

# 広報はくば



2010 **8**  
Vol.407

平成22年7月11日（日曜日）、任期満了に伴う白馬村長選挙が行われました。今回の選挙は現職と新人の一騎打ちとなり、現職の太田紘熙氏が白馬村長として再選されました。

写真は8月9日（月曜日）の太田村長2期目初登庁の様子です。

太田村長は財政の健全化や観光活性化、身近な村政の創出、社会福祉・教育施策の充実を掲げ2期目となる村政の舵取りに挑みます。

## 広報はくば

太田村長 2期目の舵取りへ .....	2	ごみ減量作戦 .....	9
村道除雪（融雪剤散布）業務入札参加申請について...	4	2010 F I S サマーグランプリジャンプ白馬大会 .....	10
ケーブルテレビ白馬について .....	5	「まめった講座」に参加しませんか？ .....	11

# 太田村長

## 2期目の舵取りへ

### 就任のごあいさつ

#### 〜2期目に向けて〜

白馬村長 太田 紘熙



先頃の村長選挙では多くの方々のご支援を賜り、再び村長としての重責を担わせていただくことになりました。改めて気を引き締めなおすとともに、意欲的な施策に取り組み所存でございます。二期目に向けての抱負は、「賑わいと元気のある村づくり」です。人と人が支えあい、住んでよかった、これからも住み続けたいという村づくりをすることが白馬村の未来につながると思っております。そのためには、まず財政の健全化をしなければなりません。一期目は村の借金である地方債を順調に返済をし、一

方では4億円に近い積み立てをしてきました。世界の経済状況が厳しいとはいえ、必要な施策には必要な予算を投入し、その上でさらに安定した財政基盤の確立が重要な仕事であると肝に銘じております。

観光産業の活性化も優先課題です。観光客の減少傾向は全国の観光地でも続いておりますが「観光立村・白馬村」としての地位を向上させるためには、一人でも多くのお客さまに来ていただくなければなりません。幸い、観光局が進めている中長期計画の基盤も整い、メディアを含むあらゆる面からの誘客プランも動き出しました。「新民宿宣言」「白馬小径」をはじめ、時代に対応した各事業は必ず成果を上げていくはずで、局員とともに心血を注いでまいりますので、ぜひ期待していただきたいと思っております。また、教育、福祉の問題も避けて通れるものではありません。地域の宝である子どもたちを安心して生み、育てるために最善の策を考え、実現していかねればなりません。また、お年寄りたちが、日々安心して心豊かに過ごせる施策も責務と考えていかなければなりません。

長引く経済不況により、ともすれば消極的な気持ちにさせられます。しかし、そんな時だからこそ、積極的な活動を展開し、村民の幸せを追求していく必要があります。とはいえ、行政の力だけでは十分に活力のある村づくりを実現することが出来ません。大きな原動力となるのは、村民と行政が一体となった「協働による村づくり」です。私も精一杯精進し、与えられた使命を全うする覚悟ですが、ぜひ、皆様の力をお貸しください。一人ひとりの力を結集すれば、類いまれな天恵の山岳景観と自然環境、さらに先人が育んできた人情あふれる白馬村をより魅力ある地域にできると確信しております。



### 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時間皆様の声を受け付けています。

■村長室直通FAX 0261-72-4899

■白馬村役場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>

#### 窓口満足度アンケート調査に

#### ご協力ください

白馬村役場では、各課のカウンターに「窓口満足度アンケート調査用紙」を設置しています。窓口対応に関するアンケートのほか、村政および村長への意見・提言を記入することもできますので、ご来庁の際にはご記入をお願いします。

※回収箱は村民ホール（役場正面玄関）に設置しております。



# 応急手当を身につけましょう

9月9日は「救急の日」です。これは、救急医療及び救急業務を住民の皆様にも正しく理解していただくことを目的に定められました。

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？

救急車が現場に到着するまで全国平均で約8分かかります。救急車の到着

を待っているだけでは、救える命が救えないかもしれません。

その場に居合わせた人が適切な応急手当を施すことにより救命率の向上が望め、さらに近年その効果が実証されているAEDを使用することで、救命の可能性が高くなると言われています。消防署では、心肺蘇生法やAEDの使い方を学ぶ「普通救命講習」を開催します。お気軽にご参加下さい。

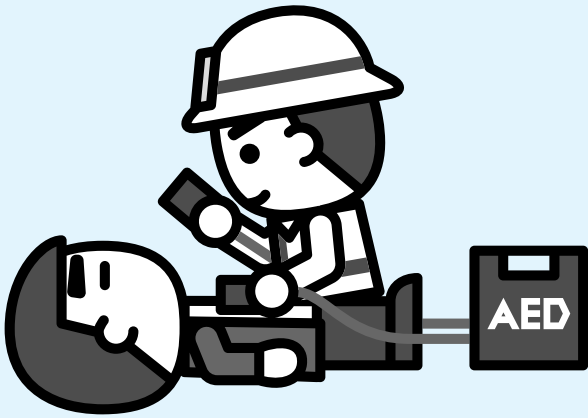
## ●普通救命講習

### AED使用法を含む心肺蘇生法

- ▽日時 9月11日(土)  
午前9時から12時
- ▽場所 北アルプス広域消防本部  
(大町消防署)
- ▽募集人員 30人程度
- ▽受講料 無料

### \*お申し込み・お問い合わせ

- ◎北アルプス広域大町消防署  
電話22・0119
- ◎北アルプス広域北部消防署  
電話72・0119
- ◎北アルプス広域南部消防署  
電話62・0119



