広報
たかやま
2023 令和5年
7
520号

今月の主な内容

村議会6月定例会／総合防災訓練 …… 2
投票所の見直し …… 3
高山まつり開催について …… 4
戸別受信機無料訪問点検／千本松の工事のお知らせ …… 5
基本健康診査のお知らせ …… 6
糖尿病について …… 7
がん検診のお知らせ／高山村特産品開発支援事業補助金 … 8
福祉のひろば／お盆中 村内公共機関業務案内 … 9

志賀高原ユネスコエコパーク
高山村

the most beautiful villages in japan

議会

一般会計補正予算案など14件の議案を可決

村議会6月定例会

村議会6月定例会を、6月1日㈭から9日㈮までの9日間にわたり開会しました。一般会計補正予算案など提出した14件の議案は、いずれも原案どおり承認、同意または可決されました。

議場で中学生が一般質問を傍聴しました

主なものは、次のとおりです。

条例

▼村税条例の一部を改正する条例

「地方税法等の一部を改正する法律」などが、本年3月31日に公布され、その一部が本年7月1日から施行されることに伴い、令和6年度から課税される森林譲与税を国税として市町村が賦課徴収するための関係規定の整備を行うなど、条例の一部を改正しました。

予算

▼令和5年度高山村一般会計補正予算（第2号）

電力・ガス・食料品等の価格高騰の影響が大きいことによる支援策として、住民税非課税世帯を支援する国の地方創生臨時交付金による「低所得世帯支援金」の支給や、YOU游ランド多目的ホールの人工芝改修などを行うため、歳入歳出それぞれ5千87万1千円を追加し、当初予算からの累計額を45億8千405万8千円としました。

◆総務課企画政策係　☎214―2263

消防・防災

高山村総合防災訓練を実施します！

訓練当日は、防災行政無線やサイレン音が鳴りますので、ご理解ご協力をお願いします。

▶**日　時**　8月27日㈰　午前7時30分頃～11時30分頃（予定）
▶**会　場**　村内の指定避難所5会場

No	指定避難所（会場）	対象地区
①	高山小学校体育館・グラウンド	千本松、新堀、堀之内、水中、久保
②	高山中学校体育館・グラウンド	赤和、荒井原、紫、緑ケ丘、ニツ石、松南
③	高山村保健福祉総合センター	黒部、牧、福井原
④	北部体育館・グラウンド	駒場、松原、桝形、中原、三郷、なかひら
⑤	ふるさとセンター・ふるさと広場	宮関、蕨平、天神原、荻久保、温泉、牧場

▶**災害想定（予定）**「豪雨災害」及び「地震災害」を想定した訓練を実施します。

※訓練内容等の詳細は8月号の広報紙でお知らせします。

◆総務課危機管理防災係　☎214―2263

令和4年度防災訓練（避難所開設訓練）

令和2年度防災訓練（初期消火訓練）

選挙

投票所の見直しを進めています

村選挙管理委員会では、人口減少や選挙立会人等の確保対策のほか、選挙執行経費の削減等のため、令和6年10月執行予定の高山村長選挙から、村内の投票所を5か所にするための検討を行っています。

現状と課題

①投票管理者や立会人等の確保が困難となってきています。また、管理者等は午前7時から午後8時まで13時間の長時間にわたり拘束されるほか、1年間に選挙が複数回あると負担が増大します。このため、令和2年度区長会から、投票所の統廃合の検討について要望がありました。

②投票所ごとの有権者数に大きな差があるため、不均衡であり、事務の効率化等の観点からできる限り均衡させることが望ましいと考えられます。

③駐車場の確保、出入口の段差解消など環境を整備する必要があります。

④投票事務の効率化のため、投票受付のオンライン化等を進める必要があり、セキュリティ対策の観点から公共施設に設置することが望ましいと考えられます。

⑤選挙に係る委託金の大幅な削減が予測される中、経費を削減する必要があります。

見直しの基本方針

5か所への統合（消防団の分団単位）、公共施設（学校・体育館等）への設置を基本とします。

また、駐車スペースの確保や投票所の段差解消等を条件とします。

投票所ごとの有権者数

6月1日時点における投票所ごとの有権者数は次のとおりです。

投票所	施設名称	対象行政区	有権者数（人）
1	高井西部地区転作促進研修センター	千本松、新堀、堀之内	756
2	高井農業者トレーニングセンター	水中、久保、赤和、荒井原	1,166
3	公民館	紫、緑ケ丘、二ツ石、松南、黒部	1,822
4	牧地区生活改善施設	牧、福井原	422
5	駒場公民館	駒場、松原	354
6	北部農業者トレーニングセンター	桝形、中原、三郷、なかひら	763
7	ふるさとセンター	宮関、蕨平、天神原、荻久保	290
8	高齢者交流センター	山田温泉、山田牧場	98

投票所再編計画

投票所	施設名称	対象行政区	有権者数（人）
1	高井農業者トレーニングセンター	千本松、新堀、堀之内、水中、久保	1,129
2	中学校体育館	赤和、荒井原、紫、緑ケ丘	1,853
3	保健福祉総合センター	二ツ石、松南、黒部、牧、福井原	1,184
4	北部農業者トレーニングセンター	駒場、松原、桝形、中原、三郷、なかひら	1,117
5	ふるさとセンター	宮関、蕨平、天神原、荻久保、温泉、牧場	388

投票機会の確保策

次のような制度の導入を検討しています。

▼共通投票所

村内どこの投票所でも投票ができるようにする制度です。

▼移動期日前投票所

期日前投票期間中に、車両に投票箱を積むとともに、投票管理者等が同乗し、村内各所に移動して簡易投票所を設置する制度です。

経過及び今後の進め方

令和4年7月以降、広報たかやまへの掲載のほか、投票所が廃止される地区で説明会を実施してきました。

今後も、令和6年からの実施に向けて情報提供等を行っていきますので、ご意見等がありましたら村選挙管理委員会までお寄せください。

◆高山村選挙管理委員会
☎214－9243

地域活性化

第37回信州高山まつり 7月29日㈯開催！

「帰ってきた高山まつり!! かがやけ村民の絆」

本格的に暑くなるのに伴い、信州高山まつりの開催が近づいてきました。今年は4年ぶりの開催となりますが、思い出に残る素晴らしい夏のひと時を過ごしていただきますよう、ご案内します。

今年のまつりは、たかやま保育園児による和太鼓演奏、高山キッズ・Jr.ダンスによるパフォーマンスに始まり、ひんのべの無料サービス、本村出身のタレント「仲山コマ」さんをゲストに迎え、みんなでジャンボリミッキー！を踊るコーナー等を予定しています。さらに、高山アルプホルンクラブの演奏や高山村歌の斉唱、高山太鼓の演奏も予定しています。

また、「ひんのべ音頭」の踊り流しでは、「ひんのべ大賞」、「きれいにおどれたで賞」及び「審査委員特別賞」などの多彩な賞を用意し、優れた踊り連の皆さまを表彰しますので、受賞を目指してはりきって踊りましょう！

そして、高山まつりを締めくくるのは、真夏の夜空を煌めきと彩りで飾る花火大会です。

ご家族や友人をお誘い合わせの上、お出かけください。

タイムスケジュール

開催場所　高山村役場周辺

16:00	開会宣言（実行委員長）・消防団ファンファーレ
	たかやま保育園和太鼓演奏
16:20	キャッチフレーズ表彰式
16:30	高山キッズ・Jr. ダンス
17:00	ひんのべの無料サービス開始
17:15	仲山コマちゃんとジャンボリミッキー！を踊ろう！ with 高山キッズ・Jr. ダンス
17:45	高山アルプホルンクラブ演奏
18:00	高山村歌斉唱（コールフラウエン・高山童謡唱歌の会）
	大会長あいさつ
	実行委員長あいさつ
18:25	「ひんのべ音頭」踊り流し（1部）
19:00	かがり火の点火
19:10	「ひんのべ音頭」踊り流し（2部）
19:35	信州高山太鼓演奏
20:15	ひんのべ音頭表彰式
20:25	みんなでゴミ拾い
20:30	花火大会
21:00	終了
22:00	高山中学校駐車場閉鎖

