



※広報はくばでは毎月表紙写真を公募しています。※時節に合わない等により採用できない場合もありますが、御了承ください。

2025  
Vol.581 2

## 村道の除雪体制

白馬村内の村道除雪については、村内の除雪事業者に業務委託をしています。

道路除雪は、基本的に車や歩行者の少ない深夜に除雪作業を実施しています。急な降雪の場合や除雪した雪を邪魔にならないよう排雪するために日中でも作業をする場合があり、昼夜を問わず白馬村の道路維持のために作業をしていただいている。また、除雪車は非常に大きな車両のため、細やかな除雪作業をするには高度な技術が求められます。そういうたたかいで除雪事業者の皆様のおかげで降雪の多い白馬村でも道路が通行できる状態を維持できています。

## 広報はくば

白馬村産のお米・農業	2
白馬村議会議員一般選挙の実施	4
固定資産税納税通知書の発送	6

確定申告の期限・相談受付期間について	8
スマホなんでも相談の開催	15
白馬高校レポートチャンネル	16

白馬の豊かさとは何か  
—多様であることから交流し学びあい成長する村—

# 白馬のお米が高評価をいただいている

令和6年12月6～7日に開催された「第26回米・食味分析鑑定コンクール国際大会in北杜（山梨県）」にて、白馬農場（株）代表 津渕明子氏（堀之内）の「ゆうだい2」及び（株）せせらぎ太谷農場 代表 太

谷敏也氏（八方口）の「コシヒカリ」がともに国際総合部門で、特別優秀賞を受賞されました。

近年、白馬のお米は、各種コンテスト・コンクールで入賞しており、「お米日本一コンテスト in しずおか」では、令和5年に（株）せせらぎ太谷農場が特別最高金賞（全国1位）、令和3年に長澤素孝氏（内山区）の「コシヒカリ」が金賞、平成26.28年に下川隆氏（飯田区）の「コシヒカリ」が最高金賞を受賞するなど、客観的に白馬のお米のおいしさが証明されています。



（株）せせらぎ



白馬農場（株）

米・食味分析鑑定コンクール国際大会の審査は一次審査（食味分析計※<sup>1</sup>・穀粒判別機で審査）、二次審査（味度計で審査※<sup>2</sup>）、三次審査（官能審査※<sup>3</sup>）を行い、受賞者が決定します。

## ※1 食味値

お米に含まれる各成分の含有量を測定し、お米のおいしさを総合的に評価した数値です。食味値は、100点満点で表し、数値が高いほどおいしいお米になります。最近の良食味品種の増加やおいしい米作りの努力により、日本産では、65～75点が標準になっています。

## ※2 味度値

炊飯時のお米の保水膜を数値化したもので「ツヤ」「粘り」を意味し、食べた時の「口あたり」「舌触り」「歯触り」「見た目」に影響するものです。「味度」の平均値は70点台で、80点台は誰が食べてもおいしいと感じ、90点台が出るのはとても少ないということです。

## ※3 食味官能審査

外観、香り、味、粘り・硬さを総合評価します。

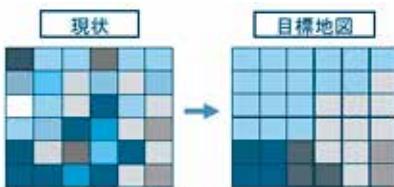
お問合せ 白馬村役場 農政課 電話：0261-85-0766



## 第31回

# 白馬村の農林業（地域計画・計画目標地図）

白馬村地域計画  
(白馬村行政公式  
ホームページ)



### 地域計画・目標地図策定に向けた懇談会経過

期日	内容	参加者数等
R4.11.21	令和4年度 人・農地プラン懇談会	35
R5.11.22	令和5年度 地域計画懇談会	30
R6.1.24	北城南部ほ場整備の地域計画策定に関する農業委員との打合せ	16
R6.3	農地利用の意向アンケート調査	1,105
R6.3.26	地域計画・目標地図策定に伴う農業振興地域整備計画見直しに関する打合せ	12
R6.5.7	議員懇談会（地域計画・目標地図及び農業振興地域整備計画）	18
R6.6.27	令和6年度 白馬村地域計画策定に向けた話し合い（神城地区）	26
R6.7.16	役場課長会議	23
R6.7.29	令和6年度 白馬村地域計画策定に向けた話し合い（北城北部地区）	25
R6.8.26	令和6年度 白馬村地域計画策定に向けた話し合い（北城中部地区）	24
R6.10.28	地域計画・目標地図 素案作成	
R6.10.28	協議の結果のとりまとめ・公表	
R6.11.20	令和6年度 地域計画懇談会（計画案の説明、意見聴取）	60
R6.11.29	状況報告（役場課長会議）	23
R6.12.13	状況報告（議会産業経済委員会）	15
R7.2	地域計画・目標地図案の公告・縦覧（2週間）	
R7.3	地域計画・目標地図の策定公告	
R7.4～	地域計画・目標地図 運用開始	

これまでの人・農地プランは、農業経営基盤強化法の改定により、令和5年4月から地域計画に移行しました。地域の農業をいかに発展させていくかを考え、将来的に「どの農地」を「どの認定農業者」が耕作するのかを地図に示す必要があります。それに伴い、各自治体は令和7年3月までに地域計画と目標地図を公表し、毎年見直すことが求められています。

当村では、令和4年から関係者懇談会を開催するなどの準備を進めており、「広報はくば」や「白馬村行政公式ホームページ」などで報告を行ってきました。



村と農業委員会では、村内の関係団体にご参集いただき、昨年11月20日に令和6年度地域計画懇談会を開催しました。当日は、これまでの懇談会で作成した地図をもとに話し合いが行われ、農業振興地域の見直しや有機農業エリア、特産品である紫米についても意見が出されました。

### 基幹的農業従事者の予想（長野県農業会議資料より）

単位：経営体

区分	H22 (2010) a	R2 (2020) b	R17 (2035) c	b/a	c/a
長野県	73,047	55,516	23,416	76%	32%
白馬村	294	158	65	54%	22%

今後、人口減少に伴い、基幹的農業従事者が激減することが予想されています。時代が移り変わらうとも、白馬三山の麓に広がる農村風景は、村の原点ともいえます。守るべき財産として、「大きな農業」と「小さな農業」を互いに尊重しながら、皆で考えることが大切になります。

お問合せ 白馬村役場 農政課 電話：0261-85-0766



4月20日（日曜日）は

# 白馬村議会議員一般選挙の投票日です

告示日 4月15日（火曜日）

私たちの未来を託すとても身近で大切な選挙です。棄権することなく必ず投票に行きましょう。

投票日・投票時間 4月20日（日曜日）午前7時～午後8時

## ●この選挙に投票できる人

投票できる人は、選挙人名簿に登

録されている次の人です。

○年齢 投票日に満18歳以上の人  
(平成19年4月21日までに生まれた人)

