

2023 9

No.622
広報高森

UD
FONT

市田柿のふるさと
あったかもり

特集
P2

夢に向かって漕ぎ出せ！
～カヌーのまちづくり～

P6 ゼロカーボンたかもり
9月生まれのおともだち
新しい正副議長選任
P7 あつまれキッズ
P8 学校のページ「高森北小学校」

P9 たかもり12チャンネル
P10 カメラレポート TAKAMORI TIMES
P11 お知らせ版
P12 町のうごき
本の森つうしん



カヌーの魅力は水上の爽快感
漕ぎ出した先に見えた
未来への夢

たかもりカヌークラブ
高森中3年
中塚 雄梧 くん (15)

「水面から見ると、普段は目にすることができない景色が見えます。波に乗るのもアトラクションみたいで楽しいですね」とカヌーの魅力を話してくれた中塚雄梧くん。カヌーを始めたのは去年5月。きっかけは「昨年12月に高森町で行われた「アスリート講演会」でした。リオデジャネイロオリンピックカヌーで日本初の銅メダルを獲得した羽根田卓也選手の話聞き、カヌーに興味を持つように。学校へ行けていなかったこともあり「何か夢中になれるものが見つかり外へ出るきっかけになれば」という両親の勧めも受けて「たかもりカヌークラブ」の体験会に参加しました。

体験会の初日は中学校のプールで基礎を学び、2回目以降はクラブ員の指導を受けながら天竜川を下りました。「難しいかなと心配していたけど、乗るだけなら意外とスムーズにできました。暑い日でも水の上は爽快感があった、もっとやってみたくて思いました」と中塚くん。思うように操船するのは難しいのですが、クラブに入会し、メンバー



夢に向かって漕ぎ出せ！
カヌーのまちづくり



令和10年に長野県での開催が内定した第82回国民スポーツ大会「信州やまなみ国スポ」。この大会で、高森町はカヌー競技（スラローム・ワイルドウォーター）とバレーボール競技（ビーチバレー）の開催地となることが内定しています。

諏訪湖を源に伊那谷を南へ流れ、愛知県、静岡県を通じて太平洋に注ぎ込む天竜川。この豊かな水辺を町の資源ととらえ、「MIZB Eステーション」の整備に取り組んでいる高森町ですが、その背景には、昭和60年代からまちづくりにカヌーを事業として取り入れ「カヌーのまちづくり」を進めてきた歴史があります。

高森町を出発点とするカヌーのコースは、伊那谷を流れる天竜川の中でも、最も川幅が広がり、直線的に流れるため愛好家から人気のエリア。このエリアを使い、毎年開かれているのが「全日本天竜川カヌー競技大会」です。

昭和47年から続く歴史のある大会で、全国から毎年多くの参加者を迎えて盛大に開かれます。コロナ禍で中止が続いていましたが、今年8月27日(日)には4年ぶりとなる第49回大会を開催。これまでは日本でも珍しい最長13kmのコースでしたが、今回からは安全面にも考慮し、万年橋(山吹)〜弁天港(飯田市松尾)まで11kmのコースへと変更。距離は短くなったものの、その熱気は変わることなく、日本で最も強いパドラー(※)を決める、熱い戦いが繰り広げられました。

そんな「カヌーのまち」高森で、本格的にカヌーに取り組み始めた中学生がいます。「国スポ出場」という大きな目標を胸に、日々の練習に励む彼ら。そんな二人に、カヌーを始めたきっかけやその面白さ、今後への意気込みなど話を聞きました。

※ カヌーを行う人のこと

運動もしていなかったから、体力もつけないやいけません」と話し、今後積極的に練習に参加して技術を身につけたいと考えています。

「国スポ開催までには町内にカヌーのコースもできますし、僕が国スポやオリンピックに出場できるような選手になってカヌーの魅力を伝えられたら。町内のカヌー人口ももっと増えて、みんなで楽しめるようになる」といいます！



国民スポーツ大会が高森にやってくる!

