



No.244
2026. 1

星降る夜に

新名所誕生



HINODE

ふるさと納税で 長和町の魅力を全国へ！

令和6年度にいただいた寄附

寄附金

約 1,300 万円

寄附件数

約 440 件

新規返礼品を募集中！

長和町では、返礼品を提供していただけ
る方を募集しております。

長和町の地場産品であれば法人・個人に
かぎらずどなたでも登録可能

お気軽にご連絡・
ご相談をお待ちして
おります。

担当：ふるさと納税特別任務室

☎ 75-2093

これまでにいただいた寄附は
このような事業の一部に活用されています！

令和6年度 道の駅の修繕費用に



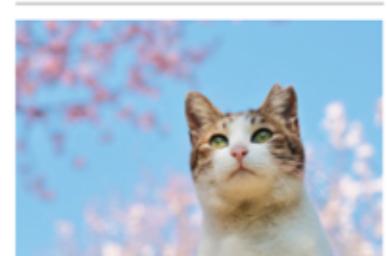
令和6年度 小学校の図書購入に



令和6年度 道路の景観整備に



令和6年度 地域猫活動に



知っていますか？



ふるさと納税は長和町にお住まいの方もできます！

ふるさと納税で長和町のプロジェクトを応援！

「ガバメントクラウドファンディング」

・長和町合併 20 周年！町を明るく元気にしよう

おたや祭花火大会 2026 で真冬の空に花火を輝かせたい！（募集期間 2026 年 1 月 20 日まで）

町外から多くの方が訪れる「おたや祭り」。祭りを盛り上げる取組の一つとして、冬の夜空に花火を打ち上げています。いただいたご寄附は花火の打ち上げにかかる経費に充てさせていただきます。

・「黒耀石のふるさと」から縄文のメッセージを世界に発信

『長和青少年黒耀石大使』応援プロジェクト（募集期間 2026 年 2 月 26 日まで）

長和町の子どもたちがイギリスに渡り、「黒耀石」について国際交流を通じて学んだ知識を国内外へ向けて発信するプロジェクトです。いただいたご寄附は子どもたちの渡航費用などに充てさせていただきます。



詳細はコチラ！



町外のお知り合いにオススメしたい

ふるさと納税

「ふるさと納税」とは、応援する自治体を選んで納税いただける制度です。ご寄附額に応じた返礼品をお選びいただけます。



プライベートドッグホテル
JAZZYDOG





長和町長
はなわまちなが
羽田 健一郎

皆さま 明けましておめでとうござります。

令和8年の新春を清々しくお迎えのこととお慶び申し上げます。住民の皆さんには、町政の推進にご理解、ご協力、ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

の町長と町議会議員の選挙が執行され、町の政治を担う顔ぶれが決まりました。私も多くの皆さんに支えられて6期目の当選を果たすことができました。

5年前の令和3年は新型コロナウイルスのパンデミック（世界的流行）により史上初めて一年延期された2020東京オリンピック、パラリンピックが無観客という異例の開催となつた年であります。現在も新型コロナウイルスによる感染症がなくなつていないう状況下では、過去の経験を活かし、未来に備えなくてはならないものと認識しています。

感染が例年には早さで拡大しているインフルエンザ。今期は早くも昨年の11月にインフルエンザによる学級閉鎖が小中学校で発生しました。「年末年始の帰省でウイルスが全国的に循環」、「別のA型・B型の流行が続く」、「新たな変異株」などの理由で、流行長期化の可能性もあり、少なくとも3月までは警戒が必要と予想されています。手洗い、うがいを励行し、睡眠不足や栄養不足に十分注意して罹患しないよう心がけましよう。

さて、昨年を振り返りますと、平成17年10月に長和町が発足し、昨年の10月に20年を迎えました。町では、合併20周年の節目としまして、9月28日に記念式典と役場庁舎前での記念イベントを催し、町内外から大勢の皆様にお越しいただき、20周年を町民皆様と共に祝いました。

長和町議会議長
はらだ えしょう
原田 恵召

新年あけましておめでとうござります。昨年の12月1日に行われました、議会臨時会の議長選挙において、議長に選出されました原田恵召でございます。申し合わせにより二年間務めさせていただきますのでよろしくお願ひ致します。

議長に就任するのは、20年前の長和町合併の時以来で2度目となります。当時は旧長門町と旧和田町との合併で、旧両町村の融和を第一に考え、特に和田村が合併を経験したことのない村であつたため、円滑にまた円満に行政運営や議会運営を進めようと考え実施致しました。あれから20年が経過しました。長和町も成人をしたことで独り立ちしていくかなければなりません。

現在、町が直面している課題は山積しています。最大の問題は、町財政調整基金の枯渇の問題です。6年度末で12億円余りと現在黄色信号になつて いる状態で、赤信号が目の前です。

検討していかなければなりません。住民の福祉を守りながら病院改革を推し進める必要があります。また、ブランシュたかやまスキー場は今シーズンからスノーボードを解禁し、スキー・ヤーオンリーから普通のスキー場へと変わりました。スキーヤー・オンリーが良かつたとの声も聽きますが、いまやどこのスキー場も生き残りをかけて切磋琢磨しています。このボード解禁が起爆剤になればと思います。

現在スキーコース（株）マウント長和）は町がかけた費用を使用料と

旧武石、旧和田の武石の人口分のみとなっています。つまり多くの患者が上田からきていても運営の負担金は長和が3分の2、上田市は3分の1が20年前の町村合併から続いています。この見直しがないと長和町の貯金の枯渇は解決しません。早急に対応する必要があります。

町の貯金を増やす方法として、ふるさと納税やクラウドファンディングや公募債や私募債などできることを考えしていく必要があります。

A group photograph of 18 people in a conference room. The group is arranged in three rows of six, with the front row seated on chairs and the back row standing. All individuals are dressed in formal attire, primarily dark suits and ties. The room features wooden paneling on the walls and a large screen or painting on the back wall. The lighting is bright, and the overall atmosphere is professional.



▲新議会 発足しました

して支払う事になつています。つまり町が起債の窓口となつて国県から借金しても、その返済するお金は会社が町へ支払う事となつています。（令和4年1月の広報ながわに詳細が載っています。）

まだ、会社が出来て数年、さらにはコロナ禍からの客離れから順調に回復しているとは言えませんが町はお金を出さないのが会社設立時のルールです。きちんと守つもらいます。

また、町内二つの温泉施設に毎年3000万円を負担しています。町の財政に余裕があれば「福祉施設だから」と言つて継続もあるでしょうが、町に余裕がないだけにここ数年での経営方針の変換が迫られています。

すべては病院の負担金問題が解決

議会では議会報告懇談会を定期的に行い、住民の意見をお聞きする場としています。過去に数回行いましたが、出席者が少なく当初の目論見の様になつていません。どうしたら、人が集まるのか、住民の意見が集約できるのか、色々と考え実行してまいりたいと思います。

議員は、多くの方の意見を聞くことにより、それを咀嚼して自分の意見とすることが、議員力だと思います。その議員の集まりによって議員間で討議することが議会力のアップにつながると思います。その為にも、住民の皆様の意見を議員に・議会にお寄せください。

将来の明るい未来につながるような長和町議会を目指してまいります。



町長初登庁

を制す」の精神で、ふるさと納税事業に特化した部署「ふるさと納税特別任務室」を昨年の4月に新設し、返礼品の充実や新たな開拓を進め、ふるさと納税の増額確保に努めています。

同じく4月に依田窪病院の医師一同を「まちづくりアドバイザー」として、依田窪病院との連携を強化し、医療や介護をはじめ、さらなる安心、安

チャンスが訪れやすい年と言われております。長和町が誕生し21年目を迎えます。私もこれまでの歩みを振り返りつつ、次の10年、20年を見据えたまちづくり、確かな未来へ共に支え合いたかく、しあわせなまちづくりに向け、町民の皆様と手を取り合いながら、持続可能なまちづくりを進めて

また、20周年記念として、ブラン
シュたかやまスキー場を会場に「水
曜どうでしょうキララン」が行わ
れ、2500人ほどの来場者でとて
も盛り上りました。

本年は午年であります。午年は、行動力や情熱が特徴で、「躍动感」や「前進」を象徴する年です。2026年の「丙午」は、「火」の性質が強く、情熱やエネルギーが活発になり、物事が一気に進むような激しい変化

移住者の声



長和町に移住された方が何を感じ、どう暮らしているのか、「リアルな想い」をご紹介します。

わたなべ 渡部 理恵さん 晋さん

Profile

▲【渡部 理恵さん】理
・群馬県出身
▲【渡部 晋さん】晋
・福島県出身
・2018年長和町に移住
・2017年長和町に移住



2025 移住者交流会

田舎暮らし作戦会議

気になっていること・知りたいこと・やりたいこと
みんなで話そう ☕

みんなでゆるゆると楽しくおしゃべりしましょう！

「信州移住コネクター(県地域おこし協力隊)」が会話をサポート

お話が得意じゃなくても大丈夫！

対象者：移住して信州暮らしを満喫中のみなさま

全4回開催しますのでお近くの会場に、ぜひ、お越しください

12/20
(土)

南信会場

場所 テンリュウ堂
長野県飯田市川路4919

時間 15:00～17:00
参加費 1,000円(スイーツ&ドリンク付)
定員 20名 宿泊可能・要予約



担当:土屋岳詩

1/17
(土)

中信会場

場所 山麓ファームダイニング
健菜樂食 Zen
長野県大町市平6180
時間 14:00～16:00
参加費 500円(お茶菓子&ドリンク付)
定員 10名



担当:田中聰

2/7
(土)

