

広報



2023
10
No.598

特集

VC長野トライデンツ
シーズン開幕特集



2023-24 スローガン

じんりよく
人力とは

「人（サポートしてくれている方々）のために力を尽くす集団になる」

私たちが今、V1のステージで戦えているのは、練習環境など、多くのサポートをいただいているから。

恩返しができるよう、力を尽くす。

広報
みなみみのわ

2023
10月

●令和5年10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.vll.minaminowa.lg.jp>
e-mail vllm-m@vll.minaminowa.lg.jp

●印刷／アド・コマーシャル(株)

村植樹祭

参加者
募集

上伊那郡市植樹祭と合同で開催する村植樹祭の
参加者を次のとおり募集します。

■日 時 10月25日(水) 10:00～12:00

(受付時間:9:30～)

■集合場所 大芝高原みんなの森 アカマツ小屋前

■作業内容 植樹作業

■持 ち 物 軍手、飲み物、防寒着、雨具(カッパ)、
マスク(必要な方)

■申込締切 10月18日(水)

■申込方法 氏名・住所・電話番号を観光森林課まで
ご連絡ください。

◎問い合わせ 観光森林課 森林デザイン係 ☎(72)2180

[詳細はこちら](#)



日 時 10月21日(土)
10:00～15:00

場 所 道の駅大芝高原
味工房駐車場

村内のとれたて農産物を販売！
詰め放題もありますよ!!

◎問い合わせ 南箕輪村営農センター事務局
(産業課農政係内) ☎(72)2176

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

広報みなみ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・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
☎0120-891085
<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

つなぐ、暮らしと技術を。
つなぐ、今と未来を。

プリント配線板の開発・設計・製造・販売

SHINKO 住友金属鉱山グループ
株式会社 伸光製作所

長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪12238

お知らせ

9月から味工房の定休日が水曜日に変更となりました。

10/31まで **グルメスタンプラリー**
上伊那15店舗で展開中

2店舗めぐると、もれなくその場で
オリジナル缶バッジをプレゼント!

もう1店舗めぐると、合計20名様に
オリジナルトートバックまたはサブリ
が当たる抽選に応募できる!

炭ジェラート
炭キャビア
炭きそぼ
炭ソーセージ
炭豆プリン

大芝高原
各施設でも
提供しています

お問い合わせ 道の駅大芝高原 **味工房** ☎0265-76-0054

4年ぶり復活! 上伊那のプリンの祭典!!
第3回伊那谷プリンフェス

10月28日(土) 第一部10:00～
第二部13:00～
味工房 特設売り場 ※雨天決行

上伊那の美味しいプリンが
大芝高原に集結!
各店舗のプリン詰め合わせ
セットも予約販売予定!

最新情報は
インスタ
グラムを
チェック!

前回の参加店舗写真です。

大芝の場 ☎0265-76-2614

VC長野 トライデント 選手紹介

#4
なかの りゅう
中野 竜
ポジション:アウトサイドヒッター
所属企業:南箕輪村役場
出身地:埼玉県
身長:180cm
ニックネーム:りゅう
趣味:料理・ゲーム
チャームポイント:モデル体型

#5
しもかわ りょう
下川 諒
ポジション:セッター
所属企業:日本濾過器株式会社
出身地:鹿児島県
身長:178cm
ニックネーム:りょう
趣味:宅飲み
チャームポイント:目

New
#9
ふじわら しょうた
藤原 奨太
ポジション:アウトサイドヒッター
所属企業:TPR株式会社
出身地:北海道
身長:190cm
ニックネーム:しょうた
趣味:キャンプ
チャームポイント:なし

#12
そなえ かずま
備 一真
ポジション:リベロ
所属企業:プロ契約
出身地:鹿児島県
身長:168cm
ニックネーム:かずま
趣味:バスボール集め
チャームポイント:目

#15
はざま たいへい
波佐間 泰平
ポジション:ミドルブロッカー
所属企業:タカノ株式会社
出身地:石川県
身長:183cm/
ニックネーム:たいへい
趣味:映画鑑賞・運動全般
チャームポイント:上腕二頭筋

#17
なかむら けいと
中村 啓人
ポジション:アウトサイドヒッター
所属企業:TPR株式会社
出身地:千葉県
身長:190cm
ニックネーム:ケイト
趣味:ドライブ
チャームポイント:食パンみたいところ

New
#2
おの しょうへい
小野 翔平
ポジション:アウトサイドヒッター
所属企業:アタゴシステム株式会社
出身地:岡山県
身長:187cm
ニックネーム:チャーリー
趣味:音楽を聴く・散歩
チャームポイント:笑顔

New
#6
しゅう ちおんちおん
修 成城
ポジション:オポジット
所属企業:プロ契約
出身地:山東省(中国)
身長:203cm
ニックネーム:シュウ
趣味:ゲーム
チャームポイント:笑顔

#13
つばき めぐる
椿 芽久
ポジション:セッター
所属企業:株式会社ベネフィット
出身地:東京都
身長:186cm
ニックネーム:めぐ
趣味:映画
チャームポイント:目

New
#22
いとやま たいが
糸山 大賀
ポジション:セッター
所属企業:伸和コントロールズ株式会社
出身地:佐賀県
身長:185cm
ニックネーム:たいが
趣味:人間観察
チャームポイント:くせ毛

#3
いけだ そうた
池田 颯太
ポジション:アウトサイドヒッター/オポジット
所属企業:KOA株式会社
出身地:石川県
身長:190cm
ニックネーム:そうた
趣味:乃木坂46
チャームポイント:モデル体型

New
#7
ことう ひろき
古藤 宏規
ポジション:リベロ
所属企業:日本濾過器株式会社
出身地:大阪府
身長:170cm
ニックネーム:ひろき/ことう
趣味:ドライブ
チャームポイント:ほっぺた

#14
やめき りょうま
矢貫 龍馬
ポジション:ミドルブロッカー
所属企業:KOA株式会社
出身地:沖縄県
身長:190cm
ニックネーム:ヤーヌー
趣味:映画
チャームポイント:髪の毛

#96
グロッテ
ポジション:球拾い
所属企業:株式会社VC長野クリエイティブスポーツ
出身地:遠くのお山の奥の方
身長:毎日伸びてるからわからないや
ニックネーム:グロッテ
趣味:しっぽのお手入れ・SNS更新
チャームポイント:毛並み

各ポジションを簡単に説明します

★アウトサイドヒッター
主に左右両サイドからスパイクを打つ選手のことです。レセプション(サーブレシーブ)やディグ(アタックを受けるプレー)も行います。

★ミドルブロッカー
相手からのスパイクに対して手をかざし壁となり「ブロック」で防御するポジションです。ブロックやクイック攻撃が主な役割です。

★セッター
スパイカーが打ちやすいボールをセット(置く・据え付ける)する役割を担っています。試合を司る「司令塔」としてとても重要なポジションと言われています。

★オポジット
スパイクを専門とし「スーパーエース」ともいわれるポジションです。

★リベロ
後衛でレシーブのみを行う、守備に特化したポジションです。

特集

監督挨拶

平素より VC長野トライデントに温かいご支援・ご声援を賜りまして、誠に有難うございます。

応援してくださる皆様のおかげで、発足から10年以上が経った今、私たち VC長野トライデントは、引き続き日本バレーボール最高峰の V1リーグで戦うことができいております。

