



茶ゆかいの里 アスレチック



今月の主な内容

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------------|
| 消防出初式を挙ります …… 2 | 3月は自殺予防月間 …… 6 |
| 信州高山桜まつり開催 …… 3 | 狂犬病予防注射の実施/
出張年金相談 …… 7 |
| 工事完了のお知らせ/
看板設置/山火事予防 …… 4 | 適切な農薬管理と畦畔の管理/
水道メーター検針再開 …… 8 |
| ウォーキング教室/
がん検診案内 …… 5 | |



志賀高原ユネスコエコパーク
高山村



the most beautiful
villages
in japan

消防出初式を挙行します ～ 行進する消防団員に“声援”を～



令和6年消防出初式行進のようす（高山中学校正門前）

▶日 時 4月6日(日) 午前10時～

▶場 所 高山中学校正門前（中学校校庭から正門前を通過し、中学校体育館まで行進します。）

消防出初式は、地域の火災予防意識の向上を図ることや消防への理解と信頼を深めるために行われる行事で、その起源は、万治2年（西暦1659年）に遡ると言われています。（東京消防庁調べ）

村では、毎年、年度当初の4月に1年間の無火災・無災害を祈念して、点検や分列行進を行うほか、長きにわたり消防団活動に尽力いただいた団員の表彰式などを行います。

近年、特に風水害を中心とする災害が多発化・激甚化する中、消防団に求められる役割は多様化・複雑化しておりますが、地域防災力の中核を担う消防団員の確保が喫緊の課題となっています。

村民の皆さまにおかれましては、消防団活動にご理解をいただき、引き続きのご支援をお願いします。

消防団喇叭隊と吹奏楽団との合同演奏

行進や式典において、消防団喇叭隊と村の女性職員の有志により結成した吹奏楽団「プティ・あんさんぶる」との合同演奏を行います。

吹奏楽団「プティ・あんさんぶる」は、村民の皆さまと消防団をつなぐ架け橋となり、それをきっかけに多くの方に消防団の活躍を知ってもらえるよう、そして防火・防災への意識づけに繋がるよう、今後も活動してまいりますので、応援よろしくをお願いします。



吹奏楽団「プティ・あんさんぶる」

第26回 信州高山桜まつり開催

4月1日(火)～4月30日(水)

信州高山桜まつりを今年も開催します。

村内に点在する五大桜（水中のしだれ桜、赤和観音のしだれ桜、黒部のエドヒガン桜、中塩のしだれ桜、坪井のしだれ桜）や松川溪谷のオオヤマザクラが咲き誇り、見頃になると全国から多くの観光客が来訪されます。

まつり期間中は、トレッキングなど様々なイベントも実施します。

ご家族や友人をお誘い合わせのうえ、お出かけください。

信州高山桜めぐり トレッキング

村内各所に咲く桜をはじめとする農山村の豊かな景観を大勢の皆さまに堪能していただくため、「桜めぐりトレッキング」を開催します。

①坪井・中塩コース

黒部のエドヒガン桜、謙信道を通って城山、紫、一茶館、横道の桜、和名の桜、坪井のしだれ桜、中塩のしだれ桜をめぐります。

②水中・赤和コース

黒部のエドヒガン桜、高杜神社を経由して水中のしだれ桜、赤和観音のしだれ桜、謙信道をめぐります。

両コース共通

▼開催日 4月13日(日)
4月19日(土)

▼集合場所 YOU遊ランド

▼受付 午前8時30分～

▼開会式 午前8時45分

▼スタート 午前9時

▼ゴール 午後2時～3時頃

▼距離 およそ11km

▼参加料 1,000円

▼お申し込み・お問い合わせ
信州高山山村観光協会
☎242-1122

春の山田温泉桜祭り

春の山田温泉桜祭りを開催します。信州高山太鼓の演奏、餅つきのほか、桜色のロゼワインやジュース等が振舞われます。

▼日時 4月20日(日)
午前11時～

▼場所 山田温泉大湯前広場

▼お問い合わせ

山田温泉観光協会事務局
☎090-3148-1736

五大桜と信州五岳を望む モーニングツアー

4月中旬から下旬に山田温泉の旅館に宿泊すると、朝日に照らされた桜を巡るツアーに参加できます。桜の開花状況にに応じて開催の有無やルートが決まりますので、詳しくはお問い合わせください。

▼お問い合わせ

山田温泉観光協会事務局
☎090-3148-1736

直売所等の開設

一部の桜周辺では、直売所を開設し、地元農産物等を販売します。

※事業者等の都合により、変更となる場合があります。

夜桜ライトアップ

まつり期間中は、五大桜でライトアップを行います。
※地域の方々のご協力により行っているため、不定期開催となります。

交通規制のお知らせ

観光客による車両混雑解消のため、「赤和観音のしだれ桜」周辺は仮設信号機による交互通行規制となります。

桜の周辺では、交通誘導警備員や案内看板に従って通行し、所定の駐車場をご利用ください。

その他

村ホームページ及び千本松チェーン着脱所で、桜の開花状況を掲示しますのでご覧ください。

最新の開花状況は
こちら



桜まつり期間中は、多くの観光客で村内の混雑が予想されますが、村民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

◆産業振興課 商工観光係

(桜まつり実行委員会事務局)
☎214-9296

一茶館南側交差点周辺村道の道路改良事業が完了しました

一茶館南側交差点から緑ヶ丘へ向かう村道荒井原紫2号線は、これまで交差点付近の道路幅が狭く歩道が整備されていなかったことから、村では、歩行者の安全確保のため、令和3年度から道路改良事業を実施してきました。
この度、計画していた全区間の工事が完了しました。

▼事業概要

道路改良工（歩道整備等）
延長・1118m

▼事業期間

令和3年5月～令和7年3月

▼事業費

1億479万8千円

工事期間中は、地権者をはじめ周辺地域の皆さまに大変ご不便をおかけいたしました。皆さまのご理解とご協力により無事に工事を完了することができました。
ご協力ありがとうございました。



施行前



施行後

◆建設水道課建設係

☎21419297

城山の案内看板を新装しました



リニューアルした案内看板
(荒井原)

平成7年度に城山の山頂につながる山道と展望台が整備され、荒井原と赤和の入口2か所に案内看板を設置しました。

設置から約30年経過し、色が褪せてきた状況などから、森林環境譲与税を活用し、新しいデザインで県産材のカラマツを使用した看板にリニューアルしました。

今後、森林環境譲与税を活用した道路・電線などライフラインに支障となる木の除伐や電柵付近の緩衝帯整備、県産材利用の促進など事業を進めますのでご理解とご協力をお願いします。

