

広報 とよおか



福島てっぺん公園からの眺望

ずっと ふるさと、もっと とよおか。

12月号
平成27年
VOL.297

おしらせ宅配便	2ページ	こちら消防団です！！	12ページ
こんにちは農業委員会です	7ページ	地域おこし協力隊徒然日記	13ページ
フォトリポート	8ページ	だいち便り	14ページ
元気が大好き♪	10ページ	くらしの情報	15ページ
笑顔きらきら子育てひろばです	11ページ		



埋立ごみ・ダンボール・びん類収集のお知らせ

■収集日時

《十二月六日（日）午前八時～九時》

（時間厳守）

※十二月と一月は、収集時間が一時間遅くなっています。

お間違えのないようご注意ください。雨天決行です。

最終チェックを受け、ようやく埋立てができます。

近頃、埋立ごみではないごみの混入が目立ちます。

ドリンク剤や食用油などのびんは、びん類の収集に、プラスチック類は、容器包装ラまたは、廃プラに分類してください。

■収集場所

《指定ステーション》

各戸にお配りしてあります

「ごみカレンダー」でご確認ください。

指定ステーションでは、環

境指導員と自治会衛生係の皆

さんたちが会合を設けて、ごみ

がら集めます。

正しく分別されていない物

は、その場でやり直していただき

ます。

埋立ごみ専用袋には必ず記

名をしてください。



環境課 環境係
35-9057

埋立ごみに出せるもの

品 目	種 類	注 意
ガラス 製 品	LED電球、白熱電球、ガラスの置物・コップ・皿、耐熱ガラス、クリスタルガラス ※割れたガラスは袋が破れるので布や新聞紙等に包んで出してください。	袋に入らない物は粗大ごみへ。
陶 磁 器 類	植木鉢、花びん、急須・皿・茶わんなど食器類、鍋（ガラス・土鍋）	水筒・魔法瓶は、金物類・粗大ごみ・有料家電に分類されます。埋立ごみではありません。
そ の 他	アルミカップ・アルミホイル・ガスコンロの油よけなどのアルミ製品、亀の子たわし、保冷剤、乾燥剤	貝殻、卵の殻、使い捨てカイロは燃やすごみへ。 ドリンク剤やジュースのアルミ製のふたは、アルミ缶専用袋へ。
焼 却 灰	焼却灰専用袋に入れて出してください。	ペットのトイレ砂は埋立ゴミ専用袋に入れてください。

こんちは 農業委員会 です

農業委員会事務局（産業建設課 農政係 35-9056）

■農業委員会委員選挙人名簿の登載申請が廃止になりました

農業委員会等に関する法律が改正され、平成28年4月1日からは、農業委員会委員の選出方法が公職選挙法による公選制から市町村長の選任制に変更されます。

これに伴い、平成28年度以降は、農業委員会委員選挙人名簿の調製を行わないことになりました。

よって、農業者から毎年1月に提出していた「農業委員会委員選挙人名簿の登載申請」について、平成28年1月から提出が不要になりました。

■農地の貸借について（農地法3条による貸借）

農地台帳の法定化に伴い、農業委員会で管理している「小作地・小作料台帳」の整備をしています。台帳の貸主、借主のみなさまに照会文書をお送りしましたので農地の貸借が継続中か否かお知らせください。

