



お正月飾り制作(わくわく館)

Contents

2019
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
性感染症(STD)に注意	8-9
こんにちはは地域包括支援センターです	10
役場新庁舎が「林野庁長官賞」を受賞 /	11
県議会議員の定数と選挙区の一部が変更になります / 朝日ヘルスマイトが厚生労働大臣賞を受賞しました / 認知症サポーター養成講座行いました	
【県営中山間地域総合整備事業】ほ場整備実行委員会設立 /	12
STOP! 風食被害	
後期高齢者医療の医療費通知について /	13
～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」	
松塩筑木曾老人福祉施設組合職員募集 /	14
地域おこし協力隊活動報告	
図書館で、みい～つけた! 等	15
あさひプライムスキー場営業日・イベント案内 /	16
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 4,591人 (-24)
男 2,279人 (-6)
女 2,312人 (-18)
世帯数 1,527世帯 (+19)
(2018.12.1現在)

ごあいさつ



長 村 日 朝
雄 武 村 中

平成31年の新春を迎え 謹んでご挨拶を申し上げます。

村民の皆様におかれましては、ご家族
お揃いで希望に満ちた新年をお迎えのこ
ととお慶び申し上げます。

昨年の我国は、日本列島に未曾有の自
然災害が多発した年でありました。

まず、1～2月は、九州、中国地方
を始め、日本海側が記録的大雪に見舞わ
れ、6月には大阪北部地震、6～8月
は日本列島が猛暑となり、埼玉県、岐阜
県では摂氏4度を観測いたしました。

一方、猛暑の7月に西日本、東北、北
海道では記録的な豪雨災害となり、記録
的な猛暑と豪雨が重なる記録づくめとな
りました。

また、9月の台風21号は、四国、近畿
地方に上陸して本州を縦断し、翌9月
6日は北海道胆振東部地震（震度7）が
発生し、特に、厚真町は集落が山林崩壊
により土石流の下敷きとなるなど大惨事
となりました。しかも、北海道全土が停
電という、まさに未曾有の甚大な被害を
もたらしました。

改めて、尊い命を亡くされました犠牲
者の皆様に心からご冥福をお祈りし、被
災されました皆様の一刻も早い、復旧・
復興を願うものでございます。

これら昨年の大災害は、今後私共の地
域で直面することが想定されますので、
村民の皆様には各自の意識と、家族での
話し合いがされ、まず自分の身を守り、自
助・共助の態勢がとれますよう願うもの
でございます。

このような状況の中で、当村では、懸
案でありました100年の計でありま
す新役場庁舎を竣工し、防災の拠点とし
て、また、村民の皆様の利便性を高めた
複合施設として村民の交流が図られ村民
の皆様の拠り所となれる庁舎となりまし
た。

しかも、平成30年度は朝日村開村
130周年を迎え、年間を通して貴重な
数々の行事を施行し、村民の皆様の心に
残る年であったと存じます。

そこで、本年平成31年につきまして国
の動きは、平成年号が4月までとなり、
5月以降は新しい年号（未発表）となり
ますので、幾つかの行事が執り行われる
事となります。

当村の村政運営につきましては、我国
の少子高齢社会・人口減少時代が進むな
かで、持続可能な村づくりが大きなテー
マでございます。「魅力のある誰でも住
みたくなる村づくり」「人口確保対策」「財

政健全化の継続」を旨として引続き推進
してまいります。

これにより、具体的項目につきまして
申しあげたい所がございますが、私は村
民の皆様から負託をいただきました今期
の任期は後4箇月でございますので、現
時点では、現在取り組んでおります事務・
事業につきまして、任務を全うしてい
る所存でございます。

お陰様で、就任以来村民の皆様のご理
解、ご協力により村政は安定し、村民の
ため、村政発展のための施策を前進する
ことができました。

結びに、本年は災害のない平穏な年
になりますよう、併せて、村民の皆様の健
康とご多幸を心からご祈念申しあげ、年
頭のごあいさつといたします。





平成31年 新春の



朝日村議会議長
清沢正毅

新年明けましておめでとうございませう。輝かしく平成31年の新春をご家族お揃いで健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

新年にあたり、議会を代表して謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

平素は朝日村議会への深いご理解とご支援を賜っており、厚くお礼申し上げます。

さて、昨年を振り返ってみますと、わが朝日村は記念すべき年でありました。新庁舎の落成と待望のコンビニのオープン、そして村政130周年記念事業を冠とした大変多くのすばらしい式典事業やイベントが開催され、村民の皆さんも大いに楽しんでいただけたのではないのでしょうか。そして11月末には新役場庁舎が林野庁長官賞を受賞する事もでき、大変ありがたい年でありました。

