

11月	12月
日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土
	15
16 17 18 19 20 21 22	23 24 25 26 27 28 29
30 1 2 3 4 5 6	7 8 9 10 11 12 13
14 15	
November to December	

- 施設のおやすみ**
- 役場 ☎79-2111  
土曜日、日曜日、祝日
  - 原村診療所 ☎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
  - 中央公民館 ☎79-7940  
土曜日、日曜日、祝日(施設利用は可)
  - 社会体育館 ☎79-4922  
火曜日、11/19
  - 図書館 ☎70-1500  
月曜日、祝日、11/23・28
  - 八ヶ岳美術館 ☎74-2701  
12/8~12
  - 八ヶ岳自然文化園 ☎74-2681  
火曜日、11/26
  - もみの湯 ☎74-2911  
11/19

**イベント**  
誰でも簡単!  
裂織プレスレット作り

八ヶ岳美術館では、12月7日(日)まで開催中の第5回全国裂織公募展にあわせて、裂織プレスレット作りのイベントを開催します。



日時 ● 11月19日(日)  
午前10時~午後2時

場所 ● 八ヶ岳美術館  
内容 ● 厚紙の簡易織機で裂織のプレスレットを作ります。  
参加費 ● 200円(入館料別)

☎74・2701

**糖尿病予防教室**

原村・富士見栄養士会では、「糖尿病予防教室」を開催します。原村・富士見町にお住まいの方で糖尿病について知りたい方ならどなたでも参加できます。参加費は無料です。どうぞお気軽にご参加ください。

日時 ● 12月5日(日)  
午前9時~午後0時30分

場所 ● 富士見保健センター  
募集人数 ● 先着30名 ※糖尿病の治療をされていない方  
内容 ● 管理栄養士・栄養士に

**信州の黒曜石研究のいま**

信州大学・明治大学では、長野県周辺の黒曜石研究の最新成果について一般の方々に紹介する機会として講演会を開催します。

日時 ● 12月7日(日)  
午後1時~午後4時20分

場所 ● 諏訪市文化センター  
第2集会所

**信州大学研究推進部**  
☎0263・37・20087

**募集**

**公益信託高島環境ボランティア基金**

諏訪湖及び周辺河川の自然環境の保全・美化を行う個人又は団体などに対して、助成金を交付します。  
対象 ● 平成27年4月~平成28年3月までの活動  
助成金額 ● 5万円~30万円  
申請期限 ● 12月30日(日)  
※過去に受給したことがある場合も応募できます。

**株式会社八十二銀行法人部**  
☎026・224・6113

よる糖尿病のお話と調理実習  
持ち物 ● 日ごろ自宅で使用しているご飯茶わん、エプロン、三角巾、筆記用具、電卓  
(検査結果がある方はお持ちください)  
申込締切 ● 11月21日(金)

**富士見町保健センター**  
☎62・9134

**HIV(エイズ)検査**

12月1日(日)は「世界エイズデー」です。諏訪保健所では、匿名・無料で実施しているHIV検査(エイズ検査)の実施日及び時間を拡大します。検査を希望する方は、前日までに電話にてご予約ください。  
対象者 ● 感染の不安のある方  
検査項目 ● HIV、梅毒

**苗木のホームステイ**

平成28年春季に開催する「第67回全国植樹祭」などで植樹する苗木を、植樹祭の開催時期までご家庭で預かって育てていただける方を募集します。

対象 ● 県内にお住いの方、および企業又は団体  
申込期限 ● 平成27年2月28日(日)

**長野県実行委員会事務局**  
☎026・235・7276

**お知らせ**

**人権週間**

昭和23年12月10日に国際連合の第3回総会において「世界人権宣言」が採択されたのを記念して、毎年12月10日を「人権デー」と定め、世界各地で人権に関する様々な活動が行われています。

○第66回人権週間  
12月4日(日)~10日(木)まで  
の人権週間は、今年で第66回目を迎えます。世界人権宣言の意義を訴えるとともに人

検査費用 ● 無料  
定例検査日時 ●  
毎週水曜日  
午前9時~午前11時  
第2水曜日  
午後4時~午後7時  
拡大検査日時 ●  
12月1日(日)、12月3日(火)  
午後4時~午後7時

