



木曽川源流の里 木祖村

広報

ま ぞ



木祖村
イメージキャラクター
“源流の源気くん”

2023

11

No.381

令和5年
11月22日



第65回木曽川源流村内一周駅伝大会が開催されました

11月3日(金)に伝統ある「木曽川源流村内一周駅伝大会」が盛大に開催されました。今年も第1部(5区間)のみの開催で、19チーム、補欠チーム1チーム4名の総勢99名の選手が参加し、ゴールの村民センターまで全チームが無事タスキを繋ぎ、完走する事が出来ました。個人成績等は16ページをご覧ください。

今月の主な内容

- ・ 村長コラム P2
- ・ 百歳おめでとうございます! P3
- ・ 木祖村人事行政の運営状況等のお知らせ P4~6
- ・ インボイス制度を受ける事業者の皆様へ P7
- ・ 令和5年度もイベントを開催しました! P8
- ・ お・や・すミーティングメンバーの
企画イベント開催報告 P9
- ・ 第50回木祖村文化祭 展示会・芸能祭 P10、11
- ・ 公民館だより P12
- ・ 源流のもりクラブニュース P13
- ・ 第65回木曽川源流村内一周駅伝大会が
開催されました! P14~16
- ・ 高齢者交通安全大会/
あやめ公園池の整備を行いました P17
- ・ 保健室だより P18、19
- ・ 木祖村地域おこし協力隊員の4人から
皆さんへのお便り P20、21
- ・ 税の窓口 P22
- ・ 伊藤一生の恋愛コラム P23
- ・ 観光協会だより P24
- ・ 木祖村友愛会&なごやいんぷお P25
- ・ 保育園&子育て支援センターだより P26
- ・ 放課後児童クラブ日記 P27
- ・ お知らせ P28~31

村長コラム

唐澤前村長を偲ぶ



本年9月26日、永年に亘り木祖村の発展に貢献された唐澤一寛さんをご逝去されました。ここに謹んで哀悼の意を表したいと思います。

唐澤さんは、昭和53年1月に木祖村役場に入職し、以後建設課長、総務課長を歴任し、平成13年4月からは木祖村収入役、平成15年1月からは助役・副村長を務められました。

その間、村長を補佐して村民福祉の向上に努められ、特に味噌川ダムの建設に当たっては様々な場面で村内の取りまとめ役としてその手腕を発揮されたところです。

更に、平成26年10月から令和4年10月まで2期8年に亘り木祖村長として地方自治の振興に情熱を注がれました。

在任中は、人口減少、少子・高齢化など、様々な課題に直面し、難しいかじ取りを迫られたところですが、持ち前の行動力で難局を乗り切り、いち早く子育て支援の充実に取り組みられました。更に郡・県・国の様々な団体の役員を務められ、本年度知事表彰を受賞するなど、残された功績は数え切れないものがあります。

また、親しみのある笑顔で村民誰とも接し、木祖村の繁栄と発展のため、粉骨砕身、村長職を務められたことは村民から尊敬される存在であり、多くの人に慕われるお人柄であったと思います。

私は、唐澤さんにお声がけをいただいた縁で副村長に就任し、力強いご支援をもって後任の村長に就任させていただきました。

副村長としてお仕える中で、唐澤さんの誠実さ、責任感は、現在村長の立場となった私の模範となっています。

退任後も本村の振興のために力を尽くしていただくことを願っていたのですが、まだ若くして（75歳はまだまだ若いと思います）お亡くなりになったことは残念でなりません。

しかしながら、唐澤さんの御遺志を継ぎ、本村の発展のため尽くしていくのが私に与えられた役目と考え、これからも精一杯頑張っていきたいと思います。

唐澤さん、どうか安らかにお眠りください。合掌。

村長 奥原 秀一



寿



百歳 おめでとうございます！

9月18日(月)今年度百歳を迎えられる3名の方に、奥原村長より内閣総理大臣及び長野県知事からの
お祝い状の伝達と、村からの記念品の贈呈を行いました。

10区の1 川上 けさ千代 さん

10区の2 柳川 枢美 さん

12区 畑中 末子 さん

ますますのご健康とご長寿をお祈りいたします。



10区の1 川上けさ千代 さん



10区の2 柳川 枢美 さん



12区 畑中 末子 さん



(畑中末子さんは施設に入所されているのでご家族の方へ贈呈しました。)

木祖村人事行政の運営状況等のお知らせ

1 職員の給料及び定員管理の状況

(1) 人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口 (4年度末)	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 B/A	(参考) 3年度の人件費率
4年度	2,609	3,273,645千円	182,642千円	543,105千円	16.6%	18.8%

(2) 職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数 A	給与費				一人当たり給与費 B/A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
4年度	54	174,367千円	26,655千円	67,267千円	268,289千円	4,968千円

(注) 1 職員手当には退職手当を含まない。 2 職員数は令和4年4月1日の人数である。 3 企業会計等は含まない。

(3) 職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況（令和5年4月1日現在）

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
木祖村	38.3歳	284,400円	318,153円



(4) 職員手当の状況（4年度支給割合）

支給期	特定管理職員以外		特定管理職員	
	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
6月期	1.20月分	0.95月分	1.00月分	1.15月分
12月期	1.20月分	1.05月分	1.00月分	1.25月分
計	2.40月分	2.00月分	2.00月分	2.40月分

(5) 職員の初任給の状況（令和5年4月1日現在）

区分	木祖村	
一般行政職	大学卒	185,200円
	高校卒	154,600円

(6) 一般職員の級別職員数の状況（令和5年4月1日現在）

区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
1級	主事の職務	11人	20.8%
2級	主任の職務	8人	15.1%
3級	主査の職務	12人	22.6%
4級	係長及び主幹の職務	7人	13.2%
5級	課長補佐及び専門幹の職務	6人	11.3%
6級	課長及び調整幹の職務	8人	15.1%
7級	参事の職務	0人	0.0%
—	再任用職員	1人	1.9%

(注) 1 木祖村の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数である。(育児休業者除く)

(7) 特別職の報酬等の状況（令和5年4月1日現在）

区分	給料月額等	
給料	村長	640,000円
	副村長	557,000円
	教育長	531,000円
報酬	議長	243,000円
	副議長	166,000円
	議員	150,000円
期末手当	村長 議長	(4年度支給割合) 3.30月分 40%加算あり
	副村長 副議長	
	教育長 議員	

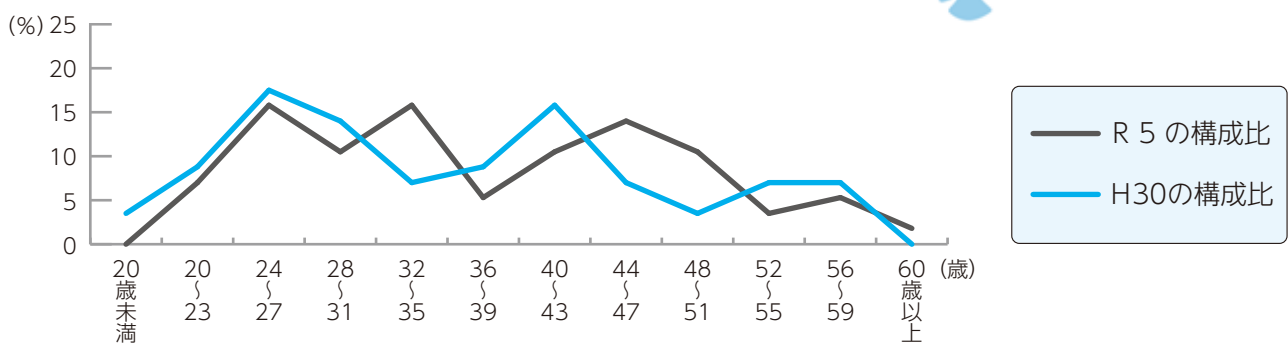
(8) 部門別職員数の状況と主な増減理由

(各年4月1日現在)

部門	区分	職員数		対前年増減数	主な増減理由
		令和5年	令和4年		
一般行政部門	議会	1	1	0	業務分担の見直し 業務分担の見直し 県派遣職員の派遣終了により職員を充てたため
	総務	14	15	-1	
	税務	3	3	0	
	農林水産	4	5	-1	
	商工	4	3	1	
	土木	3	3	0	
	民生	14	14	0	
	衛生	6	6	0	
	小計	49	50	-1	
特別行政部門	教育	4	4	0	
	小計	4	4	0	
公営企業会計等部門	水道	2	2	0	
	下水道	1	1	0	
	その他	1	1	0	
	小計	4	4	0	
合計		57 [60]	58 [60]	-1	

- (注) 1 職員数は一般職に属する職員数である。
2 []内は、条例定数の合計である。

(9) 年齢別職員構成の状況 (各年4月1日現在)



(職員数：人、構成比：%)

