



あなん

1/5 消防団出初式 PRイベント（水消火器体験）

目次	部活動の地域展開に向けたアンケート.....	p2
	お知らせ.....	p3~7
	あなんルポ.....	p8
	特定健診.....	p9
	人生会議してみませんか.....	p10
	消防団の募集.....	p11
	阿南高校だより.....	p12
	こんにちは阿南病院です.....	p13
	おくやみ 人口 納税ほか.....	p14

令和7年
2月号

2025 Feb No.696

中学校部活動の地域展開に関するアンケート調査の結果について

文部科学省では、部活動改革の取り組みをしており、長野県でも、まずは休日の部活動について令和9年度には地域クラブ活動に移行することを目標としています。

詳しくは、阿南町公式YouTubeで紹介をしていますので、ぜひご覧ください →



★部活動の課題★

- 少子化の進展とニーズの多様性により、これまでの体制では運営が困難。
- 学校の働き方改革が進む中、部活動顧問の立場や責任が過重労働となっている。

★部活動改革に伴う学習指導要領解説の一部改訂★

- 部活動は、法令上の義務ではないので、学校の判断により実施しないこともある。
また、生徒の自主的・自発的な参加により行われるもの。
- 学校・家庭・地域の相互の連携・協働の下、地域クラブ活動による教育的機能を一層高めていくことが重要。
- レクリエーション志向や複数のスポーツ、文化等のさまざまな活動も含めて、幅広く経験できるよう配慮。

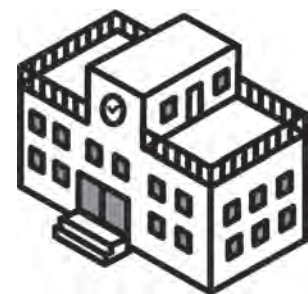
町教育委員会では、令和9年度から直接関係してくる児童・保護者の皆さんにアンケート調査を実施しました。今回は町内小学校4～6年生の回答の一部を掲載します。結果につきましては、今後の町の体制整備を進めるため、参考にさせていただきます。ご協力ありがとうございました。(回答率 77.4%)

Q.6、やりたい(やってみたい)種目を1つ選択してください(中体連の大会やコンクールがある種目)

卓球	11人	ソフトテニス	4人	バスケットボール	3人
バドミントン	10人	陸上競技	4人	剣道	2人
バレーボール	7人	吹奏楽	4人	柔道	1人
サッカー	6人	軟式野球	3人	この中にはない	9人

Q.7、その他でやりたい(やってみたい)種目を3つまで選択してください ※上位を抜粋

eスポーツ	25人	手芸	13人
料理		弓道	7人
動画	22人	アーチェリー	5人
ダンス	17人	フットサル	4人
美術	16人	茶道	



自由記述…スケートボード、水泳、バドミントンなど

Q.8、あなたが部活動・地域クラブ活動を行う目的を選択してください(3つまで選択可能)

その種目を楽しむこと	42人	大会やコンクールで活躍すること	6人
友達と仲良く活動すること	28人	自分の将来(進学)に生きること	
挑戦する気持ちを身につけること	16人	仲間を作ること	5人
その種目の技能を高めること	14人	大会やコンクールに出ること	
自分の趣味を増やすこと		学校生活を充実させること	
チームワークを身につけること	11人	活動はしなくてよい	3人
理由はないが、なんとなく	7人	困難を克服すること	

阿南町立中学校統合準備委員会スタート!!

