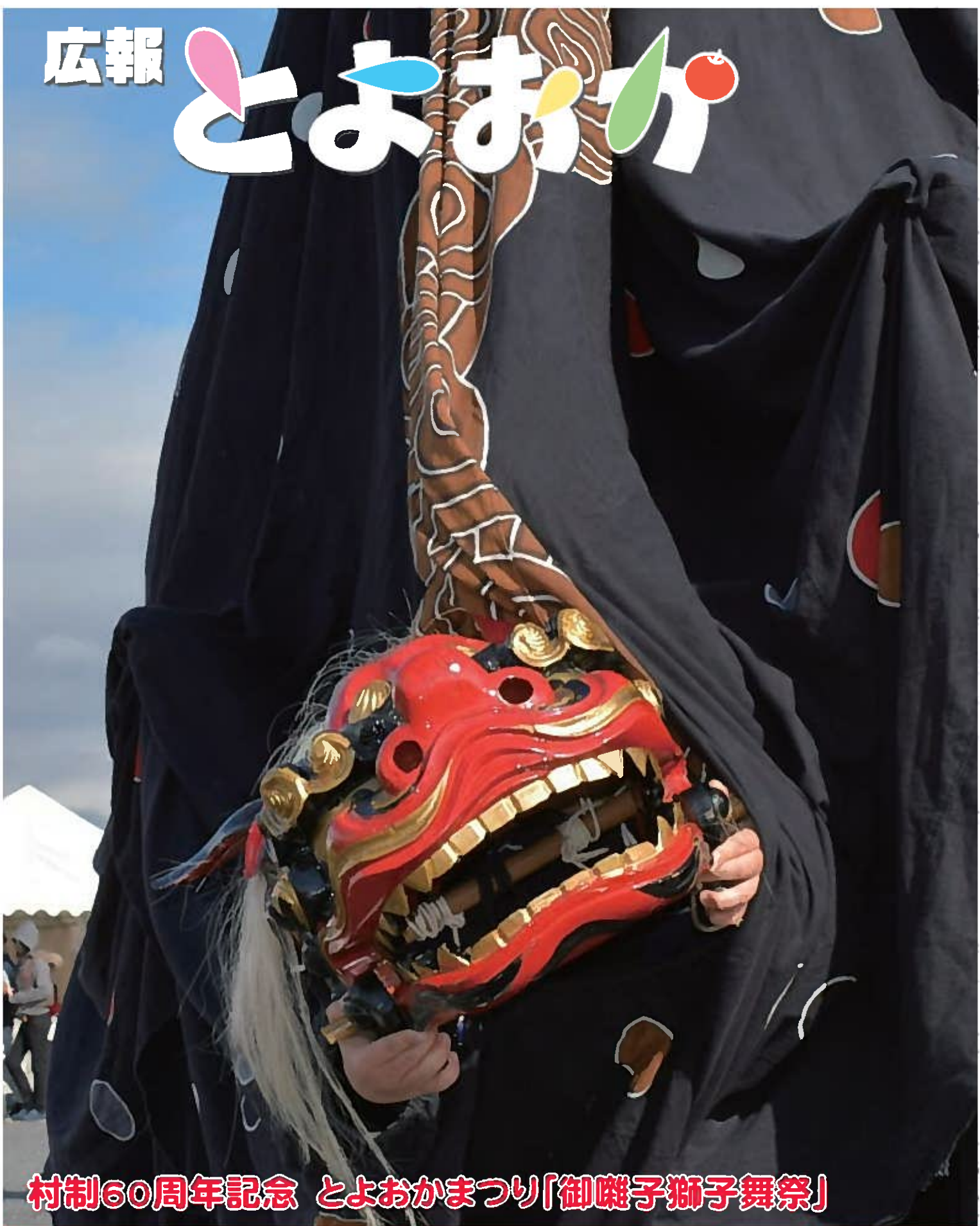


広報

# とよおか



## 村制60周年記念 とよおかまつり「御囃子獅子舞祭」

ずっと ふるさと、もっと とよおか。

1

平成28年  
月号  
VOL.298

村長年頭あいさつ	2ページ
特集 ～とよおかまつり～	4ページ
おしらせ宅配便	6ページ
とよおか輝丘議会	12ページ
フォトリポート	14ページ
こんにちは農業委員会です	16ページ

こちら消防団です！！	17ページ
元気が大好き♪	18ページ
笑顔きらきら子育てひろばです	19ページ
だいち便り	20ページ
くらしの情報	21ページ

年頭あいさつ

# ふるさとと納税の活用で

## 明るく活力あふれる村づくり



村長 下平喜隆

### 新年ごあいさつ

村民の皆様、新年おめでとうございます。皆様方には口頭より、豊丘村政の推進にあたり、それぞれの立場から、ご理解、ご協力、ご支援いただいている事に對しまして心よりお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、春の凍害もなく、夏から秋にかけての台風や害虫による被害もなく、特に秋の豊丘村の代名詞にもなっている松茸は、森林組合の扱い量だけでも約9トンという史上最高の収穫量となりました。この年末年始、財布のひもが少しゆるんでいる方がいらっしゃるかもしれません。

すべて順調に回っていましたが、最後に、なかなか1月の気温が下が

らなくて少し柿に少し被害が出てしまいました。製造業に於いても、中国景気の減速の影響を心配しましたが大事には至らなかった模様です。まずは順風満帆な一年間だったと言えます。

### ふるさと納税

昨年度全国ランキングは位のふるさと納税ですが、職員の奮闘によって今年度も絶好調です。11月の末日をもって昨年度の4億円を超え、3月の年度末には6億円に迫る勢いです。今、政府は長い間の東京、極集中が地方の衰退を招き、日本の出生率を押し下げ、人口減と高齢化の元凶となっているとの分析から地方創生を掲げ、各市町村にそれぞれの地域

総合戦略を求め、人口減少に対する歯止めをかけ地域の活性化を図ろうとしています。

ふるさと納税も地方創生のための政策のひとつと言えます。

それぞれの自治体がまさにそれぞれの地域の特性に合った「ふるさと納税」を推進して都市部に売り込み、都市部にばかり集中している個人住民税を田舎に呼び込みます。集まったふるさと納税の返礼品を地元で調達することで産業の振興を図り、残りのお金で地域の子育て支援や高齢者福祉、様々な福利厚生、住環境整備などを充実させ、誰もが住みやすい、子育てをしたいと感じられるような自治体を実現させることにより、都市部や他地域の市町村からの人口の流入を図り、出生率を押し上げ、結果的に雇用の創出や産業振興



福島でっぺん公園からの眺望

などの地域の活性化につながります。まさに、ふるさと納税はいま政府が地方に求めている「地域総合戦略」のひとつのツールなのです。今年度はふるさと納税の返礼品として、桃、約13,000ケース、梨9,000ケース、ブドウ6,000ケース、りんご10,000ケース、松茸2,300ケース、豚ロース肉1,000ケースを送り、さらに1月からは干し柿3,800ケースを送ります。

また、残りのふるさと納税を原資として、保育料の軽減、保育園から中学校までの給食費の軽減、小中学校のドリル代やテストの印刷代の無料化、小中学校のランドセル・通学カバンへの支援、18歳までの医療費の無料化、高齢者支援としてインフルエンザ予防接種への補助、各種介護予防施策の充実、保育園・小中学校・公園の整備など様々な施策に反映させていただきます。

勿論ふるさと納税が恒久的な税制になるかは不透明です。しかし、政府は来年度から、さらに法人に於いてもふるさと納税を導入しようとしています。地方創生が日本再生につながるの思いが今の政府の政策の中心にあり続ける限りは、ふるさと納税を村おこしの重要なツールと捉えて行くべきです。

### リニア中央新幹線、三遠南信道、新万年橋

年末のリニア対策委員会で、JR東海より豊丘村でのリニアトンネル工事の始まりが、平成29年の4月からと示されました。三遠南信道、国道153号線拡幅改良、新万年橋(仮称)建設なども11年後のリニア開業に間に合わせるように工事が着工します。今までの伊那谷では経験のないほどのいろいろな建設工事が集中します。

