

# おお おお く わ



## 主な内容

平成 21 年度予算所信表明	2～4 ページ
定額給付金	5 ページ
大桑村ふるさと納税寄附金	6 ページ
まなびましょう	9 ページ
保健センターだより	10 ページ
ごみ・リサイクルカレンダー	11 ページ

2009  
**3**  
No.413

### 春を呼ぶ ～ふれあいコンサート～

2月22日、大桑女声コーラスグループ『コールマルベリー』のコンサートが開かれ、名曲からポップスまで幅広い歌声を披露しました。コンサートは大盛況。歌と音楽の楽しさ、素晴らしさを改めて感じさせられるひと時でした。

# 平成二十一年度 予算所信表明



## ○予算の概要

平成21年度の大桑村一般会計並びに各特別会計予算の審議をお願いするに当たり、その所信の一端を申し上げます。

好調な輸出に支えられ戦後最長の景気拡大を謳歌<sup>おうか</sup>していた日本経済は、アメリカのサブプライム住宅ローンの崩壊に端を発した、世界同時不況といわれる急激な経済収縮に遭遇し、昨年後半よりかつてない速さで悪化しています。特

に輸出産業を中心に製造業で急速に減産、雇用調整が行われており、日常生活面でも日々不況感が強まっています。

世界的な金融危機の深刻化や世界景気の一層の下降、株式・為替市場の大幅な変動の影響など、景気をさらに押し下げる危険性が存在することに留意する必要があります。

このような状況下、国においては、景気対策、経済対策を最優先重要対策として切れ目のない諸施策を推進するため、平成20年度一次、二次補正予算、21年度当初予算を相次いで編成するとともに、地方財政については、安定的な財政運営に必要な地方税、地方交付税等の一般財源の総額を確保し、地方再生対策の考え方に従った交付税配分の重点化を引き続き進め、地方交付税を財政の厳しい地域に重点的に配分するとしています。しかしながら、国、地方ともに大幅な税収の減収が見込まれる中、特に本村のような過疎地域に

おいてはいつそう厳しい財政運営が見込まれます。

新年度予算は、自立計画に基づく簡素で効率的な行財政運営に努めつつ、安心して子育てをし、住み続けることのできるやさしい村づくり、教育の充実、観光振興はじめ産業振興の推進、生活基盤整備等の着実な推進を重点に編成しました。

## ◎一般会計

一般会計は、総額が31億5千912万5千円となり前年度当初予算対比9千73万7千円の減額、率にして2.8%の減少となります。

歳入では、村内の経済の動向による法人税の推移を見込み、村税は前年度対比1千20万6千円減の6億5千634万7千円を計上しました。地方譲与税は、道路特定財源の一般財源化に伴い、名称の変更及び使途制限の廃止などの改正が行われ、300万円減の3千200万円を計上、地方交付税は、公債費分の増額、「地域

雇用創出推進費」が創設されたことなどにより、臨時財政対策債と併せた総額が15億4千320万円で、前年度より1億3千930万円の増額見込みです。村債は、大型事業の終了年度となり辺地対策事業債と村営住宅建設事業債に臨時財政対策債を加え前年度対比27.3%減の3億540万円を計上し、補償金免除の繰上償還の財源として減債基金から1億391万円を計上しました。主な施策については、

○子育てにやさしい村づくりの推進のために



出産祝金を従来の2万円から6万円へ増額し、里帰り出産での乳児の1ヶ月検診についても1回分を助

成します。また、20年度に小学6年生まで拡大した医療費の無料化を21年度から中学3年生までさらに拡大します。



昨年4月からスタートした大桑保育園は、併設する子育て支援センターとともに順調に運営されています。保育士は、この年度末で1名の退職に伴い2名の新規採用を行い一層の充実を図ります。なお、保育料は20年度から段階的に改定する予定でしたが、現下の経済・雇用情勢の悪化を考慮し、21年度は凍結します。

