



今月の主な内容

村議会6月定例会／ 消防技術訓練 …………… 2	信州高山食の祭典 …………… 6
村議会議員一般選挙 …………… 3	知事表彰／ 村内公共機関の業務案内 …… 7
信州高山まつり …………… 4	地力増進施設について …… 8
総合防災訓練 …………… 5	がん検診のお知らせ／ 信州医療センターの紹介 …… 9



志賀高原ユネスコエコパーク
高山村



the most beautiful
villages
in japan

村議会6月定例会

村議会6月定例会が、6月3日(火)から6月13日(金)まで開かれました。

提出した8件の議案はいずれも原案どおり承認または可決されました。

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3月31日に公布され、公示送達にインターネットを用いる方法の定義を規定するほか、給与所得控除及び基礎控除の見直しや、加熱式たばこの課税方式を見直すため、条例の一部を改正しました。

予 算

▼令和7年度高山村

一般会計補正予算(第1号)

物価高騰における国民生活を下支えるため、国の地方創生臨時交付金などによる「定額減税不足額給付事業」や県の「価格高騰特別対策支援金事業」に要する経費、国の事業採択に伴う「地域経済循環創造事業補助金」など、歳入歳出それぞれ9千389万4千円を追加し、当初予算からの累計額を52億4千389万4千円としました。

◆総務課総務係 ☎214-19243

消防・防災

高山村消防団消防技術訓練を実施しました

6月8日(日)、小学校グラウンドにおいて、一般公開型の消防技術訓練を実施しました。この訓練は、消防団員の日頃の訓練成果を発表するとともに、火災現場等で、安全に確実な消火活動を行うために必要な技術習得を目的に実施したもので、消防団員等105名が参加し、小型ポンプ操法とラッパ吹奏訓練を行いました。



ラッパ吹奏訓練



煙体験

また、訓練の実施にあわせて、消防活動への関心を深めていただくため、屈折はしご車等の車両展示や煙体験および初期消火体験コーナーを設置したほか、児童・園児を対象とした写生会を開催し、80名を超える子どもたちや保護者の皆さまに参加していただきました。



屈折はしご車展示



防火服体験

◆総務課危機管理防災係 ☎214-2263

高山村議会議員一般選挙を執行します

高山村選挙管理委員会では、9月29日(月)に任期満了となる高山村議会議員一般選挙を9月21日(日)に投票日を執行する日程で準備を進めています。

投票日の当日に、仕事や外出などにより都合のつかない方は、期日前投票をご利用ください。

予定されている高山村議会議員一般選挙の日程は次のとおりです

日 程 (予定)	事 項
8月12日(火)	立候補予定者説明会 午前9時～ 高山村役場
9月9日(火)	立候補届出書類等事前審査 午前9時～正午 高山村役場
9月16日(火)	告示 (立候補届出受付) 午前8時30分～午後5時 高山村役場
9月17日(水) ↓ 9月20日(土)	期日前投票 午前8時30分～午後8時 高山村役場 ※移動投票所の開設も予定しています
9月21日(日)	投票 午前7時～午後8時 村内指定投票所5か所 開票 午後8時30分～ 高山中学校体育館

**9月21日(日) は
高山村議会議員一般選挙の
投票日です。**



第39回信州高山まつり 7月26日(土)

夜店(一部)の営業は午後4時から
ひんのべ無料サービスは午後5時30分から

キャッチフレーズ

サンキュー高山!!
笑顔満開高山まつり!!

応募総数146点の中から、中学3年生の牧向日葵さん(14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。



タイムスケジュール

16:00	夜店開始(一部店舗)
17:00	開会宣言(実行委員長) たかやま保育園和太鼓演奏
17:30	ひんのべの無料サービス 交通規制開始
17:35	高山キッズ・Jr. ダンス
18:00	アルプホルンクラブ
18:15	大会長・実行委員長あいさつ キャッチフレーズ表彰式
18:25	なから★本気(なかマジ) 仲山コマ×四月一日まゆ
18:40	須坂コルツ
18:50	「ひんのべ音頭」踊り流し整列準備
19:00	「ひんのべ音頭」踊り流し
19:15	休憩
19:20	「ひんのべ音頭」踊り流し
19:45	信州高山太鼓
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。

交通規制

信州高山まつり開催に伴い、役場周辺において交通規制を行います。

▼日時 7月26日(土)

午後5時30分～10時

駐車場は、中学校グラウンドをご利用ください。なお、中学校グラウンド駐車場は、午後10時に閉鎖しますので、ご注意ください。

中学校グラウンド駐車場

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、**車両は左折のみ**とさせていただきますので、ご協力をお願いします。



ご家族や友人をお誘いあわせのうえ、お出かけください。
大勢の皆さまのご来場をお待ちしています。

◆信州高山まつり実行委員会事務局
(産業振興課内)

☎214-9296

総合防災訓練を実施します



- ▶日 時 8月31日(日) 午前8時～10時
- ▶会 場 村内の指定避難所5会場
- ▶災害想定 豪雨災害及び地震災害を想定した訓練

No	指定避難所（会場）	対 象 地 区
①	小学校体育館・グラウンド	千本松、新堀、堀之内、水中、久保
②	中学校体育館・グラウンド	赤和、荒井原、紫、緑ヶ丘
③	保健福祉総合センター	二ツ石、松南、黒部、牧、福井原
④	北部体育館・グラウンド	駒場、松原、榊形、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

