

- 始まりは？

1978年に、米国カリフォルニア州サンタモニカの福祉センターがカウンセリングの手法として実践し始めて広がったそうです。
- 活動の特徴と新しい形の社会活動貢献とは？

話を聴いて差し上げる相手にとってメリットがあるだけでなく、ボランティア自身にも大きな喜びの場になっているということです。さまざまな方々の話を聴かせていただくことによって、これまで自分が知らなかったことを、たくさん教えていただくと同時に他者のために役立つという有用感と社会貢献の充足感を感じることのできるボランティア活動です。
- 活動を始める前にやっておくことは？

県や地方自治体、またNPOなどが主催する傾聴ボランティア養成講座を修了するのが一般的です。原村では4月から講座を開始する予定です。
- 地域での活動状況は？

大きく分けて次の4つの活動形態が挙げられます。
 (1)個人、グループで社協のボランティア、市民活動センター等に登録し活動
 (2)傾聴講座を修了したメンバーでグループを立ち上げる、既存のグループに入っている活動
 (3)個人で施設などに相談して行う活動
 (4)個人の日常生活の中で研修で学んだことを活かす活動

近隣市町で傾聴ボランティアを行っている団体

- ▶平成19年3月、長野県長寿社会開発センター賛助会に登録した傾聴みみずくグループが諏訪市社協から支援を受けながら活動。“みみずく”の活動範囲は広域としています。
- ▶茅野市社協の主催する講座の修了生が多数所属する「傾聴パートナー「あ、うん」」が平成15年11月から、「傾聴ボランティアひだまり」が平成17年10月から活動、また、茅野市社協の有償サービスに対応する協力会員がいます。
- ▶富士見町社協に登録している団体はなく、2月からは会員を募集しグループを立ち上げる予定です、現在は民生・児童委員などが傾聴の活動を兼ねています。

- 傾聴活動の際の約束ごとは？

例えば、根羽村の住民を対象に傾聴ボランティアに取り組む「傾聴ボランティア和」は、活動の際の約束ごとを次のように定めています。

 - ①守秘義務
 - ②受容・共感的態度(批判したり、説教したりせず、お話しして下さる方の気持ちを大切にじっくりとお聴きする)
 - ③話す方中心(本人の意思決定を尊重し、他機関などへの紹介などをする際は必ず本人の承諾を得る。話す方のペースや状態に合わせ、興味本位な質問をしたり、無理に話させようとしない。傾聴者の気持ちや意見を押し付ける場ではない。)
 - ④相談
 - ⑤危機介入(命の危険などにかかわることは例外で専門機関や役場へ即刻相談する。)



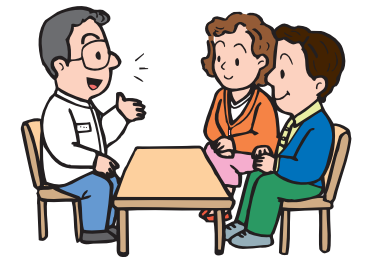
- 原村での取り組みは？

昨年8月、根羽村より「傾聴ボランティア和」をお招きし、勉強会と交流会を行いました。12月には諏訪市で行われた講座に参加しました。今後はボランティアを養成し、ボランティアグループを立ち上げていきます。4月から養成講座を始める予定です。
- さっそく勉強を始めたいけどどうすればいい？

まずは地域福祉センター内保健福祉課社会福祉係 ☎79-7092 または社会福祉協議会 ☎79-7228 に、ご連絡ください。

傾聴ボランティア

「傾聴ボランティア」とは
 相手との信頼関係を前提に、相手の話を否定することなく、きちんと受け止めて聴く技術を身につけたボランティアです。
 高齢者などの精神的な健康の維持や、回復の援助をするボランティアといえます。
 村ではまだ行われていませんが、長野県では、「傾聴ボランティア」に必要な基礎知識をロールプレイなどを交えながら学び地域で高齢者を支える活動に活かすことを目的に、研修会を実施しています。



■現在、さまざまな理由で「話したくても話せない(話す機会がない)」人々が増えています。特に急速に進展する高齢社会の中で、話す機会のない高齢者が増えており、高齢者の心のケアが課題とされています。元気な高齢者自身が同世代の高齢者の心のケアをする活動「傾聴ボランティア」は重要で意味があるものになると言われています。
 「傾聴ボランティア」は高齢者ばかりでなく、あらゆる世代の方に求められています。村では今後「傾聴ボランティア」について皆さんとともに学びながら、ボランティアグループなどを作り、必要な方が一人でも多く心のケアを受け元気になってもらえるよう願っています。

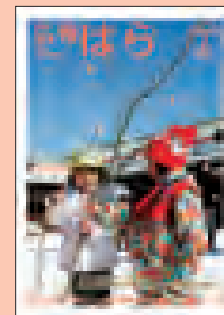
「傾聴」とは・・・

「こちらの聞きたいこと」を聞く(Hear)のではなく、「相手の言いたいこと、伝えたいこと、願っていること」を受容的、共感的態度で「聴く」(Listen)ことであり、相手が自分自身の考えを整理し、納得のいく結論や判断に到達するよう支援することです。つまり「聴く」の字のごとく、「耳と目と心できく」のが「傾聴」の基本です。

