

# Matsukawa

10  
2024

お知らせ版 ————— Matsukawa town public relations magazine



## 松川町広報宣伝部が始動しました!

町を町内外問わず広くPRするために、町にゆかりのある方や町出身で芸能、文化、スポーツなどで活躍されている方を任命する「松川町広報宣伝部」を立ち上げました。

このたび、広報宣伝部員として、上新井在住の演歌歌手、藤和也さんが「松川町広報宣伝部付 松川町ふるさと大使」に、生田出身の声優、並木のり子さんが「松川町広報宣伝部 まつかわまち推しアゲたい!長」に任命されました。

委嘱期間は3年間です。これからよろしくお願ひします!



## 全国、そして世界へ

松川中学校3年生の寺平悠成さんが今年度行われたモータースポーツの大会「スーパーモト地方選手権 [S1チャレンジ]」で2度優勝し、令和7年度に行われる全日本選手権へ出場するためのライセンスを手に入れました。

悠成さんは5歳の頃、「実は自分がバイクに乗りたかったんです(笑)」と話す父・啓介さんの影響でモータースポーツと出会います。8歳の時に出場したキッズクラスの大会で自身初の優勝を果たしました。

元々は未舗装のコースを走る「フラットトラック」の選手として大会へ出場していた悠成さん。しかし、全国や海外の大会へ出場するためにはフラットトラックだけでは資格が取れないため、「スーパーモト」という競技に出場できるようになります。今年の2月から須坂市のチーム「Cpsports」に加入。そして、スーパーモト地方選手権「S1チャレンジ」で、優勝2回と準優勝1回の成績を収め、全日本選手権に出場できるライセンスを取得する権利を獲得しました。

普段は中川村と飯田市の練習場で練習を行っている悠成さん。そんな悠成さんを支えるのが啓介さんと母親の絵梨さんです。「大会本番は毎回緊張します。総合優勝した九州大会の当日は付き添わなかったため、連絡が来るまで心配で仕方がなかったです。優勝したと聞いた時は努力が報われたことが本当に嬉しくて号泣しました。」と絵梨さん。啓介さんも「いろいろな人に支えられてようやくここまで来ました。これからももっと努力して上を目指してほしいです。」と思いを語っていただきました。

最後に悠成さんにこれからの意気込みを聞くと、「夢は海外のレースに出ることで、ようやくそのスタートラインに立つことができました。これからも努力を続けて、将来は世界の大会で活躍したいです!」と笑顔で話していただきました。

今シーズンは残り3戦。悠成さんの活躍に期待しています!



## 広報まつかわが生まれ変わりました! /

今年度より、広報まつかわはカラー号と白黒号の交互発行になりました。今月は白黒号(お知らせ版)でお届けします!

Facebook



X (旧Twitter)



LINE



YouTube



Instagram



# 令和5年度 決算概要

まちづくりに必要な事業は、町民の皆さまからお預かりした税金などで実施しています。町がお預かりしたお金をどのように使ったのかお知らせします。



総務課 財政係 ☎36-7021

<b>④ 総務費</b> 一般事務や地域振興、税務、選挙など ◆ 公共交通運営事業 (8,041万円) ◆ 移住定住対策事業 (2,023万円)
<b>⑤ 民生費</b> 子育てや高齢者、障がい者の福祉など ◆ 保育園給食費無償化 (1,377万円) ◆ 各種給付金事業 (4億1,955万円) ◆ 松川荘空調・非常用発電整備 (5,574万円)
<b>⑥ 衛生費</b> 健康づくり、予防接種や環境、ごみ処理など ◆ 新型コロナウイルスワクチン接種 (3,659万円) ◆ 地球温暖化対策実行計画策定調査 (1,179万円)
<b>⑦ 農林水産業費</b> 農業、林業の振興や保全など ◆ (一社)グリーンみらい・まつかわ設立 (319万円) ◆ 有機農業産地づくりの推進 (816万円) ◆ 木材循環事業 (99万円) ◆ 福与河原圃場整備 (3,548万円)
<b>⑧ 商工費</b> 商業、工業、観光業の振興など ◆ 商店街活性化事業 (2,788万円) ◆ 生活応援券事業 (3,854万円) ◆ 旧青年の家改修 (1億3,234万円) ◆ フォレストアドベンチャー大規模改修 (5,366万円) ◆ ふるさと納税事業 (1億3,824万円)
<b>⑨ 土木費</b> 道路や公園の整備、維持管理など ◆ 道路整備・維持管理 (4億6,361万円) ◆ むらやま公園花と憩いの場づくり (338万円) ◆ 前河原道路関連事業 (4,241万円)
<b>⑩ 教育費</b> 学校教育、公民館活動、図書館運営など ◆ 小中学校給食費無償化 (2,936万円) ◆ ICT学習環境整備 (3,095万円)
<b>⑪ 公債費</b> 国や銀行から借り入れたお金の返済
<b>⑫ その他</b> ◆ 台城公園消火栓設置 (1,233万円) ◆ 道路、農林業施設災害復旧 (3,246万円)

