

広報

みなみみのわ

2011
10月
No.454

広報
みなみみのわ

2011
10月

●平成23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 URL <http://www.vill.minamininowa.nagano.jp>
〒399-4562 長野県上伊那郡南箕輪村4825-1 電話/0265-76-2104(代表) FAX/0265-73-9799 e-mail vilmn@vill.minamininowa.nagano.jp

●印刷/アド・コマーシャル(株)

特集

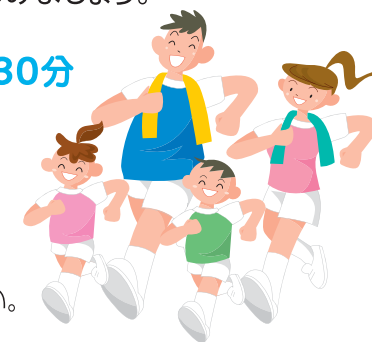
セラピーロードで歩こう!

公民館からのお知らせ ふるさと再発見講座 パートⅡ

晩秋の「中央アルプスに広がるキャンパス」コースを、一緒に散策しませんか
村の文化財や素晴らしい自然にふれながら、秋のウォーキングを楽しみましょう。

日時 **11月12日(土)** 午前8時50分～11時30分

- 集合場所 南信病院駐車場 (午前8時30分集合)
- 参加費 無料
- 対象 小学生以上
- 申込締切 11月9日(水)
- 講師 あかまつ学級会員
- ※定員はありませんが、資料等の準備の都合上、事前にお申し込みください。



●問い合わせ先 村公民館事務局(教育委員会事務局内) TEL 76-7007

みなみみのわメールメッセンジャー 配信中

災害発生や防犯などの緊急情報に加え、保育園や学校からのお知らせ、制限付一般競争入札情報など、様々な最新情報をお届けします。

●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。



▲こちらの二次元バーコードから空メールを送信してください。

村では、広告料収入による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へお問合せください。

画像処理をトータルサポートする
株式会社アルゴル

010101010101
010101010101
010101010101
01010101

ALGOL 株式会社アルゴル
〒399-4511 長野県上伊那郡南箕輪村8211-12
TEL.0265-76-7845 FAX.0265-76-4422

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**

太陽光発電は豊富な実績のある
当社にお任せください。

おかげさまで県内実績
600件設置!!

ITODIENKO
伊藤電工株式会社
☎0120-83-3443

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中箕輪9286番地1
有限会社ノーツ TEL/FAX 0265-79-0026
www.notescorp.co.jp

ビルメンテナンスから
産業廃棄物処分まで

(有)ハクトー・トータルサービス
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>

今年も開催♪
**イルミネーション
フェスティバル開催**
10月1日(土)～10月22日(土)まで

毎年10万人以上が
訪れる大イベント♪

大芝荘 ☎0265-76-0048

ストレッチのポイントは

- ①無理をしないこと
- ②呼吸を止めないこと
- ③心地よいと感じるところまで伸ばすの3つです。
声を出して、数を数えながらストレッチしましょう！



片方の手を反対の手で抱えるように持ち、伸ばしましょう。



片方の手首を持ち、手首とは反対の方向にゆっくりと身体を倒しましょう。



手を組んで大きく上に伸びましょう。



つま先の甲を床に押すようにしてつま先をゆっくり伸ばしましょう。



同じ姿勢のまま、片方の肩を前に入れ込み、ゆっくりと肩を伸ばしましょう。



足を肩幅より少し広く開き、お相撲さんの『四股』のように腰を落とします。



最後にもう一度大きくノビをして終了です。

お尻を後ろに突き出すようにし、ものの裏側の筋肉を伸ばしましょう。



通常のアキレス腱伸ばしより少し狭い幅で開き、前の脚を伸ばし、後の脚を曲げましょう。



アキレス腱を伸ばしましょう。

特集

セラピーロードで歩こう！

でも その前に…



やつぱり、味工場のジェラートはおいしいな

特に、この秋の新作ジェラートは最高だね



ある日の昼下がり、大芝高原でのごきい



ちょっと待った〜

だ、誰だ？



ナイスアイデア！

お腹もいっぱいになったし、みんなの森のセラピーロードに歩きに行こうか



だいじょうぶ！

この通りすがりの健康運動指導士佐藤佳代が教えてアゲル



ストレッチ？



しっかりストレッチをしましょう

いきなり歩き出したら身体に毒ですよ



●リフレッシュコース

みんなの森をぐるっと回りたい人はリフレッシュコースがおすすめ。ちょっと長いコースなので、少し汗をかいて気分をリフレッシュ！

●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。ひざや腰をいたわりながらゆっくり歩きたいひとはこのコースで。

