

# 市田柿のふるさと あったかもり

2024 2

No.627  
広報高森

UD  
FONT

特集  
P2

## 輝け！未来

—令和5年度 はたちの集い—

P6 ゼロカーボンたかもり

UP！たかもり

P7 職員採用に関する説明会

2月生まれのおともだち

P8 あつまれキッズ

P9 保育園のページ「山吹保育園」

P10 学校のページ「高森中学校」

P11 たかもり 12チャンネル

P12 始まります！所得税・町県民税の申告相談

P14 お知らせ版

P15 カメラレポート TAKAMORI TIMES

P16 町のうごき／2月のイベント

本の森つうしん



特集

# 輝け！未来

—令和5年度 はたちの集い—

令和6年1月3日(水)、「令和5年度 高森町はたちの集い」が開催されました。会場である高森中学校には今年度、二十歳の対象者115人が集い、同窓生や恩師との再会を喜び合う明るい声が響きました。

令和4年の民法改正により、成年年齢は18歳へと引き下げられましたが「18歳だとまだ高校生で懐かしみがない」「大学受験のタイミングで参加が困難になってしまう」などの理由から、高森町では「成人式」から「はたちの集い」へと名称を変更し、二十歳の方を対象とした式典を開催しています。

昭和32年度、高森町として第1回の成人式を行って以来、参加者有志による実行委員会がアトラクションの企画や記念品の選定、当日の進行など運営に携わっています。今年度も実行委員会の企画による「ビンゴ大会」や「クラス懇談」が行われ、大いに盛り上がりました。今回は、二十歳の皆さんの代表として、実行委員の4人にインタビューを実施。近況や今後の夢、これからの高森町に望むことなどそれぞれの思いを聞きました。



Interview

## 宮嶋 駿介 さん

山吹出身



Syunsuke Miyajima

はたちの集い実行委員会として、11年半ばかり4人で準備を進めてきました。私を含め、地元から離れている人が多く、ZoomやLINEを通じてさまざまなことを決定していくのは大変でしたが「みんなが楽しめて記憶に残るような式にしたい」とメンバーで力を合わせて取り組んできました。

私は現在、作業療法士になるという夢を叶えるため、岐阜県の平成医療短期大学に通っています。高校では建築を学んでいましたが、卒業前に改めて進路を考え、救急救命士として働く父や、福祉の仕事に携わっている祖母の姿から医療・介護分野に興味を持つようになり、作業療法士になるという新たな夢が生まれました。学校は3年制で、現在は2年生。2年の前期で座学が終

わり、残りの1年半は実習が中心となります。これまでは、実習といっても見学するだけでしたが、今後は実践的な業務が始まるため、気を引き締めつつも楽しみにしています。

進学を機に初めて親元を離れたこともあり、1年生の頃は家族のわいわいした雰囲気恋しくて頻繁に実家へ帰省していました。高森町の魅力は自然が豊かなところ。今住んでいる岐阜県にも、もちろん自然はありますが、より近くで自然の良さを感じられるところが大きな魅力だと思います。「これからの高森町に望むこと」と聞かれると難しいのですが、この素晴らしい自然を生かして、自然と触れ合ったり楽しめるようなスポットや施設ができれば、さらにより一層、魅力が伝わるのではないかと考えています。

進学した時から、いずれは地元に戻って働きたいと考えており、卒業後は長野県での就職を目指します。患者さんの心に寄り添い、その言葉にしつかりと耳を傾けながら、楽しいハビリティを提供できる作業療法士となり、地域の医療に貢献したいと考えています。

Interview

## 中平 朱星 さん

山吹出身



Ayase Nakadaira

高校を卒業後、介護福祉士を目指して飯田短期大学へ進学しました。今も実家で家族と暮らしながら、車で通学しています。もともと地元が好きで、高森から出る気持ちは全くありませんでした。高校卒業を目前に「人の助けになる仕事に就けたらいいな」と考えていた際に、同じ敷地内の家に住んでいる祖父母が「将来は施設に入らずこの家で過ごしたい」と話しているのを耳にして「介護の仕事に就けば、大好きな祖父母はもちろん、誰かの役に立つことができるし、飯田短期大学なら地元を離れなくていいし、最高！」と結びついた形です。春からは松川町の社会福祉法人に就職が決まっており、今は介護福祉士の国家試験合格を目指して勉強に励む毎日です。

