



相談

結婚相談

- ☎79-7922
- ▶日時…2月17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…2月28日(木)
午後2時～午後5時
- ▶場所…長野地方法務局松本支局
- ▶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…3月6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

無料法律相談

- ☎79-7927(要予約)
- ▶日時…3月8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

くらしと健康の相談会

- ☎57-2927(要予約)
- ▶日時…3月7日(木)、14日(木)
午前10時～午後3時
- ▶場所…諏訪保健福祉事務所
- ▶内容…失業、倒産、家庭問題等について、法律相談と心の健康相談
- ▶担当…弁護士・保健師

がん患者さんのお仕事相談

- ☎57-7502(予約優先)
- ▶日時…3月11日(月)
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

交通事故巡回相談

- ☎57-2902(要予約)
- ▶日時…3月14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

若者のためのメール相談

- ☎0263-27-5010
- ▶内容…就職や職場の悩みの相談(44歳まで)
- ▶メール相談…次のページの専用フォームからメールカウンセリングが受けられます。

(<https://www/jobcafe-shinshu.pref.nagano.lg.jp>)
▶担当…若年者地域連携事業推進センター

ハラスメント電話相談

- ☎026-227-0125
- ▶時間…8時30分～午後5時15分(土日祝を除く)
- ▶担当…長野労働局雇用環境・均等室

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)

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

銃器による有害鳥獣駆除の実施

2月16日(土)から3月31日(日)までの土曜日・日曜日・祝日に、エコラインより東の山林において、銃器を使用しての有害鳥獣駆除を実施いたします。

事故のないよう十分に注意して行いますが、住民の皆さんも山へ入るときは、目立つ服装をするなど駆除従事者に自分の居場所を知らせるよう心がけてください。

有害鳥獣駆除は農作物や生活環境を守るための大切な作業です。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

☎農林課 農村整備係
☎79-7932(直通)

WEラブ赤ちゃんプロジェクト

県では赤ちゃんの泣き声を温かく見守る「WEラブ赤ちゃんプロジェクト」を進めています。

個人の方にはスマートフォンなどに貼って賛同の意思表示ができる「泣いてもいいよ!」ステッカーを県内10の地域振興局の総務管理課県民生活係で提供しています。

また、施設や店舗、交通機関など公共の場に長野県オリジナルのステッカーやポスターを掲示いただける企業・団体・事業主の方などを募集しています。

☎長野県 次世代サポート課
☎026-235-7207



立木を伐採するには届出が必要です

原村森林整備計画区域内の立木の伐採を行う時は、森林法の定めにより「伐採および伐採届の造林届出書」の提出が必要です。

原村の森林整備計画区域の確認は、農林課農村整備係へお問い合わせください。

▶伐採および伐採後の造林の届出書について:森林や立木の伐採をする場合は1本でも事前の届出が必要です。伐採届は伐採を行う90日前から30日前までに提出していただくこととなりますので、早めの手続きをお願いします。また、倒木や災害等に際し、緊急に伐採をする場合は、事後の届出が必要となります。

※伐採を予定している森林が「保安林」に指定されている場合は、別の手続きが必要となり、諏訪地方事務所林務課への届出、または許可申請が必要となります。

▶別荘分譲地内での立木の伐採について:別荘分譲地内での立木の伐採については、各管理事務所への問い合わせも必要となります。

▶届出方法:必要書類を添付の上、農林課農村整備係へご提出ください。

※枝はらいや下草刈り等を行う場合、届出は不要です。

☎農林課 農村整備係
☎79-7932(直通)



後期高齢者医療保険加入者のみなさまへ

平成31年度から後期高齢者医療保険料を期限までに納められない場合は条例で定める督促手数料(100円)がかかります。

平成20年度の制度開始以降、制度が普及されるまでの間、特別の処置として督促手数料はいただきませんでした。10年経過し、制度が浸透したことから、今後は村税と同様に納期限までに納めることができなくなった場合には、納期限後20日以内に督促状を送付しますので、ご理解をお願いします。

保険料は納期限までに納めましょう。

☎保健福祉課 医療給付係
☎79-7925(直通)
住民財務課 税務係
☎79-7923(直通)

建築廃材は収集しません

最近、誤って「建築廃材」を粗大ごみの日に出す方が増えています。

建築廃材は、ご自分で廃棄物処理業者に連絡をして処理をしなければなりません。

次の項目が「建築廃材」に該当しますので、確認し他のゴミと混ぜて捨てないよう注意をお願いします。

▶建築廃材:畳、ドア・ふすま・アルミサッシ・家屋等の新築・改築・撤去に伴い不要になった木材(扉、柱、棚など)・雨戸・網戸・トタン屋根・波板・組立式物置

☎建設水道課 環境係
☎79-7933(直通)

