



広報 あち 12月

令和5年 2023.12 No.123 おしらせ版

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【12/1現在】(人口)6,010人 男 2,938人 女 3,072人 (世帯)2,351戸

年末年始の窓口業務等のご案内 **必見**

月日 曜日	2023					2024					備考	問合せ 番号 (0265)		
	12/27 (水)	12/28 (木)	12/29 (金)	12/30 (土)	12/31 (日)	1/1 (月)	1/2 (火)	1/3 (水)	1/4 (木)	1/5 (金)				
役場窓口			8:30 ~ 12:00 本庁のみ開庁 住民票・印鑑証明書の発行、し尿汲み取り 券・ごみ袋・証紙の販売								戸籍届出は終日受 付けます。*通常 の休業日と同様	43-2220		
村内 医療 機関	橋上医院	通常	通常	休み	休み	休み	休み	休み	通常	通常	1月3日まで休み	43-2118		
	阿智診療所	通常	通常	通常	休み	休み	休み	休み	通常	通常	1月3日まで休み	43-4180		
	水野歯科医院	12/27 ~ 1/5 休み										休診中	43-2015	
	伍和診療所	12/27 ~ 1/5 休み										1/9 診療	43-2507	
	浪合診療所	休み	通常	休み	休み	休み	休み	休み	通常	休み	1/4 診療	47-2200		
	清内路診療所	通常	12/28 ~ 1/5 休み										1/10 午前診療	46-2114
村内 バス	巡回バス	通常	通常	連休	連休	連休	連休	連休	通常	通常	1月4日から 通常運行	43-2220		
	伍和 デマ ン ド	通常	通常	連休	連休	連休	連休	連休	通常	通常	1月4日から 通常運行	43-2220		
	乗 タク シ ニ	通常	通常	連休	連休	連休	連休	連休	通常	通常	1月4日から 通常運行	43-2220		
	西部コミュニティ	平日 ダイヤ	1・5便 休み	1・5便 休み	休日 ダイヤ	連休	連休	連休	1・5 便休み	平日 ダイヤ	1月5日から 通常運行	49-2111		
	信南交通 駒場 線	平日 ダイヤ	平日 ダイヤ	平日 ダイヤ	土曜 ダイヤ	日曜 ダイヤ	連休	日曜 ダイヤ	日曜 ダイヤ	平日 ダイヤ	平日 ダイヤ	1月4日から 通常運行	24-0005	
学校 等	保育園	通常	半日 保育	休み	休み	休み	休み	休み	特別保育	特別保育				
	小学校	第一小・第二小・第三小・清内路小 12/26(火)~1/8(月) 浪合小 12/23(土)~1/8(月) 冬休み												
	中学校	12/26(火)~1/8(月) 年末・年始冬休み												
	学童保育	12/26(火)~12/28(水) 冬休み保育	12/29(金)~1/3(水) 年末・年始冬休み					1/4(木)~5(金) 冬休み保育		人数により合同 保育となります		各クラブ		
湯 つた り な 屋 神	入浴	通常	10:00 ~ 20:30		10:00 ~ 16:00		10:00 ~ 19:00							
	完全閉鎖	通常	21:30		17:00		20:00							
	プール	通常	フリーのみ 13:00 ~ 16:00		フリーのみ 10:00 ~ 19:00		フリーのみ 10:00 ~ 15:00		フリーのみ 10:00 ~ 18:00		休館日	通常	1月4日から 通常営業	43-4311
	レストラン	通常	10:00 ~ 20:00 (休 14:30 ~ 17:00)		11:00 ~ 16:00		11:00 ~ 19:00 (休 14:30 ~ 16:00)							
	リフレクソロジー	通常	11:00 ~ 20:30		11:00 ~ 16:00		11:00 ~ 19:00							
	70歳以上無料入浴	通常	○	×	×	×	×	×	×	×				
鶴巻荘 70歳以上無料入浴	通常	休み	休み	休み	休み	休み	休み	通常	通常	1月4日から 通常営業	43-2320			
熊谷元一 写真童画館	通常	通常	休み	休み	休み	休み	休み	通常	通常	1月4日から 通常営業	43-4422			
ビジターセンター はくき木館	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	通常	通常	1月4日から 通常営業	44-2011			

「広報あち」をご愛読いただきありがとうございます。来年も皆さまに親しまれる広報誌を目指します。

除雪作業の協力について

▽除雪作業の協力について

①除雪車は積雪深10cm以上の場合に村で委託した各地区担当の会社が出動し、主に幹線道路の除雪を行います。

②各部落内村道の除雪は、地域の皆様方のご協力をお願いします。

③除雪道路は、基本的に幅員3・0m以上の集落間を結ぶ村道に限らせていただきます。

④各部落内（民家の密集箇所）で堆雪により、道路幅員が確保できなくなった場合、運搬排雪を行いますのでご連絡ください。

⑤道路の除雪作業により、出入口をふさいだり、側溝や井水に雪が入ってしまった場合は、除去していただくようお願いいたします。

⑥除雪の支障になるため、路上駐車をしてほしくないようお願いします。

▽スベリ止め用砂の配置について

各地区へ村道の凍結時期前にスベリ止め用の砂を配置しますが、砂については各地区で管理をお願いします。

なお、配置の希望がありましたら対応しますので、部落長さんを通じて建設農林課管理建設係までご連絡ください。

▽村道の交通に支障となる立木等の除去の協力について

降雪時には交通障害が顕著となりますので、除去にご協力くださるようお願いいたします。また、道路側溝に落葉等が詰まっている箇所についても除去をお願いします。

▽融雪剤について

融雪剤は役場等に用意してあります。部落長さんは連絡をしてから取りに来てください。

※智里西地区について

園原に置いてありますので、熊谷菊美さんへ連絡してから取りに伺ってください。

※浪合地区、清内路地区について

各振興室に置いてありますので、振興室へ連絡をしてください。

建設農林課 管理建設係

(内線261)

令和6年度阿智村学童保育利用申込み説明会の開催

令和6年度学童保育の利用と登録申込みに関する「学童保育利用申込み説明会」を行います。利用希望のご家庭はご参加いただき、申込みの手続きをお願いします。

▽日時

令和6年1月26日（金）
午後7時00分開始

40分程度、オンライン開催の予定

▽対象

村内小学校の令和6年度新1年生から新6年生で、4月から学童保育の利用を希望される児童の保護者。

*各学校（新1年生は各保育園）より配布される案内に沿って、対象となるご家庭は手続きをお願いします。

*浪合小学校で学童保育の利用を希望するご家庭は、浪合育遊会へ直接お問い合わせください。

▽内容

①令和6年度阿智村学童保育事業について

②学童クラブ登録児童申込みについて（書類説明）

▽その他

・夏休み等の長期休業日や求職中により年度途中からの利用を希望される方も、この説明会にご参加の上、申込み手続きをお願いします。
・ご不明な点は子育て支援室までお問い合わせください。

