



南アルプスと歌舞伎の里

広報おしらせ版 No.331



広報バックナンバーを
村のホームページから
ご覧になれます。

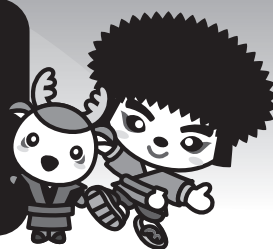
あ

あ

し

か

2024
6



〒399-3502 長野県下伊那郡大鹿村大字大河原354 ホームページアドレス <http://www.vill.ooshika.nagano.jp> 電子メールアドレス info@vill.ooshika.lg.jp
人口 870人(-4) / 男 424人(-2) / 女 446人(-2) / 世帯数 457戸(+1) 令和6年6月1日現在 ※()内は前月比 ◇印刷/龍共印刷株式会社

農業委員会だより

問い合わせ先：☎39-2001まで

【令和6年5月21日(火) 定例会が行われました】

今回提出された案件は、農地中間管理事業法第19条の2、旧基盤強化法19条、農地法第3条です。農地の件でお困りのことがございましたら、いつでもご相談ください。

今回承認等された利用権等

地区	利用権等	件数	その他
鹿塩	賃借権	1	・ 申請等は、その月の15日を基準に受付け。 【直近締切日：令和6年6月14日(金)】
	所有権移転	1	
大河原	賃借権	1	・ 定例会は、毎月20日前後を予定 【直近予定日：令和6年6月19日(水)】

※農地の売買や賃借などといった農地のやり取りには、「農業委員会の許可」が必要です。

【令和6年5月21日(火) 農委×保育所】

農業委員会で毎年行っている遊休農地を活用したサツマイモの根付けを本年も実施しました。保育所からは年長さんにご参加いただきました。

今回は根付けの他に、一緒に肥料を撒いたり、トラクターで耕す様子を見学してもらいました。子どもたちは、秋の収穫をととても楽しみにしている様子でした。

また、同日に農業委員会では、中尾早生の作付けをおこないました。



グラベルライドラリー2024 大鹿村ステージが開催されました

5月26日(日)に、大鹿村交流センターから中川村陣馬形を往復する自転車ラリー「グラベルライドラリー2024 大鹿村ステージ」(主催(一社)国際自転車交流協会)が開催されました。

グラベルライドラリーは舗装路と未舗装路を含む90km前後のコースで行い、コース中にラリーポイント区間を設け、ポイントにより順位を競います。コースは、大鹿村交流センターをスタート地点とし、国道152号(分杭峠方面)ー林道大萱線ー林道高森山線ー陣馬形の往復約42kmで、ラリーポイント区間は林道高森山線内に設けられました。

今回は昨年に引き続き第2回目の開催となり、コースも昨年より1つラリーポイント区間が増えたコースとなりました。

52名の参加者のうち48名が完走し、参加者からは「きついけどすごく楽しかったです」や「予想以上のコースでした」など多くのご意見をいただきました。

また、10月27日には中川村を主会場としたグラベルライドラリー2024 中川村ステージが開催されます。



落合トンネル(仮称)の第2回工事説明会を開催します

県道松川大鹿線における落合トンネル(仮称)の第2回工事説明会を次の日程で開催します。前回(3月19日)の説明会のご意見を踏まえて、工事の進め方、残土運搬、交通規制などの説明を行います。どなたでも参加できますので、多くの皆さんの出席をお願いします。

●説明会開催日時

1回目 6月24日(月) 午後3時～ 2回目 6月24日(月) 午後7時～

●場所

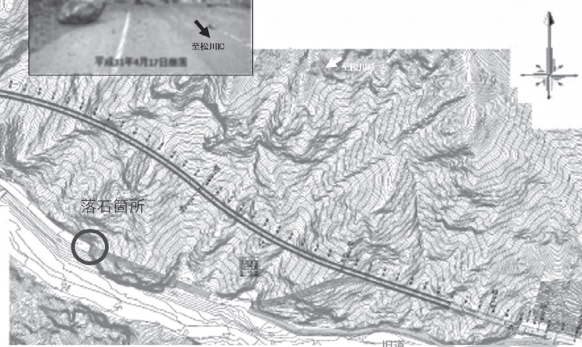
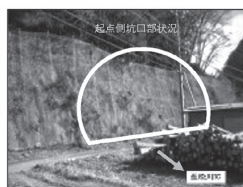
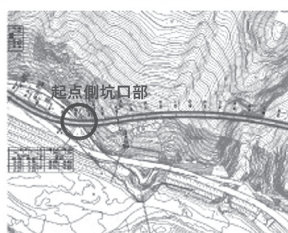
大鹿村交流センター ホール

