

広報

# みなみのわ

2026  
5月  
No.629



## 特集

南箕輪村  
ブランド

## 村観光協会 認定推奨品



アルコバレーノの  
ピッツァ



New  
村の赤い実  
リンゴジュース



天使の美肌  
トータルエイジングケア  
クリーム



とろっとタイプ  
さらっとタイプ  
tensi+ リッチタイトセラム



天使の美肌化粧品

みなみ  
みのわの実

森のアイス



真っ黒  
どーナツ



広報  
みなみのわ

2026  
5月

●令和8年5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.minaminowaja.jp>  
e-mail [vill-m@vill.minaminowaja.jp](mailto:vill-m@vill.minaminowaja.jp)

●印刷/アド・コマーシャル(株)

大学等を卒業後村に居住し  
上伊那地域で働く方へ **奨学金返還費用を助成します。**

- 内容** 申請する年度内に返還した奨学金額の2分の1の額で、1年間の限度額は15万円。補助期間は最大60か月(5年間)です。
- 申請期限** 12月15日(火)まで(2年目以降:5月末日まで)
- 対象者** ①令和8年4月1日以降、上伊那地域で、正規雇用で就職(公務員は除く)、就農、起業等した方  
②就労する1年以内に上伊那区域外から村へ居住の実態を移した方、または大学在学中から引き続き村内に居住し、卒業後1年以内に就労した方  
③3年以上の定住意思のある方  
④申請する年度末時点で満40歳未満の方  
⑤奨学金の返還や村に納付すべき税等を滞納していない方

◎問い合わせ 地域づくり推進課 地域振興係 ☎(98)6640

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。

## 伊那谷ねっと

伊那谷発信地域ポータルサイト  
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/>

**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

あなたの「困った」を解決!  
ハクトー・TOTALサービスです!

**清掃・設備管理・  
警備・害虫駆除**  
お任せください!

**7TS**  
ハクトーは、ゴー!  
0120-891-085

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

Sunlight energy

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](http://www.notescorp.co.jp)

**SCF 信英蓄電器箔株式会社**  
テクノロジーと自然との共生

上伊那郡南箕輪村3930番地 TEL.0265-78-2193

**大芝の湯**  
開館24周年記念 **イベント開催!** 5/1(金)

5/1限定 24周年記念 数量限定  
周年記念 限定メニュー  
ざるそば **ALL**  
ざるうどん **500円!**

入浴回数券をご購入の方に  
**割引券3枚プレゼント!**  
入場のお客様  
**粗品プレゼント!** 先着200名様に

【お知らせ】大芝の湯はリニューアル工事のため2026年5月11日~11月21日まで休館となります。

大芝の湯 ☎0265-76-2614

**ステーキランチ**  
大好評営業中  
11:00~14:00

大芝高原  
公園管理事務所 TEL.0265-78-5835

# 村観光協会認定推奨品

☎ 村観光協会 ☎ (72)2180



村観光協会  
ウェブサイト



村観光協会  
Instagram

認定推奨品は、村の地域資源を利用した「村ならでは」、「村らしい」商品として、村推奨品認定推進委員会が認定した商品です。この制度は地場産品の普及、産業振興、村のPRにつなげることを目的に平成30年に創設されました。

今回新たに4つの商品が村観光協会推奨品として認定されました。「村の赤い実リンゴジュース」を商品化した楠好延さんと、「tensi+リッチタイトセラム」、「天使の美肌トータルエイジングケアクリーム」を開発した大明化学工業株式会社コスメ販売開発課チームさんに、話をお聞きました。



## 村の赤い実リンゴジュース



きました。

**Q 商品のPRを！**

A 甘味、酸味、辛味、渋味などの豊かな味を持った、きれいな赤い色のリンゴジュースです。

※1 ポリフェノール、アミノ酸が豊富で、特に※1 ポリフェノール(タンニン)、※2 アントシアニンを多く含んでいます。



村の赤い実リンゴジュース

ポリフェノール、  
アントシアニンたっぷり

止する効果があります。  
※2 アントシアニンは、目の機能改善、血管保護、脂肪蓄積抑制、がん予防効果が期待されています。

**Q 商品の味は？**

A 甘味の中にほのかな酸味もあり、一般的なリンゴ100%ジュースの甘つたるさはなく、さわやかですっきりとしたのどろろ感が特徴です。リンゴの香りがふわりと広がります。

**Q 推奨品に認定された思いは？**

A 推奨品に認定され、大変うれしく思います。特徴的な赤い色のジュースを、大人も子どももたくさんの方に手に取っていただけるよう、広く広めていきたいと思っています。

**Q 販売場所は？**

A 大芝公園の味工房、ガレットカフェ、新宿高島屋、ルブルターニユ神楽坂レピスリーなどで。今後はイベントなどを通じて、村と一緒に広め、販売店舗を拡大したいと思っています。



味工房ガレットカフェ  
ウェブサイト



味工房ガレットカフェ  
Instagram

特集  
南箕輪村  
ブランド



## tensi+リッチタイトセラム 天使の美肌トータルエイジングケアクリーム

tensi+リッチタイトセラム  
さらっとタイプ  
とろっとタイプ



**Q 開発のきっかけは？**

A 1946年の創立以来「水」と向き合ってきた私たちは、「尿素」と「グリセリン」を成分としたシンプルな製法の天使の美肌水(化粧水)にたどり着きました。

天使の美肌水の発売から24年。多くの声に応え、お肌をつやつやのハリ肌に導くため、何度も改良を重ねて開発し、tensi+リッチタイトセラムが誕生しました。

**Q 商品化開発期間は？**

A 約4年の歳月をかけて完成させました。

**Q 開発での苦労は？**

A 新しく「tensi+(テンスィプラス)」というブランドを立ち上げ、肌に良いとされる8つのこだわり成分を配合し、美肌効果の高い美容液として商品化するのに苦労しました。

また、2種類の試作品でモニター調査を行ったところ、結果が半々に分かれてしまいいちどりか一方に絞り込めず、最終的に2種類とも商品化する事にしました。

**Q 商品のPRを！**

A 天使の美肌化粧品から生まれた、「こ褒美ケアシリーズ」です。  
天使の美肌シリーズ「余計なものを入れ

**Q 商品化のきっかけは？**

A はじまりは「シールドロドカミナーロゼ(赤い実リンゴの微発泡酒)」「以下シールドロゼ」の商品化です。2016年に地域おこし協力隊として村産業課に着任し、信州大学の伴野名誉教授を紹介されました。そこで赤い実リンゴ(「HR17」)の話聞き、シールドロゼの商品化するきっかけになりました。

