

広報はくば



2010
Vol.408

9

9月5日(日曜日)に第54回白馬村村民運動会が開催されました。

異常気象とも言われた今年の夏だけに、この日も気温30度を超える残暑厳しい中、抜けるような青空の下での開催となりました。

競技結果は、各競技とも好成績を取めた飯森地区が3年連続の総合優勝を飾りました。真夏日の下、ご協力いただいた役員の方、そしてご参加いただいた皆様に、この場をお借りして感謝申し上げます。

広報はくば

国勢調査について	2
狂犬病予防接種を受けさせていない方へ	5
リサイクル物収集日について	7
白馬の健康	12・13
新型インフルエンザの予防接種について	14・15

広報はくば

平成22年度成人式	20
第54回白馬村村民運動会	21
さんかく君だより	22
図書館だより	23

平成二十二年十月一日

国勢調査を実施します

- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- 平成二十二年国勢調査は、我が国が本格的な人口減少社会となつて実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
- 調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。
- 九月下旬から、調査員が世帯を訪問して調査票を配布します。
- 記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をして調査員に渡していただくか、市区町村に郵送で提出していただきます。



2010 国勢調査



総務省・都道府県・市区町村

国勢調査については、平成22年国勢調査広報サイト「国勢調査e-ガイド」をご覧ください。

国勢調査 e-ガイド

検索

<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2010/kouhou/index.htm>

国民健康保険証更新のお知らせ

国民健康保険証は10月1日で更新となります。

【保険証の色】

	旧	新
[一般] 被保険者証	薄緑色	薄紫色
[退職] 被保険者証	オレンジ色	クリーム色

現在使用している保険証は9月30日で有効期限が切れますので、9月下旬に新しい保険証を郵送します。10月1日からは新しい保険証をお使い下さい。現在お持ちの保険証は、有効期限が切れたら裁断の上破棄して下さい。

更新により一般被保険者証は薄紫色、退職被保険者証はクリーム色になります。

保険証は、世帯主宛にまとめて郵送します。氏名、生年月日、住所など記載内容に間違いがないか確認して下さい。

「木枠コンポスト型生ごみ処理器」の補助金制度が始まります

現在、白馬村では村民の皆様のご努力により、リサイクル物が適正に分別され、焼却されるごみの量は徐々に減少してきています。

しかし、いくらリサイクルが進んでも出てしまうのが生ごみです。特に、宿泊施設や飲食店等の営業施設から排出される生ごみは、一般家庭から排出される生ごみよりも格段に量が多く、又、「ばっくん」や「家庭用の電気式生ごみ処理機」では処理が追い付かないのが現状です。

そこで、この10月より生ごみ処理に抜群の効果を発揮する、「木枠コンポスト型生ごみ処理器」(通称「わくわくコンポスト」)の購入に対する補助金制度を導入いたしますので、ぜひご利用ください。

●こんな方にお勧めです

- ・宿泊業や飲食店業を営んでいる方
- ・「ばっくん」や「家庭用電気式生ごみ処理機」では処理が追い付かない方
- ・一般家庭数軒が共同で一日平均5〜10畝くらい生ごみを出す場合など

●補助金の詳細

- ▽金額及び補助数
- ・対象のコンポストのみ(Z菌や設置に必要なブロック等は含まれません)
 - ・購入金額の2分の1以内、上限1万円

- ・1世帯又は1事業所当たり2基まで
- ▽補助対象者
- ・村内に住所を有する方
 - ・村税等の滞納が無い方

▽申請手続きの流れ

- ①対象のコンポストを購入する(商品は代金の支払い後にお届けいたします)
- ②商品の領収書と、ご印鑑、コンポストを設置した写真、希望の振込先口座を用意して役場環境課へ
- ③申請書類に記入する
- ④申請内容が適正であれば、後日、補助金を振込みます

●実際に処理を行うにあたって必要となる物

- ・木枠コンポスト型生ごみ処理器
- ・Z菌(生ごみの発酵を促進する菌)
- ・コンポストの下に敷く15〜20cmの高さのブロック・角材等
- ・もみ殻、又はそば殻

●金額・購入場所等

- ▽木枠コンポスト型生ごみ処理器(わくわくコンポスト)
- ・表面の研磨、塗装あり
 - 23,800円(税込)
 - ・表面の研磨、塗装なし
 - 19,800円(税込)



木枠コンポストのイメージ写真

▽Z菌 1,000円(税込)

▽販売場所

- ・Aコープ白馬店ハピア
電話72・6000
- ・JA大北北部営農センター神城
電話75・2180

※コンポストは料金の支払い後に、販売店側がご自宅までお届けします。

*問い合わせ

詳しくは役場環境課まで、又は村のホームページをご覧ください。

白馬村環境課 電話72・5000
ホームページ
<http://gyosei.vill.hakubanagano.jp/category/waste.html>

▽もみ殻、そば殻については次の事業所へお問い合わせ下さい。

- ・有限会社マイテカル
電話72・7676
- ・JA大北北部営農センター神城(9〜10月のみ取扱い) 電話75・2180
- ・有限会社ティーエム(9〜10月のみ取扱い) 電話75・3301

平成23年度 北アルプス広域連合 職員募集のご案内



◆職種 消防職員(初級)

※採用後、長野県消防学校に入校し、消防士としての初任科教育を終了した後、北アルプス広域消防本部あるいは大町消防署、北部消防署、南部消防署のいずれかに勤務となります。

◆採用人員 若干名

◆受験資格

昭和61年4月2日から平成5年4月1日に生まれた高等学校卒業程度の学力がある方で、本人または生計を共にする家族が、大町市・北安曇郡内に住んでいる方。

◆試験日 第一次 11月14日(日) 第二次 12月11日(土)

◆受験申込受付期間 ※平日のみ受付

9月22日(水)から10月7日(木)まで
午前8時30分から午後5時15分まで

*申込・問い合わせ

北アルプス広域消防本部総務課庶務係
電話22・0119(内線24)

白馬村住民監査請求監査結果について

平成22年6月21日付けで村民の方から住民監査請求書が提出され、平成22年8月16日付けで白馬村監査員が村長への意見を付し監査請求結果を公表しました。

■住民監査請求とは？

村民の方が、村長や行政委員会、委員又は村の職員による公金の支出、財産の管理、契約の締結など財務会計上の行為について、違法又は不当で急っている事実がある時に、これらを証明する書面を添えて、監査委員に対して監査を求め、村が被った損害の補填など必要な措置(対処)を講ずるよう請求ができることです。(地方自治法第242条)

■監査対象事業

平成21年度白馬村除雪事業等融雪剤売買契約

■監査請求の内容と、

監査委員の監査結果(概略)

請求内容

①村が実際に契約をしていない購入されるはずのない融雪剤を納品し、支払いを行ったことは、財務会計上違法な公金の支出である。その違法

な公金の支出により村が被った損害を補填するよう必要な措置を求める。

②当初契約の融雪剤とは成分が違い、存在しないはずの融雪剤が納品され、村は支払を行った。村は存在しないはずの融雪剤が納品されたこと等について受注者に損害を求める事ができるが、まだ求めていないので行使するよう求める。

監査結果

①契約から納品検査、支払の流れに関しても、通常の解釈では違法という判断はできない。

②結果として成分の違う融雪剤が散布されたが、融雪剤としての効果はあり、白馬村が凍結防止・融雪を目的とした当該契約は、違法・不当な行為とは判断しにくい。散布したことによつての実損事故等の報告も現在はなく、村は受注者に対して、契約にない融雪剤に対しての損害賠償請求を既に行っている。

以上の理由で、監査委員は請求人の主張には根拠がなく、理由がないものと認めました。

*お問合せ・詳細

白馬村議会事務局内 白馬村監査委員
電話72・5000

平成22年度 狂犬病予防注射を受けさせていない方へ

平成22年度の狂犬病予防注射をまだ受けていない飼犬について、次の日程で集合注射を実施します。狂犬病予防法において、犬の飼い主の方には毎年1回4月から6月末までに予防注射を受けさせる事が義務付けられています。



