

広報あち

おしらせ版 10月

(平成26年) 2014.10 No.19



発行・編集:阿智村役場 〒395-0303 長野県下伊那郡阿智村駒場483番地 TEL.0265-43-2220 FAX.0265-43-3940
ホームページ <http://www.vill.achi.nagano.jp/> 阿智村の人口【10/1現在】(人口) 6,692人 男 3,234人 女 3,458人 (世帯) 2,371戸

資本金の額または、出資金と資本積立金との合計額	平成26年9月30日までに開始した事業年度の税率	平成26年10月1日以後に開始する事業年度の税率
1億円以上の法人	14.5%	9.7% (一律)
1億円未満の法人	12.3%	

※本村は、資本金の額または、出資金と資本積立金との合計額が1億円以上の法人の法人税割について、標準税率を超えた税率(超過税率)で納税していただいておりますが、今回の改正で、超過税率の適用を廃止し、一律9.7%の標準税率としました。

平成二十六年年度税制改正により、消費税率引上げによる地域間の税額の偏在性を是正し、財政力格差の縮小を図るため、法人村民税法人割の一部を国税化して、地方交付税の原資とすることとされました。

法人村民税法人割の税率を改正します

お知らせ

給与所得者に係る年末調整説明会を下記の日程で開催します。事前に「年末調整のしかた」などのパンフレットが送られている場合はご出席の際にお持ちください。また、年末調整関係用紙や法定調書の用紙が不足する場合は、説明会会場でお渡します。受付にお申し付けください。

都合によりこの会場に出席できない場合には、他会場への出席も可能です。詳細については飯田税務署または出納室税務係までお問い合わせください。

平成二十六年分年末調整説明会のお知らせ

これに伴い地方税法が改正され、法人村民税法人割の標準税率及び制限税率が引き下げられました。今回の改正を受け、九月議会定例会において阿智村税条例の一部を改正し、表のとおりとしました。

●お問い合わせ
役場出納室税務係
(内線一四八・二四九)

平成二十六年分所得税青色申告決算説明会日程について

●営業・不動産所得
(日時) 十二月四日(木)
午前十時～十一時三十分
(会場) 阿智村商工会館

○農業所得
(日時) 十二月五日(金)
午後一時三十分～三時三十分
(会場) JAみなみ信州阿智支所
二階 会議室

●お問い合わせ
飯田税務署個人課税部門
☎二二一―一六七

(開催日) 十一月十日(月)
(開催時間) 午後一時三十分～三時三十分
(開催会場) 阿智村コミュニティ館
二階 ホール
(対象地域) 阿智村・平谷村・根羽村

●お問い合わせ
飯田税務署
☎二二一―一六五(代)

**十月一日～十一月三十日まで
「麻薬・覚醒剤乱用防止運
動」期間です**

麻薬、覚醒剤、大麻、シンナー等の乱用は乱用者個人の健康上の問題にとどまらず、各種の犯罪の誘因となるなど、公共の福祉に計り知れない危害をもたらす事になります。

特に最近では、危険ドラッグを使用した者が、交通事故や、二次的な犯罪を起こし、深刻な社会問題になっています。危険ドラッグは健康被害のおそれがある非常に危険な薬物です。絶対に使用する事はやめましよう。

薬物の乱用を防止するために!!

○「ダメ。ゼッタイ。」と断る勇氣を持ちましよう

○薬物乱用の危険性は身近にあります。自分には関係がないと思わないようにしましよう。

○一人で悩まないで友人や家族に何でも相談しましよう。

○「一回だけなら平気」「やせられるよ」等の、甘い誘いには気をつけましよう。

●お問い合わせ

民生課保健係（内線二四一）

**十月に農地パトロールを
行います**

阿智村農業委員会では、農地パトロール（農地の利用状況調査）を十月に実施します。

この調査は、農地法の規定に基づくもので、農業委員会は、毎年一回その区域内にある農地の利用の状況についての調査を行うということになっていきます。農業委員や事務局など関係者が、調査のために皆様の農地に立ち入ることがあります。ご理解とご協力をお願い致します。

