

暮らす、生きる。  
**阿智家族**

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

阿智村ホームページ



<https://www.vill.achi.lg.jp/>

広報あち

# おしらせ版 12月

令和7年 2025.12 No.147

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)5,880人 男 2,863人 女 3,017人 (世帯)2,418戸

投票区・投票所の見直しを行います

| 投票区名  | 投票所名          | 投票区名   | 投票所名        |
|-------|---------------|--------|-------------|
| 第1投票区 | 上中閑自治会館       | 第8投票区  | 老人集会施設寿楽苑   |
| 第2投票区 | 阿智村中央公民館      | 第9投票区  | 智里西公民館      |
|       | (統合) 市の沢集会所   | 第10投票区 | 園原集会所       |
| 第3投票区 | 伍和高齢者生きがいセンター | 第11投票区 | 浪合コアホール     |
| 第4投票区 | 伍和公民館         |        | (統合) 恩田集会所  |
| 第5投票区 | 栗矢集会所         |        | (統合) 上半堀集会所 |
| 第6投票区 | 大野生活センター      | 第12投票区 | 下清内路集会所     |
| 第7投票区 | 智里東公民館        | 第13投票区 | 上清内路集会所     |

\*統合により投票区番号が繰上げとなっている投票区があります。

## ●●今月の主な内容●●

- 2 年末年始の公共施設等のお知らせ
- 3 令和8年度阿智村放課後児童クラブ（学童保育）申込み説明会について
- 4 まきの青空市について
- 5 クマの出没にご注意ください
- 6 丸山分譲地のお知らせ
- 7 雨水貯留槽設置補助金事業について
- 8 環境コラム 年末年始のごみ収集等について
- 9 阿智☆昼神 観光局ピックアップ
- 12 税からのお知らせ
- 14 猫の飼い方教室
- 15 いきいき健康長寿
- 16 自筆証書遺言書保管制度
- 17 婚活イベント参加費補助金
- 18 炎のある暮らし、はじめませんか
- 18 フォトリポート
- 19 図書館からのおしらせ
- 20 阿智家族（住宅情報）
- 21 子育てカレンダー
- 22 チャレンジゅうAchi通信

今後の選挙から（令和8年2月1日執行阿智村長選挙）、村内16か所設置していた投票所を駒場地区・浪合地区それぞれ1か所に統廃合し、計13か所の投票所に変更となります。廃止される投票所の地区にお住まいの有権者を対象とした事前予約での送迎バスの運行や、半日程度の浪合振興室での期日前投票所の開設など支援を予定しています。今後も段階的に投票区の見直しについて検討していきます。

阿智村選挙管理委員会では、選舉の投票所における投票立会人を募集しています。

（内線290-291）

問 阿智村選挙管理委員会事務局  
用意いたします。  
午前6時40分頃～午後7時  
△報酬 1万2,400円  
昼食、お茶を選挙管理委員会でござ  
立会人を希望される方はご連絡ください。なお、若い世代に選挙への関心を持っていただきため、18歳～20代の方の応募もお待ちしています。

△勤務時間  
投票事務が公正に行われるよう  
に、投票手続き全般に立ち会います。  
△主な仕事内容  
△立会人となれる方  
選挙権を有する者（18歳以上の方）

## 年末年始の公共施設等のお知らせ

| 月日<br>曜日                     | 2025  |                                |                                     |              |                      | 2026            |                                |             |  | 備考  | 問合電話<br>番号<br>(0265) |
|------------------------------|---|--------------------------------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-----------------|--------------------------------|-------------|--|---|----------------------|
|                              | 12/27<br>(土)  | 12/28<br>(日)                   | 12/29<br>(月)                        | 12/30<br>(火) | 12/31<br>(水)         | 1/1<br>(木)      | 1/2<br>(金)                     | 1/3<br>(土)  | 1/4<br>(日)                             |   |                      |
| 役場窓口                         | 8:30～12:00 本庁のみ開庁<br>※証明書の発行、ごみ袋やバス券の販売、税金等のお支払いはできません。 |                                |                                     |              |                      |                 |                                |             |  | 戸籍届出は終日受けます。*通常の休業日と同様  | 43-2220              |
| コンビニ交付サービス<br>(コンビニ等での証明書取得) | 通常  | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | 通常                                     | 通常<br>6:30～23:00  | 43-2220              |
| 医療機関                         | 橋上医院  | 午前診察                           | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/5から通常   | 43-2118              |
|                              | 阿智診療所   | ×                              | ×                                   | 午前診察         | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/5から通常   | 43-4180              |
|                              | 村営診療所   | ×                              | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/6から通常   | 43-2220              |
| 村内公共交通                       | 巡回バス  | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/5から通常   | 43-2220              |
|                              | 伍和デマンド  | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/5から通常   | 43-2220              |
|                              | 乗タクシ一   | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/5から通常   | 43-2220              |
|                              | 西部コミュニティ  | 休日ダイヤ                          | 休日ダイヤ                               | 1・5便運休       | 1・5便運休               | ×               | ×                              | ×           | 休日ダイヤ                                  | 1/5は1・5便運休<br>1/6からは通常  | 49-2111              |
|                              | 信南交通線<br>駒場   | 土曜<br>ダイヤ                      | 日・祝日<br>ダイヤ                         | 平日<br>ダイヤ    | 平日<br>ダイヤ            | 日・祝日<br>ダイヤ     | ×                              | 日・祝日<br>ダイヤ | 日・祝日<br>ダイヤ                            | 1/5から通常   | 24-0005              |
| 学校等                          | 保育園   | 休み                             |                                     |              |                      |                 |                                |             |  | 1/5(月)～7(水) 特別保育  |                      |
|                              | 小学校   | 12/24(水)～1/7(水) 年末年始冬休み        |                                     |              |                      |                 |                                |             |  |   |                      |
|                              | 中学校   | 12/24(水)～1/7(水) 年末年始冬休み        |                                     |              |                      |                 |                                |             |  |   |                      |
|                              | 学童保育<br>第一・二・三小   | 12/24(水)～26(金)<br>冬休み保育        | 12/27(土)土曜保育<br>12/28(日)～1月4(日)年末年始 |              |                      |                 | 1/5(月)～7(水)<br>冬休み保育           |             | 人数により合同<br>保育となります                     | 各クラブ  |                      |
|                              | 学童保育<br>清内路小  | 12/24(水)～26(金)<br>冬休み保育        | 12/27(土)～1/4(日)年末年始                 |              |                      |                 | 1/5(月)～7(水)<br>冬休み保育           |             | 人数により合同<br>保育となります                     | 各クラブ  |                      |
| 湯つたりな屋神                      | 入浴  | 10:00～20:30                    |                                     |              | 10:00～16:00          |                 | 10:00～19:00                    |             | 10:00～<br>20:30                        | 休館日<br>12/25(木)<br>12/26(金)<br><br>12/28～1/4ま<br>では阿智村70<br>歳無料入浴はで<br>きません | 43-4311              |
|                              | 完全閉鎖  | 21:30                          |                                     |              | 17:00                |                 | 20:00                          |             | 21:30                                  |   |                      |
|                              | プール   | フリーのみ<br>10:00～19:00           |                                     |              | フリーのみ<br>10:00～15:00 |                 | フリーのみ<br>10:00～18:00           |             | フリーのみ<br>10:00～<br>19:00               |   |                      |
|                              | レストラン   | 11:00～20:00<br>(休 14:00～17:00) |                                     |              | ×                    | 11:00～<br>15:00 | 11:00～19:00<br>(休 14:00～16:00) |             | 11:00～<br>20:00<br>(休 14:00<br>～17:00) |   |                      |
|                              | リフレクソロジー  | 11:00～20:30                    |                                     |              | ×                    | 11:00～<br>16:00 | 11:00～19:00                    |             | 11:00～<br>20:30                        |   |                      |
|                              | 70歳以上<br>無料入浴   | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | ×   |                      |
|                              | 鶴巻荘<br>70歳以上無料入浴  | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | ×                                      | 1/5から<br>通常営業   | 43-2320              |
| 熊谷元一<br>写真童画館                | 通常  | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | 通常                                     | 1/4から<br>通常営業   | 43-4422              |
| ビジターセンターは<br>き木館             | 通常  | 通常                             | ×                                   | ×            | ×                    | ×               | ×                              | ×           | 1/6まで休み<br>1/7から通常営業                   | 44-2011   |                      |

