

みなみのわ

2019
7月
No.547

特集1 森林セラピーを 楽しもう

森の植物観察



コアジサイ



クロツグミ



ササユリ



オブジェ



看板



森の中でヨガ



特集2 豪雨災害に備える

広報
みなみのわ

2019
7月

令和元年7月1日発行 ●編集/南箕輪村広報委員会 ●発行/長野県上伊那郡南箕輪村役場
〒399-4592長野県上伊那郡南箕輪村4825-1 電話/0265-72-2104(代表) FAX/0265-73-9799
URL https://www.vill.minaminowakajp e-mail vill-m@vill.minaminowakajp

●印刷/アビコム・シヤル(株)

図書館から こんにちは!

今月はおすすめ本紹介

村図書館
☎73-4946

草花・鉢花・観葉植物を枯らさない「コツ!」



天野 麻里絵・著 講談社

年々暑さが厳しく感じられる夏、人間の暑さ対策同様、植物の管理に一苦労されている方も多いのではないのでしょうか。そこで今月は草花や観葉植物、鉢花などを枯らさないための育て方や咲かせ方の「コツ」を教えてくださいの本をご紹介します。

例えば、「毎日水やりしているのに、なぜ枯れてしまったのでしょうか?」という悩みの場合。本書によると、植物を「元気にする水やり」と「弱らせる水やり」があるとのこと。「乾いたらたっぷり」が基本で、「根は乾湿を繰り返すことで、伸びようとします。水分がいつもあると、根が伸びません。」と、写真や図入りで原因も含めて詳しく解説してくれます。

「季節」「置き場所」「植物別」にもポイントが紹介されていて調べやすいのも便利です。こちらの本で、大切なお花を長く楽しむコツを学んでみませんか。

小中学校の夏休みにあわせ、
村図書館を通常より**30分早く開館**します。
7月27日(土)～8月25日(日)

開館時間
●火曜日～金曜日
午前9時30分～午後6時
●土曜日・日曜日・祝日
午前9時30分～午後5時

みなみのわ メールメッセンジャー 配信中

●パソコンからの登録・変更は
<http://www.ikkr.jp/mm>
へアクセスしてください。
●携帯電話からの登録・変更は
mm@emp.ikkr.jpに
空メールを送信してください。



▲こちらの二次元コードから
空メールを送信してください。



マチイロ 登録受付中

マチを好きになるアプリ
村では、行政情報の受け取りと広報紙
の閲覧ができるスマートフォンアプリ
"マチイロ"を導入しています。

●登録方法
お使いのスマートフォンに"マチイ
ロ"アプリをダウンロードし、地域・
性別など必要な情報を入力して
ください。



▲こちらの二次元コードから
ダウンロードできます。

広告料収入による村の自主財源確保のため、村広報紙「広報みなみのわ」に有料広告を掲載しています。

広報みなみのわに広告を掲載しませんか?

広告に関するお問い合わせは、アド・コマーシャル(株)TEL0265-76-2121 FAX0265-74-1212へお問い合わせください。

マツミガラス
サッシ・網戸・ガラス修理
バルコニー・ユニットバス
電話一本
すぐ参上! **TEL73-1073**
サッシの助さん 検索

ゴミのハクトーにお任せ!!
家庭のゴミから企業のごみまで、ご自宅や会社・工場などにある
ゴミ・不用品も回収～選別～処分・リサイクルいたします。
一般廃棄物処分・リサイクルはお任せください
(株)ハクトー・タラサービス
長野県上伊那郡南箕輪村8362-4
TEL.0265-78-8340 FAX.0265-76-1939
☎0120-894-085
<http://www.hakuto-1.com>

Sunlight energy
太陽光発電システムの研究・開発・販売
新エネルギー・省エネルギーの研究・開発
未来の私たちのために「今」できることを
ノーツ・グリーン エネルギー
上伊那郡箕輪町大字三日町1679番地3
有限会社 ノーツ TEL.0265-79-0026 FAX.0265-98-6660
www.notescorp.co.jp

7月～9月末まで
焼肉ハウス OPEN
4,000円(税別)
その他各種コースあり!
2,000円コース～(税別)
ご予約は大芝荘まで
※10名様～最大96名様ご予約いただけます。
※ご予約は1週間前までをお願いします。
※飲み放題コースは15分前ラストオーダー
※送迎は15名様～承ります。ご相談下さい。
ご予約
お問い合わせ 道の駅大芝高原 **大芝荘** ☎0265-76-0048

まだまだアツアツ!?
大芝の湯食堂
激辛祭り～17日
まで
麻婆豆腐 冷やし担々麺
人気メニューが
盛りだくさん!
夏の大祭り!
氷キーン祭り
子供ミニ水族館
7月下旬開催!!
売店にて
ご当地
サイダー
新作プリンも
まもなく登場!
お楽しみに!
おもてなしプリンも1周年!
大芝の湯 ☎0265-76-2614

特集1



森林セラピーを楽しもう！

五感を使って
森で過ごす

今、たくさんの方が森林セラピーロードを利用しています。多くの方は血圧や体重のコントロールのためのウォーキングに利用されています。もちろんそれはとても良いのですが、「みんなの森 森林セラピーロード」を「たたずむ」とか「寝ころぶ」などとても楽なカタチで使っていたくのも良いなと思います。「樹々を仰ぎ見る」、「小鳥のさえずりを聴く」、「森の樹木の香りを嗅ぐ」、「手のひらや足の裏で、木の幹や木の葉に触れる」そして「森のきのこや山菜を味わう」。ひとの持つ5つの感じる力「五感」を使うことを意識して森の中に入るだけで、激しい運動をしなくても、ストレスを改善したり、血圧の低下や脳活動の鎮静化などの大きな効果がもたらされます。心身に癒しを与える「森の力」を享受する最も基本的なやり方は「五感」を働かせることなのです。

森林セラピー
プログラム開発中

今、小さなお子さんも高齢の方も、みんなの森で元気に楽しくなれるようなプログラムづくりに取り組んでいます。本当の「みんなの森」にしていくためのワークショップを月に二回ほど開催する予定です。普段は「森の交流施設」にいますので、ぜひお立ち寄りください。

森林セラピーロード 利用者の声

天気の良い休みの日は、子どもを連れてよく利用しています。鳥の声がしてとても気持ちよく気に入っています。

荒木 伸也 さん(伊那市西箕輪)
莉杏 ちゃん



森林セラピーロードマップ



ぐるっとひとまわり 2.5km リフレッシュコース

みんなの森をぐるっとひと回りするコース。少し長いコースなので、汗をかいて気分をリフレッシュできます。コースの案内板に従って、「ゆっくり歩き」と「速歩き」を交互に行うことで、自然とインターバル速歩ができます。

