

町報

おぶ せ

October
No.1095

Obuse
Town
Anniversary
70th
守り、繋ぎ、変わる。次の10年へ
～これからの「小市暮らしさ」を描こう～

Cover 小学校栗ごはん給食

2024

10

あなたは
大丈夫？

特殊詐欺 防犯力チェック

以下の10の質問に「はい」「いいえ」で答えましょう。
「はい」の数に応じて、あなた向けのアドバイスを読み、
参考にしてください。

- | | | |
|------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 01 誰にも相談せずに物事を決めることが多い | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 02 揉まれるようにお願いされると弱い | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 03 おだてにめっぽう弱いほうだ | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 04 ありえない話でもいい内容だと気になってしまう | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 05 多少損をしても相手を怒らせたくない | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 06 自信たっぷりに言われると納得してしまうほうだ | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 07 専門家や肩書きがすごい人の意見には従ってしまう | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 08 どんな相手からの電話でも最後まで話を聞くほうだ | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 09 試着や試食をしたためについ買ってしまったことがある | ☐ はい | ☐ いいえ |
| 10 親友のすすめならとりあえず話は聞く | ☐ はい | ☐ いいえ |

診断

「はい」が 0個のあなたは	だまされレベル ★	みんなを守る家族の絆の主役レベル 詐欺師にだまされないであろう傾向のあなた！防犯 対策の基本は大丈夫！これから家族を詐欺から守る ため、家族と密な会話を！
「はい」が 1～3個のあなたは	だまされレベル ★★	自己防衛のできる疑い深い慎重派レベル 詐欺師にだまされにくい傾向のあなた！自分だけ なく、家族も詐欺から守る防犯対策を！
「はい」が 4～6個のあなたは	だまされレベル ★★★	言いなりになりがちなお人よしレベル 詐欺師にややだまされやすい傾向のあなた！あなたの 防犯レベルはまだまだ。防犯意識を高めないでだま されてしまうかも。
「はい」が 7～10個のあなたは	だまされレベル ★★★★	典型的なだまされ体質レベル 詐欺師にかなりだまされやすい傾向のあなた！まず はあなた自身がだまされないように、防犯意識を高め ましょう。

【出典】警察庁WEBサイト・SOS47 特殊詐欺対策ページ

特集 みんなで防ごう！ 特殊詐欺

須高地区では今年に入り、電話で警察官や総務省職員などの実在する名前をかたり
お金をだまし取る「電話でお金詐欺」などの特殊詐欺が後を絶ちません。改めて特殊
詐欺の手口を知り、家族や地域が一体となって犯罪を未然に防ぎましょう。

(電話でお金詐欺) 特殊詐欺発生状況 (令和6年1月～8月末)

	被害総額	発生件数
長野県	5億245万円	142件 (前年比+18件)
須高地区 (須坂市・小布施町・高山村)	120万2,710円	2件 (前年比+1件)

※令和6年8月末時点

特殊詐欺から自分の家族も守るために！日ごろからの心がけ

対策①

留守番電話に設定する

電話がかかってきたら、相手を確認して
から応答しましょう。

留守！



対策②

お金の話が出たら、 家族・警察に相談する

一人で悩まず、判断・行動する前に必ず誰
かに相談しましょう。



対策③

キャッシュカードは 渡さない

「キャッシュカードを渡して」「暗証番号
を教えて」は詐欺です。また、個人情報
を安易に教えることは控えましょう。



対策④

詐欺の傾向や特徴に ついて知る

動画や防犯漫画で防犯対策を学びましょ
う。警察庁・SOS47 特殊詐欺対策ページ
など日ごろから情報を集めましょう。



須坂警察署からのお知らせ



須坂警察署
生活安全課 筒 係長

SNS型投資詐欺、ロマンス詐欺に注意

近年、SNSを通じてもうけ話を持ち掛けたり、恋愛感情を抱かせてお金をだまし取るSNS型投資詐欺、ロマンス詐欺の被害が爆発的に増えています。SNS型詐欺の場合、電話などで直接話すことなく、SNSの中のやり取りだけで事が進むため、周囲の人が気づきにくく、また、投資の状況が分かるアプリをインストールさせるなど、その手口はより巧妙化、潜在化しており、全国的に巨額の被害が出ています。**電話でお金のお話をされれば詐欺を疑うことはもちろんですが、SNSを通じて知り合った者からお金のお話をされた場合も詐欺を疑ってください。**

お金が絡むやりとりは慎重に

特殊詐欺は年々、手口が巧妙化しており被害もどんどん増加しています。特に、最近の特殊詐欺は対面や電話越しだけでなく、SNSなどのオンライン上での被害が急増しています。SNSを使用した詐欺には、「人」を信用していることに乗じて複数回にわたり金銭等をだまし取る手口もあります。電話やSNSなどでやりとりをする中でお金の話が出た際は、**判断・行動する前に必ず誰かに相談しましょう。**



小布施町役場
総務課 危機管理係 伊藤 主事

小布施町役場からのお知らせ

電話でお金詐欺（特殊詐欺）の被害を防ぐ電話機等の設置費用を補助しています

町では、高齢者の特殊詐欺の被害を防ぐことを目的に電話機などを設置する際の費用を補助しています。

■補助対象者（以下のすべてに当てはまる人）

- ①町内に住所があり、現に居住していること
- ②65歳以上または65歳以上の人が同一世帯にいること
- ③同一世帯に属する人を含め、町税等を滞納していないこと
- ④費用の支払いを令和5年10月21日以後に行っていること

⑤設置した機器の特殊詐欺対策に関する機能を適切に設定していること

⑥事業用の電話でないこと

■補助金額 費用の2分の1（100円未満切り捨て、上限10,000円）

※対象費用など、詳しくは町ホームページをご覧ください。なお、補助金申請額が予算上限に達した時点で受付終了となります。



町ホームページ

■問い合わせ

健康福祉課高齢者福祉係 ☎026-214-9108

...



・小布施町役場 総務課危機管理係	026-214-9209	・須坂警察署	026-246-0110
・須坂警察署 小布施町交番	026-247-2068	・北信消費生活センター	026-217-0009
・警察相談専用窓口	#9110	・消費者ホットライン	188

WEBサイト

長野県警察特殊
詐欺対策ページ

警察庁・SOS47
特殊詐欺対策
ページ

国民生活
センター

消費者庁

金融庁

「自分はだまされない」と
考える人が8割以上！

20代～80代まで幅広い年齢層が被害に^あっています

特殊詐欺だけじゃない！ SNS型投資詐欺・ロマンス詐欺にご注意ください

SNSを悪用した投資詐欺・ロマンス詐欺の被害が長野県内でも急増しています。県内における本年のSNS型投資詐欺・ロマンス詐欺の被害額（累計）は令和6年8月末時点で約12億円超！これらの詐欺は非常に巧妙で、1件当たりの被害額が1,000万円を超えるなど、被害が高額になる場合が多いのが特徴です。**手口や被害の実例を知って詐欺被害から自分や周りの人を守りましょう。**

ロマンス詐欺

SNSを通じて、恋愛感情や親近感を抱かせながら投資に誘導し、投資金名目や交際を続ける名目で金銭をだまし取るもの

実例 1

被害者 30代男性 被害額 約470万円

状況

SNSを通じて女性と知り合い、メッセージをやり取りする中で同女性から「私は経済状況に応じて適切な外貨投資を提案できる」「二人が共通の目標のために一緒に努力をすることこそ、最高の結婚でしょう」などとメッセージを受信し、約1カ月間、複数回にわたり、相手から指定された口座に合計約470万円を振り込み、だまし取られた。

