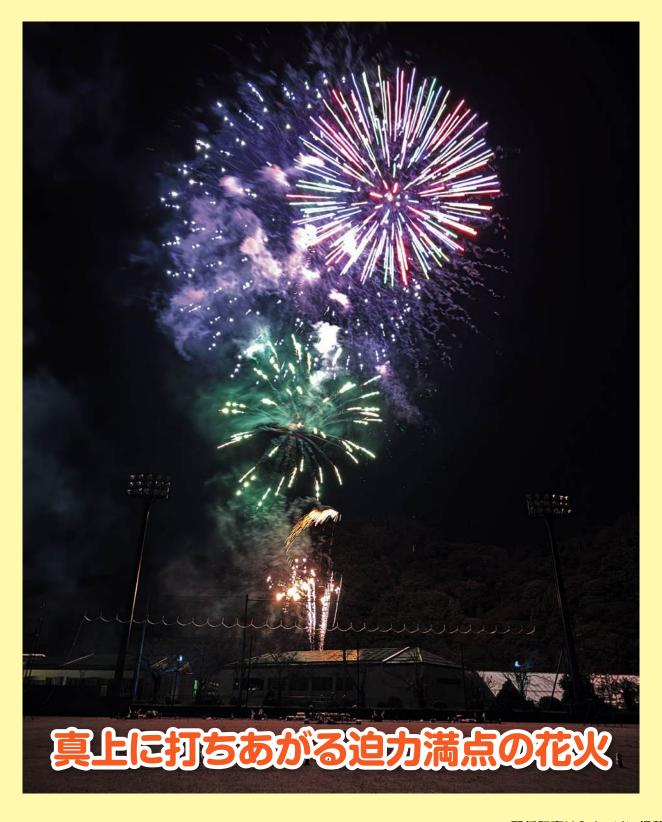
世帯715戸/人口1,623人/男819人/女804人/前月対比 3人増発行 生坂村役場(TEL.0263-69-3111)/印刷 川越印刷 松本市城西(TEL.0263-32-0131)



生坂保育園運動会

切にしながら、普段の遊びの ようと進めていきました。 っぱい詰まった運動会」にし あて「子ども達のやる気がい り組んできたことに焦点を 中で興味のあることや、取 は、子ども達の主体性を大 進めていきました。運動会で も達と相談しながら活動を た。種目をどうするか子ど うに出来ない日が続きまし ぎて園庭での練習が思うよ れました。今年も残暑が厳 会が一〇月五日(土)に行わ しく、九月中旬までは暑す 第二六回生坂保育園運

しました。

運動会当日は、朝まで降

のドラム「ミッキーマウスマ
のドラム「ミッキーマウスマ
のドラム「ミッキーマウスマ

思い切り走りました。ジャンプ、トンネルくぐりをしたあとゴールに向かってしたあとゴールに向かってしたあとゴールに向かって

四歳児競技「ゴーゴーマッスル!」輪っかのケンケッスル!」輪っかのケンケッスル!」輪っかのケンケースの・カーで進むないがしたり、タイヤを引っをがしたり、タイヤを引っをがしたり、タイヤを引っている。

五歳児競技は「忍法いろな術」忍者ごっこがブーいろな術」忍者ごっこがブームになって運動会で出来る技を皆で考えました。「走り技を皆で考えました。「走りがポーズ」と、四つの術に挑めポーズ」と、四つの術に挑がしました。どれも沢山練でしました。どれも沢山練でしないと成功しないもの姿は小さい子の憧れです。

に踊りました。
リズムでは、三歳児が「ドコノコノキノコ」コサックダコノコイキノコ」コサックダコノコノキノコ」コサックダコノコバーの曲に合わせて、それが好きな色で作ったキンス風の曲に合わせて、それがいる

四歳児は「おどるポンポコリン」ピーヒャラピーヒャラピーヒャラピーヒャラピーヒャラのサビの振り付けが「マッシュルのダンスみたい」と子ども達がお気に入りのダンス。も達がお気に入りのダンス。も達がお気に入りのダンス。あきにポンポンを持って、三色図を聞いてタイミングを合動に挑戦しました。曲や合わせ、元気良くテンポ良くわせ、元気良くテンポ良くわせ、元気良くテンポコ

五歳児は「ゆうき一〇〇 大家現しました。当の前半は忍者のポーた。当の前半は忍者のポーた。当の前半は忍者のポーた。当の前半は忍者のポーた。当の技をバルーンを使ってかっこよく踊るダンス。後半は、友達と協力して九を当しました。さすが上がい」と子ども達の声が上がってかっこよく踊るダンス。



全体競技では、綱引きを全員の競技です。サルチーム全員の競技です。サルチームを サームに分かれて 年長児さんが中心になって 年長児さんが中心になって 年長児さんが中心になって が一番前になって引っ張るが一番前になって引っ張るが一番前になって引っ張る が一番前になって引っ張る と思う」「エイエイオーって と思う」「エイエイオーって と思う」「エイエイオー で と思う」「エイエイオー で で い 子を前にする方が良い さい子を前になって引っ張る が 一番前になって引っ張る が 一番前になって引っ張る が 一番前になって引っなどを だってます。ここでは子ども達なんでは 大ども達ならでは の作戦を そども さい ここでは子ども 達ならでは かいました。

チームが二回勝ちました。考力といったこともねらいきす。運動会当日はウサギ達の考えに寄り添っていきるべく口を挟まずに子どもるべく口を挟まずに子どもとしています。保育士はないったとしない。



め、白熱したリレーとなり で。三チームで競い合いました。こちらも各チームで作 た。こちらも名チームで作

顔も晴れやかでした。 に応援されて子ども達の笑 にでまる、お客様

美しい環境づくり一斉行動の日

「暮らしよい 豊かな自然に 全員参加」を統一テーマに 全員参加」を統一テーマとした、県の「きれいな信州とした、県の「きれいな信州と地村でもごみの散乱防止生坂村でもごみの散乱防止生坂村でもごみの散乱防止生坂村でもごみの散乱防止なを図るため、一〇月十一日(金)の午前七時より「美しいな情景でであるため、一〇月十一日で、場づくり一斉行動の日」を東施しました。

行っていただきました。事業所周辺での美化活動を道・村道周辺のごみ拾いや、参加していただき、国道・県から約一○名の皆さんにから約一○日の一五事業所と役場

集まったごみの量は、可燃 「な四〇」は、不燃ごみ五〇 にの皆さんに回収していた だいたにもかかわらず、ビニ 一ル袋に入った弁当の空き だいたにもかがわらず、ビニ で、春のごみゼロ運動で村 だいたにもかがわらず、ビニ でがないで、道行く人 に目立つ状況で、道行く人 のマナーの悪さが感じられ

住む人、そして訪れる人、それぞれの皆さんが快適にそれぞれの皆さんが快適に過ごし、また緑豊かな自然環境を次の世代に引き継ぐためにも、リデュース・リユース・リサイクル・リフューオ内各事業所の皆さまには「美しい環境の村づくり」の推進にご理解、ご協力いただきましてありがとうごさいました。

り大変お疲れ様でした。参加された皆さん早朝よ



赤とんぼフェスティバル

『盛り上がろう!生坂村(最高の赤とんぼフェスティバル)