その後、微発泡酒だけでなく、赤い実リンゴの味を子どもたちにも知ってもらいたいと思うようになりました。

**Q 商品化開発期間は？**

A 構想から8年、信州大学の研究室に何度も足を運び、村の農家の田中農園さん、大和屋農園さんたち

に一生懸命リンゴを育てていただき、ようやくシールドロゼが商品化ができました。そして「村の赤い実リンゴジュース」は、その1年後に誕生しました。

**Q 商品化での苦労は？**

A 今回リンゴの生産量も増え、シールドロゼだけではなく、大人から子どもまで楽しめる商品にしたいという考えもあり、大きな苦労はなく順調に商品化で

ないシンプルな配合をベースに、お肌によいとされている成分や使い心地、満足感をプラスした、唯一無二化粧品のシリーズです。

リッチタイトセラムは、シンプルさを求めつつも美容液成分をしっかり取り入れたい、そんなお肌を大切にすることに、リッチタイプの美容液で、使用感の異なる2種のお肌の状態に合わせて使い分けられます。

**Q 使用後の効果は？**

A 保湿力たっぷりでお肌(角質層)に浸透し、8種類の美容液成分によりキメを整え、ハリツヤを与えます。乾燥によるシミ・しわを予防する成分が入っています。

年齢肌ハリを与える  
全身使えるエイジングケア



天使の美肌トータルエイジングケアクリーム  
とろっと tensi+リッチタイトセラム  
さらっと

**Q 開発のきっかけは？**

A もともと「天使の美肌保湿クリーム for MEN」という男性向けの商品とし

て販売していましたが、女性の方にも多くご利用いただき好評でした。そのため、新たな成分を追加し、男女関係なく使えるパッケージにリニューアルしました。

**Q 商品化開発期間は？**

A 天使の美肌保湿クリーム for MEN」からのリニューアルです。開発期間は約1年でした。

**Q 商品化開発期間は？**

A 天使の美肌保湿クリーム for MEN」からのリニューアルです。開発期間は約1年でした。

**Q 開発での苦労は？**

A 敏感肌の方にも使える成分を選定したこと、成分を追加しつつ、従来の使用感をそのまま維持したこと、話題になった成分は何か市場調査し、2つの成分に絞り込んだことです。

**Q 商品のPRを！**

A 「敏感肌だから、エイジングケアは難しい…」と諦めていた方に、ぜひお試しください。注目の成分は、次世代<sup>※2</sup>レチノールとして人気の<sup>※3</sup>「バクチオール」と、肌の健やかさを育む<sup>※4</sup>「ナイアシンアミド」を贅沢に配合しました。

**Q 販売場所は？**

A 大明化学工業株式会社本社事務所(北殿駅)の踏切を渡ってすぐにて、定価より少しお得な価格で販売中です。  
天使の美肌化粧品、全商品を取り扱っています。

肌本来持つ力をサポートします。  
さらっとした使用感でしっかりと保湿するの

に、べたつかない！お顔からだ全身に使える、おススキのエイジングケアクリームです。

※1 エイジングケア...年齢に応じたケアのこと

※2 「レチノール」...皮膚や粘膜の健康維持を助けるビタミンAの一種

※3 「バクチオール」...オランダ産というマメ科植物から抽出される天然の美容成分

※4 「ナイアシンアミド」...ビタミンB3とも呼ばれる水溶性ビタミンの一種

**Q 使用しての効果は？**

A 肌が持つ本来の美しさを引き出し、弾むようなハリと輝きに満ちた素肌へと導きます。

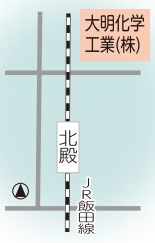
**Q 推奨品に認定された思いは？**

A 4年前に「天使の美肌水」等の天使の美肌化粧品が推奨品に認定されましたが、今回、新たに「tensi+リッチタイトセラム2種」と「天使の美肌トータルエイジングケアクリーム」を同様に推奨品に認定され、大変うれしく思っています。

村と一緒に、地元推奨品として盛り上げていきたいと思っています。

**Q 販売場所は？**

A 大明化学工業株式会社本社事務所(北殿駅)の踏切を渡ってすぐにて、定価より少しお得な価格で販売中です。  
天使の美肌化粧品、全商品を取り扱っています。



天使の美肌  
Instagram

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。



## 5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	15日(金)	●1歳6か月児健診	実施なし
●7か月児相談	21日(木)	●2歳児相談	22日(金)
●10か月児健診	28日(木)	●3歳児健診	26日(火)
●1歳児相談	29日(金)		

◎問い合わせ こども課 母子保健係 ☎(98)8310



## 特定健診・循環器健診

15ポイント



生活習慣病は、ある日突然起こるように思えますが、10年～15年かけてだんだんに血管が傷み(動脈硬化)、発症します。その間、痛みなどの自覚症状がないので気づかないうちに血管の変化が進行していることがあります。健診では、血管を傷める危険因子(高血圧・高血糖・高中性脂肪・高LDLコレステロールなど)がないか知ることができます。この機会に健診を受けましょう！

■対象者 ○特定健診 ・40～74歳の国民健康保険加入者  
(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)

○循環器健診 ・19～39歳で健診受診の機会がない方  
・後期高齢者医療加入者で希望する方

■日程 5月22日(金)、25日(月)～29日(金) の6日間  
会場内の混雑を避けるため、地区ごとに受診日時  
の指定をさせていただきます

■場所 村民センター2階 ■自己負担額 1,000円

■健診項目 問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図、\*1眼底検査  
\*1(40歳～74歳の方全員と医師が必要だと認めの方)