子育て支援室

電話0265(45)1232

七久里開発に伴う説明会について

七久里地区の洞田を埋め立て開発する事業について、七久里部落・上中関区自治会へ説明を行いました。

七久里開発については、リニアの発生士等を活用し地域振興に役立つ開発を計画しています。

参加者からは、「スピード感を持って進めてほしい」、「安心安全な工事が第一」など、いろいろなご意見をいただきました。

今後は計画に必要な打合せや協議を行い、よりよい計画になるよう関係各所にご意見を伺いながら進めてまいります。

リニア整備対策室

(内線2004)

農業者の皆さんへ 新しい補助事業のお知らせ

農業経営持続化支援事業補助金

農業者の経営を持続化することで、離農を減らし地域農業の維持・継続、遊休荒廃農地拡大防止を図ることを目的として、農業用ハウスや農業用機械等の修繕費の一部を支援します。

▽対象となる経費(事業費)

農業用ハウス及び畜舎やそれに付随する設備、農業機械等の修繕費用で次の全てを満たすこと

- ・1件15万円以上の修繕
- ・5年以上前に取得したもの

▽対象者

有機活用農業振興会員かつ販売を目的に営農している農業者

▽補助率・限度額

事業費の10分の3以内
※認定農業者は10分の5以内
限度額・1人100万円

▽申請方法

農業経営持続化支援事業補助金申請書に添付書類を添えて農政係まで申請してください。

残農薬適正処理支援事業補助金

残農薬の不法投棄を未然に防止し適正処理を推進するため残農薬適正処理支援事業を実施します。

▽対象となる経費(事業費)

2万円以上の残農薬処分費用

▽対象者

農業者等

▽補助率・限度額

処理業者へ依頼する処分費用の2分の1以内
限度額・20万円

▽対象者

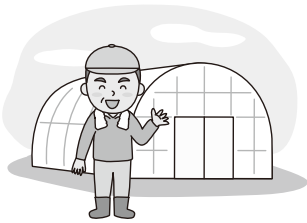
農業者等

▽申請方法

残農薬適正処理支援事業補助金申請書に添付書類を添えて農政係まで申請してください。

☒ 建設農林課農政係

(内線262)



農業委員会総会について

阿智村農業委員会では、11月24日(金)に農業委員会総会が開催され、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4条(1件)
- ・農地法5条(5件)

【協議事項】

- ・農地法第18条第6項の規定による通知について(4件)
- ・農業経営基盤強化法による農用地利用集積計画(4件)
- ・利用権設定関係農用地利用集積計画について(2件)
- ・非農地証明について(1件)

10月から11月にかけて、 農業委員会による農地パト ロールを実施しました

農地パトロールにより新たに発生した遊休荒廃農地を確認しています。農地が荒廃すると鳥獣の住処になるなど、生活環境や周辺にも影響が出ます。農業委員会としても問題

点を再確認しました。

☒ 農業委員会事務局

(内線263)



国民健康保険医療費

通知について

医療費通知は、令和4年11月受診分から1年分をまとめて発行・送付します（令和4年11月～令和5年10月受診分）。送付時期は、令和6年2月を予定しています。また、送付方法が封書タイプになります。

確定申告で医療費控除の申告をされる際は、送付される医療費通知と併せて、令和5年11月及び12月受診分の医療機関等からの領収書を用意し申告してください。

☎ 民生課 保健係（内線223）

上伊那医師会附属看護学院生徒募集について

▽募集人員 40名

▽就学年限 2か年

▽願書受付

令和6年1月9日～1月31日

▽受験料 10,000円

▽入学試験日

令和6年2月17日（土）

▽試験科目 国語、数学、選考後面接

☎ 上伊那医師会附属看護学院

電話 0265(72)2856

阿智村宿泊税に関する調査検討委員会を開催しました

新たな観光振興財源の検討のため、阿智村宿泊税に関する調査検討委員会は、11月16日に第1回会合を開きました。昼神温泉の旅館経営者など7人で構成されています。「宿泊税」はホテルや旅館、民泊などの宿泊者に対して課税される税で、条例に基づき使途や税率が定められる法定外目的税です。

観光業の振興による持続的な村づくりの実現に向け、安定性・継続性のある観光振興財源が必要です。一方、人口減少により予算の規模は縮小が見込まれ、税収等の伸びも期待できず、観光振興財源の確保には限界があります。そこで、検討委員会では、観光振興に関わる受入環境整備は、来訪者に一定の負担をお願いするという受益者負担の観点から、「宿泊税」について導入の必要性・目的・手段について検討します。宿泊施設や宿泊者へのアンケート等を取りながら議論を重ね、村へ報告書を提出する予定です。

☎ 商工観光課まちづくり企画係

（内線281）

連載8

ステップアップ

だれもが自分らしくらせる村へ

男女共同参画
コーナー

学習会のお知らせ

阿智村男女共同参画セミナー

～みんなで考える 阿智村の保育・子育て～

共働きや核家族の増加、子どもの権利に対する意識向上により、求められる保育や子育て支援の役割が変わってきています。また今年度阿智村の出生は20人と見込まれており、より子育てしやすい地域の実現は人口減少対策の上でも重要な課題です。今回は講師に、40年以上保育に携わってきた平松知子氏をお迎えします。保育とは何か、保育園、保護者そして地域との関わりについて話を聞き、保育の役割と子育てしやすい地域について考えます。

「すばらしき保育の営み ～生まれたての人権を守る私たち～」

日時 令和6年2月17日（土）9:30～11:30

場所 阿智村中央公民館 ホール

講師 平松 知子（社会福祉法人 熱田福祉会 理事長）

※申し込み不要・参加費無料。どなたでも参加いただけます。

※託児を希望される方は令和6年1月31日までに下記へお申し込みください。



平松知子氏：保育士・保育園長として40年以上保育に携わる。著書に「保育は人 保育は文化」「このままでは働きつづけることがつらい保育の仲間たちへ」他。

☎ 協働活動推進課 男女共同参画係（内線512）

行政相談委員に

柴田智行さん

総務大臣から、阿智村担当の行政相談委員に、春日にお住まいの柴田智行さん(43)が委嘱されました。

行政相談委員は、行政などについての相談に応じて、アドバイスをしたり、関係する役所・機関などと連絡調整を行ったりします。柴田さんの任期は令和7年3月末までで、春秋の行政相談週間行事などに携わっていただきます。

前任の河合隆文さんには、今年の3月末までご活躍いただき、地域の身近な相談役として、さまざまな困りごとの解決や、行政相談のPR活動などにご尽力されました。

☎ 総務課 庶務係 (内線272)



柴田智行さん

阿智村自主放送番組

ダビングサービスを

ご存知ですか

12チャンネルで放映しました番組を有料でダビングします。

▽料金(ケーブルテレビ加入者)

DVD 1枚 500円

Blu-ray 1枚 1,000円

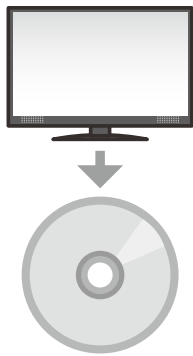
記録媒体 1枚 100円

*未加入者は、別料金となります。

申込用紙は、協働活動推進課にあります。以前に放送された番組でもう一度見たい番組等がありましたら是非ご利用ください。

☎ 協働活動推進課広報係

(内線510)



