



広報 あち

おしらせ版 11月

令和7年 2025.11 No.146

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)5,886人 男 2,862人 女 3,024人 (世帯)2,418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、水を夜のうちに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め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)にあり)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。
■ 環境課 水道係(内線252)

薪の青空市を開催します

支障木等の伐採木を希望者へ有償でお分けします。希望者は事前に申込みのうえ、開催時間内に運搬してください。材長1・2m程度を各自必要な長さに切って積み込み、計量機で測定し、応分の金額を現場でお支払いいただきます。雨天は中止します。

※チェンソーや運搬車両は各自で用意ください。材がなくなり次第終了となります。目立ての仕方やチェンソーの疑問点

●●●今月の主な内容●●●

- 2 総務省 スマホ講習会について
- 3 役場窓口での休日・夜間の証明発行及びごみ袋等の販売廃止について
- 4 秋のクマに注意!
- 5 婚活イベント参加費補助金
- 6 令和7年12月2日から従来の健康保険証は使用できなくなります
- 8 七久里開発事業について
- 9 阿智村マッチボックス
- 10 地域おこし協力隊新聞
- 12 防災コラム(地震火災を防ぐポイント)
- 14 学校のあり方検討委員会
- 16 阿智☆昼神観光局 PICK UP
- 18 税からのお知らせ
- 21 いきいき健康長寿
- 22 こどもまんなか月間
- 24 阿智家族(住宅情報)
- 25 子育てカレンダー
- 26 チャレンジゆうAchi通信

などお答え致しますので、お気軽にお立ち寄りください。

▽日時 令和7年12月21日(日)
午前9時～正午

※毎月第4日曜日に開催しています
が、天候等の都合により中止させていただきます。

▽場所 阿智村 智里 628番地1
(旧阿智生コン敷地)

▽内容 針葉樹 広葉樹 その他

▽価格 8～15円/kg

▽申込み・問い合わせ
(樹種により変わります。)

阿智村役場 建設農林課

電話 0265(43)2220

FAX 0265(43)3940

販売作業

NPO法人あち森(作業委託)



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

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。どんなに何回でも受講できますので、ぜひお申し込みください。

いろいろ学べる、 スマホの使い方

- ・「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。講座内容によっては、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。



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

○各講座の開催時間

午前10時30分～午後3時30分まで

【午前10時25分集合】

【昼休：12時30分～1時30分】

○定員

各会場 定員12名（先着）

○持ち物

筆記用具

ご自身のスマートフォン

○お申し込み・お問い合わせ

総務課 企画情報係

電話 0265(43)2220



令和7年 12月 開催日程

日程	講座内容	場所
12/1 (月)	●新しくアプリをインストールしてみよう ●メッセージアプリを使おう (LINE) ●スマートフォンで確定申告 (e-Tax) をしよう ●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	中央 公民館
12/2 (火)	●地図アプリを使おう ●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 ●ハザードマップポータルサイトで様々な災害リスクを確認しよう ●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	

農業委員会総会について

10月28日(火)に農業委員会総会が開催され、以下のとおり承認されました。

【審議事項】

農地法第3条による許可申請書
審議について

(農地売買 3件)
農地法第5条による許可申請書
審議について

(所有権移転1件)

【協議事項】

農用地利用集積等促進計画について (15件)

非農地申請について (2件)

問 農業委員会事務局

(内線263)

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

役場窓口での休日・夜間の証明発行及びごみ袋等の販売廃止について

マイナンバーカードによる証明書のコンビニ交付の普及やコンビニ等で支払える税・料金等の範囲の拡大により、役場窓口での休日・夜間の証明書発行件数や現金取扱い件数が減少しているため、令和7年11月17日（月）から、宿日直者が対応していた証明発行業務及び現金の取扱いを廃止いたしました。

※開庁時間内（平日午前8時30分～午後5時15分※年末年始除く。）は、今までどおり対応します。

◎ 休日・夜間の証明発行及び現金取扱い廃止日 令和7年11月17日（月）

◎ 令和7年11月17日（月）以降の休日・夜間の取扱い

役場窓口で取扱わなくなるもの	休日・夜間に必要なときは…
住民票、印鑑証明書の発行	・マイナンバーカードをお持ちの方は、年末年始を除き、毎日午前6時30分から午後11時まで、全国のコンビニエンスストア等で証明書の取得が可能です。 ・毎週水曜日は、午後7時まで夜間窓口を開設しています。
各種ごみ袋、粗大ごみ証紙、焼却灰証紙、し尿汲み取り券の販売	・村内各販売店で販売しています。（詳しくは、家庭ごみ分別ガイドをご確認ください。）
バス券の販売	・湯ったり～な昼神、三枘（ピア内）で販売しています。
税金や料金等のお支払い	・コンビニ等で税・料金等のお支払いが可能です。・税金については、各支払いサイトやスマートフォン決済アプリ等でもお支払いいただけます。・毎週水曜日は、午後7時まで夜間窓口を開設しています。

※戸籍の各種届出（出生、死亡、婚姻等）及び火葬許可書の交付は、引き続き24時間対応します。

◎ 令和7年11月17日（月）以降の休日・夜間の取扱い

日 時	業 務 内 容
毎週水曜日 午後5時15分 ～ 午後7時00分 （祝日・年末年始は除きます。）	・戸籍に関する証明発行 （本籍が阿智村のもののみ。広域交付は対応できません。） ・住民票に関する証明発行 ・税に関する証明発行（法人は除きます。） ・印鑑登録 ・印鑑登録証明書発行 ・住所変更に関する届出（転入届、転居届、転出届） ・国民健康保険の資格取得、喪失 （届出の受付のみ。資格確認書等は後日交付します。） ・マイナンバーカードの申請、受取、更新、暗証番号の再設定 ・税金や料金等のお支払い

秋のクマに注意！

秋のクマは、冬眠に備えて脂肪を蓄えるため、エサを探し回ります

秋のクマは、冬眠に備えてブナ、ミズナラ、コナラ、クリなどのドングリ(堅果)をはじめ、ヤマブドウなど山にある食べ物を昼も夜も探して食べ続けます。ドングリ等が不作の年は、エサを求めて人里に出没し、カキやクリを食べることもあります。※令和7年度堅果類豊凶調査の結果では、南信州地域は「並作」と判定されています。

11月中旬頃から、ツキノワグマは冬眠期に入ります

冬の間は食べ物がないため、クマは11月中旬頃から概ね12月末までに、冬眠をはじめます。倒木の根元、木の根と地面とのすき間、岩穴、樹洞などのほか、背丈の高い笹やブの中などで冬眠しますので、入山時は近寄らないようにしましょう。

