

広報

みなみのわ

2024

6月

No.606



広報
みなみのわ

2024

6月

●令和6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.minaminowa.lg.jp>
e-mail vllm-m@vll.minaminowa.lg.jp

●印刷／アビコム・シヤル(株)

特集

地域の防災力を高めましょう ～いよいよ出水期になります～



第4次南箕輪村子ども読書活動推進計画(令和5年度～9年度)

～ 伝えよう! つながろう! 広げていこう! 読書のよろこび ～

村では、第4次南箕輪村子ども読書活動推進計画に基づき、村内の関係機関と連携して、さまざまな取り組みを行っています。
子どもの読書活動を推進するため、図書館での取り組みの一部を紹介します。

小さなおはなしむら

乳幼児の親子を対象にしたおはなし会を
月に2回開催しています。申込不要です。

日時 6月6日(木)、28日(金)

0～1歳児 10:00～ (30分間)

2～3歳児 11:00～ (30分間)

場所 村民センター2階 和室

おはなしむら

保育園児や小学校低学年の親子を対象にした

おはなし会を月に1回開催してます。

申込不要です。

日時 6月8日(土)

10:30～ (40分間)

場所 村民センター2階 大会議室

村では「毎月23日は共育の日」として取り組んでいます。子どもとふれあう楽しい日として、ご家庭でもお子さんと一緒に読書を楽しんでください。

みなさん よくよむ

◎問い合わせ 村図書館 ☎(73)4946



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

いろいろな
あれこれ // ハクトーにお任せ!!

警備業 施設
そうじ

文化会館警備 市内 個人医室

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・タルサービス
長野県上伊那郡南箕輪村0608-1
TEL.0265-78-8340 FAX.0265-76-1939
☎0120-891-085
<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

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

初夏のさわやかな大芝高原へぜひお越しください!

大芝高原 焼肉ハウス
ステーキランチ 130g 1,080円～
梅雨入り
キャンペーン
6月平日限定
ステーキ注文の方
もれなく
大芝の湯
入浴割引券
プレゼント!

**フリーBBQサイトも
ご利用ください!**
ご家族ご友人と
1サイト(タープ、イス、テーブル付き)
2時間30分 1,200円～

森の中をオフロード走行できます!
ラジコン走行スタート!
レンタル料金 受付:大芝の湯フロントまで
ラジコン・コース代込み 30分 1,000円
ラジコン持ち込み・コースのみ使用 1時間 500円

大芝の湯
湯ったりマルシェ
6/16・30 14:00～20:00
味工房新商品
季節限定
夏秋いちご甘酒
400円
手づくり

ご予約・お問い合わせ 大芝高原公園管理事務所 TEL.0265-78-5835

大芝の湯・味工房



1 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も見ることができます。



村ウェブサイトはこちら



2 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。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。

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、土砂災害危険度等を確認できます。防災情報メールの登録をすると、気象に関する注意報、警報等が発表されたときにメールを受け取ることができます。



長野県河川砂防情報ステーションはこちら

キキクル(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、地図上に危険度を色分けし示されており、お住いの地域の状況をつかむことができます。



キキクルはこちら

防災へのアプローチ

～自助・共助・公助～ 3つの連携

災害対策には、自分自身や家族で備える『自助』、地域で助け合う『共助』、行政が行う『公助』の3つがあります。災害が発生した場合には、それぞれが役割を理解し、連携することが大切です。

災害は、規模が大きくなればなるほど、行政(公助)だけの対応には限界があり、自助・共助の重要性が増します。能登半島地震では、道路のひび割れや隆起、液状化現象などにより通行ができなくなり、救助隊などの外部からの救助がままならない状態だったといわれています。

また、防災白書によると阪神淡路大震災では、家屋倒壊による生き埋めや閉じ込めから救助された人で、公助での救出は2割にとどまっています。逆をいえば、8割は家族や近所の方々に救出されていることとなりますので、いかに**自助・共助**が重要であるかがわかります。



特集

地域の防災力を高めましょう ～いよいよ出水期になります～

◎問い合わせ 危機管理課防災係 ☎(72)2104

今年は能登半島地震をはじめ台湾など、日本に限らず大きな災害が発生しています。災害は地震だけでなく、これから本格的な梅雨の時期を迎える長雨によっても起こります。そんな災害の前に、皆さんはどのような備えをしているでしょうか。今回は、地域の防災力が高められるよう、災害に対する備えをさまざまな面から取り上げます。



災害とは…
「災害」とは、書物によってさまざまですが、一般的には自然現象や人為的な原因によって、人命や社会生活に被害が生じる事態を指します。今回は地震や風水害など、自然現象がきっかけによって発生する災害への備えについて考えてみましょう。

