

暮らす、生きる。

阿智家族

UD FONT 見やすく読みまちがえにくい ユニバーサルフォントを採用しています

広報 あち

おしらせ版 6月

(令和3年) 2021. 6 No.93

阿智村ホームページ



https://www.vill.lachi.lg.jp/

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

阿智村の人口【6/1現在】(人口)6,159人 男 2,993人 女 3,166人(世帯)2,359世帯

阿智村巡回バス 智里東線ラッピングバス完成！

住民の方に親しまれる智里東線となるよう、昨年デザインを公募したラッピングバスが完成しました。

当時阿智第三小学校に在籍していた有賀航基くん、加藤衣織さんの原画を採用し、湯屋守様、温泉、はなもと星、智里東地区や阿智村らしさのあるデザインがされています。

智里東線にて運行していますのでぜひご乗車ください。



●●●主な内容●●●

| | |
|--------------------|----|
| 智里東線ラッピングバス完成！… | 1 |
| ケーブルテレビ機器更新工事について… | 2 |
| 歯科口腔健診を受けましょう …… | 3 |
| 防災コラム …… | 4 |
| 阿智村農業委員会新聞 …… | 5 |
| 環境の日及び環境月間とは …… | 6 |
| ごみの削減 自分ができる取組は …… | 7 |
| 長野県からのお知らせ …… | 8 |
| 税からのお知らせ …… | 9 |
| 再就職や転職を目指す皆さまへ …… | 10 |
| リニア中央新幹線について …… | 11 |
| 保健センターだより …… | 12 |
| 阿智家族 …… | 13 |
| 子育てカレンダー …… | 14 |
| 図書館からのお知らせ …… | 15 |
| チャレンジゆうAchi通信 …… | 16 |

個人番号カードを利用して住民票の写し・印鑑登録証明書等が全国のコンビニエンスストア等で取得できます

1.コンビニエンスストア等で取得できる証明書と証明料

- ☆取得できる証明書等・料金
- ① 住民票の写し(全部・一部) 250円
 - ② 印鑑登録証明書 250円
 - ③ 戸籍の謄抄本 400円
 - ※阿智村に本籍があり、村外住所地の方も事前登録で取得可能
 - ④ 戸籍の附票の写し 250円
 - ⑤ 所得課税扶養証明書 250円

各証明書等は窓口より50円安い料金で取得できます。

市区町村の対応状況やキオスク端末のご利用方法などがご覧いただけます。

コンビニ交付ポータルサイト
<https://www.lg-waps.jp/>



2.利用できる時間

毎日午前6時30分から午後11時(12/29~1/3を除きます)まで、ご利用いただけます。

3.利用するためには個人番号カード(マイナンバーカード)が必要です。

取得方法は、公式サイトをご覧ください。役場民生課住民係(電話43-2220(内222))または下記の、マイナンバー総合フリーダイヤルまでお問い合わせください。

【マイナンバーカード・通知カードの詳細はこちら】

公式サイト

マイナンバーカード総合サイト

検索

<https://www.kojinbango-card.go.jp>



お問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル

マイナンバー

☎ 0120-95-0178

平日 9時30分~20時00分(年末年始を除く)

土日祝 9時30分~17時30分

マイナンバーカードの紛失・盗難などによる一時利用停止については、24時間365日受け付けます。

※一部IP電話等で上記ダイヤルに繋がらない場合は、050-3818-1250におかけください。

※外国語対応は0120-0178-27におかけください(英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語に対応)

ケーブルテレビ機器 更新工事について

村がケーブルテレビ事業を開始して、13年以上経過しています。電気を供給する機器の劣化等による事故を防ぐため、平成30年度から数年にわたり、村内全地域を地区ごとに行き、工事を行っています。

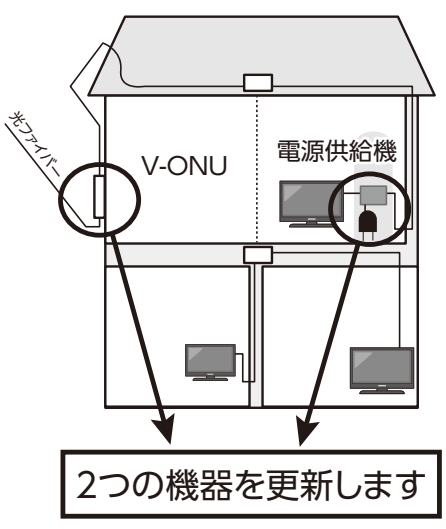
契約者の方に意向調査を行い、指定業者（株）イナデンが下見と工事をお伺いします。

機器更新に関する費用は、村が負担しますので、通常の交換であれば契約者の方からご負担いただくことはありません。

※ただし宅内の配線状況によりご負担いただくこともあります。

今年度対象地域

- 【駒場地区】
木戸脇・伝馬町・下町。
栄町・上町・市の沢・
大橋・曾山
- 【智里東地区】
全地域



7月のケーブルテレビ 自主放送番組

村内小学校音楽会

あち健康テレビ
「新型コロナウイルス予防接種」

阿智村文化財探訪「園原の里」

変更になる場合もあります。詳しくはテレビの電子番組表をご覧ください。

●お問い合わせ
協働活動推進課 広報係
(内線 510・511)

【連載】No.9 阿智村役場の 仕事を紹介します



教育委員会
公民館・図書館・(3)
社会教育係

公民館では、阿智祭・駅伝大会・社会教育研究会など各種文化・体育事業や地区公民館事業・公民館利用団体の事業を支援するとともに、中央館・社会体育施設利用の受付を行っています。また、村婦人会や村育成連絡会、村体育協会など団体の事務局や村の文化財の保存・調査を行っています。

