

# 広報はくば



2008 8  
Vol.383

今年の夏は暑い!?

気象庁の統計によると、白馬村の今年7月の日最高気温平均値は28.6℃で、平年と比較すると2.7℃も高く、30℃を超えた日が11日もありました。

8月も30℃を超える真夏日が続き、保育園では毎日のようにプール遊びを楽しんでいます。

## 広報はくば

白馬村健康増進計画を策定します……………2  
戸別受信機の維持管理について……………3  
年金記録確認にご協力ください……………4  
国民健康保険の保険証が更新されます……………5

間伐で山も地域も輝く……………6  
NHK放送受信料の免除基準が変わります……………7  
2008FISサマーランプリ白馬ジャンプ大会……………11  
食の小部屋～今をときめく野菜の旬……………12

白馬の里にひと集い くらし健やか むらごと自然公園



# 白馬村健康増進計画を策定します

白馬村が目指すべき将来像や今後の村づくりの指針を示す「白馬村第4次総合計画」では、「健康づくり」を重要な施策と位置付け、「むらごと健康づくりプロジェクト」と称して、「自律的健康づくり」を推進しています。

村では、その一環として本年、\*1ヘルスプロジェクトの理念に基づき、村民が生き生きと自分らしく暮らし、健康づくりに主体的に取り組めるような行動計画を策定します。



## 白馬村健康増進計画とは…

わが国の平均寿命は、終戦直後までは低水準でしたが、その後急速に延伸し、今では世界最高水準に達しています。しかしながら、現在高齢化が進みつつあり、白馬村でも5人に1人が高齢者となっています。これに伴い、糖尿病や高血圧、脳卒中や心臓病などのいわゆる生活習慣病が増加し、寝たきりや認知症など、介護を要する方も増え、医療や介護にかかる費用が深刻な問題になっています。

このような状況下、すべての村民が健康やかで心豊かに生活できる村を目指し、白馬村における今後5年間の健康づくりの指針となる「白馬村健康増進計画」を策定します。またこの計画は、「健康増進法」及び「母子保健法」にのっとり、「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」や「母子保健の国民運動計画（健やか親子21）」の趣旨を踏まえて策定するもので、計画の期間は平成21年度から平成25年度までの5年間とします。

## 計画の策定体制

村では、このたび「白馬村健康づくり推進協議会」を新たに立ち上げました。

この組織は、村民の生活に密着した総合的な健康づくり施策を積極的に推進するためのもので、医師会・歯科医師会などの医療関係団体の代表者、保健指導員会・食生活改善推進協議会・老人クラブなどの各種団体の代表者、行政機関、そして公募により選出しました村民代表の方々などで構成しています。

8月8日に開催した第1回の協議会では、計画策定の基本方針や策定スケジュールについて協議しました。また、今後はよりきめ細やかな検討が必要とされることから、協議会のもとに2つの分科会（作業部会）を設置することとしました。

※「白馬村健康づくり推進協議会」の会議資料、協議内容は、村のホームページに掲載してありますのでご覧ください。

## 村民の皆様の声大切にします

計画の策定にあたって、多くの村民の皆様の声を反映できますように、今後、アンケート調査やグループインタビューを実施していく予定です。また、計画素案の作成時点で、パブリックコメント（意見公募手続き）の募集も行いますので、皆様のご協力をお願いします。

なお、協議経過や会議資料、アンケート結果などは、白馬村ホームページ「ト



ップ↓行政計画↓健康増進計画」に随時掲載していきますのでご覧ください。

\*ご意見・お問い合わせ

住民福祉課保健係

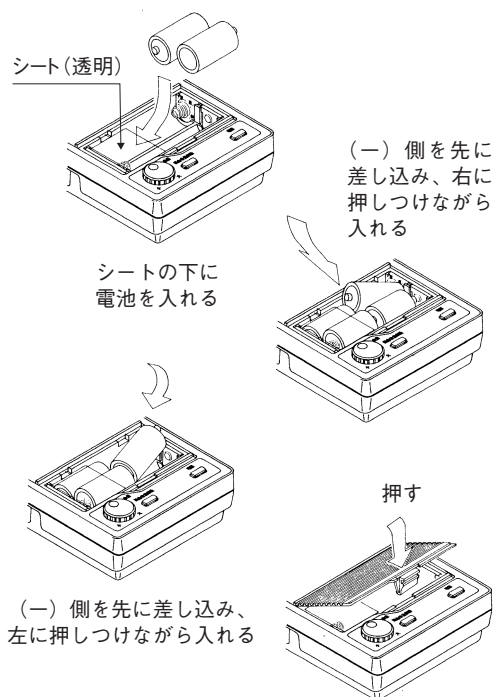
担当 窪田高枝・坂崎京子・工藤弘美

\*1ヘルスプロジェクト

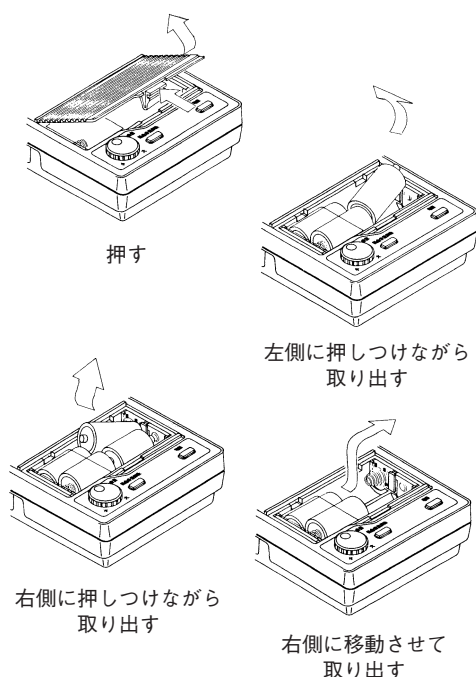
人々が自らの健康をコントロールし、改善できるようにするプロセス。

# 白馬村同報無線「広報はくば」 戸別受信機の維持管理（電池交換）のお願い

## 電池の入れ方



## 電池の取り外し方



垂直に取付けられている場合の取替え作業は、乾電池を落下させないように特に注意してください。

### 乾電池の交換

電源が入った状態で、通常は電源表示ランプが点灯していますが、もし点滅し始めた場合は電池が消耗しているか、古くなっているためです。早めに新しい電池（単2型乾電池）に取り替えてください。乾電池は、1年に1回、定期的に4個とも新しいものに交換してください。（新旧、異種の電池は混用しないでください）

白馬村同報無線「広報はくば」は、台風や風水害、地震などの非常時に、発生・被害状況や避難先などの重要な情報をみなさんに配信します。この情報を受信するのがみなさんのご家庭にある戸別受信機です。