◆産業振興課林務地籍調査係

☎21419296

山火事予防にご協力ください

「ふるさとの山を守ろう 火の手から」

3月1日(土)から5月31日(土)までは春の山火事予防運動実施期間です。

特に春先は、空気が乾燥することや野外での作業が活発となることから、山火事が発生しやすい時期となります。

山火事の原因の多くは、不注意によるものです。

私たちのかけがえのない財産である「森林」を守るため、次のことに注意して予防に心がけましょう。

○風の強い時や空気が乾燥している時、また、枯草等の近くなど、周囲に燃え広がる恐れのある場所では、たき火をしない。

○たき火等火気の使用中はその場を離れず、使用後は完全に消火する。

○たばこの吸い殻は、投げ捨てない。

◆産業振興課林務地籍調査係

☎21419296

ポールを使って

元気はつらつウォーキング教室を開催します



元気はつらつウォーキング教室では、両手に杖のような専用のポールを持ってウォーキングを行います。正しい姿勢でウォーキングをすると、姿勢改善や運動不足の解消効果も期待できます。ポールウォーキングは通常のウォーキングよりも体への負荷が少ないため、体力に自信のない方や初心者の方でも安全に手軽に始めることができます。体力が落ちてきたと感じる方、いつまでも自分の足で元気に歩きたい方におすすめです。一緒に楽しく歩いてみませんか？



▶開催日

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回	第13回
4/22(火)	5/13(火)	5/27(火)	6/10(火)	6/24(火)	7/8(火)	7/22(火)	8/12(火)	9/9(火)	10/14(火)	10/28(火)	11/11(火)	11/25(火)

- ▶対象者 70歳以上の村民
- ▶定員 先着20名
- ▶集合場所 保健福祉総合センター
- ▶時間 午前9時～10時30分
- ▶内容 ウォーキング、ストレッチ、血圧測定、体力測定等
- ▶参加費 無料
- ▶持ち物 運動靴（外歩き用）、水分、帽子、タオル
※ポールの貸し出しを行っています。

▶申込方法 4月14日(月)までに、保健福祉総合センター（☎026-242-1202）へお申し込みください

◆健康福祉課保健予防係 ☎242-1202



乳房超音波



肺CT

村では、村民の皆さまを対象に、乳がん検診（超音波検査）及び肺がん検診（CT検査）を実施します。乳がんは女性に最も多いがんで、罹患率は30歳から増え始めます。また、肺がんはがん死亡数の第1位です。大切な命を守るため、定期的ながん検診を受けましょう。

※10歳刻みの節目年齢の方は無料で受けることができます（令和8年3月31日時点）。

※申し込みをされた方には、3月下旬に検診の詳細をお知らせします。

申し込みまれていない方で、がん検診を希望される方は、健康福祉課保健予防係までお問い合わせください。

乳がん・肺がん検診を 実施します

健康

◆健康福祉課保健予防係
☎242-1202

	乳がん検診（超音波検査）	肺がん検診（CT検査）
日程	4月9日(水)～11日(金)、 4月14日(月)、15日(火)、 4月17日(木)	4月21日(月)～25日(金)
時間	午前9時～午後2時30分	午前9時～午後3時
場所	保健福祉総合センター	保健福祉総合センター
対象者	30歳以上の女性	40歳以上の男女
料金	1,300円	2,500円



3月は「自殺対策強化月間」です ～みんなで守ろう大切ないのち～

3月は、進学や就職、転職や転勤など、生活環境が大きく変動することが多い時期でもあり、年間月別自殺者数が増える傾向にあります。そのため国は、毎年3月を「自殺対策強化月間」と決めました。「誰もが追い込まれることのない社会」の実現のためにも、互いに支えあう気持ちを持つことで守られるいのちがあります。もし、何かにかんがってたり悩んでいたなら少し相談してみませんか？



あなたも「ゲートキーパー」になろう ～身近な人の気になるサイン、気づいていますか？～

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に**気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人**のことで、資格もいらず、誰もがなれますので、皆さんも大切な人を守る「ゲートキーパー」になりませんか？



～悩みごとを抱えていたら、一人で悩まずご相談ください～ ～また、相談をつなぐ場としてご利用ください～

◆高山村健康福祉課保健予防係	☎242-1202	平日 午前8時30分～午後5時15分
◆長野保健福祉事務所健康づくり支援課	☎225-9039	平日 午前8時30分～午後5時15分
◆長野県精神保健センター	☎226-0280	平日 午前8時30分～午後5時15分
◆長野いのちの電話	☎223-4343	平日 年中無休 午前11時～午後10時
◆こころの健康相談統一ダイヤル	☎0570-064-556	平日 午前9時30分～午後4時 午後6時30分～午後10時

※「こころの健康相談統一ダイヤル」は消えてしまいたい等自殺に傾いている方、家族・知人に死にたいと訴えられている方等の自殺に関する相談を受けています。

SNSで相談したい方

◆生きづらびっと（NPO法人自殺対策支援センターライフリンク）

時間：午前8時～午後10時30分（午後10時まで受付）

LINE ID 検索：@yorisoi-chat（右記コード参照）

WEB 相談：http://www.lsystem.org/web（右記コード参照）



LINE



WEB

マイクログリップ装着犬や室内犬も登録・注射が必要です

村では、令和7年度の狂犬病予防注射を次のとおり実施します。飼い主の皆さまは、日程表に記載されている最寄りの会場で予防注射を受けてください。

狂犬病予防注射の実施

狂犬病予防法により、犬の飼い主（所有者及び管理者）は、飼っている犬に毎年1回狂犬病予防注射を受けさせなければなりません。

予防注射の持ち物

①ハガキ

須高獣医師会から送付される「狂犬病予防注射の実施について」の通知

注射による事故防止のため、ハガキ裏面の問診票に記入し、忘れずに持参してください。

②注射料金 3,600円

当日は混雑が予想されますので、つり銭のないようにご協力をお願いします。

新たに犬を飼い始めた方

新たに犬を飼育し、登録を済ませていない飼い主の方は、登録手続きもあわせて行ってください。

新規に犬を登録される方は、予防注射料金とは別に登録料（3,000円）が必要になります。

ただし、環境大臣指定登録機関発行の「登録証明書」を提示いただければ、特例により登録料は免除されます。

ペットシヨップ等で購入され、マイクログリップを装着し「犬と猫のマイクログリップ情報登録」に登録済みの場合も、役場で必ず登録手続きを行ってください。

飼い犬が死亡または所在地変更した場合

必ず住民税務課生活環境係へ届け出をお願いします。

狂犬病予防注射日程

実施日	時間	場所
4月9日(木)	10時～10時20分	高井トレーニングセンター駐車場
	10時30分～10時50分	除雪センター駐車場(高山村役場東側)
	11時～11時20分	北部トレーニングセンター駐車場
	11時30分～11時40分	ふるさとセンター駐車場(蔵温泉北側)
5月18日(日)	9時～9時30分	役場駐車場

◆住民税務課生活環境係
☎214-9267

保険・年金

令和7年度 予約制出張年金相談が開催されます

年金事務所では、被保険者の皆さまの利便性を向上させるため、次のとおり出張年金相談を行います。予約が必要ですので、あらかじめ長野北年金事務所へお電話ください。各月の予約受付期間は、次のとおりです。