▶連絡事項

- ・動きやすい服装とし、できるだけヘルメットを着用してください。
 - ・上履きを持参してください。（体育館内で避難所開設訓練を行います。）
 - ・熱中症予防のため、タオル、水分を各自でご用意ください。
- ※訓練内容等の詳細は、チラシ等でお知らせします。

～「自らの命は自らが守る」「逃げ遅れゼロ」をめざして～

1 ハザードマップで危険区域を確認しましょう。

ハザードマップで、自宅の場所を確認しましょう。マップで着色されている場所は、土砂災害や浸水被害等の危険が予想される場所です。必ず確認しておきましょう。



2 最新の気象情報等を入手しましょう。

大雨や強風は何度も大きな災害をもたらしています。テレビ・ラジオ・インターネット等から最新の気象情報を入手しましょう。

3 避難するタイミングを決めておきましょう。

「暴風になる前に」「水位の上昇などの異常を発見したら」など、避難するタイミングと避難場所についてあらかじめ家族で話し合っておきましょう。また、明るいうちに避難しましょう。



4 常時持出品を用意しておきましょう。

いざという時にすぐに持ち出せるように、日頃から準備・点検しておきましょう。避難用リュックを用意しておき、貴重品や避難中に役立つものを入れて備えておきましょう。また、薬やお薬手帳があると避難所でも便利です。

信州高山食の祭典を開催します

11月2日(日)

YOU游ランド ゆうゆう広場



村の特産品のPR及び村内事業者による試験販売等の機会を創出することなどを目的に、今年も信州高山「食の祭典」を開催します。このイベントは、長野県地域発元気づくり支援金を活用して、令和6年度からYOU游ランドゆうゆう広場で開催しているもので、村の特産品を取り扱うブースが多数出店し、高山村ならではの味わいを楽しんでいただけます。



飲食ブース出店（令和6年度キッチンカー）



出演のようす（令和6年度キッズダンス）



飲食ブース出店（令和6年度高山ワイナリー）

出店・出演者の募集について

村では、このイベントへ出店いただける村内事業者やステージショーに出演していただける村内の団体等を募集する予定です。（募集案内は、村のホームページへ掲載します。）

村では、このイベントを通じて、高山村のりんごやぶどう、ワインなどの“食”を味わいその魅力を感じてもらうことで、村を訪れるリピーターや、農産物等の特産品を購入していただける“ファン”を増やし、地域ブランド化の取組みを推進してまいります。

知事表彰受賞

6月10日(火)、長野市内において、令和7年度「知事表彰」表彰式が行われました。

村内では、前高山村長 内山 信行氏が受賞されました。

地方自治功労者



前 高山村長
内山 信行氏

平成28年11月に高山村長に当選され、令和6年11月までの2期8年にわたり、「あらゆる災害に強い地域づくり」、「50年先、100年先を見据えた人づくり」の二つを柱に、子育て世帯への支援の充実をはじめ、防災情報受信機を無線型から有線型への更新のほか、指定避難所の環境整備、さらには人口減少に歯止めをかけるため、新たに「定住支援室」を設置するなど、安心・安全な村づくりのリーダーとして、地方自治の振興に多大なご貢献をされました。

◆総務課総務係

☎ 214-19243

行財政運営

村内公共機関（8月11日(月・祝)～15日(金)）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) ※8/11(月・祝)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	公民館は現在改修工事のため休館中です。代替施設(保健福祉総合センター等)をご利用ください。 代替施設の利用申し込み等は教育委員会窓口(中学校体育館内ミーティングルーム)までお問い合わせください。	教育委員会 ☎ 214-9762
図書室 (小学校旧コンピュータ ルームに一時移転中)	8/11(月・祝) 午前9時～午後5時まで、 8/13(水)～8/15(金)は午前10時～午後6時まで利用できます。 (8/12(火)は定休日(振替)です。)	図書室 ☎ 246-5566
ごみ収集	8/11(月・祝)を除き、通常通り業務を行います。	住民税務課生活環境係 ☎ 214-9267
し尿汲み取り	8/11(月・祝)、8/13(水)、8/14(木)は休みます。	(株)環境クリエーション ☎ 245-9400
ふれあい号奥山田牧線	8/11日(月・祝)は土日ダイヤ、 8/12日(火)～8/15日(金)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	8/13日(水)は通常通り業務を行います。 8/11(月・祝)、8/14(木)、8/15(金)は休みます。 8/18(月)から通常どおり診療します。	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。(8/12(火)は定休日(振替)です。)	一茶館 ☎ 248-1389
歴史民俗資料館	通常どおり開館します。(8/12(火)は定休日(振替)です。)	歴史民俗資料館 ☎ 242-2552
YOU 游ランド	期間中は営業します。(8/14(木)は定休日です。)	YOU 游ランド ☎ 242-2210
トレーニング ルーム	8/11(月・祝)、8/14(木)は休みます。 8/12(火)は午後8時30分まで、8/13(水)、8/15(金)は午後5時まで営業します。	
水中運動教室	8/12(火)のみ実施します。	
山田温泉大湯	通常どおり営業します。	山田温泉大湯 ☎ 242-2314
スパイン	通常どおり営業します。	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。(8/12(火)は定休日です。)	蕨温泉ふれあいの湯 ☎ 242-2313

