

広報やまがた

YAMAGATA

2

令和2年 2020
No.509



1月28日 保育園にて

健診を受けて自分のからだを知ろう……………	2
ゴミを考えるプロジェクト……………	4
みんなで考えたい! 山形村の子どもたちの姿…	5
協力隊通信No.25……………	7

子どもたちが待ちに待った雪が降りました。雪遊びをとっても楽しみに登園。園児たちは寒さを気にせず、雪だるまやかまくらを作り、雪山からソリで滑って元気いっぱい遊んでいました。次の日にはほとんど溶けてしまいましたが、自然の変化を五感で感じながら、これからも色々な経験ができればいいですね。

健診を受けて自分のからだを知ろう

毎年健診を受けていますか。「毎日忙しくて体のことまで考えられない」「今は元気だから」という思いはありませんか。健診を受けることで、生活習慣の改善や脳卒中などの重大な疾患の予防につなげることができます。いつまでも健康でいるため、年に一度は健診を受けましょう。

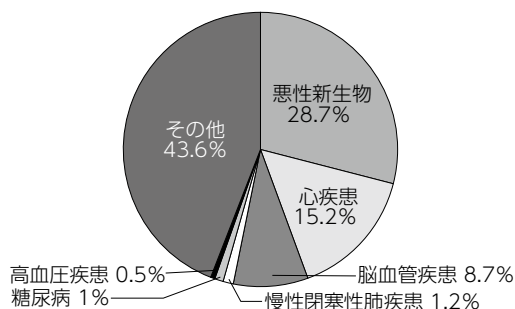


特定健診って何なの？

40歳～74歳のすべての被保険者・被扶養者を対象としたもので、正確には「特定健康診査」と言います。生活習慣病などの早期発見・早期治療はもちろん、メタボリックシンドローム該当者や予備軍の減少にも効果があります。

次のグラフからもわかるように、実に6割の方が生活習慣病で亡くなっています。しかし、生活習慣病やメタボリックシンドロームは急に発症するわけではありません。それらを事前に発見したり、検査での傾向を見て生活などを見直すことができるもの、それが特定健診です。

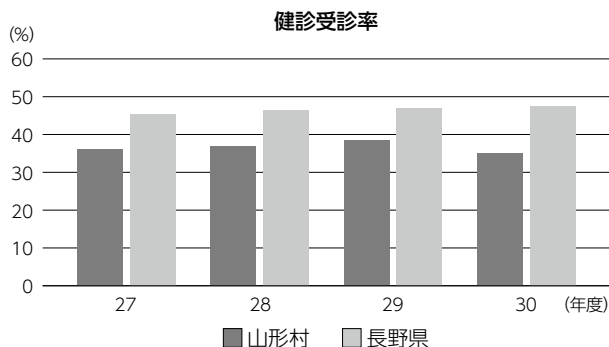
死因別死亡総数に占める割合 (平成27年)



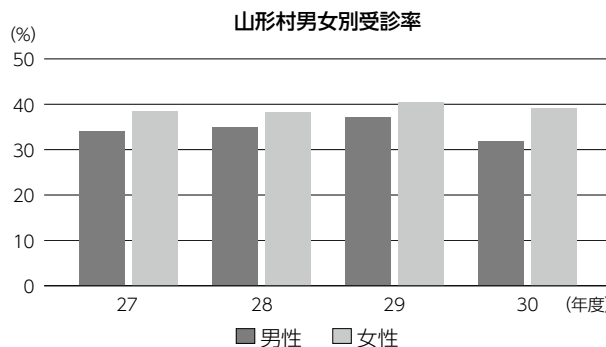
(出所)「平成27年度人口動態統計」

特定健診受診率は県内ワースト4位

平成30年度の特定健診受診率は35.2% (速報値) と県内79保険者 (市町村、建設国保、医師国保) の中で4番目に低い水準です。「高血圧」「脂質異常」「高血糖」などの生活習慣病は自覚症状なく進行していくため、自分では気づきにくい病気です。自覚症状が出た時には、すでに重症化しているケースが多くみられます。「症状がでていない」「元気だから問題ない」と思って健診を受けずにいると、生活習慣病が忍び寄ってきます。



