

て 龍 天 報 廣

第 211 号
2022年12月22日

私たちの村
—12月1日現在—
人口 1,132 人
男 536 人 女 596 人
世帯数 645 世帯

発行 天 龍 村 役 場
編集 総 務 課
印刷 齋 藤 印 刷 所



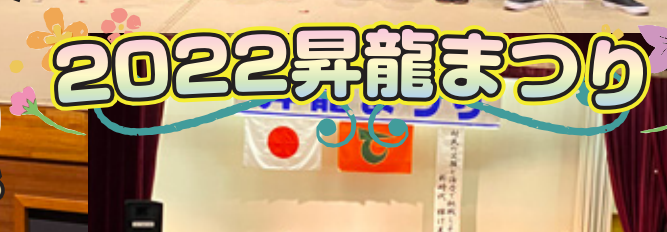
お笑いライブショー



保育所園児による発表



至学館大学学長による
特別講演会



2022昇龍まつり



小学校児童による太鼓



高校生による吹奏楽の演奏



おめでとう!



久しぶりの投げ餅

11月19日(土)、20日(日)の2日間、なんでも館を会場として「2022昇龍まつり」が開催されました。

今年で、13回目を迎える「昇龍まつり」は、村民と農林商工業者などの各種団体が一体となってイベントを行い、ふるさとの良さの再発見や、村民同士のふれあいの場づくりなどを目的に、隔年で開催しています。本来であれば昨年度実施予定でありましたが、新型コロナウイルス感染症の影響で延期となったため今年度実施することとなりました。

両日とも感染症予防を十分に行う中で、各種表彰や地元高校生による吹奏楽演奏をはじめ、お笑いライブショー、地元の各種団体による農林産物の販売や体験、健康コーナー、作品展示、公民館クラブ発表、特別講演会、

投げ餅が行われ、両日ともに大勢の方にご来場いただき、盛大に開催することができました。

なお、開催にあたり、ご協力いただいた村民のみなさんや関係者および投げ餅の景品をご提供いただいたみなさんにこの場をお借りして厚く御礼申し上げます。

議会だより 第2回臨時議会

第2回臨時会を11月2日(水)に開催し、左記の議案について、原案どおり可決されました。

予 算

○令和4年度天龍村一般会計補正予算(第4号)

主な補正予算の内容は、コロナ禍における電気・ガス・食料品等の価格高騰に対する

全村民を対象とした灯油等燃料購入助成券の配付などの経済対策と、9月の台風14号、15号の災害における災害復旧事業費の追加です。



令和4年度 補正予算

会 計 名	補正前の額	補正額	計
一 般 (第4号)	27億6,599万円	1億7,998万円	29億4,597万円

村表彰・国民健康保険健康家庭表彰

令和4年度村表彰及び国民健康保険健康家庭表彰の授与式が11月19日(土)の昇龍まつり開祭式の中で行われ、ご出席いただいた「国際ソロプチミスト飯田」会長の橋部寿美子さんに村長より、感謝状が贈呈されました。



▶国際ソロプチミスト飯田
会長 橋部さん(中央)

感謝状

- 国際ソロプチミスト飯田
会長 橋部寿美子さん
(飯田市)
 - 石川峰生さん(埼玉県)
 - 末富 信さん(東京都)
 - 滝沢英夫さん(埼玉県)
 - 田中静大さん(安曇野市)
- 村に多額の金員を寄附いただきました。

国保健康家庭表彰

【村表彰】

- 吉澤幸男さん(鶯巣宇連区)
 - 安達トシ子さん(本町区)
- 国民健康保険の被保険者であり、3年以上にわたり保険証を使用しなかった世帯で、国民健康保険税を完納した世帯の皆さんです。



下條村議会の みなさんが視察に 来られました

11月11日(金)到下條村議会のみなさんが、天龍村議会のタブレット使用状況の視察に来られました。

天龍村議会では、令和3年度から、新型コロナウイルス感染症拡大防止及びペーパーレス化のため、タブレットを導入しています。

下條村議会でも来年度からの導入を検討しているとのこと、当日は、議場などで天龍村の各議員が使用状況を実際に見せる形で説明しました。



下條村議会からタブレットの視察

虫川新野峠線が 農林水産大臣賞 を受賞!

