



2018 **2**
Vol.497

2月2日～4日にかけて、白馬村では15季ぶりとなるW杯「2018 FIS ノルディックコンバインド ワールドカップ 白馬大会」が開催され、白馬村出身の渡部暁斗・善斗選手を含む平昌五輪代表選手らが参戦しました。

個人第13戦(第1日目)では、平昌五輪代表で個人総合首位の渡部暁斗選手が優勝、W杯通算14勝、4連勝を達成。1シーズン自己最多となる5勝目を記録しました。

次の日に行われた、個人第14戦(第2日目)では、条件に恵まれず、前半のジャンプを8位で折り返すものの、後半のクロスカントリーで追いつき3位、W杯6連続の表彰台に立ちました。

地元白馬での大歓声を受け、「普段は聞こえない日本語の声援が楽しかった。」と笑顔で答えてくれました。

(写真撮影：広報編集委員)

広報はくば

W杯特集記事	2～3	白馬耳目Vol.8	10
どう変わる税制改正	6～7	白馬の健康 号外	14～15
藤本元太、白馬を走る！No.5	9		

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—

2018 FIS ノルディックコンバインド ワールドカップ 白馬大会



「白馬村で15年ぶりのW杯開催」

2月2日から4日まで、「2018 FIS ノルディックコンバインド ワールドカップ 白馬大会」が開催されました。

白馬村でのW杯は、2003年以來の15年ぶりの開催となり、白馬村出身で、直前のW杯では個人3連勝と勢いに乗る渡部暁斗選手（北野建設）や弟の渡部善斗選手（北野建設）を含む、平昌五輪の日本代表選手らが参戦しました。

会場では、大会通算で約9000人のお客様をお迎えし、地元の子供たちや選手らが所属するチームの応援団などが大きな声援を送るなど、非常に賑やかな大会となりました。

今回の大会は、直後に平昌五輪を控えており、平昌と時差の無い環境に加え、平昌のジャンプ台は白馬村のジャンプ台をモデルに設計されるなど、平昌五輪の前哨戦となる大会でもありました。

クロスカントリー競技は、同じ場所で見戦ができるようにと、長野冬季五輪会場のスノーハープではなく、ジャンプ台の周囲に特設コースを設営。長い平地や急な登り・下りなど、世界でも類を見ない程の過酷なコースで行われました。

大会前の記者会見で渡部選手らは、「白馬村でW杯が開催され、現役の内に地元での大会に参戦できるのは誇らしい。」（暁斗）「地元の人たちに自分たちがどれだけ成長したのかを見て欲しい。」（善斗）と語ってくれました。



渡部 暁斗(わたべ あきと)
1988年5月26日(29歳)
所属:北野建設

白馬高校在学中にトリノ五輪に出場。
2009年の世界選手権(チェコ)団体戦で日本14年ぶりの金メダルを獲得に貢献。
2010年バンクーバー五輪で個人9位
2011-2012ではW杯個人総合2位。
ソチ五輪で個人戦ノーマルヒルで銀メダル獲得。20年ぶり2人目となるノルディック複合個人でのメダルを獲得。



渡部 善斗(わたべ よしと)
1991年10月4日(26歳)
所属:北野建設

小学3年生からスキージャンプを始める。
白馬高校を卒業し、早稲田大学に入学。
2013年の世界選手権団体戦4で位、直後のワールドカップオスロ大会個人戦で3位。
自身初となる表彰台に上り、萩原兄弟以来となる兄弟でのW杯表彰台獲得。
ソチ五輪ではノーマルヒル15位、ラージヒル35位、団体戦5位。



【W杯個人第13戦(1日目)】
渡部暁斗選手は前半のジャンプでK点を大きく超える130.5メートルの大ジャンプを飛び、136.4点のトップで折り返し、後半のクロスカントリーでは、W杯総合2位のヤン・シュミット選手(ノルウェー)との差1分8秒をつけスタートし終始首位を独走、2位と1分12秒6と、大きく差を広げてゴール、前半のジャンプで首位に立ち、後半のクロスカントリーで逃げ切るという暁斗選手の必勝パターンで快勝しました。
暁斗選手は、この勝利でW杯通算14勝、4連勝を達成。1シーズン勝利数で自身最多の5勝を記録し、平昌五輪やW杯総合優勝に向けて弾みを付ける結果となりました。
地元白馬村での開催ということもあり、大歓声を受けての優勝に「いつも(海外での試合)では聞かえてこない日本語での声援があり、楽しく走れた。」と笑顔で語り、クロスカントリーのゴールでは、右手の人差し指を掲げ、観客の声援に応えてくれました。

ポルチク選手(チェコ)との激しいデットヒート演技、右足を突き出して倒れ込む形でゴール。写真判定が行われ、0.1秒という僅差で3位、W杯6戦連続の表彰台を決めました。
試合後のインタビュでは、ラストのデットヒートで勝った要因について、「プライドの差だけ」と語り、世界で戦う姿と決意を見せてくれました。

【W杯個人第14戦(2日目)】
前日に優勝を収めた渡部暁斗選手は、前半のジャンプで条件に恵まれず8位、トップとは1分17秒差で後半のクロスカントリーをスタート。素晴らしい追い上げを見せ、W杯総合第2位で前日準優勝のヤン選手と共に2位集団を牽引しました。
ラスト1周では、ヤン・シュミット選手が猛烈なスパートを仕掛け首位に躍り出ると、会場からは世界レベルのレース展開に驚きと、大きな歓声があがりました。
ラスト100メートル付近の直線では、



「渡部暁斗選手勝利者インタビューより」※一部抜粋
最高の形で五輪へ
暁斗:今日(W杯個人、第14戦)で勝てなかったのは、ある意味最高の形だったと思う。五輪でも今回の様なことが起こる可能性はある、気持ち引き締まった。良いジャンプから逃げる展開やジャンプで失敗して追いつける展開もあった。いろんなレース展開を最終確認でき、頭を切り替えて五輪に臨むことができる。勝ちたかったが、良い結果だった。
自分は、実力以上の結果を出せたり、奇跡を起こせたりする様な人間ではないと思っている。今年は何勝もして、イエロービブ(W杯総合首位)も着ている。1位になってもおかしくないと思える。金メダルにふさわしい選手になったと言える。
五輪・地元開催のプレッシャー
暁斗:平昌五輪や今回の白馬大会では、特にプレッシャーは感じていない。自分はまだ若く、今回の大会や五輪で勝たなくても人生が終わるわけではない。
五輪に向けてモチベーションの上がってくる選手と下がってくる選手と様々いる。五輪に向けて疲れてしまう選手もいると思うが、自分は3月末まで集中力を持っていきたい。むしろ五輪の後もあるぞというくらいの気持ちでがんばりたい。
今まで一度も守りに入ったことはないし、守ろうと思ったこともない。これからは攻めていく。



ごみの分別の注意点！

(1) 紙製容器包装は紙マークの付いたものだけ

紙マークの付いたものは、資源物として透明の袋や、紙マークの付いた紙袋に入れて出すことができます。しかし、なかには紙マークのついていない紙類(雑がみなど)を、一緒に出されたものが見受けられます。