■農地情報

農地売ります。（農地を農地として買取ける情報です）

No.	農地所在	地 目	面積 (a)	備 考
1	河野新田	田	16	
2	河野新田	田	22	
3	河野新田	田	10	

※詳細については農業委員会へお問い合わせください。

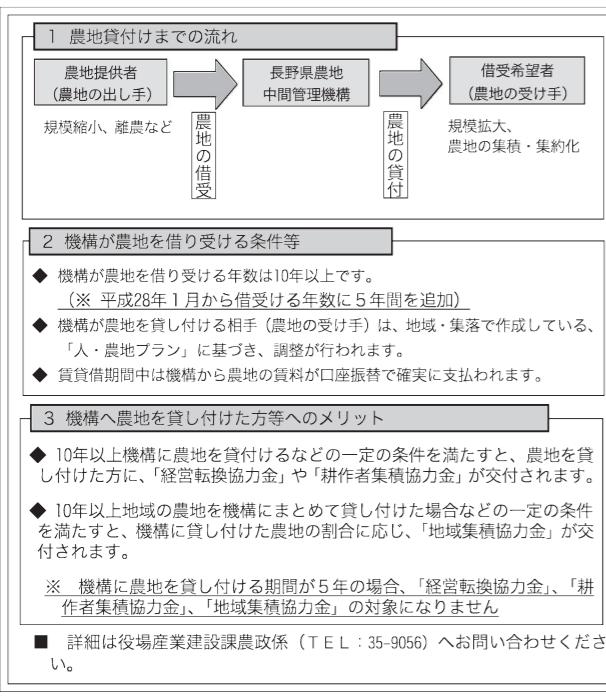
農地貸します。

No.	農地所在	地 目	面積 (a)	備 考
1	河野新田	田	13	2筆

※詳細については農業委員会へお問い合わせください。



荒廃農地から再生された福島の棚田



ラ・オト・リ・ボート

10月・11月の出来事



豊丘村敬老会

村の敬老会が、10月31日に南小学校体育館で開かれ、75歳以上の皆さん、275人が出席しました。

出席者には、農産物加工組合の皆さんが作つたお弁当が配されました。

また、お酒も併せて配られ、出席者同士で注ぎあつて、楽しそうに談笑していました。

午前11時半からは、芸能発表が行われ、南小学校金管バンドや豊丘太鼓シニアチー

ムの演奏をはじめ、踊りのグループやカラオケクラブなど、16団体が出演し、敬老会に華を添えました。

こうして、敬老会は午後2時頃まで行われ、最後はご長寿万歳の三唱で幕を閉じました。



福島てっ�ん公園 竣工祝賀式

福島てっ�ん公園は、伊那谷を一望できる位置にたち、構想から約10年以上の歳月をかけて完成に至りました。

式典では、福島区長や村長が挨拶を行ない、地権者や工事に携わった関係者らに感謝状を手渡しました。

竣工式に統いて行われた祝賀式では、豊丘太鼓の演奏や地元の獅子が舞を披露して式を盛り上げました。また、式の最

後には、多くの参加者が参加して竜峠小唄を歌いました。

竣工式に統いて行われた祝賀式では、豊丘太鼓の演奏や地元の獅子が舞を披露して式を盛り上げました。また、式の最後には、多くの参加者が参加して竜峠小唄を歌いました。



横浜ゴム「森林の里親」整備作業



完成当時の輝きに 岩石園の清掃作業



「森林の里親」整備作業が10月17日に行われ、横浜ゴムの社員20人が村民グランド周辺の雑木林で下草刈りなどをしました。

この里親制度は県の事業で、地域と企業が連携して、森林づくりや交流を行なうもの。村と横浜ゴムは9月にこの契約を交わしています。

参加者はノコギリを使って余分な木を切つたり、刈払機で、下草などを刈つたりして汗を流しました。

この活動は今後も継続されます。

豊丘村消防団第一分団が、 松川町消防団と合同訓練



豊丘村消防団第一分団と、松川町消防団第四分団が、11月1日に、合同訓練を行いました。

この合同訓練は、昨年に統いて行われたもので、今年は、河野区民会館を会場に、災害をシミュレーションした機上訓練を行いました。

普段は異なる町村で活動している団員の皆さんでしたが、意見交換や話合いを行い、災害時に起こりうる事態での消防団員としての行動について、改めて確認を行いました。

とよおかまつり協賛講演会 天涯章平先生ご講演



とよおかまつり協賛講演会が、11月2日にゆめあるで開かれ、河野市ノ沢にて在住の天涯章平先生にて講演いたしました。

「唱歌劇『勧進帳』とその心」と題された講演会の冒頭では、この作品に感動し読んでいるうちに覚えてしまったという天涯先生が、物語を暗唱してくださいました。

そして、この物語を解説し、思いやりの心や情け心について実例をもとにわかりやすく教えてくださいました。

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

