



広
報

おおくわ

2025.

2

- シェルビービル市訪問 2～4 P
- 申告相談のおしらせ 6～7 P

No.604



シエルビービル市訪問

11月1日から9日まで、国際交流事業で、
村在住の高校生3名がシエルビービル市内でホームステイを行いました。

姉妹都市交流を終えて 瀬脇 凜奈

11月1日から9日まで7泊9日でアメリカ合衆国イリノイ州シエルビービル市を訪れ、姉妹都市交流事業としてホームステイをしました。私自身いつかアメリカへ行ってみたいと思っていて、ホームステイにも興味を持っていたのでとても貴重な機会をいただけて出発するのをとても心待ちにしていました。私はこのホームステイに参加するにあたり、自分の中で2つの目的を持って臨みました。

1つ目は文化の交流です。この9日間を振り返ると、普段の日本での自分の生活とアメリカでの生活は時間の使い方も食生活も全く異なっていて、文化の違いを実感したのと同時に、それぞれの良さを感じる事ができました。文化の違いについては、学校生活や普段の食生活で特に実感しました。学校生活では、日本の高校ではあまり見かけたことのない狩猟に関する授業やスペイン語の授業があることを知り、科目の豊富さに驚きました。学校での過ごし方も日本とは大きく異なっていて、授業

間の休憩時間は3分で教室の移動にとっても苦労したのを覚えてます。大変なことも多い反面、授業中自由にお菓子を食べたりジュースを飲んだりすることができるとや、アメリカは大半の州で16歳から自動車の運転免許を取得することが可能なので自分の車で登下校することができ、学校帰りに友達とご飯を食べに行ったり、買い物に行ったりすることができるとはとても自由で良い文化だと感じました。食文化については、想像していた通り、一つ一つの料理の量がとても多いなということが一番印象に残っています。

ホームステイ期間中、何度かホストファミリーと外食に出かけましたが、どのレストランの料理も日本と比べるととても量が多く、全ての料理を完食することはできませんでした。アメリカ人は普段からこの量を食べきっているんだなと思います、ふとホストファミリーやほかのテーブルの人の様子を見ると、案外そうではなく食べきれない分はそのまま残したり、家に

持ち帰って食べる分だけパックに移したりしていました。後でホストファミリーに聞くとそれが普通だと言っていて、とても驚きました。日本では食べきれない分だけ頼んで食べるという習慣が当たり前なので、完食できなかったときはすごく悪いことをした気分になりました。それと同時に日本人は気付けぬうちに食品ロスに気を遣って生活しているんだなということに気付き、日本人は素晴らしいなと思いました。

2つ目は英語力の向上です。普段学校の授業では基本的な文法や長文読解を中心に学んでいて、英語検定は2級まで取得してきました。私自身、英語の勉強が好きなのもあり、もっと英語の力を伸ばしたいと思っていました。英文を読むことはある程度できてもやはり聞き取ることが話すことは授業や家庭学習では補いきれない部分も多く苦手な分野でした。実際にアメリカへ行き、慣れない環境で一切日本語が通じない状況の中、自分の気持ちを自分の持っている語彙の範囲で伝えるということとは想像していた以上に大変でし

た。また現地の人の英語は単語一つ一つが難しく、スピードも速いため一度では理解できないことが多く、最初はとても苦労しました。ですが、ホストファミリーは優しくゆっくり教えてくれたり、冗談を交えつつ積極的に話しかけてくれて、ホームステイが終わる頃には楽しく日常会話ができるようになりました。

今回のホームステイで私はとても貴重な経験をさせていただき目的としていたことを達成して色々な面で成長することができました。私を温かく迎え入れてくれたホストファミリーには感謝しかありません。本当にありがとうございました。今後このような素敵な交流会が続いていくことを心から願っています。



シエルビービル姉妹都市交流に参加して 神田 慎斗

今回、シエルビービル市との姉妹都市交流があると知り、応募し参加することになりました。参加するにあたって、一生の思い出に残るような経験を積みたいと思い、学びたいこと、伝えたいことを考えました。