紙マークの付いたものだけひとまとめにして出しましょう。



(2) 燃えないごみは2種類に分けましょう

燃えないごみは、「ごみ処理広域化を見据え、「金属類」と「ガラス・陶磁器くず」をそれぞれ別の袋に入れて出すように決められています。

まだ、一緒に混ぜて出されているものも見受けられます。必ず分けて出しましょう。



(3) 汚れた段ボールは資源になりません

油などで汚れた段ボール(ヒザの箱など)は資源になりません。汚れたものは、燃えるごみで出してください。



お問合せ 白馬村役場 住民課環境衛生係 電話：85-0715

白馬山麓清掃センター ごみ処理広域化による ごみ出しルールの変更について

現在ご利用の白馬山麓清掃センターは、平成30年8月より「北アルプス広域連合白馬リサイクルセンター」に名称が変わるとともに搬入ルールが次のとおり変更となります。

●平成30年7月末をもって、白馬山麓清掃センターは燃えるごみの受入れを停止し、燃えるごみの焼却は、新ごみ焼却施設(大町市)で行うこととなります。

●白馬山麓清掃センターの空きスペースを使って、燃えるごみ(パッカー車積替え)・燃えないごみ・資源ごみの受入れを行います。

●燃えるごみの受入れは、指定ごみ袋に入れ、待機パッカー車に積替えていただく方法になります。

なお、一度に大量の持ち込みはご遠慮いただくとともに、事業者から出されるごみは、収集許可業者への委託もご検討ください。

●燃えないごみの受入れは、指定ごみ袋に入れ、コンテナに積替えていただく方法になります。

●資源ごみは、品目ごとのコンテナに入れていただきます。1つから出すこともできますので、引き続き分別の徹底にご協力ください。

●指定ごみ袋が変わります。燃えるごみ・燃えないごみは、北アルプス広域連合で新たに製作する指定ごみ袋に入れていただきます。

なお、現在お使いの清掃センター専用ごみ袋が余った場合、8月1日以降も当分の間は使用可能です。

●新しいごみ袋の販売方法やその他詳細ルールにつきましては、決まりしい行政ホームページ等でお知らせいたします。8月1日以降は、必ず確認のうえ搬入してください。

●工事が延期となっている新リサイクルセンターにつきましては、準備が整いしだい着工となります。当分の間、白馬山麓清掃センターを使って受入れを行いますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

お問合せ 白馬村役場 住民課環境衛生係 電話：85-0715



平成30年度「第4期アスパラガスセミナー」受講者募集！

北アルプス農業改良普及センターと大北農協営農部では、アスパラガスを新植・改植し販売することを目的とした方を対象に講座を開催します。講座は毎回異なる内容で、平成30年4月から平成31年3月までの期間中合計9回開催し、基本的な知識と技術を学びます。

アスパラガス栽培を始めようと思っている方や、定年帰農者、I・Uターンなどの新規就農者の方も受講できる内容となっております。

受講申し込みとお問い合わせは、北アルプス農業改良普及センター（電話0261-23-6543）または大北農協営農部（電話0261-22-1842）へ平成30年3月16日（金曜日）までお願いします。



外国人住民の方・外国人住民を雇用されている方等へ 出国、他市区町村への異動は役場で手続きが必要です

白馬村から出国または他市区町村への異動（転出）をする時には、必ず住民課の窓口で住所異動の手続きをしてください。転出予定日の2週間前から受付できます。

他市区町村への住所の異動は、白馬村で発行される「転出証明書」がないと、新しく住むところの役所で住民登録ができませんのでご注意ください。

（白馬村での住所異動手続きの時に、新しく住むところの住所を確認させていただきます。）

再入国の許可を得て出国する時も、国民健康保険に加入をしている方は、出国の間にも保険料が生じますので、役場で住民異動の手続きをしてください。

持ち物：在留カード・パスポート・保険証（国民健康保険に加入している方）・マイナンバー通知カード

お問合せ 白馬村役場 住民課住民係 電話：85-0715

For Foreign Residents • For those who are hiring foreign residents Proper formalities before moving out of Hakuba at village office

When moving out of Hakuba to another municipality or when moving abroad, filing of a move-out notification at Resident Division of Hakuba village office in advance is necessary. A move-out notification can be submitted 2 weeks before your scheduled move-out day. Please make sure you or your foreign employees have completed all necessary procedures before leaving Hakuba.

➤ Moving to another municipality:

A move-out certificate will be issued immediately after one has reported his/her moving at the village office. Please be aware that a new address cannot be registered at the other municipality without the certificate. (Note: New address is needed when you submit the move-out notification)

➤ Moving abroad:

Submission of move-out notification is necessary even if you have a plan to come back with a re-entry permit. Especially for those who have joined the National Health Insurance Scheme, you have to pay the insurance premium for the period that you are out of Japan if you leave without filing a move-out notification properly.

※ Please bring along with : Residence card • Passport • Individual number (notification) card •

National health insurance card (if you have joined)

For inquiries, please contact Resident Division at 0261-85-0715

工事等による交通規制の状況をお知らせします

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

交通規制一覧表 ※この他にも小規模・短期間のものが発生することがあります



路線	区域	規制内容	規制終了予定日	規制時間	迂回路
県道 白馬岳線	二股より上部	車両通行止め	2018年4月26日	終日	無

お問合せ 白馬村役場 建設課 電話：85-0724



どう変わるの？

税制改正「配偶者控除」 「配偶者特別控除」



女性の活躍促進のため、また就業調整を意識しなくて済む仕組みを構築する観点から、平成29年度(2017年)税制改正が実施されました。この改正は平成30年1月以降の所得に適用されるため、平成31年度の住民税から反映されることとなります。

改正内容

就業調整を意識しないとはいえ、これまで「所得税103万円の壁」「住民税93万円の壁」という、税金がかからないよう配慮してお勤めされてきた方も多いのではないだろうか。今回の改正がどのような影響を及ぼすのか、気になるところかと思えます。改正内容を参照いただき、平成30年中の働き方の参考にしてみてください。ければと思います。

《配偶者控除》

納税義務者(扶養する人)に所得制限が設けられ、合計所得金額が900万円を超えると控除額が減少し、1千万円を超える場合には適用できません。

《配偶者特別控除》

配偶者の合計所得金額の上限が123万円まで拡大され、それに合わせて控除額が変更されます。

これまでの住民税における「配偶者控除」「配偶者特別控除」

	配偶者の合計所得金額		給与収入のみの場合の収入金額	控除額
配偶者控除	38万円以下	配偶者が70歳未満	103万円以下	33万円
		配偶者が70歳以上	103万円以下	38万円
配偶者特別控除	38万円超45万円未満		110万円未満	33万円
	45万円以上50万円未満		115万円未満	31万円
	50万円以上55万円未満		120万円未満	26万円
	55万円以上60万円未満		125万円未満	21万円
	60万円以上65万円未満		130万円未満	16万円
	65万円以上70万円未満		135万円未満	11万円
	70万円以上75万円未満		140万円未満	6万円
	75万円以上76万円未満		141万円未満	3万円
76万円以上		141万円以上	0万円	

また、納税義務者(扶養する人の合計所得金額が900万円を超えると控除額が減少し、1千万円を超える場合は従来どおり適用できません)。

平成31年度からの住民税における「配偶者控除」「配偶者特別控除」

	配偶者の合計所得金額		給与収入のみの場合の収入金額	納税義務者(扶養する人)の合計所得金額 (給与収入のみの場合の収入金額)		
				900万円以下 (1,120万円以下)	900万超 950万円以下 (1,120万円超 1,170万円以下)	950万円超 1,000万円以下 (1,170万円超 1,220万円以下)
配偶者控除	38万円以下	配偶者が70歳未満	103万円以下	33万円	22万円	11万円
		配偶者が70歳以上	103万円以下	38万円	26万円	13万円
配偶者特別控除	38万円超90万円以下		155万円以下	33万円	22万円	11万円
	90万円超95万円以下		160万円以下	31万円	21万円	11万円
	95万円超100万円以下		166万8千円未満	26万円	18万円	9万円
	100万円超105万円以下		175万2千円未満	21万円	14万円	7万円
	105万円超110万円以下		183万2千円未満	16万円	11万円	6万円
	110万円超115万円以下		190万4千円未満	11万円	8万円	4万円
	115万円超120万円以下		197万2千円未満	6万円	4万円	2万円
	120万円超123万円以下		201万6千円未満	3万円	2万円	1万円
123万円超		201万6千円以上	0円	0円	0円	