区分	20歳未満	20歳~23歳	24歳~27歳	28歳~31歳	32歳~35歳	36歳~39歳	40歳~43歳	44歳~47歳	48歳~51歳	52歳~55歳	56歳~59歳	60歳以上	計
R5	0人 (0.0%)	4人 (7.0%)	9人 (15.8%)	6人 (10.5%)	9人 (15.8%)	3人 (5.3%)	6人 (10.5%)	8人 (14.0%)	6人 (10.5%)	2人 (3.5%)	3人 (5.3%)	1人 (1.8%)	57人
H30	2人 (3.5%)	5人 (8.8%)	10人 (17.5%)	8人 (14.0%)	4人 (7.0%)	5人 (8.8%)	9人 (15.8%)	4人 (7.0%)	2人 (3.5%)	4人 (7.0%)	4人 (7.0%)	0人 (0.0%)	57人

(10) 退職管理の状況 (令和5年4月1日現在)

区分	再就職者
課長級	なし





2 職員の勤務時間その他勤務条件の状況

(1) 勤務時間、休憩時間の状況

勤務時間		休憩時間	週休日・休日
始業時間	終業時間		
午前 8時30分	午後 5時15分	正午から 午後1時まで	土曜日、日曜日 祝日法に規定する休日 12月29日～翌年1月3日

(2) 年次有給休暇の状況（令和4年）

制度の概要	平均取得日数
1年につき20日付与	11.6日

(3) 分限及び懲戒処分の状況（令和4年度）

分限処分	0名
懲戒処分	0名

3 職員のサービスの状況

(1) 営利企業等の従事許可の状況（令和4年度）

区 分	申請件数	許可件数
報酬を得て事業もしくは事務に従事する場合	1	1

4 研修の状況（令和4年）

研 修 名	受講者数	研 修 名	受講者数
新規採用職員研修	3	セキュリティ総合研修	1
一般職員研修	1	コンプライアンス研修	1
中堅職員研修	1	CS・接遇力向上研修	1
係長研修	1	レジリエンス研修	1
人事・給与初任者管理事務研修	1	わかりやすい資料作成研修	1
税務職員初任者研修	1		
住民税事務研修	1	【庁内独自研修】	
税務管理・徴収事務研修	2	ハラメント研修	25
償却資産事務研修	1	職員（主任）企画研修	11
土地評価事務研修	1		

5 人事評価の状況（令和4年度）

評価の回数	評価の時期	被評価者数
年1回	2月	87名

※時給の職員は除く



6 職員の福祉及び利益保護の状況

(1) 福利厚生制度の状況（令和4年度）

区 分	内 容 等
市町村職員共済組合	保険加入、人間ドック助成等
長野県市町村職員互助会	会員数82名 公費補助総額599千円
安全衛生事業	健康診断等補助 ストレスチェック実施
公務災害・通勤災害	2件

(2) 利益保護の状況（令和4年度）

区 分	内容等
不利益処分に関する不服申し立て	0件
公平委員会の報告事項	0件

インボイス制度を受ける事業者の皆様へ

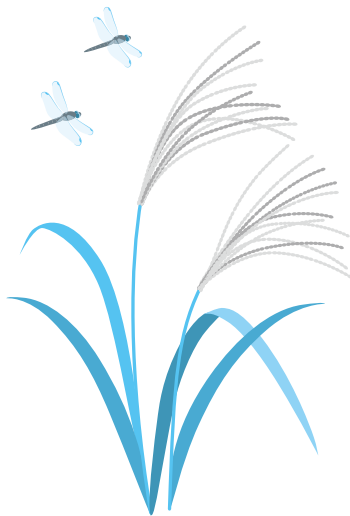
令和5年10月1日から消費税の仕入税額控除の方式として適格請求書保存方式（インボイス制度）が開始されました。

上下水道料金の請求について、「上下水道使用水量のお知らせ（検針票）」「納入通知書兼領収書（納付書）」に消費税、税率及びインボイス事業者登録番号を記載し、適格請求書（インボイス）として発行しますので、仕入税額控除の保存書類としてご使用ください。

- 現金でのお支払いの場合は納付書を保管してください。
- 口座振替でのお支払いの場合は検針票を保管してください。

※10月検針分より右図のように①に消費税率の記載、②に事業者番号の記載の追加となっております。納付書も同様の記載となります。

※ご不明な点等ありましたら、下記お問い合わせ先までご連絡ください。



上下水道検針票

お客様番号	口径	メータ番号	用途
	mm		
水	今回の指針		m ³
	前回の指針(-)		m ³
	旧メータの使用水量(+)		m ³
	今回の使用水量		m ³
	水道料金(税込)(A)		円
道	① (内消費税相当額)		円)
下	今回の使用量		m ³
	水道使用料(税込)(B)		円
水	① (内消費税相当額)		円)
道			
今回ご請求予定額 (A+B)			円
納入期限			
口座振替をご利用の方は上記期日に振替となります。 (このお知らせでは、料金のお支払いはできません。)			

検針日

検針員

--

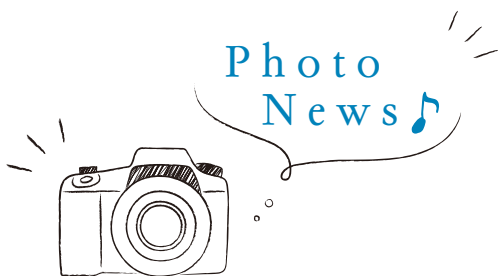
水道料金・下水道使用料口座振替済通知書

水道料金 ①	円
① (内消費税相当額)	円)
下水道使用料 ②	円
① (内消費税相当額)	円)
合計金額(①+②)	円
上記金額をご指定の口座より振替いたしました。	
振替日	

木 祖 村

② 木祖村簡易水道事業 T9800020001129
木祖村下水道事業 T7800020001130

お問い合わせ 木祖村役場 建設水道課（水道係） ☎ 36-2001



令和5年度もイベントを開催しました！

新型コロナの影響が残る中ではありますが、今年度も各イベントを開催することができました。会場等の借用、ボランティアスタッフとしての運営、イベント実施に対する御理解、御協力をいただきましてやぶはら高原イベント実行委員会一同感謝申し上げます。

テンカラ釣り & 毛バリ講習会・ テンカラ釣り優先区域設定

今年度は6月から7月の2ヶ月間を「テンカラ釣り優先区域」事業の期間として設け、6月18日(日)に例年行っている「テンカラ釣り & 毛バリ講習会」を開催しました。当日は計39名の方にご参加をいただき、石垣先生の話に耳を傾けたりする姿や、木祖村はいいところだね、また来たいといった声をいただけたことが印象的でした。



小学生釣り体験 ※6月3日(土)開催予定でしたが、前日の豪雨により中止となりました。



第36回やぶはら高原はくさいマラソン大会

前日に雨が降り、天気が心配されましたが、7月2日(日)に快晴の中無事に開催することができました。今大会は1014組のエントリー、当日は874組、919名が出走し初夏のやぶはら高原を走り抜けました。奥木曾湖周回コースのアップダウンの激しさに「キツイ」、「過酷」の声もありましたが、そんな人たちも「達成感がある」「でもまた走りたい!」と言ってくださり、手作り感のあるアットホームな大会運営に感謝と応援のコメントをたくさんいただきました！

第37回全国日曜画家中部日本展

秋恒例の日曜画家展は、10月14日(土)～10月22日(日)までの9日間、例年より1週間遅らせて、木祖村社会体育館において開催されました。出品者120名、出品点数166点を数え、37点の受賞作品と共に展示されました。今年も教育委員会すすく倶楽部で描いた小中学生の作品も展示されました。

木曾美術会展覧会も同時に行われ、9日間で645人の方々に素敵な作品をご観覧いただきました。



来年度以降もニーズを捉えながら木祖村の地域振興策の一つとしてイベントを開催させていただく予定です。運営への御協力等よろしくお願い致します。

お・や・すミーティングメンバーの 企画イベント **開催報告**

『きそむら 1日花屋さん』 2023.8.11 (金・祝) 藪原宿藤屋テラス

村民のみなさんの協力で、木祖村にお花屋さんがOPENしました！企画したお・や・すメンバーとお花提供者、お客さんやご近所さんとの間にも交流が生まれ、活気あふれる場所になり、とても楽しい時間となりました。



自分の庭の花が誰かを笑顔にする。
またがんばってお花育てるね。庭仕事するね。と笑う、まだまだ元気なお花の提供者さんたち！とても素敵でした。

『キソムラボ森フェス』 2023.9.18 (月・祝) やぶはら高原こだまの森

こんなのあったらいいな。自然の中でヨガしたいな。子どものお店やりたいな。起業応援をしたいな。木祖村の魅力発信になるといいな。といろんな思いから森フェス開催にいたしました。自然の中で楽しい体験を。

多くの方に参加していただき、とても賑わっていました。大盛況！ありがとうございました。



草木染め
ワークショップ



木祖村産トウモロコシ
や朝どれ野菜も大人気
でした。

第50回 木祖村文化祭 展示会・芸能祭

令和5年10月28日(土)、29日(日)に村内4会場にて第50回木祖村文化祭を開催しました。展示会では各会場で工夫を凝らし、心のこもった作品が展示されていました。芸能祭は昨年と同様に、28日に社会体育館にて展示会と同時開催しました。展示会と同時開催することで「にぎやかでいい」、出演者からも「観客の前で発表できることは楽しい」といった感想をいただきました。また今回は、第50回記念企画として伊藤一生さんによる特別講座も併せて開催されました。芸能祭の様子は年末年始に木曽広域ケーブルテレビにて放映を予定しております。文化祭展示会・芸能祭にご協力いただきました皆様、ありがとうございました。

