

## 環境グランドデザインの全体像

4つの基本方針のそれぞれに対して、図1のような町の目標値を設定しています。基本施策を積み上げることによって、 これらの目標値の達成を目指します。

目指す将	来像   基本方針	基本姿勢	基本施策			乗において たい観点
	ゼロ・カーボン温室効果ガスを出さない町		•自家用車での移動に頼らずに済むまちづくり •電気自動車など $\mathrm{CO}_2$ を出さない(ZEV)の 普及			データで可視化する
オール・		地域の資源で温まる町(地域資源の熱エネルギーへの転換)	<ul><li>・未利用の熱エネルギーポテンシャルの有効活用</li><li>・都市ガスの有効活用による排出量の削減</li></ul>			
		ゼロ・カーボンで電気を創れる・ 使える町(電力の排出削減)	<ul><li>・太陽光発電など地域のための再エネ電源の利活用</li><li>・再エネを活用した電力契約への切替え促進</li></ul>		みん	
		エネルギーをなるべく使わず に済む町 (省エネルギー)	・高断熱・高気密の快適な建物の普及 ・エネルギー効率の高い家電や設備への買替 ・家庭や事業所での省エネ行動の実践		なで取り組む	
	ゼロ・ウェイスト ごみを出さない町	ごみになるものを使わない町 (発生抑制と素材転換)	<ul><li>ごみを出さない買い方・売り方の普及</li><li>包装材の削減、代替素材等の検討</li></ul>			
小 布 施		地域内でごみを有効利用する 町(地域内資源循環と再使用 促進)	<ul><li>・地域内リユースやアップサイクル推進</li><li>・有機系廃棄物の地域内有効利用</li></ul>			
で目指す環境		どうしても出るごみは最大限 資源化する町(再生利用促進 と適正処理)	・資源化を促す資源回収の仕組みづくり ・事業系廃棄物の資源化推進の制度設計			
	防災・レジリエンス <sub>災害に備える町</sub>	流域治水と産業転換で、災害 が発生しづらい町	<ul><li>・流域治水や堤防強化等の推進による水害の未然防止</li><li>・気候変動に強い農業生産技術や品種の研究強化と導入促進</li></ul>			
防 災 先		災害が起きても「逃げ遅れゼ ロ」の町	<ul><li>・災害時の避難行動に対する住民意識の啓発</li><li>・災害時要支援者の避難支援の仕組みづくり</li></ul>	1		財政的な負担を軽減する
光進都市		発災時にも最低限のインフラ が機能する町	<ul><li>・災害時の電力供給の確保</li><li>・空調設備の多重性の確保</li></ul>			
		協働の力で迅速に復旧復興で きる町	<ul><li>・専門機関との連携強化</li><li>・小布施ファンとのネットワーク強化</li><li>・ボランティアセンターの運営機能強化</li></ul>			
		心地よい移動・町巡り体験が できる町	<ul><li>・電気自動車社会を見据えたインフラ整備</li><li>・環境に優しく町巡りに適した二次交通の充実</li></ul>			
	サステナブルな観光 訪れる人もサステナビリティを 感じられる町	本物の食、本来の食が体験できる町	•食文化・技術・自然・農業を生かしたサス テナブルな食コンテンツ開発			
		豊かな暮らしに調和する滞在 ができる町	<ul><li>・滞在型体験コンテンツの開発</li><li>・ゼロ・カーボン / ゼロ・ウェイスト施策の観光分野への拡張</li></ul>			

サステナビリティ (持続可能性) とは、「環境」、「社会」、「経済」の3つの観点を両立し、持続可能でより良い 社会を目指す考えのことです。観光分野においても、商業的な進展に伴い、地域社会や自然環境に配慮した「サ ステナブル (持続可能) な観光 への要請が高まっています。その取り組みの1つとして、持続可能な観光の国 際基準を策定する機関 (GSTC) の認証取得などがあります。

て、基本方針ごとに深掘りした内容を掲載します。 安心・安全で豊かに暮らせる環境防災先進都市 を「オール小布施」で実現するため、多くの町の

引き続き 「環境グランドデザイン」の内容につい 皆さんと一緒に考え、実践していくことができれ ばと思います。アンケート結果やご意見など、詳 細は右記QRコードからご覧ください。



# 環境グランドデザイン策定

総務課環境防災連携推進室 問い合わせ ☎026-214-9209

小布施町では、町民・事業者・行政が協働し、町の課 題と環境課題の同時解決に取り組むことで、経済と暮 らしの基盤を守り、安心・安全でより豊かな暮らしを 実現することを目指し、令和4年5月に「環境グランド デザイン」を策定します。

「環境グランドデザイン」とは、世界・国・県の環境 に関する動向を踏まえたうえで、第六次小布施町総合 計画に基づき、令和4年度(2022)から令和12年度 (2030)までの9年間を対象に、基本的な考え方や指 標、町の将来像実現に向けた基本方針、それに基づく施 策やアクションプランをとりまとめたものです。

「オール小布施で日指す環境防災先進都市」を日指 すべき将来像に掲げ、「ゼロ・カーボン(温室効果ガス を出さない町)」、「ゼロ・ウェイスト(ごみを出さない 町) |、「防災・レジリエンス(災害に備える町) |、「サス テナブルな観光 (訪れる人もサステナビリティを感じ られる町) | の4つを基本方針とし、環境政策全般にお いて意識したい観点を踏まえて基本施策を定めます。

基本施策の策定にあたって、町民・町内事業者の皆さんに、アンケートへのご協力をいただきました。今月号では、 まず、アンケート結果の一部を報告します。

# 生可能エネルギーについて

再生可能エネルギーの普及を図る上で希望する取り組 みとしては、町民・事業者ともに「公共施設への積極的 な導入 |、「助成制度の充実 |、「災害時の非常用電源とし ての活用」の割合が高く、設置時の費用面での支援や防 災機能の強化につながる形での導入について強い要望が あることが明らかとなりました。一方、懸念する問題点 としては、主に「自然破壊」「景観の損失」「事故の際の影 響」「エネルギー供給の不安定」「お金がかかる」といった 点が町民・事業者双方からあげられました。再生可能工 ネルギー導入にあたってのガイドライン整備等により懸 念を解消できるよう、丁寧に対話を重ねながら進めてい きます。

## 地 球温暖化防止への取り組みについて

家庭での取り組みのうち「二重サッシやペアガラスな どの窓の断熱 | や 「カーテン等による日射遮蔽 | はすでに 設置・保有済みの割合が高く、住居の断熱といった省工 ネに関する取り組みはある程度進んでいることがわかり ました。一方で、家庭での「太陽光発電」や「電気自動車」 「プラグインハイブリッド自動車」「水素自動車 (燃料電 池車含む) | については、まだ町内での保有割合は低い 状況です。家庭での光熱水費に対する印象では、「非常に 多い1、「高い1を合わせると66.9%に上りました。事業 所が地球温暖化対策に取り組む理由では「環境問題の重 要性を感じているからしが最も多く、「結果的にコスト削 減につながるため」といった経営的な視点からの理由も 一定程度見られました。地域の再生可能エネルギー由来 電力の購入などを通じて、エネルギー関連費用の低減や 価格の安定化につなげる視点が重要と考えられます。