実例 2

被害者 60代男性 被害額 約1,400万円

状況

東アジア居住を自称する女性とSNS（マッチングアプリ）を通じて知り合い、メッセージをやり取りする中で、副業を促す内容を受信し指定されたサイトに登録した上、約1カ月間、複数回にわたり、指定された口座に約400万円を振り込んだ。さらにサイトの運営を名乗る相手から「出金するには税金などを支払う必要がある」といったメッセージを受信し、約1カ月間、複数回にわたり、指定された口座に合計1,000万円を振り込み、だましとられた。

SNS型投資詐欺

SNSを通じて、暗号資産や株に投資すれば利益が得られるものと誤信させ、金銭をだまし取るもの

実例 1

被害者 70代男性 被害額 約1億100万円

状況

インターネットで見つけた投資関連の広告にアクセス後、SNSに誘導され相手から送信された、「多様化投資戦略の予約を開始いたします」「メンバーの資産を10倍に増やすお手伝いをします」などのメッセージを受信して投資を勧められ、約2カ月間、複数回にわたり、相手から指定された口座にインターネットバンキングなどで合計約1億100万円を振り込み、だまし取られた。

実例 2

被害者 50代女性 被害額 約1,400万円

状況

インターネットで見つけた著名人を自称する者の投資関連の広告にアクセスをしたところ、SNSに誘導され、メッセージをやり取りする中で、言葉巧みに投資を勧められ、約2カ月間、複数回にわたり、合計1,400万円を振り込み、だまし取られた。

お金の話が出たら
詐欺を疑いましょう！



新生児聴覚検査

新たに医療機関で実施する新生児聴覚検査の費用に対し助成を行い、聴覚障がい早期発見・早期療育の推進を図りました。

おぶせスタディ

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）のコホート研究「おぶせスタディ」第2期調査を実施しました。第1期調査結果との経過から運動器機能と生活習慣の要因を分析し介護予防に取り組みます。

高齢者在宅支援事業

ひとり暮らしの高齢者等が安心して暮らせるよう支援するため、固定電話の特殊詐欺対策サービス機能の利用に対する補助制度を新たに創設しました。

農業の振興

果物を中心とする農業のまち小布施において、今後も農業が魅力的な産業であり続けるために、遊休農地の解消や農家の所得向上に取り組んでいます。また、課題であった栗燻蒸施設の整備や凍霜害対策資材の購入などに対して、補助金により支援を行いました。

町民運動会

新型コロナウイルス感染症拡大に伴い中止していた町民運動会の再開に向けて自治会の皆さんと検討を行い、5年ぶりに開催することができました。

トイレマップの作成

来訪者の皆さんが安心して観光できるよう、トイレマップを作成し、関係各所に配付しました。

交通安全施設の整備

国の危険踏切カルテに登録されていた「まるりん踏切」の歩車分離歩道の設置工事を行いました。その他カラー舗装化や区画線・道路標示の設置、点検を進めるなど、交通安全対策の強化に努めています。

太陽光発電・蓄電池システムへの補助

国の交付金を活用し、新たに太陽光発電及び蓄電池システムを一体導入する家庭向けの補助制度を創設しました。再生可能エネルギーの活用に加え、公共施設のLED化など、省エネの推進にも取り組んでいます。

官学協働事業

東京大学先端科学技術研究センターと共同で農村集落における持続可能なコミュニティや、より発展的な農業の在り方について、土地利用の側面から研究を行いました。

財政健全化判断比率

実質公債費比率とは、年収（標準財政規模）に対するローン返済（公債費）の割合です。

令和5年度の数値は5.6%で、借入に県知事の許可が必要となる18%を下回っています。

将来負担比率とは年収に対する将来見込まれるすべての負債の割合のことです。令和5年度は将来負担額を充当可能財源等が上回っているため数値はありません。

なお、国保や介護保険などの特別会計についても赤字額はありませんでした。また、公営企業、特別会計も資金不足となった会計はありませんでした。

【財政健全化判断比率】

	R3	R4	R5	早期健全化基準 (イエローゾーン)
実質赤字比率	—	—	—	15%
連結実質赤字比率	—	—	—	20%
実質公債費比率	5.2%	5.3%	5.6%	25%
将来負担比率	—	—	—	350%

※該当がない数値は「—」で表示

詳しい決算状況は

町ホームページ⇒ 町政情報⇒予算・決算⇒決算 の 事業実績及び主要施策成果説明書 をご覧ください。

小布施町 決算

検索

問い合わせ

企画財政課財政係

☎026-214-9102

令和5年度決算 まちの家計簿

一般会計

歳入は、寄付金や繰入金が増加したのに対して、国庫支出金、県支出金や町債が減少し、全体では3億5,703万1千円（前年比5.0%）減の68億4,905万9千円となりました。

歳出は、前年に比べ民生費や土木費が増となりましたが、商工費や消防費が減となり、全体では

歳入	R5
町税	12億3,698万3千円
地方交付税	19億3,365万7千円
国・県支出金	7億7,956万3千円
寄付金	9億4,443万円
繰入金	4億1,744万6千円
町債	1億3,440万円
その他	14億258万円
合計	68億4,905万9千円

5,571万4千円（前年比0.9%）増の65億755万9千円となりました。

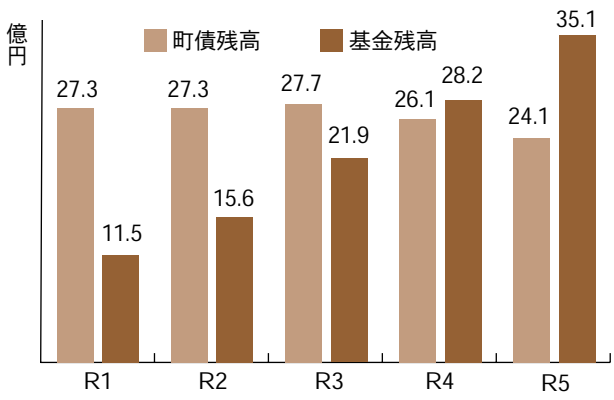
令和6年度への繰越事業に充てる財源3,357万5千円を除いた実質的な収支額（余剰金）は3億792万5千円となりました。

歳出	R5
総務費	22億9,696万4千円
民生費	15億6,738万4千円
衛生費	3億2,978万5千円
農林水産業費	2億3,657万5千円
土木費	6億9,788万5千円
教育費	6億7,161万9千円
公債費	3億3,828万7千円
その他	3億6,906万円
合計	65億755万9千円

基金と町債の現在高（一般会計）

基金は、財政調整基金9,491万3千円、小布施ふるさと応援基金3億円、土地開発基金1,180万円等の取り崩しを行いました。同時に財政調整基金に4億3,129万3千円、小布施ふるさと応援基金に3億6,509万9千円等を積み立てました。この結果、令和5年度末の基金現在高は35億1,148万1千円となり、前年と比べ、6億9,312万7千円の増額となりました。

借入金（町債）の残高は償還額が新規発行額を上回った結果、令和5年度末で24億794万3千円（前年比1億9,718万円）の減となりました。



特別会計

特別会計	歳入総額	歳出総額	差引額
国民健康保険	11億9,376万8千円	11億8,021万8千円	1,355万円
後期高齢者医療	1億9,800万3千円	1億8,676万9千円	1,123万4千円
介護保険	12億2,374万2千円	11億4,776万2千円	7,598万円
下水道事業	4億3,976万6千円	4億1,385万5千円	2,591万1千円
農業集落排水事業	2億6,912万3千円	2億5,774万2千円	1,138万1千円

水道事業会計	収入額	支出額	差引額
収益的収支	3億166万7千円	1億5,437万9千円	1億4,728万8千円
資本的収支	7億5,927万5千円	10億2,332万7千円	△2億6,405万2千円(※)

