



朝日村・松本山雅FC 出資に係る調印式

Contents

2020
1月号

新春のごあいさつ	2-3
12月村議会 村長提案説明	4-5
住民税(村県民税)・所得税の申告はお早めに!!	6-7
朝日村各計画策定のためのパブリックコメント(意見募集)を 実施します	8
介護保険料は介護予防の教室 講座にも活用されています／	9
民生児童委員が代わりました／	
区の自主防災会に災害備品を整備しました!	
ウォーキング教室ご紹介／	10-11
国民健康保険 令和2年度 税率1割程度の引き上げを予定しています	
予防接種のお知らせ	12
こんにちはは地域包括支援センターです	13
朝日村結婚新生活支援事業	14
朝日村表彰式／平成31年度 コミュニティ助成事業	15
STOP! 風食被害/2020農林業センサスが実施されます／	16
村道古見57号線道路改築工事に伴う通行規制のお知らせ(予定)	
「しおじり・あさひ環境大賞」／	17
あさひ保育園 保育ボランティアさんの募集	
朝日の山城 武居城跡	18
わくわく館からお知らせ	19
あさひプライムスキー場営業日・イベント案内／	20
プレミアム商品券の有効期限について	

すこやかな ころろ
すこやかな からだ
すこやかな 土づくり



(前年比)
人 口 4,530人 (-33)
男 2,251人 (-20)
女 2,279人 (-13)
世帯数 1,538世帯 (11)
(2019.12.1現在)

ごあいさつ



長 幸 村 弘 日 林 朝 小

新年おめでとうございます。
令和2年の新春を迎え謹んで
お慶び申し上げます。

昨年5月に新天皇・皇后陛下のご即位と共に、新しい時代が来ると言う夢や希望に満ちた、新元号の令和元年を迎えました。

同じく5月より、新村長として朝日村の舵取りを村民の皆さんより付託を受け、福祉あふれる村創りを目標に船出を致しました。皆さんの温かい見守りにより何とか村政をスタート出来ました事に感謝を申し上げます。

近年大型災害が続いておりますので、令和となり心の中では安寧を祈りましたが、昨年も台風の大規模と共に経験した事のない日本の広範囲に及ぶ甚大な災害がもたらされてしまいました。お亡くなりになられた方々のご冥福をお祈りしますと共に被災されました多くの方々の日でも早い復興・復旧をお祈りいたします。

新年を迎えましたので、明るい話題や今後の課題をピックアップして申し上げます。

たいと思います。

今年はいよいよ東京オリンピックが開催されます。7年前の国を挙げての「おもてなし」招致活動が昨日のように思えます。スポーツを核とした地域交流や国際交流も時勢と共に活発化し発展しております。昨年のラグビーワールドカップでの日本チームの活躍は記憶に新しい事です。朝日村でも近在では少し遅れを取りましたが、昨年12月に松本山雅FCのホームタウンに参加いたしました。今年からは松本山雅の提唱するスポーツプロگرامを通しての地域を元気にする活動を積極的に取り入れて、朝日村をもっと活性化させて行きたいと思えます。

令和2年度をスタートに朝日村の10年間の方向性を決める第6次総合計画が総合計画審議会の委員さんを中心に検討がされています。これからの10年の羅針盤となりますから注目して頂きたいと思えます。

朝日村基幹産業としての農業を強くしていく活動も積極的に行う為、アグリチャレンジセンターを開設いたしました。農家の人手不足のお手伝い、月3万円のお小遣いになればいい、野菜バスシステムへの参加、新たに6工区のほ場整備と共に新規就農者支援を行ってまいります。

子供への支援活動も力を入れていきます。嬉しいことにあさひ保育園の園児の

数が定員の150人を超える見通しで、保育士や設備の増強等をして行きます。そして、義務教育となる小学校での英語や中学生の学習教室による学力支援をスタートさせます。

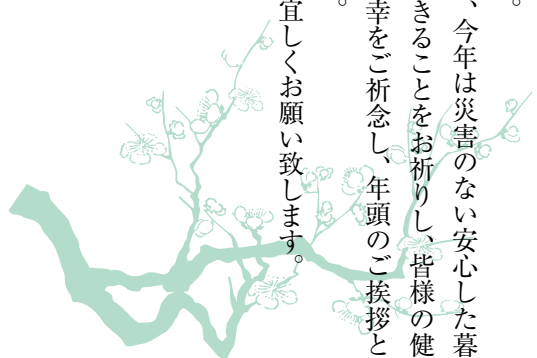
高齢者の皆さんへのサービス拡大・充実も大切な課題です。多くの要望があります。大型量販店への買い物バスや近隣医院への接続のしやすさ等交通システムの改善も検討する予定です。

今後老朽化が進むインフラ対応が大きな課題です。旧役場庁舎や旧おひさま保育園の方向付け、公民館講堂のアスベスト処理、プライムスキー場の設備のメンテナンス等大きな費用が見込まれています。

今年も一年、多くの課題解決を図り福祉あふれる村創り、言い換えれば暮らしやすい村創りを目指し村政を進めていく所存です。

結びに、今年は災害のない安心した暮らしができることをお祈りし、皆様の健康とご多幸をご祈念し、年頭のご挨拶と致します。

本年も宜しくお願い致します。





令和2年

新春の



朝日村議会議長
塩原智恵美

新年あけましておめでとうござい
ます。令和2年の新春にあたり議会を代表
して謹んでご挨拶申し上げます。

村民の皆様におかれましては、希望に
満ちた輝かしい新年をお迎えの事と心よ
りお慶び申し上げます。

昨年を顧みますと特筆すべきは台風19
号災害です。とうとう長野県も…という
思いです。被災された方々には心よりお
悔やみとお見舞い申し上げます。地球温
暖化等要因はいくつかあると考えられま
すが、当日の気象条件下で朝日村が被災
地にならなくて良かった…という状況で
は、最早すまなくなっているのが現実と
捉えています。異常ではなくなってきた
異常気象に、村の早急な対応が求められ
ます。議会としても村民皆様の安心・安
全はもとより、命を守るための仕組みづ
くりの構築について、村の防災計画見直
しを始める確な対策を講じるよう求めて
いきたいと考えます。

さて国は令和2年度の地方の取り組
みについていくつか課題を公表していま
す。①少子高齢化に対応した人づくり②
防災、減災、国土強靱化という暮らしの

安全安心の確保への取り組み③人口減少
を食い止めるための「まち・ひと・しご
と創生総合戦略」の第2期スタートなど
です。こうした複雑で難しい困難な課題
を村の実情に応じて、自主性や主体性を
最大限生かして地域づくりを進めるよう
地方に求めています。また公共施設の老
朽化対策や、水道・下水道の広域化等財
政マネジメントの強化も合わせて求めて
います。こうしたことから地方交付税に大
きく依存している朝日村は、限られた財
源と人的資源の中で、真剣に行財政運営
に取り組む必然性がまったなしであり、
議会も今後の村の取り組みを注視してい
かなければなりません。村は現在第6次
総合計画（令和2年～11年）を策定中で
す。総合計画審議会（委員27名、うち議
会から4名）が取り組んでおり、昨年暮
れに計画案がまとまりました。深刻な人
口減少と少子高齢化の中、持続する村の
実現のため「住民協働」を柱に据え、様々
な困難を克服するという計画です。そし
て10年後の目指す村の姿を「人・自然・
産業が輝き夢・希望・笑顔あふれる朝日
村」としました。人口ビジョンの見直し
も行い、これまで4,000人とした
2060年の人口を3,100人とし
ました。現在パブリックコメントを実施
中でぜひ村民皆様のご意見をいただき計
画づくりから協働作業をしたいと考えま
す。