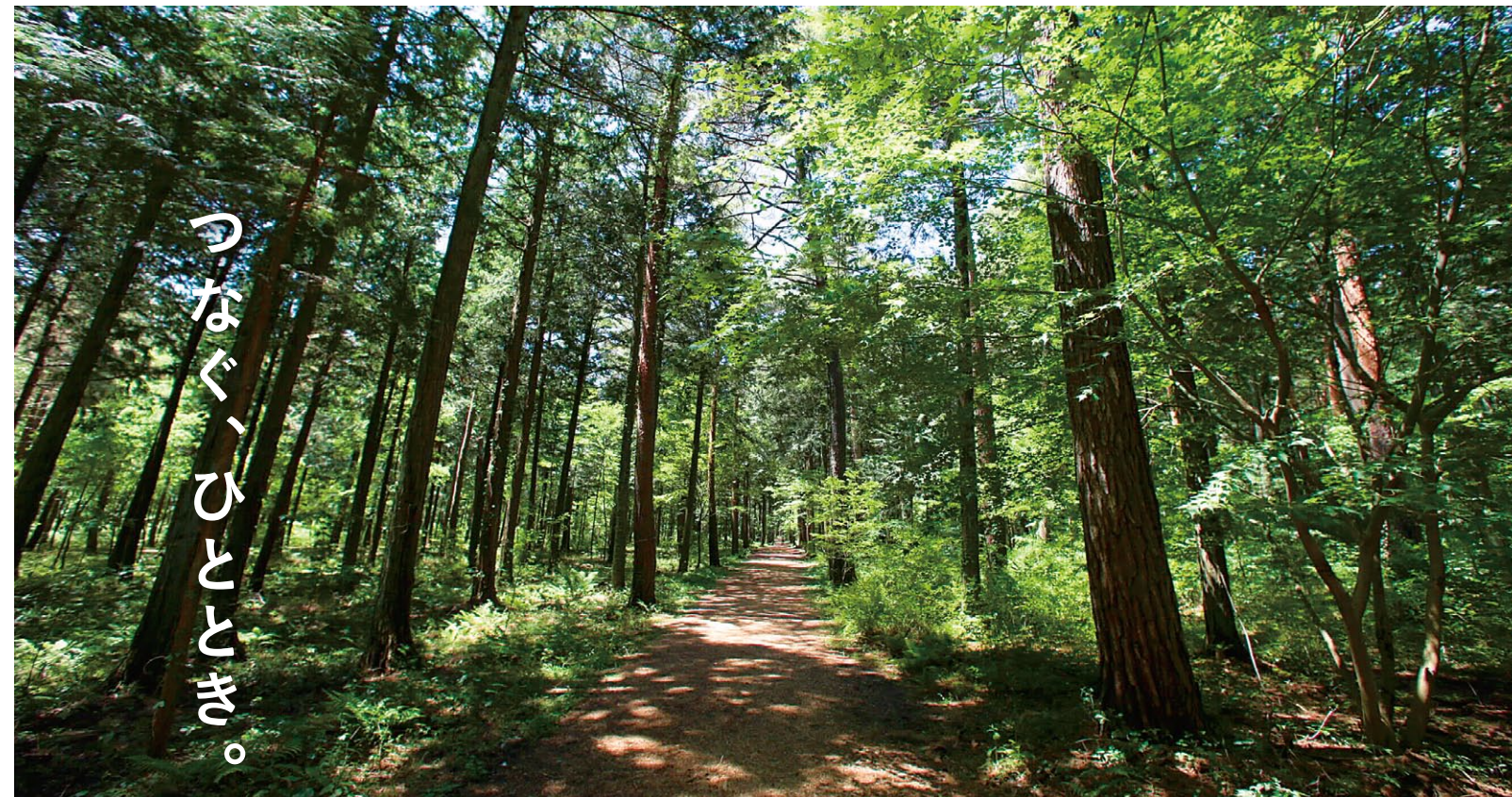
ひざや腰にやさしく 2.0km イージーコース

ウッドチップと山砂の小径を中心にしたコース。ほぼ平坦な道なので、ひざや腰をいたわりながらゆっくり歩けます。

ちょっと楽しみたい人は 1.2km ライトコース

みんなの森をちょっと歩いてみたい人におすすめ。ウッドチップを敷いた歩きやすいコースです。

つなぐ、ひととき。



森の中に入ると清々しい気持ちになったり、木々のある公園でゆったりした気持ちになったことはありませんか？森には、私たちが癒し、健康に導く力があることが実証されています。

今から20年程前に、当時の「林野庁」の提唱で、樹木に接し、癒しを求める行為として「森林浴」という言葉が生まれました。「森林浴はからだに良い」とされていますが、その効果をもたらすのは「フィトンチッド」と呼ばれる樹々が発散する殺菌力を持つ独特の香り成分で、樹木や植物が有害な物質などから自分の身を守るために発散している成分といわれています。

「森林浴」とは、精神的な癒しや健康のために、森や林のなかに入り、散策やレクリエーションを行うことです。

大芝高原みんなの森には、森林浴を思いっきり楽しめる「森林セラピーロード」があります。地域おこし協力隊の源平靖佳さんは、このほど「森林セラピーガイド」の資格を取得しました。「森林セラピー」、「森林セラ

森林セラピーガイド

「森林セラピー」は、科学的な証拠に裏付けされた、健康効果がある「森林浴」のことです。みんなの森を訪れる利用者に対して、森林浴の効果があるような散策や運動を現地で行うのが「森林セラピーガイド」です。案内についても経路案内や植物や動物の説明をするだけでなく、森の中で五感を使って、気持ちの良い過ごし方を提案するというのがガイドの仕事です。



森林セラピーガイドの源平さん

森林セラピーヨガ 参加者募集!!

と き 7月7日(日) 9:30~11:00
と ころ みんなの森
集 合 味工房
参加費 3000円
(ヨガのみ1800円、セラピーのみ1500円)

お問合せ・申し込み 森林セラピーガイド 源平
☎080-7815-2635



メールはこちらから

夏の森で
癒される





警戒レベル4で 全員避難!

今年の出水時期から、「警戒レベル」を用いた避難情報が発令されます。
水害・土砂災害について、市町村が出す「避難情報」と国や県が出す「防災気象情報」が5段階に整理されました。
村から「警戒レベル3、4」が発令されたら速やかに避難してください。

警戒レベル	警戒レベル			
	1	2	3	4
避難行動 あなたがとるべき	災害への心構えを高めましょう。	避難に備え、防災マップなどにより、自分の避難行動を確認しましょう。	避難に時間を要する人(高齢の方、障がいのある方、乳幼児など)とその支援者は避難をしましょう。そのほかの人は、避難の準備を整えましょう。	速やかに避難先に避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。
	早期注意情報(気象庁が発表)	洪水注意報 大雨注意報など(気象庁が発表)	避難準備・高齢者など避難開始(村が発令)	避難勧告・避難指示(緊急)※ ※地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合に発令(村が発令)

その他に県・気象庁・国土交通省から「防災気象情報」が発表されます。これは、自主的に避難行動をとるために参考とする情報です。村から避難情報が出ていない場合でもこの情報を参考にして危険を感じたら自主的に避難を始めてください。

警戒レベル3相当情報
氾濫警戒情報
洪水情報 など
大雨警報(土砂災害)

警戒レベル4相当情報
氾濫危険情報
土砂災害警戒情報 など

警戒レベル5は既に災害が発生している状況です。村から情報が発信できない状況も考えられます。
あなたと大切な家族を守るために「警戒レベル3」・「警戒レベル4」で隣近所の方と声を掛け合って、早めに行動し、安全・確実に避難しましょう。

