



相談

結婚相談

- ☎79-7922(要予約)
- ▶日時…2月21日(日)
午後1時～午後5時
- ▶予約…2月19日(金)
午後5時まで
- ▶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25日(木)
午後2時～午後5時
- ▶場所…長野地方司法務局松本支局
- ▶担当…法務局職員、土地家屋調査士

非行・犯罪相談

- ☎55-2786(要予約)
- ▶日時…2月26日(金)
午前10時～午後4時
- ▶場所…諏訪市公民館 302号室
- ▶担当…諏訪地区保護司会

65歳以上の方の総合相談窓口

- ☎70-1200
- ▶受付…24時間365日
- ▶内容…高齢者の皆さんが、安心して自分らしい生活が送れるように様々な面から支援します。
悩みごと、困りごと、なんでもご相談ください。
- ▶担当…原村地域包括支援センター
ひだまり
(老人保健施設さくらの内)

出張年金相談

- ☎23-3661(要予約)
- ▶日時…2月3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

税務相談

- ☎28-6666(要予約)
- ▶日時…2月10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

交通事故巡回相談

- ☎57-2902(要予約)
- ▶日時…2月11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…下記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

第91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:令和2年4月2日～令和2年9月30日までに生まれたお子さん
- ▶日時:2月17日(水)午前10時～(午前9時45分受付)
- ▶場所:原村地域福祉センター 多目的ホール
- ☎子ども課 子育て支援係
☎78-4430(直通)

サルに注意!

最近、原村、茅野市でサルが目撃情報が多く寄せられています。サルは、小さなお子さんを襲ったり、農作物を荒らす恐れがあります。

安全でエサがあるとわかると、居ついてしまいます。

見かけた場合は、大きな声や音を出して追い払ってください。

また、家の周りにエサになりそうな物(野菜や果物等)を置かないようにしましょう。

サルを目撃した場合は、ご連絡をお願いします。

- ☎農林課 農村整備係
☎79-7932(直通)

冬のぼかぼかウォーキング

インターバル速歩体験を行います。

- ▶日時:2月6日(土)午前10時～(午前9時45分受付)
- ▶場所:原村社会体育館
- ▶応募締切:2月4日(木)まで
- ▶講師:松本大学健康運動指導士 近藤 壮太先生
- ▶持ち物:室内用運動靴、飲み物、筆記用具、タオル、動きやすい服装、ヨガマット(バスタオル可)
- ※防寒対策、体温調節のできる服装でお越しください。
- ※お子さんは、保護者の同伴が必要です。
- ※健康管理や、事故には十分に注意しましょう。

- ☎保健福祉課 健康づくり係
☎75-0228(直通)
☎75-2006(FAX)

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の場や保護者の仲間づくりの場としてご活用ください。担当者が子育てのお手伝いをします。ご相談ください。

- ▶開催日:2日(火)、4日(木)、5日(金)9日(火)、12日(金)、16日(火)、18日(木)、19日(金)、25日(木)
- ▶時間:午前10時～正午
- ▶場所:原村図書館2階 会議室
- ☎子ども課 子育て支援係
☎78-4430(直通)

八ヶ岳定住自立圏婚活イベント

原村、富士見町、北杜市の3市町村合同で婚活イベント「八ヶ岳スタイルde婚活～令和時代のはたらくらす～」を開催します。

- ▶今年、オンラインで開催します。ZOOMの使い方や婚活の心得など、事前セミナーを行います。詳細は、お問い合わせください。
- ▶日時:3月20日(土)、21日(日)午後1時～
- ▶対象:27歳～39歳の独身者
- ▶定員:男女各日6名
- ▶応募締切:3月14日(日)
- ☎総務課 企画振興係
☎79-7942(直通)

フウちゃんしおりづくり & 文化財お仕事探検!