人と環境にやさしい村づくり 地力増進施設について

環境に配慮した村づくり

村では、昭和57年に地力増進施設を建設し、村内の一般家庭や事業所等から出る生ごみを焼却せず、家畜糞やきのこの廃オガクズとともに堆肥（フクイハラコンポ）にして、農地に戻す環境に配慮した資源循環型農業の仕組みを全国に先駆けて作りしました。



攪拌の様子

この全村での資源再利用のほか、平成3年から人工フェロモン（コンフューザー）を活用した果樹の減農薬栽培の取り組みは、環境にやさしい環境保全型農業として高く評価され、平成17年に第10回環境保全型農業コンクール大賞（農林水産大臣賞）を受賞しました。

有機肥料の重要性

堆肥とは、農作物の生育に不可欠な土の養分を補給する肥料のことで、①窒素、リン酸、カリウム等の養分を直接与える化学肥料と、②生ごみや家畜糞等を原料とした有機物を発酵させたものを土の中に混入し、微生物が有機物を分解し養分にする有機肥料に大別されます。土の機能を維持、増進するためには、定期的には有機物を補給する必要があり、補給しない場合は土が痩せてしまい、農作物の収穫量が減量になる等のおそれがあります。フクイハラコンポは②の有機肥料であるため、良い土づくりを増進するため重要な役割を担っています。

原材料処理量などの状況

昭和57年の建設から、原材料の生ごみ、家畜糞やきのこの廃オガクズの全体の処理量は、平成20年度の2,761トン进行ピークに人口や畜産農家の減少により徐々に減り始め、令和6年度では、1,147トンの処理量となっています。また、堆肥の製造量は、平成20年度が646トンで、令和6年度では、178トンと約3分の1となり、需要に供給が追いつかない状況となっています。



フクイハラコンポ

生ごみを地力増進施設へ 搬出のお願い

本村は、りんごやぶどうの果樹を中心とした農業が基幹産業であり、フクイハラコンポを利用した高品質な農作物の生産が行われています。

生ごみを自家処理されている村民の皆さまには、原材料確保のご協力をお願いするとともに、農地内での廃果投機や生ごみの堆肥化はクマ、サルの誘因源となることから、出没しにくい環境づくりのため、地力増進施設への搬出にご協力をお願いします。

◆産業振興課農政係

☎ 214-9268



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方が増えています。2年に1度、定期的にがん検診を受け、早期発見・早期治療で大切な命を守りましょう。

子宮がん検診

	集団検診	個別検診
日程	9月5日(金)・11日(木)・26日(金)	8月1日(金)～令和8年1月31日(土)
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	保健福祉総合センター	指定医療機関 ※詳しくは村ホームページをご覧ください。 
対象者	令和8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	1,500円 ※20歳以上の10歳刻み節目年齢の方は無料(令和8年3月31日時点)	

◆健康福祉課保健予防係
☎24211202

乳がん(マンモグラフィ)検診

	集団検診	個別検診
日程	8月4日(月)・5日(火)・6日(水)	8月1日(金)～令和8年1月31日(土)
受付時間	午前9時～午後2時15分	各医療機関により異なります。
場所	保健福祉総合センター	指定医療機関 ※詳しくは村ホームページをご覧ください。 
対象者	令和8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	2,000円 ※40歳、50歳、60歳、70歳の方は無料(令和8年3月31日時点)	

シリーズ「須高地域の医療を支える病院とかかりつけ医②」

未来の自分を守るため、 今こそ人間ドックを

地方独立行政法人長野県立病院機構

長野県立信州医療センター

当院は、須高地域の基幹病院として、入院や手術が必要な重症患者を受け入れる急性期医療を主軸とし、回復期、退院支援、さらに健診や訪問診療と総合的な診療を行っています。

自分の健康状態を チェックできていますか

高血圧や糖尿病などの生活習慣病は気がつかないうちに進行し、重篤な合併症を引き起こすことがあります。予防のためには健康的な生活習慣の実践と、定期的な健康チェックが大切です。

当院の人間ドックの特徴

当院では、通常の人間ドックに加え、脳ドック、肺ドック、大腸内視鏡検査、腫瘍マーカー検査など各種オプション検査を行っている

ます。胃内視鏡検査では、苦痛が緩和できるよう、静脈麻酔剤をオプションでご用意しています。

健診結果を生活習慣の 改善に役立てましょう

人間ドックは受診したら終わりではありません。健診結果を上手に活用し、生活習慣を振り返り日々の健康づくりに取り組みましょう。



信州医療センター人間ドックの詳細

◆長野県立信州医療センター

☎24615544

健康管理センター



待合室

人権擁護委員就任

これまで3年間にわたり人権擁護委員としてご尽力されました荒井原区在住の山際秀一さんが、引き続き人権擁護委員として、法務大臣から委嘱されました。

任期は令和7年7月1日から令和10年6月30日までの3年間です。



山際 秀一さん

人権擁護委員の活動を紹介します

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱された民間ボランティアの方で、現在、約1万4千人の人権擁護委員が全国の市町村に配置されています。人権擁護委員は法務局と連携して地域の皆さまから人権相談を受け、問題の解決のお手伝いのほか、人権侵害を受けた被害者救済や、地域の皆さまに人権について関心をもってもらえるような人権啓発活動を行っています。

