

# ほたろ

広報 

No.249  
2026. 6

もり  
森林を守り、  
次の世代へ



photo : 大沢で伐採作業 (信州上小森林組合)

# 森林循環と木材利用



## 特集

# わたしたちの

# 暮らしと森林

### 長和町の森林状況

**長** 和町の総面積（183.86平方キロメートル）のうち、約**87%**を森林が占めており、町の大部分が山林に囲まれています。四方に広がる山々は、四季折々の景色をつくり、水を育み、土砂災害を防ぐなど、私たちの暮らしを支える大切な役割を担っています。森林は木材資源としてだけでなく、生きもののすみかや地域の景観を守る存在として、長和町の自然環境に欠かせないものです。

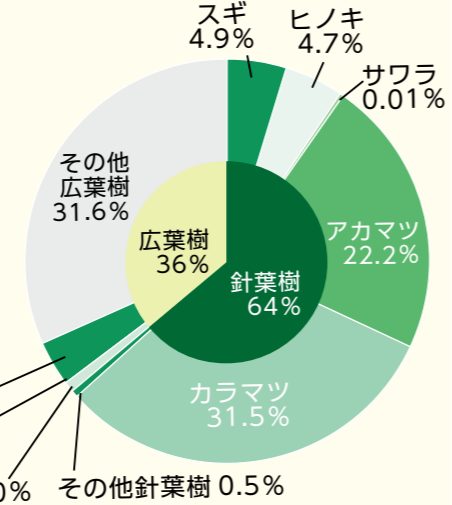
一方で、森林を取り巻く環境は大きく変化しています。町内の人工林の多くは戦後の木材需要の高まりを背景に整備されたと言われており、現在、利用期を迎えています。しかし、木材価格の低迷や林業従事者の減少などにより、伐採や植え替えが十分に進まない状況があります。森林の適切な管理

### 山林60年問題とは

戦後、日本では木材需要の高まりを背景に、全国各地でスギやヒノキなどの人工林が多く植えられました。これらの木々はおよそ50年から60年で伐採に適した時期を迎えたとされており、現在、そのうち**8割**の森が**林齢50年**を超えています。しかし近年は、外国産木材の流通拡大や木材価格の低迷、林業従事者の減少などにより、木を伐って使い、再び植えるという森林の循環が滞りつつあります。この状況が「**山林60年問題**」と呼ばれています。

本来、森林は植えて育て、伐採し、木材として利用した後に再び植えることで健全に循環します。しかし、利用期を迎えても伐採や再造林が進まなければ、森林の高齢化が進み、手入れが行き届かない山林が増えていきます。手入れ不足の森林は、土砂災害リスクの

増加や野生動物の生息環境の変化など、私たちの暮らしにも影響を及ぼすことがあります。山林60年問題は、林業だけの課題ではなく、地域の安全や自然環境にも関わる身近な問題となっています。



## 上田地域の森林資源構成

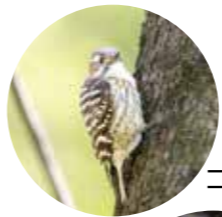
山林面積の内訳	
スギ	4.9%
ヒノキ	4.7%
サワラ	0.01%
アカマツ	22.2%
カラマツ	31.5%
その他針葉樹	0.5%
クヌギ	1.0%
ブナ	0.02%
ナラ	3.4%
その他広葉樹	31.6%

## 森林が持つ役割

森林は木材を生み出すだけでなく、水を蓄え、土砂災害を防ぎ、多くの生きものを育むなど、私たちの生活に直結したさまざまな役割を担っています。長和町のように町土の多くを森林が占める地域では、山の環境は生活と深く結びついています。今回は森林が持つ機能とその大切さについて考えてみましょう。

### 1 生物多様性の保全

森林は、約200種の鳥類、2万種の昆虫類をはじめとする野生動物の生息・生育の場となっています。このように、森林は、遺伝子や生物種、生態系を保全するという、根源的な機能を持っています。



コゲラ



キビタキ

### 2 地球の大气を守る

森林は光合成により二酸化炭素を吸収し、炭素を固定して、地球の温暖化防止に重要な役割を果たしています。日本の森林が、光合成によって吸収する二酸化炭素は年間約1億トンで、これは国の二酸化炭素排出量の8%、国内の全家用乗用車の排出する量の7割に相当します。



### 3 人に安らぎを与える

森林は、安らぎや癒しの効果をもつ空間であることが経験的に知られています。現状、科学的エビデンスの蓄積はまだ不十分ですが、最近、日本を中心として、生理的リラククス効果（森林歩行は副交感神経活動が高まり、リラククスある等）の解明が進みつつあります。



### 4 水を蓄え、綺麗に

森林の土壌が、降水を貯留し、河川へ流れ込む水の量を平準化して洪水を緩和するとともに、川の流量を安定させる機能を持っています。また、雨水が森林土壌を通過することにより、水質が浄化されます。

### 5 快適な環境をつくる

森林は蒸発散作用等により気候を緩和するとともに、防風や防音、樹木の樹冠による塵埃の吸着、いわゆるヒートアイランド現象の緩和などにより、快適な環境形成に寄与しています。

### 6 土砂崩れを防ぐ／豊かな土を保つ

森林の下層植生や落枝落葉が地表の浸食を抑制するとともに、森林の樹木が根を張り巡らすことによって土砂の崩壊を防いでいます。

### 7 文化を伝える

森林のランドスケープ（景観）は、行楽や芸術の対象として人々に感動を与えるほか、伝統文化伝承の基盤として日本人の自然観の形成に大きく関わっています。また、森林環境教育や体験学習の場としての役割を果たしています。



### 8 山の恵みを生み出す

森林は環境に優しい資材である木材の生産のほか、各種の抽出成分、きのこなどを提供しています。



## 町の取り組み

町では森林整備や保全活動のほか、森林への理解を深めるための普及啓発活動にも取り組んでいます。



長和町  
イメージキャラクター  
「なっちゃん」

### 1 松くい虫防除

松くい虫による被害を防ぐため、町では伐倒駆除などの防除対策を行っています。



### 2 植樹祭の開催

植樹を通じて森林の役割や大切さを学び、豊かな自然を次の世代へ引き継ぐ意識づくりにつなげています。



### 3 みどりの少年団

森林学習や自然体験活動を行っています。豊かな自然の中での体験を通じて、森林や環境への理解を深め、未来の森林を守る心を育てています。



## 暮らしのなかでできること

森林を守り、未来へつないでいくためには、地域に暮らす私たち一人ひとりの関わりも大切です。普段の生活の中でできることから、森林について考えてみませんか。

### ■ 地元の木を使う

地域産の木材を使うことは、森林資源の循環につながります。木を「伐って、使って、植える」という循環が続くことで、健全な森林を維持することができます。住宅や家具、身近な木製品などで地元の木に触れることも、森林を支えることにつながります。

### ■ 森を見守る

倒木や土砂崩れ、獣害など、森林ではさまざまな問題が発生することがあります。異変を見かけた際に地域や行政へ知らせることも、森林を見守る大切な行動のひとつです。

### ■ 森に関心を持つ

森林は、水を蓄えたり災害を防いだりと、私たちの暮らしを支えています。しかし、森林を守り、木を切り出す仕事に携わる人は年々減少しています。長野県で林業に従事している人は、2023年時点で約1,500人と、県人口の約0.07%ほどしかいません。森を未来へつないでいくためには、まずは森林や林業について関心を持つことが大切です。

### ■ 山をきちんと引き継ぐ

近年、相続などをきっかけに、所有者が分からない山林が増えています。管理されない森林は、荒廃や災害リスクにつながることがあります。大切な森林を次の世代へつなぐためにも、早めの相続登記や境界確認、家族間での話し合いが大切です。

### ■ ゴミを捨てない

森林への不法投棄は、景観を損なうだけでなく、土壌や水質への影響、生態系の悪化にもつながります。放置されたゴミは回収が難しく、管理する人の大きな負担にもなります。美しい森林環境を守るため、一人ひとりの意識と行動が求められています。