また、全国朝日会を発足し三重県朝日町富山県朝日町山形県朝日町との災害時相互応援協定と友好親善町村協定の締結、愛知県西尾市との災害時相互応援協定締結など関係市町村との絆も深まり、先人の皆さんが幾つかの合併試験を乗り

越えて、一貫して朝日村独自路線を選択されてこられたことにより、実質的に日本に一つとなりました朝日村の名称が一段と世に知れ渡り、今まで以上に朝日村の存在を引き立たせてくれた年であったのではないかと私は捉えております。

新庁舎落成及び130周年記念事業イベントの企画推進に携わっていただき、村長はじめ役場職員の皆さん及び公民館や商工会の方々、そして関係村民の皆さんのご労苦に対し深甚なる敬意と感謝の意を表するものであります。皆さん本当にお疲れ様でした。

議会といたしましても、こうした数多くの式典事業やイベントの開催にあたって、議会の役割として事前に各事業の有効性を十分に確認すると共に、事業イベントへの積極的参加を実践し事業イベントがもたらす波及効果をしつかりと検証してまいりました。そうゆう意味で昨年は例年になく繁忙極める充実した活動展開が出来たのではないかと自負しているところであります。

今年平成31年は、平成最終の年となり5月には日本の新しい年号が制定されます。そして統一地方選挙の年であり、4月には県議会議員選挙及び我が朝日村においては村長・村議会議員の選挙が実施されます。また、夏には参議院選挙も予定されております。もしかしたら衆参同時選挙にもなるのではないかととも言われております。そしてなおか

つ東京オリンピックを翌年に控え関係諸機関を中心に開催準備に向けた追い込みの年となります。

このように日本にとって大変大きな変化に富んだエポックメイキングな年となることは間違いありません。

私たち議員に与えられた使命はこうした変化を先取りし、来たる事態に果敢に挑戦し、朝日村の進むべき道をしつかりと見極め、村民生活の安心安全の確保と福祉の更なる向上に万全を期していく必要があります。そして、本任期中の活動をしっかりと総括し、5月以降の新しい議員の皆さんが活動しやすい環境づくりや基盤整備に力を注いで参りたいと考えております。現議会体制での活動はわずか4か月となりますが、残された期間を精一杯尽くして参る所存でありますので、本年も村民の皆さんの温かいご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

終わりに本年が村民の皆さんにとって健康で幸多き年となりますことをご祈念申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。



平成30年12月

村議会 村長提案説明

平成30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。

今回の受賞評価のコメントは、

①村内の豊富な森林資源を活用した木造の役場庁舎であり、村内で育成し、伐期を迎えているカラマツ材を接着重ね梁、集成材、厚板パネル等の形で大胆に活用し、カラマツ材活用のモデルとして期待される。

②新庁舎の象徴である樹令3000年のヒノキの大黒柱を始め、ケヤキ、スギ、アカマツ、クリ、ヒノキ、イチイ、カラマツ等の村民から寄付された木材も内装や家具に活用されており、来訪者に村の豊富な森林資源をアピールしている。

③庁舎建設に当たっては、地域材の活用に加え、県内企業が開発した建材の採用や地域材の伐採・製材加工・建設工事、家具製作の大部分を県内業者が担い、地元の木材関連事業者の人材育成にも貢献されたと言います。

今回の受賞は村民の皆様と一緒に喜びたい所存でございます。村民の皆様にはシンボルとしての役場庁舎を誇りに思っていたくださる事を願うものでございます。

◆向陽台住宅団地3期造成事業

計画エリアは、1期事業の東側約1haで、区画数は20〜24区画を見込んでおります。1区画当りの面積は従来通りとし、形状によっては増減が

できるものと捉えております。

現在は区画、道路等の設計計画中でありまして、その後、開発行為申請、用地買収、工事へと進めてまいります。ごいまして、次年度(平成31年度)には工事完成を予定しております。

◆高齢社会について

県は高齢化率の状況について10月1日現在の年齢別人口推計を発表いたしました。

これによりますと、県平均の高齢化率は31・5%で当村は31・3%となっております。

ここ10年来当村の高齢化率は、県の平均値とほぼ同率で推移しております。そこで、本年の高齢化率は県内77市町村の内、高齢化の低い順から17番目となっており、県内58町村では低い順から8番目となっております。

また、75歳以上の当村の後期高齢化率は17・6%で、県内77市町村の内、低い順から28番目となっており、県内58町村では14番目となっております。

一方、15歳未満の年少人口比率は、県平均が12・4%に対し、当村は11・9%で0・5ポイント低く、岡谷市、千曲市と同率であり、県内77市町村の内、高い順から33番目となっております。

