

# 村報 筑北

第56号

平成27年1月16日発行

編集 筑北村総務課  
〒399-7601  
長野県東筑摩郡筑北村坂北 2187 番地  
電話 0263-66-2211  
FAX 0263-66-3656  
ホームページ  
http://www.vill.chikuhoku.lg.jp

## 筑北村の人口

総人口	5,002人
男	2,446人
女	2,556人
戸数	1,891戸

(平成26年12月31日現在)

## 新年のごあいさつ



### 筑北村長 関川 芳男

村民の皆様、新年あけましておめでとうございます。新春を迎え、皆様には健やかに過ごすごしのことと心からお慶び申し上げます。

私は、村長に就任して2回目の年を迎えました。今年には村にとっても記念の年になります。

筑北村が誕生して10年を迎え、合併した時から比べると10年で人口は約1,200人減り、人口問題が問われております。近年の少子化による児童数の減少により、適正規模の学校維持や教育環境、教育効果等を考慮する中、以前より検討してきた本城小学校と坂北

小学校の統合により、新たに「筑北小学校」として今年4月よりスタートいたします。

空き校舎になる本城小学校には、日本ウェルネス高等学校を誘致する予定であり、学校側では秋の開校に向けて今年4月より準備をし、3年後には240人規模の学校が誕生する計画です。

合併後10年間、総合支所が各地域の行政の拠点となってきましたが、今年7月を目前に本城庁舎に教育委員会以外のすべての課が入り、筑北村役場本庁として、新たなスタートを切るようになっております。

### 高速情報通信網 利用者様へ

今年の3月をもちましてアナログ放送の配信が終了となります。これに伴い、アナログテレビを利用してテレビを視聴されている方は、テレビが見られなくなりす。お早めにデジタルテレビなどへの買い替えをお勧めします。

なお、アナログテレビのまま、デジタルチューナーを取り付ければデジタル放送を視聴できるようになります。

これらの対策を行わずにいると、今年4月1日からテレビが映らなくなりす。ご注意ください。役場担当か村内の電気店などに相談してください。

問い合わせ先：総務課 企画財政係  
66-2211

久保田時計電器店	66-2456
筑北電気商会	66-2229
加藤電器店	66-2414

### 平成27年 筑北村消防団出初式

1月11日(日) 筑北村消防団出初式が坂井小学校体育館で挙行されました。分列行進においては、「筑北村ちびっこ消防団員」も参加しました。

出初式で表彰された団員数は以下のとおりです。

#### 長野県消防協会長表彰

- 功績章 1名
- 永年勤続功労章 6名
- 功労章 2名
- 努力章 2名
- 精績章 3名
- 技術章 1名
- 精勤章 11名

#### 松本消防協会長表彰

- 功労章 2名
- 精績章 5名
- 精勤章 7名
- 退職者感謝状 18名

#### 筑北村長表彰

- 功労章 9名



- 勤続章 8名
- 特別章 8名
- 退職者感謝状 18名

なお、日本消防協会長表彰は精績章1名が決定しています。

消防団はどんなに小さな火災でも初期段階で消火し、住民の生命、身体、財産を守ることを使命としています。

消防団では1月から3月までを新入団員加入促進期間とし、男女を問わず新入団希望者を募集しています。消防団員がお宅を訪問させて頂くこともありまので、ご理解とご協力をお願いいたします。

詳しいことはお近くの消防団員または総務課総務係(電話 66-2211)までお気軽にお問い合わせください。

### 消防車両を更新しました

今年度、合併特例交付金及び日本消防協会からの寄贈により消防車両2台を更新し、12月22日(月)、坂北総合支所において、本部、坂井第2分団への車両配置式を行いました。

村長は、「新車両の性能を十二分に発揮して消防活動にあたること、また最近車両事故が増えているので事故等を起こさないようにすること。」と訓辞しました。

消防車両の中には、配備後20年を超えたものもあることから、引き続き年次計画を立てて更新を行っていく予定です。



また、長野自動車道の本城バス停付近にスマートインターチェンジを設置いただくよう、県や国への要望活動をさらに強めてまいります。

暮れの衆議院議員総選挙におきましては、安倍内閣の第3の矢が注目された選挙であり、再び自公政権の中で、地方創生担当大臣の基で、各省庁と共に地方を元気づける目的で国は動き始めており、当村でもこの事業に参加することは、地域の住民とともに知恵を絞り、村の活性化につなげるチャンスだと考えております。

昨年を振り返ると、4月には、本城保育園と坂北保育園が統合して「ひまわり保育園」が誕生し、児童数が73人になり、秋に行われた運動会では、保護者を中心とした村民の皆様の声援の中、園児達が今まで以上に生き生きとした姿を見せてくれ感動をいたしました。

また、11月には、本城小学校と坂北小学校の閉校記念式典が行われ、一抹の寂しさはありますが、将来に向けての村の計画でありますので、ご理解をいただきたいと思っております。

さて、村民の長年の悲願であり

ました国道403号の新矢越トンネル工事がようやく着手され、平成29年3月完成に向けて進行中でございます。

また、土砂災害防止法に基づき、県が村内の危険箇所について調査を行い、土砂災害警戒区域等が指定されました。これらの結果を村の防災計画等に反映し見直しをしていく必要があります。

村財政の面では、平成25年度決算の結果、黒字決算となり、基金の積立も今年度約3億円の貯金が増えました。実質公債費比率も1.9%改善され、9.5%まで下がり、更に努力していかなければなりません。

JR篠ノ井線の問題については、11月に塩尻〜冠着駅までの3市5村での篠ノ井線松本地域活性化協議会が設立され、JRに対して強い要望活動をしていくこととなりました。

私は、「筑北村はひとつ」を目標に住民の皆様の安全・安心な村づくりにご期待に応えるよう頑張りますので、本年も変わらぬご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 地区別申告相談の日程について

申告受付時間 午前9時～午後4時30分

	月	日	対 象 地 区	会 場
坂井地域	2月	16日 (月)	上安坂・中安坂	坂井総合支所 2階 研修室
		17日 (火)	下安坂	
		18日 (水)	下永井	
		19日 (木)	上永井	
		20日 (金)	坂井全地区	
本城地域	2月	23日 (月)	河鹿沢・大沢・立川・乱橋	本城公民館 第2図書室 ※本城庁舎改修工事のため会場が昨年と変更になっています。
		24日 (火)	岩戸・竹之下・田屋	
		25日 (水)	八木・伊切・上手山・小仁熊	
		26日 (木)	丸山町・西条・聖南町	
		27日 (金)	本城全地区	
坂北地域	3月	2日 (月)	刈谷沢・別所	坂北総合福祉センター 老人室
		3日 (火)	東山・青柳・竹場・仁熊	
		4日 (水)	昭和町・向原	
		5日 (木)	中村	
		6日 (金)	坂北全地区	
全地域	3月	8日 (日)	村内全地区	坂北総合福祉センター 老人室 (10日と12日は午後7時30分まで)
		9日 (月)		
		10日 (火)		
		11日 (水)		
		12日 (木)		
		13日 (金)		
		16日 (月)		

### 松本税務署からのお知らせ

#### ■松本税務署の申告相談について

- \* 申告相談会場 松本税務署
- \* 時間 午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日は閉庁日です。)
- \* 電話相談 (☎32-2790)

松本税務署に電話にをかけると、自動音声案内が流れますので、ご利用の内容に応じて、次の番号をお選びください。

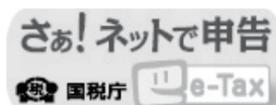
- ・番号「0」確定申告に関する質問及び相談
- ・番号「1」税金に関する質問及び相談
- ・番号「2」税務署からの照会お尋ねに関するお問い合わせ

#### ■申告書の作成について

国税庁ホームページ (<http://www.nta.go.jp/>) の「確定申告書等作成コーナー」の画面の案内に従って、金額等を入力すれば税額などが自動計算され、所得税・消費税の確定申告書、青色申告決算書・収支内訳書などが作成できる便利なシステムです。作成した申告書等は、印刷して書面で提出できるほか、e-Taxを利用してインターネットで送信することができます。

e-Taxで申告を行うと次のようなメリットがあります。

- ・自宅からネットで申告できます。
- ・添付書類の提出を省略できます。
- ・還付金をスピーディーに受け取ることができます。
- ・24時間いつでも利用できます。



## 所得税の確定申告及び村県民税の申告について

平成26年分の確定申告ならびに平成27年度住民税の申告期間は、2月16日(月)から3月16日(月)までです。

あらかじめ地区ごとに日程を決めましたが、ご都合にあわせお越しくください。「地区別申告相談の日程について」を参照)

また、3月10日(火)・12日(木)は午後7時30分まで、3月8日(日)は平日に来られない方のために申告相談を実施しますのでご利用ください。

なお、期間終了間際になりますと大変混雑が予想されますので、早めの申告をお勧めします。

住民税は、確定申告や住民税の申告あるいは勤務先または年金保険者から筑北村に提出される支払報告書等に基づき村で税額計算し、税額を通知して納税していただいております。

確定申告や住民税の申告をされなかったり、あるいは勤務先や年金保険者からの支払い報告書の提出がない場合には、収入(所得)があったかどうか把握することができないため、適正な課税ができません。

また、所得・課税・非課税などの証明書を発行することもできなくなります。

国民健康保険や介護保険、後期高齢者医療保険の保険料(料)の算定にも、収入(所得)等の把握が必要となり、申告が無い場合は、正しい保険料(料)の計算ができず保険料(料)が高額になる場合がありますので申告はととても大切です。