- 意義1. 相手の心を癒し、孤独感や不安が軽減して安心感につながる(心の健康)
- 意義2. 相手の隠れた思いを聴くことで、求めている本当の援助ができる。
- 意義3. 気持ちが落ち着き、考えが整理され、自分で解決する能力を引き出す。

◎カウンセリングとは異なります。

「カウンセリング」は専門的知識と特別な訓練を受けている専門職が相談者の悩みや困り事を聞き、お互いに理解し合いながら、問題解決に向けての適切なアドバイスをします。



●表紙写真/「いま、生活で不安になることが数々と起こっていて、そんな中でも子どもたちは素直に育っている。元気に明るく楽しくこの先も過ごせるように」と願いながら、保育所では、園児たちがこねたまゆだまをどんど焼きの火であぶりました。大人も、園児の表情に表れているような「素直さ」を持って生きていきたいですね。

CONTENTS

■傾聴ボランティアを知って生かそう	2-4
■春の全国火災予防運動	5
■中小企業のための村の融資制度	6
■村づくり通信	7
■くらしの情報	8-9
■行政情報	10-11
■保健・福祉の掲示板	12
■くらしのガイド	13
■はらむらとぴっくす	14-15
■はじめまして1才6ヶ月です	16



春の全国火災予防運動



平成20年度全国統一防火標語 「火のしまっ 君がしなくて 誰がする」 3月1日(日)～3月7日(土)

春先は空気が乾燥し、風の強い日が多くなることから火災が発生しやすくなります。次の事を守り、火災を起こさないようにしましょう。

- 風の強い時はたき火をしない。また、火が完全に消えたことを確認してから、その場を離れる。
- ストープには燃えやすいものを近づけない。
- 寝たばこやたばこの投げ捨てはしない。
- ガスコンロなどのそばを離れる時は、必ず火を消す。
- 電気器具は正しく使用し、たこ足配線はしない。

【村内の火災発生件数】

平成20年中の村内での火災発生件数は5件でした。



住宅用火災警報器を設置しましたか？

本年6月1日になるまでに全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。火災を早期に見出すことで、逃げ遅れによる死者・負傷者を無くすことを目的としています。

大切な命を守る為、住宅用火災警報器を設置しましょう。自分で取り付けられない方は、消防署又はお近くの消防団員にご相談ください。

※ 取り付け方法などは広報はら平成20年7月号4頁、11月号3頁を参照してください。

悪質な訪問販売にご注意下さい。消防署員や消防団員が訪問して販売することはありません。



「NSマーク」が表示されている火災警報器を購入しよう！

消防職員の派遣を希望される方へ

各事業所等で、訓練、研修会を実施するにあたり、消防職員の派遣を希望される場合は、事前に訓練実施計画書を原消防署まで提出して下さい

問い合わせ先 ▽ 原消防署 予防係 ☎ 79-2442



平成21年原村消防出初式

1月11日、消防団員120名余が出席し、出初式が行われました。観閲のあと、中央公民館駐車場から役場へ、来賓や沿道に集まった皆さんの前で悠然とした姿で分列行進、車両行進が行われ、祝水が披露されました。

引き続き行われた表彰式では、団員らが長野県消防協会長表彰などを受章しました。その中で原村消防団は、普段から火災予防に努め平成18年5月からの1年6カ月間、建物火災を出さなかったことで、諏訪消防協会長から無火災章を受章しました。

【団員募集】

消防団では、地域の安全を一緒に守ってくださる仲間を募集しています。資格などは必要ありません。詳しい内容を知りたい方は、お気軽に原消防署へお問い合わせください。

傾聴ボランティア養成講座

村主催で4月から開始予定の

村では2月から、傾聴ボランティア養成講座の受講生を募集し、4月から研修を開始します。次のような流れで受講していただく予定です。

2月
☆受講生募集
2月から随時、受講生を募集していきます。

4月
☆傾聴ボランティア養成講座開講
申し込みされた方を対象に養成講座を開始します。

原村地域福祉計画の基本理念
地域で支え合う福祉の村づくりのために傾聴ボランティアを進めていきます。

12月
☆傾聴ボランティア活動
村に傾聴ボランティアとして登録し、実際にボランティアとしての活動を行います。

4月～11月 10時間程度
☆受講生の皆さんが傾聴ボランティアの技法を身に付けます。
・講義
・演習
・体験的学習
・ロールプレイング
少人数のグループに分かれ、話し手役と聞き手役の二者が各々の役割を演じます。この実習を通じて傾聴の技法を身に付けていきます。

私も学び活動しています！
原山に住む森陽一さんは、村内で何か人の役に立てることがないか探している時、テレビで傾聴ボランティアの特集番組を見て「これなら自分にも出来るんじゃないか」と感じ、即行でテレビ局に問い合わせ、その後研修を受講。現在は原村社協のデイサービスでボランティア活動をしています。最初は積極的に受け入れられてはなかった傾聴も毎週行うほどまでに定着し、原村に移住して6年の森さんは、いま「村民の方々と一緒に生活している」と感じることができそうです。