### ○誰もが住み続けることができ る安心のむらづくりの推進 のために

20年度の制度改正により生活習慣病予防については特定健康診査と特定保健指導などが始まりまし

たが、一層検診事業の充実を図るとともに、日々の健康増進活動の推進を図ります。

村民の皆さんが心身のリフレッシュに、健康温泉施設、フォレスパ木曾恋路の湯の入浴料は値下げします。大いに活用していただきたいと思っています。

また、村内通所施設のデイサービスセンターの利用者の増加と制度改正により、高齢者の方々の拠り所の施設として須原地区の民家を改修して宅老所を開設します。社会福祉協議会や村民の皆さんと連携し、介護予防事業、高齢者福祉、障害者福祉事業を一層推進します。

村内交通体系については、より利便性の向上を目指して検討を進めます。



### ○教育環境の充実のために

小中学校で少人数の学年が続いています。21年度入学児童は1

学級となり1学年2学級体制を維持することが困難となってきました。21年度は中学校へ3名の村費教員を配置します。

また、平成23、24年度に実施される学習指導要領の改訂に伴い、教材用備品、各教科の消耗品、教師用指導書等の整備充実を図ってまいります。

小中学校の給食には、子供たちが地域の食に関心を高めるとともに、地産地消農業推進の一助となるよう、木曾南部コシヒカリを村負担で提供します。

平成20年度から始めた放課後子ども教室は、夏休みや春休みの長期休業時にも実施できるように予算を計上しました。

### ○観光の振興をはじめ産業振興 の推進のために

経済建設課の執務体制をより能動的、実務的に再編し、現在の農務商工係、林務係、国土調査係を農林係、商工観光係、住宅係とし、土木係、上下水道係とあわせ5係体制とします。

商工観光係は、今まで商工会で担っていた観光協会事務局を兼務し、商工会、観光協会と連携して

村内観光資源の掘り起こしと観光業者の育成に努め、魅力ある観光地づくりを進めるとともに、商工業の振興を図ります。

大桑村は三色桃の発祥の地です。皆さんにご協力いただき大桑村が花桃の里、フォレスパ木曾を中心とする安らぎの里として内外の皆さんに認められるような村づくりを進めていきたいと考えています。

農林係は、農業と林業の振興を一体的に処理するとともに、林地が対象となった国土調査を担います。

森林の持つ公益的機能に関心が高まっています。国県の制度を活用し健全な森林作りを推進するとともに、里山を整備して良好な環境づくりを努め、地産地消農業の振興を図り、農林業が一体となった中山間地の特色ある産業の振興を図ります。

サルやイノシシ、クマなど有害鳥獣の被害が深刻です。中山間地域直接支払制度の活用などで対策を進めるとともに、猟友会の皆さんのご協力をいただき、その駆除に努めます。

また、児童生徒の野外学習の安全確保のためにヘルメットを購入

し、森のエネルギー利用のモデル事業としてペレットストーブ購入補助を行います。

### ○生活基盤整備事業の着実な推進を図ります

重点事業として平成16年度から実施してまいりました伊奈川1号線JR線公道橋新設工事は、舗装などの仕上げと踏み切り撤去工事を実施し、21年度で完了します。地域の皆さんのご理解とご協力に感謝申しあげます。

平成15年度から実施してきました、阿寺橋橋梁整備事業は、昨年6月に新橋が完成しましたが、引き続き旧阿寺橋上部工撤去工事及び下部工撤去工事を実施します。

また、右岸道路は川向地区の一部と殿地区で拡幅工事を継続します。直轄砂防事業は、越百第3砂防堰堤・寺沢砂防堰堤事業・丸山沢砂防堰堤事業の継続と青木沢・馬場沢と田垣沢の砂防事業の推進を図ります。県事業は、荒屋沢砂防事業を継続で実施します。

