



12月20日(日) あさひプライムスキー場オープン。ご利用お待ちしております。

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 4,660人 (-42)
男 2,279人 (-21)
女 2,381人 (-21)
世帯数 1,480世帯 (11)
(2015.12.1現在)

Contents

年頭あいさつ	2-3
12月議会提案説明	4-5
朝日村表彰式 / 長野県治山林道協会長賞を受賞しました	6
かたくりの里新デイサービスセンター完成	7
かたくりの里サービス内容	
総合戦略	8
納税相談	9
アポレキシシーのない村づくり	10-11
新庁舎の設計者が決まりました	12
子宮頸がん等ワクチン被害者救済制度	
こんにちほ地域包括支援センターです	13
墓地の管理について / 指定工事店を利用してください	14
除雪 / トレーニングセンター(アリーナ)耐震化工事	15



「広報あさひむら」2016年1月号
発行 / 朝日村 e-mail info@vill.asahi.nagano.jp
URL http://www.vill.asahi.nagano.jp/

ごあいさつ

心・体・地の調和
新しい感覚で
人と自然と産業が
共生するむらづくり

朝日村長 中村 武雄



平成28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、健やかに希望に輝く新年をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

まず、昨年は6月に浅間山の噴火を始め、北は北海道雌阿寒岳から南は九州鹿児島県の口永良部島まで7ヶ所で噴火が発生し、日本列島は正に活火山の中での国民生活となりました。

こうした状況の中、当村では大きな自然災害もなく、主産業の農業は、葉野菜を中心に春から秋にかけて高値で推移し、平成19年以来8年ぶりに30億円を超える32億円の販売実績を見込み、大変喜ばしい年となりました。このような世情の時期に、私は、引き続き三期目の村政を担わせていただく事になりました。改めて責任の重さを肝に銘じ、村民の皆様から寄せられた信頼と期待に応えるため、引き続き「新しい感覚で朝日村をつくろう」

を基本理念に、「個性あふれる 生き生きとした 力強い村づくり」をめざし、村民の皆様が全国に誇れる村づくりに、新たな決意で取り組んでまいり所存でございます。

さて、昨年の村政を振り返りますと、子育て支援の一環として、旧保育園の老朽化への対応や3歳未満の保育サービスを充実するため進めてまいりました統合保育園の「あさひ保育園」が3月に竣工いたしました。

村産材のカラマツをふんだんに利用し、園児の使用するロッカーや下駄箱なども村産材カラマツを活用し村内の職人によって作られました。園児たちが木の温もりを肌で感じながらたくましく育っていくことを願うものでございます。

高齢者福祉の拠点であります、かたくりの里の増改修工事につきまして、は、昨年11月27日に増築分が完成し、同30日からデイサービスの利用を開始いたしました。今後は、既存施設の内部改修を行い、4月には村民の皆様にご覧会を予定しております。

新役場庁舎建設につきましては、建設委員会において、村産材を活用した木造庁舎を建設する基本計画が策定されました。

これにより、村では、設計業者を選

定するプロポーザル審査委員会で、全国10社の応募の中から、書類選考、技術提案により、昨年末に設計業者を選定いたしました。

本年は、具体的な庁舎の設計作業に入り、本年12月にはいよいよ新庁舎建設工事の発注を行う予定となっております。

また、地方創生につきまして、我国は、前例のない人口減少、高齢社会を迎えており、人口急減への対応は、国と地方が共に総力を挙げて取り組むべき最重要課題となりました。

当村でも、国が制定をしました、「まち・ひと・しごと・創生法」を受け、昨年10月に当村の将来展望を示す「人口ビジョン」と、その目標施策を示す「総合戦略」を策定し、本年より本格的に各種施策を展開する計画でございます。

当村は、「人口ビジョン」で45年後の人口目標を4,000人と定めました。高い目標ではありますが、朝日村の存続のため、村民一丸となって取り組まなければならない目標と捉えておりますので、村民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

結びに、村民の皆様のご健勝とご多幸をご祈念申しあげ念頭のご挨拶といたします。



平成28年 新春の

村議会議長 清 沢 正 毅



輝かしき平成28年の新春を迎え、
議会を代表し謹んで新年のご挨拶を
申し上げます。

村民の皆さんあけましておめでと
うございます。ご家族お揃いで健やか
な新春をお迎えのこととお慶び申し
上げます。

平素は朝日村議会活動に深いご理解
とご協力を賜っておりますことに對
しまして、改めて厚く御礼申し上げます。

さて、昨年は村民の皆さんにとって
大変良い年であったのではないでしょ
うか。農家の皆さんは野菜の出荷シー
ズンを通して高値安定が続き、JA
朝日支所においては販売高32億円と
好業績をあげられました。サラリーマ
ン家庭におかれましても国内景気の
好調さに伴い、多くの企業で賃金水
準向上が図られたことなどを含め、
それぞれ村民の皆さんの家計にも潤
いの兆しが見えたのではないかと拝察
いたします。

昨年の国内行政の動きは、政府が

矢継ぎ早に地方創生法及び安全保
障関連法案の制定、PPP交渉問題
等の重要課題が打ち出されました。
そして朝日村においては朝日村版ま
ちひとしごと創生総合戦略の構築、
新庁舎建設企画書の立案など大変
大きな案件に直面した年でありま
した。