●ライトコース

みんなの森をちょっと歩いてみたい方はこのコースを。歩くのが苦手な人も一度おためしあれ。

自分にあったコースを選びましょう！

12



目線は少し遠くに。
10m~20m先を見ましょう。



上半身はリラックスしましょう。

手は軽く握るか開きましょう。

歩幅は普段より広く歩きましょう。

ふんふん
なるほど！

つま先でしっかり
けり出すように
歩きましょう。

足はかかとから下ろすようにしましょう。

ウォーキングは
姿勢が大切です！

腕は前後に大きく振って
歩きましょう。

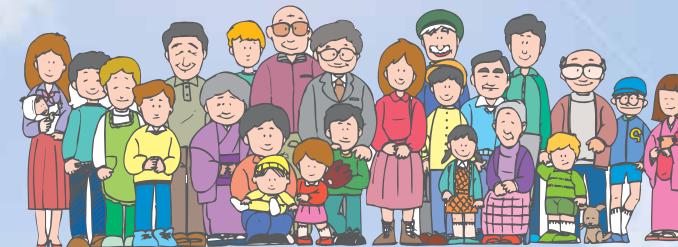
村の生活環境をみんなで守ろう！

～環境の保全に関する条例施行～

道路や駐車場に捨てられているごみが目に付きます。
誰が捨てたのでしょうか。また、それは誰が拾うのでしょうか。

ポイ捨ての他にも犬のふんの放置や空き地の雑草、隣の家の騒音・・・

ポイ捨てすることは論外ですが、自分たちの住む村の生活環境を守るには、
住民・事業者・村、それぞれの立場でできることをすることが大切です。



今年7月から施行された「環境の保全に関する条例」の中で、「村」「事業者」「住民」それぞれの役割を次のように定めています。

◆第3条

村は、あらゆる施策を通じて良好な環境の保全を図ることに努め、村民の健康で快適な生活を確保しなければならない。

◆第10条

事業者等は、その事業活動によって良好な環境を侵害しないように、自らの責任と負担において必要な措置を講ずるとともに、村が実施する良好な環境の保全に関する施策に協力しなければならない。

◆第13条

村民等は、良好な環境の保全に関する意識を高め、健康で快適な生活を営む権利が侵害されないようその確保に努めるとともに、自然を侵害し、公害を発生させ、又はその他の行為によって地域の良好な環境を損なってはならない。

不法投棄の現状は…

昨年度（22年度）に役場に連絡があった不法投棄は55件、重量にして約2トン弱。その他、不法投棄監視員さんが収集したものを含めると、年間約10トンもの不法投棄があります。

不法投棄防止のため、不法投棄監視員（7人）による村内パトロールの他、広報での啓発に努めています。

また、独自に清掃・美化活動を行っている方や、企業・団体も増えていて、村内の美化・景観を守る取り組みが広がっています。

●ポイ捨て等の禁止

（3万円以下の罰金あり）

道に捨てられているたばこや買い物袋ごと捨てられるごみ。拾う人の気持ちも考えてもらいたいものです。

【第31条】

何人も、公共の場所及び自己又は他人が所有する土地又は施設（以下「公共の場所等」という。）に空き缶等のポイ捨てをしてはならない。



●犬のふんの適正処理

【実際にあった相談事例】

- ・毎朝敷地内にフンをされてしまう。自分で処理しなければならないのか。
- ・田んぼの中にフンを捨てられてしまう。肥料になると都合よく解釈されても困る。
- ・土手や草むらのいたるところにフンが残されていて、子どもを遊ばせられない。

【第32条】

犬の飼い主は、みだりに自己が所有又は占有する犬のふんを放置することなく、適切に処理しなければならない。



●たばこの散乱防止

【第33条】

- 1、喫煙をする者は、吸い殻等の散乱防止に努めなければならない。
- 2、喫煙をする者は、公共の場所及び公共の集まる場所において、歩行中（自転車の運転中を含む。）の喫煙をしないように努めなければならない。



●空地等の適正管理

【実際にあった相談事例】

- ・隣の空き地の草が管理されておらず、草が伸び放題。虫もわいて家に入ってくるので何とかしてもらいたい。

【第37条】

空地（宅地化された状態の土地又はこれに準ずる形態の土地で、現にその所有者又は管理者が使用していないものをいう。以下同じ。）の土地所有者等は、その空地に繁茂する雑草、枯草又は投棄された廃棄物を除去するとともに、廃棄物の不法投棄を防止する措置を講じて、付近の住民の生活環境を損なうことのないよう、空地を適正に管理しなければならない。