カヌー乗艇体験会を開催します

令和10年長野県開催予定の第82回国民スポーツ大会「信州やまなみ国スポ」にて高森町が「カヌー競技」の会場地に内定しています。そこで、カヌーを身近に感じてもらうために乗艇体験会を開催します。小さなお子さんでも楽しめるパックラフトもご用意! ご家族・ご友人お誘い合ってご参加ください。



- 日時** 10月1日(日)午後1時30分~3時00分(予定)
- 会場** 高森中学校プール
- 募集人数** 20人
- 持ち物** ・濡れても良い格好(水着・ラッシュガードなど)
・タオル ・飲み物
- 申込方法** 二次元コードからGoogleフォームに必要事項を入力するか、もしくは、教育委員会事務局社会教育係へ電話でお申し込みください。
- 問い合わせ先** 教育委員会事務局 社会教育係 ☎ **35-9416**

こちらから申し込みできます!



ご紹介 たかもりカヌークラブ

カヌーが好きな人で集まって作った有志団体です。カヌーに興味がある人はぜひ一緒にカヌーをしましょう! クラブ所有の道具をお貸しできますのでカヌーに触れたことのない方でも、お気軽にご連絡ください。たかもりカヌークラブの活動はFacebookよりご覧ください。

たかもりカヌークラブへの問い合わせ

☎ **090-3312-0493** (クラブ代表 松崎)

たかもりカヌークラブ
Facebookページはこちら



ひたむきに、まっすぐに
努力を重ねて
目指すは国スポ出場!

長野県カヌー協会
国民スポーツ大会強化候補選手
高森中2年
小松原 由乃 さん(14)

小松原さんがカヌーと出会ったのは小学校6年生の時。きっかけは令和3年に行われた「NAGANOスポーツ☆キラキラ」子育てプロジェクトへの応募でした。このプロジェクトは、信州やまなみ国スポに向け、将来トップアスリートとして活躍できる人材の早期発掘・育成を目的に長野県が実施したもので、「もともと体を動かすのが好きだったので、合格してスポーツ選手になれたらいいな」と思い応募しました」と話す小松原さんは、1次選考会のDOSA(スポーツ能力測定)を成績優秀者として通過し、厳しい2次選考会にも合格。長野県キラキラ3期生として県が実施する育成プログラムに参加することになりました。

自身がどの競技に取り組むかを選ぶため、合格後、自転車やランポリン、トライアスロン、射撃、ウエイトリフティングなどさまざまな競技を体験。その中で、小松原さんが一番魅力を感じたのがカヌーでした。「高森町が『カヌーのまち』というのは知っていて親近感がある」と話す小松原さんは、カヌーに興味を持ち、高森町のカヌー協会に問い合わせ、カヌー体験会に参加しました。カヌーは、実際にやってみたら景色も美しい気持ち良くて、本格的にやってみたいと思いました」と小松原さん。そこからカヌーの専門家である長野県カヌー協会の武江一先生による指導がスタート。シーズン中は安曇野で行われる練習に参加し、4月~7月、9月~12月は高森中のプールに設けられるカヌーコースで練習に励んでいます。

競技カヌーにはスピードとテクニックの両方が必要。「練習の際のタイムアタックで、タイムが1秒でも縮まるとうれいす。逆に難しいと感じたのは『思ったより動きが小さい』と先生に言われたこと。肩甲骨が硬いみたいで苦戦しています」。長野県カヌー協会が定める「国民スポーツ大会強化候補選手」にも選ばれ、練習がない日も自宅でも肩甲骨を開く練習やパランス練習、夜寝る前の腹筋などのトレーニングを欠かさず行っています。「プールでの練習は穏やかで漕ぎやすいですが、川や湖に出ると波があるので違う楽しさがあります。青木湖に出たり、天竜川を下った時は、景色がキレイで楽しかったですね。高森町にMIZBEステーションができたから、そこで練習できるようになるかもしれないと聞いたので今から楽しみです」と笑顔で話す小松原さん。一人で練習することも多いため「もっと仲間が増えたいな」と願っています。国スポが開催される令和10年には19歳になる小松原さん。「これからの5年間、少しでも多く練習を積んで上達し、国スポ選手になれるよう頑張ります!」とまっすぐな眼差しで語ってくれました。