**諏訪保健所**  
☎57・5656

**子どもの自己肯定感を高めるために**

※採血中の抗体を調べる検査です。不安な接触から3ヶ月経過している必要があります。  
その他 ● 5ccの採血をします。結果は1時間後にお伝えします。

場所 ● 諏訪保健所  
(諏訪合同庁舎2階)  
その他 ● 5ccの採血をします。結果は1時間後にお伝えします。

**北朝鮮人権侵害問題啓発週間**

12月10日(日)~16日(土)まで、拉致問題などの北朝鮮当局による人権侵害問題についての関心と認識を深めるための啓発週間です。北朝鮮当局による人権侵害問題についての関心と認識を深めていきましょう。

**住民財務課住民係**  
☎79・7927(直通)

**労働保険加入手続きはお済みですか**

11月は労働保険適用促進強化月間です。「労働保険」とは、労働災害や失業が発生した際に派遣給付を行うことにより労働者の福祉の増進を図る、政府管掌の強制保険です。手続きがまだお済みでない場合はお早めに届出をお願いします。

**ハローワーク諏訪**  
☎58・86009

**シェアスペース**  
信州の優れた「ヒト」にコ

長野県立こころの医療センターでは、「こどもの自己肯定感を高めるために」を演題に第4回公開講座を開催します。入場は無料です。ぜひご来場ください。

日時 ● 12月6日(日)  
午後1時30分~午後3時

**長野県立こころの医療センター**  
☎0265・83・3181

**第17回諏実タウン**

諏訪実業高等学校では、「つながる笑顔」をテーマに、商業科及び会計情報科の生徒による販売実習イベント「諏実タウン」を開催します。  
生活用品、農産物、名産品の販売ほか、屋台やイベント

**観光部信州ブランド推進室**  
☎026・235・7249

**労働者のための夜間電話相談**

長野県司法書士会では、労働者と使用者間のトラブルについて電話による無料相談を受け付けています。給与の支払い、身に覚えのない請求、少額の金銭トラブル等でお困りの方はお気軽にご相談ください。

日時 ●  
11月19日(日)(労働トラブル)  
11月26日(日)(少額トラブル)  
午前5時~午後8時

**長野県司法書士会**  
☎0120・448・788  
※当口のみ専用電話です。

が盛りだくさんです。是非お越しください。  
日時 ● 11月29日(日)、30日(月)  
午前9時30分~午後4時

**諏訪実業高等学校**  
☎52・03550

**市民公開がん講演会「がんとは友だち」**

諏訪赤十字病院では、がんに対する一般的な知識を広く地域の皆さんに情報提供するために市民公開がん講演会「みんなのがん教室」を開催しています。

今回は、放射線診断科医師が、8月に赤十字病院に導入した「PET-CT検査」についてお話しします。

日時 ● 12月5日(日)  
午後3時~午後4時30分

**諏訪赤十字病院**

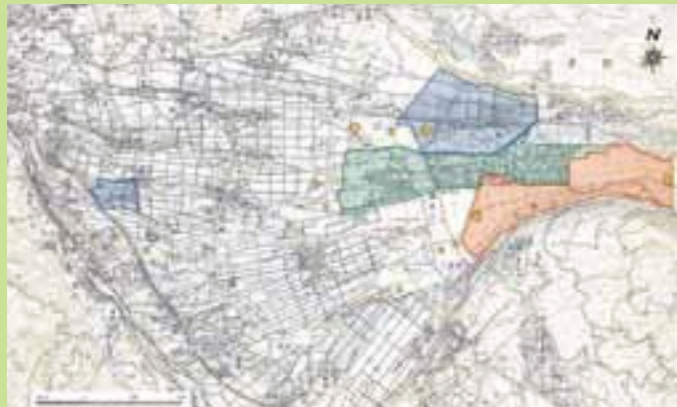
講師 ● 諏訪赤十字病院放射線診断科部長 山下公仁彦医師

**諏訪赤十字病院 がん相談支援センター**  
☎57・75002

# 狩猟が解禁されます

## 狩猟期間：11月15日(土)～平成27年2月15日(日)まで

休日には県内外から多くの狩猟者が原村を訪れることが予想されます。狩猟者には各種講習会を通じて、違反・事故の無いよう適正な狩猟を行うよう指導してありますが、住民の皆さんも事故に遭わないよう注意してください。山林内を歩くときは、鳥獣と見間違われないよう、なるべく見通しの良い道を利用し、明るく目立つ服装や鈴等を携帯するなど、狩猟者に自分の存在を知らせるよう心がけましょう。



猟銃禁止区域
鳥獣保護区域
猟銃使用区域 平成26年11月15日 ～平成27年3月31日
わな設置個所

問 茅野警察署 電話82-0110 諏訪地方事務所林務課 電話57-2919  
 原村警察官駐在所 電話79-2806 農林商工観光課農村整備係 電話79-7932

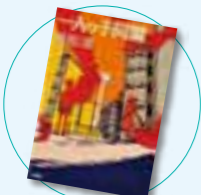
# 図書館へ行こう!

