

広報 みなみみのわ

2015
3月
No.495

●平成27年3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
〒389-4592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 http://www.vil.minaminowana.nagano.jp
e-mail viln-m@vil.minaminowana.nagano.jp ●印刷／アド・コミュニケーションズ(株)

特集 経ヶ岳・バーティカルリミット
経ヶ岳からの眺望。自らの手で手に入れた眺めはさらに美しい。

図書館 あいうえお

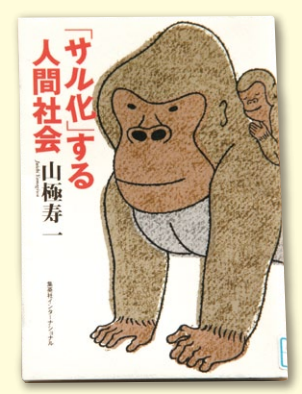
図書館おすすめの本を五十音順に紹介します。

村図書館
☎73-4946

今月は **さ**
からはじまる本

「サル化」する人間社会

やまざわ じゅいち 山極 寿一 集英社インターナショナル



人間社会は、サルかゴリラ、どちらに近いのだろうか。

本書によると、ゴリラの社会は勝ち負けの概念がない。仲間の中で序列も作らず、ケンカをしても誰かが勝って誰かが負けるという状態にならず、じっと見つめあって和解する。一方、サルの社会は正反対。純然たる序列社会で、もっとも力の強いサルを頂点にヒエラルキーを構築。いさかいが起きれば、大勢が強いものに加勢して弱いものをやっつける。

本来人間はヒト科の仲間であるゴリラに近い。しかし、今、人間社会は加速的に「サル社会化」しているのではないか。

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。

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

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>

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.0265-79-0026 FAX.0265-98-6660
www.notescorp.co.jp

60歳以上の方限定♪
1日5組限定2名様以上～
湯ったり気長に
湯治パック♪
2泊3日 12,000円(5食付)
3泊しても 18,000円(8食付)
湯治プラン登場♪寒い冬は、ゆっくり温泉三昧で日頃の疲れを癒して、ゆっくり湯ったりしませんか?
3/30(月)まで

幹事さん楽々パック
歓迎会やお花見会に♪
2時間飲み放題付き 平日限定
3/31(水)まで
4,800円パック
98パックもお得! 宿泊付きで9,800円(朝食込み)

各種ご法要
お祝いごとは **大芝荘**
各種ご宴会 4,200円～ 1泊2食付 9,000円～
送迎は無料、席札の作成まで全ておまかせください。
お施主様に安心してご利用いただけます。
お料理は、真心込めた会席料理でおもてなし。
椅子席もご用意いたします。

宿泊、宴会、会館、研修には
森のリゾートホテル **大芝荘** ☎0265-76-0048
田舎版 森のスーパー銭湯
つるつる美肌の湯 **大芝の湯** ☎0265-76-2614
手づくりアラカルトシェラート・パン…
みんなの広場 **味工房** ☎0265-76-0054



経ヶ岳バーティカルリミット

2015.5.23【SAT】

さあ登ろう!
CLIMB ON!

経ヶ岳（標高2296m）

“限界高度”という名を冠したレースだからこそ
ボクらは限界を突破したいと思えるんだ

経ヶ岳バーティカルリミット。

それが、5月に伊那谷で初めて開催するトレイルレースの名前だ。

トレイルレースは、未舗装の山野を走るランニングの一種として日本でも人気が高まってきている。

そのレースの舞台が経ヶ岳だ。

標高2296mの経ヶ岳で繰り上げられるこのレースは、標高差1500mを一気に駆け上り、

そして駆け下りる。

それはまさに過酷というしかない。

だからこそ、バーティカルリミット（限界高度）の名がふさわしい。

KYOGATAKE VERTICAL LIMIT -DATA-

コース (カレンダー裏コースマップ参照)

ロング距離21km
大芝公園～大泉川コース登山口～経ヶ岳山頂～4合目分岐～仲仙寺～大芝公園
ショート距離12km
大芝公園～大泉所ダム登山口～4合目分岐～仲仙寺～大芝公園

募集定員

ロング21km 600人
ショート12km 300人

レース参加費

ロング21km 6300円
ショート12km 4100円

募集期限

4月19日(日)
※定員になり次第締め切り

参加資格

中学生以上の健康な男女
※18歳未満の方は保護者の承諾が必要です。
※自然に対する配慮とマナーを守って大会に参加できる方。

郷土の山 経ヶ岳を生かしたい

経ヶ岳バーティカルリミットは、今年4月に設立する村観光協会の設立記念イベントとして開催する。伊那谷初のトレイルランレースの誕生までには数々のドラマがあった。

●始まりは1枚のパンフレット

企画を担った職員たちは頭を悩ませていた。

「観光資源として位置づけられてはいるが、あまり生かされたことがない経ヶ岳をどうやったら有効活用することができると。」

そんな時目に留まったのが、南箕輪中学校の第60回経ヶ岳強歩大会記念講演会のパンフレットだった。そこに書かれた『トレイルランニング』という言葉に興味を持った職員は、トレイルランニングについて調べた。そうしてたどり着いたのが、記念講演会の講師の一人だった大塚浩司さんだった。

