

# 広報

北アルプス展望の里・花とハーブの里・信州あづみ野池田町

令和7年  
2025



1  
No.699



## 役場前にイルミネーション！

池田町商工会青年部にて、池田町役場前のロータリーに電飾をしていただきました。  
令和7年1月10日(金)まで点灯しています。

## CONTENTS 主な内容

新年のご挨拶	2
池田町メール配信サービスが新しくなります	3
ふるさとCM大賞 NAGANO「アイデア賞」受賞	13

# 新年のご挨拶

## 節目の年に未来への飛躍を誓う



池田町長 矢口 稔

新年、明けましておめでとうございます。皆さまにとって今年が笑顔と健康に満ちた一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

昨年3月に町長に就任して以来、「安心して子育てができる、年をとっても安心、ふるさとの景観を守り、人と人がつながる池田町を目指して」をビジョンに掲げ、政策を進めてまいりました。

### 事業の推進に感謝、そして人口減少対策に挑戦

議会の皆さまのご理解の下、小中学校給食費の無償化や町公式LINEの導入、そして町民ミーティングの開催ができました。農業分野では地域計画の策定、農業とまちづくりの基本構想として「あづみ野池田スマートテロフル構想」の提案など、町民の皆さまの声を政策に反映しながら取り組んできた一年でした。関係された皆さまには深く感謝申し上げます。町民ミーティングで出された意見を参考に、人口減少対策へのキャッチフレーズを決め、ブレない対策の柱として打ち出してまいります。Uターンや若者

向け住宅の整備など優先順位をつけて取り組みますが、一番大切なのは「町全体でみんなで一緒に取り組むこと」です。町民の皆さまにもぜひご理解いただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

### 合併70周年・町制施行110周年に向けて

本年は、池田町にとって合併70周年、町制施行110周年という記念すべき年となります。先人が創りあげてきた町の文化と伝統を改めて認識し、感謝するとともに、未来に向けて新しい一歩を踏み出す年にしたいと考えています。年間を通じて記念事業を実施する他、秋ごろには町民の皆さまと共に記念式典や周年事業ができるよう計画してまいります。

### 安心して子育てができる町に

「こどもがまんなか」の言葉を具現化する事業も推進してまいります。4月には総合福祉センターやすらぎの郷内に「こども家庭センター」の開設を予定しています。このことなら何でも相談できる場として、また一時保育の場所等として利用しやすい環境整備に努めてまいります。また、学校に足が向



▲子どもたちと枝豆の収穫

きにくいこどもたちへの居場所・中間教室として多目的研修センター内に一日を通じて過ごせる「教育支援センター」の移設・拡充を計画しています。この2つの施設を拠点に、こどもたちやそのご家族への支援をさらに充実させ、誰もが暮らしやすい町を目指してまいります。

### 年をとっても安心

当町は高齢化率が41%を超えています。高齢になっても社会とつながりが持てる、「年をとっても安心」な町を目指します。バスなどの公共交通をさらに使いやすくするとともに、引き続き健康診断を中心とした健康長寿への取り組みと、生涯スポーツや食育を通じた健康づくり事業に力を入れてまいります。そして住民参加型の町づくりをさらに推進し、皆さまが実感できる形で「安心」と「つながり」を広げ地域共生社会を創ってまいります。

### 一人ひとりが主人公

一人ひとりの声が町の未来を創る原動力です。町民の皆さまが自信を持って「池田町はいいところだよ、住み続けたい、住んでみましょや」と言っているだけで、頑張ってください。引き続き、皆さまの温かいご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。輝かしい新年のご挨拶といたします。

令和7年 元旦

# 池田町メール配信サービスが新しくなります

## 現在登録いただいている皆さまへお願い

現在利用いただいているメール配信システムを更新することに伴い、配信項目が新しくなります。改めて令和7年1月20日（月）までに項目の選択をお願いいたします。（配信項目の再設定を行わない場合、令和7年1月20日（月）以降は、池田町の配信メールを受信することができなくなります）

## メール配信サービスにご登録ください

池田町メール配信サービスは町民の皆さまの安全・安心な生活の一助となることを目的として、平成28年に開始した登録制のメール配信サービスです。令和6年11月末で約2,500件のメールアドレスが登録されています。まだ登録をされていない町民の方は、ぜひ登録をお願いします。

※利用登録、利用料は無料ですが、登録やメール受信にかかる通信料は利用される方にご負担いただきますので、ご了承ください。

## 登録・配信項目の設定手順のご案内

### 新しくご利用される方



QRコードを読み取り、サイトにアクセスし、空メールを送信してください

QRコードの読み取りができない場合は次のアドレスに空メールを送信してください  
t-nagano-ikeda@sg-p.jp

登録用メールが届くので記載されたURLをクリック

利用規約をご確認の上、「同意する」をクリック

配信を希望する項目を選択

町内・町外を選択

入力内容を確認し、「登録する」をクリックすると登録完了です

### ご利用中の方

「変更・解除方法のご案内」という内容のメールが届きます

メール本文の「登録の変更・解除」のURLをクリック

「編集」をクリック

※配信元のメールアドレスが「nagano-ikeda@sg-p.jp」に変更されます。迷惑メールの設定をされている方は、受信を許可する設定にさせていただきますよう、お願いします。

【問合せ先】池田町役場総務課総務係 TEL (62) 3131

## みんなで予防 糖尿病④

### ～運動するなら、食事の前？後？～

今回は、血糖コントロールの鍵となる、インスリンについてお伝えしました。

現在の生活習慣をふり返って少しの工夫をすることで、インスリンの働きを改善して、血糖値を下げることができます。生活習慣の中で特に糖尿病と関連するのが、運動と食事です。今回は、運動の効果と、血糖値改善に効果的な身体の動かし方をみていきましょう。