公民館内にはNPO法人チャレンジゆつAchiの事務局があり、参加申込みに関する相談を受け付けています。

図書館には、本や紙芝居、雑誌、視聴覚資料があり、大人から子どもまで、読書や調べもの、学習などで利用することができます。



す。おはなし会、読書会などのイベントも随時開催していますので来館をお待ちしています。

公民館事業の詳細については、毎月発行の「恵那山」をご覧ください。

歯科口腔健診を受けましょう 〜後期高齢者歯科口腔健診〜

長野県後期高齢者医療広域連合では、高齢者の方の健康づくり事業の一環として歯科口腔健診を行います。

高齢になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多くなり、これが原因で誤嚥性（ごえんせい）肺炎（細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎）を起こすことがあります。

お口の健康は、身体の健康への第一歩です。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、特に自覚症状はないが、お口の状態を確認したい方など、費用は無料ですので、ぜひこの機会に受診しましょう。

・対象者

- （1）昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれの被保険者（令和2年度に75歳の誕生日を迎えた方）
- （2）昭和16年4月1日～昭和20年3月31日生まれの被保険者（令和2年度に76～79歳の誕生日を迎えた方）のうち、直近で生活習慣病に係る受診をされた経歴があり、かつ、令和2年度に歯科医療の受診がなかった方。

- ・対象となる方には、6月下旬に案内通知と受診券を送付します。
- ・健診期間
令和3年7月1日（木）から
令和3年12月30日（木）
- ・健診費用 無料

※健診により治療が必要な場合は、その治療費は本人負担となります。

- ・対象医療機関 県歯科医師会所属の歯科医院（一部の病院を除く）
- ・予約方法 対象医療機関へ直接予約をお願いします。
- ・受診時に必要なもの
受診券
- ・被保険者証
- ・お薬手帳（無い場合は、不要です）

●お問い合わせ先

長野県後期高齢者医療広域連合
保健事業室
（電話）026（229）5320

児童手当受給者の 現況届はお済みですか？

現況届は、6月分以降の手当を引き続き受給する要件（受給者の所得、児童の監督や保護、生計同一関係など）を満たしているかどうかを確認するためのものです。

届出には、各家庭に村から郵送される現況届用紙の他、状況に応じて必要な書類があります。

本年度の提出期間は、6月1日から6月30日までです。

現況届の提出が無いと、6月分以降の手当が受けられなくなります。まだ提出がお済でない方は至急ご提出ください。

●お問い合わせ

民生課 住民係（内線221）

東山道・園原ビジターセンター はつき木館 企画展 鳴海寿勇 星景写真展 「阿智村の星空」

飯田市在住のアマチュアカメラマン・鳴海寿勇さんが阿智村で撮影した四季折々の星景写真、約40点を展示します。

▽期間 7月3日（土）～9月5日（日）

▽開館時間 9時30分～16時30分

▽休館日 火曜日（祝日の場合、翌日）

▽入場料 無料

●お問い合わせ

東山道・園原ビジターセンター
はつき木館 電話（44）2011

○阿智村コロナワクチン

専用ダイヤル

電話0265(43)2546

サマジャンボ

1等前後賞合わせて 7億円
1等5億円、前後賞各1億円

7億円

当せんのチャンス広がる！
サマジャンボ
ミニ

1等前後賞合わせて5,000万円
1等3,000万円、前後賞各1,000万円

5千万円

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月13日（火）同時発売
発売期間 7月13日（火）～8月13日（金） 抽せん日 8月25日（水）

各1枚 300円

2021年市町村振興宝くじ
一般財団法人 全国市町村振興協会

PCやスマホで
ネット購入！
宝くじ公式サイト
<https://www.takarakuji-official.jp/>

警戒レベル
4



令和3年5月20日から

ひなんしじ

避難指示で必ず避難

ひなんかんこく

避難勧告は廃止です

| 警戒レベル | 新たな避難情報等 | | これまでの避難情報等 |
|--------------------------|---|----------------------------------|--------------------------|
| 5 |  災害発生 又は切迫 | きんきゆうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1 | 災害発生情報 (発生を確認したときに発令) |
| ~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~ | | | |
| 4 |  災害の おそれ高い | ひなんしじ 避難指示 ※2 | ・避難指示(緊急) ・避難勧告 |
| 3 |  災害の おそれあり | こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難 ※3 | 避難準備・ 高齢者等避難開始 |
| 2 |  気象状況悪化 | 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁) | 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁) |
| 1 |  今後気象状況悪化のおそれ | 早期注意情報 (気象庁) | 早期注意情報 (気象庁) |

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
 ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、
すでに安全な避難ができず
命が危険な状況です。
**警戒レベル5緊急安全確保の
発令を待ってはいけません！**

避難勧告は廃止されます。
これからは、
**警戒レベル4避難指示で
危険な場所から全員避難
しましょう。**

避難に時間のかかる
**高齢者や障害のある人は、
警戒レベル3高齢者等避難で
危険な場所から避難
しましょう。**

内閣府(防災担当)・消防庁

●お問い合わせ 総務課 消防災係 (内線 273)
資料提供 内閣府ホームページ 避難情報に関するガイドラインの改定
<http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinanjouhou/r3-hinanjouhou-guideline>