こうした動きに対し朝日村議会と
しましては、議会そのものを「総合戦
略研究会」に位置づけ朝日村総合戦
略の検討に取り組んでまいりました。
また、役場庁舎建設にあたっては建
設委員会に総務産業常任委員会メン
バーを派遣し、村民総意の役場庁舎
実現に向けて鋭意努力してまいりま
した。そして、議会機能の充実強化を
目的として「議会活性化委員会」を
発足させ、まだ目に見えた成果に結び
ついておりませんが、村民の皆さんに
期待され信頼される議会を目指して
自己研鑽を進めてまいりました。

そんな中、昨年11月の同胞議員に
よる人身事故につきましては、村民の
皆さんには大変ご心配とご迷惑をお
掛けいたしました。同じ議員としてそ
して議会の長の立場としまして衷心
よりお詫び申し上げます。今後二度
とこの様な事故を発生させないため
に議員全員が襟をただし議員行動規

範に基づいて議会活動に精進してま
いる所存でありますので、引き続きご支
援賜りますようお願い申し上げます。
第であります。

ここに新しい年を迎え、議会といた
しましてはより豊かな住み良い朝日
村づくりを目指して、今後更に創意
工夫を重ね、村民の皆さんの期待に
えられるよう、更なる努力を重ねるべ
く決意を新たにしているところであり
ます。

まだまだ朝日村には、生活基盤整
備や福祉向上施策の確立及び防火防
災対策の充実強化に向けた日常課題
が山積しております。

私ども議決機関としましては、こ
うした課題に対し村民の皆さんの声
を十分に反映し、行政と活発な論議
を交わしながらも車の両輪として協
力し、朝日村発展に貢献していく覚悟
でありますので、本年も一層のご支援
ご協力を賜りますようお願い申し
申し上げます。

結びに、本年も引き続き村民の皆
さんにとって良き年となります事をこ
祈念申し上げますとともに、村民の
皆さんが年間を通して常に健康でま
ますご活躍されますことを合わせ
てご祈念申し上げます、新年のご挨拶とさ
せていただきます。

平成27年
12月

村議会村長提案説明

平成27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・審議内容等は議会だよりをご覧ください。



12月村議会の様子

■マイナンバー制度

各人の個人番号、いわゆるマイナンバーのお知らせを11月15日頃より郵便書留で配達を行い11月末には朝日村全戸に配達に伺っておりますが、不在のお宅分は郵便局で一時保管をしておりますので、配達

チラシを確認され、郵便局と連絡を取られますようお願いいたします。

配達されなかった書留につきましては、村に届けられま

すので、順次各家庭にご連絡をし、役場で本人から受け取っていただく事になります。

■地方創生（まち・ひと・しごと創生）

我が国の少子高齢社会の進捗は、先人が経験をした事のない、前例のない人口減少時代を迎えております。

国は、昨年11月に「まち・ひと・しごと創生法」を策定し、人口減少の歯止めを始め、東京一極集中を是正し、地方との均衡ある日本社会を維持していく

事を目指す。

そこで、本年は、国、県、市町村が創生法に基づき、「人口ビジョン」及び施策推進の「総合戦略」を策定して取組む事としております。

これにより、村では本年6月に「朝日村まち・ひと・しごと創生本部」を立上げ、検討する中で、専門業者による当朝日村の分析や、村民アンケート調査等による検討を重ねて来ました。

これらの取組みを含め、国が提案をしております「総合審議会」において、検討、研究、審議等を行い、去る10月29日に「朝日村まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、県及び国へ提出をいたしました。

当朝日村は、45年後の人口目標を4,000人と定めました。現状ではハードルが高いと捉えておりますが、村民の皆様から十分ご理解をいただき、村民一丸となって取組まなければならぬものと捉えております。

今後につきましては、村民の皆様、出前村政を始めパ

ブリックコメント等を実施し、必要に応じて総合戦略策定の修正を行ってまいりる所存でございます。

■新役場庁舎の建設

去る10月に建設委員会において、村民の皆さんからのパブリックコメントをいただき、基本計画が策定されました。

これにもとづき、設計発注に当り「新庁舎建設設計業務プロポーザル審査委員会」を立上げ、建設委員を主体に、10人の委員による審査委員会で、設計業務プロポーザル要項を定め、募集を行いました所、全国から10社の応募があり、これを審査委員会が書類選考を実施し、5社が選考されました。

これにより、来る12月15日には、5社による庁舎建設のプレゼンテーションを実施し、設計業者を決定することとしております。

設計業者が決定されれば、約11ヶ月で実施設計を策定し、その後、工事発注の予定となっております。

■かたくりの里増改修工事

本年6月に工事発注をしました、かたくりの里の増改修工事につきましては、去る11月27日に増築分が完成し、29日(日)に引越を行い、翌日の11月30日(月)からデイサービスの利用を開始いたしました。

今後は、既存施設の内部改築を実施し、3月を目途に完成の予定としております。

これからの内部改築では、予期していませんが、予定通り工事の進捗が図られるよう期待をするものでございます。



かたくりの里増築分完成

■農業立村としての朝日村 農業

本年は、当地域に大きな自然災害がなく、出荷販売は葉洋菜が全般的に春から秋にかけて高値の推移が極めて順調に進み、平成19年以来8年ぶりに販売実績が30億円台となり、本年は32億円の実績見込と言う事で、この上ない大変喜ばしい事でございます。