出典：長野県林務部信州の木活用課

# 森林を守る人 × 森林を活かす人

森林を活かす人

そして未来へつなげていきたい森林への想いについて伺いました。

町内で林業に従事する方々にそれぞれの立場から見た現在の森林の課題

森林を守る人

齋藤木材工業(株)  
代表取締役社長  
さいとう たけし  
齋藤 健さん



Q2 県産の方が木の中身がしっかりとつまった丈夫な木になります



Q3 町産の木材は、いろいろな建物や製品に使われています。



信州上小森林組合  
なかむら れん  
中村 連さん



信州上小森林組合  
まつした えいすけ  
松下 瑛介さん



Q1 普段はどのような木材に  
関わっていますか

長野県産カラマツを中心とした構造用集成材を製造しています。丸太の状態から人工乾燥、製造加工、品質管理まで、一つひとつの工程を重ね、安全で安心して使える建築材料へ仕上げられています。

Q2 町産の木材にはどのような  
魅力がありますか

他の地域のカラマツに比べ、寒暖差の大きい気候の中で育つため、年輪が締まり強度が高いことが魅力の一つだと感じます。また地域の先人たちが植えた木を使うという選択は、地域経済への貢献や森林循環の促進など、多くのメリットがあるので、地域の未来につながるかと強く感じています。

Q3 町産の木材にはどのような  
な場面で使われますか

カラマツは扱いが難しい面もありますが、強度に優れた特性を最大限活かせるよう日々技術の改善や研究を重ねています。住宅をはじめ、学校や公共施設など身近な建物に使用されており、近年では都市部の高層木造ビルにも使われ始めています。今後、地域材の可能性はさらに広がっていくと感じています。

Q4 町産材の利用で感じる  
課題はありますか

森林を循環させるためには、「育てる・伐る・使う」の流れを継続していくことが大切です。しかし、林業の担い手不足や木材価格の低迷、外国産材との競争など多くの課題があり、町産材の安定供給が難しい状況もあります。森林を適切に管理し、循環を維持していくためには、伐採した木材を地域の中で積極的に利用していくことが重要です。木は伐らなければ植えることはできません。山側だけでなく、使う側も地域産材を選び、地域全体で森林の循環を支えていくことが大切だと考えています。

Q5 地域の森林への思いを  
教えてください

私たちの仕事は、地域の森林が健全に循環してこそ成り立っています。そのため、伐って使い、植えて育てるという持続可能な森林経営を大切に、地域の林業者と連携しながら森を未来へつないでいきたいと考えています。木材を使うことは、森を守ることにもつながります。国産材100%の集材メーカーとして、その循環の一端を担い、ふるさとの森林を次の世代へ引き継いでいくことが私たちの使命です。

Q1 普段はどのような仕事  
をされていますか

松 森林組合の技術職員として、森林経営計画の作成や山林調査、測量、現場の施工管理などを行っています。山林所有者への提案や相談対応も仕事の一つです。

中 伐採や地ごしらえ、植栽、下草刈りなど、森林の循環に関わる現場作業を行っています。木を植えた後も管理を続けなければ枯れてしまうため、管理も大切な仕事です。

Q2 森林整備を行う中で感じる  
やりがいは何ですか

松 祖父の世代など、先人たちが守り育ててきた森林を次の世代へつないでいくことにやりがいを感じています。森林整備によって景色が変わり、人々の暮らしを支えるインフラに近い仕事だと感じています。別業種から林業の世界に入りましたが、とてもやりがいのある仕事だと思っています。

中 木を伐る仕事は毎回同じように見えても、山の環境や木の生え方などによって状況が全く違います。その都度考えながら作業を進めるところにやりがいを感じています。

Q3 現在、森林管理で感じて  
いる課題はなんですか

松 相続などの影響で、自分の山がどこにあるのか分からず、伐採や整備ができない森林が多くあります。森林は手入れをしなければ荒れてしまうため、早めにご相談いただけたらと思います。また、林業従事者の高齢化も課題だと感じています。

Q4 地域の森林への思いを  
教えてください

松 長和町には伐採時期を迎えたカラマツが多くあります。森林を循環させるためにも、これから、さらに山の整備を進めていきたいと考えています。木を「伐って、使って、植えて、育てる」という循環を続けるためには、若い世代にも森林や林業に興味を持ってもらうことが大切です。別業種から林業の世界に入った自分の経験も活かしながら、多くの人に林業の魅力伝えていきたいと思っています。

中 山には木材だけでなく、山菜やキノコなど多くの恵みがあります。森林を守っていくためにも、山にゴミを捨てないなど、一人ひとりが山を大切にすることを意識してもらえたら嬉しいです。

## 後期高齢者医療制度の加入者の皆様へ

令和8年8月以降の医療機関等へのかかり方についてのお知らせです。



お手元の資格確認書の有効期限は**令和8年7月31日**です。

以下のご案内は、令和8年8月1日時点における年齢を基準としています。

### ✓ 85歳以上の方全員

これまでどおり、手続きなしで新たな資格確認書を7月中にお届けしますので、お手元に届いた資格確認書で受診いただけます。

### ✓ 84歳以下で、マイナ保険証を普段からご利用されていない方※1 (マイナ保険証をお持ちでない方も含みます)

これまでどおり、手続きなしで新たな資格確認書を7月中にお届けしますので、お手元に届いた資格確認書で受診いただけます。

### ✓ 84歳以下で、マイナ保険証を普段からご利用されている方※2

マイナ保険証での受診をお願いいたします。

マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、申請手続きにより資格確認書を交付しますので、その場合は資格確認書での受診も可能です。

7月中にお届けする郵送物に申請書を同封しますので、マイナ保険証での受診が難しくなった方は申請してください。

※1 マイナ保険証を普段からご利用されていない方は、下記の※2に該当しない方です。

※2 マイナ保険証を普段からご利用されている方は、以下の条件をともに満たす方です。

- ① 過去1年間で6回以上マイナ保険証を利用されている方
- ② 概ね直近3か月以内にマイナ保険証を利用されている方

マイナ保険証のご利用状況は、7月中にお届けする新たな資格確認書を作成する時点の情報となります。

マイナ保険証のメリットや、利用登録方法については右面を参照ください



医療機関・薬局でご提示いただくのは以下のいずれかです。  
お手元にあるかをご確認ください。



医療機関・薬局の受付で提示するもの



### マイナ保険証



マイナ保険証をお持ちの方はマイナ保険証をご利用ください

資格確認書をお使いの方も、利用登録いただければ、マイナ保険証の利用が可能です。

### 資格確認書



マイナ保険証をお持ちでない方は資格確認書をご利用ください

※従来の健康保険証の有効期限は終了しました



マイナ保険証にはこんなメリットがあります！

- ✓ 過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- ✓ 突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる
- ✓ 救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定などに活用される



健康保険証として利用できるだけでなく、日常生活の中で利用できるシーンが広がっています。ぜひメリットの多いマイナ保険証のご利用をお願いします！



利用登録は簡単！



マイナ保険証の利用登録をしていない場合も、医療機関・薬局にマイナンバーカードをお持ちいただくと、その場で登録できます。

※マイナポータルや、セブン銀行ATMからも利用登録が可能です



マイナ  
マイナンバー総合  
フリーダイヤル **0120-95-0178**  
5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。  
受付時間(年末年始を除く) 平日:9時30分~20時00分  
土日祝:9時30分~17時30分

マイナ保険証について  
もっと知りたい方は  
こちら



ひと、くらし、みらいのために  
**厚生労働省**  
Ministry of Health, Labour and Welfare



今月の「カシヤット」



農夫と農婦で、長門小の4年生が摘果作業を体験しました。子どもたちは農家の方から教わりながら、一つひとつ丁寧に選んで摘み取っていました。

# 町からのお知らせです

町から皆さんの生活に結びつく  
情報をお知らせいたします。

問・・・お問い合わせ先

## 「あったカフェ」を 開催します

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。

- 日時 6月24日(水)  
13時30分から15時まで
- 場所 役場1階 町民ホール
- 参加費 100円

※令和8年度より、毎月第4水曜日の開催となりましたので、お間違えないようご参加ください。

問 保健福祉課 介護高齢者支援係  
☎75・2079

## 保健福祉課

### 「介護予防教室」を 開催します

◆元氣アップ教室  
(65歳以上の方)

◎理学療法士による体操教室  
座って行う体操が主です。足腰に自信のない方にもお勧めできる内容です。

- 日程・会場  
○6月17日(水) 和田地区 和野コミュニティセンター
- 6月18日(木) 長久保地区 町民センター集会ホール
- 6月23日(火) 大門地区 大門基幹集落センター
- 6月25日(木) 古町地区 古町コミュニティセンター

■時間 14時から15時

■参加費 無料

※初めての方も大歓迎です。直接ご参加ください。



### 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って楽しく体操しませんか。リハビリ専門職が出向いて、ご要望に応じた体操をお教えします。健康づくりにぜひご利用ください。

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

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  
ストレッチと立って行う体操が主です。

■日程  
6月16日(火)・7月7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 長和町社会福祉協議会  
☎88・3069

### 6月運動番組放送時間

町ケーブルテレビ「ゆいねっと」で毎日放送中!