運動には様々な効果がありますが、やり方によっては、身体を痛めたり、持病を悪化させたりする要因になることもあります。必ず主治医に相談してから実施しましょう。

#### ◆運動の血糖値に関連する主な効果

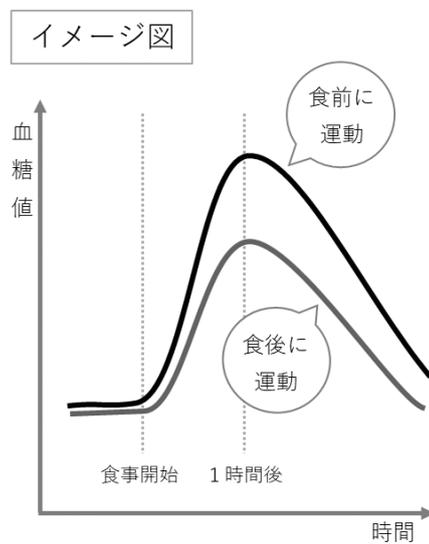
- ・筋肉への糖の取り込みを増やし、エネルギーとして利用することで血糖値が下がります。
- ・インスリンの効きを良くして、血糖値の上昇を抑えます。
- ・エネルギー消費量と食事によるエネルギー摂取量とのバランスが改善され、体重の減少につながります。減量によりインスリンの効きが良くなり、少ないインスリンで血糖値の上昇を抑えることができます。



#### ◆運動Q&A

**Q1** いつも食事前に歩いていますが。食前食後で効果は変わりますか？

**A1** 食事を摂らずに運動すると、血糖値が下がりすぎないようにするために、身体は血糖値を上げようとします。血糖値を抑える効果を得るためには、食後に運動することをおすすめします。食をはじめから約1時間後に血糖値がピークを迎えるため、その時間に運動すると血糖値の上昇を抑えることができます。



**Q2** どんな運動をどのくらいすればいいですか？

**A2** 歩行またはそれと同等以上の強度の身体活動を、成人では1日60分以上(1日約8,000歩以上相当)、高齢者では1日40分以上(1日約6,000歩以上相当)行うことが推奨されています。また、筋力トレーニングを休息日を設けて

います。また、筋力トレーニングを休息日を設けて

から週2〜3日行うことも推奨されています。ウォーキングのような有酸素運動と筋力トレーニングを組み合わせることで、2型糖尿病の発症リスクが大幅に減少します。

**Q3** そんなに運動できそうにありません。少しだけでは効果は無いですか？

**A3** 短い時間の積み重ねでも健康増進に効果があります。掃除機をかける、階段の上り下りをするなどの日常的な動作や、スクワットなどの太ももやお尻の大きい筋肉を動かす運動もおおすすめです。

今よりも少しでも多く身体を動かすことを目指しましょう。

**Q4** 運動さえすれば、それ以外の時間はゴロゴロしていてもいいですか？

**A4** 運動をしていても、ゴロゴロしたり座ったりする時間が長く続くと2型糖尿病の発症リスクが高まります。30分ごとに立ち上がるなど、座り続ける時間を減らすことを意識しましょう。

**Q5** 体重がどれくらい減ると糖尿病予防に効果がありますか？

**A5** 生活習慣を改善しながら2kg減量することができれば、2型糖尿病の発症リスクを減らす効果があります。

参考：糖尿病診療ガイドライン2024、健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023

【問合せ先】健康福祉課健康増進係

TEL (61) 5000

もえるごみ 50% 削減を目指しましょう

不法投棄の禁止

少しの投棄物であっても、  
重大な犯罪です！

現在、山林や河川、道路、他人の所有地などに  
廃棄物を投棄する「不法投棄」が問題となってい  
ます。

「少しくらいなら」「曜日を守るのが面倒だか  
ら」「誰も見ていないから」「処分費用がもった  
いないから」など、軽い気持ちで不法投棄を行  
う人がいますが、いずれの理由であっても、ごみの  
ポイ捨て、廃棄物の不法投棄は法律で禁止され  
ており、厳しい罰則が科せられます。

ごみを不法に捨てることで、周囲の生態系に深  
刻なダメージを与えたり、景観を損ねたりするだ  
けでなく、その後の撤去や処理には莫大な費用が  
かかります。これらの費用は私たちの税金として  
還元され、地域全体に負担を強いることになりま  
す。

私たちの街と環境を守るため、不法投棄は絶対  
にしないようご協力をお願いします。

不法投棄に関する  
不審車両を見かけたら

不法投棄の現場を目撃したり、不審な車両や人  
物を見かけた場合は、速やかに警察に通報してく  
ださい。その際には、目撃した日時や場所、車両

の特徴（車種、色、ナンバーなど）、そして投棄  
が行われていた場合は投棄物の内容など、できる  
だけ詳細な情報を提供することが重要です。これ  
らにより、警察の捜査や不法投棄の犯人特定に役  
立ちます。

ただし、不審者に接近することは危険を伴う可  
能性があり、思わぬトラブルを招く恐れがありま  
す。不審者に直接声をかけたり、追跡したりする  
ことは絶対にしていただき。

地域の住民や近隣の人々が協力して監視するこ  
とで、不法投棄の抑止力を高めることができま  
す。不審車両を見かけた場合には、周囲の住民と  
も情報を共有し、地域全体で不法投棄の監視体制  
を強化しましょう。

自らの土地の管理と

不法投棄をさせない取組

自宅から離れた場所、人目につきにくい場所、  
雑草が生い茂るなどの管理が不十分な場所は不法  
投棄をされやすい傾向にあります。これらの場所  
は定期的に見回りを行い、草  
刈りや枝払いなどの適切な管  
理をすることが非常に重要で  
す。不法投棄が発生した場合、  
その回収の責任は原則として  
投棄者にあります。しかし投  
棄者が特定できない場合、土  
地の所有者や管理者が回収の



