

広報

# なかがわ

Public Relations NAKAGAWA

中川東小学校マラソン大会 10月22日(金)

# 11

2021年(令和3年)

**No.522**

## 今月の主な内容

- 空き家・空き地の相談にのります！ P2
- 子どもを虐待から守ろう P3
- 成年後見制度を知っていますか？ P4
- 税についての書道コンクール P5



the most beautiful  
villages in japan

中川村  
長野県





# 子どもを

## 虐待から守ろう

189(いちはやく)

### 知らせて守る

### 子どもの未来

厚生労働省では毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、児童虐待に対する社会的関心の喚起を図るため、啓発活動を実施しています。

全国的に児童相談所への児童虐待の相談件数は増加の一途をたどっており、子どもの命が失われる痛ましい事件が続いています。

あなたの近くにSOSを出している子どもはいませんか？「おかしいな」と思ったら些細なことでも保健福祉課または、お近くの民生児童委員にご相談ください。

### 子どもへの体罰禁止

児童福祉法等の改正により、体罰や「しつけ」と称した暴力は許されないものであることが法定化され、令和2年4月から施行されています。なぜ体罰や暴言がいけないのか。体罰などが子どもの成長・発達に悪影響を与えることは科学的にも明らかになり、心身にさまざまな悪影響が生じることが報告されています。

かになり、心身にさまざまな悪影響が生じることが報告されています。

### 児童虐待とは

#### 「身体的虐待」

殴る蹴る熱湯をかけるなど傷を負わせるばかりではなく、家の外に締めだす、赤ちゃんを激しく揺さぶることなど。

※乳児揺すぶられ症候群(SBS)：赤ちゃんは激しく揺さぶられると、首の筋肉が未発達なために脳が衝撃を受けやすく、脳の損傷による重大な障がいを負うことや、場合によっては命を落とすことがあります。

「ネグレクト(育児放棄)」  
子どもの健康・安全への配慮を怠る。乳幼児を家に残して外出する。適切な衣食住の世話をせず放置、家に閉じ込めたり、車内に放置するなど。

「心理的虐待」  
言葉による脅し、きょうだい間での差別的扱い、無視、子どもの目の前で家族に対しての暴力・暴言(DV)など。

「性的虐待」  
子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィティの被写体にするなど。

### 子どもたちのSOSに気づいて！

- ・頻繁に子どもの泣き声や保護者の怒鳴り声が聞こえる。
- ・衣類が常に汚れている(遊びによるものではなく)
- ・不自然な傷のあとがある、頻繁にけがをする。
- ・親(家族)を避けようとする、家に帰りがたがらないなど。

誰にも相談できずに苦しい思いをしながら子育てをしている保護者が、気付かずに虐待をしている場合もあります。

子どもを虐待から守るため「子育てがたがらうだな」「様子がおかしい、虐待かも」と感じたら迷わずご相談ください。相談者の身元は決して明かされません。また、調査した結果、虐待でなかった場合も相談者が責任を問われることはありません。相談は子どもとその家族を支援するための第一歩になります。将来を担う大切な子どもたちを地域で守りましょう。



### 相談先

▼189(全国共通ダイヤル)

最寄りの児童相談所へつながります。中川村は飯田児童相談所です。

飯田児童相談所

TEL 0265-25-8300

### 通話料無料

児童相談所  
虐待対応ダイヤル



※一部のIP電話からはつながりません。

### 子どもたちの健やかな成長のために

保護者の急病、外出、冠婚葬祭などで一時的に子どもを見ることができず困ったことなどはありませんか？

子どもの養育が一時的に困難になった場合に子どもを預かる子育て支援事業を紹介します。

### 子育て支援短期利用事業

村内在住の18歳未満の児童が利用できます。実施施設はたかづやの里(伊那市)、慈恵園(豊丘村)、風越寮・風越乳児院(飯田市)です。

### 短期入所生活援助事業(ショートステイ事業)

### ▽夜間養護等事業

(トワイライトステイ事業)

利用には事前に申請が必要です。利用、料金などは保健福祉課社会福祉係までお問い合わせください。

### ファミリーサポートセンター事業

育児の援助を受けたい方(利用会員)と育児の援助を行いたい方(協力会員)が会員となり、会員同士が助け合う事業です。利用会員は村内在住で小学6年生までのお子さんがいる方。出産で里帰り中の方。協力会員は援助活動に熱意を持つ心身ともに健康な満20歳以上の方です。(研修あり)

### ▼利用料金(1時間あたり)

月曜日～金曜日  
午前8時～午後5時 30分 700円

右記以外の時間 800円  
(二時保育補助があります)

登録はファミリーサポートセンター事務局(バンビーニ内)

TEL 88-3201 までご連絡ください。

各事業については、村ホームページにも掲載しています。

保健福祉課社会福祉係  
内線 26

# 成年後見制度を知っていますか？

認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で物事を判断する能力が十分でない方は、不動産や預貯金などの財産を管理したり、医療・介護などのサービスを利用するための手続きや契約が難しい場合があります。

また、自分に不利な契約であっても判断ができずに契約を結んでしまうことで悪質商法や詐欺などの被害にあう危険も高くなります。成年後見制度は、このような方の権利を守るために、法律面や生活面で保護し支援する制度です。

現在すでに判断能力が不十分な人が利用できる**法定後見制度**と、十分な判断能力があるうちに将来判断能力が不十分になった場合に備える**任意後見制度**があります。