## 令和8年度阿智村放課後児童クラブ（学童保育）申込み説明会について

令和8年度の「放課後児童クラブ申込み説明会」を開催します。令和8年度に、学童保育の利用を希望されるご家庭は必ずご参加ください。

### ▽日時

令和8年1月20日(火)

午後7時開始・第一小校区

令和8年1月22日(木)

午後7時開始・第一・三小校区

\*どちらかの都合の良い日にご出席ください。

### ▽場所

コミニユーネティ館2階ホール

### ▽対象

小学校に通うお子さんがおり、4月から放課後児童クラブの利用を新規及び継続で希望される全家庭

\*委託運営の清内路小学校区は、別途ご案内をします。浪合小学校区は、なみあい育遊会へ直接お問い合わせください。

### ▽内容

①放課後児童クラブの利用について

②放課後児童クラブ利用申込みについて(書類配布)

これは、園児数の状況に応じた持続

### ▽その他

・夏休み等の長期休業のみの利用や年度途中からの利用を希望されるご家庭も、この説明会にご参加の上、申込み手続きを行ってください。

・ご不明な点はこじも家庭センターまでお問い合わせください。

家庭も、この説明会にご参加の上、申込み手続きを行ってください。

・ご不明な点はこじも家庭センターまでお問い合わせください。

こじも家庭センター

電話 0265(45)1232

## 園児数の減少に伴う保育所の対応について

### 【休所・再開の基準】

村内の園児数の推移を踏まえ、「阿智村保育所における休所及び再開の基準に関する要綱」を定めました。

主な基準は次のとおりです。

一、休所 3歳以上児が1名未満となる保育所を休所とします。

二、再開 休所となつている保育所において、3歳以上児の応募者が5名以上となる場合には再開します。

す。

該当の地区と保護者には、園児募集の前年度には情報提供を行い、必要な手続きや調整を進めます。

これは、園児数の状況に応じた持続

的な保育体制を確保するためのもの

### 【通所補助制度】

休所により他地区の村内保育所へ通所するご家庭の負担軽減を図るため、「阿智村保育所通所補助金交付要綱」を定めました。

補助内容は次のとおりです。

一、対象 休所により通所先が他地区の村内保育所となる場合を対象とします。

二、補助額 通所距離片道1キロにつき月額1,400円を交付します。

三、補助額 通所に伴う負担を軽減し、安心して保育を利用できる環境づくりを進めます。

詳細につきましては、村公式ホームページをご覧ください。

通所に伴う負担を軽減し、安心して保育を利用できる環境づくりを進めます。

詳細につきましては、村公式ホームページをご覧ください。

通所に伴う負担を軽減し、安心して保育を利用できる環境づくりを進めます。

詳細につきましては、村公式ホームページをご覧ください。

教育委員会保育園係

(内線403)

## 除雪作業の協力について

### 【除雪車の協力について】

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。

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4.0m以上の集落間を結ぶ村道に限られています。

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りた場合、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します。

⑥自家の雪を道路へ出す行為は歩行者や車の通行を妨げる危険な行為ですでの、自家の雪を道路上へ出すことはお止めください。

⑦除雪の支障になるため、路上駐車をしないようお願いします。

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連絡ください。

各部落内村道の除雪は、地域の皆

ださる。

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連絡ください。

これは、園児数の状況に応じた持続



▽ 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い。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。

※ 浪合地区は振興室、清内路地区は公民館に置いてありますので、振興室へ連絡をしてください。

問 建設農林課 管理建設係

(内線261)

## まきの青森市について

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・2㍍程度を各必要な長さに切つて積み込み、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。田立ての仕方やチェンソーの疑問点などお答え致しますので、お気軽に立ち寄りください。