<b>歳出</b> 77億 9,243万円
④総務費 9億 6,513万円
⑤民生費 21億 2,039万円
⑥衛生費 5億 5,168万円
⑦農林水産業費 6億 405万円
⑧商工費 7億 3,306万円
⑨土木費 8億 8,976万円
⑩教育費 7億 956万円
⑪公債費 5億 5,841万円
⑫その他 6億 6,039万円

<b>歳入</b> 82億 1,560万円
町税 15億 7,629万円 町民税、固定資産税、軽自動車税など
地方交付税 28億 730万円 自治体間の税収の差を調整するために国が配分するお金
国庫支出金 7億 8,634万円 決められた事業に使う国からのお金
県支出金 5億 1,698万円 決められた事業に使う県からのお金
繰入金 4億 5,633万円 基金から繰り入れたお金
繰越金 6億 4,687万円 前年度から繰り越したお金
町債 3億 635万円 国や銀行からの借入金
その他 11億 1,913万円 国・県からの税金の配分金や各種手数料など

## 一般会計決算は黒字

令和5年度一般会計の決算は、歳入決算額から歳出決算額を差し引いた形式収支は4億2317万円、令和6年度への繰越財源を控除した実質収支は3億1740万円であり、歳入が歳出を上回る黒字決算となりました。

歳入では、町税が法人償却資産の新規取得などにより、寄附金がふるさと納税による寄附額の伸びにより、繰入金が財政調整基金や減債基金、ふるさと応援基金の取り崩しにより増加した一方で、地方交付税が過年度に実施した大型起債事業の算入期間終了などにより、国庫支出金が新型コロナウイルス感染症対策事業への

交付金の減などにより、町債が起債事業の縮小などにより減少し、全体では前年度と比較して8665万円(1.1%)増加した82億1560万円となりました。

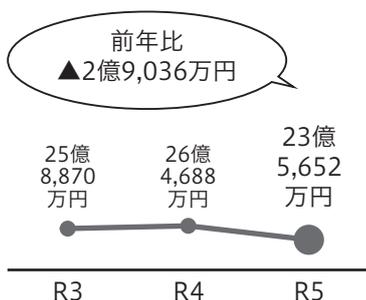
歳出では、教育費が小中学校の給食費無償化などにより、公債費が元氣センター(仮称)建設中止による繰上償還などにより増加した一方で、総務費が電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援金事業や生活困窮世帯緊急支援金事業の終了などにより、土木費が普通建設事業の減により減少し、全体では前年度と比較して3億1035万円(4.1%)増加した77億9243万円となりました。

## 基金(貯金)は減少

ふるさと納税の寄附金や太陽光発電事業の利益、余剰金などの積み立てを行いました。

一方で、元氣センター(仮称)建設の中止決定を受けて当該事業実施のために借り入れた地方債の繰上償還、下水道事業会計における年度末の資金不足を補う貸付原資として取り崩しを行いました。

基金全体では昨年度と比較して2億9036万円(11.0%)減少した23億5652万円となりました。



## 町債(借入金)は減少

町債発行額は、国の地方交付税の財源不足分を補填する臨時財政対策債の減少などにより、3億635万円となりました。

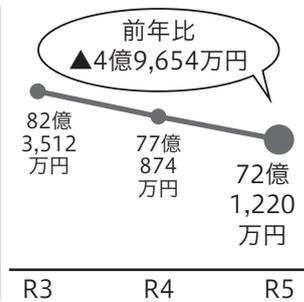
財政状況を客観的に判断する基準として、町では財政健全化法に基づく「健全化判断比率」を公表しています。

財政健全化法とは、「早期健全化基準」と「財政再生基準」の2段階で財政状況をチェックするとともに、特別会計や企業会計なども考慮して、町全体の財政状況を明らかにするものです。

令和5年度決算では、いずれの指標も「早期健全化基準」および「経営健全化基準」を下回りました。

将来にわたり健全な財政を維持できるよう努めます。

**財政状況は健全**



一方、定期償還のほか、元気センター（仮称）建設事業の中止を受けた繰上償還（7174万円）の実施により、5億4354万円を返済しました。

町債全体の残高は前年度と比較して4億9654万円（6.4%）減少した72億1220万円となりました。

①**実質赤字比率** … 一般会計などの赤字の程度を財政規模に対する割合で表したもので、財政運営の深刻度を示した指標です。



②**連結実質赤字比率** … 特別会計・企業会計を含む全ての会計に生じている赤字の大きさを財政規模に対する割合で表したもので、町全体としての赤字の程度から財政運営の深刻度を示した指標です。



