児・介護休業法などの改正では、働き方を複数の選択肢から選べる制度の義務化を二〇二五年一〇月一日から始める方針を明らかにしています。これは、子どもが三歳以上、小学校就学前までの間、テレワークや時差出勤など、柔軟な働き方を実現するた

めの制度で全企業が対象です。柔軟な働き方を可能とすることで、育児と仕事の両立を後押しするものです。

また、改正子ども・子育て支援法では、児童手当の拡充や、育児休業給付金を両親が共に育児休業を一日以上取得した場合、育児前の手取りの一〇割相当に引き上げるなど、少子化対策面からも、経済的支援や共働き・共育での推進、支援強化が図られています。

10月は受信環境クリーン月間

信越総合通信局では10月の「受信環境クリーン月間」に、テレビ・ラジオの受信障害防止に向けた活動を集中的に取り組んでいます。

テレビがきれいに映らない、ラジオに雑音が入って聴けない場合には、ご近所でも同じことが起こっていないか確認していただき、総務省信越総合通信局にご相談ください(無料)。

- ★放送の受信障害に関すること 受信障害対策官 (電話: 026-234-9991)
 - ★不法無線局に関すること 監視調査課 (電話: 026-234-9976)
- 信越総合通信局ホームページ <https://www.soumu.go.jp/soutsu/shinetsu/>



編集後記

◆お悔やみ
申し上げます◆

山本今朝俊さん(92歳 大日向)



生坂村で勤務を始めて、早くも半年が過ぎようとしています。あつという間に九月になり、あつという間に秋らしい風が吹くようになりましたね。生坂村の紅葉の季節はどんな姿になるのか楽しみです。

最近わが家では、重い荷物を持つて出かけるのが億劫になってしまったので、お庭でBBQをよくしています。お肉ばかりを食べていたころより胃もたれが心配になってきた年ごろなので、秋はサンマを炭火で焼いて楽しもうと思います。そして楽しみにしていた生坂村のぶどう。ピンポン玉並みの大きさとおいしさにびっくりです。

近頃は短くなってしまうた秋、皆さんも楽しんでお過ごしください!(加藤)



相模女子大学いくさか農泊 ふれあい&体験プログラム

八月二六日(月)から八月三日(土)までの六日間、五名の学生を受け入れ、相模女子大学「いくさか農泊ふれあい&体験プログラム」を実施しました。



相模女子大学との連携事業は平成二七年度から行っており、令和五年度までに延べ七六名の学生に参加していただき、各団体の皆さんとの交流を深めながら様々な活動を行ってきました。

昨年度からは、農山漁村

振興交付金(農泊推進型)を活用し、自然豊かな生坂村において、村民の皆さんとの交流を深めながら、若い力と行動力、柔軟な発想や新鮮な感性を発揮し、生坂村での食・農・文化等の田舎暮らし体験を通じて、地域の魅力を満載した「オンラインワン」の農泊パッケージ商品の開発を目指して実施しています。

活動初日は、観光スポットや活動場所の確認のため、スカイスポーツ公園、ぶどう団地、高津屋森林公園等に行きました。

二七日から三〇日までは、



各団体の皆さんにご協力いただき、ヨガ体験、上野農村公園の除草作業、バランスストンボ作り作業、すもも園での収穫・出荷作業、生坂産ぶどうを活用したメニュー開発などを行いました。

最終日には、お世話になった「やまなみ荘」の清掃作業を行い、六日間のいくさか農泊ふれあい&体験プログラムを終了しました。

学生は、この活動で多くの方々と交流を深めることができ貴重な体験となったことと思います。

ご協力いただいた皆さん、大変ありがとうございました。



わが家の推しメン

おいしいん坊、甘えん坊、
おまんぱの兄妹です

かりん(茶白♂、2歳)

ゆず(茶とら♂、2歳)

らいち(さび♀、2歳)

(大日向/星野 卓さん・莉紗さん)

アンパンマン だいすき

こんげつの いい顔

あすか 藤澤 明日香 ちゃん(1歳)

上生坂/拓史さん・涼香さん