村民生活に様々な支障が発生することと思われませんが、関係諸機関としっかりと連携を取りながら、生活環境への負荷を取り除いていく覚悟です。

リニア新幹線の開業のあかつきには、間違いなくこの豊丘村が位置する伊那谷が地方創生のフロントランナーとなるべく、しっかりと将来を見据えた村政運営を心掛けていく所存です。

なお、村民の皆様には、困った平、わからない事にあつては気楽にどうぞ、役場職員にご相談ください。

結びに、村民の皆様のご健勝とご多幸をお祈りし新年のご挨拶とさせていただきます。なにとぞ本年もよろしくお願います。



ブース販売



キャラクター大集合



御輿と花火の共演



天恵女性みこし連



五平餅



餅投げ



はたらくるま展



ミニユモ



獅子舞



ステージ発表

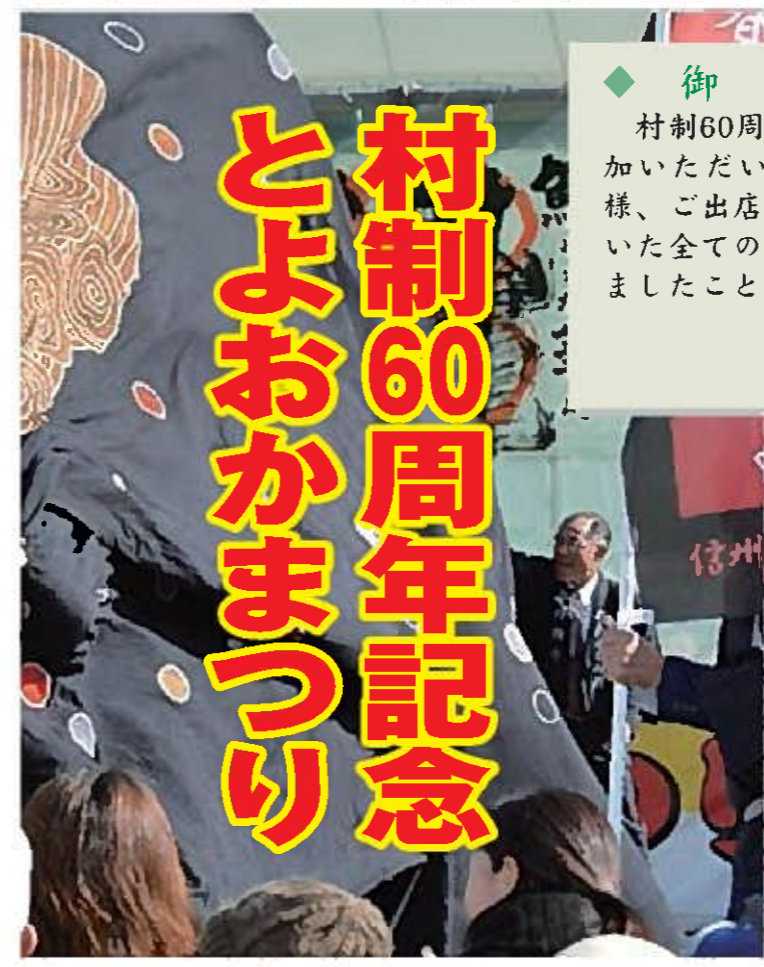
よおかまつり



テックレジャーショー



御稚子獅子舞祭



村制60周年記念  
とよおかまつり

◆ 御 礼 ◆  
村制60周年記念とよおかまつり開催に当たり、御輿へご参加いただいた皆様、花火への多大なご協賛を賜りました皆様、ご出店いただいた皆様、とよおかまつりにご参加いただいた全ての皆様に感謝し、とよおかまつりが盛大に開催できましたことを厚く御礼申し上げます。  
とよおかまつり実行委員会 大会長 下平 喜隆  
委員長 唐澤 明弘



だんQキッズ王国



音楽花火



フリマストリート



よさこいまつり豊の郷総踊り

# 確定申告、村・県民税の申告のご準備を

所得税の確定申告と村・県民税の申告には、さまざまな準備が必要になります。期限内に正しい申告ができるよう事前に準備をお願いします。申告相談の日程などについては、末月号でお知らせします。

## ■営業や農業などの収入・経費の計算

所得金額の計算は、収入金額から必要経費を差し引いて計算する收支計算で行います。

收支計算では、必要経費を項目(科目)ごとに分類して計算することになりますので、口頭から領収書等を項目(科目)ごとに区分して保存することも、帳簿等への記載も心掛けてください。帳簿等へ記載することにより、決算(申告)時の計算がスムーズに行えるほか、必要経費の計上漏れ等を防ぐこともできます。

※昨年農業所得を申告した方は、12月下旬に日々の収入金額や必要経費を記録する用紙「月別收支計算表」を役場から送付しますのでご利用ください。

※減価償却費の計算が困難な場合は、申告相談の時に役場職員が計算します。10万円以上の資産(機具等)を購入された方は、種類や購入年月日、

た方は、種類や購入年月日、購入金額がわかるようにしてください。

## ■源泉徴収票や収入のわかる書類の用意

給与収入がある方は事業所から発行される源泉徴収票を、また年金収入がある方は日本年金機構等から発行される源泉徴収票をご用意ください。

## ■支払証明書等、控除に必要な書類の用意

平成27年1月1日から12月31日に納めた国民健康保険税や介護保険料、後期高齢者医療保険料などは社会保険料控除を受けることができます。支払証明書が必要な方は、役場税務係までお問い合わせください。(役場会場で確定申告をする方は、証明書は不要です)

また、国民年金保険料を申告する場合は、日本年金機構から送付される「控除証明書」が必要になります。

このほか、生命保険料控除や地震保険料控除をする方は、保険会社から送付される証明書をご用意ください。寄付金控除には、寄付金の支払いに対する領収書、または証明書が必要になります。

トップ特例を申請した方でも、他の控除を受けるために確定申告をする場合はあわせて附随金控除の申告が必要になりますので、ご注意ください。

## ■住宅借入金特別控除をはじめとする控除を受ける場合、必要書類の用意

住宅借入金特別控除をはじめとする控除を受ける場合は、必ず確定申告が必要になります。添付書類として登記事項証明書・借入金年表・返済計画書・住民票・契約書の写し等をご用意ください。

## ■医療費控除を受ける場合、医療費の集計

本人または生計を一にする家族が病気やけがの治療を受けて、1年間におおむね10万円を超えて医療費を支払ったときには所得控除を受けることができます。支払った医療費の領収書が必要ですので、治療を受けた人ごと、病院ごとに整理し計算しておきましょう。但し、生命保険の医療保険金、入院費給付金、健康保険の高額療養費、福祉医療費出産育児一時金などは補てんされる金額として支払金額から差し引きます。

本人または生計を一にする家族が病気やけがの治療を受けて、1年間におおむね10万円を超えて医療費を支払ったときには所得控除を受けることができます。支払った医療費の領収書が必要ですので、治療を受けた人ごと、病院ごとに整理し計算しておきましょう。但し、生命保険の医療保険金、入院費給付金、健康保険の高額療養費、福祉医療費出産育児一時金などは補てんされる金額として支払金額から差し引きます。

▷控除の対象になるもの	▷控除の対象にならないもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>医師・歯科医師に支払った診療費、治療費</li> <li>治療、療養のために必要な医薬品の購入費</li> <li>病院、診療所、助産所などへ支払った入院費など</li> <li>治療のためのあんま、マッサージ指圧師、はり師、きゆう師、柔道整復師に支払った施術費</li> <li>在宅療養等の居宅サービス、介護保険サービス費用の医療費分</li> <li>主治医の証明を受けた介護用おむつ費用</li> <li>通院のために利用した電車やバスなど公共交通機関の交通費</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康診断の費用(診断の結果、病気が見つかり治療に当たった場合は対象になります)</li> <li>診断書の作成費用(治療目的以外)</li> <li>美容整形の費用</li> <li>美容のための歯科矯正</li> <li>疾病予防、健康増進のための医薬品</li> <li>自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車料金</li> <li>予防接種の費用</li> <li>近視や遠視のメガネ代、コンタクトレンズ代</li> </ul>

※上記は代表的な例です。ご不明な点は、税務係または役場税務係へお問い合わせください。

「e-Tax」をご利用ください

「e-Tax」とは国税電子申告システム・納税システムは、インターネットを利用して自宅から所得税などの申告や各種申請・届出の手続きができる便利なシステムです。「e-Tax」の利用には、事前に電子証明書付きの住民基本台帳カード、または個人番号カードが必要になります。