## 利用の対象となる方

法定後見制度は、対象となる方の能力の程度によって、「補助」（判断能力が不十分）、「保佐」（判断能力が著しく不十分）、「後見」（判断能力が欠くのが通常の状態）の3つの類型に分かれます。

## 支援の内容

家庭裁判所によって選ばれた成年後見人など（成年後見人・保佐人・補助人）が、本人の利益を考えながら、本人を代理して契約などの法律行為をしたり、本人が自分で法律行為をするときに同意を与えたり、本人が同意を得ないでした不利益な法律行為を後から取り消したりすることによって、本人を保護・支援します。具体的には、本人の預貯金の管理、不動産などの処分、遺産分割などの財産に関する契約についての助言や支援のほか、介護・福祉サービスの利用、病院の入退院の手続きや費用の支払いなど、日常生活に関わる契約などを支援します。

## 制度を利用するための手続き

法定後見は、本人・配偶者・親族などが、原則として本人の住所地を管轄する家庭裁判所の窓口申し立てを行い、家庭裁判所での審判を経て利用開始となります。任意後見は、あらか

じめ自分が選んだ人（任意後見人）に、自分の代わりにしてもらいたいことを公証人の作成する公正証書で契約しておき、判断能力が低下した場合に家庭裁判所で任意後見監督人が選任されて初めて任意後見契約の効力が生じます。

中川村では、地域包括支援センターで成年後見制度の利用や申し立てについてのご相談、物忘れ相談を受け付けております。お気軽にお問い合わせください。



地域包括支援センター

TEL 88-6177

## コロナ禍

### 生活困窮等

### 相談窓口

新型コロナウイルス感染症の感染拡大などの影響により、生活に困っていたり、不安やストレスを抱えている村民の方の相談窓口を開設しています。相談は無料です。相談の内容などにより、必要な方には生活日用品の無料配布も行います。

話すことで、気持ちが楽になることもあります。一人で抱え込まず、まずは相談をしてみたいかがでしょうか。

### 日時

月曜日から金曜日

午前9時から12時

毎月第2、第4土曜日

午前9時から12時

### 場所

地域活動支援センター相談室（旧かつらの丘マレットゴルフ場管理棟）

TEL 98-0027

保健福祉課社会福祉係

内線26

## 子育て世帯支援 学校給食費交付金110万円

村では新型コロナウイルス感染症の拡大防止策による新しい生活様式の中で、制限のある日々を送る小中学校の児童生徒と、その保護者の子育てを支援します。

支援策として、学校給食の1か月相当分の給食費を村で負担することとし、5月から2月までの給食費のうち、令和4年2月分の給食費を徴収しませんのでその旨ご承知おきください。▽子育て支援事業費

270万円

### 支援策の財源に

#### 「ふるさと応援寄附金」

#### （地域づくり基金）を活用

村では当支援策の財源として、これまで全国の多くの方々からご寄附いただいた「ふるさと応援寄附金」を積み立て創設した「地域づくり基金」を活用します。

今後も引き続き、安全で安心な学校給食の提供に努めてまいりますのでご理解とご協力をお願いいたします。

中川村学校給食センター

TEL 88-3046



## 税についての

### 「書道」コンクール

村では、次代を担う児童・生徒のみなさんに、税の意義や役割を正しく理解していただくため、小・中学校で「租税教育」を行っています。その一環として、小学生高学年を対象とした「税についての書道作品」を募集し、今年度は135作品と多くのご応募をいただきました。ご応募いただいた作品については、「税を考える週間」に合わせて、11月11日(木)から17日(水)まで中川村農業観光交流センターへ展示させていただきます。

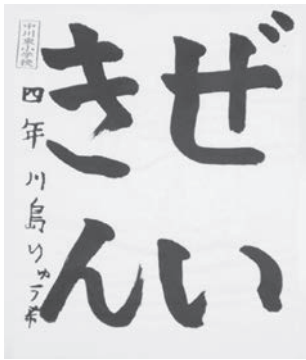
たくさんのご応募ありがとうございます。作品の入選者は次の方々です。ごさいました。

#### 「税についての書道」

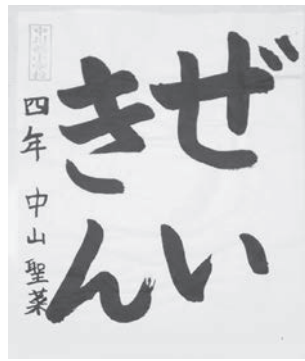
##### ●上伊那租税教育推進連絡協議会長賞

中川東小学校

4年 川島 龍希(りゅうき)さん



中川西小学校  
4年 中山 聖葉(せな)さん



住民税務課税務係  
内線42

#### 中川文化センター自主事業 岸辺のヤービ

○日 時 12月4日(土)  
午後2時30分開演  
(2時00分開場)  
○会 場 中川文化センター  
○入場料 一般…1,500円  
小学生以下…500円

#### 中川文化センター自主事業 サンドアート・ライブ

○日 時 11月27日(土)  
午後6時30分開演  
(6時00分開場)  
○会 場 中川文化センター  
○入場料 一般…2,000円  
高校生以下…1,500円

