

あげまつだより



令和5年8月10日発行
No.9-1 上松町



第28回木曾地域シニア作品展 作品募集！！

木曾郡内に居住するシニアの皆さんの知識・経験・特技を活かし、趣味として製作した作品を募集します。出品を希望される方は、開催要領と出品カードが上松町住民福祉課又は上松町公民館の窓口にありますのでお越し下さい。多くの作品をお待ちしております。

【募集】

- 期 間 令和5年8月21日（月）から令和5年10月6日（金）まで
- 参加資格 概ね60歳以上の方で木曾郡在住者及びシニア大学木曾学部在籍者、木曾地区賛助会員）
- 作品種目 陶芸、木彫、絵画、書、俳句、短歌、写真、手芸、盆栽 等
- 作品数 一人1種目につき3点以内

【作品の搬入】

- 日 時 令和5年11月17日（金）午後3時00分～午後4時30分
（搬出は11月20日（月）午前9時～）

【作品展】

- 期 日 令和5年11月18日（土）、19日（日）
- 会 場 上松町ひのきの里総合文化センター
- ※搬入・搬出は、原則として出品者個人が行いますが、難しい場合は福祉係までご相談下さい。

【問い合わせ先】

木曾地域シニア作品展実行委員会事務局 電話：25-2218
上松町住民福祉課福祉係 電話：52-5550



税金等を納付されている皆様へ



税金等の納入期限について、お忘れのないように納入をお願いします。

税 目	期 別	納 期 限	担 当 係
町県民税	第2期	令和5年8月31日(木)	企画財政課収納係
国民健康保険税	第4期		
後期高齢者医療保険料	第2期		住民福祉課厚生係

◆納入期限までの納入にご協力下さい◆

諸事情により納期限までに納められない場合はお早めにご相談下さい。納期限が過ぎても未納の場合は、督促状の発送や訪問による納税をお願いしていますが、督促手数料（100円）がかかります。その後も未納の場合には、差押等の滞納処分を受ける場合があります。

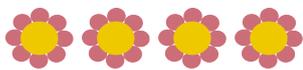
◆便利な口座振替をご利用下さい◆

現在、窓口で納入されている皆様（納税通知書に「口座振替」の記載のない方）に口座振替をお勧めしています。忘れてしまうこともなく必ず納期限に納入されます。役場窓口と金融機関に「口座振替依頼書」がありますのでご利用下さい。役場までお越しになるのが困難な場合はご連絡下さい。（その際は、通帳と印鑑をご用意下さい）

◆マンデー（月曜）納税日をご利用下さい◆

毎週月曜日は午後7時まで窓口業務を延長しておりますので、税金等を納入することができます。（休日の場合は翌日）お仕事等により日中に納入することが困難な場合にご利用下さい。

【お問合せ先】 上松町 企画財政課収納係・住民福祉課厚生係 TEL 52-2001



胃・大腸検診のお知らせ

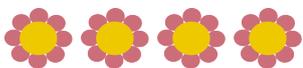


胃検診は完全予約制です。大腸検診は、感染予防のため地区毎時間を区切って受付します。受付時間を守り、受診をお願いします。対象者には、個人通知を郵送しています。個人通知が届いていない方で胃・大腸検診をご希望される方は、住民福祉課保健衛生係保健師までご連絡ください。

日にち	9月4日(月)
場所	上松町健康増進センター
対象者	●胃検診 50歳以上の偶数年に生まれた方 (昭和48年、46年・・・) ※受診間隔は2年に1回 ●大腸検診 40歳以上の方
受付時間	胃検診単独、胃と大腸検診のセット【完全予約制】 午前7時～10時 大腸検診単独 午前7時30分～10時30分 ※地区毎時間を区切って受付します。 ※大腸検診単独の方で、仕事や用事がある方は、午前7時～7時30分に受けていただくこともできます。
検診料金	胃検診 1,000円 大腸検診 500円
注意事項	大腸がん検診と町の特定健診・後期高齢者健診は同時受診が可能のため、今年度の特定健診・後期高齢者健診(10・11・1月)を受診予定の方へは、大腸がん検診の個人通知を郵送していません。

ご不明な点は、お気軽にご相談ください。

【問い合わせ先】住民福祉課保健衛生係 保健師 電話：52-2825】



男性のための筋力アップ講座



男性のための筋力アップ講座～内臓脂肪を減らそう2023～」開催のお知らせ
自分の体がちょっと気になる男性のための講座を企画しました。やさしい講師とともに肉体改造はじめてみませんか。最終回は体に良いおいしい食事付きです。お気軽にご参加ください。