学びたかったことは、アメリカの文化や生活のことです。ホームステイを通して、日本との違いを多く見つけることができました。特に驚いたことは食事です。日本では家族そろって食事をとることが多いと思いますが、私のホームステイ先の家庭では、お腹が空いたら食べるという感じで、それぞれ食べる時間が自由でした。

シエルビービル市については、明るくフレンドリーな人が多いと感じました。近くの飲食店やスーパーなど、どこへ行ってもホストファミリーの知り合いがいて、その知り合いの人達が話しかけてくれました。また、治安や生活環境が良いので、他国からの留学生がハイスクールに何人もいました。私のホームステイ先にもベルギー

人の留学生が居て、滞在中は彼と行動を共にしました。私は初めての海外でとても緊張していましたが、たくさんの人に明るく話しかけてもらい、すぐに緊張も解けて楽しく生活することができました。

ハイスクールのスポーツ系の部活動は全て「ラムズ」というチーム名で活動していました。試合があると多くの生徒や住民が、チーム名の入った応援Tシャツやパーカーを着て会場に集まり応援していました。私もアメリカカンファットボールの試合を観戦したのですが、プロの試合のような演出でホームチームが入場したり、熱狂的な応援をしていたのでも驚きました。

現地の人との会話は、話すスピードが速く、うまく聞き取りができず難しかったので、翻訳アプリに頼ってしまうことが多くありました。しかし、数日生活する中で英語を聞き取れるようになり、少し会話ができました。ですが、まだまだ自分の英語力不足を感じたため、これからもっと英会話を

学びたいと思います。

次に、私が伝えたいと思ってきたことです。

大桑村の良さについては、事前撮っておいた阿寺溪谷や木曽川神社やお寺などの写真を見せながら、自然豊かな風景や、歴史ある建物について伝えることができました。しかし、地区ごとにあるお祭りなどの行事については写真が無く、うまく言葉だけで伝えることができませんでした。

日本の文化については、アメリカの人達もよく知っていました。が、詳しい質問に対し答え、伝えられてよかったです。

学校生活については、日本の学校との違いが多くあり、それをハイスクールの友達に伝えたいと思いました。が、授業間が短く授業毎に移動もあり、さらに大統領選挙で学校が1日休みだったこともあり、時間がなく伝えることができませんでした。今回うまく伝えられなかったことは、今後SNSを通じて、現地の友達やホストファミリーに日常であったことと一緒

に「伝える」と、約束してきました。

ホームステイをした6泊の間は、ホストファミリーや友達と近くの散策などもして楽しく過ごすことができました。あつという間でした。

最終日のシカゴ観光では、現地ガイドにシカゴを案内してもらいました。特にアメリカで2番目に高いビルであるウィリスタワーからの夜景はともきれいでした。

そして、今回の7泊9日を通して、日本とは違うアメリカの生活や文化を体験でき、一生の思い出に残る最高の経験になりました。ありがとうございました。



姉妹都市交流を終えて 安江 琉央

初めて訪れたアメリカで最初に感じたのは、広大な土地と独特な空気感でした。シエルビービル市に向かう道中、果てしなく広がる小麦やトウモロコシ畑が印象的で、日本の景色とは全く異なるスケール感に圧倒されました。また、山が1つも見えない広大な平原は、日本ではなかなか体験できない風景でした。

ホストファミリーの家では、温かく迎え入れてくれた家族達と過ごすことで、アメリカの日常生活を肌で感じる事ができました。

特に印象に残っているのは、家庭・親子関係なく仲が良く、週末のアメリカンフットボールの試合に合わせたフードパーティーを開いていたことです。このような家族ぐるみの活動や、時間を共有する文化はとても素敵で、心が温まりました。また、アメリカの学校生活も興味深い体験でした。各教室に個性あふれる装飾がされていて、学生が自分の意見を自由に発言する姿が印象的でした。一方で、日本と同じように学生がグループに分

