広報
たかやま
2023 令和5年
8
521号

今月の主な内容

総合防災訓練 …… 2
信州高山まつり …… 3
行政手続きオンライン化 …4～5
信州高山ヒルクライムチャレンジ2023 …… 6
計量器(はかり)の定期検査を実施します …… 7
国保について／子宮頸がんワクチン …8
職員給与等の公表 …… 9
人権教育講座開催 …… 10

Shiga-highland Biosphere Reserve
志賀高原ユネスコエコパーク
高山村

the most beautiful villages in japan

消防・防災

令和５年度 高山村総合防災訓練

▶日　時　８月27日㈰　午前８時～11時30分頃
▶会　場　指定避難所５か所
▶対　象　全村民を対象としています！

会場は、次の５か所です。
お住いの地区により訓練会場が異なりますので、お間違えのないようにお越しください。

会場	指　定　避　難　所	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

当日の主な日程（予定）

7：00　訓練告知放送
防災行政無線で訓練実施をお知らせします。

7：30　避難情報発令
「警戒レベル３高齢者等避難」を防災行政無線で発令します。
気象庁から大雨警報が発表されており今後も雨が降り続く見込みです。高齢者等で避難に時間のかかる方（避難行動要支援者）は、この時点で指定避難所へ避難を開始してください。

8：07　避難情報発令
「警戒レベル４避難指示」を防災行政無線で発令します。
土砂災害の危険が高まることが予想されるため、気象庁から土砂災害警戒情報が発表されます。土砂災害危険区域にいる全ての方は、緊急避難場所（各地区公会堂等）へ一時的に避難し、その後、各地区区長の指示により指定避難所へ移動してください。
※各地区公会堂等への一時的な避難は訓練における取扱いです。実災害時は、直接指定避難所へ避難してください。

9：00　訓練第１部
各指定避難所（体育館内）で、長期避難を想定した避難所開設訓練を実施します。（間仕切りパーテーション、簡易ベッド、非常用トイレ等の組み立てなど）

10：45　緊急地震速報
「緊急地震速報」を防災行政無線で放送します。
マグニチュード7.8、震度６弱の大地震が発生したため屋外へ避難してください。

10：55　訓練第２部
各指定避難所（グラウンド）で、地震発生後の火災による被害拡大を防ぐため初期消火訓練を実施します。（水消火器、消火栓からの放水、小型ポンプを使用した放水など）

11：30　終了式
各指定避難所で終了式を行います。

◆総務課危機管理防災係　☎２１４―２２６３

地域活性化

第37回信州高山まつり

「帰ってきた高山まつり!! かがやけ村民の絆」をキャッチフレーズに4年ぶりに開催

7月29日㈯、大勢の村民の皆さまのご参加とご協力をいただき信州高山まつりが盛大に開催されました。

お祭りは、宮川栄一実行委員長の力強い開会宣言でスタートし、ステージでは、ゲストに高山村出身の仲山コマさんと高山キッズ・Jr.ダンスとの共演によるダンスパフォーマンスをはじめ、村内の皆さまによる熱いパフォーマンスが披露されました。

また、ひんのべ音頭の踊り流しでは、趣向を凝らした村内21の踊り連が、愉しげに素敵な夏の一夜を過ごしました。

お祭りの最後を締めくくる花火大会は、村内外の企業や事業所、有志の皆さまからご寄付をいただき、村民の皆さまによる協力金と合わせて、盛大な花火を打ち上げることができました。

真夏の夜空に打ち上げられた大輪の花火は、まつりの最後を飾るにふさわしく、観客の皆さまからは盛大な拍手や歓声が沸き起こり、心に残るお祭りとなりました。

受賞された踊り連の皆さん

第37回ひんのべ大賞	牧連
きれいにおどれたで賞	堀之内連
にぎやかだったで賞	荒井原連
じっちゃんばっちゃん元気で賞	松南連
老若男女たくさん参加したで賞	紫連
めだったで賞	久保連
たのしかったで賞	中原連
審査員特別賞	千堀連
審査員特別賞	なないろのにわ のの花ほいくえん連
審査員特別賞	水中連

夏の一大イベントとして定着した信州高山まつりですが、今年も真夏のよき思い出として多くの皆さまの心に刻み込まれたことと思います。

ご協力ありがとうございました。

◆信州高山まつり実行委員会
（高山村商工会・産業振興課商工観光係内）
☎214―9296

情報化

行政手続きのオンライン申請の受付を始めました！

～あなたの生活の手続きをもっと簡単・便利に～

村民の皆さまが生活する中で必要となるさまざまな行政手続きが、マイナンバーカードを活用することで、役場等に出向くことなくオンラインで申請できるようになりました。

高山村では、まずは国が指定した 27 の手続き（次頁参照）について、オンラインによる申請の受付を開始しました。

1 マイナポータル（ぴったりサービス）にアクセス

2 市町村を選択

3 選択条件を設定

4 手続名称を選択

5 申請開始

以降、案内に沿って申請内容を入力してください。

※スマートフォンなどタブレット端末でマイナンバーカードを読み取ると簡単です

詳細はぴったりサービス利用マニュアルをご覧ください。

◆総務課企画政策係　☎２１４―２２６３

オンラインで申請ができる手続き一覧

制度名	手続名称	申請の対象となる方	担当部署
母子保健	妊娠の届出	妊娠した方	健康福祉課保健予防係
児童手当	児童手当等の受給資格及び児童手当の額についての認定請求	新たに児童手当等を受給する方	住民税務課生活環境係
	児童手当等の現況届	児童手当等の支給を受けている方	
	児童手当等の額の改定の請求及び届出	既に児童手当等を受給しており、新たに養育するお子さんが増えた（減った）方	
	氏名変更／住所変更等の届出	氏名または住所が変更になった受給資格者、および支給要件児童	
	児童手当等に係る寄附の申出	児童手当等の寄附を希望する方	
	児童手当等に係る寄附変更等の申出	児童手当等の寄附申出書の内容の変更または撤回を希望する方	
	未支払の児童手当等の請求	本来受け取るべき手当を受け取っていない児童	
	受給事由消滅の届出	児童手当等の支給を受ける理由がなくなった方	
	受給資格者の申出による学校給食費等の徴収等の申出	児童手当等から学校給食費等の徴収を希望する方	教育委員会子育て学校教育係
	受給資格者の申出による学校給食費等の徴収等の変更等の申出	児童手当等から学校給食費等の徴収等の内容を変更または撤回を希望する方	
児童扶養手当	児童扶養手当の現況届	児童扶養手当を受給している方	長野保健福祉事務所福祉課
保　育	教育・保育給付認定兼保育施設等の利用申込	保育施設等の利用を希望する方	教育委員会子育て学校教育係
	支給認定の申請	保育施設等の利用を希望する方	
	保育施設等の利用に係る現況届	引き続き保育施設等の利用を希望する方	
介　護	要介護・要支援認定の申請	要介護・要支援認定を希望する方	健康福祉課福祉係
	住所移転後の要介護・要支援認定申請	他市町村で要支援・要介護認定を受けており、本村に転入してきた方	
	要介護・要支援更新認定の申請	要介護・要支援認定の更新をしたい方	
	要介護・要支援状態区分変更認定の申請	要介護・要支援状態区分の変更を希望する方	
	被保険者証の再交付申請	介護保険被保険者証を紛失・破損等してお手元に無い方	
	介護保険負担割合証の再交付申請	介護保険負担割合証を紛失・破損等してお手元に無い方	
	介護保険負担限度額認定申請	介護保険施設を利用しており、一定の要件を満たす方	
	居宅介護（介護予防）住宅改修費の支給申請（住宅改修前）	介護用に住宅改修を予定している方	
	居宅介護（介護予防）住宅改修費の支給申請（住宅改修後）	介護用に住宅改修を行った方	
	高額介護（予防）サービス費の支給申請	居宅サービスや施設サービスに対して支払った自己負担額が、一定の上限額を超えた方	
	居宅（介護予防）サービス計画作成（変更）依頼の届出	居宅介護支援事業者等にケアプランの作成を依頼する方	
	居宅介護（介護予防）福祉用具購入費の支給申請	福祉用具を購入した方	