この度、天龍村が11月16日(水)に行われた全国治山林道協会主催「林道維持管理コンクール」で「農林水産大臣賞」を受賞しました。

このコンクールは、林道の維持管理業務と改善を促し、林道の路体保全と通行の安全確保を目的として維持管理状況の優秀な林道を表彰するものです。

今回、沿線住民のみなさんの道路管理が評価され、受賞に至りました。



林野庁長官より受賞

満島屋に 提言ボックス 設置

村政をはじめ、天龍村に対する様々なご意見・ご要望、日頃から感じていることなどを寄せいただく「提言ボックス」を新たに満島屋のイトイン・交流スペース側の出入り口付近に設置しましたので、お気軽にご利用ください。

提言ボックスは他に、役場、なんでも館、おきよめの湯、龍泉閣に設置してあります。



▶満島屋に設置された
提言ボックス

村・村議会による 国道・県道の改良等の 要望活動を実施

天龍村長と天龍村議会議員で、道路改良等に関する天龍村独自の要望活動を令和4年11月24日に長野県建設部、長野県議会と関東地方整備局へ、翌日25日に財

務省、国土交通省に対し、要望活動を行いました。

本来なら全議員で要望活動を行っていますが、今年度も、新型コロナウイルス感染症の影響により、長野県建設部長への要望活動では、永嶺村長はじめ、熊谷議長、後藤副議長、建設産業委員長の秦議員、大平議員、天龍村商工会の福士会長に参加していただき、道路整備の必要性を訴えていただきました。

また、財務省、国土交通省、関東地方整備局へも代表5名により要望活動を行いました。

主な要望内容は、次のとおりです。

- 国道四一八号（福島・鸺巢）天竜川橋架け替え工事の早期完成
- 国道四一八号（阿南町新野）天龍村おきよめの湯間（の）拡幅改良整備促進
- 国道四一八号（早木戸）的瀬間災害復旧（福島トンネル）の早期完成
- 国道四一八号足瀬地籍の通行止め早期復旧
- 飯田富山佐久間線平岡ダムより十方峡橋（松崎）の拡幅改良整備の早期事

業化

- 飯田富山佐久間線宇連沢～羽衣崎の改良整備促進

- 飯田富山佐久間線満月屋～早木戸橋の改良整備促進

- 飯田富山佐久間線沿道樹木伐採の早期実施

- 県道大河内中川原線の待避所設置と道路防災対策事業の整備促進

- 過疎代行事業によるその他村道大河内線の早期着工

ふるさと寄附金 ありがとうございます ごさいいます

広報天龍第210号（10月号）で公表後、11月30日現在で次のみなさんから寄附をいただきました。（ご希望の方のみ、氏名を掲載させていただきます。）

- 金田健様●阿部出様
- 井上康平様●和久田康平様
- 金田秀章様●吉田定宏様
- 渡辺弘様●國澤裕城様
- 佐藤沙妃様●細川汐里様
- 菅原慎一様●山岡愛子様
- 植田浩一様●網明日香様
- 有波裕貴様●西直亮様

- 早木戸川（的瀬～早木戸）、芝沢川（戸口）の砂防施設整備促進
- 福島地区、向方地区（スドウチ地籍）の地すべり対策の促進

長野県建設部からは小松次長より、国の予算配分は昨年並みではあるが、ここ3年間は災害が多いので、安全性確保のため優先順位をつけて取り組んでいくとの説明がありました。

また、関東地方整備局の飯田道路調整官からは、国道四一八号足瀬地籍の被災

は非常に印象深く、早期の安全整備に向けて引き続き頑張っていきたい。などの回答をいただきました。

▲国土交通省
丹羽道路局長へ
要望書の手渡し



▶丸山栄一
長野県議会
議長への説明



- 奥村真理様●坂本久美子様
- 黒川宗康様●浅倉庸志様
- 岩瀬國雄様●内田欽士様
- 三谷豊章様●小出貴志様
- 西郷かおり様●宇土晃央様
- 大関健治様●今西和衛様
- 巽俊文様●松原忠大様
- 丹野裕子様●臼井昭雄様
- 前川佳範様●遠藤まり様
- 浅原貴太様●小川敦史様
- 渡邊希様●木戸万有美様
- 山田明広様●東口雄三様
- 野中隆弘様●大槻隆之様
- 矢花之宏様●小川貴史様
- 清水香様●山口春花様
- 大古場智恵子様●林裕様
- 望月健太様●菊地野生様

●安藤雅明様●河村真紀子様
今回は327名の方から寄附をいただきました。ありがとうございます。

天龍村ふるさと寄附金は、村のホームページのほか、ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」などからも申込みができます。決済方法は金融機関からの振込みのほか、クレジットカードも可能です。電話、ファックス、役場窓口でも承ります。

