

広報

とよおか



待望のオープン 道の駅「南信州 とよおかマルシェ」

ずっと ふるさと、もっと とよおか。

6

平成30年

月号

VOL.327

おしらせ宅配便	2ページ
こちら消防団です！！	5ページ
フォトリポート	6ページ
元気が大好き♪	8ページ
笑顔きらきら子育てひろばです	9ページ

こんにちは農業委員会です	10ページ
地域おこし協力隊徒然日記	11ページ
だいち便り	12ページ
くらしの情報	13ページ

軽自動車税は納期限内に納税をお願いします

5月は軽自動車税の納付月です。軽自動車税は毎年4月1日に車両を所有している人に課税されます。

納税通知書は、5月中旬にお配りしました。

■現金納付の方

金融機関又は役場会計へ、5月31日までに納めてください。また、納税通知書に添付されている納税証明書は、車検の際に必要になりますので、大切に保管

■口座振替の方

指定口座より5月28日に引落します。預貯金残高をお確かめいただき、振替不能となりますようお願いします。納付が確認できた方

動車税が減免されますので、該当する人は申請してください。

い者で18歳未満、知的障がい者は、生計を一にする人の所有する軽自動車でも可)する軽自動車で、次のいずれかに該当する場合(普通自動車を含め、一人一台)

軽自動車税納税通知書、運転免許証、車検証、印鑑を持参し、税務係で申請して下さい。

■申請期限

5月31日まで

※期限内に申請しない場合は減免できません。ご注意ください。

生ごみ処理機等補助金

村では生ごみの減量化を推進するため生ごみ処理機及びコンポスター、ボカシ容器を購入された方に補助金を交付します。

■補助内容

- ・処理機は購入金額の3分の1(上限3万円)
1人1台まで
- ・容器は購入金額の2分の1(上限3千円)
1人2台まで
千円未満は端数切捨て
- ・手続きに必要なもの
 - ・領収書・カタログ・印鑑
 - ・振込先口座がわかるもの

環境課 環境係 ☎35-9057

「オオキンケイギク」「アレチウリ」を駆除しましょう!

5~7月頃にかけて、キバナコスモスに似た黄色の花を咲かせる「オオキンケイギク」を道端や天竜川などの河原でよく見かけます。キバナコスモスの方が花色が濃く、葉が全く違います。きれいな花だといって自宅の庭等に植えてはいけません。