#### みの発生抑制への取り組みについて

町民のごみ削減の意識について、スーパーやコンビニ での買い物では「マイバッグを持参している」方は9割を 超えており、マイバッグの利用は浸透しているようです。 一方で、飲食店でのテイクアウトではマイバッグ利用率

が5割強、タッパーやタンブラー等の利用率が1割未満 という現状にあります。飲食店の事業主が積極的に取り 組める施策が必要と考えられます。

#### 基本方針

#### ゼロ・カーボン

- 2030年50%削減(2013年比)
- 2050年カーボンニュートラル達成

#### ゼロ・ウェイスト

- 可燃ごみ排出量:1.794トン(2018年比30%減)
- 地域内資源循環率:90%以上
- リサイクル率:50%以上

#### 防災・レジリエンス

- 千曲川の堤防器上げ完了
- 基幹避難所(4施設)への自家消費型太陽光パネル設置率:100%
- 災害時行動マニュアルの更新と訓練の毎年実施

#### サステナブルな観光

- GSTC認証: 2022年度に「持続可能な観光地100選」
  - 2025年度に「ブロンズ賞|
- 再来訪意向:7.0点満点のうち平均6.0点(日本交通公社調査、長野県平均5.63点)

日標値

• 来訪者満足度:7.0点満点のうち平均6.2点(日本交通公社調査、長野県平均6.03点)

図1 基本方針ごとの目標値

町報 おぶせ 2022(令和4)-5 町報おぶせ 2022(令和4)-5

#### ~テーマ2~ 小布施を「現代の湯治場」に

<活動報告>

町内外の人が集い、心身ともに癒される場として「フェス」を考案



善光寺や松本城のような大きな観光スポットがないにもかかわらず、観光客のリピート率が高いと言われる小布施町。そういった特色を活かしながら、かつてけが人や病人が温泉地に通ったように、訪れる人が癒される「現代の湯治場」にこの町はなりえるのではないか。そういった期待を胸に、小布施で様々な活動に取り組む方々との意見交換や、参加者にとって癒しに必要な要素の言語化などを行いました。

議論の結果、湯治場を「回復し、原動力が湧く、継続的に通う場所」として定義し、小布施を現代の湯治場とする施策の一つとして音楽、たき火、対話や食といった要素から構成される「フェス」を考案しました。町内外の人が気軽に集い、心身ともに癒される場をつくるため、まずは自分たちで実験的にフェスを開いてみようと、早速動き出しています。

#### テーマ 小布施を『現代の湯治場』に

## 焚火×対話×音楽×食

町内外の人が心身ともに癒され、多様な人と交流できる場



参加者の声

全てオンライン実施でしたが、町内外の 方々に必要な「現代の湯治場」とは何かを考 え、町との新しいつながりができた気がしま す。企画の実現を通じてこのつながりをより 深めていけたらと思っています。 (前田有香さん・東京都) 4年前のHLAB以来、久しぶりに小布施と関わることができました。オンライン開催でしたが、侃侃諤諤に議論することができ大変満足しています。今後は、実際に町の観光をしながら「リアル」な小布施も楽しみたいと思います。

(武田朋己さん・長野県)

地域おこし協力隊 日髙 健



# バーチャル町民会議2022報告



#### バーチャル町民会議とは

小布施町ではこれまで、「小布施若者会議」の開催や「町民運動会」への町外在住者の参加など、町外の方々が小布施に関わる機会を積極的につくってきました。新型コロナウイルス感染症の影響下において、町外から小布施に関わる人の流れを絶やさないためにできることはないか。そう考え、町と地域おこし協力隊が共同で企画したのが「小布施バーチャル町民会議」です。

令和2年度に引き続き、2回目となる令和3年度は、2月から3月にかけて全国各地に住む12名の参加者がオンラインで集い、「『サステナブルな町』の拠点を構想する」「小布施を『現代の湯治場』に」という2つのテーマに分かれ、小布施の未来を構想しました。約1か月半のプログラムを通じてどのような内容が話し合われたのかをご紹介します。

#### バーチャル町民会議での議論

~テーマ1~

#### 「サステナブルな町」の拠点を構想する

<活動報告>

『サステナブルな町』の拠点を構想する

花を通じて町内外の人たちがつながるサステナブルなまち "Čircular Flower Town Obuse"を構想

町民も町外からの訪問者も、自分ごととして「サステナブル」を体感できないか。そのような問題意識から、町の「環境先進都市」を目指す取り組みに参画する方々や、農業や花のまちづくりに携わる方のお話を伺い、話し合いました。最終報告では、「花とつながる、花がつなげる "Circular Flower Town Obuse"」として、生ごみ堆肥など未利用資源を活用しエディブルフ

ラワー (食用花)を育て、町内の飲食店等でそれを使った食を楽しみつつ対話することで、町内外の人がつながり、資源とお金が循環するまちを構想しました。

今後は参加者を中心に町内外の方と連携し、花を通じたサステナブルなまちづくりの可能性を探り、形にしたいと思います。

## 花とつながる、花がつなげる

花のつながりによって、人・資源・お金のサステナブルな町づくりを育む



町報 おぶせ 2022(令和4)-5

■申し込み・問い合わせ

補助額 子ども1人につき3万円

れたお子さん

る父または母

出してください。

金を交付します。

○住居の購入費

費用)

子育てを応援します!

企画財政課企画交流係 ☎026-214-9102

子どもの出生をお祝いするとともに子どもを産み

育てやすい環境をつくるため、出産祝い金を支給しま

対象となる子ども 令和4年4月1日以降生まれ

支給対象者 お子さんの出生の日において小布施町の

申請方法 出生届の際、窓口に備え付けの申請書を提

支給方法 地域の民生委員・児童委員さんと町職員が

結婚新生活支援補助金

婚姻に伴う新生活を経済的に支援するため、補助

補助対象経費 (令和4年1月1日から令和5年3

○引越費用(引越業者または運送業者に支払った

○令和4年1月1日から令和5年3月31日まで

○夫婦の双方が婚姻日における年齢が39歳以下

○申請時に夫婦の双方または一方の住民票の住所

ご自宅を訪問し、祝い金を手渡します。

新婚生活を応援します!