これからの農閑期は、来年度への作付計画等があります。農家の皆さんには、この際それぞれ自分の身体チェックを行い、来年への体力調整に励まれますよう願うものでございます。

■中信平右岸土地改良区

昭和39年に松本市、塩尻市、波田町、山形村、及び、当朝日村の2市3町村の農家でスタートしました中信平右岸土地改良区は、昭和51年に梓川からの水利事業が完工した事により、畑作地帯として、梓川水系の恩恵を受け、先程申しあげております当朝日村の葉洋菜栽培の大きな原動力となっております。

50年 半世紀を経過した現在、

古見原、西洗馬原の農家の皆さんには、畑かん施設をあたりまえと思わず、先人の先を見越した取組に感謝の念を忘れないでほしいと願うものでございます。



順調に進んだ葉洋菜栽培

■朝日村教育大綱

平成26年6月に、国は地方教育行政の組織及び運営に関する法律の一部改正を行い、本年4月1日から施行されました。この改正の大きな目的は、教育行政における責任体制を明確化したものでございます。

改正内容の概要につきまして、まず教育に関する「大綱」

を首長が策定するとしておりまして、「総合教育会議」を設置し、首長と教育委員会が協議・調整を行い首長が策定し、この執行機関は教育委員会であり、首長と教育委員会が教育政策の方向性を共有し、一致した執行体制としたものでございます。

組織改正につきましては、現在の教育委員長と教育長を一本化した新「教育長」とし、新教育長は、首長が議会の同意を経て直接任命し、任期は3年となっております。

他の教育委員の任期、及び任命方法は従来通りでございます。

そこで、当村におきましては、去る11月27日に朝日村総合教育会議を開催し、「朝日村教育大綱」を策定いたしました。

このことにつきましては、後刻議員の皆様へ報告することとしております。

なお、当村におきましては、在任の教育長任期の間は、教育委員会組織は従来通りで進めるものでございます。



朝日村表彰式

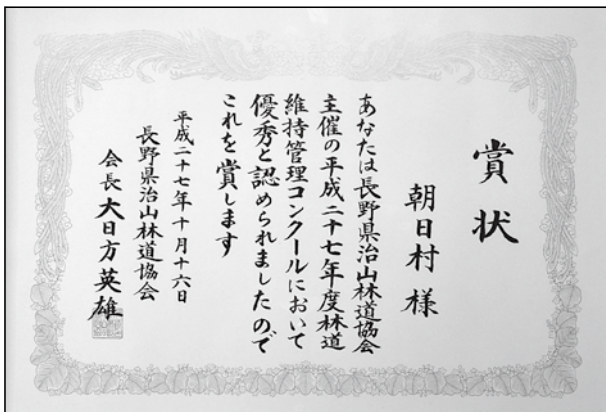
11月1日(日)平成27年度朝日村表彰式がAYTマルチメディアセンターにて行われました。功労表彰3名、善行表彰1団体に表彰状が授与されました。

善行表彰

善行
西洗馬分館
35年の永きにわたり元旦マラソンを開催し、地域住民の連帯感向上と健康増進に寄与した

功労表彰

文化芸術功労	自治功労	
下田力氏 [一之沢]	武田榮市氏 [南下]	塩原正由氏 [三ヶ組]
永年にわたり天文研究に取組まれ、新流星群の発見により日本天文学会から天文功労賞を受賞	村議会議員 3期12年	村議会議員 3期12年



10月16日長野市にあるメルパルク長野において、長野県治山林道協会平成27年度通常総会が行われ、その中で林道維持管理コンクールが開かれました。朝日村にある林道鉢盛山線(鉢盛山登山道へ通じる林道)が「長野県治山林道協会会長賞」を受賞しました。受賞理由としては、管理者である村が森林・林業の利便性、

長野県治山林道協会会長賞を受賞しました



今後においても、山における森林・林業の利便性、安全性を第一に考え林道の維持管理に努めてまいります。



新築「デイサービスセンター かたくりの里」完成

平成28年4月から始まる新しい介護予防・日常生活総合事業に向け建設工事が行われていた「デイサービスセンターかたくりの里」が昨年11月30日に完成し、新しい施設でサービスが始まりました。



デイサービスセンター外観

完成したデイサービスセンターは、床面積531.18㎡、デイルームは、214㎡で広々とした空間になっています。新しく和室も設けられ、畳の上でくつろぐこともできます。特殊浴室には、最

新の特殊浴槽が設置され、快適な入浴サービスが提供できるようになりました。



特殊浴室



和室



デイサービスセンター内部

また、新しく始まる介護予防・日常生活総合事業に使われる既存施設の改修工事は、3月末完成予定です。

既存施設の利用について 新たな地域福祉の拠点に

平成28年4月から始まる新しい介護予防・日常生活総合事業の実施に向けて、かたくりの里の既存施設の改修工事が進められています。

改修する既存施設では「住み慣れた地域で暮らし続けることができるように」と、介護だけではなく、介護予防、生活支援等、様々な支援の充実を図るために、高齢者の社会参加と地域の支え合いの体制づくりの拠点とします。

心身機能の改善を図りながら、更に社会参加を促す取り組みを介護予防の柱とします。「外出」の頻度が落ち込むと介護状態になりやすいとの結果から、新しい介護予防事業では「生きがい作りの通いの場」を始めます。

