



広報あち

# おしらせ版 11月

令和6年 2024.11 No.134

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【11/1現在】(人口)5,941人 男 2,905人 女 3,036人 (世帯)2,388戸

## 水道の凍結防止のお願い

冬期間中（気温がマイナス4度以下になる時）は水道管が凍結、破損することがあります。凍結すると高額な修理費がかかってしまう場合もありますので、水道管の凍結対策をお願いいたします。

### 対策① 凍結防止ヒーターの確認

凍結防止ヒーターのコンセントが入っているか確認してください。

### 対策② 保温する

凍結防止ヒーターを巻いていない露出している水道管に保温材（古着等も効果あり）を巻いてください。

### 対策③ 水抜きをする

旅行などで長期間家を留守にする時は、水抜きをしてください。

### I 不凍栓（水抜き栓）を閉める。

（不凍栓（水抜き栓）がないご家庭は、水道メーターボックス内にある元栓を閉める）

### II 蛇口を1つ開けて水を抜き、そのままにする。

### 対策④ 水をためておく

凍結による万が一に備え、水を夜のうち汲み置きしておいてください。（非常時の場合、最低1人1日3ℓの水が必要とされています）  
・凍って水が出ないとき

蛇口にタオルをかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯をかけて解かします。熱湯をかけると破裂やひび割れすることがありますのでご注意ください。

万が一、ご家庭の水道管が凍結、破裂してしまった場合は、元栓（メーターボックス内）を閉めて、役場環境課または、阿智村指定の水道工事店にご相談ください。  
修理費用は使用者の負担となります。

## 水道学習会の開催のお知らせ

### お知らせ

自分の家はどこから水がくるのかな？水道の水ってどうやって作られているのかな？など考えたことはありますか。そんな疑問にお答えする村営水道の学習会を開催いたします。ぜひこの機会に学んでみませんか

▽日時 令和6年12月7日（土）  
午前10時から

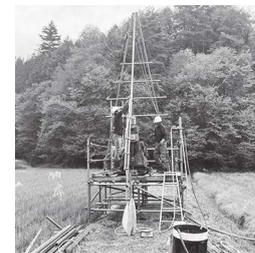
▽内容 伍和浄水場見学・生き水体験・模型を使った浄水実験・パネル展示など（内容が変更になる可能性があります。）

▽環境課 水道係（内線251）

## 七久里開発地質調査について

リニア発生土を活用した七久里開

発の設計に必要な地質調査を10月より実施しています。基礎地盤を確認することで、支持層及び地下水などの確認や安心・安全な盛土の設計に反映させるための調査です。今後は設計に対し、



測量等も実施予定です。ご理解・ご協力をお願いいたします。  
▽リニア・まちづくり課（内線285）

## ●●今月の主な内容●●

- 健康保険証は12月2日以降新たに発行されなくなります ……2
- 宅地造成及び特定盛土等規制法について ……3
- 令和6年度コミュニティー助成 ……4
- 介護のしごと相談会 ……5
- スマホ講習会について ……6
- ひとり親家庭の福祉医療費の所得制限の変更 ……7
- 地域おこし協力隊新聞 ……8

- 火災予防運動 ……10
- 防災コラム(地震火災防止) ……11
- 児童虐待防止 ……12
- 税からのお知らせ ……14
- 図書館からのお知らせ ……16
- いきいき健康長寿 ……17
- 観光局ピックアップ ……18
- こんにちは浪合パークです ……19
- 阿智家族 ……20
- 子育てカレンダー ……21
- チャレンジゆうAchi通信 ……22

## 健康保険証は12月2日以降 新たに発行されなくなります

国から示されたマイナンバーカードと健康保険証の原則一本化の方針に基づき、令和6年12月2日以降、従来の健康保険被保険者証(以降、保険証)は新たに発行されなくなります。

発行済みの保険証は、保険証に印字されている有効期限まで使用することが可能です。

### 今後の予定について

令和6年12月2日以降、マイナ保険証(保険証の利用登録をしているマイナンバーカードのこと)を持っていない方には、保険証の代わりとなる「資格確認書」を交付します。マイナンバーカードの保有者で保険証利用登録をしていない方へも資格確認書を交付します。

後期高齢者医療制度の加入者は、2025年(令和7年)7月末までの暫定的な運用として、現行の健康保険証が失効する方に資格確認書を無償で申請によらず交付します。その

ため、当分の間、申請は不要です。

マイナ保険証での受診が困難な方(高齢者、障がい者等)は、申請をいただくことで、資格確認書を交付します。(更新時の申請は不要です)

マイナ保険証を持っている方には「資格情報のお知らせ」を交付します。医療機関等でマイナ保険証による資格確認ができない場合でも、マイナ保険証と「資格情報のお知らせ」を提示することで安心して受診していただけます。

### マイナ保険証の利用について

保険証の有効期限(令和7年7月31日)の前であっても、オンライン資格確認を実施している医療機関等では、マイナ保険証を利用することができます。マイナ保険証を利用した場合、次のようなメリットがあるとされています。

- ・医療機関等が、過去のお薬情報や健康診断の結果を把握できるようになるため、身体の状態や他の病気の推測をして治療に役立てるこ

とができます。また、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうこともできます。

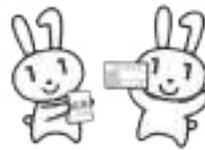
・限度額適用認定証等がなくても、本人の同意があれば高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。

### 法改正による影響について

国民健康保険法の一部改正により、保険証の返還に応じない場合に過料を科す規定が削除されますが、虚偽の届出をした場合は、10万円以下の過料が科されることがあります。

☎ 民生課 保健係(内線223)

まだ、マイナ保険証をお持ちでなくても、  
これまでどおりの医療を  
受けることができます



マイナ保険証をお持ちでない方  
(マイナンバーカードを保有していない方)  
(マイナンバーカードの保有者で  
保険証登録をしていない方)

**申請不要で** 資格確認書をお届けします。

後期高齢者医療制度の加入者の方  
新たに後期高齢者になった方

**申請不要で** 資格確認書をお届けします。 ※来年7月末まで

マイナ保険証での受診が困難な方  
(ご高齢の方、障がいをお持ちの方など)

**申請いただくことで** 資格確認書をお届けします。

診療履歴に基づいたより良い医療が受けられるなど、  
便利で安全なマイナ保険証への切り替えをご検討ください。

さらに詳しい情報はここから検索→ [政府広報](#) [マイナ保険証](#) [検索](#)



## 宅地造成及び特定盛土等規制法について

長野県では、令和3年7月に静岡県熱海市で発生した土石流災害を踏まえて施行された「宅地造成及び特定盛土等規制法（通称：盛土規制法）」に基づく規制区域を指定するため、基礎調査を実施しました。

この度、この規制区域の案についてパブリックコメントを実施します。

### ○募集期間

11月1日（金）から12月16日（月）まで

### ○閲覧場所

- ・県ホームページ
- ・長野県建設部都市・まちづくり課（長野県庁本館7階）
- ・行政情報センター及び各合同庁舎の行政情報コーナー

### ○ご意見の提出方法及び提出先

次のいずれかで提出してください。

- ・郵送、ファクシミリ、電子メールのいずれか（〒380-8570 長野県建設部都市・まちづくり課、メール toshi-machi@pref.nagano.lg.jp）
- ・ホームページに記載の「お問い合わせフォーム」から