これらを勘案しますと当村は若者の定住が課題であり、若者向け住宅や婚活



初めに、本年は我が国が近代国家としてスタートした明治以降150年を迎え、平成30年は最後の年号を迎え、県歌信濃ノ国制定50年という節目に当村は開村130周年を迎え、しかも懸案でありました新役場庁舎を竣工し、村民の拠り所として村民の利便性を向上し、職員の勤務環境の改善や防災の拠点としての機能を図り、村の新たなシンボルとした新庁舎が完成し、まさに記念すべき年となりました。

この度、去る11月28日に東京都江東区新木場の木材会館で木材利用優良施設コンクールにおいて、全国の応募総数150件の中で第3位に当る林野庁長官賞を頂く事ができました。

及び、空き家バンク制度等の充実を含め、若者に魅力のある村づくりの推進が一層求められることとなります。

◆県道中組バイパスについて

西洗馬区では、従来から県道土台松本線、同じく県道御馬越塩尻停車場線の2路線の拡幅要望をしておりますが、時の松本建設事務所長が現地で立合って懇談した際、両路線の中央にバイパスを通し、双方の要望解決をすることで一致しました。

既に、7年経過する本年度は来年3月によりやく完成する運びとなりました。

この道路は、村民の生活道路を始め、災害時緊急輸送道路としての位置づけをしたものでございます。

このバイパスは、延長820m車道は6mで相互交通の2車線となり、片側歩道付としておりますが、下洗馬から西洗馬公民館に通ずる道路から西側は両側歩道付となります。

また、この工事に併行して両側歩道の南側歩道に上下水道を布設する事としております。

◆役場庁舎と中央公民館との連絡道路について

この道路は、新役場庁舎を建設した事に伴い、中央公民館との連絡・連

携が重要と位置づけたものでございます。

既に、庁舎竣工時には役場正面道路を拡幅完成し、JAの集出荷センター西側からグラント西隅バックネット裏の交差点まで用地買収を行い、国の予算付の状況に応じて路盤整備を実施する計画でございます。

順調に国県の予算確保ができれば31年度に完成を目指して推進する計画としております。

なお、グラントバックネット裏の交差点につきましては、県道と村道の4差路でありますので、県との協議が必要であり、県道の一部改修がされれば、保育園入口の未整備箇所の拡幅工事も実施する計画としております。

◆向陽台の連絡道路について

当村の人口確保施策の一環として、平成25年度から取り組みました向陽台分譲用地は、1期、2期の分譲が順調に進み、居住者の通勤・通学道路の確保が求められておりました。

これを受けて、昨年度平成29年度から取り組みました向陽台連絡道路につきましましては、辺地債の活用により、本年度は路盤整備を行い、次年度平成31年度に舗装工事を行い竣工の計画としております。この道路は、延長342m、車道5.5mの2車線と

し、片側歩道付として通学等歩行者の安全を図るものでございます。

◆農業立村としての朝日村農業について

去る、11月15日にJA松本ハイランド朝日支所野菜販売実績検討会が開かれました。

本年度は、春先の作業が順調に進み、レタスの初出荷は4月23日昨年より1週間早い出荷となり、6月は空梅雨により圃場が乾燥したためレタス類の下葉の焼けが多発し、7～8月の猛暑による干ばつはレタス類を始め各種野菜に影響を及ぼしております。

これらの気象状況により出荷状況は昨年度の94%でしたが、販売額は106%の25億円という報告でありました。

まさに、天候相手の農業でありますので、これからの農閑期はそれぞれ自身の体調管理に務められ、来年度の作付計画等準備万端に期待するものでございます。

◆中山間総合整備事業並びに農地中間管理機構関連事業について

中山間総合整備事業につきまして、本年9月から11月にかけて、御道開

渡工区、御馬越工区、北村工区の組織を立ち上げ、平成30年度から5ヶ年計画で圃場整備を実施するもので、現在、県が圃場の地区界測量を実施しており、その後一筆毎の測量は村で実施する事としております。

また、農地中間管理機構関連事業で取り組みます、かたくり工区、本郷工区、くりあげ場工区につきましては、平成31年度から5ヶ年計画で圃場整備等を実施する計画で、本年度は、国へ提出する事業概要を作成中でございます。

◆文化財の県宝指定について

本年3月定例会で申しあげておりますが、県内各地で出土している縄文土器の一部を県宝に指定しよう本年1月に県文化財保護審議会に諮問がされました。

これを受け、本年9月27日付で、長野県宝「信州の特色ある縄文土器」に熊久保遺跡で出土した「顔面装飾付深鉢形土器」1点が指定されました。県内では158点が新しく県宝指定されたという事であり、今後は村民の皆様から関心を持っていただき、村の歴史民俗資料館で昔人のロマンを創造されたいと存じます。

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		受付時間	午前 9時～11時 午後 1時30分～4時
期間	2月18日(月)→3月15日(金)	休日相談	2月24日(日)のみ
会場	朝日村役場 第1・第2会議室	※その他の土・日曜日は行いません。	