■日程 10月7日(木)

■実施会場・時間

神城多目的集会所施設前 午前10時～10時20分
 エコランド体育館前 午前10時30分～10時50分
 新田公民館前 午前11時～11時20分
 白馬村役場前 午前11時30分～11時50分

■対象の犬 今年度まだ注射を受けていない犬
 (生後90日を過ぎていること)

■料金 3,220円
 (内訳) 注射料金 2,670円
 注射済票交付手数料 550円

■その他

- ・大北地区以外で注射を済まされた方は、証明書を役場までご提出ください。
- ・飼犬が亡くなっている場合は役場までご連絡ください。
- ・注射は動物病院でも受けさせる事ができます。

*申込・問い合わせ

白馬村役場 電話72・5000

白馬村しろうま保育園

平成23年度園児を募集します

保育園は、児童福祉法に基づき、保護者の皆さんが働いている、又、病気や出産などのために家庭で保育することができないお子さんを、毎日一定の時間、保護者にと変わり保育するところです。

村では、平成23年度の保育園入園説明会と入園申込受付を次のとおり行います。お子さんの入園を希望される方はお出かけください。

入園説明会

▽日時 平成22年10月4日(月) 午前10時30分～

▽場所 白馬村保健福祉ふれあいセンター 2階 学習室

※当日は、ふれあいセンター3階に託児室をご用意します。

入園申込受付

▽日時 平成22年10月5日(火)～29日(金)

▽場所 白馬村役場住民福祉課

(保育園での受付は行いません)

入園対象児童

生後10ヶ月児～就学前児童

申込に必要な書類

- ①入園申込書
 - ②保育できないことを証明する書類
(就労証明書・診断書等)
 - ③1月2日以降、本村に転入された方は前住所地の市町村役場が発行する「所得課税証明書」
- ※申込に必要な書類は、入園説明会で配布します。



*お問い合わせ

住民福祉課福祉係(担当:鈴木広章)
 電話72・5000(内線157)

無料法律等相談所の開設について

10月1日から7日の「法の日」週間に、無料で法律・人権・調停・公証についての相談所を開設します。

金銭・土地・交通事故等の問題、離婚・扶養・相続等家庭内のもめ事、差別、いじめ等の人権問題などでお困りの方はお気軽に御利用ください（秘密厳守）。

なお、御来場の際には、相談に関する資料をお持ちください。

▽主催 裁判所、検察庁、弁護士会、法務局、調停協会、公証人役場

▽日時 10月1日（金）

午前10時～午後4時

▽場所 大町簡易裁判所

（大町市大町422番地1）

*問い合わせ先

「法の日」週間実施委員会

大町簡易裁判所

電話22・0121

「県下一斉司法書士無料法律相談」相談所の開設について

10月1日は「法の日」です。

私たち司法書士は、皆様の貴重な財産権をはじめ、権利の保護に携っておりますが、この法の日を中心に、県下の各市町村において「司法書士無料法律

相談」を実施して、ご相談をお受けします。お気軽にお出掛け下さい。

司法書士には守秘義務が課せられておりますので、皆様の秘密は厳守いたします。

▽日時 10月4日（月）

午後1時～午後4時

▽場所 白馬村保健福祉ふれあいセンター福祉相談室

▽相談内容

○不動産の登記、会社（法人）の登記に関する相談

○クレジット・サラ金等多重債務に関する相談

○高齢者・障害者等の財産管理に関する相談

○相続に関する相談

○不動産の売買・贈与等の取引に関する相談

○裁判所への提出書類の作成に関する相談

○借地借家に関する相談

○悪質商法被害に関する相談

○貸金・売掛金等の回収に関する相談

○中小企業法務に関する相談 その他

▽担当司法書士 久保田 電話23・3545

*予約の必要はありません。



行政書士無料相談会 面接無料相談会

▽相談日 10月17日（日）

午前10時～午後4時

▽場所

【松本会場】カタクラモール2F（ジャスコ東松本店）

電話0263・36・6601

【大町会場】大町商工会館2F

電話0261・22・1890

【安曇野会場】ほりがね物産センター

電話0263・73・7002

【木曾会場】Aコープきそ店

電話0264・23・3271

▽相談内容

相続・遺言手続、成年後見、土地家屋の賃貸借・売買等契約書作成、クーリングオフ、法人設立・変更手続、農地の賃貸借・転用手続、開発行爲許可申請

風俗営業・料理飲食店の経営、建設業許可申請、経営状況分析・経営事項審査ほか入札参加資格申請、経理記帳事務、河川や道路に関する各種許可申請

公用地の払下げ手続、外国人との結婚外国人の招聘、在留資格・再入国・永住許可・帰化、特別在留許可の申請

など

*予約の必要はありません。当日直接会場へお越しください。

▽最寄りの公証役場は、次のとおりです。

【長野公証役場】長野市大字南長野妻科437・7 長野法律ビル2F

電話026・234・8585

【松本公証役場】松本市大手2-5-1 モモセビル3F

電話0263・35・6309

「公証週間」について

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までの1週間を「公証週間」と定めて、皆さんに公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度の御利用を呼びかけております。

公証制度は、私たちの日常生活において紛争が生じないよう未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。

この公証事務を担当する公証人は、判事、検事、法務事務官などを長く務めた法律実務の経験豊かな者の中から法務大臣が任命した法律の専門家です。次のような約束事には公正証書の作成をお勧めします。

○遺言・お金の貸し借り・不動産の売買や貸し借り・離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払・任意後見契約（公正証書による）が必要ですが、

【長野公証役場】長野市大字南長野妻科437・7 長野法律ビル2F

電話026・234・8585

【松本公証役場】松本市大手2-5-1 モモセビル3F

電話0263・35・6309

10月から リサイクル物の 収集日が増えます！

地区集積場のリサイクル物 収集は毎週木曜日に

村民の皆様によるごみ分別適正化により、「燃えるごみ」「燃えないごみ」は減少傾向にあり、代わって「リサイクル物」の排出量が増加しています。しかしながら、現在の収集回数では多くの集積場が飽和状態になってしまっています。そこで、この10月より「リサイクル物」は回数を増やし、毎週木曜日に収集を行うこととしました。

ごみの減量化に向け、これからもごみの分別への積極的な取り組みをよろしくお願い致します。

なお、「リサイクル物」「燃えるごみ」「燃えないごみ」全品目ともに、集積場に出す日と時間を厳守しましょう。出す日時は、収集日の前日午後6時から当日午前8時までです。

【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・その他の色）、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。

リサイクル物には 不純物を入れない！！

皆様のご協力もあり、リサイクル物の収集量が増えているなかで、特に「紙製容器包装」と「プラスチック製容器包装」の収集量が倍増しています。しかし、残念なことに収集量と共に不純物の量・割合とも増加してしまっています。特に、今年度は4～7月の4ヶ月間で、すでに平成20年度の不純物量を上回っているような状況です。

リサイクル物に下記のような不純物が混入されていると、リサイクルの妨げになるだけでなく、最悪の場合、白馬村のリサイクル物が受入拒否となる可能性もあります。そうならないためにも、村民の皆様一人ひとりが適正分別を心がけるようお願い致します。

紙とプラの収集状況

収集品目	H20	H21	H22 (4～7月)
収集量 (kg)	15,120	27,190	12,960
不純物混入率 (%)	4.93	5.01	7.56

●不純物の例

紙マークやプラマークがない物



雑誌・雑がみ、ティッシュ、プラスチック製のおもちゃ、電化製品、ビニールホース、バケツ等

紙マークやプラマークがあっても 汚れや臭いがついたままの物



食用油や調味料のボトル、レトルト食品の包装、紙コップ、弁当の容器等

※「燃えるごみ」で出しましょう！

※きれいに汚れを落とせばリサイクル物として出すことができます。

危険物



注射器、使い捨てカミソリ、使い捨てライター等



平成22年度第2回防火管理者資格取得講習会受講案内

▽願書の受付期間

9月6日(月)～10月8日(金)