※生活保護世帯の方で受診を希望する方は、受診券を発行しますので、事前に健康推進係まで申し込んでください。

※次のいずれかに該当する方は無料

- ◇令和9年4月1日までに41、46、51、56、61、66、71歳になる方
- ◇生活保護受給者
- ◇令和8年度住民税非課税世帯

### Q. 40～74歳の方で国保加入者でない場合はどこで受ければいいのか？

A. 各医療保険者が契約している医療機関や健診機関等で受診することができます。詳しくはご加入の医療保険者へお問い合わせください。被扶養者で、村で実施する健診会場で受診を希望する場合は各健診機関へ直接お問い合わせください。

特定健診・循環器健診の同日に受診できる検診もあります

### ウイルス肝炎検査

ウイルス肝炎とはウイルスの感染によって起こる肝臓の病気です。肝炎は、感染した状態を放置すると慢性肝炎から肝硬変、肝がんにつながる場合があります。

■対象者 40歳以上(昭和62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

■自己負担額 無料

### 前立腺がん検診

前立腺から分泌されるPSA(前立腺特異抗原)の血液濃度を検査します。

■対象者 50歳以上(昭和52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

※各種検診受診希望とりまとめ時に、受診を希望しなかった方で、健診を受けたい方は健康推進係まで申し込んでください。

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470

## 協力隊の素顔が



協力隊ウェブサイト



協力隊Instagram



みづどめ かずき  
満留 和樹さん

### 卒隊のごあいさつ

3月末をもちまして、地域おこし協力隊を卒隊することになりました。これからは、大芝高原のアカマツ材を活かした木工製品をメインに作っていきます。ただ作るだけでなく、木を使うことを通じて、自分の活動がこの先もずっと地域に残っていくように、長く続けていきたいと思っています。「地元の木を使いたいな」と思ったときに、気軽に声をかけてもらえるような「地元の木材業者」として、地域の皆さんの選択肢の一つになれたらうれしいです。新しいスタートになりますが、これからも変わらずよろしくお願いします！



地域おこし協力隊  
おがわ たかし  
小川 貴史

着任日は昨年10月1日で、長崎県長崎市出身で田畑区に在住。趣味はゴルフ、釣ります。協力隊の前はバレーボールチームの監督をしていました。

### Q村を選んだ理由や印象は？

A山々に囲まれていて、自然との近さ、アウトドアが好きなので移住しました。とにかく村民のかたがたがとても親切的な印象があります。

### Q担当業務と現在の活動は？

Aスポーツ振興、げんきあっぷクラブ参加、グロッテ神社神主をしています。スポーツ振興で、バレーボールSVリーグのVC長野トライデンツのマスコットキャラクター「グロッテ」をご神体とする「グロッテ神社」企画・作成し大芝の湯に納めました。神社の祠は「おもてなしプリン」の空き瓶108個を再利用して組み立て、かやぶき風の屋根も手作りして、中にグロッテの人形を納めた神社です。皆さんとつながれるスポットを作るのが目標です。素晴らしい湯に浸かって体を癒やし、トライデンツの必勝を祈願して楽しんでほしい！と願いを込め、神社の神主をしています。げんきあっぷクラブではストレッチ、体操、脳トレゲーム等での村民との交流をしています。

### Qこれからの目標・希望は？

A村民の皆さんが、楽しめるイベント実施の企画を考えています。VC長野トライデンツの選手と一緒にミニゲームや交流会を実施するなど。

### Q失敗談などありますか？

A海外で時間を間違えて、搭乗予定の飛行機に乗れずかなり焦りました。(翌日の便に乗れました。)

### Q笑い話などありますか？

A間違っって知らない人の助手席に乗ったことがあります。(同じ車種だったので)



地域おこし協力隊  
ひらつか れみこ  
平塚 玲美子

着任日は4月1日で、静岡県出身で沢尻区に在住。趣味は、運動、登山、旅、テニスです。協力隊の前は信州大学農学部の学生でした。

### Q村を選んだ理由や印象は？

A南箕輪村の「人」と「自然」が大好きだからです！信州大学農学部の学生として3年間村で生活を送りました。その中で地域のかたがたと交流する機会があり、村の人々の温かさに居心地の良さを感じました。また、村は雄大な山々に囲まれ、自然が溢れた場所です。部屋から見えるアルプスに毎朝感動しています。人の温もりがあり、自然豊かな村のために働きたいと強く感じました。

### Q担当業務と現在の活動は？

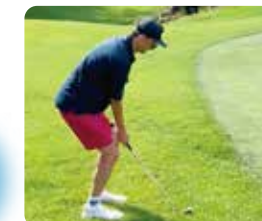
Aわくわくクラブの運営、活性化で1人でも多くの方に知ってもらえるように、SNSを使った発信に力を注いでいます！また、スポーツイベントの企画・発信を行っています。

### Qこれからの目標・希望は？

A一人でも多くの方にわくわくしてもらうために、気軽に参加できる楽しいイベントを行っていきたくです！スポーツはもちろん、農業や文化を絡めながら楽しい活動をしていきたいです。

### Q失敗談などありますか？

A学生時代、大芝高原で大きなスイカが500円で売っていたのを見つけたので、友達に連絡してみんなでスイカ割りしようと思案しました。「何時にどこで」と連絡をして、ノリノリで運転していたら、後部座席に置いていたスイカが車の中で割れました。浮かれていた私は、普段通らない近道を通ろうと思い、曲がり角で急ブレーキを踏んでしまいました。完熟だったようで、割れやすかったみたいです。でも、とっっつても美味しくて、半分以上自分で食べました(秘密)。皆さん、夏になったらスイカ割り誘ってください！この無念を晴らしたい。



平塚 玲美子  
地域おこし協力隊  
Instagram



わくわくクラブ  
Instagram

# 带状疱疹ワクチン予防接種



带状疱疹とは、体の中に隠れている水ぼうそうのウイルスが再活性化して発疹などが現れ、生活に支障が出るほどの痛みが長く続くこともある皮膚の病気です。  
公費補助がある带状疱疹の予防接種が受けられるのは、一生のうちに対象年齢となる1年間だけです。  
この機会に接種を行い、带状疱疹を予防しましょう。

- 対象者 ①令和8年度中に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳のいずれかの年齢になる方  
②60～64歳で、免疫不全ウイルスによる免疫障害をお持ちの方
- 通知送付 対象者の方へは、4月中旬に予診票等の通知を送付しています。予診票を紛失した場合は、医療保険係まで電話ください。なお、予診票を使わず接種した場合は、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。
- 接種期間 令和9年3月31日まで

◎問い合わせ 健康医療課 医療保険係 ☎(98)0470

3ポイント



# てくてく健康教室 参加者募集

ぜひ健康づくりの第一歩として教室に参加してみませんか？  
体力に自信のない方、長い距離を歩けない方でも参加可能です。

◎問い合わせ  
健康医療課 健康推進係  
☎(98)0470



## てくてく健康教室とは・・・？

7月～11月の全9回の講座をとおして、正しい運動法や、健康的な食事について知ることができる教室です。生涯健康に過ごしていくためのきっかけづくりを行い、今後の生活がより充実し、豊かなものとなるよう、自身の健康について見つめなおします。

- 対象 村民でおおむね20歳以上の方  
運動不足を解消したい方、生活習慣病を予防・改善したい方
- 講師 松本大学 根本賢一教授(スポーツ)・村健康運動指導士
- 定員 20人程度

5つ  
おすすめポイント!!