なお、新規事業として、東地区の旧村営住宅を取壊し、若者のニーズにあったオール電化の集合住宅、1棟6戸の建設に着手します。



### ○交流事業を推進し活力ある村づくりを進めます

アルプホルンをはじめ、ヒノキを奏でる里づくり事業、須原地区の景観整備活動など、地域や団体の村づくりに向けた自主的な活動を支援してまいります。

国際交流事業は、姉妹都市のシエルビービル市へ高校生2名をホームステイ派遣します。

中学生の「みどりの少年団」北海道体験交流と、村有林交換の盟約を結ぶ川上・根羽村との交流として、小学生の川上村での「みど

りの少年団」の体験交流を実施します。大桑村とは異なった場所での体験をおとして村づくりに役立てていただきたいと思えます。

また、昭和57年2月「緑の休暇村」として指定を受けた師勝町が西春町と合併し北名古屋市が発足し、20年度に「友好提携協定」を結びました。四半世紀にわたって交流が続いていますが、更なる交流が期待される場所です。

### ○広域事業では

南部クリーンセンターが平成22年3月廃止となり、4月から北部クリーンセンターに統合され、「木曾クリーンセンター」として再出発します。

ごみ収集方法、手数料等従来と異なる取り扱いとなります。この1年、村民の皆さんの周知に努めてまいりますので、ご理解と協力をお願いいたします。

### ◎特別会計

特別会計は、総額9億2千775万円の前年度対比17・5%の減少となりました。

水道会計は、東部簡易水道改良事業が20年度で終了し、今年度か

ら3か年を目的に統合簡易水道事業が始まります。21年度は中央監視設備工事に取り組みます。

農業集落排水事業、公共下水道事業、宅地造成事業特別会計は、経常経費を計上しました。

昨年度から後期高齢者医療制度が導入されたことに伴い、後期高齢者医療事業・国民健康保険事業特別会計の内容を見直すとともに、老人保健事業特別会計は過年度分の給付関係経費のみ計上しました。

以上が平成21年度予算の概要です。国内外とも厳しい経済情勢の下、国の緊急経済・雇用対策等の臨時交付金を見込んで20年度3月補正予算を編成し、切れ目なく景気、経済対策を実施する中で予算編成となりました。

今後も大桑村をはじめとする小規模な地方公共団体を取り巻く環境は、不透明でかつ厳しい状況が続きますが、村民の皆さんとともに「創意」、「工夫」によって、未来へつながる着実な行政運営に努めてまいります。

村民各位のご理解とご支援、ご協力をお願い申しあげ、所信表明といたします。

**奥田工業株式会社  
消防団等地域活動表彰受賞**

2月25日、総務省消防庁主催の「消防団等地域活動表彰式」が東京都で行われ、奥田工業株式会社が受賞しました。

この賞は、日ごろから地域の消防団活動に積極的に取り組んでいる事業所に贈られるものです。奥田工業株式会社は、積極的に会社ぐるみで介護施設等の防災・避難訓練に参加し地域の防災活動に取り組まれていることが評価されました。



**ご利用ください  
育児ママリフレッシュ保育**

育児中の子どもがいると、「美容院へ行きたいが子どもをみてくれる人がいない」、「たまには子どもから離れて自分の時間を持ちたい」など日常的なちょっとしたことができないことがあります。そんな「ちょっとしたこと」がたまって、子どもと気持ちよく向かい合えないことはありませんか。

子育て支援センターでは、そんなママさんのために未就園児を対象に年間8時間の無料一時保育を行う「育児ママリフレッシュ保育」を行っています。

**子育て支援センター「まめっこ」**

☆子育てが楽しく充実感をもってできるように  
☆子育てしながら親も成長できるように  
☆子育てを地域みんなで応援し喜び合えるように

子育て支援センター「まめっこ」はこのように思いで、子育て中の皆さんを応援します。子どもたちの遊び場、親同士の交流の場、気分転換の場として気軽にご利用

ください。

○利用するために  
利用申請登録が必要です。

(年間登録料1世帯 1,000円)

