

広
報

おたり

2023
8

Public relations magazine Otari village

August 2023 No.564

発行：小谷村役場



【おもな内容】

③ 通行止め延長のお知らせ

④ 新型コロナウイルスワクチン接種

寄附採納

相澤つたゑさんより
ご寄附をいただきました

瑞穂の相澤つたゑさんより、村に対し多大なご寄附をいただきました。

夫、誠男さんは今年1月闘病の末お亡くなりになりました。つたゑさんはご家族と共に、在宅で懸命に誠男さんを支えられました。

つたゑさんの言葉

「村の困っていることに使ってもらえたらと思って寄附させていただきました。夫は、議員やシニアクラブ（老人クラブ）の役を4期8年間させていただき、お世話になりました。皆さんのおかげで90歳近くまで務めさせていただきました。」

1年前に病気が分かって、入院した時は、もう家に帰れないと思っていました。病院や包括支援センターに相談して、今はい制度（介護保険）があると分かって、家に帰って一緒に過ごす時間を作ろうと思

いました。それから介護用ベッドなど福祉用具を用意して、夫を迎えました。何より心強かったのは訪問看護師さん。毎日来ては夫のお世話や私たちの相談に乗ってくれました。また力ナダにいる息子夫婦も来てくれて、みんなで夜は交代で看病しました。

病院は安心だけで行くのも遠くて大変だし、今はコロナで面会もできない、そう思ったら夫と一緒に過ごせて、夫も会いたい人に会うことができ、よかったなあと思えます。ちょうど雪も少ない年だったしね、いい経験でした。」

賜りましたご厚志は、村民のために大切に活用させていただきます。ありがとうございました。

■お問い合わせ

住民福祉課福祉係
☎82・2582

令和5年度

大北地区消防ポンプ操法大会・ ラッパ吹奏大会 結果報告



7月9日（日）に池田町で開催された令和5年度大北地区消防ポンプ操法大会・ラッパ吹奏大会に小谷村消防団代表として、ポンプ車操法の部・小型ポンプ操法の部に第3分団、ラッパ吹奏の部にラッパ隊が出場しました。

選手及び団関係者は、早朝や夜に時間を見つけて訓練に励んでおりました。本当にお疲れさまでした。

深澤団長より

日ごろから消防団活動を始め、早朝・夜の訓練等において、地域の皆様やご家族を始め、多くの方のご理解・ご協力をいただいたことにこの場を借りて御礼申し上げます。

大会結果

- ポンプ車操法の部 準優勝
- 小型ポンプ操法の部 第3位
- ラッパ吹奏の部 第4位

順位	ポンプ車操法の部	小型ポンプ操法の部	ラッパ吹奏の部
優勝	白馬村	池田町	大町市
準優勝	小谷村	大町市	白馬村
第3位	池田町	小谷村	池田町
第4位	松川村	松川村	小谷村
第5位	大町市	白馬村	松川村



県道改良工事に伴う通行止め延長のお知らせ

県道千国北城線改良工事に伴い、県道及び村道の一部通行制限にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

5月より行っている、県道千国北城線改良工事に伴う、県道及び村道の一部全面通行止めについて、期間を下記のとおり延長いたします。

大変ご迷惑をおかけしますが、引き続き、迂回路のご利用等、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

