

町報

# おぶ せ

January  
No.1086



cover しめ縄づくり

2024

1

# 2023年

## 小布施町この一年

「町報おぶせ」で紹介した話題を中心に昨年を振り返ります。



1



2



3



4



5

- 1月**
  - 2日 新春歩き初め会
  - 8日 二十歳を祝う集い
  - 14日 安市（～15日）
  - 22日 消防出初式兼検閲式
- 2月**
  - 11日 小布施バーチャル町民会議（～3月26日／全4回）
  - 19日 おぶせスタディ講演会
- 3月**
  - 4日 県知事との県民対話集会
  - 12日 第63回分館バドミントン交流大会
- 4月**
  - 9日 県議会議員一般選挙
  - 16日 第18回境内アート小布施×苗市
  - 22日 太陽の丘マルシェ（23日、29日～5月6日）**1**
  - 23日 町議会議員一般選挙
  - 26日 国立長野高専との包括連携協定締結
- 5月**
  - 13日 春の雁田山登山
  - 19日 第14回高井鴻山生誕祭
  - 21日 歴史民俗資料館春のイベント
  - 27日 第54回栗ガ丘小学校運動会
- 6月**
  - 11日 第50回町消防技術大会
  - 18日 第35回分館ソフトミニバレーボール交流大会
- 7月**
  - 16日 第20回小布施見にマラソン
  - 29日 子どもみこし大会・くりんこ祭り（4年ぶり）**2**
- 8月**
  - 6日 小布施しあわせ会議 **3**
  - 14日 HLAB OBUSEサマースクール（～20日）
  - 26日 第22回小布施音楽祭（～27日）
- 9月**
  - 2日 ミュージカル「北斎マンガ」公演
  - 3日 町総合防災訓練
  - 9日 高井鴻山記念館妖怪夜会
  - 15日 長寿者訪問（～16日）
  - 17日 第41回小山田杯少年少女球技大会（新種目ポッチャ競技）**4**
  - 24日 まちとしょテラソ物語祭2023
  - 29日 小布施中学校第56回鳳凰祭（～30日）
  - 30日 おぶせミュージアム・中島千波館「中島千波作品集」出版記念展『「日本画家 中島千波」って何者?』（～1月8日）
- 10月**
  - 8日 第54回町民運動会（5年ぶり）**5**
  - 9日 2023年版「世界の持続可能な観光地トップ100選」に選出
  - 14日 小布施六斎市（～15日）
  - 14日 第60回町総合文化祭・作品展（～15日）
  - 21日 秋の雁田山登山
- 11月**
  - 2日 NTT東日本N響コンサート サテライト公演
  - 3日 文化の日表彰式
  - 4日 第60回町総合文化祭・芸能祭
  - 11日 東京小布施会交流会
  - 18日 町立図書館創立100周年  
小平奈緒さん講演会（小布施町スポーツ協会創立50周年記念講演会）
  - 26日 第9回おぶせ能
- 12月**
  - 2日 第49回人権フェスティバル



つながりを大切に、新たな未来ビジョンをつくる1年に  
小布施町長 桜井昌季

新年あけましておめでとうございませう。  
はじめに、元日に発生した能登半島地震でお亡くなりになられた方のご冥福を心よりお祈り申し上げますとともに、被災された皆さまにお見舞いを申し上げます。  
町では、長野県市町村災害時相互応援協定に基づき被災地の石川県羽咋市へ職員を派遣し支援活動に従事しています。また、役場や健康福祉センターで義援金の受付を行っています。

また、令和4年5月に策定した「小布施町環境グランドデザイン」に基づき、災害の大きな要因となっている地球温暖化対策の推進に向け、地域内における太陽光発電や木質バイオマスによる熱利用、省エネの推進等に取り組んでまいります。  
これらソフト面の対策に加え、ゲリラ豪雨や大雨対策として計画的に浸透ますや水路等の整備を推進するとともに、本年3月に更新完了予定となつてい

高齢者の皆さまが、住み慣れた地域で生きがいや楽しみ、人とのつながりをもって生活できる環境づくりに向けて、地域における支え合いの組織づくりをさらに充実、発展させてまいります。また、健康診査受診率の向上や保健指導の強化を図るなど、町民の皆さまの健康づくりや介護予防活動のサポートを行ってまいります。  
本年4月より子育て世帯への支援や相談機能の拡充、幼保小中での切れ目ない支援の強化を

結びに、皆さまのご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げます。とともに、町政の伸展に向けて引き続きご支援を賜りますようお願い申し上げます。新年のごあいさつといたします。

令和元年東日本台風災害で全国から応援をいただいた当町としても被災地へ思いを寄せ、引き続き必要な応援を行ってまいります。  
地震はいつ起こるか分かりませんが大切な再認識するともに、町としても各自主防災会や町消防団等と協働しながら実践的な各種訓練に取り組み、地域防災力の強化を目指してまいります。

町民の皆さまの健康づくりや介護予防活動のサポートを行ってまいります。  
本年4月より子育て世帯への支援や相談機能の拡充、幼保小中での切れ目ない支援の強化を

図るために、「子ども家庭支援センター」（仮称）を設置し、さまざまな悩みを抱える子育て世帯への支援をワンストップで行う体制づくりに取り組んでまいります。  
令和6年は、私にとって町長任期の最終年です。また、令和2年度よりスタートしている第六次小布施町総合計画の計画期間の最終年度を迎え、町制施行70周年を迎える節目の年でもあります。これまでの取り組みの進捗状況や課題を整理しながら、町民の皆さまとの「つながり」を大切にし、新たな中長期ビジョンを策定し、変化の激しい時代に対応した町政の推進に取り組んでまいります。



言葉とします。会に貢献していくことを誓い成人の

たします。成人としての決意を忘れることなく感謝の思いを行動に変え、社会に貢献していくことを誓い成人の

に。皆さんと笑顔で会える日を楽しみに。結びに、今日まで私たちのことを支えてくださったすべての方々に感謝いたします。成人としての決意を忘れることなく感謝の思いを行動に変え、社会に貢献していくことを誓い成人の

に。皆さんと笑顔で会える日を楽しみに。結びに、今日まで私たちのことを支えてくださったすべての方々に感謝いたします。成人としての決意を忘れることなく感謝の思いを行動に変え、社会に貢献していくことを誓い成人の



田畑尚大さん

代表あいさつ(要約)

二十歳を迎えた成人の皆さん

(敬称略、希望者のみ掲載、順不同)

- |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 小川  | 小林  | 田中 | 涌井 | 小島 | 山本 | 山田 | 山口 | 丸田 | 町田 | 福沢 | 平松 | 平原 | 平井 | 原  | 原  | 中村 | 中西 | 中西 | 中西 | 長井 | 永井 | 樋田 | 徳永 | 寺島 | 鶴田 | 田畑 | 田中 |
| 幸保  | 小島  | 武田 | 山田 | 山田 | 山口 | 丸田 | 町田 | 福沢 | 平松 | 平原 | 平井 | 原  | 原  | 中村 | 中西 | 中西 | 中西 | 長井 | 永井 | 樋田 | 徳永 | 寺島 | 鶴田 | 田畑 | 田中 |    |    |
| 黒岩  | 幸保  | 瀧澤 | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 栗原  | 黒岩  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 久保田 | 栗原  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 木村  | 久保田 | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 川上  | 木村  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 押鐘  | 川上  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 小笠原 | 押鐘  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 大田  | 小笠原 | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 大竹  | 大田  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 大窪  | 大竹  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 碓井  | 大窪  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 上原  | 碓井  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 岩井  | 上原  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 井出  | 岩井  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 池田  | 井出  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 池田  | 池田  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 飯沼  | 池田  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 飯塚  | 飯沼  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 荒井  | 飯塚  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 跡部  | 荒井  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |
| 畔上  | 跡部  | 高柳 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 | 関谷 |



祝 令和6年  
二十歳を祝う集い  
～決意を新たに未来へ～



1月7日(日)、北斎ホールで「令和6年二十歳を祝う集い」を開催しました。式典には、二十歳を迎えた町内在住・町出身者121人のうち99人が出席し、「一緒に学んだ頃を懐かしみ、久しぶりの再会を喜んでいました。」  
主催者あいさつでは、桜井町長が「何事にも誠意を持って向かっていってほしいと思います。失敗を恐れず多くのことを体験して更なる成長を心からお祈りします」と祝福しました。  
また、代表あいさつでは田畑尚大さんが、友人や家族、地域の皆さんへの感謝の気持ちや成人としての決意を語りました。  
式典終了後、実行委員会主催による交流会が開催されました。担任の先生方が参加するなかビンゴゲームが行われ、久しぶりに再会した恩師や友人たちと楽しい時間を過ごしました。