○利用できる人

0歳から保育園入園前の乳幼児と子育て中の人

○開所日と時間

月曜日から金曜日の保育園が開園している日  
午前9時から午後4時

今年度の育児ママリフレッシュ保育は3月31日までです。

▼問い合わせ

子育て支援センター  
電話\*55・1215



**定額給付金**

大桑村では、次の日程で定額給付金の支給を行います。

○3月末

定額給付金申請等の書類を世帯主あてに送付します。

○4月1日(水)から

定額給付金申請の受付を開始します。

○4月中旬以降

申請書類の受付が完了した世帯から、順次指定の口座へ定額給付金を振り込みます。

**◆注意事項◆**

\*申請書類の中に、返信用封筒が同封されています。必ず返信用封筒に申請書類を入れて、ポストへ投函してください。

定額給付金を騙った振り込み詐欺にご注意ください！

▼問い合わせ

総務課企画係 TEL\*55・3080

## 紙おむつ類購入費補助

### ○対象者

- 1、高齢者等で介護保険受給資格のある人
- 2、障害者で障害程度区分を受けている人
- 3、その他村長が特に必要と認めた人

※対象者が入院・施設入所されている場合は補助できません。

○補助期間 平成21年4月1日～平成22年3月31日

### ○補助内容

対象者が使用する紙おむつ類を購入した際、月額補助限度額の基準により購入費を補助します。

※限度額を超える購入分は自己負担となります。

補助限度額の判定基準		補助限度額 (月額)
要支援・要介護認定または障害程度区分認定における認定調査票の中の「排尿」「排便」の項目が右欄に該当する人	全介助	6,000円以内
	一部介助	4,000円以内
保健師等が調査し必要と認めた人		2,000円以内

### ○申請方法

紙おむつ類の購入店で発行された領収書を所定の「補助申請書兼請求書」に添付し、1ヶ月分をまとめて翌月の10日までに提出してください。

なお、購入先店舗・業者の指定はありません。

### ○申請受け付け

平成21年3月23日(月)以降随時

☆紙おむつ類について気軽に相談してください。

### ▼問い合わせ

住民課福祉係 TEL \*\*55-3080

地域包括支援センター TEL \*\*55-4022

## 福祉タクシー乗車券

### ○対象者

医療機関、福祉施設等への通院などに一般の交通機関を利用することが困難な次に該当する人

1、65歳以上の高齢者で自身による交通手段がない人

2、身体障害者手帳の交付を受けている人で次の障害に該当する人

ア 視覚、上肢障害が1級

イ 下肢、体幹障害が1級または2級

ウ 腎臓障害が1級に該当し常時介護者を必要とする歩行困難な人

3、知的障害者(療育手帳の交付を受けている人)

4、その他村長が特に必要と認めた人

※自動車税、軽自動車税の減免を受けている人は対象になりません。

### ○助成期間

平成21年4月1日～平成22年3月31日

### ○助成内容

タクシー乗車券は年1回、12,000円分(500円券を24枚)を交付します。また、腰痛などで車の運転ができないなど一時的な場合でも助成します。

※乗車券は対象者本人が利用する場合、または介護者と一緒に利用する場合のみ利用できます。

### ○申請受け付け

平成21年3月23日(月)以降随時

### ▼問い合わせ

住民課福祉係 TEL \*\*55-3080

地域包括支援センター TEL \*\*55-4022

## 大桑村ふるさと納税寄附金

### ◇ふるさと納税制度

ふるさと納税制度は、大桑村にご寄附いただくこと、お住まいの市町村に支払う住民税などが減額される制度です。

具体的には寄附金のうち、5,000円を越える部分について、個人住民税所得割のおおむね1割を上限として、所得税と合わせて全額税額控除されます。

### ◇寄附金の使いみち

#### \*景観形成

ふるさと納税の景観を守ります。

#### \*高齢者福祉の推進

郷土を築いた先輩が安心して暮らせるように。

#### \*ふるさと納税の伝統と文化の継承

ふるさと大桑村に残る伝統や文化を継承します。

#### \*その他村づくり全般

大桑村の村づくり全般に活用します。また、「このようにすることに使ってほしい」といったご提案もお聞かせください。

#### 大桑村ホームページ

<http://www.vill.ookuwa.nagano.jp>

#### ▼問い合わせ

大桑村役場総務課財政係

TEL 0264-55-3080

## 参加者募集

### 男の料理教室 参加者募集

旬の食材で、美味<sup>おい</sup>しい家庭料理を作ってみませんか？料理初めての人も気軽に参加してください。

◇募集対象 70歳の男性  
(昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生まれ)