1月27日に第1回阿南町立中学校統合準備委員会が開催されました。

○統合準備委員会 構成員

	◎ 委員長	教育長	○ 副委員長	町校長会長（富草小）と中学校代表（二中）						【30名以内】
A班	決め方・選定委員会		校名、校章、校歌、制服ジャージ等、通学							【9名】
	◇ 一中校長	二中新野小校長	富草小校長	一中PTA副会長	新野学校PTA会長	富草小PTA会長	新野学校CS公民館長	一中CS大下条公民館長	富草小CS民生児童委員	
B班	教育課程・学校運営委員会		学校運営、日課、学校学年行事、教科総合特活、校務分掌							【9名】
	◇ 一中教頭	二中教務主任	大下条小校長	一中PTA副会長	新野学校PTA副会長	和合小PTA会長	新野学校CS育成会長	一中CS富草公民館長	大下条小CSふちっ子ブック	
C班	課外等・特別委員会		生徒会、部活動、PTA、施設備品、閉校開校式							【9名】
	◇ 二中教頭	一中教務主任	和合小校長	一中PTA会長	新野学校PTA副会長	大下条小PTA会長	新野学校CS花の木なかよし会	一中CS和合公民館長	一中CS(和合)主任児童委員	
教育委員会事務局（6名）			オブザーバー			教育委員（3名）				

統合準備委員会は充て職による代議員制で、保護者代表はPTA役職者、地域代表はコミュニティスクール関係者の中から選出しています。ご意見のある方は所属の代表者にお伝えください。また、教育委員会事務局に申入れがあれば、オブザーバー参加も可能です。

今回の統合準備委員会始動を受けて、両中学校では専門部会の組織づくり等が検討され、3学期中に第1回専門部会・特別部会が開催されます。

児童・生徒の皆さんには、3学期始業式に、校長先生から「中学校の統合が決定されたこと」と、中学校では「現中学校が閉校すること」に関わるお話をさせていただきました。

[中学校統合情報] QRコード →



長野県警察安全・安心アプリ「ライポリス」が令和7年2月3日(月)にリリースされました!

「ライポリス」は、犯罪の起きにくい安全・安心な長野県を実現することを目的とした長野県警察公式の防犯アプリです。

アプリのインストールとご活用をお願いします。

ライポリスの主な機能

- 👉 身近なエリアの事件・事故を表示する『安心・安全マップ』
- 👉 不審者情報などをお知らせする『お知らせ通知』
- 👉 位置情報を家族に送信する『ココ通知』
- 👉 重点エリアを確認できる『見守りパトロール支援』
- 👉 周囲に危険を知らせる『防犯ブザー機能』



長野県警察シンボルマスコット
「ライポくん」「ライピィちゃん」

インストールはこちらから

🔍 ライポリス



国民年金保険料が スマートフォンアプリで納付できます

いつでも
どこでも



国民年金保険料について、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easy等による納付のほか、スマートフォンアプリを使用した電子（キャッシュレス）決済での納付が利用できます。