※内容は都合により変更することがあります。

キャッチフレーズ

「帰ってきた高山まつり!! かがやけ村民の絆」

応募総数72点の中から、荒井原の三浦紬さん（11歳）の作品に決定しました。たくさんのご応募、ありがとうございました。

高山中学校グラウンド駐車場について

高山中学校グラウンドの駐車場から出る際は、歩行者の安全確保のため車両は左折方向のみとさせていただきますので、ご注意ください。

交通規制にご協力ください

信州高山まつり開催に伴い、役場周辺において交通規制が行われます。

▼日　時　7月29日㈯
午後5時～午後10時

駐車場は、高山中学校グラウンドをご利用ください。

※駐車場は、午後10時に閉鎖しますので、ご注意ください。

◆信州高山まつり実行委員会事務局（役場産業振興課内）
☎214－9296

消防・防災

「防災行政通信・戸別受信機」無料訪問点検を実施します

村からの防災情報や行政情報をお知らせするため、各世帯に無償貸与している「防災行政通信・戸別受信機」は、令和2年度のデジタル化更新に伴い株式会社Goolightのケーブルテレビ線を利用した有線方式の受信機に更新して3年余りが経過しました。

全国各地で多種多様な自然災害が発生する中、災害の発生に備え、村からの情報伝達手段として、「防災行政通信・戸別受信機」が果たす役割は今後ますます重要となることが予想されています。

このため、各世帯の戸別受信機が正常に動作しているか確認することを目的に、次のとおり訪問点検を実施します。

戸別受信機の設置・保守を担当する株式会社Goolightのスタッフが各世帯を直接訪問し、動作確認をさせていただきますので、「音声が聞こえない」「使い方が分からない」など、不具合や疑問があれば、この機会にご相談ください。

▼無料訪問点検実施日程

6月～8月…高井地区
9月……牧地区
10月……中山地区
11月……奥山田地区

※実施日程は前後する場合があります。
※お急ぎの方は地区に関係なくご相談ください。

◆株式会社Goolight
（旧商号：須高ケーブルテレビ）
☎246―1222
◆総務課危機管理防災係
☎214―2263

道路

村内通行制限のお知らせ

公共工事の実施に伴い次のとおり通行制限を行っています。天候等により延長の場合があります。通行される皆さまには、工事期間中ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

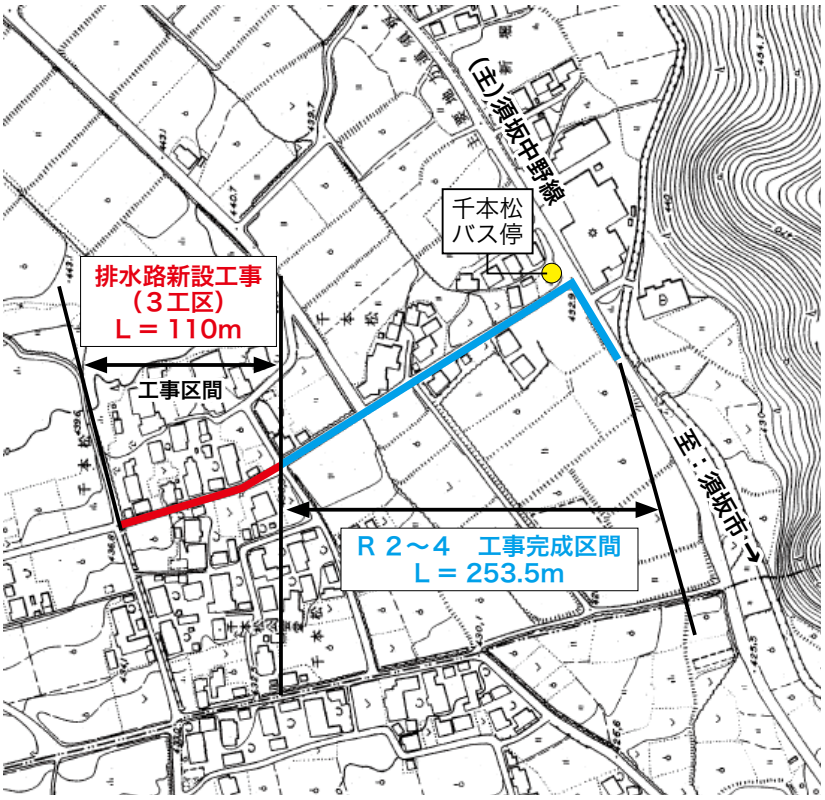
緊急自然災害防止対策事業

千本松地区排水路新設工事（3工区）

▼工事期間

6月26日(月)～12月20日(水)まで

村道千本松紫線車両全面通行止



◆産業振興課農政係　☎214―9268

令和５年度基本健康診査のお知らせ

健康ポイント対象事業

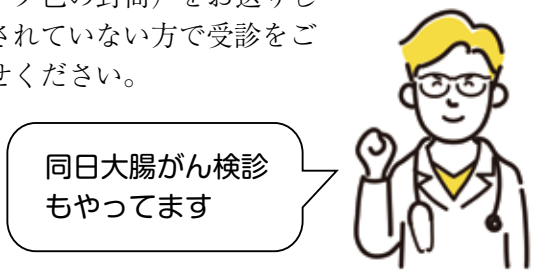
▶健診対象者

- 20 歳～ 39 歳の方で、職場等で健診を受診する機会がない方
- 40 歳～ 74 歳の高山村国民健康保険加入者
- 後期高齢者医療保険加入者

※すでに申し込みいただいている方には、４月下旬に案内通知（ピンク色の封筒）をお送りしてありますので、詳細は通知をご確認ください。現在申し込みをされていない方で受診をご希望の方は、保健予防係（☎２４２―１２０２）までお問い合わせください。

▶料　金

7,700 円かかる健診が **無料** で受診できます！

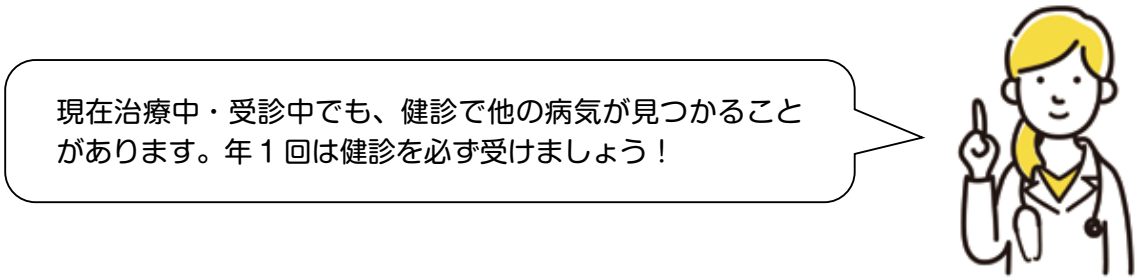


▶受付日時・健診会場

本年度残りの健診日程は下記のとおりです。忘れずに受診してください。

健　診　日		受　付　時　間		健　診　会　場
		午　前	午　後	
８月	28 日㈪	８時～ 11 時	１時～２時	高山村保健福祉総合センター
	29 日㈫	８時～ 11 時	１時～２時	
	30 日㈬	８時～ 11 時	１時～２時	
	31 日㈭ 夜間あり	８時～ 11 時	１時～２時	
			５時～７時	
11 月	７日㈫	８時～ 11 時	１時～２時	
１月	10 日㈬	８時 30 分～ 10 時 30 分		

※基本健康診査にあわせて肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診、尿中塩分測定も実施します。



ワンポイント保健指導

～ 不眠と生活習慣病 ～

睡眠不足は、肥満・高血圧・高血糖の原因となることで知られています。
６～９時間程度の睡眠時間をとるように心がけましょう。

◆健康福祉課保健予防係　☎２４２―１２０２

放っておくと怖い糖尿病

糖尿病は、慢性的に血糖値が高い状態が続く病気です。このような状態が続いてもほとんど自覚症状はありませんが、予防や治療をせずにそのまま放置していると、血液の中の余分な糖（高血糖状態）が全身の血管や神経を痛め、深刻な合併症を引き起こします。