☎70-1500 www.libnet-suwa.gr.jp

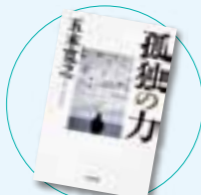
■開館：火～日曜日、午前10時～午後6時15分  
 ■休館：毎週月曜日、国民の祝日、11/23(日)、28(金)

## 新着図書

### 児童図書



**一人っ子同盟**  
重松清(新潮社)  
一人っ子が珍しかった昭和の頃、兄弟のいなかった僕たちは、小学校6年生の春、小さな同盟を結んだ。昭和40年代の団地を舞台に「子どもの情景」を描く。



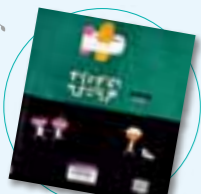
**孤独の力**  
五木寛之(東京書籍)  
今、生きるために最も必要なもの。それは孤独の力。時代と環境のせいで、幼少期から自然に孤独の中で育ってきた五木寛之の渾身の描き下ろしに、堀田善衛との「方丈記」についての貴重な対話を併録。



**10代スポーツ選手の食材事典**  
川端理香(大泉書店)  
スポーツ選手にとって必要な栄養素や、栄養の摂取方法、食材の組み合わせなどを解説し、10代スポーツ選手の勝てる身体をつくる食材 90 の上手なとり方とレシピを紹介。目的別レシピインデックス付き。



**ものの言い方西東**  
小林隆 澤村美幸(岩波書店)  
ただの個性と思われがちなもの。言い方にも、実は意外な地域差があった。「ありがとう」という地域・言わない地域など、具体的なデータとともに、ものの言い方の地域差と、それを生み出す社会的背景を明らかにする。



**かげのひこうき**  
五味太郎(偕成社)  
ひこうきがとんでいます。ひこうきの下には、大きなかげ。ひこうきのかげにはいると…かげのひこうきは、いったいどこまでとんでいくのでしょうか。五味太郎さんのユニークな作品。



**ちきばんにやー**  
きくちさき(学習教育出版)  
「ちきばん ちきばん」の掛け声とともに元気よく行進する女の子と動物たち。どんどん行進していくと、大きな大きな猫が現れて…。ダイナミックな版画の絵の迫力と音楽を感じるリズムカルなところが楽しい絵本。

## 図書館からのお知らせ

場所：図書館2階

- ★**図書館大人のための夜のおはなし会**  
日時/11月15日(土) 午後7時～  
内容/語り、絵本の読み聞かせ、紙芝居など
- ★**図書館のおたのしみ会**  
※12月の冬のおはなし会  
日時/12月3日(水) 午後4時～  
内容/クリスマスの絵本の読み聞かせ、紙芝居、折り紙など  
※子どもボランティアの「このこ」による絵本の読み聞かせもあります。
- ★**ボランティアグループによる「クリスマス会」**  
日時/12月14日(日) 午後1時30分～  
内容/クリスマスのお話  
※子どもボランティアの「このこ」によるクリスマスプレゼントもあります。  
どちらも、どなたでも参加できます。お友達をさそって大勢おでかけください。

裁判員制度ホームページ  
<http://www.saibanin.courts.go.jp/>

## 裁判員制度 名簿記載通知

平成27年度の裁判員候補者に登録された方に、11月中旬に名簿に記載されたこと(通知(名簿記載通知)及び調査票)が送付されます。

問・申込先  
 土地家屋調査士会  
 ☎026・2332・4566  
 (※午前10時～午後3時)

長野県土地家屋調査士会では、土地の境界についての無料相談会を開催します。土地建物に関する登記等のことや土地の境界に関するトラブルでお困りの方はご相談ください。なお、相談時間は1件につき30分までです。  
 日時 ●11月29日(土)  
 午後1時～午後4時受付  
 午後4時30分終了  
 会場 ●諏訪市公民館2階  
 ※当日は混雑が予想されるため、事前の予約をお勧めします。