● ● ● ● ● 芸能祭の様子 ● ● ● ● ●

名司会者



木祖中学校・
藪原祭りを知ろう



木祖中学校吹奏楽部



ふいちゃおーズ



KISO源流

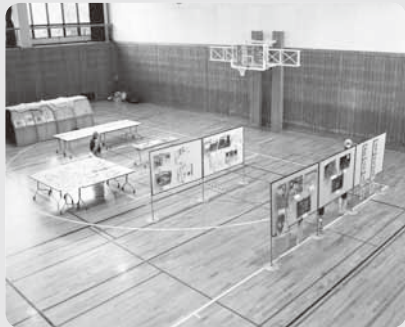


輪いらい倶楽部



縁タメ倶楽部

● ● ● 展示会各会場の様子 ● ● ●



藪原分館・わら原分館 (社会体育館)



小木曽分館（12区公所）



菅分館（菅公民館）



吉田分館（吉田林業会館）



第50回特別企画(伊藤一生さんによる“木祖村の魅力大発見・観光PR方法”講座)



公民館だより

連絡先 公民館事務局 ☎ 36-3348

令和5年度も下期に入り、公民館事業も残り少なくなっていく中、公民館の一大行事である文化祭も10月末に皆様方のご協力により無事開催したところです。ありがとうございました。

年度内での事業は残り少ないですが、皆さん方の積極的な参加をお願い致します。

また現在、来年度の事業計画の検討を行っているところです。意見、要望等ありましたら是非お寄せ頂ければと思います。こちらもよろしくお願い致します。今回は、前回以降での講座等をご報告します。今後も皆さんのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

■県内研修(飯山) 9月8日(金)

「高橋まゆみ人形館」を見学し、「内山和紙体験の家」にて紙漉きを体験しました。自分だけのオリジナルはがきができました。



■県内研修 10月19日(木) (中学生と平和学習)

木祖中学校2年生と一緒に、「松代象山地下壕」と上田市にある戦没画学生慰霊美術館「無言館」を見学し平和について学びました。



■手話入門講座 10月21日(土)

小学生も参加してくれました。自分の名前を手話で皆さんに紹介しました。



分館だより

小木曽分館

小木曽分館行事について、今年度は12月10日(日)に松本市の「わたしのこころの花」さんを講師に招き、ミニ盆栽教室を開催する予定です。皆さんの参加をお待ちしています。

藪原分館

藪原分館秋の行事は、ヨガ教室、ミニ盆栽づくり講座、秋の水木沢散策と計画し実行してきました。

特にミニ盆栽づくり講座には、小学生からおじいちゃん、おばあちゃんと幅広く参加があり、それぞれ思い出の作品が出来上がりました。グループでの会話の中、今度はお互いの作品を持ち寄り茶話会でもしたいねと、大いに盛り上がり楽しいミニ盆栽づくりでした。



菅分館

11月5日(日)大雪渓酒造さんに見学に行ってきました。こじんまりとした酒造メーカーさんです。今は仕込みの真っ最中でした。大王わさび農場も寄ってきました。反省会を兼ねた慰労会では久しぶりの集まりに盛り上がりました。



吉田分館

吉田地区では、分館が中心となって9月17日(日)に4年ぶりの敬老会を集まって開催しました。

子どもたちのお祝いの言葉や参加者一人一人にお花をメッセージとともに贈呈するなど、対象者の皆様への日ごろの感謝を込めて、精一杯お祝いすることができました。また、今年は別に行っていた八幡神社の祭礼も一緒に行き、地区全体でお祝いすることができ、久しぶりの集まりで語りあいコミュニケーションも図られ良い時間が過ごせました。今後も現状で行える形で公民館活動を行っていきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

わら原分館

9月17日(日)ひまわりの種の収穫をしました。今年の花はやや小さかったですが、多くの種を穫ることができました。





源流のもりクラブニュース

NEWS 1 ロゴマークが完成しました



源流のもりクラブのロゴマークが完成しました。また、チアフルベル様の協賛により、胸元に源流のもりクラブのロゴマーク、背面に協賛企業のロゴマークが入ったTシャツを作成していただきました。このTシャツはクラブ運営委員が主催イベント等の際に着用します。今後、一般の皆様にも着用していただけるTシャツの作成も予定しています。



NEWS 2 駅伝大会で味噌汁を振る舞いました



11月3日(金)村内一周駅伝大会のゴール・村民センターにて「木祖村産野菜たっぷり!! 具沢山お味噌汁の振る舞い」をしました。初の試みでしたが、選手をはじめ多くの皆様にお越しいただきありがとうございました。あたたかい木祖村の味をご賞味いただけたかと思えます。



NEWS 3 村民スポーツ祭を開催しました

10月中に行われた村民スポーツ祭の一環として、10月9日(月)まめのわにて「体組成測定&フィットネスマシン体験会」を開催しました。初めて自身の体組成を知ったり、フィットネスマシンを体験したり、どなたも楽しく体験していただきました。体験は随時行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

NEWS 4 お買物・鳥居峠ツアーを開催しました

9月12日(火)、イオンモール松本にてお買物ウォーキングツアーを開催しました。万歩計を付けて買物を楽しみながら6,000歩以上歩くことができました。また、10月14日(土)には鳥居峠にて木祖村の四季ウォーキングツアーを開催しました。奈良井側から峠を越え、藪原駅ではマルシェも楽しんでいただきました。いずれも冬季も予定していますのでぜひご参加ください。



木祖村総合型スポーツクラブ会員募集

年会費 **4,500円** (スポーツ保険代・体育施設使用料・手数料含む)

※中学生、65歳以上の方、障害者手帳をお持ちの方は2,000円、高校生は3,500円です。

お問い合わせ

木祖村総合型スポーツクラブ事務局 ☎ 36-3500 (まめのわ内 月・水～金曜日9:00～17:00)
まめのわフィットネスルーム…月・水～土曜日9:00～21:00、日曜・祝日9:00～17:00
まめっとカフェ……………月・水～金曜日9:00～17:00 (ラストオーダー16:30)

木曽川源流村内一周駅伝大会が 開催されました！

11月3日金文化の日、素晴らしい秋晴れのもと、伝統ある「木曽川源流村内一周駅伝大会」が盛大に開催されました。今年も第1部（5区間）のみの開催で、19チーム、補欠チーム1チーム4名の総勢99名の選手が参加し、ゴールの村民センターまで全チームが無事タスキを繋ぎ、完走する事が出来ました。選手、役員の方のご協力に深く感謝申し上げます。また沿道での応援や陰で支えて頂いた皆様のご理解ご協力にも感謝申し上げます。個人成績等は下記のとおり、総合成績は16ページをご覧ください。

★ 祝！ 藪原下町Aチーム 2連覇！ ★

藪原下町Aチームが昨年の初優勝に引き続き、総合タイムも伸ばして2連覇を達成しました。チームメンバーの方々の連覇にかける想いと、日頃の練習成果や周りの皆さんのサポートが実を結びました。次大会も更なる記録の更新を目指して頂くとともに、他のチームとも切磋琢磨して次回以降も駅伝大会を盛り上げて頂きたいと思っております。誠にありがとうございました！

＜総合表彰＞

【優勝】	藪原下町Aチーム	1時間09分04秒
【準優勝】	小木曽南Bチーム	1時間11分53秒
【第3位】	藪原下町Bチーム	1時間17分07秒
【第4位】	JR東海藪原保線支区チーム	1時間17分40秒
【第5位】	菅Aチーム	1時間22分20秒
【第6位】	小木曽中チーム	1時間22分54秒



＜区間賞（敬称略）＞

【第1区間】	(3,157m)	藪原下町A	奥原弘基	13分13秒
【第2区間】	(3,165m)	藪原下町A	唐澤嘉男	13分25秒
【第3区間】	(3,704m)	藪原下町A	小林隼人	12分16秒
【第4区間】	(4,137m)	JR東海藪原保線支区	末松杏介	13分20秒
【第5区間】	(3,770m)	小木曽南A	水本竜也	13分53秒



＜出場表彰（敬称略）＞

- 【連続5回出場】 藪原下町B：小林弘希、菅A：平井七海斗、
小木曽北A：坪井 祐、小木曽北A：藤原充希、日野製薬：近藤賢尚
- 【5回出場】 10区B：児野莉望
- 【10回出場】 藪原下町B：秋山星夜
- 【15回出場】 小木曽南C：安原英樹
- 【20回出場】 8区A：林 翔太（連続出場）
- 【25回出場】 10区A：平井孝明（連続出場）



＜敢闘賞（敬称略）＞

- 【チーム表彰】 選手全員 30歳以上…みそがわダム
- 【個人表彰（最高年齢出場・年齢別）】 9区：奥原敏彦（70歳）
- 【個人表彰（年齢別）】 藪原下町B：唐澤和宏（50歳）、秋山 忍（50歳）