※資本的収支の不足額2億6,405万2千円は積立金、当年度分消費税資本的収支調整額などで補填しました。

災害に備えましょう

近年、大規模な地震や水害が全国で頻発しています。有事の際に被害を軽減し、町民の皆さんの暮らしや命を守るためには、一人一人が普段から災害に備える

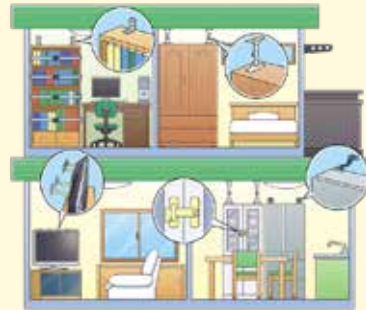
■問い合わせ 総務課危機管理係 ☎ 026-214-9209

ことが大切です。準備をしっかり行い、災害時には慌てず、落ち着いて行動するようにしましょう。

家具を固定しましょう

阪神・淡路大震災や新潟県中越地震などでは、多くの人が倒れてきた家具の下敷きになって亡くなったり、大けがをしたりしました。家具が転倒しないよう、家具は壁に固定しましょう。

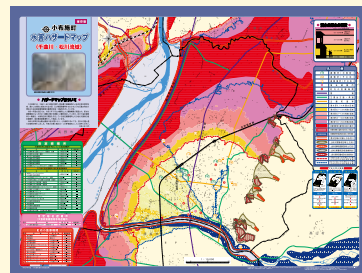
- ①寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かないようにしましょう。
- ②家具を置く場合も、なるべく背の低い家具にするとともに、倒れた時に出入り口をふさがないように、向きや配置を工夫しましょう。
- ③手の届くところに、懐中電灯やスリッパなどを備えておきましょう。



避難場所を確認しましょう

いざ災害が発生した時、慌てずに避難するためにも避難場所や避難経路を事前に確認しましょう。また、家族で話し合い、家族の役割分担や行動を決めておくことで冷静に避難できるとともに、防災意識を高めることができます。

万が一の場合に備えて、右記2次元コードから小布施町ハザードマップをご確認ください。



非常時持出品を用意しましょう

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。災害時に備え、貴重品など持ち出すべきものをあらかじめリュックサックなどに詰めておき、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。町では毛布、飲料水、食料などを一定数備蓄していますが、数に限りがあります。避難にあたり、必要となる物品は持参できるように用意しておきましょう。また、備蓄する食料や水の量は、1人当たり3日分が目安とされ、食事は1人につき9食分、飲料水は1人につき1日3ℓが必要とされるため、3日分では9ℓが必要です。「1人当たり9食分、水9ℓ」を目安に備蓄しましょう。

備蓄食や水は賞味期限がありますので、定期的に食べたり使用したりして新たに備蓄をする「ローリングストック法」を実践し、常に賞味期限前の食料が備蓄されている状態をつくりましょう。

町の広報媒体を普段から使いましょう

いざという時に町からの情報を得られるように、同報無線の戸別受信機を日常的に利用するようにしましょう。また、小布施町公式LINEからも災害や避難に関する情報をお届けしますので、小布施町公式LINEへの登録もぜひご検討ください。



食料・飲料・生活必需品などの備蓄の例

- ・飲料水 3日分(1人当たり3ℓ/日が目安)
- ・非常食 3日分の食料(アルファ米、ビスケット、板チョコ、乾パンなど)
- ・生活必需品 トイレットペーパー、ティッシュ、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど



小布施町議会 令和6年9月会議

町議会9月会議では、条例の改正や補正予算、令和5年度決算の認定などについて審議が行われました。

● 議案

- 条例の新規制定 1件(可決)
- 条例の一部改正 4件(可決)
- 令和6年度補正予算 5件(特別会計4件可決、一般会計継続審議)
- 令和5年度歳入歳出決算 7件(認定)(水道事業剰余金の処分も可決)
- 損害賠償の額の決定 1件(可決)
- 町道の認定 1件(可決)
- 長野県後期高齢者医療広域連合の規約の変更 1件(可決)
- 教育委員会委員の任命 1件(同意)
- 名誉町民の選定 1件(可決)

◎議案の概要

● 条例の新規制定

- ◇小布施町犯罪被害者等支援条例
詳しくは10ページをご覧ください。

● 条例の一部改正

- ◇小布施町福祉医療費資金貸付基金条例及び小布施町福祉医療費給付金条例の一部を改正する条例
- ◇小布施町国民健康保険条例の一部を改正する条例
マイナンバー関係法令の改正により、健康保険証や被保険者証が廃止となるため文言の改定を行うものです。
- ◇小布施町地域包括支援センターの運営及び職員に関する基準を定める条例の一部を改正する条例
- ◇小布施町指定介護予防支援事業者の指定の基準並びに指定介護予防支援等の事業の人員及び運営並びに指定介護予防支援等に係る介護予防のための効果的な支援の方法に関する基準等を定める条例の一部を改正する条例
令和6年度介護保険制度改正において、介護保険法施行規則改正がされたことにより改正するものです。

小布施町議会 令和6年10月会議

条例の改正と町議会9月会議で継続審議となった令和6年度一般会計補正予算について審議が行われました。

● 議案

- 条例の一部改正 1件(可決)
- 令和6年度一般会計補正予算(継続審議議案) 1件(可決)
- ◎議案の概要
- 条例の一部改正
- ◇小布施町福祉医療費給付金条例の一部を改正する条例
こども家庭庁設置法等の施行に伴う省令、施行令等の改正により関係規定の改正を行うものです。
- 一般会計補正予算(9月会議継続審議議案)
「補正額」、「補正後の額」とも9月会議と同じです。

審議期間 9月2日～20日

● 補正予算

◇一般会計

〔補正額〕6億2,786万7千円
〔補正後の額〕71億8,899万6千円
※継続審議することになりました。

◇国民健康保険特別会計

〔補正額〕910万円
〔補正後の額〕13億3,426万3千円

◇後期高齢者医療特別会計

〔補正額〕404万6千円
〔補正後の額〕2億3,190万4千円

◇介護保険特別会計

〔補正額〕6,289万9千円
〔補正後の額〕12億9,946万1千円

◇下水道事業会計

収益的支出〔補正額〕202万8千円
〔補正後の額〕5億3,918万円

● 決算

◇令和5年度一般会計・特別会計

決算については6～7ページをご覧ください。

● 損害賠償の額の決定

戸籍システムのクラウド化に伴うリース残存期間の賃貸借料を損害賠償金として支払うものです。

● 小布施町道路線の認定 2路線

● 長野県後期高齢者医療広域連合の規約の変更

マイナンバー関係法令の改正により、広域連合及び関係市町村が行う事務を定めた規定を改めるものです。

● 小布施町教育委員会委員の任命

教育委員会委員の竹節佐貴子さん(横町)の任期満了に伴い、市川純子さん(中町)が任命同意されました。

● 小布施町名誉町民の選定

町名誉町民に春山文典さんを選定することについて議決されました。

審議期間 10月9日

■歳出の主なもの

- (衛生費)
- 新型コロナウイルスワクチン接種 2,829万5千円
- 役場・図書館・小学校エリア太陽光発電ネットワーク構築 など 1億2,366万6千円
- (土木費)
- 道路改良工事、水路改良工事、水門遠隔操作・監視カメラ設置工事 など 5,446万8千円
- (教育費)
- 北斎ホール水銀灯LED化工事 657万円

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）
■乾電池・コイン型電池
乾電池、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、小型充電池は回収しません。
（ボタン型電池、小型充電池は回収協力店の回収箱へ）
※携帯電話などの小型充電池は、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。缶・金属ごみで出してください。

■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
※洗濯をするなど、きれいにしてから出してください。
■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
・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）・かばん・靴・電気毛布（敷布）
・ぬいぐるみ

■廃食用油はペットボトルに入れ、回収場所に設置してある容器に入れてください（ペットボトルは持ち帰りをお願いします）。
【注意点】
・廃食用油は植物性油に限りです。
・機械油などは、絶対に入れないでください。