長野県より10ポイントほど低い受診率です



男性の受診率が低い傾向です

令和元年度に健診を受けていない方

まだ間に合います。40歳～74歳の山形村国民健康保険に加入されている方は、3月まで村内の医療機関で個別健診を受けることができます。

令和2年度の健診・検診の申し込みが始まっています

来年度の健診・検診の申込票を2月の中旬に配付しました。提出方法がご家庭によって異なりますので、お気を付けください。

★連絡班に加入している方

封筒に入れ、地区の健康づくり推進員に提出

★連絡班未加入・連絡班に健康づくり推進員がない方

封筒に入れ、3月11日（水）までに保健福祉課へ提出

検診の内容を一部見直しました 令和2年度に追加となる事項

- 75歳以上の方の個別健診が始まります。
 - 骨健診の対象年齢の上限がなくなりました。
- ※ただし、歩行に介助が必要な人は対象外となります。詳細につきましては、配布されるお知らせをご確認ください。

※健診・検診申込票は20歳以上94歳以下（令和3年3月31日現在）の方を対象に通知しています。

健診を受けて終わりではない

健診を受けることが目的ではありません。健診結果を確認していますか。「異常なしだったから大丈夫」「やせているから大丈夫」と思っていないですか。結果が届いたら前回の値と比較し、体の変化を確認しましょう。前回より検査結果が悪化している、異常値に近い検査項目があるなど、生活習慣病が忍び寄る気配に気付くかもしれません。健康になるためのヒントを見つけ、生活習慣を見直しましょう。

気になる項目を確認

	検査項目	基準範囲
高血圧	収縮期（最高）血圧、 拡張期（最低）血圧	収縮期：129mmHg以下 かつ 拡張期：84mmHg以下
高血糖	空腹時血糖、HbA1c	空腹時血糖：99mg/dL以下 HbA1c：5.5%以下
脂質異常	LDLコレステロール 中性脂肪 HDLコレステロール	LDLコレステロール： 119mg/dL以下 かつ 中性脂肪： 149mg/dL以下 かつ HDLコレステロール： 40mg/dL以上

村では健康で元気に暮らすために、運動教室や膝・腰元気体操などさまざまな事業を行っています。また、山形村ウォーキングコースや健康体操をYCSの放送で紹介しています。ご利用ください。



放送時間 健康体操、ウォーキングコース

次の時間から始まるYCS番組後に放送しています。

月～土	午前	6時35分、9時、10時、11時
	午後	2時、3時、7時、8時

ゴミを考えるプロジェクト

—— ゴミ減量を目指す啓発強調週間 ——

3/22 ふるさとの流れよ美しく… プロジェクトⅠ ずく出して 参加者募集 川をきれいに大作戦^ツ2

昨年8月に続き2回目の河川清掃。プラスチックによる海洋汚染が問題となる中、小さな川でもその上流に位置するわが村の河川を歩いて、環境やゴミ問題を一緒に考えてみませんか。

日時 3月22日(日) 午前9時(役場集合)～11時頃
内容 村内主要河川のゴミ拾い
対象者 小学校高学年以上の方ならどなたでも結構です。



昨年8月に行った作業の様子

3/24 (長野県) 出前講座 プロジェクトⅡ 長野県の廃棄物削減の取り組み 参加者募集 ～ゴミ減量のためにあなたができること～

長野県の環境問題への取り組みをわかりやすく説明してくれる出前講座です。使い捨てプラの削減や食品ロスの問題をみんなで考えましょう。

日時 3月24日(火) 午後1時30分～3時
会場 トレーニングセンターふるさと大ホール
対象者 どなたでもご参加ください。

3/25 わが家発 とことん資源化チャレンジ! プロジェクトⅢ ゴミ処理/リサイクル施設 参加者募集 見学ツアー

わたしたちの家庭から出るゴミは、ほとんどがリサイクル(再資源化)で再生製品として利用することができます。そのために大切なことは“ずく”を惜しまずきちんと分別すること…。できる限りリサイクルにまわし、焼却や埋め立てを減らす努力をそれぞれの家庭から行わなければいけません。そこで、ごみ処理やリサイクルの現場をマイクロバスで巡って勉強するミニツアーを企画しました。

日時 3月25日(水) 午後1時(役場集合)～5時頃
見学先 松本クリーンセンター(焼却施設、リサイクルプラザほか)
王子マテリア松本工場(古紙再生)
対象者 小学校高学年以上の方(定員25名になり次第締め切らせていただきます)



3月10日(火)までに役場住民課(☎98-3112)へ電話でお申し込みください

みんなで考えたい！山形村の子どもたちの姿—その4

令和元（2019）年度全国学力・学習状況調査の結果報告

文部科学省では、全国的に子どもたちの学力状況を把握する「全国学力・学習状況調査」を平成19年度から実施しています。本年度は、平成31年4月18日に行われました。教育委員会では、この調査の趣旨を踏まえて結果を分析し、考察を行いましたので、昨年に引き続きその概要をお知らせします。