注意が必要です

あくまで収入が給与のみの場合、どのようになるのか解説します。

まず、個人住民税(村・県民税)の年税額については、『均等割』と『所得割』により算出されます。『均等割』は年額55000円の課税となりますが、扶養親族がある場合を除き、基本的に所得28万円以上の方に賦課されるようになります。そのため、今まで同様で給与収入は93万円未満の場合は課税となりません。また、98万円を超える収入については、その収入と所得控除(支払った社会保険料や生命保険料、地震保険料など)の金額によって『所得割』が算出され課税となります。

このように、今回の税制改正によって扶養する人にとっては配偶者の年収要件の上限が引き上げられ、控除の適用範囲が拡大し、負担する税金の額を少なくすることが可能になりました。一方、扶養されている方については収入の状況に応じて個人住民税と所得税が課税となる場合がありますので、ご注意ください。

参考

平成30年分からの所得税における「配偶者控除」「配偶者特別控除」

	配偶者の合計所得金額		給与収入のみの場合の収入金額	納税義務者(扶養する人)の合計所得金額 (給与収入のみの場合の収入金額)		
				900万円以下 (1,120万円以下)	900万超 950万円以下 (1,120万円超 1,170万円以下)	950万超 1,000万円以下 (1,170万円超 1,220万円以下)
配偶者控除	38万円以下	配偶者が70歳未満	103万円以下	38万円	26万円	13万円
		配偶者が70歳以上	103万円以下	48万円	32万円	16万円
配偶者特別控除	38万円超85万円以下		150万円以下	38万円	26万円	13万円
	85万円超90万円以下		155万円以下	36万円	24万円	12万円
	95万円超95万円以下		160万円以下	31万円	21万円	11万円
	95万円超100万円以下		166万8千円未満	26万円	18万円	9万円
	100万円超105万円以下		175万2千円未満	21万円	14万円	7万円
	105万円超110万円以下		183万2千円未満	16万円	11万円	6万円
	110万円超115万円以下		190万4千円未満	11万円	8万円	4万円
	115万円超120万円以下		197万2千円未満	6万円	4万円	2万円
	120万円超123万円以下		201万6千円未満	3万円	2万円	1万円
123万円超		201万6千円以上	0円	0円	0円	

村税・料金の お支払いについて

2月納期の村税及び料金

固定資産税	第4期
国民健康保険税	第9期
後期高齢者医療保険料	第7期
上下水道料金	2月請求分

納期限及び 口座振替日

2 / 26 月

納付方法・納付場所

表中の納付方法及び納付場所でお支払いができます。

	固定資産税	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料	上下水道料金
現金払 (金融機関及び役場会計室)	○	○	○	○
現金払 (コンビニエンスストア)	-	-	-	○
口座振替	○	○	○	○
クレジットカード インターネット決済	○	○	-	-

お問合せ

白馬村役場 税務課 電話：85-0712
住民課 電話：85-0715
上下水道課 電話：85-0714



スキー場で冬の防犯・安全啓発活動



ゲレンデで啓発活動を行う大町警察署員たち



1月24日に、エイブル白馬五竜スキー場と白馬八方尾根スキー場にて冬の防犯・安全啓発活動が行われました。

大町警察署と大北防犯協会連合会の方が、スキー場で啓発を呼びかけるティッシュを配りました。

また、ゲレンデの上から大町警察署員が「スキー・スノーボードの盗難注意」、「遭難・事故注意」のメッセージの入った横断幕を掲げながら滑り、スキー場での盗難や衝突事故に対する注意喚起を行いました。

姉妹都市交流

〈太地小学校スキー交流〉



1月24日から26日にかけて、姉妹都市の太地小学校の4年生が白馬村を訪れました。25日には白馬北小学校の4年生と白馬岩岳スノーフィールドにて、クロスカントリースキーやそり滑り、雪だるまづくりなどの雪遊びで交流を深めました。

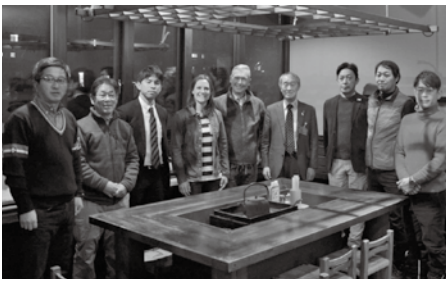
また、お昼のカレーには白馬村の特産品の紫米を使用したごはんが振る舞われ、太地小学校の子ども達は美味しく食べていました。両校児童はこの日が初めてであったにも関わらず、1日を通じて深い交流ができた様子でした。交流会のほかにも、スキー場のご厚意によるスキーバギークルーズ体験や、夕方にジャンプ競技場を見学したりするなど、丸一日白馬村を満喫していただきました。今年の夏には5年生になった白馬北小の児童が太地町を訪問します。夏の太平洋を臨んだくじらの町での再会が楽しみです。



藤本元太、白馬を走る！No.5

こんにちは。先月号で「体調管理には気をつけましょう」と書いたところですが、早速風邪を引いてしまった藤本です。幸いインフルエンザではなかったのですが、やはり気合だけでは白馬の冬は乗り切れないようです。。。

さて、役場では予算査定が大詰めですが、そんな中、先月号でご紹介した「白馬の新図書館を考えるワークショップ」に参加してきました。講師の花井裕一郎さんから、全国各地や世界各国の図書館の事例を紹介いただいた後、各グループで新図書館のテーマについて話し合いました。私のテーブルでは、「外国人とのふれあいができる場所」「カフェがある」「子どもの居場所」「住民の学びあいの場」「古い本の行き場所」といったアイデアが出てきました。他のグループでは、酒が飲める、映画が見られる、等々面白いアイデアも。「図書館」はどうしても静かに本を読む場所、というイメージが強いと思いますが、もっと自由な発想があってもいいなと改めて思いました。



姉妹都市・レヒツ村（オーストリア）との交流会

また、1月はイベントが多くなる季節柄、いつにも増して人に会う機会が多かった気がします。特に、FWT（フリーライドワールドツアー）関係では、歓迎パーティー等で、白馬に來られた国内外の選手・運営スタッフ・関係企業の方々とたくさんお会いして、情報交換をすることができました。大会自体は悪天候のため中止となってしまいましたが、今回の繋がりや次に生かしていきたいと思えます。

浄化槽をお使いの皆様へ

浄化槽は適切な維持管理をして、初めてその機能を発揮します。そのため、浄化槽には、保守点検や清掃のほか年1回の法定検査が義務付けられています。

平成30年4月から法定検査項目に新たに水の汚れを示す指標であるBODの検査が加わり、より効率的で充実した内容になります。

・BOD検査を行うことにより、自らが排出する生活排水の汚れや浄化槽の調子を知ることができ、修理等の早急な対応が可能になります。

・BOD検査導入により効率的に検査(検査項目を一部省略でき、検査時間を短縮)を実施することで全てのご家庭で年1回の法定検査を行う体制を整備しましたので、今後とも法定検査の適正な実施にご協力ください。

(参考)

浄化槽法第11条第1項
浄化槽管理者は、環境省令で定めるところにより、毎年1回、**指定検査機関***の行う水質に関する検査を受けなければならない。

*長野県では、指定検査機関に**(公社)長野県浄化槽協会**を指定しています。

ふるさと白馬への応援メッセージ

ふるさと納税とともに寄せられたメッセージを抜粋してご紹介します。

・30年以上、毎年スキーに訪れています。村の継続的發展を願っております。(愛知県)

・魅力を街全体で引き出し、国際リゾート白馬の發展を期待しています。白馬は信州、日本の宝です。(埼玉県)

・主人と初めてスノーボードへ行ったのが白馬村でした。その縁もあり、白馬村にて婚姻届を提出しました。白馬村の今後の發展のためにも、寄付させていただきます。(東京都)

・小さい頃に祖母と白馬岳に登ったのを思い出し、今回の寄付を決めました。また伺えればと思います。(大阪府)

・毎年スキー旅行に行くことを嫁と楽しみにしています。温かなおもてなしと、静かで美しい風景、そして温泉にいつも癒されております。今後も長く白馬村が繁栄致しますことを心より祈っております。(神奈川県)