八ヶ岳美術館に展示している「火の女神フウちゃん」のキャラクター決定イベント第2弾を開催します。

スクラッチシートをこすって、「火の女神フウちゃん」のイラストしおりを作ります。

「発掘調査ってなに」、「出てきた土器はどうしてるの」等、楽しい話を聞きながら、縄文土器などをまじかに見ることもできます。

- ▶日時:2月20日(土)
- ①午前9時～午前10時
- ②午前10時30分～午前11時まで
- ▶場所:原村文化財整理室(旧JA柏木支所)
- ▶定員:各回15名
- ▶申込期限:2月19日(金)
- ☎生涯学習課 文化財係
☎79-7930(直通)

第16回むらづくりふれあいトーク

当村をより良くするための提案をみなさんから募集しています。村長に直接提案してみませんか。希望者は事前にお申込みください。

- ▶日時:2月19日(金)
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)

登録事業者の皆さまが がんばろう! 原村応援商品券

「がんばろう! 原村応援商品券」は、1月末をもって使用期間が終了しました。登録取り扱い店の方は、次の期限までにご請求ください。期日を過ぎますと無効となります。

- ▶換金期限:令和3年2月26日(金)
- ☎商工観光課 商工観光係
☎79-7929(直通)



がんばろう!原村応援商品券



第2弾ががんばろう!原村応援商品券



中央公民館

- フランクリンメゾット「歩く」
〇2/3回 〇2/10回
〇2/17回 〇2/24回
中央公民館/午前10時30分～
- はらむら塾⑩
〇2/10回
中央公民館/午後1時30分～
- ジュニア教室
〇2/13回
(八ヶ岳山麓の野生動物をみよう!)
村内/午前9時30分～
〇2/27回
(たこ焼きの達人)
中央公民館/午前9時30分～

☎79-7940(直通)

社会体育館

- バウンドテニス教室
〇2/1回 〇2/8回
〇2/15回
〇2/22回(閉講式)
社会体育館/午前9時30分～
- テニス教室
〇2/7回 〇2/14回
〇2/21回 〇2/28回
社会体育館/午後7時～
- ファミリースポーツデー
〇2/13回
社会体育館/正午～午後5時

☎79-4922(直通)

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:①2月10日(水)午前11時～午前11時30分②2月24日(水)午前11時～午前11時30分
- ▶場所:諏訪中央病院 1Fエントランスホール
- ▶テーマ:①「食事習慣について考える」何をどのように食べたらよいの?名譽院長濱口医師がわかりやすくお話しします。お気軽にお立ち寄りください。健康に関するご質問・ご相談もお受けします。②「被害を最小限に。「減災」ってご存じですか?」災害時に被災地へ医療支援に入った当院スタッフが、その活動経験をもとに「減災」についてお話をします。東日本大震災からまもなく10年。改めて災害に備えることを一緒に考えてみませんか?

▶参加費:無料
▶その他:予約不要
☎諏訪中央病院 総務課広報調整係 ☎72-1000(内線1557)

原村公式LINE

村では、緊急性の高い情報をLINEで発信しています。

いざという時の備えとしてご利用ください。



ホームページ



LINE

☎総務課 企画振興係 ☎79-7922(内線235)

四季の野鳥展 ～諏訪・八ヶ岳山麓から～

本展では、60余年の歴史を刻む日本野鳥の会諏訪支部会員の撮影した写真を通して諏訪地域・八ヶ岳山麓に生息する数多くの野鳥たちの生態と小鳥の生きた表情に迫る写真作品を展示いたします。そこには、野鳥たちの過酷な生存競争や愛に包まれた様々な生態とドラマ、あるいは人間による自然環境への侵襲と、闘いあるいは順応しながら生き延びてゆく、野鳥たちのたくましい姿がかいまみえてきます。

同展では、前支部長の林正敏氏の収集した美しい鳥の羽作品もあわせて展示いたします。身近な自然界にフォーカスする野鳥の世界をお楽しみください。

▶会期:3月25日(木)まで
鳥の羽講座 (要予約)

- ▶日時:2月7日(日)午後2時～
- ▶講師:杉山直氏(日本野鳥の会諏訪支部支部長、日本鳥学会会員)
- ▶内容:羽って何?その起源は?何の役に立つの?羽について、いろいろな観点でお話します。皆さんの鳥を見る目が変わってくることを請け合いです。

▶定員:20名
▶参加費:無料(入館料別途)

☎八ヶ岳美術館 ☎74-2701(直通)