村長と話し合う日

第43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:2月20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)

人間ドック補助金制度の基準が変わります

平成31年4月から人間ドック補助金制度の基準が変わります。

特定健診が始まって10年が経ちました。加入している医療保険の保険者が行う健診も定着してきたことから、このたび補助金制度の見直しを行います。

改正点は次のとおりです。

▶対象者に関する改正:①原村国民健康保険または長野県後期高齢者医療に加入している被保険者の方②村で実施しているヘルススクリーニングまたは医療機関健診を受けていない方③村税及び後期高齢者医療保険料に滞納がない方

▶補助金額に関する改正:④補助金額は基本健診料の1/2の額とする。ただし日帰りドックは15,000円、一泊二日ドックは30,000円を上限とする

▶提出期限に関する改正:⑤健診後6ヶ月以内とする

※平成31年3月31日以前に人間ドックを受けられた方で申請がお済でない方は経過措置があります。不明な点がございましたら気軽にお問い合わせください。

☎保健福祉課 健康づくり係
☎75-0228(直通)



長野県庁 採用試験説明会

2020年4月からの就職を目指す大学生を対象に、長野県庁採用試験の説明を行います。

- ▶ **松本会場:**3月19日(火)午前10時～(松本市駅前会館)
- ▶ **長野会場:**3月22日(金)、3月25日(月)午前10時～(長野県庁)
※両日とも同じ内容です。
- ▶ **参加申込:**県ホームページをご覧ください、ながの電子申請サービスよりお申込みください。

📍長野県 人事委員会事務局
☎026-235-7465

みんなのがん教室

がんに関する一般的な情報をわかりやすく提供するために、みんなのがん教室を開催します。

- ▶ **日時:**3月7日(木)午後3時～午後4時30分
- ▶ **場所:**諏訪赤十字病院 2階 研修センター

📍諏訪赤十字病院 がん診療推進室
☎57-6062

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、糖尿病教室を開催します。

- ▶ **日時:**2月15日(金)午後3時～午後4時
- ▶ **場所:**諏訪赤十字病院 2階 研修センター

📍諏訪赤十字病院
☎52-6111

講演会「睡眠で自分を“活かす”自分創り」

男女共同参画に関する講演会を行います。上質な睡眠のコツを知り、みんなが笑顔で過ごすための「睡眠活用」を学んでみませんか。聴講は無料ですので、興味のある方はぜひお越しください。

- ▶ **日時:**2月23日(土)午後1時30分～
- ▶ **場所:**中央公民館 講堂
- ▶ **講師:**スリープ・パフォーマンスカンパニー 代表 小林瑞穂 氏

📍中央公民館
☎79-7940(直通)

猫の飼い方教室

猫の習性や正しい飼い方の講習会です。猫を飼っている方、猫の飼い方に興味のある方、猫の被害に困っている方等、どなたでもお気軽にご参加ください。

- ▶ **日時:**2月17日(日)午前10時30分～正午
- ▶ **場所:**諏訪合同庁舎 5階 講堂
- ▶ **内容:**①猫の習性と正しい飼い方(60分)②質疑応答、意見交換(30分)
- ▶ **講師:**長野県動物愛護センター(ハローアニマル)職員
- ▶ **その他:**申込不要、参加費無料

📍諏訪保健福祉事務所
食品・生活衛生課
☎57-2929



住民基本台帳 閲覧状況の公表

住民基本台帳法に基づき、平成29年11月1日～平成30年10月31日までの閲覧状況を公表します。

- ▶ **閲覧の状況:**国又は地方公共団体の機関による閲覧1件
 - ▶ **機関の名称:**自衛隊長野地方協力本部
 - ▶ **請求事由の概要:**自衛隊法に基づく自衛官及び自衛官候補生の募集業
 - ▶ **閲覧日:**平成30年1月31日
 - ▶ **閲覧に係る住民の範囲:**平成12年4月2日～平成13年4月1日までの間に生まれた男性・女性、平成8年4月2日～平成12年4月1日までの間に生まれた男性(日本人に限る)
- 📍住民財務課 住民係
☎79-7927(直通)

長野県芸術文化 総合フェスティバル

芸術文化の振興に寄与することを目的に活動を続ける長野県芸術文化協会の加盟団体による公演や展示などを行うフェスティバルが県内3会場で開催されます。

- 【長野開場】
 - ▶ **日時:**2月28日(木)～3月3日(日)
 - ▶ **場所:**ホクト文化ホール
 - 【伊那会場】
 - ▶ **日時:**3月7日(木)～3月10日(日)
 - ▶ **場所:**伊那文化会館
 - 【松本会場】
 - ▶ **日時:**3月7日(木)～3月10日(日)
 - ▶ **場所:**キッセイ文化ホール
- 📍長野県芸術文化協会
☎026-235-7282

