



木曽川源流の里 木祖村

広報

きそ



木祖村  
イメージキャラクター  
“源流の源気くん”

2022

1

No.370

令和4年  
1月27日



1月2日(日) 令和3年度木祖村成人式

### 今月の主な内容

- ・ 新年のご挨拶 ..... 2、3P
- ・ 令和3年度木祖村成人式 ..... 4~8P
- ・ やぶはら高原スキー場の今後の方向性について ... 9~13P
- ・ 幸せテラスまめのわフィットネスルームの運用状況 ... 14P
- ・ 追加保険料の納付のご案内 ..... 15P
- ・ 令和4年木祖村消防団出初式 ..... 16P
- ・ 知事表彰受賞/ポンプ積載車納車 ..... 17P
- ・ 小児科/産婦人科  
オンライン相談を提供しています ..... 18、19P
- ・ 知ってほしい! 「お・や・すミーティング」 ... 20、21P
- ・ 税の窓口 ..... 22~25P
- ・ 保健室だより ..... 26、27P
- ・ みんなの食育 ..... 28P
- ・ 地域おこし協力隊員の3人から皆さんへのお便り ... 29P
- ・ ながの結婚マッチングシステムが新しくなりました ... 30P
- ・ 伊藤一生の恋愛コラム ..... 31P
- ・ 観光協会だより&木祖村人会だより ..... 32P
- ・ 源気くんを描いた作品を寄贈いただきました/  
名勝地案内看板の整備を行いました ..... 33P
- ・ 放課後児童クラブ日記 ..... 34P
- ・ 保育園&子育て支援センターだより ..... 35P
- ・ お知らせ ..... 36、37P

# 新年のご挨拶

木祖村長 唐澤 一寛



村民の皆様、新年明けましておめでとうございます。  
希望に満ちた輝かしい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。村民の皆様の本年のご多幸を心よりご祈念申し上げますと共に、日頃の村政運営につきまして格別なるご理解ご協力を賜り、心から御礼を申し上げます。

村長2期目も最後の正月を迎えることができました。

改めて初心に戻り清新な心を持って「笑顔が溢れ、笑い声が絶えない、元気な源流の里木祖村」を皆様と一緒に築き上げ、村民の皆様がより一層幸せになれる様、更に精進する覚悟でありますので、皆様方のお一層のご支援ご協力を心からお願い申し上げます。

去年は淋しいお正月だったと思いますが、今年の年末年始は如何でしょうか。お子さんやお孫さんたちが帰って来れたでしょうか。

2年近く村民の皆様には我慢や自粛の生活をお願いして参りましたが、2度のワクチン接種の効果や皆様のご協力のおかげで、去年の10月以降全国の感染者も急激に減少しましたが、現在は300人を超える感染者が出ており、油断は禁物です。

新たな変異株「オミクロン株」がじわじわと広がりつつあります。それに伴

い、3回目のワクチン接種を2月から4月にかけて実施します。

又、国の支援を受けながら子育て世帯への支援事業として、18歳以下の子どもを対象に10万円の給付を実施します。

スキー場シーズン券の購入の補助を今年も引き続き実施し、地元のスキー場へ足を運んでいただくよう施策を進めて参ります。

3つの密を避けることや、マスクを着用するなどの基本的な感染対策はこれまで通りしっかりとお願いします。

やぶはら高原スキー場が先日オープンしました。多くの積雪とたくさんのお客様が来場してくれることを望んでおります。

足かけ3年をかけてご議論いただいた、スキー場あり方検討会も18回目を数えました。又、村民の皆様にはアンケートにもご協力いただきました。3地区での住民懇談会にも多くの参加がありご協力に心から御礼申し上げます。

2030年には開場してから100周年を迎える歴史ある誇り高きスキー場であります。先人達が残してくれた働く場、産業の場としてのスキー場を更に取り育てていくべく検討を続けて参ります。

令和4年度も「木祖村まち・ひと・しごと創生総合戦略」に基づき木祖村が生き残る施策を引き続き、強く推進して参ります。職員一同ワンチームで「笑顔が溢れ、笑い声が絶えない、元気な源流の里木祖村」をつくる為、村民の皆様には、きめ細かく丁寧な行政運営を心がけていく所存でありますので宜しくお願い申し上げます。

寒さはこれからです。健康には十二分にご留意下さい。今年も木祖村にとりまして、又、村民の皆様にとりまして、良い年でありますようにご祈念申し上げます。新年の挨拶と致します。

本年もよろしくお願い申し上げます。



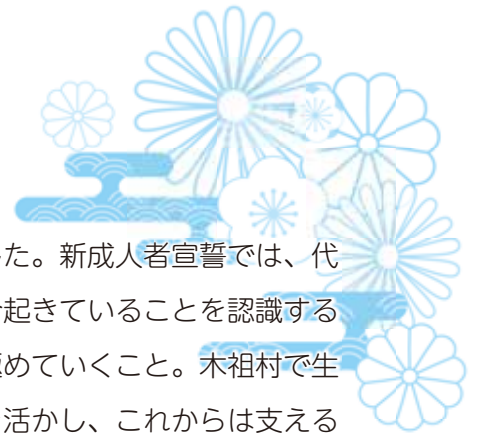


# 令和3年度 木祖村成人式



令和4年1月2日(日)、村民センターにおいて村と公民館主催による  
木祖村成人式が開催され、平成12年4月2日から平成13年  
4月1日までに生まれた22名が大人の仲間入りをしました。

令和3年度成人式も昨年度と同様、新型コロナウイルスの影響により、当初の8月14日(土)から延期となっていましたが、祝賀会中止、来賓縮小、2週間の健康観察などの感染症対策を講じて開催に至りました。今年度のオンライン参加希望者はなく、17名の新成人者が会場に参集しました。



式典では村長、来賓の議会議長から祝福や激励の言葉をいただきました。新成人者宣誓では、代表の草刈仁貴さんより「私たちが向き合わなくてはいけないことは、今起きていることを認識すること、疑問を持つこと、調べること、自分の頭で考えた上で物事を見極めていくこと。木祖村で生まれ育ち、家族、先生方、地域の皆様に教えていただき培った力や心を活かし、これからは支える側、頼られる側になれるよう、主体的に行動していきます。」と感謝の気持ちと立派な決意が述べられました。



新成人宣誓

恩師代表祝辞では、中学3年間担任であった横井和浩先生より成長を慶ぶお言葉をいただき、中学時代の思い出話の際は、まるで当時の教室にいるような雰囲気にも包まれていました。



記念品贈呈



二十歳の主張

# 二十歳の主張

新成人を代表して、4名の方から「二十歳の主張」が述べられました。



笹川 浩輔さん

2016年の3月に木祖中学校を卒業してから、6年の月日が経とうとしています。私は中学卒業後、松本深志高校に進学し、3年間勉学に励んだのち、現在、愛知県の名古屋大学医学部医学科の3年生として医師になるために頑張っています。医学部医学科合格は、中学生の時から目指していましたが、中学、高校の時の努力が実を結び、晴れて現役で合格することができ、とても嬉しく思っています。医学部医学科には、有名進学校を始めとして、全国トップレベルの学力を持った学生が集まるため、非常に高いレベルの中で、揉まれながら、良い刺激を受けることができ、学びのある日々を過ごしています。

医学科では、人体の正常な機能や構造などを専門的に扱う基礎医学、病気や治療を学ぶ臨床医学、法律や公衆衛生などを扱う社会医学の3本柱を6年間にわたって、ゆっくり学習します。これまで、医学科で学んだ中でも、特に脳や神経の高次機能については自ら興味を持って学習することができました。また最近では、大学の研究室に所属し、統計的機械学習、世間一般で言うところの人工知能に関する研究をしています。数学的なテクニックを使ったり、実際にプログラミングをしたりして、医学の分野に応用できるよう頑張っており取り組んでいます。大学生活は残り3年あり、大学卒業後、医師になっても研修や大学院進学など、まだまだ、やることは残っていますが、最終的には病院内の医師の中でも人の上に立ち、病院を動かし、大多数の患者を救う人間になりたいと思います。そして、日本の医学を開拓し、牽引できる人材になれるよう頑張ります。

現在、大学進学と同時に18年間お世話になった木祖村を離れ、名古屋で一人暮らしをしています。大学のカリキュラムが余裕を持って設定されているため、比較的ゆとりを持って生活することができています。しかし、それでも、家事やお金の管理など、とても大変だと感じました。特にテストなどで忙しい時は、目の前のことで精一杯となってしまう、片付けや掃除などがどうしても後回しになってしまうこともあります。そういった時に、日常のことを当たり前のようにこなしていた親に対して、尊敬や感謝を感じます。何もしなくてもご飯が出てきたり、服が洗濯されていたり、好きな時に好きなことができるのは当たり前のことではない、ということをしっかり実感することができて良かったです。

最後になりますが、これまで私を支えてくれた両親、木祖村の方々、そして学校の先生方のおかげで、今の自分があると思っています。感謝の気持ちを忘れず、これからの人生、しっかりと進んでいきます。

新型コロナウイルスが流行し、先行きが見えないこのご時世に、本日は我々新成人のためにこのような会を開いていただき、ありがとうございました。



栗屋 一輝さん

新型コロナウイルスが猛威を振るう中、開催も危ぶまれた成人式ですが、実行委員会の皆様や木祖村の方々のご尽力により、今日こうしてクラスメイトや恩師の先生方と顔を合わせることができ、大変嬉しく思います。

「20歳の主張」とは言ったものの、私は3ヶ月後には22歳になります。20代に入り、時の流れの速さを実感するとともに、少年時代・青年時代の時間がいかに貴重で、かけがえのないものだったかということを感じさせられます。