なお、調査の中では、違反転用についても調査をします。許可なく転用した場合や、許可されたとおりに転用しなかった場合には罰則がありますのでご注意ください。

●お問い合わせ

ふるさと整備課農政係

（内線二二八）



**国道一五三号における大
雨時の通行規制の変更に
ついて**

広報あちおしらせ版六月号で掲載しました国道一五三号の、大雨により土砂が流出するおそれがある区間（浪合・根羽村）の通行規制は、災害復旧工事が進んだことから、連続雨量二〇〇ミリでの通行止を行わず、道路パトロール等で異常を発見した時に通行止めを行うこととしました。ご理解とご協力をお願いします。

●お問い合わせ

国土交通省 中部地方整備局

飯田国道工事事務所管理第一課

☎五三二七二〇五

**就職活動中の学生・生徒の皆様へ
「平成二十七年三月新規学
校卒業予定者及び若年求職
者を対象とした範囲地域就
職面接会」開催のお知らせ**

来春、高校・大学等を卒業される方と、三年以内既卒の若年求職者を対象とした就職面接会を開催します。

当日は、個別事業所との面接方式により人事担当者から直接、求人内容や応募方法等の説明を受けることができるほか、参加事業所の求人情報等を提供しますので、多数ご参加いただけますようご案内します。

（日時）

十一月十四日（金）

午後一時三十分～四時

（受付時間）

○高等学校生徒
十二時十五分～

○大学・短大・専修学校・三年以内既卒者
十二時三十分～

既卒者

十二時三十分～

（場所）

シルクプラザ

（飯田市育良町一七七）

（対象者）

平成二十七年三月の新規大学等卒業予定者、新規高等学校卒業予定者と三年以内既卒者で就職先をお探しの方であればごなたでも参加できます。直接会場にお出かけ下さい。

（参加事業所）

約四十事業所を予定

●お問い合わせ

ハローワーク飯田

(飯田公共職業安定所) 学卒担当

☎二四一八六〇九

**飯田警察署での運転免許
学科試験が月二回になりました**

飯田警察署で実施される運転免許の学科試験は、月一回行われていましたが、利便性向上のため今年十月より月二回実施することとなりました。

○試験の実施日

毎月第一木曜日、第二木曜日

○試験会場

飯田警察署

○受付時間

午前九時～午前九時三十分

●お問い合わせ

長野県警察本部

中南信運転免許課試験係

☎〇二六五―五三―六六一―

(内線五五五)

**ネコの飼い方
講習会について**

飯伊動物愛護会では、飼い猫を家族の一員として飼養し、地域社会の中でトラブルを起こさず暮らしていくために必要な、最低限のルールについて学び話し合う場として、左記のとおりネコの飼い方講習会を行います。

○日時

十一月九日(日)

午後一時三十分～午後三時三十分

○場所

飯田合同庁舎 講堂

○参加費用

無料

○申込み方法

飯伊動物愛護会事務局

☎二六五―五三―〇四四六

へ電話で申込み下さい。

●お問い合わせ

飯田保健福祉事務所(保健所)

飯伊動物愛護会事務局

☎五三―〇四四六

情報化事業サービス(ケーブルテレビ) 自主放送放映予定表(10月20日～11月22日)

【放送時間】 午前8時～ 午後12時30分～ 午後4時～ 午後8時～ 午後10時～ (1日5回)

日	月	火	水	木	金	土
	10/20	21	22	23	24	25
	第三小学校運動会			浪合学校大運動会		
26	27	28	29	30	31	11/1
	清内路地区運動会			若駒祭		
2	3	4	5	6	7	8
	スポーツ講演会 西原康弘氏			清内路自治会敬老会		
9	10	11	12	13	14	15
	中関区ふれあい交流会			上清内路諏訪神社秋季例祭奉納大煙火		
16	17	18	19	20	21	22
	智里東村民運動会			智里西村民運動会		

前の週放送した番組を再放送します

※番組は予告なしに変更する場合がありますので予めご了承下さい。最新の情報はテレビの「EPG(電子番組表)」又は、文字放送でご確認下さい。 ●お問い合わせ: 協働活動推進課広報係(内線 234・235)

ごみ分別のお願い

不燃ごみと紙製容器包装の分別が出来ていない物が多く出されています。村では適正処理のため、人手をかけて再分別をしています。効率的なごみ処理のために、各家庭での適正分別をお願いします。