対象者は、介護度の軽い要支援の方とそれに近い方が対象になります。

「通いの場」では、運動をしたり、カラオケを歌ったり、趣



介護予防教室
パワーアップ教室



生きがいづくり講座
グリーン倶楽部 66

味の講座等をとおして、介護予防を行って行きます。また、自由に、気楽にお茶を飲んだり、話ができる場所を設けます。

更に、元気な高齢者の方は、これまで培ってきた技術や趣味等を活かした担い手(講師等)として、お力をお借りしたいと思います。

また、「地域の支え合いの体制づくり」では、朝日村社会福祉協議会と連携して、ボランティア組織拡充のため、各種講座の開催や新たなボランティアグループの育成、生活支援の構築にも取り組んでいきます。「住民同士の支え合いと生きがいづくり」の場へも、是非ご参加をお願いします。

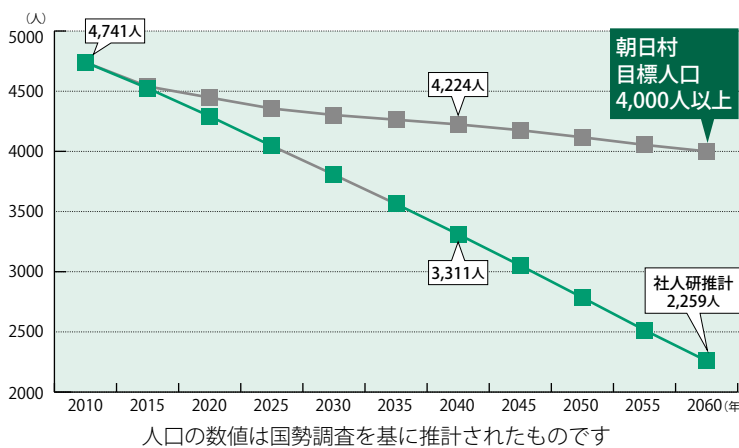
「朝日村人口ビジョン」、「朝日村まち・ひと・しごと創生総合戦略」策定 2060年、人口4,000人台維持を目標

朝日村の人口は、2000年の4,908人をピークに、2010年には、4,741人で減少し、今後も減少の傾向が見込まれています。

国の専門機関である、国立社会保障人口問題研究所（社人研）の推計によると、当村の総人口は、2040年には3,311人に、2060年には2,259人まで減少すると見込まれています。

人口が減少すると地域経済の縮小、小売店、医療といった民間施設撤退等により、生活が不便となりさらに人口が流出する悪循環に陥る可能性があります。

また、農林業の担い手の減少により農地、山林の荒廃なども考えられます。このことから、人口減少対策をより一層強化していくことが重要な課題となります。そこで、朝日村人口ビジョンでは、目指すべき将来の方向として、人口減少を食い止め、人



口構造の転換を行うことを目標としています。それには、出生率向上と転入者の増加が必要のため、現在1.44の出生率を2040年までに段階的に2.07まで上昇させ、さらに、社人研推計の転入者に加え、50歳未満の比較的若い世代の転入者を

毎年20人程増加させることにより、2060年に4,000人程度の人口を維持することを目標としています。

この目標を実現させるための取り組みむべき施策として、「朝日村まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。

総合戦略は、今後5ヶ年の計画となっており、まち・ひと・しごとの創生に結びつく雇用環境、移住、定住促進や若い世代が安心して暮らし続けられる結婚・出産・子育て支援など人口減少対策を総合的かつ戦略的に進めるための具体的な施策が盛り込まれています。

朝日村まち・ひと・しごと創生総合戦略の4つの柱と主な施策

【基本目標Ⅰ】 積極的な産業振興でしごとを生む「活力あるあさひむら」	【基本目標Ⅱ】 村の魅力を活かし、「新しいひとの流れを作るあさひむら」
1 農林業の振興による就業・雇用確保と所得向上 ○新規就農者の支援 ○森林資源の活用 ●木材の市場調査に基づく林業事業体の誘致・操業支援 2 若い世代の雇用・就業環境の構築 ○企業誘致の推進 ●企業立地計画、土地利用計画に基づくゾーン整備による工場団地化推進	1 移住促進のための基盤整備の促進 ○住環境の整備促進 ●住宅団地造成事業・若者定住促進賃貸住宅の設置促進 ●空き家改修費補助の継続実施・ゲストハウスを活用したお試し移住 2 移住・定住を促進する教育の推進と情報発信 ○子育てしやすい朝日村のPR
【基本目標Ⅲ】 結婚・出産・子育ての希望をかなえる「みんなでつくるあさひむら」	【基本目標Ⅳ】 時代にあった地域をつくり、安全な暮らしを守るとともに、地域と地域を連携する「豊かなところ・暮らしのあるあさひむら」
1 結婚・出産の希望をかなえる支援の実施 ○出会いの場の創出 ●県の信州結婚支援センターへ参加による出会いの場の創出 2 子育てしやすい村の構築 ○子育て世代への経済的負担の軽減 ●3-5歳児の保育料無料化 ●福祉医療費の高校生までの無料化	1 暮らしの利便性の確保・向上 ○交通環境の充実 ●近隣市村との連携した共同運行を検討 2 高齢者が元気な健康長寿の村づくり ○健康村活動の推進 3 活力ある地域コミュニティの構築と協働の推進 ○コミュニティの活力創造の支援 ●地域活力増進の絆支援交付金支給

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!