【オオキンケイギク】

また、アレチウリは荒廃農地や林地等に覆いかぶさるように繁茂し、それが枯れると景観も損なわれます。

どちらも旺盛な繁茂により在来の生態系を破壊し、影響をおよぼすおそれのある植物として「特定外来生物」に指定されています。

草刈りの際には刈り取りや抜き取りに、ご協力をお願いします。



【アレチウリ】

環境課 環境係 ☎35-9057

ヘルスクリーニングを受診しましょう

ヘルスクリーニングは生活習慣病を予防するための集団健診です。

豊丘村国民健康保険に加入されている40~74歳の方は特定健診として、39歳以下と75歳以上の方は加入保険に関わらず一般健診として受診していただけます。

今年度は、6月13日~15日と7月2日~3日に実施します。

すでに申し込みをされた方には、問診票と受診に関する通知をお届けいたしますので、持ち物・注意事項などをお読みいただき受診してください。

なお、申し込みされていない方で受診を希望される方は、保健衛生係(35-9061)までご連絡ください。

平成30年度 ヘルスクリーニング(特定健診・一般健診)日程表

月日(曜日)	6月13日(水)	6月14日(木)	6月15日(金)	7月2日(月)	7月3日(火)
場所	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター
午前8:30~9:00		八王子	上佐原		下市場1~3組
9:00~9:30	胡芝・西部・東	中芝1~3組	下佐原	南市場1~5組	下市場4~9組
9:30~10:00	中宮・菖蒲ヶ沢	中芝4~6組	柿外土1~5組	南市場6~9組	小園1~5組
10:00~10:30	上垣外・駒沢・堂平	中芝7~10組	柿外土6~10組	城1~4組	小園6~10組
10:30~11:00	滝川・北垣外	中平	豊丘団地・笛久保・長沢	城5~6組	小園11~22組
午後1:00~1:30	筏	林里一	北市場一	北村	伴野原・大柏・寺島
1:30~2:00	市ノ沢	林里二	北市場二	上村	本村・千駄木・奥内
2:00~2:30	寺垣外・地蔵道	林原	北市場三	北入・上市場	壬生沢西・南
2:30~3:00	中部・中部二・中部三	木門	山田	古瀬・古畠	壬生沢東・北
3:00~3:30	社会保険被扶養者	社会保険被扶養者	社会保険被扶養者	社会保険被扶養者	社会保険被扶養者

平成30年工業統計調査を実施します!



工業統計キャラクター
コウちゃん

★平成30年6月1日現在で、工業統計調査を実施します。

★製造事業所が調査対象になります。

★5月~6月にかけて、「調査員証」を身に付けた調査員がお伺いします。

★工業統計調査は、我が国における工業の実態を明らかにすることを目的とする政府の重要な調査です。

★調査票にご記入いただいた内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)に使用することはありません。

★ご回答をよろしくお願ひいたします。

経済産業省・都道府県・市区町村 (問い合わせ: 豊丘村議会事務局 Tel: 0265-35-9063)

フォト・リポート

—4月・5月の出来事—



“豊丘村6次産業化”の拠点に 道の駅「南信州とよおかマルシェ」オープン

「南信州の台所」をコンセプトにした道の駅南信州とよおかマルシェが4月27日にオープンし、来場者で大盛況となっています。

当団は、関係者がくす玉を割つてオープンを祝いました。入口に列をなした来場者は午前9時に開店すると一斉に入場し、真新しい店内で買い物を楽しんでいました。

このうち、農産物直売所には、農家から出荷された新鮮な野菜や旬の山菜などが並び、賑わっていました。

また、焼きたてパンなどを販売するベーカリーカフェには長蛇の列ができ、生地から手作りした趣向を凝らしたパンを次々と買い求めていました。

この他、レストランでは旬の野菜など素材を活かしたお料理を、居心地の良い店内で味わう光景が見られました。

連日大盛況となつてゐる道の駅ですが、今後も生産・加工・販売が一体となつた6次産業の拠点として期待がかかります。



懐石料理に舌鼓 こぶし園 春の昼食会

こぶし園の「春の昼食会」が4月21日に開かれ、料理人が懐石料理を振る舞いました。

料理を提供したのは、飯田市在住の料理人、鎌倉徳雄さんで17年前からこの活動を続けています。今年も調理に腕を振るい、利用者ら約80人分の料理を作りました。

献立は煮物、お寿司、椀盛りなどをはじめ、三重県から直送された天然鯛懐石料理やお刺身を口にし、笑顔を浮かべていました。昼食会には、鎌倉さんと交流がある俳優の堀田真三さんも駆け付け、皆さんを喜ばせました。



笑顔の輪がひろがる ファミリー・コンサート

公民館親子セミナーとしてファミリーコンサートが4月22日にゆめありーコンサートが4月22日にゆめありーで開かれ、大勢の親子が歌や体操で楽しみました。



田村区の新たな防災の拠点 に田村防災センター

田村区では新たな防災の拠点となる田村防災センターが3月末に完成し、その竣工祝賀会が4月22日に行われました。

祝賀会を前に、玄関前でテープカットが行われ、下平村長や村澤区長など5人がはさみを入れました。

今回できた防災センターの総工費は3300万円で、このうち1325万円を行政からの助成金で賄いました。建物は平屋建てで、延べ床面積はおよそ121m²。避難時に最大40名が生活できる約42帖の訓練・研修室のほか、5帖の中会議室、8帖の台所、男子・女子・多目的の二つのトイレを備えています。



