

広報

とよおか

2022
VOL.371

2

令和3年度豊



2ページ 特大号! 笑顔きらきら子育て広場です

- 6ページ お知らせ宅配便
- 12ページ 健康とよおか21 元気が大好き♪
- 13ページ とよ旅タイムス
- 14ページ フォトリポート
- 16ページ こんにちは農業委員会です
- 17ページ くらしの情報

表紙：令和3年度 成人式

ココベビークラス

ココベビークラスは、0歳～1歳までのお子さんとその家族の方、または妊婦さんが対象のクラスです。
このクラスでは、ベビーマッサージや、産前産後のボディメンテナンスのためのピラティスを行います。
また、助産師さんから母親と子どもの心と体に関するお話を聞いたり、母親同士で離乳食のお話をしています。

なかよしチャレンジクラス

なかよしチャレンジクラスは、1歳から3歳までの子どもとその家族の方が対象のクラスです。季節の遊びや歌、工作などを、親子が一緒になって体験することができます。

年齢の壁をこえて、みんなで仲良くいろいろなことにチャレンジしています。年齢の小さな子は、大きな子のまねをし、大きな子は小さな子を助けてあげたりと、子ども同士の育ちあいがみられるクラスです。

ハイジの会

ハイジの会（絵本の読み聞かせ）では、講師の方をお招きし、絵本の読み聞かせをしたり、わらべうたをして楽しんでいます。子どもたちの身体の発達にミルクや食べ物の栄養が必要のように、心の栄養となる大切な物のひとつが絵本です。子どもに言葉を語りかけることの大切さや、親と子の触れ合いの大切さを教えていただきます。また、季節や年齢にあった絵本の紹介もしています。

特 大
号 号

こんにちは！

笑顔きらきら子育て広場

です

毎月広報とよおかに掲載している、「こんにちは！笑顔きらきら子育てです」のコーナーを、今月は特大号として、掲載いたします。

本コーナーは、豊丘村役場の隣にある、豊丘村保健センターにて、子ども課子育て支援係が「子育て支援センター」として行っている活動を、毎月まとめて掲載しているものです。日タイイベントに訪れる方々の楽しそうな様子が、写真からも伝わってきます。

今回は、そんな「子育て支援センター」は、どんな施設なのか、どんな人が利用できるのかなど、基本的な情報も含め、紹介いたします。今後利用を検討しているご家族の方がいらっしゃれば、ぜひ、参考にしてください。



子育て支援センターとは、
どんなところですか？

妊娠期の方から未就園児のお子さんとそのご家族の方が利用しています。くつろいだ雰囲気の中で安心して遊ぶことができます。親子でゆつくりと過ごすことができます。また、ご家族の方同士でおしゃべりをするなどの交流の場所としても活用できます。

さらに、親子広場や子育て講座、子育てに関する情報発信を行うとともに、18歳までのお子さんやご家庭の子育てなどに関する相談窓口にもなっていますので、お気軽におしゃべりください。（相談内容：心や体、発達、友人関係、家族関係、子育ての不安、虐待など）加えて、支援員がご家庭を訪問し、寄り添いながらの相談も行っています。

（利用日）月曜日～金曜日
（土日、祝日、年末年始はお休み）
（利用時間）午前9時～午後4時

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、利用を制限する場合があります。

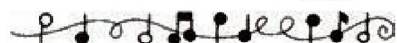


今月の活動 ～ココベビークラス～



↑足の指、おなか、ほっぺを、おかあさんに触ってもらって、にこにこ顔！子どもの笑った顔を見るとおかあさん達も笑顔になります。

←わらべうたに合わせてみんなで一緒にたかい！たかい！



0歳のココベビークラスでは、講師を招いてベビーマッサージを行っています。子どもの肌に触れることで肌表面の様子を観察できますが、一番の目的は、親子で触れ合いながら愛情の確かめあいができることです。肌に触れることで、しあわせのホルモン「オキシトシン」が出て、お互いの愛情を深めます。この時期だからこそ、大事な親子の絆を太く深くしていきます。

かわいいわが子と触れ合いタイム



ポストカードみたいに素敵ですね！

チョークアートに触れる子どもたち
躍している高森町在住の吉沢さんが、クリスマスの顔抜きパネルを描いてくださいました。このパネルは、ココベビークラスにて披露され、子どもたちが顔をはめて遊びました。

子育て支援センターに関する
お問い合わせはこちら

子ども課 子育て支援係
子育て支援専門員 湯澤・仲宗根
☎35-9078

イベント情報は、
ホームページでも
掲載しています。
豊丘村子育て支援サイト「MiTEMi」



毎月掲載しています！



子育て支援センターの活動は、毎月たくさんの写真とともに、広報とよおかで掲載しています。



なつはさん、
りつかさん
双子を連れて、遊びに来ることが不安でしたが、来てみるとのびのびと遊ぶことができて助かっています。
双子ということでまわりの皆さんが手を貸してくださって嬉しく思っています。

ふみかさん、
りょうくん
お父さんも子どもを連れて入りやすい雰囲気でした。平日の休みの時は、のびのびと広い所で遊ばせたので利用しています。パワフルに動けて良い場所です。

まことくん、
はるなさん
気軽に利用できてありがたいです。(予約が要らないしお金もかからない)
家にいるとテレビを見せちゃうけど、ここに来ればたくさん走り回れるし、お友だちもたくさんできました。
おとうさんと来る時もあるので、多目的トイレにもおむつ交換台があるといいなと思います。

あかりさん、
らおさん
利用して5年目になりますが、支援センターがあったから子育てができたと思っています。
親も子どももここで顔見知りになり、気軽にしゃべりができることは魅力です。
役場が近く便利で、夏はプールも出してくれてありがたいです。家でプールをしようと準備が大変。センターの職員が地域のことを知ってる先生達なので相談もしやすいです。