③**実質公債費比率** … 一般会計・企業会計の借入金返済額の大きさを財政規模に対する割合で表したもので、資金繰りの危険度を示した指標です。



④**将来負担比率** … 借入金など現在抱えている負債の大きさを財政規模に対する割合で表したもので、将来的に財政運営がひっ迫する可能性の高さを示した指標です。



特別会計	歳入	歳出
国民健康保険事業	12億 367万円	11億5,550万円
後期高齢者医療	18億 478万円	18億 367万円
介護保険事業	15億1,231万円	14億4,869万円
発電事業	1,434万円	937万円

企業会計		歳入	歳出
水道事業	収益的収支	2億7,914万円	2億7,593万円
	資本的収支	7,532万円	1億2,115万円
下水道事業	収益的収支	5億2,272万円	5億2,210万円
	資本的収支	3億7,323万円	8億6,796万円
信州まつかわ温泉清流苑事業	収益的収支	3億3,564万円	3億8,044万円
	資本的収支	0万円	2億4,506万円

※各企業会計における資本的収支の不足額は、これまでの留保資金などで補填しました。

**特別・企業会計**

特別会計の4会計全てが黒字決算となりました。

国民健康保険事業特別会計では医療費の増加などにより決算規模が大きくなりました。

後期高齢者医療特別会計では、団塊の世代が順次後期高齢者へ移行していることなどにより決算規模が拡大しています。

水道事業会計では、計画的な老朽管の更新を進めました。

下水道事業会計では将来的な汚水処理コストの削減を目的に、大島処理区と松川処理区の統合事業に取り組みました。

信州まつかわ温泉清流苑事業会計では、第1期の大规模改修工事として、ロビーとレストランを中心としたリニューアル工事を行いました。

## ぜひ空き家バンク登録を / 空き家の管理や処分でお困りではありませんか？

町では空き家の利活用を促進するべく、空き家情報バンク制度を運用しています。  
この機会に空き家バンクに登録して、賃貸や売却を検討してみませんか？

### 《空き家バンク制度とは》

空き家の情報をHP等で提供し、空き家の所有者と空き家の利用希望者をつなぐための制度です。

### 《空き家バンク登録のメリット》

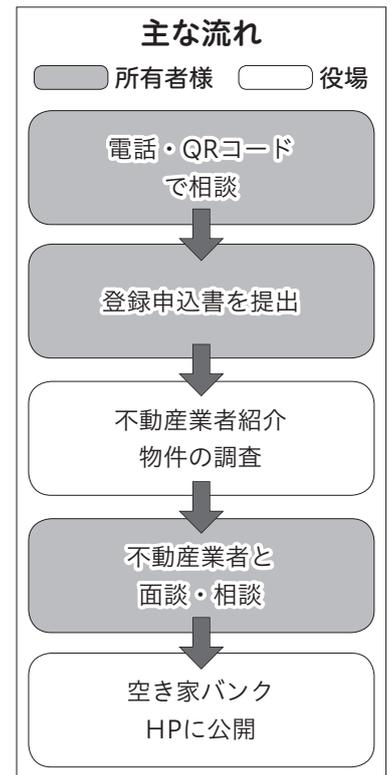
- ①登録・HP掲載が**無料**、不動産調査手数料**無料**（町負担）
- ②町の**補助金**（空き家家財道具等処分補助金）が活用できる
- ③移住希望者等との**マッチング**が期待できる  
…近年Uターン希望の高まりから、「町内の空き家を探している」との声も多く寄せられています！
- ④売買が成立すれば**管理コスト**がかからなくなる  
…反対に空き家を放置するほど、資産価値の減少、周辺環境の悪化、維持管理や相続など問題が山積します

### 《登録はカンタン！》

空き家バンク登録申込書を提出するだけ（主な流れは右図を参照）

 まちづくり政策課 まちづくり推進係 ☎ 36-7014

二次元コード  
からも相談可



図：空き家バンクの主な流れ

## 10月1日は浄化槽の日です

浄化槽は、家庭のトイレ・台所・風呂などから出る水の汚れ（有機物質）を微生物の働きにより10分の1以下に浄化し、きれいな水を放流するための装置です。水辺環境の保全に重要な役割を果たしています。

### ○次の注意事項を守り、正しく使用しましょう

- ・トイレでは、必ずトイレットペーパーを使用し、水に溶けない紙や吸い殻、ガム、紙おむつ、衛生用品などは流さない。
- ・残った油、酒類、調理くず、残飯は流さない。
- ・毛髪は排水口にネットなどを付け取り除く。
- ・入浴剤の使用は少なめにする。
- ・洗剤は、中性のものを適量使用する。
- ・漂白剤は塩素系でないものを適量使用する。