駅伝大会の様子



村長の号砲で一斉にスタート！



昨年優勝チーム（藪原下町A）
奥原弘基選手の堂々とした選手宣誓



3位 藪原下町Bチーム



準優勝 小木曾南Bチーム



ゴールの村民センターでは総合型スポーツ
クラブによる味噌汁の振る舞いがありました



2連覇のゴールテープ！



連合自治会長の万歳で
無事駅伝大会が終了！
皆様大変お疲れ様でした。
ありがとうございました。

来年の大会もさらに盛り上がるよう、選手をはじめ監督、
競技役員、関係者、そして村民皆さんの絶大なご協力をお願い致します！

第65回 村内一周駅伝大会記録表 2023年度

第1部

選手番号	代表者名	監督名	第1区間 3.157m				第2区間 3.185m				第3区間 3.709m				第4区間 4.137m				第5区間 3.770m												
			氏名	年齢	中継時間	区間タイム	氏名	年齢	区間タイム	中継時間	氏名	年齢	区間タイム	中継時間	氏名	年齢	区間タイム	中継時間	氏名	年齢	区間タイム	中継時間	氏名	年齢	区間タイム	中継時間	決勝タイム	決着順位			
1	吉田 丸山 悠介	丸山 悠介	松原 光哉	28	18分08秒	7	丸山 悠介	40	18分04秒	12	33分12秒	10	大畑 一尊	45	14分46秒	4	47分58秒	6	古畑 夏基	28	24分40秒	19	1時間12分38秒	10	湯川 祥平	35	18分25秒	10	1時間31分00秒	10	
2	菅A 栗屋 文則	野中 肇	平井 七海斗	16	15分46秒	12	栗屋 佑生	15	13分27秒	2	29分13秒	4	栗屋 一輝	22	15分46秒	6	44分58秒	3	奥原 丈流	22	17分51秒	7	1時間02分50秒	5	栗屋 凌彦	15	19分30秒	13	1時間22分20秒	5	
3	菅B 田下 保平	野中 肇	原 心風	10	14分56秒	5	原 慶乃香	11	17分48秒	11	32分44秒	8	原 虎之介	12	19分30秒	12	52分14秒	10	栗屋 二之丞	11	21分41秒	13	1時間13分55秒	11	平井 八菜実	14	21分45秒	17	1時間35分40秒	13	
4	観摩下町A 湯川 正彦	矢口 敬進	奥原 弘基	26	13分13秒	1	藤澤 嘉男	44	13分25秒	1	26分38秒	1	小林 隼人	27	12分16秒	1	38分54秒	1	岩原 天来	14	15分07秒	2	0時間54分01秒	1	渡辺 大介	30	15分03秒	2	1時間09分04秒	1	
5	観摩下町B 村井 千秋	藤澤 慶晴	高畑 陽廣	14	14分30秒	4	唐澤 和宏	50	13分58秒	4	28分46秒	3	岩原 小柚	17	16分34秒	7	45分20秒	4	秋山 忍	50	16分40秒	5	1時間02分00秒	4	小林 弘希	16	15分07秒	3	1時間17分07秒	3	
6	観摩下町C 神津 正史	秋山 洋一	大井 聖	34	18分04秒	16	岩原 優花	10	19分51秒	16	37分55秒	18	秋山 星哉	24	18分40秒	10	55分58秒	15	川口 結衣	11	22分58秒	17	1時間18分55秒	17	湯川 葉	10	19分42秒	14	1時間38分37秒	16	
7	8区A 岩原 大輔	岩原 大輔	林 翔太	35	14分55秒	3	盛岡 功治	43	19分12秒	15	33分57秒	12	岩原 尚	45	19分58秒	16	53分58秒	13	山路 陽菜里	12	24分00秒	18	1時間17分59秒	15	盛岡 凌純	12	22分15秒	18	1時間40分14秒	17	
8	9区A 和田 文人	杉原 卓次	杉原 匠	10	22分55秒	19	深澤 真	10	14分38秒	5	37分21秒	17	菅原 健太	23	19分38秒	15	57分19秒	18	丸山 夏実	29	22分07秒	14	1時間19分28秒	18	岩原 慶	13	15分50秒	4	1時間35分18秒	12	
9	10区A 古井 正貴	古井 正貴	津田 勇佑	28	18分19秒	9	秋山 葉織	12	20分22秒	17	35分41秒	14	平井 孝明	38	17分21秒	8	53分00秒	12	岩原 清剛	45	17分40秒	6	1時間10分42秒	9	中島 銀太	25	16分04秒	5	1時間26分48秒	8	
10	10区B 古井 正貴	古井 正貴	奥野 稜	24	16分14秒	14	日下 真空	11	16分45秒	9	32分58秒	9	小佐波 龍太	10	19分43秒	14	52分49秒	11	奥野 莉望	21	22分18秒	15	1時間14分58秒	12	奥野 紗帆	18	29分25秒	19	1時間44分29秒	19	
11	11区 錦像 透	錦像 透	神出 未奈代	37	16分32秒	15	久保 誠人	10	17分21秒	10	33分53秒	11	征矢野 由奈	11	20分30秒	18	54分48秒	14	上條 遙馬	9	21分08秒	12	1時間15分46秒	13	征矢野 未憐人	13	18分52秒	11	1時間43分38秒	11	
12	小木曾順A 安原 和広	細野 雅志	小垣外 世雄	13	18分10秒	8	加藤 剛	13	14分36秒	5	29分46秒	5	奥谷 雄斗	11	20分08秒	17	49分58秒	9	加藤 愛菜	11	20分44秒	10	1時間10分38秒	8	安原 優芽	12	19分27秒	12	1時間30分03秒	9	
13	小木曾順B 安原 和広	細野 雅志	小林 拓也	33	13分55秒	2	小林 洋二	30	13分44秒	3	27分19秒	2	中崎 大輔	28	14分07秒	3	41分28秒	2	松井 友之輔	28	16分34秒	4	0時間58分00秒	2	水本 龍也	35	13分38秒	1	1時間11分53秒	2	
14	小木曾順C 安原 和広	細野 雅志	永瀬 晋太	30	15分44秒	11	佐藤 崇志	21	19分01秒	14	34分45秒	13	井上 秀和	43	13分58秒	8	48分48秒	8	青木 佑太郎	23	17分56秒	8	1時間06分39秒	7	安原 英樹	44	16分26秒	6	1時間23分46秒	7	
15	小木曾中 西牧 宏法	西牧 宏法	工藤 聖斗	12	18分06秒	6	東 勇生	34	18分43秒	8	30分49秒	6	田上 基平	24	17分50秒	9	48分39秒	7	西牧 蒼空	13	16分38秒	3	1時間08分11秒	6	黒内 一輝	13	17分43秒	8	1時間22分54秒	6	
16	小木曾北A 横山 一行	藤原 大	井井 祐	45	15分23秒	10	藤原 亮希	19	21分07秒	19	36分30秒	15	志水 冬晴	24	19分28秒	11	55分38秒	16	西野 颯彌	12	22分38秒	16	1時間18分36秒	16	井井 崇太郎	12	18分08秒	9	1時間38分44秒	14	
17	みぞの谷A 市川 悠己	市川 悠己	世島山 隼也	25	18分15秒	18	山口 光暉	20	18分31秒	13	36分46秒	16	鹿井 彰大	26	19分31秒	13	56分17秒	17	小川 武輝	38	20分44秒	10	1時間17分01秒	14	田尻 春潮	24	20分30秒	16	1時間37分31秒	15	
18	日野梨葉 久野 浩	星 直樹	辻藤 賢尚	45	18分06秒	17	龍川 歩	40	20分43秒	18	38分09秒	19	坂原 聖弘	45	22分43秒	19	1時間01分32秒	19	今井 洋	39	20分19秒	9	1時間2分51秒	19	星 直樹	63	19分47秒	15	1時間42分38秒	18	
19	浜東海蔵野 保蔵支区 松原 一幸	奥原 千成	高野 務	34	16分05秒	13	代田 稜	27	15分29秒	7	31分34秒	7	坂口 拓也	22	15分28秒	5	47分00秒	5	末松 杏介	26	13分20秒	1	1時間00分22秒	3	小林 巧実	22	17分18秒	7	1時間17分00秒	4	
	木祖村A		杉原 倫	18	22分46秒		奥原 敏彦	70	15分28秒		38分14秒		川上 浩也	26	16分31秒		54分45秒		梶田 道子	35	22分44秒		1時間17分29秒								
	木祖村B																														
	木祖村																														

令和5年度 木曽川源流の里 木祖村 高齢者交通安全大会

秋の全国交通安全運動に合わせて、木祖小学校体育館で9月23日、木曽川源流の里木祖村高齢者交通安全大会が開催されました。

木曽郡内から約150名が参加して、長野県交通安全教育支援センターの交通安全教室などを聴き、交通安全などの意識の高揚を図りました。

今年、木曽管内で起きた人身事故のうち半数は高齢者が関わる事故であり、本大会を契機に事故の抑止につながることを目的に毎年郡内持ち回りで開催しておりますが、コロナの影響で4年ぶりの開催となりました。