11月の日曜回収は、有害ごみ、古着・古布、廃食用油を回収します。
日時 11月10日⑧ 8時30分～10時30分
※時間にご注意ください。
場所 生活支援ハウス駐車場
回収品目 左表のとおり
注意事項
・資源物は回収しません。
・古紙やびん、ペットボトル、白色発泡

トレイは11月15日⑨に各自治会で回収します。
・小型家電は回収しません（2月に回収予定です）
その他 一度回収した物はお返しできません。事業所から出される廃棄物は回収できません。
■問い合わせ 住民税務課住民係
☎026-214-9109

有害ごみ、古着・古布、廃食用油を回収します

■職員人事異動
9月20日付退職職員
・企画財政課長 大宮透
9月21日付人事異動
・副町長 田中洋友
企画財政課長を兼務

家庭から出る庭木などの剪定枝を回収します。回収した剪定枝はチップ化し、希望者に無料で配布します。
期間 11月14日⑥～16日⑦
時間 9時～17時
場所 町営グラウンド北側駐車場
出し方 回収するものは庭木などの剪定枝のみで、草、花びら、落ち葉、竹、農業や事業所が出た枝などは回収しません。大きな枝は長さ2m以下、直径8cm以下まで切断してから出してください。
チップの配布 希望する人は11月13日⑤までに住民係へご連絡ください。
■問い合わせ 住民税務課住民係
☎026-214-9109

剪定枝を回収します

小布施町景観シンポジウムを開催します ～うるおいのある美しい小布施の景観を未来へ～

■問い合わせ
建設水道課都市・建設係
☎026-214-9105

日時 11月17日⑨ 14:00～17:00

場所 北斎ホール

参加費 無料

■プログラム

《1》基調講演「これからの日本における景観の動向と小布施町が果たす役割」

○講師 西村幸夫 國學院大学 観光まちづくり学部教授

《2》小布施らしい景観づくり、土地利用に関する研究発表

《3》都市計画マスタープラン、景観計画 改定中間報告

《4》パネルディスカッション

「小布施らしい景観づくりに向けて」

○パネラー

・西村幸夫 國學院大学教授

・土本俊和 信州大学教授、まちづくりデザイン委員会会長

・桜井昌季 小布施町長

○コーディネーター

・新雄太 東京大学特任助教

1980年代から始まった町並み修景事業をきっかけに、古いものを生かしながら現代の生活に合った暮らしを実現し、住む人・訪れる人が心地よく過ごせる町並みが形成され、「内は自分のもの、外はみんなのもの」というコンセプトが町全体に浸透してきました。

また、1990年には「うるおいのある美しいまちづくり条例」を制定、2000年からはおぶせオープンガーデンがスタートし、町内外から訪れる多くの皆さんに愛されるまちづくりが進められてきました。

一方で、昨今は以前に比べ景観に対する意識が希薄になりつつあります。町制施行70周年の節目を迎える今こそ、改めて小布施の景観の価値や魅力を認識し、未来の小布施の姿を皆で考えませんか。

「小布施町犯罪被害者等支援条例」を制定しました

「誰もが安心して暮らせる
社会の実現に向けて」



ある日突然、犯罪被害に遭う可能性は誰にでもあり、巻き込まれた犯罪被害者は、生命・身体・財産などに対する被害だけでなく、経済的な困窮や心無い言動等の二次被害などさまざまな困難に直面します。
そこで、町では犯罪に遭った人や、その家族または遺族が、平穏な暮らしを取り戻すことができるよう「小布施町犯罪被害者等支援条例」を制定しました。

主な支援内容

○相談および支援体制の整備
○日常生活の支援（家事、育児および介護支援、配食支援、一時保育支援、転居支援、カウンセリング等支援等）※助成金額に上限あり
○経済的負担の軽減（遺族支援金30万円、重症病支援金10万円）
○居住の安定
※詳しくは町ホームページをご覧ください。

■問い合わせ 総務課危機管理係
☎026-214-9209



町長コラム

能登半島豪雨災害

小布施町長
桜井昌季



9月21日に能登半島を襲った豪雨により、輪島市、珠洲市、能登町等に大きな被害が発生しました。今年元日の地震による被害の復興もままならない中での新たな災害です。
亡くなられた方々には深く哀悼の意を捧げるとともに、被害に遭われた皆さんにお見舞いを申し上げます。
能登半島地震の際には、「チームながの」の一員として小布施町役場職員が住家の被害認定調査と罹災証明発行に係る窓口支援や避難所の運営支援業務、給水車による水の供給支援など何度も石川県に行き活動を行いました。今回の災害に対し、民間では募金や復旧ボランティアなどの活動が早くから始まっています。この町報10月号が皆さんのお手元に届くころには町としての支援活動が始まっていることでしょう。
令和元年の台風19号による災害の際には、復旧ボランティア活動に町外からもたくさんの方々が来ていただき、小布施町を助けていただきました。コロナ禍による制限も無くなり、小布施町は以前のようなにぎわいを取り戻しています。「ご恩返し」のつもりで、私たちそれぞれが、困っている方々にどんな形で役立ちができるかを考えていただければと思います。

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。

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

商品説明コチラ



おぶせミュージアム・中島千波館 × 九州産業大学 連携事業

講演会「博物館浴は、リラックス効果がある？」

美術館や博物館を訪れると「なんとなく気持ちが落ち着いた」、「リラックスした」と感じたことはありませんか？

九州産業大学の緒方泉先生はこの博物館見学による癒やし効果を「森林浴」ならぬ「博物館浴」と名付け、博物館を見学することで人々の健康増進と疾病予防、ウェルビー

イングに効果があることを科学的に証明しようと研究しています。当日は、国立西洋美術館をはじめ全国各地の博物館で行った実証実験をもとにしたお話をさせていただきます。

講演は無料ですが、美術館の入館料が必要となります。

日時 11月2日⑤ 14:00～15:00

場所 おぶせミュージアム・中島千波館

講師 九州産業大学 地域共創学部 地域づくり学科
緒方 泉 特任教授

演題 「博物館浴は、リラックス効果がある？」

入館料 一般500円、高校生250円
(中学生以下と町内在住の65歳以上の人は無料)



講師 緒方 泉 特任教授

■問い合わせ おぶせミュージアム・中島千波館 ☎026-247-6111

...

「高井鴻山書道コンクール」を開催します

高井鴻山書道コンクールは、書道を通して高井鴻山を知り、豊かな心を養うことを目的としています。

皆さんのご応募をお待ちしています。

用紙 八つ切り判(約175×675mm)

書体 楷書

応募点数 一人一点

提出場所 小布施町教育委員会

提出期限 11月15日⑤

結果発表 11月27日⑥に町ホームページで発表予定です。
結果は町報12月号にも掲載されます。

■問い合わせ 生涯学習課文化・芸術振興係 ☎026-214-9111

...