#### ○申告が必要な方

- ・給与収入がある方(パート・アルバイトなどを含む)で、給与以外の収入がある方や2か所以上の事業所から給与を受けている方、年の途中で就職・退職した方で年末調整をしていない方
- ・営業等・農業・不動産・一時収入等がある方
- ・収入がなく、誰の扶養にもなっていない方

#### ■申告に必要なもの■

- ・印鑑
- ・給与・年金等の源泉徴収票、報酬等の支払調書など
- ・営業・農業・不動産等の収支内訳書(注:必ず作成してお持ちください)
- ・各種控除を受けるのに必要な書類(生命保険料・地震保険料・医療費の領収書など)
- ・申告者本人名義の金融機関の通帳
- ・税務署から所得税確定申告書が送付されている場合はその申告書
- ・その他申告に必要な書類

#### ○次の確定申告は松本税務署へ

- ・青色申告
- ・準確定申告  
(平成26・27年中に亡くなった方の申告)
- ・過年度の申告(平成25年分以前)
- ・分離課税の申告  
(土地、建物の売買、株式の売買等)
- ・損失・繰越損失
- ・住宅借入金等特別控除等に関する申告
- ・給与所得者の特定支出控除を受ける申告



11月29日に東京都中央区の銀座NAGANOでふるさと絆ネットワーク会員との交流会「秋の筑北ふるさと交流会」新そばを味わいながら、ふるさと話をしませんか」を開催しました。首都圏在住の絆ネットワーク会員とご家族16名の方にご参加いただきました。

**筑北村ふるさと絆ネットワーク会員との交流会を開催しました**

会場には参加者の小中学校の卒業文集や学校記念誌のほか、現在の学校や村の様子を写真で展示し、村の旬な食材をふんだんに使った秋の筑北フルコース（新そば、とろろごはん、やしようまのお吸い物、天然きのこ自家製漬物、地酒）を囲みながら交流しました。昔の思い出話や、現在の筑北村の話題で大いに盛り上がりました。



村からは農村生活マイスターの皆様にも参加をしていただき、筑北のおいしい食事の提供やそば打ちの実演等で参加者との交流を深めました。



特に参加者の皆さんに好評だったのがマイスター自家製の漬物で、その味わいと懐かしさを十分堪能していただきました。

参加者の皆様からは、

- 地元（筑北村）の人に逢えてうれしかった。懐かしさがよみがえった。
- 大好きな筑北村の郷土料理がうれしかった。田舎に帰った気分になった。
- 今度は若い世代の人たちも筑北村につれて行きたい。
- ずっと素敵な筑北村を残してほしい。
- すばらしい筑北村の魅力をもっと広げてほしい
- などなどご感想や激励をいただき大変有意義な交流会が開催できました。



村では、ふるさと絆ネットワーク会員と「更なる強い絆」が構築できるよう様々な企画を今後も検討していきます。また、現在もふるさと絆ネットワークの会員を募集しています。会員の方へは村の広報誌やふるさと宅配便のご案内等をお送りしています。ふるさとを離れて暮らされているご親戚やご友人をご紹介ください。詳しくは総務課村づくり係までお問い合わせください。TEL 66-2211

**■年金所得者の確定申告不要制度について**

「公的年金等の収入額の合計額が400万円以下」かつ「公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下」である場合には、確定申告をする必要がなくなりましたが、医療費控除などによる所得税の還付を受ける場合は申告が必要です。ただし、上記に該当する方で申告をされなかった場合、各種控除（扶養・生命保険・地震保険など）が適用されず、村民税等の税額が高くなる場合がありますのでご注意ください。

**■復興特別所得税について**

確定申告書への復興特別所得税額の記載漏れにご注意ください。

平成25年分から平成49年分までの各年分については、所得税と併せて復興特別所得税の申告及び納付をすることとされています。

復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額（原則として、その年分の所得税額）に2.1%の税率を掛けて計算した金額です。

**■改正消費税法について**

平成26年4月1日から消費税率が5%（内、地方消費税1%）から8%（内、地方消費税1.7%）に変更されました。

このため、平成26年分の消費税及び地方消費税の確定申告書を作成するためには、帳簿等において課税取引を事前に適用税率ごとに区分し、それを基に計算していただく必要があります。

**道路に張り出した枝の切り取りのお願い**

村道において、隣接する個人宅等や山林から道路上に枝などが張り出していることが見受けられます。

生垣等の緑は、生活に潤いを与えてくれる大切なものですが、公の場である道路まで伸びてしまった枝などは、道幅を狭く感じさせ、通行上の安全を確保するうえで問題があります。

これらが原因となり、車両や歩行者に事故が発生した場合には、所有者が賠償責任を負わなければならないこともあります。

村では、私有地から道路に張り出した枝や葉は、土地所有者に所有権があるため、倒木などの緊急時を除き、勝手に切ることができません。

次のような状況が見られる土地の所有者の方は、樹木の伐採、または枝払いをお願いします。

- 1 道路、歩道へ樹木が張り出している。
- 2 枯れ木、折れ枝などによる通行への支障がある、またはその恐れがある。
- 3 竹木の繁茂により通行への支障がある、またはその恐れがある。

**問い合わせ先**

建設課建設係

電話 66-2111 FAX 66-3370



# オリジナルラベル作ってみませんか？



新しく商品を作った。試しに販売してみよう！



小量他品種のラベル。1枚から印刷できないかな。



直売所で他の農産物と差別化して販売したい。

ラベルの原稿を作れない。      ラベルの原稿を作る。



総務省事業地域おこし協力隊に相談依頼

相談料  
デザイン料  
無料

※デザイン制作依頼は、各自でお願い致します。

デザイナーにデザイン依頼

データ持込み印刷

PDF形式のデータを持ち込む。  
※文字にアウトラインをおかけください。

データ持込み印刷

印刷



エプソン製 TM-C3500

1枚～印刷OK!

**オリジナルラベルで課題解決!**






ラベル種類	ラベルサイズ	1枚あたりの負担金額
51mm×72mm (固定タイプ)	51mm×72mm	3円
	105mm×10～50mm	4円
105mm×フリー	105mm×51～100mm	7円
	105mm×101～150mm	11円
	105mm×151～200mm	15円
	105mm×200mm以上	50mmを増すごとに、15円にそれぞれ4円を足して得た額

まずは、お電話ください！！

**67-2002** 筑北村産業課

**<利用できる方>**  
村内在住または村内で活動している事業所の方

**<納期について>**  
デザイン決定までに数週間、印刷開始から引き渡しまでに4日程度かかる場合があります。お早めにご相談ください。  
※デザインをPDF形式での持ち込みも可能です。

**<お渡し・支払い>**  
各総合支所窓口でお渡します。後日送付する納付書で負担金をお支払いください。

▲ 51mm×72mm ラベル原寸大

## 家をとり壊したときには届出をお忘れなく

固定資産税の課税対象となっている家屋（車庫や倉庫等）を取り壊した際は、村税条例施行規則の規定により、「家屋滅失届出書」の届出が必要です。また、建築物を建築しようとする時は、その床面積が10平方メートルを超える場合は、「建築工事届」の提出が必要です。（車庫や、倉庫等であっても届出が必要となります。）

【問い合わせ先】  
総務課総務係

電話 66-2211



## 放送大学 4月生募集のお知らせ

放送大学では平成27年度第1学期（4月入学）の学生を募集中です。  
放送大学はテレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。  
心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

野を学べます。  
出願期間は3月20日まで。資料を無料で差し上げています。  
お気軽に放送大学長野学習センター（☎0266-5812332）までご請求下さい。放送大学ホームページでも受け付けております。

## 水道の凍結予防をしましょう

水道管は寒さに弱く、冬期間は凍結し破裂する恐れがあります。特に外蛇口や日頃あまり使っていない蛇口などは注意が必要です。メーターより宅内側の修理は個人負担になり、多額の費用がかかります。  
○凍結防止のために  
保温材や電気の凍結防止帯を巻くと効果的です。また、凍結防止帯のコンセントが差し込んであるか、断線していないか確認しましょう。  
○不凍栓の確認  
外蛇口やあまり使用していない水道は不凍栓を完全に閉め、蛇口を開き、立上り部の水を抜いてください。  
◆凍結して水が出ないときは  
蛇口などにタオルや布をかぶ

せ、その上からゆっくり、ぬるま湯をかけてください。  
※熱湯などを直接かけないでください。破裂の危険があります。  
しばらく待たせていても水が出ない、また水道管や蛇口が破損してしまった場合は、筑北村上下水道指定工事店へ修理を依頼してください。

## 水道検針への協力をお願いします

冬は積雪でメーターの場所が分からなくなってしまうなど検針が困難になります。  
できるだけスムーズに検針ができるように、メーターボックス上の雪かきをお願いします。また、雪かきが困難な場合はメーターボックス付近に目印を立てるなど、場所がわかるようにしてください。  
皆様のご協力をお願いします。



【建設課 上下水道係】

## お忘れなく申請を！ 不妊治療助成事業のご案内

村では不妊治療を受けているご夫婦の精神的・経済的負担の軽減を図るために不妊治療に要した医療費の一部を助成する事業を行っています。

現在治療を受けている場合や今年度中に不妊治療を受け妊娠につながった場合は、申請を行うことによりその一部を村が負担いたします。

申請を希望される場合は事前に左記お問い合わせ先までご連絡ください。

### \*\*\* 不妊治療助成事業 \*\*\*

上限額 10万円まで

住民福祉課健康づくり係

☎66-2111



**地域おこし協力隊活動報告**  
【産業課活動報告】

十一月

●文化祭にて産業課地域おこし協力隊活動発表。●坂北地域の信州シマダファーム試食会「雑穀ファームランチ」の企画・広報協力。●東京有明の東京ビックサイトにて農業専門商談会「アグロイノベーション2014」（来場者数約一万二千人）見学。セイコーエプソン社製高性能プリンターの活用優良事例として協力隊プロデュース製品が五点紹介される。