東信会場

場所 GOOD HABIT
長野県佐久市佐久平駅南9-1
時間 14:00～16:00
参加費 1,000円(スイーツ&ドリンク付)
定員 20名



担当:辻佳苗

3/7
(土)

北信会場

場所 ナナマール
長野県中野市諏訪町2-21
時間 14:00～16:00
参加費 1,000円(スイーツ&ドリンク付)
定員 15名 小さなお子様歓迎



担当:佐藤慎平

主催

長野県、田舎暮らし「楽園信州」推進協議会
(長野県企画振興部地域振興課信州暮らし推進係)
026-235-7024

お申し込みは
こちらから→



ゲレンデが結んだ、ふたりの移住ストーリー

1 長和町に移住した理由・きっかけを教えてください。

理 長和町に住んでいる友人にスキー関連の仕事を紹介してもらい、その縁で長和町にきました。学生の頃に北信のスキー場でアルバイトをしていたので、長野に馴染みはありました。長和町を訪れるのは初めてでした。

晋 以前は、町外のスキー場で働いていましたが、長和町のスキー場で働かないかと声をかけてもらったことがきっかけで、長和町にきました。長和町には仕事で訪れたことは何度かありましたが、当時はまだ「白樺湖の隣にある町」という印象しかありませんでした。

2 長和町の魅力を教えてください。

晋 松本市・諏訪市・上田市・佐久市などの近隣の大きな市へ1時間もかからず行けるところが魅力だと感じています。生活利便性の高い地域では、地域内で何でも揃ってしまうため、外との関わりや新しい体験が生まれにくいですが、長和町に住んでいると様々な地域に足を運ぶ機会が増えるので、暮らしの幅が広がっていると思います。また、比較的雪が少ないので、雪に悩まされずに田舎暮らしを楽しめる点も、魅力です。

理 何より自然が豊かで、心が癒されます。車の運転中に思わずヒヤッとする事もありますが、移住するまで見たことのなかったシカを実際に目にするとたびに、とてもワクワクしています。

3 現在、どのようなお仕事をされていますか。

晋 写真家として、主にアルペンスキー競技のレース写真を撮影しています。もともと私自身が選手として競技に取り組んでいた経験があり、現在も競技の現場に関わる形で仕事を続けています。「選手が最高の輝きを見せる一瞬を切り取る」その思いが、この仕事を始めたきっかけです。冬季は各スキー場でレース撮影を中心に活動し、オフシーズンにはスキーリフトの点検・ゲレンデ整備、さらに町内のプール管理にも携わっています。

理 「山の子学園共同村」という施設で、利用者の方々の食事、入浴などの生活全般に関わる支援に携わっています。大変なこともありますが、やりがいの大きい仕事で、天職に感じています。

4 休日の過ごし方を教えてください。

晋 息子と一緒にマラソンをしています。町内に限らず、松本市や諏訪市など、様々な地域へ足を運び、走るのを楽しんでいます。また、長野県は美味しいものが多いので、町内外を問わず、家族で食べ歩きを楽しんでいます。



5 長和町に移住を考えている方へメッセージをお願いします。

晋 長和町は、暮らしの選択肢が幅広い町だと思います。本当に田舎の町だと、町全体がひとつのカラーにまとまりがちですが、和田には歴史ある宿場町があり、姫木平には別荘地が広がるなど、地域ごとに異なる暮らし方が選べます。若い世代であれば、まずは町営住宅で暮らしながら、定住する地域や暮らし方をゆっくりと探すのも良いかと思います。

理 小中学生の給食費は無料など、子育て支援も充実しており、子育て世代にとって暮らしやすい環境です。また、運転が不安な方や外出が負担に感じるようになった方は、山の子学園とマルシェ黒耀が連携して行っている配達サービスを利用することもできます。このサービスは、週に1回、食品などが自宅に届く仕組みになっているため、高齢になっても暮らし続けやすい町だと感じます。

取材を終えて

「移住者の声」第4回目のゲストは、渡部理恵さん・晋さんご夫婦でした。お二人が長和町での暮らしを心から楽しんでいる様子が伝わり、私自身も町の魅力を改めて実感することができました。次回もお楽しみに！（中）



アントレ学習だより

Vol. 3

紫苑祭を通して地域
と繋がる活動を行う
依田窪南部中学校の
取り組みを紹介！



模擬実践へご参加いただき ありがとうございました

依田窪南部中学校3学年のアントレプレナーシップ学習では、中学生発案のアイディアを地域の皆様に体験していただく取り組みを行っています。

9月26日・27日に紫苑祭で模擬実践を行いました。2日間の来場者は100名を超え、多くの方々に各グループの今までの学習の成果を発信することができました。

模擬実践での経験やお客様アンケート等でいただいたご意見などを生かし、地域をよりよくする提案をさらによりよいものにしていきますので、ご期待ください。

懐かしい空間に癒される 手作りゼリーが彩るカフェタイム



昭和レトロの雰囲気が漂う特別な空間を提供する「るり庵」は、お客様が懐かしさを感じながらゆったりとした時間を過ごすことができる空間をデザインしました。また、試行錯誤を繰り返して完成したオリジナルドリンクも提供しました。

連絡先

たくさんの地域の方々と繋がり、学習を進めていきたいと考えています。アドバイスやご協力いただける方はぜひご連絡ください。

0268-85-2332

9 [3学年 アントレ広報担当 イベント運営グループ]

コミュニティスクールの町 長和町

Vol.34

お問い合わせ先 教育委員会学校教育係 ☎ 68-2127

～地域と連携した教育活動、体験的な活動の充実（南中応援隊）その2～

前号に引き続き、依田窪南部中学校でのアントレ学習の取組を紹介いたします。

① ずっと住みたくなる地域へ、中学生の挑戦

依田窪南部中学校では、地域と協働した“実践型の学び”が進んでいます。

3年生は「総合的な学習の時間」で、地域の魅力・課題を調べ、自分たちで企画を立てて形にするアントレプレナーシップ学習に挑戦しました。



模擬実践に ご参加いただいた皆様の声

<お客様アンケート結果（一部）>

- ・イベントに満足している **85.7%**
- ・地域活性につながっている **76.7%**

<お客様からの声（一部）>

- ・子ども達にとって大変よい経験になり、沢山のことを学べたのではないか。子ども達の工夫と頑張りが目に見えて分かりました。接客なんて始めてだったでしょうに、堂々としていましたし、質問にも学習してきた故の回答が得られ関心しました。
- ・クオリティが高く、生徒も保護者も地域の人も楽しめるイベントになっていて素晴らしいかったです。

・文化祭・地域イベントへ出店！

9月の紫苑祭では、特設ブースで企画を公開し、2日間で100名以上が来場。

地域の皆さんと直接交流し、手ごたえを感じていました。

来場されたお客様からは、「イベントに満足している」「地域活性につながっている」といった声を多数いただきました。

11月の「武石地域交流秋まつり」では、中学生が地域イベントの一員として出店。地域の大人と対話しながら、自分たちの企画を磨く貴重な機会となりました。

② <生徒の声> 地域とつながり、力を届ける喜び

自分たちのアイデアを地域の方々に実際に体験していただき、喜んでいただけたことがとても嬉しかったです。試作がうまくいかず悩んだ時期もありましたが、地域の皆さんの助言で改善することができました。活動を通して、地域に関わることの楽しさや、地域の未来に自分も貢献できるという手応えを感じました。今回の経験は、地元である依田窪南部地域のことをより深く知るだけでなく、将来の進路を考えるうえでも大きな刺激になりました。



依田窪南部中学校の挑戦は、コミュニティスクールを掲げる長和町ならではの特色ある学びとして注目されています。地域とともに未来をつくる中学生の姿が広がっています。

問 保健福祉課 介護高齢者支援係
☎ 75・2079

ご興味のある方は、左記までご相談ください。

一回500円

■対象
老人保健施設いこい（送迎もあります）■利用できる方
65歳以上で要支援1、要支援2の方■料金
チケットリストで該当された方足腰の衰えを自覚し、生活に不安を感じる方にお勧めのプログラムです。
4か月間、週一回通つて、少人数のリハビリプログラムに取組み、『少し前の自分に戻る』を目指します。

短期集中リハビリプログラムのご案内

国保依田窪病院での みなし健診のご案内

■受診方法
国保依田窪病院を受診する際に、
必要な手元に「診療等情報提供票」を提出ください。

認知症の方やその家族、また関
心がある方が、気軽に交流を楽し
める集いの場です。専門職も参加
しており、介護等の心配ごとの相
談もできます。

「あつたカフェ」を 開催します

リハビリ専門職派遣 事業のご案内

ご近所やご友人などで集ま
た体操をお教えします。ぜひご利
用ください。

65歳以上の方を含む5人以上の
専門職がお向いて、ご要望に応じ
た体操をお教えします。ぜひご利
用ください。



12月2日(火)、地域おこし協力隊として3年間活動した佐々木駿さんの退任式が行われました。活動実績については来月号に掲載予定です。

◆元気アップ教室
開催します
1月は集まつての教室はお休み
です。
ゆいねつとで11時30分より『テレビで元気アップ教室』を放送します。テレビの前で一緒に体操して、冬期の体力を維持しましょう。

問 保健福祉課 介護高齢者支援係
☎ 75・2079

◆はつらつ運動教室
(40歳以上の方)
内容 健康運動指導士による体操教室
日程 1月20日(火)・2月3日(火)
会場 長門町民センター集会ホール
時間 13時30分から15時
参加費 無料