新たなテーマのもと、一〇月一九日 (土) に、総合グラウンドにおいて「2024赤とんぼフェスティバルINいくか」を開催しました。

始まりました。 エスティバルINいくさかが長のあいさつで、赤とんぼフ

ました。 リズム体操を披露してくれ 児の皆さんがくす玉割りと オープニングでは、保育園

ち帰っていただきました。 餅が撒かれ、皆さんに福を持 テージ上からお菓子や紅白 つづいての福まきでは、ス

中学校吹奏楽部や龍翔太 鼓グループ、小学校金管バン だは、日々の練習の積み重ね を感じる演奏で、会場を大い に盛り上げてくれました。 子ども達に大人気の「それ いけ!アンパンマン ショ ー」では、ステージ前の観客

援を送っていました。パンマンの雄姿に大きな声

来しんでいました。 年後からは、HARIBO 一マンスが行われ、会場の皆 によるダブルダッチのパフォ によるダブルダッチのパフォ とた。パフォーマンス後は体 とた。パフォーマンス後は体 とた。パフォーマンス後は体 とた。パフォーマンス後は体

その後、順子書道教室による書道パフォーマンスが行る書道パフォーマンスが行なって歌ったり踊ったりと、なって歌ったの路さんも一緒になりました。出来上がった作とは、ステージバックに飾ら品は、ステージバックに飾ら

ました。 皆さんは、真剣に見入ってい 会による演奏が続き、観客の 龍翔太鼓、正調安曇節保存 でのは、真剣に見入ってい での後、green no

午後七時からは、『収穫祝

席になり、子ども達は、アン

客を魅了しました。どが盛大に打ち上げられ、観打ち上げ花火や手筒花火な

開催にあたり、携わっていたし、赤とんぼフェスティバルの赤とんぼフェスティバルの

赤とんぼフェスティバルの赤とんぼフェスティバルのことが出来ました。大変あり、全日程を終えるはかにより、全日程を終えるいとが出来すした。



小学校だより

今年度から5、6年生の外国語の教科書が変わり、子どもたちが自分の本当の考えや気持ちを伝え合ったり、友だちの考えや気持ちを聞いたりするなどの言語活動に、より一層重点が置かれるようになりました。また、その単元毎に重要な表現を活用するのではなく、螺旋的に何度も何度も既習表現に触れて活用することができる場面も増えました。子どもたち自身が、目的や場面、状況に合わせて話す言語材料を自分の引き出しから探して、自分の考えや思いを伝えみることを大切にしています。現在の生坂小学校の外国語活動では、「英語を正確に伝える」よりも、「自分が本当に伝えたい思いや考え」を軸にコミュニケーションを図ることを子どもたちと一緒に取り組んでいます。

ここで全校の活動の様子をお伝えします。昨年度から取り組んでいる、「フォニックス」の学習では、低学年の子どもたちは、アルファベットを「音」として言うことができるようになってきました。高学年は、中学生で習う単語も読めるようになってきました。マジックe (smoke, gave, crudeなど) やsh, ch, th, などの難しい音の出し方、読み方にも取り組んでいます。

1,2年生、あおぞらでは月に1時間、国際理解の視点も含めて異文化を知ること、英語に触れること、を大事にしています。10月の活動では、Niki先生の出身でもあるアメリカでのハロウィンの様子を英語で聞いたり、Jack-o'-Lanternを作ったりしました。





3、4年生は、教科書を活用しながら、友だちに自分の気持ちを英語で伝える、友だちの英語を聞くなどのコミュニケーションを通して、話す力や聞く力の素地を養います。3年生はABCダンスが大好きで、毎時間踊っています。また、友だちや先生たちと英語を使って積極的にコミュニケーションを図っています。4年生は、自分がどんな1週間を過ごしているのかを発表しました。その様子を動画で撮影して、校内の掲示板に作成した1週間の表と共にQRコードを掲示しました。

5年生は、「生坂小の誰でしょうクイズをしよう」という活動で、学校の先生や他学年の友だちに英語でインタビューを して発表をしたり、自分の「推し」の魅力を伝え合うなど、「自分」のことから、「目の前にいない誰かのこと」を英語で伝 えられるようになりました。

6年生は、Niki先生の友だちがこの11月に来日するにあたり、「おすすめの場所を教えてほしい」というビデオレターを受け取りました。そこで、日本のお勧め観光スポットを分かりやすく紹介したい!という思いから、canvaというデザインツールを活用してプレゼンテーションをしている動画を送りました。また、世界に目を向けて、SDG'sの観点から、絶滅危惧種の学習も英語でしています。高学年は、ICTを活用しながら自分の気持ちを英語で表現する機会が増えました。





第55回かしわ祭 開花 ~33の花になれ~

9月28日(土)に行われた「かしわ祭」では、生徒達が生き生きと活躍する姿や成長を実感する姿がたくさん見られました。「自分で動けた!」「思いを込めることができた!」といった達成感はもちろん、「もっと自分にできることがあったのではないか・・・」など、自分の姿と真摯に向き合って生まれた気持ちや、思うようにいかずいらだったり悲しんだり、協力する中で仲間のすごさに気付いたりした気持ちも、全てが生徒達にとって大切な学びであったと思います。すてきな文化祭になりました。ご来場いただいたみなさま、生徒達の学びを支えてくださっているみなさま、本当にありがとうございました。

- とても楽しい盛り上がるかしわ祭になってよかった。楽しいかしわ祭になったのは、たくさんの準備があったからだと思った。積み重ねたことを発揮して、発表も合唱も生徒会企画も全部楽しむことができた。
- ・今までがんばってきた分、最高のかしわ祭になったと思う。何 より、3年間分の達成感を味わえて、納得して文化祭を終える ことができた。自分たちで創り上げた文化祭だからこそ、自分 たちが一番楽しめたのだと思います!
- 最初はあまり動くことができなかったけど、徐々に動けるようになっていった。委員会の準備が終わった後に、友達と一緒に自分にできることを探して行動できたのでよかった。
- みんなで楽しんでできたし、色々な人が色々なところで活躍 していて、全校で創り上げられた。6年生や、来ていた人達が 盛り上がってくれてうれしかった。
- 時間がない中での準備だったので、何とか時間を作ろうと工夫しましたが、どうしても誰かに負担がかかりすぎている場面があったので、もっと自分のことを早く終わらせたりして、サポートできたのではないか。その後悔が残っているし、負担を背負ってくれた人も本当に大変だったと思うから、今後に生かしていきたいと思います。
- 合唱のボクノートは、指揮の手をあげた瞬間に空気が変わった。合唱が今までで一番良かった。来年度も合唱をしっかり引き継いでいってほしいし、さらによくしていってほしい。
- 自分のこだわりを伝えたらよくなる。一人一人がどのような 文化祭にしたいか、どんな合唱にしたいか、仲間にどうなって ほしいかなど、自分の思いを伝えたらより良くなると学んだ。