10月に誕生日を迎え、二十歳になりましたが、それほど気合を入れたことなく(笑)さっぱりと二十歳になったな...という感じでした。ただ、以前からずっと「お酒が飲みたい」と思っていたので、家で父と初めてお酒を飲んだ際に「これが大人だー」としみじみ感じましたね。今後、叶えたい夢はバイクに乗ること！自動車の免許を取りに行った際、教習所でバイクに乗っている人を見て「カッコいい」と思ったのがきっかけです。就職したら中型か大型の免許を取ってバイクで職場に通いたいなど今から楽しみにしています。

高森町にもMEGADON・キホーテなどの商業施設ができたので、サッカー場の新設計画もあり、若者が集まる場所は増えていきます。おじいちゃん、おばあちゃんが行ける場所が少ないことが残念です。高齢者の方も、同年代の人に久しぶりに会えたら良い刺激になるし、外に出るきっかけにもなると思います。「八十代のつどい」みたいな企画や、高齢者の方が集まれる場所がもっと増えたら、高森町がすべての人にとって楽しいまちになるのではと考えています。

### 坪井和輝さん 牛牧出身



Kazuki Tsuboi

しています。4年間の学びを終えたあとは大学院への進学を視野に入れており、より実践的に深く知識を得た上で、その後の進路を考えたいと思っています。

兄の友達の仕事の方から「実行委員やってみたい？」と声をかけていただき「一生に一度しかない機会だし、せっかくだからやってみよう」と参加しました。オンラインで時間を合わせて集まり、アトラクションや記念品について話し合うのは大変でしたが良い経験になりました。

私は高校を卒業後、茨城大学へ進学し、都市システム工学科で学んでいます。もともと興味があったことのひとつに「防災」や「災害対策」があり、人口減少や地球環境などさまざまな変化に適応しながら都市社会を持続的に発展させる方法を学ぶこの学科を志望しました。大学の授業では、これまで知らなかった新たな知識に触れる機会も多く、毎日がとても楽しく充実

しています。4年間の学びを終えたあとは大学院への進学を視野に入れており、より実践的に深く知識を得た上で、その後の進路を考えたいと思っています。

12月に二十歳の誕生日を迎えました。その瞬間は、自分の中でも一区切りという感覚があり、当日は、実家に電話を入れて両親に「今までありがとう」という思いを伝えました。食事の準備や片づけ、掃除など、一人暮らしをしてみても初めて、これまでいかに親に頼っていたか身に染みて分かりましたね。うちは4人兄弟なので家も賑やかでしたが、両親も苦労したと思います。大切に育ててくれたことに、心から感謝しています。

故郷を離れ、改めて感じるのは高森町の温かさです。朝、学校へ行く際にあいさつをしただけで、近所の方々の姿や、横断歩道で車が止まってくれたこと。一つ一つは細かいですが、そうした環境の中で幼少時代を過ごせたことをありがたく感じます。時代に合せて町も変化していくかもしれませんが、そんな温もりのある場所であり続けて欲しいと思っています。

### 中塚陸斗さん 吉田出身



Rikuto Nakatsuka

中学時代に仲の良かった宮嶋駿介くんから連絡をもらい、はたちの集いが実行委員会形式で開催されていることを初めて知り、一緒にやらないかと誘ってもらえたこともうれしかったです。こういう機会もあまりないことなので、自分自身も楽しみながら取り組んでみました。

現在、私は名古屋E.C.O動物海洋専門学校に通っています。幼い頃から動物が好きで、高校2年生くらいから動物関係の仕事に就きたいと本格的に考えるようになりました。専門学校というところもあり、実践的な学びを多く得ることができましたが、中でも一番印象に残っているのが「人との関わり方」です。動物関係の仕事は365日絶えることなく続き、すべてを

1人でこなすことはできません。交代で休みを取ったり、情報共有したりすることも大切です。私が通う学校は研修制度が充実しており、飯田市立動物園をはじめ、さまざまな動物園で働かせてもらいました。中高時代に比べて幅広い年代の方々と触れる中で人との関わり方を学び、得られたことも大きかったです。

今は、名古屋城の近くで一人暮らしをしています。都会での生活も楽しくて大好きですが「やっぱり一番落ち着く場所は高森だな」と帰るたびに思います。新しいことを取り入れ、高森町もこれから発展していくと思いますが、私は今の町並みや風景が好きなので、良いところは残しつつ、私たちのようにここで育った人が戻りたくなる場所であってほしいと思っています。

卒業後は地元で動物関係の仕事に就きたいと考えており、今は就職活動の真っ最中です。春からは環境も変わるとは思いますが、これまで育ててくれた両親や、周囲の方々への感謝の気持ちを忘れることなく、社会人として新たな一歩を踏み出したいと思っています。

# 祝！ はたちの集い

2024.1.3



環境学習

コンセントの向こうがわ



ゼロカーボンたかもり

地球温暖化防止について、情報を毎月お届けします！

高森町の小学校で、『環境学習』の授業を行いました！

南小学校6年

北小学校4年



電気を一番使う家電は？



電気はどこからくるのかな？



地図の上に発電所を置いてみよう!!