今後は、Vリーグ、天皇杯、黒鷲旗における上位常連チームを目指し、**※個々の能力主義から脱却した** 総合力の発揮ができるチーム作りを図っていきます。

「トライデント」の意味に込められた「チーム」「パートナー」「地域」、3つの力を合わせ「夢」を叶える。この意味を忘れることなく、競技力の向上に留まらない VC長野トライデントならではの独自性を活かしたチーム作りを行っていきたく思っております。

特に、VC長野トライデントの強みであるファンとチームの一体感の更なる醸成、地域社会貢献を通じた地域の皆様から愛されるチーム運営、そして、セカンドキャリアを**※見据えた人材育成**の体制構築には、一層力を入れていきたいと考えております。

温かいご支援・ご声援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

※ 個々の能力主義から脱却した総合力についてとは？

個々の能力は決して低くないですが現時点で他チームと比較すると、やはり個々の能力では負けてしまいます。私たちが勝つためには、チームの総合力が必要になります。

チームとしての決まりごとの徹底や、チーム全体での守備・攻撃の徹底、各選手の役割の徹底をすることによりチームの総合力向上に繋がると考えます。

※ 人材育成の考え方

私の考える人材育成は、当たり前のことを当たり前に行える選手に育てるということです。

人間性 例えば、挨拶や目の前に落ちているゴミを当たり前で拾うなど当たり前の事をしっかりやる事を徹底しています。

バレーボール 「声」はもちろんの事、全力でボールを追い掛ける、最後まで決して諦めない等、何事にも全力でプレーする事の徹底です。また、新たなスキル習得のために、考え方や気付きの助言を心掛けています。

答えを教えるのではなく、選手自身が気付けるようサポートすることで、より選手自身考えてプレーすることができると考えます。

VC長野トライデント 監督
川村 慎二

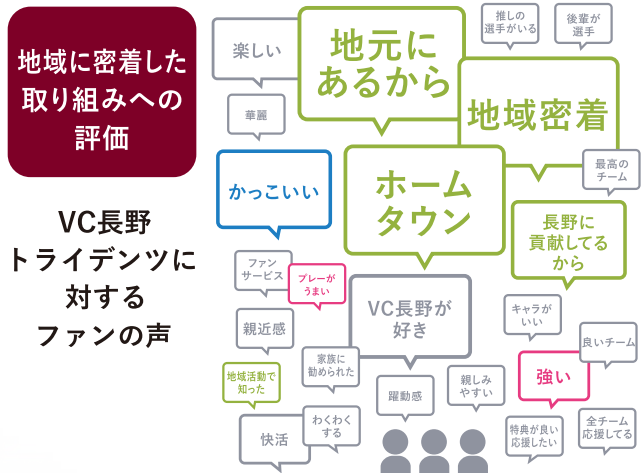
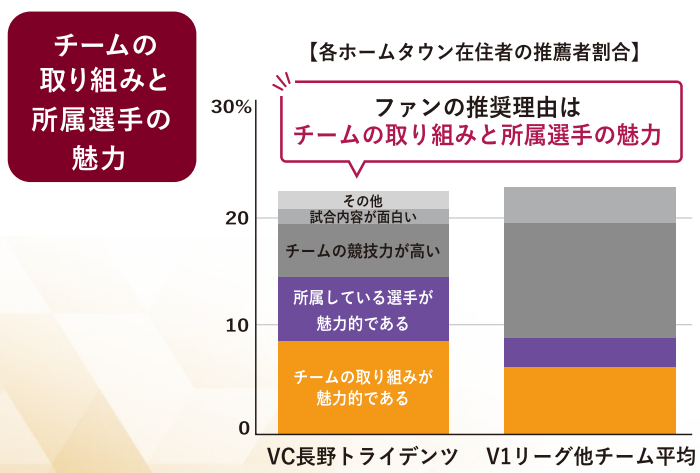
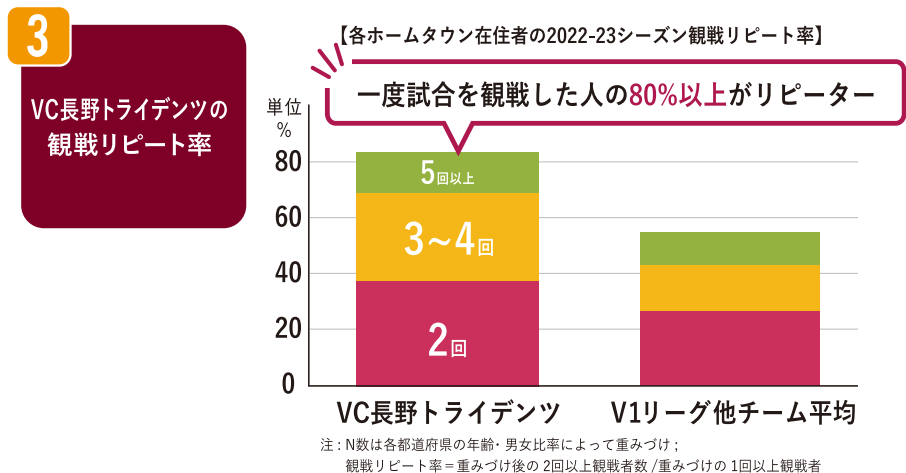
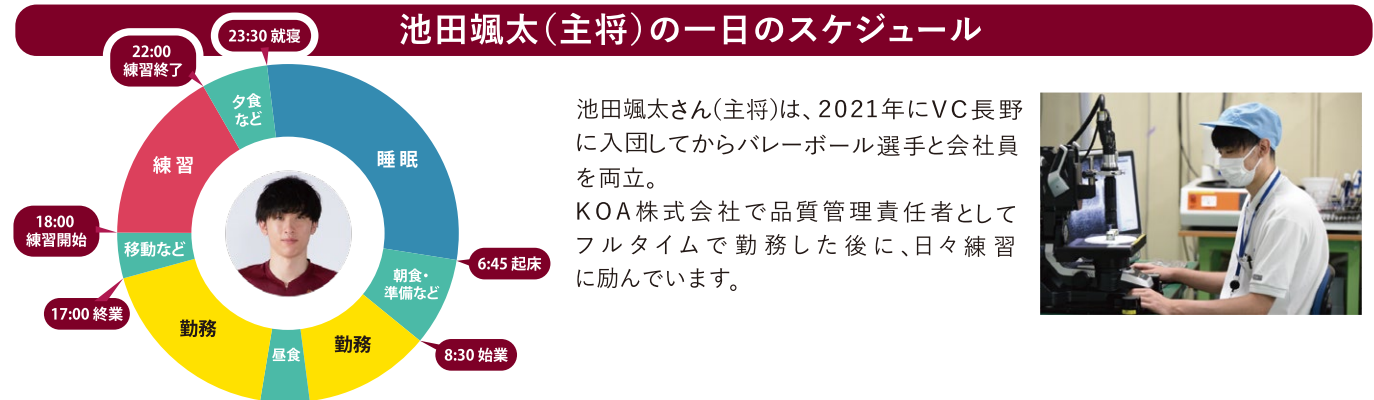
V C長野トライデント シーズン開幕