補助額 1夫婦当たり最大30万円

月31日の間に支払われた分)

○住居のリフォーム費用

○住居の賃料 (敷金・礼金等含む)

対象者(次のすべての条件を満たす夫婦)

に婚姻届を提出し、受理された夫婦

○夫婦の所得の合計額が400万円未満

○対象となる住居が小布施町内にある

が当該住居の住所となっている

住民基本台帳に記載され、お子さんと同一世帯とな

で、出生を事由に小布施町の住民基本台帳に記載さ

子育て応援出産祝い金

#### 回収品目一覧

蛍光管、白熱電球、グローランプ (灯具本体、LED球は対象外)、鏡 (枠 は外す)、体温計・温度計(電子式・アルコール式は対象外)

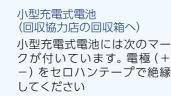
乾雷池、コイン型雷池

※乾電池とコイン型電池は分けてください。また、コイン型電池は 電極をセロハンテープで絶縁してください

※ボタン型電池、小型充電式電池は回収しません

ボタン型電池 (回収協力店の回収缶へ)

ボタン型電池にはLR、SR、PR の刻印があります。電極(+ -)をセロハンテープで絶縁 してください











犬と猫のマイクロチップ登録制度が6月から始まります 住民税務課住民係 ☎026-214-9109



録されることになります。

日金に各

収しま、 がん、ペットボト がん、ペットボト がん、ペットボト でも、月7 でも、月7 でも、10 では、10 では、10

※携帯電話などの小型充電式電池は、家電量販店や電気店、ホーム センターなどのリサイクル協力店へお持ちください。 小型充電式電池の回収協力店は、一般社団法人JBRCのホー ムページで、ボタン型電池の回収協力店は一般社団法人電 池工業会のホームページでご確認ください。

※電気コードは回収しません。

**以品目** 左表の以 時 6月12日 日 生活支援ハウ 以します。

肼

い合わせ

住民税務課住民係

■現在マイクロチップを装着している犬猫について

装着されたマイクロチップは、「犬と猫のマイクロ

チップ情報登録」という環境省のデータベースに登

既にマイクロチップを装着し下記の団体に登録さ

れている方で、環境省のデータベースへの登録を希

望される方は、5月31日まで以下のサイトから登

◎犬と猫のマイクロチップ情報・環境省データベー

ジャパンケネルクラブ

日本マイクロチップ普及協会

録の受付ができます (移行登録手数料は無料)。

動物愛護管理法の改正により、6月1日以降に

[曜回収は、

物の

は他

業所

ら出される

有害ごみ を回収

ま

#### UIJターンを応援します!

地域の担い手を支援する助成金

就業・創業・就農を機に小布施町にUIJターンされ

企画財政課企画交流係からのお知らせ

#### 助成額 1人あたり6万円

対象者(次のすべての条件を満たす人)

- ○令和4年1月1日以降、県外から転入(住民登録) した人。または、学生等で小布施町に住民登録さ れているが、生活の拠点が県外にあり、県外から 町内に生活の拠点を移した人。ただし、転居後6 カ月以内で、転居したことを証明できる人
- ある
- ○自治会および公共的団体 (例:消防団、社会教 育団体、農協青年部、商工会青年部など) に加入
- 申請方法 申請書等を企画財政課へ提出ください。申 請書等は町ホームページからダウンロードできます。

#### 住民税務課住民係からのお知らせ

■申し込み・問い合わせ 住民税務課住民係 ☎026-214-9109

# マイナンバーカードの時間外交付の

**予約** 来庁日の2日前までの平日 (8:30~17:15) に、

詳しくは、町ホームページをご覧ください。

## 小布施町土地改良区からのお知らせ

■問い合わせ

小布施町土地改良区 ☎026-247-3278

### 畑地かん水のお願い

宅や道路などに飛び水する場合があります。また、か ん水バルブ操作のため、作業員がバルブを設置してあ

る人を対象に、地域の担い手を支援するため助成金を 支給します。

- ○転入時の年齢が28歳以下
- ○3年以上継続して町内の住宅に居住する意思が

# 予約を受け付けます

マイナンバーカードを申請した人で、平日に受け取り に来られない人のために事前電話予約による時間外交付 を行います。

期間 5月25日 ※ 8月24日 ※ までの第2・4 水曜日 (5/25, 6/8, 6/22, 7/13, 7/27, 8/10, 8/24)

#### 時間 18:00~19:30

住民税務課住民係へ電話でご予約ください。

# ■マイクロチップとは

マイクロチップ東海

日本獣医師会 (AIPO)

スへの移行登録受付サイト

https://www.aipo.jp/transfer

Fam

マイクロチップは、直径約1~2ミリメートル、長 さ約8~12ミリメートルの円筒形のガラスのカプセ ルで包まれた小さな電子標識器具です。マイクロチッ プには、それぞれに異なる15桁の個体識別番号が記 録されています。

ブリーダーやペットショップ等で販売される犬や猫 について、マイクロチップの装着が義務化されます。 次の場合、マイクロチップの飼い主情報を登録する

- ■6月1日以降に、ブリーダーやペットショップなど から新たに犬や猫を購入した場合(マイクロチップの 飼い主情報を変更登録する必要があります)
- ■マイクロチップが装着されていない犬や猫に、新た に動物病院でマイクロチップを装着した場合

なお、一般の飼い主の方は、マイクロチップの装着 は義務ではなく、努力義務となります。詳しくは、下 記のサイトをご確認ください。

◎登録方法等の最新情報

公益社団法人日本獣医師会(環境大臣指定登録機関) https://pre.mc.env.go.jp/(5月末まで) https://reg.mc.env.go.jp/(6月から)

◎マイクロチップ登録制度に関する飼い主の方向け Q&A (環境省)

http://www.env.go.jp/nature/dobutsu/aigo/ pickup/chip.html

小布施町土地改良区では、毎年5月から8月まで畑地 かん水を行っています。風向きによっては、かん水が住

る畑に入り開閉作業をする場合があります。皆さんの ご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、町ホームページをご覧ください。





開館時間 9:00~19:00

6月の休館日▶7日②、14日②、21日②、28日② 23日承(蔵書整理日)

☎ 026-247-2747 Fax 026-247-4504

# 絵本カルタが出来ました!

お父さんの読み聞かせ会などで大活躍! (予定)のグッ ズが出来ました。その名も、絵本カルタ。これ、何がすご いって、絵本をよく読んでいればいるほど、有利なゲーム

だというところ。



ルールは簡単。絵本の表紙を床に並 べたら、よーいどん!読み手が手札を 読んでいきます。そこに書かれている のは絵本の特徴的なセリフ。最後に、 絵本のタイトルが読まれます。ここま でくればお分かりですね?絵本を読 んでいるほど、セリフの時点でカルタ をゲット出来る確率が高く、勝利に近

づくゲームなんです。直近は、お父さんの読み聞かせ会で 活躍予定!ぜひ、奮ってご参加ください!

※カルタの手札の読み手をやってくれるお父さんも大募 集しています!大人のほうが勝てないかも…子どもたち と一緒に熱くなりましょう!

## 6月のおはなし会

	Ī	内 容
6月 11日⊕	10:30 ~	お父さんの読み聞かせ会
6月 17日	15:30~	低学年のおはなし会
6月25日 🕀	10:30 ~	おはなし会

※新型コロナウイルス感染防止のため中止になる場合があります。

#### 総集編 私をつくった一冊 志賀アリカ

これまでの1年間で町の皆さんにご紹介いただいてきた「推 し」本は以下の11冊!どの本も、その人ならではの感性で選 ばれ、その人だからこそ大切な一冊だったと言えます。まだ手 に取っていないのに気になっていた本がある人は、急いでテラ

司書のひとつかみ テラソおススメの本をご紹介します・

テーマは「一期一会」









『教養としての茶道』 竹田理絵・著

『永遠の富士山』 太田裕史(やすし)・著

『であえて ほんとうにょ かった』宮西達也・作絵

茶道の世界で生まれ、日常生活でも使用される一期一 会。一生に一度しかない出会いという意味だけではなく、 たとえ同じ人と同じ場所で毎日顔を合わせても、その日と 同じ日はもう訪れないという意味もあります。二度とない この瞬間を大切にしたいと思う言葉です。

# 新着本紹介

新たに211冊(一般177冊、児童・絵本 34冊) の本を迎えました。ぜひ足をお運び ください。

#### 6月のテラソ百選のテーマは「医療」です

現役医師・元医師の作家さんって結構 多いのです。テレビドラマでもおなじみ かもしれませんね。そんな作家さん達 の小説を中心に集めました。小説以外 にも、医療の現場や医療保険まで、人生 100年時代にお役に立ちそうな本を揃 えております。



※あくまでも参考程度に読んでください!