所得税(国税)は27年中の所得に対して課税されます。所得税の申告により住民税も確定します。

住民税は27年中の所得に対して28年度に課税される税金で、この申告により国民健康保険税、介護保険料、保育料などの算定のための基礎資料になるほか、年金や児童手当等各種給付金を受給する際の所得を証明するものとなります。

期限終了間近になりますと混み合います。還付のある場合も遅くなりますので申告はお早めに!

申告が必要な方 28年1月1日現在朝日村に居住していた人

27年中に所得があった人

- ◇27年中の給与等収入が2000万円を超える人
- ◇給与収入のほかに、年額で20万円を超える所得のある人
- ◇給与を2ヶ所以上から受けた人
- ◇営業・農業・不動産・配当・一時所得のいずれかがある人
- ◇扶養控除や障害等に該当があるのに源泉徴収票に記載されていない人
- ◇医療費控除を受ける人

27年中に所得が無かった人

- ◇所得課税証明書(非課税証明書)が必要な人
- ◇国民健康保険加入者の居る世帯主 など

村の申告相談日程

2月16日(火)

3月15日(火)

朝日村役場
2F
新会議室

土・日曜日は行いません。
休日相談は2月28日(日)のみ実施。

[受付時間]
午前9時~11時/午後1時30分~4時

申告の必要のない方

- ◇勤務先で年末調整を済ませた人
- ◇源泉徴収票の記載に変更のない人(扶養・障害等の記載)

申告に必要なもの

- ◇印鑑(シャチハタ以外)
- ◇所得(収入)を証明する書類
 - ◆源泉徴収票
 - ◆事業(営業・農業など)、不動産所得の収支内訳書
 - ◆一時所得、配当所得の支払証書 など
- ◇控除を証明する書類(27年中に支払った保険料がわかるもの)
 - ◆国民年金保険料控除証明書
 - ◆生命保険料、地震保険料の控除証明書、医療費の領収書
 - ◆国保税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の納付証明書
- ◇所得税の還付のある方は口座番号のわかるもの
- ◇介護保険で障害者控除を受ける方は住民福祉課窓口で「障害者控除対象者認定申請書」により申請し「障害者控除対象者認定書」の交付を受けお持ちください。