体の不自由な方・
高齢者の方
登録制度を
ご活用ください。

村には、「災害時要配慮者の登録」制度があります。登録された方には、地域の支援者が最寄りの避難所への避難のお手伝いをします。
登録用紙は役場で配布しています。村ウェブサイトにも掲載していますのでご覧ください。

◎問い合わせ 総務課 管理防災係 ☎72-2104

特集2

豪雨災害に備える ～早めの避難でいのちを守る～



昨年7月に西日本を中心に記録的な豪雨により起こった「平成30年7月豪雨災害」。河川の氾濫や土砂災害により死者・行方不明者は245人、建物倒壊など住宅被害は5万棟以上、そして土砂崩れは全国で1000件と平成最悪の水害となりました。

近年は地球温暖化による気候変動により、7月は全国各地で、梅雨からの長雨やゲリラ豪雨などの雨による大災害が起きることが心配されています。「いつ」「どこで」起きるかわからない災害。この村でも「豪雨災害」が起きるかもしれません。災害から身を守るために私たちはどうしたらよいのでしょうか。

1 まずは確認!

村防災マップを広げてみましょう。村防災マップには「土砂災害警戒区域」や「浸水想定区域」など村内の危険個所の位置図や「避難所」「避難場所」の一覧表の他に、あなたと大切な家族を守るための様々な情報が掲載されています。



村防災マップは広報みなみのわ5月号と一緒に全戸配布しましたのでご確認ください。

防災マップで

Check1

自宅や職場がどのような場所にある?
土砂災害が起こりやすい場所か?
河川が氾濫したら浸水しそうな場所か?

Check2

最寄りの避難場所・避難所の位置はどこ?
防災マップで場所を確認したら、実際に歩いて避難経路を確認してみましょう。

2 いち早く重要な情報を入手!

日ごろから村や気象庁などから出される情報に注意を向けましょう。災害が起きた時、気象情報や村からの避難情報など、重要な情報をいち早く入手することで、早めの避難行動をとることができます。

南箕輪村ウェブサイト

<https://www.vill.minamiminowa.lg.jp/>



防災マップや天竜川の浸水想定区域情報が確認できます。

みなみのわメール メッセージ

mm@emp.ikkr.jp



火災・風水害などの緊急情報を登録者にメールでいち早くお知らせします。
(登録を希望する方は空メールを送ってください。)

長野県河川砂防 情報ステーション

<http://www.sabo-nagano.jp/>



長野県全域の雨量・河川水位状況・土砂災害危険度を確認できます。

気象庁ウェブサイト

<http://www.jma.go.jp/jp/yoho/>



「気象情報」や「警報級の可能性」を発表し、その後の危険度の高まりに応じて「注意報」、「警報」、「特別警報」を段階的に発表しています。

8月24日(土)【雨天時は25日(日)】 第34回 大芝高原まつり



パレードとステージの出演者、フリーマーケットの出店者を募集します。

おまつりパレード



- 時 間 13:20~15:30
- 参加資格 特になし。少人数での参加も歓迎します。
- 申込期限 7月19日(金)

大芝高原音頭振付講習会

- 日 時 7月11日(木)、8月1日(木) 19:00~20:00
- 場 所 南箕輪小学校体育館
どなたでもご自由にご参加ください。
(上履きをお持ちください)

おまつり湖上ステージ・トワイライトステージ



- 時 間 おまつり湖上ステージ 11:00~15:00
トワイライトステージ 16:40~19:30
- 参加資格 プロまたはそれに準ずる方の商業目的での出演はできません。
- 出 演 料 (1)村内団体 1000円
(2)村外団体 2000円
- 申込期限 7月16日(火)

MUSIC CAMP@OSHIBA



- 時 間 10:30~15:00
- 参加資格 プロまたはそれに準ずる方の商業目的での出演はできません。
- 出 演 料 無料(当日、会場設営やステージ運営等をさせていただきます。)
- 申込期限 7月16日(火)

おまつりパレード・おまつり湖上ステージ・トワイライトステージ MUSIC CAMP@OSHIBAの応募方法

役場産業課で配布している申込用紙に記入のうえ、応募してください。村ウェブサイトからもダウンロードできます。

◎申込み・問い合わせ 大芝高原まつり実行委員会
(産業課 商工観光係) ☎72-2180

フリーマーケット



- 時 間 10:00~15:00
- 区 画 50店舗(予定)
- 募集期間 村内在住者:7月10日(水)~8月2日(金)
村外在住者:7月17日(水)~8月2日(金)
※この期間内に申込書にてお申し込みいただいた方のみの先着順とします。

フリーマーケットの応募方法

出店希望の方は、フリーマーケット委員会事務局までご連絡ください。募集要項をお送りします。(村ウェブサイトからダウンロードもできます。)申込書に記入のうえ、応募してください。その他、詳しくは募集要項をご覧ください。

◎問い合わせ フリーマーケット委員会事務局
(住民環境課 生活環境係) ☎72-2106

令和2年
4月採用

村 職 員 募 集

村の将来像「みんなの笑顔、かがやく自然、安全・安心の村」を一緒に目指す、元気、意欲のある職員を募集しています。

一緒に働きませんか?



募集する職種および受験資格

職 種	試験区分	受 験 資 格
一般事務	初級	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、高校を卒業した人または令和2年3月末日までに卒業見込みの人
	中級	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、大学または短期大学を卒業した人または令和2年3月末日までに卒業見込みの人
保育士	中級	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、保育士資格を有する人または令和2年4月1日までに資格取得見込みの人
保育士 (社会人枠)	中級	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、保育士資格を有する人であり、かつ、村内の保育園に令和元年7月1日現在勤務している人
保健師	中級	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、保健師資格を有する人または令和2年4月1日までに資格取得見込みの人

採用予定人員

一般事務・保育士・保健師
…各若干名

試 験 日

第1次試験… 9月22日(日)
第2次試験(予定)… 10月中旬の土曜日 ※詳細は第1次試験合格者へ別途通知
第3次試験(予定)… 10月下旬の指定する平日1日 ※詳細は第2次試験合格者へ別途通知

受験手続等

- (1) 申込書提出先 南箕輪村役場 総務課 行政係
- (2) 受 付 期 間 7月1日(月)~7月31日(水)
(土・日・祝日は除く)
- (3) 受 付 時 間 午前8時30分~午後5時15分
- (4) 郵送による申し込み 7月31日(水) 必着
特定記録郵便または簡易書留等の確実な方法により行う
こととし、封筒表面に「職員採用試験申込書在中」と表記
してください。

※受験案内および申込書は、役場総務課で配布しているほか、村ウェブサイトにも掲載しています。

◎問い合わせ 総務課 行政係 ☎72-2104



第25回参議院議員通常選挙

村選挙管理委員会
☎72-2361

投票日 7月21日(日)