戸別受信機は、平時は家庭用100V電源で動作していますが、停電時には自動的に内蔵の乾電池に切り替わるようになっています。この乾電池が消耗していき、古くなったりすると、非常時に戸別受信機が機能しない（情報を受信できない）ことになってしまいます。

非常時における通信が確実に確保できるように、定期的に乾電池を交換していただき、あわせて、戸別受信機の動作を確認していただくようお願いいたします。

## ご協力をお願いします 平成20年住宅・ 土地統計調査

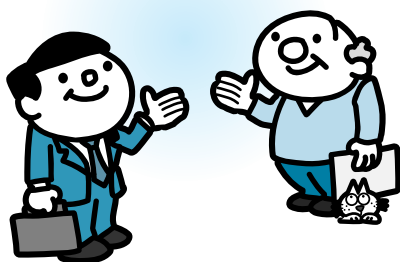
10月1日を基準日として平成20年住宅・土地統計調査が実施されます。

この調査は、住宅および住宅以外で人が居住する建物に関する実態ならびにこれらに居住している世帯に関する実態を把握し、その現状と推移を全国および地域別に明らかにすることにより、住生活関連諸施策の資料を得ることを目的としています。

9月下旬頃より調査対象となった世帯に調査員が調査票を配布しに伺いますので、調査へのご協力をお願いします。

※調査対象となるのは、佐野・飯森・エコーランド・大出・森上・切久保・どんぐりの一部の世帯です。

\*お問い合わせ  
白馬村役場総務課



## 社会保険庁からのお知らせ

# 「ねんきん特別便」年金記録の確認にご協力ください

現役加入者の皆様へ

### 緑色の封筒でお届けします。

本年6月から10月までの間に、すべての現役加入者の方々に「ねんきん特別便」をお届けします。

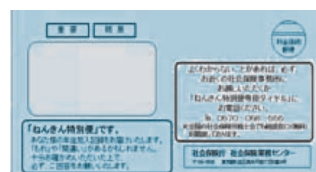
- ・自営業、専業主婦、学生などの方には、直接ご本人の住所へ
- ・会社勤めの方には、お勤めの会社を通じて（会社のご協力が得られた場合）または直接ご本人の住所へ

### 年金記録のご確認をお願いします。

- ・年金記録に「もれ」や「間違い」がないか十分にご確認をお願いします。
- ・「もれ」や「間違い」がある場合も、ない場合も、必ずご回答くださいますようお願いいたします。

※3月までに青色の封筒で「ねんきん特別便」が届いた方は、年金記録にもれがある可能性が高い方です。

- ・まだ回答をいただいていない方がいらっしやいますので、ご注意ください。
- ・まず、「ねんきん特別便専用ダイヤル」にお電話ください。
- ・結びつく可能性のある記録についての具体的な情報を提供します。



6月から10月の緑色の封筒



3月までの青色の封筒

平成8年以前に旧姓で年金に加入していた方はご注意ください。

結婚等により氏名を変更されている方の記録が、いわゆる持ち主不明であった「5000万件」の記録の中に多数存在することが見込まれています。これらの年金記録は、皆様のお申し出により、速やかに記録に結びつけることができますので、ご協力をお願いします。

### 住所変更の手続きをお願いします。

「ねんきん特別便」を確実にお届けするためには、正しい住所の届出が必要です。住所異動の際は、変更の手続きを忘れずをお願いします。

### 周りの方にも呼びかけてください。

ご家族の方などに「ねんきん特別便」が届いたら、過去の職歴について一緒に

に記録をたどってみるなど、多くの方からご回答をいただけるよう、ご協力をお願いします。（ご家族でも、お一人お一人に届く時期は異なります）

### \*ご質問・お問い合わせ

ねんきん特別便専用ダイヤル

TEL 0570-058-555

月～金曜日 午前9時～午後8時

第2土曜日 午前9時～午後5時

右記以外の受付日時については

社会保険庁ホームページ

<http://www.sia.go.jp>

でご案内しております。

IP電話・PHSから

TEL 03-6700-1144

一般の年金相談

ねんきんダイヤル

TEL 0570-05-1165

または

松本社会保険事務所

TEL 0263-32-5821

## 就職面接相談会のお知らせ

ハローワーク大町、大町職業安定協会および大北地域雇用開発協議会では、次のとおり就職面接相談会を開催します。

失業中の方、転職をお考えの方、来春大学・短大等を卒業予定の学生さんなど、仕事をお探しの方であればどなたでも参加いただけますので、お気軽にお出かけください。

日 時 9月19日（金）

午後1時30分～3時30分

場 所 アプロード大北農協会館

2Fオーロラの間

内 容 大北地域の求人事業所（20社を予定）の採用担当者と直接面接していただきます。

※参加企業はハローワーク大町所内で掲示します。

※事前の申し込みは不要です。筆記用具（必要に応じて履歴書・職務経歴書等）をお持ちのうえ、直接ご来場ください。

### \*お問い合わせ

ハローワーク大町

（大町公共職業安定所）

TEL 22-0340



納め忘れはありませんか？

## 白馬村国民健康保険 保険証が更新されます

9月には国民健康保険被保険者証の更新月です。更新にあたり平成20年度第3期分（8月納期分）までの国民健康保険税に未納がある場合、国民健康保険法第9条に基づき、その世帯に対し短期被保険者証及び被保険者資格証明書の交付措置がとられます。

「短期被保険者証」とは通常の有効期限（1年間）より短い、短期間（1カ月から半年）の保険証のことをいいます。

「被保険者資格証明書」を交付された方は、医療機関で受診をされた場合いったん医療費の全額をご負担いただくこととなります。この資格証明書は1年以上滞納を続けた場合に交付されるものです。

納め忘れの方は至急納付いただきますようお願いいたします。納税が困難な方につきましては随時役場税務課にて納税相談を行いますので、お手数でも必ずお越し願います。

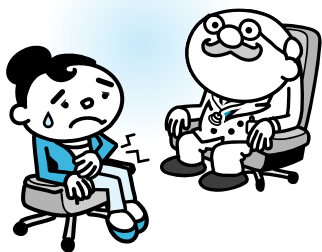
国民健康保険事業は万が一の病気や怪我に備え、日頃から加入者みなでお金を出し合い、助け合おうという制度です。制度にご理解をいただき納期限納付をいただきますようお願いいたします。

また、国民健康保険は皆さんが納入される国民健康保険税により運営されています。医療費の増加が税率増加に反映されてきてしまいます。重複多受診を避け、適正な受診・適度な運動・バランスの取れた食事の摂取等を心掛け、医療費の抑制に一人ひとり努めていただきますようお願いいたします。