問 長門町社会福祉協議会
☎ 88・3069

1月運動番組放送時間

町ケーブルテレビ
「ゆいねつと」で毎日放送!
寒さで身体も硬くなりがちです。
一緒に体操して身体をほぐしましょう。

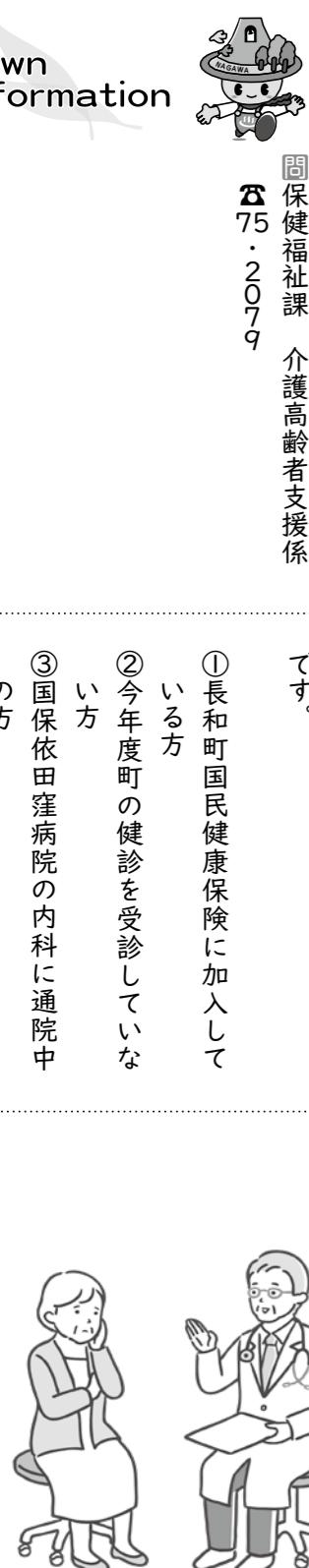
【放送時間】
7時30分～ タオル体操(15分間)
転倒予防のための上半身の体操(15分間)
7時45分～ 脚の筋力を高める体操Ⅱ(15分間)
11時30分～ (新)テレビで元気アップ教室(30分間)
15時30分～ (新)立ち座りのコツを学ぼう(14分間)
16時00分～ 『ながわおたっしゃサポーター』による体操(5分間)
16時05分～ 膝まわりの体操(16分間)

※番組編成の都合により変更になることがあります

問 保健福祉課 介護高齢者支援係
☎ 75・2079

■日時 1月19日(月)
13時30分から15時まで
■場所 役場一階 町民ホール
■参加費 100円
■派遣料 無料

■派遣の要件
65歳以上の方を含む5人以上の
住民
■派遣回数 年度で3回まで



①長和町国民健康保険に入り方
の方
②今年度町の健診を受診していな
い方
③国保依田窪病院の内科に通院中

〈広告欄〉



お墓 Q & A ◇各種ご質問にお答えしますので、お気軽にお問い合わせください。

Q. お墓的一部分だけをリフォームすることはできますか?
A. もちろんできます。例として「花立を直したい」、「墓石の目地を直したい」、「石張りにしたい」、「墓石をキレイにしたい」などさまざまなりリフォームがあります。全部作り変えなくても見違えるようになります。まずはご相談ください

さくらい
櫻井石材有限会社 長門町古町4459(長門バイパス沿い)
☎ 68-3859 FAX 68-4444

◇ 灵園は当社が一括管理していますので、見学も自由です。お気軽にお立ち寄りください。



です。

【災害に備えて】

「自分の身は自分で守る！」

- 日頃から心構えと準備が必要です。
- 「防災とボランティア週間」
- 1月15日（木）～1月21日（水）

問 上田警察署警備課

☎ 22-01-0

いざという時のため、避難場所も確認しておきましょう！

問 長野県環境部資源循環推進課

☎ 026-2335-7181



えこすた信州！

ご覧いただけます。

協力店の皆様の各取組情報は、長野県魅力発信ブログ「えこすた（Eco style）信州！」より

ご覧いただけます。

詳細は こちらから



協力店の皆様の各取組情報は、お申込みは県庁資源循環推進課または上田地域振興局環境課（☎ 25-7134）までご連絡ください。

登録いただきますと、長野県魅力発信ブログ「えこすた（Eco style）信州！」に情報を掲載させていただきます。

お申込みは県庁資源循環推進課または上田地域振興局環境課（☎ 25-7134）までご連絡ください。

登録いただきますと、長野県魅力発信ブログ「えこすた（Eco style）信州！」に情報を掲載させていただきます。

心を込めて作ったお料理をお客様に残さないで召しあがっていただけます。

ために、協力店に登録しませんか？

登録いただきますと、長野県魅力発信ブログ「えこすた（Eco style）信州！」に情報を掲載させていただきます。

宴会で食べ残しをしないよう呼びかけていただぐ「30・10運動」も、取組の一つになります。

心を込めて作ったお料理をお客様に残さないで召しあがっていただけます。

ために、協力店に登録しませんか？

登録いただきますと、長野県魅力発信ブログ「えこすた（Eco style）信州！」に情報を掲載させていただきます。

問 上田警察署警備課

☎ 22-01-0

いざという時のため、避難場所も確認しておきましょう！

「自分の身は自分で守る！」

- 日頃から心構えと準備が必要です。
- 「防災とボランティア週間」
- 1月15日（木）～1月21日（水）

問 上田警察署警備課

☎ 22-01-0

いざという時のため、避難場所も確認しておきましょう！

「自分の身は自分で守る！」

- 日頃から心構えと準備が必要です。
- 「防災とボランティア週間」
- 1月15日（木）～1月21日（水）

○「防災とボランティア週間」

1月17日（土）

○「防災とボランティアの日」

1月17日（土）

正しい“ごみの分け方”を知ろう vol.3

今月は現在「粗大ごみ」に分別している「ごみの種類」について、分別方法の変更内容をご紹介します。

ごみの種類	旧分類	旧品目	新分類	新品目
カセットデッキ（大型）	粗	粗	その他のごみ類	金属混合・小型化製品
食器乾燥機	大	大		
ステレオ	ご	ご		
スピーカー	み	み		
ズボンプレッサー				
石油ファンヒーター				
掃除機（大型）				
電子レンジ				
ミシン				
餅つき機（電動式）				



※袋に入れば「その他のごみ」となります。袋に入らない場合は現行ルールと同じ「粗大ごみ」として出してください。

●ごみ出しルール変更に伴う説明会を開催します

町では、令和8年（2026年）4月1日（水）よりごみの分別ルールを一部変更することを検討しています。すでに広報などでお知らせしておりますが、新しいルールへの理解を深めていただくため、町民の皆さまを対象にごみ出しルール説明会を下記の日程で開催いたします。

説明会は各日2回（①16:30～／②18:30～）開催し、内容は同じです。ご都合にあわせて、どの会場にもご参加いただけます。新しい分別ルールを正しくご理解いただき、より快適で清潔なまちづくりにご協力ください。多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

■日程・会場

日付	時間	会場
令和8年2月16日（月）	①16:30～／②18:30～	古町コミュニティセンター 講堂
令和8年2月18日（水）	①16:30～／②18:30～	長門老人福祉センター 集会ホール
令和8年2月20日（金）	①16:30～／②18:30～	大門基幹集落センター 大会議室
令和8年2月24日（火）	①16:30～／②18:30～	和田コミュニティーセンター ホール

問住民生活課 環境温暖化対策係 ☎ 75-2081



〈広告欄〉

「住まい快適促進助成事業」
令和8年
3月31日まで

モダンで
シャープな
雰囲気

Kitchen

リフォームも承りますので、
お気軽にご相談ください。

「住まい快適促進助成事業」とは？
町内施工業者が個人住宅の
増改築等のリフォームを行う場合に、
町がその経費の一部を助成する制度です。

タツケンは《住まい快適促進助成事業》の施工業者です。申請から工事までのすべてをお任せください!!

住宅性能保証登録認定 新築・増改築、介護リフォーム
有限会社 タツケン
TATSUKEN
CONSTRUCTION
長野県小県郡長和町長久保 1754-6
HP: www.tatsuken-home.co.jp E-mail: info@tatsuken-home.co.jp 電話 68-6680まで

農産物直売施設の（冬期）営業時間短縮・ 定休日及び年末年始の休業日等について

町が管理する農産物直売施設の営業時間短縮については下記のとおりです。

詳細なお問い合わせについては、各施設に直接ご連絡をお願いします。



◆道の駅マルメロの駅ながと マルシェ黒耀 ☎ 75・8735

①営業時間短縮（冬期）

○道の駅大型農畜産物直売施設

- ・12月～3月末まで 9時30分～17時閉店
無休 ※年末年始除く

②年末年始

○道の駅大型農畜産物直売施設

- 12月29日（月）～1月4日（日）まで休業
※1月5日（月）11時から営業開始
※1月6日（火）から通常営業
(9時30分～17時閉店)

○黒耀キッチン（食堂）

- ・12月～3月末まで
10時～16時30分（カフェタイム）
11時～15時（ランチタイム）

○黒耀キッチン

- 12月29日（月）～1月4日（日）まで休業
※1月5日（月）11時から営業開始

◆道の駅和田宿ステーション ☎ 88・0008

○特産物直売所

①営業時間短縮（冬期）

- ・11月～3月末まで
8時30分～16時30分閉店
- ・12月～7月第2月曜日まで
毎週月曜日休業（月曜日が祝日の場合は翌日休業）



②年末年始

- 12月28日（日）12時～1月5日（月）まで休業
※1月6日（火）から通常営業
(8時30分～16時30分閉店)