阿智村農業委員会新聞



農業委員会総会について

阿智村農業委員会では、5月26日(水)に農業委員会総会を開催し、議案審議、協議の結果は以下のとおりとなりました。

【審議事項】 農地法5条(1件)

【協議事項】 農業経営基盤強化法・農用地利用集積計画(1件)、農地中間管理機構による農用地利用集積計画(4件)、農地中間管理機構による農地利用配分計画(権利移転(1件)・非農地の確認)について。
【その他】 相続登記の義務化について説明しました。

相続の完了していない農地について

相続登記が完了していない農地に関しては、農地転用や売買ができませんのでお気を付けください。相続が発生した場合は、早めの相続登記をお願い致します。

農地への不法投棄について

農地への不法投棄は犯罪です。発覚した場合には、投棄した廃棄物の撤去を求められるとともに、5年以下の懲役や1千万円以下の罰金が科せられます。

不法投棄は、地権者も農地の違反転用として処罰の対象になります。なお、資機材等を農地に保管、仮置きし、農地利用できない場合も違反転用となりますのでご注意ください。

長野式電気柵の設置講習会

5月20日に浪合振興室近くのほ場で行われた、南信州農業農村支援センターと地域おこし協力隊浪合地区担当の伊藤さん主催による「長野式電気柵」の設置講習会に参加しました。県職員等による指導のもと、設置演習も行われ農業委員も設置方法を体験しました。

設置講習会には、浪合地区の住民や平谷村の方も参加され、手軽に設置できる構造に驚いていました。

農家さんや女性でも設置が出来る電気柵に興味を持たれたようでした。長野式電気柵に興味がある方は、浪合振興室近くですので、浪合地区担当の協力隊伊藤さんにお声掛けいただければと思います。

★農地の貸借・所有権移転、農地転用については、お近くの農業委員・農地利用最適化推進委員または農業委員会事務局(内線263)へお気軽にご相談ください。



ごみ出しの注意点 適切な分別をお願いします

燃やすごみ

リサイクルできるものが燃やすごみとして出されています。商品をおんでいるプラスチック・紙製容器包装です。資源としてリサイクルできるものは分別しましょう。

紙製容器包装

ダンボール製品(紙の間になみながあるもの)が回収箱に入っていることがあります。資源回収または駒場リサイクルステーションのコンテナに出すようにしてください。

また、トイレットペーパーやラップなどの芯、臭が付いている物、汚れている物は燃やすごみ、カレンダーは雑誌に出すようにしてください。

不燃ごみ

中身の入った缶詰やビンが混ざって入っています。缶詰等の中身は生ごみ。缶詰本体は識別マークに沿って専用のアルミ缶またはスチール缶専用袋、ビンはビン類の回収日に出すようにしてください。

ごみを出す際は、次のことを守って出してくださいませようお願いします。

▽ごみの区分による指定日

▽決められた場所・時間

▽専用袋に氏名又は電話番号を記入

●お問い合わせ

生活環境課 環境係(内線251)

環境月間

環境の日及び環境月間とは

6月5日は環境の日です。これは、1972年6月5日からストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたものです。国連では、日本の提案を受けて6月5日を「世界環境デー」と定めており、日本では「環境基本法」(平成5年)が「環境の日」を定めています。

我が国では、環境庁の主唱により、平成3年度から6月の一ヶ月間を「環境月間」としています。世界各国でも、この日に環境保全の重要性を認識し、行動の契機とするため様々な行事が行われています。



令和3年6月1日▶6月30日



「特定外来生物」 アレチウリ

(扱いには規制あり)



- 北米原産
- ウリ科の一年生草
- 日本で最初に記録されたのは1952年(昭和27年)静岡県 清水港
- 天竜川で最初に確認されたのは1966年(昭和41年)ごろ

- 新しい芽生えが5月頃から10月頃まで続く
- 花は8月下旬から10月頃まで続く
- 9月下旬には果実が熟しはじめる



アレチウリの花

- 1つの果実には種子が1個入っている
- 1つの枝に500個以上の種子



アレチウリの果実のかたまり

- 種子のほとんどが、翌年発芽
- 翌々年以降に発芽するものもある



アレチウリの種子

アレチウリは、平成18年2月から生態系等に悪影響を与えるもの、与える恐れのある植物として、特定外来生物に指定されています。

旺盛な成長力をもつアレチウリは、その場所にもともと生えていた他の植物に覆い被さるように成長し、下になった植物は光が当たらなくなり、そのほとんどが枯れたり、弱ったりします。

そうすると、その植物を利用している昆虫や動物などにも影響が出る可能性があります。

アレチウリの駆除方法

| 手法 | 特徴など |
|--------|-------------------------------------|
| 抜き取り | 効果は確実。 |
| 刈り取り | 効率は高い。刈り残しができる可能性あり。根を抜かないとツルの成長あり。 |
| 除草剤の使用 | 根まで枯死可能。効率は高い。環境への影響に配慮が必要 |

ごみの削減 自分ができる取組は



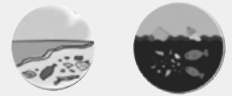
4R (リデュース・リユース・リサイクル・リプレイス)

3R (ごみを減らす、繰り返し使う、再生して利用する) + 使い捨てプラスチック製品等から植物性由来などの環境にやさしい素材・製品への転換という意味の「リプレイス」

信州プラスチックスマート運動

3つを意識した行動

「意識して選択」、「少しずつ転換」、「分別して回収」 使い捨てプラスチックなど環境負荷の大きいものの使用を減らしましょう！



区分

具体的な取組

4R

ごみの排出量を削減 (リデュース)