他にも、こんな活動をしています

子育て講演会



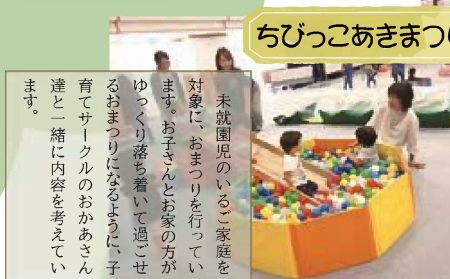
子育て中の家庭の皆さんが集まり、地域の方を講師に招いてお話を聞く中で、これからの子育てに必要な知識を学び合います。

ほっとサロン



毎月第1、2、3火曜日の午前10時から午後1時まで、慈恵園の一室をお借りして、親子が自由に交流できる場を設けています。お昼は、慈恵園の給食室で作ってくださる美味しいお昼ご飯をいただきます。
★要予約
お昼代親子330円

ちびっこあきまつり



未就園児のいるご家庭を対象に、おまつりを行っています。おまじんとお家の方がゆっくり落ち着いて過ごせるおまつりになるように、子育てサークルのおかあさん達と一緒に内容を考えています。

おたのしみ会、人形劇鑑賞



いい大人形劇フェスタの広域公演として豊丘村に人形劇団をお招きして、親子で一緒に生の人形劇の迫力を楽しんでいます。



所得税の確定申告・村民税の申告 申告相談のお知らせ

村では2月16日（水）から3月15日（火）まで申告相談を行います。次ページの日程等をご確認いただき、期間中に申告をお願いします。

2月27日（日）は、午前中のみ休日申告相談を行います。混雑が予想されますので時間に余裕をもってお出かけください。

■お問合せ
税務会計課税務係
☎ 3519051

申告相談に向けた 3つのステップ

- ① 申告が必要かどうかチェックしてみよう
- ② 申告の会場・日程を確認しよう
- ③ 持ち物を用意しよう

② 申告の会場・日程を確認しよう

～ コロナ禍での申告相談にご協力ください ～

※会場での待合人数の制限を行います。（お車でお待ちいただく、一旦帰宅される等の対応をお願いします。）
※状況により予約制や一日の受付人数の制限をする場合があります。（その場合は、有線放送等で広報を行います。）

豊丘村役場の 申告相談について

月	日	曜	会 場	割 当 地 区	
				午前 (9:00～12:00)	午後 (1:00～4:00)
2	16	水	堀越区民会館	胡芝・西部・中宮	上垣外・東・菰蒲ヶ沢・駒沢・堂平
2	17	木	佐原区民会館	長沢・上佐原	笹久保・下佐原
2	18	金	壬生沢福島 集落拠点施設	壬生沢西・壬生沢南・ 壬生沢東・壬生沢北	寺島一・寺島二・本村・ 千駄木・奥内
2	21	月	豊丘村役場	滝川・市ノ沢	篠・柄山日影
2	22	火		北垣外・八王子	寺垣外・中部二
2	24	木		中部三・中部	地藏道
2	25	金	豊丘村役場	中芝・中平	
2	27	日		平日の申告が困難な方	
2	28	月	豊丘村役場	予備日	
3	1	火		柿外土	北市場一
3	2	水		城・山田	北市場二
3	3	木		北村	北市場三・豊丘団地
3	4	金	豊丘村役場	南市場	林原・木門
3	7	月		予備日	
3	8	火		林里一	林里二
3	9	水		北入・上村	上市場・古畑・古瀬
3	10	木	豊丘村役場	下市場	伴野原・大柏
3	11	金		小園	
3	14	月		予備日	
3	15	火	豊丘村役場	予備日	

※割当日時に都合の悪い方は、どの会場にお出かけいただいても結構です。
※2月27日（日）の申告相談は午前中のみ行います。混雑が予想されますので、時間に余裕をもってお出かけください。
※午前中の混雑具合により、午前の受付を25番程度までとし、午後に再来庁いただくことがあります。

税務署の確定申告会場について

◆所得税の確定申告会場を次のとおり開設いたします。

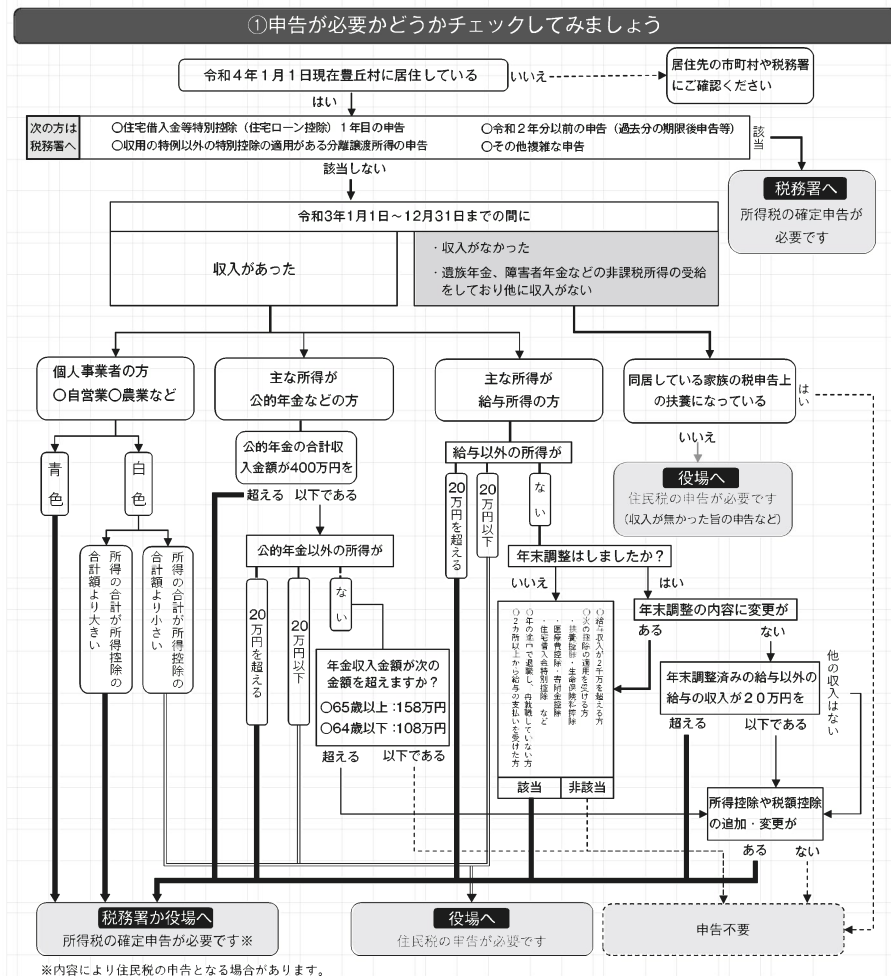
会 場	飯田高羽合同庁舎4階（飯田市高羽町6丁目1番5）
期 間	2月16日（水）～3月15日（火）（土日祝日を除く） ※新型コロナウイルス感染症対策の一環として、本年は還付申告の方の申告相談を2月15日（火）以前でも受け付けております。
時 間	相談受付：8時30分～16時（9時～相談開始）