※2回開催しますが、説明内容は同じですので都合のつく時間にご出席ください。

●問い合わせ先：

産業建設課建設水道係
48-8021

位置及びトンネル計画



南アルプス大鹿登山口開山式



令和6年5月14日(火)正午より、夕立神パノラマ公園にて、夏山シーズンの到来を告げる南アルプス大鹿登山口開山式が行われました。村内外の関係者約40名が出席し、山の安全を祈願しました。

登山の際には登山計画書を作成・提出し、自分が登ろうとしている山の特性を知り、十分な準備を行いましょう。

また、登山だけでなく、山菜取り等で入山される方も増えてと思いますが、「行き先と予定を家族に伝える」、「なるべく複数人で入山し、互いに声や目の届く範囲で行動する」、「急斜面には立ち入らない」、「熊等の野生動物に注意する」等にご注意をお願いします。

日中は気温が上昇しやすいので、行動中はこまめに水分・塩分を補給し、熱中症対策も忘れずをお願いします。

取引・証明用に使用する「はかり」の定期検査について

商品の売買に使用したり、各種の証明行為に使用する「はかり」をお持ちの皆さんは、2年に1回の定期検査を受ける必要があります。今年度は、当村を対象として、下記の日程で実施されますので「はかり」を持参し、必ず検査を受けてください。

検査の際にははかりに付着した粉、水分、ほこり等を落としてきていただき、手数料(検査代金)を忘れずにお持ちください。



日	時	令和6年7月9日(火) 午後1時00分から午後2時30分まで			
場	所	大鹿村役場 駐車場			
お問合せ先		大鹿村役場 産業建設課	商工観光係	Tel 0265-39-2001(代)	
		長野県計量検定所	検定・検査課	Tel 0263-47-4006	



農に関するお知らせ

令和6年度収穫祭「日曜朝市」開催！

今年も大鹿日曜朝市を下記の日程で開催します！

- ・開催日：6月30日～11月中旬の毎週日曜日
- ・時間：8時30分～10時
- ・場所：塩の里直売所前朝市広場



カモン！ホーサク

今年度も長野県町村会が主催する「信州縦断～元気なふるさと収穫祭めぐり」として開催します！

村内の新鮮でおいしい旬な野菜が並ぶ予定ですので、ぜひ皆様お誘いあってお越しください！



農作業時の熱中症について

農林水産省は気候変動の影響によって熱中症による被害が更に拡大するおそれがある状況にあることを踏まえ、初夏(5～7月)を熱中症対策実施強化期間として位置づけ、暑さが本格化する前から研修の実施や注意喚起による熱中症対策の徹底を図ることとしております。

- 熱中症とは、体温調節機能がうまく働かなくなり、**体内に熱がこもった状態**を指します。
- 農作業中の熱中症による**死亡者は特に7～8月に集中**しており、**年代別には70代以上が大多数**を占めています。

一方で、熱中症による救急搬送人員数は、まだ身体が暑さに慣れていないGW前後や梅雨明けに急増する傾向があります。

令和6年2月の気象庁の発表によると、令和6年度も日本の多くの地域で**例年より暑くなる**ことが予想されており、熱中症警戒アラートに注意する等、より一層の熱中症対策が必要です。

- 熱中症になってしまった際、**早期発見、対処が大切です**。
- なるべく2人以上で作業し、お互いが視界に入るように作業したり、時間を決めて声をかけあう等、作業者に異常がないか、**定期的に確認できる環境**で作業しましょう。

令和5年度 森林環境譲与税の使途について

○森林環境譲与税とは？

「森林環境譲与税」は、喫緊の課題である森林整備に対応するため、市町村や都道府県に対して、令和元(2019)年度から譲与が開始されています

森林環境譲与税の使途については、森林の整備や人材育成・担い手の確保、普及啓発等の「森林整備及びその促進に関する費用」に充てることとされています。

令和5年度の森林環境譲与税の使途についてお知らせします。

○大鹿村における令和5年度 森林環境譲与税額

1,462万円

○令和5年度の使途

【森林所有者へのアンケート調査(意向調査)】

村では、10年以上手入れが行われていない森林について、森林所有者に対して意向調査を実施。アンケート調査により村等へ経営管理をお願いしたいと回答された方の森林について、今後の森林管理に向けて、詳細確認や現地調査を進めていく予定です。