ソヘお越しください!

※自分のイチオシをぜひインタビューしに来てほしい人、 (026-247-2747) までお電話、またはテラソカウンターま で気軽にお声掛けください。



#### ~新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した皆さん~

## 介護保険料と国民健康保険税の減免を受けることができます

#### 介護保険料

対象者	減免割合	必要書類
新型コロナウイルス感染症により、その属する世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った65歳以上の本人	全額	診断書の写し等
新型コロナウイルス感染症の影響により、その属する世帯の主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入の減少が見込まれ、以下の①と②に該当する65歳以上の本人①収入の減少額(保険金、損害賠償等により補填されるべき金額を控除した額)が前年の収入額の10分の3以上であること②減少することが見込まれる収入に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下	定められ た計算り 全額 10 の8	令和4年の収入 見込額の根拠と なるもの(帳簿、 給与明細等)

#### 国民健康保険税

対象者	減免割合	必要書類
新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯	全額	診断書の写し等
新型コロナウイルス感染症の影響により主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入または給与収入の減少が見込まれ、以下の①から③のすべてに該当する世帯①収入の減少額(保険金、損害賠償等により補填されるべき金額を控除した額)が前年の収入額の10分の3以上であること②前年の総所得金額および山林所得金額、その他の所得の合計額が1,000万円以下であること③減少することが見込まれる収入に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること	定められ た計算り と 全額から 10分の2	令和4年の収入 見込額の根拠と なるもの(帳簿、 給与明細等)

※なお、減免の決定は、年税額が確定する7月上旬以降となります。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

■申し込み・問い合わせ 健康福祉課高齢者福祉係

ます。

支給要件児童の戸籍 ・支給要件児童の戸籍 ・対る人

·後見·

里親や

配偶者と

別居されて

籍

住民票が

 $\mathcal{O}$ 

(

その

他町が現況届の

提出が必要と

期日まで

であること

票の所在地が小配偶者からの 配偶者からの暴力等の場合に

7施町と異なる刀等により、なり提出が必要な

る 住民 な人

合わせ

康福祉課

地域福祉

**7** 

0

2

9

0

8

**2**026-214-9108

■申し込み・問い合わせ 住民税務課税務係

**2**026-214-9103

2 1月支給分(6 v 以上の場合、児童手 養育している方の所 所得上限限度額が新設されます

児童手当 (特例

給付)

は

所得が、

· 所得-

上限限

9月分)

から、

除き、これまで毎年6月に是 のた現況
の現ることで、一部 ・所得額が①所得別たは1万5千円) 児童手当 支給され は6月に現況届を送付しますの引き続き現況届の提出が必要な 児童手当等が支給され 所得額が②所得 めて認定請求書の提出が必要とな得が所得上限限度額を下回った場 限限度額未満の場合 た現況届が原則不要になり 現況届の提出が原則不要になります ません 月額一律5千円) | 児 童 人当たり 6月に提出して 部の人を

上限限度額以上の場合 なく -回った場合、なくなった後に た後に所 ١) ま 改

限度額未満 度額 特例給付 カ月額 以上で② 0万円、 ( 児 童 場 ま

児童を 支給 度額 ①所得制限限度額(万円) ②所得上限限度額(万円) 扶養親族等の数 所得額 収入額の目安 所得額 収入額の目安 622 833.3 1,071 0人 858 1人 660 875.6 896 1,124 2人 698 917.8 934 1,162 3人 736 960 972 1,200 4人 774 1,002 1,010 1,238

※「収入額の目安」は、給与収入のみで計算しています。 あくまで目安であり、実際は給与所得控除や医療費控除 雑損控除等を控除した後の所得額で所得制限を確認します。

支援

6月から児童手当制度の

\_\_\_\_

部が変わ

1)

ま

す

町報 おぶせ 2022(令和4)-5



果樹園練習生記念写真(手前右に関谷一郎氏の姿が 見える) (昭和13年)

残さ

多く

た写真の第一条

人者で

る激動の

時代。

国家総

動員法

 $\mathcal{O}$ 

移行

農業を含む産業も、

玉

家公

飼料

農機具

争によっ

と思っ

れ

ます

世界恐慌か

5

そして満州

変に始ま

1)  $\mathcal{O}$ 

初期の郷土の

様子

を撮影

日昭の和箱

これら

0)

写真は、

ガラ

ス乾板の

た記載など

つから、

主に昭和

統制下

配給統制が実施され

農業薬剤などの に入り、肥料・

生産資材

時も

を含

. 一筋に勤務され、病 氏は、長野県職員と されました。この時



農事試験場圃場における噴霧器試験(昭和13年)



文書館の

25

に開館し

小布

ラ

を展示さ 在は 板寄 文書 され ただ の託 ス乾板写真 故関谷 平 せ た 成 30 0) を 郎氏(伊 中 年 0) ラ ます。
写真
の
な
が
な
が
が

小布施町議会令和4年4月会議

らになる病

審議期間 4月19日

#### ●議案

との

々

の暮らし

端を垣

間見

61

は、激動の時代にあ

っても、

族写真などの

常風景か

重な記録の

部で

あり、

一般会計補正予算について審議が行われました。 ◇ 一般会計(1件)

[補正額] 571 万円 [補正後の額] 54億8,271万円

お花見シャトルバス運行事業費 571万円

#### 栗ガ丘小学校運動会を開催します

日時 5月28日 8:25~11:35

本年度も新型コロナウイルス感染症 予防対策を十分に行ったうえで、午前日 催します。体育の学習や日頃の体 づくりの一端を発表し合う場として、種 目を厳選しました。



児童席の間隔をとるために、保護者席

は立ち見による参観エリアのみとします。また、来賓の皆 さまのご招待を限定させていただく場合があります。ご理 解をお願いします。

■問い合わせ 栗ガ丘小学校 ☎026-247-2024





#### 学校・園だより

#### エンゼルランドセンター





エンゼルランドセンターでは、昨年度に引き続き感染 症予防対策をとりながら開館しています。来館者の皆さ んには利用制限等で、大変ご不便をおかけしていますが、 子育て中のご家族の支援が少しでもできたらと思い、職 員による絵本の読み聞かせやおしゃべり会など、できる 企画をみつけて工夫しています。子育ては思いどおりに いかないことも多く、大変ですよね。悩んだり、困った時 には、エンゼルランドセンターに来て、おしゃべりしなが ら同じ子育て中の皆さんと交流して、リフレッシュしてい ただけたらと思います。小さな子ども達の声は、元気をく れます。園庭やホールに元気いっぱいのかわいい声が響 くと、私たち職員もとてもうれしいです。今年度もたくさ ん遊んでいってくださいね。