### 3 小布施町は長野県内トップクラスの太陽光・蓄電池補助をしています

#### 小布施町の景観と調和した住宅向け太陽光・蓄電池導入推進事業

町では、「電気の自給自足」によって家計や防災面で安心・安全に暮らせる生活をより多くの町民の皆さんに実現してもらうため、屋根ソーラー・蓄電池に対する補助を実施しています。一番の課題となる初期コストを抑えるため、国からの交付金を活用し、県内でもトップクラスの補助率を設定しています。また長野県が実施している「既存住宅エネルギー自立化補助金（既築向け）」、「信州健康ゼロエ

ネ住宅助成金（新築向け）」との併用も可能です。条件にもよりますが、これまでの補助実績では、上記すべての補助制度を使い、4分の3程度のコストで屋根ソーラーや蓄電池を設置できます。

今年度の補助金は、予算がなくなり次第終了となります。例年、年度末に近づくほど補助金の申請件数が増えるため、お早めにご検討ください。

各補助制度の詳細はホームページをご覧ください



小布施町の景観と調和した住宅向け太陽光・蓄電池導入推進事業



既存住宅エネルギー自立化補助金（既築向け）



信州健康ゼロエネ住宅助成金（新築向け）

	太陽光発電システム	蓄電システム
対象製品	<ul style="list-style-type: none"> <li>○蓄電システムとセットで同時導入すること</li> <li>○住宅デザインや太陽光設置の施工方法が町の景観方針に沿っていること</li> <li>○発電容量が10kW未満であり、かつ発電した電気の30%以上が当該住宅で自家消費されること</li> <li>○FIT制度（固定価格買取制度）は利用できません</li> <li>また、自家消費されなかった余剰電力の活用や上記自家消費状況の把握については、町方針への協力で同意いただきます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○太陽光発電システムとセットで同時購入すること</li> <li>○定置用に限ります</li> <li>○国が実施する補助の対象製品一覧を参考にしてください</li> </ul>
補助額	1kWあたり7万円 ※設置する住宅の「環境デザイン協力基準」への協力状況により、補助減額や補助対象外となる場合があります	設備費・設置費の1/3 ※設備費・設置費の総額を蓄電池容量(kWh)で割った価格が15万5千円を上回る場合は補助対象外となります



蓄電システム登録済製品一覧

### 4 太陽光の導入は一人ではなく、「プロ」に相談

自分で調べて検討するのは、手間でも、難しいものです。自力で調べても、インターネットの情報はさまざまに判断ができず、途中で心が折れてしまうかもしれません。1年の見通しを立てたい年初めだからこそ、電気の自給自足で、毎月の電気代がいくら安くなるのか、何年使えば元が取れそうなのか、身近な「プロ」に相談してみたいかでしょうか？

長野県では、積極的に屋根ソーラーの普及に取り組む事業者を「信州の屋根ソーラー認定事業者」として公表し、補助対象も認定事業者に設置されたもの

に限定しています（町の補助は認定事業者に限定していません）。町内でも「イマイ企画」と「ひろはし電器店」が、認定を受けています。

世の中が不安定になっている今こそ、暮らしの足元を見つめ直し、確かな暮らしを私たち自身の手でつくっていくことが重要です。まずはその第一歩として、電気代の見直しからはじめてみませんか。



信州の屋根ソーラー認定事業者

■問い合わせ 総務課環境防災連携推進室  
☎026-214-9209

## 屋根ソーラー発電で「電気の自給自足」を始めてみませんか

### 1 電気代の高騰 再注目される「太陽光発電」

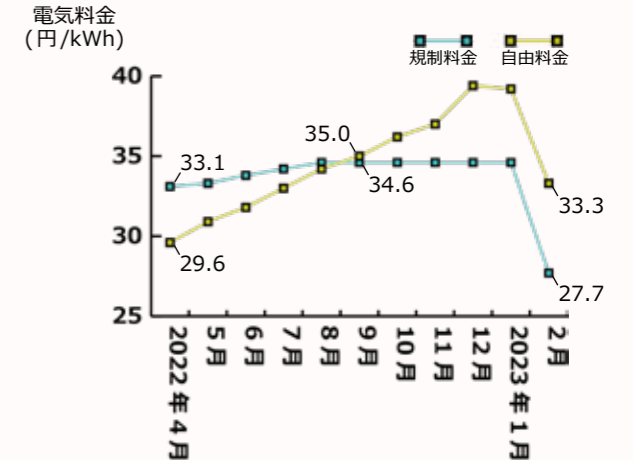
野菜、日用品、ガソリン、光熱費…。2023年は何かと値上がりが多い年になりました。「いったいどこまで上がるんだろう」と不安に思う人も多かったのではないのでしょうか。県内の新聞でも「燃料高騰で防寒用品売れ行き好調」というニュースが報じられるなど、各家庭でも節約のためにさまざまな工夫をされていることがうかがえます。

寒さの厳しい信州では、特に光熱費が大きな出費です。2022年1月から、国による電気・ガス価格への対策事業が開始され、2024年4月分までは値引き（家庭向け料金はkWhあたり3.5円）が続きますが、その後は値引き幅が縮小される予定です。

もちろん、防寒対策をすることで、光熱費を節約することも一案ですが、いま再び注目されているのが自宅の屋根にソーラーパネルをつけて、必要な電気を自ら発電・利用する「電気の自給自足（自家消費）」です。

#### ■家庭用電気料金の推移

2023年の国による値引きが開始されるまで高騰が続きました。（経産省HPより一部抜粋）



### 2 電気をつくれるようになることが、災害や家計への「備え」に

一時期は、屋根ソーラーをつけて、売電収入でもうけるといったモデルが普及しましたが、国の再エネ電力固定価格買取取金額（FIT価格）が減少を続けていることもあり、「屋根ソーラーはもうからないからやっても損」といったイメージを持たれている人も多いのではないのでしょうか。しかし、太陽光発電の電気を「売」電するのではなく、自分のお家で自家消費することで、電力会社からの「買」電を減らし、これまでに毎月数万円かかっていた電気代を大幅に節約することが期待できます。初期費用の課題はあるものの、人生設計の中で屋根ソーラーや蓄電池の費用を払える時期に

導入できれば、以降数十年にわたって月々の光熱費を抑えることができます。

また、台風や地震など大きな災害があった時に停電しても、自家発電できればテレビや冷暖房などを使い続けることもできます。実際、2019年東日本台風災害の時に、屋根ソーラーをつけていた住宅では、災害情報をテレビで確認したり、スマートフォンの充電ができたことで家族と連絡を取ることができました。

自分で電気をつくることは、トータルの経済性だけでなく、日々の家計や防災などの面で安心・安全に暮らせることにもつながっていきます。

#### モデルケース

- ・お住まいの状況  
築17年、3人家族、オール電化（エアコン暖房）
- ・ソーラーパネル：1.3kW（西面設置）
- ・蓄電池：4.2kWh（室内設置）

	電気料金 (円)		
	4月	7月	12月
設置前	19,000	13,000	29,000
設置後	10,000	5,000	12,000

9,000円お得      8,000円お得      17,000円お得



屋根の上に設置したソーラーパネル



室内に設置した蓄電池

ソーラーパネル設置前と比べ電気料金が安くなっていることがわかります。

※電気料金は千円未満を四捨五入しています。また、2023年1月以降の激変緩和措置の効果も含まれます。

## 新しい選挙管理委員が決まりました

委員長に和田信二さん(中央)、委員長代理に越 治雄さん(林)

町議会12月会議で、任期満了に伴う選挙管理委員、同補充員の選挙が行われました。また、12月26日④に開催された選挙管理委員会で、委員長に和田信二さんが、委員長代理に越治雄さんが選出されました。

任期 令和5年12月24日～令和9年12月23日



和田信二さん(中央)



越 治雄さん(林)



中山とし江さん(六川)



田中穂積さん(雁田)

### 選挙管理委員補充員

三田てるみさん(千両)、土屋恵男さん(山王島)、桐原道男さん(上町)、小林つや子さん(押羽)