断熱リフォームのメリット

冷暖房が良く効き
光熱費が下がる
⇒省エネによりCO₂
を削減できる



熱中症や
ヒートショック※
の予防対策になる



※ヒートショック…急激な温度変化によって、
血圧が大きく変動し、体に負担がかかる現象

壁や窓から
熱気・冷気を
感じにくくなる



カビや結露が
発生しにくく
なる



無料で住まいの省エネ性能を簡易診断します

長野県「建築物の省エネ改修サポート制度」

長野県が認定した省エネ改修アドバイザーが、お住まいの省エネ性能を無料で簡易診断し、改修のアドバイスをします。

お申し込みは、(公社)長野県建築士会 電話 026-235-0561 まで。

長野県 HP「省エネ改修サポート制度」で検索し、詳細をご覧ください。



断熱リフォームの際は、国・県の補助金などを活用できる場合があります。

詳しく知りたい方は、国・県の補助金のホームページを確認してください。

※予算状況などにより、受付を終了している場合がございます。

国補助金HP 県補助金HP



【問い合わせ先】 環境水道課 環境係 ☎35-9409

引用：環境省HP

ゼロカーボンたかもり

地球温暖化について、情報を毎月お届けします！



今月のテーマは…「建築物の断熱リフォームをしましょう！」
高森町では、2050年ゼロカーボンシティの実現に向けて、家庭から排出されるCO₂削減の取り組みとして、建築物の断熱リフォームを推進しています。

断熱リフォームとは
外気の温度や熱を室内に伝えにくくするために、天井・壁・床・開口部(窓など)の断熱施工をすることです。



議長 岩口友雄 議員



副議長 市川信幸 議員

7月28日の臨時議会で、議員の委員改選が行われました。
議長に岩口友雄議員、副議長に市川信幸議員がそれぞれ選任されました。
任期は、令和7年7月29日までの2年間です。

新しい正副議長選任



9月生まれのおともだち

10月生まれのおともだち(0~3歳児)を募集します

写真にお名前、生年月日、コメントを添えて総務課広報係にお送りください。(9月15日必着)

投稿はこちらからメールフォームを起動してください。



みやざき とうり 宮崎 橙李くん(1)

とっても元気に大きく成長しました(^-^)

9月の誕生日を迎えた時点の年齢で記載しています

ママ記者おすすめの本



『カブトムシ』

皆さんは夏に飼っていたカブトムシ、どうしていますか？
この本は主人公のカブトムシと友達になって夏を過ごし、生まれ育った森へ帰すまでのことが書かれています。大事に育てたカブトムシとお別れもポジティブに捉えられる素敵なお話です。



『ぐるんぱのようちえん』

一人ぼっちだったぐるんぱが、旅に出ているいろいろなお仕事を体験します。うまくいかないことばかりだけど、最後は…？ 子どもなら一度は夢見る大きなお菓子も出てきます♪お子さんと、どんなお仕事したいかな？と、お話ししながら読むのも楽しいです。

あったかてらすのイベントや子育てに役立つ情報を発信！

あつまれキッズ

September 2023

あったかてらす

読書スペース紹介

暑かったり、雨だったり、お外に出られない日は、親子で読書を楽しむのはいかがでしょう？

ママ記者レポート

【ずくだせテレビ】インタビュー



SBC放送の『ずくだせテレビ』であったかてらすが特集されました。飯田市出身の尾関雄哉アナウンサーがインタビューを通して、あったかてらすの魅力を伝えてくれています。