なお、予約の際は基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書を準備してください。

▶開設時間 各会場とも午前10時から午後3時まで

中野市【会場】：中野市中央公民館（中野市三好町1-4-27）

相談日	4/1(火)	5/13(火)	6/3(火)	7/1(火)	8/5(火)	9/2(火)	10/7(火)	11/4(火)	12/2(火)	1/6(火)	2/3(火)	3/3(火)
予約受付期間	2/28～3/27	3/28～5/8	5/9～5/29	5/30～6/26	6/27～7/31	8/1～8/28	8/29～10/2	10/3～10/29	10/30～11/27	11/28～12/25	12/26～1/29	1/30～2/26

飯山市【会場】：飯山商工会議所（飯山市飯山2239-1）

相談日	4/24(木)	5/22(木)	6/26(木)	7/24(木)	8/28(木)	9/25(木)	10/23(木)	11/27(木)	12/25(木)	1/22(木)	2/26(木)	3/26(木)
予約受付期間	3/25～4/21	4/22～5/19	5/20～6/23	6/24～7/18	7/22～8/25	8/26～9/19	9/22～10/20	10/21～11/21	11/25～12/22	12/23～1/19	1/20～2/20	2/24～3/23

※相談時間は1件につき30分です。（最終の相談開始時刻は午後2時30分です。）

※予約状況によってはご希望の日時に予約できない場合があります。

※定員に達した時点で受付終了となります。予約を取り消す場合は相談日の前日までに下記まで連絡ください。

▶申込先 長野北年金事務所（長野市吉田3-6-15） お客様相談室 ☎244-4097

◆住民税務課生活環境係 ☎214-9267

適正な農薬散布と 畦畔の管理にご協力ください

村では、人と自然にやさしい安全で安心な環境保全型農業に取り組んでいます。

農産物は、食品衛生法で定められた一定基準を超える農薬の残留が確認された場合、流通が制限されます。農産物の流通が制限されないよう、農薬を散布する際は、次の点に注意してください。

- ① 周りの作物にも配慮し、登録された農薬のみを注意事項に従って散布してください。
- ② ほ場外への飛散防止のため、風の強さや風向きに注意してください。
- ③ 農薬を散布する際は、ほ場周辺の栽培者や住民に事前に連絡をしてください。日頃からコミュニケーションをとるなど、連絡を密にしてください。
- ④ 散布機のタンクやホースに農薬が残らないよう、きれいに洗ってください。その際、洗浄水は適切に処理し、河川や用水路に絶対に流さないようにしてください。
- ⑤ 農薬の使用内容が証明できるよ

う、農薬等の使用記録を必ず作成してください。

- ⑥ 児童・生徒の通学路付近では、通学時間帯を避けて散布してください。

農薬の使用方法など詳しくは、次の機関に相談してください。

- ・ 長野農業農村支援センター
☎ 2344-9534
- ・ ながの農協高山アグリサポートセンター
☎ 2451-0045

畦畔の除草のため、大量に除草剤を使用している方が見受けられます。

除草剤の大量使用により、近隣田畑等への除草剤の流入や、畦畔を保全している草の根が絶えることとで畦畔の崩落を招く恐れがあります。

畦畔の除草は、刈り払い機等の使用や、適量での除草剤散布で行ってください。

◆ 産業振興課農政係
☎ 2141-9268

水道メーター検針を再開します

検針の時期

水道メーターの検針は、2か月に1度、奇数月に行っていますが、1月の検針は積雪のため実施せず、暫定水量により上下水道料金を納めていただいています。

そのため、今月からメーター検針を再開し、精算することとしていきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

メーターボックス周辺の 注意点

検針時には、村が委託する検針員が、メーターボックスを開けて使用した水量を確認しますので、検針がスムーズに実施できるよう、次の点についてご協力をお願いします。

- ・ 水道メーターボックスの上や周辺に物を置かない。
- ・ 水道メーターボックス周辺の雪かきをする。
- ・ 水道メーターボックス周辺に生ごみなどを放置しない。
- ・ 犬はメーター検針に支障のない場所へ繋いでおく。

漏水について

検針時には、気が付かない漏水を発見することがあります。漏水があった場合でも、水道料金は発生します。日頃から水道メーターを見る習慣を心がけてください。

なお、蛇口を全部閉めてもパイロットメーター（メーター器中の水の流れを示すもの）が回転している場合は、漏水が考えられますので、村指定工事店へお問い合わせください。



水道メーター

◆ 建設水道課上下水道係
☎ 2141-9297

福祉

精神障害者保健福祉手帳を所持している皆さまへ 4月1日から JR グループで 旅客鉄道等の旅客運賃割引を開始します



▶対象者 精神障害者福祉手帳（以下「手帳」）をお持ちの方

手帳の旅客鉄道株式会社旅客運賃減額欄に第一種（手帳1級）または、第二種（手帳2級または3級）の記載があるもの

※既に交付されている手帳は、健康福祉課保健予防係窓口で、旅客鉄道株式会社旅客運賃減額のスタンプ貼付を行いますので、ご利用前に窓口までお越しください。

▶概要

（1）介護者と一緒にご利用になる場合

手帳をお持ちの方と介護者の方（第一種精神障がい者の方と介護者の方または、12歳未満の第二種精神障がい者の方と介護者の方）は、同一区間の乗車券類を購入できます。※割引となる介護者の方は1名です。

対象者	対象となる乗車券類	割引率
第一種精神障がい者の方と介護者の方	・普通乗車券 ・回数乗車券 ・普通急行券 ・定期乗車券（小児定期乗車券を除きます）	5割
12歳未満の第二種精神障がい者の方と介護者の方	・定期乗車券（小児定期乗車券を除きます）	5割

（2）手帳をお持ちの方がおひとりをご利用になる場合（片道営業キロが100キロを超える場合に限りです。）

対象者	対象となる乗車券類	割引率
第一種・第二種精神障がい者の方	・普通乗車券	5割

◆健康福祉課保健予防係 ☎242-1202

公共交通

買い物支援バスの試験運行を開始します



高齢者世帯等で、運転免許証が無いため、車で買い物に行くことが困難であり、買い物に不便を感じている方への支援を行うため、買い物支援バスの試験運行及び需要の調査を実施します。

利用対象者	◇満65歳以上のひとり暮らしの高齢者、高齢者世帯（世帯内の全ての方が65歳以上）または障がい者のいる世帯で、次に該当する村内在住の方 ①ご自宅に自動車を保有せず、買い物に出かけることが困難な方 ②ご自身で車両の乗降や買い物ができる方（付添人の同行はできません。）
運行日	3月18日(火)、3月24日(月)、4月8日(火)、4月22日(火)、5月13日(火)、5月27日(火) ※変更する場合があります。予めご了承ください。
運行時間等	午前9時15分から45分の間にお迎え ⇒ 10時から11時まで買い物ができます。 午後1時15分から45分の間にお迎え ⇒ 2時から3時まで買い物ができます。
車内への持込み	◇杖の持込みは可能です。（車椅子、歩行器、シルバーカーは不可）
利用定員	◇1運行あたり8名（申込みが多数の場合は、調整させていただきます。）
送迎方法	◇ご自宅付近と店舗の間を送迎します。
利用方法	◇利用日の2日前までに、健康福祉課福祉係窓口または電話（☎242-1201）でご予約ください。キャンセルの場合も同様です。 ①名前 ②住所 ③連絡先 ④利用日 ⑤利用時間
利用料	◇無料です。ただし、買い物はご自身の負担です。
利用スーパー	◇ツルヤ小布施店 様