## エコクッキング

### ◆エコクッキングとは

料理の仕方だけではなく、「買い物」から「片づけ」までの一連の流れを通して環境にやさしい食生活を送ることを言います。「買い物」「料理」「片づけ」の際に環境のため何ができるか考えてみましょう。2回目の今月号では「料理」について気をつけたいポイントを紹介いたします。

### ◆食材を使い切ろう

野菜の芯や茎、葉で食べることでできる部分は、捨てることなく上手に利用してみましょう。例えば、大根の葉やネギの青い部分などは捨ててしまいがちです。しかしこの部分こそ栄養価が高いことを皆さんはご存知でしょうか。細かく刻んで餃子の具にしたり、スープの具として利用してみたいいかがでしょうか。

### ◆上手に火を使う

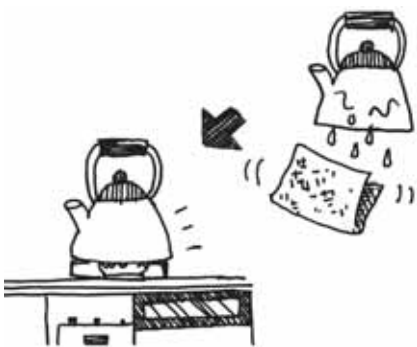
お湯を早く沸かそうとして火力を全開にしても、鍋底からはみ出してしまった炎は無駄になっていきます。火が弱すぎても余分なエネルギーを使ってしまうことになりま

す。底が大きくて平らなやかんや鍋を使うと効率的です。

また、野菜を茹でたり、お湯を沸かす時には鍋にふたをする習慣をつけるようにしましょう。煮物などの料理をするときには落としぶたをすると、味のしみ込みもよくなり、エネルギーの使用量を減らすことができます。

### ◆水滴は拭き取る

やかんや鍋の底についた水滴は、拭き取ってからコンロにかけるようにしましょう。濡れたまま火にかけると、その水分を蒸発させるのにエネルギーを使ってしまいます。拭き取ってから火にかけると熱効率が2%ほどアップします。



# 村道除雪(融雪剤散布)業務入札参加申請について

白馬村では、村道除雪及び融雪剤散布業務における、入札参加希望者の資格審査申請を次のとおり受け付けます。業務の受託を希望される方は、次により申請書の提出をお願いします。

## ◆受付期間

平成22年9月上旬～9月30日(木)

## ◆提出書類

- ①除雪(融雪剤散布)業務入札参加資格審査申請書
- ②使用印鑑届
- ③除雪(融雪剤散布)業務従事者届(※運転免許証及び技能講習修了証明書の写しを添付のこと)
- ④機械の保有状況(※車検証の写し、緊急車両の指定を受けていることを証明する書類の写し、リース車両の場合はリース契約書の写しを添付のこと)
- ⑤住民票(※個人請負の場合のみ 代表者の住民票を添付のこと)
- ⑥納税証明書(※納税義務のある全ての村税の納税証明書で、1カ月以内に発行されたもの)
- ⑦受託希望工区申請書

上記の①～④及び⑦の様式については白馬村行政ホームページ又は、建設水道課窓口で取得してください。

除雪工区一覧表については、受付期間中に随時建設水道課窓口にて配布します。

## ◆参加資格

- ①法人にあつては本店もしくは営業所を村内に有し、個人にあつては住民票を村内に有している者
- ②村税及び公共料金等に未納額がない者
- ③除雪対策実施要領等の村が示す作業要領を遵守できる者
- ④地方自治法施行令第167条の4の規定に該当しない者、入札の通知から入札日までの間において、指名停止の措置を受けていない者
- ⑤作業実施者は法令に定められた免許所有者に限る

なお、本年度の除雪・融雪剤散布業務入札参加につきましては、9月上旬に説明会の開催を予定しておりますので、受託を希望される方はご参加ください。

## ※お問い合わせ

白馬村役場 建設水道課  
電話 72・5000  
FAX 72・7001



## 入札結果



工事名	平成22年度 地籍調査数値測量委託 業務
入札日	平成22年7月26日
場所	白馬村大字北城(北城15区)
落札者	(株)日研コンサル大町営業所
落札決定額	¥2,730,000(消費税含む)
入札参加者	(株)日研コンサル大町営業所/ (株)こうそく大町営業所/(株)協 同測量社/(株)共栄測量設計社 /(株)中部日本測量社

工事名	平成21年度 白馬南小学校児童トイレ改修工事
入札日	平成22年7月5日
場所	白馬村大字神城字沢渡 白馬村立白馬南小学校
落札者	株式会社宮尾建設
落札決定額	¥8,400,000
入札参加者	株式会社宮尾建設/中川工務店/株式会社山田 工務店/有限会社彦工務店/中村工務店/有限 会社池田建設/株式会社リホーム白馬

工事名	平成21年度 白馬中学校校舎ベランダ手摺改修工事
入札日	平成22年7月5日
場所	白馬村大字神城字白馬町 白馬村立白馬中学校
落札者	株式会社宮尾建設
落札決定額	¥3,097,500
入札参加者	株式会社宮尾建設/中川工務店/株式会社山田 工務店/有限会社彦工務店/中村工務店/有限 会社池田建設/株式会社リホーム白馬

# ケーブルテレビ白馬

データ放送の画面イメージができあがりしました

## ● ケーブルテレビ白馬のデータ放送ってなに？

### データ放送では何ができるの？

この10月から放送開始予定の自主放送内におけるデータ放送では、地域に密着したお知らせや、注意報・警報情報、生活情報・行政情報をデータ放送により簡単にリモコン操作で見ることが出来ます。現在、ご自宅にインターネット環境があり、白馬村の公式ホーム