TEL 69-3050

だより

生坂村生涯学習施設 たんぽぽ

2024年 12月 利用カレンダー

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

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

年末年始休館=12/28~1/4

※ ・・・・図書室の休館日

次号も 続く i

※ □ ・・・17 時閉館

第 19 回 w ニの本よかった賞 vol.1

自分が読んでよかったと思う本を、たくさんの人におススメする気持ちで紹介文を書く賞です! 今年もたくさんの応募がありました! 一部をご紹介します。

『名探偵コナンの探偵入門』

この本は、マンガと問題がでてきて、楽しみながら探偵の特訓ができます。犯罪の種類がのっていて絵もいっしょについているのでとてもわかりやすいです。

実験のやり方や、昔本当にあった事件の犯 人のつかまえた方法などがいろいろかいて ある本です。私が、1番オススメの本です。

日岐 5年 小松 恋翠



本の中に出てくるおいしそうなごはんやおもしろい登場人物や会話がでてきて、なんか本当におきていることみたいでとても面白いです。今 1~7 巻まで出ていて私は、すべて読んでいてもう1回1巻からよみなおしたくなるようなお話です!私の1番オススメのマンガです。

『 生坂村秋の古本市 & ブックカフェ 』 開催しました

10月26日(土)、児童館(生涯学習施設たんぽぽ)にて『生坂村秋の古本市&ブックカフェ』を行いました。 当日は曇ってはいるものの、上着もいらない丁度いい陽気。朝の開始時間前から待っていて下さった方もいて、たくさんのジャンルの中から思い思いの本を選んでいました。

ブックカフェも、昨年に引き続き二回目の開催でしたが、見つけた本を楽しんだり、懐かしいお仲間とのお話に花を咲かせたりと、昨年よりもゆったりとすごしていただけているようでした。

本を通して、穏やかに過ごす秋の一日となっていたら 幸いです。



師走 12月の新着本



一般書

■小鳥とリムジン

(小川 糸)

■終活シェアハウス

(御木本 あかり)

■気の毒ばたらき きたきた捕物帖(三) (宮部 みゆき)

■生殖記

(朝井 リョウ)

■佐渡絢爛 *第14回「本屋が選ぶ時代小説大賞」*

(赤神諒)

■耳に棲むもの

(小川 洋子)

■言葉にする習慣 思いがまとまる・伝わる 「言語化力」の身につけ方 (さわらぎ 寛子) (山極 寿一、鈴木 俊貴)

■続 日本の小さな本屋さん

(和氣正幸)

■ごはんが楽しみ

(井田 千秋)

実用書

■切りっぱなし&ねじねじで絶品

ゆるっと本格パン

(藤井玲子)

■はじめての自然循環菜園

(無肥料・無農薬で究極の野菜づくり)(内田 達也)

■ホットプレートひとつでごちそうごはんが できちゃった 100 (黄川田としえ)

文庫·新書

■100万回死んだねこ 覚え違いタイトル集

(福井県立図書館)

■ランチ酒

(原田 ひ香)

■ランチ酒 おかわり日和

(原田 ひ香)

■ランチ酒 今日もまんぷく

(原田 ひ香)

えほん

■まゆとブカブカブー やまんばのむすめ まゆ のおはなし (富安 陽子/著、降矢 なな/絵)

■はじめてのクリスマス

(マック・バーネット/著、シドニー・スミス/絵)

■モモ(絵本版)(ミヒャエル・エンデ/文、

シモーナ・チェッカレッリ /絵)

児童書

■おくれてきた名探偵(杉山 亮/著、中川大輔/絵)

■ふしぎ駄菓子屋 銭天堂⑪⑱ (廣嶋玲子/著、jyajya/絵)



第14回「本屋が選ぶ時代小説大賞」決定!!

.

時は元禄。

金銀産出の激減に苦しむ 佐渡で、立て続けに怪事件 が起こった。

御金蔵(おかねぐら)から消えた千両箱、三六名が命を落とした落盤事故、能舞台で磔(はりつけ)にされ

台で磔(はりつけ)にされ た斬死体、割戸から吊り下げられた遺体…。 いずれの事件現場にも血まみれの能面「大癋見 (おおべしみ)」が残されていた。

振矩師(ふりがねし)の静野与右衛門は、奉行から広間役(ひろまやく)の間瀬吉太夫の助手と

事件の真相解明を命ぜられる。

吉太夫に反発しながら、調べを進めるうち、そ の才覚と人物、謎めいた過去に強く惹かれてゆ くがーー。

佐渡金銀山に隠された恐るべき秘密とは?!

2023 年3月28日より、11月22日まで新潟日報に連載。 世界遺産登録に沸く佐渡を時代小説でどうぞ。

今年の古本市も、たくさんの方にお越しいただき幕を閉じました。ご協力いただいたみなさま、どうもありがとうございました。『古本市で、昔の生坂村のお祭りの映像の上映会をやったら?』というアイディアもいただいて、早速次の会のことを画策中です(笑)まだまだ夜が長くて読書にぴったりの季節。楽しんでいきましょう(まるやま)



公民館教室·社会教育、 生涯学習関連イベント

- 二月 七日(土
- 二日(土)

四日(土)

会場・B&G海洋センター 一階会議室 午後一 時一五分~

今年度一歳になるお子さ

まファーストブックを行

☆絵手紙教室

創作室 会場・児童館「たんぽぽ」 一二月 七日(土) 午前一〇時~

す。

歳になるお子さまに絵本の

生坂村では、村在住の一

います!

プレゼントを行っていま

☆トレーニング講座

ました。希望の本等の回答 保護者様あてに、通知をし

がまだの方は、お早目にお

いいたします。

★ファーストブックのお渡し

二月 四日(水)

会場・B&G海洋センター 一階トレーニングルーム 午後七時~八時

☆お正月飾り教室

会場・B&G海洋センター 階ロビー 午前九時~

子育て支援センター

なのはな内

午前一〇時一五分~ 日程/一二月一二日(木

た人はは

参加されない方は、一二月 中に図書室まで本を受け取

当日ファーストブックに

年末年始休業

なります。 月二八日 (土) ~一月四日 (土)まで年末年始の休館と (児童館・図書室)は、一二 生涯学習施設たんぽぽ

りにお越しください。 お問い合わせ

図書室 ☆六九-三○五○

Q

マイナ保険証をお持ちでなくても、

一月中旬に、対象児の

マイナ保険証

対象店舗

開催期間

政府広報 ~令和七年二月二八日 (金)

令和六年一○月二九日(火

タンプラリー事務局(㈱アサ

メニューをご用 意しています エコロジーの3つの星が揃った ヘルシー、ローカルフード、 県内各地四七店舗

スタンプ五個賞:「バルミュ 選で一名様 ーダオーブンレンジ」を抽

スタンプ三個賞:「ウェアラ ブル万歩計」を抽選で二○

参加賞(スタンプ一個):「千

マス会の前に行います。

、※ぴよぴよ広場クリス "ひよひよひろば」 にて

開催します! スタンプラリー」を 「3つの星を食べよう!