【森林境界推測図の作成】

地籍調査未実施地区において、森林の境界を明確にするための森林境界推測図を作成。今後、作成した図面を基に森林所有者を特定し、アンケート調査(意向調査)を実施します。

・滝沢地区	869万円	*R 5年度繰越事業
・桶谷地区	1,309万円	*R 6年度へ繰越

【森林境界情報データ整備】

森林情報用GISシステムを導入し、作成した森林境界推測図等をデータ整備していきます。

【基金積立】

譲与額から事業費を除いた残額について、今後本格化する森林経営管理事業に充てるため、村森林環境譲与税基金へ積立しました。

○相談できる日(7月～8月)

月	火	水	木	金
	7/16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31	8/1	2
5	6	7	8	9
	13	14	15	

相談可能時間：午前9時～午後3時まで
※相談可能日・時間に変更となる場合があります。

○相談を希望される方
営農支援センター
【役場 産業建設課】
☎ 39-2001代
までお電話下さい。

営農支援センターでは、営農に関する相談・技術指導等を行っています。お気軽にご利用下さい。

営農支援センターから
お知らせ

令和6年度 住民税における定額減税について

令和6年度税制改正の大綱(令和5年12月22日閣議決定)において、令和6年分所得税及び令和6年度分の個人住民税の定額減税の実施が決定されました。

※所得税(国税)の定額減税については、国税庁ホームページ等でご確認ください。

●定額減税の対象者

令和6年度の個人住民税所得割の納税義務者のうち、前年(令和5年)の合計所得が1,805万円以下(給与収入2,000万円以下)の方

※個人住民税所得割が課税されない納税義務者は定額減税の対象外です。

●定額減税の減税額

納税義務者本人及び控除対象配偶者、扶養親族1人につき1万円

※国外居住者である控除対象配偶者、扶養親族は算定の対象外です。

【例】 父(納税義務者)、母(控除対象配偶者)、子ども2人(扶養親族)の場合
(納税義務者1 + 控除対象配偶者1 + 子ども2) × 1万円 = 減税額4万円

●定額減税の実施方法

住民税の徴収方法により、下記のとおりとなります。

※年度の途中で徴収方法や税額に変更が生じる場合、減税方法が下記とは異なります。

【給与所得 特別徴収】・・・給与から住民税を天引きの場合

令和6年6月分は徴収せず、定額減税後の税額を令和6年7月分から令和7年5月分に分割して徴収します。

※分割の際に生じる端数は令和6年7月分で調整します。

【普通徴収】

定額減税前の税額を基に算出した第1期分(令和6年6月分)の税額から減税し、第1期分から減税しきれなかった場合は第2期分(令和6年9月分)以降の税額から順次減税していきます。

【公的年金 特別徴収】・・・年金から住民税を天引きの場合

定額減税前の税額を基に算出した令和6年10月分の特別徴収税額から減税し、減税しきれなかった場合は令和6年12月分以降の税額から順次減税します。

●定額減税が引ききれない場合(調整給付)

令和6年分の所得税、令和6年度分の個人住民税から定額減税が行われますが、定額減税額が実際の税額を上回り減税の恩恵を十分に受けられないと見込まれる方には、その差額を定額減税補足給付金として給付します。

対象者には令和6年8月下旬頃に確認書またはお知らせの送付を予定し、給付開始は令和6年9月下旬を予定します。

『給付金をかたる詐欺にご注意ください』

定額減税について、大鹿村、国、県から個人情報(口座番号や暗証番号など)をメールや電話でお聞きすることや、ATMを操作していただくような連絡をすることはありません。

【問い合わせ先】役場 住民税務課 税務係 電話39-2001

国民年金からのお知らせ

国民年金の加入手続き・保険料の免除申請等の電子申請が開始されました!!



国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請については、マイナポータルを利用した電子申請ができるようになりました。

マイナンバーカードをお持ちであれば、マイナポータルの情報を活用して、スマートフォンやパソコンで電子申請することができます。

また、申請結果もスマートフォン等で確認することができます。お手続きの際は、是非ご利用ください。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。



日本年金機構

検索

<https://www.nenkin.go.jp/>

国民年金保険料の免除申請等の手続きについて

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」がありますので、役場住民税務課の国民年金窓口または、マイナポータルをご利用いただき手続きをしてください。申請書は、窓口に備え付けてあります。

令和6年度分(令和6年7月分から令和7年6月分まで)の免除等の受付は令和6年7月1日から開始されます。また、申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請することができます。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの申請を忘れていた期間がある方は、役場の国民年金窓口、または年金事務所へご相談ください。



上記についてのご不明点、国民年金のご相談・手続き等については役場住民税務課(Tel39-2001)または飯田年金事務所(Tel22-3641)まで

村税・料金 納付のお知らせ

毎月の料金

- 保育料 ● 介護保険料 ● 住宅料 ● 水道料
- 後期高齢者医療保険料 ● その他利用料等

課税月 税目(期)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	備考
住民税普通徴収			1			2	3			4			年4回
固定資産税		1		2				3			4		年4回
軽自動車税	1												年1回
国民健康保険税	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	毎月



6月はここ!!