○住所 令和7年1月14日以前から  
投票日または期日前投票をした日  
までの間、引き続き白馬村に住所  
のある人

## ●不在者投票

### ○滞在先の市区町村での投票

仕事先、旅行先などで村外に滞在し  
ている場合、白馬村以外の市区町村選  
挙管理委員会で不在者投票ができます。

※選挙期日の告示前でも受付しています。

②投票用紙受領後の注意点

告示日後に「投票用紙」「不在者  
投票封筒(内・外)」「不在者投票証明  
書」を郵便書留で送付しますので、  
受け取られましたら所定の期間に最

寄りの市区町村の選挙管理委員会に  
お出かけください。

「投票用紙」等と共にお送りする

投票方法の説明に従って投票してく

ださい。このとき、先に投票用紙等

に記入したり、「不在者投票証明書」  
を開封すると無効となってしまいま  
すのでご注意ください。

③投票期間及び時間

期日前投票の期間と同じですが、  
遠方の市区町村や時間によっては投  
票日に間に合わない場合がありま  
すので早急にお出掛けください。(時  
間、場所については、各市区町村の  
選挙管理委員会へお尋ねください)

## ④投票用紙の返送

投票手続きの済んだ投票用紙は市  
区町村の選挙管理委員会が白馬村へ  
返送します。この投票用紙は、投票

日当日、閉鎖時刻までに定められた

投票所に到着しなければなりません。

郵送には日数がかかりますので、請

求や投票の手続きはお早めにお願い

します。

○病院や老人ホームなどの投票

指定病院や指定老人ホームなど、  
都道府県の選挙管理委員会が不在者

投票施設に指定した施設や法令で定

められた施設に入院・入所中であれ  
ば、その施設で不在者投票ができま

す。投票用紙などの請求は、施設の  
長等を通じて行いますが、自分で直  
接請求することもできます。

事項を記入し、白馬

村選挙管理委員会まで  
請求してください。



白馬村公式LINE  
不在者投票宣誓兼  
請求はこちら

- 投票場所 白馬村役場2階  
201・202会議室
- 投票時間 午前8時30分から午後  
8時まで



## ○郵便等による投票

身体障害者手帳などをお持ちの方は、次に該当する場合、自宅などでの投票できます。

※この制度を利用して投票するためには、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受けなければなりません。交付申請の際には、左記の手帳を提出していただく必要がありますので、まずは選挙管理委員会までお問合せください。

※「郵便等投票証明書」の交付を受けた方からの投票用紙等の交付請求期限は、令和7年4月16日(水曜日)までとなります。

△身体障害者手帳の交付を受けている人

※両下肢・体幹・移動機能の障がい(1級又は2級)

※心臓・腎臓・呼吸器・膀胱・直腸・小腸の障がい(1級から3級)

※免疫・肝臓の障がい(1級から3級)

△戦傷病者手帳の交付を受けている人

※両下肢・体幹・呼吸器・膀胱・直腸・小腸の障がい(特別項症から第3項症)

△介護保険の被保険者証の交付を受けている人※要介護5

## ○代理記載制度の対象者(代理人が投票用紙に記載することができる人)

※上肢または視覚の障がい(1級)ません。交付申請の際には、左記の手帳を提出していただく必要がありますので、まずは選挙管理委員会までお問合せください。

△戦傷病者手帳の交付を受けている人

※上肢または視覚の障がい(特別項症から第2項症)

### ●選挙公報

選挙公報は4月16日に各世帯へ郵送するほか、白馬村行政公式ホームページで掲載、役場村民ホールへ設置します。(無投票になった場合、選挙公報は発行しません。)お手元に届かない場合や郵送を希望する場合は選挙管理委員会までお問合せください。

### ●入場券

入場券は、告示日以降に世帯ごとに郵送します。

●買収供応・選挙妨害

- 選挙運動のために買収をしたり、ご馳走をしたりされたりすること
- 候補者についてのデマをとばすこと
- 候補者や選挙人、運動員を脅したり、演説や集会を妨害したり、選挙ポスター、看板などを破損し、運動を妨げることは禁止されています。

選挙事務所などで、お茶代わりに酒やビールを出すことも禁止されています。

選挙運動ができないのは、立候補の届出が受理されてからです。それ以前の選挙運動は一切することができます。また、公職選挙法により禁止されている運動は主に次のとおりです。

## ○戸別訪問

各家庭や会社などを回って特定の候補者に投票するよう頼んだり、選挙運動のために各家庭に演説会の開催を知らせたり、候補者の氏名や政党名などを言い歩くことは禁止されています。

### ○飲食物の提供

選挙事務所などでは、運動員に通常いられる茶菓子や限られた金額と数量の弁当以外の飲食物を出すことは禁止されています。

有権者が陣中見舞いに酒やビールを選挙事務所に持っていくことは違反になります。

選挙事務所などで、お茶代わりに酒やビールを出すことも禁止されています。

## ●選挙日程

違反のない明るい選挙を実現しましょう。

日時	内容	場所
4月2日(水曜日)13:30~	立候補予定者説明会	役場201・202会議室
4月8日(火曜日)9:00~12:00	届出書類事前審査(南部)	役場庁議室
4月8日(火曜日)13:00~16:00	届出書類事前審査(北部)	役場庁議室
4月9日(水曜日)9:00~12:00	届出書類事前審査(中部)	役場庁議室
4月14日(月曜日)	選挙人名簿登録基準日・登録日、選挙運動用自動車点検	役場駐車場
4月15日(火曜日)	選挙告示日、立候補届出、選挙運動開始	役場201・202会議室
4月16日(水曜日)	期日前投票開始	役場201・202会議室
4月17日(木曜日)	選挙立会人届出最終日	
4月19日(土曜日)	期日前投票最終日	役場201・202会議室
4月20日(日曜日)	選挙期日・投開票	
4月21日(月曜日)9:00~	当選証書付与	役場201・202会議室

お問合せ 白馬村選挙管理委員会(白馬村役場) 電話: 0261-72-5000



# 令和7年度 固定資産税納税通知書を発送します

## 固定資産税とは

固定資産税は、毎年1月1日時点において固定資産（土地・家屋・償却資産）を所有している方が納める税金で、評価額を基に算定されます。令和7年度の固定資産税納税通知書は4月中旬までにお手元に届く様に発送します。

土地と家屋については、原則として3年に1度の基準年度ごとに評価の見直し（評価替え）を行っています。直近の評価替えは令和6年度でしたので、令和7年度は据置き年となります。ただし、土地の分合筆や地目変更、家屋の取壊しなど資産に異動があった場合は税額が再計算されます。

また、土地の税額については、近年の地価高騰に伴う評価額の上昇により、評価単価据置きの年でも税額が増加する土地があります。これは評価額が大幅に上昇しても税負担は一気に上がることなく徐々に上昇する負担調整の仕組みがあるためです。おむね、村中部の国道より西側の地区（和田野、山麓、八方、瑞穂、エコーランド、みそら野、八方口、深空、白馬町等）にある宅地と雑種地が当てはまります。

## 納付書払いの場合

第1期：4月30日、第2期：7月31日、  
第3期：12月25日、第4期：3月2日

## 口座振替の振替日

第1期：4月25日、第2期：7月25日、  
第3期：12月25日、第4期：2月25日

## 納付方法

□座振替による納付を希望される方は、村内の金融機関窓口でお手続きをお願いします。

納付書払いの方は、金融機関窓口またはコンビニエンスストアで納付いただけます。また、納付書に印字されているQRコードをスマートフォンやタブレット端末で読み取ることで納付することもできます。クレジットカードによる納付をご希望の方は、地方税お支払いサイトをご利用ください。