そんな私は現在、信州大学教育学部で勉学に励んでいます。教員を目指したきっかけは「自分を変えてくれる・正してくれる存在」に憧れたからです。今の自分を形成してくれた要素の大部分にこれまでの恩師の先生方との出会いがあります。小学校から高校まで、時に間違った選択をした時も、道を正し背中を押してくれた存在、そんな存在に今度は自分になりたい、その一心で教育学部に入学しました。

一度は挫折も経験しました。自分が想像していた「教育」と実際の「教育」のギャップから迷いが生まれ、他の道を考えるようになったのです。大学を辞めることも考えていました。そんなときに迷いを払拭してくれたのは両親の言葉でした。「一度決めたことは最後まで貫き通せ、そのあとは君の自由だから。」という言葉を受け、大学卒業という目標を再び掲げ、歩み始めることができました。

現在の夢は、教員の仕事をサポートする事業やシステムを展開する会社を立ち上げることです。正直言って、今の学校業界はブラックです。私自身が教員になるという夢もありましたが、それ以上に、子どもたちに携わる多くの先生方が少しでも仕事しやすい環境をつくりたい。そんな思いで勉強に励んでいます。

恩師の先生方、家族、クラスメイトなど、今までに多くの人に支えていただいた自分が、今度は支える番・援ける番になれるよう、これからも努力を重ねていきたいと思います。



笹川 美来さん

まず始めに新型コロナウイルスにより一度は延期になってしまいましたが、今ここにみんなで集まることができていること、大変嬉しく思います。コロナ禍で会うことが難しかった友達にも今日こうして会うことができましたが、元気そうでよかったです。村の方々の協力があり、こうして集まることができています。このような機会を設けていただきありがとうございます。

私は現在、県内の看護学校にて看護師を目指して勉学に励んでいます。寮生活をしており、週末に木祖村へ帰ってくると家族や友人が温かく迎えてくれます。実習や授業で辛いことがあっても木祖村に帰ると家族や友人が相談にのってくれたり、元気づけてくれたりとたくさんの支えがありここまで乗り越えてくることができました。また村から学生への支援をいただき、木祖村の様々な特産物をいただき充実した生活を送ることができました。とても感謝しています。様々な方の支えにより20年間木祖村で過ごすことができ、私は幸せです。これからは私が家族、友人、村の方々に支えていただいた分、みなさんに恩返ししていきたいです。周りの方々への感謝の気持ちを忘れずに過ごし、2月にある国家試験に合格して良い報告ができるよう頑張ります。成人という人生の節目を境に大人としての自覚を持ち、これからも歩んでいきたいです。本日はありがとうございました。



杉本 亮子さん

本日、無事に成人という節目を迎えられたこと、大変嬉しく思います。私は子どもの頃から早く大人になりたいと思っていました。小さい頃の私には、大人の方が自由で日々を楽しんでいる姿がとても輝いて見えました。しかし、人生というのはあっという間で、私ももう21歳になりました。これまで大きな病気もせず、楽しく過ごして来られたのは両親をはじめとする周りの支えがあったからこそだと思います。親離れできていない部分もまだまだ沢山ありますが、成長した姿をこれからも見せ続けることができたらいいなと思います。

私は現在、洋食のレストランで働いています。小さい頃から食べることがとにかく好きで、私も美味しい料理を作ってお客さんに喜んでほしいという思いからこの職業に就きました。憧れた世界に入って料理の美しさにとんでもないところに入ってしまったと最初は思っていました。しかし、コンクールや調理師試験を受けさせていただくうちに、自分自身の経験値が上がり自信がついたのかなと思うようになりました。まだ経験も浅く未熟者ではありますが、これからももっともっと精進しお客様に最高をお届けできる料理人になりたいです。

## 今後の木祖村成人式のあり方について

令和4年4月1日より、民法の成年年齢が20歳から18歳へ引き下げられるのに伴い、成人式の時期やあり方が全国の市町村で検討されていますが、木祖村ではこれまで通り20～21歳（年度中に21歳に達する方）を対象に「20歳をお祝いする会（仮称）」として開催を予定しております。



お問い合わせ 教育委員会・公民館事務局 ☎ 36-3348



# やぶはら高原スキー場の今後の方向性について

## 1 歴史・背景

- (1)やぶはら高原スキー場は、先人たちが築き上げてきた村の大切な財産
- (2)冬季の大きな雇用の場であり、他に代わることのできない重要な産業

## 2 あり方検討会における議論

### (1)スキー場あり方検討会の発足

- ・やぶはら高原スキー場運営協議会（仮称）準備会発足（H31.2.21）
- ・あり方検討会（仮称）公募委員（スキー場の関係者でない方）の募集（R1.7.4）
- ・第1回やぶはら高原スキー場あり方検討会開催（R1.8.30）3年任期  
慶株式会社 戸堀真澄氏を含む23名で発足
- ・以後、これまでに17回の検討会を開催

### (2)協議の主な内容

- ①継続ありきではなく、廃止も含めた上で議論を開始
- ②グループ討議（1班：スキー場の将来構想、2班：スキー場施設のあり方）
- ③運営会社の経営状況
- ④施設等の維持と今後の効果的な運営のための投資
- ⑤スキー場を廃止した場合の影響

継続、廃止を含めた議論を開始



- ・どうしたら継続できるか議論しないと意味がない
- ・廃止も視野に入れた議論をすべき



様々なデータを集め議論を継続



## 検討会に提示した資料

- ・ 奥木曾グリーンリゾート(株)発足までの経過
- ・ 「スノーリゾート地域の活性化に向けた検討会」  
～世界に誇れるスノーリゾートを目指して～（観光庁資料）
- ・ やぶはら高原スキー場の歴史、経過
- ・ やぶはら高原スキー場の現状と課題
- ・ リフト、スノーマシン、圧雪車の整備計画
- ・ 奥木曾グリーンリゾート(株)の営業実績及び今後の収支予測
- ・ やぶはら高原スキー場及び県内スキー場の入込み実績
- ・ 地球温暖化予測情報第9巻（気象庁）
- ・ 降雪、積雪の将来予測
- ・ 索道事業における新型コロナウイルス感染症対策に関するガイドライン  
（一般財団法人日本鋼索交通協会）
- ・ R1～R2シーズンやぶはら高原スキー場営業結果報告（木祖村観光協会）
- ・ 雪関係の防災気象情報（長野地方気象台）
- ・ 長野県内のスキー場の動向（新聞記事等）
- ・ 住民アンケートの結果

### (3)議論の方向性

検討会の議論及び住民アンケートの結果を踏まえ、やぶはら高原スキー場は当面継続していく。しかし、地球温暖化の影響による気候変動により、これまで以上に降雪量の減少や、人工降雪機が対応できない事態が生じ、オープンの遅れや営業期間の短縮が予想される。その上、リフトやスノーマシン等施設の老朽化により修繕費が増加し、経営難に陥る可能性もある。従って、村による大規模投資が必要との意見が多くを占める中で、現状下での新たな設備投資はリスクが大きく、気候変動の状況を見ながら現状を維持し、場合によっては規模縮小の検討もせざるを得ないとの意見がある。他方、検討委員の中には、規模縮小はイメージダウンや集客力の低下につながることから否定的な意見もある。このような中、できれば村の協力により有利な補助金等を活用し、老朽化したリフトの架け替えや人工降雪設備の充実を図りたい。

一方で、民営化当初の目的であったスキーリフト、食堂、レンタル、民宿等、スキー場に関わる事業の一本化や一体的な運営の検討に入り、スキー場全体の経営改善に努めなければならない。また、スキー場の現状を維持しながら新たな事業展開として、こだまの森の通年営業や、スキー場のグリーンシーズンの活用を含め、最小限の投資で最大限の効果を生み出す事業展開も必要である。

また、これまでの実績と反省を踏まえ、スキー場に携わるすべての者が連携と責任の下で、これまでにない誘客活動を実施し、スキー場全体の売上げ向上に努めるべきである。

### 3 住民の意見（アンケートの集計から）

#### (1) スキー場を継続する場合の今後の運営方法

- ア 更新しながら継続する（99人）7%
- イ 規模を縮小する（152人）10%
- ウ すべての事業を一本化する（121人）8%
- エ 指定管理方式で運営する（67人）5%
- オ 資金を調達する（172人）12%

#### (2) スキー場を廃止する場合の産業振興や雇用創出の方法

- ア こだまの森冬季営業（88人）22%
- イ ゲレンデを他に活用（112人）28%
- ウ 新たな産業構造の模索（56人）14%

#### (3) スキー場のグリーンシーズンの活用について

- ア 活用する必要は感じない（154人）12%
- イ 活用を検討すると良い（609人）45%

#### (4) 今後の方向性について（自由記述から）

- ア 現状のまま継続する（98人）21%
- イ 経営改善し継続する（規模縮小含む）（172人）37%
- ウ 村が費用負担して継続する（8人）2%
- エ 赤字や村が費用負担するなら廃止する（35人）8%
- オ 廃止の方向で検討する（53人）11%
- カ 廃止すべき（18人）4%

### 4 今後の村の対応

木祖村が木祖村であり続けるために冬季の産業は必要である。従って、やぶはら高原スキー場は100周年を目指して継続していく。ただし、3年間は大規模な投資は行わず、スキー場としての機能を維持していく。なお、機能の維持に必要な費用負担については、これまでと同様に、村と奥木曾グリーンリゾート(株)双方の協議の上、決定していく。この間においては1年ごと新たに有識者を加えた検討会による評価と検証を行い、4年後に改めて今後の方向性について村民の意見を踏まえて決定していく。その際、スキー場の将来性に見込みが立てば、現在必要とされている経費の精査を行ったうえで村による大規模投資を開始し、雪不足などにより見込みが立たなければ、村民の中に「住民負担が増えるなら廃止もやむを得ない。」という意見が一定程度あることも踏まえ、準備期間を設け規模の縮小や廃止も視野に入れる。