7月はここ!!

6月の口座振替

6月25日(火)

納付書納期限

7月1日(月)

7月の口座振替

7月25日(木)

納付書納期限

7月31日(水)

★引き落とし日の前営業日までに口座をご確認ください。

★納付書納付は、最寄りの金融機関又は役場会計にてお願いします。

古い木造住宅へ
お住まいの方へ

住宅の耐震化を進めましょう

令和6年1月1日に発生した能登半島地震により、旧耐震基準で建てられた住宅の多くが倒壊しました。村では耐震診断、耐震改修に国庫補助金を活用した補助事業を行っております。また長野県では耐震化を加速させるため、従来の耐震改修補助事業に上乗せ(最大50万円)する「長野県住宅耐震化緊急加速事業補助金」を施行しました。

ぜひこの機会に耐震診断、耐震改修をご検討ください。

最大150万円の助成

無料で耐震診断！

対象となる住宅 次のいずれにも該当する住宅が対象です。

- 昭和56年(1981年)5月31日以前に着工された住宅である。
- 木造在来工法の住宅である。



耐震化事業の流れ



ステップ1

耐震診断を受ける【費用は無料！】

希望された方に診断士を派遣して精密診断をし、家の強さに0.5、0.7など点数をつけます。後日診断結果をお送りします。

☆診断をご希望の方は住民税務課管理係までご相談ください。



【診断結果の評点】



評点1.0未満

評点1.0以上



安心のため、以下を
ご検討ください。



建築基準法上の最低限の
強さを満たしています。



ステップ2

耐震改修をする

- 大鹿村の補助事業：基礎や壁の強化、劣化した部材の交換などを行う改修です。
耐震改修 100万円／戸(最大)

ステップ3

- 長野県独自の上乗せ補助【長野県耐震化緊急加速事業補助金】、上記村の補助に上乗せ。
耐震改修 最大50万円／戸(補助率10割)
※補助要件：耐震改修後の評点が1.0以上

☆工事は年度内に完了する必要があります。補助は予算の範囲内で申し込み順です。

■ 問い合わせ先 住民税務課 管理係 ☎39-2001(代表)

水道メーター交換のお知らせ

皆様がご使用されている水道メーターは正確な計量、検針ができるよう、計量法に基づき、検定の満期が8年と定められています。水道メーターが検定の満期を迎える前に、村が依頼した施工業者にメーターを交換していただく作業を毎年度実施しています。つきましては、今年度も該当される皆様の水道メーターの交換作業を行うため、施工業者が皆様の敷地内に立ち入って作業させていただきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。(水道メーターの交換は無償にて実施しますので皆様からの費用は一切かかりません)

詳細につきましては次のとおりとなります。

○交換該当地区 上市場、下市場、清水、文満、文満団地、中尾

(該当地区全てのメーター交換ではなく一部のみとなります)

○交換予定期間 令和6年6月～令和6年9月

○交換作業時間 15分～20分程度です。(作業中は断水をさせていただきます)

○問い合わせ先 産業建設課 建設水道係 TEL：0265-48-8021(係直通番号)

ごみの出し方 ～小型家電の出し方について～

小型家電は、「家電本体」のみを回収コンテナへ入れてください。

下記のように、家電が箱に入ったままや、蛍光灯が付いたまま出されていました。

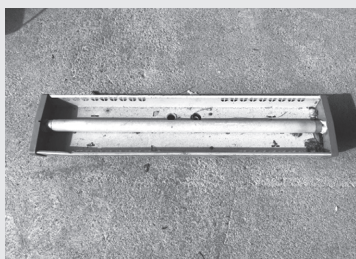
必ず、箱や袋から出し、蛍光灯や乾電池は分別して出しましょう。



→ 包装容器：段ボール・紙製容器包装で出す

→ 小型家電

→ 説明書：雑誌・チラシで出す



→ 小型家電

→ 蛍光灯：蛍光灯回収のドラム缶へ

蛍光灯を外す

*ごみの出し方が分からない場合は、住民税務課までお問合せください。

大鹿村商業組合では買い物へ行くことが難しい方への配達事業を実施します

大鹿村商業組合では、令和6年度より新たな事業として配達事業を実施します。村内商業組合加盟店へ事前に注文いただくことで、配達スタッフがご自宅へ商品を配達します。配達日は毎週午後、大河原方面は火・金曜日、鹿塩方面は水・木曜日です。利用には事前登録が必要なため、利用を希望される方は、役場産業建設課商工観光係(39-2001)またはJAしお里店(39-2203)までご相談をお願いします。