義務を負うこととなります。このような事態を避  
けるためにも、土地の管理をしっかり行い、不法  
投棄をさせないようにしましょう。

さらに、不法投棄が発生した場合に、投棄物を  
そのままにしておくと、「他の人も捨てているか  
ら」といった心理が働き、さらに投棄が行われる  
可能性があります。もし投棄物を見つけた場合  
は、早めに清掃を行い、他の人が立ち入り出来な  
いようにロープやチェーンを張る、看板やフェ  
ンを設置するなどの対策を講じましょう。

12月・1月は忘新年会の時期です  
食品ロス削減の取組

長野県では、食品ロス削減を目的とした  
「食べ残しを減らそう県民運動」e・プロ  
ジェクトの一環として、特に『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 宴会食べきりキャ  
ンペーン」を実施します。

宴会の終わりが近づいたとき、テーブルの  
上に料理がまだ残っていることはありません  
か？宴会ではたくさんのお料理が残ってしま  
いがちです。

そんな「もったいない」食べ残しを減らす  
ため、「最初の30分間と最後の10分間」は自  
分の席についてお料理を楽しみ、「食べき  
り」を意識しましょう。

【問合せ先】住民課 環境係 TEL(62)2203

# 地域おこし 協力隊通信

## No.109

振興課  
農政係  
もりやま ひとこ  
森山美智子



### はじめまして

明けましておめでとございます。池田町の皆さま、初めまして。昨年の12月より振興課農政係の地域おこし協力隊として着任いたしました、森山美智子と申します。よろしくお願ひします。

着任前は、東京にある文具店の万年筆売り場に勤務しており、主に筆記具の修理を担当しておりました。思い入れのある文房具を携えてお客様がいらっしやるのですが、それを修理しお客様に喜んでいただけることにとてもやりがいを感じていました。

販売の仕事はそれなりに楽しかったのですが、昔から自分の手で何かを作る事に興味があったので、池田町の地域おこし協力隊のお話をうかがい、池田町の特産品の中には醸造用葡萄があり、風土が葡萄を育てるにはとても理想的であることを知り、ぜひ挑戦してみたいと思うようになりました。

自然が好きで、美味しいものを飲んだり食べたりするのが大好きな自分



とって、雄大な北アルプスを望める池田町で美味しいワインを作れたらとても幸せなことだと思いました。農業に関しては全くの未経験なので、その道は険しいかもしれませんが、醸造用葡萄の栽培をこれから学んで将来納得のいくワインを作っていけるよう一生懸命学んでいきたいと思っています。

また、ワインを通して池田町の美味しいもの、池田町の魅力をさらに広めていけたらと思います。

これから何卒よろしくお願ひいたします。

## それゆけ!

# 移住定住係

vol.15



●北アルプス地域関わり隊 その2●  
前年度に引き続き、地域のお手伝いを通して関わりを深め、愛着を育んでもらうことを目的としたイベント「関わり隊」を10月に開催しました。今年度は6名の方にご参加いただき、東山にあるマウンテンバイク用トレイルコースの整備をたっぷりお手伝い！その様子をお届けします。

### 関わり隊 in 池田町 その2

**決められたルールを守って 大切に走っています**

東山にある、自然を活かし、人の手で大切に整備されたマウンテンバイク用トレイルコース

講師は「池田町マウンテンクラブ」のランドルさん

マウンテンバイクと池田町に 熱い思いをもった 参加者たち

初日は整備のためのレクチャーを行いました

整備のポイントを開いたり...

熊よけの 声出しの練習も!

2日目は朝から整備作業。豊かな自然環境を守り、安全に走れるように考えて整備していきます

作業しながら交流を深めつつ、みごとなチームワークで整備が次々と進みました

この整備は、森林保全にもつながっています

整備したコースを、今度走りに行くこと約束してくれた人も。池田町との関わりがますます深くなつていくことをうれしく思います

再会が楽しみです

【問合せ先】総務課 移住定住係 TEL(62)3131

## 秋の火災予防運動消防総合訓練を実施

町消防団は、秋の火災予防運動消防総合訓練を南部消防署  
合同で11月10日に役場駐車場で実施しました。

当日は約100名の団員が参加し南部消防署の指導のもと  
訓練が行われました。

例年この時期は建物火災や中継  
送水の消火訓練を行ってしました  
が、今回は激甚化する地震災害を  
想定し、「倒壊家屋救助訓練」、「重  
量物移動訓練」、「土のう作成訓  
練」の各訓練をブース型方式で体  
験し消防力の向上を図りました。

人命救助を重点とした倒壊家屋  
救助訓練では、実際に倒壊家屋を  
再現し、チェンソーや工具を駆  
使し要救助者の救出を体験しまし  
た。

重量物移動訓練では、一つの重  
さが800kg以上あるU字溝を重  
量物に見立て複数人でバールを  
使って徐々に移動させる形式を体  
験しました。

現在の消防団員に対して荻窪善明団長は、消火訓練並びに  
火災訓練に一定の成果を認めつつ、「能登半島地震の発生を  
受けて、地震に強い町づくりを実現するため、まずは団員ひ  
とひとりひとりの災害対応へのスキルアップを目指したい」とコ  
メントしました。

【問合せ先】総務課 危機管理対策室 TEL (62) 3131



### 学校だより

## 高瀬中学校



### 「体育祭」 「第48回高瀬祭」

9月26日の午後には体育祭、27日に第  
48回高瀬祭が行われました。生徒達の  
櫓をつなぐパワーや笑顔、一人ひとり  
の精一杯の発表と心豊かな集いの姿が  
ありました。

高瀬祭の午後の音楽会では、学級や  
学年合唱、そして今年度は全校合唱  
「大地讃頌」の発表がありました。

これまで日々練習してきた歌声を保  
護者の方々をはじめ、来校者の皆さま  
に聴いていただくことができました。

どの発表も一生懸命で素晴らしいかっ  
たです。学校の高まった気運や積み重  
ねた軌跡を自信にして、これからも学  
校教育目標の「自ら拓き 共に生きる  
生徒」を目指し、日々の学校生活の充  
実を図って参りたいと思います。