具体的には以下の事項に取り組んでいく。

#### (1)運営会社に対する経営支援

スキー場の活性化に資するため、経営コンサルタントを運営会社に派遣する。

#### (2)賃貸借契約書の内容変更

村と運営会社とが締結している「営業用財産賃貸借契約書」については、締結当初から状況が変化していることから、甲乙協議の上、3年以内に一部内容の見直しを行う。

#### (3)スキー場のイメージアップ

入込みを増やし、収入を増やすことが大前提であることから、スキー場全体のイメージアップを図るため、場内の道路、駐車場、看板等、修繕計画を立て、財源を確保した上で整備を実施する。また、観光協会と連携を図り、スキー場に関わるすべての人が結集し、これまでにない営業活動を強化することに対して支援を行う。

#### (4)住民に対する支援

スキー場は、スポーツ振興の場であり、子ども達への教育の場、村民の健康づくりの場でもあることを踏まえ、村民がこれまで以上にスキー場を利用しやすい仕組みづくりを検討していく。

#### (5)一体的な運営

スキーリフト、食堂、レンタル、宿泊業等を含め、一体的な運営を図るため、研究会を立ち上げるなど、早期実現に向けた支援をしていく。

#### (6)観光事業の総合的な展開

村の観光開発審議会において、観光事業の総合的観点に基づき、村の観光事業の柱であるスキー場、こだまの森、味噌川ダム、水木沢天然林、鳥居峠、縁結神社、道の駅など、事業に携わる関係者と共に、会社の統合なども視野に入れた中で、各施設の通年利用を含めた効率的かつ効果的な事業展開の検討を進める。

#### (7)基金の造成とガバメント・クラウドファンディングの活用

スキー場の今後に関わる資金に充当するための基金を積立てると共に、村によるスキー場の整備を目的としたクラウドファンディングの展開を検討する。

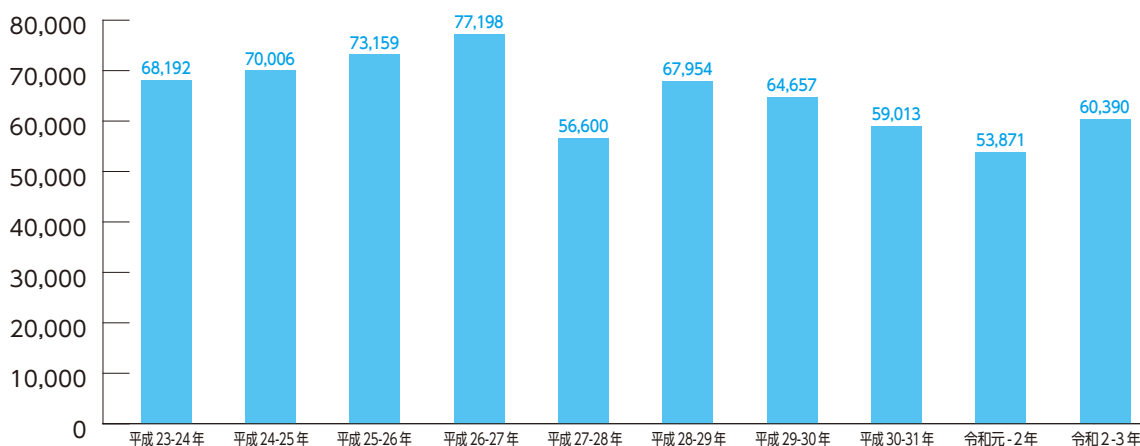
# 2020-2021シーズン やぶはら高原スキー場の運営状況

やぶはら高原スキー場は今シーズン（2021-2022）12月18日(土)にオープンし、年末年始から良いスタートを切り、順調に運営をしております。

村では、コロナに負けない健康づくりや経済対策の一環として、今シーズンも昨シーズンに引き続き、村民シーズン券の補助をさせていただいております。高校生以下の村民は無料、大人は7,000円で購入でき、5,000円分の木祖村共通商品券が還元されます。是非、大勢の村民の方々にご利用いただき、当スキー場を盛り上げていただければ幸いです。

昨シーズン（2020-2021年）は新型コロナウイルス感染症が拡大し、スキー場の入込みが心配されましたが、順調な入込みにより売上等も伸びています。

## ●当スキー場の利用者数の推移（単位：人）

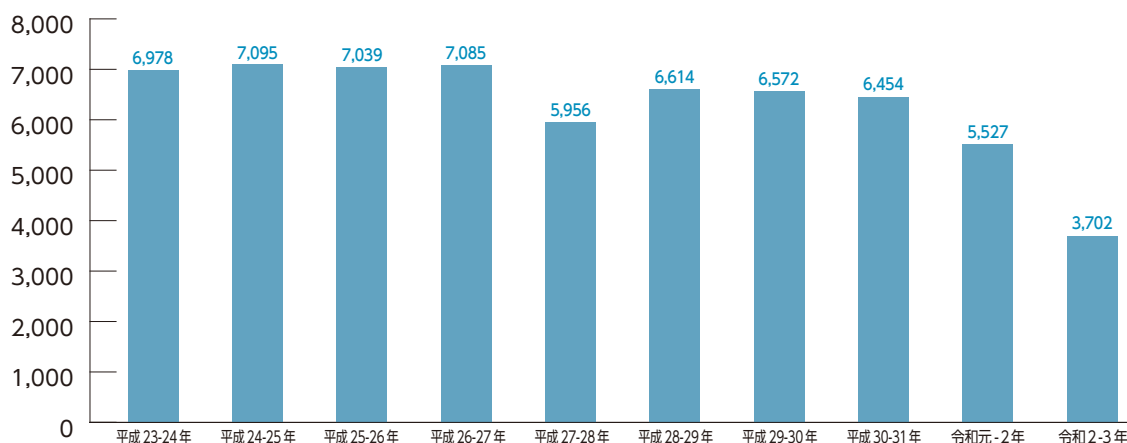


## ●こだまの森と合わせた運営会社「奥木曾グリーンリゾート(株)」の状況

第17期末（令和2-3年）までの経営状況は下記のとおりです。

2020年12月19日(土)にスキー場がオープンし、入込は60,390人、索道（リフト）収入は161,854千円となり、こだまの森と合わせ総売上高は225,384千円となりました。当期純利益はプラス24,388千円となり、コロナ禍ではあったものの野外スポーツ等が注目され、県内のスキー場の中でも大いに貢献したシーズンとなりました。

## ●長野県内のスキー場利用者数の推移（単位：千人）



# 木祖村福祉施設幸せテラスまめのわ フィットネスルームの運用状況

村では、令和3年9月頃より幸せテラスまめのわフィットネスルームを本格運用しました。  
フィットネスマシン（トレーニングマシン）7台の内2台（アセントトレーナー）は、スポーツ振興くじ（TOTO）助成金\*を活用して、令和3年2月に納入されたものです。

## \*スポーツ振興くじ（toto・BIG）助成金とは

子どもからお年寄りまで、誰もが、いつでも、身近にスポーツを楽しめる環境の整備など、新たなスポーツ振興施策を実施するための新たな財源を確保するため導入されたもの。くじの販売で得られた財源でスポーツ振興が目的の事業への助成金が交付される。

助成金を利用したマシン名	MATRIX アセントトレーナー A3X 2台
目的	村民のスポーツ活動、体力向上、健康増進を図る。



令和3年10月以降、10月に174名、11月に133名の利用がありました。

## 第1回 木祖村 ウォーキングラリー大賞 結果発表

ラリー参加者：75名

### 個人部門

- 1位 クマ吉さん
- 2位 on7さん
- 3位 なつヒデさん
- 4位 tokaさん
- 5位 ナマケモノさん

### チーム部門

- 1位 DAM
- 2位 チームジョージ
- 3位 吉田先生
- 4位 S42健康ランド
- 5位 日野製薬えってこ



11月24日(水)に、個人部門1位、チーム部門1位のチームDAM クマ吉さんを表彰させていただきました。

## 追加保険料の納付のご案内

国民年金第1号被保険者 ならびに 任意加入被保険者 は、  
【定額保険料】に【付加保険料】を上乗せして納めることで、  
受給する年金額を増やすことができます。

【定額保険料】月額 16,610 円 + 【付加保険料】月額 400 円

※ 16,610 円は令和3年度の月額です

### 1 納めることができる方

・国民年金第1号被保険者・任意加入被保険者（65歳以上の方を除く）

### 2 付加年金額

付加年金額（年額）は「200円×付加保険料納付月数」で計算し、2年以上受け取ると支払った付加保険料以上の年金が受け取れます。

例えば、20歳から60歳までの40年間付加保険料を納めていた場合の年金額は以下のとおりです。

200円×480月（40年間）＝96,000円（年額）が付加年金額として老齢基礎年金に上乗せされます。（毎月の定額保険料を40年間納めた場合の老齢基礎年金額＝780,900円）

※令和3年度時点の金額

なお、付加年金は定額のため、物価スライド（増額・減額）はありません。

### 3 納めていただく際の注意点

- ①付加保険料の納付は、申出月からの開始となります。
- ②付加保険料の納期限は、翌月末日（納期限）と定められています。
- ③納期限を経過した場合でも、期限から2年間は付加保険料を納めることができます。
- ④付加保険料を納めていただいている方が付加保険料の納付を止める場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要となります。
- ⑤国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。
- ⑥月末が土曜日、日曜日、休日等にあたる場合及び年末の納期限は、翌月最初の金融機関等の営業日となります。

### 4 お申し込み・問い合わせ

年金事務所・役場の窓口

# 令和4年 木祖村消防団出初式

1月8日(土)に、社会体育館において伝統ある木祖村消防団出初式が挙行され、消防団員91名が出動しました。

本年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため規模を縮小しましたが、式典では団員心得の朗読や団長式辞、村長訓辞など厳粛の中にも盛大に挙行されました。また、団員の功績に応じて各種表彰が、退団者には感謝状が贈られました。