平成28年1月より税務窓口において税務等証明書交付申請・届出時に 本人確認が必要となります

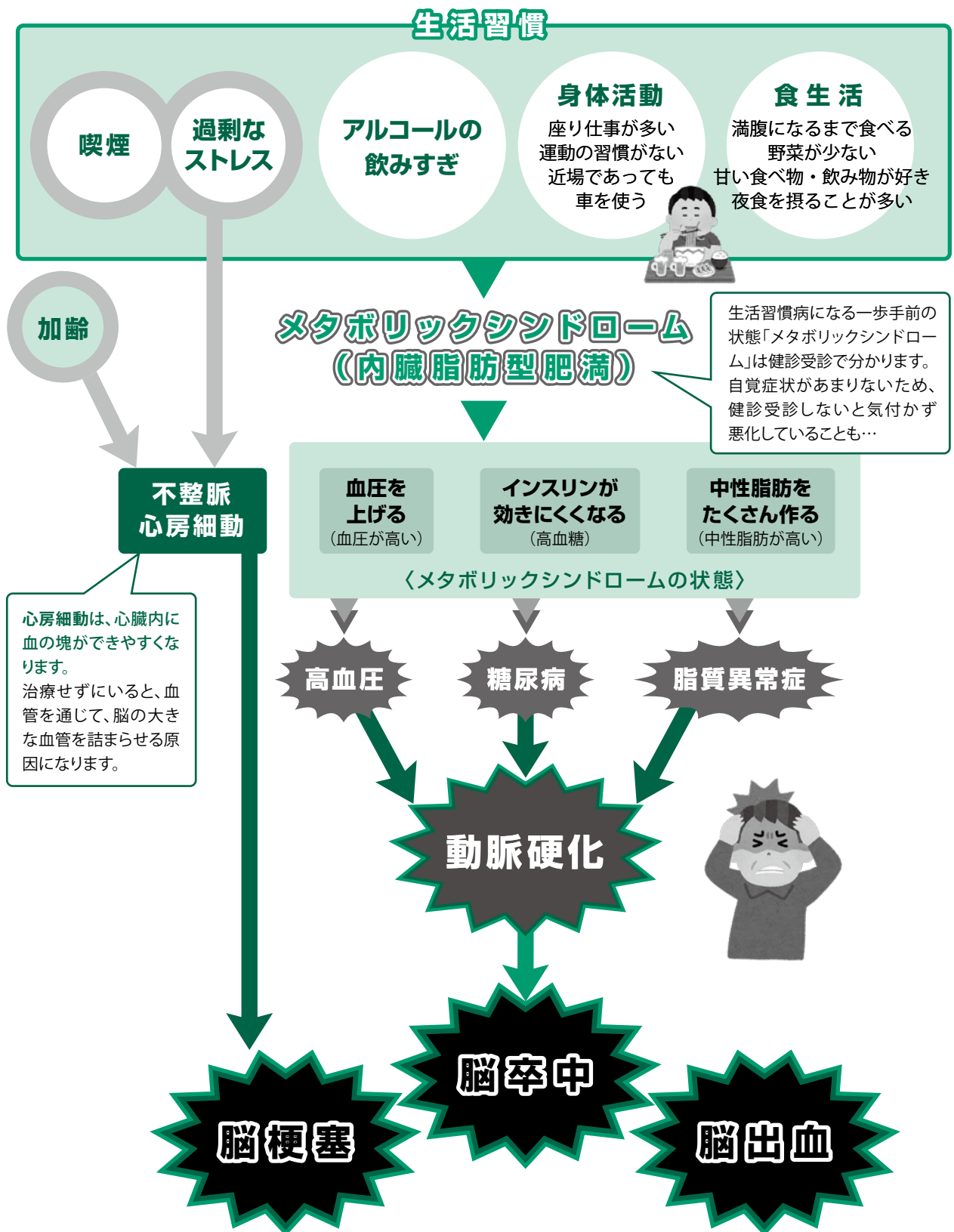


税務事務において第三者による虚偽の申請・届出を防止し、個人情報の保護及び税務事務の正確性を確保することを目的として各種申請(所得証明・納税証明・固定資産税評価証明書等)・届出時に本人確認をさせていただきます。運転免許証、保険証等本人確認ができるものをご提示ください。

[マイナンバー(個人番号)について]

*番号法施行に伴い平成28年1月よりマイナンバー(個人番号)を記載し確認させていただくものがあります。相続人代表者指定届出、税減免申請(身体障害者等の軽自動車税減免も含む)、償却資産申告書等です。個人番号確認には、本人確認ができるもののほか、個人番号カード又は通知カードが必要となります。

卒中リスクが高まります



アポプレキシー脳卒中のない村づくり

気を付けて！健診を受けないと脳



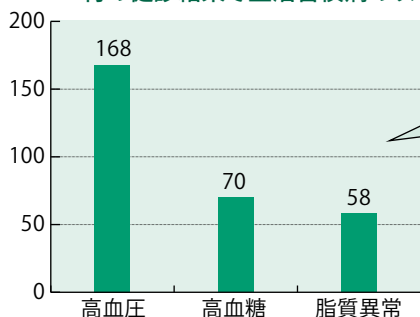
平成 27 年度 健診の様子

脳卒中は、日々の生活習慣が大きく関係しています。右の図のような生活習慣をつづけると、内臓脂肪型肥満となりやすくなります。

内臓脂肪型肥満になると、①血圧が上がりやすい②インスリンが効きにくい③中性脂肪がたくさん作られる状態となり、動脈硬化を進行させ、脳卒中になりやすくなります。村の健診では生活習慣病のリスクが高い方が下のグラフのようにいることが分かりました。

そのため、健診を毎年受けて生活習慣を見直すことが重要です。

平成27年
村の健診結果で生活習慣病のリスクが高い人数



421人の健診受診者の中で、高血圧・脂質異常・高血糖の方が左のグラフのようにいることが分かりました。



- ◆高血圧：収縮期血圧130以上又は拡張期血圧85以上
- ◆高血糖：空腹時血糖110以上
- ◆脂質異常：中性脂肪150以上又はHDLコレステロール40未満

食生活改善のヒント

村の管理栄養士 おすすめ

野菜を食べよう！ 簡単レシピ



1 耐熱の皿にちぎったキャベツ、ほぐしたシメジをいれ、ツナ缶（または豚薄切り肉…広げてのせる）をのせる。

2 酒少々をふりかけ、ラップをふんわりかけ電子レンジでキャベツがしんなりしてくるまで加熱する。

3 ポン酢しょうゆなどをかけていただく。

※野菜が普段摂れていない方は、きのこキャベツが合わせて100g以上を目標にしましょう！

※他の野菜がある時…人参の薄切りや、ブロッコリーなど緑黄色野菜をプラスしてみましょう

健診結果を生活に活かして、健康に！（60代女性）

私は、毎年健診を受診しています。それは、健診の結果を参考に自分のからだのことを考えるきっかけにするためです。

昔から食事には偏りがあり、好きな物を多く摂る傾向がありました。そこに年齢的に忙しい時となり、こころの余裕もなくなり、食生活を振り返ることもなく50代を迎えましたが、色々な不調が現れ、健診の結果にも、婦人病や骨粗しょう症、コレステロール値や血圧の上昇等が現れました。

更年期を迎え、体の調子が悪かったことが、自分の生活を見直すきっかけとなりました。その時に健診結果が参考となりました。現在は総コレステロールが若干高めですが、悪玉コレステロールは範囲内にあり、他の値もよいため、保健師からは、とてもいい値であると言われました。周りの同年代の方は、薬を飲んでいる方が多い中、うれしいことに今のところ、血圧や糖尿病等のお薬を飲まずに過ごしています。

現在は、間食を控えたり、よく咬んで食事を食べ過ぎないようにする等、昔からの生活習慣は変えることは難しいので、自分のできることから気を付けています。また、少し余裕が出てきたので、家で畑仕事をする等して体を動かすようにしています。

◆コメント

60代女性は、女性ホルモンの低下によりコレステロールや血圧が上昇しやすいです。しかし、コレステロール値は若干高いものの、悪玉コレステロールは基準値内で、血圧は正常血圧となっています。健診結果をもとに、生活習慣を見直した成果が出ています。