水分補給をしながら体操しましょう。

- 【放送時間】
- 7時30分～ タオル体操 (15分間)
  - 7時45分～ 肩まわりの体操 (14分間)  
骨粗鬆症予防の体操 (11分間)
  - 11時30分～ テレビで元氣アップ教室 (令和5年度夏) (30分間)
  - 15時30分～ おうちで認知症予防運動 (29分間)
  - 16時00分～ 『ながわおたっしゅサポーター』による体操 (5分間)
  - 16時05分～ 転倒予防のための上半身の体操 (15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

### 認知症予防教室の開催

認知症予防の話や脳トレ、頭で課題を考えながら体を動かすコグニサイズなどを行います。ぜひ、ご参加ください。

■日時 6月23日(火)  
10時から11時30分まで

■場所 役場1階 町民ホール

問 保健福祉課 介護高齢者支援係  
☎75・2079

### 成年後見制度セミナー を開催します

成年後見制度セミナー「落語で楽しくわかりやすく!成年後見制度を学ぼう!」を開催します。

■講師  
落語家 桂ひな太郎

■日時(開場)13時  
7月24日(金)

■会場  
13時30分から15時まで  
丸子文化会館小ホール

■対象者  
上田市、東御市、長和町、青木村、坂城町在住の方

■定員  
100名

■参加費  
無料


■申込方法

上小圏域成年後見支援センターへ電話もしくはQRコードの申込フォームからお申し込みください。



問 上小圏域成年後見支援センター  
☎0268・27・2091


<広告欄>



モダンでシャープな雰囲気  
Kitchen

「住まい快適促進助成事業」  
**令和8年3月31日まで**

リフォームも承りますので、お気軽にご相談ください。



住宅性能保証登録認定 新築・増改築、介護リフォーム  
株式会社 **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

「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。

タツケンが「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!!

11

10



- 【現況届の提出が必要な方】
- ①支給要件児童の戸籍や住民登録がない方
  - ②離婚協議中で配偶者と別居されている方
  - ③法人である未成年後見人、施設等の受給者の方
  - ④配偶者からの暴力等により、住民登録の住所が長和町と異なる方

受給者の現況を公簿等で確認することで、現況届の提出が原則不要となりましたが、提出が必要なお方には6月上旬に送付しました。なお、左記の理由に該当する方で届いていない場合は子育て支援係までお知らせください。

## 児童手当 現況届提出のお願い

令和8年4月～5月分までの児童手当を6月15日(月)に指定口座に振り込みます。通帳の記帳等によりご確認ください。

問 保健福祉課 子育て支援係  
☎75・2069

## 6月は児童手当の 支給月です

令和8年4月～5月分までの児童手当を6月15日(月)に指定口座に合格者の受験番号を掲示するほか、受験者全員に結果を通知します。(長野県ホームページにおいても掲示)

### ■合格発表

- 10月21日(水) 9時
- 上田保健福祉事務所 1階入り口に合格者の受験番号を掲示するほか、受験者全員に結果を通知します。(長野県ホームページにおいても掲示)
- 願書受付
- 日時
- 7月7日(火)から7月9日(木)までの3日間 9時から16時30分
- 場所
- 長野県上田合同庁舎 3階 301号会議室
- 受験手数料
- 調理師試験 7,000円
- 製菓衛生師試験 10,000円



## 保健福祉課

### 調理師試験及び製菓衛生師試験を開催

- 試験
- 日時
- 9月16日(水) 13時から15時 (受付は11時30分から12時30分)
- 場所
- 長野県上田合同庁舎6階 講堂

※必要書類は、上田保健福祉事務所 食品・衛生課(長野県上田合同庁舎3階)で配布しています。

※試験当日は上田合同庁舎駐車場の混雑が予想されるため、車での来場をご遠慮いただきますようお願いいたします。

※自然災害、悪天候などにより、試験の実施に変更が予定される場合は、長野県のホームページでお知らせしますので、適宜、ご確認ください。

詳細については、QRコードから、上田保健福祉事務所のホームページをご覧ください。



問 上田保健福祉事務所  
食品・生活衛生課  
☎25・7153



⑤第三子以降算定額算定対象者で学生以外の方

また、左記の変更事項があった方は届け出てください。

### 【届け出が必要な方】

- ①児童を養育しなくなったなどにより、支給対象児童がいなくなったとき
  - ②受給者の加入する年金が変わったとき(受給者が公務員になったときを含む)
  - ③受給者や配偶者、児童の住所が変わったとき(他の市町村や海外への転出も含む)
  - ④受給者や配偶者、児童の氏名が変わったとき
  - ⑤一緒に児童を養育する配偶者を有するに至ったとき、または児童を養育していた配偶者がいなくなったとき
  - ⑥離婚協議中の受給者が離婚をしたとき
  - ⑦受給者の口座を変更したいとき
  - ⑧国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定」の指定を受けるとき
- 問 保健福祉課 子育て支援係  
☎75・2069

## 令和8年度「こども んなか児童福祉週間」

毎年5月5日の「こどもの日」から1週間を「こどもんなか児童福祉週間」(5月5日～5月11日)と定め、児童福祉の理念の普及・啓発のための各種行事を行っています。令和8年度の標語は

「いこうぜーみんな  
キラキラのあしたへ  
ゴーゴー!」です。

- 主催
- こども家庭庁
- (福)全国社会福祉協議会
- (公財)児童育成協会



問 保健福祉課 子育て支援係  
☎75・2069

## 総務課

### 上田一日合同行政相談所を開設します

不動産の登記、年金、道路や農地など役所の仕事についての相談、法律上のトラブルや相続などについて、弁護士や税理士など専門家に相談できる一日合同行政相談所を開設します。

- 日時
- 7月10日(金) 13時から16時
- ※事前予約優先

- 予約受付期間
- 6月22日(月)から7月3日(金)
- (平日8時30分から17時15分)

- 場所
- イオンスタイル上田1F
- (上田市材木町1-2-3)

- 参加機関
- 法務局、弁護士、税理士ほか

- 問 総務省 長野行政監視行政相談センター
- ☎026・235・0128

<広告欄>

迅速対応 見積り無料 引越しのシーズン 粗大ごみ 不燃ごみ 不用品の処分は 小柳産業(株)丸子工場

上田市東内1465番地1 ☎43-0053 お気軽にお電話下さい

<広告欄>

benriyhouse.net 便利屋ハウス 暮らしの『困った』はまずご相談を。『不用品回収、遺品整理』はお任せください。

お部屋、物置、倉庫のお掃除・粗大ゴミ処分・生前荷物整理・別荘管理・植木剪定などお手伝いいたします。

出張お見積り無料! お気軽にお電話ください。 0120-539-889 年中無休 AM8:00~PM8:00

benriyhouse.net 便利屋ハウス上田 検索

古物商許可 長野県公安委員会許可 第481110500003号  
一般廃棄物許可 第1156号 第30-19号  
産業廃棄物収集運搬業許可 第20001206610号



# 住民生活課

## 野焼き（野外焼却）は法律で禁止されています

野外でのごみの焼却（野焼き）は、一部の例外行為を除き「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により原則禁止とされています。

※野焼きの例外行為とは

◎風俗慣習上または宗教上の行事を行うための必要な焼却  
例：どんど焼き等地域の行事における必要な焼却

◎農業、林業、漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却  
例：農業者が行う稲わら等の焼却、林業者が行う伐採した枝条等の焼却、漁業者が行う漁網に付着した海産物等のやむを得ないものとして行われる焼却。（廃びニールの焼却等は含まれません）