観光

信州高山ヒルクライムチャレンジ2023 9月3日(日) 開催！

全長20キロ、標高差1300メートルを走る自転車レース「信州高山ヒルクライムチャレンジ2023」を、次のとおり開催します。

定員300人の小規模大会ですが、村をあげて作るアットホームな雰囲気が売りの大会です。

大勢の皆さまのご声援または、ボランティアスタッフへのご応募をお待ちしております。

昨年の大会のようす

大会日程

前日受付

▼期　日　9月2日(土)
▼受　付　午後1時～5時
▼場　所　保健福祉総合センター

大会当日

▼期　日　9月3日(日)
▼受　付　午前8時～8時40分
▼開会式　午前8時40分～
▼パレードラン　午前9時（YOU游ランド）
▼スタート　午前9時40分
▼最終ゴール　午後0時10分（制限時間2時間30分）
▼表彰・閉会式　午後1時（YOU游ランド）

ボランティアスタッフの募集について

大会当日の運営にあたり、スタッフとしてご協力いただけるボランティアを募集しています。詳細は、信州高山村観光協会までお問い合わせください。

▼募集期間　8月25日(金)まで

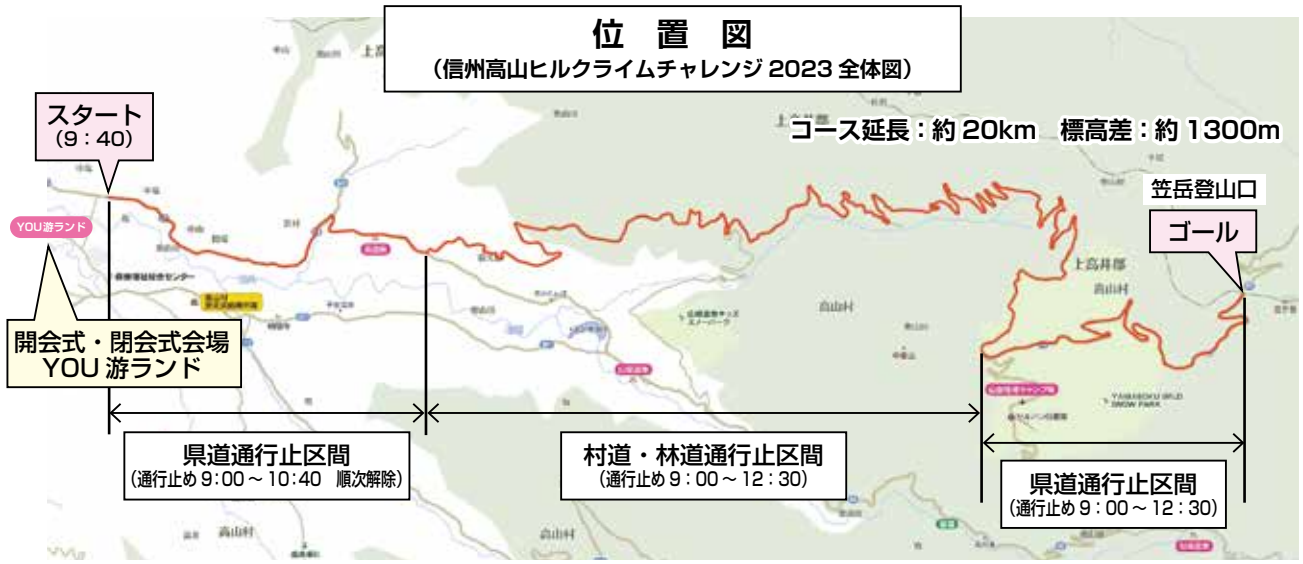
参加者等による大抽選会開催

大会終了後、参加者、ボランティアスタッフ、沿道で応援者として参加いただいた全ての方を対象に、豪華賞品が当たる大抽選会を実施します。大勢の皆さまのご参加をお待ちしています。応援旗を振って、豪華賞品をゲットしよう！

交通規制のお知らせ

ヒルクライムチャレンジ2023開催中は、ゆうゆう橋北側の県道66号線から林道天神原線、村道鎌田入線を経て笠岳登山口までが一定時間全面通行止めとなります。沿道の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

また、大会中は多くの参加者が出場されますので、沿道でご声援いただきますようお願いします。



◆信州高山ヒルクライムチャレンジ実行委員会（信州高山村観光協会内）☎242―1122

計量器（はかり）の定期検査を実施します

対象のはかりを使用されている方は必ず受検してください

農産物や食品のパック詰め、学校等において体重を測定する「はかり」は、2年に1度の定期検査を受けることが計量法で義務付けられています。

本年度は、次のとおり定期検査を実施しますので「はかり」を持参し、必ず検査を受けてください。

なお、検査には手数料（検査代金）が必要となります。

また、持ち込む際は、はかりに付着したほこり、粉等を落としてください。

▼日　時

10月3日㈫

午前11時～正午

午後1時～3時

▼場　所

公民館1階フロア

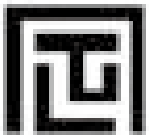
▼検査対象となるはかり

取引又は証明の計量に使用しているはかり

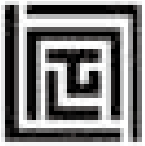
〈取引又は証明の計量の例〉

- 商品の売買、農家の出荷（米・きのこ・野菜・果実等）、運送・保管及びその他業務上の計量
- 薬局での医薬品の調剤等の計量
- 官公庁、学校、保育園、幼稚園及び福祉施設の体重測定等公的な計量
- 病院、診療所、保健所等の健康診断、診断書を発行するための計量

※取引及び証明に使用できるはかりには、「検定証印」又は「基準適合証印」が表示されています。



検定証印



基準適合証印

※検査には、おもり・分銅・電源アダプター等付属品一式も併せて持参ください。

※定期検査以前1年以内に、個別に計量士の行う検査（代検査）に合格し、届出をしたはかりは定期検査の対象外です。

▼手数料（検査代金）

現金でご用意ください（はかりの種類により額が異なります）。

【はかり】

1個あたり

250円～2，300円

【分銅・おもり】

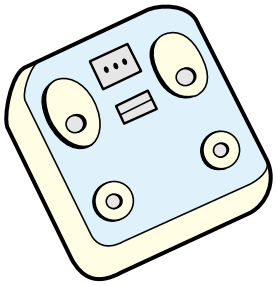
1個あたり　10円

▼上記日程で受検できない場合

都合により、受検できない方は、近隣市町村で実施される検査を受けてください。

〈参考〉近隣市町村の検査日程

- 小布施町
  10月4日㈬
  午前10時30分～正午
  午後1時～3時
- 千曲市
  10月5日㈭～6日㈮
  午前10時～正午
  午後1時～3時



※近隣市町村での受検を希望される場合は、予め受検を希望する市町村に相談してください。

詳細は、村ホームページをご覧いただくか、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

◆長野県計量検定所
検定・検査課
☎0263－47－4006

保険・年金

国民健康保険被保険者の皆様へ

今年8月1日から新しい被保険者証になりました

これまでご使用いただいた**藤色**の国民健康保険被保険者証は、7月31日で有効期間が満了となりました。8月1日からは、今回送付した**空色**の被保険者証をご使用ください。