「以前から富士登山マラソンのようなことが経ヶ岳でできないかと考えていました。そこで大塚さんに連絡を取ったんです」

そして帰ってきた返事は「面白そうですね。いいですね、やりましょう」というものだった。

「大塚さんたちは、中学生と一緒に経ヶ岳に登っていましたから、話は早かったです。何度かの打ち合わせの後、大塚

だったが、これも解決した。

大会はまた開催に一步近づいた。

●観光へとつなげる

企画を担った職員たちは頭を悩ませていた。

「この大会で南箕輪村の良さを知ってもらえるのだろうか」と。

経ヶ岳バーティカルリミットは、村観光協会の設立記念として開催する。だからこそ、村を知ってもらう必要がある。

「日本でのトレイルラン人気は年々高まっているようです。この大会をきっかけにして南箕輪村の存在を知っていたらと思います」

都心からの参加者を見込み、東京から大芝高原までの直通バス（有料）を用意した。

また、スタート・ゴール地点は大芝高原のため、レース後にすぐに温泉に入ることができるというのも、この大会の魅力のひとつだ。大会は土曜日開催なので、翌日まで家族と一緒にゆっくり過ごすこともできる。

「経ヶ岳と大芝高原という南箕輪村の財産があったからこそ、この経ヶ岳バー

さんたちはコース選びのために、地図を片手に経ヶ岳に登っていききました」

通常の登山とは異なり、走って登ることが多いトレイルランニングは、登っている人と下っている人がぶつからないように、登りと下りのコースを分ける必要がある。そして最低でも20キロメートルの距離が必要だった。そして選ばれたのが、登山者や中学生たちが強歩大会で登る登山道ではなく、大泉所ダム分岐点から直進する中尾ルートだった。

「中尾のルートは一般的でなく、登山者もあまりいません。こんな道を行って登れるのかと心配になりましたが、熟練したトレイルランナーが自らの足で選んだコースです。走った人にしかわからない魅力があるんだと思います」

コースは決まった。

21キロメートルのロングコースと、通常の登山道を4合目まで走る12キロメートルのショートコースの2つだ。大人数が一度に走ることで登山道が痛むことを防ぐため、ロングコースは600人、ショートコースは300人の制限を設けた。

ティカルリミットは誕生しました。大会開催まで、まだまだ悩みは尽きませんが、すばらしい大会にしてみせます」

経ヶ岳バーティカルリミットは、5月23日（土）に開催する。

大会最新情報は公式サイトをチェック!

www.nature-scene.net/kyogatake/



お問い合わせ
経ヶ岳バーティカルリミット大会事務局
E-mail : kyogatake@kyoritz-p.co.jp
TEL : 080-2205-4385 (大会専用携帯)

足の裏から伝わる土や岩の感触、汗ばんだ頬をなでる涼風、そして共に駆ける友の息遣い。それらを感じることができるとき、走り続けられる。それらを感じることができたとき、
「苦しさ」は「気持ちよさ」に変わるのだから。

「山を攻める」
平坦な道走ること飽きたとき、自然とそこに行きついた。
急峻な岩場を駆け抜け、道なき道を進む。
始めは確かに攻めていた。いや、どう思っ込んでいたのだらう。
頂上にたどり着き、雄大な景色を見たときに誤解に気が付いた。
攻めているのではなく、山によって走らされていたのだと。

CLIMB ON!
経ヶ岳!!

CLIMB ON!
経ヶ岳!!

自然と遊ぼう

飯塚 義博さん

profile

陸上長距離、競歩、自転車などの競技に取り組むアスリート。
1978年にタイ王国・バンコクで開催されたアジア競技大会にも
競歩の日本代表として参加。60歳。北殿在住。

●山を走る楽しさ

「長野県は非常に環境に恵まれた地域
なんです」

そう話すのはトレイルランナーの飯
塚義博さん。飯塚さんの言う環境と
は、もちろんトレイルランニングに適し
た山地があるということ。県内では多
くの大会が開催されている。

「私が初めてトレイルランニングをした
のは30代半ばでした。平地を走る陸上
競技とは違い、登山道を走るの足
の負担が大きく、慣れるまでは大変で
した。また、山は起伏があるため、過酷さ
は平地とは段違いです」

なぜそうまでして山を走るのか。飯
塚さんはうれしそうに教えてくれた。
「起伏があるということは、単調ではな
いということなんです。風景は刻々と変
化していきます。それに、舗装されてい
ない道・オフロードだからこそ、楽し
みがあります。倒れている木をまたぎ、川
を飛び越える、そんなアドベンチャー的
な刺激を求められるんです。それはま
さに、自然と遊んでいる感覚です」

どんなに過酷なコースだろうと、遊び
心を忘れない。だからこそ、苦しさの先
に見える楽しさが分かるのかもしれ
ない。

「最近では舗装された道路では物足り
なくなりました。荒れている道の方が

走っていて面白いんです」

●経ヶ岳を走る

昨年11月に行ったコース状態を確認
するための試走に、飯塚さんも参加し
ている。

「私も中学生のときに強歩大会で登っ
ていましたから、経ヶ岳を登るという大
変さは知っていました。しかも試走では
雪が積もっていましたから更に大変で
した」

このときには、レース時に注意する地
点なども確認された。

「頂上へと向かう分岐点から先が気を
付けてほしい場所です。この区間のみ
上りと下りの選手がすれ違う必要が
あるからです。上位を狙うトップラン
ナーは、下りコースでは駆け降りるよう
に走ってきます。選手同士お互いに気
を付けて事故のないようにしてほしい
ですね」

初開催となる経ヶ岳バーティカルリ
ミット。無事故で終わることが、次の大
会へとつながっていく。

「当日はボランティアスタッフとして大
会をサポートします。頂上の折り返し
地点を希望しましたので、ぜひ頂上でハ
イタッチしましょう」

●さあ走ろう！

多くの村民が中学生の時に登ってい
る経ヶ岳。久しぶりに登ってみようかと
思う人も多いのではないだろうか。

「トレイルランニングのコースを選ぶとき
に注目してもらいたいのは、距離ではな
く、高低差です。同じ20キロメートルで
も平地と山道では過酷さが大違いで
す。自分の現在の身体能力にあったコー
スを選ぶことが大切です」