◎たき火やせん定した庭木の焼却など日常生活を営む上で通常行われる軽微な焼却（※）  
※「軽微な焼却」とは煙の量や臭いなどが近所の迷惑にならない程度の少量の焼却です  
ドラム缶を使用したり、ブロックを積んだりして野焼きをすることも禁止されています。  
法律に違反すると、5年以下の懲役もしくは1千万円以下（法人の場合は3億円以下）の罰金、またはその両方が科せられることがあります。

野焼きは、煙や悪臭によるトラブル・生活環境の悪化を招いたり、低い温度で焼却となることでダイオキシン類などの有害物質が発生し人体に影響を及ぼしたり、火災や大気汚染の原因となります。



問 住民生活課 環境温暖化対策係  
☎ 75・2081

## 歯科口腔健診を受けましょう

### ◆後期高齢者歯科口腔健診

長野県後期高齢者医療広域連合では、高齢者の方の健康づくり事業の一環として歯科口腔健診を行います。高齢になると、むせこんだり、のどつかえたりすることが多くなり、これらが原因で誤嚥性（ごえんせい）肺炎（細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎）を起こすことがあります。  
お口の健康は、身体の健康への第一歩です。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、特に自覚症状はないが、お口の状態を確認したい方など、費用は無料ですので、ぜひこの機会に受診しましょう。

### ■対象者

- ①昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれの被保険者  
（令和7年度に75歳の誕生日を迎えた方）
- ②昭和21年4月1日～昭和25年3月31日生まれの被保険者  
（令和7年度に76～79歳の誕生日を迎えた方）のうち、直近で生活習慣病に係る受診をされた経歴があり、かつ、令和7年度に歯科医療の受診がなかった方

- ③昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれの被保険者  
（令和7年度に80歳の誕生日を迎えた方）

### ■案内通知など

6月下旬に対象者に対し、案内通知と受診券を送付します。

### ■健診期間

7月1日（水）から12月30日（水）

### ■健診費用

無料  
※健診により治療が必要な場合は、その治療費は本人負担となります。

### ■対象医療機関

県歯科医師会所属の歯科医院  
（一部の病院を除く）

### ■予約方法

対象医療機関へ直接予約をお願いします。

### ■受診時に必要なもの

- ・受診券（必ずお持ちください。）
- ・資格確認書またはマイナ保険証（いずれかを必ずお持ちください。）
- ・お薬手帳（無い場合は、不要です）

問 長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室  
☎ 026・229・5320



# 産業建設課

## 令和8年度狩猟免許試験及び初心者狩猟免許試験講習会開催

長和町では現在、増えすぎたニホンジカやイノシシ等、有害鳥獣の駆除を進めております。

そこで「鳥獣の保護及び管理並びに狩猟の適正化に関する法律」に基づき、狩猟免許試験が下記のとおり実施されます。有害鳥獣被害にお悩みの耕作者、また狩猟に興味のある方はお申し込みください。

■試験日  
8月29日（土）

■時間  
8時30分から17時

■場所  
佐久市跡部65-1  
長野県佐久合同庁舎

■受付期間  
7月21日（火）から7月31日（金）  
※郵送による申請は受付期間最終日必着

### ■初心者講習会

8月22日（土）に試験と同じ場所にて初心者狩猟免許試験講習会が開催されます

### ■申込場所

長野県上田地域振興局 林務課  
〒386-18555  
上田市材木町一丁目2-6

※応募状況によって、受付期間内であっても申込みを締め切る場合がございます。

※詳細は長野県ホームページ「狩猟免許試験等のお知らせ」をご覧ください。



ホームページ

問 長野県上田地域振興局 林務課林務係  
☎ 25・7137

問 長和町役場 産業建設課建設林務係  
☎ 75・2087



# 長野県

## STOP!水難事故

水難事故は、例年6月から8月にかけて多く発生しています。

特に、魚釣りや水遊び中に溺れたり、ボートから転落したりといった事故が後を絶ちません。「水」に対する危険性について、日頃から家族や仲間と話し合うとともに、次の安全対策を進めましょう。

- ・地域ぐるみで川や池に危険箇所がないか点検する。
- ・魚釣りや水遊びの際には、ライフジャケットを着用する。

- ・子どもが川や池に誤って転落しないよう、近くにいても目を離さない。

問 長野県警察本部 山岳安全対策課  
☎ 026・233・0110

### 〈広告欄〉

PET CAMP  
RUFF RUFF  
株式会社 マウント長和  
信州立岩和紙の里  
TEL.0268-68-3874

信州ホワイトバーチ  
キャンプフィールド  
TEL.0268-75-0925

ペットキャンプラブラブ  
TEL.080-2236-3244

# 6月 June

**処理場持込日**  
**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。

☎ 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
31 金井組 水道	1 税 信越工業 町内全域 保健センター開放日 まちのわだい	2 STK興業 水道	3 清水設備 水道	4 長門興業 町内全域 水道	5 山常 水道	6 小山産業 水道 (再) 和田小・長門小学校 1年生を迎える会
7 美 羽田組 水道 (再) 長門小学校_金管クラブ ありがとうコンサート	8 安田組 町内全域 水道 保健センター開放日	9 金井組 水道	10 信越工業 水道	11 STK興業 町内全域 水道	12 清水設備 水道 2歳児歯科検診	13 長門興業 水道 和田小3・4・5年キノコのコマ打ち 長門小3年椎茸のコマ打ち
14 山常 水道 和田小学校2・3・4・5・6年田植え 長門小学校5年田植え	15 小山産業 町内全域 水道 保健センター開放日	16 羽田組 水道	17 安田組 水道 子育て相談	18 税 金井組 町内全域 水道	19 信越工業 水道	20 STK興業 水道 令和8年度長門小学校運動会(前編)
21 清水設備 水道 令和8年度長門小学校運動会(後編)	22 長門興業 町内全域 水道 保健センター開放日 長和町議会6月定例会開会	23 山常 水道 長和町議会6月定例会一般質問	24 小山産業 水道 長和町議会6月定例会一般質問	25 税 羽田組 町内全域 水道 長和町議会6月定例会一般質問	26 安田組 水道 乳児健診・股関節検診 1歳6か月児・3歳児健診 長和町議会6月定例会閉会	27 金井組 水道 まちのわだい
28 信越工業 水道 長和町消防団ポンプ操法・ラッパ吹奏大会	29 STK興業 町内全域 水道 保健センター開放日 まちのわだい	30 税 清水設備 水道 CKD_慢性腎臓病予防講演会	1 長門興業 水道	2 山常 町内全域 水道	3 小山産業 水道	4 羽田組 水道 令和8年度和田小学校音楽会(前編)
5 美 安田組 水道 令和8年度和田小学校音楽会(後編)	6 金井組 町内全域 水道 保健センター開放日	7 信越工業 水道	8 STK興業 水道	9 清水設備 町内全域 水道	10 長門興業 水道	11 山常 水道 和田保育園くま組粘土体験

**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) STK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
(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 ☎ 68-3494 (係直通)

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		12:50 ~	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 ~
町のわだい	8:30 ~、10:00 ~ 12:30 ~、17:00 ~ 19:00 ~、21:00 ~
生中継 その他	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。  
 ☎ 長和町情報館 ☎ 68-2000

**税 今月の納税など**

▼口座振替不能分の再振替▼  
 6月18日(木)  
 軽自動車税 1期分  
 保育料 5月分  
 テレビ施設使用料 4月・5月分  
 町営住宅家賃 5月分  
 入所負担金 4月分  
 配食サービス等利用料 4月分

6月1日(月)  
 水道使用料 3月・4月分

6月25日(木)  
 介護保険料 3期分

6月30日(火)  
 町県民税 1期分  
 保育料 6月分  
 町営住宅家賃 6月分  
 入所負担金 5月分  
 配食サービス等利用料 5月分

6月30日(火)  
 水道使用料 3月・4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。



- ★放送の受信障害に関すること
- ★受信障害対策官
- ☎026・234・9991



詳細はこちら

- ①無線機器を使用の際は「技術マーク」の確認を。
- ②外国規格の無線機器にはご注意ください。
- ③電波の利用には、原則、免許が必要ですが。

### 総務省

**電波を使う機器を購入する前に技術マークを必ずチェック!**

技術マークのないワイヤレス機器は電波トラブルを起こす可能性があります。ワイヤレスイヤホン、スマートウォッチ、ドローンやトランシーバーなどの電波を使う機器を購入の際は技術マークをチェックして購入をお願いします。