▽講習日 10月14日(木)・15日(金)

(2日間)

▽会場 大田市 フレンドプラザ大町

2階会議室

※受講を希望される方は、最寄りの消防署

又は消防本部に受講願書を用意してありますので、写真2枚(縦3cm×横2.4cm)とテキスト代3,600円を持参のうえ、9月6日(月)から10月8日(金)までの間に受講手続きをしてください

知っていますか？建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

▽加入できる事業主 建設業を営む方

▽対象となる労働者 建設業の現場で働く人

▽掛金 日額310円

▽特徴

- ・国の制度なので安全、確実、申し込み手続は簡単です。
- ・経営事項審査で加点評価の対象となります。
- ・掛金の一部を国が助成します。
- ・掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱わ

建退共から事業主の皆様へお願い

れ、税法上全額非課税となります。
・事業主が変わっても退職金は企業間で通算して計算されます。

・共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付して下さい。

・「建設業退職金共済手帳」を所持している労働者が、建設業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するよう指導して下さい。

ホームページ「建退共」に、制度説明用動画、Q&Aなど建退共制度の知りたい情報が記載されています。ぜひ、アクセスしてご覧下さい。

*問い合わせ

独立行政法人 勤労者退職金共済機構
建設業退職金共済事業 長野支部
電話 026・228・7200
FAX 026・224・3061

建退共

検索

入札結果

工事名	平成21年度深空橋改修 工事
入札日	平成22年8月9日
場所	村道1056号線 深空橋
落札者	(有)吉田建設
落札決定額	6,930,000円
入札参加者	(株)大系／(株)姫川建設／(株)白馬三津野／(有)東和／(有)吉田建設／(株)落田

工事名	平成21年度道路舗装 工事
入札日	平成22年8月30日
場所	村道0206号線 プラント通り
落札者	(有)吉田建設
落札決定額	4,200,000円
入札参加者	(株)大系／(株)姫川建設／(株)宮尾建設／(株)白馬三津野／(有)東和／(有)吉田建設／(株)落田

工事名	平成21年度 白馬村庁舎玄関アプローチ修繕・西側駐車場舗装工事
入札日	平成22年9月3日(金)
場所	白馬村役場201・202会議室
落札者	(有)東和
落札決定額	6,720,000円
入札参加者	姫川建設(株)／(株)落田／(有)吉田建設／(有)東和／(株)白馬三津野／(株)宮尾建設／白馬陸運(株)／(有)塩島組／白馬ソイル工業(株)／(株)大系(辞退)

工事名	平成22年度道路舗装新設 工事
入札日	平成22年8月30日
場所	村道2169号線 みそら野
落札者	(有)東和
落札決定額	6,720,000円
入札参加者	(株)大系／(株)姫川建設／(株)宮尾建設／(株)白馬三津野／(有)東和／(有)吉田建設／(株)落田

地球に優しい

ペレットストーブ

の購入に

10万円を

助成します



白馬村では平成20年度に地球温暖化防止の方策として、個人や会社がペレットストーブを購入される場合に、購入代金の1/2（上限10万円）の助成をする「白馬村森のエネルギー推進事業補助金」を制定しました。

ペレットストーブは、間伐材や製材端材等の木材を粉砕したオガ粉を円筒形に固めたペレットを燃料にするもので、環境に優しいストーブとしてひそかなブームを呼んでいます。村民の皆さんもこの機会に、信州の木材を有効活用できるペレットストーブの購入を是非ご検討ください。助成制度についての詳しいことは、観光農政課までお問い合わせください。

【参考】

環境への効果……ペレットストーブを1台使うことで、一般家庭から排出される二酸化炭素5トンの1/3に相当する1.7トンが抑制されます。

ペレット燃料

……1シーズンのペレットの燃料代は、約63,000円（11月～3月、1日10時間、1,500kg）です。灯油との比較は2,500円程度の増となります。ペレットの購入は大町市の大北森林組合で販売しています。1袋10kgで税込み420円です。

平成22年度 狩猟免許試験・講習会について

次のとおり平成22年度の狩猟免許試験と講習会が開催されます。

● 狩猟免許試験

- 9月26日（日） 午前8時半～ 松本合同庁舎
- 10月5日（火） 午前8時半～ 長野合同庁舎
- 23年2月19日（土） 午前8時半～ 長野合同庁舎

● 狩猟免許講習会

- 9月18日（土） 松本合同庁舎
- 9月25日（土） 長野合同庁舎
- 23年2月10日（木） 松本合同庁舎
- 2月11日（金） 長野合同庁舎

▽ 試験受付期間

8月23日（月）～9月3日（金）

▽ 試験受付場所

北安曇地方事務所林務課

▽ 申請書類等

- ① 狩猟免許申請書（受験する免許ごとに必要）1通
- ② 猟銃・空気銃所持許可証の写し1通（当該許可を現に受けている場合に限る）
- ③ 医師の診断書 1通（銃の所持許可を受けている場合は必要なし、2があれば必要なし）「精神障害、意識障害、覚醒剤等中毒者」などに該当しない証明

- ④ 写真 1枚（6ヶ月以内、正面上三分身、無背景で縦3cm、横2.4cmで裏面に氏名、撮影年月日を記載）
- ⑤ 受験手数料は5,200円。ただし、既に狩猟免許所持者で有効期間内に当該免許以外の試験を受けようとする者や災害などやむを得ない理由により更新出来なかった者は3,900円（狩猟免許試験の一部を免除できる）

- ⑥ 書類提出方法は、北安曇地方事務所林務課へ持参ください。時間の都合がありましたら、連絡ください。（下記連絡先参照）
- ⑦ 免許試験申請書は、地方事務所林務課・市町村役場・長野県公式ホームページでダウンロードも出来ます。
- ⑧ 初心者狩猟免許講習会は、試験の1週間前に実施されます。
- ⑨ 受講料は無料ですが、講習会で使用するテキスト（2,340円）を当日購入して下さい。

* 問い合わせ

北安曇地方事務所林務課林務係
（神田、三村、小林まで）
電話 23・6519

ツキノワグマ出没注意

7月から8月にかけて、県内各地でクマの被害が増えています。8月には大町市扉沢で登山客がクマに遭遇して負傷するという事故がありました。

クマによる人身被害に遭わないために、山に入るときは次の事に気をつけて行動して下さい。

- 1 ラジオや鈴など音の出るものを持って、周囲に十分注意して下さい。
- 2 子グマを見かけたときは、付近に母グマがいる可能性が高いので絶対に近づかないようにして下さい。
- 3 クマの捕獲檻が設置してある周囲には、クマがいる可能性が高いので近寄らないで下さい。
- 4 クマを目撃したときはすぐに役場観光農政課まで連絡して下さい。

土地家屋調査士の行う

全国一斉表示登記無料相談会

—— 大町支部会場開催のお知らせ ——

▽日時 10月9日(土)

▽受付 午前10時～午後4時

▽終了 午後4時30分

※相談時間は1件30分となります

▽相談内容

①土地の境界についてお困りだったり、分らないことの相談

②土地を2つに分けたり、登記を行っていない建物など、土地と建物の登記についての相談

▽ご予約は：

▽会場 大町市大町3872・7

おまち情報センター「OIC」

(大町市総合情報センターの愛称です)