◆健康福祉課福祉係 ☎242-1201



清泉女子フォトサークルの
写真展を開催しています

高山村地域おこし協力隊の教育関連事業の一環として、清泉女学院大学フォトサークル「写美」の有志6名による写真展を開催しています。村内の様々な場所を訪れて撮影していただいた魅力溢れる写真を役場村民ホールにて展示しています。ぜひご覧ください。

▼展示期間

3月3日(月)～21日(金)の平日

▼時間

午前8時30分～午後5時15分



エクセラン高校学生デザインの
バス停パネルが完成しました！



高山村地域おこし協力隊の教育関連事業の一環として、エクセラン高校美術科2年生5名(松本市)に中塩と宮村バス停のパネルをデザインしていただきました。1月28日にパネル発表会を行い、学生から作成への思いを発表していただきました。

中塩のバス停パネルは、中塩のしだれ桜を下から見上げるような構図で描き、宮村のバス停パネルは、りんごの木をモチーフに、りんごをより目立たせるよう色数は少なくしたり彩度を低めに設定したりと工夫されたそうです。バス停を利用する際はぜひご覧ください。

第22回 日本シニアカーリング
選手権大会 連覇

紫区在住の瀧澤裕実さんが所属するチーム軽井沢が、2月20日(木)～24日(月・祝)に北海道で開催された「第22回日本シニアカーリング大会」で見事優勝しました。

チーム軽井沢は、予選ブロックを一位で通過し、決勝トーナメントに進みました。

準決勝では、札幌CAを9-6で破り、決勝はチーム船木(青森県)と対戦し、チーム軽井沢が先制するも、チーム船木が同点に追いつく展開。終盤はチーム船木の攻撃を1点に抑え、6-5で見事勝利し、連覇を果たしました。

なお、チーム軽井沢は、日本代表として4月にカナダ・フレデリクトンで開催される「世界シニアカーリング選手権大会」へ出場されます。



1月31日に全国大会出場報告のため、瀧澤裕実さんが表敬訪問されました

消

防

情

報

2月の高山分署の出動状況（2月1日～2月28日）

区 分	当月出動件数		本年度累計出動件数 (令和6年4月1日～2月28日)	
		うち村内		うち村内
火 災	1	1	6	2
調 査	1	1	17	14
救 急	30	22	399	302
計	32	24	422	318

たき火について

これからの季節は、空気が乾燥し火災が発生しやすい時季です。

たき火をする際は消防署へ届出し（電話連絡でも可）、焚いている間はその場を離れず、離れる際は完全に消火できているか確認しましょう。

また、風の強い日や空気が乾燥している日は避けるなど、火災予防にご協力をお願いします。

ぎっくり腰に注意！

3月は引っ越しのシーズンです。新天地へ向け、夢と希望に満ち溢れている方も多いことでしょう。そんな矢先、引っ越しで荷物を運んでいたら、いわゆる「ぎっくり腰」に…なんてことが起きないように、物を持ち上げる時のポイントをご紹介します。

- 重い物を持ち上げる時には、胸を張った状態で、膝の曲げ伸ばしを使って持ち上げる。
- 床に落ちた物を拾うなど、何気ない動作の際、腰を折り曲げずに膝を折り曲げて屈み、上半身は伸ばしたままの状態で行う。

「ぎっくり腰」には、発症した人の数だけ原因があるとされています。普段、デスクワークなどで座っていることが多い方や、腰に疲労がたまっていると感ずる方は、ストレッチをするなどして予防するようにしましょう。

〈お問い合わせ〉

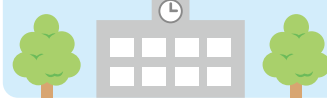
◆須坂市消防署高山分署 ☎248-0119

◆消防情報ダイヤル（須坂市消防本部の出動情報）

☎245-1119

学校だより

331



高山小学校

たのしかったスキーきょうしつ～日記より～

1年1くみ 山ざき あやね

きょうは、スキーきょうしつにいきました。わたしは、10ぱんでした。はじめリフトがこわかったけど、なれてくると、こわくなくなりました。おひるは、カレーをたべました。おいしすぎておかわりをしました。ごごになって、またリフトにのってスキーをしました。インストラクターの先生は、とてもやさしかったです。めっちゃころびました。つかれてかえりのバスでねちゃいました。1日さいこうでした。



スキーきょうしつ～日記より～

1年2くみ くろいわ くるみ

きょうは、スキーきょうしつでした。わたしは、11ぱんでした。スキーをやっているとき、はじめはインストラクターの先生が、おそかったのであまりおもしろくありませんでした。だけど、おひるになって、カレーがめーっっちゃおいしかったのでおかわりをしようかなーっておもったけど、おなかがいっぱいだったからおかわりはしませんでした。ごごもおなじことをして、わたしは1かいもころびませんでした。スキーでさいごのとき、ほかのはんといっしょにすべろうとしたけど、わたしたちがはやすぎていっしょにいけなかったの、ふつうにすべりました。うまくすべれたし、たのしかったのでまた2年生になってからめっちゃうまくなりたいです。

たかやま掲示板

役：場 245-1100 問：問い合わせ先
チャ：チャオル 242-1200

高山村空き家バンクを ご利用ください

空き家は利用せずに所有しているだけで負担が重く、マイナス面が目立ちますが、利用されたい方に売ったり貸したりすることによって地域の活性化に役立てることができます。

村では、村内の空き家の有効活用を進め、村への移住・定住の促進や地域の活性化を図ることを目的に「高山村空き家バンク」を開設しています。

空き家を「売りたい」または「貸したい」方の住宅を「空き家バンク」に登録していただき、村のホームページ等により公開し情報提供しています。

これまでの成約件数は、令和4年度は10件、令和5年度は19件、令和6年度は、2月末時点で10件の実績となっています。

空き家バンクへの登録を希望される方は、定住支援係にご相談ください。

役 定住支援室定住支援係

須高3病院で看護職員を 募集しています

県立信州医療センター

看護師・助産師

採用 令和8年4月

第1回試験日・試験地

4月19日(土) 長野市

4月26日(土) 松本市

第2回試験日・試験地

5月31日(土) 長野市

第3回試験日・試験地

8月3日(日) 長野市

※詳しくは、機構ホームページをご覧ください。

パート看護師・介護福祉士・看護補助者は随時募集しています。

問 県立信州医療センター看護部長

(☎245-1650)

問 地方独立行政法人長野県立病院

機構本部事務局人事課採用担当

(☎235-7156)

