

ななわ

広報 

No.251
2026. 8

特集

はじめよう！ボッチャ



photo : ボッチャ

ボッチャの魅力に迫る！

年齢や性別、障がいの有無に関わらず誰もが楽しめるユニバーサルスポーツ「ボッチャ」。町内で日頃からボッチャを楽しんでいるお二人に、魅力や上達のコツなどについてお話を伺いました。

ボッチャ歴：3年
寺下フレイル
予防チーム 尾美 徳子さん



1 ボッチャを始めたきっかけ

令和5年に長和町身体障がい者福祉協会でボッチャ用品を購入したことをきっかけに始めました。毎月開催している寺下地区のフレイル予防体操にも取り入れ、楽しみながら交流を深めています。

2 ボッチャの魅力はどんなところ

屋内で気軽に楽しめることに加え、誰でも参加できることが魅力です。また、ジャックボール（白い目標球）の位置によって試合展開が大きく変わるため、一投ごとの駆け引きがあり、シンプルながら奥深いスポーツです。

3 上達のコツはありますか

思いどおりの場所へボールを投げられるよう、自分の感覚とボールの動きを一致させることが大切です。楽しみながら繰り返しプレーすることが上達への近道だと思います。

ボッチャ歴：10年
公民館長 龍野 賢一さん



1 ボッチャを始めたきっかけ

ボッチャとは松本であったイベントで出会いました。その後、誰もが一緒に楽しめるボッチャがいつか町でも盛んになるといいなと思い、審判の講習会に行き、現在まで続けています。

2 ボッチャの魅力はどんなところ

ボールさえあれば少人数でできる・ルールも簡単で、誰でもやりやすいスポーツであること、またチームでコミュニケーションを取りながら楽しめるところがボッチャの魅力だと思います。

3 上達のコツはありますか

まずは自由に体験してみましょう。目標の球に向かってボールを転がしたり投げたりするうちに自然と慣れてきます。最初は勝ち負けを気にせず、楽しむことが一番のコツだと思います。

ボッチャで育まれるもの

交流

ボッチャは、年齢や性別、障がいの有無に関わらず、誰もが一緒に楽しめるスポーツです。自然と会話や応援が生まれ、新たな仲間との交流の輪が広がります。



戦略・思考力

狙った場所へボールを寄せたり、相手のボールをはじいたり、一投ごとに作戦が求められます。チームで考え、声を掛け合いながら戦略を組み立てる楽しさがあります。



笑顔・喜び

狙いどおりの一投が決まった瞬間や、最後の一球で逆転したときの喜びは格別です。プレーする人も応援する人も、自然と笑顔になれるのがボッチャの魅力です。



健康・生きがい

体を無理なく動かしながら楽しめるため、健康づくりにつながります。仲間との交流や目標を持って取り組むことで、毎日の楽しみや生きがいにもなります。



愛球会の皆さん

はじめよう！

ボッチャ



ボッチャは、赤・青それぞれ6球のボールを投げたり転がしたりして、白い目標球（ジャックボール）にどれだけ近づけられるかを競うスポーツです。年齢や性別、障がいの有無に関わらず、誰もが一緒に楽しめるユニバーサルスポーツとして親しまれています。

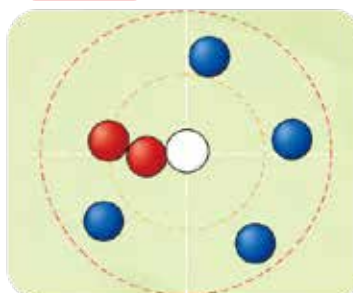
町でも、社会福祉協議会が開催する「メンスボッチャ」や「レディースボッチャ」をはじめ、多くの皆さんがボッチャを楽しんでいます。また、「ボッチャ長和町町長杯」の開催や練習会を予定しており、さらにボッチャの輪が広がっています。

今回の特集では、ボッチャの基本ルールや楽しみ方、町内で活動する皆さんに聞いたボッチャの魅力や上達のコツ、町長杯や練習会の情報をご紹介します。この機会に、あなたもボッチャを始めませんか。

2. 得点の数え方

ジャックボールに最も近いボールを置いたチームが得点します。相手チームの一番近いボールより内側にある自チームのボール1球につき1点です。

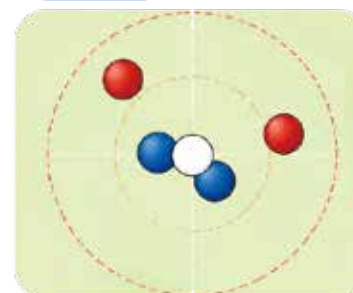
例 1



赤いボールが2球、青いボールの一番近い球よりジャックボールに近い

→ 赤チーム 2点

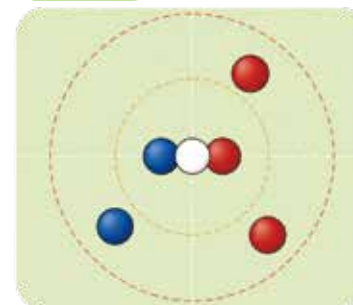
例 2



青いボールが2球、赤いボールの一番近い球よりジャックボールに近い

→ 青チーム 2点

例 3



ジャックボールまでの距離が両チーム同じ場合

→ どちらにも1点

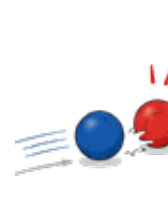
勝敗は

決められたエンド数を行い、各エンドの合計得点が多いチームの勝ちとなります。

3. 注意事項



投球エリアのラインは踏まない



他のボールに当ててもOK！



投げ方 自由（下手投げ・足で蹴る等）



進行は審判の指示に従いましょう

1. ゲームの流れ※1エンド

① コイントスまたはジャンケンで先攻・後攻を決めます。

② 先攻チームが白いボール（ジャックボール）を投げる。

③ ジャックボールを投じたチームが最初のボールを投げます。

④ その後はジャックボールから遠いチームが投げます。

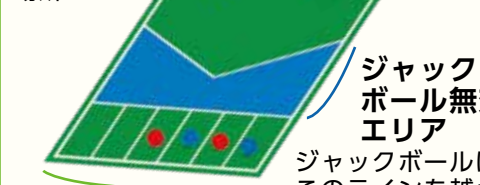
⑤ 両チームが6球ずつ投げ終わったら終了です。



合計 13球

コート

ターゲットボックス
ジャックボールがコート外に出た際に戻る場所



投球エリア

ジャックボール無効エリア
ジャックボールはこのラインを越えなければならない

資源ごみを正しく出しましょう

問住民生活課 環境温暖化対策係 電話 75-2081



日頃より、町民の皆さまにおかれましては、家庭から出るごみの分別にご協力をいただき、大変ありがとうございます。

町では、令和8年4月からごみ出しルールが変更となり、約4か月が経過しました。新しいルールに沿って分別をお願いしているところですが、ルールに従って出されていないごみが散見されます。**捨てればごみ、分ければ資源**。分別は「リサイクル」の入口です。

今一度、「ごみの分別帳」や、町のホームページなどをご確認いただき、町のルールに従って排出いただきますよう、お願いいたします。

また、ごみの分別に迷った際は、スマートフォンアプリ「Trash Lens (トラッシュレンズ)」もご利用ください。品目検索や写真判定により、ごみの分別方法を手軽に確認することができます。

ホームページ



Trash Lens



ルールが守られていない一例



束ねられていない段ボール

持てる大きさの範囲内で重ねて、十文字に束ねることになっています。



指定袋に入っていないごみ

町では、指定袋に入っていないごみは回収できません。必ず決められた袋で出するか、所定の場所に出すようにしてください。



ストックヤードに置き去り

このように置き去りにされたものは回収できません。陶器・ガラス類、ガラスびん、キャップ等に分別した上で、ルールを確認いただき、所定の場所に出すようにしてください。



缶の中にたばこの吸い殻や乾電池が混入

缶は中を軽くすすいで、中身がない状態で出してください。乾電池やたばこの吸い殻が混入していると、火災の危険性があります。

ボッチャ長和町町長杯 開催決定！

日時 10月17日(土) 8時から12時(予定)

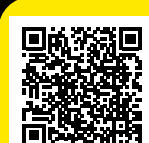
場所 長門町民体育館

参加資格 長和町内に在住・在学・在勤の方

募集期間 8月4日(火)～9月30日(水) 24チーム(1チーム3～5名)

申込方法 教育委員会へ電話(68・2127)もしくは申し込み用紙の提出

大会詳細 大会の詳細は、長和町ホームページをご覧ください！



第1回 **ボッチャ長和町町長杯** ～目指せ 初代チャンピオン～

日時 10月17日(土) 8時から12時(予定)