※電話や口頭によるご意見はお受けいたしません。

※ご意見への個別回答はしませんが、ご意見の概要と県の考え方を長野県ホームページに公表する予定です。

### <盛土規制法の概要>

長野県知事が、盛土等により人家やその他の保全対象に被害を及ぼす可能性のある区域を指定します。規制区域内で一定の盛土等を行う場合は許可申請等が必要となります。

規制区域の種別	宅地造成等工事規制区域	特定盛土等規制区域
区域のイメージ	市街地や集落など、人家や建築物がまとまって存在しているエリア	地形条件等から保全対象に危害を及ぼす可能性があるエリア
規制対象	盛土高2m超 盛土又は切土の面積500㎡超など	盛土高5m超 盛土又は切土の面積3,000㎡超など

### <規制の開始時期> 令和7年5月予定

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

☎ 長野県建設部都市・まちづくり課  
TEL：026-235-7297 FAX：026-252-7315  
阿智村役場 建設農林課（内線260）



QRコードを読み取っていただくと、この事業が見られます。

## 令和6年度 「コミュニティー助成」

清内路自治会の活動支援として、次の備品購入に助成をいただきます。

- ・会議用テーブル20台
- ・椅子60脚
- ・スタッキング用台車2台
- ・LED投光器4基
- ・投光器スタンド2台
- ・防雨型電工リール4台

夜間の花火製作や清内路地区のイベントで活用させていただきます。  
※この助成事業は、宝くじの収益を財源に、普及広報事業の一環として、(財)自治総合センターより助成されるものです。



投光器ほか



イス



テーブル

### 農地の相続税・贈与税の 納税猶予について

相続人が、相続した農地で農業経営を引き継ぎ、今後も農業を継続する場合、相続税の一部が猶予され、終身農業を継続する場合は免除されることがあります。

また、3年以上農業を営んでいた方が生前に、同じく3年以上農業に従事した推定相続人（配偶者や子など）の一人に一括で農地を贈与する場合、贈与税の一部が猶予されることがあります。

どちらの制度の適用を受けるためにも、農業委員会の証明を受ける必要があります。詳しくは農業委員会事務局までお問い合わせください。

### 農地を相続によって取得した場合は届出が必要です

相続等によって農地の権利を取得した場合、権利を取得したことを知った日からおおむね10カ月以内に、農業委員会に届出が必要です。また、生前に被相続人等へ譲渡する場合は、農地法第3条等による権利移動となりますので農業委員会の許可が必要となります。

### 農業委員会総会について

阿智村農業委員会では、10月25日（金）に農業委員会総会が開催され、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

・農地法第5条（所有権移転3件）

#### ▽協議事項

・農地中間管理機構による農用地利用集積計画について（29件）

阿智村農業委員会事務局

建設農林課農政係（内線262）

### 令和7年度阿智村学童保育利用児童募集について

令和7年度学童保育利用申し込み案内を12月より開始します。

#### 〈今後の予定〉

**12月上旬** 利用申し込み説明会案内通知配布（各小学校、新1年生は各保育園より案内通知が配布されますのでご確認ください。）

**1月中旬** 利用申し込み説明会（オンライン予定）

**2月上旬** 申込書提出期間

\*夏休み等の長期休みや求職中により年度途中からの利用を希望される方も申し込み手続きをお願いします。

\*詳しくは通知にてお知らせします。

☎ こども家庭

センター

電話(45)1232



## 介護のしごと相談会

介護職場に就職を希望する方、介護の仕事に興味・関心をお持ちの方を対象に、介護事業所との個別相談会を開催します。相談は無料です。

▽日時 12月21日(土) 午前10時～正午、午後1時～午後3時

▽場所 エス・バード

(飯田市座光寺) A棟2階ホール

※Zoomによる遠隔相談(要予約)もあります。来場される場合は予約不要です。

▽参加事業所 飯田下伊那地域の介護事業所約25社が参加予定です(詳細は、南信州広域連合のホームページ等で順次お知らせします)。

▽南信州広域連合事務局 地域医療福祉連携課

電話0265(5)6088

電話0265(3)6088

## 司法書士による

### 年末困りごと相談会

年の瀬に、お金のことや仕事のこと、家族のことなど、日常生活のさまざまな悩みごとを相談できる、長野県司法書士会主催の相談会が開催されます。当日は面談相談と電話相談があり、相談は無料で秘密は厳守されます。是非ご利用ください。

▽日時

12月21日(土)

午前10時～午後4時まで

▽面談相談

・長野会場

長野市生涯学習センター

(TOIGO WEST)3階第2学習室

・松本会場

松本市勤労者福祉センター

3階 3-3会議室

※面談相談は事前予約優先です。

(予約なしでも相談できます)

▽予約電話番号

026(232)7492

▽予約対応時間

11月25日(月)～12月19日(木)

平日 午前9時～午後4時

▽電話相談

0120(448)788

※当日のみの専用番号です

▽相談例

- ・借金で苦しんでいる
- ・生活保護を受けたい
- ・相続放棄について知りたい
- ・養育費をもらっていない
- ・離婚問題に悩んでいる
- ・消費者トラブルで悩んでいる
- ・労働問題で悩んでいる

▽総務課 庶務係(内線272)

## 浪合小PTA講演会

### JAXAの 広報部宮里さん講演

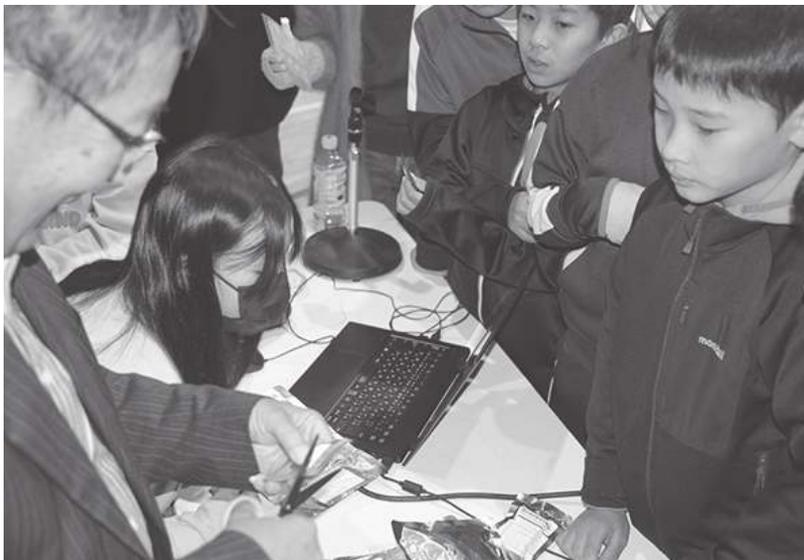


浪合小PTAでは、JAXA(宇宙航空開発機構)広報部特任担当役の宮里光憲さんをお招きし、日本の星空の地から、宇宙開発の最前線の話をお話していただきました。

宇宙までの距離は、約100キロ。打ち上げロケットは、宇宙服や生命維持装置も含めると1回100億かかり、特に打ち上げ後の安全管理を中心に行っている。と話されました。

ロケット内でのスマート農業の取り組みや日常生活(食事やトイレなど)の様子をプロジェクターを使ってわかり易く様子を説明。

日本の7人の宇宙飛行士パイロットのうち1名が長野県出身。「1972年アポロ以降月面着陸をしてから約53年ぶりに月に人間を送る」2040年ごろには、月に1,000人が住む計画であると話され、児童に「好きなことを極めることの大切さ」を伝えていただきました。