さて議会ですが、昨年4月改選で無投

票当選したことは、次の選挙（令和5年）
に向けて村民の皆様と共に「なり手不足」
という課題解決に取り組む必要があると
考えます。一方新たな体制の中で、望ま
しい議会活動を検討した結果、「村民の
皆様と共に」という考え方が議会人の原
点であることから、議員が選出されてい
ない地区との懇談会を始めました。昨年
は6か所実施し、2年間で一巡するこ
とを目標にして今年も実施します。地味
な取り組みではありますが、お互いの顔
を見ながら懇談し、一つでも地域の困り
ごとを解決できるならこれは行政にとつ
てもメリットがあり、村民と行政の懸け
橋として続ける意義があると考えます。
今後議会の取り組みなどについてご意
見、ご要望がありましたら、是非声をか
けていただき共に村づくりをしていただ
らと思います。また議会だよりもより読
みやすくする工夫を重ね、読んでいただ
ける内容に努力していきます。

議会は10人の議員で構成された住民代
表機関です。それぞれの議員は、村民の
皆様から信任されて職務を果たす責任が
あり、常に自覚が求められます。こうし
た事を肝に銘じて今年も取り組む覚悟で
す。変わらないご指導をよろしくお願い
申し上げます。

結びに令和2年が村民お一人おひと
りの皆様にとりまして健やかで幸多き年
でありますよう祈念しまして新年のご挨
拶とします。

令和元年12月

村議会 村長提案説明

令和元年12月議会、村長提案説明内容を抜粋してお知らせします。一般質問・審議内容等は議会便りをご覧ください。

始めに、10月に相次いだ台風の強風・豪雨により、県内・県外各地に甚大な災害がもたらされました。それにより多くの人命が奪われ、特に県内では過去例を見ないほどの大災害となりました。お亡くなりになられました方へ哀悼の意を表すると共に、ご家族様・災害に合われました皆様にお悔やみを申し上げます。そして、一日も早い復旧・復興を願うものです。

朝日村での被害は、増水により林道の崩落一か所と林道の荒れが多数発生し、緊急対策費240万円で荒れの修

繕をしましたが、崩落の復旧には370万円ほど掛かると思われます。後に判明した、針尾用水頭首工の復旧に2,400万円が見込まれます。また、農作物では葉野菜に90万円ほどの被害となりました。台風のコースが少しずれていれば、朝日村でも甚大な災害が発生した可能性は大でありました。

また、朝日村では初めてとなる避難所を中央公民館に開設し、各常会では地区長の判断で開設を行っていたいただきましたが、避難された方は極少数でありました。一連の活動に於いて、村民への的確な情報伝達や役場での危機対応に関し、幾つかの課題が見えてきましたので、改善策にまとめ今後対策を打っていく方針です。

その他、長野市に対する災害復旧支援活動を朝日村として行っています。災害時応援協定に基づいて職員・バス車両を派遣しております。また、ボランティア活動として、消防団、朝日村社会福祉協議会・個人ボランティアも多くの方が支援活動に行かれています。

ご参加いただいた方には敬意と感謝を申し上げます。

ここで、村政の現状把握として、各課で推進中の重要テーマの進捗について触れたいと思います。

◆総務課関係

【防災対策について】

台風19号で浮き彫りになりました防災対策強化策として、国が進める緊急防災・減災事業を活用し、各種マニュアルの作成や防災計画の見直し、防災情報の受発信施設の集約と強化、村独自の雨量計設置等を検討いたします。

【会計年度任用職員について】

来年度から、会計年度任用職員制度が施行されますが、現在の嘱託・臨時職員の給与・賞与等を国の制度に従う、約700万円の増額を検討します。増額は地方交付税で手当てされる見込みです。

◆企画財政課関係

【第6次総合計画について】

第6次総合計画作成の進捗については、総合計画審議会を中心に

に現在計画通り進んでいます。年内に案が完成し、来年1月にパブリックコメントを行い、2月の答申を受け、3月議会に於いて承認をいただく運びです。

【松本山雅FCホームタウン加入について】

ホームタウン加入の件ですが、9月議会で出資金300万円の補正予算をお認め頂き、12月2日に役場で、あさひ少年サッカークラブのメンバーも参加し、マスコットキャラクター「ガンズくん」と共に楽しい雰囲気の中で調印式を行う事が出来ました。最終戦を待たずにJ2に降格となり残念ですが、再度J1復帰に向け全村民で応援をして頂きたいと思っています。今後は松本山雅の地域活性化プログラムを通して、今以上に元気の出る村創りや健康村創りの一助にして行きたいと思っています。

◆住民福祉課関係

【国民健康保険について】

来年度の国民健康保険の県への納付金について、試算結果が11

月末に発表されました。県全体では納付金額が昨年度に比べ約60億円減少し、朝日村も前年比10.7%減の約1億4,800万円の納付となりました。来年度の対応を国保運営協議会と共に検討して行きますが、シミュレーションでは、例えば現在約4,000万円の基金を1,000万円取り崩すと、税率を10%引き上げる計算になります。

◆建設環境課関係

【新設道路について】

新設の道路関係ですが、向陽台からの西洗馬87号線は今月末には舗装も完了し開通する予定です。役場から中央公民館に抜ける古見57号線ですが、来年3月に開通予定でしたが、国の指示により台風19号により被災した地域の復興に建設資材が優先される為、二か月程度完成が遅れる見通しです。

◆産業振興課関係

【朝日アグリチャレンジセンターについて】

地方創生事業で農業支援組織

を検討してきましたが、10月1日より「朝日アグリチャレンジセンター」として、専従員を配置し発足致しました。援農請負事業・小規模流通事業・新規就農支援を軸に地域経済の活性化につなげていきます。

【松くい虫対策について】

松くい虫対策について、今年度10月末時点で54本の伐倒燻蒸処理をしてきました。村境についても年度内に処理を進めます。

【あさひプライムスキー場について】

いよいよスキーズシーズン到来となりますが、あさひプライムスキー場は、12月14日プレオープン、21日にオープンの予定です。是非、ご家族でお出かけください。

あさひプライムスキー場は開場して27年の歳月が過ぎ、設備の老朽化が著しく、改修には多額の費用が見込まれます。予算措置を講ずる必要もあり、今後スキー場をどの様にしていくべきか早急に方向付けが必要です。ところで、あさひプライムスキー場のあり方検討会を立上げ、年度内を目

標に方向付けを導き出したいと思っています。

◆教育委員会関係

【学習サポート事業について】

朝日村に在住する中学生の為に、学習する場の提供と生徒の学習サポートを考えて、朝日学習教室を来年度から開設する検討を始めました。12月14日にはプレ教室を開催します。また、英語に触れる機会と英語で話す場の提供として、ALTによる小学生と大人の為の「アダム先生の英会話教室」を開催します。

【待機児童防止対策について】

あさひ保育園では、10月末現在133名の園児が通園していますが、来年度には定員の150名を超える入園申し込みが見込まれています。待機児童を出さない為の対策が急務で施設の改修と保育士の募集を始めております。

住民税(村県民税)・所得税の申告はお早めに!!