確定申告には、パソコン・スマホでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。役場税務係カウンターにe-Tax用パソコンを設置しています。ぜひご利用ください。

稼働時間：申告相談日の9:00～16:00

※2/27は午前中のみ

※2/25、3/4は19:30まで



③ 持ち物を用意しよう

申告相談持ち物チェック票

☑ チェックしてご利用ください。

◆マイナンバーカード、印鑑など

□マイナンバーの確認書類及び本人確認書類（必須）

マイナンバーカードか、通知カード
+本人確認書類（免許証など）

□申告される方名義の預貯金口座がわかるもの（所得税が還付になる方）

□印鑑

□確定申告のお知らせがき（税務署から送付された方）

◆令和3年中の収入が明らかになる書類

□給与や年金の源泉徴収票または支払額証明書（原本）

□営業や農業、不動産業の収支内訳書

※必ず作成してお持ちください。

□上記以外の所得があった方は、収入金額、必要経費の確認ができる書類など

◆控除を受けるための証明書など

※証明書類がないと、控除が受けられない場合があります

□生命保険料（一般分・介護分・個人年金分）・地震保険料の控除証明書

□国民年金など社会保険料の支払額証明書または領収書

□身体障がい者手帳、障がいの等級が確認できる書類（障がい者控除を受ける方）

□医療費控除の明細書※

□寄附先の法人や自治体などから交付される寄附金受領証明書

□税務署が交付した令和3年分（特定増改築等）住宅借入金等特別控除額の計算明細書、借入金の年末残高証明書（2年目以降の特別控除を受ける方）

※医療費の領収書を入ごと、病院・薬局ごとに合計し、健康保険や生命保険で補てんされた場合はこれを差し引いて医療費控除の明細書を作成してください。必ず作成してお持ちください。

納めた国民年金保険料は 全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は、所得税法及び地方税法上、健康保険や厚生年金保険などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されます。控除の対象となるのは、令和3年1月1日から12月31日までに納付した保険料の全額です。

また、ご自身の保険料に加え、ご家族（配偶者やお子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、その保険料についても控除が受けられます。

ただし、社会保険料控除の適用を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を納付したことを証明する書類の添付が必要になります。

このため、日本年金機構から、次の日程で「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛てに送られますので、お手元に届きましたら大切に保管し、年末調整や確定申告の際にお使いください。

対 象 者	発 送 時 期
令和3年1月1日～9月30日までに国民年金保険料を納付された方	令和3年10月下旬～11月上旬
令和3年10月1日～12月31日までに国民年金保険料を納付された方	令和4年2月上旬

国民年金制度は、老後はもちろん不慮の事故など、万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようにしましょう！

税務会計課 窓口係
☎ 35-9059

未収穫農産物の処分 をお願いします

村内の農地において市田柿など未収穫の農産物が散見されます。取り残された農産物は、カラスなど鳥獣の餌になり、冬期間に餓死などにより個体数調整されるはずの鳥獣の生存率が高まり、農産物の収穫期において大きな被害をもたらすことが考えられます。ついては、現在圃場に残っている未収穫の農産物を処分していただきますようお願いいたします。

大切な農産物を守るための対策ですので、ご理解・ご協力をお願いいたします。



産業建設課 農政係
☎ 35-9056

印鑑登録証の代わりに マイナンバーカードで OK！

印鑑証明書が必要な時には、役場窓口で印鑑登録証を提示していただく必要がありましたが、令和4年1月1日から印鑑登録証の代わりにマイナンバーカードを提示することで印鑑証明書を取得できるようになりました。もちろんコンビニ交付サービスも利用できます。

使い方が広がるマイナンバーカードを是非ご活用ください。



税務会計課 窓口係 ☎ 35-9059

税金・料金を現金で納付されている方へ 納付書の様式が変わり便利になりました！

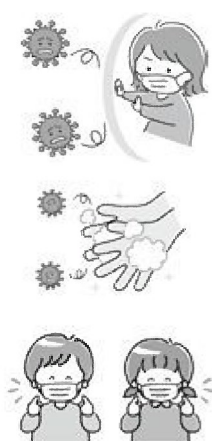
- ・コンビニエンスストアで納付できるようになりました。
- ・PayPay(ペイペイ)、LINE Pay(ラインペイ)で納付できるようになりました。
- ・クレジットカードで納付できるようになりました。(上下水道料を除く。)

ご不明な点は、お問い合わせください。



税務会計課 税務係 ☎ 35-9051

「新型コロナウイルス特別警報」 発出に伴うお願い



豊丘村民の皆様、
来訪者の皆様への協力依頼

■基本的な感染防止対策を徹底し、慎重な行動をお願いします

・ワクチン未接種の方も、ワクチン接種済みの方も、感染防止対策を継続するなど慎重な行動をしてください。

・マスクを正しく着用してください（不織布マスクを推奨）。

・適切なタイミングで正しく手洗い・手指消毒してください。

・屋内や車内は十分に換気してください（30分）一回以

上、数分間程度窓を全開。

・「密接」「密集」「密閉」の一つでも避け、ゼロ密を意識してください。

・外出の際は混雑した場所を避け、普段会わない方と会う時は慎重な対応をしてください。

■早めの受診や検査をお願いします

（有症状の方）

少しでも体調に異変を感じた場合（発熱があるときはもちろん、熱がなくても、せき、のどの違和感や鼻水、だるさ、味覚・嗅覚の異常がある場合など）は、外出せず、速やかに

に医療機関に相談してください。

（無症状の方）

感染対策が不十分な会食をされた方や感染が拡大している地域との往来をされた方など、感染リスクが高い環境にある等の理由により、感染の不安を感じる方は県の無料検査を受けてください。

