

あけましておめでとうございます

2021



主な内容

- 年頭にあたって2~3
- 令和3年 丑年 今年の抱負 ...4~5
- いきいきらんど情報6
- マイナンバーカードをつくりましょう ...7
- 令和2年 10大ニュース8~9
- 学校だより10
- あしたむらんどだより11
- 税務確定申告のお知らせ12
- SENAより三遠南信サミットのお知らせ
- 飯田勤労者共済会 PR13
- 気象情報システムについて14
- 今月のレシピ15
- 日赤奉仕団より募金のお礼・
- 阿南消防署よりヒートショック注意喚起・
- 人事異動(選管の改選)16
- 日赤奉仕団よりアルミ缶等回収について
- ・ゴルフ結果・戸籍の窓口17
- ズームアップ下條18

12月21日(月)に匠の会の皆さんによる門松飾りが行われました。松、竹、梅、南天、しめ縄などバランスよく飾られ、会員の皆さんにも笑顔が見られました。



12月23日(水)に日赤奉仕団の皆さんのご協力のもと、保育所でもちつきが行われました。

世帯数：1,292戸
人口：3,689人
男：1,793人
女：1,896人
(2021年1月1日 現在)

年頭にあって

新型コロナウイルスの収束を願って



下條村の皆様、新年あけましておめでとうございます。

今年の新春はコロナ禍にあって例年と異なった新春をお迎えの方も多いと思います。一刻も早い収束を願うものです。

旧年中は村政に対し格別のご支援を賜り厚くお礼申し上げます。私は七月の村長選挙において無投票で当選し、二期目を担うことになりました。皆様のご支援を賜る中で、初心に戻り、全職員と一丸となり村の発展のため取り組みますのでご支援を賜りますようお願い申し上げます。

昨年を振り返りますと、何といても新型コロナウイルスによるパンデミック（感染爆発）は日本国内でも経済活動や国民生活に大きな影響を受けるとともに、翻弄された一年でした。

正月には、家族団らんや同級会などを連想しますが、異なる正月を迎

下條村長 金 田 憲 治

えられている方々も多いと思います。私たちにとって最も大事なコミュニケーションを確保していく「新しい生活様式」に向けて英知を傾注していかなければなりません。ワクチン接種の報道があるものの収束には、相当に期間を要すると考えています。村民の皆様や事業者等にとって窮地に至らないよう的確な状況判断をし、必要な対応をスピーディーに実施して参ります。

七月には豪雨に見舞われました。時間五〇mmを体験し、村として初めて「大雨特別警報」が発令され、道路、宅地、田畑の崩落など一〇〇か所余の被害を受けました。公共事業は既に発注しましたが、農業施設等の復旧工事の発注は三月中の予定です。これからは新たな雨量に対応できる排水施設の改修、河川や治水の改修を計画し、実施していきます。

NPO法人「元氣だ 下條」が開所し、農業の活性化を目指して事業を開始しました。また、下條村初の女性消防団員が誕生し、女性ならで

明るく未来へ着実な歩みを



新年明けましておめでとうございます。

令和三年の輝かしい新春を迎え、村民の皆様にご挨拶を代表して謹んで年頭のごあいさつを申し上げます。また、日ごろは議会活動に対して暖かいご支援ご協力を賜り、心から感謝とお礼を申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症に世界中が揺さぶられた一年となりました。国内では年初から始まった感染拡大が年末には第三波の大きな波となり、感染やそれに伴う社会経済活動への大きな影響は、収束が見えない状況が続いています。

このような状況のなか下條村では、七月に任期満了に伴う村長選挙が行われ、無投票で金田村政の二期目がスタートしました。持続可能な村づくりをめざして、的確な村政運営に手腕を発揮されることを期待するところであります。

新型コロナウイルス感染症は村内に

下條村議会議長 福 沢 敏

においても観光・飲食などの商工業や、一斉休校のあった学校教育など多方面に影響を及ぼしました。なかでも、お祭りや公民館事業など地域社会にとつて最も大切な住民交流の場が減少したことの影響は大きく、人と人との顔が見える交流の大切さを改めて感じることもありました。

議会においては、三月定例会で議会運営に関わる感染防止策を策定し徹底をはかると共に、数次にわたるコロナ対策の補正予算等の審議を通じて、村の産業経済や村民福祉の維持向上に不備のないよう努めてまいりました。依然として事態の収束が見えないなか、引き続き村民への影響を注視し、確実な支援に取り組んでまいります。

また、昨年は七月の降水量が観測史上最多となり、下條村では初めての大雨特別警報が発令、災害救助法が適用されました。テレビの画面に村の名前が長時間にわたって流れ、各地の親戚や友人知人から心配の電話が入るといふ状況になりました。七月の豪雨災害の爪痕が、一刻も早く復旧することを

はの活躍が期待されます。今年には、新粒良脇トンネルの掘削が本格化しますし、火沢地区へのリニア発生土埋立事業も地権者との交渉、造成の詳細設計が本格化し、それと並行して法的な手続きの準備が始まります。また、地域資源を活かした下條ブランドの推進や心地良い景観づくり、住民・職員各々十五名での人材育成研修などの事業を進め持続可能な地域づくりに取り組んでいきます。

年頭にあたり、皆さまのご多幸を祈念いたしますとともに本年も格段のお力添えをお願い申し上げます。新年の挨拶とします。



願うとともに、さらなる安心安全の村づくりに努めてまいります。

このような状況にあっても、未来の下條村に向けた動きは着実に進んでおり、リニア発生土の埋立地では土地活用に向けた測量が始まり、粒良脇トンネルは、トンネル本体工事がいよいよ着工の運びとなりました。

村の元気を支える動きも活発になり、基幹産業である農業の活性化を目指してNPO法人「元氣だ下條」の活動が本格的に始まり、農業女子グループなど次世代を担う農業者も活発に活動を展開しています。また保育園児による下條歌舞伎の取組みも始まり、村の産業経済や伝統文化の継承発展に明るい未来を感じる状況が生まれてきました。コロナ禍の今こそ、村の歴史と伝統をしっかりと見据え、立ち止まることなく着実な歩みを続けていきたいと思えます。