○ 日時 令和8年1月25日(日)  
午前9時～午前12時

※ 毎月第4日曜日を開催していますが、天候等の都合により中止させたいなど場合があります。

○ 場所 阿智村 智里 628番地1  
(旧阿智生「ノン敷地」)

○ 内容 針葉樹 広葉樹 その他  
(樹種により変わります。)

○ 価格 8～15円/kg  
○ 申込み・問い合わせ  
建設農林課(内線264)

販売作業 NPO法人あち森  
(作業委託)

## 畑地化促進事業の申請について

○ 事業の概要

水田を畑地化して畑作物の本作化

等に取り組む農業者に対し、畑地利用への円滑な移行を促し、畑作物の需要に応じた生産を促進することを目的として、生産が安定するまでの一定期間、継続的に支援を行うとともに、畑作物の產地づくりに取り組む地域を対象に、関係者間での調整や畑地化に伴う費用負担等にかかる経費を支援する事業です。

○ 申請の要件について

・申請する農地が交付対象水田であること

・畦畔、水路等のたん水設備があること

・果樹棚等、撤去が困難な園芸施設があること

・申請する農地に、前年度に主食用

・申請する農地に、前年度に主食用米、戦略作物、産地交付金の対象作物が作付けされていること

・畑地化促進事業の交付の対象となつた農地は、交付を含む年度が15年間は、販売を目的とした作付けを行つこと

・申請する農地の土地所有者全員の同意書を取得していること

・畑地化について地域が合意したこと

・概ね団地化された畑地を形成すること

・畑地化促進事業の申請を検討される方は、建設農林課農政係へお問い合わせください。

問 建設農林課 農政係

(内線262)

## 農業委員会について

阿智村農業委員会では、11月25日(火)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3条 (所有権移転1件)
  - ・農地法第5条 (所有権移転3件)
  - ・農地法第5条 (一時転用1件)

問 農業委員会事務局(内線263)

・農用地利用集積等促進計画について (3件)



# 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発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発寄せられました。村内をパトロールした結果、収穫されずに放置された柿等果樹があり、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とために

- 森林やその周辺で行動する時や畠仕事は、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とために

- 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。

## ◎クマを目撃したら役場林務係まで連絡をお願いします。

間 建設農林課 林務係（内線 263）

年末年始の



# コンビニ交付サービス 休止について

12月29日（月）～令和8年1月3日（土）

【お問い合わせ】民生課住民係（内線222・226）

# 阿智村 全3区画 丸山分譲地 好評分譲中!

**ポイント** ★小学校まで徒歩3分、保育園まで徒歩5分。子育てに良い環境!!

**阿智村 伍和**

**D 区画** 602.42m<sup>2</sup> **C 区画** 532.88m<sup>2</sup> **B 区画** 534.34m<sup>2</sup> **済**

**住宅を新築** 最大 300万円 補助 **住宅用地購入** 最大 100万円 補助

**住宅の増改築** 最大 150万円 補助 **中古住宅の取得** 最大 100万円 補助

**若者を応援します!** **奨学金返還支援事業** 最大 90万円 **就業祝い金(予定)** 最大 35万円

■申請資格 / 申請者は自らが居住する住宅を建てる方、申請時の年齢:夫婦どちらかが20歳以上40歳以下、■分譲条件 / 住宅取得後、3年以内に定住目的の住宅建築に着手できる方 他 ※分譲条件は全ての分譲地に共通です。

★お申込み受付中! ご希望の方はお早めにお問い合わせを!! <https://www.vill.achi.lg.jp>

阿智村役場 定住支援センター TEL0265-43-2220(代)

## 忘れないで! 国民健康保険(国保)の届出

就職・転職・転入・転出などした場合は、忘れずに国保の手続きをしましょう。

|         | 届出が必要な場合             | 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           | 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   |
|         | 外国籍の人が加入するとき         | 在留カード、パスポート                                     |
| 国保をやめる  | 転出するとき               | 資格確認書または資格情報のお知らせ                               |
|         | 職場の健康保険に加入したとき       | 職場の健康保険に加入したことを証明するもの、国保の資格確認書または、資格情報のお知らせ年金手帳 |
|         | 職場の健康保険の被扶養者になったとき   |   |
|         | 死亡したとき               | 資格確認書または資格情報のお知らせ                               |
|         | 生活保護を受けることになったとき     | 資格確認書または資格情報のお知らせ、保護開始通知書                       |
|         | 外国籍の人がやめるとき          | 資格確認書または資格情報のお知らせ、在留カード                         |

※国保の加入・脱退には手続きが必要です。

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。

問 民生課 保健係(内線223)

災害に備えて 防災コラム vol.71  
出来ることからはじめよう！

## 阿智村雨水貯留槽設置補助金事業について

阿智村では、河川等への雨水の流出を抑制して、流域治水の推進による災害の防止・軽減と、良好な自然環境の保全を推進するために、ご家庭等で雨水貯留槽を設置する場合の費用の一部を助成しています。雨水を有効利用することで、火災や防災への備えと環境保全の意識を高めていただきたいと思います。

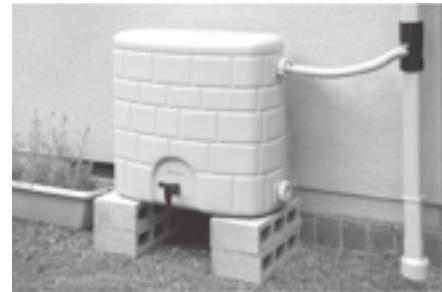
### 《補助制度の概要》

散水、防火等に使用するため、雨水を一時的に貯留するタンクの購入に対し、その費用の一部を補助します。

#### (1) 対象設備

- ・建物の屋根に降った雨水を、雨どいから貯留し、植木の散水等雑用水に利用するための排出機能を有する設備。
- ・農地等に設置して専ら農業に使用する設備は対象外です。
- ・1つの貯留設備の容量は100リットル以上とし、市販のものに限ります。

〈設備のイメージ〉



#### (2) 対象者

- ・阿智村に住所を有する個人又は阿智村に事業所を有する法人で、交付対象となる雨水貯留槽を村内の自らが所有する建築物に設置する者
- ・村税等村への納付金を滞納していない者