糖尿病の合併症　～糖尿病は「全身の病気」です～

高山村では、糖尿病による合併症で治療している方の割合が県と比較して多い傾向にあります。

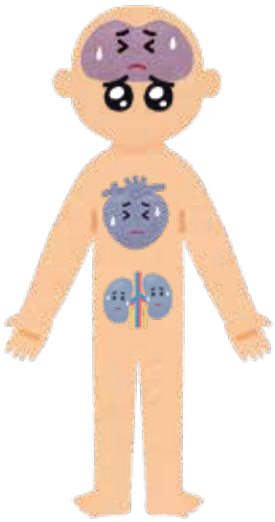
糖尿病治療者のうち…

脳血管疾患	
村	県
17.9%	14.2%

虚血性心疾患	
村	県
19.2%	15.4%

糖尿病性腎症	
村	県
21.4%	13.7%

糖尿病の主な合併症



- 脳血管疾患
- 歯周病
- 虚血性心疾患
- 肺　炎
- 腎　症
- 網膜症
- 認知症
- 神経障害
- 皮膚炎

糖尿病治療者のうち…

糖尿病性網膜症	
村	県
6.3%	9.6%

糖尿病性神経障害	
村	県
4.0%	3.6%

「KDB 令和４年度 様式３- ２ 糖尿病レセプト分析より」

今日から始めよう糖尿病予防

予防①　食事は規則正しくバランスよく

○野菜やきのこなどの食物繊維をたっぷりとる（野菜の目標量は１日に 350g）
○ゆっくりよく噛んで食べる
○食事は決まった時間に１日３食（欠食･まとめ食い･間食は控える）
○食事は腹八分目（食べすぎに注意）
○甘いものや脂っこいもの、アルコールはひかえめに

予防②　運動習慣を身につける

運動により基礎代謝が高まり、エネルギー消費が増え、インスリン（血糖値を下げるホルモン）の働きがよくなります。

時間がない方は…
○階段をなるべく使う
○駐車場で車を遠くに停めてたくさん歩く

予防③　肥満の予防・改善

内臓脂肪の蓄積はインスリンを働きにくくさせ、血糖値を上昇させます。適正体重を目指し維持しましょう。
適正体重（kg）＝身長（m）×身長（m）× 22

予防④　健康診断を受けましょう

年に１回、必ず健康診断を受けて自分の健康状態を確認しましょう。血液検査では、血糖値や HbA1c の数値、尿検査では尿糖の検査値に注目しましょう。

◆健康福祉課保健予防係　☎２４２―１２０２

健康

健康ポイント対象事業

子宮がん・乳がん（マンモグラフィ）検診を受けましょう

近年、若い年代で子宮がんや乳がんにかかる人が増えています。子宮がんや乳がんは、早期に発見すれば8割以上が治癒可能で、子宮・乳房を残すことができます。

2年に1度、自分のため、家族のために、がん検診を受けましょう。

子宮がん検診

	集団検診	個別検診
日　程	9月6日㈬・19日㈫・27日㈬	8月1日㈫～令和6年1月31日㈬
受付時間	午後1時～1時30分	各医療機関により異なります。
場　所	高山村保健福祉総合センター	指定医療機関（新生病院・信州医療センター・西沢内科胃腸科医院） ※医療機関へ事前予約が必要です。
対象者	令和6年3月31日時点で20歳以上かつ偶数年齢の女性	
検診料金	600円	1,000円

乳がん（マンモグラフィ）検診

日　程	8月7日㈪～10日㈭
受付時間	午前9時～午後2時15分
場　所	高山村保健福祉総合センター
対象者	令和6年3月31日時点で40歳～74歳かつ偶数年齢の女性
検診料金	1,500円

※10歳刻み節目年齢の方は、検診料金が無料です。

まだ、申込みをされていない方で、受診をご希望の方は、保健予防係までお問い合わせください。

◆健康福祉課保健予防係
☎242―1202

商工業

高山村の特産品を開発してみませんか

村では高山村特産品開発支援事業補助金制度を創設し、高山村産の農産物や資源を活用した特産品（農林畜産加工品、工芸品等）の開発及び既存商品の改良をしようとする事業者に対し、経費の一部を助成しています。

▼対象者
- 村内に住所を有する個人または法人
- 村内に店舗または事業所を有する方

▼対象事業
- 特産品開発事業（特産品を新たに開発するための研究・開発事業及び広報事業）
- 既存商品改良事業（既存商品を改良し、特産品としての魅力を高めるための研究・開発事業及び広報事業）

▼対象経費
設備費、商品又はメニューの開発費、広告宣伝費用　など

▼補助額
対象経費の2分の1以内（上限30万円）

予算には限りがありますので、希望される方は早めに申請をお願いします。

▼申請の上限
- 1事業者等につき1事業限り
- 対象事業が複数年にわたる場合は、年度ごとに1回ずつ申請できるものとし、交付回数は3回を上限とします（補助額は上限30万円です）。

▼申請締切
令和6年1月31日㈬

事業に着手する前に補助金の申請を行う必要があります。

補助金の申請には、その他条件がありますので、詳細は産業振興課商工観光係までお問い合わせください。

◆産業振興課商工観光係
☎214―9296

福祉のひろば

手話で話そう⑳

福祉のひろばでは、村民の皆さんに手話に親しみを持っていただけるよう、日常生活で役に立つ簡単な手話をご紹介します。
ぜひ色々な場面でご活用ください。

わかりました

わかる

右手掌を胸に当て下ろす。（胸に落ちる）
「わかった」という表情で。

※手話の形は同じでも、首をかしげて尋ねる表情で表すと「わかりますか?」という意味になります。

わかりません

わからない

右手指先で、右胸脇を払いあげる。（胸に落ちない）
わからないときの表情で。

相手に合わせたコミュニケーション方法として、わかったときはうなずく。わからないときは首を横に振るなどのジェスチャーで伝えることもできます。

（イラスト提供：長野県）

福祉のひろばで連載していた「手話で話そう」シリーズは、今回で終了となります。
今後も、多様なコミュニケーションの手法として、手話の活用などにご理解をお願いします。

◆健康福祉課福祉係
☎242―1201

行財政運営

村内公共機関 お盆期間中（8月12日㈯～16日㈬）の業務案内

施設名	内容	お問い合わせ先
役場 保健福祉総合センター 一般業務	通常どおり業務を行います。 （開庁時間：午前8時30分～午後5時15分） ※8/12㈯、8/13㈰は閉庁日です。	役場 ☎245-1100 保健福祉総合センター ☎242-1200
公民館	通常通り業務を行います。（開館時間：午前9時～午後10時） 図書室は通常どおり開館します。（8/14㈪は定休日です。）	公民館 ☎214-9762
ごみ収集	通常通り業務を行います。 ※8/11㈮は祝日ですが、生ごみ及び燃えるごみについては特別収集します。	住民税務課生活環境係 ☎214-9267
し尿汲み取り	お盆期間中は休みます。	住民税務課生活環境係 ☎214-9267
ふれあい号奥山田牧線	8/12㈯、8/13㈰は土日ダイヤ、 8/14㈪、8/15㈫、8/16㈬は通常ダイヤで運行します。	健康福祉課福祉係 ☎242-1201
高山診療所	8/14㈪～8/15㈫は休診します。 8/16㈬から通常通り診療します。	高山診療所 ☎242-1210
高齢者福祉センター	通常どおり使用できます。	高齢者福祉センター ☎242-1204
体育施設 （体育館、グラウンド、音楽室など）	通常どおり使用できます。	教育委員会生涯学習係 ☎214-9762
歴史公園信州高山一茶ゆかりの里	通常どおり開館します。（8/14㈪は定休日です。）	一茶館 ☎248-1389
歴史民俗資料館	通常どおり開館します。（8/14㈪は定休日です。）	歴史民俗資料館 ☎242-2552
YOU游ランド	お盆期間中は営業します。 トレーニングルームは午後5時まで営業します。 水中運動教室は休みます。	YOU游ランド ☎242-2210
山田温泉大湯	定休日を8/16㈬から8/23㈬に変更し、営業します。	山田温泉大湯 ☎242-2314
スパイン	定休日を8/16㈬から8/23㈬に変更し、営業します。	スパイン ☎242-1122
蕨温泉ふれあいの湯	通常どおり営業します。	蕨温泉ふれあいの湯 ☎242-2313

