



CONTENTS

- 特集** 大芝高原味工房
リニューアルオープン ②
- 行政地区懇談会 ⑥
- 話題満載
よもやまとびくす ⑧
- まっくんバスルート変更 ⑩
- 生活に役立つ案内
くらの情報 ⑫
- 12月～1月のHappy Birthday
お誕生おめでとう ⑮



南箕輪村のイメージキャラクター「まっくん」

表紙写真

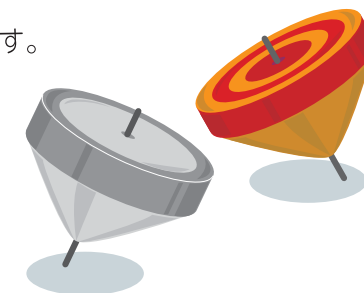
雛人形は赤ちゃんのすこやかな成長を願って飾られます。
1年に1ヶ月ほどしか飾られないのは、ちょっと可哀想な
気もしますね。

広報 **みなみみのわ**

村公民館からのお知らせ

こま回しで遊ぼう！開催

3月の「いろいろ物作り・体験講座」は、「こま回し」をします。
昔ながらの楽しい遊び、「こま回し」を達人から教わろう！
ベテランさんからこまを回したことがない方までどなたでも参加OKです。
みんなで楽しく覚えて楽しく遊ぼう。



- 日時 3月28日(土)午後1時30分から午後3時ころまで
- 場所 村公民館 大会議室
- 持物 こまがある方はこまと紐
- 講師 篠原昭夫先生
- 定員 20名(こま持参の方は定員に含めません)
- 対象 小学生から大人まで

- 募集期間 3月2日(月)～25日(水)まで(先着順で定員になり次第締め切ります)
- 問い合わせ先 村公民館事務局(教育委員会事務局内) TEL76-7007

「素顔がいいね みなみみのわ」放送中！

1ch放送時間

- ▶ 月曜日・・・午後7時5分
- ▶ 水曜日・・・午後10時5分
- ▶ 金曜日・・・午後7時5分
- ▶ 土曜日・・・午後7時5分
- ▶ 日曜日・・・午前8時35分
午後1時45分・午後8時45分

◆村専用チャンネル(30ch・C513ch)では毎日放送しています。(毎時間15分～)◆

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へお問い合わせください。

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**

大芝高原に
新名所誕生!!

3月15日(日)
AM11:00オープン

春のブチ・大芝高原 **味工房**
南箕輪村2358-5 TEL.0265-76-0054

まあ～るい地球の
変化の中で

♫ ☀ 🌧 🌿 ♻

KOA
www.koanet.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>

処方せん受付・一般医薬品・介護食品販売

親切・丁寧がモットーの
相談薬局です。

薬剤師スタッフ募集
詳細はお問い合わせください。

アルプス薬局
Pharmacy

上伊那郡南箕輪村1284-9 **TEL.0265-77-1193** イクスリ
FAX.0265-78-5559 国際外通話局 ケイタイ 090-1829-9444
営業時間 ●平日/9:00～19:00 ●土曜日/9:00～17:30 ●定休日/日曜日・祝祭日



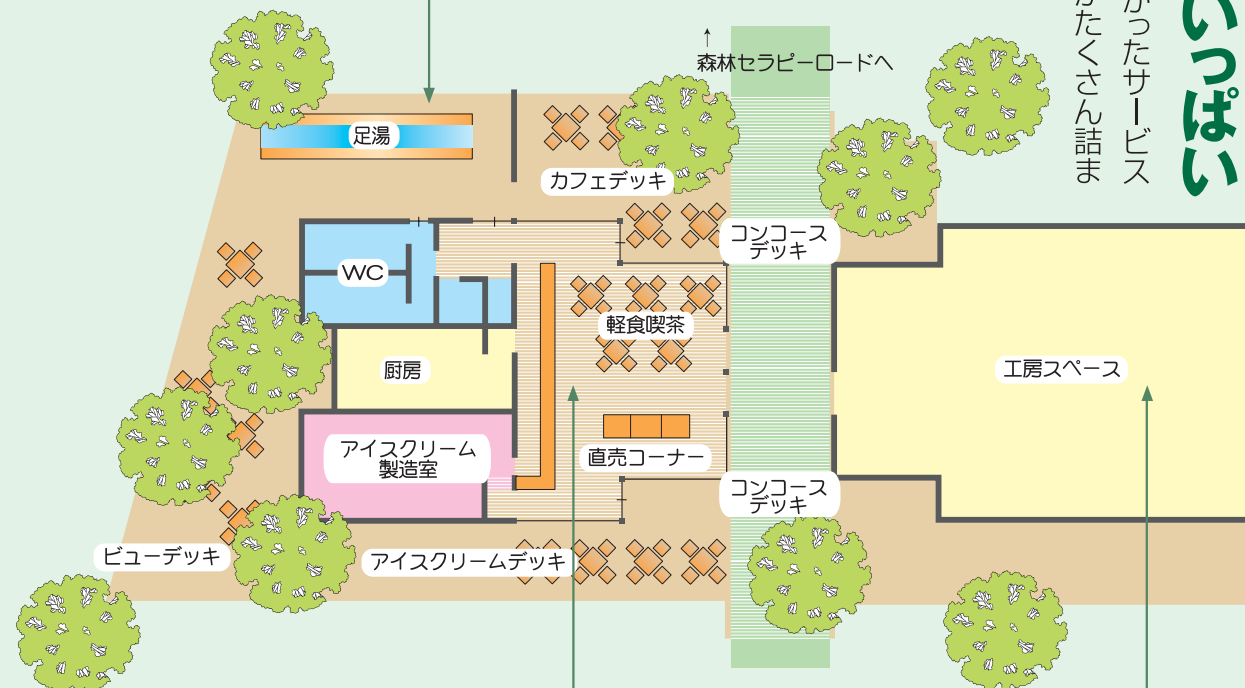
足湯

地面から1.8mほどの高さに設置されているため、普段とは違った目線で森を眺めることができます。湯面に映る森林を見ながらくつろぐのも楽しいかも。



味工房 マップ

新味工房は魅力がいっぱい
足湯や軽食喫茶など、これまでになかったサービスも追加され、新しい味工房には魅力がたくさん詰まっています。



軽食喫茶(森のカフェテラス)