## 小布施町議会 令和5年12月会議の結果報告

審議期間 12月4日～15日

### ●議案

- 条例の全部改正 3件(可決)
- 条例の一部改正 8件(可決)
- 条例の廃止 2件(可決)
- 令和5年度補正予算 7件(可決)
- 指定管理者の指定 1件(可決)
- 固定資産評価審査委員会委員の選任 1件(同意)

### ●選挙

- 選挙管理委員の選挙
- 選挙管理委員補充員の選挙

### ◎議案の概要

#### ●条例の全部改正

◇小布施町農業集落排水処理施設の管理に関する条例  
農業集落排水事業特別会計が企業会計に移行することに伴い、下水道事業の管理者の権限を行う者の名称を「管理者」に改める等、小布施町農業集落排水処理施設の設置及び管理に関する条例の全部を改正するものです。

#### ◇小布施町公共下水道条例

下水道事業特別会計が企業会計に移行することに伴い、下水道事業の管理者の権限を行う者の名称を「管理者」に改める等、小布施町公共下水道条例の全部を改正するものです。

#### ◇小布施町水道事業及び下水道事業の設置等に関する条例

農業集落排水事業特別会計及び下水道事業特別会計が企業会計に移行することに伴い、小布施町水道事業の設置等に関する条例の全部を改正するものです。

#### ●条例の一部改正

◇小布施町下水道事業に地方公営企業法の規定の全部を適用することに伴う関係条例の整備に関する条例  
◇職員の育児休業等に関する条例等の一部を改正する条例

#### ◇議会の議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例

#### ◇特別職の職員で常勤の者の給与に関する条例の一部を改正する条例

#### ◇小布施町職員の給与に関する条例及び一般職の任期付職員の採用等に関する条例の一部を改正する条例

#### ◇小布施町特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例の一部を改正する条例

就学前の子どもに関する教育、保育等の総合的な提供の推進に関する法律の改正に伴い、小布施町特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例の一部を改正するものです。

#### ◇小布施町地域活動支援センターの設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例

#### ◇小布施町国民健康保険税条例の一部を改正する条例

### ●条例の廃止

#### ◇単純な労務に雇用される職員の給与の種類及び基準に関する条例を廃止する条例

当該条例の対象となる職員が不在であり、また今後の採用の予定もないため廃止するものです。

#### ◇小布施町下水道事業特別会計条例等を廃止する条例

農業集落排水事業特別会計及び下水道事業特別会計が企業会計に移行することに伴い、小布施町下水道事業特別会計条例等を廃止するものです。

### ●補正予算

#### ◇一般会計

第5号

[補正額] 1億3,000万5千円

[補正後の額] 68億6,667万7千円

第6号

[補正額] 5,624万円

[補正後の額] 69億2,291万7千円

#### ◇国民健康保険特別会計

[補正額] 3,940万円

[補正後の額] 12億4,842万9千円

#### ◇介護保険特別会計

[補正額] 2,658万1千円

[補正後の額] 12億4,961万3千円

#### ◇下水道事業特別会計

[補正額] 39万9千円

[補正後の額] 4億2,460万9千円

#### ◇農業集落排水事業特別会計

[補正額] 22万2千円

[補正後の額] 2億5,174万6千円

#### ◇水道事業会計

収益的支出 [補正額] 105万4千円

[補正後の額] 2億1,933万6千円

### ●指定管理者の指定

#### ◇小布施総合公園スポーツコミュニティセンターの指定管理者の指定

小布施総合公園スポーツコミュニティセンターの指定管理者を、次のように指定するものです。

指定期間 令和6年度～令和10年度(5年間)

指定管理者 小布施町大字小布施778番地イ  
株式会社 松葉屋本店

### ●固定資産評価審査委員会委員の選任

固定資産評価審査委員会委員の任期満了に伴い、久保田明男さん(上町)が選任同意されました。

## 小布施町総合計画審議会 委員募集のお知らせ

町では、「第七次小布施町総合計画(令和7年度～11年度)」の策定に取り組みます。「第七次小布施町総合計画」は、町の将来像を描き、町が優先的に取り組むべき地域課題や施策について取りまとめるものです。

### 小布施町総合計画審議会 概要

実施日程 初回 3月21日④開催

※平日3回程度開催予定

応募締切 2月2日④

募集人数 2人以内

委員報酬 1会議あたり3,500円

### 応募条件

- ①18歳以上で町内在住、または在勤であること
- ②全日程に参加できること
- ③小布施町の将来のまちづくりに向けたさまざま

この総合計画の策定について審議する小布施町総合計画審議会を設置しますので、下記のとおり審議会の委員を募集します。

な取り組みのあり方について積極的に意見を述べていただける人

※応募者多数の場合、「応募理由」により選考させていただきます。

申込方法 審議会への参加を希望される人は、下記二次元コードまたは企画財政課に備えつけの申込書にてお申し込みください。

問い合わせ 企画財政課企画交流係

☎026-214-9102



## 地域おこし協力隊 ～活動報告の紹介～

### 北川 司さん

今年は7月14日④に開催する『小布施見にマラソン』に向け、実行委員会の事務局で実務を行っています。十数年前まで、100kmマラソンで日本代表を目指してトレーニングに励み、ランニングに関する事業も行ってきました。今は記録を追求することからは離れ、マンサングルと呼ばれるサンダルや素足で走るなど、違った楽しみ方を模索しています。今後もよろしくお祈りします!



### 橋本 緑さん

現地取材から記事作成、編集、各コミュニティへの配布まで、企画財政課の皆さんと町報製作を一緒に行っています。首からカメラを下げて、よくイベント会場を歩き回っているので見かけたことのある方がいらっしゃるかもしれません。住民の方にコメントをいただこうとお声掛けすると、快く応じていただけるおかげで心穏やかに取材ができています。今後ともご協力いただけると幸いです!よろしくお祈りします。



2月16日(金)～3月15日(金)

所得税・町民税の

申告相談が始まります

2月16日(金)から確定申告が始まります。各種申告書は、役場住民税務課税務係に用意しています。税務署から届いた人は、その書類をご利用ください。

■問い合わせ 住民税務課税務係  
☎026-214-9103

※所得税の確定申告が必要な場合であっても、住民税の申告が必要な場合もあります。  
※所得税・復興特別所得税の還付を受けるには確定申告をする必要があります。

- ③ 家屋の登記事項証明書
- ④ 家屋の「工事請負契約書」または「売買契約書」
- ⑤ 住宅が長期優良住宅等の認定を受けている、土地の購入に係る住宅借入金等について控除を受けるなどの場合は、各条件に応じた必要書類
- ※詳しくは、国税庁ホームページをご確認ください

【控除2年目以降の人】

- ① 住宅借入金等特別控除額の計算明細書
- ② 借入金の年末残高等証明書

■申告の際の注意

◎収入がない場合も申告を

申告された内容は、所得証明書、国民健康保険税、介護等保険料、各種福祉手当などの基礎資料となります。申告がないと所得証明書の発行や正確な保険料(料)の算出、各種福祉手当の支給がされません。収入がない場合も、税務係窓口にある簡易申告書に生活状況などを記入して申告してください。

◎扶養控除を受けるとき

配偶者・扶養控除などを受ける際は、その人の所得額や、他の人と扶養控除を重複して受けていないか事前に確認してください。

◎医療費控除を受ける皆さんへ

領収書の提出が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。なお、税務署から記載内容の確認を求める場合がありますので、領収書は5年間保存する必要があります。

- 確定申告をする必要がある人
- 事業・不動産所得のある人  
営業、農業等の事業により生じた所得や地代、家賃などの不動産による所得がある人
- 給与所得があり、次のいずれかに当てはまる人
- ① 給与の年収が2千万円を超える
- ② 給与以外の所得金額の合計が20万円を超える
- ③ 給与を2か所以上から受けていて、主たる給与以外の収入(アルバイトなど)と他の所得の合計が20万円を超える

【公的年金を受給している皆さん】

公的年金等に係る収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合、所得税・復興特別所得税の確定申告をする必要はありません。

◆申告に必要なもの

- ① 本人確認書類(次の(1)または(2))
- (1) マイナンバーカード(表・裏)の提示
- (2) 通知カードおよび身元確認書(運転免許証、健康保険者証)の提示
- ② 所得税が還付になる人は還付先金融機関の口座内容が分かる書類
- ③ 所得(収入)の分かる書類  
源泉徴収票(原本)、収支内訳書、各帳簿など
- ◆各種控除と必要な書類
- 社会保険料控除  
各機関から発行される支払証明書、領収書など
- 生命保険料控除、地震保険料控除等  
保険会社が発行する支払証明書
- 住宅借入金等特別控除
- ① 住宅借入金等特別控除額の計算明細書
- ② 借入金の年末残高等証明書