経歴

2001年、松下電器(現パナソニック)に入社した後、13年間パナソニックバンスーズの選手として活躍。

現役引退後は、同チームにて 6年間監督を務め、Vプレミアリーグに所属するチームを優勝 2回・準優勝 2回に導く。

2022-2023シーズンより V C長野トライデントの監督に就任。



リーグに関するサーベイ (回答者数 : 北海道 : 9,800 東京都 : 9,873 長野県 : 4,023 静岡県 : 7,735 愛知県 : 11,595 大阪府 : 10,776 広島県 : 6,961); Vリーグに関するフォローアップサーベイ (N = 1,116)

ホームゲーム開幕戦 ホームタウン無料招待

10月21(土)22(日)に松本市総合体育館で開催するホームゲーム開幕戦にホームタウン(南箕輪村、松本市、高森町)の方を無料で招待します。

■募集期間: ~10/18(水)
■観覧席: 2F自由席B、2F自由席C

申し込みはこちら

日程	試合開始	対戦相手
10月21日(土)	14:00	vs 堺ブレイザーズ
10月22日(日)	13:00	vs 堺ブレイザーズ

※2F自由席B、2F自由席C

■引き換え方法
・当日観客入場口のホームタウン招待券引き換えブースにて引き換え
※身分証明書をお持ちください。

問い合わせ先はVC長野トライデンツ事務局 (0265-98-6812)

ホームゲーム 応援ツアーin千曲市

千曲市ことぶきアリーナで行われるホームゲームにバスで行く応援イベントを2日間開催します。

■募集人数: 各回40名
■募集期間: ~11/6(月)
■応募者多数の場合は抽選(村民優先)
■観覧席: 2F自由席エリア 予定

観戦チケット付き応援イベント(申請者1名につき2名まで申込み可)

日程	試合開始	対戦相手
11月18日(土)	14:00	vs 東京グレートベアーズ
11月19日(日)	13:00	vs 東京グレートベアーズ

■申し込み方法
ながの電子申請または地域づくり推進課へ
☎(98)6640平日8:30~17:00

参加料無料

詳細は村ウェブサイトからご覧ください!



VC長野トライデンツの特徴を紹介します

クラブの3つの特徴

- 1 長野県が抱える社会課題の解決に取り組む南信唯一のプロスポーツクラブ
- 2 選手と会社員を両立し、バレーボール事業の独立採算を目指すクラブ
- 3 地域に密着したチーム・選手を応援するコアなファンを持つクラブ

長野県が抱える「仕事」「健康」「教育」「防災」等の社会課題に協賛者と「スポーツの力」を駆使して取り組む、南信唯一のプロスポーツクラブです。

選手の人生を尊重し、選手としての成功と社会人としての成長を協賛者とともに実現しています。

協賛者とともに試合を盛り上げ地域に密着した取り組みを行うことで、ファンの方々と強い一体感を得ているクラブです。

活動内容の一部

村のげんきあっぷクラブの運動教室 村南部保育園スポーツ教室 高森中学「しごと☆未来フェア」 岡谷市立保育園でのクリスマスイベント

池田颯太(主将)へのインタビュー

数あるチームの中でVC長野トライデンツを選んだ理由は何ですか?

元々長野県内の高校に通っていて、高校生の頃から VC長野トライデンツのことを知っていました。大学進学にあたって上京し、就職を考えた際、学生時代にお世話になった長野という地に貢献したいという想いと、決して長くはない選手生命の引退後にも働き続けられるキャリアの魅力を感じて、VC長野トライデンツを選択しました。

バレーボールと会社員を両立するにあたって、難しさ・やりがい、それぞれを教えてください

まず私たちの多くは選手と会社員を両立させているため、練習時間の確保は他のチームほどできないかもしれません。仕事では肩こりなど、選手活動とは異なる疲労もあります。また、練習が18時過ぎに始まり22時ごろに終わる関係でなかなかご飯を食べられないなど、特に一年目は会社員と選手を両立させる生活への慣れに苦労しました。

一方で、ファンの皆様から会社員と選手の両方を応援されたり、会社で働くからこそ得られる人とのつながりを作れたりする時には、やりがいを感じ、もっと頑張らなきゃいけないという気持ちになります。



10月の乳幼児健診・相談

※対象者へは通知をお送りしています。

3か月児健診	17日(火)	1歳児相談	18日(水)
7か月児相談	25日(水)	1歳6か月児健診	20日(金)
10か月児健診	5日(木)	3歳児健診	3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

つらいことや心配ごとを一人で悩んでいませんか？
公認心理師が相談に応じます。

日時 10月12日(木)、10月24日(火)
時間はいずれも13:00～、14:00～、15:00～

場所 村保健センター
※事前に健康福祉課へ申し込みください。

第2次結核検診のお知らせ

- 対象 村内の65歳以上の方(昭和34年4月1日以前に生まれた方)
法律により65歳以上の方の受診が義務付けられています。
- 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. 第1次結核検診(7月24日、25日実施)及び肺がん検診(6月19日～26日実施)を受けた方
 3. 今年度、伊那健康センターで胸部レントゲン撮影を受けた方、または希望している方
 4. 会社、病院、医院等で受ける方
 5. 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)
- 服装 薄手で無地のTシャツまたは肌着のみで撮影をします。刺繍やプリント、飾り等のあるものは画像に写るため着用できません。ブラジャーやカップ付下着、スポーツブラも着用できませんのでご注意ください。
- お願い 感染症対策のため、発熱やせき等のかぜ症状のある方、体調に変化がある方は受診をとりやめてください。また、撮影前の手指消毒、不織布マスクの着用にご協力ください。

■日時 10月19日(木)

時 間	場 所	対象地区
9:00～9:20	西部地区館	大 泉
9:35～9:40	北原公民館	北 原
9:55～10:15	久保コミュニティセンター	久 保
10:25～10:35	中込公民館	中 込
10:45～10:55	塩ノ井公民館	塩ノ井
11:10～11:45	北殿公民館	北 殿
13:30～13:55	田畑公民館	田 畑
14:05～14:25	神子柴公民館	神子柴
14:50～15:10	沢尻コミュニティセンター	沢尻・ 神子柴 15～19組 22組
15:30～15:50	南原コミュニティセンター	南 原
16:10～16:15	大芝公民館	大 芝
16:30～16:50	南殿コミュニティセンター	南 殿

胃・大腸がん検診のお知らせ

- 対象 村内の35歳以上の方
(平成元年4月1日以前に生まれた方)ただし、次の方は除く
- 胃がん検診を受診できない方**
胃の手術(開腹手術、腹腔鏡下手術)や胃の内視鏡治療を受けた方、食道や胃などの消化器に自覚症状のある方、過去にバリウム検査で過敏症(アレルギー症状)があった方、重度の便秘症の方、1年以内に心疾患や脳血管疾患を発症した方、妊娠されている方、妊娠の可能性のある方

大腸がん検診を受診できない方

大腸の病気を治療中の方、出血などの自覚症状のある方、痔の方
※生理中には採便できません。採便する時期に注意してください。

- 受診方法 胃がん検診は、完全予約制で行います。残りの予約枠が少なくなっていますので、受診をご希望の方はお早めに健康福祉課へ電話または有線でお申し込みください。

- 検査方法 胃……検診車の中で発泡剤とバリウムを飲みX線撮影をし、胃壁や粘膜の状態をみる検査です。
大腸……便中の血液の有無を調べる検査です。検査キットに便を2日分採り提出します。

- 受診料金 胃がん検診 1,200円
大腸がん検診 500円
- 次の方は ●節目者 令和5年度中に、41、46、51、56、61歳になる方
無料です ●生活保護世帯

- その他 ・検診を申し込んでない方で受診を希望の方は、検診票と検査キットなどを送りますので、健康福祉課健康推進係まで連絡ください。
・今年度大腸がん検診を受診しない方で、未使用の便容器(今年度発送分)をお持ちの方は、容器の返却に協力をお願いします。
・胃大腸がん検診を受診しない方は、受診券の理由書欄に記入の上、健康福祉課まで提出してください。

それぞれに
15ポイント

■受診日・場所

日	受付時間	場 所
10月16日(月)	7:30～10:30	村保健センター (役場東側)
10月17日(火)		

健康回覧板



15ポイント

健診を受けて健康な毎日を!!