南信交通災害共済 に加入しましょう

南信交通災害共済とは、南信地域21町村で運営する人身事故に対する見舞金制度です。

- ▶ **加入者が交通事故により死亡・負傷した時、1から3級の身体障がい者となった時に見舞金をお支払いします。**
 - ▶ **見舞金:**①死亡時:120万円②負傷時:基礎見舞金2万円、入院1日につき2千円、通院1日につき500円※負傷時の申請には2日以上入院、または、3日以上通院が必要です。③障害を負った時:1・2級及び植物症40万円、3級30万円
 - ▶ **加入できる方:**原村に住居登録をしている方、自宅を離れて在学している扶養親族
 - ▶ **加入方法:**加入申込書に必要事項を記入・押印し、掛け金を持参して建設係までお申し込みください。
 - ▶ **掛金:**一人年額350(途中加入の場合は月額30円)
※平成31年4月1日時点で18歳未満の方は村が全額負担します。
- 📍建設水道課 建設係
☎79-7921(直通)

雪による事故に注意

冬期の大雪により、県内では雪に関連する事故が多発しています。特に屋根からの落雪や、除雪作業中の事故等に十分注意してください。

📍長野県 危機管理防災課
☎026-235-7184

諏訪税務署 確定申告のお知らせ

所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設いたします。なお、確定申告会場の開設期間前は、相談スペースが限られており、長時間お待ちいただく場合があります。

- ▶ **期間:**2月18日(月)～3月15日(金)※土、日曜日、祝日を除く
- ▶ **受付時間:**午前8時30分～午後4時(相談開始午前9時～)
※申告書の提出は午後5時まで
※申告書の作成には時間を要しますので、お早めにお越しください。
- ▶ **その他:**①国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただくと自宅等で確定申告書が作成できますので、e-Taxで送信・書面で印刷して送付のいずれかでご提出ください。②[ID・パスワード方式の届出完了通知]をお持ちの方は、平成31年1月から、「確定申告書等作成コーナー」で確定申告書を作成する際、IDとパスワードを入力すればe-Taxで申告することができますので、是非ご利用ください。③「確定申告書等作成コーナー」の操作や確定申告に関するご質問・ご相談は、まずは、国税庁ホームページで検索・電話にてお問い合わせください。

📍諏訪税務署
☎52-1390

ヘルプマークを ご存知ですか

ヘルプマークは、義足や人工関節を使用している方や、難病の方、または妊娠初期の方など、外見から分からなくても、援助や配慮を必要としている方々が周囲に知らせることで、援助を受けやすくなるように作成されました。

東京都で配布を始めたヘルプマークを長野県においても作成し、活用できる体制を整え、普及活動を行っています。

希望される対象者にヘルプマークを配布するとともに、電車やバスで席を譲る、駅や商業施設などで困っているようであれば声をかけるなどの配慮をお願いします。

📍保健福祉課 社会福祉係
☎79-7092(直通)



未利用県有地の売却

県が所有している土地・建物を一般の方にお譲りします。

- ▶ **売却方法:**随意契約(申込み先着順)
- ▶ **申込期間:**3月5日(火)まで
- ▶ **申込方法:**申請書等必要書類を財産活用課へ提出
※物件情報、申込み方法詳細は長野県ホームページをご覧ください。

📍長野県 財産活用課
☎026-235-7044



広報はら広告募集

広報はらへ掲載する広告を募集します。詳細は村ホームページをご覧ください。

- ▶ **募集枠数:**平成31年度(2019年度)4月号～9月号(1号につき2枠)
- ▶ **規格:**縦50mm×横175mm
- ▶ **料金:**1号1枠につき5,140円
- ▶ **掲載期間:**号単位
- ▶ **広告掲載位置:**表紙を除く紙面下枠
- ▶ **申込方法:**2月28日(木)までに必要書類をご提出ください。

※応募がなかった枠については、随時申込を受付けます。(発行日の45日前までにお申し込みください)

▶ **広告主の決定:**原村広告掲載要綱に基づいて審査し、広告の内容が適正であると認められた場合に広告主として決定します。
※先着順(2月28日(木)までの申込分については、村内事業者を優先する)

☎総務課 総務係
☎79-2111(内線238)