申告相談日程表

会場 小布施町役場2階 第1会議室	
時間 午前の部 8:45～12:00 午後の部 13:00～16:30	
2月16日(金)	東町
19日(月)	東町
20日(火)	上町・中町
21日(水)	伊勢町・中央
22日(木)	中扇・横町
25日(日)	日曜相談日
26日(月)	福原・栗ガ丘
27日(火)	大島
28日(水)	飯田・林
29日(木)	山王島・北岡
3月1日(金)	押羽・羽場
4日(月)	六川・中子塚
5日(火)	矢島・清水・中条
6日(水)	松村・水上
7日(木)	雁田・松の実
8日(金)	千両・クリトピア
11日(月)	予備日
12日(火)	予備日
13日(水)	予備日
14日(木)	予備日
15日(金)	予備日

※指定自治会の期日に都合のつかない人は予備日や日曜相談日にも相談できます。  
※発熱など、かぜの症状が見られる人は来庁をご遠慮ください。

障害者控除対象者認定書の申請を受け付けます

身体障害者手帳などの交付を受けていない人でも、65歳以上の町民で要介護2以上かつ一定の条件を満たす人は、確定申告または住民税の申告の際に「障害者控除対象者認定書」を提出することで納税者本人、扶養親族が所得税や住民税で「障害者控除」を受けることができます。認定書が必要な人は役場高齢者福祉係窓口申請書を提出してください。

※介護認定の申請等の時に「障害者控除対象者認定書の送付を希望する」と回答され既にお手元に認定書が届いている人は申請していただく必要はありません。

■問い合わせ 健康福祉課高齢者福祉係  
☎026-214-9108

長野税務署からのお知らせ

■問い合わせ ☎026-234-0111

確定申告には、ご自宅からスマホ・パソコンでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を用いて、確定申告会場に出向かなくても、マイナンバーカードをお持ちの方はマイナンバーカード対応のスマホまたはICカードリーダーライターを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。また、印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。マイナンバーカードをお持ちでない人は、お早めの取得をお願いします。



確定申告書等作成コーナー

確定申告などに関するお問い合わせ

国税庁ホームページ「確定申告特集」をご利用ください。

e-Tax・作成コーナーの操作などに関するお問い合わせ

e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

受付時間 9:00～20:00(月曜～金曜、休祝日を除く)

※4月2日(火)以降は9:00～17:00

所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を開設します

相談期間	時間	申告会場
2月1日(火)～2月15日(火) (贈与税のみ)	9:00～	長野税務署庁舎
2月16日(水)～3月15日(金)	16:00	若里市民文化ホール (長野市若里3丁目22-2)

※平日のみ(2月25日(土)は開設します)

申告会場への入場には当日配布または国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。

※確定申告会場では基本的にスマホを利用して申告書を作成していただきます。

※16:00前に相談受付を終了する場合があります。



←国税庁LINE公式アカウント

マイナンバーカードを使って自宅からスマホで確定申告を

- 自宅から24時間いつでも申告できます!
- 画面の案内に沿って入力すれば、自動計算されます!
- 相談はチャットボットや電話でもできます!
- スマホのカメラで源泉徴収票が自動入力されます!
- マイナポータル連携で、一部の所得控除などが自動入力されます



動画で見る確定申告



確定申告書等作成コーナー



マイナポータル連携



## デザイン部・対話部活動しています！

デザイン部は、デザインの「デ」を楽しく学ぶ部活です。

12月16日の活動では館内を見学し、テラソのデザインの「いいところ」を見つけ、さらに「もっとよくなる」ところをデザインで表現し発表しました。



対話部は、「自分とつながり、人とつながる対話の文法」を実践的に探究していく部活です。

自分の悩みや最近の出来事を話したり、他者の話を聴くことで自分では気付かなかった気持ち、自分自身を知ることができる場となっています。



## 2月のテラソ百選のテーマは「冬」です

年越しやお正月、新年会など冬のイベントが落ち着いてきました。そろそろ春が待ち遠しくなる頃ですが、百選は念押し「冬」です。冬は物語とも相性がいい。雪景色はドラマチック！この時期の北アルプスは最高に美しい。信州の長い冬を読書で楽しみませんか。



## 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「脱力」

一年の始まりは、自分の本当の気持ちと向き合う絶好のタイミング。今年はこんな年にしようと意気込む人や、新しいことを始めようとする人も多いと思います。しかし、何事もスタートダッシュはつつい頑張りすぎてしまうもの。自分でも気付かないうちに、肩に力が入っているかもしれません。新年だからと肩肘張らずに、本と一緒にゆるりと過ごしていきましょう。



『北欧時間』日暮いんこ・著



『理由がわかればもっとおいしい！コーヒーを楽しむ教科書』井崎英典・監修



『世界音楽』穂村弘・著

## 2月のおはなし会

日時	内容
2月10日(土) 10:30～	お父さんの読み聞かせ会
2月16日(金) 15:30～	低学年のおはなし会
2月24日(土) 10:30～	おはなし会

## 新着本紹介

新たに173冊(一般142冊、児童・絵本31冊)の本を迎えました。ぜひ足をお運びください。

有料広告

栗菓子 竹風堂

栗あんしるこ 3袋入  
[1袋120g(切り餅2コ付)×3]  
(レトルトパウチ入り)

「栗あんしるこ」の味そのままに。お餅もついておいしさ変わらず。

栗あんだけの贅沢な栗しるこ。  
竹風堂直営各店の  
喫茶メニューで親しまれてきた  
「栗あんしるこ」の味そのままに。  
お餅もついておいしさ変わらず。

調理例

竹風堂は 国産栗100%の栗しるこ。



# 農業委員会だより

～小布施の大地に一番近い農家の皆さんへ～



## 荒廃農地再生対策事業のお知らせ

荒廃農地を再生し利活用を促進するため、対象農地を再生し耕作する農業者などに交付金を交付しています。

### ○対象となる農地

3年以上耕作されておらず、通常の農作業では作物の栽培が不可能な状態と判断され、かつ、小布施町農地バンクに登録されている農地

### ○対象者

対象となる荒廃農地を再生し、耕作する農業者および法人(①、②の条件を満たすこと)

- ①所有権移転または賃貸借もしくは使用賃借のいずれかの権利の設定を受けていること
- ②対象となる荒廃農地を再生し、その後5年以上継続して耕作すること

### ○交付額

	認定農業者・認定新規就農者	その他の農業者
上限額	10万円	7万円
奨励金	10アール当たり5万円	10アール当たり3万円
補助率	対象経費のうち2/3以内	対象経費のうち2/3以内

### ○対象となる経費

- ①委託費(業者に再生作業を委託した場合)
- ②重機(バックホーなど)の燃料費
- ③重機レンタル費
- ④重機オペレーター費
- ⑤土壌改良費(肥料、有機質資材の投入など)
- ⑥その他必要と認められる経費

※事業着手前の申請が必要です。  
※申請している農地の再生作業が完了しないと、新たな荒廃農地の申請はできません。  
※交付決定後に、計画が変更、中止または廃止になった場合は、別途手続きが必要になります。

■問い合わせ 産業振興課農業振興係  
☎026-214-9115

## 栗の剪定講習会を開催します

栗の剪定を学ぶ講習会を開催します。大勢の皆さんご参加ください。

日時 2月3日(土) 10:00～  
講師 桐生忠教さん(新潟県五泉市低樹高栽培技術者)  
場所 町営テニスコート東側 平松幸明さん(林)の畑  
その他 会場周辺には駐車場はありません。

※会場へお越しの場合、水路工事のために通行できない区間があります。

■問い合わせ 産業振興課農業振興係  
☎026-214-9115

## ゲストハウス小布施

ようこそ小布施の宿り場へ  
たいせつなお客様のおもてなしにご利用ください。

ツイン2室(シングルベッド各2台)  
スイート1室(セミダブルベッド2台+ソファベッド2台)

◎料金(素泊まり・税込)  
ツイン 22,000円～(2名様までご利用)  
12,100円～(1名様までご利用)  
スイート 55,000円～(4名様まで一律)