◇場所 保健センター

◇参加費

1回400円程度(食材費)

◇初回教室

4月16日(木) 10時～

※毎月1回 12回コース

◇申込期限 4月3日(金)

▼問い合わせ

大桑村地域包括支援センター

TEL \*55・4022

### らくらく筋トレ教室 参加者募集

身体と脳をしつかり動かして、いつまでも元気に毎日を過ごしましょう。

◇募集対象

初回に必ず参加できる65歳以上の人

◇期間 4月～7月

(毎月2回8回コース)

◇4月の日程

9日(木)・23日(木)

◇会場・時間

須原地区館 10時～12時

野尻地区館

13時30分～15時30分

◇申込期限 3月31日(火)

▼問い合わせ

大桑村地域包括支援センター

TEL \*55・4022

## 募集

### 国税専門官募集

国税庁・関東信越国税局では、国税専門官を募集します。

◇試験資格

\*昭和55年4月2日から昭和63年4月1日生まれの人

\*昭和63年4月2日以降生まれの人で次に掲げる人

①大学を卒業した人および

平成22年3月までに大学を

卒業する見込みの人

卒業する見込みの人

②人事院が①に掲げる人と同等の資格があると認める人

◇申込受付期間

平成21年4月1日(水)～

4月14日(火)

※4月14日消印有効

◇試験日 6月14日(日)

▼問い合わせ

関東信越国税局人事第二課

試験係

TEL 048・600・3111

### 自衛官募集

防衛省では、平成21年度の自衛官を募集します。

▼問い合わせ  
自衛隊長野地方協力本部  
松本地域事務所

広報センター「信濃」

TEL 0263・36・2787

## 相談

### 不動産評価等 無料相談会

不動産鑑定士による不動産評価等の無料相談会を開催します。

◇相談内容

・不動産評価に関すること

・不動産全般に関すること

◇日程

開催地	開催日時	会場
長野市	4月2日(木)	長野市役所 第2庁舎
松本市	4月2日(木)	松本市役所 本庁舎
伊那市	4月1日(水)	伊那市役所
飯田市	4月2日(木)	飯田市役所

\*時間はいずれの会場も 10時～16時

▼問い合わせ

TEL (社)長野県不動産鑑定士協会  
026・225・5228

## お知らせ

平成21年度

国民年金保険料月額

14,660円

○年金に関する問い合わせ

お近くの「社会保険事務所」「年金相談センター」「ねんきんダイヤル」または「役場窓口」へ。

▼問い合わせ

\*「ねんきんダイヤル」

TEL 0570・05・1165

(ナビダイヤル)

◇受付時間

月～金曜日

午前8時30分～午後5時15分

※月曜日のみ午後7時まで

受付時間延長

第2土曜日

午前9時30分～午後4時

※050IP電話・PHSからは03・6700・1165

\*松本社会保険事務所

TEL 0263・32・5821

\*大桑村役場住民課住民係

TEL \*55・3080

2/28 お父さんが読んでくれたよ!