大鹿村中央構造線博物館たより 181号



2024年6月発行

TEL: (0265) 39-2205

staff69@mtl-muse.com



図1 安康露頭南口に貼ったマップ
(北口にも同様のものを貼付済)

あんこう る とう

安康露頭は国道工事のため見学不可

先日見学が再開されたばかりの安康露頭ですが、国道152号線の工事のため通行止となっており、しばらく行くことができなくなってしまいました。道路工事は10月15日までに終了予定です。

安康露頭では、以前は露頭の見えるところに解説板があったのですが、数年前の豪雨のときに流されてしまいました。そこで、入口のところに設置していた安康露頭周辺マップ看板を、露頭の写真と簡単な説明を加えたものに貼り替え、解説板の代替としての役目も果たすようにしてみました(図1)。国道の通行止めが解除になって安康露頭まで行けるようになりましたら、露頭入口の看板の写真をスマートフォンなどで撮影してから露頭に行かれることをお勧めいたします。

国道の通行止めが解除されるまでの間に、また豪雨で露頭が埋まってしまわないことを祈ります。(宮崎)

塩川で河原の石ひろい

今年のGWは、博物館前の小渋川で河原の石を採集し、標本づくりをする親子連れが何組から館されました。最近では、小渋川だけでなく、塩川で河原の石の採集をしたいという方もおられるため、まずは手近なところで、塩の里の裏手の河原の様子を見に行ってみました。河原に降りると、緑色をした^{りょくしょくがん}緑色岩の大きな岩塊が目立ちますが、小さめの河原の石を探してみたところ、9種類の岩石が採集できました。塩川ではあちこち河川工事を行っていたせいか、もともとはないはずの花崗岩も見つかり、石ひろいに最適の場所とはいえ難しいですが、比較的大きくて模様が綺麗な状態の泥質片岩や緑色片岩を採集するには適地となっています。(宮崎)

写真1

塩の里裏手の塩川河床



写真2

塩川河原で採集した岩石



公民館だより

平和学習イベントで
青い目の人形の企画展を
見学しました

5月25日(土)に大鹿村公民館と大鹿村青い目の人形を守る会の共催で平和学習イベントを行いました。長野市立博物館で行われている企画展示「記憶から何かへー戦後80年を目前に」に今回は大鹿小学校に保存されている青い目の人形「ルイスちゃん」が展示されており、戦争当時の状況や平和の大切さを学ぶ良い機会と考え実施しました。参加者は10名となりました。事前に依頼をして、長野市立博物館の職員の方に一つずつ説明に時間をかけていただいたのでしっかりと学べました。おそらく、青い目の人形を中心にした企画展は初めてではないかと思えます。長野県の中にはまだ、何体かの青い目の人形が保存されているそう



ですので、いつかみんなが揃ってお披露目できる日が来ることを願っています。

ニユースポーツ教室を
実施しています

6月より令和6年度のニユースポーツ教室を開始しました。連年と同じく毎月最初の月曜日の午後7時から8時まで実施していきますので、運動不足の方はぜひご参加ください。スラックライン、ラダーゲッター、囲碁ボール、ミニトランポリンなど気軽に楽しくできるニユースポーツが体験できます。参加する方は、飲み物、タオルなどをお持ちください。なお、大鹿村健康ポイント対象事業ですのでカードをお持ちの方はご持参ください。開催に当たっては毎回同報無線等でお知らせしますのでご確認ください。また、10月の終わりにニユースポーツ大会も計画しております。



村の掲示板

大鹿村国民健康保険 運営協議会概要報告

国保運営協議会が6月3日(月)役場2階協議会室にて行われました。

*協議事項

(1) 令和6年度大鹿村国民健康保険税率(案)について検討していただき、承認されました。

(2) 制度改正について協議していただき、承認されました。

(3) 令和6年度大鹿村国民健康保険特別会計補正予算(案)について協議していただき、承認されました。

(4) 令和6年度大鹿村立診療所特別会計補正予算(案)について協議していただき、承認されました。

「歯と口の健康づくり 教室」を行います！

毎年6月4日～10日は、
「歯と口の健康週間」です

「歯や歯肉のトラブルが増えた」「硬いものが食べられない」「お茶などでむせる」といったお悩みはありませんか？年齢を重ねると、お口に関するトラブルや悩みが増えてきます。