商品券の期限内利用について

商品券の利用期限が近づいてきます。期限内にご利用ください。

▽対象商品券

- ・村より88歳以上の方にお配りした「敬老祝券」
- ・「阿智家族支えましよう品券」

▽利用期限

令和6年1月31日(水)また、敬老祝いとして自治会で商品券の配布があった地区のみなさんも、配布された商品券をお早めにご利用ください。

☎ 民生課 福祉係

(内線224・225)

商工観光課 商工係

(内線282・283)

年末年始の

ケーブルの番組(予定)

- ▽12月28日～31日
 - ・阿智祭
 - ・上清内路諏訪神社秋季例祭奉納煙火
 - ・下清内路諏訪神社・建神社秋季例祭奉納煙火
 - ▽1月1日～7日
 - ・阿智村駅伝大会/昼神温泉出湯50周年記念村民DAY
 - ・昼神温泉出湯50周年記念式典
 - ・満蒙開拓記念館10周年記念 名古屋男性合唱団演奏会in阿智
- (注)番組は予告なしに変更する場合があります。最新の情報はテレビの電子番組表でご確認ください。

☎ 協働活動推進課広報係

(内線510・511)



長野労働局
最低賃金

阿智村にもアライグマ(特定外来生物)がいます

アライグマは特定外来生物で、村内での目撃や捕獲頭数は極わずかですが、今後生息域が拡大し農業や生活上の被害が発生する恐れがあります。アライグマを目撃した時は、阿智村役場林務係まで連絡をお願いします。

【どんな被害を引き起こすのか】

生態系：在来動物の駆逐

- ・タヌキやキツネ等の生態が似た動物との競合、駆逐
- ・小鳥類、サンショウウオやカメ等の在来小動物を食べる

産 業：農作物への被害

- ・全国での年間被害額は3億円以上

生 活：家屋への侵入

- ・屋根裏侵入による糞尿被害、爪痕等による建物の破損

健 康：感染症の媒介

- ・アライグマ回虫症や狂犬病等の人への感染のおそれ



目科名：食肉目アライグマ科
学名：Procyon lotor
原産地域：北アメリカ～中央アメリカ

- ・目のまわりに黒いマスク模様
- ・耳はとがって白いふちどり
- ・ヒゲは白い
- ・前足、後足とも5本の長い指



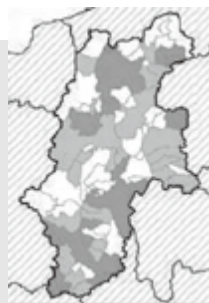
【生息場所・行動・食べ物】

- ・人間の生活場所を含む幅広い環境に生息
- ・木登りが上手く、柱や木等をつたい、隙間があればどこからでも家屋に侵入
- ・冬期は活動が低下
- ・単独で暮らし、なわばりは持たないため、高密度で生息可能
- ・なんでも食べる雑食性で、特に水辺の小動物を好む
- ・動物質では、小型哺乳類、鳥の雛や卵、爬虫類や両生類等
- ・植物質では、果実や木の実、トウモロコシ等の穀類等甘いもの

【どこまで広がっているか】

長野県では

- ・1985～2000年に駒ヶ根市や長野市等で単発的な確認
- ・2001年以降、軽井沢町で定着
- ・2010年以降、県南部で生息や農作物被害を確認
- ・現在は、40市町村で生息を確認



【2019年現在】

- 定着
- 単発的な確認
- 一部地域に定着

全国では

- ・当初は、ペットとして輸入
- ・1970年代以降、飼育個体が逃げたり、逃がされたりして野外へ
- ・現在は、ほぼ全国（沖縄を除く）に定着



眉間に黒い縦すじ

- ・頭から尻までの長さ（頭胴長）は約50～60cm（中型犬くらい）
- ・尾長は20～40cm
- ・体重は4～10kg（メスよりもオスが少し大きい）

【阿智村では】

- ・2019年～ 浪合地区での目撃情報
- ・2021年11月 清内路峠付近で捕獲（1頭）
- ・2022年6月 浪合上町付近で捕獲（1頭）
- ・2023年1月 中関下1組付近で捕獲（1頭）



クマの出没にご注意ください



今年は全国でクマによる被害が多数報告されており阿智村でもツキノワグマの目撃情報が多数寄せられました。

村内をパトロールした結果、クマの出没リスクが確認されました。人身被害を出さないため、次の取組をお願いします。

◎クマと不意に出会わないために

- ・森林やその周辺で行動する時や畑仕事は、複数人で話しながら行動したり、クマよけ鈴やラジオ等の音を鳴らしながら行動するなど、人の存在をクマに知らせてください。
- ・朝夕の薄暗い時間帯の行動（散歩等）は避け、見通しの悪いヤブがある場所では、特に注意して行動してください。

◎クマを寄せ付けないために

- ・人里でのエサを覚えたクマは、出没を繰り返します。収穫しないカキやクリなどの木は伐採、又は果実を早期に収穫してください。
- ・廃棄する農作物や生ゴミ、油脂類等は、臭いが出ないように適切に処理してください。コンポスターは撤去か動物性たんぱくゴミ（玉子殻、魚の骨等）は絶対入れないでください。