なお、新しい被保険者証がお手元に届かない場合は、住民税務課生活環境係までご連絡ください。

また、古い被保険者証（藤色）は、お手数ですが、ご自身で裁断するなどして処分してください。

加入・喪失手続きをお忘れなく

国民健康保険の加入及び喪失手続きは自動的に行われません。

社会保険など勤務先の健康保険に加入した、若しくは、加入しているにもかかわらず、国民健康保険被保険者証が届いた方や、退職等で社会保険の資格が喪失しているにもかかわらず、どの健康保険にも加入されていない方は役場で手続きが必要です。国民健康保険の加入・喪失の手続きに必要な書類など詳しくは住民税務課生活環境係までお問い合わせください。

納付が困難になった場合は早めにご相談ください

特別な事情がなく国民健康保険税を滞納すると、通常の被保険者証よりも有効期限が短い「短期証」が交付されます。

このため、国民健康保険税の納付が困難になった場合は、早めにご相談ください。

臓器提供に関する意思表示欄を裏面に設けています

臓器の移植に関する法律が改正され、国及び地方公共団体は移植医療に関する啓発等を進めることになったことから、被保険者証の裏面に臓器提供に関する意思表示欄を設けています。

なお、意思表示欄への記入は、被保険者の方の任意ですので、記入を義務付けるものではありません。

◆(社)日本臓器移植ネットワーク
☎0120―78―1069

◆住民税務課
生活環境係 ☎214―9267
税務係 ☎214―9244

健康

子宮頸がんワクチンの案内

令和4年度から接種勧奨を再開しています。子宮頸がんにならないために、予防接種と検診を受けましょう。

子宮頸がんの現状

日本において子宮頸がんは毎年約1万1千人の女性がかかる病気で、毎年約2千900人の女性が亡くなっています。この病気の治療のため、30歳代までに子宮を失ってしまう方が、1年間で約1千人います。

子宮頸がんにならないために、ワクチン接種と子宮頸がん検診の受診をセットで行いましょう。

▼接種対象者
中学1年生～高校1年生相当の女子

▼接種場所 村指定医療機関

▼接種費用 無料

▼接種に必要なもの
・予診票
・健康保険証
・母子健康手帳

キャッチアップ接種

子宮頸がんワクチンの接種をお勧めする取り組みが差し控えられていた間に、定期接種の対象であった方々の中には、ワクチン接種の機会を逃した方がいます。公平な接種機会を確保するため、こうした方に、あらためて接種の機会を設けています。過去に1回、2回のみ接種をした方は、残りを公費で接種できます。

▼接種対象者
平成9年4月2日生～平成19年4月1日までに生まれた女性
過去に子宮頸がんワクチンの接種を合計3回受けていない方

▼接種可能な時期
令和7年3月末まで

▼接種場所 村指定医療機関

▼接種費用 無料

▼接種に必要なもの
・予診票
・母子健康手帳
・2回目、3回目の方は接種済証（母子健康手帳に接種済印がある場合は不要）
・健康保険証

◆健康福祉課保健予防係
☎242―1202

令和４年度 職員給与などの状況を公表します

特別職職員の給料・議会議員の報酬の状況

特別職職員の給料

職　名	給料額（円）
村　長	673,000
副村長	562,000
教育長	506,000

議会議員の報酬

職　名	報酬額（円）	職　名	報酬額（円）
議　　長	266,000	常任委員長	177,000
副　議　長	191,000	議　　員	169,000

一般職職員の給与等の状況

職員の給与は、民間給与の実態や官民給与の比較による人事院勧告に準じ、適正な水準の確保に努めています。

1. 初任給

区　分	行政職（円）	労務職（円）
高校卒	154,600	147,700
短大卒	167,100	——
大学卒	185,200	——

2. 平均給料月額等

一般行政職職員		技能労務職職員	
平均年齢（歳）	平均給料月額(円)	平均年齢（歳）	平均給料月額(円)
41.0	286,038	49.6	273,988

3. 期末・勤勉手当

区　分	6 月（月分）	12 月（月分）	計（月分）
期末手当	1.20	1.20	2.40
勤勉手当	1.00	1.00	2.00
合　計	2.20	2.20	4.40

4. 級別職員数等

（一般行政職職員）

級	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	合計
標準的な職務内容	主事	主任	主査係長	主幹課長補佐	副参事課長	参事課長	
職員数（人）	26	6	17	9	5	4	67
構成比（%）	38.8	8.9	25.4	13.4	7.5	6.0	100.0

（技能労務職職員）

級	1 級	2 級	3 級	4 級	合計
標準的な職務内容	定型的な労務	技能又は経験を要する労務	相当の技能又は経験を要する労務	高度の技能又は知識経験を要する労務	
職員数（人）	2	1	2	3	8
構成比（%）	25.0	12.5	25.0	37.5	100.0

5. 退職手当

区　分	支　給　率	
	自己都合	定年等
勤続 20 年	19.6695 月分	24.586875 月分
勤続 25 年	28.0395 月分	33.27075 月分
勤続 35 年	39.7575 月分	47.709 月分
最高限度額	47.709 月分	47.709 月分

6. 勤務時間

1 週間の勤務時間	勤務時間	休　憩
38 時間 45 分	8：30 ～ 17：15	12：00 ～ 13：00

7. 職員の分限･懲戒処分の状況（令和４年度）

分限処分２人　　懲戒処分０人

8. 職員の福利厚生

職員互助会の設置
（村負担金　毎月職員給料月額　2.3 /1,000）

9. ラスパイレス指数

区　分	H29.4.1	H30.4.1	H31.4.1	R2.4.1	R3.4.1	R4.4.1
国	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
高山村	93.4	92.1	91.2	92.6	93.3	93.2

※ラスパイレス指数とは、国の給与水準を 100 とした場合の村の給与水準の指数です。

◆総務課総務係　☎２１４―９２４３

令和５年度 高山村人権教育講座のご案内

▶ねらい

村民一人ひとりが、人権問題を自分自身の問題としてとらえ、互いの人権を尊重する意識や態度を身につけ、日常生活の中で当たり前のこととして行動できるようにするため、人権意識の高揚を中心に据えた講座を開催します。

令和４年第１回人権教育講座

▶主　　催　高山村、高山村教育委員会

▶開催場所　高山村公民館　講堂

▶日程及び内容

	日　　時	演題・講演テーマ等の予定	講　　師
1	９月７日㈭ 午後６：30～８：00	子どもの人権 （インターネットの弊害から子どもを守る） 演題　「ゲーム依存について」 ≪講堂にてオンライン開催≫	佐藤　みずき さん （長野県立こころの医療センター 精神保健福祉士）
2	９月 21 日㈭ 午後６：30～８：00	同和問題 演題　「同和問題の解決に向けて」	部落解放同盟須坂市協議会長
3	10 月５日㈭ 午後６：30～８：00	性的少数者の人権 演題　「性的少数者の人権と パートナーシップ制度」	町田　秀敏 さん （長野県人権啓発センター 人権啓発指導員）
4	10 月 19 日㈭ 午後６：30～８：00	外国人の人権 演題　「共に生きる」	NGO TRUONG LONG（ゴ チュオン ロン）さん