投票時間 午前7時~午後8時

投票場所 各地区投票所

持 ち 物 入場券

期日前投票

選挙当日、都合により投票できない方は期日前投票をしましょう。

- 投票期間…7月5日(金)~7月20日(土)
- 時 間…午前8時30分~午後8時
- 投票場所…役場1階 多目的室

南箕輪村で投票できる人

次の要件に当てはまり、村の選挙人名簿に登録されている人です。

- (1) 平成13年7月22日までに生まれた人
- (2) 平成31年4月3日までに南箕輪村に転入の届け出をして引き続き居住している人

※この回覧板は家庭内専用です。
すみずみまでよく読んだら、
まだ読んでいない家族に
回してください。

◎問い合わせ
健康福祉課 健康推進係 ☎72-2105

こころの相談

人間関係や育児、体調不良などでお悩みの方は
いませんか。臨床心理士が相談に応じます。

■日 時
7月18日(木)、8月22日(木)
時間はいずれも13:30～、14:30～、15:30～、
の3回
■場 所
村保健センター
※2週間前までに健康福祉課へお申し込みください。

健康回覧板



お忘れなく!
7月の乳幼児健診・相談
※対象者へは通知を送りしています。

3か月児健診	4日(木)
7か月児相談	30日(火)
10か月児健診	2日(火)
1歳6か月児健診	19日(金)
2歳児相談	31日(水)
3歳児健診	16日(火)

※役場で乳幼児健診、相談の年間予定表を配布しています。
村ウェブサイトにも掲載していますので、ご覧ください。



マタニティスクール夏コース(第1回) 〈事前予約が必要です〉

24日(水) 9:00～12:30

生活習慣病予防講演会

高血圧は、脳卒中や心筋梗塞、心不全の発症リスクを高めるため改善が必要です。
最新の高血圧治療や予防等についてのお話です。ぜひご参加ください。

■日 時 7月30日(火) 19:00～20:30
(開場 18:30)
■場 所 南箕輪村公民館 大会議室
■テーマ 「健康寿命を延ばしましょう
～高血圧を中心として～」

■講 師 長田内科循環器科医院
院長 長田和裕 先生
※健康ポイントの対象事業です。健康ポイントカードをお持ちください

7月の森の交流施設運動講座

※都合により内容は変更することがあります。

午前の講座	日 程	午後の講座	日 程
体ほぐしストレッチ(10:30～11:30)★	7/1,5,8/5,9	体ほぐしストレッチ(13:30～14:30)★	7/2,3,5,6,8/6,7,9,10
ストレッチ・簡単筋トレ(10:30～11:30)★	7/8,12	ストレッチ・簡単筋トレ(13:30～14:30)★	7/9,12,13
椅子エクササイズ(10:30～11:30)★	7/19	椅子エクササイズ(13:30～14:30)★	7/16,17,19,20
ボールエクササイズ(10:30～11:30)★	7/22,26	ボールエクササイズ(13:30～14:30)★	7/23,24,26,27
コンディショニングストレッチ(10:30～11:30)★	7/29,8/2	コンディショニングストレッチ(13:30～14:30)★	7/30,31,8/2,3
大芝高原ウォーキング(10:30～11:30)	7/2,6,13,20,30,8/3,6,10	大芝高原ウォーキング(15:00～16:00)	7/3,17,24,31,8/7
森林セラピーウォーク(10:30～11:30)	7/9,30		

★印の講座は予約(週に1回まで)が必要です。予約は講座日の前週から前日まで受付けます。
予約先:健康福祉課(72-2105)

くらしの情報

南箕輪村の市外局番は「0265」です



お知らせ

むらづくりのための アンケート調査実施

村では、住みよいむらづくりを目指すための指針となる第5次総合計画を策定し、様々な施策に取り組んでいます。この計画は10年間の計画期間となつていますが、社会や経済の変化に対応するため、5年間で基本計画を見直すこととしています。そこで、村民の皆さんのご意見を反映するため、アンケート調査を実施し、計画の見直しを図りたいと考えています。

■対象

・18歳以上の方から1250人を無作為抽出
・転入者世帯(10年以内に村内へ転入した世帯)の方から750人を無作為抽出
・村にお住まいの高校生世代全員
対象の方へアンケート調査票を郵送します。お手元にアンケート調査票が届きましたら、ご記入後、期日までに近くのポストへ投函してください。
なお、南箕輪小学校および南部小

学校の小学4年生から6年生までと南箕輪中学校の全生徒には、別途学校を通じてアンケート調査を行います。

この調査で得られた情報は、目的外には使用されず、公表された結果から個人が特定されることは決してありません。

皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いします。

◎問い合わせ 地域づくり推進課
企画係 ☎98・6640

盆花販売

村農業経営者協議会では、今年もお盆を飾る盆花の販売を行います。きれいな生花でご先祖様をお迎えしませんか。

■日時

8月12日(月)午前9時～正午

■場所 役場正面駐車場

■価格 1束500円

■予約受付

8月1日(木)～8月8日(木)

当日販売分もありますが、数に限りがありますので、予約された方を

優先します。
◎問い合わせ 産業課 農政係
☎72・2180

にこにこ広場(保育園開放)

保育園に入園する前のお子さんを対象に、施設の見学や在園児と交流をする「にこにこ広場(園開放)」を開催します。

■日時

7月1日(月)、8月5日(月)、
8月26日(月)、10月7日(月)

いずれも午前9時30分～10時45分

■場所 村内各保育園

※内容については、各保育園へお問い合わせください。

◎問い合わせ

北部保育園	☎72・3645
中部保育園	☎72・3647
南部保育園	☎72・3648
西部保育園	☎72・3644
南原保育園	☎78・5706

サマージャンボ宝くじ発売 開始

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

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、ぜひ長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

村では、これまでに宝くじの収益金を活用して、各区の公民館の備品、自主防災組織・消防団の機材などの整備を行っています。

■発売期間

7月2日(火)～8月2日(金)

■金額 各1枚300円

◎問い合わせ 地域づくり推進課
地域振興係 ☎98・6640

2019年度経済センサス 基礎調査の実施

総務省統計局・県村では『経済センサス基礎調査』を行います。この調査は国の産業分野における事業所の

活動状態など、基本的構造を明らかにすることなどを目的に5年に1度行われる調査です。

■調査対象

市内の全ての民営事業所（個人経営の農林・漁業など一部の事業所は除く。）

■調査期間

8月～11月（市内調査区を2か月ごと2期に分け調査します。）

■調査方法

統計調査員（顔写真入りの調査員証を携行）が全ての事業所の活動状態について実地確認調査に伺います。また、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。

■その他

統計調査で得られた情報は目的外には使用されず、公表された結果から個人などが特定されることは決してありません。

皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いします。

◎問い合わせ 総務課 情報係

72・2104

8月のくみ取り業務

8月10日（土）から18日（日）は、くみ取り業務を休業します。

お盆前は、業務が集中し混雑が予想されますので、お盆前のくみ取りを希望されるご家庭等は、8月6日（火）

募 集



河川清掃とアレチウリ駆除ボランティア参加者募集

天竜川の環境整備と河川愛護の啓発を目的として、天竜川の河川清掃とアレチウリ駆除を実施します。河川愛護ボランティアとして参加していただける方を募集します。参加される方は、当日、集合時間までに直接会場へお集まりください。