※納税通知書を紛失してしまった場合は、お手数でも役場税務課までご連絡をお願いいたします。

\*お問い合わせ

白馬村役場 税務課 国保係  
住民福祉課 国保係



## 木造住宅耐震診断・ 耐震改修補助事業について

白馬村は、糸魚川―静岡構造線断層帯上に位置し、近い将来に大地震が発生する危険性が指摘されています。

村では、建物の倒壊防止対策を早急に進めるための施策として、木造住宅の耐震診断・耐震改修補助事業を実施していますので、ぜひご利用ください。

### 耐震診断から改修工事までの流れ

#### ステップ1 専門家による簡易診断（無料）

昭和56年5月31日以前に着手された木造住宅（併用住宅も含む）等が対象となります。

実際に居住していれば、店舗・旅館等との併用住宅でも診断可能です。

※原則として建物の外から診断を行います。

#### ステップ2 専門家による精密診断（無料）

簡易診断の結果、「危険」と判断された木造住宅等につき、耐震改修を行う前提で、更に精密な耐震診断を行うものです。

#### ステップ3 耐震補強（改修）工事

精密診断の結果、「危険」と判断された木造住宅等の耐震改修工事を行う場合、その工事費の1/2を助成します。（上限60万円）

※耐震診断は、（社）長野県建築士事務所協会から派遣される耐震診断士によって行われます。

### お申し込み

耐震診断を希望される方は、申込書にご記入のうえ、郵送・FAX・電子メール・持参により白馬村役場総務課まで提出してください。申込書は総務課窓口でお受け取りいただくか、白馬村行政ホームページよりダウンロードしてください。

診断日は、別途申し込みされた方にお知らせします。

\*お問い合わせ 白馬村役場総務課 TEL 7215000

# 間伐で山も地域も輝く

## 「間伐団地化」のすすめ

ご先祖やご両親から受け継いだ山。でも手入れも出来ないし、ひとに頼めばお金もかかりそうだし、なににより道もなくてえらいから行くことさえもままならない……そんなお悩みありませんか？

現在、大北地域では協議会を作り「間伐の団地化」を進めています。個人では費用がものすごくかかりますが、山の持ち主がまとまれば大変お得に間伐が出来ます。機械を利用できるので。

最近の例では、林業の機械を使えば、人の手だけでおこなう作業の数十倍の効率で仕事をこなすので、費用が抑えられます。費用が抑えられるから、出した木を売ったお金が手元に戻りました。

その機械が入るためには作業道が必要です。軽トラックが入れる道を森林内に入れることで、より多くの木を出すことができるようになります。また、億劫だった山の手入れも気軽に行けるようになり、山が荒れ

るのを防ぐ、ひいては、災害にも強い山になります。

ただのお荷物の土地から、楽しみが広がる森にするチャンスです！団地化には隣接する森林所有者の総意が欠かせません。ぜひご検討を。

### \*お問い合わせ

北安曇地方事務所林務課普及林産係  
または  
白馬村役場観光農政課



白馬村内の森林整備協議会（平成20年7月現在）



木を機械で引き出し・枝はらい・玉切（堀之内にて）



30%間伐後、一冬越した堀之内の森林。ほとんど雪折れは無し。

## 九月九日は救急の日です

応急手当の方法を身につけましょう

日常生活では、いつ、どこで事故や病気が襲いかかるかわかりません。ある日突然、目の前で大切な人が倒れたらあなたはどうしますか？

何らかの原因により心臓が停止した場合、3分が経過してしまつと、その後に適切な手当が行われたとしても救命できる確率は50%に低下すると言われています。

北部消防署の昨年中の救急出動をみると、救急車が現場に到着するまでの平均時間は約9分となっています。つまり救急車の到着を待っているだけでは救えるはずの命も救えないといった状況になりかねないということです。現場に居合わせた「あなた」が救命のために必要であり、「鍵」となるのです。

消防署では、心肺蘇生法やAEDの操作方法を習得できる「普通救命講習」を開催します。地域や職場の皆さんを誘ってお気軽にご参加ください。

### 普通救命講習

日時 9月13日（土） 9時から12時  
場所 北アルプス広域大町消防署  
定員 先着30名  
受講料 無料

\*お申し込み・お問い合わせ

北アルプス広域北部消防署

TEL 72-0119  
FAX 72-5567



# 障がいのある方を対象とした NHK放送受信料の免除基準が変わります

NHK放送の受信料につきましては、以前より障がいのある方を対象とした免除制度がありましたが、平成20年10月1日より免除基準が次のとおり変更となり、対象が拡大されます。

## 受信料が全額免除される世帯

「身体障がい者」「知的障がい者」「精神障がい者」が世帯構成員であり、世帯全員が市町村民税（住民税）非課税の場合。

## 受信料が半額免除される世帯

・視覚・聴覚障がい者が世帯主で受信契約者の場合。  
・重度の障がい者（身体・知的・精神障がい者）が世帯主で受信契約者の場合。

### 従来の免除基準と新しい免除基準（平成20年10月1日から）

	全額免除 障がい者の方が世帯にいる場合		半額免除 障がい者の方が世帯主で受信契約者の場合	
	平成20年9月30日まで	平成20年10月1日から	平成20年9月30日まで	平成20年10月1日から
身体障がい者	生活保護法による最低生活費の額に身体障害者特別加算額を加算した額の費用によって営まれる生活状態以下の世帯	世帯構成員全員が市町村民税非課税	視覚・聴覚障がい者 重度の身体不自由者	視覚・聴覚障がい者 （変更なし） 重度の身体障がい者 （内部機能障がい等を追加）
知的障がい者	重度の知的障がい者を構成員に有する世帯で、世帯構成員全員が市町村民税非課税	世帯構成員全員が市町村民税非課税（重度以外も対象）	適用外	重度の知的障がい者
精神障がい者	適用外	世帯構成員全員が市町村民税非課税	適用外	重度の精神障がい者