◆人権推進室人権推進係
☎2141-9762

健康

脂質異常症に気を付けましょう

コレステロール

働き：細胞膜を作る、ホルモン・胆汁酸等の材料となる

中性脂肪

働き：体を動かすのに必要なエネルギー源
内臓を保護し、体温を保つ

多くなると

基準値内であれば問題ないですが…

多くなると

血管壁に入り込み**心筋梗塞**・**脳梗塞**の原因となる

- **動脈硬化**を進める
- 著しく多いと臓器の細い血管を詰まらせ**膵炎**を起こす

脂質異常症は、高山村民にとっても重大な課題です

脂質異常症は自覚症状がなく、気がつきにくい病気ですが、令和5年の特定健診の結果では男性で39.8%、女性で56.3%が、高LDL（悪玉）コレステロール値でした。

脂質異常症にならないよう、改善のための3つのポイントを紹介します。
ご自身の食生活や、生活習慣を見直してみましょう。

1 食生活の改善

- 脂身の多い肉・乳脂肪・卵などコレステロールを高くする食品や、お菓子・ジュース・脂肪の多い食品など中性脂肪を高くする食品を控えましょう。
- 海藻や野菜・キノコ類・大豆製品などの食物繊維は腸からのコレステロール排泄を高めますので、積極的に取り入れましょう。
- 食べすぎ、飲みすぎに気を付けましょう。

2 運動 適正体重の維持

- 運動は、血液中の中性脂肪を減らして、HDL（善玉）コレステロールを増やします。
- ウォーキングやラジオ体操など、無理なく続けられる運動を取り入れましょう。

3 禁煙

- 喫煙習慣は、脂質異常を進行させ、動脈硬化を進めます。
- 他にも血圧を上昇させる・血糖値を悪化させるなど、様々な悪影響があります。



脂質異常症を見つけるためには
どうすればいいの

まずは、健診を受けましょう！！

脂質異常症は血液検査をしないとわかりません！毎年1回は健診を受け、結果を確認しましょう。

村では、集団健康診査を実施しています。職場や学校などで健診を受ける機会のない、20歳～39歳の方、40歳以上の国民健康保険加入者の方または、後期高齢者医療保険加入者の方が対象です。

詳しくは村のホームページをご覧ください。健康福祉課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

国民健康保険からのお知らせ

資格関係書類について

現在お使いの「国民健康保険被保険者証」または「国民健康保険資格確認書」は7月31日(木)で有効期限が満了となります。

8月1日(金)から医療機関等で受診する際は「マイナ保険証」または「資格確認書」をご使用ください。

▼資格情報のお知らせ

保険証として利用できるよう登録されているマイナンバーカード(マイナ保険証)をお持ちの方に交付されます。

▼資格確認書

マイナ保険証の利用登録がない方・確認が取れない方に交付されます。

7月中に8月1日から使用できる資格確認書を送付します。

加入・喪失手続きについて

国民健康保険の加入及び喪失は自動的に行われませんので必ず役場で手続きを行ってください。

▼喪失手続きが必要な方

- ・ 社会保険などの勤務先の健康保険に加入した、または加入している方
- ・ 親や配偶者等の扶養親族として他の健康保険に加入した、または加入している方

または加入している方

▼加入手続きが必要な方

- ・ 勤務先を退職し健康保険を離脱した、または離脱している方
- ・ 扶養親族として他の健康保険に加入していたが、認定除外となった、または除外されている方(扶養から外れた、扶養者が後期高齢者医療保険へ加入した等)

▼納付が困難になった場合は

特別な事情がなく国民健康保険税を滞納すると、医療費等の給付が全部、または一部差し止めとなる場合があります。

国民健康保険税の納付が困難になった方は早めにご相談ください。

◆住民税務課生活環境係

☎ 21419267

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(金)から21日(木)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。

これに合わせて、各家庭でも次の10項目について、確認をしましょう。

夏の防犯チェック10項目

- 戸締り確認
外出するときは戸締りしていますか。
- 貴重品確認
家に多額の現金が置いてありませんか。
- 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。
- 自転車確認
自転車は防犯登録してありますか。
- 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。
- 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。
- 交通安全確認
シートベルトは着用していますか。
- 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。
- 電話でお金詐欺確認
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。
- 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

21419267

第十二回特別弔慰金の請求受付を開始します

令和7年は戦後80周年にあたり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔意を表するため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金（記名国債）を支給します。

▼支給対象となる方

- ① 戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お1人に支給します。
- ② 令和7年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- ③ 戦没者等の子