大桑保育園保護者会は、例年講演会を行っています。今年も少し趣向を変え、紙芝居と本の読み聞かせ会を開きました。

家では、子どもたちに本を読み聞かせているお父さんたちも大勢の親子を前に少し緊張気味。

しかし、お父さんたちが読んでくれた話には、子どももおとなもすぐに引き込まれ、夢中になって聞き入っていました。

とても楽しい時間でした。



3/2 新たに認知症サポーター35人誕生

大桑中学校1学年が、福祉体験授業の一環で認知症サポーター養成講座を受講しました。「認知症とは?」「認知症の人への対応の仕方」などを学習しました。

講座を受講した生徒からは、「全国で何人認知症の人がいますか」「認知症を予防するには」といった質問が出され、認知症への意識が高まる機会となったようです。

大桑中学校1学年35人が新たに認知症サポーターになりました。

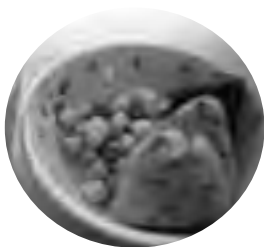


3/3 みんなで楽しいひな祭り

大桑保育園では、ひな祭りの会に向けておりがみやトイレットペーパーの芯、牛乳瓶のふた、紙粘土などを使ってクラスごとに雛人形を作りました。

3月3日ひな祭りの日、先生が郷土料理の「からすみ」を作ってくれました。今回作ったからすみは3色で、白は「雪」、緑は「よもぎ」、ピンクは「しそ」です。

からすみは、桃の節句に子どもたちの健やかな成長と健康を祈って作られたお菓子です。おやつ時間にみんなで食べました。とってもおいしかったです。





# まなびましよう

各教室とも随時参加者を募集していますので会場へ来てください!

4月の生涯学習・教室の日程

問い合わせ: 大桑村公民館  
電話 \*\*55-1020

日	5	12	19	26	
月	6	13	20 ⑤下在絵手紙 9:30	27	
火	7 ②野尻絵手紙 9:30 ②石楠花会 13:30 ③須原橋場詩吟 14:30 ⑥東詩吟 19:00	14 ③須原橋場詩吟 14:30 ⑥東詩吟 19:00 ②日本語 19:00 ①レザ-クラフト 19:00	21 ③須原橋場詩吟 14:30 ⑥東詩吟 19:00	28 ②石楠花会 13:30 ③須原橋場詩吟 14:30 ⑥東詩吟 19:00 ②日本語 19:00 ①レザ-クラフト 19:00	
水	1 ⑥東絵手紙 9:30 ①英会話 14:00 ②英会話 19:30 ①スナ-ナヨ-ガ 19:00	8 ①ハッパ-ク 9:30 ③須原絵手紙 9:30 ①英会話 14:00 ②英会話 19:30 ①スナ-ナヨ-ガ 19:00	15 ①英会話 14:00 ②英会話 19:30 ①スナ-ナヨ-ガ 19:00	22 ①ハッパ-ク 9:30 ①英会話 14:00 ②英会話 19:30 ①スナ-ナヨ-ガ 19:00	29 ①英会話 14:00 ②英会話 19:30 ①スナ-ナヨ-ガ 19:00
木	2 ①手話 19:00 ④殿詩吟 19:00 ⑦野尻向詩吟 19:00	9 ④陶芸 9:00 ④殿詩吟 19:00 ⑦野尻向詩吟 19:00	16 ④殿詩吟 19:00 ⑦野尻向詩吟 19:00	23 ④殿詩吟 19:00 ⑦野尻向詩吟 19:00	30 ④殿詩吟 19:00 ⑦野尻向詩吟 19:00
金	3	10 ④陶芸 9:00	17 ②押し花 9:30 ①絵画 19:00	24	
土	4	11 ②ヨガ 14:00	18	25 ②ヨガ 14:00	

会場 ①-中央公民館 ②-野尻地区館 ③-須原地区館 ④-殿分館 ⑤-下在郷分館 ⑥-東分館 ⑦-野尻向分館 ⑧-村民体育館

## 平成20年度電源立地地域対策交付金事業

- 消防ポンプ自動車購入 1台 18,375千円
- 保育所運営 保育士人件費4人 17,765千円
- 保健センター運営 保健師・栄養士人件費3人 12,368千円



※電源立地地域対策交付金事業は水力発電施設の設置によって生じた自然環境、生活環境への影響を緩和することを目的として、当該市町村に交付されるものです。

## 平成21年度 信州大学市民開放授業

信州大学では、学生とともに受講する機会として、大学の授業を一般市民・高校生に開放しています。

### ◆受講期間・場所

前期 4月から7月  
通年 4月から平成22年2月  
信州大学全学教育機構

### ◆受講料

9,400円 (1授業科目)