ツキノワグマは冬眠中に産卵し、3月下旬頃に目覚めて活動を始めます

冬眠前にドングリ等を十分に食べ、栄養を蓄えたメスは、冬眠中に1〜2頭の子熊を出産します。3月下旬頃、飲まず食わずで冬眠から目

覚めたクマは、食べ物を探して山中を動き回ります。出産したクマは子連れとなり、神経質になっています。

クマと遭遇しないよう次のことに注意してください

◇里地にクマを寄せ付けない対策を
・秋には、カキやクリ、リンゴなど豊かな実りがありますが、放置してしまうとクマを引き寄せてしまいます。収穫しない果樹はあらかじめ伐採したり、畑や果樹園等の周囲には電気柵を設置するなど、クマを寄せ付けない対策をとりましょう。

・生ゴミは、クマにとって栄養価の高い食べ物です。一度餌付いてしまつとその場所に執着するようになり、人に見つかることを恐れなくなるなど、人身事故の危険性が高まります。生ゴミを長時間屋外に放置しないように適切に管理をしてください。

*クマを引き寄せるもの
漬物、廃油、油性塗料、燃料等



◇山及びその付近での対策

朝夕の行動は避け、複数人で行動する

・朝夕はクマが活発に活動します。この時間帯に山中に入ることは避けましょう。

・一人ではなく、複数人で行動しましょう。

クマ鈴、ラジオ、笛などを携帯する

・クマは聴覚や嗅覚が人より優れています。クマ鈴、ラジオ、笛など音の出る物を鳴らしながら、クマに人の存在を知らせる対策をしましょう。

・釣りやキャンプで渓流沿いを移動する場合は、水の音でクマも人もお互いに気付かず、思わぬ距離まで接近してしまうことがあります。またキノコ採りで山中に入る時は、夢中になりすぎないように注意しましょう。

・クマ鈴等は万能ではありません。過信せず、周辺の気配に注意しましょう。

クマのいる場所に近づかない

・山中はクマの生息地で、どこにいてもおかしくありません。クマの足跡や糞などを見つけたら、それ以上近づかず引き返しましょう。

☆ツキノワグマ情報マップ

長野県ではツキノワグマ目撃情報収集アプリ「けものおと2」を導入

しています。

こちらのアプリでは県内、阿智村内のクマの目撃情報を確認できます。地図上にクマの目撃箇所を表示しているため、視覚的に分かりやすくなっています。

ダウンロード

「けものおと2」はスマートフォン向けアプリです。お持ちのスマートフォン対応のストアからダウンロードいただけます。

※詳しくは長野県のサイト「ツキノワグマ情報マップ」をご覧ください。

(<https://www.pref.nagano.lg.jp>)



阿智村
在住者
限定

イベント参加費を

補助します

婚活イベント 参加費補助金

01

イベントに参加する

参加予定のイベントが補助金の交付対象か確認して、イベントに参加します。
※領収書をお忘れなく！

02

申し込みフォームから申請する

イベントから3ヶ月以内にフォームに入力して申請します。

【申請時必要なもの】

- ・領収書 ・本人確認書類 ・振込先口座がわかるもの
- ・参加したイベントがわかるもの(チラシ、スクショ)

03

補助金が振り込まれる

指定した口座へ補助金が振り込まれます。

- ・5,000円上限／回
- ・年2回まで申請可能

詳細・申請フォームは
村HPから



お問い合わせ先

阿智村役場 協働活動推進課 協働活動係

☎ 0265-43-2220

✉ kyodo@vill.achi.lg.jp

令和7年12月2日から従来の健康保険証は使用できなくなります

とっても
カンタン！

医療機関等を受診の際は マイナンバーカードをご利用ください

1 受付

マイナンバーカードを
カードリーダーに
置いてください。

カードリーダーで
マイナンバーカードを
保険証として登録
できます！

2 本人確認

顔認証または
4ケタの暗証番号を入力してください。

顔認証 暗証番号

or

3 同意の確認

診察室等での診療・服薬・健診情報の
利用について確認してください。

同意の情報を
利用いたします

同意の情報を
利用いたします

4 受付完了

お呼びするまでお待ちください。

カードを忘れずに！

！ マイナンバーカードを健康保険証として利用する（マイナ保険証）ための登録が
まだの方は、以下2つの準備をお願いします。

STEP 1.

マイナンバーカードを申請

■申請方法は選択可能です

- ①オンライン申請
(パソコン・スマートフォンから)
- ②郵便による申請
- ③まちなかの証明写真機からの申請



STEP 2.

マイナンバーカードを健康保険証として登録

■利用登録の方法

- ①医療機関・薬局の受付
(カードリーダー)で行う
- ②「マイナポータル」から行う
- ③セブン銀行ATMから行う



マイナンバーカードを使うメリット

より良い医療を受けることができる

過去のお薬情報や健康診断の結果を見られるようになるため、身体の状態や他の病気を推測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。事故や災害ににも、お薬情報が共有されて安心です。

手続きなしで高額医療の限度額を超える支払を免除

限度額適用認定証等がなくても、高額医療費制度における限度額を超える支払が免除されます。

マイナ保険証での受付が出来ない場合

マイナ保険証を利用する際に、顔認証付きカードリーダーの不具合など何らかの事情で資格確認を行えなかった場合も、以下のような対応で資格確認を行います。



マイナンバーカードを提示したが、**受付が出来ない**

ご提示可能な場合

マイナポータル画面

※マイナポータルからダウンロードしたPDFファイルも可



※追加で健康保険証の提示は不要

資格情報のお知らせ

資格情報のお知らせ ●●組合

氏名 山田花子
負担割合 3割

受診の際
マイナ保険証が必要

※追加で健康保険証の提示は不要

ご提示できない場合

再診の場合

口頭確認

**施設側で
資格確認に
必要な情報を
把握していれば、職員より
口頭で確認**

初診の場合

被保険者資格申立書

被保険者資格申立書

署名 山田太郎

※職員より用紙を受取り
記入してください

資格情報のお知らせ ってなに？

資格情報のお知らせ (保険者名) (保険者番号)

あなたの加入する健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします。
なお、このお知らせのみでは受診できません。

記号 000	番号 00000000
氏名 山田太郎	支店 太郎 (支店) 00
負担割合 70歳以上の高齢者	〇割
適用開始年月日 令和〇年〇月〇日	手続〇年〇月〇日

※70歳以上の高齢者、有期期間、受給開始日を記載。(下部の切り取り箇所も同様に記載)

スマートフォンをお持ちの方は、下記のQRコードからマイナポータルにログインすることで、ご自身の健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。

— マイナポータルへのアクセス・ダウンロードはこちら —

マイナ保険証の読み取りができない例外的な場合にはスマートフォンでの資格情報画面をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます。(スマートフォンをお持ちでない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の受付で提示することで受診いただけます。)