●通行止め対象道路

- ・県道千国北城線（千国地区）
- ・村道千国線（千国地区）
- ・村道峯線（峯地区）

●通行止め期間

いずれも終日、工事の進捗状況により、期間が延長、短縮となる場合があります。

- ・県道千国北城線
- ▼片側交互通行

8月8日（火）～9月7日（木）
※大型自動車 4トトラック以上は全面通行止め

▼全面通行止め

9月8日（金）～11月7日（火）

- ・村道千国線、村道峯線

▼全面通行止め

8月8日（火）～12月7日（木）

●迂回路

梅池方面へは村道千国若栗線（白馬乗鞍経由）または村道川内下松沢線（川内経由）をご利用ください。

■お問い合わせ

・県道工事及び県道通行止めに関するお問い合わせ
大町建設事務所

☎0261・22・5111

・村道通行止めに関するお問い合わせ
建設水道課建設係

☎0261・82・2204



税務係よりお知らせ

特定小型原動機付自転車ってなに？

令和5年7月1日から、一定の要件を満たす電動キックボード等は、特定小型原動機付自転車として、新たな交通ルールが適用されます。

Q1 特定小型原動機付自転車とは？

最高速度 20km/h以下
定格出力 0.6kw以下
車体の大きさ 長さ1.9m以下
幅 0.6m以下



Q2 誰が乗れるの？

16歳以上であれば、免許証がなくても乗ることが可能です。

Q3 どこを走れるの？

車道を通行しなければなりません。
自転車道も通行することができます。

Q4 利用するにはどうすれば？

- ① 車両が道路運送車両の保安基準に適合し、
- ② ナンバープレートを取り付け、
- ③ 自賠責保険（共済）に加入しなければなりません。

安全利用のために乗車用のヘルメットを着用しましょう。

■お問い合わせ

総務課税務係 ☎82・2037

北アルプス広域連合 指定ごみ袋販売価格 について

原材料価格や物流コストの高騰などにより指定ごみ袋の製造原価が高騰していることから、9月納品分からごみ袋の販売価格の値上げが見込まれます。

値上げ額は卸値で1組10枚入で数円、数十円ほどが想定されます。

指定ごみ袋の販売価格は証紙代を除いた袋代を販売店が独自に決めて販売していますので、販売価格の変更時期や値段につきましては各販売店に直接お問い合わせください。

なお、ごみ袋に印刷されている証紙代や指定ごみ袋の種類、品質は従来と変わりません。

住民の皆様にはご負担をおかけしますが、引き続きごみの分別収集にご理解くださいますようお願い申し上げます。

ご不明な点などは左記までご連絡ください。

■お問い合わせ

〒398・0001

長野県大田市平4608番地2

北アルプスエコパーク

エコパーク管理係

☎0261・85・5311

FAX 0261・85・5322

新型コロナウイルスワクチン接種

今後の予定について

5月から実施してありました新型コロナウイルスワクチン「春開始接種」は、7月末をもちまして、集団接種を終了しました。今後のワクチン接種につきましては、初回接種を完了している5歳以上の全世代の方を対象に、9月中旬、12月上旬にかけて「秋開始接種」を実施する予定です。国の接種方針が定まっていないため、使用するワクチンの種類や接種日等について現時点では未定ですが、詳細決定次第、希望された方には順次ご案内いたします。

なお、この9月からの秋開始接種が、無料で受けられる最後の接種となる見込みです。来年度以降は有料となる可能性が高いので、希望される方は、是非この機会での接種をご検討ください。

コールセンター休業のお知らせ

8月14日（月）から8月16日（水）まで、コールセンターを休業します。ワクチン接種に関するお問い合わせ等は、健康推進係までご連絡ください。

●住民福祉課健康推進係

☎82・2570

2024年版 長野県民手帳の予約販売について

長野県民手帳は、毎年多くの皆さんに「スケジュール帳」と「情報ツール」としてご利用いただいています。

カレンダーはマス目式、横野式どちらかを選ぶことができ、情報ツールとして、県内の情報を収集することができます。

●シナモンブラウン・マス目式

●コーヒーマット・横野式

■申込期限

令和5年9月8日（金）

■申込方法

購入予約申込書を回覧しています。地区連絡員にご連絡ください。

■送付予定時期

令和5年10月下旬頃

■販売価格

550円（税込）

※商品配布時に納入通知書をお送りします。お近くの金融機関等でお支払いください。

■お問い合わせ

総務課企画財政係

☎82・2038

特設人権相談所の開設について



人権イメージキャラクター
人KENまもる君・人KENあゆみちゃん

■日時

9月5日（火）
午後1時～4時

■場所

小谷村役場
2階 202会議室

■相談内容

近隣、家庭、相続、いじめ、女性差別、セクシャルハラスメント等

■相談担当者

人権擁護委員

■その他

相談は無料で、秘密は固く守られます。どうぞお気軽にご相談ください。

■お問い合わせ

長野地方法務局大町支局

総務係

☎22・0379

住民福祉課住民係

☎82・2581

まめまめ知識

No.113



連日、暑いが続いています。

今回のテーマは「熱中症」についてです。

熱中症とは

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温が上がリ、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして、めまい、けいれん、頭痛、意識障害などのさまざまな症状を起こす病気のことです。

屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症の重症度は、次の図のように、大きく三段階に分かれます。下に行くほど重症です。