ヒレンジャク

広報はら広告募集

広報はらに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:令和3年5月号～令和4年4月号(1号につき2枠)
- ▶規格:縦50mm×横175mm
- ▶料金:1号1枠につき5,240円
- ▶掲載期間:号単位
- ▶広告掲載位置:裏表紙下段
- ▶申込方法:3月8日(月)までに必要書類をご提出ください。

※必要書類については、村ホームページをご覧ください。
※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(3月8日(月)までの申込分については、村内事業者を優先します)
☎総務課 総務係 ☎79-2111(内線238)



片田好美水彩画展 「森と生きる」 ミニギャラリー

水彩画課片田好美画文集「森と生きる」第2集の出版を記念し、本の原画を6点展示するミニギャラリーをエントランスで開催しています。

- ▶会期:3月25日(木)まで
- ▶その他:無料で鑑賞できます。

☎八ヶ岳美術館 ☎74-2701(直通)

自動車の各種手続き忘れずに行いましょう

自動車税種別割は毎年4月1日現在の所有者(または使用者)に対して課税される県の税金です。

3月末日までに名義変更・抹消登録・住所変更等の各種手続きが済んでいないと、次のようなトラブルが発生する可能性がありますので、必ず手続きを行ってください。

- 廃車にした、または手放したはずの自動車税種別割が課税されてしまう。
- ※特に、個人間での売買はご注意ください。
- 引越先の住所に納税通知書が届かないことで、税金が滞納となってしまう。
- ※使用していないが、諸事情により抹消登録や名義変更が行えない等で困りのときは、南信濃税事務所諏訪事務所までご相談ください。

各種手続きにつきましては、国土交通省の各運輸支局で行うことができます。また、手数料がかかりますが、自家用自動車協会、ディーラー、解体業者等で代行していただけます。詳しくはお問い合わせください。

☎自動車の各種手続きについて
長野運輸支局松本自動車検査登録事務所
☎050-5540-2043
(音声案内037)
自動車税について
長野県南信濃税事務所諏訪事務所
☎57-2905

シニアのための 料理教室

村が委託している高齢者食生活改善事業として、タンパク質がしっかりとれるフレイル予防メニューを作り、お弁当にして持ち帰ります。

体重減少、疲れやすい、筋力低下が気になる方はご参加ください。

- ▶対象:60歳以上の方及び在宅介護をしている方
- ▶日時:2月26日(金) 午前8時30分～正午
- ▶場所:原村中央公民館 調理室
- ▶定員:24名(先着順)
- ▶参加費:無料
- ▶持ち物:エプロン、三角巾、マスク
- ▶申込期限:2月12日(金)まで

☎原村社会福祉協議会 ☎79-7228

長野県シニア大学 諏訪支部 入学生募集

生きがい・仲間・社会参加のきっかけづくりを目指します。

- ▶募集コース:一般
- ※専門コースについては、お問い合わせください。
- ▶学習内容:教養講座、実技・選択講座、社会活動講座など幅広い分野の学習・実践を行います。
- ▶出願期間:3月31日(水)まで
- ▶授業料:年額12,000円(別途材料費・自治会費・保険料等)

☎長野県シニア大学本部 ☎026-226-3741
諏訪学部事務局 ☎57-2910
保健福祉課 福祉係 ☎79-7092(直通)



TEL 70-1500 開館時間：午前10時～午後6時15分
FAX 79-7000 休館：毎週月曜日、祝日、2/26

図書館からのお知らせ

- 図書館おたのしみ会
日時/2月3日(水)午後4時～
内容/絵本の読み聞かせ、紙芝居、本の紹介など
※図書館司書によるおはなし会です
- 冬の図書館講座「絵手紙を描いてみよう(要申込)」
講師/霜月絵手紙の会 中村恵子さん
日時/2月6日(土)午後1時30分～
内容/春の絵手紙を描きます(材料費100円)
- 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17日(水)午後4時～
内容/パネルシアターなど

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

※紹介本表紙掲載については、出版社の許諾済みです。(TRCマークより)

Ssven Stories
糸井重里・恩田陸他(文藝春秋)

退職を機に妻を豪華旅行に誘う夫。でも、妻には秘密の人生設計が…。豪華寝台列車「なつ星」を舞台に、桜木紫乃、恩田陸ら7人の作家・クリエイターが極上のストーリーを綴る。