秋の実りを期待して 長沢りんご村開村式

長沢りんご村開村式が5月3日に開かれオーナー約250組、750人余りが来村して賑わいました。

今年から受付が、交流センターから道の駅に替わり、午前9時の受付開始前には50人程の行列ができるようになりました。

受付を終えたオーナーたちは、長沢りんご園地に移動し、園内を見て回り、園主のアドバイスを聞きながらオーナー木を決める。秋の収穫を期待しながら、名札をしつかりと枝に結び付けていました。



将来の夢に向かって

中学校職場体験学習

中学校では、職場体験学習を4月24日と25日の2日間行いました。

体験学習を行ったのは2年生68人で、村内外28の事業所や企業に行き、実際の仕事を体験しました。

このうち、中央保育園では5人の生徒が職場体験を行つていました。

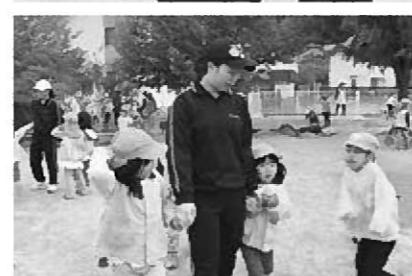
また、役場広報係にも2人の生徒が職場体験に訪れました。体験で生徒が職場体験を行つていました。

この生徒達はまず、園児と園庭で遊びました。普段ない体験に戸惑いながらも楽しくふれあいました。

また、役場広報係にも2人の生徒が職場体験に訪れました。体験で生徒が職場体験を行つっていました。

生徒達は実際にカメラを使って撮影しました。その後、取材した内容を原稿に起こして、編集機でナレーション・編集作業を体験しました。

こうして番組が完成すると、中学生たちは満足した様子で番組を見ていきました。



こんにちは! 笑顔 きらきら子育て広場 です

◆ 親子年齢別広場が始まりました! ◆

◆にっこり広場◆

今年度2歳になるお友だちの親子が集まって「とことこ広場」が行われました。集まつたお子さんの月齢に差がありましたが子どもの様子を見ながら親子で手遊びやリズム遊びをして触れ合いを楽しみました。

おかあさんと一緒に体を動かして楽しいね

◆ぴょんぴょん広場◆

来年度、年少組になるお友だちの親子が集まって「ぴょんぴょん広場」が行われました。親子で体操をしたり、体のバランスを上手にとって両足ジャンプや平均台を渡つたりして遊びました。1年間、お友だち同士の繋がりも大切にしながら活動を行っていきます。

1人でできるよ。じょうずでしょ!

4月22日のファミリーコンサートにたくさんの親子の皆様が来て下さいありがとうございました!

子ども課
子育て支援係
子育て支援専門員 多田・仲宗根
(☎ 35-9078)

◆5月特別企画◆

「親子で楽しく
骨盤ストレッチ」

普段の生活の中で姿勢を気にした事はありませんか?5月の特別企画では講師をお招きして普段の姿勢のチェックと骨盤ストレッチを親子で楽しく行います。

日 時: 5月31日(木)
時 間: 午前10時より
場 所: 子育て支援センター
講 師: 本島 未来さん

災害時の口腔ケア

大災害発生時には、多くの被災者が避難所などで集団生活を強いられることになります。特に高齢者は、誤嚥性肺炎、インフルエンザなどの呼吸器疾患が増える危険性があります。1995年の阪神淡路大震災では、避難所や仮設住宅で亡くなつた方の死因で最も多かつたのが、肺炎でした(223名、死者の24%)。それを教訓にした新潟の中越地震では、歯科医師会などが口腔ケアの介入を行つたところ、肺炎での死亡者が1名だつたそうです。

命を守ることに直結します。



- 非常用持ち出し袋に常備する口腔ケア用品
- ・歯間ブラシ
- ・糸ようじ(フロス)
- ・歯みがき粉
- ・マウスウォッシュ(口内洗浄剤)
- ・ウェットティッシュ

水不足の時の対策として、唾液が役に立ちます。唾液には抗菌物質が含まれ、殺菌効果があります。糖分の少ないガムなどがあれば噛むことで唾液が出やすくなり、その唾液で口をゆすぐことも可能です。災害時は緊張感で唾液が出にくくなるので、唾液腺マッサージを行い、唾液を出しそうなことが大切です。