## 土地の境界でお困りの方へ

## お知らせ

## スポーツ

社会体育館 ☎794922  
 原村ソフトバレーボール大会  
 ○11/15(土) 午後7時

問長野地方裁判所事務局  
 ☎026・403・2008

この調査票は、裁判員候補者の事情を回答内容によって把握し、辞退が認められた場合の裁判員候補者の負担を軽減させるためのものです。調査票の項目に当てはまらない方は、返送は必要ありません。詳しくは、ホームページをご覧ください。裁判員制度にご理解、ご協力をお願いいたします。

○**名簿記載通知について**  
 この通知は、選挙管理委員会が選挙人名簿から無作為抽出した名簿をもとに、裁判員に選ばれる可能性があることをお伝えするものです。この段階では、具体的な事件の裁判員に選ばれたわけではありませんので、裁判所にお越しいただく必要はありません。

○**調査票について**  
 この調査票は、裁判員候補者の事情を回答内容によって把握し、辞退が認められた場合の裁判員候補者の負担を軽減させるためのものです。調査票の項目に当てはまらない方は、返送は必要ありません。詳しくは、ホームページをご覧ください。裁判員制度にご理解、ご協力をお願いいたします。

## 相談会

秘密厳守 相談無料

- 心配ごと相談・結婚相談所 ☎79-7228  
 ◇日時/11月16日(日)、12月7日(日)  
 午後1時30分～午後5時  
 ◇場所/老人憩の家  
 ◇担当/心配ごと・結婚相談員
- 平日夜間の結婚相談 ☎79-7922  
 ◇日時/11月26日(水)  
 午後6時～午後9時  
 ◇場所/老人憩の家  
 ◇担当/結婚相談員

特設人権相談 ☎79-7927  
 ◇日時/12月5日(金)  
 午前11時～午後4時  
 ◇場所/中央公民館 和室  
 ◇担当/人権擁護委員

出張年金相談 ☎23-3661  
 ◇日時/12月3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

税務相談所 問予約☎28-6666  
 ◇日時/12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の税理士  
 ※事前に電話でお申し込みください。

交通事故巡回相談 問予約☎57-2902  
 ◇日時/12月11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相談所の交通事故相談員

## カルチャー

中央公民館 ☎797940

- 少年バレーボール教室  
 ○11/21(金) ○11/28(金)  
 ○12/5(金) (閉講式)  
 午後6時30分  
 ファミリースポーツデー  
 ○11/22(土) ○12/13(土)  
 正午～午後5時  
 少年バスケットボール教室  
 ○11/22(土) ○11/29(土)  
 ○12/6(土)  
 ○12/13(土) (閉講式)  
 午後6時  
 筋力アップ教室  
 ○11/27(木) 午後7時30分  
 バウンドテニス教室  
 ○12/1(月) (開講式)  
 ○12/8(月) ○12/15(月)  
 午前9時  
 社会体育館大掃除  
 ○12/7(日) 午前10時  
 利用者会議  
 ○12/8(月) 午後7時30分
- パソコン相談会  
 ○11/17(日) 午後1時30分  
 吊るし雑教室  
 ○11/20(日) ○12/4(日)  
 午前9時30分  
 はらむら塾  
 ⑦11/22(土) ⑧12/4(日)  
 午後1時30分 八ヶ岳美術館  
 はじめてのSNS  
 ○11/25(木) ○12/2(木)  
 ○12/9(木) 午後1時30分  
 筆ペン教室  
 ○12/2(木) ○12/9(木)  
 午後1時30分  
 切り絵教室  
 ○11/28(金) ○12/12(金)  
 午後1時30分



- 消しゴムはんこ教室  
 ○12/1(日) ○12/15(日)  
 午後1時30分
- しめ飾り作り講習会  
 ○12/6(日) 午前9時
- ジュニア教室  
 ○12/6(日) 午前9時
- 編み物教室  
 ○12/11(日) 午前9時30分

# 行政情報

TEL.0266-79-2111 (代)  
FAX.0266-79-5504

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

## 村長と話し合っ日

第172回「村長と話し合っ日」を行います。希望者はお申し込みください。

日時／11月20日(日)

午後1時30分～午後6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。

## 問・申込先総務課総務係

☎79・2111(内線231)

## 子育てサロン開設

保育所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。

11月の開設日

18日(日)、20日(火)