●騒音の防止

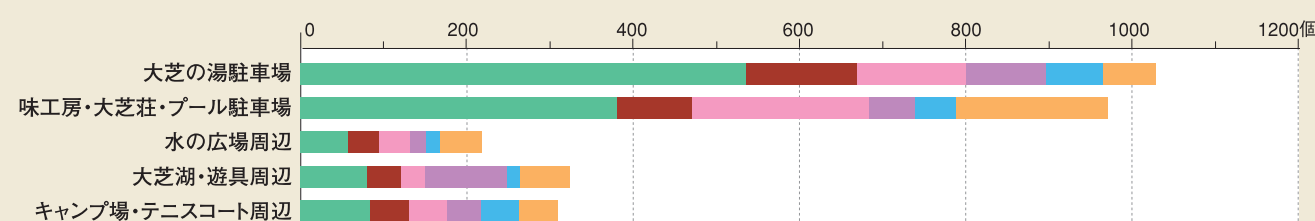
【第39条】

何人も、近隣の静穏を害するような騒音を発生させないよう努めなければならない。



お互いに気をつけることで、みんなが気持ちよく住める村にしましょう。

大芝高原 ポイ捨てごみの実態



	キャンプ場・テニスコート周辺	大芝湖・遊具周辺	水の広場周辺	味工房・大芝荘・プール駐車場	大芝の湯駐車場
タバコ	90	83	58	387	541
紙片	47	32	37	86	134
プラの袋	46	36	36	217	125
食品容器	31	95	49	48	90
ガラス・金属	50	19	13	49	62
その他	44	60	40	176	87

北殿の北條慎一郎さん（13）が、去年の夏休み（H22.8.1～8.17 午前7:30～実施）に家族と一緒に、大芝高原のごみ拾いをしてくれて、その時拾ってくれたごみの実態データを、村に提出してくれました。

ごみの総数は、2週間余りで、2,868個！重さにすると7キロ余り。中でも、タバコの吸殻は1,159個と半数以上です。また、飲みかけのペットボトルや空き缶、コンビニ弁当の食べカス等も多く、大人のポイ捨てごみがいかに多いかが思い知らされます。

北條さんは、ごみ拾いをした感想で「ボランティアとして一生懸命でき

てよかったけれど、拾った次の日にたくさんごみが捨ててあるとがっかりして悲しい気持ちになった。」と話してくれました。

癒しの森の大芝高原での大人のモラル、しっかり考えさせられます。

このデータは統計グラフとして、現在大芝荘に展示されています。その時に拾ってくれた写真も一緒に展示されていますので、ぜひ、みなさんも大芝荘に行った際にはご覧ください。

【地産地消推進】
地元産

“新鮮 旬の野菜”を食べよう!!

ファーマーズあじ〜なの食育ソムリエの皆さんが、旬のおいしい野菜をつかったレシピを紹介!

食育ソムリエ 柴 克彦さん
あじ〜なで唯一の男性ソムリエです。



このサラダは健康的で
簡単にできます。

地産地消の取り組みメモ

村内の農事組合法人まっくん野菜家(理事長五味一廣さん)では、地元産の新鮮な玉ネギ・にんじん・じゃがいもを栽培し、学校給食や保育園用に提供しています。

あじ〜な食育ソムリエの おすすめ料理 ②

ゆで卵とレタスのサラダ

73kcal 食物繊維1.1g

材料(4人分)



ゆで卵1個
レタス5、6枚
ドレッシング
玉ネギすりおろし大さじ1
めんつゆ濃縮タイプ小さじ2
ごま油小さじ1
コショウ適量

—— 血液サラサラ玉ネギドレッシングでどうぞ。 ——

作り方

- ① レタスは一口大を冷水に通し水気を拭く
- ② ゆで卵は4〜6等分にくし形にし、さらに半分にする
- ③ ゆで卵をレタスに乗せドレッシングを混ぜる

●問い合わせ ファーマーズあじ〜な TEL 78-0701

村総合防災訓練



Yomoyama
Topics

よもやま
ゆびゆ

大規模な地震が発生したとの想定で村総合防災訓練が9月3日に村内各地区で行なわれました。それぞれの区では、自主防災会を中心に地区の特性にあった訓練を実施しました。

このうち北殿区では、土のう袋のつくり方や消火器の使い方、毛布を使うだけが人の運搬方法などを学びました。

また南殿区では、県北部地震の際、栄村に支援活動を行った信州大学農学部・松島憲一准教授の講演会も行われました。

小学校運動会

村内両小学校で9月17日に、児童たちが心待ちにしていた運動会が行なわれました。

運動会が始まるとグラウンドの中では元気な子どもたちの声が響きわたり、応援に駆けつけた家族が熱い声援を送っていました。

南みのわ農産物フェア

産業課 TEL.72-2180

天候不順による農作物への影響が心配されましたが、今年も実りの秋を迎え農産物フェア・収穫祭を開催します。毎年好評につき売り切れになりますので、早めのご来場をお願いします。

☆恒例大好評コーナー!!