■日時

7月27日（土）午前6時～午前7時（集合時間 午前5時50分）

※雨天中止（少雨決行）

■集合場所

大明化学工業（株）田畑工場駐車場

■服装

長袖の服（色の濃いものは避け、よくれても良い服装）、長靴

■持ち物

軍手、タオル

◎問い合わせ

建設水道課

建設管理係

72・2325

住民環境課

生活環境係

72・2106



までに予約してください。

■担当者

●共栄衛生舎 ☎（72・3339）

久保・中込塩ノ井・北殿・南殿・沢尻・

南原・大泉・北原

●光商会 ☎（72・3000）

田畑・神子柴・大芝

◎問い合わせ 住民環境課 生活環境係

72・2106

土地家屋調査士による無料相談会

長野県土地家屋調査士会が、土地登記・土地境界・建物登記に関することでお悩みの方を対象に、無料相談会を開催します。当日は混雑が予想されますので、事前予約をお願いします。

■日時

7月21日（日）午後1時30分～4時（相談時間は1件につき30分）

■場所

伊那公民館

■相談内容

土地の境界・登記に関すること、建物に関する登記等のこと

◎予約・問い合わせ 長野県土地家屋調査士会

026・232・4566

臨時職員募集

■募集職種

保健師（健診・健康相談等）1人

■勤務場所

役場健康福祉課

■資格

保健師免許をお持ちの方 ※詳しくはお問い合わせください。

◎問い合わせ 健康福祉課 健康推進係

72・2105

上伊那広域連合職員募集

来年4月採用の上伊那広域連合職員を募集します。

■募集職種

土木（社会人）

■募集人員

若干名

■一次試験

試験日 9月22日（日）

■受付期間

7月22日（月）～8月2日（金）

※応募方法等詳しくは上伊那広域連合窓口またはウエブサイトをご覧ください。

◎問い合わせ

上伊那広域連合 総務課

78・2500

保険証・受給者証を郵送します

7月末に、該当する方に下記の保険証などを郵送します。詳しくは同封の書類をご覧ください。

◎問い合わせ 住民環境課 住民係 ☎72-2106

後期高齢者医療



被保険者証



限度額適用・標準負担額減額認定証

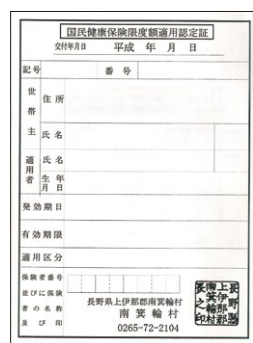


限度額適用認定証

国民健康保険



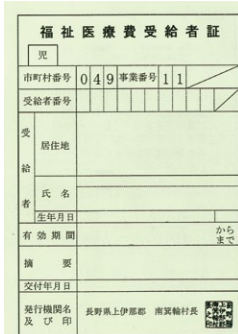
高齢受給者証



限度額適用・標準負担額減額認定証

※国民健康保険証の切り替えは10月です。

福祉医療



福祉医療費受給者証

第22回長野県障がい者文化芸術祭 in うえだ

県内で文化芸術活動に取り組んでいる障がい者の作品を展示・紹介する障がい者文化芸術祭を開催します。作品を出展したい方は、ご応募ください。

■日時

9月14日（土）午前9時～午後4時45分
9月15日（日）午前9時～午後1時

■場所

上田市丸子文化会館

■応募資格

県内に住所を有する障がいのある方

■応募部門

絵画、手芸、工芸、書道、写真、文芸

■応募点数

いずれかの部門で、個人作品1点、グループ作品1点

■応募方法

出品申込書へ必要事項を記入し、提出してください。

■応募先

役場健康福祉課福祉係または、伊那保健福祉事務所

■応募締切 8月2日（金）

■出展料

無料

◎問い合わせ 健康福祉課 福祉係

72・2105

障がい者文化芸術祭実行委員会事務局

026・295・3111

信州ねりんピック参加者・作品募集

【スポーツ交流大会】

■日程 10月26日（土）

■会場 長野総合運動場、

犀川第2運動場マレットゴルフ場

■参加資格

県内在住の60歳以上の方（昭和35年4月1日以前に生まれた方）

■参加費 1人500円

■申込期限 8月23日（金）

詳しくは公式ウエブサイトをご覧ください。

【長野県高齢者作品展】

■出品者資格

県内在住の60歳以上（昭和35年4月1日以前に生まれた方）のアマチュアの方

■部門

日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真

■申込期限 8月23日（金）

募集案内は役場健康福祉課にもあります。申込方法や出品規格等詳しくはお問い合わせください。

◎問い合わせ

公益財団法人長野県長寿開発センター

026・226・3741

1周年イベント

道の駅大芝高原開駅1周年を
記念して大芝高原でさまざまな
イベントを開催します。日時 7月27日(土) (28日にはフラッグフットボール
小学生東西選抜大会を開催!)

会場 大芝高原

マウンテンバイク(MTB) 村観光協会
☎98-6640村有林内にてマウンテンバイクを体験でき
ます。コース周回による交代制です。

時 間:9:00~12:00、13:00~16:00

場 所:大芝高原西側村有林
(受付:プール駐車場)

参加料:500円(保険料・レンタル料)

※7/13に行う仮設トレイル整備の参加者を
募集しています。

25m 幼児用

プール

総合運動場

スラックライン

おもてなしプリン

大芝の湯☎76-2614

おもてなしプリン1周年記念販売

数量限定特別価格販売もあります

時 間:10:00~18:00

場 所:味工房、大芝の湯



おもてなしプリン

森林ポールウォーク

地域おこし協力隊 源平

☎080-7815-2635

大芝高原内でポールを使った
ウォーキング

時間:14:00~(受付13:30~)

集合場所:味工房前

参加費:500円

定員:15人

サマーフェス

南箕輪わくわくクラブ ☎78-8313

スラックライン、ニュースポーツ

時 間:9:00~11:30

場 所:屋内運動場

参加費:無料



フラッグフットボール

地域づくり推進課 ☎98-6640

アメリカンフットボールの日本代表選手(元代表含む)
によるスキルトレーニング講座を3回に分け実施します。

時 間:13:45~、14:30~、15:15~

場 所:屋内運動場

参加料:無料

水と親しむつどい

建設水道課 ☎72-2326

工作、ゲームコーナー、かき氷
サービス

時 間:10:00~14:00

場 所:味工房東側

参加費:無料

道の駅大芝高原の
情報はこちら

イベント・催し



介護者リフレッシュ交流会

介護者同士の交流を通して、仲間
づくりと情報収集ができる場です。
今回は、講師による音楽療法と昼
食交流会を行います。音楽の持つリ
ラックス効果で日ごろの介護の疲れを
癒してみませんか。お気軽にご参加く
ださい。

■対象

村内在住で介護をしている方

■内容

音楽療法と食事交流会

■集合場所

大芝高原 フォレスト大芝

■日時

7月17日(水)

午前10時30分~午後1時30分

■参加費

400円

■申込締切

7月12日(金)

※途中からの参加も受け付けます。
送迎を希望される方はご相談くださ
い。◎申し込み・問い合わせ 地域包括
支援センター(健康福祉課介護支援係)

☎72-2105

7/26
金まっくんバス・伊那本線
乗り放題デーまっくんバスは無料、伊那本線は10円で
利用できます。ぜひこの機会にまっくんバス・
伊那本線をご利用ください。◎問い合わせ 地域づくり推進課 企画係
☎98-6640