また、歯ブラシが無くても、ウェットティッシュや水を含ませたティッシュでお口の清掃ができます。

健康とよおか21 元気が 大好き♪

健康福祉課保健衛生係
(☎ 35-9061)

○避難所で気をつけたいこと
・食べ物について
あめやチヨコレートなどの甘く力口リーの高い食べ物に偏りがちになり、ジュースやイオン飲料などもむし歯になります。特に子どもの食べ物には注意しましょう。



唾液腺マッサージ

唾液腺は3か所あります。
親指以外の4指を頬に当たって、上の奥歯のあたりを後ろから前に向かってゆっくりと回すように押す。

・頬下腺マッサージ
・耳下腺マッサージ
・舌下腺マッサージ
親指を頬下の骨の内側の柔らかい部分に当て、耳の下から頬の下まで5ヶ所ほどを押す。

付けることも効果があります。

歯と口の健康週間

6月4日~10日

のばそうよ 健康寿命 歯みがきで

禁煙の効果



喫煙すると、ニコチンが肺を通じて吸収されます。このニコチンは精神活性作用のある薬物で、多くの喫煙者は「ニコチン依存」の状態にあります。しかしタバコは、がんをはじめ循環器や呼吸器疾患など様々な病気の原因であったり、高価であったりするために、禁煙を望む人も増えてきています。

禁煙をすると、身体にどんな効果がでるのでしょうか。実は、最後のたばこから1時間もたたないうちから、体は反応を始めています。次の表に、禁煙をすることで起こってくる効果をまとめました。今後の禁煙の参考にしてください。

<禁煙の身体反応>

禁煙期間	良い効果	悪い効果
20分後	<ul style="list-style-type: none"> ・血圧上昇が、最後のたばこを吸う前に近いレベルまで戻る ・手足の冷感が解消する（血管の収縮がゆるむため） 	
8時間後	<ul style="list-style-type: none"> ・血中の一酸化炭素レベルが正常に戻る（酸素が十分全身にいきわたる） ・胃に酸素がいきわたり、食欲が亢進する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ニコチン離脱症状がある ・食欲亢進による過食に注意が必要
24時間後	<ul style="list-style-type: none"> ・心臓発作のリスクが減る ・体内から一酸化炭素が除去され、肺の汚れが消え始める 	
48時間後	<ul style="list-style-type: none"> ・体内のニコチン濃度が0になる 	
72時間後	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸が楽になる 	
1ヵ月以内	<ul style="list-style-type: none"> ・禁煙の離脱症状が収まる 	
3ヵ月以内	<ul style="list-style-type: none"> ・循環器系が改善し、肺の機能が30%程度増加する ・食欲亢進が収まっている 	
1~9ヵ月以内	<ul style="list-style-type: none"> ・咳、鼻づまり、疲労、息切れが減少する ・肺の絨毛機能が正常に回復し、感染防止能力が増加する 	
1年後	<ul style="list-style-type: none"> ・冠動脈疾患（狭心症・心筋梗塞など）のリスクが、喫煙者の半分になる 	
5年後	<ul style="list-style-type: none"> ・脳卒中のリスクが、非喫煙者のレベルまで下がる 	
10年後	<ul style="list-style-type: none"> ・肺がんの死亡率が、喫煙者の約半分になる ・口腔、喉頭、食道、膀胱、腎臓、肺がんのリスクが減る 	
15年度	<ul style="list-style-type: none"> ・冠動脈疾患（狭心症・心筋梗塞など）のリスクが、非喫煙者のレベルまで下がる 	

参考文献

1. e-ヘルスネット（厚生労働省ネット） 煙草
2. 米国疾病管理予防センター（CDC）たばこと健康部門
3. 米国対がん協会Q&A（米国公衆衛生監視報告から）

長野地方法務局と境界問題解決センターでは、土地の境界をめぐる紛争の解決手段について、解決手段の提示並びに当該手段の概要（費用、方法について、次とのおり合併して開設しています。）