資格情報のお知らせ
令和〇年〇月〇日発行
(保険者番号)
記号 000 番号 00000000 (支店) 00
氏名 山田太郎
負担割合 〇割 (70歳以上の高齢者)
※読み取りにはマイナ保険証が必要となります。

- マイナ保険証をお持ちの方に、申請によらず交付される書類です。
- 単体では受診はできません。何らかの事情で資格確認を行えなかった場合に、マイナンバーカードとセットでご提示ください。

被保険者資格申立書 ってなに？

被保険者資格申立書

資格の届出を受理していただき、健康保険等の資格取得を希望する方へ、下記の通りお申し込みください。

1. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

2. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

3. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

4. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

5. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

6. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

7. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

8. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

9. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

10. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

11. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

12. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

13. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

14. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

15. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

16. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

17. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

18. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

19. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

20. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

21. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

22. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

23. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

24. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

25. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

26. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

27. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

28. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

29. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

30. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

31. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

32. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

33. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

34. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

35. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

36. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

37. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

38. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

39. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

40. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

41. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

42. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

43. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

44. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

45. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

46. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

47. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

48. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

49. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

50. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

51. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

52. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

53. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

54. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

55. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

56. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

57. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

58. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

59. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

60. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

61. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

62. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

63. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

64. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

65. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

66. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

67. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

68. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

69. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

70. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

71. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

72. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

73. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

74. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

75. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

76. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

77. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

78. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

79. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

80. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

81. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

82. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

83. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

84. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

85. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

86. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

87. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

88. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

89. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

90. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

91. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

92. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

93. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

94. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

95. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

96. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

97. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

98. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

99. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

100. 資格取得を希望する方へお申し込みください。

- 初診の医療機関・薬局にて、何らかの事情で資格確認ができなかった上、マイナポータル画面や資格情報のお知らせを持ち合わせていないときに、ご記入いただく書類です。

七久里開発事業について

令和4年にリニア工事発生土を利用した村主体による開発の事業化を決定し、地質調査・環境調査等を経て計画の概要が固まりました。

この事業は、村内や近接地域からの働く場づくりとして、工場団地の造成を目的としています。村では、若者の転出と人口減少が大きな課題となっており、進学等により転出した若者が、地元の魅力を感じ安心して戻ってこられる環境づくりが求められています。

長野県内の平均的な製造業の立地面積、雇用人数から推計すると、4から5の事業所、約500人の雇用創出が期待でき、若者の進路の選択肢にも大きく影響します。

また、リニア工事発生土の有効活用、近隣工場や飯田市山本で計画されている産業団地との連携による産業の集積化、また飯田山本インターに隣接し、三遠南信自動車道や飯田南バイパスの開通など交通ネットワークの利便性向上など、阿智村にとっては千載一遇のチャンスであり

この事業を推進します。

開発事業の概要は、七久里地区の二つの洞を埋立て、平場を造成するものです。（下記の計画図をご参照ください。）

事業範囲は約19ヘクタール、うち、造成エリアが約14ヘクタール、環境保全エリアが約5ヘクタール。盛土量は約100万立方メートル、最大盛土高は約22メートルになります。

開発により新設する幹線道路は、七久里交差点を起点とした南北と、株式会社KOAさんから飯田市へ向かう東西方向の2路線で、工業用の規格に基づく構造で計画します。

また、事業計画地内に県条例により指定されている希少植物等の自生が確認されたため、環境保全エリアを設け、造成に必要な調整池の他、希少な動植物を保全するための自然公園を整備します。

工事にあたっては、大量の発生土運搬を予定するため、工事車両が通過する集

落への影響をできる限り低減するため、3路線の工事用進入路の整備を計画しています。

今後当面の間は、村の委託業者が改めて事業予定地へ立ち入り、測量・調査を行う予定です。

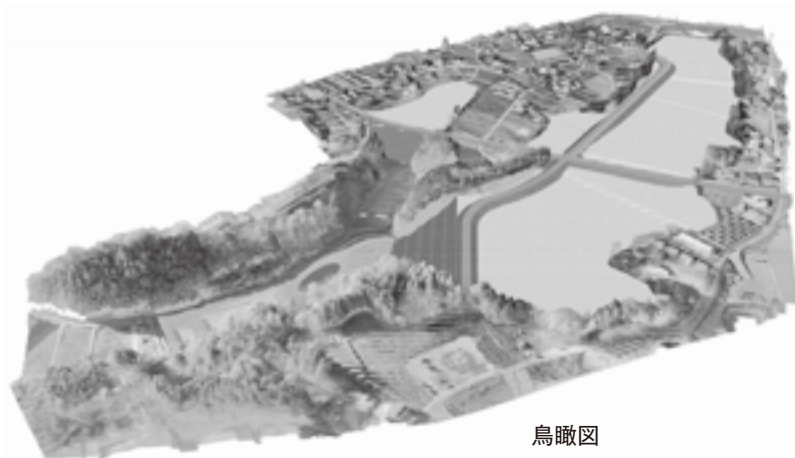
あわせて、詳細設計、各種行政手続きを進め、それらの進み具合で工事着手の時期も決まってきます。また、環境保全のための希少動植物の

移植・それらのモニタリングや、地下水の水位・水質調査を継続して行います。

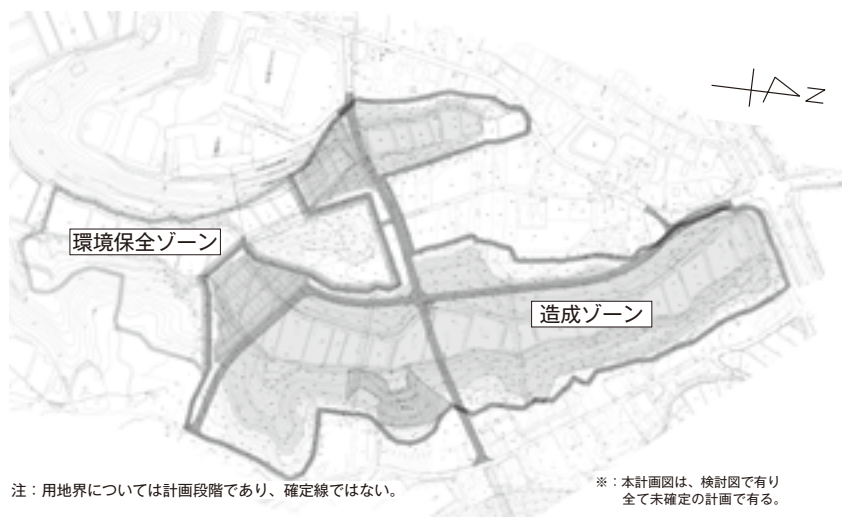
11月5日(水)には、七久里開発事業計画の造成と工事用進入路に関する地権者説明会を開催しました。引き続き、関係する皆様への説明会を順次開催してまいります