本年が皆様にとって輝かしく希望に満ちた一年となりますよう、心から祈念いたします。年頭のご挨拶といたします。



コロナの流行を振りかえり



佐藤弘子 (大久保) 昭和12年生まれ

あけましておめでとうございませす。昨年はコロナで辛い一年となりました。学校や職場等も休みとなり、人と接触も少ないようにと、そのため、色々の集会や行事も中止となり、テレビを見ればコロナの話ばかりで息苦しくなるように思える。

こんな時は外で出来る事、ゲートボールやマレット等やり、たまには見晴らしがいい、青空の下、友達とおにぎりでの昼食会最高にすつきりした気分になります。

庭に出ると目の前の山、春は花木々の新芽、秋の紅葉、冬の雪山、四季折々の景色を見る事が出来ません。今迄こんな田舎の生活は不便だだけで思っていました、コロナ

の流行でつくづく素晴らしい下條村で生活出来る事に有難く感謝の気持ちになれました。

これからも毎日夕方にはコスモスの湯に行き、しっかりと体を磨いて、元気に、楽しく過せるように頑張りたいと思います。

元気な体づくり



新井秀康 (菅野) 昭和24年生まれ

あけましておめでとうございませす。昨年は新型コロナウイルスが猛威を振り自粛自粛で一年が終りました。今年はずいぶんうちに終息を願う限りです。

私は今年で六回目の年男となりました。自身の親が五回目の年男・女で他界したので超える事ができました。この先何回超えられないかなと思います。今年から改めて始める訳ではありませんが丈夫

な体づくりをやって来たウォーキングを継続していこうと思いき。最初の二年は天竜川に沿って川路時又間の平坦なコースを週四回、そして昨年から起伏の激しいコースを週五回歩いていきます。中性脂肪、おなか周り等少し減らす事ができちヨットだけ満足しています。

最近ではウォーキングをする方も増えて、すれ違う時に交わす挨拶が明るく大きな声でできる様になった気がします。

何はともあれ、家族や周囲の方々に迷惑をかけない健康な体の維持、継続を考えています。

人とのつながりを大切に



柳 彌生 (小松原) 昭和36年生まれ

あけましておめでとうございませす。「かわいいおばあちゃんになる」高校のクラブの同期十三人と決めた目標です。その還暦の会がコロナの影響で昨年できず、とても残念でした。

若い頃、還暦という退職後若

人というイメージでしたが、今まで通り仕事もするし、行きたい所もあるし、老けこんでなんかいられません。コロナ禍では旅行とかは無理なので、今はバーチャルで。ただ、今のままでは仕事関係以外の人と会う事がほとんど無いので、人間関係が希薄になりそう心配です。これからは、今まで築いてきた人とのつながりを大切に、今できる事の中から楽しみをみつけてボケないようにして、みんなと気楽に笑いあえる日を待ちたいと思います。

皆様にとっていい年でありませすように。

雲海をのぞむ



吉村雄光 (入野) 昭和48年生まれ

新年明けましておめでとうございませす。早いもので四回目の丑年を迎える事になりました。下條村入野に住んで十二年になりますが、霧が発生した朝に自宅の庭から見る景色がまるで雲海が広がっている様に見えたときは「凄いいところに来

います。

今年の目標



鎮西清登 (鎮西) 平成21年生まれ

明けましておめでとうございませす。ぼくは、今年から中学生なので次の二つの事を今まで以上に頑張りたいです。

一つ目は、算数です。ぼくは早く計算をするのが苦手なので自主学習でも頑張りたいです。それとぼくは、いつも簡単な問題で、ちよつとした間違いが多いので今年からは、よく問題を読んで正確に解いていきたいです。

二つ目は、卓球です。ぼくは卓球を五年の時からやっています。小学生のころは、練習が二回だけでしたが、中学になって部活になると練習が増えるので、休まずに頑張りたいです。中でも頑張りたいことは、準備や片付け掃除です。去年は、中学生にまかせていましたが、今年からは自分から進んで行うことができるようにがんばりたいです。

今年はこの二つの目標を意識して達成したいと思っています。

感謝と共に



古田 絵里香 (中平) 昭和60年生まれ

明けましておめでとうございませす。旧年中はたくさんの方にお世話になり、本当に感謝しています。二〇二〇年は新型コロナウイルスの影響で生活面でも仕事面でも

も、今までの生活が一変してしまつたという方が多かつたのではないのでしょうか。私も在宅勤務を余儀なくされ、このままどうなってしまうのだろうと本当に不安な日々を過ごしました。

そんな中、毎日顔を合わせていた人がいる事、通っていた場所がある事、自分や家族の健康など今まで当たり前だと思っていた事が実は当たり前ではなく、とても尊い事なんだと改めて気付くことができました。

新型コロナウイルスがいつ終息するかは誰にも分かりませんが、常に感謝を忘れず、後悔しない毎を送りたいと思います。

私と出会い、関わってくださっているすべての方が笑顔で過ごせる一年になってほしいと心より願っています。

村の様々な魅力に気づく



駒形大介 (新中原) 平成9年生まれ

新年あけましておめでとうございませす。昨年のコロナウイルス感染症拡大から早くも一年が経とうと



マイナンバーカードをつくりましょう!

☆マイナンバーカードとは?