地震

地震はいつ起こるかわからないため、平時(何も発生していない普段の生活時)のうちにいつ起こってもいいように備えておかないと間に合いません。地震に対する備えは、普段の生活の際にある程度備えておくことが大切です。3月の広報紙と一緒に配布した防災マップ(ハザードマップ)の情報面に備蓄品のチェック表を掲載してありますので、参考にしてください。



風水害

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。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。大雨が降り続くと、土砂災害の危険や避難する可能性も高まります。風水害の多い季節を迎えるにあたり、もう一度、各家庭で災害への備えを確認しましょう。



「風水害」と「地震」に対する備えの違い

自然現象がきっかけによって発生する災害で身近で感じるものといえば、「風水害」と「地震」を思い浮かべますが、それぞれに対する備えの違いがあります。



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。

肺がん検診のお知らせ

肺がん検診(低線量CT撮影)を実施します。受診を希望する方は、電話にて予約をお願いします。

■日時 ①6月17日(月)、19日(水)、21日(金)、24日(月)
9:00~11:30、13:15~16:00
②6月18日(火)、20日(木)
13:15~16:00、18:00~19:30

■場所 村保健センター

■対象 40歳以上の方

■受診料 2,500円(令和6年度中に41歳・46歳・51歳・56歳・61歳になる節目者の方、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、まっくん健康ポイントカード

■予約方法 電話にて

■予約開始日 5月31日(金)8:30~

■注意事項

※1月の各種検診受診希望申込書のとりまとめの際に、申込みをされず受診を希望する方は健康医療課健康推進係へご連絡ください。

※一般的な受診間隔は、喫煙指数(1日平均喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方は年に1回、それ以外の方は3年に1回程度を目安にしてください。その他、不明な点は問い合わせください。

◎問い合わせ

健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470

15ポイント



成人歯科健診のお知らせ

6月から成人歯科健診を実施します。健診を希望する方は、実施期間内にぜひ受診をしてください。

■実施期間

令和6年6月1日(土)~令和7年2月28日(金)(妊婦の方は通年)

■実施医療機関

村内歯科医院(倉田歯科医院、やなぎさわ歯科クリニック、みらい歯科クリニック)

※今年度中に、21歳、31歳、41歳、51歳、61歳、71歳になる節目者の方、または妊娠中の方は上伊那地域の指定医療機関でも受診することができます。

■対象

20歳~74歳(昭和25年4月2日~平成17年4月1日生まれ)の方で歯科健診を希望する方(現在、歯科治療中の方を除きます。)

■内容

診察(歯、歯周病、咬合、清掃状況等)、歯周病検査、歯科指導

■健診料金 500円

※節目者に該当する方、妊婦、生活保護を受けている方は無料です。

■その他

※歯科治療中の方は、歯科健診を受診できません。

※受診の際は、各自で歯科健診実施医療機関に事前の予約が必要です。

※健診内容以外の検査等は自費になります。

※通知が届いていない方で受診を希望する方は、健診票と案内を送りますのでご連絡ください。

◎問い合わせ

健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470

10ポイント



HIV・性感染症の相談・検査のお知らせ

伊那保健福祉事務所では、HIV(エイズ)検査を気軽に受けていただけるよう、検査結果が当日にわかる「HIV(エイズ)即日検査」を実施しています。HIV(エイズ)の他に梅毒・性器クラミジアの検査も受け付けています。

■日時 毎月第1、2火曜日 9:00~15:00
毎月第3火曜日 14:00~18:00

■場所 伊那保健福祉事務所(保健所) 精神保健相談室、健康相談室、診察室

■費用 個別相談の結果、HIV・性感染症検査が必要と認められる者については免除

■予約 エイズ専用予約電話(76-9977)にお電話ください。相談・検査は匿名で受けられます。

◎問い合わせ

伊那保健福祉事務所

☎(76)6836

☎(76)6837



令和6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6年度国民健康保険税(以下国保税)の納税通知書を、6月中旬に送ります。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。令和6年度から、国保税のうち後期高齢者分に係る賦課限度額が**24万円**(前年度:22万円)に変更となりました。医療分に係る賦課限度額は65万円、介護納付金分は17万円です。またこれに伴い、国保税全体の賦課限度額が**106万円**(前年度:104万円)となります。

○低所得世帯に対する国保税の軽減の拡充について

一定所得以下の世帯への負担軽減を図るため、村では国保税のうち均等割額(加入者1人あたりの税額)と平等割額(1世帯あたりの税額)を軽減する制度を設けていますが、令和6年度から、軽減の算定基準が拡充されました。

軽減判定所得の判定において被保険者等の数にける金額

5割軽減……29.5万円(前年度:29万円) 2割軽減……54.5万円(前年度:53.5万円)

【算定基準】

軽減判定所得	軽減率
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	7割
43万円+(29.5万円×加入者等の数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	5割
43万円+(53.5万円×加入者等の数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	2割