#### 「同情をすること」

中村莉音さん 小布施中学校3年

人権学習の中で、「同情」は差別になるのかを考えた ことが印象に残っています。

1871年に解放令が出されました。解放令によって 被差別部落の人々が平民と同じ扱いをされるように なったので、差別がなくなるきっかけになると思いま した。しかし、被差別部落の人々に対する差別は、出 会いの場が増えたことにより益々ひどくなっていきま した。被差別部落の子ども達も学校で差別を受けてい ました。そして、お墓の石段で草つきという遊びをす るようになりました。何年も何年も続くと、石段には にぎりこぶしくらいの穴があいたのです。

1931年、融和運動が始まりました。今まで差別を 見てみぬふりをしてきた人達が差別をなくす運動をし

ても完全に差別がなくなるこ とはなかったのです。

1922年に「水平社宣言」が 出されました。水平社宣言に は被差別部落の人々が誇りを もち、皆が平等でなくてはな らない事が書かれていまし た。水平社宣言は多くの人の



心をひきつけ、動かしたのです。私は部落差別という 問題を通して、同情することは相手の気持ちにより、 相手を傷つけてしまう可能性があることを学びまし た。これからの学校生活で、相手の立場になって考え ることや、簡単に同情せず、慎重に正しい判断をして いきたいです。

(令和3年度人権同和教育の推進に関する入選作文。一部 修正・省略。学年は現在の学年)



#### 未来へのメッセージ

田中祐生さん 「おぶせ風に おぶせ流に」 ア・ラ・小布施ガイドセンター

バイクで日本一周をした経験がある田中さんは、 「やっぱり小布施はいいな」と小布施愛にあふれ、ア ラ・小布施で観光情報とおもてなしを提供しています。

設立から30年ほど経過した施設は、今年3月に改 修されバリアフリーに配慮した落ち着いた空間で、安 心して自由に通り抜けができる場所になっています。 喫茶店も併設しており、伝統の小布施丸なすを栽培し て、おやきをはじめとした丸なす料理をふるまってい ます。栗の木を使ったカウンター席は訪れた人たちと の交流を生み出し、居心地のいい穏やかな時間を過ご せると利用客にも好評です。観光案内、交流の場だけ

でなく、視察の受け入れや小 布施音楽祭等の芸術文化活動 も行っています。

田中さんは、「小布施は栗・ 北斎・花・町並み等、色々な ストーリーがある場所。観光 客から『小布施は癒やされる 所。 楽しい時間を過ごせたの で、また訪れたい』と言われる



と、町の案内のお手伝いができることに喜びを感じま す と話されました。

町報 おぶせ 2022(令和4)-5 1() 町報おぶせ 2022(令和4)-5

#### おぶせミュージアム・中島千波館 information

#### 「趣味悠々」 デッサンと共に描き方を紹介

中島千波氏は、「絵を描くときに基本となるのが、ス ケッチ・写生です。大切なのは本物を見て描くこと。ス ケッチは細かく、ていねいに。上から見たり、下から見 たり、いろいろな角度から描き、細部はその部分だけを 取り出して描いています。それを飽きずにやることが、 絵を描く基本的な姿勢です」と常日頃からスケッチの大 切さをこのように述べていらっしゃいます。

絵を描く方や、これから花を描きたいと思っている 方、子どもから老若男女多くの皆さんに、ぜひ見ていた だきたい内容です。

また、現在開 催中の春の企画 展では、ロビー を活用して、「中 島先生の花の スケッチコー ナー」を設け、

スケッチ画の紹介と、NHKで放送された「花を描く中島千 波の日本画基礎講座」のDVDを放映し、絵を描くときの基 本となるデッサンの様子をご覧いただけます。



紅白牡丹図 (左双)

紅白牡丹図 (右双)

#### シニアクラブ グラウンドゴルフ大会を 開催します おでこポイントカードを お持ちください!

対象者はおおむね60歳以上の方で、シニア クラブ会員でない方も参加できます。

●第11回グラウンドゴルフ大会 日時 6月21日 8:30集合 (雨天の場合は翌日)

場所 小布施総合公園 芝生広場 参加費 無料

申込期限 6月9日 金

■申し込み・問い合わせ 小布施町社会福祉協議会 **2**026-242-6665

#### 春の中島千波展「中島千波の版画作品と色々な仕事」



春の企画展は、版画作品にスポット。 学生時代の実験的エッチングの版画か ら、リトグラフ・木版画・シルクスクリー ンなど約300点以上の収蔵版画の全版 画を展示し紹介しています。

その他にも、四曲金屏風「富貴華宴」 などの大作のほか、先生の色々な仕事

として手掛けてこられた作品、世界の山シリーズや人物画、牡丹の 屏風などを紹介しています。

会期 7月5日必まで(会期中無休)

時間 9:00~17:00

入館料 一般 500円、高校生 250円

※中学生以下および町内在住の65歳以上の人は無料

■問い合わせ

おぶせミュージアム・中島千波館 ☎026-247-6111

#### コミュニティ・スクール通信 VOL.13

小布施中学校長 川本修一

一人一台端末の導入やスマートフォンの所持率の増加 に伴い、ネット上のトラブルが心配されています。誰にも 相談できないでいるうちに状況が悪化し、周りの大人が気 づいたときには深刻なトラブルに発展していることも多 いようです。

各ご家庭の状況に応じて、使用時間や使用時間帯(例: 20 時以降は使わない)、使用場所(リビングで使用、自分 の部屋には持ち込まない)、メールやSNSの相手の制限 (例:会ったことのある人に限る)、アプリのダウンロード や課金は保護者の許可を得る、ネットで勝手に買い物をし ない、使用制限やフィルタリングの設定など、「我が家の ルールづくり」をお願いします。保護者の責任において買

今回は、「メディアリテラシー教育」について考えたいと思います。

い与え、保護者の責任において使用させることが重要であ り社会的にも強く求められています。

中学校ではメディアリテラ シーの育成に取り組んでまい ります。「リテラシー」とは、 読み書きの力のことです。情 報モラルや自己コントロー ル、情報をうのみにせず主体 的批判的に読み取る力など



を育ててまいります。中学校のタブレットはアプリのダウ ンロードやSNSへの投稿、使用時間に制限がかかる設定 としています。

#### HLAB OBUSE サマースクールを開催します

今年で10年目を迎えるHLABのサマースクールでは、 町内の高校生を含む全国から集まる参加者50人がセミ ナーやワークショップ、講演会等のプログラムに参加し、 自らの将来について主体的に考えていきます。世界中から



集まった大学生メン ターと共に多様な価 値観に触れる経験を 通して、自分の可能 性や将来について考 えてみませんか?皆 さんのご応募を心よ りお待ちしています。

日程 8月15日 例から21日 回まで(予定)

開催方法 合宿(変更の可能性もあります)

参加費 開催方式によって今後決定します。(小布施町内 からの参加高校生には参加費の補助があります)

応募方法 長野県内の高校生向けに、サマースクール説 明会を兼ねた、大学生との座談会イベントをオンライン 開催致します。詳細は以下QRコードから確認いただき、 ご応募ください。

問い合わせ HLABホームページ (http://h-lab.co/)



#### 古くなった消火器を回収します

日時 6月4日 10:00~12:00

回収場所 須坂市消防本部前庭

(須坂市大字小山1306番地)