○食堂 ☎ 88・0010

- 原則無休
10時～18時閉店

総合建設業 不動産業 建築設計事務所

土地探しから建築まで ○建築 不動産 無料相談開設中

不動産情報 ○住宅地 長和町古町地区

①439 m² (農地転用必要)

②401 m² (/ /)

③723 m² (/ /)

④743 m² (宅地)

上田市武石沖地区 ①499 m² (雑種地)

不動産情報 ○中古住宅（有）

株式会社 モリケン 小県郡長和町410-1 TEL 0268-68-2225(代) FAX 0268-68-2196

地震に強い家

M-ONE HOME
エムワン・ホーム

モリケン

1

1月

January

 处理場持込日
 生ごみ
 ビン・カン・危険ごみ等
 可燃ごみ
プラスチック類 ペットボトル 発泡スチロール類等
新聞・古布 ダンボール等
 美化センター展示物販売日
長和町一般廃棄物 処理場について
● 開場日 毎週火・土・日曜日
● 開場時間 午前 8 時 30 分 ～ 午後 4 時
● 処理場連絡先 ☎ 68-4120
※ 注意事項 入場時には、「一般廃棄物処理場利用券」を必ず職員に提示してください。
問 住民生活課 環境温暖化対策係 ☎ 75-2081 (係直通)

日	月	火	水	木	金	土
28 安田組 水道	29 金井組 水道 保健センター開放日	30 信越工業 水道	31 S T K 興業 水道	1 清水設備 水道	2 長門興業 水道	3 山常 水道
				年末年始 (12/30～1/3) のごみの収集・処分場は休業となります	新年の挨拶	(再) 第 51 回上小小学校管楽器 交歓演奏会 午前 UCV 提供
4 小山産業 水道	5 芳沢住宅設備 水道 保健センター開放日	6 羽田組 水道	7 安田組 水道	8 金井組 水道	9 信越工業 水道	10 S T K 興業 水道
(再) 第 51 回上小小学校管楽器 交歓演奏会 午後 UCV 提供	(再) 令和 7 年度 長和町総合文化祭芸能発表会①	(再) 令和 7 年度 長和町総合文化祭芸能発表会②				(再) 依田窪南部中学校 第 53 回紫苑祭①
11 清水設備 水道	12 長門興業 水道	13 山常 水道 子育て相談	14 小山産業 水道	15 芳沢住宅設備 水道	16 羽田組 水道 乳児健診・股関節検診	17 安田組 水道
(再) 依田窪南部中学校 第 53 回紫苑祭②			令和 8 年おたや祭り①	令和 8 年おたや祭り②		ながと保育園お店屋さんごっこ
18 金井組 水道	19 信越工業 水道 保健センター開放日	20 税 S T K 興業 水道	21 清水設備 水道	22 長門興業 水道	23 山常 水道	24 小山産業 水道
	和田保育園発表会	(再) ながと・和田保育園やきいも会	(再) 長門小学校 5 年生 餅つき・お米販売	(再) 令和 7 年度 和田保育園・ ながと保育園クリスマス会		和田小学校 5 年生お米販売・ 餅つき収穫祭
25 芳沢住宅設備 水道	26 羽田組 水道 保健センター開放日	27 安田組 水道	28 金井組 水道	29 信越工業 水道	30 S T K 興業 水道	31 清水設備 水道
令和 8 年長和町二十歳を祝う式	2011 年度 (平成 23 年度) 和田保育園卒園式	2011 年度 (平成 23 年度) 大門保育園卒園式	2011 年度 (平成 23 年度) ながと保育園卒園式	2017 年度 (平成 29 年度) 和田小学校卒業式	2017 年度 (平成 29 年度) 長門小学校卒業式	2020 年度 (令和 2 年度) 依田窪南部 中学校卒業式・まちのわいだい
1 長門興業 水道	2 税 山常 水道 保健センター開放日	3 小山産業 水道	4 芳沢住宅設備 水道	5 羽田組 水道	6 安田組 水道 幼児健康相談	7 金井組 水道
令和 8 年長和町消防団出初式	まちのわいだい					(再) ながと保育園お店屋さんごっこ

 **水道緊急当番店** 産業建設課 上下水道係
☎ 75-2090 (係直通)

工事店名	電話番号
(有) 信越工業	68-2666
(株) S T K 興業	68-4354
(有) 清水設備	68-3050
(有) 長門興業	68-2517
(株) 山常	090-1423-0246
(株) 小山産業	88-2045
芳沢住宅設備	88-2033
(株) 羽田組	88-2012 (夜間) 090-2474-2254
(株) 安田組	68-2070 (夜間・土日) 090-9664-4951
(株) 金井組	68-2137

母子保健ガイド		保健福祉課 健康づくり係		
事業名	対象	場所	時間	内容
両親学級	妊婦とその夫	保健福祉 総合センター	9:30～	出産・子育ての準備
育児学級 (前期)	3～5ヶ月児		9:30～	離乳食講習会
育児学級 (中期)	7～8ヶ月児		9:30～	離乳食講習会
乳児健診	4・7・10ヶ月児		13:00～	子どもの成長発達を確認
幼児健康相談	1.0～1.3歳児		9:30～	お誕生健診
1.6歳児健診	1.6～1.8歳児		13:00～	子どもの成長発達を確認
3歳児健診	3.0～3.2歳児		12:30～	子どもの成長発達を確認
2歳児歯科健診	2.0～2.2, 2.6～2.8歳児		9:30～	むし歯予防健診
保健センター開放日	妊婦・乳幼児		9:30～11:30	身長・体重測定・育児相談等
子育て相談	未就園児・在園児		9:00～16:00	ことばの相談・発達についての相談(予約制)

ゆいねっと番組表	
特集ながわ	8:30～、12:30～ 17:00～、21:00～
町のわいだい	8:30～、10:00～ 12:30～、17:00～ 19:00～、21:00～
生中継 その他の	適宜お知らせします
※ 都合により番組の内容を変更 することがあります。	

問 長和町情報館 ☎ 68-2000

税 今月の納税など	
2月 2 日 (月)	
国民健康保険税	7 期分
保育料	1 月分
テレビ施設使用料	12・1 月分
町営住宅家賃	1 月分
入所負担金	12 月分
配食サービス等利用料	12 月分
水道使用料	11 月・12 月分
1月 26 日 (月)	
介護保険料	10 期分
後期高齢者医療保険料	7 期分

▼口座振替不能分の再振替▼
1月 20 日 (火)
町県民税 4 期分
国民健康保険税 6 期分
保育料 12 月分
町営住宅家賃 12 月分
入所負担金 11 月分
配食サービス等利用料 11 月分
※期限内納税にご協力ください。口座振替の方は前日までに預金残高をご確認ください。また、町税などについて納め忘れのある方は、至急お納めください。

長和町人事行政の運営等の状況 (概要版)

長和町の人事行政の運営等について、「長和町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数・給与・研修・福利厚生などの状況について公表します。

1. 職員の任免および職員数に関する状況

(1) 職員の採用および退職の状況 (R5.4.2 ~ R6.4.1)

退職者数	採用者数(再任用含む)	増減
5人	3人	▲2人

(2) 部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

部 門	職 員 数 (人)			
	5年度	6年度	増減	
普通会計	議 会	2	2	0
	総 務	27	25	▲2
	税 務	4	4	0
	民 生	26	28	2
	衛 生	11	7	▲4
	農林水産	5	6	1
	商 工	1	2	1
	土 木	3	3	0
	小 計	79	77	▲2
	教 育	7	7	0
小 計		86	84	▲2
水 道				0
下 水 道				0
そ の 他				0
小 計		7	7	0
総 計		93	91	▲2

※ 定員管理調査において報告した部門別職員数

2. 職員の給与の状況

(1) 人件費の状況 (令和6年度 普通会計決算)

住民基本台帳人口(R7年1月1日現在)	歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)	(参考) 2年度の ^{人件費率}
人 5,514	千円 6,107,981	千円 950,873	% 15.57	% 15.93

※ 人件費には、特別職に支給される給料、報酬等も含まれます。

(2) 職員給与の状況 (令和6年度 普通会計決算)

職員数(A)	給 与 費			一人当たりの給与費(B/A)	
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
人 84	千円 330,595	千円 47,871	千円 134,923	千円 513,389	千円 6,112

※ 職員手当には、退職手当は含みません。

※ 職員数は、令和6年度4月1日現在の人数です。

(3) 職員の平均給与額および平均年齢 (令和6年4月現在)

区 分	一般 行 政 職		
	平均給料月額(円)	平均給与月額(円)	平均年齢(歳)
長 和 町	324,800	390,100	43.1
長 野 県	327,900	395,182	45.0

※「平均給料月額」とは、職員の基本給の平均です。

※「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、超過勤務手当などの諸手当の額を合計したものです。

※再任用職員は含めません。

(4) ラスパイレス指数の状況

	令和5年	令和6年
長 和 町	97.6	97.5
長 野 県	100.2	100.0
県内平均	97.5	97.5

※ ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の地方公務員の給与水準を示す指数

(5) 職員の初任給の状況

区 分	一般行政職	令和5 年 度	令和6 年 度
		長 和 町	長 野 県
高 校 卒	長 和 町	157,900円	170,200円
	長 野 県	174,600円	174,600円
大 学 卒	長 和 町	189,200円	200,400円
	長 野 県	206,800円	206,800円

(6) 職員の手当の状況

①期末・勤勉手当 (令和6年度)