◆教育委員会人権推進係　☎２１４―９７６２

農業

農業共済組合からのお知らせ

果樹共済加入農家の皆さまへ

自然災害などにより減収が見込まれる場合は、収穫前に事故発生通知書、または電話により長野県農業共済組合北信支所へご連絡ください。

後日、果樹共済損害通知書を送付しますので、損害状況を記入のうえ、提出をお願いします。

収穫途中または収穫後にご連絡いただいた場合、適正な損害評価ができず、共済金が支払われない場合があります。

詳しくは、農業共済組合果樹担当までお問い合わせください。

◆長野県農業共済組合北信支所
果樹係
☎219―2891

水稲共済加入農家の皆さまへ

令和5年産水稲の被害届受付を開始しました。

▼対象被害
自然災害、病虫害、獣害等
（水稲共済への加入が必要です。）

▼申告方法
各戸配布の損害通知書に必要事項を記入のうえ、長野県農業共済組合北信支所に提出してください。

▼締め切り
9月1日㈮

詳しくは、農業共済組合水稲担当までお問い合わせください。

◆長野県農業共済組合北信支所
農畑作物係
☎219―2892

農業

里親農業者を募集します

農業従事者の高齢化や農業後継者の減少で耕作放棄地の増加などが課題となっている一方、果樹産地である高山村で新たに農業を始めたいという希望者が増えています。

村では、本格的に農業を志す方への技術指導など、支援していただける里親農業者を募集しています。

本村の農業を守り、一緒に新規就農者を支援するため、ご協力をお願いします。

▼活動内容（研修は2年間）
- 栽培技術、経営管理等の指導
- 地域への紹介
- 農地等の確保支援
- 就農後の支援

▼主な登録の要件
- 経営経験が5年以上の方
- 登録申請時に70歳以下の方
- 認定農業者

▼研修謝金
- 51万6千円
（1年目に支払います）

里親農業者の声

K・Nさん
【経営品目：りんご】
里親になって一番良かったと思うことは、高齢でりんご栽培ができなくなった畑を里子が引き継いでくれて遊休農地化を防ぐことができたことです。
高山村の農業・農地を次世代に繋いでもらえるように本村で農業を始めたいと希望する人を呼び込んでもらいたいと思います。

M・Mさん
【経営品目：ぶどう・りんご】
里親は大変なこともありますが、研修生が就農し、目標に向かって頑張っている姿をみると、とても嬉しく思います。
この流れを止めずに村の活性化に繋がってほしいと願っています。

◆産業振興課農政係
☎214―9268

農業

第24期農業委員の任命及び農地利用最適化推進委員が委嘱されました

第24期高山村農業委員会の委員14名が6月定例村議会において同意されたことを受け、7月20日㈭、村長から辞令が交付されました。

引き続き、総会が開催され、会長には藤沢勉さん、会長代理に梨本律子さんが選出されました。

また、農業委員会において新たに農地利用最適化推進委員5名が委嘱されました。

農地や農業に関することは、お近くの農業委員または農地利用最適化推進委員にご相談ください。

第24期農業委員（敬称略）

会長
藤沢　勉（宮　関）

会長代理
梨本　律子（堀之内）

委員
宮川　仁司（蕨　平）
黒岩　美信（牧）
水橋　久人（桝　形）
東方巳治郎（荒井原）
篠原　豊（三　郷）
西澤　堅治（久　保）
黒岩　由美（牧）
小出　和美（荒井原）
松本　修一（紫）
堀江繁太郎（中　原）
黒岩　稔（二ツ石）
小渕　一弥（水　中）

農地利用最適化推進委員（敬称略）

井浦　勝美（荒井原）
牧　哲生（赤　和）
湯本　幸男（黒　部）
涌井　弘男（駒　場）
宮川　恵二（荻久保）

◆農業委員会事務局
☎214―9268

移住・定住・就農

オンライン移住・就農相談会を開催しています

村では、移住をお考えの皆さまの不安や疑問を払拭するため、WEB会議システム「Zoom」を使用したインターネットでの移住相談会を開催しています。

移住先が決まっていない方や、新規就農に関すること、雪の降る地域での暮らしに不安をお持ちの方はご相談ください。

▼実施日時
毎月1回開催しています。日程は村ホームページに掲載しています。

▼申込方法
相談会の5日前までに村ホームページからご予約ください。

「Zoom」を利用した無料オンライン相談となりますが、通信費は自己負担となりますので、ご了承ください。

◆定住支援室定住支援係
☎214―9298
◆産業振興課農政係
☎214―9268

福祉のひろば

知ってください「認知症」

認知症とは

病気などさまざまな要因で脳の働きに不具合が生じ、生活に支障をきたしている状態を認知症といいます。

認知症は誰もがなり得るもので、正しい知識を持つことが大切です。村民の皆さまに関心を持っていただくため、認知症に関する情報を定期的に掲載していきます。

今回は「レビー小体型認知症」です。

レビー小体型認知症

▼発症まで

脳に「レビー小体」という物質が大量にたまることで発症します。

▼症　状

症状の良い時と悪い時の変化が大きく、時には人や動物、虫などがリアルに見える「幻視（げんし）」や、他の人には聞こえない声や音が聞こえる「幻聴（げんちょう）」を伴うこともあります。

また、動こうとする意思にかかわりなく、筋肉が固くこわばる、動きが鈍くなる、動作がぎこちなくなる、手足が震えるなどのパーキンソン症状がみられることもあります。そのため、レビー小体型認知症の方は、アルツハイマー病の方に比べて転倒することが多く、骨折などにも注意が必要です。

▼「おや?」と思ったら

認知症は早い段階から適切な医療や介護とつながることが大切です。ご自身やご家族等で心配な症状がある場合、まずはかかりつけ医や地域包括支援センターへご相談ください。

◆地域包括支援センター
☎242―1203

地域活性化

第17回YOU游ランド ワイワイリフレッシュ祭

YOU游ランドでは、日頃の皆さまのご利用に感謝し、次のとおり「第17回YOU游ランドワイワイリフレッシュ祭」を開催します。

当日は、マレットゴルフや水中運動教室の無料体験をはじめ、農産物や花の直売、プール・浴場の回数券や游々亭の食事券などが当たる抽選会や、YOU游ランド開館30周年イベントとして、じゃんけん抽選会やクイズ抽選会を行います。

ご家族や友人をお誘い合わせのうえ、お出かけください。

なお、混雑を避けるため、無料開放は行いませんので、入場料が必要になります。

▼日　時　9月2日(土)
午前10時～午後9時

▼場　所　YOU游ランド

▼内　容

午前10時～
・抽選会
・無料体験
マレットゴルフ（用具実費）
水中運動教室
トレーニングジム

正午～
・農産物・花・綿あめ販売

午後1時～
・落語
飲々亭　冷奴 氏
（中野市落語研究会長）
・マジックショー
スマイリー山上 氏
（長野マジッククラブ会長）
・じゃんけん抽選会
・クイズ抽選会

◆YOU游ランド
☎242―2210

消防情報

７月の高山分署の出動状況（７月１日～７月 31 日）

火　災	1　(4)	高山村内の火災　０件（1） 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	27 (182)	
救　助	0　(0)	

※（　）内は、令和５年１月１日からの累計です。

「高山村内の火災」の累計件数に、４月分が含まれていませんでした。上記の件数が修正を反映した件数です。ご迷惑をおかけしましたことを、深くお詫び申し上げます。

９月１日は防災の日です

防災の日は、大正 12 年（1923 年）９月１日に発生し、10 万人以上の死者数を出した関東大震災を教訓にして「台風や高潮、津波、地震等の災害について認識を深め、これらの災害に対処する心構えを準備するため」に定められました。