#### (3) 補助金の額

1基あたり購入費用（税抜）の1／2以内 上限30,000円

※100円未満切捨て

補助対象経費は、設置に要する人件費・手数料・送料を除く。

#### (4) その他

補助金の交付は同一年度内に1回とし、1回の申請につき貯留槽2基までを対象とします。

### 《補助金の申請》

補助金の申請は、必ず設備を設置する前に行ってください。

設置後の申請は補助金の対象外となりますのでご注意ください。

#### [申請に必要なもの]

- ①申請書の記入（様式は役場にあります）
- ②設置しようとする雨水貯留槽の見積書の写し（数量や付属部品の記載のあるもの）
- ③設置しようとする雨水貯留槽の資料（写真又はカタログ等）
- ④設置位置が分かる資料（設置する建築物の見取り図又は現場の写真）

問 総務課 消防防災係（内線 273）

# 環境コラム

環境課環境係  
(内線253)

No.5

## 稻葉クリーンセンター 年末年始の受入

| 直接搬入              | 12/26日(金) | 27日(土) | 28日(日) | 29日(月) | 30日(火) | 31日(水) | 1/1日(木) | 2日(金) | 3日(土) | 4日(日) | 5日(月) | 6日(火) |
|-------------------|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 午前<br>8:30～11:30  | ○         | ×      | ×      | ○      | ○      | ×      | ×       | ×     | ×     | ×     | ○     | ○     |
| 午後<br>13:00～16:30 | ○         | ×      | ×      | ○      | ○      | ×      | ×       | ×     | ×     | ×     | ○     | ○     |

使用料金 10kg 220円

間 0265-48-6648 飯田市下久堅稻葉 1526-1

## 燃やすごみ 年末年始の収集



| 12/26日(金) | 27日(土) | 28日(日) | 29日(月) | 30日(火) | 31日(水) | 1/1日(木) | 2日(金) | 3日(土) | 4日(日) | 5日(月) | 6日(火) |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ○         | ×      | ×      | ×      | ×      | ×      | ×       | ×     | ×     | ×     | ×     | ○     |

「さんあーる」は、ごみの分別方法や収集日を確認できる無料のスマートフォンアプリです。  
アンドロイドで「さんあーる」と検索するか、左のQRコードを読み込んでください。



### 重要 阿智村のゴミの出し方 ルール守ってください

無記名や分別されていなかつた

り、時間内に集積所に出されている  
かつたりなど収集できないケースが  
増えてきています。

またビニール袋に入ったごみが井  
水や河川に流れてくることが頻繁に  
見受けられます。

下記の表は、皆さんに守っていた  
だきたい最低限のルールです。

豊かな自然を次世代の子どもたち  
へ伝承するために ごみを減らし、  
リサイクルできる家庭ごみの分別に  
ご協力をお願いします。

ごみ分別アプリ「さんあーる」  
に阿智村で登録ください

「さんあーる」は、ごみの分別方法や収集日を確認できる無料のスマートフォンアプリです。

アンドロイドで「さんあーる」と検索するか、左のQRコードを読み込んでください。

ごみの収集日には朝6時～8時の間に決められた場所に出します

袋に必ずごみを出す方の名前か

電話番号を書きましょう

阿智村指定の決められた専用の

袋で出しましょう

リサイクルに出す容器は  
きれいに洗いましょう

紙製容器包装は(紙)のマークが  
ついた商品の容器です

ごみを井水や川に  
流さないようにしましょう

不法投棄を発見したら  
役場まで連絡をお願いします

ゴミの野焼きは

禁止されています

ごみの不法投棄は  
拘禁刑または罰金となります

阿智☆星神観光局  
～PICK UP～

## ナイトツアー Winter Season THE SOUND OF STARS

ヘブンスそのはらの天空の楽園ナイトツアーでは、インストゥルメンタルユニット「→Pia-no-jaC←」とコラボレーションして、星空をテーマとした光と音の演出「天空の楽園 ナイトツアー Winter Season THE SOUND OF STARS」を開催中！「→Pia-no-jaC←」のインストゥルメンタル楽曲と、光の演出が場内でお楽しみいただけます。また、山頂NorthBase内では、ピアノとカホン(打楽器)の演奏体験コーナーを用意しています。冬だけの特別体験をぜひお楽しみください！

- 開催期間 12月20日(土)～3月22日(日)
- 開催時間 18:00～19:30 上りゴンドラ運行  
プログラム終了 20:30 (場内点灯)
- 開催場所 富士見台高原ロープウェイ ヘブンスそのはら  
〒395-0304 阿智村智里3731-4
- 料金 大人・高校生2,800円～  
小・中学生1,400円～  
未就学児 無料  
※料金はゴンドラ往復乗車料金が含まれます
- 主催 ジェイ・マウンテンズ・セントラル株式会社
- 企画・協力 株式会社阿智星神観光局 / スタービレッジ阿智誘客促進協議会
- お問い合わせ 富士見台高原ロープウェイ ヘブンスそのはら  
TEL : 0265-44-2311



↓公式サイト↓



## →Pia-no-jaC←



2005年4月結成。HAYATO(Piano)、HIRO(Cajon)の二人で構成されるインストゥルメンタルユニット。

鍵盤と打楽器だけというシンプルな構成ながらも、力強く激しいピアノの旋律と独特な存在感をもつカホンの音色がせめぎ合うスリリングかつ重厚な演奏はオーケストラ並みの迫力。

ジャズでもクラシックでもない、「ハイブリッド・インストゥルメンタル」という斬新なジャンルを確立した。

独自の音樂性が各方面から注目を浴び、ディズニー、SQUARE ENIX、KONAMIなど多数のコラボレーションを発表。

国民的グループ・嵐のメンバーより熱烈コールを受けアルバム「僕の見ている風景」に演奏で参加。宝塚歌劇団、フィギュアスケート、シンクロナイズドスイミング日本代表等が楽曲を使用。国内トップCLUB DJのDAISHI DANCE、世界的に活躍するエンターテイメントユニットenra、書道家・晃鳳とのコラボレーションなど、ジャンルを超えた幅広い活動を展開している。