住宅

屋根の融雪等対策費用を助成します

豪雪地帯での屋根の雪下ろしは体への負担が大きく、高い所での作業となるため、非常に危険な作業です。

村では、屋根の雪下ろしによる身体的負担の軽減や雪下ろし作業中の転落事故等を未然に防ぐため、自ら居住または所有する住宅に、熱エネルギーによる融雪のための措置や、自然落雪のための措置を講じ、屋根の雪下ろしを不要とする克雪住宅の整備を行う方に対し、工事費の一部を助成します。

補助金の申請方法等、詳しくは定住支援係までお問い合わせください。

補助金額

	補　助　率	補助上限額
融　雪　型	対象工事費の 1/5 【高齢者世帯等は 1/4】	60 万円 【高齢者世帯等は 75 万円】
自然落雪型		45 万円 【高齢者世帯等は 55 万円】
雪下ろし型	対象工事費の 1/2	8 万円

※高齢者世帯等：生計の中心となる者が 60 歳以上の世帯のほか、母子及び父子世帯などです。

補助申請要件

- 本村に住所を有する方
- 村税の滞納がない方

なお、店舗等の用途を兼ねる建物は、住宅部分の床面積が半分以上を占めるものに限ります。

対象となる融雪工事等

▼融雪型

①放熱式

電気、石油、ガス等を用いた熱源により温めた水や不凍液等を循環させるパイプやパネル、電気ヒーターなどを屋根に設置し、放熱によって雪を解かす方式

②温風方式

温風機等で暖気を送り小屋裏を温める方式や、屋根の仕上材と下地材の間に温風を送り込む方式等によって雪を解かす方式

▼自然落雪型

屋根の雪を人力によらず落下させる屋根構造により自然落下させる方式（屋根勾配を10分の5.5以上または10分の3.5以上で雪を滑りやすくする塗装をした場合）

※屋根の形状・勾配・根葺き材料・葺き方や、構造は雪割りを設置するなどの細かな要件があります。

▼雪下ろし型

命綱固定アンカー、雪止め金物等、雪下ろし作業の安全性を確保するための装置を講じる方式

住宅屋根に命綱固定アンカーを設置した例

◆定住支援室定住支援係
☎214―9298

生活

夏の防犯運動が始まります 安全な地域社会をつくりましょう

8月1日㈫から21日㈪までの間、防犯意識の高揚や犯罪防止を目的に、防犯パトロールや防犯診断を実施します。

これに合わせ、各家庭でも次の10項目について確認しておきましょう。

夏の防犯チェック10項目

①戸締り確認
外出するときは戸締りしていますか。

②貴重品確認
家に多額の現金が置いてありませんか。

③乗用車確認
乗用車から離れるときはドアロックしていますか。

④自転車確認
自転車は防犯登録してありますか。

⑤ふれあい確認
家族全員で話し合いの場を設けていますか。

⑥ご近所確認
ご近所とは普段から連絡やあいさつをしていますか。

⑦交通安全確認
シートベルトは着用していますか。

⑧悪質訪問確認
訪問販売等で必要のない場合はキッパリ断れますか。

⑨振り込め詐欺確認
家族に事実確認をする前にお金を振り込もうとしていませんか。

⑩子どもの安全確認
夏休み期間中の子どもの予定を把握していますか。

◆住民税務課生活環境係
☎214―9267

防衛

自衛官を募集します

自衛官候補生

▼概　要
技能と体力を一心に磨く任期制自衛官

▼資　格
18歳以上33歳未満の者

▼受　付
年間を通じて行っています。

▼試験日
受付時にお知らせします。

第2回一般曹候補生

▼概　要
自衛隊の中核となる自衛官を目指します。

▼資　格
18歳以上33歳未満の者

▼受　付
7月1日㈯～9月5日㈫

▼試験日
1次試験
9月15日㈮～9月24日㈰のいずれか1日
2次試験
10月14日㈯～11月5日㈰のいずれか1日

詳しくは、自衛官募集ホームページをご覧ください。

◆自衛隊長野地方協力本部
長野地域事務所
☎235―6026

消費者

長野市消費生活センターをご利用ください

あなたの身近な相談窓口

▼消費生活センターについて

長野市との連携協定により、村民の皆さまは長野市消費生活センターを利用して、消費者と事業者間での商品やサービスに関する苦情や問い合わせ、契約をめぐるトラブルについて、無料で相談することができます。

▼相談の例

○訪問販売で必要のない物を購入させられたので解約したい。
○電話料金が安くなると勧誘があり契約を変更したが、以前より高くなったので元の契約に戻したい。
○ハガキやメールで身に覚えのない請求をされた（架空請求、不当請求）。

▼利用方法

電話または来所での相談を受け付けています。

▼利用時間

平日　午前9時～午後5時
電話での相談は午前8時30分から受付

▼場　所

長野市大字南長野新田町1485―1
（もんぜんぷら座4階）

詳しくは、長野市消費生活センターのホームページをご覧ください。

◆長野市消費生活センター
☎224―5777
◆住民税務課生活環境係
☎214―9267

生活

大麻草、けしの不正栽培に注意！

大　麻

大麻は、幻覚を引き起こす成分を含んでいるため、大麻取締法により栽培や所持等が禁止されています。

▼大麻草の特徴

・草全体に独特の青くさみがある。
・茎は、太く緑色で、浅いスジが通っており、まっすぐに立っている。
・成長が早く、大きいものは草丈が3mにもなるが、種子をつけた後は枯れてしまう。
・葉は、3～9枚の小葉が集まって、手のひらのような形をしている。

け　し

けしは、春から夏にかけて色鮮やかで美しい花を咲かせますが、麻薬の原料となるため、あへん法、麻薬及び向精神薬取締法により、栽培や所持等が禁止されている種類があります。

▼植えてはいけない「けし」の特徴

・茎は、太くしっかりしており、草丈は1m以上になる。
・葉や茎などの外観は、キャベツの葉のような白味を帯びた緑色をしている。
・葉、茎、つぼみの表面には、ほとんど毛がない。
・葉は、茎を巻き込むようについている。

▼植えてよい「けし」の特徴

・植えてはいけないけしに比べ、弱々しく可憐な感じで、草丈は50～80cm程度
・葉、茎、つぼみの表面に粗毛が生えている。
・葉は、緑色で、深く切れ込んでいる。

大麻草や不正なけしを見かけたら、長野保健福祉事務所（☎223―2131）にご連絡ください。

◆住民税務課生活環境係
☎214―9267

消防情報

６月の高山分署の出動状況（６月１日～６月 30 日）

火　災	0　(3)	高山村内の火災　０件（0） 損害額　０千円（0 千円） 死者　０人（0） 負傷　０人（0）
調　査	0　(11)	
救　急	21 (155)	
救　助	0　(0)	

※（　）内は、令和５年１月１日からの累計です。

防火管理者新規講習開催のお知らせ

【甲種防火管理新規講習】

一定規模以上の施設、事業所等において火災等の被害を防止するため、防火管理者を選任することが定められています。

▶日　時　８月 30 日㈬、31 日㈭

▶場　所　須坂市文化会館　メセナホール　小ホール
長野県須坂市墨坂南四丁目５番１号

▶定　員　100 名

▶受講料　8,000 円

▶申込期間
１次：７月 12 日㈬～７月 19 日㈬
２次：８月６日㈰～８月７日㈪
※１次募集で満席の場合は、２次募集は実施しません。

▶申込方法
一般財団法人日本防火・防災協会のホームページからインターネットまたはＦＡＸによりお申し込みください。

▶申込みに関するお問い合わせ
（一財）日本防火・防災協会
☎０３―６２６３―９９０３

〈お問い合わせ〉
◆消防情報ダイヤル（須高管内で発生した火災）
☎２４５―１１１９
◆お問い合わせは『須坂市消防署高山分署』へ
☎２４８―０１１９

学校だより ㉛㊶

高山中学校

夏の大会で熱く燃えました

６月には、運動系部活動がひとつの目標にしてきた大会が行われました。今年度は、新型コロナ感染防止対策が緩和され、ほぼ通常どおりの開催となりました。学校では、大会に参加する生徒を応援したいと生徒会が主体となって壮行会を企画しました。しかし、ここ３年間応援をしたことがなかったため、生徒はもちろん多くの先生方も高山中学校の応援を知りませんでした。伝統的な応援がここで途切れてしまうのは忍びないと思案していたところ、総合的な学習の時間でお世話になった神楽をやっている方が、本校の卒業生で、応援を覚えているとのこと。さっそく、担当の先生が、連絡を取り、指導をお願いしました。快く引き受けて下さり、動画を通じて体育応援委員に伝授していただきました。全校生徒は、体育応援委員会の生徒により、約１か月練習を重ね壮行会に臨みました。