### 依田窪南部消防署

### 「甲乙共通課程」防火管理講習

多数の人が出入りし、勤務、または居住する建物（防火対象物）の所有者、経営者等は建物の用途、規模及び収容人員により、防火管理者を選任し、防火管理上必要な業務を実施しなければなりません。消防本部では防火管理の資格を付与する講習（甲種防火管理新規資格取得講習（2日間）及び乙種防火管理講習（1日間））を実施します。資格の取得を希望される方は受講してください。

- 日時 7月16日（木）・17日（金）  
（乙種防火管理講習は16日のみ）  
両日とも9時30分から16時30分
- 場所 丸子文化会館
- 対象 防火管理者資格の取得を希望される方
- 定員 50名

開催にあたりましては、近隣の皆様の生活環境に極力影響が出ないよう細心の注意を払い、安全第一で運営に努めてまいります。しかしながら、大会当日の6月14日（日）は、参加者の多くが車で来場することによる周辺道路の混雑や多数の来場者の出入りなどにより、皆様には少なからずご迷惑をおかけする可能性があります。ご了承ください。

### 東京大学

### オリエンテERING

### 大会開催に伴うお知らせ

立科町と長和町に跨る山林（会場は蓼科園地・野外音楽ホールになります）におきまして、長野県北佐久郡立科町や長野県小県郡長和町、東信森林管理署と相談の上、オリエンテERINGという山林内のチェックポイントを巡り、そのタイムを競うスポーツの大会が開催されます。

- 受講料 講習日に徴収します。  
甲種5千円・乙種4千円  
※上田地域防火協会会員は半額
- 持ち物 筆記用具等
- 申し込み 6月29日（月）午前9時から  
上田地域広域連合消防本部予防課及び上田広域8消防署の受付窓口まで。  
※電話での申し込みはできません
- 消防予防課査察指導担当 ☎26・0029

- 試験区分
  - A 消防吏員
  - 受験資格 平成10年（1998年）4月2日以降に生まれた者
- B 救急救命士
- 受験資格
  - 平成8年（1996年）4月2日以降に生まれた者
  - 救急救命士の有資格者又は採用日までに取得見込みの者
  - ※ただし、資格を取得できない場合は合格を取消します。
- C 消防吏員経験者
- 受験資格
  - 平成3年（1991年）4月2日以降に生まれた者で、消防吏員としての職歴が3年以上ある者

誠に恐縮ではございますが、本イベントの趣旨をご理解いただき、何卒ご容赦とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

■開催日時 6月14日（日） 9時から17時

■開催場所
 

- ・競技場所 立科町と長和町に跨る山林
- ・会場 蓼科園地・野外音楽ホール

■当日の主な影響について
 

- ・交通について 会場周辺の道路にて、一時的な混雑が予想されます。係員を配置し、誘導を行います。

■第48回東京大学オリエンテERINGクラブ大会運営委員会  
メール：48th@comp.ok.jp

誠に恐縮ではございますが、本イベントの趣旨をご理解いただき、何卒ご容赦とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

■開催日時 9月20日（日）

■書類送付先 ☎38610024  
上田市大手217116  
消防本部 総務課

■その他 詳細、必要書類は上田地域広域連合ホームページをご覧ください。

■消防本部 総務課 ☎26・0119

<広告欄>

**困りごと相談ください!!**  
親切・ていねい・安心のシルバー人材センターへ!

家の周りの草取り・草刈り・片付けや庭木の剪定、家の中の掃除・片付けや襖・障子・網戸の張替えなど、身近なところでお役に立てます。また、各種企業への派遣事業も行っております。

●仕事を頼みたい人も、仕事をしたい人も、まずはお気軽にご相談下さい。●

**公益社団法人 上田地域シルバー人材センター** 電話番号 長和支所 (68-0888)

<広告欄>

おすすめ温泉宿の宿泊 旅行ツアー一代にも使えます

いきいき券で旅行にでかけよ~

お気軽に問合せください  
**信和観光(有)**  
0268-88-3111  
長和町和田762

(一社)全国旅行業協会正会員  
長野県知事登録旅行業 第3-265号



# 【介護保険】低所得者を対象にした補助制度について

圏保健福祉課 介護高齢者支援係 ☎75-2079

## ○介護保険負担限度額認定制度・社会福祉法人等利用者負担軽減事業制度・長和町介護保険等低所得者利用料補助制度

介護保険サービスを利用する際に受けられる、低所得者の方を対象とした補助制度についてご案内します。



### ・介護保険負担限度額認定制度

所得の状況に応じて、施設利用時の食費・居住費の自己負担上限額の負担段階が設定されます。

### ・社会福祉法人等利用者負担軽減事業制度

介護保険サービスの提供を行う社会福祉法人等が利用者負担を軽減する制度です。

### ・長和町介護保険等低所得者利用料補助制度

一定の条件を満たす低所得者に対して、介護保険等の居宅・施設サービスの利用料を補助しています。

上記制度は、右記要件の方が対象となります。

- ・住民税非課税世帯である。
  - ・課税者に扶養されていない。
- ※預貯金残高・年間収入（非課税年金を含む）により対象とならない場合もあります。

昨年度対象となっていた方には、6月下旬頃に更新のお知らせを送付しておりますので、内容をご確認の上、更新申請をお願いします。また、今年度新たに対象要件に該当する方は保健福祉課 介護高齢者支援係までご申請をお願いします。

〈広告欄〉

総合建設業 不動産業 建築設計事務所

地震に強い家

M-ONE HOME  
エムワン・ホーム

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㎡（農地転用必要）  
②401㎡（ // ）  
③723㎡（ // ）  
④743㎡（宅地）

上田市武石沖地区 ①499㎡（雑種地）

○中古住宅（有）

株式会社 **モリケン**

小県郡長和町古町 410-1 TEL 0268-68-2225(代) FAX 0268-68-2196

[URL]http://www.moriken-motto.com [E-mail]mail-info@moriken-motto.com

# 第2期長和町地域福祉計画が策定されました

圏保健福祉課 福祉係 ☎75-2047

## ■長和町地域福祉計画とは

町では、高齢者、障がい者、児童等をはじめとする住民がお互いに理解、支え合いながら、その人らしくおだやかで潤いに満ちた暮らしができる社会を作っていくために、「地域共生社会」のまちづくりを目指し、地域を取り巻く様々な地域福祉施策の基本的な方向性を定めるため、「長和町地域福祉計画」を策定します。

## ■基本理念

「第2次長和町長期総合計画」の基本施策のひとつである、「健康で笑顔あふれる安心なまちづくり」を目指し、「地域がつながりおだやかな暮らしが送れる地域共生のまちづくり」を基本理念として掲げています。

## ■基本目標及び基本施策

1. 地域福祉を支える人づくり
  - ・「お互い様」意識の醸成
  - ・担い手となる人材の発掘・育成
  - ・福祉人材への支援
2. 誰もが参加できる支えあいの地域づくり
  - ・お互いに助け合う仕組みづくり
  - ・福祉施策と連携した地域づくり
  - ・誰もが参加できるボランティア活動の充実
3. 地域福祉を推進する体制づくり
  - ・相談体制の充実
  - ・各分野横断的支援体制づくり
  - ・権利擁護を推進する体制づくり
  - ・地域課題の解決に対応する体制づくり
4. 豊かな自然の中で安全で安心して暮らせるまちづくり
  - ・防災・防犯体制の強化及びバリアフリーの推進
  - ・生活支援の充実したまちづくり
  - ・健康で安心して暮らせるまちづくり
  - ・すべての人への情報提供の充実

## ■計画の推進と評価

本計画の進行を管理していくため、「長和町地域福祉計画推進委員会」を設置し、具体的な取り組み状況を把握し、「計画・実行・評価・改善」を確認し、推進を図っていきます。

本計画を策定するにあたり、無作為抽出で700名の住民の方にアンケート調査を行いました。ご協力をいただき、ありがとうございました。計画の全容とアンケート結果につきましては、町のホームページをご覧ください。（左記、二次元バーコードからもご確認ください）