クイズ賞(クイズ十問正

で三〇名様

円分のクオカード」を抽選

の被保険者の方へ】 【国保・後期高齢者医療制度

えます。 なプレゼントが抽選でもら めたスタンプの数でステキ スタンプを貯めましょう。集 援弁当」を店頭で購入して、 食事、または「健康づくり応 信3つの星レストラン」での を提供している「信州食育発 健康に配慮したメニュー

②スタンプラリー参加店

舖

を探しましょう

③店舗の利用、またはお

当を購入してスタンプをゲ

①まずは会員登録

参加方法

ーン」を抽選で五名様

解):「塩分計

しおみスプ

④スタンプが貯まるとプレゼ

『3つの星を食べよう!ス ントが抽選でもらえます お問い合わせ

ヒエージェンシー内) ※スタンプラリーの参加方法 ☎○二六-1三三-1三三○

https://nagano-3star restaurant.jp/ ※一〇月二九日開設予定 ついては「3つの星を食べよ サイトをご覧ください。 う!スタンプラリー」特設 や店舗情報などの詳細に



食生活改善推進協議会★ > 診営家協學会会



今回のおすすめメニューは、食生活改 善推進協議会の会員伝達講習会で調理実 習を行った料理です。

この2品の料理は塩分控えめで、野菜 がたくさん取れることがポイントです。 野菜の1日の摂取目標量は350gです が、1食で約200gの野菜が取れます。

また、右の写真のように、この2品の 料理とご飯、汁物を組み合わせるとバラ ンスよく食べられます。

毎日の料理にぜひ取り入れてみてくだ さい。



|主菜| 鶏むね肉とたっぷり玉ねぎのしょうが焼き

【材料(4人分)】 鶏むね肉 360 g (1枚) A「酒 30 g (大さじ2) 0.8 g (少々) 塩 片栗粉 18g(大さじ2) 200 g (1個) 玉ねぎ サラダ油 24g(大さじ2) 20 g (小さじ4) 「酒 みりん 20 g (小さじ4) 24 g (小さじ4) B しょうゆ しょうが(すりおろし) 20 g (小さじ4)

【作り方】

- 1. 鶏肉は繊維を断ち切るようにそぎ切りにし、 (A)を揉み込んで10分ほど置き、片栗粉をまぶす。
 - 玉ねぎとトマトはくし形切りにする。
- 2. フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、 鶏肉を入れる分ほど炒める。玉ねぎを加えてさらに 3~4分炒める。
- 3. 全体に火が通たら、(B)を加える。
- 4. 器にトマトを添えて盛り付けて完成。

○1人分の栄養量

エネルギー253kcal 食塩相当量1.2g

副菜 キャベツともやしの赤しそ和え

【材料(4人分)】

上白糖

トマト

キャベツ 200 g

もやし 200 g (1袋)

A「赤しそ風味ふりかけ 4 g

白ごま 6g(小さじ2)







6g(小さじ2)

200 g (1個)

【作り方】

- 1. キャベツは細切りにする。
- 2. 鍋に湯を沸かし、キャベツともやしを加えて 1分ほど茹でる。
- 3. ザルにあげて冷水で冷まし、水気を絞る。
- 4. 3にAを加えて和える。

○1人分の栄養量

エネルギー29kcal 食塩相当量0.4g

村で行う無料相談会 のお知らせ

精神科医による こころの相談会

●こんな悩みを抱えている方はご相談ください●



眠れない・食欲がない 気分が落ち込むなどの こころの不調



ご家族・知人がゲーム やお酒等に依存してい る気がする



ご自身の介護疲れ 高齢者の怒りっぽさ、 気分の浮き沈みなど



子育てが辛い 相談する相手 がいないなど

- |12月||0日(火)||7時30分から ▶日 時
- ▶場 所 生坂村健康管理センター(村内であれば、 ご自宅や職場で行うこともできます)
- ▶申込み 12月6日(金)までに生坂村役場 健康福祉課 ☎69-3500 にご連絡ください

※相談会には、村の保健師が同席させていただきます。

障がいを理由とする差別を なくしましょう

大切です。

をなくすことで、障がいの 障がいのある人への差別

いるようだ」「様子がいつも

慮や工夫について考え、 とを目的とした週間です。 らゆる分野の活動に積極的 が社会、経済、文化その他あ 活の中で自ら実施できる配 が人格と個性を尊重し支え がいの有無に関わらず誰も に参加する意欲を高めるこ 深めるとともに、障がい者 祉についての関心と理解を ひとりが広く障がい者の福 て、一人ひとりが普段の生 合う社会)」の実現に向け ´組んでいきませんか。 この機会に「共生社会(障 「障害者週間」は、国民一人 取

場合があります。そのため、 の人や家庭、場所ではなく、 しょう 障がい者の虐待は、

しい場合でも「何か困って ずに早期に発見することが 識し、小さな兆候を見逃さ 人ひとりがこの問題を認 虐待かどうかの判断が難 場窓口と健康福祉課で配 しています。 いします。このマークは、役

「障害者週間」です 害者差別解消法」が施行さ ある人もない人も分け隔て して、平成二八年四月に「障 なく生活できることをめざ

一二月三日から九日

12月3日~9日は「障害者週間」 していくことはすべての人 していますが、差別をなく 機関や民間事業者を対象と れました。この法律は、行政

障がい者を虐待から守りま

問題です。虐待をしている 分から被害を訴えられない 虐待だと認識できずに、自 がない場合があります。ま どこの家庭でも起こりうる た、虐待をされている人が 人に、虐待をしている認識

> も結構ですので情報をお寄 と違う」といった気づきで 情報は守られます。 せください。なお、通報者の ヘルプマークを知っていま 相談・通報先 ンター) 健康福祉課 ☎六九-三五○○ (健康管理 セ

す か ?

ます。

に求められる責務でもあり

思いやりのある行動をお願 ば声をかけたりするなど、 り、困っているようであれ ら、バスなどで席を譲った す。このマークを見かけた とを目的としたマークで ら配慮を受けやすくなるこ いる人が身につけ、周囲 人からの援助を必要として ヘルプマークは、 周 囲



~元気な今だから決めておきたい 5

リビングウィル (生前の意思 成し希望者への配布を始め 表明)を記載できる冊子を作 健康福祉課では、今年度、



ことを言います。 らかじめ書面で示しておく 受けるか否か等の意思をあ た場合に備えて、延命治療を 思表明)は、判断能力を失っ リビングウィル(生前の意

介します。

ョンれんげそう管理者兼看 っている、訪問看護ステーシ 講師には、村でもお世話にか 学ぶ講演会を開催しました。 (生前の意思表明) について 今回、このリビングウィル

> 護師の中村哲也氏をお招き しました。

だきました。後半は中村看護 を迎える際の良い面や大変 半は中村看護師より、病院 でお答えする機会を設けま 問や疑問にそれぞれの立場 保健師の三名をパネラーと 日岐ケアマネージャー、包括 な面について等お話をいた 在宅それぞれの場所で最期 した。講演会のポイントを紹 し、参加者の皆さんからの質 講演は二部構成で行い、前 生坂村社会福祉協議会

(抜粋)★ ★講演会で出された質問

ですか。 なった時はどうすればよい ①一人暮らしで、動けなく

ださい。

の気持ちを伝えることを大 ージャーが付くので、自分 スを受ける際は、ケアマネ 案を行います。介護サービ 応じて介護サービス等の提 にご相談ください。状態に ター(健康管理センター) △まず、地域包括支援セン

際のポイント★ 意思表明)を作成していく ★リビングウィル (生前の

ポイント①

援者に伝えておく。 迎えたいか」を家族や支 こで、どのような最期を 元気なうちに「自分はど

ポイント②

話し合っておく。 族や支援者と、しっかり 必ず必要になるので、家 ても、周囲のサポートは どこで最期を迎えるにし

シャルワー

換えてよければ気楽に書け 気持ちが変わるたびに書き ビングウィルについても、 時の話は、度々家族で話し 大変良かった。」「もしもの について知ることができ、 合う必要があると思う。リ 参加者からは、「訪問看護