ほどよくこじんまりした落ち着いた空間にたくさんの本が置かれています。表紙が見えるので、「これ読んで！」と、気に入る本を持つてくる子どもたちの姿も♪



親ごさん向けの本も置いてあります。お気に入りの本を親子で探してみても？

貸出可能なので、気に入った本があったら、お家でゆっくり読んでもいいですね。

司書が選ぶ町図書館のおすすめ絵本を常時15冊ほど置いてあります。定期的に入れ替えているので、どんな本が並ぶか、ぜひチェックしてみてください！(町図書館司書：鳴海紗知)

schedule

9月 あったかてらすスケジュール

- 13日(水) 移動図書館きんもくせい (10:40~11:20)
- 16日(土) おもちゃの修理屋さん (10:00~12:00)
- 19日(火) 2歳半児相談 (AM)
- 20日(水) 10カ月児相談 (AM) 1歳児相談 (PM)
- 22日(金) 7カ月児相談 (AM) 4カ月児健診 (PM)
- 23日(土) ウキウキ広場 (10:00~)*
(パパと遊ぼう)
- 25日(月) ボディケア (10:00~)*
- 26日(火) おひさま広場 (10:00~)*

10月

※(*)は事前申込が必要です。

- 2日(月) じーばーと遊ぼう (9:30~)
英語で遊ぼう (10:00~)*
- 3日(火) 赤ちゃん広場 (10:00~)*
- 4日(水) ウキウキ広場 (10:00~)*
ゆりかごママ教室 (10:00~)*
- 11日(水) 移動図書館きんもくせい (10:40~11:20)
- 12日(木) 【休館日】 3歳児健診 (PM)
- 15日(日) サツマイモの収穫 (9:00~)*
(はぐくみプロジェクトの皆さんと)
- 17日(火) 2歳児相談 (AM) 1歳半児健診 (PM)

◎毎週水曜日には、2階ロフトにて、就業相談【働くところ・働き方相談室】が開設され、就業相談員による相談サポートが受けられます。お気軽にご相談ください。

Welcome to あったかてらす

今回遊びに来てくれたのは

あったかてらすってどんなところ？
どんなことができるの？

実際に遊びに来てくれている方に聞いてみました。

はるちゃん(1歳半女の子親子です)。

はるちゃんママに質問

Q あったかてらすに通うようになって良かったことは？

A 知らない土地での初めての育児は不安でしたが、あったかてらすに通うようになってスタッフやママさんたちとの交流を通して一人じゃないと思えました。

Q こんなイベントがあつたらいいなと思うことは？

A うちの子は体を動かすことが好きなので、ダンスの日があると嬉しいです。

いつでも相談をお受けします。
お気軽にご連絡ください。

あったかてらす ☎ 35-5000 open 9:30/close 17:00

女性活躍子ども子育て拠点施設

あったかてらすの運営を町から医療法人ゆりかごに委託しています。町と法人が連携して、子どもたちの健やかな成長を見守り、保護者の皆さんの支えとなるよう頑張っています。町の健診もこれまで通りあったかてらすで行います。



5年生 海の学習 (7月5・6日)

5年生の海の学習が無事に実施できました。

1日目は航空ミュージアムの見学、干物作り、磯散策など、体験学習を楽しみました。

2日目は水族館でイルカショーを楽しんだり、科学館で学んだりしました。コロナによる行動制限もなく、クラス全員で大きな行事を終えることができたのが何よりの思い出です。行事を通して深めた学級の絆を、児童会活動の引き継ぎなどで発揮していければと思います。



北小まつり (7月21日)

1学期の終わり、児童会行事である北小まつりが行われました。午前中の2時間を使い、委員会ごとに企画したゲームコーナーやクイズコーナーを全校で回りました。

行事を楽しみにしていた児童たちは、朝からワクワク・ソワソワしていました。高学年の児童が2グループに分かれ、ブースの運営を行いながら、優しく丁寧に低学年児童の世話をしている姿がとても印象的でした。企画をしてくれた6年生を中心にとても盛り上がり、楽しい時間を過ごすことができました。学校全体を動かすことを経験した6年生は、また一つ1upすることができました。



2学期始業式 (8月24日)