電話 21・3800

FAX 21・3801

▽担当及び連絡先

担当土地家屋調査士・藤原

電話82・2080

※なお、当日は混雑も予想され会場でお待ちいただく場合も考えられますので、予めご予約を頂きお越しくださることをお勧めします。

長野県土地家屋調査士会事務局

電話026・232・5466

(受付時間 午前10時～午後3時)

米・米加工品を取扱う業者の皆様へ 米トレーサビリティ法が施行されます。

「米穀等の取引等に係る情報の記録及び産地情報の伝達に関する法律」(米トレーサビリティ法)が、平成22年10月1日から取引等の記録・保存部分が施行されます。

これにより、米・米加工品を取扱う生産者、卸売業者、小売業者及び外食店等の方は、入出荷等の記録の作成と保存が義務付けられます。(取引等に伴う産地情報の伝達部分は23年7月1日施行)

●対象事業者 生産者を含め対象品目となる米・米加工品の販売、輸入、加

工、製造又は提供の事業を行う全ての皆様となります。

●対象品目 米穀(玄米、精米など)、米粉、米こうじ等の中間原料、米飯類、もち、だんご、米菓、清酒、単式蒸留しようちゅう、みりんです。

●記録事項 品名、産地、数量、取引年月日、取引先名などです。

●保存期間 原則3年です。

●お問い合わせ先

関東農政局長野農政事務所地域第一課
電話0263・47・2001

9月・10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に納めましょう。
口座振替にされている方は9月27日・10月25日に振り替えとなります。前日までに残高の確認をお願いいたします。

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
	村県民税	第3期
25日	国民健康保険税	第5期
	後期高齢者医療保険料	第3期

9月納期の税金等

10月納期の税金等

往路

	長野	松本	信濃大町	白馬	南小谷
着	—	10:24	11:47	13:04	13:29
発	9:03	10:41	12:20	13:15	—

復路

	南小谷	白馬	信濃大町	松本	長野
着	—	15:00	15:44	16:44	18:23
発	14:44	15:13	15:45	16:55	—



JR白馬駅でも10月の日曜日に、復路の時間帯に、地元の方々を中心に「おもてなし」として豚汁などのふるまいを予定しています。

10月2日(土)の運行開始日には、白馬駅東側において「JR植樹祭」を行ないます。(13時開始予定)

信州デスティネーション

キャンペーン(信州DC)がはじまります!

「信州DC」
って?

地域とJRグループの連携による全国大型観光キャンペーンです。長野県での開催は、12年ぶり。身近な観光資源の磨き上げ(未知なる信州の魅力紹介)と「おもてなし」により、信州へお越しになるお客様を心から歓迎します。

キャンペーン期間

2010年10月1日 ~ 12月31日

キャッチフレーズ

「未知を歩こう。信州」

信州は歩くほど発見がある「未知なる道の宝庫」。地域の歴史文化や生活に触れる「まちなか歩き」など紹介しながら、未だ知られていない信州の魅力をPRしていきます。



ロゴマーク

信州の山並みと楽しげに歩く人々の脚を図案化しました。



各地で
信州DCをPR

信州DCの特色

- 1 「未知」
未だ知られていない、新しい信州の魅力を紹介
- 2 「歩く」
ゆっくりと「歩く」旅行スタイルを提案
- 3 「食」
魅力あふれる、信州ならではの「食」を提供
- 4 「おもてなし」
訪れたお客さまを温かくお迎え

イメージキャラクター

アルクマ

信州だけに出没する大変珍しいクマ。信州をクマなく歩きまわり、信州の魅力を世の中にクマなく広めるのが生きがい



リゾートビューふるさと

2010.10.2 運行開始



信州DCに合わせて、ハイブリッドシステムを搭載した新型リゾートトレイン「リゾートビューふるさと」が連日大糸線を走ります。

「リゾートビューふるさと」が走る沿線には、雄大な山々、清涼な川や湖、澄んだ空、郷愁を誘う里山など日本のふるさとを思い起こさせる美しい風景が広がります。

車窓から、訪れた場所から、その素晴らしい風景を楽しんでいただき、多くの人々の出会いが繋がる旅を創りだせる列車をイメージした名称です。

白馬村特定健診 & 結果説明会 が終了しました

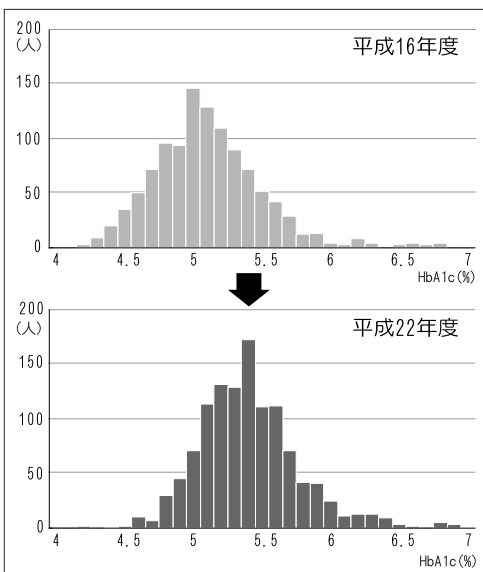
今年度の特定健診では、1,145名の方に受診していただき、昨年度から開催しています結果説明会にも、大勢の方に足を運んでいただきました。お忙しい中、ありがとうございました。

今月は、7～9月に開催しました『特定健診結果説明会』についてご報告します。

※なお、6・7月に受診された方で、まだ結果をお受け取りになっていない方は、健診結果についてご説明しながら返却いたします。ご都合のよい日時をご連絡のうえ、役場住民福祉課までお越しください。

まず、ご自身の健診結果で数年間の健診結果の変化を見るほか、各検査項目・結果からわかる体・血管への影響などについてご説明しました。

昨年と比べて健診結果はよくなっているか、それとも悪くなってしまっているのか、血管を傷つけていないか、または変化させていないか…暑い中にも関わらず、みなさん真剣に検査結果をご覧になっている姿が印象的でした。



空腹時で低く、食後で高くなる変動的な「血糖値」に比べ、あまり知られていない『HbA1c』という数値。これは、過去1～2ヶ月間の平均的な血糖の動きを見る項目になっており、糖尿病の診断にとっても重要な項目として注目されています。

このHbA1cの結果がこの数年で大きく変化しており、村全体の分布が徐々に血糖の高い状態へと向かい、若い世代の方を中心として、空腹時血糖は正常値の範囲内(お腹が空いていて、血液の中の糖分も少なめ)であっても、HbA1cは境界型(HbA1c5.5～6.0)にあるという方が増えてきています。皆さんの血糖値、HbA1cの結果はいかがでしたか。

結果説明会の中では、血糖を変動させるときの体の仕組みについて、また、糖を下げるホルモン「インスリン」の働きや、食事のとりかたによる糖の上がり方、インスリンの使われ方の違いなどについてお話ししました。

平均値も5.2から5.5へ…山を元に戻すには皆さんお一人おひとりにかかっています

暑い日が続いた今年の夏、畑仕事の後のアイスクリーム、スポーツドリンク、ジュース、ビール…例年に増してこういったものを口にした方も多いのではないのでしょうか。こうした食事では、血糖値が急激に上昇し、インスリンを出している臓器、すい臓は大忙し。体への負担も大きく、一生で出る量が限られているインスリンも無駄遣いに…。

秋にかけてよく食べる果物。水分が多く一見体によいイメージのあるこうした食べ物でも、食べかたや、食べる量によっては、血糖値を大きく変動させ、体に負担をかけてしまいます。食欲の秋、食べ物がおいしいこれからの時期、体と上手におつきあいしていきたいですね♪もう一度改めてご自身の生活を振り返りながら、健康という財産について考えてみませんか。

次ページを参考にしつね

今後も、年に1度ご自身の健康状態を知ることができる大切な健診をぜひ受診していただき、何気ない日々の生活の土台となる健康を第一に考えて、症状が出る前に、生活習慣病予防に取り組んでいただければと思います。