【リニア・まちづくり課

(内線284)



鳥瞰図



計画平面図（道路計画）

注：用地界については計画段階であり、確定線ではない。

※：本計画図は、検討図で有り
全て未確定の計画で有る。

★ 阿智村マッチボックス

powered by matchbox

阿智村公式

＼あなたの空き時間が地域の力に！／

単発 お仕事 探しサイト



スマホで
かんたん登録
3分



星乃 ももか

あなたの空き時間が地域の力に！

近隣
市町村の方も
大歓迎！

1日単位で数時間からはたける「阿智村内」の単発求人をたくさん掲載中。
すぐ働いて、すぐお給料がもらえる、阿智村公式の新しいサービスです。

1. スキマ時間でも はたける！



勤務時間は応募時に調節可能！
最小5分刻みで選べるからご自身に合った
働き方ができます。
※一部、時間調整ができない求人があります。

2. 気軽に使いやすい！

履歴書/面接
不要

お給料
即払い

履歴書/面接不要で、働いた分のお金がすぐに
貰えるからタイミングを気にせず始められます。

3. 未経験でも応募できる 求人がたくさん！



やりたかったお仕事にも気軽に
チャレンジできます。

※こちらの職種ラインアップはイメージです。

「阿智村マッチボックス」を始めよう！

お仕事の
流れ



会員登録

公式サイトから
簡単3分で完了！



応募

好きな求人を
選んで応募！



勤務

時間がかぶっている求人にも
何件応募してもOK！
採用確定後に他の応募が自動
キャンセルされます。



勤務提出

勤務時間を
入力して簡単送信！



給与受取

即払い申請で好きな時に
お給料を受け取れる！

☎ 阿智村役場 商工観光課 0265-43-2220 (内線 283)

令和7年
11月号

地域おこし 協力隊新聞



阿智村産業振興公社
熊谷 萌

今年の秋は本当に働く短かったですね。秋の味覚を楽しみながら日々をまったりすごしていた学生時代が懐かしいです。

私は毎年のことながら天気予報をよく見ていなかったため、衣替えが追いつかず何度か袖の短い服や薄い服の上にダボツとした作業着を着て凍えながら過ごしていました。

衣替えの作業をしながら「来年はいつそ夏専用クローゼットと冬専用クローゼットを横に2つ並べて1年中服を出しておけば楽なのかなあ」なんてぼんやりと考えていましたが、複数あっても邪魔だろうし、きつと来年の今頃も凍えながら過ごしているだろうなって思います。

いっそそれを機に代謝の良い体作りを目指してみようかと思えます。ありがたいことに冬は鍋料理をはじめ

めに干し柿や干し芋、みかんなどの農作物本来の甘味や旨味を多く享受できる季節なのですべてを享受しその分頑張つて動けたら動こうと思います！

最近、秋ごろから今の時期に至るまで嬉しいことがありました。

それは、様々な地域の物販イベントに参加したり、お客さんから直接お話を聞いたりした際に、リピーターさんや口コミを聞いて来てくださった方が増えてきているのが実感できたことです。特にわかりやすいのは、お客さんの一言目が「この村、星が綺麗らしいよ」から「この野菜、去年買って美味しかったのよ」、「今年も来てくれるのを待ってた」など阿智村の店を目当てに来てくれるような言葉に変わりました。夏、秋は特に県外での大規模のイベントが多かったのですが、そんな中でも阿智村を身近に思ってくれる方、好んでくれる方が増えていることが知れて何よりも嬉しかったです。

今ある縁がより強靱になり、最前線で頑張ってくれている阿智の農家さんがもっと頑張れる環境になれば良いなと思いました。



建設農林課
小田 智

阿智村の皆様、こんにちは。

今回は、以前ご報告した「ペットフードの鹿肉ジャーキー事業」の進捗などについてお知らせいたします。智里東地区へ移転したジビエ加工施設は、九月上旬に無事に運営を開始いたしました。

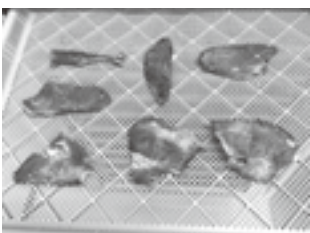
加工施設へは、地元の猟友会の方々のご協力を得て、有害駆除された鹿は、二頭以上も搬入される日もあり、私も解体のお手伝いをしております。

地域おこし協力隊として阿智村に着任するまでは、ほとんど料理をすることもなかったため、解体の際の包丁の扱いには苦労しております。

この時期の鹿は脂が多く、一頭作業をすると包丁に脂が付着して、思うように皮などを切ることが出来なくなってしまう。加えて、包丁研ぎの技術も未熟なため、その点も改善していくことが今後の課題です。解体作業を担当される役場の方は、

とても手際がよく短時間で作業を完了されるので、鹿肉の品質は食肉としてとても良い状態です。

さて「ペットフードの鹿肉ジャーキー」の作成状況ですが、「令和七年度 長野県地域発元気づくり支援金」を活用して導入した乾燥機を用いて試作をしております。テストターをしていただける方に、出来上がったジャーキーの試作品をお渡ししてワンちゃんに食べてもらったところ、概ね良い評価をいただいておりますが、改良すべき点もまだ色々ありますので、品質向上を目指して試作を続けて、年内の商品化を目標にしておりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。





阿智村産業振興公社
山田 正剛

こんにちは、地域おこし協力隊の山田です。秋も深まり、朝晩は少し肌寒を感じる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

先日、市田柿の収穫がついに始まりました。畑一面に実った柿畑の風景が、とても美しいですね。最近の活動は、この収穫シーズンに向けての準備作業が中心でした。

主な活動は、収穫した柿を干すための加工施設の組み立てです。単管パイプを一本一本組み上げて骨組みを作るところから始め、基礎となる水平と垂直を正確に出す作業には苦労しましたが、安全に、しっかり支えられるよう、丁寧に進めました。また、収穫作業を効率的に進めるために、事前に柿畑の草刈りを済ませたり、収穫した柿を入れるコンテナを一つひとつ洗浄したりと、準備を整えました。作物を育てるだけでなく、こうした一つ一つの準備作業が美味しい市田柿づくりに繋がっているのだと改めて実感しています。



そのほか、今月は研修で阿南町の花井農家さんを見学させていただく貴重な機会もありました。初めて花卉栽培の現場に訪れ、花卉の品種や営農の説明、経験談を聞けて、とても新鮮な経験となりました。これまでに野菜や果樹の勉強をしてきましたが、花卉にまで目を向けると、選択肢が増え、安定経営に繋がるのではないかと感じました。