個人番号カードは、平成27年1月にマイナンバーの通知とともに郵送された「個人番号カード交付申請書」により申請を行っていただき、本人確認のうえ役場窓口で交付します。この交付は、平成28年1月以降の開始を予定していますが、マイナンバー制度開始当初に交付申請を行う間に交付が受けられないおそれがありますので、ご注意ください。

なおすでに住民基本台帳カードをお持ちで電子証明書の更新を希望される方は、平成27年12月22日までに役場窓口係で手続きしてください。(有期)

詳しくは「e-Tax」ホームページをご覧ください。  
<http://www.e-tax.mtak.go.jp>  
 飯田税務署 22-1165

## 記帳・帳簿等の保存が義務付けられています

平成26年1月から、事業所得(農業不営業など)、不動産所得、山林所得のあるすべての方は、事業に関する収入や支出を帳簿に記載すること、帳簿や領収書などの資料を保存することが義務づけられました。「所得税及び復興特別所得税の申告がない方も、記帳・帳簿等の保存制度の対象になります」

## ○帳簿の記帳

収入金額や経費について、年月日・売上先・仕入先・相手方の名称・金額などを記載します。様式については特に定めはありません。

○保存が必要な書類  
 収入金額や必要経費を記載した帳簿のほか、取引に伴って作成した帳簿や、受け取った請求書・領収書など

【帳簿・書類の保存期間】		保存期間
帳簿	収入金額や必要経費を記載した帳簿(法定帳簿)	7年
	業務に関して作成した上記以外の帳簿(任意帳簿)	5年
書類	決算に関して作成した棚卸表その他の書類	5年
	業務に関する請求書・納品書・送り状・領収書などの書類	5年

# マイナンバーをお知らせする通知カードを受け取りましたか？

■通知カードとは  
 ・一人に1つの12桁の個人番号(マイナンバー)をお知らせする紙製のカードです。村でも11月13日から通知カードの配達が始まりました。

・マイナンバー通知の簡易書留は転送不要で送ることになっているため、住民票の住所と異なる場所に住んでいて郵便局へ転送の手続きをされていても転送先で受けとることはできません。

・通知カードの表面には、氏名、住所、生年月日、性別、個人番号(マイナンバー)が記載され、顔写真は掲載されていません。

・届いた通知カードは、紛失しないように大切に保管してください。もし、通知カードを紛失した場合は役場窓口で再交付申請をしていただき、手数料500円が必要になります。



■通知カードが届かない  
 ・郵便局で配達手続きをしている場合や不在通知が自宅の郵便受けに投函され、郵便局での保管期間の7日間を経過した場合、簡易書留は役場窓口に戻され、役場窓口係で受け取ることができます。

・返戻された簡易書留は役場で3か月程度保管しますのでお問い合わせください。

- 役場に返戻された通知カードを受け取るには
- ①本人又は同一世帯員が受け取る場合
    - ・本人又は本人と同一世帯員の本人確認書類※
    - ・印鑑
  - ②代理人が受け取る場合
    - ・通知カードの受取りを依頼した人の本人確認書類※
    - ・代理人の本人確認書類※
    - ・代理人の代理権を証明する書類(委任状)
    - ・印鑑
- ※本人確認書類(原本が必要です)

A 1点 (官公署が発行した顔写真のもの)	住民基本台帳カード、旅券、運転免許証、運転経歴証明書(交付年月日が平成24年4月1日以降のものに限る。)、身体障害者手帳、在留カード、特別永住者証明書など
B Aがない場合2点	健康保険証、診察券、キャッシュカード、医療受給者証、各種年金証書、児童扶養手当証書、預金通帳、社員証、学生証など

■番号カードは、希望する方に発行されるものです。(個人番号カードの申請は任意です。必ず申請されないといけないわけではありませんのでご注意ください。)

・個人番号カードの表面には顔写真、基本4情報(氏名・住所・生年月日・性別)及び有効期限が記載され、裏面には個人番号、氏名、生年月日が記載されます。個人番号カードは公的な身分証明書として利用できるほか、公的個人認証(署名用電子証明書・利用者証明用電子証明書)の機能が標準装備されます。

・署名用電子証明書とは・・・確定申告等の電子申請手続きに利用できます。

・個人番号カードの取得は希望する方のみです。初回交付手数料は無料です。

・(紛失等による個人番号カードの再交付には手数料1,000円(電子証明書再発行手数料200円を含む)がかかります。)

■個人番号カードの申請方法(希望者のみ)

- ①郵便による申請:通知カードに同封された「個人番号カード交付申請書」に必要な事項を記入および顔写真を添付して、返送用封筒に入れ、郵便ポストに投函。
- ②スマートフォンもしくはパソコンによる申請:申請用WEBサイトにアクセスし、必要事項の入力および顔写真を添付して送信。



◆お問い合わせ先 税務会計課窓口係 35-9059  
 ◆通知カード及び個人番号カードに関する詳しい問い合わせについては、下記のコールセンターをご利用ください。

マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178 (通話無料)  
 受付時間 平日 9時30分～22時00分 ・ 土日祝日 9時30分～17時30分(12/29～1/3除く)

# 教育委員会からのお知らせ

## 小学校のドリル代・中学校のドリル代・定期テスト代を補助

村では学力向上と保護者負担軽減策として、学年費として集金している小学校のドリル代・中学校のドリル代・定期テスト印刷代を補助します。

平成27年度については9月からの後期分についての補助となります。ドリル代については、小学校では1人当たり2,500円、中学校については、ドリル代1人当たり5,000円に加え、1年生から3年生までの定期テストの印刷代の後期分として100万円の補助を行います。

なお、新年度については、小学校のドリル代・中学校のドリル代・定期テスト印刷代全額補助を予定しています。この制度は、ふるさと納税の寄附金を財源として行います。

## 平成27年度 全国学力・学習状況調査結果

今年度4月に小学校6年生、中学校3年生を対象に実施された『全国学力・学習状況調査』の結果について報告いたします。

【小学校】*南北小2校を総合しての結果です					
	国語A(知識)	国語B(活用)	算数A(知識)	算数B(活用)	理科(知識・活用)
結果概要	ほぼ全国平均並	やや全国平均を下回る	やや全国平均を下回る	やや全国平均を下回る	やや全国平均を下回る
課題や特徴的なこと	話す・聞く能力は全国平均を上回っているが、問題を読んで、登場人物の相互関係を捉えるなど、文章を読み取る力が弱い。 ☆叙述から登場人物の心情を捉える等の機会を増やしながらか読み取りの力を育てる。	活用を問うB問題では書く問題で点数が低くなっている。自分の考えを文章に書くことがやや苦手である。 ☆短文を書くことで文章を書くことに慣れさせる。授業の中で説明を求めるところで、一旦文章に書かせる場面を設ける。	計算や角度の問題では県や全国よりも高い正答率である。しかし、図形の問題がやや苦手である。 ☆子ども達の興味を引き出す授業導入や図形のとらえ方など繰り返す行う。	数学の応用問題でも基本問題同様に図形の問題が苦手傾向で、中でも記述問題の無回答率がやや高い。 ☆グループ学習などの中で図形の考え方の説明できる力を付けていく。	観察・実験の技能は優れているが、理科では知識よりもそれを活用する部分での問題が苦手。特に生物、物理の分野の問題での正答率が低い。 ☆興味・関心を持たせ、具体物を使い、活用できる力を付けていく。
生活状況調査から	<ul style="list-style-type: none"> <li>○概ね規則正しい生活はおくれている。</li> <li>○子どもたちは地区行事に参加したり、保護者が学校行事に参加したりすることが多く、家庭・地域とのつながりができている。</li> <li>○携帯やインターネットの使用の割合は少ない。</li> <li>○自分に自信が持てなかったり、友だちの前で発表したりすることが苦手である。</li> <li>○学習では1日の家庭学習の時間が短い。また、授業の中で書くことに苦手意識を持っている。</li> </ul>				

