

広報

みなみのわ

2022

6月

No.582

いただきますっ!!

わたし わたくし
私たちの健康は私たちの手で
～食生活改善推進員～

特集

広報
みなみのわ

2022

6月

●令和4年6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.minamiminowa.lg.jp e-mail vill-m@vill.minamiminowa.lg.jp

●印刷/アビコム(株)

6月
から

おでけ

村長室

はじまります

おでけ村長室とは?

村長が各区の公民館やコミュニティセンターに行き
住民の方と対話をします。
むらづくりに関すること、地域の課題などを話し
より良い村を一緒に作っていきましょう!

◎予約不要◎

お気軽にお越しください。

※新型コロナウイルスの感染状況により、
延期または中止する場合があります。

日程はウェブサイト等
お知らせします。



問い合わせ 総務課秘書広報係 ☎(72)2104

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。



南箕輪村公式LINEアカウント

登録方法

@vill.minamiminowaと
ID検索するか、
二次元コードを読み取り、
友だち追加をしてください。



▲こちらの二次元
コードから友だち
追加ができます。

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
すぐ着! **TEL73-1073**

サッシの助さん

検索

いろんな
あれこれ / **ハクトーにお任せ!!**

整備業
文化会館警備
市内個人医院

皆さんのお住まいから病院・市町村庁舎・国立施設に至るまで、
清掃・設備管理・警備・害虫駆除までお任せください!

清掃業務や害虫駆除、警備業はお任せください

(株)ハクトー・ータルサービス
長野県上伊那郡南箕輪村8362-4
TEL.0265-78-8340 FAX.0265-76-1939
☎0120-89-1085
<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

大芝高原 焼肉ハウス

6月中旬
スタート!

✔手ぶらでOK ✔森の中でランチ
✔洗い物なし ✔300gにも挑戦!

がっつりステーキランチ

980円(150g+ご飯)

キャンプ場・焼肉ハウスのご予約は公園管理事務局までお電話を
ご予約・お問い合わせ 大芝高原公園管理事務所 TEL.0265-78-5835

arcobalenoのピッツァ

味工房の
新しくなったメニューを
テイクアウト!!

味工房 ☎0265-76-0054

クロワッサンサンドウィッチ

味工房

味工房 ☎0265-76-0054

今月は
6月27日(月)
風呂の日

週末の交替わりジャグジー風呂も
お楽しみに!

大芝の湯 ☎0265-76-2614

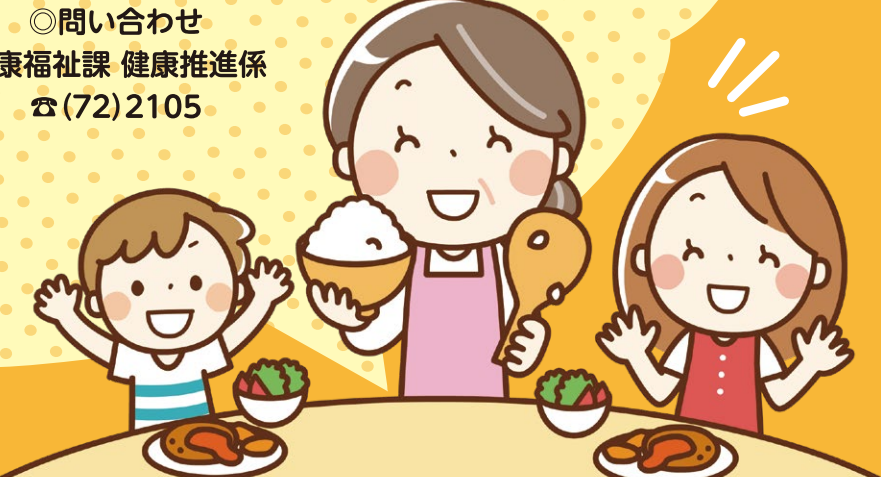


わたくし 私たちの健康は わたくし 私たちの手で

～食生活改善推進員～

◎問い合わせ
健康福祉課 健康推進係
☎(72)2105

毎日の食事は私たちの健康に欠かせません。しかし、忙しい日々の中で、食に対する関心が薄くなっている方もいるのではないのでしょうか。
今月は、食を通した健康づくりを普及するボランティア、食生活改善推進員についてお伝えします。



食生活改善推進員 通称「食改」とは？

昭和42年「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンのもと、食生活改善推進協議会が、全国的な組織として結成されました。食生活改善推進員は協議会に加入し、食を通した健康づくりに取り組んでいます。

村でも、自分、家族、そして地域へと食生活の大切さを普及することを目的に、24名が「食改」として活動しています。

子どもの食育

食改では、「まっくん食育応援団」として、保育園で食育の普及に取り組んでいます。保護者へのおやつレシピと試食配布、演劇や紙芝居などを通して、食べることの楽しさ、大切さを伝えていきます。

また、小学生とその保護者を対象に料理教室「ファミリークッキング」を開催しています。小学生になると、食の大切さを知るだけでなく、食べ物を選ぶ、作る力を身に付けることも必要です。お腹がすいたときに、スナック菓子を食べるのではなく、おにぎりを作ってみるなど、食の知識を持つことが自分の健康につながります。

大人にとっても 大切な食の知識

食改は、子どもだけでなく、大人の生活改善の普及にも取り組んでいます。

減塩に関する取り組みでは、みそ汁の塩分濃度の測定や各家庭で記入したチェックシートをもとに、食生活のアドバイスを行っています。「塩鮭ではなく、違う魚を食べよう」、「漬物はお皿いっぱい載せるのではなく、小皿に上品に載せて出すのはどう？」など、身近な存在だからこそできる、取り組みやすいアドバイスをしています。

食に関心を持つことは、活力ある日々を送るために大切です。「今日何を食べたか」という質問に対して、「思い浮かばない」「なんでもいい」と答える方もいるのではないのでしょうか。食改は、多くの人に食を通した自分の健康について考えてもらえるよう、活動を続けていきます。

食生活改善推進協議会 令和3年度の活動例

- 講習会「オーラルフレイルの予防について」
- 料理講習会「災害時の備えパッククッキング」
- みはらしファームへの研修視察
- 伝達料理講習会「米粉のおやきづくり」