新庁舎の設計者が決まりました

村では、朝日村新庁舎建設設計業務プロポーザル審査委員会を開催し、新庁舎の基本・実施設計を行う設計者に、「宮本・倉橋設計共同企業体」を選定し、五十田審査委員長から村長へ結果報告がありました。なお、新庁舎の具体的なデザインや設計案については、選定した設計者と協議して決定していきます。



■設計者選定までの流れ

新庁舎の基本・実施設計業務を委託するに当たり、柔軟で高度な設計能力、豊富な経験を持つ設計者を選定するため、学識経験者や新庁舎建設委員等で構成される審査委員会を設置し、公募型プロポーザル方式により設計者を募集しました。10月13日に開催した第1回審査委員会では、これまで村民の皆さんなどからいただいたご意見を参

考に、村が求める設計者としての条件を定め、評価基準、提案内容のテーマを設定する募集要領を作成しました。

10月16日から始まった提案書の募集期間を経て、10者から提案書が提出され、新庁舎の配置、構法など様々な提案が出されました。

◆1次審査（11月10日）

第2回審査委員会を開催し、1次審査（書類審査）を行いました。活発な議論と厳正な審査の結果、1次審査通過者として5者を選定しました。

◆2次審査（12月15日）

第3回審査委員会を開催し、2次審査の一環としてプレゼンテーションと審査委員による質疑を公開で実施し、非公開で最終審査を行いました。

最終審査では、公開プレゼンテーションを踏まえ、総合的な評価を行い、最優秀者、優秀者を選定しました。

子宮頸がん等ワクチン被害者救済制度

平成25年3月31日までに、市町村の助成により、ヒトパピローマウイルスワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した方のうち、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合がありますので、お心当たりのある方は、具体的な請求方法等について、下記の独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口に至急お問い合わせください。

① 0120-149-931（フリーダイヤル）

② 03-3506-9411（有料）

または

③ 99-2540（朝日村健康センター）

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。

[シリーズ] 認知症④

認知症になりにくい生活とは？

認知症予防には、糖尿病や高血圧の生活習慣病を防ぐことや、食事や運動習慣に気を配った健康的なライフスタイルの実践が大切です。

◆「青魚、野菜や果物が有効です」

食事では青魚、野菜や果物の摂取が認知症発症の危険性を軽減させます。

◆「運動は脳の神経を成長させます」

運動すると、記憶を収める海馬(かいば)の維持や働きに効果をもたらします。

◆「積極的な社会参加も効果があります」

閉じこもりがちな生活を止めて、周囲の方と声を掛けあい地区活動や趣味活動に参加するなど活動的なライフスタイルが大切です。



地区の友人との交流は大切です☆

【出典】冊子「認知症予防はカラダづくりから! (健康・体力づくり事業財団)」 ※健康センターで配布します。

成年後見制度の利用を考えてみませんか



こんなことはありませんか？

- 「将来に不安が…」 ひとり暮らしなので、将来は認知症など病気になったときのことが不安です。
- 「お金の管理や契約に自信がない…」 最近お金の管理に自信が持てません。財産管理を安心して任せられる人がいればと思います。
- 「悪質商法などの被害が心配です」 最近、物忘れが増えました。ニュースでみる特殊詐欺や訪問販売に狙われたら…と不安です。

成年後見制度は、認知症などあり、判断能力が不十分な方が、財産管理や契約の際に、法律面や生活面で支援される仕組みです。皆さんの「不安」を「安心」に替えるため利用してみませんか。

※朝日村は成年後見支援センターかけし(松本市梓川支所内)の運営に参加しています。

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 (朝日村健康センター内) ☎99-2251

墓地の管理にご注意ください

皆様が管理されている墓地について、次のような変更を行う際には、**役場への許可申請**が必要になりますので、ご注意ください。

■ お骨を、別の墓地に移す

埋葬されているお骨を、別の場所に移す ↓ 『改葬許可』

■ 墓地の敷地を広げる(狭める)

墓地の敷地を広げたり、狭めるなど、墓地の面積に変更が生じる ↓ 『変更許可』

■ 墓地の使用をやめる・墓地を撤去する

墓地を使わなくなり、撤去する ↓ 『廃止許可』
※廃止した土地を再び墓地にすることはできません。

また、墓地の管理について、次のようなことは法律や村の条例により**できない**ことになっていますので、ご注意ください。

■ 新しく墓地をつくる

現在持っている土地を、新たに墓地として登記することは、原則として認められません。

■ 墓地を血縁者以外の人に貸す・譲る

使っていない墓地を、他人に貸したり、譲ることはできません。

その他、墓地の管理についてご不明な点がありましたら、役場生活環境課までお問い合わせください。(ピユアラインあさひ TEL 0263-59-2812)