本大会では参加者を代表して木祖村老人クラブ連合会長木山澤福夫さんの力強い高齢者交通安全宣言で始まり、木曽警察署と木曽交通安全協会が主催しシルバー交通安全標語の受賞者の表彰が行われました。

大会のフィナーレには、県警音楽隊によるブラスバンドやカラーガード隊によるフロアドリルなども披露され、大いに盛り上がりました。



あやめ公園池の整備を行いました

10月22日(日)、あやめ公園池管理組合と村民ボランティアの皆さんであやめ公園池の整備を行いました。例年行っている草刈りに加え、今年は「地域発元気づくり支援金」を活用して遊歩道のチップまきやカエデの補植を行いました。安全な周遊コースの整備や景観の向上を図りましたので、散策や自然観察にぜひお越しください。



保健室だより



健康とタバコ

はじめに

私、太田がタバコと聞いていつも思い出すのは、ある映画の中で俳優ロバート・デ・ニーロがタバコを吸っている姿です。カッコいいんだよなあ～

また、日本のバンドがタバコをふかしながら、演奏している姿も思い出します。モてるだろうなあ～あと、祖母が黄色地に若草色の模様の入った箱のタバコが好きで、吸っていたことを懐かしく思い出します。

私自身はタバコを吸ったこともなくて、50年生きてきました。なんか苦そうだし煙がけむそうだし。今回は、そんなタバコについて、健康にどう影響するのかについてお話ししておきたいと思います。

そもそもタバコって？

タバコには、燃焼式、加熱式、電子式があります。

- **燃焼式**…紙巻きタバコ、葉巻、パイプタバコなど。
- **加熱式**…タバコ葉をヒーター等で加熱して発生したエアロゾル（気体と粒子状物質が合わさった物）を吸うもの。そして全世界で販売されている加熱式タバコの90%以上が日本で消費されています。
- **電子式**…フレーバーのリキッドを熱して発生させたエアロゾルを吸うもの。



日本ではニコチンを含むフレーバーは製造されていませんので、日本で一般に喫煙者と言えば、燃焼式と加熱式を吸っている人になります。

タバコを吸っている人は多いの？

令和元年国民健康・栄養調査によると、男性で27.1%、女性で7.6%。年代別では30代から50代の働き盛りが多いです。

タバコは健康にどんなふうに影響するの？

2012年の研究によると、非感染性疾患と外因による死亡の因子の1位はタバコ（約15%）、2位は高血圧（約12%）、3位は運動不足（約9%）、高血糖、塩分の高摂取、アルコール摂取と続きます。タバコは断トツ1位ですが、健康を司る専門職としては3位の運動不足も気になるところです。

国際がん研究機関は、タバコの喫煙はアスベストと並び「発がん性がある（ヒトでの十分な証拠がある等。受動喫煙も含む。）」グループに分類しています。喫煙者がなりやすいがんは肺がんに限らず、食道、肝臓、腎臓などさまざまです。

受動喫煙の場合でも、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、糖尿病、乳幼児突然死症候群といったさまざまな疾病との因果関係が確実とされています。国立がん研究センターは「日本では年間約1万5千人が受動喫煙が原因で死亡している」と報告しています。また妊娠・出産、小児におけるタバコの健康影響も危惧されており、まとめた表がありましたので、ご覧ください。

● 妊娠・出産、小児におけるたばこの健康影響

1. 能動喫煙		
〈妊娠・出産〉	レベル1	早産、低出生体重、胎児発育遅延 乳幼児突然死症候群（SIDS）
	レベル2	生殖能力低下、子癇前症・妊娠高血圧症候群のリスク減少、子宮外妊娠・常位胎盤早期剥離・前置胎盤
2. 受動喫煙		
〈妊娠・出産〉	レベル1	乳幼児突然死症候群（SIDS）
	レベル2	低出生体重・胎児発育遅延
〈小児〉	レベル1	喘息の既往
	レベル2	喘息の重症化、喘息の発症※、呼吸機能低下、学童期の咳・痰・喘鳴・息切れ※、中耳疾患、う蝕 ※親の喫煙との関連

■ レベル1 科学的証拠は、因果関係を推定するのに十分である
 ■ レベル2 科学的証拠は、因果関係を示唆しているが十分ではない
 (出典) 喫煙の健康影響に関する検討会編：喫煙と健康—喫煙の健康影響に関する検討会報告書—,2016.

なぜタバコは健康に影響するの？

それはタバコに含まれる成分によるものです。タバコの煙には、発がん性物質の疑いがあるものが約60種類含まれているといわれ、中でも健康への有害性が大きいのがタール、ニコチン、一酸化炭素です。たとえば

- タール**（単一物質ではなくタバコの煙中の粒子相物質の総称など）
……肺がんに限らずいろいろながんを引き起こします。
- ニコチン**……末梢血管の収縮、心拍数の増加、血管壁を傷つける→動脈硬化→血圧上昇→脳卒中、心疾患等を引き起こします。
- 一酸化炭素**……血液中のヘモグロビンと結びつく→酸欠状態→体の機能低下、運動能力が低下し、十分に動けなくなります。



どの種類のタバコも健康に影響するの？

加熱式タバコについての科学的知見として以下の報告があります。



主流煙には紙巻きタバコ（燃焼式）と同程度のニコチンを含む製品もある。	厚生労働省の科学的知見
主流煙に含まれる主要な発がん性物質の含有量は、紙巻きタバコ（燃焼式）に比べれば少ない。	
喫煙時の室内におけるニコチン濃度は、紙巻きタバコ（燃焼式）に比べれば低い。	
有害物質の中には標準的な紙巻きタバコ（燃焼式）より加熱式タバコの煙のほうが濃度が高いものがある。	WHO（世界保健機関。国際連合の専門機関の一つであり、人間の健康を基本的人権の一つとして捉え、その達成を目的として設立された機関）
紙巻きタバコ（燃焼式）の煙にない種類の有害物質が含まれることが明らかになっている。	日本呼吸器学会
数か月の加熱式タバコ使用で肺障害を発症した事例がある。	
煙があまり出ないため受動喫煙が生じないと思われがちだが、使用者の呼吸に含まれる有害物質が2m以上離れたところまで届く。	

電子式タバコについては、日本呼吸器学会が「リキッドの原材料の中に、それ自体は無害でも加熱することで発がん性のある物質に変化するものを確認。」と報告しています。

加熱式タバコ、電子式タバコは販売されてから年数が少なく、長期的な影響については不明ですが、健康被害を引き起こすおそれは否定できない状況です。

もしタバコをやめたいとしたら？

タバコの喫煙をやめることができないとしたら、それは「ニコチン依存症」という病気かもしれません。そのため、専門家による治療が重要です。奥原医院や木曽病院などで医師や看護師から禁煙の指導を受けながら、薬を使って「ニコチン依存症」を治療する禁煙支援が受けられます。

おわりに

タバコは健康に悪いというお話になってしまいました。

どうも吸っている本人も、周りの人にもいいことはなさそうです。

喫煙者の方によると、おちつく、喫煙所の会話が大事という意見がありました。私個人としてもよい側面として、ちょっとした息抜き、コミュニケーションになるところもあると思います。

卒煙者の方によると、食事がおいしくなった、火の心配がなくなったという意見がありました。



当たり前ですが、タバコを吸うこと、吸わないこと、やめること、続けること、すべてご本人の自由です。しかし、だれかまわり、大切な方が悲しむようなことはよくないのではないのでしょうか。

また幸せの定義はいろいろありますが、私は「自分がやりたいことがやりたいときに自分なりにできること」と考えています。

もしタバコが原因で自分がやりたいことをやりたいときに自分なりにできなくなったらと考えるとどうでしょうか。

さてさて、どうがいいんでしょうかね～ 決めるのはあなたです。

お問い合わせ 木祖村役場 住民福祉課（保健係）

☎36-2001 FAX 36-3344 mail: hoken@kisomura.com



木祖村地域おこし協力隊員の4人から皆さんへのお便り

木祖村にお住まいの皆さまへ

現在、木祖村では丸山・菅原・平野・坂口の4人の隊員がそれぞれのテーマをもって活動しています。今年度が半分経過した今、私たちがこの半年どんな活動をしてきたのか、これから半年どんな活動をするつもりなのかを、この場を借りて報告させていただきます。

木祖村農業に挑戦する丸山なつみ隊員より

農を学んで時に之を習う



畑で学んだ、上半期

今年は**インプットの年**と定め、木祖村、栽培さまざまな作目の農家さんの作業にお邪魔しました。トムモロコシを作り、畑をお借りして小物を作り、**自分がどういう作業に向いているのかわかってきた気がします**。では耕作放棄地の作付に向いている作物はなにか。それを確かめようと雑穀やえごま、唐辛子など実験的に作りました。今は**来年の耕作に向けて放棄地を開墾**しているところです。