【不燃ごみ】

●ごみ処理の方法

○ビニール類……埼玉県のリックス資源循環(株)に委託して、ガス発電の燃料としています。

○ガラス・陶磁器類……三重県(株)ヤマゼンで埋め立て処分をします。

○小さな金属ごみ……飯田市の前田産業を通じてリサイクルをします。

●お願いしたいこと

○ビニール類、ガラス・陶磁器類、小さな金属ごみを一つの袋にまとめて入れないでください。

○小さな金属ごみは、レジ袋等に入れてから、ガラス等不燃ごみの袋に入れてください。

○家電製品などは、粗大ごみとして出してください。

○スプレー缶は穴をあけて、スチール缶として出してください。

○使い捨てライター・乾電池は、集落で決められた場所に出すようにしてください。

○中身が入った缶詰やビン詰は、中身を出して適正処理してください。

【紙製容器包装】

○紙製容器包装……長野県の宝資源開発に委託して、再資源化をしています。

●お願いしたいこと

○ダンボール類は、地域の集団資源回収に出してください。

○トイレットペーパーの芯やラップの芯は、燃やすごみに出してください。

○チラシや配布文書は、雑誌類として集団資源回収に出してください。

●お問い合わせ

ふるさと整備課廃棄物対策係
(内線 一三二一)

使用可能な木製中古家具の有料引取について

阿智村・西部衛生施設組合では、ご家庭で不要となった、使用可能な木製中古家具を有料で引き取りを行います。

(日時)

十一月八日(土)

午前九時から午前十一時まで

(場所)

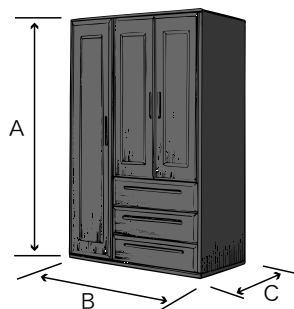
役場 正面玄関前 駐車場

引き取り料金

3辺の長さ(下図参照)の合計を、下記の表にあてはめます。

150cm 未満	300円
150cm ~ 200cm 未満	600円
200cm ~ 250cm 未満	900円
250cm ~ 300cm 未満	1,200円
300cm ~ 350cm 未満	1,500円
350cm ~ 400cm 未満	1,800円
400cm ~ 450cm 未満	2,100円
450cm ~ 500cm 未満	2,400円
500cm 以上	扱わない

引き取り料金3辺の長さの計り方



A + B + C = 上記引き取り料金表にあてはめます

ガラスがあっても大丈夫



○再使用が出来ない家具については、引き取りできません。
○シール・ほりこり等は取り除いて、次に使う人が気持ちよく利用できる状態で出してください。

●お問い合わせ

下伊那郡西部衛生施設組合
☎四五一一二八〇
ふるさと整備課廃棄物対策係
☎四三一三三三〇

(内線 一三二一)

小型家電無料回収 実施のしるし

村では、小型家電リサイクル法（使用済小型電子機器等の再資源化の促進に関する法律）に基づき、小型家電の無料回収を行います。各家庭で眠っている有用なレアメタルなどのリサイクルのため、回収にご協力をお願いします。