ベッドは  
シモンズ社製  
です

※朝食は東隣のカフェド コーラ(こち)にてお召し上がりいただけます。

お問合せ: 090-4706-9255(木下) 詳細とご予約は▶



有料広告

## 小型家電、古着・古布の回収をします

■問い合わせ 住民税務課住民係  
☎026-214-9109

2月の日曜回収は、小型家電、古着・古布を回収します。

日時 2月11日㊤ 8:30～10:30

場所 生活支援ハウス駐車場

回収品目等 右表のとおり

注意事項

古着・古布の回収対象が変更になりましたので、右表を確認して出してください。資源物や有害ごみは回収しません。古紙やびん、ペットボトル、白色発泡トレイの資源物は2月16日㊤に各自治会で回収します。

その他 一度回収した物はお返しすることはできません。また、事業所から出される物は回収できません。

小型家電

電気や電池で動く小型電子機器や家電製品(長さ30cm超)  
※家電リサイクル対象品(エアコン、テレビ、冷蔵庫、洗濯機など)、電気毛布、電気カーペット、こたつや木製ステレオなどの木枠部分は回収しません  
※冷媒にフロンガスを使用する小型家電等は、メーカー・販売店へ処分を依頼してください  
※電球や電池、バッテリー、灯油などはあらかじめ取り除いてください  
※携帯電話は販売店へ回収を依頼してください

古着・古布

- 回収できるもの
    - 衣類(着物・浴衣・肌着・学生服も可)
    - 毛布・シーツ・タオル類
  - 回収できないもの
    - ジャンパー、コート類、背広、スーツ類
    - フリース、セーターなどの毛糸製品
    - 汚れているもの(油・塗料・泥汚れ等)
    - 布団、枕、座布団、マットレス・クッション
    - じゅうたん、カーペット(ホットカーペットを含む)
    - かばん、靴、電気毛布(敷布)、ぬいぐるみ
- ※洗濯をするなどきれいにしてから出してください

## 東山クリーンセンターからのお知らせ

■問い合わせ 東山クリーンセンター(中野市)  
☎0269-22-7074

### 東山クリーンセンター前の道路の融雪パイプ故障について

東山クリーンセンター前の道路に設置している無散水融雪設備が故障しすぐに復旧できないため、機械による除雪と融雪剤の散布のみの対応となります。東山クリーンセンターへごみを搬入する際は、傾斜が続く道路のため凍結によるスリップ等に十分ご注意ください。

### 粗大ごみの受入れを一時中止します

可燃性粗大ごみ切断機の定期整備を下記の日程で実施しますので、可燃性粗大ごみの受入れができません。期間中に持ち込まれた可燃性粗大ごみはお持ち帰りいただくこととなりますのでご注意ください。

受入中止期間 2月9日㊤・10日㊥・13日㊦ ※11日㊤、12日㊥は祝日のため受入れはありません。

受入れできないごみ 木製家具、布団、カーペット、長さ50cmを超える枝等、切断が必要な可燃性粗大ごみ

## 国民年金保険料前納の申し込みを受け付けています

国民年金保険料は前納すると割引になります。毎月納付よりお得な前納に切り替えませんか。

前納の種類

○6カ月前納(前期4月～9月分、後期10月～令和7年3月分)

○1年前納(4月～令和7年3月分)

○2年前納(4月～令和8年3月分)

申込期限 2月29日㊤

申込先 各金融機関、役場住民税務課住民係、長野北・長野南年金事務所

●3月から口座振替・クレジットカード納付での前納が年度の途中からまとめて振替できるようになります。現在は前納口座振替お申し込み後、4月末の前納開始までの間は毎月振替となっています。3月からは、年度の途中のお申し込みでもその年度末(2

年前納の場合は翌年度末)までの保険料をまとめて振替することができるようになります。

例) 1年前納を年度途中で申し込んだ場合

現在 初回振替開始月から当年度3月分までは毎月振替(割引なし)

令和6年3月～ 初回振替開始月に当年度3月分までをまとめて振替(割引あり)

※6カ月前納の初回振替月が、5月末～9月末の場合は9月末まで毎月振替となり、10月末に6カ月前納になります。年度途中の納付方法変更も、ぜひご相談ください。

■問い合わせ

長野南年金事務所 ☎026-227-1287

長野北年金事務所 ☎026-244-4100

住民税務課住民係 ☎026-214-9109

## 災害時支え合い名簿と個別避難計画の作成を進めています

### 災害時支え合い名簿

「災害時支え合い名簿」(従前の地域支えあいマップ)は災害時に自力で避難すること等が困難な人から事前の同意を得た上で、地域で支援することができる自治会等(避難支援等関係者)へ個人情報の提供を行い、安否確認や避難誘導等の支援につなげるものです。

対象者には2月上旬に町から同意書を送付します。災害時には地域での助け合いが最も有効になりますので、災害時支え合い名簿に同意いただける人は、返信用封筒にて返信をしてください。なお、昨年以前に同意をいただいている人には同意書は送付しません。

■問い合わせ 総務課危機管理係  
☎026-214-9209

### 個別避難計画

「個別避難計画」は避難行動要支援者一人ひとりの状況に合わせて作成する計画です。水害時に町や小布施町社会福祉協議会による支援が必要な人を優先的に計画の作成を進めています。対象者は、浸水想定区域や土砂災害警戒区域にお住まいで、寝たきりなどの理由で自力での避難が難しい、福祉車両でないと避難ができないなど水害時に安全を確保できない人です。

計画の作成は、対象者の状況を把握しているケアマネジャーやプランナーに町が依頼します。いざという時に備え、個別避難計画の作成にご協力をお願いします。

■問い合わせ 健康福祉課高齢者福祉係  
☎026-214-9108



### おでこポイント対象事業

### 介護予防事業「千年ふれあい倶楽部」2月のお知らせ

健康生活の維持と心と体のリフレッシュ!おでこポイントがついて交流も楽しい「千年ふれあい倶楽部」は、月替わりの企画で開催しています。参加できる人は、介助・見守りが不要の65歳以上の人です。

2月は、笑って元気に長生き「笑いヨガ教室」です。笑いヨガ(ラフターヨガ)は、声を出して笑うことで、腹式呼吸を促し、血流を良くするユニークな健康体操です。ヨガの難しいポーズはなく、楽しく誰でも簡単にできるので、気軽にご参加ください。講師は、長野市などで笑いヨガ教室を開催している清水順子さんです。



日時 2月13日㊤、14日㊥、15日㊦  
10:00～

会場 小布施温泉あけびの湯(入館料650円入湯代含む)

巡回バスによる無料送迎もあります。日によって巡回する地域が異なりますので、停留所・時間などは、お問い合わせください。また、町ホームページでもご確認いただけます。終了後は、送迎時間まで入浴などでゆっくりお過ごしください。



町ホームページ  
二次元コード

※送迎不要で教室だけ参加の場合は、後日入浴できる入浴券をお渡しします。

■申し込み 参加日の3日前までに次のいずれかに電話でお申し込みください。

○小布施温泉あけびの湯 ☎026-247-4880

○健康福祉課高齢者福祉係 ☎026-214-9108

○地域包括支援センター ☎026-242-6680

## 脳のリフレッシュ教室交流会を開催します

町内で実施している「脳のリフレッシュ教室」の交流会を、感染症対策を行いながら2回に分けて開催します。

内容は、5地区の教室発表のほかエイジングライフ研究所の高槻絹子先生による講評や講話もあります。どなたでも参加できますので、お仲間やご近所でお誘いあわせてお出かけください。

場所 千年樹の里健康福祉センター

内容 地区発表、高槻絹子先生の講話

■問い合わせ 地域包括支援センター  
☎026-242-6680

日程	時間	対象地区
2月15日㊤	13:30	北部、東部、都住、中町・中央、栗ガ丘・福原、大島、林・中扇、上松川
2月16日㊤	15:00	山王島、飯田、横町、伊勢町、東町・上町、六川



長野県救急安心センター（#7119）を開設しました

■問い合わせ 長野県健康福祉部医療政策課  
☎026-235-7131

長野県では令和5年10月1日から、急な病気やけがで救急車を呼んだ方がよいのか、今すぐ病院に行った方がよいのかなどで迷った際に、看護師等の専門家に相談できる電話相談窓口・長野県救急安心センター（#7119）を開設しました。

受付時間 平日19:00～翌8:00  
土曜日・日曜日・祝日8:00～翌8:00  
※こども（おおむね15歳未満）は#8000へ  
（受付時間 毎日19:00～翌8:00）