村事業の入札結果

◎問い合わせ 財務課 財政係 ☎72-2321

入札日	工 事 名	落札金額	落札業者
5/16	松枯損木等処理業務(普通伐採)	19872円/m ²	(株)薪一
	松枯損木等処理業務(特殊伐採)	25272円/m ²	(株)薪一
	久保公園トイレ整備工事	335万円	(株)堀建設
	村道9号線側溝改修工事	308万円	原建設(株)
	村道2149号線道路改良工事	288万円	上野商事土木
	村道3117号線舗装修繕工事	162万円	(有)有賀建設
	村道2101・2085号線舗装工事	426万円	(株)伊那総建
	村道1123号線舗装修繕工事	213万円	入戸建設工業(株)
	村内道路舗装修繕委託業務(村内北部)	75600円/t	(株)宮坂組
	村内道路舗装修繕委託業務(村内南部)	75600円/t	(有)有賀建設
5/30	南箕輪村水道メーター購入事業	1728円/基	(株)ニッコク 長野営業所
	南箕輪村民センター特定天井改修工事	1663万円	原建設(株)
	南箕輪村民体育館・村公民館屋外分煙施設設置工事	451万円	原建設(株)
	南箕輪中学校西校舎高架水槽取替工事	399万円	原建設(株)
	大芝荘冷暖房機器交換工事	151万円	(株)堀建設
	大芝の湯タイルカーペット等張替工事	不落	

万円未満切り捨て、税込

お誕生おめでとう

5月4日 大泉
蒼衣ちゃん(元紀さん梢さん)南箕輪村で初め
ての令和生まれ
の赤ちゃんです。5月5日 畑
杏寿ちゃん(弘樹さん・絵美さん)5月7日 沢尻
和華ちゃん(真典さん・小百合さん)

人の動き

南箕輪村
R1.6.1 現在 ()内は、前月比
人 口 1万5532人(+40)
男 性 7702人(+21)
女 性 7830人(+19)
世帯数 6162世帯

かなしみ(死亡)

ご冥福をお祈りします

5月7日 久保
山口 櫻士郎ちゃん(弘一郎さん・稔美さん)

5月16日 畑
中村 岳大ちゃん(真悟さん・美月さん)

5月20日 神子柴
田中 紀杏ちゃん(雅大さん・麻衣子さん)

5月22日 南原
若林 奈央ちゃん(宏彰さん・有梨さん)

5月27日 南原
境澤 雅仁ちゃん(昌志さん・美幸さん)

5月22日 大泉 清水 幸子さん(91歳)

5月26日 北戸谷 一信さん(72歳)

5月27日 大泉 原 勝さん(93歳)

5月28日 南殿 加藤 蛟さん(74歳)

信 大農学部院生の三上彩音さん(兵庫県神戸市出身)が、村の猟友会に入ったのは、大学2年生の19歳のとき。きっかけは「熊の肉を食べたかったから。」友人から「熊の肉がとてもおいしいらしい。」と聞いた三上さんは、どうしても熊肉を食べたくなりましたが、どこにも売っていない。「それなら自分で捕ればいい。」と思い、狩猟免許を取得し、猟友会に所属したそうです。

普段は信大の研究室で腸内細菌や免疫の研究をしている三上さんからは、散弾銃を持って、山の中で狩りをしている姿はとても想像できません。将来的には今の研究を生かせる研究者として就職したいとのこと。「村は本当にいいところで大好きです。就職で村を出ても、いつかは帰ってこれたらしめたいです。」と話してくれました。最後に「熊肉はどうでしたか?」と伺うと、「とってもおいしかったです。」と目を輝かせていたのが印象的でした。

村猟友会に所属する
信州大学大学院 総合理工学研究科
(修士課程) 1年
三上 彩音さん(沢尻)



▲信大農学部構内での笑顔で話をしてくれた三上さん



▲散弾銃を構える三上さん

5/18 経ヶ岳バーティカルリミット開催

大芝高原をスタート・ゴールに経ヶ岳山頂を目指す熱いレースが今年も繰り広げられました。

ロングコース・ショートコース・キッズ小学生コースに全国から総勢885名の選手が出場しました。ロングコースでは、頂上付近に残雪が多かった影響で一部短縮して行われました。

参加した選手たちは「眺めがよく楽しかった」と話していました。

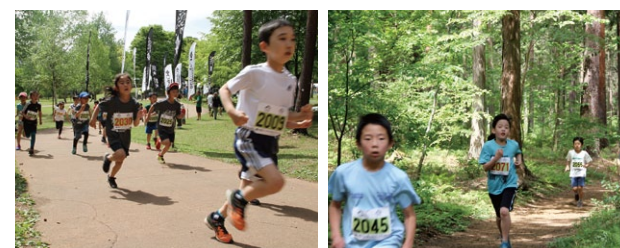
【優勝者およびタイム】

ロング19km(一部短縮)

(男子) 近藤 敬仁さん(静岡県) 2時間04分05秒
(女子) 高村 貴子さん(長野県) 2時間18分57秒

ショート12km

(男子) 小林 海仁さん(長野県) 59分40秒
(女子) ルプラス 恵美里さん(神奈川県) 1時間21分33秒



6/1 伊那谷プリンミニフェス初開催

大芝高原を会場にプリンをテーマにしたイベント「伊那谷プリンミニフェス」が初めて開催されました。

大芝の湯の「おもてなしプリン」をはじめ、上伊那の菓子店などが作るこだわりのプリン5種の試食販売が行われたほか、おもてなしプリン大使の成美さんによるプリンクッキングや、プリンの空き瓶を使ったアート体験が行われました。



お子さんにお知らせ下さい この地域ならではの、恒例充実企画、今夏も募集開始!

今、できる準備を【ちやくちやく】

8/8(木) - 9(金) 2Days

就活準備合宿

対象：大学(大学部)・短大・専門学校などに在学中の方(学年は問いません)

君たち(ジブンたち)は、何を学ぶのか・どう生きるのか? 未来のジブンを実現するため「今、どんな準備をするのか?」就活を控える学生同士や、地域の企業採用担当者との対話から考えます。合宿だからこそ、「直接・ホンネ」で話せます!

参加者募集!

募集人数 ● 50名
申込期限 ● 7月26日(金)
参加料 ● 3,000円 [1泊2日食事・宿泊費込み]
※宿泊可能人数 男20名、女20名 ※自宅からの通い可 ※先着順 ※定員になり次第締切

会場
・伊那市西春近 かんてんぱぱくぬぎの杜
・知立市野外センター

昨年度のワーク(一例)や内容
これからの時代の変化を知る/ジブンのことを知る/ジブンのことを話す など
地域の食を知る / 先輩から就活のリアルを聞く / 企業採用担当者のホンネを聞く
グループ対話とディスカッション / 模擬面接 / 模擬企業説明会 / 交流会 など

地域を代表する約20社が参加!

イベントページもチェック!