小型家電無料回収

（日時）

十一月四日（火）から

十一月七日（金）まで

午前九時から十二時及び

午後一時から四時

（場所）

（株）恵那興業リサイクルセンター

☎ 四三一二五二六

（日時）



十一月八日（土）

午前九時から十一時まで

（場所）

役場 正面玄関前 駐車場

★ 無料回収小型家電品目 【乾電池は抜いてください。】

回収品目	注意事項
携帯電話・PHS、パーソナルコンピューター、ノートパソコン、ハードディスク、USBメモリー、メモリーカード、タブレット	個人情報を削除して出してください。
電気ドリル、電動ドライバー	バッテリーを取り除いてください。
除湿機、冷風機	フロン入りは引き取りできません。
ファンヒーター	燃料は必ず抜いてください。
電話機・留守番電話機、ファクシミリ、デジタルテレビチューナー、無線用端局装置、有線通信機器、トランシーバー、ポケベル、車輛無線、パーソナル無線装置、アマチュア無線装置、無線用通信機械器具、ラジオ受信機、ステレオセット、カーステレオ、ビデオカメラ、DVDレコーダー・プレーヤー、HDDレコーダー・プレーヤー、BDレコーダー・プレーヤー、ビデオデッキ、デジタルオーディオプレーヤー、CDプレーヤー・ラジカセ、MDプレーヤー、ICレコーダー、ステレオアンプ等、自動車用スピーカー、拡声器、補聴器、レコードプレーヤー、カラオケ機、スピーカーシステム、マイクロフォン、イヤホン・ヘッドホン、デジタルレコーダー、PCキーボード、プリンター、家庭用コピー機、フォトプリンター、ディスプレイ、家庭用ミシン、電気ノコギリ、その他電動工具、電卓、電子辞書、ワープロ、ヘルスマーター、電気式計量機、 家庭用マッサージ器・治療浴用機器及び装置、家庭用電気光線治療器、家庭用磁気熱治療器、家庭用吸入器、家庭用医療用物質生成器、電子体温計、電子血圧計、フィルムカメラ、ジャー炊飯器、ジャーポット、食器洗い乾燥機、ジューサー・ミキサー、コーヒーメーカー、トースター、ホットプレート、家庭用生ごみ処理機、換気扇、扇風機、空気清浄機、加湿機、電気アイロン、電気掃除機、電気ストーブ、ヘアドライヤー、電気かみそり、ヘアアイロン、電気バリカン、電動歯ブラシ、マッサージ器、ランニングマシン、電気芝刈機、電気照明器具、電気スタンド、懐中電灯、時計、電子キーボード、電気ギター、据え置き型ゲーム機、携帯型ゲーム機	
その他小型電化製品全般	

★ 回収できない小型家電品目

電気カーペット、電気こたつ、電気毛布、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・乾燥機、エアコン



問い合わせ先 ふるさと整備課 廃棄物対策係 内線221



**裁判員制度
までもなく名簿記載通知を
発送します！**

☆裁判員候補者名簿ができるまで

裁判員候補者名簿は、市区町村の選挙管理委員会が選挙人名簿からくじで無作為抽出した名簿を基に、全国の地方裁判所で作成されます。

平成二十七年の名簿に登録される人数は、全国で二十三万三八〇〇人です（選挙人名簿登録者全体に占める割合は、約四四五人に一人）。

☆裁判員候補者名簿記載通知について

平成二十七年の裁判員候補者名簿に登録された方には、本年十一月中旬に名簿に登録されたことのお知らせ（名簿記載通知）をお送りします。この通知は、来年二月ころから平成二十八年二月ころまでの間に裁判所にお越しいただき、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えし、あらかじめ心づもりをしていただくためのものです。この段階では、まだ具体的な事件の裁判員候補者に選ばれたわけではありませんので、す

ぐに裁判所にお越しいただく必要はありません。

また、名簿記載通知と併せて調査票をお送りします。この調査票は、裁判員候補者の方の事情を早期に把握し、調査票のご回答の内容により、一年を通じて明らかに辞退が認められる場合等には裁判所にお越しいただくことのないようにして、裁判員候補者の方々の負担を軽減するためにお送りするものですので、お尋ねする項目に当てはまらない方は、返送していただく必要はありません。

辞退の申し出ができる時期や期間等に何らの制限を設けているわけではありません。

この調査票で辞退を申し出なかった場合でも、実際の事件の裁判員候補者に選ばれた際にお送りする質問票で辞退を申し出いただくことも、裁判の当日（選任手続時）に辞退を申し出いただくことも可能です。

裁判員制度にご理解、ご協力をお願いいたします。

裁判員制度ウェブサイトでは、裁判員制度の実施状況のほか、各地方裁判所の裁判員裁判の情報、裁判員制度に関するQ&Aなど、様々な情

報をお伝えしていますので、ぜひご利用ください。

裁判員制度ウェブサイト

<http://www.sabain.courts.go.jp/>

※名簿記載通知や調査票、辞退を申し出ることができる事由などに関する情報はこちらへどうぞ

裁判所ウェブサイト

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

**園原ビジターセンターはつき木館
秋季企画展「神坂越えと古
代遺跡―神坂峠と園原―」**

はつき木館では、六年掛けて神坂越えの考古学的知見を展示で示してきました。今回、神坂越えの核となる神坂峠遺跡と園原杉の木平遺跡に焦点をあてて、今までの成果を踏まえつつ、それぞれの遺跡から読み解ける神坂越えの古代史を探ります。