国民健康保険税・保育料等算定や年金・各種給付金受給のために申告を!



村の申告相談日程

期間 2月17日(月)→3月16日(月)
会場 朝日村役場 第1・第2会議室

受付時間 午前 9時～11時
午後 1時30分～4時
休日相談 3月1日(日)のみ
※その他の土・日曜日は行いません。

■申告に必要なもの

◆ハンコ

◆所得(収入)を証明する書類

- 源泉徴収票(必ずご持参ください)
- 事業(営業・農業など)、不動産所得の収支内訳
- 一時所得、配当所得の支払証書など

◆控除を証明する書類(31年中に支払った内容がわかるもの)

- 国民年金保険料控除証明書 ●生命保険料控除証明書 ●地震保険料の控除証明書
- 国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の納付証明書 ●り災証明書 ●寄付金領収書など
- 障がい者控除対象者認定書
※介護保険で障がい者控除を受ける方は住民福祉課窓口で「障がい者控除対象者認定申請書」により申請し、交付を受けお持ちください。
- 医療費控除の明細書又は医療費通知書(役場で事前配布を行いますので、予め明細書の作成にご協力ください)
平成30年分の確定申告から領収書提出の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要です。領収書の保存は5年間必要です。
(注)平成29年分から平成31年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付又は提示によることもできます。
- セルフメディケーション税制の明細書(役場で事前配布を行いますので、予め明細書の作成にご協力ください)
(注)現行の医療費控除と併用することはできません。定期健康診断の結果通知書等、一定の取り組みを行ったことを証する書類が必要です。

◆所得税の還付のある方は口座番号のわかるもの

◆個人番号関係書類

- 平成28年分以降の確定申告書等の提出の際には、確定申告書等へのマイナンバー(個人番号)の記載と、本人確認書類の提示が必要です。
- マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナンバーカードだけで番号確認と本人確認が可能です。
- マイナンバーカードをお持ちでない方は、次の「番号確認書類」と「本人確認書類」の2点が必要です。

番号確認	本人確認
●通知カード ●マイナンバーの記載のある住民票の写しなどいずれか1つ	●運転免許証 ●パスポート ●身体障害者手帳 ●精神障害者保健福祉手帳 ●公的医療保険の被保険者証などいずれか1つ

●代理人が申告書を出す場合 ※郵送の場合も写しが必要になります

番号確認	本人確認	代理権の確認
●個人番号(マイナンバー)カード(両面) ●通知カード ●住民票の写しや住民票記載事項証明書(個人番号が記載されたもの)	以下のうちいずれか1点で確認 ●個人番号カード 運転免許証 ●パスポートなど写真付きの身分証明書 以下のうちいずれか2点で確認(顔写真のない証明) ●公的医療保険の被保険者証 ●源泉徴収票 ●年金手帳 ●社員証 など	●確定申告のお知らせハガキ ●プレプリント申告書(税務署から事前に氏名等印字し送付されたもの) ●委任状 ●申告者しかもちえない書類(個人番号カード、保険証など) ●税務代理権限証書など

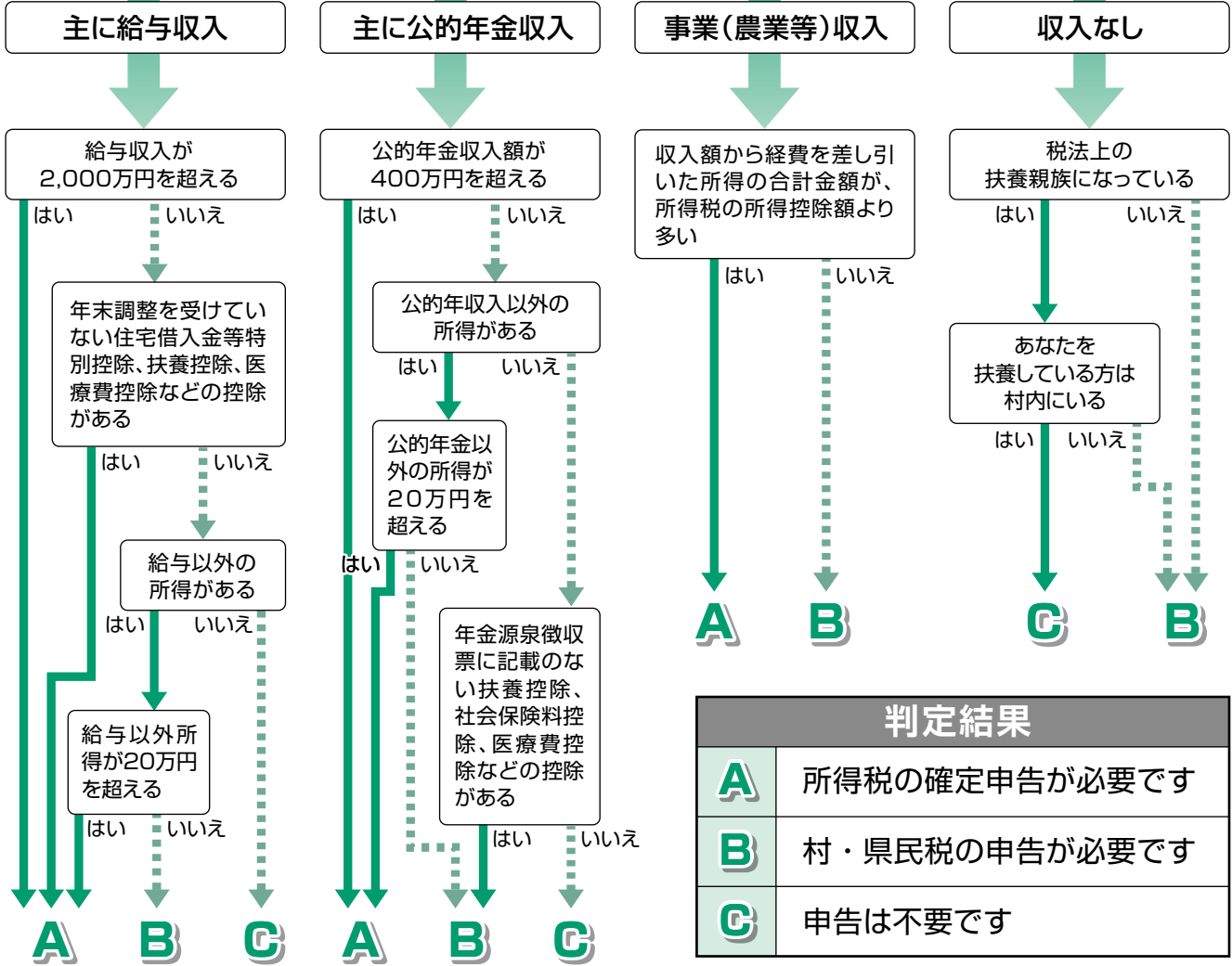
申告が必要か下図を参考に ご確認ください

※下の図は、一般的な例を示しています。必要経費や控除などにより、状況が変わる場合があります。あくまで目安としてください。

はい → いいえ → に沿って進んでください

スタート

平成31年中にどのような収入がありましたか？



よくある質問 Q&A

Q 収入が無くても申告は必要ですか？

A 必要です。同居のご家族に扶養されている方は申告不要です。障がい年金、遺族年金を受けている方は、申告をしてください。

Q 年金をもらうようになったのですが、村県民税の手続きは？

A 障がい年金、遺族年金以外の年金は、雑所得として課税対象となります。年金から所得税が引かれている方、複数の種類の年金をもらっている方、年金以外にも所得のある方は確定申告が必要となる場合があります。

