

# 伸びよ 原っ子 育てよ 原っ子

家庭でも地域でも みんなのつながりを大切に

家庭はすべての教育の出発点です。家族の心やすらぐ居場所であるとともに、子どもたちにとっては、生活のリズムと、人との関係の在り方や社会のルールの大切さを学ぶ重要な場所です。我が家の様子についてもう一度みつめ直してみましょう。

## 家庭では

- ・会話を通じて家族のきずなを深めましょう。
- ・子どもの経験の幅を広げましょう。
- ・家庭のルールを基本に、社会のルールを教えましょう。
- ・お手伝いで役割と助け合いの気持ちを深めましょう。
- ・地域の中で、家族の居場所を見つけましょう。



地域の中の、人と人とのつながりが少なくなったと言われ久しいですが、そのことが一つの要因として地域で子どもを育てる「教育力」が低下したと言われています。地域活動を通して大人が地域の中心となりつながっていくことが、子どもが伸び伸び成長できる地域社会を取り戻すきっかけとなります。大人も子どもも地域の活動にかかりましょう。

## 地域活動に参加すると

### 子どもを持つ親は

- ・自分の子ども以外の地域の子とふれあう機会が増えます。
- ・子育ての体験などを地域の人たちと共有したり情報交換ができます。
- ・地域への貢献を実感でき、仕事以外のつながりができます。



### 子どもは

- ・親、先生以外の大人とふれあう機会が増えます。
- ・地域で育まれていることを実感し、地域の一員という意識が生まれます。
- ・学校とは違った異年齢間の空間を体験できます。

### 地域の人たちは

- ・職業や趣味で培った知識や技術を社会に生かすチャンスとなります。
- ・地域に住む人々のつながりが強まって、地域の防犯にもつながります。

原村教育委員会

INFORMATION

# くらしの 情報

暮らしに役立つ身近な情報発信

1月	2月
日	月
	15
16	17
18	19
20	21
22	23
24	25
26	27
28	29
30	31
1	2
3	4
5	6
7	8
9	10
11	12
13	14
15	

January to February

## 施設のおやすみ

- 役場 ☎79-2111 土曜日、日曜日、祝日
- 診療所 ☎79-2716 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

■老人憩の家 ☎79-2111(内線128) 日、火、木曜日

■中央公民館 ☎79-7940 無休

■社会体育館 ☎79-4922 火曜日、2/12

■図書館 ☎70-1500 月曜日、祝日、1/28

■八ヶ岳美術館 ☎74-2701 無休

■八ヶ岳自然文化園 ☎74-2681 火曜日、2/14

■もみの湯 ☎74-2911 1/19、2/2

## イベント

### 長野県行政書士会 第29回無料相談会

日時 ● 1月19日(土)  
午前10時30分～午後3時  
場所 ● 長野県行政書士会館  
相談内容 ● 相続手続・遺言の手続、各種契約書、権利義務関係等の手続、成年後見等日常生活における諸手続  
電話相談 ● 時間内同時受付  
問い合わせ先 ● 長野県行政書士会 ☎026・224・1300

### 森林文化学習会

人と森林との関わりについて理解を深め、生活をより豊かなものにしていくための指針を学びます。  
日時 ● 1月23日(日)

### 日曜就農相談

午後2時～午後4時  
会場 ● 茅野市文化センター  
内容 ● 日本列島における人間と森林の歴史②  
申込締切 ● 1月17日(日)  
参加費 ● 500円  
問い合わせ先 ● NPO法人八ヶ岳森林文化の会(井村) ☎76・6885

休日を利用した個別就農相談を行い、新規就農者の掘り起し、また、諏訪地域の農業振興を図り、就農を希望する方に、農業の基本的理解を深めることを目的に行います。

募集対象者 ● 諏訪地域で本格的に農業を始めてみたい方。  
開催日 ● 1月30日(日)  
会場 ● J A 信州諏訪すわか営農センター

### シルバー人材センター講演会

申込締切 ● 1月21日(金)  
※完全予約制です。諏訪農業改良普及センターへ電話でお申し込みください。  
※相談時間は、一人1時間程度です。参加費は無料です。  
問い合わせ先 ● 諏訪農業改良普及センター ☎57・2932