●東京の麻布十番商店街にて長野県主催の物販会「おいしい信州マルシェ」に坂井地域の加工

ホットスポット **ちくほく**



お茶を飲みながらわいわいとお話ができる場では、メンバーも想いを伝え易く、カフェに来た

グループ「味のさかい」と共に出張販売。おかし2種類にパッケージリニューアルを行った味噌完売。●東京銀座の「銀座NAGANO」（長野県東京拠点）にて「絆ネットワーク」会員交流会「秋の筑北ふるさと交流会」新そばを楽しみながら、ふるさと話をしませんか?」企画・準備・運営協力。



●県内シンクタンク「長野経済研究所」の機関誌「経済月報」（県内経済の動きや経営に関する課題、調査レポート）に掲載。発行部数約一萬部）にて産業課地域おこし協力隊の活動が取り上げられる。

産業課商工観光係  
田中浩司・坂井清香

ループなのかわからないという方も多いと思います。新たに活動を始めることはそれほど難しいことではありませんが、周りに自分の活動を知ってもらうことは意外に難しいことです。会のメンバーも、自分たちの想いや活動を地域にどうやって伝えていけばいいのかわからず悩んでいます。

そんな中、11月14日に、小学生のお子さんを持つお母さんメンバーが中心となって、坂井公民館で2時間限定のカフェを開きました。

方からも「自分もこんなことをやってみよう」というアイデアが出てきました。気軽に集まっておしゃべりする場所が、活動の輪を広げる場になるようです。今後時々、坂井公民館でカフェを開いていきます。色々な情報交換ができる場ですので、みなさんもちょっと寄ってみてくださいね。  
総務課村づくり係 滝沢麻理

【始めの一步】

地域のこれからや活性化を考えようと本城地域で活動している「でんでん」では、みんなで話し合っている中で、地域の人たちのギャラリィをつくりたい、フリーマーケットなどを出し合って交流につなげたい、という想いから、でんでんフェスタを企画し、色々な方のお力をお借りして、無事に開催することができました。11月1日当日は、あいにくの雨でブースのほとんどを2階講堂で行いましたが、マルシェ（市場）として19ブースの出店、バンドやオルゴールの演奏も行うことができ、延べ200名を超える人が来てくだ

【ミニ手芸教室開催】

坂北みらい宿で12月5日、可愛いトトロ風のマスコットを作る「ミニ手芸教室」を開きました。手芸大好きなおばあちゃんが坂北みらい宿に来てくれたことがきっかけで、猫の形をしたラベンダーポプリ、トトロ風のマスコットなどを教えて下さいました。ご近所の方も作ってみたいとのこと、「せっかくなら、広く募集をかけてみんなで喋りしながらやりましょうよ」ということになり、ミニ手芸教室開催となりました。



この日は、以前、手芸の先生をしていただいたおばあちゃんが色とりどりの布やハギレを袋いっぱい持参。好きな色の布選びから始まり、型どりをし、チクチク

さり、賑やかに行うことができました。



また、1階では、募集した「身近な写真」の展示や、村内の方の作品を集めた作品展（11分野約50名の作品）を開催し、両階ではお茶っこスペースを設け、おしゃべりしたり演奏を楽しん

クと縫っていききました。実はこの日、参加者は8名の予定でしたが、参加者のお友達が飛び入り参加するなど、13名の参加がありました。時に黙々と縫いながら、教え学び合い、交流の輪が広がりました。

3時には、持ち寄ったお漬物や手作りケーキでお茶をしました。話に花が咲き、和やかな場になりました。参加者から、「先生、また教えて下さいね。今後もぜひ続けてほしい。」という声があり、翌週の金曜日にも引き続き集まることになりました。次へつながる教室になり、今後が楽しみです。

総務課村づくり係 山本蘭

【坂井でちよつと活動中！】

坂井地域を「10年20年先にも住民が生き生きと暮らせる地域にしていこう」という想いで活動している「坂井ちよつとやる会」というグループをご存知ですか？私もメンバーの一員として活動していますが、坂井地域でもまだまだその存在は知られていません。名前は聞いたことがあるけれど、何をしているグ

だりされていきました。「移住された方も結構いるのね」「芸術家が多いんだね、知らなかった」という声も聞かれました。このような小さいけれど大切な発見や出会いを積み重ねていければと思います。

総務課村づくり係 高橋桃

【ひこ言欄】

雪の訪れとともに「やしよま」づくりが始まりました。銀座NAGANOでは「やしよま」を懐かしむお客さんの姿も見られましたよ。（田中）今年は何を蒔く。ひたすら種を蒔く。ミレーの絵画並みの年です。OmShanti!（坂井）寒くなりましたね！この頃は週3回くらいのペースでとくらに通って温まっています。温泉最高。（滝沢）寒い夜の温かい鍋。色々な味でお野菜たっぷり食べられて、その後の雑炊がまた楽しみです。（高橋）

去年、近所の方から教わった「干し大根のスルメ漬け」を、今年5キロ漬けました。ご飯が進みます。（山本）

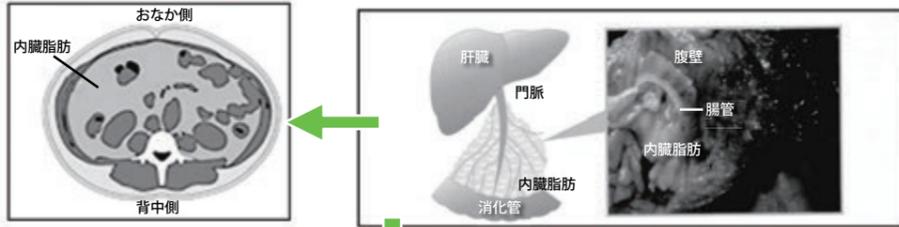
**自分のからだは自分で守ろう！！**

～生活習慣病の予防に健診を受けましょう～

健康  
ほっと情報

健康診断では、平成 20 年から腹囲測定をするようになりましたね。男性では 85cm、女性では 90cm 以上だと、この内臓脂肪が余分にあるだろうと予測します。その内臓脂肪の影響で血圧が 130/85 以上・空腹時血糖が 100 以上・中性脂肪が 150 以上のような状況を、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）といいます。

内臓脂肪とは何もの??



この内臓脂肪の細胞から出る物質に、非常に影響を受けます

高血圧

血圧を上げやすくする

糖尿病

インスリンの働きを邪魔する

高脂血症

中性脂肪の合成を活発にする  
HDL 合成が低下する

脳梗塞・  
動脈硬化

血栓を作りやすくする  
血管の修復を妨げる

内臓脂肪が多ければ多いほど、そこから出る悪い物質が増えて、糖尿病などがどんどんひどくなり薬が増えていく結果となります。健診後には保健師や栄養士とどうやって内臓脂肪を減らしていけるかを皆さんとできることを探しています。

♪すこやか子育てだよ♪



**感染症が流行しやすい時期です!!**

～予防できること、広めないこと～



冬期は空気が乾燥し湿度が下がるため、ウイルス中の水分が蒸発して比重が軽くなり空気中にウイルスが浮遊しやすくなります。そのため、ウイルスは湿度の高い口腔や鼻腔の粘膜などの湿度の高いところに付着します。冬期以外は大気や皮膚表面の湿度も保たれているためウイルスは体内まで侵入することはありません。

しかし冬期は湿度が低いと、粘膜が乾燥で傷つきやすく、その亀裂からウイルスが体内に侵入しやすくなると考えられています。

また、冬期は気温が下がることで体温も下がりやすくなります。低体温になると免疫力が下がり病気に抵抗するリンパ球のエネルギー生産自体も下がってしまいます。

このような条件がそろって、冬期はインフルエンザや感染性胃腸炎などたくさんの感染症がはやることとなります。

**【予防】**

- \* 外出後は手洗い、うがいの励行。
- \* 乳幼児は特に、人混みへはなるべく連れて行かない。
- \* 体を冷やさないようにする。(衣服の調整、室温の設定等)
- \* 予防接種を受ける。

**【広めないために】**

- \* 感染症にかかったら外出は避ける。(完全に治るまで無理は禁物です！)
- \* マスクの使用。
- \* 看病する人は室内用のエプロンを用意し、マスク等を使用する。
- \* とっさの咳やくしゃみの時は、袖や上着の内側でおおみましょう。(咳エチケット)



**かからないように予防し、かかってしまったら人にうつさないようにしましょう!!**

困ったこと、不安に思うことは、住民福祉課健康づくり係 (☎ 66 - 2111) までご相談ください。

**～副村長、倉下正弘さんに聞いてみました～**



毎朝 5 時半に起き、畑の確認をしながら外気に触れるのが日課で、朝ごはんは毎朝必ず“納豆”。そんな副村長、倉下さんは、数年前からお腹周りが気になっていたということですが、今年健康診断の結果では基準内になったそうです!!! どのようなことをされたのでしょうか?

