

あげまつだより



令和8年9月10日発行
No.11-1 上松町



ウォーキングイベント開催



毎年恒例のチャレンジウォーキングがはじまります。

歩数計アプリ「RenoBody」から簡単に参加でき、イベント参加者同士で歩数ランキングが確認できます。今年度は運動指導士による歩き方教室もイベントに合わせて開催いたします。楽しく歩いて、健康づくりしてみませんか？

詳しくは上松町役場住民福祉課保健衛生係(52-2825)へお問い合わせください。

開催期間 10月1日(木)～11月30日(月) 《エントリー期間：10月30日(金)まで》

対象者 上松町町民・上松町で働いている人・上松町で学んでいる人など

イベントコード AGMT0013 (半角英数字)

注意事項・ウォーキング前には、準備体操・ストレッチ・水分補給を忘れずに！

- ・体力・体調に合わせて無理のないように！
- ・交通ルールを守り、夜間は明るい服装で！
- ・熊対策の為、鈴やラジオなど携帯しましょう！

チャレンジウォーキングに
合わせて参加してみよう!!



秋のウォーキング教室のお知らせ

正しい歩き方を学び、実際に歩いて効果的な運動を体感してみませんか？

教室前後でインボディ測定器による筋力量の測定もできますよ♪

日時：第1回 10/8(木) 第2回 11/13(金)

受付9:00～ 教室9:20～10:50

会場：上松町社会体育館、町内散策

内容：辺見先生による正しい歩き方指導、効果的な運動の実践など

持ち物：水分・上履き・帽子・汗拭きタオル

定員：10名(先着順) 参加費：無料

申込期限：10/1(木)まで

【問い合わせ・申し込み先】上松町住民福祉課保健衛生係 電話：0264-52-2825



今年のハロウィンジャンボは、1等・前後賞合わせて4億円！

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」

が、9月16日(水)から全国で2種類同時発売されます。

発売期間：令和8年9月16日(水)～10月16日(金)

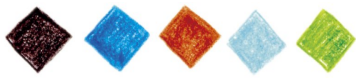


★この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

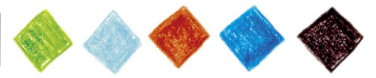
★宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分されますので、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

★インターネットなら24時間いつでも宝くじが購入可能です

<https://www.takarakuji-official.jp/>



令和8年度 秋の狂犬病予防注射



上松町では、下記の日程で狂犬病予防注射を行います。

今年度狂犬病予防注射を行っていない方が対象です。9月15日(火)までに予防注射を行っていない方には案内ハガキが発送されます。ハガキを持参のうえ最寄の会場で必ず予防注射を受けてください。

案内ハガキは長野県獣医師会より9月29日(火)に発送予定です。

また、9月15日(火)以降に注射済み・転出・死亡等の届け出をされた飼い主の方にも、ハガキが発送されますのでご了承下さい。

①日時及び場所 10月22日(木)



B & Gプール前駐車場	13:15～13:20
寝覚公民館前	13:30～13:35
上松町健康増進センター前	13:45～13:50
島防災コミュニティセンター前	13:55～14:00
上松町役場前	14:05～14:10
※訪問注射	14:10～15:10

○訪問注射 訪問注射をご希望の場合は、10月14日(水)までに住民福祉課生活環境係にご連絡ください。 ※訪問注射は集合注射の日程終了後の実施となります。



②料金

○予防注射料金(注射料金3,050円、済票交付手数料550円) 3,600円

○新規登録手数料 3,000円

○訪問注射 2,000円

※おつりが発生しないようにご配慮をお願いします。

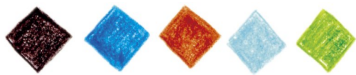
●世界では年間4～5万人の人が狂犬病で死亡しています。

狂犬病の人への感染を防ぐため狂犬病予防法により犬の登録と毎年1回の予防注射が義務づけられています。

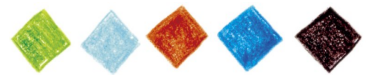
●動物病院で予防注射をされた方は、病院で発行される狂犬病予防注射済証を持参して、役場で予防注射済票の交付申請を行ってください。

●病気や高齢等で注射ができない場合は、かかりつけの動物病院で、狂犬病予防注射実施猶予証明書をもらい、役場へご提出ください。

【問合せ先】上松町住民福祉課 生活環境係 電話：52-4802(課直通)



乳幼児健診駐車場配慮のお願い



乳幼児健診時の公民館駐車場配慮のお願い

木曽地域ではR8年度より、乳幼児健診を合同で行っております。

健診当日の午後は、郡内の健診対象のお子さんが集まります。そのため、公民館駐車場の混雑が見込まれますので、駐車場等へのご配慮をいただきますよう、お願いいたします。

場所：上松町健康増進センター(上松町大字小川1658番地1)

日時：9月30日(水) 12:00頃～

【問い合わせ先】上松町住民福祉課 保健衛生係 (電話：52-2825)

税金等を窓口で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
固定資産税	第 3 期	令和 8 年 9 月 3 0 日(水)	企画財政課収納係
国民健康保険税	第 5 期		
後期高齢者医療保険料	第 3 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。

