

9月26日（火）に姉妹都市ニュージーランド（マールボロー）の  
学生が小学校を訪れ、歓迎会を行いました。



【おもな内容】

②～④ 令和4年度決算報告

⑥～⑦ 小谷村の自治体マイナポイント事業実施について

# 令和4年度 決算報告

令和4年度決算がまとまり、9月定例議会にて認定されました。村では皆様に納めていただいた税金や、国や県の補助金等を有効に活用しながら様々な事業を行っています。昨年度はどのような財源をもとに、どのようなお金の使い方をしたのか、決算状況についてお知らせします。

## 歳入

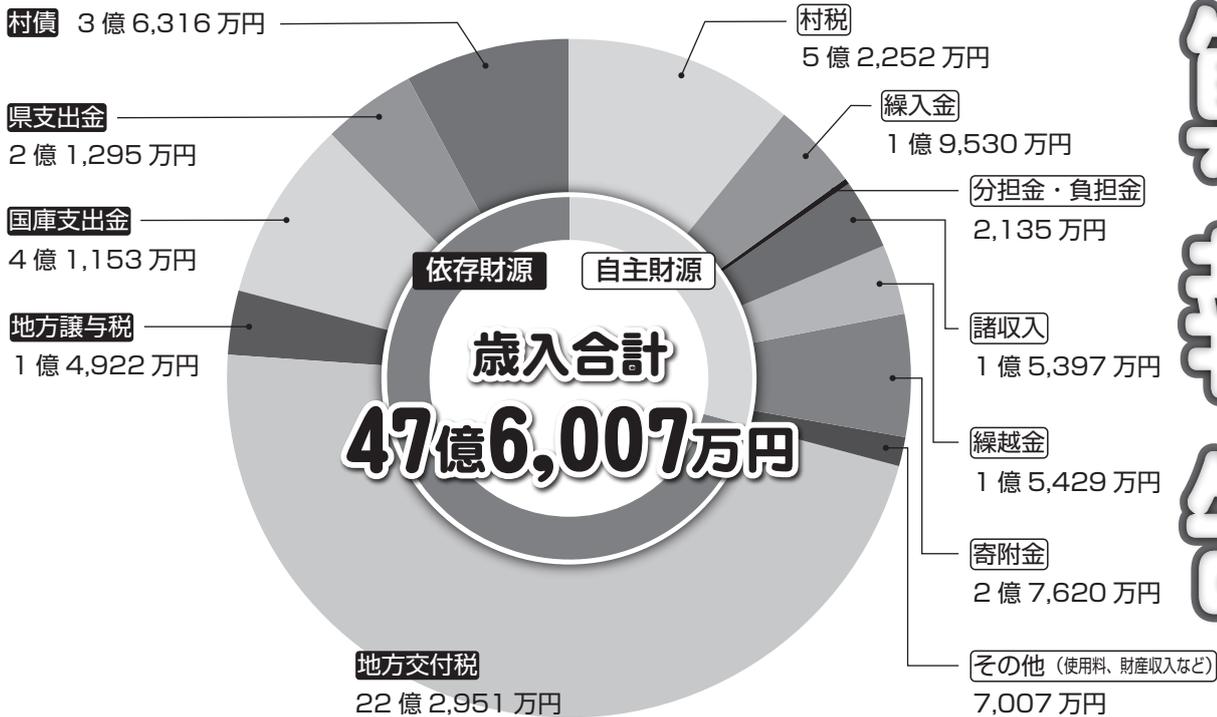
国民健康保険税を除く地方税の徴収率が前年比1・4%増加し、84・1%となりました。特別交付税については、前年度から2,821万円増(8・3%)の3億6,756万円となり、普通交付税と合わせて22億2,951万円となりました。国庫支出金については、空き家対策総合支援事業補助金や子ども特例給付金が減少したため、8,457万円減(17・0%)の4億1,153万円となりました。ふるさと応援寄附金額は、昨年度より5,655万円減(17・0%)の2億7,535万円となりました。地方債については、沓掛古民家改修工事が完了したことにより、5,623万円減(13・4%)の3億6,316万円となりました。

- 村 税**：住民税、固定資産税、軽自動車税、入湯税など
- 繰入金**：基金を取り崩し充当させたもの・特別会計からの繰入
- 分担金及び負担金**：事業を受けることにより利益を受ける人が負担するお金(保育料など)
- 諸収入**：他の項目に含まれない収入(貸付金償還金など)
- 寄附金**：ふるさと応援寄附金など
- 地方交付税**：地方公共団体が等しく事務を行えるよう一定の基準により国から交付されるお金
- 地方譲与税**：国税として徴収し、そのまま地方公共団体に譲与する税
- 国庫支出金**：特定の事業に対し国から交付されるお金
- 県支出金**：特定の事業に対し県から交付されるお金
- 村債**：資金調達のための借金