高井鴻山が結んだ小布施と葛飾北斎

北斎が描く植物画 ～ 双幅「菊」

Vol. 17

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。



風景画で知られる北斎ですが、実はさまざまな植物の絵を残しています。『北斎漫画』には、あらゆる種類の植物が詳細に描かれ、中には図鑑のページのようなものもあります。

北斎は、高井鴻山に招かれ八十歳代中頃に小布施を訪ねたといわれています。その逗留中にみていたのでしょうか。「菊」の左幅中央には、古くから小布施で栽培されてきた巴錦が配置されています。その周りには大小さまざまな種類の菊が画面いっぱいに描かれ、豪華絢爛に咲き誇っています。生命力あふれる茎や葉、今まさにゆっくりと開き始めたかのような花々の様子は、百歳まで生き画業を極めたいと願った北斎のエネルギーを感じさせます。



案内：内藤立子学芸員補



学校・園だより

「小布施中ミュージアム開館中」～学校美術館の試行～

2階中央ホールから図書館前を通り、美術室までの渡り廊下を、生徒作品の常設ギャラリーとさせていただいています。生徒と相談しながら展示方法を工夫したり、作品の模様替えを行ったりしています。そうすることで、生徒一人一人が多くの作品に新鮮な気持ちで向き合えるように心がけています。



じっくり味わう授業を1時間程度設けましたが、休み時間にも、日常的に作品鑑賞が行われる場となっています。作品を中心に生徒たちが談笑しながらの鑑賞会もあれば、自分の制作を振り返りながら一人でじっと見入る姿もありました。成果を分かち合い、ワクワク・ドキドキしながら、一人一人が創造に向かえる場作りを学校として工夫していきたいと思います。



教えてもらったけんぱんハーモニー

栗ガ丘小学校3年 大塚明花里さん



かえるのうたを先生の前でやったら、スタンプがもらえなくて、一人でれんしゅうしていたら、ゆめのちゃんが教えてくれました。

「わからないところも、ゆっくりいっしょにやろうね」と

言ってくれたのがうれしかったです。

そしたら、ぜんいちろうくんも、「おしえてあげる」といつてくれたのが、うれしかったです。

そのあと、かえるのうたをまた先生の前でやった

ら、スタンプがもらえました。ゆめのちゃんとぜんいちろうくんに見せたら、「よかったじゃん」って言うてくれたのが、とてもうれしかったです。

友だちが教えてくれたから、がんばれたと思います。わたしはとてもうれしかったので、こんど友だちがこまっていたら、たすけてあげたいです。

そして、おうえんをして、友だちもうれしい気持ちにしてあげたいです。クラスのみんなもうれしい気持ちにしてあげたいです。

(令和5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)



未来の小布施のために残す屋台蔵

「小布施の魅力再発見 まち歩き」

公民館講座「小布施の魅力再発見 まち歩き」が8月29日⑥におぶせミュージアム・中島千波館で行われ、16人が参加しました。「屋台蔵」では、鶴田典昭館長の説明を聞きながら見学しました。屋台蔵には平成23年に「町宝」に指定された祭り屋台5台(中町、横町、福原、伊勢町、六川)が展示してあります。思った以上に大きくて大迫力！江戸末期から明治初期にかけて造られた祭り屋台には、その当時の小布施の経済的な繁栄と、人々の心意気を見ることができます。屋台蔵を



見学していた受講生は、「屋台蔵ができるまでは、各自治会で解体して保管して組み立てていたので、うちのお父さんも組み立てに行っていたことがある。伝承をもとに行っていたので大変だったみたい」「お祭りの時に屋台の上で踊っているのを見たことがある。車輪は動く時にきしむ音がした」などと話をしていました。

鶴田館長は、「ミュージアムには年間2万人ほどの人が訪れます。町民の割合は少ないので、多くの人に観てほしい」と語りました。



11月、12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⑥自治会
⑦メッセージ(30字まで) ⑧写真 を下記宛先まで
●応募締切・・・☆ 11月生まれ 10月 31日㊟
☆ 12月生まれ 11月 29日㊟
●応募先・・・総務課広報係
☎ 026-214-9101
✉ kohojoho@town.obuse.nagano.jp



R4.10.9生
せきやあきと
関谷章斗 くん
「2歳おめでとう！
いつも可愛い笑顔の
あきちゃん♪大好
きー！」
㊟ 関谷直卓
㊟ 紋佳 (横町)

R4.10.26生
はしもとさえ
橋本彩笑 ちゃん
「2歳のお誕生日おめ
でとう！
これからも元気に沢
山遊ぼうね🍎」
㊟ 橋本大成
㊟ 真希 (松村)

R5.10.4生
くぼたゆうま
久保田裕磨 くん
「元気に成長してく
れてありがとう★ト
リック・オア・トリ
ー！！」
㊟ 久保田裕一
㊟ 彩夏 (中町)

R4.10.13生
やまうらりょうと
山浦稜翔 くん
「2歳おめでとう！
いつも笑顔で楽しい
稜ちゃんが大好きだ
よ♡」
㊟ 山浦義樹
㊟ 洋子 (飯田)

R4.10.14生
やのこうき
矢野皓稀 くん
「走るのも食べるの
も電車も大好きな皓
ちゃん、2歳おめで
とう！」
㊟ 矢野陽介
㊟ 優子 (中扇)

R5.10.5生
とみおか
けい
富岡 慶 くん
「1歳おめでとう！沢
山たべて、沢山遊ん
で大きくなーれ！」
㊟ 富岡弘大
㊟ 洋子 (押羽)

11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	6日㊟	13:30～15:30※電話、匿名可	人権擁護委員	北斎ホール相談室 ☎内線 545
心配ごと相談	5日㊟、19日㊟	13:00～15:00	民生児童委員	北斎ホール事務室 ☎内線 541
乳幼児健康相談	6日㊟	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㊟	14:00～17:00 ※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㊟、㊟ ※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
精神保健相談 思春期心の相談	27日㊟	15:00～ ※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 11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の間でご利用可能。(イベントは前日までの予約制で10月25日㊟から受付開始)



企画	日時		内容	対象
子育て講演会	5日㊟	10:00～11:30	「べびいケア 赤ちゃんの発達の見守り方」 ～新生児からあんよまでの発達を知る～ 講師：助産師・NPO法人母子フィジカルサポ ート研究会代表 吉田敦子先生	対 象：なし(予約制) 参加費：無料、持ち物：なし ※ねんね期の赤ちゃん以外のお子さんは 託児があります。
おはなしの日	7日㊟	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
避難訓練	13日㊟	10:40～11:30	地震が発生した際の安全な身の守り方や、避難の 仕方について確認しましょう。消火訓練や、消防 車・救急車の見学もできます。	定 員：なし(予約制) 参加費：無料、持ち物：なし
親子運動あそび	20日㊟	10:30～11:30	親子で元気に体を動かしましょう。 講師：長野体育指導センター (NPIC)	対 象：満2歳以上の幼児 定 員：18組親子(予約制) 参加費：無料、持ち物：なし
子育てミニ講座	27日㊟	10:30～11:30	プリザーブドフラワーを使って、クリスマスの リース作りに挑戦しましょう。 講師：勝川由美子さん	定 員：20人(予約制)(託児あり) 申込期限：11月8日㊟ 材料費：1,000円



11月19日(火)～12月3日(火)まで
2週間の休館をいたします<(_)_>

いつもテラソをご利用いただきありがとうございます。テラ
ソも今年 15歳。7年に 1度のシステム刷新、そして年に 1度の
蔵書整理の期間を取らせていただきます。2週間の休館となる
ため、皆さんにはご不便をおかけしてしまい申し訳ありません
が、使いやすくなって帰ってきますので、12月の開館を楽しみ
にお待ちいただければ幸いです。どうぞよろしくお願いいたし
ます。

11-12月のテラソ百選のテーマは「守る」です



今回は 2カ月連続のテーマ！最近、守りた
い、あるいはもっと守られたい。と思ったこ
とはありますか？そういえば、私の夫との結
婚の決め手は「万が一の時、守ってもらえる」
と思ったからだったなーと思います。親
子、恋人、家族を守ること、災害、犯罪、ハラ
スメント、ルール、約束などを守ること…。
色々な「守る」について考えてみませんか。

11月のおはなし会

日 時	内 容
11月 9日㊟ 10:30～	お父さんの読み聞かせ会
11月 15日㊟ 15:30～	低学年のおはなし会
11月 16日㊟ 10:30～	おはなし会

開館時間
9:00～19:00 平日 9:00～17:00 土日祝日
11月の休館日▶5日㊟、12日㊟
19日㊟～12月3日㊟
☎ 026-247-2747 Fax 026-247-4504