利用上の留意事項

- ・緊急や重症の場合は迷わず119番通報してください。
- ・電話でお聴きした内容に基づいた助言であるため、いわゆる「診断」とは異なります。

- ・電話が混み合ってしまう場合がありますので、あらかじめご了承ください。電話が混み合っている場合は、そのままお待ちいただくか、改めておかけ直してください。
- ・電話がつながったら、慌てずゆっくりと、症状、年齢などをお話してください。
- ・英語等の主要な外国語にも対応しています。
- ・詳細は二次元コードから県ホームページ（長野県救急安心センター）をご覧ください。



学校・園だより

「だしで味わう和食の日」 栗ガ丘小学校5年生



「だしで味わう和食の日」の学習で、だしや和食について学びました。だしの学習では、歴史や産地を知り、実際にかつお節を削ったり、色・香り・味を感じながら「利きだし」をして、だしに親しみました。また、かつお節でだしを煮出す様子を見させていただき、「いい香りだな～」と作りたての香りを感じていました。そして、かつお・にぼし・昆布の中から自分の好みのだしでおみそ汁をいただきました。

和食の学習では、和食のよさや一汁一菜の食器の置き方や箸の持ち方などの作法、その意味などを学びました。

日本の文化として大切にしていきたい和食。学んだことを自分の生活に生かしていきたいと感じた子どもたちです。

毎年1月26日は「文化財防火デー」です

■問い合わせ 須坂市消防署小布施分署  
☎026-247-5901

毎年1月26日は、「文化財防火デー」に制定されています。1949年1月26日、法隆寺の金堂壁画が焼損したことから、1955年に制定されました。

また、小布施町では旧都住小学校が、大正13年2月9日に焼失したことによる「戒め」として、2月9日を冬季



特別火災予防デーとしています。1月から2月は、1年のうち最も多く火災が発生する時期です。火の取り扱いには、十分注意してください。

詳細は二次元コードから文化庁ホームページをご覧ください。



人権同和教育の推進に関するポスター入選作品

令和5年度人権同和教育の推進に関するポスターの部で入賞した作品を紹介します。



優秀賞 栗ガ丘小学校6年 皆藤菜々子さん



優良賞 栗ガ丘小学校6年 小山西花さん



佳作 栗ガ丘小学校6年 中村怜菜さん



優秀賞 小布施中学校3年2組 人権委員会  
宮澤功哉さん  
小林莉緒さん  
小林結愛さん



優良賞 小布施中学校2年1組 人権委員会  
西原夢乃さん  
古川莉叶さん  
吉田幸四郎さん



佳作 小布施中学校1年1組 人権委員会  
大田亜依さん  
増田千輝さん  
増田大樹さん



高井鴻山が結んだ小布施と葛飾北斎

Vol.9

小布施と縁の深い浮世絵師、葛飾北斎(1760～1849)。高井鴻山(1806～1883)の招きに応じた北斎は、小布施に逗留して多くの作品を残したといわれています。北斎の作品等について、北斎館の学芸員さんにご紹介いただきます。

多彩な北斎作品の中でも人気高いテーマは「勝負」。英雄たちによる歴史的な一戦、妖怪と人間の対決、動物たちの知恵合戦、大自然の脅威と対峙する物語の主人公たち。一枚の浮世絵の中で繰り広げられるさまざまな「勝負」は、見るものを絵の中に引き込むような臨場感を持ち合わせています。こちらの図は、私たちにもなじみが深い戦国武将、武田信玄と上杉謙信を描いたものです。堂々としたたずまいからは、威厳高い武人の風格が伝わってきます。



左図 「上杉輝虎入道兼信 武田晴信入道信玄」 『絵本武蔵鑑』より



案内： 荒井美礼北斎館学芸員

有料広告

農地でも宅地化できる場所があります。詳しくはイマイ企画まで…

## あなたの不動産のお悩みご相談ください!

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、負債産になりうる時代です。ぜひ一度ご相談ください。

診断無料  
お気軽にご相談ください!

小布施の不動産情報は今すぐアクセス! 人気の小布施町不動産情報が満載です! obusefudousan.com 不動産を売りたい方は下記まで

小布施「夢の家」

フリーダイヤル 0120-691-491

【小布施】長野県 026-247-1102 【須坂】長野県 026-247-1102  
【小布施】長野県 026-247-1102 【須坂】長野県 026-247-1102

FAX.026-247-1102 E-mail.info@obuseyumenoya.com  
株式会社イマイ企画 〒381-0202 小布施町大字福原216-14



公共下水道事業計画変更案の縦覧を行います

建設水道課上下水道係  
☎026-214-9106

千曲川流域下水道事業計画の見直しに伴い、整合を図るため町の公共下水道事業計画の変更を行います。この計画について、皆さんから広く意見を伺うため、変更案の縦覧を行います。  
変更内容 下水道区域内の計画人口、1日あたりの計画汚水量など

●変更案の縦覧  
縦覧期間 1月22日⑤～2月5日⑥  
時間 8時30分～17時15分(土日祝日を除く)

縦覧場所 建設水道課

●意見書の提出

提出できる人 本町に住所がある人(法人を含む)、または権利者などの利害関係がある人

受付期間 2月5日⑥まで

提出方法 建設水道課へ提出してください



U-IJターンされた人を対象に地域の担い手として支援します

企画財政課企画交流係  
☎026-214-9102

小布施町にU-IJターンされた人を対象に、地域の担い手を支援するための助成金を支給します。

助成額 一人あたり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、小布施町

に転入(住民登録)した人または学生等で小布施町に住居登録されているが生活の拠点が町外にあり、令和4年1月1日以降、町内に生活の拠点を移した人。ただし、転居したことを賃貸契約書等により証明できる人

○助成金申請時の年齢が45歳以下

○助成金申請後3年以上継続して町内の住宅に居住する意思がある

○就業、創業または就農している

○居住地域の自治会に加入

○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)に加入または自治会やPTA等の役職等を務めている

申請方法 申請書等を企画交流係に提出してください。申請書等は町ホームページからダウンロードできます。



「いただきます1みそをつくるごもたち」の上映会を開催します

企画財政課企画交流係  
☎026-214-9102

まちづくり委員会環境を考える部会では、生ゴミリサイクルの土作りにおいて土を発酵させて菌たつぷりの土を作り、元気な野菜を栽培する活動を小学4年生と一緒にしています。人の健康も菌たつぷりの発酵食品を食べることが大切と考え、普段の食生活を見直すきっかけづくりのため、今回、子育てエンターテインメント・ドキュメンタリー「いただきます1みそをつくるごもたち」の上映会を行います



無料住宅相談会が開催されます

(一社)長野県建築士事務所協会  
須高支部  
☎026-225-9980

住宅に関することならどんな相談でも構いません。お気軽にお出かけください。相談は無料です。

日時 2月17日④ 10時～16時

会場 旧上高井郡役所(須坂市須坂812-2)



司法書士による相続登記無料相談月間について

長野県司法書士会  
☎026-232-7492

長野県司法書士会では、毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記の啓発活動に力を入れています。期間中は県内各司法書士事務所でも相続登記の相談をお受けします。  
期間 2月1日④～2月29日⑥(土日祝日を除く)  
時間 9時～16時  
場所 県内各司法書士事務所  
予約 相談する司法書士事務所にお問い合わせください。



長野県特定最低賃金が改正されました

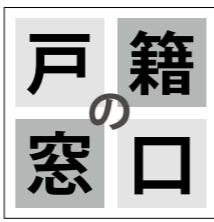
長野県労働局労働基準部賃金室  
☎026-223-0555

最低賃金制度は最低賃金法に基づき、使用者はその金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとされている制度です。

長野県地域最低賃金の改正に続いて、長野県内の特定の産業で働く労働者に適用される「特定(産業別)最低賃金」が左記のとおり改正されました。

対象業種	時間額(令和4年改正額)	発効年月日
計量器・測定器等製造業	983円(945円)	令和5年12月24日
はん用機械器具等製造業	994円(956円)	令和5年12月20日
各種商品小売業	950円(910円)	令和5年12月31日
長野県地域最低賃金	948円(908円)	令和5年10月1日

適用業種等の詳細は、長野県労働局ホームページをご確認ください⇒



※掲載は希望者のみ(敬称略)