※給与所得者等には公的年金等の支給を受けている方も含まれます。

※加入者等の数には、国保から後期高齢者医療制度に移行した方も含まれます。

令和6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。

活動量計でウォーキングポイントをためましょう

～活動量計ってなに？～

活動量計とは、形や使い方は歩数計(万歩計)と似ていますが、歩行時の歩数計測だけでなく、家事やデスクワークなどの、日常生活動作を測定し、1日の総消費カロリーを記録できます。

健康維持のためには、摂取カロリーを気にするだけでなく、消費カロリーについても把握することが望ましく、より効果的な健康管理の実現に役立ちます。



活動量計ウォーキングポイントに参加を希望する方は、村指定の活動量計を購入してください。

利用の流れ

- 1 村指定の活動量計を購入します。
(大芝高原味工房の直売所で販売しています。)
※購入代金5,100円は購入者の負担です。
- 2 ユーザー登録を森の交流施設または役場健康医療課窓口で行います。
(登録の際は、参加申込書を記入します。)
(ユーザー登録に、10分程度かかりますので、ご了承ください。)
- 3 毎日、活動量計を身につけてウォーキングに取り組みましょう!
- 4 定期的に活動量計のデータを機械で読み取り、歩数に応じて、カードにポイントを貯めましょう!

健康ポイントの付与について

1日**8,000歩以上**につき**1ポイント**付与

ユーザー登録し、活動量計を利用し始めた月は、歩数に関わらず**30ポイント**プレゼントします!

◆ポイントは健康医療課窓口や大芝高原森の交流施設で、職員による確認ができ次第付与となります。

景 品

100ポイントたまると
1,000円分の商品券と交換できます。
(大芝共通利用券またはクオカード)

詳しい内容はウェブサイトをご覧ください。(Q&Aも記載されています。)

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470

活動量計の登録、データの記録について

村指定の活動量計をお持ちの方、これから購入される方はぜひお越しください。

6月の日程 大芝高原森の交流施設

日 程	時 間
5日(水)	13:30～16:15
6日(木)	10:00～12:00
11日(火)	13:30～16:15
15日(土)	10:00～12:00
18日(火)	
22日(土)	
25日(火)	
29日(土)	

役場健康医療課窓口

平日の8:30～17:15
(健康推進係の職員が対応します。)

持ち物

まっくん健康ポイントカード、
村指定の活動量計



ウェブサイトはこちら



お忘れなく! 6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 28日(金) ※役場で乳幼児健診、相談の年間予定表を配布しています。
7か月児相談 5日(水) 村ウェブサイトにも掲載していますのでご覧ください。
2歳児相談 10日(月)
3歳児健診 4日(火)

◎問い合わせ こども課 母子保健係 ☎(98)8310

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
6月11日(火)、25日(火)
時間はいずれも13:00～、14:00～、15:00～

■場 所
村保健センター
※事前に健康医療課へお申し込みください。

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470



3ポイント



体ほぐれてすっきり! ストレッチ教室



日時 6月26日(水) 13:15～14:15(受付13:00～)

凝り固まった体をストレッチでほぐします。運動強度も低く取り組みやすいものです。日ごろから運動不足を感じている方、運動をしたいけどなかなかできない方、運動を始めるきっかけを作りたい方など興味のある方はぜひこの機会にご参加ください!!

- 対 象 おおむね20歳以上の住民
- 定 員 15人程度(5人以上の場合のみ実施します。)
- 申し込み 6月24日(月)17:15までに健康医療課健康推進係へ電話にて申し込みください。
- 集合場所 村保健センター
- 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 当日は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。

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470



3ポイント



筋力トレーニング講座

～筋力アップで身軽な体作り～



日時 6月28日(金) 9:15～10:15(受付9:00～)

道具を使わず、自宅にあるもので気軽に取り組める筋トレを行います。筋肉をつけることでスタイルアップや姿勢が良くなる、^{※1}ココモや^{※2}ブレイルの予防などにつながります。ご自身のペースで行える講座となっていますので、興味のある方はぜひこの機会にご参加ください!!

※1:歩くことなど移動機能が低下した状態 ※2:心身の機能が衰えた状態

- 対 象 おおむね20歳以上の住民
- 定 員 15人程度(5人以上の場合のみ実施します。)
- 申し込み 6月26日(水)17:15までに健康医療課健康推進係へ電話にて申し込みください。
- 集合場所 村保健センター
- 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 当日は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。

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470

お知らせ



人権相談所の開設

村の人権擁護委員が人権に関する相談に応じます。

■日時 6月4日(火)、7月2日(火)
午前10時～午後3時

■場所 村民センター2階小会議室

■相談内容

離婚、扶養などの家庭内の問題、近隣とのトラブル、職場や学校での差別やいじめ、高齢者や子どもの虐待、セクシャルハラスメントの被害など、人権問題および生活上での悩みごと