村民1人あたりに換算した村税負担額

≒ 19.5万円

R5. 3. 31 現在人口 2,679人で算出

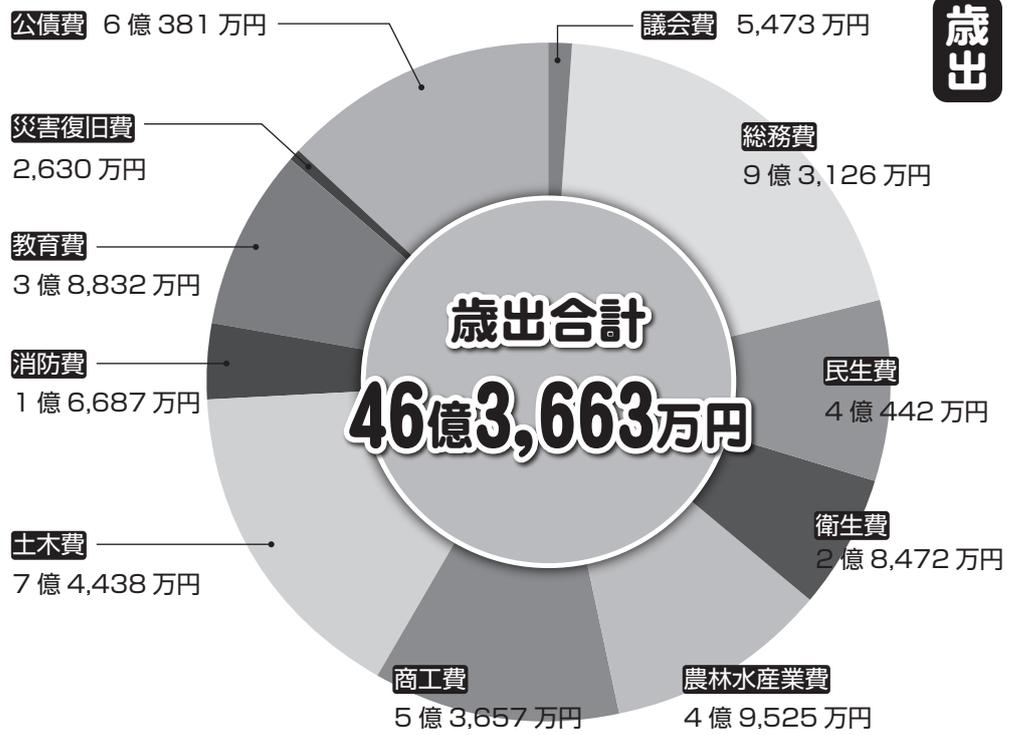


## 小谷村の財政健全化判断比率等の状況

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」においては、地方公共団体の財政状況を客観的に表し、財政の早期健全化や再生の必要性を判断するものとして、①実質赤字比率、②連結実質赤字比率、③実質公債費比率、④将来負担比率の四つの財政指標が健全化判断比率として規定されています。地方公共団体は、毎年度、前年度の決算に基づき健全化判断比率をその算定資料とともに監査委員の審査に付した上で議会に報告し、公表しなければなりません。小谷村の令和4年度決算に基づく健全化判断比率及び公営企業会計にかかる資金不足比率の算定結果(暫定値)は次のとおりです。



# 歳出



\*村債は単なる借金ではなく、毎年の負担を平均にするなど財政運用上重要な役割を果たしています。

村債の残高 = 47億829万円

R5.3.31 現在人口  
2,679人で算出

村民1人あたりの借入金 ≒ 175.7万円

令和4年度小谷村一般会計決算は、令和3年度からの明許繰越額1億6,788万円を含む歳入総額47億6,007万円、歳出総額46億3,663万円となり、差引1億2,344万円を令和5年度に繰越すこととなりました。それぞれ前年度と比較しますと、歳入は7.1%、歳出では6.7%の減額となっています。これは、複合拠点施設整備事業や空き家等利活用対策事業の減が挙げられます。

## 目的別歳出の主な内容

- 総務費**：村の全般的な管理、企画や選挙、戸籍、住民窓口事務、ふるさと応援寄附、特別定額給付金などの経費
- 民生費**：高齢者・障がい者・児童の福祉などの経費
- 衛生費**：ゴミ処理や環境保全、検診・健康づくりなどの経費
- 農林水産業費**：農林業の振興、複合拠点施設などの経費
- 商工費**：観光振興、新型コロナウイルス緊急観光対策などの経費
- 土木費**：道路の建設、維持などの経費
- 教育費**：学校及び保育園管理運営・公民館活動などの経費
- 公債費**：借り入れた村債の元利償還金などの経費
- 災害復旧費**：豪雨災害等復旧事業などの経費

歳出を目的別構成比に分析しますと、総務費がふるさと応援寄附金事業、ケーブルテレビジョン運営事業などにより20.1%(9億3,125万円)、土木費が道路除雪事業、道路メンテナンス事業などにより17.4%(8億504万円)、公債費が13.0%(6億381万円)、民生費が障害者福祉事業などにより11.6%(5億3,665万円)となっています。

## 健全化判断比率

( )は早期健全化基準

①実質赤字比率

該当なし(15.00%)

\*一般会計等の実質赤字額

②連結実質赤字比率

該当なし(20.00%)

\*一般会計と特別会計を含めた赤字額

③実質公債費比率

11.4%(25.0%)

\*一般会計と特別会計に、一部事務組合や広域連合への負担金等を含めた起債償還等債務負担の比率

④将来負担比率

該当なし(350.0%)