※雨天時は須坂市消防署車庫内

処理費用 1本1,500円から2,000円程度 (大きさにより異なります)

※腐食が進んだり、変形した消火器は絶対に使用し ないでください

■問い合わせ 須高危険物・防火管理協会事務局 (須坂市消防本部予防課内)

**2** 026-245-4200

#### 消防署の救急講習会が開催されます

7月2日 ①10:00~12:00  $213:30 \sim 15:30$ 

公民館第一学習室

内容 主に成人に対する心肺蘇生法、AEDの取り扱 い方法 ※事前にWEB講習が必要となります。

定員 各回5人(先着順) 受講料 無料

申込期間 6月6日 周~24日 金

■申し込み 須坂市消防本部 ☎026-245-9100 須坂市消防署小布施分署 ☎026-247-5901

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講習会 を中止する場合は須坂市消防本部ホームページにて お知らせします。



|産が「負動産」 になる前に!ご相談くださし

相続などで小布施の土地や中古住宅を お持ちの方、それは資産に違いはあり ません。ひと昔前なら、近隣の方が購入 したり価格上昇が期待できました。 しかし、人口減少時代に入り、土地も住 宅も余る時代が到来し、資産だと考え ている不動産が、負動産になりうる時

代です。ぜひ一度ご相談ください。



人気の小布施町不動産情報 が満載です! obusefudousan.com スプス 不動産を売りたい方は下記まで 回りな





町報 おぶせ 2022(令和4)-5 12 町報 おぶせ 2022(令和4)-5

のお知らせ

公民館(数

(教育委員会生涯学習係内)

9

『北斎巴錦の栽培方法』~」 開講一般教養講座「美しい菊花を~

深谷 出 水野 田 生 聖さ はじめまして 千 啓 咲 恵里奈 慎也 唯 滉 郎

※掲載は希望者のみ (敬称略)

竹森 町田

昭男 佳苗

千曲市

千両

結

婚

お 幸 せ

に

千両 中扇 伊勢町 竹内 傳田 吉田 碓井 春原 中村 関谷

島 玲 子 としえ 勝代 季彦 暢夫 ユリ子 菊枝 良子 洋 昭 郎

原

岩﨑 山岸

楓

長野市

大心

栗ガ丘

89 94 83 87 84 97 93 80 73 87

大島 中水上 野 中子塚 水上 中央 中央 松の実 上町

忘れないで 6月の納付

町県民税

1期

6月30日 承です 納期限は

ひとのうごき (前月比) 5月1日現在 人口 男 5,286 人 (+3)女 5,699 人 (+3)10,985 人 (+6)世帯 3,988世帯 (+5)

寄付のお礼 厚くお礼申し上げます。

「満開の桜並木」 絵画



・洋画家 原田 満佐子様 より



小林弘隆様 50,000円

#### おぶせ自然暦 vol. 122

four seasons in obuse

## 小布施の貴重種 ワダソウ

ワダソウは、ナデシコ科の多年生植物です。春に芽を出 した茎は、枝分かれしないで10cmくらいに伸び、その先 に白色の可憐な花を咲かせます。花は普通一輪ですが二輪 付いている時もあり、先がへこんでいる花弁が5枚、小さ いガクが5枚、雄しべ10本、雌しべ1本からできています。 名前の由来は、長野県の和田峠にたくさんあったので、名 付けられました。しかし平成3年に、和田中学校の校長先 生から、和田峠では見ることができないと言われました。雁 田山のワダソウも急激に減少しています。「野に置けレンゲ ソウ」という言葉があります。雁田山のワダソウを皆で守り ましょう。絶滅寸前です。 案内人:清水照雄さん(栗ガ丘)







1\_ワダソウの花 (2022年) 2\_ワダソウの花 (2017年) 3\_ワダソウの花(2008年) 4\_花のつくり 5\_花の下の十字型 の葉 撮影地:雁田山(写真2から5は清水さん提供)



幹部候補生学校へ入隊し約一〇第二回の一般幹部候補生

します

车

· の 教

ください 給油する時は、次のことに注意しての燃料タンクにガソリン携行缶からを行いましょう。また、発電機など り扱い ンクの開閉バルブの確認やサビ止め 週間です。 あります。この機会に危険物貯蔵タ となるほか、 や地盤へ流出して環境汚染の原因 6月5日 いや貯蔵方法を間違えると、河です。ガソリンや灯油などは取月5日圓~11日④は危険物安全 火災が発生する恐れ が

場 日 所 時

公民館講堂 6月4日(1)

10時30分~11時30分

苗を無料で差し上げます

受講された皆さんには当日、

菊 で

講師は北斎巴錦保存会の皆さ栽培方法を学ぶ講座を開催しま

します

菊花の巴錦を育てませんか。この

※新型コロナウイルス感染症の状況定員 30人程度

により中止することがあります

危険物取扱者について 危険物を多量に取り扱う施設で

○フタを開ける前にエア抜きす ○ガソリンの噴出に注意す

る

る

の調理員を募集しまり

す

ム小布施荘.

付を

して

います

問

☎住0民

2

9

9

D25-214 民税務課住民係

象者 口

,ウイルス感染症の影響を受けて 令和3年1月以降、新型コ

住民税非課税世帯等(家計急変世

に対する臨時特例給付金の受

小布施分署のが必要です。 険物取扱者」が危険物を取り扱うこは、十分な知識と技術を有する「危 自衛官を募集します 県で実施する試験に合格すること 者の資格を取得す とを義務付けてい 布施分署(☎026 ☎026-235-6025 域事務所 自衛隊長野地方協力本部長野地  $\wedge$ 、 お 問 詳しくは須坂市消防署 11 9るには各都道府、ます。危険物取扱 ます。 合わせください

応募資格

年

齢不問、

普通自動車免

調理師資格が

あ

n

ば

なおよい)

給与

規定により支給

ト (7・75時間)

勤務形態

6時間パ

-およびフ

】 **☎**026—24 ]特別養護老人ホ-

2 4 7

7-4887 - ム小布施荘

勤務日数

月 20 日

(01

テー

シ

3

勤務)

申請期限

9月30日

ペ 🏝

問

くは町ホ

は対象外です

税世帯として給付金を受け

みからなる世帯や、既に住民税非課が課税されている者の扶養親族の

5 9

様と認められる世帯。なお、住民税る者全員が住民税非課税世帯と同

て家計が急変し、同一の世帯に属す

ださ

☎026-245-4200局(須坂市消防本部予防課内) 洞高危険物・防火管理協会事務

試 験 日 間 受験資格 一次 22歳以上26歳未満の者 6月16日 金まで

いずa 大 8月 Ĥ 1日9~7日旬のうち、 6月25日(土)

○自衛官候補生

心に磨く任期制自衛官 自衛隊の第一線で技能と体力を

受付期間 受験資格 試験日 年間通じて行っている。18歳以上32歳未満の W 0

受付時にお知らせします ます

おぶせの「墓じまい」が墓をまもることに
ご不安をお持ちの方へ



応募方法

履歴書に顔写真を貼付

 $\mathcal{O}$ 

か郵送してくださ

小布施荘へお持ち

Ŋ

いただく

雇用期間

採用時

令和5年3月3l

日まで





0~2㎡未満 214,500 (804) 2~3㎡未満 348,700 (Ria) 3~4㎡未満 499,400 (80) ■面倒な手続きも代行 ②わかりやすい墓じまい価格 ⑧墓じまい後もあんしんサポート