今回の大会出場は無理でも、いずれ
経ヶ岳を走ってみたいという人はどうし
たらいいだろう。

「まずは舗装されていない道に慣れるこ
とが必要です。高低差はありませんが、
大芝高原みんなの森を走るのもいいで
しょう。慣れてきたら林道や河原など
を走って、足の運び方を学びましょう」
アイテム選びも重要だと飯塚さんは
言う。

●伝わってゆく魅力

山を走る以外にも楽しみはあると
飯塚さんは言う。

「過去にさまざまなレースに参加して
きましたが、そこで知り合った人たち
との交流も楽しみのひとつです。フェイ

スブックで近況を教え合ったりもしてい
ます。友人の地元で開催されるレースへ
のお誘いや、水は多めに持って行った方
がいいなどのアドバイスがもらえること
もあります」

現在ではフェイスブックやツイッター
などSNSの普及により、交流が容易
になった。飯塚さんは、経ヶ岳バーティカ
ルリミットだけではなく、村の情報も発
信してくれている。

こうして参加者の口コミによって、
経ヶ岳バーティカルリミットは拡散して
いく。回数を重ねることで、ランナーの
年間スケジュールに組み込まれるように
もなっていく。

私たちの経ヶ岳が素晴らしい山であ
ることは確実だ。だからこそ、経ヶ岳
バーティカルリミットは、中学校の強歩
大会と同じように伝統的な大会へと
なっていくことだろう。

経ヶ岳登山道整備ボランティア募集

実行委員会事務局（総務課企画係内） ☎72-2104

今年の山のシーズンが始まる前に、登山道の整備をします。郷土の山「経ヶ岳」を
村民の皆さんで手入れして、村内外から多くの方を招きませんか。皆さんの参加を
お待ちしております。

■日 時 5月9日(土)午前9時集合 ■作業内容 笹刈りなど
■集合場所 大泉所ダム ■募集期限 5月1日(金)

トレイルランニングレースは、ロケーションが良いのも
魅力のひとつ。
立ち止まって写真を撮ることも、過酷なトレイルランニ
ングを楽しくする秘訣。



固定資産税

Q & A

Q 土地・建物の固定資産税は誰に課税されるのですか？

A 毎年1月1日(賦課期日)現在、登記簿に所有者として登録されている人に対して、その年の4月から始まる年度分について課税されます。なお、共有名義の固定資産の場合は、共有者全員が連帯して納付する連帯納付義務を負うことになります。この場合、納税通知書は代表者(登記簿の筆頭者)へ送付します。

Q 年の途中で土地の売買をして、年明けに所有権移転登記を済ませた場合は、誰に課税されますか？

A 年内に所有権移転登記が行われなければ、次年度の固定資産税は賦課期日(1月1日)現在、登記簿に所有者として登録されている人へ引き続き課税されます。

Q 住宅を取り壊したのに土地の税金が高くなったのですか？

A 一定要件を満たす住宅の敷地に使われる土地は、「住宅用地特例」が適用され減額されます。しかし、住宅を取壊したり、店舗などに用途を変更したりすると、この特例の適用から外れることになるため、土地の税額が上がります。

Q 所有している土地・家屋の納税通知が届きませんが？

A 同一名義人が所有する固定資産の課税標準額が免税点未満(土地は30万円、家屋は20万円、償却資産は150万円)の場合は課税されませんので、納税通知書は送付しません(非課税の固定資産の場合も同様です)。所有する固定資産の内容を確認したい場合は、財務課で証明^{なよせ}する「名寄帳」をご確認ください(証明手数料300円)。

Q 地価が下がっているのに、土地の税額があまり変わらないのですが？

A 地価が高騰した際、一気に税額が跳ね上がるのを避けるため、段階的に税額を上昇させていく「負担調整」という制度の影響で、現在の評価額よりも低い価格を算定基礎(課税標準額)として税額が算出されている土地が存在します。地価が下がる中で税額があまり変わらない土地や上がってしまう土地は、課税標準額が本来の額と比べて低いため、負担調整措置により本来の課税標準額に向けた是正過程にあるものです。

Q 年の途中で家屋や倉庫を取り壊した場合も課税対象となりますか？

A 年の途中に取り壊された場合でも、賦課期日(1月1日)には存在していたことから、その年度の課税対象となります。なお、現況確認が必要になるので必ず届出をください。届出がないと、確認ができずに次年度以降も引き続き課税されることになります。

Q 数年前に住宅を新築しましたが、今年から税額が上がりました。なぜですか？

A 新築住宅で一定の要件を満たす場合は、新たに固定資産税が課税される年度から3年度分(長期優良住宅は5年度分)、に限り、税額が2分の1に減額されます。税額が上がったのは、新築後の3年度分については税額が2分の1に減額されており、4年度目からはこの減額適用期間が終了し、本来の税額に戻ったためです。

Q 所有者が亡くなりました。固定資産税に関する手続きはどうすればよいですか？

A 所有者が亡くなった後、相続登記が済むまでの間、固定資産税については相続人全員が連帯して納税義務者となります。そのため、相続人を代表して納税通知書を受領する「相続人代表者」を決めて届け出ます。届出後、法務局で相続登記の手続きを行った場合は、登記が優先され翌年度から新しい所有者に課税されます。