* 健康に関するご相談等はお気軽に * 役場 住民福祉課保健係 電話72-5000 (内162) まで

★始めましょう！インスリンのエコ生活★

食べかた、食品選び編

- ①ジュース・アルコール・菓子・果物などは急激に糖を上げるので控える
★将来、まだまだたくさんインスリンが必要なお子さんのおやつ、食生活はいかがですか?!
- ②食事は、食物繊維が豊富な野菜・きのこ・海藻などから食べる
★血糖値の急上昇だけでなく、コレステロールの吸収を抑える働きもあります
- ③よく噛んでゆっくり食べる
★食べすぎ予防のほか、噛む力や顔の筋肉、歯の健康も守れます
- ④脂肪分・アルコールを摂り過ぎない
★脂肪分・アルコールの摂り過ぎは、インスリンの働きを邪魔してしまいます

- ◆お腹回りの過剰な内臓脂肪からは、インスリンの働きを邪魔する物質が出ます
- ◆太る時にも、インスリンが使われてしまいます
- ◆インスリンの効きが悪くなりたくさんインスリンが血液中に出るようになると、血圧が上がったり、動脈硬化が進みやすくなります



食事・生活リズム編

- ①腹八分目を心がけ、過食・ドカ食いにならないように
- ②間食は控え、ダラダラ食べない
- ③食べてすぐ寝ない
★食事時間、生活リズムの見直しを

運動編

- ①余ったエネルギー消費&肥満解消！まずは歩くことから
★筋肉で糖を処理するときは、インスリンを使わないうえ、インスリンの働きも良くなります。ただし急激に血圧が上がるような無理な運動は避けてください。

つい手が伸びる

秋に美味しい食べ物集

食欲の秋、食べすぎの秋、冬眠前のような体にならないために、ご家族揃って、1日の量をしっかり確認♪



5cm
焼き芋
55g(中1/5本分)



5cm
干し芋
26g(1枚弱)



5cm
甘栗
45g(約7粒)



5cm
甘柿
140g(約1/2個)



5cm
干し柿
30g(約1個)



5cm
もも
230g(約1個)



10cm
ぶどう
160g(大約20個)

★1日のめやす★

枠内に示した1回量を
1日1つ = 80kcal ずつ

1回で食べる量は適量でも、
1日2回、それぞれ適量を
食べてしまうと…



10cm
すいか
310g(約1/10カット)



5cm
ネクタリン
160g(約1.5個)



5cm
りんご
170g(約半分)



5cm
キウイフルーツ
170g(約2個)



5cm
みかん
215g(約2個)



5cm
グレープフルーツ
275g(約半分強)



5cm
いちご
240g(約16粒)



5cm
和なし
220g(約半分強)

白馬村地域情報通信基盤整備事業に伴う

「光インターネット」

住民説明会

開催のお知らせ

村では、本年度整備を行っております地域情報通信基盤整備のうち、神城地域への通信施設整備に伴う高速インターネットサービスの提供に向けて作業を進めております。

そこで、本施設の整備完了後に、白馬村とIRU（破棄し得ない長期的な使用権）契約を締結することとしている、東日本電信電話（株）と共同開催により、神城地域（事業所を含みます。）の皆さまを対象に「光インターネット住民説明会」を左記のとおり開催いたします。

特に早期加入を希望される方、ご検討またはご興味のある方は是非ご参加ください。

▽期日 平成22年10月7日（木）

▽時間 午前10時～12時

午後2時～4時

午後6時～8時

▽場所 神城農業体験実習館

現在の工事の進捗状況から、光インターネットサービスとして提供開始できるのが12月以降の予定です。12月以降での提供開始の場合には、降雪地域という特性上、光引込工事の規制期間に入ることから、加入者の希望する開通日での工事をお約束できないことが想定されます。

このため、早期にサービスが受けられるような手続きを含めた説明会となります。

インフルエンザ

予防接種が始まります

予防接種実施期間 平成22年10月1日～平成23年3月31日

新型インフルエンザが発生して1年以上が過ぎました。現在では、目立った感染報告はありませんが、再流行の可能性もあり油断はできません。

新型インフルエンザと、毎年流行する季節性インフルエンザのワクチンは、これまで別々に接種しましたが、10月から新型と季節性を合わせて1つのワクチンとし、そのどちらにも効果がある予防接種が受けられます。接種を希望される方は医療機関へ予約をし、受けていただくようお願いいたします。

対象者	接種回数	自己負担額
13歳未満の方	2回	医療機関により異なります※2
13歳～65歳未満の方	1回※1	
60歳～65歳未満で身障1級相当の方	1回※1	1,000円
65歳以上の方	1回※1	

※1 13歳以上の方でも医師の判断で2回接種となる場合があります。

※2 65歳未満の方の自己負担額の目安（上限）

1回目：3,600円 2回目2,550円（医療機関が異なれば3,600円） 予診のみ1,790円

◇新型インフルエンザワクチンのみの接種を希望される方は、医療機関にご相談ください。



接種費用の免除

生活保護を受けている方及び市町村民税非課税世帯に属する人が接種を受ける場合には、費用の全額を村が負担します。

大北管内の医療機関で接種を受ける場合

◆「インフルエンザワクチン自己負担免除証明書」を医療機関に提出すると、費用が免除されます。

該当となる方は、接種の予約を済ませてから住民福祉課に申請して下さい。

◆申請に必要なもの

- 本人確認できるもの（運転免許証・健康保険証など）
- 印鑑

大北外の医療機関で接種を受ける場合

◆いったん全額を医療機関に支払い、住民福祉課に申請して下さい。

◆申請に必要なもの

- 本人確認できるもの（運転免許証・健康保険証など）
- ワクチン接種費用の領収書
- 印鑑
- 振込先金融機関の口座番号

大北内のインフルエンザ予防接種実施医療機関

◆白馬村

医療機関名	電話番号	接種区分				備考
		妊婦	小児(13歳まで)	13歳以上	高齢者	
安曇総合病院附属白馬診療所	75-4123	○	○	○	○	
神城醫院	75-7050	×	○*	○	○	※1歳未満不可
栗田医院	72-2428	○	○	○	○	
公済堂医院	72-2013	×	○	○	○	
しんたにクリニック	75-4177	○	○	○	○	
横沢医院	72-2008	○	○*	○	○	※1歳未満不可

◆大町市

市立大町総合病院	22-0415	○	○	○	○	
大町市国保八坂診療所	26-2814	×	○*	○	○	※3歳未満不可
大町市国保美麻診療所	29-2015	×	○*	○	○	※13歳未満は美麻住民に限る
石曽根医院	22-0142	○	○*	○	○	※1歳未満不可
伊東医院	22-0077	×	×	○	○	
遠藤内科医院	22-0031	×	○*	○	○	※1歳未満不可
小野医院	22-0047	×	×	○	○	
大町協立診療所	26-5200	×	○*	○	○	※3歳未満不可
柿下クリニック	21-1230	○	○	○	○	
加藤診療所	22-0989	○	○	○	○	
狩谷整形外科医院	22-7788	×	○*	○	○	※1歳未満不可
菊地クリニック	21-2580	×	○*	○	○	※1歳未満不可
栗林医院	22-0305	×	○	○	○	
中澤医院	22-0252	×	○*	○	○	※小学生以下不可
野村クリニック	85-0085	○	○	○	○	
新津内科医院	22-2758	×	○*	○	○	※1歳未満不可
平林医院	22-2525	×	○*	○	○	※1歳未満不可
平林耳鼻咽喉科医院	26-3030	○	○	○	○	
松林医院	22-5800	×	×	○	○	
横澤内科医院	22-0371	○	○	○	○	