体に負担をかけない
砂糖の摂り方

負担の大きい単純糖質の摂り方がポイントになります。単純糖質とは、果物・ジュース・菓子類・砂糖・酒・ビール等です。漬物や煮物に含まれる砂糖も単純糖質になります。

広報とよおか11月号のこの

コーナーでは、HbA1cのお話とインスリンやすい臓に負担の少ない、果物の一日の目安量のお話をさせてもらいました。HbA1cとは、赤血球の成分に、糖がどのくらいついているのかを見る健診項目で、過去1~2か月の平均血糖値を表します。HbA1cと、基準値より高い方は5割以上で、北部5町村で比較してみても、基準値以上の方の割合が豊丘村は一番多いという結果でした(H25年国への報告値)。この基準値以上の状態を、このまま放置すれば進行しますが、生活習慣を見直すことによって、可能性が大きいです。

そこで血糖値を下げてくれ るインスリンというホルモンや、インスリンを作っている臓に負担をかけないように、負担の大きい単純糖質の食べ方がポイントになります。単純糖質とは、果物・ジュース・菓子類・砂糖・酒・ビール等です。漬物や煮物に含まれる砂糖も単純糖質になります。

下の表は食品に含まれる砂糖の目安量になります。チョコレートには6かけで12gの砂糖が含まれています。アルコールには砂糖は含まれていませんが、単純糖質が含まれています。単純砂糖は含まれていませんが、単純糖質を砂糖に換算すると、ビールは500mlに15gの砂糖が入っています。砂糖はこの他に、煮物等普段のご自身の食生活と比較していただき、インスリンやすい臓を守るために、一日の砂糖の目安量と下の表を参考にしてみてください。

★一日の砂糖の目安量

60歳以下の成人 20g
60歳以上・高血糖の方 10g

食品に含まれている砂糖の量	
	CHOCO 6かけ 砂糖 12g
	クッキー 4枚 砂糖 9g
	あめ 1個 砂糖 4g
	アイスクリーム 1個 砂糖 30g
	オレンジジュース 200cc 砂糖 25g
	スポーツ飲料 500ml 砂糖 30g
	日本酒 1合 砂糖 9g
	ビール 500ml 砂糖 15g
★その他	
・栄養ドリンク 1本	野沢菜づけ小皿一皿
砂糖 15g	砂糖 5g
・まんじゅう 1個	たくあん 5切れ 30g
砂糖 20g	砂糖 3g
・煮物 一人前	砂糖 4g

こんにちは! 笑顔 きらきら 子育て広場 です

子ども課
子育て支援係
子育て支援専門員 木村・下井田
(☎ 35-9078)

山々が赤や黄色に色つきすぎてきなコントラスト見せてくれます。周りのもみじやいちょうの葉もきれいにお化粧し、そして散り始め、秋もそろそろ終わりですね。朝晩はすい分と寒くなってきましたが、日中お天気の時には比較的暖かく過ごしやすいですね。この寒暖差が体調を崩しやすいですが、しっかり食べて元気に遊び、寒さに負けないようにしましょう。

ぴょん・とこ親子遠足楽しかったよ!

びょんびょん・とことこ広場では松川町子育て支援センター「おひさま」に親子遠足に行ってきました。

◆広々とした建物の中の遊び場、芝生の庭、そこから南アルプスが見渡せてとっても気持ちがいい~い。親子でゆったりと遊ぶことができました

ハロウィンとオープンサンド パーティ 大満足でした!

◆ハッピーハロウィンではかわいらしいハロウィンの仮装をして、教育長さん、子ども課長さんはつらつのおばあさんたちに、うれしいおみやげをもらいました。

◆ハロウィンの仮装行列のあとにはお腹もすいて「オープンサンドパーティ」の始まりです。自分のパンにいろいろな具をはさんでお腹いっぱい食べました。



こちら消防団です!!