	長 和 町		長 野 県	
	期 末 手 当	勤 勉 手 当	期 末 手 当	勤 勉 手 当
6 月 期	1.20 月 分	1.00 月 分	1.20 月 分	1.00 月 分
12 月 期	1.30 月 分	1.10 月 分	1.30 月 分	1.10 月 分
計	2.50 月 分	2.10 月 分	2.50 月 分	2.10 月 分
加算措置	有		有	

②退職手当 (令和6年度)

	長 和 町	長 野 県
支給率	自己都合	勤 緯・定 年
勤 緯 20 年	19,6695 月 分	24,586875 月 分
勤 緯 25 年	28,0395 月 分	33,27075 月 分
勤 緯 35 年	39,7575 月 分	47,709 月 分
最高限度額	47,709 月 分	47,709 月 分
退職時特別昇給	無	無

③時間外勤務手当 (令和6年度 普通会計決算)

支 給 総 額	18,682 千円
職 員 一 人あたり 支 給 年 額	222 千円

④特殊勤務手当 (令和6年度)

防疫等作業手当・用地交渉手当、支給実績なし。

(7) 職員の経験年数別・学歴別平均給料額の状況 (令和6年4月現在 普通会計一般行政職員)

区 分	経 験 年 数					
	7 年 以 上 10 年 未 満	10 年 以 上 15 年 未 満	15 年 以 上 20 年 未 満	20 年 以 上 25 年 未 満	25 年 以 上 30 年 未 満	30 年 以 上 35 年 未 満
一般行政職	261,300	261,300	298,300	—	375,000	413,800
一般行政職	212,500	234,800	—	347,400	367,200	412,100

(8) 級別職員数の状況 (令和6年4月現在)

職 务 の 級	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	計
職務の名称	主事	主任	主査	係長	課		

※お願い

- ①申告相談会場は大変混み合い長時間お待ちいただくようになる可能性があります。時間に余裕をもってご来場ください。
- ②申告当日、体調の悪い方、熱のある方（37.5°C以上）は無理をせず来場を控えていただくようお願いします。
- ③昨年、町の会場にて営業所得、不動産所得、農業所得を申告した方には集計用紙を事前にお送りしております。申告相談を円滑に進めるため、事業所得者の方は、1月30日（金）までに役場へ提出していただくか、申告当日までに経費等の仕分け・集計をしていただき、申告相談会場にお出かけください。また医療費につきましては、個人ごとにかかった病院、薬局別等に領収書の仕分けと集計を済ませて申告当日に会場までご持参ください。仕分け・集計をしていない場合、ご自分で集計していただいてから、申告相談をお受けすることになりますのでご了承ください。

申告書、収支内訳書、医療費控除などの用紙が必要な方は、国税庁のホームページから様式をダウンロードしてください。（1月19日（月）以降は役場にも用意してあります。）



*青色申告者の申告を長和町商工会で受け付けています

青色申告（事業所得者）の方の申告受付を、長和町商工会で行っています。
なお、申告受付は青色申告会員の方となりますので、未加入の方はご加入のうえ受付申込をお願いいたします。
また、規定により指導手数料を頂いておりますのでご了承ください。
(事前予約制：長和町商工会事務局 ☎ 68-2651 までお電話ください)



青色申告制度は、税金面での有利な特典（青色申告特別控除、純損失の繰越し・繰戻し等）があります。インボイス制度や会計ソフトの導入などのご相談も受け付けています。
お気軽にお問い合わせください。（長和町青色申告会 ☎ 68-2651）

【上田税務署での確定申告】

- 会場 上田税務署 別館会議室
- 期間 令和8年2月16日（月）から3月16日（月）まで
(土、日及び祝日を除きます。)
- 時間 相談受付：午前8時30分から午後4時まで
相談開始：午前9時から



国税庁LINE
公式アカウント

○上記期間前は税務署内に確定申告会場はありません。

2月13日（金）以前に所得税・個人消費税・贈与税の申告相談を希望される場合

は、事前に相談日時等を予約いただく必要があります。予約のない場合には、相談はお受けできませんのでご注意ください。

※確定申告会場の入場には、入場整理券が必要です。

【事前】国税庁LINE公式アカウントから取得

【当日】税務署で取得（配付状況により相談受付を終了する場合がありますので、事前取得をお勧めします。）

※確定申告会場では、マイナンバーカード方式によるスマホ申告を基本とした相談体制としております。
マイナンバーカードと併せてパスワード（①署名用電子証明書用英数字6～16文字、②利用者証明用電子証明書用数字4桁）が分かるようにしてお越しください。

◇業務センター室への郵送等に関するお願い

申告書、申請書及び添付書類等を書面により提出する際は、業務センター宛に送付をお願いします。

〒385-8622 関東信越国税局業務センター佐久分室（送付先住所の記載は不要です。）

町民税・県民税、所得税の申告がはじまります

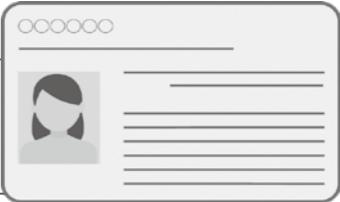
申告は適正な課税のための大切な手続きですので、忘れずに申告をしましょう。

■申告相談・受付期間

2月16日（月）～3月16日（月）（土・日・祝日を除く）

*収入がなくても申告は必要です

町県民税の申告は、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料算定などの基礎資料になります。申告がないと「所得がない」ことが把握できず、軽減対象から外れたり、所得証明書等の発行が出来ないことがあります。各種行政サービスも適切に受けられない場合がありますので必ず申告をお願いします。



*申告書への個人番号（マイナンバー）の記載と本人確認が必要です

申告書を提出する際には、申告者ご本人のほか、控除対象配偶者、扶養親族および事業専従者などのマイナンバーの記載が必要です。

なお、マイナンバーを記載した申告書を提出する際には、申告者ご本人の本人確認も行いますので本人確認書類の提示のご協力をお願いします。

※控除対象配偶者、扶養親族および事業専従者などの本人確認の書類は不要です。

【本人確認書類の例】

例1 マイナンバーカード

例2 通知カードまたは個人番号が記載された住民票と運転免許証などが必要です。

※「通知カード」は令和2年5月25日に廃止されていますが、通知カードに記載された氏名、住所などが住民票に記載されている内容と一致している場合に限り、引き続き番号確認書類として利用できます。

*利用者識別番号が必要になります

町の申告会場で申告をする場合は、国税庁の発行する利用者識別番号が必要になります。確定申告をする方で、まだ取得をしていない方は利用者識別番号の取得をしてから申告をしていただくようになります。

*国民健康保険税等の納付済額確認

確定申告で社会保険料控除の申告をする際に、国民健康保険税等の納付済額も控除対象となり、所得合計金額から差し引くことができます。控除対象となる税額を確認する国保等納付額証明書については、1月下旬に郵送しますのでご使用ください。

*次の方は上田税務署で確定申告をお願いします

- ①住宅借入金等特別控除（初年度の方のみ）や、雑損控除の申告のある方
- ②土地・建物・株式・暗号資産（仮想通貨）などの譲渡所得がある方
- ③株式配当所得・先物取引所得等がある方
- ④消費税課税事業者の方

詳しくは、下記QRコードからご確認ください。



マイナンバーカードを使った

スマホ 申告 講習会



スマホをお持ちの方ならどなたでも♪お気軽にご参加ください！



- △ ご自身のスマホ・マイナンバーカードを使用した所得税の確定申告書の作成方法等の講習を行います（30分程度）。
- △ 講習終了後は、ご持参いただいた源泉徴収票等の情報を基に、実際に確定申告書を作成し、送信（提出）を行います。
(上田税務署及び長和町職員がサポートします。)

● 開催日時等	開催場所	定員	お問合せ・予約受付
令和8年1月28日(水)	長和町役場 第一会議室 長和町古町42 47番地1	各回 15名 ※事前予約制	長和町役場 住民生活課 税務係 TEL 0268-75-2063 (直通) 【予約期間】 令和8年1月23日(金)まで 定員に達した場合は、早めに予約受付を終了します。
①午前の部 10時00分～12時00分			
②午後の部 13時30分～15時30分			

● 対象者

令和7年分の所得税の確定申告をする方で、収入が給与や年金の方

● 持ち物等

- ✓ マイナンバーカード読み取対応のスマートフォン
- ✓ マイナンバーカード及びパスワード(2種類:6文字以上及び4桁)…
- ✓ 申告に必要な書類(源泉徴収票、生命保険料等の支払証明書など)
※ 医療費控除を受ける方は、事前に明細書の作成をお願いします。
- ✓ (還付申告の場合)振込みを希望する預貯金口座がわかるもの
※ 申告者ご本人の氏名のみの口座