場所 長門町民体育館

参加資格 長和町内に在住・在学・在勤の方

募集期間 8月4日(火)から9月30日(水) 24チーム(1チーム3～5名) ※先着順

申込方法 教育委員会へ電話(68・2127)もしくは申し込み用紙の提出

参加費 無料

大会の詳細は こちらから

町長杯の開催に伴い、ボッチャ体験会 開催します

日時 8月21日(金)、9月25日(金)の2日間 19時から20時30分まで

場所 長門町民体育館 柔剣道場

持ち物 上履き、飲み物

誰でも気軽に楽しめるボッチャを体験してみませんか？ルールを知らなくても大丈夫！ご家族、ご友人、職場の仲間、お一人での参加も大歓迎です。ぜひお気軽にご参加ください！

ボッチャ体験会



2026年8月21日(金)
9月25日(金)

場所：長門町民体育館 柔剣道場
時間：午後7時から午後8時30分まで
持ち物：上履き、飲み物

10月に開催予定のボッチャ交流大会の練習会を行います。2回行いますのでご都合の付く日時でご参加下さい。ご家族、ご友人、職場の仲間、個人でも大歓迎です。皆様のご参加お待ちしております。

問い合わせ先 長和町公民館 TEL 0268-68-2127

下水道事業の内情を少しだけご説明します

1. なぜ今なのか

長和町の汚水処理事業は、住民生活に必要不可欠なインフラとして健全な経営を求められている中で、人口減少や物価高騰などの厳しい経営環境にさらされています。汚水処理事業を将来的に持続するために、財政シミュレーションを踏まえた「経営戦略」を策定し、事業運営を実施しています。

「経営戦略」とは、各公営企業が、将来にわたって安定的に事業を継続していくための中長期的な経営の基本計画です。この計画に基づき計画的かつ合理的な経営を行うことにより、経営基盤の強化と財政マネジメントの向上を図っていく必要があります。

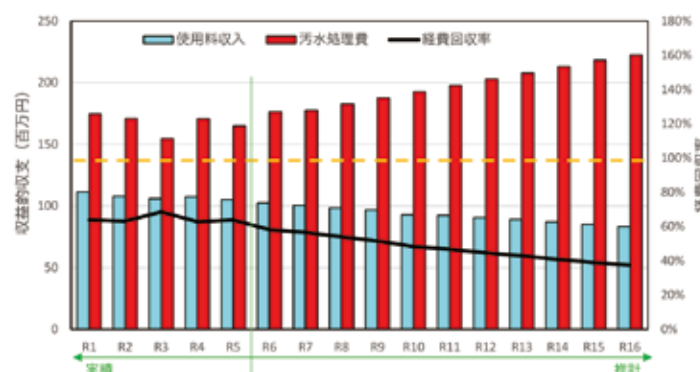
この「経営戦略」を、令和6年度に見直し、使用料の改定が急務であるとの考えにいたりしました。

2. このままではダメなのか

適正な使用料の基準として、経費回収率を基準とする考え方が一般的です。

経費回収率とは、汚水処理に必要な経費を使用料でどの程度まかなえているかの指標です。100%以上が目標とされています。

図1に示した財政シミュレーションの結果、このままの使用料体系を維持した場合、人口減少による使用料収入の減少（水色棒グラフ）と物価上昇による汚水処理費の増加（赤色棒グラフ）にともない、経費回収率の悪化（黒色折れ線グラフ）が見込まれます。



3. 使用料を改訂するとどうなるのか

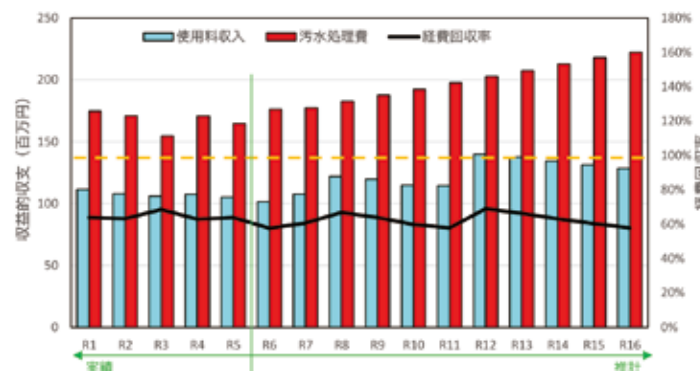
図2は令和7年度と令和12年度に使用料を改訂した場合の財政シミュレーションです。それぞれ25%の増加率を想定しています。

この場合の経費回収率は、目標となる100%には達しないものの、現状程度である約60%を維持できると試算されます。

急激な値上げは町民の生活に大きな負担となるため、段階的な引き上げを考慮しています。

4. 今後はどうなるのか

今後も持続可能な水道事業を維持するため、施設の計画的・効率的な更新や自然災害への備えを進めるとともに、社会情勢の変化を踏まえ、必要に応じて料金改定を検討してまいります。また、近隣自治体との連携による資材の共同購入や広域化など、事業の効率化を図り、安定した経営に努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



1. 改正内容

●**上水道料金** ※定額制の料金改定は令和9年請求分より

改定前 (1ヶ月あたり：税込)

基本料金		従量料金
口径	水量 8㎡まで	水量 9㎡以上
13mm	1,067 円	165 円 (1㎡につき)
20mm		
25mm		
30mm	5,357 円	
40mm	9,823 円	
50mm	16,577 円	
75mm	41,239 円	
100mm	77,572 円	
定額制	2,156 円	—

改定後 (1ヶ月あたり：税込)

基本料金		従量料金
口径	水量 8㎡まで	水量 9㎡以上
13mm	1,232 円	220 円 (1㎡につき)
20mm		
25mm		
30mm	6,215 円	
40mm	11,396 円	
50mm	19,250 円	
75mm	47,949 円	
100mm	91,674 円	
定額制	2,717 円	—

●**下水道料金**

改定前 (1ヶ月あたり：税込)

基本料金	超過料金
水量 8㎡まで	水量 9㎡以上(1㎡あたり)
1,232 円	1㎡～12㎡ 209 円
	13㎡～24㎡ 253 円
	25㎡～36㎡ 297 円
	37㎡～ 341 円

改定後 (1ヶ月あたり：税込)

基本料金	超過料金
水量 8㎡まで	水量 9㎡以上(1㎡あたり)
1,540 円	1㎡～12㎡ 253 円
	13㎡～24㎡ 308 円
	25㎡～36㎡ 363 円
	37㎡～ 418 円

2. なぜ必要

全ての資産を法定耐用年数
周期で更新する投資シナリオ

➡毎年度 4.8 億円もの建設改良費が必要。

➡健全性の観点では、理想的な水準。

- ・更新需要 : 40 年間 194 億円
(4.8 億円 / 年)
- ・健全度推移: 40 年後 健全化率 100%
耐用年数超過率 0%

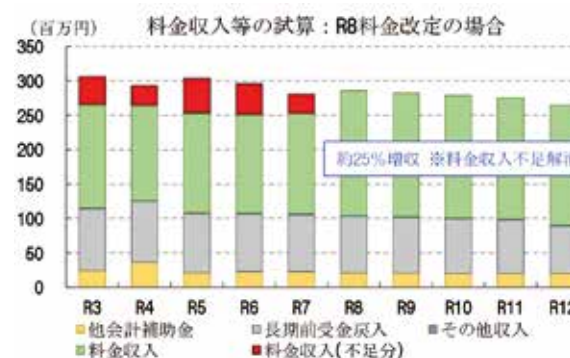
重要度・優先度を考慮し
段階的に平準化する投資シナリオ

➡部材の特性や実使用可能耐用年数、ルート的重要度によるサイクルの差別化を検討。

➡段階的な投資の平準化を図りながら長期的な視点で約半数の資産の健全性維持。

- ・更新需要 : 40 年間 84 億円
(1.2 ～ 3.0 億円 / 年)
- ・健全度推移: 40 年後 健全化率 48%
耐用年数超過率 52%

現在の施設を法定耐用年数以内で更新しようとした場合、多額な建設改良費が必要（上図参照）となり 67% 増の料金改定が必要となります。これでは利用者皆さんの負担を強いられるため、重要度、優先度を考慮し、更新期間を長期的に捉え増加率を 25% と想定しました。



令和8年8月1日（10月検針分）から、
上下水道共に平均25%の料金改定を行います。

長和町の上下水道は皆さまからの上下水道料金で成り立っています。これまで低廉を維持してきましたが、人口減少による料金収入の減少、物価高騰による維持管理費用、老朽化した施設の更新費用の増加が見込まれ、経営状況が厳しくなることが予想されることから、これからは安心して上下水道を利用いただくため、料金改定にご理解をお願いいたします。

上下水道料金が変わります

ふるさと納税で 長和町の魅力を全国へ！

令和7年度にいただいた寄附

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！

寄附金
約 2,300 万円

寄附件数
約 700 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です。

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

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でもできます！

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」

・霧ヶ峰・美ヶ原中央分水嶺トレイルの登山道を保全し、開拓者の想いを次の世代へ。
Shinshu NAGAWA MOUNTAIN TRAIL 2026

2026/9/26（土）霧ヶ峰・美ヶ原中央分水嶺トレイルの一部をコースとして「Shinshu NAGAWA MOUNTAIN TRAIL 2026」を開催します。この大会をきっかけにこのトレイルの環境を保全し、次の世代に伝えるために取り組んでまいります。