木材を豊富に使い、広々としたスペース。採光窓からは木漏れ日が降り注ぎ、自然の雰囲気を感じながら食事ができます。



工房スペース

パン、おやき、惣菜など製品ごとに分けられた作業工房。味噌や漬け物などの貯蔵スペースも新たに設けられ、増産も可能に。



大芝高原味工房

3月15日(日)

リニューアルオープン!

味工房

オープニングセレモニー

午前11時から 味工房前駐車スペースにて
太鼓演奏 ほか

オープン記念サービス

先着200名様 アイス250円券2枚組進呈
甘酒無料サービス
パン・おやき100円(通常150円までの品、数量限定)

味工房人気商品ベスト3



パン・おやき



地元産の農産物をふんだんに使ったパン・おやきが堂々の第1位です。

毎朝焼きたて、作りたて、無添加で、おばちゃんたちが真心こめて作っています。

パンの一番人気は「ヨモギロール」、おやきは「野沢菜」だそうです。



ジェラート



第2位は、甘くて冷たくて、子どもから大人まで人気のあるジェラートです。夏はもちろんですが、春や

秋にも季節限定の素材を使ったジェラートが登場し、多くの人たちが買い求めています。

この春には大芝高原産のいちごを使ったミルフィーユや、桜の花びらを練りこんだサクラジェラートも販売開始。新味工房のオープンデッキで、また森林散策をしながらご賞味ください。



味噌・漬物



「おばちゃんみそ」は、大豆をすりつぶしたり麴を混ぜ込んだりする作業以外は昔ながらの手作業で作

っているそうです。

6月に仕込んだあと、9月には更に細かくすりつぶす「すり込み」や、桶に入れたみその上下を入れ替える天地返しを行うなど、手間暇かけた味噌は抜群の風味が出ます。

★まもなく発売!!

黒豆を使った「ふくろうの目玉」が新登場！黒豆の食感を損なわない程度にカリッと仕上げました。子どものおやつや、お茶請けにもピッタリ。もちろん保存料は一切使用していません。砂糖・味噌・七味の3種類で、オープンに合わせて新発売！そのほか様々な新商品を企画中。どうぞ期待！



新味工房は「癒し」を追求

「癒し効果」「南箕輪ブランド」「新たなサービス」の3つの基本コンセプトを元に、新味工房は設計されています。

「信州大芝高原みんなの森」が平成18年4月にセラピーロードに認定されましたが、森林セラピーの中でも不可欠な要素となる『基地』がありませんでした。

そこで、新味工房を癒しの森の『基地』と位置づけることで、セラピーロードがより魅力的なブランドへと変わります。新たに設置されたコースデッキでは、コース案内などしています。セラピーロードを歩いたら「足湯」で疲れた足を癒すこともできます。

また、できるだけ周囲の木を残し、建物はコンパクトに設計されているほか、味工房へ向かう通路も立木を避けて作られました。癒しの森にふさわしく、外壁やデッキなどは大半が板張りで、周囲の景観との調和も図られています。もちろん、施設はバリアフリー設計で、ベビーカーや車いすの方も安心して利用できます。

「観光」と「福祉・健康」をミックスさせた新しい大芝高原の誕生です。



「味工房」ロゴ決定！



▲柔らかな字体が特徴。味工房の新たな顔となる。

味工房の新しいロゴは、赤色が「太陽の光を浴びて育つ農産物」を、緑色が「大芝高原の森林」をイメージしています。丸みのある優しく流れるような字体は、大芝高原を吹き抜ける風のように、村中に、いえ世界中に癒しを発信する施設となることを表しているかのようです。

このロゴは施設入口に掲示されているほか、園内の看板や観光パンフレット、商品の包装紙などで活用しPRしていく予定です。



美味しい食事は人を幸せにする

人は空腹の時、やる気が起きなったり、イライラしたりしませんか？

反対に、お腹がいっぱいになるととても幸せな気持ちになります。食べた料理が美味しければ幸せは更に倍増です。

その「幸せ」を補充する場として、軽食喫茶（森のカフェ）が作られました。

「幸せ」を調理してくれるのは、南殿にお住まいの小林和秀さんです。ハンバーグ、ローメン、ソースカツ丼などに加え、大芝高原ならではのメニューも企画中です。

小林シェフの作り出す「幸せ」によって、私たちは身も心も癒されるでしょう。



いくつもの「こだわり」が最高の味を作り出す

味工房では、「味工房の会」の「おばちゃんたちが何種類ものパンやおやき、ジェラートなどを作っています。」

食材のほとんどは会員自らが栽培したり、村内農家から仕入れる「地物」にこだわっています。また春には会員が集まって桜の花びらやヨモギを集め、季節限定商品を販売したりと「旬」にもこだわっています。