・紫米がとてもおいしく、もう10数年取り寄せていて、毎日の食生活に欠かせないものとなっています。村の若者が有意義な体験をしてくれることが楽しみです。こうした取り組みがもっともっと広がるといいですね。(和歌山県)

・四季を通して親子で白馬村で遊ばせていただいています。国際化を迎える中、白馬高校が海外留学などをきっかけに將來の白馬村や日本のゲートウェイを担う国際観光人材を育てていくことを期待しています。(長野県)

・昨年他界した父の故郷です。生前送ってもらった白馬米が懐かしくて選びました。(東京都)

・少額ですが、毎年、白馬村に寄付させて頂いております。初めて訪れた際、「こんな素敵な場所が日本にあったのか」と、とても感動しました。どうか、皆さままで美しい白馬村を守り通してください。(大阪府)

*お問い合わせ: 白馬村役場 総務課

お問合せ

- ・検査の詳しい内容について (公社)長野県浄化槽協会 検査センター 中信支所 電話: 0263-47-7851
- ・法定検査の案内や通知等について 白馬村役場 上下水道課 電話: 0261-85-0714

12月に寄せられた寄附
1,826件 78,158,500円



伝承と伝統

新しい年が歩き始めた1月第2週の週末。二つの『おんべ』に参加した。降りしき雪の中、奉納品や献酒が供えられた奉献台の前に神職が立つ。耳元を通り過ぎる雪音と祝詞がどこか辺境の民族音楽のように聴こえる。やがて信州白馬四ツ谷太鼓が鳴り響き白馬町の『おんべ』は始まった。翌日、五竜岳の頭上に冬星が輝く夜。大勢の外国人がグラウンドを目指し歩いていく。僕も列に紛れ付いて行く。広場に入ると青が滲んだ漆黒の緞帳に高さ10数メートル程の尖塔型のシルエットがあった。地元有志の軽妙な語りと共に点火。地上にあった火勢は昇り御幣に迫る。供養を待つだるまが、まるで俗世に別れを告げるかのような声を発し燃え行く頃、心柱は倒れた。幣串に挟まれた依代を授かるう

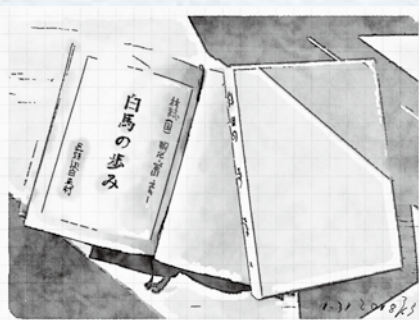


と子供たちが走り寄る。飯田の歴史が溶けた甘酒と神聖な残り火で焼く餅が振る舞われ、飯田の『おんべ』は残照に揺らめいた。
〃火祭り〃といえは野沢温泉の『道祖神祭り』以外、体験したことがない僕にとつて、白馬村の『おんべ』には観光事業とは異なる郷土という匂いと味がした。ふと白馬村の郷土史に興味を沸き、入村以降一度も手に取ったことがなかった『白馬村の歩み 村誌・観光・登山・スキー編(四)』を開いた。手元にある第4巻は巻頭例言に「第3巻の(社会環境編(下))に属するものであるが、白馬が

今日ある経済基盤ともなつた(観光・登山・スキー)を独立させて、白馬の独自性を主張したものである」と記載。いわゆる特別編集版だ。その構成は緻密かつ深度ある史料検証と取材の集大成で、頁を進めるたび興奮する。文献熟読と口頭伝承で紡ぎ上げられた記述の行間には白馬連峰大自然の恵みと白馬人の汗と誇りの物語が読める。レルヒ少佐によるスキー伝承からわずか3年後の大正2年、白馬にスキー文化が開花(5頁)、そして白馬が民宿発祥の地という事実(10頁)に始まり、あとがきと共に添えられた「大雪渓を登る強力(歩荷)たち」の写真(362頁)が先人たちの創造した壮大なドラマに一区切りをつける。この村誌には白馬村〃日本における観光・登山・スキー文化の〃奇跡の軌跡〃が

綴られている。
夢中になって読み終えた数日後。いつものとおり塩の道を通勤途中、麓に氷霧の朝靄をたたえながらも標高を増すにつれ晴れ渡る白馬連峰を仰ぎ見た。するといつもとは異なる思いが吹いた。それは村誌を読み進める途中からざわつき始めたある問いに対する答えでもあった。僕は白馬村に移住以降「白馬村はもつと伝統文化を再興するべきだ」と思い続けていた。周囲の人にもそう話していた。しかし村誌を読み「僕は間違っていた」と思い始めている。「僕が信じていた、伝統〃って実は〃伝承〃なのでは？」と。伝承とは、昔からある有形無形の文化をそのまま引き継ぎ守ること。対して伝統の真意は、昔から受け継ぐ文化を時代にあわせ革新し受け伝えて行くこと。

それは伝承を、または昨日までの伝統を否定し破壊するものではない。僕はそう解釈した。村誌に生きる白馬の先人たちが革新し続けた。「時代のおかげ」と振り返る人もいる。確かにその追い風は吹いていた。しかし風をとらえる帆を張り操船しなければ艇はただ波にもまれるだけだ。先人たちは不屈の精神で昼夜波浪を乗り越えた……これこそが白馬の伝統なのかもしれない。
(集落支援員/佐藤一石)



COOL CHOICE2月号 特集「LED電球の選び方のポイント」

前回の広報はくば1月号では、LED電球の特徴、メリット・デメリットをまとめました。今月号では、実際にLEDに変える時のポイントを紹介いたします。

LED照明は、消費電力が少なく経済的・環境的に優れているほか、環境負荷物質である有害な水銀を含みません。本体も約40,000時間と長寿命で、電球交換の手間もゴミの削減になります。

環境面から考えれば、省エネ、環境負荷物質の削減、ゴミの削減と良いことだらけです。

LEDに替えて、エコで賢い生活をしましょう。

STEP1 明るさを選ぶ

LED電球にも様々な明るさの物があります。白熱電球の明るさは消費電力「ワット(W)」で表されていますが、LED電球では明るさは光の量「ルーメン(lm)」の単位で表されます。このルーメンの数値が高いほど明るくなります。

○LED電球明るさの目安

白熱電球	LED電球
60W(型)	810lm以上
40W(型)	485lm以上
20W(型)	170lm以上
ミニクリプトン	LED電球
40W(型)	440lm以上
25W(型)	230lm以上

STEP2 光の色を選ぶ

LED電球にも色々な光の色があります。部屋、廊下など場所や好みで選びましょう。

・電球色

昔ながらの電球のようなオレンジがかった光色です。穏やかで温かい感じでリラックスしたい場所(寝室など)に向いています。

・昼白色

太陽光に似たナチュラルな白い光色で自然な明るさです。リビングやダイニングなど、昼間でも人がいる場所などに向いています。

・昼光色

昼白色より少し青みがかったクールな印象の光色です。仕事場や書斎など集中したい場所などに向いています。

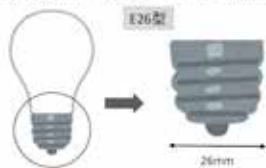
STEP3 口金のサイズを選ぶ

今まで使用していた照明器具に合うように同じサイズの口金を選びましょう。

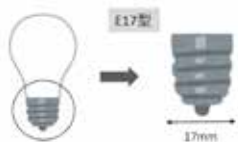
口金とは電球をソケットに差し込む金具の部分の名称で、一般的に「E+数字」で種類を表します。

※一般照明用の「E26」「E17」の他にも「E11」「E12」などもあります。

一般的な電球やボール電球 → E26 (26mm)サイズ



ミニクリプトン電球 → E17 (17mm)サイズ



STEP4 光の広がり方を選ぶ

LED電球には、光の広がり方にも様々なタイプがあります。白熱球のように光が全方向に広がるタイプやハロゲンランプのような集光タイプ、下方向に光が広がるタイプといった種類があり、使用場所を使い分けるようにしましょう。