◎万が一、クマと出会ってしまったら

- ・クマは背を向けて走って逃げるものを追いかける習性があります。
- ・出会ってしまった時には、クマから目を離さず、ゆっくりとその場を離れてください。

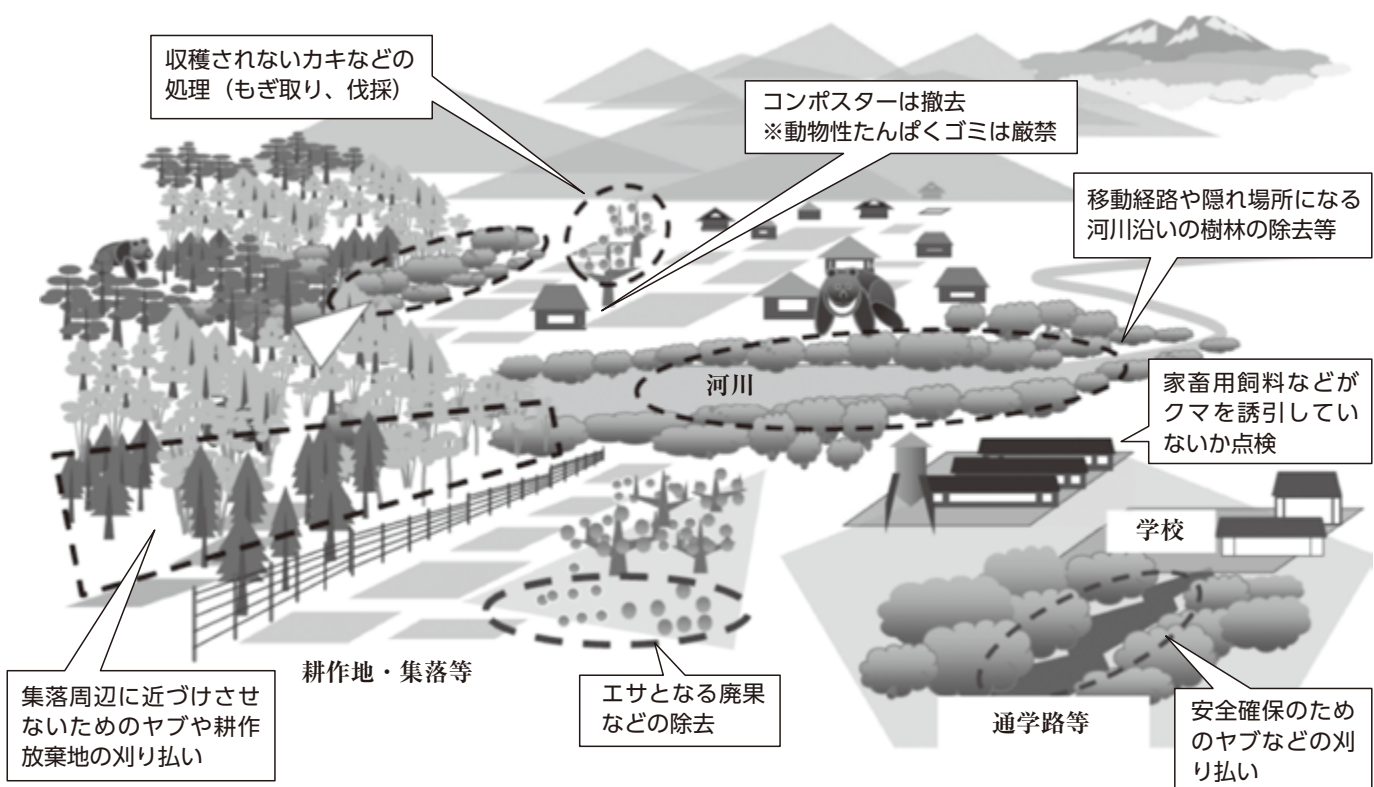


図 建設農林課 林務係（内線 263）

昼神温泉出湯50周年記念式典を開催しました

11月23日に阿智村中央公民館にて昼神温泉出湯50周年記念式典が開催されました。当日は天気も良く秋晴れの中で多くの関係者の皆様、協賛企業の皆様にご出席いただきました。記念式典では小学生の作文発表や50周年記念ムービーの上映、阿智☆昼神観光局 白澤より「リニア新時代構想」として、この先の昼神温泉の取り組みや村の発展にむけての話をさせていただきました。



また夕方からは昼神温泉に会場を移し、星の村親善大使のキキ&ララも駆けつけての祝賀会となりました。祝賀会では阿智村がこれまでに受賞した受賞報告もさせていただきました。



出湯50周年記念 阿智村民DAY

11月26日(いい風呂の日)に阿智村民の皆さんへ日頃の感謝を込めて昼神温泉にて村民DAYを開催しました。昼神温泉旅館で阿智村駅伝大会があり、旅館の無料入浴やご飯振る舞い、夕方には初めてとなる上下清内路の合同花火の打ち上げがあり大盛り上がりとなりました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



税

納めよう 自分の生活支える税

出納室 税務係 (内線241・242・244・245)

村税等の納期限

今月の村税等の納期限は次のとおりです。

- 固定資産税 4期 ↓12月25日(月)
- 介護保険料 8期
- 後期高齢者医療保険料 6期 ↓12月26日(火)
- 国民健康保険税 8期 ↓令和6年1月4日(木)

納付書で納めていただく方は、納期限までに役場および各振興室、またはコンビニ、金融機関でお支払ください。

□座振替の日は
12月25日(月)です。

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。

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 令和6年1月29日(月) 午前9時～

一組1時間以内の相談となります。

※都合により日程が変更となる場合がありますのでご了承ください。

▽場所 役場1階相談室

▽相談料 無料

▽対象者 村民 ※先着7名。

▽申込み 役場窓口にて申込書がありますので、必要事項を記入し、令和6年1月24日(水)までに提出してください。

今年度最後の相談日です。
ぜひ、ご利用ください。

国民健康保険の被保険者の皆さまへ

出産をする被保険者の国民健康保険料を減額することについて、条例が改正される予定です。

【実施時期】
令和6年1月1日～(予定)

【内容】
国民健康保険に加入する世帯に出生予定の被保険者、または出生した被保険者がいる場合に、世帯主に対して課税する国民健康保険税のうち、出生する被保険者の所得割額と均等割額を減額します

【減額範囲】
出生する被保険者の所得割と均等割

【減額期間】
・単胎妊娠出産のとき
・多胎妊娠出産のとき
・多胎妊娠出産のとき
・単胎妊娠出産のとき

【申請方法】
○申請書類
・産前産後期間に係る保険料軽減減届出書(役場に備え付けます)