Achi Photo report

総務省 デジタル活用支援推進事業  
**スマホ講習会について**  
 (令和7年1月開催)

スマホの基本的な使い方から、さまざまな行政手続き方法まで。初心者でも安心してスマホの活用方法を学べる講習会です。どなたでも何回でも受講できますので、是非お申し込みください。1月の講座で本年度は最終となります。

○「指定の研修を受けた講師」が丁寧に説明します。

○参加費は無料です。講座内容によつては、持参していただくものがあります。

○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。

○受講者に年齢制限はありません。どなたでも、何回でも受講できます。

○講座の最新情報や開催場所については、電話番号にお問い合わせいただくか、または専用ポータルサイトでも確認できます。

専用ポータルサイト

<https://www.digi-katsu.go.jp>



○講座の開催時間

午前10時～午後3時30分まで

【午前9時50分集合】

【昼休：12時～1時30分】

○持ち物

筆記用具、ご自身のスマートフォン

※受講のためのスマートフォンを当日貸し出すことも可能ですので、お問い合わせください。

○お申し込み・お問い合わせ

スマホ講習会 受付窓口

(総務課企画情報係)

電話(43) 2220 (内線275)

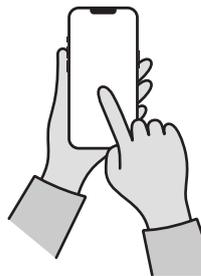
【受付時間】

平日の午前9時から午後5時まで

希望日、氏名、連絡先、お使いの

スマートフォンの種類(Android・

Phone)をお知らせください。



**郵便局で参加する**

**スマホ教室**

対象の郵便局で、タブレットの画面上の講師によるスマホ教室の受講ができます。スマホの基本的な使い方から、スマホでできる行政サービスの使い方などを学べます。

原則一対一の個別形式のため、自分のペースで参加できます。

受講料無料、機種や携帯会社を問わず、何度でもご参加いただけます。

▽時期 1月(予定)まで

▽時間 午前10時～午後5時

▽場所 阿智郵便局

▽予約

楽天シニアカスタマーセンター

(平日10時～16時)

電話 0120-9555-545

※楽天モバイル(株)が総務省「デジタル活用支援推進事業」における執行団体として、日本郵便(株)と協同で運営いたします。

※実施状況により早期に受付終了する可能性があります。お早めにご参加ください。

日程	講座内容
1/15 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・電話、カメラを使おう</li> <li>・インターネットを使ってみよう</li> <li>・スマートフォンを安全に使うための基本的なポイントを知ろう</li> <li>・デジタルリテラシーを身につけて安心・安全にインターネットを楽しもう</li> </ul>
1/16 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新しくアプリをインストールしてみよう</li> <li>・インターネットを使ってみよう</li> <li>・メッセージアプリを使おう (LINE)</li> <li>・スマートフォンを安全に使うための基本的なポイントを知ろう</li> </ul>
場所	中央公民館

☆所得が右の制限内で ○母子家庭の方 ○父子家庭の方 ○父母のいない児童	扶養親族等の人数	本人 (母又は父)	扶養義務者
	0	1,920,000円	2,360,000円
	1	2,300,000円	2,740,000円
	2	2,680,000円	3,120,000円
	3	3,060,000円	3,500,000円
4	3,440,000円	3,880,000円	

★変更前

母子・父子家庭等に対する所得制限

11月1日から児童扶養手当の本人の所得制限限度額が変更となりました。それに伴い、福祉医療の対象となる所得制限限度額も変更いたしました。

**ひとり親家庭の福祉医療費の所得制限額が変わります**

## 阿智村公式アプリを登録してください

阿智村暮らし情報アプリ  
ダウンロード用QRコード



Android用



iOS用

※最新情報はこちらから

問 民生課 保健係 (内線223)

☆所得が右の制限内で ○母子家庭の方 ○父子家庭の方 ○父母のいない児童	扶養親族等の人数	本人 (母又は父)	扶養義務者
	0	2,080,000円	2,360,000円
	1	2,460,000円	2,740,000円
	2	2,840,000円	3,120,000円
	3	3,220,000円	3,500,000円
4	3,600,000円	3,880,000円	

★変更後(11月1日)

マイナンバーカードを利用して住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍等が全国のコンビニエンスストア等で取得できます

取扱証明書	手数料(1通当たり)
■住民票の写し ■印鑑登録証明書 ■所得課税扶養証明書 ■戸籍の附票	250円
■戸籍全部事項証明書(謄本) ■戸籍個人事項証明書(抄本)	400円

※各証明書等は窓口より50円安い料金で取得できます。

コンビニエンスストアでのご利用時間

**6:30~23:00**

12/29~1/3を除きます



利用するためには、利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)が登録されているマイナンバーカードが必要です。

お問い合わせ：民生課 マイナンバーカード担当(電話0265-43-2220(内226))

令和6年  
11月号  
**地域おこし  
協力隊新聞**



阿智村産業振興公社  
長 縄 亮 太

阿智村の皆様、こんにちは。夏野菜が終わり、キノコや果物が出てきて、その後の市田柿の作業が始まると、いよいよ冬の気配を感じる季節となりました。なお、本格的な寒さを迎え、体調を崩しやすい季節ですが、皆様におかれましては、くれぐれもご愛ください。

さて、栽培中のトマトについて、前は、夏の酷暑で収穫量が落ち、ヘタ周りが赤くならないグリーンバックという生理障害が大量発生したと投稿しました。その後、今は気温も下がり、トマトにとっては適温の季節となりました。結果、収穫量は回復し、また、グリーンバックの症状も見られなくなりました。特に、グリーンバックの改善は、来年就農後の経

営に大きく影響するため、今年中に原因を特定する事ができて安心しました。なお、今年のトマト栽培は11月後半までを予定しています。今後、今年の結果をまとめ、来年の栽培計画へ活かしたいと思っています。

次に、備中原に新設予定のハウス建設が遂に始まりました。井戸やハウス基礎、本体、設備工事など、協力隊任期が終わる2月末迄に完成させる予定です。トマト栽培が終わった後も、こちらの作業で忙しくなりますが、計画通り就農できるように準備を進めたいと思います。

※最後に、前回同様ですが、来年春からトマト栽培をお手伝いしてくれる方を募集しています。

【場所】

阿智村伍和

【作業内容】

・ 収穫、その他の栽培管理作業

・ 選果、袋詰め等の出荷作業

ご興味のある方がいらっしゃいましたらお声掛け下さい。それぞれに合う、柔軟な働き方を整えます。また、時期が近づいてきたら各種ツールにて募集したいと思います。



浪合地区  
岐 津 紗 里

皆さん、こんにちは。

朝晩ようやく寒くなり、ストーブを出しましたが、日中はまだまだ暑い日が続きますね。9月は、浪合小学校や丸柏農園さんの稲刈りのお手伝いをしました。とても楽しい時間でしたが、昔は機械もなく、家族総出で大仕事だっただろうなと思いを馳せずにはいられません。子どもたち、地域の方々、保護者、先生方とみんなで汗を流す時間は気持ちよかったです。