CO2を減らすために今自分にできることは？



CO2を排出しているのはどこかな？

子どもたちからは、「電気を作るのにも二酸化炭素が排出されていて驚いた」「家で電気を無駄遣いしないようにしたい」といった感想がありました。皆さんも、CO2を減らす取組を考えてみましょう！

【問い合わせ先】環境水道課 環境係 ☎35-9409 授業講師：おひさま進歩エネルギー(株) (飯田市)



UP! たかもり

高森が元気になる話題



あったかもり賞 3003様



秋自慢大賞 kon\_enjoy\_account様



あったかもり賞 acaoyoo様



あったかもり賞 みつちゃん

みんなで作ろう！  
あったかもりまち自慢2023  
フォトアルバム  
秋自慢受賞作品 結果発表!!

高森町タウンプロモーション推進委員会は10月〜12月にかけて、フォトアルバム「あったかもりまち自慢2023 秋自慢の部」を募集しました。主にSNS投稿から作品を募集し、応募総数は79点あり、さまざまなシーンの投稿により高森町の魅力を発信することができました。

あったかもりまち自慢  
フォトアルバム  
冬自慢募集中！

現在、冬をテーマに応募を受け付けています。応募および詳細は町ホームページまたは2次元コードからご確認ください。皆様のご応募をお待ちしております。

応募はこちらから



# 職員採用に関する説明会



高森町の職員採用に関する説明会を開催します。飯田のほか、名古屋、東京でも開催しますので、ご都合の良い会場へお越しください。ご家族の方は、お子さんやお孫さんにもぜひ、この説明会をご紹介ください。

## 参加対象

高森町の職員採用に興味のある大学生・短大生（学年は問いません）

令和6年度の職員採用試験の説明が中心ですが、大学1年生・2年生の方も今後の進路の参考としてぜひご参加ください。

## 会場・開催日時 全3回・事前申込制

**名古屋会場** 2月27日(火) 午後1時30分～3時00分

@名古屋プライムセントラルタワー 13F 第20会議室

**東京会場** 2月29日(木) 午後1時30分～3時30分

@ちよだプラットフォームスクエア 5F 501会議室

**飯田会場** 3月9日(土) 午後1時00分～5時00分

@エス・バード マイナビ就職セミナーに出展

## 申込方法・受付締切り日などの詳細

右の2次元コードからご確認ください ▶▶▶  
(町のホームページに遷移します)



【問い合わせ先】 総務課 総務係 ☎35-9402

### 3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。  
(2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。



### 2月生まれのおともだち



三浦 <sup>たいせい</sup>大誠くん(3)  
<sup>りんか</sup>凛華ちゃん(1)  
なかよし♥

2月の誕生日を迎えた時点の年齢で記載しています

# お家でお菓子作り！

『メロンパンクッキー』

2月といえばバレンタイン！

子どもと一緒に作れる「メロンパンクッキー」の紹介です。

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！

〈材料〉

- ◆焼き上がり 4~5cm 約15個分
- ホットケーキミックス 200g
- 無塩バター (有塩も可) 40g (溶かしておく)
- 卵 1個
- 砂糖 20g
- ココア お好み
- グラニュー糖 お好み
- チョコチップ お好み