秋の特定健診・循環器健診が始まります

秋の特定健診・循環器健診を次の日程で実施します。春の健診を受診できなかった方は、この機会に受診しましょう。
なお令和5年度にすでに特定健診・循環器健診を受けた方は秋の特定・循環器健診は受診できません。

混雑を避けるため
秋の特定健診・循環器健診は
電話による予約制です。

予約
受付

8:30～

(土日祝日を除く、8:30～17:15)

実 施 日

- 期 日 10月26日(木)～28日(土)の3日間
- 受付時間 8:00、8:15、8:30、8:45、9:00、9:15、9:30、9:45
- 場 所 村民センター ■自己負担額 1,000円
- 対 象 特定健診

●40～74歳の国民健康保険加入者全員
(人間ドック、伊那健康センター、指定医療機関等で健診受診する方を除く)

循環器健診

- 19～39歳で健診受診の機会がない方で希望する方
●後期高齢者医療加入者(生活習慣病で受診中の方を除き、希望する方)

- 健診項目 問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図、眼底検査(40～74歳の方全員と医師が必要だと認めた方)

- 予約方法 健康福祉課へ電話または有線でお申し込みください。
電話:72-2105
有線:75-2910

特定健診・循環器健診と一緒に受診できる検診もあります。

特定健診・循環器健診の方と交互にご案内致します。時間に余裕をもってお越しください。

ウイルス肝炎検査

検査方法は血液検査です。
10月26日(木)～28日(土)の3日間の8:15～10:00の間に実施します。

ウイルス肝炎検査のみを受診希望の場合予約は不要です。
混雑を避けるため地区ごと日時を指定して実施します。
希望された方には通知を送りますので、指定の日時をご確認ください。

- 対象者 40歳以上(昭和59年4月1日以前に生まれた方)で肝炎検査を受けたことのない方で、希望する方。

■自己負担額 無料

前立腺がん検診

検査方法は血液検査です。
10月26日(木)～28日(土)の3日間の8:15～10:00の間に実施します。

前立腺がん検診のみを受診希望の場合予約は不要です。
混雑を避けるため地区ごと日時を指定して実施します。
希望された方には通知を送りますので、指定の日時をご確認ください。

- 対象者 50歳以上(昭和49年4月1日以前に生まれた方)の男性で、希望する方。

■自己負担額 600円

※生活保護世帯の方で受診を希望する方は、事前に健康推進係までお申し込みください。受診券を発行します。
※新規で申込みをしたい場合、令和5年5月に送付した受診券等を紛失した場合は健康福祉課 健康推進係までご連絡ください。☎(72)2105

※特定健診・循環器健診、ウイルス肝炎検査、前立腺がん検診は受診券がないと受診できません。

3ポイント

水の中では浮力が働くので、負担が軽くなります。
 じかじ多くのエネルギーを消費できます。



ゆったり水中教室「女性コースⅡ」

参加者募集

膝・腰が軽くなるよね！
 気持ちいいよね！
 リラックスできる！
 食欲出ちゃって！！

ゆったり水中教室の女性コースⅡを開講します。

対象者 65歳以上の女性(水中運動の経験は問いません。)

定員 15人

内容 全10回 健康運動指導士による水中運動の指導(8回)、
 室内での運動(1回)体力測定(1回)

日程 11月1日から1月10日までの水曜日(1月3日を除く)

時間 10:15～11:45

場所 ふれあいプラザ(大芝の湯に併設の水中運動施設)

参加費 参加費は無料ですが、「大芝の湯」入場料がかかります。

申込方法 10月20日(金)までに健康福祉課まで電話またはファクスでお申し込みください。ながの電子申請からも申し込みできます。後日、詳しい通知を郵送します。なお、定員に達し次第締め切らせていただきます。

※男性コースⅡは1月から3月にかけて行う予定です。



女性コースの様子

◎申し込み・問い合わせ
 健康福祉課 介護支援係
 ☎(72)2105
 ファクス (73)9799

申込はこちら



3ポイント

働く世代の
 女性の方へ



日ごろの疲れに体を動かしてリフレッシュ！！

運動教室

体を動かしてリフレッシュしませんか？

日ごろの運動不足や仕事・子育てによる疲れを体を動かして心身ともに健康な体を作っていきましょう。

運動不足や

仕事疲れに

リフレッシュ

友達と一緒に



対象 村民で20～50代の女性
 (医師の指示による運動制限のない方)

場所 村保健センター1階

定員 10人程度

申込方法 健康推進係への電話かまたは
 電子申請で申込みください

内容 ストレッチ、体操、筋力トレーニング等

持ち物 水分、タオル、まっくん健康ポイントカード(お持ちの方)

その他 当日は動きやすい服装で
 お越しください。
 発熱、風邪症状等がある方
 は参加をご遠慮ください。

電子申請での
 申込はこちら



日時

対象者

申込期限

11月11日(土)
 (受付9:45～)
 10:00～11:00

20～30代

11月6日(月)

11月18日(土)
 (受付9:45～)
 10:00～11:00

40～50代

11月13日(月)

◎申し込み・問い合わせ 健康福祉課 健康推進係 ☎(72)2105

3ポイント

初心者向け



ちょんとトレーニング講座

対象者 おおむね20歳以上の村民

定員 15人程度
 (5人以上の場合のみ実施します。)

申し込み 教室実施日の1週間前までとします。

集合場所 森の学び舎

持ち物 水分、タオル、
 まっくん健康ポイントカード
 (お持ちの方のみ)

その他 動きやすい服装でお越しください。
 発熱、風邪症状がある方、体調が悪い方は参加をご遠慮ください。

日程・内容

以下の日程から、1日お選びください。

日程	時間	内容
11月15日(水)	(受付14:00～) 14:15～15:30	自宅でできる運動の紹介、実践
11月29日(水)	(受付14:00～) 14:15～15:30	家事をしながらや、隙間時間の運動の紹介、実践

◎申し込み・問い合わせ 健康福祉課 健康推進係 ☎(72)2105

3ポイント



初心者
 大歓迎

ゼロから始める

筋トレ講座

ボディビルダーを講師にお迎えし、インナーマッスルや体幹を鍛える方法を実践します。ぜひご参加ください。

対象 村内にお住まいの40歳～64歳の方
 ※医師の指示で運動制限がある方はご遠慮ください。

会場 大芝高原 森の学び舎(村防災研修センター)

参加費 全7回 1,000円(セラバンド代を含む)