社団法人茅野広域シルバール人材センターでは、SBCラジオオキヤスターの武田徹さんの講演会を行います。参加料は無料です。

開催日 ● 2月8日(火) 午後3時  
会場 ● 富士見町コミュニティセンター  
問い合わせ先 ● (社)茅野広域シルバール人材センター ☎73・0224

## 募集

### 県福祉大学校学生

諏訪市にある長野県福祉大学校では、来年度の保育学科の学生を募集します。  
出願期限 ● 1月21日(金)  
募集人員 ● 25名程度  
試験日 ● 2月1日(日)  
問い合わせ先 ● 長野県福祉大学校 ☎57・4821

### 小学生～高校生の春休み海外派遣

財団法人国際青少年研修協会では、春休みに青少年を対象に国際交流事業を開催します。これは、体験を通してお互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に実施します。  
期間 ● 3月25日～4月4日

### 事前説明会

の内の10日間  
内容 ● ホームステイ・学校体験・英語研修・野外活動・ボランティア体験・文化交流・地域見学等  
派遣先 ● アメリカ・イギリス・オーストラリア・カナダ・ニュージーランド・フィジー・カンボジア  
対象 ● 小学2年～高校3年  
参加費 ● 30万円～40万円(共通経費3万円は別途)  
応募締切 ● 2月4日(日)  
松本会場 1月22日(日) 午後1時30分～午後3時  
松本市駅前会館 中会議室 ☎0263・33・2966  
※詳しくは、国際青少年研修協会のホームページをご覧ください。  
問い合わせ先 ● 財団法人国際青少年研修協会 ☎03・6459・4661

# 募集

**学生寮「長善館」館生**  
 応募資格 ●東京都内・近郊に所在する、4年制大学へ進学予定の男子学生。  
 募集人員 ●15名  
 所在地 ●東京都調布市若葉町(京王線仙川駅下車5分)  
 所要経費 ●  
 入館金 40,000円  
 館費 55,000円  
 (夕食代を含む月額)  
 個室電気料は使用料による

**選考面接日**  
 第1回 2月27日回  
 第2回 3月6日回  
 第3回 3月13日回  
 第4回 3月20日回  
 午後1時から長善館で行ないます。

**応募方法** ●面接日前日必着で、公益財団法人諏訪郷友会事務局へ郵送してください。  
 〒182-0003 東京都調布市若葉町1-43-1  
 ※詳しくは、長善館ホームページをご覧ください。

**応募書類請求先及び問い合わせ先** ●  
 財団法人諏訪郷友会諏訪事務局(小口俊吉方)  
 ☎27-0625

# 放送大学4月入学生

放送大学では、平成23年度第1学期の学生を募集しています。

放送大学は、テレビなどの放送を利用して授業を行う通信制の大学です。働きながら学び、大学卒業・教養を深める仕事に活かしたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。