ヴァイオリニスト葉加瀬太郎とコラボレーションを行い、「BATTLE NOTES」を発表。このアルバムが「第27回 日本ゴールドディスク大賞2013 CLASSIC ALBUM OF THE YEAR」を受賞。

## 年末年始 施設情報

### 【観光施設】

|           |   |
|-----------|---|
| 長岳寺       | 初祈禱 ◎1/1は0・10・15時 ◎2.3日は10・15時 ◎18日は10時                     |
| はつき木館     | 休館：12/29～1/6  |
| ヘブンスそのはら  | 無休 ※1/1はAM6:00からゴンドラ運行                                      |
| 信濃比叡 廣拯院  | 除夜の鐘31日23:00～ 修正会0:00～<br>ご祈祷1/1～3 ①13時～ ②14時～(15分前に本堂にて受付) |
| 満蒙開拓平和祈念館 | 休館：12/24～1/3  |
| 治部坂高原スキー場 | 無休 ※1/1元旦サービス お子様にお菓子プレゼント(先着200名様)                         |
| 浪合パーク     | 休館：12/29～1/4  |

### 【飲食店】

|           |                               |
|-----------|-------------------------------|
| あひる       | 休み：12/30～1/2 ※12/29は要問い合わせ    |
| 辰神十割そば    | 休み：1/1、2日 12/31はLO13:30まで     |
| 西田園       | 休み：12/29～1/4                  |
| おやき工房えんまん | 無休                            |
| 山ちゃん      | 休み：12/29～31、1/5 ※1/1～4は要問い合わせ |
| 星空食堂      | 定休：12/29・31 ※1/1はLO17:30      |
| ACHI BASE | 定休：12/30 ※12/31・1/1はLO17:30   |
| 辰神キヲスク    | 定休：1/1 そのほか通常営業               |

## 企画展【園原の木賊】開催中！

はつき木館では企画展「園原の木賊(とくさ)」を開催中です。木賊にまつわる歴史や作品を紹介しながら、園原と木賊の関わりを紐解きます。写真や資料で分かりやすく紹介していますので、ぜひはつき木館へお気軽に立ち寄りください。

#### ■展示期間

2025年10月11日(土)～2026年2月23日(月)

#### ■展示時間

9:30～16:30 ※火曜定休

#### ■観覧 無料

#### ■会場

東山道・園原ビジターセンターはつき木館  
〒395-0304 阿智村智里3604-1  
TEL: 0265-44-2011



# ★こんには、浪合パークです★

12月号



★1月15日 20時の星空

星空案内人 川手 俊美



ステラナビゲーター12にて制作

## = 1月の星ごよみ =

- 1日 (木) 元旦
- 3日 (土) ○ 満月
- 4日 (日) 6時 しぶんぎ座流星群が極大
- 5日 (月) 二十四節気「小寒」
- 9日 (金) 火星が「合」
- 10日 (土) 木星が「衝」
- 11日 (日) ▽下弦
- 19日 (月) ● 新月
- 20日 (火) 二十四節気「大寒」
- 26日 (月) ▽ 上弦

## = 1月の星空の楽しみ =

年明けの星空を見上げると、秋の星座と冬の星座が輝いています。西の空には「秋の四辺形」が見つかりますが、すぐ近くで明るく輝くのは土星です。土星は真横を向いて環が線のように見えます。ペガス座、カシオペヤ座、アンドロメダ座など、秋の星座を探してみましょう。

東の空には冬の星座が上がり、明るい星でにぎやかになってきました。カペラ・アルクトゥールス・リゲル・シリウス・プロキオン・ポルックスの1等星がつくるのが「冬のダイヤモンド」です。さらに、ベテルギウス・シリウス・プロキオンと結ぶと「冬の大三角」になります。ここには、ぎょしゃ・おうし・オリオン・おおいぬ・こいぬ・ふたごの星座があり、1等星からそれぞれの星座を探すのも楽しい星空さんぽになるでしょう。

明るい1等星でにぎやかな星空ですが、今年はひと際明るい星が、ふたご座とこいぬ座の間に、さん然と輝いています。これが木星です。-2.7等と、冬の星空で随一明るいおおいぬ座のシリウスの一1.5等をもじり明るさが目を引きます。

## ★★ 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。地元住民の皆様にこそ、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。

問 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

問 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

↓12月25日（木）

### 介護保険料

8期

### 後期高齢者医療保険料

6期

### 国民健康保険税

8期

↓令和8年1月5日（月）

12月25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、金融機関でお支払いください。  
□座振替の日は