【ご利用に必要なもの】

- ①納付書 ②スマートフォン ③決済アプリ

◆対象決済アプリ（五十音順）

- AEON Pay
- au PAY
- d払い
- PayB(※1)
- PayPay(※2)
- LINE Pay
- 楽天ペイ



※1 金融機関等が提供するアプリを含みます。

詳細は、PayBのホームページ (<https://payb.jp/finance/>) をご覧ください。

※2 PayPayマネーライトでは納付できませんので、ご注意ください。

◆スマホ決済の流れ



①決済アプリを起動

②納付書に記載されている
バーコードを読み取る

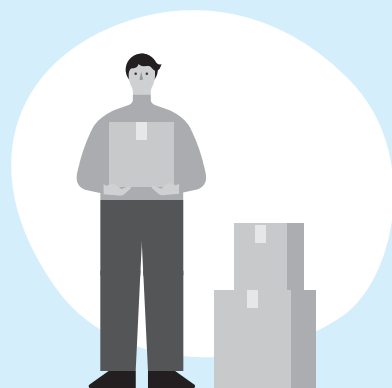
③決済内容を確認

※バーコードが印字されない納付書（30万円を超える金額の納付書等）については、ご利用いただけません。

※各決済アプリの使用方法等については、ご利用の決済事業者様にお問合せください。

引越し手続はマイナポータルで

マイナンバーカードをお持ちの方は
マイナポータルから転出届・転入予約※を
オンラインで提出できます



※転入予約は、来庁予定の連絡を転入先自治体へ行う機能のことです

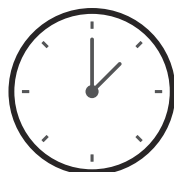
マイナポータルから引越し手続を行う 3つのメリット

① 転出の際の
外出が不要に



オンラインで転出届を提出できるため、原則、市区町村窓口へ行く必要がありません。

② いつでも
手続ができる



窓口があいている時間を気にせず、祝日や夜間でも、いつでも手続ができます。

③ 転入時の
手続もスムーズに



引越し先の市区町村へ来庁通知や転入時に必要な手続や持ち物が事前に確認できます。

引越しの際には、ぜひマイナポータルから
「引越し手続オンラインサービス」をご活用ください

※ご利用には別途マイナポータルアプリのダウンロードが必要です

引越し手続オンラインサービス

検索

https://myna.go.jp/html/moving_oss.html



引越し手続オンラインサービスやマイナンバーカード等についてのお問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0718

平日：9時30分から20時00分まで

土日祝：9時30分から17時30分まで(年末年始を除く)

デジタル庁

■ 問合せ 役場住民税務課 住民係 ☎22-4052



**焼却灰、使用済乾電池、
蛍光管を回収します**

【焼却灰】

▼回収品目 一般家庭の焼却灰

▼実施日時 3月1日(土)
午前8時30分～9時30分

▼回収方法

町指定の焼却灰専用袋に入れ、氏名を記入のうえ田上処分場へ持込んでください。

※収集ステーションには出せませんのでご注意ください。

【使用済乾電池、蛍光管】

▼回収品目

一般家庭の使用済乾電池
及び蛍光管

▼実施日時 3月23日(日)

▼回収方法

午前8時30分までに各地区の収集ステーションに出してください。

※大量に出される方は、直接田上処分場へ持込んでいただきます。

分場へ持込んでいただきます。事前に担当係までご連絡ください。

問合せ 建設環境課 環境水道係
☎(22) 4 0 5 3

**野外焼却をする際は
ご注意ください**

農業や林業に伴う野外焼却を含め、焚き火などで落ち葉や枯草を燃やす場合は、燃やす時間帯や風向き、周辺の環境などに気を付けて、ご近所に煙や臭いで迷惑をかけるように十分注意してください。

また、風の強い日には野外焼却などが原因で火災が発生することがあります。火のそばを離れないようにして後始末をしっかりしてください。

※火災と間違えるような焼却をする場合には事前に消防署へ届け出が必要です。

家庭ごみの焼却は法律により禁止されています。(罰則：5年以下の懲役、1千万円以下の罰金、法人などに対しては3億円以下の罰金)

燃やすごみは所定の日にステーションへ出ししましょう。また、木製の家具など袋に入らないものは、稲葉クリーンセンターへ直接持ち込んでください。

▼問合せ 建設環境課 環境水道係
☎(22) 4 0 5 3

切り取り線

3月のごみ分別収集のお知らせ

必要な方は、切り取って、目につくところに貼ってお使いください。

日	月	火	水	木	金	土
						1 富草地区 不燃ごみ回収 焼却灰
2	3	4	5	6	7	8 田上処分場 持込日
	燃やすごみ	アルミ缶 スチール缶	プラスチックごみ	燃やすごみ		
9	10	11	12	13	14	15 大下条地区 不燃ごみ回収
田上処分場 持込日	燃やすごみ	茶色びん 無色びん その他びん		燃やすごみ		
16	17	18	19	20	21	22 和合新野地区 不燃ごみ回収
	燃やすごみ	ペットボトル	プラスチックごみ	燃やすごみ		
23	24	25	26	27	28	29
廃乾電池 廃蛍光管	燃やすごみ			燃やすごみ		
30	31					
	燃やすごみ					

ごみを出すときのチェックポイント

【もう一度ご確認ください】

《田上処分場への持込みについて》

- ・木製品(木製のタンス、ベッド、テーブル、椅子など)は、燃やすごみです。分解して燃やすごみ袋へ入れるか、稲葉クリーンセンターへ直接持込んでください。なお、釘や金具は、不燃ごみに出してください。
- ・プラスチック製の衣装ケースなどは、割ったり、小さく切ってプラスチックごみとして排出してください。
- ・一辺50センチより小さくできない場合は、燃やすごみとして直接稲葉クリーンセンターへ持込むこともできます。
- ・鉄屑は、処分場内で分別していただきますので自動車で積む際に、区分してお持ちください。