**出願期間** ●2月28日回  
 ※詳しくは、放送大学ホームページをご覧ください。  
**問い合わせ先** ●放送大学長野学習センター  
 ☎58-2332

# 「持続可能な生活排水対策の推進」公式キャラクター

長野県では、県民の皆さんへの「生活排水施設」に関する啓発活動を、更に親しみの持てるものとし、かつこの取組のシンボルとなるような公式キャラクターを募集します。

**募集期間** ●  
 2月28日回必着  
**応募要件・資格** ●  
 ①応募要件  
 長野県の清らかな水環境や豊かな水循環を保全していくイメージをあたえ、年齢や性別を問わず、広く親しま

# 相談会

- 秘密厳守 相談無料
- 心配ごと相談所** ☎79-7228  
 ◇日時/2月6日(日)午後1時30分~午後5時  
 ◇場所/保健センター2階  
 ◇担当/五味勇吉相談員、小平さく代相談員
  - 国民年金出張相談会** ☎23-3661  
 ◇日時/2月2日(水)午前10時~午後3時  
 ◇場所/富士見町役場  
 ◇担当/岡谷年金事務所職員
  - 消費生活相談** ☎23-8260  
 ◇日時/土曜日・日曜日・祝日・第3火曜日以外  
 午前10時~午後6時  
 ◇場所/岡谷市中央町(ラオカヤ1階)
  - 税務相談所** ☎28-6666  
 ◇日時/2月9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の税理士
  - 交通事故巡回相談** 予約 ☎57-2902  
 ◇日時/2月10日(木)午前10時~午後3時  
 ◇場所/諏訪地方事務所  
 ◇担当/長野県交通事故相談所松本支所の交通事故相談員
  - 街角なんでも無料相談会**  
 ◇日時/第3土曜日 午前10時~午後3時  
 ◇場所/ベルビア3階マリコロヤール会館  
 ◇内容/社労士(就業規則・労働相談・年金等) 行政書士(遺言・相続・農地・建設許可等)  
 ◇担当/行政書士・社労士 ☎79-5425(行政書士) ☎24-2416(社労士)
  - 村民県税申告相談会** ☎79-7923  
 ◇実施日/2月16日(水)~3月11日(金)  
 ◇担当/住民財務課職員  
 ◇詳細は7ページに掲載してあります。  
 ◇2月18日(金)は税理士主催の確定申告書作成指導会を同時開催します。

# 県シニア大学・県域いきいき実践塾学生

4月からの学生を募集しています。

**長野県シニア大学**  
 おおむね60歳以上の県内在住者で、学習意欲旺盛であり、積極的に社会参加を目指す方。  
**学習期間及び時間** ●2年 1日4時間 年間18日程度  
**学習内容** ●高齢者の生きがいと健康づくり、社会参加活動を行なうための広い分野の学習・実践を行います。

**学習会場** ●諏訪教育会館  
**募集人員** ●120名  
**授業料** ●5,000円/年  
 その他、教材費や学生自治会などの諸活動に要する経費がかかります。

**長野県地域いきいき実践塾**  
 おおむね50歳以上の県内在住者で、講座終了後、地域で社会参加活動を積極的に行う意欲のある方。  
**学習期間及び時間** ●1年 1日4時間 年間16日程度  
**学習内容** ●地域参加活動を実際に行うための仲間づくりや活動に必要な知識、技能を身につけるための学習や実践活動を行います。

**学習会場** ●諏訪合同庁舎  
**募集人員** ●30名  
**受講料** ●1,000円/年  
 その他、教材費や実習経費、自治会活動などに要する経費が必要となります。  
**共通事項**  
**募集案内** ●市役所・町村役場(高齢者福祉担当課)・諏訪保健福祉事務所福祉課にありませぬ。なお、(財)長野県長寿社会開発センターの

# お知らせ

## 多重債務相談窓口

新規借入が困難となった方、または多額の借金返済に困っている方はご相談ください。  
**受付時間** ●(祝祭日を除く)  
 月曜日~金曜日  
 午前8時30分~正午  
 午後1時~午後4時30分  
**相談・問い合わせ先** ●財務省関東財務局 長野財務事務所  
 所「多重債務相談窓口」  
 ☎026-234-2970  
 (相談窓口直通)

# スポーツ

**社会体育館** ☎79-4922

- テニス教室**  
 ②1/16回 ③1/23回  
 ④1/30回 ⑤2/6回  
 ⑥2/13回 午後7時
- バウンドテニス教室**  
 ⑦1/17回 ⑧1/24回  
 ⑨1/31回 ⑩2/7回  
 ⑪2/14回 午前9時
- 南諏親善スケート大会**  
 ①1/22回 午後4時40分  
 会場||茅野国際スケートセンター
- ファミリースポーツデー**  
 ①1/22回
- 正午~午後5時**
- 筋力アップ教室**  
 ①1/27回 午後7時30分
- 村民冬季スポーツ祭**  
 ①1/29回 午前8時
- スキー教室**  
 ①2/3回 ②2/8回  
 午後6時30分  
 会場||富士見高原スキー場
- 利用者会議**  
 ②2/9回 午後7時30分
- 諏訪地方スケート大会**  
 ②2/11回
- 会場||茅野国際スケートセンター**
- タッチゲートボール大会**

