



広報  
Public relations  
NEBA

# ねば

# 11

2025 Nov.  
Vol.231



- P2-5 9月定例会 / 第39回 やまあいフェスティバル
- P6 根羽村矢作川源流の郷ふるさと寄附金事業について / 他
- P7 根羽村消防団秋季訓練 / 他
- P8 『医療費通知』のお知らせについて / 他
- P9 長野県小児救急電話相談 (#8000) の受付時間を拡大します / 他
- P10 大杉公園遊歩道共同植樹活動を行いました / 他
- P11 根羽学園 若杉祭 / 他
- P12 杉っ子だより

## 【今月の表紙】

10月11日(土)に根羽  
やまあいフェスティバル  
が開催されました。

[詳細は5ページ]

# 9月定例会

## 一般質問

### ◆松下武久議員

【災害備蓄の食料・水の取扱いについて】

議員 備蓄品の量について伺いたい。

総務課長 飲料水および食料は、1人1日分を基準として3日分を目安に備蓄している。飲料水は500m<sup>3</sup>×24本入りを500箱（計1万2千本）、アルファ化米は白飯やおかゆなどを合わせて1万540食を備蓄している。さらに、ガーディアン72プロジェクトより寄贈された飲食物・衣料品がセットされたG72ボックス88箱を保管している。

議員 保管場所はどこか。

総務課長 旧保育所、田島防災倉庫、しゃくなげの3か所に分けて保管している。新設される感応寺倉庫完成後は、役場に近いこともあり、分散配置を検討している。

議員 期限切れ品が廊下に並べられている。どのように処理するのか。

総務課長 処理が遅れており申し訳ない。備蓄品は同時期

府指針で示す基準を満たしているかについて

議員 今年6月から7月にかけて行われた自治体の首長を対象とした共同通信社による全国の市区町村の避難所の準備状況に関するアンケート結果について、報道によると、長野県77市町村中73の市町村がこのアンケートに回答したとある。このアンケート結果について、以下の質問をする。

議員 期限切れ前に有効活用する考えはあるか。

総務課長 社会福祉協議会のフードドライブ事業への提供や、希望する村民への配布を行っており、今後有効活用を進めたい。

議員 防災訓練での活用や被災地支援も検討してはどうか。

総務課長 防災訓練での活用は有効と考えるが、期限の時期が訓練と合わない場合もあるため、年間を通じた活用方法を検討したい。他町村との連携も視野に入れている。

議員 在庫管理の方法は。

総務課長 購入時に一覧を作成し、倉庫ごとに消費期限を明示して管理している。

### ◆三浦寛本議員

●避難所基準全国市区町村調査及び防災計画作成の進捗状況について

・アンケートの回答及び、政

ガイドラインを改定し、国際基準のスフィア基準を満たすことを求め、避難所の居住空間が1人当たり最低3.5平方メートルの専有スペースを確保することや、トイレについては災害発生時の初期段階で50人に1機、その後は20人に1基で女性、男性の割合を1対3とするということ。また、シャワーや仮設の風呂等の入浴9施設については、50人について一つずつ設けて男女別に提供する基準がなされている。現在の村の防災マップは、平成24年に作成され、指定避難場所については、4カ所総合研修センター、学園の体育館、トレーニングセンター、グリーンハウス森沢の4カ所となっており要援護者避難所としては、シャクナゲ1カ所である。今回のアンケートに際し、村では現在の形を含めた想定を行った中で回答したが、この4カ所と、もう1カ所、要援護者避難所、居住空間については基本的に要件を満たしているが、トイレ、入浴施設については、要件は満たしていない状況にある。また、アンケートの中で満たしていない理由への回答項目、丸印だが村としては、財政的な課題、平時の置き場

所や活用方法が困難であるような項目で回答をしている現状である。

議員 スペースについて、人口800人程度の村で、何とか確保できるということだが、トイレ数に関し、簡易トイレ等をレンタル、リースをする計画はあるか。

村長 現在持っているトイレは平成12年の災害の時のトイレで、ほとんど使い物にならないと思う。いざ災害時は簡易トイレや移動式のレンタルトイレ等も補充しながら対応していきたいと思う。簡易的なトイレは持っていないが、あくまで簡易的になるもので、ある程度恒常的に使えるものはレンタル等で対応したいと考える。

・避難所停電時の非常用電源の確保について

議員 村には自主防災組織、避難所、各地区の公民館等がそれぞれ地区にあるが、各避難所への対応はどのように行っていく考えなのか。例えば、今年のような猛暑時、災害が発生した、発生し避難した、避難所の暑さ対策と使用、自然条件によりさまざまな問題が発生した場合のコミュニケーション訓練を含めた対応等はできているのか、できて