畑以外の勉強を、下半期

作業に追われて反省や勉強が後回しになっていた、**栽培管理の理論や、農業経営についての知識**を得ること、じっくり**栽培計画を練る**こと。**法人化**にも興味があります。来年は獣害に強く、粗放な栽培に耐えるえごまの機械化に挑戦したい。そのためにはやっぱり学ぶことですね。ほかにも就農の準備、例えば**農業機械を揃える**だとか、**作業小屋を建てる**だとか…。**加工品の試作、6次化**といったことにも挑戦していきます！

一次産業を盛り上げる菅原りょうた隊員の

農から始まるエトセトラ



上半期の活動(令和5年度)

上半期に**トムモロコシ生産事業**で農地二反を活用して約 2900 本の出荷ができた。去年までもち麦の栽培をしていた畑でのトムモロコシ栽培だったのでこの**本数は良い出来**だと思う。しかし**収量はあったがサイズが小さかった**という結果になってしまった。原因としては降水量の少なさが影響していると思う。来年度は冠水チューブを設置して適切な量の水を上げたい。来年度は**規模を拡大して収量を増やしたい**。



下半期の活動(令和5年度)

下半期は狩猟に力を入れていきたい。木祖村では有害鳥獣駆除に従事している人がたくさんいるのでその人たちの技術をみて学び、今後の活動に生かしていきたい。他には**ジビエ加工施設**の**設立のための勉強**をしたい。有害鳥獣の駆除をした後にそのまま肉を捨てることはもったいないことだと思うので施設設立のための勉強であったり設備の要項を調べていきたい。

原体験を作り届ける平野らすかる隊員より

活動冒険探求録



木祖村 × ○○○ 地域とのコラボレーション

今年度のテーマは**コラボレーション**。「子どもたちに原体験を届け続ける」を胸に、色んな**地域と連携**し、たくさんの**子どもたちの笑顔**を作っていました。**木曽川流域を中心に**、名古屋、日進、上松、開田、日義などの地域と木祖村を結びつけ、作ったものを交換したり、お互いの地域を見せ合ったり、その地域ならではの素材を用いたり。目が回るような楽しさに、ワクワクが止まりません。**コラボレーション先のアイデアも絶賛募集中**です◎



らすかる × ○○○ 人とのコラボレーション

村の木工作家**ナルカリクラフト**さん、村の**観光大使いっせー**さん、木祖村を代表する先輩方の力を借りて、「遊ぶ、作る、届ける」のノウハウを学んでいます。**弟子入り**してお祭りに同行したり、イベント出展における**商品開発**に携わったり、まだまだまだまだ知るコト、学ぶコト、気づくコトがたくさんあります。**伸びしろしかない**です。これからも**木祖村を拠点**に精進してまいります。乞うご期待！今後ともよろしくお祈いします。

アートを探る坂口かな隊員の

アートと歴史とアーカイブ



活動中間報告

木祖村に移住し協力隊として活動を始めて2年半が経ち、**目標がより明確**になってきました。その一つが「アートと歴史とアーカイブ」です。村に根付いてきた**文化を木祖村の魅力として広く伝える**方法を作りたいと思います。去年より**文化資料保存の基礎を学ぶ**ため学芸員の資格取得を目指しています。今年の前期は村のみでなく木曽郡全体で各地域の歴史を保存していきたいネットワークを広げ、情報交換をする機会が増えました。また、村民の方から村に関する資料を見せてもらったり、資料の保存についての話を伺いました。一人では悩むことも同じ思いを持つ方と話すことで解決できることもありました。今は**年度末に郷土館で企画展を開催**するため、準備を進めています。後期の活動については、来年度以降の活動についても各所の相談しながら計画を立てる予定です。一つは、**展覧会の発案**。来年度から**郷土館をメインに企画展をいくつか計画**したいと考えています。また、記録の保存は時間も作業も多いです。一人では難しいことは、協力いただける方々、同じ所属している観光協会、村役場など周りの方とも相談しながら後期も活動していきます。



最後までご覧いただきありがとうございます。

もっともっと私たちの活動を知りたい方のために、令和5年度の中間活動報告会の様子を、**ホームページにて公開**いたしました。プレゼン時に用いた資料や、発表の動画などもご覧いただけます。この機会に是非、覗いてみてください。**ご意見感想、アドバイス**もどしどしお寄せください。協力隊一同お待ちしております！

右のQRコードより専用ページにアクセスできます・・・▶



木祖村地域おこし協力隊 2023

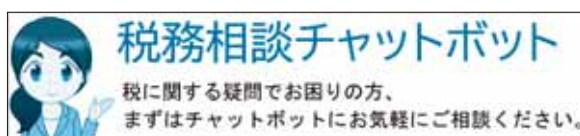
税の窓口

国税相談専用ダイヤルが導入されました

国税に関する電話相談について、令和5年11月から全国共通の電話番号で電話相談センターに直接つながる「国税相談専用ダイヤル」が導入されたことにより、電話相談センターにつながるまでの時間が短縮されました。

国税庁ホームページのチャットボットやタックスアンサーで解決しないご質問は、国税相談専用ダイヤル（電話相談）をご利用ください。

①チャットボット（ふたば）に質問する

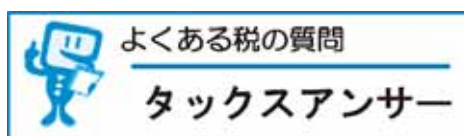


(<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/chatbot/index.htm>)

スマートフォン等で
右のコードから
アクセスできます



②タックスアンサーを利用する



(<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/index2.htm>)

スマートフォン等で
右のコードから
アクセスできます



①②で解決しない場合には、「国税相談専用ダイヤル」へ電話

○国税相談専用ダイヤルのご案内

0570-00-5901（国税相談専用ダイヤル）に電話をかける

受付時間 平日8時30分から17時まで（土日祝日及び12月29日～1月3日を除く）

音声案内に従い、相談する内容の番号を選択する

【1】 所得税

【2】 源泉徴収、年末調整、支払調書

【3】 譲渡所得、相続税、贈与税、財産評価

【4】 法人税

【5】 消費税、印紙税

【6】 その他

国税局電話相談センター 国税局の職員がお受けします

※相談内容によっては、所轄の税務署へのご相談をお願いする場合があります。

※税務署、業務センター室からのお尋ねに関するご質問については、所轄の税務署、業務センター室へお問い合わせください。

※ナビダイヤルにつながらない場合は、所轄の税務署に電話して音声案内「1」を選択してください（「電話相談センター」につながります）。

木祖村観光大使&恋愛カウンセラー
伊藤一生の恋愛コラム

Vol.33

ハード・トゥ・ゲット・テクニック

今回は「ハード・トゥ・ゲット・テクニック」です。

ハード・トゥ・ゲット・テクニックとは、「あなただけ」「あなたしか」という相手の特別感を刺激するコミュニケーション術です。

「Aさんだけに特別に値引しますよ。」

「Aさんにだけ教えますね。」

このような形で主にビジネスで使われます。

よく「貴方だけに教えます」という無差別な宣伝メールが来ますが、これはそれを狙っているんじゃないかと思っていたりもします。

ですが、知らない相手から突如言われても困惑しますよね。特に最近ではそういう宣伝が巷で溢れていることもあって怪しいと思われがちですね。

しかし、ぼくはこのテクニックはある程度会話をしたり見知りしたりしている関係でこそ、

もっとも効果が出るものだと思っています。

例えば、

「Aさんにはいつもお世話になっているから特別ですよ。」

「Aさんしか頼れる人が居ないんです。」

などの使い方ですね。

この例ですと、Aさんに対してのみという事柄が強化されるようになっており、Aさん自身がその特別感を感じやすくなるのですね。

誰でもいいのではなく、AさんだからということAさん自身が感じられる状況があることにより、このテクニックの効果が最大限に発揮されます。

ただ、初対面に近い状態の方相手に使う際は、「Bさんって物凄く話しやすいです。いままで会ったことがない感じの方ですね。」

など、使い方の工夫が必要です。

個人的には特別感を出すにふさわしい状況を相手が信じられるように演出することが必要な難しいテクニックだと思います。

ですが、使いこなすことが出来ればこれ以上ない武器となりますので、頑張って使ってみてください。自然に使いこなせるように頑張ってくださいね。

伊藤さんへの質問や相談を募集しています。

「婚活イベントに参加しても上手くいかない…」、「気になる人と仲良くなりたい」などのお悩みがある方はメールにてご相談ください。伊藤さんが丁寧にお答えします！

ご希望の方は右のQRコードよりメールをお送りください。

※QRコードを読み取るとメール作成画面になりますので、お悩みをご記入の上、

送信してください。匿名での相談もOKです。

※回答には少しお時間をいただきますので、ご了承ください。



★木祖村観光大使活動報告

10月21日から22日にかけて滋賀県彦根市の「ご当地キャラ博2023」に出展しました。

ブースにはお客さんが途切れることなく来ていただけて、木祖村農産物加工センターで新しく作っていただいた「おやつりんご」もイベント途中で200個完売するなど結果も良かったです。