す。 切にしていただきたいで

②介護保険を利用していな いのでしょうか。 訪問看護をお願いしたらよ また、どのような手続きで でも利用できますか。 場合、介護保険以外の保険 宅で訪問看護を利用したい い人が、末期がんなどで在

を利用することはできま す。利用には、主治医から訪 院中であれば、病院のソー だいても良いでしょう。入 康管理センターに相談いた 治医に話しづらければ、健 もらうとよいでしょう。主 問看護事業所に連絡をして ⇔医療保険でも、訪問看護 カーにご相談く

> とうございました。 だきました。ご参加ありが とが感じられる感想をいた 学び多い講演会であったこ う安心感に変わった。」等、 談先がいろいろある、とい 容が良くわかり、なんとな ると思う。」「介護保険の内 く不安という気持ちから相

皆さんの相談に応じており 活の困りごと」など、住民 グウィルに限らず、「健康の にご相談ください。 ます。お困りの際は、お気軽 こと」「介護保険のこと」「生 健康福祉課では、リビン

お問合せ先 ☆六九−三五○○ 健康福祉課





人が集まる・笑顔がみえる

いどば7

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も大歓迎。 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!

開催予定日 (木) 草尾交流センタ

0時~12時



役場健康福祉課 生坂村健康管理センター 69-3500 電話 担当 竹内

お問合せ

変更(改正)のポイント

しとなっています。

た文書のことです。

化学物質の製造事業者お 者における危険性・有害 性に関する情報の伝達が よびそれを取り扱う事業

今後、数年かけて、SDS の交付対象物質が約九〇 する必要があります。 るばく露防止対策を実行 トを行い、化学物質によ づいてリスクアセスメン (注一) やラベル (注二)

事業場によっては、新た

質に拡大します。

○物質から約二三○○物

任義務が発生します。 に「化学物質管理者」の選 学物質規制が、大きく見直 月一日から職場における化 の改正により、令和六年四 が大きく見直しとなり 国内での化学物質規制 労働安全衛生法関係法令 注

注二 情報を簡略化し、化学品 のことです。 や包装に貼り付けたもの 度に関する情報を、容器 の危険有害性の種類や程 ラベルとは、SDS

事業者のための化学物質管 理無料相談窓口 ☎○五○-五五七七-四八六二 お問い合わ せ



事業者は、その情報に基

強化されます。

を含んだ製品を、他の事 とったもので、事業者が Data Sheetの頭文字を 危険有害性情報を記載し に交付する、化学物質の 業者に譲渡・提供する際 化学物質および化学物質 SDSとは、

お子さんの予防接種は、お済みですか?

予防接種は、その病気の*発症や重症化予防、* 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) でできる年齢は、ワクチンの種類ごとに**期限が決められています。** 手元に未使用の接種券 (予診票) がある方は、期限内に受けるようお願いします。

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。
 - *令和6年から初回接種を開始した方は、<u>小児肺炎球菌・五種混合(ジフテリア・破傷風・</u> 百日咳・ポリオ・ヒブ)となります。接種間隔は従来と変わりありません。
- 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。3歳になる前日までに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(I期)と、計4回接種します。
- 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。
 - *キャッチアップ接種の対象の方(平成9~19年度生まれ)は**令和7年3月までが 公費対象となります。**合計3回の接種を完了できなくても、接種(1回目や2回目)の費用は、公費の対象となります。

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(☎69-3500)までご連絡ください。



令和6年度 松くい虫空中散布 安全確認調査報告



1. 調査の概要

有人へリコプターによる薬剤空中散布の影響をみるため、薬剤散布区域近隣の4箇所において大気及び水を採取し、薬剤散布の成分を分析しました。大気の採取は古坂・鷺の平・上ノ原の3箇所において各8回合計24回、水の採取は湯ノ沢水源地1箇所において8回行いました。

①調査日時

松くい虫空中散布は令和6年6月21日(金)に行われました。大気の採取は、薬剤散布前の6月20日(木)から散布4日後の6月25日(火)までそれぞれの地点で8回行いました。また、水の採取は、薬剤散布前の6月20日(木)から散布2ヶ月後の8月21日(水)まで行いました。

②調査項目

空中散布で使用された農薬 (エコワン3フロアブル:ネオニコチノイド系殺虫剤) の主成分チアクロプリド 1項目を測定分析対象としました。

2. 調査結果

①気中濃度

大気中の薬剤成分を分析した結果は以下のとおりです。分析項目のチアクロプリドは、24検体(3箇所×8検体)全て、定量下限値(0.05 μ g/m)未満でした。

調査日等			調査地点	結果
		日中	古坂	0.05 未満
散布前	6月20日(木)		鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05 未満
		散布中	古坂	0.05 未満
	6月21日 (金)		鷺の平	0.05 未満
			上ノ原	0.05 未満
		散布直後	古坂	0.05 未満
散布当日			鷺の平	0.05 未満
			上ノ原	0.05 未満
		日中	古坂	0.05 未満
			鷺の平	0.05 未満
			上ノ原	0.05未満

調査日等			調査地点	結果
	6月22日(土)	早朝	古坂	0.05 未満
			鷺の平	0.05 未満
散布翌日			上ノ原	0.05 未満
取加金口		日中	古坂	0.05 未満
			鷺の平	0.05 未満
			上ノ原	0.05 未満
	6月23日(日)	日中	古坂	0.05 未満
散布2日後			鷺の平	0.05 未満
			上ノ原	0.05 未満
	6月25日(火)	日中	古坂	0.05 未満
散布4日後			鷺の平	0.05 未満
			上ノ原	0.05 未満

②水中濃度

測定分析した結果は以下のとおりです。分析項目のチアクロプリドは、散布前から散布2ヶ月後まで、8検体全て定量下限値(0.0001 mg/%)未満でした。

調査日等		結果 (mg/L)	天候	気温(℃)	水温(℃)
散布前	6月20日(木)	0.0001 未満	曇り	25.0	12.0
散布当日	6月21日(金)	0.0001 未満	雨	20.0	12.2
散布翌日	6月22日(土)	0.0001 未満	曇り	18.8	12.0
散布2日後	6月23日(日)	0.0001 未満	曇り	19.0	12.0
散布5日後	6月26日(水)	0.0001 未満	曇り	21.0	11.0
10mm以上降雨後	6月24日(月)	0.0001 未満	晴れ	25.0	12.0
散布1ヶ月後	7月21日(日)	0.0001 未満	晴れ	24.0	12.0
散布2ヶ月後	8月21日(水)	0.0001 未満	曇り	31.0	15.0

松くい虫防除のために空中散布された薬剤の影響を把握する目的で行った、散布前後の薬剤成分チアクロプリドの気中及び水中濃度の測定分析結果は、いずれも定量下限値未満で全て推定気中濃度評価値及び水質保留基準を下回っていました。

このことから、調査地点付近においては、薬剤散布による人の健康を害するような影響はなかったものと 考えられます。

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

住民基本台帳法並びに、住民基本台帳の閲覧等に関する省令に基づき、昨年11月1日か ら今年10月31日までの閲覧状況を公表します。

閲覧年月日	閲覧者 (受託者)	閲覧目的	閲覧対象
令和6年	自衛隊 長野地方協力	自衛官募集のため	・平成 14 年 4 月 2 日から平成 15 年 4 月 1 日 までの間に生まれた男性及び女性
4月8日	本部長	日常日券未りため	・平成 18 年 4 月 2 日から平成 19 年 4 月 1 日 までの間に生まれた男性及び女性
令和6年	国土交通省 北陸地方整備局	犀川の水辺整備事 業に関するアンケ	・18 歳以上の男性及び女性
7月19日	千曲川河川事務所長	未に関するアング ート調査のため	- 10 放め上の方性及い女性

◆住民基本台帳とは?