 建設水道リニア対策課 下水道係 ☎ 36-7026

◎浄化槽がいつも正常に機能するよう下の3点を守りましょう

### ①保守点検を定期的に行いましょう

保守点検は、汚水が適正に処理されるよう、浄化槽内の微生物の管理、装置の点検や調整、消毒剤の補充などを長野県知事の登録を受けた業者が行います。

20人槽以下の浄化槽は、4か月に1回以上行うことが義務付けられています。

### ②清掃を定期的に行いましょう

清掃は、浄化槽内にたまった汚泥や異物の除去、装置・機械の洗浄を市町村の許可を受けた清掃業者が行います。



### ③法定検査を必ず受けましょう

保守点検や清掃が適正に行われているか、浄化槽が正常に機能しているかを、長野県知事指定検査機関である（公社）長野県浄化槽協会の検査員が検査します。

法定検査は、年1回受けることが義務付けられています。



## これから新生活を始める新婚夫婦を応援します！ 【令和6年度 松川町結婚新生活支援事業補助金】



保健福祉課 福祉係  
☎36-7022



新婚夫婦の住宅取得、賃借、リフォーム、引っ越し費用に対して、補助金を交付します。

### ●助成条件

以下のすべての条件を満たす方が対象

- ・令和6年1月1日から令和7年3月31日までに婚姻届を提出し受理された夫婦
- ・婚姻日における年齢が夫婦ともに39歳以下である
- ・令和5年度分の夫婦の合計所得金額（奨学金の返済額を控除）が500万円未満である
- ・対象となる住宅が松川町内にあり、夫婦双方または一方の住民票が当該住宅の所在地となっている
- ・他の公的制度による住宅補助等を受けていない（勤務先からの住宅手当等は控除します）
- ・過去にこの制度に基づく補助を受けたことがない
- ・新婚世帯の世帯全員（他の世帯員も含む）について町税等に滞納がない



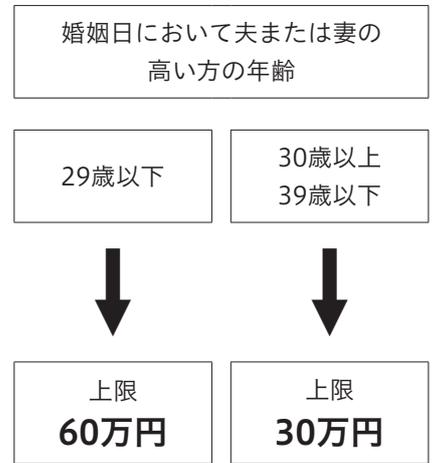
### ●対象費用

令和6年4月1日から令和7年3月31日までに支払った下記の費用

区分		対象経費
住宅	取得	婚姻を機に新たに松川町に購入もしくは新築する際に要した費用（土地の取得費用はのぞく）
	賃貸	婚姻を機に新たに住宅を賃借する際に要した費用（賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料）
引っ越し		引っ越し業者または運送業者に支払った金額
リフォーム		住宅の機能の維持又は向上を図るために行う修繕、増築、改築、設備更新等の工事費用（ただし住宅部分以外の工事費用やエアコン等の家電設置等に係る費用は対象外です）

### ●助成金額

助成金額の上限は下記の通り



●申請期限：令和7年3月31日まで（先着順） ※応募多数の場合、年度途中でも事業を終了することがあります。

## 【松川町結婚相談所からのお知らせ】 ながの結婚マッチングアプリの登録をお手伝いします！



### ●登録条件

- ・松川町在住または松川町に移住を希望の方（満18歳以上の独身の方）
- ・スマートフォン、パソコン、タブレット等、ご自分の端末で操作できる方

●登録料 10,000円（2年間）

※一旦納入された登録料は返還されません

### ●登録に必要な書類など

- ①本人確認書類  
（運転免許証またはマイナンバーカード等）
  - ②独身であることが証明できるもの  
（戸籍抄本、独身証明等、3ヶ月以内に取得した原本）
  - ③プロフィール用の写真データ  
（3ヶ月以内に撮影されたもの）
- ※写真がない場合は撮影のお手伝いをします。

〈松川町結婚相談所〉

10月1日開設

場 所：松川町役場 保健福祉課 窓口  
時 間：毎週月曜日 17:30～20:00  
電 話：36-7022



# いつまでも健康な歯<sup>★</sup>でいるために 2

9月は防災月間です。今回は防災対策として、災害時の歯磨き・口腔内を清潔に保つ方法を紹介します。最近では各地で様々な災害が起こり、災害時の行動への関心も高まっています。いざという時のための口腔ケアの方法を確認しましょう。