主催/中川村教育委員会  
お問い合わせ/中川文化センター TEL88-1005



#### 銀河ドームから

## 12月の星空★天体情報

★12月にみえる惑星・衛星

月 ベテルギウス シリウス フォーマルハウト  
カペラ オリオン大星雲 アンドロメダ大星雲

#### 天体あれこれ 「一番小さい満月」

12月19日(日)は満月ですが、今年の満月の中で月が一番小さい「ミニマムーン」が見られます。見かけの大きさが変わるのは、月が地球を回る軌道が楕円になっているためなんです。最も遠い地点の距離はおよそ40万600キロメートルとかなり遠いところになります。

ちなみに、この「ミニマムーン」という呼び方なんです。天文学会で使われている専門用語ではないようです。ただ、「語呂」が良いのでそう呼ばれているみたいです。

12月になり寒くなってきましたが、空気が澄んで夜空がきれいに見えてきます。みなさんもぜひ一度夜空を見上げてみてください。

銀河ドーム(開館日)木・金・土曜日 午後7時00分～9時00分 TEL 88-4288

# みんなの健康

保健センター TEL88-3002

## 血圧が正常な方も注目！ 180を超える急激な血圧の高波 ～血圧サージ～

血圧サージとは、1日のあるタイミングだけ血圧が異常な上昇・下降を繰り返し、脳や心臓の血管に強いダメージを与える状態のことです。血圧の変動が高波（サージ）のように繰り返されることで、心筋梗塞、脳卒中、認知症のリスクが約2倍以上になるという調査結果があり、注目されています。

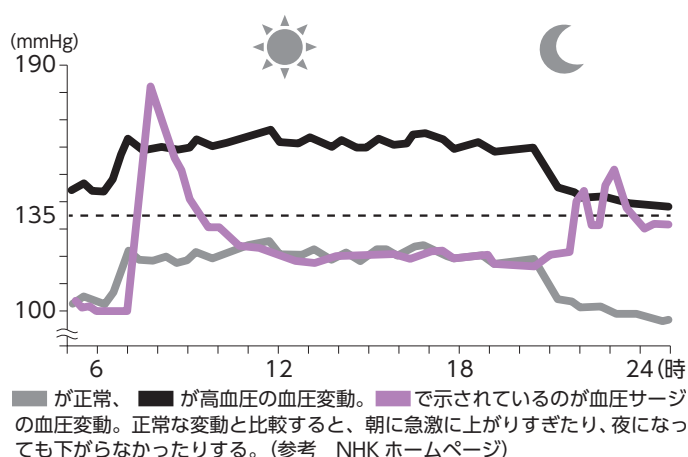
「病院や健康診断等で血圧が正常」の人、30代などの若い年代でも起こりえるため注意が必要です。

### 血圧サージはなぜ起きるのか？

#### 要因の重なり

血圧は波のようにゆるやかに変動しており、日中は高く、夜に低くなります。1日の中で1番急勾配になるタイミングが「早朝」です。この時間に血圧を上昇させる要因が重なることで、急激な血圧の高波が起こります。血圧上昇の要因には、「寒さ」「飲酒」「喫煙」「塩分」「ストレス」などがあります。

### 血圧の変化



### 病院や健診では「正常」なのに、家で測ると「高い」

ある時間帯だけ、急激に血圧が変動している人の場合、血管へ大きな負荷がかかります。気付かないうちに繰り返し起きることで、脳卒中や心臓病などのリスクが高くなることがわかっています。問題なのは、「健診や病院で測ると正常」な人の場合、なかなか自分では気付けないことです。

### 血圧サージはどうすればわかる？ 家庭で血圧測定を

最良の方法は、自分で家庭血圧を測ることです。測定は特に血圧サージが起きやすい「朝」に行いましょう。

- ①朝、目覚める
- ②トイレを済ませる
- ③起床して1時間以内に2回測定する
- ④平均値を記録する

#### 家庭血圧値の分類表

| 分 類             | 家庭血圧 (mmHg) |              |
|-----------------|-------------|--------------|
|                 | 収縮期血圧(上)    | 拡張期血圧(下)     |
| 正常血圧            | <115        | かつ <75       |
| 正常高値血圧          | 115-124     | かつ <75       |
| 高値血圧            | 125-134     | かつ／または 75-84 |
| I 度高血圧          | 135-144     | かつ／または 85-89 |
| II 度高血圧         | 145-159     | かつ／または 90-99 |
| III 度高血圧        | ≥160        | かつ／または ≥100  |
| (孤立性)<br>収縮期高血圧 | ≥135        | かつ <85       |

### こんな時は、記録を持ってかかりつけ医に相談を

- ・健康診断などで血圧に問題がない人：上の血圧(収縮期)135以上、下の血圧(拡張期)85以上をたびたび超える場合
- ・高血圧と診断されている人：5日間続けて測り、血圧の1番高い値と1番低い値の差が20以上ある場合

血圧は家庭で測り、日々の記録をかかりつけ医に提示することが大切です。





# 地域おこし協力隊活動記 vol.88 …それぞれの活動から…



**松村 和明**

(隊員歴3年目)

主な業務 就農  
に向けての研修、  
農業振興など



**平本 信一**

(隊員歴3年目)

主な業務 就農  
に向けての研修、  
農業振興など



**田熊清太郎**

(隊員歴1年目)

主な業務  
農業観光の振興



写真はお借りした作業場です。これから  
どんどん発送していきます。

りんごの方は、残すはふじのみとなり、  
年度の終わりが見えてきました。卒業に  
向けて農地や資材、農業機械などの確保  
に割く時間が増えてきています。ここか  
ら6〜7年耐え抜けば何とかなるでしょ  
う。協力隊で収入や各種支援が受けられ  
るうちにやることをやっていきたいです。  
写真はお借りした作業場です。これから

コロナワクチンの接種が終わり、長  
かった引き籠り生活も終わりが見えそ  
うです。今後も感染対策は継続して行い  
ますが、徐々に行動範囲を広くしてい  
きます。実家にもコロナで2年帰れて  
いません。

あんなに暑かった夏が終わりを告げ  
たと思ったら一気にストーブが必要な寒  
さになりました。もう少し緩やかに気候  
変化してもらえると人間サイドとして  
助かるのですが。

松村 和明



写真はネギ畑に現れたネギ坊主!!