〈広告欄〉

車検・点検・一般修理・各種自動車販売・自動車保険代理店

**(有)渡辺自動車**  
TEL.0268-68-2321

キズ・へこみ レッカーサービス  
車のことなら何でもお気軽にご相談ください。見積り無料

**アートガレージ**  
TEL.0268-68-2382

**SUZUKI**  
NEW CARRY

**DAIHATSU**  
HINET TRUCK

「長和の里地域いきいき券」で5%お得!! 車検・点検・修理にも使えます

俳句

農作業まわりの景色見て合わせ  
フラワームーン微かに映つる藤の花

小林 繁太  
山口 かね子

川柳

そう心配しなさんなっておっ母さん  
望むもの暮らしの安泰世の平和  
暇潰しテレビ脳トレ五連休  
蛙さん何んのおはなしにぎやかね  
ばあばあのお話し話に枝葉つき

櫻井 康玖  
櫻井 康玖  
山口 かね子  
工藤 常  
工藤 常

短歌

ながわ歌壇

此の春も家族総出の種撒きに苗も順調田植も近し  
すばらしき山々緑車ありからす元気でとまってる  
美しく山々緑車あり鳥が元気で空をとんでいる

龍野 つる子

竜野 桂子

竜野 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、FAX 68-4139)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。

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

◆心配ごと相談日

期日 6月17日(水)  
時間 午前9時から12時  
場所 長和町役場  
※司法書士も相談に応じます。  
(午前10時から正午)

◆結婚相談日

期日 6月21日(日)  
時間 午前9時から11時30分  
場所 役場1階 第2会議室  
※会場が変更になりました。

◆子育て応援

開設中  
時間 月曜日から金曜日  
9時から16時  
場所 和野コミュニティセンター  
(祝祭日は除く)

日赤奉仕団の会議が開催されました

4月11日(土)日赤奉仕団の皆さんの会議が開催されました。今年度から和野細尾区の三宅秀明さんに委員長をお願いし、10名の奉仕団の皆さんに活動いただくことになりました。会議に先立ち委員長の委嘱式、また会議では日本赤十字社長野県支部の職員の方から日赤の活動状況や活動資金の使い道などについてお話をいただきました。5月には奉仕団により、町民の皆様に活動資金のご協力をいただきました。本当にありがとうございます。災害時にいち早く被災地に入って救助、救援活動するのが赤十字社です。今後ともご協力をお願いいたします。



日赤奉仕団委嘱式(三宅委員長)

はつらつ運動教室に参加してみませんか?

毎月 第1・第3火曜日の13時30分から15時まで、町民センター集会ホールで「はつらつ運動教室」を開催しています。1時間は上半身・下半身のストレッチを行い、残りの30分はステップマットという碁盤の目のようなマットの上で先生の指示のもと歩きます。これは転倒防止や脳トレにも値しフレイル予防につながるマット歩行です。  
インストラクターにはスポーツプログラマーの資格をお持ちの土屋悟氏です。癒しのある教室でもありますので、ぜひご参加してみてください。



ステップマット

<広告欄>



古町霊園 好評分議中  
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. 戒名や法名は、いつ頃までに墓誌に刻めばいいの?  
A. 「この日までに」という決まりはありません。ご家族・関係者で相談して決めてください。一般的には、四十九日・百か日・一周忌等の法要やお盆、お彼岸等にあわせて刻まれることが多いです。

◇ 霊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。  
櫻井石材有限会社 長和町古町4459(長門バイパス沿い) ☎68-3859 FAX 68-4444

村木厚子さんの講演会に行ってきました

全国社会福祉協議会会長の村木厚子さんの講演を聴く機会があり、上市まで行ってきました。村木さんは厚労省の局長当時に冤罪事件に巻き込まれ、逮捕後64日間も勾留された経験を持つ方です。その経験の中で「助けている立場」から「助けられる立場」に「助ける立場」に変わってしまうこと。ご自身が支援される側になった時の気づきなどを通して、お互いが助け合いながら生きていく「共生社会」の大切さについてお話を聴かせていただきました。逮捕勾留されている当時や釈放後も大変な思いをされたと思います。が、つらい経験も時折ユーモアも交えながらお話しいただき、満員だった会場の皆さんも熱心に耳を傾けていました。

第18回福祉ふれあいフェスタが開催されます

詳しくは今月号折込のチラシをご覧ください。

# 長野県後期高齢者医療保険 子ども・子育て支援金の保険料(令和8年度)

令和8年度から全国で子ども・子育て支援金の納付がはじまります。

※従来の医療保険の保険料とあわせて納めていただきます。  
※令和7年中の所得に応じて保険料を計算します。

長野県の子ども・子育て支援金の保険料は所得割率が0.25%、均等割額が1,339円です。

## もっと知りたい! 子ども・子育て支援金制度 Q&A

### Q 「子ども・子育て支援金制度」って?

A 全ての世代や企業のみならずから支援金を拠出いただき、子育て施策の拡充に充てるもので、子どもや子育て世帯を社会全体で支える制度です。

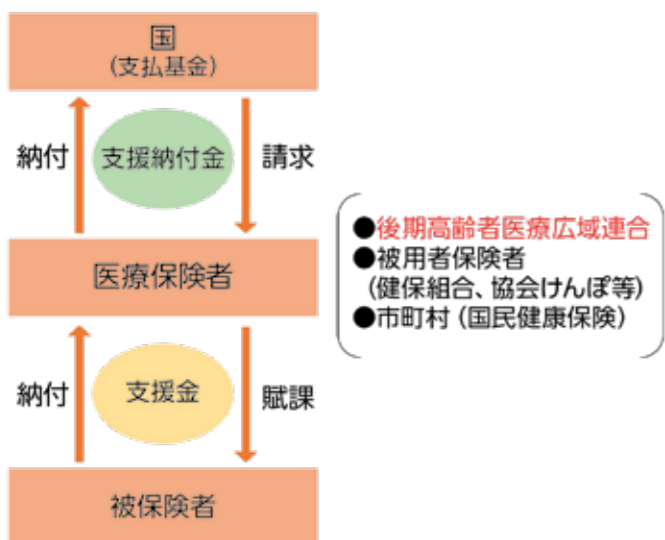
### Q どうして「支援金制度」が必要なの?

A 近年、少子化・人口減少の進行が加速していることから、政府は令和5年12月に子ども未来戦略「加速化プラン」を策定し、総額3.6兆円の次元の異なる子ども・子育て支援の拡充を実施することを決めました。支援金制度はこれを支える財源の一部です。

### Q 収入が少なくても、支払う必要があるの?

A 支援金は所得に応じて拠出いただきますが、医療保険料と同様に、低所得の方に対する保険料軽減措置を設けています。

### 支援金の徴収の流れ



### Q なぜ独身や高齢者も支払うの?

A 子どもたちは成長し、やがて社会保障制度の担い手となることから、子どもの育ちを支える支援金制度は全ての方にメリットがあるため、独身の方や高齢者の方など全ての世代に加え、企業も含めた社会全体で支える仕組みとしています。



### Q 支援金により負担が増えるの?

A 支援金の導入に当たっては、その裏側で社会保障の歳出改革を行い、社会保険料の負担を軽減させるため、支援金による負担は相殺される仕組みになっています。このため支援金の導入による実質的な負担はありません。

こどもまんなか  
こども家庭庁



児童手当の拡充や妊婦のための支援給付など  
子ども・子育て支援の拡充が既に始まっています。  
給付の拡充には、令和8年度から始まる  
子ども・子育て支援金が充てられます。

## 拡充される給付の例

### 児童手当の拡充

- 所得によらず、支給の対象となります。
- 支給期間を高校生年代まで延長します。
- 第3子以降はより手厚く、一人当たり月3万円に大幅増額します。
- 4か月に1回から、2か月に1回の支給になります。  
※令和6年10月分から拡充