定員 25人

申し込み方法 健康推進係への電話かまたは電子申請で申込みください

申込み締め切り 10月10日(火) 17:15まで

持ち物 水分、タオル、健康ポイントカード

注意事項 発熱、風邪症状等がある方は参加をご遠慮ください。



申込はこちら

講師紹介 征矢 洋文さん(田畑在住)

- ・長野県ボディビル・フィットネス連盟理事長
- ・日本ボディビル・フィットネス連盟
1級指導員、1級ジャッジ
- ・日本オリンピック委員会
令和5年度強化スタッフ

日時

10月13日(金)、10月20日(金)、
 10月27日(金)、11月10日(金)
 11月17日(金)、11月24日(金)、
 12月1日(金) 全7回
 19:00～20:00 受付18:45～

◎申し込み・問い合わせ 健康福祉課 健康推進係 ☎(72)2105

急な病気やケガ等で

救急車を呼ぶか 病院に行くか

迷った
 ときには

#7119へ

おとな(概ね15歳以上)の方が対象です。症状を伺った上、看護師がアドバイスします。(相談は無料)

受付時間: 平日:19時から翌8時まで 土・日・祝日:8時から翌8時まで
 ※ダイヤル回線、IP電話の場合は、「026-231-3021」へおかけください。

こども(概ね15歳未満)の場合は

#8000へ

(受付時間:毎日19時から翌8時まで)



長野県HP

■お問い合わせ
 県庁 医療政策課
 TEL:026-235-7131

長野県救急安心センター 10月1日(日)午前8時から運用開始

緊急・重症の場合は迷わず119番通報してください



お知らせ



認知症高齢者等見守り支援

認知症の方の行動には、本人の怪我の危険性だけでなく、踏切事故等の損害賠償責任がその家族や法定監督者に及ぶ可能性があります。

そこで村では、対象の高齢者を被保険者、村を保険契約者として個人賠償責任保険へ加入することで、認知症の方やその家族等が地域で安心して暮らせることを目的に認知症高齢者等の見守り支援事業を実施しています。

申請は随時受け付けていますので、加入をご希望の方はご連絡ください。

対象者

村内に居住し、認知症もしくは認知症の疑いがある方で一定の条件を満たす方。

- ・保険の種類 個人賠償責任保険（電車遅延損害、受託賠償を担保）
- ・補償額（上限額） 5億円
- ・保険の期間 来年9月30日まで
- ・自己負担額 加入の時期を問わず10000円

◎問い合わせ 健康福祉課 高齢者支援係 ☎（72）2105

介護慰労金

寝たきりや認知症の高齢者等または心身に重度の障がいがある方の介護者に対し、福祉の増進を図る目的で介護慰労金を支給します。

支給は11月と翌年5月です。すでに受給をされている方は引き続き対象者となりますので、申請の必要はありません。新規の対象者には10月に役場から申請書を送付します。期限までに申請をお願いします。

また、審査により対象要件を満たさないことが判明した場合は、その時点以降の支給を停止します。

対象要件

- 1) 要介護3、4、5および要介護2（認知症高齢者の日常生活自立度Ⅲ）a以上の者に限るの方
- 2) 重度心身障がい者（特別障害者手当、または障害児福祉手当の支給を受ける方）

※月15日以上、入院・入所（含むショートステイ）等により在宅以外の期間がある月は不支給となります。また、村税等の滞納がある方は、支給の対象となりません。

申請方法

対象と思われる世帯に申請書類を送付しますので、同封の返信用封筒で返送してください。

申請期限

（期限を過ぎると受付できません）

- 1) の世帯…令和5年12月15日
- 2) の世帯…令和6年1月31日

◎問い合わせ 健康福祉課 福祉係 ☎（72）2105

高齢者インフルエンザワクチン定期予防接種

今年度の65歳以上の方等を対象とした、一部公費助成によるインフルエンザワクチン定期予防接種の開始時期は、ワクチンの入荷時期の事情により10月23日（月）からになります。予防接種の接種方法等の通知は、10月中旬に対象の方に送付しますので、通知が届いてから10月23日（月）以降に接種してください。

なお、10月23日（月）より前に接種した場合は、接種費用の全額が個人負担となりますので、ご注意ください。

◎問い合わせ 健康福祉課 健康推進係 ☎（72）2105

なりません。

支給額

- 1) 要介護4、5…月額1万4000円
- 2) 要介護3…月額8000円
- 3) 要介護2…月額5000円
- 4) 重度心身障がい者…月額1万4000円

■申請期限 10月31日（火）

■申請先 健康福祉課 高齢者支援係
◎問い合わせ 健康福祉課 高齢者支援係 ☎（72）2105

介護用品購入費用補助

村では寝たきりの高齢者等在宅で介護されている方の経済的負担軽減のため、介護用品の購入に対しての補助を行っています。

補助対象者

介護保険制度の要介護認定において、要介護度4または要介護度5に認定された方を在宅で介護する方で、世帯全員が村民税非課税の方。ただし、村税等の滞納がある方は、補助の対象となりません。

補助金額

年額7万5600円（上限）

長野県最低賃金



長野県PRキャラクター「アルクマ」
長野県アルクマ

時間額 **948円**
（改正前 時間額908円）

効力発生日 令和5年10月1日

☆業種・年齢・雇用形態（正社員、パート等）に関わらず、長野県内で働くすべての人に適用される1時間当たりの賃金の最低額です。

賃金、最低賃金に関する問い合わせ先

最寄りの労働基準監督署 または、
長野労働局労働基準部賃金室 ☎026-223-0555

支援策（助成金）に関する問い合わせ先

業務改善助成金
長野労働局雇用環境・均等室 ☎026-223-0560

キャリアアップ助成金
長野労働局 職業対策課 ☎026-226-0866

長野労働局 <https://jsite.mhlw.go.jp/nagano-roudoukyoku/>



初歩からの
みなみのわ
— Vol.16 —



委託児童

明

治初期から神子柴原、南原、沢尻地区の子どもたちは、伊那市の西箕輪小中学校や伊那小中学校に通っていました。伊那市に児童の教育を委託していたため、この仕組みを「委託児童」と呼んでいました。子どもたちが村の小中学校で学ぶことを望む多くの方の尽力によって南部小学校が創立されたのち、伊那地域の中学校に在学していた中学生が卒業するタイミングに合わせ、平成11年3月に委託児童はすべて終了しました。



使用済み小型家電の回収

次のとおり使用済み小型家電を回収します

■日時

10月29日(日)午前9時～正午

■場所

役場正面駐車場

■大きな目の目安

燃やせないごみ指定袋に入る程度の大きさのもの

(小型家電の例)炊飯器、電気ポット、プリンター、CDラジカセなど

■注意事項

・電池は必ず外してください。指定袋に入れて出す必要はありません。
・家電4品目(テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機、エアコン)は回収対象外です。

◎問い合わせ 住民環境課 生活環境係 ☎(72)2106

農地相談会 新規参入相談会

農業委員会では「農地相談会」を開催し、農地に関するさまざまな相談をお受けします。

「後継者がいないので、農地を貸したい」「農業を始めたから農地を借りたい」など、相談を希望される方は、事前に農業委員会事務局までご予約ください。

なお、当日以外でも相談事があれば、地元委員や農業委員会事務局までご連絡ください。

募集



大芝高原森林づくり協議会 委員募集

大芝高原の森林整備や利活用の促進について調査、協議していただく大芝高原森林づくり協議会委員を募集します。大芝高原の森林に関心のある方は、ぜひご応募ください。

■応募資格

満18歳以上で、村内に居住している方

■任期

任命の日から2年間

■募集人数

2名(応募多数の場合は選考とします。)