▲体育祭の様子



▲音楽会の様子

### 盛り上がりました！ ミニビブリオバトル

11月6日に全校が体育館に集まり、  
図書委員会主催のミニビブリオバトル  
が行われました。

紹介したい本を  
いかに多くの人に  
興味を持ってもら  
えるかを7グルー  
プが工夫をして本  
の紹介をし合いま  
した。



生徒会活動や各教科での授業、学校  
行事の中で高めた表現力が充分に発揮  
された活動になりました。今年度で10  
回目となったミニビブリオバトル。高  
瀬中のこれまでの積み重ねが一つの伝  
統になってきているのを感じました。

今回は交流を目的に初めて両小学校  
の5・6年生が見学という形で参加し  
ました。これをきつ  
かけに池田町内の  
小中学校の児童生  
徒の交流が少しづ  
つ多くなれば良い  
と思いました。





公民館から

◆活動の窓◆

「青少年育成町推進大会」

11月10日、第35回青少年育成推進大会を図書館まつりと併せて交流センターかえでで開催し、交流活動や地域貢献活動等を実施した池田小学校児童会、会染小学校児童会、高瀬中学校生徒会が表彰されました。



▲町長から表彰状が手渡されました

後半では特別企画として「ビブリオトーク」が行われ、小・中学生や一般の8名から発表をしていただきました。



▲お気に入りの一冊を紹介

「ビブリオトーク」とは、おすすめの本を好きなところや良かったところなど理由を交えながら紹介し、発表をもとに参加者同士でその本について楽しく語り合うイベントです。

いろいろな年代の方から普段読まないジャンルの本の紹介や思いを聞くことで、新しい発見をしたり、自分以外の考えを知り共感したり「本と人・人と人」をつなぐ機会になりました。

【問合せ先】

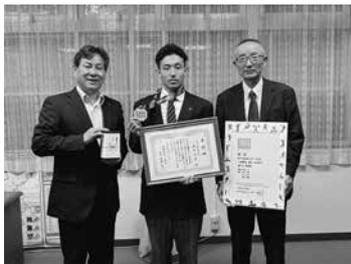
交流センターかえで  
Tel (62) 2058

総合体育館から

国民スポーツ大会弓道競技優勝者表彰式を開催

10月23日に町長室にて第78回国民スポーツ大会弓道競技優勝者表彰式が行われました。

表彰されたのは、池田工業高校3年の酒井大貴さん（松本市）です。酒井さんは、10月6日に佐賀県で行われた標記大会における弓道競技の少年男子遠的で長野県チームの一員として全国優勝を遂げました。



▲優勝おめでとうございます

町の高校から全国大会優勝者が輩出されたことで、町スポーツ協会からは栄誉を称え表彰状が、町からは記念品が贈られました。

全国大会・北信越大会

出場選手の声

○雨宮冬子さん（会染小）

【参加大会】

第3回リードフューチャーカップ西条（ボルダリング）

【結果】

リード女子ユースD 21位

【感想】

初めてのリードの全国大会で緊張したが、楽しめました。

○北澤里菜さん（高瀬中）

【参加大会】

令和6年度北信越ジュニア体操選手権大会

【結果】

女子U15クラス 18位

【感想】

最後まで全力で演技することができました。来シーズンに向けて、冬の練習を頑張っています。

○郷津全さん・矢口悠貴さん・田中健太さん・藤根汰一さん（大町クラブ）

【参加大会】

第94回全日本9人制バレーボール総合男子選手権大会

【結果】

決勝トーナメント 初戦敗退

【感想】

地元開催の大会であり、一つでも多く勝とうと意気込んでいましたが、決勝トーナメント初戦で負けてしまい悔しさが残りました。

実業団のチームとの力の差やクラブチームとしての課題が分かったので次の大会に向けて取り組んでいきたい。

今大会を支えてくださった協会の方々、体育館を貸していただいたこと、応援してくださいました方々に感謝しかありません。

◇池田町には北信越大会以上の大会出場者への報奨金制度がありません。

【問合せ先】

総合体育館  
Tel (62) 7654



# 本のひろば

池田町図書館 TEL 62-5659

☆開館時間 火～金曜日・・・午前 10 時～午後 6 時  
 土・日曜日・・・午前 9 時～午後 5 時  
 月曜日以外の祝日・午前 9 時～午後 5 時

☆1月の休館日 1～5・13・20・21～29日  
 (5日まで年始休館、6日は特別開館、21～29日は特別整理休館です)

## 新着書ピックアップ

### 暗号の子



宮内 悠介 著  
 文藝春秋刊  
 わたしたちは、いつまで人間でいられるのか?新しい暗号通貨、分断のないSNS、超小型人工衛星…。宮内悠介が迫る、8つのテクノロジーの新時代!

### ゆきのこえ



はた こうしろうえ  
 おーなり 由子 ぶん  
 講談社刊  
 雪がふった翌朝、あたり一面まっ白な中、は一つと白いき。雪の朝はずか。一歩ずつ雪をふみしめると足もとから音が広がります。

### 日本の肉じゃがが世界の肉じゃが



阿古 真理 著  
 新星出版社刊  
 おふくろの味の代表格、日本人にとって最も親しみのある家庭料理の一つ、「肉じゃが」。しかしその歴史を紐解いてみたら…?!前代未聞、「肉じゃがだけ」の1冊です。

### ★特別貸出期間のお知らせ★

令和7年1月19日(日)まで、貸出冊数を20冊、貸出期間を3週間までとしています。たくさん借りていてくださいね。

### ★蔵書点検に伴う特別整理休館のお知らせ★

期間:1月21日(火)～29日(水)  
 約84,000点の全資料の点検作業を行うため休館します。  
 この期間の資料返却は、交流センター正面玄関横の返却ポストをご利用ください。  
 利用者の皆さまにはご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。  
 なお、web検索、予約、ブックリスト等は通常通りご利用いただけます。