墓じまいをご検討の方や ご家族とじっくり考えたい方へ 資料をご用意しております。 墓じまいのこと、樹木葬のこと、まずはお電話ください

やなきあん

 $660,\!000^{\,\mu\text{J}\sim}_{(\text{RGa})}$ 

 $\overline{\mathbf{00}}$  0120 - 782 - 778〒380-0913 長野市川合新田804-2 回路回 www.yasuragian.co.jp 🏻 🗘 🗓 📳 🗜

15

有料広告

有料広告



5月1日 郷原神社 (羽場自治会)



4月23日 飯田郷元神社(飯田自治会)



コロナ禍で集まることも難 しい中、御柱通信やweb配 信で準備状況などを関係の 皆さんにお伝えする新たな試 みも実施しました。中止とな る御柱祭がある中で、無事開

催できて本当に良かったです。今回の御柱祭は次回 につなげるということも意識しました。

押羽御柱実行委員長 冨岡健孝さん

2022

# 御柱祭

町内4神社では、御柱祭が開催されました。御柱祭では、それぞれの氏子らが御柱を引き、神社境内に建て、にぎやかに祭りを楽しみました。



5月4日上下諏訪神社(押羽自治会)



5月4日 小布施大元神社 (林自治会)

有株式会社

# 見海造園

一級造園技能士・庭園アドバイザー

TEL:247-2887 FAX:247-5633

E-mail: obuse@niwahana.net

消毒・手入れ・工事等緊急の 場合も対応します



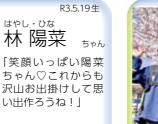
#### 庭の存在がライフスタイルを変える

庭木の手入れ・栗・果樹・高木の伐栽までお任 せください。その他何でもご相談ください!

庭園工事 茶庭・一般住宅庭園・修景工 設計・施工・管理

エクステリア工事 門塀・フェンス・カーポート 石工事 灯籠・石積み・墓石・記念碑 その他 消毒・各種門松・雪吊り・屋上緑化等





(松村)より

わたなべ・こうへい 渡辺 航平 <ん 「お誕生日おめでとう ♪ご飯をいっぱい食 べて、大きくなって

ね!保育園でもお友達と楽しんでね!」 ② 渡辺利之 ・ 麻美 (中扇)より

H30.5.24生



是の応募者の名前・白治会のメッカージ(30字まで)

6月、7月生まれの小学生以下の皆さんを募集中!! ①名前 (ふりがな)②生年月日③性別④電話番号⑤応募者の名前・自治会⑥メッセージ(30字まで) ⑦写真を下記宛先まで(データは2MB以下) ●応募締切…☆6月生まれ5月31日∞、☆7月生まれ6月30日金

●応募先···企画財政課広報情報係 ☎026-214-9102(直通) 🛛 kikaku@town.obuse.nagano.jp



理紗



#### エンゼルランドセンター 6月の予定

■問い合わせ エンゼルランドセンター ☎026-247-2137

グループ	自治会名	6月 利用できる日にち
А	東町・伊勢町・中央・中扇・福原・栗ガ丘・大島・林 山王島・羽場・中子塚・中条・松の実・クリトピア	2日录、6日周、8日歌、10日盦、14日歌、16日录、20日周 22日歌、24日盦、28日歌、30日录
В	上町・中町・横町・飯田・北岡・押羽・六川・矢島 清水・松村・雁田・水上・千両	1日後、3日億、7日後、9日後、13日周、15日後、17日億 21日後、23日後、27日周、29日後

企 画	グループ	日時		内 容	対 象	
ベビーマッサージ (①②の2部制)	_	6/7&	① 9:45~10:15 ② 10:40~11:10	講師:小暮徳子さん (ロイヤルセラピ スト協会)	対象: 1 歳未満児、予約制(各回5組、5/26 余から受付)、参加費無料、持ち物: バスタオル、ベビーオイルまたは保湿剤	
おはなしの日	А	6/14&	11:00~	「テラソおはなしの会」 さんによる楽 しいおはなし	予約制 (10組、5/26 金から受付)	
	В	6/15⊛			参加費無料   持ち物:なし	
栄養士講話	А	6/22⊛	10:30~	栄養士さんによる子どものからだと 栄養について	予約制 (10組、5/26 承から受付) 参加費無料	
	В	6/21 🕸	10.50		栄養について   参加資無科   持ち物:なし	

# 6月の各種相談 <sub>問い合わせ 各種相談会 026-247-3111</sub>

相談内容	期日	時間	相談員	場所等
人権よろず相談	1 ⊟⊛	12:30 ~ 14:30 ※電話、匿名でも可	人権擁護委員	北斎ホール相談室 ☎内線 545
心配ごと相談	7⊟%、21⊟%	13:00 ~ 15:00	民生児童委員	北斎ホール事務室 (7日) 北斎ホール相談室 (21日)
行政相談	17日金	9:30 ~ 11:30	行政相談委員	北斎ホール相談室 ☎内線 545
乳幼児 健康相談	8⊟®	9:30 ~ 11:30	保健師・栄養士 臨床心理士	健康福祉センター
住まいづくり相談	15⊟⊛	14:00 ~ 16:00 ※要予約	住まいづくり相談員	公民館2階音楽室
結婚相談	毎週②、余 ※祝日を除く	13:00 ~ 17:00 ※要予約	結婚専門相談員	小布施町社会福祉協議会 ☎026-242-6665
心のサポート相談	毎週 <del>氫</del> ※祝日を除く	13:30 ~ 15:00 上記時間にお電話で面接時間を ご予約ください。	臨床心理士 精神保健福祉士	おぶせフラワーセンター 2階相談室 ☎026-214-6651
法律相談	16日录	14:00 ~ 16:00 ※要予約	弁護士 司法書士	北斎ホール相談室・講習室 健康福祉課地域福祉係 ☎026-214-9108
精神保健相談 思春期心の相談	16日录	15:30~ ※要予約	精神科医師	須坂市保健センター

17 町報 おぶせ 2022(令和4)-5 16

#### Health 情報

# みんなの健康ひろば

健診結果や体調のこと、食事など健康について気になることはありませんか。保健師と栄養士に何でもご相談ください。

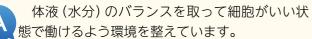
- ・保健センター
- **☎**026-214-9930
- · 健康福祉課健康係
- ₹ 026-214-9107



どうして「減塩」が必要? ~塩(ナトリウム)は体の中でどんな仕事をしているの?~

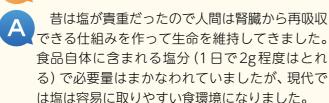


## ② 塩のお仕事ってなに?



昔、生物は海水から生まれました。そのため体液や血液は(昔の)海水の成分と同じです。人間の体液もナトリウムの濃度は0.9%に保たれています。

## ② 塩を大事にする体の仕組みって?



## (2) 余分にとった塩はどこに?

「しょっぱいものを食べるとのどが渇く」そんな経験があると思いますが、体内に余分に塩が入ってくると、体液のバランスを保つために水を要求します。そのまま水ぶくれになると困るので、尿からどんどん出ていきます。