**\*\*\*\*\*私の健康法\*\*\*\*\***

Q: 健康でいるために実践されていることはありますか。

A: 食事に関しては、好き嫌いなく何でも食べますが、野菜から食べる事とゆっくり食べる事を心掛けています。

運動は特にしていませんが、通勤の際はなるべく車の使用をやめ、徒歩に変えました。

きっかけは、数年前の人間ドックで\*) **内臓脂肪が多い**との指摘を受け、(考えられた原因はデスクワーク重点の業務形態変更による活動量の低下と夕食のカロリーオーバー(飲酒+ご飯)でした) 村の保健師よりアドバイスをもらい、自分でできそうな目標を立て、このような生活を始めてみました。高い目標ではなくちょっと頑張れる位の目標設定にしました。そして今年人間ドックでは**なんと\*) 内臓脂肪が減り、腹囲も 3cm 減って基準内(男性の基準は 85cm)になりました。結果が出た事が嬉しくて、今も続けています。**

\*) …内臓脂肪について次のページに説明があります

始業前に全職員でしているサンサン体操は体も温まり、とても体が軽くなったような気がします。家庭で簡単にできますし、冬場には特にお勧めですね。

あとは、当たり前のことですが、帰宅時は必ず手洗いうがいをし、インフルエンザの予防接種も受け、予防対策もしています。

それと歯医者に通っています。メディアなどで歯周病と全身疾患の因果関係を耳にし、歯科検診を受けようと思ったのがきっかけでした。磨き方の指導を受け、今までとは全く違った磨き方に驚き、歯磨きの大切さを実感し、歯磨きに時間をかけるようになりました。

その効果として弱っていた歯茎がしっかりしてきました。

今の楽しみは、村の資源をどう活かすか考え、行動に移してみることです。

カラマツの落ち葉をよく干し、枕にしてみましたがいかがいづく・・・家族にも不評でした。

数年前には山の木を切り出して、トラクターの車庫を近所の方々のアドバイスもいただきながら作ったりもしました。失敗に終わった事も多いですが、楽しみながらいろいろ挑戦しています。

比較的丈夫な体を親からもらったと感じていますが、年を重ねるにつれて体力の低下は避けられないので自分の楽しみを活かしながら体を動かすようにしています。

でも目に見えない体の状態は健診を受けなければわからないのでこれからも健康診断は必ず受け、状態を確認しながら好きなことを続けられるよう過ごしていきたいです。

住民のみなさんにも是非村での健康診断や人間ドック等を利用し、ご自分の体をチェックしていただきたいですね。

～(昔はできた?) 懸垂ができるようにと筋トレも試み始め、夜は日本酒や焼酎等晩酌をゆっくり楽しみ、10 時頃には床に就くという申年生まれの 58 歳。副村長、倉下正弘さんのお話でした～

(インタビュー: 住民福祉課 健康づくり係)

## 国民年金付加年金制度のお知らせ

### 国民年金付加年金制度とは

国民年金の一般保険料に加えて付加保険料（月々 400 円）を納めると老齢基礎年金に付加年金が上乘せされます。

付加年金の年金額は、200 円×付加保険料納付月数となります。

### お手続き

届出用紙に必要事項を記入し、市（区）役所、町村役場、または年金事務所にご提出ください。

### 付加保険料の納め方

#### 付加保険料は申出した月分からお支払いしていただくことになります

- **月々の保険料を納付書で納める場合**  
後日送付される付加保険料込みの納付書でお近くの金融機関やコンビニエンスストア等で納めてください。
- **国民年金保険料を前納で納付済みの場合**  
後日送付される付加保険料の納付書でお近くの金融機関やコンビニエンスストア等で納めてください。
- **月々の保険料を口座振替（クレジット）で納める場合**  
ご指定の口座から、付加保険料込みの金額が引き落としされます。  
ただし、金融機関等への手続きの関係で、申出後 1 か月から 2 か月は付加保険料の納付書でお近くの金融機関やコンビニエンスストア等で納めていただく場合もございます。

### 口座振替による前納はもっとお得です

- **一般保険料と同時に付加保険料もまとめて前払い（前納）すると割引があります**

	月々支払	現金支払前納	口座振替前納
6 か月分	2,400 円	⇒ 2,380 円 (△ 20 円)	⇒ 2,370 円 (△ 30 円)
1 年分	4,800 円	⇒ 4,710 円 (△ 90 円)	⇒ 4,700 円 (△ 100 円)

### 付加保険料の納める際の留意点

- **付加保険料は当該月の翌月末（納期限）までに必ず納めてください。**
- **付加保険料を翌月末までに納められなかった場合、当該月から付加保険料を納めることができなくなります。**  
※再度、付加保険料の納付を希望される場合は、改めて申出が必要となります。  
※納付できなくなった付加保険料は払い戻しさせていただきますのでご了承ください。払い戻しの手続きに関しては改めてご案内します。
- **月末が土曜日、日曜日、休日等にあたる場合及び年末の納期限は、翌月最初の金融機関等の営業日となります。**

お問い合わせ先：松本年金事務所 国民年金課  
☎ 0263-32-5821

### 無線ロボット 観測施設跡地調査結果について

昭和30年代に気象庁では四阿屋山に無線ロボットによる雨量観測所を設置し、昭和54年に廃止しました。

当時、観測機器及び無線装置の電源として空気湿電池を使用し、その電池がそのまま放棄されている事例があり、全国の観測地を調査した結果、四阿屋山にも放置された空気湿電池7個が発見され、昨年5月に撤去しました。

電池の電極には腐食を防止するため水銀が含まれていました。水銀は土壌汚染対策法の特定有害物質であるため、投棄されていた場所の直下とその周辺の計2か所で深さ50cmまでの土壌を採取し、水銀及びアルキル水銀の溶出量及び水銀の土壌含有量を測定しました。検査の結果は、土壌中からは土壌汚染対策法の基準を超えた水銀等は検出されなかったため、水銀による土壌汚染はないと判断いたしました。皆様にご心配、ご迷惑をお掛けしました。

### 長野県神城断層地震の ニユース速報における 震度発表に関するお詫び

11月22日に発生した長野県神城断層地震の際、筑北村の震度について、NHK等で「震度計が点検中 情報入っていないが震度5弱の揺れと推定」とのニユース速報が流れました。

これは、本城庁舎の改修工事に伴い、関係機関と調整の上、本城庁舎に設置されている震度計を停止していたことによるものです。  
皆さまに、多大なご心配をおかけしましたことを心からお詫び申し上げます。

### 松塩筑木曾老人福祉施設組合 から平成27年度職員募集 について

- 募集する職種及び人数  
介護職員 若干名
- 採用区分及び受験資格  
○ 介護職員（嘱託員）  
・ 介護職員初任者研修以上の研修修了者またはヘルパー2級以上の有資格者

・ 普通自動車免許を持つ方

■ 勤務場所  
塩尻市、松本市、東筑摩郡、木曾郡にある組合施設

■ 雇用期間 嘱託員は1年  
(状況に応じて更新します)

■ 試験日 平成27年2月4日(水)

■ 申し込み方法

申込書に必要事項を記入し、1月7日(水)～1月30日(金)(土・日曜日を除く、午前9時～午後5時)に本人が直接事務局又はお近くの施設に持参してください。

受験案内及び申込書は、施設又は事務局に備え付けのもの又は組合ホームページからダウンロードしたものをご利用ください。

(URL) <http://aohato.com/>

■ 問い合わせ先

松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局  
☎ 0263・53・5000

### 行政書士無料相談会について

長野県行政書士会及び同松本支部では、「行政書士記念日」の活動として、次のとおり面接無料相談会を実施します。

相談日時

平成27年2月22日(日)  
午前10時～午後3時

場所

■ 安曇野会場  
安曇野市豊科交流センター

きぼう 学習室1

・住所

安曇野市豊科5609・3

・電話

0263・71・4033

■ 松本会場

松本勤労者福祉センター

2階第2会議室

・住所

松本市中央4丁目7・26

・電話

0263・35・6286

問い合わせ先

長野県行政書士会松本支部  
☎ 0263・33・7166

仕事をお探しの皆さまへ ハローワークからのお知らせ  
『松本地区合同就職面接会』の開催

○開催日時

平成27年2月6日(金)午後1時30分～4時(受付 午後1時～)

○場 所 ホテルブエナビスタ 3階グランデ(松本市本庄1-2-1)

○対 象 一般求職者及び大学・短大・専修学校等平成27年3月卒業予定者  
(概ね3年以内既卒者を含む)

○持 ち 物 筆記用具、雇用保険受給資格者証(受給中の方)

○そ の 他 事前予約不要、参加費無料

◇問い合わせ先 ハローワーク松本(松本公共職業安定所)企画部門  
電話0263-27-0111 (部門コード 43#)

平成 26 年度 自衛官等募集案内

防衛省では、下記の予定で特別職国家公務員「自衛官等」の受付及び試験を実施します。

試験種目		応募資格	受付期間	試験日
幹部候補生	一般・技術 男・女	22歳以上26歳未満の者 (20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満)	2月1日～4月25日	1次:5月10・11日 (11日は飛行要員のみ) 2次:6月10～13日 3次:7月上旬～8月上旬
	歯科・薬剤 男・女	専門の大卒(見込含)20歳以上30歳(薬剤は28歳)未満の者	2月1日～4月25日	1次:5月10日 (11日は飛行要員のみ) 2次:6月10日～13日
予備自衛官補	一般 男・女	18歳以上34歳未満	1月8日～4月2日	4月11日～15日のうち指定されるいずれか1日
	技術 男・女	18歳以上で国家免許資格等を有する者 (資格により53歳未満～55歳未満の者)		
防衛大学校学生	一般(後期) 男・女	高卒(見込含)21歳未満の者 (自衛官は23歳未満)	1月21日～1月30日	1次:2月28日 2次:3月13日

お問合せ先: 自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所・広報センター「信濃」  
松本市深志2-6-5 マルナカ深志ビル1F 電話:0263-36-2787

苗木を育てていただける個人・団体を募集します!!