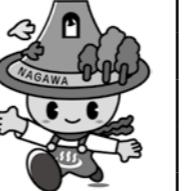
長和町・上田税務署

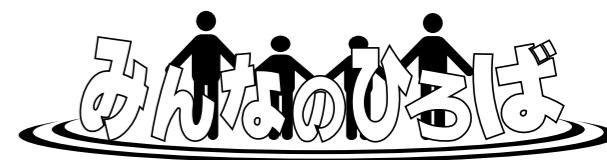
ー 町県民税・所得税の申告会場と日程 ー

問住民生活課 税務係 ☎ 75-2063

申告会場	月 日	曜 日	午前の部：8時30分～11時30分
			午後の部：1時30分～3時
長和町役場 1階 第一会議室 (受付・待合室 町民ホール) ※各支所および公民館での申告相談は行いませんのでご注意ください。	16日	月	(午前) 長久保3区、長久保4区 (午後) 長久保15区、長久保学者村
	17日	火	(午前) 長久保5区、長久保8区 (午後) 長久保1区、長久保2区、長久保10区
	18日	水	(午前) 長久保6区、長久保7区 (午後) 長久保9区、長久保11区、大沢・牧場
	19日	木	(午前) 長久保14区、長久保17区 (午後) 長久保12区、長久保13区、長久保16区
	20日	金	(午前) 落合、四泊町営住宅、岩井、ふれあいの郷 (午後) 宮ノ一、宮ノ二、宮ノ三
	24日	火	(午前) 小茂谷、鷹山第一、鷹山第二、美し松 (午後) 上ノ一、上ノ二、上ノ七
	25日	水	(午前) 上ノ四、上ノ五、上ノ六、入大門公営住宅 (午後) 四泊、窪一、窪二、りんどうの郷
	26日	木	(午前) 姫木第一、姫木第二、白樺、新屋 (午後) 大出、旭ヶ丘
	27日	金	(午前) 久保、唐沢 (午後) 青原、野々入
	2日	月	(午前) 仮宿 (午後) 原
3月	3日	火	(午前) 下町、上町 (午後) 中組、細尾、経塚
	4日	水	(午前) 新田、中町、男女倉 (午後) 鍛治足
	5日	木	(午前) 橋場 (午後) 上組
	6日	金	(午前) 上落合、下落合、田中、窪 (午後) 堂前、沖、山根
	9日	月	(午前) 上立岩、上立岩町営住宅、古町公営住宅、滝ノ沢 (午後) 有坂、一本木町営住宅
	10日	火	(午前) 藤見町、五反田 (午後) 桜町、道上
	11日	水	(午前) 中立岩、上宿 (午後) 古町学者村、上中町
	12日	木	(午前) 北古屋、上町第一、上町第二 (午後) 中町第一、中町第二、下町第一、下町第二
	13日	金	(午前) 長久保地区 (午後) 大門地区
	16日	月	(午前) 和田地区 (午後) 古町地区

特に朝一番と午後一番
は大変混み合います。
時間に余裕をもってお
出かけください。





川柳

亡き孫の供養の経や冬となり
冬晴れに遠くをながめいただきを
侘びしさや見上げる夜空コールド

俳句

ガソリンが安くなつても火の車
白黒に産れたか つた里の熊
除夜の鐘無事ゴールやと手を合わせ
あら波を恐れず進めてつかい夢
チヤチヤンサア出航だ錨上げ

短歌 ながわ歌壇

ながわ歌壇

働きど働きど暮し樂にならず八十路になりて足るを知るとは
あと三月地元のいやしにぎわいが消えるさびしき湯屋のやすらぎ
初春に良きことあれと祈りつつ新政権に期待大きく
長野県ゴジラの心臓長和町地図見て想像上田市は肺
暮れなずむ空いつしかに澄み渡りひかり明るし上弦の月
夜の街にイルミネーション煌めきて人の心に夢もたらしぬ
紅葉の山々ながめすばらしく空も明るくりっぱな自然
秋空に鳥がどんぐり山の上元氣な鳥は無中でとぶ

我がこと・
也感支乞合、
講座

也感支之合、講座

長和町 社会福祉協議会 だより

長和町社会福祉協議会 88-3069
支え合いサポート事業 88-3810

期日 1月21日（水）
時間 午前9時から12時
場所 長和町役場
※弁護士も相談に応じます
(午前10時から正午)

期日	1月18日(日)
時間	午前9時から11時30分
場所	長門老人福祉センター

「育て応援
ありがとうございます市『』ども服・子供
用品あげる、もうう』を開設中
時間 月曜日から金曜日
9時から16時
(祝祭日は除く)
場所 和田コミュニティセンター
どなたでもお気軽にお出かけ下
さい。



【寄附御礼】

長野県理容生活衛生同業組合

長野県理容生活衛生同業組合 上小支部様
社会福祉協議会の事業に使つて
くださいと寄付金とタオルをいた
だきました。有効に活用させてい
ただきます。

ありがとうございました。

『なつちゃん便』の ボランティア募集！

なつちゃん便とは、交通手段を持たない方への外出支援サービスのことです。高齢化が進む中、町でも不便を感じている方がたくさん増えて います。病院や買い物など、地域で 送迎をしてくださるボランティアさ んを募集しています。

ボランティアさんには、社会福祉 協議会が『福祉サービス総合補償』 に加入します。まずは、社会福祉協 議会生活支援室（☎88・3810） までお電話ください。



上小ブロックボランティア
フォーラムに参加

11月29日（土）に上田市丸子文化会館で、上小ブロックボランティアフォーラムが開催されました。「世代を越えて広げようボランティアの輪」ボランティアはいつでも誰でもできる」をテーマに、106名の参加者がありました。第一部では、株式会社ジエイハート池田氏の講演「ボランティアと合理的配慮」。

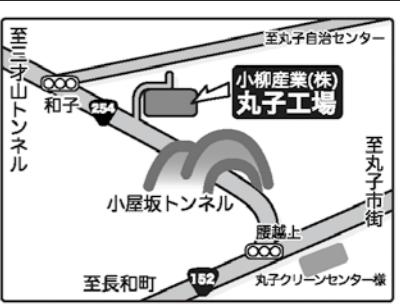
第二部は、長野大学お花し支援プロジェクト、上田千曲高校生活福祉科高齢分野グループ、丸子珈琲俱乐部からの事例発表。第三部は、グループディスカッション。「普段活動している中で、配慮が必要と考えられる方に、どのような配慮ができるか」とのお題を、11グループに分かれて各々のアイデアを出し合いました。

今回のフォーラムを通して、「ボラ

竜野	竜野	慈眼院	慈眼院
竜野	竜野	弘道	弘道
丸山	丸山	齋藤	齋藤
丸山	丸山	雅宏	雅宏
純子	純子	櫻井	櫻井
純子	純子	康玖	康玖
桂子	桂子	桂子	桂子

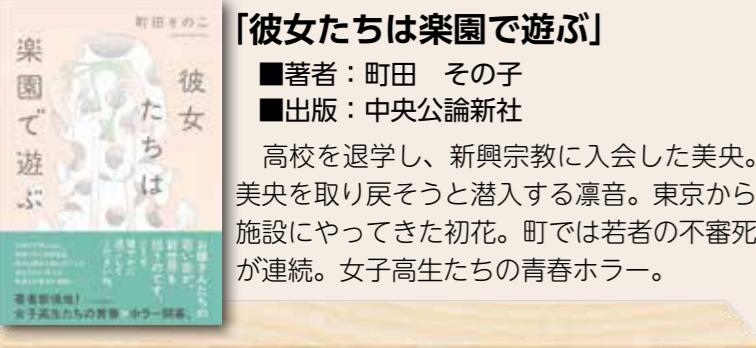


- 広報ながわの俳句・川柳・短歌の投稿締切は、**毎月15日**です。
(15日が閉庁日の場合、翌開庁日が提出期限日)
翌月号に掲載します。一人二首まで、未発表のものを提出してください。
提出先は、長和町役場 総務課情報管理係（長和町古町4247番地1、☎75・2043、FAX68・4139）までご投稿ください。
また投稿の際には、必ず**氏名・住所・電話番号の明記**をお願いいたします。
なお、投稿いただいた俳句・短歌・川柳は原文のまま掲載していますのでご承知おきください。





今月のこの本どう？



●休館日カレンダー 赤■は休館です

1月							
日	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

児童クラブ通信

「秋から冬へ」(和田児童クラブ)

あの暑かった夏は、どこへ行ってしまったのでしょうか。バケツのお米の地道な粉摺りがなかなか渉らず、古米になってしまいそうです。そうこうしているうちに、焼き芋の季節！そして雪が降り、冬。子どもたちも「さむい！さむい！」と帰ってきます。今年も、地域の方からモミの木をいただき Xmas ツリーが完成しました。メリークリスマス！！



焼き芋



完成した
Xmas ツリー

新着本紹介

著者

一次元の挿し木	松下 龍之介
爆弾	吳 勝浩
暁星	湊 かなえ
アフター ユー	一穂 ミチ
白露	今野 敏
為替のしくみ	吉田 恒
高血圧 動脈硬化	三瀬 直文
合憲自衛隊	小川 清史
世界の乗り物大図鑑	DK社／編
アニメコミック忍たま乱太郎	尼子 騎兵衛
つかめ！英語ダマン	シンテフン
おばけたちとあそぼう	フラビア・Z・ドラゴ
ようかいサンタクロース	ひろかわ さえこ
アイラブみー うまれたことがなんすごいの	たけむら たけし

▶図書館ホーム
ページはこち
から



▶エコールの蔵
書検索と予約は
こちから



お知らせ
令和8年1/8(木)までエコール図書館全館
はシステム更新のため休館です。ご迷惑を
おかけしますがよろしくお願ひします。今
年もエコールの図書館をよろしくお願ひい
たします。

ベビーマッサージ

ママのマッサージでママも赤ちゃんも
笑顔になり、気持ちよさそうでした



子育て支援センターだより

長和町子育て支援センター

☎ 71-0903



Instagram

音遊びのご案内

○日 時：令和8年1月30日(金)
10時30分～11時10分

○場 所：子育て支援センター

○内 容：リトミック・わらべ歌など

○講 師：今井ピアノ教室 今井裕子先生

○対象者：未就園のお子さんとその家族
(先着10組)