ガラスの50代
酒井順子(講談社)

グレーヘアをきらめかせ、好きに生き始めるお年頃。なのに職場では怖がられ…。
「令和の50代」のリアルを綴った、ライフステージエッセイ。

私たちはどう働くべきか
池上彰(徳間書店)

ブラック企業の実態、働く義務と権利、働き方改革の論点…。池上彰が、自分自身の働き方を振り返りつつ、令和時代の「新しい働き方」を解説する。

子どもが作る弁当の日
城戸久枝(文藝春秋)

親の手を借りず、子どもが弁当を作り学校に持って行く「弁当の日」。家事料理苦手な「だめだめ母ちゃん」の著者が、弁当の日とそれに関わる人たちの物語に触れ、体当たりで取材。弁当の日で変わる子どもと親の姿を記録する。

とっくんトラック
ゆきのひにぶー
いわむらかずお
(ひさかたチャイルド)

雪を積んだとっくんトラックが、冬の森を進みます。でも積もった雪で動かなくなり。そこへやってきたのは…。「とっくんトラック」シリーズ第4弾

赤ずきん
ビートルズ・ボナー再話
ヘルン・オセガハリー絵
角野栄子訳(文化出版局)

「おじょうちゃん、どこへ行くんだい?」空腹のおオオカミが赤ずきんちゃんに尋ねると…。17世紀からあるフランスのむかし話をイギリスを代表する絵本作家とイラストレーターが手がけ、日本の児童文学作家が翻訳した絵本。

おらが村の足跡 67

～清水遺跡～

今回は柏木地区・弘沢地区に所在する清水遺跡を紹介します。

清水遺跡は、東から西へ緩やかに傾斜する八ヶ岳の尾根上に立地し、柏木・弘沢の両地区にまたがります。前尾根遺跡の、ちょうど県道をはさんだ反対側(南側)に位置し、平成8年には場整備事業などに伴う発掘調査が行われました。

発見された遺構は、縄文時代の竪穴住居34軒、平安時代の竪穴住居18軒、両時代を含む小竪穴(人工的に掘った穴のあと)合計166基など。柏木側で縄文時代の集落、弘沢側で平安時代の集落が見つかったことで、縄文・平安の複合遺跡であることが明らかになりました。遺物では縄文土器や石器、土師器、灰釉陶器、鉄鏃などが出土しています。このうち縄文時代については、数軒ずつ存在する住居が環状に並ばず尾根の方向に沿って点在

または帯状に配置する点、尾根の平坦部ではなく急傾斜に立地する住居も見られる点など、この地域の遺跡としてはややイレギュラーな形態が見られます。興味深い住居をご紹介しますと、中期初頭の住居址(第4号住居址)では黒曜石の破片やチップ、石鏃など約1000片が見つかり、この住居が石器工房のような性格を持っていたと考えられます。他にも炉があるのに使った形跡のない住居、柱の傍に大きな礫を置いた住居、埋甕や釣手土器を有する住居など、興味深い住居が数多く発見されました。

遺跡は残念ながら調査後の工事で消滅してしまいましたが、出土品は現在、役場1階の村民ホールに展示してありますので、役場にお越しの際は、ぜひご覧ください。



釣手土器(第14号住居址)



清水遺跡全景(西から)

松森 多恵
問 生涯学習課 文化財係 ☎79-7930(直通)

① 諏訪税務署 確定申告のお知らせ

確定申告書等作成コーナー

◇確定申告には、ご自宅等からパソコン・スマホでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。**多くの方が訪れる確定申告会場に向かなくても**、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用して申告書を作成し提出することができます。

◇マイナンバーカードをお持ちでない方でも、「ID・パスワード方式の届出完了通知」をお持ちであれば、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」にて確定申告書を作成し、**IDとパスワードを入力すれば自宅等から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。

所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会

- ▶対象:①還付申告の方②全ての方
- ▶期間:①2月15日(月)まで②2月16日(火)～3月15日(月)まで
- ※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～)
- ▶会場:諏訪税務署 1階

※今年は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、会場の入場には「入場整理券」が必要です。整理券は当日配付、もしくはオンラインでも事前発行しています(詳しくは、国税庁HPをご覧ください)。なお、入場整理券の配付状況に応じて、後日の来署をお願いすることがあります。

※確定申告会場に来場される際は、マスクを着用していただきできる限り少人数でお越しください。

※駐車場が狭いため、臨時駐車場(清水町野球場)をご利用ください。

※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(https://www.nta.go.jp/)で検索いただくか、お電話にてお問い合わせください。

② 諏訪税務署

☎52-1390

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。

年越しはどのように過ごされましたか?