◎ふるさとチョイス

<http://www.furusato-tax.jp/>

天龍村租税教育推進協議会 令和4年度 税に関するポスター・作文の受賞者

天龍村租税教育推進協議会では、租税教育の一環として次の世代を担う子ども達に税について関心を持ってもらい税の大切さを知ってもらうため、毎年、小中学生を対象として「税に関するポスター・作文」の募集を行っています。

本年度は、小学生 4 名、中学生12名から、ポスターと作文の応募をいただき、11月 2 日(水)に天龍村老人福祉センターで表彰授与式が行われました。

各賞を受賞されたみなさんおめでとうございます。



記念撮影の様子

令和4年度 税に関する「ポスター」受賞者

◎ポスター

賞 名 表 彰 状 記 載 名	学校名	学年	氏 名
天龍村租税教育推進協議会長賞	天龍小	5 年	熊谷 一輝 (くまがい いっき)
飯田税務署長賞	天龍小	5 年	成瀬 心夏 (なるせ こなつ)
天龍村租税教育推進協議会特別賞	天龍小	5 年	藤澤陽菜乃 (ふじさわ ひなの)
天龍村租税教育推進協議会特別賞	天龍小	5 年	宮澤 優心 (みやざわ こころ)

令和4年度 税に関する「作文」受賞者

◎作文

賞 名 表 彰 状 記 載 名	学校名	学年	氏 名
天龍村租税教育推進協議会長賞	天龍中	2 年	熊谷 朋哉 (くまがい ともや)
天龍村租税教育推進協議会 飯田税務署長賞	天龍中	3 年	宮下 昇己 (みやした しょうき)
南信県税事務所長賞	天龍中	2 年	廣畑 桃佳 (ひろはた ももか)
飯田地区納税貯蓄組合連合会特別賞	天龍中	3 年	小山 杏奈 (おやま あんな)
天龍村商工会長賞	天龍中	1 年	藤澤 幸音 (ふじさわ ゆきの)
天龍村青色申告会長賞	天龍中	3 年	熊谷 彩香 (くまがい あやか)
(社) 飯田法人会天龍支部長賞	天龍中	2 年	柞瀨 拓生 (きねぶち たくお)
天龍村租税教育推進協議会 関東信越税理士会飯田支部長賞	天龍中	3 年	土肥 秀太 (どひ しゅうた)
飯田信用金庫天龍支店長賞	天龍中	2 年	白井 斗翔 (しらい とわ)
みなみ信州農業協同組合南信濃支所長賞	天龍中	1 年	清水 ひなた (しみず ひなた)
平岡郵便局長賞	天龍中	2 年	湯浅 直大 (ゆあさ なおひろ)
飯田間税会長賞	天龍中	3 年	五味 暖翔 (ごみ はると)

司法書士による
相続登記無料相談月間

「相続登記はお済みですか?」月間

令和 6 年 4 月 1 日から
不動産を取得した相続人に
対し、その取得を知った日
から 3 年以内に相続登記の
申請をすることが義務化さ
れます。

相続登記に関してご不明
な点などありましたら、左
記の期間で、県内各司法書
士事務所による無料相談が
受けられますので、お気軽
にご相談ください。

・期間／令和 5 年 2 月 1 日
(水)～2 月 28 日(火)

・時間／朝 9 時から夕方 4
時迄(土日・祝日を除く)

・場所／県内各司法書士事
務所(ご希望の司法書士事
務所へ直接ご予約くださ
い。連絡先などご不明な場
合は、次のお問い合わせ先
にご連絡ください。)

・相談料／無料

・相談例／相続登記はしな
いといけないの？

・相続登記義務化になっ
たらどうなるの？

・遺言について知りたいな
ど
お問い合わせ先 長野県
司法書士会事務局 Tel 0
26123217492

民生委員・児童委員の一齐改選が行われました

任期満了による民生委員・児童委員の一齐改選が行われ、12月1日より新たな委員でスタートすることになりました。民生委員・児童委員は、民生委員法により定められた民生委員推薦会によりその選考が行われ、長野県知事に推薦されたもので、知事は県の地方社会福祉審議会の意見を聴いたうえで厚生労働大臣に推薦し、このたび同大臣から委嘱される運びとなりました。任期は3年間で、長期にわたり大変お世話になりますがよろしくお願いします。

『民生委員・児童委員名簿』（令和4年度改選後）

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

(敬称略)