式典に引き続き、藪原街並みにて分列行進が行われ、喇叭隊のすばらしい演奏の中、消防団員は藪原の街並みを力強く行進しました。

## 令和4年 受章者名簿 (敬称略)

### ☆日本消防協会長表彰

〔精績章〕 副団長 岩原 達也  
副団長 山路 卓

### ☆長野県消防協会長表彰

〔功績章〕 副団長 岩原 達也  
〔永年勤続功労章〕 本部長 篠原 康伸  
〔功労章〕 本部長 安原 文祥

分団長 永島 哲也

〔努力章〕 分団長 川口 直秀

〔精績章〕 分団長 青木誠太郎

〔技術章〕 副分団長 東 幸治

〔精勤章〕 部長 野中 章

班長 丸山 達也

班長 巢山 和寛



分団長 田上 陽一

班長 寺嶋 亮 班長 坂下 素章

班長 田上 浩司 班長 原 享平

### ☆木曾消防協会長表彰

〔勤続章〕 分団長 青木誠太郎 分団長 川口 直秀 班長 古畑 和也

〔功労章〕 分団長 栗屋 圭介 分団長 岩原 清剛

〔技術章〕 分団長 永島 哲也

〔精勤章〕 分団長 田上 陽一 副分団長 岩原 尚 副分団長 原 浩徳

### ☆木祖村村長表彰

〔村長功労章〕 副分団長 奥谷 渚 副分団長 岩原 尚 副分団長 東 幸治

副分団長 原 浩徳 副分団長 坪井 祐

〔15年勤続章〕 副分団長 岩原 尚 副分団長 坪井 祐 部長 盛岡 功治

班長 坂下 素章 班長 田上 浩司 班長 野中 将睦

班長 林 雄祐

〔退職消防団員感謝状〕 元副団長 上村憲一郎 元分団長 藤澤 優樹 元部長 唐澤 光敏

### ☆消防団長表彰

〔団長表彰〕 班長 林 友香 班長 永瀬 弘樹 団員 藤井 智興

団員 藤原 裕也 団員 下條 久佳

〔精勤章〕 (十年連続) 五月日振哉

(五年連続) 永島 竜佳 笹川 智博 藤原 心大 藤原 健

### ☆消防庁長官銀杯

元副団長 上村憲一郎

元副団長 山路 俊仁 元分団長 藤澤 優樹

元分団長 奥原 一史

元部長 唐澤 光敏

### ☆長野県知事報償

元分団長 奥谷 文威



## 木曾土建工業株式会社様が 令和3年度 長野県消防団協力事業所等知事表彰を受賞

木曾土建工業様が消防団員の確保や消防団活動への理解・協力により、地域防災力の向上への貢献が大きいとして、知事表彰を受賞され、令和3年11月30日(火)に木曾合同庁舎にて伝達式が行われました。今年度は県内の10事業所が受賞しています。

消防団協力事業所は、「規模に応じた一定数の従業員が消防団に入団している」、「災害時に事業所の資機材等を消防団に提供している」などの基準を満たしている事業所に対して認定を行っています。

認定されますと表示証を事業所内に掲示したり、ホームページに掲載することができ、イメージアップに活用できます。



## 第2分団消防ポンプ積載車が納車されました

消防ポンプ積載車が納車され、令和3年11月30日(火)役場前にて、村長から消防団長へ引き渡しがされました。

この消防ポンプ積載車は、第2分団の駅前車庫に配置され、今後の消防活動に使用されます。

西野消防団長から「村の安全安心のため大事に使用し、村民の期待に応えられるよう努めていく」と心強いお言葉をいただきました。



## 木祖村民限定！ 無料オンライン相談のお知らせ

木祖村では、ご家庭のスマートフォンから、  
産婦人科医・助産師・小児科医に相談できる

## 小児科/産婦人科オンライン相談 を提供しています。

「病院へ受診した方がよいか悩んでいる」、「感染症が心配で受診を控えがち」といった方も、LINEや専用サイトを通じて専門医師や助産師に気軽に相談できます。プライバシーは厳守されますので、安心してご利用下さい。

小児科オンライン 産婦人科オンライン

毎日24時間  
受付中

## 小児科医 / 産婦人科医に無料相談

自宅から小児科医、産婦人科医、助産師に無料でご相談いただけます。妊娠中～産後の悩み、新生児～15歳のお子さんの相談が可能です。

例えば、  
こんな時…

うんちの  
色が変わ

湿疹が  
気になる

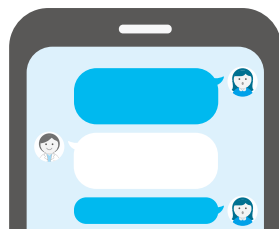
不正出血  
があった

母乳の量  
が心配



### 夜間相談

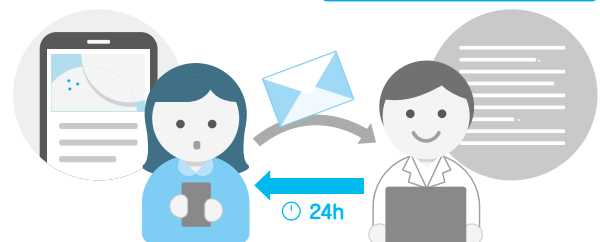
平日18時～22時 10分間相談予約制



LINEのメッセージチャット / 音声通話 / 動画通話

### いつでも相談

毎日24時間受付 24時間以内返信



ウェブサイトから相談を送付できます

### まずはLINEの友だち追加を！



@sanfujinkaonline



@syounikaonline

### 会員登録に必要な合言葉

右記お問い合わせ先へ確認いただくか、  
保健だより2月号(各戸配布)をご確認下さい。

※LINEをご利用でない場合は、「小児科オンライン」または「産婦人科オンライン」を検索してウェブサイトから会員登録・利用を行ってください。  
手順は右記をご覧ください。

※どちらかのサービスを登録すれば両サービスを利用できます。

※木祖村の方限定で無料で利用できます。村外に住民票のある方は利用できませんのでご了承ください。

木祖村でご利用いただいた方から、好評の声が届いています！

## 利用者の感想

先生はとても分かりやすく説明してくださり、相談してよかった。また利用したい。  
丁寧に時間をかけて相談にのってくれた。的確なアドバイスをもらえてよかった。  
相談したい医師や助産師を顔写真やプロフィールを見て事前に選べる仕組みで、安心して相談できた。

### 会員登録の手順

会員登録の手順

小児科オンラインのサイトで「会員登録」を選択

メールアドレス入力・認証

合言葉・氏名・郵便番号などの入力

登録完了



### 夜間相談の利用手順

夜間相談の利用手順

小児科オンラインのサイトで「相談予約をする」を選択

予約日時を選択

相談内容を入力

予約時間になったら相談開始



### いつでも相談の利用手順

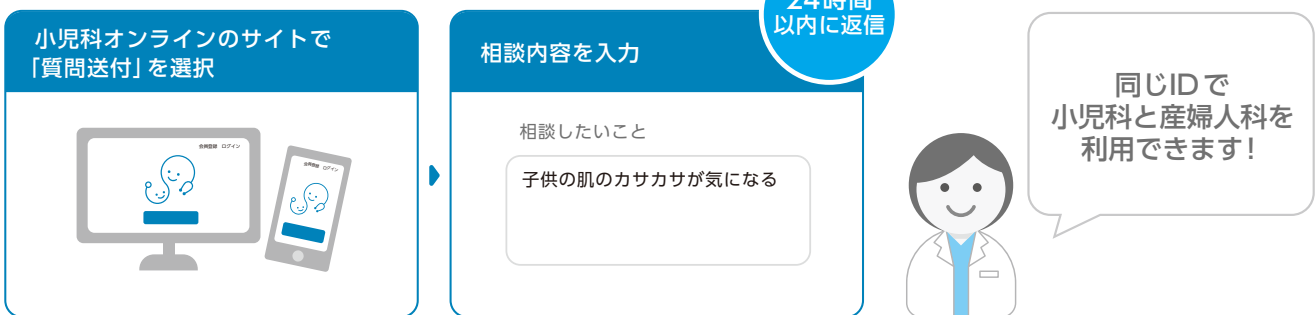
いつでも相談の利用手順

小児科オンラインのサイトで「質問送付」を選択

相談内容を入力

24時間以内に返信

同じIDで小児科と産婦人科を利用できます！



## アマゾンギフト券プレゼントキャンペーン 実施中！

先着100名様限定で、アンケートに答えて会員登録いただいた方に、500円分のアマゾンギフト券をプレゼントしています。ぜひこの機会にご登録ください！

【キャンペーン対象者】妊婦さん、0歳～高校生までの保護者の方（1世帯につき1枚）

【キャンペーン申請方法】

- ①右側のQRコードを読み込みます。
- ②アンケートに回答後、最後のページをスクリーンショット等で写真をとります。
- ③続けて会員登録を行います。
- ④役場 住民福祉課の窓口でスマートフォンをお持ちください。ギフト券をお渡しします。

こちらを読み込み、アンケートにご回答ください▶



回答後このページをスクリーンショットして保管（アンケート回答の証明になります）▶



お問い合わせ

事業に関して：木祖村役場 住民福祉課 TEL 0264-36-2001

## 知ってほしい！『お・や・すミーティング』

＼ どんない集まり？どんないことをしているの？ ／

今年度立ち上がったプロジェクト『お・や・すミーティング』。

月に1回程度メンバーが集まり、木祖村で村民が楽しくなることや楽しい場所について、また木祖村の魅力が村外にも発信しよう！と意見交換をしています。その意見の中から、できることって何かな。と考え、小さいことから実際にやってみる（トライアル）を繰り返しています。

ミーティングも木祖村のあちこちで行っています。

おぎそ  
・  
やぶはら  
・  
すげ



(菅) 7/15(木)