## ( ) 出るならたくさんとってもいいのでは?

出るならいいと思われますが、尿に出るまでの間にいろいろなところに影響が出ます。水分が多くなり、血液量が増え血圧が上昇します。これにより血管が傷み、心臓の仕事量が増えることで心臓に負担がかかります。また、ろ過する血液が増え、腎臓の仕事量が増えることで腎臓に負担がかかります。

#### この状態が繰り返されると、

血管が傷み、動脈硬化を引き起こしたり、心臓や腎臓を傷める原因となります。

血管や心臓、腎臓といった大切な臓器を守るために塩のとり過ぎには気をつけましょう



# 小布施町国民健康保険、後期高齢者医療保険の加入者の皆さんへ

#### ~医療費が高額になりそうなときは事前に申請を~

窓口での支払いが高額になりそうな場合は、事前に申請することで限度額適用認定証を交付します。病院等で提示すると、医療費の窓口での支払いが自己負担限度額(月額)までになり負担の軽減となります。認定証は入院のほか通院でも使用できます。

また、町民税非課税世帯の人は、入院したときに「標準負担額減額認定証」の交付も受けることができ、入院時の食事代も減額されます。

なお70歳以上で申請が不要な方もいます。詳細については町ホームページ、または右記QRコー ドからご確認ください。

■持ち物 保険証

■問い合わせ 健康福祉課健康係 ☎026-214-9107

#### 保健センターからのお知らせ

- ○基本健康診査の個別健診が6月から始まります。1 月までですが、忘れずに受診してください。 期間中は随時申し込みできますので、受診を希望 される方は保健センターまでご連絡ください。
- ○5月から各種がん検診も始まりました。実施期間前まで申し込みできるものもありますので、保健センターまでご相談ください。がん検診の詳しい日程等は町ホームページをご覧ください。

#### 子どもの健診のお知らせが変更になりました

今月から町報最終ページの「イベントカレンダー」でご案内します。詳細は「令和4年度 乳幼児健診・子育て教室カレンダー」でご確認ください。(町ホームページでもご覧いただけます)

#### 4/ <sup>境内アート小布施×苗市</sup> 17 アートを五感で感じる



「第17回境内アート小布施×苗市」が玄照寺で開催され、アート、クラフト、飲食合わせて約100組が参加出展しました。本堂前ではサックス演奏や書道パフォーマンスが行われ、訪れた人々を魅了しました。

実行委員長の冨岡一郎さん(押羽)は「3年ぶりの開催でしたが大勢の方にお越しいただけてうれしい。 桜も見頃なので楽しんでほしい」と語りました。参加者からは「小布施千年の森の桜がとてもきれい」「久しぶりににぎわっていて楽しい」といった声が聞かれ、閑静な境内が活気に満ちていました。

## 4/ <sup>長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会</sup> 30 仲間へつなぐタスキと思い



第17回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会が4月30日 (金) (12 に松本平広域公園陸上競技場で開催されました。53 の市町村チームが出場し、第1区から4区までの6.1 kmを競いました。選手たちは、一本のタスキを仲間へつなぐため、力走しました。結果は、前回より順位を上げ、総合26位(町の部5位)となりました。

○市町村対抗小学生駅伝競走大会選手(敬称略)

監督 伊藤弘(栗ガ丘小)

一 うちゃっぱん まんな きのしたそうすけ 選手 土屋沙和、増田千紘、久保田葵南、木下奏介

#### <sub>- 高井鴻山生誕祭</sub> 22 鴻山の誕生を祝う



生誕祭実行委員会による生誕祭が髙井鴻山記念館で開催されました。詩吟朗詠や一絃琴の演奏などが行われ、参加者は静かに耳を傾けていました。実行委員長の市川武彦さん(伊勢町)は「江戸時代の小布施の豪農商である髙井鴻山の偉業をより多くの人達に知ってもらい、後世に語り継いでいきたい」と熱く語ってくれました。髙井鴻山記念館では春季特別展を6月22日衆まで開催しています。

### 5/7 <sup>雁田山登山</sup> 新緑の雁田山



春の雁田山登山が5月7日①に行われ、約70人が参加しました。天候にも恵まれ5月のすがすがしい空気の中、参加者全員で頂上を目指しました。山頂からは北信五岳や小布施の町を一望できる素晴らしい景色を眺めることができました。参加者からは「新緑がきれいでリフレッシュできた」「子どもと一緒に楽しく登ることができてよかった」「また秋の雁田山にも登りたい」などの声が聞かれ、皆さんの充実した表情が印象的でした。

19 町報 おぶせ 2022(令和4)-5 18

の元気をいただきました。(田中

# 令和4年6月 イベントカレンダー

В	月	火	水	木	金	土
5/29	5/30	5/31	1	2 計 オレンジカフェ・ くりんこ (13:30 ~健福) 運転免許特定任意 講習会 (18:30 ~須坂警 察署)	3 <mark>計</mark> 転倒予防教室 (名字あ〜さ行) (13:30 〜健福)	4 一般教養講座 北斎巴錦の栽培方 法(10:30~講堂) P14
5 町防災訓練 (7:00~8:00各 公会堂) 環境フォーラム (13:00~北ホ)	6	7 <del>市</del> 転倒予防教室 (名字た〜わ行) (13:30 〜健福)	8	9	10 市 転倒予防教室 (名字あ〜さ行) (13:30〜健福)	11
12 有害ごみ回収 (7:00~9:00生 駐)P7	13	14 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	15 シルバー人材センター入会説明会(13:30~桃源荘) 1歳6か月児健康診査(令和2年9月~10月生まれ)受付(13:00~13:15健福)	16 3歳児健康診査 (平成31年3月 ~4月生まれ) 受付 (13:00~13:15 健福)	17 <mark>市</mark> 転倒予防教室 (名字た〜わ行) (13:30 〜健福)	18
19	20	21 ** シニアクラブグラ ウンドゴルフ大会 (8:30 〜小布施総 合公園) P15	22	23	24	25
26	27 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	28	29 10·11か月児健 康診査(令和3年 7月~8月生まれ) 受付 (13:00~13:15 健福)		7/1	7/2

図せずお花見ができ、とても有意を奪われました。桜も見頃で意

はどれも素敵なものばかりで、目りどりのアートやクラフト作品

江本

▼境内アートに行きました。色と

しずつ再開することを願います。を配りながら、活気がある町が少多い町の様子が見られました。気ゴールデンウィークで、人通りの

ました。(久保田)

ました。子どもには少し大変か

▼雁田山登山に子どもと参加し

さった皆さん、ありがとうござい義な1日でした。企画してくだ

なと思っていましたが、木々の緑や山頂からの景色に癒され、緑や山頂からの景色に癒され、親子で楽しい時間を過ごすことができました。(小林卓)
▼7年に一度の御柱祭が4社の神社で開催されました。自分自身も初場の実行委員として、2月下旬から打合せや準備を行い当日をから打合せや準備を行い当日を迎えました。コロナ禍で開催を断急する地域もある中、感染予防の意する地域もある中、感染予防の常底や規模縮小などの対策を講じ無事に開催することができ本当に良かったです。お祭りを通して関係する皆さんからたくさん



編集後記

▼3年ぶりの行動制限のな