■募集期間

10月2日(月)～10月16日(月)

■応募方法

応募用紙に必要事項を記入し、観光森林課に郵便、メール、または直接提出してください。応募用紙は、観光森林課および村ウェブサイトにあります。(郵送は10月16日消印有効)

◎問い合わせ

観光森林課 森林デザイン係 ☎(72)2180

メール kankou-d@vil.minamininowa.lg.jp

ば、地元の委員や農業委員会事務局までご連絡ください。

■日時

10月22日(日)午前10時～12時(要予約)

■場所

役場1階 相談室(玄関ホール横)

◎問い合わせ 農業委員会事務局

(産業課内) ☎(72)2176

宝くじ助成金で備品を整備しました

宝くじ受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ事業や市町村振興宝くじの収益金を財源として実施している地域活動助成事業を活用し、活動に必要な備品の整備を行いました。

■南殿区

購入した備品 エアコン

助成額 110万円

助成元 一般財団法人

自治総合センター

■塩ノ井区 自主防災会

購入した備品 テント、リヤカー、投光器

助成額 200万円

助成元 公益財団法人

長野県市町村振興協会

◎問い合わせ 地域づくり推進課 地域振興係 ☎(98)6640

役場内電話番号案内

観光森林課 ☎72-2180
産業課 ☎72-2176



間違いが多い電話番号です。
いま一度ご確認をお願いします。

「人生の地図を描く」 ～子供が望む親の終活～

熟年世代 より善く生きるための生き方講座 第2弾

【日時】10月18日(水) 13:30～15:40

【会場】大芝高原 森の学び舎

【講師】唐木陽平さん、井坪義文さん

【参加費】無料 後援:南箕輪村

◎申し込み・問い合わせ 駒ヶ根モラロジー事務所 ☎(86)6557

公民館の窓から

子育てや学び合い、趣味の活動を通じて広がる人の輪と和。公民館が応援します。

村文化団体/サークルの紹介

村内で活動するサークル等の団体数は60近くあります。その大半が公民館(分館を含む)で活動しています。それらを順次紹介していきます。

こりゅう 鼓龍

大芝高原まつり、文化祭、地区行事や学校などさまざまな場で迫力いっぱいの和太鼓の演奏を披露してくれます。平成6年、公民館が和太鼓講座を開いたのをきっかけに翌年サークルとして結成されました。現在、子どもを含めて50人近くが参加して活動しています。



10月の講座等イベント予定

ほかにもたくさんのサークルが活動しています

3日(火) 知ると楽しい歴史・自然学講座③	18日(水) すくすく玉手箱⑥
5日(木) 男のおつまみ料理	19日(木) ゆずり葉学級⑥
7日(土) まっくんスポーツフェス(大芝公園)	21日(土) 村の昔話といとこめぐり③
14日(土) 村の昔話といとこめぐり②	26日(木) 男のおつまみ料理④

みんなの公民館
楽しい・ためになる・頼りになる
うどう
まなぶ むすぶ
住民自治

休館日 毎週月曜日・祝日と
年末年始(12月29日～1月3日)
利用可能時間
午前8時30分～午後9時30分
◎問い合わせ
村公民館 ☎(72)4623

すくたま(すくすく玉手箱)で 戸 友だち100人できるかな?

8月2日(水)「すくたま夏祭り」で、9月6日(水)には大芝高原でたくさんのお友だち、ママ、パパと遊びました。



夏祭り、たのしかった～

Sちゃんのお父さんの話:「みんなと楽しそうに遊ぶ中で、ほかの子たちとの接し方、やってはいけないことなどを学べてとてもありがたいです」

村の日(2月18日)記念イベントでの大合唱 「村民の歌」合唱講習会 にご参加ください!

「南箕輪 村民の歌」講習会を11月から公民館で行います。10月10日(火)より教育委員会(公民館)事務局(☎76-7007)にて参加希望を受け付けます。

練習日など詳しくは参加希望者にあらかじめご連絡します。みんなで楽しく大合唱しましょう。

消防団を
見に行こう!

消防団 ファイアーチャレンジ!

南箕輪村消防団では、日ごろの活動の様子や、毎月実施している訓練の成果を広く見ていただくため、「消防団ファイアーチャレンジ」と題し、消火活動の速さ、正確性、安全性、対応力等をゲーム形式で競い合います。(有識者による安全性等の審査を行います。)多くの方のご来場をお待ちしています。

○消防団員は無事ミッションをクリアできるのか!?

当日知らされる火災現場を想定した状況(ミッション)をいかに早く安全にクリアできるか…

分団ごとに分かれた5つのチーム(小隊)がチャレンジします。

消防団ファイアーチャレンジ(秋季演習)

○日時 10月22日(日)
8:30～12:00頃

○場所 大芝高原陸上競技場

(※雨天等グラウンド状況によっては役場駐車場へ変更)

イラスト:三木敦朗さん
(第4分団所属)

消防団員 募集中!

お問い合わせ先
南箕輪村消防団本部
(総務課管理防災係)
☎(72)2104

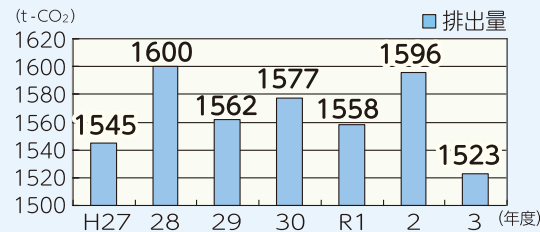
活動の様子はこちら



村事務事業の温室効果ガス排出量を公表します

◎問い合わせ 住民環境課
生活環境係 ☎(72)2106

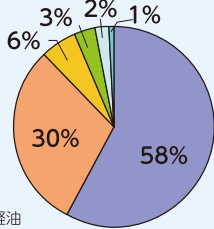
村の事務事業から排出された温室効果ガスの過年度の排出量を公表します。
電気、燃料使用量を削減することや電気自動車、LED照明等の導入などにより、全庁をあげて温室効果ガスの排出の削減に努めています。令和4年度から7年度にかけて、公共施設の照明のLED化に取り組んでいます。令和4年度には、役場庁舎、保健センター、村民センター、大芝の湯、松寿荘等の照明のLED化工事を実施しました。



令和3年度の主な排出要因ごとの温室効果ガス排出の割合

(指定管理者指定施設含む)

■電気 ■灯油 ■LPガス ■下水処理 ■ガソリン ■軽油

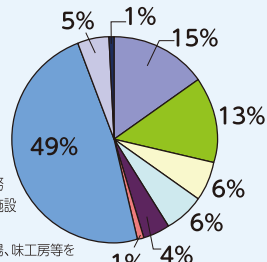


令和3年度の部門ごとの温室効果ガスの排出の割合

(指定管理者指定施設含む)

■教育施設 ■下水道施設 ■一般事務 ■保育園 ■その他施設 ■上水道施設 ■開発公社 ■社会福祉協議会 ■わくわくクラブ

※開発公社は、大芝の湯、味工房等を管理しています。



令和3年度に村の事務事業から排出された温室効果ガスは1523t-CO₂で(指定管理者指定施設除く)、基準年度の令和元年度に比べ2.2%の減となりました。これは主に、電気の排出係数が下がったことによります。

