



## 相談

### B型肝炎給付金請求説明会

- ☎026-234-7754
- ▶日時…10月20日(土)  
午前10時～正午
- ▶場所…岡谷総合福祉センター  
諏訪湖ハイツ202研修室
- ▶内容…B型肝炎ウイルス感染に関する給付金請求について
- ▶担当…B型肝炎訴訟長野県弁護士

### 離婚・別居相談

- ☎0263-83-2745(要予約)
- ▶日時…10月20日(土)  
午前9時～午後7時
- ▶場所…岡谷市総合福祉センター  
諏訪湖ハイツ
- ▶内容…離婚・別居等の問題の相談
- ▶担当…NPO子ども家庭支援センターHUG

### 結婚相談

- ☎79-7922
- ▶日時…10月21日(日)  
午後1時30分～午後5時
- ▶場所…地域活動支援センター2階
- ▶担当…村結婚相談員

### 筆界特定・境界ADR合同相談会

- ☎026-235-6642(要予約)
- ▶日時…10月25日(木)  
午後2時～午後5時
- ▶場所…長野地方方法務局松本支局
- ▶担当…法務局職員、土地家屋調査士

### 出張年金相談

- ☎23-3661(要予約)
- ▶日時…11月7日(水)  
午前10時～午後3時
- ▶場所…富士見町役場3階 303会議室
- ▶担当…岡谷年金事務所職員

### 交通事故巡回相談

- ☎57-2902(要予約)
- ▶日時…11月8日(木)  
午前10時～午後3時
- ▶場所…諏訪地域振興局
- ▶担当…長野県交通事故相談所 相談員

### 無料法律相談

- ☎79-7927(要予約)
- ▶日時…11月9日(金)  
午後1時～午後5時
- ▶場所…中央公民館
- ▶担当…長野県弁護士会諏訪在住会

### 税務相談所

- ☎28-6666(要予約)
- ▶日時…11月14日(水)午前10時～正午
- ▶場所…下諏訪商工会議所会館2階
- ▶担当…関東信越税理士会諏訪支部

### 多重債務相談

- ☎026-234-2970
- ▶受付…平日午前8時30分～正午、午後1時～午後4時30分
- ▶内容…ローンやクレジットの返済の悩み等
- ▶担当…財務省 関東財務局 長野財務事務所

### がん患者さんのお仕事相談

- ☎57-7502
- ▶日時…11月14日(水)  
午後1時30分～午後4時30分
- ▶場所…諏訪赤十字病院
- ▶担当…社会保険労務士会諏訪支部

### 諏訪地域障害者就職相談会

- ☎58-8609
- ▶日時…11月14日(水)  
午後1時30分～午後4時
- ▶場所…RAKO華乃井ホテル 2階 パルケ
- ▶内容…企業の採用担当者とお持ちの方が、相談・面接
- ▶担当…諏訪公共職業安定所 専門援助部門

### 65歳以上の方の総合相談窓口

- ☎70-1200(電話は24時間受付)
- ▶日時…月曜日～金曜日  
午前8時30分～午後5時  
第1・4土曜日  
午前8時30分～午後0時30分
- ▶担当…原村地域包括支援センター  
(老人保健施設さくらの内)

## 高齢者インフルエンザ 予防接種

予防接種法にもとづき、高齢者で希望する方はインフルエンザの予防接種が受けられます。まずは、かかりつけ医にご相談ください。

▶**対象者**:村内に住所がある方で接種時に65歳以上の方、及び、60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓、呼吸器に重い病気のある方、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある方で法に定める方(身体障害者手帳1級程度)

▶**実施期間**:10月15日(月)～12月25日(火)

▶**実施場所**:諏訪6市町村内の実施医療機関

※医療機関に事前に予約をお願いします。

▶**自己負担金**:1,000円(実施医療機関にお支払いください)

※生活保護世帯に属する方・市町村住民税非課税世帯に属する方は村が発行する「予防接種券」を実施医療機関に提出することにより、接種費用が免除になります。事前に申請が必要となりますので、お問い合わせください。

▶**接種時の持ち物**:予診票・健康保険証・後期高齢者医療被保険者証・自己負担金又は予防接種券

☎保健福祉課 健康づくり係

☎75-0228(直通)

## 最低賃金の改正

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、10月1日から**時間額821円**に改正されました。

この機会にぜひ賃金の確認をしてみてください。

☎岡谷労働基準監督署

☎22-3454

## 村長と話し合う日

第39回「村長と話し合う日」を行います。希望者はお申込みください。

▶**日時**:10月24日(水)午後1時30分～午後6時30分

▶**場所**:役場2階村長室

☎総務課 総務係

☎79-2111(内線231)

## 季節性インフルエンザ 予防接種助成制度

村では、季節性インフルエンザワクチン接種費用の一部を補助します。

▶**対象者**:村内に住所を有し、接種時に満13歳未満で2回接種した方

※2回とも満13歳未満であること

▶**補助金額**:接種費用の2分の1以内とし、3,000円を上限

▶**請求方法**:季節性インフルエンザワクチン接種後、接種日から1年以内に申請してください。

▶**持ち物**:領収書(原本・2回分)、印鑑、振込口座番号のわかるもの

☎保健福祉課 健康づくり係

☎75-0228(直通)