平成 27 年度は、固定資産の評価替えを行います。

財務課 税務係

固定資産税は、毎年1月1日の賦課期日に、土地・家屋・償却資産などの「固定資産」を所有している人が、その所在する市町村に納める税金です。

固定資産のうち土地と家屋については、3年に一度の基準年度ごとに、その間の資産価格の変動を反映させた評価額に見直す「評価替え」を行っています。

評価替えの内容

土地の評価替え

- 土地の評価では
 - ①村内の土地を利用状況の似た区域にグループ分けし、標準的な土地を選びます。
 - ②標準的な土地を不動産鑑定士が調査し、鑑定価格を算出します。
 - ③算出された鑑定価格を基にして、周辺状況や地価の変動による変化を評価額に反映させます。
- 原則として評価額は3年間据え置くこととなりますが、地価の下落があり、評価額を据え置くことが適当でないときは、評価替えの年度でなくても価格を修正(下落修正)しています。
- 土地の利用状況に変化がない場合であっても、評価替えによる課税内容の見直しの結果、評価額や税額が大きく変わる土地もあります。
- 課税する地目は現況で判断するため、登記簿上の地目とは異なる場合があります。

家屋の評価替え

- 家屋の評価替えでは
 - ①再 建 築 価 格 …3年間の建築費等の変動を反映させた新しい基準により、今、同じ物を建てた場合の、建築費
 - ②経年減点補正率…新築から経過した年数によって生じる損耗状況による減価分
- この結果、
経年による減価 > 建築費の増加の場合 …評価額が下がります。
建築費の増加 > 経年による減価の場合 …評価額が据え置かれ、前年度の評価額を上回ることはありません。
- 評価額は、増改築、取り壊しなどが行われない限り、3年間は据え置かれます。
 - 経年による減価は、評価替え時の建築費の20%が限度です。

固定資産の申告などについて

次のような場合には、財務課税務係(固定資産税担当)へご連絡ください。

- 既に存在していない土地・家屋へ課税されているとき
- 家屋の新築、増築や取り壊しをしたとき
- 基礎を用いて土地に定着する車庫や物置などを建築したとき
- 住宅以外の家屋を住宅にするなど、用途(使い方)を変更したとき
- 未登記家屋の所有者を変更したとき(売買・相続など)、住所を変更したとき
- 農地以外の土地(雑種地や原野など)へ、家屋や倉庫、太陽光発電設備などを設置したとき

村体育施設の予約方法

村教育委員会 社会教育係

平成27年度社会体育施設の予約受付は、3月1日から行います。各施設の予約方法は、次のとおりとなります。

多くの方が施設を利用できる予約方法にしてほしいという意見があるため、予約できる期間を短くしています。

■内容

予約できる期間は、当月を含め3か月先までです。

例 3月中に予約→5月末までの使用

■一般利用できる施設

村民体育館、大芝公園内運動施設（陸上競技場、野球場、屋内運動場、テニスコート、マレットゴルフ場、ミニグラウンド）、南原グラウンド、富士塚グラウンド

■使用期間の制限など

(1) 10月末まで：屋内運動場
(11月以降分の予約受付は、10月25日からです)

(2) 11月末まで：陸上競技場、野球場、テニスコート（クレ）、ミニグラウンド、南原グラウンド、富士塚グラウンド

(3) 12月末まで：マレットゴルフ場

■一般利用問い合わせ先

(1) 村民体育館
南箕輪わくわくクラブ

☎ 78・8313

3月2日(月)から受付開始

午前8時30分～午後5時(土日、祝日、年末年始、お盆期間を除く)

引っ越しに伴うごみの処理

住民福祉課 生活環境係

3月は引っ越し等で普段より多くのごみが出たり、収集日に出せなかったりすることが予想されます。

通常の収集日に出せない場合は、直接施設へ搬入するか、ごみ収集カレンダーに載っている収集運搬業者に依頼して処分してください。

【直接搬入施設】

(1) 燃やせるごみ

伊那中央清掃センター

☎ 78・3197

火曜日～金曜日

午前8時30分～午後4時30分

(2) 燃やせないごみ・資源物

クリーンセンター八乙女

☎ 79・8773

平日 午前8時30分～午後3時30分

(ただし、3月22日(日)は午前中のみ受け入れます。)

(3) 資源プラスチック

(株)信州ウエイスト

☎ 71・3588

受け入れ時間は要問い合わせ

(普段は受入施設ではないため、1kgあたり80円の料金が必要です。)

※テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機・衣類・乾燥機の処分は、家電リサイクル法の対象ですので、リサイクル料金が必要です。

詳しくは、ごみ収集カレンダーをご覧ください

(2) 大芝公園内運動施設等

大芝公園管理事務所

☎ 78・5835

3月1日(日)から受付開始

午前8時30分～午後5時

(年末年始、その他臨時休業を除く)

■その他

施設を利用する方は、次のことを徹底してください。

(1) 施設の管理規則に沿った使用をしてください。

(2) 飲食に伴うごみは、持ち帰ってください。

(3) 使用後は、清掃・整地をしてください。

(4) ほかに利用する方も気持ち良く利用できるように協力ください。

健康講演会

住民福祉課 保健予防係

「血糖がちよつと高くなってきたいますね」。そんなことを言われたことはないですか。

村の健診の結果を見ると、県や国などと比べて、メタボリック症候群ではなくても高血糖の方が多い状況です。そこで、血糖が高くなってしまう原因や、その状態を続けてしまうと体の中でどんなことが起きてくるのか、話を聞いてみましょう。

いただくか、各施設・収集運搬業者へお問い合わせください。

住宅用太陽光発電システム設置補助額改定

住民福祉課 生活環境係

村住宅用新エネルギー施設設置補助金の補助額を改定します。

■対象

住宅用太陽光発電システム

■補助額

改定前

1kwあたり3万円、限度額15万円

改定後

1kwあたり2万円、限度額10万円

■開始日

4月1日(水)