司書のひとつかみ
ーテラソおススメの本をご紹介しますー
テーマは「ダイエット」

いつも飲んでいる紅茶を無糖に変えました。お酒も0(ゼ
ロ)が並んでいるものを買っています。若い頃は露ほども
気にしなかったゼロの数字、今や血眼になってパッケージ
から探しています。ということでウエストが気になる年頃
になってきました。有酸素運動をすれば解決しそうですが
私は食べて痩せたい。そんな食欲の秋を歓迎しつつ痩せら
れそうな本を集めてみました。図書をお供においしい秋を
楽しみましょう。



『体が勝手にやせる食
べ方』 辨野 義己・監



『松田リエの12kgやせた！
1か月献立カレンダー』
松田 リエ・著



『痩せない豚は幻想を捨てろ』
テキーラ村上・著

新着本紹介

新たに151冊(一般133冊、児童・絵本
18冊)の本を迎えました。ぜひ足をお運び
ください。

相手に伝わっていなければ、
それはコミュニケーションとは言えない



志賀アリカ

「どんなに相手が笑顔でも、腹の中で何を考えているかわ
からないって怖いですね」
ある会議でのTさんの発言。全スタッフがグサッときて、
それ以来、テラソの指針が1つ明文化されました。今回は、
テラソがインクルーシブネス(包括性)に近づいたエピソード
を紹介したいと思います。
「図書館は、インクルーシブな(さまざまな背景を持つ人が
排除されず共に過ごせる)場所」というのは皆さんも、うんう
ん、と思いますよね。テラソも“誰もが心地よい”状態を追求
しています。
ある日のことでした。館内に響き渡る甲高い叫び声にびっ
くりして見渡すと、ある来館者さんがいらっしゃいました。
その方は本をととても楽しまれていて、面白いと叫んでしま
うけれど、自分では抑えられない発達の個性を持つ様子でした。
その時はスタッフ同士目配せで「これは注意案件ではない」

と暗黙の了解をし合ったのですが、月末の会議で「声が大き
い人への対応」が議題にあがりました。例えば、赤ちゃん。こ
れは成長の証だし、見守ってこう。言葉の通じる子どもに
は「うるさい」ではなく「アリさんの声で」とリクエストしよ
う。大人には公共空間であることを理解してもらってちゃん
と注意しよう。そして、個性(障がい)がある人、これは見守っ
てこう。そんな感じで決まろうとする時でした。冒頭の言
葉をTさんが言ったのです。
「見守る」というのは、あたかも受け入れているかのよう
ですが、それはこっちの都合であって、本来は「相手が受け入
れている」と感じられなければ受容にはならない。その本質
を突く一言でした。親御さんや介助の人が、身内が大声を出
しても放置されていたら、感じるのは安心感だろうか、それ
とも不安や申し訳なさだろうか。もしも後者ならば、「その状態、
ウェルカム！」が伝わらなければならない。自分たちから一言
かけるとって大事だねと、放置ではなく「いつも来てくれてあ
りがとう」や「楽しんでくれてうれしい」と声掛けをするのを
「テラソらしさ」として大切にしていこうとなりました。
出来ていない時もあるかもしれませんが、私たちはそんな気
持ちでテラソの“誰も排除しない”をつくろうとしています。

第2回町内一斉防犯パトロールを実施します

問 総務課危機管理係
☎026-214-9209

巡回日時 10月27日⑩ 18時～19時

活動内容

- 犯罪の未然防止活動
- 地域住民への声かけや防犯指導
- 犯罪や事故発見時の警察への通報
- 通学路のパトロール

活動の目的

○「安全で安心して暮らせるまちづくり」を実現する
防犯パトロール活動は地域の犯罪防止に大きな効果があります。日ごろの地域防犯への意識はまちの安全につながります。
注意事項 犯罪や不審物・不審者を発見したら警察に通報しましょう。

小布施町シニアクラブ連合会
新規会員募集中

問 小布施町社会福祉協議会
☎026-242-6665

「人生100年時代」住み慣れた地域で安心して暮らせるように健康長寿を目指しませんか。

対象者 町内在住のおおむね60歳以上の
年会費 500円

申し込み 小布施町社会福祉協議会にある申込書に必要事項をご記入いただき、提出してください。



郵便局で参加する「スマホ教室」を開催しています

問 信越総合通信局 情報通信振興課
☎026-234-9933

郵便局で、タブレットの画面上の講師によるスマホ教室の受講ができます。スマホの基本的な使い方から、スマホのできる行政サービスの使い方などを学べます。原則1対1の個別形式で、自分のペースで参加できます。受講料無料、機種や携帯会社を問わず、何度でもご参加いただけます。左記の予約専用ダイヤルからお申し込みください。

期間 令和7年1月末(予定)まで

時間 10時～17時

場所 小布施郵便局

予約専用ダイヤル 楽天シニアカスタマーセンター(平日10時～16時)

☎0120-955-545

※楽天モバイル(株)が総務省「デジタル活用支援推進事業」の執行団体として、日本郵便(株)と協同で運営しています。

※実施状況で早期に受付終了する場合があります。受講を希望される人はお早めにご参加ください。



借金問題に関する無料相談会を開催します

問 北信消費生活センター
☎026-217-0009

借金に関するトラブルで、一人で悩んでいませんか？ 消費生活センターでは、多重債務など借金に関する無料相談会を開催します。

弁護士・司法書士による相談を無料で受けることができますので、借金問題でお困りの人はこの機会に相談窓口へお出かけください。

日時 11月12日⑩ 10時～17時

会場 北信消費生活センター(長野県庁西庁舎2階)

予約受付期間 11月11日⑩まで(土・日・祝日を除く8時30分～17時)

※面接による相談は県消費生活センターへ事前の予約が必要です。

※事前予約は本人でなくとも構いませんが、当日は当事者本人がお出かけください。

長野県最低賃金改正のお知らせ

問 長野労働局労働基準部賃金室
☎026-223-0555

長野県内の事業場で働くすべての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、10月1日⑩から時間額998円に改正されました。この機会にご確認ください。



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

戸籍の窓口

※掲載は希望者のみ(敬称略)

出生 はじめまして

秋山 朝柳	酒井 唯季	矢島 百乃	市村 啓智	田尻 実里	牧 美晴
冼英 千都	雄義 弥美	靖文 可愛	啓智 智子	亮太 朱里	寛之 美紀
東町	横町	松村	上町	上町	六川

死亡 ご冥福をお祈りします

月岡 幸信	小林 静	岩崎 晴美	富岡 裕二	神戸 武重	山下 名美	見波 保雄	酒井 盛雄	近藤 榮	中込 敏枝	関 とみ子	西沢 進弘
92	98	85	62	83	93	90	80	98	103	97	82
押羽 六川	六川 六川	押羽 六川	押羽 六川	松の実 中条	伊勢町 福原	雁田 矢島	林				

結婚 おめでとう

廣瀬 このみ 東町
山崎 正博 千曲市

マイナンバーカードの申請手続き等のサポートをご活用ください

	申請サポート	時間外交付
日時	11月6日⑩ 13:30～16:00 11月19日⑩ 13:30～16:00	11月21日⑩ 18:00～19:40
対象	ご自身でのマイナンバーカード申請が難しい人	開庁時間内でのカード受け取りができない人

※希望日の2日前までに予約してください。

予約方法

○予約専用ダイヤル
☎090-4360-2120
(9:00～17:00、平日のみ)

○小布施町公式LINE
※時間外交付のみ



小布施町公式LINE

おぶせミュージアム・中島千波館
作品を寄贈いただきました 厚くお礼申し上げます

高橋浩規様より下記作品2点



苔生す森 (2016)

井上越道様より下記作品2点



表裏明暗 (2018)

中島美子様より小林英旦様の下記作品2点



つながり (2015)



後立山の峰々 (2024)



迫るゴールライン500m決断の時 (2014)



つながる想い (2024)