- 過剰包装、使い捨て製品など不要なものは買わない・貰わない
- 長く使えるものを選ぶなどエシカル消費の実践
- 食品ロスを削減



繰り返し使う (リユース)

- マイバックなど繰り返し使う
- 詰め替え製品の使用、修理してできるだけ長く使用する
- 不用になったものの再利用をする



分別・再生して利用 (リサイクル)

- 各種リサイクル法に則りリサイクルをする
- 阿智村の分別ルールに従いごみを排出



使い捨てプラスチック製品など環境負荷の大きいものの使用を見直す (リプレイス)

- 環境負荷の少ない製品を選ぶなどエシカル消費の実践
- エシカル消費とは、ものやサービスを選ぶときに、環境にやさしく、人や社会に貢献し、地域の発展につながるなど、世の中に与える影響を考えた、思いやりのある消費行動を行なうことです。

食品ロスをなくす

- 計画的な買い物、作り過ぎない、食べ残しをしない、注文しすぎないで食品ロスを削減
- フードバンク活動などを通じ、未利用食品の提供



ポイ捨て・不法投棄をしない

- 阿智村の分別ルールに従いポイ捨て、不法投棄をしない



長野県からのお知らせ

ながの みんなのうちに太陽光

検索 



みんなの うちに 太陽光

『太陽光パネル・蓄電池』は一人よりみんなで買えばより
オトク！グループパワーチョイスへの参加希望者を募集します！

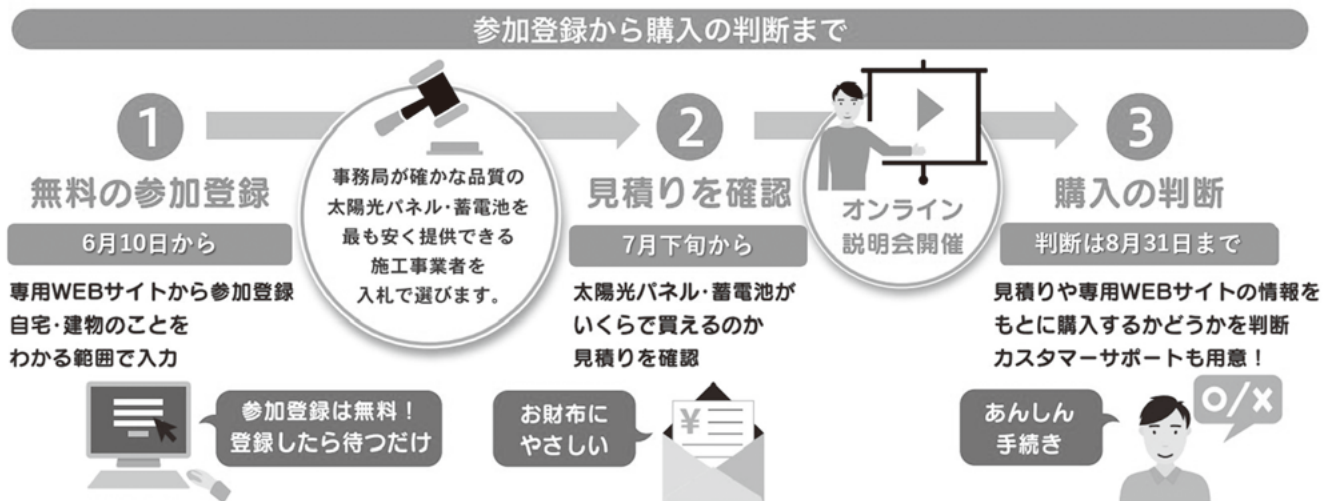
■概要

長野県では、太陽光パネル・蓄電池をみんなでオトクに購入する、「グループパワーチョイス（共同購入）」の参加者の募集をしています。

日々の生活に使う電気を自宅の屋根で発電できる太陽光パネル、そして発電した電気を夜間も有効に活用し災害時にも役立つ蓄電池。

おうちで過ごす時間が増える今こそ、みんなでオトクに購入しませんか？

■登録から購入までの流れ



■対象

住宅用 事業用

太陽光パネル（10kW未満）又は家庭用蓄電池もしくはその両方の設置を希望されている方

■参加登録期間

令和3年6月10日（木）～8月31日（火）まで

■説明会

参加登録期間中、複数回のオンライン説明会を実施します。
詳細は以下の専用WEBサイトを参照ください。

■お問合せ先

ながの みんなのうちに太陽光事務局（アイチューザー（株））
0120 - 758 - 300（固定電話）0570 - 075 - 300（携帯電話等）
平日 10:00 - 18:00

■専用WEBサイト

参加登録・詳しい情報は専用WEBサイトにて
<https://group-buy.jp/solar/nagano/home>



税

納めよう 自分の生活支える税

村税等の納期限

次の村税等の納期限は、
6月30日（水）です。

| | |
|---------|----|
| 村県民税 | 1期 |
| 国民健康保険税 | 2期 |
| 介護保険料 | 2期 |

納付書で納めていただく方は、納期限までに役場・各振興室、またはコンビニ・金融機関等でお支払ください。
□座振替の日は
6月25日（金）です。
□座振替の依頼をいただいている方は、前日までに預金残高を確認し、残高不足にならないようお願いいたします。