## 平成31年度 保育所入所申込受付

平成31年4月から保育所へ新規で入所を希望される方の入所申込受付を行います。

▶**日時**:10月31日(水)午後1時30分～午後7時

▶**場所**:地域福祉センター

※4、5月に入所を希望される方は、面談を行います。お子さんと一緒にお越しください。

☎保健福祉課 社会福祉係

☎79-7092(直通)

## みどりの恵みを大切に

ハイキングや登山で見かけた希少な植物などは、その場所でき息できない物もあります。

また、山林の所有者が手入れをしている場所や敷地内に咲いている花は、所有者の持ち物です。そのような場所には、不用意に入ったり、植物を採取したりしないようにしましょう。

私たちの暮らしに欠かせない身近なみどりや、大切な恵みを残すためにも、モラルのある行動をしましょう。

☎農林課 農村整備係

☎79-7932(直通)

## 児童手当の過誤給付に 関する報告とお詫び

この度、平成28年度、平成29年度において、児童手当のシステム入力誤りにより、児童手当の未払いや過払いが生じてしまいました。

該当された受給者の皆様には多大なるご迷惑をおかけしましたこと、また、村民の皆様の信頼を損ねることになりましたこと、心からお詫び申し上げます。

今後は、このようなことがないように、より一層の責任感を持って、丁寧かつ適切な事務執行に努め、村民の皆様の信頼回復に向けて取り組んで参ります。

原村長 五味 武雄

## 原村職員募集

平成31年4月採用の原村職員を追加募集します。

▶**受験願書受付期間**:10月1日(月)～10月31日(水)

▶**第1次試験**:11月18日(日)

▶**その他**:詳しくは、村ホームページをご覧ください。

一般職(事務)

▶**採用予定人員**:1名程度

▶**試験区分**:上級

▶**受験資格**:平成4年4月2日以降に生まれた人で、大学(又は同等の学校)卒業若しくは来春卒業見込みの人

▶**住所要件**:採用後は原村に住所

を有すること

一般職(保育士)

▶**採用予定人員**:1名程度

▶**試験区分**:上級・中級

▶**受験資格**:昭和63年4月2日以降に生まれた人で、大学又は短大(又は同等の学校)卒業若しくは来春卒業見込みの人

▶**住所要件**:採用後は諏訪地域の市町村又は北杜市に住所を有すること

☎総務課 総務係

☎79-2111(内線231)

## 長野県福祉大学校学生募集

諏訪市にある長野県福祉大学校では、来年度の保育学科、介護福祉学科の学生を募集します。

保育学科推薦入試

▶**出願期間**:10月19日(金)まで

▶**試験日**:11月1日(木)

▶**募集人数**:30名程度

介護福祉学科一般入試

▶**出願期間**:10月29日(月)～11月8日(木)

▶**試験日**:11月20日(火)

▶**募集人数**:20名

☎長野県福祉大学校 教務室

☎57-4821



### 1 プロパンガスボンベの回収実施

10月23日から29日までは、高圧ガス保安活動促進週間です。  
長野LP協会諏訪支部では、消費者の安全確保と、ごみ焼却場のガスボンベ爆発事故を防止するため、小型ガスボンベの無料回収を実施します。

- ▶ **受付期間:**10月23日(火)～10月29日(月)
- ▶ **依頼先:**近くのプロパンガス販売店
- ▶ **回収期間:**10月下旬～11月中旬
- ▶ **実施方法:**消費者からの連絡によりプロパンガス販売店が回収します(持ち込み時の事故を懸念するため)。
- ▶ **対象容器:**2・5・8kg(カートリッジ式は対象外)
- ▶ **費用:**無料
- ▶ **その他:**プロパンガスボンベを一般の不燃物や粗大ごみとして出すことは禁じられています。

☎長野LP協会 諏訪支部  
☎53-6000(内線2113)

### 1 扶養親族等申告書を送付します

平成31年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書を送付しています。9月から10月にかけて送付する方の提出期限は10月31日(水)です。

- ▶ **送付対象者:**老齢または退職を支給事由としている年金の支給額が次に該当する方①65歳未満の方で108万円以上②65歳以上の方で158万円以上(退職共済年金の受給者であって、老齢基礎年金が支給されている場合は、退職共済年金の支給額が80万円以上)

☎扶養親族等申告書  
お問い合わせダイヤル  
☎0570-081-240

### 1 介護休業制度をご存じですか?

家族の介護を行う、労働者の仕事と生活との両立を支援するための介護休業制度をご存知ですか。

- 就業規則になくとも取得できます。
- 介護休業は、対象家族1人につき、通算93日、3回まで取得可能です。
- 介護のための所定外・時間外労働及び深夜業の制度並びに所定労働時間の短縮等の制度があり、事業主は労働者から求められる場合、これらの支援措置を講ずる必要があります。
- 通院、デイケアなどへの送り迎えに利用できる介護休暇も年間5日間とれます。

☎長野労働局 雇用環境・均等室  
☎026-227-0125

### 1 諏訪赤十字病院 新コースの開設

今や乳がんは女性が罹患するがんの中で最も多いがんです。罹患数は上昇を続けていることに加え、若い年代での罹患が多いことから、早期発見・早期治療がとて重要であるといわれています。

諏訪赤十字病院では、新コースとして「乳がん検診」を開設しました。女性スタッフによる検査と、乳腺専門医による総合判定が安心のコースです。

- ▶ **検査項目:**マンモグラフィ(2方向)+乳房超音波検査
- ▶ **検査費用:**10,800円
- ▶ **予約人数:**1日5名
- ▶ **申込:**3日前までに予約