- 1 講師による講義で専門的な知識を身につけられる!
- 2 活動量計を使用し、運動量の把握、健康管理ができる!
- 3 体力測定により、体のバランスを知ることができる!
- 4 個々に応じたサポートも充実している!
- 5 お出かけもあり、楽しみながら教室に参加できる!

■受講料 2,000円  
※村指定の活動量計をお持ちでない方は別途購入費がかかります。(5,100円)

■申し込み 二次元コードから予約または健康医療課 健康推進係へ電話で申し込んでください。

■その他 申し込みされた方には、後日詳しい通知をお送りします。

■申し込み 二次元コードから予約または健康医療課 健康推進係へ電話で申し込んでください。

■その他 申し込みされた方には、後日詳しい通知をお送りします。

日程	内容	場所
1 7月6日(月) 9:30～12:00	・開講式 ・健康基礎講座	村民センター(大会議室)
2 7月31日(金) 9:30～12:00	・体力測定 ・簡単なレクリエーション	村民体育館
3 8月18日(火) 9:30～12:00	・体力測定フィードバック ・運動実践①「効果的なウォーキングについて知ろう！」	大芝高原 森の学び舎
4 9月1日(火) 9:30～11:30	・運動実践②「セラピーロードウォーキング」	大芝高原 森の学び舎
5 9月14日(月)～17日(木)のうち1日を予定	・野外散策	詳細は後日お知らせします
6 10月2日(金) 9:30～11:30	・栄養講座 ・運動実践③「筋力トレーニング」	大芝高原 森の学び舎
7 10月17日(土) 8:30～16:00	・大学祭体験ツアー	松本大学
8 11月10日(火) 9:30～12:00	・体力測定	村民体育館
9 11月24日(火) 9:30～12:00	・閉講式(体力測定フィードバック、教室の振り返りなど) ・修了式	村民センター(大会議室)

※都合により内容が変更になる場合があります。



# 乳がん検診(マンモグラフィ検診)

15ポイント



- 対象者 40歳以上の女性(令和7年度のマンモグラフィ検診受診者は除く)
- 日程 5月18日(月)、19日(火)、20日(水)、6月4日(木)、5日(金)、8日(月)、9日(火)
- 受付時間 8:50～11:00、12:50～14:00 ※完全予約制、先着順
- 申込方法 電話または右の二次元コードから申し込んでください。
- 場所 村保健センター
- 定員 各日40人
- 受診料 2,000円(41歳・46歳・51歳・56歳・61歳の方、生活保護受給者は無料です。)  
※通知の届いていない方で受診を希望する方はご連絡ください。

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係 ☎(98)0470



申し込みはこちら

対象者 おおむね20歳以上の住民の方

## 体ほぐれてすっきり! ストレッチ教室

運動を始めるきっかけを作りたい方におすすめ!!



- 日時
- ①5月21日(木) 9:30～10:30(受付9:15～)
  - ②5月29日(金) 13:15～14:15(受付13:00～)
- ★①か②どちらかの1日となります。

- 予約期間
- ①5月21日(木)開催分 5月8日(金)9:00～19日(火)17:15まで
  - ②5月29日(金)開催分 5月8日(金)9:00～27日(水)17:15まで

申し込みはこちら

## 筋力トレーニング講座

～筋力アップで身軽な体作り～



筋肉をつけることでスタイルアップやロコモやフ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です。  
※1:歩くなどの移動機能が低下した状態 ※2:心身の機能が衰えた状態

- 日時
- ①5月25日(月) 13:15～14:15(受付13:00～)
  - ②5月26日(火) 9:30～10:30(受付9:15～)
- ★①か②どちらかの1日となります。

- 予約期間
- ①5月25日(月)開催分 5月8日(金)9:00～23日(土)17:15まで
  - ②5月26日(火)開催分 5月8日(金)9:00～24日(日)17:15まで

申し込みはこちら

昼間に参加できない方  
向けの夜の講座

対象者 20～64歳の住民(医師の指示による運動制限のない方)

## リフレッシュストレッチ

凝り固まった体をストレッチでほぐします。

- 日時 6月26日(金) 19:00～20:00(受付18:45～)

- 予約期間 5月8日(金)9:00～6月24日(水)17:15まで

③6月開催昼間の「ストレッチ教室」と並行して参加はできません!!



申し込みはこちら

## ちょっとがんばる! 筋トレ講座

ご自身のペースで気軽に取り組める筋トレ講座です。

- 日時 6月11日(木) 19:00～20:00(受付18:45～)

- 予約期間 5月8日(金)9:00～6月9日(火)17:15まで

③6月開催昼間の「筋力トレーニング講座」と並行しての参加はできません!!



申し込みはこちら

共通項目 3ポイント

- 定員 15人程度(5人以上の場合のみ実施します。)
- 予約方法 健康医療課 健康推進係へ電話(平日8:30～17:15)または電子申請にて申し込んでください。
- 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 動きやすい服装でお越しください。
- お願い 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



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						

納付期限を忘れずに

## 6月 1日(月)

- 介護保険料
- 軽自動車税
- 上下水道料金
- 保育料

「広報330」(有線放送)

5月14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

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

放送中

### 休日当番医

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)

伊…伊那市 南…南箕輪村 箕…箕輪町

日	所在地	医院名	電話番号
3日 (日・祝)	伊	原内科消化器科医院(内消)	☎(77)0177
	伊	河野医院(内小)	☎(72)3208
	伊	前沢眼科医院(眼)	☎(76)0600
	南	堀田内科クリニック(内)	☎(72)3980
4日 (月・祝)	伊	たかはし医院(内小消)	☎(71)5121
	伊	北原内科(内)	☎(94)2255
	伊	富士眼科医院(眼)	☎(74)7166
5日 (火・祝)	伊	久保田内科クリニック(内)	☎050-1807-7862
	伊	美和診療所(内)	☎(98)2017
	箕	福島医院(内)	☎(79)2071
6日 (水・振)	伊	田中病院(内外)	☎(78)3555
	伊	滝小児科医院(小)	☎(71)5250
	箕	しろざき内科クリニック(内)	☎(98)5030
10日 (日)	伊	下島医院(内)	☎(72)2204
	伊	重盛医院(内小)	☎(72)2384
	箕	伊北クリニック(整)	☎(70)6633
17日 (日)	伊	くろごうち内科循環器科医院(内循)	☎(77)0582
	伊	酒井医院(内循内)	☎(72)4835
	箕	ユーカリの森クリニック(内)	☎(98)7855
24日 (日)	伊	池上医院(内)	☎(72)4060
	伊	春日医院(内)	☎(94)2054
31日 (日)	伊	田畑内科医院(内)	☎(78)6668
	伊	新井耳鼻咽喉科医院(耳)	☎(77)0033
	箕	上伊那生協病院(内)	☎(79)8813