ページをご覧になったことのある方は、ホームページの情報がテレビでも見ることができるようになります。今回のデータ放送の画面イメージが左の写真のようにできあがりしました。まだまだ途中の段階ですので、今後はより多くのおみなさんにご活用いただける構築にしていきたいと考えています。



(ケーブルテレビ白馬データ放送の画面イメージ)

## 地上デジタル放送に関する悪質商法にご注意ください

総務省では、地上デジタル放送へ完全移行する1年前の時期をとらえ、地上デジタル放送に関わる悪質商法に関する注意を、消費者庁や国民生活センターと連携し改めて喚起しています。寄せられた相談のうち、代表的なものを以下に例示します。

なお、現在白馬村でもケーブルテレビ事業を進めておりますので、悪質商法には十分ご注意ください。

### ① 不当な金銭の請求事例

- 事例① アナログ放送の終了時期を誤認させ工事を勧められた
- 事例② 業者が地デジ普及のためと集金にやってきた
- 事例③ 地デジ工事をかたつて前金をだまし取られた
- 事例④ デジサポと名乗る職員が訪問し費用を請求された

### ② 疑わしい商法の事例

- 事例⑤ 「地デジが見られなくなる」と言ってケーブルテレビへの加入を迫られた
- 事例⑥ 行政機関を名乗る者からチューナー支援を電話勧誘された

### \* 不審な内容に関する問い合わせ

- ▽ 国民生活センター  
電話 03・3446・0999  
相談専用番号
- ▽ 消費者ホットライン  
平日10時～12時、13時～16時  
電話 0570・064・370
- ▽ 白馬村役場総務課  
電話 72・5000



# 「文化財の保存と旅人の心」

## 開催のお知らせ

特定非営利活動法人まちづくり白馬友の会・白馬村教育委員会は、青鬼地区の重要伝統的建造物群保存地区選定10周年を記念して、シンポジウム「文化財の保存と旅人の心」をウイング21において、9月20日（月）に開催します。今回のシンポジウムは、講演と対談の二部構成となっております。

青鬼集落の重要伝統的建造物群保存地区選定から10年が経過しました。建物等の修理は進んでいますが、集落内は高齢化し、人口は減少の一途をたどっています。今回のシンポジウムは、参加者の皆さまとともに、文化財の保存について学び、文化財を活かした地域文化の創造について考え、青鬼の文化と豊かな自然環境を未来へつないでいくために何ができるのかを考えることを目的としています。

講師は、いずれも日本全国を歩き、様々な地域の文化を自分の目で見、体験してきた方です。お話の中に、白馬

の観光振興についてのヒントがあるかもしれません。  
大変貴重な機会ですので、大勢の皆さまのお越しをお願い致します。



### 伝統的建造物群保存地区について



五月祭（青鬼地区）

城下町、宿場町、門前町、農村など、周囲の風景と一体をなして歴史的な趣（おもむき）や味わいを形成している伝統的な建造物群を、文化財として環境を含めて保存する制度です。

伝統的建造物群保存地区は、単に建物等の保存をするだけでなく、そこに暮らす住民の生活と共にあり、地区の住民と村等が協力してまちなみ保存に取り組みむ所に特徴があります。

文化庁は伝統的建造物群保存地区の中から、特にその価値の高いものを「重要伝統的建造物群保存地区」として選定し、現在、全国で74市町村、87地区あります。

青鬼地区は、「伝統的建造物群及びその周囲の環境が地域的特色を顕著に示している」として、平成12年12月4日に重要伝統的建造物群保存地区に選定されました。

## シンポジウム 「文化財の保存と旅人の心」 概要

▷日時 9月20日(月)※祝日 14:00~17:00

▷場所 白馬村 ウイング21ホール

▷参加費 無料

▷日程 14:00~14:20 開会・主催者挨拶

14:20~15:20 講演 講師 宮澤 智士 氏  
森田美由紀 氏

15:20~15:30 休憩

15:30~16:30 対談 「文化財の保存と旅人の心」

対談者 宮澤智士氏・森田美由紀氏

16:30~16:50 参加者との討議

17:00 終了予定



▷主催 NPO法人まちづくり白馬友の会、白馬村教育委員会

▷後援 (予定) 青鬼集落保存会、アルプスケープビジョン、NHK長野放送局、大糸タイムス、景観まちづくり連絡協議会、信濃毎日新聞社、長野県教育委員会

▷その他 会場内で、全国の伝統的建造物群保存地区の町並み写真パネルの展示を行います。

当日、午後7時頃より、青鬼地区「お善鬼の館」で、村の指定無形文化財「火揉みの神事」、その後、青鬼神社において祭典が行われます。見学は自由です。

### ●シンポジウム講師

宮澤 智士 氏 (長岡造形大学名誉教授)

1937年、長野県生まれ。工学博士・一級建築士  
マルコ・ポーロ賞受賞 (1979)、日本建築学会賞  
受賞 (1993)。大阪市立大学工学部助手、奈良国立  
文化財研究所遺構調査室長、文化庁建造物課長を  
経て現在、長岡造形大学名誉教授。

森田 美由紀 氏 (NHKアナウンサー)

北海道札幌市出身。札幌放送局を経て、東京アナ  
ウンサー勤務。これまで、ニュースのキャスターや  
音楽番組の司会などを務める。4月からは、NHK  
「小さな旅」の旅人として、全国各地を訪ねている。  
この他、特集番組やナレーションなども担当。