○申込み：1月23日(金)までに支援センター
に申し込みください。



キッズマッサージ

お歌に合わせてマッサージや
ふれあい遊びを
楽しみました！



1月の予定

月	火	水	木	金	土	日
	2月の土曜開館は7日の 9:30～12:00です。	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 休館日	
5 <u>お正月遊び</u>	6 理学療法士の日 10時～12時	7 ランチの日 保健師の日	8 	9	10 土曜開館 9時30分～12時	11 休館日
12 休館日	13	14 ランチの日 保健師の日	15 	16 	17 休館日	18 休館日
19 絵本の時間 11時～11時10分	20	21 お誕生日に 手形をおそう ランチの日 保健師の日	22	23 	24 休館日	25 休館日
26 絵本の時間 11時～11時10分	27	28 ランチの日 保健師の日	29	30 音遊び教室 10時30分～11時10分 予約してね	31 休館日	

お役立ち情報

毎月、産後ママ・子育てママ向けに身体に関するお役立ち情報をお届けします。是非チェックしてみてください！



Amulette

長和町子育て支援センター 利用時間

月・火・木・金曜日 9時30分～12時、13時30分～16時
水曜 ランチの日 9時30分～16時
(ランチタイム 11時30分～13時)
保健師の日 9時30分～12時
◎保健師不在の場合館内掲示にてお知らせ
第一土曜日 9時30分～12時

※イベントが変更または中止
になることもあります。情報
は館内に掲示するほかインス
タグラム等で随時お知らせし
ていきます。

信州・長和町地域おこし協力隊 吉道を知り今そして未来へ



かわぐち かずや
川口 和也 隊員

新 年、明けましておめでとうございます。地域おこし協力隊温泉担当の川口です。寒さが一段と増し、温泉が心地よい時季になってきました。協力隊としての活動も1年を終え、いよいよ2年目に突入となりました。1年を振り返ると、長和町での暮らしに慣れること、地域おこし活動の基盤をつくることに努めた1年でした。少しだけ長和町の冬の寒さにも慣れたかな…笑。町内での暮らしでは、ご近所さんが野菜を分けてくださったり、地区の方から「頑張りよーか?」と応援の言葉をかけてくださったりと、とても良くしてもらっています。いつも温かく受け入れてくださり、ありがとうございます。引き続き、地域おこし活動への応援よろしくお願いします。

さて、今回の記事では温泉担当隊員としての活動内容と取り組みをご報告させて頂きます。私は、株式会社長和町振興公社に所属し、町内にある「やすらぎの湯」「ふれあいの湯」で普段は活動を行っています。では、私のミッションと活動内容、取り組みをご紹介させて頂きます。

【私のミッション】

- ・長和町の観光力向上を核とした温泉を通じた誘客活動
- ・魅力ある温泉づくり



↑県外の運営事業者さんと意見交換
先進事例の視察と温浴施設を中心とした「地域づくり」について意見交換する。



↑議会、役場との三者懇談会で調査報告
議会、役場との懇談会において調査結果を報告する。

「魅力ある温泉づくり」に関する施策提言

長和町振興公社や長和町役場へ調査、研究結果を基にした経営戦略、事業戦略を起案化し施策提言や助言を行っています。

2年目は、1年目の活動基盤を基に「魅力ある温泉づくり」に向けて町内で様々なアクションを起こしていきたいと思います。引き続き、地域おこし活動への応援よろしくお願いします！

高齢期の食事 Part 1

フレイル・低栄養を予防しよう！

フレイルとは、健康な状態と要介護状態の中間の状態をさします。早くフレイルに気づいて改善を図り、健康な状態にもどることで、要介護状態を防ぐことができます。

また、加齢に伴い食が細くなると、栄養素の摂取不足が続き、低栄養になります。

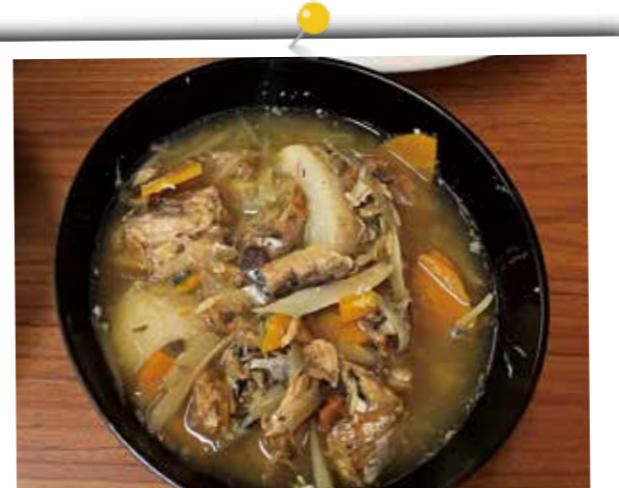
それによって筋力の低下だけでなく、免疫機能の低下、認知機能の低下にもつながります。

低栄養はフレイルの一番の要因ともいわれています。



◆食事のポイント

- ①3食しっかり食べる
- ②主食・主菜・副菜をそろえた食事をとる
- ★特に主菜のたんぱく質食品（肉・魚・卵・大豆製品）を積極的にとりましょう！（1食につき、手のひら1つ分のたんぱく質食品を摂取）
- さらに、間食や食事に牛乳・乳製品をプラスするのがおすすめ！
- ③いろいろな食品を食べる
- 多様な食品を組み合わせて食べることで、必要な栄養素を摂取することができます。



サバ缶汁（サバ味噌煮缶使用）

〈作り方〉

- ①里芋は皮をむいて1cmの厚さの輪切りにし、塩（分量外）適量をもみこみ、流水で洗い流してぬめりをとる。だいこんとにんじんは皮をむき、いちょう切りにする。ごぼうはささがきにして10分程度水にさらす。
- ②鍋に水、和風顆粒だし、野菜を入れて煮る。
- ③ある程度野菜が煮えてきたら、サバ缶を汁ごと入れてさらに煮る。
- ④野菜がやわらかくなったら味噌を加えて味を調整する。お好みで七味唐辛子を振りかけて完成。

みそは味付けを確認しながら、足していくください。

サバはEPAやDHAなどの「n-3多価不飽和脂肪酸」が豊富です。煮汁にも溶け出しているので、丸ごとの使用がおすすめ。

（1人分あたり：98kcal、たんぱく質6.2g、脂質4.4g、炭水化物9.0g、食塩相当量0.9g）



姫木平クリスマスツリー点灯式ライブ — 町の新名所が照らすステージで —

11月21日（金）、姫木湖上の特設ステージにおいて中溝ひろみさんと尾崎琢也さんを迎えて、クリスマスツリー点灯ライブが開催されました。素敵な歌声とピアノの音色が湖面に響き渡る中、点灯直前には来場者全員でカウントダウンを行い、合図とともに高さ25mほどのクリスマスツリーが一斉に輝きを放ちました。ツリーには25,000個超の電球が施され、雪の白と被らないシャンパンゴールドが冬の景色に幻想的な彩りを添えています。

点灯期間は令和8年3月31日まで、点灯時間は16時30分から21時頃までとなっています。



信州プロレスリング in 長和町 開催 — 熱気と笑顔で町が一つに —

11月16日（日）、長門町民体育館において「長野元気復活総力祭 in 長和町」として信州プロレスリングが開催されました。リング上では、選手たちが迫力ある技と息の合ったパフォーマンスを披露し、観客席からは歓声と拍手が響き渡りました。さらに、スペシャルゲストとして長州小力さんが登場すると、会場の盛り上がりは最高潮に達し、子どもから大人まで笑顔で声援を送りました。また、当日は「長和町そばを盛り上げる会」の協力により、振る舞いそばも提供され、地元の味を楽しみながらイベントを満喫する参加者の姿が多く見られました。



依田窪南部中学校創立70周年記念行事 — 郷土を学び・語り・つなげる70周年 —

11月6日（木）、依田窪南部中学校で創立70周年記念行事が開催されました。式典では、生徒による発表が行われ、「地域を知る・学ぶ・発信する」をテーマに、地域の歴史や文化、人の魅力、課題などについて、調査・体験を通して学んできた成果を発表しました。また、記念講演では、新潟お笑い集団NAMARA所属のお笑い芸人ジャックポットさんを招き、「お笑いから学んだ生きる力～つまらないことを面白く、面白いことをもっと面白く～」と題し、ユーモアを交えながら、前向きに生きるヒントを語っていただきました。



長和町総合文化祭が開催されました — 芸術文化で町を活性化 —

11月1日（土）～2日（日）、長門町民体育館において、『長和町総合文化祭』が開催されました。

作品展には幅広い年齢の皆さんから、写真や絵画などの芸術作品が多数出展されました。1日（土）には、同体育館ステージで「芸能発表会」が行われ、9組の出演団体が歌や踊り、太鼓の演奏など、日頃の練習の成果を存分に披露されていました。



立科町・長和町消防団相互応援活動10周年記念 — 共に備え、共に守る —

11月22日（土）、立科町老人福祉センターにおいて、立科町・長和町隣接地域消防団相互応援活動10周年記念式典が開催されました。本式典は、両町の隣接地域で林野火災などが発生した際に、分団が共同で消火活動を行うことを目的として締結された「相互応援協定」に基づき開催されたものです。協定締結から10回目の節目を迎える今年は、「相互応援活動会議」として式典を開催し、両町の関係者や歴代の消防団長を来賓として招きました。式典では、両町のラッパ隊がラッパの吹奏を行い、その後の会議及び懇親会では、協定内容の再確認や相互の団員が交流を深めました。