・長和町を“ペットと幸せに暮らせる町”へ
～長和んドッグフェスから始まる、新しい移住・交流のかたち～

2026/10/4（日）長門牧場を会場に「長和んドッグフェス」を開催し、講演やステージイベントを通じて愛犬家同士の交流を促進します。

移住や二地域居住を後押しするとともに、事業者の交流や新たな事業参画につなげます。



詳細はコチラ！



昔ながらの手作り
黒耀みそ



味の秘訣は新鮮な生乳
長門牧場アイスクリーム



こだわりのあっさり味
竹内農産の野沢菜

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

長和町では、2026年8月現在、ふるさと納税の返礼品
を約100品目ご用意しています。

町民の方はふるさと納税の返礼品をお受け取りできませんが、魅力的な返礼品を出品されている方々への応援の
意味も込め、町外のお知り合いに長和町の魅力あふれる
返礼品をおすすめしていただけますと幸いです。

担当：長和町役場ふるさと納税特別任務室 ☎ 75-2093



星空と雲海の絶景宿
山本小屋ふる里館



深みのある旨味と風味
信州黒豚生ハム原木



2025年よりスノーボード解禁！
ブランシュたかやまりフト券



黒耀石ミュージアム謹製
黒耀石アクセサリ



長和町の風景をイメージ
ハンドメイドアクセサリ



長和町の自然を切り取った
「ちくちく鳥」グッズ



希少な品種のクルマミを使用
長和チャンドラー



江戸時代の旅館を一棟貸
おやど和田宿



やすらぎの湯／ふれあいの湯
共通温泉入浴券



黒耀水で育まれたおいしい
コシヒカリ



黒耀水でチョウザメを育成
信州キャビア黒耀

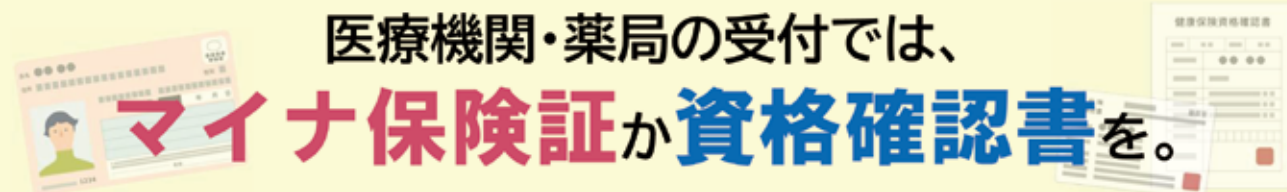
・ふるさと納税とはどんな制度？
・他のどんな返礼品があるの？
詳しくは、長和町のホームページより、
ご確認をお願いいたします！



(令和8年6月時点)

従来の健康保険証は有効期限が終了しています。

※ 有効期限切れに気付かず持参した場合は、利用可能としていましたが、その対応も**2026年7月31日**で終了です。



医療機関・薬局の受付では、

マイナ保険証か**資格確認書**を。

マイナ保険証・資格確認書について



マイナ保険証 とは

- 健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカードが、マイナ保険証です※「マイナ保険証」という新たな証明書が交付されるわけではありません
- 利用登録状況はマイナポータルでご確認できます
- 資格確認書を使っているという方も、ぜひ切り替えをお願いします

マイナ保険証の基本的な情報をまとめたガイドはこちら



資格確認書 とは

- マイナ保険証の利用登録をしていない方などに、保険者から交付されます
- 「資格情報のお知らせ」とは異なるものですのでご注意ください
- 保険者により、大きさ・色・形・提供方法(カード・紙または電子)などは異なります
- ご利用前に、書類上部に「資格確認書」と記載されているかご確認ください

マイナ保険証のメリット



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、搬送中の適切な処置や搬送先の選定などに活用される

など

マイナ保険証の始め方

受診する際にマイナンバーカードをお持ちください

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。裏面を参照の上、利用登録状況を確認し、必要に応じて登録をお願いいたします。



マイナ保険証の利用登録状況と、電子証明書の有効期限のご確認をお願いいたします！

マイナ保険証の利用登録状況の確認方法



- 1 スマートフォン
マイナンバーカード
を用意します

- 2 「マイナポータル(モバイルアプリ)」にログインします。

- 3 「健康保険証」を押します

- 4 「未登録」もしくは「登録済み」と表示されるのでご自身の登録状況をご確認ください

「未登録」の方は、画面に表示される「登録」をタップするとその場で登録完了できます！



あわせて確認！電子証明書の有効期限

- マイナンバーカードには、「ログインした者が、あなたであること」を証明するための電子証明書が搭載されています。
- 電子証明書には、有効期限が設定されています(確認方法は右図参照)。有効期限通知書がお手元に届きましたら、お早めに更新をお願いします。
- なお、電子証明書の有効期限切れから3カ月間は、引き続きマイナ保険証で受診できます。ただし、保険資格情報の提供のみで、診療情報・薬剤情報等の提供はできません。
 - ※ 有効期限満了日が属する月の末日から3カ月間
 - ※ スマートフォンのマイナ保険証については、実物のマイナンバーカードの有効期限まで



よくある質問



2026年8月1日以降に、従来の健康保険証を持参した場合はどうなるの？



有効な保険資格とご本人であることの確認ができるもの(マイナ保険証等)を他にお持ちでなく、その場で保険資格等の確認ができない場合は、従来の健康保険証を忘れた場合と同様の対応が基本となります。受付職員の案内に従ってください。

マイナ保険証についてのよくある質問はこちら



マイナ保険証
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進みます。
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



「介護予防教室」を開催します

☎ 保健福祉課
介護高齢者支援係
75・2079

◆元気アップ教室

8月は集まってるの教室はお休みです。
ゆいねっとで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ましょう。

◆はつらつ運動教室

(40歳以上の方)
☎ 長和町社会福祉協議会
88・3069

■内容

健康運動指導士による体操教室
ストレッチと立つて行う体操が主です。

■日程

8月18日(火)・9月1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

「あったカフェ」を開催します

☎ 保健福祉課
介護高齢者支援係
75・2079

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

8月26日(水) 13時30分から15時

■場所

役場1階 町民ホール

■参加費 100円

認知症予防教室の開催

☎ 保健福祉課
介護高齢者支援係
75・2079

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

8月25日(火) 10時から11時30分まで

■場所

役場1階 町民ホール

8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!



涼しい場所で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～ 腰まわりの体操(14分間)
全身のストレッチ体操(12分間)
11時30分～ (新)『テレビで元気アップ教室』(28分間)
15時30分～ (新)肩こりに効く体操(14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

☎ 保健福祉課 介護高齢者支援係
75・2079

短期集中リハビリプログラムのご案内

☎ 保健福祉課
介護高齢者支援係
75・2079

足腰の衰えから日常の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1回通って、リハビリプログラムに取り組み、『少し前の自分に戻る』を目指します。

ご興味のある方は、ご相談ください。

■利用できる方

65歳以上で要支援1、要支援2の方
チェックリストで該当された方

■場所

老人保健施設いこい
(送迎もあります)

■料金

1回 500円

発達に関する住民向け講演会

☎ 保健福祉課 健康づくり係
68・3494

■日時

8月29日(土)
14時から15時30分まで
(受付 13時30分)

■場所

上田市ひとまちげんき・健康プラザ
ざつえだ 多目的ホール

■テーマ

発達特性を活かす
くかわり方を工夫して二次障害を予防

■講師

東御市立みまき温泉診療所
総合診療医 東御市民病院
発達外来担当医 天田 大輔氏

■対象

長和町・上田市・東御市・青木村在住の方

■定員

先着150名

■申込

8月26日(水)までに健康づくり係へ電話、またはLINE予約

■その他

会場内に託児はありませんが、会場の内でお子さんと一緒に過ごせるスペースの用意があります。

予約はこちらから



こころの健康づくり講演会のご案内

☎ 保健福祉課 健康づくり係
68・3494

■日時

9月12日(土)
14時30分から16時30分まで

■場所

古町コミュニティセンター

■内容

大切ないのちを守るために
子どもの心を知ろう

■講師

安曇野内科ストレスケアクリニック
院長 飯田 俊穂氏

○先生のご紹介

昭和大学兼任講師、NPO法人長野県子どもサポートセンター所長
日本カウンセリング学会長野県支部長、厚生連佐久総合病院心療内科非常勤医師、岡谷市民病院心療内科非常勤講師等、多岐に渡り活躍されています。

また、飯田先生は医師として、内科・心療内科臨床に加え、子どもの健全育成のための子育て支援、カウンセリング研修、臨床心理に関する教育普及等の事業を積極的に実施していらっしゃいます。

モダンでシャープな雰囲気

「住まい快適促進助成事業」
令和8年度も実施します!

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。

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

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!!

benriyahouse.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
見積もり
無料!