地元産の安全で安心な農産物を使い、保存料など余計なものを入らずに作られる美味しい商品たち。

定番の人気商品やこの春の新商品を紹介します。

行政地区懇談会が開催されました

1月27日から2月6日にかけて各地区公民館などで行政地区懇談会が開催されました。

村では、自立の道を選択後、活力あるむらづくりを推進するため、南箕輪村第4次総合計画に基づき各種の施策を進めています。今回の懇談会は、その進捗状況や村の財政状況を説明し、厳しい財政運営の中、地域の皆さんと協働・共助のむらづくりについて考える機会としようとなりました。そこで出された質問・要望とその回答の一部を紹介します。

Q 村の国民健康保険税はかつて上伊那で一番高かったが現在はどうか。また、高齢者の医療費補助制度はあるのか。

A 税率は6年間据え置いているので現在では郡下の平均より低くなっています。来年度も税率引き上げは予定していません。68・69歳の住民税非課税世帯には医療費の一部補助を行っています。70歳以上の住民税非課税世帯の医療費は全額無料で行っています。これは県トップクラスの事業実施となります。80歳以上の住民税非課税世帯以外についても高齢化社会を踏まえた中で検討していきます。

Q 定額給付金の村としての取り組みは。

A 国の第2次補正予算が通りましたが、関連法案が通らないため執行できない状況です。(2月2日現在) いろんな意見がありますが、国としての事業なので、村はそれを受けてやっています。関連法案の動向を見守っています。給付方法の準備は進めています。支給方法は原則口座振替で行い、所得制限は設けず全世帯に給付したいと思っています。商品券的なものの配布は村としては行いません。国の方針が決まり次第速やかに給付を行っていきます。

Q セラピーロードは見とおしが悪く女性一人で歩くのは危険が伴うので対応を考えて欲しい。

A セラピーロードの整備については、暗いというイメージがあったり、一人で歩いていると危険という状況もつかえるので、できる限り明るくしていきたいと思っています。育樹祭での作業でだいぶ明るくしていただきましたが、道路沿いを明るくするための枝払いや下草刈りを行い、歩きやすい道にしていきたいです。

このほか懇談会で出された主な質問・要望は、村Webサイトで公開予定です。

南箕輪村長選挙

4月12日(日) AM7:00~PM8:00
(各地区公民館・コミュニティセンターにて)

平成21年4月15日で任期満了となる南箕輪村長選挙が実施されます。南箕輪村の今後4年を託す人を選ぶ、非常に大切な選挙です。自分の意思で投票し、明るい正しい選挙にしましょう。



選挙運動のルール

選挙運動は、候補者がその人物、政見、信条などを有権者の皆さんに知ってもらうために行うものです。有権者も選挙運動によって候補者を選択することができます。過剰な競争を排除し、選挙の公正を確保するため、選挙運動は一定のルールが設けられています。

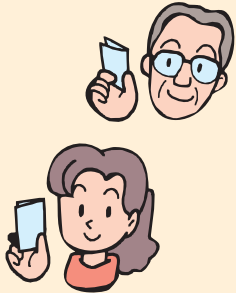
村長選挙における選挙運動規制の主なもの

- ポスター …… 村内73ヶ所のポスター掲示場だけに掲示することができます。
- はがき …… 候補者1人2,500枚を頒布することができます。(規制があります。)
- ビラ …… 候補者1人2種類以内5,000枚を頒布することができます。(選挙管理委員会の証紙が必要です。)
- 飲食物の提供 …… 禁止されています。
- 戸別訪問 …… 名目のいかに問わず、行うことはできません。

その他、さまざまな規制があります。ルールを守って明るいきれいな選挙を実現しましょう。

期日前投票及び不在者投票期間

4月8日(水)~11日(土)
AM8:30~PM8:00(役場第一会議室)
入場券を持参ください
問い合わせ:南箕輪村選挙管理委員会
TEL 72-2104(代表)



地区別参加者数

地区	参加人数	地区	参加人数
久保	73名	神子柴	32名
中込	22名	沢尻	23名
塩ノ井	21名	南原	18名
北殿	41名	大芝	12名
南殿	34名	大泉	21名
田畑	66名	北原	6名
合 計		369名	



まっくんバスのルートが一部変更となります。

変更内容

4月1日からまっくんバスの北コースのルートが一部変更となります。ルート変更に伴い、運行時刻も一部変更となりますので、お知らせします。

○北コース

・第1便及び第4便について、伊那養護学校経由のルートとなります。伊那養護学校、西箕輪郵便局西へ停留所が新設されます。また、ルート変更に伴い、第1便、第4便の大萱北、西箕輪郵便局は停車しません。
 ・第1便の時刻表が変更となります。
 （役場～大芝神社前までの間、現行より5分運行時刻が早くなります。）
 ・第4便の時刻表が変更となります。
 （大学寮前停留所以降、現行より5分運行時刻が遅くなります。）

○東コース、南原・沢尻コース

第4便のみ時刻表が変更となります。
 （現行より5分運行時刻が遅くなります。）

※北コースの第2便・第3便、東コース、南原・沢尻コースの第1便～第3は、**現行のルート・時刻での運行となります。**

変更される北コースについて時刻表を掲載します。
 新ルートの時刻表は広報紙と一緒に全戸に配布させていただきます。

北コース

停留所名	第1便 現行	新時刻	第4便 現行	新時刻
役場	8:00	7:55	15:30	15:30
南殿 (JA)	8:02	7:57	15:32	15:32
北殿	8:03	7:58	15:33	15:33
北殿駅	8:04	7:59	15:34	15:34
中河原	8:06	8:01	15:36	15:36
久保コミュニティセンター	8:13	8:08	15:43	15:43
北原公民館	8:21	8:16	15:51	15:51
西部地区館	8:26	8:21	15:56	15:56
大芝の湯	8:31	8:26	16:01	16:01
大芝高原	8:34	8:29	16:04	16:04
大芝神社前	8:36	8:31	16:06	16:06
伊那養護学校	〃	8:34	〃	16:09
大萱北	8:37	〃	16:07	〃
西箕輪郵便局	8:38	〃	16:08	〃
西箕輪郵便局西	〃	8:38	〃	16:13
大学寮前	8:39	8:39	16:09	16:14
大学前	8:40	8:40	16:10	16:15
ニシザワショップス信大前店	8:40	8:40	16:10	16:15
伊那インター前	8:41	8:41	16:11	16:16
伊那中央病院	8:45	8:45	16:15	16:20
役場	8:54	8:54	16:24	16:29