## ◎どうして災害時にはお口のケアが大事なの？

災害により断水となった際、口腔ケアよりも飲水が優先されます。その結果、口腔内を清潔に保つことが難しくなり、次のような状態になってしまいます。

子ども	避難所の支援物資には、菓子パンや甘い物が多く、歯を磨けないため虫歯になりやすい。
大人	歯磨きが後回しになり、歯周病が進行しやすい。また、糖尿病など全身の病気が悪化しやすい。
高齢者	口腔内で増殖した細菌が誤って気管に入り、誤嚥性肺炎になりやすい。

これまでの災害関連死で4人に1人は肺炎が原因です。中でも誤嚥性肺炎が多くを占めています。



「災害時のお口のケアは命を守るケア」です。

## ◎災害時のお口のケアの方法

災害時では行える口腔ケアが限られてきます。下記の例を参考に、状況に応じて効果的なケアを行いましょう。

### <すすぎに使える水も歯ブラシもない場合>

- ・食事の際によく噛んで唾液の分泌量を多くする。
- ・食後にお茶や水を口に含み、口の中全体にいきわたるようにする。
- ・ハンカチ、ティッシュ、タオルなどを指に巻き付け、歯を拭う。
- ・唾液腺マッサージや舌を動かす。
- ・ガムを噛む。
- ・液体歯磨き、洗口剤を使っても◎

### <水が少しでも使える場合>

- ①コップに水を少し入れる。
- ②その水で歯ブラシを濡らし、歯を磨く。
- ③歯ブラシが汚れたら、ティッシュペーパー（あればウエットティッシュ）で歯ブラシの汚れをできるだけ拭き取り、また歯磨き、を繰り返す。
- ④最後にコップの水で2～3回すすぐ。  
（一気に水を含むのではなく、2～3回に分ける方がきれいになります。）

## Point

**唾液は口腔中をきれいに保つ働きがあります！**



揉む



さする

耳の下、ほお、あごの下を手で揉んだり、温めると唾液が出やすくなります。

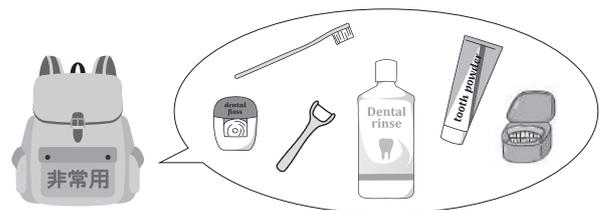
## 災害時も入れ歯のお手入れをしましょう

- ・[使える水がある場合] …夜寝る前に入れ歯洗浄剤を使って消毒したり、水に浸しておく。
- ・[水がない場合] …毎食後、あるいは少なくとも1日に一度はお口専用のウエットティッシュなどで汚れを取る。
- ・部分入れ歯の方は、金属部分を歯ブラシや綿棒などできれいにする。

## ◎もしもの時に備えましょう！

口腔ケアグッズは、口の中のトラブルや感染症から身を守るために必要なアイテムです。下記を参考に避難袋に入れておきましょう。

- ・歯ブラシ ・歯磨き粉、液体歯磨き
- ・デンタルフロスや歯間ブラシ
- ・砂糖不使用のキシリトールガム
- ・マウスウォッシュ
- ・(入れ歯の方) 入れ歯用歯ブラシ、洗浄剤、義歯ケースなど



## ～その③ 地震災害の備え

いざという時、大切な人を守るために、自分自身を守るために。今、自分に何ができるのかを一緒に考えませんか。  
今月号は、近年頻発する地震への備えについて考えます。

## ①令和6年の地震災害

地震災害は「突発型災害」と言われ、大雨災害と違い事前に災害発生が予測できない災害です。今年、元旦に発生した能登半島地震やお盆直前に発生した宮崎県日向灘地震、それに伴って発表された南海トラフ地震臨時情報「巨大地震注意」など、私たちの普段の生活において「地震」への備えについて考える機会が多い年です。

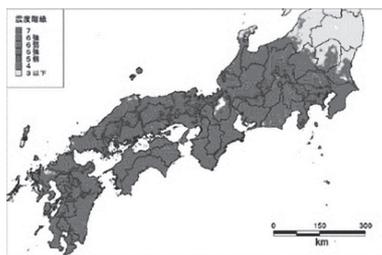
まずは、2つの地震の特徴を整理しましょう。

## 【能登半島地震】

活断層のズレが原因とされ、数年前から毎年、震度5を超える地震が発生しています。松川町では、「伊那谷断層帯地震」の想定に類似する地震です。

## 【南海トラフ地震】

南海トラフ（海中の溝状の地形）で起こるプレート型地震です。過去の南海トラフを震源とする地震を見ると、想定震源区内で発生した地震に連動するように巨大地震が発生、甚大な被害が予想されていることから、8月8日に初めて「巨大地震注意」情報が発表されました。