不妊治療費を助成します

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な負担を軽減するために、治療費の一部を助成しています。

■対象者

- (1) 1年以上前から村に住んでいる方
- (2) 長野県不妊治療費助成事業の助成を受けている方
- (3) 医療保険に加入している方
- (4) 税金等の滞納がない方

■日時

3月5日(木)

午後3時30分(開場 午後3時)

■場所

村民センター2階

大会議室

■テーマ

あなたの血糖・HbA1cは大丈夫？

■講師

市川内科クリニック 院長

市川和夫さん

HbA1c(ヘモグロビンA1c)とは：赤血球中に含まれるヘモグロビンにブドウ糖が結合したものです。基準値は5.5%以下で、これを上回ると糖尿病が疑われます。

住所変更のお届けは期限内に

住民福祉課 住民係

住所変更(転入届・転居届)は新しい住所に住み始めてから14日以内に届出が必要です。また、転出届は引っ越し前に現在住んでいる役場等で届出することが基本です。引っ越しの際は忘れずに届出をお願いします。

■受付時間

午前8時30分～午後5時15分(土日祝日を除く。)

※時間外窓口ではお受けできませんのでご注意ください。

■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、県の不妊治療費助成金を差し引いた額の2分の1以内とします。1組の夫婦に対して、1回10万円を上限とし、1年度あたり2回、通算5年間を限度として助成します。

申請は、治療を実施した年度の末日(3月31日)までをお願いします。詳しくは、保健予防係までお問い合わせください。

村観光協会 会員募集

産業課 商工観光係

大芝高原を中心とした村の魅力を県内外に幅広く発信紹介し、南箕輪村の知名度を上げ、「活気に満ちたにぎわいの村づくり」を一層進めるため、平成27年度に観光協会を設立します。

現在、会員を

募集しています。

す。企業・団体

加入だけでなく

個人での加入も

できますので、お気

軽にご連絡ください。



新年度ごみ収集カレンダー！チケット配布

住民福祉課 生活環境係

平成27年度ごみ収集カレンダーと指定ごみ袋購入チケットを3月中に配布します。組加入の方には、組の係の方を通じて配布し、組未加入の方には郵送します。

3月中に届かない場合は生活環境係までお問い合わせください。

なお、村に住民登録がない方は、別途役場で手続きをしていただく必要があります。

※平成26年度指定ごみ袋購入チケットの期限は3月31日です。期限を過ぎたチケットは使用できませんので、ご注意ください。

狂犬病予防注射料金改正

長野県獣医師会上伊那支部

☎ 73・2993

獣医師会で行う狂犬病予防注射の料金が4月1日から3500円(現在は3310円)に変更になります。

※料金には狂犬病予防注射済票手数料550円が含まれます。

詳しくは、長野県獣医師会上伊那支部か、生活環境係までお問い合わせください。

介護者リフレッシュ交流会

住民福祉課 介護支援係

介護をしている方を対象に、健康運動指導士による運動とお食事交流会を開催します。参加者同士の交流を通して日ごろの介護の疲れを癒し、リフレッシュする時間を持ちましょう。お気軽にご参加ください。

■対象

村内の在宅で介護をしている方

■内容

・運動講習会「疲れをほぐすいきいき健康体操」

・お食事交流会

■講師

株式会社アイスク 健康運動指導士 加藤さや香さん

■集合場所

村保健センター 保健指導室

■日時

3月19日(木)

午前10時～午後2時

■料金

500円(昼食代)

参加を希望する方は3月16日(月)までに介護支援係まで電話でお申し込みください。運動のみ、または食事会のみ参加も受け付けます。送迎を希望される方はご相談ください。

高齢者肺炎球菌ワクチン
定期予防接種

住民福祉課 保健予防係

平成26年10月1日から、高齢者肺炎球菌ワクチンが法律で定められた予防接種となりました。対象者は年度によって異なり、対象期間を過ぎてしまうと、全額自己負担での接種となります。希望する方で、まだ予防接種が済んでいない方は、早めに済ませましょう。

■対象者（平成27年3月31日までに次の年齢になる方）

65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳・101歳以上

平成26年4月1日現在60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器機能（身体障がい者手帳の交付を受けている方）またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいのある方

■接種場所

医療機関

■自己負担額

5000円

■接種回数

1回（定期予防接種の対象となるのは一生に1回のみです。）

過去に高齢者肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがある方は、全額自己負担での接種となります。

予防接種に必要な予防票がない方は、保健予防係までお問い合わせください。

村議会議員一般選挙
立候補予定者説明会

選挙管理委員会事務局

村議会議員選挙に立候補を予定している方は出席してください。

■日時

3月25日（水）午前10時～

■場所

役場2階 講堂

長野県心身障害者扶養共済制度

伊那保健福祉事務所 福祉課

☎76・6810

障がいがある人の保護者が毎月一定の掛金を納めることで、保護者に万一のこと（死亡・重度障がい）があったとき、障がいがある人に終身一定額の年金が支給されます。支給額は1口2万円、掛金は加入時の年齢によって異なります。

※健康状態によっては加入できない場合があります。

詳しくは伊那保健福祉事務所までお問い合わせください。

運転免許証更新特定任意講習会

総務課 管理防災係

運転免許を更新する際には、更新時講習の受講が義務付けられています。村交通安全協会では、更新手続きの際、更新時講習を受講する時間のない方のために、箕輪町交通安全協会と共催で特定任意講習会を実施します。