いないのであれば実施する予定はあるのか。また、施設整備とエアコン設置、非常用電源と自主防災組織、避難所を将来的には整備する考えはあるかどうかお聞きしたい。

**村長** 現在の計画の中では、自主防災組織の多くが一時避難所として地区公民館を指定している。現在のところ公民館への避難に関する訓練は特に実施していない。また、昨今の災害の発生状況を見ている中で、村はそれぞれの状況にあり、まず一番安全であると思われる場所への避難行動をお願いしている。そんな中で、場合によっては当然公民館へ避難するのも安全な場合もある。公民館の避難についての安全確保についても対策を講ずる必要があるとは考えている。また、ぜひそういった部分も含めて、地区で検討しながら対応をお願いできればと思う。

要があると考えている。

**議員** アンケートの内容とは直接関係ないが要援護者の避難所しやくなげには、停電時に対応する非常用電源が設置されている。根羽村の指定避難所4カ所、先程村長が申した根羽村総合研修センターに学級の体育館、根羽村トレーニングセンター、グリーンハウスモニターは、停電時に非常用電源の確保ができる施設整備ができているのか、ないとすれば、今後順次、施設整備、エアコン設置も含め整備をしていく考えはあるのか。話は逸脱するが、今年3月の根羽学園の卒業式の最中に学園が停電になり、体育館でストーブが使えず、極寒の中、子供たちにつらい思いをさせたことがあった。村の指定避難所4カ所は避難所としてとても重要な場所であることから、施設整備は整備が急務であると考えられるが如何か。

いる。また、指定避難所には非常用の電源設備は整備されていない状況にあるので、特に発電機については、避難所のみに限らず、例えば医療機関や給油所、地下からタンクをくみ上げるときの発電機というのには非常に重要になるため、一体的に整備されることが望ましいと考える。ただ、エアコン等設置についても大きな予算を伴うために一斉に実施するというのは非常に難しい状況。村全体の予算の状況を見ながらそれぞれ計画的に整備を進めていきたいと考える。

#### ・防災計画作成の進捗状況について

**議員** 昨年の9月定例会において、根羽村の防災計画策定の件について質問をし、1年経った。その後、防災計画策定作業は完成間近なのか、また完成にはほど遠いのか、今現在の進捗状況を伺いたい。

**村長** 防災計画については、原案を作成し現在は長野県の防災計画と整合性をチェックしている段階。防災計画自体が相当量であって、なかなかこの防災計画は、防災計画に関する専任職員を置けない中で進めている、時間を要しているのが現状。

**議員** これは昨年もし上げたが平成12年に作成したものが全然交渉がされてないというところで、この前も上げ、なかなか進捗できなかったという状況、去年の9月には聞いたところ。その後全然とは言わないが、進捗状況的にはどの辺まで行ったのか、また昨年の答弁の中で骨格案ができた次第、防災会議を開催し、警察等の関係機関との協議を進めるとのことだったが、その骨格案すらできていないのか。

#### 総務課長 骨格案に関しては、

一応先程申ししたが、防災計画の案自体は1度つくり、長野県に事前協議をした経過がある。それが骨格案になる。そこからコロナがあり、長野県の防災計画も大幅に変わってきたことで、その内容を今精査している。防災計画については、風水害編、地震編等々、膨大な量になっており、その内容について、現在、県の計画との整合性をとっている。防災会議については、県との事前協議が終わった段階のものを案として防災会議を開く予定となっている。

の当時は東海沖地震が中心で、今で言う南海トラフ地震と懸念される災害等が予測される。また、最近ではゲリラ豪雨などさまざまな災害が各地で発生している。そういった面で早急にこれは整合性の検討をやるという話だが、大至急やるのが本来ではないかと思う。去年質問したのが1年前で、本当に何も進んでいないような感じが見受けられる。どの辺まで進んだのか、その整合性は今の辺までいっているのか。

#### 総務課長 風水害編の3分の

2程度まで終わっている。毎年のように県で中身が変わっており、それも踏まえた中で最終的なものを作っていくか、と思う。

**議員** 防災計画は、災害対応に関する重要な計画であり、この計画をもとに、関係機関との協議を早急に行うことが急務であるが、今後いつまでできるのか、どう進めていくのか、また、いち担当者、防災業務を行っている職員だけでは到底多様化してきている災害、地震、台風、豪雨、豪雪などの自然災害、交通事故、火災、化学物質の漏えいなどの人的災害、原子力事故、大規模感染症などの複