長野県シニア大学学生募集

長野県シニア大学飯伊学部

▼募集人員 60人

▼対象者 概ね50歳以上の方

▼修学期間 2年間

▼学習内容

教養講座・趣味健康交流講座
座・地域づくり講座

▼受講料等 年間12,000円

(教材費、活動費は別途)

▼募集期間 3月31日(月)まで

▼問合せ

飯田保健福祉事務所福祉課内
シニア大学事務局

☎0265(53)0464

**『行政相談所』
開設のお知らせ**

▼日時 2月18日(火)
午後1時30分～3時

(受付終了)

▼場所 新野出張所

▼相談員 行政相談委員

▼相談内容

行政に関すること全般

※相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にお出かけください。

▼問合せ 総務課 行政係

☎(22) 2 1 4 1

建築確認手続きの 必要範囲が変わります

建築基準法の改正により、令和7年4月から、2階建て以上・延べ面積200㎡以上の木造住宅を建設する場合は、建築確認が必要になります。

住宅をリフォームする場合でも、増築を伴う場合や壁・柱・床や屋根等を骨組み部分から半分以上改修する場合は、建築確認が必要になります。

また、これらに該当しなくても、これまで通り10㎡以上の工事・解体を行う場合は、工事届・除却届の提出が必要です。

住宅の新築や大規模なリフォームを行う際は、届出や申請が必要かどうか、工事を行う事業者とご確認をお願いします。

▼問合せ

飯田建設事務所 建築課

☎ 0265(53)0468

役場建設環境課 環境水道係

☎ (22)4053



南信消費生活センターの閉鎖と 飯田消費生活センターの 広域化について

県消費生活センターの集約化に伴い、3月末をもって、南信消費生活センターが閉鎖されます。

4月からは南信州圏域の市町村で協定を結び、飯田市役所内の飯田消費生活センターを中心として消費生活相談に対応します。

悪質な訪問販売や電話でお金詐欺など、消費生活で困ったこと、相談したいことがありますたら、消費生活センターまたは阿南町役場建設環境課までご相談ください。

▼問合せ

南信消費生活センター

(3月31日まで)

☎ 0265(24)4053

飯田市追手町2丁目

飯田消費生活センター

(4月1日から)

☎ 0265(22)4530

飯田市役所 A棟3階

役場 建設環境課 環境水道係

☎ (22)4053

『ふっとふっと教室』新年度参加者募集

ふっとふっとで 体を動かそう!

骨や筋肉の衰えは進行すると歩行や立ち座りなどで日常生活に支障を来し、将来要介護の原因ともなります。

症状が出る前に仲間と楽しく身体を動かすことで足腰の老化を防止することが大切です。「ふっとふっと」で早めのケアを始めましょう。



コース		会場	曜日	時間	料金
水中教室		いきいきランド 下條プール	毎週 月曜	午前 9時30分～10時30分	1回 500円
				午前 11時00分～12時00分	
陸上 教室	ふっと ふっと	和合会館	水	午前 9時00分～10時00分	1回 300円
		富草福祉センター	水	午後 1時40分～ 2時40分	
	※椅子で やります	町民会館	金	午前 9時30分～10時30分	
		新野ふれあい館	金	午後 1時00分～ 2時00分	
	スーパー ふっと	富草福祉センター	水	午後 2時50分～ 3時50分	
町民会館	金	午前 10時40分～11時40分			