■対象

運転免許の更新を3月18日から9月17日までにされる方。ただし、免許更新時に70歳以上になる方は受講できません。

■日時

3月17日（火）

受付 午後6時30分～

講習 午後7時～午後9時

■場所

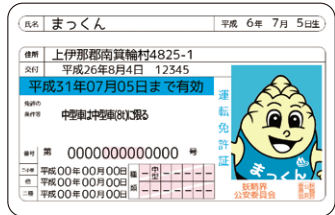
箕輪町地域交流センター
（箕輪町役場 西側）

■料金

1500円

■持ち物

運転免許証、筆記用具



村事業の入札結果 財務課 財政係

入札日	工 事 名	落札金額	落札業者
1/9	JR北殿駅南駐車場整備工事	248	入戸建設工業㈱
	大芝高原アカマツ樹幹注入作業委託	140	㈲森創
	村道2110・2148号線用地測量業務委託	199	㈱富士コンサル
	南箕輪村上水道中央監視操作施設更新実施設計及び施工監理業務委託	756	新日本設計㈱ 伊那営業所

単位:万円。万円未満切り捨て、消費税込み。

人の動き

南箕輪村
H27.2.1 現在 （ ）内は、前月比

人 口 15104人(+4人)
男 性 7505人(-5人)
女 性 7599人(+9人)
世帯数 5766世帯

ふれあい農園利用者募集

産業課 農政係

村では、田畑区の農村公園内に「ふれあい農園」を開園しています。村民の皆さんに野菜などの栽培を通じて、自然とのふれあいを深め、食育や地産地消の推進を図り、地域で生産される安全な農産物への理解を深めていただくことが目的です。

4月からの「ふれあい農園」の利用者を募集しますので、希望する場合は、産業課にある「ふれあい農園利用申込書」に必要事項を記載し、3月13日（金）までにお申し込みください。なお、応募者多数の場合は、抽選とします。

■対象

村に住民登録している方

■貸付期間

1年または3年

■料金

1区画（約50㎡）年間1000円

■募集区画数

18区画



※看板があります

お誕生おめでとう



12月22日 久保 結月ちゃん(久土さん麻代さん)

12月22日 南 原 桜井 陵雅ちゃん(秀夫さん小百合さん)

12月30日 南 原 青木 翔太朗ちゃん(博和さん真紀子さん)

1月6日 沢 尻 酒井 美和ちゃん(義隆さん衣里さん)

1月6日 沢 尻 等々力 凜ちゃん(心太朗さん志織さん)

1月9日 大 泉 原 彩羽ちゃん(達也さんつばきさん)

1月17日 沢 尻 池上 暁翔ちゃん(雄さん彩香さん)

1月19日 大 泉 池上 舞音ちゃん(幸宏さん奈央子さん)

1月25日 沢 尻 羽入田 岳ちゃん(拓磨さん綾さん)

花いっぱい推進協議会会員募集

総務課 企画係

村花いっぱい推進協議会は、村内の企業や団体、サークルなど8団体で大芝高原を中心に花いっぱい運動を展開しています。今回、活動面積の拡大に伴い、「一緒に花いっぱい運動に参加していただける方を募集します。」

主な活動は、草取り等の作業です。6月～10月に毎月1回、土曜日の朝1時間程度行います。また、作業終了後には、地場産物の販売など会員相互の交流も行っています。

村内の企業、団体、サークル等であれば申し込みます。

花でつながるネットワークづくりにぜひご参加ください。

お申し込み・お問い合わせは、協議会事務局（総務課企画係）までお願いします。

村巡回バス「まっくんバス」は、4月1日から一部のコース時刻表の改正を行います。

これに伴い、松寿荘前バス停を新設します。

新しい時刻表は、4月号と併せて配布する予定です。

まっくんバスダイヤ改正

総務課 企画係

村巡回バス「まっくんバス」は、4月1日から一部のコース時刻表の改正を行います。

これに伴い、松寿荘前バス停を新設します。

新しい時刻表は、4月号と併せて配布する予定です。

かなしみ（死亡）

ご冥福をお祈りします

12月24日 田畑 松澤 志子子さん(85歳)

1月2日 久保 有賀 清さん(80歳)

1月3日 大泉 清水 宗一さん(94歳)

1月4日 北殿 有賀 けさ子さん(81歳)

1月5日 大泉 巢山 あさあさん(85歳)

1月6日 南原 尾崎 武久さん(86歳)

1月11日 大泉 唐澤 あや子さん(98歳)

1月17日 南殿 有賀 勇さん(82歳)

1月17日 大泉 出羽澤 茂子さん(85歳)

1月23日 久保 堀 喜久雄さん(90歳)

1月29日 南原 宮坂 敏子さん(98歳)

ほっこりつぶやき集

ほっこりつぶやき集は村内5園の
保育園児のつぶやきです



▼明日は体重測定。夕飯をたくさん食べながら
『ママよりも おおきくなるんだ〜』



▼洋服の広告を見て
『わあー イケメンがいっぱい!』



▼雪が降った日に
『わ〜 ゆきだ!ゆきだ!!
ゆきで おだんご つくりたい。
おにぎりも。おすしも!』



今回の写真は中部保育園 レストランごっこの様子です



BOUSAI 豆知識

村防災士会
総務課 管理防災係
☎72-2104

地震発生 3分間を生き抜くために!!③(地震発生時の行動)

被害状況にもよりますが、地震発生から3日目までのおおよその活動の目安を表にしています。

- ・地震発生直後は自分の身を守る行動に徹しましょう。(自助)
- ・隣近所、地域の助け合いによって、救える命があります。(共助)