夏に予定していたアスパラガスの雨  
よけハウスの組立は雑草が邪魔をして  
できなかった。こちらの作業も11月に  
先送りです。来年の準備も少しずつ  
はじめていくのでまだまだ落ち着く  
のは先になりそうです。

9月に稲刈り、はざかけし2週間天  
日干しした稲をハーベスターで脱穀し  
コイン精米所で精米。今年もおいし  
い新米をいただくことができました。  
ただ予定収量の3割減でしたのでそ  
こは反省、来年度の課題がまた一つ  
増えました。

10月は白ネギの収穫が最盛期のは  
ずでしたが、もうひと伸びときれいな  
葉になるのを待っていたら11月に  
ずれ込んでしまいました。白ネギは  
調整、出荷を手作業でやるとても  
手間がかかるので天気のいい日  
が続くときに集中してやりたい  
と思います。

平本 信一



写真は飯沼棚田の稲刈りの様子です。

9月のことになりましたが飯沼棚田  
の稲刈りに参加したので、今回は  
その感想を書いていきたいと思  
います。棚田で段差になった黄金  
色の稲穂と中央アルプスがあ  
わさった景観は素晴らしい、前  
回植えた苗が生長し立派な稲穂  
になっていました。改めてこの  
棚田は後世に残すべきものだ  
と認識しました。また田植え  
の機会があれば参加して、自  
分にできるやり方で飯沼の棚  
田を守って行こうと思います。

こんにちは！田熊です！  
寒さが本格的になってきましたね。  
自分は暑がりですが寒いのは  
得意だと思っています。けれど  
、昼夜の寒暖差には慣れずお  
らず毎朝凍えております。冬  
の時期は今よりさらに寒くな  
ると聞いて内心とても怖  
いのです。

田熊 清太郎





# バンビーニ

通信



## お知らせ (バンビーニの12月の予定)

- ・女性の就業相談 予約制  
日時：12月6日(月) 午前10時～午後2時  
\*お子さん連れで相談できます。
- ・おしゃべり会「赤ちゃん集まれ！」 予約制  
日時：12月9日(木) 午後2時～
- ・公園であそぼう！〈チャオ裏 遊具のある公園〉  
日時：12月13日(月) 午前10時30分～11時30分  
\*雨天・荒天の場合は21日(火)に延期します。
- ・お楽しみ会「英語であそぼ！クリスマス★」 予約制  
日時：12月17日(金) 午前10時30分～  
※急な変更となる場合がありますので、  
「バンビーニGoogleカレンダー」でもご確認ください。

### 10月15日(金) おしゃべり会「赤ちゃん集まれ！」

久々の開催で、5組10人の方が参加してくれました。  
一人目の子どものママたちが先輩ママたちに子育ての相談をするなどさまざまな話題が出て、楽しくおしゃべりができました。

つどいの広場バンビーニ  
Tel・Fax 88-3201

【利用時間】 月・火・木・金曜日：午前9時30分～午後4時  
土・日曜日・祝祭日：午前10時30分～午後3時30分  
【閉所日】 毎週水曜日



## みんなのなかがわ 保育園

vol.121

今月は片桐保育園  
「ゆり2組」のみんなです





ゆり2組 (年少)  
男の子6人 女の子7人 合計13人  
元気いっぱい13人のお友だち！  
カッコいい消防団のお兄さんと一緒に  
敬礼をしたよ！



# 「村の文化と歴史を旅しよう！」 文化財めぐりウォーク2021

in 中川を開催します。

教育委員会では、坂戸橋が国の重要文化財に指定されたことを受け、記念イベントを実施しています。このたび、坂戸橋を含めた村内の文化財を活用したウォーキングイベントを開催します。

**日付** 11月28日(日)

**時間** 午前8時30分～正午

**集合場所** サンアリーナ

**対象者** どなたでも

**参加費** 無料

**内容** サンアリーナを出発し、理兵衛堤防、石神の松跡、坂戸橋などの文化財を見学しながら、約8・2キロメートルを歩きます。

**コース**

・自由に歩くコース

・みんなで歩くコース (MAP付)

・みんなで歩くコース (ガイド付)

冠雪のアルプスを眺めながら、村の文化財を旅するウォーキングです。長く続くコロナ禍で、運動不足ではありませんか？ ウォーキングは、コロナ禍でも密にならずに屋外で楽しめるスポーツです。今年度のさ



\*本イベントは、令和3年度長野県地域発元気づくり支援金を活用して実施します。

教育委員会社会教育係

TEL 88-11005

中川村の魅力再発見！

## 美しい村ながわ36景探訪記

31

私たちが暮らす中川村は、四季折々の美しい農村風景や人々の営みが息づく生活文化など、さまざまな魅力にあふれています。村では平成30年に、地区住民のみなさんからの推薦により、村の魅力を感じることできるスポットを「美しい村ながわ36景」として選定しました。