・全般配光(全方向に光が広がる)

リビングなど、部屋全体を明るくしたい、しっかりと光が欲しい場所に向いています。

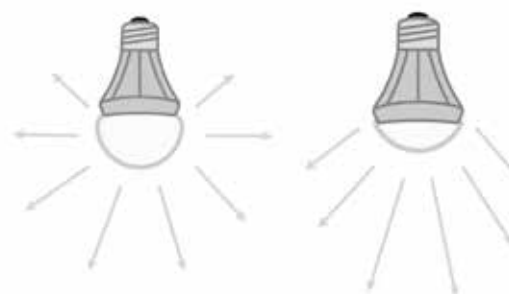
また、ペンダントライトのように天井から吊り下げるタイプの照明におすすです。

迷った時は、全方向に光が広がるタイプを選ぶのが無難です。

・準全般配光(下方向に光が広がる)

トイレや階段など下方向を集中的に照らしたい場所におすすです。また、ダウンライトにはこのタイプを使用します。

明るい所と暗い所の対照効果により、灯りを楽しむ、ラグジュアリーな空間を作り出せます。



STEP5 使用する器具を確認

LED電球が使える器具と使えない器具があります。基本的には、取り付ける照明器具メーカーに確認願います。

例えば、器具にランプが入らない、器具やカバーにランプが当たるなどのほか、断熱施工用の埋め込み照明器具(SG、SGI、SBのマーク)では対応したLED電球を使用する必要があります。



○国民運動「COOL CHOICE(賢い選択)」とは

COOL CHOICE(賢い選択)とは、平成27年7月から環境省が実施している、地球温暖化対策等の温室効果ガスの削減をテーマにしたキャンペーンです。

クールビズやウォームビズの実施、公共交通機関の利用、エコ家電やエコカー等の環境に優しい製品を選ぶなど、二酸化炭素削減につながる「製品」「サービス」「行動」などの「賢い選択」を促す国民運動です。



未来のために、いま選ぼう。

「COOL CHOICE(賢い選択)」統一ロゴマーク



くらしと健康の相談会(無料)

弁護士による

法律相談と健康相談

失業・倒産・多重債務・家庭問題等について弁護士が相談に応じ、あわせて保健師による健康相談を行います。

悩みを一人で抱えていても、自分自身が疲れてしまっただけで、何の解決になりません。思い切って法律の専門家に相談してみませんか。

1. 日時：平成30年3月2日、9日、16日、23日、30日 いずれも金曜日
午前10時～午後3時まで
2. 会場：大町保健福祉事務所(大町合同庁舎内)
3. 申込方法：
電話予約制
相談日の2日前まで



お申込み・お問合せ
大町保健福祉事務所 健康づくり支援課
電話：2316529

『その請求に困ったら』無料相談会

訴訟上あるいは訴訟外を問わず、金銭の支払い請求を受け、その対応に困っている方を対象とした、司法書士による無料の相談会を開催します。

- ◆日時 平成30年3月17日(土曜日)
午前10時～午後4時

- ◆相談方法 面談相談又は電話相談

1 面談相談

【相談会場】長野県司法書士会館2階
(長野市妻科399番地)

【予約受付電話】026123217492

【予約受付時間】月曜～金曜日(平日)
午前9時～午後5時

(予約なしでも対応可能ですが、予約が優先です)

2 電話相談

【電話番号】

0120-4481788(フリーダイヤル)

- ◆相談料 無料

◆相談例

- ・昔の借金の請求が来ている。支払わなければならないだろうか？
- ・認知症の父に借金の請求が来ている。
- ・完済したはずの借金について、回収委託を受けた弁護士から請求を受けている。
- ・リフォーム工事を依頼したが、契約代金を超える額の請求を受けている。
- ・夫の借金について、妻の自分も支払う義務があるか。

お問合せ 長野県司法書士会
電話：026123217493
※平日の午前9時～午後5時

自動車の冬期・検査手続きはお早めに

毎年、3月下旬は自動車検査・登録申請が多く、窓口が大変混み合います。車検の手続きは、1ヶ月前から受検できますので、なるべく2月中旬に、廃車・名義変更等の手続きは、3月中旬までに申請されますようお願いいたします。



お問合せ 松本自動車検査登録事務所
電話 050-554012043

インターネットによる 誹謗中傷トラブル被害相談会

SNSや匿名掲示板等インターネットによる、誹謗中傷を始めとする侮辱や名誉毀損に該当するような被害によって、心に大きなキズを追った方々を対象に電話による無料相談会を開催します。

- ◆日時 平成30年2月25日(日曜)午前10時～午後4時

◆電話番号 0120-4481788 (フリーダイヤル)

- ◆相談料 無料

◆相談例

- ・Twitter、2ch等のSNSや匿名掲示板で誹れ無き誹謗中傷の掲示が掲載されている。
- ・元配偶者や元交際相手から自身のわいせつな画像や動画等を勝手にアップされている。
- ・自社の製品について、事実無根であるにも関わらず「産地を偽装」等のデマの記事を発見した。

お問合せ 長野県司法書士会
電話：026123217492





依存症って何!?

○あなたに知ってほしいこと

依存症は、ある物質やプロセスに対して強い渴望が生じ、日常生活に支障をきたすほど依存しているにもかかわらず、その依存行動をやめたくてもやめられない状態をいいます。

アルコール・薬物などの物質に依存する「物質依存」のほか、ギャンブルなどに依存する「プロセス依存」があります。いずれの場合も、精神面、社会面に影響が及びますが、物質依存の場合は、身体面にもダメージをもたらします。



依存症は、次のような特徴があります。

- ① 自分の問題を認めない。
- ② 放置すると、量や時間が次第に増える。
- ③ 社会生活の破綻を招きかねません。
- ④ 家族を巻き込む病です。
- ⑤ 回復は可能ですが、慢性疾患として一生付き合う必要があります。

○こんなことに困っています

・依存症は性格上の問題ではありません。

依存症は、意志が弱い、道徳心が低い、家庭環境が悪いことを原因として生じるものではありません。心や体に変化が起これば、自分自身でもコントロールができない状態です。しかし、個人の問題として捉えられ、周囲の理解が得られないことがあります。

・自力で依存症から立ち直るのは困難です。

依存症から回復するためには、依存している物質やプロセスを完全に断ち、依存行動に頼らない

生活を維持することが重要です。これを一人で実行し続けることは難しく、医療機関や相談機関、自助グループに繋げることが大切です。

○こんな配慮をお願いします

・家族や周囲の人が気づき、早めに相談してください。

依存症は、早期に治療が効果的です。依存症が疑われるサインを見逃さず、本人が病気と認められない場合は、まず家族や周囲の人が相談機関に行き、本人を支援に繋げることが大切です。病院や行政等では、家族の個別相談に対応しています。

・依存行動に巻き込まれない対応をしてください。

本人に問題を自覚させることが大切です。そのため、「本人が行った行為に対しては本人に責任をとらせる」という姿勢が必要です。

・治療や自助グループへの参加をサポートしてください。

本人が「依存症から回復したい」という気持ちになったら、治療を受けること、自助グループに継続的に通うことが効果的です。当事者が集まる自助グループに参加することで、知恵を借りたり、仲間同士の支えがあったりと、依存症から回復している人がたくさんいます。



お問い合わせ

白馬村役場 健康福祉課福祉係

電話：85-0713

「地域生活支援拠点を考える」勉強会を開催します。

この地域で障がいのある方が自らの意思で、

安心して住み続けるには、

障がいのある方がその人の意思に基づき、暮らしたい場所で、生き生きと安心して暮らせる地域づくりを推進する為に、この機会に大北圏域の現状と課題を一緒に考えましよう。

・主催:

大北障害保健福祉圏域自立支援協議会

開催日時:平成30年3月10日(土曜日)

午後1時~5時まで(受付:午後12時半~)