放送大学 入学生募集

放送大学では、平成31年4月入学生を募集しています。

経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

- ▶ **出願期間:**第1回・2月28日(木)まで、第2回・3月17日(日)まで
- ▶ **授業料:**1科目11,000円

☎放送大学長野学習センター
☎58-2332

農産物加工所 検討委員の募集

村では、原村産の農産物のブランド化を推進するため、平成30年度中に農産物加工所を設置することを検討してきました。

しかしながら、設置場所・品目等についてさらに検討が必要と判断し、新たに農産物加工所検討委員会を立ち上げることとなりました。

ついでに、住民の皆様から委員を募集しますので、希望される方はお申し込みください。

- ▶ **募集人数:**6名程度
- ▶ **応募資格:**村内の農産物を用いた加工品の製造・販売を行う意欲のある村内在住の方で、月1回程度開催される会議に出席できる方
※団体として応募される場合は、代表として1名を選出のうえ、応募してください。
- ▶ **検討内容:**施設の設置場所、規模、運営内容(加工品の種類や設備を含む)等について
- ▶ **任期:**委嘱の日から検討内容の調査審議が終了するまで
- ▶ **報酬等:**あり
- ▶ **応募方法:**農政係までご連絡ください
- ▶ **募集期限:**3月15日(金)
- ▶ **その他:**農産物加工所の施設及び設備は、村が平成32年度(2020年度)以降設置・管理し、保健所長の許可等を受けた村内在住の個人・団体が検討委員会で決定する加工品目の製造・販売を行う形態を想定しています(詳細は今後検討委員会で決定します)。

☎農林課 農政係
☎79-7931(直通)

村営墓地の 使用者募集

村では、村営墓地の利用者を募集しています。

▶ **墓地の場所:**久保地尾根西墓地(平成19年造成)
原村11499-4(室内字久保地尾根)

▶ **分譲区画数:**28区画

▶ **1区画の面積:**1.88m×1.76m=3.30㎡

▶ **分譲の種類:**永代使用権の分譲(所有権の分譲ではありません)

▶ **分譲価格:**380,000円(使用許可時に一括納付)

▶ **墓地内施設の基準:**区画内に設置できる墓石等の規格、配置を細かく定めています。基準以外のもは設置することができません。

▶ **使用者の資格:**次のいずれかに該当する方①原村に住所を有する方②原村に本籍を有する方で、原村に住所を有する世帯主を墓地管理人に定めることができる方
※墓地管理人は、使用者が墓地を管理できない場合や使用者に連絡がつかなくなってしまった時などに、使用者に代わって墓地を管理することをご承諾いただける方です。

▶ **墓地の管理:**墓地の共用部分の管理は村が行います(分譲区画内は、使用者個人により管理していただきます)。墓地使用者は、1区画あたり年額1,000円の墓地管理料をご負担いただきます。

☎総務課 企画振興係
☎79-7942(直通)



山本俊男 ペザントアートの世界

八ヶ岳山麓に工房を構える木彫工芸家、山本俊男の展覧会。ヨーロッパの農民たちが愛した古き良き時代の美しいクラシック家具の数々。ペザントアートの第一人者でこの道60年の職人の手による木彫工芸の粋をお楽しみください。

▶ **会期:**3月31日(日)まで
【イベント】ギャラリートーク「ペザントアート60年、八ヶ岳南山麓の暮らし」

▶ **日時:**2月23日(土)午後1時30分～午後3時

▶ **内容:**作品や映像を鑑賞しながら、これまでの制作活動と八ヶ岳南山麓の暮らしを振り返ります(お話:山本俊男・千賀子)

▶ **参加費:**無料(入館料別)

☎八ヶ岳美術館
☎74-2701



英語で! 星空観望会

英語の解説でプラネタリアム冬の星空紹介をご覧ください。その後、屋外で星空を眺めます。日本語での解説もあります。

▶ **日時:**2月23日(土)、3月9日(土)午後8時(受付午後7時45分)

▶ **場所:**八ヶ岳自然文化園

▶ **参加費:**無料(予約不要)

☎八ヶ岳自然文化園
☎74-2681

第87回原村誕生会

お子さんの健やかな成長を願い、原村誕生会を開催します。

記念品の贈呈や記念撮影、歯のお話等を行いますので、保護者の方はお子さんと一緒にご出席ください。

▶ **対象者:**平成30年4月2日～平成30年9月30日までに生まれたお子さん

▶ **日時:**2月20日(水)午前10時～(受付午前9時30分～)

▶ **場所:**地域福祉センター 多目的ホール

☎保健福祉課 社会福祉係
☎79-7092(直通)

シニアのための 料理教室

平成30年度家族介護者支援対策事業として「シニアのための料理教室」を開催します。

高血圧・骨粗しょう症・カルシウム不足が気になる方は是非ご参加ください。

▶ **日時:**2月25日(月)午前10時～午後1時(受付午前9時30分～)

▶ **場所:**中央公民館 調理室

▶ **講師:**保健福祉課 健康づくり係 管理栄養士 野澤愛子

▶ **内容:**高血圧予防、骨粗しょう症予防の簡単レシピ(6種類)を災害時に役立つパッキングで調理します。

▶ **対象:**60歳以上の方、又は在宅で介護されている方 定員24名(先着順)