＝写真＝
活動をしていて「ああ、よかった」と思う瞬間・相手の目、体、言葉、表情から満足度が私自身に伝わってきたとき。

私も学び活動しています！
原山に住む山田恭平さんは、約3年前、会社勤めの生活を終え、自分を活かして何か世の中の役に立とうと傾聴ボランティア養成研修を受講しました。実習で自分も元気をもらいながら、十分身に付いていなかった「人の話を聴く」力をつけ、その後受講生仲間と「傾聴みみずくグループ」を立ち上げ、活動を始めました。妻ナンシーさんも同じグループに所属し、宅老所で活動しています。

山田さんは月に5、6回特別養護老人ホームと宅老所で行う傾聴ボランティア活動を2年余り続けています。話し掛けても10分近く返事が返ってこなかったりした時、声かけは余計なおせっかいになってないかと悩むこともありましたが沈黙を恐れず、時間をかけて、信頼を得ることが大事だと分かりました。

★これから始めるみなさんへメッセージ
傾聴の相手はアドバイスを求めてはいません。「話を否定することなく、きちんと受けとめて聴く技術を身につけた傾聴ボランティア」は高齢者の悩みや寂しさの解消、精神的健康の維持・回復に有効とされています。これは単に施設の利用者のみならず、我々が家庭や社会生活をおくっていく上での基本的なものと思います。講習の機会を生かし傾聴活動がこの原村でも根付いていくことを期待しています。

厚生労働省の「これからの地域福祉のあり方に関する研究会」の平成20年3月の報告には、地域社会で支援を求めている者に住民が気づき、住民相互で支援活動を行う等の地域住民のつながりを再構築し、支えあう体制が必要である一とあります。今回紹介した傾聴ボランティアは、支援を求めている方々へ向う活動を行う地域福祉の実践の1つです。約束ごとがあったり、講習で時間がかかっていますが、そのことも理解しながら、今後の村からの呼びかけに参加していただける方をお待ちしています。
保健福祉課社会福祉係 ☎ 79-7092 (地域福祉センター内)



国の今年度補正予算で、住宅への太陽光発電システム設置者に補助金が交付されることになりました。



補助金申請期間	～2009年3月31日（火） 平成21年度以降も補助制度が継続される見込みです
補助金額	太陽電池モジュールの公称最大出力1kWあたり 7万円 例えば、公称最大出力が3.5kwのシステムの場合、7万円/kW × 3.5kW = 24.5万円となります。
対象者	自ら居住する住宅に対象システムを設置する個人で、電灯契約をしている方 電灯契約かどうかは領収書などでご確認ください。
対象システム	以下の要件を満たすことを条件としています ①太陽電池モジュールの変換効率が一定の数値を上回る（太陽電池の種類毎に基準値を設定）。 ②一定の品質・性能が確保され、設置後のサポート等がメーカー等によって確保されていること。 ③最大出力が10kW未満で、且つシステム価格が70万円（税抜）/kW以下であること。 （特殊工事費用については別途規定あり） ※詳細については交付規程及び技術仕様書に基づく。

補助対象経費 補助対象となる経費の範囲は以下の通りです

太陽電池モジュール、架台、インバータ、保護装置、接続箱、直流側開閉器、交流側開閉器、配線・配線器具の購入・据付、設置工事に係る費用、余剰電力販売用電力量計

住宅用太陽光発電システムイメージ図

※資料出典：有限責任中間法人太陽光発電協会 太陽光発電普及拡大センター

手続代行者	申請者は手続の代行を依頼することができます 申請者は、補助金交付申請書、各種変更書類および実績報告書等の手続の代行を、対象システムを販売する者等（手続代行者）に対して依頼することができます。 ※手続代行者とは、申請者に対して対象システムに関する領収書を発行できる方です。 ※手続代行者は、依頼された手続業務について誠意をもって実施して下さい。
処分の制限	法定耐用年数の期間内は処分することができません この補助金を利用して設置した太陽光発電システムは、法定耐用年数の期間内は処分することができません。処分せざるを得ない場合は、事前に処分承認申請書をJ-PECに提出し、承認を受けて下さい。
受け付け窓口	社団法人 長野県環境保全協会 電話 026-237-6620

2005年度に打ち切られた住宅用太陽光発電システムの設置にかかわる国の補助金制度が、今年度の補正予算で復活しました。これは太陽光発電設備の普及・促進を目的とするものです。制度の詳細、申請手続き等については、太陽光発電協会の定める「住宅用太陽光発電導入支援対策費補助金交付規程」で定めています。（太陽光発電普及拡大センターwebサイト（<http://www.j-pec.or.jp>）に掲載。）申請方法など詳しくは、長野県環境保全協会へおたずねください。

村づくり通信

村づくり戦略推進室
村づくり係からのお知らせ

TEL.79-7922（直通）
E-Mail:muradukuri@vill.hara.nagano.jp

この表で制度を確認され、健全な経営のためにお役立てください。
◇融資に当たっては、長野県信用保証協会の保証付き融資となっておりますが、この際必要となる信用保証料については、村がその全額を補助しています。