■申告に必要なもの

- ◆印鑑(シャチハタは使用できません)
- ◆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(30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
<ul style="list-style-type: none"> ●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 	<ul style="list-style-type: none"> ●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

●代理人が申告書を提出する場合 ※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
<ul style="list-style-type: none"> ●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) 	<p>以下のうちいずれか1点で確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ●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 <hr/> <p>以下のうちいずれか2点で確認(顔写真のない証明)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●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 	<ul style="list-style-type: none"> ●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

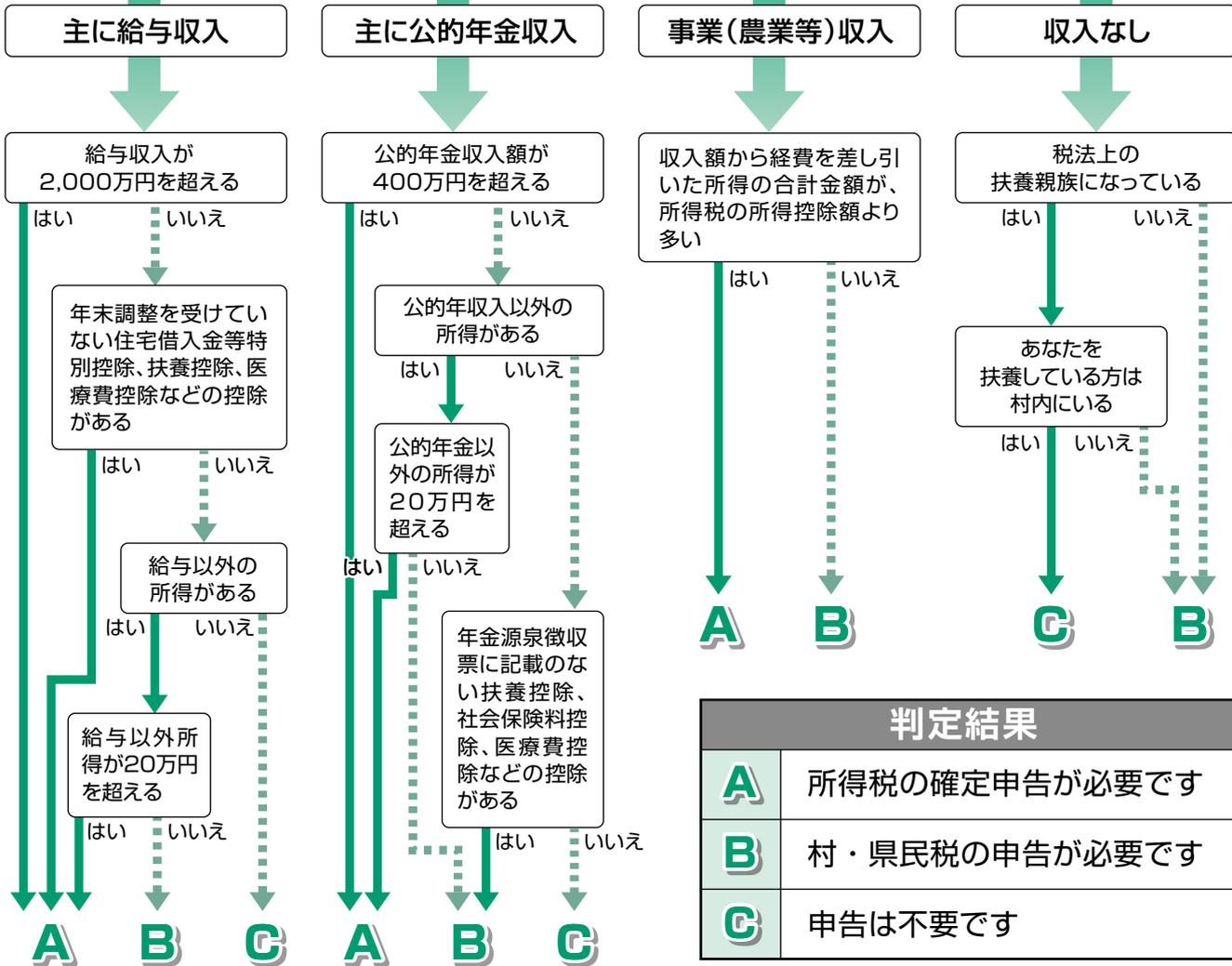
申告が必要か下図を参考に ご確認ください

※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30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、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30年1月2日以降に亡くなられた方に対しても平成31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、平成32年度からは課税されません。

性感染症(STD)に注意

■性感染症とは

性感染症(STD)は、セックスをはじめとする性行為などによって感染し、必ずしも自覚症状があるとは限らない病気です。そのため、感染に気づいたときにはすでに多くの人に伝染していることも考えられます。また、将来不妊症の原因となったり、発がんする場合もあります。