出身地区	氏 名	新・再任別	担 当 地 区
清 水	遠山 巳好	再 任	折立 清水 北 本町 長野
西 原	宮澤 ナヲ子	再 任	為栗 西原 東原A
東原B	小木曾 靖子	再 任	東原B 中央 余野
長野町	村松 三子	再 任	長野町 南下 松島 長沼 長島宇連 見遠
南 上	板倉 昭徳	再 任	岡本 南上 南中
十久保	熊谷 秀敏	新 任	鶯巣 十久保 下山 中井侍 途中上平 鶯巣宇連
福 島	平松 喜子	再 任	栄町 福島 大久那 合戸
坂 部	平松 和子	再 任	中組 戸口 倉の平 坂部
向 方	橋爪 誠	再 任	梨畑 大河内 向方 峠山
西 原	福士 直子	再 任	天龍村全域【主任児童委員】

『退任委員』 金田 隆さん（鶯巣）、宮澤 紀子さん（中井侍）

長年にわたり、地域福祉の向上にご尽力いただきましたことに、心から感謝申し上げます。

民生委員・児童委員の活動について

民生委員は民生委員法により市町村への設置が定められ、児童委員は児童福祉法によって民生委員が児童委員を兼ねることとなっています。民生委員・児童委員は厚生労働大臣に委嘱されたボランティアとして、地域に根差した福祉活動を展開するもので、担当区域の住民の実態や福祉需要を日常的な把握と、地域住民がかかえる問題について、相手の立場に立って相談にのります。また、住民の福祉需要に応じたサービスが得られるよう関係行政機関、施設・団体などに連絡し、必要な対応を促すパイプ役となっ

ていただくのが主な活動になります。

民生委員・児童委員は、個人的な利益につながる支援として経済的支援や労力の提供などといったサービスは行いません。また、過剰な個人づきあいを強いられるものでもありませんので、ご理解をお願いします。

年末の交通安全実施

12月16日(金)に、龍泉閣前で年末の交通安全運動における交通指導所を開設しました。当日は、阿南警察署にご協力いただき、村長、阿南交通安全協会天龍支部の皆さんにより、「運転は

みんなの笑顔で柚子里愛(ゆずりあい)」をテーマに、天龍村特産の柚子を配布し、安全運転の呼びかけをおこないました。
今後とも悲惨な交通事故が無くなるよう、取り組んでいきます。

移住者交流会「和知野川キャンプ場で遊ぼう!」を開催しました

10月22日(出)、和知野川キャンプ場にて移住者交流会を開催し、大勢の参加者がキャンプ場を訪れました。今回はツリークライミングの体験会や本の交換会、たき火を囲みながらの流星群観測会のほか、出店などがあり、にぎやかな交流会となりました。参加者はたくさん、のブーを回り、終始楽しんでる様子でした。

移住定住推進係では引き続き新たなつながりや交流ができるイベントを開催したいと考えております。大勢の皆さまのご参加をお待ちしております。

交流会の様子



ふるさとCM大賞 NAGANO



団結賞受賞

11月27日(日)に長野市で行われたふるさとCM大賞NAGANO最終審査会にて「団結賞」を受賞しました。村のみなさんが一つになってCMを作っているという点が評価されました。これまでCMの制作にご協力いただいたみなさんに、制作スタッフ一同より改めて感謝申し上げます。

今回の最終審査会の模様が1月3日(火)16時から、長野朝日放送にて放映されます。今回のCMや、天龍村のPRパフォーマンスの様子も放映されますので、是非ご覧ください。



第22回

パターゴルフ大会開催!

11月12日(出)に第22回天龍村長杯パターゴルフ大会がニセンジパター&マレットゴルフ場で開催され、20名の方に参加していただきました。

天候にも恵まれ、ホールインワンが出るなど数多くの好プレーが見られました。今回の優勝者は、南中区の熊谷周文さんでした。おめでとうございました!

既にニセンジパター&マレットゴルフ場は冬季休業に入っていますが、来春にはまたオープンしますので、



参加者で記念撮影

ぜひお誘いあわせの上お越しください。

令和4年度地域発元気づくり支援金の事業を募集します

地域発 元気づくり支援金事業は、市町村や公共的活動を行うNPOなどの団体が実施する「地域の元気を生み出す、モデル的発展性のある事業」に対し助成する制度です。

募集期間

令和5年1月4日〜23日
※県への提出期限と異なります。

応募書類の提出先

地域振興課移住定住推進係

【参考】直近の採択事業

- ・親子キャンプ体験イベントの開催(令和4年度)
- ・関係人口創出事業の実施(令和2年度〜令和4年度)
- ・天龍村移住交流イベントの開催(令和元年度〜令和3年度)
- ・オリパラ木材提供PR活動(講演会)(令和元年度)