9/15 第42回小山田杯
小布施町少年少女球技大会



青少年の健全育成を目的とした小山田杯小布施町少年少女球技大会(種目:ポッチャ)を総合体育館で開催しました。今大会は小・中学生混合になり、38チーム184人が参加し、白熱した戦いが繰り広げられました。

優勝 北岡育成会(北岡A)
準優勝 林育成会(林C)
3位 六川育成会(六川3)
4位 雁田育成会(雁田A) ※カッコ内はチーム名

10/1,2 栗ごはんの日
給食で小布施の秋の味覚を堪能



小布施の子どもたちに郷土の歴史と食文化を知ってもらおうと、町内3園と小・中学校の給食などで栗ごはんと栗おこわを提供しました。前日、お集まりいただいた40人のボランティアに中学校生徒会の23人が加わり、約4時間かけて栗の皮むきを行いました。小学校の児童たちは、おいしい!と大きな小布施栗の栗ごはんを口いっぱい頬張っていました。

9/27 小学校稲刈り教室
食べ物を育てる苦労を知る



栗ガ丘小学校5年生による稲刈り教室が行われ、6月に植えた「風さやか」の稲を刈り取りました。児童たちは鎌を使って稲を刈り進めた後、コンバインでの稲刈りの様子を見学し、手刈りとの違いを学びました。児童からは「初めて稲刈りをしたけど、楽しかった」「今は機械があるけれど、昔の人はすべて手作業で収穫していたなんて大変だった」といった感想が聞かれました。

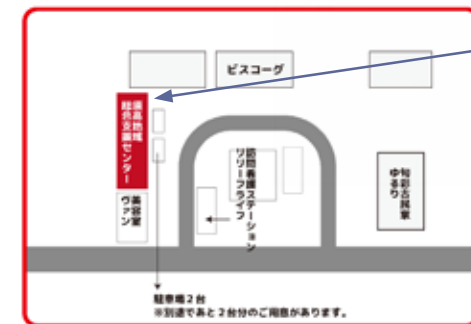


須高地域総合支援センター
事務所移転のお知らせ

須坂ショッピングセンターパルムの閉鎖に伴い、障害のある皆さんの相談にあっていた須高地域総合支援センターは事務所を移転し、業務を再開しました。

【新しい事務所の住所】
〒382-0086 長野県須坂市本上町1387番地

■電話番号 026-248-3750
■FAX番号 026-214-0158
※電話番号とFAX番号は変更ありません。



「秋季全国火災予防運動」を実施します

これからの季節、火を取り扱う機会が増え、火災が起こりやすくなります。この機会に火災予防の意識を高め、火災から尊い命と貴重な財産を守りましょう。

■期間 11月9日(土)～15日(金) ■全国統一防火標語 「守りたい 未来があるから 火の用心」

「たき火・野焼きによる届出」について

屋外でたき火・野焼き等火を取り扱う際は事前に消防署へ次の届出が必要です。「火災とまぎらわしい煙または火災を発するおそれのある行為の届出」(須坂市火災予防条例第50条、須坂市火災予防条例施行規則第15条第1項1号)

この届出は、誤報による消防出動などを避けるため、他の法令に係る焼却行為を許可するものではありません。気象状況により危険と判断される場合や、煙・異臭等の苦情、煙等による交通への影響があった場合は、焼却の禁止・制限・消火等をお願いすることがあります。

屋外で火を取り扱う際、次のことに注意しましょう！

- 1 事前に消防署へ届出をする。(実施する場所の消防署・分署へ。電話届出も可能)
- 2 空気が乾燥しているときや風の強いときは行わない。
- 3 すぐ消火できるよう水などを用意する。
- 4 できるだけ複数で行う。
- 5 付近住民の迷惑や交通障害にならないよう行う。
- 6 一度に多量の焼却は行わない。
- 7 着火しにくい服装で実施する。
- 8 焼却中は、その場を離れない。
- 9 焼却後、必ず消火を確認する。(完全消火)
- 10 夜間の焼却は行わない。(おおむね午後3時までに終了)
- 11 急激に燃え広がるなど、消火できなくなった場合は、すぐに119番通報する。

■問い合わせ 須坂市消防署小布施分署 ☎026-247-5901

令和6年度フラワー・花壇コンクール
千両自治会が最優秀賞



花づくり推進協議会主催の小布施町フラワーコンクールでは、千両自治会が最優秀賞を受賞しました。審査では除草・切り戻し・花がら摘みなど丁寧に管理され、彩りにあふれた花壇となった点が評価されました。

最優秀賞 千両自治会
優秀賞 中扇自治会・矢島自治会
優良賞 中央自治会・クリトピア自治会
努力賞 飯田自治会・山王島自治会・松の実自治会

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、負動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」
0120-691-491

【代表】伊藤 昭 29/12501号【代表】伊藤 昭 29/12501号
〒381-0202 小布施町大字福原216-14
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

北斎の見た蔵に宿る ゲストハウス小布施 たいせつなお客様のおもてなしに

ベッドはシモンズ社製です

朝食は東隣のカフェド珈茅(こち)にてお召し上がりいただけます。

お部屋名	季節	1名さま	2名さま	3名さま	4名さま
青・Ao	通常日	12,100円	22,000円	-	-
青・Ao	ピークシーズン	14,300円	26,400円	-	-
紅・Beni	通常日	12,100円	22,000円	-	-
紅・Beni	ピークシーズン	14,300円	26,400円	-	-
蒼・Sou	通常日	15,400円	26,400円	39,600円	52,800円
蒼・Sou	ピークシーズン	17,600円	30,800円	46,200円	61,600円

※「ピークシーズン」は、ゴールデンウィークと7/13～11/24、12/28～1/5です。
※見学を歓迎いたします。日時をご相談ください。

◎お問合せ: 080-2212-9719 (木下 9:00～18:00) 詳細とご予約は⇒

有料広告

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。
・健康福祉課健康係（保健センター） ☎026-214-9930



～皆さん睡眠時間はどのくらい確保していますか？～

厚生労働省より、どのくらい寝るのがいいのか、よい睡眠をとるためにどうしたらいいのか、世代ごとに示した「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」が発表されました。それぞれの年代において適正な睡眠時間や生活の仕方について推奨されていますのでお知らせします。



【睡眠時間や生活について】

対象	適正な睡眠時間 と 睡眠休養感を高める工夫
高齢者	床上時間が8時間以上にならないことを目安に必要な睡眠時間を確保しましょう。 長い昼寝は夜間の良眠を防げるため、日中は長時間の昼寝を避け、活動的に過ごしましょう。
成人	適正な睡眠時間に個人差はありますが、睡眠時間6時間以上を目安に確保しましょう。 睡眠の不調・睡眠休養感の低下がある場合は生活習慣の改善を図ることが重要です。また、病気が潜んでいる可能性があることにも留意しましょう。
子ども	小学生：9時間～12時間の睡眠時間を確保しましょう。 中学生・高校生：8時間～10時間の睡眠時間を確保しましょう。 朝は太陽の光を浴びて、朝食をしっかりととり、日中は運動をして夜更かしの習慣を避けましょう。
乳幼児	1～2歳児：11～14時間の睡眠時間を確保しましょう。 3～5歳児：9～12時間の睡眠時間を確保しましょう。 家族ぐるみで早寝・早起き習慣を目指すことをお勧めします。

【より良い睡眠をとるためのポイント】

○睡眠をとりやすい環境づくりについて

体内時計を整えるため、日中にできるだけ日光を浴び、寝室にはスマートフォンやタブレット端末を持ち込まず、できるだけ暗くして寝ることを心がけましょう。また、就寝の1時間から2時間前に入浴することなどが推奨されています。



○運動と食事などの生活習慣について

適度な運動習慣を身につけること、朝食をとり、夜食を控えること、寝る前にリラックスする時間をつくり、無理に寝ようとしないことなどは効果があるようです。



○しこう品の摂取の量とタイミングについて

1日のカフェインの摂取量をコーヒーの場合はコーヒーカップで4杯程度とし、夕方以降は控えること、晩酌で深酒はせず、眠るためのお酒は控える、ニコチンが入ったたばこをやめることが推奨されています。