◆池田町

安曇総合病院	62-3166	○	○	○	○	
愛生堂医院	62-2072	×	×	○	○	
太田医院	62-1010	×	○*	○	○	※1歳未満不可
平林メンタルクリニック	61-1577	○	○	○	○	
はーぶの里診療所	62-0210	○	○	○	○	
松田医院	62-7032	×	×	○	○	

◆松川村

岡村眼科医院	62-6660	×	○*	○	○	※1歳未満不可
近藤医院	62-9187	×	○	○	○	
みどりクリニック	62-5225	×	○*	○	○	※3歳未満不可
西森整形外科	61-1700	×	○	○	○	
吉村医院	61-5666	×	○	○	○	
若林医院	62-2105	×	○*	○	○	※1歳未満不可

◆小谷村

小谷村国保小谷村診療所	82-2044	×	○*	○	○	※1歳未満不可
-------------	---------	---	----	---	---	---------

たばこの影響

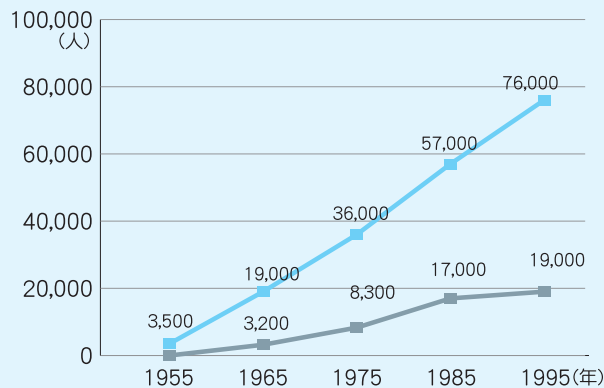
たばこの健康被害の原因となる有害物質は、現在わかっているだけで4,000種類以上と言われています。たばこの葉以外にも、風味付けや保湿・刺激抑制などの目的で様々な添加物も入っています。これらのうち、特に身体に影響をあたえるものとして、一酸化炭素、ニコチン、タールが注目されています。

タール 発がん性物質が多く含まれる

ニコチン 血管を収縮するため血液の流れが悪くなる。依存性がある。

一酸化炭素 赤血球に結びつき、酸素の運搬を妨げる。

日本における喫煙を原因とする年間死亡者数



©厚生労働科学・中村班2002

喫煙による身体への影響

長期間続けたときの影響

- がん（肺がん・副鼻腔がんなど）
- 虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）
- 肺気腫・慢性気管支炎
- せき・たん・息切れ

喫煙はがんをはじめとして、さまざまな病気の引き金となることがわかっています。日本で喫煙が原因で死亡したと疫学的に推定される数は9万5千人（1995年現在）といわれています。これは交通事故による年間死亡者数の約10倍に相当します。

- 歯周病・白内障

すぐにあらわれる影響

- 口臭、食欲低下
- 肌の老化促進
- 胃・十二指腸潰瘍
- 血管収縮・脳の血流量減少（学習能力の低下）
- 心臓の負担増加、血圧上昇・心拍数増加

受動喫煙の害

たばこの煙は空気中で薄まりはしますが、喫煙者と一緒にいるだけで、周りにいる非喫煙者は少量のタバコを自分で吸ったのと同じような状態になってしまいます。（このことを「受動喫煙」といいます）

受動喫煙により確実にリスクが上昇することが認められた代表的な病気は肺がんと狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患です。

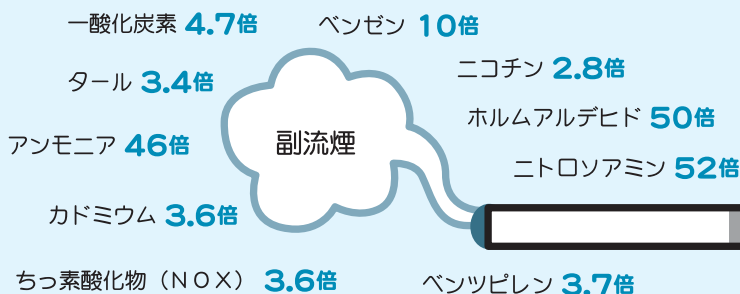
子どもと妊婦

喫煙の影響を大きく受けるのは成長過程にある「子ども」と胎児に影響を与えてしまう「妊婦」です。

子供への受動喫煙の影響としては、肺炎・気管支炎などの呼吸器感染症、気管支喘息の発病と悪化などがあります。

また、妊婦本人が喫煙した場合、低体重出生をはじめ、流産や早産などを起こしやすくなります。また、乳幼児

主流煙より、副流煙に多く含まれる有害物質



突然症候群（乳児の突然死）のリスクを高めることにもなります。夫などによる妊婦への受動喫煙も低体重出生への影響があります。

高齢期の心の健康

高齢期の心理的な特徴を知りましょう

高齢者の気持ちが不安定になりやすい出来事

配偶者・兄弟・友人などの
身近な人の死

病 気



老化による
身体機能の低下
(思うように体が
動かない)

家庭や地域での
役割喪失

退 職

家族の病気



高齢者の気持ちが不安定になりやすい出来事が重なると「うつ」になることがあります。
「うつ」にならないためには、次のようなことを心がけましょう

1. 無理をせず、十分休養をとりましょう。

2. 余暇は大切な心の休養！趣味・お茶のみ・マレットなど楽しいと思えることを大事にしましょう。

3. 几帳面・生真面目などうつ病になりやすい性格があるので、自分の性格を知って柔軟に考えましょう。

4. 物事に優先順位をつけ、一度にあれもこれも欲張らないようにしましょう。

高齢期のうつの特徴

- ◆「あちこちが痛い」「疲れる」など身体的な不調が続く
- ◆体の病気が軽くても「もう自分だけだ」と悲観的になる
- ◆今まで好きだったことに関心がない
- ◆認知症との区別が困難
- ◆自殺につながりやすい

ご家族の方へ

対応のポイント

- ◆「がんばれ」「しっかりしろ」と励まさないようにしましょう(本人なりに十分頑張っています)
- ◆本人に訴えに耳を傾けましょう
- ◆外出や気分転換に無理に誘わず、ゆっくり休める環境をつくりましょう
- ◆「年のせいかな…」と問題を先送りせず、早めに相談しましょう

参考・長野県精神保健センター リーフレット「ゆたかな高齢期を迎えるために」より

地域包括支援センターだより

高齢者の運転について

地域に高齢者が増えてきているなか、当然、高齢者ドライバーも増えていきます。それに伴い、高齢者の交通事故の比率も急増しています。平成元年と比較すると、事故総数は減っているのに対して、65才以上の運転者の事故は3倍にも増えていきます。特に、75才以上の運転者の事故が、顕著に増加しており、事故の背景には、認知症が関係している場合もあります。

認知症では、判断力や理解力が低下するため安全に運転することが、徐々に難しくなってきました。認知症の方が起こす事故では、高速道路の逆走、行き先がわからなくなる、交通事故を起こした事実を忘れてしまう、一日に複数回の事故を起こす、2日続けて事故を起こすなど、社会的にも大きな問題になっています。

大北地域は、県下でも高齢者の運転する割合が高い地域とことです。車がなくては、生活が不便、という地理的な理由からでしょうか。安全に運転を続けるために、認知症が原因で失敗することの多い運転行為について、運転チェックをしてみましょう。

- ①センターラインを超える。
- ②路側帯に乗り上げる
- ③車庫入れに失敗する
- ④普段通らない道に出ると、急に迷ってしまう
- ⑤普段通らない道にでるとパニック状態になる

- ⑥車間距離が短くなる

これらをくり返して失敗する時は、交通事故を起こす確立が高く危険を示すサインとのことです。(熊本大学医学部池田学教授作成)

もし、自動車を運転している方が認知症かもしれないという心配がでてきたら、運転することは、好ましくないため、家族で話し合い、主治医、警察署、免許センターへ相談し、個々にあった対応のアドバイスをうけましょう。できるだけ速やかに、運転を中止させることが、運転者の安全の確保にもつながります。