- ・採れたて農産物
- ・行者にんにくそば
- ・なし詰め放題
- ・試食・試飲(ポン菓子、牛乳、ヨーグルト)
- ・味工房(ジェラート、おやき、手づくりパンなど)
- ・フリーマーケット
- ・信大生交流コーナー
- ・牛串焼き

日時 10月16日(日)

午前9時30分〜午後3時

場所 大芝高原 味工房駐車場

主催 村営農センター

共催 南箕輪村・大芝高原味工房・JAあじ〜な・まっくん野菜家



競技がひとつひとつ行なわれるごとに飛び交う声援が増す中で、子どもたちは練習の成果を思う存分発揮していました。

7月24日に、大芝高原まつり実行委員会の田中秀明副大会長が役場を訪れ、東日本大震災の義援金を唐木村長に手渡ししました。

この義援金は7月20日に開催された大芝高原まつりの会場内に16個の募金箱を設置し、参加者に募金呼びかけたもので、総額で19万1,907円が集まりました。

また、村消費者の会は、使い終わった天ぷら油で作った廃油石鹸を1個100円で販売し、バザーも含めた売上の一部、1万円を義援金として村に届けました。

田中副大会長は「雨の中の開催だったが、多くの人に足を運んでもいい、募金もしてもらえてありがたい」と話していました。



大芝高原まつり義援金寄付

くらしの情報

健康

外国籍の方の結核健診

住民福祉課保健予防係

伊那保健福祉事務所では、外国籍の県民の方を対象に結核健診を行います。

■日時

10月30日(日)午前9時～午後2時

■場所

伊那合同庁舎1階 伊那保健福祉事務所

■対象

外国籍県民等

■健診内容

問診、胸部エックス線直接撮影

■実施方法

胸部検診車による集団健診

■受診料

無料

当日は、3か国語(ポルトガル、中国、英語)の通訳を配置しますので、お気軽にお出かけください。

■お問い合わせ

○長野県伊那保健福祉事務所

TEL 76-6836

受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分

○NPO法人 伊那国際交流協会

TEL 72-7706

受付時間 月、火、木、金 午前10時～午後1時30分

特定健診(循環器健診)

後の結果相談会

住民福祉課 住民係・福祉係・保健予防係

「血管を守る」をテーマに健診結果を説明しながら結果書をお返しします。受診された方は必ずご参加ください。

■対象

9月に保健センターで特定健診(循環器健診)を受診した方。

■日時

10月26日(水) 午前9時～11時、午後1時～3時

■場所

村保健センター

今回受診できなかった方は、伊那健康センターでの特定健診(循環器健診)が受診できますので、保健予防係までお申し込みください。また、この

問い合わせ先

- ☐ 村長室直通 FAX 72-2898
- ☐ 宿日直(夜間・休日) TEL 72-2104 有 75-2901
- ☐ 総務課 TEL 72-2104 有 75-2900 FAX 73-9799 有 75-2914
- ☐ 住民福祉課 TEL 72-2105 有 75-2902 TEL 72-2106 有 75-2904
- ☐ 財務課 TEL 72-2321 有 75-2942
- ☐ 収納対策課 TEL 98-0240
- ☐ 産業課 TEL 72-2180 有 75-2906 TEL 72-2176 有 75-2915
- ☐ 建設水道課 TEL 72-2325 有 75-2905 TEL 72-2326 有 75-2909
- ☐ 会計室 TEL 72-2168 有 75-2907
- ☐ 教育委員会事務局(公民館事務局) TEL 76-7007 有 76-7007
- ☐ 村図書館 TEL 73-4946 有 73-4946
- ☐ 議会事務局 TEL 72-2361 有 75-2913

間に国保を喪失された方は特定健診(40歳～74歳)を受診することができますので、受診券、問診票は破棄してください。

骨健診

住民福祉課保健予防係

骨粗しょう症による骨折は、高齢者の寝たきりの主な原因の一つです。骨量を増やし、骨折を予防するためには、若い頃からの食事や運動が大切です。

村では、骨健診を次の日程で行います。この機会にご自分の骨の状態をチェックし、生活習慣を見直してみしましょう

■対象者

平成24年4月1日までに20歳、25歳、30歳、35歳、40歳、45～60歳、65歳、70歳になる女性

■日時

■日時・場所

10月17日(月)

■対象者

65歳以上の方(昭和22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第1次結核検診(7月14日・22日実施)および肺がん検診(6月27日～7月1日実施)を受けた方

③会社、病院、医院、人間ドックなどで受ける方

募集

成人式を企画・運営してみませんか?

成人式担当事務局(村公民館)

TEL 76-7007

来年1月3日に開催する成人式の式典や祝賀会の企画・運営を行う実行委員を募集します。

成人式を迎える皆さん、式に参加するだけでなく、自分たちで成人式を作り上げ運営して思い出に残る成人式にしよう!