身分証にもなるプラスチック製のICカードです。カードのおもて面には顔写真と氏名、住所、生年月日、性別が記載されています。うら面には、マイナンバーが記載されています。また、ICチップが付いており、あなたを証明する情報が入っていますが、税や年金等のプライバシー性の高い情報は入っていません。

☆マイナンバーカードの申請方法

・スマートフォンで申請

スマホのカメラで顔写真を撮影し、交付申請書(※)のQRコードを読み取ると申請用WEBサイトにアクセスできます。

・郵便で申請

交付申請書に必要な事項を記入し顔写真を貼り付けて封筒に入れ郵送してください。(封筒は専用サイトよりダウンロードできます)

・パソコンで申請

デジカメ等で顔写真を撮影し申請用WEBサイトにアクセスします。(交付申請書に記載の申請書ID(23桁)が必要です)

☆カードの受取方法

申請から約1ヵ月後、「交付通知書」が届くので、必要書類をお持ちになり役場へお越しください。

(※) 交付申請書とは

通知カードの切り取り線より下の部分です。または、個人番号通知書に同封されています。

持っていない場合でも、専用サイトより交付申請書と封筒をダウンロードして郵便で申請できます。(マイナンバーの記入と顔写真の貼り付けが必要です)

また、役場受付で交付申請書を再発行できます。本人確認書類をお持ちになりお越しください。

申請方法やその他についての詳細は「マイナンバーカード総合サイト(<https://www.kojinbango-card.go.jp>)」をご確認ください。

お問い合わせ

- ・下條村役場福祉課 住民係
0260-27-2311
- ・マイナンバー総合フリーダイヤル
0120-95-0178 (無料)
- 平日 9時30分～20時00分
土日祝 9時30分～17時30分
(年末年始除く)

※マイナンバーカードの紛失・盗難による一時停止は24時間365日対応

これからは手放せない! マイナンバーカード

おもて面にあなたの顔写真入り!
「身分証明書」として使えるよ!

うら面のICチップにあなた本人であることを証明する、「電子証明書」が入っているよ!

くらしを便利に! マイナンバーカード!

身分証明書
ライオン会場の入場、図書館の予約、会員登録などに使える!

ポイントで買い物ができる!
地域の商店やオンラインで買い物に使える!

健康保険証として使える!
2021年3月(予定)からスタート! ビックかざすだけでOK! とっても便利!

※各種証明書をコンビニで取得できる!
全国のコンビニで、住民票の写しや健康保険証などが取得できる!
※一部店舗によりサービス内容が異なります。*09:30～21:00までご利用可能。

2020年度 実施予定!

スマホ・パソコンでラクラク!

- ・オンラインで確定申告ができる。
- ・子育てをはじめとする行政手続きができる。
- ・健診結果や医療費が確認できる(予定)。

マイナンバーについてのお問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178

※夜間・休日によるマイナンバーカードの一時停止については24時間365日対応

※一部のIP電話等で上記ダイヤルに繋がらない場合
※英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語対応のフリーダイヤル
The telephone number is toll-free corresponding to English, Chinese, Korean, Spanish and Portuguese.

050-3818-1250 050-3816-9405 0120-0178-26 0120-0178-27

※下條村ではコンビニでの証明書交付サービスは実施していません。

収入が減少したひとり親家庭の方へ ひとり親世帯臨時特別給付金の追加給付の申請はお済みですか?

ひとり親世帯臨時特別給付金の基本給付の支給を受けた方で、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方は、さらに1世帯当たり5万円が受け取れます。

支給対象となる方は次の①、②のいずれにも当てはまる方です。

- ①ひとり親世帯臨時特別給付金の基本給付の支給を受けている。
- ②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した。
 - ・収入の減少額や減少割合に一律の基準はありません。
 - ・内定が取り消された、求職活動に影響があったなど、新型コロナウイルス感染症の影響が無ければ得られていたはずの収入が得られなかった場合も対象となります。
 - ・申請者本人の収入に変動がなくても、扶養義務者(同一生計のご家族等)の収入が新型コロナウイルス感染症の影響で減少した場合には対象となります。

支給要件や申請方法など給付金に関するお問い合わせは…

「ひとり親世帯臨時特別給付金」コールセンター(0120-400-903)または下條村役場 福祉課(27-1231)まで



飯田下伊那歯科医師会の先生よりお便りが届きましたので紹介します。

お口の機能の虚弱化『オーラルフレイル』

オーラルフレイルとは、お口の中の虚弱という意味で、フレイルとも大きな関係性があり、要介護状態、寝たきり状態を早めてしまう重大な原因であるとして、近年とても注目されている概念です。お口には『食べる』『飲み込む』『息をする』『コミュニケーション』『唾液の分泌』などという様々な機能がありますが、それらの役割をうまく使いこなせなくなったと感じたらオーラルフレイルの前兆です。下記の自己チェックの自覚症状がある、あるいは家族や友人からの指摘があった人は要注意。こうしたお口に関わるささいな衰えが、オーラルフレイル、そしてその先のフレイル(虚弱)、要介護状態、寝たきり…と負のスパイラルにつながってしまうかもしれません。オーラルフレイルが進むと、口腔機能低下症という段階になります。そして自分で食べ物を噛み砕いて飲み込むことが難しくなる摂食嚥下障害という状態になってしまいます。

{オーラルフレイルの自己チェック}

- ◇食事の時むせたり、食べこぼす
- ◇食欲がなく、少ししか食べられない
- ◇やわらかいものばかり食べている
- ◇以前より滑舌が悪くなった、舌がなめらかに回らなくなった
- ◇口の中が乾きやすく、口臭が気になる
- ◇自分の歯が少なくなってきた
- ◇あごの力が弱くなってきた
- ◇口の周りの容姿が気になる

*3つ以上該当している人は、2年後には身体的なフレイルになりやすく、さらに4年後の要介護リスクや死亡リスクが2倍以上になると言われています。

●●●●●●●● 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、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、令和3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、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基に申告してください。

(問い合わせ先) 長野県後期高齢者医療広域連合事務局 業務課 給付係 保健事業担当 (Tel. 026-229-5320)

2020 下條村 10大ニュース

①新型コロナウイルス感染症で生活や事業に大きな影響!