◆便利な口座振替をご利用下さい◆

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、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 電話：52-2001

屋外広告物の取扱いについて

町内における屋外広告物の表示や設置にあたっては、「長野県屋外広告物条例」が適用され、景観の保全及び公衆に対する危険防止の面から規制等を行っています。

「屋外広告物」とは張り紙、立て看板、館名板、袖看板、のぼり旗等、公衆に表示された屋外の掲示物全般を指します。詳細につきましては長野県HP（下記URL）よりダウンロードできる「屋外広告物のしおり」をご覧ください。

長野県HP <https://www.pref.nagano.lg.jp/toshikei/kurashi/sumai/kokoku/jore/index.html>



①禁止地域について

下記の地域では一部の例外（町HPをご参照ください）を除き、屋外広告物を表示・設置することはできません。各禁止地域の範囲詳細については町HP上のリンク先から確認できます。

（1）道路等接続地域

- ・町道長坂沓掛線（旧国道19号線）：万路沢橋から木曾町との境界まで
- ・県道上松南木曽線：町道台ヶ峰北線との交差点からふるさと林道台ヶ峰線との交差点まで

（2）都市計画法の規定により定められた「住居専用地域」

- ・上瀬木区近辺 ・栄町区近辺 ・寝覚区近辺

②禁止広告物について

下記の屋外広告物は表示・設置することが禁止されています。町内全域が規制対象となりますのでご注意ください。

- ・地色に彩度15度以上の色を使用したもの ・蛍光塗料または夜光塗料を使用したもの
- ・ひどく汚れたり、色あせたり、または塗料などのはがれたもの
- ・破損、または老朽のひどいもの、倒壊または落下のおそれのあるもの
- ・裏面が塗装されていないもの

③禁止物件について

屋外広告物は下記の物件に掲示することが禁止されています。町内全域が対象となります。

- ・橋 ・街路樹、路傍樹並びに道路上の柵及び駒止 ・銅像及び記念碑
- ・火災報知器、消火栓等、消防の用に供する施設 ・信号機、道路標識及び道路交通情報の管理施設 ・電柱及び街路灯 ・カーブミラー 等

上記の詳細につきましては町ホームページをご覧ください

<https://www.town.agematsu.nagano.jp/aboutus/gyosei/boshu/koukokubutu.html>

【問合せ先】上松町住民福祉課 生活環境係（電話：0264-52-4802）



秋まつり 花火ご協賛のお願い

ひのきの里の秋まつり 花火ご協賛のお願い

本年のひのきの里の秋まつりは、10月31日（土）～11月1日（日）上松駅前で開催を予定しております。31日には木馬引き大会や花火大会を開催します。

10月16日まで住民の皆様にも花火大会のご協賛を頂戴したく、上松駅前観光案内所や、町内でご協力いただける各店舗に募金箱を設置いたしました。

また口座振込でも受け付けておりますので、ご支援をいただければ幸いです。なお誠に恐縮ですが、振込手数料はご負担ください。何卒よろしくお願い申し上げます。

【お振込口座】 八十二長野銀行上松支店 （普通）口座番号 256668
口座名義人 ひのきの里のまつり実行委員会

【お問い合わせ先】 ひのきの里のまつり実行委員会
事務局（一社）上松町観光協会 電話：0264-52-1133



ゼロカーボンミーティング

『ゼロカーボンミーティング2026 in 木曽～水力発電』を開催します

木曽地域振興局では、ゼロカーボン社会の実現に向けた“思い”や“動き”を共有することにより、県民一体となった行動を促進するため、ゼロカーボンミーティングを開催します。

今年度は「水力発電」をテーマにしたバスツアーを実施します。南木曽町の水力発電所などの見学を通じて、地域における脱炭素の取り組みや歴史、地球温暖化・ゼロカーボンの知識を深め、自分にできることを考えます。お気軽にご参加ください。

【見学箇所】

・福沢桃介記念館・読書発電所(国指定重要文化財・近代化産業遺産)・細ノ洞小水力発電所

【日 時】令和8年10月2日（金） 9時～15時

【参加費】無料 ※事前にご予約が必要です。下記のURLから、必要事項をご記入ください。

または木曽地域振興局総務管理・環境課(0264-25-2234)までお電話ください。

【参加申し込みURL】<https://forms.cloud.microsoft/r/JwAJHkSSNb>

【募集締め切り】令和8年9月18日（金）

【問合せ先】 木曽地域振興局総務管理・環境課 環境係

電話：0264-25-2234 メール：kisocho-kankyo@pref.nagano.lg.jp

ご存知ですか総務省の行政相談

行政相談とは、国の行政などへの苦情や意見、要望を受け付け、担当行政機関とは異なる立場から、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。

道路、社会福祉、交通機関、年金、雇用など幅広い分野の相談に対応しています。「どこに相談したらいいかわからない」「役所に申請したが進まない」「公共施設が壊れていて危険」「窓口にはいきづらい」など、こんな時にもご利用ください。