また、防災の日を含む１週間は防災週間として、様々な地域で防災訓練が行われています。

皆様も防災訓練への参加や身の回りの確認をしてみてはいかがでしょうか。

９月９日は救急の日です

救急の日は、９（きゅう）と９（きゅう）の語呂合わせから、救急医療関係者の意識を高めるとともに、救急医療や救急業務に対する正しい理解と認識を深めることを目的として、昭和 57 年（1982 年）に定められました。

また、防災の日と同様に救急の日を含む一週間は救急医療週間です。

消防署では、救命講習を定期開催の他にも依頼があれば、日程を調整したうえで行っています。万が一の病気やケガに備えて、家庭や職場でできる応急手当を身につけましょう。

今回は、消防にちなんだ「〇〇の日」を２つ紹介しました。

このような機会に意味を考え話し合い、それぞれの理解を深めていただければ幸いです。

〈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 ㉛②

高山小学校

４学年社会見学の作文から

４年１組　成澤　千咲

４年生は、社会見学で４かしょ見学に行きました。高山村地力ぞう進しせつでは、みんなが食べている物や牛ふんがここでたいひになっていることを知りました。黒部じょう水場では、きたなかった水をきれいにするには、ＰＡＣを入れると水がきれいになることがわかりました。でも、高山村は、水がきれいだからＰＡＣを入れなくてもいいことにびっくりしました。高山村のきれいな水をそのまま守っていきたいです。お母さんが作ってくれたお弁当がおいしかったです。

４年２組　三橋　蒼空

ぼくが、一番いんしょうに残ったのは地力増進施設です。なぜかというと、におっていた生ごみがくさくなくなったからです。地力増進施設ではじめに見たのは生ゴミです。生ごみはとてもくさかったです。その生ごみをつぶして牛のふんとまぜて７０日置いておくと、ひりょうになりました。ひりょうになった生ごみはくさくなくなりました。とてもくさかった生ごみがにおいのしないひりょうになるのはすごいと思いました。

消防救助技術大会（水上の部）関東地区指導会へ出場

消防署高山分署に勤務する竹村太一消防士が、6月開催の県消防救助技術大会を勝ち抜き、7月13日㈭茨城県ひたちなか市で開催された第51回消防救助技術関東地区指導会へ出場しました。

関東地区1都9県から救助の猛者が出場する中、「基本泳法」で初出場した竹村消防士は、自己ベストを更新するタイムで泳ぎ切りましたが、残念ながら全国大会への出場権は獲得出来ませんでした。

今回出場した「基本泳法」とは、水上の部7種目ある中の一つで、常に顔が水面に出た状態にして泳ぐ「ぬき手」と「平泳ぎ」を25メートルずつ計50メートル泳ぎ、その安全確実性と所要時間を評価する訓練種目です。

なお、関東地区指導会への出場は、1995年第24回大会以来、28年ぶりの出場でした。

竹村消防士は、2019年に発生した「令和元年東日本台風」災害の際、取り残された住民を救命ボートで救出する業務に携わるなど、日夜、業務の傍ら自己研鑽に励んでおり、今後の活躍が期待されます。

夏の交通安全 やまびこ運動が実施されました

7月22日㈯から31日㈪まで、夏の交通安全やまびこ運動が実施されました。

運動期間中は、交通安全協会の皆さまにより、主要道路での街頭指導のほか、7月24日㈪には、千本松チェーン着脱場で人波作戦や、中原区で高齢者宅訪問など、交通ルールの徹底と正しい交通マナー実践のための啓発活動が行われました。

高齢者宅訪問

人波作戦のようす

たかやまリサイクル市を開催しました

7月22日㈯、YOU游ランド多目的ホールで「たかやまリサイクル市」を開催しました。

空き家を片付けるきっかけ作りと併せて、村で再利用の機会を設けるために開催したイベントでしたが、多くの皆さまに来場いただきました。

会場に並んだ約1千点の出品物のうち、4分の3程度が次の所有者に渡り、出店者として参加した方からは、「家を片付けるきっかけになってよかった。」などといった感想をいただきました。

たかやまリサイクル市は今回いただいたご意見なども取り入れながら、今後も定期的に開催する予定です。興味のある方は定住支援室までお問い合わせください。

イベント開催に伴いご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。

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

無料弁護士相談会を開催します

村では、令和5年度から長野県弁護士会と協定し、定期的に無料法律相談会を開催しています。

離婚・相続・借金の整理・交通事故・労働問題・境界紛争などをはじめ、身近な法律問題でお困りの方は、この機会にご相談ください。

令和5年度相談日程

開催日時
9月19日㈫
11月21日㈫
1月16日㈫
3月19日㈫
午後1時30分～3時30分
（30分×4枠）

相談時間
1件につき30分以内

事前予約制です。相談日の1か月前から予約を受け付けますので、総務課総務係にお申し込みください。

場所
役場　第2応接室

役 総務課総務係

森林の伐採及び造林の完了後は届出等が必要です！

森林の有する多面的機能を総合的かつ高度に発揮するため、森林法により、森林の立木を伐採するときは、樹種・面積の規模にかかわらず、村への届出が必要です。

また、適正な森林施業が確保されるよう、伐採後の森林の状況を報告することも義務付けられています。

届出書の提出は、伐採を始める90日から30日前までに、造林後の報告は、造林を完了した日から30日以内となっています。

届出を行わずに伐採を行った場合や、造林完了後の報告を行わなかった場合は、罰則の対象となりますのでご注意ください。

なお、保安林を伐採する場合や1haを超えて森林を開発する場合は、県知事の許可が必要です。

持続可能な森林経営の実現に向けて、伐採届出制度へのご理解、ご協力をお願いします。

役 産業振興課林務地籍調査係

秋そば収穫作業の申し込み受付中!!

高山村営農支援センターでは、秋そばの収穫及び乾燥作業の申し込みを受け付けています。

希望される方は、産業振興課農政係内高山村営農支援センター備え付けの作業申込書へ必要事項を記入のうえ、お申し込みください。

なお、収穫作業は10月上旬～11月上旬の予定ですが、生育状況や天候により日程を調整させていただく場合がありますので、ご了承ください。

申込期限　9月1日㈮

収穫作業料金
6千円／10a（村内農地の場合）

乾燥料金
10円／1kg（村内産の場合）

また、汎用型コンバインによる大豆収穫作業、大型トラクターによる耕起作業等の申込みも、随時受け付けていますので、ご活用ください。

問 高山村営農支援センター（産業振興課農政係内）☎214−9268

田畑の草刈り作業は営農支援センターが承ります

高山村営農支援センターでは、耕作放棄地の解消や発生の未然防止とともに、農家の皆様の負担軽減を図るため、草刈り作業を受託しています。

田畑の草刈りでお困りの方は、営農支援センターへご相談ください。

草刈り作業の受託

対象
村内の農地

作業料金
1，500円／1時間・1人

作業料金は、作業に要した時間及び従事した人数により算出します。

草刈り隊オペレーターを募集しています!!