新型コロナウイルス感染症の流行が全世界に広がり、経済や日常生活に大きな影響を受けました。下條村でも各種イベントが中止や短縮、小中学校が臨時休校になるなど大変な1年となりました。コロナ対策については、下條村においても各種公共施設に体温計や除菌器(機)を設置するなど感染防止に努めた他、下條村生活応援給付金事業や下條村持続化給付金事業などの支援施策を実施。十分な感染対策を行いながら、工夫を凝らして各種イベントが実施されました。



8/15 抗原検査を行い無事成人式開催。



8/25 「健康を考えるつどい」 「さわやかウォーク&クイズラリー」を同時開催



5/20 下條村出身学生支援事業「ふるさとの味お届け作戦」実施 帰省できない学生に、下條村の特産品を送りました。



9/12 ローカルヒーロー初、YouTubeチャンネルでヒーローイベント「ローカルヒーロー大放送!」開催



6/21 「オンラインでそばガレット講座」盛大に開催。「そばの村」をPR。



9/4 村立図書館に図書除菌機を設置



10/8 駅伝大会の代替として「下條村ロードレース大会」を実施。ファミリー部門では保育園児も一緒に完走していました。

②国道151号線「粒良脇トンネル」工事着手。開通は令和5年を予定。

令和2年2月28日、待望の「新粒良脇トンネル」工事が着手されました。待たれる開通は、令和5年中を予定。幅員も5.3mから6.5mに改善され、安全でスムーズな交通に期待が膨らみます。



③7月豪雨で「大雨特別警報」が初めて発令。「災害救助法」が適用される。



道路法面の土砂が民家に流入し、消防団に出勤を要請するなど、床下浸水や井水の氾濫、道路、河川、田畑、宅地等の決壊崩落等100件余(1億5,000万円)の被害を受けました。被害内訳(災害対象)道路4件、河川1件、林道1件、農業用施設10件、農地21件、水道1件



④村長選挙無投票で、金田村政2期目スタート。



7/27 初登庁にて職員より花束贈呈を受ける金田村長

7月24日任期満了に伴う村長選挙は、無投票で金田憲治氏が再選。持続可能な地域づくりをめざし、2期目がスタートしました。

⑤NPO「元気だ下條」農業の活性化を目指し開所。

昨年設立されたNPO法人「元気だ下條」の事務所が4月1日、村民センターに開所されました。「遊休農地の活用と保全」「新規就農や担い手など農業労働力の確保」「特産品等の開発と地域ブランドの確立」「新たな農業形態の創造」の4つを柱に、農業の元気づくりに取り組みます。



⑥リニア発生土埋立候補地「火沢地籍」の有効利用を見据え用地測量に着手。

埋立予定地の用地測量業者が決まり、8月より測量が始まりました。リニア新幹線、三遠南信自動車道の開通を見据えた、埋立後の有効利用を目指します。



⑦下條村初の女性消防団員誕生。団員定数は10名減の140名体制に。

気候の変化により自然災害が増大する中、住民から消防団員への期待は増えています。創設73年にあたる本年、初めて3名の女性消防団員が加わりました。本部付けの救護班に配属され、女性ならではの活躍が期待されます。また、実活動力を維持する中で、定数を10名削減し140名体制としました。なお飯伊では唯一定数が確保されています。



⑧地域住民主体で作成した「地区防災マップ」を全戸に配布。

住民の皆さんが主体となり、危険箇所や過去の災害等を語りつなげるよう「地区防災マップ」を作成し全戸に配布しました。「自分の身は自分で守る」ためにも危険箇所を確認し合い、災害に備えていただきたいと思います。



⑨下條農業女子Manma「まんまるしえ」盛況!



食育、観光、商品開発など夢を持った農家のお母さん方が結成した「農業女子Manma」による「まんまるしえ」が盛況。小さなお子さんから幅広い年代に好評をいただいています。農家カフェなどの夢もあるようで、今後の取り組みが楽しみです。

⑩保育園児「下條カブキッズ」が誕生し、伝統文化継承に期待。



保育園の年長児24名が下條歌舞伎を体験。11月23日に「下條カブキッズ」として発表会が行われ、可愛らしい演技がケーブルテレビで放映されます。伝統文化の継承の一躍に期待しています。

学校だよりの学校だよりの

修学旅行の思い出

下條小学校六年 代田絢世



十一月十九日に、修学旅行がありました。今年も東京に行くはずでしたが、コロナの影響で、県内の旅行になってしまいました。でも私は、今回の修学旅行でいろいろなことを学び、やったことのない体験もできたので、とてもいい修学旅行になったと思います。私が今回の修学旅行で特に心に残ったことは、二つあります。

一つ目は、昼神温泉です。昼神温泉は、聞いたことがあるけど、行ったことはなかったので、どんなホテルか楽しみでした。入ってみれば、とてもきれいで、広かったです。部屋も、和室の感じがとてもよく、温泉も広くて、おしゃれな感じがよかったです。ご飯も食べたことのない

ものが多かったけど、とてもおいしかったです。部屋の班の人とも、協力し合いながら、たくさん話ができとても楽しかったです。

二つ目は、フォレストアドベンチャーです。アスレチック系だと聞いていたので、とても楽しかったです。高いところは、けっこう得意なので、立ち止まらず、スイスイいけたと思います。難しいコースをやった時は、少しこわかったけど、とても楽しかったです。

今回の修学旅行は、知らないことを学ぶことができました、体験もたくさんできたのでよかったです。ここには書ききれないくらいたくさん思い出がありました。東京に行かなくても、こんなに楽しい場所がたくさんあるんだなと思いました。また、学習係としての仕事もしっかりできたし、室長としての責任も果たせたと思います。いい修学旅行でした。

宿泊体験学習の思い出

下條中学校一年 熊谷心花



私は、十月二十六日と二十七日に高遠少年自然の家に行きました。福井に行く予定でしたが、コロナの関係で行けなくなり、悲しかったです。でも今回宿泊体験学習で行った高遠も行つたことがなかったのでもとても楽しみにしていました。

宿泊体験学習が一番思い出に残った事は、オリエンテーリングです。空気がとても新鮮で、おいしかったです。班のみんなと協力してポストを探すゲームです。私にとって一番楽しみな活動でした。ゲームが始まったからみんな一斉に、班ごとに動きはじめました。私はみんなと違う道に行きました。班で協力して問題を探すができて良かったんです。山道がすごく険しくて息苦しかったです。別の班があまりにも居なくて一瞬、迷

いこんだかと思いました。けれど途中で別の班と出会ったので安心しました。問題が全然見つからなくて悲しかったです。みんなが疲れて、暗いとき、班の人がたくさん言葉をかけてくれたりはげましてくれたりして、うれしかったです。正解までたどりつけない問題もあったけど最後まで、班の人と協力することができて良かったです。

中学校に入学してから、コロナで限られた生活の中の活動だったけれど、体験学習の一つひとつが自分にとって楽しい思い出に残りました。この宿泊体験学習を通して、今まで自分があまうできなかった「時間を見て行動すること」ができるようになったになりました。これからの学校生活でも時計を見て自分から行動に移していきたいです。



あしたむらんど

村の図書館から



二月のおたのしみ会

ふわふわリースの
片手人形をつくろう!!