会場:大町合同庁舎 5階 講堂

・内容

(1) 演題「地域生活支援拠点整備について」
講師:福岡 寿 氏(長野県自立支援協議会 会長)

(2) 発表「障がいのある方が自らの想いを語る」

(3) パネルディスカッション

テーマ:大北圏域における地域生活支援拠点整備について

パネリスト

・大北障害保健福祉圏域自立支援協議会実務担当者部会 部長 飯澤 慶子 氏

・NPO法人北アルプスの風 共同作業所 がんばりやさん 所長 松澤 重夫 氏

・NPO法人KUMOO療育センターという・相談支援センターという

相談支援専門員 石曾根 守 氏

・大北圏域障害者総合支援センター「スクラムネット」 所長 松井 幸夫 氏

助言者:福岡 寿 氏

・対象:当事者、家族、関係者、一般の方、関心をお持ちの方ならどなたでも

・参加費:無料

※託児あり、要約筆記がります。

・申込方法:役場健康福祉課窓口にて「申込書」に必要事項を記入の上、FAXまたは郵送にて3月5日(月曜日)までに大北圏域障害者総合支援センター「スクラムネット」にお申込みください。



お問い合わせ

大北圏域障害者総合支援センター「スクラム・ネット」

〒398-0002 大町市大町

1129 大町市総合福祉センター内

TEL:02611-26138855

FAX:02611-26138856

E-mail:

sukuramujp@omachishakyo.org

のご提出をお願いします

5月

土曜健診もあ
ります

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9 乳房	10 子宮	11	12
13	14	15	16 乳房	17 子宮	18	19
20	21 子宮	22	23	24	25	26
27	28	29 乳房	30	31 子宮		

6月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 子宮	6	7 乳房	8	9 乳房
10	11	12	13 子宮	14 乳房	15 子宮	16 乳房
17	18	19 乳房	20	21	22 子宮	23
24	25	26	27	28	29	30

7月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12 乳房	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27 乳房	28
29	30	31				

9月

日曜健診もあ
ります

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15

11月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

健診の種類	受付時間	日程
◇: 子宮がん検診	13:00~13:30	5月... 10日(木)・17日(木)・21日(月)・31日(木) 6月... 5日(火)・23日(土)
□: 乳がん検診	指定した時間	5月... 9日(水)・16日(水)・29日(火) 6月... 7日(木)・9日(土)・19日(火) 7月... 12日(木)・27日(金)
○: 特定健診・後期高齢者健診 (心電図・眼底)若年健診 肺・胃・大腸・前立腺がん検診、 肝炎検査	7:00~10:00	6月... 13日(水)・14日(木)・15日(金)・16日(土) 7月... 2日(月)・3日(火)・4日(水)・5日(木)・6日(金) 9月... 4日(火)・5日(水)・6日(木)・7日(金)・9日(日) 11月... 1日(木)

村の各種検診は
ふれあいセンター(役場東側)
で実施されます



ご自身がクーポン対象かは、
調査票に同封の案内を
ご確認ください。

村の特定健診対象者
注目!

2年継続受診者に
割引クーポンを発行します!

- 対象者：28年度・29年度 村の集団特定健診継続受診者
- 使用可能検査：村の特定健診とセットで受けられるがん検診等（肺・大腸・胃・前立腺がん検診、肝炎検査）
村の特定健診オプション(心電図・眼底検査)※単独では受診できません。
- 助成費用：500円
- クーポン配布方法：健診受診券に同封します(予定)村の健診受診時にご持参ください。会計時に割引いたします。※医療機関等では使用できません

ところで・・・国保加入者のみなさま 29年度の健診は受けましたか?



～人間ドックの補助は引き続き受付中です～

国民保険加入者・後期高齢者保険加入者の方を対象に、1年に1回、人間ドック費用上限20,000円(健診費用の2/3)を補助しています。

集団健診を受けられなかった方、人間ドックを受けた方は、ぜひ申請を!

★対象：村の健診を受けた方、代行依頼書を提出していない方で、国民健康保険被保険者の方全員
村税等に滞納がない方

★必要書類：①人間ドック検査結果、②領収書(原本)、③印鑑、④振込口座先が分かるもの
※窓口で簡単な質問票へのご記入をお願いしています

★ご提出先・お問合せ：住民課国保係 (Tel:85-0715)

今年度、各種検診を受診された方へ・・・精密検査は受けましたか?



健診結果に「精密検査依頼書」が入っていた方で、まだ医療機関を受診していない方は、早めの受診をお願い致します。
重症化を防ぐために、早めに受診してください。

年に一度の健診、大切な方の大切な命を守るために、大勢の皆さまの受診をお願いします

お問合せ 白馬村役場 健康福祉課健康づくり係 電話：85-0713



各種検診調査票

各世帯へ郵送した『白馬村平成30年度検診調査票』に必要事項をご記入の上、**3月7日(水)までに**役場健康福祉課に備付けの**申込み箱**または**郵送**にてご提出ください。

がん検診等

※特定健診・後期高齢者健診と同時実施可能

検診・健診名	対象者 (年度末年齢)	料 金	内 容	村の検診で対象外となる方
胸部レントゲン検診 結核・肺がん検診 (毎年)	40歳以上の方	レントゲン：300円 略 痰：500円	X線間接撮影 喀痰検査*	・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方 ・不妊治療中の方 ・肺の病気で治療中の方 等 ※喀痰検査は、痰の出ない方
胃がん検診 (毎年)	40歳以上の方	1,500円	バリウム造影 (胃X線検査)	・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方・不妊治療中の方 ・胃切除手術をされている方 ・アレルギーのある方 ・高度な便秘症の方 ・ご高齢で体の動きが不自由な方 等
大腸がん検診 (毎年)	40歳以上の方	500円	便潜血検査 (検便2日間法)	・生理中の方 ・痔疾患を含め出血症状のある方 等
前立腺がん検診 (毎年)	50歳以上の男性	1,800円	PSA検査 (血液検査 前立腺特異抗原測定)	・医療機関で前立腺がん経過観察中の方 等
肝炎検査	40歳以上の方 (当日受付で申込み)	500円	HBs(B型肝炎)・HCV(C型肝炎) 抗原検査 (血液検査)	・すでに治療中の方 ・これまでに検査を受けたことがある方

※喀痰検査は、50歳以上で喫煙指数＝1日の喫煙本数×総喫煙年数が600以上で、痰の出る方が対象となります

女性がん検診

※申込みの方に個別に検診案内を送付いたします

検診・健診名	対象者 (年度末年齢)	料 金	内 容	村の検診で対象外となる方
子宮がん検診 (隔年)	20歳以上の女性	1,000円	子宮頸部細胞診・内診	・子宮の病気で治療中の方 ・子宮全摘手術を受けた方 ・性交渉の経験がない方 ・月経2～3日で出血量が多い時 等
乳がん検診 (隔年)	40歳以上 74歳以下の 女性	2,000円	マンモグラフィ検査 (乳房X線撮影)	・しこり、乳頭からの分泌物などがある方 ・乳がんの手術後、または治療中の方 ・乳房の疾患で治療中、経過観察中の方 ・心臓ペースメーカーが設置されている方 ・乳房内に人工物が入っている方 ・妊娠中、授乳中の方 (断乳後1年以内の方) 等