合特殊災害など、今日日本で想定される災害に対応した防災計画策定は、無理であり、専門専門家を含め職員全員で協議作成していかなくてはできないと思うが如何か。

**村長** 防災計画は非常に重要な部分であるし早急にきちっと完成をしたいと思っている。ただ、先ほど言ったように、非常に毎年項目が変わってくと、なかなか完成しづらくなっているのが現状であり、そうした中でも、担当職員の専任がおらずに事業計画を進めるのに非常に膨大な業務もかかる。現在、骨格案は既に出来上がっているもので、そういったものを踏まえて、来年度にこういった部分は一部専門家の皆さん、外部にも協力をいただく中で、来年度中の防災計画の完成を現在計画している。

クを評価し、随意契約で委託している。

**議員** 契約金額や妥当性の判断はどのように行っているか。

**村長** 見積書等を基に担当課が内容を精査し、最終的に村長が決定する。必要があれば審査過程を開示する。

**議員** 中間支援組織や地域商社との関係は。

**村長** 中間支援組織は教育分野を支援する組織であり、地域商社は産品の販路拡大や付加価値創出を担う別の組織である。

**議員** P D C A サイクルを明文化する考えは。

**村長** 今後、書面により P D C A を整備し、検証体制を強化していく。

**議員** 委託業務の検証と第三者評価導入は。

**村長** 毎週・毎月の会議で進捗を確認し、年度末報告書で評価している。必要に応じ第三者評価も検討する。

## ◆片桐紳一郎議員

### 【地区別懇談会について】

**議員** 事前配布資料で住民の理解は得られているか。

**村長** 数年前から事前配布を実施。内容理解の程度は把握できないが、懇談後も参照できる資料として有効と考える。

**議員** 説明が簡略すぎる。もう少し熱意ある説明が必要では。

**村長** 地区ごとの違いはあるが、意見を踏まえ改善したい。

**議員** 令和7年度予算説明について、課題共有や施策説明をもっと具体的に言うべきでは。

**村長** ご指摘の通り、今後は現状と課題をわかりやすく説明する工夫をしていく。

**議員** 補助制度の概要の周知についてはどうか。

**村長** 一覧化して全戸配布を行っており、今後も利用状況や拡充点を分かりやすく伝えていきたい。

**議員** ケーブルインターネット廃止について、資料を用いた説明が必要だったのでは。

**総務課長** 光回線整備に伴い段階的に説明を行ってきた。今後も個別相談に対応する。

**議員** 懇談会の案内が議員に届かなかった理由は。

**総務課長** 議会側から「一般住民として参加」との申し出があり、案内を省略した。

### 【根羽学園生徒の安城七夕まつりへの参加について】

**議員** 本年度安城市親子留学の保護者招待で希望した根羽学園の生徒が安城市の七夕まつりに参加したが、その経緯

と意義について伺う。保護者の参加費用を村で補助してはどうか。また今後の交流のあり方についても考えを聞きたい。

**副村長** 七夕参加はプライベートなことで把握していない。安城市との交流は長年にわたって続いており、教育を中心に多様な形で連携してきた。今回は教育委員会を通じて学校主体で実施したが、村としてもこのような地域間交流を支援していく考えである。

**教育長** 七夕祭り参加は親子留学を通じて知り合った家族同士で自然発生的に行われており良い事だと思うが、プライベートなことである。安城市とは古くから姉妹都市的な交流があり、昭和60年代から続く取り組みである。コロナ禍で中断していたが、令和6年度に再開した。根羽学園の児童・生徒が短冊飾りやブラス展示に参加し、市民との交流を深めた。子どもたちにとって学びの多い機会であった。

**村長** 安城市との交流は、昭和60年頃に根羽村の木材を使用した「安城ハウジングパーク」の縁から始まった。以降、毎年のように七夕まつりや交流事業が行われてきた。コロ

ナ禍で一時途絶えたが、交流形式が変わり招待参加も変化している。村が七夕参加経費を出すのは別の問題である。今後も行政・学校・住民レベルでの交流を継続し、友好関係をさらに深めていきたい。