協力隊に着任してから、早くも9か月が過ぎました。心新たに初心を忘れず、今年も原村の魅力をたくさん発信していきたいと思います。11月にやっとの思いで、ネイチャーゲームリーダーの資格を取ることができました。いろんな事情で当初の予定より随分と時間がかかりました。

「ネイチャーゲームって一体なんなの?」と思う方も多いかもしれませんが。ひとこと言うなら「五感を使った自然あそび」です。見る、聞く、嗅

ぐ、触る、味わう、これらの感覚は刺激を受けて初めて発達するもので、特に幼少期の脳を健やかに育てるために大切なのが「五感からの刺激」なのだそうです。

難しい話はさておき、もっと自然を楽しみ、自然とあそび、いつか村の子どもたちが大人になった時に「子どものころの自然体験」を思い出して生まれ育った原村を好きになっている、そんなことを思い浮かべながら今はいろいろと準備をしています。



大地の窓



動物の足跡

地域おこし協力隊員 岡崎 苗美



明るい選挙啓発ポスターコンクール

12月18日、原小学校で明るい選挙啓発ポスターコンクール入選者等への賞状等伝達式が行われました。明るく公正な選挙を推し進めることを表現したポスターを募集したところ、同校6年生76人から応募がありました。

受賞者は、次の皆さんです。

【中央審査入選、県審査1等】原田悠世さん、【地方審査入選】荒川夏花さん、【群審査入選】鮎澤花奏さん、中田帆南さん、【群審査佳作】入江美友さん、濫澤一露さん、檜垣柚月さん、吉田健広さん。



クリスマス会～あひるクラブ～

12月16日、原村中央公民館であひるクラブが開催されました。

今回はクリスマスをテーマに、読み聞かせグループ「おもちゃ箱」によるパネルシアターを鑑賞しました。ブラックパネルシアターでは、暗闇にサンタさんやトナカイの絵、人形がピカピカ光り子ども達の目を引いていました。

後半は、音楽に合わせてサンタさんが登場し、子ども達はドキドキワクワクした表情でプレゼントを受け取っていました。



そば名人になろう!!

12月5日、原村中央公民館でジュニア教室「そば名人になろう!!」が行われました。

今年は人数を絞り、5組(12名)の親子が参加しました。参加者は、村内そば名人の松澤文樹さんに教わり、石臼でそばの実を挽き、そのそば粉を打ってそばにしました。細く切るのはなかなか難しく、麺にならなかったものは揚げてかりんとうになりました。参加者は、かりんとうとそばを昼食の楽しみに持ち帰りました。