東コース

停留所名	第4便 現行	新時刻
役場	16:24	16:29
泉橋	16:26	16:31
南殿 (JA)	16:43	16:48
大芝の湯	16:53	16:58
大芝高原	16:56	17:01
伊那中央病院	17:07	17:12

東コースは、第4便のみすべての停留所で現行より5分遅い運行時刻となります。

南原・沢尻コース

停留所名	第4便 現行	新時刻
伊那中央病院	17:07	17:12
伊那インター前	17:10	17:15
伊那中央病院	17:34	17:39
大芝の湯	17:45	17:50
大芝高原	17:48	17:53
役場	18:00	18:05

南原・沢尻コースは、第4便のみすべての停留所で現行より5分遅い運行時刻となります。

よもやま

Yomoyama Topics

子ども地球サミット開催します！

1月30日に「子ども地球サミット2009 in 南箕輪村」開催についての記者会見が行われました。

昨年開催された「KID's エコロジーコンサート」は1日だけのイベントでしたが、子ども地球サミットは3泊4日の滞在型となります。開催は7月31日(金)から8月3日(月)にかけてです。



参加する子どもたちは大芝高原で宿泊しながら、自然探索や野菜の収穫作業などを通して、自分の出来るエコについて考えます。

そしてそれをエコロジーミュージカル内で「エコ宣言」として発表します。



ミュージカルは8月2日(日)に上演されます。今年のミュージカルの特別出演は歌手の雪村いづみさんです。

記者会見で唐木村長は「村では今年も環境への取り組みを行っていく。サミットはその一環であり、成功させたい。子どもたちから環境問題についてを発信していきたい」と挨拶しました。

今回のサミットには、村内の小学生50人、村外の小学生25人、そして特別招待参加としてカザフスタンや台湾など外国の子どもたちも参加予定です。

まっくん寒うなぎまつりに参加

1月25日に岡谷市で開かれた「岡谷寒うなぎまつり」に、まっくんも参加して祭りを盛り上げました。

寒うなぎまつりは、冬場のうなぎ消費量アップを目的で、県内外の「ゆずの日」のPRが目的で、県内外の「ゆるキャラ」たちが集まりました。

まっくんもゆるキャラにまじって寒うなぎとともに南箕輪村をPRしました。



ブックスタート事業開始

村図書館は乳幼児親子に絵本をプレゼントする「ブックスタート事業」を開始しました。

村図書館ではこれまでも乳幼児健診などに本の読み聞かせを行ってきましたが、さらに本に親しんでほしいと「ブックスタート事業」を導入しました。2月13日には、9ヶ月児相談に訪れた24組の親子に絵本がプレゼントされました。

征矢鑑図書館長から絵本を手渡された子どもたちは、大事そうに絵本をかかえていました。



定額給付金・子育て応援特別手当の申請受付が始まります (2月19日現在の情報です)

3月上旬～中旬にかけて、村から定額給付金・子育て特別応援手当に関する申請書類を各世帯の世帯主宛に郵送します。

給付金の申請手続きは村から申請書類が届いた後、同封の「申請のご案内」を必ず確認のうえお願いします。

一定額給付金の給付をよそおった「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意をー

- 村役場や国などがATM(銀行・コンビニなどの現金自動預払機)の操作をお願いすることは、絶対にありません。
- ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことは絶対にできません。
- 村役場や国などが、「定額給付金」の給付のために、手数料などの振込を求めることは絶対にありません。
- 皆様からの申請を受付けた後、村役場から口座情報等について確認の電話をさせていただくこともありますが、役場へ申請をされる前では、確認の電話をすることは絶対にありません。

定額給付金や子育て応援特別手当に関して、ご自宅や職場などに国や村役場などの職員をかたった電話がかかってきたら、迷わず、伊那警察署(TEL72-0110)や村役場にご連絡ください。

お問い合わせ先 役場総務課企画係 TEL72-2104

…春は旅立ちの季節です…

軽自動車の登録・変更手続きをお忘れなく

転居や就職などに伴い、軽自動車の移動や取得が多くなる時期ですね。そこで、軽自動車の課税や登録について注意していただきたいことをお知らせします。

●軽自動車税の課税について

毎年4月1日現在で所有されている車両に課税されます。(たとえ4月2日付けで廃車しても、1年分の税金を納めていただくことになります。)

廃車や名義変更がある場合は、必ず3月31日までに手続きをお願いします。(業者に車の廃車を依頼される場合は、確実に廃車申告が終了したことをご確認ください。手続きがされないといつまでも税金がかかりますのでご注意ください。

村外へ転居される場合は、車検証の住所変更も必要です。転居先へ住民票の届け出をする際に一緒に済ませましょう。(手続きは転居先の軽自動車協会等ですることになりますので転居先の役所でご確認ください。)

●軽自動車税の減免について

身体や精神に障がいのある方で、障がいの程度など一定の要件が満たされる方などが所有する軽自動車については、税金の減免が受けられます。5月に納税通知書が届きましたら申請してください。ただし、一人1台までで、自動車税(県税)の減免を受けられる方は軽自動車税の減免は受けられません。