☎諏訪赤十字病院 健診センター  
☎57-6042

### 1 みんなが輝く地域づくりフォーラム

諏訪地域障がい福祉自立支援協議会では「障害のある人もない人もともに地域で暮らし続ける」をテーマに共生社会について考えます。

- ▶ **日時:**11月10日(土)午前10時～午後3時30分
- ▶ **場所:**諏訪市福祉施設総合福祉センター(湯小路いきいき元気館)
- ▶ **映画会:**「みんなの学校」不登校も特別支援学級もない、同じ教室で一緒に学ぶ、公立小学校のみんなが笑顔になる。(午前10時～)
- ▶ **講演会:**「障がい者が地域で暮らすためには」(午後1時～)、講師・山本シュウ氏(NHK Eテレ・みんなのためのバリアフリーバラエティ「バリバラ」の司会で活躍中)

※講演会終了後、山本シュウ氏の司会で座談会を行います。

▶ **参加費:**無料  
☎保健福祉課 社会福祉係  
☎79-7092(直通)



### 1 諏訪赤十字病院 お見舞い時間の変更

諏訪赤十字病院では、急性期病院として、患者さんが安心して治療に専念できる療養環境の提供、及び、防犯上の環境整備、午前中の駐車場混雑の緩和を目的として、お見舞い時間の変更を行います。

▶ **お見舞い時間:**午後1時～午後8時  
☎諏訪赤十字病院 総務人事課  
☎57-6033

### 1 税を考える週間

11月11日(日)から11月17日(土)までは、「税を考える週間」です。今年の税を考える週間のテーマは「くらしを支える税」です。

みなさんに納めていただいている税金は、水道・道路の整備やごみの収集、子どもの教育等、みなさんの生活に欠かせない身近なものに使われています。また、国民健康保険税のように加入者の税金によって運営

をしているものもありますので、税金の滞納はしないようにしましょう。  
諏訪税務署では、個人事業者等の方を対象に決算書の作成方法や作成に当たっての注意点などについて説明会を開催します。  
対象の方は、ぜひご参加ください。

☎諏訪税務署  
☎52-1390

#### 平成30年分 年末調整説明会

開催日	時間	場所
11月15日(木)	午後1時30分～午後3時30分	茅野市役所 8階 大ホール

#### 平成30年分 決算説明会

開催日	時間	場所	区分
11月28日(水)	午前10時～正午 午後1時30分～午後3時30分	茅野商工会議所会館 4階 大会議室	営業
11月30日(金)	午後1時30分～午後3時30分	富士見町商工会館 2階	
12月3日(月)	午後1時30分～午後3時30分	原村商工会館 2階	
11月27日(火)	午前10時～正午	諏訪商工会館 5階大会議室	不動産
12月4日(火)	午後1時30分～午後3時30分	原村地域農業研修センター	
12月5日(水)	午後1時30分～午後3時30分	茅野市営農センター 会議室	
12月7日(金)	午後1時30分～午後3時30分	富士見町営農センター 2階	
12月11日(火)	午後1時30分～午後3時30分	Aコープサン・ライフ店 2階	

### 1 後期高齢者歯科健診

長野県後期高齢者医療広域連合では、高齢者の方の健康づくり事業の一環として歯科健診を実施しています。

高齢になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多くなり、これが原因で誤嚥性(ごえんせい)肺炎(細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎)を起こすことがあります。お口の健康は、笑顔への第一歩です。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、特に自覚症状はないが、お口の状態を確認したい方など、費用は無料ですので、ぜひこの機会に受診しましょう。

- ▶ **対象者:**昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生まれの被保険者(平成29年度に75歳になった方)
- ▶ **健診期間:**12月29日(土)まで
- ▶ **健診費用:**無料
- ※健診により治療が必要な場合は、その治療費は本人負担となります。
- ▶ **対象医療機関:**県歯科医師会所属の歯科医院
- ▶ **予約方法:**対象医療機関へ直接予約をしてください。
- ▶ **持ち物:**受診券、被保険者証
- ☎長野県 後期高齢者医療広域連合  
☎026-229-5320

### 1 毎年10月は3R運動推進月間

国では環境省が中心となり3R運動を推進しています。

3R運動とは環境と経済が両立した循環型社会を形成していくための3つの取り組みの頭文字をとったものです。この月間中に毎日の生活を見直してみたらいかがでしょうか。

#### 3Rとは?

▶ **リデュース(REDUCE):**廃棄物の発生抑制  
(例)レジ袋の辞退/量り売り商品・詰め替え商品の購入/マイ箸・マイ容器の使用など

▶ **リユース(REUSE):**再使用  
(例)古着・古本の購入/リターナブルびん入り商品の購入/衣料品の資源回収への協力など

▶ **リサイクル(RECYCLE):**再資源化  
(例)空き缶・ペットボトルの分別排出/古紙の資源回収への協力/使用済み天ぷら油の回収施設への持参など

☎建設水道課 環境係  
☎79-7933(直通)



### 1 もみの湯の営業日と臨時休業のお知らせ

第三水曜日が定休日になっていますが、10月17日(水)は通常通り営業いたします。

なお、10月23日(火)から11月1日(木)までは、縦の本荘改修工事に伴い、臨時休業します。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。  
☎商工観光課 商工観光係  
☎79-7929(直通)