■対象者

今年度成人式対象者

平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれの方で、11月1日現在、村に現住所のある方および当時南箕輪中学校を卒業した方

■内容

・成人式の企画と当日の運営補助
・事前の打合せ会議(平日の夜に2～3回開催予定)

■募集期限

10月14日(金)

④寝たきり、歩行困難、入院中の方

■受診料

無料

糖尿病予防講演会

住民福祉課保健予防係

『「血糖値が高めですね」と言われたんだけど、血液の中に糖が多いとなぜ困るの?』

そんな疑問はありませんか。今、糖尿病予防がとても大事です。糖尿病予防講演会を実施しますので、近所誘い合ってご参加ください。

■日時

10月20日(木) 午後7時～

■開場

午後6時30分

■場所

村民センター2階大会議室

■講師

伊那中央病院 内科主任医長 佐久間孝弘 先生



■テーマ

糖尿病予防・重症化予防のために「血液の中に糖が多いとなぜ困るのでしょうか?」

■対象者

次のいずれかに該当する方、またはご家族が該当する方はぜひご参加ください。

・HbA1c 5.2～6.4%

森林セラピーロード てくてくツアー参加者募集

産業課商工林務係

TEL 72-2176

科学的にリラククス効果が証明された「信州大芝高原みんの森」の森林セラピーロードで、松本大学のネモケンこと根元准教授による健康チェック、ウォーキング指導を受けてみませんか。

日頃の疲れを癒したい方、健康に関心のある方、ぜひご参加ください。

秋のさわやかな高原で、一日じっくりと心と体のメンテナンスをしてみませんか。

■日時

10月30日（日）午前8時50分～午後2時（受付午前8時45分～）
雨天決行（雨天の際は、雨具をお持ちください。）

■受付会場

森の交流施設（大芝高原味工房南）

■募集人数

30人（定員になり次第締め切ります。）

■募集期間

10月3日（月）～20日（木）

■参加費

1,000円（昼食代含む）

■応募方法

電話にて商工林務係へお申し込みください。

お知らせ

蔵書点検休憩館

村図書館

蔵書点検のため、10月1日（土）から7日（金）にかけて休館します。
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

長野農政事務所地域第二課等の再編

長野農政事務所総務課

TEL 026-1233-2500

農林水産省の組織再編の一環として、農政関係事務を担当してきた長野農政事務所地域第二課および伊那統計・情報センター、飯田統計・情報センターが、9月1日から松本地域センターに再編されました。

新たに設置された松本地域センターでは、戸別所得補償制度等の農業経営の安定や農山漁村の6次産業化、食の安全・安心確保等の業務を行います。

なお、松本地域センターの支所が伊那市に設置され、戸別所得補償制度、統計業務および牛トラサビリティ制度に係る業務を行います。ただし、戸別所得補償制度業務については、平成24年3月末まで地域第二課庁舎（伊那

市狐島4358）で行います。

子ども手当が変わります

住民福祉課福祉係

10月から子ども手当が変わりました。大きく変更される点は次の通りです。

支給月額	
0歳～3歳未満（一律）	15,000円
3歳～小学校終了前（第1子・第2子）	10,000円
3歳～小学校終了前（第3子）	15,000円
中学生（一律）	10,000円

平成23年10月分～平成24年3月分、所得制限なし

■所得税制限なし

全ての方に新規の申請をしていただきます。

■対象者

- ・伊那市、駒ヶ根市および上伊那郡に在住する犬・猫の飼育者
- ・犬にあっては、登録および平成23年度狂犬病予防注射を実施済みの方
- ・交付決定をした場合、11月1日から12月31日までの間に動物病院で不妊・去勢手術を実施できる方

■補助金額

1頭につき3,000円（1世帯1頭のみ）

■補助頭数

70頭（希望多数の場合は抽選とします。）

■申込方法

長野県動物愛護会上伊那支部へ往復はがきでお申し込みください。

■申込期限

10月20日（木）必着

●往信はがき

表面

〒396-8666

伊那市荒井3497 伊那保健福祉事務所内 動物愛護会上伊那支部事務局あて

裏面

- ①飼い主の方の住所、氏名、電話番号
- ②手術する動物の種類（犬または



- 猫）、性別、年齢
- ③犬の場合は登録番号および平成23年度狂犬病予防注射済票番号
- 返信はがき
- 表面 あて先 飼主の方の郵便番号、住所、氏名
- 裏面 何も記入しないでください。（事務局からの連絡として使用）

催し

第5回村育樹祭

産業課商工林務係

大芝高原の森林を次世代に引き継いでいくために、育樹月間（10月1日～10月31日）に併せ、大芝高原の森林内を除伐・下草刈りなどの育林作業を行う村育樹祭を今年も開催します。