お気軽にお電話ください。
0120-539-889
ゴーサンキューハヤク
年中無休 AM8:00~PM8:00

benriyahouse.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



くらしと健康の相談会を開催します

問 上田保健福祉事務所
健康づくり支援課
☎ 25・7149

上田保健福祉事務所にて、9月、12月、3月の毎週金曜日に、「くらしと健康の相談会」を実施します。弁護士による失業、多重債務、家庭問題等の法律相談とあわせて、保健師による心身の健康相談を行うものです。完全予約制ですので、電話でお申込みください。

■日時

○令和8年9月の毎週金曜日
4日、11日、18日、25日
○令和8年12月の毎週金曜日
4日、11日、18日、25日
○令和9年3月の毎週金曜日
5日、12日、19日、26日

■場所

上田合同庁舎
（上田市材木町1-2-6）

■対象

失業、倒産、多重債務、家庭問題等により、眠れない、気力が湧かない、体調がすぐれない等の健康不安がある方。

■内容

法律相談と健康相談
（1組60分以内）

■申込・問合せ

開催日3日前までに上田保健福祉事務所 健康づくり支援課に連絡し、予約してください。

※電話受付時間

平日9時から16時30分まで

■その他

・参加費は無料です。
・匿名での相談は受けできません。
・申込時に相談の概要をお聞きします。内容や利益相反等により担当弁護士が相談を受けることができない場合は、日程調整をお願いすることがあります。

長和町精神障がい者家族会 ～入会のご案内～

問 保健福祉課 健康づくり係
☎ 68・3494

長和町精神障がい者家族会は、平成17年10月に発足し、現在は11世帯が加入しており、家族同士で近況を語り合い、日頃の悩みを分かち合うために活動しています。

■内容

- ①受付
- ②会のルールについて
会でのことは他では話さない・話したくない時は話さなくてよい等
- ③わがちあい
- ④参加しての感想等
- ⑤その他（自死遺族支援に関する情報提供等）

■費用

無料

■その他

・秘密は守られます。
・県内の他地域（長野、佐久、伊那、松本、飯田）で開催されるあすなろの会への参加も可能です。※詳細はお問合せください。



Q 具体的にどんな活動をしていますか？

A 障がいに関する制度や社会資源について学ぶ「学習会」をはじめ、家族同士の交流を深める「懇親会」、また親睦を深める「忘年会」や「お花見」など、年間4回の活動を行っています。

Q 集まりでは、自分のことを詳しく話さなければいけませんか？

A 無理に話さなくても、他の方のお話を聴くだけの参加でも大丈夫です。

Q 毎回すべての活動に参加しなければいけませんか？

A ご自身の都合や体調に合わせて来られる時だけ気軽に参加していただければ大丈夫です。

■対象者

町内在住の精神障がい（またはその疑い）のあるご家族

■年会費

1,000円

※ひとりで悩まず、まずはお気軽にご連絡ください。

上級救命講習会を開催します

問 依田窪南部消防署 予防係
☎ 68・0119

救急車は、119番通報を受けてから現場に到着するまでに、平均で約9・8分かかります。

救急車が到着するまでの「空白の時間」に、その場に居合わせたあなたが応急手当の知識と技術を持つていたら、大切な命を救うことができますかもしれません。

この講習会で、応急手当の正しい知識と技術を身につけ、いざという時のために備えましょう。

※上級救命講習は、普通救命講習の内容に加えて、子どもの心肺蘇生法・搬送方法・外傷の手当等の内容を含んでいます。是非この機会に受講してみたいかがですか。

講習を受講された方には、修了証が発行されます。

■日時

9月13日（日）
9時から18時まで
講習時間…8時間
昼食休憩…1時間

〈広告欄〉



古町霊園 好評分譲中

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。

さくらい
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

■場所

上田市文化センター
中央公民館 3階大会議室
（上田市材木町二丁目2番3号）

※自動車でお越しの方は、総合駐車場に駐車できます。

※駐車場には限りがありますので、公共交通機関の利用や乗り合わせ等の御協力をお願いします。

■講習内容

心肺蘇生法（AEDの使用方法を含む）、大出血の止血法、骨折の手当など

■講習対象

心肺蘇生法等の応急手当に興味がある方

■受講料

無料

■募集人員

70名（定員になり次第、締め切らせていただきます。）

■服装・持ち物

マスク着用、実技のできる服装、筆記用具、ハンカチ、昼食等

■申し込み

8月28日（金）までに、依田窪南部消防署で申込書に御記入のうえ、提出してください。

■その他

災害発生時等で、中止とさせていただきます場合もございますので、御理解をいただきますようお願いいたします。

お知らせ

特別児童扶養手当所得 状況届の提出のお願い

☎ 保健福祉課 福祉係
75・2074

特別児童扶養手当を受給されている方は、毎年8月に所得状況届を提出していただく必要があります。

この届は、8月以降も引き続き受給資格があるかどうかを確認するもので、現在受給中の方には必要書類をお送りしますので、期限までの提出をお願いいたします。提出がない場合は8月以降の手当が受けられなくなってしまうので、ご注意ください。

■受付期間

8月7日(金)～9月4日(金)
※厳守でお願いいたします。

児童扶養手当 現況届 の提出をお忘れなく！

☎ 保健福祉課 子育て支援係
75・2069

児童扶養手当を受給されている皆さまへ、大切なお知らせです。

毎年8月は、児童扶養手当の現況届を提出していただく必要があります。

この届出は、受給資格や所得状況を確認するための大切な手続きです。現在、手当が支給停止となっている方も提出が必要です。

該当する方は、7月下旬に書類を送付しましたので、お手元に届いているかご確認ください。

●「児童手当」とは別の制度です

「児童扶養手当」は、ひとり親家庭などの要件を満たす方を対象とした手当です。

全ての児童(0歳から18歳までに達する日以後の最初の3月31日までの間にある子)を養育している方に支給される「児童手当」とは異なる制度ですので、混同しないようご注意ください。

●大切なご案内

提出がない場合、手当が受けられなくなります。

受給資格があっても、期限までに現況届の提出がない場合は、11月以降の手当を受けられなくなってしまうので、お送りした通知をご確認のうえ、必ず期限までの提出をお願いします。

■提出期限

8月31日(月)まで

おもちゃ花火はルールを守って取扱しましょう！

☎ 公益社団法人
日本煙火協会 事務局
03・5652・7855

毎年、おもちゃ花火の誤った使用方法による火災、負傷事故が起きています。おもちゃ花火を扱う際は、ルールやマナーを守り安全に使用しましょう。詳しくは左記の2次元コードからご確認ください。



日本煙火協会
ホームページ

民運動「e・プロジェクト」の一環として、宴会料理の食べ残しを出さない呼び掛けを行う「残さず食べよう!30・10運動 宴会たべきりキャンペーン」を実施しています。

「30・10運動」は「乾杯後の30分間とお開き前の10分間」は、自分の席で料理を楽しんで食べ残しを減らすという、食品ロス削減に繋がる環境にやさしい取組です。

楽しい宴会が終わりに近づいたとき、ふとテーブルの上を見ると、「お料理がまだ残っている!」なんてことはありませんか?

そんな「もったいない」食べ残しを減らすため、宴会の際は「30・10運動」を取り入れて料理を美味しく最後までいただきますよう!

■「食べ残しを減らそう県民運動」e・プロジェクト」協力店を募集します

食品ロス削減のための取組を行ってくださるお店を、県が協力店として登録しています。

宴会で食べ残しをしないよう呼びかけていただく「30・10(さんまる・いちまる)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

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。



協力店の一覧
こちらから



各取組情報は
こちらから

〈広告欄〉

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㎡(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)

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

地震に強い家

M-ONE HOME
エムワン・ホーム

株式会社 モリケン

〈広告欄〉

笑顔が集まるゲレンデには、それを支える人がいる。

たくさんの笑顔のために 一緒に働く仲間募集中!

募集職種 リフト・わんぱく 券売・庶務 レストラン 降雪・パトロール

待遇 雇用期間 令和8年12月～令和9年3月 勤務日時 平日8時～16時30分 土日祝日8時～17時(勤務内容により変動あり)

給与(時給) 高校生 1,070円 一般(初年度) 1,110円～(降雪・パトロールは別途相談)

未経験者 高校生 大歓迎!

丸子からスキー場まで 送迎あり

スタッフ リフト無料

詳しくはこちら!