第67回 全国植樹祭

苗木のホームステイ

平成28年春季に長野県で開催される『第67回全国植樹祭』で植樹する苗木をご家庭などで預かっていただき、植樹祭の開催時期まで育てていただける方を募集します。

苗木を育成する場合(H27春より)

- 「苗木」及び「苗木ポット」を配布します。
- 苗木の本数は、1人(1家族)5本。  
・1団体当たり5本～120本(上限)です。
- ※育成した苗木は、ご希望により、以下のように利用できます。  
・全て地域植樹会場で植える。  
・5本中数本を地域植樹会場に植える。  
・全て地域・企業・ご家庭等に植える。
- 土が乾いたときに適宜水やりをお願いします。  
・水やり用具をご準備ください。
- 注意をお願いしたいこと  
・夏場は日光が直接あたらない日陰においてください。  
・落葉樹は、冬場には葉が落ち、枯れたように見えますが、春に新たに芽をつけますので、心配はいりません。  
・途中で枯れた場合、苗木をご用意いたしますので、実行委員会に連絡してください。



● ドングリを播いて育成する場合(H26秋のみ)

- ◆ドングリを近くの山で採取します。  
・色は茶色でつやがあり、実のかたいもの、実に虫の穴が空いていないものを選びましょう。
- ◆拾ったドングリを水につけます。  
・1日～2日水につけてください。
- ◆ドングリを植える。  
・水につけて沈んだドングリを植えます。
- ※「育苗用ポット」、「用土」は、実行委員会から配布します。  
・生分解性ポット: 径15cm
- 育成していただいた苗木は  
・最寄りの地域植樹会場又は地方事務所まで、こちらからご連絡する日にお持ちください。  
・地域等の植樹に利用していただくことも可能です。



募集の条件

- ①県内にお住まいの方、企業又は自治会等の団体。
- ②平成28年春季まで苗木を大切に育成できること。
- ③苗木の配布及び回収の際に、地域植樹会場又は地方事務所等まで受取・運搬できること。



ホームステイの流れ(苗木の育成)



申し込み方法

※この募集は、全国植樹祭の参加者を募集するものではありません。  
ホームページに掲載している参加申込書に必要事項をご記入の上、郵送、ファックス、電子メールのいずれかにより、裏面の申込先へ送付してください。  
※ 募集期限:平成27年2月末日まで (苗木の本数に限りがありますので、先着順に受け付けます。)

苗木のホームステイのお申し込み先・第67回全国植樹祭に関するお問い合わせは

第67回全国植樹祭長野県実行委員会 事務局  
長野県庁 林務部 森林づくり推進課 全国植樹祭係

〒380-8570 長野市大字南長野字幅下 692 の 2  
電話:026-235-7276(直通) Fax:026-234-0330 E-mail:shinrin@pref.nagano.lg.jp しあわせ信州  
ホームページ :http://www.pref.nagano.lg.jp/shinrin/ringyo/zenkokushokujyusai/homestay.html





筑北村第4期農業委員会が発足しました。  
10月に行われた農業委員一般選挙で当選された9名の委員と村議会及び松本ハイランド農協から推薦された5名の方、計14名で、農地の有効活用や農業に関する諸課題に取り組めます。

### 第4期 農業委員会 スタート

# 筑北村 農業委員会 だより

第19号

平成27年1月16日発行

編集 筑北村農業委員会  
〒399-7711  
長野県東筑摩郡筑北村坂井 5687-2  
電話 0263-67-2002  
FAX 0263-67-3687  
ホームページ  
<http://www.vill.chikuhoku.lg.jp>

## 新年のごあいさつ

筑北村農業委員会 会長 市川 修

新年明けましておめでとうございませう。新しい年を迎えいかがお過ごしでしょうか。

昨年は身近で起きた自然災害の多かったことが記憶に新しく、今年こそは安定した平穏な年であってほしい、そんな思いで新年を迎えた方も多かったのではないのでしょうか。

筑北村農業委員会も昨年11月第4期の委員会がスタートし引き続き会長に選任されました。委員ともども3年間よろしくお願いいたします。

さて、心休まる自然豊かな村の環境は、地域の皆さん一人ひとりの活動で、伝統や文化を思いやる気持ち強いからこそ維持し継承できているものと思います。し

委員会の体制は11月7日に開催された臨時総会において次のとおり決定しました。

会長 市川 修  
会長代理 小川原 英雄  
農地部会長 鎌田 義春  
農業振興部会長 丸山 喜美雄

坂井地域			坂北地域			本城地域			氏名	担当地区
小川原英雄	吉池しず江	宮下敏和	久保田春彦	鎌田義春	飯島泰徳	丸山喜美雄	宮入政子	升田博之		
上永井	下永井	安坂・下安坂	仁熊・竹場	向原・別所	青柳・昭和町	東山・中村	刈谷沢・七つ松	西条・聖南町	乱橋・上手山・八木	東条2

このように受け手が見つければよいのですが、見つからない場合は地域での解決を図っていきたく思います。村が進めている「人・農地プラン」の話し合いを進め、地域の課題としていきたいと思えます。

また、県機関として農地中間管理機構が設立し、農地の貸借の仲介を行うことになりました。この制度を活用することも地域や農家にメリットがありますので、興味がありましたら農業委員に相談いただければと思います。

さて、農業委員会の事業として、山林、原野化した農地の非農地化へ向けた調査を26年度に開始しました。山林、原野化した農地は村内に多くありますので5年間の予定で実施し、守るべき農地に影響を与えない場所は農地から除外していきますので、皆様のご協力をお願いいたします。

私たち農業委員も新しい年を全員で頑張つてまいりますのでよろしくお願いたします。

新しい年が私たち一人ひとりにとって、地域にとって良い年になりますようお祈り申し上げます。

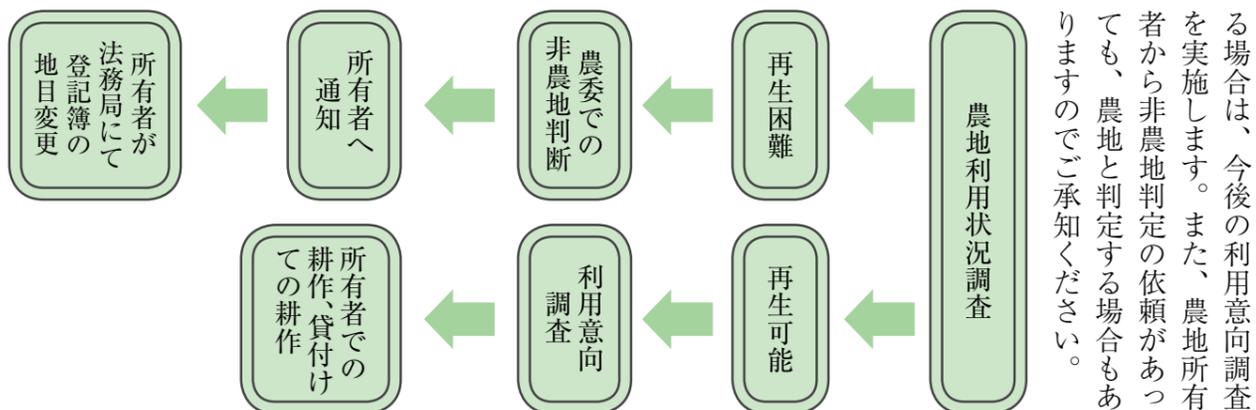
### 山林・原野化した農地の見直しを進めます

村内には以前は農地であったものの、現在は山林や原野になってしまった農地が多くあります。これらの農地は本来ですと農地として有効に活用していかねばなりません。法律の改正により「農地として再生困難な土地」は、農業委員会が「非農地」と判断することとなりました。

村内では養蚕が盛んであったことから、傾斜地まで桑畑を広げ、養蚕を辞めた後は手を入れず原野化した農地が多く見受けられます。また、農業者の高齢化や過疎化により、長年耕作されず荒れた農地もあります。

調査については、本年度の農地利用状況調査に併せて実施してありますが、これらの農地が数多くあり単年度の事業では終わらないため数年間にわたって実施します。

事業の流れは次のとおりですので、参考にしてください。なお、所有者が農地として希望す



る場合は、今後の利用意向調査を実施します。また、農地所有者から非農地判定の依頼があつても、農地と判定する場合もありますのでご承知ください。

## 新農業者年金に加入しましょう!!

新しい農業者年金制度は安心して頼れる魅力ある制度です。

- ☆メリット1 農地を持たない農業者や家族農業従事者も加入できます
- ☆メリット2 積み立て方式で安定した財政運営を行います
- ☆メリット3 保険料の額は自由に決められます
- ☆メリット4 80歳までの保証が付いた終身年金です
- ☆メリット5 公的年金ならではの税制上の優遇措置があります
- ☆メリット6 農業の担い手には、国庫補助の政策支援があります

詳しくは、地区の農業委員、または農業委員会事務局へ

# 筑北村議会だより

第55号

平成27年1月16日発行

編集 筑北村議会だより編集委員  
〒399-7601  
長野県東筑摩郡筑北村坂北2187番地  
電話 0263-66-2211  
FAX 0263-66-3656  
ホームページ  
http://www.vill.chikuhoku.lg.jp