## ◆坂巻秀高議員

**【首長の兼職の意義について】**  
**議員** どの団体を兼職しているのか。また報酬は。

**村長** 森林組合代表理事、根羽川漁業協同組合長、ネバーランド株式会社代表取締役を兼職している。森林組合報酬60万円は辞退し、漁協2万円、ネバーランドは無報酬である。  
**議員** 兼職の法的根拠や経緯は。

**村長** 地方自治法および森林組合法において禁止されておらず、昭和26年以降、村長が森林組合長を兼任してきた。利益相反契約については理事会で報告し承認を得ている。森林を基盤とする村づくりのため、兼職の意義は大きいと考える。

### 【総務省の新たな指針に関する取り組みについて】

**議員** 総務省は、職員の人材不足に対応するため、自治体向けに生成型AI等を活用する新たな指針を示すと聞く。





根羽村として職員不足の現状をどう認識し、どのように対応していくのか。

**村長** 総務省では、人口減少に伴う人手不足に対応し、行政サービスを持続させるため、AIを活用した事務効率化を推進している。生成AIは単純作業の代替にとどまらず、業務の質とスピードを高め得るが、誤出力のリスクもあるため、適切な対応が必要と認識している。

**村長(続)** 本村においても、ICTやAIを活用した業務省力化を重要課題と捉え、昨年度より県の支援事業を活用してDX推進に取り組んでいる。小規模自治体では専門人材が不足しているが、県から講師を招き、単なる導入でなく、業務改善を目的とした実践型研修を行っている。

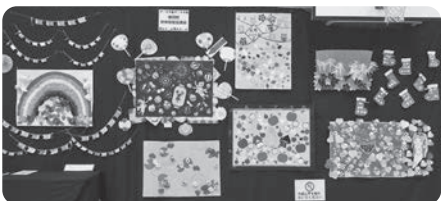
**村長(員体例)** 令和7年8月からは職員端末で「LOGO AIAシススタント」を使用できる環境を整えた。利用頻度には職員差があるが、AIの有効活用を進めている。

## 第39回 やまあいフェスティバル

今年で39回目を迎えた根羽やまあいフェスティバルが10月11日(土)に開催されました。

あいにくの雨模様となったフェスティバルでしたが、グラウンドでは、商工会・杉っ子・JA・女性会・森林組合・木村食堂の皆さんによる各種販売に加え、公営塾「げん」の皆さんによる射的、移動動物園、(株)片桐工務所の皆さんによる建設重機試乗体験などが行われました。

また、ステージ発表は体育館内で行われ、今年は、9団体の皆さんと大道芸人の方、合計10組の皆さんによる発表が盛大に行われました。体育館内の展示スペースでは、根羽学園、保育所等の作品が展示され、更に公民館執行委員会によるスタンプラリーが開催され、こちらも大盛況に終わりました。



## 根羽村矢作川源流の郷ふるさと寄附金事業について

根羽村矢作川源流の郷ふるさと寄附金事業では、村内事業者の皆様のご協力により、返礼品も大変好評をいただいております、令和6年度の寄附受入額は、寄附件数 49,831 件 寄附額 359,374,106 円となりました。

全国各地から、寄せられた寄附金につきましては、村の重要な財源として大切にに使わせていただいております。

### 令和6年度ふるさと納税寄附金の使道状況

#### ① 水源・森林保全、自然エネルギーの活用など環境保全に関する事業 ..... 88,616 千円

・自然エネルギー活用事業	1,438 千円	・合併処理浄化槽関係経費	3,544 千円
・有害鳥獣駆除事業	6,827 千円	・地域等連携事業	4,042 千円
・観光対策事業	1,958 千円	・村有林経営事業	644 千円
・河川環境保全事業	2,300 千円	・地場産品販売促進支援事業	67,863 千円

#### ② 森林林業に関する技術の普及、遊休農地の活用、山村文化・木材芸術などを生かした地域振興に関する事業 ..... 13,501 千円

・やまあいフェスティバル事業	1,806 千円	・農業振興対策経費	1,277 千円
・林業振興対策事業	4,000 千円	・木育推進事業	1,287 千円
・根羽スギの柱提供事業	3,245 千円	・盆踊り大会関係経費	1,376 千円
・伝統芸能保存事業	510 千円		

#### ③ 住民の助け合いや福祉の充実に関わる事業 ..... 72,191 千円

・トライアルハウス関連経費事業	1,200 千円	・ワーケーション施設関連経費事業	1,968 千円
・防犯灯設置事業	2,155 千円	・交通安全対策費	14 千円
・バス対策事業	6,955 千円	・社会福祉協議会関係経費	1,639 千円
・おでかけ号運行経費	4,778 千円	・福祉バス運行経費	710 千円
・福祉灯油券購入費助成事業	502 千円	・老人福祉関係経費	1,792 千円
・高齢者福祉施設維持事業	13,500 千円	・介護保険特別会計操出	18,989 千円
・後期高齢者医療関係経費	17,989 千円		