\*①③に加えて、地方債の残高に今後見込まれる特別会計への支出、組合や退職手当等の負担を含めた割合

## 公営企業に係る

### 資金不足比率

簡易水道事業、下水道事業が対象となりますが、いずれも資金不足には該当しません。

# 「信州小谷村」ふるさと応援寄附金 受け入れ状況及び充当事業のご紹介



## 令和4年度ふるさと応援寄附金の受け入れ状況

多くの寄附をいただきありがとうございます。寄附金は、小谷村をよりよくする各事業に大切にに使わせていただきます。

〔注〕いただいた寄附金は一旦基金に積み立て、翌年度以降の該当事業に充当させていただきます。  
使途未選択の寄附金は、その他村長が推進する事業に含めます。

### その他村長が推進する事業

398件 / **2,183万5,500円**

### 登山道、遊歩道及び トイレ等の環境整備に 関する事業

1,337件

**6,382万2,000円**

### 子どもたちの自然体験活動に 関する事業

1,247件

**6,037万7,500円**

### 全ての住民が安心して暮らせる 仕組みづくりに関する事業

270件 / **1,016万9,500円**

**2億7,535万  
9,000円**

(5,760件)

### 豊かな村づくりに 関する事業

2,268件

**1億855万9,500円**

### 豊かな暮らしづくりに 関する事業

240件

**1,059万5,000円**

## 令和4年度 充当事業 (抜粋)

### 国立公園管理事業

…… 事業費：4,255万6千円 (充当額 4,255万6千円)

多くの登山者が訪れる小谷村は、中部山岳国立公園と妙高戸隠連山国立公園という2つの国立公園を有しています。国立公園を訪れる方に気持ちよく利用していただくため、登山道整備や風吹山荘等のトイレの整備、維持管理を行っており、その必要な経費について、ふるさと応援寄附金を活用しています。

事業名	主な内容	充当額
豊かな暮らしづくりに関する事業	地域高校対策事業、ウェルネス施設管理運営補助金、ごみ配食サービス委託料	3,270万2千円
豊かな村づくりに関する事業	特産品等開発事業費補助金、観光宿泊温泉施設管理事業、地域づくり事業補助金	3,866万7千円
村長が推進する事業	砂防活用構想検討委託	438万9千円
全ての住民が安心して暮らせる仕組みづくりに関する事業	総合型地域スポーツクラブ運営補助金	410万円
子どもたちの自然体験活動に関する事業	子ども自然体験教育プログラム事業、児童生徒スキーシーズン券貸与事業、ジュニアスキー指導委託料	1,464万4千円
登山道・遊歩道及びトイレ等の環境整備に関する事業	国立公園管理事業、塩の道整備事業	5,474万8千円
企業版ふるさと納税	子ども自然体験教育プログラム事業	50万円

# 浄化槽保守点検について

## 浄化槽法定検査受検 及び維持管理のお願い

浄化槽は、水環境を守るため、家庭やお店などから出るし尿や雑排水をきれいにして水路や川などに流す設備です。浄化槽法では、全ての浄化槽について法定検査の実施及び年数回の保守点検と年1回の清掃が義務付けられています。近年、管理が「不適切」との結果が多く報告されています。適正な管理が行われていない場合、罰則が科せられる場合もあります。浄化槽をお使いの方は、年1回の法定検査及び保守点検を必ず受けて、正しい維持管理を心がけましょう。

## 浄化槽の各種届出の 提出について

村内にある浄化槽について、その管理を行う方（所有者）は「浄化槽管理者」として1基ごと登録されています。浄化槽管理者は次の手続きが必要となる場合があります。

すので該当する場合は届出のご提出をお願いします。なお、届出の提出がない浄化槽については、引き続き法定検査及び維持管理の義務が浄化槽管理者へ発生します。

### ・浄化槽管理者変更報告書

浄化槽管理者が変更となる場合に提出いただく届出です。建物の売却や使用者が変更となる場合はご注意ください。

### ・休止届

令和2年度の浄化槽法の改正により、浄化槽の使用を一時的にやめる場合に休止届を提出できるようになりました。届出をいただくと保守点検や法定検査の義務が免除されます。

休止にあたり、届出を提出前に浄化槽の清掃（汲み取り及び内部の清掃と水張り）が必要となります。

### ・廃止届

浄化槽を設置していた建物を取り壊したなど、浄化槽を廃止する場合には必要な届出です。廃止前には浄化槽内の汲

み取り（浄化槽内を空にする）が必要になります。

## 合併処理浄化槽 設置補助金について

合併浄化槽の新規設置について、補助金が交付されます。令和6年4月以降に合併浄化槽の設置を検討されている方は、令和5年11月末までに役場建設水道課水道係へ予約してください。例年、予約をしないで希望される方がいますが、予算等の関係から必ず事前に予約をお願いします。

### ■お問い合わせ

建設水道課水道係  
☎82・2583

## 小谷村集落等施設整備事業補助金の 補助率拡充について

この事業は、集会施設の整備事業及び公衆街路灯の整備事業に要する経費に対し、予算の範囲内で補助金を交付しています。この度、利用者の熱中症対策のため、集会施設のエアコン設置又は更新に要

## 「全国一斉『女性の人権ホットライン』 強化週間」について

法務局では、女性をめぐる人権問題（夫・パートナーからの暴力やストーカーなど）について、悩みを持った女性が相談できる専用相談電話「女性の人権ホットライン」を開設して、女性をめぐる人権相談をお受けしています。この取組を強化するため、11月15日（水）から11月21日（火）までの7日間は、平日の受付時間を延長するとともに、土日も相談に応じる「全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間」を実施します。