インタビュー



村食生活改善推進協議会会長
いりと ゆきこ
入戸 幸子さん(北殿)

「何か始めてみよう」 そんな気持ちで始めた活動

食改の活動を始めた理由は、退職後に時間ができたことです。食や健康に関する知識があったわけではないですが、忙しくしているのが性に合っているのでは、何か始めようと思い、食改に入りました。

今年で7年目を迎え、いつの間にか会長になっていました。人前に出るのは得意ではないので、その代わり、計画や段取りをしっかりとしようと心がけています。

昨年度は研修として、みはらし・羽広方面に行きました。30分のそば団子づくりを体験し、昼食を食べて解散という短い研修でしたが、みんなに喜んでもらえたので、すごくうれしかったです。



保育園でおやつレシピ・試食の配布

自分の手で作って 食べることの大切さ

印象に残っている活動は、ファミリークッキングでの出来事です。子どもたちが、普段はさらけたいトマトやピーマンなどを平気で食べたんです。一緒にいた保護者の方もとても驚いていましたよ。切ったり、飾ったり、自分の手で作ることで、子どもの食べ物に対する気持ちがこんなに変わるんだと思いました。

仕事も忙しい子育て世代のお父さん、お母さんが子どもと一緒に料理を作ることにはなかなか難しいと思います。私自身、子育てをしているときはとてもそんな余裕は無かったです。でも、自分の食べるものを自分で作ることは、子どもにとって、生きていくうえで大切な経験だと

みんなに会えることが 一番の楽しみ

今活動していて一番楽しいのは、みんなの顔が見られることです。「コロナ禍が大変な時期だから、なるべく人と会わないように外出は畑や買い物ぐらいにしています。そんななか、食改の活動でみんなの元気な顔が見られるとすごくうれしいです。

4月に行った定期総会は、実習や講習ではない普通の会議だったのですが、「喜んで行きます」と出席の連絡をくれた方もいました。私だけでなく、みんなにとっても人と会える貴重な機会になっていると感じています。

「コロナ禍でもできる 食生活や健康の役に立つ 活動」

「コロナ禍の3年間、思うように活動が行えず、モチベーションが下がってしまうこともありましたが、でも、いざ集まってみるとみんなが楽しそうにしているのを見ると頑張っただけという気持ちになります。

今年度は、推進員で考えたレシピ集の

食生活改善推進員に なりませんか？

「食事や栄養について詳しくなりたい」「時間もあるし、ボランティアを始めてみようかな」という方、食生活改善推進員になりませんか。詳しくは、健康福祉課 健康推進課係 ☎(72)2105までお問い合わせください。



保育園での食育活動の「まっくん食育応援団」
まっくんと旬の野菜紹介

作成を予定しています。「コロナ禍でも皆さんの食生活や健康の役に立つ活動をしていけたらと思います。皆さんも食改に参加して、一緒に学び、活動をしていきましょう。

私たちが南箕輪村消防団です

村消防団は地区ごとに5つの分団、11の部がありそれぞれの屯所を拠点に活動しています。令和4年度の幹部団員と管轄地区を紹介します。



団長
かいぬま たかお
海沼 敬雄さん

副団長
かとう ひろみち
加藤 弘道さん

第5分団長
しろた ゆうや
城田 裕也さん

本部長
やまぐち こういちろう
山口 弘一郎さん

副本部長
あるが こうた
有賀 光太さん

救護長
たけい しゅんすけ
武井 俊介さん

ラッパ長
ほった こうへい
堀田 康平さん

第1分団長
そや ともかず
征矢 友和さん

第2分団長
いとう ひろき
伊東 宏樹さん

第3分団長
ふくざわ りょう
福澤 亮さん

第4分団長
ねつ あたる
禰津 直さん

消防団で「守る」手段を身に付けよう

消防団は火災のときの消火活動だけでなく、救急法や、水害が発生した際の土のう作りなど、身の回りの生活に役立つ「守る」ための手段を身に付けることができます。



人形を使い心肺蘇生法を練習します。



水害を防ぐため、土のう作りは基本です。

消防団員募集中

あなたも消防団で活動しませんか。消防団員は普段はそれぞれの仕事を持ちながら、災害の際などに集まり活動を行います。消防団員には年額報酬のほか、災害対応や訓練などの活動に応じて出勤報酬が支給されます。

詳しくは消防団のウェブサイトをご覧ください、村消防団事務局(総務課管理防災係 ☎(72)2104)までお問い合わせください。



活動の様子は

出水期、風水害に備えましょう

◎問い合わせ 総務課 管理防災係 ☎(72)2104

6月～10月は出水期と言われ、大雨や台風が多く河川の洪水等が起こりやすい時期になります。ここ数年は、毎年のように警報級の大雨が降っており、村内でも避難指示を発令しています。風水害の多い季節を向かえるにあたり、もう一度、各家庭で災害への備えを確認しましょう。



住んでいる場所のリスクを知ろう

大雨が降った場合、自分の住んでいる地域が「河川の近くで洪水の恐れがある」「土砂災害の危険性がある」といった危険性を知るため、防災マップ(ハザードマップ)を確認しましょう。そして、もしもの時にどこに避難するのか、近くの避難所や、親戚、知人の家などの場所を確認しておきましょう。

防災マップは村ウェブサイトからご覧いただけます。

防災マップはこちら



事前に情報を得よう

災害は突然やってくるという怖さがありますが、風水害は多くの場合、事前にその可能性を予測することができます。テレビの気象情報や、専門機関が発信している情報を日ごろから確認するようにし、災害に備えましょう。

みなみみのわメールメッセンジャー

メール登録をすると、村からのさまざまな情報を受け取ることができます。災害や避難に関する緊急情報のほか、イベント情報なども配信しています。登録方法は村ウェブサイトをご覧ください、広報みなみみのわ裏表紙をご確認ください。



村LINE公式アカウント

無料通信アプリ「LINE」に登録すると、メールメッセンジャー同様、村からのさまざまな情報を受け取ることができます。登録方法は村ウェブサイトをご覧ください、広報みなみみのわ裏表紙をご確認ください。