かれる文化も見られ、共通点と違いの両方を発見しました。

ホストブラザーのベンやコーリンたちとの思い出は数え切れないほどあります。特にゴルフカートで広い敷地を走り回ったり、釣りをしたりする時間は、日本ではなかなかできないアクティビティで、毎日が冒険のようでした。食文化もアメリカらしさを感じる部分でした。ステーキやタコス、学食のピザやバーガーなど、日本では味わえないような大きなサイズやボリュームが印象的でした。それと同時に、自分が持っていた日本のラーメンや抹茶をホストファミリーが気に入ってくれたことは、とても嬉しく、日本文化の魅力を伝える楽しさも感じました。

アメリカでの生活を通じて、日本とアメリカの文化や生活の違いを強く実感しました。

例えば、アメリカでは他の家族や友人が気軽に家を訪れることが多く、人々の距離が非常に近いと感じました。また、何事にもおろからか、他人を気遣う場面が多い

のも印象的でした。常に「元氣？」「楽しんでる？」と気遣ってくれたことや、知らない人同士でも自然に挨拶や会話を交わす光景は、とても心地よいものでした。日本のような繊細なマナーや厳格さは感じられず、その分自由でリラックスした雰囲気がある一方で、少し雑に見える場面もありました。こうした違いを通じて、日本の文化の良さ、アメリカの自由な魅力の両方を再認識する機会になりました。

アメリカで得た経験は、大桑村においても役立てられると感じています。特に、アメリカの家族や地域の人が積極的に交流を楽しむ姿勢は、大桑村でも取り入れられるのではないかと思います。また、アメリカの学校で見た自由でオープンな雰囲気や、多様な意見を受け入れる姿勢も、日本の学校や地域活動に取り入れることで、より活気ある場を作れると考えています。特に若い世代が自由に意見を言える環境を整えることで、新しいアイデアや発想が生まれる可能性が高まると考えます。さらに、アメリカの広大な土地での釣りや、川のほとりでのトレーラーハウスキャンプのような自然を活かした

アクティビティ・サービスは、大桑村の自然環境でも実現可能です。村の魅力をさらに引き出すために、観光客や住民が楽しめるアクティビティを企画することで、村全体の活性化につながると考えます。

アメリカで過ごした日々は、新しい発見と学びの連続でした。広大な土地、人々の温かさ、多様な文化との交流を通じて、日本では得られない貴重な経験を積むことができました。この経験を通じて得たアイデアを大桑村に活かして今後の発展に貢献していきたいと思えます。また、今回の経験を通じて海外とのつながりの重要性を改めて感じたので、今後も英語を学びながら、再び海外に挑戦していきたいと考えています。



大桑村の宝を抱っこして思ったこと

column

昨年秋、バス旅行があった際、若い親子の参加もあり、子どもたちの元気な歌声などに大いに元気をいただきました。

その中に生後8ヶ月のお子さんがいて抱っこさせていただきました。私は元来、赤ちゃんには好かれることのない人間で人様のお子さんを抱っこするなんてことは今まで一度もありません。ですが、あまりにも可愛いお子さんで思わず抱っこさせると言ってしまうました。折角ご機嫌でいるところを愚図ったかどうかと心配になりましたが私の膝の上でいい子にしていってくれました。

ぎゅっと握った手、つきたてのお餅のようなほっぺ、柔らかかくしゃかりとした足など大きな感動と力強いエネルギーを感じました。

時々この感動を思い出しながら、この子たちが大人になる頃はどのような社会になっているだろうかと思えます。少なくとも

も戦争のない平和な社会であってほしいと願うところです。



村長室に
来てみませんか

村長室で気楽に話をする場「村長と話そう！」を開催します。

- ▼ 第7回 3月3日(月)
- ▼ 第8回 3月17日(月)

参加を希望する人は2月25日(火)までに役場へ連絡してください。話す内容は要望、雑談など自由です。

気軽に申し込んでください。

▼ 問い合わせ先
総務課 総務係

TEL * * 55 - 3080

住宅の耐震性を確認

村では住宅の耐震化に関する普及啓発や支援を進めています。

昭和56年以前の建築基準法の旧耐震基準により建てられた住宅は、耐震性が低く、大きな揺れに耐えられない可能性があります。令和6年1月1日に発生した能登半島地震においても、旧耐震基準の家屋や古い日本家屋が多く倒壊しているという報道もありました。