・出生の予定日がわかる書類
・多胎妊娠の事実がわかる書類
・出生後の申請の場合は、出生した被保険者と子との身分関係がわかる書類

○提出先 出納室税務係

軽自動車の納税証明書は原則、提示不要になっています

令和5年1月1日より、継続検査窓口での軽自動車税(種別割)納税証明書の提示が原則不要になっています。

納期限(5月末)までに納めて頂いている場合はすでにシステム(軽JNKS)に登録済となっています。

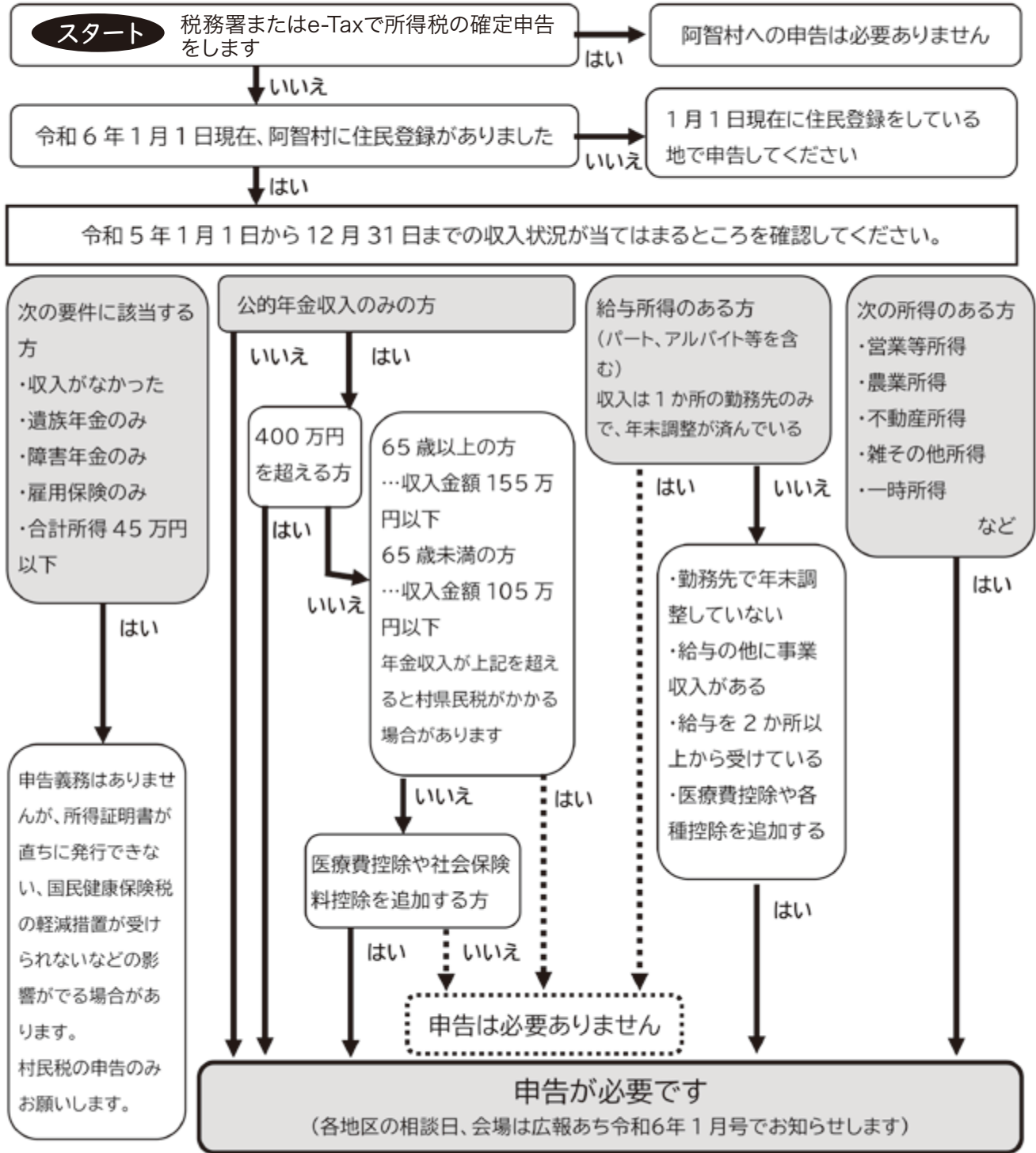
ご注意ください

- 納付方法によっては、納付の情報がシステムに登録されるまで相当の日数を要する場合があります。
- ※車検をお急ぎの場合は、早めの納付をお願いします。
- 納付後すぐに継続審査を申請したときは、金融機関やコンビニ等で支払った納税証明書を業者に提示ください。
- 次のケースは、紙の納税証明書が必要となる場合があります。
 - ・納付したばかりで納付情報が登録されていない
 - ・中古車の購入直後
 - ・他市町村へ引っ越した直後
- 対象車両に過去の未納がある



**令和6年2月16日(金)～3月15日(金)は申告相談期間です
 村県民税の申告と所得税の確定申告の事前準備をお願いします**

申告フローチャート



⑨ 株式・土地建物の譲渡所得、住宅借入金特別控除(1年目)、山林所得、雑損控除のある方は飯田税務署またはe-Taxで申告をお願いします。



障害者控除の申告

介護保険において、要介護1～5までの認定を受けている65歳以上の方で、知的障害者または身体障害者に準ずる状態であると認められる場合は、障害者控除の対象となります。詳しくは、民生課介護保険担当までお問い合わせください。

☎ 民生課 介護保険担当係

(内線225)

所得税・個人消費税・贈与税 確定申告会場のお知らせ

会場 飯田税務署

飯田高羽合同庁舎4階

期間 令和6年1月22日(月)～

3月15日(金) 土日祝日除く

(注) 贈与税は2月1日以降

時間 相談受付 8時30分～16時

相談開始 9時から

確定申告会場への入場には、当日配布または国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。

申告相談期間のお知らせ

相談期間

令和6年2月16日(金)

～3月15日(金)

各地区の相談日など詳しくは広報あち令和6年1月号にてお知らせします。

村の申告相談では、次の内容の申告をお受けできません。

○株式・土地建物の譲渡所得

○1年目の住宅借入金特別控除

○山林所得

○雑損控除の適用を受ける申告

飯田税務署またはe-Taxで申告をお願いいたします。



飯田市高羽町 6丁目 1-5
飯田税務署 飯田高羽合同庁舎 ☎ 22-1165



忘れないで！国民健康保険(国保)の届出

就職・転職・転入・転出などをした場合は、忘れずに国保の手続きをしましょう。

	届け出が必要な場合	必要なもの
国保に加入する	転入したとき	転出証明書
	職場の健康保険をやめたとき	左記の証明書、年金手帳
	職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき	
	子どもが生まれたとき	保険証、母子健康手帳
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止通知書
国保をやめる	外国籍の人が加入するとき	在留カード、パスポート
	転出するとき	保険証
	職場の健康保険に加入したとき	国保と職場の保険証、年金手帳
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	
	死亡したとき	保険証
	生活保護を受けることになったとき	保険証、保護開始通知書
外国籍の人がやめるとき	保険証、在留カード	

※ 14日以内に本人確認書類(運転免許証など)を持参し届出をしてください。

☎ 民生課 保健係 (内線223)

連載 20

こんにちは地域包括支援センターです

介護、健康や医療、認知症に関することだけでなく、どこに相談したらよいかわからない心配事など、お気軽にご相談ください。まずはお電話ください。ご自宅に訪問して詳しくお話を伺います。

直通電話：0265-45-1140 (365日24時間対応)

阿智村健康情報 ～笑うと健康も幸せもやってくる～

「笑う門には福来る」といわれるように、昔から「笑い」が健康に良いことは、経験的に知られています。「ほぼ毎日笑う」頻度は男性40%、女性は53%、年齢と共に笑う頻度が減少するという調査結果があります。ご自身の笑いの頻度を思い出してください。最近、笑っていますか。

笑いの健康効果

- 免疫力を上げる
- アレルギー反応を抑える
- 睡眠を良くする
- 糖尿病や高血圧の人の血糖値や血圧値を下げる
- ストレス解消
- 「笑い」は有酸素運動であり、1日15分間笑うと、20～40kcal消費される。
- 笑うことで人づきあいがよくなる。

笑い・笑顔を生活にとりいれるために

- ★笑顔を作るだけでもストレス解消効果があります。鏡の前で笑顔を作りましょう。
- ★頬や目や口のまわりなど、顔の筋肉のマッサージをして顔をよく動かしましょう。
- ★ふれあいサロンや地域の集まりに参加しましょう。



年次有給休暇を活用して長野県の魅力に触れよう
～地域が一体となって年次有給休暇の取得促進に取り組みましょう～

長野県南信工科短期大学校機械科訓練生を募集します

長野県南信工科短期大学校では、来年4月入校の訓練生を募集します。

機械系製造業への就職を目指す最短コース！

各種工作機械の操作方法などの機械加工技術を習得します。

職業に必要な基礎的な技能及び知識を習得する意欲のある方なら、どなたでも応募いただけます。

- ▽募集学科 機械科
- ▽募集人員 10名
- ▽訓練期間 令和6年4月8日(月)～9月13日(金) 6ヶ月
- ▽受講料 無料
- ※教科書、作業服、保険代等(約4万円)は自己負担
- ▽募集期間 令和6年2月5日(月)まで

☎ 長野県南信工科短期大学校
(〒399-4511
上伊那郡南箕輪村 8304-190)
電話：0265-71-5051



ご自宅の住宅用火災警報器を確認しましょう

火災警報器は大きな音で家中に火災の発生を知らせてくれ、逃げ遅れを防いで命を守るための重要なものです。住宅への火災警報器の設置は法律で設置が義務付けられています。ご家庭の火災警報器をご確認いただき、設置されていない場合は設置を、設置している場合は電池や年数などをご確認ください。