### 大芝公園各施設休業日

味工房	休業日なし	☎(76)0054
ガレットカフェ	休業日なし	☎(98)7607
大芝の湯	7日(木)、11日(月)~11月21日(土)まで リニューアル工事のため休業	☎(76)2614

その他運動施設は下記に問い合わせてください。

大芝公園 管理事務所	営業時間 8:30~17:00	☎(78)5835
---------------	-----------------	-----------

### 健康運動指導士による村指定の活動量計の登録、データの記録を行います

村指定の活動量計を利用してウォーキングに取り組んでいる方や新規登録される方はぜひお越しください。

#### 5月の場所と日程

<大芝高原森の交流施設> 健康運動指導士による運動相談も可能です!

日程	時間
5月16日(土)	10:00~12:00
5月21日(木)	13:30~15:30

#### <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

◎問い合わせ 健康医療課 健康推進係  
☎(98)0470

### 催し等

イベント名	日時	場所	問い合わせ
中央アルプス経ヶ岳ラウンドトレイル	30日(土)	大芝高原、経ヶ岳	大芝サービス係 ☎(72)2180
森と芝のマルシェ	30日(土) 9:00~15:00	大芝高原	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	1日(金) 9:45~10:45
おはなしの広場	11日(月) 10:30~11:00
ベビーマッサージ	12日(火) 10:30~11:00
絵本の会	14日(木) 10:30~11:00
おたのしみパネルシアター	18日(月) 10:30~11:00
うたあそび	26日(火) 10:30~11:00
お仕事相談	13日(水) 10:00~11:00
	20日(水) 10:00~11:00
	27日(水) 10:00~11:00

### こども館(こども課) ☎(98)8310

イベント名	日時	対象
親子運動あそび(事前予約)	9日(土) 10:30~11:00	1歳半~3歳11か月

### 村図書館 ☎(73)4946

イベント名	日時	場所
小さなおはなしむら	8日(金)、21日(木) (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	16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(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)  
南部小図書館 … 日・月曜日、2日(土)、5日(火)、6日(水)

### 相談あれこれ

名称	日時	場所	問い合わせ
健康・栄養相談(事前予約)	平日8:30~17:15	村保健センター	健康推進係 ☎(98)0470
介護相談	平日8:30~17:15	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)	14日(木) 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	27日(水) 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)	1日(金)、13日(水) 13:00~、13:45~、14:30~ 15:15~、16:00~	村保健センター	健康推進係 ☎(98)0470
子ども・家庭相談	平日8:30~17:15	こども館こども相談室	こども相談室 ☎(76)4110
教育相談	平日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)	11日(月) 9:15~11:45(1人30分)	村保健センター	母子保健係 ☎(98)8310
おでかけ赤ちゃんルーム	25日(月) 10:00~11:30	大芝高原 森の学び舎	
ことばの相談	22日(金) 13:30~、14:15~、15:00~	こども館 相談室1	
村長相談(事前予約)	平日8:30~17:15	要相談	秘書広報係 ☎(72)2104
行政相談	15日(金) 10:00~12:00	村民センター2階小会議室	相談委員 藤田さん ☎(72)2104
心配ごと相談	平日8:30~17:15	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)	22日(金) 15:00~17:00		
交通事故相談(事前予約)	28日(木) 10:00~15:00	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	平日8:30~17:15	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(事前予約)	13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	平日9:00~16:00	こども館相談室2	女性就業支援室 ☎(96)8020

※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。

## 頑固な技術と柔軟な発想

株式会社 **MEG** **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  
<https://www.meg.co.jp> e-mail: info@meg.co.jp FAX 0265-76-9601

お知らせ

自転車用ヘルメットの購入補助

自転車通学が多くなる高校生世代を対象に自転車用ヘルメットの購入費を補助します。

- 補助対象者
- ・補助金を受ける年度の3月31日時点で15歳から18歳の方
- ・村税等の滞納がないこと
- ・村に住所を有し、現に村内に居住していること

■補助額等  
3000円までを上限にヘルメットの購入費用全額(1000円未満切り捨て)

- 対象のヘルメット
- ・令和8年度中に購入したもの
- ・SGマーク等の安全基準を満たす自転車用ヘルメット(新品)

■申請期限  
ヘルメットを購入した年度の3月末まで

■その他  
詳細は村ウェブサイトを確認してください。

問 総務課 行政係  
☎(72)2104



村赤十字奉仕団 正副委員長委嘱

4月1日付けで、村赤十字奉仕団の委員長に金井光代さん(田畑)、副委員長に加藤輝夫さん(神子柴)が委嘱されました。

赤十字奉仕団は、赤十字の人道・博愛の精神のもとに、明るく住みよい社会を築き上げるために結成された組織で、今年度は村内162人の団員で活動します。

問 危機管理課 防災係  
☎(72)2104



副委員長 加藤 輝夫さん

委員長 金井 光代さん

令和8年度 軽自動車税・自動車税の納期限は6月1日(月)です

軽自動車税および自動車税は、毎年4月1日に車両を所有している方に課税されます。

■納期限 6月1日(月)

軽自動車税については財務課税務係へ、自動車税については南信濃税務事務所へ問い合わせください。

問 財務課 税務係 ☎(72)2321  
南信濃税務事務所 ☎(76)68005  
(受付時間 9時~16時30分)

軽自動車税の減免申請

軽自動車税について減免を受けられる場合があります。また、申請済みであっても、車を買替えた場合は再度減免手続きが必要です。

■対象

身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちで要件に該当する方

■申請期限 6月1日(月)