私たちの財産である大芝高原を守り育てるこの取り組みにつきましてご理解をいただき、ご参加をお願いします。

■日時

10月16日（日）午前9時～午前11時

小雨決行としますが、現地において実施不可能な天候の場合は、中止とします。

■集合時間

午前8時50分

都市計画変更案の閲覧と公聴会開催

建設水道課建設係

TEL 03-3598-8075

■受付時間

午前9時30分～午後5時（土日・祝日・年末年始を除く）

「伊那都市計画区域（伊那市・南箕輪村）の整備、開発及び保全の方針」（都市計画区域マスタープラン）の変更案について、皆さんの意見をいただく公聴会を開催します。

○案の閲覧、公述の申し出

■期間

10月6日（木）～10月28日（金）

※公述の申し出は、10月21日（金）まで受け付けます。

■時間

午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）

■閲覧場所

役場建設水道課、県庁都市計画課（長野市）、伊那建設事務所整備課（伊那合同庁舎4階）

■公述の申し出

閲覧場所にある公述申出書に必要事項を記入の上、提出してください。

※公述が出来る対象者は、都市計画案

犬猫の不妊去勢手術補助

長野県動物愛護会上伊那支部

TEL 76-6840

飼育する犬や猫の不妊去勢手術を実施予定の方へ手術費用の一部を補助します。

■集合場所
大芝高原多目的広場
※駐車場は、ミニグラウンドをご利用ください。
■開催場所
大芝高原みんなの森

法務局なんでも相談所
長野地方法務局伊那支局
TEL 78-3462

土地、建物の相続や贈与などの登記に関すること、戸籍・国籍に関すること、人権擁護に関する事など、お気軽にご相談ください。

■日時
10月29日(土) 午前10時～午後3時
■場所
長野地方法務局伊那支局 2階

行政書士による無料相談会
長野県行政書士会伊那支部
TEL 73-2208

■面接相談
○10月16日(日) 午前10時～午後3時
伊那市立図書館 視聴覚室
○10月30日(日) 午前10時～午後3時
駒ヶ根市商工会館 4階 中会議室
■電話相談



8/1 沢尻 荒木 美咲ちゃん
(善太郎さん・裕子さん)

8/2 神子柴 伊東 綸ちゃん
伊東 砂良ちゃん
(勇太さん・奈帆さん)

8/3 南原 加賀美 智也ちゃん
(大さん・奈津子さん)

8/4 久保 池上 蓮人ちゃん
(健人さん・佳奈子さん)

8/4 田畑 有賀 末宙ちゃん
(正樹さん・ひづるさん)

8/5 田畑 加藤 ゆあちゃん
(哲弥さん・ちかさん)



○10月の毎水曜日のみ 午後1時～午後4時
行政書士会伊那支部事務局
TEL 73-2208

生ごみ自家処理講座

上伊那広域連合
TEL 78-2500

■日時
10月22日(土) 午後1時30分
■場所
伊那市役所 多目的ホール
■内容
・市販生ごみ処理機の仕組みと基本的な使い方を
・コンポスト容器による自家処理のコツ



村顧問弁護士の無料法律相談を実施します

総務課行政係
村では顧問弁護士、長谷川洋二弁護士による無料法律相談を実施します。法的トラブルや消費者問題などでお困りの方、お気軽にご相談ください。事前予約制となりますので、総務課行政係までご連絡ください。(先着8人。相談時間は1人15分以内です。)

■日時
11月7日(月) 午前10時～12時
■場所
役場3階 会議室

第2回上伊那口腔保健センターまつり

上伊那口腔保健センター
TEL 78-8510

■日時
11月13日(日) 午前11時～午後2時30分
■場所
伊那市保健センター
■内容
○各種イベント(午前11時～午後1時)
・ハッピーバース健診(妊婦歯科健診・妊婦講話・妊婦体操、相談等)
・健口に関する各種イベント
・噛むカム料理試食

かなしみ(死亡) ご冥福をお祈りします

中込 山本 勉さん (81歳)	中込 百瀬 弘文さん (40歳)	北殿 吉澤 美千子さん (75歳)	北殿 神崎 幸子さん (85歳)	田畑 小坂 理恵子さん (45歳)	田畑 白井 友一さん (94歳)	田畑 清水 悦男さん (65歳)	神子柴 酒井 光子さん (95歳)	沢尻 上田 満さん (77歳)	南原 佐藤 誠さん (63歳)	北原 高山 勝己さん (45歳)
-----------------	------------------	-------------------	------------------	-------------------	------------------	------------------	-------------------	-----------------	-----------------	------------------

平成24年度版 県民手帳・農業日誌等の予約申し込み

総務課情報係

今年も県民手帳の予約を申し込みを受け付けます。購入を希望する方は、住所、氏名、電話番号、必要部数を10月13日(木)までに、直接役場総務課へご連絡ください。(電話、ファクスなどどんな方法でもかまいません。)
10月13日(木)以降も11月末まで予約を受け付けますが、お渡しできるのが遅くなりますのでご了承ください。
新農家暦、農業日誌、ファミリー日誌の予約受け付けも同時に行います。希望される方はあわせてお申し込みください。