## ミーティング

『木祖村にこんなのがあったらいいな。』からやってみたいことなど今までの意見の一部です。

- ・人が交流できる場所づくり
- ・木祖村を知る取組み、勉強会、木祖村ツアー
- ・移住体験、農業体験、産業体験ができるように。
- ・空き家活用をしたい。

など、他にもたくさんの意見がでています。

すぐにはかなわなくても、小さく始めてみませんか。

ミーティングの様子



(藪原) 12/14(火)

## 今までの活動やトライアルについて

メンバーで意見交換した中から村民や村に関わる人たちが楽しくなるよう、はじめの一歩としてやってみたいことを少しずつ実現しているところです。

そんな中、小さなトライアルをいくつかお試してみました。

木祖村の素敵な  
場所発見！

お外で朝ご飯を食べよう！



### アサゴハン会

- 第1回 まめのわ前緑地広場
- 第2回 菅の運動公園
- 第3回 柳沢尾根公園 で行われました。



### お・や・す探検隊（藪原宿歩き）

村のことを知るきっかけとして、どんな町並か歩いてみようという企画。

その他、「モクモク読書会」なども開催されました。

### KODOMO★ふりま（まめのわ前緑地広場にて）

子ども販売員のお店や子どもが楽しめる場所を作ろうと考え、できることを小さくやってみようとお試しで開催しました。



今後は少しずつ発信を広げて多くの村民の皆さんや村を訪れる人にも知ってもらい、参加して頂けたら嬉しいです。村民が交流でき、村内外多くの人たちが楽しく過ごせるようなきっかけになったらいいなと思っています。お・や・すミーティングに興味のある方や参加してみたい方、ご連絡お待ちしております。

お問い合わせ 木祖村役場 産業振興課（商工観光係） ☎ 36-2001

# 税の窓口

## 所得税及び住民税の申告相談について

村では、令和4年2月16日(水)から令和4年3月15日(火)までの期間中、所得税及び住民税の申告相談を行います。下記をご覧ください、期間内に正しく申告をお願いします。

なお、土地・建物・株式の譲渡があった方、損失の申告をされる方及び青色申告をされる方は村の相談会場では相談できません。木曽税務署の相談会場か、郵送、またはご自宅からのパソコン・スマホで利用いただけるe-Taxにて申告をお願いします。

### 申告相談の事前予約について

新型コロナウイルス感染症の予防のため、**事前予約制**となります。

事前にお電話でご予約をお願いいたします。

予約状況によりご希望の日程に添えない場合があります。

#### 事前予約の受付期間

2/7(月)から2/15(火) (土日祝日は行いません)  
木祖村役場住民福祉課税務係まで (2/16(水)以降も随時受付します)

### 申告相談の日程について

全会場 午前9時から午後4時まで (土日祝日は行いません)

月	日	曜日	対象地区	申告会場
2月	16~22日	月~金	全地区 (事前予約制)	役場1階 村民相談室
	24日	木	小木曽地区 (事前予約制)	老人福祉センター
	25日	金	菅地区 (事前予約制)	菅公民館
	28日	月	全地区 (事前予約制)	役場1階 村民相談室
3月	1~15日	月~金		

※申告相談では、利用者識別番号(16桁の番号)がないと申告の受付ができません。

24日、25日の出張申告相談をご予約される方は、ご予約の際に利用者識別番号取得の有無を確認させていただき、未取得の方はこちらで事前に取得させていただきますのでご承知おきください。

### ご来場に当たってのお願い

新型コロナウイルス感染症対策として以下の徹底をお願いします。

- マスクを着用してください。
- 入口等で検温及びアルコール消毒液をご利用ください。
- 発熱等の症状のある方や体調のすぐれない方は来場を控えてください。その際はお電話にてキャンセルのご連絡と再来場のご予約をお願いいたします。

### 所得税の申告が必要な方

以下に該当し、所得税の納付や還付が発生する方(発生しない場合も住民税の申告が必要です)

- 農業・不動産・営業等の所得のあった方
- 2か所以上から給与・公的年金等を受けた方
- 日雇・パート・退職などで年末調整をしていない方
- 医療費控除等の所得控除を受けようとする方
- 年末調整を行った方で、配偶者の給与収入・扶養等に誤りのあった方

## 住民税の申告が必要な方

- 1か所から給与を受けた方で、給与所得及び退職所得以外の所得の合計額が 20 万円以下の方
- 2か所以上から給与を受けた方で、主たる給与以外の給与収入金額と給与所得及び退職所得以外の所得の合計額が 20 万円以下の方
- 公的年金等（遺族年金、障害年金等の非課税年金を除く）の収入金額の合計額が 400 万円以下、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が 20 万円以下の方

## 申告が不要な方

- 1か所から給与を受けた方で、誤りなく年末調整をし、他に所得のない方
- 公的年金等の収入のみで、控除内容に変更・追加がない方
- 全く所得のなかった方

## 申告会場へ持参するもの

- 1 本人確認書類
  - ・ 写真つき身分証明書（マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど）
- 2 所得を証明するもの
  - ・ 源泉徴収票（年金の場合も源泉徴収票が必要です）
  - ・ 営業や農業、不動産等の所得のある方は、令和 3 年中の収支が明確となる収支内訳書や帳簿類及び領収書等（事前に収入・支出を計算してください）
  - ・ 雑所得のある方は、支払調書等
- 3 控除の証明となるもの
  - ・ 国民年金保険料控除証明書（厚生労働省年金局発行）
  - ・ 生命保険会社及び損害保険会社等が発行した証明書類
  - ・ 市区町村及び社協等が発行した寄附金領収書
  - ・ 障害者手帳（要介護認定者の場合は、住民福祉課で交付する障害者控除対象者認定書）
  - ・ 医療費控除の明細書（病院・薬局・介護老人福祉施設からの領収書・証明書及び生命保険会社等から保険支払いのあったことが明確となる帳票等に記載された医療費の額を「医療費控除の明細書」へ記載してご持参ください。）
- 4 還付先口座（本人名義）が分かるもの
  - ・ 通帳・キャッシュカード等

## 医療費控除を適用される方へ

平成 29 年分の確定申告から、医療費控除は領収書の提出が不要となっております。なお、領収書の提出の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となり、税務署から記入内容の確認を求める場合がありますので、領収書は 5 年間保存する必要があります。

申告相談の際は、ご自身で「医療費控除の明細書」を作成してお持ちください。なお、下記の国税庁ホームページの確定申告書作成コーナーに様式と書き方の案内が記載されています。また、役場住民福祉課税務係にも用意してあります。

医療費控除の  
明細書様式



国税庁ホームページ  
「所得税の確定申告」



# 税の窓口

## マイナンバーカードを使って自宅からスマホで確定申告！

確定申告には、ご自宅からスマホ・パソコンでご利用いただける e-Tax・スマホ申告が便利です。

マイナンバーカードをお持ちの方は、確定申告会場に出向かなくても、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」からマイナンバーカード対応のスマホ又はICカードリーダーライターを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。

感染防止の観点からも、ぜひご自宅から e-Tax をご利用ください（出来上がった申告書等は印刷して郵送等で税務署に提出することもできます）。

### 《確定申告などに関するお問い合わせ》

国税庁ホームページ「確定申告特集」をご利用ください。

### 《e-Tax・作成コーナーの操作などに関するお問い合わせ》

「e-Tax・作成コーナーヘルプデスク」（☎0570-01-5901）

【受付】月曜～金曜（祝日等及び12月29日～1月3日を除きます）

確定申告は、ご自宅からのマイナンバーカードを利用した e-Tax・スマホ申告が便利です。マイナンバーカードとスマホ（マイナンバーカード読取対応）があれば、多くの方が来場される確定申告会場に出向くことなく、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用して確定申告を行うことができますので、ぜひご利用ください。

### メリットいっぱい！マイナンバーカード方式

- マイナンバーカードとスマホがあれば、自宅から24時間いつでも申告できます！
- 画面の案内に沿って入力すれば、自動計算されます！
- 過去の申告データを利用して自動入力できます。
- 還付申告の場合、e-Taxなら早期還付されます。
- 相談はチャットボットや電話でもできます！
- スマホのカメラで源泉徴収票が自動入力されます！
- スマホ申告は、専用画面を用意しています。
- マイナポータル連携により、一部の所得控除等が自動入力されます！

### こんなあなたはスマホ申告！

- 年末調整済で医療費控除やふるさと納税などの寄附金控除の申告をする方
- 年末調整が済んでいない方
- 2か所以上の給与所得がある方
- 年金収入や副業等の雑所得がある方
- 株式等の譲渡（特定口座をお持ちの方）

### もっと便利に！

- 給与所得の源泉徴収票をスマホのカメラ機能で読み取ると、記載内容が入力画面へ自動反映されます！

#### 《動画で見る確定申告》



動画で見る確定申告

検索

#### 《確定申告書等作成コーナー》



確定申告

検索

#### 《マイナポータル連携》



マイナポータル

検索



## マイナンバーカードの交付申請を推進しています

現在、マイナンバーカードは健康保険証としての利用や e-Tax を活用しての確定申告など幅広い分野での利活用が可能となっています。

村では今年度、カード申請補助端末（「マイナ・アシスト」）を導入し、たった3～5分で顔写真の撮影から申請までを一括して行えるようにいたしました。ぜひお気軽に役場総合窓口までお越しください。

また、確定申告会場（菅会場・小木曾会場含む）でも申請を受け付けますので、待ち時間や申告後の申請をご検討ください。隣組集会やクラブ活動等の複数人が集まる会場においての出張申請受付も実施しておりますので、ご要望があれば住民福祉課までご相談ください。



個人番号カード交付申請書

### ●持ち物

- ・個人番号カード交付申請書（申請時に QR コードの読み取りが必要になります）
- ※申請書が無い場合は、本人確認書類（免許証・保険証など）をお持ちください。
- ※申請書が無い方で、確定申告会場（菅会場・小木曾会場）にて申請を行いたい場合は、役場にて申請書を印刷する必要がありますので、前日までに住民福祉課までご連絡ください。