日時 二月七日(日)

① 午前十時～十二時

② 午後一時三〇分～三時三〇分

人数 各・五人まで

場所 あしたむらんど会議室

講師 吉澤亜由美さん(山一西)

参加申し込みを受け付けます。今年で六回目となる人形づくりのワークショップ。毎回、参加者の皆さんは夢中で作り、個性的で素敵な作品が出来上がっています。

今年は、コロナ禍の中でも安心して参加できるよう、午前と午後の二回に分け少人数で開催します。

くわしくはチラシにてご案内します。どうぞ、お気軽にご参加ください。

ブックカフェを

ご利用ください!

当館では、本を借りた方先着十名

に、ブックカフェの飲み物無料サービスを実施しています。

*ご利用方法は

日程 毎週水・土・日曜日
時間 午前または午後の先着順
人数 十人まで
条件 本を借りた人
☆また、おたのしみ会等のイベント当日は三十人までとなります。
どうぞご利用ください。

※ブックカフェの自動販売機は三月末で撤去となります。

保育所・学校だよりの

からみ大根、収穫しました!



小学校と保育園では、親田からみ大根の種をわけていただき、からみ大根づくりに挑戦しました。

○小学校では、二年生・五年生がからみ大根づくりに取り組みました。

待ちに待った十一月十六日、晴天のもと、収穫を行いました。

収穫のあとは、からみ大根の試食も行いました。初めて口にする児童がほとんどで、多くの児童がその辛味に驚いた様子でした。

試食後に感想を聞いたところ、辛味の強さや普通の大根おろしとの違い、辛味だけでなく甘味もあることなど、子どもたちがそれぞれに感じたからみ大根の味を教えてくださいました。

また、「おかわりしたいくらいおいしい!」という大人な感想も聞かれました。

○保育所では、年少・年長児全員で九月に種まきを行い、十一月二十四日に収穫を行いました。



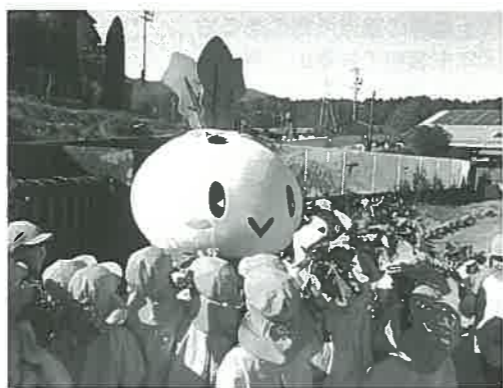
たくさんとれました



未体験の辛さに絶句



おおきい大根とれたよ!



からみんの登場に大歓声

からみ大根は予想以上に大きく育っており、小さな子どもたちにとって収穫は一苦勞。それでも、自分の手で収穫した大根に、大喜びの様子でした。

収穫を終えた子どもたちが保育園へ戻ると、からみんがお出迎え!自分たちが収穫したからみ大根を見せたり、写真をとったりするなど、からみんと一緒に楽しいひと時を過ごせました。

保育園児には刺激が強すぎるため、試食はせず、おうちへのお土産にしました。


小学校、保育園とも、収穫したものはお土産として持ち帰りました。本場の「親田からみ大根」とは辛さや風味が違うかもしれませんが、子どもたちが大事に育てたからみ大根です。それぞれのご家庭で、地域の味を楽しんでいただけたら幸いです。

第28回三遠南信サミット 2021 in 遠州 開催のお知らせ

- 日時** 令和3年2月15日(月) 午後2時から
- 場所** 遠州地域(アクトシティ浜松)よりオンライン配信
※会場での参加はできません。
- 主催** 三遠南信地域連携ビジョン推進会議 (SENA)

内容 オンライン形式による第28回目三遠南信サミットを開催します。「ウィズコロナ時代における県境連携の再価値化～逆境からの挑戦～」をテーマとし、SENA 全構成員代表者によるビデオメッセージや SEANA 正副会長によるパネルディスカッションなどをインターネットで配信することで三遠南信地域が一丸となり新型コロナウイルス感染症に立ち向かい、更なる県境連携を推進すべく地域内外へ広く発信します。

視聴用 URL <https://www.sena-vision.jp/sena/summit/no28.html>
※どなたでも視聴できます。申込不要です。
※この QR コードからもご覧になれます。



問い合わせ先
三遠南信地域連携ビジョン推進会議 (SENA) 事務局
〒430-8652 静岡県浜松市中区元城町 103-2 浜松市企画調整部企画課内
電話 053-457-2242 FAX 050-3730-1867
メール sena@clear.ocn.ne.jp

加入事業所募集中
(ご加入は事業所単位2名以上)

元気で楽しく働くために
福利厚生充実を!!