1 調査の概要

- (1) 実施日 平成31年4月18日
- (2) 対象 山形小学校6年生
(中学3年生については組合立鉢盛中学校にて実施)
- (3) 内容
 - ① 教科に関する調査（国語、算数）
本年度は、国語、算数ともに、従来の「主として知識に関する調査A」と「主として活用に関する調査B」を一体的に出題。
 - ② 生活習慣や学習環境に関する質問紙調査



「話し合い活動」で学ぶ子どもたち

2 結果の概要

(1) 教科に関する調査

本校6年生の平均正答率は、全国・県の平均と比べ、国語（県平均64.5%）、算数（県平均66.5%）ともに、下回る結果となりました。昨年度と比べると、国・県との差が大きくなっていますが、出題形式が知識と活用が一体化したことを考慮して内容を分析しますと、昨年度に引き続いて、国語の「話すこと・聞くこと」や算数の「整数・小数・分数のしくみや計算の仕方」などの基本的な事柄は定着していることがうかがえます。これは、従来から小学校で、基礎基本の定着に重点をおき、丁寧な指導がされてきた成果と言えます。一方で、自分の考えをまとめて書くことや、基本的な知識・技能を活用して問題を解くこと・考え方を説明することに課題があります。

今後、各学年段階に応じて、国語や算数などあらゆる授業場面、家庭学習（自学）などを通じて、「理由を明確にして自分の考えを整理して話し合う」ような活動場면을更に増やすなど、「活用能力」を高めていく取り組みを工夫していく必要があります。

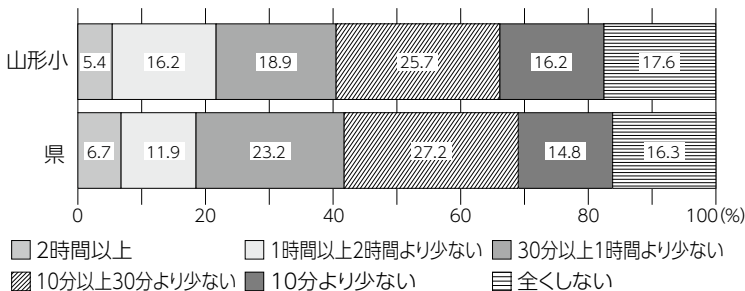
(2) 学習状況に関する調査（3 地域・家庭で考えたいことに記述）

3 地域・家庭で考えたいこと

学習状況調査では、「朝食を毎日食べている（98.7%）」「毎日同じくらいの時刻に寝ている（79.7%）」「自分には、良いところがあると思う（81.0%）」等の回答があり、落ち着いた学校生活や規則正しい家庭生活を送り、自己肯定感も高まってきていることがうかがえます。これは、「あいさつ・せいそう・あそぶ・かたる」を重点目標にして指導にあたっている学校を核に、家庭・地域が一体となって取り組んできている成果でもあります。

また、平日の家庭学習の時間について「1時間以上70.4%（H30 56.5%）」「30分未満4.1%（H30 19.6%）」と、「家庭学習定着週間」の実施など、家庭学習（自学）に力を入れ取り組んできていることの結果が見えつつあります。今後「自学」の内容の工夫など、家庭学習の内容の充実と家庭の協力を図って行く必要があります。更に、平日にテレビゲームに興じる子どもの割合が大変多く、他方、「読書」については「平日全くしない」児童は17.6%（H30 16.0%）と、読書時間が少ない状況があります。このような状況を踏まえ、「村挙げての“向学の気風づくり”」に向けて、今後とも継続して、子どもたちの放課後の居場所や、就寝までの家庭生活について、学校・家庭・地域で、知恵を出し合い、考えていく必要があります。

授業時間以外に、普段（月～金曜日）、1日当たりどれくらいの時間、読書をしますか。



地域おこし
協力隊通信

No.25



山形村地域おこし協力隊となって、あっという間に1年が過ぎました。この1年で何ができたのか、村の役に立つようなことはできたのか、考えています。

農産加工品を考え始め、「商品となるものを作りたい!」という自分の目標があります。現在、ドレッシングの製作に協力隊の見澤さんと取り組んでおり、早く製品として出せるよう進めています。製品になりましたら、Facebook等でお知らせしますので、ぜひご賞味ください。それから農業が好きで、畑をやらせてもらいました。その畑で育てたものを使って収穫体験イベントを開催できました。参加してくださった方が収穫を楽しんでくださり、大変嬉しく思いました。私にとっても良い体験でした。

協力隊の活動をFacebookにて
発信しています!
フォローをお願いします。



穴澤 雅美 隊員
(観光プロモーション)