## 「税に関するポスター」「税の標語」表彰式

令和3年11月29日(月)に木祖小学校校長室において、「税に関するポスター」「税の標語」の表彰式が行われました。

木曾租税教育推進協議会では、租税教育の一環として、毎年小学生を対象に「税に関するポスター」を、また全国間税会総連合会では「税の標語」を募集しています。

今年度も木祖小学校6年生から多くの作品の応募があり、その中から5名の児童が各賞を受賞され、村長より表彰状の伝達を行いました。

### 「税に関するポスター」受賞者

木 祖 村 長 賞	木祖小学校 6年	内山 幸星 さん
一般社団法人木曾法人会長賞	木祖小学校 6年	小坂 哉太 さん
関東信越税理士会松本支部長賞	木祖小学校 6年	平井八瑛美 さん
木曾小売酒販組合理事長賞	木祖小学校 6年	青木 愛実 さん

### 「税の標語」受賞者

長野県間税会連合会 会長賞	
「消費税 みんなで納める 納税意識」	木祖小学校 6年 青木 紅心 さん



「税に関するポスター」  
木祖村長賞  
内山 幸星 さん



受賞者のみなさん

お問い合わせ 木祖村役場 住民福祉課税務係 ☎ 36 - 2001

# 保健室だより



## 「毎日、骨骨（コツコツ）と…」

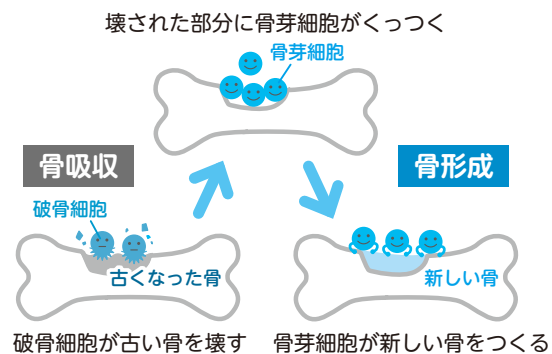
昨年度まで女性を対象としていた骨密度健診【村の集団健診】を、今年度から男性も対象とし、男性75人の受診がありました。

男性は女性に比べ、骨粗しょう症にはなりにくいと言われています。「骨には自信がある」という男性も多いのではないのでしょうか。

### 骨の新陳代謝

骨は、絶えず**吸収**（破骨細胞が骨を溶かす）と**形成**（骨芽細胞が新しい骨を作る）をくり返し、数年かけてすべて入れ替わると言われています。

新しい骨を作る時、カルシウムが必要になります。慢性的にカルシウムが不足すると、骨から取り出される量が多くなり→骨量が減少→骨粗しょう症になる可能性が高くなります。



### 骨密度は加齢とともに減少

骨量は、男性も女性も20歳代がピークで、女性は閉経時期から急激に骨密度が低下するのに対し、男性は徐々に低下していき、60歳を過ぎたころから危険信号が点滅します。女性は女性ホルモンの減少が大きな要因になりますが、男性は糖尿病や高血圧などの生活習慣病、胃腸疾患や薬剤の影響が大きいと言われています。

### 骨粗しょう症の危険因子

骨の強さ（骨強度）は、「骨密度」と「骨質」の2つの要因によって決まります。骨強度を高めるためには、20歳までに最大骨量を多く獲得し、その後は骨量の減少を最小限に留め、除去可能な危険因子は早めに除くことが大切です。

危険因子には除去できないものと、食事や運動などの生活習慣で除去できるものがあります。

除去できないもの	除去できるもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 加齢、性別、人種、家族歴、初潮・閉経の時期、過去の骨折 など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● カルシウム・ビタミンD・ビタミンKの不足</li> <li>● リン・食塩の過剰摂取、極端な食事制限（ダイエット）</li> <li>● 運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒、多量のコーヒー摂取など</li> </ul>

## 村の集団健診 男性75人の結果は…

### <超音波法により、かかとの骨を測定>

異常なし	42人
骨密度低下 注意	29人
骨密度低下 精密検査が必要	4人

→ **低下注意の内、5人の方が  
40～50歳代でした！**



低下注意の5人の方のお話をきいてみると……

カップラーメンをよく食べる。

コーヒーをたくさん飲む。

睡眠時間が少ない。

腰痛がある。……などいくつかの共通点がありました。



## 骨粗しょう症予防の生活ポイント

「骨→カルシウムを摂ればいい」となりがちですが、カルシウムの吸収には、たんぱく質・ビタミンD・ビタミンKなどの栄養素が必要で、主食・主菜・副菜がそろったバランスのよい食事が大前提です。

カルシウムは、一度に大量に摂っても蓄えることはできず、尿に排泄されてしまいます。毎日、適正な量を摂るようにしましょう。カルシウムの1日の推奨量は、男性は18～29歳で800mg、30～74歳で750mg、75歳以上は700mg、女性は18歳～74歳まで650mg、75歳以上は600mgです。サプリメントや薬剤を服用の場合は、過剰摂取により健康に害を及ぼすこともあるので注意しましょう。

骨は、刺激されて強くなります。日常生活でこまめに体を動かすなどの習慣をつけましょう。特に、かかとの骨に刺激を感じる運動が効果的です。

質のよい睡眠は、摂取した栄養素もしっかりと体内に吸収してくれます。適切な睡眠時間を保つようにしましょう。

喫煙は、カルシウムの吸収を妨げます。タバコは吸わないようにしましょう。

## 骨密度健診のおすすめ

骨粗しょう症は、自覚症状がないまま進行し、骨折してしまうと寝たきりの生活に直結してしまうこともあります。人間ドックや村の集団健診などで骨密度を測定してみましょう。

令和4年度の各種検診の申込書は、1月中旬に各家庭へお送りしています。是非、お申し込みください。

参考：「e-ヘルスネット」厚生労働省 「日本人の食事摂取基準（2020年版）」厚生労働省  
「骨の中身は常に変化している」東京理科大学 柳田信也准教授  
「骨粗しょう症を予防しましょう」榊現代けんこう出版



**お問い合わせ** 木祖村役場 住民福祉課 保健係

☎ 36-2001 Fax : 36-3344 Email : hoken@kisomura.com



村内の給食施設などでの食育の取り組みについて紹介します。  
今回は **サニーヒルきそ** です。

サニーヒルきそは、約80名の方が利用されており、食事や喫茶は、2か所に分かれて召し上がっていただいております。感染防止に留意しながらも、美味しく食べていただけるように工夫しています。



毎日の生活の中で食事を楽しみにされている方が多いので、行事食や旬の食材を利用した献立を取り入れています。高齢の方は身体状況に個人差があり、食事の量や形態を調整して提供をする方もいらっしゃるのので、職員が献立や食材の説明をして召し上がっていただいております。また、低栄養状態の予防・改善のことも考えた食事の提供を行っています。

### 〈地産献立〉

●エビピラフ ●木祖村白菜シチュー  
●ひじきサラダ ●フルーツポンチ  
木祖村産の白菜を使用した、温かいシチューは皆さんに喜ばれました。人気メニューにレシピがありますので是非お試しください。



### 〈お彼岸献立〉

●おはぎ ●さばの煮付け  
●なすの炒め煮 ●味噌汁 ●梨  
お彼岸に、春は牡丹餅、秋はおはぎを提供しています。皆さんとても楽しみにされています。1番人気はあんこです。



### 〈出前献立〉

●ココ壱特製カレー ~星のコロッケ付~  
●春雨サラダ ●バナナヨーグルト  
お店のメニューを取り入れた給食です。カレーは高齢の方でも食べやすいように開発されています。「たまには出前もいいね。」と好評な企画です。



## 人気メニューの紹介

**白菜シチュー** 白菜は繊維を断ち切るように切ると、より柔らかくなります。

#### ●材料 (5皿分)

- ・鶏もも肉……………250g
- ・白菜……………500g
- ・玉ねぎ……………200g
- ・人参……………100g
- ・シチュールー……………90g
- ・油……………大さじ1
- ・水……………500ml
- ・牛乳……………100ml

#### ●作り方

- ① 野菜と鶏肉を適当な大きさに切る。白菜は繊維を断ち切るように切り、茎と葉先を分けておく。
- ② 鍋に油を熱し、鶏肉と野菜(白菜は茎の部分のみ)を炒める。
- ③ 水を加え、沸騰したらあくを取り、白菜の葉先を加えて蓋をして弱火で15分煮込む。
- ④ 一度火を止め、ルーを入れて溶かし弱火でかき混ぜながら10分煮込む。
- ⑤ 牛乳を入れて5分煮込む。

#### 〈栄養成分：一人分あたり〉

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
224kcal	12.7g	9.5g	17.6g	2.0g

食育に関するお問い合わせ 木祖村役場 住民福祉課(保健係) ☎ 36-2001

## 木祖村にお住まいの皆さまへ

こんにちは!木祖村**地域おこし協力隊**です。現在、木祖村では**坂口・中村・平野**の3人の隊員が活動しております。各々、観光協会・お六櫛組合・キャンプ場/スキー場とそれぞれの出向先にて、木祖村の課題解決や地域力の維持・発展のため、日々励んでおります。この“お便り”では、そんな私たちの活動や日常を、**木祖村にお住まいの皆さん**にも、知ってもらいたい!という思いのもと、お手紙をしたためるように、写真と文章で紹介させていただきます。**他にはどんな活動をしているの?**と気になった方は、**各種SNS**や**公式HP**(右QRコード参照)をご覧ください。回覧でお届けしている**地域おこし新聞**や**YouTube**配信などを、アーカイブとして発信しています◎お気軽にアクセスくださいませ。



学芸員を目指す  
坂口佳奈隊員の

## アートと歴史とアーカイブ

### 木祖村の冬仕事体験中

12月中旬に、藪原にある**集会施設ときわ**でしめ縄作りがあり参加しました。「俺はときわでしめ縄作りをして**10年目だ**」と笑う村民の方もいらっしゃり、みなさん手際良く藁で縄を編(な)っていきます。私もやってみたのですがなかなかうまくいかず悪戦苦闘していると**近所の方々が何度も教えてくださり綺麗な縄ができました**。最後に紙垂をつけて完成となりました。年末に家のドアに飾り**気持ちの良い新年を迎えることができました**。(坂口)



## 活動冒険探求録

アクティビティコーディネーター  
平野佑典(らすかる)隊員の



### “できること”どんどん増えてます!



卒業後の生業を見据え、**資格の取得と技術の向上**に勤しんでおります。**①**鳥居峠や藪原宿、水木沢天然林等、木祖村の歴史や自然を活かしたアクティビティガイドを志し、国家資格「**旅程管理主任者(ツアーコンダクター)**」を取得しました。**②**こどもの森や木祖小中学校でのワークショップに活かすべく「**おもちゃ学芸員**」の肩書を頂きました。**③**キャンプやスキー、カヌー、サイクリング等のアクティビティを臨場感たっぷりに発信できるよう「**ドローン操縦者研修**」を受けてまいりました。(平野)



お六櫛職人見習い  
中村清夏隊員の

## お六櫛なぜなに問答

### 『木曾のお六櫛』を読みながら

坂「中村さん!この本に描かれてる**他の材料でお六櫛**作ってみて欲しいな!