## 納税通知書に関するQ&A

例年納税通知書が皆さまのお手元に届いてから寄せられるご質問や相談内容についてQ&A方式でお伝えします。

### 問い合わせ 全ての土地、家屋を売却したのに納税通知書が届いたのはなぜか。

回答 固定資産税は1月1日時点の登記所有者に対しても課税されます。相手方との契約が12月中に行われていたとしても、登記受付の日が1月1日を過ぎていれば、令和7年度は前所有者に固定資産税が課税されます。また、所有日数に応じた口割りや月割りはできません。

回答 登記は12月中に済んだはずだが、くのはなぜか。

回答 登記されていない家屋（未登記家屋）について、当事者からのご連絡が無い場合にそのようなことが起

ことがあります。所有権移転の際に未登記家屋の有無についてご確認ください。また、未登記家屋があることをご承知の場合、登記に併せて役場

税務課へのご連絡をお願いいたします。送付先変更に必要な税務課へお問い合わせください。

回答 □座振替の手続きはいつまでに行えよいか。

回答 □座振替を第一期から希望する場合は4月4日までに金融機関でのお手続きをお願いいたします。到着期限に間に合わなかった場合は、ご希望の振替開始期別の翌期からの引き落とし開始となります。ゆうちょ銀行の場合は他の金融機関よりも手続きに日数がかかりますのでお早目に手続きをお願いします。

また、□座振替を停止したい場合は4月10日までに役場税務課までお申し出ください。

回答 □座振替登録の手続きが反映されていないがどういうことか。

回答 口座振替依頼書にご記入いただいた納税義務者名に相違がある場合に起こります。例えば、共同名義の固定資産税について、個人名で記載してしまった場合や、契約行為や親族間の話し合いによって決まった新所有者がいたとしても、登記手続きを行っておらず、納税通知書への反映が行われていない場合が考えられます。

回答 家屋の税額が急に上がったのはなぜか。

回答 新築住宅に対する軽減が（一般住宅は新築後3年、長期優良住宅は新築後5年）終了したことが考えられます。

回答 固定資産税は村税収入の約6割を占め、行政サービスを提供するために重要な役割を果たしています。期限内の納付にご協力をお願いします。

問い合わせ 引っ越したので宛先を変えてほしい。

回答 まずはお電話でご連絡をお願いいたします。送付先変更に必要な書類を新たな宛先へお送りします。

回答 相続するつもりだがまだ登記手続きをしていない。そのうちに手続きを行えよいか。

回答 令和6年4月から相続登記が義務化されています。お早目に法務局で申請を行ってください。ただし、様々な事情により登記手続きが円滑に行えない場合もあるうかと思います。そのような場合は、登記が完了するまでの間、税金等の連絡を取らせていただける方の情報をお知らせいたしました。

回答 令和6年4月から相続登記が義務化されています。お早目に法務局で申請を行ってください。ただし、様々な事情により登記手続きが円滑に行えない場合もあるうかと思います。そのような場合は、登記が完了するまでの間、税金等の連絡を取らせていただける方の情報をお知らせいたしました。

回答 令和6年4月から相続登記が義務化されています。お早目に法務局で申請を行ってください。ただし、様々な事情により登記手続きが円滑に行えない場合もあるうかと思います。そのような場合は、登記が完了するまでの間、税金等の連絡を取らせていただける方の情報をお知らせいたしました。





# 忘れてはいませんか？ 村・県民税の申告、所得税の確定申告は **3月17日まで！**

個人村民税・県民税の申告受付を2月17日から3月17日の間で実施します。  
期間中は所得税の確定申告書作成に関する相談も併せて受け付けます。

**税の申告は忘れずに!!**

申告相談も事前予約制で行っています。

申告が必要な方は忘れずに申告を済ませてください。申告に係る詳細は、「広報はくば」1月号、白馬村行政公式ホームページ等をご覧ください。

※以前行っていた行政区毎の日時指定は廃止しました。

また、日時指定のお知らせ等は送付し全世帯を対象とした、ハガキによる日時指定のお知らせ等は送付していません。

## 申告会場開設日程

2月17日(月曜日)～3月17日(月曜日)  
(土曜・日曜・祝日を除く)  
午前9時～11時、午後1時30分～4時

## お電話にてご予約ください

税務課直通 0261-85-0712

午前8時30分～午後5時15分(土曜・日曜・祝日を除く)  
・15分単位で時間を指定していただけます。  
・予約完了後の確認通知等の発送は行いません。予約した日時を忘れずに会場へお越しください。

**マイナンバーカードを使って自宅からe-Tax(イータックス)で確定申告！**

確定申告には、ご自身のスマホ・パソコンから国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、24時間いつでも、ご自宅からご利用ができます。確定申告期間中は、24時間いつでも、ご自宅からご利用ができます。

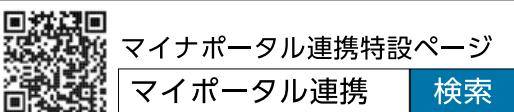
## マイナポータル連携でさらに便利！

マイナポータル連携により申告に必要な各種証明書等のデータを一括取得することで、確定申告書の該当項目が自動入力されるため、寄附金受領証明書や医療費通知情報などを入力する手間が不要です。

## 国税庁確定申告等作成コーナー

確定申告

検索



お問い合わせ 白馬村役場 税務課 電話：0261-85-0712

**村税・料金の  
お支払い期限**

2月納期の 村税及び 料金	納期限	口座 振替日	納付方法・納付場所				
			現金払い (金融機関及び役 場会計室)	現金払い (コンビニエンス ストア)	口座振替	クレジット カード決済※	スマートフォン 決済アプリ
固定資産税 第4期分	2月28日 (金曜日)	2月25日 (火曜日)	○	○	○	○	○
国民健康保険税 第9期分			○	○	○	○	○
後期高齢者医療保険料 第7期分			○	—	○	—	—
上下水道料 2月請求分	2月25日 (火曜日)	2月25日 (火曜日)	○	○	○	—	—

※：クレジットカード決済には、別途税額に応じた手数料がかかります。

お問い合わせ 白馬村役場 税務課 電話：0261-85-0712 住民課 電話：0261-85-0715 上下水道課 電話：0261-85-0714



# 税務署から確定申告のお知らせ

◇所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設いたします。

会場 大町税務署 1階会議室

期間

2月17日(月曜日)から3月17

日(月曜日)まで  
土、日及び祝日を除きます。

時間

相談受付:午前8時30分から午後4時まで(入場整理券配付終了まで)

相談開始:午前9時から

土地等の譲渡所得、贈与税の相談は午前中にお越しください。

確定申告会場の入場には、国税庁LINE公式アカウントから事前発行(又は当日配付)により取得した入場整理券が必要です。

《税務署での相談をご検討の方へ》

相談を希望される方は、2月17日(月曜日)から3月17日(月曜日)までの確定申告期間中に、確定申告会場へお越しください。

2月14日(金曜日)以前に所得税・個人消費税・贈与税の申告相談を希望される場合は、事前に相談日時等を電話予約いただく必要がありますので、予約なくお越しいただいても対応できません。