暑さが残る中、2学期がスタートしました。5年生の児童2人が1学期の振り返りと2学期の目標を堂々と発表してくれました。

○上野 碧杜 さん

1学期に頑張ったことを2つ発表します。

1つめは、いろいろな人にあいさつをすることです。なぜかという、あいさつをすると人とコミュニケーションがとれるからです。2つめは、国語の勉強です。漢字が苦手なので、2学期も漢字を覚えることを頑張りたいです。2学期の大きな目標は、人に優しくすることです。なぜかという、1学期はちょっとケンカをしてしまったからです。ケンカをしている人がいたら、止めたり話を聴いてあげたりしたいです。

○塚本 遥陽 さん

僕が1学期に頑張ったことは3つです。1つめは、字を綺麗にすることです。4年生の頃は字を書くのが苦手でした。なので、漢字やひらがなを綺麗に書くために努力しました。だから、4年生の頃よりも綺麗な字が書けるようになりました。2つめは、友だちとあいさつしたり話したりすることです。3、4年生の頃は、あいさつや話すことが恥ずかしくてあまりできませんでした。だから、友だちと話したりあいさつしたりすることを努力してできるようになりました。3つめは、運動をすることです。これまで運動をあまりしなかったのですが、5年生からは運動をするようになりました。

そして、2学期の目標は、みんなと協力したり遊んだりして、今までよりも仲良く楽しく学校生活を過ごすことです。





たかもり12チャンネル

2023
9月

今月のおすすめ番組はこちら！

◆みんなの広場

放送時間 7:30 9:30 13:30 17:30 19:30

町のホットな情報や町民ディレクターによる番組を放送

平和へのかけはし使節団 広島訪問



9月9日～15日

8月5日～7日に行われた平和へのかけはし使節団の広島での活動の様をお送りします。

戦没者追悼 平和祈念式典



9月16日～22日

8月15日に行われた「戦没者追悼・平和祈念式典」の様をお届けします。

平和へのかけはし 使節団報告会



9月23日～29日

9月9日に行われた平和へのかけはし使節団報告会の様をお届けします。

中学生職場体験



9月30日～10月6日

7月25日～27日に行われた中学生職場体験の様をお届けします。

◆ふれあい情報局

各種団体などの情報を月1回の定期番組でお届け

放送時間 7:00 9:00 13:00 17:00 19:00

商工会フラッシュ (9月9日～15日)
「商工会からのお知らせ」

議会ホット情報便 (9月16日～22日)
担当：北沢 幸保 議員

時の駅にようこそ (9月23日～29日)
「北原龍太郎展」

消防操法大会 (9月30日～10月6日)
「消防操法大会レポート」

週刊ニュース

◆「市田柿の里からこんにちは」

町に関する出来事やニュース、各地区の行事など

放送時間 6:30 8:30 10:30 12:30 15:00 18:30 21:00

音声番組

●119アワー … 9月19日(第2副分団長 園田 雄大 さん)

高森町議会定例会のご案内

令和5年9月 第3回議会定例会

9月に行われる、議会定例会の様を生中継および録画でお送りします。

【生中継 放送時間】

議会本会議開会 (1日目) 9月 4日(月)	9:00～
議会本会議一般質問 (2日目) 9月12日(火)	9:00～
議会本会議最終日 (3日目) 9月20日(水)	9:00～

【録画 放送時間】

議会本会議開会 (1日目) 9月 5日(火)	18:30～
議会本会議一般質問 (2日目) 9月13日(水)	18:30～
議会本会議最終日 (3日目) 9月21日(木)	18:30～