## 未登記家屋の所有権移転・家屋滅失届

未登記家屋(法務局に表示登記、保存登記をしていない建物)の所有権移転や滅失をしたときには、税務係にご連絡ください。

登記されている家屋の所有権移転等については法務局からの通知で把握できますが、未登記家屋の所有者変更や家屋の滅失など異動があった場合、村では把握できず、固定資産税が誤って課税されることになりかねません。固定資産税は、毎年1月1日現在の所有者に納税の義務が発生しますので、未登記家屋の所有者変更や家屋の取り壊しをした場合は、速やかに変更、または家屋滅失の届出書をご提出ください。届出書は、村のホームページからダウンロードできますので、ご利用ください。

## 問住民財務課税務係

☎79・7923(直通)



百瀬 嘉徳 さん

## 問住民財務課住民係

☎79・7927(直通)

## 行政相談委員に百瀬嘉徳さん

この度、総務大臣から百瀬嘉徳さんが行政相談員として委嘱されました。

「行政相談」とは、皆さんから、国の役所や独立行政法人及び特殊法人が行っている仕事に関する苦情や意見要望をお聴きして、その解決や実現を図るものです。この身近な窓口が行政相談委員です。定例相談日のほか、自宅でも皆さんの相談に応じますので、お気軽にご相談ください。なお、相談は無料で秘密は守られます。

## 行政相談委員

百瀬嘉徳さん

電話／79・4550

## 児童虐待防止推進月間

11月は、「児童虐待防止推進月間」です。

「児童虐待」とは、現に児童を監護する者(保護者)が、その監護する児童(18歳に満たない者)へ行う次のような行為を指します。

- 身体的虐待：殴る、蹴る、投げ落とす、やけどを負わせる、溺れさせる等
- 性的虐待：性的行為の強

## 問保健福祉課社会福祉係

☎79・7092(直通)

## 12月の開設日

25日(日)、27日(火)

2日(火)、4日(木)、5日(金)

9日(火)、11日(木)、12日(金)

開設時間／午前10時～正午

場所／図書館2階会議室

議事事務局 ☎79-7951

総務課 ☎79-2111

総務係 (内232)

★災害時連絡先 ☎79-7942

☎79-7922

企画係 ☎79-7923

村づくり係 ☎79-7924

住民財務課 ☎79-7927

税務係

財政係

住民係

会計室 ☎79-7935

会計係

保健福祉課 ☎79-7092

社会福祉係 ☎79-7092

健康づくり係 ☎79-7925

医療給付係 ☎79-2716

原村診療所 ☎79-3559

保育所

建設水道課 ☎79-7921

建設係 ☎79-7933

環境係 ☎79-7943

上下水道係

農林商工観光課 ☎79-7931

農政係 ☎79-7932

農村整備係 ☎79-2123

商工観光係 ☎79-2455

農業委員会 ☎79-7940

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 ☎79-4922

中央公民館 ☎70-1500

社会体育館

原村図書館

諏訪広域連合 ☎79-2442

原消防署

★災害時連絡先

要、性交を見せる、ポルノグラフィの被写体にする等

○ネグレクト：家に閉じこめる、食事を与えない、自動車の中に放置する、同居人による虐待を放置する等

○心理的虐待：言葉による脅し、無視、兄弟間の差別的扱い、子どもの前で家庭内暴力(DV)を行う等

子どもを虐待から守るために、「虐待を受けたと思われる子ども」を見つけたとき、またご自身が出産や子育てに悩んだときには、児童相談所や社会福祉係へお気軽にご相談ください。

## 問保健福祉課社会福祉係

☎79・7092(直通)

## 問諏訪児童相談所

☎52・0056

## 上下水道料金のコンビニ納付

上下水道料金が、全国の主なコンビニエンスストアで時間や曜日を気にすることなく納付できます。利用できるコンビニエンスストアは、納付書の裏面でご確認ください。

ただし、次の場合はコンビニエンスストアでは納付できませんので、納付書裏面に記載されている金融機関等で納付してください。

○納付書に記載されている納期限を過ぎた場合

○納付書1枚の金額が30万円を超えている場合

○納付書にコンビニ納付用バーコードが印刷されていない場合



## 問建設水道課上下水道係

☎79・7943(直通)

## 臨時福祉給付金申請期限の変更

臨時福祉給付金の申請期限が変更となりました。

申請期限／12月15日(日)