ご応募・お問い合わせ プランシュたかやまスキーリゾート

電話 0268 69-2232

株式会社マウント長和 担当:小林雄一 blanche-ski.com/winter/accomodation/2026-27staff/

日	月	火	水	木	金	土
26 S T K興業 水道 処理場持込可	27 町内全域 清水設備 水道 保健センター開放日	28 長門興業 水道 処理場持込可	29 山常 水道 ペットボトル・発泡スチロール類等	30 町内全域 小山産業 水道 新聞・古布ダンボール等	31 羽田組 水道 美化センター展示物販売日	1 安田組 水道 (再) 令和8年度 和田小学校音楽会 (前編)
2 美 金井組 水道 (再) 令和8年度 和田小学校音楽会 (後編)	3 町内全域 信越工業 水道 保健センター開放日	4 S T K興業 水道 処理場持込可	5 清水設備 水道 ペットボトル・発泡スチロール類等	6 町内全域 長門興業 水道 新聞・古布ダンボール等	7 山常 水道 美化センター展示物販売日	8 小山産業 水道 (再) 和田保育園くま組土粘土体験
9 羽田組 水道 長野県知事選挙 (文字放送)	10 町内全域 安田組 水道 保健センター開放日 (再) ながと保育園 ひまわり組土粘土体験	11 金井組 水道 長門小2年生 竹水鉄砲づくり	12 信越工業 水道 和田保育園 夏祭り会	13 町内全域 S T K興業 水道 ながと保育園 夏の収穫祭・夏祭り会	14 清水設備 水道 【生中継】第78回諏訪湖祭 湖上花火大会	15 長門興業 水道 (再) 福祉ふれあいフェスタ
16 山常 水道 CKD (慢性腎臓病) 予防講演会	17 町内全域 小山産業 水道 保健センター開放日	18 税 羽田組 水道 子育て相談	19 安田組 水道	20 町内全域 金井組 水道	21 信越工業 水道	22 S T K興業 水道
23 清水設備 水道 (再) 長門小2年生竹とんぼづくり	24 町内全域 長門興業 水道 保健センター開放日	25 税 山常 水道	26 小山産業 水道	27 町内全域 羽田組 水道	28 安田組 水道 乳児健診・股関節検診 1歳6か月児健診	29 金井組 水道 まちのわだい
30 信越工業 水道 第42回ふる里和田宿場まつり	31 税 町内全域 S T K興業 水道 保健センター開放日 9月定例会開会 (9:30～ 生中継予定) まちのわだい	1 清水設備 水道	2 長門興業 水道	3 町内全域 山常 水道	4 小山産業 水道 (再) 長門小2年生 竹水鉄砲づくり	5 羽田組 水道 (再) 和田保育園 夏祭り会

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)

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
(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▼
8月31日(月)		8月18日(火)
町県民税	2期分	固定資産税 2期分
国民健康保険税	2期分	国民健康保険税 1期分
保育料	8月分	保育料 7月分
町営住宅家賃	8月分	テレビ施設使用料 6・7月分
入所負担金	7月分	町営住宅家賃 7月分
配食サービス等利用料	7月分	入所負担金 6月分
8月25日(火)		配食サービス等利用料 6月分
介護保険料	5期分	水道使用料 5・6月分
後期高齢者医療保険料	2期分	※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。



お知らせ

し尿受入休業のお知らせ

問 住民生活課
環境温暖化対策係
☎ 75・2081

長和町汚泥再生処理センターが左記の期間休業となることからし尿の受入ができません。くみ取り依頼をする時は余裕をもって行いましょう。

■休業日

8月13日（木）から16日（日）



夏山遭難防止

問 警察本部 山岳安全対策課
☎ 026・233・0110

夏山シーズンとなりました。長野県内の山は、例年多くの登山者が訪れます。しかし、山岳遭難も多く、昨年は、七月・八月の二ヶ月間で一四三件の遭難が発生し、遭難者は、死者六人、負傷者七十五人、無事救出七十三人の計一五四人に上ります。

登山者の皆さんは、自分の体力・技術に合った山を選び、次の点に注意して安全な登山をお願いします。

- ①日程や登山コース、危険箇所の確認などを、参加者全員で話し合ってからと計画を立てましょう。また、入山前から気象情報を把握し、天候の判断を誤らないように注意しましょう。
- ②事前に「登山計画書」を作成し、長野県に提出するほか、家族や職場と行動予定を共有しておきましょう。
- ③入山に備えて日頃からトレーニングを行い、体調を万全にしておきましょう。また、入山前に体調に不安がある場合には、登山を中止しましょう。

夏の「SMART省エネ」運動

問 長野県環境部
ゼロカーボン推進課
☎ 026・235・7022

長野県では、エネルギーを、無理なく賢く、利用する夏の「SMART省エネ」運動を9月30日まで実施しています。

ご家庭や事業所において、「我慢」せず、暮らしを「工夫」し、1つでもSMART省エネに取り組んでみてください。



「SMART省エネ」の家庭向け「Share」の取組であるフルシェアについて、暑さの本格化を前に、地域やまちなかで気軽に涼を共有でき、家庭の省エネにつながる「フルシェアスポット」の登録を拡大しました。

この夏はぜひ、身近な「フルシェアスポット」を利用しましょう！

青少年の被害・非行防止

問 警察本部 生活安全企画課
☎ 026・233・9110

夏休み期間中、子供たちは、学校生活から離れることで気持ちが開放的になり、夜遅くまで遊んだり、興味本位でインターネットやSNS等を利用して、殺人・誘拐・闇バイトなどの重大犯罪に巻き込まれるおそれがあります。

- 犯罪に遭わないためにも、インターネットやSNS等の使い方は家庭でルールを決める
- ・ スマートフォン等は、必ずフィルタリングを利用する
- ・ オンラインゲームを含む交流サイト「SNS」内で知り合った人と会わない
- など家庭内でルールやモラルについてよく話し合ってください。

非行は、子供からのSOSです。

少年の被害・非行を防止するため、家庭、職場、地域など社会全体が一体となって『非行少年を生まない社会づくり』を推進しましょう。

夏の火災予防

問 依田達南部消防署 予防係
☎ 68・0119

夏は、夏休み、海水浴、お盆など家庭での行事が重なり、火の元がおそろそかになりがちです。

毎年、線香、花火、または天ぷら油などを原因とする火災が発生しています。

お盆は先祖を供養する大切な行事ですが、お仏壇やお墓などで火を使う機会が多くなります。ろうそくや線香などから供花や供物を十分に離し、燃え移らないように注意してください。

花火をする際は、風が強い時は控えていただき、近くに燃えやすい物がない場所で遊びましょう。事前に水の入ったバケツなどを用意し、遊び終わったら水に浸け完全に消火するようにしてください。

また、天ぷらなどの揚げ物をしている時は、その場を離れないようにする習慣を身に付けましょう。

お出掛け前、おやすみ前には、ろうそくの火や線香が消えているかなど、火の元の点検を忘れずに、火災予防に心掛けましょう。

長和町では家電製品のリサイクル回収サービスを推奨しています (リネットジャパンリサイクル(株)・SGムービング(株)と協定締結しています)

小型家電リサイクル法に基づく
不要な **パソコンの正しい回収にご協力ください。**

【データ消去も安心】
国の認定工場で安全・確実に消去！

家庭で不要になったパソコンを「ご自宅から宅配便による無料回収（最速翌日・希望日時）」しています。利用方法は次のとおりです。

- 1 お申込み
インターネットもしくはFAX・電話からお申し込み
- 2 回収物を詰める
ダンボール箱などに詰めるだけでOK!
- 3 佐川急便が回収
佐川急便が、ご希望日時に回収へお伺いします

● パソコンを含む1箱分の回収料金・リサイクル料金が無料
● 古くても、故障していても「どんなパソコン」でも回収可能
● パソコンと一緒に、周辺機器やその他の小型家電も一緒に回収

【お問合せ】リネットジャパンリサイクル(株)
☎ : 0570-085-800 10:00~17:00
URL : <https://www.renet.jp> リネットジャパン 検索

ご家庭で処分にお困りであったテレビ・冷蔵庫等をご自宅の中から回収しています。重量物を動かす必要がなく便利です。

テレビ 冷蔵庫 洗濯機 エアコン

便利な自宅回収が始まりました。

ポイント1 WEB・電話で簡単お申込み！	ポイント2 リビング・台所などご自宅から搬出！	ポイント3 リサイクル券事前購入は不要！
-------------------------	----------------------------	-------------------------

- 家電リサイクル法に基づき、回収品目・サイズに応じたリサイクル料金と収集運搬料金が必要です。
- 料金やサービスの詳細、お申し込みはこちらのWEBサイト、または専用窓口からお問い合わせください。

【お問合せ】SGムービング(株)
☎ : 0570-056-006 10:00~17:00
URL : <https://www.renet.jp/sg-renet/>

〈広告欄〉

迅速対応 見積り無料 ごみのことならすぐ相談!!