8月納期の  
税金等

納期限	村県民税	第2期
25日	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  
税金等

納期限	国民健康保険税	第4期
27日	後期高齢者医療保険料	第2期

8月・9月の税金・保険料等は左記のとおりです。納期限に遅れないよう納めましょう。  
口座振替にされている方は8月25日・9月27日に振り替えとなります。前日までに残高の確認をおねがいします。

# 第52回 長野県消防ポンプ操法大会

8月1日(日曜日)に塩尻市中央スポーツ公園にて第52回長野県消防ポンプ操法大会が夏空の下で開催されました。

白馬村・大北大会をともに勝ち抜いた南部分団、中部分団は約3ヵ月におたる練習の成果を発揮し、県下各消防協会の代表チームと技術を競い合いました。

当日は30度を超える真夏日でしたが、暑さに負けず、県大会の舞台に挑んだ選手をはじめ、団員や関係者のみなさん、本当にお疲れ様でした。

全国消防ポンプ操法大会(10月又は11月)  
東日本の都道県 西日本の府県  
全国大会は各都道府県が隔年で行われます。平成22年度は自動車操法に東日本の都道県各チーム、小型ポンプ操法に西日本の府県チームが出場します。長野県からは自動車操法代表チームとして富士見消防団が全国大会に出場します。

長野県消防ポンプ操法大会(8月上旬)  
松本 木曾 大北 諏訪 上伊那 飯伊 南佐久  
北佐久 上小 埴科 須高 長野 北信  
平成22年度は上記13の消防協会から自動車操法12チーム、小型ポンプ操法13チームが出場し、白馬村消防団は大北消防協会の代表として出場しました。

大北消防ポンプ操法大会(7月上旬)  
松川村 池田町 大町市 白馬村 小谷村  
毎年大北5市町村各1チームずつ、各種目とも5チームが出場しました。

白馬村消防ポンプ操法大会(6月中旬)  
南部分団 中部分団 北部分団  
平成22年度は自動車操法3チーム、小型ポンプ操法9チームが出場しました。



未知を歩こう。  
**信州**

信州デスティネーションキャンペーン  
2010.10.1 - 12.31

キャンペーン  
開催近づく!



「リゾートビューふるさと」2010.10.2運行開始

【長野から松本、そして白馬・小谷と北アルプスの麓へ美しい風景に出会い、歴史と文化にふれる「リゾートビューふるさと」で巡る信州】をキャッチフレーズに、ハイブリッドシステム搭載新型リゾート列車「リゾートビューふるさと」が連日JR大糸線を走ります。

白馬を訪れるお客様を、  
おもてなしの心、笑顔で迎えましょう。

「ふるさと」の運行ダイヤは、近日中に発表されます。





英語表記もされています



# ごみ減量作戦

現在、役場環境課窓口で「ごみ箱用分別ステッカー」の無料配布を行っています。

多くの家庭・事業所でごみ箱を分別していただき、白馬村全体でリサイクルの促進を進めていきましょう。

## ごみ箱を分けよう！

村民の皆様のご協力により、ごみの適正分別が進んでまいりました。しかしながら、まだまだ「燃えるごみ」「燃えないごみ」の中にリサイクルできる物が含まれているのも実状です。

そこで、リサイクルできる物を『ごみ』として処理しないためにもごみ箱を分け、捨てる時点で適正分別をしましょう。



使用例

ごみ箱の大きさは各家庭から出るごみの実状に合わせて選択し、ステッカーを貼付して利用してください。

## ステッカーは6種類

ステッカーは「燃えるごみ」「燃えないごみ」のほか、「ペットボトル」「プラスチック製容器包装」「ガラスびん」「紙製容器包装」の6種類です。家庭においても営業施設においても多く排出される品目を対象としました。それぞれのステッカーの大きさは、縦9cm

×横11・5cmです。訪れた観光客や外国人の方も理解できるよう、簡単な分別の仕方も明記してあります。

ステッカーの配布数に制限は設けておりませんので、ご希望数を環境課窓口にてお申し付けください。

## 営業施設の皆様へ

「ごみ箱を分別しても、ごみは分別されないのでは…」というご心配もあろうかと思えます。しかし、訪れるお客様も家に帰れば同様に分別しているはずです。

今回、営業施設向けに左記のような

『適正分別の案内リーフレット』をステッカーに合わせて作製しました。このリーフレットは客室に備え付けていただいたり、チェックインの際にお客様への案内としてご利用いただければと思っています。このリーフレットについても環境課において無料で配布しています。ステッカーとともに多くの施設で導入いただきますようお願いいたします。

### \*お問い合わせ

白馬村役場環境課  
電話 72・5000 (内線148)

白馬村は「ごみ減量化」と「リサイクル」を促進しています  
Let's keep Hokube beautiful

ごみの分別にご協力ください  
Thank you for separating your garbage

下記のとおり分別して捨てることでリサイクルされます  
If you classify correctly the following garbage they may be recycled! Thank you for your cooperation!