●お問い合わせ
出納室 税務係（内線242）

税理士による無料相談

税理士による無料相談を次の日程で実施します。ぜひご利用ください。

- ▽日時 7月29日（木）午前9時～1時間ごと一組
- ▽場所 役場1階相談室
- ▽相談料 無料
- ▽対象者 村民
- ※先着7名。

- 一組1時間以内の相談となります。
- ▽申込み 役場および各振興室に申込書がありますので、必要事項を記入し、7月26日（月）までに提出してください。
- ▽相談例
 - ・相続税や贈与税について
 - ・確定申告について
 - ・軽減税率制度について知りたいなど

●お問い合わせ
出納室 税務係（内線242）

2021年度 税務職員採用試験について

税務署や国税局で「税のスペシャリスト」として勤務する税務職員（国家公務員）を募集します。

【受験資格】

- ①令和3年4月1日において、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者、及び令和4年3月までに高等学校または中等教育学校卒業見込みの者
- ②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

【申込方法】

原則 インターネット申込
次のアドレスへアクセスし、説明に従い入力する。
<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

【受付期間】

令和3年6月21日（月）
午前9時～
6月30日（水）【受信有効】

【試験日】

第一次試験日
令和3年9月5日（日）
第二次試験日
令和3年10月13日（水）
10月22日（金）

のいずれか第一次試験合格通知書で指定する日時

【合格者発表日】

第一次試験合格者
令和3年10月7日（木）
最終合格者
令和3年11月16日（火）

【問い合わせ先】

○インターネット申込に関すること
人事院人材局試験課
電話03（3581）5311
（内線2333）
午前9時～午後5時
（土日・祝日除く）

●その他のお問い合わせ

関東信越国税局人事第二課試験係
電話048（600）3290
（内線2097）
午前9時～午後5時
（土日・祝日除く）



**再就職や転職を目指す皆さまへ
ハロートレーニング（職業訓練）のご案内**

働く意欲と能力があり、ハローワークに求職申込されている方なら無料で受講が可能です。（一部実費負担あり）

訓練期間中は、雇用保険または求職者支援制度に基づく給付金が受給できる場合があります。

また、ハローワークと訓練施設が連携して、訓練期間中から訓練修了まで求職活動をサポートします。

【ハロートレーニング】

▽求職者支援訓練

主に雇用保険を受給できない方が、月10万円の訓練受講給付金を受給しながら、無料の職業訓練を受講する制度です。（一部実費負担あり）給付金を受給できない場合でもあつても、訓練を受講することはできます。（給付金を受給するためには、一定の条件があります）

▽公共職業訓練

主に雇用保険を受給されている方が受講する無料の職業訓練です。

【主な訓練コース】

ビジネスパソコン、IT関連、OA 経理事務、介護福祉、WEB デザイン、他

【訓練期間】

原則2か月から6ヶ月

●お問い合わせ

詳しくは「ハロトレ長野」で検索、または最寄りのハローワーク及び長野労働局訓練室
電話026(226)0862

長野県芸術監督団事業

東京2020NIPPONフェスティバル長野スペシャルコンサート2021

▽日時 7月4日（日） 15時開演

▽会場 長野県民文化会館

（ホクト文化ホール）大ホール

▽入場料

一般 1,000円

高校生以下 500円

*未就学児の入場はお問い合わせください。

▽出演 指揮者 小林研一郎

（長野県芸術監督）

管弦楽 長野・スペシヤル

コンサート2021オーケストラ

*県内アマチュア演奏家と世界で活躍するプロ演奏家による管弦楽団

▽プログラム

ベルリオーズ ローマの謝肉祭

サラサーテ ツィゴイネルワイゼン

シベリウス フィンランディア

ドヴォルザーク 交響曲第9番

「新世界より」全楽章

●お問い合わせ

長野県民文化会館（ホクト文化ホール）026(226)0008

熊谷元一写真童画館 特別企画展

「60年前の伊那谷三六災害記録写真展」

1961（昭和36）年6月に発生した集中豪雨は、伊那谷に大きな被害をもたらしました。熊谷元一が撮影した災害の記録写真66点を展示します。

▽期 間 6月23日（水）～9月13日（月）

▽開館時間 9時～16時30分

▽休 館 日 火曜日

（祝日の場合、翌日・8月は休館日なし）

▽入 場 料 一般 350円 阿智村在住者 100円
中学生以下 無料



◀「大西山の崩落で被害を受けた校舎」1961（昭和36）年 大鹿村大河原小学校

令和3年度

男女共同参画週間

6/23
6/29

内閣府男女共同参画局ホームページ <http://www.gender.go.jp/>
男女共同参画局 Facebook <https://www.facebook.com/daijishiyokosaku/>

リニア中央新幹線について

令和3年度の第1回リニア対策委員会が5月28日に開催されました。

今年度から新しい2年間の任期が始まり、会長に稲垣孝光さん、副会長に櫻井伸彦さんが再任され、会長は幹事6名を指名しました。その後、これまでの経過の説明が事務局からありました。

また、今後の進め方について、幹事会で協議の後、対策委員会に諮ること、候補地である発生土置き場の議論を本格化することを確認し、清内路地区からの要望書が村長あて提出されていることが報告されました。

●お問い合わせ

建設農林課 リニア対策係

(内線262)



介護保険負担割合証を

お送りします

介護保険サービスを利用する際の自己負担割合が記載されている「介護保険負担割合証」を6月末～7月上旬に発送します。8月以降のサービス利用に必要ですので、確認をお願いいたします。