【中学校】					
	国語A(知識)	国語B(活用)	数学A(知識)	数学B(活用)	理科(知識・活用)
結果概要	ほぼ全国平均並	全国平均を上回る	やや全国平均を下回る	ほぼ全国平均並	全国平均を上回る
課題や特徴的なこと	「聞くこと・話すこと・書くこと」は全国平均を上回り、「読むこと」はやや下回る。 ☆語彙力や表現力のさらなる育成を図っていく。 ☆内容理解を伴う音読や精読の充実を自指していく。	☆記述式問題の正答率が非常に高い。自分なりの意見や考えがきちんと書ける力が身につけてきている。	☆苦手の領域の基礎・基本の学習内容を、丁寧に何度も繰り返し学習していく。	☆公式や定理などを応用した問題を、段階を追って論理的に解いていく習慣を身につけさせる。	☆記述式問題の正答率は大変高く、習得した知識を活用して考察や結果を正しく導き出せる。
生活状況調査から	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「学校に行くのは楽しい」と答えた生徒は8割以上。「失敗を恐れず挑戦する」は全国・県より15%多い。また、「学校・地域の図書館利用率」は全国平均の3倍以上、「地域行事への参加率」は75%と全国より30%程度多い。</li> <li>○家庭学習では、復習を行っている生徒は全国より10%程度多い反面、予習については10%程度少ない。また学習時間については、1～2時間程度が最も多く、次いで2～3時間となっている。普通日よりも週末に集中して学習する傾向がある。</li> <li>○ゲームやメール、ネット利用の状況では、1日1時間以上と答えた生徒の割合は全国より少ない傾向ではあるが、1日4時間以上使用している生徒が約1割おり、学校と家庭が協力して指導する必要がある。</li> </ul>				

教育委員会 学校教育係 ☎35-9053



村行政など各分野において顕著な功績を挙げられた方々を表彰する豊丘村功労者表彰式が11月14日に役場で行われました。

## 平成27年度 豊丘村功労者表彰

### ◆ 表彰状 ◆

前沢 光昭 様

5期20年にわたり村議会議員として、地方自治の振興と村政の発展に貢献された

### ◆ 感謝状 ◆

片桐 秀人 様

4期16年にわたり村議会議員として、地方自治の振興と村政の発展に貢献された

三石 勝雄 様

多年にわたり千生沢区正副区長のほか区役員として、区民の生活向上に貢献された

菅沼 和明 様

多年にわたり伴野区正副区長のほか区役員として、区民の生活向上に貢献された

片桐 力 様

多年にわたり商工会理事及び商工会会長として、商工業の振興に尽力された

小椋 正敏 様

多年にわたり農業委員及び農業委員会会長として、農業の振興に尽力された

千生 一 様

多年にわたり交通安全協会の役員及び交通安全協会会長として、交通安全の推進に寄与された

### ◆ 特別表彰 ◆

（豊丘村、J/Aみなみ信州共同）

田島 康嘉 様

富士市吉原第三中学校勤務 体験学習受入れ指導を30年された



## 「プレミアム商品券」の利用期限は12月末までです



【利用期限】平成27年12月31日(木)まで

※ご利用はお早めをお願いします。  
※なお、利用期限を過ぎた商品券の払い戻しはできません。

産業建設課商工林務係 ☎35-9056  
豊丘村商工会 ☎35-2395

### 第3回豊丘村リニア対策委員会を開催しました

JR東海が行うリニア中央新幹線建設に対して、生じる様々な問題・課題に対し、情報を共有し、対応を検討・協議していくため、村内の各団体から委員を選出し、豊丘村リニア対策委員会を平成27年2月に設置しました。

今回、第3回目となる会議を平成27年11月30日(月)の午後7時から保健センター2階



にて、29名の委員の方に出席いただき開催しました。

今回の対策委員会についても、長野県、JR東海、中部電力にも出席を求め、それぞれの担当者から説明がありました。

JR東海からは、中心線測量・地質水資源に係る調査状況、発生上置場候補地の現在の進捗状況、これからのトン

ネル工事のスケジュール等についての説明がありました。

又、中部電力からは、鉄塔の位置やルートを選定するための調査・測量や変電施設の自主的な環境調査を実施していること、工用電源供給のための新たな電柱工事の実施についての説明がありました。

説明終了後に質疑応答が行われ、それぞれの事業に対して多数の質問・意見が出されました。

なお、委員会で出された、意見・質問等については、次号の広報にて掲載させていただきます。

この豊丘村リニア対策委員会につきましては、これからも必要に応じて随時開催し、今後始まるリニア中央新幹線の建設工事についての対応を検討・協議するとともに、さまざまな問題・課題についても情報共有をしていきたいと考えております。

リニア対策室  
☎35-9050

### 年末年始のごみの収集について

年末年始、各家庭では普段より多めのごみが排出されると思います。

ごみの収集は「ごみカレンダー」のとおりですので、ご確認いただき、間違いないよう指定された日・場所へ出してください。

燃やすごみは、29日(火)が年内最終、1月3日(日)が年明け最初に出せる日です。

このところ自治会収集車へのごみの搬出に、間違った分別のものが多くなっております。

- ・無記名のものは回収されません
  - ・新聞紙とチラシは分ける
  - ・ラップやトレットペーパーの芯は雑紙
  - ・ペットボトルは軽く濯ぎ、キャップとラベルをはずして出す 等々
- 「ごみ分別ガイドブック」でご確認いただきながら、正しいごみの分別にご協力をお願いします。

環境係  
☎35-9057

#### 【各事業所の年末年始のお休み】

- リサイクルステーション  
毎週日曜日に開設していますリサイクルステーションは、12月27日と1月3日はお休みです。年明けは1月10日からです。
- 桐林クリーンセンター  
28・29日は通常営業、30日は午前11時30分まで、31日から1月3日までお休みです。  
年明けは4日から通常営業いたします。



### 平成27年度コミュニティ助成事業を活用し、リフト付き軽車両を購入しました

村では今年度、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業により、高齢者や障がい者のためのリフト付き車両を購入しました。

現在、村の社会福祉協議会を通じて、高齢者や障がい者のサービス利用時など、移送手段の一助として、車両の貸出しを行っています。

これにより、ご家族の負担軽減が図られる

助成備品一覧	
リフト付き車両	1台

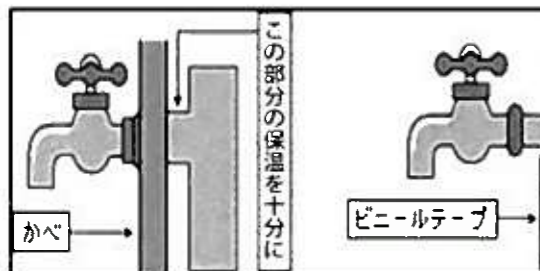


総務課 企画財政係  
☎35-9050

### 水道管凍結にご注意を!! 水道管の修理は、豊丘村指定給水装置工事業者へ連絡してください

水道にも冬じたくを

気温がマイナス4度以下になると、水道管が凍ったり、破裂する事故が多くなります。特に北向きのところ、屋外、風当たりの強いところは注意が必要です。むき出しになっている水道管は、発泡スチロール製の保温材などで保温してください。



凍結したときは

自然に融けるのを待つか、凍った部分にタオルをかぶせその上からぬるま湯をゆっくりにかけてください。急に熱湯をかけると水道管やじや口が破裂しますので注意してください。

万一破裂した場合、止水栓を閉めるなどの応急手当をして、豊丘村指定給水装置工事業者へ連絡してください。



※タオルをあてるのは、余熱を利用するためです。

■ボックス内の保温

発泡スチロール製の保温材や布切れなどを濡れないようにビニール袋に詰めて、ボックス内に入れてください。

▼解水器が原因と思われる事故が報道されています。解水器を使用する場合は、

作業中は現場を離れないなど使用上の注意を守るようにお願いします。



年末年始の節水にご協力を

掃除や洗濯、給湯客をお迎えしたりと、年末年始の水を多く使う時期を迎えます。この時期には水が不足しがちなります。大掃除や洗濯は早い時期に実施するなど、年末年始には節水に心がけていただきますようお願いいたします。



環境課 上下水道係  
☎35-9058

# とよおか輝丘議会

第27回とよおか輝丘(きぎゅう)議会中学校模擬議会が10月14日(水)役場議場にて開催されました。

「とよおか輝丘議会」は、中学生の視点から村への要望や提言を行い、身近にある村政に関心をもってもらうことを目的として、通常の村議会一般質問と同じ方法で行っています。