9月28日に木立のかし宿あさひさんをお借りして木工教室を実施しました。本棚を作ったり、小屋を作ったりしました。子どもたちの発想がダイナミックで驚いたのと同時に、限られた木材を使って、どうやって作るのかみんなで話し合っている姿が印象的でした。みんな、お昼ご飯も忘れ打ち込んでいました。子供の意見を尊重し、「じゃあ、それでやってみようか。」という大人たちの姿

勢も良かったです。子どもだけではなく大人にとっても良い時間となり、とても楽しかったです。

9月から毎週水曜日に寿楽苑で藁草履作りをしています。以前からやりたかったことだったので、こんな近くでできることが嬉しいのです。90代や80代の方と一緒にやっています。昔の生活習慣とか子供のころにやっていたことか、とても懐かしく話されていて、そんなお話を聞くのもとても楽しいです。ようやく一人でもできるようになったので、いつかワークショップでもできたらいいなと思っています。

10月はイベントが目白押しで、運動会、浪合演芸会、治部坂高原もみじ祭りがありません。

今年も部落と有志で演芸会に出させて頂きました。バンドは、演芸会初のアンコールもあり驚きました。が、通年合宿センターの子どもたちや保護者の方々は初めての参加で、とても楽しまれました。地元の方の詩吟や舞もあり、とても優雅で素敵でした。色々な方が参加し交流できる素敵な場であったと感じました。



阿智村産業振興公社  
熊谷 萌

今年の9月、10月は秋のような夏のような気味の悪い天気だった印象があります。来年、再来年とどんどん暑くなって12月になってもTシャツで生活できるような気温になってしまったらと考えると恐ろしいです。体調に無理のない範囲でもっとエゴ活動に参加していけたらいいなと思います。皆様も体調面、健康面にはお気をつけてください。

会社では初夏から最近まで大きなイベントが続いていました。私も売り子として各イベント会場の対面販売に参加させていただきましたが、どこに行っても「阿智村の農産物は新鮮で味が濃くて美味しいー」という声が聞こえて早々に長蛇の列ができます。その光景を見たり、美味しいーという声を聞いたりする度に、もっと多くの人に知ってもらいたいと強く思います。

嬉しいことに今年ほどのイベント

会場も例年以上の売上だったところが多かったらしく、阿智村ブランドが確立され始めてきたように感じます。来年は今年以上にもっと色々な人に阿智村産の美味しい農産物を届けられるように自分なりの考え方や提案をしたり、資格を取得したりしたいと思います。

各種イベントなどが終わり、最近になってようやく繁忙期が落ち着いた反動からかどうも疲れが抜けず体が重い日があります。でも、公社で働かされている皆さんや村内農家の皆さん、関係者の方が働いている姿を想像すると全員が朝早くからパワフルにシャキシャキ動かれています。それを思うと私も頑張るための気力が出てきます。皆さんに仕事で置いていかれないように、自分自身の体調を崩さないように、でも成果は多く出せるように今後とも尽力していきたいと思えます。よろしくお願いたします。



建設農林課  
小田 智

皆様、こんにちは。

活動をはじめて3ヶ月目を迎えて、生活も落ち着いてきました。ただ、大阪に比べて朝晩の冷え込みと日中の寒暖差が大きく体調をくずさないようするのが大変です。

現在の活動としては、午前は、NPO法人あち森で伐採技術の習得など、午後は、ジビエに関する取り組みなどを行っております。

ジビエに関する取り組みの二環として、先月から阿智高校三年生の原晃紀君が地域政策観光コースの調理実習として「鹿肉ジャーキー」の作成を希望されているとのことで、そのサポートをさせていただく機会がございました。原君は、学校のオーブンを使用し、私は低温コンベクションオーブンを使用して、それぞれ鹿肉ジャーキーの作成を行っているのですが、味付けの加減や加熱時間・温度の管理が難しく、私は、試作を数回重ね、やっと形になりました。



原君と試作品を持ち寄り試食して意見を交換したり、改良点を話し合うことは、とても勉強になりました。時間でした。他の方にも試食をお願いしたところ、「ジャーキーとしては、良いと思うが、鹿肉のおいしさが感じられない」との、ご意見があり、鹿肉のおいしさとは何か、それをどう生かすべきかを考え実現しなければジビエを事業として成立させることは難しいと、あらためて考えさせられました。今回の経験を今後活かせるよう努力を続けて参りたいと思います。

原君は来春には、就職され社会に出られるとのことですが、今後もジビエについて興味を持ち続け、活躍されますことを期待しております。

# 「風がある たき火は危険 また今度」

令和6年度防火川柳 最優秀賞 鼎小学校5年 代田 阜士郎さん

過去5年間の累積火災件数



秋の

# 火災予防運動

## 火災の原因からみる火災予防のポイント



### たばこ

全国では住宅火災による死者はたばこによるものが最も多く、その中でも寝たばこに起因しているものが多くなっています!



### 電気配線

全国では電気に起因する火災は増加傾向で、電気火災の約8割は電気器具の不適切な使用、維持管理不良によるものです!



### たき火

例年、飯田下伊那地域の火災原因ワースト1位です。寒くなるこれからの時季に増加し、特に1月から4月に多く発生しています!

Pick up

### 地震火災

令和6年元日に発生した能登半島地震では、輪島市で大規模な火災が発生しました。地震による火災の被害を防ぐためにチラシの裏面をチェック!

不注意による火災は「意識」で!

予期しない場所の火災は「定期的な確認」で! 火災を防ぎましょう!

飯田広域消防本部・消防署・阿智村消防団

**災害に備えて** 防災コラム vol.64  
出来ることから始めよう!

## 地震火災を防ぐポイント 地震火災対策きちんと出来ていますか？

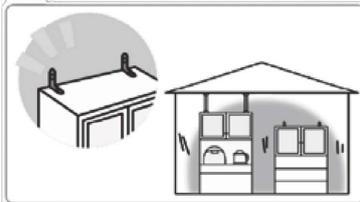
大きな地震の起こったときは、必ずといっていいほど火災が発生しています。地震火災を防ぐために、日頃からご家庭での対策をお願いします。下記の内容ができていないかチェックしてみましょう。