※本事業を検討される方は、事業概要や条件などをご説明しますので、事前に役場地域振興課移住定住推進係までお問合せください。
☎32-1023

通勤助成金の受付を開始します

天龍村定住促進事業による通勤助成金の申請を開始します。

下記に該当する方は通勤助成金の支給対象となりますので、役場へ申請書を提出してください。

該 当 要 件

①～③のすべてを満たすことが条件です。

- ① 1月1日の申請基準日において天龍村に居住及び住所を有し、かつ永住の意思がある方
- ② 16歳以上で村外に勤務されている方（年齢の上限はありません）
- ③ 通勤日数が月15日以上の方（月15日未満は支給対象外です）



助 成 内 容

- ・ 2022年1月～12月までの間の勤務実績に応じて、通勤距離1kmあたり10円（月最大10,000円）の助成を行います。消防団員の方は助成総額に10%を加算した額を支給します。

※令和4年度より補助率が変更されます。

これまで	令和4年度から
一律1kmあたり10円	1kmあたり10円で算出された金額のうち、 16歳～40歳はその額の10/10、 41歳～50歳は2/3、51歳以上は1/3

- ・ 助成の内容については、総額の2/3は現金で支給し、1/3は翌年度村内のガソリンスタンド（以下SS）で使えるクーポン券を支給します。クーポン券端数分は切り捨て、現金で支給します。

（例）助成額が80,000円の場合

【現金支給分】 $80,000円 - 26,000円（クーポン券） = 54,000円$ ● 54,000円を年度末に現金振り込みで支給	【クーポン券支給分】 $80,000円 \times 1 / 3 = 26,666円 \rightarrow 26,000円$ ● 翌年度村内SSで使えるクーポン券として交付（1,000円券×26枚）
---	---

※村内SSクーポン券で利用できるものの例：給油、灯油配達、タイヤ、オイル交換、洗車

※SS発行の専用カードへの入金など、換金性が高いものには使用できません。

提 出 書 類

- ① 住民票の写し
- ② 申請書（役場、南支所、村のホームページからダウンロード）
（行政情報 → くらしと手続き → 申請書 → 申請書ダウンロード）

※会社などへの就業証明は、就業先に申請書内にある該当箇所への記入押印を依頼してください。

受付期間・受付場所

役場（地域振興課）または南支所へ令和5年（2023年）1月4日（水）～31日（火）までに提出ください。

ご不明な点がございましたら、地域振興課移住定住推進係へお問い合わせください。☎32-1023





『つながり人口創出事業・秘境大学』 を実施しています

村では移住定住施策の一環として、都市部に住みながら村と関わりを持ち、村の地域活動に参加・協力いただく「つながり人口創出事業」を実施しています。この事業は2019年から「天龍つなぐカレッジ」として始まり、2021年度からは「秘境大学」と名を改め、村内視察や村民との交流をしてきました。

年々参加者が増えており、今年度は定員をはるかに上回る計23名からの応募がありました。この事業を通して天龍村の魅力が村外に広く伝わってきていると感じます。

秘境大学の活動

現在、秘境大学では向方地区にスポットを当て、里山におけるマーケティング（資源の商品化、価値の具現化）をするチームと、地区に古くから伝わる伝統文化の継承についてかわり方を考えるチームに分かれて活動しています。月に1

度ネット会議をしたり、実際に向方地区を訪れ、地区のみなさんと意見交換をしたりと、積極的に活動しています。

10月22日・23日向方地区 フィールドワークの様子

右記の日程で秘境大学参加者全員が向方地区を訪問し、農業体験やおきよめ祭りが開催されるお宮の見学、地区でお祭りや林業に携わるみなさんとの交流を行いました。参加者からは、普段の生活ではできない体験を通して、向方地区での暮らし、文化についてより興味が高まったという感想や、参加者自身の専門分野を活かした活動が出来たという感想がありました。



秘境大学では、今後も向方地区をはじめとする村内各地で活動していく予定です。秘境大学の活動についてご理解・ご協力をお願いいたします。



消費税「インボイス制度」説明会の開催について

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度が開始されることに伴い、飯田税務署による次の説明会が開催されます。

※法人、個人事業者の方で参加を希望される場合は、次の表をご覧の上、飯田税務署へお問合せください。

参加料は無料ですが、事前登録が必要となります。

なお、新型コロナウイルス感染症等の状況によっては開催を中止する場合がございます。あらかじめご了承ください。

○インボイス発行事業者の登録を検討されている方向けの説明会

開催日	開催時間	開催場所	定員	お問合せ先
令和5年 1月16日(月)	9時30分～ 10時30分	飯田税務署（2階会議室） 飯田市高羽町	20名（事前登録制） 令和5年1月11(水)迄	飯田税務署 法人課税 第一部門 ☎0265-22-1742
令和5年 1月23日(月)	14時00分～ 15時00分	6丁目1-5 飯田高羽合同庁舎内	20名（事前登録制） 令和5年1月18(水)迄	