当日は3年生が参加し、議長を金山美祈さんが、議員を生徒19名が務め、村側からは村長をはじめ理事者、課等の長が出席しました。

仲間や教育委員等が見守るなか、堂々とした質疑が交わされました。

## 自動販売機の増設を！

木下涼菜議員  
出崎星花議員

### 【提案】

村内の公園などの公共施設に自動販売機が少なく不便を感じている。自動販売機の設置は、熱中症対策や災害対応型による災害時のライフライン確保などメリットも多い。そこで、村で公共施設に自動販売機を設置することを提案する。増設されれば、公共施設の利用が増え、村の利益にもつながる。

### 【回答】

基本的に、自動販売機の設置は民間企業が行うものであり、村が自ら設置することは民業圧迫となり、現状では考えづらい。しかし、大勢の方が利用する施設においては、利便性等を考慮し、村が民間企業に委託し設置することも可能であるため、様子を見ながら検討したい。

### 【再提案】

建設が検討されている「村の駅」とよおか(仮称)に設置してはどうか。

### 【再回答】

設置を考えている。

## 福祉ボランティアを増やすために

丸山小桃議員  
太田愔夏議員

### 【提案】

介護予防施設「はつらつ」の介護予防事業において、職員だけでは人手が足りない場合があり、利用者の利用回数を増やす等、事業の展開が難しい状況である。そこで、運営をお手伝いするボランティアを増やすよう、村の福祉ボランティア募集PRを活性化することを提案する。また、PRの活性化により、介護予防に対する認識が上がるとともに利用者が増加し、介護予防につながることで、福祉の充実した村へと発展することが期待できる。

### 【回答】

議員指摘のとおり人手が足りない場合もあるが、利用者向上が支え合うことを大切にするとともに、3年前から養成を進めている介護予防サポーターの活動の場づくりとして、ボランティアセンターや「はつらつ」のスタッフと取り組みたい。

### 【再提案】

また、「はつらつ」以外にも、自治会単位でのミニデイサービスやサロンなど、高齢者が集える場所が地域の中で増えてきており、その様子をケーブルテレビ放映や広報とよおかに掲載するなどし、介護予防事業のPRを行っている。

### 【再提案】

PR事業として、「はつらつ祭」といった、小中学生も参加できるイベントを開催してはどうか。

### 【再回答】

検討する。

## 村バスの利用範囲拡大・休日運行について

竹村真奈議員

### 【提案】

村営バスは、乗れる範囲が

## 図書館のサービス強化と利用時間について

松村南波議員

### 【提案】

① 村内3箇所において、毎月、度開催している移動図書館について、地域で本に親しむ機会を増大させるため、移動範囲を拡大し、開催場所を増加させることを提案する。

### ②

また、中学生の図書館利用者数が少ない状況であるが、部活動が無い水曜日や祝祭日が休館であり、利用しにくい状況である。利便性を向上させるため、休館日、開館時間を変更することを提案する。

### 【回答】

① 移動図書館を本格的なものとするためには、たくさん本を運搬できる専用車や職員を増員など課題も多いため、実情を分析し検討する。

② 部活の無い水曜日が休館なのは悲しいという声は以前からあり、水曜日以外の休館日を前向きに検討する。開館時間については、新図書館のオープンと合わせ、開館時間を1時間延長し午後7時まで

としており、利用者の皆さんに好評を得ている。

## 自分達の村は自分達で守る

堀川大輝議員

### 【提案】

大規模災害時は、地元住民の助け合いが不可欠であり、村民一人ひとりに防災意識を持ってもらうが重要である。

### ①

そこで、AEDの使用方法や心肺蘇生法などの救急救命講習の実施と、②チェーンソーやAEDなどの救助・救急資機材が搭載可能な多機能型軽便車の配備について提案する。また、その軽便車小型ポンプをC.A.P.S.ポンプ(圧縮空気泡消火システム)に更新することを提案する。

### 【回答】

① 救急救命講習とAED講習は、消防団や日赤奉仕団員が毎年定期的に行っている。また、AED講習については、各地区の防災訓練等に合わせ、住民を対象に実施している。

② 災害時の人命救助は、消防団、消防署とともに地域住

民が「休となって行うこと」になる。救助・救急資機材は、より身近な組織である、各地域に整備し有事に備えているため、提案の多機能型軽便車の配備は、今のところ考えていない。また、C.A.P.S.ポンプへの更新は、水利確保を優先と考え、耐震性地下式貯水槽の整備を進めているため、今のところ考えていない。



## 満蒙開拓団・慰霊碑について

- 池野隆太郎議員
- 市瀬佳太議員
- 片桐直哉議員
- 宮下恭輔議員
- 中塚 陽議員
- 原 彩芽議員
- 原奈菜美議員
- 松澤チカ議員
- 久保田有美議員
- 吉川愛夏議員
- 小関はたる議員
- 細田萌恵議員

### 【提案①】

満蒙開拓の歴史を風化させないため、たくさんの方が集まる交流学習センター「ゆめあるて」に満蒙開拓についてコーナーを設置し、満蒙開拓の歴史と戦争の悲惨さについて理解を深めてもらうことを提案する。

### 【回答①】

豊丘村での歴史を風化させないために、隣接する図書館、歴史民俗資料館を含めて、展示コーナーの設置について検討する。

### 【提案②】

豊丘公園にある満蒙開拓団

慰霊碑の認知度が低いため、慰霊碑までの案内看板と慰霊碑の説明看板を設置すること、多くのの方に訪れてもらい、戦争があった時代、村の歴史について関心を持ってもらうことを提案する。

### 【回答②】

関係する方々と相談し、説明看板の設置を進める。その後、案内看板の設置について検討する。

### 【提案③】

多くの方に中国残留孤児や満蒙開拓団について理解を深めてもらうために、満蒙開拓を経験した方を講師に迎え講演会や学習会を開くことを提案する。それらを通じて、住民の平和への意識の醸成を図り、平和の続く豊丘村とする。

### 【回答③】

満蒙開拓の歴史を後世に受け継ぐため、関連する講師を招くなどして講演会や学習会を開催することは大切なことと考えている。ぜひ、中学生の皆様にも関わってもらえればと思う。





### 北保育園未満児棟完成

7月から新築工事が進められてきた北保育園の未満児棟がこのほど完成し使用が始まっています。

工事では、南側の敷地を拡張し、そこへ未満児専用の保育棟を新築しました。完成した未満児棟には、0歳から2歳までの保育室3部屋をはじめ、多目的トイレなどが設置されました。

木の温もりが感じられる明るい保育室は、冬でも裸足で遊ぶことができるよう床暖房が完備されています。

一方屋外には、未満児を安全に遊ばせる事ができる独立した水遊び場が設けられました。

今後、遊具の設置や植栽なども行われ、充実した保育環境が望めます。



### 南北小マラソン大会

南北小学校では、11月に、恒例のマラソン大会が開かれ、学年別に設定されたコースで健闘を競いました。

このうち北小学校では30日に開かれ、校長の号砲の合図とともにスタートし、児童たちが元気に走り出しました。沿道では、保護者の他に北保育園の園児たちも応援に駆け付け、児童たちに声援を送っていました。

また、南小学校では25日に開かれ、南小学校周辺の道路、約1kmを、1・2年生は1周、3・4年生は2周、5・6年生は3周しました。児童たちは、授業などで練習してきたそう、練習の成果を十分に発揮していました。

こうして児童たちは、冬の寒さ乗り越える体力を養いました。



### 保育園で炊きたてご飯

11月24日から、村内の保育園では、年少クラス以上の園児にも、給食時に炊きたてのご飯が提供されるようになりました。

これは、ふるさと納税の財源を活用して実施したものです。

給食の時間になると、園児らは炊きたてでホカホカのご飯を、保育士からよそってもらい、「いただきます」と元気よく挨拶すると、おいしそうに食べ始めました。保育園によると、今後は炊き込みご飯なども、給食の献立に加えてゆく方針だとのこと。



### 福島本村 棚田オーナー収穫祭

福島本村棚田オーナー収穫祭が、11月28日に、福島会館で行われました。

この日も、会場となった福島会館には県外などからオーナーが訪れ、春の田植えや秋の稲刈り体験などを振り返りながら、地元の食材で作られた干し料理や、棚田で収穫された米から出来た日本酒などを堪能しました。