◆取付場所

設置が義務付けられている場所	→ 寝室、階段
設置が望ましい場所	→ 台所、居室など

◆火災の時

「119番通報をしてください。」と家にいる家族などにすぐ知らせます。可能であれば消火器などで初期消火をお願いします。

◆火災ではないのに鳴った時

火災ではないのに警報器が鳴ったときは、警報停止ボタンを押して止めます（紐付きの機器は紐を引く）。念のため、本当に火の気が無いか家の中を再度確認しましょう。（火災警報器は熱や煙を感知して警報を発します。）

◆交換など

電離切れのアナウンスやランプ点灯があった場合は、新しい電池に交換してください。電池の種類は取扱説明書を確認するか、購入したお店にお問い合わせください。概ね購入から10年を経過したら、新しい警報器に交換しましょう。

12/26～31 消防団 年末特別警戒を実施します

冬季は暖房などで火を使う機会が多くなります。特に慌ただしい年末は火気の取扱いに十分注意いただきたい時期です。消防団では火災予防を重点的に行う期間として年末特別警戒を実施します。安全に新年を迎えることができるよう火災予防にご協力をお願いします。

年末特別警戒 12月26日(火)～31日(日)

期間中は消防団員が広報車にて地域内で広報活動を行います。

令和6年1月7日(日) 消防団出初式に「はしご車」登場！

飯田広域消防の「はしご車」がやってきます。

9:00 市中行進（役場周辺の村道を通行します。）

少年少女消防クラブ（小学生）、幼年消防（保育園児）の行進も行います。

9:30 飯田広域消防「はしご車」の披露（コミュニティ館前）

はしご車や消防団の消防車両と写真撮影ができます。

※悪天候の場合は市中行進やはしご車披露を中止する場合があります。





星ふるさと 阿智村
 ~日本一の星空と花桃といて湯の郷~

CONEXIO
 人をつなぐ、笑顔をつなぐ



総務省デジタル活用支援推進事業「スマートフォン講習会」

村とコネクシオ株式会社と共同で、総務省デジタル活用支援推進事業によるスマートフォン教室を開催します。「スマートフォン、便利と聞いて買ったけど使い方がわからない」「スマートフォンの使い方を聞きたいけれど聞ける人・場所がない」是非この機会に、スマートフォンについて実際に体験しながら一緒に学びませんか。

令和6年1月開催 第5回 1月16日(火)・17日(水) 会場：中央公民館
 第6回 1月18日(木)・19日(金) 会場：中央公民館

受付：午前9時～ 講座：9時30分～午後2時まで
 定員：各講座8名

対象者：阿智村にお住まいの方

持ち物：ご自分で現在、利用しているスマートフォン

※講習会では商品やサービスを販売することはありません。
 何回でも受講できます。

※専門の研修をした「講師」が丁寧に説明します。

【講座内容】

- (基本講座) ・電源の入れ方・ボタン操作
 ・電話のかけ方、カメラの使い方
 ・インターネットの利用方法
 ・地図アプリの利用方法
 ・SNS (LINE 初級) の使い方
 (応用講座) ・全国版救急受診アプリ (Q 助) の使い方
 ・健康保険証利用の登録・公金受取口座の登録

お申し込みは
 お電話で

050 - 1807 - 8591

(受付時間)

平日の午前10時～午後5時まで

村担当部署：総務課企画情報係 (内線 272)

お問い合わせ：事業実施団体：コネクシオ株式会社 Mail ▶ jichitai_info@conexio.co.jp

本事業は、総務省の情報通信利用促進支援事業費補助金を活用した「利用者向けデジタル活用支援推進事業」です。

健康保険証をお使いの皆さまへ

『マイナンバーカード』を健康保険証として是非お使いください!



①データに基づく最適な医療が受けられる

過去に処方されたお薬や特定健診などの情報が医師・薬剤師に共有され(※)、データに基づく最適な医療が受けられるようになります。

※マイナンバーカードを健康保険証として利用し、医師と過去の情報を共有した場合には、健康保険証で受診した場合と比べて、初診時等の医療機関・薬局での窓口負担が低くなります。

②転職や転居等による保険証の切り替えや更新が不要

今後、転職や転居などで必要だった保険証の切り替えや更新が不要になります。

(※なお、新しい保険者への加入手続き等は必要です。)

③手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除

限度額適用認定書等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが確実に免除されます。



マイナポータル



※マイナポータルはこちらから。

利用登録/ログインしていただくと保険証情報・診療・薬剤・医療費・健診情報などが確認できます。



マイナンバーカードは、こちらのステッカーの貼ってある医療機関・薬局でご利用可能です!!

問 民生課マイナンバーカード担当 (内線 226)



11/10

ふるさとの活性化へ提言 阿智中学校3年生が村長と語る会

毎年恒例となっている「村長と語る会」が11月10日に開催され、3年生が村づくりのアイデアを村長に提言しました。

3年生は本年度、総合的な学習の時間を使って「ふるさとをPRしよう」のテーマで調査・探究活動を行い、学んだことを生かして動画サイトやSNSで村の魅力発信にも取り組み、観光や伝統文化、福祉などさまざまな観点から、村を活性化させるためにできることを発表しました。



11/14

最大出力5630キロワット 阿智・清内路水力発電所完工式

清内路水力発電所の完工式・完工披露式が14日現地で行われ、関係者55人が運転開始を祝い、今後の安全な運転を祈願しました。

清内路水力発電所は飯田市の黒川と阿智村の小黒川で取水し、落差を利用し発電。発電設備を地下に置いた半地下式で、最大出力5630キロワット、総事業費は約100億円です。



11/26

阿智村駅伝大会

今年度の駅伝大会は、昼神温泉出湯50周年記念「阿智村民Day」にあわせて昼神温泉内を周回するコースで開催しました。

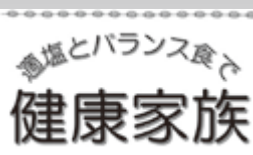
朝市広場を中継点に1周約2・4km、6区間計14・25kmを36チームが襷をつなぎました。

各部門優勝チーム

一般の部…阿智中野球部あれのアレ

小学生の部…チャールズ率いるかわいい子供たち
女子の部…チャールズ率いるかわいい女の子





保健センターだより



☎ 民生課 保健センター係 TEL : 0265-45-1230

お酒との上手なつきあい方

年末年始は、お酒を飲む機会が増えるという方も多いと思います。

このほど発表された「飲酒ガイドライン(案)」より、健康に配慮しながらお酒を楽しむためのポイントをご紹介します。

1. 年齢や体質に応じた飲み方を心がけましょう

高齢になると体内の水分量が減少するため酔いやすく、飲む量が一定を超えると認知症発症や転倒などのリスクが高まります。20代の若年層は、多量飲酒により脳の機能が落ちるといわれています。また、飲むと顔が赤くなる人(アルコール分解酵素の働きが弱い)は、口内や食道のがんを発症しやすくなるそうです。

2. 飲み方の工夫

飲酒前や飲酒中に食事をとること、また飲酒の合間に水を飲むことで、体への負担が少なくなります。1週間のうち、飲酒しない日をつくることも大切です。

3. 適量は「純アルコール量」で判断を!