そこで、「歯と口の健康づくり教室」を行います。当日は、歯科衛生士と言語聴覚士に来ていただき、お口の健康や歯の手入れの仕方などについて話をさせていただきます。

お気軽にご参加ください。

日時：令和6年6月21日(金)

10時～11時30分

場所：診療所2階(和室)

対象者：65歳以上の方

※健康ポイントの対象となります。ポイントカードをご持参ください。

※参加を希望される方は、6月20日(木)までに役場 保健福祉課までお申し込みください。

申し込み先：役場 保健福祉課

☎ 48-5701

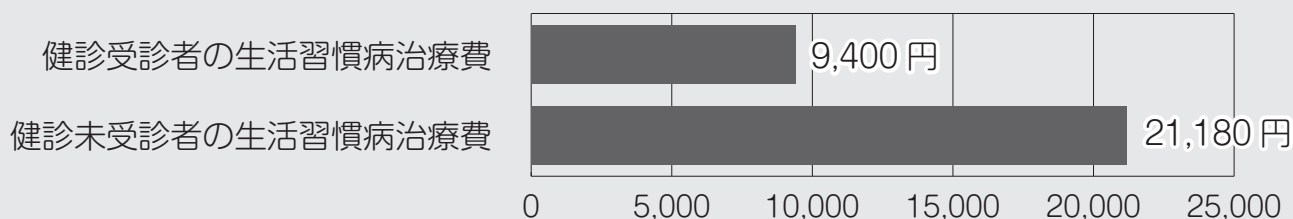
こんにちは保健師です

健康診断を
受けましょう！

健康診断を受けて自分の身体の状態を知ることは大切なことです。一年に一度は健康診断を受けて、いきいきとした生活を送りましょう。

下記のグラフは、特定健診受診の有無と生活習慣病の治療にかかっているお金のグラフです（特定健診の対象者は40～74歳）。健診を受けている方と受けていない方では、**1か月で11,780円の差**があります。若いうちから、健診を受けることが大切です。

特定健診受診の有無と生活習慣病治療にかかっているお金



※出典：KDB（健診・医療・介護データから見る地域の健康課題）

生活習慣病は、早期であるほど
予防・改善がしやすいです。
何歳になっても自分の健康状態
について正確な知識を持つため
に、健康診断を受けましょう！



★下記の日程で健康診断を行っていますので、ご都合の良い日程で受診してください。

誕生月健診

- ・毎週金曜日、午後1時～
- ・対象者：20歳以上
- ・場所：大鹿村立診療所

<料金>

- ・基本検査：2,000円
- ・大腸がん検診：500円
- ・前立腺がん検診：500円
- ・骨密度検診：300円

ヘルス・スクリーニング

- ・令和6年10月15日(火)
- ・対象者：20歳以上
- ・場所：母子健康センター

<料金>

- ・基本検査：2,500円
- ・大腸がん検診：500円
- ・前立腺がん検診：500円
- ・骨密度検診：300円
- ・肝炎検査：600円

人間ドック補助

<大鹿村国民健康保険加入者>

- ・対象者：40～74歳まで
- ・補助額：10,000円

<後期高齢者医療保険加入者>

- ・対象者：75歳以上
- ・補助額：7,000円

※受診後、健診結果と領収書を保健福祉課に提出してください。

※誕生月健診、ヘルス・スクリーニングの申し込みは、役場 保健福祉課までお願いいたします。
【健康診断の問い合わせ先：役場 保健福祉課 48-5701 まで】

熱中症を予防しましょう！

夏は、熱中症が最も多くなる季節です。総務省消防庁の発表によると、令和5年（5月～9月）には、全国で9万人以上の方が熱中症により救急搬送されています。

熱中症を予防して、元気に夏を過ごしましょう！

症 状

高温・多湿の環境に長時間いると、大量の発汗により体の水分や塩分のバランスが崩れてしまいます。また、体温調節がうまく働かなくなり、体内に熱がこもることによってイラストのような症状が現れます。



予防のために

暑さを避ける

- 扇風機やエアコンを使う
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する
- 暑い時間帯を避けて外出する
- 外出時には日傘や帽子を着用する
- 通気性が良く、吸湿性・速乾性のある服を着る
- 保冷剤、冷たいタオルなどでからだを冷やす