### NHK放送受信料の免除基準内容（平成20年10月1日から）

	対 象	適用条件
全 額 免 除	公 的 扶 助 受 給 者	生活保護法に定める扶助を受けている場合 らい予防法の廃止に関する法律に定める援護を受けている場合 中国人残留邦人等の円滑な帰国の促進及び永住帰国後の自立の支援に関する法律に規定する支援給付を受けている場合
	身 体 障 が い 者	身体障害者手帳をお持ちの方がいる世帯で、かつ、世帯構成員全員が市町村民税非課税の場合
	知 的 障 が い 者	所得税法または地方税法に規定する障がい者のうち、児童相談所、知的障害者更正相談所、精神保健福祉センターまたは精神保健指定医により知的障がい者と判定された方がいる世帯で、かつ、世帯構成員全員が市町村民税非課税の場合
	精 神 障 が い 者	精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方がいる世帯で、かつ、世帯構成員全員が市町村民税非課税の場合
	社会福祉事業施設入所者	社会福祉法に定める社会福祉事業を行う施設に入所されている場合
半 額 免 除 右に該当する世帯主が 受信契約者の場合	視覚・聴覚障がい者	視覚障がいまたは聴覚障がいにより、身体障害者手帳をお持ちの方が、世帯主である場合
	重度の身体障がい者	身体障害者手帳をお持ちで、障がい等級が重度（1級または2級）の方が、世帯主である場合
	重度の知的障がい者	所得税法または地方税法に規定する特別障がい者のうち、児童相談所、知的障害者更正相談所、精神保健福祉センターまたは精神保健指定医により重度の知的障がい者と判定された方が、世帯主である場合
	重度の精神障がい者	精神障害者保健福祉手帳をお持ちで、障がい等級が重度（1級）の方が世帯主である場合
	重度の戦傷病者	戦傷病者手帳をお持ちで、障がい等級が特別項症から第1款症の方が、世帯主である場合

## 受信料免除の申請手続きについて

新基準による受信料免除の申請は、8月から事前受け付けを開始しています。免除申請書は白馬村役場住民福祉課福祉係の窓口に着用してあります。申請書に必要事項を記入していただき、白馬村役場で免除基準に該当する旨の証明を受けてから、次の提出先に申請書を提出（郵送）してください。

※申請時にはNHKの「お客様番号」が必要となります。  
受信料の請求書、口座振替通知書等に記載されていますので、あらかじめ控えておいてください。

## 申請書提出先

〒390-8502 松本市深志3-10-3  
NHK松本支局 TEL 0263-33-4700

## 免除に該当しなくなったときには

受信料の免除事由が消滅したときは、すみやかにNHKまで連絡してください。また、免除制度の適正な運用のため、定期的に調査を行っています。調査の結果、免除に該当しなくなったときは受信料免除が解消される場合があります。

※お問い合わせ

NHK視聴者コールセンター TEL 0570-077-077

受付時間：午前9時～午後10時

（土・日・祝日は午後8時まで）

白馬村役場住民福祉課福祉係 TEL 72-5000（内線157）

## 新しい農業委員を紹介します

任期満了に伴う白馬村農業委員会委員選挙の結果、8名の選挙委員と6名の推薦委員が決定しました。

任期：平成20年7月20日～平成23年7月19日

### 選挙委員

役 職	氏 名	担 当 地 区	備 考
委 員	吉 沢 武 志	内山・佐野・沢渡	
委 員	中 村 鐵 夫	堀之内・三日市場	
委 員	松 本 州 司	飯田・飯森	
委 員	太 田 満 利	深空・八方口	
委 員	丸 山 裕 士	八方・瑞穂	
委 員	切 久 保 勝 儀	新田・切久保・落倉	
職務代理者	松 澤 薫	塩島・森上・野平・立の間・通・青鬼	
委 員	松 沢 惟 夫	白馬町・大出・嶺方・蔵平	

### 農業団体推薦委員

役 職	氏 名	担 当 地 区	備 考
委 員	吉 沢 篤	新田・切久保・落倉	大北農業協同組合推薦
委 員	塩 島 弘 志	塩島・森上・野平・立の間・通・青鬼	中信農業共済推薦
委 員	田中庄左エ門	飯田・飯森	白馬村土地改良区推薦

### 白馬村議会推薦委員

役 職	氏 名	担 当 地 区	備 考
委 員	柏 原 み どり	堀之内・三日市場	議会推薦
会 長	柏 原 穰	堀之内・三日市場	議会推薦
委 員	福 島 和 子	新田・切久保・落倉	議会推薦

## 8月納期の税金・保険料

納期限	税 目	期 別
25日	村 県 民 税	第2期
	国民健康保険税	第3期
	後期高齢者医療保険料	第1期

## 9月納期の税金・保険料

納期限	税 目	期 別
25日	国民健康保険税	第4期
	後期高齢者医療保険料	第2期

8月・9月納期の税金・保険料は上記の通りです。納期限に遅れないように納めましょう。

口座振替にされている方は25日振り替えとなりますので、前日までに残高の確認をお願いします。

## リサイクル広場

○登録状況は本誌及び白馬村行政HPでお知らせしていきます。掲載されたものを譲ってほしい方、譲りたい方は総務課へご連絡ください。  
○みなさんの、譲りたい物、譲ってほしい物を登録し、物を大切にすることを育みながら、資源の節約・ごみの減量に取り組みましょう。

総務課消費者行政担当 <http://www.vill.hakuba.nagano.jp>  
somu@vill.hakuba.nagano.jp

### ゆずってください

・現在登録はありません。

登録状況（8月7日現在）

### ゆずります

- ・フォレスター純正アルミホイール付スタッドレスタイヤ（BLIZZAK MZ-03、215/60R16）4本（1台分）  
（ホイール錆有り、夏季は室内保管） [希望価格：30,000円]
- ・衣類乾燥機（SANYO It's）  
（傷無し汚れ少々、希望があれば洗濯機とセットでお譲りします） [金額応相談]
- ・厨房用ステンレス作業台（W900×L1500×H800）  
（1987年製、傷・汚れ有り） [希望価格：3,000円]
- ・シングルベッド用スプリングマットレス  
（1987年製、傷・汚れ有り） [希望価格：500円]
- ・ふしぎな花倶楽部 押し花セット  
（平成15年に約5,000円で購入・傷汚れ有り） [希望価格：0円]



# 危険物取扱者保安（義務）講習、 危険物取扱者試験の実施について

平成20年度の危険物取扱者保安講習、危険物取扱者の免状を取得するための危険物取扱者試験、その試験に備えての準備講習会が次のように開催されます。

危険物取扱者保安講習は、危険物施設において実際に危険物の取扱作業に従事する危険物取扱者を対象に開催されるもので、3年以内ごとにこの講習を受講する必要があります。

## ①平成20年度 危険物取扱者保安（業務）講習

開催期日	会 場	受講申請提出期間
10月1日(水)	大町市 大町市文化会館 サン・アルプス大町	8月25日(月)から9月5日(金)まで
10月22日(水)	松本市 松本勤労者福祉センター	
11月14日(金)	長野市 長野県自治会館	