＊壮行会がありました。緊張したけど楽しかったです。応援練習ではステージにあまり声が届いていない感覚でしたが、いざステージから聞くと、ものすごい応援でした。みなさんに応援してもらったので、全力で頑張ります。そして、期待に応えられるような結果を残したいと思います！
＊今日の壮行会、なんか楽しかったです。友達と話していたんですが、みんなユニフォームを着ると見慣れていないせいか格好よく見えたんです。
（生活記録より）

応援の効果もあって、それぞれの大会で生徒たちは活躍してまいりました。地域や保護者の皆様、ご協力、応援いただきありがとうございました。

高山建栄会ボランティア作業実施

村内の土木・建築関係17業者で組織する高山建栄会では、毎年奉仕活動事業の一環として、村内の道路等環境整備を主としたボランティア作業を実施しています。

本年は6月30日㈮に、村道藤沢線の道路側溝の清掃や支障木を伐採していただきました。

この作業により、道路側溝の土砂等がなくなり排水がスムーズになりました。また、車両の通行に支障となっていた支障木等が除去され、明るく見通しの良い道路環境となり、安全で安心して通行できる道路となりました。

高山建栄会の皆さまには、村内の安全・安心な道路環境の維持や景観整備にご協力いただき、ありがとうございました。

八木沢川河川愛護会が令和5年河川功労者表彰を受賞されました

6月20日㈫、八木沢川河川愛護会が、河川清掃など長年の河川愛護活動の功績が認められ、公益社団法人日本河川協会から河川功労者表彰を受賞されました。

河川功労者表彰は、河川愛護活動等に関し功績があった個人・団体に対して、その功績を称えるため、毎年、公益社団法人日本河川協会により行われている表彰です。

受賞おめでとうございます。

左から　野々口須坂建設事務所長、荻原八木沢川河川愛護会長

寄ったい市場を再開しました

6月14日㈬、保健福祉総合センターで寄ったい市場を開催しました。新型コロナウイルスの影響から、約3年ぶりの再開となり、多くの方が来場されました。

来場された方は「以前も参加していて、再開をずっと楽しみにしていた。こういった場で会える友人と顔を合わせてお茶できて嬉しい。」などとイベントの再開を喜んでいました。

また、出店者として参加された方も「イベントに出るとお互いに元気をもらえる。お客さんと会えるのを楽しみにしていた。」と元気に話していました。

村内外の店舗や福祉事業所による販売コーナーや囲碁ボールなどのお楽しみコーナーをはじめ、久しぶりのイベントを子どもから大人まで楽しんでいました。

寄ったい市場は毎月第2水曜日に開催し、次回は8月9日の予定です。

信州高山ふるさと感謝祭

6月25日㈰YOU游ランドにてYOU游ランド開園30周年と株式会社Goolight高山村開局20周年を記念し「信州高山ふるさと感謝祭」を開催しました。ダ・カーポのスペシャルコンサートや地元のグループによるステージ「じもステ」などが行われました。また、村内外の飲食店などによる「ふるさとブース」には9店舗が出店し、大変賑わっていました。

梅雨のさなか天候に恵まれ、来場者数は延べ3000人に達し、来場された皆さまは、数年ぶりとなる大型イベントを存分に楽しんでいました。

タケノコ街道開催しました

昨年に続き、今年もタケノコ街道を5月27日㈯～6月25日㈰まで開催しました。高山村で「ネマガリダケ」が獲れるシーズンとなると、毎年多くの方がタケノコ狩りに訪れます。獲るだけでなく新鮮なタケノコやタケノコ料理を味わっていただこうと、今年は参加店を昨年の6店舗から12店舗に拡大しました。

訪れた方の中には、長野市から今シーズンに3度、タケノコ街道を目的に来られた方もいらっしゃいました。また、一日で3店舗をまわり、食べ比べをするなど、タケノコ料理を存分に味わっていました。

また、埼玉から旅行で来られた方は、「サバ缶を使ったタケノコ汁は初めて食べた。獲れたてだからこそ新鮮で美味しい。」などと、高山村ならではの味わいを堪能されていました。

広報5月号表紙について補足・解説

広報たかやま5月号の表紙「赤和神社の春まつり」の写真について、次の二点のご質問をいただいたため補足及び解説します。

Q. 写真の獅子舞は、女性が披露している。全国的にも珍しいと思うがどのような理由（経緯）があるのか

A. 赤和地区の神楽保存会である「信州高山赤和伎楽会（ぎがくかい）」にお聞きしたところ、現在25名の会員が在籍し、そのうち女性演者は獅子舞が4名、笛に2名、太鼓に2名いらっしゃいます。かつては、地区の男性のみで神楽保存会を構成していましたが、入会する地域の男性が減少したことで、保存会の存続が難しくなったため、当時、役員さんが中心となって、各家庭を回り、男性に限らず、地域の女性や学生等に声掛けをしたところ、中には、「獅子舞したい」など自ら、申し出された女性会員もおられたとのことでした。

Q. 「表紙の紹介」の中に「3頭による獅子舞」とあるが写真では1頭しかいないのはなぜか

A. 赤和集落センターでは紹介のとおり3頭による獅子舞が披露されましたが、様々な場面を撮影した中から、演者さんの表情がわかる写真1枚を採用しました。

たかやま掲示板

役…役場 245−1100　問…問い合わせ先
チャ…チャオル 242−1200

児童扶養手当制度について

父母の離婚などにより、子ども（原則18歳未満）を養育しているひとり親家庭の生活の安定と自立を助け、子どもの福祉の増進を図るために、児童扶養手当の支給制度があります。

はじめて申請される方

児童扶養手当を受けるには、認定請求申請が必要となります。

申請に必要な書類は次のとおりです。

- 認定請求申請書（保健福祉総合センター内健康福祉課福祉係に備え付け）
- 請求者及び対象児童の戸籍謄本
- その他（「公的年金調書」「養育費に関する申告書」等）

すでに手当を受けている方

毎年8月1日から8月31日までの間に「現況届」の提出が必要となります。

チャ 健康福祉課福祉係

乳幼児家庭育児給付金の申請について

村では、満3歳に到達するまでの乳幼児を家庭で育児する方の経済的負担を軽減するため、乳幼児家庭育児給付金の交付を行います。

この給付金は、7月17日(月)から村商工会が行うプレミアム付商品券発行事業にあわせ、村内商店等で利用できる2万円分の商品券を対象者に交付するものです。

給付金の交付対象となる世帯には、申請書等の書類を郵送しますので、必要事項を記入のうえ、住民税務課生活環境係まで提出してください。

対象世帯

交付を受けることができる対象世帯は、次のいずれにも該当する世帯です。

- 4月1日時点で3歳未満の乳幼児を保育施設に預けず、家庭で育児をしている世帯。
- 乳幼児及び親権者とも村内に住所を有する世帯。

注意事項

- 一時保育は、保育施設入所とみなしません。
- 4月2日以降の転入者は、当該年度は対象となりません。

役 住民税務課生活環境係

農薬は周囲に配慮して正しく使用しましょう

農薬は、使用者の責任で適正に使用することが義務付けられています。農薬を使用するときは、取り扱いに十分注意し、特に学校や通学路、住宅地等に隣接する農地で使用する際は住民への健康被害が生じないよう安全使用の徹底をお願いします。