この1年、村の方々に本当に良くしていただきました。この場を借りて感謝申し上げます。声を掛けてくださり、新たな場に誘ってくださり、色々な体験をさせてくださり…。本当に嬉しかったです。そして1年前より顔やお名前のわかる方が増えていることを嬉しく思っています。

1月から山形村商工会にて観光の仕事をお手伝いさせていただくことになりました。山形村を訪れたお客様と接する機会が増えると思いますので、楽しみです。また、商工会という新たな場で、新たなことができ、村の新たな方々とお会いできると思っています。

2年目もどうぞよろしくお願いいたします。



防災だより

No.250

松本広域消防局山形消防署



令和元年の火災と救急件数

松本広域消防局における、令和元年中の火災と救急の件数についてお知らせします。

【火災】

全体	うち山形村
168件	3件

家のまわりに
燃えやすいものを置かない。



松本広域消防局全体の火災件数は168件で、主な火災の原因としては、焚き火、こんろ、放火の疑いとなっています。

3月1日から7日まで、「春の火災予防運動」が実施されます。

空気が乾燥する時季になりますので、火の取り扱いには十分に注意し、火災に気を付けましょう。

【救急】

松本広域消防局救急隊(全14隊)救急出動件数は、年々増えており、昨年平成30年の出動件数と比べて4件増加しました。松本広域消防局としては1日に平均51件の救急出動がありました。(山形消防署1日約3件の出動)

全体	うち山形村
18,504件	258件

近くの救急車が出動中の時や、隊員の増強が必要な場合は、応援で消防車も出動することがあります。ご理解ください。

救急車の適正利用にご協力をお願いします。



令和元年度 全国統一防火標語

「ひとつずつ いいね!で確認 火の用心」

松本広域消防 山形消防署 ☎98-4455

掲示板

お問い合わせは各団体へ

◆スカイランドきよみずの 休館について

スカイランドきよみずの管理運営を行う指定管理者が4月より株式会社ドリームホテルに変更されます。引き継ぎ及び空調工事を行うため、次の期間休館します。

- 休館期間
3月2日(月)～3月31日(火)
5月7日(木)～7月31日(金)(予定)
- お問い合わせ
スカイランドきよみず
☎98-2300

◆松本地域シルバー人材センター 入会説明会

シルバー人材センターは高齢者の生きがいづくりを目的とした公益社団法人で、会員に臨時的・短期的な仕事の紹介等を行っています。山形村・松本市在住の概ね60歳以上の方を対象に出張入会説明会等を行います。

いずれも事前申し込みの必要はありません。どうぞお気軽にご参加ください。

出張入会説明会

- 日時
3月12日(木) 午前10時～11時30分
- 場所
山形村保健福祉センターいちいの里「研修室」

定例入会説明会

- 日時
3月4日(水)、18日(水)
4月1日(水)、15日(水)
午前10時～11時30分
- 場所
松本地域シルバー人材センター
- お問い合わせ
松本地域シルバー人材センター
☎39-6680

◆福祉の職場説明会・就職面接会

福祉・介護・保育・看護分野での就職を希望する方、福祉の職場や資格等について知りたい方など、どなたでも参加できます。参加費無料、履歴書不要、事前申込不要です。参加企業45社。

- 日時
3月12日(木) 12時30分(受付12時～)
- 場所
松本勤労者福祉センター
- お問い合わせ
長野県社会福祉協議会
長野県指定 長野県福祉人材センター
☎026-226-7330

◆サイバーセキュリティ月間

2月1日～3月18日はサイバーセキュリティ月間です。身近なスマートフォンを悪用した犯罪・トラブルも多発しています。サイバー空間の危険性を知り、対策をとりましょう。

スマートフォンを安全に使うための6箇条

1. スマートフォンをアップデートする(アップデートせずに使っていると、パソコンと同様に脆弱性を悪用した攻撃に遭う危険性がある)
2. スマートフォンの改ざん行為を行わない
3. 信頼できる場所からアプリケーション(アプリ)をインストールする
(iPhoneであれば「AppStore」、Android端末であれば「GooglePlay」など、アプリ審査や不正アプリ排除を実施している場所からインストールしましょう)
4. Android端末では、アプリをインストールする前に、アクセス許可を確認する
5. セキュリティソフトを導入する
6. スマートフォンを小さなパソコンと考え、パソコンと同様に管理する