長野県河川砂防情報ステーション

県内の雨量、河川の水位、土砂災害危険度などを確認できます。防災情報メールの登録をすると、気象に関する注意報、警報などが発表された際にメールを受け取ることができます。



キキフル(危険度分布)

気象庁からの、土砂災害、浸水害、洪水害の情報について、地図上に危険度が色分けして示されており、お住まいの地域の状況をつかむことができます。



元気な子どもたちと一緒に働きませんか

いずれも長期任用での募集です。勤務日数・時間・内容等については下記お問い合わせ先までご相談ください。

1 保育園調理員

- ・資格 ①調理員資格 ②不問
- ・給与 ①日給7,410円～
(経験年数・資格有無による)
②日給7,005円～
- ・勤務時間 午前8時～午後4時30分
- ・休日休暇 土・日・祝日、有給休暇あり
- ・その他 任用条件により期末手当あり

2 長時間保育士・補助員

- ・職種 ①長時間保育士 ②長時間保育補助員
- ・資格 ①保育士資格 ②不問
- ・給与 ①時給1,236円 ②時給1,200円
- ・勤務時間 午前7時30分～11時30分または
午後3時～7時
- ・休日休暇 土・日・祝日、有給休暇あり
- ・その他 任用条件により期末手当あり

3 保育士

- ・職種 保育士
- ・資格 保育士資格
- ・給与 日給7,845円～
(経験年数・担任有無による)
- ・勤務時間 午前8時～午後4時50分(標準)早番・遅番あり
- ・休日休暇 土・日・祝日、有給休暇あり
- ・その他 任用条件により期末手当あり。時間外・休日勤務があります。ご相談ください。

4 放課後児童クラブ支援員・補助員

- ・資格 ①放課後児童支援員資格 ②不問
- ・給与 ①時給1,082円 ②時給1,030円
- ・勤務時間 午後2時40分～6時(標準)遅番あり
※週4日勤務
- ・休日休暇 土・日・祝日、有給休暇あり
- ・待遇 社会保険・雇用保険なし
- ・その他 交代での土曜出勤があります。学校の長期休暇期間などは別時間の勤務です。

5 学校給食調理員

- ・資格 ①調理員資格 ②不問
- ・給与 ①日給7,410円～
(経験年数・資格有無による)
②日給7,005円～
- ・勤務時間 午前8時5分～午後4時20分
(週1で早出勤あり)
- ・休日休暇 土・日・祝日、有給休暇あり
- ・その他 任用条件により期末手当あり

短期雇用(日々任用)も募集しています!

「いきなり長期で働くのは不安…」「短時間なら…」
「月に数日程度なら働きたい」「昔やっていたから
少しくらいなら力になれるかも」という方は、
まずはご相談ください!

- 問い合わせ
- 保育園関係(1・2・3について)……………子育て支援課 子育て支援係 ☎(98)8310
 - 放課後児童クラブ関係(4について)……………子育て支援課 こども館係 ☎(98)5110
 - 小中学校関係(5について)……………村教育委員会事務局 学校教育係 ☎(76)7007

令和
4年度

国民健康保険税の納付が始まります

◎問い合わせ 財務課 税務係 ☎72-2321

世帯主の方に納税通知書をお送りします

令和4年度国民健康保険税(以下「国保税」)の納税通知書を、6月中旬にお送りします。この納税通知書は、国保加入者のいる世帯の世帯主宛てに届きます。なお、世帯主が国保に加入していなくても、世帯の中に国保加入者がいる場合、各種通知等は同様に世帯主宛てに届きます。

国保税の算定基準が変更となりました

○賦課限度額が一部変更になります

世帯の国保税年間額の上限金額を、賦課限度額といいます。このたびの税制改正により、国保税のうち医療分に係る賦課限度額が**65万円**(前年度:63万円)に、後期高齢者分に係る賦課限度額が**20万円**(前年度:19万円)に変更となりました。介護納付金分は17万円据え置きです。またこれに伴い、国保税全体の賦課限度額が**102万円**(前年度:99万円)となります。

○未就学児の均等割額が減額されます

国民健康保険税は、前年中の総所得金額等により算出される「所得割額」と加入者ごとに定額でかかる「均等割額」、世帯ごとに定額でかかる「平等割額」の合計金額です。令和4年度より未就学児に係る均等割額が2分の1となります。

均等割額と平等割額は世帯の総所得金額等の合計額によって2割・5割・7割の軽減がされています。今回の軽減は未就学児の均等割額をさらに2分の1に減額するものです。

所得による軽減	未就学児の均等割税額		最終的な減額割合
	令和3年度まで	令和4年度より	
軽減なし	31,800円	15,900円	5割軽減
2割軽減	25,440円	12,720円	6割軽減
5割軽減	15,900円	7,950円	7.5割軽減
7割軽減	9,540円	4,770円	8.5割軽減

令和4年度国保税は6月から納付が始まります。概要や各種制度について知りたい方は、納税通知書に同封される「国民健康保険税のごあんない」か、村ウェブサイトをご覧ください。

加入者の皆さんに納めていただく国保税は、国保の制度を支えるうえで大切な財源となっています。皆さんが安心して医療給付等を受けられるよう、村では健全かつ公平な国保事業の運営に努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

6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。

新型コロナウイルス感染症の影響で講座を中止する際はメール配信を行います。

午前の講座 (10:30~11:45)	期 日	午後の講座 (13:30~14:45)	期 日
雨の日おうち体操	6日(月)、27日(月)	雨の日おうち体操	15日(水)
ながら体操	10日(金)、20日(月)	ながら体操	27日(月)
筋力トレーニング	13日(月)	筋力トレーニング	24日(金)
初心者教室※初心者の方のみ	24日(金)	初心者教室※初心者の方のみ	13日(月)
体ほぐしストレッチ	15日(水)	体ほぐしストレッチ	6日(月)
		正しい姿勢でウォーキング!	22日(水)、29日(水)
		大芝高原ウォーキング	10日(金)、20日(月)