☆不規則な交代勤務の仕事をしている人はどうしたらよいの？

規則正しい生活を送ることが難しい交代勤務の仕事をしている人については、眠気や疲労改善のため、夜勤中に20分～50分の仮眠をとることが推奨されています。また、不眠や睡眠休養感が低下していると感じ、生活に支障があるときには速やかに病院を受診することを勧めています。



<参考>厚労省「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」より

おぶせ自然暦 vol.151

four seasons in obuse

北アメリカ原産の寄生植物「アメリカネナシカズラ」

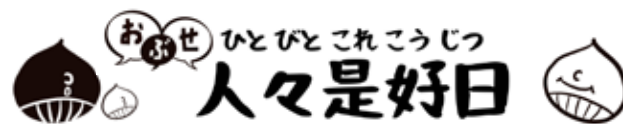
初夏の頃から晩秋まで、松川の川原や山際の草地などに黄色の糸くず状のものが植物に覆いかぶさるように広がっているのを見ることがあります。このツル状のものはヒルガオ科の「アメリカネナシカズラ」という一年生の寄生植物で、1970年（昭和45年）ごろ帰化していることが確認されました。春、発芽して回りの植物に巻きつくと、根元の部分が枯れて無くなり、巻きついた植物から栄養を取って成長していきます。在来種に「ネナシカズラ」と「マメダオシ」があります。ネナシカズラは固体が茶紫色で、花柱が1本のため判定は容易にできます。希少な植物でこれまでに一カ所でしか見たことがありません。マメダオシは、豆類にも寄生することから名付けられましたが、長野県では未確認種とされています。

案内人 清水照雄さん（栗ガ丘）



1_ 草を覆う糸状の様子 2_ 光合成をしないため葉がなく、葉緑体もないため全体が淡黄色をしている 3,4_ 花はほぼ白色で花弁が深く5枚に切れ込んでいる。その中に雄しべ5本と雌しべの柱頭から花柱が2本伸びている 5_ 花が終わるとできる小さな実の中に1mm程度の種子が2個入っている 6_ ネナシカズラの花

写真は清水さん提供



執筆：地域おこし協力隊／橋本緑

第6回目のゲストは、ヒロシマンこと普天間大志さんです。北海道出身の普天間さんは、結婚を機に奥さんの出身地である小布施へ移住しました。

高校時代のアルバイトから飲食を生業としていた普天間さんですが、昨年スポーツトレーナーへ転身。その経緯を伺うと「最初は“続けると人は変わる”を自分の子どもに向けて体現しよう」と、当時115kgあった体重を35kg落としたそう。これがキッカケで「30歳を超えてもトレーニングすれば変わるし、面白いものだ」と伝えたくて」転身したとのこと。



普天間さんが飲食と同じくらい続けている音楽。そのリズム感を活かして、小学生に「リズムトレーニング」の指導もしています。

普天間さんは、いつか飲食もまたやりたいそうで「飲食業は料理の美味しさ、接客の良さ、居心地の良さの3つが大事。このことを考え続けるのが、すごく楽しい最高の仕事ですよ」と言います。



トレーニングだけでなく、食事面もサポートできるのが、トレーナーとしての普天間さんの強み。飲食も音楽も、これまで続けてきたことが今の糧となっていて、まさに“継続は力なり”の具現化です。

過去を語るだけで本が出版できそうな人生を歩んできた普天間さん。すべてを笑って話す姿には、身体だけでなく内面のたくましさも感じました。

普天間さんの指導のもとなら運動を続けるコツをつかんだり、心身ともに鍛えられるはずです。



小布施 寄り付き料理 蔵部

秋の夕暮れ、小布施のワインと香ばしく焼き上げた信州牛をどうぞ。

ご予約・お問い合わせ

TEL.026-247-5300
長野県上高井郡小布施町大字小布施807



有料広告

令和6年11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申請・時間外交付 おでこポイント対象事業
健康福祉センター 北斎ホール 生活支援ハウス駐車場 まなぶらんイベント

日	月	火	水	木	金	土
10/27 物語祭(テラス) 衆議院議員総選挙 (7:00~20:00各投票所) P12 歴史民俗資料館秋のイ ベント(13:30~歴民) 町内一斉防犯パトロー ル(18:00~) P18	10/28 市 チャレンジのど自慢 教室(13:00~健福)	10/29 10・11か月児健康診 査(令和5年11月 ~12月生まれ)受付 (13:00~13:15 健福)	10/30 3・4か月児健康診 査(令和6年6月 ~7月生まれ)受付 (13:00~13:15 健福)	10/31 子育て教室・こっこ 塾(6・7か月児) (令和6年3月~4 月生まれ)受付 (9:30~9:45 健福)	11/1 市 転倒予防教室 (名字あ~さ行) (13:30~健福) 総合文化祭・菊花展 (~15日)(皇大神社)	2 講演会「博物館浴」 (14:00~おぶせ ミュージアム・中島 千波館) P15
3 文化の日 町制施行 70 周年記 念式典(10:00~北 ホほか)	4 振替休日 総合文化祭・芸能祭 (13:00~北ホ)	5 市 転倒予防教室 (名字た~わ行) (13:30~健福)	6 マイナンバーカード申 請サポート(要予約) (13:30~16:00) P19	7 市 オレンジカフェ・く りんこ (13:30~健福)	8 市 転倒予防教室 (名字あ~さ行) (13:30~健福)	9 おさがり交換会 (11:00~文化体育館) 町制施行 70 周年記念 事業「花と緑のワーク ショップ」(10:00~フ ローラルガーデンお ぶせ) 秋季全国火災 予防運動 P20
10 有害ごみ、古着・古 布、廃食用油回収 (8:30~生駐) P11	11	12 市 ダンスで脳元気教室 (13:30~健福)	13	14 剪定枝回収(9:00~17:00 町営グラウンド北側駐車場) P11	15	16
17 小布施町景観シンポジ ウム(14:00~北ホ) P10	18	19 3歳児健康診査 (令和3年8月~10月 生まれ)受付 (13:00~13:15 健福) マイナンバーカード申 請サポート(要予約) (13:30~16:00) P19 まちとしょテラス蔵書整理(休館) 11月19日☿~12月3日☿	20 子育て教室・げん きっこ塾(2歳) (令和4年8月~9 月生まれ)受付 (9:30~9:45 健福) 市 千年ふれあい倶楽部 (10:30~あけびの湯) シルバー人材セン ター入会説明会 (13:30~桃源荘)	21 マイナンバーカード時 間外交付(要予約) (18:00~19:40) P19	22	23 勤労感謝の日
24	25 市 チャレンジのど自慢 教室(13:00~健福)	26	27	28	29 市 転倒予防教室 (名字た~わ行) (13:30~健福)	30

▼秋の味覚が美味しい季節になりました。庭に植えたブドウの木から始めてブドウを収穫できました。まだ小振りですが、おいしいブドウができました。そんな中、最近新しいブドウの木をもう一本植えるようか迷っています。こっそり植えてしまいたいのですが、怒られてしまいそうなので、家族と相談してみようと思います。(小林卓)

▼栗の皮むきボランティアの取材で中学生の皆さんの栗の皮むきの早さときれいさに驚き、話を聞くと、家で栗ごはんを作るのにいつもお手伝いをしてるそう。さすが小布施!!丹精込められた栗ごはん、おいしく食べる姿にほっこり温かい気持ちになりました。(中田)

編集後記

マチを好きになるアプリ
マチイロ

マチイロは「町報おぶせ」をいつでもどこでも読むことができるスマートフォン専用の無料アプリです。

ダウンロードはこちらから