これから収穫と加工作業の忙しい日々が始まります。市田柿の生産に少しでも貢献できるよう、一つ一つの作業に心を込めて取り組んでまいります。どうぞよろしく願います。

ビニールハウスの地面を整地し、きれいにシートを敷いた上に、干場を単管パイプで組み、柿剥き機を設置しました。市田柿づくりに使用する様々な、しかも大量の道具もきれいに洗浄しました。市田柿については、南信地方の特産品として有名で、兵庫県に居た時にもスーパーでよく見かけてはいたものの、正直、干し柿自体あまり好きでなく、買ってま



阿智村産業振興公社
松浦 未洋

で食べたいとも思ったことがなく、特に手に取ることもありませんでした。(実家の父が自宅の柿を干して自作の干し柿をくれるのですが...)こちらに来て、はじめて市田柿をいただくことができました。とてもおいしく、全くの別物。そのまま食べてもおいしく、クリームチーズやヨーグルトと一緒に食べても抜群でした。おいしい干し柿を作るのをとても楽しみにしながら日々の作業を進めています。

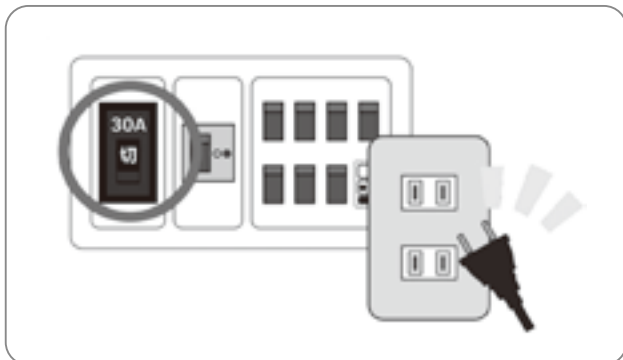
☆庭先においていたスリッパがなくなる事件が発生しました。

はじめはどこかに飛んでしまったかと思って、草むらや風の吹きだまりになりそうな所など周辺を探してみましたが見当たりませんでした。再度スリッパを購入し、一度履いただけで、次の日に片方が。翌日もう片方が消えました。私の熱烈なファンがとっていったのだと思います。夜、私のスリッパを履いてうろつく狐(たぬき?)と出会うのを楽しみにしています。

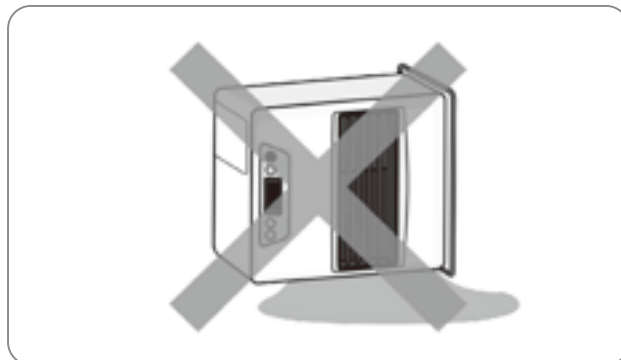


☑ 地震直後の行動

- ☐ 停電中は電気器具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

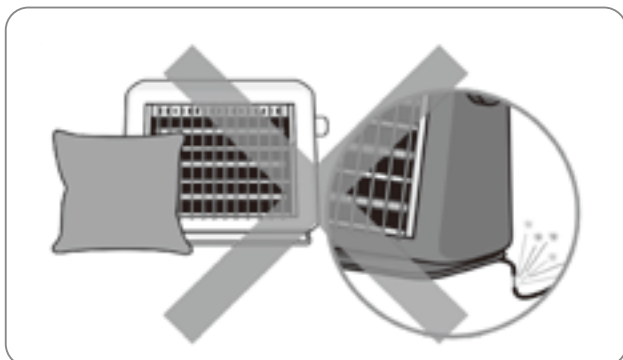


- ☐ 石油ストーブや石油ファンヒーターからの油漏れの有無を確認しましょう



☑ 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）



☑ 日頃からの対策

- ☐ 消防団や自主防災組織等へ参加しましょう



- ☐ 地域の防災訓練へ参加するなどし、発災時の対応要領の習熟を図りましょう



消防署からのお知らせです

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？

事前の対策

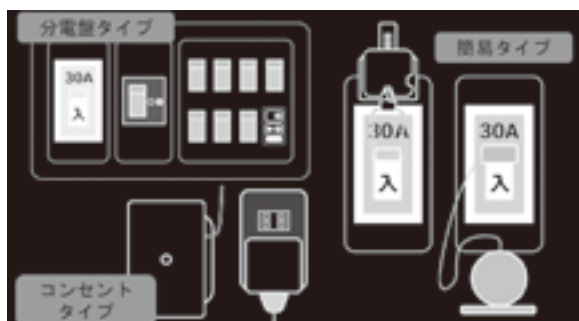
☐ 住まいの耐震性を確保しましょう



☐ 家具等の転倒防止対策(固定)を行いましょう



☐ 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



☐ 住宅用火災警報器を設置しましょう



※交換の際は連動型住宅用火災警報器などの付加的な機能を併せ持つ機器へ交換しましょう。
※設置場所については市町村条例で定められています。

Q4 不登校や特別支援教育等の課題にどのように取り組むのですか？

A4

義務教育学校では、不登校児童生徒のいわゆる中1ギャップの軽減を図る側面もあり、学びの多様な学校制度を活かした学級を設置することを検討しています。校内だけではなく、現状の教育支援センターや集いの場「ひなたばた」などと連携しながら支援していくことで、その子に応じた学びの場作りを考えています。特別支援教育についても、学校だけでなく児童生徒支援ネットワーク会議を中心に、こども家庭センターや関係行政機関との連携を図っていくことが重要だと認識しています。

Q5 新たな学校ができるまで（移行期）の子どもたちの学びの保障は？

A5

義務教育学校への移行については、児童生徒や保護者への十分な説明をするため慎重に進めてほしいというご意見や、すでに極少児童数になっている学校では、移行期から他校との交流や合同授業など学びの保障を積極的に取り入れてほしいというご要望が寄せられています。校長会と相談のうえ、できる限り早急に他校との交流や合同授業の実施、ICT 機器の活用など、教育環境の変化に対応できる支援体制を今まで以上に整えていきます。

Q6 小学校の校舎等の後利用はどうするのですか？

A6

現時点では、小学校施設等の後利用について検討しているわけではありません。答申が示された後、次年度以降に考えていく重要な課題であると捉えています。地区懇談会でも現在の小学校施設は、地域振興や災害時の避難所として機能しているところが多く、村行政と共に検討していく必要があるというご意見をお聞きしています。それぞれの地区自治会の皆さまや行政等関係機関と一緒に後利用を検討していくことが必要だと考えています。