オーナーからは「料理もお酒もとても美味しい。来年も是非参加して、泥の中で田植えなどを体験したい。」といった感想が聞かれました。



### 中日ドラゴンズ 松井雅人選手来村

プロ野球 中日ドラゴンズの松井雅人選手が12月1日に中学校をサブライズ訪問しました。

訪問した中学校では、野球部の生徒達から質問を受け、身振り手振りを交えて、打撃や盗塁のコツを部員に伝えました。生徒達は、現役のプロ野球選手を前に緊張した様子でしたが、プロの選手の打撃理論などを真剣な表情で聞いていました。

また、翌2日には中央保育園を訪問し、園児たちとキャッチボールなどをしてふれあいました。



### 豊丘村経営者協議会が村に寄付

豊丘村経営者協議会が、12月4日に、村に寄付を行いました。

寄付金は、村長室を訪ねた経営者協議会の下平豊久会長と、事務局で飯田信用金庫豊丘支店北原支店長から、直接村長に手渡されました。

村内約30の経営者が加盟している協議会では、毎年この時期に会員の協力を得て寄付を行っています。

受け取った下平村長は、大切に使うことを約束し、長年にわたる寄付に対して感謝の言葉を述べました。







# こちら消防団です!!



- 「ストーブやファンヒーターに燃えやすい物を近づけない」
- ストーブの近くで洗濯物などを干さない。洗濯物が落ちるなどしてストーブに接触し出火する危険性があります。
- ファンヒーターの温風吹き出し口はかなり高温になるため、近くに燃えやすい物を置かない。特にヘアスプレー缶などは破裂する可能性があります。

- 「たき火をする際の注意点」
- 必ず事前に消防署へ届出を行なう。
- 風の強い時は絶対に行わない。
- 水バケツや消火器などの消火用具を近くに用意する。
- 完全に消火が確認できるまで絶対にその場を離れない。
- 消火の確認や後始末は確実にしなう。

年末年始を迎えるこの時期は空気が非常に乾燥しており、また、暖房器具を使用する機会が多いことから、火災が発生しやすい時期です。悲しい火災を起こさないよう以下の点に注意しましょう。



「無防備な心に火災がかくれんぼ」

## どんど焼き 消防署へ届出を!

お正月の行事として各地域で行われます「どんど焼き」は、事前に消防署への届出が必要です。安全などんど焼き。あたたかく、やさしい火で焼いたお餅を食べて「一年間、無病息災、家内安全!」



高森消防署 電話：35-0119

**平成28年消防団 出初式**  
 平成28年豊丘村消防団出初式を次のとおり開催します。当日は功労者表彰とあわせて分列行進や一斉放水などを行います。

□日時  
 平成28年1月10日(日) 午前10時から

□場所  
 ・豊丘村役場正面駐車場  
 ・ゆめあるて大ホール

□その他  
 会場準備等のため、1月8日(金)の夕方から10日(日)の



正午頃まで、役場正面駐車場は使用できませんのでご理解ご協力をお願いします。

## 豊丘村消防団員 随時募集中!

あなたの“ちから”を貸してください

(女性消防団員も募集中)

総務課 総務係 ☎35-9050 (どんなことでもお気軽にお問合せください)

# お寒ございます 農業委員会 です

農業委員会事務局 (産業建設課 農政係 ☎35-9056)

## 「農業者年金説明会」と「農業者のみなさんとの懇談会」を開催します

### ●農業者年金説明会

老後の備えとして国民年金だけでは心配…。農業者年金にも加入して国民年金の不足分をしっかりとカバーしましょう。

農業者年金へは…

国民年金  
第1号  
被保険者  
国民年金保険料  
未付免除者を除く。

年間  
60日以上  
農業に従事

60歳未満

の方ならどなたでも加入できます。

## 税制面で大きな優遇措置があります

支払った保険料は全額社会保険料控除の対象となります

保険料控除分の節税額(所得税・住民税)

課税対象所得	税率	保険料月額4万円 (年額48万円)の場合	保険料月額6万7千円 (年額80万4千円)の場合
195万円以下	15%	7万2千円	12万6百円
195万円超 330万円以下	20%	9万6千円	16万8百円
330万円超 695万円以下	30%	14万4千円	24万1千2百円



※保険料支払分で控除される所得税+個人住民税の額の試算です。保険料支払後も保険料支払い前と適用される税率に変更がないものとして試算しています。

### 年金資産の運用実績

年度	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25
修正総合 利回り(%)	-4.65	+5.99	+3.40	+9.80	+3.27	-4.73	-9.25	+9.14	-0.06	+2.36	+9.62	+7.75

平均運用利回り 年率で+2.53%

下高井郡山ノ内町は、農業者年金の加入率が高く、その中心で積極的な活動をされている佐々木明雄氏を講師に説明会を開催します。

農業者年金に興味のあるみなさまはぜひおでかけください。

日 時：平成28年1月20日(水) 午後1時30分～3時頃 場 所：役場2階 全員協議会室

### ●農業者のみなさんとの懇談会

豊丘村の農業について農業委員と一緒に考えてみませんか。

新規就農者からベテラン農業者まで、農業に関わっている方ならどなたでもおこしく下さい。

日 時：平成28年1月20日(水) 午後3時30分～ 場 所：役場2階 全員協議会室



### ■お問い合わせ・お申込み■

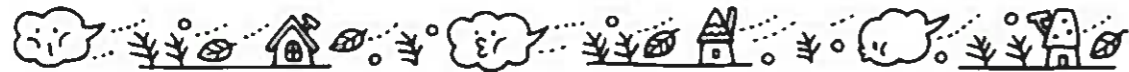
農業委員会事務局  
 (役場 産業建設課農政係内)  
 電話35-9056

こんにちは!

# 笑顔きらきら子育て広場

子ども課  
子育て支援係  
子育て支援専門員 木村・下井田  
(☎35-9078)

山の上から木枯らしが降りてきて、いよいよ寒くなってきましたね。そして、雪が積もる冬になりました。「子どもは風の子 元気な子」のように寒さに負けずに遊ぼうね。子育て支援センターに遊びに来て、心も体もあつまろう。



◆とよおかまつりの「だんQキッズ王国」は大人気! フラパン作り、びよんびよんがえる、フンフンごまを作って遊んだよ。途中、だんQくんやほすくまくんがやってきましたあ〜。



◆お誕生日がきて3歳と2歳になりました。笑顔につこり、おめでとう。

◆特別企画のクリスマスキャンドル作りです。河野の唐澤麻耶さんに教えていただき、素敵なキャンドルが出来上がりました♥



## ★楽しかったクリスマス会★

びよんびよん・とことこの広場では12月に毎年、クリスマス会を行います。よいこのみんなのところにはサンタさんが、北の国からやって来てくれました。やったープレゼントももらったよ。夢いっぱいうれしい一日でした♥



◆「音の絵」のピアノコンサートはパネルシアターの歌やハンドベルの演奏、クリスマスの歌と素敵な時間を過ごすことができました。

保育園入園説明会のお知らせ (来年度未満児・年少に入園予定の保護者の皆さま対象)  
平成28年1月16日(土) 午前9時30分~10時30分  
入園のしおり説明、提出用紙の記入の仕方、新学期用品の注文についてなどの説明があります。ご都合をつけて参加をお願いします。

# 女性のみなさん 乳がん検診を 受けていますか?

健康とよおか21

## 元気が 大好き♪

健康福祉課 保健衛生係  
☎35-9061

約16人に1人が  
乳がん!