## 中央公民館

- ▶ **ペーパーフラワー教室**  
○10/16 ㊦  
中央公民館/午後1時30分～
  - ▶ **吊し雛教室**  
○10/17 ㊦ ○10/31 ㊦  
○11/14 ㊦  
中央公民館/午前9時30分～
  - ▶ **溪谷歩き講座③**  
○10/18 ㊦  
尾白川溪谷/午前8時30分～
  - ▶ **漢字講座**  
○10/19 ㊦  
中央公民館/午前10時～
  - ▶ **ジュニア教室**  
○10/20 ㊦(自然探検隊)  
村民の森/午前9時30分～  
○10/27 ㊦(土器づくり)  
阿久遺跡/午前9時30分～
  - ▶ **山歩き講座⑦**  
○10/23 ㊦  
パノラマ台/午前7時30分～
  - ▶ **料理教室**  
○10/25 ㊦  
中央公民館/午前10時～
  - ▶ **つまみ細工講座**  
○10/26 ㊦  
中央公民館/午後1時30分～、午後7時～
  - ▶ **あひるクラブ⑦**  
○10/31 ㊦  
中央公民館/午前10時～
  - ▶ **デコクレイクラフト**  
○11/2 ㊦  
中央公民館/午前9時30分～
  - ▶ **村民文化祭**  
○11/3 ㊦ ○11/4 ㊦  
社会体育館/午前9時～
  - ▶ **芸能フェスティバル**  
○11/3 ㊦  
中央公民館/午後1時～
  - ▶ **切り絵教室**  
○11/6 ㊦  
中央公民館/午後1時30分～
  - ▶ **はらむら塾⑦(バスハイク)**  
○11/14 ㊦  
中央公民館/午前8時30分～
- ㊦中央公民館  
☎79-7940(直通)

## 社会体育館

- ▶ **バレーボール大会**  
○10/19 ㊦  
社会体育館/午後6時45分～
  - ▶ **バドミントン教室**  
○10/20 ㊦  
社会体育館/午後1時～
  - ▶ **少年バスケットボール教室**  
○10/20 ㊦ ○10/27 ㊦  
○11/10 ㊦  
社会体育館/午後6時～
  - ▶ **少年サッカー教室**  
○10/21 ㊦ ○11/11 ㊦  
小学校校庭/午前9時～
  - ▶ **少年バレーボール教室**  
○10/26 ㊦ ○11/9 ㊦  
社会体育館/午後6時30分～
  - ▶ **ファミリースポーツデー**  
○10/27 ㊦ ○11/10 ㊦  
社会体育館/正午～午後5時
- ㊦社会体育館  
☎79-4922(直通)

## 青少年健全育成大会

連携・協調のもとに県民総ぐるみで青少年の健全育成を一層推進するため、県民大会を開催します。どなたでもご参加いただけますので、大勢のご参加をお願いします。

▶ **日時:**11月10日(土)午後0時45分～午後4時(受付午後0時15分～)

▶ **場所:**諏訪市文化センター

▶ **内容:**諏訪清陵高等学校ダンス部によるアトラクション「よさこい踊り」・兵庫県立大学環境人間学部 准教授 竹内 和雄 氏による講演「青少年がスマートフォン、SNS等と適切に付き合うために」

㊦中央公民館  
☎79-7940(直通)

## 男の料理教室

栄養のバランスのよい簡単料理を覚えながら、普段の食生活のチェックとより健康的な生活を送るためのきっかけづくりとするため、男の料理教室を5回コースで開催中です。

▶ **日時:**午前10時開始(午前9時50分受付開始)

日付	申込期限
11月6日(火)	10月31日(水)
1月10日(木)	12月26日(水)
2月5日(火)	1月30日(水)
3月1日(金)	2月22日(金)

- ▶ **場所:**中央公民館または保健センター
- ▶ **対象者:**村内在住の男性
- ▶ **参加費:**1回500円
- ▶ **持ち物:**エプロン・三角巾、手拭きタオル、筆記用具
- ㊦保健福祉課 健康づくり係  
☎75-0228(直通)

## 文京盲学校 施術体験会

東京都立文京盲学校では、臨床実習として、あん摩・はり施術の体験会を行います。

無料ではりとあん摩マッサージ指圧の施術が受けられますので、ぜひご参加ください。

▶ **日時:**11月14日(水)、15日(木) 午前8時30分～午前11時と午後0時30分～午後2時30分(両日の参加も可能です)

▶ **場所:**グリーンプラザホテル

▶ **参加費:**無料

▶ **持ち物:**手ぬぐい、ハンドタオル

㊦東京都立文京盲学校  
☎03-3811-5714

## 第19回ハケ岳 まるごと収穫祭

「みのり」「匠」「知恵」の秋をテーマに、ハケ岳まるごと収穫祭を開催します。

▶ **内容:**巣箱作りやハロウィンかぼちゃ加工等の体験コーナー、農業機械等の展示・販売コーナー、トン汁の振舞、ステージアトラクション、ふれあいマーケット、各種コンテスト

▶ **期日:**10月27日(土)、28日(日)

▶ **場所:**ハケ岳中央農業実践大学校 ※詳しくは、ホームページをご覧ください。

㊦原村商会  
☎79-4738



## みんなでよくしよう! 原村の交通

昨年11月に行われた「我が事・丸ごとの地域づくり講座」では、グループワークで「困り事」と「できる事」を出し合いました。その中でも「交通手段」に対する困り事や不安が多く聞かれ、今年度は「交通」をテーマに福祉の村づくりを考えていきます。