※議会日程の変更により、放送時間に変更になる場合があります。テレビ番組表をご確認ください。

放送内容・時間は変更になる場合があります。詳細は町ホームページの番組表またはリモコンの番組表ボタンを押してご確認ください。

小・中・高対象 個別指導専門塾

明 光 義 塾

明光義塾 下伊那高森教室

☎ 0265-35-7870

広告欄

処方せん調剤・くすり

はらまち薬局

高森町上市田632-1(上県道沿)
■TEL34-3261 ■FAX34-3262

営業時間 ●月・火・水・金 8:30～18:30
木 8:30～17:30
土 8:30～13:00
休 日 ●日曜日・祝日

<http://www.e-classa.net/shinano-haramachi/>

広告欄



地球温暖化防止を目指して エコクッキングを体験 7月23日

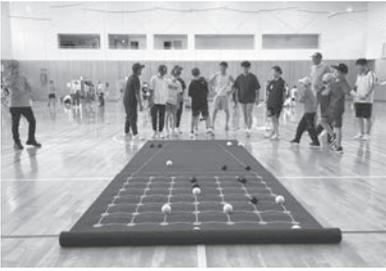


環境水道課は、福祉センターでエコクッキングを開催しました。親子が体験しながら楽しくカーボンニュートラルを学ぶ取り組みとして、高森町のほか、近隣町村の親子が参加。地元で収穫した旬の食材を使うことで、栽培や輸送のエネルギーを抑えることができることを学び、野菜を細かく切ることで加熱する時間を短くすることや、火を使わずに調理できるメニューを実践しました。町ではこれからも、地球温暖化防止を楽しく学ぶ取り組みを進めていきます。

公民館スポーツフェス開催

7月30日

高森町公民館は、町民体育館で公民館スポーツフェスを開催しました。今回は8団体12チームが出場し、モルックと囲碁ボールを行いました。同日に行っていた育成会ふれあい交流会の参加児童もエントリーして、会場内は白熱した雰囲気でも盛り上がりました。表彰はモルック、囲碁ボールそれぞれ3位までに、総合は6位までに景品が用意され、地元農家提供のモモやブドウはじめ、町公式グッズなどが贈られました。



4年ぶりに開催 明治大学硬式野球部による 野球教室・交流会 8月5日



高森町は、高森中学校グラウンドで明治大学硬式野球部を招き、町内団体で野球をしている小中学生を対象に野球教室を開催しました。大学野球トップレベルの大学生から楽しく野球を教わりました。夜には福祉センターで交流会が行われ、親睦を深めていました。

第33回平和へのかけはし使節団 「平和バス」を派遣しました

8月5日～7日

高森町が、平成元年から派遣している広島へのかけはし使節団は今年33回目を迎えました。5日には、団員34人の出発を見送りました。6日には、町民の皆さんが願いを込めて作成した17万羽を超える折り鶴を持って、広島市平和記念公園で行われた記念式典へ参列しました。



島岡吉郎杯盆野球大会 8月16日

高森町野球連盟は、毎年盆野球を行っています。今年度は、6チームが出場し2ブロックに分かれて試合を行いました。

Aブロック優勝 下市田3区
Bブロック優勝 牛牧



下市田3区



牛牧

第100回市田灯ろう流し 大煙火大会 8月18日

4年ぶりにコロナ禍前の規模で、露天も出店し開催されました。上空には大スターマインが彩り、多くの人でにぎわいました。



あつたかもり通信

2023年
9月

「山吹下河原未来ビジョン」策定に係る町民ワークショップの開催について

山吹の国道153号線沿いからJR下平駅、山吹駅周辺の将来のまちづくりおよび土地利用計画として策定を進めていく「山吹下河原未来ビジョン」について、意見をいただき、未来ビジョンへの反映を検討するため、ワークショップを開催します。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

- ▼日時 9月25日(月) 午後7時から
- ▼場所 福祉センター 大ホール
- ▼対象 町民の方どなたでも
- ▼内容 ワークショップ

- 「山吹下河原の未来を考える」
- ・当地域を取り巻く状況などの説明
- ・暮らす視点、楽しむ視点などから、どのようなまちづくりのカタチに土地利用が望ましいか、参加者でグループワーク
- ▼問い合わせ先 建設課 地域デザイン係
☎3519407

高森町 公式 LINEアカウント
友だち募集中!



参加者募集!
イベント案内!