個人の氏名や生年月日、住所など法律で定められた 事項を記録したものが住民票、一人ひとりの住民票を まとめたものが住民基本台帳です。

住民基本台帳は、全国の市区町村で作成され、国民 健康保険や国民年金、選挙人名簿の作成など、市区町 村が行う各種行政サービスの基礎として活用されてい

◆住民基本台帳の閲覧とは?

住民基本台帳法に基づき、住民基本台帳の一部の写 しの閲覧を行っています。

これは、法律に定められた正当な目的であれば、住 所、氏名、生年月日、性別が記載された閲覧簿を見る ことができる制度です。

■ 開札結果(10月) (単位:千円)

	(10)	17			(+ - - 1 1)
担当課 入札日	種別	事 業 名	実施・納品場所	落 札 業 者	落札価格
振興課 10月17日	工事	令和6年度 大久保地区減圧弁更新工事	昭津 大久保	ウォータ・サプライ	3,905
振興課 10月23日	工事	令和6年度 草尾牛沢地区送配水管布設替工事	草尾 牛沢	(有) 中山組	27,500
振興課 10月23日	工事	令和6年度 令和6年5月27日~29日発生 5月豪雨 災害復旧事業 宇留賀(1)地区 農地復旧工事	宇留賀	牛越組	1,045
振興課 10月23日	工事	令和6年度 令和6年5月27日~29日発生 5月豪雨 災害復旧事業 宇留賀(2)地区 農地復旧工事	宇留賀	牛越組	2,420

ます。 **遇措置を受けることができ** 」への寄付は税制上の なお、 信 州 0 特色ある学

び支援課

☎○二六-二三五-七○五六

れる環境づくりを進めます。 も達が主体的に学び続けら 付を募る団体を支援し、子ど みらいベース」を活用して寄 り組みの一層の充実を図るた らい基金では、このような取 各地で行われています。 長野県と (公財) 長野県み 子ども達の「学びたい」を 寄付募集サイト「長野県

寄付を募集しています! 「信州の特色ある学び」への 信州「学び」応援寄付金

学)、フリースクールなど「

信

州自然留学

П

村

留

の特色ある学び」に取

'n

寄付募集団体

豊かな自然環境の中で 信 州 0) 特 色 ある学び

心む団体

で

遊び、学びながら生き抜く も達の個性を大切にし、 性に応じた学びの場である く」、一人ひとりの個性や特 村留学)」や「信州やまほい 力を育む「信州自然留学(山 フリースクール」など、子ど ಕ 寄付もできます。 村留学)」など)を指定した

い区分(「信州自然留学

山

※事業全体や、

応援

た

令和七年一月八日

水

ま

募集期間

らいベース」特設ページをご 内容などについては、公共的 活動応援サイト「長野県み 寄付の方法や詳し 11 取 組

らに伸ばす取り組みが県内

or.jp/tokushokuaru manabi, https://www.mirai-kikin

覧ください。

お問い合わせ

寄付

で応援してみませ

県庁 県民文化部県民の学 ☎○二六三-五○-松本事務所 (公財) 長野県み ら Ŧi. 五三五 11 基 金

4 R て何 ?

〜リデュース編 5

う。 組みの例を挙げてみましょ り組みです。具体的な取り のの発生を抑えるという取 の単語であり、ごみそのも る・縮小させるという意味 e)とは、英語で減少させ その内の一つ、「リデュー 四つの取り組みのことを ス」について解説します。 。 4R」といいます。 今回は リデュース(Reduc ごみを減らすために行う

消耗品は使い切る

切です。 を長く使っていくことが大 品があり、それら一つ一つ 身の回りには様々な消耗

筆記用具

ールペンは使わないときペ ン先を収納する、キャップ ことで書きやすくなり、ボ なってもキャップを付ける しょう。鉛筆は削って短く 書けなくなるまで使いま

> を閉めることを徹底すると インクが長持ちします。



電池

ことはお勧めできません。 保管中も少しずつ放電して を付けたまま捨てると火災 機器に使いましょう。電池 際は、取り外して別の電子 使いましょう。装着してい の原因になります。電池は る電子機器が不要になった いるため、大量に買い込む 電気が作れなくなるまで







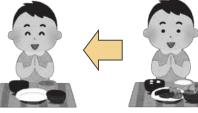
後まで人 BATTERY 使 い切る



局、集会所の回収ボックスへ 使い切ったら役場や郵便

料理を作りすぎない

しょう。 料理は食べきれているでし る量を用意するようにしま か、食材にも失礼とされて 所の圧迫や生ごみになるほ ょうか。食べ残すと保管場 います。なるべく食べきれ 日々の食卓に並べられた



生ごみを減らす・活用する

用し堆肥化することで、生 ます。また、コンポストを使 じごみでも量が少なくなり ます。水切りで水分を取る、 分は大きさや重さに影響し せてから捨てることで、同 生ごみ処理機などで乾燥さ 生ごみは水分が多く、水

> とができます。 ごみを肥料に作り替えるこ

を活用してごみの削減に取 助を行っています。補助金 ンポストの購入に対して補 、組みましょう。 村では生ごみ処理機とコ



幸いです。 しでもご理解いただけたら か。リデュースについて少 いかがでしたでしょう

R」にしていきましょう。 小さなRを積み重ね、「4 Rは一日にしてならず。

予定です。 次回はリユース編を掲載

意識を共有する

い包装」を実践しよう! 自分に合った「新しい心遣

受け取る側になってみると る時期です。 んか?年末は贈り物が増え のにと思うことはありませ 過剰な包装でなくてもいい を選ぶこともありますが、 の心遣いとして特別な包装 贈答品を贈る時に相手へ

ります。次のような例で「新 てみましょう。 しい心遣い包装」を実践し 包装でなくても想いは伝わ ちょっとした工夫で過剰

- 簡易包装を選ぶ
- 風呂敷や巾着、エコバック など再使用できる包装に
- 環境に配慮した包装と梱 包を選ぶ
- 贈り手、受け取り手の間 簡易包装にメッセージカ で、事前に簡易包装への ードを添える
- お問い合わせ

県庁環境部資源循環推進課 ☎○二六-二三五-七一八一



第2回目の活動報告

雲根地区・いくさか『創造の森』で開催されている「旅するいきもの大学校!」。第2回目は10月6日(日)に開催されました。前日にはオプショナルツアーを企画し、やまなみ荘に宿泊いただきました。参加者は24名、スタッフが16名と総勢40名。第2回目からの参加の方に自己紹介を行なっていただき和やかな雰囲気でプログラムがスタートしました。