○登録予定事業者向けの制度開始に向けての準備に関する説明会

開催日	開催時間	開催場所	定員	お問合せ先
令和5年 1月16日(月)	14時00分～ 15時00分	飯田税務署（2階会議室） 飯田市高羽町	20名（事前登録制） 令和5年1月11(水)迄	飯田税務署 法人課税 第一部門 ☎0265-22-1742
令和5年 1月23日(月)	9時30分～ 10時30分	6丁目1-5 飯田高羽合同庁舎内	20名（事前登録制） 令和5年1月18(水)迄	

保健師だより

腎臓を労わりましょう

私たちが食べた飲み飲んだりして体内に取り込んだものは、主に内臓で代謝されて、体外に排泄されます。代謝によってできた老廃物や毒素などは、便と尿になります。つまり、水に溶けない物質は、肝臓から腸内に送られ便になり、水に溶ける物質は、腎臓でろ過されて膀胱にたまり、尿になります。今回は、尿をつくる腎臓についてお話します。

腎臓は背骨の両側に左右1個ずつあり、私たちの体内を流れる血液を全ろ過し、老廃物や余分な水分を尿として除去しています。腎臓が一日にろ過する血液の量は150ℓといわれ、大型のドラム缶1本分に相当します。腎臓の働きが弱ると老廃物が体内に蓄積します。腎臓の機能を低下させないために、次の工夫を日常生活に取り入れてみてください。

① 私たちの身体に必要な水分は、一日約2ℓといわれます。適度に水分を摂り、脱水症状を起こさないようにしましょう。脱水は、腎臓に負担をかけますので、こまめに水やお茶などの水分を補給してください。

② 塩分の摂り過ぎに注意しましょう。食事で摂った塩分は、腎臓で排泄します。塩分を摂り過ぎると腎臓に負担をかけてしまいます。③ 高血圧を治療しましょう。腎臓は、血液のろ過機能を円滑にするために全身の血圧を調整しています。血圧の高い状態が続くと、腎臓の細い血管に負担がかかります。動脈硬化を引き起こします。余分な水分や塩分を十分に排泄できなくなります。その結果、血液量が増えて心臓の負担も増え、血圧が高くなります。

④ 血糖値を上げないようにしましょう。血液中の糖分が多い状態、いわゆる高血糖は、血管を痛めます。特に糖尿病で慢性的に高血糖状態が続くと、腎臓の血管が傷つき、ろ過機能が低下します。すると尿にタンパク質が漏れ出し、糖尿病性腎症という病態になります。高血糖を放置せず、まずはかかりつけ医に相談し、きちんと治療することが大事です。

⑤ 脂質異常症を見逃さないようにしましょう。血液中に脂質が多く、余分なコレステロールが血管壁にたまり動脈硬化が進行する中で、腎臓病の発症につながります。

⑥ 生活習慣病やメタボリックシンドロームを予防・改善しましょう。生活習慣病は、腎臓の機能を低下させ、腎臓病の要因になりやすいといわれます。自分の状態に合わせて、毎日、適度に身体を動かしましょう。ラジオ体操やウォーキングがおすすです。また、食事の内容を見直し、減塩・良質なタンパク質の摂取を心がけてみてください。

なお、既に腎臓病や透析などで治療中の場合は、水分摂取量や日常の活動量などについて主治医の指示に従いましょう。

上伊那医師会附属看護学院 生徒募集について

●所在地

〒396-0014

伊那市狐島4176番地

●募集人員 40名

●修学年限 2年

●願書受付

令和5年1月10日(火)

～1月31日(火)

●受験料 1万円

●入学試験日

令和5年2月18日(土)

●試験科目

国語・数学・面接(該当者)

●資料請求方法

住所・氏名を明記し、94円切手を貼付した返信用封筒(長形3号)を同封の上「募集要項希望」と明記して郵便にて請求していただくか、直接学院までお越しく下さい。

※ご不明な点は、左記までお問い合わせください。

上伊那医師会附属看護学院
TEL 0265-72-2886



宝くじ
公式サイト

いつでも、どこでも。宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!