### その他の新着書

100年骨 齋藤 充  
 もっと知りたい 蔦屋重三郎 田辺昌子  
 孤城春たり 澤田瞳子  
 冬と瓦礫 砂原浩太郎  
 書楼弔堂 霜夜 京極夏彦  
 さよなら校長先生 瀧羽麻子  
 ゆびさきに魔法 三浦しをん  
 おせち 内田有美

トースターで作れる!食べきりサイズのお菓子 松尾美香  
 たった5日で相続対策 板倉 京  
 猫と考える動物のいのち 木村友祐  
 サーペントの凱旋 知念実希人  
 皇后は闘うことにした 林真理子  
 あそび室の日曜日 村上しい子  
 でんしゃくん、まちへ 石倉ヒロユキ  
 さんにんめのミトンちゃん  
 ナタリア・シャロシュヴィリ

## 北アルプス展望美術館だより

【問合せ先】北アルプス展望美術館(池田町立美術館)

TEL 62-6600

《会 期》3月1日(土)～3月23日(日)  
 《休 館 日》月曜日(月曜祝日の場合、翌火曜休館)  
 《開館時間》午前9時～午後5時  
 (最終入館午後4時30分)

《会 場》企画展示室A・B  
 《観 覧 料》一般400円(350円)  
 高大生250円(200円)  
 中学生以下無料

※○内は20名以上の団体料金

再発見を試みます。  
 市井に埋もれている優れた作品を通して、「安曇野の美術」の礎を築いた作家たちの

ます。  
 安曇野市、松本市在住の美術愛好家数名より、安曇野ゆかりの作家たちのコレクションを借り受け、一堂に展覧します。

いたします。  
 安曇野ゆかりの作家展』を開催いたします。  
 3月1日(土)からは、『安曇野ゆかりの作家展』を開催

北アルプス展望美術館は12月11日(土)～2月28日まで冬期休館になります



▲《慮溝橋事件》等々力巴吉

## 在宅介護者に給付金を支給します

町では、家庭において重度の要介護者または重度心身障がい者の介護をしている（介護していた）方に対して、介護者の孤立化の防止および負担軽減を図り、心身共に健康な生活が送れるよう支援することを目的に、在宅介護者給付金を支給します。

《給付対象者》次の2つの要件を満たす方

### 【要件1】

令和6年1月1日～令和6年12月31日の1年間の内180日以上次の①または②の者を在宅にて介護していた介護者（入院期間などは除く）

### ① 重度要介護者

65歳以上で要介護認定4、5または、認知症日常生活自立度Ⅲ、Ⅳ、Ⅴに該当する者

### ② 重度心身障がい者

障害児福祉手当または、特別障害者手当の受給者

### 【要件2】

令和6年中に受診した健康診断や医療機関での血液検査の結果等を町に出し、町の保健指導を受けることに承諾した介護者

健康診断等未受診の方は、2月2日（日）・3日（月）に町で実施する健康診断の対象となる場合があります。

### ・事前申し込み必要

・申込締切1月17日（金）

《給付額》重度要介護者または重度心身障がい者1人につき年3万円

《申請期間》2月3日（月）～2月28日（金）

《申請方法》町で【要件1】に該当することが確認できた方には1月末の予定で申請書類を送付します。必要事項を記入のうえ、ご提出ください。

また、【要件1】に該当する方で町から申請書類が届かない方や、ご不明な点がある方は、問い合わせ先までご連絡ください。

### 【問合せ先】

健康福祉課 地域包括支援センター・福祉係・健康増進係

TEL (61) 5000

## 「がん患者へのアピランスケア」の助成を行っています

町では、がんの治療に伴う外見の変化を補うため、助成の対象となる補装具を購入した方に対し、購入費用の一部を助成します。※アピランスケアとは、国立がん研究センター中央病院において定義された造語で、「医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、外見の変化を補完し、外見の変化に起因するがん患者の苦痛を軽減するケア」のことです。

【助成対象者】①～③の全ての要件を満たす方

① 令和6年4月1日以降に、対象となる補装具を購入された方

② 申請日に池田町に住所を有する方

③ がんの治療（手術、薬物治療等）を過去に受けた方、または現在治療中の方

### 【助成額】

購入費用の2分の1

（千円未満の端数切捨て）

上限額2万円

詳しくは町ホームページをご覧ください。か、電話でお問い合わせください。

【問合せ先】健康福祉課 健康増進係

TEL (61) 5000



区分	助成対象補装具	助成回数 (1人につき)
頭髮補装具	ウィッグ、装着用ネット、毛付き帽子	1回
乳房補装具	補整パッド、補整下着、専用入浴着、人工乳房	右房1回 左房1回
その他補装具	エピテーゼ(補整用人工物)	1回

▲助成の対象となる補装具

# 大町税務署からのお知らせ

## 確定申告会場開設のお知らせ

所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設します。

《会場》大町税務署 1階会議室

《期間》2月17日(月)～3月17日(月)

※土、日および祝日を除きます。

《時間》相談受付：午前8時30分～午後4時

相談開始：午前9時～

※贈与税・譲渡所得の相談受付は午前11時までです。

・確定申告会場の入場には、当日配布または国税庁ライン公式アカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。