【行程表】

12時30分	いくさか『創造の森』にてオリエンテーション(初参加者の自己紹介)
13時00分	アクティビティ① センサーカメラ回収
13時30分	軽食タイム(おじさま倶楽部の手打ちそば) センサーカメラの映像チェック
14時00分	地元ゲストトーク(ゲスト: おじさま倶楽部会長・平田勝章さん)
15時00分	アクティビティ② 梅の木近くの竹切り
16時00分	アクティビティ③ Bee House作り
16時40分	
17時20分	··



前回設置した センサーカメラを 参加者とチェック



『創造の森』に生息する生き物たち



センサーカメラの回収に森に入る



この竹を3週間乾かし落ち葉 ステーションを作る



映し出される生き物たちに思わず笑顔が



平田議員の生坂についての話に耳を澄ませる





下準備を 入念に行なった 大好き隊・尾井田氏



木工作業を仲間と共創する学生



おじさま倶楽部の皆さま ありがとうございました♡



gems.grapeさんの ぶどう



美味しい~と歓声が 上がる生坂のぶどう



できあがった Bee House 蜂の棲家となりますように

このプログラムは普段の仕事も暮らしている地域も世代も全然違う人たちが参加しています。生坂村というフィールドで一緒に学び合いながら、カメラを設置したり、竹を切り出したり、Bee Houseをつくったり、運営側が細かく指示をしなくても自然とそれぞれが自分のできることや関心のあることに取り組んでいます。村のネイチャーポジティブに参加型で共創しながら取り組む事例はなかなか他にないのではないでしょうか。この取り組みが次の時代の「ネイチャーポジティブ共創むらづくり」のモデル事例になるのでは!?と今からワクワクしています!次回はオンラインの振り返り会を挟んで11月。皆で学びを共有し合い、アイデアを出してどんな活動になっていくのか、プログラム後半も楽しみです!

(事務局スタッフ/株式会社フューチャーセッションズ坂本悠樹氏)

道の駅いくさかの郷だ より

生坂村に来る理由

くさかの郷のぶどうシーズ ただいた八月から一〇月のい ンが終了しました。 くさんのお客様にご来村い 今年は、三万人を超えるた



にひと段落つきました。 んにご協力をいただき無事 かと思いますが、多くの皆さ 年を追うごとに生坂村の 至らない点も多々あった

ぶどうブランド

いと思います。 も色々と取り組んでいきた 応えられるように、これから ですが、そのお客様の期待に が増えることは嬉しいこと を求めてご来村される方々 『イクサカラット』

サカラットプレート』の販売 べて楽しむ」メニュー『イク 携の一つとして「ぶどうを食 今年は、やまなみ荘との連

もできました。

うにたくさんの房をつける とで、来年以降、ぶどうのよ ことができるチャレンジを していこうと思います。 毎年何らかの種を蒔くこ

します。 月まで時折ぶどうが姿を現 出荷してくださるおかげで、 んがここ数年貯蔵ぶどうを いくさかの郷の売場には一二 また、村内のぶどう農家さ



クですのでお見逃しなきよ 見つけたときは要チェッ

悩む日々が続いています。 くきっかけを組み立てるか ないことが多いのが現実で、 物の閑散期。様々な課題はあ いかにして来村していただ るものの、簡単には解決でき での四ヶ月間は生坂村農産 とはいえ一一月から二月ま

今年の秋もお店は大盛況

かあさん家 瀧 澤 加 代 子

る頃となりました。 の山々にも冬の到来を感じ 秋も深まり、北アルプス

どう、新米、きのこ等、美味 しいものがたくさん並びま 秋はいくさかの郷で、ぶ

の皆さんのご協力のもと野 気のある秋でした。 ぼフェスティバル出店、地元 沢菜漬け、感謝セール等、活 かあさん家でも、赤とん

にない大盛況となりました。 販売の時期と重なり今まで れ、一年で一番忙しいぶどう おやき」が全国放送で紹介さ 早朝より長蛇の列とな 先月は、またまた「灰焼き

と思います。 あり、ご迷惑をおかけした 望に添えなかったお客様も 数に限りがあることでご希 り、整理券をお配りしても

やきだと思っていたりする ての方はおまんじゅうをお 合わせも増えており、初め また、県外からのお問い

> ります。 必ず「蒸しまんじゅうです か?」と確認をする事もあ か?」「灰焼きおやきです ため、電話でのご注文の際は

います。 要とされることを幸せに思 ています。このように慌ただ も、微力ながら社会から必 出てきますが、年をとって しい毎日が続くと疲労感も 私はおまんじゅうを作っ

の皆さんのご来店をお待ち 務めて参りますので、大勢 様にご満足いただけるよう これからも従業員一同、



きおやき製造の 活動の様子を

Facebook







は変 更 する 可

まなユ

ださい。 でゆっくりお体を温めてく すが、やまなみ荘の大浴場 した。お家のお風呂もよいで 冬の足音が近づいて来ま

ひご賞味ください。 次第終了となりますのでぜ ましてはそば粉がなくなり ています。ひすいそばにつき は熱々麺フェアにて提供し 焼きうどんとチゲラーメン ます。また毎年大人気の鍋 らとのセットを提供してい ひすいそば」を使用し天ぷ ています。希少な品種「信州 りと熱々麺フェアを開催し しまして食堂では新そば祭 一月のフェア・プランと

お楽しみいただけます。今 鍋からお好きな鍋を選んで 和牛すき焼きなど四種類の ンをご用意しています。黒毛 料理としまして鍋会席プラ プランもご用意しています。 年末年始の宴会・宿泊 量より質の美食会席

> をサービスします。 で、幹事さん一名分の料理代 宿泊で八名以上のご利用 さらに日帰りで一○名以上、

等でお問い合わせください。 しています。職場や寄り合 皆様からのご注文をお待ち ただくか詳しくは、お電話 のご予約を承っております。 合ってご利用ください。 い、ご友人同士などお誘い 全戸配布チラシをご覧い 刺身盛皿・オードブル

ちしております。 皆様のご来荘心よりお待

入れ歯に付着した細菌は、

お口の中で炎症を引き起る すことがあります

. 6

入れ歯

があります。 ような問題が生じる可能性 そのままにしておくと、次の 一本でも歯を失った場合、

残った歯が移動して噛み 合わせが乱れる。

また、現在年末年始に好

- 虫歯や歯周病のリスクが
- 高まる。
- かる。 胃腸に負担がかかる。 他の健康な歯に負担がか
- 見た目の印象が変わる。

- る すくなり、 噛みやすくな
- 活を送ることにつながりま 機能を改善し、健康的な生 入れ歯を入れることで、歯

垢) など見える汚れだけでな

食べかすやプラーク(歯

入れ歯にも歯と同じよう

ビ) などの汚れも付着して

ます。特に部分入れ歯は、金

く、見えない汚れ

(細菌・カ

があり、審美性・耐久性・装 要望・予算などに応じて、ご 着感に優れたものを選ぶこ 費の入れ歯は、材料に自由度 樹脂で金属のバネですが、自 保険適用の入れ歯は、プラス と「自費」の選択があります。 とができます。お口の状態 種類としては、「保険適用