◎料金は同月4回目からは無料。
1回100円で送迎も利用できます。

■問合せ 民生課 健康支援係 ☎22-4051

ANAN RUPO あなんルポ



1月5日(日) 出初式イベント

文化会館において消防団出初式が挙行されました。今年は式典後、町民会館から町民体育館前までの間をパレード行進し、町民体育館前にて、PRイベントが行われました。

お子さま連れの地域の方々をはじめ多くの来場者が訪れ、飯田広域消防本部からはしご車、阿南警察署からパトカーの展示や、水消火器体験、粗品の配布、そして、式典では5年ぶりとなったラッパ吹奏の披露など消防団の充実したPRの場となりました。

1月26日(日) 第3回南信州民俗芸能フェスティバル

第3回目となる今回は、『祝福と祈りの神事 芸能に端を発する三番叟』をテーマに、県内の歌舞伎・能楽・人形操りのうち、国・県の文化財に指定・選択されているものすべてを一堂に集めて、飯田市で開催されました。

早稲田人形保存会の皆さんも、午後からの第2部に出演し、会場に集まった大勢の民俗芸能ファンの前で三番叟を披露しました。



2月の休日当番医

※受診の際は事前に電話でご確認ください。
※当番医が変更される場合があります。

阿南地区 診察時間 午前9時～午後6時

(市外局番 0260)

16日(日)	阿南病院 22-2121		
23日(日)		新野	24-3022
24日(月)		天龍村	31-0950



飯田地区 診察時間 内科・小児科・外科…午前9時～午後6時、産婦人科…午前9時～正午(午前中のみです)

Tel 0265-	内科	小児科	外科	産婦人科
16日(日)	源田 24-1550	久田 22-0379	上松 22-0660	市立 21-1255
23日(日)	南信州ハート 21-0810	健和会 23-3115		市立 21-1255
24日(月)	のむら 23-7000	のむら 23-7000	慶友 52-1152	市立 21-1255
	エルム 22-5666			

休日夜間急患診療所 (内科・小児科)

◎診療日 16日(日)、23日(日)、24日(月)

◎診療時間 午前9時～午後0時30分(受付時間正午まで)

午後7時～午後10時(受付時間午後9時30分まで)

◎問合せ 住所/飯田市東中央通5-96 TEL/0265-23-3636

詳しくは、
町ホームページで
ご確認ください。

子育て支援室からのお知らせ

●さくらんぼの会 『体のしくみと健康』

日時 2月27日(木) 午前9時30分～11時

場所 大下条保育園

飯田短期大学 出前講座で生活科学学科教授 三浦弥生先生によるお話です。

小さいお子さんに関わる皆さんが楽しく、ためになる話をお聞きます。

親御さん、妊婦さん、祖父母の方もぜひどうぞ。

託児もあります。

- ・持ち物…大人の上履き、託児用品
- ・申込み締切り 2月20日(木)まで

『わらべうたで一緒に遊ぼう♪』

日時 3月10日(月) 午前9時30分～11時

場所 大下条保育園

中津美奈子先生による わらべうたあそび
日々の生活の中に温かいうたを♪ 赤ちゃんからのスキンシップに最適です。

- ・持ち物…大人の上履き
 - ・申込み締切り 3月3日(月)まで
- 今年度最後のさくらんぼの会になりますのでぜひお出かけください。

♥ さくらんぼの会の祖父母の皆さんや妊婦さんも興味のあるイベントがありましたら ☎22-3655までご連絡ください。

令和6年度内に 特定健診を受けましょう!



特定健診とは?

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健康診断です。生活習慣病(高血圧や糖尿病、脂質異常症など)を予防し、脳卒中や心疾患、腎臓病(透析)にならないようにするための健診です。

大切な健診ですので、必ず毎年受けましょう。通院中・治療中の方も対象です。

阿南町国保にご加入の40才以上74歳未満の方へ

令和6年度の特定健診は3月31日まで受けられます!