#### ④ その他目的達成のため村長が必要と認めた事業 ..... 92,916 千円

・施設補修事業	41,170 千円	・空き家対策事業	1,320 千円
・村営住宅建設事業	7,127 千円	・教育活性化事業	10,060 千円
・放課後子ども教室事業	2,122 千円	・学校管理費経費	800 千円
・CATV光化関係経費	11,000 千円		
・商工業振興対策事業	19,317 千円		

合 計 267,224 千円

## 根羽村の人事行政の運営等の状況を公表します

### 1. 職員数の状況 (定員管理調査による)

(7年4月1日現在)

年度	一般行政									特別行政	公営企業等			総計
	議会	総務	税務	農林	商工	土木	民生	衛生	小計	教育	下水道	その他	小計	
6		7	1	3		2	7	3	23	4		1	1	28
7		6	2	3		3	8	3	25	4		1	1	30
	0	△1	1	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	2

#### 職員の任免状況

新規採用: 3人 (R7.1.1付)

(R7.4.1付)

退 職: 1人 (R6.6.16付)

### 2. 職員の給与の状況

普通会計決算

(単位: 千円)

区分	歳出総額	人件費	内給与費			人件費比率
			給料	職員手当	小計	
6年度	2,880,464	276,557	81,488	45,436	126,924	9.6%

### 3. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

- ① 1日の勤務時間 8:30 ~ 17:15 7時間45分
- ② 1週間の勤務時間 38時間45分
- ③ 勤務時間を割り振らない日 土曜日及び日曜日
- ④ 休日 国民の祝日に関する法律に規定する休日、12月29日~1月3日
- ⑤ 休暇の種類 年次休暇、療養休暇、特別休暇、介護休暇、組合休暇

### 4. 職員の分限及び懲戒処分の状況

該当なし

### 5. 職員の服務状況

良 好

### 6. 職員の研修等の状況

長野県職員研修センター主催研修等各種研修に参加

### 7. 職員の福利及び利益の保護の状況

- ① 加盟団体 根羽村職員互助会・長野県市町村職員互助会
- ② 公費負担状況 根羽村職員互助会 20万円  
長野県市町村職員互助会 30万9千円

### 8. 下伊那郡公平委員会報告

- 勤務条件に関する措置要求 該当なし  
不利益処分による不服申し立て 該当なし



## 根羽村消防団 秋季訓練

10月19日(日)に山村広場で消防団秋季訓練が行われました。

規律訓練では小隊訓練及び中隊訓練を行いました。また、特科訓練では早朝に行われた非常呼集の反省を踏まえ、水出し訓練が行われ、団員一人一人が集中して取り組み、訓練に臨みました。

今年度末に、長年にわたり根羽村消防団で消防活動に従事された1名の方が退団される予定です。



退団予定者：松下分団長

## 飯田税務署から所得税青色申告決算説明会等のお知らせ

飯田税務署では具体的な決算の仕方や、青色申告決算書、収支内訳書及び消費税申告の作成等について、各種説明会の実施を下記の日程で予定しています。予約は必要ありませんが、先着順となり、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あらかじめご承知ください。

対象となる方	開催日	開催時間	定員	開催会場
事業所得を有する 青色申告者	令和7年 12月4日(木)	午後2時から 午後4時	50名	豊丘村役場 保健センター2階 豊丘村大字神稲3120
	令和7年 12月8日(月)		30名	飯田税務署2階会議室 飯田市高羽町6丁目1-5 飯田高羽合同庁舎
	令和7年 12月11日(木)		40名	下條村商工会館2階 下條村睦沢8802-2
農業所得を有する 青色申告者	令和7年 12月2日(火)	午前10時から 正午	50名	豊丘村役場 保健センター2階 豊丘村大字神稲3120
	令和7年 12月4日(木)		50名	JAみなみ信州本所1階 みなみちゃんホール 飯田市鼎東郷281
白色 事業所得者等	令和7年 12月9日(火)	午後2時から 午後4時	30名	飯田税務署2階会議室 飯田市高羽町6丁目1-5 飯田高羽合同庁舎
消費税 課税事業者等	令和7年 12月9日(火)	午前10時から 正午	30名	飯田税務署2階会議室 飯田市高羽町6丁目1-5 飯田高羽合同庁舎

### ※注意事項

- 開催会場へ直接のお問合せはご遠慮ください。また、会場の駐車場は台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。
- 「白色事業所得者等」とは、事業所得、不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行う白色申告者をいいます。
- 「消費税課税事業者等」とは、前々年の課税期間における課税売上高が1,000万円を超える方やインボイス発行事業者の登録をされた方など一定の要件に該当する方になります。