■帰省や旅行は慎重に検討をお願いします

（感染拡大地域※への訪問）

できるだけ控えてください。訪問される場合は、ワクチン接種済みの方も含め、訪問後の検査を推奨します。

（その他の地域への訪問）

慎重に検討し、訪問される場合は、基本的な感染防止対策の徹底やリスクの高い行動を控えるなど慎重な行動をしてください。

※緊急事態措置及びまん延防止等重点措置が実施されている地域並びに直近1週間の人口10万人当たり新規陽性者数が25人を上回っている都道府県（県ホームページで随時お知らせしています。）

■会食における基本的な感染防止対策の徹底をお願いします

会食は、自宅での実施を含め、基本的な感染防止を徹底するなど十分注意するとともに、普段会わない方との会食は控えてください。

■ワクチンの効果と副反応を知ったうえで、ワクチン接種のご検討をお願いします

事業者の皆様等への協力依頼

■ガイドライン遵守の徹底をお願いします

店舗や施設の管理者にお願いいたします

■職場や共同生活の場での感染防止対策の徹底をお願いします

手洗い・手指消毒の励行、マスクの着用、食器やタオルなどの共用を避けることなど、職場や従業員寮等の共同生活の場における感染防止対策を徹底してください。とりわけ、

新型コロナウイルス感染症による
施設利用の制限・行事等の中止、
延期については
ホームページに掲載しています。



詳しくは、豊丘村役場ホームページをご覧ください。

新型コロナウイルス
感染症対策本部
☎ 35-9050

ごみを出す時は、ルールを守りましょう

- 指定袋に入れましょう。
・豊丘村指定袋があるものは村内販売店で購入してください。袋が違い収集されないごみがあります。
・袋には氏名の記入をお願いします。
- きちんと分別しましょう。
・指定袋に入っていない、分別が正しくないと収集しません。村の分別区分で、きちんと分別しましょう。
・容器包装プラや紙製容器包装、ペットボトルは資源ごみです。分別し、燃やすごみの減量・再資源化にご協力ください。
- 収集日や収集時間を守りましょう。
・収集日以外や時間外に出されたごみを収集庫や指定ステーションで見かけます。「ごみカレンダー」で時間を確認して、収集日や収集時間を守りましょう。
・この電球は埋立？有害ごみ？電球の見分け方
埋立ごみでよく間違えて出されているのが、電球型蛍光灯です。電球型蛍光灯は有害ごみとなります。また、有害ごみ収集でも埋立ごみである白熱電球やLED電球が出されていることがあります。見分け方を紹介いたしますので参考にしてください。
- 【埋立ごみ】
白熱電球とLED電球は埋立ごみです。
- ◇白熱電球
・球体内部にコイル状の銅線がある
- ・球体部分と金属部分の間にプラスチック部分がない
- ・ソケットとつなぎ目部分以外はガラス
- ・品番は「L」「LW」「G」「NL」「R」「LR」など



- ◇LED電球
・品番「LED」電球にLEDと表示されているものもある
- 【有害ごみ】
◆電球型蛍光灯
・商品名「バルックボール」・「ネオボール」等
・品番が「EF」からはじまっている
- ・球体部分と金属部分の間にプラスチック部分がある
- ◇返礼品の条件
・村内で生産・製造、製作、サービス提供を行っているもの。
・村内で生産された原材料を使用しているもの
※総務省が定める地場産品基準に沿うものに限りません。
例・食品（果物、肉、野菜など）
- ・サイトへの掲載料、返礼品（商品）の代金、送料はすべて村が負担します。
・寄附者へ返礼品を送る際に、自社パンフレット等を同封し、返礼品以外の商品もPRが可能です。
- 返礼品を掲載するメリット
・ふるさと納税ポータルサイトに商品の画像、商品名、事業者名が掲載されるため、全国に広告効果が期待できます。

天

チョイス

さとふる

返礼品の条件など、ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

総務課 企画財政係
☎ 35-9050

豊丘村ふるさと納税の返礼品を募集します

豊丘村では、ふるさと納税をしていただいた方に、御礼として特産品などの返礼品を送っています。

ふるさと納税の返礼品として、自慢の逸品、サービスを全国にPRしてみませんか。

○返礼品を掲載するメリット
・ふるさと納税ポータルサイトに商品の画像、商品名、事業者名が掲載されるため、全国に広告効果が期待できます。

加工作品（ジャム、漬物、ジュースなど）
観光（桃狩り、宿泊券など）
その他（雑貨、日用品、工芸品、装飾品など）

豊丘村は、3つのサイトで受付しています。どんな返礼品の掲載があるか参考までにご覧ください。

総務大臣表彰を受賞されました

令和3年度統計功労者表彰において、国勢調査の指導員として長く従事され、調査に関し顕著な功績があり他の模範として推奨すべきとして、10月18日（統計の日）に、菅沼和明さんと井坪右さんが『総務大臣表彰』を受賞されました。



豊丘村が令和2年度国勢調査にて、統計局長表彰を受賞しました

令和2年度に実施しました「国勢調査」において、関わった調査員の皆様と回答いただきました住民の皆様との協力により、インターネット回答率が優れていたことが評価され、『統計局長表彰』（全国50町村）を受賞いたしました。

これは、国勢調査の実施に当たり、オンライン調査に関する広報や調査員の指導を通じて、結果制度の向上と調査事務の効率化を図る目的のもので、皆様の協力により成果を上げた地方自治体が表彰されるものです。