負担限度額認定証の

申請の時期です

介護保険の施設サービスや短期入所サービスを利用した際の食費・居住費の軽減を受けるために必要な「介護保険負担限度額認定証」は、7月末に有効期限が終了します。対象となる可能性がある方には、申請書を6月末～7月上旬に発送しますので、お手元に届きましたら、現在負担限度額認定証をお持ちの方は早めの申請をお願いいたします。

※施設サービスや短期入所サービスを利用しない方は、申請の必要はありません。

※令和3年8月から国が定める基準が見直されるため、認定要件である預貯金額と食費(日額)が以下の表のとおり変わります。

詳しくは、介護保険担当までお問い合わせください。

●お問い合わせ

民生課 福祉係 (内線225)

① 認定要件である預貯金額が、以下のとおり変わります。

なお、今回の見直しで補足給付の対象外となる方でも、預貯金額が減少して、認定要件を満たすこととなった場合には、申請により負担軽減の対象となります。

| | R3.7月まで | 見直し後(R3.8月～) |
|---------------------------|--------------------------|---------------------|
| 年金収入等※80万円以下(第2段階) | 単身 1,000万円 夫婦 2,000万円 | 単身 650万円、夫婦 1,650万円 |
| 年金収入等 80万円超120万円以下(第3段階①) | | 単身 550万円、夫婦 1,550万円 |
| 年金収入等 120万円超(第3段階②) | | 単身 500万円、夫婦 1,500万円 |

※公的年金等収入金額(非課税年金を含みます。)+その他の合計所得金額。

② 介護保険施設入所者・ショートステイ利用者の食費(日額)の負担限度額が変わります。

なお、居住費の負担限度額は、変更ありません。

| | 施設入所者 | | ショートステイ利用者 | |
|---------------------------|---------|--------------|------------|--------------|
| | R3.7月まで | 見直し後(R3.8月～) | R3.7月まで | 見直し後(R3.8月～) |
| 年金収入等※80万円以下(第2段階) | 390円 | 390円 | 390円 | 600円 |
| 年金収入等 80万円超120万円以下(第3段階①) | 650円 | 650円 | 650円 | 1,000円 |
| 年金収入等 120万円超(第3段階②) | 650円 | 1,360円 | 650円 | 1,300円 |

補足給付の対象ではない方※

ご負担いただく額は、施設と利用者の契約により決められています。

ご負担いただく額は、施設と利用者の契約により決められています。

※食事の提供に要する平均的な費用の額(基準費用額)は、1,392円→1,445円(日額)に変わります。

(注)生活保護受給者や老齢福祉年金受給者等(第1段階)の負担限度額は、食費・居住費ともに変更ありません。

保健センターだより

●お問い合わせ 民生課 保健センター係
TEL(45)1230

適量とバランス食で
健康家族

健診からみえて
きた！阿智村の
こと

みなさんは、定期的
に健診を受けています
か？

健診は、個人の健康
状態を知るだけでな
く、村全体の健康の傾
向を知ることでもでき
ます。

今回は、昨年度の特
定健診の結果から阿智
村の傾向をご紹介します
！



阿智村はメタリックシンドロームと判定された人が少ない！

下の表は、昨年度の特定健診受診者のうち、メタボの割合を示したものです。

| メタボの割合 | 阿智村 | 長野県 | 人口が同じくらい の他市町村 | 国 |
|--------|------|------|-------------------|------|
| 総数 (%) | 13.6 | 18.9 | 21.3 | 20.6 |
| 男性 (%) | 20.5 | 29.3 | 31.6 | 32.4 |
| 女性 (%) | 8.0 | 10.2 | 12.2 | 11.4 |



メタリックシンドロームの人は、内蔵脂肪がたまることで高血圧や高血糖、脂質異常症などの複数の病気が重なり、脳梗塞や心筋梗塞などが発生しやすくなります。

「+10 (プラステン)」

から始めよう

特定健診を受けた40〜74歳の方のうち、3人に1人は1回30分以上の運動習慣があることが分かりました！

運動習慣が不足している方は、まずは「+10・今より10分多く体を動かす」からチャレンジしてみませんか？

普段の生活に少しの工夫をして、プラス10分活動が増えるだけで生活習慣病・がん・認知症・うつ・死亡リスクなどの減少に繋がります！

※厚生労働省 アクティブガイド

「健康づくりのための身体活動指針」より

例えばこんな工夫があります！

- ・ 買い物に行った時に、車を入り口から遠いところへ停める
- ・ 子どもと遊ぶ時間を増やして、活動量を増やす
- ・ 普段の掃除に雑巾がけを追加する など

※保健センターは皆さんの

心と体の相談窓口です※

「心配なことがあって眠れない」「相談したいけれど身内には言えない」など、お一人で悩みを抱え込まず、保健センターへご相談ください。

電話番号 (45) 1230 (直通)

○村営住宅の入居者募集 (応募締切 7月11日、入居可能日8月1日～8月31日)

| 住宅名 | 家賃 | 間取り | 地区名 | 条件等 | 募集戸数 |
|---------|-------------------|------|-----|-----------------------------|------|
| 中下町住宅 | 28,000円 | 2LDK | 浪合 | 子どもを育てようとする方(子どもが中学校卒業するまで) | 1戸 |
| 中の瀬団地 | 22,000円 | 3DK | 浪合 | 世帯向け | 1戸 |
| 向団地 | 24,000円 | 3LDK | 浪合 | 世帯向け | 1戸 |
| 大平団地 | 25,000円 | 3DK | 浪合 | 世帯向け | 1戸 |
| 上町団地 | 21,000円 | 3LDK | 浪合 | 世帯向け | 1戸 |
| 栗代団地 | 11,000円 | 1DK | 浪合 | | 1戸 |
| 大平団地 | 所得による 13,700円～ | 3DK | 浪合 | ・所得制限有り (公営住宅) ・世帯専用 | 2戸 |
| アラヤ第2住宅 | 16,000円 | 3DK | 清内路 | 世帯向け | 1戸 |
| 下平ハイツ | 35,000円 | 3LDK | 智里東 | 子どもを育てようとする方(子どもが中学校卒業するまで) | 3戸 |