※車種別の問い合わせ先は下の表をご覧ください。また、費用がかかる場合がありますのでお問い合わせください。



車 種		登録・変更手続き窓口
原動機付自転車 (南箕輪村ナンバー)	125cc以下のバイク、ミニカー	役場財務課税務係 TEL 72-2321
小型特殊自動車 (南箕輪村ナンバー)	農耕用車両など	
小型自動車 (松本ナンバー)	250ccを超える二輪車	長野県陸運支局 松本自動車検査登録事務所 TEL 0263-58-3180
軽自動車など (松本ナンバー)	250cc以下の二輪車・三輪車、四輪貨物車、四輪乗用車	長野県軽自動車協会 松本出張所 TEL 0263-58-3220

- 車検については
長野県軽自動車協会長野事務所松本支所 TEL0263-58-4055
- 各種手続きの代行は
長野県自家用自動車協会上伊那支部(伊那市民会館前) TEL72-7121

松本大学 根本准教授の「てくてく健康広場 Vol.2

1日1万歩ウォーキングでは体力は増加しない!

以前、学者も運動指導者も揃って、高齢者の医療費削減やQOL向上を目指し一定のこころベースでの「1日1万歩」を提唱してきました。私たちも平成9年から松本市のプロジェクト「熟年体育大学」でも当初は同じくこの方法で運動指導を行ってきました。そして、明らかになってきたことがあります。この方法(1日1万歩以上)では生活習慣病の要因となる血圧やコレステロール値は改善されたのですが、「脚筋力」「心肺持久力」「つまり体力増加としては効果が認められなかったのです。

人間の体力は20歳前後が人生の中で最もピークです。それが特別な運動トレーニングを実施しなければ、30歳を過ぎた頃から、1歳の加齢でおよそ1%低下、10歳で10%も低下してしまうのです。そして20歳前後の体力の30%を切ってしまうと自立生活を送ることが困難となっていくのです。現代の平均寿命は90歳とも、いやいや100歳までとはいふことを言う学者もいるくらいです。しかし、平均寿命がいくら延びたとしても、自分の思うように身体を動かすことの出来るいわゆる「健康

寿命」を延伸していかなければならないのです。

話を戻しますが、何もしなければ体力はどんどん低下する、ならば1日1万歩を目指してウォーキングを！と言っても、従来のウォーキング法では体力の向上は見込めないのです。通常のウォーキングは最大体力のおよそ40%程度しか使用していないので、筋肉の増強が出来ないということが分かったのです。

そこで、プロジェクトでは自転車エルゴメーターや筋力マシンを導入したところ、脚筋力および持久性体力の指標である最大酸素摂取量もおよそ10%以上も増加したのです。当然のことながら、血圧、血糖値、体脂肪率など生活習慣病に関連する数値もことごとく改善されました。そうかと言って、この方法を用いれば、確かにトレーニング効果は期待されますが、莫大な諸経費が必要な事に加え、誰もがマシンを利用することが出来る訳ではありません。

そこでマシンを使用しなくてもこれと同等の効果が得られる運動トレーニング法はないだろうか？と取り組みの中から新しく生み出されたのが「インターバル速歩」なのです。続きは次号で！

くらしの情報

引越しシーズンに伴う休日窓口を開設します

住民福祉課住民係

毎年、年度末は引越しなどによる各種手続きで役場の窓口は大変混雑します。村では、この時期における窓口の混雑緩和と、住民の皆さんの利便性を図るため、休日窓口を開設しますのでご利用ください。

■開設日

3月20日(金曜日) 春分の日

■時間

午前9時から午後3時まで

■可能な手続

- ・転入・転出・転居届
- ※住所変更に伴う次の手続きも可能です。
- ・国民健康保険証発行・税精算手続き
- ・国民年金手続
- ・ごみチケット交付
- ・介護保険手続
- ・障害者関係
- ・福祉医療関係
- ・後期高齢者医療証交付手続
- ・保育園入園手続
- ・税・料金等公金の納付

村議会定例会の開催

議会事務局

■開催期間

3月2日(月)～13日(金)

■一般質問の予定日

3月10日(火)・11日(水)

※ただし、質問者の人数により11日は休会となることもありますので、議会事務局までお問い合わせください。傍聴は、議場入口で名前を書くだけで簡単にできます。一般質問では、村長と議員との村政策などの質疑・答弁を聞くことができます。

議員活動を知るのによい機会ですので、ぜひ傍聴してください。

また、いなあいネットの有線放送で、定例会の実況放送を聞くことが出来ます。

不妊治療費助成事業

住民福祉課保健予防係

村では不妊治療を行っている方の経済的負担を軽減するため、治療費の一部を助成しています。

墓地公園分譲のお知らせ

住民福祉課生活環境係

■対象
長野県不妊治療費助成事業の助成決定を受けており、1年以上前から南箕輪村に住所があり、医療保険に加入している方。また税の滞納がない方。

■助成金額
不妊治療(体外受精・顕微授精に限る)に要した自己負担額から県不妊治療費助成金を差し引いた額の2分の1以内とし、1組の夫婦に対して1回10万円を限度に1年度当たり2回、通算5年間を限度に助成します。

※申請は治療を実施した年度の末日(3月31日)までにお願いします。

詳しくは住民福祉課保健予防係までお問い合わせください。

■抽選会

3月27日(金)午後3時

役場第二会議室

■その他

次の墓地公園については随時申し込みを受付けています。

南部墓地公園(神子柴)

3区画 各24万円 9m²

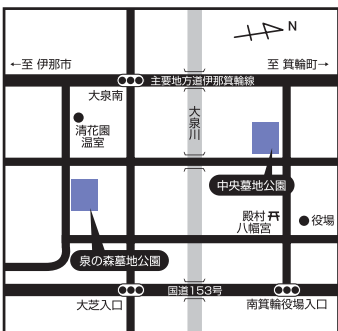
南部上段墓地公園(神子柴)