●県民手帳…500円 ●新農家暦…490円 ●農業日誌…1,400円 ●ファミリー日誌…1,400円

表紙写真:科学的にも確認された森の癒し効果。その効果を最大限得るためにも正しいフォームで歩きましょう。撮影地:大芝高原みんなの森

村事業の入札結果

入札日	工 事 名	落札金額	落札業者
8/26	大芝荘宴会棟ほか屋根・外壁改修工事設計監理業務委託	672	(株)城取建築設計事務所
	都市計画図印刷業務	262	(株)ワイド
	村道1011号線舗装工事	1,050	(有)有賀建設
	村道9号線側溝改修工事	3,003	(有)今井建築工業
	村道1242号線舗装工事	1,753	(株)宮坂組
	村道2140号線浸透マンホール設置工事	1,354	(有)今井建築工業
	単独南箕輪村公共下水道事業管渠工事第2工区	4,305	(有)大島緑地アート
	消防本部指令車購入事業	3,882	(有)ギャランショップ伊北

単位:千円。千円未満切り捨て、税込

■主催
上伊那口腔保健センター
・親子でクッキング(先着10組) ※事前申し込みが必要です。
○講演会(午後1時～午後2時30分)
・演題 おかどんの世界で一番聞きたい授業!『ふしぎ ふしぎ 歯と健康』
・講師 岡崎好秀 先生(岡山大学医学部 小児歯科講師)

第24回 SUPER駅伝

南箕輪村駅伝競走大会のお知らせ

日時 **10/23** 日

午前9時 役場駐車場スタート
午前10時30分 ゴール(予定)

区間	コース	距離	対象者	予定時刻
第1区	役場駐車場～塩ノ井公民館	1.72km	小学生女子	9:06
第2区	塩ノ井公民館～久保コミュニティセンター	1.49km	壮年 男性・女性	9:10
第3区	久保コミュニティセンター～中込公民館	1.26km	男性・女性 (小学生以上)	9:15
第4区	中込公民館～北原公民館	1.94km	男性・女性 (小学生以上)	9:22
第5区	北原公民館～大泉西部地区館	1.94km	男性・女性 (小学生以上)	9:28
第6区	大泉西部地区館～大芝公民館	1.97km	男性・女性 (小学生以上)	9:36
第7区	大芝公民館～南部小学校	3.89km	男性・女性 (中学生以上)	9:47
第8区	南部小学校～南原コミュニティセンター	1.15km	男性・女性 (小学生以上)	9:54
第9区	南原コミュニティセンター～沢尻コミュニティセンター	1.66km	男性・女性 (小学生以上)	10:00
第10区	沢尻コミュニティセンター～神子柴原集会所	1.14km	小学生男子	10:05
第11区	神子柴原集会所～南部保育園	3.10km	男性・女性 (中学生以上)	10:14
第12区	南部保育園～役場駐車場	1.75km	男性・女性 (小学生以上)	10:20
合計(12区間)		23.01km		

※予定通過時刻はこれまでの区間記録タイムを参考にしています。
※コースは道路工事等により若干変更する場合があります。

●第4区 1.94km 男性・女性(小学生以上)

経ヶ岳を正面に走る見通しの良いところだが、全区間ゆるやかな上りで、タフなコース。
・前半戦のヤマ場のひとつ

●第5区 1.94km 男性・女性(小学生以上)

スタート直後に上りがあるが、全体的に下りのコース。
・地形を生かしてスピードに乗れるかが勝負のカギ

●第6区 1.97km 男性・女性(小学生以上)

ほぼ上りでタフな区間。粘り強い走りが求められる

●第7区 3.89km 男性・女性(中学生以上)

最長区間であり、各チームのペースがそろう。
全体的に平坦だが、ペース配分が重要。
・全体の順位を占う重要な区間。

●第8区 1.15km 男性・女性(小学生以上)

距離は短いアップダウンが激しい区間。
・下りと上りで走り方の切り替えがうまくできるかが、カギ。

●第9区 1.66km 男性・女性(小学生以上)

全体的に下りの区間。
・スピード区間だが、最後の上りでスピードを維持できるかが見どころ。

●第10区 1.14km 小学生男子

最短区間だが、全体的に上りが多いタフなコース
・コース後半のきつい上り坂をいかに走るかがカギ。

●第11区 3.10km 男性・女性(中学生以上)

2番目に長い区間で、準エース区間。
全体的に長い下りが続くので、ペース配分が難しい。
・地形にあわせてスピードにのった豪快な走りが見られそう。

●第3区 1.26km 男性・女性(小学生以上)