▶ **日時:**10月29日(月)午後6時30分～午後8時30分(受付午後6時15分～)

▶ **場所:**地域福祉センター

▶ **講師:**加藤 博和 教授(名古屋大学大学院 環境学研究科附属 持続的共発展教育研究センター)

▶ **参加費:**無料(申込不要)

㊦原村社会福祉協議会  
☎79-7228

## HARAMURA world café 第8回ずくだせカフェ

健康・医療をめぐる様々なテーマについて、村のみなさんと医療・行政の担当者がともに学び、対話する場です。

どんな立場の人でも参加できて、カフェのように楽しく対話ができる場所をご用意しています。

▶ **日時:**11月2日(金)午後6時30分～

▶ **場所:**地域福祉センター

▶ **テーマ:**認知症について「忘れちゃうって、幸せなこと? 苦しいのかなあ?」私が認知症になったら、どうなるのかな…。認知症について皆で話してみませんか。

▶ **参加費:**無料

㊦保健福祉課 健康づくり係  
☎75-0228(直通)



## アルコール問題研修会

「つながろう!地域で～アルコール関連問題の地域連携について～」と題し、講演会を開催します。

アルコール専門病院の先生を迎え、アルコール関連問題の地域連携についてわかりやすくお話しいたします。大勢の方の参加をお待ちしています。

▶ **日時:**11月6日(火)午後6時30分～午後8時(受付午後6時～)

▶ **場所:**諏訪中央病院 講堂

▶ **参加費:**無料(申込不要)

▶ **持ち物:**こころの医療センター 駒ヶ根 精神科医 足立 順代 先生

㊦諏訪中央病院  
患者サポートセンター  
☎72-1000

## 子育てサロン

保育園や幼稚園に行く前のお子さんの遊び場や保護者の仲間づくりの場としてご活用ください。

▶ **10月:**16日(火)、18日(木)、19日(金)、23日(火)、25日(木)、30日(火)

▶ **11月:**6日(火)、8日(木)、9日(金)(絵本読み聞かせ)、13日(火)、15日(木)

▶ **場所:**図書館2階 会議室

▶ **時間:**午前10時～正午

㊦保健福祉課 社会福祉係  
☎79-7092(直通)

## 交流サロン

就園前のお子さんを対象に、交流サロンを行います。保育園に通うお兄さん、お姉さんと遊びませんか。

▶ **日時:**10月22日(月)、26日(金)午前10時～正午

▶ **場所:**原村保育園

▶ **持ち物:**タオル、水筒、帽子、上履き

㊦保健福祉課 社会福祉係  
☎79-7092(直通)

## おさなごの会

こひつじ幼稚園では、わんぱく全開、興味津々の育ち盛りの赤ちゃんや2歳ごろのお子さんに遊びの場を提供しています。

▶ **日時:**10月31日(水)午前9時30分～午後11時

▶ **場所:**こひつじ幼稚園

▶ **内容:**楽しい幼稚園(お弁当を持ってきてね)

▶ **持ち物:**タオル、飲み物等

㊦こひつじ幼稚園  
☎79-5914



TEL 70-1500 | 開館：火～日曜日、午前10時～午後6時15分  
www.libnet-suwa.gr.jp | 休館：毎週月曜日、国民の祝日、10/26

# だより 図書館

Library Information



※紹介本表紙掲載については、出版社の許諾済みです。

## 図書館からのお知らせ

- ボランティアグループ「やまんば」によるおはなし会  
日時/10月20日(土)午前10時30分～、内容/語り・紙芝居・絵本の読み聞かせなど  
※小さい子向けのおはなし会です。お友達をさそっておでかけください。
- 諏訪地域公共図書館情報ネットワーク「すわズラー」をご利用ください  
ご自宅のパソコンから、諏訪地域6市町村の図書館資料検索・予約(要登録)ができます。(https://www.libnet-suwa.gr.jp)

## 新着図書

**青少年のための小説入門**  
久保健彦(集英社)  
いじめられっ子の中学生・一真は、ヤンキーの登に「小説の朗読をしてくれ」と頼まれる。ディスレクシアで読み書きができない登だが、名作小説とともに読むうちに、ふたりは本の面白さに熱狂しはじめ…。

**虹の図鑑**  
武田康男(緑書房)  
山や海はもちろん、噴水にできる小さなものや雲の上から見える巨大なものまで、世界中の虹22種の美しさを紹介する。虹色の自然現象、虹の見つけ方・撮り方、虹のしくみや文化などについても写真とイラストで解説。

**母のあしあと**  
神田茜(集英社)  
自分の一生を「逆から」遡ってみたら…。母の私も、娘の私も、女の私も、どんな「私」もわるくない。北海道に住むごく普通の女性「道子」をめぐる7つの物語。

**ねずみくんのうんどうかい**  
なかえよしを 作 上野紀子 絵 (ポプラ社)  
ねずみくんとねみちゃんが歩いていると、うさぎさんとかめさんに会いました。ふたりは運動会でかけこをするそうです。「勝てないよ」と困っているかめさんに、ねみちゃんがいいことを思いついて…。