また、使用後の残農薬は、水路や河川に放流しないよう適切に処分してください。

農薬使用の際に守るべきこと

- 農薬の飛散防止に努めましょう。
- 事前に散布日時を周知するなど、周囲の方に十分配慮しましょう。
- 農薬ラベルに記載の使用基準を守りましょう。
- 土壌くん蒸剤を使用する場合は、被覆を完全に行いましょう。

役 産業振興課農政係

食中毒に気を付けましょう！

湿気が多く気温が高くなるこの時期は、菌が繁殖しやすいだけでなく、私たちの体の抵抗力、免疫力も低下する傾向にあります。

微量では影響のない細菌やウィルスも、免疫力や抵抗力が低下している時期に体内に侵入すると、下痢や嘔吐などの症状を引き起こすことがあります。

食中毒の予防には、菌を「付けない、増やさない、やっつける」ことが重要です。

またWHO（世界保健機構）による「食品をより安全にするための5つの鍵」も確認しておきましょう。

1 清潔に保つ
2 生の食品と加熱済み食品とを分ける
3 よく加熱する
4 安全な温度に保つ
5 安全な水と原材料を使用する

役 住民税務課生活環境係

道路の通行に支障となる樹木の伐採をお願いします

気温の上昇とともに、樹木が著しく成長する時期となりました。

庭木や果樹等の枝が、道路上に張り出すと、歩行者や通行車両の支障となり大変危険です。

また、カーブミラーや道路標識等が隠れて、安全確認ができなくなるなど、交通事故につながる危険性が高まります。

このため、自宅及び耕作されている農地周辺の樹木を確認し、必要に応じて伐採等を行っていただくようお願いします。

悲惨な交通事故等の発生を防ぐため、皆さまのご理解ご協力をお願いします。

役 建設水道課建設係

みつばちへの農薬被害を防ぎましょう

みつばちは、農薬にきわめて敏感な生き物です。農薬散布の際は、次の点に注意しましょう。

農薬の注意をよく読みましょう

ラベルに次のマークがある薬剤は特に注意しましょう。

巣箱周辺では農薬の飛散に注意しましょう

①みつばちの活動する温度帯（13℃から30℃）での散布は控えましょう。

②風向きに注意し、早朝など風のない時間帯に散布しましょう。

③ノズルの向きに注意して散布しましょう。

④できるだけ飛散の少ない剤型（粒剤・DL粉剤など）を選びましょう。

問 長野農業農村支援センター
☎234－9514

空き家対策個別相談会を開催します

村では、空き家に対する様々な相談に対応するため、長野県司法書士会などのご協力をいただきながら、個別の相談会を開催しています。

本年度第1回目の相談会を次の日程で開催しますので、相談を希望される方は、定住支援係までお申し込みください。

日時 8月26日(土)
午前10時～正午

場所 高山村公民館視聴覚室

※相談時間は1人30分程度とさせていただきます。（希望者多数の場合は、調整させていただきますので予めご了承ください。）

役 定住支援室定住支援係

夏の交通安全やまびこ運動を実施します

7月22日(土)から31日(月)まで、夏の交通安全やまびこ運動を実施します。

運動の重点

- 夏休みの子どもの交通事故防止
- 自転車のルール遵守とヘルメットの着用推進
- 高齢者ドライバーの交通事故防止
- 飲酒運転や妨害運転などの悪質で危険な運転の根絶

運動期間中は主要道路において、交通安全協会役員が街頭指導を行うなど、交通ルールの徹底と正しい交通マナーの実践のために活動します。

役 建設水道課建設係
役 高山村交通安全協会事務局

燃料缶の適切な処理のお願い

一般家庭において自宅やその周辺の草刈りでビーバー等を利用した際に発生する燃料とその容器（燃料缶）の処理について、とくに可燃性の液体は、収集車火災の原因になるため、次のことを守り適切に搬出をしてください。

- 燃料は必ず使い切る、または抜き取りをして内容物のない、空の状態にしてください。
- 外側に液体の付着のないようにしてください。
- 余った燃料は取り扱いに注意し、販売店またはガソリンスタンド、廃棄物処理業者に処理を依頼してください。
- 一般家庭で発生したものに限り、鉄類の収集日に指定の袋に入れて搬出してください（一辺が50㎝を超えるものは粗大ごみで搬出）。

※事業や農業で発生した廃棄物は家庭ごみとして収集できませんので、販売店や処理業者へご相談ください。

役 住民税務課生活環境係

交通死亡事故ゼロ1000日達成！

6月4日(日)をもって村内での交通死亡事故抑止日数が、令和2年9月8日以来、連続1000日を達成しました。

これは、交通事故発生抑止策の継続的な実施と、村民の皆さま一人ひとりの交通安全に対する日頃からの心がけにより達成されたものです。

交通ルールの遵守により、交通死亡事故抑止日数が、さらに長く続きますよう村民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

役 建設水道課建設係
役 高山村交通安全協会事務局

館報 たかやま 第788号 7月号
発行 高山村公民館
編集 館報編集委員会

“じっくり道草してみよう”より、牧場上の展望台から北アルプスを臨む

分館対抗スポーツ大会開催！

6月18日（日）に高山中学校体育館において分館対抗スポーツ大会が開催されました。当日は朝早くから参加者がたくさん体育館に集まりました。どの参加者からも笑顔があふれていました。「元気～？」「久しぶりだね」と会話もはずんでいました。今年度もコロナ感染が心配されることから大会は半日開催でした。15チームを5ブロックに分けて、それぞれブロック優勝をめざして、熱戦が繰り広げられました。はじめは遠慮がちの選手も、時間がたつにつれて体も心もほぐれてきて、ワンプレーごとに歓声と拍手が沸き起こりました。決まっても笑顔、失敗しても笑顔。最後は心地いい汗がいっぱい。

5コートで熱戦!!

各ブロックの優勝チームは以下のとおりです。

Aブロック　優勝　黒部
Bブロック　優勝　牧福B
Cブロック　優勝　中原
Dブロック　優勝　二ツ石B
Eブロック　優勝　二ツ石A

あれ？

パパがんばれ～

試合の後は、地区に戻って慰労会で交流を深めた分館もあったようです。コロナ禍にあって、近くに住んでいても案外顔を合わせることがなく疎遠になっていただご近所づきあいも、少し深まったようです。この勢いが、7月の高山まつり、そして10月の村民体育祭につながると思います。

夏が来た！ 高山村音楽まつりだぁ～

夏はやはり音楽の季節。有名音楽家と村内音楽団体とのコラボをお楽しみください。

サマーコンサート

日　時　8月6日(日)　午後4時～6時
会　場　YOU游ランド　ゆうゆう広場
（雨天の場合は屋内広場）
出演者　みゆき野吹奏楽団（飯山市）
高山アルプホルンクラブ

～弦楽と高山村合唱団による共演～ 高山村公民館サマーコンサート2023

日　時　8月19日(土)　午後6時～7時
会　場　高山村公民館　講堂
出演者　ヴァイオリニスト荒井雅至氏とムシカアレグレ
コールフラウエン
高山童謡唱歌の会

詳しくは、公民館窓口（☎214－9762）までお問い合わせください。

今月のギャラリー

６月の窯出し
高山村陶芸クラブ

わくわく村 じっくり道草してみよう

本年度最初の講座は「じっくり道草してみよう」です。6月17日（土）に講師の自然観察指導員の井浦和子さんと山田牧場に出掛けて、付近の散策と生き物の観察を行いました。

牧場に向かう村バスの中では、〝生き物しりとり〟で気分が盛り上がりました。

おさんぽしながら、いろいろ発見!!