※相談は無料で、相談内容の秘密は守られますので安心して相談してください。事前の予約は不要です。

◎問い合わせ 住民環境課 住民係
☎(72)2106

金婚・ダイヤモンド婚をお祝いします

金婚ダイヤモンド婚を迎えられるご夫婦に祝状および記念品を贈呈します。該当する方は期限までにお申し出

第23回七夕とろう祭のとろう募集

七夕とろう祭実行委員会では、今年も七夕とろう祭を開催します。

開催にあたってとろうを募集しますので、展示を希望される方は教育委員会社会教育係までご連絡ください。

■開催方法

大芝の湯への展示

■展示期間

7月19日(金)～8月25日(日)

◎問い合わせ 教育委員会 社会教育係
☎(76)7007



障がい者対象ハロートレーニング受講生募集

社会人として必要なマナー、対人関係の築き方、コミュニケーションを学びます。パソコンの基本的操作を学び、実践的な文書作成などを身につけることを目的とした障がい者対象ハロートレーニング(公共職業訓練の受講生を募集します。

ください。

■該当するご夫婦

(1)金婚

昭和49年に婚姻を届け出た方

(2)ダイヤモンド婚

昭和39年に婚姻を届け出た方

■申込期限 7月26日(金)

■申込方法

住民環境課窓口へ直接申込、または電話、電子申請で申し込んでください。申し込み時に住所、本籍地、氏名、電話番号、婚姻日を確認します。

※本籍地が村外の場合は、婚姻日が確認できるもの(戸籍謄本など)が必要です。

※該当するご夫婦の住所・氏名をお住まいの区の敬老行事主催者へ提供します。ご了承ください。

◎問い合わせ 住民環境課 住民係
☎(72)2106



金婚・ダイヤモンド婚
電子申請はこちら



募集



放課後児童クラブスタッフ募集

■期間

夏休み中(7月26日(金)～8月20日(火))
(期間中5日以上お勤めいただける方)

■資格

(1)放課後児童支援員

(2)不問

■給与

(1)1126円
(2)1074円

■勤務時間

A 午前8時～午後5時
B 午前8時30分～午後5時30分
C 午前7時50分～午後1時
D 午後12時50分～午後6時

■勤務地 こども館

(対象児童 南箕輪小1～2年)

南箕輪小学校

(対象児童 南箕輪小3～6年)

南部小学校

(対象児童 南部小1～6年)

◎問い合わせ 教育委員会事務局
こども施設係 ☎(98)5110

参加費 無料



電子申請は
こちら



参加者募集

介護者のつどい

日時 6月19日(水)
14:00～15:30ころ

集合場所 役場 2階講堂

在宅で介護をしている方々が集まって、気分転換や仲間づくり、介護に関する情報交換ができる場です。お気軽にご参加ください。

■対象 村内在住で家族を介護している方
■申し込み 6月14日(金)までに福祉課
■内容 上伊那口腔保健センター歯科衛生士による講座・座談会
地域包括支援センターまで電話または、ながの電子申請でお申し込みください。送迎を希望される方はご相談ください。

◎問い合わせ 福祉課 地域包括支援センター ☎(72)2105

景観法施行日にちなみ

6月1日は景観の日です

魅力的な景観形成のために…

- 落ち着いた周囲と調和した色を使用する
- 色数を抑える
- 高さや規模を極力抑える
- 敷地の緑化に努める
- 道路や敷地境界からなるべく後退する

無秩序な建築、工作物、屋外広告物は景観を阻害する恐れがあるため、村では美しい景観づくりが進められるように平成27年に景観計画を策定しました。

- 住宅や車庫、倉庫を新築・増築する
 - 住宅の外壁や看板を塗り替える
 - 太陽光発電施設、野立て看板を設置する 等
- 一定規模以上の行為は事前の協議、届出、許可申請が必要です。

◎問い合わせ 建設水道課 建設工事係 ☎(72)2325

南箕輪村の景観

東に仙丈ヶ岳、西には経ヶ岳をはじめとする2つのアルプスが眺望できる農村風景と住環境が調和した地域です。美しい景観は村の重要な魅力のひとつです。

初歩からの みなみみのわ学



大 和泉神社境内で鹿頭を模した飾りを頭に被った子どもたちが行列をつくり、太鼓に合わせて境内を左回りに3回まわって奉納するお祭りです。祭りの起源は明確ではありませんが、永禄年中(1558年～1669年)に大干ばつがあり、雨乞いをしたところ大願かなったので、御礼に鹿頭を75個供えたのが始まりであるといわれています。古来より天竜川西の集落の鹿頭は、大泉で合流し諏訪大明神(大和泉神社)に奉納、その後南宮神社に奉納します。



鹿頭祭(かとうさい)





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。

魅力の経ヶ岳登山 6月29日(土)

村のシンボル、経ヶ岳に登りましょう。権兵衛峠ルートは比較的登り易く、昨年は6歳から86歳までの40人ほどが登山を楽しんでいました。(写真)ゴール地点のコイノコでジャンケンゲームに興じる参加者



村文化団体/サークルの紹介

ゆったりヨガ

国際ヨガ協会の流れを汲む講師のもとで、仲間たちとヨガを楽しんでいます。難しい体勢をとったり、無理な動きをすることはありません。ふだんの生活の中で、体や手足を気持ちよく伸ばしたりほぐしたりすることで、毎日をさわやかな気分で過ごせています。



和室でおしゃべりしながらのんびりと。

参加
歓迎!