既存住宅エネルギー自立化補助金について

長野県では太陽光パネルと組み合わせて自宅の「エネルギー自立」を目指す方に補助金を交付していますので、ご検討ください。

補助タイプ
補助額

- 太陽光パネル+V2H 15万円
- 太陽光パネル+蓄電池 20万円
- V2Hのみ(太陽光パネル設置済みの方) 10万円
- 蓄電池のみ(太陽光パネル設置済みの方) 15万円

※V2H…電気自動車等への充電及び電気自動車等から家庭へ電気の供給ができるシステム

オクトーバー・ラン&ウォーク

「オクトーバー・ラン&ウォーク」は、スマホアプリを使用した1カ月間のオンラインイベントです。
全国の参加者と走行・歩行距離を競い、スポーツに挑戦するあなたの10月を充実させます！
気楽に参加してみませんか？

開催期間 10月1日(日)～31日(火)

◎問い合わせ
村教育委員会事務局 ☎(76)7007

ENTRY 参加方法

- まずはアプリをインストールしてください。
- 目的に合ったプランのイベントにエントリーしてください。

ランニングの部参加はこちら



※ランニングの部の参加にはアプリ「TATTA」が必要です。
QRを読み込んで「オクトーバー・ラン&ウォーク」に参加しよう！

ウォーキングの部参加はこちら



※ウォーキングの部の参加にはアプリ「スポーツタウン WALKER」が必要です。
アプリをインストールするだけで参加が可能です。

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
8/18	大芝公園木製アスレチック遊具設置工事		不 落
	通学路交通安全対策工事	506	(株)堀建設
	村道2115号線舗装修繕工事	244	入戸建設工業(株)
	村道2282・2283号線道路改良工事	225	(南)田中興業
	第1配水池緊急遮断弁制御盤修繕工事	236	甲信商事(株)伊那営業所
	南箕輪村公共下水道ストックマネジメント基本計画更新業務	1,980	(株)極東技工コンサルタント長野事務所
	南箕輪村小中学校理科教材備品購入	187	(南)伊那科学器械店
	南箕輪中学校管理教室棟トイレ改修設計業務	184	(株)環境計画

単位:万円。万円未満切り捨て、税込。

ご注意ください!!

11、2月は燃やせないごみ、缶・びん・ペットボトルの収集を行いません。

資源プラスチックのみ収集します。

2023 年度 落葉松祭 KARAMATSU FES 2023

10/28 SAT 9:00-21:00
10/29 SUN 9:00-19:00

信州大学伊那キャンパス
長野県上伊那郡南箕輪村 8304
◎問い合わせ
080-4232-9872(事務局)

落葉松祭ってなに？

読み方は「からまつさい」
信大農学部で開催される文化祭

コロナ明け初開催！
出店やイベント多数！

盛り上がること
間違いなし◎



SNS でも情報配信中！



X (Twitter)
@karamatsu8304



instagram
@karamatsu.8304

お誕生おめでとう!!

7月24日 田 畑	伊澤 莉那ちゃん(健司・美麗さん)
7月26日 大 泉	佐口 夏埜ちゃん(裕夢・由里絵さん)
7月30日 北 殿	多賀 晴陽ちゃん(将仁・美幸さん)
7月31日 南 殿	伊藤 陽慧ちゃん(駿悟・七海さん)
8月1日 久 保	堀 恭矢ちゃん(俊和・葉里さん)
8月2日 神子柴	市川 航風ちゃん(椋・海沙希さん)
8月5日 大 泉	征矢 絢希ちゃん(雄輔・咲良さん)
8月6日 塩ノ井	征矢 禮ちゃん(国洋・友香さん)
8月9日 田 畑	宮下 蒼生ちゃん(哲平・志織さん)
8月11日 田 畑	小林 世奈ちゃん(大貴・萌さん)
8月12日 塩ノ井	春日 希衣ちゃん(和人・佑希さん)

かなしみ(死亡)

ご冥福をお祈りします

人の動き

南箕輪村 R5.9.1 現在
()内は、前月比

人 口	1万6045人(+23)
男 性	7998人(+17)
女 性	8047人(+6)
世帯数	6720世帯

8月16日 神子柴 瀧澤 風花ちゃん(哲生・婦美恵さん)

8月20日 南 殿 河西 澪莉ちゃん(瞭・育代さん)

8月23日 中 込 吉村 瑠叶ちゃん(柊・斗なつ美さん)

8月25日 北 原 鮎沢 康生ちゃん(俊輔・友里実さん)

6月16日 久 保 安藤 平人さん(83歳)

8月14日 北 殿 倉田 日出子さん(84歳)

10月2023

OCTOBER

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)

10月12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)
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

10月31日(火)

- 村県民税 ■国民健康保険税
- 介護保険料
- 後期高齢者医療保険料
- 上下水道料金 ■保育料

村指定の活動量計の
登録、データの記録について

- 場 所 大芝高原森の交流施設
役場健康福祉課
- 持ち物 まっくん健康ポイントカード、
村指定の活動量計

日 程 <大芝高原森の交流施設>

日 程	時 間
10月3日(火)	10:00～12:00
10月5日(木)	13:30～16:15
10月11日(水)	13:30～16:15
10月17日(火)	13:30～16:15
10月21日(土)	10:00～12:00
10月24日(火)	10:00～12:00
10月28日(土)	10:00～12:00
10月31日(火)	13:30～16:15

<役場健康福祉課窓口>
平日の8:30～17:15
(健康推進係の職員が対応します。)

休日当番医

日	医院名	所在地	電話番号
1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
	箕輪ひまわりクリニック(内小)	箕輪町	98-7206
8日(日)	池上医院(内)	伊那市坂下	72-4060
	古田産婦人科医院(産)	伊那市中央	78-8088
	岩田クリニック(泌)	伊那市荒井	73-1929
	やぶはら小児科医院(小)	箕輪町	98-7501
9日(月)	中村クリニック(小外)	伊那市狐島	77-0206
	百瀬医院(産婦)	伊那市荒井	72-2016
	春日医院(内)	伊那市高遠町	94-2054
	ユーカリの森クリニック(内)	箕輪町	98-7855
15日(日)	田中病院(内外)	伊那市下新田	78-3555
	滝小児科医院(小)	伊那市西町	71-5250
	ゆりの木クリニック(眼)	南箕輪村	74-2128
22日(日)	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
29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
	芦澤整形外科(整)	箕輪町	70-8080

※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	4日・18日	3日・17日	4日・18日	11日・25日	10日・24日
古紙類・再生可能衣類	2日		10日		16日
廃食用油	2日・16日				
蛍光管・乾電池 水銀含有物	13日				

※今月は、蛍光管・乾電池・水銀含有物の収集があります。蛍光管は、箱から取り出してコンテナに入れてください。
※南殿・田畑・神子柴・沢尻区の皆さんは、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。
※29日(日) 午前9時から正午まで、役場正面駐車場で使用済み小型家電を回収します。電池は必ず外してください。

ご注意ください!! 11、2月は燃やせないごみ、缶・びん・ペットボトルの収集を行いません。
資源プラスチックのみ収集します。

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。

運動施設の問い合わせ 大芝の湯 ☎76-2614
大芝公園管理事務所 ☎78-5835

味工房 ☎76-0054
4(水)、11(水)、18(水)、25(水)