- ③ 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

※戦没者の死亡当時、生計関係があったことなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わりません。

- ④ ①から③以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪など）
- ※戦没者の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係があった方に限ります。

▼支給内容

額面27万5千円、5年償還の記名国債（年額5万5千円）

▼請求窓口

保健福祉総合センター
健康福祉課福祉係

◆健康福祉課福祉係

☎ 242-1201

お盆期間中の水道修繕工事店

お盆期間中における突発的な水道設備等の修繕工事は、次の指定工事店に依頼してください。

期 日	当 番	電話番号
8月13日(水)	(株)信東産業	☎ 245-6426
	ワコー設備	☎ 248-9326
	(株)ハヤシコーポレーション	☎ 245-3683
8月14日(木)	(株) aQua システム	☎ 245-9350
	旭日管機(株)	☎ 245-3125
	高山建設	☎ 246-4313
8月15日(金)	(株)環境クリエイション	☎ 245-9468
	(有)持田設備	☎ 245-3076

◆建設水道課上下水道係

☎ 214-9297

たかやま とれたて 情報

高山建栄会 ボランティア作業

毎年、高山村建栄会（村内の土木・建築関係の17業者で組織）の皆さまには、村内の道路などの環境整備を主としたボランティア作業を実施していただいています。

今年は6月26日(木)に、高山大橋北側の歩道に張り出している支障木の枝払いを行っていただきました。

この作業により、明るく見通しの良い沿道景観となり、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、誠にありがとうございました。



◆建設水道課建設係

☎ 214-9297

消 防 情 報

6月の高山分署の出動状況（6月1日～6月30日）

区 分	当月出動件数		本年度累計出動件数 (令和7年4月1日～6月30日)	
		うち村内		うち村内
火 災	0	0	3	2
調 査	0	0	1	1
救 急	33	27	91	72
計	33	27	95	75

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28日(木)から8月29日(金)

▶場 所

〒382-0098 長野県須坂市墨坂南四丁目5番1号
須坂市文化会館メセナホール 小ホール

▶定 員

108名（先着順）

▶受講料

8,000円

▶申込期間

1次：7月16日(水)～7月23日(水)

2次：8月10日(日)～8月11日(月)

※1次募集で定員に達した場合、2次募集は実施しません。

▶申込方法

日本防火・防災協会のホームページをご確認いただき、お申し込みください。

※須高管内で開催する甲種防火管理講習会は、令和5年度から一般財団法人日本防火・防災協会が主催しています。須坂市消防本部では講習の申し込みはできません。

〈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



自然・友の大切さを学ぶ

～ 1年生 妙高自然体験学習 ～

中学校生活にようやく慣れ始めた5月、1年生は妙高で自然体験学習を行いました。学級や係など、みんなで協力して準備を進めてきた1年生。当日は爽やかな青空の下、グループごとに様々なアクティビティに挑戦しました。

仲間と声を掛け合いながら活動する中で、自然と助け合い、まだ話したことのない学年の仲間との新しい関係を築いている素敵な姿がたくさん見られました。

＊生徒の感想から＊

課題をクリアするのは1人ではできなくて、全員でその課題に向かって心をつにすることが大事だと気付きました。すごく大変だったけど、みんなと仲を深められて、あまり話したことのない人とも仲良くできてよかったです。



働くうえで大切なこととは

～ 2年生 職場体験学習 ～

2年生は、高山村と近隣市町村の職場の皆さまにご協力いただき、5月中旬に職場体験学習を行いました。実社会での体験学習を通して、働くことの意義や自分の大切にしたい生き方を見つけることを目的とした2日間の体験学習ですが、今回出会った方々の生き方や温かさに触れ、働くことの意義や今後の進路についても考え始めている様子がありました。地域の皆さまのご理解とご協力のおかげで、様々な職場で貴重な経験をさせていただくことができました。ありがとうございました。



たかやま掲示板

役：役 場 245-11100
問：問い合わせ先
チャ：チャオル 242-11200

児童扶養手当のご案内

父母の離婚等により、児童（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、児童の福祉増進を図るために「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窓口備え付け）
- ・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

食中毒に気を付けましょう

食中毒は、その原因となるウイルスや細菌が食べ物に付着し、体内に侵入することで発生します。湿気が多く気温が高くなるこの時期は、細菌が繁殖しやすくなるため注意が必要です。また、ウイルスはごくわずかな汚染によって食中毒を起こすため、調理者はもちろん、調理場内に「持ち込まない、ひろげない」ことが重要です。

細菌性食中毒予防の3原則

「つけない、増やさない、やっつける」

ウイルス性食中毒予防の4原則

「持ち込まない、ひろげない、つけない、やっつける」

下痢や嘔吐などの症状は、原因物質を排除しようとする体の防御反応です。もし、食中毒かなと思ったら、早めに医療機関で受診しましょう。

役 住民税務課生活環境係

農薬は周囲に配慮し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、住宅地等に隣接した農地で使用する際は住民への健康被害が生じないように安全使用の徹底をお願いいたします。

また、使用後の残農薬は、水路や河川に流出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

乳幼児家庭育児給付事業を実施します

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事業を行います。この事業は、7月13日(日)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商品券を、乳幼児一人当たり2万円分を交付するものです。