中には、身近にあるため気付かなかった隠れた名所もあるかもしれません。みなさんも訪れてみてはいかがでしょうか。

### 中田島から望む 陣馬形山

Point  
営みに息づく古里の山

今回ご紹介するのは、中田島地区から望む陣馬形山の景色です。

陣馬形山といえは山頂からの眺望が有名ですが、逆に普段の生活の中から陣馬形山を眺める機会はあるでしょうか。

四季や天気、気象条件によってさまざまに表情を変える陣馬形山ですが、昔は「陣馬形山に雨が降り出すとここまで雨が降る」と日々の天候の予兆としても使われました。

みなさんも昔から親しまれてきた郷里の山を、今一度眺めてみてはいかがでしょうか。

地域政策課むらづくり係

内線 24



## 事業紹介

一般財団法人自治総合センターが行っている宝くじ収益金による社会貢献広報事業の「コミュニティ助成事業」を活用し、中川村消防団に防寒ジャンパー1200着を整備しました。

事業費は87万8千円(うち、コミュニティ助成金80万円)です。

今回の整備により、消防団員の冬期における活動能力の向上が期待されます。



総務課危機管理係

内線 21

# おしらせ

## 7月から9月までの村発注工事の入札結果について

地域政策課財政係

内線23

村では130万円以上の工事および50万円以上の業務委託等の入札結果を四半期ごとに公表しています。

公表内容については次のとおりです。

- ・入札日
- ・工事（業務委託）名
- ・落札金額（千円単位）
- ・落札業者

## ▼入札結果の公表方法

村公式ホームページ「入札結果」上で公表



また、村では年2回、250万円を超える建設工事の発注予定の公表もしています。

## ▼発注予定の公表方法

村ホームページ「発注予定」上で公表



## 12月4日から10日まで

### 人権週間です

住民税務課住民係

内線44

「社会的弱者をめぐる人権」高年齢者・障がい者・子どもの人権を考える」を啓発活動テーマとし、第73回人権週間が実施されます。

私たち国民の自由と権利は、自分勝手な都合や権利の主張で他人に迷惑をかけてはなりません。自分たちの力で人権を守り育て、お互いの幸せを求めるために努力することが大切です。この週間で、身近なことから人権について考えてみましょう。

## ○人権相談所を開設します。

高齢者・子どもの問題、金銭トラブル、いじめなどの人権に関する問題で心配事などありましたらお気軽に相談にお出かけください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

## ▼日時

12月7日（火）  
午前10時～午後3時

## ▼場所

中川文化センター小会議室

## ○人権についてのお問い合わせ

伊那人権擁護委員協議会

長野地方事務局伊那支部

TEL 78-3462

## マイナポイントの申込は

### 12月末までです

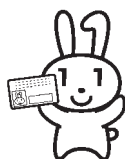
住民税務課住民係

内線44

令和3年4月末までにマイナンバーカードを申請した方は、マイナポイントの付与対象となります。

マイナポイントを申し込み、令和3年12月末までにチャージまたはお買い物をする事で、上限5,000円分のポイントを受け取ることができます。

マイナポイントの申し込みは、スマートフォンやパソコンから行うことができます。住民税務課住民係の窓口でもできますので、お問い合わせください。



マイナンバー  
カードで  
マイナポイント

## 国税庁ホームページ

### 「確定申告書等作成コーナー」 (e-tax) 説明会について

住民税務課税務係

内線42

農業所得のある方を対象に、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を使った、農業所得の計算方法の説明会を中川村・飯島町合同で行います。

説明会では役場や税務署に行かなくても農業所得の計算や確定申告書の作成が自宅でするよう説明いたします。ぜひご参加ください。

## ▼開催日時

12月10日（金） 午後3時から

## ▼場所

飯島町役場2階防災集会室

## ▼持ち物

令和2年分の確定申告書および農業所得の収支内訳書の控え ※会場の都合上、先着60人の受講とさせていただきます。

※当日は申告相談は行いません。個別での相談は伊那税務署へお問い合わせください。

## ▼お問い合わせ先

伊那税務署個人課税部門

TEL 72-2173

## 年末調整・確定申告の納付額の確認

住民税務課税務係  
内線42

令和3年中（1月～12月）に納めた国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は、年末調整や確定申告の際に全額が社会保険料控除の対象となります。

領収書の紛失などで、1年間の納付額がわからない場合には、役場担当窓口または電話にてお答えしています。電話でのお問い合わせの場合、折り返しご連絡させていただきます。詳しくは左記までお問い合わせください。

## ▼お問い合わせ先

・国民健康保険税について  
住民税務課税務係 内線42

・介護保険料について  
保健福祉課

保健福祉課

保健福祉課

・後期高齢者医療保険料について  
高齢福祉係 内線28

保健福祉課

保健福祉課

保健福祉課

保健医療係 内線27





## 風しん抗体検査(無料)と 定期予防接種(無料)を 実施しています

保健センター  
TEL 88-3002

風しんの予防接種を受ける機会がなかった年代を中心に、2018年頃から風しん患者数が増加しています。風しんは、症状が出る前に、他人にうつしてしまう可能性のある病気です。

そのため、免疫を持っていない可能性の高い40代、50代の男性を対象に令和元年度から令和3年度までの3年間に限り定期予防接種対象者とし、無料で「抗体検査」と「予防接種」を受けられるクーポン券を配布しています。