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



支援制度

長和町エアコン設置 促進事業補助金

問 保健福祉課 福祉係
☎ 75・2074

近年の猛暑による熱中症リスク増加を踏まえ、町民の命と健康を守るため、生活保護世帯及び住民税非課税世帯のエアコン設置等を支援しています。

■対象世帯

エアコン未設置の世帯でかつ、次のいずれかの世帯が対象となります。

- ①申請日において、生活保護受給世帯と確認できた世帯（保護停止中の世帯を含み、生活保護制度において冷房器具の購入に要する費用が支給できる世帯を除く。）
- ②申請日における世帯員全員が、申請日の属する年度に住民税が非課税であることが確認できた世帯（①の世帯を除く。）

■対象設備

補助対象者の居住する住宅に対して1台の設備を補助対象とする。

救急医療情報キット のご案内

問 保健福祉課
介護高齢者支援係
☎ 75・2079

「かかりつけ医」や「持病」などの医療情報や緊急の連絡先情報を記載した用紙を専用の容器に入れ、自宅に保管しておくことで、緊急時に迅速な救命活動が行えます。

■対象者

単身高齢者、高齢者世帯、虚弱等の方

■配布物

- ①医療情報等を記載した用紙を入れる専用の筒
- ②キットを保持していることを示すマグネット（冷蔵庫前扉等への貼付用）
- ③キットを保持していることを示すシール（玄関ドア内側等への貼付用）

■費用 無料

緊急時、救急隊の方による早急かつ適切な対応を可能にしています。

ただし、居住する住宅に次に掲げる設備のうち、稼働可能な設備がある場合は、補助対象としない。

- ①家庭用品質表示法施行令に規定される「エアコンデিশヨナー」のうち、以下に掲げる設備
 - ア 壁掛け型エアコン
 - イ 床置き型エアコン
 - ウ ウインドエアコン（窓用）
 - エ ポータブルエアコン
- ②室温を下げるため、コンセントから直接給電する電気冷風機及びペルチエ式クーラー（充電式のものを除く）

■給付額

- ①生活保護受給世帯
上限73,000円
- ②住民税非課税世帯
上限48,000円

■申請方法

申請書、添付書類の提出は設置前となりますので、申請を希望される方は福祉係までご連絡、ご相談ください。

※住民税の申告をされていない方で、対象世帯と思われる方につきましては、住民税の申告をお願いします。

■申請期限

10月30日（金）

腎臓機能障がい及び 特定疾患治療通院費 補助について

問 保健福祉課 福祉係
☎ 75・2074

長和町では腎臓機能障がい及び特定疾患治療のために通院をされている方に対し、通院費の補助を行っています。

■対象者

- ①身体障害者手帳1級に該当する腎臓機能障がい有し、現に血液透析を受けている方
- ②国の難病対策に指定されている疾患の治療のために通院されている方
- ③県が発行した特定疾患医療受給者証及び小児慢性特定疾患医療受給券の所持者でその疾患のために通院されている方

■補助限度額

1ヶ月8,000円を限度とする。

■その他

令和7年度後期分の補助を受けられた方及び申し出のあった方につきましては、7月下旬に申請書類をお送りしましたので、ご確認のうえ提出をお願いします。なお、該当と思われる方で申請書類が届かない方は、お問い合わせください。

ながわ子育てボランティア「おひさま」が、育児をサポートします！

問 長和町社会福祉協議会
支え合いサポート
☎ 88・3810
問 保健福祉課 子育て支援係
☎ 75・2069

「急な用事が入ってしまった」「たまには一人の時間が欲しい」「子どもを預けて病院に行きたい」…そんな時、ありませんか？長和町には、子育て中のご家族を応援する頼れるサポートがあります。

ながわ子育てボランティア「おひさま」は、地域で子育てを頑張る皆様に応援するために、お子様の一時預かりを行っています。

冠婚葬祭などの急な用事から、ゆつくりと病院に行きたい時、ちよつとしたお出かけまで、様々なシーンでご利用いただけます。

◎「おひさま」の利用案内

■対象者

町民であれば、ごなたでもご利用いただけます。

※事前に会員登録が必要です。

■利用時間

- 月曜日から金曜日
9時30分から16時（原則）
- ※祝祭日、年末年始（12月29日～1月3日）はお休みです。
- ※右記時間外でも対応可能な場合もありますので、ご相談ください。

■利用料金（お礼）

- 1時間500円
- ※ボランティア会員の方に直接お渡しください。

◎長和町子育てサポート利用料補助制度のご案内

長和町では、子育て世帯の皆様を支援するため、「ながわ子育てボランティア『おひさま』」の利用料補助を行っています。

〈広告欄〉

SUZUKI
NEW CARRY

DAIHATSU
HIJET 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

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。見取り無料

アートガレージ
TEL.0268-68-2382

■補助内容

お子様1人につき、利用料（お礼）の5分の2の額を補助します。

※月額上限があります。

※年度末年齢満3歳までで保育園等を利用していないお子さんは、「子育てサポート利用料補助金」と併せて「家庭保育保護者支援補助」を受けることができます。

■お問い合わせ

・支え合いサポート事業（ボランティア「おひさま」の利用・登録について）

長和町社会福祉協議会まで

・子育てサポート利用料補助制度について

保健福祉課 子育て支援係まで

ながわ子育てボランティア「おひさま」では、一緒に活動してくれる方を募集しています。関心のある方は社会福祉協議会までお問い合わせください。

俳句

カン高いキジの鳴き声なわばりか
遠雷や甘い香りのストロベリームーン

小林 繁太
山口 かね子

川柳

一流は見えないところで努力する
物価高鎮める転機見えぬまま
雨上り見下ろすカラス夏野菜
チャーチャンもつとゆっくりつかれたよ
うまいみずどこえ行ったらのめるかな
夏草や年寄達の汗のあと

櫻井 康玖
櫻井 康玖
山口 かね子
工藤 常
工藤 常
源 苦勞吉常

短歌

ながわ歌壇

美しき山々ながめすばらしく自然の山はみどりありなり
山ありてはつばの木々に風ありて大きな木々はすばらしきかな
思い出は嫌な事ささえ懐かしく脱脂粉乳DDTも

竜野 桂子
竜野 桂子
龍野 つる子



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 8月19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 8月23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

ありがとう市『こども服・子供用品あげる、もらう』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

和田小学校の1、2年生が施設訪問にやってきました

6月15日（月）和田小学校の1、2年生6名の皆さんと2名の引率の先生が、遠足で和田コミュニティセンターに立ち寄ってくださいました。熊の目撃情報があったため、当初の予定を変更して施設内の見学と、昼食の時間を過ごされました。曇りのお天気で風もあり、肌寒さを感じる様な日でしたが、児童の皆さんのレジャーシートを敷いて外で食べた！というリクエストで、正面玄関でのランチタイムとなりました。子どもさんの楽しい声に、私たち職員もホッと癒されるひとときでした。



和田小学校 遠足

誰もがおたっしやサポーター養成講座を開催しました

6月16日（火）、25日（木）に古町コミュニティセンターで、誰もがおたっしやサポーター養成講座を開催しました。当日は、通いの場の代表者と参加されている皆さん、おたっしやサポーター、ボランティアゆいまーの皆さん、27名の方が参加いただきました。

国保依田窪病院の理学療法士の山崎健一氏を講師に迎え、3月に通いの場の交流会で出ました意見をもとに、通いの場ってお茶のみ会でもあるけれど地域の情報共有の場であったり、元気がどうかを確認できる場、単なる介護予防事業ではなく、「地域で暮らし続けるための土台」になっているというところをお互いに確認することができました。

担い手不足や参加者減少など課題もありますが、無理なく続けられるようにお手玉を使ったレクリエーションなど笑い合いながら楽しませました。早速お手玉を使ったレクを企画している地区もあります。通いの場でお手玉レクのことを知りたいなど、ご希望がありましたらいつでも社協までご連絡お願いいたします。



おたっしやサポーター養成講座

福祉ふれあいフェスタへのご協力ありがとうございました

6月13日（土）に「第18回福祉ふれあいフェスタ」を無事に開催することができました。

開催にあたりましては、ボランティアの皆さんはじめ多くの方のご協力をいただきました。本当にありがとうございました。

詳細につきましては、8月に配布されます「ながわ社協だより特別版31号」をご覧ください。とても楽しい一日が過ぎました。来年もまたよろしく願いいたします。

ながわに広告を掲載しませんか。

広報

有料広告の掲載は、町の新たな財源を確保し、住民サービスの向上および活力ある地域社会の実現を目的としております。連続して12ヶ月、広報ながわに広告を掲載していただける場合は「広告掲載料の割引」ができます。

詳細につきましては、役場総務課情報管理係までお気軽にお問い合わせください。

●お問い合わせ先 総務課情報管理係 ☎ 0268-75-2043
E-mail koho@town.nagawa.nagano.jp





問 長和町図書館 ☎ 68-4400

今月のこの本どう？

「科学でわかる！しくみのナゾ 文具のヒミツ研究所」

■出版：えほんの杜
■著者：ステーションナリー科学ラボ
身近な文具にこんな科学が隠れている！メーカーに取材し、文具のしくみや素材の違い、内部構造を、イラストや図とともに解説する。親子で楽しめる文具の理科読本。



「多類婚姻譚」

■著者：凧良 ゆう
■出版：講談社
どうして結婚はこんなに難しくなってしまったのだろう。セクシュアリティ/ジェンダー、金銭感覚、世代間格差、成育環境…あらゆる価値観の対立の中で現代を生きるわたしたちの祈りと叫び。