2区画 各24万円 6m²

大泉墓地公園(大泉)

10区画 各26万円 6m²

いずれも管理料は年額800円です。



自動交付機の稼働について

財務課税務係

上伊那8市町村で運営する上伊那情報センターでは、新しいシステムでの運用開始に向けデータの移行作業を行うため、3月16日(月)から5月31日(日)までの間は、自動交付機の取り扱いを次のとおり変更しますのでご理解

春の火災予防運動

総務課管理防災係

この運動は、火災が発生しやすい時季を迎え、火災の発生を防止し、高齢者などを中心とする被災者の発生を減少させ、財産の損失を防ぐことを目的としています。特に、住宅火災における高齢者などの死亡者数を低減させるため、住宅火災警報器の普及促進を進に取り組みます。

■実施期間

3月1日(日)から3月7日(土)までの7日間

■統一標語

『火のしまつ 君がしなくて 誰がする』(全国統一防火標語)

『見直そう 森の恵みと 火の始末』(山火事予防運動統一標語)

■村消防団による活動

(1)火災予防広報

午前7時と午後8時に30秒間ずつ火災予防サイレン吹鳴、ポンプ車などによる広報、危険箇所の防火査察の実施

(2)各地区の消防用設備点検

防火水槽・消火栓・水利の点検、支障木などの除去、凍結箇所などの確認及び除去、消防車両・ポンプ・設備などの点検及び整理

問い合わせ先

- 村長室直通 FAX兼TEL 72-2898
- 役場代表(総務課) TEL 72-2104 FAX 73-9799
- 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 72-2463
- 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
- 図書館 TEL 73-4946 有 73-4946
- 議会事務局 TEL 72-2361 有 75-2913

理料(年額)800円、区画番号44
中央墓地公園(南殿)1区画
面積6m²、永代使用料24万円、墓地管理料(年額)800円、区画番号12

■対象者

南箕輪村に本籍または住所がある方

■応募方法および留意事項

- ・各自で現地を確認のうえ役場住民福祉課まで申し込んでください。(現地の地図等は住民福祉課にあります。)
- ・応募は1人1墓地公園とし、区画数は1区画とさせていただきます。
- ・応募者が区画数を上回った場合は抽選とします。
- ・永代使用料は、一括納入が原則ですが、6回までの分納ができます。
- ・墓石は縦横1.2m、高さ1m以内で、植栽については0.6mで樹種の制限があります。

■募集期間

3月9日(月)～ 3月19日(木)

(午前8時30分から午後5時30分まで、土・日及び祝日を除く)

「火の用心7つのポイント」

- 1 家のまわりに燃えやすいものを置かない。
- 2 寝たばこやたばこの投げ捨てをしない。
- 3 天ぷらを揚げるときは、その場を離れない。
- 4 風の強いときは、たき火をしない。
- 5 子どもには、マッチやライターで遊ばせない。
- 6 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。
- 7 ストープには、燃えやすいものを近づけない。

「運転免許証更新特定任意講習会」開催

村交通安全協会(総務課内)

■期日

3月18日(水)

■時間

受付 午後6時30分～

■場所

講習 午後7時～午後9時ごろ

■受講料

1,700円

■持ち物

運転免許証、筆記用具

■該当者

3月19日から9月18日まで

■その他

に運転免許の更新をされる方

■駐車場

駐車場は文化センター駐

■車場

車場、箕輪町役場駐車場

■をご利用ください。

をご利用ください。

日本語教室「さくら組」のお知らせ

NPO法人伊那国際交流協会

日本に在住する外国籍の方向けに日本語教室を行っています。ぜひご利用ください。

お近くで、日本語でお困りの外国籍の方がいましたら、ぜひ日本語教室「さくら組」についてその方へお知らせいただければと思います。

また、日本語教室のサポートをしていただける方もあわせて募集しています。サポートに当たっては語学について問いませんのでぜひお問い合わせください。

■会場 村民センター
■時間 毎週金曜日
午後7時30分～午後9時
■お問い合わせ先
NPO法人伊那国際交流協会
TEL 72・7706

外来受付時間を変更します

伊那中央病院

伊那中央病院では、3月から電子カルテを導入します。操作に慣れるまでは混乱が予想されるため、外来受診を

なるべく控えるようお願いいたします。また、外来受付時間は、予約の場合を除き、午前10時までとさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

消費者のための借地借家トラブル無料司法書士相談会のお知らせ

飯田消費生活センター

借地借家トラブルでお悩みの方を対象に、司法書士による無料相談会を開催します。

■日時 3月27日(金)
午前10時から午後5時
■場所 長野県飯田消費生活センター
(飯田市美術博物館隣)

■申し込み方法
事前予約制です。

相談を希望する方は、3月16日(月)から3月26日(木)午後5時までの間に飯田消費生活センターへ申し込みをしてください。

【予約・お問い合わせ】

飯田消費生活センター
TEL(0265)24・8058

第14回ProDog(愛犬家)スクール開校

(福)日本聴導犬協会

「人と動物の新しい関係づくり」を創り上げる、しつけ教室です。

■対象

生後2歳までで、狂犬病予防注射などを接種済みの犬

■初級コース(全5回)

・講習会



日時 3月29日(日)
午前10時～午前11時30分
会場 伊那市役所ホール
参加費 10,000円(資料代込み)
・しつけ実践

開催日 4月5日(日)・12日(日)
19日(日)・26日(日)