命を守る時間帯	地震発生 0分〜2分	自分の身を守る	地震が発生したら、まず落ち着きましょう。 揺れが大きい時はテーブルの下にもぐるなど落下物から頭を守る、調理中であれば台所から離れる、など自分の身を守る行動をしましょう。
二次被害を防ぐ時間帯	地震直後 2分〜5分	火の始末 出口の確保	揺れがおさまったら火を始末しましょう。 余震に備えてドアを開けるなど出口の確保しましょう。 ガラスの破片などでけがをしないように靴を履きましょう。
	5分〜10分	わが家の 安全確認	家族の安否確認。家屋の被害状況を点検し、余震で被害拡大のおそれがあれば避難の準備をしましょう。 ラジオなどで情報収集しましょう。
まちを守る時間帯	10分〜半日	隣近所の安否確認と 助け合い	隣近所で生き埋めになっている人はいないか、火災が起きていないか、声をかけ合って確認しましょう。 生き埋めになっている人やけが人がいれば協力し合って救出救助しましょう。 高齢者や乳幼児など要配慮者の安否確認をし、安全な場所への避難誘導しましょう。
生活を守る時間帯	半日〜3日	2〜3日は自分でのぐ	電気・水道などのライフラインをはじめ食料の流通が途絶えるため、3日程度は自宅にある飲料水・食料などでのごましましょう。隣近所で食材を持ち寄って炊き出しをしましょう。
復旧・復興へ	3日以降	本格的な復旧開始	防災機関の応急・復旧活動が本格化します。住民、ボランティア、行政などが一体となって復旧・復興への歩みを始めます。

参考文献:防災士教本(特定非営利活動法人日本防災士機構)

Yomoyama
Topics

よもやま とびくす

冬場の体力づくりと 親睦のために

冬季村民体育祭が2月1日に開催され、58チーム480人が、ソフトバレーボールで熱戦を繰り広げました。

試合では、豪快なスパイクやサーブサービスエースも見られ、得点が入るたびに歓声が上がっていました。

大会の結果は次のとおりです。

優勝チーム

- 【ブロンズの部】田畑GOTA真打
- 【シルバーの部】大泉エンジョイ
- 【ゴールドの部】沢尻50
- 【ファミリーの部】
- Aブロック 南原ブラック
- Bブロック 大泉グレイトウォリアーズ
- Cブロック 南原レッド
- Dブロック 北殿ファミリーB
- Eブロック 沢尻
- Fブロック 塩の井ファミリーA



親愛の気持ちは 手作りのプレゼントで

チョコレートを使った贈り物作り講座が2月7日に村公民館で行われました。これは村公民館が小学生を対象に開いたもので、27人がチョコマフィンとビスケットトリュフ作りに挑戦しました。ビスケットトリュフは、湯煎したチョコレートにビスケットやシリアルを混ぜ、丸めて冷やせば完成です。村公民館では、季節の行事や手作りの楽しさを知ってもらえるよう、今後もイベントを企画したいとしています。



県市町村広報コンクールで 奨励賞受賞

1月27日に審査が行われた「長野県市町村広報コンクール」で、広報みなみみのわ2014年12月号が町村の部で奨励賞を受賞しました。このコンクールは、市町村の広報活動の向上を目的に行われているもので、その年1年間に発行された広報紙が対象です。村では、みなみみのわのむかしばなしについて取り上げた2014年12月号を出品しました。むかしばなしにまつわる場所をマップで解説したり、表紙や特集内で絵本の原画を掲載した点などが評価されました。受賞した12月号を含む村広報紙のバックナンバーは、村ウェブサイトでご覧いただけます。



3月

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
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		9日		16日
廃食用油	2日・16日				

※神子柴・沢尻地区の皆さんは、燃やせないごみ・缶・ビン・ペットボトル・資源プラスチックの収集日が通常と異なりますので、ご注意ください。

相談あれこれ

村に相談

●**村長相談（随時・事前予約）**
ファクス・メール相談も受け付けています。
（住所・氏名・電話番号を明記してください）
総務課 行政係TEL72-2104 直通FAX72-2898

●**介護相談（月～金曜日：祝日除く）**
介護方法や介護サービスの利用等について相談を行っています。
住民福祉課 地域包括支援センター TEL72-2105

●**健康・栄養相談（随時：事前予約）**
体脂肪率や血圧なども測れます。
住民福祉課 保健予防係 TEL72-2105

●**子育て相談（月～金曜日：祝日除く）**
子育てに関することや、児童・生徒の教育などの相談を行っています。
場所 村公民館第1会議室
子育て教育支援相談室 TEL76-4110

●**行政相談**
3／20(金)午前10:00～12:00
場所 村民センター2階小会議室
相談日以外も電話や訪問相談可
相談員 征矢俊彦さん TEL73-5283

社会福祉協議会に相談
TEL76-5522

●**心配ごと相談（随時）**
相談は電話にて受け付けます。

●**司法書士による無料法律相談**
3／27(金)午後3:00～午後5:00

●**結婚相談**
3／10(火)午後7:00～午後8:00
3／22(日)午後1:30～午後3:00
場所 松寿荘相談室
相談所長 漆戸智治さん

その他の相談

●**交通事故相談（事前予約）**
3／5(木)、19(木)午前10:00～午後3:00
場所 伊那合同庁舎 2階交通事故相談室
上伊那地方事務所地域政策課
TEL76-6803(直通)

●**消費者相談（随時）**
振り込め詐欺、耐震工事、健康食品などを強引に売りつける悪質な訪問販売や催眠商法によるトラブルでお困りの方、お気軽にご相談ください。
飯田消費生活センター
TEL0265-24-8058