## 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(土曜日) 午前10時～午後4時  
**場所** 長野会場 長野市生涯学習センター (TOiGO WEST)  
松本会場 松本市勤労者福祉センター

**相談** 事前予約優先(予約なしでも相談できます)

●予約電話番号 026-232-7492

●受付期間 11/25(火)～12/18(木) 平日9時から16時

**相談内容**

- ・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



電話相談 0120-448-788 (12/20 当日のみの専用番号です)

## 『医療費通知』のお知らせについて

国民健康保険及び後期高齢者医療保険については、特別な事情がある場合を除き、その前年に医療を受けた全ての被保険者に対し、国民健康保険は根羽村から、後期高齢者医療保険は長野県後期高齢者医療広域連合から『医療費通知』が送付されます。

**この『医療費通知』は令和8年の1月に送付され、2月中旬から始まる確定申告に利用できます!! 大切に保管ください。**

ただし、『医療費通知』に記載されている11月及び12月診療分については、令和6年の数値であるため、今年度の申告には『医療費通知』に記載されている令和7年1月から10月分の合計金額のみ使えます。令和7年11月及び12月診療分については、医療機関等からの領収書を基に申告することになりますので、お間違えのないようご利用ください。

### 問い合わせ先

- 国保の方は根羽村役場 住民課 49-2111
- 75歳以上の方は長野県後期高齢者医療広域連合事務局へ  
業務課 給付係 保健事業担当 Tel 026-229-5320
- ※上記以外の方は、各医療保険者へお問い合わせください。



## セルフメディケーションってなに？

根羽村国民健康保険

平均寿命が長くなり、生活習慣病などが問題になってきた現代で、健康に生きるにはどうすべきかが問われています。そこで注目されているのが「セルフメディケーション」です。

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と世界保健機関（WHO）は定義しています。

### ☆セルフメディケーションとは

日々の生活で、天候不順や仕事の忙しさなどからかぜや腹痛、軽いけがなどの体調不良を起こすことがあります。そんなときは、OTC医薬品（一般用医薬品：市販薬）を上手に利用し、自分で手当てすることを「セルフメディケーション」といいます。

具体的には、かぜをひいたときにかぜくすりをのむ、小さな傷にバンソウコウを貼る、疲れたときにビタミン剤をのむなどです。健康に過ごすためには、自分の健康は自分で守ることを意識し、積極的に健康管理にかかわることが大切です。そのためには、病気やくすりについての正しい知識を身につけることが必要です。

正しい知識があれば、軽い症状を自分で改善して、生活習慣病の予防や健康維持に役立てることができます。普段から適度な運動と栄養バランスのよい食事、十分な睡眠時間を確保し、自然治癒力を高めましょう。

### ☆セルフメディケーションの効果

1. 毎日の健康管理の習慣が身につく
2. 医療や薬の知識が身につく
3. 疾患により、医療機関で受診する手間と時間が省かれる
4. 通院が減ることで、国民医療費の増加を防ぐ

### ☆日ごろから自分の健康状態と生活習慣をチェック

セルフメディケーションの基本として、自分のからだの状態を知っておくことが重要です。健康診断の結果に注目し、かかりつけ医に相談しながら生活習慣を見直します。家庭で体重や体脂肪、血圧などをチェックする機器を使い、自分の健康状態を確認し、健康管理の意識を高めましょう。

### ☆かかりつけの薬剤師やおくすり手帳の活用

自分の体質や状態、症状に合ったくすりを適切に使用するためには、かかりつけの薬局や薬剤師を決めておくことで、自分の体質に合ったアドバイスを受けられます。また、医師から処方されるくすりとの重複利用による悪影響や、のみ合わせによる副作用なども防ぐことができます。

自分ののんでいくすりを正確に知り、副作用などの問題を防ぐためには、おくすり手帳を作成して自分が現在服用しているくすりの管理を行いましょう。この手帳は、医師や薬剤師にくすりの情報を伝えるときにも役立ちます。