### 女性の人権ホットライン

ゼロナナゼロのハートライン

☎0570-070-810

◆11月15日（水）～17日（金）、20日（月）、21日（火）  
午前8時30分～午後7時

◆11月18日（土）、19日（日） 午前10時～午後5時

※通常期は、平日午前8時30分～午後5時15分のみ

する経費の補助率を1/2から2/3へ拡充しました。この機会にぜひご検討ください。

### 補助の概要

集会施設のエアコン設置又は更新に要する経費を補助し

ます。

### ●補助率

経費の3分の2以内

### ●補助限度額

100万円

※経費が15万円未満のものを除く

### ■お問い合わせ・申請先

総務課庶務係  
☎82・2024

# 自治体 小谷村 マイナポイント

令和5年10月2日より、小谷村の自治体マイナポイント事業を実施します。  
自治体マイナポイント事業は、国が実施していたマイナポイント事業と同じ仕組みを使い、小谷村が独自でマイナポイントを付与する事業です。  
なお、選択できる決済サービス事業者に制限がありますので、事前に対象となる決済サービスをご準備いただく必要があります。

選択できる決済サービス事業者



## お申込みの流れ

お申込みに必要なもの

1. マイナンバーカード
2. マイナンバーカード申請時に設定した4桁の暗証番号
3. 決済サービスIDとセキュリティコード
4. E-mailアドレス

### (1) マイナポータルアプリを取得、登録→ e - 私書箱→わたしのウォレットへ

- ① マイナポータルアプリをインストール
- ② マイナポータルアプリを開き、「登録・ログイン」をタップ
- ③ マイナンバーカードのパスワード（数字4）桁を入力し、「次へ」をタップ
- ④ マイナンバーカードに携帯電話を置き、「読み取り開始」をタップ
- ⑤ ログインし、マイナポータルTOP画面から「もっとつながる」をタップ
- ⑥ 「e - 私書箱（野村総合研究所）」の「つなぐ」をタップ
- ⑦ 「同意」をタップし、新規登録をすすめます
- ⑧ 「e - 私書箱」の新規登録に際し、マイナンバーカードのパスワード入力、読み取り、ご自身のE-mailアドレスを登録します
- ⑨ 新規登録後、「e - 私書箱」内の「わたしのウォレット」をタップ
- ⑩ 【わたしのウォレット】TOPページ

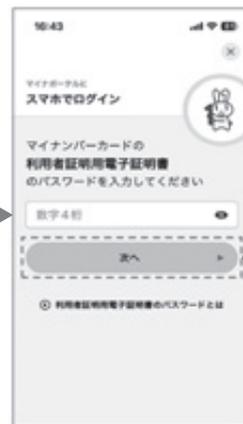
マイナポータルアプリ



マイナポータルにログイン



パスワード入力



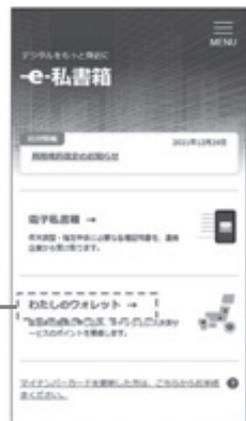
マイナンバーカード読み取り



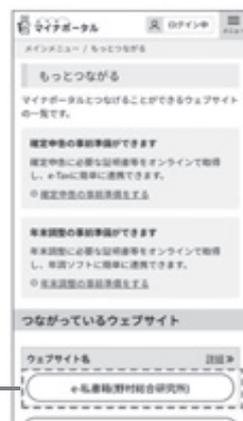
わたしのウォレットTOP



e-私書箱TOP



もっとつながる



マイナポータルTOP



- 申請期間 令和5年10月2日(月)～令和6年1月25日(木)
- 付与ポイント額 1人につき、2,000円分のポイント
- 付与対象者 ポイント申込み時点で、次の要件を満たす方が対象となります。
  - ・小谷村に住民票があること
  - ・マイナンバーカードを取得済みであること
 ※令和5年12月31日まで上記の条件を満たしている必要があります。

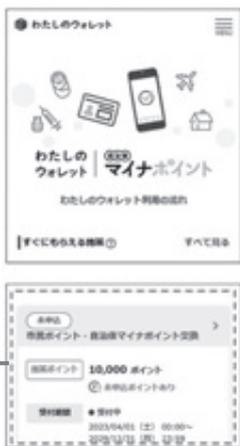


マイナンバーカードをお持ちでない方でも、令和5年12月31日までにマイナンバーカードを取得いただくことでポイントを受け取りいただくことができます。本事業のご利用を検討されている方は、すみやかにカード発行申請していただくことをお勧めいたします。また、令和5年12月31日までに住民となっている必要がありますのでご注意ください。