村内の工場、事業所の皆様、健全な企業に発展するとともに、大きく飛躍していただくため、村では低利融資の制度を設けています。

昨今の経済情勢を受け、制度の充実を図りました。昨年12月に要綱の一部改正をして、ご利用が幅広くできるようになっています。

中小企業のための村の融資制度

原村中小企業振興資金融資制度

（いずれの資金についても村税に滞納がなく未申告でない者）

平成20年12月改訂版（改正箇所＝赤字）

取扱金融機関／諏訪信用金庫原支店、八十二銀行茅野支店

資金名	融資対象	資金用途	貸付限度額等	貸付条件 ※ここには貸付利率と貸付期間のみ掲載しました。詳しくはお問い合わせください。	保証料	利子補給
中小企業振興資金	村内の中小企業者	設備資金 ◎機械類の購入及び工場、店舗の新增改築資金等 運転資金 ◎経営に必要な資金	1,500万円 750万円	年2.6% 7年（据置1年以内） 5年（据置6月以内）	全額村が補助します	なし
小規模企業振興資金	村内の小規模企業者であって、信用保証協会の債務保証の総額が8,000万円を超えない者で、他の無担保無保証人制度の額が1,250万円を超えない者	設備資金 ◎小規模事業者の機械類の購入改良及び工場、店舗の新增改築資金等 運転資金 ◎小規模事業者の経営に必要な資金	750万円 500万円	年2.3% 5年（据置6月以内） 5年（据置6月以内）		なし
経営安定資金	村内の中小企業者であって、最近3月間の売上額が前年同期に比べて10%以上減少している者、最近6月間の売上額等が前年同期に比べて5%以上減少している者、最近3月間の売上額が前年同期に比べて15%以上減少し、かつ前年同期に比べて5%以上減少している者で、経営に著しく支障を生じている者	運転資金	1,000万円	年2.0% 7年（据置6月以内）		年1.0% 借入後2年間
経営安定借換資金	経営安定資金の条件を満たし、原則として村の融資制度の借入残額を借り換える者	運転資金	1,000万円	年2.0% 7年（据置6月以内）	補助します 全額村が補助します	年1.0% 借入後2年間
開業支援資金	村内に1年以上居住する者で、開業しようとする業種に1年以上勤務し、その知識及び技術等を相当程度有し、村内で開業する者（ただし監督官庁の許認可を必要とする事業を営む者は許認可を受けた以降とする）	設備資金 ◎機械類の購入及び工場、店舗の新增改築資金 運転資金 ◎開業するに必要な資金	1,000万円 500万円	年2.3% 7年（据置1年以内） 5年（据置6月以内）	全額村が補助します	年1.0% 借入後2年間
工場用土地取得資金	特定地域内に工場用地を取得し、1年以内に工場を設置する中小企業者	設備資金 ◎工場設置に必要な土地取得資金	1,000万円	年2.3% 7年（据置1年以内）	全額村が補助します	年1.0% 借入後2年間

●制度資金に関する問い合わせ先●
原村農林商工観光課 商工観光係 ☎79-7929（直通）

行政情報

TEL.0266-79-2111 (代)
FAX.0266-79-5504

- 議会事務局 ☎79-7951
- 総務課 総務係 ☎79-2111 (内231) ★災害時連絡先
- 村づくり戦略推進室 村づくり係 ☎79-7922 企画係 ☎79-7942
- 住民財務課 税務係 ☎79-7923 財政係 ☎79-7924 住民係 ☎79-7927
- 会計室 会計係 ☎79-7935
- 保健福祉課 社会福祉係 ☎79-7092 健康づくり係 ☎79-7092 医療給付係 ☎79-7925 原村診療所 ☎79-2716 保育所 ☎79-3559
- 建設水道課 建設係 ☎79-7921 環境係 ☎79-7933 上下水道係 ☎79-7943
- 農林商工観光課 農政係 ☎79-7931 農村整備係 ☎79-7932 商工観光係 ☎79-7929 農業委員会 ☎79-7934
- 教育委員会 教育課 ☎79-7920 学校教育係 ☎79-7930 文化財係 ☎79-2123 原小学校 ☎79-2455 原中学校 ☎79-7940 生涯学習係 } ☎79-7940 中央公民館 } ☎79-4922 社会体育館 } ☎70-1500 原村図書館
- 諏訪広域連合 原消防署 ☎79-2442 ★災害時連絡先

http://www.vill.hara.naganajo.jp/ E-Mail: haramura@vill.hara.naganajo.jp

村長と話し合おう

第104回「村長と話し合おう日」を行います。希望者はお申し込みください。

■日時／2月24日(日)

午後1時～午後8時

■場所／原村役場 村長室

■その他／「村長室へようこそ」事業「村長の在庁時で都合のつく限り懇談に応じます。

■ 町・申込先総務課総務係 ☎79・2111 (内線231)