### 事前の対策

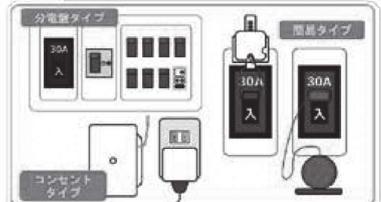
住まいの耐震性を確保しましょう



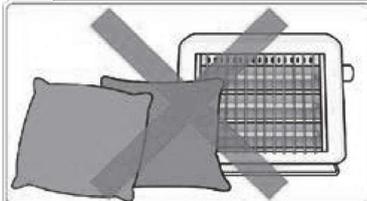
家具等の転倒防止対策（固定）を行いましょ



感震ブレーカーを設置しましょう



ストープ等の暖房機器の周辺は整理整頓し、可燃物を近くに置かないようにしましょう



住宅用消火器等を設置し使用方法について確認しましょう

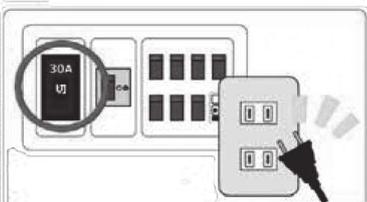


住宅用火災警報機を設置しましょう

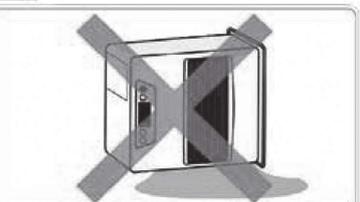


※火災時の際は遠動型住宅用火災警報機などの付加機能を確認し、警報が鳴った場合は避難しましょう。※設置場所については自治体等に確認をお願いします。

停電中は電気機器のスイッチを切るとともに、電源プラグをコンセントから抜きましょう。避難するときはブレーカーを落としましょう

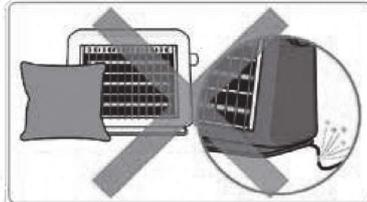


石油ストーブや石油ファンヒーターからの油漏れの有無を確認しましょう

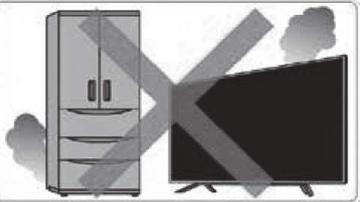


地震発生からしばらくして（電気やガスの復旧、避難からもどったら）

ガス機器、電気器具及び石油器具の使用を再開するときは、機器に破損がないこと、近くに燃えやすいものがないことを確認しましょう



再通電後は、しばらく電気器具に異常がないか注意を払いましょう（煙、におい）



### 地震時の 通電火災にご注意



### 日頃からの対策

消防団や自主防災組織へ参加しましょう



地域の防災訓練に参加するなどし、発災時の対応要領の習熟を図りましょう



お問い合わせ先  
**飯田広域消防本部**

予防課 0265-23-6002  
飯田消防署 0265-22-0119  
伊賀良消防署 0265-25-0119  
高森消防署 0265-35-0119  
阿南消防署 0260-22-3344

FDMA 総務省消防庁  
Fire and Disaster Management Agency



# 体罰？虐待？ どうすればいいの?! こどものしつけ

## 体罰や暴言はどうして絶対 NG ?

子育てをしていると思わず怒鳴ってしまったり、手を出しそうになることがあるかもしれません。でもそれは、「どうしても時は暴力に頼っていい」という学びにつながったり、心身の成長や発達にさまざまな悪影響が出る可能性があるとして科学的にも証明されています。体罰等によらない子育てを広め、すこやかな成長を社会全体で守っていきましょう。体罰は許されないこととして法律でも禁止されています。

## 心理的虐待ってなに？

体罰は暴力でこどもの身体を傷つけるもので、心理的虐待は暴言などでこどもの心に深い傷を負わせるものです。こども本人への暴言でなくとも、配偶者や家族に対する強い言葉などもこどもの心を傷つけ、発達に影響する可能性があります。



言葉で脅したり、脅迫すること



こどもを無視したり、拒否的な態度を示すこと



こどもの心や自尊心を傷つけるような言動をしたり、繰り返し言うこと



他のきょうだいは著しく差別的な扱いをすること



配偶者への暴力や暴言をこどもに見せること

## こんな時どうすればいいの?!

### Case1

いうことを聞いてくれないとき

「なんでいうこと聞かないの!」と怒る

「イヤな理由を教えて」「どうしたいの?」と気持ちをだずねてみる



### Case2

いつまでも片付けをしないとき

「ママに言いつけるからね!」

「お部屋をピカピカにしてママをびっくりさせちゃおう!」



### Case3

はやく動かないとき

「さっさとしなさい!!」と急かす

「何時ならできそうかな?」と相談したり、自分で決めさせてみる



<https://kodomoshien.cfa.go.jp/no-gyakutai/>

子ども虐待防止



“かも”でもいいんです。



かもん! 児童虐待防止  
相談LINE

気になったら **189** に電話しよう!



児童相談所  
虐待対応  
ダイヤル

イチ ハヤ ク



通話無料 匿名可 24時間受付

**189**

親子を救う  
プロがいます。



子ども虐待防止  
相談LINE

こどもみんなの  
こども家庭庁

子育ての悩みには/  
親子のための相談LINE



問 飯田児童相談所 電話 25-8300 阿智村こども家庭センター 電話 45-1232

# 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

村税等の今期の納期限は、

**12月2日(月)** です。

国民健康保険税	7期
介護保険料	7期
後期高齢者医療保険料	5期

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・金融機関等でお支払いください。

今月の口座振替日は  
**11月25日(月)** です。

□口座振替の依頼をいただいている方は、□口座振替日の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 12月26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、12月23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

など

### 所得税青色申告決算説明会の開催

飯田税務署では、具体的な決算の仕方や、青色決算書、収支内訳書および消費税申告の作成等について説明会を行います。

対象者	日程	時間	会場
農業所得を有する青色申告者	12月3日(火)	午前10時～正午	豊丘村役場 保健センター2階
事業所得を有する青色申告者		午後2時～4時	
農業所得を有する青色申告者	12月5日(木)	午前10時～正午	JAみなみ信州 本所1階 みなみちゃんホール
事業所得を有する青色申告者	12月9日(月)	午後2時～4時	飯田税務署 飯田高羽合同庁舎 2階会議室
消費税課税事業者等	12月10日(火)	午前10時～正午	
白色事業所得者等		午後2時～4時	
事業所得を有する青色申告者	12月12日(木)	午後2時～4時	下條村商工会館 2階

※定員に達した場合にはご参加いただけない場合がありますのでご了承ください。

※開催会場への直接のお問い合わせはご遠慮ください。

☎ 飯田税務署個人課税第一部門 電話 0265-22-1165



## 税のあれこれ 医療費控除の計算方法



**矢**

療費控除は、前年中に次の要件により支払われた医療費に適用されます。医療費控除を申告される方は、確定申告前に内容をご確認いただき準備をお願いします。

◆対象となる医療費の要件  
①納税者が、自分自身または自分と生計を一にする配偶者やその他親族のために支払った医療費である  
②令和6年1月1日～同年12月31日までに支払った医療費である

### ◆医療費控除の計算方法

例 1年間に医療費を20万円支払い、保険金等の補てん金を5万円もらった場合の比較

総所得金額200万円以上の方の場合  
(例 220万円の場合)

保険金等の補てん金 5万円	10万円	医療費控除の額 5万円
------------------	------	----------------

総所得金額200万円未満の方の場合  
(例 120万円の場合)

保険金等の補てん金 5万円	総所得金額の5% 6万円	医療費控除の額 9万円
------------------	-----------------	----------------

### よくある質問

Q 支払った医療費が10万円を超えないと申告できませんか？

A 総所得金額が200万円以上の方は10万円、200万円未満の方は総所得金額の5%を超えていれば申告いただけます。

Q 医療費控除の対象となるものは？

A 次の表を参考にしてください。

医療費控除の対象となるもの・ならないもの(例)

医療費控除の対象となるもの	医療費控除の対象とならないもの
医師に支払った診療費又は診察費	予防接種、人間ドック、健康診断(※)
虫歯の治療、治療目的の歯列矯正	美容目的の歯列矯正、ホワイトニング
治療、療養に必要な医薬品の購入	健康増進や疾病予防の医薬品購入
はり、きゅう、柔道整復師などの施術費	疲労回復のための行ったもの
緊急時のタクシー代(要件あり)	通常の通院のタクシー代
診療等を受けるための電車賃・バス賃	自家用車のガソリン代・駐車料金
入院の部屋代、食事代	パジャマ等の身の回りの物品代
一人での通院が困難な場合の付添人の交通費	