## ②平成20年度 第2回危険物取扱者試験

試験の種類	願書の受付期間	試験日	試験地
全種類	9月8日(月)から9月19日(金)まで	11月9日(日)	松本市
		11月16日(日)	長野市

## ③危険物取扱者準備講習会

願書の受付期間	開催期日	講習会場
9月1日(月)から9月12日(金)まで	10月9日(木)	松本勤労者福祉センター

①または③の受講を希望される方は、最寄りの消防署または消防本部内の危険物安全協会にてお申し込みください。  
 北アルプス広域大町消防署（大町市） TEL 22-0119      北部消防署（白馬村） TEL 72-0119  
 南部消防署（松川村） TEL 62-0119      大北地区危険物安全協会（消防本部内） TEL 22-0166

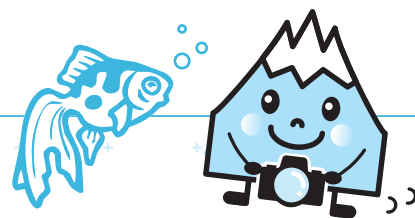
②の受験を希望される方は、地方事務所または消防署にある願書に記入のうえ、消防試験研究センター長野県支部へ郵送してください。

## 自衛官を募集します

防衛省では、次の予定で特別職国家公務員「自衛官等」の受付および試験を実施します

試験種目		応募資格	受付期間	試験日
防衛大学校学生（一般）		高卒（見込含）21歳未満の者 （自衛官は23歳未満）	9月8日～9月30日	1次：11月15・16日 2次：12月16～20日
防衛医科大学校学生		高卒（見込含）21歳未満の者	9月8日～9月30日	1次：11月1・2日 2次：12月3～5日
看護学生		高卒（見込含）24歳未満の者	9月8日～9月30日	1次：10月25日 2次：11月22・23日
2等陸・海・空士		18歳以上27歳未満の者（男子）	10月15日まで	10月18日
			12月10日まで	12月13日
予備自衛官補	一般	18歳以上34歳未満の者	10月10日まで	10月18日
	技能	18歳以上で国家免許資格等を有する者 （資格により55～53歳未満の者）		
医科・歯科幹部		医師・歯科医師の免許取得者	10月1日～10月24日	11月14日
陸上自衛官（看護）		看護師免許を有し、保健師・助産師免許を有する者（見込含）で、36歳未満の者	9月8日～9月30日	11月23日

\* お問い合わせ 自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所 TEL 0263-36-2787



## インターハイオフィシャルカー貸与式

7月29日（火曜日）に白馬村役場において第58回全国高等学校スキー大会（インターハイ）のオフィシャルカー貸与式が行われました。

来年2月に白馬村で開催される大会に向け、社団法人長野県自動車店協会から2台を無償で貸与していただきました。心より御礼申し上げます。



## 第11回スノーハープクロスカントリー大会

7月19日（土曜日）と20日（日曜日）の2日間、今年で11回目となる「スノーハープクロスカントリー大会」が開催されました。

今年は好天に恵まれ、初日の駅伝の部、2日目の個人の部の両日で約2200人の選手がスノーハープ内のコースを快走しました。

## ご存知ですか？ Sマーク

Sマークは、厚生労働大臣認可の標準約款制度に従って営業しているお店です。

このSマークを店頭に表示しているお店なら、安心・安全・衛生が保証され、皆さんの信頼できるお店選びの大きな目安となります。また、万一の場合、事故賠償基準に基づいた補償を受けることができます。

詳細については、

(財)長野県生活衛生営業指導センター

TEL 02622353612  
までお問い合わせください。



## 白馬Alps花三昧'08

今年も村内各会場は多くの観光客で賑わいました。また、会場だけでなく、村内の随所に村民の皆さんが植えた花が咲き、訪れた方を楽しませていました。

むらごと自然公園、花いっぱいの白馬村になるよう今後ともご協力をお願いします。



# 2008 FISサマーグランプリ 白馬ジャンプ大会 2008 9/13[土]・14[日]

## 世界のトップアスリートが夏の白馬に舞う!!

FISサマーグランプリジャンプ大会とは、グリーンシーズン期に行われるFISワールドカップジャンプ大会のことです。  
この大会は7カ国で全9戦行われています。世界のトップクラスの選手が出場する大会で、白馬では長野オリンピック以後2001年から続く6度目の開催になります。オリンピック金メダルを獲得したこの地で、全日本チームの活躍が期待されます。

### 2008 FISサマーグランプリ 白馬ジャンプ大会・大会日程

競技日	競技開始時間(予定)	競技種目(予定)	入場料
9月12日[金] 公式練習	17:30 19:30	公式練習1・2 クオリフィケーションラウンド	無 料
9月13日[土] ラージヒル個人戦	17:30 18:30 19:30 20:30 21:00	開場 トライアルラウンド 1stラウンド ファイナルラウンド 表彰式	前売 1,300円 当日 1,500円 ※中学生以下無料
9月14日[日] ラージヒル個人戦	14:30 15:30 16:30 17:30 18:00	開場 クオリフィケーションラウンド 1stラウンド ファイナルラウンド 表彰式	前売 1,300円 当日 1,500円 ※中学生以下無料

主催／国際スキー連盟(FIS)、財団法人全日本スキー連盟(SAJ)、2008FISサマーグランプリ白馬ジャンプ大会組織委員会

※競技開始時間は、天候・その他の理由により前後する場合がございます。

特別協力／長野オリンピックムーブメント推進協会

主管／財団法人全日本スキー連盟(SAJ)、財団法人長野県スキー連盟(SAN)、白馬村スキークラブ(HSC)

後援／長野県、長野県教育委員会、白馬村、白馬村教育委員会、信濃毎日新聞社、SBC信越放送、NBS長野放送、TSBテレビ信州、abn長野朝日放送、NHK長野放送局

協賛／ウィルコム、アストロ、フォルクスワーゲングループジャパン、ダイードリンク、集英社

◎大会に関する問い合わせ／白馬村観光局 電話 0261-72-7100 ◎大会情報 <http://www.hakuba.gr.jp/>



## 白馬サマーノルディックフェスティバル

名 称：白馬サマークロス  
開催日：平成20年9月23日(祝) 予定  
会 場：白馬クロスカントリー競技場  
(スノーハーブ)  
時 間：10:15 スタート ●入場無料

名 称：サマーコンバインド・イン・白馬 「荻原健司 監修」  
開催日：平成20年9月23日(祝) 予定  
会 場：白馬ジャンプ競技場・白馬クロスカントリー競技場(スノーハーブ)  
時 間：9:00 ランニング5km(白馬クロスカントリー競技場)  
11:00 ジャンプ K=90m 1本目スタート(白馬ジャンプ競技場)  
●入場無料／試合終了後バーベキュー大会開催(有料)