**農家女性の戦後史**  
姉齒暁(こぶし書房)  
農家の女性は解放されたか。大きく変化していく農村の風景と家族のありさまが記録された貴重な手記を軸に、農家女性の思いとその背景となった時代を読み解く。

**きょうがはじまる**  
ゾロ・モスクド 作 石津ちひろ 訳(BL出版)  
きょうはなにをしよう?どこへいこう?朝のめざめから夜眠りにつくまで、毎日おとずれる新しい一日を楽しもう。ページいっぱいにちりばめられたたくさんのイラストから思いのこもった想像が広がる絵本。

# おらが村の足跡 42

～祝 長野県宝指定!～

村内から出土した縄文土器18点が8月29日に県宝指定を受けることが決まりました。

縄文時代中期の土器には人の顔や蛇、カエルなどの動物の装飾が立体的に表現されました。力強くかつ繊細な模様には、縄文人の様々な思いが込められています。このような模様は信州で発達した豊かな縄文文化を象徴することから、「信州の特色ある縄文土器」として17市町村から出土した土器158点が指定されることとなりました。

今回は県宝となった縄文土器の一つを紹介します。

菅蒲沢区に所在する大石遺跡から出土したこの土器には不思議な生き物が表現されています。細長い胴体と丸い頭部としっぽを粘土で貼り付けて立体的に描かれています。イルカやサンショウウオという説や、ミズチと呼

ばれる水に関連する蛇神などの伝説上の生き物とも考えられていますが、何の生き物かははっきりと分かっていません。

このような模様のついた土器は、抽象文土器と呼ばれ、人や生き物などの特徴を強く表現した模様を土器に描いています。

今回紹介した縄文土器は役場1階の村民ホールに展示してありますので、役場へお越しの際は、ぜひご覧ください。

また県宝指定された土器のうち12点は八ヶ岳美術館で開催中のミニ企画展、常設展で展示しておりますので、ぜひ足をお運びください。



大石遺跡出土 深鉢土器

佐藤 詩音

問 教育課 文化財係 ☎79-7930(直通)

## ひよこっこクラブ

育児中のママを対象に「予防接種」について小児科医師がお話します。

- ▶日時:11月5日(月)午後1時30分～
- ▶場所:諏訪中央病院 第3・4会議室
- ⑤諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

## 糖尿病教室

糖尿病に関する知識を提供し、日常生活に活かしてもらうため、教室を定期的に開催しています。

- ▶日時:10月19日(金)午後3時～午後4時30分
- ▶場所:諏訪赤十字病院
- ▶テーマ:糖尿病の口腔ケアについて
- ▶参加費:無料(予約不要)
- ⑤諏訪赤十字病院 ☎57-6062

## すわちゅう健康教室

健康に関するテーマについて、専門知識を持ったスタッフがやさしく、わかりやすくお話しします。

- ▶日時:①10月25日(木)午前11時～正午②11月8日(木)午前11時～午前11時30分③11月14日(水)午前11時～正午
- ▶場所:諏訪中央病院 1階 エントランスホール
- ▶テーマ:①知っておきたい糖尿病のあれこれ②これで予防しよう!インフルエンザ、ノロウイルス③糖尿病DAYイベント&糖尿病教室もやります!
- ▶内容:①・③糖尿病についてどれくらいご存知ですか?予防や食生活について解説します。②猛威を振るうインフルエンザやノロウイルス。最新の予防法等を解説します。
- ⑤諏訪中央病院 広報調整係 ☎72-1000

## 諏訪中央病院組合 職員の募集

諏訪中央病院では、平成31年4月採用の諏訪中央病院組合職員を募集します。

詳しくは、諏訪中央病院ホームページ(http://www.suwachuo.jp)の「採用情報」をご覧ください。  
⑤諏訪中央病院 庶務係 ☎72-1000(内線9110)

## 諏訪中央病院 第10回 病院祭

院内の見学ツアーや体験、コンサートなどのたくさんの企画とポップコーンや豚汁などの振舞いを行います。ぜひお出かけください。(入場無料・雨天決行)

- ▶日時:10月20日(土)午前10時～午後3時
- ▶場所:諏訪中央病院
- ⑤諏訪中央病院 病院祭実行委員会 ☎72-1000

## 原村 地域おこし協力隊 活動報告のコーナー

みなさん、こんにちは!  
このコーナーでは、地域おこし協力隊の活動報告を行います。よろしくお祈りします。

先月は東京にある長野県のアンテナショップ、銀座NAGANOにて原村のPRイベントが開催され、参加させていただきました。原村の特産品のPRとして、八ヶ岳中央農業実践大学校で育て、その日の早朝に収穫した野菜たちをALL100円で販売したり、原村の高原野菜を使った料理の試食や、原村こめっこクラブより米粉料理の試食の提供、原村産のジャムや花の販売などを

したりしました。また、原村はどんな場所かのPRでは、協力隊が作成したスライドをお見せしながら、住んでみた感想や感動したことなどを紹介しました。

500人近くの来場者があったそうで、人気の野菜100円は早々となくなる品があったり、試食も盛況で、会場は終始にぎわいを見せていました。

早朝から夜遅くまで関係者の皆さま、本当にお疲れ様でした。



尾島 美咲 / 平岡 幸恵



## 災害に備える～防災訓練～

8月31日、小・中学校で防災訓練が行われました。児童・生徒らは、それぞれ放送から流れる避難の指示を聞いて、てきぱきと行動し、体育館へ避難しました。小学校では、名取校長先生が「災害はいつ発生するかわからない。備えあれば憂いなし。命を守ることを続けましょう」と児童へ声をかけました。引き続き保護者への引き渡し訓練(写真)が行われ、担任の先生が保護者から必要事項を確認後、児童を引き渡しました。