講座は完全予約制です。また、新型コロナウイルス感染症対策のため、講座を縮小して行っておりますので、1人月に3回までの受講となります。予約開始は6月3日(金)からです。

会場については、
右記のとおりになります。

●大芝高原ウォーキング⇒森の交流施設
●その他の講座⇒森の学び舎
ウォーキング以外の講座に参加する方は、ヨガマットかバスタオルをお持ちください。

第72回 社会を明るくする運動・青少年健全育成推進 上伊那北部地区大会

～伸びよう 伸ばそう青少年～ — 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ —

日 時 7月2日(土) 午前9時30分～11時15分

場 所 村民センターホール

社明作文朗読 令和3年度社明作文コンテスト

中学校の部 優秀賞
辰野中学校2年(現 中学3年)
高木 愛実 さん
『みんなが幸せな社会へ』

中学校の部 入選
南箕輪中学校3年(現 高校1年)
原 鈴花 さん
『一人一人ができること』

講 話 『生きる力を育てる』
心理士・メンタルアドバイザー

山田 佳世 先生



主唱:法務省 内閣府

主催:社会を明るくする運動(南箕輪村・箕輪町・辰野町)青少年健全育成推進委員会

※新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントが中止もしくはオンラインでの開催に変更となる場合があります。
参加方法など詳細は、村のウェブサイトにてお知らせします。

◎問い合わせ 総務課行政係 ☎(72)2104

健康回覧板



このマークがある
事業は「まっくん
健康ポイント」の
対象事業です。

※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



お忘れなく! 6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 14日(火)
7か月児相談 8日(水)
10か月児健診 30日(木)
1歳児相談 7日(火)
1歳6か月児健診 3日(金)
2歳児相談 13日(月)
3歳児健診 28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。

こころの相談

臨床心理士が相談に応じます。

■日 時
6月9日(木)、6月21日(火)
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。

肺がん検診



待ち時間短縮と新型コロナウイルス感染拡大防
止のため完全予約制で実施します。希望する方は
電話で受診日時の予約をお願いします。(平日の
午前8時30分～午後5時15分)

■日 時 ①6月20日(月)22日(水)23日(木)
24日(金)27日(月)
午前9時～11時30分、午後1時15分～4時
②6月21日(火)
午後1時15分～4時、午後6時～7時30分

■場 所 村保健センター
■対 象 40歳以上の方

■受 診 料 2,500円(今年度中に41歳・46歳・51歳・
56歳・61歳になる方、生活保護を受け
ている方は無料です。)

■検診内容 胸部CT撮影
■持 ち 物 受診券、受診料、問診票、同意書
■予約期間 受付開始5月19日(木)～(予約は先
着順です。)

※受診間隔など詳しくはお問い合わせください。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、息苦し
さやだるさなど症状のある方や特定警戒地域へ往
来した方は、受診を控えていただくようお願いします。

成人歯科健診のおしらせ



成人歯科健診が6月から始まります。
各種健診希望調査の折に受診を希望された方には、健
診票を送付しましたので実施期間内に歯科健診を受け
ていただくようお願いします。なお、節目(41歳、51歳、61
歳、71歳)の方は、無料になります。

■内 容
診察(歯、歯周病、咬合、清掃状況等)、歯周病検査、
歯科指導

■対 象
学齢20～74歳でかかりつけ歯科医がなく、歯科
医を受診していない住民

■実施期間
令和4年6月1日(水)～令和5年2月28日(火)
※歯科健診実施機関に電話で事前予約をしてください。
※通知が届いていない方で受診を希望する方は、受診券と案
内を送りますのでご連絡ください。

	上伊那方式	南箕輪村方式
実施機関	上伊那歯科医師会 協力歯科医院	村内(倉田歯科医院・やなぎざわ歯科 クリニック・みらい歯科クリニック)
対象者	41、51、61、71歳、妊婦 (歯科治療中は除く)	20～74歳の住民(歯科治療中を除く)
自己負担額(円)	無料 (基本項目以外は自費)	500円、生活保護を受けている方は無料