感染を拡大させないためにも、早めの抗体検査、予防接種をお願いします。

### ▼対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

### ▼期間

令和4年3月31日まで

### ▼場所

抗体検査：特定健診、勤務先の健康診断、指定医療機関

予防接種：指定医療機関

※医療機関で受診される場合は、必ず電話予約をしてから受診してください。

対象者の方には、すでにクーポン券を発送してあります。まだ、抗体検査を受けていない方は、クーポン券を確認いただき、まず抗体検査を受けてください。十分な抗体がない場合は定期接種の対象となりますので、風しんの予防接種を受けてください。

## 低所得の子育て世帯に 給付金を支給します

保健福祉課社会福祉係  
内線27

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化するなかで、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、給付金を支給します。

すでに案内通知が送付されている方以外で対象となる方は、申請手続きをお願いします。

### ▼対象者

①児童扶養手当受給者

②令和3年度分の住民税均等割が非課税の子育て世帯(①対象者を除く)

※令和3年3月31日時点で18歳未満のお子さんを養育する世帯

### ▼支給額

児童一人当たり5万円

### ▼申請期間

10月1日(金)～  
令和4年2月28日(月)

詳細につきましては、村ホームページをご覧ください。保健福祉課社会福祉係までお問い合わせください。

## 伊那税務署の 非常勤職員を募集します

住民税務課税務係  
内線42

### ▼勤務期間

令和4年2月～3月

### ▼勤務時間

午前9時から午後4時30分までの間で3～6時間

### ▼勤務場所

伊那税務署または確定申告会場(いなっせ)

### ▼勤務内容

書類整理、データ入力、パソコン操作補助など

### ▼給与

時給930円

交通費相当額支給(上限あり)

### ▼募集人員

25人程度

※勤務内容により、勤務期間や勤務時間が異なりますので、詳細については伊那税務署総務課までご連絡ください。

### ▼お問い合わせ先

伊那税務署総務課  
TEL 72-2171(代)  
(音声案内2番)

## ムダのない クッキングレシピ募集

上伊那広域連合環境衛生課  
TEL 78-2537

令和2年度の上伊那地域のごみ組成調査では、燃えるごみのうち約30パーセントが生ごみでした。この中には食品ロスも含まれており、家庭での食品ロス削減が求められています。

ムダのないレシピを募集し共有することで、食品ロス削減を推進していきます。

### ▼募集内容

食品ロス削減につながる家庭で作ることのできる料理のレシピ

### ▼応募方法

応募用紙または任意の様式に必要事項をご記入のうえ、メール・FAX・郵送または持参にて上伊那広域連合環境衛生課まで提出してください。

※詳しい内容は上伊那広域連合ホームページをご覧ください。

上伊那広域連合ホームページ  
<https://www.union-kaminajp/>

### ▼応募要件

上伊那地域にお住まいの方、上伊那地域で勤務されている方

### ▼募集期間

12月3日(金)まで

### ▼応募先

上伊那広域連合 環境衛生課

〒396-0025

長野県伊那市荒井3500-1  
いなっせビル3階

### ▼その他

・応募されたレシピは、上伊那広域連合広報・ホームページおよび上伊那エコ通信で紹介します。

・応募レシピはオリジナル作品に限りません。

・後日、レシピについて詳しい取材をさせていただく場合があります。

## こんにちは赤ちゃん

桃澤 楓乃ちゃん (中通)

井澤 未桜莉ちゃん(下平)  
(篤紀・美香里さん)

## ご冥福をお祈りします

米山 昭三さん (南田島)

大場 もとゑさん (小和田)

三浦 誠さん (南原)

宮崎 恒美さん (横前)

杉本 功さん (中通)



## 10/29(金)～31(日) 文化の華、咲き誇る

第46回村の文化祭が、中川文化センター周辺施設を中心に開催されました。

展示の部には、各団体・個人の力作が勢ぞろい。来場者は時間をかけてゆっくりと味わい、作品を深く見学していました。

ステージの部は、2年ぶりに観客を入れての上演となり、大ホールにて発表団体と来場者が素敵な空間を作り出しました。

軽食販売や体験コーナーなども充実し、文化の秋にふさわしい3日間となりました。



サブニューマ「クク」



陣馬太鼓「悪魔払い」



展示の部



プロ棋士による指導碁



## 10/30(土) のろしでつないだ300キロ

戦国時代の武將、武田信玄が情報伝達に用いたとされる「のろし」を再現しようと、「第14回武田信玄のろしリレー」が行われました。今年は武田信玄生誕500年の節目ということで、根羽村をスタートしたのろしは、伊那谷や諏訪を経由し、甲府までの27市町村、66か所の約300キロメートルをつなぎました。

村では「陣馬形山のろし上げ実行委員会」が中心となり、陣馬形山山頂付近で開催。下伊那方面から上がった煙を確認すると、戦国武將に扮した小学生が点火をし、のろしを上げました。

当日は、小学生の太鼓演奏や豊年踊りの披露などが行われ、好天候の中、陣馬形山山頂は大いに盛り上がりしました。

## 11/6(土)、7(日) 間近で感じたダムの魅力

身近にあるダムの魅力を知ってもらおうと、小渋ダム、美和ダムで見学会が行われました。

小渋ダムでは学習センターで概要の説明を受けた後、専用エレベーターでダム内部に入り、地上57メートルにある水の吐き出し口（コンジットゲート）、や、ダム堤体最深部のゆがみを測定する装置（プラムライン）、発電所などを見学しました。