JA信州うえだ・町によるトップセールス実施 — 歯ごたえシャキシャキ「長和のえのきたけ」 —

11月22日（土）、大阪南部合同青果において、長和町産えのきたけの販売促進と町の知名度向上を目的に、トップセールスを実施しました。

当日は、眞島代表理事組合長と羽田町長が市場関係者の皆さんに対し、えのきたけの優れた品質や長和町の魅力についてPRしました。長和町産えのきたけは、傘が大きく柄も太いことに加え、しっかりとした歯ごたえが特徴です。買参人の皆さんからは「品質が高い」との評価をいただき、試供品の配布も大変好評でした。

町では今後も、関係各所と連携しながら、農作物の消費拡大に向けた取り組みを進めてまいります。



認知症高齢者等行方不明者捜索訓練 — 安心して暮らせる地域を目指して —

11月13日（木）、認知症高齢者等行方不明者捜索訓練が古町寺上地区を対象に行われました。『長和町夫』さんが行方不明になったという想定で、町夫さんの服装や持ち物などの情報が有線放送と防災無線で流れ、その情報をもとに捜索していただきました。訓練終了後には、古町コミュニティセンターで、『できることもよりワークショップ』が開催され、困りごとのあるお年寄りの事例を用いて、支え合いの地域づくりについて、考えました。



第22回ふれあい館祭りが開催 — 差別のない明るい町づくり —

11月8日（土）、長門ふれあい館において、第22回ふれあい館祭りが開催されました。

当日は、安達 永眞さんから「解放子ども会活動にかかわって」と題して、近年の人権問題についてやご自身の教諭人生の中で実際に経験した“子どもたちから学んだ人権問題”についてお話していただき、人権について改めて考えるきっかけになりました。その他にも山の子学園共同村による創作交流、長門不動太鼓による太鼓の演奏等の様々な催しが行われ、地域のつながりを深めた1日となりました。

おたや祭り2026 デジタルスタンプラリー 山車巡りスタンプラリー

同時開催 文字あつめウォーク

開催応募期間

2026年 1月14日(水) 15:00～21:00
1月15日(木) 10:00～14:00

おたや祭り会場 (長和町古町エリア)

『スタンプ』や『文字』を集めて、長和町の特産品を当てよう!!

A賞 1名 黒耀米 10kg

B賞 3名 長門牧場 MowMow セット

C賞 8名 竹内農産 MogMog セット

D賞 30名 長和町グッズ詰め合わせ

※画像はイメージです

参加方法

【デジタルスタンプラリー】

- スマートフォンの位置情報をオンにする
- 「SpotTour」内で、ツアーコード「49817」もしくは「長和町おたや」で検索
- 「参加する」ボタンをタップ
- 「山車」の場に行くと自動でスタンプが押されます
- 全5か所の場のスタンプを集めると応募できるようになります
- 「コース」→「特典」→「特典を見る」→Google フォームに必要事項を記入し「送信」をタップ! 応募完了!!

【文字あつめスタンプラリー】

- 各場に掲示している文字を応募用紙に記入
- その他、必要事項を記入し、第一場に設置された「応募箱」に入れる! 応募完了!!

今後のおたや祭りではフォトコンなどの新たな仕掛けを検討しています



App Store



Google Play

参加費は無料!
抽選で豪華長和町特産品をプレゼント!
※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。



長和町消防団 秋季訓練が開催
— 救命対応能力の向上 —

11月30日(日)、消防団員の救急救命及び応急処置向上等を目的とした消防団秋季訓練が、長門町民センターで実施されました。

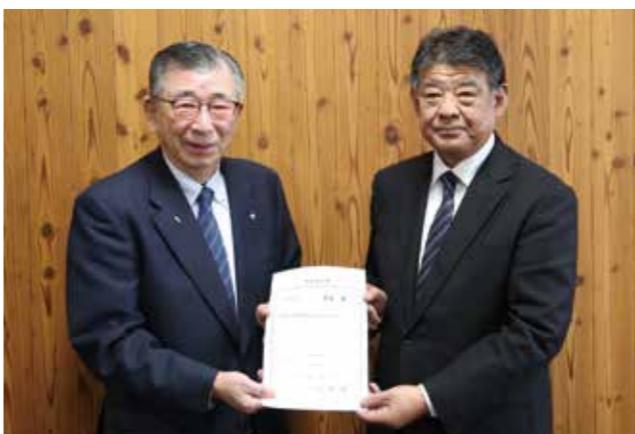
依田窪南部消防署の職員の方々を講師としてお招きし、団員の皆さんへの応急処置及び救急救命要領をご指導して頂きました。また、炊き出し訓練として災害時を想定し、大人用のカレーを調理しました。



上田市・長和町消防団合同訓練の実施
— 連携の力で守る 地域の安全 —

11月30日(日)、長久保地籍の田園地帯周辺において、上田市消防団第8方面隊(武石地区)・長和町消防団第1・2・3分団、依田窪南部消防署が合同で訓練を実施しました。今回の訓練では、近年増加傾向にある林野火災を想定し、長和町消防団と上田市消防団が合同で消火活動に当たるという想定のもと訓練を行いました。

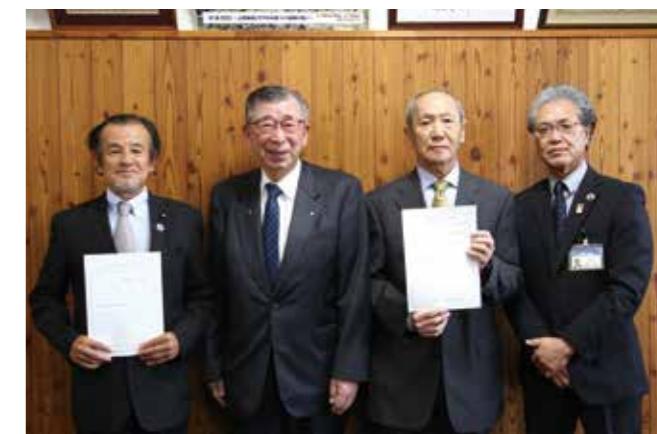
実際の現場に即し、急きょ配な場所において中継送水を行い、消火活動を行うことで非常に有意義な訓練となりました。近隣の方々及び関係各位の皆様、訓練へのご協力ありがとうございました。



新たな教育委員に齋藤 敏さんを選任
— 教育行政のさらなる充実に向けて —

町では、任期満了に伴う教育委員の任命につきまして、町議会の同意を得て、齋藤敏さんを任命しました。

齋藤さんは、昭和62年4月から長野県の義務教育教員となり、以来38年間教鞭をとられ、上田市立第二中学校で教頭をはじめとし、同市立第三中学校等の校長を歴任された経験から幅広い知見をお持ちで、教育施策を推進していくうえで、的確な意見が期待されます。委員の任期は令和7年12月3日から令和11年12月2日までの4年間です。また、町教育委員会は12月に臨時教育委員会を開催し、教育長職務代理者に小林節子さんを任命しました。任期は1年間です。



新監査委員が選任されました
— 財政運営の適正確保を担う新体制 —

12月2日(火)、町長室において、長和町監査委員選任発令式が執り行われました。監査委員は、住民に代わって自治体の税金が無駄なく使われているかを確認し、行政の透明性と健全性を保つ重要な役割を担っています。

新しく監査委員に選任された方は下記のとおりです。

- 代表監査委員 丸山 輝人氏(古町中立岩区)
- 任期 令和7年12月2日から令和11年12月1日
- 議会選出監査委員 龍野 一幸氏(古町上宿区)
- 任期 令和7年12月1日から令和11年11月30日



おたや祭りの「交通規制」についてお知らせいたします

おたや祭り実行委員会 ☎ 75-2087

◆規制時間

14日 午後3時～午後10時30分

15日 午前10時～午後2時

□臨時駐車場は「古町グラウンド」「長和町役場駐車場」「いこいの丘公園駐車場」「依田窪病院東駐車場(14日 17:00～22:30のみ)」

□混雑が予想されますので、JRバスなどの公共交通機関をご利用ください。また自転車での送迎につきましては「古町ほ場」側農道をご利用ください。JRバス及びデマンドバスの乗降所は大内橋北側の「長窪古町」バス停をご利用ください。会場内でデマンドバスを乗降することはできません。

一般車両進入禁止区域

一般車両進入禁止

歩行者専用

一方通行



～おたや祭り実行委員会からお願い～

○おたや祭り開催期間中のJRバス及び、デマンドバスの運行について、

14日(水)9時～15日(木)16時までの間は、全便迂回路での運行となります。

○当日は、「長和町役場南側駐車場」「古町グラウンド」「依田窪病院東側駐車場」「いこいの丘公園駐車場」を一般駐車場として、開放しています。

なお、「依田窪病院東側駐車場」につきましては、15日は依田窪病院の通常診療日のため、祭り用駐車場としてはご利用いただけませんので、ご注意ください。

○感染症による会場内での制限等は設けませんが、インフルエンザ等が流行している状況ですので、各自での感染症予防に御協力をお願いいたします。

長和町合併20周年！おたや祭りに花火をあげよう！

～「ふるさと納税」で応援をお願いします～

1/14(水)夜7時頃円通寺線付近 小雨決行 悪天中止

おたや祭を盛り上げたい！「山車」を多くの皆様に見てほしい！子供たちの門出を祝いたい！
たくさんの願いを込め、冬の夜空に花火を打ち上げます。

花火の開催にあたり、ご寄附いただける方を募集いたします。

「ガバメントクラウドファンディング」というふるさと納税の一種で、
町民の方もご寄附いただけます。手続きにより、税額控除も可能です。
ぜひ、町外のお知り合いの方へもPRしていただけますと幸いです。

問い合わせ先：長和町役場 ふるさと納税担当 ☎ 75-2093



ご寄附はこちらから！