1,564事業所
14,200人余に加入
頂いています

● 慶弔給付: 祝金、見舞金等の給付
● 健康増進: インフルエンザ予防接種助成金等
● 自己啓発: 資格取得試験受験料助成金等
● 余暇活用: 推奨ツアー、スポーツ観戦等助成金
● その他: チケット・各種カード特別価格特設
指定割引店舗・施設利用の優待特典

入会金200円
月会費300円(負担金 年1回300円)

ひとりで

お気軽にお電話ください。
TEL.0265-52-6566
FAX.0265-52-0155

〒395-0024 飯田市東栄町3108番地1
飯田勤労者福祉センター内
ホームページ <https://ida-kyosai.zenpuku.or.jp/>
E-mail: i-kinky@mis.janls.or.jp

飯田勤労者共済会 検索

※村からも会員ひとり当たり 900 円を補助しています。

所得税・住民税の確定申告についてのお知らせ

令和2年分の確定申告が以下のとおり行われます。コロナ禍での確定申告となり、例年とは異なる部分がありますので、事前にご確認のうえ、申告いただきますようお願いいたします。

- | | |
|------------|---|
| 税務署 | 期間 令和3年2月16日(火)～令和3年3月15日(月) 土、日及び祝日を除く
還付申告の方は令和3年2月15日(月)以前でも提出可 |
| | 場所 飯田税務署 |
| | 受付時間 午前8時30分～午後4時
*確定申告会場の混雑緩和のため、入場には「入場整理券」が必要です。
入場整理券は会場当日配布しますが、LINEの国税庁公式アカウントで事前発行も可能です。
入場整理券の配布状況に応じて後日来場をお願いすることもあります。 |
| 下條村 | 期間 令和3年2月8日(月)～令和3年3月15日(月) 土、日及び祝日を除く |
| | 場所 下條村民センター |
| | 受付時間 午前8時30分～午前11時30分、午後1時～午後4時30分
*事前に配布しております地区割の日にご来場ください。ご都合のつかない場合、完全予約制の日を設けてありますので、前もって税務会計係へ直接予約をしてください。
予約 TEL: 0260-27-2311 (8:30～17:15)
※令和3年1月18日受付開始 |

※ご来場の際はマスクを必ず着用いただき、少人数でお越しください。
※入場の際に検温を実施しています。咳、発熱等の症状がある方は入場をご遠慮いただく場合があります。
※その他、令和2年12月28日付け全戸配布しました「令和2年分所得税・住民税の確定申告について(通知)」をよくお読みください。


新型コロナウイルス感染リスク軽減のため、できる限り電子申告での申告をお願いします。
なお、電子申告でない場合には、**会場での申告の時間が短時間で済みますよう、例年にも増して、収支決算書・各種保険料控除・医療費控除等の資料をわかりやすくまとめておいていただきますよう、ご協力お願いいたします。**

令和2年分の確定申告は自宅から
スマホ・パソコンで申告
ご来場を検討されている方へ
感染リスク軽減のための税務署からのお願い

確定申告をしなければならない方

- ①事業所得、不動産所得などの合計金額が、所得控除の合計金額を超える方
- ②給与所得者で給与収入金額が2,000万円を超える方
- ③給与所得以外の所得が20万円を超える方
※20万円以下の方は住民税の申告が必要となります
- ④2ヶ所以上から給与を受けられ、年末調整をされていない給与収入がある方や、令和2年中に退職し、その後就職していない場合などで年末調整されていない給与がある方
- ⑤土地等の譲渡所得のある方
- ⑥年末調整で扶養の二重控除をされた方
(夫婦や親子で1人の高齢者等をお互いに扶養控除された方など)及び、48万円を超える所得者を扶養控除の対象とした方
※給与所得者の場合は源泉徴収票等でご確認ください
※広報207号に記載しました、扶養控除の対象となる所得について「38万円以下」とありましたが、正しくは「48万円以下」です
- ⑦事業所や個人へ土地等の借地収入がある方
※田や畑の小作料収入がある方は不動産所得として申告する必要があります
- ⑧年末調整で受けなかった控除、医療費控除や住宅借入金控除などの適用を受けられる方
※年金等の所得のみの方でも確定申告が必要な場合があります
ご不明な方はお問い合わせください。

密を避ける
マイナンバーカード
をお持ちでない方でも...
税務署で発行される
IDとパスワードがあれば
スマホで
e-Tax申告が
できます!!



申告 納税	所得税および復興特別所得税 給与税	令和3年 3.15(金)まで
	消費税および地方消費税 (個人事業税)	令和3年 3.31(木)まで

※ID・パスワード方式は暫定的な対応です
お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします

確定申告 検索

確定申告についてのお問い合わせ先
飯田税務署 TEL: 0265-22-1165
下條村役場税務会計室 TEL: 0260-27-2311

今月のレシピ 学校給食の紹介

今回は、学校給食センターの様子とともに、レシピをご紹介します。

ご存じのとおり、現在村の学校給食は、小学校に併設されている学校給食センターにて調理・提供を行っています。

村内で作られた食材をできるだけ使ってもらいたいという願いから、主食には下條産の米を使用。また、村内の農家「レディースファーム」の皆さんと、月に2回「地産・地消会議」を開き、小中学校及び保育所の給食への食材提供をお願いしています。

今年度は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、休校による欠食、交流給食やそばの城でのそばランチ（一部）の中止など、学校給食にも影響が生じています。このような事態の中でも、子どもたちが楽しく、活気のある学校生活が送れるよう、「食」を通じて支えていきたいと思ひます。引き続き、安心・安全な学校給食の提供に努めてまいります。

さて、今月は、学校給食のメニューの中から3品のレシピをご紹介します。レシピを教えてくださいましたのは学校給食センター・栄養教諭 竹田 蒼子先生。普段はなかなか食べることのできない学校給食の味。ぜひおうちで味わってください。

みそから揚げ

●材料 (2人分)

- ・とりもも肉 120g
- ・金山寺みそ 10g
- ・片栗粉 適量
- ・揚げ油 適量

●作り方

- 1 鶏もも肉に金山寺みそで下味をつける (30分以上)。
- 2 ①に片栗粉をつけて揚げる。揚げやすいので、160～170℃くらいでゆっくり揚げる。



ごまキムチ汁

●材料 (2人分・具込みで約400cc)

- ・豚もも肉 30g
- ・豆腐 30g
- ・大根 30g
- ・にんじん 20g
- ・白菜 30g
- ・もやし 25g
- ・しめじ 15g
- ・ねぎ 10g
- ・ねりごま 26g
- ・白菜キムチ 15g
- ・酒 1.8g★
- ・みりん 2g★
- ・みそ 14g★
- ・薄口しょうゆ 1.2g★
- ・水 300cc