ごみ処理の検討委員会から中間報告

「ごみ処理基本方針検討委員会」は原村、茅野市、富士見町における広域的なごみ処理システムの基本的な方針について検討するために設立した委員会で、住民委員、

知識経験者等23名で構成されています。

現在、原村、茅野市、富士見町の可燃ごみは茅野市米沢にある諏訪南清掃センターで焼却されていますが、毎年2,600トンの焼却灰が、茅野市と富士見町に在る2箇所の最終処分場で埋立処分されています。しかしこの最終処分場もこのままいけば後4年半ほどで満杯となりま

す。そこで緊急的な措置として小諸市の民間業者へ処分を委託して処分場の延命を図っています。この様な状態を踏まえ最終処分場と同等の処理施設の整備が喫緊の課題となっております。

長所短所を検討し、また現有の焼却施設の延命を考えたがら今後の焼却灰の処分をどのようにしていくか検討しています。

この問題につきまして、村民の皆様の見解、要望等が有りましたら、左記までお寄せください。

■ 建設水道課環境係 ☎79・7933 (直通)

子育てサロン開設

保育所や幼稚園へ入園する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利用ください。図書館2階の会議室で開設しています。担当者が子育てのお手伝いをしますので、ご相談ください。

■ 3月の開設日

3日(火)、5日(木)、6日(金)、10日(火)、12日(木)、13日(金)、17日(火)、19日(木)、24日(火)、26日(日)、31日(火)

■ 開設時間 午前10時から正午まで

■ 保健福祉課社会福祉係 ☎79・7092 (直通)

非常持出品・住宅用火災警報器の購入

非常持出品と備蓄品の用意は、ともに防災対策の基本です。

「非常持出品」とは、避難するときに持ち出す最小限の必需品で、「備蓄品」とは災害復旧までの数日間を自足するためのものです。防災機器販売店や原村社会福祉協議会、ホームセンターの防災コーナーで購入できます。

■ 総務課総務係 ☎79・2111 (内線231)

詳しくは、各家庭に配布しました「地震防災ガイドブック」や「原村防災・国民保護ガイドブック」、広報はら7月号をご覧ください。いざという時に備えましょう。

■ 住宅用火災警報器の設置が義務付けられます

平成21年6月1日からすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が必要になります。住宅用火災警報器は、電気店、ホームセンター等で購入できます。取り付けができない方は、身近な消防団員にお尋ねください。

■ 非常持出品・備蓄品・住宅用火災警報器は、いずれも村では斡旋していません。お手数でも各自で購入をお願いします。

音声・拡大読書機

視覚障害者用を設置しました

昨年の12月末に、国の視覚障害者等情報支援緊急基盤整備事業補助金で、視覚障害者用拡大読書器2種を購入しました。1種類はパソコンの画面に、拡大した書類の活字文字が映し出され、音声によって書類に書かれている内容が聞ける機器、もう1種類は携帯型で、手で活字文字が大きく見られる機器です。役場窓口で書類などの字が読みづらくて困った時にはどうぞご利用ください。

特徴

【音声・拡大読書機】
■ 写真／上
印刷物を置き読み取りキーを押すだけで、印刷された活字文字を音声で読み上げ、画面で最大40倍まで、16段階で拡大表示できる、音声と拡大表示両用の読書機です。

【携帯型拡大読書器】
■ 写真／下
縦約8センチ、横約14センチの小型で、印刷物の上に当てると、活字をスタンドを使用した時は最大15・8倍に、スタンドを使用しない時は最大22・5倍にして液晶画面に映し出します。

■ 保健福祉課社会福祉係 ☎79・7092 (直通)



↑携帯用は住民財務課住民係の窓口を設置してあります。使用方法是職員におたずねください。

ハケ岳美術館開館30年 維持・管理募金

を創設することとなりました

ハケ岳美術館はあと約1年で開館30年になります。経年劣化による建物の傷みの補修は欠かせません。そのため募金を創設し村と協議の上、ハケ岳美術館の建物に係る維持・管理に有効に活用させていただきます。温かいご支援、お待ちしております。

問 ハケ岳美術館 ☎74・2701

COLUMN 村長との心算 樺朴談 Vol.18



昨年は社会を震撼させる事件が多々起こりました。東京秋葉原の無差別殺傷事件、また元厚生事務次官宅連続殺傷事件など、記憶から消えない所です。これら事件の理由は報道された所ではいずれも身勝手なもの、自分の思い通りにならないことを、社会や他人のせいとしています。

社会が進んで経済的にも物が溢れて豊かになり、生活環境も快適に過せるようになってこそ欲望は満たされ、精神的にも肉体的にも我慢するということが少なくなり、その結果、耐えるという力が弱くなったのではないかと思えます。これは社会全体がそうなっている訳で、耐える力が弱くなったからキレたり、非行や凶悪犯罪に走ったりすることになります。モンスター・ペイシエントとかモンスター・ペイシエントも同様ですが、自分の思い通りにならないければ我慢