最近「微アルコール」「ストロング系」など、お酒のアルコール度数が幅広くなっています。「純アルコール量」を計算し、自分がどのくらいのアルコールを摂取しているのか把握しましょう。

純アルコール量
とは…

$$\text{飲む量 (ml)} \times \text{アルコール度数 (\%)} \times 0.8 \div 100$$

たとえば…

アルコール度数 5%
ビール 500ml



純アルコール量 20g

アルコール度数 9%
ストロングチューハイ
500ml



純アルコール量 36g

アルコール度数 15%
日本酒 1合 (180ml)



純アルコール量 22g

1日に摂取する純アルコール量が『男性40g以上』『女性20g以上』だと、生活習慣病のリスクが高まるといわれていますが、飲酒量は少ないほど、健康上のリスクも少なくなります。

日々の状態により体への影響は大きく異なるため、体調がすぐれない日の飲酒は控えましょう。また不安や不眠を解消するため習慣的に飲酒することは、依存症や睡眠リズムの乱れにつながる可能性があります。からだをいたわる飲み方を心がけ、お酒と上手につきあいましょう。

☎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：0265-45-1230 (直通)**

図書館からの おしらせ

阿智村立図書館 TEL 0265(45)1005

今年も残すところあとわずかになりましたが、いかがお過ごしでしょうか。今年も、今までコロナのため休止していたイベントやおはなし会を再開したところ、多くの皆さんにお越しいただきました。

来年も、皆さんにとってさらに良い一年になるように祈っております。

今年、一番読まれた本は？

令和5年の1年間、よく読まれた本を紹介いたします。来年はどんな本が読まれるでしょうか。

今年、多く読まれた本

※()内は1年間の貸出回数

1位 『魔女と過ごした七日間』

東野圭吾・著 (14回)

2位 『黄色い家』

川上未映子・著

『三千円の使い方』

原田ひ香・著

『#真相をお話しします』

結城真一郎・著

『光のどこにいてね』

一穂ミチ・著

『老人ホテル』

原田ひ香・著

(すべて13回)

おたのしみ工作教室 手作りたこで たこあげしよう

1月は たこあげで体を動かそう！
工作で、自分だけのたこを作って、たこあげをしましょう。

▽日時 令和6年1月13日(土) 午前10時半～

▽会場 阿智村中央公民館

▽内容 簡単な工作で、自分だけのオリジナルたこを作ります

▽対象 保育園児くらいから



毎年恒例 受験生応援！ お守りをつくろう



受験生とその家族の皆さん、お守りを作りませんか？夢に向かってがんばっている大事な人を応援しましょう！

▽対象 受験生とその家族

▽期間 今年度の受験終了まで

▽日時 図書館開館中ならいつでも

▽所要時間 約10分

こんなときどうする？ 前に借りた本が出てきた…

大そうじをしたらずっと前に借りた本が出てきた…。そんなときはすぐに返却をお願いします。本を返して、すっきりした気持ちで新年を迎えましょう！

閉館中でも、中央公民館入口右側の「返却ポスト」に入れれば返却ができます。

閉館中でも本が返せます。
「返却ポスト」に本を入れてください。
(カードは不要です)



年末年始休館について

【休館日】令和5年12月29日(金)～

令和6年1月3日(水)

新年は、1月4日(木)に開館いたします。皆さんも良いお年をお迎えください。

阿智村シニアクラブだより

生活に潤いを与える楽しい活動がいっぱい！

高齢期を楽しく、生きがいをもって、安心して暮らしていくために、会員を募り、親睦のための活動やスポーツ・貢献活動等、様々な取組を行っています。

本年度は、4年ぶりに愛知県豊山町老人クラブの皆さんをお迎えして、芸能交流会を開催することができました。5年度の主な活動を紹介します。皆様の変わらぬご支援をお願いします。

阿智村シニアクラブ 役員・組織等の紹介

単位クラブ数：12 会員：822名

会長：原 満征

副会長：長谷川利夫、河合 信

小松勝文、熊谷 操

評議員会：重要事項の議決

役員会、理事会、各部会（社会・体育・女性）：事業の立案・実施等

監査会：会計監査

豊山町との芸能交流会 5.4.25 (火)

阿智村での芸能交流会を4年ぶりに行いました。参加者は200名を超え、大盛況でした。当クラブからは舞踊や剣舞、さわやか体操、豊山町からは、フラダンスや木遣り等の発表があり、交流を深めました。次回は豊山町での開催です。



西部地区指導者研修会 5.10.24 (火)

本年度は、平谷村を会場に指導者研修会が開催されました。講演は「平谷村の交通の移り変わり」と題して、中馬業のお話をお聞きしました。今も生活道路として阿智・平谷・根羽を結ぶ中馬街道について理解を深めました。その後、ボッチャ体験を楽しみました。



社会・女性部(拡大版) 視察研修 5.7.21 (金)

昨年度から準備を進めてきた大相撲観戦等の研修を行いました。予約席数の関係で参加範囲を広げて開催しました。一番一番の対戦を楽しみ、地元力士を精一杯に応援しました。見聞を広め、親睦を深めた視察研修でした。



阿智祭作品展参加 5.11.4 (土)・5 (日)

シニアクラブの活動(花壇の様子、女性部作品、スポーツ大会結果等)紹介、個人で出品いただいた作品を展示しました。



花壇づくりと審査会 5.8.1 (火)

毎年度、地域奉仕活動の一環として、単位クラブごとに工夫を凝らして、花壇づくりを行っています。今年度も村内各地で、きれいな花を咲かせることができました。8月1日(火)には、正副会長が村内を巡回して、花壇審査を行いました。



スポーツ大会 競技を楽しみました！

春季マレットゴルフ 6.2 (雨天中止)

秋季マレットゴルフ 9.1 参加者 21名

春季ゲートボール 6.9 チーム2

秋季ゲートボール 8.25 チーム2

グラウンドゴルフ 10.26 参加者15名

郡スポーツ大会 11.7 ゲートボール3位



サポカー体験会 5.9.15 (金)

長野ダイハツ販売にご協力いただき、衝突軽減等サポカー体験会を開催しました。身近な軽自動車での乗車体験、電動スクーターやドライブレコーダーについても理解を深めることができました。低速でも衝突の大きさに驚きました。



入会のお誘い 申込は各単位クラブへ

住み慣れた地域の仲間と、一緒に活動を楽しみませんか。入会のお問合せは、各単位クラブ代表者またはシニアクラブ事務局まで。親睦・交流会や講演会、阿智祭参加、各種スポーツ大会等を開催していきます。

【お問い合わせ】中央公民館内

阿智村シニアクラブ事務局

TEL43-2061 FAX43-2350



○村営住宅の入居者募集 (応募締切1月10日、入居可能日1月1日～2月29日)