長野県が平成27年3月に公表した長野県地震被害想定調査報告書によれば、大桑村でも南海トラフ巨大地震を始め、東海地震、木曾山脈西縁断層帯の地震などで、震度5強から震度7が予想されています。

いつ起きるかわからない巨大地震から家族の命や財産を守るためにも、次の手順で耐震性の確認や補強工事の検討をお願いします。

① 住宅の状態を確認しましょう

■ 住宅の耐震診断

長野県木造住宅耐震診断士が住宅の耐震安全性の調査や評価、耐震補強工事の方法を提案します。村が業務主体のため、所有者の費用負担はありません。

対象住宅 昭和56年5月31日以前に建築工事に着手した一戸建て木造住宅

② 耐震性が低いと判断された場合は補強工事を検討してください

耐震補強を実施する場合、補助金があります。

■ 既存住宅耐震補強補助金

補助額 工事費や設計費、補強計画に要する経費の8/10以内。(限度額は100万円)

補助条件 ▶耐震診断の結果、総合評点が1.0未満であること。

▶耐震補強工事後の総合評点が0.7以上かつ工事前の総合評点を上回ること。

▶ 問い合わせ先 住民課 生活環境係 TEL * * 55 - 3080

申告相談のおしらせ

2月17日(月)から3月17日(月)までの期間で、令和6年分所得税及び令和7年分住民税の申告相談が始まります。

申告の要否の基準、申告の際の持ち物など、以下の項目を参考に準備をお願いします。



申告が必要な人

次のいずれかに該当する人

- ① 事業所得がある人（農業、営業、不動産、個人年金、譲渡所得、一時所得、売電など）
- ② 2か所以上から給与を受けている人（ただし全ての給与を合算して年末調整を受けた人を除く）
- ③ 年末調整をしていない人または、年末調整に誤りのある人
- ④ 医療費控除、寄付金控除、雑損控除、（1年目の）住宅借入金特別控除等を受ける人

※申告の内容によっては、税務署へ直接申告していただく場合があります。

※①～③に該当する人には事前に役場から通知はがきを発送します。

申告の際に持参するもの

- 役場、税務署からの通知はがき
- 収入のわかるもの（源泉徴収票・収入内訳書など）
- 通帳および登録印
- 各種控除を受けるための証明書（国民年金保険料支払証明書など）
- マイナンバーカード
※なお、マイナンバーカードをお持ちでない場合は、通知カードと本人確認書類が必要になります。
※通知カードは再発行ができません。紛失した場合は、マイナンバーカードを作成するか、個人番号の記載された住民票等を取得する必要があります。
- 利用者識別番号のわかる書類
※税務署から送付された「確定申告のお知らせハガキ」か、役場で発行された「利用者識別番号の通知」の控えを持参してください。

医療費控除について

医療費控除とは、1年間にかかった医療費が10万円（総所得金額等が200万円未満の人は総所得金額等の5%）を超えた場合に受けられる所得控除制度です。

【対象になる医療費の要件】

- ▶ 令和6年1月1日から令和6年12月31日までに、自身が支払ったまたは、生計を一緒にしている配偶者や親族のために支払った医療費
※控除を受ける人の所得により控除額が変わります。
※インフルエンザワクチンなどの予防接種は、「治療」ではないため対象になりません。

【準備するもの】

- ▶ 加入保健機関などが発行する医療費通知
- ▶ 領収書（令和6年中の領収のもの）
受診した人別、医療機関別、薬局別、日付順に整理して、それぞれの合計金額を出してください。
- ▶ 生命保険会社などが発行する医療費を補てんする保険金がわかる書類

セルフメディケーション税制（医療費控除特例）

健康の保持増進及び疾病の予防として一定の取組を行っている人が、その年中に自己または自己と生計を一緒にする配偶者や親族のために12,000円を超える対象医薬品を購入した場合に通常の医療費控除との選択適用を受けることのできる制度です。