択することが大 適な入れ歯を選

ど相談してみま を受けるため 類やメリット・デ メリット・費用な 合う入れ歯の種 医師にご自身に に、まずは歯科

頬の肉や舌が入り込みや

入れ歯のお手入れ

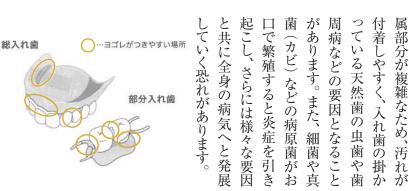
口内炎が発生しやすい。

切です。 自身にとって最

しょう。 納得した治療

細菌はやがて

循環器系へと 侵入し、菌血 症などを発症 することもあ ります



しょう。 れ歯を毎日清潔にたもちま 身体の健康のためにも、入

生坂村歯科診療所



ロから呼吸器系へと侵入 した細菌は、細菌性肺炎 などの原因になることがあ

【防災アドバイ

を起こさないよう心掛けて 注意点〉を参考にして火災 う。次の〈暖房器具使用時の 扱方法や管理をしましょ 火災を防ぐため、正しい取 生しています。このような がストーブやこたつから発 長野県内でも三二件の火災 災が発生しており、昨年は る時季かと思います。しか り、暖房器具が活躍してい し、毎年暖房器具からの火 より一層寒さが厳しくな

暖房器具使用時の注意点

やめましょう。 で暖房器具を使用するのは 布団やカーテン等の近く に整理整頓しましょう 暖房器具の周りは、

対にやめましょう。 あるため大変危険です。絶 が落下して燃えるおそれが 洗濯物を干すのは、 特に、暖房器具の上部に 洗濯物

め、換気を行いましょう 計画的に暖房器具を止

ましょう。 設定し、ある程度の時間が あります。暖房器具にタイ 経過したら止まるようにし マー機能があれば就寝前に 酸化炭素中毒になる恐れが 油ストーブを使用すると一 換気をせずに継続的に石

Ξ 房器具を消火しましょう 給油をする際は必ず暖

てください。また、カートリ 房器具を消火してから行っ 締まったことを確認してか ッジタンクの口金が確実に 給油する際には、必ず暖

☎六二 -二九九二

松本広域消防局明科消防署

にセットしようとすると口 それがあります。 金が外れ、漏れた灯油が暖 房器具にかかり出火するお に閉めないまま、暖房器具

兀 誤給油に注意しましょう

ようにしましょう。 ガソリンや軽油を間違え 暖房器具に給油しない

て、

管場所を変える等の工夫を 状を変えて保管したり、保 容器で保管してください。 するとよいでしょう。また、 種類によって容器の色や形 ガソリンは必ず専用の金属 誤給油を防ぐには、油

五 レー缶を使用したり、放置 しないようにしましょう 暖房器具の近くでスプ

るのはやめましょう。 で使用したり、近くに放置す があるので、暖房器具の近く や接着剤などは、爆発の危険 お問い合わせ 殺虫剤などのスプレー缶

だより

らセットしましょう。完全

◎生徒会の新役員、決定!

行われました。 選挙の立会演説会と投票が ○月三日、生徒会役員

テーマとし

立会演説会では、 生徒会

立候補し た生徒が の役職に いくつか めとして 長をはじ



ることなどを話しました。 補者の人柄や今後期待でき 投票は、 安曇野市選挙管

理委員会から実際に公職選

徒会活動への抱負と意気込 懇談が行われました。生徒 に先立って生徒会役員との 議員会がありましたが、会 記入台をお借りしています。 挙で使われている投票箱と 会長をはじめ、全役員が生 一〇月二二日には学校評

> みを話しました。 また、「今、高校生が考え

との付き合 る生成AI い方」を

生ICTカ た県の高校 て開催され

ンファレン

を紹介しました。 した内容や考えたことなど ス2024 in Naganoで発表

◎楽しんだクラスマッチ

施しています。一〇月二三二 日間ずつクラスマッチを実 本校では、毎年春と秋に二



学校の二年生がボッチャで の交流に参加してくれまし また、二四日には明北小

(文責 教頭 倉下 直

男女共同参画

るな話で考えよりはいません。

はできるのう。こ

を指して言う時の呼称で

第8回

称があります。

人の呼び方には様々な呼

名前がわかれば名前で「○○さん」と呼べば失礼はないでしょう。親せきやよく知っている方なら「おじさん」「おばさん」は、さほど嫌な感じはしないかもしれません。

難しいのは、知らない年時ではないでしょうか。それは呼びかけてくる相手にれは呼びかけてくる相手にじさん、おばさんの基準にじさん、おばさんの基準にだったり、本人にとってはたれたので、場合によってはよりはいるかにもよります。

者の呼び方(1月号 「主人」

以前このコーナーで配偶

は他人や見知らぬ年上の人)を取り上げましたが、今回

切なのかもしれませんね。敬意をもって接する事が大ので、時と場を見て、相手にので、時と場を見て、相手にのが、時と場を見ない。

ありませんか?

生坂村では、空き家対策 き家バンク』に村内の空き家 き家バンク』に村内の空き家 情報を掲載し、移住希望者 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 でき家バンクは、売主に でき家バンクは、売主に できるが、どなたでも の関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」といったは、情報を広く公開せずには、情報を広く公開せずには、情報を広く公開せずにあ主を探せる『さかさま不売主を探せる『さかさま不

い。 たら、お問い合わせくださ だちらもご関心ありまし

☆六九‐三一一一村づくり推進室

編集後

な冬の到来を感じますね。

朝晩の冷え込みが本格的

我が家の冬の楽しみに、薪移住して家を構えるにあたり、絶対に欲しかったのが薪り、絶対に欲しかったのが薪かさはもちろん、炉内・天板かさはもちろん、炉内・天板でやる薪ストーブ料理がたでやる薪ストーブ料理がた

お気に入りは、熾火になった炉内で焼く生地から作ったピザです!特にマルゲリータは、スモーキーな薪の香ータは、スモーキーな薪の香いがモッツァレラチーズにかがモッツァレラチーズにから作った炉内で焼くとも

村ではバイオマスストー村ではバイオマスストーが導入補助がありうらやまなどペレットストーブを導などペレットストーブを導などペレットストーブを導などペレットストーブを導などペレットストーブを導がさい!

(加藤)



◎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

広報しくさか

引っ越してきた髙開汐

二四年四月に生坂村に

はじめまして!二〇

す! こちらに来る前 里 (たかがい しおり) で

は、神奈川県の横浜市に

生坂村ホームペー

Ikusaka Daisukitai Tsushin

いなと思っています!!

うことで、地域行事や、 宜しくお願い致しま ては、情報発信担当とい 生坂村大好き隊とし

活動していきますので 域おこし協力隊として 住んでいました!! ○月から生坂村地



加していきます!!

生坂村の魅力を発信

イベントに積極的に参

髙開汐里

きたいと思います! えるように頑張ってい ながら、村民の方々との 村の良さを知ってもら 縁も広げていけたらい 協力隊として活動し

たくさんの人に生坂

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

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

生坂村公式LINE アカウントの登録を

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

※ QRコードから登録ができます



(上生坂 / 石井 亮さん・節美さん)