（会期）

九月二十八日～十二月二十三日

（展示品）

・神坂峠遺跡出土石製模造品

（長野県立）

・杉の木平遺跡出土灰釉陶器
ほか関連資料

〈関連イベント〉

展示解説トーク

「神坂峠遺跡の発掘から何がわかったのか」

（日時）

十一月六日（土）午前十時～正午

（会場）

阿智村東山道・園原ビジターセン

ターはつき木館

※聴講無料

定員十名（先着順 当日受付）

担当学芸員による展示解説です。

内容は神坂峠遺跡の発掘調査成果を振り返りながら、神坂越えの考古学研究の昔と今を考えていきます。

●お問い合わせ

阿智村東山道・園原ビジターセン

ターはつき木館

☎四四―二〇二一



住宅名	戸数	間取り	地区名	条件等
定住促進堀上住宅	1戸	3LDK	清内路	・定住促進住宅 ・世帯向け
定住促進川裾住宅	3戸	2LDK	清内路	・定住促進住宅 ・世帯向け
アラヤ第1住宅	2戸	3DK	清内路	・公営住宅 ・世帯向け ・所得制限有り
川裾第2住宅	1戸	3DK	清内路	・公営住宅 ・世帯向け ・所得制限有り
上町団地	2戸	3LDK	浪合	・定住促進住宅 ・世帯向け
向団地	2戸	3LDK	浪合	・定住促進住宅 ・世帯向け
栗代団地	3戸	1DK	浪合	・特定公共賃貸住宅 ・単身向け
大平団地	1戸	3DK	浪合	・公営住宅 ・世帯向け ・所得制限有り

村営住宅の入居者募集

募 集

村営住宅の入居者を募集します。
募集住宅名・戸数・間取り等は左
記のとおりです。入居を希望される
方は、定住支援センターまでご連絡
下さい。

●お問い合わせ

地域経営課定住支援センター

☎ 四三一一二二〇（内線二二三）

平成26年度 自衛官募集案内

募 集		資 格	受 付	試 験	
陸上自衛隊 高等工科学校	推 薦	中卒(見込含)15才以上 17才未満の男子	平成26年11月1日 ～12月5日	平成27年1月10日 ～1月12日の内1日	高校の教育を受けながら、 陸上自衛官としての 素養を高めたい方 に！
	一 般	中卒(見込含)15才以上 17才未満の男子	平成26年11月1日 ～平成27年1月9日	1次試験：平成27年1月24日 2次試験：平成27年2月5日 ～8日	
防衛大学校		高卒(見込含)21才未満の者	平成27年1月21日 ～1月30日	1次試験：平成27年2月28日 2次試験：平成27年3月13日	大学の教育を受け、幹 部自衛官として様々な 舞台で活躍したい方 に！
予備自衛官補 (一般・技能)		一般：18才以上34才未満の者 技能：18才以上で国家免許資 格等を有する者	平成27年1月8日～ 4月2日	平成27年4月11日～15日	一般企業等に就職しな がら、自衛官等として 働きたい方に！
自衛隊幹部候補生 (一般・歯科・薬剤科)		一般 20才以上26才未満の者 (22才未満は大卒(見込含む)) 歯科・薬剤科： 専門の大卒(見込含む) 20才以上30才未満の者	平成27年2月1日～ 4月25日	1次試験： 平成27年5月10・11日 2次試験： 平成27年6月10～13日	幹部自衛官として入隊 し、指揮官等として活 躍したい方に！
医科・歯科幹部自衛官 (医師、歯科医師)		医師・歯科医師の免許取得者	平成27年2月1日 4月25日	平成27年5月16日	幹部自衛官として入隊 し、医師等として活 躍したい方に！

詳しくは、募集コールセンター（年中無休12:00～20:00）電話：0120-063792 ★自衛官募集HP [自衛官募集](#) [検索](#)

阿智まつり音頭

歌詞募集!!