〈作り方〉 ※オーブンは180℃で予熱開始しておく。



①材料(グラニュー糖以外)を全て袋に入れて、よく揉んで混ぜる



②生地をお好みの大きさに丸め、少し平らにし、グラニュー糖を表面に付けて、天板に並べていく



④180℃のオーブンで13分焼いて完成！



③包丁で格子状に、切れ目を入れる



⑤できたてはフワフワ食感！時間が経つとスコーンみたいな食感に

# あつまれキッズ

February 2024

あったかてらすってどんなところ？  
遊びに来てくれている方に聞いてみました。

Welcome to あったかてらす

今回遊びに来てくれたのは

りつくん(1歳3カ月男子) 親子です



### りつくんの最近の様子

母の真似をして、おしゃべりが出来るようになったり、やり取り遊びが盛んになり、一緒に遊ぶのがより楽しくなりました。

りつくん  
ママに質問

Q 実際にあったかてらすを利用してみたいかがですか？

A 第1子の時から継続して利用していますが、ほかのお母さんたちと話ができて気分転換になります。ここで出会ったお友達とのつながりが今も続いています。

Q あったかてらすのおすすめイベントは？

A ボディケアです。子どもと一緒に利用できるし、価格も良心的なので、手軽に自分のケアが出来て嬉しいです。

Q あったかてらすのおすすめのおもちゃは？

A ボールプールでは、4歳のお姉さんと一緒に遊べて毎回楽しそうです。広い遊び場なので、存分に歩く練習が出来た点も良かったです。



## information

子育てアプリをご利用ください

予防接種も！  
成長記録も！  
町の育児情報も！

高森ここいく by 母子モ



あったかてらす、健診日程など  
子育て情報がプッシュ通知で  
届きます

地域とつながる子育て  
応援アプリ



Let's Cooking  
写真のクッキーは、グラニュー糖の代わりに家に余っていたアラザンを使用しました。材料も洗い物も少なく、生地のベタつきも少ないので、子どもと楽しく作れました。

## 2月 schedule

あったかてらす  
スケジュール

### 2月

- 13日(火) 2歳児相談 (AM)
- 14日(水) 移動図書館さんもくせい (10:40~11:20)
- 16日(金) 7カ月児相談 (AM) 4カ月児健診 (PM)
- 17日(土) おもちゃの修理屋さん (10:00~11:45)
- 19日(月) 英語で遊ぼう (10:00~)\*
- 20日(火) 2歳半児相談 (AM)
- 28日(水) 10カ月児相談 (AM) 1歳児相談 (PM)
- 移動図書館さんもくせい (10:40~11:20)

※(\*)は事前申込が必要です。

### 3月

- 2日(土) ゆりかご広場【子育て教室】(13:30~15:00)\*
- 4日(月) じーばーと遊ぼう (9:30~)
- 5日(火) 赤ちゃん広場 (10:00~)\*
- 6日(水) おひさま広場 (10:00~)\*
- 7日(木) 【休館日】 3歳児健診 (PM)
- 13日(水) 親子ヨガ (10:00~)\*
- 移動図書館さんもくせい (10:40~11:20)
- 15日(金) 2歳半児相談 (AM)
- 16日(土) おもちゃの修理屋さん (10:00~11:45)
- 18日(月) 英語で遊ぼう (10:00~)\*
- 19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。

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。



# 芋煮会

保育園で採れたサツマイモを使って  
年長さんが芋煮汁を作りました。

いい匂いが  
するね



アルミホイルを使って皮むき



包丁を使ってカット  
ダイコンとニンジンと  
サツマイモは硬くて  
大変でした。



ほかのクラスも煮ているところを見学



大鍋3つ分作りましたが、  
みんなでペロッと完食!



いつもお世話になっている城子さんと河合さんを会食にご招待



お手伝いをさせていただいた、『おてこの会』の  
皆さんありがとうございました。



# 餅つき



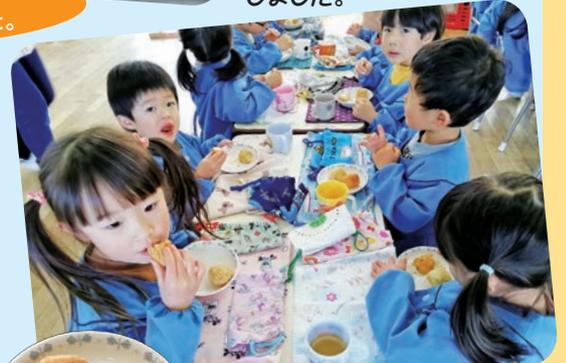
未満里さんは  
見学したり、  
できた餅を触ら  
せてもらったり  
しました。



「保護者会」「おてこの会」の皆さんに  
お手伝いをいただき、餅つきをしました。



ついた餅は食べられないため、カラフルな餅花を作りました。



おやつにはゴマときなこの  
『2色もち風』を食べました。  
おかわりは、きなこが人気!