刈払い機や燃料などは営農支援センターで用意します。刈払い機が扱えて、オペレーターとして従事いただける方はご連絡ください。

問 高山村営農支援センター（産業振興課農政係内）☎214−9268

高山村を清潔で美しい生活環境に「環境サポーターの活動」

村では、平成14年に制定した「高山村を清潔で美しい生活環境とする条例」に基づき、各地区から推薦された26名の皆さんを「環境サポーター」として委嘱しています。

環境サポーターの皆さんは、地区内を毎月3回程度巡回し、不法投棄の状態を把握し、情報を村に報告するとともに、必要に応じてごみの回収にもご協力をいただいています。

環境サポーターの皆さんの活動を地区全体に広げ、清潔で美しい村を皆さんの手でつくっていきましょう。

役 住民税務課生活環境係

9月末までにマイナポイントをお申し込みください

令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請された方は、マイナ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込期限は9月末です。申込期限の間際には窓口が混雑することが予想されますので、村からカードの交付通知書が届きましたら、早めにカードを受け取りに役場へお越しください。

また、役場ではマイナポイント申込支援を行っていますので、申込方法が不安な方はご利用ください。

キャッシュレス決済サービスによってはマイナポイント事業が9月末よりも前に終了となる場合がありますのでご注意ください。

役 住民税務課生活環境係

長野県民手帳を販売します

長野県統計協会から、令和6年版長野県民手帳が販売されます

書店でも購入することができますが、役場でも予約申し込みいただけます（価格は同じです）。

価格
550円（税込）

申込期限
9月19日㈫

申込方法
総務課企画政策係窓口または☎214―2263）で、購入を希望される方の氏名・住所・電話番号・色・申込部数をお申し込みください。

お申し込みいただいた方には11月下旬に通知をお送りしますので、役場へお越しいただき、代金と引き換えに現品をお渡しします。

詳しくは、二次元コードからご覧ください。

役 総務課企画政策係

高山村社会福祉協議会職員採用試験のお知らせ

令和6年度4月1日採用予定の高山村社会福祉協議会職員を募集します。

試験区分及び採用人員
看護業務　若干名

受験資格
平成元年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた方で、看護師または准看護師免許を有する方（令和5年度末までに取得する見込みの方を含む。）

受付締切
8月31日㈭まで

申込方法
職員採用試験申込書（社会福祉協議会ホームページに掲載）に必要事項を記入のうえ、締切までに持参または郵送（8月31日消印有効）により、社会福祉協議会事務局まで申し込んでください。

試験日
10月15日㈰

試験会場
保健福祉総合センター

勤務地
高山村デイサービスセンター

問 保健福祉総合センター内
高山村社会福祉協議会事務局
☎242―1220

第27回一茶ゆかりの里俳句大会

一茶ゆかりの里一茶館では、今年も「一茶ゆかりの里俳句大会」を開催します。

秋の一日、一茶館で小林一茶の生き方と俳句に親しんでみませんか。

日時
10月29日㈰
午前9時～午後2時40分

内容
・席題
・講演会
講師　大谷　弘至 氏

参加費
1千円（昼食代・入館料含む）

締め切り
8月31日㈭

詳しくは、二次元コードからご覧ください。

問 一茶ゆかりの里一茶館
☎248―1389

館報 たかやま 第789号 8月号
発行 高山村公民館
編集 館報編集委員会

夏空とひまわり

第40回 高山村青少年健全育成推進大会

「これからの子どもたち、これからの地域づくり」

第40回大会は、コロナによる制限が解除され多くの方が参集する中、公民館講堂において7月8日（土）に開催されました。

講演は、北信教育事務所スクールソーシャルワーカー（SSW）スーパーバイザーの宮嵜貞子氏です。SSWの仕事は、学校からの要請により児童生徒が抱える諸問題を解決するために関係機関と連携して、より良い環境に向けて調整を図りながら支援を行います。

キーワードは『つなげる、ささえる、つくる』です。

子どもの抱える問題は多種多様で、年々SSWへの相談件数が増えています。とりわけここ3年間のコロナウイルス感染症の影響が、子どもや家庭に変化をもたらしています。不安・無気力、対人関係の苦手さ、学力低下と格差、自傷行為・ひきこもりの加速、問題の重篤化と低年齢化など、子どもの孤独化が進んでいます。また、コロナ禍で家庭の様子が見えなくなり家庭の孤立も見られ、なかなか解決は難しく、学校や専門機関もその対応に負われています。

子どもの抱える諸問題を解決するためには、早期発見・早期対応が必要です。また、学校、家庭以外の人との関りや経験の仕掛けが未然防止につながります。そのためには、子どもたちの声を聴く、また、子どもたちの自己肯定感を上げる仕掛けを考えることがカギを握ります。これまではコロナ禍にあって集うことが難しい時期がありました。子どもの数が減ってきているからこそ、一人ひとりを大切にしたい。これからは、地域全体で子どもや家庭のSOSに気づく意識を持つことが大切で、子どもたちを孤独にさせない地域づくりをぜひ進めていってほしい。

参加した人からは、「SSWという言葉を初めて聞いた」「コロナでいろいろなことが見えなくなっていることがわかった」「地域の見守りが大切なんだ」という声が聞かれました。

最後に、大会宣言が採択されました。

大会要項

文化協会会長 挨拶

会長
林部　和昭

この度、高山村文化協会会長に就任いたしました。前会長の後を引き継ぎこれから2年間務めさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

文化協会が発足して今年で29年になります。発足前は17の団体がそれぞれ個々に活動しておりましたが、文化活動を更に活発にするためには、団体相互の交流や連携を図る必要があるということで、平成5年に高山村文化協会が設立されました。

現在は団体数も会員数も年々減りつつあります。その要因としては会員の高齢化があると思います。今後次の若い世代の人たちにいかに文化を引き継いでいけるかが重要な課題と思いますので、文化協会としては大事な役目だと思います。

コロナ禍により約3年間ほとんど思うように活動出来ない状況でしたが、今年からはだいぶ緩和されたので、以前のように活動していけるのではないかと思っております。

発足当時の本来の目的であります団体相互の交流や連携を深めてよりよい文化協会になりますように取り組んでいきたいと思います。ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げましてごあいさつとさせていただきます。

サークル活動に参加してみませんか ①

文化協会には村内 18 サークルが加盟しています。ぜひ、一緒に活動してみませんか。
お問い合わせは公民館窓口まで（☎２１４―９７６２）

団　体　名	主な活動場所	活　動　日　時	活　動　内　容
紫書道クラブ	紫　集会所	月１回 （20 日前後の水曜日）	• 書道の基本稽古
高山村尺八の会	公民館 （視聴覚室）	毎月第１・第３火曜日 午後７時～午後９時	• 先生の指導により２か月に１曲仕上げるペースで練習
高山アルプホルン	水中音楽堂	毎週水曜日 午後７時 30 分～	• アルプホルンのハーモニーを楽しむ • 練習後にはお茶会
おはなしの会 はるのやよい	公民館他	月１～２回 １～２時間程度（仕事に支障のない時間帯）	• お話会・マルシェの開催 • 制作活動（工作・折り紙ほか） • 研修会参加 • 図書の寄贈
高山村川柳クラブ「そよ風」	公民館	月１回定例会を開催	• 講師：興津幸代先生 • 全国川柳大会、県川柳大会等各種大会への参加
高山村文庫石楠花	公民館・地区集会場他	月１～２回の例会（昼間） 発表会・現地見学会	• 紙芝居作りや語りの創作活動 • ８月 26 日に「てんこもりマルシェ」を開催 • 村内史跡巡り
絵画クラブ	公民館	月に２回程度 年２回屋外写生会 美術館や展覧会での研修	• 油絵・水彩画 • 年１回一茶館において展覧会を開催
高山童謡唱歌の会	公民館	毎月第１水曜日 午後７時～午後８時	• 合唱の練習を重ねて村のイベント等に参加
高山村陶芸クラブ	蕨平にある作業小屋	５月・９月に作品作り ６月・９月に窯焚き	• 年２回陶芸作品の制作 • 窯焚きは、素焼き・本焼きの２回

第３回

いきいきシニア学級

7月12日(水)