### △申込み

役場窓口に申込書がありますので、必要事項を記入し、令和8年1月20日（火）までに提出してください。

### △相談例

- ・所得税の確定申告について
- ・申告書類のまとめ方など

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します。

### △対象者

村民 ※先着7名。

### △相談料

無料

※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

△日時 令和8年1月26日（月）

午前9時～

一組1時間以内の相談となります

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。

### 税理士による無料相談

令和7年中に阿智村に納めて頂いた国民健康保険税、介護保険料及び後期高齢者医療保険料は、確定申告や年末調整の際に「社会保険料控除」として申告することができます。

社会保険料控除額（1月1日～12月31日に支払った額）を確認したい方は、納付額証明書を発行しますので阿智村役場窓口までお越しください。

・納付者本人でない場合、同一世帯の家族または委任状をお持ちの方のみ交付しています。

・窓口に来られる方の本人確認書類をお持ちください。

### 障害者控除の中告

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。

問 民生課 福祉係（内線225）

## 納付額証明の発行について

### 所得税・住民税 申告相談期間のお知らせ

相談期間

令和8年2月16日（月）～  
3月16日（月）

阿智村内各地区の相談日など  
詳しく述べてお知らせします。



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

村の申告相談では、次の内容の申告をお受けできません。

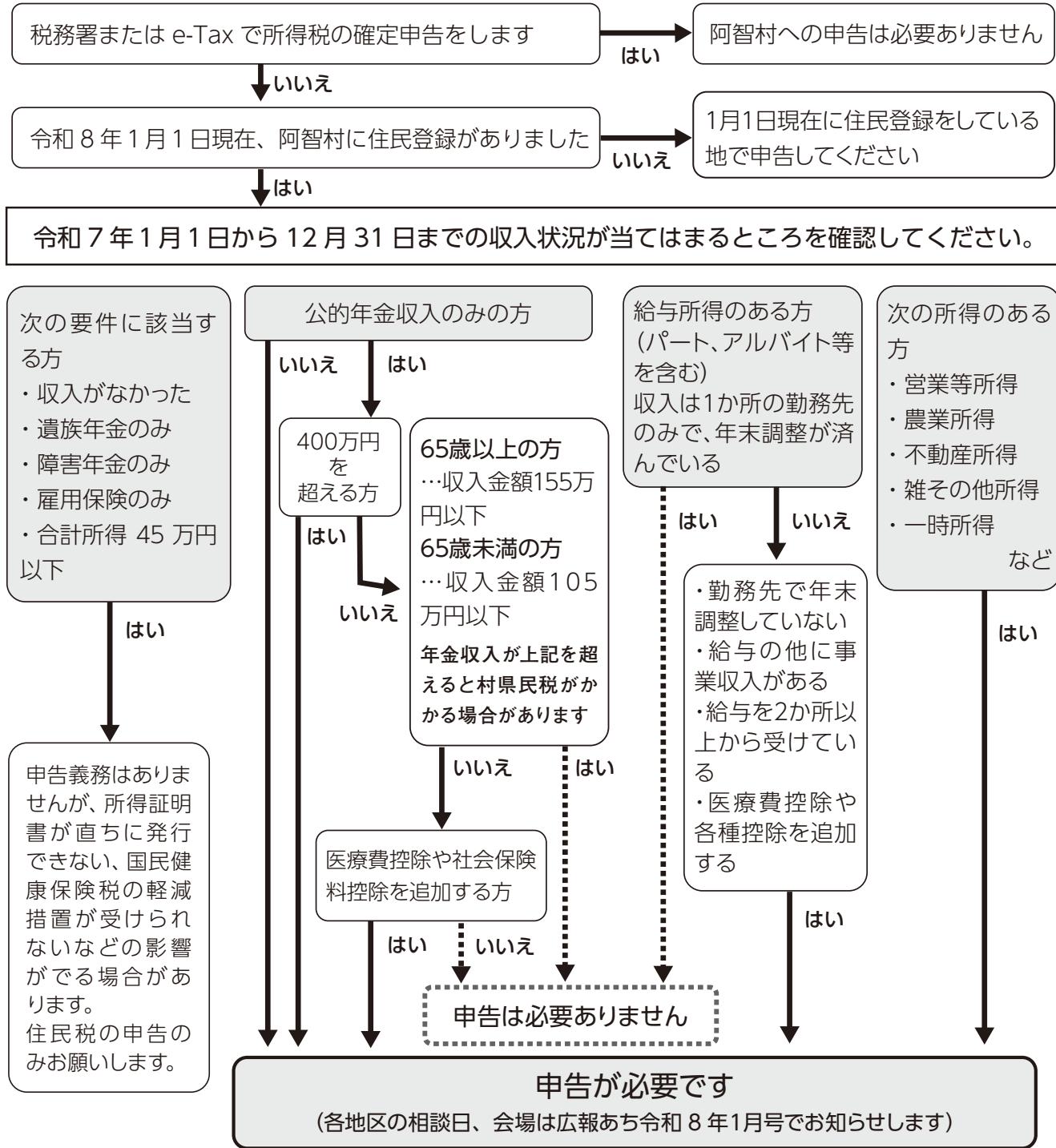
- 株式・土地建物の譲渡所得
- 1年目の住宅借入金特別控除
- 山林所得
- 雑損控除の適用を受ける申告
- 飯田税務署またはe-Taxで申告をお願いします。

詳しく述べてお知らせします。

令和8年2月16日（月）～3月16日（月）は申告相談期間です

## 住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 スタート



**(注) 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。

## 所得税・個人消費税・贈与税 確定申告会場のお知らせ

期間 令和8年2月16日(月)～  
3月16日(月) 土日祝日除く

時間 相談受付 8時30分～16時  
相談開始 9時から  
会場 飯田税務署4階会議室  
飯田高羽合同庁舎4階

【確定申告会場の入場には、  
入場整理券が必要です】

①国税庁e-Tax公式アカウントによる事前発行

②各会場で当日配布(配布状況により、相談受付を終了する場合がありますので、オンラインでの事前発行をお勧めします)

※確定申告会場では、マイナンバーカード方式によるスマホ申告を基本とした相談となります。  
マイナンバーカードと併せてパスワード

文字

①署名用電子証明書用英数字6～16  
②利用者証明用電子証明書用数字4桁をご用意ください

## 確定申告にはe-Taxが便利です

確定申告には、ご自身のスマホ・パソコンから国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用するe-Taxが便利です。確定申告会場に出向かずのご自宅から確定申告ができますので、ぜひe-Taxをご利用ください。

なお、マイナポータルとe-Taxを連携（マイナポータル連携）すると、確定申告書の該当項目が自動入力されるため、医療費通知情報や寄附金受領証明書などを1件ずつ入力する必要がなく、書類の提出保存も不要となり便利です。

また、給与所得や公的年金等の源泉徴収票なども自動入力の対象になります。

マイナポータル連携をご利用になるには事前準備が必要となりますので、お早めの準備をお願いします。

この機会にぜひマイナポータル連携を使ったe-Taxをご利用ください。

《確定申告はこちら》

【作成コーナー】



《マイナポータル連携はこちら》



## 猫の飼い方教室

ねこと人が幸せに暮らすために  
～知つておきたい～ねこのホンネ～

飯伊動物愛護会が主催して、猫の  
飼い方教室を開催します。

【日時】令和8年1月18日(日)

午後2時から4時まで

【場所】飯田合同庁舎101号会議室

【講師】長野県動物愛護センター職員  
・飯田保健所職員

【内容】

- ・もっと楽しむ暮らしのポイント
- ・猫を取り巻く社会問題のこと
- ・今からできる防災対策など

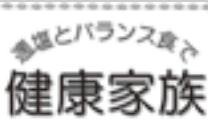
【参加申し込み先】

飯伊動物愛護会事務局

(飯田保健所内)