保育園・小学校保護者懇談会開催のお知らせ

地区懇談会では、子育て世代である保護者の皆さまの声を聞いて、これからの学校をより良いものにしてほしいというご意見を伺いました。

少人数による意見交換の時間も設けますので、義務教育学校に移行するうえでの質問や希望、要望等をお聞かせいただきたいと思います。多くの皆さまのご出席をお待ちしております。

	開 催 日	時 間	会 場
清内路小学校 清内路保育園	11月17日(月)	午後4時～5時	清内路小 ランチルーム
第二小学校 伍和保育園	11月20日(木)	午後6時30分～7時30分	第二小 プレイルーム
第三小学校 智里東保育園	11月21日(金)	午後4時40分～5時40分	第三小 ランチルーム
第一小学校 あふち・智里西保育園	12月2日(火)	午後3時～4時	第一小 集会室
浪合小学校 浪合保育園	12月3日(水)	午後6時30分～7時30分	浪合小 ランチルーム

阿智村教育委員会学校教育係（担当）学校教育専門主事 松 澤 徹
 (電話) 0265-45-1231 (FAX) 0265-45-2126 (E-mail) kyoiku@vill.achi.lg.jp

教えて Part6

第2回 地区懇談会 パブリック・コメント

ご質問・ご意見Q&A

阿智村教育委員会

第2回地区懇談会には115名の皆さまに参加いただき、また、第2回パブリック・コメントには21件の貴重なご意見をお寄せいただき、ありがとうございました。

ご意見は、あり方検討委員会に伝え、答申に活かさせていただきます。寄せられたご質問・ご意見につきましては、教育委員会としてできる範囲で回答をさせていただきます。



Q1 答申が提出された後の教育委員会のスケジュールはどうなりますか？

A1

令和7年度末までには、あり方検討委員会から答申をいただけるものと考えています。その後、令和8年度の早い段階で、次の義務教育学校設立準備委員会（仮称）を立ち上げ、校舎・教育内容・通学方法・地域連携等の部会で、具体的な学校づくりを検討していただきます。学校関係者・保護者・行政・自治会関係者のほか、有識者や公募による委員の参加も検討しています。最短で令和13年4月開校を想定しているところです。

Q2 統合により学校がなくなる地区の地域振興はどのようにになりますか？

A2

地区懇談会では、学校があつての地区であり、学校がなくなってしまうと地域が衰退してしまうのではないかと心配されるご意見がありました。一方で、地域の学校が廃校となった経験から、学校がなくても地域住民と子どもたちのつながりを強め、公民館や観光業と連携し、住民が協力して活気ある地域づくりを進めてきていることを紹介してくれた地区もありました。

あり方検討委員会では、まずは、未来を担う子どもたちにとっての学校のあり方について検討をしてきましたので、義務教育学校となった後の地区の地域振興については、教育委員会だけでなく行政や自治会、地区住民等幅広い皆さまと連携して検討していくことが必要だと考えています。

Q3 現在の学校と地区とのつながりを維持していくためには？

A3

それぞれの地区の住民と関わり、地域の自然や文化、伝統を学ぶことができる現在の教育環境を守ってほしいというご要望をお聞きしました。また、子どもを育てるのは地域であり、価値ある大人と関わる機会をつくるのが大事だといったご意見もありました。

阿智村スクールコミュニティ構想は、現在各学校で地域の方と共に実践しているつながりを、阿智村としてそれぞれの地区とつなぎ、学校を核として阿智村全体を一つの学びの場とする地域コミュニティを考えています。この考え方をどのように具現化して子どもの学びに繋げていくのか、住民の皆さまのご意見ご協力をいただきながら検討してまいりたいと存じます。



昼神温泉 ～忘新年プラン～

2025年12月1日(月)～2026年3月31日(火)の期間、昼神温泉にて「忘新年プラン」を実施いたします。忘新年に昼神温泉でのんびり過ごす贅沢なプランをご用意しました。宿泊だけでなく日帰りの特別プランもご用意しておりますので、村民の皆様もご家族や友人、大切な人と昼神温泉をお楽しみください！

昼神温泉 (特別) 忘新年 プラン

2025 WINTER

12/1 31

昼神グランドホテル 天心 ☎ 0265-43-3434 平日4名様以上1室 17,600円 10名様以上から 7,700円	ユルイの宿 恵山 ☎ 0265-43-3188 平日4名様以上1室 15,400円 8名様以上から 8,800円	懐石と卯ぼたの宿 吉弥 ☎ 0265-43-2000 平日4名様以上1室 16,500円 10名様以上から 6,600円
南風の宿 清風苑 ☎ 0265-43-4141 平日4名様以上1室 17,600円 10名様以上から 7,000円/6,000円	日長庵 桂月 ☎ 0265-43-3500 平日4名様以上1室 15,400円 10名様以上から 6,800円/8,800円	阿智村保養センター 鶴巻荘 ☎ 0265-43-2320 平日4名様以上1室 12,500円 15名様以上から 5,500円
おとぎ亭 光風 ☎ 0265-43-9211 平日4名様以上1室 23,100円 通常より10%割引 オールイングループ	昼神の楼 玄竹 ☎ 0265-43-6111 平日2名様1室 44,000円～ 冬の天然温泉プラン	野熊の庄 月川 ☎ 0265-44-2321 平日4名様以上1室 15,400円 6,600円

阿智☆昼神観光局 ☎ 0265-43-3001

〒395-0304 長野県下伊那郡阿智村阿智338-05 hirugamionsen.jp

伍和の大豆「つぶほまれ」使用 新商品3種発売！

2025年9月20日(土)より、阿智村伍和地区の大豆「つぶほまれ」を使用した「味噌そぼろ」、「食べるラー油」、「大豆ちりめん」の3種類を昼神温泉施設を中心に販売しています。

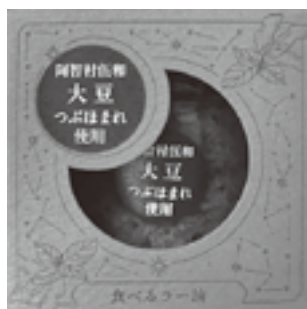
ご飯のお供はもちろん、麺や冷やっこなどとも美味しく召し上がれます。ぜひご賞味ください。