※健康診断等で重大な疾病等が発見され、治療が必要となる場合は対象となる。

Q どのように申告するの？

A 領収書等を、受診者ごと、医療機関ごと、月ごとに仕分けし、医療費の金額を集計して申告期間に申告してください。

### 用意するもの

・令和6年中の領収書および国民健康保険や後期高齢者医療発行の医療費のお知らせ

・保険金等の補てんを証明する書類  
・マイナンバーを活用した「医療費通知情報」(1年分の医療費が確認できて便利です)

**妻：花さん**

〇〇医院      ◇◇薬局

R6.1月分領収書	R6.1月分領収書
R6.5月分領収書	R6.5月分領収書
⋮	⋮
R6.11月分領収書	R6.11月分領収書

合計30,500円      合計45,500円

**夫：太さん**

〇〇医院      △△薬局

R6.1月分領収書	R6.1月分領収書
R6.4月分領収書	R6.4月分領収書
⋮	⋮
R6.12月分領収書	R6.12月分領収書

合計15,500円      合計20,500円

人ごと、病院ごと、月ごとに仕分けし、病院ごとの自己負担額を合計してください。

Q 保険金等の補てん金とは？

A 差し引く必要のある補てん金は次を参考にしてください。

- ◆ 社会保険や共済等に関する給付金
  - ・療養費、移送費
  - ・家族療養費、家族移送費
  - ・出産(家族) 育児一時金
  - ・高額療養費、高額介護サービス費
  - ・福祉医療費 など
- ◆ 生命保険契約等に関する給付金
  - ・傷病費用保険金
  - ・医療保険金
  - ・入院費給付金 など
- ◆ 医療費の補てん目的の損害賠償金
- ◆ 任意の互助組織からの医療費の補てん目的の給付金

他の所得控除の適用により、医療費控除の申告をする必要がない場合もあります。



**税のあれこれ**  
**セルフメディケーション**  
**税制について**



**セ**ルフメディケー  
ション税制（特定

の医薬品購入額の所得控除制度）は医療費控除の特例として、健康の維持増進および疾病の予防への取組として一定の取組をおこなう個人が、その購入費用について所得控除を受けることができるものです。

従来の医療費控除との選択適用となりますので、いずれか一方を選択してください。

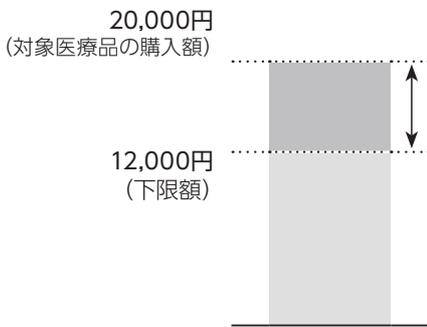
**【要件】**

- ・申告の対象年に人間ドックやインフルエンザ等の予防接種、勤務先が指定した健康診断、特定健康診査、村がおこなうがん検診をうけている
- ・セルフメディケーション税制対象医薬品を購入している
- ・購入時のレシートを保管している
- ・購入額が世帯の合計で1万2千円を超えている

○課税所得400万円の方が対象医療品20,000円購入した場合  
(生計を一にする配偶者その他の親族の分も含む)

**セルフメディケーション**  
**税 控除 対象**

目印は  
こちら



- 8,000円が課税所得から控除される  
(対象医療品の購入金額20,000円-下限額12,000円=8,000円)
  - 減税額
    - ・所得税1,600円の減税効果  
(控除額8,000円×所得税率20% = 1,600円)
    - ・個人住民税800円の減税効果  
(控除額8,000円×個人住民税率10% = 800円)
- ※医療費控除額の限度は88,000円

税 納 税 税 税 税 税 税

**図書館からの**  
**おしらせ**

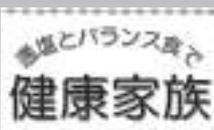
阿智村立図書館 TEL 0265(45)1005

**クリスマス特別おはなし会**  
**絵本って楽しいね！**

- ▽日時 12月8日(日) 午前10時30分～
  - ▽会場 図書館内 おはなしコーナー
  - ▽内容 飯田市を中心に活動するグループ「はあば・ら」によるおはなし会
  - 英語と日本語の絵本よみかせ
  - あそびうた
  - クリスマスの工作
- ▽対象 絵本に興味のある方ならだれでも。申込不要。



**臨時休館について**  
**【休館日】令和6年12月15日(日)**  
公民館停電のため、休館いたします。  
ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。



# いきいき健康長寿

連載 7

## 認知力 アップ教室 11月28日(木)からスタートします！

軽度認知機能障害(MCI<sup>\*</sup>)と診断されたり、物忘れが増えたなあと不安になったり、悩んでいることはありませんか？ 教室では、体操や作業を通して、参加者同士の交流を楽しむことで、みんなと一緒に「認知力 アップ」に取り組みます。

認知力 アップ教室は、「脳」「こころ(気持ち)」「からだ」をはたらかせ、元気に生活できることを目指しています。

### ※軽度認知機能障害(MCI)とは…

認知症と健常の中間のような状態です。軽度認知機能障害の段階で気づいて早期から生活改善などを行えば、認知機能低下を予防することが期待できます。

## 毎週木曜日 13:30～15:30



場 所：阿智村保健センター2階

期 間：11月28日(木)～約3か月

参加費：無料

対象者：軽度認知機能障害(MCI)または認知症初期と診断された方など

参加を希望される方は、保健師にご相談ください

\*ご家族の方も参加できます。\*希望の方は送迎があります。ご相談ください。



お申込み・お問い合わせ：阿智村地域包括支援センター 0265-45-1140

## 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の皆様へ 風しん抗体検査、予防接種のお知らせ

風しんワクチンの定期接種を受けていない男性を対象に、風しん抗体検査と予防接種を無料で受けることができます。まだを受けていない方は、ぜひこの機会に抗体検査を受けましょう。

<対 象 者> 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日 生まれの男性

<費 用> 無 料

<実施期間> 令和7年3月31日まで ※無料で受けられるのは今年度末で終了となります。

<実施方法>

- ① 検査を受けるにはクーポンが必要です。クーポンをお送りしますので、保健センターまでご連絡ください。
- ② 実施機関に申し込みをしてください。
- ③ 抗体が不十分だった方は、クーポンで予防接種を受けてください。

☎ 保健センター係 電話0265-45-1230

## 源氏物語書写ワークショップ 開催中！

東山道・園原ビジターセンターはゞき木館にて、源氏物語書写ワークショップを開催中！  
源氏物語第2帖「帚木」をはじめとする、園原ゆかりの物語や歌、絵などを書き写してみましょ

- 開催期間 2024年11月1日～2025年3月31日  
(火曜、年末年始除く)
- 時間 9:30～16:00  
(申込不要、開館中いつでもできます)
- 料金 1,000円(税込)
- 所要時間 10分～
- 場所 東山道・園原ビジターセンターはゞき木館
- 内容