豊丘村消防団長
福澤博俊

近年、その消防団に対する理解が得られず、団員数が減少して います。これは豊丘村に限つたことではありますん。

何時発生するとも知れない大きな災害の際に一番頼りになるのは、ご近所の皆さんと、そこで暮らす消防団員です。

消防団活動に更なるご理解ご協力をいただき、消防団員が勧誘に伺つた際には、入団について前向きに検討いただきますようお願ひ申し上げます。

豊丘村を護るため、是非あなたの力を貸しください。

なものです。

豊丘村に限つたことではありません。これでは、団員数が減少していきます。これは、何時発生するとも知れない大きな災害の際に一一番頼りになるのは、ご近所の皆さんと、そこで暮らす消防団員です。

Q: お酒を飲まなければならないの?
A: 活動の後の反省会等でお酒を飲む機会は多くありますが、お酒を飲む・飲まないは自由です。お茶やジュースを飲む团员も多くいます。決して無理やり飲ませたり、飲まないからといって嫌がらせをしたりということはありません。帰る時間も、個人の体調と財布の状態で決められます。

Q:何歳まで活動するの?女性でもいいの?
A:現在は33歳までお願いしています。また、長男や男性でないと入団できないという決まりもありません。男性団員の他にも、女性消防団員があり、予防・救護活動等に活躍しています。

入ってよかったです? も「入団するときは不安だった・嫌だった」と言います。ところが、みると、団活動を通じて年代の違う先輩や後輩たちと知り合い地域の人間関係が広がることで「楽しい。入団してよかったです」と感が多いようです。また、活動を通して「自分達の地域は、自分達で地域に貢献する」という自覚も生まれてきます。

Q: 消防団ってなに?

A: 自治体消防として、どの市町村にも消防団があり、豊丘村消防団もその一つとして活動しています。「自分達の地域は、自分達で守る」という基本的な考え方のもと、火災・風水害等の災害時には消防署と協力し、消火活動などの災害対応を行います。また、災害の発生を未然に防ぐ予防消防活動を行っています。

Q: 仕事で出られないときがあるけど?
A: 訓練等は主に、春秋の訓練・ポンプ操法大会・夏季訓練・防災訓練・出初式が日曜日に行われますが、全ての活動に出なければならないことはありません。現に全ての団員が仕事に就いており、長距離トラックの運転手・三交代や夜勤の多い会社・日曜日に勤務の会社等様々です。

火災等の災害については仕事や家庭の都合などで参加できないことは仕方のないことですが、できる限り都合をつけ出席してください。

なお、団員が訓練や消火活動などに出られないことで、出不足金を取られることはあります。

冬季にかけて、暖房器具やたき火など火を使う機会が多くなり、火災が発生しやすい時期となります。以下の点に充分注意しましょう。

●たき火安全4つのポイント

1. 消防署へ必ず届けでる。
 2. 安全な場所で、風のない午前中に行う。
 3. 水バケツ、消火器を用意する。
 4. 絶対に火のそばを離れずに、後始末は確実に行う。

● 暖房器具の取扱時の注意点

- ストーブの周囲は整理整頓しておく。
(紙類・スプレー缶は近くに置かない)
 - 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。

豊丘村消防団員 隨時募集中!
(女性消防団員も募集中)
あなたの“ちから”を貸してください
お問い合わせは 総務課 総務係 Tel35-9050 まで (どんなことでもお気軽にお問合せください)

平成27年度冬季自衛官等募集案内

自衛隊長野地方協力本部

▼陸上自衛隊高等工科学校
(高校の教育を受けながら、陸上自衛官としての素養を高めたい方に)

- ①推薦試験
- ・資格
中卒(見込み含む) 15歳以上
17歳未満の男子
- ・受付期間
平成27年11月1日(日)～12月4日(金)
平成28年1月9日(土)～1月11日(月)
- ・一次試験
平成28年2月20日(土)
- ・二次試験
平成28年3月11日(金)
- ・受付期間
平成27年11月1日(日)～12月4日(金)
平成28年1月9日(土)～1月11日(月)
- ・資格
中卒(見込み含む) 15歳以上
17歳未満の男子
- ・受付期間
平成27年11月1日(日)～12月4日(金)
平成28年1月9日(土)～1月11日(月)
- ・一次試験
平成28年2月20日(土)
- ・二次試験
平成28年3月11日(金)