9月1日、役場と農場区を主会場にして、総合防災訓練が行われました。

大地震の発生を想定し、役場内では職員の非常招集、災害対策本部の設置、災害応急対策訓練及び各地区との安否確認通信訓練を行いました。

農場区では、八ヶ岳中央農業実践大学の体育館へ住民が避難するとともに安否の確認が行われました。その後、炊き出し訓練や応急手当の方法、消火器具の使い方を学びました。



## ご長寿おめでとうございます!

9月15日、原小学校体育館で敬老会が行われ、約400名の方が参加しました。

式典では、最高齢者表彰、100歳(該当3名)・99歳(該当5名)表彰、敬老祝金の贈呈等が行われました。

五味村長は「超高齢化に向かっているが、高齢者が輝けるよう体制を整備していきたい」と今後について話し、「今日は旧交を深めながら過ごしてほしい」と式辞を述べました。

また、招待者代表挨拶で荒木桂男さん(柏木)は「来年もまたここで会いましょう」と来場者に声をかけました。

9月19日には、白寿を迎えられる小林うめ子さん(菅蒲沢)に白寿の祝状を贈りました。

うめ子さんは90歳まで庭の草とりしていたというほど元気で、現在はひ孫の成長を楽しみにしているそうです。長生きの秘訣を尋ねると、うめ子さんは「何もしてこなかった」と笑いながら話していました。

五味村長は「白寿でこんなに元気な人はそういない。おめでとうございます」と祝状を手渡し、祝福しました。

## 全力!～小学校 運動会～

9月23日、原小学校で運動会が行われました。「助け合いきずなを深め、思い出に残る運動会」をスローガンに校庭で紅白の熱戦が繰り広げられました。競技に全力で取り組む様子に会場からは盛大な応援が送られました。



## 学習成果を発表～もみの木祭～

9月14・15日の2日間、原中学校でもみの木祭が開催されました。ステージ・展示発表、体育祭、合唱祭等が行われ、生徒は2日間を全力で過ごしました。



## 元気いっぱい!～保育園 運動会～

9月6日、原村保育園で運動会が行われました。園児は元気いっぱいの様子で園庭を駆け回り、保護者へ成長した姿を見せました。園庭には園児の元気な声が響いていました。





### 上水道当番指定店

10/15(月) - 10/21(日)	㈱キタハラ	☎72-7418
10/22(月) - 10/28(日)	㈱有賀水道	☎72-4017
10/29(月) - 11/4(日)	南部建設㈱	☎79-5720
11/5(月) - 11/11(日)	㈱森山建設	☎79-5730
11/12(月) - 11/18(日)	㈱山手工業	☎73-9323

給水装置工事・修理は、施工された村指定工事店へ依頼してください。緊急の場合は、当番指定店でも相談に応じます。

### 今月の納税等

- ・村県民税(普通徴収3期)
  - ・国民健康保険税(普通徴収7期)
  - ・後期高齢者医療保険料(普通徴収7期)
  - ・介護保険料(普通徴収7期)
- 納期限・口座振替日 ... **10月31日(水)**
- 問 住民財務課 税務係 ☎79-7923(直通)**

### 施設のお休み

- 役場 ☎79-2111 土曜日、日曜日、祝日
- 住民財務課窓口の時間延長(午後7時まで) 10月16日・10月23日・10月30日・11月6日・11月13日
- 地域福祉センター ☎79-7092 土曜日、日曜日、祝日
- 保健センターそよかぜ ☎75-0228 土曜日、日曜日、祝日
- 原村診療所 ☎79-2716 土曜日、日曜日、祝日
- 中央公民館 ☎79-7940 土曜日、日曜日、祝日
- 社会体育館 ☎79-4922 火曜日 11/2~6(村民文化祭)
- 図書館 ☎70-1500 月曜日、祝日、10/26
- 八ヶ岳美術館 ☎74-2701 無休
- 八ヶ岳自然文化園 ☎74-2681 火曜日、11/5
- もみの湯 ☎74-2911 10/23~11/1

### ごみの収集日と排出量

収集時間は、各地区により決められた時間となります。

可燃ごみ	弘沢、柏木、菖蒲沢、室内	毎週月・木曜日
	大久保、柳沢、ハッ手、ペンション、原山、農場、中央高原	毎週火・金曜日
	やつがね、判之木、南原、上里、中新田	毎週水・土曜日
不燃ごみ	各地区 指定箇所	毎週水曜日
資源物	役場駐車場	10月27日(土) ▶午前7:30~ 午前10:30
	各地区 指定箇所	11月8日(木)
粗大ごみ	南諏衛生センター 粗大ごみ受入日	11月18日(日) ▶午前9:00~正午
	弘沢、中新田	12月3日(月)
	大久保、柳沢、ハッ手	12月10日(月)
	柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原 判之木、上里、ペンション、原山、農場	12月17日(月) 1月7日(月)

野焼き・不法投棄は法律で禁止されています。ごみは適切に各地区指定箇所に出して下さい。

ごみの排出量(4月~8月) 単位:kg

	一般収集	個人持込	可燃粗大	焼却移行量	率(%)
3市町村全体	5,618,640	383,130	36,240	9,793,230	100.0
原村分	537,700	11,070	8,560	762,000	7.8