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

分館の窓から

今年度大泉区では分館行事として球技大会・夏祭・大和泉神社御神輿・区民祭・蕎麦打ち講習会等を計画しています。

近年大泉区では周辺部に新たに移り住む方が増えると同時に、中心部では住民の減少や高齢化が進んでおり活動を難しくしています。またコロナ禍を経て一度途絶えてしまった行事を再び開催することの難しさがありますが、大泉区民の親睦と団結を図るため、役員一同張り切って活動しています。



大泉西部地区館

史跡を学ぼう(4日)、すくすく玉手箱(5日)、健康にいい講座(6日)、大芝高原野鳥・植物観察(8日)、日本の芸能(12、26日)、父の日講座(15日)、ゆずり葉学級(20日)、大人クラフト(22日)、経ヶ岳登山(29日)

今月の
イベント

4月5日	4月3日	4月1日	3月31日	3月25日
田畑	保	畑	畑	畑
薄田	高橋	有賀	尾形	井上
東さん(67歳)	春子さん(95歳)	ヨシ子さん(94歳)	二三さん(97歳)	隆介さん(91歳)

かなしみ(死亡)

ご冥福をお祈りします

4月25日	北殿
浅野	結衣ちゃん(和希綾香さん)
3月27日	神子柴
野原	一澄ちゃん(亮太・千草さん)
4月8日	沢尻
大木	誠太ちゃん(大輔・有希さん)
4月15日	畑
松澤	葵桜ちゃん(俊充・綾美さん)
4月16日	沢尻
小野	瑛太ちゃん(大樹・史子さん)
4月18日	沢尻
白旗	樹ちゃん(優佑・結さん)
4月24日	沢尻
赤間	紬唯ちゃん(浩樹・奈菜さん)

お誕生おめでとう



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(業務)名	落札金額	落札業者
4/16	持続可能な自治会検討委員会支援業務	165	(株)ローカルライフ
	松枯損木等処理業務(特殊伐採)	28,600円/m ³	(株)薪一
	コイン式給湯装置更新工事	346	(株)堀建設
	村内道路補修修繕業務(村内北部)	110,000円/t	(株)宮坂組
	村内道路補修修繕業務(村内南部)	110,000円/t	(有)有賀建設
	南箕輪浄化センター水質汚泥試験業務	100	(一財)中部公衆医学研究所
	令和5年度公共下水道マンホール継手耐震設計業務その2	374	中日本建設コンサル(株)飯田事務所
	令和5年度繰越 南箕輪小学校照明LED化工事	6,292	(株)エイ・エム・シイ
	令和5年度繰越 南箕輪中学校照明LED化工事	不落	
	令和5年度繰越 南箕輪中学校管理教室棟トイレ改修工事(建築工事・電気設備工事)	1,562	入戸建設工業(株)
	令和5年度繰越 南箕輪中学校管理教室棟トイレ改修工事(機械設備工事)	1,917	(株)堀建設

単位:万円。万円未満切り捨て、税込。

人の動き
南箕輪村 R6.5.1 現在 ()内は、前月比
人口 1万6054人(+13)
男性 7983人(±0)
女性 8071人(+13)
世帯数 6772世帯

4月7日	大泉
4月15日	神子柴
4月16日	神子柴
4月16日	久保
4月16日	木下
4月16日	厚さん(98歳)
4月16日	高木
4月16日	房治さん(92歳)
4月15日	太田
4月15日	茂さん(94歳)
4月15日	原
4月15日	吉雄さん(98歳)

イベント・催し

にこにこ広場(園開放)開催

●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17日(水)、8月26日(月)
午前9時30分～10時30分
●持ち物 着替え、タオル、水分、上履き(保護者)
●その他
・事前予約は不要です。受付は各保育園で行います。
・天気が良い場合は簡易プール等で水遊びをしますので、濡れても良い服装で来園してください。
・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 こども課 子育て支援係 ☎(98)83310