松川町でも震度  
6弱程度の揺れが  
発生する可能性あり

南海トラフ地震想定震動範囲（黒部）  
（出典：気象庁）

## ②地震災害への備え

下の表を確認しながら、家庭で行う地震災害への「備え」について整理しましょう。

被害の分類	備え（意識、モノの準備、手順の再確認）	着意事項
揺れに伴う建物倒壊や火災	<ul style="list-style-type: none"> <li>建物耐震検査と耐震対策</li> <li>建物外への避難経路確保</li> <li>耐震消火機能付き機材への交換</li> <li>揺れ収束直後の火元栓閉め</li> <li>火災発生時は初期消火</li> <li>避難する際の配電ブレーカー切断</li> <li>復電前の機材電源コード外し</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○建物全体の耐震が困難な場合、建物内の安全区域（一部の部屋など）設定と耐震強化</li> <li>○冬の暖房時期のみならず、通電火災の対策必須</li> </ul>
地下インフラ（電気、ガス、上水道、下水道）の損壊による途絶	<ul style="list-style-type: none"> <li>自家発電（太陽光発電等）機材 ・カセットコンロ</li> <li>備蓄水及び浄水装置 ・簡易トイレ などの準備</li> </ul>	フェーズフリー（普段使いのものを活用）の考え方として、キャンプ用品を活用
（広域地震の場合） 製造被害による物流障害	<ul style="list-style-type: none"> <li>非常食、生活必需品の備蓄</li> <li>ローリングストックで消費期限管理</li> <li>避難所における同一食の長期化に備え、「味変」用調味料（ふりかけ等を含む。）の準備</li> </ul>	保存期間の長い災害用品に限らず、消費期限を適切に管理すれば普段の食品でも対応可能
避難所生活等に伴う関連被害	<ul style="list-style-type: none"> <li>常用薬や衛生用品の準備</li> <li>避難所内の交流推進</li> </ul>	同じ災害に見舞われた者同士の団結が重要

## ③（木造）建物の耐震基準

これまで、建築基準法は大きな地震災害が発生した際に改定されてきました。特に大きな改定となった1981（昭和56）年を境として、「旧耐震」と「新耐震」に分かれます。

- ・旧耐震：1981年以前に建築確認を受けた建物  
→震度5強でも倒壊を免れる設計
- ・新耐震：1981年以降に建築確認を受けた建物  
→震度5強で軽微な損壊、震度6強や7でも倒壊を免れる設計
- ・2000年耐震：2000年以降に建築確認を受けた木造建築  
→基礎強化や直下型地震による柱抜け防止対策、耐震壁をバランスよく配置

## ④防災ハザードマップの活用

町の防災ハザードマップは、大雨による風水害の危険区域を示していますが、土砂災害特別警戒・警戒区域のうち、「急傾斜地崩落」と「地滑り」の部分は、地震の強い揺れによっても崩落し、土砂災害が発生する可能性が高い地域です。あらかじめ地図で自宅や職場、学校などの自分の生活に関係のある区域にそれらの場所がどこにあるか、確認しておきましょう。



# まちからの お知らせ

※各記事の詳細は二次元コードからご覧ください

## 松川町人口

世帯数	4,516 (-9)
人口	12,024 (-26)
男性	5,858 (-10)
女性	6,166 (-16)

## 衆院選の投開票日(未定)に伴う 町議選の日程について

町選挙管理委員会は11月17日執行予定の町議会議員選挙について、衆議院選挙の投開票日が11月10日または11月24日となった場合の方針を、以下のとおり決定しました。

1. 衆議院選挙が11月10日投開票  
⇒【告示】11月5日(火)  
【投開票】11月10日(日)
2. 衆議院選挙が11月24日投開票  
⇒【告示】11月19日(火)  
【投開票】11月24日(日)

※町議会議員選挙の「立候補予定者説明会」の開催日(10月10日)は変更ありません。

松川町選挙管理委員会  
☎36-7020

## 10月1日から7日は 公証週間です

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までの1週間を「公証週間」と定めて、皆さんに公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度の利用を呼びかけています。

### 【公証制度とは】

日常生活における法律的紛争を未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度。

公証事務を担当する公証人は、判事、検事、法務事務官などを長く務めた法律実務の経験豊かな者の中から法務大臣が任命した法律の専門家です。

○次のような約束事には公正証書の作成をおすすめします。

- ・遺言
  - ・お金の貸し借り
  - ・不動産の売買や貸し借り
  - ・離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払
  - ・任意後見契約
- (公正証書によることが必要です。)

### 近隣の公証役場

飯田公証役場(飯田市常盤町30番地  
飯伊森林組合ビル2階)

公証人: 田玉修一

☎23-6502(FAX兼用)

## 【松川町高齢者クラブ主催】 脳の健康チェックをしてみよう!

ファイブコグ検査という脳の健康チェックをご存知ですか?