ここ最近、日本各地で大雨による災害が起きています。令和元年の台風19号による被害は記憶に新しいところです。そこで今回は、総務課危機防災管理の黒岩輝康係長に、「みんなで考え、取り組む　地域の防災」と題して、災害時における自助、共助、公助について、具体的な事例をもとに話していただきました。地球温暖化が進み異常気象が起こりやすくなっています。今まで起きなかったから大丈夫というのは間違いです。防災意識を常に持つことが大切だということを知る機会となりました。

第27回高山村民体育祭区長・分館長合同会議

7月11日（火）の会議において、村民体育祭の内容が決まりました。

開催日は10月8日(日)で、午前8時30分～12時の半日開催です。6年ぶりの体育祭です。皆様のご協力をお願いします。詳細は、次号でお知らせします。

第10回信州高山音楽祭開催のお知らせ

恒例の「信州高山音楽祭」の季節がやってまいりました。当日は、村民の皆様もご来場いただけます。村内音楽団体の皆さんの演奏をお楽しみください。

期　日
9月10日（日）
午後2時～午後4時30分
（開場 午後1時30分）

会　場
高山村保健福祉総合センター

参加団体
高山小学校合唱クラブ・高山アルプホルン・コールフラウエン・信州高山太鼓雷会・風の百音・高山童謡唱歌の会

入場料
無料

生涯青春 & わくわく村

ワンツーエクササイズ

6月6日、20日、7月4日、18日（いづれも火）

簡単なボクシングの動きを取り入れたエクササイズで、ウエストのシェイプアップ、肩こり解消、腰痛予防、脂肪燃焼、ストレス発散等の効果があります。

参加者からは『ずっと参加してみたかった、汗をかいてスッキリ』『腰痛予防に家でもストレッチを取り入れたい』『動きを間違えてしまったりしたけどとにかく楽しく参加できた』などと言う声が聞かれました。

軽快な音楽に乗せてパンチの動き

文化財にふれよう

村の文化財にふれる講座を2つ開催しました。

第1回 縄文土器にふれよう

6月20日(火)

歴史民俗資料館展示室にて「これが縄文土器かぁ～！」

歴史民俗資料館には湯倉洞窟遺跡から発見された縄文土器をはじめ、村内遺跡から発見された縄文土器が多数展示されています。縄文土器の特徴は、何といってもその文様にあります。昨年、荒井原区の県道の歩道工事に伴う試掘調査で発見された土器片を実際に手に取りながら、紙粘土にいろいろな道具を使って文様をつけたり、土器の文様を紙に写してしおりを作ったりしました。

第2回 古墳ってなぁ～に？

7月16日(日)

案外知られていないのが、村内に古墳があるということ。古墳は昔の人のお墓で、その規模は、とても大きい。今から1500年ほど前には古墳を造るだけの力のある人物が、高山村にもいたことがわかります。高山村のまわりでは、人頭大程度の石を積み上げたものが多く見られます。これを「積石塚古墳（つみいしづかこふん）」と言います。代表的なものに須坂市の八丁鎧塚古墳がありますが、その起源は、朝鮮半島にあるといわれています。高山村は、どこよりも国際的な地域だったに違いない。高山村再発見！

立石塚古墳：直径 18mほどの円墳
高山村と須坂市とのちょうど境に位置しています

今月のギャラリー

「庭のあじさい」
黒岩　秀子（絵画クラブ）

9月の生涯学習講座

開催日	事業名	場所
9月 5日(火) 12日(火) 19日(火)	リズムトレーニング教室	北部トレセン
9月 9日(土)	布ぞうり作り教室	公民館
9月13日(水)	アートとデザイン教室	公民館
9月16日(土)	切り絵教室	公民館
9月20日(水)	シニア学級	公民館
9月23日(土)	朝活ゆったり太極拳	一茶館

問い合わせは公民館まで。（☎214－9762）

志やくなげ句会 六月作品

土擡ぐ種の力や夏初め　高野　閑林

梅雨寒やバイクの友は天国へ　佐藤喜代美

迂闊にもまた蜘蛛の囲にかかりけり　浦野スミ子

万緑や静寂の中の散歩道　伊賀　岳陽

ジーパンの程良く乾く梅雨晴間　宮川　節子

本とともだち

この夏、いろいろな種類の本に挑戦！
～ 読書チャレンジ開催中 ～

公民館図書室では、現在【読書チャレンジ】を行っています。まずはカウンターで図書室オリジナル「読書手帳」をゲット！本を読んで「読書手帳」に書き込み、読んだ本が 10 冊に到達したら図書室カウンターまでお持ちください。その場で素敵な景品をプレゼント！

開催期間：７月１日(土) ～８月 31 日(木)
参加対象：高校生以下の子どもたち
（一般の方で希望される方は、随時カウンターへお申し出ください）

期間中なら何回でもチャレンジできます。夏休みを利用して、たくさんの本を読んでみよう！詳細は図書室カウンターもしくは村ホームページをご覧ください。

ツユクサ ～涼やかな青い花～

高山村の自然観察

井浦 和子
荒井原

ツユクサ、暑い夏に涼やかな青い花を咲かせます。道ばたや、庭先、畑でもいつの間にか咲いているので、ああ、あの花ねと、わかる人も多いのでは。いろんなところに生えるけど、茎は折れやすく、引っこ抜くのも簡単なので、コイツ！と思わなくていい花です。古く万葉集にも詠まれ、日本人に親しまれてきました。

青い花は、1日でしぼんでしまう一日花で、朝露の降りているような朝方に咲いています。盛夏の頃に、そのみずみずしさとはかなさが何とも言えないです。

しかし、この花、よくよく見ると、とっても変わっています。花の下の緑色の苞の中を開いてみると、その中に3～4個の花がしまわれています。順番に咲いていくので、毎朝見ていると、4日くらい同じ花が咲いているように見えるかも。

一番面白いのは、雄しべの形。雄しべは全部で6本ありますこのうち、青い花びらに一番近くてきれいな黄色の3本は、虫をおびき寄せるための雄しべ。花粉は出ません。花は蜜も出さないので、虫はだまされてやって来ます。花粉を出す長い雄しべが2本。中間にもう1本雄しべがあって、ここは虫の止まり場になります。虫は、きれいな黄色い雄しべに誘われてやって来るのに、裏をかいてお腹のあたりに花粉を付けられるのです。

はかなく見えて、巧妙でしたたかな青い花です。

ツユクサ
（苞をひろげている）

夏野菜の冷製パスタ

チャオル deキッチン 101

《材料》（４人分）

- サラダスパゲティ（普通のスパゲティでも良い）……30g
- トマト……中サイズ1個（150g）
- オクラ……3本（30g）
- きゅうり……中サイズ1/2本（50g）
- ツナ油漬缶……１缶（60～70g程度）
- 食塩……一つまみ強（1.5g）
- こしょう……少々

① トマトは角切り、きゅうりは千切りに切る。
② オクラはサッとゆでて、輪切りに切る。
③ スパゲティは規定の時間ゆでて、流水して冷まし、水を切る。
④ ①～③の野菜、スパゲティ、ツナをボウルに入れる。食塩とこしょうで和え、味を調えたらできあがり。

保育園の献立より、『夏野菜の冷製パスタ』です。暑い季節にさっぱりとして食べやすいサラダです。味付けも塩とこしょうだけなので簡単！ですが、野菜の旨味とツナのコクがでておいしいですよ。保育園では副菜として提供しますが、量を増やして、主食としてもいいですね。