# カルチャー

**中央公民館** ☎79-7940

- ②2/13回 午前9時
- ジュニア教室**  
 ⑩1/22回 ⑤2/5回  
 午前9時30分
- フラワールレンジ教室**  
 ⑩1/17回 ⑪2/14回  
 午後1時30分 午後7時
- 操体法入門講座**  
 ①1/18回 ②2/1回  
 ③2/15回 午前9時30分
- 吊し雛教室**  
 ①1/20回 ②2/3回  
 ②2/3回 ②2/4回  
 午前10時
- らくらくクッキング**  
 ②1/21回 午前9時30分
- パソコン基礎講習**  
 ①1/24回 ②1/26回  
 ③1/28回 午後7時
- パソコンサポート相談会(要予約)**  
 ①1/31回 午後1時30分
- あひるクラブ**  
 ②2/2回 午前10時
- パソコンワード教室**  
 ①2/4回 ②2/7回  
 ③2/9回 午後7時
- ふれあい学級**  
 ①2/10回 午後1時15分



# COLUMN

## 村長まよしの 心麓朴談 Vol.41

福島県に三春町という町があります。登山家の田部井淳子さんの出身地で、私とは些か知見があります。この町は町づくりがばらばらです。イベントでも直売所でもやたらと人出が多いです。一流の田舎町なのです。この町は城下町でした。人との繋がりが強く排他的なところもありますが、人がいいのです。そんな人にもヨソモノは挨拶をしてくれるのです。挨拶にも挨拶を返すのが基本です。挨拶は大切です。第一、その地域の活気を感じます。挨拶がないと閉鎖的だなど感じることも、その人を知るといって行くと、その地域を知ることも、その人を知ることから発展を予感させられて、何か楽しくなりませぬ。今は車社会でその土地の人と言葉を交わすことが少なくなっています。挨拶は特に重要です。道でも親切に教えてもらおうと、空が一段と明るくなつたような気分です。原村もヨソの人からこう思われてるかなあと思ったりします。城下町でしたから皆祭り好きです。何処にも負けな山車祭りがあり、アメリカまで行ってしまいました。無類の踊り好きは、正月から盆踊りを踊ってしまします。祭りが地域を活性化させ

せることを知っています。しかし、衰退していった時期もあったのです。町を活性化させなければなりません。城下町ですから至る所歴史の産物です。地域学の出発です。地元を良く知り、共に仲間づくりも出来たのです。次は足りぬ人、知識を輸入だとは、知識人や学者を呼んで(それも一度に3~4人)話を聞き、交流会を開きました。多様な講師を呼んでみます。どういう町にしようという話には、うつつけでした。目標が出来て来ました。丁度運よく新幹線の停車駅が隣市に出来て、都会の便利さを持つた田舎町を作ろうというこにになりました。ニュータウンは開放的な背の低い生け垣に囲まれ、電柱や塀のないすっきりとした街並みとなり、どの家もガレージと庭を有しています。通りに沿って公共施設や福祉施設が並び、公衆トイレやベンチもあり、観光客や足の弱い人も困りませぬ。近頃は商業施設と美術館や図書館もあり、狭い範囲で通りの用事は総て済みます。町は蘇り人々は深淵として人生を送っています。これは当時言われはじめた「コトバク」の第一号として建設省の指定を受けたのでした。

勿論こんなことは財政困難な今日では望むべくもないです。が、ハード面ではなく、町の活性化に異文化を取り入れ、住民が個性を誇り、まとめることがいかに力となるか見せつけられたのです。住民こそ一流の村を作っていくという気持ち、とても大切と教えられました。

原村長 清水 澄

# 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232) ★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 学校教育係 ☎79-7920 文化財係 ☎79-7930 原小学校 ☎79-2123 原中学校 ☎79-2455 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 ☎70-1500
- 諏訪広域連合 原消防署 ☎79-2442 ★災害時連絡先

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

## 村長と話し合おう

第127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／1月20日(日)

午後1時30分～午後7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。

☎79・2111(内線231)

## 第71回原村誕生会

お子さんの健やかな成長を願い、次のおり原村誕生会を開催します。

対象者／平成22年4月2日から平成22年9月30日まで生まれたお子さん

日時／2月22日(日)

受付 午前9時30分～

開会 午前10時

場所／地域福祉センター 多目的ホール

内容／記念品の贈呈、記念撮影、歯の話など。

※保護者の方はお子さんと一緒に出席ください。

☎79・7092(直通)