<b>ペットボトル</b> Plastic Bottles	キャップとラベルは取り、「プラスチック製容器包装」のごみ箱へ、中を軽く洗いましょう。 Remove the cap, label and neck inside. Caps and labels should be thrown away in Plastic Containers and Packaging.
<b>プラスチック製容器包装</b> Plastic Containers and Packaging	マークの付いている物、きれいな物に限ります。ビニール袋、レジ袋、ビニールパックなど。 Items with the mark mark. e.g. Plastic bag, plastic wrapping, Ziploc bags, etc. Solid items are treated as Recyclable Rubbish.
<b>ガラスびん</b> Bottles / Jars	ラベルは付いたままでOK! びんの口についているアルミのシールは取り、「燃えないごみ」のごみ箱へ、中を軽く洗いましょう。 It is not necessary to remove labels! Please remove foil (seal) on bottles with Noncombustible Rubbish! Wash inside.
<b>紙製容器包装</b> Paper Containers and Packaging	マークの付いている物、きれいな物に限ります。紙袋、紙箱、紙巻紙など。 Items with the mark mark. e.g. Paper bags, paper boxes, wrapping paper etc. Solid items are treated as Recyclable Rubbish.
<b>燃えるごみ</b> Combustible Rubbish	マークやマークの付いていない物、もしくはマークが付いていても汚い物に限ります。 Recyclable items other than those with the following mark mark. Solid items with these marks belong to this category.
<b>燃えないごみ</b> Noncombustible Rubbish	缶は中身を空にしてください。 Remove the contents of the can.

白馬村環境課  
Hokube Village Environmental Station

# 世界のトップアスリート 夏の頂点 白馬の空へ!!



この大会はスポーツ振興基金  
助成金を受けて実施しています。

## 8/27(金) (入場無料)

- 18:00 / 公式練習1・2
- 公式練習終了後  
/ クオリフィケーションラウンド

## 8/28(土)

- 18:00 / 開場
- 19:15 / トライアルラウンド
- 20:15 / ファーストラウンド
- 21:15 / ファイナルラウンド
- 21:45 / 表彰式

## 8/29(日)

- 17:30 / 開場
- 18:30 / クオリフィケーションラウンド
- 19:30 / ファーストラウンド
- 20:30 / ファイナルラウンド
- 21:00 / 表彰式

2010 FISサマーグランプリジャンプ

# 白馬大会 2010.8/28(土)・29(日)

会場 / 白馬ジャンプ競技場 [フェデラルHS131 (K=120m)]  
長野県北安曇郡白馬村

### ●入場料

[前売券] 大人1,300円 [当日券] 大人1,500円

中学生以下  
無料

◎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/>

チケットの  
お求めは

i.JTB HTA販売センター【セブン-イレブン・ローソン・ファミリーマート・サークルK・サンクス(商品番号:0227733)】、ローソン【全国のローソン(057-000-777/レコード:38938)】、ぴあ【全国のチケットぴあ(Pコード:816-630)、セブン-イレブン(全国(但し、予約後の引取りのみ))、サークルK・サンクス(全国)】、白馬村観光局、白馬村振興公社、夢白馬

[特別席] 6,000円

※このチケットご購入のお客様は、  
軽食付・ドリンク(アルコール飲み放題)。特別席にて観戦ができます。  
特別席チケットのお求めは、直接白馬村観光局へお願いします。

主催・共催 / 国際スキー連盟(FIS)、財団法人全日本スキー連盟(SAJ)、2010FISサマーグランプリジャンプ白馬大会組織委員会  
協力 / 独立行政法人 日本スポーツ振興センター ■ 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 / リコー、ミスノ、DAUROダウロ、ダイドードリンク





## 地区集積場に新ルール！

最近、地区集積場に「ごみ」や「リサイクル物」が溢れかえっています。地区集積場の数や大きさの問題もありますが、まずは「ごみ」「リサイクル物」の出す日・出す時間を厳守しましょう。

### 前日午後6時から当日午前8時までに出しましょう

大町市は「ごみ」「リサイクル物」を24時間・365日地区集積場に出せません。収集日当日に出すことが当たり前となっています。今後、白馬村は大町市や小谷村とともにごみ処理を行います。大町市と同様の収集形態になるのは必至です。今から時間厳守を心掛けるようにしましょう。

### 【例】9月2日(木)リサイクル物収集日

出せる時間：9月1日(水)午後6時～  
2日(木)午前8時

### どうして、ごみも燃えなくなると？

■リサイクルできなくなってしまう  
集積場の中に「ごみ」と「リサイクル物」が混在していると、「リサイクル物」が汚れてしまう場合があります。汚れてしまうと、せっかく分別していただいた「リサイクル物」が燃えるごみや燃えないごみになってしまいます。

### ■収集されない場合があります

「ごみ」の中に「リサイクル物」が埋もれてしまっていると、収集の際「リサイクル物」があることに気づかず、地区集積場に残されてしまう可能性があります。

### ■収集・清掃が容易に行えませんか

「ごみ」と「リサイクル物」が混在していると、収集の作業の際に必要な以上の時間がかかってしまいます。また、燃えるごみ・燃えないごみの収集日には清掃作業も行っていますが、「リサイクル物」があると清掃も行えません。



### リサイクル物の収集日が増えます！

現在、集積場のある地区においては、リサイクル物を毎月第1・3・5の木曜日に収集しています。しかし、住民の方々の分別意識の高揚もあり、地区集積場は飽和状態にあります。そこで、この10月より毎週木曜日に収集することとします。

### 【収集日】毎週木曜日

### 【変更日】10月7日(木)から

【収集品目】 ガラスびん(無色・茶色・その他)、紙パック、雑誌・雑がみ、段ボール、紙製容器包装、新聞、プラスチック製容器包装、白色トレイ、ペットボトル、衣類・布類  
※アルミ缶は従来どおり燃えないごみとして出してください。  
以上のことから、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