暮らす、生きる。
阿智家族
 語れる夢があること、支えあえること、
 分かち合う場所があること、
 朝を楽しみに眠れること。
 阿智に暮らすということは、
 村ごと大きな家族になること。
 暮らしている人も、暮らしたい人も、
 阿智家族。

**成人式の模様を
 動画配信サイトyoutube
 「阿智家族チャンネル」
 より配信しました**

令和2年度、令和3年度の成人式
 が5月3日に行われました。

コロナ禍の中、感染予防対策のため、式典は短縮されて行われましたが、限られた時間の中で強くたくましく再開を喜ぶ光景が印象的でした。

成人式は、対象者にとっては晴れ着を身にまとい、同級生や恩師に会える貴重な機会であり、家族にとっては我が子の成長を誇らしく思う大切なイベントと言えます。

そんな一大イベントを「阿智家族チャンネル」から、飾らない言葉と笑顔を中心に放映しています。
 是非ご覧いただき、みんなで笑顔になっていただけたら幸いです。

阿智家族チャンネルはこちら



「土地」を紹介してください

村では、人口増に繋がる最たる施策として、住宅の新增改築を支援し、土地の斡旋や紹介を積極的に行っています。

先祖代々の大切な土地も、後継者不足により耕作できなくなったり、家族が遠方に居住し目が行き届かなくなる状況が多く聞かれるようになりました。

活力ある若者がこの地に家を構え、子供の声が溢れるという事が地域にとっての最大の魅力と言えます。
 是非、土地を紹介してください。

【村からの支援】

- ・土地購入で購入者に100万円
- ・新築して100万円
- (※詳細はHPで)

【働く場所として】

大規模な土地の利活用も、場所と規模によっては工場誘致などの可能性があります。

併せてご相談ください。

●お問い合わせ

協働活動推進課 定住促進係

(内線513)



子育てカレンダー

2021年7月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------------|------------------------|------------|--------------------------|----------------|---------------|
| 31 | | | | 1 ☆ こども広場 | 2 すくすく | 3 |
| 4 | 5 わくわく | 6 ☆ こども広場 | 7 ひよっこ | 8 ☆ こども広場 12か月児相談 | 9 たんぽぽ教室 | 10 |
| 11 | 12 さくらんぼ | 13 ☆ こども広場 1歳半健診 | 14 つぼみ | 15 ☆ こども広場 3歳児眼科検診 | 16 よちよち | 17 ブックスタート |
| 18 | 19 | 20 ☆ こども広場 | 21 ひよっこ | 22 《海の日》 | 23 《スポーツの日》 | 24 |
| 25 | 26 うきうき | 27 ☆ こども広場 乳児健診 | 28 まめっこ | 29 | 30 | 31 |

☆：午前保健センター 2 階の広場使用・支援員対応可能日
(都合により日程が急に変更になる場合があります。ご承知おき、ご協力をお願いします。)

〈7月の広場利用のお知らせ〉

◎7月22日～25日は連休になります。また、7月28日～8月5日は「特定健診」を保健センターで行います。
この期間は「こども広場」は利用できません。ご承知おきいただき、ご協力をお願いします。



熱中症にご注意を！

- 1 水分を多めに取りましょう
- 2 通気性・吸湿性のいい衣服を！ 戸外では帽子も忘れずに
- 3 子どもは背が低く、ベビーカーの利用などで大人よりも地面に近いことを忘れずに
- 4 「ちょっとだけ」と暑い環境に置き去りにしない(車内厳禁)
- 5 室内遊びでも屋外と同様に対策を！ 通風・換気を心がけましょう
- 6 子どもは自分の言葉で訴えることが出来ません。周りの大人が気にかけてみましょう
- 7 夢中になるとのどの渇きや気分の悪さに気付くのが遅れます。定期的に休憩や水分補給を取り入れましょう



お問い合わせ：保健師 ☎45-1230 子育て支援室 ☎45-1232

図書館からのおしらせ

阿智村立図書館 TEL(45)1005

蒸し暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。図書館では次のように感染予防対策を取りながら開館しています。皆様のお越しをお待ちしています。

- 滞在時間制限
- マスク着用
- 返却本の消毒
- 来館者カード記入
- 閲覧席の減席

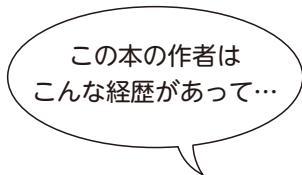
大人も楽しい絵本の世界 絵本豆知識おしえま〜



絵本を作る際のエピソード、作家や編集者の人、絵に込められた作者の思い：など、知れば知るほど奥が深いのが絵本の世界です。

どうぞお気軽に図書館職員に声をおかけください。絵本にまつわるいろんな「豆知識」をお教えします！

【対象】絵本に興味のある方なら誰でも



絵本の知識をお子さんに話すと、尊敬されるかも!?