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日以降の出生児及び転入者は、当該年度の事業対象者とはなりません。

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、自宅や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いたします。電線・電話線がある場合は、中部電力・N T T等に相談のうえ、行ってください。

悲惨な交通事故等の発生を防ぐため、皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

【役】建設水道課建設係

信州高山ヒルクライム チャレンジ2025 ボランティア募集

YOU遊ランドから笠岳までの自転車レース「信州高山ヒルクライムチャレンジ2025」を9月28日(日)に開催します。実行委員会では、この大会の運

営にご協力いただけるボランティアの皆さまを募集します。詳しくは、信州高山村観光協会までお問い合わせください。

募集締切

8月25日(月)

【場】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

令和7年 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11日(金)～8月11日(月)

抽せん日

8月21日(木)

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。

サマージャンボは、パソコンやスマートフォンからもネット購入できます。

消防職員採用試験

令和8年4月1日採用予定須坂市消防職員採用試験を実施します。

受付期間

7月1日(火)～8月7日(木)

消防・消防(救急救命士)

日時

9月21日(日)
午前8時30分～

会場

須坂市消防本部・須坂市保健センター

消防(社会人枠)

日時

9月14日(日)～21日(日)

会場

期間中にSPI3検査を自宅等で受験

申込方法

須坂市ホームページ

その他、受験資格や試験内容等詳細は、須坂市ホームページをご覧ください。

【場】須坂市総務部総務課職員係

☎ 248-0750

たかやまチャンネル (122ch)

輝き！ムラビト図鑑

「子どもたちに見せたい
ホタル保護活動」

▼初回放送

7月14日(月) 午前9時～

ホタルが舞う村であり続けるために保護活動に取り組み「千石ホタルの会」と「新堀区ホタルの会」を紹介します。保護・保全のための努力、観察を楽しんでもらうための工夫とは？環境整備や観察会の様子を取材しました。



生垣：6月19日 サツキが見ごろ(高山中)

分館対抗スポーツ大会

6月15日(日)

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。種目は「ふらばーるバレー」です。ルールはバレーボールに似ており、3打以内で相手コートにボールを返すのですが、いびつな形をした柔らかめの大きなボールを使用し、相手コートから受ける一打目はワンバウンドさせてから触らなければいけま

せん。1チーム4人ずつコートに入り、サーブ権が移るたびに1人ずつ交代して全員が試合に参加します。ボールがいびつな形をしているため、どこに飛んでいくか予測がつかないところが面白い球技です。また、スピードがゆっくりで突き指の心配があまりないので、ボールに対する怖さも少なく誰でも気楽に参加できます。



バドミントンコート5面で熱戦が繰り広げられました



ファインプレーやハッスルプレーがたくさん



“ナイス!!”



“エイッ！ヤー!!”

1、2回の練習を積んでから当日を迎えているチームが多く、思いのほかラリーが続く試合もあり、各コートで熱戦が繰り広げられました。お互いに声を掛け合い、時には予想しないプレーとなり、笑いが起きたり褒め合ったりしながら、各チーム2試合ずつ行いました。

今年は14地区20チームが参加し、年代を問わずスポーツを楽しむ、チーム内だけでなく地区の枠を超えて交流を深めていました。各ブロックの結果は次のとおりです。

ふらばーるバレー結果

- Aブロック 優勝 久保B
- Bブロック 優勝 緑ヶ丘
- Cブロック 優勝 黒部
- Dブロック 優勝 荒井原A
- Eブロック 優勝 ニツ石A

分館
ア
ラ
カ
ル
ト

リコーダークラブ

始めました!!

牧場分館長 渡部 正人

本年度より牧場区ではリコーダークラブの活動を始めました。ソプラノからバスまでの四種類のリコーダーで合奏します。練習は毎月第二第四の水曜日、午後二時から。カリヨンホールで行います。

リコーダーの歴史は古く練習曲には五百年前の曲もあります。音色の豊かさが魅力です。興味のある方は、どなたでも見学・参加可能です。



色々な大きさのリコーダーを演奏する参加者

体力測定

6月29日(日)に高井トレーニングセンターにおいて体力測定を行いました。これはスポーツ庁からの依頼で全国で実施されている調査です。調査内容は、20歳〜64歳が握力や上体起こし、20mシャトルランなど全6種目、65歳〜79歳は、開眼片足立ちや6分間歩など全6種目です。昨年度に引き続き参加した方は、この一年間でどれだけ体力がついたか熱心に取り組んでいました。



測定前に準備体操する参加者

公民館改修工事情報

取り除かれた壁に耐震補強材（ブレース）が埋め込まれました。



1階図書室南側



3階講堂東側

8月の生涯学習事業

開催日	事業名	場所
8月1日(金)・2日(土)・3日(日)	子ども俳句教室	一茶館
8月2日(土)	切り絵教室	チャオル
8月3日(日)	牧場トレッキング	ヤマボク
8月5日(火)	ハーバリウム教室	チャオル
8月7日(木)	スポーツリズムトレーニング教室	北部トレセン
8月10日(日)	チャレンジライダー	高山小
8月10日(日)	一茶ゆかりの里で一茶を学ぼう③	一茶館
8月11日(月)	わくわく探検	太田堰・湯倉洞窟
8月15日(金)～	線画クラブ展	一茶館
8月16日(土)	ゆったり太極拳	一茶館
8月21日(木)	人権教育講座	チャオル
8月23日(土)	サマーコンサート	チャオル
8月28日(木)	アロマセルフマッサージ教室	チャオル
8月30日(土)	世界の料理教室	高山小