# 学校のページ

今月は 中学校

255

## 生徒会長になつての抱負

第60期生徒会長 井上 凜

第60期生徒会長を務めることになりました井上凜です。私は、「みんなで作る高森中学校」を公約にさまざまな意見やアイデアを取り入れた活動をしていきたいと思っています。そのために、全校にアンケートを取り、みんなが過ごしやすい環境で生活できれば良いと考えています。

私がなぜ「みんなで作る高森中学校」という公約にしたのかというと、今までは生徒会三役の公約が主に実現されてきましたが、生徒の人数だけ意見もあると考え、この想いを公約にしました。その実現の第一歩として、クラスでアンケートを取ってみたいところ、「伝統を守りたい」や「笑顔で楽しく過ごしたい」「いじめのない仲の良い学校にしたい」などの大事な意見が出ました。その一つ一つの意見を取り入れることで、全校の思いがまった高森中学校になると思います。そして、第60期生徒会副会長の公約の「規則正しく笑顔でいられる学校」と「明るく仲の良い学校」の2つの公約も取り入れながら、今の高森中学校がより良い高森中学校になるよう頑張りたいと思います。

これからの1年間で、1つの考えにとらわれず、さまざまな意見をたくさん取り入れることが目標です。三役だけでなく、全校生徒や先生、地域の方々の多くの方が楽しく過ごしやすい生活になれば、自然と笑顔も増え、地域の人たちとの交流もしやすくなると思います。これからの1年頑張っていきたいと思います。

## 副会長になつての抱負

第60期生徒会副会長 小林 冬弥

第60期生徒会副会長を務めさせていただく小林冬弥です。僕は、「明るく仲の良い学校」を目標にし、そして、いろいろな活動を考え、取り入れていきたいと思っています。生徒会活動の中では、町の人たちと関わることがあるかもしれませんが。その時は一緒に頑張っていきたいと思っています。まず、学校内での活動についてです。「明るく仲の良い学校」を目指すために2つの活動を行いたいと考えています。1つ目は、あいさつ活動です。このあいさつ活動を通して朝から明るい気持ちで一日をスタートできるような雰囲気づくりをしていきます。

2つ目は、他学年との交流です。他学年との関わりを増やしていくことで、コミュニケーション力を向上させます。このことが「仲の良い学校」につながっていくと考えたからです。以上の活動を行い、会長、副会長と共に力を合わせて「明るく仲の良い学校」を作っていきます。

次に、地域の人や役場の人たちとの関わりについてです。来年度は、高森中学校60周年です。そのため、この記念の年に、地域の人や役場の人たちと関わることは多いと思います。その時は、生徒会、役場の人たちと頑張っていきたいと思っています。

最後に、自分を応援してくれる人の期待に応えられるよう、学校のリーダーという自覚をもって、全校を引っ張っていきます。地域の方や役場の方々と関わる機会もたくさんあると思います。副会長として率先して全校生徒と共によりよい学校・高森町をつくれるように頑張ります。

## 副会長になつての目標

第60期生徒会副会長 菅沼 大和

皆さんこんにちは、第60期生徒会副会長の菅沼大和です。僕の目標は、高森中学校を「規則正しく笑顔でいられる学校」にすること、会長をサポートできるようにすることです。この目標を達成できるように、僕は1年間、一生懸命頑張っていきたいと思います。

まず、「規則正しく笑顔でいられる学校」という目標を達成するために、先輩方が引き継いできてくれた「小原ヶ丘憲法」を会員全員が大切にしてくれる企画、また、いじめ0を実現するためにアンケートを実施して、この目標の達成を目指します。そして、僕は高森町を知ることが中学校をよりよくすることにつながると考えました。あいさつや行事は、高森町にも、中学校にも共通してあります。高森町の行っている行事が中学校の参考になったり、地域の人とあいさつをすることが、生徒間のあいさつの向上につながると思います。積極的なあいさつ、会話、行事への参加を心掛け、高森町や中学校をよりよくしていきたいと思います。

そして、副会長として会長のことを全力でサポートしていきます。会長は、さまざまなことに心配りをする大切な立場です。僕は少しでも会長を支えるために、僕がいち早く動いて活動に参加し、よりよい学校にできるようにしようと思っています。

「規則正しく笑顔でいられる学校」にするため、1年間頑張っていきたいと思います。





# たかもり12チャンネル

2024  
2月

今月のおすすめ番組はこちら！

## ◆みんなの広場

町のホットな情報を放送

放送時間 7:30 9:30 13:30 17:30 19:30

シニア大学 立川談四楼独演会

中学校みらい☆懇談会

小学校みらい☆懇談会

あつまれ！たかもりっ子



2月3日～9日



2月10日～16日



2月17日～23日



2月24日～3月1日

10月19日に行われた、シニア大学第4講座での、立川談四楼師匠による独演会の様子をお届けします。

1月26日に行われた、中学校2年生みらい☆懇談会の模様をお届けします。

2月2日に行われた、南北小学校6年生のみらい☆懇談会の模様をお届けします。

保育園での元気いっぱいな子どもたちの様子をお届けします。今月は下市田保育園です。

## ◆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

JAタイム (2月3日～9日)