ができません、世の中にそんな人が多くなるのは、私達は豊かさの代償に我慢するという心の耐性を何処かに置き去りにしてきてしまったのです。我慢する力、つまり心の耐性を養い高めるには、子供の時代からの躾と教育が大切です。幼児期から少しずつ我慢させること、欲しい物を過度に買いたたけない、子供自身がかさばることに手を出さない、過保護でなく序々に自立させていくことが大切で、時に挫折感や味あわせることも必要となります。親の働いている姿を見せたり、手伝いをさせることも有効です。学校等集団の中では自分の思い通りとならないことがあることを、体験することが必須です。個の確立に従って個人主義に陥らないよう、権利偏重の誤りを悟らせることも大切となります。個人主義だとして、自己中心の自己の利益だけを追求し権利主張を奨励する風潮は、自分の思い通りにならないければ我慢できなくなるという心の耐性を低下を招くのです。

原村長 清水 澄



↑パソコンの仕様をしたものは地域福祉センターと図書館へ

保健・福祉の掲示板

原村地域福祉センター ☎保健福祉課 ☎79-7092
原村診療所 ☎79-2716

くらしのガイド

上水道当番指定店

2月15日(日)~2月21日(土)	(有)篠原鉄工建設	☎79-2421
2月22日(日)~2月28日(土)	(株)宮坂建設	☎79-2536
3月1日(日)~3月7日(土)	共栄管工(株)	☎79-5254
3月8日(日)~3月14日(土)	(株)キタハラ	☎72-7418
3月15日(日)~3月21日(土)	(株)有賀水道	☎72-4017

給水装置の修理は施工された指定工事店へ依頼してください。緊急の場合は当番店でも相談にのっています。

資源物とごみの収集日

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	毎週火・金曜日	各地区 指定箇所
不燃ごみ	毎週水曜日	
資源物	2月28日(土)	役場駐車場 ▶午前7:30~午前10:30
	3月12日(木)	各地区 指定箇所
粗大ごみ	3月9日(月)	払沢、中新田
	3月16日(月)	大久保、柳沢、ハツ手
	3月23日(月)	柏木、室内、菫浦沢、やつがね、南原
	3月30日(月)	判之木、上里、ペンション、原山、農場

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。

焼却ごみ収集量および可燃系資源物回収量

	焼却ごみ収集量	前年度比	可燃系資源物回収量	前年度比
2008年12月	99,610 kg	125.74%	29,617 kg	96.00%
12月までの累計	823,500 kg	106.69%	244,874 kg	87.70%

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8期)
 - ・介護保険料(普通徴収11期)
- 納期限・口座振替日……3月2日(月)

住民財務課窓口の時間延長 午後7時まで

- ・2月17日 ・2月24日 ・3月3日 ・3月10日

人の動き

- ・人口 7,805人 (+6) 転入31
 - ・男 3,883人 (+1) 転出19
 - ・女 3,922人 (+5) 出生5
 - ・世帯数 2,785世帯 (-4) 死亡11
- 平成21年1月末現在。()内は先月比。

もみの湯送迎福祉バス

- 1班 2月24日(火)、3月10日(火)
大久保・柳沢・ハツ手・払沢・上里・農場・ペンション・原山
- 2班 2月17日(火)、3月3日(火)
柏木・菫浦沢・室内・中新田・南原・判之木・やつがね

もみの湯『介護予防教室』

- 2月17日、2月24日、3月3日、3月10日
》時間：午後1:30~ 》場所：もみの湯
》問い合わせ先：保健福祉課健康づくり係
☎79-7703 (直通)

原村診療所

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	鎌田實 または 安藤親男	安藤公二	安藤公二
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)	安藤公二 第①午後2~3時 漢方外来 長坂和彦

- 休診 土・日曜日、祝日
》問い合わせ先：☎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15日(日)	池田医院 ☎73-0555	池上薬局 ☎72-2284
2月22日(日)	三田医院 ☎73-9233	長峰ファミリー薬局 ☎71-2555
3月1日(日)	塚田医院 ☎72-9898	リジョイスかしわ薬局 ☎82-3660
3月8日(日)	リバーサイド・クリニック ☎72-7010	りんどう薬局 ☎73-9285
3月15日(日)	矢嶋内科医院 ☎72-2048	のぞみ薬局 ☎73-7680

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7:00~午後9:00
- ・診療科目／小児科(けがは除く)
- ・お問い合わせ … ☎54-4699 (よるきゅうきゅう)

『土砂災害110番』窓口(土砂災害に関する質問・相談)

- ☎57-2936
- ※平日と大雨注意報・警報発令中に利用可能

お元気でですか?

みどりの健康館

子宮がん病院検診は
2月末日までです!