名 称：白馬サマージャンプ  
開催日：平成20年11月3日(祝) 予定 会場：白馬ジャンプ競技場  
時 間：10:00 ラージヒル K=120m 1本目スタート ●入場無料／試合終了後パーティー開催(有料)

### 村長への意見・提言を募集しております

村づくりに対する皆様のご意見をお寄せください。24時間皆さんの声を受け付けています。

村長室直通FAX  
0261-72-4899

役場FAX  
0261-72-7001

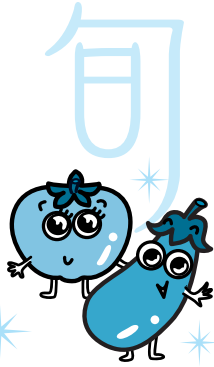
電子メールアドレス：soncyo@vill.hakuba.nagano.jp  
白馬村行政ホームページ：  
<http://gyosei.vill.hakuba.nagano.jp/somu/mayor/index.html>

## 食の小屋

# 今をときめく野菜の旬

今年の春はごみにタラの芽といった山菜、そして夏にはいろいろな弧を描いたきゅうりなど、季節にあわせた旬の食べ物が我が家の食卓を賑わせました。私自身この春まで白馬を離れて生活していたため、家の畑で丹精こめてつくられたとれたての野菜や旬のものを食べられる幸せを実感しているところではありますが、やはりこうも毎日続くこと…そんな方もいらっしゃるかもしれません。ですが、夏に畑でとったトマトはやっぱり冬お店で買ったものとは味が違う、そんな経験もあるのではないのでしょうか。食べることが好きな私にとって、一年中食べたいと思ったときにそのものを食べられることはとても幸せで、このように一年を通して野菜をつくらせている方々に感謝しなければならぬところではありますが、やはりこのように旬のものを食べるといのは私たちにとても大きなメリットがあります。そこで今回は、旬は旬でも今をときめく俳優ではなく、季節とりどりの野菜の旬について考えてみたいと思います。

先日の新聞にも掲載がありました、人参やほうれん草などをはじめとした野菜全般に含まれているカロチンやビタミンCといった栄養素は、季節によって含有量が変



動し、旬以外のものではその半分以上しか含まれていないものもあるようです。近年では農業においても機械化・迅速な流通が進み、今ではほとんどの野菜がいつでもどこでも手に入ります。ですが、やはり旬というのは大事で、植物は自分にあつた季節というものをもっていて、食べる側の私たちにとつておいしいだけでなく、より体にうれしい季節というものがそれぞれにあり、自然の力というものを改めて感じます。また夏の野菜は体を冷やし、冬の野菜は体をあたためる効果があるとも言われるように、やはり旬のものを食べることで、日本特有の四季を味わいたいものです。

さてここで、このように季節に関係なく野菜がつくられるようになった過程には、やはり多くの苦労や品種改良があつたことですが、普段私たちが食べている野菜に比べ、その野菜の原種とよばれる品種の方がより高い栄養価を持ち、食べたときの味も濃いということが分かってきています。現在のほうれん草に含まれているビタミンCは、20年前に比べると半減しているというデータや、また現在つくられている野菜たとえば大根の中でも、がん抑制作用をもつ成分が品種によっては10倍以上も違うといった研究結果も出ています。

健康の維持・増進のために積極的に野菜を摂取したいところですが、せっかく白馬という恵まれた環境にあるのですから、どうせ食べるのであれば地もの、旬のものを取り入れ、食べておいしい、体にもよいものを選びたいですね。

借金問題、  
一人で悩んでいませんか？

## 多重債務者 無料相談会のお知らせ

弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会が開催されます。借金でお困りの方は、この機会に相談窓口へお気軽にお出かけください。

面接は予約制で行いますので、事前に長野県生活文化課までお電話ください。

日時 9月11日(木)

午前10時～午後5時

会場 長野消費生活センター  
(長野保健所庁舎1階)

松本消費生活センター  
(松本商工会館1階)

\*お問い合わせ

長野県生活文化課

TEL 026-235-7172



## 自殺予防週間のお知らせ

9月10日から16日までの1週間は自殺予防週間です。わが国の自殺者数は平成10年に3万人を超えて以来、その水準を推移しています。また、自殺者の4分の3は「65歳未満」であつて、早世の大きな原因になっています。

- ・最近、健康問題や離婚・死別・仕事を失うといった日常の生活環境の変化があつた
- ・「死にたい」と頻繁に思う
- ・自分の近くに自殺の危険を示すサインを発している人がいると思う
- ・自分の家族や友人が自殺または自殺未遂をしている

等悩みを抱えている方はいませんか。

大町保健所では随時心の健康相談を受け付けています。1人で悩まずに、まずご相談ください。

\*お問い合わせ

大町保健所 健康づくり支援課

TEL 026-123-6526



# 地域包括支援センターだより



## 生き生きした5年後、10年後を目指して！『生活機能評価』

高齢者（ここでは65歳以上の方）の健康状態の良し悪しを左右するのは、生活習慣病などの病気だけでなく、「生活機能：暮らす力」がどのくらいあるかがポイントになります。

生活機能は、加齢による様々な原因がきっかけで低下します。転倒等による骨折や風邪で寝込んだ、引越しをしたなどの環境の変化で急に低下することはよく知られていますが、冬に出歩かなかったら足が弱った、歯が痛いうちにやわらかいものしか食べられなくなった、家でやることがない、楽しみがない、一人でいる時間が長いなどにより、気力や意欲がなくなった等、本人も家族も意識しないうちに徐々に低下し、生活不活発、機能の低下の悪循環をおこすことになりかねません。

村では、7月に特定健診、後期高齢者健診を実施しましたが、65歳以上の受診者の方には全員に、（生活機能）の問診を記入していただきました。この問診は、

『バスや電車で1人で外出していますか』  
『階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか』  
『自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか』

など25の質問により、「生活機能：暮らす力」についての低下が起っていないかを早期に知る目的で、平成18年度より全国で行っています。

問診は、『はい』『いいえ』で自分で回答していただき、生活が不活発または、機能が低下する方に○がたくさんついた方（全国統一基準による）には、嚥下機能テストやお口の中の状態、関節の痛みや動き・痛みなどを医師が診察し、生活機能の低下の有無の判断をします。今年度の検診では、65歳以上の受診者479名に対して、99名の方が、不活発または、機能が低下の方に基準以上に○がつき、嚥下テストや生活機能の診察を受けていただき、包括支援センターの職員が面接をさせていただきました。今後、必要な方には、村で行っている介護予防事業等へのお誘いをさせていただくなどで、5年後、10年後も生き生きと地域で暮らせるような支援をさせていただきます。