今後とも皆様からの、統計業務へのご理解とご協力をよろしくお願い致します。



人権擁護委員に 木下志保里さん(山田)が委嘱されました

長年にわたり人権擁護委員として活躍された駒沢の松下泰見さんが、令和3年12月末をもって退任されました。後任として山田の木下志保里さんが令和4年1月1日付で法務大臣から委嘱されました。

人権擁護委員は、憲法で保障されている国民の基本的人権が侵犯されることのないよう監視し、もしこれが犯された場合には、その救済のために速やかで適切な処置を採るとともに、常に自由人権思想の普及高揚に努めることを使命としています。

豊丘村の人権擁護委員は木下さんと、中芝の今村貴美子さんが任命されています。人権擁護委員は、いつでも住民

- ・みんなの人権 110番 0570-0003-1110
- （全国共通）
- ・子どもの人権 110番 0120-0007-1110
- （全国共通）
- ・女性の人権ホットライン 0570-0070-8110
- （全国共通）

健康福祉課 福祉係
☎ 35-9060
飯田人権擁護委員協議会
（長野地方方法務局飯田支局内）
☎ 0265-22-0014

灯油などの流出事故に注意しましょう

河川の水は農業用水など幅広く利用されているため、水質汚濁事故を起こすと周辺環境に多大な影響を及ぼすだけでなく、事故処理の費用がかかります。

水質汚濁事故を起こさないよう十分注意し、豊かな水環境の保全にご協力ください。

■灯油や農薬など水質汚濁事故を起こした、発見した場合は、直ぐにご連絡ください。

環境課 環境係
☎ 35-9057

全国町村監査委員協議会より前久保田代表監査委員が表彰されました。

本年3月をもって退任されました前久保田勝代表監査委員（2期8年間歴任）が、町村自治の振興発展に貢献した功績が評価され、全国町村監査委員協議会から表彰されました。

例年は東京で開催される「全国町村監査委員研修会・表彰式」において表彰されるのですが、本年は新型コロナウイルス感染症対策により研修会がWEBでの講義となり、表彰式は中止となったため、村長より代理授与ということになりました。





12月19日に「クリスマス子どもまつり」を開催いたしました。雪の舞う寒い日でしたが、たくさん子どもたちが遊びに来てくれました。

クリスマス

子どもまつり

当日は、特設コースでの自転車試乗体験やズイフト（バーチャルサイクリング）体験により自転車の楽しさを知っていただいたほか、トナカイの自転車に乗ったサンタさんの登場やだんQくんとおじやんけん大会、自転車検定マシユマロバーキユーなどを楽しんでいただきました。また、自転車レースでは、運転技術を身につけていただくとともに自転車の楽しさを知っていただきました。「がんばれー」の歓声が飛び交うなか、真剣に運転する子どもたちのキラキラした表情が印象的でした。最後は合言葉「自転車大好き！」の大きな声で締めくくりました。

1月から保育園児や小学生

とよ旅 タイムス ...

豊丘村観光協会
とよおか旅時間

TEL 0265-49-3395
FAX 0265-49-3396

**スリランカカレーを
食べに行こうツアー**

SNSなどで話題のスリランカカレーを食べに行くツアーを1月23日（日）に計画しています。

ボンシヤンスサイクルペー

スを自転車で出発し約15kmの道のりをガイドと一緒に走り、天竜峡「デンリユウ食堂」を目指します。まだ数名の空き

を対象の自転車教室も開催予定です。今後も自転車の楽しさを伝えていけたらと考えています。



足湯の稼働日・利用時間 変更のお知らせ

足湯の利用時間を、1月から3月までの期間、土・日・祝日の10時頃から16時30分までとさせていただきます。

只今、りんご湯とかりん湯を行っております。ご自由にご利用いただけますので、ぜひ、お気軽にお越しください。



□お申込み・お問合せ先
とよおか旅時間ボンシヤンスサイクルベース
☎0265-49-3398

□新九郎の滝
豪雨災害により滝までの遊歩道が各所で大きく被災しています。被災箇所を迂回しながら通行できますが、十分な注意が必要です。

がございまして、ご参加を希望される方はボンシヤンスサイクルベースまでお問合せください。

また、2月には節分イベントやバレンタインライドツアーなど楽しいイベントを計画しています。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

□鬼面山

虹川コースは、林道虹川線の災害復旧工事のため、1月から3月まで利用できません。また、大鹿村からの地藏峠コースも災害のため利用できません。登山には新九郎の滝コースをご利用ください。

村内観光地情報

家庭血圧を測定しましょう

健康とよおか21
元気が
大好き♪

健康福祉課保健衛生係
☎35-9061

高血圧は脳卒中や、心臓病、腎臓病などの大きな原因です。正常値を少し超えるくらいの高血圧では、自覚症状はありませんが、高血圧の状態が続くと動脈硬化が起こり、脳卒中などの発症につながります。皆さまの血圧はどうでしょう？血圧測定をする、毎回の測定値は同じではありません。20〜30mmHg程度の変動はよくあることです。家で測ると正常なのに、病院や健診で測ると高い、ということもあります。

血圧を適切にコントロールすることで心臓や脳血管の病気の発症を予防できますが、そのためには普段の血圧の状況を知る必要があります。

○血圧計の選び方は？
上腕で測定するものを選びましょう。手首で測定する機器もあり、手軽に測定できますが、上腕で測定するものの方が正確に測れます。

○記録をしましょう
測定値は記録して、主治医にみてもらいましょう。高血圧が続いたり、過剰な降圧がみられる場合、主治医が薬の種類を変えたり、増量（減量）する判断材料になります。

態を正確に知ることが必要です。特に、朝や夜に血圧が高くなる「仮面高血圧」は、健診や医療機関での月に1〜2回の昼間の血圧測定ではわかりません。40歳以上では10人に1人が仮面高血圧と言われているので、治療が必要です。