水分補給

- こまめに水分・塩分を補給する
- ※ 持病のある方は、摂取量についてかかりつけ医に相談してください。

健康なからだを作る

- バランスの良い食事、睡眠をとる
- 無理せず休む

※令和5年（5月～9月）に熱中症の発生場所で最も多かったのは、住居（約40%）です。室内でも熱中症予防を心がけましょう！

⚠ 高齢者やこどもは特に注意が必要です！ ⚠

熱中症患者のおよそ半数は、65歳以上の高齢者です。体内の水分量が少なく、暑さやのどの渇きに対する感覚機能が低下しているため、注意が必要です。また、こどもは体温を調節する働きが未発達であることや、自ら予防行動を取ることが難しいため、周囲の大人の配慮が必要です。



地域おこし協力隊 活動報告

2024年度 Vol.2

撮影：クレマス・ダニエル



クレマス・ダニエル

4月8日から5月12日まで「大鹿村花見・自転車ツアー」開催しました。17名のお客様と7つのツアーを走りました。初級者、中級者、お子様からシニアの方まで、大鹿村の美しい桜と桃の花を楽しみながらEバイクを走られました。参加人数は少なかったですが、すべてのお客様が大鹿村の山道とレンタサイクルに感激してくれたこと、そして誰も怪我をしなかったことはうれしく思います。お客さんたちが口を揃えて言っていたのは、「Eバイクでこんなに簡単に山道を登れることに驚いた」ということでした。「やってみたいけど、体力に自信がない……」という方は、気軽に役場産業建設課商工観光係に電話して体験ツアーを申し込んでください。

秋葉古道あるき隊の会合に出席させてもらい、秋葉古道をアドベンチャー・ツーリズムの資源として活用することで、秋葉古道を保存するという私の考えを発表させていただきました。勇気づけられるような意見をくれたメンバーに感謝したいです。

大西公園の南端にある200メートルほどの小道を、子どもたちがサイクリングやマウンテンバイクの練習に使えるように修復することを検討中です。

大鹿村を訪れる人々が迷わないように、定期的に道路状況をチェックし、オンライン地図を更新しています。また、秋葉古道のデジタル・ハイキング・マップの作成にも取り組んでいます。

4月29日、大西公園クリテリウム・サイクリングレースを手伝いました。自転車競技のために道路を使用にあたり、ご協力いただいた住民の方々に感謝したいです。

5月26日、グラベル・ライド・ラリーと言う砂利道サイクリング大会でEバイクに乗って写真とビデオを撮りました。全国のプロ選手からアマチュアまで、老若男女50人のライダーが大鹿村北川と中川村陣馬形山間約80キロのコースを楽しみ、競い合いました。

5月17日、熊谷村長と産業建設部のスタッフが伊那市のマウンテンバイクコースを視察しに行きました。トレイル(小道)の設計や維持管理について多くのことを学び、大鹿村に楽しく持続可能なマウンテンバイクコースを設置に向け、参考になりました。



令和6年度自衛官募集！！

「やりたい仕事が、きっと見つかる。」

問い合わせ：自衛隊長野地方協力本部飯田出張所 ☎0265(22)2613

場所：飯田地方合同庁舎 1階

🔍 自衛隊長野地方協力本部 [検索](#)

🔍 防衛省 自衛官募集 [検索](#)

○お気軽に
お問い合わせください！

令和6年度自衛官等採用案内

募集種目		受検資格	受付期間	試験期日	合格発表
自衛官	曹候補生	18歳以上33歳未満の者	7月1日(月)～ 9月3日(火)	1次試験 9月14日(土)～ 22日(日)うち1日	11月21日(木)
	自衛官候補生	18歳以上33歳未満の者	年間を通じて 行っております。	受付時またはHP にてお知らせします。	試験時にお知 らせします。
	航空学生 (海自、空自)	海自：18歳以上23歳未満の者 空自：18歳以上24歳未満の者 (いずれも高卒者又は高専3年 次修了者(見込含))	7月1日(月)～ 9月5日(木)	1次試験 9月16日(月)	令和7年 1月20日(月)
自衛隊員	防衛大学校 学生	一般	7月1日(月)～ 10月17日(木)	1次試験 11月2日(土)	令和6年 12月27日(金)
	防衛医科大学校 医学科学生	18歳以上21歳未満の者 (高卒者(見込含))又は高専3年 次修了者(見込含))	7月1日(月)～ 10月9日(水)	1次試験 10月19日(土)	令和7年 1月30日(木)
	防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛官候補看護学生)		7月1日(月)～ 10月2日(水)	1次試験 10月12日(土)	令和7年 2月4日(火)
	予備 自衛官補	一般 18歳以上52歳未満の者 技能 18歳以上で国家免許資格等を 有する者(資格により年齢上限 は53歳～55歳未満)	6月1日(土)～ 9月19日(木)	9月21日(土)～ 10月7日(月) うち1日	11月7日(木)