▶ **参加費:**無料

☎原村社会福祉協議会
☎79-7228

手話奉仕員 養成講座

手話奉仕員養成講座は、手話で伝えあう楽しさを知り、地域のろう者と手話で日常会話ができるようになることを目標とした講座です。

この講座は諏訪地域6市町村が岡谷市社会福祉協議会に委託して実施しています。

▶ **定員:**20名(応募者多数の場合は選考)

▶ **日程:**4月8日(月)～翌年3月30日(月)まで(祝日を除く毎週月曜日)の全41回

▶ **時間:**午前10時から正午まで

▶ **場所:**おやか総合福祉センター(諏訪湖ハイツ)202研修室

▶ **受講料:**3,240円(テキスト代・DVD付)

▶ **申込期間:**3月4日(月)～3月22日(金)

▶ **申込先:**岡谷市社会福祉協議会(☎24-2121)

☎保健福祉課 社会福祉係
☎79-7092(直通)

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。

▶ **2月:**15日(金)(工作)、19日(火)、21日(木)、26日(火)、28日(木)

▶ **3月:**1日(金)、5日(火)、7日(木)、8日(金)(絵本の読み聞かせ)、12日(火)、14日(木)、15日(金)

▶ **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)



TEL 70-1500 | 開館：火～日曜日、午前10時～午後6時15分
FAX 79-7000 | 休館：毎週月曜日、国民の祝日、2/22

図書館からのお知らせ

- ボランティアグループ「おもちゃ箱」によるおはなし会
日時/2月20日(水)午後4時～
内容/パネルシアター
- 図書館おたのしみ会
日時/3月6日(水)午後4時～ 内容/絵本の読み聞かせ、紙芝居、本の紹介、折り紙など
※こどもボランティア「のこのこ」の小・中学生による読み聞かせや紙芝居もあります。お楽しみに。

諏訪地域
公共図書館情報
ネットワーク「すわズラー」
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)



だより 図書館 Library Information

新着図書

この地上において私たちが満足させるもの
乙川雄三郎(新潮社)
高橋光洋の古い記憶のフィルムがまわりはじめる。終戦後の混沌と喪失、漂泊したパリ、マラガ、マニラの日々、死線を越えてからの小説家デビュー……。

幸せについて
谷川俊太郎(ナノク社)
過去が気にならない、未来も気にならないで、「いま・ここ」に在る。これが、ぼくが考える幸せの基本形。谷川俊太郎がいま考えている「幸せ」について、言葉で探る。

「いい人」をやめる脳の習慣
茂木健一郎(学研プラス)
どんな頼まれごとでも、笑顔で引き受けてしまう。いつも自分ばかりがソンの役回り…。そんなあなたに、脳科学者が本音でアドバイス! 「いい人」をやめて人間関係をラクにする16のヒントを伝える。

広い世界とつながる信州
長野県立歴史館編(信濃毎日新聞社)
城跡が語る信濃の境目、最古の信州ブランド黒曜石、善光寺信仰と東アジアのつながり、受け継いでゆく長野五輪の遺産…。信州に集まる人・モノ・文化から世界の中の信州まで、大局的な視点で信州の歴史をひも解く。

ももも すももも
新井洋行(講談社)
「なまむぎなまごめなまたまご」など定番から、ちょっとアレンジしたものまで、キュートな「すもも」といっしょにいろいろな早口言葉に挑戦してみよう! 上手にかまぐさず読めるかな。

ゆき
はたこうしろう絵(ひさかたチャイルド)
ゆきやこんこ、あられやこんこ。ふってはふっては、ずんずんつもる。やまものはらもわたぼうしかぶり、かれぎのこらずはながさく。雪が降るとみんなが口ずさむ「ゆき」の歌の絵本。

おらが村の足跡 46

～ 縄文ってどんな模様?? ～

今回は縄文土器の模様に焦点を当ててご紹介します。縄文時代の「縄文」とは、明治の初めE.S.モースという学者が東京都大田区にある大森貝塚で発見した土器が始まりです。モースは撚り合わせた紐や筥を押し付けたような模様のある土器を cord mark と記し、日本の考古学者は「縄文」や「縄紋」と和訳しました。

大森貝塚での発見以降、各地で似た土器が多く見つかったことから、この時代を縄文時代と呼ぶようになりました。



撚り紐を転がす

わせた紐を土器の表面に転がすことによって、規則的な文様が連続して付けられた模様のことを言います。右方向と左方向に撚ったもの、撚り紐をさらに複数合わせて撚るなど、撚り方のバリエーションも豊富で、撚り方や撚り紐の太さを工夫することによって、土器の表面にいろいろな縄目文様がつきます。