《確定申告会場ではマイナンバーカードとスマホを使って申告します》

【申告手続に必要なもの】

- ・ご自身の申告に必要な書類
- ・マイナンバーカードとスマートカード(2つ)



①署名用電子証明書(英数字混在、大文字のみ6~16文字)

*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

②利用者証明用電子証明書(数字4桁)

*	*	*	*
---	---	---	---

△確定申告などに関するお問合せ▼

国税庁ホームページ「確定申告書特集」、「タックスアンサー」又は「チャットボット(ふたば)」をご利用ください。

▲電子申告・e-Tax・作成コーナーの操作などに関するお問合せ▼  
「e-Tax・作成コーナーヘルプデスク」(TEL0570-101-1590-01)  
〔受付〕月曜日～金曜日(祝日等及び12月29日～1月3日は除きます。)

上記が不足する場合は、申告書の作成ができない場合があります。  
詳細については、国税庁ホームページにてご確認ください。



パスワードが分からぬ場合



# 姉妹都市交流事業 スキー交流を実施しました



## 「河津東小・白馬南小交流」

1月16日から1泊2日の日程で河津小5年生の児童46名が白馬村を訪れました。

16日に白馬南小5年生の児童とエイブル白馬五竜スキー場でスキー体験を通じ交流しました。河津東小の児童はスキー靴の履き方から学び、南小児童にサポートしながらスキー講習を受ける等、交流は大いに盛り上りました。今夏は南小児童5年生、6年生が河津町を訪れ、磯遊びを体験し交流する予定です。

## 「太地小・白馬北小交流」

1月22日から2泊3日の日程で太地小5年生の児童15名と北山小5年生の児童7名が白馬村を訪れました。

22日に白馬北小4年生の児童と白馬岩岳スノーフィールドで雪遊び体験を行い交流しました。歓迎会ではこの日のために北小児童が準備したクイズや両校の校歌と一緒に歌い友情を深めました。太地小、北山小の児童の多くが初めて雪に触れ、満面の笑顔で雪合戦やそり滑りに熱中しました。今夏は5年生となった北小児童が太地町を訪れ、くじらの文化を学び、磯遊びをして交流する予定です。

お問合せ 白馬村役場 総務課 電話：0261-72-7002

# 宝くじの助成金により消防団備品を整備しました



白馬村消防団では、公益財団法人長野県市町村振興協会が実施する地域活動助成事業を活用し、消火活動及び訓練に使用し防災力を高めるための装備としてホース30本を整備しました。

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。

お問合せ 白馬村役場 総務課 電話：0261-72-7002



# 学校給食センターだより

給食センターは  
奥が深いのです。

広報はくば11月号で、学校コラボの紹介をしましたが、今回は12月18日に学校コラボ献立を実施しましたので村男が見聞します。

メニューは揚げパンで、コラボの主役は揚げパンにまぶした「黒大豆きなこ」です。

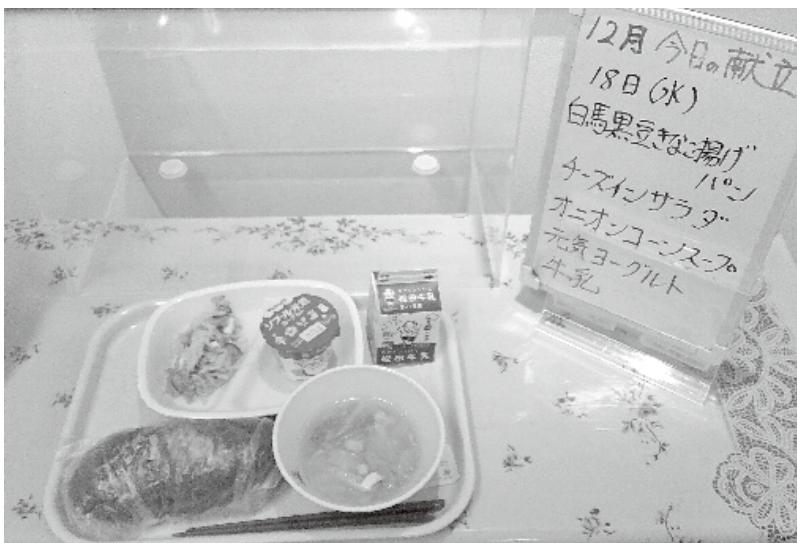
昨年、白馬北小学校6年生が学校近くの農家さんの畑で栽培や収穫をお手伝いしたものです。この日は、農家さんをお招きし、大豆の栄養の話や当時を思い出し一緒に給食を食べました。子どもたちは自分たちが収穫した黒大豆が登場したことを喜び、農家さんに改めて感謝しながら、楽しい給食の時間を過ごしました。

給食センターでは、今後も学校と農家さん（生産者）との連携を深めていきたいと考えていますので、ご協力いただける農家を募集しています。ご協力よろしくお願いします。

※12月4日に白馬村学校給食センターで発生したヒスタミン食中毒では大変ご心配をおかけしました。給食センターは改善策をつくり、職員が一丸となり安

全、安心な給食を提供していきます。今後ともよろしくお願ひします。

※このコーナーでは、学校給食の献立レシピもご紹介します。掲載希望のリストをセンターまでお伝えください。お待ちしています。



白馬村キャラクター  
ヴィクトワール・  
シュヴァルブラン・  
村男三世

お問合せ 白馬村学校給食センター 電話：0261-72-5143



# 【食育推進】健康と環境に配慮した適量のすすめ

## ○肥満とやせについて

栄養成分表示を使って肥満とやせを防ぐ→**両立** ←もったいないを意識して食品ロスを減らす

肥満の人の割合は、成人男性で3割、成人女性で2割です。肥満は、高血圧、糖尿病、脂質異常症、さらに脳血管疾患、心疾患など、各種生活習慣病の原因になります。一方、やせの人の割合は、成人男性で1割未満、成人女性で1割ですが、20歳代女性では2割と高くなっています。また高齢期のやせや低栄養は、虚弱の原因となり、要介護状態や虚弱を予防するために、肥満・スクを高めます。健康長寿社会の実現に向け、生活習慣病や虚弱を予防するため、肥満・やせを予防・改善し、適正体重を維持することが大切です。

\* 肥満やせは、BMIによる判定。  
BMI Indexによる判定。  
BMI 18.5以上、末満はB.M.I.による判定。

## 【実践のポイント】食品の選び方と体重の計測で、肥満とやせを防ぐ

1. 栄養成分表示を使って、食品のもつエネルギーを確認して、選ぶ。
2. 炭水化物を多く含む食品とたんぱく質・食物繊維を多く含む食品を組み合せて選ぶ。

(1日当たりの目安) エネルギー 2,000kcalとする場合	おおよそ1/3 (1食当たりの目安) → 650cal程度
たんぱく質：65-100g	→ 20-30g
脂 質：45- 65g	→ 15-20g
炭水化物：250-325g	→ 70-100g
食物繊維：18-20g以上	→ 6-7g以上