何年か後のなりたいたい自分のために、現在の自分の「生活機能：暮らす力」を見直してみましよう。気になることがある方、介護予防事業への参加を希望される方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。

また、地域包括支援センターは、高齢者の皆様の介護、権利擁護などのご相談に応じています。秘密は厳守いたします。

白馬村地域包括支援センター

（役場1階住民福祉課奥）  
TEL（直通） 72-6667

## 無料法律相談のお知らせ

法テラス長野（日本司法支援センター長野地方事務所）では、次の資力基準に該当する方を対象に、弁護士・司法書士による巡回無料法律相談を実施します。法的トラブルでお困りでしたら、お気軽にご利用ください。

日 時 平成20年9月22日（月） 午後1時～午後4時

場 所 安曇野市三郷総合支所（旧三郷村役場）

※事前予約制で、定員は28名です。（先着順）

予約方法 法テラス長野（TEL 050-3383-5415）までお電話ください。

（職員がトラブルの内容をお聞きしてから法律相談の予約時間をお伝えします）

予約受付期間 9月1日（月）～19日（金）  
午前9時～午後5時

資力基準 「月収（手取り、賞与含む）の目安」

単身者 18万2千円以下  
2人家族 25万1千円以下  
3人家族 27万2千円  
4人家族 29万9千円以下

（1人増につき3万円加算されます。家賃・住宅ローン・医療費などの支出については一定額が考慮されます）

\*お問い合わせ

法テラス長野 TEL 050-3383-5415

## 各種相談日程

### 心配ごと相談

「どこでも・気軽に・利用しやすい相談所」を協力し合って開設していますのでご利用ください。  
秘密は固くお守りいたします。

開設日	時 間	場 所	連絡先
8月19日（火）	13：00～15：00	ふれあいセンター2階福祉相談室	白馬村社会福祉協議会 TEL 72-7230

### 無料法律相談

不動産や裁判・相続など、法律に関する相談に長野県弁護士会の弁護士が応じます。  
秘密は守られますので、お気軽にお出かけください。

開設日	時 間	場 所	連絡先
9月9日（火）	13：00～15：00	ふれあいセンター2階福祉相談室	白馬村社会福祉協議会 TEL 72-7230

### 障害者総合支援センター出張相談

障害者の方とご家族の方等のあらゆる相談に応じますので、お気軽にご利用ください。

開設日	時 間	場 所	担当者	連絡先
8月22日（金）	13：00～15：00	ふれあいセンター2階福祉相談室	大原	大北圏域障害者総合支援センター TEL 26-3855
9月19日（金）	13：00～15：00	ふれあいセンター2階福祉相談室	安藤	大北圏域障害者総合支援センター TEL 26-3855

## 8月～9月保健ガイド

### 健 診 等

場所：ふれあいセンター

月 日	事業名	受付時間	対象になるお子さん
8月20日（水）	赤ちゃん健診	9：15～9：30	H19年10月生およびH20年4月生
8月22日（金）	離乳食教室	9：30～9：45	H20年1月生～H20年3月生
8月25日（月）	2ヵ月育児相談	9：45～10：00	H20年6月生
8月26日（火）	3歳健診	13：00～13：15	H17年7月～H17年8月生
9月11日（木）	2歳健診	13：00～13：15	H18年6月～H18年8月生
9月18日（木）	1歳半健診	13：00～13：15	H19年2月～H19年3月生
9月19日（金）	マタニティ教室①	10：00開始	
9月25日（木）	赤ちゃん健診	9：15～9：30	H19年11月生およびH20年5月生
9月29日（月）	2ヵ月育児相談	9：45～10：00	H20年7月生

※赤ちゃんマッサージの日程についてはホームページをご覧ください。

### 予防接種

場所：ふれあいセンター

月 日	接種の種類	受付時間	対象になるお子さん
9月12日（金）	ポリオ	13：15～14：15	1回目 H20年2月～H20年5月生
9月19日（金）			2回目 H19年6月～H20年1月生

### 子育て支援ルーム

1歳児の広場	毎週火曜日	9：30～12：00
0歳児の広場	毎週水曜日	
2・3歳児の広場	毎週木曜日	
育児相談	毎週月曜日	9：30～12：00
自由利用	毎週月曜日	9：30～12：00、13：30～16：00
	毎週火・水・木曜日	13：30～16：00

○山崎先生と語る会（第2回）『子どもを自立させるコツ』 日時：8月25日（月） 10時～12時

場所：子育て支援ルーム

○おはなし会 日時：9月1日（月）10時～

○子育てに関する座談会（事例もお話しながら） 日時：9月8日（月） 10時～11時30分

講師：松本大学松商短期大学部教授 木内義勝先生

○運動会ごっこあそび 日時：9月18日（木） 10時～

### 休日当番医

月 日	曜日	白馬・小谷村	大町市内（内科・小児科）	大北一円（外科）	歯科医院
8月23日	土	小谷村診療所	—	—	—
8月24日	日	横沢医院	松林医院	安曇総合病院	平林歯科医院
8月30日	土	栗田医院	—	—	—
8月31日	日	しんたにクリニック	遠藤内科医院	狩谷整形外科医院	いとう歯科医院
9月7日	日	公済堂（北沢）医院	柿下クリニック	西森整形外科	横澤歯科医院
9月14日	日	栗田医院	加藤診療所	栗林医院	きらり歯科医院
9月15日	月	白馬診療所	菊地クリニック	みどりクリニック	師岡歯科医院
9月21日	日	横沢医院	小野医院	石管根医院	小谷歯科医院
9月23日	火	しんたにクリニック	平林医院	大町総合病院	丸山歯科クリニック
9月28日	日	横沢医院	横沢内科医院	安曇総合病院	宮下歯科医院



# 図書館だより

No.81

平成20年 8 月  
白馬村図書館  
TEL(72)－5200

## 図書館の おやすみ

・月曜日  
・毎月  
・その他  
祝日  
最終金曜日（館内整理休館日）  
↓祝日と重なる場合、休館日が変更となります。  
やむを得ず臨時休館する場合があります。