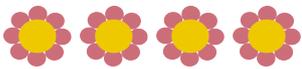
			内容	場所
1	8月23日(水)	19時30分～20時30分 (受付・インボディ測定19時～19時30分)	運動	上松町公民館 フィットネスルーム
2	9月6日(水)	19時15分～20時30分	運動	上松町公民館 フィットネスルーム
3	9月20日(水)	19時15分～20時30分	運動	上松町公民館 フィットネスルーム
4	10月3日(火)	18時30分～20時 (受付・インボディ測定18時～18時30分)	栄養講話 食事	上松町公民館 大会議室・調理室

【費用】 無料

【持ち物】 飲料水、タオル、上履き(運動しやすいもの)

【申込み】 上松町住民福祉課保健衛生係 電話：52-2825 Fax：52-2150

【締切り】 8月22日(火)



知って得する糖尿病予防教室 開催



糖尿病予防に興味のある方、血液検査の結果で血糖が高かった人等、お気軽にご参加ください。町栄養士から食事で予防するポイント等、また歯科衛生士から、実は関係の深い糖尿病と歯周病についての話等をします。事前申し込みが必要になりますので、参加ご希望の方は下記までご連絡をお願いします。

- 【日 時】 9月14日(木) 9時30分～11時30分
- 【場 所】 上松町健康増進センター
- 【費 用】 無料
- 【持ち物】 直近の血液検査の結果(お持ちの方のみ)
- 【申込み】 上松町住民福祉課保健衛生係 電話：52-2825 Fax：52-2150
- 【締切り】 9月11日(月)



令和5年度 甲種防火管理新規講習案内



令和5年度 甲種防火管理新規資格取得講習会の開催について

木曾広域消防本部では、消防法施行令第3条第1項第1号イに基づく甲種防火管理者の資格を取得するための講習会を開催します。

1 開催日時等

- (1) 講習日時 令和5年10月19日(木) 10:00～16:50 (受付9:30～10:00)
20日(金) 9:00～15:30 (受付8:30～9:00)
- (2) 講習会場 木曾町日義4898-37 木曾文化公園第2会議室 電話：23-8011
- (3) 受講定員 30名(定員に達し次第締め切り)

2 申込方法

- (1) 「受講申込書」に必要事項を記入し、最寄りの消防署・分署へ受講料を添えて提出してください。

※「受講申込書」は消防署・分署にあります。また、木曾広域連合のホームページからもダウンロードできます。

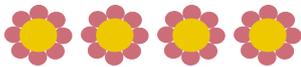
- (2) 受講料 4,000円(テキスト代含む)
- (3) 申込期間 令和5年8月1日(火)～10月13日(金)

3 その他

- (1) この講習の内容・時間等は法律で定められており、遅刻、中抜け及び早退等により受講時間が欠けた場合に、修了証を交付することが出来ません。
- (2) 筆記用具、昼食を持参してください。
- (3) 1日目に実技がありますので、動きやすい服装でお越しください。
- (4) 受講時のマスク着用は個人の判断とし、任意とさせていただきます。ただし、講習会という性質上、頻りに咳が出てしまう方など、客観的に症状がある方はご着用いただく等、ご理解・ご協力をお願いいたします。

【問合せ先】 木曾広域消防本部 予防係 電話：24-3119





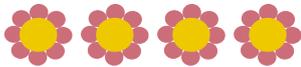
就職パソコン実践科 受講生募集



公共職業訓練「就職パソコン実践科」受講生募集について

上松技術専門学校では、下記の通り「就職パソコン実践科」の受講生を募集します。

- ◆訓練目標 企業実務に役立つパソコンの知識・技能を習得し、早期就職を目指す。
- ◆期間 令和5年12月1日(金)～令和6年2月29日(木)
- ◆募集人員 15人
- ◆会場 上松町公民館(上松町大字小川1706)
- ◆受講料 無料(ただし、教科書代、資格取得受験料等は自己負担)
- ◆応募資格 ハローワークの求職登録者
- ◆応募方法 受講申込書をハローワーク担当窓口に提出
- ◆募集期間 令和5年7月18日(火)～11月10日(金)
- ◆入校選考 令和5年11月16日(木) 場所:上松技術専門学校
- ◆問合せ先 長野県上松技術専門学校 電話:0264-52-3330
ハローワーク木曽福島 電話:0264-22-2233