「スマホ教室」

商工会フラッシュ (2月10日～16日)

「商工会からのお知らせ」

議会ホット情報便 (2月17日～23日)

担当：本島 未来 議員

本の森通信 (2月24日～3月1日)

「貸出ランキング・新着図書案内など」

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 … 2月19日(救護集団長 井口 幸久 さん)

## 令和6年度 高森町の予算 公開検討会

## YouTubeで アーカイブ配信します

2月8日に実施の予算の公開検討会の様子をYouTubeでアーカイブ配信します。

右の2次元コードからご覧いただけます。

ぜひ、この機会に高森町公式YouTubeのチャンネル登録をお願いします。



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。

ほんな事までやります!! 創業2001～  
あなたのやりたい事、  
\*庭先、土手、畑等 草刈(剪定クズ、刈り草処分) できない事代わりに、  
\*不要樹木、等の伐採、庭の手入れ(園芸協会認定) 代行致します。  
\*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

広告欄

処方せん調剤・くすり

## はらまち薬局

高森町下市田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

申告期限  
**3月15日**  
(金)

# 所得税・町県民税の 申告相談

2月20日(火)～3月15日(金)

※土・日および祝日を除く

▶時間 午前8時45分～午前11時00分 / 午後1時00分～午後3時30分

▶会場 福祉センター3階

混雑緩和のため、できるだけ地区指定日におでかけください。

月	日	曜日	対象(地区指定)	月	日	曜日	対象(全域)
2	20	火	山吹	3	5	火	地区指定日に申告できない方 申告会場での当日分受付のほか、LINEでも予約ができるようになりました！ ●予約可能な日 3月5日(火)～15日(金) ●予約受付期間 2月19日(月)～希望日の前日 ●予約方法 ①高森町公式LINEを友だち登録 ②メニュー画面の手続きナビをタップ ③確定申告の相談予約を選び、質問に答える ④予約をするをタップ ⑤希望日時を選び、必要事項を入力 LINEでの予約はこちらから→
	21	水			吉田	6	
	22	木	下市田			7	
	26	月			上市田・牛牧 大島山・出原	8	
	27	火	3			11	
	28	水			12	火	
29	木	13	水				
3	1	金	上市田・牛牧 大島山・出原	14	木		
	4	月		15	金		

問い合わせ先 税務会計課 税務会計係 ☎35-9413

令和6年1月1日現在  
高森町に住所がある方は  
町県民税の申告が必要です

役場では、申告相談会場を設け申告のお手伝いをします。

例年、多くの方が訪れて申告会場は大変混み合います。

申告会場に向かなくても、パソコンやスマートフォンを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。

ぜひ自宅から申告できる便利なe-Tax・スマホ申告をご利用ください。

なお、次に該当する方は、町・県民税の申告は不要です。

- 確定申告書を提出する方
- 年末調整が済んでいる給与所得者で、ほかに所得がない方
- 公的年金などの収入金額の合計額が400万円以下で、ほかに所得がない方

ただし、公的年金などの源泉徴収票に記載されている所得控除以外の控除を追加する場合には、申告が必要です。

また、所得税の還付を受けるためには、確定申告書を提出する必要があります。

さあ、おうちで  
パソコン・スマホから  
e-Tax!



役場で相談を受け付け  
できない方  
税務署へ直接申告または  
税理士へ依頼をしてください

所得税の申告が必要な方であっても、次に該当する方は役場での申告相談は受けられません。税務署へ直接申告されるか、税理士へ依頼をしてください。

- 不動産(土地・建物)・株式などの売買による分離譲渡所得、山林所得がある方
- 先物取引に係る雑所得がある方
- 令和5年から営業を始めた方
- 住宅耐震改修・住宅特定改修・認定住宅新築などの特別控除を受ける方
- 住宅借入金などの特別控除を初めて受ける方
- 青色申告の方

## 税務署へ 確定申告 する場合

確定申告の相談  
申告期間

1月22日(月)～

3月15日(金)