●休館日カレンダー 赤■は休館です

8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	31					

新着本紹介

	著者
片見里足立アフェクション	小野寺 史宜
#台所のあるところ	原田 ひ香
ブティック	池井戸 潤
最後までひとり暮らし	田村 セツコ
雨が降ったら	寺地 はるな
きれいな年の重ねかた	海原 純子
ビューティフルワースト	川瀬 七緒
虫のウラがわ図鑑	高岡 昌江
ギョウザくんとシュウマイちゃん	村上 しいこ
ことば医者	高橋 克弘
5さいからはじめる「いご」	藤沢 一就
大むかしの生物	大路 樹生 / 監
野菜と果物	丸尾 達 / 監
にゃんこかぞくおふろのじかん	KORIRI

▶ 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

8/19 まで小学校の夏休み、児童クラブの子ども達が朝からふれあい館で過ごしています。図書室も賑やかですがよろしくお願ひします。 ※お盆休み中の8/13～8/15までは9時開館、17時閉館となります。(8/16は日曜日で休館です)



その他にも



お父さんの読み聞かせ



中学生がボランティアに

◎ 救急講座

消防士さんに子どもの救急時の対応の仕方を教えていただきました。



◎ セタ

セタの工作を楽しみました。



水遊びのご案内

- 日 時：8月3日（月）～10日（月）（4日は除く） 10時30分～11時00分
○内 容：金魚すくい、ミストシャワーなど水遊びを楽しむ
（水の中に入って遊ぶことはできません）
○対象者：未就園のお子さんとその家族
○持ち物：タオル、ぬれてもよい服装、着替え、水分など

8月の予定

月	火	水	木	金	土	日
					1 土曜日開館 9時30分～12時	2 休館日
3 水遊び 10時30分～11時	4 理学療法士の日 10時～12時	5 ランチの日 水遊び 10時30分～11時	6 保健師の日 水遊び 10時30分～11時	7 水遊び 10時30分～11時	8 休館日	9 休館日
10 水遊び 10時30分～11時	11 休館日	12 ランチの日	13 盆休み	14 盆休み	15 休館日	16 休館日
17 絵本の時間 11時～11時10分	18 絵本の時間 11時～11時10分	19 ランチの日	20 保健師の日 お誕生月に 手形をおそう	21	22 休館日	23 休館日
24 絵本の時間 11時～11時10分	25	26 ランチの日	27 保健師の日	28	29 休館日	30 休館日

ーお役立ち情報ー

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

ー長和町子育て支援センター 利用時間ー

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



Yodakubo junior high school

アントレ学習だより

2026.8

第2号

地域とつながる活動を行う
依田窪南部中学校の
取り組みを紹介！

地域に飛び出し、人と人をつなぐ『アントレ学習』



↑マルシェ黒耀に行き、商品を開発する上で
どんなことを考えているのか、意識していること
など、お聞きました。

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アを地
域の皆様体験していただく取り組みを行って
います。9月の紫苑祭でイベントを企画中です
ので、ぜひご来校ください。

最近の活動では、地域の皆様から直接お話を
伺ったり、実際に現地を訪れたりするなど、地
域の輪を広げながら学習を進めています。こ
うした貴重な体験を通じて、私たちは自分たち
の提案がより良いものへとなっていること
を実感しています。引き続き地域の皆様のご協
力やご指導をお願いいたします。

地域の魅力が詰まった商品を開発中！



食グループでは、地域の魅力を伝える商品づくりに取り組んでいます。現在は試作の
真っ最中！学年の仲間にも試食してもらいながら、「もっとおいしくするには？」と意
見を出し合い、改善を重ねています。みなさんに喜んでもらえる商品を目指して頑張り
ます。



綺麗に焼くことはできましたが、
水分が多く…
味はもう少し…！

←チーズケーキづくり

夜空をイメージした
ゼリーづくり→

第1号 地層？！



夜空色に
近づきました！



果物のジュースを使って
ゼリーを試作中。
透明感のある綺麗な夜空を
再現するのが難しいです。

第2号

笑顔と交流が広がる場を目指して

イベント・体験グループでは、地域のみなさんが気軽に集まり、楽しめる空間や居場
所づくりに取り組んでいます。現在は企画を試しながら、学年の仲間にも体験してもら
い、意見を取り入れて改善を重ねています。みなさんが「また来たい」と思える場を目
指して頑張っています。

黒耀石カフェ↓



カフェのメニューの一つに
黒耀石をイメージした琥珀糖
をつくっています。

色は
きれいだけど…！

色々な人と楽しく交流
できる遊びを開発中！



モルックを体験しました！



カフェの空間づくりのために、
黒耀石体験ミュージアムへ相談に！
黒耀石のふるさとまつりにも
参加予定です！

少し黒耀石に近づいた？
色も形も
工夫してみました！



射的も作ってみました！

今後、保育園等に伺い
交流を深める予定です！

地域の魅力をもっと多くの人へ！

発信グループでは、地域の魅力を多くの人に伝えるプロジェクトに取り組んでいま
す。現在は地域へ出向いて動画撮影を行ったり、地域をPRするキャラクターづくりを進
めたりしながら、より魅力が伝わる発信を目指して工夫を重ねています。



うつくしの湯と長門牧場
に行き撮影を開始しました！
構成を考えるのが
難しいです



オリジナル
キャラクター作り→

妙見寺の鳴き龍をモチーフ
にして作成しています



フォームでも
ご感想をお待ちしております！
応援メッセージやアドバイスも大歓迎です！

より良いアントレ学習のために

たくさんの地域の方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をいただける方、ぜひご連絡ください。

Tel 0268-85-2332 依田窪南部中学校

3学年アントレ運営広報グループ(学校担当:宮坂)





人権擁護委員に丸山陽一さんが就任 — 人権を守る身近な相談相手 —

令和8年7月1日付で、丸山陽一さん（古町）が、法務大臣から委嘱され、人権擁護委員に就任されました。長和町では、他に現在、百瀬哲夫さん（長久保）、長田和枝さん（大門）、山下英樹さん（和田）の3名が、人権擁護委員として委嘱されております。人権問題等に関する悩み事がありましたら、お気軽にご相談下さい。なお、法務局では相談専用電話も設置しておりますので、併せてご相談ください。

「みんなの人権110番」☎0570-003-110
「子どもの人権110番」☎0120-007-110
「女性の人権ホットライン」☎0570-070-810



故森田繁良氏 叙勲伝達式

— 多年にわたる地域振興に貢献 —

元長和町議会議員 故森田繁良氏が「旭日単光章」という名誉な勲章を受章し、7月7日（火）に叙勲伝達式が議場で執り行われました。

森田氏は昭和63年10月、地域住民から推され長門町議会議員に当選し、荒廃した畑の立地条件を生かした作物栽培の特産品化、青少年の健全育成、町内別荘開発地における管理体制等、多岐に渡る行政課題について提言を行い、平成16年10月まで4期16年の永きに亘り地方自治の発展にご尽力を賜りました。

この伝達式には、故森田繁良氏の奥様である、森田清子さんが役場を訪れ、勲記が授与されました。



マルメロマルシェ 2026 が開催しました — 連携の力で守る 地域の安全 —

5月30日（土）・31日（日）の2日間、「マルメロマルシェ 2026」が道の駅マルメロの駅なごで開催されました。会場には長和町内外の飲食店やキッチンカーが並び、買い物やグルメを楽しむ姿が見られました。開会式では、マルメロの駅なご活性化プロジェクト委員会が、町の特産であるマルメロを活用した地域活性化への思いを紹介。シンボルツリーとなるマルメロの植樹や、苗木のオーナー制度も実施され、参加者は自分の木を選び復活への願いを込めました。



エジプト（ギザ）で教育支援に挑戦

— 教育支援と町の魅力を発信 —

7月7日（火）、町長室で、JICA 海外協力隊としてエジプトへ派遣される前島美里さん（古町出身）の表敬訪問が行われました。前島さんは7月下旬から2年間、ギザの小学校で日本式の掃除や学級会などの特別活動を通じて、子どもたちが自ら考え行動する力を育む環境づくりを、現地の教員の方たちと進めていきます。また、信州そばや町特産のダッタンソバなどの食文化をはじめ、四季折々の自然や長和町の星空、中山道の歴史ある街並みなどの魅力も現地の皆さんに発信していく予定です。前島さんは「日本とエジプトを結ぶ架け橋となり、日本のファンを増やしたい」と力強く抱負を語りました。

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



きのした とうこ
木下 東子 隊員 — 令和6年4月2日着任 —

広報ながわをご覧になっている皆さん、こんにちは。地域おこし協力隊の木下東子です。今年は昨年より、梅雨空を多く感じた6月・7月でした。じめじめした日が続き、なかなかハウス外での作業が進みませんでした。明日は晴れるかなと、毎日朝昼晩と天気予報をチェックしています。