特定健診・後期高齢者健診・若年健診

※肺・胃・大腸・前立腺がん、肝炎検査と同時実施可能
脳疾患・虚血性心疾患・腎不全といった血管病を引き起こす
メタボリックシンドロームに着目した健診です。

対 象	料 金	検 査 項 目		
特定健診： 40～74歳の 国保加入者 後期高齢者健診： 75歳以上の住民 若年健診： 30～39歳の 住民	特定健診 後期高齢者 健診：無料 若年健診： 2,000円	身体計測	身長・体重・BMI 腹囲	血管を傷つける物質を出したり、他の項目を悪化させる 内臓肥満の有無を予測する
		血圧測定	収縮期・拡張期	血管を傷つける直接的な要因
		脂質検査	中性脂肪 HDLコレステロール・LDLコレステロール	コントロールが悪いと血管壁の中に入り込み 血管を狭くしたり、血栓の元を作る
		肝機能検査	AST(GOT)・ALT(GPT) γ-GT(γ-GTP)他	代謝や解毒を司る肝臓の炎症などの状態を予測する
		血糖検査	空腹時血糖・HbA1c	全身の血管を障害する糖尿病のリスクを予測する
		尿検査	尿糖・尿蛋白・尿潜血	腎臓・泌尿器等の状態を予測する
		腎機能検査	クレアチニン 腎機能eGFR 他	血液から尿を作り、体の水分調整や不要なゴミの 排泄などを司る腎臓の状態を予測
		貧血検査	血色素量 他	体中に酸素を運ぶ機能が十分か予測する
特定・後期高齢者 健診受診者	1,500円	心電図検査	心電図検査	心臓の電氣的活動を記録して心臓の機能を予測する
	1,100円	眼底検査	眼底検査	網膜の血管を撮影。緑内障や動脈硬化の状態を予測する

<各種検診のご注意>

- ★各種がん検診は症状のない方が対象となります。自覚症状のある方、現在治療中の方、がん手術を受けた方は、村の検診は受けられません。直接医療機関を受診してください。
- ★75歳以上の方で医療機関に定期受診されている方は、後期高齢者健診対象外です。
- ★特定健診・後期高齢者健診は各種がん検診(子宮・乳がん検診を除く)と同日受診となります。
- ★各種検診の検診票は、検診日の約2～3週間前にお送りします。
- ★社保被扶養者の方の特定健診も、事前にご予約いただければがん検診と同日受診ができます。(詳しくは調査票に同封する案内をご確認ください。)



『子育て耳より情報』No.6

第6回目は、子育て支援ルームから「ボランティア紹介」のお話です。

子育て支援ルームでは、「てぶくろの会」「白馬総合型地域スポーツクラブ」「白馬食育ボランティア」の皆さんが、ボランティアで支援ルームの活動をサポートしてくださっています。

「てぶくろの会」の皆さんには、絵本の読み聞かせを毎月1回ずつ月曜日に来ていただいています。絵本は子どもたちの生活には欠かせない大切な一部です。絵本を見ながら、子どもたちは絵本の世界で想像をめぐらします。現代はDVD等で映像にすぐに触れられますが、子どもたちの心に残る大好きな絵本と巡り会えることを願っています。

「白馬総合型地域スポーツクラブ」の皆さんには、なかよし広場の1歳児及び2歳児の活動の中で、「親子体操」の指導にご協力いただいたり、夏はB&Gプールでプール遊びをさせていただいています。親子で身体を動かしたり、バランスボールを使って



遊んだり、サーキット遊びをします。身体を動かすポイントをその都度丁寧に教えていただいています。お母さんの運動不足解消にも子どもたちの運動機能の促進にもつながります。

「白馬食育ボランティア」の皆さんは、6月に行つた「おやきをたべよう」9月のミニ運動会の「豚汁作り」3月の「やしょうま作り」にご協力いただいています。

おやきややしょうま等の郷土食は、次世代の子どもたちにも是非伝承していったほしいものと思っています。

このように地域のボランティアの皆さんと繋がることで、支援ルームの活動が、親子にとって心温まるものになり、子どもたちの経験の幅も広がっていくものと思っています。

次回は健康福祉課からです。

♪白馬村食育ボランティア募集しています♪

村では食育活動の推進を図るため、地域から家庭、個人に対し、食に関する知識や技術を活かした講習や実習等様々な食育活動を実施していただける「食育ボランティア」を募集します。食に興味のある方、ボランティア活動に関心のある方、大勢の皆さまからのご応募をお待ちしております。

◆応募要件

・白馬村食育推進計画の趣旨、並びに食育ボランティアの役割について理解、賛同し、地域において食育活動を実践できる者、若しくは団体
・その他、食育推進の観点から村が適当であると認められた者、若しくは団体

◆登録方法

①役場 健康福祉課にある「登録申請書」に必要な事項をご記入のうえご提出ください
(「登録申請書」は白馬村行政ホームページからも印刷できます)

②登録証の交付をもって食育ボランティアとして登録完了！活動要請

がありましてら日程等をご案内し、食育活動にご協力いただきます

◆おもな活動内容

・お年寄り世帯に年3回届ける季節のお弁当づくり
・おやき、やしょうま等の郷土料理を作り子どもたちへ伝える
・ボランティア会員の技術向上を目的とした講習会



また、「食育ボランティア」にイベントを手伝ってほしいという等のご依頼も随時受付中です。詳しくは、役場 食育ボランティア事務局までお気軽にお問い合わせください☆

お問合せ

白馬村役場 健康福祉課
食育ボランティア事務局
電話：85・0713

白馬村生活支援・介護予防サービス協議体通信 たすけあいへのギアチェンジ④

「助け上手・助けられ上手になる」

地域づくりの主役はみなさんです！

ご近所の見守り・支え合いが地域を守ります。

1人暮らしや、高齢者のみの世帯がますます多くなってきました。

ご家族と暮らしながらも居間はずっとお一人の方もいます。

暮らし続ける、自分たちの地域の「地域包括システム」を「白馬流」として行くには、ご近所の底力がが必要です。

ご近所でこんな、気になる、異変はありませんか？

□最近見かけない

□新聞・郵便物がたまって

□夜になっても電灯がつかない

□普段見かけない人が出入りするようになった

□不自然なケガが増えて

□怒鳴り声が聞こえる
□会話につじつまが合わないことがある
□季節に合わない服を着ていたり服が汚れていたりしている

気になる異変がある場合は地域包括支援センターへご相談ください

みなさんの底力で助け上手・助けられ上手の地域にしていきたいように

積極的な声かけと気配り、地域活動への参加「地域デビュー」は普段の生活の中の信頼関係づくりや自分自身の健康・生きがいづくりにも効果的です。

ご近所、仲間でこんな活動をしています！ など情報をおよせください。



お問合せ 白馬村包括支援センター
電話：72・6667 FAX72・7001



白馬高校国際観光科1年生の新たな取組み



白馬高校では国際観光科の1年生が「観光I」という授業で、白馬村及び小谷村のホテルにご協力をいただき宿泊プランを作成して実際に販売するという授業を実施しています。

この授業はヤフー株式会社と協力をいただき、マーケティングや宿泊プランの作成、インターネット上での商品販売を学んでいます。

1月12日(金曜日)には国の「地方創生推進交付金」事業による「REASA(地方経済分析システム)を活用した探究学習」及び「電子黒板・タブレットPC整備事業」の実践研究として公開授業が行われました。生徒たちはREASAを活用し観光客のニーズや属性を調べ、インターネットで東京と白馬をつなぎマーケティングに関する講義を受けました。その学習の成果を班ごとに「白馬に訪れる観光客に関する仮説」としてまとめました。

1月19日(金曜日)には授業で立てた仮説が正しいか白馬村内のスキー場で観光客に対してインタビュー調査を実施しました。インタビュー内容は観光客の属性や実際に販売するグリーンシーズンの白馬について等で、調査結果を踏まえて次回の授業では班ごとに立てた様々な仮説の検証を行います。検証を行った後、再度ヤフー株式会社より講義を受け、いよいよ宿泊プラン作成に取り掛かります。

一体どんな宿泊プランが完成するのでしょうか、ご期待ください。

白馬村新図書館を考えるワークショップを行いました



1月13日(土曜日)に開催した「白馬村の新図書館を考えるワークショップ」は50名近くの参加者が集まり盛況となりました。

今回はまちとしょうてら(小布施町立図書館)の立ち上げに携わり、館長を務められた花井裕一郎さんを講師としてお招きしました。日本だけでなく世界の最新図書館の事例をあげていただいた上でのワークショップとなり、皆さん思いの意見を提案しました。