笠岳途中の展望の良い場所まで上がり、周囲を臨みました。前日までの雨天がみごとに晴れ上がり、山々がくっきりと見えました。「あれが白根山」「槍ケ岳はあそこ」「御嶽山まで見えるのはあまりない」と説明されました。

バスを降りて「エゾアジサイの遊歩道」を歩きました。7月中旬が見頃のアジサイはまだ固いつぼみでしたが、途中、山でしか見られない草花や大きな〝シナノキ〟の説明を聞きながら、ぬかるんだ道を進み、どうにか昼食するカリヨンホールへ到着しました。

お弁当を食べた後、気に入った植物を写生して、花に自分でニックネームを付け観察しました。これからはその名で呼ぶんだよね。約半日の行程でしたが、4年生も1年生も「また行きたい！」と答えてくれました。

村の文化財をたずねて 第16回

一茶ゆかりの里 離れ家（紫）

軒下にはつるし飾りが

移築復元された久保田家の「離れ家」は、間口四間半、奥行二間半、十畳二室、縁側つき、茅ぶきの建物です。この離れ家こそ、一茶が同家を訪れるたび、何日も滞在して俳句を作り、句会を聞き、読書に親しみ、また、疲れを癒した場所でした。この離れ家は、久保田春耕の義父であり俳人でもあった久保田兎園（五代目重右衛門）の隠居部屋として建てられたものです。

一茶が訪れた当時の主人は春耕、父は兎園、妻は成布、息子は五郁、その嫁は柳志と号する俳人一家でした。

丸いものを好んだ兎園の丸い窓がある

体育協会長 挨拶

体育協会活動に期待するもの

会長 轟 三己夫

体育協会会長に推挙承認されました轟です。体育協会活動に期待することを述べて、就任の挨拶とさせていただきます。

コロナウイルスの関係でここ2～3年は各団体の活動には少なからぬ影響があったものと拝察致します。国の基準が変更になり、5類に引き下げられ、季節性インフルエンザと同等の扱いになりましたが、まだ気を抜けない状態だと思います。体協会則第3条の目的に、スポーツを振興し、村民の体力向上と～競技力の向上をはかる。第4条に、事業には～スポーツ少年団を育成する等と規程されています。現在、体協は10団体で構成し、各団体が体協の目的達成の為に積極的に活動いただいています。厚く御礼申し上げます。しかし少子高齢化の波は各団の活動にも影響しているのではないでしょうか。新規加入者が集まらない、団体競技として成立しない等。スポ少や中学校の部活動にも支障が出始めているやにお聞きしています。どうすればスポーツ活動を振興し、体力向上が図れるのか、構成団体の皆さん等と知恵を出し合い、解決策を探っていきたいと思います。スポーツは選択肢が広がっていますが、楽しいもの、健康につながるものということを体協活動を通して考えていきたいと思います。村民の皆さんの力・智恵をお貸しください。お願いします。

第2回 いきいきシニア学級

6月10日(土)

今回は、4年ぶりの研修旅行で46名が参加しました。目的地は、佐久市の「龍岡城五稜郭」と「ぴんころ地蔵」です。道の駅ヘルシーテラス佐久南内の咲恋テラスでの昼食を挟んで緩やかな日程です。

「五稜郭」では、草刈りをして待機していたボランティアの山本さんに説明されながら、外堀から唯一残存する「お台所」の見学を行い、ここを設計した藩主大給恒(おぎゅうゆずる)氏の幕末から明治にかけての偉業を学びました。

お台所の中は展示室です

「ぴんころ地蔵」では縁日に合わせての参拝でしたので、空間を彩るパラソルの下で、お地蔵様の御利益を伝えるボランティアの魚屋さんの出現やお得な買い物を楽しみました。

バス内外での他者交流や素敵なボランティアの活動に触れ、各所でのお買物も楽しんで満喫し、元気を得たシニア学級でした。

毎月第2土曜日は“山門市”

8月の生涯学習講座

開催日	事業名	場所
8月 2日(水)	ハーバリウム教室	公民館
8月 3日(木)	星空観察教室(夏)	YOU游ランド ゆうゆう広場
8月 6日(日)	サマーコンサート	YOU游ランド ゆうゆう広場
8月11日(金)(予備日8月20日)	わくわく自然探検	太田堰・湯倉洞窟
8月12日(土)	切り絵教室	公民館
8月19日(土)	朝活ゆったり太極拳	一茶館
8月19日(土)	サマーコンサート 2023	公民館
8月26日(土)	古道を歩こう	古道

高山俳壇

じぐざぐの林道にぎやか蝉音色　松本 孝夫

涼風とハガキ一枚投函す　藤沢 つよし

事務室の一輪差しや風薫る　関谷 庸子

志賀山の風穴数多(あまた)ほととぎす　小林 あき子

マロニエの名をたづね寄る旅の人　大草 政子

脚立下りおこびれ集う夏木陰　大月 三香

緑さす水石亭の嵌(は)め殺し　高野 悠子

本とともだち

テーマ　「さまざまな方向から『見る』」

目の見えない白鳥さんと アートを見にいく

川内有緒（集英社インターナショナル）

目の見えない方が美術館でアート作品を「見る」というのは一体どういうことなのか？友人に誘われて全盲の美術鑑賞家、白鳥さんと出会った著者。作品の前でその特徴や感じたことを語り、白鳥さんはそれを共有する。美術鑑賞の神髄と新たな楽しさを知る本。

トルコから世界を見る

内藤正典（筑摩書房）

SDGs は、日本だけでなく世界規模での課題であり、他国の人と共に取り組まなくてはいけない目標だ。そのためには他国の文化をよく知り、理解しておくことが必要だという。アジアとヨーロッパにまたがり、東洋・西洋の文化の融合を考え続けてきた国「トルコ」の考え方を通して、異文化理解の手がかりを探す本。

サンショウ ～ピリリと夏バテ解消～

今年は春先から暑かったり寒かったり、夏はどうでしょう。夏バテしないで乗り切りましょう。スタミナつけるには、蒲焼き！ピリッと山椒も効かせて。

ウナギは国際的な絶滅危惧種でお高いですが、サンショウ（山椒）は高山村の山にも生えています。春の新芽は「木の芽」としてちらし寿司などに、夏の青い実は佃煮に、蒲焼きの山椒は秋に実った果実の皮を乾燥させたもの。季節毎に、いろいろ楽しめます。

けれど、厄介なのはかなり鋭いトゲがあること。でもこのトゲで似ているけどあまり香りのしないイヌザンショウと見分けます。サンショウは腕を広げたようにトゲが二本セットで付いています。イヌザンショウは一本。で、学生の頃に先輩から「バンザイサンショウ」と覚えるんだよと教えてもらいました。バンザイしてるみたいな二本のトゲです。

夏の夕刻は山椒のきいたおつまみとビールでスポーツ観戦もいいですね。最近山椒のきいたスナック菓子もあるとか。応援しているチームが勝ったら「万歳サンショウ！」。夏バテも吹き飛びます。

サンショウ
（秋、実が熟したころ）

チャオル de キッチン 100

元気の出るレバー

《材料》（５人分）

豚レバースライス… 150g
生姜(すりおろす)… 適量(2g)
にんにく(すりおろす) … 適量(2g)
醤油……小さじ1/2
（A）
片栗粉…… 適量
揚げ油…… 適量
ほうれん草…… 150g
砂糖……大さじ1
しょうゆ……大さじ1
酒……小さじ1
（B）
白いりごま……小さじ1

① スライスしたレバーは、Ａで下味をつける。
※給食では、下茹でして臭みをとってからＡで下味をつけます。
② ほうれん草は、２センチにカットして茹でておく。
③ Ｂの調味料で、甘だれを作っておく。
④ ①のレバーに片栗粉をまぶし、180℃に熱した油でカラッと揚げる。
※給食では、食べやすいようにカリカリになるまで揚げます。
⑤ ④の揚げたレバーに②③をよくあえて、仕上げにごまをふって出来上がり。

「給食のレバーは食べられるよ！」「どうやったら給食のように作れますか？」と保護者や学校の先生方から聞かれます。レバーは鉄などが豊富で、栄養価に優れた食品ですが、苦手な子もおり、ご家庭でも食卓になかなかあがりません。

給食では、今後も「レバー」を積極的に献立に入れたいと思います！

（高山村学校給食センター　栄養教諭　古平エミ子）

編集後記

今年の夏も猛暑になるのではと言われています。皆さま、体調を崩されてはいませんか？体が暑さに慣れていないのに気温が急上昇するこの時期は特に注意が必要です。数年ぶりに開催される屋外イベントも多いこの夏、無理ない暑さ対策で元気に乗り切りたいものです。