脳の機能のうち、記憶、注意、言語、視空間認知、思考の5つの機能を測る検査です。これらの機能は、認知症になりかけのときに低下しやすいと言われています。

脳の機能が低下していないか、また、どんな機能が低下しているかを知り、その機能を日常生活の仕方でも鍛えることができます。日常生活の中で維持する方法もお伝えします。脳の健康チェックをして認知症予防をしませんか?

### 〈講師〉

保健福祉課 北沢保健師  
志水保健師

時 10月21日(月) 10:00~

所 中央公民館 えみりあホール

持 鉛筆、飲み物(必要な方)

申 【高齢者クラブ員の方】  
クラブ長さんを通じて

【一般の方】

高齢者係(3番)窓口または電話

募集期間:10月16日(水)まで

※必ず申し込みをしてご参加ください。

保健福祉課 高齢者係  
☎36-7022

保健福祉課 福祉係  
☎36-7022



## 広報まつかわに広告を出しませんか

カラー	下面通し	6,000円
	下面2分の1	3,000円
モノクロ	下面通し	5,000円
	下面2分の1	2,500円

※1回あたりの金額

お店や会社のPRに、広報まつかわの広告をぜひご活用ください!

毎月20日に発行している広報まつかわに掲載する広告を募集しています。広報まつかわは自治会文書を通じて毎月各家庭に配布しているほか、町内のお店や施設に設置しています。



総務課 財政係 ☎36-7021

詳細は町ホームページから!



## 保育園入園説明会にご参加ください

令和7年度にお子さまの保育園への入園を希望・検討されている保護者の方を対象に、入園説明会を行います。

### 【対象】

- 令和7年度にお子さまが3歳児クラス(年少)へ入園予定の保護者
- 令和7年度に3歳未満児の入園をご希望の保護者
- 出産予定、育児休業後の職場復帰などでお子さまの入園を希望される保護者(年度途中の入園希望者も含む)

### 【留意点】

- ・令和6年度2歳児クラス(つぼみ2組)の在園児は各保育園から資料の配布をもって説明に代えさせていただきます。配布資料をよくお読みいただき、申し込み手続きを行ってください。

- ・参加していただく皆さんに落ち着いて説明を聞いていただくため、未就園児についてはできるだけご家庭での保育にご協力ください。
- ・必要な方は筆記用具をお持ちください。

### 【開催日程】

日付	時間	会場
10月21日(月)	10:00~	名子中央保育園
10月22日(火)		大島保育園
10月23日(水)		双葉保育園
10月24日(木)		上片桐保育園
10月25日(金)	19:00~	福与保育園
		役場 協議会室

※いずれの会場でも同様の説明を行います。  
ご都合のいい日程にご参加ください。

🍏 こども課 保育園係 ☎36-7023



## 肺がん検診のお知らせ

時 10月4日(金)

対 昭和59年4月1日以前生まれの方

- 胸部レントゲン車が町内を巡回します。
- ・6月にお送りした案内通知で時間・会場・持ち物をご確認ください。
  - ・通知が届かない方、新たに申し込みを希望される方は、保健予防係までご連絡ください。
  - ・7月の予定で受診できなかった方は、都合のつく時間・会場にお越しください。

※今年度最後の肺がん検診となります。

🍏 保健福祉課 保健予防係 ☎36-7034

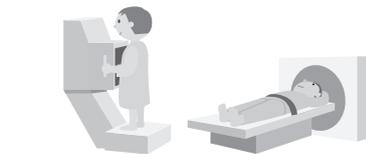


## 総合健診のお知らせ

時 10月30日(水)31日(木)

所 中央公民館えみりあ

- ・6月上旬にお送りした案内通知で時間、持ち物など、ご確認ください。
  - ・通知が届かない方、新たに申し込みを希望される方は、保健予防係までご連絡ください。
- ※今年度から大腸がん検診も併せて受けていただくことが可能です。



🍏 保健福祉課 保健予防係 ☎36-7034



## 粗大ごみ・小型家電収集のお知らせ

時 10月20日(日) 9:00~11:00

所 榎原旧一般廃棄物最終処分場

- 対 ・粗大ごみ  
・小型家電  
・家電リサイクル対象品

※開始時間前後は混み合うため、余裕をもって会場へお越しください。  
※会場は上片桐方面からの一方通行となります。そのため、大島方面からの右折での侵入はご遠慮ください。

🍏 住民税務課 環境係 ☎36-7046



## ハロウィンジャンボ宝くじ9月17日発売開始です

今年のハロウィンジャンボ宝くじは1等・前後賞合わせて5億円! 同時発売のハロウィンジャンボミニは1等・前後賞合わせて5,000万円!