本議会の映像は  
筑北村ホームページから  
ご覧いただけます。

## 新年のあいさつ

新年あけましておめでとうございませう。平成27年の年頭にあたり、議会を代表して新年のあいさつを申し上げます。

新春を迎え、村民の皆様のご多幸とご健勝を御祈り申し上げますと共に、日頃より議会に對しまして、ご支援ご協力を頂いていることに心より感謝申し上げます。筑北村が誕生し、早いもので9年が経過し、10年目を迎えておりますが、昨年を振り返りますと、国全体としては、台風被害、県内においては当郡と同じ中信地域内の南木曾町の豪雨災害、木曾町、王滝村での御嶽山の噴火災害、11月

筑北村議会議長 前山 健治

22日には、長野県北部地震による白馬村、小谷村など多くの町村が多大な被害を受けました。幸い当村においては大きな災害もなく、大過なく過ごせた一年であったと思います。また、昨年10月29日・30日・31日に行つた議会報告及び懇談会には多数の要望及び提言を頂き、これからの議員活動の参考にさせていただきます。

当村においては、急激に進む少子高齢化への対応、産業の振興等大きな課題が山積しています。保育園及び学校の統合についても筑北ひまわり保育園が昨年4月より発足し、小学校にお

いては、今年の4月より本城小・坂北小が筑北小学校として発足します。更なる保育園・学校の統合に向け、議員の果たすべき役割と責務の重要性は益々増大しています。先行きの見えない経済情勢をはじめ、変革の時代を迎えており、厳しい財政状況の中、住み良い村として発展させていくためには、行政・区長会・各団体や村民の皆様とが共に汗を流し、知恵を出し合い、本気で一丸となって村づくりを進めることが重要だと思います。筑北村行政改革大綱集中プランを更に具体化し、徹底した事務事業の見直し、5千人を割らない人口維持対策等、諸事業の推進が住民を代表する議員の役目と思っております。

平成27年度に向けての動きですが、衆議院議員総選挙も終え、安倍政権により、国の予算編成も新年早々から本格化すると思えます。筑北地域の悲願であった新矢越トンネル工事についても28年度中の完成に向けて工事が進んでいます。一日も早い開通に向け、議会としても行政と協力し、国・県に強く要望を

していく所存であります。また、若い人たちの定住産業の振興、商工業の振興に期待されます。スマートインターチェンジの実現にも明るい見通しが着きつつあります。国道143号の青木トンネルの見直し、JR篠ノ井線の複線化の実現等、今後も議会議員全員で中央要望等を実施し、国が推進する地方活性化に努力してまいります。筑北村が発足し10年の節目の年です。しっかりとした信念を持ち、社会を正しく見詰め、議会の一層の活性化に取り組み、議論を深め、議決機関として議会の責務を着実に来して参りたいと思っております。厳しい生活環境ではございますが、村民の皆様のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が筑北村に繁栄をもたらす素晴らしい年になりますよう心から願いつつ、今後とも議会に変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。議員を代表しての年頭のあいさつとさせていただきます。

## 村民と議会議員との懇談会の開催

10月29日から31日までの3日間、各地域1回の計3会場で、議員全員12名出席して懇談会が開催されました。

今回は、議会からの報告として、平成25年度の筑北村の会計決算報告、8月に実施した福島県への木質バイオマス発電の先進地視察報告の2件とし、その後議会への要望・提言を伺いました。3地域全体で40名の出席があり、質疑応答が行われ、多くの貴重な御意見を頂きました。

### 本城地域

- 筑北小学校へのバス通学方法・乗換・乗車場所について。
- 筑北小学校のランドセルの統一への要望。
- 坂井小を含めての統合、中学校の統合への考え方は？
- 坂井小を、筑北小の分校化

- 一般質問に対する行政側答弁の遂行確認の実施。
- 議会・行政・理事者其々の立場で役割を全うして欲しい。
- 墓地等の枯木処理は、クレーン等機械の使用となり個人対応が困難なので、行政の対応を望む。

### 坂北地域

- 議会にて、質問も鋭く、行政側も緊張感を持ち対応している。今後も自分の考えを持った質問を続けて欲しい。
- 決算説明において、他村の資料があれば、より理解し易いので今後改善を願う。
- 懇談会は、非常によい機会だが、参加者が少数である。要因を分析し、改善を願う。
- 定例議会を、傍聴・視聴出

- 一般質問に對する行政側答弁の遂行確認の実施。
- 議会・行政・理事者其々の立場で役割を全うして欲しい。
- 墓地等の枯木処理は、クレーン等機械の使用となり個人対応が困難なので、行政の対応を望む。

### 坂井地域

- 本庁方式への改修工事は、一番有利な起債で実施されているかどうか。
- 学校統合について、9月の議会だよりを読んだが、前回の村の説明よりトーンダウンしていると感じた。坂井小と麻績小との統合を望むが議会はどう捉えているのか。
- 議会推薦の農業委員について、当選した同じ地区から推薦者を出すのは不自然である。次回は十分考慮願いたい。
- サッカー場等公共施設の建設については、合併の有無に関わらず麻績村と調整し

来ない住民もいる、ケーブルテレビを活用し、夜も視聴可能にして欲しい。

○ ウェルネス高校について、9月の一般質問で、行政側が不十分な回答でした。サッカー場の話もあり、疑問を持つ住民もいる。議会でも充分検討し判断して欲しい。

検討すべきではないか。

○ 高齢化で荒廃農地が問題である。隣接農家からの苦情等もあり、どのような対策をしているか。

行政への意見・要望22項目については、12月12日に正・副議長が村長に提出しました。

議員一同、住民のご意見を真摯に受け止め、議員活動に繋げ、活気あふれる村づくりに向けて鋭意努力します。

懇談会開催にあたり多くの村民のご協力に感謝します。

(全てのご意見を、記載できないことお詫びします。)

副議長 小山正博

【本城小学校】  
地域の有志を中心に閉校を惜しむ会が立ち上がりました。実行委員会での話し合いでいくつもの案

今年度をもって、長い歴史を持つ本城小学校、坂北小学校は閉校します。共に地域に根ざし、地域のシンボルとして、生活を支えてきました。学校にはそこで生活した人々が作り上げてきた伝統・文化があります。

**閉校記念式典**

**筑北村  
公民館報**

第55号

平成27年1月16日発行

〒399-7711  
長野県東筑摩郡筑北村坂井 5711-1  
電話 0263-67-1161  
FAX 0263-67-2170  
ホームページ  
<http://www.vill.chikuhoku.lg.jp>



第一部 3年生 本城音頭の紹介

が検討された結果、開校125年にちなみ、125人によるトーチリレー、125個のくす玉割りが行われました。くす玉の多くを手作りし、試行錯誤を繰り返しながら完成させていきました。



第二部 くす玉クライマックス

【坂北小学校】  
坂北小学校に在籍され、声楽家で各種コンクールにおいても実績を残し、世界的に活躍されている稲葉美和子さんと妹でピアニストの塚田弘子さんを迎え、記念演奏会が行われました。

前半は稲葉さんのレパトリーの中から数曲が歌われ、合間に坂北小での思い出が語られました。後半は、児童もステージに登り一緒に歌いました。「ふるさとの四季」という組曲で、「春の小川」「鯉のぼり」「もみじ」「雪」等全八曲の童謡や唱歌が歌われました。最後は会場全体で「故郷」を大合唱し幕を閉じました。



第二部 稲葉さんと共に



第一部 五年生 学校に感謝

の学校が一緒になり来年度よりスタートする筑北小学校に伝統・文化は引き継がれます。また、児童の人数が増えることでいっそう活力ある学校になり、新たな地域のシンボルとしての役割を果たしていきます。

11月28日、第6回臨時会が開催されました。

**議会第6回臨時会**

**議決された議案**

- ◆筑北村議会議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例について
- ◆筑北村特別職の職員で常勤のもの等の給与及び旅費に関する条例の一部を改正する条例について
- ◆筑北村一般職の職員の給与に関する条例の一部を改正する条例について
- ◇平成26年度筑北村一般会計補正予算ほか特別会計補正予算6件

**議会12月定例会**

平成26年議会12月定例会が12月12日から18日までの7日間の会期で開催されました。

**議決された議案**

- ◆筑北村保育の必要性の認定に関する条例の制定について
- ◆筑北村放課後児童健全育成事業の設備及び運営に関する基準を定める条例の制定について
- ◆筑北村こどものための教育・保育に関する利用者負担額を定める条例の制定について
- ◆筑北村保育所設置条例の一部を改正する条例について
- ◆筑北村職員の定年等に関する条例の一部を改正する条例について
- ◆筑北村高齢者共同住宅設置条例の一部を改正する条例について
- ◆筑北村国民健康保険条例の一部を改正する条例について
- ◇平成26年度筑北村一般会計補正予算ほか特別会計補正予算7件

**陳情**

○戦没者御遺骨帰還に関する法律制定に賛成する意見書提出を求める陳情について

**議会日誌**

**10月**

- 21日 穂高広域施設組合議会全員協議会
- 24日 安曇野松筑広域環境施設組合議会
- 28日 長野県町村議会議長会定期総会
- 16日 真田新田線改良期成同盟会
- 29日 サッカー場視察

**11月**

- 4日 東筑摩郡議会議長会県要望、県議会陳情
- 12・13日 全国町村議会議長全国大会
- 21日 筑北保健衛生施設組合定例議会
- 28日 第6回議会臨時会