積載車配備式

11月28日、原消防署で小型動力ポンプ付き軽積載車の配備式が行われ、第4分団に配備されました。

五味村長は「村の安心安全のため、新しい積載車を使って今後も尽力してほしい」と話しました。

清水団長は「新しい積載車に負けないよう、経験を積んでほしい」と挨拶されました。



図書館クリスマス会

12月20日、原村図書館でクリスマス会が開催され、大型絵本や紙芝居の読み聞かせ、パネルシアターなどが行われました。

子どもたちは、目の前で繰り広げられるクリスマスのお話を夢中で聞いていました。

会の最後には、小学生ボランティア「このこの」の皆さんから手作りのプレゼントが贈られました。



発明と木工 表敬訪問

12月18日、原中学校の奥大地さんと脇田潤さんが全国審査会での受賞報告に訪れました。

奥さんは、長野県発明くふう展に「モバイル・マスク洗濯機」を出品し、関東経済産業局長奨励賞を受賞しました。

脇田さんは、長野県児童・生徒木工工作コンクールに「テンセグリティ・ランプ」を出品し最優秀賞を受賞しました。

奥さんは「人の役に立つものを作りたい」、脇田さんは「今後も様々なアイデアを形にしていきたい」と話しました。



屯所 新築

12月13日、第1分団のハツ手屯所が新しく建替えられ引渡し式が行われました。

五味村長は「この施設を十分に活用し、安心安全の村づくりに尽力してほしい」と話しました。

第1分団の行田分団長は「立派な屯所を立ててもらった。長く大切に使用したい」と話されました。



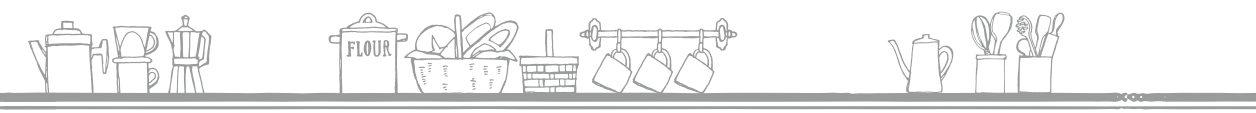
しめ飾り作り講習会

12月12日、原村社会体育館でしめ飾り作り講習会が行われました。この講習会は毎年人気で、今年は小学生を含めた17人が新年を迎える準備をしました。

長年講師を務めている小林和聡さんの指導のもとで、しめ飾りの作り方を学びました。

参加した方からは「毎年楽しみにしています」、「自分で作った正月飾りで良い年を迎えたい」などの声が聞かれました。





上水道当番指定店

2/1(月) - 2/7(日)	共栄管工(株)	☎79-5254
2/8(月) - 2/14(日)	(株)キタハラ	☎72-7418 ☎72-6515(18時以降)
2/15(月) - 2/21(日)	(株)有賀水道	☎72-4017
2/22(月) - 2/28(日)	南部建設(株)	☎79-5720

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 … 3月1日(月)
- 問 住民財務課 税務係 ☎79-7923(直通)

今月の施設のお休み

- 役場
☎79-2111 土曜日、日曜日、祝日
- 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、2/26
- 八ヶ岳美術館
☎74-2701 無休
- 八ヶ岳自然文化園
☎74-2681 火曜日、2/12、24-25(23は営業)
- もみの湯
☎74-2911 2/17

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、八ッ手、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	2月27日(土) ▶午前7:30~ 午前10:30
粗大ごみ	役場駐車場	2月11日(木)
	各地区 指定箇所	平日 ▶午前9:00~ 午後4:30
粗大ごみ	南諏衛生センター 粗大ごみ受入日	3月21日(日) ▶午前9:00~正午
	弘沢、中新田	3月8日(月)
	大久保、柳沢、八ッ手	3月15日(月)
	柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原	3月22日(月)
	判之木、上里、ペンション、原山、農場	3月29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。

	一般収集	個人持込	可燃粗大	焼却移行量	率(%)
3市町村全体	8,794,790	862,590	68,430	14,817,110	100.0
原村分	857,460	22,570	15,800	1,189,540	8.0


1人1日あたりのごみ排出量(g/人/日)
3市町村全体 783g 原村 608g

問 建設水道課 環境係 ☎79-7933(直通)

災害時に役立つパッククッキング!

ポリ袋(130度耐熱)を使ってでき、洗い物もほとんど出ないエコな調理法です。ガスや水道、電気などライフラインが使えなくなっても、カセットコンロ、鍋、水、ポリ袋を準備すれば一度に何種類もの簡単な食事を作って食べることができます。

レシピ189
お浸し風和え物



材料(4人分)
小松菜.....160g
人参.....40g
油揚げ.....20g
しょうゆ.....小さじ1強
みりん.....小さじ1強
砂糖.....小さじ1弱
顆粒だし.....ミニスプーン1
白ごま.....大さじ1弱

※ポリ袋を使用(半透明もの、130度耐熱)・袋の中の空気はしっかりと抜く・根元で縛らない・欲張らない・味付けは薄めに…
保健福祉課 管理栄養士 野澤 愛子

作り方

- ①小松菜は一口大に切っておく。人参と油揚げは細切りにする。
- ②小松菜をポリ袋に入れて、10分茹でる。火が通ったら冷まして絞る。
- ③人参、油揚げ調味料をポリ袋に入れて20分茹でる。
- ④②と③を合わせ、ごまを振る。