現在、私たちの身の回りにも神社のしめ縄、ロープなどの様々な素材を使った撚り紐が、用途に応じて使い分けられています。何千年も昔の技術が今に至るまで伝承されているのです。

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。



全体に縄文のある土器

佐藤 詩音

問 教育課 文化財係 ☎79-7930(直通)

すわちゅう健康教室

健康に関するテーマについて、わかりやすくお話しします。
▶日時:①2月20日(水)午前11時～正午②3月7日(木)午前11時～午前11時30分
▶場所:諏訪中央病院
▶テーマ:①予防しよう!心不全②おさらいしよう。国民皆保険について
☎諏訪中央病院 広報調整係 ☎72-1000

ひよっこクラブ

育児中のママを対象に「子育てにおける心と体の発達」についてお話しします。
▶日時:3月4日(月)午後1時30分～
▶場所:諏訪中央病院 講堂
☎諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

中央公民館

- タイ式ストレッチ
02/19 02/26
中央公民館/午前9時30分～
- ワード入門
02/20 02/22
02/25 02/27
中央公民館/午後1時30分～
- エクセル入門
03/6 03/8
03/11 03/13
中央公民館/午後1時30分～
- あひるクラブ⑫
03/6
中央公民館/午前10時～



社会体育館

- バスケットボール大会
03/10
社会体育館/午前8時30分～
- テニス教室
02/17 02/24
03/10
社会体育館/午後7時～
- バウンドテニス教室
02/18
02/25(閉講式)
社会体育館/午前9時～
- 少年サッカー教室
03/3(閉講式)
社会体育館/午前9時～
- ファミリースポーツデー
02/23 03/9
社会体育館/正午～午後5時

☎社会体育館 ☎79-4922(直通)

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。よろしくお願いします。

中央公民館にて行われる男の料理教室の講師を尾島隊員が担当しました。男の料理教室は全5回の実習があるのですが、今回は3回目です。8名ほどの参加者の皆さんと一緒に、鯖のトマト煮、ガーリックトースト、根菜ゴロゴロスープ、キャロットラペ(サラダ)を作りました。缶詰を使うなど、料理にあまり慣れていない方でも簡単に、手早くできるレシピでした。

最初に今回の料理の説明と実際に作る場所を見本としてご覧いただき、その後実作業へと入ってもらいました。参加されている方の中には家の料理を任されている方がいらっしやったり、料理を普段からされている方も多かったです。出来上がりを皆さんと美味しくいただき、また講師をやってもらえるのかというお声もあつたりと、嬉しい限りです。



尾島 美咲

協力を依頼～第1回行政囑託員会議～

1月8日、第1回行政囑託員会議を開催しました。平成31年の各区・自治会へ囑託事務の説明と協力を依頼しました。
なお、平成31年の各区長・代理区長は次のみなさんです。(敬称略)

◎区長会会長 ○区長会副会長

	区 長	代理区長
大久保区	眞道 光俊	眞道 和文
柳沢区	宮坂 敏正	百瀬 洋一
八ッ手区	小池 貞雄	阿部 祐之
払沢区	◎鎌倉 孝夫	鎌倉 利幸
柏木区	○伏見 廣仁	清水 政春
菖蒲沢区	宮坂 三智男	五味 清一
室内区	平林 秀行	藤枝 好明
中新田区	折井 克彦	篠原 昭
南原区	松澤 浩	白鳥 勝男
判之木区	日達 博文	竹下 広幸
上里区	細田 達哉	黒澤 龍一
農場区	増田 光彦	吉田 弘之
やつがね区	田村 剛	小池 達也
ペンション区	千野 尚志	大崎 光
原山自治会	村田 初穂	吉田 拓

新春の村内を走る～元旦マラソン～

1月1日、中央公民館前を発着点に元旦マラソンが行われました。
元旦の朝、中央公民館前には約60人が集まり、ウォーミングアップをしていました。
始めに開会式が行われ、五味教育長は「今年1年の健康を祈願しながら走ってほしい」とあいさつしました。
スタートラインに並んだ参加者は、スタートの合図と共に一斉に笑顔で走り出していき、それぞれ思い思いのペースで新春の村内を駆け抜けました。
ゴールに到達すると気持ちのよい汗を流して満足そう、良い一年の始まりになりました。



人権に関する活動～人権擁護委員 感謝状と委嘱状～

1月8日、人権擁護委員を1期(3年)と3か月務めた田中菊利さんに感謝状が伝達されました。(写真右から3人目)
田中さんは「人権の啓発活動に参加したいいろいろな思い出がよみがえる。活動の役に立ったと思う」と活動を振り返りました。
また、新たに委員となる鎌倉明德さんに委嘱状が交付されました。(写真右から4人目)
鎌倉さんは「一人ひとりが笑顔で生活できるよう仕事を全うしていきたい」と抱負を語りました。
人権擁護委員は、地域のみなさんからの人権の悩みを解決したり、人権に関する啓発活動を行ったりしています。