行政相談は、総務省行政相談センターきくみみ長野（電話：0570-090110）、もしくは、インターネットで「行政相談受付」と検索のほか、総務大臣からの委嘱された行政相談委員が受け付けています。

総務省では行政相談制度への理解と認識を深め、その利用を促進するため、今年度から毎年9月及び10月の2か月間を「行政相談月間」と定め、この2か月間を中心とした期間において、各種行事を実施します。

上松町では、以下の日時に、相談所が開設されます。

◇日 時：9月30日（水）・10月28日（水） 13:00～15:00

◇場 所：上松町ひのきの里総合文化センター

◇相談受付：行政相談員

あげまつだより



令和8年9月10日発行
No.11-2 上松町

胃・大腸がん検診のお知らせ



胃・大腸がん検診を行います。

【上松町 令和8年度 がん検診希望調査・住民アンケート】に回答していない方で希望する方は、以下をお読みのうえ9月30日（水）までにお申し込みください。

上記のアンケートに既に回答した方で、町の検診を希望した方には通知等を送らせていただきました。

胃検診は完全予約制です。大腸検診は、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。

日にち	10月23日（金）
場所	上松町健康増進センター
対象者	〈胃検診〉：50歳以上の奇数年に生まれた方 （昭和51年、49年、47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・大腸検診のセット 【完全予約制】 午前7時15分～9時30分 ・大腸検診単独 午前7時15分～9時00分 ※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15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	大腸検診と町の特定健診・後期高齢者健診は同時受診が可能です。 11月の特定健診・後期高齢者健診を受診予定の方へは、大腸検診の個人通知を郵送していません。

【胃がん検診節目対象者】：昭和51年、41年生まれの方

【大腸がん検診節目対象者】：令和8年度末年齢41歳、51歳、61歳の方

（令和9年3月31日までに41歳、51歳、61歳になる方）

・ご不明な点がある方は、お気軽にご相談ください。

◎お問い合わせ先：上松町住民福祉課 保健衛生係 保健師 電話：52-2825

結核検診のお知らせ

感染症予防法に基づく結核検診（レントゲン車巡回検診）を以下の日程で行います。

個人の健康のためだけでなく、家族や周りの人への感染を防ぐことにもつながりますので、年に1度は結核検診を受けましょう。

*巡回場所が変更になる場合もあります。その際は、公式LINEや次回のあげまつだより等でお知らせします。

【お問い合わせ先】上松町住民福祉課 保健衛生係（電話：52-2825）

裏面に続く

【実施期間】 9月25日（金）・28日（月）・29日（火）

【対象者】 65歳以上の方（年度末年齢）です。都合の良い場所で受診してください。
個人通知が届かない方でも受診できますので、巡回場所にお越しください。

【服装】 前後無地の装飾のないTシャツ1枚で撮影します。

あらかじめ撮影できる服装で（寒い日等は上着を着て）お越しください。

【注意事項】 ・今年度、ラセンCTを受けた方、医療機関等で胸部レントゲンを受けた方、11月17日にラセンCTを受ける予定の方は、今回の結核検診を受ける必要はありません。

・毎年精密検査になってしまう方は、直接医療機関へご相談下さい。

・普段から体調管理に努め、発熱や風邪症状がある方は受診をお控えください。

令和8年度結核検診（レントゲン車巡回）の日程

期日		時間	巡回場所
9月25日 （金）	午前	9：30～10：00	栄町、花戸正夫さん宅横
		10：10～10：40	見帰集会所下空地
		10：50～11：20	寢覚公民館
		11：30～11：50	吉野、前野三郎さん宅横
	午後	1：20～ 1：30	上松電子 棧工場（北上条公民館向い側敷地）
		1：40～ 1：50	池島集会所
		2：05～ 2：20	旭町集会所
		2：30～ 2：40	正島公民館
		2：50～ 3：20	島防災コミュニティセンター
9月28日 （月）	午前	9：45～ 9：50	才児集会所
		10：05～10：15	西奥生活改善センター
		10：30～10：40	高倉、織田春生さん宅下
		10：55～11：10	西中生活改善センター
		11：20～11：30	大沢、鈴木典久さん宅横
	午後	1：20～ 1：30	高山、上原チノさん宅前
		1：50～ 2：15	瀬木、たまりん場
		2：25～ 2：50	上町、旧コスモ石油SS跡地（旧第一分団詰所の前）
		3：00～ 3：45	ひのきの里総合文化センター（旧勤労者福祉センター）
9月29日 （火）	午前	9：35～ 9：55	寢覚、セブンイレブン駐車場
		10：05～10：15	小野、デイリーヤマザキ駐車場
		10：30～10：45	倉本、旧ドライブイン木曽駐車場
		10：55～11：15	ふれあい交流広場おぎ
		11：25～11：35	荻原集会所付近
	午後	1：10～ 1：25	東奥生活改善センター
		1：35～ 1：50	東小川生活改善センター
		2：10～ 2：30	東里生活改善センター
		2：40～ 3：00	上松保育園
		3：10～ 3：45	健康増進センター