参加者からは、「ゲートのところが少し怖かったが、至近距離から見られて大迫力だった」との声がありました。



概要説明



コンジットゲート



プラムライン



小渋ダムを背景に写真撮影



## 11/3(水・祝) 祈りと感謝を込めて大輪の花が輝く

新型コロナウイルス感染症により打撃を受けている県内経済と県民マインドの回復の祈念、県民の命を守るため最前線で尽力されている医療従事者のみなさんへの感謝を表すため、県下20市町村で一斉に花火が打ち上げられました。

村ではショッピングセンターチャオ東側から打ち上げられ、午後6時30分から始まった花火は約20分間にわたり秋の夜空を飾りました。



## 10/26(火) 手作りで木に親しむ

中川西小学校6年生が、長野県産カラマツを使った新しい本棚を作りました。森林にまつわるクイズで森林機能について学習した後、2班に分かれてあらかじめ途中まで組み立てられていた本棚の仕上げ作業を行いました。

慣れないトンカチと釘を使って本棚の裏板を固定すると、カラマツの木目が美しい新しい本棚ができあがりました。



## 10/5(火) 陣馬形キャンプ場整備

陣馬形山頂にて、伊那食品工業㈱から来ていただいたボランティアの方を中心に、陣馬形山頂付近の景観整備を行いました。

場内のごみ拾いや草刈り、景観の支障になっている木の伐採などが行われ、来場者がより快適に利用できるようになりました。

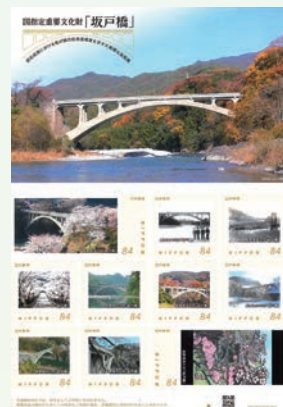
なお、12月1日(水)から陣馬形山山頂への車道は冬期通行止めになります。



## 11/5(金) 坂戸橋のフレーム切手完成

令和2年12月23日に坂戸橋が国の重要文化財の指定を受けたことを記念した切手が作成され、中川郵便局から村へ贈呈されました。

切手には坂戸橋の四季折々の情景や昔の姿などがデザインされています。







中央手前が宮澤さん



バドミントンの試合

● みやざわ けん さん (美里)

赤穂高校 2年 (17歳)

## — 高校生活はどうですか。

クラスに中川中の出身者が1人で入学当初はかなり不安でしたが、今ではクラスにもなじめ、たくさん友達もできてすごく楽しい毎日を送っています。

## — 今頑張っていることは何ですか。

部活動です。高校からバドミントンを始めて仲間と切磋琢磨し、楽しみながら頑張っています。今月から新人戦が始まるので、それに向けてより一層練習に励んでいます。

## — 10年後どうなっていたいですか？

まだ具体的には決まっていますが、人や地域の方の役に立つ仕事に就きたいです。

## — 中川村の好きなところは何ですか。

自然が豊かで住んでいて落ち着くところや、景色がきれいなところ、地域の方が優しくしてくれることです。

## — 中川村の未来に一言お願いします！

中川村の良さである豊かな自然やさきいな景色を生かし、中川の魅力がもっと広まって欲しいです！

## 今月の表紙 スポーツの秋！ 小中学生が村内を駆けました。



西小学校



西小学校



東小学校



中学校

さわやかな秋の季節、10月22日(金)に東小学校、11月2日(火)に西小学校でマラソン大会が行われ、11月10日(水)に中学校で強歩大会が行われました。

小学校では全校で準備運動を行った後、学年ごとに時間をずらしながらそれぞれ距離が異なる1～4キロメートルのコースへと飛び出していきました。沿道からは保護者や地域のみなさん、保育園児の声援があり、日頃の練習の成果を発揮し懸命に走りました。

中学校では3～12キロメートルのコースを生徒が選択して走り、紅葉で色づく村内を駆けました。



中川村は「日本で最も美しい村」連合に加盟しています



スマートフォンへ  
広報を配信  
無料アプリ「マチイロ」で  
広報なかがわが読めます。



緊急情報等配信メール  
村・学校からのお知らせや  
緊急情報をメールで受け取  
ることができます。

### 中川村の人口

【11月1日現在】  
( )内は対前月

人口  
4,763人(−2)

男  
2,273人(±0)

女  
2,490人(−2)

世帯数  
1,683世帯(+2)



# くらしの情報 12月

## 税・料金の納期限

|            |        |           |
|------------|--------|-----------|
| 後期高齢者医療保険料 | 第 6 期  | 12月27日(月) |
| 国 保 税      | 第 7 期  |           |
| 介 護 保 険 料  |        |           |
| 水 道 料      | 12 月 分 |           |
| 下 水 道 料    |        |           |
| 保 育 料      |        |           |
| 村 営 住 宅 料  |        |           |