★活動量と筋肉量の維持のために、エネルギーとたんぱく質をしっかりとりましょう

★糖尿病予防のために、食物繊維が豊富な穀類を選びましょう

栄養成分表示 1食(Og)当たり	
エネルギー	O kcal
たんぱく質	O g
脂質	O g
炭水化物	O g
食塩相当量	O g

## 3. エネルギーのとりすぎや不足は、体重の変化や体格（BMI）でチェック

★BMIを計算してみましょう。 体重（ ）kg ÷ 身長（ ）m ÷ 身長（ ）m =  自分のBMI

### 目標とするBMIの範囲（18歳以上）

年齢(歳)	目標とするBMI (kg/m <sup>2</sup> )
18~49	18.5~24.9
50~64	20.0~24.9
65~74	21.5~24.9
75以上	21.5~24.9

出典：厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2025年版」

BMI早見表										
年齢 身長	16.5未満はやせ 25以上は肥満									
	35kg	40kg	45kg	50kg	55kg	60kg	65kg	70kg	75kg	80kg
140cm	18	20	23	26	28	31	33	36	38	41
145cm	17	19	21	24	26	29	31	33	36	38
150cm	16	18	20	22	24	27	29	31	33	36
155cm	15	17	19	21	23	25	27	29	31	33
160cm	14	16	18	20	21	23	25	27	29	31
165cm	13	15	17	18	20	22	24	26	28	29
170cm	12	14	16	17	19	21	22	24	26	28
175cm	11	13	15	16	18	20	21	23	24	26
180cm	11	12	14	15	17	19	20	22	23	25

日本では、食料を海外からの輸入に大きく依存しているながら、大量の食料が食べられないまま廃棄されています。様々な食品が豊富に出回っている今、食料資源の浪費や環境への負荷の問題にも目を向けています。「もったいない」という意識を持ち、一人一人がで会全体で食品ロス削減に取り組むことが大切です。

食品ロスとは、食べるのに廃棄される食品のことです。日本における食品ロスの量は年間646万トンと推計（平成27年度）されています。この量は、世界全体の食料援助量（年間320万トン）の約2倍に匹敵します。

## ○食品ロスについて

## 【実践のポイント】買い方を変えて、食品ロスを減らす

- 1.賞味期限の近いものから順番につれてって！
- 2.無駄なく使いきるように食べられる量をつれてって！
- 3.家にあるもの思い出しながらつれてって！

- ★順番に買うことで、食べ物を、無駄なくおいしく食卓へ
- ★買うときに、「食べられる量かな？」を意識
- ★家にある食材をチェックして、買物へ

参考:消費者庁[食品ロス削減]食べもののムダをなくそうプロジェクト > 食品ロスについて知る・学ぶ

お問合せ 白馬村役場 健康福祉課 電話：0261-85-0713





## シリーズ ミニライへの分別（vol.21）

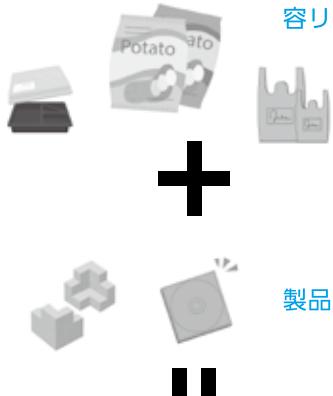
未来の地球環境や白馬村の豊かな自然環境を守り、次世代へとつなげるために今からできることを始めていきましょう。

プラスチック資源の分別が令和7年4月1日から変わります。  
「燃えるごみ」→「資源」に

プラスチック資源の分別方法の変更について  
白馬村では、今まで「プラスチック製容器包装（容リプラ）」を資源物として収集していましたが、この4月からは燃えるごみだった「プラスチック製品（100%プラスチック素材・製品プラ）」を、一緒に収集し資源化します。

注)大町市、白馬村、小谷村の広域連合内での分別方法の変更です。

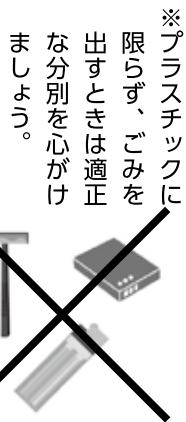
### 容リプラ



地区集積場や拠点回収にまとめ出せます

### 製品プラ

衣装ケース、収納ケース、  
PPバンド、クリアファイル、  
定規、ちりとり、ハンガー、  
CD、DVD、ボウル、タッパー等



イラスト出典元「日本容器包装リサイクル協会」

一人ひとりの積み重ねがごみの減量と資源の循環につながります。皆様のご協力をお願いします。

「プラスチック製容器包装（容リプラ）」って？

プラスマークのついている、容器や包装。

「プラスチック製品（100%プラスチック素材・製品プラ）」って？

プラスチック製容器包装やペットボトル以外のプラスチック素材100%でできているもの。

プラスチック製品（100%プラスチック素材・製品プラ）の一例

- ・火災の原因になるもの  
ライター、リチウムイオン電池等
- ・取り扱い時に危険なもの  
カッター、カミソリの刃等
- ・電気製品・電池類  
加熱式たばこ、モバイルファン等
- ・異素材・他の資源物  
金属、ペットボトル等

次のものは絶対に入れないでください！

素材の長さが50cm以上で厚さが5mm以下のものは、大町リサイクルパーク、北アルプスエコパーク、白馬リサイクルセンター、松川端粗大ごみ集積場の受入日に持込めます。

素材の長さが50cm以上で厚さが5mm以下のものは、大町リサイクルパーク、北アルプスエコパーク、白馬リサイクルセンター、松川端粗大ごみ集積場の受入日に持込めます。

### 地区集積場・小規模ステーションでの出し方

出し方は今までの「プラスチック製容器包装（容リプラ）」の収集の時と同じです。

毎週木曜日の収集日に、プラスチック製容器包装とプラスチック製品を透明の袋へ一緒に入れて出してください。

素材の長さが50cm以下で厚さが5mm以下のものに限ります。

素材の長さが50cm以上で厚さが5mm以下のものは、大町リサイクルパーク、北アルプスエコパーク、白馬リサイクルセンター、松川端粗大ごみ集積場の受入日に持込めます。

### Q & A

汚れはどこまで落とせばいいですか？

水洗い等で固形物や脂分が残つていなければOKです。

他素材との複合製品はどうすればよいですか？

他素材を外してプラスチックだけになればOKです。

プラスチック素材100%か分からぬものはどうすればよいですか？

内部に金属や電池類などプラスチック以外のものがあると思われる場合は、プラスチック資源として出さず、金属類や小型家電等の適した排出区分で出してください。

ペットボトルはプラスチック資源として出してよいですか？

ペットボトルはプラスチック資源として出してよいですか？

A. ペットボトルは「ペットボトル」の排出区分がありますので、ペットボトルとして分別して出してください。

お問い合わせ 白馬村役場 住民課 電話：0261-85-0715



# 白馬村こども家庭センターだより

白馬村こども家庭センターでは、妊娠期から子育て期の家庭を様々な事業や形でサポートしています。

事業の一部をご紹介します。

## 「あそびの教室『じゃんぱる』」

幼稚園・保育園のお子さんを対象に開催しています。今年度は45名の申し込みがありました。

内容は、見る・聞く・話す・書く・描く・手先を使うなどを取り入れた課題あそび、鉄棒・



平均台・マットなどを使った運動あそび（サー

キット）が中心です。

年齢ごと（年少・年中・年長）に5～10人ほどの小集団で行っています。それぞれ年間7～10回、園が終わつたあとに約1時間、場所は子育て支援ルームです。

来年度については4月頃、各園を通してお知らせを配布しますので、小集団活動やいつも違うお友達や先生と遊び経験を希望される方は申し込みをしてください。

## 「親の会」

お子さんが特別支援学校・特別支援学級・療育施設の事業を利用している保護者の皆さんを対象にした会で、2か月に1回程度開催しています。

主に座談会で保護者同士の交流や情報交換をします。今年度は「ペアレント・メンター相談会」や昨年度の要望であった安曇養護学校見学会も行いました。

日頃の思いを話すことでストレス発散にもなります。また、大北圏域障害者総合支援センター「スクラム・ネット」のスタッフも参加していますので相談も可能です。来年度は奇数月に開催予定です。（詳しい日程は4月にお知らせします）参加をお待ちしています。