TEL 0265(53)0446  
※当日参加も可能です。





# いきいき健康長寿

連載 19

## ～健康診断のお知らせ～ 今年度最後の集団健診を実施します

国保特定健診の対象者の方で、まだ特定健診や人間ドック等を受けられていない方は、この機会にぜひ受診してください。

|       |                                    |
|-------|------------------------------------|
| 日 に ち | 令和 8 年 2 月 4 日 (水)                 |
| 受付時間  | 午前 8:00 ~ 10:00                    |
| 会 場   | 阿智村保健センター                          |
| 対 象   | 40 ~ 74 歳で国保に加入されている方              |
| 受診料   | 1,000 円                            |
| 持ち物   | 国保特定健診受診券、問診票、受診料                  |
| 健診内容  | 血圧測定、尿検査、心電図検査、血液検査、眼底検査、身体計測、診察   |
| 申 込   | 1/30 (金) までに申し込みフォームか電話でお申し込みください。 |

健診申し込みフォーム



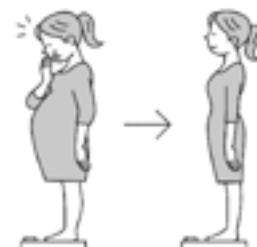
## ～健康的に痩せたい方へ 「からだ改善教室」のご案内～

「体重を減らしたい」、「おなか周りが気になっているけど、どうやって痩せていいのか分からず悩んでいる」、「ダイエットのためになんとなく食事の量を減らすようにしているが、思うように続かない」など…減量の仕方に困っている方へ！

健康的で無理のない減量をするために、からだ改善教室に参加してみませんか？

BMI … 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

|     |   |
|-----|---|
| 対 象 | 74 歳以下の方で、BMI が 25 以上の方   |
| 内 容 | 健康的に減量するためのプログラムを実施します。<br>例) インボディ・大腿四頭筋力の測定、からだの基本的な動かし方とポイント、<br>太りにくい体について、運動習慣を継続させるコツ、健康的な食習慣について |
| 日 時 | 全 10 回 いずれも土曜日<br>1 月 17・24・31 日、2 月 7・14・21・28 日、3 月 7・14・21 日 14:00 ~ 15:30                           |
| 会 場 | 保健センター 2 階  |
| 講 師 | 健康運動指導士、管理栄養士、保健師   |
| 定 員 | 25 名 (初めて参加される方優先)  |
| 受講料 | 無料  |
| 持ち物 | 運動しやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具   |



お申し込み・お問い合わせ 阿智村保健センター 電話 0265-45-1230

# 預けて安心! 白筆証書遺言書 保管制度

全国の  
**法務局**<sup>※</sup>  
ご利用いただけます。

※本局・支局等合計312か所

遺言書の  
保管の申請には  
**3,900円**が  
かかります。

手続には  
予約が必要です

法務局手続案内予約サービス専用ページ  
<https://www.legal-ab.moj.go.jp/houmu.home-t/>



通言者ほかんガルー

**法務省民事局** (詳しくは法務省のホームページへ)  
[https://www.moj.go.jp/MINJI/minji03\\_00051.html](https://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html)





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

# 炎のある暮らし、はじめませんか？

## 地球環境を考える

森林は温室効果ガスの吸収源。

薪やペレット燃料は燃やすとCO<sub>2</sub>が出ますが、もともと植物が吸収した分を排出することになるので大気中のCO<sub>2</sub>は増えません。

このしくみを「カーボンニュートラル」といいます。



## 信州の冬を楽しむ

薪やペレット燃料は森を活かす循環型のエネルギー資源。

薪ストーブ、ペレットストーブの炎に癒され、やさしい温もりに包まれます。

少しの手間も愉しみに変えられる、自然豊かな信州で

森とつながる暮らしをしませんか？

## 阿智村補助制度

ペレットストーブ・薪ストーブ設備導入をお考えの方へ

村の環境に優しい住宅設備導入補助金制度があります。

(補助率)設備導入経費の1/3以内 (補助限度額) 10万円

問 環境課 環境係 (内線253)

12/7

### こまんばマルシェ開催



11/4

### 第24回全国障害者スポーツ大会

アチ Photo report



12月7日(日)青空の下、旧駒場商店街を会場に食べものや手作り・雑貨、体験ワークショップ等30店舗が出店しました。 次回は3月1日(日)に開催予定です。

駒場区自治会館では、阿智中学校吹奏楽部によるクリスマスコンサートが行われ、にぎやかに開催されました。

市平和堂HATOスタジアムで開催された第24回全国障害者スポーツ大会において、智里東在(障がい区分)の投げ2種目に出演され、住の井原清さんが陸上競技(障がい区分)の投げ、砲丸投げ2位の成績を収められました。サポートとして同行された阿智村社会福祉協議会の何原立一さんと役場へ表敬訪問されました。



今月の  
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)

○村営住宅の入居者募集 (応募締切:令和8年1月10日、入居可能日2月1日~2月28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<br>(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)

村では、人口維持を目的に定住施策として、住宅の新增改築を支援した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自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  
(※詳細は阿智村公式ホームページ)

【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。

冬の空き家の管理され  
いますか?