健康カレンダー

検診・健診 会場 保健センター 受付 ご案内した時間

- 2歳半歯科検診
2月2日(火) 対象:H30年6・7・8月生
- 乳児健診
2月16日(火) 対象:R2年4・7・10月生
- 1歳6か月健診
2月19日(金) 対象:R1年6・7月生

相談 会場 保健センター

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

教室・学級 会場 保健センター

- 離乳食教室(11・12か月コース)
2月4日(木) 対象:R2年2・3月生
受付:午前9:45~午前10:00
- 母親学級前期コース②(要予約)
2月10日(水) 対象:希望者 受付:午後1:00~午後1:15
- 母乳学級(要予約)
2月24日(水) 対象:希望者 受付:午後1:50~

予防接種 会場 保健センター 受付 午後1:15~午後1:30

- BCG
2月3日(水) 対象:生後5か月~1歳の誕生日前日まで
- 水痘
2月5日(金) 対象:生後12か月~3歳の誕生日前日まで
- 四種混合
2月18日(木) 対象:生後3か月~7歳半に至るまで

みどりの健康館 ~一層の感染防止対策をお願いします~

冬季は風邪やインフルエンザなど様々な感染症が流行します。そんな今だからこそ、改めて感染防止対策をご確認ください。新型コロナウイルス感染症は、飛沫と接触で感染します。特に、空気が乾燥する冬は飛沫感染にご注意ください。対策のポイントは、換気(空気中のウイルス濃度を下げる)と加湿(空気中のウイルスをまいあがらせない)です。

感染拡大の原因と思われる事例は、次のような場面で起きています。

- 職場**
- ・感染拡大地域での長時間の飲食や接待を伴う飲食により感染し社内への持ち込み
 - ・マスクを外しがちな場所での感染(休憩室、食堂、禁煙所、仮眠室等)
- 家庭や寮などの共同生活の場**
- ・外での会食や職場、感染拡大地域での感染の家庭

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~	濱口 實 片岡 祐	片岡 祐 石川直樹	片岡 祐 石川直樹	遠藤誠子 松本夏実	濱口 實 久保成彦
午後 受付 1:30~ 4:45 診療 2:00~	濱口 實 石川直樹	休診 (健康相談 担当看護師)	八代敏嗣 片岡 祐 濱口 實	毎週 片岡 祐 石川直樹 第①週 奥 知久	濱口 實 石川直樹

●都合により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7日(日)	往診クリニックの ☎82-4104	けやき薬局 ☎82-2864
2月11日(木)	みうら内科クリニック ☎78-7710	てらさわ薬局 ☎78-7851
2月14日(日)	平出クリニック内科・産婦人科 ☎72-1661	日医調剤 ちの薬局 ☎82-0088
2月21日(日)	うえはらクリニック ☎72-2636	笠原薬局 ☎72-2028
2月23日(火)	池田医院 ☎73-0555	茅野横内薬局 ☎82-5788
2月28日(日)	すがわら小児クリニック ☎75-0033	薬局マツモトキヨシ上原店 ☎73-7263

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(よるきゆうきゆう)
- ※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。

- への持ち込み
- ・対面でマスクなしでの長時間の食事や談話
 - ・換気が不十分な車内でマスクなしでの同乗
- 長野県では令和2年11月17日以降、発熱等の症状がある方は、まず電話でかかりつけ医等身近な医療機関に相談する体制へ変更になりました。医療機関の指示に従い受診してください。かかりつけ医を持たず、受診先に迷う方は、医療機関を案内する「受診・相談センター」(諏訪地域 電話57-2930)へご相談ください。
- 《感染対策の3つの基本》**
- ①身体的距離の確保
 - ②マスクの着用
 - ③手洗い・手指消毒
- 感染を防止するための行動を自ら考え実践しましょう。
- 保健福祉課 保健師 中澤 璃帆
問 保健福祉課健康づくり係 ☎75-0228(直通)