住宅名	家賃	間取り	地区名	条件等	募集戸数
下平ハイツ	36,000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)	2戸
栗代団地	15,000円	1DK	浪合		1戸
中の瀬団地	19,000円	1LDK	浪合		1戸
大平団地	25,000円	3DK	浪合	世帯向け	2戸
大平団地	所得による 13,500円～	3DK	浪合	・所得制限有り(公営住宅) ・世帯専用	1戸
上町団地	21,000円	3LDK	浪合	世帯向け	1戸
宮の原団地	12,000円	3DK	浪合	世帯向け	1戸
アラヤ宅 第2住宅	16,000円	3DK	清内路	世帯向け	1戸

☎ 協働活動推進課 定住促進係 (内線 513)

今日の **お知らせ**



暮らし、生きる
阿智家族

星乃ももか

(阿智家族のイメージキャラクター)

「賃貸住宅建築支援事業」

「ついで」

村では、村内に賃貸住宅、アパート等を建設する個人又は法人に対し建設支援を行います。

▽支援の要件

○1棟4戸以上の賃貸住宅建設である事

○1戸当たり18㎡以上である事(戸ごとにキッチン、トイレ、バス、玄関が設置されている事)

○入居者は村内に住所を有する事

▽支援金の額

○本体工事費の1/10以内。上限1戸ごとに面積によって30～50万の間

※例えば1棟4戸の住宅を新築した場合、1戸当たり50万(最大)×4戸＝200万円が支援金として支払われます。

尚、村内企業が、請負い又は2業種以上で工事全体の1割を施工した場合、支援金の上限額が戸当たり10万円が加算されます。

従業員用のアパート等も該当します。村内に賃貸住宅建設をお考えの方は、是非ご検討をいただき、定住促進係までご相談ください。

お付き合ひシート



しのさんコラム

こんにちは。定住促進係の伊藤です。気がつけば冬本番、年末の準備に追われる時期になりましたね。

今月は移住関連のイベントが多く、多くの方が地方への移住に興味があることを実感しています。移住担当としても出来る限り受入地域と移住者とのミスマッチが起こらないように丁寧な対応を心掛けています。移住担当になってから、その一環として『お付き合ひシート』というものを作成しました。空き家を購入して移住者が入る予定の部落ではどのようなお付き合ひ(作業や会合、部落費などの会費関連)があるのかを該当の部落長さんに内容を伺い、移住される方へお渡ししています。お互いがこんなはずではなかったという事が軽減されたらと思っています。移住者の方からも、心の準備が出来たというお声も頂いたので今後も部落ごとに作成していけたらと考えています。各部落の皆様にもご協力をお願いするかもしれませんので、その際には是非よろしくお願

いいたします。



子育てカレンダー

2024年 1月

☎ 子育て支援室 ☎ 0265-45-1232

保健センター係 ☎ 0265-45-1230

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 年始休み	3	4	5 ☆ こども広場	6
7	8	9 ☆ こども広場	10 ☆ こども広場	11 ☆ こども広場 体験講座 (小正月繭玉作り)	12 ◎たんぽぽ教室	13
14	15 ☆ こども広場	16 ☆ こども広場 まめっこ	17 ◎ひよっこ	18 ◎つぼみ教室	19 ◎すくすく広場	20
21	22 ☆ こども広場	23 ☆ こども広場 うきうき	24 ◎さくらんぼ教室	25 ☆ こども広場	26 ◎たんぽぽ教室	27
28	29 ☆ こども広場	30 ☆ こども広場 ◎乳児健診	31 ☆ こども広場			

☆：午前保健センター2階の広場使用・支援員対応可能日 ◎：対象のお子さんと家族の方のみの参加利用となります。都合により日程が急に変更になる場合があります。ご承知おきください。



新年恒例 伝統行事 体験講座参加募集

『小正月飾りをつくろう！ (繭玉作り)』

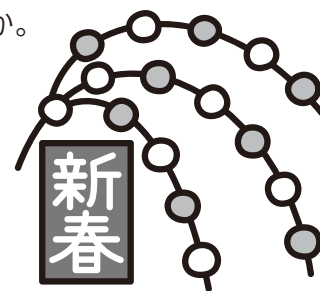
新年が良い年になるように、願いをこめながら米粉をねり、繭の形にし、榊やびんかの木に飾ります。

親子で伝統行事に触れながら 楽しいひと時を過ごしてみませんか。

日 時 1月11日 木曜日 10時～11時

場 所 保健センター2階 こども広場

内 容 米粉を使い繭玉作り



チャレンジゆうAchi通信

令和6年1月1日～1月31日のスケジュール予定

No.172

日	月	火	水	木	金	土
	1 元旦 年始休み 1/1～1/3	2	3	4 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)	5 空手 阿智中クラブ (野球・卓球)	6 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
7 将棋教室	8 成人の日	9 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール 阿智中クラブ(野球・ サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽) 中国語教室	10 絵画教室 子ども絵画教室 阿智中クラブ(卓球)	11 エンジョイ体ほぐし運動 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)	12 空手 阿智中クラブ (野球・卓球)	13 ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳 スキー教室①
14 ソバ打ち 将棋教室	15 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)	16 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール 阿智中クラブ(野球・ サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽)	17 生け花 健康マージャン教室 阿智中クラブ(卓球) ニュースポーツ・ パラスポーツ ①ボッチャ	18 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)	19 空手 阿智中クラブ (野球・卓球)	20 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 スキー教室②
21 将棋教室 	22 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)	23 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール 阿智中クラブ(野球・ サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽) 中国語教室	24 絵画教室 子ども絵画教室 阿智中クラブ(卓球) ニュースポーツ・ パラスポーツ ②モルック	25 エンジョイ体ほぐし運動 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)	26 空手 阿智中クラブ (野球・卓球)	27 ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳
28 将棋教室	29 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)	30 体幹トレーニング ソフトJrテニス ソフトボール 阿智中クラブ(野球・ サッカー・女子バレー・柔道・吹奏楽)	31 阿智中クラブ(卓球) ニュースポーツ・ パラスポーツ③ スポーツ玉入れ			

1月のインフォメーション

どの種目もその場で覚えて楽しむことができます。
普及のため、会員でない方も参加可です。

新企画 スポーツ講座

ニュースポーツ・パラスポーツを楽しもう

最近注目を浴びるニュースポーツ・パラスポーツを楽しむ講座を開催します。

- ・1月17日～3月6日 水曜日 全8回
- ・時間 19:30～20:45
- ・会場 阿智中学校体育館
- ・指導者 スポーツ推進委員の皆さん

1月17日(水) パラスポーツ「ボッチャ」

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。ヨーロッパ生まれ、1984年パラ正式競技、知的な戦略が求められます。



1月24日(水) ニュースポーツ「モルック」

フィンランド伝統のキョッカというゲームを元に、1996年に開発されたスポーツです。投げる棒のことをモルックといい、下手投げで行うのが基本です。モルックを投げて倒れた内容によって得点を加算し、先に50点ピッタリになると勝ちとなります。



1月31日(水) ニュースポーツ「スポーツ玉入れ」

4～6人の選手が、合計100個(アジャタボール80g×99+アンカーボール250g×1)のボールをバスケット(高さ4m12)に入れるまでの時間を競うタイムトライアルスポーツです。全国大会優勝タイムは30秒程、戦略とチームワークが必要です。



●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 ☎0265-43-2061 FAX.0265-43-2350
受付時間 10:00～12:00 13:30～18:00 (土日祝祭日を除く)