## 図書館の 開館時間

昼 午後 午前  
1 時 9 時  
時間 時 時  
閉 後 後  
館 時 時  
 6 時 12 時

### ■購入図書一覧（一般）

著 者	書 名	請求記号
水 上 浩 一	仕事は聞け！ ―デキる人は教わり上手―	159ミ
永 沢 道 雄	昭和ひとけた時代 ―1926～1935―	210ナ
森 永 博 志	初めての中国人	282モ
ティエリー・ファリーズ	銃とジャスミン ―アウンサンスーチー、7000日の戦い―	289ア
	アルプス登山ガイド 2008全面改訂版 ―北アルプス／中央アルプス／南アルプス―	291ア08郷土
	信州ベストガイド 2009年版	291シ09郷土
増 村 征 夫	五感で発見した「秘密の信州」	291マ郷土
横 尾 忠 則	温泉主義	291ヨ
芥 川 靖 彦	図解わかる税金 2008-2009年版 ―収入にかかる税金 財産にかかる税金 生活にかかる税金―	345ア08
中 尾 幸 村	図解わかる年金 2008-2009年版 ―国民年金 厚生年金保険 共済組合―	364ナ08
寺 門 和 夫	地球温暖化のしくみ	451テ
木 村 良 一	臓器漂流 ―移植医療の死角―	490キ
池 田 好 子	野菜がからだに効く！ ―この食べ方が自然治癒力を高める―	498イ
枝 広 淳 子	エネルギー危機からの脱出 ―最新データと成功事例で探る幸せ最大、エネルギー最小社会への戦略―	501エ
エリザベス・ロジャーズ	グリーンブック	519口
上田まり子	上田まり子の焼たてパンLESSON ―1・2のボン！で本格パンが簡単にできる―	596ウ
丸 山 健 二	田舎暮らしに殺されない法	611マ
	信州「畑の花」季節の彩り、実り、味わい	626シ
堀 明	イヌの行動 ―一定説はウソだらけ―	645ホ
川口盛之助	オタクで女の子な国のモノづくり	675カ
桐 山 秀 樹	旅館再生 ―老舗復活にかける人々の物語―	689キ
今 森 光 彦	夏の日	748イ
石 内 都	ひろしま	748イ
小 暮 紀 一	トンボ玉	751コ
エリック・クラブトン	エリック・クラブトン自伝	764ク
大修館書店編集部	最新スポーツルール百科 2008 ―ILLUSTRATED SPORTS RULES―	780サ08
中 小 路 徹	40歳からうまくなるサッカー	783ナ
内 藤 雄 士	練習場で上手になる女性のゴルフ ―内藤雄士が教える―	783レ
デビッド・バーカー	英語と仲直りできる本 ―ネイティブ講師が教える英語上手の秘訣―	830バ
米 原 万 里	心臓に毛が生えている理由（わけ）	914ヨ
井上ひさし	ポーロニヤ紀行	915イ
キラン・デサイ	喪失の響き	933デ
フレデリック・フォーサイス	アフガンの男（上）（下）	933フ1・933フ2
コーマック・マッカーシー	ザ・ロード	933マ
恩 田 陸	ネクロポリス（上）（下）	Fオ1・Fオ2
川 上 弘 美	ハヅキさんのこと	Fカ
さだまさし	茨の木	Fサ
火 坂 雅 志	天地人（上）（下）	Fヒ1・Fヒ2
水 野 敬 也	夢をかなえるゾウ	Fミ
森 博 嗣	少し変わった子あります	Fモ

### ■購入図書一覧（児童）

著 者	書 名	請求記号
斉 藤 洋	白狐魔記 「源平の風」「蒙古の波」「洛中の火」「戦国の雲」	913サ
J・K・ローリング	ハリー・ポッターと死の秘宝（上）（下）	933口
上 野 紀 子	「なぞなぞねずみくん」「ねずみくんとかくれんぼ」「ねずみくんのきもち」「ねずみくんのクリスマス」「ねずみくんのプレゼント」「ねずみくんとおてがみ」	Eウ
キノノサチコ	「ノンタンいもうといいな」「ノンタンでかかあがらう」「ノンタンふわふわタータン」	Eキ
ふゆのいちこ	「なぞなぞあなきえぼん」「いろのかくれんぼ」「かずのかくれんぼ」「ことばのかくれんぼ」「のりもののかくれんぼ」「どうぶつのかくれんぼ」「たべもののかくれんぼ」	Eフ
村 上 康 成	わははは！ことばあそびブック「おひるのアヒル」「かいじゅうのこんだて」「ごんにちワニ」「とんとんどんどん」「ブルドッグブルブル」「ミルクくろみ」	Eム

おはなしの会

毎月 第2土曜日 午前10：30から  
白馬村図書館 児童ルームにて開催中です。

## 姉妹都市コーナー

静岡県

河津町



世代を繋ぐ夏神輿

河津町では、7月の中旬に町内各所で夏祭りが行われました。笛や太鼓の音に合わせ、神輿や神楽が町中を練り歩きます。海に面した浜地区では、町中を練り歩いたみこしが、最後には海へ入っていきます。長年続く伝統の風景です。

ここ数年、神輿を担ぐ若い後継者が減り続けています。今年で神輿を出すのは最後になるかもしれないという地区もでてきました。しかし、その地区では、担ぐ人も、見る人も、祭りを支える人も、誰もが笑顔で祭りを楽しんでいたのがとても印象的でした。

和歌山県

太地町



くじらに出会える海水浴場

夏休みの7月23日から8月21日の間、「くじらに出会える海水浴場」として、町内の畠尻海水浴場内に設置した網生簀内でオキゴンドウクジラとハナゴンドウクジラの各1頭を展示一般公開しています。

期間中は、網生簀前に設置された特設ステージからくじらを観察できるほか、1日3回の餌の時間(9:30、12:00、16:00)には、ジャンプや回転などの簡単なパフォーマンスを披露しています。平日には、町内の子どもたちが詰めかけ、週末にもなると町外や県外からも家族連れなどが訪れ、たくさんの海水浴客で賑わっています。

### 広告募集中

広報はくばおよび白馬村行政公式ホームページに掲載する広告(有料)を募集しています

※お問い合わせ 白馬村役場総務課

### 村政情報はホームページでも ご覧いただくことができます。

<http://gyosei.vill.hakuba.nagano.jp>

## 編集後記

夏の全国高校野球選手権大会が開催され、暑い中熱戦が繰り広げられています。高校野球といえば、約15年前、私が中学生の時に松商学園が決勝戦まで進み、惜しくも敗れたものの、上田佳範投手(現中日ドラゴンズ)の速球にテレビを通し、熱い期待とエールを送ったことが今でも思い出されます。

白馬村には7チームが加盟する早起き野球リーグがあり、早朝、眠い目をこすりながら真剣に対戦しています。中には野球経験者や実力者がいて、やはりそういった方のプレーは攻守とも魅せられるものがあり、自分も少しでもそうなりたいと頑張っています。

こういった大人たちのスポーツ熱が子どもたちにも伝わり、彼らがスポーツでの夢を抱ける環境に貢献できればと思います。