■お問い合わせ 総務課企画財政係 ☎82-2038 ✉kikakuzaisei@vill.otari.lg.jp

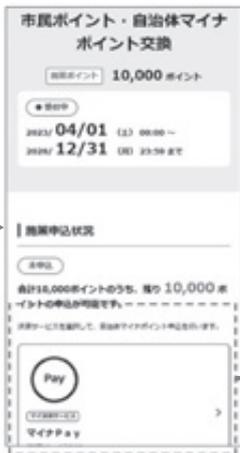
## (2) 小谷村の自治体マイナポイント事業に申請

わたしのウォレットTOP



- ①【わたしのウォレット】TOPページの「小谷村自治体マイナポイント事業」をタップ
- ② 希望の決済サービスを選択（楽天ペイ又はnanaco）
- ③ 決済サービスID、セキュリティコードを入力し、「入力内容確認」をタップ
- ④ 内容に誤りが無ければ、「確定」をタップ
- ⑤ マイナンバーカードのパスワード（数字4）桁を入力し、「次へ」をタップ
- ⑥ マイナンバーカードに携帯電話を置き、「読み取り開始」をタップ
- ⑦ 「自治体マイナポイント申込へ」をタップ
- ⑧ 申請するポイント数を入力し、「自治体マイナポイント利用規約に同意します」にチェックし、「申込内容確認」をタップ
- ⑨ 表示された内容に誤りが無ければ「申込確定」をタップ
- ⑩ 「自治体マイナポイント申込完了」が表示されたら完了です

施策申込状況



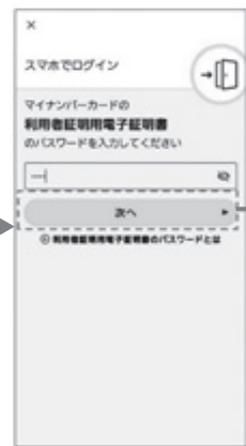
自治体マイナポイント申込



決済サービス情報確認



マイナンバーカード読み取り



自治体マイナポイント申込完了



申込内容確認



自治体マイナポイント申込



決済サービス設定完了



# メンタルヘルス市民大学のお知らせ

4年ぶりにメンタルヘルス市民大学を開催します。

東京調布市にある「クッキングハウス」は、36年もの長い間に渡り、常に弱い人の立場に立って考え、心に寄り添い、心に辛さや生き難さを抱えた人たちが、安心して自分らしさを取り戻せていける「心の居場所」として、コロナ禍にあっても休まず安心を届けている居場所です。一人一人が自分自身を大切に、自分のペースで可能性に向かって生きて行く力を取り戻し、優しい人間関係や福祉文化を創り出している居場所です。

## ■日時

・11月1日(水)

午後2時から4時30分

(休憩含め)

・11月2日(木)

午前10時から12時30分

(休憩含め)

## ■場所

小谷村役場2階

201会議室

■参加費 無料

## ■定員

30名(定員に達し次第締め切ります)

## ■申し込み

10月25日(水)までに住民

福祉課健康推進係まで

(☎82・2570)

小谷村では新型コロナウイルス感染症流行前に「メンタルヘルスを共に学ぼう」と、クッキングハウスの方々が、1泊2日の学びを10年以上に渡って続けてきました。感染症の影響で一時中断せざるを得ない状況でしたが、今年は大代表の松浦幸子さんをお呼びして、今までの大切な学びを振り返りながら、地域の中に安心できる居場所をどうした

## マイクロチップを装着した犬や猫を迎え入れた飼い主の方へ

「改正動物愛護管理法」の施行により、令和4年6月から販売される犬や猫へのマイクロチップの装着・登録が義務付けられました。マイクロチップを装着した犬や猫を迎え入れた飼い主の方は環境省サイトより情報登録・変更をお願いします。

<https://reg.mc.env.go.jp>



※犬を飼われた場合、小谷村ではマイクロチップを犬の鑑札とみなす狂犬病予防法の特別制度に参加していません。マイクロチップ情報登録とは別に従来どおり役場住民係にて犬の登録申請を行う必要があります。

## 狂犬病予防注射未接種犬の飼い主の方へ

狂犬病予防法により、生後90日を超えた犬は毎年1回、狂犬病予防注射の接種が義務付けられています。

本年度の村内集合注射はすでに終了していますので、動物病院での接種をお願いします。



## 小谷村高等学校等子育て応援助成金申請についてお知らせ

小谷村教育委員会では高等学校等に在学している生徒の保護者を対象に子育て応援助成金を交付します。下記の内容をご確認いただき、対象となる方は申請書に必要な書類を添え期日までに小谷村教育委員会総務学校係へ提出してください。

### ●対象者

小谷中学校又は県内特別支援学校中等部若しくは県内の公立及び私立中高一貫校前期課程を卒業し、高等学校等に在学している生徒の保護者。(保護者は村内に住所を有すること。)

### ●対象期間

高等学校等在学 3年以内

### ●助成金額

30,000円/1人・年  
1回

### ●提出書類

申請書及び10月1日以降の在学証明書

### ●申請書提出期限

令和5年10月20日(金)必ず10月1日以降の在学証明書を添えてください

### ■お問い合わせ

小谷村教育委員会

総務学校係

☎82・3981

# 地域包括支援センターからのお知らせ 快運筋活クラブ参加者募集

皆さん日々の運動はできていますか？ 体力不足を感じたりすることはありませんか？ 介護予防は元気なうちからはじめていくことが大切です。

S. ウエルネスクラブ小谷では「快運筋活クラブ」を開催します。

健康運動指導士の指導を受けながら筋力トレーニングや体力向上に取り組む、いつまでも生き生きと過ごすための運動教室です。ぜひ参加してみませんか？

## ●開催期間

令和5年11月6日(月)～  
令和6年2月19日(月)  
全15回(祝日含む)