1人1日あたりのごみ排出量(g/人/日)  
3市町村全体 448g 原村 418g

**問 建設水道課 環境係 ☎79-7933(直通)**

レシピ161 **きのこサラダ**



きのこを数種類つかうと、さらにおいしくなります!  
保健福祉課 管理栄養士 野澤 愛子

材料(4人分)

にんにく.....1かけ  
ベーコン.....2枚  
お好みのきのこ.....適量  
オリーブ油.....大さじ1  
グレープフルーツ.....1/2個  
レタス.....適量  
お好みの野菜.....適量  
お好みのドレッシング...適量

作り方

- ①にんにくは薄くスライスし、ベーコンは1cm幅に切る。きのこは石づきを切って、小房に分ける。
- ②フライパンにオリーブ油とにんにくを入れて熱し、にんにくの香りがしてきたらベーコンを加えて炒める。
- ③きのこを加え、火が通るまで炒める。
- ④グレープフルーツの皮をむき、薄皮もむいて小房に分けておく。
- ⑤野菜を食べやすい大きさに切って盛り付け、上から粗熱をとった②とグレープフルーツを盛り付けて完成。

### 健康カレンダー

検診・健診 会場 保健センター 受付 午後1:00~午後1:15

- 乳児股関節脱臼検診  
10月17日(水) 対象:H30年5・6・7月生
- 1歳6か月健診  
10月26日(金) 対象:H29年2・3月生
- 乳児健診  
10月30日(火) 対象:H29年12月、H30年3・6月生

### 相談 会場 保健センター

- 2か月児相談  
10月24日(水) 受付:午後1:00~午後1:15
- 育児相談  
11月13日(火) 受付:午前9:30~午前11:00

### 教室・学級 会場 保健センター

- 母親学級前期コース②(要予約)  
10月19日(金) 対象:希望者 受付:午後1:00~午後1:15
- 母乳学級(要予約)  
10月24日(水) 対象:希望者 受付:午後1:50~
- 離乳食教室(8・9か月コース)  
11月1日(木) 対象:H30年2・3月生  
受付:午前9:45~午前10:00
- 母親学級後期コース(要予約)  
11月10日(土) 対象:希望者 受付:午後1:15~午後1:30

### 予防接種 会場 保健センター 受付 午後1:15~午後1:30

- 水痘  
11月2日(金) 対象:生後12か月~3歳の誕生日前日
- BCG  
11月7日(水) 対象:生後5か月~1歳の誕生日前日
- 四種混合  
11月8日(木) 対象:生後3か月~7歳半に至るまで

## みどりの健康館 ~+10(プラステン)で健康長寿を目指しましょう~

身体活動量が多い人や運動を行っている人は、高血圧、糖尿病、骨粗鬆症等の罹患率や死亡率が低く、また、体を動かすことは寝たきりを予防する効果もあるとされています。日本は長寿国であると言われてますが、日本人の平均寿命と健康寿命の差は、男性で約9年、女性で約12年あるとされています。健康寿命とは日常的に介護を要さないで、自立した生活ができる期間のことです。つまり、一生のうち介護が必要な期間が約10年もあるということです。健康寿命を延ばすためにも生活の中で、プラス10分体を動かす機会を設けましょう。

### 原村国保診療所

区分	月	火	水	木	金
午前 受付 8:30~ 11:30 診療 9:00~	安藤公二	安藤公二	第①③⑤週 奥知久 第②④週 安藤親男	第①週 井上憲昭 第②③④週 遠藤誠子 第⑤週 安藤公二	安藤公二 小澤廣記
午後 受付 1:30~ 4:45 診療 2:00~	安藤公二	安藤公二	安藤公二	休診 健康相談 (担当看護師)	第①午後2~3時 漢方外来 長坂和彦 安藤公二

- 休診/土・日曜日、祝日
  - 木曜日午前は担当医が変更となる場合があります。
- お問い合わせ/☎79-2716(直通)

### 休日の当番医等 茅野・原地区医師会

期日	医科	薬局
10月21日(日)	小口医院 ☎72-2619	カタクリ薬局 ☎55-2596
10月28日(日)	ちのメンタルクリニック ☎82-8277	薬局マツモトキヨシ上原店 ☎73-7263
11月3日(土)	中新田診療所 ☎70-1331	フジモリ薬局はら店/てらさわ薬局 ☎79-5751/☎78-7851
11月4日(日)	リバーサイドクリニック ☎72-7010	りんどう薬局 ☎73-9285
11月11日(日)	眞田医院 ☎73-0731	ピアみどりフジモリ薬局 ☎82-1288

### 諏訪地区小児夜間急病センター

- 場所/諏訪市四賀2299-1
  - 診療日及び診療時間/毎日午後7時~午後9時
  - 診療科目/小児科(けがは除く・中学生以下)
  - お問い合わせ/☎54-4699(よるきゅうきゅう)
- ※受診の際は、事前に電話で症状を伝えたと上で、お越しください。

- 例えばこんな+10に挑戦してみませんか
- ・歩幅を広くして、速く歩く
  - ・自転車や徒歩で通勤する
  - ・エレベーターやエスカレーターではなく階段を使用する
  - ・地域のスポーツイベントへ参加する
- (村では10月20日に秋のいきいき体操教室を開催します)  
いつ+10しますか?あなたの1日を振り返ってみましょう。
- 【安全のために】**
- ・体を動かす時間は少しずつ増やしていく
  - ・病気や痛みのある方は、医師等の専門家に相談をする
- 保健福祉課 保健師 中澤 璃帆