とうもろこしなど、他の夏野菜を加えてもおいしく召し上がれます。

食欲が低下しやすい時期ですが、そんな時期だからこそ炭水化物、タンパク質、ビタミン・ミネラルをきちんと摂って体調を調えていきたいですね。ぜひお試しください。

（たかやま保育園　管理栄養士　松島ひとみ）

編集後記

今年は盆祭りを行う地区もあり、久しぶりに賑やかなお盆になりそうですね。お孫さんが遊びに来たり実家に帰省したりする方もいらっしゃると思います。夏の思い出がたくさん作れるといいですね。楽しかった思い出は日々の活力にもなりますよ。

（竹内　記）

９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	金			
2	土	YOU游ランドワイワイリフレッシュ祭（10時～21時　YOU游ランド）☞13頁	YOU游ランド	☎ 242-2210
3	日	信州高山ヒルクライムチャレンジ　☞６頁	信州高山ヒルクライムチャレンジ実行委員会	☎ 242-1122
4	月			
5	火	３か月・７か月・10か月児健康診査（保健福祉総合センター）☞23頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
6	水	健康相談（９時～12時　保健福祉総合センター）☞23頁 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 子宮がん検診（13時～13時30分　保健福祉総合センター）☞７月号	健康福祉課保健予防係 子育て支援センター 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-2660 ☎ 242-1202
7	木	人権教育講座（18時30分～20時　公民館）☞10頁	教育委員会人権推進係	☎ 214-9762
8	金	１歳６か月・２歳・３歳児健康診査（保健福祉総合センター）☞23頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
9	土			
10	日	信州高山音楽祭（14時～16時30分　保健福祉総合センター）☞19頁	高山村公民館	☎ 214-9762
11	月			
12	火			
13	水	健康相談（９時～12時　保健福祉総合センター）☞23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） 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 地域包括支援センター 子育て支援センター	☎ 242-1202 ☎ 242-1203 ☎ 242-2660
14	木			
15	金			
16	土			
17	日			
18	月	（祝日　敬老の日）		
19	火	結核検診（９時～14時　保健福祉総合センター） 子宮がん検診（13時～13時30分　保健福祉総合センター）☞７月号	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202
20	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
21	木	行政相談（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） 人権教育講座（18時30分～20時　公民館）☞10頁	総務課総務係 教育委員会生涯学習係 教育委員会人権推進係	☎ 214-9243 ☎ 214-9762 ☎ 214-9762
22	金			
23	土	（祝日　秋分の日）		
24	日			
25	月	９月心配ごと相談（10時～12時　保健福祉総合センター）	健康福祉課福祉係	☎ 242-1201
26	火			
27	水	健康相談（９時～12時　保健福祉総合センター）☞23頁 子宮がん検診（13時～13時30分　保健福祉総合センター）☞７月号	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202
28	木			
29	金	高山中学校紅葉祭	高山中学校	☎ 245-0948
30	土	高山中学校紅葉祭	高山中学校	☎ 245-0948
10/1	日			
10/2	月	９月分　税・料金等納期限・口座振替日　☞23頁	住民税務課税務係	☎ 214-9244

９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
９月分	10月２日㈪	国民健康保険税	３期分	学校給食費	９月分
		後期高齢者医療保険料	３期分	下水道使用料	３期分
		介護保険料	３期分	農業集落排水施設使用料	３期分
		保育料・児童クラブ利用料	９月分		

乳幼児健康診査　◆健康福祉課保健予防係　☎ 242-1202

対　象　児		期　日	会　場	受付時間	持　ち　物
3～4か月児	令和５年 ４月20日～　６月　５日生まれ	９月　５日㈫	保健福祉 総合センター	午後１時 ～１時20分	母子手帳 保護者の歯ブラシ バスタオル おたずね票
7～8か月児	令和４年　　令和５年 12月20日～　２月　５日生まれ				母子手帳 バスタオル おたずね票
10～11か月児	令和４年 ９月20日～11月　５日生まれ				母子手帳 乳児の歯ブラシ バスタオル おたずね票
１歳６か月児	令和４年 １月19日～　３月　８日生まれ	９月　８日㈮			母子手帳 幼児の歯ブラシ バスタオル おたずね票
２歳児	令和３年 ７月19日～　９月　８日生まれ				
３歳児	令和２年 ７月19日～　９月　８日生まれ				

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
９月　６日㈬ ９月13日㈬ ９月20日㈬ ９月27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	９月　６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	心と体にやさしいヨガ ※託児有り
保育園開放日	９月13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
９月20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.521
2023.8.15

むらびとのうごき

7月1日から
7月31日までの届出から
※希望者のみの掲載です

村の人口

令和５年８月１日
現在の住民基本台帳人口
（前月との比較）

世帯数	（－ 16）	2,481 戸
人　口	（－ 18）	6,590 人
男	（－ 15）	3,280 人
女	（－　3）	3,310 人

すこやかに

山口　清也（せいや）ちゃん　牧
（父）雄也さん（母）幸代さん）

竹内　碧惟（あおい）ちゃん　桝形
（父）悠輔さん（母）佳穂さん）

小山　伊織（いおり）ちゃん　荒井原
（父）真吾さん（母）悠さん）

おしあわせに

（柴田　勇介　さん　紫
丸山　沙千　さん　長野市

おくやみ

宮川　信一　さん　93歳　中原

藤沢きよ榮　さん　88歳　宮関

山際　幹男　さん　95歳　荒井原

よい歯で元気 たかやまっ子！

５月に実施した３歳児健康診査において、皆さん虫歯のないよい歯をお持ちでした。
これからも健康な歯を大切にしてください。

井浦　陸（りく）さん

黒岩 雄大（ゆうだい）さん

渋澤 義志（きざし）さん

成田 芽依（めい）さん

本田 涼真（りょうま）・悠真（ゆうま）さん

山﨑 香穂（かほ）さん

◆健康福祉課保健予防係　☎ 242-1202

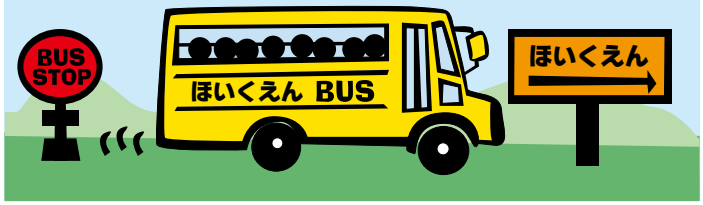
大きくそだて元気な子

たかやま保育園

一時保育での一日

たかやま保育園では、保護者が週３日ほど働いている場合や、通院などで一時的に保育が必要となった場合に、保育園でお子さんをお預かりする「一時保育事業」を実施しています。利用するお子さんは、生後６か月児から２歳児のお子さんがほとんどです。日中は一時保育室でゆったりと過ごしたり、天気が良い日は保育園の広い園庭で遊んだりもします。給食は、利用するお子さんの月齢に合わせた食事を提供します。

毎日顔ぶれは変わりますが、仲良しになって楽しそうに遊ぶ姿を見ると、微笑ましく思います。



たかやまチャンネル（122ch）

輝き！ムラビト図鑑 No.13
「園児たちの挑戦　和太鼓奮闘記」

初回放送　８月 21 日(月)　９時～

信州高山まつりでの発表に向けて日々和太鼓の練習に励む、たかやま保育園年長組の成長を追いかけました。

表紙の紹介

第37回 信州高山まつり

７月29日(土)に、高山村の一大イベントの信州高山まつりが開催されました。

今年は４年ぶりの開催となり、中止を余儀なくされ沈んだ気持ちを払うほどの、大きな盛り上がりを見せました。

消防団ファンファーレとたかやま保育園和太鼓演奏で始まったまつりは、フィナーレの花火大会まで村民の皆さまの笑顔と熱気であふれていました。

高山まつりの模様は3頁をご覧ください。

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〉（株）オフセット