## 12月のごみカレンダー

| 日  | 曜日 | 大草・葛島地区            | 片 桐 地 区  |
|----|----|--------------------|----------|
| 1  | 水  | 容器包装（紫）【全村】        |          |
| 2  | 木  | 不燃物（青）             | 可燃ごみ（赤）  |
| 3  | 金  | 可燃ごみ（赤）            |          |
| 4  | 土  |                    |          |
| 5  | 日  |                    |          |
| 6  | 月  |                    | 可燃ごみ（赤）  |
| 7  | 火  | 可燃ごみ（赤）            | 缶（コンテナ）  |
| 8  | 水  | 容器包装（紫）とペットボトル【全村】 |          |
| 9  | 木  |                    | 可燃ごみ（赤）  |
| 10 | 金  | 可燃ごみ（赤）            | 不燃物（青）   |
| 11 | 土  |                    |          |
| 12 | 日  |                    |          |
| 13 | 月  | 缶（コンテナ）            | 可燃ごみ（赤）  |
| 14 | 火  | 可燃ごみ（赤）            |          |
| 15 | 水  | 容器包装（紫）【全村】        |          |
| 16 | 木  | 不燃物（青）             | 可燃ごみ（赤）  |
| 17 | 金  | 可燃ごみ（赤）            |          |
| 18 | 土  |                    |          |
| 19 | 日  |                    |          |
| 20 | 月  |                    | 可燃ごみ（赤）  |
| 21 | 火  | 可燃ごみ（赤）            | びん（コンテナ） |
| 22 | 水  | 容器包装（紫）とペットボトル【全村】 |          |
| 23 | 木  |                    | 可燃ごみ（赤）  |
| 24 | 金  | 可燃ごみ（赤）            | 不燃物（青）   |
| 25 | 土  | 資源回収               |          |
| 26 | 日  |                    |          |
| 27 | 月  | びん（コンテナ）           | 可燃ごみ（赤）  |
| 28 | 火  | 可燃ごみ（赤）            |          |
| 29 | 水  | 容器包装（紫）【全村】        |          |
| 30 | 木  |                    | 可燃ごみ（赤）  |
| 31 | 金  | 可燃ごみ（赤）            |          |

※台所などに掲示してお使いください。

## 相談あれこれ

- 行政相談 総務課 内線12  
〔日時〕12月10日(金) 午前9時～11時  
〔場所〕在宅介護支援センター
- 心配ごと相談 社会福祉協議会 TEL88-3552  
〔日時〕12月10日(金) 午前9時～11時  
〔場所〕在宅介護支援センター
- 結婚相談 中川村結婚相談所 TEL080-7073-1438  
〔日時〕平 日 午前9時～午後5時  
12月7日(火) 午後6時～8時  
21日(火) 午後6時～8時  
〔場所〕基幹集落センター
- 介護相談 地域包括支援センター TEL88-6177  
〔日時〕平 日 午前8時30分～午後5時  
〔場所〕地域包括支援センター
- だれでもカフェ 地域包括支援センター TEL88-6177  
〔日時〕12月14日(火) 午後1時～5時  
22日(水) 午後1時～5時  
〔場所〕Cafe Oak (カフェ オーク)
- 心の相談(要予約) 保健センター TEL88-3002  
〔日時〕12月1日(水) 午前8時30分～午後5時  
〔場所〕保健センター
- 教育相談 教育委員会 TEL88-1005  
毎週水曜日 〔場所〕文化センター
- 健康相談 保健センター TEL88-3002  
〔日時〕平 日 午前8時30分～午後5時  
〔場所〕保健センター
- コロナ禍生活困窮等相談 保健福祉課 内線26  
〔日時〕平 日 午前9時～正午  
12月11日(土) 午前9時～正午  
25日(土) 午前9時～正午  
〔場所〕地域活動支援センター「くらしごと」  
TEL98-0027

## 12月の保健衛生ごよみ

- 4・10か月児健診  
〔日時〕12月23日(木) 午後1時～
- 7・12か月児育児相談  
〔日時〕12月22日(水) 午前9時30分～  
以上、会場は文化センターです。
- 1歳6か月児健診  
〔日時〕12月14日(火) 午後1時～  
以上、会場は牧ヶ原コミュニティセンターです。  
保健センター TEL88-3002

## 12月マイナンバーカード平日時間外申請受付・交付日

12月14日(火) 午後5時30分から午後7時30分まで  
役場で写真を撮って、カードの申請ができます。ぜひご利用ください。  
※持ち物など住民係までご確認ください。システムメンテナンス等で変更になる場合があります。

## 12月の当番医

|        |              |         |            |
|--------|--------------|---------|------------|
| 5日(日)  | 秋 城 医 院      | 駒ヶ根市福岡  | TEL83-2805 |
| 12日(日) | おはようクリニック    | 駒ヶ根市赤穂  | TEL83-6103 |
| 19日(日) | やまおか耳鼻咽喉科    | 駒ヶ根市下市場 | TEL82-4133 |
| 26日(日) | こまちや東内科クリニック | 駒ヶ根市下市場 | TEL81-7780 |
| 30日(木) | 生協診療所いいじま    | 飯 島 町   | TEL86-5778 |
| 31日(金) | 山村眼科整形外科     | 駒ヶ根市赤穂  | TEL82-6611 |

## チャンネルなかがわ(11ch)12月の番組予定

|                                      |     |      |      |      |          |
|--------------------------------------|-----|------|------|------|----------|
| 1日～                                  | 8日～ | 15日～ | 22日～ | 29日～ | 中川村のできごと |
| ☆放送時間(1日6回)                          |     |      |      |      |          |
| 6時30分～ 8時30分～ 12時30分～ 19時～ 21時～ 23時～ |     |      |      |      |          |
| ※番組の切り替えは水曜日の19時です。                  |     |      |      |      |          |
| ※都合により番組が変更になることがあります。               |     |      |      |      |          |

防災無線の聞きなおしができます

電話番号 88-4221 ご自宅の電話や携帯電話からおかけください。