お知らせ



令和4年度人権講演会

■演題

子どもが社会で生きていく力を身につけるために、子どもの生きる力を育む大人の接し方（予定）

■講師

辰野町教育委員会 学校支援主事 岡田 誠さん

■日時

6月19日（日）午前10時～11時30分

■場所

村民センター 大会議室

■定員

50名（感染症対策による収容人数）

■申込方法

教育委員会事務局窓口もしくは電話でお申し込みください。

■オンライン配信

当日はオンライン配信を行います。

下記の二次元コードから視聴してください。



◎問い合わせ 村教育委員会事務局 社会教育係 ☎（76）7007

転作田現地確認について

転作田現地確認を次の日程で行います。

なお、現地確認はタブレットを使用した現地確認システムを用いて行いますので、立札の設置は必要ありません。

■日程 6月1日（水）～14日（火）

◎問い合わせ 産業課 農政係

☎（72）2180

ペットを飼う方へ

6月は動物の正しい飼い方普及月間です。

動物の習性を正しく理解し、最後まで責任を持つて飼いましょう。

また周りに危害や迷惑をかけないように注意してください。

犬の散歩の際のフンを片づけず、そのままにしている例が見受けられます。

生活環境の保全・美化に心がけ、散歩の際は、袋を携帯しフンを片づけましょう。

次のルールをきちんと守りましょう。

(1) ペットが逃げないように定期的に首輪・鎖などの点検をする。

1階2DK1戸

■募集期間

6月6日（月）～24日（金）

午前8時30分～午後5時15分

（土日・祝日を除く）

■入居資格

（次のすべての条件を満たす方）

(1) 同居する親族がいる方

(2) 入居者全員の所得から所得控除額を引いた月収が15万8000円以下の方（高齢者・子育て・障がい者世帯等は月収が21万4000円以下の方）

(3) 住宅に困窮していることが明らかな方

(4) 他の公営住宅に入居していない方

(5) 村税・水道料金等に滞納がない方

(6) 南箕輪村に住民登録が出来る方

(7) 暴力団員でない方

※生活状況等により緩和要件もあります。

入居希望者多数の場合は抽選で決定します。抽選日は7月上旬を予定しています。

申込方法ほか詳細については村ウェアサイトをご覧いただくか、内容資料を建設水道課のカウンターに用意します。

不明な点はお問い合わせください。

◎問い合わせ 建設水道課

建設管理係 ☎（72）2325

(2) 飼い主が分かるよう首輪や脚輪などに名札をつける。（犬の場合は鑑札等）

(3) 野良猫を増やさないように、むやみに餌を与えない。（餌を与えるようなら、責任を持つて自分で飼育する、避妊手術をする等。）

◎問い合わせ 住民環境課 生活環境係

☎（72）2106

にっこ広場（園開放）を開催します

■対象者

保育園入園前の親子

■会場

村内保育園5園

■日時

7月4日（月）、8月22日（月）

午前9時30分～10時30分

※内容については、各保育園へお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症対策等により、急きょ中止となった場合は、メール配信にてお知らせします。

◎問い合わせ 子育て支援課

子育て支援係 ☎（98）8310

大芝高原自然観察会を開催

専門家の案内付きで大芝高原の自然を観察します。

■日程 6月5日（日） 雨天決行

■時間

受付…午前8時40分～

観察…午前9時～11時

■集合場所

大芝高原「みんなの森」かたらい亭前

■参加費

無料

※事前申し込み不要です。当日直接お越しください。

◎問い合わせ 村教育委員会事務局 社会教育係 ☎（76）7007

募集



墓地公園使用者募集

■募集区画

・南部上段墓地公園

4区画

・南部墓地公園

4区画

・泉の森墓地公園

1区画

・中央墓地公園

1区画



景観法施行日にちなみ

6月1日は景観の日です！

村では景観づくりの大切さを共有し、心を癒し、豊かにする美しい景観づくりが進められるように平成27年に南箕輪村景観計画を策定しました。

また、長野県屋外広告物条例が改正され、6月1日から広域農道沿いで看板などを出す場合、許可が必要になります。

南箕輪村景観計画	長野県屋外広告物条例（許可地域）
一定規模以上の行為は 事前届出の対象です	屋外広告物の掲出は 規模により許可申請対象です
たとえば… 住宅の新築・増築、車庫や物置の 設置、外壁を塗り替える	たとえば… 店舗に看板を掲出している、 野立て看板を立てる、看板を更新する

建物や屋外広告物の設置・更新時は、届出、許可申請が必要になる場合がありますので、事前にご相談ください。
基準に適合した施工で村の豊かな景観を保全・形成していきましょう。

◎問い合わせ 建設水道課 建設工事係 ☎（72）2325

■料金

永代使用料 24万円

墓地管理料 1年につき8000円

■対象者

村に本籍を有する方または住民登録している方で、現在ほかの村墓地公園の永代使用权をお持ちでない方

■募集期間

6月1日（水）～22日（水）

午前8時30分～午後5時15分
（土日祝日を除く）

■抽選

6月29日（水）午後2時～
役場2階 第2会議室で行います。

■応募方法

各自で現地を確認の上、生活環境係窓口または電話でお申し込みください。（現地の地図などは住民環境課にあります。）

■注意事項

・応募者が複数の場合は抽選とします。
・永代使用料は、一括納入が原則です。
・分納も可能ですが、年度内に納入していただく必要があります。

・墓石はたて、よこ1.2m以内、高さ1m以内。植栽については、高さ0.6m以内で、樹種の制限があります。

◎問い合わせ 住民環境課 生活環境係 ☎（72）2106

村営住宅入居者募集

■対象物件

南箕輪村4763番地1

コロナ感染を
気にせずに
受けられる！

げんきあっぷ通信講座 参加者募集

新型コロナウイルス感染症が心配される状況でも運動量が保たれるよう、郵送で個々の体操の取り組みを支援する「げんきあっぷ通信講座」の新規参加者を募集します。

- 対象者** おおむね65歳以上の方
- 内 容** 自宅にて郵送によるトレーニングの個別指導(月ごとに新しい体操メニューを提案)、1か月間の取組結果を提出するとインストラクターからのアドバイスと応援メッセージが届きます。
- 申 込** 随時受け付けていますので、村社会福祉協議会へご連絡ください。なお、現在利用している方は申込不要です。
※まっくん健康ポイントの対象事業です。

利用料
無料



問い合わせ 村地域包括支援センター ☎(72)2105 村社会福祉協議会 ☎(76)8786

「大芝高原将来ビジョン(案)」に関するパブリックコメント実施

大芝高原は、昭和40年代にスポーツ公園として開発が始まって以来、村のシンボルとして発展してきました。一方で、施設の老朽化、アカマツの松枯れの増加などの課題を抱え、転換期を迎えています。このような状況を踏まえ、村では、大芝高原の今後の在り方を示す「大芝高原将来ビジョン(案)」の策定に取り組んでいます。広くご意見を募集するため、パブリックコメントを実施します。

■募集期間

6月6日(月)まで

■資料の閲覧場所

- (1)ふれあい交流センター「大芝の湯」
- (2)役場 地域づくり推進課
- (3)村ウェブサイトに

■意見を提出できる人

- (1)村内に在住、在勤、在学する人
- (2)村内に事務所を有する方または事業を営む個人および法人その他の団体

■提出方法・提出先

次の事項を明記のうえ、書面(様式自由)にて直接持参もしくは郵送・ファクス・電子メールで提出してください。①氏名(団体の場合は団体名と代表者名)②住所③連絡先(電話番号)

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(業務) 名	落札金額	落札業者
4/14	松枯損木等処理業務(特殊伐採)	不落	
	松枯損木等処理業務(普通伐採)	17千円/m ³	(株)薪一
	令和3年度繰越 南箕輪村小学校南校舎2階トイレ改修工事	1,595	入戸建設工業(株)
	令和3年度繰越 南箕輪村小学校給食センター建設用地造成工事	3,025	(株)堀建設
	南部小学校雨水排水対策工事	3,652	原建設(株)
	南部小学校給食室空調設備改修工事	726	(株)堀建設
	南部小学校給食消毒保管機購入	118	(有)一誠商事
	村内道路舗装修繕業務(村内北部)	88千円/t	(株)宮坂組
	村内道路舗装修繕業務(村内南部)	88千円/t	(有)有賀建設
	村道10号線路線測量業務	212	(株)北測
	田畑5号グラインダーポンプ設置工事	638	南信環境管理センター(株)
	南箕輪浄化センター水質汚泥試験業務	92	(一財)中部公衆医学研究所
	南箕輪村小中学校ICT端末充電保管庫購入	94	(株)マルマツ