おしゃれ筆ペン付き！

- ①好きな題材を選ぶ
- ②好きな筆ペンを選ぶ(ペンはお持ち帰りできます)
- ③心を落ち着けて書き写す

※写した書について

お持ち帰りまたは信濃比叡廣拯院にて2月11日火渡護摩でお焚き上げ

- お問い合わせ 東山道・園原ビジターセンターはゞき木館 TEL 0265-44-2011

## 最新アクティブ・レンタル情報

阿智昼神観光局では11月から新たなアクティブ・レンタルを行っています。  
お休みの日にちょっとした思い出作りや冬ならではの体験はいかがですか？

### 水引で作るクリスマスリース

水引を使って自分だけのオリジナルクリスマスリースを作りましょう！クリスマスツリーのオーナメントや玄関などに置物として飾るのもおすすめです。

- 期間 11/1～12/25
- 参加費 1人 / 500円
- 時間 9:00～16:00



### チェキ旅！レトロな温泉街を回る インスタックスレンタル

アナログ感のある写真や操作ができる最新チェキinstax mini Evo がレンタルできます。レンズ効果とフィルム効果の種類組み合わせはなんと100通り！自分好みの写真を撮りましょ

- 料金 2,000円/台 1泊2日
- ※フィルム5枚、シーリング2つ、封筒付き



お問い合わせ  
阿智☆昼神観光局まで  
電話 0265-43-3001



# ★こんにちは、浪合パークです★

11月号

## ☆ 12月はどんな星空…? ☆

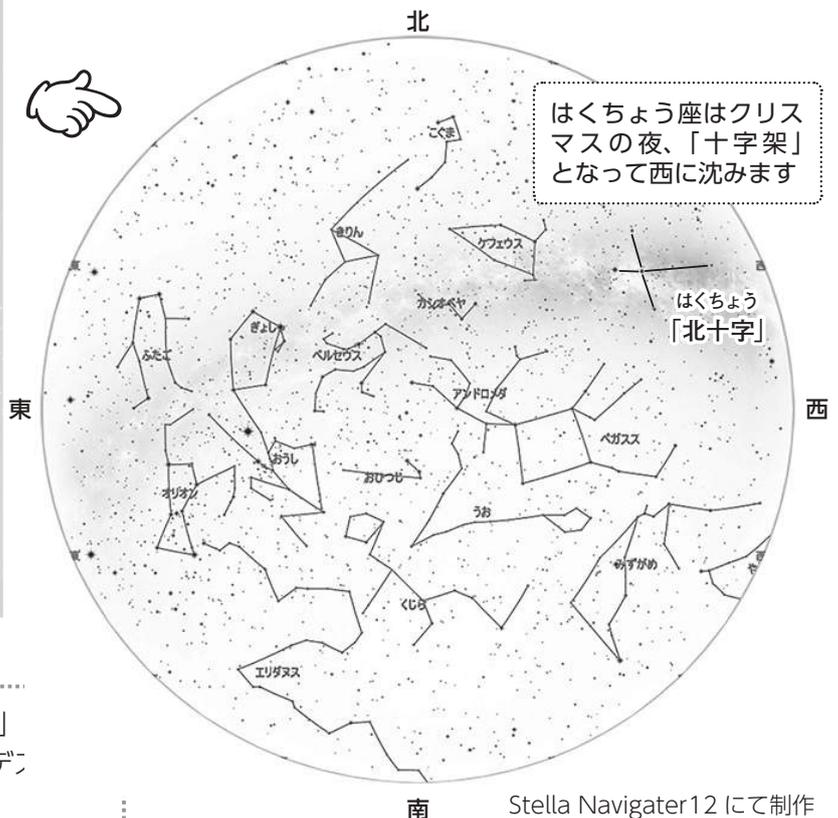
**冬の星座と木星** 今年も早いもので、もう12月。夜空には秋の星座を追いやるように、きらびやかな冬の星座や1等星が上がってきます。例年なら東の空に輝く「すばる」と、これを追うように上がってくるオレンジ色に輝くおうし座の1等星アルクトゥールスが目立つのですが、今年は1等星の“すぐ左”に、-2.6等星の木星がさん然と輝きます。この木星は7日に衝(しょう)を迎え、これから見頃の期間となります。さらにオリオン座、ぎょしゃ座、ふたご座も上がり、東の空は大賑わいです。毎年14日ごろにたくさんの流星を見せてくれる「ふたご座流星群」ですが、今年は15日に満月となる月が近くにあり、たくさんの流れ星をかき消してしまうでしょう。

さて、もう一つの見どころです。クリスマスの頃、夏の星座「はくちょう座」が十字架となって西に沈んでゆきます。サンタクロースになったつもりで眺めてみませんか。

## ～ 12月の星空 ～

- 1日(日) ● 新月
- 7日(土) 二十四節季 大雪
- 8日(日) 土星食  
→ 土星が月に隠される時間 18:22～18:54
- 9日(月) D 上弦
- 14日(土) ふたご座流星群が極大
- 15日(日) ○ 満月
- 21日(土) 冬至
- 22日(日) こぐま座流星群極大
- 23日(月) C 下弦
- 25日(水) 水星西方最大離角  
→ 夜明け前、水星が見つけやすくなる
- 31日(火) ● 新月

## ★ 12月中旬に見える秋冬の星座



「土星食」…月が天体を隠す現象を「星食」ます。今回は土星の惑星食。すばる(プレアデス)も時々月が通過していきます。

## ★★ お知らせ ★★

浪合パークでは、この10月からプログラム・利用料金等を変更いたしました。阿智村民の皆様は星空観賞会の入場料金を無料とさせていただきます。地元住民の皆様にも、阿智村浪合の星空の良さを知っていただきたいとの思いです。どうぞ、お気軽にお越しください。なお、定員制(120名)のため受付での申込みは必要です。その際、免許証等、住所のわかるもののご提示をお願いいたします。

☎ 浪合パーク TEL 0265-48-8555 (18:00～22:00)

○村営住宅の入居者募集 (応募締切12月10日、入居可能日1月6日～1月31日)

住宅名	家賃	間取り	地区名	条件等	募集戸数
市場住宅	32,000円	2LDK	清内路	古民家風住宅 (R6.9竣工) ・子どもを育てようとする方	1戸
備中原団地	24,000円	2LDK	伍和	世帯向け	1戸
洞 団 地	16,000円	1LDK	伍和	単身向け	1戸
中の瀬団地	19,000円	1LDK	浪合	単身向け	2戸
中の瀬団地	17,500円	1DK	浪合	単身向け	1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
宮の原団地	12,000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
向 団 地	23,000円	3LDK	浪合	世帯向け	1戸

今日の **お知らせ**



暮らす、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)

☒ 協働活動推進課 定住促進係 (内線 513)

**賃貸経営スタートアップ  
セミナーの開催について**

村内への定住者の確保を図ることを目的に、賃貸住宅建設への支援事業を準備し民間の賃貸住宅による「住まご」の確保を推進しています。多様化するライフスタイルに対応できる住宅が求められているなか、村営住宅だけでなく様々な賃貸住宅を提示できる環境が必要で、賃貸経営は、人口減少社会の中、村の課題解決につながる社会貢献事業のひとつです。そこで、賃貸住宅のことや経営を始めるにあたってのノウハウについて学ぶセミナーを開催します。