### ◆事前説明会

4月3日(金) 14時  
信州大学松本キャンパス  
全学教育機構4階

### ◆募集案内の請求方法

請求する人の郵便番号・住所・氏名を記載し、200円切手を貼付した返信用封筒(角形2号封筒)を同封し、「市民開放授業募集案内請求」と朱書のうえ請求してください。

### ▼問い合わせ

信州大学学務課

Tel 0263-37-2870

Fax 390-8621

松本市旭3-1-1

ホームページ

http://www.shinshu-u.ac.jp/html/shimin/



## 尿失禁のはなし

### ◎尿もれ(尿失禁)とは

排尿は、尿を作る↓尿を貯める↓尿を出すという流れがあります。そのためには司令を出す脳、実際に働く臓器と排泄行動を取るための運動機能が正常に働かなければなりません。それぞれの機能が正常に働かず、本人の意思に反して尿がもれてしまうことを尿もれ(尿失禁)といいます。

### ◎女性に多いわけ

女性の方が、男性より尿道が短い。そのため尿道を閉める役割をする尿道括約筋が弱いことと、膀胱や尿

道、子宮などの骨盤内の臓器を支える骨盤底筋群が弱いことが原因です。女性の骨盤底筋群は妊娠や出産に耐えられるよう柔軟な構造になっていますが、妊娠や出産また、年を重ねることによりその筋肉が緩んでしまいます。そのため女性に尿失禁が多くみられます。

### ◎尿失禁の種類

#### ◇腹圧性尿失禁

咳やくしゃみ、重い物を持つときなど、おなかに力が入るときにもれてしまう、最も患者数が多いタイプです。前述した骨盤底筋群の緩みのほかに、肥満によりおなかに付いた脂肪が膀胱を圧迫することでも起こります。妊娠中や産後にも一時的に見られますが、年齢を重ねるにつれ再発することも珍しくありません。また便秘も排便時に、いきみを伴うため、出産と同じように骨盤底筋群に負担がかかるため筋肉の緩みにつながります。

#### ◇切迫性尿失禁

尿意が起こると我慢できずに漏れてしまうタイプです。通常排尿できる体制が整うまで、脳からは排尿を我慢するよう指令が出され

ます。脳梗塞や脳出血などで、その指令が出されない場合や、急性膀胱炎等で膀胱が過敏になり指令通りに働けない場合に起こります。

#### ◇溢流性尿失禁

膀胱いっぱいになり尿が溜まり、容量を超えてあふれてしまうタイプです。尿道の閉塞などにより排尿の機能がうまく働かない場合に起こります。

#### ◇機能性尿失禁

排尿の機能は正常でも、判断して行動することや動作に障害があるために尿が漏れてしまうタイプです。認知症や体の不自由な人に見られます。

### ◎治療について

腹圧性尿失禁の場合、軽い場合は緩んだ筋肉を鍛える体操で症状を改善することができます。尿失禁は命に関わる病気ではないため、治療が優先されてきませんでした。しかし、生活の質をより良くさせるためには、尿失禁によって行動が制限されることなく、その人らしく日常生活を過ごすことが大切です。尿失禁のタイプに応じて薬物療法や行動療法(生活の中で練習していく方法)、手術等

治療も進歩しました。いきいきと毎日を過ごすためにも、専門医(泌尿器科や婦人科)を受診することをおすすめします。

### ◎おわりに

尿失禁は恥ずかしいことではありません。また、悩んでいるのもあなただけではありません。保健センターまたは地域包括支援センターでも相談を受け付けていますので、気軽に相談してください。