\*問い合わせ先 白馬村役場 環境課

## 地域包括支援センターだより

### 「まめつた講座」に参加しませんか？

#### ●トレーニングマシンを使って足の筋力を鍛え、転倒を予防しましょう

『じゅうたんの縁につまずく』『階段を上るのが億劫になった』『やることがないときはねていたほうが楽だ』思い当たることはありませんか？ 体力や、足腰の力が弱くなっているかもしれない。もういまさら運動なんてと思わず体を動かしてみよう。『じゃあ、やろうか』とその気になっても、一人で運動をするのは大変です。そこで『まめつた講座』では、しろうまメディアの仲学 健康運動指導士、ボランティア、介護スタッフが、ひとりひとりに適した運動方法を安全に指導します。マシントレーニングのほかストレッチやレクレーション体操などを組み合わせで行い、楽しく足腰を中心とした筋力づくりをお手伝いします。

#### ▽定員 10名

立つ、座る、歩く、階段の昇り降りなど、普段の生活で「いきいたい所へ行ける。したいことができる」ために、足腰の筋力維持はとても大事です。足腰が弱くなると、転倒しやすくなり、心理的不安や閉じこもりがちになるなど生活機能全体の低下を起しやすくなります。足腰の弱くなる原因には、病気、骨折など明らかな原因のほか、「もう年だから」「めんどうだから」「やることがないから」とだんだん動かなくなる生活不活発が、最大の原因といわれています。頭も、体も使わないと老化し衰えが加速しますが、本人がやる気になって取り組めば、何歳になっても心身の機能を回復、向上ができる事が、最近の研究により明らかになりました。

『まめつた講座』への参加を希望される方は、地域包括支援センターまで連絡してください。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。

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。

\*問い合わせ 白馬村地域包括支援センター(役場1階住民福祉課)

電話(直通) 72・6667

# 『心の健康づくりに関する調査』

## にご協力をお願いします

全国では平成10年以降12年連続で自殺者が3万人超え、長野県においても年間500人前後の方が亡くなられています。これらの現状を踏まえ、自殺者の減少のための施策を進める「自殺対策推進計画」の一環として『心の健康づくりに関する調査』を実施致します。

無作為抽出で選出された20歳以上の男女700名の方に、日頃感じている心の悩みについてのアンケートをお送りしています。匿名で郵送提出していただきますので、個人が特定されることはありませんので、該当になられた方はぜひともご協力をお願いします。お忙しい時期に恐縮ですが、8月20日までに同封の返信用封筒に入れて住民福祉課までご提出ください。

**\*調査についてのお問い合わせ先**

長野県健康福祉課

健康長寿課精神保健係

電話 026123517109

FAX 026123517170

**自殺は  
みんなの問題です**

**①個人の問題でなく社会と密接に関わる問題である**

地域の風土、社会情勢、メディアなどが自殺の発生に影響を与えることもあります。

心の健康に対する関心や理解を深めるなど、自殺がおこらない街づくり、地域づくりが大切です。

**②早世死亡の最大の原因のひとつ**

自殺者の7割が男性。特に働き盛りの男性に多い状況が続いています

**③自殺の動機は健康問題が第1位**

自殺の三大原因は1位健康問題（中でもうつ病が増加）、2位家庭問題、3位経済問題です。

**④自殺者の85%は精神疾患に罹っていて、その多くは気づかれなかった**

自殺には様々な要因が複雑に関係し、心理的に追い込まれた末の死です。自殺の直前にうつ病などの精神疾患に罹っていることが多く、的確な判断ができにくい状況にあります。

**⑤自殺は防ぐことができる**

自殺を考えている人は、悩みを抱えながらもサインを発しています。サインに気づき、早めに専門医につなげ、温かく寄り添いながら見守りましょう。

## 自殺予防のための行動

### 3つのポイント

（周囲の人が、自殺を考えているのではないかと思い当たるとき）

**気づき**

**●周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける**

家族や、仲間の変化に敏感になり、心の悩みを抱えている人が発する周りへのサインになるべく早く気づきましよう。

「手を差し伸べて、話を聞くこと」は

絶望感を減らすための重要なステップです。時間をかけて、できる限り傾聴しましょう。

**つなぎ**

**●早めに専門家に相談するよう促す**

心の病気の兆候があれば、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族や友人などの協力を求めましょう。

治療の第一歩は相談機関、医療機関の専門家への相談から始まります

**見守り**

**●温かく寄り添いながら、じっくりと見守る**

身体や心の健康状態について、自然な雰囲気ですべてを話して、焦らずにやさしく寄り添いながら見守りましょう。家庭や職場での体や心の負担が減るように配慮しましょう。

必要に応じて、家庭と連携を取り、主治医に情報を提供しましょう。





# 特定健診集団結果説明会のお知らせ

～今年も特定健診を受診していただきありがとうございました～

昨年度より、役場保健師・管理栄養士による特定健診集団結果説明会および結果返却を行っています。健診結果の見かたや、体・血管の変化などについてお話する約1時間の集団説明会を予定しています。お忙しい中とは存じますが、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いたします。

特定健診受診日	集団結果説明会 (約1時間を予定) 場所:ふれあいセンター		
7月11日(日)	8月30日(月) 15:30～16:30	8月31日(火) 10:00～11:00	8月31日(火) 13:30～14:30
7月12日(月)	9月1日(水) 15:30～16:30	9月1日(水) 19:00～20:00	9月2日(木) 10:00～11:00
7月13日(火)	9月2日(木) 13:30～14:30	9月3日(金) 13:30～14:30	9月3日(金) 15:30～16:30
7月14日(水)	9月4日(土) 13:30～14:30		

※上記日程内での変更は連絡不要です。ご都合のよい日にお越しください(土日開催もあります)。上記日程でご都合のつかない方、個別相談を希望される方は、役場住民福祉課 電話72-5000(内162)までご連絡ください。  
 ※特定健診の結果は個別郵送しませんので、結果説明会に必ずお越しいただき、結果をお受け取りください。なお、6月に特定健診を受診した方で、まだ結果を受け取っていない方の参加についても、ご連絡は不要ですのでぜひご参加ください。

## 特定健診・各がん検診のご案内

今年の健診終わっちゃったの?!  
 …という方まだ間に合います。ぜひお越しください!