賃貸経営にご興味をお持ちの方、土地活用をお考えの方は、ぜひご参加ください。

▽日 時 令和6年12月19日(木)  
午後3時から

▽場 所 阿智村中央公民館  
▽その他 事前予約制です

**空き家の利活用**

9月に地方移住のマッチングフェアが東京国際フォーラムで開催されて阿智村も参加してきました。

当日は移住についての話を聞きに来られる方で会場はとても賑わっていました。



東京国際フォーラム

フェアに来られた方は移住先の住環境や生活、教育の事、お仕事等気になっていることを質問していかれたり、移住先でやりたい事を話していかれたり様々でしたが、やはり住環境や生活を気にされる方が多い印象でした。まずは一度阿智村に遊びに来てみてくださいとお声がけして春夏秋冬色んな見どころがありますよとお伝えしてきました。

実際移住するとなると住まいを探さなければなりません。村営住宅や一般の不動産物件の他、空き家の賃貸や購入も考えられます。

農業をやってみたい、農家さんのお手伝いしてみたいという方もいらっしゃるかもしれません。

今は空き家になっていてどうしようか困っている家や土地も利活用できるかもしれません。一度、定住促進係までご相談ください。



# 子育てカレンダー

令和6年 12月  
(2024年)

☎ 0265-45-1232 保健センター係 ☎ 0265-45-1230

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ☆★	3 ☆★	4 ☆★ ◎ひよっこ	5 ☆★ 『リフレッシュ講座』	6 ☆★ ◎まめっこ	7
8	9 ☆★	10 ☆★ 『クリスマス会』	11 ☆★	12 ★ ◎2歳児相談	13 ★	14
15	16 ☆★	17 ☆ ◎乳児健診	18 ☆★	19 ☆ ◎さくらんぼ、 つばみ教室 3歳眼科検診	20 ☆★ ◎すくすく広場	21
22	23 ☆★ うきうき	24 ☆★	25 ☆★	26 ☆★ 広場の大掃除	27 ☆ 広場の大掃除	28
29	30 年末休み	31 年末休み				

子ども広場開所日☆：午前9時～12時 ★：午後1時～3時 ◎：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。

12月26日(木)・27日(金)の子ども広場では年末の大掃除をします。普段使っている子ども広場を親子で楽しく掃除しましょう!



## 子ども広場 「クリスマス会」

日時：12月10日(火)  
10:00～

ちょっとしたプレゼントも  
あります。  
ぜひお越しください。



## おうちでクリスマスに親子で クッキーを作ってみませんか😊?

材料をポリ袋に入れて混ぜるだけ。※混ぜすぎると固くなります。

まとまったら、ポリ袋のまま冷蔵庫で30分程度寝かせます。好きな形にして、トースターで5～10分程度焼いたら完成です。

材料(約20枚分)

- ・小麦粉……………60g
- ・好きな砂糖………15g
- ・食用油……………20g
- ・豆乳or牛乳………10g



# チャレンジゆうAchi通信

令和6年12月1日～12月31日のスケジュール予定

No.183

日	月	火	水	木	金	土
<b>1</b>	<b>2</b> 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・吹奏楽) スキーシーズン券販売①	<b>3</b> 体幹トレーニング ソフトJrテニス 阿智中クラブ (野球・サッカー・ 女子バレー・柔道)	<b>4</b> ウィンターバスケット⑦ 木賊狂言教室 健康マージャン教室⑮ 阿智中クラブ(卓球) スキーシーズン券販売②	<b>5</b> 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・ソフトテニス・ 柔道・吹奏楽)	<b>6</b> 空手 阿智中クラブ (野球・女子バレー・ 卓球) スキーシーズン券販売③	<b>7</b> 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
<b>8</b> ソバ打ち 	<b>9</b> 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・吹奏楽) スキーシーズン券販売④	<b>10</b> 体幹トレーニング ソフトJrテニス 阿智中クラブ (野球・サッカー・ 女子バレー・柔道) 中国語教室	<b>11</b> ウィンターバスケット⑧ 絵画教室 子ども絵画教室⑮ 阿智中クラブ(卓球) スキーシーズン券販売⑤	<b>12</b> 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・ソフトテニス・ 柔道・吹奏楽)	<b>13</b> 空手 阿智中クラブ (野球・女子バレー・ 卓球) スキーシーズン券販売⑥	<b>14</b> ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳
<b>15</b> 能楽教室 ～謡曲(謡)～	<b>16</b> 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・吹奏楽)	<b>17</b> 体幹トレーニング ソフトJrテニス 阿智中クラブ (野球・サッカー・ 女子バレー・柔道)	<b>18</b> 木賊狂言教室 健康マージャン教室⑯ 阿智中クラブ(卓球)	<b>19</b> 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・ソフトテニス・ 柔道・吹奏楽)	<b>20</b> 空手 阿智中クラブ (野球・女子バレー・ 卓球)	<b>21</b> 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
<b>22</b>	<b>23</b> 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・吹奏楽)	<b>24</b> 体幹トレーニング ソフトJrテニス 阿智中クラブ (野球・サッカー・ 女子バレー・柔道) 中国語教室	<b>25</b> 絵画教室 阿智中クラブ(卓球)	<b>26</b> 太極拳・八極拳 阿智中クラブ (サッカー・ソフトテニス・ 柔道・吹奏楽)	<b>27</b> 空手 阿智中クラブ (野球・女子バレー・ 卓球)	<b>28</b> ミニバス バスケットボール 太極拳・八極拳
<b>29</b> 年末年始休み 12/29～1/3	<b>30</b>	<b>31</b>				

## 12月のインフォメーション

### 「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・パラスポーツを紹介し、その楽しさを味わいます。種目紹介の入ったチラシは中央公民館にあります。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。

- 期日 令和7年1月15日(水)～水曜日 全8回 ●時間 19時30分～20時45分 ●会場 阿智中学校体育館
- 種目 1月15日(水) パラスポーツ 「ポッチャ」 1月22日(水) ニュースポーツ 「モルック」
- 1月29日(水) ニュースポーツ 「ピックルボール」 指導者 山崎孝宏さん
- 2月 5日(水) ニュースポーツ 「スラックライン」 2月12日(水) パラスポーツ 「シットティングバレーボール」
- 2月19日(水) ニュースポーツ 「タグラグビー」 2月26日(水) ニュースポーツ 「ドッジビー」
- 3月 5日(水) パラスポーツ 「パラアイスホッケー」 指導者 吉川守さん

### ヘブンスそのはらスキー場 スキーシーズン券

チャレンジゆうAchi会員 限定販売  
ヘブンスそのはらスキーシーズン券(2024-2025)を販売します。  
今年度より、スノーボード全面滑走可能となります。  
日時 12月1日～15日 月・水・金曜日 17時00分～19時00分  
※事務局がいる時は、平日日中も可  
料金 村内の方 11,000円 +手数料300円  
村外の方 21,000円 +手数料300円  
会員(年会費2,000円)にお入りいただく必要があります。  
備考 申込書は事務局(中央公民館内)にあります。

### 村が開催する「福祉と健康のつどい」に参加します

中学校体育館で所有するトレーニング用具を使い、体幹を程よく刺激するエクササイズと握力と長座体前屈を実施します。  
日時 12月1日(日) 10時～12時、13時～16時  
会場 阿智村中央公民館 ホール

### スポーツ講座「スキー教室」を開催します

本年度のスキー教室を、下記のように開催します。  
ウインタースポーツを楽しんでみませんか。  
日時 1月11日(土)、18日(土) 9時00分～12時00分  
会場 ヘブンスそのはらスキー場  
対象 小学校2年生以上 費用 1,000円 2回分  
※積雪等の状況により、開催できない場合があります。

●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 ☎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)