新生病院

看護師・介護福祉士

随時、見学・採用試験を行っています。詳しくは、新生病院ホームページをご覧ください。

※電話やホームページなどから直接応募し、採用された方には、本採用時にお祝い金が支給されます。

問 新生病院採用担当 小林

(☎247-2033)

轟病院

看護師・看護補助者

随時、見学・採用試験を行っています。

詳しくは、轟病院ホームページをご覧ください。看護部長までお問い合わせください。

問 轟病院看護部長

(☎245-0126)



令和7年度行政相談を 開催します

行政相談とは、国など行政への苦情や相談を受け、相談者への助言や関係機関に対する改善の申し入れなどを行うことで、行政運営の改善や問題の解決を目指す制度です。相談は、総務大臣から委嘱された行政相談委員が対応します。

開催日

- 4月17日(木)
- 5月15日(木)
- 6月19日(木)
- 7月17日(木)
- ※8月21日(木)
- 9月18日(木)
- 10月16日(木)
- 11月20日(木)
- 12月18日(木)
- 令和8年1月15日(木)
- 2月19日(木)
- 3月19日(木)

太字は、民生児童委員及び人権擁護委員と合同で相談会を実施します。

時間

- 午後1時30分～3時30分
- ※8月21日は午後5時～7時

場所

役場第2応接室

役

総務課総務係

村民農園の利用者を募集します

村では、農家以外の方を対象に、自家用野菜等の栽培を通じて農業に親しみ、収穫する喜びを味わっていたため、村民農園を設けています。

この村民農園を利用して、家庭菜園を始めた方方を募集します。自分好みの野菜を育て、農作業を楽しみませんか。

場所・募集区画数(面積)

- ①駒 場・1区画 (126㎡)
- ②真向田・1区画 (156㎡)

貸出期間

令和7年5月～令和9年3月

利用料

年間3千円

応募締切

4月15日(火)

応募者多数の場合は、初めて利用する方を優先し、抽選とします。詳しくは、産業振興課農政係までお問い合わせください。

〔役〕 産業振興課農政係

令和7年産水稻生産実施計画書等の配布について

毎年配布している「水稻生産実施計画書」等については、3月下旬

の配布を予定しています。

この実施計画書は、水稻や転作物の作付けを行う農地の把握を行い、経営所得安定対策交付金などの助成を受けるために必要となります。

このため、栽培作物の変更や、農地の貸し借りを予定されている場合は、必ず提出してください。

また、JAやNOSAIへの提出書類も同封しますので、あわせて提出をお願いします。

提出先

産業振興課農政係

提出期限

4月25日(金)

〔圖〕 高山村農業再生協議会

(産業振興課農政係)

☎214-9268

ごみ袋には必ず名前を記入してください

村では、ごみの搬出における個々のマナーの向上やごみステーションの維持管理の効率化を図るため、ゴミ袋への記名をお願いしています。

最近、一部のごみステーションにおいて名前の書かれていないごみ袋が見受けられます。

ごみを搬出する際は、収集日に各地区で決められた時間までに、ごみステーションへ搬出してくだ

さい。搬出にあたっては、村指定のごみ袋に入れ、油性ペン等で名前を記入してください。

名前の書いてないごみ袋は回収できません。

また、ごみステーションは各地区及び衛生組合で維持管理されています。役員さんが定期的に掃除をしたり、住民の皆さんが当番で清掃しています。ゴミ出しはお互いにルールを守っていただくとともに、きれいに維持するためにご協力をお願いします。

〔役〕 住民税務課生活環境係

国土調査の登記が完了しました(奥山田3区)

令和元年度に地籍調査における現地立会い・図面等調査を実施しました大字奥山田字鎌田・宇とふき原・小屋場ほかについて、長野地方法務局から登記完了の通知がありましたのでお知らせします。

なお、土地登記簿や地籍図などは、お近くの法務局にて交付・閲覧が可能です。

関係土地権利者の皆さまには、事業に対してご理解とご協力を賜りましたことに厚く御礼申し上げます。

〔役〕 産業振興課林務地籍調査係

たかやまチャンネル
(122ch)

第19回

一茶ゆかりの里フェスタ

▼初回放送

3月17日(月) 午前10時～

2月8日に一茶ゆかりの里一茶館で行われた「第19回一茶ゆかりの里フェスタ」。

高山村や一茶館を訪れるきっかけになればと、毎年開催。

この日は、須坂市と高山村を拠点に活動する音楽グループ8組が発表し、訪れた80人が熱心に耳を傾けていました。



高山村いきいきフォーラム2025

1月25日に公民館講堂で開催されました「いきいきフォーラム」の内容を紹介します。

全ての人が希望に応じて、家庭でも仕事でも活躍できるための基盤となるのが「健康」です。

テーマ

「女も男も健康で生活するために」

講師

一般社団法人健康福祉広域支援協会
代表理事 中村 崇さん

講演内容

1. 「これからの時代」

・今、「寝たきり・認知14年」（介護が必要な年数）と言われていきます。2025年からの20年間は人手不足の20年とも言われています。団塊の世代は800万人いますが、後期高齢者となり、ますます介護が必要になります。しかし、人口が減り続けている日本では、医者がいない、ヘルパーがいないという状況になります。これからは地域でやりくりしなくてはいけない時代、地域で支え合う時代となります。下の世代の仲間を大事にしなければ支えてももらえません。「感謝と協力」が基本となります。明るく楽しく元氣よく生きられる社会が求められています。

2. 「交流しながら楽しむ」

・男性は論理好きで命令するこ

と、優越感をもつことを好みます。女性は井戸端会議等を通して、広く情報を集めることを好みます。女性の方が脳の使い方やリスク管理が上手なので長生きします。老化は一人で止めることはできません。色々な人と関わる必要があります。地域に出で、異年齢の人々と交流しながら笑い合うことが大切です。

いきいきできる社会になるためには、「集まって、笑って、触れ合い、納得すること」が大切です。自分の健康は自分で守る。そして、近所の人の健康を支える。仲間と会って気を使うことに心がけましょう。気を使うと前頭葉が活性化し、元氣でいられます。

3. 「フレイル予防の三本柱」

- ①身体活動すく出して
- ②仲間が大事いつまでも（社会とつながり、異年齢との交流を）
- ③のみこむ力を維持しておいしく食べる



令和6年版男女共同参画白書

内閣府男女共同参画局では、毎年「男女共同参画白書」を作成していますが、本年度の白書の内容を紹介します。

「本年度の特集」

「仕事と健康の両立」

○全ての人が希望に応じて、家庭でも仕事でも活躍できる社会の実現に向けて、基盤となるのが「健康」である。

①女性と男性では、健康課題の内容も課題を抱えやすい時期も異なる。

○女性特有の病気は、20代から50代の働く世代に多い。

・月経障害、女性不妊症、子宮内膜炎、乳房の悪性新生物、閉経期及びその他の閉経周辺期障害、甲状腺中毒症、子宮平滑筋腫

○男性特有の病気は、50代以降で多くなる傾向がある。

・前立腺肥大、前立腺の悪性新生物

②病気やけがなどで自覚症状がある者の男女比

○10歳以降、男性よりも女性の方が多い。

③健康上の問題で仕事や家事への影響がある者の男女比

○20歳以降、男性よりも女性の方が多い。

④近年、未就学児の育児をする者及び介護をする者に占める有業者の割合が上昇している。そして、育児・介護ともに、依然として担い手は、男性よりも女性の方が多い。

⑤子育て中の正規雇用労働者の女性性は「仕事や家事・育児等忙しい病院等に行く時間がない」「病院が空いている時間に行けない」ため、気になる症状に十分に対処できていないことが多い。