## ●開催日時

毎週月曜日  
午後2時～3時30分

## ●料金

1回350円

●送迎 あり  
(希望者には自宅までの送迎が可能です)



## 応募の条件等

・65歳以上でチェックリストにて該当した方に限りません。

・初回申し込みの方優先ですが、過去に参加したことがある方でも申し込み可能です。

※応募者多数の場合は新規の方や参加回数のない方を優先したうえで抽選とさせていただきます。

参加をご希望の方、ご不明な点などある方は左記までお気軽にお問い合わせください。

## ■お問い合わせ

地域包括支援センター  
☎02-31335  
S.ウエルネスクラブ小谷  
☎71-6622



# 小谷村ポイ捨て禁止条例が施行されました



令和5年4月1日から「小谷村ポイ捨て禁止条例」が施行されました。この条例の内容についてお知らせします。

## (1) この条例の目的は？

この条例は、小谷村の環境を活かした魅力ある村づくり及び清潔で美しい村づくりを図るため、住民、事業者、所有者等及び村が協働して良好な環境を守り、育てていくことが大切であるとの認識の下に、魅力ある景観の保全と環境美化に関して必要な事項を定めることにより、清潔に住みやすい村づくりを目指すことを目的としています。

## (2) この条例は誰に何を禁止しているのですか？

この条例で対象とされる人は、村内に居住または勤務している人及び滞在や通過する人です。禁止されるのは、①

ポイ捨て及び不法投棄②公共の場所及び他人が所有や管理する場所で、飼い犬飼い猫その他の飼育動物を遺棄することです。

ポイ捨てとは、空き缶、空

き瓶、プラスチック容器、紙くず、たばこの吸い殻等これに類するもの(以下、「空き缶等」といいます。)(ごみ箱、回収容器その他の定められた場所以外にみだりに捨てることをいいます。

不法投棄とは、空き缶等以外の廃棄物(「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第2条第1項に規定する廃棄物のことをいいます。)(や自動車等を「正当な権限に基づき置くことを認められた場所」以外に投棄又は放置することをいいます。

## (3) もしポイ捨てや不法投棄等をしたらどうなるの？

もし(2)のポイ捨てや不法投棄等があった場合、村では職員が調査して、ポイ捨てや不法投棄等した人に対して、期限を定めて是正するよう「指導及び勧告」をします。「指導及び勧告」が守られないと

きは、期限を定めて「指導及び勧告」に従うよう「命令」をすることになります。正当な理由がなく「命令」が守られない場合は、その事実を公表することができます。また、「命令」に違反した人は5万円の過料(罰金)に処せられます。(過料については、令和5年10月1日以降の適用となります。)

さらに村は必要に応じて関係団体と連携して対応します。関係団体とは国、県、他の自治体、警察、自治組織、学校、ボランティア団体等を指します。ポイ捨てや不法投棄等は犯罪ですので、実際には警察や県の機関とともに対応することが多いです。この条例だけでなく関係法令により処罰されることもあり、懲役刑や多額の罰金刑が課される場合やその両方が課される場合もあります。

お互いに清潔に住みやすい村づくりのため、ポイ捨てや不法投棄等は絶対にやめましょう。

詳しくは住民福祉課住民係(☎02-25801)までお問い合わせください。

# まめまめ知識 No.115



## 運動不足が死因に?!

今年は残暑が厳しいそうですが、実りの秋、食欲の秋、運動の秋がやってきます。この中でも運動の秋、皆さんは習慣的に運動ができていますか?しなきゃと思うけどなかなか...という方も多いのではないのでしょうか。

驚くことに厚生労働省によれば、運動不足による国内の死亡者数は、喫煙、高血圧に次ぐ第3位でその数は年間約5万人に及ぶとされています。

2019年「身体活動・運動を通じた健康増進のための厚生労働省の取組み」内の「2007年の我が国における危険因子に関連する非感染性疾病と外因による死亡数」というデータ

3年に及ぶコロナ禍の在宅勤務のため運動不足で体力・筋力が低下している人が増えています。特にテレワークの普及が、出勤すること自体が運動となっていた人たちに

とって大きな活動量減少となり、筋力低下↓姿勢の悪化↓

血流が悪くなる↓体内の疲労物質が滞る↓気分が落ち込みやすくなるという負のスパイラルに陥りやすくなると思われます。

このように、運動不足は心身に不調をきたすリスクとなります。また、筋力が低下すると疲れ易くなり、血流が悪くなると頭痛などの原因にもなります。パソコン等の事務作業で脳を酷使していても身体が疲れていないと、心身のバランスが崩れて睡眠障害に繋がる恐れがあります。

## 運動不足は筋肉だけでなく脳も衰える

誰でも手軽に取り組みやすい運動と言えば歩くことではないでしょうか。歩くことの有効性はこんなことがあります。

運動をしなくなると筋肉が

衰えると思われませんが、実は衰えるのは筋肉だけではなくありません。脳には様々な機能があり、運動をしなくなると、そうした脳の機能は運動を司る部分以外にも不具合を生じてきます。