※選択適用のため、この控除を受けた場合は通常の医療費控除は受けられません。

【一定の取組】

一定の取組とは、人間ドック、定期健康診断、インフルエンザワクチン接種などをいいます。

【対象医薬品の範囲】

対象医薬品は、医師によって処方される医薬品、薬局やドラッグストアで購入できる医薬品に転用された医薬品（スイッチOTC医薬品）及びスイッチOTC医薬品と同種の効能又は効果を有する一定の医薬品です。

※具体的な対象医薬品の一覧は右記QRコードから確認してください。



▲厚生労働省 HP
「セルフメディケーション税制について」

【必要書類】

- ・対象医薬品を購入した領収書（令和6年中の領収のもの）
- ・一定の取組を証明する書類

確定申告の日程と会場

◎土日祝日は申告相談を行いません。注意してください。

日 程	会 場	時 間
2月17日(月)～18日(火)	役場1階会議室	9:00～16:00
19日(水)～21日(金)	野尻地区館	9:30～16:00
25日(火)～26日(水)	須原地区館	9:30～16:00
2月27日(木)～3月17日(月)	役場1階会議室	9:00～16:00

▶ 問い合わせ先 住民課 税務係 Tel ** 55 - 3080

・手続きは
お済みですか？

自動車税、軽自動車税は、4月1日現在の所有者または使用者に課税されます。

売却や譲渡などにより車が手元にない場合でも、3月31日までに名義変更手続きが完了していないと令和7年度も引き続き課税されます。忘れずに手続きをしましょう。



▼ 問い合わせ先

● 自動車の場合

松本自動車検査登録事務所
Tel 050・5540・2043

● 軽自動車の場合

軽自動車検査協会
長野事務所松本支所
Tel 050・3816・1855

● 大桑村ナンバーの車両の場合

住民課 税務係
Tel ** 55・3080

地域おこし 協力隊です。

木又 邑配子
きまた ゆきこ

協力隊3年目の活動内容

こんにちは。改めて地域おこし協力隊の木又です。本年度は、協力隊として大桑村に来て3年目となりました。活動3年目は、自身で試験栽培した農産物を販売・提供できたことが大きな経験となりました。販売は、野尻のアイほっこり屋さんで協力いただきました。納品したほとんどの農産物を手に取っていただきました。教育機関においては「有機給食の日」ということで保育園・小学校・中学校にそれぞれサトイモ・サツマイモ、長ネギを使っていたいただきました。当日は、小学校で児童たちと一緒に給食を食べました。児童たちが目の前で言ってくれた「おいしい」という言葉がとても嬉しかったです。生産者としては駆け出しですが、大切に育てた農作物をおいしく食べてくれることは、作り手にとっての喜びであり活力であると実感しました。



ボカシ(有機物)肥料 作り体験会

昨年12月14日にボカシ(有機物)肥料作り体験会を開催いたしました。参加いただきありがとうございました。ボカシ肥料とは、資材の種類や分量に規定はありません。使用する肥料の成分量を調整できるのもこの肥料の良い点です。そのため、レシピは作る人によって異なります。この体験会では、自身が3年間にわたり多品目の野菜を栽培する中で作成し使用してきた比較的作りやすいボカシ肥料のレシピを紹介させていただきました。参加者の話を伺いながら、こんなにも農作物の栽培に関心を持ち、熱心に取り組まれている人たちがいるのかと改めて感じうれしく思いました。村内の農地を守るためにも、農ある暮らしの発展と継続のためにも、地域全体での情報共有や具体的・実践的な取り組みが今後必要であると感じています。

最後に

今年で卒隊となりますが、神奈川県からこの村に来て3年、本当にたくさんの学びがありました。農に ついてはもちろん、村のこと、木曾のこと、県のこと。村内には温かい人々の営みや環境における素晴らしい

資産があり、そして里山が抱える課題までも、以前暮らしていた場所には無かったものを知り、学び、経験しています。

新規独立就農に関しては、もう少し先の目標となりましたが、地域振興と村の農地を守るために、今後も私にできることがあるのではないかと考えています。引き続きここで暮らしを楽しみながら努めていきたいと考えています。