第74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

入場無料で、どなたでも参加いただけます。
●日時 7月6日(土)午後1時30分～4時
●場所 辰野町民会館ホール
●内容 講演「子どもたちの心と体を育む環

就活セミナー

保護者向け

◆日時 6月29日(土) 14:00～16:30 ※受付開始 13:45
◆場所 ニシザワいなっせホール(6階) 伊那市荒井3500-1
◆参加方法 直接会場参加もしくはオンライン(Zoom)
※後日セミナー内容を録画したアーカイブ動画を配信する予定です。
アーカイブ動画の視聴をご希望の方も参加申し込みをお願いします。
◎問い合わせ 上伊那広域連合 地域振興課 ☎(98)7227

参加費 無料

◆対象者
・専門学校、短期大学、大学、大学院等に
通うお子さんがいる保護者
・これから就職活動を始めようとしている
保護者

参加申込はこちら

境づくり」(辺見元孝先生)、作文発表、太鼓演奏
◎問い合わせ 辰野町役場 総務課 ☎0266(41)1111

大芝高原 森だより No.7

観光森林課 森林デザイン係 ☎(72)2180

森の中でキイチゴ摘み

まるで絵本のひとコマみたいな体験が、みんなの森でできるんです。時期は6月上旬～中旬ころ。森の中に、モミジ・キイチゴ・ニガイチゴ、クマイチゴの3種類があります。
●森のどにキイチゴがあるの? キイチゴは森の中の「明るい場所」に生えてきます。例えば、みんなの森の南西に近年アカマツを伐採して明るくなった場所があり、昨年はその周辺にキイチゴが多くできました。
●全部とっちゃって良いの? ひとりですくさん採ってしまう行為は、ご遠慮ください。他にも欲しい人がいるかもしれませんね。また、キイチゴは人間だけでなく、野鳥やリスなど森の生き物の食べ物にもなります。
「みんなの森」なので、みんなが楽しめるように配慮しましょう。

RIDE ON TIME

日時 2024.6.30 SUN 10:00 - 16:00

今年も「RIDE on TIME in大芝高原」のスケートボードイベントを大芝高原プール跡地で開催します! どなたでも好きな時間にご参加ください。

場所 大芝高原プール跡地
内容 スケートボード 一般開放
料金 ¥500
レンタル ¥500 (ヘルメット・板)

◎問い合わせ 地域づくり推進課 地域振興係 ☎(98)6640

主催 南箕輪村観光協会
共催 NPO法人SPROCKET

村ウェブサイトはこちら

4/20 大芝高原アスレチックに新遊具 株式会社泉翔より費用の一部を寄付いただきました。

大芝高原のアスレチックコースに4つの遊具が新設され4月20日にお披露目式が行われました。

新たに設置されたのは上下2本のロープを使って渡る「ロープ渡り」、木の階段や一本橋を歩く「どきどき橋」、入り組んだ木の板の間をくぐり抜ける「壁抜け」と「ターザンロープ」です。

式が終わると、公園を訪れていた大勢の子どもたちが大喜びで新しい遊具を楽しんでいました。

この遊具は、村に本社を置く運送業(株)泉翔が創立50周年記念事業の一環で村に寄付いただいた500万円と村の予算を合わせて作りました。

式に出席した同社の吉崎重明常務は「公園を訪れる人がさらに増え、大人も子どもも楽しめる場所になっていけば」と話していました。

また、藤城村長は「素晴らしいアトラクションを追加することができて嬉しい。」と感謝していました。



おとな & こども だけの日曜日



子育てに忙しいパパとママ、たまには自分のための休日を満喫してください！
南箕輪村の地域おこし協力隊がお子さんをお預かりし、得意を活かしたアクティビティを一緒に行います。
大人も子どもも楽しい休日になりますように★



リズム&ダンス



ボードゲーム



外あそび



プログラミング

…お預かり内容…

日時 6月30日(日) 9:00 ~ 13:00

場所：大芝高原・森の学び舎

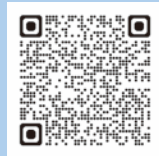
対象：5歳～10歳 定員：15名程度

参加費：ひとり200円(おやつ代)