平成21年6月から、75歳以上の運転者が免許を更新する時には、認知機能検査(講習予備検査)を行い記憶力、判断力の低下の心配がないか調べるようになりました。検査結果が悪く、特定の交通違反があり、医師により認知症と診断された場合には、免許取り消しまたは、停止になると道路交通法が改正されました。

※『認知症高齢者の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアル』より引用

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階住民福祉課奥)

電話(直通) 72-6667

STOP!
#毎週曜化

こんなことから始めよう！ Vol.14

エコクッキング —その3—

◆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」の際に環境のために何ができるか考えてみましょう。

◆時短でエコ

調理器具を効率よく使うことで調理の時間が短縮できます。圧力鍋は高温で短時間に調理することができ省エネの優等生です。

シチューやカレー、おでんなどの煮込み料理は、弱火で長時間煮るイメージですが、加熱した鍋を火からおろして、すぐにバスタオルで包むか発泡スチロールの箱に入れて保温すると、じつくりと熱が通ります。美味しいだけでなく、必要以上のエネルギーも使いません。

◆余熱を使う

乾麺をゆでる場合、沸騰した湯に麺を入れ、1分火にかけます。その後、火を止め、ふたをしてゆで時間まで放置します。吹きこぼれもなく、余熱だけでゆであげることが可能です。

◆台所栽培

三つ葉やかいわれ大根、万能ネギなどの根付き野菜は、根元を少し長めに残して水を張った容器に入れます。毎日水を替えながら栽培すると、もう一度食べることができます。



9～11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
9月27日(月)	2ヶ月育児相談	9:45～10:00	H22年7月生
10月7日(木)	3歳健診	13:00～13:15	H19年8月生～9月生
10月14日(木)	2歳健診	13:00～13:15	H20年8月生～9月生
10月22日(金)	4ヶ月・10ヶ月健診	9:15～9:30	H21年12月およびH22年6月生
10月25日(月)	2ヶ月育児相談	9:45～10:00	H22年8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関する相談日とします。

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
10月13日(水)	B C G	13:15～14:15	H22年5月生～7月生
	三種混合		初回1回 H22年2月生
10月21日(木)	麻しん・風しん	13:15～14:15	1期 H21年7月29日生～10月21日生

【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
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17日(日)	お父さんとあそぼう		10:00～12:00
10月18日(月)	白馬の昔を聞こう②		10:45～
10月19日(火)	食育活動「おいしいものたべよの日」	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「おいしいものたべよの日」	2・3歳児対象	11:00～
10月25日(月)	人権についてのおはなし		10:45～
10月26日(火)	1歳児リトミック	1歳児対象	11:00～
10月28日(木)	2・3歳児リトミック	2・3歳児対象	11:00～
11月4日(木)	焼き芋会	2・3歳児対象	10:00～
11月8日(月)	おはなし会		11:00～
11月10日(水)	食育活動「もぐもぐの日」(離乳食)	0歳児対象	10:45～
11月14日(日)	お父さんとあそぼう		10:00～12:00
11月15日(月)	白馬の昔を聞こう③		10:45～
11月16日(火)	食育活動「おいしいものたべよの日」	1歳児対象	11:00～
11月18日(木)	「おやきを食べよう」(食生活改善推進協議会のみなさんと一緒に)	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
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
10月3日(日)	安曇病院白馬診療所	菊地クリニック	安曇総合病院	横澤歯科医院
10月10日(日)	栗田医院	小野医院	狩谷整形外科医院	平林歯科医院
10月11日(月)	安曇病院白馬診療所	平林医院	栗林医院	きらり歯科医院
10月17日(日)	公済堂(北沢)医院	横澤内科医院	西森整形外科	橘歯科医院
10月24日(日)	栗田医院	野村クリニック	石曽根医院	丸山歯科クリニック
10月31日(日)	しんたにクリニック	大町協立診療所	市立大町総合病院	宮下歯科医院
11月3日(水)	安曇病院白馬診療所	伊東医院	安曇総合病院	岡江歯科医院
11月7日(日)	横沢医院	柿下クリニック	狩谷整形外科医院	砂田歯科医院
11月14日(日)	公済堂(北沢)医院	遠藤内科医院	栗林医院	竹内歯科医院
11月21日(日)	栗田医院	松林医院	西森整形外科	武田歯科医院
11月23日(火)	安曇病院白馬診療所	加藤診療所	市立大町総合病院	西澤歯科医院
11月28日(日)	横沢医院	菊地クリニック	石曽根医院	佐藤歯科医院

はくば



平成22年度 白馬村成人式



8月15日(日)にウイング21において平成22年度白馬村成人式を挙行しました。
 当日は89名の新成人が出席しました。
 成人式実行委員会の企画した記念行事もあり、久しぶりの旧友や恩師との再会に会場は賑わいました。
 成人者代表井上陽太さんが勇ましく成人の抱負を語り、白馬村の将来を担う成人としての自覚を表しました。



ウイング21ホール公演情報

姫川文化交流 糸魚川創造シアター

楽歌入り芝居「きぬという道連れ」 秋元松代/作・宮島春彦/演出
 10月3日(土) 午後1時30分開演(午後1時開場)

2010.9.21

Vol. **439**

白馬村公民館

館長 太田敏彦

Tel. 0261-72-5000

Fax. 0261-72-7001



ふれあいトリオ

吉田 恭子 (ヴァイオリン)
 白石 光隆 (ピアノ)
 渡部 玄一 (チェロ)

平成22年11月26日(金)
 午後7時開演(開場6時30分)
 ふれあいトリオ公式HP
<http://www.fureaitrio.com/>

- * チケットの売り切れにより当日券がなくなる場合があります。
- * 未就学児は入場できません。 * 全席自由
- * 詳しくは白馬村教育委員会までお問い合わせ下さい



第54回 白馬村村民運動会

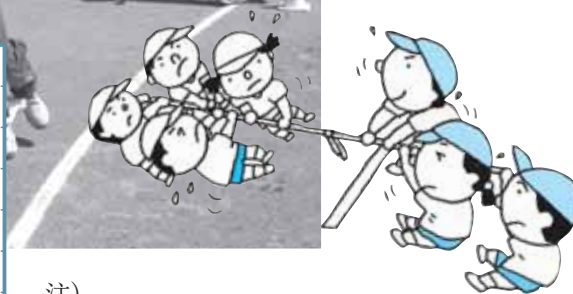
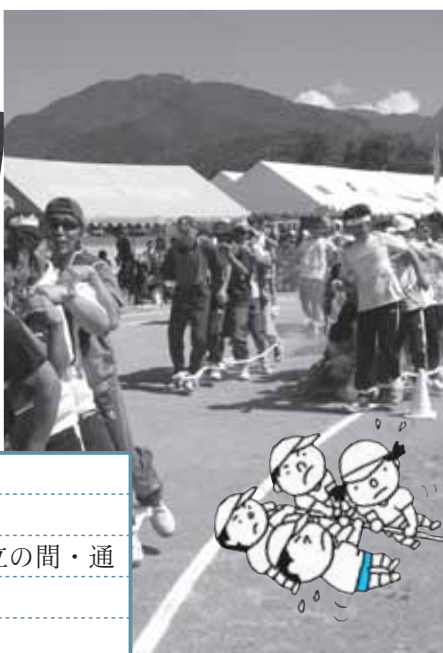
を開催しました

今年で54回目を迎えた村民運動会を北部グラウンドで開催しました。

例年にならない猛暑の中、これらを吹き飛ばすような熱戦が繰り広げられ、子どもから大人まで幅広い年代のおよそ800人の皆様に参加され、一日を通して和気あいあいとした中で楽しく開催することができました。特に分館対抗リレーでは近年稀に見るゴール前での接戦は見事でした。