**12月**

12～18日 12月定例会

**発議**

○安全・安心の医療・介護の実現と夜勤改善・大幅増員を求める陳情について  
○介護従事者の処遇改善を求める陳情について

●現と夜勤改善・大幅増員を求める意見書  
●介護従事者の処遇改善を求める意見書





かむりき句会

プリザード・フラワーサークル

筑北村公民館では10月31日から11月3日までの4日間、坂北体育館を主会場に筑北村文化祭を開催いたしました。

○作品展示  
村内の個人や文化系クラブ、学校、保育園の皆さんの作品約1300点を展示しました。

本年度の来場者数は約千人と大勢の皆さんにお越しいただきました。

「平成26年度筑北村文化祭」



○お茶席

今年「筑北村茶遊会」の皆さんに美味しいお茶を点ていただきました。

○ステージ発表  
11月1日(土)坂北小学校体育館を会場に開祭式とステージ発表が行われました。



シニワ  
わくわくクラブ



ニュージエンタロス



四阿屋太鼓

今年も本館文化部員さんが司会を務め、16団体の皆さんが日頃の練習の成果を披露しました。多くの来場者が演奏や歌声に聴き入っていました。



日本ウエルネス高等学校誘致に係わる説明会を、本城地域3会場・坂北地域1会場・坂井地域1会場で行い、全会場で150名余の参加がありました。

住民のみなさんから出された意見は、校庭を住民が使用することの確認や、生徒の学費・寮・通学・アルバイト関係の質問、開校後生徒募集の内容とスポーツコースに伴う施設整備等々、多くの質問が出されましたが、学校の教育内容の説明を聞き安心された方もいたようです。

来年度開校予定の筑北キャンパスはサッカー・野球・女子バレーボール・男女バスケットボールなど、スポーツコースを軸に募集を行う予定です。

日本ウエルネス高等学校誘致に係わる説明会を開催しました。

学校統合説明会開催結果における村の方向性について

平成26年7月に学校統合説明会を4回開催し、住民のみなさんから多くの意見・要望を出していただきました。

教育委員会では、説明会でみなさんから出していただいた意見・要望を基に検討を重ねてきました。

その結果、村の方向性として、保護者等参加による教育を考える準備委員会を立ち上げ、現在の状況及び少子化による児童数の推移など、将来において、筑北村の教育を考える検討委員会設置について意見をいただくことを考えております。

筑北村の教育の問題は村の発展につながる重要な課題です。住民の皆さんと村の教育を一緒に考え、どの方向に進むのがよいかを模索していきたいと思えます。

教育委員会事務局 とも支援課  
67-1161

心の伝言板 34

子どもたちに伝えたいこと

今年も未年。羊は優しい性格で仲良く群れて生活することから、温厚な人柄、円満な家庭、子孫繁栄の象徴とされています。

昨年未の今年最も心に残った人物のアンケートで

- ・世界ランク五位テニスの錦織圭選手
- ・フィギアスケートの羽生結弦選手
- ・ローザンヌ国際バレエコンクール優勝、松本第一高校二山治雄さん
- ・スキージャンプレジェンド葛西紀明選手
- ・青色LED開発でノーベル賞を受賞した赤崎勇、天野浩、中村修二氏
- ・全ての子どもに教育を訴えた勇氣ある活動家十七歳のマララさん等、多くの名前が挙がりました。

子どもにとって最大の教育環境は親自身であると昔から言われていますが、このように人柄も素晴らしく多くの人に感動を与える人物のお母さんはどのように子育てをしてきた



のでしょいか。興味深いですね。

さて、日本では昔から人として大切なことは、小さい時からしっかりと教えてきたといわれていますが：

★什の掟(抜粋)

- ・虚言をいうことはなりませぬ
- ・卑怯な振舞をしてはなりませぬ
- ・弱い者をいじめてはなりませぬ

六歳〜九歳の会津藩士の男の子たちが教えられていたもので最後は「ならぬことはならぬものです」でしめくられています。

★日々の教え(原文は全てひらがな)

- ・人を殺すべからず
- ・獣をむごく取り扱い、虫けらを無益に殺すべからず
- ・盗みをすべからず
- ・偽るべからず
- ・嘘をついて人のじやまをすべからず
- ・福沢諭吉が、まだ小さい自分の子どもたちに示した教訓です。

時代が変わっても大切なことはしっかりと教えていかななくてはいけません。この頃強く思っています。



○文化祭合同開催  
東畑遺跡発掘10周年を記念して、現地見学会と発掘された土器を見ながらの講演会、小学生を対象にしたまが玉作りを行いました。



生涯学習支援ボランティアのみなさんの制作パネル



すてきなまが玉ができたよ

○図書館古本市  
体育館入口ホールで4日間開催し、多くの希望者に約300冊の本を持って行ってもらいました。

# 筑北中学校 新人戦

## 剣道部男子団体 中信大会準優勝 県大会出場決める！！



10月11日の塩筑新人剣道大会で、団体戦で準優勝。10月25日に行われた中信地区新人剣道大会で、見事準優勝。県大会の出場を勝ち取りました。



### 生徒からのコメント

・県大会へ出場出来たのは部員全員の努力の成果です。予選リーグの2試合では日頃練習してきた技を決め勝利できて嬉しかったです。指導して下さいました先生方、サポートしてくれた保護者の方々などの多くの人に感謝したいです。これからは最高の仲間達と共に更に上を目指して頑張っていきたいです。(2年 後藤大徹)

・先生から「守りはもういい。攻めろ。」と言われました。それまでの僕の剣道は相手の間合いの中で守る剣道でした。この夏、先輩からのアドバイスをきっかけに僕の剣道は少しずつ変わってきました。自分の間合い、踏み込み、小さく鋭く打つこと。そして新人戦での勝利。辛い時や楽しい時もずっと一緒にやってきた仲間達と目標に向かって最後の年を悔いのない部活にしたい。(2年 伊藤野乃)

・初めての大会で、県大会まで行けたのでとても嬉しかったのですが、私が勝てなかったので予選リーグ敗退となりとても悔しいです。一生懸命練習して、来年の夏大会では先輩達が最後の大会になるので皆で頑張り県大会を勝ち抜き北信大会に出場したいです。(1年 山田雅也)

## 女子バレーボール部 塩筑大会突破 中信大会出場！



11月1日・2日に行われた塩筑新人大会で、4位に入賞。中信大会出場を勝ち取りました。



### 生徒からのコメント

・初戦を突破し、菅野中と対戦出来て良かったです。これからは練習を頑張りたいです。(2年 高野蓮華)

## 野球部 中信大会出場ならず されど多くの希望見えたり！



10月4日の塩筑新人野球大会で、聖南中・両小野中と対戦しました。結果は敗退でしたが、これからの活躍が楽しみです。



### 生徒からのコメント

・新人戦では勝つことは出来ませんでしたがい経験になりました。これから冬になってやることは限られてきますが来年に向けてしっかりと練習をしていきます。(1年 玉井亮太)



# 大活躍!! 聖南中学運動部

平成26年度中学校新人体育大会が10月初旬より各会場で開催され、聖南中学校では野球部、男子バスケットボール部、女子バレーボール部が出場しました。

## 野球部

### 塩筑大会 《優勝》

10月4・11日、塩尻市営球場において塩筑大会軟式野球競技が開催されました。

初戦を快勝し、勢いに乗った聖南は2試合目も大差で勝利し、決勝へコマを進めました。



決勝戦の相手は塩尻中学校、初回に1点を先制されましたが、直ぐに逆転すると相手に反撃を許さず試合終了。結果、優勝を手にし、中信大会へ出場することとなりました。

## 中信大会

初戦の相手は波田中学、序盤から波田中学に得点を許し、聖南中学が追い上げる展開で試合が進みました。惜しくも追いつくことができず初戦敗退となつてしまいましたが、目標と課題を見つけることのできた、よい大会となりました。

## 男子バスケットボール部

### 塩筑大会 《優勝》

10月18・19日、塩筑大会男子バスケットボール競技が開催されました。



試合が始まる前に生徒に意気込みを聞くところ「まったく負ける気がしません。」と力強いコメントを残してくれただけのことはあり、終始、聖南中学がリードする展開で試合が進みました。結果、4戦全勝で優勝を手に入れ、11月に開催される中信大会への出場権を掴みました。

## 中信大会

### 《優勝》

塩筑、松本、南安曇、大北、木曾5地区から地区大会で上位の成績を収めた全24校が集まり、11月8日・9日、中信大会男子バスケットボール競技が開催されました。



会場内は熱気に包まれ、一気に呑み込まれてしまう様な雰囲気でしたが、キャプテンを中心に聖南らしいスピード感のある試合と積極的なプレーでゴールを奪い、見事、4戦全勝し中信大会初となる優勝を果たしました。

この優勝は昭和45年に部活動として創部以来、初の快挙であり、子ども達の頑張りや歴史に名前を刻みました。12月から始まる県大会では中信地区1位という大きなプレッシャーを背負いますが、聖南の目標でもある「自信を持って戦ってほしいです。」

## 女子バレー部

### 塩筑大会

### 《第3位》

11月1・2日、塩筑大会女子バレーボール競技が開催されました。



予選リーグは丘中、両小野中、塩尻西部中と対戦し、接戦を制し3戦3勝で決勝リーグ進出を決めました。

決勝リーグでは塩尻中、塩尻西部中と対戦し惜敗。その結果塩筑3位となり、中信大会への出場権を得ることができました。

### 中信大会

初戦の三郷中学に快勝したものの、2回戦の筑摩野中学に惜敗したため、残念ながら2回戦敗退となってしまいました。しかし、今回の大会を通し、自分達の課題もすっかり見つめ直すことができたのは大きな成果であり、今後の成長に繋がる一歩であったと思います。