お問い合わせ 白馬村こども家庭センター（白馬村教育委員会 子育て支援課内） 電話：0261-85-8101

# 春の福祉の職場説明会・就職相談会

福祉分野における職場説明会・就職相談会が開催されます。

各事業所の相談ブースにて、採用予定や職場の雰囲気などが直接聞けます。ご興味のある方はぜひご参加ください。

対象者は福祉分野での就職希望がある、または関心のある方です。（経験・資格・年齢等は問いません。）

申込はこちら



日時：3月1日（土曜日）

キッセイ文化ホール

（松本市水汲69-2）

3月7日（金曜日）

メトロポリタン長野

（長野市南石堂町1346）

両日とも 午後1時30分から午後3時30分まで（午後1時受付開始）

※事前申込していなくても当日参加いただけます。

※託児はありますが開催日2週間前までに申込が必須となります。

※参加法人一覧は、「信州福祉・介護のひろば」(<https://fukushi-nagano.jp/>)にて掲載されています。

お問い合わせ 社会福祉法人長野県社会福祉協議会 福祉人材センター 電話：026-226-7330



# ～短期集中～ まめった講座

## 参加者募集中!

まめった講座に行って、まめったくなろう!

貯筋は  
何歳から始めても  
丈夫!

筋力アップしたい!

転倒予防したい!

以前より気力がなくなってきた…

貯筋しよう!

健康長寿のカギは「筋力」、筋力がつくと  
脳も活性化され認知能力・意欲・気力もアップします!

“いつまでも元気でいたい、自分のことは自分で！”

そんな方におすすめ!! トレーナーの指導で筋力アップしませんか?



対象者：白馬村にお住まいの65歳以上の方



日 時：毎週金曜日 午後1時～2時30分



期 間：4か月（年末年始・土日祝日を除く）



場 所：白馬メディア トレーニングルーム

参加費：毎回500円

※参加には申し込みが必要です。

申し込み時にを行うチェックリストにより参加いただけない場合があります。

※介護保険に関わるサービスを利用されている方はご利用できない場合があります。

※送迎については別途ご相談ください。

病状により主治医への確認が必要な場合があります。

ご利用を希望される方は地域包括支援センターまでお問合せ下さい

お問合せ・申し込み：白馬村地域包括支援センター 電話：0261-72-6667



のべ  
12,000回  
以上の方  
ご利用!  
利用  
満足度  
98%!  
(1~2)

郵便局で参加するスマホなんでも相談

# スマホのお悩み 解決しませんか?

\*1)2022年8月1日～2024年11月25日までに郵便局内で実施したスマート教室「スマホ相談会」の実績  
\*2)各町・6年齢層各デジタル活用支援推進事業アンケート結果 2024年8月5日～2024年11月25日調査内  
で商品・サービスの授業活動は一切ございません。



事前予約で何回でも無料!

どんな相談でもOK!

- ① スマホの基本操作を知りたい
- ② LINEの使い方がわからない
- ③ キャッシュレス決済を使ってみたい
- ④ QRコードの読み取り方がわからない

講師と1対1の個別授業!

携帯会社はどこでもOK!



場所 白馬郵便局

期間 2025年1月14日(火)～3月14日(金)

時間 平日10:00～17:00

月 火 水 木 金 土 日 祝

10:00～17:00

※最終は16:00開始ですので、ご注意ください

休

参加無料  
要予約

前日までに予約をしていなくても当日空きがあればご相談可能! ぜひお電話ください!

## ご利用者さま からの声



とても簡単なスマート  
フォン操作のことを相  
談しましたが、初心者  
の私でもわかるよう  
に丁寧に、わかりやす  
く一つひとつ解決して  
くれました。

どんなスマホでも相談を受けられ  
るということで予約しました。初  
歩的すぎてちょっと恥ずかしくて  
人に聞けないことも聞けました。  
しかも個別相談だから私の理解  
度に合わせて説明してくれるの  
で、安心して参加できました!

\*愛媛県で実施した実際の相談窓口にご参加された方のご感想です。

以前は電話しか使えなかっ  
たが、世界が広がった。

家族に聞いてもなかなかわからず困って  
いるときに、窓口を知り予約した。全くわ  
からず気持ちがマイナスになっていたが、  
今回でいろいろ初歩的な設定ができる、  
使っていきたいという気持ちになった。

スマホに対する抵抗がなくな  
った、自信がついた。

この相談窓口に来てから、文字の打ち方か  
らマップの見方など、たくさん教えてもらっ  
て、いろいろできるようになりました! 本当  
に感謝しています。ありがとうございます。

今体験談は個人の感想です。内容や理解度によって、感じ方が変わります。

お問い合わせはこちから

予約ダイヤル

楽天シニアフリーダイヤル

0120・955・545

【受付時間】平日10:00～16:00 【運営】楽天シニア ☎158-0094 東京都世田谷区玉川1-14-1

各局での実施講座状況は  
こちらからも確認できます。  
(Web予約もできます)





白馬  
高校

# HAKUBA H.S. Report Channel

白馬高校レポートチャンネル

令和7年1月17日（第190号）

発行：白馬高校 教務係

TEL 0261(72)2034（代表）

ホームページも  
ご覧ください⇒

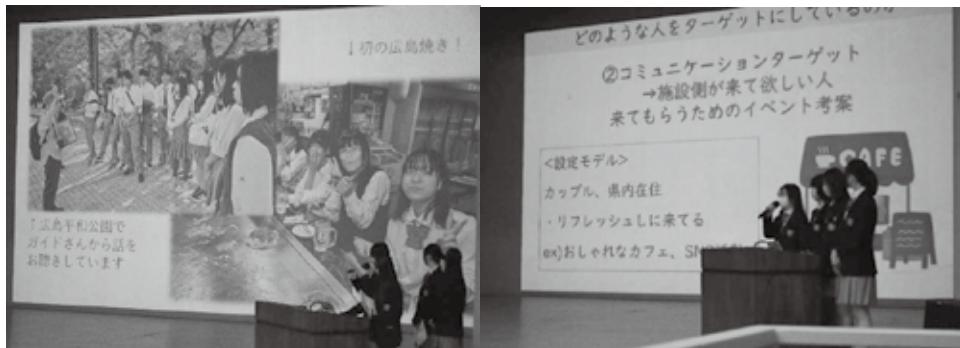


## 白馬フォーラム

白馬高校における1年間の学習活動の成果発表の機会としてウイング21にて、白馬フォーラムを開催しました。1学年は北アルプス学、就労体験、小規模校サミット、韓国短期留学についての発表、2学年は修学旅行のまとめ発表、3学年は時事問題、デュアル実習についてプレゼンテーションを行いました。