単位:万円。万円未満切り捨て、税込。

号)④意見のある項目とその内容
■その他
いただいたご意見は、整理集約したうえで、村の考え方を付して、村ウェブサイトで公表する予定です。個別の回答はしませんのでご了承ください。公表の際は、提出された意見以外の個人情報公表は公表しません。
◎問い合わせ 地域づくり推進課 特命担当室 ☎090(4629)2667
ファクス(76)2714

令和4年度 自衛官等募集

Facebook

Twitter

防衛大学校・防衛医科大学校も募集しています

自衛官募集ウェブサイト

QRコード

自衛官募集ウェブサイト

種 目	採用人員	資 格	受付期間 (締切日必着)	試験期日	合格発表	入隊時期 (入校時期)	待遇・その他
一般曹候補生	参考(令和3年度) 陸 約4,000名 (うち女子約500名) 海 約1,500名 (うち女子約250名) 空 約850名 (男女の区分なし。)	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)	①3月1日～5月10日 ②7月1日～9月5日	①1次 5月20日～29日 2次 6月17日～7月3日 ②1次 9月15日～18日 2次 10月8日～23日 ※いずれか1日を指定されます	①1次6月10日 最終 7月22日 ②1次 10月 3日 最終11月15日	令和5年3月下旬～4月上旬	入隊後2年9か月経過以降降選考により3等陸・空・海・空曹
自衛官候補生	参考(令和3年度) 男子 陸 約 3,054名 海 約 646名 空 約 1,450名 女子 陸 約 750名 海 約 110名 空 約 150名	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない者)	※1	※上記の他に設定する場合があります	※1	令和5年3月下旬～4月上旬	所要の教育を経て、3か月後に2等陸・海・空士に任用 陸上(技術系を除く)は1年9か月、陸上(技術系)・海上・航空は2年9か月を1任期として任用(以降2年を1任期)
航空学生	参考(令和3年度) 海 約74名 (女子若干名) 空 約72名 (男女の区分なし)	海:18歳以上23歳未満の者(高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)) 空:18歳以上21歳未満の者(高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含))	7月1日～9月8日	1次 9月19日 2次 10月15日～20日 3次 (海)11月18日～12月14日 (空)11月12日～12月15日	1次 10月7日 2次 (海)11月9日 (空)11月4日 最終:令和5年1月17日	令和5年3月下旬～4月上旬	入隊後約6年で3等海・空尉



お誕生おめでとう

3月25日 南 殿
向山 和愛ちゃん(圭介さん・聖理香さん)

3月28日 南 原
金 来仁ちゃん(金基平さん・韓沙希さん)

3月31日 北 原
白鳥 叶芽ちゃん(佑弥さん・榛華さん)

4月11日 沢 尻
宮坂 日向ちゃん(大樹さん・悠子さん)

4月14日 南 原
伯耆原 こはくちゃん・桂さん・かなえさん

高校生以下の医療機関での窓口負担が無料になります

8月診療分から

※保険診療分に限り。新しい受給者証は7月下旬に対象世帯に郵送します。

◎問い合わせ 住民環境課 住民係 ☎(72)2106

かなしみ(死亡)

ご冥福をお祈りします

3月28日 南 殿 有賀 喜代志さん(98歳)

3月29日 北 殿 鈴木 武雄さん(84歳)

3月31日 大 芝 宇治 光江さん(95歳)

4月1日 大 芝 倉田 たか子さん(94歳)

4月1日 田 畑 田部 淑子さん(89歳)

4月3日 南 殿 漆戸 智治さん(91歳)

4月9日 塩 井 征矢 勝太郎さん(83歳)

4月11日 大 泉 清水 澄男さん(81歳)

4月12日 大 芝 澤田 さわだ つたゑさん(89歳)

4月12日 北 殿 大石 おおいし 一男さん(77歳)

4月19日 大 芝 武村 たけむら かすみさん(95歳)

人口 1万5857人(-7)

男性 7895人(+2)

女性 7962人(-9)