町の情報をお届けします。

令和5年度住宅・土地統計調査

10月1日現在で「令和5年度住宅・土地統計調査」を実施します。この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国340万世帯の方々を対象とした大規模な調査です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬から調査員が調査書類の配布に伺いますので、インターネット回答のほか、紙の調査票を郵送または調査員に提出する方法でご回答をお願いします。調査準備のため、9月中旬から調査員が対象の地域を巡回します。調査員は「調査員証・立入検査証」を携行しています。皆さんのご理解ご協力をお願いします。

- ▼問い合わせ先 総務課 広報係
☎3519402

長野県看護大学 第1回公開講座

長野県看護大学では、どなたでも参加できる公開講座を開催します。

- ▼日時 9月16日(土) 午後1時30分
- ▼会場 長野県看護大学 大講義室
- ▼テーマ 「変化する医療・社会における看護職に期待される役割」
- ▼講師 長野県看護大学 渋谷美香教授
- ▼その他 申し込みは不要です。
- ▼問い合わせ先 長野県看護大学事務局 教務・学生課
☎02651815100

9月の夜間窓口

9月
25日
(月)

夜間窓口を午後7時まで開設
します。
各種証明発行などができます。

9月の休日当番医・薬局

▼診察・開局時間 午前9時～午後6時 産婦人科は午前9時～正午
※変更になる場合もありますので、事前に電話確認をお願いします。

日	曜日	内科	小児科	外科	産婦人科	薬局
3	日	羽生 24-1250	さの 48-5351	羽場 28-5151	羽場 28-5151	
10	日	波多野 22-0666 松尾 22-3921	久田 22-0379	市瀬 27-3311	市立 21-1255	イサワ薬局 36-2009
17	日	健和会 23-3115	健和会 23-3115	健和会 23-3115	市立 21-1255	
18	月	菅沼 22-0532	菅沼 22-0532	おおぎ 22-1730	市立 21-1255	大島松尾薬局 36-3433
23	土	まるやま 32-1666	まるやま 32-1666	慶友 52-1152	市立 21-1255	
24	日	宝クリニック 22-4114	健和会 23-3115	市瀬 27-3311	市立 21-1255	キクリン堂ビカイチ薬局 33-4545

◆休日夜間急患診療所(内科・小児科) 飯田市東中央通り5-96 ☎(0265)23-3636

休日 午前9時00分～午後0時30分 夜間 午後7時00分～午後10時00分

◆口腔衛生センター(歯科) ☎(0265)24-5791

休日 午前9時00分～正午

※受付時間についてはお問い合わせください。※上記時間以外は、電話の自動音声で診察可能な病院をご案内します。

10月乳幼児健診・相談日程 (会場：あつたかてらす健診室)

日	曜	事業名	該当者	受付時間
12	木	3歳児健診	令和2年8・9月生	午後0時45分～1時00分
17	火	2歳児相談	令和3年10月生	午前9時00分～9時15分
17	火	1歳半児健診	令和4年4月生	午後1時00分～1時15分
20	金	2歳半児相談	令和3年4月生	午前9時00分～9時15分
25	水	10カ月児相談	令和4年12月生	午前9時00分～9時15分
25	水	1歳児相談	令和4年10月生	午後1時00分～1時15分
27	金	7カ月児相談	令和5年3月生	午前9時00分～9時15分
27	金	4カ月児健診	令和5年6月生	午後1時00分～1時15分

令和2年10月生の3歳児健診は12月7日(木)に行います。詳しくは11月の広報高森「あつたかもり」でご確認ください。
乳幼児健診・相談の年間計画は高森町ホームページに掲載しています。