●作り方

- 1 豆腐はさいの目に切る
- 2 大根・にんじんはいちょう切り、白菜は1～1.5cmに切る。
- 3 白菜キムチは汁ごと使う。
- 4 豚肉から煮てあくをとる。野菜は煮えにくいものから煮ていく。
- 5 ★の調味料で味付けをし、仕上げにねりごまを入れる。(味付けは汁の量にあわせて調整して下さい。)

和風ポテトサラダ

●材料 (2人分)

- ・じゃがいも 70g
- ・きゅうり 15g
- ・にんじん 10g
- ・冷凍えだまめ 10g (コーンでもOK)
- ・ツナフレーク 15g
- ・きざみのり 1g
- ・マヨネーズ 20g
- ・酢 1g

●作り方

- 1 ジャガイモをサイコロ (1.5～2cm) に切り、ゆでて冷ます。
- 2 きゅうりは薄く輪切りにし、さっとゆでて冷やす。
- 3 にんじんは小さめのいちょう切りし、ゆでて冷ます。
- 4 冷凍えだまめもさっとゆでて冷やす。
- 5 ①～④とツナをマヨネーズと酢であえて、最後に刻みのりをあえる。



※小学校中学年の分量です。ご家庭で作る際には、お好みで量や味付けの濃さを調整してください。

今年度は新型コロナウイルスにより、日常生活の多くの場面で影響が生じています。そんな中、外食産業の需要が減り県産農産物の消費量も落ち込んでいます。そこで長野県では、生産者の応援・子どもたちの県産農産物への意識の向上・地産地消の観点から、学校給食向けに県産農産物の提供を行っています。

下條小・中学校でも「信州プレミアム牛肉」、「信州サーモン」「ニジマス」を提供してもらい、給食で提供しています。

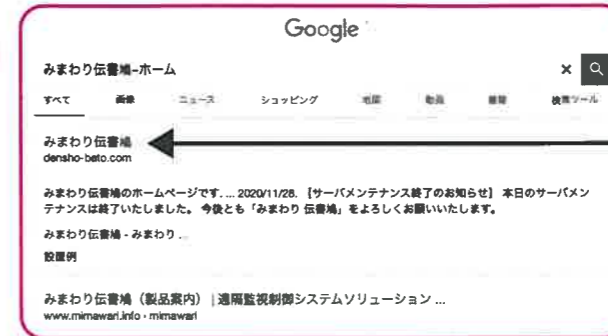
また、愛媛県でも同様の事業を行っており、12月に「マダイ」をいただきました。

防災気象情報収集システムを導入しました

村では、主に雨量、風向・風速、気温等の防災気象情報を収集できる仕組みを構築しました。これにより、村内の気象情報を皆さんの端末からでも確認できます。

設置場所
長原集会所付近、
上野原集会所付近

① Webからの入り方



「みまわり伝書鳩 - ホーム」で検索してください。

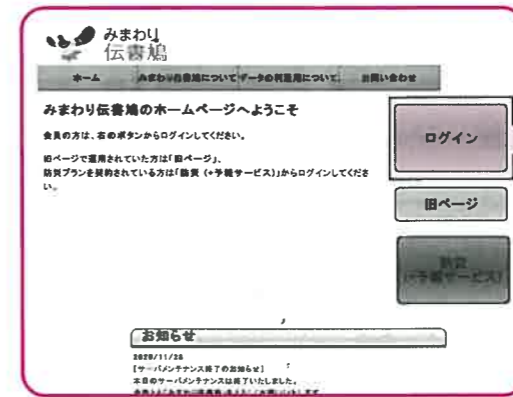
このサイトをクリックします。

スマホ・パソコンどちらもOK



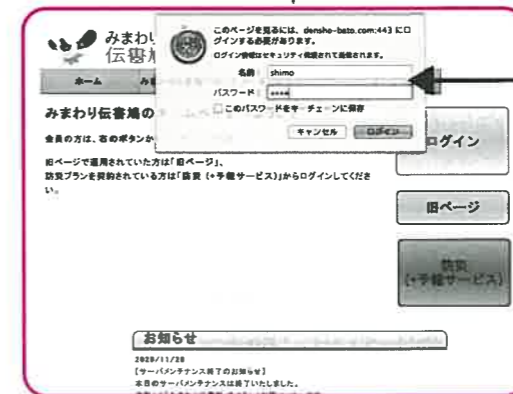
専用 QR コード

② トップページ



「ログイン」をクリックします。

③ ユーザー名・パスワード登録

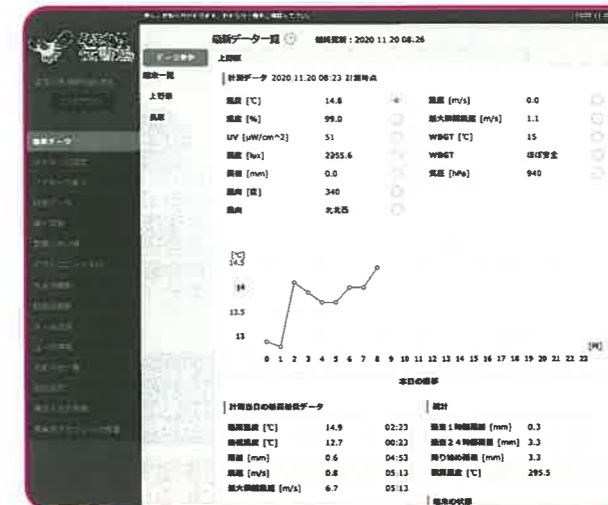


ユーザー名
shimo
パスワード
1111

を打ち込みます。

打ち込めたら OK をクリックしてください。

④ 防災気象情報画面



このような装置が設置されています。

日赤奉仕団よりアルミ缶等回収について

下條村日赤奉仕団では、団の活動資金並びに災害による被災地への義援金募金を目的として「アルミ缶等の回収」を行っており、奉仕団員のみならず村民の皆様方のご協力にお礼申し上げます。その回収方法と注意点について改めてお知らせしますので、ご協力をお願いします。