めまい
立ちくらみ
足の筋肉がつる

頭痛
おう吐
ぐったりする

意識障害
全身のけいれん
高体温

の水分量が減少している上に、のどの渇きを感じにくいので、水分がうまく補給できず、脱水症状を起こし

ときには死亡につながる場合もあります。

特に気をつけたいのは、暑さを感じにくく汗をかきにくい高齢者、そして、体調不良を訴えるのが難しい子どもの熱中症です。

高齢者の熱中症

高齢になると老化により、暑さを感じにくくなります。すると、熱中症になったことに気がつかず、気づいた時には症状がかなり進行し、重症化してしまっているのです。

また、高齢になると汗をかきにくくなるので、体の中の熱を外に逃がすことができなくなってしまうのです。さらに、高齢者は若い頃に比べ、体内

やすいのです。

そこで、のどが渇いていないときでも、こまめに水分をとる習慣を身につけましょう。例えば、起床後・入浴前・入浴後などの自分の日常生活の行動のついでに、コップ1杯の水分補給することを習慣づけるとよいでしょう。

子どもの熱中症

子どもは頭の位置が低いため、アスファルトの照り返しなどで大人よりも高い温度にさらされやすくなります。外出時の子どもの様子には十分に注意してください。

小学校低学年以下であれば、遊びや運動に夢中になり、自分で熱中症の症状に気づきづらいです。また、小さい子は自分の体調を周りに伝えることが難しい場合があります。そこで、周囲にいる大人が気づいてあげる必要があります。

熱中症予防のポイント 室内

●エアコンと扇風機を使用する
暑い日には我慢せずに適度

にエアコンと扇風機を使って、室温や湿度を下げましょう。

●直射日光をさえる

カーテンや日よけシートで窓際の日差しを遮り、室温の上昇を防ぐことも大切です。

●こまめに水分補給をする

脱水症状を起こすと、のどの渇きを感じにくくなります。のどが渇く前からこまめに水分補給する習慣をつけましょう。水分補給とともに塩分補給も重要と言われますが、日本人の食塩摂取量は平均1日10グラム程度とかなり多いため、通常の食事を摂っている方は、意識的に塩分摂取を増やす必要はありません。

熱中症予防のポイント 屋外

●外出前に気象情報や熱中症情報をチェックする

暑い時間帯の外出は避け、外出した場合には、こまめに休憩を取りましょう。

●日傘や帽子を使う

日光が直接皮膚に当たらないようにします。

●発汗が多い場合は水分とともに少量の塩分を補給

高温環境下での作業や運動などでとくに発汗が多い場合には、水分だけを補給すると血液のナトリウムやカリウムが低くなることがあります。水分補給とともに塩分補給もすることが勧められますが、前述のとおり、通常の食事を摂っている方は、意識的に塩分摂取を増やす必要はありません。また、経口補水液やスポーツ飲料には糖分も含まれているため、糖分の摂り過ぎにならないよう、注意が必要です。

暑い日はまだまだ続きます。「自分は大丈夫」と過信せず、熱中症に注意しましょう。

■お問い合わせ

住民福祉課健康推進係
☎82・2570

参考資料

厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイト
https://www.mhlw.go.jp/seisaku/ntsuite/bunjakkenkou_inyousei/kou/nettyuu/nettyuu_taisaku/



地域包括支援センターからのお知らせ

「なんでも相談会」 開催のお知らせ

今年度も大北地域では「なんでも相談会」を開催します。仕事のこと、人間関係のこと、お金や相続に関すること、眠れない、お身体のこと等様々な悩みに保健師や弁護士、精神科医に相談することができます。

相談には事前の予約が必要となりますので、大町市中央保健センターへお申し込みください。ご不明な点がありましたら、小谷村地域包括支援センターか大町市中央保健センターへお電話にてお問合せください。

日時 令和5年8月28日（月）
午後3時～6時30分
（最終受付午後6時）

場所 大町公民館分室2階講堂
（大町市中央保健センター2階）

費用 無料（要予約）

※申込締切 8月25日（金）

■予約 大町市中央保健センター

☎23・4400

■お問い合わせ

大町市中央保健センター

☎23・4400

小谷村地域包括支援センター

☎82・3135

認知症勉強会のお知らせ

働き盛りの方も

今から防ぎよう！認知症

～認知症は無症状の時の
早期発見で予防が可能！～

近年話題になることが
多い認知症ですが、物忘れ等の症状
が出る前の働き盛りの頃から始まってい
ると言われています。簡単なテストも
実施予定ですので是非参加しませんか？

若い頃から予防ができるんです
簡単なテストをやりましょう



発症前から進行して
るってことですか!?