## 原村障害児等通所通園事業補助金

社会福祉施設への通所通園に要する交通費等に対して補助し、障害児等の福祉の向上を図る事を目的とした補助金です。

①県内、県外の心身障害児通園施設に通園する児童及び付添人の通園に要する交通

2月1日(日)～28日(日)

☎79・7924(直通)

## 子育てサロン開設

保育園や幼稚園へ入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。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。

1月の開設日

18日(日)、20日(日)、21日(金)

25日(日)、27日(日)

2月の開設日

1日(日)、3日(日)、4日(金)

8日(日)、10日(日)、15日(火)

開設時間

午前10時から正午まで

場所／図書館2階会議室

☎79・7092(直通)



特集 Koho HARA

Library Information ☎70-1500 www.libnet-suwa.gr.jp

■開館：火～日曜日、午前10時～午後6時15分  
■休館：毎週月曜日、国民の祝日、1/28(金)

# 図書館へ行こう!

※紹介本表紙掲載については、出版社の許諾済みです。

新着図書

- 児童図書

● **戦国を終わらせた女たち** 童門冬二 (日本放送出版協会)

母・お市と浅井の3姉妹が信長・秀吉・家康に求めたものは、すべての戦国女性の悲願である「平和の実現」だった。尾張地方に古来伝わるという平和の象徴「あゆちの風」は、果たして安寧をもたらすのだろうか…史伝風歴史小説。

● **東慶寺花だより** 井上ひさし (文藝春秋)

どうしても夫と別れたい。離婚を望み、決死の覚悟で駆け込み寺にやってきた女たち。けれどもその理由は、どれもこれも一筋縄ではいかなくて…。涙と笑い、愛とゆるしを描く連作短篇。

● **あかちゃんがやってくる** ジョン・ゴッホ、ヘレン・カモン、グレン・グレン (イースト・プレス)

もうすぐ、あかちゃんがやってくる。ねえ、ママ、あかちゃんに「こないで」って言えないの？ねえ、ママ、はやくあかちゃんに会いたいよ。兄になる男の子の不安と期待を描く。世界的絵本家、夫妻初めての共作絵本。

● **ぼくの図書館カード** カリアム・ミラーズ、クリスティーナ・スティーブンソン (新日本出版社)

本と出会ったぼくは、肌の色が違っていても自由を求めてやまない人びとがいてることを知った。1920年代のアメリカ南部に生きる黒人の子どもを主人公に、本を読む楽しさや図書館の魅力について描いた絵本。

● **山本周五郎 傑作集 20枚** ★朗読CDを所蔵しました。

今、心打つロマン! 庶民を愛し、庶民の中に生きた周五郎が奏でる美しい人間愛の世界。そして人間が改めて人間を発見する、そんな面白さが満喫できる、魅力あふれる傑作短編集。

図書館からのお知らせ

=これからの催し物=

★ボランティアグループ「星の子」による劇

日時／1月30日(日) 午後1時30分～

場所／原村図書館2階

内容／劇 「セロ弾きのゴーシュ」

★図書館 おたのしみ会

日時／2月2日(水) 午後4時～

場所／原村図書館2階

内容／絵本の読み聞かせ、紙芝居、本の紹介、折り紙工作

※どちらも、どなたでも自由に参加できます。お友達をさそって、大勢おでかけください。

むらのかかりつけ医のコーナーは、しばらく掲載をおやすみします。

伐採又は枝払いをお願いします。

○傾いている木や枯れ木など、道路上への倒木のおそれのある場合は、樹木の伐採をお願いします。

○病虫害による枯れ木、ナラ枯れ等は放置すると倒木のおそれがありますので、防除・伐採等の措置をお願いします。

○強風、大雨、大雪の後には、道路上への倒木、落枝、落雪等のおそれがないか、特に注意をお願いします。

☎79・7092(直通)

## 入札参加資格審査申請

村を発注者とする建設工事ならびに建設工事にかかる測量、調査、設計及び工事監理の業務の入札参加を希望する事業者は、入札参加資格審査申請とその認定を受ける必要があります。