世帯数 6555世帯

※1※2 につきましては自衛官募集ウェブサイト等でご確認ください。 ◎問い合わせ 自衛隊長野地方協力本部 伊那地域事務所 ☎0265(73)4860



4SEASONFES SAKURA 4/8(金)~4/24(日) みなみみの桜フェスが開催されました。

4/9・10 森と芝のマルシェ
16・17

地元のキッチンカー、手作り雑貨、
整体などが出店していました。



4/16 ミニロゲイニング
開催

地図をもとに、チェックポイントを
回り見本と同じ写真を撮影して得点
を集めるゲームが開催されました。



4/23 デイキャンプ
フェス

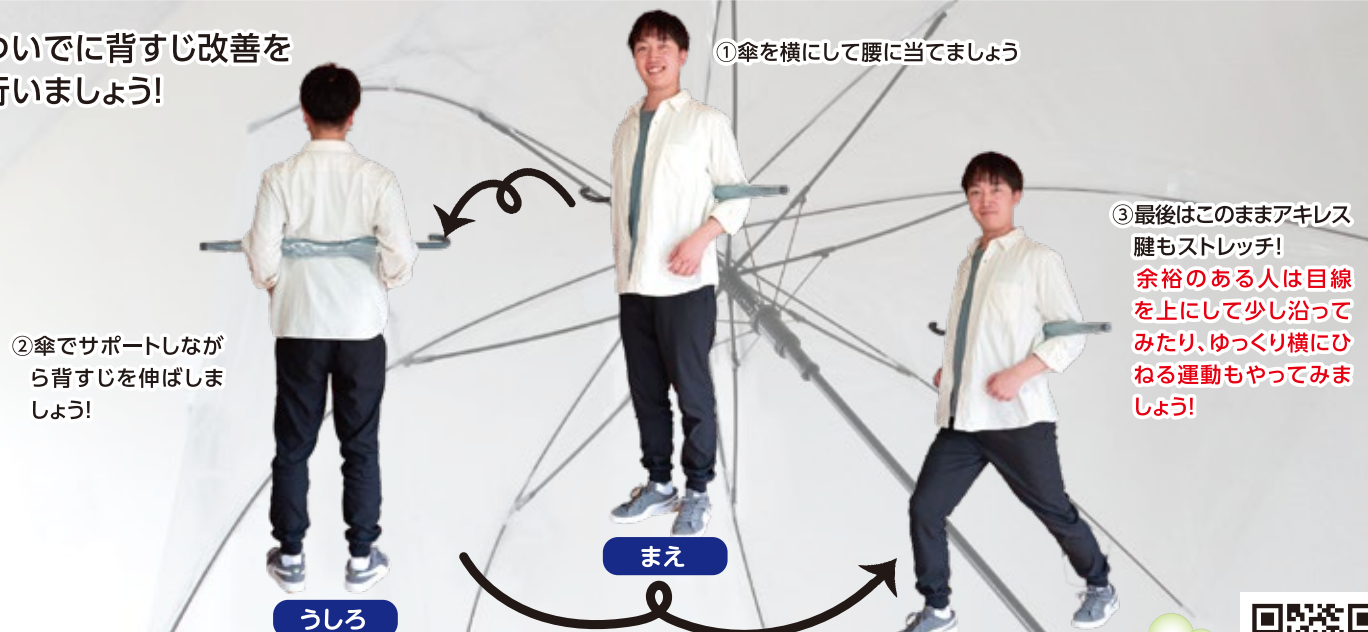
大泉川キャンプファイヤー場にて
キャンプランチ、ライブ、癒し体験、
展示販売会などが開催されました。



地域おこし協力隊 龍森 優です
Running Man

今月は傘を使ったストレッチです!

ついでに背すじ改善を
行いましょう!



※無理やり力は加えずにゆっくりと行いましょう。また、傘を横にするので物や人
に当たらないように気をつけてください。あ、外で行う場合、雨が降っていたら
ちゃんと傘をさしてくださいね。笑

動画でも見られます はこちらから
あおとゆうちゃんねる



協力隊の素顔が



いいね!

Facebook
地域おこし協力隊
ページはこちらから▶



埼玉県上尾市出身で沢尻に在住
1月4日から産業課で観光分野における新企画の立案と情報発信
を担当
趣味は オープンカー(愛車:マツダロードスター)でドライブ、ロ
ードバイクでサイクリング、野球
村を選んだ理由は
南アルプスと中央アルプスに囲まれた景観に感動したから。



地域おこし協力隊
なるき
おかむら

岡村 成樹

今は!

インターネットラジオ
「Mラジっ!!」の企画・
収録・編集・配信。(毎週
土曜更新)&観光協会の
主催するイベントのサ
ポートしています。



なぜラジオなの?

雑誌やインターネットなどの情報が多く、
作業中のBGMや通勤中にも聴けるラジ
オ的なものがあれば。忙しい日々の中
で、リスナーの方々に「ほっ」と一息つけ
る時間を提供したいと考えたから。

大芝高原で公開ラジオを行った時、マイクが
野球場のマイクと周波数が同じだったらしく、
音声のリトルリーグの試合に流れてしまいま
した。

Mラジっ!!

各回のタイトルとエピソード

- | | |
|------------------------------|----------------------------------|
| EP.1 自己紹介&経歴。地方移住の理由とは? | EP.6 ゲストとゆる〜く喋る回(後編) |
| EP.2 長野県&南箕輪村を移住地として選んだ理由とは? | ゲスト:「あおとゆう」 |
| (特別編①)「南箕輪まるごと!フェア」アリオ上田で | EP.7 南箕輪村でプチ移住体験!? |
| 商品紹介 | 〜「BESS」のお試し住宅を大解明SP〜 |
| EP.3 地域おこし協力隊について&地方移住に | EP.8 歩いて、撮って、得点ゲット。春だ!桜だ!ミニロゲだー! |
| 関する情報収集の方法 | EP.9 地元の人は気づいてない?ここがすごいぞ!南箕輪 |
| EP.4 これだけは注意!地方での生活 | EP.10 聴けば英語がペラペラに!?ほなみ流、英語学習 |
| 〜長野県南箕輪村に3か月暮らしてみて〜 | メソッドに迫る! |
| EP.5 ゲストとゆる〜く喋る回(前編) | EP.11 公務員を辞め、南箕輪村へ!〜内田元也の魅力に迫る〜 |
| ゲスト:「あおとゆう」 | EP.12 エピソード配信10回突破記念 |
| | 〜「Mラジっ!!」のこれからを語る〜 |

\\ 今後の活動は //

村民の方をゲストに「Mラジっ!!」で盛り上げ村をアピールしたい。
村の地域資源を活かしたプロジェクト実施やイベントのMC挑戦など。

ラジオの
視聴は
こちらから



6月2022JUNE

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	

「広報330」（有線放送）

6月9日（木）
6時40分～、20時45分～（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

6月30日（木）です

村県民税
国民健康保険税
介護保険料
保育料
上下水道料金

6月議会
（第2回定例会）の予定

会期:5月31日（火）～6月13日（月）

5月31日（火） 開会、議案の審議
6月 9日（木） 一般質問
6月10日（金） 一般質問
6月13日（月） 議案の採決、閉会

議会はどなたでも傍聴することができます。
みなさんの生活に直結した重要な問題が審議さ
れている村議会を傍聴してみませんか。

休日当番医

日	医院名	所在地	電話番号
5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
	ゆりの木クリニック(眼)	南箕輪村	74-2128
12日(日)	木村内科医院(内)	伊那市荒井	72-3915
	厚生連 みすず診療所(内)	伊那市美篁	71-5556
	伊北クリニック(整)	箕輪町	70-6633
19日(日)	田畑内科医院(内)	伊那市中央	78-6668
	新井耳鼻咽喉科医院(耳)	伊那市上牧	77-0033
26日(日)	神山内科医院(内)	伊那市西町	78-5151
	下島医院(内)	伊那市中央	72-2204
	長田内科循環器科医院(内循小)	南箕輪村	72-4043