日時 令和5年8月20日（日）
午前10時～11時

場所 小谷村複合拠点施設
おたりつぐら

講師



市立大町総合病院
内科 田川 哲也 医師

◎入場無料・参加自由

■お問い合わせ

小谷村地域包括支援センター

☎82・3135

生活体力を「ご存じ」ですか？ ～大切なのは日々の暮らし～

生活体力とは、『機能的に自立して日常生活を支援なく過ごすための身体的な動作能力』、つまり、日々の暮らしに必要な身体能力のことをいいます。

2000年に介護保険が制定され、『介護予防』が重視されるようになったことで、色々な運動や集まりの教室が開催されるようになり、全国的にも中高年から高齢者向けのスポーツクラブやフィットネスクラブが増えていきます。

死の直前まで働いていた寿命の短かった昔に比べ、余暇を楽しむ時間が増えて脳も身体も心も喜ぶことが増えました。

介護予防事業に携わってきた私ですが、最近『大切なものは何だろうか？』と、考えることがあります。元気に暮らされている高齢者に接していると、あらためて、『日々の暮らし（日常生活）』が大切だということを実感します。朝起きて、顔を洗って着替えをしてご飯を食べる。掃除

をしてお風呂に入る。出かけるときは着替えて、楽しく人と会っておしゃべりをする。空き時間を趣味と仕事に使う。日々の生活が運動・体力作りになっています。自分で考え行動することで脳トレにもなっています。週に1回スポーツクラブに通っても、家に帰って何もしないでごろごろしているより、生活体力作り（介護予防）になっています。

家事動作や趣味、畑仕事をすることは、一番の介護予防です。そこにプラスワンで楽しいと思うことに参加されると効果倍増です。

生活上お困りのことがありましたら『小谷村地域包括支援センター』までご相談ください。

■お問い合わせ

小谷村地域包括支援センター

☎82・3135

～ 登録をお済みでない事業者の皆様へ ～

参加無料
事前登録制

インボイス制度説明会



登録要否相談会のご案内

消費税の基本的な仕組みやインボイス制度について理解を深めていただくため、インボイス制度説明会を開催していますので、是非ご参加ください。

登録するかお悩みの方には、登録要否相談会へのご参加もお勧めしています。

【主な内容】



- > インボイス制度説明会：消費税の基本的な仕組み、インボイス制度の概要
インボイス制度に関する税制改正事項
- > 登録要否相談会：登録の考え方や必要な情報等の案内

（インボイス制度説明会）

【開催日程】

開催日時	開催場所	定員	お問合せ先
令和5年8月30日 10時00分～11時00分	大町税務署 1階会議室 (大町市大町3190-16)	15名【事前予約制】 (申込期限：8月29日)	大町税務署 個人課税部門 Tel0261-22-0674 法人課税部門 Tel0261-22-0892
令和5年8月30日 13時30分～14時30分		15名【事前予約制】 (申込期限：8月29日)	
令和5年9月14日 10時00分～11時00分		15名【事前予約制】 (申込期限：9月13日)	
令和5年9月14日 13時30分～14時30分		15名【事前予約制】 (申込期限：9月13日)	

（登録要否相談会）

開催日時	開催場所	定員	お問合せ先
令和5年8月30日 11時00分～12時00分	大町税務署 1階会議室 (大町市大町3190-16) ※インボイス制度説明会終了後 に開催いたします。	15分/組【事前予約制】 (申込期限：8月29日)	大町税務署 個人課税部門 Tel0261-22-0674 法人課税部門 Tel0261-22-0892
令和5年8月30日 14時30分～15時30分		15分/組【事前予約制】 (申込期限：8月29日)	
令和5年9月14日 11時00分～12時00分		15分/組【事前予約制】 (申込期限：9月13日)	
令和5年9月14日 14時30分～15時30分		15分/組【事前予約制】 (申込期限：9月13日)	