お問い合わせ先【事前申込必要】
もしもし 上伊那広域連合 地域振興課
tel.0265-78-2500 info@union-kamiina.jp
〒396-0025 長野県伊那市荒井 3500-1

詳細情報・申し込みはコチラ

かみいなLife or 上伊那就活

長野県地域発 元気づくり支援金活用事業

そろそろ、**UI**ターン。

勇気、そして愛

for the Future.
伊那谷UIターン
就活応援プロジェクト
始まる。

7月2019JULY

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

「広報330」(有線放送)

7月11日(木)
6:40～、20:45～(再)

「素顔がいいね みなみみのわ」
(ケーブルテレビ)
C513ch・113chで

8時、10時、12時、14時、
16時、18時、20時から
放送中

納付期限を忘れずに

7月31日(水)
国民健康保険税
上下水道料
保育料
介護保険料
後期高齢者医療保険料
固定資産税



休日当番医

日	医院名	所在地	電話番号
7日(日)	河野医院(内小)	伊那市東春近	72-3208
	西箕輪診療所(内)	伊那市西箕輪	73-3351
14日(日)	田中病院(内外)	伊那市新田	78-3555
	滝小児科医院(小)	伊那市西町	71-5250
	中川医院(内)	箕輪町	79-2103
15日(月)	たけまつハートクリニック(内循)	伊那市上牧	71-8010
	北原こどもクリニック(小)	伊那市境	74-2236
	林整形外科医院(整)	伊那市西町	76-5525
	箕輪ひまわりクリニック(内小)	箕輪町	98-7206
21日(日)	中畑内科消化器科クリニック(内消)	伊那市日影	77-3711
	清水耳鼻咽喉科医院(耳)	伊那市荒井	72-3775
	堀田内科クリニック(内)	南箕輪村	72-3980
28日(日)	原内科消化器科医院(内消)	伊那市前原	77-0177
	北原眼科医院(眼)	伊那市荒井	76-9999

※都合により当番機関が変更となることがあります。

休日歯科診療…上伊那口腔保健センター☎78-8510 受付時間：8:30～11:30

🗑️ 今月のごみ

地区名 ごみの種類	久保 中込	塩ノ井 北殿	南殿 田畑	神子柴 沢尻	信大宿舍 南原・大芝 大泉・北原
燃やせるごみ	月・木		火・金		月・木
燃やせないごみ・缶 びん・ペットボトル 資源プラスチック	3日・17日	2日・16日	3日・17日	10日・24日	9日・23日
古紙類・再生可能衣類	1日		8日		16日
廃食用油	1日・16日				

※信大宿舍・南原・大芝・大泉・北原区の皆さんは、古紙類・再生可能衣類の収集日が通常と異なりますので、ご注意ください。
※廃食用油の収集日が通常と異なりますので、ご注意ください。

📖 村図書館 ☎73-4946

イベント名	日時	場所
小さなおはなしむら	5日(金) 0～1歳児)10:00～(2～3歳児)11:00～	村民センター2階 和室
おはなしむら	20日(土) 10:30～	村民センター2階 大会議室

休館日

村図書館……1日(月)、2日(火)、8日(月)、16日(火)、22日(月)、29日(月)
南部小図書館…日・月曜日、31日(水)

🏠 大芝公園各施設休業日

大芝荘 ☎76-0048

🏠 4日(木)、18日(木)

大芝の湯 ☎76-2614

🌊 4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)

味工房 ☎76-0054

🍴 4日(木)、18日(木)

健康コンシェルジュによる運動指導、相談

木曜日・日曜日・祝日を除く(予定表は健康回覧板に掲載しています)

●時間／10:00～16:00

●場所／大芝高原森の交流施設

😊 催し等

名称	日時	場所	問い合わせ
子育てサロン	8日(月)10:00～11:30	村社会福祉協議会	村社会福祉協議会……………76-5522
MTBトレイル整備	13日(土)13:00～16:00	大芝高原	地域振興係……………98-6640
お父さんのためのペアレントトレーニング講座	17日(水)19:10～21:00	村民センター	子育て教育支援相談室……………76-4110
まっくんバス無料乗り放題デー・伊那本線10円バスの日	26日(金)		企画係……………98-6640
天竜川河川清掃・帰化植物駆除	27日(土)6:00～7:00	大明化学工業(株) 田畑工場 駐車場	建設管理係…72-2325、生活環境係…72-2106
【道の駅大芝高原一周年イベント】			
水と親しむつどい	27日(土)10:00～14:00	大芝公園	上水道係……………72-2326
MTBフェスin大芝	27日(土)9:00～16:00	大芝高原	地域振興係……………98-6640
フラッグフットボールトレーニング講座	27日(土)13:45～、14:30～、15:15～	大芝屋内運動場	地域振興係……………98-6640
フラッグフットボール小学生東西選抜大会	28日(日)7:20～15:00	大芝屋内運動場	地域振興係……………98-6640

👤 すくすくはうす ☎78-7611

イベント名	日時
お楽しみ映画会	1日(月)10:30～11:00
ベビーマッサージ	2日(火)10:30～11:00
子育て相談	5日(金)13:30～15:00
	12日(金)10:30～12:00
	18日(木)13:30～15:00
	26日(金)10:30～12:00

😊 こども館 ☎98-5110

イベント名	日時	対象
ファミリーサポート協力会員養成講座	4日(木)10:00～	講座申込者
	11日(木)10:00～	講座申込者
	18日(木)10:00～	講座申込者
	25日(木)10:00～	講座申込者
おひさまひろば	11日(木)10:30～	未就園児
おはなしの広場	13日(土)10:30～11:00	未就学児
ブラックパネルシアター	13日(土)13:30～14:00	小学生
ペアレントトレーニング講座	17日(水)13:10～14:40	講座申込者
親子運動あそび	20日(土)10:30～11:00	1歳半～3歳
こどもの発達相談(事前予約)	24日(水)9:00、10:00、11:00	
こども館夏まつり	27日(土)10:00～	

👤 相談あれこれ

名称	日時	場所	問い合わせ
健康			
健康・栄養相談(事前予約)	随時受付	村保健センター	健康推進係……………72-2105
介護相談	月～金曜日(祝日除く)	(要相談)	地域包括支援センター……………72-2105
こころの相談(2週間前までに予約)	18日(木) 13:30～、14:30～、15:30～	村保健センター	健康推進係……………72-2105
介護保険・前期高齢・後期高齢制度説明会	24日(水) 9:00～10:30	役場2階 講堂	高齢者支援係…72-2105、住民係…72-2106
人間ドック、伊那健康センター等 結果相談(事前予約)	29日(月) 13:00～、13:45～、14:30～、15:15～、16:00～	村保健センター	健康推進係……………72-2105

子育て			
子育て相談	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15	こども館 相談室	子育て教育支援相談室……………76-4110
育児相談(3歳くらいまで)	3日(水) 9:30～11:00	村保健センター	健康推進係……………72-2105
ことばの相談(事前予約)	31日(水) 13:30～、14:15～、15:00～	村保健センター	健康推進係……………72-2105