上下水道工事は指定店へ

水道や排水設備の新設・改築工事を行うときは、朝日村が指定した工事店が施行するように、村の条例で定められています。

村の施工基準等がありますので、将来トラブルが生じないように「朝日村指定給水装置及び排設備指定工事業者」へお申し込みください。

朝日村上下水道指定業者一覧

	社名	電話		社名	電話
1	アクア設備	99-2566	16	(有)中村設備工業	52-0419
2	ウロコ興業(株)	35-6575	17	成岡設備(有)	52-0972
3	ルピナ中部工業(株)	32-5568	18	ヒラタ設備(株)	58-2310
4	(有)唐沢設備	98-2296	19	(株)松本設備	47-6121
5	清沢土建(株)	99-2017	20	松本土建(株) 塩尻支店	88-7511
6	(株)企成工業	54-2060	21	(有)マルカン	57-8009
7	(株)クサダ	48-5200	22	みやざわ設備(有)	98-3253
8	廣和興業	98-3583	23	(株)双子	88-7619
9	塩尻管業(株)	52-0458	24	池田商会	92-5715
10	進栄設備工業(有)	48-0005	25	(株)ニイタカ	34-2943
11	(株)水建	86-3381	水道	★イチセツ	47-8295
12	(有)タカヤマ住設	98-2283	水道	★(有)金井配管	46-0514
13	(株)大和ホーム工業	25-7600	水道	★(有)東広建設	52-5560
14	(株)中信水道	52-0881	下水	■(有)テクノ安曇野	0261-62-7005
15	(株)徳永設備	48-3113	★水道工事のみ ■下水工事のみ		

県道 村道の 除雪対策

雪の季節がやってきました。
除雪作業の効率化のため、
皆様のご協力を。



気をつけていただきたいこと

- ◆危険ですので、除雪作業車には近寄らないでください。
- ◆道路へはみ出している生垣や樹木の枝等は、除雪車が入れない場合もありますので、あらかじめ切っておいてください。
- ◆水路への雪の投棄は、河川の氾濫や防火用水が確保できなくなりますので、行わないでください。また、交通安全確保のために、道路へ雪を出さないようにお願いします。
- ◆雪道での運転は、スピードを落として走行しましょう。また、車の屋根の雪は、必ず落としてから出かけましょう。

お願いしたいこと

- ◆除雪車が通過した後に寄せ雪が玄関口に残ってしまう場合がありますが、各家庭で片付をお願いします。
- ◆早朝より除雪作業を行っていますが、幹線道路より除雪を始めるため地区内道路の除雪には時間がかかります。ご自宅付近の道路・歩道の雪かきをお願いします。
- ◆道路沿いの空き地や田畑に雪を寄せ付ける場合がありますが、ご協力をお願いします。

長野県・朝日村

除雪用重機作業者を募集します

朝日村では、新しく購入する除雪作業用重機（ミニホイールローダー）の重機作業者を募集します。
経験募集内容は下記のとおりですが、応募は村民の方に限らせていただきます。

募集内容 〈運転手〉

- | | | | |
|-------|---|---------|--|
| ●募集人員 | 1名 | ●年 齢 | 65歳未満 |
| ●業務内容 | 除雪用重機作業業務に従事 | ●募集期間 | 平成28年1月15日(金)まで |
| ●雇用期間 | ～平成28年3月31日 | ●採用方法 | 応募者の中から審査、面接等により決定します。
経験者を優先させていただきます。 |
| ●勤務日数 | 降雪の除雪対応時(土・休日含む) | ●申込・問合せ | 朝日村役場 産業振興課
TEL99-2001 |
| ●応募資格 | 大型特殊免許
車両系建設機械(整地・運搬・積込み用掘削用)
運転技能講習修了者 | | |



昨年12月1日から平成28年3月31日まで、農業者トレーニングセンターアリーナの非構造部材耐震化工事の撤去、照明器具の更新などの耐震化工事を行っています。
トレーニングセンターアリーナは、社会体育施設として使用するため、天井材や照明器具が落下する被害を防ぎ、安全性の確保を図るため実施するものです。
工事完成までアリーナは使用できませんので、ご理解ご協力をお願いします。

農業者トレーニングセンターアリーナの非構造部材耐震化工事

あさひプライムスキー場

イベント案内

スノーボード・テレマークスキー スペシャル講習会

中上級者向けの特別レッスン。ボード・テレマークのワンランク上を目指す方に。

ボード 1月16日㊦ 〈予定講師〉越 博さん **テレマーク** 1月30日㊦ 〈予定講師〉松澤 幸靖さん

【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

中上級者向けの特別レッスン。日本で活躍するトップクラスのデモが指導します。

2月6日㊦ 〈予定講師〉大谷敏也さん/宮下征樹さん/横山秀和さん/飯塚緑さん

【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

集まれスノーキッズ!!抽選会もあるよ!!
スキー・ボード共同開催。

3月5日㊦

【参加資格】未就学児~小学3年生までなら誰でもOK

【受付】9:00~ 【練習開始】9:30~

【参加費】1,500円



ちょっとオトクな情報コーナー

◆スキー☆子供の日

1月17日㊦/2月21日㊦

小学生以下リフト1日券半額!!
あさプラで遊ぼう!!

◆新成人☆おめでとう

1月11日㊦㊧

新成人(平成27年4月2日~平成28年4月1日に20歳になる方)はなんと
リフト券が無料。

※20歳であることが証明できるものを持参してください。(免許証・保険証など)

キッズパーク、スクールスタッフ募集!

あさひプライムスキー場ではスタッフを募集しています。

土日、祝日に働ける方、経験のあるなしに関わらず、お気軽にお問い合わせください。

TEL 99-3700



あさひプライムスキー場・緑の体験館コテージに関するお問い合わせは ☎99-3700までどうぞ