※減免車両は1台のみです。自動車税の減免を受けている場合は、軽自動車税の減免は受けられません。

問 財務課 税務係 ☎(72)2321

狂犬病予防接種

狂犬病予防法に基づき、予防接種を行います。

犬は法律で登録が義務づけられていますので、未登録の飼い主は必ず登録を行ってください。

■注射料金

3600円(犬の登録をしていない方は別途登録料金が3000円かかります)

■注意事項

- ・注射後に交付される注射済票は必ず首輪などに付けてください。
- ・注射会場でのフンは飼い主が必ず片付けてください。



- ・健康に異常がある犬や過去に狂犬病予防注射で異常があった犬は、動物病院で相談のうえ接種してください。
- ・当日、犬に異常がある場合は必ず申し出てください。
- ・集合接種を利用しない場合は、動物病院等で狂犬病予防接種を受けてください。

問 住民環境課 生活環境係  
☎(72)2106

狂犬病予防注射日程

実施日	時間	場所(駐車場にて実施)
5月16日(土)	9:00~ 9:30	久保コミュニティセンター
	9:40~10:30	役場
	10:40~11:10	田畑公民館
	11:25~12:00	沢尻コミュニティセンター
5月17日(日)	9:00~ 9:30	西部地区館
	9:40~10:00	中込公民館
	10:10~10:40	北殿公民館
	10:50~11:30	役場
	11:40~12:10	神子柴公民館
	12:25~13:00	南原コミュニティセンター
5月18日(月)	10:00~10:30	役場



問 長野県スポーツ振興課  
☎026(235)71008

■申込期間  
4月22日(水)~6月11日(木)

※募集・会場等の詳細は、長野県公式ウェブサイトを確認してください。

**まっくんランチへおいでください**

学校給食センターを見学して、子どもたちと同じメニューを試食する「まっくんランチ」を実施します。学校給食や食に関する理解を深める機会としてご参加ください。

日時 **6月19日(金) 11:30~13:00**

場所 まっくんキッチン(学校給食センター) 中学校第二グラウンド西

定員 30人(先着順) 費用 500円(当日お持ちください。)

申込方法 5月29日(金)までに 学校給食センターへ電話または電子申請にて申し込んでください。(電話の場合8:30~17:00 土日祝日を除く) ※次回は7月17日(金)を予定しています。

学校給食センター ☎(73)2487

申し込みはこちら

みんなで、たのしく♪

**車イスバスケット体験会**

参加定員 10名ほど先着順

対象:どなたでも 初心者大歓迎!

知らないスポーツ、知ればきっと好きになる。

5月24日(日) 村民体育館

時間 13:00~14:30(受付12:45~)

持ち物 ・体育館シューズ・飲み物  
・タオル等・動きやすい格好

初心者や小学生も楽しめる内容です

参加無料

参加申込・問い合わせ

メール 長野車椅子バスケットボール協会 nagano.wba.office@gmail.com

公式インスタグラムDM

申し込みはこちら(公式インスタグラム)

## 募集

### 交流サロン補助金事業の活用団体募集

地域で行われるサロン等の運営経費を助成します。

- 対象事業
  - ・地域の高齢者が参加し、月1回以上行われる交流・運動等の活動で、次の条件を満たす事業
  - ・他の制度による助成・補助等を受けていない
  - ・営利を目的としない
- 対象経費
  - ・報償費 会議費 燃料費
  - ・消耗品費 印刷製本費
  - ・保険料 郵送料 使用料 賃借料
  - ・材料費
- 限度額 5万円(初年度は7万円)
- 申し込み
  - ・6月26日(金)までに福祉課相談係までご連絡ください。
  - ・詳しい事業内容と申請書類等についてご案内します。
  - ・※年度途中の申請も可能です。

問 福祉課 相談係 ☎(72)2105

### お誕生おめでとう



3月11日 南 殿  
宮下 華歩ちゃん(雅行・雅代さん)

### かなしみ(死亡)

ご冥福をお祈りします

2月21日	北 原 堀内	豊さん(68歳)
2月23日	北 殿 羽生	傳さん(81歳)
2月28日	北 殿 有賀	文明さん(73歳)
2月28日	田 畑 白鳥	光徳さん(79歳)
3月2日	北 殿 倉田	さだ子さん(94歳)
3月4日	田 畑 孕石	勝市さん(85歳)
3月5日	中 込 田口	忠さん(84歳)
3月13日	南 原 松島	貞子さん(97歳)
3月14日	北 殿 倉田	むつみさん(96歳)
3月18日	北 殿 田口	宏充さん(52歳)

### 人の動き

南箕輪村 R8.4.1 現在  
( )内は、前月比

人口 1万5960人(-42)

男性 7919人(-23)

女性 8041人(-19)