乳がんは、女性ホルモンの刺激を受けてできる乳腺のガンで、40歳代から50歳代にいちばん多く見られます。乳がんはもとも欧米人に多く、日本人には少ないといわれてきましたが、最近では日本人女性の間でも急増しています。食生活が脂肪分の多い欧米的なものに変わってきたこと、また、ライフスタイルの変化で、日本人女性のホルモンバランスが変わってきていることが原因と考えられます。日本人女性が生涯で乳がんにかかる確率は、約16人に1人とされています。

### こんな人は要注意!

- 40歳以上である
- 祖母や母親、姉妹など、近親者に乳がんをわずらった人がいる
- 初経年齢が早く、閉経年齢が遅い
- 出産経験がない人、あるいは初産年齢が30歳以上
- バター、生クリームなど脂肪分(特に動物性脂肪)の多い食べ物を好む
- 運動不足や肥満がある
- お酒をよく飲む

セルフチェックで早期発見  
他のがんに比べると、乳がんは身体の表面に近いところに行きます。そのため、自分で気づきやすく、早期に発見すれば、治りやすいのが特徴です。早期に見つかった場合は、90%以上は治ります。毎月1回、定期的に自己検診を行ないましょう。

やってみよう、乳がんセルフチェック!  
月経開始後1週間頃、閉経後は覚えやすい日に行いましょう。乳がんがもつともできやすいのは、乳房の外側上部と書われています。乳房の周囲を含めて全体を丁寧に指で触れてみましょう。

### ①目で見てチェック

鏡に向かって、腕を上げた状態と下げた状態で、乳房の大きさや形に左右差がないかを見ます。皮膚に不自然なひきつれがないかも確認。

### ②触ってチェック

うずを描くように手を動かしながら、しこりがないかをチェック。右乳房は左手で、左乳房は右手で、指の腹でゆっくりに触ります。さらに、乳頭をつまみ、軽く押さえるようにして、分泌物がないかをチェック。

### ③寝ながらチェック

仰向けに寝て、外側から内側へ指を滑らせ、しこりがないかチェック。

### 検診を受けましょう

乳がんでも、早期の小さながんはしこりとして触れません。早期の乳がん発見には、マンモグラフィによる検診が不可欠です。自覚症状が無くても、必ず定期的に検診を受けましょう。

40歳以上の女性は、2年に1回、マンモグラフィによる検診を受けることが勧められています。

村では乳がん・子宮頸がんの集団検診を、1月と3月に下伊那厚生病院で実施します。

3月に申し込みを取りまとめていきますが、申し込まれていない方もこれからご連絡いただければ、受診できます。なお、申し込まれている方には、12月中に通知を送付します。



交流センターだいち  
電話 34-2520  
FAX 34-2521  
電子メールアドレス  
postmaster@toyooka-daichi.jp  
ホームページ  
http://www.vill.nagano-toyooka.lg.jp/50daichi/index.html



# 交流センター だいち 便り

## 平成28年も どうぞよろしく お願いいたします

### 源助かぶ菜切り漬体験 講習会好評 信州の伝統野菜伝承地認定

信州の伝統野菜伝承地に認定されているだいちの圃場では、11月26日から「源助かぶ菜」の収穫体験を行っています。信州の伝統野菜に認定されている「源助かぶ菜」は、野菜にはない風味があり、霜に当たったその菜は柔らかく甘みのある漬菜です。

だいちではこの南信州独特の漬菜を伝えていくため、収穫体験をしていただくよう栽培しては作らなくなりました。だいちの25haの圃場には村内はもとより、県外からもお出かけいただき好評です。これから漬菜を作る方は源助かぶ菜に挑戦しませんか。原料用源助かぶ菜はだいちに有りますのでお問い合わせください。

### りんごのオーナー 収穫祭で来村者多数 棚田オーナー収穫祭は 新酒で乾杯

11月22日、りんごの木オーナーの収穫祭が行われました。晴天に恵まれて、800人ほどの人出で会場は賑わいました。豚汁も振る舞われた。晩秋の一日を家族連れでりんごの収穫を楽しみました。

福島本村の棚田でも11月28日に収穫祭が行われました。都倉から参加されたオーナーの皆さんはもとより、農業委員、関係者約60人余が、棚田で今年採れた酒米たかね錦を原料に作られた酒あらばしりの「牡丹獅子」を試飲しました。今年も、



### 営農情報 甘い人参を作って みませんか

だいちでは、生でも食べられる甘い人参「ベータリッチ」を作ってみました。この品種フルーティーで甘味のある飲みやすいお酒に仕上がりました。

これからもこの取り組みを継続し、美しい棚田を保全したいと張り切っています。だいちでは「牡丹獅子」の販売も行っています。

の特徴は、根長20〜25cm、直径5cmの大きさになります。味は、人参独特の臭みもエグミもほとんど無く、甘さのあるものです。色は中身が鮮やかな濃いオレンジ色の品種です。栽培方法の注意点は、この品種は元肥を控えることと、5cm間隔の株間で発芽させて、間引きを絶対しないことです。以上のことに注意すれば後は特別な作業はありません。吸込み性があるので、上寄せもありません。生育が悪い場合は、液肥で追肥を行ってください。

### 「お知らせ」

#### 歳末大市を開催します

12月27日(日)  
午前9時〜12時まで  
大勢の皆様のご来場をお待ちしております。

# くらしの 情報

## 通所介護サービスなど を利用した際に食事の 提供を受けた皆様へ

### 健康福祉課介護保険係

食費に対して1人1日あたり200円が助成される「通所介護サービス利用者食費助成事業」をご存知ですか？  
この事業は、下段で紹介する介護サービスを利用した、村内に住所を有する方に対して、食費の助成を行う豊丘村独自のものです。助成額は1人1日あたり200円です。

助成を受けるには申請が必要ですので、下段で紹介する介護サービスを利用した場合には、必要書類と一緒に豊丘村役場 健康福祉課 介護保険係まで申請をお願いします。

## 情報

なお、介護老人保健施設はやしの杜・宅老所どんつく・宅老所きずな・豊丘村社会福祉協議会(順不同)でサービスを利用した場合には申請は不要です。この4事業所では、事業所との協力により、対象サービスを利用した場合に自動的に食費が軽減されるシステムとなっています。

①申請書  
※用紙は健康福祉課にあります。また、豊丘村ホームページからダウンロードも可能です。

●お問合せ  
健康福祉課 介護保険係  
☎35-9064

▼飲食店経営者の皆様へ  
「食べ残しを減らそう」協力店に登録しませんか？  
詳しくは長野県ホームページをご覧ください。

### 今月の納税

「税に関するポスター」入選作品

豊丘北小学校6年  
菅 沼 杏佳音さん

この作品は豊丘村租税教育推進協議会長賞です。

口座引落日 1月27日(水)  
納入日 1月28日(木)  
納期限 2月1日(月)

- ・集合税 8 期
- ・下水道料 12・1月分
- ・有線使用料 12・1月分
- ・保育料 1月分
- ・介護保険料(普通徴収分) 1月分
- ・後期高齢者医療保険料(普通徴収分) 1月分

■引落日の前営業日までに口座をご確認ください。  
■口座の変更や内容の追加は、引落日の前月までお願いします。

税務会計課 税務係 ☎35-9051

村営バス 年末年始運行日		
12/28~30	12/31~1/3	1/4~
通常運行	運 休	通常運行

お問合せ  
総務課総務係 ☎35-9050

※お間違えの無いようお願いいたします。

## 歯の病気と全身の病気の深い関係

飯田下伊那歯科医師会

お口の中の汚れ1グラム中に10000億個の細菌が含まれています。排便に含まれている細菌も1グラム中に100億個あります。この事からも私たちは常口頃から身体に入り口から身体の中まで、いかに莫大な数の細菌たちと暮らしているかが分かります。お口には悪玉菌の菌周病菌(主にジンジバリス菌)、虫歯菌(ミュータンス菌)、肺炎球菌、メチシリン耐性黄色ブドウ球菌、緑膿菌、月溶性性レンサ球菌、セラチア菌、カタラ球菌などが住み着いており、その他にはカビの一種であるカンジダ菌、ヘルペスウイルスもいます。実は悪い菌ばかりではなく善玉菌(ストレプトコッカス・サリバリウス)も居ることは思いますが、少数派の為、悪玉菌をやっつけるなどの目立った活躍は出来ません。

### ●悪玉菌が原因で起る怖い病気

▼糖尿病  
糖尿病に罹ると血糖値のコントロールを邪魔するTNF-α(腫瘍壊死因子)が肝臓や内臓脂肪から出る為、糖尿病が悪化します。また、糖尿病に罹るとインシュリンが不足し、歯肉の細胞も飢餓状態になって歯周病が悪化します。お互いに悪い影響を与え合っています。