24時間
いつでも
ネット購入

宝くじ LOTO ロト
NUMBERS

BINGO 5
宝くじ

Quick One
ワンワン
いつでも買える。
秒で結果でる。



24時間買えて、
ポイントもたまる!
今すぐ会員登録

お問い合わせ先

宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)

TEL 011-330-0777 (有料)



凍結注意!



水道管の冬支度は万全ですか?

年末年始を控え、今年も厳しい寒気が訪れます。朝晩の冷え込みにより、水道管が凍結すると、破裂、漏水、断水など起こる被害は恐ろしいものです。

被害を未然に防ぐために、凍結防止に有効な手段をご紹介します。

●水道管やメーター器ボックス内の保護：ご家庭の水道メーター器ボックス内や、屋外にむき出しの

水道管は、保温材を敷く、巻くことが有効です。特に立ち上がり部分は、地中へ20cmほど保温材を巻いて、蛇口部分も保護することが効果的です。

●不凍栓の活用：不凍栓がある場合は、寝る前に必ずバルブを閉め、蛇口をしっかり開いて水抜きをお願いします。

それでも水道管が破裂し漏水した場合は、メーター器ボックス内のバルブを右に回し閉めてから、水道工事業者へ修理を依頼してください。

(建設課環境水道係)

冬本番! 除雪作業。塩カルについて



●冬期間における通行と生活の安全確保のため、積雪10cmを目安に早朝から除雪作業を行うことがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

●一部の凍結危険箇所へ

塩カル・滑り止めの砂を設置していますのでご利用いただき、残量不足などお気づきの方は役場まで連絡をお願いします。

●近年、資材の高騰により塩カルの価格も値上がりしています。引き続き、必要最小限の使用にご理解、ご協力をお願いします。

(建設課・地域振興課)

おやす・しめ縄、餅つき大会

天龍小学校で「おやす・しめ縄、餅つき大会」が、

12月7日(水)に行われました。正月を迎えるための、し

きたりや、ならわしの体験を通して伝統行事の良さを、知るところを目的として行っておりま

す。今年も新型コロナウイルス感染症対策を行いながらシニアクラブのみなさんのご指導の下、子ども達が「おやす・しめ縄」作りを体験しました。

最初は慣れない作業に苦戦する様子もありましたが、講師の方の指導を受ける中でそれぞれ自分の「おやす・



しめ縄」を完成させることが出来ました。

小学校の田んぼで収穫されたもち米を臼と杵を使い、児童たちが一生懸命ついで美味しいお餅にすることが出来ました。

出来たお餅は、その後の給食で振舞われ、お世話になった講師の方々と一緒にそれぞれの教室に分かれて味わいました。

子ども達にとって日本の伝統行事を学ぶよい機会となったと思います。

ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

初笑い

新春天龍寄席

出演 ☆落語家☆

橘家 團十郎 他5名

とき 令和5年1月15日(日) 午後1時30分より

ところ 文化センター なんでも館 ※どなたでも無料で観覧いただけます。

主催 天龍寄席実行委員会 ☎32-3206

令和4年(2022年)村のおもなできごと

- 故堤本伊那人氏に位記（正六位）授与
- 国道418号福島トンネル貫通
- 新型コロナワクチン接種が昨年に続き実施される
- 平岡駅前活性化施設（満島屋及びコーポあさぎり）竣工
- 総合体育施設着工 令和5年2月の完成を目指す
- なんでも館常設展示室等整備事業専門委員会の答申を受け整備始まる
- デマンドバス運行開始
- 佐川急便株式会社と「災害時における支援物資の受入及び配送等に関する協定」を締結
- ふるさと夏まつり、新型コロナウイルスの影響により3年連続中止
- ボノ株式会社と「地域資源を活用した都市農村交流への取り組みに関する協定」を締結
- 国道418号（仮称）足瀬トンネル貫通
- 虫川新野峠線が第45回林道維持管理コンクールで農林水産大臣賞を受賞
- 長野大井戸線 栄町区で緊急車両の通り抜けが可能に
- 教育委員 松下清治氏再任
- GIGAスクールオンライン研修会 天龍中、天龍小で公開
- 民生児童委員一斉改選
- つながり人口創出事業「天龍つなぐカレッジ」が地域発元気づくり支援金「地域振興局長賞」を受賞
- 天龍左岸線 令和2年に被災した災害復旧工事が全て完了
- 新型コロナ感染症拡大と原油価格・物価高騰の影響を受ける住民生活支援のため、各種商品券等を配付