「阿智まつり音頭」が作られてから五年経ちました。

そこで、「阿智まつり音頭」に歌詞を追加したいと思います。

現在の歌を参考に、七・七・七・五調で阿智村のことを歌った歌詞を応募して下さい。

「阿智まつり音頭（一部抜粋）」

①阿智は良いところ 八つの地区があつまり踊る 夏まつり

②阿智のお里は 中馬のお宿 今は楽しい ひな街道

③春に輝く 花桃の里 古代栄えた東山道

④秋の夜空に 手作り花火 飲んでうまいは あかねちゃん

1、募集期間
平成二十六年十一月二十一日(金)まで

2、応募方法

住所 氏名 歌詞を書いて事務局阿智まつり音頭歌詞募集!!までお持ち下さい。

みんなで楽しくおぼろまじか

「阿智まつり音頭」事務局

☎四二一三三二〇

☎四二一三三五二

(協働活動推進課内)

相談

土地家屋調査士の行う

無料相談会開催のご案内

(日時)

十一月二十二日(土)

(受付) 午後一時三十分～四時

(終了) 午後四時三十分

※相談時間一件 三十分まで

相談内容

・土地の境界に関するトラブルの悩み

・土地建物に関する登記等のこと

土地家屋調査士の行う無料相談会

催のご案内

当日は混雑も予想され会場でお待ち頂く場合も考えられますので、予めご予約頂きお越し下さることをお勧めいたします。

勤めします。

ご予約は

土地家屋調査士の行う無料相談会

相談予約

受付窓口

長野県土地家屋調査士会事務局

☎〇二六―三三三―四五六六

受付時間

平日 午前九時～午後五時

※正午から午後一時を除く

飯田一日合同行政相談所

くらしの困りごと

相談所

不動産登記、年金、建築や農地など役所の仕事についての相談や、法律相談などを受け付ける一日合同行政相談所を開設します。

相談は無料で、秘密は厳守します。

事前の予約は不要です。お気軽に御

利用ください。

日時

飯田一日合同行政相談所

―くらしの困りごと相談所―

十一月二十日(木)

午前十時から午後三時

(受付は午後一時三十分まで)

場所

飯田文化会館 二階 会議室

参加予定機関

・長野県地方事務局飯田支局

・長野県下伊那地方事務所

・長野県飯田建設事務所

・飯田市役所

・飯田年金事務所

・公証人

・弁護士

・司法書士

・行政書士

・税理士

・土地家屋調査士

・長野行政相談委員協議会

・長野行政評価事務所

●お問い合わせ

総務省長野行政評価事務所

☎〇二六―三三三―五五六六

こんにちは 自立生活支援センターです No.13

「阿智村救急医療情報キット」を配布しています！

救急医療情報キットとは？ ～説明と使用方法～

専用の用紙①に「かかりつけ医」「飲んでいる薬の情報」や「緊急連絡先」等を記入し、

専用の容器②に入れた物を、自宅の冷蔵庫に保管しておき、緊急事態や救急隊員等がかけつけたときに、その情報をもとに、適切で迅速な対応が行えるようにするものです。

救急隊員等がこの「救急医療情報キット」を速やかに探し出せるよう、ステッカー③を冷蔵庫の扉と玄関付近に貼っておきます。これでセットは完了です。

【訪問による配布】

対象：70歳以上の独居高齢者です。
方法：自立生活支援センターの職員が自宅を訪問し、記入や設置の仕方をご説明し、ご希望の方には一緒に記入しセットいたします。
※ただいま、随時訪問して配布しております。

【窓口での配布】

対象：高齢者のみの世帯や、70歳未満の独居高齢者・障がい者、その他希望される方です。
方法：民生課福祉系の窓口でお渡しします。



救急医療情報キット



緊急事態は誰にでも起こりうることです。そんなとき、あわてず、迅速な対応ができるよう、日頃から、かかりつけ医やお薬の情報、ご家族の連絡先は分かるようにしておきましょう！

○お問い合わせ：民生課自立生活支援センター（内線237）



生活リズムってなぜ大事なの？

ほーい
こうに
しまいなー

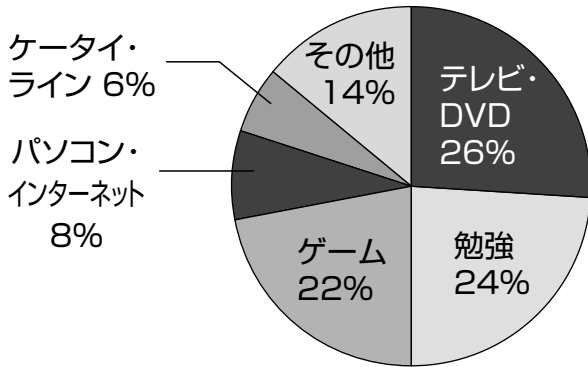


最近、子どもたちの「睡眠障害」が大きな社会問題になっています。不登校の原因の第2位が「朝起きられない」で3割以上を占めています。子どもの睡眠障害を治療する医療機関は予約待ちでいっぱいの状況です。