▲国税庁  
ライン公式アカウント

※確定申告会場においては、基本的にスマホを利用して申告書を作成していただきますので、スマホをお持ちの方は持参してください。

※マイナンバーカードを利用して申告する場合は、パスワード(①数字4桁、②英数字6～16桁)が必要となります。

※必要書類が不足する場合には、確定申告ができません。事前に国税庁ホームページなどで必要書類をご確認の上、お越しくください。

## 税務署での相談をご検討の方へ

1月6日(月)から2月14日(金)までは税務署内に確定申告会場はありません。

相談を希望される方は、2月17日(月)から3月17日(月)までの確定申告期間中に、確定申告会場へお越しくください。

2月14日(金)以前に所得税・個人消費税・贈与税の申告相談を希望する場合は、事前に相談日などを電話予約いただく必要がありますので、予約なくお越しいただいても対応できません。

## インボイス制度登録要否相談会のお知らせ

消費税の基本的な仕組みやインボイス制度について理解を深めていただくとともに、登録についてお悩みの方を対象に相談会を開催します。

《会場》大町税務署 1階会議室

《開催日時》(同日2回開催・各回定員5名)

1月14日(火) 午前10時～午後1時30分

※要予約1月10日(金)まで

○インボイス制度の一般的なご相談は「インボイスコールセンター」0120(205)553で受け付けています。

○インボイス制度の情報は国税庁のホームページ「インボイス制度特設サイト」をご覧ください。



▲特設サイト  
QRコード

## マイナンバーカードを使って 自宅からe-Taxで確定申告

確定申告には、ご自身のスマホ・パソコンから国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用するe-Taxが便利です。

確定申告期間中は、24時間いつでもご自宅から利用できるため、確定申告会場に出向かずに確定申告ができます。

さらに還付申告をe-Taxで申告した場合、書面での申告と比べて早く還付されます。ぜひe-Taxをご利用ください。

【マイナンバー連携でさらに便利!】

マイナンバー連携を利用すると、確定申告書の該当項目が自動入力されるため、寄附金受領証明書や医療費通知情報などを1件ずつ入力する手間が不要です。

さらに、給与所得の源泉徴収票なども自動入力の対象になります。

◀確定申告書等作成コーナー



◀マイナンバー連携



◀動画で見る確定申告



【問合せ先】大町税務署 TEL(22)0410



## 冬の火災に注意しよう！

空気が乾燥するこの時期は、空気中の水分量が減少するとともに、建物の木材部分などからも水分が少なくなり、火災が発生しやすくなります。また、この時期特有の強い風にあおられ火災が拡大する傾向にあることから、火災予防が何よりも重要です。

大北地域では、令和5年度に32件の火災が発生しましたが、その過半数が冬期間に発生し、建物火災の割合も半数を占めています。



寒さが厳しくなるにつれ、電気や灯油を熱源とする暖房器具を使用する機会が増えます。冬の寒さを乗り切るためにこれら機器は欠かせないものですが、使用上の誤りや器具そのものの不調が火災発生の原因となります。電気器具や暖房機器からの火災を減らすため、次の事に注意しましょう。

●使用している器具がリコール対象製品でないか確認してみましょう。また長年使っている器具は経年劣化の可能性があるので、早めの交換を心がけましょう。

●たこ足配線やほこりのたまったコンセントでは、ショートやトラッキング現象が起これることがあり、これらを原因とする火災が毎年発生しています。たこ足配線を防ぐとともに、コンセント周りの清掃を心がけましょう。

●暖房器具の周りには燃えやすい物を置かないようにしてください。特にストーブの上に干した洗濯物の落下による火災が後を絶ちませんので、絶対に干さないようにしましょう。

●灯油ストーブの給油は、必ず火を消してから行ってください。またガソリンなど誤った油を給油しないよう保管容器を変える工夫をしてみましょう。

●使用している器具の正しい使用方法を確認し、定期的な点検を心がけましょう。

慣れ親しんだ器具であってもちよつとした不注意で火災に至ることがあります。正しい使用と器具の確認を怠らず火災予防に努めましょう！

### 【問合せ先】

北アルプス広域南部消防署

Tel (62) 0119

## 今月の俳句

(池田俳句会選)

鏡餅十センチほどの穂をかう

北原 幻楽 (二丁目)

入口に小さき盛り塩走り蕎麦

降幡かほる (二丁目)

明日生きる力充たすや日向ぼこ

荒井ふみ江 (四丁目)

経木から香りもこそぐ納豆汁

吉原美代子 (五丁目)

幼児の笑顔弾ける散紅葉

中沢 初恵 (十日市場)

早々とタイヤ交換冬に入る

矢嶋さほ子 (十日市場)

療養の友ポジティブや帰り花

横山さゆみ (林中)

番号札並び待つや除夜の鐘

平林 昇 (林中)

初時雨軒にかけ込む迷ひ猫

薄井 保丞 (南台)

論功の閑僚人事返り花

石原 孟 (南台)

※今月の投稿作品10句を順不同で掲載。作者の意図により、あえてふりがなをふらない場合等があります。ご了承ください。

### 3月号掲載俳句募集

はがきまたはメールに作品1点を記入し、1月末日までに投稿してください。

作品には①地区名②氏名③電話番号④中学生以下の方は学校名と学年を明記してください。投稿多数の場合は、選者により選考(10句以内)して掲載します。なお、選者により語句の訂正等をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

■あて先 〒399-8696 (住所不要)  
池田町総務課 総務係  
Tel 62-3131  
メール soumu@town.ikedanagano.jp

## 第24回 a b n・八十二 ふるさとCM大賞NAGANO 「アイデア賞」受賞

12月1日に開催されました「第24回 a b n・八十二ふるさとCM大賞NAGANO」の最終審査会に出席しました。

池田町の作品「この場所はどこでしょう?」は、「アイデア賞」を受賞しました。

副賞として a b n 長野朝日放送のCMで年間20回池田町の作品が放送されます。

さらに今回の受賞で池田町は5年連続入賞することができました。

また、当日はブース出展もを行い、ガーデンハックルベリーのジュース・ビネガー・ジャム、梅漬3種類を販売しました。試飲・試食なども行ったところ、どれも人気で、持って行ったほとんどの品を購入していただくことができました。