出生 はじめまして

栗林 和花(わか) 安幸 雁田  
友梨

結婚 お幸せに

伊藤 寛太 小諸市  
江部 詩織 上町

手塚 祥太郎 松村  
峰村 理美 飯山市

羽生 友多 長野市  
吉田 都 矢島

見波 航 水上  
海野 美咲 中野市

後藤 晶 上田市  
小林 礼奈 中子塚

死亡 ご冥福をお祈りします

樋口 弘亮 新潟県津南町  
山下 美瑛 横町

三田 裕史 東町  
畔上 真衣 中野市

戸井 信男 東町  
中村 幸吉 雁田

近藤 竹子 雁田  
三田 ケイ子 伊勢町

関 吉一 羽場  
田中 子助 六川

倉橋 興三郎 松村  
関谷 栄治 東町

竹内 和子 雁田  
山崎 榮一郎 林

ひとのうごき

1月1日現在 (前月比)	
人口 男 5,281 人 (-13)	
女 5,711 人 (-9)	
合計 10,992 人 (-22)	
世帯 4,086世帯 (+1)	

予約によるマイナンバーカードの申請などをサポートします

	マイナンバーカード申請	マイナンバーカード受け取り
対象	初めて申請する人のうち、ご自身での申請が難しい人や家族のサポートを受けることができない人	初めてマイナンバーカードを申請し、開庁時間内での受け取りが難しい人
日程	2月13日④、2月27日④ 3月5日④、3月19日④	2月15日④、2月29日④ 3月7日④、3月14日④
時間	13:30～16:00	18:00～20:20
持ち物	①二次元コード付きマイナンバー(個人番号)カード交付申請書 ②顔写真(縦4.5cm×横3.5cm、お持ちの人のみ) ③本人確認書類	①交付通知書(はがき) ②マイナンバー通知カード ③本人確認書類 ④住民基本台帳カード(お持ちの人のみ)
予約	来庁日の2日前までにご予約ください。 ○予約専用ダイヤル(平日のみ、9:00～17:00) ☎090-4360-2120 ○小布施町公式LINE ※マイナンバーカード受け取りのみ	

忘れないで 2月の納付

固定資産税 4期

納期限は 2月29日⑥です

寄付のお礼

厚くお礼申し上げます。

- ・東京都世田谷区 杉内 直敏 様 20,000円
- ・埼玉県狭山市 廣澤 恵久 様 100,000円
- ・須坂商業高校同窓会 市川 幹夫 様 198,051円

小布施町公式LINE

友だち登録受信設定はこちらから→



■マイナンバーカードに関する問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

## 育英金をご利用ください

経済的な理由で就学が困難な学生を対象に、高等学校、大学などに通うための支援として、育英金の貸し付けを行っています。

**受付期間** 3月1日(金)まで(令和6年4月から貸し付けを希望する場合)

**提出書類** ○育英金貸付申込書兼誓約書

○育英生推薦調書

○育英生の父および母の市町村民税課税額、生計を別にする連帯保証人の町税等納税額を証するもの(町内者は閲覧の同意があれば提出不要)

**育英金を利用できる学生の条件**

○小布施町に住所または生活の根拠を有する人

○勉学の意志があり所定の修学ができる見込みがあると認められること

○在学する高等学校等の学校長が推薦した人であること

○貸し付けた育英金の償還が可能であると認められ、かつ、確実な保証人を有すること

■問い合わせ 教育委員会子ども支援係

☎026-214-9110

○独立行政法人日本学生支援機構およびその他の団体から別に学資等の貸与を受けていないこと

○父および母の市町村民税額の合計額が20万円以下であること

区分	貸与月額
高等学校 特別支援学校高等部	国公立 14,000円以内
中等教育学校後期課程 専修学校高等課程	私立 24,000円以内
高等専門学校	19,000円以内
専修学校専門課程 大学	国公立 自宅通学 32,000円以内 自宅外通学 40,000円以内
	私立 自宅通学 40,000円以内 自宅外通学 55,000円以内

## 景観アンケートを実施します

東大先端研・小布施町コミュニティ・ラボでは、小布施町らしい景観とはどんなものかを、数量化することを目的として画像を用いた景観アンケートを行っています。小布施町在住、在勤者および小布施町に何らかの形で関わっている人ならどなたでも回答いただけます。

■問い合わせ 建設水道課都市・建設係

☎026-214-9105

以下の二次元コードを読み取りスマートフォンもしくはパソコンからの回答をお願いします。回答期限は2月5日(金)です。皆様のご協力をお願いします。



## みそづくり体験

12月22日(金)、栗ガ丘小学校2年生が小学校体育館で、穀平味噌醸造場の協力によりみそづくりを体験しました。冒頭は、どうやって大豆からみそができるのか、スライドを交えながら、わかりやすく教えていただき知識を深めました。子どもたちはみそを仕込む作業が始まると、「楽しい」「うまくできない」と言いながら夢中で手を動かしていました。畑で大豆を育てるところから経験している2年生は、自分たちの作ったみそが、どのような味に出来上がるのか楽しみにしていました。



有料広告

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・高木の伐採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 門扉・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

## 2月の各種相談

問い合わせ 各種相談 ☎026-247-3111

相談内容	期日	時間	相談員	場所等
人権よろず相談	7日(金)	13:30~15:30 ※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	6日(木) 20日(木)	13:00~15:00	民生児童委員	北斎ホール事務室 ☎内線541
行政相談	16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	7日(金)	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	21日(金)	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(木)、(金) ※祝日を除く	10:00~12:00 13:00~15:00 ※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(金) ※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	15日(金)	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
精神保健相談 思春期心の相談	15日(金)	15:30~ ※要予約	精神科医師	【問い合わせ・申し込み】 長野保健福祉事務所 ☎026-225-9039 【会場】須坂市保健センター

## エンゼルランドセンター 2月の予定

■問い合わせ エンゼルランドセンター ☎026-247-2137

※下記日程以外は、平日月曜日~金曜日(祝日除く)9:30~16:30の間にご利用可能。(イベント予約は1/26(金)から)

企画	日時	内容	対象	
豆まき会	2/2(金)	10:50~	オニのお面を作って、豆まきを楽しみましょう。	定員：なし(予約制) 参加費：無料、持ち物：なし
おはなしの日	2/8(金)	11:00~	「キラキラぱ〜く!」の皆さんによる絵本の読み聞かせを楽しみましょう。	定員：なし(予約制) 参加費：無料、持ち物：なし
ミニコンサート	2/14(金)	10:50~11:30	赤ちゃんのためのミニコンサート ~美しい音色とα波の揺らぎ~ 演奏者 バイオリン 野口万佑花さん ピアノ 永井裕子さん	定員：なし(予約制) 参加費：無料、持ち物：なし
子育てミニ講座	2/21(金)	10:30~11:30	プリザーブドフラワーを使って、リース作りに挑戦してみよう。 講師 勝川由美子さん ※2/9(金)までにお申し込みください。 ※お子さんは託児をします(町外の人で、託児利用の場合は300円)	定員：18人(予約制) 参加費：材料費1,000円 持ち物：なし
産後ママのためのストレッチ	2/28(金)	10:30~11:30	ストレッチで心と体をほぐしましょう。 講師 長野体育指導センター(NPIC) ※お子さんは託児をします(町外の人で、託児利用の場合は300円)	定員：18組(予約制) 参加費：無料 持ち物：水分補給用の飲み物

# 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



## 冬は気分が落ち込みがち…心の健康に食事からアプローチを！

1年のうち、特定の時期にうつ病の症状が表れるものは「季節性うつ病」といわれ、中でも秋から冬にかけての日照時間が短くなるタイミングで表れることが多いうつ病は「冬季うつ病」と言います。

日本では降雪などにより冬の天気が安定しない地域でうつ病の発症率が高くなる傾向があると考えられています。私たちの住んでいる長野県でも、気分障害（うつ病を含む）の患者数が年々増加しています。

### 特徴は？

冬季うつ病は一般的なうつ病と比べ、気分の落ち込み、強い倦怠感、過食傾向、過眠傾向、急に憂鬱な気分になる等の症状が特徴的です。



### 予防は？

幸せホルモンと呼ばれているセロトニンやドーパミン、ノルアドレナリンといった神経伝達物質が不足すると、感情や気分を調節する機能が低下することで前向きな気分になりにくくなり、うつ病になりやすくなると言われています。

セロトニンなど神経伝達物質の原材料を生成する時に必要となるのが、食事から摂取する栄養素です。栄養不足の状態では、活力ある生活を送る上で必要な神経伝達物質を十分に作る事ができなくなります。

ジャンクフードだけ、おにぎりだけ、菓子パンだけなど単品のみの食事が続くと、エネルギーは十分になっているにもかかわらず、ビタミンやミネラルなど大切な栄養素が不足しやすくなります。