ご自宅から申告ができます

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、多くの方が訪れる確定申告会場に向かなくても、マイナンバーカードとICカードリーダーまたはマイナンバーカード対応のスマホを利用してe-Taxで申告書を提出できます。

なお、マイナンバーカードとICカードリーダーなどをお持ちでない方でも、印刷して郵送などで税務署に提出することもできます。ぜひ自宅から申告をお願いします。

▼確定申告などに関する問い合わせ先  
国税庁ホームページ「確定申告特集」  
<https://www.nta.go.jp>

▼e-Tax・申告書作成コーナーの操作などに関する問い合わせ先  
e-Tax作成コーナーヘルプデスク  
☎0570-01015901  
※土・日および祝日を除く

国税庁  
ホームページ



## 確定申告の相談・申告期間

▼期間 1月22日(月)～

3月15日(金)まで

※土・日および祝日を除く

▼時間

○相談受付 午前8時30分～

○相談開始 午前9時00分～

▼確定申告書の提出・問い合わせ先  
飯田税務署

〒39518646

飯田市高羽町6丁目1番5

飯田高羽合同庁舎

☎0265-221165

(自動音声案内)

## ◆入場整理券

混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は、各会場で当日配布するほか、LINEの国税庁公式アカウントで事前発行も可能です。詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。なお、入場整理券の配布状況に応じ、後日の来場をお願いする場合があります。

## 申告相談 持ち物チェックリスト

### 令和5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の証明書(原本)  
※紛失された場合は、給与・年金の支払者に再発行を依頼してください。なお、国民年金・厚生年金の源泉徴収票の再発行については、下記までお問い合わせください。  
▶日本年金機構 飯田年金事務所  
☎0265-22-3641  
▶「ねんきんダイヤル」  
☎0570-05-1165
- 営業などや農業、不動産の収支内訳書  
※補てん金や補助金などについても、申告する必要があります。
- 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

### その他

- マイナンバーカードまたは通知カードおよび本人確認書類(運転免許証など)
- 本人の預金口座が分かるもの
- 通帳登録印(口座振替による納税を依頼される方)
- 確定申告のお知らせがき(税務署から送付された方)
- 利用者識別番号(ID・パスワード)などの通知(税務署、役場から交付を受けた方)

### 控除を受けるための証明書など

- ※ 証明書、領収書などがない場合は控除が受けられません。紛失された場合は再発行を依頼の上、お持ちください。
  - 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証明書(障がい者控除を受ける方)
  - 医療費控除の証明書(医療費控除を受ける方)、セルフメディケーション税制の明細書・「一定の取り組み」を行ったことを明らかにする書類(セルフメディケーション税制を受ける方)
- ※ 医療費の領収書を人ごと、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きして医療費控除の明細書を作成してください。申告会場での代行作成は行いません。「医療費控除の明細書」が作成されていない場合、整理・作成した上で再度来場していただくこともあります。ご了承ください。
  - 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(寄附金控除を受ける方)
  - 税務署が交付した令和5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年目以降の住宅借入金等特別控除を受ける方)

# あったかもり通信

2024年  
2月

## 議会だよりモニターを募集します

「議会だより たかもり」をより見やすく読みやすくするために議会だよりモニターを募集します。

▼募集人員 3人以内

▼応募資格 次の全てに該当する方

①高森町内に居住する満18歳以上の方

②議会広報に深い関心を持っている方

▼活動内容

毎年、1月、4月、7月、10月に発行している議会広報誌「議会だより たかもり」を読み、所定の用紙に意見・感想・改善点などを記入して提出していただきます。

▼謝礼

要綱に基づき、謝礼をお支払いします。

▼任命期間 令和6年4月1日から2年間

▼応募方法

町ホームページまたは議会事務局にある応募用紙に必要事項を記入の上、直接または郵送、ファックス、メールにて議会事務局までご提出ください。

※選考結果について3月中旬にご連絡します。

詳しくは町ホームページをご覧ください。

▼募集期限

2月29日(木)