### 育児時短就業給付

- 「育児時短就業給付」を創設し、子どもが2歳未満の期間に、時短勤務を選択した場合、時短勤務時の賃金の原則10%を支給します。  
※令和7年度から実施

### 育児期間中の 国民年金保険料免除

- 国民年金の第1号被保険者の方を対象に、育児期間中の国民年金保険料免除措置を創設します。  
※令和8年10月分から実施

### 妊婦のための支援給付

- 「伴走型相談支援」の面談と合わせて、妊娠届出時に5万円、妊娠後期以降に妊娠している子どもの数×5万円、を支給します。  
※令和7年度から実施

### 出生後休業支援給付

- 「出生後休業支援給付」を創設し、子の出生直後の一定期間内に両親ともに14日以上の子育て休業を取った場合、最大28日間、手取りの10割相当を支給します。  
※令和7年度から実施

### 子ども誰でも通園制度

- 保育所等に通っていない0歳6カ月から満3歳未満の子どもが時間単位等で柔軟に利用できる制度です。子ども1人当たり10時間/月の利用が可能です。  
※令和8年度より全国実施

こどもまんなか  
こども家庭庁

こども家庭庁ホームページ  
「子ども・子育て支援金  
制度について」



こども家庭庁公式note  
「最近話題の「子ども・子育て  
支援金制度」について」



0120-303-272

(受付時間 平日9時から18時)

子ども・子育て支援金については、左記に詳細があります。



☎ 長和町図書館 ☎ 68-4400

## 今月のこの本どう？

### 「青天」

■著者：若林 正恭  
■出版：文芸春秋

「アリ」こと中村昴が所属する弱小アメフト部。引退大会でも強豪校に打ち砕かれて終わる。グラウンドで味わった痛みと、自分への苛立ちが胸に残る。

### 「デコピンのとくべつないちにち」

■著者：大谷 翔平  
■出版：ポプラ社

今日は開幕戦。野球のシーズンが始まる大事な試合の日です。試合の前の始球式を任された犬のデコピンは、ラッキーボールを家に忘れてきてしまった。野球選手・大谷翔平による初の絵本作品。

## ●休館日カレンダー 赤■は休館です

6月						
日	月	火	水	木	金	土
	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				

## 新着本紹介

	著者
コズミックガール	伊予原 新
盾と矛	方丈 貴恵
ネタバレあり	下村 敦史
NHK 日曜美術館 50 年展	
建築を旅する	倉方 俊輔
鶏むね 2kg を使いきり！	倉橋 利恵
変な道路標識	ことゝ 後藤 よしき 欣樹
アニメコミック 忍たま乱太郎 3	尼子 騷兵衛
アンパンマンのマーチ	やなせ たかし
おしゃれ・かわいいブック	ぴっちらぼ
給食のおばちゃん	山口 恵以子
ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 吉凶通り 5	廣嶋 玲子
まねてみよう	青物横丁
パンダコパンダ	宮崎 駿

▶ 図書館ホームページはこちら



▶ エコールの蔵書検索と予約はこちら



**お知らせ** 蔵書点検に伴う休館のお知らせ  
 ・上田図書館 6/4(木)～6/11(木) ・上田創造館分室 6/9(火)から6/11(木) ・武石公民館図書室 6/23(火)～6/26(金) ※2026 長門図書館休館カレンダーをお持ちの利用者様、休館日に訂正があります。カウンターに新しいものがあります。

## 児童クラブ通信

### 「かわいい1年生」(長門児童クラブ)

今年は15人の1年生が利用することになりました。一輪車・ホッピング・ボール当て・塗り絵など思い思いに楽しんでいます。上級生が飾ってくれた写真の桜の木には、「おめでとう」「心配なことがあったら何でも聞いてね」「大変で難しいこともあるけど、楽しいこともあるから頑張るね」と書かれた桜で満開です。たくさんの楽しい思い出を作っていきます。



## ◎ からだケア講座

ママのからだの不調を整えるストレッチを教えてくださいました。



## ◎ 0歳からの靴選び

子どもの足を育てる靴の選び方を学びました。



### 救急講座のご案内

- 日 時：6月16日(火) 10時～10時40分
- 講 師：依田窪南部消防署 職員
- 対象者：未就園児の保護者 7組まで
- 申込み：6月9日(火)まで
- 持ち物：水分、ハンカチ、動きやすい服装

### 七夕工作のご案内

- 日 時：6月29日(月)～7月6日(月) 9時30分～15時
- 内 容：七夕工作を楽しもう
- 対象者：未就園児とその保護者



## 6月の予定

月	火	水	木	金	土	日
1 絵本の時間 11時～11時10分	2 理学療法士の日 10時～12時	3 ランチの日	4 保健師の日	5	6 土曜日開館 9時30分～12時	7 休館日
8 絵本の時間 11時～11時10分	9	10 ランチの日	11 保健師の日	12	13 休館日	14 休館日
15 絵本の時間 11時～11時10分	16 救急講座 予約してね	17 ランチの日	18 保健師の日 お誕生月に 手形をおそう	19	20 休館日	21 休館日
22 絵本の時間 11時～11時10分	23	24 ランチの日	25 保健師の日	26	27 休館日	28 休館日
29 七夕工作 7/6まで	30	7月の土曜日開館は4日の 9:30～12:00です！				

### —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！



### —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)  
 木曜 保健師の日 10時～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Instagram等で随時お知らせしていきます。

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

# 信州・長和町地域おこし協力隊 古道を知り今そして未来へ



すがさわ ゆうき  
菅沢 優輝 隊員 — 令和7年5月1日着任 —

こんにちは！地域おこし協力隊の菅沢です！長和町も暖かくなり、夏を感じられるようになってきました。今年も直売所に並ぶ野菜が楽しみです。  
この5月で早くも任期2年目に入りました。約1年ぶりの掲載となる今回は、令和7年度の活動報告をいたします。

## ● どんないことをやっていたの？

私の担当は「ふるさと納税の推進と地域活性化」です。  
「ふるさと納税」において長和町がふるさと納税先として人気になるには、町外からご寄附いただいた方に贈っている「返礼品」を町外の方々へ魅力的に発信する必要があります。このお手伝いをさせていただいている取り組みのうち、代表的な取り組みを紹介いたします！



▲こしひかり画像の例

### ・返礼品の発掘と発信のお手伝い

主に町内事業者の方々に、返礼品出品のご協力をいただけるよう訪問させていただいています。  
ご協力いただけることになった後、ご要望いただいた方には魅力的な発信をするために写真撮影や、画像・販促文の作成、インターネットに公開する作業のお手伝いをしています。

### ・パンフレットやチラシなどのデザイン

昨年は町外向けの販促物としてパンフレットやチラシ、のぼり旗などのデザインをしました。  
また、広報ながわ1月号のふるさと納税特集も入稿させていただきました！



## ● 任期2年目において

令和7年度に長和町が町内外から頂いたふるさと納税寄附額は前年比+80% (1,000万円増額) と、大幅な増額を達成することができました。ご協力頂いた事業者様をはじめ関係者の皆様、この場を借りて改めてお礼申し上げます。  
令和8年度は新たな取り組みを進めて寄附額を令和7年度よりもさらに伸ばすことを目指していくとともに、事業者様のお手伝いを通じて、自身の生業を起すための準備を目標として活動して参ります！



## 毎年6月は「食育月間」、 毎月19日は「食育の日」です

「食育」とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育てることです。健康的な食のあり方を考え、実践へとつなげていきましょう。

### ○ 朝ごはんを食べよう！

「起きられない」、「食欲がない」、「食べている時間や余裕がない」などを理由に朝ごはんを抜いてはいませんか？

朝ごはんを抜くと、脳のエネルギーが不足して集中力や記憶力が低下するほか、肥満や脂質異常症といった生活習慣病の発症リスクが高まります。

朝ごはんを食べることは、空腹を満たすだけでなく、一日のリズムを整え、健康的な生活習慣の定着にもつながります。

まずは、おにぎりやヨーグルトなど手軽に食べられるものから始め、毎日朝ごはんを食べる習慣を少しずつ身につけていきましょう。



### ○ 忙しい朝のために！冷凍ストックおにぎりレシピ

6月はとうもろこしや枝豆、そら豆、アスパラガス、オクラ、大葉などの夏野菜が旬となってきます。夏野菜は夏バテ予防効果や疲労回復効果などが期待できます。さらに、旬の食材はたくさんの栄養が詰まっています。季節の食材を食べて一日の活力をつけましょう。