※都合により当番機関が変更となることがあります。上伊那医師会事務所（☎72-2856）へご確認ください。
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	信大宿舎 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	1日・15日	7日・21日	1日・15日	8日・22日	14日・28日
古紙類・再生可能衣類	6日		13日		20日
廃食用油	6日・20日				

🏠 大芝公園各施設休業日 ※休業については各施設へお問い合わせください。

大芝荘 ☎76-0048 大芝の湯 ☎76-2614

🏠 休業中

🔥 2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)

味工房 ☎76-0054

🍷 2日(木)、16日(木)、30日(木)

新型コロナウイルス感染症の影響により、イベント等の内容が変更になる場合があります。
イベントの実施状況については、直前に村ウェブサイトでご確認いただくか、担当係にお問い合わせいただくようお願いします。

😊 催し等

名称	日時	場所	問い合わせ
大芝高原自然観察会	5日(日) 9:00～11:00	大芝高原「みんなの森」かたらい亭	教育委員会事務局……………☎76-7007
中学生向け英会話（事前予約）	8日(水) 16:00～17:00	村民センター2階 学習室	地域振興係……………☎98-6640
大人向け英会話（事前予約）	11日(土)、14日(火)、21日(火) 11:00～12:00	村民センター2階 学習室	地域振興係……………☎98-6640
人権講演会（子育て支援に関する講座）	19日(日) 10:00～11:30	村民センター2階 大会議室	教育委員会事務局……………☎76-7007
英検二次試験対策（事前予約）	25日(土) 9:00～12:00	オンライン ZOOMで	地域振興係……………☎98-6640
RIDE ON TIME in 大芝ボランティア作業	26日(日) 10:00～16:00	大芝高原ブルー	地域振興係……………☎98-6640
デンマークについてのお話し（事前予約）	26日(日) 11:00～12:30	村民センター2階 学習室	地域振興係……………☎98-6640
話せるポイント英文法クラス（事前予約）	28日(火) 11:00～12:00	村民センター2階 学習室	地域振興係……………☎98-6640

👤 すすくはうす ☎78-7611

イベント名	日時
子育て相談	10日(金)10:00～11:00
	20日(月)10:00～11:00
ベビーマッサージ	7日(火)10:30～11:00
絵本の会	9日(木)10:30～11:00
うたあそび	1日(水)10:30～11:00
おたのしみパネルシアター	14日(火)10:30～11:00
おはなしの広場	21日(火)10:30～11:00
お仕事相談	1日(水)10:00～11:00
	8日(水)10:00～11:00
	15日(水)10:00～11:00
	22日(水)10:00～11:00
	29日(水)10:00～11:00

😊 こども館 ☎98-5110

イベント名	日時	対象
館長さん工作ブーメラン作り（事前予約）	4日(土)10:30～11:30	小学生
ヒップホップダンス講座（事前予約）	11日(土)10:30～11:30	小学生
親子運動あそび（事前予約）	18日(土)10:30～11:00	1歳半～3歳11か月
えいごであそぼ（事前予約）	18日(土)14:00～14:45	小学1年生～3年生
おひさまひろば（事前予約）	16日(木)10:30～11:00	未就園児
グラグラかめさん（事前予約）	25日(土)10:30～11:30	3歳以上の未就学児

📖 村図書館 ☎73-4946

イベント名	日時	対象
小さなおはなしむら	3日(金)、24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	4日(土) 10:30～
村民センター2階 大会議室		

休館日

村図書館…………… 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、30日(木)

南部小図書館…日・月曜日、4日(土)

👤 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)	9日(木)、21日(火) 13:30～、14:30～、15:30～	村保健センター	健康推進係 …………… ☎72-2105
介護保険・後期高齢制度説明会	23日(木) 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）	6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（事前予約）	14日(火) 9:20～11:20（一人20分）	村保健センター	健康推進係 …………… ☎72-2105
ことばの相談（事前予約）	1日(水) 14:45～、15:35～	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		秘書広報係…………… ☎72-2104
行政相談	17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 平治さん … ☎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)	24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	11日(土)10:00～12:00	松寿荘	村社会福祉協議会 …………… ☎76-5522
	26日(日)13:30～15:30		
交通事故相談(事前予約)	2日(木)、 16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)	8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) 9:00～16:00	こども館 相談室2	女性就業支援室 …………… ☎96-8020
人権相談	2日(木) 10:00～15:00	村民センター2階 小会議室	住民係 …………… ☎72-2106

ごみ分別アプリ

配信中!

問い合わせ
住民環境課 生活環境係 ☎(72)2106



アプリ
ダウンロードは
こちらから



Android版



iOS版

使い方



▶ ホーム画面の左上をタップするとメニュー画面が表示されます。



▶ 知りたい情報をタップしてください。

ごみの出し方



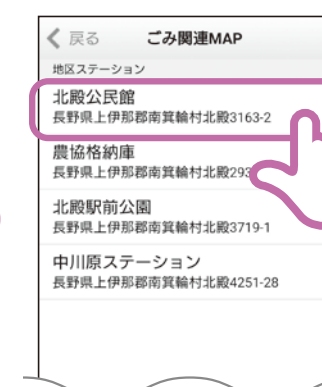
▶ 出し方を知りたいごみの種類をタップすると、主なごみの種類と出し方が表示されます。

ごみ分別辞典



▶ 分別方法を知りたいごみを入力し、タップするとごみの分別が表示されます。

ごみ関連MAP



▶ お住まいの地区を選んで、場所を知りたいごみステーションをタップするとマップ画面が表示されます。



頑固な技術と柔軟な発想

MEG 株式会社 **マシンエンジニアリング**
〒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。

ICT 伊那ケーブルテレビ「ラジオ」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から



http://inamai.com/