問い合わせは公民館まで。(☎214-9762)

志やくなげ句会 六月作品

球児らの掛け声弾け立夏かな
宮川 節子
暑休め絶やさぬ妻や露を煮る
高野 閑林
亡き母の好みし和服リラの花
佐藤 喜代美
摘果する鉢の音や遠郭公
浦野 スミ子
郭公の鳴き声通る朝の森
伊賀 岳陽
初経食べて今年も恙なし
園山 達雄

本ともだち

テーマ 「手仕事いろいろ」(新着図書)

カラフルで愛らしい 刺し子のふきんと小物
sashikonami 著(日本ヴォーグ社)



綿やリネンのふきんにひとはりずつ、ていねいに刺繻をほどこしていく「刺し子」。繊細で愛らしい模様は、少し刺し間違えてしまっても偶然新しい模様ができたり、オリジナルなものになっていたりすると

のこと。初心者でも気軽に挑戦できるミニサイズから「ちくちく」してみませんか。

津久井智子の 消しゴムはんこ。アイデア帳
津久井智子 著(主婦の友社)



はんこ専用の消しゴムに図案を写し彫り進める「消しゴムはんこ」。ふと迷うのは「どんな図案ではじめよう?」ということと、「作ったはんこをどう使えばいい?」ということ。図案のアイデアはもちろん、動画で見られる彫りワザや、はんこを利用したアイデアグッズの作り方など、

生活に思わず取り入れたいくなる素敵なアイデアが満載。

下界は暑さで外にも出られなくなるころ、山田牧場にはさわやかな夏がやってきます。高原の明るい草地や岩場にグンバイツルの青い花が咲きます。地面を這うように広がって、10cmほど花茎を立てて花が咲きます。葉の形を軍配に見立て、茎はつる草のように地面を長く這うのでグンバイツル。里の方で春先に咲



グンバイツル、這いつくばって生きていく

くオオイヌノフグリに近い仲間です。グンバイツルは浅間山から志賀高原にかけての地域で見られない植物です。生育地が限られていて、結構貴重な植物。山田牧場ではかなりたくさん見られます。グンバイツルは高さ10cmほどの小さな植物。もつと背が高い草に覆われてしまうと、日陰になって枯れてしまいがちです。でも、風の強い岩場などだと、背が高いと風で折れてしまいます。グンバイツルは地面に這いつくばって、風にも耐えられます。牧場では、もう一つ、背が低いので牛に食べられません!



グンバイツル

それどころか、背が高くなる草は牛が食べてくれます。そうやって日の当たる地面に葉を広げ、夏には青い花を咲かせます。牧場はグンバイツルにとつて楽園ですね。暑い夏、涼しい山田牧場の楽園でグンバイツルを探してみてください。牧場から新しい笠岳登山道を登っていきと、森から抜けてゲレンデに出たあたりで見ることができません。

メカジキの片面パン粉焼き



《材料》(4人分)

- | | |
|-------------------|-------------------|
| メカジキ・・・ 80g×4切れ | パン粉・・・・・・・・ 適量 |
| 酒・・・・・・・・・・・ 大さじ2 | 油・・・・・・・・・・・ 大さじ2 |
| 塩・・・・・・・・・・・ 少々 | カット野菜・・・・・・ 80g |
| こしょう・・・・・・ 少々 | トマトケチャップ・・・ 大さじ1 |
| 小麦粉・・・・・・・・ 適量 | 粒入りマスタード・・・ 小さじ1 |
| 溶き卵・・・・・・・・ 適量 | |

- メカジキは酒をからめて水けをふき、塩、こしょうを両面にふる。
 - 小麦粉を全体にまぶし、溶き卵とパン粉は片面にだけつける。
 - フライパンで油を中火で熱し、②のパン粉をつけた面を下にして入れ、3分ほど焼く。上下を返し、弱めの中火で3～4分焼く。
 - 野菜とカジキをお皿に盛りつけ、Aをそえる。
- 202kcal 食塩 0.7g



メカジキは、身が肉厚で、焼いたり煮たり、炒めたり揚げたりと、何でもアレンジできる万能な魚です。魚の青臭さもなく、魚が苦手なお子様にもおすすめです。栄養面では、良質のたんぱく質やビタミンDが含まれ、筋肉や皮膚、丈夫な骨作りに役立ちます。また、カジキの脂質には血中のコレステロールを下げてくれるDHAが多く、健康面でも見直されている食材です。是非お試しください。(チャオル 管理栄養士 斉藤美江)