☆今年度特定健診を受けていない方は、受診券(黄色)を利用して健診を受けることができますので、お早めにご希望の医療機関へお申込みください。受診券がお手元がない方は再発行しますのでご連絡ください。

☆特定健診の受診率は国保の保険料に影響する仕組みです。職場やかかりつけ医等で血液検査結果のある方は、民生課へ結果提出していただくと特定健診を受けたとみなされますので、提出のご協力をお願いします。

40歳以上で人間ドックを受診された方の補助金の申請を受け付けています

①②の要件を満たす方は人間ドックの補助金の申請をすることができます。

- ①職場等の他の助成を受けていない方
- ②今年度の町の集団健診や脳ドック等を受診していない方

【必要書類】 申請書、結果表(写し)、領収書(正本)

【受付期間】 **4月30日まで**

(結果表が期日に間に合わない場合はご相談ください。)

【補助額】 国保・社保：23,000円、後期高齢：20,000円



■問合せ 民生課 健康支援係 ☎22-4051

「人生会議」してみませんか？

「人生会議」とは、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、また、あなたの信頼する人たちと話し合うことをいいます。地域包括支援センターでは、皆さんに自分らしい人生を過ごしていただけるように、「人生会議」について知っていただく機会をつくりました。



日時：3月14日(金) 午後2時～3時30分

場所：阿南町民会館

講師：阿南病院 関匡史医師

- 阿南町にお住まいの方はどなたでもご参加いただけます。
- 送迎希望の方は3月10日(月)までに下記へご連絡をお願いします。

■問合せ 民生課 地域包括支援センター ☎22-4051



令和7年度自衛官募集!!

「やりたい仕事が、きっと見つかる。」

問合せ：自衛隊 長野地方協力本部 飯田出張所 ☎0265-22-2613

場 所：飯田地方合同庁舎 1階

🔍

🔍

お気軽に
お問い合わせください!

令和7年度 自衛官等採用案内(予定)

募集種目		受検資格	受付期間	試験期日	合格発表
自衛官	曹候補生	18歳以上33歳未満の方	3月1日(土)～5月初旬	1次試験 5月中旬 (うち1日)	7月中旬
	自衛官候補生	18歳以上33歳未満の方	年間を通じて行ってまいります。	受付時またはHPにてお知らせします。	試験時にお知らせします。
	幹部候補生 (一般大学卒業程度試験)	22歳以上26歳未満の方	3月1日(土)～4月初旬	1次試験 4月中旬	8月下旬
	キャリア採用幹部	大卒以上の者で応募資格に定められた学部・専攻学科等を卒業後2年以上の業務経験のある方	3月1日(土)～5月中旬	6月中旬	7月下旬
	技術曹	20歳以上の方で国家免許資格取得者等	3月1日(土)～5月中旬	6月上旬	7月下旬
自衛隊員	予備自衛官補	一般	1月22日(水)～4月8日(火)	4月6日(日)～20日(日) (うち1日)	6月11日(水)
		技能			

採用時期：令和8年3月中旬～4月上旬

(予備自衛官補の教育訓練開始時期は令和7年7月以降。)

あなたのチカラを地域を守るチカラに!

阿南町 消防団

消防団員募集

◎わたしも入団できますか？

男女を問わず阿南町に住んでいる方で、年齢が18歳以上から65歳以下の健康な方であれば、どなたでも入団することができます。

- ・正 団 員：年齢が18歳から38歳までの方
- ・消防嘱託員：①年齢が18歳から65歳までの女性
②年齢が39歳から65歳までの男性

◎出動（活動）するときは、どんなとき？

- 出動（活動）は、火災や風水害が発生した場合
 - 予防消防活動（春・秋の予防査察など）
 - 各種訓練や行事（出初式や実地訓練など）
- 消防団活動を通じ、多くの仲間とさまざまな経験をすることができます。

◎団員にはどんな補償がありますか？

- ①年額報酬と出動手当が支給されます。
- ②万一の場合、公務災害補償や福祉共済が受けられます。
- ③退職時に勤務年数に応じて報償金が支給されます。

◎消防団になじめるか心配です・・・

過度な上下関係や、飲酒の強要はありません。消防団員はいっしょに活動を行う仲間です。協力し合い、気持ちよく取り組める環境づくりに努めています。

これまで阿南町消防団で取り組んできた負担軽減の取組み

- ★分団統合による組織のスリム化
- ★嘱託員制度改正による団員の活動支援体制の強化
- ★町夏季技術大会の廃止（実地訓練へ移行）
- ★操法訓練を全体訓練で行う（5～6月週2回までとする）
- ★休日行事の午前中開催 ★訓練の平日夜間移行
- ★対外訓練の出席範囲縮小 ★秋の予防査察の各戸訪問の廃止
- ★年末夜警の本団巡視の中止と分団巡視の縮小と詰所待機時間の縮小

興味がある方や入団希望の方は
お気軽にお問合せください!