■お問い合わせ・お申し込み

(福)日本聴導犬協会
TEL 85・4615

蔵書点検休館日のお知らせ

南部小学校

TEL 76・7111

南部小学校図書館では蔵書点検のため、3月3日(火)～5日(木)にかけて休館させていただきます。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。

Happy Birthday

お誕生おめでとう

わが家のアイドルたち

12/26 久保 竹村 凌ちゃん
(真さん・明花さん)

1/19 塩ノ井 夢叶ちゃん
(二樹さん・公美さん)

1/14 北殿 鈴木 陽向ちゃん
(亮平さん・泉さん)

1/18 田畑 高橋 由愛ちゃん
(正充さん・奈美さん)

1/20 田畑 木ノ島 蒼琉ちゃん
(康弘さん・智美さん)



1/4 南原 保科 慧多ちゃん
(真治さん・真弓さん)



1/8 神子柴 田中 煌大ちゃん
(康弘さん・博美さん)

人の動き

南箕輪村 H21.2.1 現在 ()内は、前月比

人口	14,602人	(-6人)
男性	7,279人	(+5人)
女性	7,323人	(-11人)
世帯数	5,510世帯	(-4世帯)

かなしみ(死亡)

ご冥福をお祈りします

中込 中澤 和夫さん(78歳)	北殿 帆効 よしゑさん(95歳)	南殿 清水 英樹さん(84歳)	南殿 松嶋 良而さん(84歳)	南殿 目黒 春治さん(59歳)	田畑 三澤 あや子さん(87歳)	沢尻 中田 千万子さん(75歳)	南原 塩澤 こふくさん(92歳)	南原 近藤 千代美さん(90歳)	南原 茅野 孝夫さん(89歳)	大泉 大泉 今朝雄さん(88歳)
-----------------	------------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------	------------------	------------------	------------------	-----------------	------------------

村事業入札結果

工事名	落札金額	落札業者	工事名	落札金額	落札業者
大芝高原味工房椅子テーブル購入事業	1,782	(有)藤澤	黒川河川敷内の環境支障木等の除去委託業務	1,470	上伊那森林組合
大泉下井水路改修工事	2,688	(株)堀建設	南箕輪村田畑水源の間伐業務委託	819	(有)辰野建築計画
大芝村有林間伐作業委託	3,654	(有)辰野建築計画	大芝公園サインシステム設置工事	3,675	原建設(株)
大芝高原アカマツ樹幹注入作業委託	1,522	上伊那森林組合	大芝公園総合案内看板設置工事	不 落	
南箕輪村道路台帳補正業務	1,873	(株)エース	単独南箕輪村公共下水道事業管渠工事第5工区	1,470	入戸建設工業(株)
村道104号線路線測量業務	698	(株)富士コンサル	単独南箕輪村公共下水道事業管渠工事第9工区	1,974	(有)大島緑地アート
村道107号線道路改良工事	不 落				
村道2329号線道路改良工事	7,770	(株)宮坂組	〔土地開発公社発注〕新南原住宅団地造成工事	29,925	(株)伊那総建
村営住宅敷地整備工事	1,837	(株)堀建設			

入札日 1月27日 単位:千円。千円未満切り捨て、税込

みなみみのわメールメッセンジャー 配信中

火災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方法

<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方法

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。

元気の源 3原則

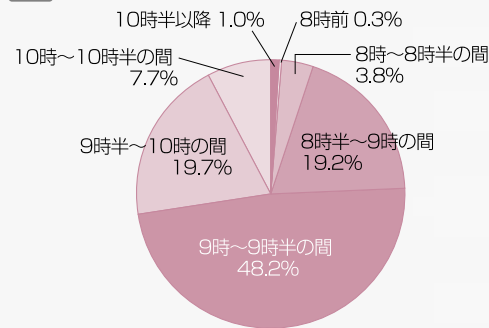
みなみみのわで育てよう!元気いっぱいの子どもたち

村の保育園児生活アンケート結果

平成20年11月、村内5園に通う保育園児(年少以上)の保護者に生活習慣に関するアンケートを実施しました。



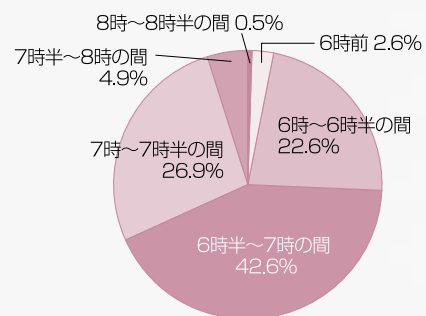
Q. 夜は何時ころに寝ますか?



結果

夜9時～9時半に寝る園児が最も多く48.2%。
9時以降に寝ている園児が全体の76.6%で、昨年よりも1.6%増えていました。
幼児にとって9時過ぎは「夜更かし」です。
★9時以降に寝ている園児(学年別)
○年少 79.8% ○年中 75.6% ○年長 74.6%
年少さんの割合が一番多いことがわかりました。

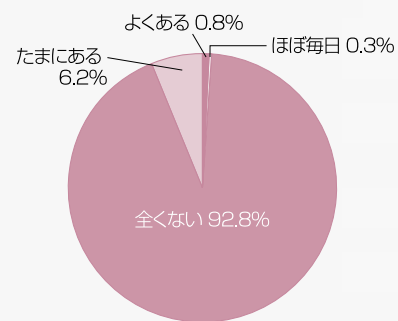
Q. 朝は何時ころに起きますか?