## 長野県小児救急電話相談 特番 8000

子どもの夜間のけがや病気の際、対処に戸惑うときや医療機関を受診すべきかどうか判断が難しいとき、小児科医の支援体制のもとで経験豊富な看護師などが相談に応じます。

◇相談受付時間毎日 午後7時～午後11時

◇利用方法








プッシュ回線または携帯電話から局番なしの

『#8000』へ電話してください。

※アナログ回線・050 I P電話の場合は、0263 - 72 - 2000へ電話してください。

# 4月 ごみ・リサイクル収集日程表

分ければ“資源”捨てれば“ごみ”

		須原・長野地区	殿・和村 伊奈川 越坂地区	小川地区	野尻地区 (関山含む)
可燃ごみ		毎週火・金曜日 3日・7日・10日 14日・17日・21日 24日・28日		毎週金曜日 3日・10日 17日・24日	毎週月・木曜日 2日・6日・9日 13日・16日・20日 23日・27日・30日
生ごみ		※生ごみ回収は特定の地域が対象です			※生ごみ回収は特定の地域が対象です
ダンボール		毎週木曜日 2日・9日・16日・23日・30日			毎週金曜日 3日・10日 17日・24日
陶器類		第2水曜日 8日			第1水曜日 1日
乾電池					
蛍光灯 リサイクル					
あきびん リサイクル		須原地区…第2木曜日 9日 長野地区…第3木曜日 16日	第3木曜日 16日	第4木曜日 23日	
金物		第4水曜日 22日	第4火曜日 28日		第3水曜日 15日

**封筒をリサイクルして**

**活用しています!**

大桑村役場では、役場あてに届いた封筒を裏返し、再度封筒として活用しています。

封筒の下へスタンプを押してリサイクル封筒が完成します。

封筒を裏返す作業は、障害者共同作業施設「くわっこ」へ委託しています。封筒作りを担当している寺嶋さんは、「やりがいを感じて一生懸命封筒を作っています」と、手際よく作業を進めていました。





# 4月 April 村の行事予定

1	水	
2	木	母子相談 13:30~(保健センター)
3	金	大桑小学校入学式 大桑中学校入学式
4	土	
5	日	
6	月	大桑保育園入園式
7	火	
8	水	
9	木	らくらく筋トレ教室 10:00~(須原地区館) // 13:30~(野尻地区館)
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	
16	木	母子相談 13:30~(保健センター)
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	なんでも相談 10:00~15:00(野尻地区館)
21	火	
22	水	春の狂犬病予防注射・登録(村内)
23	木	らくらく筋トレ教室 10:00~(須原地区館) // 13:30~(野尻地区館)
24	金	
25	土	のそきど森林公園開園
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	昭和の日
30	木	

## 県立長野図書館 『インターネット予約貸出サービス』 が始まりました!

平成21年3月3日(火)から県立長野図書館の個人貸出可能な所蔵資料をインターネットで貸出申し込みすることができるようになりました。

大桑村公民館(大桑村教育委員会内)でも受け取りや返却ができます。

### ◇利用対象者

県内在住・在勤の人

※利用登録が必要です。

URL <http://www.library.pref.nagano.jp>

### ▼問い合わせ

県立長野図書館資料情報課

TEL 026-228-4921

## 4月の緊急当番医

日	緊急医名	電話番号
5日(日)	みたけ診療所(木曾町三岳)	46-2266
12日(日)	大脇医院(上松町)	52-2023
19日(日)	奥原医院(木祖村)	36-2264
26日(日)	朝日医院(木曾町福島)	24-2628
29日(水)	下島医院(木曾町福島)	22-3238

●緊急医についての総合案内 TEL0120-890-423

### 《総合病院》

木曾病院(木曾町福島) TEL0264-22-2703

坂下病院(中津川市坂下) TEL0573-75-3118

中津川市民病院(中津川市) TEL0573-66-1251

## 村の人口

1,578世帯 (前月比-8世帯)		男(人)	女(人)	計(人)
出	生	1	2	3
死	亡	1	4	5
転	入	8	5	13
転	出	15	4	19
総人口	(前月比)	2,084 (-7)	2,270 (-1)	4,354 (-8)

(3月2日現在・住民基本台帳登録人口)