中「えっと..**ずみ、つげ、みずめ、みねばり、なし、いすのき、うめ**の櫛はみたことありますね。ほおのきはこの前、**歯通しの道具に使いました**ね。このとくさもそう、**歯通しに貼る植物**です」

坂「この辺にもとくさって生えているんですか?」

中「そうですね。**木祖村にもとくさが自生している**と聞きますよ」



# ながの結婚マッチングシステムが新しくなりました！

現在、長野県で実施しているながの結婚マッチングシステムが2022年1月20日(休)より新しくなり、気軽にどこでもいつでも独身の異性を探したり、お見合いを申し込みできる身近なマッチングシステムになりました。ご結婚をお考えの方、出会いの機会がない方などが登録されています。この機会に登録してみませんか？



自分のスマホ・PCから  
いつでもどこでも  
気軽に利用できます！

相性の良いお相手  
をご自分で探せます  
お見合いを申し込み！

相性の良いお相手  
をAIマッチングで  
ご提案！



## ながの結婚マッチングシステムQ&A

- Q1.** ながの結婚マッチングシステムとはどんなシステムですか？  
**A1.** 長野県ほぼ全域の独身男女約1100人が登録している婚活サイトシステムです。
- Q2.** ながの結婚マッチングシステムに登録すると他人に氏名、住所がわかってしまいますか？  
**A2.** マッチングシステムには氏名は公表されず、ご自身が希望したニックネームで掲載され住所は市町村までの掲載となります。
- Q3.** ながの結婚マッチングシステムに登録する場合の費用はどのくらいかかりますか？  
**A3.** 2年間の活動で登録料は10,000円（税込み）となりますが、木祖村民の方、木祖村出身の方は村が負担します。
- Q4.** 登録すると村へ登録情報がわかってしまいますか？  
**A4.** 木祖村結婚支援事業受託会社(株)ベストパートナーで管理しますので木祖村で情報は管理しません。
- Q5.** 登録する場合はどのようにすればよいですか？  
**A5.** 木祖村が委託している (株)ベストパートナー ☎ 0263-88-3058 又は  
Email: partner@best-nagano.com までご連絡をお願いいたします。

Vol.22

## 類似性の法則

今回は「類似性の法則」について。

類似性の法則は、人は自分と似た人に好意を持ちやすいという心理学ではメジャーなところですね。類は友を呼ぶという言葉もあるように人は似た面がある人間に寄りやすいということも言えます。

例えば、初対面の人と初めて話すときなどは、出身や趣味が同じだったりすると話が弾んだりしませんか？これこそが類似性の法則の効果なんですね。

これをどうやって使うかは簡単です。ただ単に共通点を探ればいいんですね。趣味であったり、好きな映画だったり、好きな曲だったり。共通点が見出せれば一番ですが、共通点が現状で無かったとしても相手に趣味を言わせてそれに興味を持ち、後日話を聞くなどでも大丈夫です。この場合は後追いで共通点を作るというこ

とになりますが、同様の効果を得られます。

例えば、

「休みの日とか何やってるんです？」

「ガラス細工かなー。」

「え!?本当ですか???ガラス細工、すごく興味あるんですよ！」

こんな感じで興味を持ち、「もっと聞きたい」等の理由で連絡先の交換をして、やりとりしたりして仲良くなったりもできます。ただし、何でもいい訳ではなく、「休日は寝てるよ。」などの興味を持ちづらい返答だったり、興味あるというには厳しい内容のものが返ってきたときには、違う質問をしながら共通点になりそうな項目を探してくださいね。

「休みの日とか何やってるんです？」

「休みはずっと寝てるよ。」

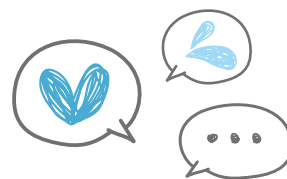
「え？ホント!?私もずっと寝てる！眠り仲間です!!是非、睡眠について語りませんか？連絡先教えてください!!!」

…こんな感じのアプローチはちょっとどころじゃなく違うと思いますのでしないように気をつけてくださいね。



伊藤 一生さん

独自の心理術を持つ恋愛カウンセラーとして、ラジオや雑誌などの出演経験多数。現在は、いっせーと共に木祖村観光大使として村内外で活躍中。



### 伊藤さんへの質問や相談を募集しています。

「婚活イベントに参加しても上手くいかない…」、「気になる人と仲良くなりたい」などのお悩みがある方はメールにてご相談ください。伊藤さんが丁寧にお答えします！

ご希望の方は右のQRコードよりメールをお送りください。

※QRコードを読み取るとメール作成画面になりますので、お悩みをご記入の上、送信してください。匿名での相談もOKです。

※回答には少しお時間をいただきますので、ご了承ください。



お問い合わせ 木祖村役場総務課 結婚支援担当 ☎ 36-2001

## 観光協会だより

### 紅葉のフォトコンテストを開催いたしました

今回で7回目となります紅葉のフォトコンテストを開催いたしました。今年の紅葉は色付が遅く見頃も短く、出品数は92作品とやや少なめでしたが、紅葉の色付が例年になく見事なものとなり、作品にもそれが反映された、見事な作品ばかりとなりました。

投票数も過去最高であった昨年並みの数をかぞえ、盛況の内にコンテストを終えることができました。村内の皆様のご協力に感謝いたします。

今春には桜のフォトコンテストを予定しておりますので、また多くの村民の皆様の商品及び来場をいただけましたら幸いです。



最優秀作品「晩秋の菅橋」

### アンテナショップでは出品者を募集しています

木祖村観光協会では、名古屋市にて運営しております木祖村アンテナショップの、品揃えの拡大と充実をはかり、より多くのお客様へ木祖村のPRができますように、村内特産品の出品を随時募集しております。木工品・加工食品・野菜等やその他どんな物でも結構です。出品の希望がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ 木祖村観光協会 ☎36-2543



## 東海地区 木祖村人会だより

### 今年の村人会

あけましておめでとうございます！

一昨年村人会発足10周年を迎えいろいろ記念行事を実施いたしましたが、その後2年近く満足なイベントができない時期が続いております。

今年こそはと意気込んでおりますが、ここにきて少し不安な雲行きも出てきました。今のところ計画しているすべてのイベントを実行するように準備を進めております。

今年の目玉は、5月21日(土)に実施予定の「山菜取りと山菜グルメ」です。大人も子どもも木祖村の自然の中で、わらびやキノコ採りと山菜弁当、山菜天ぷらを楽しんでもらえる企画です。詳しいご案内は後日致します。その他にも楽しみいっぱい企画をしておりますのでお友達も誘って参加して下さい。

東海地区木祖村人会の会員さま向けに「会員証」を発行いたします。木祖村での買い物、食事更にはアンテナショップでの買い物に割引が適用されます。会員証は総会でお渡し、または参加できない方には郵送いたします。



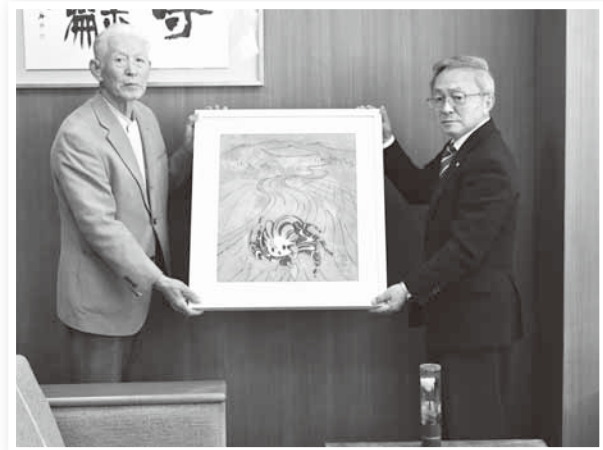


## 源流の源気くんを描いた作品を 寄贈いただきました

令和3年11月30日(火)、上松町の野村武敏様より第35回全国日曜画家中部日本展にも出品いただいた作品を寄贈いただき、木祖村役場内に飾らせていただきました。



題名  
【ようこそ「源気くん」です。】



木祖村役場にて、唐澤村長が受け取らせていただきました。

## 長野県地域発元気づくり支援金活用事業 藪原宿周辺の名勝地案内看板の整備を行いました

令和3年度長野県地域発元気づくり支援金を活用し藪原宿周辺にあります、7カ所の名勝地案内看板を整備いたしました。新たに葛沢の大橋に関する由来を記した案内看板を新設した他、既設看板にはQRコードを貼りつけ、訪日外国人観光客向けのホームページへリンクされます。