新しい環境で慣れないこともたくさんありましたが、関わってくださった皆さま、応援してくださった皆さまの優しさで温かさに支えられてきました。心より感謝申し上げます。今後ともどうぞよろしくお願いたします。



ビデオレターが 届きました

昨年、姉妹都市のシエルビル市に宛てて、大桑小学校の児童がビデオレターを送りました。今回、シエルビル市からもビデオレターが届き、三学期の始業式に全校児童で鑑賞しました。

ビデオレターの内容は、シエルビル市の小学校の授業風景などを映したもので、アーチェリーや釣りなど、日本の学校では見られない授業風景に児童たちは驚いていました。



役場職員の 人事異動

1月1日付

○福祉健康課 福祉係

北原 美由季 (総務課付)

○退職 (12月31日付)

平井 歩惟

(子育て世代包括支援センター)



フレイルを 予防しましょう

今月2月1日は、「フ(1)レイ(0)ル(1)」の語呂合わせで「フレイルの日」です。あまり聞きなじみがない言葉ですが、介護予防の観点からよく使われます。今回はこの「フレイル」について紹介します。

「フレイル」とは

加齢に伴い、心と体の活力が低下した状態を「フレイル」と言います。これは図のように、「健康」と「要介護状態」の間の段階で、そのままの状態が続くと要介護状態となる可能性が高くなりますが、矢印の向きを見てわかるように、健康な状態へ戻ることも可能です。

簡単なフレイルチェック

まずは、今の自分の体の状態を知るために、次の2つを試してみてください。

★指輪っかテスト

方法	結果	判定
両手の親指と人差し指同士で、ふくらはぎの一番太い部分を締め付けられないように「指輪っか」で囲みます。	囲めない(指同士がくっつかない)	十分な筋肉量
	ちょうど囲める	
	隙間ができる	筋肉量が少ない可能性

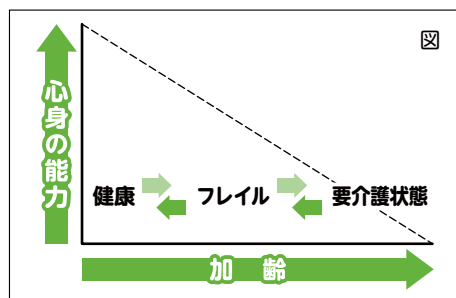
★イレブンチェック

出典：東京大学高齢社会総合研究機構

チェック項目		回答	
		A	B
栄養	1 ほぼ同じ年齢の同性と比較して健康に気を付けた食事を心がけていますか	はい	いいえ
	2 野菜料理と主菜(肉又は魚)を両方とも毎日2回以上は食べていますか	はい	いいえ
口腔	3 「さきいか」「たくあん」くらいのかたさの食品を普通に噛み切れますか	はい	いいえ
	4 お茶や汁物でむせることがありますか	いいえ	はい
運動	5 1日30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか	はい	いいえ
	6 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか	はい	いいえ
	7 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いと思いますか	はい	いいえ
社会性・こころ	8 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	いいえ	はい
	9 1日に1回以上は、誰かと一緒に食事をしますか	はい	いいえ
	10 自分が活気にあふれていると思いますか	はい	いいえ
	11 何よりもまず、物忘れが気になりますか	いいえ	はい

回答B欄に○がついた項目は注意が必要で、5個以上○がつくとフレイルの可能性が高いと言われています。

また、ケーブルテレビで村のご当地体操「大桑ほこつと体操」を放映しています。まずは、テレビのチャンネルを合わせ、家中でもできることから始めてみてはいかがでしょうか。冬は気温が低い分、体温を維持するために基礎代謝(運動していなくても消費するエネルギー)が高くなっているため、夏よりも運動によるカロリーの消費効率が良いとされています。また、体温を逃さないために、血管を収縮させることで血流を減少させています。それにより手足の冷えを感じやすくなります。