ワークショップであげられた意見は、新図書館建設の際に村民の声として用いられます。今後もワークショップを重ねていき村民の意見として集約していく予定です。ひとりひとりの思いがこもった新図書館を作るために皆さん一緒に考えてみませんか？



○特別整理休館（蔵書点検）のお知らせ（色がついてる日が休館日になります。）

月	火	水	木	金	土	日
2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日
2月26日	2月27日	2月28日	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日
3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日

2月23日(金)から3月7日(水)まで、すべての図書の所在を明らかにするため、図書の総点検を行います。休館中、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

2月の貸し出しは2月22日(木)まで。

貸し出しの再開は3月8日(木)からです。

なお、休館中に図書を返却くださる場合は、図書館東側の壁に設置の「図書返却口」へお入れください。ただし、視聴覚資料(DVD・CD)は、「図書返却口」には入れないでください。3月8日以降に、館内返却カウンターへお返しくださいますよう、お願いします。

うっかり返し忘れていた図書はありませんか？長期間、返却いただけていない図書があります。この機会に、ご確認ください。

うっかり返し忘れている

図書はありませんか？

Q. 「図書館の本 (CD・DVD) だという目印ってなに？」

A. 「①②③のどれか1つでも該当すれば
図書館の本です。DVD・CDは、図書館名の
書かれた専用ケースに、はいています」



DVD・CDの
専用ケース



②本の表紙(裏表紙か、おもて表紙)を開くと、「貸出期限票(返却期日票)」とブックポケット(本のタイトルを書いているカードを入れるポケット)がついている。

③本の表紙の部分に白馬村図書館の名前付きのバーコードシールが貼ってある。または、本の中に所蔵館印が押してある。



①背表紙に分類ラベルシールが貼ってある。



図書の返却口(返却ポスト)

どこにあるの？

図書館の建物東側。図書館の入り口の扉に向かって左側がスロープ(傾斜した部分)になっています。

そこを降りていただくと「図書返却口」は建物の壁に設置されています。返却口(返却ポスト)の開閉部分を片手で押し上げた状態で、本をお入れください。DVD・CDはポストに返却しないでください。



2～3月保健ガイド

■乳幼児健診等

会場：ふれあいセンター1階

月 日	事業名	受付時間	対象になるお子様
2月26日(月)	2ヵ月育児相談	9:30～9:45	H29年12月生
3月 5日(月)	2歳相談	9:15～9:30	H27年12月～H28年1月生
3月 7日(水)	乳児健診	9:15～9:30	H29年10月・H29年4月生
3月 8日(木)	3歳健診	13:00～13:15	H27年1月～3月8日生
3月13日(火)	7ヵ月もぐもぐの日	9:45～10:00	H29年7月～8月生
3月26日(月)	2ヵ月育児相談	9:30～9:45	H30年1月生

■予防接種

会場：ふれあいセンター1階

月 日	事業名	受付時間	対象になるお子様
2月23日(金)	各種予防接種	13:00～13:30	個別にご案内しています。
3月 9日(金)	各種予防接種	13:00～13:30	
3月23日(金)	各種予防接種	13:00～13:30	

■心配ごと相談

開設日	時間	場 所	相談員	お問合せ先
3月14日(水)	13:00～15:00	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 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。

■子育て支援ルーム

行事日程

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

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

月 日	行事名	対 象	開始時間
2月19日(月)	月曜育児相談		10:30～
2月21日(水)	マタニティー教室② ※ふれあいセンターにて行います	妊婦・夫	10:00～
2月27日(火)	おいしいもの食べよの日	1歳児	11:20～
3月 1日(木)	やしょうま	2,3歳児	11:20～
3月 5日(月)	おはなし会		11:00～
3月 8日(木)	おいしいもの食べよの日	2,3歳児	11:20～
3月15日(木)	お別れ会	2,3歳児	10:45～
3月19日(月)	月曜育児相談		10:30～

※3月22日(木)より 年度末の片付け 及び新年度の準備のため、なかよし広場・自由利用はお休みになります。(一時保育は通常通り行います。) 尚、新年度の始まりは 4月9日(月)自由利用からの予定です。

■休・祝日緊急当番医表

月日	曜日	北部地区 (白馬・小谷)	大町市内	南部地区 (池田・松川)	歯 科		白馬村内薬局当番店	
2月25日	日	公済堂(北沢) 医院	平林医院	太田医院	岡江歯科医院	松川村	(0261)62-9888	
3月 4日	日	栗田医院	野村クリニック	若林医院	砂田歯科医院	大町市	(0261)22-0648	太田薬局
3月11日	日	神城醫院	大町協立診療所	あづみ病院	竹内歯科医院	池田町	(0261)62-2151	フジノヤ薬局
3月18日	日	しんたにクリニック	伊東医院	松本クリニック	武田歯科医院	白馬村	(0261)72-8060	フジノヤ薬局
3月21日	水	白馬診療所	柿下クリニック	吉村医院	西澤歯科医院	大町市	(0261)22-5091	フジノヤ薬局
3月25日	日	小谷村診療所	遠藤内科医院	はーぶの里診療所	佐藤歯科医院	大町市	(0261)23-3211	



姉妹都市コーナー

静岡県 河津町



健康願い258人が走り初め

第42回河津町元旦マラソン大会が河津中学校グラウンドをスタート・ゴールとして開かれ、幼児からお年寄りまで258人が参加しました。爽やかな晴天の下、参加者は健やかな1年への思いを託して元気いっばいに駆け抜けました。ゴールでは全員に完走証と参加賞が手渡されたほか、温かいおしるこが振る舞われました。走り終えた参加者は「新年の良いスタートを切れた。エネルギーが1年にしたい」と抱負を話していました。

和歌山県 太地町



消防出初式

1月2日(火)、太地漁港ふれあい広場において、平成30年消防出初式が開催されました。

幼年消防クラブの子どもたちと、消防団員が、太地町漁業協同組合事務所前から分列行進をして、会場に向かいました。

式典では、三軒町長による式辞の後、消防団員の表彰と、来賓の方々によるご祝辞、筋師副団長による訓示が述べられました。

最後には、消防団員による放水が披露されました。5台の消防車と3台の小型ポンプによる一斉放水は、圧巻でした。

有料広告欄

村政情報はホームページまたはフェイスブックでもご覧いただくことができます。

<http://www.vill.hakuba.lg.jp/>
<https://www.facebook.com/hakuba.lg.jp>

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

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：
株式会社イ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

※地デジに関するお問い合わせは…
デジサポナビダイヤル 0570-07-0101
までお問い合わせください。

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ター数620人
(平成29年1月現在)



編集後記

ノルディックコンバインドW杯が開催されました。地元出身の渡部暁斗選手・善斗選手が出場することもあり、地元の方々や遠方から訪れた方、外国人の姿も多く見られました。

五輪開催直前で、地元開催という大きなプレッシャーのかかるこの大会で渡部暁斗選手は3日1位、4日3位と2日連続表彰台という素晴らしい結果を残しました。3日は、他を圧倒する素晴らしいジャンプと走り、4日は、0.1秒の戦いを制す強い精神力を私たちにを見せてくれました。また、渡部善斗選手も3日には8位入賞と白馬村出身の2人の活躍により大盛況の大会となりました。

この広報はくばが皆様のお手元に届く頃には日本中が五輪で盛り上がっている頃かと思えます。白馬村からは4人もの選手が出場します。冬季長野五輪を開催して20年。この節目で白馬の選手たちが新たな歴史をつくる瞬間を信じて精一杯声援を送りたいと思います。
(広報編集担当：鷲澤、編集後記：広報編集委員Y)

人口：9,311人 男：4,691人 女：4,620人 世帯数：4,406世帯
(平成30年2月1日現在)

※上記の数字には、外国籍の住民・世帯数も含まれています。
住民基本台帳法の一部が改正されたことにより、外国籍の住民の皆さんも住民基本台帳に登録されることとなりました。(平成24年7月9日改正法施行)