夜更かしが続くと、自律神経失調や慢性疲労の状態となり、集中力・持続力・やる気等を低下させ、学力低下を招きます。そのため、入院して生活リズムを整える子どもたちも増えています。さらに夜更かしは、肥満の原因にもなります。

まずは、3歳までに早寝早起きの習慣を身につけること、そしてスマホなどメディアの使い方を家族みんなで見直してみましょう。

阿智村の子どもたちが 24時以降の就寝となる原因



(阿智村健康増進・食育計画あちっこ期 アンケート調査より)

【生活リズムを整えるポイント】

- ①就寝時間にかかわらず、毎日同じ時間に起きること。
- ②朝起きたら日光を浴びて、交感神経主導型に切り替えること。
- ③脳の発達や成長ホルモンの分泌から、10歳までは10時間睡眠が必要で、少なくとも9時間を切らないこと。中学生は、8時間～9時間が理想ですが、7時間を切らないことが、学力低下を招かないと言われています。成人の睡眠時間は人それぞれですが、日中ひどい眠気がなければ足りている目安です。
- ④就寝前は、催眠ホルモンを促すためにも、ゲームやスマホは控えましょう。「快適な目覚めは健康のバロメーター」です。健康づくりの一步として、自分の目覚めを意識してみませんか。

こんにちは
伊賀良消防署です

●平成26年秋季号●



火災と救急は
携帯も固定電話も

119

秋の火災予防運動

平成26年11月9日(日)～15日(土)までの7日間

これからの時季は、火災が発生しやすい気候となることから、この運動が全国的に展開されます。

平成26年度
全国統一防火標語

「もういっかい 火を消すまでは まあだだよ」

119番をかけるときは

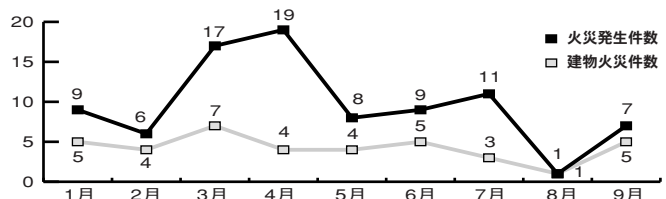
落ち着いて問い掛けに従い、住所や目標となる建物などを伝えてください。

約4割が建物火災です!!

今年の火災発生状況は、9月30日で87件昨年同日比19件の減少となりましたが、住宅等の建物火災は38件(昨年同日比37件)と火災件数の43%を占めています。

これから暖房器具を使用する機会が多くなります。火の取り扱いには十分注意しましょう。

月別火災発生件数 (平成26年1月～9月)



記事のお問合せ・
たき火の届け出は

☆伊賀良消防署 ☎25-0119 FAX兼・山本分署 ☎25-1195 FAX兼・☆龍江分署 ☎27-4911 FAX兼



● 子育てカレンダー ●

2014年11月

日	月	火	水	木	金	土
						1 ひだまり コンサート
2	3 文化の日	4 ☆ わくわく ことばの相談	5 ★ ひよっこ ちびっこ浪合保	6 ☆★ こども広場 3歳児眼科健診	7 ☆★ ☼ ちびっこ清内路保	8 (使用不可)
9	10 ☆★	11 ☆ ☼ 1歳半健診	12 ★ さくらんぼ教室	13 ☆★ こども広場	14 ☆ ☼ たんぼぼ	15 ☆ ブックスタート
16	17 ☆ ☼ 2歳児相談 ちびっこ智里西保	18 ★ つぼみ教室 ちびっこあふち保	19 ☆★ ちびっこ智里西保	20 ☆★ こども広場 12ヶ月相談	21 ☆ ☼ すくすく	22 (使用不可)
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25 ☆ ☼ うきうき ちびっこ伍和保 乳幼児健診	26 ☆★	27 ☆★ こども広場 ちびっこ智里東保	28 ★ こっこ	29 

- ☆：午前保健センター2階使用可能
- ★：午後保健センター2階使用可能
- ☼：心理士さんがいます

問合せ先：民生課健康増進係 保健師 TEL 43-2220 (内線228・229)
教育委員会 子育て支援室 TEL 45-1232

(都合により日程が変更になる場合があります。ご承知おきください。)