採用時期：令和7年3月中旬～4月上旬(予備自衛官の訓練開始時期は令和7月以降。)

放送大学 入学生募集のお知らせ

○放送大学は、10月入学生を募集しています。
○10代から100歳代までの幅広い世代、約8万5千人の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。
○授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。
○心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

○卒業すれば学士の学位を取得できます。
○放送授業1科目の授業料は1万2千円(入学金は別)。半年ごとに学ぶ科目だけの授業料を払うシステムです。
○全国にキャンパスにあたる学習センターやサテライトスペースが設置されており、面接授業(スクーリング)の開講やサークル活動などの学生交流も行われています。

○資料を無料で差し上げています。
お気軽に放送大学長野学習センター
(☎0266-15812332)までご
請求下さい。

○出願期限は、第1回は8月31日まで、
第2回は9月10日まで。

空き家にしない考え方

第5回 定住環境プランナーとは



定住環境プランナー
中村 周子

移住コーディネーターではなく、定住環境プランナー

第5回は「定住環境プランナー」とは何かという話を書きたいと思います。他市町村の移住担当者には「移住コーディネーター」とか「移住コンシェルジュ」という肩書きがよく使われています。この名称は「移住者に総合的な案内をする人」というイメージがありますが、私はこの名称を使うことには抵抗がありました。というのも、大鹿村には移住に関する2つの課題があって、総合案内は難しいと感じていたからです。

2つの課題というのは「移住者が引っ越してできる空き家」と「移住者が生活するための仕事」が圧倒的に少ないということです。大鹿村は魅力的な素晴らしい村ですが「家」と「仕事」があれば、もっと移住者を呼びやすくなると思います。そこで移住できる環境を整え、プランを立てる人という意味で「定住環境プランナー」という名称を提案し、採用されました。

これまでに取り組んだこと

【冊子・空き家にしない考え方を全戸配布】

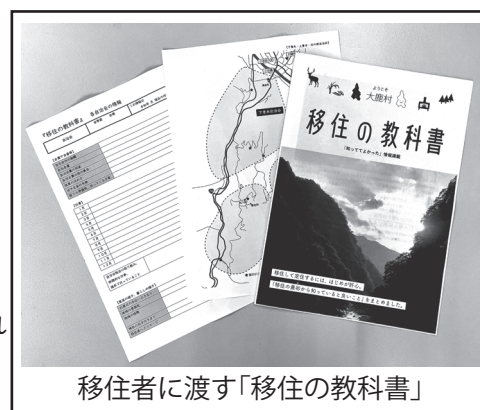
2023年4月に「空き家が増えて困ること」や「空き家にしないためにできること」をまとめた冊子を全戸配布しました。村ホームページにも掲載したところ、豊丘村の移住担当者さんから「とても良い!」との評価を頂きました。大鹿村と同様のことで困っているの、同じような冊子を作ることになったそうです。

【大鹿しごとストックをホームページに掲載】

大鹿しごとストックは移住者も村内在住者も使える仕事の掲示板です。2024年4月から村のホームページで誰でも閲覧できるようになっています。半農半Xを生業にして移住したい、という移住希望者のX部分の仕事探しにも活用してもらえるように作りました。

【移住者に渡す、移住の教科書を作成】

村内の方の目に触れる事はありませんが、移住者に渡す「移住の教科書」を作成しました(写真右)。ゴミの捨て方や冬季の様子など、移住する前に知っておいた方がいいことと、自治会や消防団の役割も記載し、積極的な参加をお願いしています。各自治会の年間行事やきまり(写真左)と、集会所とゴミ収集場所の記載された自治会地図(写真中央)も一緒にお渡しすることにしました。



移住者に渡す「移住の教科書」

これからの予定

これからの大きな目標は次の2つです。

- ①集落活性化計画：各自治会で計画を作成し、空き家対策も盛り込んでいく予定です。
- ②5年で100人プロジェクト：5年間で100人の移住者を呼ぼうという計画です。令和7年度から試験的に始めて、令和8年度から本格的に実施する予定です。村で空き家を10年間借りあげて、修繕をし、移住者に賃貸住宅として貸し出す計画も、5年で100人プロジェクトの中に含まれています。