- お問い合わせ
長野県警察本部 サイバー犯罪対策室
☎026-233-0110

◆借金の請求が届いたら 放置しないで! 「昔の借金相談会」

- 日時
3月7日(土) 午前10時～午後4時
- 相談方法
 1. 面談相談(要予約)
【相談会場】長野県司法書士会館2階
【予約電話】☎026-232-7492
 2. 電話相談
【電話番号】☎0120-448-788
- 相談料 無料
- 相談例
 - ・昔借りた借金の請求が来たけど返さなければいけない?
 - ・借りた覚えのないところから借金の請求が来た。
- お問い合わせ
長野県司法書士会
☎026-232-7492

◆長野県婚活支援センターのご案内

婚活したいけど何をしたらいいかわからないという方に、専任スタッフがその方に合った婚活方法やイベント情報などを紹介しています。ご本人はもちろん親御様など身近な方からの相談も受けています。秘密厳守で利用料はかかりません。

- 日時
平日 午前8時30分～午後5時
- お問い合わせ
長野県婚活支援センター
(長野県県民文化部次世代サポート課)
☎026-235-7373

放送時間 月～土 6時35分・9時・10時・11時(23時まで毎時間) / 日 9時・12時・15時・18時・21時

日	月	火	水	木	金	土
3/1 まるごと一週間	2 こんにちは県議会です	3 技の彩	4 ちよいと気になる隣の話題「朝日村週刊ニュース」	5 週刊・ニュースアーカイブ	6 ウィークエンド情報局	7 ウィークエンド情報局(再)
8 まるごと一週間	9 おすすめ 議会一般質問生中継	10 おすすめ 議会一般質問生中継	11 ちよいと気になる隣の話題「朝日村週刊ニュース」	12 週刊・ニュースアーカイブ	13 ウィークエンド情報局	14 ウィークエンド情報局(再)
15 まるごと一週間	16 YCSアーカイブス	17 JAグリーンタイム	18 ちよいと気になる隣の話題「朝日村週刊ニュース」	19 週刊・ニュースアーカイブ	20 ウィークエンド情報局	21 ウィークエンド情報局(再)
22 まるごと一週間	23 議会一般質問前半	24 議会一般質問後半	25 ちよいと気になる隣の話題「朝日村週刊ニュース」	26 週刊・ニュースアーカイブ	27 ウィークエンド情報局	28 ウィークエンド情報局(再)
29 まるごと一週間	30 おすすめ 鉢盛中学校卒業式	31 おすすめ 山形小学校卒業式	4/1	4/2	4/3	4/4

※都合により番組内容・放送日程が変更になる場合があります。

YAMAGATA INFORMATION やまがたインフォメーション

こころの健康づくり講演会

日時 3月11日(水) 午後7時30分～8時30分

場所 ミラ・フード館 ホールミラ

■内容

前向き(ポジティブ)に生きるための心理学

講師:信州大学人文学部文化情報論分野

教授 菊池聡 氏

申込:申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

お問い合わせ 保健福祉課 ☎97-2100

夜間窓口開設日

日時 3月16日(月)・30日(月)

午後8時まで 出入口:正面玄関

業務内容

■戸籍・住民票の謄本及び抄本の発行

■印鑑登録、印鑑証明書の発行

■税金・各種料金等の納付

■所得証明書等の発行

■公図閲覧

■125cc以下のバイクの登録・廃車

■水道開閉栓の届出

4月より夜間窓口の開庁時間を変更します。

変更前:～午後8時まで

変更後:～午後7時30分まで

実施日は毎月2回で変更ありません。生涯学習カレンダー、広報をご確認ください。

行政心配ごとの相談

日時 3月23日(月) 午後1時30分～3時30分

場所 保健福祉センター いちいの里 談話室

村税等納期限

日時 3月25日(水)

■国民健康保険税第9期

■後期高齢者医療保険料第9期

■介護保険料第9期

■上下水道料

■保育料

口座振替の方は、預金残高を確認して振替ができるように、また現金納付の方は、お手元の納付書により納め忘れないようにしてください。

第3回 農地・農業なんでも相談会

日時 3月30日(月) 午後5時～8時

場所 役場1階「相談室」 2階会議室

相談員:農業委員・農地利用最適化推進委員

相談内容:・農業を始めたいが相談先がわからない。

・農地を貸したい、借りたい、売りたい。

・農地の境界が不明で確認したい。 など

申込:事前申し込みは必要ありません。

お問い合わせ 農業委員会事務局 ☎98-5664



この印刷物は再生紙、
おまの環境に優しい
ベジタブルオイルインクを
使用しています。

発行/長野県山形村
編集/総務課

☎0263-98-3111
山形村ホームページ/<http://www.vill.yamagata.nagano.jp/>



村のうごき (2月1日現在総人口)

人口:8,699人(前月比-9) 男:4,295人(前月比-9) 女:4,404人(前月比0) 世帯数:3,079世帯(前月比-3)