Q 年の途中で退職した場合の住民税(村・県民税)は？

A 給与所得者で住民税が給与から天引き(特別徴収)されている方は、6月から翌年5月までの12回で1年分を納めることになっております。年の途中で退職し、給与から天引きできなくなった残額がある場合には、個人払い(普通徴収)で納めることになります。なお、普通徴収の場合は6月・8月・10月・翌年1月の4回払いとなります。そのため退職した時期によって残額の納付は1回～3回払いになることがあります。

Q 亡くなった方の住民税(村・県民税)は？

A 住民税は毎年1月1日(賦課期日)現在、朝日村に住んでいる方に対して前年中(1月1日～12月31日)の所得に基づき課税されます。したがって、平成31年1月2日以降に亡くなられた方に対しても令和2年度の住民税が課税され、相続される方が納税義務を引き継ぐことになります。なお、令和3年度からは課税されません。

朝日村各計画策定のためのパブリックコメント(意見募集)を実施しています

●意見募集する計画

(1)朝日村第6次総合計画(企画財政課)

令和2年度からの10年間のむらづくりの指針として、めざすむらの姿やその実現に向け推進する具体的な取組を明らかにするため、朝日村まち・ひと・しごと創生総合戦略と一体化で「朝日村第6次総合計画」を策定しています。

【計画期間】基本構想…令和2年度～令和11年度、前期基本計画…令和2年度～令和6年度

(2)朝日村第1次地域福祉計画(住民福祉課)

令和2年度から5年間、地域福祉を推進し住み慣れた地域で誰もが安心して暮らせる地域づくりの実現を目指し「朝日村第1次地域福祉計画」を策定しています。 【計画期間】令和2年度～令和6年度

(3)朝日村第3次環境基本計画(建設環境課)

朝日村環境基本条例第6条に基づき、朝日村の美しい環境を守り、後世につなげていくため、「朝日村第3次環境基本計画」を策定しています。 【計画期間】令和2年度～令和6年度

(4)第2期朝日村子ども・子育て支援事業計画(教育委員会)

子どもと親、子育て家庭を支援し、村全体で子どもを守り育てるため、子ども・子育て支援法に基づき「第2期朝日村子ども・子育て支援事業計画」を策定しています。 【計画期間】令和2年度～令和6年度

●意見を募集する内容

(1)朝日村第6次総合計画(企画財政課)

基本計画(案) ※今回は「基本構想」に対する意見は、募集していません。

(2)朝日村第1次地域福祉計画(住民福祉課)

基本施策(案) ※今回は「基本理念」に対する意見は、募集していません。

(3)朝日村第3次環境基本計画(建設環境課)

基本施策(案) ※今回は「基本構想」に対する意見は、募集していません。

(4)第2期朝日村子ども・子育て支援事業計画(教育委員会)

基本施策(案) ※今回は「基本理念」に対する意見は、募集していません。



ホームページで各案を
ご覧いただけます

●意見を募集する期間と閲覧できる場所

【募集期間】令和元年12月28日から令和2年1月20日の間の平日8時30分～17時

※ただし、朝日村ホームページについては、時間外でもご覧いただけます。

【閲覧場所】朝日村役場、朝日村ホームページ

●意見を提出できる方

- 本村に住所を有する方
- 本村に事務所や事業所を有する方
- 本村の事務所や事業所に勤務する方
- 本村に納税義務のある方

●意見の提出について(意見記入用紙に、次の(1)～(3)の事項を記入のうえ、ご提出してください。)

(1)ご意見 (2)氏名(法人・団体の場合は名称と代表者名) (3)住所(村外在住の場合は、通勤先の所在地と名称)

●提出方法・提出先

〈郵送の場合〉〒390-1188 長野県東筑摩郡朝日村古見1555-1 朝日村役場

〈直接提出の場合〉各課窓口(平日8:30～17時の窓口業務時間内)にお願いします

〈FAXの場合〉☎0263-99-2745

〈電子メールの場合〉朝日村第6次総合計画(企画財政課) kikaku@vill.asahi.nagano.jp

朝日村第1次地域福祉計画(住民福祉課) fukushi@vill.asahi.nagano.jp

朝日村第3次環境基本計画(建設環境課) kensetsu@vill.asahi.nagano.jp

第2期朝日村子ども・子育て支援事業計画(教育委員会) kyouiku@vill.asahi.nagano.jp

●ご意見の取り扱いについて

- ご意見に対する個別の回答と電話・口頭による意見の受付は行っていません。
- ご意見は内容のみを公表し、ご意見をいただいた方の氏名などを公表することはありません。

介護保険料は介護予防の教室・講座にも活用されています

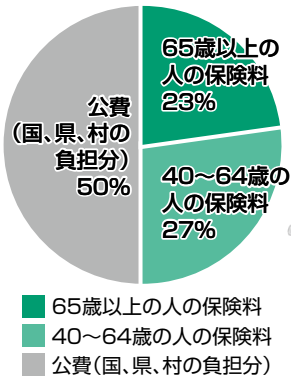
40歳以上のみなさまに納めていただいた介護保険料は、介護や支援が必要になったときに利用できるサービスだけでなく、介護や支援が必要になることを予防することが目的の、介護予防の教室・講座にも活用されています。

● 家にこもっているとフレイル(虚弱)や廃用症候群になる心配があります。外に出掛けるだけでも介護予防になります。教室・講座に参加して、心身を健康に保ちましょう。

「**フレイル(虚弱)**」…健康と要介護・要支援の中間状態のこと。

「**廃用症候群**」…別名「生活不活発病」とも。身体を使わないことによって運動能力が衰え、心身に不調をきたす。

〈介護保険の財源の割合〉



地域包括支援センターが開催する講座

- ◆ 若返りパワーアップ教室(月2回)
ストレッチ体操などでからだを動かし筋力をつけます
- ◆ 朝日村スポーツボイス(月2回)
音楽に合わせて声を出し全身を鍛えます
- ◆ 広げよう支え愛の手講座

社会福祉協議会が開催する講座

- ◆ あさひさんでい講座
- ◆ 転ばんジェントルマンとレディーの会
- ◆ 再彩クラブ
- ◆ 高齢者ふれあい学習

介護保険料額は、介護保険が利用された給付費の状況等によって3年に1度見直しが行われます。
※次回の見直しは、第8期介護保険事業計画(令和3年～令和5年)策定の際に行われる予定です。

区の自主防災会に災害備品を整備しました!