● ミニトマトの栽培を始めました

地域おこし協力隊3年目。今年は、長和町で雨よけハウスをひとつ借りることができ、ミニトマトの栽培をしています。

4月、草刈りから始まり堆肥肥料をまき、5月耕運をして畝をつくりマルチを張る。6月苗を植えて日々灌水。誘引をして脇芽をとり、さらに誘引。植えたばかりのミニトマト写真を見ると、こんなに小さかったのに大きくなってどれも枯れることなく元気でよかったと感慨深いです。

最近、小さな実がつき始めました。実がつくと自然と笑顔になりますね。ここから一か月、ゆっくり育つミニトマトが赤くなるまで日々観察、管理をしていきます。

下葉の変化が激しく心配したり、灌水の方法を変えたり、まわりに相談したり、様子をみたり、まだまだ自分たちの栽培方法が決まっていません。

今後は、いかに自分たちで気づき対処していけるか、勉強していかなければならないと思います。

今回、雨よけハウスや資材をお借りすることができたのも私たちを信じてくださった皆さんのおかげです。一つひとつの出会いを大切に少しでも町のお役に立てるよう取り組んでまいります。長和町の皆さま、今後ともよろしくお願いいたします。

● 移住後、ますますおやき好きに

移住してますますおやきが好きになり、おやき作り体験に行ってきました。



栽培の流れ



▲トラクタ耕運



▲定植



▲定植後



▲生長途中



▲背丈80cmまで伸びたところ



▲実がついたところ



小谷隊員 Mt.FUJI100 の完走報告！ — 大会開催に向け、機運高まる —

6月29日(月)、地域おこし協力隊の小谷沙智隊員が、国内最大級のトレイルランニング大会「Mt.FUJI100」(165km)を完走し、その報告に役場を訪れました。

広報7月号と併せてお配りしたチラシでもお知らせしましたが、9月、長和町を舞台にしたトレイルランニング大会「Shinshu NAGAWA MOUNTAIN TRAIL」が開催されます。大会の開催に向け、コースの整備・保全を目的としたガバメントクラウドファンディングを実施しているほか、大会のボランティアスタッフも募集しています。詳細につきましては、下記をご覧ください。

信州・長和マウンテントレイル 2026

☎ 信州・長和町観光協会 ☎ 68・0006

- 日時** 9月26日(土) ※雨天決行・荒天中止
会場 ブランシュたかやまスキーリゾート
種目 ●トレイルレース(40km・15kmの部)
●キッズ部門(1.5kmの部)
NEW! ●ドッグトレイル部門(4.5kmの部)
応募期間 6月1日(月)～8月31日(月)

大会ボランティア募集中

- 交通費補助：2000円～4000円
昼食あり(時間に応じて変動)

※大会前のボランティアについては交通費補助はつきません。ただし、時間帯に応じて昼食は用意します。



GCFの応援もどうぞよろしくお願いいたします。



長和町コンシェルジュ お茶会&歴史小話 — 笑い歴史が織りなすひととき —

6月28日、長和町コンシェルジュによる初めての企画「お茶会と歴史小話の会」を長久保宿で開催し、町内外から20人が参加しました。

当日は、長久保宿ガイドで宿場町を散策した後、丸木屋で和菓子と抹茶を味わいながら、長和町コンシェルジュによる創作劇「真田家と其の子供たち」を上演。感動とユーモアあふれる内容に、会場は笑いや拍手に包まれました。

参加者からは「身近な歴史を楽しく学べた」「新しい歴史の楽しみ方を知ることができた」と好評で、地域の歴史や文化の魅力を再発見する機会となりました。

写真①長久保宿ガイド ②一福処濱屋ガイド
③笑い溢れる寸劇 ④特注和菓子・抹茶を味わ味



今回は8月23日(日)と10月25日(日)の午後1時30分から和田宿で開催予定です。参加費は700円(要予約・先着20人)。毎回異なる歴史小話をお楽しみいただけます。

お問い合わせ・ご予約は電話:090-4461-0341、またはEメール:chki3218@outlook.ne.jp(鳴海)までご連絡ください。



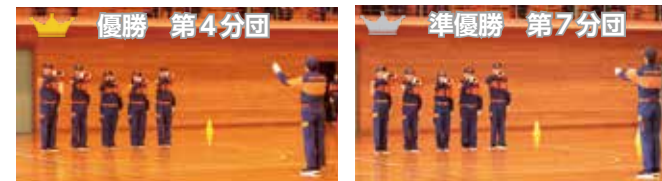
長和町消防団 町大会・上小大会 — 日頃の練習の成果を発揮 —

6月7日(日)、長和町消防団ポンプ操法大会並びにラッパ吹奏大会が和田湯遊パークで開催されました。ポンプ操法で上位の2分団、ラッパ吹奏個人の部 上位4名の皆さん、ラッパ吹奏団体の部は各分団からの選抜メンバーが、6月21日(日)に上田市丸子総合体育館・グラウンドで開催された上小大会へ、町の代表として出場しました。各大会の結果は下記のとおりです。

指: 指揮者 吹: 吹奏者 ①②③補: 各番員

■町大会

●ラッパ吹奏大会 団体の部(敬称略)



指 佐藤 正和 吹 児玉 貴之 指 萩原 寛斎 吹 佐々木 峻太
吹 宮阪 僚 吹 佐藤 瑞貴 吹 佐藤 和樹 吹 武井 稜子
吹 関 麻未 吹 豊岡 拓馬 吹 小野澤 拓海 吹 掛野 剛

●ラッパ吹奏大会 個人の部(敬称略)



吹 佐々木 峻太 吹 武重 慎之介 吹 柳沢 恵佑 指 児玉 貴之
指 萩原 寛斎 指 上野 琉花 指 若林 美穂

●ポンプ操法(敬称略) 〇は優秀選手賞の受賞者



指 秋月 光 指 家田 昂志
① 鷹野原 悠人 ② 両角 謙吾 ① 小林 将大 ② 羽田 佳充
③ 中原 拓哉 補 佐々木 正裕 ③ 射手 信浩 補 桜井 北斗

■上小大会

●ラッパ団体: 第5位
●ラッパ個人: 第7位 佐々木 峻太 第12位 武重 慎之介
第14位 柳沢 昂星 第15位 柳沢 恵佑
●小型ポンプ操法: 第8位 第1分団 第13位 第3分団



町内の小学校へ交通安全啓発品を配布 — みんなでつくる安心な町 —

7月11日(土)から20日(月)にかけて実施された「夏の交通安全やまびこ運動」の一環として、依田窪交通安全協会長和支部の丸山陽一支部長から町内小学校の全児童に、交通標語の入った交通安全啓発品を配布しました。

交通安全に対する意識を高め、出かける機会が多くなる夏休みを安全に楽しく過ごしましょう。



緊急時における可燃ごみ処理体制を強化 — ごみ処理のバックアップ体制を構築 —

7月13日(月)、役場で「緊急時における長和町可燃ごみ処理協定」の調印式が行われ、町は小諸市に本社を置くイーステージ株式会社と協定を締結しました。

今回の協定は、丸子クリーンセンターで予期せぬトラブルが発生し、ごみ処理が困難になった際、同社の施設で可燃ごみを受け入れ、処理を行うことで、ごみ処理事業を継続できる体制を整えることが目的です。調印式では羽田町長と鈴木社長が協定書に署名し、鈴木社長は「緊急時には責任を持って処理できる体制を整えていきたい」と話しました。今後は搬送方法などの詳細を協議するとともに、定期的な訓練も実施していく予定です。



ながの
広報

令和8年 8月号 No.251

長和町役場
〒386-0603 長野県小県郡長和町古町4247番地1
TEL 0268-68-3111 FAX 0268-68-4011
ホームページ <https://www.town.nagawa.nagano.jp>

発行 ■ 長野県長和町役場
編集 ■ 総務課情報管理係
印刷 ■ フォーティ印刷株式会社

編集後記 ▼ 今月号は町長杯の開催に合わせてボッチャを特集しました。取材を通して、ボッチャは勝敗だけでなく、人との交流や笑顔が生まれるスポーツだと改めて感じました。初めての方でも気軽に楽しめますので、ぜひ町長杯や事前練習会にご参加いただき、ボッチャの魅力を体感してみてください。

NAKASENDO WADA-JUKU



宿札を手に、
灯りをたどる宿場町。



和田宿 宿場祭り

第42回

中山道六十九次之内二十八番



2026
8/14 (金) 14:00~21:00

催しの内容は、折り込みのチラシをご覧ください。

会場 | 和田宿本陣周辺 住所 | 〒386-0701 長野県小県郡長和町和田2854-1

主催 | ふる里和田宿宿場まつり実行委員会 協賛 | 長和町 / 長和町商工会 / 長和町経営者懇話会 / 信州うえだ農協よだくほ南部支所
上小森林組合依田窪支所 / 和田自治会 / 和田財産区 / 信州・長和町観光協会

長和町の人口 総人口 5,376 人 世帯数 2,637 世帯 男性 2,674 人 女性 2,702 人 (令和8年7月1日現在)