⑥健康課題を抱えていると、仕事よりも家事・育児に影響が及ぶと認識している。

小学生以下の子とも同居している有業の女性は、健康課題により仕事にも家事・育児等にも影響が及ぶと認識しているため、両立支援が重要となる。

☆女性がキャリアを継続し、キャリアアップしていくためには、仕事と育児等の両面支援に加えて、女性特有の症状を踏まえた健康への理解・支援が求められる。

☆女性が健康課題を抱えながらも働きやすい社会は、男性を含めた全ての人々にとっても働きやすい社会になることが期待される。

指定分館 人権問題学習を終えて

駒場分館

駒場分館長 善哉 良彦

駒場区は令和6年度人権教育推進地区指定分館として3回の学習会を開催しました。講師に、高山村教育委員会の岡田哲夫さんを迎え講演いただきました。

1回目の演題は「高齢者の人権」です。近年、超高齢化社会を迎えています。高齢者の人権問題として、虐待、災害弱者としての高齢者、高齢者の生きがいの喪失、悪徳商



法や振り込め詐欺の被害、孤立死があります。人権を守るためには、高齢者の事を知り、困り感に気づき、自分は何ができるか考えることが大切であるということ学習しました。身近な問題であり、思い返す場面もあり、改めて考えさせられました。

2回目の演題は「SDGsと同和問題」です。現在、インターネットの普及により、コミュニケーションの輪が広がりに便利になる一方でインターネットを悪用した行為が増えています。誹謗中傷、差別的な書き込み、個人情報のプライバシーに関する情報の無断掲示など、人権の侵害につながる情報がたくさん流れています。ネットの中

にある差別情報について出会うかもしれません。出会った時に、それを見抜き、批判的に捉え、差別に立ち向かう行動を起こすことができるように人権・同和教育を学ぶ必要があるのです。

3回目の演題は「外国人の人権」です。日本の総人口に占める在留外国人数は過去最多を更新しています。その環境の中で外国人と出会う

ことが多くなり、どう接したらいいのか課題となっています。多文化共生が求められ、外国文化の理解不足からトラブルになることや、相互理解の途上で地雷（嫌なこと）を踏んでしまうことも多々あります。言語、文化の異なる人々がお互いの違いを理解し、尊重し合いながら共に生きていくこと、また文化の違いを超えてお互いが協力し合う事でより豊かで調和のとれた社会の実現が図られます。多文化共生を実現するための取り組みもされています。生活情報の多言語化、日本語教育の推進、外国人と積極的に関わることも大切です。

私たちが生活する中で様々な人権問題があります。正しい情報を知ることが大切だと感じました。

最後になりますが、講師の岡田さんをはじめ学習会に参加いただいた区民の皆様、ありがとうございました。

宮関分館

宮関分館長 山崎 和隆

宮関分館は、令和5年度・6年度の2年間指定分館になり、年3回の人権問題学習会を行いました。令和5年度

は、教育委員会の岡田哲夫さんと高山小学校長の岡田憲和先生に、DVDを見ながらの講演を行っていただき、自身の濃い学習会になりました。令和6年度は、岡田哲夫さんに講演していただきました。

同和問題や結婚差別に関しては、時代の流れで自分ではほほえないものかと思っていました。勉強していかなくて、まだ根強い問題なのかで、改めて思い、学習会を開催して、自分にも宮関区民にも良かったのではないかと思っています。

また、今の時代に即したインターネットやSNSでの人権問題も学習していくことで、これから注意していかなければいけないと思いました。高山村でも最近多くの外国人の方が暮らしていることもあり、外国人と人権についても学ぶことができました。これからの時代、高山村、宮関区にも外国人の方が増えてくるだろうと思えます。コミュニケーションの取り方を工夫したり、異文化に関心をもったりすることも大事なことだと思います。

2年間で6回の学習会を行いました。最初のうちは参加者も少なかった印象でしたが、回を重ねていくうち

に参加者も増えました。人権問題を考える区民が増えてきていることで、区民の意識の変化を感じました。今後も学習会を行っていくことが大事です。私も積極的に参加していきたいと思えます。最後になりましたが、2年間講師を務めていただきました岡田哲夫さん、岡田校長先生には大変お世話になりました。改めて感謝申し上げます。また、参加していただきました宮関区民の皆様、ありがとうございました。

編集後記

過日、高山村いきいきフォーラム2025が開催され、アトラクションとして「ブレイ・あんさんぶる」による女性12名の演奏がありました。

サークルの紹介によると、音楽を愛する役場職員で構成され、消防団と連携し演奏での応援をしているとのこと。躍動感のある「銀河鉄道999」の演奏が最高でした。

早朝から行われる狭い村道の除雪の際、対向車用の待機場を確保するなどの気配りに感謝しています。

(古川幸雄)



館報 たかやま 第808号 3月号

発行 高山村公民館
編集 館報編集委員会

2月9日 この冬一番の寒波襲来 未明から除雪隊が大活躍

村内施設の紹介

令和7年2月28日(金)をもって、高山村公民館は、改修工事によりしばらくの間使用できません。しばらくの間ご不便をおかけしますが、その間、別の村内施設をご利用ください。
利用可能な施設を一部紹介します。それぞれ用途にあわせてご利用ください。

1 高井コミュニティセンター会議室

住所：高山村大字高井 689（高井運動広場の南西隅）



コミュニティセンター外観



コミュニティセンター会議室

- 会議、軽運動に適しています。
- 冷暖房完備です。(60分 200円)
- 駐車場が狭いので、高井グラウンドの駐車場をご利用ください。

2 高山村青少年センター

住所：高山村大字中山 1987-1（北部運動広場の北東隅）



青少年センター外観



会議室A(洋室)

- 和室と洋室（定員 24名）の2部屋です。
- 給湯室がついています。
- 駐車場は、北部トレセンの駐車場をご利用ください。

※令和7年3月31日(月)より、教育委員会事務局は高山中学校体育館ミーティングルームに移転します。
電話は変更ありません。(☎214-9762)

高山村謡曲会

最後の発表会開催！

2月16日（日）、高山公民館3階講堂において第54回高山村謡曲会総会発表会が開催されました。総会において、畔上孝一会長が退任と今年度をもって高山村謡曲会を解散することが報告されました。今後は、会派ごとに活動を継続していくそうです。



高山村謡曲会役員のみなさんによる発表

タカちゃんファミリー

松やちあひ 160



試合前の練習風景

雪と光の祭典 開催！

ソリ滑走距離大会

2月2日(日)



整備されたコースをバナナボートに乗って滑り下る参加者

YOU遊ランド芝生広場において、ソリ滑走距離大会が開催されました。前日までのところで雪不足が心配でしたが、総合型スポーツクラブ員の力で、見事なコースに仕上がりました。当日は、粉雪舞い散る肌寒い中でしたが、たくさんの方々が村内外からソリ持参で集まりました。

雪上イベント

2月8日(土)



吹雪の中、心配そうな表情を見せる子ども達

当日は、あいにくの天候でしたが、幼児から小学生まで、35名が参加しました。集まった子ども達は、吹雪に負けずに元気にみかん拾いとパン食い競争に参加していました。「こんな吹雪の中、大勢の参加者でびっくりしました。」「深い雪の中、小さな姉弟が手をつないでパン食い競争に参加している姿にとても感動した」との感想が聞けました。



子どものひざまで真っ白!!