編集後記

だんだんと暑さも本格的になつてきましたね。暑い日は食欲も落ちますが、高山村の美味しい野菜や果物を食べて夏を乗り切りましょう。きゅうりやトマト、スイカがおすすめです。日頃から体力を付けておくことも大切です。ウオーキングなどできることから始めてみましょう。(竹内 記)

8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	金			
2	土			
3	日			
4	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) ㊦9頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
5	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) ㊦9頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
6	水	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) ㊦9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) 健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ㊦21頁	健康福祉課保健予防係 地域包括支援センター 健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202 ☎ 242-1203 ☎ 242-1202
7	木			
8	金			
9	土			
10	日			
11	月	(祝日 山の日)		
12	火			
13	水	健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ㊦21頁	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
14	木			
15	金			
16	土			
17	日			
18	月			
19	火	妊産婦教室「ママねっと」(9時30分～12時 保健福祉総合センター)	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
20	水	健康相談(9時～12時 保健福祉総合センター) ㊦21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) ㊦21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
21	木	合同相談(17時～19時 役場第2応接室) 人権教育講座(18時30分～20時) 体育施設調整会議(18時～ 役場第2会議室)	総務課総務係 人権推進室人権推進係 教育委員会生涯学習係	☎ 214-9243 ☎ 214-9762 ☎ 214-9762
22	金	子育てセミナー(10時30分～11時45分 保健福祉総合センター) ㊦21頁	子育て支援センター	☎ 242-2660
23	土	公民館サマーコンサート(18時～19時 保健福祉総合センター)	教育委員会生涯学習係	☎ 214-9762
24	日			
25	月	基本健診・大腸がん検診(8時～14時 保健福祉総合センター)	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
26	火	基本健診・大腸がん検診(8時～14時 保健福祉総合センター)	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
27	水	基本健診・大腸がん検診(8時～14時 保健福祉総合センター) 保育園開放日(9時～11時15分 たかやま保育園) ㊦21頁	健康福祉課保健予防係 子育て支援センター	☎ 242-1202 ☎ 242-2660
28	木	基本健診・大腸がん検診(8時～14時 保健福祉総合センター)	健康福祉課保健予防係	☎ 242-1202
29	金			
30	土			
31	日	総合防災訓練(8時～10時 村内5か所) ㊦5頁	総務課危機管理防災係	☎ 214-2263
9/1	月	8月分 税・料金等納期限・口座振替日 ㊦21頁	住民税務課税務係	☎ 214-9244

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	9月1日(月)	村県民税	2期分	保育料・児童クラブ利用料	8月分
		固定資産税	2期分	水道料金	3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7年 4月17日~5月20日生まれ	8月20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 令和7年 12月17日~1月20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 9月17日~10月20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
8月6日(水) 8月13日(水) 8月20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。

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22日(金)	午前10時30分 ~11時45分	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♪」 支援センター職員
保育園開放日	8月27日(水)	午前9時~11時15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20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

 **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!



村の人口

令和7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 (一 2)	2,454 戸
人口 (+ 4)	6,379 人
男 (+ 4)	3,181 人
女 (± 0)	3,198 人

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

むらむらの くま



宮川真衣奈ちゃん 牧	返町朔良ちゃん 荒井原	鈴木智瑛ちゃん 紫	竹内愛珠ちゃん 榊形
------------	-------------	-----------	------------

すこやかに



藤沢幹さん 96歳 宮関	水橋直さん 74歳 榊形	松田米治さん 96歳 大字高井
--------------	--------------	-----------------

おくやみ

第199回

こんにちは あかちゃん



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、6月健診を受診された赤ちゃんです！



返町 奈七星 ちゃん (荒井原)

◆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

たかやま太鼓☆楽しんでます

日ざしが強く降り注ぎ始めたころ、さくら組のお友だちが待っていた和太鼓の話をする…「お祭りで見た」「やってみたい・叩きたい」と次々に思いが溢れてきました。

ですが、太鼓を叩くには「リズム」が必要です。そこで少しずつ太鼓と仲良くなってもらおうという所から、自分たちの両手を使い「リズム打ち」をしてみました。3文字・4文字・5文字の知っている言葉を挙げてから、先生の「トマト」「はーくさい」「ブロッコリー」などの掛け声に合わせて手をたたいてみました。そして、待ちに待った和太鼓を目の前にした日。子どもたちの顔はニコニコ。瞳はキラキラ。その日は思う存分自由に太鼓を叩きました。

今では、様々なリズムを覚え子どもたちの気持ちも本番に向けてワクワク、ドキドキ。

思うように叩けず不安になることもありますが、それでも楽しい気持ちを大事にしながら少しずつリズムが繋がりはじめました。今しか味わうことができない時間を大切に本番に向けて過ごしていきたいと思います。高山まつり、当日をどうぞお楽しみに！



表紙の紹介

高山村消防団

消防技術訓練

6月8日(日)、小学校グラウンドで一般公開型の消防技術訓練を行いました。

当日は天候にも恵まれ、団員等105名が日ごろの訓練の成果を披露するとともに、様々な体験コーナーを設置するなど、消防活動を知っていただくきっかけとなりました。

写真は7月13日(日)に県大会に出場した第2分団の小型ポンプ操法訓練の様子です。訓練の様子は2頁をご覧ください。



ほいくえん