【発売期間】9月17日(火)~10月17日(木)

【抽選日】10月25日(金)

【支払期間】10月30日(水)~令和7年10月29日(水)

🍏 総務課 財政係 ☎36-7021

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。なお、宝くじの収益金は長野県の販売実績により配分されますので、ぜひ長野県内の宝くじ売り場もしくはインターネットでお買い求めください。

**ハロウィンジャンボ5億円**  
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

**ハロウィンジャンボミニ5,000万円**  
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

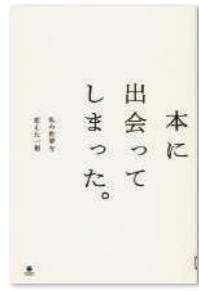
**9月17日(火)2種類同時発売!** 発売期間 9/17(火)~10/17(木) 抽せん日 10/25(金)

公益財団法人長野県市町村振興協会 各1枚 300円

# おいでよ図書館

【月・金曜日】10時～21時（祝日は18時）  
 【火・木・土・日曜日】10時～18時（第3日曜は17時）【水曜日】休館

おすすめ図書



『本に出会ってしまった。私の世界を変えた一冊』  
 前田 和彦 編  
 Pヴァイン



『図書館ウォーカー2』  
 オラシオ 著  
 日外アソシエーツ



『図書館のぬいぐるみかします』  
 シンシア・ロード 作  
 ステファニー・グラエギン 絵  
 田中 奈津子 訳  
 ポプラ社

## 10月の図書館予定

- 読書旬間 19日(土)～27日(日)  
 『久保田香里氏座談会』  
 19日(土)10:30～  
 『伊那パパ'S おたのしみ会』  
 27日(日)10:30～
- ノンタンの会 8,22日(火)10:30
- よみまいかー 12,26日(土)

★最新の情報は図書館のホームページでご覧いただけます。  
 松川町図書館 ☎36-3746



## 高血糖・糖尿病について学ぶ① ～現状を確認しよう～

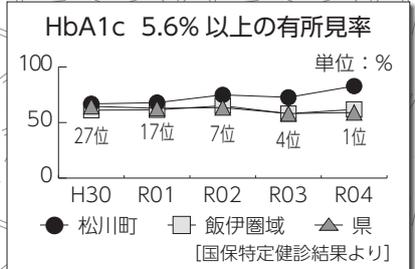
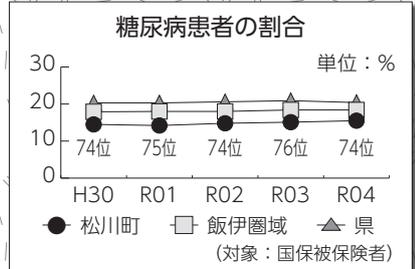
糖尿病かどうかを確認するとき、健診結果のどの指標を確認するかご存じですか？  
 自分が今日の段階なのか、下の表を見ながら確認してみましょう。

保健福祉課  
 保健予防係  
 ☎ 36-7034

### 【確認する指標】

- 血糖値  
 血液中の糖の値。食事をとると上昇しますが、通常は70～140mg/dlの範囲に収まるよう、体から分泌されるホルモン(インスリン・グルカゴンなど)で調整しています。
- HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)  
 血糖値の1～2か月くらい前の平均を表します。血糖値は食事の影響を受けるので常に変動しますが、この数値は平均をみるため、糖尿病になりやすい状態がどうかわかります。

		正常領域	正常高値	境界領域	糖尿病領域
血糖値 (mg/dl)	空腹時	～99	100～109	110～125	126以上
	2時間値	～139	—	140～199	200以上
HbA1c (%)		～5.5	5.6～5.9	6.0～6.4	6.5以上



次に左の2つのグラフを見てみましょう。  
 松川町は糖尿病患者の割合は県や国と比較して低い水準ですが、令和4年度のHbA1c5.6%以上(正常高値以上)の有所見者数は、県下77市町村の中でなんと1位です。  
 これから糖尿病領域に進まないようにするにはどうしたらいいか、連載でお伝えしていきます。

※過去に一度でも糖尿病型と診断された場合、数値が正常に改善されても糖尿病扱いとします。

### 10・11月生まれのお友達募集!

10・11月生まれのお子さん(3歳まで)を募集します。件名に「みんなの笑顔申込み」と記載の上、お子さんのお名前(ふりがな)・生年月日・保護者のお名前・住所・電話番号・コメント(30字内)を添えて、メールにてお送りください。(メールアドレス: seisaku@town.matsukawa.lg.jp)

締め切り: 9月30日(月)

電子申請でも応募できます。詳細はお問合せください。まちづくり政策課 TEL 36-7014



## マーくんカードからのお知らせ 《健康診断でマーくんポイントもらえる》って知ってる？

健康診断を受けて町の健診結果説明会に参加するとマーくんポイント200ポイントがもらえます。さらに所定のスポーツイベントに参加すると200ポイント、合計400ポイントがもらえます。詳しくは町保健福祉課まで。  
 マーくんカード事業協同組合