- 新型コロナウイルス感染症等の感染拡大状況によっては、開催を中止する場合がございますので、あらかじめご了承ください。
- 駐車場に限りがありますので、公共交通機関の利用など車でのご来場はご遠慮ください。

インボイス制度に関する一般的なご相談は、インボイスコールセンターで受け付けております。
【専用ダイヤル】0120-205-553（無料）
【受付時間】9：00～17：00（土日祝除く）

インボイス制度に関する情報は、国税庁ホームページの「インボイス制度特設サイト」をご覧ください。

特設サイトへ



大町税務署

（令和5年9月）



《参加費無料》スマホ活用講座・相談会

【要予約（先着10名様）・参加費無料】

毎週月曜日『おたりつぐら』で開催中
午前10:00～12:00



日時		講習内容
8/7	10:00～	電源の入れ方・ボタン操作
	11:00～	電話のかけ方・カメラの使い方
8/21	10:00～	インターネットの利用方法
	11:00～	メールの利用方法
8/28	10:00～	アプリのインストール方法
	11:00～	マイナポータルの活用方法（応用講座）

※定員になり次第、受付を終了する場合がございます。

ゴツツイ

ムササ

☎ 電話

050-5211-6333

✉ メール

info-otari@pxc.jp

📱 オンライン予約

<https://bit.ly/3rYbEyB> (QRコードでもOK)



自主放送番組（11ch、12ch）
視聴アンケートにご協力をお願いします。

いつも小谷村の自主放送番組（11ch、12ch）をご覧いただき、ありがとうございます。

この度、サービスの品質向上を目的として、村民向け**視聴アンケート**を実施しております！

これが好き、あれが面白い、そもそも自主放送番組を観ていない、等々、どんなご意見でも大歓迎！

みなさまのご協力をお願いいたします。

恐れ入りますが、こちらのQRコードからアンケートにご協力をお願いいたします。（所要時間：約5分）



小谷村CATVインターネット事務局

電話：050-5211-6333 / Mail：info-otari@pxc.jp

Wireless Communications

| (((WICOM))) | ワイコム株式会社



小谷村大字中小谷丙131 小谷村役場2階

営業時間(平日)：9:00～17:00

フェニックスコミュニケーションズ株式会社

切符は南小谷駅で買おう 列車を見かけたら、手を振ろう

小谷村大糸線振興会議

不動産鑑定士無料相談会のご案内

不動産評価等に関する無料相談会を開催いたしますので、お気軽にお出かけください。

■開催日時及び会場

時間はいつでも午前10時～午後4時
(正午～午後1時は休憩時間とさせていただきます)

開催地	開催日	会場
長野市	10月3日(火)	長野市役所 第1庁舎5階 151会議室
須坂市	10月2日(月)	須坂市役所 3階 301会議室
上田市	10月2日(月)	上田商工会議所 4階 第1会議室
佐久市	10月3日(火)	野沢会館(生涯学習センター) 2階 会議室1
松本市	10月3日(火)	松本市役所 本庁舎4階 第2応接室
飯田市	10月5日(木)	飯田市役所 2階 A203・204会議室
諏訪市	10月4日(水)	諏訪市役所 4階 403会議室
駒ヶ根市	10月2日(月)	駒ヶ根市役所 本庁舎2階 大会議室

◎不動産評価に関する事項について不動産鑑定士がお答えいたします。(具体的には、売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借等に係る不動産評価)
※予約不要です。直接会場にお越しください。

共催 一般社団法人 長野県不動産鑑定士協会
公益社団法人 日本不動産鑑定士協会連合会
後援 長野県

■お問い合わせ

一般社団法人 長野県不動産鑑定士協会
026・225・5228

令和5年度 小谷村農業委員会 定例会のお知らせ

次回の開会予定

8月18日(金)
午前9時から

■お問い合わせ

小谷村農業委員会事務局
(観光地域振興課農林係)
026・2588

今月の納税

8月

税目 村民税
期別 2期
納期限 8月31日(木)

税目 国民健康保険税
期別 3期
納期限 8月31日(木)

税目 後期高齢者医療保険料
期別 2期
納期限 8月31日(木)

口座振替を指定されている方は8月25日(金)に振替えますので、口座の残高をご確認ください。25日の定期振替ができなかった方は、9月11日(月)に再振替をさせていただきます。