6・7月に受診できなかった方は、下記日程で特定健診・各種がん検診を受けることができます。村の健診は今回が最後となります。受診希望の方は、役場 住民福祉課 電話72-5000(内162)までご連絡ください。

なお、社会保険の被扶養者の方で、ふれあいセンターでの特定健診受診をご希望の方は、電話0120-10-6969までご連絡いただき、必ず事前予約・受診のご案内を済ませてください。

日程	9月6日(月)	
受付時間	午前7:00～10:30	午後13:00～15:00
受診できる検診	★特定健診 +オプション 眼底検査・心電図 ★胸部レントゲン(結核・肺がん)検診 ★胃がん検診(バリウム検査) ★大腸がん検診(検便提出) ★前立腺がん検診(採血検査) ★肝炎ウイルス検査(採血検査)	★特定健診 +オプション 眼底検査・心電図 ★胸部レントゲン(結核・肺がん)検診 ★胃がん検診(バリウム検査) ★大腸がん検診(検便提出) ★前立腺がん検診(採血検査) ★肝炎ウイルス検査(採血検査)
場所	ふれあいセンター 1階(役場庁舎東側)	
持ち物	受診券、問診票(記入して)、採尿器、受診料金(受診券参照)、検便(大腸がん検診のみ)	

※胃がん検診を受ける方は、前日21時以降 飲食厳禁となります

※胃がん検診を受けない方は、飲食可です。ただし、特定健診では中性脂肪・血糖値も測定しますので、食後に受診した場合、高い値となる可能性があります。受診直前的高カロリー食品の摂取や、検査前10時間以内の暴飲暴食は控えていただくことが望ましいです(常用薬、水やお茶の摂取に制限はありません)

# 図書館だより

No.105

平成22年 8月  
白馬村図書館  
TEL72-5200

## 図書館のおやすみ

- ・月曜日 祝日
- ・毎月 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。
- ・その他 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時間閉館	1時～6時	9時～12時

一般書

子育てハッピーアドバイス  
大好き！が伝わる  
ほめ方・叱り方



明橋 大二  
分類 379ア

一般書

雨心中



唯川 恵  
分類 Fユ

郷土

作って楽しむ信州の漬物



横山 タカ子  
分類 N596ヨ

絵本

アンパンマン  
プチシアター 全8冊



分類 Eア

アンパンマン映画の名作がおてごろサイズの絵本になりました。

一般書

捕るか護るか？  
クジラの問題  
いまなお続く捕鯨の現場へ



山川 徹  
分類 664ヤ

和歌山県太地町へ。クジラ問題を考えながら、捕鯨の現場取材したルポルターージュ

一般書

ベスト・エッセイ2010  
この星の時間



日本文藝家協会(編)  
分類 914コ

あざやかに甦る場所がある。人がいる。しみじみと心に届く珠玉のエッセイ集。

児童書

ロンド国物語



エミリー・ロッダ  
分類 933ロ

オルゴールに封じられた別世界への扉が開いた…。怖くて不思議な国の冒険物語。(1～7巻)

★太平洋戦争を扱った図書を30冊ほど集めて、小さい特集コーナーを作りました。9月中旬までです。どうぞご利用ください。

★図書館の蔵書がご家庭のパソコンで検索できます

白馬村役場行政ホームページ→  
公共施設→図書館→蔵書検索

★おはなしの会

毎月第2土曜日午前10時30分から  
白馬村図書館児童ルームにて開催中です



## 5～6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17日(火)	2歳健診	13:00～13:15	H20年6月生～7月生
8月18日(水)	3歳健診	13:00～13:15	H19年6月生～7月生
8月24日(火)	4ヶ月・10ヶ月健診	9:15～9:30	H21年10月生およびH22年4月生
8月30日(月)	2ヶ月育児相談	9:45～10:00	H22年6月生
9月15日(水)	4ヶ月・10ヶ月健診	9:15～9:30	H21年11月生およびH22年5月生
9月17日(金)	1歳半健診	3:00～13:15	H21年2月生～3月14日生
9月27日(月)	2ヶ月育児相談	9:45～10:00	H22年7月生

※マタニティ教室は、H22年度から支援ルームでの開催となります。

※離乳食教室は、H22年度から『もぐもぐの日』として、支援ルームでの隔月(奇数月)実施となります。また、生後4・5ヶ月～1歳程度の離乳食期にあるお子さんをもつ保護者の方、そのほか食事全般に關

予防接種 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
9月9日(木)	ポリオ	13:15～14:15	1回目 H22年2月生～5月生
9月14日(火)			2回目 H21年6月生～H22年1月生

### 【子育て支援ルーム】

なかよし広場	
時間：9:30～12:00	
1歳児の広場	毎週火曜日
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