大丈夫、フレイルは可逆的です！

先にも書きましたが、フレイルは早めに気づいて対策を講じることと、健康な状態に戻ることができま。そのためには次の3つのポイントを実行することが大切です。

1 栄養

肉、魚、卵、大豆等のたんぱく質を意識的に取り入れ、筋肉量を維持しましょう。

2 運動

筋肉量を維持するために、

3 社会参加

ウォーキングや筋トレをしましょう。

家族や友人、近所や地域の人等とのつながりを大切にしましょう。

立春は過ぎたとは言え、まだまだ寒さが厳しい季節です。日差しの濃い暖かい時間に、まずは少しのずくを出して外出し、散歩(運動)の途中で出会った人と言葉を交わして(社会参加)みてはいかがでしょうか。そうすることで、食欲も増進されおいしく食事がとれる(栄養)ようになり、自然とフレイル予防の取り組みにつながります。

地域おこし協力隊
活動報告会

問 総務課企画財政係
TEL *55・3080

村内で活動している協力隊員のうち、5名が3月末で任期を終えます。
この5名の地域おこし協力隊員による住民向け活動報告会を開催します。

日時 2月22日(土) 13時30分～

場所 多目的ホール

隊員のこれまでの活動を聞くことができる最後の機会となります。
地域づくりや村おこしなどに興味がある方は是非ご来場ください。

年齢による入場制限等はありません。

小中学生、高校生の皆さんの来場もお待ちしております。

行政書士
無料相談会

問 長野県行政書士会
中信支部
TEL 0263・87・3798

長野県司法書士会中信支部無料相談会を開催します。

会場・日時 (木曾周辺)

● 松本会場

2月15日(土) 10時～15時
松本市勤労者福祉センター
3・3会議室

● 木曾会場

2月22日(土) 10時～15時
上松町ひのきの里総合文化センター
1階音楽室

● 塩尻会場

2月25日(火) 10時～15時
塩尻市市民交流センター
(えんぱーく)
301会議室

相談内容

- ・ 遺言・相続関係に関して
- ・ ビジネスをサポートする
- ・ 各種申請
- ・ 外国人の在留資格 など

自衛官等募集

問 自衛隊長野地方協力本部
松本地域事務所
TEL 0263・36・2787

受付期間

① 幹部候補生 (一般、専門)
(陸) 飛行 (海空)
3月1日(土)～4月4日(金)

② 幹部候補生 (歯科、薬剤)
3月1日(土)～4月4日(金)

③ 一般曹候補生
3月1日(土)～5月7日(水)

試験期日

① 幹部候補生 (一般、専門)
(陸) 飛行 (海空)
4月12日(土)、13日(日)

※13日は海空飛行要員のみ

② 幹部候補生 (歯科、薬剤)
4月12日(土)

③ 一般曹候補生
5月17日(土)～5月25日(日)

※詳しくは問い合わせてください。

国家公務員
採用試験のお知らせ

問 人事院関東事務局
TEL 048・740・2006

国家公務員採用試験を行います。

● 総合職試験
(大学院卒者試験、大卒程度試験)
受付期間
2月3日(月)～2月25日(火)

● 第1次試験日
3月16日(日)

● 一般職試験
(大卒程度試験)
受付期間
2月20日(木)～3月24日(月)

● 第1次試験日
6月1日(日)

申し込みはインターネットより行ってください。



▲ 人事院
「採用情報 NAVI」

昔の借金を
請求された人の
緊急相談会

問 長野県司法書士会
TEL 026・232・7492

法テラスながの
TEL 0570・078327

日時 3月1日(土) 10時～16時

相談方法
電話相談
0120・448・788
(フリーダイヤル)

面談相談

場所 長野県司法書士会館

※面談相談は事前予約が必要です。前日までに長野県司法書士会に予約してください。

相談例

- ・ 昔借りた借金の請求が来たけど払わなければいけないだろうか?
- ・ 借りた覚えのないところから借金の請求が来たけどどうということだろうか?