日赤朝日村分区では、赤十字推進活動が全国で展開されるに伴い、毎年5月に皆様より活動資金・寄付金へのご協力をいただいています。ご協力いただきました活動資金・寄付金は、日赤長野県支部に集約され、全国の人道支援や災害救護活動に役立てられていますが、このうち約20%は地域に還元されています。日赤朝日村分区では、この資金を活用し、各区の防災備品の充実を図ることを目的に、区長さんと相談をしながら村と災害時の協定を結んでいる朝日村針尾の企業『HARIO』を通じて簡易トイレ等を整備しました。備品の引き渡し時には、災害時の避難所などで必要な備品についての説明もしていただきました。

今回、皆様からお寄せいただいた活動資金・寄付金の一部を活用して、このような備品を整備できたことに感謝いたします。今後ともこのような取り組みを継続していくために、皆様のご協力を引き続きお願いいたします。



民生児童委員が代わりました

令和元年12月1日全国一斉に民生児童委員が改選され、厚生労働大臣からの委嘱状が小林村長から伝達されました。

民生児童委員は心配ごとや悩みを解決するお手伝いをします。子育て・学校・保育園・健康や介護等一人で悩まずお気軽にお声かけください。

任期：令和元年12月1日～令和4年11月30日

区域担当委員

氏 名	担当地区	任 期
上條 俊子(下古見)	下古見・大原桜台・アイリス古見・横出ヶ崎	再任
北原 美鈴(中古見)	中古見・グリーンガーデン古見・芦之久保・沢上・沢下	再任
上條 善則(南 下)	南上・南下・旭ヶ丘・桜ヶ丘	再任
齊藤 郁子(大石原)	御道開渡・御馬越・大石原	新任
清澤壽賀雄(中 村)	北村・中村	再任
清水 一雄(下 組)	一之沢・中通・下組	新任
小林 美紀(新田下)	本郷・新田上・新田下	新任
柳沢 富子(上 組)	上組・三ヶ組・向陽台	再任
小林 良男(中 組)	中組・下洗馬・ふたば台	再任
北村 妙子(原新田)	原新田・リバーヒルズ朝日・清水ヶ丘・スタービレッジ	再任

主任児童委員

下田 和江(一之沢)	古見・入三・針尾	再任
三村 周子(中 組)	小野沢・西洗馬	新任

健康
ガイド

ウォーキング教室ご紹介



◆ウォーキング教室始まりました！

30 km競歩日本記録保持者 原義美先生（トレーニングジムZERO）を講師にお迎えして11月から3月まで月1回、全5回のウォーキング教室（夜間）が開講しました。今回は1回目の教室の様子について御紹介します。

「歩くとは移動手段、身体を目的地に運ぶこと」「身体を中心を移動させながら歩くと楽に歩ける」という基本的なことを頭に入れて、第1回目は「良い姿勢」と「身体作り」を学びました。



①歩幅のチェック

いい歩き方になると、歩幅は変化するのか？を確認するために、全5回の教室のビフォー・アフターで計測します。

原先生から「歩行速度が速い人は認知症になりにくいと言われています。」「今の歩き方で5キロくらい歩き続けられますか？正しい歩き方とは楽に歩くことです。」等、問いかけられながら、寒い中でしたが、和気あいあいとした雰囲気です。最後のストレッチまで頑張りました。

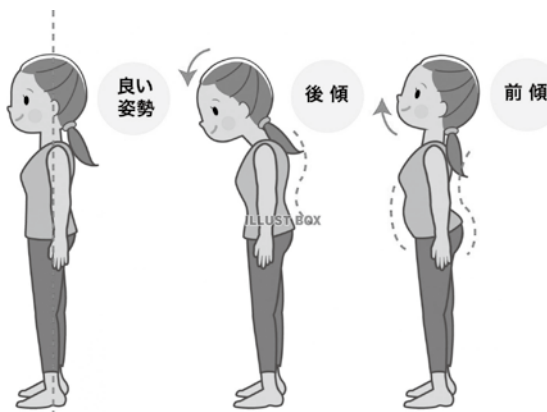
途中からの参加も可能ですので、健康づくり担当までお問い合わせください。

☎99-2540



②良い姿勢のチェック

- ・仙骨（お尻の三角形の骨）を意識して
 - ・かかとの上に、仙骨をのせるイメージで
 - ・最後に後頭部を乗せる
- といい姿勢の完成!!



③歩く前にはストレッチを忘れずに！

- ・普段使わない筋肉や関節をほぐします。
- ・足と手の骨は身体の中で一番多い。関節をほぐす事によって、ずれた骨を本来の場所に戻します。
- ・ストレッチするだけでも、血液循環がよくなり、身体がぼかぼかとしてきたのでした。



◆参加者の声をご紹介します！



清水美緒さん(古見)

夫に誘われて参加しました。前から自分の姿勢や歩き方が気になっていたのですが、これを機に改善したいと思います。先生の話は分かりやすくておもしろいので、次回も楽しみです。



原 義美先生

骨盤を戻して、正しい姿勢に！

椅子に座って、背筋を伸ばす⇔深く座るを交互に繰り返すことで、骨盤を前後にスライドさせます！



肩・脇に効くストレッチ

園芸用の棒を使ったストレッチ。園芸用の棒を肩に抱えて

- ①左右にスライド
- ②写真のように脇腹を伸ばすと気持ちいい～(^^)

今回の講座で教わった、自宅でできるストレッチをご紹介します。ぜひお試しあれ！
(問い合わせ先 健康づくり担当 ☎99-2540)



冬場における運動のポイント

- ☑ 降雪時や道路が凍っている、強風時は無理に歩かない。
- ☑ 冬場は夏場に比べて水分摂取が少なくなるので、要注意!!
朝起きたら水を1杯飲む。
- ☑ 防寒を忘れずに。
- ☑ 関節を動かす等、ウォーミングアップを10分行う。
- ☑ 夜間歩く場合は反射板をつけて、危険のないように!
- ☑ ホッカイロは仙骨と背中に貼ると体が温まります。



【問い合わせ先】健康づくり担当 ☎99-2540

国民健康保険

令和2年度 税率1割程度の引き上げを予定しています

国民健康保険は、新制度により長野県が財政運営の責任主体となり、県全体の医療費を市町村の枠を超えて県全体で負担し合う仕組みを平成30年度よりスタートしています。

県は、その財源を国等からの公費や各市町村から毎年負担してもらう「納付金」で運営しています。



約2,000万円の歳入不足が予測されます

朝日村の令和2年度の納付金の仮算定結果が県より示され、この結果をもとに来年度国保税の仮算定を行った結果、**約2,000万円**の歳入不足が予測されます。国保加入の皆さまへ急激な負担を避ける為、基金の取り崩しを行い、**税率1割程度に抑えての引き上げ**を予定しています。ご理解の程をよろしくお願いします。

納期数が増えることがあります

納税の負担を少しでも軽減するために納期数を増やす検討を行っております。
※特別徴収の場合、年金からの天引きとなりますので、これまで通りの納期数で変更はありません。



予防接種のお知らせ

**令和3年3月31日までの3年間に限り
風しん抗体検査・予防接種を無料で受けられます**



風しんの予防接種は、現在、予防接種法に基づき公的に行われています。しかし、公的な接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、**抗体保有率が他の世代に比べて低くなっています。**

そのため、令和4年3月31日までの期間に限り、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性を風しんの定期接種の対象者とし、順次クーポン券をお届けしております。

今年度は昭和47年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性に通知しました。尚、今年度接種対象年齢でない方も受けていただけます。ご希望される場合は、健康づくり担当までお問い合わせください。(☎99-2540)