原村では、20歳以上の女性であって、今年度まだ子宮がん検診を受けていない方を対象に、子宮がん病院検診を実施しています。

検診の普及等により以前に比べて子宮がんによって死亡する人は減少しています。しかし、近年の食生活の欧米化や、生活の変化から、ますます定期的な子宮がん検診実施の重要性が叫ばれているのです。

子宮がんには、子宮の入り口にできる頸がん、子宮の奥にできる体がんの2種類があります。子宮がんのほとんどは頸がんであり、30歳から50歳代にかけて最も発見されやすいといわれています。しかし、現代の日常生活の変化によって、最近では20歳代での発症も懸念されています。また、体がんにおいては、高齢者での発症が多く、若年層から高齢者まで発症する可能性があると考えられます。

これらのがんの症状としては、不正出血や月経異常等といわれていますが、症状は表れない場合が多く、そのため症状がなくても、検診を受ける必要性が高いのです。

子宮がん病院検診をご希望される方は、直接地域福祉センター窓口までお越し下さい。実施期間は2月末日までとなっておりますのでご注意ください。なお、毎年春に実施している子宮がん集団検診の詳細については、4月以降にお知らせしますのでご確認ください。

(保健福祉課保健師・伏見万里子)

★材料(2枚分)

絹ごし豆腐.....1/2丁(150g)
白菜キムチ.....70g
にら.....1/2ワ(50g)
卵.....1個
小麦粉.....大さじ6
片栗粉.....大さじ3
ピザ用チーズ...50g
白すりごま.....大さじ2
ツナ缶.....1/2缶
ごま油

レシピも 豆腐のチヂミ

☆つくりかた

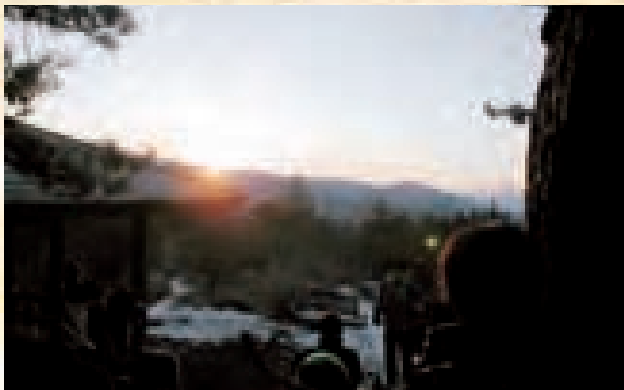
- ①白菜キムチは2cm長さに切る。にらは4cm長さに切る。
- ②ボウルにAを入れ、豆腐と卵を加え、よく混ぜる。
- ③②に白菜キムチ、にら、ピザ用チーズ、すりごまを加え、ツナを缶汁ごと加えてゴムベラでよく混ぜる。
- ④=2枚焼く=大きめのフライパンにごま油大さじ1/2を熱し、③の生地を半量をし入れ、ふたをして中火で約2分間こんがり焼く。1度皿に出し、さらにフライパンをかぶせて裏返す。ごま油大さじ1/2を鍋肌から回し入れ、同様に2分ほど焼く。焼きあがったら、もう一枚焼く。食べやすく切った器に盛る。

一口メモ Chademiとは韓国料理です。今回は小麦粉を使ったチヂミですが、韓国ではもち米やウルチ米粉、ジャガイモ、豆などを生地として使用します。粉とごま油、ニラなどを使い外はパリッと、中はもっちりとするのが特徴です。

健康カレンダー

種別	実施日・受付時間	場所	対象者
健康相談	16日(日) 午後1:00~午後3:00	保健センター2階	希望者
3歳児健診	17日(月) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H17年12月、H18年1月生
むし歯予防教室	18日(火) 午前9:45~午前10:00	保健センター2階	希望者
乳児健診	24日(月) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H20年4、7、10月生
母乳学級	26日(水) 午後1:30~	保健センター2階	希望者(要予約)
母親学級前期コース②	27日(木) 午後1:00~午後1:15	地域福祉センター	妊娠前期~中期の方で希望者(要予約)
B C G	2日(日) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	H20年11月生
3歳児健診	3日(月) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H18年2月1日~H18年4月1日生
2歳児歯科検診	4日(火) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H18年12月、H19年1、2月生
1歳半健診	6日(木) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H19年8、9月生
三種混合	9日(日) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	7歳半~H20年8月生
育児相談	10日(月) 午前9:30~午前11:00	保健センター2階	希望者(要予約)
離乳食教室8・9ヶ月コース	12日(水) 午前9:45~午前10:00	中央公民館	H20年6、7月生
母親学級後期コース	14日(金) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	妊娠中期~後期の方で希望者(要予約)

=子宮がん病院検診について= 原村では、今年度まだ子宮がん検診を受けていない方を対象に、指定医療機関において子宮がん病院検診を実施しています。実施機関は平成21年2月末日まで、指定医療機関は平出クリニックと平岡産婦人科です。受診希望の方は、依頼書と問診票をお渡ししますので地域福祉センター窓口までお越しください。



↑親子で初日の出を望む

御来光登山

1月1日、天女山から初日の出を見ながら新年を迎える御来光登山が行われました。

親子で参加した男性は「年の始めに、みんなで共同で何か出来るのはいいもんです」と言い、何年か続けて参加しているそうです。

健康のために参加したという80歳の男性は、外国は数多く訪れているが、今度はモロッコに行ってみたくて夢を語っていました。佐久市強歩大会に連続5回出場し完走した(75キロ、78キロ)こともあり年間約20回のマラソン大会出場をこなす68歳の男性は、年々タイムが遅くなるが、競うという意味ではなくタイムを上げていきたい、村で主催するウォーキングの回数を増やしてもらってそこに参加したいと、改めて走ることに熱意を燃やしていました。