なお、対象となる可能性のある方には、申請書を黄色い封筒で順次郵送しています。申請書に必要事項をご記入の上、同封の返信用封筒に、申請書・申請書類を入れ、ポストに投函又は窓口へ提出してください。

支給対象者、支給額、申請方法など、詳しくは広報はら6月号をご覧ください。保健福祉課社会福祉係までお問い合わせください。

## 問・申請先

保健福祉課社会福祉係

☎79・7092(直通)

## 原村議会報告及び懇談会

原村議会では、住民の皆さんのご意見を今後の村づくりに反映させるため、議会報告・懇談会を開催します。どなたでも参加できますので、多くの皆さんのご参加をお願いいたします。

また、この報告・懇談会は、各地区を巡回してこれからも開催する予定です。

日時／11月17日(日)、20日(火)

午後7時30分～

場所／

17日(日) 八ヶ岳自然文化園

20日(火) 南原公民館

## 問議会事務局

☎79・7951(直通)

村長きよしの  
**高原の風**  
Vol. 39

に避難、屋根にばらばらと勢いよく落ちる噴石が床までも貫通する状況で地下室に逃避周りではもうケータイで親族に感謝や別れを言う者も。噴煙の中は真夜中よりも暗く、1時間位で火山灰が50cmも積もったとのこと、九死に一生を得ました。

亡くなられた方それぞれに人生ドラマがあります。小さな子供の死には特に涙を誘われます。医者希望の小5女子Aちゃん。楽しみに参加した御嶽登山。元気で皆より先に着いて、おにぎりを一緒に女子高生と食べたのに。逃げ切れなくて仆れた。避難中に邂逅したO氏が着せてくれた、男物の上衣を着て発見されました。哀れに思ったにちがいないその人も仆れてしまいました。

搜索も大変です。警察、消防自衛隊、本堂にご苦労様です。水分を多く含んだ火山灰は泥以上に厄介です。粘る、くっつく、足をとられる、体温を奪われる……。それにしても気象庁は9月10、11日火山性地震多発から活動の異変をつかんでいたのに噴火警戒レベルを上げずにいて……。大して反省の弁も聞かれませんか。もつと人命第一に考えて欲しいと思うのですが。

# 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

11月16日(日)~11月22日(土)	(株)キタハラ	☎72-7418
11月23日(日)~11月29日(土)	(株)有賀水道	☎79-4017
11月30日(日)~12月6日(土)	南部建設(株)	☎79-5720
12月7日(日)~12月13日(土)	(有)森山建設	☎79-5730
12月14日(日)~12月20日(土)	(有)篠原鉄工建設	☎79-2421

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応じます。

### ■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	払沢、柏木、菖蒲沢、室内	毎週月・木曜日
	大久保、柳沢、ハッ手、原山、農場、中央原	毎週火・金曜日
不燃ごみ	やつがね、判之木、南原、上里、中新田	毎週水・土曜日
	各地区 指定箇所	毎週水曜日
資源物	役場駐車場	11月22日(土) ▶午前7:30~ 午前10:30
	各地区 指定箇所	12月11日(木)
粗大ごみ	南諏衛生センター 粗大ごみ受付日	11月16日(日) ▶午前9:00~正午
	払沢、中新田	12月15日(月)
	大久保、柳沢、ハッ手	12月22日(月)
	柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原	1月5日(月)
	判之木、上里、ベンション、原山、農場	1月19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。

### ■一般家庭系可燃ごみ排出量(H26.4月~9月)

※事業系ごみは除いてあります。

単位:kg

区分	一般収集	個人持込	可燃粗大	焼却移行量	割合(%)
3市町村全体	6,953,540	563,530	39,770	12,367,400	100.0
原村分	612,580	15,790	10,350	890,460	7.2

1人1日あたりのごみ排出量(g/人/日)  
3市町村全体 859g 原村 617g  
1人1日300gを目標に燃やすごみを減らしましょう。

### ■今月の納税等

- 国民健康保険税(普通徴収8期)
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収8期)
- 上下水道使用料(9・10月分)
- 介護保険料(普通徴収8期)

納期限・口座振替日……12月1日(月)