梅毒が増えています

■予防のポイント

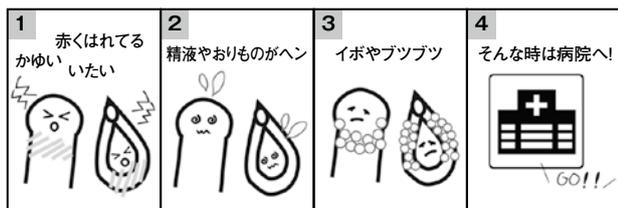
★正しい知識を身に着ける！

「コンドームを着用する」「出血のおそれがある性行為をしない」といった基本的な知識を持っていれば、性感染症(STD)の感染はかなりの確率で防ぐことができます。

■対処のポイント

★早期発見・早期治療！

性感染症(STD)の対処方法として最も大切なのは、なるべく早く治療を行うことです。治療が遅ければ、それだけ症状が悪化していきま



■主な性感染症

◆梅毒(第1期・第2期)

★近年患者数が激増しています。

《感染してから症状が出るまで》

3週間〜3ヶ月程度

《治療期間》2〜3ヶ月程度

皮ふや粘膜の小さな傷から、トレ

ポネーマという病原菌が侵入すること

で発症します。

第1期は性器に痛みをとまなわ

ない硬いしこりができ、第2期にな

ると全身(特に手足)に小さな斑点

が多数出てきます。

男女とも症状が出ないタイプがあ

り、この場合は専用の血液検査で判

明することが多いです。

梅毒の進行と注意点

原因菌に感染している粘膜や皮膚に直接触つうつる

数週間後

- 感染部位にしこり・股の付け根のリンパ節に腫れ
- 放置しても症状は消えるが、菌は全身へ

知らずに他人にうつす可能性!

心当たりがあれば検査。完治まで治療をやめない!

数カ月後

- 全身の皮膚や粘膜に発疹
- 数週間で消えたり、アレルギーや風疹と間違えたりして、見過ごされることも



石地尚興教授提供

数年後

- 皮膚や筋肉、骨にゴムのような腫瘍の発生も

厚生労働省「梅毒に関するQ&A」などから

男性が感染した場合の症状



◆淋病(咽頭の感染も含む)

《感染してから症状が出るまで》

2〜7日程度

《治療期間》最低1週間

オーラルセックスによってうつ

ることが多いです。

男性 排尿の際に痛みが走り、

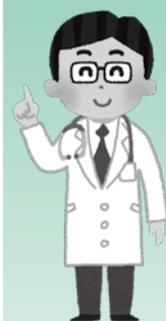
濃い黄色の膿が出ます。

女性 おりものが多くなるもの

の、通常は痛みを感じることが

ありません。感染に気がつきに

くいため、注意が必要です。



◆クラミジア(咽頭の感染も含む)

《感染してから症状が出るまで》

1〜4週間程度

《治療期間》最低2週間

感染する可能性が非常に高い。

男性 尿道にむずがゆさをおぼえるようになる。

女性 帯下が増えて腹痛を起こしやすくなるものの、感染に気づかないケースが多いようです。そのため、早期に発見することが重要になります。



◆性器ヘルペス

《潜伏期間》3日〜1週間程度

《治療期間》症状によって異なる(何度でも再発の可能性あり)

ヘルペスの病変部と接触することにより発症する。

男女とも性器に小さな水泡が多数でき、痛みとかゆみが続きます。

ヘルペスに一度感染してしまくと、その後はウイルスを死滅させることができません。ただし、再発を抑える治療を行うことは可能となっています。

◆ヒト・パピローマ・ウイルス

《感染してから症状が出るまで》

数ヶ月〜数年程度

女性 のほとんどが一生に一度は感染するといわれているウイルスです。性交渉によって感染しますが、ほとんどの場合は免疫力によってすぐに消滅します。

しかし、まれに消滅せずに残ってしまうケースがあり、そのまま放置すると良性的の場合「尖圭コンジローム」の原因となり、悪性的の場合「子宮頸癌」の原因となります。

◆尖圭コンジローム

《感染してから症状が出るまで》

1ヶ月〜1年程度

《治療期間》症状によって異なる

尖圭コンジロームは、性器や肛門のまわりにイボができる性感染症(STD)です。ヒト・パピローマ・ウイルスに感染して発症します。

自覚症状がない場合が多いのですが、性器にかゆみや痛みを感じることもあるようです。電気メスなどによる焼却や、軟膏の塗布などによって治療します。

◆エイズ

《感染してから症状が出るまで》

3ヶ月〜数年程度

ヒト免疫不全ウイルス(HIV)が免疫細胞を破壊し、免疫不全を起こす病気です。

HIVに感染してエイズが発症するまでは、健康保菌者(キャリアー)になるだけで、外観上は健康な状態と変わりません。

しかし一度発症すると、急激な体重の減少、著しい寝汗、下痢などの症状が続き、数年で死に至ることもあります。お薬で発症を予防することができます。



【問い合わせ先】

◇住民福祉課 健康づくり担当

☎99-2540 FAX99-2745

◇松本保健福祉事務所 (HIV・エイズ以外)