- ① 趣味・特技は？
- ② 好きな人 or 尊敬する人？
- ③ 今年の目標 or やりたいこと？



**花岡 年恵 (本城地域)**  
 ①編み物・押し花  
 ②川中美幸・石川さゆり  
 ③ボケないように、趣味を続けて健康に生きる。



**中村 嘉孝 (本城地域)**  
 ①音楽鑑賞 (クラシック)  
 ②黒田官兵衛  
 ③農作物が上手にできますように。



**久保田 夏子 (本城地域)**  
 ①職業柄・・・ギフトラッピング  
 ②両親  
 ③明るく前向きに1年を過ごしたいと思います。



**中澤 進 (本城地域)**  
 ①つり  
 ②尊敬する人・・・父親  
 ③健康



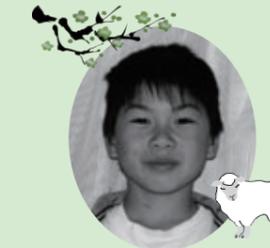

**山越 節子 (本城地域)**  
 ①嵐をおいけること。  
 ②2人の母 (お世話になってます)  
 ③今年こそ、子供と一緒に嵐のコンサートに行きます!!



**洞 歌蘭 (本城地域)**  
 ①手芸  
 ②家族  
 ③ピアノ等の習い事がもっと上手になれるように頑張りたいです。



**洞 勇我 (本城地域)**  
 ①ドラム、ギター  
 ②ギターの先生  
 ③サッカー (ゴールキパー) を頑張りたいです。



**宮川 怜 (本城地域)**  
 ①ゲーム、バスケット、サッカー  
 ②サッカークラブの丸山コーチ・先輩達  
 ③モンスターハンター4Gを全クリアすること



**羽生 大起 (坂北地域)**  
 ①金管バンド  
 ②兄・両親  
 ③英検・漢検を頑張りたい。



**宮澤 諒平 (坂北地域)**  
 ①水泳  
 ②塩沢先生・手塚先生 (恩師)  
 ③来年度は6年生なので、中学生への準備に頑張りたい。



**小河原 章仁 (坂北地域)**  
 ①ギター演奏  
 ②特になし  
 ③健康




**嶋田 千比呂 (坂北地域)**  
 ①音楽を聞くこと  
 ②職場の上司  
 ③友達と旅行に行ったりして、充実した1年にする



**根石 豊子 (坂北地域)**  
 ①茶道、花架拳、コカリナ等広く浅く楽しんでいます  
 ②尊敬する人は大勢いますが、明るく前向きな人が好きです  
 ③健康でおいしいお米や野菜を作ること 災害が起きない事を願っています



**松本 携子 (坂北地域)**  
 ①羊毛フェルトを使った手芸・西条白菜を使ったキムチ漬  
 ②フェルトの先生の金子法子先生  
 ③大切な節目を迎える準備の年です。地域の方々とつながりを大切にした「坂北みらい宿」の活動もがんばりたいです



**鎌田 直之 (坂北地域)**  
 ①バイク  
 ②両親  
 ③アクアリウム




**中村 和夫 (坂北地域)**  
 ①竹細工 (四つ目、六つ目、亀甲、網代編み等)  
 ②特になし  
 ③気のゆくままにザルやカゴを作ってみたい



**若林 禎博 (坂井地域)**  
 ①ガンバラ作り  
 ②特にいません  
 ③家族のためにガンバラ



**宮坂 昭彦 (坂井地域)**  
 ①スキー・DVD鑑賞  
 ②高校時代の先生  
 ③ゆっくり旅行にでも行きたい



**吉池 富雄 (坂井地域)**  
 ①庭木の手入れ  
 ②心のあたたかい人  
 ③体力作り



**竹川 理奈 (坂井地域)**  
 ①バレーボール  
 ②実母・義母  
 ③子供とたくさん遊んでそんな中でも自分の時間を作って、充実した毎日を送りたいです。



**吉池 梨絵 (坂井地域)**  
 ①お菓子作り  
 ②家族の為に動いてくれてる両親  
 ③人の為に動き、たくさん人と触れ合っていきたいです。



**塩原 義郎 (坂井地域)**  
 ①プールで泳いだり歩いたり。書道。  
 ②子どもから慕われる人。良寛。  
 ③いつも、ずっと、楽しく温かい坂井小学校であること。



**花村 日菜子 (坂井地域)**  
 ①てつぼうかとび箱  
 ②市川 涼音ちゃん (友達)  
 ③もうすぐで6年生になるので、いろんなことに挑戦してみたいです。



**塚田 湧太 (坂井地域)**  
 ①ゲーム 体育  
 ②すごい仕事をする人  
 ③テストで100点をいっばい取る。体育で、サッカーをもっとうまくやりたい。

# 筑北村図書館だより

11月の読書月間中は多くの皆さんにご来館いただきありがとうございました。期間中に開催した『おはなし会』の様子を紹介します。

11月16日(日) 筑北村図書館にて『もりの子お話の会』による絵本・大型絵本の読み聞かせがありました。



かわいくできたおめんをかぶってみんなで写真を撮りました♪

11月30日(日) 本城公民館にて『おはなしポケット』による絵本・紙芝居の読み聞かせがありました。



きれいにできたツリーを持ってみんなで写真を撮りました♪

『もりの子お話の会』・『おはなしポケット』のご協力によりとても楽しいおはなし会になりました。参加して下さったみなさんありがとうございました。

## ～おすすめ本～

図書館利用者みなさんに読書月間に読んでいただいた本の中からおすすめの本を選んでいただきました。

- ・「子どもへのまなざし」
- ・「ハリー・ポッター」
- ・「流転の歌人」
- ・「アイネクライネナハトムジーク」
- ・「わすれんぼうのねこ モグ」
- ・「こんがらがっち」
- ・「十二支のおはなし」

皆さんもぜひ読んでみてください。

## ～雑誌紹介～

平成26年12月より新しい雑誌を入れる事になりました。みなさんぜひご利用ください。



**鉄おも**  
みんな大好き鉄道の情報が盛りだくさん!



**趣味の園芸**  
NHKで放送されている、ためになる園芸雑誌!

「きょうの健康」は平成26年11月号まで、「きょうの料理ビギナーズ」は平成26年12月号までの取扱いになります。ご了承ください。

## 子ども達も負けてないよ 快進撃 筑北ジュニア

学童活動の筑北ジュニア野球クラブは、平成26年1月から麻績小より6年生1名、4月以降4名のメンバーを加えて、総勢16名で練習、各大会に参加してきました。ユニフォームも新調して頂き、心機一転勝利を目指して戦いました。



「ミズノカップ」入場行進

6年生3名という中、シーズン当初から苦戦を予想していましたが、春先より松本市等の強豪チームと対戦し、全て2回戦以上の進出を果たしました。そして、信州の甲子園大会と呼ばれる「ミズノカップ長野県大会」

では全県下から集まった80チームのなかで見事ベスト16入りを果たしました。夏場はそれぞれのチームが力を付け、思い通りにいかない事もありましたが、終盤にかけて選手が奮起し2大会で準優勝を飾ることが出来ました。優勝する以外は全てに負けがある事が勝負です。たくさん悔しい経験をした6年生、この経験を胸に刻み、次のステップでも活躍する事を願います。そして、小さいながらも一生懸命戦った下級生、厳しい冬を乗り越えて今年も勝利目指して頑張るね。



親子野球をして 楽しみました。

## 高校フットサル開催

来年3月に廃校する本城小学校校舎を後利用として、来年9月に開校する『日本ウェルネス高校』が長野県高校生フットサル大会に優勝しました。

11月24日に本城体育館にて、『第2回長野県U18フットサルリーグ』後期最終節が行われて、アンテロープ塩尻U18チームに勝って、後期と年間通して、総合優勝を果たしました。これは昨年に引き続き2連覇でした。来年度は筑北村に拠点を移して、若き高校生たちに頑張ってもらいたいです。



筑北米コシヒカリを持って記念撮影

## 館報編集後記

館報55号をお届けいたします。あけましておめでとございます。

昨年は色々と、皆様のところにお邪魔して、取材に御協力を頂き、この広報誌『ホットスポットちくほく』の発行が出来ましたこと、色々とお礼を頂いたことに御礼申し上げます。

さて、今年も未年です。未年のひとは、世話好きでおとなしい外見からは想像ができないほどの情熱と、芯の強さを持っているといわれているそうです。

この情熱が、今年は飛躍していく内容が盛りだくさんに感じます。筑北村に新しい流れや地域感溢れる記事を掲載していきますので、その都度、館報の取材にご協力を今年もよろしくお願いたします。

お祭り大好き男





みんなで楽器あそび

坂井保育園



筑北ひまわり保育園



二人羽織  
ケーキおいしい?



ようかい体操第一!



エポニーアンサンブルの皆さん

坂井児童館



クラッカーの音にびっくり



ケーキを  
デコレーション



メリークリスマス

放課後児童クラブ



クリスマスプレゼント  
くじ引きでゲット!



ガラスに描けるクレヨンで  
ツリーとトナカイを  
描きました



自分でクリスマスケーキを作り食べました



子育て支援センターで

ぼかぼかの良いお天気に恵まれた日、焼き芋会を行いました。たき火をして焼いたお芋は、ほかほかしてとてもおいしかったです。焼き芋を片手にみんなにここでした。

焼き芋会



「センターでも焼きいも会ができるようになりました。」



筑北ひまわり保育園で



子育て支援センターから保育園、児童館、放課後児童クラブまで、クリスマスお楽しみ会の様子を一挙にお知らせします。

クリスマス  
お楽しみ会



「保育園であそぼう!」  
保育園で採れたおもいを食べました。



子育て支援センター