### ■住民財務課窓口の時間延長 午後7時まで

・11月18日・11月25日・12月2日・12月9日

### 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	第①③⑤週 高木宏明	第①③週 井上憲昭	安藤公二
			第②④週 安藤親男	第②④週 安藤公二	
午後 受付 1:30~ 4:45 診療 2:00~	安藤公二	前原 学	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  
木曜日午前は都合により変更する場合があります。  
》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
11月16日	耳鼻咽喉科三田医院 ☎73-9233	薬局マツモトキヨシ長峰店 ☎71-2555
11月23日	藤森眼科 ☎82-1010	わかば薬局 ☎82-4108
11月24日	原田内科呼吸 ケアクリニック ☎82-7055	茅野土屋薬局 ☎72-2122
11月30日	池田医院 ☎73-0555	茅野横内薬局 ☎82-5788
12月7日	リバーサイドクリニック ☎72-7010	りんどう薬局 ☎73-9285
12月14日	小口医院 ☎72-2619	フジモリ薬局 ☎72-2200

### ■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、お越しください。

### ■原村地域包括支援センターひだまり 65歳以上の方の総合相談窓口

- 本人、ご家族などなたからの相談にも応じます。  
また、本人を中心に生活全般の課題解決に向け支援します。  
(例:生活、からだ、健康、介護、認知症、虐待、悪質商法、財産管理)
- ・場所/老人保健施設 さくらの内
- ・お問い合わせ/☎70-1200
- ・受付時間/月~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  
※電話は24時間受け付けています。

### ■『土砂災害110番』窓口(土砂災害に関する質問・相談)


- 諏訪建設事務所/☎57-2936  
※平日と大雨洪水注意報・警報発令中に利用可能

毎年、「糖尿病予防週間」が設けられていますが、今年度は11月10日(月)から16日(日)までとなります。  
糖尿病は、血糖値が慢性的に高い状態が続いた結果、無症状のまま様々な合併症が進行する疾患です。三大合併症として「腎症」、「網膜症」、「神経症(末梢神経障害)」があげられます。今や国内の糖尿病(あるいはその疑い)の方は約2050万人で、成人5~6人に1人の計算になります。まさに現代の「国民病」です。  
原因として飽食、過食の食生活や、肥満、加えて運動不足があげられます。  
そこで糖尿病であるなしにかかわらず、糖尿病週間を機会として、一度生活を見直してみませんか。現代人は明らかにエネルギー過剰(食べ過ぎ)です。多くの人が必要エネルギー(カロリー)よりオーバーしています。食べ方にも問題があります。夕食の過食や就寝前2時間以内の飲食は肥満の原因になります。どれくらい食べ過ぎているかは、面倒でも一度1週間分の食事をすべて書き出してみるとよくわかります。また、エネルギーを消費するための運動はどうでしょうか。「田舎の人ほど歩かない」と言われていますが、毎日どのくらい歩いているかは万歩計でわかります。せっかくの全国週間ですので、是非、ご自身の生活の振り返りもお願いします。

保健福祉課保健師 舟橋 岳示

## みどりの健康館

第50回糖尿病予防週間になります



一口メモ  
りんご・シナモンの量はお好みで加減してください。  
梨や柿などの果物でも作ってみてください。  
保健福祉課 栄養士 田附愛衣

★材料(4人分)

【煮りんご】  
りんご.....1~2個  
砂糖.....大さじ4  
バター.....30g  
シナモン.....適宜

【ケーキ生地】  
ホットケーキミックス...200g  
卵.....1個  
砂糖.....大さじ1  
牛乳.....150cc  
バター(溶かす).....10g

レシピ114 フライパンで簡単りんごケーキ

☆つくりかた

- ①りんごは皮付きのまま芯を取り5mm幅のスライスに切る。
- ②フライパンにりんご・砂糖・バター・シナモンを入れ、時々混ぜながら弱火で煮詰める。(約10分位)
- ③りんごが煮詰まったら、そのままフライパンに皮の方が下になるように放射線状に並べていく。
- ④ボールに卵を割り入れ、砂糖・牛乳・ホットケーキミックスを加えて混ぜ溶かしバターを加える。
- ⑤④をりんごの上からそっと流し入れ蓋をし弱火で焼く。表面が乾いてきたら火を止め5分程蒸らす。
- ⑥フライパンからそっとはがしておき、大きめの皿を被せひっくり返す。

## 健康カレンダー

教室・学級	内容
○母親学級 前期コース	①11月26日(水) ②12月5日(金) 希望者(要予約)地域福祉センター 午後1時~午後1時15分受付
○2か月児相談 母乳学級	11月27日(木) 希望者(要予約)保健センター 午後1時10分~午後1時20分受付
○離乳食教室 11・12か月コース	12月4日(木)中央公民館 H25年12月生、H26年1月生対象 午前9時45分~午前10時受付
○母親学級 後期コース	12月13日(土) 希望者(要予約)地域福祉センター 午後1時15分~午後1時30分受付