新設した葛沢の大橋の  
名勝地案内看板



QRコード看板を取付けた  
防火高塀跡の案内板

防火高塀  
日本語版ページ



# 放課後児童クラブ日記

## 令和4年度放課後児童クラブ申請のご案内

### ●対象者について

- ・保護者が就労などで昼間家庭にいない小学1～6年生までの児童

### ●利用時間について

- ・平日 下校後～午後6時30分まで
- ・学校休業日 午前8時～午後6時30分まで
- ・土曜日 午前8時～午後6時30分まで
- ・閉所日 日曜日祝日、8月13日～16日、12月29日～1月3日  
その他必要と認めた日

### ●利用料金について

- ・平日利用 1時間200円
- ・学校休業日 土曜日1回500円
- ・減免対象 ひとり親、2名以上利用家庭

### ●説明会（就学前保護者）について

- ・2月2日に行われる来入児1日入学保護者説明会時に開催します。

### ●登録申請書について

- ・2月来入児1日入学保護者説明会で配布します。
- ・在校生については毎年登録が必要です。登録されるご家庭は教育委員会事務局（☎36-3348）まで申請書をご提出ください。

### ●申込手続きの流れについて

- ・期間 令和4年2月2日(水)配布～2月18日(金)までに教育委員会へ申請書を提出します。（4月1日からの利用者です。）他の月から利用されるご家庭は途中申請ができます。
- ・利用の決定（令和4年3月中に通知） 利用許可書を交付します。

ご不明な点は、教育委員会事務局  
放課後児童クラブ担当 瀧澤（☎36-3348）まで  
ご連絡ください。



## みんなで劇ごっこをしたよ

毎年行っていたお楽しみ発表会はコロナ禍の影響もあり、行事を見直した結果、園児に負担がなく子ども主体の発表ができるように考えてきました。各クラスで子ども達の好きな絵本をとり上げ、登場人物になりきって劇ごっこを楽しみ、「あ～楽しかった。」という声も聞こえてきました。

大掛かりな大道具はなく華やかさに欠ける点もあったかと思いますが、子ども達と衣装や道具を作り、楽しみながら準備してきた経過をふまえ、クラス参観日でお家の方に観ていただきました。



はじめてのげきごっこ  
うんとこしょ！どっこいしょ！



♪めっきらもっきらどーんどん！



あ～、たのしかった。  
はい、ちーず！

## ベビー～2歳児広場

12月16日(休)子育て支援センターでは、ベビー～2歳児広場でささやかなお楽しみ会を行いました。

モデラートさんをお招きして手あそびやうた、ゲームを参加者全員で楽しみました。

サンタさんも来てくれてプレゼントを一人ひとりに配ってくれました。

今年度、コロナ感染防止のため親子で集まる機会が少なかったもので、今回短い時間でしたが楽しいひと時を過ごすことができ良かったです。



## 2050ゼロカーボン達成に向けて、ごみの減量を推進しよう！ (長野県木曾地域振興局からのお知らせ)

近年地球温暖化に起因する異常気象が世界各地で頻発し、長野県でも2019年12月に「気候非常事態宣言-2050ゼロカーボンへの決意-」を行いました。

現在長野県を含め、世界中の様々な機関で二酸化炭素を減らす取組が進められていますが、家庭から出るごみを減量することでも化石燃料由来のプラスチック焼却量の低減等が期待でき、脱炭素社会の実現に貢献することができます。長野県では長野県廃棄物処理計画（第五期）の重点方針として、4R（リデュース、リユース、リサイクル、リプレイス）の推進を掲げていますが、どれも普段の生活で実践できることばかりです。日々の生活に4Rを取り入れて皆の力で2050ゼロカーボンを達成しましょう！

### 【県民の皆さんにお願いしたいこと】

#### ①ごみの排出量を減らしましょう（リデュース）

- 過剰包装、ストローや使い捨てスプーンなど、不要なもの断りましょう
- 使い捨てのものではなく、長く使える物を選びましょう
- 食品ロスを削減しましょう



#### ②繰り返し使いましょう（リユース）

- マイバッグ、マイボトルなど、繰り返し使いましょう
- 詰め替え用品を使う、修理して長く使うなど、家庭等でまずリユースを実践しましょう
- リユースイベント、フリマアプリ等を活用し、不要になったものを再利用しましょう

#### ③分別・リサイクルをしましょう（リサイクル）

- 各種リサイクル法に則ってリサイクルしましょう
- 町村の分別ルールに従い排出しましょう

#### ④使い捨てプラスチックなど環境負荷の大きいものの使用を見直しましょう（リプレイス）

- 利用時に環境負荷の少ない商品を選ぶなど、エシカル消費を実践しましょう
- ※エシカル消費とは、ものやサービスを選ぶときに環境にやさしく、人や社会に貢献し、地域の発展につながるなど、世の中に与える影響を考えた思いやりのある消費行動を行うことです。

【お問い合わせ】 木曾地域振興局 総務管理・環境課  
☎ 25-2234（直通）

## 特別養護老人ホームの職員を募集

### 令和4年度に採用する施設採用職員 (会計年度任用職員)

いずれも普通自動車免許があり、各職種に必要な資格を有する人

#### ○看護職員(2名)

看護師資格又は准看護師資格を有する人

#### ○生活相談員(3名)

次のいずれかの資格を有する人

- ・社会福祉士資格又は受験資格を有する人
- ・精神保健福祉士資格又は受験資格を有する人
- ・社会福祉主事任用資格
- ・介護支援専門員資格

#### ○介護職員(20名)

次のいずれかの要件に該当する人

- ・介護福祉士の有資格者又は介護福祉士受験資格を有する人
- ・社会福祉士の有資格者又は社会福祉士受験資格を有する人
- ・介護職員初任者研修又はヘルパー2級以上の有資格者

※各資格は、令和4年3月末までに取得見

込みのものを含みます。

※学生は、令和4年3月末までに卒業見込みの人に限ります。

#### ■申込期間

1月11日(火)～2月25日(金)  
(平日の午前9時～午後5時)

#### ■申し込み方法等

組合各施設および事務局(特別養護老人ホーム桔梗荘内)および組合ホームページにある申込書に記入の上、本人が直接事務局に提出してください。

#### ■勤務場所

木曽郡(南木曽町・木曽町・木祖村)、塩尻市、松本市、東筑摩郡にあるいずれかの組合施設のうち希望する施設

#### ■選考方法等

勤務を希望する施設において面接を随時実施

■受験資格や申込方法など詳細は、直接問い合わせるか、組合ホームページ(URL <https://aoihato.com/>)で確認してください。

【お問い合わせ】 松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局 ☎ 0263-53-5000  
担当：松塩筑木曾老人福祉施設組合 総務課 庶務係 安藤 貴幸 内線5612

## 長野県特定(産業別)最低賃金のお知らせ

今般、長野県地域最低賃金の改正に続いて、長野県内の特定の産業で働く労働者に適用される「特定(産業別)最低賃金」が以下のとおり改正されました。

なお、適用業種等の詳細については、長野県労働局ホームページでご確認下さい。

対象業種	時間額(令和2年度改正)	発効年月日
計量器・測定器等製造業	916円(894円)	令和3年12月29日
はん用機械器具等製造業	927円(905円)	令和3年12月16日
各種商品小売業	879円(857円)	令和3年12月31日
※長野県地域最低賃金	877円(849円)	令和3年10月1日

【お問い合わせ】 長野労働局労働基準部賃金室  
☎026-223-0555  
または最寄りの労働基準監督署へ



## Crossword puzzle

広報きそ11月号 No.369  
P32掲載クロスワードの答え

1	オ	ク	ド		シ	4	ジ
		サ		5	カ	キ	ヨ
6	ツ	イ	ゼ	7	ン		ウ
	ル		ン			8	コ
		9	フ	ジ	10	ヨ	ウ
11	キ	エ			12	チ	カ
							ク



# ナンバープレイス

## 解き方

- ①タテ9列、ヨコ9列のどの列にも1～9の数字が1つつ入る。
- ②太線で囲まれた3×3の9マスのどのブロック内にも1～9の数字が1つつ入る。

	4	9	2		6	3	7	8
6		3	8	9		4		
2	5			4	7		6	9
	3			1		9	2	
4		2			9			
9	8	6				5	1	
		4						
8		5	9			6		
7	9			3		8	4	5

## 緊急当番医

月	日	医院名	町村名	電話	月	日	医院名	町村名	電話
2	6	大脇医院	上松町	52-2023	3	6	木曾みたけ診療所	木曾町	46-2266
	11	木曾みたけ診療所	木曾町	46-2266		13	芦沢医院	上松町	52-2018
	13	木曾ひよし診療所	木曾町	26-2001		20	古根医院	大桑村	55-1188
	20	奥原医院	木祖村	36-2264		21	田沢医院	木曾町	44-2008
	23	王滝村診療所	王滝村	48-2731		27	大脇医院	上松町	52-2023
	27	原内科医院	木曾町	22-2678					

変更のある場合がありますのでながの医療情報Net (<http://www.qq.pref.nagano.lg.jp>)にてご確認ください。  
 イベント・行事等で村民の皆さんが写っている写真を広報きその記事等に使用させていただく場合がございます。  
 ご了承をお願いいたします。

## 村民のうごき ( )内は対前月比

	人口	男	女	世帯数
12月	2,722(-3)	1,268(-1)	1,454(-2)	1,108(+3)
1月	2,715(-7)	1,265(-3)	1,450(-4)	1,105(-3)

広報きそ 370号 (令和4年1月27日発行)  
 編集/発行: 長野県木祖村 総務課  
 TEL: 0264-36-2001 FAX: 0264-36-3344  
 ホームページアドレス: <http://www.vill.kiso.nagano.jp>  
 この広報誌は、地球に優しい再生紙を使用しています