世帯数 6872世帯

### 村事業の入札結果 問 財務課 財政係 ☎(72)2321

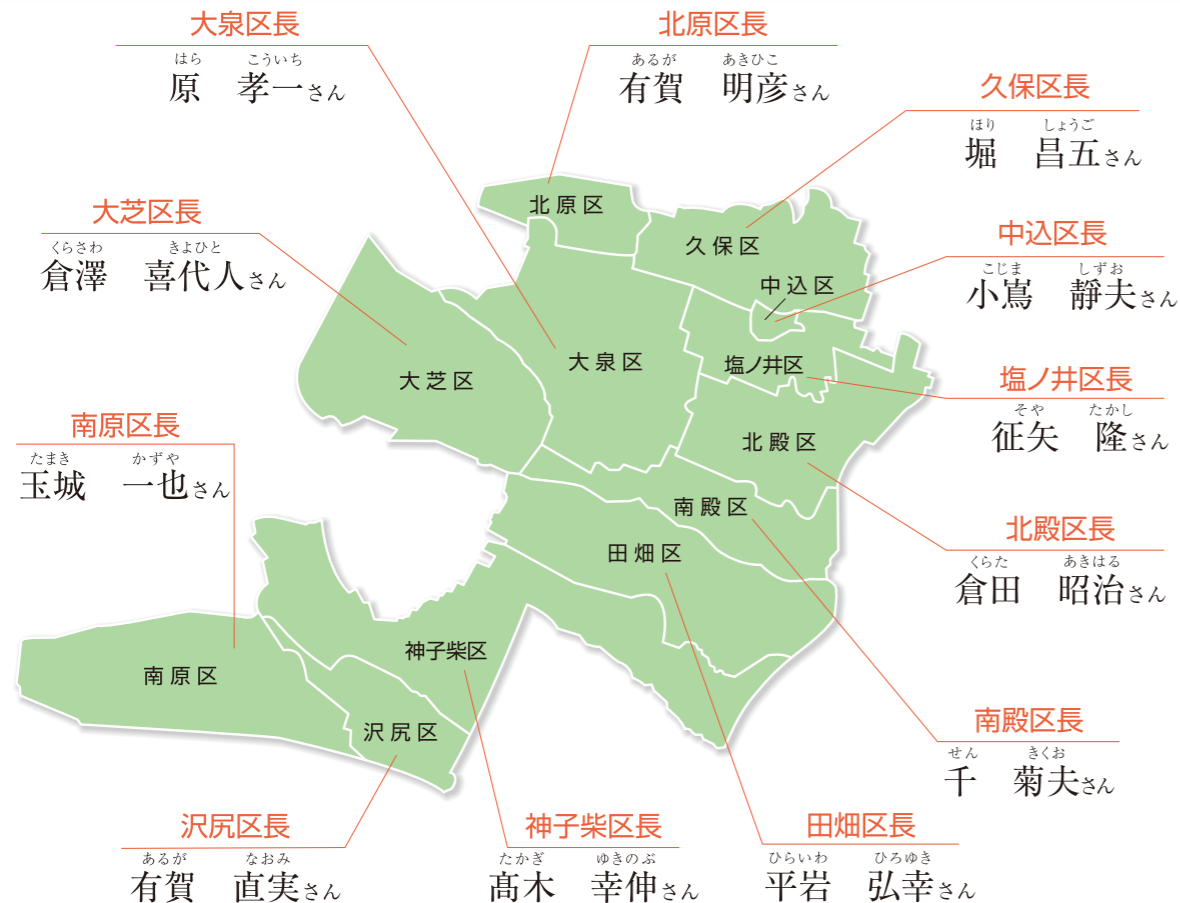
入札日	工 事(業務) 名	落札金額	落札業者
3/18	庁舎清掃業務	330	(株)ハクトータルサービス
	下水道MP・GP場維持管理業務	644	南信環境管理センター(株)
	南箕輪村村民センター・図書館清掃業務	127	ジャーナル商事(株)伊那支店
	南箕輪村こども館清掃業務	159	ジャーナル商事(株)伊那支店

単位:万円。万円未満切り捨て、税込。



## 令和8年度区長紹介

区と村のパイプ役として、また各区の代表としてご尽力いただきます。



問 地域づくり推進課 地域振興係 ☎(98)6640

### 村営住宅の入居者募集

- 対象物件
  - ・南箕輪村4763番地1
  - ・1階2DK・1戸
- 募集期間
  - ・5月7日(木)～18日(月)(土日を除く)
  - ・午前8時30分～午後5時
- 入居資格(すべての条件を満たしている方)
  - ①同居する親族がいる方(60才以上の高齢者・障がい者等は単身でも応募可能)
  - ②入居者全員の所得から所得控除額を引いた月収が15万8千円以下の方
  - ③高齢者・子育て・障がい者世帯等は月収が緩和されます。
  - ④住宅に困窮していることが明らかの方
  - ⑤他の公営住宅に入居していない方
  - ⑥税・上下水道料金等に滞納がない方
  - ⑦南箕輪村に住民登録ができる方
  - ⑧暴力団員でない方
- ※入居希望者が複数の場合は抽選で決定します。抽選日は申込者に連絡します。
- 応募書類は建設水道課の窓口にあります。また、村ウェブサイトでダウンロードできます。不明な点は建設管理係まで問い合わせください。
- 問 建設水道課 建設管理係 ☎(72)2325

### 河川愛護モニター募集

- 募集人数 各区間1人
- 募集区間
  - ①天竜川 天龍橋付近から伊那路橋付近までうち3.5程度
  - ②天竜川 平成大橋付近から天龍橋付近までうち3.5程度
- 応募資格
  - ・次の両方の条件を満たす方
  - ①満20歳以上の心身とも健康な方で、河川に接する機会が多く河川愛護に関心をお持ちの方
  - ②募集区間の近隣にお住いの方
- 任期
  - ・7月1日～令和9年6月30日
- 応募方法
  - ・住所、氏名、電話番号、年齢、職業、希望区間、応募理由を記載したものをメールまたは郵送にて応募してください。
  - ・cbr-feniyokanri@milt.go.jp
  - ・住所 〒399-4114 駒ヶ根市上穂南7-10
- 応募期限 5月8日(金)(必着)
- 問 国土交通省 天竜川上流河川事務所 管理課 愛護モニター担当 ☎(81)6414

### 令和9年度伊那中央病院の新規採用職員募集

- 募集職種、人数
  - ・一般事務(中級)1人程度
- 受験資格
  - ・平成3年4月2日以降に生まれた人で大学短大を卒業または令和9年3月末までに卒業見込みの人
- 申込受付期間
  - ・5月22日(金)～6月16日(火)
- 試験日
  - ・第1次 7月12日(日)
  - ・第2次 8月中下旬
- 応募方法
  - ・応募方法など詳しくは、伊那中央病院ホームページをご覧ください。
- 問 伊那中央行政組合伊那中央病院 庶務課 ☎(72)3121

### 村駐在所一時閉鎖

- 期間 7月～12月
- 理由 改修工事のため
- 閉鎖期間中の連絡先 —
- ・伊那警察署 ☎(72)0110
- ・箕輪町交番 ☎(79)2028
- 問 村駐在所 ☎(72)0574

3/16 女子ソフトボール 長野選抜として全国大会出場

南箕輪中学校1年(現2年)村上陽さんは、3月に群馬県で開かれた女子ソフトボールの全国大会に長野県選抜として出場しました。村上さんは、上伊那の中学生チーム「イ〜ナJr.ソフトボールクラブ」に所属、右投げ右打ちのピッチャーです。



監督の新井さんは「走攻守そろう、全国レベルで戦える選手」と村上さんを高く評価しています。

村上さんの得意な球種は、ストレートとチェンジアップ、バッティングも好きで「大会では、チーム目標である“楽しむ”を基本に、さらに自分の強味であるストレートを生かして勝ちたい」と話しました。