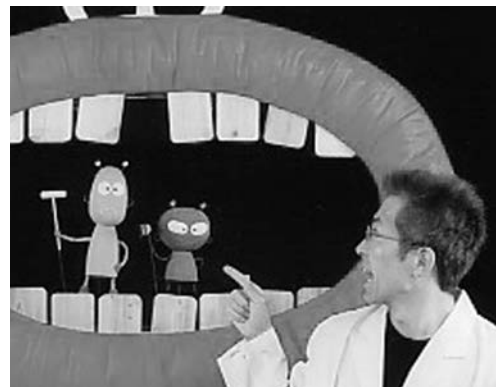
ひだまりコンサート において下さい。

このコンサートは、毎年、お母さんが子どもたちに生の劇や演奏に触れさせたいと実行委員会形式で企画から運営しています。今年は静岡から人形劇団『茶問屋ショゴ』をお迎えします。楽しいステージ間違いなしです。ご家族お揃いでお出かけください。

日時：11月1日(土)
AM 9:45 開場
10:00 開演

開場：保健センター 2階
入場料：1人 100円(年少以上)
(前売り券にはお土産がつきます。)

演目：人形劇「Drデンターとバイキンきん太」
「ネコ君トラ君」「ミニ音楽会」



「Drデンターとバイキンきん太」

〈劇団紹介〉

静岡県の牧之原市でお茶の問屋さんをしている横山さんご夫婦は人形劇もプロの劇団として各地へ公演に行っているエネルギーなお2人です。

チャレンジゆうAchi通信

No.62
平成26年10月20日

H26年11月1日～H26年11月30日のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 	3 文化の日 	4 基礎トレーニング ゴルフ④ ソフトボール ソフトJrテニス	5 ピンポン⑦	6 エンジョイ ウォーキング アロマヨーガ	7 陸上 空手 フラダンス	8 阿智祭 
9 阿智祭 	10 水泳 英会話	11 基礎トレーニング ゴルフ⑤ ソフトボール ソフトJrテニス	12 ピンポン⑧ (ミニ大会) 昼生け花 華道	13 エンジョイ ウォーキング	14 空手 フラダンス	15
16 ソバ打ち	17 水泳 英会話	18 ソフトボール ソフトJrテニス	19 絵画 	20 エンジョイ ウォーキング アロマヨーガ	21 空手 フラダンス	22
23 勤労感謝の日 30	24 振替休日	25 基礎トレーニング ソフトボール ソフトJrテニス	26 ウインターバスケット① 	27 エンジョイ ウォーキング	28 陸上 空手 フラダンス	29

10月のチャレンジゆうAchi情報

運動不足の解消、ストレスの解消、気分転換に
スポーツ講座をお楽しみ下さい。

「楽しいピンポン」ミニ大会

11月12日(水)
会場 阿智中体育館 19:30～
参加費 会員講座受講者 50円
チャレンジ会員 100円
非会員 200円



スポーツ講座第3弾

ウインターバスケットが始まります。

11月26日(水)より8回講座 19:30～ 阿智中体育館
受講料 500円

11/26、12/3、10/17、24、1/7、1/14、21
既に始まっている講座にも途中受講できます。

ソバ打ち教室 11月16日(日)です。

※アロマヨーガで体調を整えてみませんか?(第2・4木曜日)

※昼の生け花教室 日本人の心でおもてなし(第1・3水曜日)

チャレンジゆうAchi

スキーシーズン券

販売開始 11月20日(木)

お申し込みは中央公民館内チャレンジゆうAchi事務局まで
大人(高校生以上) 7,000円(村内)
15,500円(村外)

※小中学生は学校を通し、無料シーズンパスポート
をご利用ください。

11月8日(土)9日(日)

阿智祭に参加しま～す お出掛け下さい

舞台発表…フラダンス リコーダー・アンサンブル
展示…華道・絵画・生け花
9日にお茶、コーヒー販売します

第3回百名山浅間山外輪山(黒斑山)登山、今回の御嶽山の噴火を考慮して中止としました。お亡くなりになった皆様の御冥福をお祈りします。

申し込み、お問い合わせ先・チャレンジゆうAchi(43-2061) 中央公民館内事務局迄