結果

朝6時半から7時間で起きる園児が42.6%。次に多いのは7時～7時半でおおよそ27%です。
昨年と比べ、7時までに起床する園児の割合が5.2%増えていて、いい傾向にあります。
★7時までに起きている園児(学年別)
○年少 68.2% ○年中 60.6% ○年長 73.9%

Q. 朝食を抜くことがありますか?

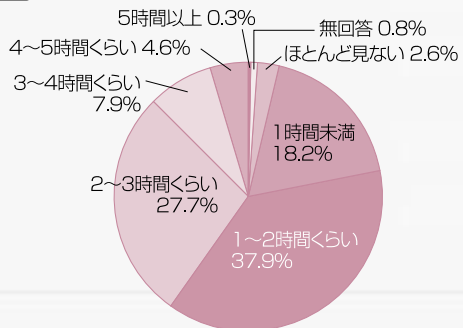


結果

朝食を食べる子が約93%、昨年のアンケート結果と比べ4%増えています。
この調査をはじめた18年度から見ても、わずかですが一番高い数字となりました。
★朝食を食べないことが全くない(必ず食べる)
○18年度…92.1%
○19年度…88.7%
○20年度…92.8%

Q. テレビはどのくらい見えていますか?

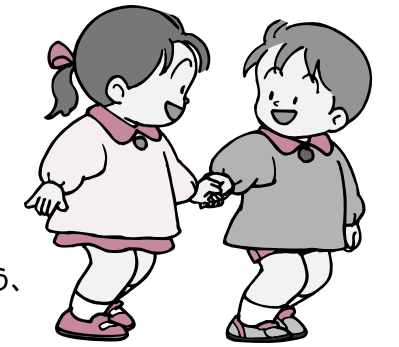
(ビデオ・DVD・テレビゲーム・小型ゲーム機のような画面を見つめるものを含む)



結果

1～2時間見ているという園児が37.9%で最も多く、次いで2～3時間が27.7%でした。
★2時間以上視聴している割合(学年別)
○平日…年少34.1%・年中44.9%・年長42.6%
○休日…年少58.2%・年中63.0%・年長65.6%

みなみみのわで育てよう! 元気いっぱいの子どもたち



お父さん、おかあさん、おじいちゃん、おばあちゃん。
お子さん、お孫さんは元気に毎日遊んでいますか?
元気に遊ぶためには、元気な体がなくてはなりませんね。
乳幼児が心と体の元気を保つためには、正しい生活習慣を身につけられるよう、周囲の大人たちが導いてあげることが必要です。

睡眠だいじ

「寝る子は育つ」とはよく言ったもので、寝ている間、子どもたちの体の中ではいくつもの成長ホルモンが分泌され、体をつくり、次の日また元気にあそべるようにと一生懸命働いています。

乳幼児期の子どもたちにとって、睡眠は「細胞を新しく作るため」に欠かせないこと。時間帯によって分泌されるホルモンが変わってくるので、眠る時間帯も重要になってきます。

8時には布団に入り、眠る準備に入りましょう。近頃よく言われる、低体温の子どもが増えているというのも生活リズムの乱れが原因と言われています。体がだるくなったり、疲れやすくなってしまい、あそびが減ってしまうのです。

夜9時には眠る。朝7時には起きる。規則的な生活が元気な体をつくれます。もっとも理想的な時間は『夜8時ころ眠り、朝6時ころ起きる』です。

早寝にするためのヒント

- 昼間よく体を動かす(遊ぶ)
- 決まった時間に食事をとる
- お昼寝は早めに切り上げる(遅くも3時までには起こす)
- お風呂の温度はぬるめに
- 寝室は早めに暗くする
- 寝る前にはテレビを見せない
- 寝る前には馬鹿騒ぎさせない
- …など

食事だいじ

子どもたちの体は毎日少しずつ、つくりかえられながら大きくなっていきます。食べたものからの栄養が、心と体の成長に大きくかわってくるのです。その中でも特に重要なのがバランスのいい朝ごはん!

- 血や肉をつくる **赤** の食べもの(魚・肉・豆・乳・卵など)
→筋肉を動かし思いっきりあそぶことができます。
 - 力や体温となる **黄** の食べもの(ごはん・パン・油脂・いも類など)
→これで脳が動きます。
 - 体の調子をよくする **緑** の食べもの(野菜・海藻・果物など)
→これで体のエンジンがかかります。
- 必ずこの3つの色がある様にしましょう!

朝ごはんを食べるとこんなにいいことがいっぱい!

- 眠っていた体がちゃんと目を覚まし、“活動モード”に入るよ。
- 午前中からいっぱいあそべるよ。
- 太りにくい体になるよ。
- イライラしなくなるよ。
- 便秘や立ちくらみもなくなるよ。

あそびだいじ

子どもにとってあそびは仕事!あそびを通して体も心も成長していきます。

特に外遊びが大切です。適度にお日さまの光を浴びることで、体が丈夫になっていくのです。また、たくさんのおともだちと一緒にあそぶことでコミュニケーション力も豊かになります。

最近は外あそびが減り、室内で遊ぶことが多くなっているようです。

子どもたちの間でもテレビやゲームの話が聞こえてきますが、あなたのおうちでは時間を決めていますか?

テレビは生活に欠かせないものであり、大切な情報収集源でもあります。

しかし、子どもにとってはテレビを見る時間が長いほど、言語発達に大きな影響を及ぼします。

テレビよりも絵本を読みませんか?ふれあいあそびをしませんか?何より会話を楽しみませんか?

おともだちとかけ回り、いっぱい動くことでおなかが減り、適度に疲れることで夜もぐっすり眠れます。ぐっすり眠ると次の日もたくさんあそべます。

十分な睡眠!十分な食事!十分なあそび(運動)!
そのサイクルこそ、子どもにとってとても大切な成長の源となるのです。

子育てむら・みなみみのわの子どもたちを、みんなで元気に育てましょう!

早寝・早起き・朝ごはん!
みなみみのわむらの健康スローガンです。