・受付期間
平成28年1月20日(水)～1月29日(金)

・受付期間
平成28年2月20日(土)

・受付期間
平成28年2月29日(月)

したい方に)
とは、経済や地域の活性化を図りながら家庭の電力需要の削減にも資する効果的な取組です。県では、県民の方が暖かく楽しむ過ごしていただける施設や場所、公共機関等が主催する行事を広く募集します。

①一般試験(後期)
・資格
高卒(見込み含む) 21歳未満の者
・受付期間
平成28年1月20日(水)～1月29日(金)

・受付期間
平成28年2月20日(土)

・受付期間
平成28年2月29日(月)

・受付期間
平成28年3月11日(金)

しての節電・省エネを図ることで、経済や地域の活性化を図りながら家庭の電力需要の削減にも資する効果的な取組です。県では、県民の方が暖かく楽しむ過ごしていただける施設や場所、公共機関等が主催する行事を広く募集します。

したい方に)
とは、経済や地域の活性化を図りながら家庭の電力需要の削減にも資する効果的な取組です。県では、県民の方が暖かく楽しむ過ごしていただける施設や場所、公共機関等が主催する行事を広く募集します。

かく楽しむ過ごしていただける施設や場所、公共機関等が主催する行事を広く募集します。

として、ノロウイルス食中毒にも注意が必要です。

【ノロウイルスとは】
おう吐、下痢等の症状を引き起こすウイルスで、人の腸内でしか増えることができません。また、非常に少ないウイルス量で発症します。

②調理者の健康管理、調理器具の消毒

③力気など二枚貝はよく加熱する(ウイルスは石けんによる手洗いで落とせます)

④力気など二枚貝はよく加熱する(85～90℃で90秒間以上加熱が理想)

冬は空気が乾燥し、ウイルスが空気中に漂いやすく、風邪も流行します。前記の情報を参考に感染症を予防し、今年の冬も元気に過ごしましょう。

②手洗いやアルコール製剤による手指衛生

③外出時のマスク着用が有効

このほかにも、部屋の適度な湿度管理、野菜に多く含まれるビタミンAの摂取、十分な休息も重要です。

また、冬に流行する感染症

村制60周年記念とよおかまつりへのご協力ありがとうございました。皆様のご協力のもと、盛大に開催できましたこと深く感謝申上げます。とよおかまつりの記事につきましては来月新年号にて掲載する予定です。



このほかにも、部屋の適度な湿度管理、野菜に多く含まれるビタミンAの摂取、十分な休息も重要です。

また、冬に流行する感染症

このほかにも、部屋の適度な湿度管理、野菜に多く含まれるビタミンAの摂取、十分な休息も重要です。



このほかにも、部屋の適度な湿度管理、野菜に多く含まれるビタミンAの摂取、十分な休息も重要です。

また、冬に流行する感染症

このほかにも、部屋の適度な湿度管理、野菜に多く含まれるビタミンAの摂取、十分な休息も重要です。



保育園 どれみ

No 171

北保育園から



☆お弁当いたをきます☆おいしいね!!



☆お宝いっぱいみつけたよ!



☆つくしさんも はい! ち~ず!



☆さつまいもとれたよー!!



☆さくら消防団 出動!!



☆やつほ~! てっふん公園気持ちがいいね☆



豊丘村キャラクター
「だんQくん」

広報とよおか 2015.12

■通巻297号

●人の動き● H27.11.1現在(前月比)

人 口 : 6,867人 (+10)
男 : 3,379人 (+9)
女 : 3,488人 (+1)
世 帯 : 2,111戸 (+6)

住民異動届(10月中)
転入 : 16人 転出 : 3人
出生 : 4人 死亡 : 7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稻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)