※2ヵ月育児相談実施日はお休みします

自由利用	
毎週月曜日	9:30～12:00
毎週火・水・木曜日	13:30～16:00

※8月25日(水)「もぐもぐの日」(幼児食)は、都合により中止となりました



### 行事予定

月日	行事名	対象	開始時間
8月17日(火)	食育活動「おいしいもの食べよ」	1歳児対象	11:00～
8月19日(木)	食育活動「おいしいもの食べよ」	2・3歳児対象	11:00～
8月23日(月)	山崎先生と語る会「自ら伸びる子 自発性と意欲を育む子育て」		10:00～12:00
8月31日(火)	バラエティショー(人形劇)		10:30～11:25
9月1日(水)	マタニティ教室①		10:00～
9月2日(木)	食育活動「おいしいもの食べよ」	2・3歳児対象	11:00～
9月7日(火)	1歳児リトミック	1歳児対象	11:00～
9月8日(水)	食育活動「もぐもぐの日」(離乳食)	0歳児対象	10:45～
9月9日(木)	2・3歳児リトミック	2・3歳児対象	11:00～
9月12日(日)	お父さんとあそぼう 白馬の昔を聞こう《丸山澄雄先生》		10:00～12:00 10:45～
9月13日(月)	おはなし会		11:00～
9月14日(火)	食育活動「おいしいもの食べよ」	1歳児対象	11:00～
9月16日(木)	ミニ運動会	2・3歳児対象	10:00～12:00
9月27日(月)	健康講座「心と身体のリラクゼーション&ストレッチ」《山岸洋子先生》		10:00～11:30
10月3日(日)	お父さんとあそぼう		10:00～12:00
10月4日(月)	おはなし会		11:00～
10月6日(水)	マタニティ教室②		10:00～
10月13日(水)	山崎先生と語る会「本物の『愛』と出会い、子を深く愛するために」		10:00～12:00
10月14日(木)	お楽しみ日	2・3歳児対象	10:00～
10月18日(月)	白馬の昔を聞こう		10:45～
10月19日(火)	食育活動「おいしいもの食べよ」	1歳児対象	11:00～
10月20日(水)	食育活動「もぐもぐの日」(幼児食)	0歳児対象	10:45～
10月21日(木)	食育活動「おいしいもの食べよ」	2・3歳児対象	11:00～

休日当番医	白馬村・小谷村	大町市内(内科・小児科)	大北一円(外科)	歯科医院
	8月16日(金)	しんたにクリニック	平林医院	安曇総合病院 安曇病院歯科口腔外科
	8月21日(土)	横沢医院		
	8月22日(日)	公済堂(北沢)医院	横澤内科医院	栗林医院 いいざわ歯科医院
	8月28日(土)	栗田医院		
	8月29日(日)	安曇病院白馬診療所	野村クリニック	安曇総合病院 小谷歯科医院
	9月5日(日)	横沢医院	大町協立診療所	狩谷整形外科医院 たけうち歯科医院
	9月12日(日)	しんたにクリニック	伊東医院	西森整形外科 金子歯科医院
	9月19日(日)	公済堂(北沢)医院	柿下クリニック	栗林医院 小田切歯科医院
	9月20日(月)	横沢医院	遠藤内科医院	石曽根医院 柏原歯科医院
9月23日(木)	安曇病院白馬診療所	松林医院	市立大町総合病院 師岡歯科	
9月26日(日)	しんたにクリニック	加藤診療所	西森整形外科 いとう歯科医院	

姉妹都市コーナー

静岡県 河津町



大自然の中で摘み取り体験

静かな山あいにある「河津ブルーベリーの里」では、7月から8月にかけてブルーベリーの収穫時期を迎えます。3,000坪の広大な農園に約1,000本のブルーベリーが植えられていて、園内では40分間食べ放題で摘み取り体験を楽しむことができます。

今年は、花が咲く3月4月の気温が低かった影響で、例年よりも実の数は少なめですが、太陽の光を浴びて黒く完熟したブルーベリーの摘み立ての味は格別です。

和歌山県 太地町



白馬北小学校の皆さんようこそ太地町へ

7月28日(水)から30日(金)の3日間、白馬北小学校の5年生の皆さんが太地町で滞在されました。29日の朝、太地町公民館で交流会が行われました。最初に、両校の校歌が歌われました。その後、太地小学校児童によるいさな太鼓や白馬北小学校の児童による「つばさをだいて」という歌が披露されました。この交流会が終わったあと、午前中は、くじらの博物館でイルカのショーなどを見学しました。午後からは、磯で、泳いだり、貝を獲ったりして楽しんでいました。また、獲った貝を焼いたりしておいしそうに食べていました。今回の交流で子ども達は更に友好を深めていました。

有料広告欄

営利を目的としない助けあいの制度

長野県民共済

資料請求はホームページからどうぞ。

長野県民共済

検索

[www.nagano-kyosai.or.jp/](http://www.nagano-kyosai.or.jp/)

携帯から▶<http://kyo-sai.jp/nagano/>

携帯サイトのバーコード



共済取扱団体/長野県認可 長野県民共済生活協同組合  
共済元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会

<http://www.kyosai-cc.or.jp/>

【松本】☎0263-40-1681(代)

〒390-0851 松本市島内3443-3

FAX 0263-40-1682

(この広告は白馬村広報等有料広告掲載要網に基づき掲載しています)

編集後記

8月も残すところあと僅か、皆さんいかがお過ごしでしょうか。私は先日唐松岳へ日帰り登山に行ってきました。当日は天候にも恵まれ、爽やかな山の風を感じながらゆっくり登ること4時間半、頂上からは五竜岳、不帰キレット、白馬三山、そして遠くに剣岳を一望に収めることができ、予想以上の絶景に大満足の登山となりました。

気軽に楽しみたい方は八方池までのトレッキングコースだけでも、十分に山の景色、空気や高山植物などを楽しむ事ができます。また、白馬村では登山やトレッキングを始め、ラフティングやパラグライダーなど様々なアクティビティを体験することができます。是非皆さんも未知なる白馬の魅力を探検してみてください。きっと新たな出会いや感動が待っていることでしょう。