3月の行事予定

1 土	押しレコ！（図書館）
2 日	
3 月	村長と話そう！ 第7回 ひなまつり会（保育園）
4 火	健康教室（野尻地区館）
5 水	
6 木	
7 金	
8 土	
9 日	
10月	
11火	健康教室（野尻地区館）
12水	
13木	ゴールデンシュエの日 冬の交流会 らくらく筋トレ教室（野尻地区館）
14金	
15土	もぐもぐリサーチ（図書館）
16日	
17月	村長と話そう！ 第8回 3学期終業式（小学校）
18火	小学校卒業式 3学期終業式（中学校） 健康教室（野尻地区館）
19水	中学校卒業式 なんでも相談（野尻地区館）
20木	
21金	保育園卒園式
22土	図書館 de シネマ（図書館）
23日	
24月	
25火	健康教室（野尻地区館）
26水	
27木	おはなし会（図書館） らくらく筋トレ教室（野尻地区館）
28金	
29土	
30日	消防団退団任命式
31月	

※都合により、変更・中止になる可能性があります。



教室	会場	時間	開催日
英 会 話	①	14：00	5、12、19、26
英 会 話	①	19：30	5、12、19、26
押し花教室	②	10：00	21
パッチワーク	—	—	12月で終了
レザークラフト	⑦	9：30	4、18
陶 芸 教 室	④	10：00	21、22
コール・マルベリー	①	19：30	12、26
	②	19：30	5、19
詩吟岳風会大桑教室	⑥	10：00	5、12、19、26
大正琴糸瀬会	③	13：00	11、25
リフレッシュヨーガ	⑦	19：00	5、12、19、26
ヨ ガ	②	14：00	8、22
あゆみ整体教室	⑦	19：00	休み
フラ教室〈昼〉	③	13：30	10、17、24
フラ教室〈夜〉	③	19：30	7、21
舞DANCE木曾& 日本舞踊はなやぎ	⑤	14：00	1、8、15、22、 29
池坊いけばな教室	③	13：00	11、25
笑 い ヨ ガ	②	13：30	27
ヨガストレッチ	③	20：30	5、12、19、26

会 場 ①役場、②野尻地区館、③須原地区館、④殿分館、
 ⑤村民体育館、⑥橋場分館、⑦弓矢分館
 ※各教室とも随時参加者を募集しています

12月20日 まめっこ クリスマス会



12月24日 保育園 クリスマス会

12月の
できごと

1月12日 消防団 出初式



1月13日
どんど焼き (東地区)

1月15日 小学校 スキー教室



1月21日 小学校
性教育授業 ~命のはじまりっていつだろう?~

1月の
できごと

村の人口

1,457 世帯 (前月比 - 3 世帯)	男 (人)	女 (人)	計 (人)
出生	0	0	0
死亡	5	4	9
転入	3	1	4
転出	4	1	5
総人口 (前月比)	1,575 (-6)	1,620 (-4)	3,195 (-10)

(2月1日現在・住民基本台帳登録人数)

3月の緊急当番医

日	緊急医名	電話番号
2日(日)	古根医院 (大桑村)	55-1188
9日(日)	田沢医院 (木曽町開田)	44-2008
16日(日)	大脇医院 (上松町)	52-2023
20日(木)	王滝村診療所 (王滝村)	48-2731
23日(日)	奥原医院 (木祖村)	36-2264
30日(日)	王滝村診療所 (王滝村)	48-2731

表紙によせて

1月15日に保育園で行われた小正月の様子です。古くは小正月までが幕の内とされていたこともあり、1月15日周辺はどんど焼きなどの正月ならではの伝統行事が全国的に一斉に行われます。小正月も地域によって風習に違いがあるようですが、木曽地域は、かつて養蚕が盛んであったこともあり、繭玉作りがよく行われます。保育園でも、園児全員で米粉から繭玉を作りました。園児たちは、苦戦しながらも、黙々と木に繭玉を取り付けていました。

木曽病院 (木曽町福島) TEL 0264-22-2703
 坂下診療所 (中津川市坂下) TEL 0573-75-3118
 中津川市民病院 (中津川市) TEL 0573-66-1251



大桑村公式LINE
友だち追加はこちら



大桑村公式 X
(旧 Twitter)