☎0263-40-1938

* HIV・エイズ専用電話⇒☎0263-47-7831



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

「認知症＝もの忘れ」と思い浮かぶと思いますが、実は認知症の種類により脳の障害を受ける場所が異なるため、「認知症＝もの忘れ」とは一概に言えません。

シリーズ「認知症」の3回目は認知症の定義として「脳の働きが低下して日常生活に支障をきたす症状：中核症状」を松本市立病院 認知症看護認定看護師 向山三代さんにお話ししていただきます。



ちゅうかくしょうじょう 「中核症状」(脳の細胞がこわれて起こる症状)

記憶障害



新しいことが入ってこない

- ちょっと前のことを思い出そうとしても思い出せない
- 体験を比較しながら行動していくため、毎日が初体験

実行機能障害



「計画を立てて計画通り進める」能力の障害

- 複数の作業を同時にこなすことが苦手になる
- 先読みができないため行動の修正がかからない
- 臨機応変の調整がしにくくなる

見当識障害



時間や場所、人の感覚があやふやになる

- 時間がわかりにくくなる、徐々に季節感や昼夜の感覚も崩れる
- 場所の感覚がつかみにくくなる、中等度以上
- 人の区別がつきにくくなる

言語障害



言葉を使う能力の低下

- 物の名前が思い出しにくくなる
- 言葉の意味自体も崩れるため、意味の把握が難しい

失行・失認



- 失行** 意図した行動を行うことが出来ない
- 失認** 物や人を知覚できてもそれが何かを認識できない

※次の症状は上記症状に精神的・身体的・環境的要因が加わり起こる症状で必ず出る症状ではありません。

徘徊



興奮



異食



不安・抑うつ・
焦燥感



前回のテーマ「家族や周囲の気づきが大事」のように、早め早めの対応をしていきましょう。

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) ☎99-2251

県議会議員の定数と選挙区の一部が変更になります

来春執行予定の県議会議員一般選挙から、総定数が58人から57人に減員となるほか、現行の選挙区の一部が合区(選挙区の統合)により「長野市上水内郡(定数11)」、「松本市東筑摩郡(定数7)」、「飯田市下伊那郡(定数4)」となります。



問い合わせ

長野県選挙管理委員会
☎026-235-7069

長野県HP「長野県議会議員選挙の選挙区」

(<https://www.pref.nagano.lg.jp/senkan/kensei/soshiki/soshiki/kencho/senkyo/senkyo/oshirase/senkyoku.html>)

～木材利用優良施設コンクール～

役場新庁舎が「林野庁長官賞」を受賞

このコンクールは木材利用の推進・需要拡大に関する普及啓発活動を展開している木材利用推進中央協議会において、木材の利用分野の拡大や特色ある優良な施設を平成5年度から表彰しています。

今年度から最も優良な施設に対して、「内閣総理大臣賞」を授与。今回、全国約150件の応募の中から朝日村役場が第3位となる「林野庁長官賞」を受賞しました。

村の森林資源のカラマツを大胆に活用し、木造の魅力「見える化」したモデル性の高い施設として評価。また、地域材の活用に加え、県内企業が開発した接着重ね梁等の建材の採用や伐採・製材加工、設計・施工、家具製作等の大部分を県内業者が担い、地元の人材育成に貢献した点も評価されました。



認知症サポーター養成講座行いました

11月26日、今年度初めて「朝日小学校の高学年生」に向けて「認知症サポーター養成講座」を授業として行いました!

みんな、集中して話や寸劇を見ることができ、「困っている人がいたら助けてい」等の温かい感想も頂きました。少しでも優しい気持ちで高齢者の方と接することができるようになれば、とてもうれしいです!



朝日村地域包括支援センター
(朝日村役場内) ☎99-2251

朝日ヘルスマイトが厚生労働大臣賞を受賞しました

このほど、朝日村食生活改善推進協議会(朝日ヘルスマイト)が、長年にわたり減塩やバランスの良い食事など、地域住民の食生活改善に取り組んできた功績が評価され、厚生労働大臣賞を受賞しました。

- 朝日ヘルスマイトは現在25名で活動しています。「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、野菜たっぷり減塩メニューを普及しています。



受賞報告の様子

- 食べることに興味がある、健康でいたい、仲間作りがしたい、ボランティア活動に興味がある方、一緒に活動しませんか?
- 12月には男性の料理教室やシルバークッキング、1月には親子料理講座などを開催します。

〔県営中山間地域総合整備事業〕 ほ場整備実行委員会設立

県営中山間地域総合整備事業ではほ場整備を行う、御馬越・御道開渡・北村の各工区の実行委員会設立総会及び権利者総会が開催されました。

実行委員会は、ほ場整備事業の円滑な遂行を目的として地権者により各工区毎に組織され、地権者から推薦された役員が中心となり事業を進めます。

今回の総会では、地権者の皆さんから実行委員会の規約や、土地評価・換地設計基準等が承認されました。

今後は、実行委員会による従前地の土地評価や、道水路の計画、換地の割込み案の作成、工事の日程調整等を行います。



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!!