★味噌そぼろ★

- 料 金：660円(税込)
- 内容量：110g

つぶほまれを使用した大豆ミートを味噌そぼろ風に仕上げました。まるでひき肉のような食感で、ごはんのお供、お酒のつまみなどに最適です。



★食べるラー油★

- 料 金：730円(税込)
- 内容量：110g

ラー油のピリッとした辛みとうまく絡まり、ご飯のお供だけでなく、チャーハンや豆腐など、トッピングやアレンジにも最適です。

★大豆ちりめん★

- 料 金：730円(税込)
- 内容量：110g

生姜が効いており、甘みがあってご飯のお供、お酒のつまみなどに最適です。

★こんにちは、浪合パークです★



星空案内人 川手 俊美

★12月15日 20時の星空



ステラナビゲータ 12 にて制作

= 12月の星暦 =

- 5日(金) ○満月
- 7日(日) 二十四節気「大雪」
- 8日(月) 水星が西方最大離角(−0.4等)
- 12日(金) ☾下弦
- 14日(日) 17時ふたご座流星群が極大
(1時間に60ほど、条件良)
- 20日(土) ●新月
- 22日(月) 二十四節気「冬至」
- 23日(火) こぐま座流星群が極大
(1時間に7ほど、条件最良)
- 28日(日) ☽上弦
- 31日(水) プレアデス星団(すばる) が
月に隠される

= 12月の星空の楽しみ =

12月になると天頂に上がっていた「秋の四辺形」も西に傾き始めています。西の空に残っていた「夏の三大角」も地平線に向かい、はくちょう座は、あたかも十字架が沈んでゆくように見えます。星のガイドの際にも「クリスマスの夜、沈む十字架が見られます!」とお話しします。

14日は年間3大流星群のひとつ「ふたご座流星群」の極大日となります。今年は17時がピークとの予報が出ています。14日の日没は16時30分頃となりますが、放射点のあるふたご座は18時過ぎに東の地平線から顔を出します。東から上がったふたご座は深夜に天頂付近を通過して夜明けとともに西に沈みますから、日没から夜明けまで流れ星を楽しめることになります。1時間の飛来数が年間で1, 2を争うほど多い上に、一晩中楽しめるという一番おすすめの流星群です!

「流星群」という現象はある天体によって起こされます。この天体を「母天体」と呼びますが、その正体は主に「彗星」です。ちなみに、ふたご座流星群の母天体は「ファエトン」という小惑星といわれています。

★★ お知らせ ★★

浪合パークでは、阿智村民の皆様は星空観賞会の入場料金が無料です。地元住民の皆様こそ、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120名としています。入場料金はいただきませんが、人数把握のため受付での入場申込みは必要です。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。望遠鏡・双眼鏡のレンタル(有料)も行っております。

☎ 浪合パーク TEL 0265-48-8555 (18:00 ~ 24:00)

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1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（火）です。

□座振替の依頼をいただいている方は、□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（金）午前9時～11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22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2日（火）	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
農業所得を有する青色申告者	12月4日（木）	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	
事業所得を有する青色申告者	12月8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9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11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7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7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
R7.1月分 領収書	R7.1月分 領収書
R7.5月分 領収書	R7.5月分 領収書
⋮	⋮
R7.11月分 領収書	R7.11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
R7.1月分 領収書	R7.1月分 領収書
R7.4月分 領収書	R7.4月分 領収書
⋮	⋮
R7.12月分 領収書	R7.12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
シジョン税制）

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。

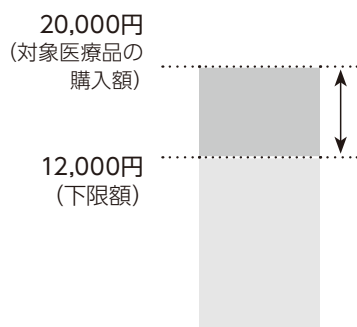
【要件】

- ・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

司法書士による年末困りごと相談会

◆日時 令和7年12月20日(土) 10:00~16:00

※ 相談無料、秘密は厳守します

◆面談相談 ・長野会場 長野市生涯学習センター(ToiGO WEST)

(長野市大字鶴賀問御所町1271番地3)

・松本会場 松本市勤労者福祉センター

(松本市中央4丁目7番26号)

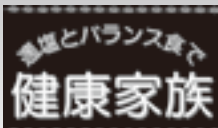
※面談相談は事前予約優先です(予約なしでも相談をお受けします)

●予約電話番号 026-232-7492

●予約受付時間 11月25日(火)~12月18日(木) 平日9時~16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
 - ・離婚問題で悩んでいる
 - ・労働問題で悩んでいる
 - ・消費者トラブルで悩んでいる
 - など

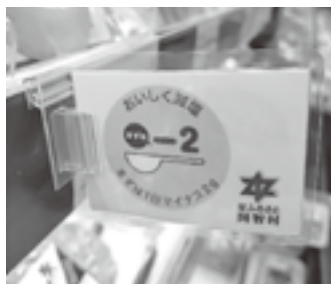


いきいき健康長寿

連載 18

使ってみましょう！減塩食品

Aコープラックあち店様、キラヤピア店様にご協力いただき、店頭の減塩商品を探して手に取っていただきやすいよう、商品棚に目印をつけています。



調味料だけでなく、練り製品、ハムやベーコン、パン、お菓子など各店舗30品目ほどが店頭に並んでいます。
お買い物の際にぜひ探してみてください！

長野県民の平均的な1日当たりの食塩摂取量は、男性11.5g、女性9.6gです(※1)。

一方で、高血圧などの生活習慣病発症予防のためには、男性7.5g未満、女性6.5g未満に抑えることが目標であり(※2)、県民の約9割が食塩を取りすぎているのが現状です。

また阿智村では、男性の脳血管疾患の死亡率が県内1位となっています。

食塩を取りすぎると、血圧が上がりやすくなり脳血管疾患の大きなリスクとなる他、がんや心疾患にもつながりやすいと言われています。

※1 令和4年度 県民健康・栄養調査

※2 日本人の食事摂取基準2025年版

減塩でも通常の商品と同じようにおいしく食べられるものが多いです。お試しください！

高齢者の介護、一人で悩まず相談を！

介護の中で、気づかないうちに「虐待」となる行為が起きてしまうことがあります。その背景には、介護する人の疲れや悩みが関係していることもあります。

介護は長期間にわたることが多く、家族だけで担うには限界があります。「もしかして虐待かも…」「このままでは虐待になってしまうかも…」と思ったら、一人で抱え込まず、地域包括支援センターにご相談ください。