*保育士資格を持つ協力隊が常駐します。

*お子さんのお昼ご飯(買ったものでもok!)をお持ちください。

申し込みは
こちら



英語レッスン



森の探検



ランチタイム



クラフト

主催：南箕輪村地域おこし協力隊 ◎問い合わせ 地域づくり推進課 企画係 ☎(98)6640

森と芝の マルシェ

6月22日(土) 10:00～15:00
※雨天決行

大芝高原
森の学び舎

詳細は
ウェブ
サイトでも



キッズマルシェ

子どもたちによるマルシェ！
ハンドメイド品やリユース品
などのお店が並びます。

ワークショップ

オリジナルアロマスティックづくり(500円)
アカマツの木を使ったアロマスティックに、
オリジナルの焼き印やレーザー加工をしてみよう！

UVレジンでチャームづくり(500円)
大芝高原でお気に入りの葉っぱを見つけて
チャームを作ろう！

◎問い合わせ 村観光協会 ☎(72)2180



観光協会Instagram
@minamiminowa_tourism

肩甲骨のストレッチです！

6月はいよいよ梅雨入りですね☔

気圧の変化で起こる頭痛の改善や肩こりの解消のために肩甲骨のストレッチをしましょう！

まずは今の肩甲骨をセルフチェック！



手を組み、そのまま上にあげてください。
耳の横まで上げられますか？



写真の腕が
およそ40°！

今度は後ろで
組み上にあげ
てください。
40°より上に上
げられますか？

ストレッチ方法



背筋はまっすぐにして座り、手は頭の後ろに当てます。
そのまま左右にゆっくりと傾けます。深呼吸をしながら行いましょう。
肩甲骨やわき腹辺りをストレッチ。
背筋はまっすぐキープ！

6月2024JUNE

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13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）113chで

8:00、10:00、12:00、14:00、16:00、18:00、20:00から

放送中

納付期限を忘れずに

7月1日（月）

- 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:6月3日（月）～14日（金）

6月 3日（月）開会、議案の審議
6月12日（水）一般質問
6月13日（木）一般質問
6月14日（金）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
2日(日)	元の気クリニック(内小)	伊那市西春近	74-2007
	このはなクリニック(婦)	伊那市上新田	98-8814
	上伊那生協病院(内)	箕輪町	79-8813
9日(日)	中村クリニック(小外)	伊那市狐島	77-0206
	春日医院(内)	伊那市高遠町	94-2054
	箕輪ひまわりクリニック(内小)	箕輪町	98-7206
16日(日)	たかはし医院(内小消)	伊那市荒井	71-5121
	前沢眼科医院(眼)	伊那市境	76-0600
	中川医院(内)	箕輪町	79-2103
23日(日)	久保田内科クリニック(内)	伊那市中央	050-1807-7862
	美和診療所(外内)	伊那市長谷非持	98-2017
	伊北クリニック(整)	箕輪町	70-6633
30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

※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。

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	5日・19日	4日・18日	5日・19日	12日・26日	11日・25日
古紙類・再生可能衣類	3日		10日		17日
廃食用油	3日・17日				

※ 無記名で未分別のごみ袋が増加傾向です。
分別をしっかりと行い、ごみ袋に必ず記名してから提出してください。

大芝公園各施設休業日

味工房 ☎76-0054

5(水)、12(水)、19(水)、26(水)

大芝の湯 ☎76-2614

6(木)、13(木)、20(木)、27(木)

※大芝高原温泉スタンドは故障により利用休止中です。

運動施設の問い合わせ

大芝公園管理事務所 ☎78-5835

催し等

イベント名	日時	場所	問い合わせ
森と芝のマルシェ	22日(土)10:00～15:00	大芝高原 森の学び舎	村観光協会 …… ☎72-2180
RIDE ON TIME in 大芝高原	30日(日)10:00～16:00	大芝高原 プール跡地	地域振興係 …… ☎98-6640

すすくはうす ☎78-7611

イベント名	日時
ベビーマッサージ	4日(火)10:30～11:00
ボディートリートメント	10日(月)10:30～11:00
おたのしみパネルシアター	11日(火)10:30～11:00
うたあそび	18日(火)10:30～11:00
絵本の会	20日(木)10:30～11:00
おはなしの広場	25日(火)10:30～11:00
お仕事相談	5日(水)10:00～11:00
	12日(水)10:00～11:00
	19日(水)10:00～11:00
	26日(水)10:00～11:00

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(木)、28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	8日(土) 10:30～	村民センター2階 大会議室

休館日
村図書館……… 3日(月)、10日(月)、17日(月)、24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 …… ☎98-0470
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)	11日(火)、25日(火) 13:00～、14:00～、15:00～	村保健センター	健康推進係 …… ☎98-0470
介護保険・後期高齢制度説明会	21日(金) 9:00～10:30	役場2階 講堂	高齢者支援係……… ☎72-2105 医療保険係 …… ☎98-0470
人間ドック、伊那健康センター等 結果相談(事前予約)	12日(水)、27日(木) 13:00～、13:45～ 14:30～、15:15～、16:00～	村保健センター	健康推進係 …… ☎98-0470

子育て			
こども・家庭相談	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15	こども館 相談室	こども相談室 …… ☎76-4110
教育相談	月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:15	こども館 教育委員会事務局	学校教育係 …… ☎98-5110
育児相談(事前予約)	13日(木) 9:20～11:20(1人20分)	村保健センター	母子保健係 …… ☎98-8310

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	21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)	28日(金)15:00～17:00	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)	6日(木)、20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1階)	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)	12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	4日(火) 10:00～15:00	村民センター2階 小会議室	住民係 …… ☎72-2106