3/24 望月音楽教室の3名が全国大会出場、6名が地区大会入賞

北殿の望月音楽教室に通う、村内の保育園児から中学生までの9名が役場を訪れ、今年度出場したピアノ大会の結果を報告しました。

全国大会に出場したのは南箕輪小学校3年の河野咲希さん、南部小学校6年の小林なゆ花さん、諏訪清陵高等学校附属中学校1年の大野琉護さんの3名です。

また、西部保育園園長の高谷玲葵さん、南部保育園園長の加藤百音さん、南部小学校2年の宮澤まほ乃さん、南箕輪小学校2年の高谷璃緒さん、南箕輪小学校5年の大野伶衣奈さん、南部小学校6年の関桃花さんも各地区大会で優秀な成績を修めました。

大会を通して、大野さんは「日々の練習を続ける大切さ、音をよく聞き、自分の中でのイメージを大切にすることを学びました」と話しました。

★学年はそれぞれ令和8年3月時点のものです。

4/4 小中学校入学式

満開の桜が咲くなか、村内の各小中学校で入学式が行われました。

期待と緊張が入り混じった表情の新一年生が、保護者や上級生の拍手に迎えられる入場しました。今年度入学したのは、南箕輪小学校115名・副学籍1名、南部小学校50名、南箕輪中学校173名です。

南箕輪小学校の様子



南部小学校の様子



南箕輪中学校の様子



3/17 全日本チアリーディング&ダンス選手権大会出場(全国大会)

伊那市を拠点とするチアリーディングチーム「M's☆STARS」に所属する、南箕輪小学校6年生(現・南箕輪中学校1年生)の長岩凛さんが、3月に千葉県で開催された全国大会に出場しました。



「M's☆STARS」は4チームに分かれており、長岩さんは「チームプロダクション」の一員として出場。チームは小学6年生から高校2年生までの10人編成で、長岩さんはトップ(最上段)を担当し、回転技などで演技を盛り上げる役割を担いました。

長岩さんは「あきらめない、何度も挑戦する」気持ちを大切に、週4回の練習に取り組み、楽しみながら続けています」と話します。

また、「全国大会では2分半の演技をオリジナルミックス曲で披露し、1位を目指し、会場を盛り上げたい」と意気込みました。



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。

みんなの公民館 楽しいためになる・頼りになる 公民館の窓から 公民館の窓から 公民館の窓から 公民館の窓から 公民館の窓から

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 8:30~21:30 ◎問い合わせ 村公民館 ☎(72)4623

さあ、公民館の「新学期」! 新しい講座、サークルも始まります

- 新規開講講座(一部)
- 歴史 ①村の城跡 ②上ノ平遺跡
  - 社会 村発見! 地元の企業見学
  - 自然 わかる! 科学遊び
  - 芸能 ①和楽器の基礎 ②ごちゃまぜオーケストラ
  - 技術 竹細工~ピク(写真)
  - 健康 大人の美容とケア
  - 運動 楽しいズンパ(ラテン系ダンス)
  - 趣味 ①切り絵 ②笑い文字



こんなピクを作ります

経ヶ岳の《道づくり》に挑戦しませんか? 6月13日(土)

経ヶ岳登山道の補修、笹刈り、防鹿柵設置などソフトからハードまで各種作業を体験できる公民館単発講座です。経ヶ岳友の会の協力・指導で、山を知るいい機会にもなります。(写真は、枯れ木の様子を見る友の会の原さん)



村文化団体/サークルの紹介 参加歓迎!

小野寺民謡会

約30年前に生まれた民謡を楽しむグループで、秋田出身の故・小野寺晴山先生に指導を仰いで活動してきました。昨年公民館のサークルとして立ち上げ、現在は、伊那・木曾など地域の民謡のほか、秋田・青森など東北地方の民謡も唄っています。



また、須坂・塩尻・諏訪など他地域の小野寺グループとも合同で、発表会や演奏会を開催しています。

現在、三味線を担当するメンバーは4,5人、唄の手は5,6人で青森出身の方がとても上手に唄の指導してくれるので、初心者でも安心して参加できます。もうひとつのサークル、「伊那谷民謡会」とは姉妹のような関係で、一緒に活動することもあります。敬老会や福祉施設などで年に5回程、ボランティア演奏会を行っています。

■活動日 毎月第1・3金曜日 19:00~

今月のイベント 母の日講座(9日)、あかまつ学級(13日)、ゆずり葉学級(21日)、すくすく玉手箱(27日)

小中学校の授業風景

自分のよさと可能性を発揮する子どもたち

共に学び合う No.3



本時のめあて 【相手を揺さぶって得点したい!】 南箕輪中学校1年生 保健体育 単元【ネット型「バドミントン」】

【生徒の判断の負荷を減らす場の工夫】←教師の教材研究から

- ①ネットの上にナビゲートライン(ゴム紐)を張り、シャトルを打つ際の目印にする。 →★「あのゴムを狙って打つと、コートその後ろまでいくよ。」
- ②コート縦半分にし、前後への打ち分けに意識を集中させる。 →★「大きく打って相手を後ろに下げよう。」 ★「次は前側に落とそう!」



①ゴム紐を示してアドバイス ②コート縦半分にしてゲーム

【ペアでのアドバイスのやりとりの様子】←ペア学習のよさ(学び合う場の構成)

【AさんとBさん、CさんとDさんのやりとり】 Aさん「Bさんはサーブが課題だね。相手を後ろに下げるサーブを打てるよ、ゴム紐に当てるつもりで打ってみようよ」→何度か打つ →「サーブがコートの後ろに入ったね。次は相手からの返球を大振りせずピンッと打ってみよう」→ジャストミート→「ナイス!」 Dさん「Cさんは、シャトルを大きく後ろに打たれたときに取れないことが多いかな。ホームポジションを意識するといいんじゃないかな」 →「そうそう、打ったあとは、いつもホームポジションに戻っていていいと思うよ」→励ましの言葉でCさんのやる気UP!

【アドバイスカードに記入した改善点】 Aさん:サーブはコートの後ろへ大きく打つ。返球が来たら、大振りせず確実にコートの前方へ落とす。 Cさん:コートの後ろに打たれたシャトルを打ち返したら、すぐにコートの真ん中のホームポジションへ戻る。前方に落とされた時も同様。

この授業のポイント ◎「自分のアドバイスが相手のプレーの役に立つ実感をもってほしい」「相手へのアドバイスを基に『相手を揺さぶる』見方・考え方を深めて自分のプレーにも活かしてほしい」という願いからアドバイス活動を取り入れた授業です。経験や技能の違いがあってもお互いにアドバイスを活かす姿、自分のプレーに活かそうとする姿が見られました。

【このコーナーは、奇数月に、村の小中学校が順番で執筆していきます。】