対象者の方は、既にお届けしているクーポン券を利用して、**まず抗体検査**を受けていただき、抗体検査の結果、十分な量の抗体がない方は、定期接種の対象となります。

今年度対象者のクーポン使用期限は**令和2年3月31日まで**となっております。お早目にお使いください。



高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種のお知らせ

令和元年度の高齢者肺炎球菌ワクチンの定期接種の対象期間は、

令和元年6月1日から令和2年3月31日まで。

今年度接種対象者は以下の方です。対象者には通知がいきますので詳細は御覧いただき、期限までに接種していただきますようお願いいたします。

年 齢	対象生年月日
65歳	昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生の方
70歳	昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生の方
75歳	昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生の方
80歳	昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生の方
85歳	昭和 9年4月2日生～昭和10年4月1日生の方
90歳	昭和 4年4月2日生～昭和 5年4月1日生の方
95歳	大正13年4月2日生～大正14年4月1日生の方
100歳	大正 8年4月2日生～大正 9年4月1日生の方
100歳以上	大正 8年4月1日以前生まれの方



【注意事項】定期接種の対象は生涯1回限りです。通知を受け取られた方でも、過去に接種したことがある方は、定期接種の対象外となりますので予診票は廃棄していただきますようお願いいたします。

こんにちは 地域包括支援センターです

朝日村地域包括支援センターでは
「介護」・「高齢者の心とからだ」のご相談に応じています



他人事でない高齢者虐待を未然に防ぐために

家族だけ、あるいは一人だけで、高齢者の介護を頑張り過ぎていませんか？その期間が長くなればなる程、心や体に負担が掛かり、虐待に繋がってしまうことがあります。そんな時、「疲れているみたい。どうしたの？」、「元気！」と声を掛けられる…。ご近所のつながりがほしいです。

知らず知らずのうちに、虐待の芽が出ていることも ～高齢者虐待の種類～

平成18年4月に施行された「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」では、65歳以上の高齢者に対する「虐待」を次の5つに定めました。

身体的虐待	高齢者の体にケガをさせる等、肉体的な苦痛を与えること。
心理的虐待	高齢者に脅しや侮辱の言葉、無視や嫌がらせ、子供扱いの態度で精神的に苦痛を与えること。
ネグレクト (介護放棄・放置)	高齢者が必要とする、介護や身の回りの世話を行わず、その生活環境や身体的・精神的状態を悪化させること。
経済的虐待	養護者や親族が、高齢者本人の同意なく、年金や預金を使う、本人所有の不動産などを無断で処分すること。また、本人の金銭使用を理由なく制限すること。
性的虐待	高齢者に本人が同意しないわいせつな行為をすること、させること。

介護の悩み・不安・孤独感はありませんか？ ～虐待を予防するために～

だれもがいつかは高齢者になります。高齢者虐待を予防するために家庭や地域での対応が求められます。

1「認知症」の理解をしましょう

虐待を受ける高齢者の約8割の方に認知症状がみられます。認知症は病気ですので、その介護には正しい認知症状の理解が必要です。

2一人で介護を抱え込まずに相談しましょう

介護者一人での介護は大変な負担です。地域包括支援センターや民生児童委員に相談し、介護保険制度の利用などで介護の負担を軽減しましょう。また家族みんなで介護に協力しましょう。

3地域で声掛けや見守りをしましょう

ご近所の方は、高齢者本人や介護者ご家族に、声を掛けてねぎらうなど、見守り支えていきましょう。また、気になることがあれば、地域包括支援センターにご相談ください。



何でも早めに対応、今日も明日もこれからも元気よく過ごしましょう！
65歳以上のみなさん、ご本人でも家族でも不安なことがあればお気軽にご相談ください。

朝日村地域包括支援センター（朝日村役場内4番窓口） ☎99-2251

朝日村結婚新生活支援事業

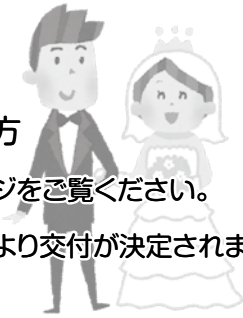
新婚生活♥応援します!

知って
得する

1. 補助対象条件

最大
30万円の
補助

- ✓ 平成31年1月1日から令和2年2月28日までに入籍した方
 - ✓ 夫婦の所得を合わせて340万円未満^{※注}である方
 ※奨学金を返還している世帯は、奨学金の年間返済額をご夫婦の所得から控除した額
 ※注「ご夫婦の所得340万円」を年収に換算すると、約530万円
 - ✓ 夫婦ともに婚姻日における年齢が34歳以下である方
 - ✓ 朝日村に居住し、夫婦双方又は一方の住民票が朝日村にある方
 - ✓ その他、朝日村が定める要件を満たす方 ※詳細は、ホームページをご覧ください。
- ⇒以上5つ全てに「はい」の方は、補助を受けることができますが、審査により交付が決定されます。
詳しくは下記へお問い合わせください。



2. 対象となる費用



- ◆ 新居の住居費
 - ㊦ 新居の購入費
 - ㊧ 新居の家賃、敷金・礼金、共益費、仲介手数料
 - ◆ 新居への引越費用
 - ㊨ 引越業者や運送業者に支払った引越費用
- ㊦～㊨を合わせて1世帯あたり
最大30万円です。

3. 申請方法

具体的な申請方法について【お問合せ先】にご確認の上**直接申請**してください。
 ※申請締め切り 令和2年3月10日(火)

4. 提出書類

- ◆ 婚姻届受領証明書又は婚姻後の戸籍謄本
- ◆ 所得証明書(夫婦おひとりずつ)
- ◆ 【貸与型奨学金を返済した場合】
返済したことがわかるもの
- ◆ 【結婚を機に転職・離職した場合】
転職・離職した翌月の給与明細書、離職票
- ◆ 【住居費(賃貸)の場合】
賃貸借契約書及び領収書の写し
- ◆ 【住居費(賃貸)の場合】
住宅手当支給証明書(給与所得者全員分)
- ◆ 【住居費(購入)の場合】
売買契約書及び領収書の写し
- ◆ 【引越しの場合】
引越費用に係る領収書の写し
- ◆ 口座が確認できるもの
(預金通帳又はキャッシュカード)の写し

2020年1月19日(日)頃より

出会いサポートセンター 結目musubi
 役場内に開設いたします。予約制となっておりますので、お気軽に右記へお電話ください。(担当 信時)



【お問合せ先】 朝日村役場 住民福祉課
 住所: 東筑摩郡朝日村大字古見1555-1
 電話番号: 0263-99-2540(直通)

朝日村表彰式

11月3日（日）令和元年度朝日村表彰式がAYTマルチメディアセンターにて行われました。1名に表彰状が授与され、1名に感謝状が授与されました。



功労表彰

自治功労

北村 理恵 氏
[原新田]

4期8年にわたり行政
相談員を務められた。

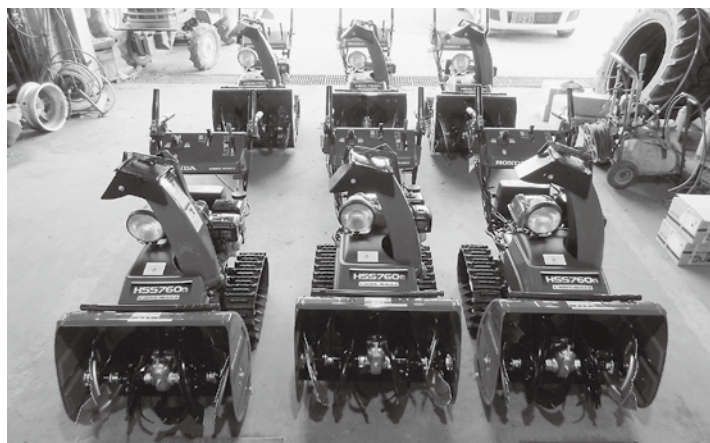
感謝状

善行

三村 篤志 氏
[中組]

篤志な寄付行為を
された。

※当日ご欠席のため、村議会を
代表して中村文映副議長に
代理受賞して頂きました。



針尾区は、一般財団法人自治総合センターの宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、除雪機6台を宝くじの助成金で整備しました。

平成31年度 コミュニティ助成事業

除雪作業の負担軽減、更なる区の活性化を図り持続的な活動を続けていきます。



STOP! 風食被害



農家の皆さん 風食防止対策にご協力ください!!