また木祖村の活動を参考にしたいと他の自治体さんからも相談を受ける等、木祖村の名前が他の市町村にも広がっていったのがわかり嬉しかったです。

またスキー場の営業も同時に行っておりまして、先日スキーショップを多数展開している会社と打ち合わせを行ってまいりました。お客さんからの「やぶはら高原スキー場」の評判（接客、ゲレンデ、食事等）が高いこともあって、こちらも良い結果を得られたので次回には報告が出来るように引き続き頑張っていきます！



お問い合わせ 木祖村役場 総務課（結婚支援担当） ☎ 36-2001

この度一般社団法人木祖村観光協会長に就任いたしました阿部弘です。よろしくお願ひ申し上げます。

現在の（一社）木祖村観光協会は、観光案内並びにガイド事業・名古屋のアンテナショップ「源気屋桜山店」での木祖村関係物産の販売・上下流交流事業として下流域での物産販売PRや木祖村への受け入れ事業・やぶはら高原スキー場誘客促進PR・春と秋のフォトコンテスト・藪原駅切符販売などなど多様な事業に取り組んでおります。

私は、観光事業の基本は「にこやかさと人と人の繋がり」だと考えておりますが、事務局のスタッフはその事を良く判って一生懸命に活動してくれていると感じております。

今後も村民の皆様に満足していただけるようなPR活動や、お客様が木祖村に魅力を感じて何度でもお越しいただけるように、新たな発想や企画を取り入れながら事業を進めていきたいと考えております。

唐澤前会長の志を引き継ぎ、木祖村や木祖村商工会・各関係機関との連携を図りながら、観光協会の利益性も含めた質の向上を図り、木祖村観光の活性化に役員・事務局・スタッフ一同取り組んでまいりたいと考えておりますので、どうか前会長にも増して皆様方のご指導・お力添えをお願い申し上げます。



藪原地域自治協議会と共催で「地域発見ウォーキング」を開催しました

昨年に引き続き、藪原地域自治協議会との共催により2年目となる「地域発見ウォーキング」を開催しました。

最近、中山道鳥居峠はアドベンチャーツーリズムが盛んになるにつれ、外国人旅行者の往来が急増しております。令和5年10月の藪原駅での外国人乗降客数は1,567人となり、日本人乗降客1,036人の約1.5倍外国人の方が利用しています。

国内外の観光客の皆さんから愛される「藪原宿～鳥居峠～奈良井宿」を舞台とし、地域のお宝探しのウォーキングの開催となりました。当日はお天気も良く、秋色に染まる紅葉も美しい鳥居峠でした。旅姿の装いで「わらじ旅愛好会」の皆様が花を添えて下さり、外国人旅行者から、度々、写真撮影を求められるなど、賑やかで楽しいひと時でありました。数年前にオーストラリア人旅行者が発見した鳥居峠御嶽遙拝所のオーストラリア大陸によく似た踏み石は、オーストラリア人が発見した鳥居峠のお宝であり、今では鳥居峠の観光スポットになっています。今回の地域発見ウォーキングでは、木祖村側と奈良井側の石畳上になる付近で、それぞれコアラのぬいぐるみを子ども達が発見しました。

多くの村民の皆さんにご参加いただき、誠にありがとうございました。





川と海のクリーン大作戦に参加しました

毎年恒例で2回実施される一宮の木曾川河川敷清掃に今年も木祖村友愛会として6名で参加致しました。

今年は一宮市による「川と海のクリーン大作戦」としての実施であり中学生を含む大勢の皆様や中野一宮市長も参加し盛大に実施されました。

1年2回の実施で、年々ごみの量も減っておりきれいで気持ちの良い環境が維持されています。



清掃終了後は「一宮市リバーサイドワーク」の皆様と、これも恒例ですが近くの喫茶店でモーニングをしながら交流を深め楽しい時間を持つことができました。

NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION



10月の下流域のイベント絶好調です

10月は2つの下流域のイベントに参加しました。木祖村のPRができ、大変盛り上がった様子を紹介します。

1つが白鳥庭園おもてなし市です。熱田区にある白鳥庭園では毎年おもてなし市が開催されています。今回はコロナ禍があけて初めてのステージイベント

があり、沢山のお客さんが園内を散策し楽しみました。木祖村観光協会も木祖村の野菜や特産品を中心に販売し、木祖村のパンフレットを渡してPRしました。観光協会でも農薬を使わず有機肥料を使い作ったねぎやピリ辛こうじなどの特産品、湯川酒造のお酒など手にとりいただけました。

2つ目が知多市産業まつりです。知多市の企業や地元の方が出展し、多くの方が遊びに来ていました。

私たちは木祖村の特産品をはじめお蕎麦や木祖村産のさつまいも、長野の旬の品々やスキー場のパンフレットなど秋から冬にかけての木曾をPRできる商品を持っていきました。スキーに毎年行くというお客様や長野出身の方などが木祖村の名前を見て足を止めていただいたり、「懐かしい、また行きます」など声をかけていただきました。

PR販売は好調で過去一の売上となり、木祖村の名前を広く伝えることに繋がったと思います。次回は冬の木曾をPRするため、スキー場やすんきなど冬の特産品を取り上げていきます。



NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION · NAGOYA INFOMATION

手作りお弁当おいしいな!!

10月6日(金)こだまの森へ遠足に行きました。遠足も楽しみな子どもたちですが、やはり一番の楽しみは、お家の方の手作りお弁当です。朝、登園するなりお弁当を見せようとうれしそうに広げている子どももいます。朝の会話もちろん、お弁当の中身についてです。出発してまもなく「あ～おなかすいた。」「そろそろお弁当食べようよ。」と子どもたちの頭の中はお弁当のことでいっぱい。そして、待ち望んでいたお弁当の時間になるとみんな大喜び。「先生、みてみて～。」「うちのお母さん、天才だな!」「おいしい～!!」とあちこちから聞こえてきました。未満児さんもお家の方の手作りお弁当に終始ご機嫌で完食していました。子どもたちの表情や喜びの声をぜひぜひお家の方に聞かせてあげたいです。



「わー、お弁当おいしそう。」



お弁当を大事に味わって食べています。



未満児さんも
手作りお弁当をパクパク。

おさがり会

10月6日、7日に老人福祉センターでおさがり会が開催されました。

8、9月中にたくさんの品物を持ってきていただき、当日は村内外から100人近くの多くの方々にお越しいただきました。

お子さんと一緒に選んだり、選んだ靴を気に入ってはいて帰ったり…

うれしそうなお親子の姿がみられました。

今年度は終了となりますが、来年度も行いたいと思いますので、その際はご協力をよろしくお願いいたします。



サイズごとに並べられているので、お子さんにあったサイズの中から探すことができます♪



まだまだ着られる洋服がたくさん並びました!



絵本やおもちゃ、くつなど赤ちゃんの時しか使わないものもたくさんありました♪

☆ 放課後児童クラブ日記 ☆

10月の木祖村文化祭に児童クラブも展示をしました。
日頃の子ども達が作っている物や生活の様子がわかる写真を展示しました。写真は工作を楽しむ姿です。

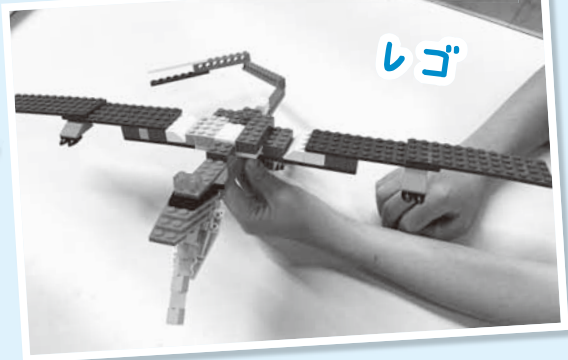
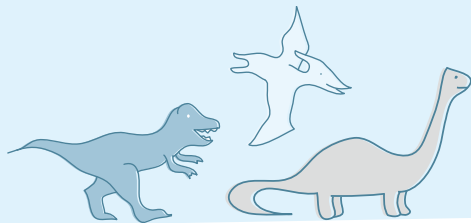
1、2年生は魔女やドラキュラの帽子を作って仮装を楽しんでいました。
6年生は紙を切って何枚も重ねた工作をしていました。
低学年の子は高学年の姿を見て「私も作ってみたい!」と真似をしています。



工作をしているところ



3年生がレゴブロックで作った恐竜です。
口が開閉できるようになっています!!



レゴ



芋ほり

地域おこし協力隊の菅原さん丸山さんが育てた
さつまいもの収穫をさせていただきました。
「私の1番大きい!」
「お母さんに大学芋にしてもらおう」
と大喜びの子ども達でした。

カードゲーム



児童クラブにはカードゲームがいくつかあります。
「なんじゃもんじゃ」「犯人は踊る」「UNO」
「カンジモンスターズ」など1年生から6年生までが
混ざってとても盛り上がります!