悪魔を追い出す～菖蒲沢区 神楽廻り～

1月6日、菖蒲沢区で神楽廻りが行われました。
神楽廻りは、菖蒲沢区で小正月に行われる行事で、子どもたちが区内を廻りながら獅子舞をし、悪魔を追い出します。
子ども達は、太鼓を打ち鳴らして区内の約80戸を廻り、1戸ごとに獅子舞をして悪魔を家から追い出しました。最後に追い出した悪魔を区内のお鞆の森に祀るお犬様に食べさせて悪魔祓いを終えました。
手がかじかむようなとても寒い日でしたが、子どもたちはとても元気に区内を廻っていました。



村内各地で新春の行事～どんど焼き～

村内各地でどんど焼きが行われました。払沢区では1月12日にどんど焼きが行われ、たくさんの区民のみなさんが参加しました。
区内では、まゆ玉を付けた枝を持って続々と会場へ向かう姿があちらこちらで見られました。会場に着くと火の周りに集まってまゆ玉を焼き、1年の無病息災を願いました。
また、厄投げが行われ、トラックの上から投げられるお菓子やおひねり、生活用品等に競うように手を伸ばしていました。子どもたちは特に元気で、会場中を走りまわっていました。



氷の上で交流～原小5年生が戸田小と交流～

1月17日、戸田小学校5年生の児童19名が村内を訪れ、小学校校庭で原小学校5年生と交流スケートを楽しみました。
この日は雪もなくよく冷えたため、リンクの状態は大変良く、最高のコンディションの中、スケートが楽しめました。
戸田小の児童は氷に慣れないようで、最初はおぼつかない足どりでしたが、時間がたつにつれコツをつかみ原小の児童と一緒に氷上を楽しんでいました。
スケートの他、昼食を一緒に食べたり、翌日は富士見高原スキー場でスキーを楽しみながら交流を深めました。



地域防災の要～消防団出初式・表彰式～

1月13日、原村消防団出初式・表彰式が行われ、団長以下107名が参加しました。
観閲が行われると分列及び車両行進が行われ、役場駐車場へ移動すると祝水の斉放水が行われました。
清水団長は「去年は災害が多く発生し消防団の必要性は更に高まった。一層の精進を期待する」と訓示しました。また、五味村長は「災害が頻発する中、自らの地域を守る消防団の活躍が求められている。地域防災の要として全力をあげてほしい」と話しました。
なお、表彰式の受章者のみなさんは次のとおりです。
《原村消防団表彰式》(敬称略)

◆日本消防協会会長表彰			
精績章	第1分団	分団長	高橋 利和
◆長野県消防協会会長表彰			
特別無火災章			第1分団
功労章	第2分団	分団長	五味 孝幸
	第4分団	分団長	宮坂 紀博
努力章	第3分団	分団長	小林 貴幸
精績章	第1分団	ラッパ長	百瀬 充
	第3分団	副分団長	清水 正志
技術章	第2分団	副分団長	鎌倉 功
精勤章	第1分団	副分団長	廣瀬 秀記
	第1分団	班長	小池 秀治
	第2分団	班長	清水 優介
	第2分団	班長	日達 孝明
	第3分団	班長	五味 弘幸
	第3分団	班長	長田 雄次
	第4分団	班長	伊藤 雄輝
	第4分団	班長	篠原 直樹

- ◆諏訪消防協会会長表彰
原村消防団、第2分団、30名が表彰されました。
- ◆原村消防団長表彰
第1～4分団、77名が表彰されました。
- ◆原村長表彰
大久保区、判之木区、中新田区が表彰されました。





上水道当番指定店

2/11(月) - 2/17(日)	(株)キタハラ	☎72-7418
2/18(月) - 2/24(日)	(株)有賀水道	☎72-4017
2/25(月) - 3/3(日)	南部建設(株)	☎79-5720
3/4(月) - 3/10(日)	(有)森山建設	☎79-5730
3/11(月) - 3/17(日)	(有)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

- ・国民健康保険税(普通徴収11期)
 - ・後期高齢者医療保険料(普通徴収11期)
 - ・介護保険料(普通徴収11期)
- 納期限・口座振替日 ... **2月28日(木)**
- ☎ 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)
2月19日・2月26日・3月5日・3月12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
- 図書館
☎70-1500 月曜日、祝日、2/22
- 八ヶ岳美術館
☎74-2701 無休
- 八ヶ岳自然文化園
☎74-2681 火曜日
- もみの湯
☎74-2911 2/20