■ 長野地方法務局
■ お問い合わせ先
長野地方法務局
境界問題解決支援センター
TEL: 026-232-5501
FAX: 026-235-6422

ヘルプマークを知っていますか？

外見からは分からなくても援助が必要な方がいます。このマークを見かけたら、電車内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。

■お問い合わせ

県庁障がい者支援課 TEL: 026-235-7108

メール: shogai-shien@pref.nagano.lg.jp



ヘルプマーク

定例相談 ●秘密厳守・相談無料●

行政相談(定例)・くらしの相談

- 日 時 6月26日(火)午後7:00~9:00
□場 所 介護予防拠点施設「はづらつ」
□相談員 行政相談委員(福澤英夫)、
民生児童委員

行政相談(随時)

- 相談員 福澤英夫(行政相談委員)
(自宅 TEL: 35-5932)
□内 容 国の仕事など行政全般に対する苦情や要望など

高齢者福祉

- 各地区的民生児童委員
健康福祉課福祉係(TEL: 35-9060)

在宅介護・介護保険制度

- 在宅介護に関する相談
地域包括支援センター(TEL: 35-9064)
□介護保険料及び納入方法に関する相談
健康福祉課介護保険係(TEL: 35-9060)

障がい者福祉

- 障がい者の生活・障害者手帳・支援費制度・補装具・各種手当等に関する相談
健康福祉課福祉係(TEL: 35-9060)

- 身体障がい・知的障がいに関する相談
飯伊圏域障がい者総合支援センター(TEL: 24-3182)

- 精神障がいに関する相談
南信地域生活支援センター(TEL: 56-8732)

児童福祉・子育て

- 児童福祉・子育てに関する相談
健康福祉課福祉係・子育て支援センター(TEL: 35-9060)

- 18歳未満の子どもに関する相談
飯田児童相談所(TEL: 25-8300)

- 心身の発達に障がいや遅れのある就学前のお子さんの相談
飯田市療育センターひまわり(TEL: 23-6097)

人権問題

- 飯田人権擁護委員協議会
(TEL: 22-0045)
(豊丘人権擁護委員: 松下泰見・宮下純子)

労働相談

- 南信労政事務所
【午前8:30~午後5:15】
(TEL: 0265-76-6833 伊那市)

結婚相談

- 愛ねっと北部(北部地区結婚相談所)

- 開所日: 月~金、第2・第4土・日曜
(午後1時~午後6時)
※事前予約制

- 場 所: ゆめあるて北側

TEL: 34-2322, FAX: 34-2516

遺言相談

- 日 時 月~金(午前9:00~午後5:00)
□場 所 飯田公証役場
(TEL: 23-6502)

保育園 どれみ

No 201

中央保育園から



☆うわ～!たつか～～い!!



☆もぐもぐ、おいしいね



☆新しいすみれさん元気いっぱいです



☆よもぎとつたど～!



☆かわいいこいのぼり?できましたよ!



☆おもしろそうに泳いでる～♪

在籍園児数 H30.5.1現在

	未満児	3歳児	4歳児	5歳児	合計
北保育園	20	14	14	27	75
中央保育園	24	22	29	31	106
南保育園	8	10	13	6	37
合計	52	46	56	64	218



豊丘村キャラクター
「だんQくん」

広報とよおか 2018.6

■通巻327号

●人の動き● H30.5.1現在(前月比)

人口：6,742人 (-7)
男：3,354人 (-2)
女：3,388人 (-5)
世帯：2,146戸 (+1)

住民異動届(4月中)
転入：17人 転出：24人
出生：4人 死亡：4人



豊丘村ロゴマーク

●編集・発行●

豊丘村役場 総務課 企画財政係

〒399-3295 長野県下伊那郡豊丘村大字神籠3120番地

電話 0265-35-3311(代表) / FAX 0265-35-9065

ホームページ <http://www.vill.nagano-toyooka.lg.jp>

電子メール info@vill.nagano-toyooka.lg.jp

■印刷／龍共印刷株