▼申し込み・問い合わせ先

議会事務局

☎35-9404



## 「高森町生活応援商品券 第2弾」を配布します

### 第2弾」を配布します

町では、エネルギー価格をはじめとした物価高騰に対する経済対策として、町内店舗で利用できる商品券第2弾を配布します。

▼配布対象者

令和6年2月1日時点で高森町に住民登録のある方

▼配布先および金額

世帯主宛てに世帯員ひとりにつき3,000円分を配布します。

▼利用可能期間

3月1日から3月31日まで

※1カ月間のみの利用期間のため、ご注意ください。

▼利用可能店舗

商品券郵送時に利用可能店舗一覧を同封します。

▼商品券の郵送について

2月中旬から郵送でお届けします。

2月末までに全世帯への配達完了するように手配していますので、3月になってもお手元に届かない場合はお問い合わせ下さい。

▼問い合わせ先

産業課 商工観光係

☎35-9405

## 2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
11	日	エルム 22-5666	久田 22-0379	市瀬 27-3311	市立 21-1255	イサワ薬局 36-2009
12	月	まるやま 宝クリニック 32-1666 22-4114	まるやま 32-1666	慶友 52-1152	市立 21-1255	びぜんや薬局 35-2314
18	日	健和会 23-3115	健和会 23-3115	健和会 23-3115	市立 21-1255	平沢薬局 36-2166
23	金	のむら 23-7000	矢野 52-0452	おおぎ 22-1730	市立 21-1255	
25	日	しばた 48-0454	健和会 23-3115	しばた 48-0454	市立 21-1255	あおぞら薬局 34-2157

◆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。

## 2月の夜間窓口

2月  
26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。

## 3月乳幼児健診・相談日程 (会場：あったかてらす健診室)

日	曜	事業名	該当者	受付時間
7	木	3歳児健診	令和3年2月生	午後1時00分～1時15分
15	金	2歳半児相談	令和3年9月生	午前9時00分～9時15分
19	火	2歳児相談	令和4年3月生	午前9時00分～9時15分
19	火	1歳半児健診	令和4年8・9月生	午後1時00分～1時15分
22	金	7カ月児相談	令和5年8月生	午前9時00分～9時15分
22	金	4カ月児健診	令和5年11月生	午後1時00分～1時15分
27	水	10カ月児相談	令和5年5月生	午前9時00分～9時15分
27	水	1歳児相談	令和5年3月生	午後1時00分～1時15分

令和3年3月生の3歳児健診は4月に行います。詳しくは3月の広報高森「あったかもり」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。



2023.12  
2024.1

### 中学生発案 大丸山公園をライトアップ

12月22日



高森中学校3年4組は、地域学習「高森の時間」の取組の中で、「町内の公園がきれいになり、多くの人に利用されるようになって欲しい」との思いから町民の皆さんが使いやすい大丸山公園を作ることを目標として、整美活動に取り組んできました。その集大成イベントとして、公園の落ち葉拾い、夜には音楽に合わせたライトアップをしました。小雪の舞う寒い日でしたが多くの方が訪れました。

### 縁起物に願いを込めて JA高森支所がダルマ寄贈

12月25日

JAみなみ信州高森支所から、福ダルマをご贈りいただきました。ダルマは願いをかなえる縁起のよい置物として知られています。ご贈りいただいたダルマは大切に飾らせていただきます。



### 冬晴れの下 高森町消防団出初式を挙

1月7日

高森町消防団出初式が7日に挙行されました。式典に先立ち、南小学校から役場まで幼年消防クラブ・団員・消防車両がパレードしました。式典では冒頭に幼年消防クラブによる火災予防の呼びかけがあり、功労者表彰などが行われました。参加した団員たちは、今年の町内無火災への決意と、無災害を祈念しました。



### 五穀豊穡・家内安全を願 小正月飾りづくり

1月8日

歴史民俗資料館「時の駅」で、小正月飾りづくりを開催しました。14組28人の子どもたちとその保護者が参加しました。まず、運営委員長・館長から行事の内容と意味の話があり、運営委員の指導で餅つきを行いました。つきあがった餅は小さなお供えにしてお土産にしました。その後、餅花や繭玉を竹やソヨモという木につけ豊作を祈りました。



## 長野県優勝・全国大会出場おめでとうございます！

全国大会  
出場



令和5年度全国高等学校総合体育大会  
第103回全国高等学校ラグビーフットボール大会  
飯田OIDE長姫高校ラグビー部(町内出身者)  
第29回全国ジュニア・ラグビーフットボール大会  
河合公太さん(前列右3番目)

全国大会  
出場



ミズノチャンピオンシップ  
U-16ルーキーリーグ大会  
多田井亮さん

長野県  
優勝

県記録  
更新



第10回秋季長野県  
パワーリフティング  
選手権大会  
龍口美波さん

### 【町へのご寄附をいただきました】

・国際ソロプチミスト飯田様より(寄附金)  
・南純平様より(災害備蓄品)  
いただいたご寄附は、町政発展・災害への備えのために活用させていただきます。ありがとうございました。