下記受付期間中に申請受付を行いますので、平成23年度の入札参加を希望する事業者は必ず申請してください。詳しくは、原村のホームページをご覧ください。

受付期間

# 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

## みどりの健康館

食べ過ぎ・飲みすぎに  
気をつけましょう！

あけましておめでとございます。年初め、みなさんの食卓には、どのような馳走が並びましたか。忘年会・新年会とワクワクするようなイベントが続く、普段よりも食べ過ぎ・飲み過ぎてはいないでしょうか。365日休むことなく働いている胃腸です。年末年始で外食・飲酒の機会が増え、胃腸にかかる負担は倍増します。楽しくおいしい食べ方・飲み方になるように、そこで自己チェックです！

- ◆胃腸を困らせている度チェック◆
1. ラーメンにしよう、うどんに唐辛子を入れるときは10回以上振り入れる
  2. キムチ鍋やカレーライスには汗をかくほど辛いのが好き
  3. 外食用にこしょうや唐辛子を持ち歩いている
  4. 刺激物を食べた後に胃が痛くなることもある
  5. 刺激物を入れた料理を食べた翌日、便に血が混じっていたことがある
  6. 熱いめん類を食べるのは他の人に比べて早い
  7. 熱いめん類は最初にスープを飲む
  8. コーヒーや紅茶など熱い飲み物は冷めないうちにすぐ飲んでしまう
  9. 塩辛い食べ物が好き
  10. 甘いお菓子には目が合わない

1つでも該当する項目があれば要注意！とくに4・5に当てはまる人は、すでに胃腸が悲鳴を上げているかも。また9に当てはまる人は胃腸だけでなく高血圧にも、10に当てはまる人は肥満にも注意しましょう！

アルコールは上手に飲めば、食欲を増進させ、ストレス解消効果もあります。飲み方によっては胃腸に大きなダメージを与えてしまいます。アルコールとうまくつき合うには、次のポイントを参考にしましょう。

- ◆アルコール飲み過ぎ度チェック◆
1. 飲むときは日本酒で2合以上は必ず飲む
  2. ウイスキーや焼酎など、強い酒をストレートで飲むのが好き
  3. お酒は空きっ腹で飲むのがおいしい
  4. 飲むときは、ほとんどおつまみを食べない
  5. 辛子明太子やキムチなど、刺激の強いおつまみが好き
  6. 夜10時過ぎまでお酒を飲むことがよくある
  7. 飲み過ぎて二日酔いになることがよくある
  8. お酒を飲むとたばこの本数が増えてしまう
  9. 夜寝る前に寝酒をすることが多い

該当する項目が1つ以上ある人は、胃腸に負担をかけるお酒の飲み方をしています。年末年始、おいしい食事と一緒にお酒を飲む機会が増えると未成年者の飲酒が問題となります。若者の急性アルコール中毒は毎年後をたちません。皆がよい一年をスタートできるように食べ過ぎ・飲みすぎには注意しましょう。

(保健福祉課 保健師 大和田美帆)

## くらしのガイド

### 上水道当番指定店

1月9日(日)~1月15日(土)	(株)有賀水道	☎72-4017
1月16日(日)~1月22日(土)	南部建設(株)	☎79-5720
1月23日(日)~1月29日(土)	(有)森山建設	☎79-5730
1月30日(日)~2月5日(土)	(有)伊藤水道設備	☎79-3447
2月6日(日)~2月12日(土)	(有)篠原鉄工建設	☎79-2421
2月13日(日)~2月19日(土)	(株)宮坂建設	☎79-2536

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おります。

### 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	1月22日(土)	役場駐車場 ▶午前7:30~午前10:30
	2月10日(木)	各地区 指定箇所
粗大ごみ	2月28日(月)	払沢、中新田
	3月7日(月)	大久保、柳沢、ハツ手
	3月14日(月)	柏木、室内、高瀬沢、やつがね、南原
	3月28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場所に出して下さい。

### 一般家庭系可燃ごみ排出量(4月~11月累計)

※事業系ごみは除いております。 単位: kg

	一般収集	個人持込	焼却移行量	率(%)
3市町村全体	9,135,560	631,770	9,767,330	100.0
原村分	768,230	17,330	785,560	8.0

### 今月の納税等

- ・村県民税(普通徴収4期)
- ・国民健康保険税(普通徴収10期)
- ・後期高齢者医療保険料(普通徴収10期)
- ・上・下水道使用料(11・12月分)
- ・介護保険料(普通徴収10期)