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実施しています。

高齢になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多くなり、これらが原因で誤嚥性肺炎（細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎です。）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22年4月1日～昭和23年3月31日生まれの被保険者（令和4年度に75歳の誕生日を迎えた方）
- (2) 昭和18年4月1日～昭和22年3月31日生まれの被保険者（令和4年度に76歳～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4年度に歯科医療の受診がなかった方

※対象者の方へは、6月下旬に検診の案内通知や受診券を送付しています。ご確認ください。

・健診期間

令和5年7月1日(出)～令和5年12月30日(出)

・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

被保険者証

お薬手帳（ない場合は不要です。）



【お問い合わせ】 長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室 ☎ 026-229-5320

地球温暖化の防止に取組もう～木祖村の雪を未来へ～

近年、「ゼロカーボン」という言葉を耳にする機会が増えているかと思います。ゼロカーボンとは、地球温暖化の原因となっている二酸化炭素等の“温室効果ガス排出量をゼロにするための取組み”を指しており、電気や石油等のエネルギーに対する見直しが推進されています。

木祖村でも、木祖村の美しい自然と良質な雪を未来へと受け継いでいくことを目的に「木祖村気候非常事態宣言」を掲げており、住民や事業者が一体となってゼロカーボンに取り組んでいくことを表明しています。

ゼロカーボンへの取組にはご家庭でも手軽にできることがたくさんあります。以下を参考に日常生活の中でも意識して取組んでみてはいかがでしょうか。



身近にできる取組

- ①節電・節水
- ②ごみの分別・リサイクルの徹底
- ③食べ残しを減らす
- ④コンポストの活用
- ④省エネ家電の購入
- ⑤エコバッグやマイボトルの活用
- ⑥植林やゴミ拾い等の環境活動
- ⑦エコドライブ（急発進・急ブレーキを無くす）

ご利用ください 住宅の省エネ性能を“無料”で簡易診断します

長野県では、地球温暖化防止対策の一環として、既存住宅等の省エネ改修をサポートしています。一定の技術を習得した省エネ改修アドバイザー（建築士など）が、住宅の省エネ性能を無料で簡易診断し、省エネ性能を説明、改修の提案をします。



【詳細・申込】長野県のホームページから申込書をダウンロードし、(公社)長野県建築士会へメール又はFAXでお申し込みください。

【問い合わせ】(公社)長野県建築士会 ☎026-235-0561

令和5年度 電源立地地域対策交付金交付事業



令和5年度も440万円が交付され、下記の事業に充当しました。

●木祖村保育所運営事業

子どもたちを安心して産み育てられる環境づくりを支援するために、保育士4名の人件費の一部に充当しました。

※電源立地地域対策交付金は、水力発電施設等の所在する市町村及び周辺市町村が、地域の活性化を図ることを目的として実施する、公共用施設の整備、地域活性化事業等に対して交付されるものです。

交通事故にあわれた方へ 交通見舞金の請求忘れはありませんか？

木祖村では全村民が公費で交通災害共済に加入しています。

日本国内の道路上において、運行中の自転車・バイク・トラクター・自走車・電動カート・電車等に乗っていて衝突、転落などによる事故、もしくは、歩行中にこれらの車によって事故にあい、2日以上通院された場合、その事故の内容によって見舞金が支払われます。

交通事故にあった日から2年経過するまでは見舞金が請求できますので、2年以内に交通事故にあわれた方は、役場の担当者に相談いただきますようお願いします。

○共済見舞金額

区 分	自動車安全運転センターの事故証明書がある場合	村長による証明書の場合
死亡見舞金 ※事故により死亡した方の遺族に支払われる	2,000,000円	1,000,000円
傷害見舞金 ※事故により受傷した方に支払われる	入院1日につき：2,000円 通院1日につき：1,000円 上記に下記基礎見舞金を加算 診断書正本：25,000円 診断書写し：20,000円 限 度 額：200,000円	入院1日につき：2,000円 通院1日につき：1,000円 上記に下記基礎見舞金を加算 診断書正本：20,000円 診断書写し：15,000円 限 度 額：50,000円
障害者見舞金 ※事故により障害者手帳の交付を受けた方に支払われる	1・2級：800,000円（植物症を含む） 3級：600,000円 〔障害見舞金とは別に支払われる〕	

○共済見舞金の請求方法

申請用紙が役場総務課にありますので、担当者に請求の手続きをしてください。

お問い合わせ 木祖村役場 総務課 ☎ 36-2001

司法書士による無料相談会「年末困りごと相談会」

- ◇日時：令和5年12月16日(土)10:00～16:00 ※相談は無料、秘密は厳守します。
- ◇面談相談：●長野会場 長野市生涯学習センター（TOiGO WEST）（長野市大字鶴賀問御所町1271番地3）
- 松本会場 JA松本ハイランド 松本市会館（松本市深志2-1-1）
※面談相談は予約不要ですが、事前予約優先で受け付けます。
- 予約電話番号 026-232-7492
- 予約対応時間 11月15日(水)～12月14日(木) 平日9時～16時
- ◇電話相談：0120-121218（当日のみの専用番号です）
- ◇LINE相談：友達検索で「@699kmsqf」を検索し、「日司連（年末困りごと無料相談）」を友達に追加してください。
- ◇相談例：・借金で苦しんでいる ・生活保護を受けたい
・相続放棄について知りたい ・生活に困っていて年が越せない
・車上生活から脱したい ・養育費をもらっていない
・離婚問題で悩んでいる ・消費者トラブルで悩んでいる
・労働問題で悩んでいる など

自衛官等募集案内

皆さんは、自衛隊の仕事を知っていますか。

「国の平和と独立を守る」という重要な使命のもと、わが国に対する侵略行為には即座に対応し、自然災害時には人命救助と復興に尽力しています。さらには自衛隊の力を必要とする諸外国に赴き、国際社会の平和にも貢献しています。

自衛隊で働くということ

自衛隊には多様な働き方（コース）、多くの職種・職域があり、自分の興味や得意分野を活かしながら、一人一人がイメージする「将来の自分」を実現できる幅広いフィールドが広がっています。また、自衛隊員は特別職国家公務員としての身分が保障されており、給与、保険など安定した処遇・福利厚生のもと、不安なく目標に向かって邁進することができます。



○募集日程

募集種目	受験資格	受付期間	試験日
自衛官候補生 男子/女子	18歳以上33歳未満の者 ※32歳の者は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない者	年間を通じて行ってまいります。	受付時にお知らせします。

お問い合わせ

自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所広報センター「信濃」松本深志2-6-5
マルナカ深志ビル1F TEL：0263-36-2787

TOPICS

10歳若返る 高血圧対策講演会（第2弾）が行われました



健康推進員と住民の皆さんと一緒に学べる場として、「10歳若返る 高血圧対策講演会（第2弾）」を9月9日に村民センターで開催しました。講師に健康運動指導士ほか多彩な資格をお持ちの長島寿恵先生をお招きし、高血圧対策についてお話していただきました。

「生活習慣病は生活習慣の中で治せます。大切なのは日常生活です!!」の心強い一言から始まった講演会。高血圧対策で最も重要なことは、①血管の弾力性を保ち、血圧の調整ができること ②血液の質を良くし、良い栄養を送ること であるとお話があり、これらを叶えるために、生活の中で手軽にできる運動等をたくさん紹介いただきました。その中の一つとして「耳のマッサージ」を紹介いただきました。耳には多くのツボがあり、刺激することで血流が良くなりリラックス効果も得られるとのこと。皆さんも、テレビを見る時や入浴タイムなどにぜひ耳をマッサージしてみてくださいはいかがでしょうか。



当日は講演会のほかにもインボディ測定や歩行年齢測定の体験もあり、ご自身の身体に関心を持っていただくことができました。健康推進員の皆さんには講演会がスムーズに行われるよう受付、会場内の案内等を行っていただきました。ご協力ありがとうございました。

緊急当番医

月	日	医院名	町村名	電話	月	日	医院名	町村名	電話
12	3	原内科医院	木曽町	22-2678	1	1	原内科医院	木曽町	22-2678
	10	芦沢医院	上松町	52-2018		2	芦沢医院	上松町	52-2018
	17	古根医院	大桑村	55-1188		3	古根医院	大桑村	55-1188
	24	田澤医院	木曽町	44-2008		7	大脇医院	上松町	52-2023
	29	大脇医院	上松町	52-2023		8	田澤医院	木曽町	44-2008
	30	大脇医院	上松町	52-2023		14	奥原医院	木祖村	36-2264
	31	王滝村診療所	王滝村	48-2731		21	王滝村診療所	王滝村	48-2731
				28		原内科医院	木曽町	22-2678	

変更のある場合がありますので、ながの医療情報Net (<https://www.qq.pref.nagano.lg.jp>) にてご確認ください。
 ※広報きそ等で村民の方が写っている写真を使用させていただく場合がございます。ご協力の程お願いいたします。

村民のうごき ()内は対前月比

	人口	男	女	世帯数
10月	2,593(-6)	1,212(-4)	1,381(-2)	1,086(-5)
11月	2,590(-3)	1,209(-3)	1,381(±0)	1,085(±0)

広報きそ 381号 (令和5年11月22日発行)
 編集/発行:長野県木祖村 総務課
 TEL:0264-36-2001 FAX:0264-36-3344
 ホームページアドレス: <https://www.vill.kiso.nagano.jp>
 この広報誌は、地球に優しい再生紙を使用しています