●**行政書士による無料相談**
毎月第2水曜日 午後1:00～午後4:00
（事前予約）
相続・遺言・成年後見制度に関する手続きなどご相談ください。
長野県行政書士会伊那支部事務所
TEL73-2208



休み

役 ……役場
保 ……保健センター
村 ……村民センター
公 ……村公民館
す ……すくすくはうす

休日当番医

水道当番店



水道

※都合により休日当番医が変更することがあります。
※緊急の場合、歯科は上伊那口腔保健センター(伊那健康センター内)で、毎週日曜日午前8時30分～12時の間、診療を行っています。

今月の納付期限は**3月31日(火)**です

国民健康保険税 保育料 介護保険料
後期高齢者医療保険料 上下水道料

●乳幼児健診、相談の年間予定表を村ウェブサイトに掲載しています。

日	月	火	水	木	金	土
1 休み 原内科消化器科医院(内消)…☎77-0177 北原眼科医院(眼) …☎76-9999 長田内科循環器科医院(内循小)…☎72-4043 水道 原建設(株) ☎72-1010/74-7031	2 休み 保 健康相談 要予約 13:00～16:00 役 第1回議会定例会開会(～13日)9:00～	3 休み 保 育児相談 受付 9:30～11:00	4 保 1歳児相談	5 休み 保 3か月児健診 村 健康講演会 15:30～17:00 公 ゆずり葉学級 13:20～	6	7 村 親子わんぱくランド2015 10:30～ 水道 (有)カクミ ☎76-0322
8 村 認知症サポーター講座 10:00～ たかはし医院(内小消)…☎71-5121 前沢眼科医院(眼) …☎76-0600 水道 (株)伊那北工機 ☎72-4628	9 休み 子育てサロン 10:00～12:00(社会福祉協議会) 保 健康相談 要予約 13:00～16:00	10	11 役 議会一般質問 9:00～ 公 すくすく玉手箱 10:00～	12 休み す 絵本の会 10:30～ 役 議会一般質問 9:00～	13 す 運動あそび 10:30～11:00 役 議会閉会 15:00～ 村 小さなおはなしむら 10:00～、11:00～	14 村 おはなしむら 10:30～ 水道 (有)加藤設備工業 ☎78-3088
15 休み 久保田内科クリニック(内)…☎71-8855 久保田皮膚科医院(皮)…☎72-1200 戸澤整形外科(整) …☎70-8080 水道 高木設備 ☎72-1362/73-7824	16 休み す お別れ会(要予約・3月10日まで受付) 10:00～10:45 保 健康相談 要予約 13:00～16:00	17 休み 保 3歳児健診 小学校卒業式	18 休み 保 こころの相談 要予約 9:00～、10:00～、11:00～ 中学校卒業式	19 休み 公 ゆずり葉学級 13:20～	20 休み 保 1歳6ヶ月児健診 村 小さなおはなしむら 10:00～、11:00～	21 休み 田中病院(内外) …☎78-3555 滝小児科医院(小) …☎71-5250 上伊那生協病院(内循消)…☎79-8813 水道 南信温水 ☎72-8036
22 休み たけまつハートクリニック(内循)…☎71-8010 北原こどもクリニック(小)…☎74-2236 林整形外科医院(整)…☎76-5525 水道 (株)堀建設 ☎73-5777/73-3011	23 休み す 運動あそび 10:30～11:00 たけのこ園修了式	24 村 村観光協会 設立総会 18:00～ 介護保険・国保前期高齢・後期高齢者三制度説明会 13:30～(役場講堂) 村 春休みおはなしの会 10:30～	25 休み 保 母乳相談 要予約 村 議会議員選挙立候補 予定者説明会 10:00～(役場講堂) 村の民話童話のおはなし会 10:30～(村図書館)	26 休み す うたあそび 10:30～ 保育園卒園式	27 休み 保 7か月児相談	28 水道 ミヤケン ☎78-2937
29 休み 松本医院(内神) …☎72-2292 下條医院(内小脳) …☎76-5353 中川医院(内) …☎79-2103 水道 原建設(株) ☎72-1010/74-7031	30 休み	31 休み	4/1	2	3	運動サポートデー 運動指導士による 運動指導、相談 ●時間／13:00～16:00 ●場所／大芝高原 森の交流施設



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

ケーブル1本で街をつなぐ、人をむすぶ。

伊那ケーブルテレビジョン



KYOGATAKE VERTICAL LIMIT



バーティカルリミットコースマップ

● LONG 21km

● SHORT 12km

折り返し
経ヶ岳山頂

中尾ルート

関門

コース

1A (第1エイドステーション)
大泉所ダム分岐

4合目分岐

大泉所ルート

仲仙寺ルート

2A
(第2エイドステーション)
仲仙寺
残り4km地点

START/GOAL
大芝公園

今回のレースのポイント

- ロングコース 21km とショートコース 12km を用意しました。レベルに合わせたレース参加が可能です。
- ロングコース 21km は標高 2296m の経ヶ岳の山頂を目指します! 標高差 1500m を一気に登って下ります。
- ロングコース 21km は伊那谷の絶景と芽吹き始めた新緑のコースを存分に味わえます!
- ショートコース 12km は経ヶ岳の 4 合目まで登って下ります。ビギナー大歓迎!
- 温泉やレストラン、キャンプ場などが併設された大芝公園でレース後ご家族で楽しめます。
- レース終了後、すぐに温泉に入ることできます。
- 協賛する多くのスポンサーが様々な賞品を用意しています。
- 東京一会場間の直行バス (有料) をご用意。車のない方でも安心して参加できます。

高低図