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。この農地風食を防止する対策として、**ロータリーがけ**が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**…風食対策用麦を作付していないほ場、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25日(月)~4月7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



後期高齢者医療の 医療費通知について

後期高齢者医療保険については、今年度から送付する医療費通知を所得税の確定申告（医療費控除）に使用できるようになります。また、特別な事情がある場合を除き、その前年に医療を受けた全ての被保険者に対し、平成31年1月下旬及び3月下旬に、長野県後期高齢者医療広域連合から医療費通知を送付いたします。

なお、医療費通知は、前年1月から前年10月までの受診分については、1月下旬に、前年11月及び前年12月受診分は、3月下旬の年2回に分けて送付いたします。

確定申告の期間中に、医療費控除の申告をされる際は、1月下旬にお送りする医療費通知と併せて、11月及び12月診療分の医療機関等からの領収書を確認の上、申告してください。

《問い合わせ先》

◆朝日村役場住民福祉課
後期高齢者医療保険担当

☎0263-99-4102

◆長野県後期高齢者医療広域連合事務局業務課給付係

☎026-229-5320

地球環境活動に取り組む団体・個人を応援します！ 「しほじり・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「しほじり・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

平成31年2月1日（金）

～平成31年2月28日（木）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.inet.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。



新エネルギー等普及促進事業補助金
（太陽光発電システム）のご案内

【対象】

朝日村在住の上、新規で太陽光発電システムの購入、または、新設しようとする方

【条件】

- ①10kW未満
- ②家庭の屋根などに設置
- ③電力会社と電灯契約及び余剰電力の販売契約
- ④税等の滞納がない事

【補助内容】

1kW当り3万円（上限4kW）

【申請方法】

●施工前に申請書、必要書類を朝日村役場に提出

●①申請書、②見積書（内訳の明記必）、③設備設置の位置図、設備設置の現況写真

【報告方法】

完了後、15日以内又は平成31年3月31日までに報告書及び、必要書類を朝日村役場提出
※様式など、施工前に必ず、左記へご相談ください。

【問い合わせ先】

朝日村役場 建設環境課

☎99-4103

松塩筑木曾老人福祉施設組合職員募集

平成31年度に採用する特別養護老人ホームの嘱託員を募集します。

《募集する職種、人数及び資格》

いずれも普通自動車免許があり、各職種に必要な資格を有する人

◆介護職員：20名程度

◆介護福祉士資格または受験資格

◆社会福祉士資格または受験資格

◆介護職員初任者研修終了者（ヘルパー2級以上の資格）および老人福祉施設での介護経験が6カ月以上

◆機能訓練指導員：若干名

◆看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、柔道整復師、あん摩マッサージ指圧師

※各資格は、平成31年3月末までに取得見込みのものを含みます。

《勤務場所》

東筑摩郡（麻績村・山形村）、塩尻市、松本市、木曾郡にありいずれかの組合施設

※学生は、平成31年3月末までに卒業見込みの人に限りです。

3月まで随時実施

《申し込み方法》

組合各施設、事務局（特別養護老人ホーム桔梗荘内）及び組合ホームページ（URL <http://aohato.com/>）にある申込書に記入の上、組合事務局又は組合施設に平成31年2月末日までにご提出ください。

《問合わせ先》

松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局

☎026315315000



地域おこし協力隊活動報告

観光による地域おこしを目指して



今回の地域おこし協力隊

宮本 有紀

村観光協会事務局として活動、各種イベントを企画し朝日村をPRしている。

みなさんこんにちは、地域おこし協力隊の宮本有紀です。春から観光協会の事務局として活動し、これまでに7つのイベントを観光協会で企画実施しました。

今年度最初のプログラムの田植えツアーでは県内外から参加者が集まり田植え体験やピザを楽しみました。それから森林浴や木工体験のプログラムと、回を重ねていくことで参加人数が増えてきたり、リピーターさんができてきたりと朝日村の観光が手探りながら形になっていってると感じました。8月に開催した第一回鉢盛山登山マラソンでは、300名の参加者が集まり忙しくもとても賑やかなイベントになりました。満足度も高く来年第2回を開催することが決まりました。ボランティアを募集することも決まりましたので、沢山の村民の方と大会と一緒に作れると嬉しいです。そして、この冬には2つイベントを開催予定です。1月にはスノーシューと星空観察、木工WSのプログラムをします。2月には染物WSと星空観察のプログラムを実施しますのでぜひ参加してみてください。