今年のおもな
できごとです。



年 末 年 始 の ご 案 内

	12/28(水)	12/29(木)	12/30(金)	12/31(土)	1/1(日)	1/2(月)	1/3(火)	1/4(水)
ふれあいステーション龍泉閣 【2階フロント、売店】	通常営業		13時 閉店	休 業		通常営業		
【1階レストラン】			14時 閉店					
【4階ラウンジ】			休 業					
龍泉の湯			正午～18時 受付終了 19時閉館	休 業				
天龍温泉おきよめの湯	通常営業		18時閉館	休業		通常営業		
レストラン湯とり	冬季 営業	休業				冬季営業		
図書館	通常 開館	12/29～1/4休館（1/5(木)から通常通り開館します）						
村営バス （天候等により、臨時便または運休の場合あり）	通常運行			午後 運休	運休	通常運行		
広域バス平岡線（平岡⇄和田）	通常運行			運休				通常 運行
乗合タクシー平岡線（平岡⇄和田）	通常運行			土日 ダイヤ	運休	土日ダイヤ		通常 運行
天龍村国保診療所	休診					通常診察 19時まで	通常診察 18時まで	休診
年末年始の可燃ごみ回収	×	○	○	×	×	×	×	×
稲葉クリーンセンター受け入れ	○	○	○	×	×	×	×	○
阿南斎場の受け入れ	○	○	○	×	×	×	×	○

【その他】可燃ゴミの収集は、向方・大河内地区は12月29日(木)まで収集を行い、年始は1月5日(木)から収集を行います。
それ以外の地区は、12月30日(金)まで収集を行い、年始は1月6日(金)から収集を行います。

2023年天龍村カレンダーフォトコンテスト審査結果



火の粉舞う

1

January

観光協会賞
宮澤信



雪景色の羽衣崎と飯田線

2

February

観光協会賞
桑原真臣



信州桜一番

3

March

観光協会賞
中島信行



ライトアップ

4

April

(株)飯田スタジオ賞
申原幸延



細道の若葉は初夏の色

5

May

(株)飯田スタジオ賞
小林健司

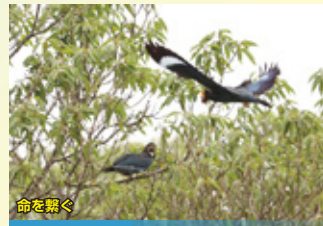


あっぱうそうに見入るカメラマンたち

6

June

(株)飯田スタジオ賞
木下智子



命を繋ぐ

7

July

信濃毎日新聞社賞
中村国男



夏の夜空

8

August

信濃毎日新聞社賞
池宮正之



秘境駅の朝

9

September

中日新聞社賞
林博文



心ひとつ!

10

October

中日新聞社賞
熊崎元子



紅葉の渓谷を行く

11

November

南信州新聞社賞
林博文



ゆずと伊那路号

12

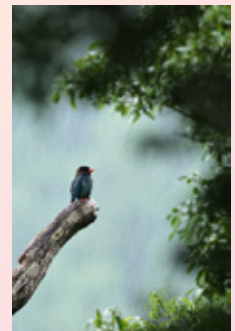
December

南信州新聞社賞
恩沢利弘

令和3年8月から1年間にわたってご応募いただいた42作品の中から、13作品が各賞に選ばれました。

受賞されたみなさん、おめでとうございます！またご応募いただいたみなさん、村民投票や審査にご協力いただいたみなさん、ありがとうございました。

村民賞表紙部門 大派字更



鳥のあそびと天龍村

飯田・下伊那地域の事業主さん
共済会に加入しませんか!

加入事業所募集中 (ご加入は
1事業所(2名以上))
新規加入事業所には1人お礼カード(3,000円~15,000円)を贈呈!!

毎日を健康で楽しく働くための
お手伝いをします!!



1,500事業所
14,000人余に加入
頂いています

ひとり 入会金200円・月会費300円 (前払金 年1回300円)
(事業主負担の場合、税法上、経費等として処理できます)

(主なサービス内容)

- 慶弔給付: 結婚・出生・小中学校入学祝金、見舞金等
- 健康増進: 人間ドック等受診料一部助成
インフルエンザ予防接種助成金等
- 自己啓発: 各種講座受講料、資格取得受験料助成金等
- 会費活動: 推奨ツアー、スポーツ観戦助成金等
- その他: チケット、各種カード特別価格特典
指定割引店舗・施設利用の優待特典



一般財団法人

飯田勤労者共済会

TEL.0265-52-6566
FAX.0265-52-0155

〒385-0024 飯田市東条町3108番地1
飯田市勤労者福祉センター1階
ホームページ: <http://www.iida-kyosai.zenaku.or.jp/>
E-mail: iida-kinkyu@mis.janis.or.jp

飯田勤労者共済会

検索