最終審査会の模様は特別番組として、令和7年1月3日(金)午後4時から a b n 長野朝日放送にて放送されます。ぜひご覧ください。



## 小中学校で「認知症サポーター養成講座」を開催しました!

11月に高瀬中学校1年生、池田小学校および会染小学校の4年生を対象に認知症サポーター養成講座を開催しました。

講座では、講師を地域住民の方に担っていただき、講義やロールプレイ、レクレーションを通じて、認知症の病気や症状への理解、実際の接し方を学びました。

感想では「自分の家族が認知症になったらどうしようかと思ったけど、対応方法を学び少し自信ができた。」「やさしく声をかけたい。」などの声がありました。

認知症サポーター養成講座は少人数でも開催できますのでお気軽にお問い合わせください。

【問合せ先】健康福祉課 地域包括支援センター  
Tel (61) 5000



## 防火ポスター表彰式

11月12日、防火ポスター表彰式が池田町役場で行われました。

池田町・松川村の小中学生から、火災予防を呼びかける力作計79作品が集まり、12点の入選者が表彰されました。

入選作品は1月30日(木)〜2月6日(木)までの間、交流センターかえでで展示する予定です。町で入選した児童・生徒は次のとおりです。

### 【中学生の部】

岡沢 理央さん(高瀬中2年・銀賞)

### 【小学生の部】

伊藤 奏空さん(会染小5年・金賞)

岩本 暁さん(会染小6年・銅賞)

田中 日陽里さん(会染小6年・努力賞)

柳生 龍空さん(池田小4年・努力賞)

【問合せ先】総務課 危機管理対策室

Tel (62) 3131



## 5年ぶり！はつらつスポーツ祭開催

11月20日、コロナの影響でしばらく開催を見合わせていた町老人クラブ連合会主催（町共催）「はつらつスポーツ祭」が、総合体育館で加盟7クラブ（8チーム）参加のもと開催されました。

今回は、「気軽に参加しやすく」を大切に、玉入れ、カローリングなどイスに座りながらでも楽しめる内容で、合計4種目を楽しみました。

始めは硬い表情であった方も、歌に合わせた準備体操から徐々にほぐれはじめ、そして競技が始まると童心に返ったように夢中になり、最後は仲間と一緒に笑顔になっていたことが印象的でした。

閉会式の際は、「来年も元気にお会いしましょう！」と参加者で来年の再会を約束し、地域の仲間同士の絆を深め合う有意義な大会となりました。



▶カローリング風景



▶バンダナを使った準備体操

【問合せ先】健康福祉課 福祉係

Tel (61) 5000

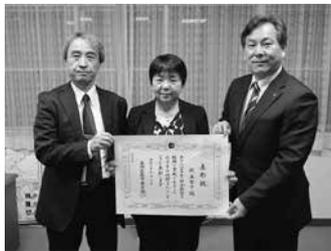
## 土曜ふるさとクラブ講師 長野県教育委員会教育関係功労者表彰受賞

11月6日、地域学校協働活動・土曜ふるさとクラブでパン作りの講師を務める二丁目の縣美智子さんが、長野県教育委員会教育関係功労者表彰を受章されました。（社会教育功労部門）

縣さんは、平成14年度から学校が週休2日制に移行することに伴い、前年の平成13年秋に会染小学校児童が土曜日に有意義な活動を行うため開始された親子パン作り教室の講師に就任され、その後町で両小学校児童保護者を対象に開始した地域学校協働活動でも引き続き講師を務められ、今日に至っています。長年子ども達の実践活動の促進に貢献した功績により表彰されたもので、町でも平成27年に青少年育成町民運動推進大会で表彰しています。

県教育委員会表彰の当日、

町長を表敬訪問された縣さんは活動を振り返り、「長く行って来たな、と実感したい、楽しい」という気持ちで大事にし、今後も活動のできるだけ長く続けていきたい。」と話されていました。



【問合せ先】学校保育課 学校保育係

Tel (61) 1430

## 交通安全防犯啓発セミナーを 開催しました

11月9日、交流センターかえでを会場に、第34回池田町交通安全防犯町民大会交通安全防犯啓発セミナーを開催しました。

セミナーでは、大町警察署の屋敷生活安全課長による特殊詐欺の被害防止や個人情報に関する防犯講演会や、福祉用具・セーフティサポートカー体験会、マイリフレクター制作、また小中学生による交通安全・防犯ポスターコンクール（応募総数70作品）の入選作品の表彰式を行いました。