予防接種	会場	受付時間
○BCG	会場 地域福祉センター	受付 午後1時15分~午後1時30分 ※BCGは午後1時10分~1時20分受付
○四種混合	会場 地域福祉センター	12月4日(木) 対象:H26年7月生~

相談	内容
○育児相談	12月9日(火) 希望者 午前9時30分~午前11時受付 保健センター
○精神保健相談	12月9日(火) 希望者(要予約) 午後1時30分~ 地域福祉センター

検診・健診	会場	受付時間
○乳児健診	会場 保健センター2階	受付 午後1時~午後1時15分 ※乳児健診は午後1時10分~1時20分受付
○乳児健診	会場 保健センター2階	11月25日(火) 対象:H26年1・4・7月生対象

### 秋のいきいきウォーキング



10月19日には、秋のいきいきウォーキングが行われました。今回は、八ヶ岳自然文化園を起点に第2ペンションビレッジ内を散策する約3kmのコースを歩きました。参加者からは、「ウォーキングの正しい歩き方が分かっていい機会だった」「是非また参加したい」等の声が多く寄せられました。教室には約60名が参加し、色づき始めた景色を楽しみながらさわやかに体を動かしていました。

### 原村・ENEOS あゆみの森里親事業 10周年記念植樹



10月4日に、「森林の里親促進事業」で当村と里親契約を結んでいるENEOSの社員が原村を訪れ、森林作業を行ないました。今年は里親契約を結んでから10周年という節目を迎えたことで記念植樹が行われ、ヤマボウシの苗木2本を植えました。記念式典では清水村長が、「皆さんと交流できることは村の宝です。村の自然が豊かになり、皆さんが訪れたときに癒しを与えられる森になってほしい。応援をお願いします」と挨拶しました。参加者の皆さんはこの日、森林の成長を喜びとともに紅葉が始まった木々を見て季節を感じていました。

### 第16回八ヶ岳クラフト市 ～みのりの秋の市～



10月11日～13日までの3日間、八ヶ岳自然文化園で第16回八ヶ岳クラフト市が開催されました。市では、来場者とクラフト愛好家が、手間と時間をかけた手作り作品を通して交流を深めました。



### 原中学校強歩大会



10月7日に、原中学校の第35回村内一周強歩大会が行われました。生徒たちは、全長約21.6kmのコースをおよそ4時間かけて走りぬきました。途中の給水所等では応援に訪れた保護者らの声援を受けながら坂道を駆け上がっていきました。



### こひつじ幼稚園稲刈り



10月18日に、こひつじ幼稚園で稲刈りが行われました。園児と保護者ら約100名が、夏から大切に育ててきた稲をひとつずつ丁寧に刈っていきました。参加した保護者は、「子どもが鎌を使うのは今回が初めてですが、とても上手で驚いています。仲間同士で教え合いながら稲刈りができるのは、原村でなければできないことだと思います」と嬉しそうに話していました。→

### こひつじ幼稚園運動会



9月27日に、こひつじ幼稚園の運動会が行われました。園児たちは、かけっこやハードル、跳び箱などを行い元気いっぱいに練習の成果を発揮しました。また、保護者や来賓、卒園児などが参加する種目も用意され、来園者全員が協力し合って競技を行い元気いっぱいの運動会となりました。

### 原村戦没者追悼式



9月27日に、地域福祉センターで原村戦没者追悼式が行われ、遺族や関係者ら約50名が参列しました。式では、黙とうや献花が行われ、日清戦争以降第二次世界大戦までの戦没者の冥福を祈りました。遺族代表の田中武さんは、「過去の悲惨な戦争から学び次世代へ語り継いでいきます」と戦争を二度と繰り返さない平和な社会を作り上げていくことを誓いました。



### アンドリュース議長来庁



原村の姉妹都市ニュージーランドプケコへのアンドリュース・ベーカー議長が、9月21日から28日までプケコへの生徒たちと村に滞在し、22日には原村役場を訪れました。役場を訪れた際、ベーカー議長から村へのお土産としてタペストリーと船の模型が贈られました。お土産は、役場1階ロビーに展示しています。