くらし			
村長相談(事前予約)	随時受付		行政係……………72-2104
行政相談	19日(金)10:00～12:00	村民センター2階 小会議室	相談委員 出羽澤哲夫さん……………72-2104
心配ごと相談	随時受付	村社会福祉協議会	村社会福祉協議会……………76-5522
司法書士無料法律相談(事前予約)	26日(金)15:00～17:00	村社会福祉協議会	村社会福祉協議会……………76-5522
結婚相談	9日(火)18:00～20:00	松寿荘相談室	村社会福祉協議会……………76-5522
	28日(日)13:00～16:00		
交通事故相談(事前予約)	4日(木)、18日(木)	伊那合同庁舎2階 交通事故相談室	上伊那地域振興局 総務管理課……………76-6803
消費者相談	随時受付	南信消費生活センター	南信消費生活センター……………0265-24-8058
行政書士無料相談会(事前予約)	10日(水) 13:00～16:00	長野県行政書士会伊那支部	長野県行政書士会伊那支部事務局…73-2208
女性の就業相談	月～金曜日(祝日除く) 9:30～16:00	こども館 相談室2	女性就業支援室……………96-8020
人権相談	4日(木) 10:00～15:00	村民センター2階 小会議室	住民係……………72-2106
弁護士無料法律相談(事前予約)	10日(水) 9:30～12:00	役場3階 第3委員会室	行政係……………72-2104

健康かわら版

健康福祉課 健康推進係 ☎72-2105

特定健診・循環器健診 結果説明会

混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。
対象地区に来られない場合は、都合のよい時間・会場にお越しください。

期 日	場 所	受付時間	対象地区・組	
7月5日(金)	北殿公民館	9:00～9:30	北殿	15組～16B組
		9:30～10:00		16C組～16E組
		10:00～10:30		17A組～17B組
		10:30～11:00		18組～23組
		11:00～11:30		24組～26組
		13:30～14:00		27組～31組
		14:00～14:30		32組～35B組
		14:30～15:00		36組～40組
		15:00～15:30		41組～未加入
		15:30～16:00		1組～4組
7月8日(月)	北殿公民館	9:00～9:30	北殿	5組～8組
		9:30～10:00		9組～11組
		10:00～10:30		12A組～12D組
		10:30～11:00		13A組～14組
	南原コミュニティセンター	13:30～14:00	南原	7組～10B組
		14:00～14:30		11組～未加入
		14:30～15:00		1A組～2組
		15:00～15:30		3組～6組
7月10日(水)	西部地区館	9:00～9:30	大芝 大泉 北原	5組～7組
		9:30～10:00		8組～10組
		10:00～10:30		11組～13組
		10:30～11:00		大泉14組～未加入、大芝、北原
	村保健センター※	11:00～11:30	南殿	1組～4組
		13:30～14:00		4組～8組
		14:00～14:30		9組～13組
		14:30～15:00		14組～未加入
		15:00～15:30		1組～3組
		9:00～11:00		
7月11日(木)	村保健センター	13:30～15:30	他の日程で都合が悪い方	
		18:00～19:30		

※今年度より南殿地区は、南殿コミュニティセンターから保健センターへ会場を変更します。
ご注意ください。

期 日	場 所	受付時間	対象地区・組	
7月17日(水)	神子柴公民館	9:00～9:30	神子柴	22組～未加入
		9:30～10:00		1組～9組
		10:00～10:30		10組～16組
		10:30～11:00		17組～21組
	沢尻コミュニティセンター	13:30～14:00	沢尻	15組～未加入
		14:00～14:30		1組～3組
		14:30～15:00		4組～8組
		15:00～15:30		9組～14組
7月19日(金)	村保健センター	18:00～19:30	他の日程で都合が悪い方	
7月22日(月)	久保コミュニティセンター	9:00～9:30	久保	1組～3組
		9:30～10:00		4組～8組
		10:00～10:30		9組～13組
		10:30～11:00		14組～未加入
7月24日(水)	塩ノ井公民館	13:30～15:30	他の日程で都合が悪い方	
	中込公民館	13:30～14:00	塩ノ井	1組～3組
		14:00～14:30		4組～未加入
7月25日(木)	田畑公民館	15:30～16:00	中込	1組～5組
		16:00～16:30		6組～未加入
		9:00～9:30	田畑	22組～24組
		9:30～10:00		25組～27組
		10:00～10:30		28組～31組
		10:30～11:00		32組～未加入
		11:00～11:30		1組～6組
		13:00～13:30		7組～11組
		13:30～14:00		12組～15組
		14:00～14:30		16組～21組

毎年受けましょう!! 特定健診・循環器健診

5～6月の特定健診・循環器健診を受診できなかった方は、10月30日(水)・31日(木)に受診しましょう。
お手元にある受診券、問診票、尿検査容器を使用しますので、紛失しないように保管してください。なお、受診日までに国保資格を喪失された方は特定健診(40歳～74歳)を受診できなくなりますので、受診券・問診票は破棄してください。尿検査容器は役場へ返却してください。

第1次結核検診

結核の早期発見を目的とした胸部レントゲン間接撮影を実施します。該当する方は、受診してください。

■日程 7月30日(火)

時 間	場 所	対象地区
9:00～9:40	西部地区館	大泉
10:00～10:10	北原公民館	北原
10:30～11:05	久保コミュニティセンター	久保
11:20～11:30	中込公民館	中込
11:45～12:00	塩ノ井公民館	塩ノ井
13:30～14:10	北殿公民館	北殿1～16組
14:10～14:50		北殿17～41組、未加入

7月31日(水)

時 間	場 所	対象地区
9:00～9:30	南殿コミュニティセンター	南殿
9:50～10:05	大芝公民館	大芝
10:25～11:00	南原コミュニティセンター	南原
11:20～11:55	沢尻コミュニティセンター	沢尻・ 神子柴15～19組、22組
13:30～14:10	田畑公民館	田畑
14:25～15:00	神子柴公民館	神子柴

■対象

村内の65歳以上の方(昭和30年4月1日以前に生まれた方)

■受診しなくてよい方

- (1) 結核にかかっていて現在治療中の方、保健所で管理検診を受けている方
- (2) 肺がん検診(6月24日～27日、7月1日、2日実施)を受けた方
- (3) 会社、病院、医院等で受ける方
- (4) 寝たきり、歩行困難、入院中の方

■受診料 無料

■持ち物 受診券(対象者への通知に同封)

献血にご協力をお願いします。

■日 時… 7月26日(金) 14:00～16:00

■場 所… 村保健センター1階

■内 容… 全血献血(400mlのみ)

■持ち物… 献血カード、運転免許証・パスポートなどの身分を証明できるもの

※医師による事前の問診で、安全に実施できないと判断した場合は、お断りすることもあります。



頑固な技術と柔軟な発想

MEG 株式会社 **マシエンジニアリング**
〒399-4583 上伊那郡南箕輪村2380-480 TEL 0265-76-0001
http://www.meg.co.jp e-mail:info@meg.co.jp FAX 0265-76-9601

伊那谷発信地域ポータルサイト

伊那谷ねっと

伊那市・箕輪町・南箕輪村の役立つ情報を集めた便利なサイトです。

lct 伊那ケーブルテレビジョン株式会社

ニュース

行政情報

休日当番医

ごみカレンダー

イベントカレンダー

おくやみ

ライブカメラ

天気

いなテレ動画

スマートフォンはこちら



http://inamai.com/