○正しい測定方法

測定のタイミング

●1日2回（朝・夜）行う

朝

- 起床後1時間以内
- トイレに行ったあと
- 朝食の前
- 薬をのむ前

夜

- 寝る直前
- 入浴や飲酒の直後は避ける

測定するときのポイント

いすに座って1〜2分たってから測定する

座ってすぐだと、血圧が安定していないことがある。測定時には、腕の力を抜いて、リラックスすることも大切。

カフは心臓と同じ高さで測定する

カフが心臓より低い位置だと、「数値が高く出る」など、不正確になる場合がある。

薄手のシャツ1枚なら着たまでもよい

カフは素肌 directly 巻き付けたほうがよいが、薄手のシャツ1枚ぐらいなら、着たま測定してもよい。



家庭で血圧を測定する場合には、上にあげた条件のもとで行うことが大切。朝は4つの条件を守るようにする。夜は、入浴や飲酒の直後は避け、必ず寝る直前に測るようにする。

	正常血圧の基準値		高血圧の診断基準	
	収縮期	拡張期	収縮期	拡張期
家庭で測定	115未満	75未満	135以上	85以上
病院で測定	120未満	80未満	140以上	90以上



村内産リンゴのおいしさをPR 道の駅 とよおかりん活イベント



村内で作られたリンゴのおいしさをPRする、とよおかりん活イベントが12月19日に行われました。会場の道の駅とよおかマルシェでは、村内のリンゴを使った様々なグルメが販売されたほか、リンゴの皮むき大会・カラメリゼづくり体験も行われ、多くの人でにぎわいました。

このうち揚げパンコーナーにはココアときなごに加え、リンゴ味の揚げパンが販売されていました。リンゴ味の揚げパンは村内産のリンゴを粉末にしたもので味付けされています。

また、キッチン「そらら」からの出店ではリンゴをたくさん使ったカレーとリンゴのカラメリゼが販売されていました。

このほかにも、被害リンゴの詰め放題、リンゴジャムパンやリンゴのシャーベット、リンゴマシユマロ詰め放題、リンゴジュース、アップルパイ、リンゴを使った豚丼など、出店会場はリンゴ一色でした。さらにとよおか旅時間前の足湯にもリンゴが浮かべられ、ほのかに香るお湯で来場者をもてなしました。

正午からはリンゴの皮むき大会が行われ、10人の参加者が途切れずに剥くことのできた皮の長さを競いました。また、上位3名には景品が贈られました。午後2時からはリンゴのカラメリゼづくり体験が行われ、参加した家族連れはスタッフに教わりながらカラメリゼづくりを楽しんでいました。

村議会が政策提言書提出 村民の声などから4項目



豊丘村議会では12月21日に政策提言書を村長へ提出しました。提言書は一般質問で取り上げた意見や各種団体との懇談で出された意見などを基に、各常任委員会で調査検討を重ねた結果をまとめたものです。議会では村政に反映してもらおうと来年度予算の編成を控えたこの時期に提出しています。

提言されたのは、下段地域の土地利用計画や緊急通報装置貸与対象者拡充についてなど4項目でした。

このうちランドセル購入補助について保護者アンケートの結果から、ジェンダー平等の理解を深め、ランドセルの色など検討を行うことや、校章の印刷を行わない方向で検討することなどを提言しています。

年末の恒例行事 伴野区 おやすづくり



伴野区のおやすづくり講習会が12月19日に伴野区民会館で開かれました。これは、小学生の親子を対象に毎年開催されているもので、年末の恒例行事になっています。

おやすづくりは午前10時から始まり、約40人の親子が集まりました。講師は福澤章さんと松下政美さんの2人で、参加した子どもたちは講師の話をしっかりと聞き、菓子を丁寧に編んでいました。

中にはこれまでに「おやす」を作ったことがある子もあり、慣れた様子で編んでいました。また、保護者と一緒に作る光景も見られました。

仕上げに、松の枝と飾りの縄を取り付け、立派なおやすが完成しました。

豊丘村成人式 友人・ふるさとの大切さ実感 令和2年度の式典 1年延期で開かれる



成人式が1月3日に開かれ、友人との再会を心待ちにしていた振り袖やスーツ姿の若者たちが集いました。この日は、午前中に新型コロナウイルス感染症拡大の影響で1年延期されていた前年度、午後には今年度の式典が行われました。

このうち度重なる延期で1年遅れとなった令和2年度の成人式には対象74人のうち43人が出席しました。対象者は事前に抗原定量検査を実施して陰性を確認。さらに当日も健康チェックをはじめとする基本的な感染予防対策を徹底しました。

式典では村歌のCDを再生し出席者は心の中で歌いました。また成人者代表の丸山小桃さんが「会いたい人と会うことが困難な時代だからこそ日常を大切に、いろいろな事に挑戦して行きたい」と宣誓しました。意見発表会では代表者が「コロナ禍で苦しい経験をしたことで家族や友人の大切さ、ふるさと豊丘がある喜びを再認識できた。」「日常のありがたさを実感したことで、今度は自分が役立つ人になりたいと思うようになった。」など今の気持ちや将来の抱負を述べました。

午後には今年度の成人式が、新成人69人のうち50人が出席して開かれ、大人の仲間入りを祝いました。

花園出場を報告 吉沢幸多朗さん 表敬訪問



飯田高校ラグビー班が、全国高校ラグビーフットボール大会「通称花園」出場を決め、選手の吉沢幸多朗さん（豊丘村・3年）が12月17日に村長を表敬訪問しました。

飯田高校ラグビー班は、10月から11月にかけて行われた長野県予選で、勝ち上がってきた長野高校と、岡谷工業高校に勝利し10度目の花園出場を決めました。

吉沢さんは「自分たちらしいラグビーをしたい」と意気込み、下平村長は激励の言葉を贈りました。

飯田高校は12月28日に初戦を快勝。30日に目黒学院（東京）に敗れました。

新春の走りを楽しむ とよおかニューイヤーマラソン



とよおか総合型地域スポーツクラブ主催のニューイヤーマラソンが1月1日に開かれました。

この日は、村内外から約1000人が参加し、それぞれ自分の体力に合わせて新春の走りを楽しみました。

今回のコースは、だんQくんロードを使い、役場駐車場を発着点に3キロ、5キロ、10キロの3種目でした。参加した皆さんは、自身の記録に挑戦して走る人や、楽しく話しながら歩く人など様々で、さわやかな1年のスタートを楽しみながら、ゴールを目指していました。