私の活動は、観光協会事務局としてやるのが明確になっているタイプの協力隊です。どうしたら朝日村の観光で地域おこしができるのだろうと考える日々です。半年間で出会った村民の皆さんに温かく受け入れてもらい嬉しかったので、観光で訪れる方にも村の方と出会えたり、村の日常を知ってもらえるようなプログラムを目指していきたいなと思います。

これからは村のことや観光PRを村外に届ける仕組みづくりにも取り組みたく、協力隊として移動販売の活動もしていきたいです。

初めて迎える冬は少し不安もありますが、楽しみたいと思います。



図書館で、みい~つけた!

こそだて

かみしばいを楽しもう

図書館ではかみしばいの貸出も行っていきます。絵本と違い、読み手と聞き手に分かれて楽しむかみしばいは子どもにも大人気です。絵が大きく見やすいので、大勢で一緒に楽しめ、文章の字が大きくて読みやすいのも魅力です。

日本の昔話や世界の名作童話のほか、赤ちゃんむけ、2~3歳むけ、高齢者むけ、季節の行事にまつわるおはなしなどもあります。ぜひご家庭でお楽しみください。



土器の顔、どんな顔?

長野県宝

顔面装飾付

深鉢形土器を見に行こう!



平成30年9月27日、熊久保遺跡出土「顔面装飾付深鉢形土器」が信州の特色ある縄文土器158点のうちの一つとして長野県宝に指定されました。口縁部に顔が2か所ついており、顔面装飾付土器の初期のものに当たります。

朝日村歴史民俗資料館に展示されていますので、ぜひ一度ご覧ください。

子育て支援センターわくわく館

小学生になったら「放課後児童クラブ」

放課後や長期休業中(夏休み等)利用できるよ。

【対象児童】

朝日小学校児童 1年生から6年生

※利用する時は登録が必要です。

※18時以降と土曜日の利用は、就労等でご家庭が留守になる場合に限り利用ができます。



【利用時間】

- ◆ 小学校の登校日…下校から19時
- ◆ 小学校の休業日(夏休み等)…8時から19時
※昼食・おやつ(おにぎり)持参
- ◆ 土曜日(要予約)…8時30分から18時《1回300円》
※昼食・おやつ(おにぎり)持参
- ◆ 日曜・祝日・お盆・年末年始はお休みです。

【利用料】

- ◆ 18時まで無料
- ◆ 18時から19時まで
1~4回までの利用1回200円
- ◆ 5回以上月額1,000円

わくわく体験クラブや、体験学習もあるよ。イベントや体験クラブでは参加費が必要になることがあります。

いま旬! おやつレシピ



りんご入り豆腐ドーナツ

材料3つで簡単おやつ

〈材料〉

- ホットケーキミックス…150g(1袋)
- 絹ごし豆腐……………150g(1個)
- りんご……………1/2個
- 揚げ油……………適量
- 粉砂糖……………お好みで

〈作り方〉

- ① ボウルにホットケーキミックスと豆腐を入れて粉っぽさがなくなるまで箸で混ぜる。
- ② りんごは1cm角に切って①の生地に入れて混ぜる。
- ③ ティースプーンですくって、170℃の油できつね色になるまで揚げる。
- ④ 好みで粉砂糖をかけていただく。

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

2019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	18	⑰
⑱	20	21	22	23	24	⑳
㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖	
㉗	28	29	30	31		

2019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	⑰
⑱	18	19	20	21	22	⑳
㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖	
㉗	28	29	30	31		

2019年3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	②
③						

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

朝日村開村130周年記念事業「冬の朝日村 感謝祭」開催!!

感謝祭当日は、コテージ宿泊券やリフト券などが当たる抽選会を開催!!

日時: 2月23日㊥・24日㊥

スノーボードスペシャル講習会 〈中～上級者向け〉

1月26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2日㊥ 〈講師(4名)〉大谷敏也さん/宮下征樹さん/横山秀和さん/丸山淳也さん

[要予約] 先着32名限定 [受付] 18:00 [講習会] 19:00～21:00

[参加費] 5,000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。

松本平キッズ大会

抽選会もあるよ!!スキー・ボード共同開催。

3月2日㊥

[参加資格] 未就学児～小学3年生まで

[受付] 9:00～ [練習開始] 9:30～ [参加費] 1,500円

朝日村民優待
リフト券販売

ナイター共通の
1日券が

朝日村民なら

1,100円!で購入できます

●無料休憩所横、スキースクール事務所で受付中!

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

平成30年10月に販売した、黄色のプレミアム付き商品券の

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