村の浸水想定区域

問い合わせ 危機管理課 防災係 ☎(72)2104

村防災マップを確認しましょう

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」の一覧が掲載されています。「そのとき」に備えて、自分の住んでいる場所がどんな場所なのか、すぐに確認しておきましょう。



「村防災マップ」
(外国語版を含む)
は村ウェブサイト
から確認できます。



防災マップが
お手元ない方は
危機管理課
防災係(2階)まで

天竜川浸水想定看板を設置しています

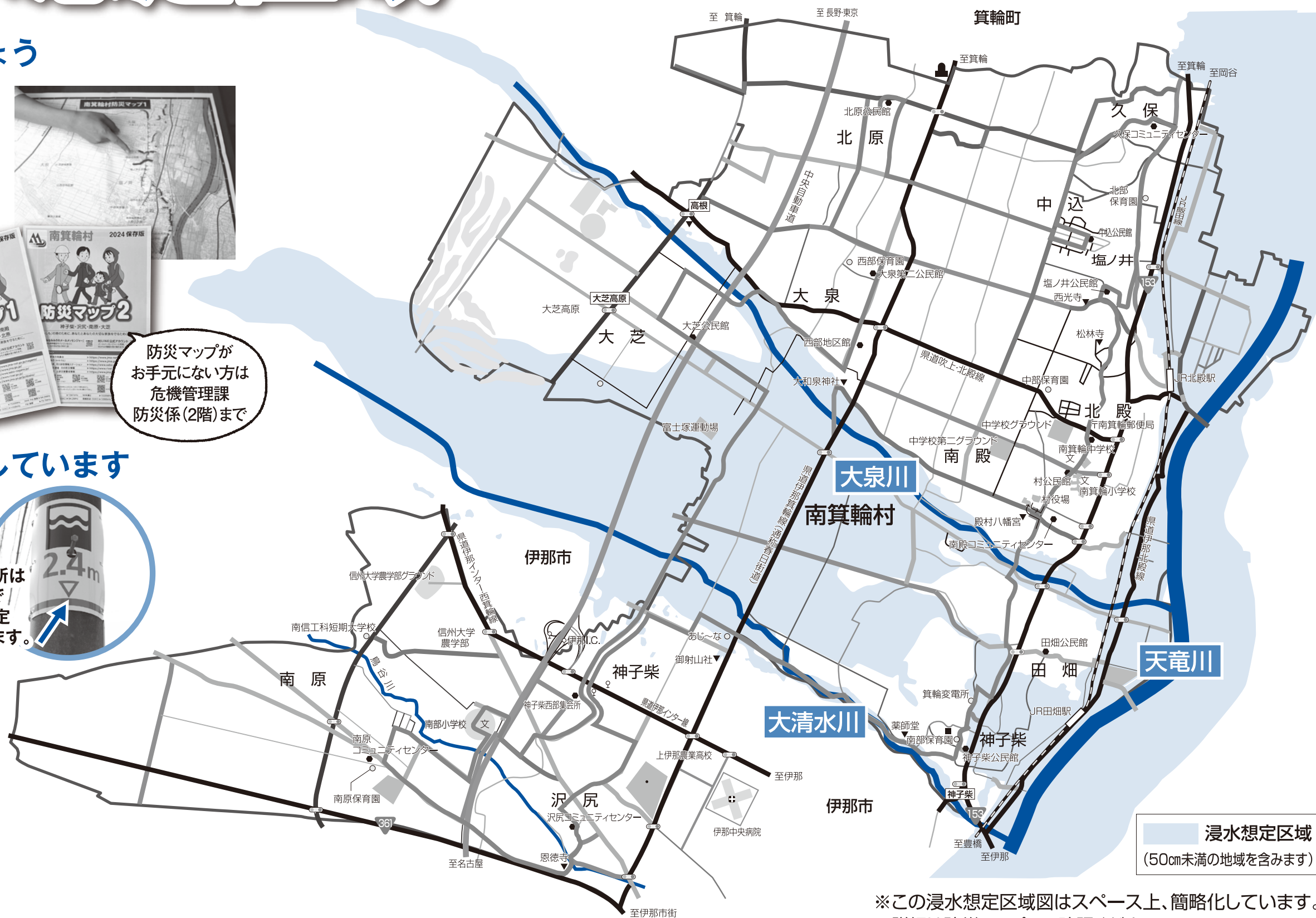
村内の23カ所に、天竜川が決壊・越水したときの浸水想定を示した看板を設置してあります。浸水被害にあう「そのとき」に備えて避難の準備をしておきましょう。

天竜川流域の浸水想定状況については、天竜川上流河川事務所のウェブサイトで確認することができます。



天竜川上流河川事務所

この場所は
ここまで
浸水想定
しています。



浸水想定区域
(50cm未満の地域を含みます)

※この浸水想定区域図はスペース上、簡略化しています。
詳細は防災マップでご確認ください。



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/