急な冷え込みがあつてとうとう冬がやってきたという実感がするこの頃ですが、空き家の管理はどうされているでしょうか。

普段暮らしていないお家だと電気、ガス、水道等そういうばらまきだけとなることもあるかと思します。冬場心配なことといえば水道の凍結が一番にあがってくるのではないかでしようか。

空き家になっているお家でも、お掃除や片付けをしたり夏場は畑があるから使っているというお家も少なくないと思います。

冬場の凍結防止対策として有効なのは水道の蛇口を開けておき、水道栓を閉栓することで水道管内の水をすべて出して水道管の中に水がない状態にしておくことです。

マイナス4度になると室内の給水管破裂や蛇口等が破損する可能性も出てくるそのうでの早めの対策が必要となってきます。

今一度、空き家の管理を確認していただくと良いと思います。



# 子育てカレンダー

令和8年  
(2026年) 1月

間 こども家庭センター ☎0265-45-1232

| 日  | 月       | 火             | 水                    | 木                 | 金               | 土             |
|----|---------|---------------|----------------------|-------------------|-----------------|---------------|
|    |         |               |                      | 1                 | 2               | 3             |
| 4  | 5       | 6 ☆★          | 7 ★<br>◎ひよっこ         | 8 ☆★<br>小正月体験講座   | 9 ☆★            | 10            |
| 11 | 12 成人の日 | 13 ☆★         | 14 ☆★<br>◎まめっこ       | 15 ☆★             | 16 ★<br>◎すくすく広場 | 17            |
| 18 | 19 ☆★   | 20 ☆★         | 21 ★<br>◎さくらんぼ、つぼみ教室 | 22 ☆★<br>リフレッシュ講座 | 23 ☆★           | 24<br>◎かるがも教室 |
| 25 | 26 ☆★   | 27 ☆<br>◎乳児健診 | 28 ☆★<br>うきうき        | 29 ☆★             | 30 ☆★           | 31            |

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。



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！（まゆ （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、榦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8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 繭玉作り



## 令和8年1月1日～1月31日のスケジュール予定

No.196

| 日                            | 月  | 火  | 水  | 木   | 金  | 土   |
|------------------------------|--|--|--|---|--|---|
|                              |  |  |  | <b>1</b><br>元旦<br>年始休み<br>1/1～1/3                 | <b>2</b>   | <b>3</b>  |
| <b>4</b>                     | <b>5</b><br>陸上教室<br>エンジョイ・イングリッシュ<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・吹奏楽)  | <b>6</b><br>体幹トレーニング<br>ソフトJrテニス<br>阿智中クラブ<br>(野球・卓球・柔道)           | <b>7</b><br>健康マージャン教室⑯<br>木賊狂言教室                           | <b>8</b><br>太極拳・八極拳<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・柔道・吹奏楽)  | <b>9</b><br>空手<br>バスケットボール<br>阿智中クラブ<br>(野球・女子バレー・卓球)  | <b>10</b><br>ミニバス<br>太極拳・八極拳                          |
| <b>11</b><br>ソバ打ち<br>        | <b>12</b><br>成人の日  | <b>13</b><br>体幹トレーニング<br>ソフトJrテニス<br>阿智中クラブ<br>(野球・卓球・柔道)<br>中国語教室 | <b>14</b><br>ニュースポーツ・パラスポーツ①パラアイスホッケー<br>絵画教室<br>子ども絵画教室⑰  | <b>15</b><br>太極拳・八極拳<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・柔道・吹奏楽) | <b>16</b><br>空手<br>バスケットボール<br>阿智中クラブ<br>(野球・女子バレー・卓球) | <b>17</b><br>スキー教室①<br>ミニバス<br>踊ってみいかフラダンス<br>太極拳・八極拳 |
| <b>18</b><br>能楽教室<br>～謡曲(謡)～ | <b>19</b><br>陸上教室<br>エンジョイ・イングリッシュ<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・吹奏楽) | <b>20</b><br>体幹トレーニング<br>ソフトJrテニス<br>阿智中クラブ<br>(野球・卓球・柔道)          | <b>21</b><br>ニュースポーツ・パラスポーツ②チャンバラ<br>健康マージャン教室⑯<br>木賊狂言教室  | <b>22</b><br>太極拳・八極拳<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・柔道・吹奏楽) | <b>23</b><br>空手<br>バスケットボール<br>阿智中クラブ<br>(野球・女子バレー・卓球) | <b>24</b><br>スキー教室②<br>ミニバス<br>太極拳・八極拳                |
| <b>25</b>                    | <b>26</b><br>陸上教室<br>エンジョイ・イングリッシュ<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・吹奏楽) | <b>27</b><br>体幹トレーニング<br>ソフトJrテニス<br>阿智中クラブ<br>(野球・卓球・柔道)<br>中国語教室 | <b>28</b><br>ニュースポーツ・パラスポーツ③パラホッケー・ボール<br>絵画教室<br>子ども絵画教室⑯ | <b>29</b><br>太極拳・八極拳<br>阿智中クラブ<br>(ソフトテニス・柔道・吹奏楽) | <b>30</b><br>空手<br>バスケットボール<br>阿智中クラブ<br>(野球・女子バレー・卓球) | <b>31</b><br>ミニバス<br>太極拳・八極拳                          |

## 1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・パラスポーツを楽しむ講座を開催します。冬期間の体づくりにもお役立てください。

- ・期 日 1月14日～3月4日 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
- ・指導者 1/14(水)吉川守さん(パラリンピック出場)  
1/21(水)奥村将明さん(太極拳・チャンバラ等指導)  
1/28(水)「夢のつばさ」の皆さんと交流  
上記以外 スポーツ推進委員の皆さん

- ・対 象 どなたでも

1月の開催種目は、次の通りです。

## 1月14日(水) 「パラアイスホッケー」

下肢に障がいのある人たちのために、アイスホッケーのルールを一部変更して行うスポーツです。「ストレッジ」と呼ばれる専用のそりに乗り、左右の手にスティックを一本ずつ持ってプレーします。講師の吉川さんに、ゴールを決めるコツなどを教えてもらおう。



## 1月21日(水) 「チャンバラ」

チャンバラは、「打ったら勝ち、打たれたら負け」のシンプルなルールです。相手の身体のどこでもいいので、十分な威力で剣があたれば勝ちです。試合は3分3本勝負が基本です。安全のため防具を着用します。講師の奥村さんに、打ち込むコツなどを教えてもらおう。



## 1月28日(水) 「パラフロアホッケー・ボール」

アイスホッケーとリグッティーの2つを組み合わせたユニアーチャル・スポーツです。棒状のスティックでドーナツ状の(フェルト製)パックを奪い合い、相手ゴールにシュートをして得点を競い合います。通常のホッケーに近い、フロアボールにも挑戦します。普段、なかなか体験できないパラスポーツを、「夢のつばさ」の皆さんと交流しながら楽しめます。



●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)