とうもろこしと枝豆の炊き込みおにぎり

### 〈作り方〉

- ① 米は洗って30分ほど浸水させておく。  
(※水は2合の目盛のよりも少なめにしておく)
- ② とうもろこしは実を軸から削ぎ落とす。
- ③ 枝豆は大きじ1の塩(分量外)で揉み、たっぷりの湯で3~5分下茹でし、さやから出しておく。
- ④ 鶏もも肉は1口大に切る。(食べやすい大きさに)
- ⑤ ①に★の調味料を加え、2合の目盛まで水を注ぎ、さっと混ぜる。とうもろこし、鶏もも肉を加えて通常モードで炊飯する。
- ⑥ 枝豆は色が変わりやすいため炊きあがりに混ぜるのがおすすめです。
- ⑦ 炊きあがったら枝豆とお好みでバターを混ぜ込む。
- ⑧ 温かいうちにラップで包み、粗熱をとってから冷凍庫で保存する。
- ◎ 保存期間は2週間が目安です。

### 〈材料〉(6人分)

- 米…2合
- 鶏もも肉…100g
- とうもろこし…100g(約2分の1本)
- 枝豆…100g(さや付き約200g)
- ★塩…少々(約1g)
- ★胡椒…少々
- ★醤油…小さじ2
- バター…10g(お好みで)

(1人分：エネルギー 252kcal、たんぱく質 8.5g、脂質 5.5g、炭水化物 43.2g、食塩相当量 0.5g)





## 市町村対抗駅伝競走大会に出場 — 想いを乗せてタスキを繋ぐ —

4月25日(土)、に松本平広域公園やまびこドーム周辺で開催された「第35回長野県市町村対抗駅伝競走大会」(以降一般の部)「第21回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会」(以降小学生の部)の2大会に長和町が出場しました。

4区4.8kmの小学生の部では、息のあったタスキリレーで62チーム中37位と健闘。9区39.5kmの一般の部では、粘り強い走りをみせ、49チーム中47位という結果となりました。町の代表として出場した13名の皆さん、熱い走りをありがとうございました!

### ◆本大会に出場した選手(敬称略)

#### ■一般部門 監督:藤沢 優一

- 第1区 龍野 春希      ○第2区 笹井 滯
- 第3区 渡邊 嶺史      ○第4区 黒木 宏光
- 第5区 竜野 諒      ○第6区 吉見 多笑
- 第7区 渡部 湊土      ○第8区 藤沢 優一
- 第9区 高見沢 陸



#### ■小学生部門 監督:笠原 恒彦

- 第1区 渡邊 小茉莉      ○第2区 児玉 真太郎
- 第3区 川合 心都      ○第4区 雨宮 峻馬



## 有明西学園の皆さんが長和町を訪問 — 未来へつなぐ 森づくり —

5月11日(月)～13日(水)にかけ、「有明西学園ふるさとの森づくり推進協定」に基づき、東京都江東区立有明西学園(小中一貫義務教育学校)の移動教室が実施され、8学年(中学2年生)112名が長和町を訪れました。訪問初日には、有明西学園ふるさとの森(古町滝ノ沢道上)を訪れ、記念標柱の建立とカラマツの植樹を行いました。2日目には有明西学園校舎に使われた木材を製造した齋藤木材工業(株)にて工場見学等がされました。生徒からは「校舎に使われている木は、植樹した木が長い年月をかけて育ったものだ」と改めて学び、森林がより身近に感じられた」と感想がありました。



## 長門小3年生 しいたけの駒打ち体験 — 親子で楽しむ しいたけ原木づくり —

5月15日(金)に長門小学校の3年生がしいたけの駒打ちを体験しました。当日は親子体験学習として保護者の皆さんにも参加いただき、協力しながら原木に駒を打ち込みました。

この活動は、みどりの募金の支援を受けて実施しており、森林や木に親しみ、自然の大切さを学ぶ機会となりました。参加した児童からは、「けが無く楽しく体験できた」、「しいたけができるのが楽しみ」といった感想が聞かれ、親子で楽しく学ぶ時間となりました。



## 寺上地区「依田川鯉のぼり」と「春祭り」 — 明るい会話と笑顔溢れる —

寺上自治会・寺上分館では、4月29日(水)に恒例の春祭り「田の神様祭典」が行われました。祭りでは、大正琴・フラダンス等の発表や「大ビンゴ大会」もあり、依田窪病院で介護研修をされている6名のインドネシアの女性も参加されて、一緒に楽しまれていました。

また、4月26日(土)には「古町橋」に鯉のぼりを飾りつけました。この鯉のぼりは平成15年、寺上区が地域に元気を与えようと区民の自宅で不用になった鯉のぼりを提供してもらい、取り付けたところから始まり、23年間、コロナ禍等で中止になった時もありましたが、毎年子供たちの登下校を見守っています。



## 地域つながるウォーク in 姫木 — 歩いてつながる地域の輪 —

5月9日(土)、地域の皆様が気軽につながる場として、依田窪病院コミュニティナース主催のウォーキングイベントが美松ハイキングコースで行われました。当日は、約80名が参加し、60分・100分コースに分かれ、新緑の姫木地を歩きながら交流を深めました。ウォーキング後は、参加者全体で特製チキンカレーを囲みながら昼食・交流会を行いました。食事を通してさらに交流が深まり、笑顔あふれるひとときとなりました。参加後アンケートでは、参加者全員から「また参加したい」との回答をいただき、大変好評なイベントとなりました。



## 長門小学校の交通安全教室に参加 — ルールを学び、交通意識を高める —

4月23日(木)、依田窪交通安全協会長和支部及び長和町交通指導員が共同で長門小学校の交通安全教室に講師として参加しました。

今回は、1年生・2年生を対象として実施され、歩行についての正しい知識や技術の習得、交通事故防止の徹底など、自分たちの命は自分で守るという意識の醸成を目的に車歩道の歩き方や横断歩道を渡る上でのマナーに関する指導を行いました。

長和町及び、依田窪交通安全協会は、今後も継続して地域における交通安全意識の高揚等を目的に活動を行ってまいります。



## 林野火災想定訓練が行われました — 緊急時に備えた実践的な訓練 —

4月30日(木)、長和町役場西側の山裾から煙が上がり、山火事の可能性があるという想定で林野火災想定訓練が行われました。訓練には、消防本部と広域8つの消防署・長和町役場・長和町消防団・上小生コン事業協同組合からおおよそ70名が参加し、役場から温泉までの間の3箇所放火を行ったほか、無線運用やドローンを使った情報の収集などを実施しました。

訓練終了後、消防本部齋藤消防長から「訓練は大切ですが、林野火災を発生させないことが何より大事です。今後も予防に尽力いただきますよう、よろしくお願いいたします」と挨拶がありました。



# 第20回 長和町映画祭

■ 神山征三郎監督が平和と命の尊さと戦争の矛盾を描いた感動2作!! ■

忘  
せん  
の調べと  
さよならの声……

## 月光の夏



■ ベートーベン/ピアノソナタ第14番  
「月光」第一楽章の演奏があります!



神山征三郎監督第2作: 初上映!!

## 時計は生きていた

### 6月28日(日) 13時30分開演

## 長和町長門町民センター集会ホール

■ 前売鑑賞券/大人 1,000円・小中高生 500円 ■ 当日鑑賞券/大人・小中高生 +300円  
■ 後援/長和町・長和町商工会・長和町教育委員会・信州・長和町観光協会

■ 主催/長和町映画祭実行委員会/キュルテュール・ド・ながわまち  
お問い合わせ: 0268-68-3227

若村麻由美 田中英・永野美穂  
渡辺美佐子・石野真子  
田村尚廣 山本圭  
高橋長英 仲代達矢

### 長和町情報アプリ「Nナビ」で町の情報を確認しよう!

#### ダウンロード方法

下記の2次元バーコードを読み取るか、Google PlayやApp Storeで「ライフビジョン」と検索しアプリをインストールしてください。



▲ iPhone



▲ Android

問 総務課情報管理係 ☎ 75-2043

- ① スマートフォンのホーム画面に下記のアイコンがあることを確認したら、【地域を選択してログイン】を押し、お住まいの郵便番号を入力し【検索】
- ② 情報を受信したい地域を選択して【決定】
- ③ 利用規約を確認して【同意する】を押ししたら、お使いいただけます。