納期限・口座振替日……1月31日(月)

### 住民財務課窓口の時間延長 午後7時まで

- ・1月18日・1月25日・2月1日・2月8日・2月15日

### 人の動き

- ・人口 7,908人 (+9) 転入 21
  - ・男 3,938人 (±0) 転出 11
  - ・女 3,970人 (+9) 出生 6
  - ・世帯数 2,909世帯 (+5) 死亡 7
- 平成22年12月末現在。( )内は先月比。

### 原村介護予防教室

心身の機能を維持し、健康な生活を送るために開催します。概ね65歳以上の方が対象で、無料で参加できます。送迎はありませんので、時間までに会場へお越しください。

- 1月17日(月) 地域福祉センター
- 1月31日(月) 地域福祉センター
- 2月14日(月) 地域福祉センター

》時間:午前9:45~午前11:00

》内容:リラックス気功

》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、年末年始

》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
1月16日☐	尖石診療所 ☎71-6211	こぶし薬局 ☎71-6202
1月23日☐	桜井内科医院 ☎72-6010	オギョウシンセンター 万葉薬局 ☎71-2578
1月30日☐	八ヶ岳診療所 ☎79-7001	フジモリ薬局原店 ☎79-5751
2月6日☐	原村診療所 ☎79-2716	フジモリ薬局原店 ☎79-5751
2月11日☑	ここのハートクリニック ☎72-1661	日医調剤の薬局 ☎82-7820
2月13日☐	往診クリニックの ☎82-4104	けやき薬局 ☎82-2864

### 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)(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上で、お越しください。

### 『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



★材料(18cm角型1台分)

小麦粉.....100g  
ココア(無糖).....40g  
黒糖.....50g  
ベーキングパウダー.....小さじ1/2  
豆乳.....150cc  
サラダ油.....大さじ2  
はちみつ.....大さじ1  
アーモンドダイス.....30g

レシピ69 あっさりブラウニー

☆つくりかた

- ①黒糖に豆乳を入れ、良く混ぜる。黒糖が溶けたらサラダ油・はちみつを加え更に混ぜる。
- ②小麦粉とココアとベーキングパウダーをふるい入れ混ぜる。
- ③アーモンドを入れて混ぜたら型に流しこんで平らにならす。
- ④180℃のオーブンで20分程焼く。

一口メモ 砂糖を控えてありますが、ココアがあっておいしいです。

種別	実施日・受付時間	場所	対象者
健康相談	17日(月) 午後1:00~午後3:00	保健センター2階	希望者
先天性股関節脱臼検診	19日(水) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H22年8、9、10月生
乳児健診	25日(火) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H22年3、6、9月生
三種混合	26日(水) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	7歳半~H22年6月生
母乳学級	27日(木) 午後1:30~	保健センター2階	希望者(要予約)
B C G	2日(日) 午後1:00~午後1:10	地域福祉センター	H22年10月生
むし歯予防教室	3日(月) 午前9:45~午前10:00	保健センター2階	希望者
健康相談	7日(金) 午後1:00~午後3:00	保健センター2階	希望者
育児相談	8日(土) 午前9:30~午前11:00	保健センター2階	希望者
2歳半歯科検診	9日(日) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H20年6、7、8月生
離乳食教室11・12ヶ月コース	10日(月) 午前9:45~午前10:00	中央公民館	H22年2、3月生
3歳児健診	15日(土) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H19年12月生、H20年1月生

### 社会を明るくする運動 作文コンテスト表彰



原村保護司会では、小・中学校から83名の応募があった、社会を明るくする運動作文コンテストで、3名の児童・生徒に原村長賞を授与しました。これは、昭和24年から始まったもので、今年で60回を迎えました。受賞した児童・生徒は以下のとおりです。

- 小学校の部 清水 大樹 (小6) 「助け合うこと」
- 中学校の部 小池 大勝 (中1) 「いじめ」
- 小林 芽実 (中2) 「障害者について」

### 防犯組合女性部会 防犯講習会

原村防犯組合女性部会では、防犯講習会を行いました。この講習会では、茅野警察署吉江生活安全課長から、茅野警察署管内で起きた事件・事故の発生件数や事件内容、近隣市町で起きている子どもに対する声掛け事案などの話がありました。原村駐在所からも村内で起きている空き巣や車上狙いについて、きちんと施錠することでかなりの被害を防ぐことが出来ると説明していました。また、原消防署からは、住宅用火災警報器の設置の大切さについても話がありました。