例年春の強風により、畑の土が舞い上がって飛散し、農業生産や生活面に多大な影響が出ています。防止する対策として麦の播種等お願いしているところですが、強風前に行う**ロータリーがけ**も非常に有効な対策です。ロータリーがけによる風食防止対策にご協力ください!!

風食防止対策週間

●**対策**…風食対策用麦を播種していないほ場、マルチを敷いていないほ場について、ロータリーによる起耕。

●**期間**…**3月23日(月)～4月5日(日)**

朝日村風食防止対策協議会

〈事務局〉役場産業振興課農政担当 ☎99-4104 / 朝日地区営農センター ☎99-3083

農林業センサスは我が国の農林業の生産構造や就業構造、農山村地域の土地資源などの基本構造と実態を明らかにし、農林業施策の企画立案などに役立てるための基礎的な統計で、5年ごとに行われています。

◆調査期間と対象

令和元年12月末～令和2年2月末に2月1日を基準日として、調査を行います。調査員が農林業を営んでいる、または農地をお持ちの方々に調査票の配布と回収を行いますので、ご協力をお願いします。また、オンラインによる回答も可能です。

◆個人情報保護は法律で守られます

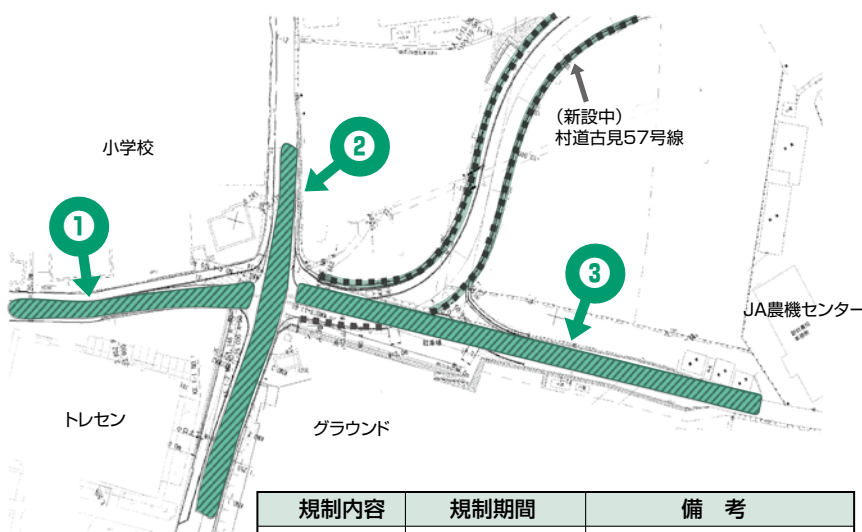
農林業センサスは統計法に基づく基幹統計調査です。調査内容を統計以外の目的に使うことは法律で禁じられているので、調査結果が税金の徴収などに使われることは一切ありません。ご協力をよろしくお願いします。

2020農林業センサスが実施されます

村道古見57号線道路改築工事に伴う通行規制のお知らせ(予定)

村道古見57号線道路改築工事に伴い、左記のとおり通行を規制します。工事看板に従い通行していただきますようお願いいたします。

近隣の皆様、また道路を通行する皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



規制内容	規制期間	備考
① 全面通行止	(規制中)～3/25	歩行者は通行可(2月頃～)
② 片側通行止	1月初旬～3/25	歩行者は通行可
③ 全面通行止	(規制中)～3/25	

地球環境活動に取り組む団体・個人を応援します！

『しおじり・あさひ環境大賞』

(株)アイネットでは、平成27年度より塩尻市・朝日村最終処分場の跡地で、太陽光発電事業を行っております。

地域貢献として売電収入の一部を塩尻市および朝日村で、地球環境や地域環境に関する活動において、特に顕著な功績のあった個人または団体(グループ、NPO、学校など)を顕彰する「しおじり・あさひ環境大賞」事業を実施します。

◆応募(推薦)対象者

- ①塩尻市、朝日村に居住する個人または団体(企業は除く)が対象です。
- ②個人の場合には他薦に限り、団体の場合には自薦他薦を問いません。

◆応募(推薦)基準

- ①地球環境または地域環境の保全と創造に関する普及啓発、実践活動を行い、成果が認められるものであること。

- ②他の規範となり、推奨できるものであること。

- ③対象活動を行った期間が1年以上であること。(小中高生など子どもが中心に活動を行う団体については、1年未満でも推薦可)

◆副賞

活動支援金 総額40万円

◆募集期間

令和元年2月1日(土)
～令和2年2月28日(金)必着

◆応募方法

応募は、推薦調書の提出によります。推薦調書の様式はアイネットホームページ<http://www.inett.co.jp>からダウンロードできます。また、「朝日村役場建設環境課」窓口でも配布しています。



あさひ保育園 保育ボランティアさんの募集

子どもたちと話して、遊んで ますます元気に!!
様々な場面で地域の方のご支援ご協力をお願いします。

- 遠足の引率
- 川遊び・山遊びの見守り
- おもちつき
- まゆ玉作り

等

- 手品
- 人形劇
- 読み聞かせ
- 楽器演奏
- 伝承遊び

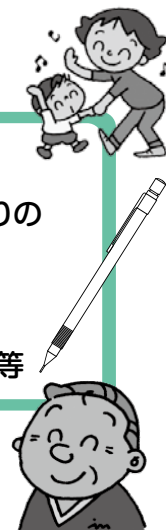
等

- 干し柿づくり
- 畑のやさい作りのお手伝い
- 庭木の剪定

等



●連絡先 あさひ保育園 ☎99-2362
●受付時間 7:30～19:00



これが武居城だ!