（五百住　記）

8月の行事カレンダー

日	曜日	行事予定（会場・時間等）	担　　当	お問い合わせ
1	火			
2	水	健康相談（9時～12時　保健福祉総合センター）　☞23頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
3	木			
4	金			
5	土			
6	日			
7	月	乳がん(マンモグラフィ)検診(9時～14時15分　保健福祉総合センター)　☞8頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
8	火	乳がん(マンモグラフィ)検診(9時～14時15分　保健福祉総合センター)　☞8頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
9	水	健康相談（9時～12時　保健福祉総合センター）　☞23頁 乳がん(マンモグラフィ)検診(9時～14時15分　保健福祉総合センター)　☞8頁 寄ったい市場(9時30分～11時30分　保健福祉総合センター)　☞14頁	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係 健康福祉課福祉係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202 ☎ 242-1201
10	木	乳がん(マンモグラフィ)検診(9時～14時15分　保健福祉総合センター)　☞8頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
11	金	（祝日　山の日）		
12	土			
13	日			
14	月			
15	火			
16	水	健康相談（9時～12時　保健福祉総合センター）　☞23頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
17	木	合同相談（13時30分～16時　公民館会議室） 体育施設調整会議（18時～　公民館会議室）	総務課総務係 教育委員会生涯学習係	☎ 214-9243 ☎ 214-9762
18	金			
19	土			
20	日			
21	月			
22	火			
23	水	子育てセミナー（10時45分～12時　保健福祉総合センター）　☞23頁 健康相談（9時～12時　保健福祉総合センター）　☞23頁	子育て支援センター 健康福祉課保健予防係	☎ 242-2660 ☎ 242-1202
24	木			
25	金			
26	土			
27	日	総合防災訓練　☞2頁	総務課危機管理防災係	☎ 214-2263
28	月	基本健診（8時～11時、13時～14時　保健福祉総合センター）　☞6頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
29	火	基本健診（8時～11時、13時～14時　保健福祉総合センター）　☞6頁 保育園開放日（10時～11時30分　たかやま保育園）　☞23頁	健康福祉課保健予防係 子育て支援センター	☎ 242-1202 ☎ 242-2660
30	水	基本健診（8時～11時、13時～14時　保健福祉総合センター）　☞6頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
31	木	8月分　税・料金等納期限・口座振替日　☞23頁 基本健診（8時～11時、13時～14時、17時～19時　保健福祉総合センター）　☞6頁	住民税務課税務係 健康福祉課保健予防係	☎ 214-9244 ☎ 242-1202

８月の納税等の納期限・口座振替日　◆住民税務課税務係　☎ 214-9244

月	納期限・口座振替日	税　目　等	期　別	税　目　等	期　別
８月分	８月 31 日㈭	村県民税	２期分	学校給食費	８月分
		固定資産税	２期分	水道料金	３期分
		保育料・児童クラブ利用料	８月分		

健康相談　◆健康福祉課保健予防係　☎ 242-1202

期　日	会　場	開設時間	相談員	備　　考
８月　２日㈬ ８月　９日㈬ ８月 16 日㈬ ８月 23 日㈬	保健福祉 総合センター	午前９時 ～正午	保健師 栄養士	＊健康上の心配事・悩み事のある方、乳幼児の体重測定・育児相談など健康管理全般について知りたい方はお出かけください。 ＊電話での相談も随時受け付けています。 ＊在宅介護関係については、地域包括支援センター（☎ 242-1203）にご相談ください。

子育て支援センター　◆子育て支援センター　☎ 242-2660

イベント名	期　日	時　　間	会　　場	内　　容
子育てセミナー	８月 23 日㈬	午前 10 時 45 分～正午	保健福祉総合センター ふれあいホール	夏祭りを楽しもう♪
保育園開放日	８月 29 日㈫	午前 10 時～ 11 時 30 分	たかやま保育園	保育園であそぼう

※セミナーへの参加は事前に申し込みが必要です。子育て支援センターまでお問い合わせください。

須高広域シルバー人材センター入会説明会　◆須高広域シルバー人材センター　☎ 246-2003

期　日	時　間	場　　所
８月 16 日㈬	午後１時 30 分 ～午後３時	保健福祉総合センター内 須高広域シルバー人材センター高山事務所

マチイロ
マチを好きになるアプリ
広報たかやまを
スマートフォン等へ配信！

高山村公式
ホームページ
村政に関する情報を
配信中！

高山村公式
フェイスブック
いいね！、フォロー
お願いします！

広報 たかやま No.520 2023.7.15

村の人口

令和５年７月１日
現在の住民基本台帳人口
（前月との比較）

世帯数	（＋	1）	2,497 戸
人　口	（－	3）	6,608 人
男	（－	6）	3,295 人
女	（＋	3）	3,313 人

むらびとのうごき

6月1日から
6月30日までの届出から
※希望者のみの掲載です

すこやかに

涌井　理汰（りた）ちゃん　駒場
（㊚勇輔さん　㊛亜美さん）

おくやみ

越　ふさ　さん　93歳　堀之内

第184回 こんにちは　あかちゃん

チャオル健康管理センターで３か月健診を受診された元気なあかちゃんを紹介しています。
今回は、５月の健診を受診された赤ちゃんです！

井川　初華（いちか）ちゃん
（新　堀）

◆健康福祉課保健予防係　☎ 242-1202

たかやまチャンネル（122ch）

輝き！ムラビト図鑑 No.12
「民話で繋ぐ村の歴史　紙芝居師たちの活躍」

初回放送　７月 10 日㈪　９時～

村の歴史を継承しようと活躍する「信州高山民話の里しゃくなげ」の皆さんに密着！
手作りの切り絵を使った紙芝居で、心温まる民話を伝えています。

令和５年度 サマージャンボ宝くじ

今年のサマージャンボは、１等・前後賞合わせて７億円！

発売期間　７月４日㈫ から ８月４日㈮ まで
抽せん日　８月18日㈮

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、高齢者対策など地域住民の福祉向上のために使われますので、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

表紙の紹介

信州高山ふるさと感謝祭

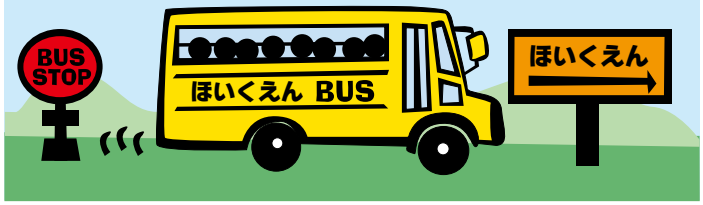
ＹＯＵ游ランドで開催した信州高山ふるさと感謝祭での、ダ・カーポスペシャルコンサートとアンパンマンミニショーの様子です。
スペシャルコンサートでは、「野に咲く花のように」など数々の名曲を披露され、会場全体が魅了されていました。
また、ミニショーではアンパンマン体操が行われ、子ども達も思い切り楽しんでいました。
イベントの模様は15頁をご覧ください。

大きくそだて元気な子

たかやま保育園

太鼓叩くの楽しいな♪

年長さくら組では、５月中旬から和太鼓活動に取り組んでいます。毎年、年長になると和太鼓の練習を開始し、高山まつりで演奏するのが恒例です。山田保育園の時からずっと受け継がれています。今年は数年ぶりに高山まつりが開催されるので、そこでの発表を目指し日々頑張って叩いています。
「今日も太鼓やりたーい！」「かっこよく大きく叩けるようにする！」などと、毎朝太鼓を楽しみに登園しているさくら組さん。保育園中に響き渡る太鼓の音が、日を追うごとにリズムが揃い、力強い音に変わってきています！みんなのリズムが揃うと気持ちが良く、心がワクワクしてきます。「楽しい!! 音が揃うと気持ちいいね♪」と、本当に楽しそうな子どもたちです。７月 29 日の演奏に向けて、みんなで気持ちを合わせて頑張っていくので、ぜひ子どもたちのがんばっている姿を見に来てください♡



発行／高山村　編集／総務課
長野県上高井郡高山村大字高井 4972
電話 026-245-1100　FAX 026-248-0066
〈URL〉https://www.vill.takayama.nagano.jp
〈E メール〉takayama@vill.takayama.nagano.jp
〈印刷〉㈱ オフセット