「**高齢者虐待防止法**」では、高齢者(65歳以上の方)に対して、家族などの養護者や介護施設職員などが行う次のような行為を「高齢者虐待」と定義しています。

身体的虐待：暴力などによって身体に傷や痛みを与える行為

心理的虐待：脅しや侮辱、嫌がらせなどの言葉や態度で精神的苦痛を与える行為

経済的虐待：本人の同意なしに財産や年金を使う、または金銭の使用を理由なく制限する行為

性的虐待：本人に無理やりわいせつな行為をしたり、させたりすること

介護・世話の放棄：介護や世話をほとんど行わず、心身を衰弱させる行為

住民の皆さんへ 高齢者の中には、つらくても声を出せない方もいます。また、虐待している人も自分では気づいていないことがあります。みんなで声をかけ合い、見守り合うことで、地域の中で安心して暮らせる環境をつくっていきましょう。

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

直通電話：45-1140 (365日24時間対応)

“かも”でもいいんです。



かも! 親にも子ども
やさしい社会

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

189



通話無料 匿名可能 秘密厳守

親子を救う
プロがいます。

※連絡内容をもとに支援の方向も含め判断します



子ども虐待防止
オレンジリボン運動

こどもまんが

こども家庭庁

＼子育ての悩みには/
親子のための相談LINE





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



他のきょうだいと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?」と気持ちをたずねてみる



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/>

こども虐待防止



○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5日～1月31日)

住 宅 名	家 賃	間取り	地区名	条件等	募集戸数
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
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
川 裾 第 2 住 宅	20,000 円	3DK	清内路	世帯向け	1 戸
ア ラ ヤ 第 2 住 宅	16,000 円	3DK	清内路	世帯向け	1 戸

問 協働活動推進課 定住促進係 (内線 513)

今月の
お知らせ



阿智家族

星乃もか

(阿智家族の
イメージキャラクター)

若者定住
支援

ふるさと就業祝い金

4月からスタート

最大35万円

ステップ1 阿智村に ①住む ②通勤できる範囲に就業、就農、起業

ステップ2

● 一般企業

● 就農

● 起業

● 医療職

● 保育職

● 福祉職

ステップ3 ①6か月経過後、村に申請 ②3年間継続の意思確認

ステップ4

新卒者= 最大 30万円

既卒者= 最大 20万円

新卒者= 最大 35万円

既卒者= 最大 25万円

■交付対象者
次のいずれにも該当する方
1. 令和7年度末日時点で41歳未満の方
2. 阿智村に定住する意思のある方
3. 阿智村に住所を有する方。ただし、交付申請には、6か月以上連続して阿智村に住所を有する方
4. 自宅から通勤できる範囲の事業所に勤務、起業又は就農している方。ただし、交付申請時には、6か月以上連続して就業している方(令和6年10月以降に就業された方)
※交付対象者とならない場合の要件もあります。

■就業の要件
1. 阿智村から通勤可能な範囲に所在する事業所であること(テレワークを含む)。
2. 官公庁等でないこと。ただし、医療職、福祉職、保育職の職員を除きます。
3. 週20時間以上の無期雇用契約に基づいて就業していること。
4. 主たる収入を得るための就業であること。
5. 申請する年度の前年10月から申請年度9月までの就業であること。
※その他の要件もあります。

■祝い金の額
新卒者 25万円 既卒者 15万円
村内の事業所へ就業した場合は5万円を加算。ただし、医療職、福祉職、保育職として就業した場合は10万円を加算できます。
※祝い金の交付は一人1回までです。
詳細は下記までお問い合わせください。

祝 阿智村に暮らし、地元就業した方々へ、阿智村から「祝い金」をお支払いします!!

★詳細はお問い合わせください <https://www.vill.achi.lg.jp> 阿智家族 検索

阿智村役場 定住支援センター TEL0265-43-2220(代)

空き家等解体事業補助金について

村では住居環境の改善、定住環境の形成並びに土地の利活用を図るため、空き家の解体に対し、解体費の一部を支援する補助制があります。

■補助金は、対象経費の1/2に相当する額で上限は100万円です。

■対象となる空き家等

- ・阿智村内にあること。
- ・個人の所有するものであること。
- ・居住用であったものであること。
- ・所有権以外の権利が設定されていないこと。

■定住促進のための住宅新增改築等支援金を受けた住宅でないこと。

■補助対象工事

- ・法令による許可・登録を受けた受けた業者が行う工事。

■補助金の交付対象者

- ・空き家等の所有者又はその相続人(全ての関係者の同意を得た者)
- ・税金等に滞納がない者

■補助対象経費

- ・補助対象工事に要する費用

■その他

- ・令和6年度から令和11年度までの事業です。対象外の要件もありますので詳細はお問い合わせください。

広報あち おしらせ版 令和7年 11月号 24



子育てカレンダー

令和7年
(2025年) 12月

☎ 0265- 45- 1232

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

こども広場開所日☆：午前9時半～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25日(木)のこども広場では年末の大掃除をします。普段使っているこども広場を親子で楽しく掃除しましょう！



こども広場 『クリスマス会』

日 時：12月3日(水) 10:00～

あっちパパズの唐澤浩平さんのコンサートを行います。みんなで楽しい時間を過ごしましょう☆
ささやかなクリスマスプレゼントもあります。
ぜひお越しください♪



わくわく学習会のお知らせ

● お子さんの成長に欠かせない食事。
● 食事をするため、そして体や心の成長
● にもつながる大切なお口のことに
● ついて、歯科衛生士さんにお話を伺います。



● 日 時：令和7年12月13日(土) 午前10時～11時
● 場 所：保健センター2階 集団指導室
● 内 容：“健口な子育てをするには”
● 講 師：吉川歯科衛生士、松澤歯科衛生士
● 対 象：未就学児とその家族、地域の方



令和7年12月1日～12月31日のスケジュール予定

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

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
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、
会員でない方の参加可。

- 期日 令和8年1月14日(水)～3月4日(水) 水曜日全7回
- 時間 19時15分～20時30分
- 会場 阿智中学校体育館
- 種目
 - ①1月14日(水)「パラアイスホッケー」
指導者 吉川 守さん
(バンクーバーパラリンピック銀メダリスト)
 - ②1月21日(水)「(スポーツ)チャンバラ」
指導者 奥村将明さん
(太極拳・八極拳・チャンバラ講座で指導)
 - ③1月28日(水)「パラフロアホッケー・ボール」
「夢のつばさ」の皆さんと交流
 - ④2月 4日(水)「ミニ駅伝&しっぽ取り(鬼ごっこ)」
 - ⑤2月18日(水)「ポッチャ」
 - ⑥2月25日(水)「ウォーキングフットボール」
 - ⑦3月 4日(水)「リアル野球盤ゲーム」

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(2025-2026)を販売します。
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、平日の日中も可

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。

昨年度より、スノーボード全面滑走可能

村開催の「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軽負荷のトレーニング器具を使った
体幹トレーニングを紹介します。

日時 12月7日(日) 9時00分～15時00分

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

スキー教室を開催します。今シーズンもスキーを楽しもう。

日時 1月17日(土)、24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)