ひとつの発表に対して感想や鋭い質問が会場から飛び交い、その質問が発表をさらに深めて価値のあるものにしていました。また、こういったプロジェクト学習を本格的に行うのが初めての生徒もいる中で、どの発表も一定の成果やまとめが分かりやすく述べられていました。

隣県の新潟県からは糸魚川高校の1学年約120名の生徒も参加し、同校での1年間の学びの成果を発表していました。両校は、白馬高校が12月17日に糸魚川高校で行われた学習発表会に参加させていただくなど、双方に高め合える関係の構築ができており、今後は特定の生徒・学年に留まらず、学校全体としてさらに親睦と学習を高め合える関係性を築いていければよいと考えています。



## スキー・スノーボード教室

1月16、17日の2日間、スキー・スノーボード教室を実施しました。1学年はスキー、2学年はスノーボード、3学年はスキーまたはスノーボードからどちらかを選択しました。本校は長野県内からだけではなく、他県からの生徒も在籍しているため、スキーやスノーボードといったウィンタースポーツをこれまでに体験したことがない生徒も多くいます。本校周辺にも雪は降りますが、開講式前にスキー場の雪を見て感激している県外生の様子が印象的でした。開講式後、それぞれの班に分かれ特にスキーをした経験のない生徒は滑り方や倒れ方といった



初步的な技術から習いました。日頃の授業とは異なる、山に囲まれた大自然の中で行う活動に生徒の顔から笑顔が絶えない時間でした。

お昼の時間になると、生徒は疲れた様子もなく、午前中の講習がどうであったかを違う班の友人と共有しながら昼食のカレーを食べていました。午後の講習になると、朝の時点ではほとんど滑ることができなかつた生徒も、ゆっくりとインストラクターの先生が待つ地点まで自力でたどり着けるようになりました。

2日目の講習では楽しい気持ちとは裏腹に、表情や身体にも疲れが見え始めましたが、生徒たちは1日目に習ったことを生かし、より上達した姿が見られました。

今回のスキー・スノーボード教室で、生徒にとって貴重な経験ができたことは間違ひありません。白馬やウィンタースポーツに縁のない生徒が、今回のスキー・スノーボード教室を通して、白馬高校を思い出したり、これから先の人生でウィンタースポーツに触れるきっかけになれば良いと思います。



### 卒業生講話

本校卒業生で2023年8月から2024年6月までブラジルに留学をしていた林夏海さんによる講演会が1年生と3年生を対象に行われました。林さんは講演の最初に、「留学は楽しいことばかりではない。」と述べ、滞在していた約1年間の中でブラジルでの生活に対するモチベーションの変化を分かりやすく示してくれました。まず留学をした8月は、ホームシックや環境に順応できていないことに対する不安が気持ちの大半を占めていたそうです。現地の方々とコミュニケーションをとる上でも、現地の公用語であるポルトガル語の圧倒的な知識不足や伝えたいことを伝えられないもどかしさがあったと語ってくれました。そこから新しい語彙や文法を本やYouTubeを交えて学習していくそうです。今回の講演では、英語の日常表現に関するクイズを出していただきました。そのクイズの出し方にも本校の生徒に沈黙をさせない、飽きさせない配慮を強く感じました。

林さんが体験したブラジルの授業の中では、気になることに関して探究をする授業があったそうです。そこで林さんは、日本の民主主義について調べました。ここで林さんは、日本にいるうちから、自国の文化や政治に興味を持ち、留学や旅行に行った際にそれを外国人に伝えられるようにしておくことが大切だと強く感じたそうです。そしてブラジルに留学をしてよかったですとして、英語とポルトガル語が話せるようになったこと、友人が増え旅行がしやすくなったことに加え、自身の考え方や価値観の幅が広がったことを挙げていました。

本校の生徒も、外国人が多く居住しているという白馬の利点や、毎年度末にある短期留学の機会を利用してほしいと思います。そして文化的な交流を通して、新しい自分の発見や自身及び日本の事柄を異文化交流の材料とし、自身の成長につなげていってほしいです。



# 図書館だより

No.278

令和7年2月

白馬村図書館

TEL(72)-5200

図書館の  
おやすみ

・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・臨時閉館する場合があります。

図書館の  
開館時間

午前9時～午後6時

## ○新着案内

【一般・郷土】

書名	著者名
幸せ舞い込む！あなたの開運神社	佐々木 優太
翳りゆく午後	伊岡 瞳
鳶重の矜持（「鳶重」シリーズ2）	車 浮代
謎の香りはパン屋から	土屋 うさぎ
人生の経営戦略	山口 周
子どもの一生を決める花粉症対策	村川 哲也
発酵野菜みそのレシピ	木村 幸子

【児童書・絵本】

書名	著者名
そつえんするってことは	中川 ひろたか/作
成長し変わっていくわたし	アニータ・ガネリ/文
ドッシリ！どす恋 おはなし日本文化 相撲	須藤 靖貴/作
動物の今と昔ずかん くらべてみたらすごかった！	土屋 健

【雑誌】

雑誌名	特集
NHKすてきにハンドメイド 2025年2月号	春を呼ぶソーイング
NHK趣味の園芸 2025年2月号	クリスマスローズに夢中！

【DVD】

タイトル
あの夏のルカ（ウォルト・ディズニー・ジャパン）  ウィッシュ（ウォルト・ディズニー・ジャパン）



『落語家の本音』日本で唯一の演芸専門誌が50年かけて集めたここだけの話』  
[東京かわら版]編集部/編著（朝日新聞出版）  
昭和49年創刊の寄席演芸専門誌「東京かわら版」。今は生き懐かしい昭和の看板名人や、現役の人気落語家たちの芸談、失敗談、修業時代などのインタビュー記事が満載。50年にわたる記事の中から珠玉の言葉を厳選した一冊。



『校正・校閲11の現場』こんなふうに読んでいる』  
牟田 都子/著（アノニマ・スタジオ）  
読者や視聴者へ「正しい」情報を届ける校正・校閲のお仕事。本や新聞はもちろん、1分1秒を争うテレビ番組のテロップ入力、地道な地図の作成・改訂作業にも携わっています。最初の読者（視聴者）として、「正しさ」を追及するプロフェッショナルたち。日々何気なく目にする言葉の多くは、そんな校正・校閲者に支えられています。



『あの夏のクリエイフ同盟』  
増山 実/著（幻冬舎）  
1974年、日本で初めてテレビ生中継が決まったサッカーワールドカップ決勝戦。けれど放送は一部の地域に限られていた。北九州に住む中学生4人組は、憧れのオランダ代表ヨハン・クライフの活躍を見るため、自転車で本州に向かう計画を立て…。夢をかなえるべく動き出す少年たちの青春を描いた物語。