### ▼脳梗塞・心筋梗塞

歯周病菌やその毒素は血管の壁を肥大させ、傷つけ、その結果血栓が出来て血管が狭くなるトラブルに關与していると言われています。歯周病になると必ず血栓が形成され、血管が詰まるわけはありませんが、詰まった血管を調べてみると歯周病菌が発見されることから血液に乗って体中を回り、血管を詰めつけ血栓を作っていると思われれます。

### ▼細菌性心内膜炎

血液に入り込んだ細菌が心臓の弁や膜に感染を起すというもので、命に關わるたいへん危険な病気です。心臓の弁を人工弁に置き換える手術も

行われることがあります。死に至る場合もあります。

### ▼誤嚥性肺炎

肺炎は日本の60歳以上の死因第3位になりましたが、実は脳や脳梗塞が死因であっても、同時に起きた肺炎が直接の死因である場合が多く、隠れ死因で1位と言われ増加している病気です。飲み込む際に、口腔内細菌などが含まれる食べ物や唾液ではなく気管に入ってしまう誤嚥が原因で、飲み込む力が衰える70才代の高齢者の40%以上に誤嚥が見られます。



### ▼低体重出産

歯周病菌は女性ホルモンが大好きです。特にブレボテラインターメデアという歯周病菌は妊娠中に多く分泌されるエストロゲンという女性ホルモンを盛んに食べて増え、



歯肉に炎症を起させます。増殖した菌は体内に入り込んで、子宮を収縮させ早産の原因となります。

### ◎予防と治療は?

予防、治療は歯科医院に定期的に通院して、専門的な手入れを受けることが一番大切です。自宅では歯ブラシの他にデンタルフロス(糸楊枝)、舌ブラシ、歯間ブラシなどを効果的に使って清掃して下さい。またデンタルリンスなどのうがい薬を使えば、インフルエンザ予防も兼ねることが出来ます。

最近では、お口の中の善玉菌と悪玉菌のバランスを良くして、悪玉菌だけ増やさないようにする「口内プロバイオティクス」が注目されています。プロバイオティクスとはもともと腸内細菌のバランスを良くするために、ヨーグルトを食べたり、乳酸菌飲料を飲ん



だりする方法のことで、「口内プロバイオティクス」では乳酸菌W.B.21、乳酸菌ラクトミン、乳酸菌LS1、などの生きた乳酸菌を含んだ歯磨きチニープやトローチ錠を使って腸内細菌ならぬ口腔内細菌のバランスを良くするという方法です。

☆飯田下伊那歯科医師会では、通院困難で歯科治療をあきらめていた方々のベツドサイドまで、かかりつけ歯科医師が往診いたします。☎0265-22-1348 までまずはご連絡下さい。



## 新成人の皆さんへ 20歳になったら国民年金

飯田年金事務所

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手がなくなったときに、年金を受け取ることが出来る制度です。

### ▼国民年金のポイント

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。老後のためだけのものではありません。

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(子のある配偶者、や「子」)が受け取れます。

### ▼「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(修業年限1年以上)である過程、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。若年者納付猶予制度

### ▼学生でない30歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金のご相談・手続き等については窓口係または飯田年金事務所までお問い合わせください。

### ▼窓口係

☎35-9059  
飯田年金事務所  
☎22-8641

### 信州農業に決める!

### 長野県農業大学校「実践経営者コース」学生募集!

長野県農業大学校

長野県農業大学校では、企業の農業経営者を育成する総合学科「実践経営者コース」

の学生を募集します。「どういう品目で、どのような農業経営をやりたい」という目標が明確で、就業意欲が高い、様々な経歴を持った者を募集します。

- ▼学科 総合農学科
- ▼募集人数 10人
- ▼修学年数 2年
- ▼受験資格 高卒等以上
- ▼入学試験 筆記試験・小論文・面接
- ▼出願期間 平成28年1月8日～2月1日
- ▼第1次入学試験 (筆記・面接) 平成28年2月10日
- ▼第2次入学試験(面接) 平成28年2月18日
- ▼場所(第1次・2次とも) 長野県農業大学校
- ▼説明会・個別相談会 ①12月20日 長野県松本合同庁舎 ②12月23日 長野県農業大学校 ③1月17日 長野県農業大学校
- ▼その他 平成27年4月に、全5講室の学生寮「自啓寮」が新築されました。
- ▼お問合せ 長野県農業大学校 農学部事務局 ☎026-2278-9437 FAX026-226-1121 nagayoku@pref.nagano.lg.jp

## 定例相談 ●秘密厳守・相談無料●

<p><b>行政相談(定例)・くらしの相談</b></p> <p>☐日時 1月26日(火)午後7:00～9:00</p> <p>☐場所 介護予防拠点施設「はつらつ」</p> <p>☐相談員 行政相談委員(神谷敏彦)、民生児童委員</p> <p><b>行政相談(随時)</b></p> <p>☐相談員 神谷敏彦(行政相談委員)(自宅 ㊧35-5121)</p> <p>☐内容 同の仕事など行政全般に対する苦情や要望など</p> <p><b>高齢者福祉</b></p> <p>各地区の民生児童委員 健康福祉課福祉係(㊧35-9060)</p> <p><b>在宅介護・介護保険制度</b></p> <p>☐在宅介護に関する相談 地域包括支援センター(㊧35-9064)</p> <p>☐介護保険料及び納入方法に関する相談 健康福祉課介護保険係(㊧35-9060)</p>	<p><b>障がい者福祉</b></p> <p>☐障がい者の生活・障がい者手帳・支援費制度・補装具・各種手帳等に関する相談 健康福祉課福祉係(㊧35-9060)</p> <p>☐身体障がい・知的障がいに関する相談 飯田区域障がい者総合支援センター(㊧24-3182)</p> <p>☐精神障がいに関する相談 南信地域生活支援センター(㊧56-8732)</p> <p><b>児童福祉・子育て</b></p> <p>☐児童福祉・子育てに関する相談 健康福祉課福祉係・子育て支援センター(㊧35-9060)</p> <p>☐18歳未満の子どもに関する相談 飯田児童相談所(㊧25-8300)</p> <p>☐心身の発達に障がいや遅れのある就学前のお子さんの相談 飯田市療育センターひまわり(㊧23-6097)</p>	<p><b>人権問題</b></p> <p>●飯田人権擁護委員協議会(㊧22-0045) (豊丘村人権擁護委員:松下泰晃・宮下純子)</p> <p><b>労働相談</b></p> <p>●南信労政事務所【午前8:30～午後5:15】(㊧0265-76-6833伊那市)</p> <p><b>結婚相談</b></p> <p>●愛ねっと北部(北部地区結婚相談所) ☐開所日:月～金、第2・第4土・日曜(午後1時～午後6時) ※事前予約制 ☐場所:ゆめあるて北側(㊧34-2322、FAX34-2516)</p> <p><b>遺言相談</b></p> <p>☐日時 月～金【午前9:30～午後5:00】 ☐場所 飯田公証役場(㊧23-6502)</p>
--	--	---

# 保育園 どれみ

No.168

中央保育園から



☆ホッカホカの焼きいも



☆おいしくな〜れ!



☆とれたてのりんごはおいしいな?



☆りんご狩りにきたよ!



☆敬礼! かつこい〜



☆メリークリスマス★

在籍園児数 H27.12.1現在

	未満児	3歳児	4歳児	5歳児	合計
北保育園	24	20	24	21	89
中央保育園	26	33	29	25	113
南保育園	11	11	12	13	47
合計	61	64	65	59	249



豊丘村キャラクター  
「だんQくん」

広報とよおか 2016.1  
■通巻298号

●人の動き● H27.12.1現在(前月比)

人口: 6,864人 (-3) 住民異動届(11月中)  
 男: 3,380人 (+1) 転入: 12人 転出: 11人  
 女: 3,484人 (-4) 出生: 2人 死亡: 6人  
 世帯: 2,117戸 (+6)

●編集・発行●

豊丘村役場 総務課 企画財政係  
 〒399-3295 長野県下伊那郡豊丘村大字神稲3120番地  
 電話 0265-35-3311(代表) / FAX 0265-35-9065  
 ホームページ <http://www.vill.nagano-toyooka.lg.jp>  
 電子メール [info@vill.nagano-toyooka.lg.jp](mailto:info@vill.nagano-toyooka.lg.jp)



豊丘村ロゴマーク

■印刷/龍共印刷(株)