お知らせ

9月より味工場の定休日が
水曜日に変更となりました。

感染症等の影響により、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
オクトーバーラン&ウォーク	1日(日)～31日(火)	各自スマートフォンから登録	社会教育係……………☎76-7007
まっくんスポーツフェス	7日(土)10:00～	大芝高原	社会教育係……………☎76-7007
森と芝のマルシェ	7日(土)、21日(土)10:00～15:00	大芝高原 森の学び舎	村観光協会……………☎72-2180
子ども用品のリユース会	21日(土)10:00～13:00 ※無くなり次第終了	フォレスト大芝	企画係……………☎98-6640
第16回南みのわ農産物フェア	21日(土)10:00～15:00	大芝高原 味工房駐車場周辺	農政係……………☎72-2176
もぐもぐハロウィンラリー	21日(土)10:00～14:00	大芝高原 森の学び舎	村観光協会……………☎72-2180
消防団ファイアーチャレンジ(秋季演習)	22日(日)8:30～12:00	大芝高原 陸上競技場(雨天時:役場)	管理防災係……………☎72-2104
上伊那都市植樹祭・村植樹祭	25日(水)10:00～12:00	大芝高原 みんなの森	森林デザイン係……………☎72-2180
イルミネーションフェスティバル	7日(土)～28日(土)17:00～21:00	大芝高原	村商工会……………☎72-6265
			村観光協会……………☎72-2180

すくすくはうす ☎78-7611

イベント名	日時
すくすく相談	13日(金)10:00～11:00
	30日(月)10:00～11:00
ベビーマッサージ	3日(火)10:30～11:00
絵本の会	12日(木)10:30～11:00
うたあそび	4日(水)10:30～11:00
おたのしみパネルシアター	24日(火)10:30～11:00
おはなしの広場	17日(火)10:30～11:00
お仕事相談	4日(水)10:00～11:00
	11日(水)10:00～11:00
	18日(水)10:00～11:00
ボディートリートメント	25日(水)10:00～11:00
	23日(月)10:30～11:00

こども館 ☎98-5110

イベント名	日時	対象
ヒップホップダンス講座(事前予約)	14日(土)10:30～11:30	年長～小学生
親子運動あそび(事前予約)	21日(土)10:30～11:00	1歳半～3歳11か月
おひさまひろば①(事前予約)	5日(木)10:30～11:00	未就園児
おひさまひろば②(事前予約)	19日(木)10:30～11:00	未就園児
こども館ハロウィン	28日(土)10:00～15:00	高校生まで

村図書館 ☎73-4946

イベント名	日時	場所
小さなおはなしむら	6日(金)、27日(金) (0～1歳児)10:00～ (2～3歳児)11:00～	村民センター2階 和室
	21日(土)10:30～	村民センター2階 大会議室

休館日

村図書館……………2日(月)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
南部小図書館…日・月曜日

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 (事前予約)	12日(木)、24日(火) 13:00～、14:00～、15:00～	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(月)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)	2日(月)、19日(木) 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)	4日(水)9:20～11:20(1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)	19日(木)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	20日(金)10:00～12:00	村民センター2階 小会議室	相談委員 藤田 貞文さん ……☎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)	27日(金)10:00～12:00	村社会福祉協議会	村社会福祉協議会……………☎76-5522
交通事故相談(事前予約)	5日(木)、19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	伊那市消費生活センター 市役所1F	伊那市消費生活センター……………☎96-8165
行政書士無料相談会(事前予約)	11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
農地相談・新規参入相談(事前予約)	22日(日)10:00～12:00	役場1階 相談室	農業委員会事務局……………☎72-2176



2023-24 Vリーグ DIVISION1 MAN(男子)日程



10月からV1リーグが開幕します。県内で行われるホームゲームで地元のチームVC長野トライデンツをみんなで応援しよう!

開催日				開催地			対 戦
年	月	日	曜日	市町村	会場名	開始時間	
2023	10	21	土	松本市	松本市総合体育館	14:00	VC長野 対 堺
		22	日	松本市	松本市総合体育館	13:00	VC長野 対 堺
	11	4	土	松本市	松本市総合体育館	14:00	VC長野 対 パナソニック
		5	日	松本市	松本市総合体育館	13:00	VC長野 対 パナソニック
		18	土	千曲市	ことぶきアリーナ千曲(千曲市更埴体育館)	14:00	VC長野 対 東京GB
		19	日	千曲市	ことぶきアリーナ千曲(千曲市更埴体育館)	13:00	VC長野 対 東京GB
		25	土	松本市	松本市総合体育館	14:00	VC長野 対 JT広島
		26	日	松本市	松本市総合体育館	13:00	VC長野 対 JT広島
	12	23	土	岡谷市	スワンドーム(岡谷市民総合体育館)	14:00	VC長野 対 ジェイテクト
		24	日	岡谷市	スワンドーム(岡谷市民総合体育館)	13:00	VC長野 対 ジェイテクト
2024	1	6	土	塩尻市	ユメックスアリーナ(塩尻市総合体育館)	14:00	VC長野 対 東レ
		7	日	塩尻市	ユメックスアリーナ(塩尻市総合体育館)	13:00	VC長野 対 東レ
		20	土	安曇野市	ANCアリーナ(安曇野市総合体育館)	14:00	VC長野 対 サントリー
		21	日	安曇野市	ANCアリーナ(安曇野市総合体育館)	13:00	VC長野 対 サントリー
		27	土	岡谷市	スワンドーム(岡谷市民総合体育館)	14:00	VC長野 対 WD名古屋
		28	日	岡谷市	スワンドーム(岡谷市民総合体育館)	13:00	VC長野 対 WD名古屋
	3	2	土	伊那市	エレコム・ロジテックアリーナ(伊那市民体育館)	14:00	VC長野 対 ヴォレアス北海道
		3	日	伊那市	エレコム・ロジテックアリーナ(伊那市民体育館)	13:00	VC長野 対 ヴォレアス北海道

2022-23 Vリーグ 成績

優勝	ウルフドッグス名古屋 26勝10敗
準優勝	サントリーサンバーズ 25勝11敗
3位	パナソニックパンサーズ 24勝12敗
4位	堺ブレイザーズ 24勝12敗
5位	東レアローズ 23勝13敗
6位	ジェイテクトSTINGS 22勝14敗
7位	JTサンダーズ広島 16勝20敗
8位	東京グレートベアーズ 10勝26敗
9位	VC長野トライデンツ 5勝31敗
10位	大分三好ヴァイセアドラー 5勝31敗

【参加チーム】

WD名古屋:ウルフドッグス名古屋	サントリー:サントリーサンバーズ	パナソニック:パナソニックパンサーズ	堺:堺ブレイザーズ	東レ:東レアローズ
ジェイテクト:ジェイテクトSTINGS	JT広島:JTサンダーズ広島	東京GB:東京グレートベアーズ	VC長野:VC長野トライデンツ	ヴォレアス北海道

※チケットのお問い合わせはVC長野トライデンツ事務局まで <https://vcnagano.jp/ticket> ☎98-6812(平日9:30~17:00)



チケット購入はこちら



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。
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

いなテレビ動画

スマートフォンはこちら



<http://inamai.com/>