朝日の山城 武居城跡

武居城は鎌倉時代に洗馬庄の地頭であった三村氏が築いたと伝わる。

三村氏が居城を芦の田(塩尻市洗馬)に移した後も改修が続けられたとみられ、現在の遺構は戦国時代末期のものとされる。お城の本丸にあたる主郭への進路を嚴重に遮断する防御構造となっており、少数の守備兵でも守れるよう工夫された山城である。



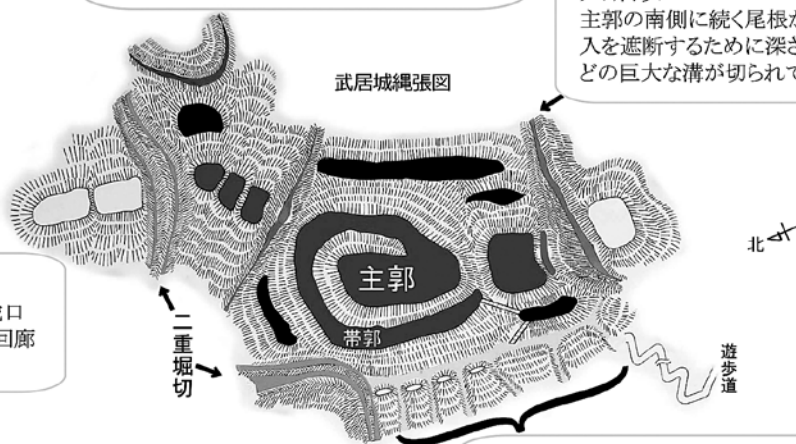
武居城跡模型 制作・小松雄規

主郭(しゅかく)

東西約20m、南北約35mの楕円形に近い長方形の平地で、城の中心的機能を果たす。明治時代に開墾されているため、現在は築城当時の様子をとどめていない。

大堀切(おおほりきり)

主郭の南側に続く尾根からの侵入を遮断するために深さ5mほどの巨大な溝が切られている。



帯郭(おびくるわ)

主郭のまわりをほぼ一周して虎口(主郭への出入り口)へと続く回廊状の平地である。

山城について

山城を築くには、山を削って平地にし、尾根を分断するほど大きな溝を掘り、その土を運んで高く盛るなど大規模な土木工事が行われます。山城である武居城も同様です。

今は全体が高い木に覆われ、土や枯葉が堆積しているためその全貌は確認しにくいですが、当時は遠くから見ても分かるほど山肌がむき出しの切り立った斜面に囲まれた山城だったようです。

簡単に登ってこれないよう道はまっすぐにせず、深い溝や高い畝をつくり、敵の侵入を阻みながら効率的に攻撃を仕掛けられるよう工夫がされています。

これらは実際の戦いに備えて造られましたが、加えて城には隙のない防御がしかれていることを視覚的にアピールし、威嚇する目的もありました。

放射状堅堀(ほうしゃじょうたてぼり)

この城の西側斜面に横堀が延びており、その横堀に接して6条の堅堀が下に向かって間隔をあけながら延びている。

武居城のギモン

その1 武居城は誰の城?

三村氏が築いたとされていますが、長い歴史の中で城主が変わり、改修工事が行われても不思議ではありません。山城の造りをみると、放射状堅堀など武田勝頼の頃の築城様式の特徴がみられるため、現在の姿になるまでには武田氏が関与していたと考えられます。

その2 武居城にお城はあった?

文書記録は残っておらず不明です。発掘調査をしてみないと分かりませんが、開墾の折に茶臼の破片と石鉢の破片が出土しているのも、何らかの建物があり、居住していた可能性はあります。

武居城跡は見学自由です。急斜面もありますので、ハイキングできる服装でお出かけください。主郭までは約15分です。

武居城跡は平成4年に長野県史跡に指定された村の貴重な文化財です。大切に守り、後世に受け継いでいきましょう。

わくわく館からお知らせ

こそだて



相談する人が
だれもいません

いやいや期
どう関わっていいか
分かりません

日中は家で
子どもと
二人っきり...



わくわく館はそんなお母さんの息抜き場です

♥ ポロッと愚痴をこぼしてみませんか？

♥ 同じ悩みを持つお母さんと話してみませんか？

♥ 行事に参加して、体を動かしたり、作ることを楽しんだり、美味しいものを食べたりしてリフレッシュしませんか？



秋

ぽけっと広場ではこんな行事がありました！

ぶどう狩り



やきいも



フォトフレーム作り



かわいい天使作り



冬

まゆ玉作りや節分豆まき、パネルシアターなどがありますよ☆ぜひ、遊びに来てください！



ファミリー・サポート・センター事業 協力会員（育児の援助をする人）の募集お知らせ



♡子どもが好き♡子育ての手助けをしたい♡子育ての経験を活かしたいなど育児への協力をしていただけ方を募集します。年齢は問いません。

仕事内容は、概ね0歳から15歳までのお子さんをご自宅でお預かりするほか、保育園等への送迎などしていただきます。会員の保険については村で加入しています。

詳しくは事務局（☎99-4105）までお問い合わせください。

「朝日村教育資金利子補給金交付事業」をご利用ください

村では、高等学校、大学、高等専門学校等に入学または就学のための教育資金を指定金融機関等から融資を受けた場合、支払利子を補給する事業を実施しております。

支給要件

- 保護者が原則として朝日村に居住し、子女が村内の小中学校を卒業し、学校教育法第1条及び第82条の2に規定する高等学校等に就学していること。
- 松本ハイランド農協、八十二銀行、松本信用金庫、長野銀行、みずほ銀行、ゆうちょ銀行が行う教育資金の借り入れであること。

利子補給の対象となる融資内容

- 融資額は500,000円以上、総計2,000,000円以内
- 償還期間は、指定金融機関等の融資条件による。（補給期間は就学期間の終了時）
- 年利率は、指定金融機関等の定める利率による。（利子補給額は年2%、満たない場合はその利率）

この事業の詳細及び申請については、朝日教育委員会（☎99-4105）までお問い合わせください。

あさひプライムスキー場

営業日・
イベント
案内

◆営業日のお知らせ

2020年1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	⑮
⑰	20	21	22	23	24	⑳
㉑	27	28	29	30	31	

2020年2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	⑳
㉑	㉒	25	26	27	28	㉒

2020年3月

日	月	火	水	木	金	土
①	2	3	4	5	6	⑦
⑧						

営業時間
(カレンダーの色で確認ください)

サンセットプラス
9:00-18:00

ナイタープラス [A]
9:00-21:30

通常営業時間
9:00-16:00

ナイタープラス [B]
15:00-21:30

● Ski & Board スクール開催日

◆イベントのお知らせ

○ スノーボードスペシャル講習会 〈中～上級者向け〉 ○

1月25日㊥ 〈講師〉越 博さん

[受付] 18:00 [講習会] 19:00～21:00

[参加費] 無料 ※ただしリフト1日券の購入、又はシーズン券が必要になります。

○ 貸切・基礎スキー・スペシャル講習会 〈中～上級者向け〉 ○

日本で活躍するトップクラスのデモが指導します。

2月1日㊥ 〈講師(予定)〉大谷敏也さん/宮下征樹さん/横山秀和さん

[受付] 18:00 [講習会] 19:00～21:00 **要予約**

[参加費] 3,000円 ※別途リフト1日券の購入、又はシーズン券が必要になります。

このほかにも全県共通シーズン券が当たるイベントや、様々なレッスンプランをご用意。
あさひプライムスキー場で練習して楽しく上達しよう!

あさひプライムスキー場に関するお問い合わせは ☎99-3700までどうぞ!

プレミアム商品券の 有効期限について

令和元年10月に販売した、オレンジ色のプレミアム付き商品券の

有効期限は **令和2年3月31日(火)** です ※使い忘れないようご注意ください。

[商品券に関するお問い合わせ] 朝日村商工会 [☎99-2551] 又は朝日村役場産業振興課 [☎99-4104] まで