脳と足の関係、運動不足が招く脳機能の不具合と身体の不調については深い関係があります。脳には1000億個の神経細胞が存在し、機能別に8つの系統に分かれており、思考系、感情系、伝達系、理解系、聴覚系、視覚系、記憶系、最後に運動系がこれらにまたがるような形で分布しています。とりわけ運動系は全ての領域と関わりネットワークを構築しています。私たちが歩く時には、ただ単に足を動かしているだけではなく、様々な情報や刺激を得ているのです。そしてその刺激で脳は成長が促されるので

歩けば歩くほど、脳が活性化されていく、ということは逆に言えば歩かなければ歩かないほど、脳の元氣や健やかさが失われていくという事です。

さて、小谷村まめつてえおたり21推進委員会でも、生涯を持って健康で過ごすための運動部門の目標として以下2つを掲げています。

①40歳~74歳の方で『日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施する者の割合。男性50%以上、女性60%以上』

【現状値】  
40~64歳 男性59・3%、女性58・1%

【74歳】 男性54・5%、女性68・6% (R2)

となっており、64歳以下の女性で目標達成できていません。

②40歳~74歳の方で『1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施する者の割合。40歳~65歳以上の方で男女とも30%以上』

【現状値】  
40~64歳 男性33・9%、女性21・0%

【74歳】 男性31・8%、女性30・2% (R2)

となっており、こちらも①

に同じく64歳以下の女性で目標達成できておらず、64歳以下の女性における運動習慣の定着が課題です。

身体を動かして、心も身体も健やかに過ごすことができたら良いですね。ぜひ皆さんもこの夏に疲れた身体を歩いたり運動することでリフレッシュしてみたいかがでしょうか?また、健康のために運動を習慣化できるとなお良いですね。



## お問い合わせ

住民福祉課健康推進係  
082・2570

## 参照

ヘルシスト・コラム「毎日しっかり歩いて脳から元氣になろう!」  
脳科学者 加藤俊徳

# 令和5年度有害鳥獣捕獲について

日頃より皆様からお寄せいただく有害鳥獣の目撃情報をもとに、村では猟友会の協力のもと捕獲活動に取り組んでいます。

令和5年1月からの捕獲状況について報告いたします。  
(令和5年9月15日現在)

- ツキノワグマ 21頭 (昨年同時期 6頭)
- イノシシ 9頭 (昨年同時期 6頭)
- ニホンジカ 8頭 (昨年同時期 17頭)
- ニホンザル 31頭 (昨年同時期 3頭)



▲民家へ出没したクマ ※村内撮影

※ツキノワグマ・イノシシ・ニホンザルの捕獲数が昨年を上回る捕獲となっております。(昨年のニホンジカは、残雪が多かった2月の狩猟期間明けから3月にかけての期間で16頭の捕獲を行いました。)

【村民の皆様へお願い】  
※捕獲のための「檻」や「くりわな」は、危険です。で触れないようお願いいたします。

※万一、檻や、わなに獣類が捕獲されていた場合には危険ですので絶対に近づかないでください。

※猟友会員による日頃からの檻や、わなの見回り、捕獲獣類の対応などのため、個人敷地内への立入り等、捕獲取組へのご理解ご協力をお願いいたします。

※有害捕獲は狩猟期間前の11月14日まで実施します。栗や柿などが実る時期となり、集落への野生動物の出没が予想されます。クマやサルなど野生動物を目撃さ

れたら役場農林係までお知らせください。  
※例年に比べ、人家や田畑へのクマの出没が多く発生しています。キノコ狩りや農作業、夜間の外出の際には十分ご注意ください。

## 中信支部行政書士無料相談会

会場	日時	場所
塩尻会場	10月13日(金) 午前10時～午後3時	塩尻市市民交流センター(えんぱーく) 301・304・305号室 (塩尻市大門一番町12-2)
松本会場	10月14日(土) 午前10時～午後3時	松本市勤労者福祉センター3-3会議室 (松本市中央四丁目7番26号)
木曾会場	10月14日(土) 午前10時～午後3時	木曾町文化交流センター小会議室 (木曾町福島5129番地)
安曇野会場	10月19日(木) 午前10時～午後3時	安曇野市役所 211・212・213・214号室 (安曇野市豊科6000番地)
筑北会場	10月21日(土) 午前10時～午後3時	筑北村役場 204・206号室 (東筑摩郡筑北村西条4195)
大北会場	10月22日(日) 午前10時～午後3時	大町市総合福祉センター第1・第2会議室 (大町市大町1129)

### 相談内容

● **遺言・相続関係に関して**  
遺言書や遺産分割協議書の作成、相続財産の調査、家族信託、成年後見制度利用のご相談

● **ビジネスをサポートする各種申請**  
建設業許可、産業廃棄物処理業許可、風俗営業許可、農地転用許可、運送業許可、自動車登録など官公署への申請のご相談

● **その他**  
各種契約書や内容証明などさまざまな必要書類の作成のご相談

引き続き皆様のご理解ご協力をお願いいたします。

### お問い合わせ

小谷村役場農林係  
☎0263・2588

### お問い合わせ先

長野県行政書士会中信支部  
☎0263・873798

北アルプス地域 健康づくり講演会

『糖尿病と肝臓の深い関係』

全国的に生活習慣からの糖尿病が増加しています。糖尿病は動脈硬化だけでなく、がん発症のリスクでもあります。なかでも肝臓がんの発症リスクが高いというデータがあります。なぜ肝臓がんのリスクが高いのでしょうか。糖尿病と肝臓の深い関係について学んでみませんか。