しばらくすると各コースの参加者が続々とゴールしました。参加者全員に景品が準備され、各々一つ選んで持ち帰りました。



こんにちは

農業委員会

です

農業委員会事務局（産業建設課 農政係 ☎ 35-9056）

◆農業者の表彰を行います

農業委員会では、農業へのやりがいの創出と担い手の確保を図るとともに、農業の振興発展のため、豊丘村の農業に貢献された農業者及び、優れた農業後継者・農業女性の表彰を行います。

表彰基準

（１）永年従事者表彰

- ア 豊丘村に居住する 85 歳以上の者で、認定農業者に準ずる農業経営を実践し、現に自家農業に従事する農業専従者であること。
- イ 地域に対する理解と協調性が高く、地域の信望があるものであること。

（２）優秀農業後継者

- ア 豊丘村に居住する概ね 50 歳までの農業後継者及び新規就農者で、現に自家農業に従事する農業専従者であること。
- イ 自立経営又は自立志向農家の後継者であること。
- ウ 農業生産技術が高く、立地条件を生かした計画性と、創造性に富み、経営成果が優れていること。
- エ 地域に対する理解と協調性が高く、地域農業の担い手として将来期待できるものであること。

（３）優秀農業女性

- ア 豊丘村に居住する農家の女性で、現に自家農業に従事する農業専従者であること。
- イ 兼業化、高齢化の進行する中において、農業経営を維持するための中心的存在であること。
- ウ 地域に対する理解と協調性が高く、地域の信望があるものであること。

表彰式

農村フォーラム 21（３月開催予定）

表彰該当者の選定は、農業委員会で行います。決定しましたら、該当の方へ通知にてお知らせします。

◆「語ろう！豊丘の農業」参加者募集

農業委員会では、村の農業について語る会を計画しました。今回は栽培品目別のグループに分かれて、意見交換を行います。日頃の悩み・想いについて語りませんか？

日 時	令和 4 年 2 月 4 日（金） 意見交換会：午後 3 時～ 懇親会：午後 5 時 30 分～
場 所	豊丘村役場 2 階 中会議室
内 容	栽培品目別グループで意見交換会 ～①野菜・花卉／②水稻・畜産／③果樹 に分かれます～
参加費	2,500 円（懇親会に参加される方）

お申し込みは、1 月 25 日（火）までに、お近くの農業委員、推進委員、または事務局へお願いします。申し込みの際に、参加したいグループをお伝えください。

※ご参加の際はマスクの着用をお願いします。

体調がすぐれない方は参加をお控えいただけますようお願いいたします。

新型コロナウイルスの感染状況によっては、やむを得ず中止させていただく場合があります。

くらしの

情報

県営住宅統一募集

長野県住宅供給公社
飯田管理センター

■受付期間

2 月 9 日（水）～ 18 日（金）
受付時間等についてはお問い合わせください。

■受付場所

長野県住宅供給公社飯田管理センター
飯田市追手町 2-1641-147
長野県南信消費生活センター 1 階

■募集内容

2 月上旬に公表予定（県ウェブサイト、公社ウェブサイト等）

■抽選

3 月 7 日（月）

あなたの生活は大丈夫？
我慢しないで

「全国一斉生活保護相談会」

■日時

1 月 30 日（日）

午前 10 時～午後 4 時

■相談方法

【電話相談】
（フリーダイヤル）
0120-10521088

（当日のみの専用番号）

■相談料

無料、秘密は厳守します。

■相談例

- ・どこに行ったら生活保護の申請はできるの？
- ・生活保護を受けるのに財産を手放す必要があるの？
- ・借金を抱えたまま生活保護を受けられるの？

■お問い合わせ

長野県司法書士会
☎ 026-1232-17492

司法書士による相続登記
無料相談月間のお知らせ

「相続登記は
お済みですか月間」

長野県司法書士会

■日時

2 月 1 日（火）

～ 2 月 28 日（月）

午前 9 時～午後 4 時（土曜・日曜・祝日を除く）

■場所

県内各司法書士事務所

■相談料

無料

■予約

相談する司法書士事務所に
お問い合わせください

■相談例

- ・相続登記はしないといけないの？
- ・実家が相続登記をせずに空き家となっている
- ・私が亡くなった後も妻が住めるようにしたい
- ・妻（夫）に全財産を相続させたいが、どうすれば・・・
- ・法務局で遺言書を預かってもらえる制度について教えてほしい
- ・法定相続情報証明制度について教えてほしい
- ・遺言について教えてほしい
- ・相続人の中に行方不明の人がいて遺産分割協議ができない

■お問い合わせ

長野県司法書士会
☎ 026-1232-17492

長野県 特定（産業別）
最低賃金のお知らせ

長野労働局労働基準部賃金室

最低賃金制度は、最低賃金法に基づき、使用者は、その金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとされている制度です。

今般、長野県地域最低賃金の改正に続いて、長野県内の

特定の産業で働く労働者に適用される「特定（産業別）最低賃金」が次のとおり改正されました。

対象業種	時間額 （令和 2 年改定額）	発効年月日
計量器・測定機等製造業	916 円（894 円）	12 月 29 日
はん用機械器具等製造業	927 円（905 円）	12 月 16 日
各種商品小売業	879 円（857 円）	12 月 31 日
※長野県地域最低賃金	877 円（849 円）	10 月 1 日

なお、適用業種等の詳細については、長野労働局ホームページでご確認ください。

■お問い合わせ

長野労働局同労働基準部賃金室
☎ 026-1223-10555

または最寄りの労働基準監督署へ

保護者相談(予約制)開催のお知らせ

いいだ若者サポートステーション

「いいだ若者サポートステーション」は働くことに踏み出した15〜49歳の方の「職場定着するまで」をバックアップする支援機関です。毎月、保護者の方を対象とした相談会を開催しています。「働くことに不安がある」「就職活動に行き詰まっている」「仕事が長く続かない」「こんな不安や悩みについてご相談に応じます。お気軽にご利用ください。」