1 回収するもの

資源としてリサイクルするためのアルミ缶等（回収用のコンテナに掲示してある右の掲示板でご確認ください。）

2 回収場所

いきいきらんど下條にあるナカタ商事のコンテナ



3 回収日時

いつでも

アルミ缶等回収コンテナ

○ 回収するもの

- ①アルミ缶 (飲み物の缶・缶詰の缶・蓋)
- ②アルミ箔・アルミカップ
- ③缶・ピンのアルミキャップ

× 回収できないもの

- ①汚れているもの
- ②スプレー缶
- ③汚れが残るもの (スプレー缶は材質に関係なく注意!! 危険ですので入れないで下さい)
- ④スチール缶・蓋 (スチールマークの表示がある物)

注意: ①資源物としてリサイクルするため、汚れを落として下さい。②つぶす・丸める等、できるだけ小さくしていただけますと助かります。③アルミ缶等を入れてきた袋やビニール類・その他のゴミ等が入らないようにして下さい。

下條村日赤奉仕団

※お問い合わせ先 日赤奉仕団事務局：下條村社会福祉協議会（いきいきらんど下條内）☎ 27-2858



優勝した澤柳雅康さん（右）

第四十五回 村民ゴルフ大会

第四十五回村民ゴルフ大会が十月三十一日（土）、飯田カントリ倶楽部において、これ以上ないほどの秋晴れに恵まれるなか開催されました。コロナ感染症対策のため参加者を村民に限定したところ八十三名の皆様に参加いただき開催することができました。

今回は前半九ホールで順位決定をしました。その競技結果は、次のとおりです。（敬称略）

三位	福島 義明
準優勝	伊藤 哲
優勝	澤柳 雅康

■ 死亡

（亡くなった人）（年齢）（喪主）	（地区）
吉村 修治 91	入野
池上 輝 77	手塚原
田本 由子 81	上野原
吉村 矩子 84	新井
幾嶋 管子 85	合南
館林智恵子 85	休戸

◇ 出生

（子の名）	（保護者）	（地区）
杉田 果己	有紀	入野
古田 羽奏	真晃	原平
前沢 友富	富	粒三
小林 笑心	賢志	北又
竹村 彩芭	聖也	阿知原
牧嶋朔太郎	健太	小松原

戸籍の窓口

（敬称略）
令和2年10月16日
～
令和2年12月31日
掲載承諾書受付まで

赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました

下條村社会福祉協議会と長野県共同募金会下條村支会では10月から「赤い羽根共同募金」の募集をし、村内各戸及び企業の皆様等に下記のとおりご寄付をいただきました。

115組合より：779,711円 21企業より：117,000円 7個人その他より：61,833円

➡ 下條村計：958,544円

この募金額により、来年度に下條村支会へ配分金が交付され、下條村の様々な社会福祉活動等に役立てられます。又、この他に市町村を超えた広域での福祉活動に使われる他、一部は「災害等準備金」として積み立てられ、災害時には被災地支援に配分されます。「つながりをたやさない社会のために」皆様方のご協力に感謝申し上げます。この募金に際しましてご協力いただきました各地区連絡員・組長の皆様に重ねてお礼申し上げます。



阿南消防署 予防救急ワンポイント講座

ヒートショックってなに？

冬季の入浴では暖かい場所から寒い浴室へ移動すると身体の熱を奪われまいと血管が縮み、**血圧が上昇**します。その後、お湯に浸かることで血管が広がり、**血圧が低下**します。このような、**急激な血圧の変動**により、心筋梗塞、脳卒中、失神、めまいなどを発症することを「ヒートショック」と言います。

居間 → 脱衣場 → 浴室 → 浴槽内

血圧安定 → 血圧上昇 → さらに血圧上昇 → 血圧低下

高齢者は特に注意!!

- 高齢者は、血圧低下をきたしやすく、体温を調整する身体の働きが低下していますので、特に注意が必要です。
- ①お風呂に入る前には、脱衣場を電気ストーブ等で暖めましょう!!
 - ②浴室内は浴槽のフタを開け温めておきましょう!!
 - ③トイレ内を暖めたり、暖房便座などを有効に活用しましょう!!
 - ④深夜など冷え込む時間の入浴は避けましょう!!
 - ⑤高齢者がいるご家庭は、家族が声かけするなどしましょう!!



阿南消防署救急係 Tel.0260-22-3344

村の人事

選挙管理委員会の改選

長らくご活躍いただきました塩澤永久さん・村瀬武さんが退任され、次の方々が委員・補充員に選任されました。

委員長 熊谷 善司氏（合上）再任

職務代理 福澤 舜崇氏（桃立）再任

委員 中島 邦雄氏（山一東）新任

委員 古田 佳子氏（原平）新任

○補充員

一番 古田 淳二氏（上野原）新任

二番 古田 勝氏（北平）新任

三番 久保田美與氏（山二）新任

四番 中村 房子氏（小松原）新任

任期は令和二年十二月二十四日から令和六年十二月二十三日までの四年間です。



古田 佳子氏 (原平)

中島 邦雄氏 (山一東)

カメラでみる

村の動き

ズームアップ

下條

令和2年11月から
令和3年1月まで



▲11月28日(土)に公民館人権教育講座として、シトラスリボン作りを行いました。



講師は飯田人権擁護委員会南部支部の皆様にお越しいただき、親切にわかりやすく教えて頂きました。始めは水引の扱いが難しく苦戦しましたが、完成した時の喜びはとても大きく、可愛いシトラスリボンが作れました。シトラスリボン作りを通し、コロナへの偏見や差別について理解を深めることができました。



▲12月18日 サンタさんが保育所にプレゼントを届けてくれました。また、年長さんたちが、サンタさんのためにプレゼントを用意してくれました。元気いっぱい子どもたちに会えて、サンタさんもうれしそうです。



1月7日(木) 匠の会のみなさまによる小正月飾りが行われました。



▲12月19日 「下條農業女子まんま」による月イチの“まんまるしえ”はクリスマス企画として初めてショッピングひさわで開催されたいへん好評でした。



いつもより華やかに完成しました。