赤ちゃんと一緒に絵本を楽しみましょう おびごぼごのこのおはなし会

【対象】

赤ちゃん〜入園前のお子さんと保護者の方

【日時】6月23日・7月14日

午前10時半〜(毎月第2・4水曜日に実施)

【内容】絵本の読み聞かせ・紙しばい・手あそびうたなど。大人の方を対象におすすめ絵本紹介もあります。

【その他】大人の方は、マスクの着用をお願いいたします。また、新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、予定を変更する場合があります。

成長の記録としても 読書記録ノートはいかがですか

読んだ本を記録する「読書記録ノート」はいかがですか？

希望するお子さん(本人のみ)は、図書館で「読書記録ノートください」と言ってくださいね！

【対象】村内在住の小・中学生



表紙は、名作絵本『としゃかんらいおん』です

新しく入った本を紹介します



『博覧男爵』
祥伝社
志川 節子/著

幕末、信州飯田で生まれ育った田中芳男は、パリで行われた万博に参加する機会を得る。そこで日本の近代文化での遅れを痛感し、現代の国立博物館や上野動物園等の礎を築いてゆく...



『こども衛生学』
新星出版社
宮崎 美砂子/監修

インフルエンザ・新型コロナ・食中毒...。衛生学の知識をもとに、普段の生活の中で、自分や周囲の人の生命や生活を守るために知っておいてほしいこと、行動できるように知ってほしいことをイラストと共にわかりやすく説明する。

チャレンジゆうAchi通信

令和3年7月1日～7月31日のスケジュール予定

No.142

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|--|--|---|--------------------------------------|---|
| | | | | 1 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・ 柔道・吹奏楽) | 2 空手 阿智中クラブ (野球・卓球) | 3 ミニバス バスケットボール 踊ってみまいかフラダンス 太極拳・八極拳 |
| 4 将棋教室  | 5 陸上 エンジョイ・イングリッシュ 阿智中クラブ (ソフトテニス) | 6 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール ゴルフ2-コース1① 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽) | 7 健康麻雀教室④ 阿智中クラブ (野球・卓球) 楽しいピンポン④ | 8 エンジョイ体ほぐし体操 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・ 柔道・吹奏楽) | 9 空手 阿智中クラブ (野球・卓球) | 10 ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳 |
| 11 ソバ打ち 将棋教室 | 12 陸上 エンジョイ・イングリッシュ 阿智中クラブ (ソフトテニス) | 13 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール ゴルフ1-コース2① 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽) | 14 絵画教室 阿智中クラブ (野球・卓球) 楽しいピンポン⑤ | 15 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・ 柔道・吹奏楽) | 16 空手 阿智中クラブ (野球・卓球) | 17 ミニバス バスケットボール エンジョイ・フットサル 踊ってみまいかフラダンス 太極拳・八極拳 |
| 18 将棋教室 | 19 陸上 エンジョイ・イングリッシュ 阿智中クラブ (ソフトテニス) | 20 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール ゴルフ1-コース1② 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽) | 21 楽しいピンポン⑥ 生け花 健康麻雀教室⑤ 阿智中クラブ (野球・卓球) | 22 (海の日) | 23 (スポーツの日) | 24 ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳 |
| 25 将棋教室 | 26 陸上 エンジョイ・イングリッシュ 阿智中クラブ (ソフトテニス) | 27 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール ゴルフ1-コース2② 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽) | 28 楽しいピンポン⑦ 絵画教室 阿智中クラブ (野球・卓球) | 29 水辺の動植物観察会 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・女子バレー・ 柔道・吹奏楽) | 30 空手 阿智中クラブ (野球・卓球) | 31 ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳 |

7月のインフォメーション

イベント「水辺の動植物観察会」

天竜峡かわらんべを会場に、水辺の動植物観察会を開催します。天竜峡大橋そらさんぽからの観察もあります。夏休みの体験学習に最高です。

- 日時 7月29日(木) 9:00～12:00
- 会場 天竜川総合学習館かわらんべ
コロナ感染レベルにより、阿知川(わいわいランド付近)に会場変更あり
- 対象 小学生以上(一般・会員)
学校を通してチラシ配布、メ切7月22日(木)

ゴルフ教室 -Season2-

今回の教室は、2コースに分け隔週で開催します。それぞれの目的に応じてレッスンをお楽しみください。

- 日時 【女性の方を中心としたコース】
7月6日～8月31日 隔週 火曜日 全5回
【男性の方を中心としたコース】
7月13日～9月1日 隔週 火曜日 全5回
19:00～21:00
- 会場 ウエストポートゴルフクラブ(飯田市山本)

スポーツ講座「バドミントン」

今年度は夏から秋にかけての開催です。ラリーを楽しみましょう。気持ちの良い汗を流しに、お集まりください。

- 日時 8月18日～10月6日 水曜日 全8回
19:30～21:00
- 会場 阿智中学校体育館
- 対象 会員
- 参加費 800円
- 申込 メ切 8月12日(木)
当日会場に直接参加可



【今後のスポーツ講座の予定】

延期した「楽しいピンポン」は、感染レベル3以下で落ちている状態であれば、次のように開催します。

【楽しいピンポン】6月16日～水曜日 全8回
新型コロナウイルス感染予防のため、プログラムが変更、中止になる場合があります。その場合は、広報等でお知らせします。

●お申し込み、お問い合わせ チャレンジゆうAchi事務局 中央公民館内 ☎43-2061 FAX.43-2350
受付時間 10:00～12:00 13:30～18:00(土日祝祭日を除く)