阿南町役場 総務課

☎22-2141

E-mail

soumu@town.anan.nagano.jp

阿南高校だより

No.84

地元の高校である阿南高校の活動を紹介します

1/8 始業式

3学期の始業式を行いました。2学期終業式と同様に、Google Meetを使いオンラインで行いました。

3年生は3月には卒業式、4月には新しい環境での新生活が始まります。1、2年生は進級・新年度に向けての総仕上げの学期です。

新年を心新たに迎え、令和7年が希望に満ち溢れた一年となるよう、今日からまたいっしょに頑張っていければと思います。



1/10・14 百人一首大会

2日間に渡り、図書委員会主催の熱戦が繰り広げられた百人一首大会。

各クラスの精鋭3人が真剣な表情で挑んでいました。

決勝戦と3位決定戦は、源平合戦で行われ、非常に白熱した戦いとなりました。我が国の文化を学べる良い機会にもなりました。

優勝チームは「のりできました(2B)」、2位は「先生大好きズ(2年有志)」などでした。



1/16 出張授業「ドラマ教育」

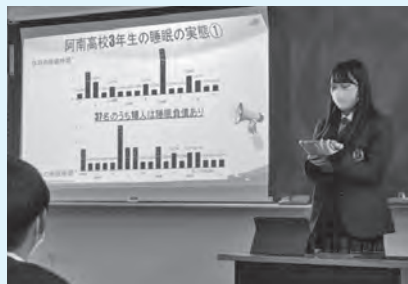
2年生1、2限の授業は、講師に役者兼ティーチング・アーティストであり、教育者としても活躍されている小林英樹さんをお招きし、出張授業「ドラマ教育」が行われました。

集団活動(グループワーク)等を交えながら(写真)「想像」と「共感」の力を実感し、効果的なコミュニケーションの方法を学びました。



1/17 3年進学コース 言語表現・理数基礎探究発表会

午後5、6限、3年進学コースの探究発表会が行われました。探究授業では各自が課題を設定し、その解決に向けて情報を収集・整理・分析しながら、意見交換や協働を通じて深い学びを得てきました。そんな生徒らの努力の成果が披露されました。また1月29日(水)に阿南文化会館にて探究学習成果発表会が開催されました。本校保護者・同窓生の方、地域の方、本年度探究活動の集大成としての発表会をご覧いただき、ありがとうございました。



阿南高校
ホームページQRコード



阿南高校
公式キャラクター

『ななん』



こんにちは阿南病院です

408



咳の話



この冬は下伊那地域でも、新型コロナウイルスとインフルエンザが大流行しています。ポストコロナと呼ばれる時代ではありますが、手洗いやマスク着用といった基本的な感染対策を心がけたいものですね。さて、今回はこうした感染症でもよくみられる「咳」の話をしていきます。