みなさんで新年への思いを胸に掲げながら初日の出を見た後は、元気よく万歳三唱をして下山しました。

今年も元気に氷上決戦 第10回原村村民冬季スポーツ祭



新年になり暖かい日が続いていましたが、1月17日、リンクは固く氷が張り、多くの住民のみなさんが集まって、スケート競技と地区対抗戦を行う冬季スポーツ大会が、盛大に開かれました。

スケート競技には、小学生の選手が多数出場し、声援を受けながら、ゴールするまで粘り強い滑りをみせていました。地区対抗戦のカーリングでは、少しリンクの表面も溶け始めていたせい、よく滑る漬け物石は思わぬところに滑ってしまい、観戦しているみなさんも大いに楽しんでいました。

最後まで盛り上がった第10回原村村民冬季スポーツ祭は、優勝やつがね区、準優勝南原区、3位菖蒲沢区という結果になりました。「つい本来の力がちやって」とやつがねの方は喜んでトロフィーを持ち帰って帰りました。



平成21年原村行政嘱託員会議 区長会長は篠原昭仁、副区長会長は日達松彦に決定



1月9日の行政嘱託員会議では、村長から村内15地区の区長と代理区長(原山自治会は正副会長)へ行政嘱託員の委嘱状が交付されました。村長はまず年4回開く区長懇談会について触れ、この会は各地区からの要望も出してもらいながら、村全体の統一をはかったり問題の解決の場としているとして、1回目の日程などを伝えました。続けて各課(室)からの職務内容の説明の後、区長会長に篠原中新田区長が、副区長会長に日達弘沢区長が選出されました。

地区名	区長名	代理区長名
大久保	真道邦宏	真道利彦
柳沢	小池喜久治	百瀬勝文
八ッ手	秋山洋治	阿部光康
弘沢	日達松彦	鎌倉隆保
柏木	清水忠臣	荒木敬悦
菖蒲沢	宮坂吉正	藤原吉春
室内	早川茂一	菊池正光
中新田	篠原昭仁	宮坂金光
南原	白鳥勝男	松沢浩
判之木	伊藤広信	五味進
上里	矢嶋芳彦	杉澤重雄
農場	梶並憲昭	百瀬智明
やつがね	坂本達郎	宮坂雄二
ベンジョン	鮫島克	金松智之
原山	東田龍雄	門田圭介

あきは 關廬社にしめ縄奉納 室内区の氏子役員ら

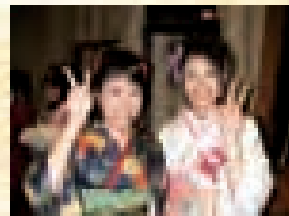
12月28日、關廬社にしめ縄の奉納を行うため、区の役員のほか氏子役員や青年部の会員などが集まりました。この日活躍したのが、氏子らが作った綱より機で、設計は小林五郎さんが担当しました。この綱より機を使って綱をよる作業を何度も繰り返して、しっかりとよりあがったしめ縄を鳥居に取り付けました。しめ縄に垂らすわらに、ご幣の四手を付けるのもみんなの手作業です。最後、鳥居に取り付けをした男性は「貴重な経験が出来た」と、寒い中、高いところでの作業にまったく疲れた様子も見せずに話していました。



美しく華やかに成人式挙行される 祝成人~98名

1月3日、気持ち良く晴れわたった空の下、今年の成人式に該当する昭和63年4月2日から平成元年4月1日生まれの成人の皆さんが成人式の会場へと集まりました。

式では村長が式辞を述べたあと、清水翔太さんと宮坂南さんが成人のことばを発表し「頑張って働いてくれる父、たくさん愛情を注いでくれる母~未熟で半人前の私に家族のためできることは卒業して夢をかなえること」と、大人への道へ踏み出す新成人の力強い誓いの言葉が述べられました。

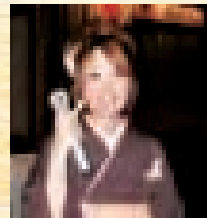


(右)菊池真美さん
「久しぶりにみんなの顔が見れて嬉しかった」

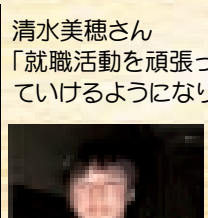
(左)堀内麻衣さん
「今通っている学校をまず卒業して夢を叶えたい」



(右)田中麻美さん
「夢は自分の店を持つこと」
(左)清水愛美さん
「あんまり大人の実感はないけど、世界中の人と触れ合いたい」



司会者



清水美穂さん
「就職活動を頑張って一人で暮らしていけるようになりたい」

乾杯の発声をした
宮坂卓也さん
「テレビではよくないことをいっぱい言っている、できれば社会を変えていけるようなでかい人間になりたい」

成人者より一言



式の後には記念パーティーが開かれ懐かしい友との記念撮影や恩師との再会が成人を祝いました。