距離は短い、スタート直後からきつい上り坂が続く。
アップダウンが激しく粘り強い走りが必要な区間。

●第2区 1.49km 壮年男性・女性

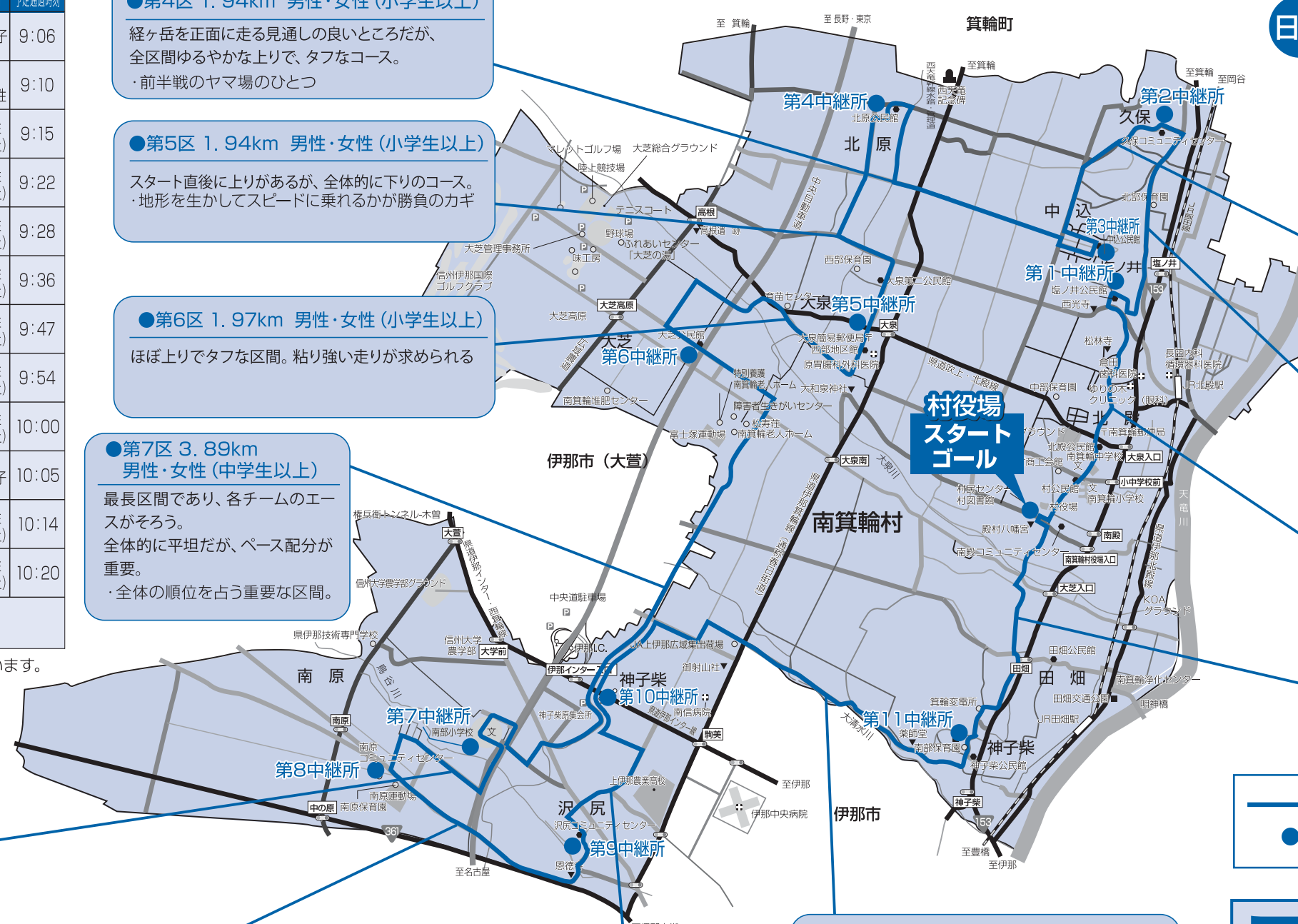
ベテランの走りに注目
・アップダウンが激しい区間。前半の下り、後半の上りのペース配分が勝敗のカギとなる。

●第1区 1.72km 小学生女子

スタート直後で参加チームの白熱した競り合いがみられそう。
・平坦な所から塩ノ井の上りの場所が勝負どころ。

●第12区 1.75km 男性・女性(小学生以上)

一見単調そうな区間だが、後半の大泉川を過ぎたあたりから上りが続く。
・前半と後半の走り方の切り替えができるかが勝負どころ。



— …駅伝コース
● …中継所

コースの 見どころ



村内を1周する恒例の村駅伝競走大会を今年も開催します。

選手が一般道を走行しますので、大会当日の選手並びに関係車両の安全確保にご理解・ご協力をいただくとともに、選手の皆さんへのご声援をお願いします。



コース

村内を12区間に分けて1周します。
(詳しくは村教育委員会にお問い合わせください。)

問い合わせ先

村教育委員会事務局

TEL 76-7007