<そもそも咳とは何のためにあるのでしょうか？>

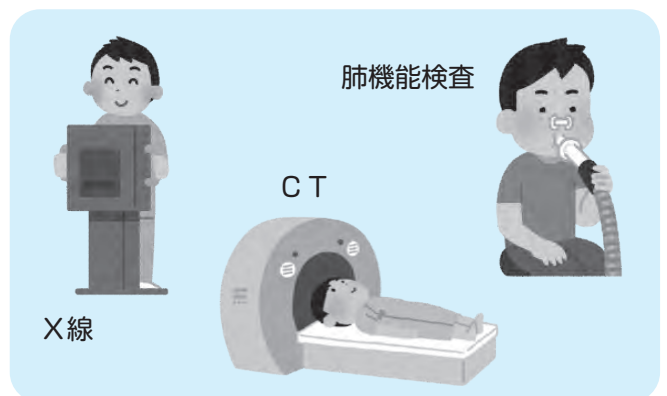
例えば、食べ物が誤って気管に入ると(=誤嚥)、私たちは咳をしてそれを排出しようとしてします。また、ウイルスや細菌などの外敵が鼻や喉を通して気管に入ってくると、外敵に反応した白血球が痰を作り出し、私たちは咳をして痰を出すことで外的を排除しようとしてします。このように、咳は生体の防御機構の一部であり、異物や痰を体外に排出する役割があります。「咳が止まらないので咳止めが欲しい」という患者さんの声は多いですが、咳止めによって異物や痰を排出する力が低下する可能性があるため注意が必要です。無理やり咳を止めるのではなく、咳の原因を特定し、根本的な原因を解決することが重要なのです。

<2週間以上咳が続く場合は受診しましょう>

単なる風邪による咳は、多くは1～2週間程度で自然に回復します。一方、2週間以上咳が続く場合は、マイコプラズマ肺炎のような感染症や、気管支喘息などの呼吸器の病気、心不全、副鼻腔炎、逆流性食道炎、薬の副作用など、様々な原因が考えられます。新型コロナの後遺症では3か月以上咳が続くこともあります。これもあくまで「別の診断では説明できない症状」であることが重要です。初めは「ただの風邪かな？」と思っても、2週間以上続く場合には何らかの原因が隠れている場合があるので、そのうち治るだろうと放っておくのは危険です。まずは一度医療機関を受診しましょう。

咳を訴えて受診される方には、症状の他、生活環境などを詳しくお聞きすることがあります。そして必要に応じて検査を行い、診断を進めます。

当院では、咳の原因を特定するための基本的な検査（胸部X線やCT検査、肺機能検査など）を外来ですぐに行うことができますので、お気軽にご相談ください。





氏名 喪主 地区

熊谷 昭治 忠治 (阿羅野)

芝田 利治 忠幸 (林垣外)

城田 かつ 良久 (三共)

土岐 多々丸 治彦 (相原)

原田 籌子 芳昌 (此川原田)

(イ)冥福をお祈りします

おくやみ

一月

町の人口 令和7年2月1日現在

	大下条	新野	和合	富草	合計	前月比
世帯	784	486	96	537	1,903	△5
人口	男	802	429	89	574	△12
	女	844	513	95	571	0
計	1,646	942	184	1,145	3,917	△12
前月比	△7	△2	1	△4		

乳幼児健診のお知らせ

月日	対象乳幼児	場所及び受付時間
2月25日(火)	4か月児健診 (令和6年10月生まれ)	県立阿南病院 午後0時45分～1時
3月5日(水)	すくすくひろば (未就園児)	子育て支援室(大下条保育園内) 午前9時30分～11時
3月7日(金)	3歳児健診 (令和3年12月～令和4年2月生まれ)	県立阿南病院 午後1時～1時15分
3月21日(金)	7か月児健診 (令和6年7月～8月生まれ)	阿南町保健センター 午後1時～1時15分
	10か月児健診 (令和6年4月～5月生まれ)	
3月25日(火)	4か月児健診 (令和6年11月生まれ)	県立阿南病院 午後0時45分～1時

▼民生課健康支援係 ☎22-4051

2月の納税

- 国民健康保険税
- 介護保険料
- 後期高齢者医療保険
- 固定資産税

今月の納期限は2月28日(金)です。
※口座振替日は、2月25日(火)です。
前日までに残高の確認をお願いします。

夜間窓口開設のお知らせ

3月17日(月)
4月21日(月)

マイナンバーカード申請・受取り、戸籍・住民票・税等諸証明書の発行ができます。

毎月第3月曜日
午後5時15分～7時

※夜間窓口のお支払は、現金のみとなります。

1月の工事発注

■ヘリポート造成工事 和合大月工区	1,397万円
■コテージかじか荘外壁塗装工事 コテージかじか荘	1,221万円