▶心の健康はバランスの良い食事から。大切な栄養素を十分に摂り、心身の健康を保ちましょう。

### おすすめの食品は？

#### (1) ビタミン

うつ病との関連が指摘されているビタミンで、特に大切にしてほしいのが葉酸です。葉酸は神経伝達物質の合成に関わる栄養素です。冬場にも緑の葉っぱの野菜を摂りましょう。

葉酸を多く含む食品…ブロッコリー、ほうれん草、春菊、水菜、小松菜、納豆、レバー

#### (2) 鉄や亜鉛などのミネラル

鉄は、神経伝達物質を正常に機能させるために必要な栄養素です。鉄が不足するとうつ病のリスクが高まります。

鉄分を多く含む食品…赤身肉、あさりなど貝類、納豆など大豆製品、ほうれん草、小松菜

#### (3) 必須アミノ酸

セロトニンは脳内で作られますが、その材料として必須アミノ酸のトリプトファンが必要となります。トリプトファンは体内で生成できないので、食事から摂る必要があります。

トリプトファンを多く含む食品…豆腐・納豆・みそなどの大豆製品、チーズ・牛乳・ヨーグルトなどの乳製品、ピーナッツ、卵、バナナ



### 私のお気に入り

#### 松の木が日陰を作る上松川コミュニティ公園です

上松川コミュニティセンターの北側に松の木で優しい日陰を作る公園があります。その枝打ちされた松の木の高さを見ると何年もかけて大きくなったんだなーと感じます。夏の日差しの強い暑い日には直射日光が当たらない公園内に入り、所々に置かれたベンチに座ると時々吹いてくる風に涼しさを感じながら時を過ごすことができます。この公園にはブランコ1つとジャングルジム1つ、滑り台1つ、子どもさんが松の木を上手に避けながらボール遊びをします。町の中で見られる野鳥の鳴き声も聞かれるこの静かな公園を紹介します。

広報員 牧野秀男さん(松の実)



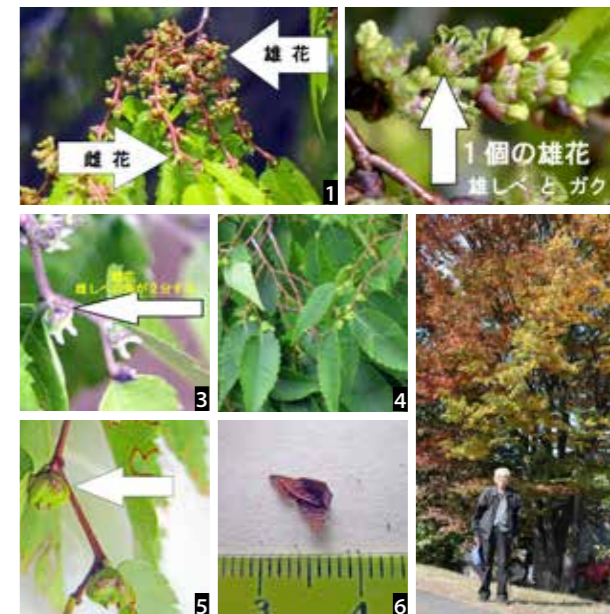
## おぶせ自然暦

four seasons in obuse vol.142

### 花が咲き実もなる「ケヤキ」

ケヤキは高木になるニレ科の植物です。里山や山裾の樹木で、高山で見かけることはありません。ケヤキは大木と誰もが知っていますが、花や実を見たことがあるという人は少ないと思います。新緑の季節になると、小枝の付け根に雄花がたくさん集まって咲いています。雄花は花弁が無く、ガクと雄しべ6本があります。雌花は、枝先の葉の付け根の所に1個ずつ咲いていて、雌しべ(花柱)が2つに分かれています。秋になると実は茶色に熟し地上に落ちます。細い枝に着いたまま落ちている事もあります。ケヤキの名称は「ケヤケキ木」が「ケヤキ」になったと牧野植物図鑑では説明しています。普通とは違う、目立っているなどの意味のようです。小布施の役場の入口にケヤキ並木を作った時、小布施はセンスの良い町だなと感じたものです。神社林の多くはケヤキ林です。さらに、浄光寺の裏山の谷はケヤキの大木に包まれた素晴らしく心休まる場所になっています。

案内人：清水照雄さん(栗ガ丘)



1\_ケヤキの花(4月14日撮影) 2\_雄花(4月17日撮影)  
3\_先が2分する雌花(4月17日撮影) 4\_ケヤキの実(5月20日撮影) 5\_実の成長(10月10日撮影) 6\_落ちた実(12月13日撮影)  
(写真は清水さん提供)

創業元治元年  
小布施  
東屋風味堂

災害に備えよう！  
いざと言う時に安心！  
**非常食**になる  
おいしい栗ごはん

写真イメージです。




商品説明コチラ

本店 上高井郡小布施町小布施414 TEL 026-247-3090  
軽井沢店 北佐久郡軽井沢町軽井沢606番地3 小坂プラザ1階  
TEL 0267-46-8310  
善光寺大門店 長野市大門町79-1 TEL 026-217-8360


















有料広告

# 令和6年2月

# イベントカレンダー

・・・乳幼児健診・子育て教室
 ・・・マイナンバーカード時間外交付
 ・・・おでこポイント対象事業  
 健福・・・千年樹の里/健康福祉センター
 生駐・・・生活支援ハウス駐車場
 講堂・・・公民館講堂

千年ふれあい倶楽部 対象自治会A(六川・中子塚・矢島・清水・中条・松村・雁田・水上・松の実)/対象自治会B(東町・上町・中町・伊勢町・中央・横町・福原・栗カ丘・千両・クリトピア)/対象自治会C(中扇・大島・飯田・林・山王島・北岡・押羽・羽場)

日	月	火	水	木	金	土
1/28	1/29	1/30	1/31	2/1  オレンジカフェ・くりんこ (13:30~健福)	2  転倒予防教室 (名字あ~さ行) (13:30~健福)	3
4	5	6  転倒予防教室 (名字た~わ行) (13:30~健福)	7	8	9  転倒予防教室 (名字あ~さ行) (13:30~健福)	10
11 建国記念の日 小型家電、古着・古布回収(8:30~生駐) P15 [いただきます1みそをつくるこどもたち]上映会(10:00~講堂) P18	12 振替休日	13  千年ふれあい倶楽部対象自治会A (10:00~あけびの湯) P14  ダンスで脳元気教室 (13:30~健福)	14  千年ふれあい倶楽部対象自治会B (10:00~あけびの湯) P14	15  千年ふれあい倶楽部対象自治会C (10:00~あけびの湯) P14  脳のリフレッシュ教室交流会 (13:30~健福) P14  マイナンバーカード時間外交付(要予約) (18:00~20:20) P19	16  脳のリフレッシュ教室交流会 (13:30~健福) P14	17
18	19  転倒予防教室 (名字た~わ行) (13:30~健福)	20	21  10・11か月児健康診査(令和5年3月~4月生まれ)受付 (13:00~13:15健福) シルバー人材センター入会説明会 (13:30~桃源荘)	22  子育て教室・こっこ塾(6・7か月児)(令和5年7月~8月生まれ)受付 (9:30~9:45健福)	23 天皇誕生日	24
25	26  チャレンジのど自慢教室 (13:00~健福)  3・4か月児健康診査(令和5年10月~11月生まれ)受付 (13:00~13:15健福)	27	28	29  マイナンバーカード時間外交付(要予約) (18:00~20:20) P19	3/1	3/2

### 編集後記

▼年始に神奈川へ帰省し、小布施との寒暖差を実感。まだ序の口なのでしようが、手袋をして指先が冷えて、痛いほどです。それでもツンとする冬の冷たい空気は好物です。(橋本)

▼年明けからの積雪と寒さで路面が凍結し自転車に乗れず歩いて通勤しています。ふくらはぎの筋肉を鍛えると血行が良くなり冷えが改善されるそうです。運動も兼ねて体を寒さに慣らしていきたいです。(江本)

▼平地もすっかり銀世界になり、ウィンタースポーツを楽しめる季節になりました。今年こそは準備や片付けが面倒で遠ざかっていたスキーに行きたいと思います。(久保田)

▼今年やりたい事を考えてみました。趣味や旅行など色々ありましたが、良い1年になるように毎日を大切に過ごしたいと思っています。本年もよろしくお願ひします。(小林卓也)

▼今年は年男でもありますので体調をしっかりと整え良い年にしたいと思います。本年もどうぞよろしくお願ひします。(田中)