2023.9.15~2023.10.14 町のうごき

9/15 金	小学4年生社会見学(南小学校)/議会運営委員会 常会文書発送 特定健診・ヘルススクリーニング(16日まで)
16 土	リサイクルステーション土曜収集
17 日	資源・埋立ごみ収集(吉田)
18 月	敬老の日 敬老訪問
19 火	2歳半児相談 土木振興総会
20 水	議会定例会(最終日) 容器包装プラスチック収集(下市田・牛牧・上市田・大島山・出原) 10カ月児相談/12カ月児相談
21 木	
22 金	農業委員会/定例監査 4カ月児健診/7カ月児相談
23 土	秋分の日 運動会(町立保育園)
24 日	資源・埋立ごみ収集(山吹)
25 月	特定健診・ヘルススクリーニング(29日まで)
26 火	全国議長会広報研修会
27 水	容器包装プラスチック収集(吉田・山吹)
28 木	小原ヶ丘祭①(中学校) 長野県公民館大会(29日まで)
29 金	小原ヶ丘祭②(中学校) 議会全員協議会/区長会
30 土	小原ヶ丘祭③(中学校)
10/1 日	資源・埋立ごみ収集(下市田)
2 月	
3 火	
4 水	容器包装プラスチック収集 (牛牧・上市田・大島山・出原)
5 木	
6 金	教育委員会
7 土	運動会(南北小学校)
8 日	資源・埋立ごみ収集(牛牧・上市田・大島山・出原)
9 月	スポーツの日
10 火	常会文書発送
11 水	容器包装プラスチック収集(吉田・山吹)
12 木	民生児童委員会 3歳児健診
13 金	
14 土	運動会(認定こども園ぼたも・高森あかり保育園) リサイクルステーション土曜収集



本の森つうしん

図書館休館のお知らせ

図書館システム更新のため、町立図書館および南信州図書館ネットワークに参加する図書館は、下記の期間休館となります。現在、貸し出し中の本は、期限日までご利用いただけます。ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

期間：9月18日(月)～9月30日(土)

※17日(日)午後6時00分～10月1日(日)午前9時30分までは、インターネットでの蔵書検索、予約、利用照会などWebOPACのすべての機能がご利用いただけません。

デジとしよ信州を利用しよう!

図書館の休館中も、長野県民向け電子図書館デジとしよ信州は変わらず利用できます。2万2千冊以上の電子書籍の中から、好きなものを選んで借りることができます。

ご利用には、図書館での登録手続きが必要です。詳しくは、図書館までお気軽にお問合せください。

令和5年度 町町村と県による 県民電子図書館

長野県民はいつでもどこからでも

パソコン・スマホ・タブレットで読む
電子書籍(コンテンツ)……77市町村で分担購入

電子図書館(プラットフォーム)……県立図書館で維持

県立図書館 公民館図書室 市町村立図書館

電子図書館の窓口のない自治体の住民
県立図書館を通じて申請

電子図書館の窓口のある自治体の住民
住所のある自治体で申請



詳しい説明はこちら
(県立長野図書館HP)

開館時間：午前10時～午後6時(金曜日は午後7時まで)
9月の休館日：毎週月曜日、18日～30日

問い合わせ先 町図書館 ☎35-9434

開館状況は変更になる場合があります。ご確認の上、ご利用ください。

9月の町税・料金

- 国民健康保険税(普通徴収) …… 4期
 - 後期高齢保険料(普通徴収) …… 3期
 - ケーブルTV使用料
 - 保育料・学校給食費
 - 学童クラブ負担金
 - 上下水道料
- 9月分

口座振替日
9月26日(火)

※納付書払いの方は、最寄りの金融機関または役場会計窓口にて納付願います。

高森町の人口(令和5年8月1日現在) 12,778人 男:6,247(±0) 女:6,531(±0) 世帯数:4,595(+1)

あったかもり



UD FONT

見やすく読みやすい文字を採用しています。

スタッフ募集

ちょっとしたスキマ時間に
ちょっとしたおてつだい

シニア世代の方も活躍中
電話:0265-48-8087

認定NPO法人 びすけっと

スタッフ
交通費等支給有り
お気軽にお問い合わせください

ホームページからも詳細を確認できます!

いろんな事までやります!! 創業2001～

あなたのやりたい事、できない事代わりに、代行致します。

- *庭先、土手、畑等 草刈(剪定クズ、刈り草処分)
- *不要樹木、等の伐採、庭の手入れ(園芸協会認定)
- *ガラスの入替え、障子、網戸の張替 *ハクビシン対策
- *室内改装・畳～フローリング・壁の修理、塗り替え
- *建具の調整・カギ修理・玄関等アルミサッシの取換え

携帯090-7904-1421

よろずや「まごの手」

高森町下市田2297-2 ☎35-9876 代表 原 常夫