■日時 11月8日(水) 午後1時30分から3時30分 まで(開場午後1時)

■会場 松川村多目的交流センター すぐの音ホール (所在地:松川村松川84-1 ☎0261-622-2481)

■講師

浅間総合病院糖尿病センター顧問 仲 一元 先生

■その他

参加費無料  
講演会への申し込み不要

■送迎

当日は小谷村役場から松川村の会場まで、送迎バスを運行します。

乗車希望の方は、10月31日(火)までに予約ください。サテライト会場での講演視聴を希望される方は、白馬村の会場をご案内します。

■予約・問い合わせ  
住民福祉課健康推進係  
☎02-2570

■支払予定日  
10月11日(水)

■内訳  
令和5年6月分  
令和5年9月分

児童手当の  
支払いについて

◎個々に支払通知書は発送しませんので、指定口座の通帳を記帳して入金の確認をお願いいたします。通帳には「小谷村児童手当」と印字され、合計金額での振り込みとなります。

■お問い合わせ

住民福祉課住民係  
☎02-2581



小谷村職員採用試験

令和6年4月採用予定の職員を次のとおり募集します

①職種・募集人員

社会福祉士 若干名

③試験日・会場

令和5年11月26日(日)・小谷村役場

②申込締切日

令和5年10月31日(火)まで。  
(土・日曜日、祝日を除く午前8時30分から午後5時まで)

■お問い合わせ

小谷村役場 総務課庶務係  
☎02-2024

郵送による場合は、締切日までに到着したものに限りま

※募集要綱は、総務課窓口又は村のホームページにてご確認ください。

人も、会社も、もっと元気に!

中退共済制度  
CHU小企業 退職金 共済制度

- ◆掛金の一部を国が助成
- ◆掛金は全額非課税。手数料も不要
- ◆外部積立型なので管理が簡単
- ◆パートさんの加入もOK



(独) 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部  
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

～ 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10月24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10月23日)	大町税務署 個人課税部門 Tel.0261-22-0674 法人課税部門 Tel.0261-22-0892
令和5年10月24日 13時30分～ 14時30分		15名 【事前予約制】 (申込期限10月23日)	

### (登録要否相談会)

開催日時	開催場所	相談時間	お問合せ先
令和5年10月24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10月23日)	大町税務署 個人課税部門 Tel.0261-22-0674 法人課税部門 Tel.0261-22-0892
令和5年10月24日 14時30分～ 15時30分		15分/組 【事前予約制】 (申込期限10月23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。
- 税務署の代表電話にお問い合わせいただく際は、税務署の電話番号にお掛けいただいた後、自動音声案内にしたがって、「2」を選択してください。
- 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
10/2	10:00～	地図アプリの利用方法
	11:00～	マイナンバーカードの申請方法
10/16	10:00～	SNSの使い方（LINEなど）
	11:00～	新型コロナワクチン接種証明書アプリを用いた接種証明書の発行方法
10/23	10:00～	電源の入れ方、基本のボタン操作
	11:00～	電話のかけ方、カメラの使い方
10/30	10:00～	SNSの使い方（LINEなど）
	11:00～	スマートフォンを安全に使うためのポイント

※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

ムサササ



電話 **050-5211-6333**

✉ メール [info-otari@pxc.jp](mailto: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。

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！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）



**新番組「おたりニュース」** 1日4回、6・10・14・19時台の番組に続けて放送  
3分で小谷に関する出来事を伝えるニュース番組が始まりました。  
旬の風景やイベント情報など、取材依頼をぜひお寄せください。

小谷村CATVインターネット事務局

電話：050-5211-6333 / Mail：[info-otari@pxc.jp](mailto: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

## 長野県最低賃金の お知らせ

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和5年10月1日(日)から時間額948円に改正されます。

この機会に、ご確認ください。  
また、中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施していますので、ご利用ください。

### ■お問い合わせ

「最低賃金」については、

長野労働局労働基準部賃金室

☎026・223・0555

又は最寄りの労働基準監督署

「助成金」に関するお問い合わせ先

・業務改善助成金長野労働局雇用環境・均等室

☎026・223・0560

・キャリアアップ助成金長野労働局職業対策課

☎026・226・0866

## 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

10月18日(水)

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)

☎82・2588

## 10月の納税

税目 村民民税

納期限 3期 10月31日(火)

税目 国民健康保険税

納期限 5期 10月31日(火)

税目 後期高齢者医療保険料

納期限 4期 10月31日(火)

□座振替を指定されている方は10月25日(水)に振替えますので、□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、11月10日(金)に再振替をさせていただきます。

## 交通安全啓発日について

### ■お問い合わせ

大町地区交通安全協会小谷支部事務局  
総務課庶務係 ☎82-2024

\*毎月5日と20日は「交通安全の日」です。

\*4のつく日(4日・14日・24日)は「シートベルト・チャイルドシート啓発の日」です。

交通事故防止のため、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践をお願いします。