第42回 高山卓球大会開催

2月16日(日)

高井トレーニンングセンターにおいて、卓球大会が開催されました。今回は混合ダブルス、男子シングル、女子シングルの4人による団体戦で、村内から14チームが参加しました。まず、予選リーグを戦い、その結果を踏まえて、各リーグの1・2位による上位トーナメントと、3・4位による下位トーナメントに分かれて戦いました。結果は以下のとおりです。

- 優勝 となりのととろ
 - 準優勝 高山中A
 - 3位 高山中B
 - 高山ジュニアA
 - 敢闘賞 赤和
- (赤和チームは、下位リーグにおいて優勝しました。)

分館
ア
ラ
カ
ル
ト

第48回 三郷区文化祭 (三郷)



紙芝居は「待ちぼうけ」

三郷分館では毎年2月の初旬に文化祭を開催しています。本年度は去る2月9日の日曜日に開催いたしました。会場は三郷集落センターで、隣接するふれあいセンターでは皆様の作品やコレクションなどの展示を行いました。

文化祭準備はだいたい前日までに終わっているのですが、当日の用意は例年ほとんどありませんが、今年は前々日より大雪で受付時間の2時間前に分館役員は集合し、会場の雪かきに追われました。

例年、区民の方は受付開始時刻より少し早く来場して、

作品展示を見てから受付するような人が多く見受けられます。受付では、飲み物とビンゴカードを渡して受付終了。後は組ごとに決まった席に着いていただき、開会式を待ちます。

開会式では、来賓の方々よりご祝辞をいただき文化祭に花を添えていただいております。

本年度は「昭和」がテーマの文化祭ということで行いました。まず、三郷区内の方による参加型の紙芝居で、話の途中にみんなで手拍子をして歌を歌うなど、大変盛り上がる内容でした。次は恒例の組対抗ゲームです。地区の長生会さまからお借りした輪投げで、組対抗の輪投げ。その後は、組ごとに割りばし鉄砲をその場で作って射的で競い合いました。

組対抗のゲームが終わる頃には、ちよūdお昼になり軽食を食べながらの懇親会が始まります。懇親会では皆様お待ちかねのビンゴ大会もあります。こうして盛況のうちに文化祭は幕となります。

近年、三郷地区では世帯数や若年層も減少していますが、三郷区文化祭はこのように元気がいっばいに開催されています。また、これからも引き続き開催されていくことでしょう。

簡単ではありますが、第48回三郷区文化祭の紹介でした。

第5回 いきいき シニア学級
チャオルにて
2月19日(水)



左右別々の動きはなかなかむずかしい

今年度最後の学級は、登録者53名の内40名が参加しました。YOU游ランドインストラクター小野さんの指導で、「脳リフレッシュ体操」を行ってから、「修了式」が行われ、修了証・皆勤賞が渡されました。昼食後に、中野市落語協会副会長

の理髪家文正さんの創作落語「おばあさんの特殊サギ編」でたくさん笑いました。

今年度は、高山小学校での開校式に始まり、松代町の歴史散策と陶芸体験、地元企業の工場見学、中野方面へ人形と人との関わりを巡って土人形絵付体験をしました。近くの歴史に触れたり、物作り体験したりと学びに溢れていた気がしました。体操を生活に取り入れて、来年度の事業に備えたいものです。



会場は最後まで笑いが絶えませんでした

高山俳壇 二月分

暖冬と言われし朝に息を吐く	田幸	大輔
地に触るるまでの華やぎ春の雪	本多	独川
愛のチョコ憐れみのチョコありがとう	深海	龍夜
初釜の炭火をわたる山の色	関谷	庸子
冬晴れや鳥も羽ばたけ深呼吸	大草	政子
積雪を踏み締め犬と散歩せり	松本	孝夫
風船に祈りを込めてバンクシー	藤沢	つよし
会心の友より届く寒の餅	高野	悠子

本ともだち

図書室が移転しました！

3月1日より高山小学校コンピューター室に公民館図書室が移転しました。



窓には図書室の看板が見えます



図書室には図書の閲覧のほかに学習コーナーもあります

揚げパン ～中学3年生卒業お祝いセレクト揚げパンから～

【材料】市販のロールパン…1袋(6個入り)
揚げ油……………適量

- ① きれいな油で、180℃位に熱しておく。
- ② ①の油にパンを入れて表側7秒、裏側7秒位で、さっと揚げる。
- ③ 好みの味をつける。

*パンは表面だけさっと揚げるのがコツ。
*パンは3時間ほど袋から出して少し固くなったロールパンで作ると油を吸い過ぎず、いいですよ。外はカリッと、中はふわっとした食感になります。
*おやつにもオススメです！



写真は昨年度の中学3年生のセレクト揚げパンです。今年も3月12日に実施しました。

当日は、小1～中2の子ども達は一律にココア揚げパン、中3生徒のみが特別に自分でセレクトした揚げパンを食べられます。

(高山村学校給食センター 栄養教諭 古平エミ子)



「味」いろいろバージョン

- ①白砂糖
ふつうのシンプルな揚げパン(砂糖のつけすぎに注意。)
- ②きなこ味
きなこ+白砂糖+塩少々…きなこ白砂糖は3:2で。
- ③ココア味
純ココア+白砂糖…4:7がおいしいです。
- ④シナモン味
白砂糖をつけた揚げパンに、シナモンパウダーを振ります。
- ⑤抹茶味
白砂糖+抹茶をお好みの量(入れすぎると苦くなります)で。
- ⑥チーズ味
白砂糖+粉チーズ…3:2がおいしいです。
- ⑦コーヒー味
白砂糖+粉末インスタントコーヒーをお好みの量で。(入れすぎると苦くなるので少しの量でOK。)
- ⑧いちご味
粉末いちご牛乳の素をさらに細かくすりつぶすとよくつきます。

編集後記

本号が皆さんに届く頃、高山村でも卒業・卒業と別れの季節を迎える子ども達がいまいます。寂しいと感じる別れのあと、待っているのは新しい出会い。新たな生活を始める皆さんに、笑顔あふれる日々が待っていることを祈ります。