### 原小リコーダー合奏団 優秀賞を受賞



原小学校リコーダー合奏団は、11月28日に東京都江戸川区総合文化センターで行われた「TBSこども音楽コンクール東日本大会」Bブロックで優秀賞を受賞し、清水村長へ報告しました。この東日本大会へは、長野県大会で最優秀賞を獲得し、長野県代表として出場しました。

リコーダー合奏団は4年生から6年生の16名で構成され、その内8名が6年生ということで、最後の大会で優秀の美を飾ることができました。



### 人権擁護委員 街頭啓発



今年で62回目の「人権週間」となる12月4日から10日に合わせて、Aコープ原村店前で人権街頭啓発を行いました。今回の啓発重点目標「育てよう一人一人の人権意識～思いやりの心・かけがえのない命を大切に」の下、人権擁護委員をはじめ、清水村長らが買い物客へ声を掛けていました。またこの日は、特設人権相談所を開設し、毎日の暮らしの中で困っていること等、悩みを抱えた方の相談に応じていました。

### バウンドテニス教室 始まる

社会体育館では、12月から2月までバウンドテニス教室が始まり、22名の受講者が汗を流していました。教室ではネット際のプレーやスマッシュ・ストロークの練習をした後、メンバーを換えながら和やかな雰囲気の中で試合を行っていました。また、この教室で知り合った方で同好会を作り、年間を通して活動していて、メンバーを随時募集しています。詳しくは社会体育館へお問い合わせ下さい。

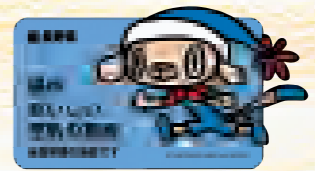
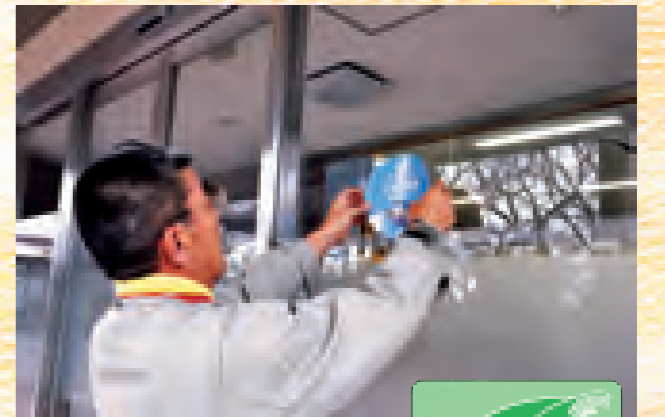


### 平成22年度の米の 食味検討会



米の食味検討会が中央公民館で行われました。会場には、原村農業技術者連絡協議会や農業委員会、村関係者が集まりました。今年は猛暑だった為、高冷地では猛暑の年は米が豊作と言われますが、今年は田植え後の低温が原因で穂がつかず、平年並みの収穫となりました。村内生産の生育方法の異なる米と魚沼産コシヒカリを含めた4種類を食べ比べ、審査した結果、どの米も僅差であり、明確な差は出ませんでした。また、今回は米粉で作ったうどんの試食やそば打ち体験なども行われました。

### おいしい空気環境づくり 信州おもてなし事業に認定



終日全面禁煙をおこなっている施設に対して、「信州おいしい空気環境の施設」として認定しているもので、今回、社会・文化施設で、中新田公民館が諏訪地域で初の認定となりました。中新田公民館では、昨年より建物内全面禁煙を実施し認定となり、県から認定証として「おいしい空気環境の施設」のステッカーが贈られました。今後、他の地区からも認定される施設が増えることを期待したいと思います。

### お正月の切り絵教室

今年度から新たな講座として、切り絵教室が始まりました。講師には、原村在住の切り絵作家日達れんげさんをお願いし、全3回の日程で行いました。教室では、年賀状にも使える干支や羽子板、また、春らしい草花など、日達さんが描いた下絵を受講者は慎重に切っていました。→