『こころってふしげ!ドキドキ! きんちょうなんてこわくない』  
清水栄司/監修 中山成子/絵（少年写真新聞社）  
明日はピアノの発表会。「失敗したらどうしよう」「体がカチンコチンにならう」という心配が、みんなの心の中にあります。本番に強くなるコツと一緒に学んでみよう！



『ガラガラがらくた!?』  
エミリー・グラヴェット/作  
なかがわ ちひろ/訳（BL出版）

カササギ夫婦のメグとアッシュは、もうすぐ産まれるひな達のために巣を作ります。巣が色々な物で溢れていく様子を、周りからちょっと心配されながらも、子どものために奔走する親心を描いたユーモアと愛情がいっぱいの物語。

○蔵書点検のため、2月26日（水曜日）から  
3月10日（月曜日）まで休館します

○蔵書点検期間のボランティア募集

期間：2月27日（木曜日）～3月8日（土曜日）まで

※3月2日（日曜日）・3月3日（月曜日）を除く

詳しくは白馬村図書館へお問い合わせくださいか、白馬村行政公式ホームページをご覧ください。



『わらって、考える!  
イグ・ノーベル賞ずかん』

古澤 輝由/監修 萩原 慶/絵（ほるぷ出版）

内容紹介

「バナナの皮は本当にスベリやすいのか」など一見するとヘンな研究ばかり。でも研究者はいたって真面目。イグ・ノーベル賞は、地味だけど重要かもしれない、良いか悪いかの基準では測れない、科学っておもしろい、そんな研究や業績を称える賞なのです。授賞式では10兆ジンバブエ・ドル1枚と、コピー用紙に印刷したペラペラな賞状がもらえます。ね、おもしろいでしょう？



## 保健ガイド 2月～3月

15日～翌月末までの予定を日付順に記載しています。

### ■ 乳幼児健診等

会場:白馬村保健福祉ふれあいセンター1階

月 日	曜 日	事業名	対象になるお子さん
2月21日	金曜日	1歳半健診	令和5年5月～7月生
2月25日	火曜日	理学療法(PT)相談	予約制
2月27日	木曜日	2か月育児相談	令和6年12月生
2月28日	金曜日	びよびよ教室	令和6年9月～11月生※子育て支援ルームで行います
2月28日	金曜日	よちよち相談	令和5年10月19日～12月生
3月 3日	月曜日	育児相談	予約制
3月 5日	水曜日	前期乳幼児健診	令和6年10月生
3月 5日	水曜日	後期乳幼児健診	令和6年4月生
3月12日	水曜日	3歳健診	令和4年1月～2月生
3月13日	木曜日	2歳相談	令和5年1月～3月生
3月18日	火曜日	2歳歯科健診	令和4年8月～令和5年1月生
3月24日	月曜日	理学療法(PT)相談	予約制
3月27日	木曜日	2か月育児相談	令和7年1月生

### ■ 予防接種

会場:白馬村保健福祉ふれあいセンター1階

月 日	曜 日	事業名	対象になるお子さん
2月19日	水曜日	乳幼児予防接種	個別にご案内しています
3月 7日	金曜日	乳幼児予防接種	個別にご案内しています
3月19日	水曜日	乳幼児予防接種	個別にご案内しています

お問合せ 白馬村こども家庭センター(白馬村教育委員会 子育て支援課内) 電話:0261-85-8101

### ■ 子育て支援ルーム

月 日	曜 日	事業名	対 象	時 間
3月 6日	木曜日	郷土食を食べよう	未就園児親子	11:30～
3月 7日	金曜日	おはなし会	未就園児親子	11:15～
3月12日	水曜日	このゆびとまれ～(おわりの会)	未就園児親子	10:45～

※予約は子育て支援ルームに連絡をください。

※支援ルームは登録制となっており、初回利用時に登録カードの記入をお願いします。

月曜日～金曜日 AM9:30～12:00 PM13:00～16:00

(土日は、休館日です)

※入室したらまず、検温と手洗いをお願いします。

※冬季は寒いので暖かい服装でお越しください。上履きをお持ちください。

※行事日程や、急な休館等の情報は白馬村行政公式ホームページ、白馬村公式LINE、白馬村母子手帳アプリおひさまメモリーズ by 母子モモにも掲載します。

白馬村公式LINE、白馬村母子手帳アプリおひさまメモリーズ by 母子モモの事前登録をお勧めします。

お問合せ:白馬村子育て支援課子育て支援ルーム (0261-72-3025)

### ■心配ごと相談

開設 日	時 間	場 所	相 談 員	お問合せ先
3月11日(火曜日)	13:00～15:00	白馬保健福祉ふれあいセンター 2階 ボランティアルーム	司法書士 人権擁護委員 民生児童委員	白馬村社会福祉協議会 0261-72-7230

※予約は必要ありませんので、お気軽にお越しください。

### ■心の相談会(予約制)

開設 日	時 間	場 所	お問合せ先
2月25日(火曜日)	10:00～15:00	白馬村保健福祉ふれあいセンター 2階 福祉相談室	白馬村役場健康福祉課 0261-85-0713
3月25日(火曜日)			

※電話でご予約ください(匿名可)。相談時間は1人30分程度です。



## 姉妹都市コーナー

## 静岡県 河津町



一斉にスタートする参加者

## 晴天のもと新年の走り初め

第49回元旦マラソン大会が1月1日、河津中学校グラウンドを発着点とする町内周回コースで行われました。当日は天候にも恵まれ、晴天のもと幼稚から大人まで幅広い世代の参加者230人が新年の走り初めを行いました。参加者は、朝から元気の良い新年のあいさつを交わしながら、親子や家族、友人などと一緒に楽しみながら走ったり、クラブチームの仲間と一緒に懸命走ったりして爽やかな汗を流しました。

## 和歌山県 太地町



## くじら博物館大掃除

12月19日(木)くじらの博物館にて年末の大掃除が行われました。

博物館職員が命綱をつけ、天井に吊るされた実物大のセミクジラ模型に乗って清掃しました。この実物大模型のセミクジラは、昭和44年に博物館が開館したときから展示されています。

## 有料広告欄

スマホアプリで広報はくば配信中！！



マチイロ

マチを好きになるアプリ

App Store  
からダウンロードGoogle Play  
で入手白馬村役場  
公式

LINE

広告募集中 広報はくば及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 \*お問合せ 白馬村役場総務課

## ケーブルテレビ白馬に関するお問い合わせは…

ケーブルテレビ白馬指定管理者：

株式会社エーアイシーコミュニケーションズ

受付時間：平日午前8時30分～午後5時30分

・加入／故障等のお問い合わせは

TEL 0261-85-0074

・取材等のお申し込みは

TEL 0261-85-0116

## 認知症の相談窓口は

地域包括支援センターです

お気軽に 72-6667 にお電話ください

白馬村の認知症サポート数 1897 人

(令和7年1月現在)



## 編集後記

積雪に伴い、停電や除雪に対するお問合せが多く寄せられています。私たちが生活するうえで欠かせない『インフラ整備』のために雪の降る中、昼夜を問わず作業に出ていた正在する現場の皆様のおかげで生活ができます。インフラ整備は行政の重要な業務であるとともに、それを支えてくださる事業者の皆様があつて成り立っています。今回の表紙は、現場の方々への感謝の気持ちを込めて、選定させていただきました。

(広報編集担当：横川)