### 注 意

#### ◆正しい情報と正しい知識を身につける

わからないときは自己判断をせず、薬局の薬剤師など専門家の指導を受けながら行いましょう。

#### ◆正しい用法と用量を守る

OTC医薬品を使用する際は、必ず説明書を読んで、正しい用法、用量を守りましょう。誤った使用法は症状を悪化させることもあります。

#### ◆OTC医薬品とサプリメントの違い

サプリメントなどの健康食品は医薬品とは異なり病気の治療を目的とするものではありません。病気の際は薬剤師やかかりつけ医に相談し、正しく対処しましょう。



## 長野県小児救急電話相談（#8000）の受付時間を拡大します

県では、子ども（15歳未満）の急な病気やケガについて、専門家に相談できる「長野県小児救急電話相談（#8000）」を行っています。

これまで、夜間のみの受付時間としていましたが、11月1日から、**土日・祝日および年末年始（12月29日～1月3日）は24時間相談**ができる体制に拡充します。

### 1. 事業内容

子どものケガや急病等の際、保護者の方々が応急処置の方法や医療機関を受診すべきかの判断が難しい時に、看護師等の専門家が相談、助言を行います。

### 2. 拡充内容

運用開始：2025年11月1日（土）から

平日：19時～翌朝8時

土日祝日年末年始：8時～翌朝8時



	8時	19時	翌8時
平日			従来の時間 ←→
土日祝 年末年始	拡大する時間 ←→		従来の時間 ←→

### 3. 相談方法

局番なしの「#8000」におかけください（つながらない場合は、「026-235-1818」まで）

※相談内容に基づいた助言であるため、いわゆる「診断」とは異なります。症状に応じて、医療機関へ相談や受診が必要となる場合があります。

詳しくは、長野県のホームページをご覧ください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/shippei-kansen/sodan/shonikyukyu.html>

## 長野県森林づくり県民税が活用されています

森林は水や空気を育み、土砂災害や地球温暖化を抑制するなど様々な働きをもっています。

そのような森林を健全な姿で次の世代に引き継ぐため、長野県では「長野県森林づくり県民税」（通称：森林税）が導入されています。

森林税は、地域主体の里山整備活動の支援や、広く県民が利用する施設の木造・木質化、倒れやすい危険な木の伐採などに使われています。

根羽村では、獣害対策として森林組合で、造林地周辺のわなや防護柵の見回りを実施しています。



小桁地区再造林地周辺の見回り活動の様子

## 大杉公園遊歩道 共同植樹活動を 行いました

11月8日に大杉公園遊歩道にて、昨年度より大杉公園整備事業にご協力頂いている名古屋市の矢作建設工業株式会社と根羽村大杉魅力づくり実行委員会の共同植樹活動を行いました。

当日は天候に恵まれ、山下副社長と大久保村長、三浦会長での記念植樹の後、参加者65名の方々とツツジ420本、

サクラ30本、モミジ20本の合計470本を植樹しました。

終了後の昼食では、根羽村の新米と五平餅、猪鍋と名古屋の手羽先を皆さんで頂きました。

今後季節ごとの景色を楽しめる遊歩道になることを期待しております。



## アイシンググループ 「人と森をつなぐ 森づくり活動」が 開催されました

10月25日に「人と森をつなぐ森づくり活動」がネバーランド周辺で行われました。当日はアイシンググループの社員とそこのご家族の皆さんあわせて100名余の方が参加され、環境学習・植樹・芝張り活動を行いました。

今年も、信州大学農学部にご協力いただき、布芝居を用いた森の仕組みについての環境学習や、ネイチャービンゴ、昨年に引き続き、山地放牧開墾時に切り開いた作業道に対して、植樹と芝張りを行うことで、森本来が持つ水源涵養



機能や防災機能を取り戻す「森づくり活動」を実施しました。この活動を通してカーボンニュートラルへの貢献と参加者の自然環境保護意識の向上を図ることをテーマに楽しみながら環境に対する意識を高めました。

今後、アイシンググループと「森林の里親促進事業」を通じて、協力して森林整備・環境保全を進めていきます。

## 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。

### ○ 11月中旬頃から、ツキノワグマは冬眠期に入ります

冬の間は食べ物がいないため、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。倒木の根本、木の根と地面とのすき間、岩穴、樹洞などのほか、背丈の高い笹ヤ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出産し、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、栄養が確保できたメスは、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下記のことに注意してください .....

#### クマ避け鈴、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。人の気配を感じたクマは自ら避けてくれます。クマ避け鈴、ラジオ、笛など音の出る物を鳴らしながら行動しましょう。

#### 周囲を確認しながら移動する

釣りやキャンプで溪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ので注意が必要です。またキノコを採る森にはドングリを探すクマも現れます。キノコに夢中になりすぎないように注意しましょう。

#### 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する時間帯です。この時間帯に山中に入るとは避けましょう。また1人ではなく、複数人で行動しましょう。

#### 食べ物の匂いを漏らさないよう注意する

クマは人間よりはるかに鋭い嗅覚があります。キャンプや登山等で山に食べ物を持ち込む際は、匂いの漏れない袋などに密閉したり、残った食材は放置せず持ち帰るなど、クマを誘引しない心がけが必要です。人の食べ物の味を覚えたクマは危険を冒しても出没を繰り返すようになります。