不動産鑑定士無料相談会のご案内



不動産評価等に関する無料相談会を開催いたしますので、お気軽にお出かけください。

開催日時及び会場

開催地	開催日	会場
長野市	10月 3日(火)	長野市役所 第1庁舎5階 151会議室
須坂市	10月 2日(月)	須坂市役所 3階 301会議室
上田市	10月 2日(月)	上田商工会議所 4階 第1会議室
佐久市	10月 3日(火)	野沢会館(生涯学習センター)2階 会議室1
松本市	10月 3日(火)	松本市役所 本庁舎4階 第2応接室
飯田市	10月 5日(木)	飯田市役所 2階 A203・204会議室
諏訪市	10月 4日(水)	諏訪市役所 4階 403会議室
駒ヶ根市	10月 2日(月)	駒ヶ根市役所 本庁舎2階 大会議室
時間:午前10時～午後4時 ※正午～午後1時は休憩時間とさせていただきます。		

- ・不動産評価に関する事項について不動産鑑定士がお答えいたします。
(具体的には、売買・交換・相続・借地・担保・賃貸借等に係る不動産評価)

※予約不要です。直接会場にお越しください。

【問い合わせ先】一般社団法人長野県不動産鑑定士協会 電話:026-225-5228

あげまつだより



令和5年8月10日発行
No.9-2 上松町



ごみの出し方についてのお願い

プラスチック容器包装の出し方について

プラスチック容器包装を出すときは以下の点に注意しましょう。

- ・プラスチック容器包装に出せるものはプラマークのついている容器包装(商品を包んでいたもの、商品を取り出してつかうもの)です。プラマークのついていないものは収集しません(ペットボトルのキャップや商品ラベルにマークが明記されているものは収集します)。プラマークの無いもの、ついていないかわからないものは燃えるごみに出してください。

※収集できない物の例

- おもちゃ・プラスチックの食器・小物入れ・バケツ・歯ブラシ・CD、DVDのケース等
- ・汚れがついているものは回収できません。汚れが取れないものは燃えるごみに出してください。
- ・ビニール袋などに入れてから指定袋に入れる、2重袋はしないでください。
- ・PETマークのあるものは、ペットボトルの日に出してください。ただし、キャップとラベルについてはプラスチック容器包装に出せます。
- ・プラマークのついている発泡スチロールはプラスチック容器包装として出せます。マークのついていないものは発泡スチロールの日に出してください。
- ・カミソリ・ライターなどの危険物は収集、分別処理作業中の事故や怪我の原因となりますので、絶対に入れないでください。

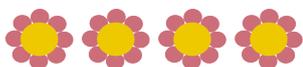


マークがあるものはプラスチック容器包装に出します。



マークがあるものはペットボトルに出します。

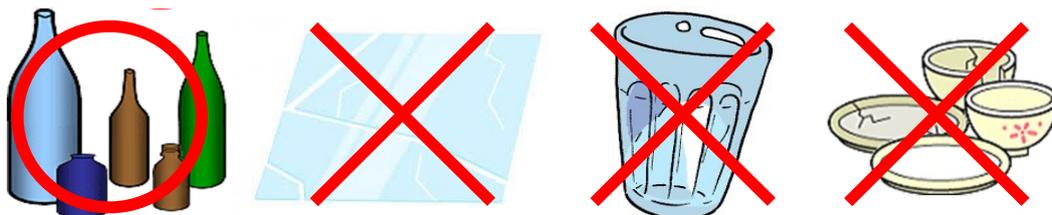




リサイクルびん類の正しい出し方にご協力をお願いします

皆さまのご協力により資源のリサイクル推進が図られていますが、リサイクルできないものが出されていることがあります。

リサイクルびん類を出す際には、以下のことについてお守りください。



【びん】

- しっかりと水洗いをして汚れや臭いのとれないものは青色の袋に入れて燃えないごみ（不燃ガラス）として出してください。汚れや臭いの強いものはリサイクルできません。
- 飲食料用以外のびん、コップやお皿などのガラス製品や陶器類は、リサイクルできません。燃えないごみ（不燃ガラス・陶器類）として出してください。
- 割れていてもリサイクルは可能ですが、収集する過程での怪我の防止の観点から燃えないごみ（不燃ガラス）として出すことをお勧めします。



【蛍光管】

- リサイクルできるのは蛍光管（直管・円管、電球型の蛍光管）のみです。電球はリサイクルできません。燃えないごみ（不燃ガラス）として出してください。見分けがつかない場合は、燃えないごみとしてください。