(五百住 記)

セリく水ぬるむころ競り合つて



春の七草のひとつのセリ(芹)、食材としては七草粥のころスープで見かけるくらいでしょう。独特の香りとシャキシャキ感、パクチーにも負けない香草と思うのだけども(ひとつによって好き嫌いかわれますかね)。

セリは春の七草にあげられているように、日本で古くから鮮な新芽をたくさん出し、競り合うように成長します。競



冬のセリ



セリの花

らの食材です。万葉の時代には栽培されていましたが、アイヌ語でもセリはセリというらしいので、古くは縄文時代から野でセリを摘んで食べていたのではないのでしょうか。そして今でも摘んでこうおと思えば案外あちこちに生えています。いつも少し水が溜まっているような田んぼの隅の湿ったところなど。冬でも雪の下で水が凍らなければ、枯れずに葉を広げています。なので、冬場のビタミン補給としてお粥にしたのでしょうか。春、水がぬるんでくると新鮮な新芽をたくさん出し、競り合うのでセリだとか。夏に咲くレースのような白い花もかわいいです。

セリが科の名前になっているセリ科の植物は、ニンジンやパセリ、ミツバ、セロリ、など野菜や香草として使われるものが多いです。パクチーもお仲間でした。セリ科の野生種もたくさんあります。中には毒草もあるので、食べるときは十分気をつけてください。

4月の行事カレンダー

日	曜日	行事予定(時間・会場等)	担 当	お問い合わせ
1	火	第26回信州高山桜まつり(～30日) ④3頁	産業振興課商工観光係	☎ 214-9296
2	水	健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ④21頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
3	木	保育園入園式	たかやま保育園	☎ 245-6842
4	金	小学校入学式 中学校入学式	高山小学校 高山中学校	☎ 245-0594 ☎ 245-0948
5	土			
6	日	春の全国交通安全運動(～15日) 消防出初式(10時～ 中学校) ④2頁	建設水道課建設係 総務課危機管理防災係	☎ 214-9297 ☎ 214-2263
7	月			
8	火			
9	水	健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ④21頁 乳がん検診(9時～14時30分 保健福祉総合センター) ④5頁 狂犬病予防注射(10時～) ④7頁	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係 住民税務課生活環境係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202 ☎ 214-9267
10	木	乳がん検診(9時～14時30分 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
11	金	乳がん検診(9時～14時30分 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
12	土			
13	日	桜めぐりトレッキング(8時30分～ YOU 游ランド) ④3頁	信州高山村観光協会	☎ 242-1122
14	月	乳がん検診(9時～14時30分 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
15	火	乳がん検診(9時～14時30分 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
16	水	健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ④21頁 3か月・7か月・10か月児健康診査(保健福祉総合センター) ④21頁	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202
17	木	乳がん検診(9時～14時30分 保健福祉総合センター) ④5頁 行政相談(13時30分～15時30分 役場第2応接室) ④12頁 体育施設調整会議(18時～ 役場第2会議室)	健康福祉課保健予防係 総務課総務係 教育委員会生涯学習係	☎ 242-1202 ☎ 214-9243 ☎ 214-9762
18	金			
19	土	桜めぐりトレッキング(8時30分～ YOU 游ランド) ④3頁	信州高山村観光協会	☎ 242-1122
20	日	春の山田温泉桜祭り(11時～ 山田温泉大湯前広場) ④3頁	山田温泉観光協会事務局	☎090-3148-1736
21	月	肺がん検診(9時～15時 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
22	火	ウォーキング教室(9時～10時30分 保健福祉総合センター) ④5頁 肺がん検診(9時～15時 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202
23	水	健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ④21頁 肺がん検診(9時～15時 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-1202
24	木	肺がん検診(9時～15時 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
25	金	肺がん検診(9時～15時 保健福祉総合センター) ④5頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
26	土			
27	日			
28	月			
29	火	(祝日 昭和の日)		
30	水	4月分 税・料金等納期限・口座振替日 ④21頁 健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ④21頁	住民税務課税務係 健康福祉課保健予防係	☎ 214-9244 ☎ 242-1202

4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
4月分	4月30日(水)	固定資産税	1期分	保育料・児童クラブ利用料	4月分
		水道使用料	1期分		

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6年 12月6日～ 令和7年 1月16日生まれ	4月16日(水)	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 子どもノート
7～8か月児 令和6年 8月6日～ 9月16日生まれ				母子手帳 バスタオル おたずね票 子どもノート
10～11か月児 令和6年 5月6日～ 6月16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 子どもノート

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
4月2日(水) 4月9日(水) 4月16日(水) 4月23日(水) 4月30日(水)	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。

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
4月16日(水)	午後1時30分～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



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！



村の人口

令和7年3月1日
現在の住民基本台帳人口
(前月との比較)

世帯数 (+ 2) 2,456 戸
人口 (- 10) 6,390 人
男 (- 7) 3,182 人
女 (- 3) 3,208 人

2月1日から
2月28日までの届出から
※希望者のみの掲載です

むらびんの らびん

藤沢 克江 さん	藤沢 つぎ さん	橋爪 忠雄 さん	須加尾成子 さん	山寄 三和 さん	中村 要 さん
78 歳	101 歳	93 歳	87 歳	81 歳	94 歳
山田温泉	宮 関	緑ヶ丘	牧	牧	大字高井



おくやみ



歯みがきできたね たかやまっ子

11月、1月に実施した3歳児健康診査において、皆さん上手に歯磨きを行っていました。これからも健康な歯を大切にしてください。



栗林 颯 さん 宮本 彩世 さん 堀 時聡 さん 徳武 紡凧 さん



松本 珠來 さん 高坂 祐一士 さん 西村 楓 さん 中村 勇翔 さん



久保田 莉世 さん 鈴木 結暉 さん 鶴川 乃々春 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

友だちと遊ぶのって楽しいね♪

2歳児うさぎ組では、友だちと関わって会話を楽しみながら遊ぶ姿が多く見られるようになってきました。一緒に遊ぶ中で、玩具の取り合いや順番抜きなどでお互いに譲り合う事も多くありますが、その都度保育士がいざこざを仲介し、子どもたちの気持ちを聞いて代弁したり、正しい言葉の使い方を伝えたりしています。言葉のやりとりがだいぶ上手になってきて、「一緒に遊ぼう」や「次かしてー」などと可愛い会話が増えており、子どもたちの成長を感じることができ嬉しいです♡



日々、「おもちゃ○○ちゃんにかしてあげたー!」「ありがとうって言ったよ」と、嬉しい声が聞こえてきています。これからも子どもたちの「できた!」を大切にしながら過ごしていきたいと思えます。

表紙の紹介

第19回

一茶ゆかりの里フエスタ

2月8日(土)に、一茶ゆかりの里一茶館で「第19回一茶ゆかりの里フエスタ」が開催されました。

当日はあいにくの大雪でしたが、約80人が来場し、合唱などの発表を楽しんでいました。

表紙の写真は、高山村合唱グループ「コーラルフラウエン」による発表の様子です。