【問合せ先】

住民課 環境係

Tel (62) 2203



## やすらぎの郷 小会議室廃止・

### 休憩スペース移設のお知らせ

こども家庭センター開設準備に伴い、令和6年12月26日をもって、現小会議室と休憩スペース（和室を含む）を廃止いたします。

なお、休憩スペースは正面玄関西側へ移設いたします。

みなさまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いたします。

【問】健康福祉課 福祉係

Tel (61) 5000

## やすらぎの郷

### 年末年始等のお風呂営業

総合福祉センターやすらぎの郷の年末年始のお風呂の営業は次のとおり時間などが変わります。

12月31日（火）午後1時～午後4時

1月1日（水）休業

1月2日（木）午後1時～午後4時

1月3日（金）午後1時～午後4時

【問】健康福祉課 福祉係

Tel (61) 5000

## CAPカフェ開催のお知らせ

子育て中の悩みや困りごと、イライラしてしまつ気持ちなど、ゆっくりくつろぎながらお話ししませんか？

大切なお子さんとよりよい関係で過ごすためにどんなことができるのか、これから育児についてみんな考えていきま

す。ママもパパも赤ちゃんもお気軽にご参加ください。

【日時】令和7年2月6日（木）

午前10時～午前11時30分

（受付は、午前9時30分～）

【場所】総合福祉センターやすらぎの郷

【対象】これから保護者になる方

0～3歳児の保護者の方

【託児】希望者のみ別室で託児を行います。

【参加費】無料

【定員】10名

【申込】令和7年1月30日（木）までに

参加人数および、託児希望の有無をお申し込みください。

【問】健康福祉課 多世代相談センター

Tel (61) 5000

## 私立高等学校等生徒奨学補助金

町では、私立高等学校等に在籍する生徒の保護者へ補助を行っています。

対象者には12月に申請書類を送付しますので、申請を行ってください。申請書類が届かない場合は、ご連絡ください。

【対象者】令和6年10月1日現在、池田町に住所があり、私立高等学校等に在籍する生徒の保護者

※町税等の滞納がある場合は該当になりません。

【補助金額】生徒1人につき2万円

【問】学校保育課 学校保育係

Tel (61) 1430

## 町長室開放デー

### 「町長室へようこそ」開催

【対象者】

①町内に居住、または通勤、通学している人

②町内で活動する団体

（面談は1団体につき5人以内）

※18歳未満の者は、18歳以上の同伴者を必要とします。

【開催日時】

令和7年1月29日（水）

面談は、1組30分とさせていただきます。

※面談には、電話による事前予約が必要となります。

【午前の部】

- ①午前9時～
- ②午前9時45分～
- ③午前10時30分～
- ④午前11時15分～

【午後の部】

- ⑤午後1時15分～
- ⑥午後2時～
- ⑦午後2時45分～
- ⑧午後3時30分～
- ⑨午後4時15分～

【予約受付期間】

令和7年1月10日（金）～27日

（月）の平日午前8時30～午後5時

※先着順での受付となりますので、希望に添えない場合があります。

【開催場所】

町長室（オンラインは行いません）

【その他】

・基本的には非公開での開催となります。

・面談者による静止画による写真以外の動画撮影、録音、記録データの公開はご遠慮ください。

【問・申込】総務課 総務係

Tel (62) 3131

■1月の休日緊急当番医等 (当番機関は変更になる場合があります。確認してから来院してください)

期 日	医療機関名	電話番号
1日(水・祝)	池田・松川 あづみ病院	62-3166
	大町市内 平林医院	22-2525
2日(木)	池田・松川 近藤医院	62-9187
	大町市内 横澤内科医院	22-0371
3日(金)	池田・松川 西森整形外科	61-1700
	大町市内 市立大町総合病院	22-0415
5日(日)	池田・松川 太田医院	62-1010
	大町市内 最上整形外科クリニック	23-3300
12日(日)	池田・松川 松本クリニック	61-5151
	大町市内 野村クリニック	85-0085
13日(月・祝)	池田・松川 あづみ病院	62-3166
	大町市内 いしぞね内科・外科クリニック	23-2555
19日(日)	池田・松川 せりざわクリニック	62-3000
	大町市内 柿下クリニック	21-1230
26日(日)	池田・松川 吉村医院	61-5666
	大町市内 遠藤内科医院	22-0031

期 日	医療機関名	電話番号
1日(水・祝)	宮下歯科医院	22-0297
2日(木)	師岡歯科	62-9781
3日(金)	砂田歯科医院	22-0648
5日(日)	金子歯科医院	23-2200
12日(日)	竹内歯科医院	62-2151
13日(月・祝)	丸山歯科クリニック	62-0648
19日(日)	横澤歯科医院	22-1343
26日(日)	いとう歯科医院	62-8880

診療時間	■医 科	■歯 科	■薬 局
	午前9時 ~ 午後5時	午前9時 ~ 正午 (要事前連絡 受付時間午前9時~11時)	午前9時 ~ 午後5時30分

期 日	薬 局 名	電話番号
1日(水・祝)	高瀬薬局	62-1125
	なつめ薬局	85-0536
2日(木)	内川薬局板取	62-9912
3日(金)	すみれ薬局	85-2061
5日(日)	白樺薬局	62-0010
12日(日)	フロンティア薬局安曇野店	61-5500
13日(月・祝)	キムラ薬局	62-5210
	フロンティア薬局安曇野店	61-5500
	日本調剤北アルプス薬局	85-2333
19日(日)	キムラ薬局	62-5210
26日(日)	松川とをしや薬局	61-1527

■1月の上水道休日緊急当番店

期 日	店 名	電話番号
1日(水・祝)	(有)水錬	62-6721
2日(木)	信光実業(株)大町支店	090-3143-4321
3日(金)	日特工業(株)	22-5266
4日(土)	(株)ハイテム	0263-82-0271
5日(日)	(株)水建	0263-86-3381
11日(土)	(株)サンエス設備	0263-73-2008
12日(日)	(有)インダ設備	0263-83-4360
13日(月・祝)	(株)長澤設備工業	070-2643-3473
18日(土)	(有)岡村設備工業	22-4885
19日(日)	(株)GCI	22-3145
25日(土)	(有)コーヨー住宅設備	62-3529
26日(日)	ルピナ中部工業(株)	070-6510-7288

■1月の主な行事

期 日	行 事 名
18日(土)~ 19日(日)	子どもスキー教室
19日(日)	池田町消防団出初式
24日(金)	シニアスキー遠足

※感染症等により中止となる場合があります。

■1月の納税等

固定資産税③、国保税、後期高齢⑤ 【納期限 1月31日(金)】  
※口座振替日は1月29日(水)です。前日までに残高の確認をお願いします。

■人の動き

12月1日現在 ( )内は前月比  
●人 □9,136人 (△2)  
男 4,433人 (±0) 女 4,703人 (△2)  
●世帯数 4,099世帯 (±0)

池田町  
LINE公式アカウント  
LINEで友だち追加  
QRコード  
ID @shinsyuikedamachi

地域密着!お任せください  
365日対応!  
安心サポート  
ひかりあづみ野  
ANCあづみ野テレビ 安曇野市穂高574番地5 ☎0120-353-055  
インターネット テレビ 電話