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、判の木、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	2月23日(土) ▶午前7:30~ 午前10:30
	各地区 指定箇所	3月14日(木)
粗大ごみ	南諏衛生センター 粗大ごみ受入日	3月17日(日) ▶午前9:00~正午
	弘沢、中新田	3月4日(月)
	大久保、柳沢、ハッ手	3月11日(月)
	柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原	3月18日(月)
	判の木、上里、ペンション、原山、農場	3月25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~12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	9,753,150	714,730	62,320	16,931,450	100.0
原村分	940,020	19,230	15,910	1,322,630	7.8

1人1日あたりのごみ排出量(g/人/日)
3市町村全体 786g 原村 602g

☎ 建設水道課 環境係 ☎79-7933(直通)

レシピ165

チョコチップスノーボール

材料(20個分)

- 薄力粉50g
- ココア(無糖)10g
- アーモンドパウダー50g
- バター(無糖)60g
- 砂糖20g
- チョコチップ30g
- クルミ20g
- 粉砂糖適量

作り方

- ①バターは、室温に戻す。薄力粉、ココア、アーモンドパウダーを合わせてふるっておく。
- ②ボールにバター、砂糖を入れ泡立て器で白っぽくなるまで混ぜ合わせる。
- ③②に①の粉類を半量ずつ加えて切るように混ぜながらまとめ、チョコチップと砕いたクルミを加え合わせる。
- ④冷蔵庫で2時間冷やす。
- ⑤3cmほどに丸めて、160℃のオーブンで20分焼く。
- ⑥天板の上に置いたまま粗熱を取り、粉砂糖をまぶす。

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

- 1歳6か月健診
2月15日(金) 対象:H29年6・7月生
- 2歳半歯科検診
2月19日(火) 対象:H28年6・7・8月生
- 乳児健診
2月26日(火) 対象:H30年4・7・10月生
- 2歳児歯科検診
3月5日(火) 対象:H28年12月、H29年1・2月生
- 3歳児健診
3月15日(金) 対象:H28年2月~4月1日生

相談 会場 保健センター

- 2か月児相談
2月27日(水) 受付:午後1:00~午後1:15
- 育児相談
3月12日(火) 受付:午前9:30~午前11:00
- 精神保健相談(要予約)
3月12日(火)

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)
2月22日(金) 受付:午後1:00~午後1:15
- 母乳学級(要予約)
2月27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)
3月7日(木) 対象:H30年6・7月生
受付:午前9:45~午前10:00

予防接種 会場 保健センター 受付 午後1:15~午後1:30

- 水痘
3月1日(金) 対象:生後12か月~3歳の誕生日前日
- BCG
3月6日(水) 対象:生後5か月~1歳の誕生日前日
- 四種混合
3月14日(木) 対象:生後3か月~7歳半に至るまで

みどりの健康館 ~しっかりと睡眠はとれていますか?~

睡眠不足になると脳と体の疲労回復が不十分となり、長引くうつ病発症のリスクを高めます。この他、睡眠不足で日中の眠気や疲労感が増し、注意力・作業能率の低下やヒューマンエラーによる事故の発生、免疫機能の低下、虚血性心疾患や脳卒中、高血圧症や糖尿病など生活習慣病の悪化をもたらすこともわかっています。

この時期、夜遅くまで勉強を頑張る受験生も多いと思います。日本人は「眠らずに頑張る」など睡眠を軽視する傾向がありますが、頑張るためには睡眠が必要です。夜はしっかりと睡眠をとり、日中集中して活動できるようにしましょう。

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②④⑤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
2月17日(日)	池田医院 ☎73-0555	茅野横内薬局 ☎82-5788
2月24日(日)	おもだか皮膚科 ☎73-2525	ヤジマ薬局 ☎72-2342
3月3日(日)	浅川クリニック内科循環器内科 ☎82-6813	白樺薬局 ☎82-6282
3月10日(日)	兵藤整形外科医院 ☎82-1333	薬局マツモトキヨシ長峰店 ☎71-2557

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(よるきゆうきゅう)
- ※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。

【ぐっすり眠るアドバイス】

- ①毎日同じ時刻に起きる - 起きる時間のリズムを整えると自然と夜は自分に合った時間に眠くなります。寝る時刻より起きる時刻にこだわりましょう。また、休日でも起床時間は変えないようにしましょう。
- ②目覚めたら日光をあびる - 体内時計がリセットされます。
- ③上手な昼寝で効率アップ - 15時より前の20~30分程度昼寝をすると頭がすっきりします。
- ④寝る前はリラックス - ぬるめのお風呂、ストレッチなどの軽い運動、静かな音楽などで心身の緊張をほぐしましょう。

保健福祉課 保健師 中澤 璃帆