運動会恒例の、民謡白馬小唄踊りを婦人会の皆様の協力の下、多くの方々に踊っていただきました。

暑い中お疲れさまでした。



優勝	87点	飯森
2位	70点	飯田
3位	58点	森上・野平・塩島・青鬼・立の間・通
4位	55点	白馬町
5位	55点	内山・佐野
6位	54点	大出・嶺方・蔵平新田
7位	53点	沢渡・三日市場・堀ノ内
8位	41点	切久保・落倉・どんぐり
9位	40点	八方口・瑞穂・エコーランド
10位	38点	深空・みそら野
11位	31点	八方・山麓・和田野

注)

- ・4位、5位は同点であり、1位数も同じだったため要項の通りチーム代表者によるくじ引きにより順位が決まりました。
- ・結果詳細については白馬村行政HPをご覧ください。

イクメン、カジメン、
これが格好良い
男性なんだね。



イクメンブームに見る男女共同参画

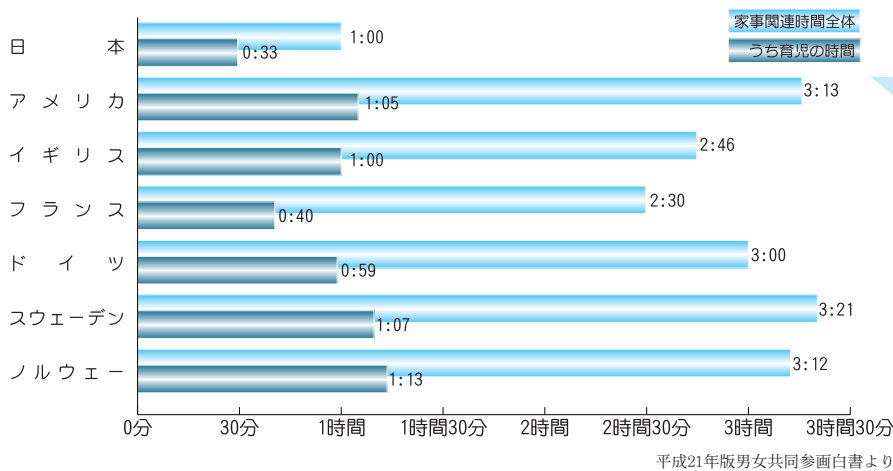


今年1月の参議院予算委員会で、長妻厚生労働大臣が「イクメン、カジメンを広めたい…」と発言したことにより、新聞やテレビでは「イクメン」の特集が組まれました。（「イクメン」とは「育児を積極的にする男性」、「カジメン」とは「家事を積極的にする男性」を言います。）

バブル世代である40歳以降の世代と違い若い世代には、家庭を犠牲にして会社のために働いても見返りは保障されないと考え、会社より家庭に幸せを求めもっと育児にかかわりたいと望む男性が増えていると言われています。

しかし、休暇を取得して育児をしたい男性は多いものの、会社の評価が下がる、職場の理解が得られないといった理由から日本における事実上のイクメンの数はまだまだ少ないのが現状です。

6歳未満児のいる夫の家事・育児時間



日本の男性が家事・育児に費やす時間は、世界的に見て低い標準です。



この「イクメン」ブームを一過性のもので終わらせないよう、厚生労働省は6月に「イクメンプロジェクト」をスタートさせました。「イクメンとは、子育てを楽しみ、自分自身も成長する男のこと」をコンセプトに、イクメンがもっと多くなれば、妻である女性の生き方が、子どもたちの可能性が、家族のあり方が大きく変わっていくはず…、そして社会全体ももっと豊かに成長していくはず…、そういったビジョンを掲げての発足です。

本当に手のかかる育児期間は長い人生のうちほんの少しの間だけです。あなたのワーク・ライフ・バランスを見直してみませんか。

イクメンプロジェクト公式サイト <http://www.ikumen-project.jp>

男女共同参画社会とは…

男女が性別により差別されたり、固定的な役割が強制されたりすることなく、一人ひとりの個性と能力が十分活かされた誰もが住みやすい社会です。

男女共同参画についてのご意見等をお寄せ下さい。ご相談もお聴きします。

お問い合わせは…白馬村役場総務課：男女共同参画係 ☎ 72-5000（内線121番）

図書館だより

No.106

平成22年9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

手作りラー油&極つまレシビ
食べるラー油が自分で作れる!



柳澤 英子
分類 596ヤ

食べるラー油ファン待望の一冊。いろいろな料理においてしくマツチするラー油の作り方、ラー油をつかったレシビが満載!

一般書

一週間



井上 ひさし
分類 F1

井上ひさし最後の長編小説。昭和二十一年、ハバロフスクの収容所に移送されたある日本人捕虜の長い一週間を描く。

一般書

星と輝き花と咲き



松井 今朝子
分類 Fマ

時は明治時代、日本最初のアイドルとステージママ、そしてファンの熱い物語。

郷土

希少種はいま



増田 今雄
分類 N462マ

環境省、長野県版レッドデータブック掲載の希少種約百六十種を紹介。さまざまな要因から姿を減らす野生動植物を多くの人たちに知ってもらいたい。

郷土

和み菓子をめしあがれ
歩いて見つけた信州のまごころ



金井 奈津子
分類 N596カ

誠実な職人達の思いを伝えるお菓子の紹介のほか、素材別に描くお菓子の物語も。辛党が取材したあま〜い一冊。

児童書

のりものアルバム

新・電車大集合1616点



分類 536シ

日本を駆けめぐる電車がまるごと一冊に。ポリューム満点の写真集です。

絵本

きりんのカミュー
カミューとすてきな
うみのあぐりもの



ジャック・デュケノワ
分類 Eデ

くじらのうたごえがだんだんくるし
そうになってきました。いつたいなに
がおこったの? 環境のことを考える絵
本。

★この他の蔵書については、ご家庭の
パソコンで検索と在庫状況の確認が
できます。

白馬村行政ホームページ



↳ 公共施設
↳ 白馬村図書館
↳ 図書館の蔵書検索

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

姉妹都市コーナー

静岡県 河津町



上海万博でよさこい踊り披露

河津町商工会女性部のよさこいチームが8月20日、中国・上海万博会場で開催された静岡ウィークに参加。「河津囃子yosakoiバージョン」と定番の「よっちょれ」を日本産業館の特設ステージで元気いっぱい披露して、河津町を世界にアピールしました。

河津に伝わる民謡をアレンジした河津囃(ばやし)子(し)は、河津川や大噴湯、河津桜など、河津の風景をイメージした振り付けです。この日のために新調した衣裳には、河津桜のピンクとカーネーションの赤、緑を取り入れました。

和歌山県 太地町



紀州路クリーン大作戦

平成22年8月28日(土)、道路ふれあい月間における取組みの一環として町内の県道沿い中心に清掃を行いました。各種団体から、約80名の方に参加いただき、午前9時から約1時間程度行いました。

この取組みのおかげで、町内の道路がさらにきれいになりました。

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/

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綱に基づき掲載しています)

編集後記

8月に東京で大学時代の友達と食事をしたときのお話です。ふと私が「この前来たときはチキンカレーを食べたね」と話しをすると、友達は笑いながら「この前」って3年前だよって言いました。自分では「この前」と感じていることも実は3年もの時間がたっていたのです。私が変わりなく仕事に追われ毎日を過ごしている間に、隣にいた友達は父親になり新たな道を進んでいました。毎日を忙しく過ごしていると時が過ぎるのは意外と早いものです。二人にとって同じ3年間のはずであったのにその過ごし方はどうだったのでしょうか。どれが正解というわけではありませんが充実した日々を過ごすことは大切なことですね。皆さんはいかがお過ごしでしょうか。季節の変わり目は体調の崩しやすい時期ですが健康に留意し、楽しい日々をお過ごしください。