■期日 2月26日(土)

■時間 午前10時〜午後5時30分

■対象 15歳〜49歳までの就労していない子をもつ保護者

■会場 いいだ若者サポートステーション

飯田市本町12-1 中村ビル2F

■予約・お問い合わせ ☎0265-4913150まで

【開所日：火、木、土】

行政書士無料相談会

長野県行政書士会

各種許可申請などの行政手続き、遺言、相続などの手続について、行政書士が相談を受け付けます。事前の申し込みは不要です。

■日時 2月20日(日)

午前10時〜午後3時

■場所 エス・バード

(旧飯田工業高校)

■お問い合わせ

長野県行政書士会飯田支部 ☎0265-1221117

退職金

社長の決断、応援します。

中退共済の退職金制度なら

安全 有利 簡単

国が制度安心

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

退職金の手続きが簡単

信州の図書館はつながっています

「信州ブックサーチ」のご案内

文化財・生涯学習課

県内の図書館が所蔵している本を検索できるウェブサイトを「信州ブックサーチ」をご存知ですか？

本のタイトルやキーワードを入力するだけで、読みたい本がこの図書館にあるかわかります。

あなたの「知りたい」「読みたい」を応援する「信州ブックサーチ」をぜひご利用ください。

信州ブックサーチ URL

☎026-123517439

お問い合わせ

長野県庁 文化財・生涯学習課

☎026-123517439

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

長野県警察本部

☎026-123310110

お問い合わせ

落とし物・拾い物をした時は警察に届出を

長野県警察本部

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

落とし物をした時は

たき火からの火災は絶対出さない！



【これからの時季は林野火災に注意！】

高森消防署管内における過去10年間の林野火災の発生状況
総件数22件 1月から5月までに16件発生(約70%)

林野火災	消火が困難 数日間燃え続ける可能性 住宅への延焼危険
原因	「たき火」など、「屋外での火の取扱いの不注意」 22件中10件(約45%)
たき火 実施上の注意	・付近に燃えやすいものがある場所では行わない。 ・消火のための水バケツや消火器を準備する。 ・空気が乾燥し、風が強い日には行わない。 ・たき火実施中は、絶対にその場を離れない。 ・たき火が終わったら必ず消火をする。 ※ たき火を実施する前に消防署へ連絡してください。
【たき火実施時の連絡先・問い合わせ】 高森消防署 ☎0265-35-0119 ・座光寺分署 ☎0265-53-0119	

水道管凍結にご注意を!! 凍結した時はご連絡ください

水道管の修理は、豊丘村指定給水装置工事業者へ連絡してください。
その他お問い合わせは、下記までご連絡ください。

環境課 上下水道係 TEL: 0265-35-9058

今月の納税

口座引落日	2月28日(月)	「税に関するポスター」入選作品
納入日	2月25日(金)	
納期限	2月28日(月)	
・集合税	9期分	
・固定資産税	4期	
・水道料	12・1月分	
・保育料	2月分	
・介護保険料(普通徴収分)	2月分	
・後期高齢者医療保険料(普通徴収分)	2月分	
今月の村税等夜間収納窓口は	2月28日(月) 17:15~19:30です	



豊丘北小学校6年 唐澤純花さん
この作品は南信県税事務所長賞です。

税務会計課 税務係 ☎35-9051

夜間窓口について

【日時】毎週月曜日 17:15~19:00
【場所】役場窓口係
(正面玄関から入場ください)
【取扱業務】
◎戸籍・住民票・その他諸証明の発行
◎印鑑登録 ◎マイナンバーカード申請
※転出・転入・保健切替等の異動手続きは行えません。

時間外交付について

【交付できるもの】
◎住民票 ◎所得証明書 ◎印鑑登録証明書
※「業務時間内の予約」が必要ですので、あらかじめお問い合わせください。
※戸籍等は交付できません。

税務会計課 窓口係 ☎35-9059



クッキーパーティー☆☆



真剣に大豆を収穫中…✨



雪だるまつくろ〜♪



たこ揚げ散歩☺️



雪あそび最高☺️

在籍園児数 令和4年1月1日現在

	未満児	3歳児	4歳児	5歳児	合計
北 保 育 園	27	15	15	23	80
中 央 保 育 園	35	29	22	24	110
南 保 育 園	15	14	7	8	44
合 計	77	58	44	55	234

豊丘村ケーブルテレビのコミュニティチャンネル
村の自主放送・音声告知放送
は

光 ★ 飯田ケーブルテレビの キャストビジョン

にて
ご視聴いただけるようになっています。※1

※1.「光キャストビジョン」は飯田ケーブルテレビが提供する光ファイバー網を活用した「放送」「通信」「電話」のブランドサービスです。

随時、飯田ケーブルテレビの担当スタッフがご案内させていただき、ご説明させていただきます。

詳しくはお問い合わせください

株式会社 飯田ケーブルテレビ

受付時間 9:00~17:00

0800-800-2794



豊丘村キャラクター
「だんQくん」

広報とよおか 2022.2
■通巻371号

●人の動き● R 4. 1. 1 現在(前月比)

人 口 : 6,687人(－15人)	住民異動届(12月中)
男 : 3,335人(－7人)	転入 : 8人 転出 : 12人
女 : 3,352人(－8人)	出生 : 1人 死亡 : 12人
世 帯 : 2,226戸(±0戸)	

●編集・発行●

豊丘村役場 総務課 企画財政係

〒 399 - 3295 長野県下伊那郡豊丘村大字神稲 3120 番地
 電話 0265 - 35 - 3311 (代表) / FAX 0265 - 35 - 9065
 ホームページ <https://www.vill.nagano-toyooka.lg.jp>
 電子メール info@vill.nagano-toyooka.lg.jp



豊丘村ロゴマーク

■印刷／龍共印刷(株)