### 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誘引してしまいます。収穫しない果樹はあらかじめ伐採すること、畑や果樹園等の周囲には電気柵を設置すること、ヤブは刈り払って見通しを確保するなど、クマを寄せ付けない対策をとりましょう。また生ゴミもクマのエサです。一度餌付いてしまう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なくなるなど、人身事故の可能性が高まります。



## 根羽学園 若杉祭

9月27日に、1年生から9年生までの全校一斉で根羽学園「若杉祭」が行われました。今年の若杉祭のテーマは、「連繫〜人との関わりや自分の意見を大切にできる学園〜」でした。

ステージ発表では、後期課程の生徒はそれぞれ自分達が実際にやって学んできた職場体験の発表や根羽のスギやヒノキを素材としたパウンドケーキ作り等の総合的な学習の成果を発表しました。他に6年生の英語クイズ、後期課

程の代表者による弁論大会等が行われました。また、来場者が参加できる様々な企画「杉っ子まつり」は多くの来場者で賑わっていました。そのほか、ランチルームでは、絵画や木製の本棚等、児童生



徒が授業で制作した作品が展示されました。

子ども達が自分達で企画を考え、仲間との関わりやそれぞれの意見を大切に行っていることが感じられる素晴らしい若杉祭となりました。

いっばいに声を響かせながら、火災予防の大切さを伝えることができました。

## 秋の火災予防啓発活動

11月13日(木)、保育園の園児が、保育園から役場までの道のりを拍子木を打ちながら行進し、火災予防を呼びかけました。



飯田地 区幼少年 婦人防火 委員会主 催の防火 川柳で、 根羽学園 の児童が

優秀賞を受賞した「危険だよ 少しの火遊び 命取り」という標語を唱えながら、地域の皆さんに火の用心を呼びかけました。

沿道には応援に駆けつけてくださった地域の方々の姿も見られ、子どもたちは元気



時間額

長野県最低賃金

1,061円



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
© 長野県アルクマ

(改正前 時間額 998 円)

効力発生年月日 令和7年10月3日

☆業種・年齢・雇用形態(正社員、パート等)に関わらず、長野県内で働くすべての人に適用される1時間当たりの賃金の最低額です。



長野労働局

<https://jsite.mhlw.go.jp/nagano-roudoukyoku/>



賃金、最低賃金に関するお問い合わせ先

最寄りの労働基準監督署 又は、長野労働局労働基準部賃金室 (☎026-223-0555)

支援策(助成金)に関するお問い合わせ先

業務改善助成金

キャリアアップ助成金

長野労働局 雇用環境・均等室 (☎026-223-0560)

長野労働局 職業対策課 (☎026-226-0866)





## 根羽保育所運動会

10月18日(土)、秋空のもと、根羽保育所の運動会が開催されました。今年は夏の猛暑に配慮し、例年より1か月遅い時期での実施でしたが、当日は穏やかで気持ちのよい気候に恵まれ、運動会日和となりました。

たくさんのご家族や地域の皆さまが応援に駆けつけ、いつもとは違う雰囲気の中でも、子どもたちは堂々と競技や演技に臨む姿を見せてくれました。その頼もしい表情から、一人ひとりの成長が感じられました。

未満児の競技では、視覚や認知能力、ルール理解など、日々の発達が進む内容を取り入れました。以上児は表現・リズムや運動教室で培った力を披露し、多くの観客の前でも自信をもって取り組む姿が印象的でした。年長児を中心にチームを組んで挑戦したりリレーでは、初めての取り組みながらも仲間と力を合わせ、バトンをつなぐ姿に大きな成長を感じました。

ご家族や地域の皆さまのご協力を得て、子どもも大人も笑顔で参加した、あたたかな「みんなの運動会」となりました。



## 根羽学園 音楽会

11月14日に、根羽学園の音楽会が行われました。根羽学園の音楽会は、1年生から9年生まで全校一斉で行っています。前期課程の児童は合唱と合奏を、後期課程の生徒は合唱を発表しました。特に9年生は最後の音楽会で、少人数ながらも聞きごたえのある合唱を披露し、会場に感動を呼んでいました。来入児も参加し、練習してきた合唱を発表しました。

今年初めての企画として、事前練習を特に頑張った児童生徒を表彰し、校長先生が賞状を授与しました。また、PTAと教職員による合唱やこの日のために練習を重ねてきた音楽部のスペシャル公演も行われ、保



護者や地域の方とこぶしを突き上げて一緒に盛り上がりしました。最後に会場の全員でふるさとを合唱し、賑やかな音楽会となりました。

