

みのわの実

1



特集

11/13 箕輪中で県ICTシンポジウム開催される
ICTを活用した授業を公開!

干支のワラ細工を作成する
箕輪町南小河内の大槻博一さん
～幸せな一年になりますように～

新春インタビュー	2.3
マイナンバー制度	6.7
箕輪町空き家バンク制度のご案内	8
除雪・凍結路面对策について	12
平成27年度 箕輪町町道除雪計画	13



新年明けましておめでとございます。
年頭にあたり、白鳥町長と木村町議会議長に、
お正月の過ごし方や新年の抱負などを伺いました。

◆一緒に力強いまちを 築きましょう！

箕輪町長 白鳥 政徳

■お正月の過ごし方

手作りのおせちと家族団らん

正月は常会などの新年会から始まります。それから、お世話になった方々へのごあいさつに伺ったりしますが、それ以外は特別なことは特にせず、ゆっくり静かに過ごします。

家にいるときは、帰省する子どもや孫との団らんがやはり楽しみです。大晦日は、近くのお宮さんやお寺さんへ二年参りに行くのが恒例行事です。

我が家のおせち料理は、ほとんど妻の手作りです。任せっきりではなく、私も伊達巻きを巻いたり、言われた通りにですが手伝いますよ。

■昨年をふりかえって

2015年はスタートダッシュの年

昨年はプランニングの年でしたが、まずまずのスタートダッシュを切れたのではないのでしょうか。今年はそれに対して行動し、実現していく年にしなければいけないと思います。

その中で、各団体のトップなど限られた方々だけではなく、個人に着目して、様々な世代の方の意見を反映した「第5次振興計画」などの将来のまちをつくっていく計画ができてきたことは意味深かったと思います。その計画を一緒に具体化していくということが最も重要で、町民の皆様との距離も少しずつ縮まっていると感じています。今以上にもっと「普段着」の議論や話ができる環境をつくったり、「みんなと一緒にやろう」と、同じ方向を向き進んでいくという単純な発想に立ち戻るべきではないかと思っています。

■今年の抱負、取り組みたいこと

自信をもって町の魅力を外へ発信

今年の課題はやはり人口減少問題と少子化対策で、まちの活力を生み出すキーとなります。妊娠、出産、働く場の確保など、子育てにおける心配や不安を取り除くとともに、子育て中の方や障がいのある方、高齢者など、みんなが集える「居場所」づくりもしていかなければいけないと感じています。

箕輪町は、思っていた以上に元気・活力のある町だということが分かりましたが、暮らしやすく、働く場もある、首都圏へのアクセスも良いなど、一定の満足感があることで内向きになり、次の一歩が踏み出せないということもあると思います。町民の皆さんと危機感を共有し、もっと外に向かって魅力を発信していけるまちにしたいと思います。



色紙で一言！

「箕輪チャレンジ」～チャレンジ精神でいこう！～

暮らしやすく憧られるまち、そして力強いまちになるためには、新たなチャレンジが必要です。チャレンジできる仕組みはつくりますが、主役は町民の皆さんです！一緒にチャレンジしていきましょう！

「夢」は実現するもの！

その昔、叶わないものへの願望と解されてきた「夢」。今は、「実現したい願い。理想」という積極的な意味が含まれるようになりました。私たちも常に、前に向かって実現のための「夢」を持っていたいですね。

◆ 未来への

新たな一歩を
踏み出す年に

箕輪町議会議長 木村 英雄

■ お正月の過ごし方

一年の始まりは初日の出から

毎年元旦には、「萱野高原で初日の出を見る会」の皆さんとともに、初日の出を拝みにでかけます。ただ、残念なことにごこの2年は大雪や凍結などで登頂を断念せざるをえませんでした。2016年は、美しい初日の出とともにスタートできることを願っています。



2日目は、毎年家族で諏訪大社へ初詣に出かけますが、基本的に、三が日のほとんどは、常会の新年会へのご挨拶で過ぎ去ります。いつもお世話になっている皆様ですので、ここは欠かせませんが、できれば、箱根駅伝を生中継で観たいです。若者たちが倒れる寸前まで、力いっぱい走る姿には心打たれますし、感動します。箕輪町出身の選手が出ることもあり、そんなときは特に応援にも力が入ります。

■ 昨年をふりかえって
行動あるのみ！

昨年は町議会の議長に選任していただき、忙しい一年になりました。社会的にはTPPや、全国的な豪雨、テロの恐怖など様々なことがありましたが、日本人2人がノーベル賞を受賞するなど輝かしいニュースも印象に残っています。

今、全国的に叫ばれている人口問題は、箕輪町でも町と議会と町民が互いに危機感を持って、取り組んで行くべき課題だと思っています。そういった点も踏まえて、1月からさっそく町民の皆さんとの意見交換会を開催する予定でいますし、開かれた議会を目指

して、これまでも進めてきた改革を引き続き積極的に取り組んでいくつもりです。

■ 今年の抱負、取り組みたいこと

新生みのわを目指して

昨年は、町発足60周年ということの一つの節目を迎えました。2016年は、先人の意志を受け継いだ私たちが、新しい時代を創造していく年だと考えています。箕輪町に生まれたこと、住んでいることが誇りに思えるような未来へつながる新たなスタートにしたいと思っています。

安全安心で、人口減少に歯止めをかけられるような、生き生きとしたまち、災害のない、明るいまちをともにつくっていきましょう！

皆様、よろしくお願いいたします。





11/13 箕輪中で県ICTシンポジウム開催される ICTを活用した授業を公開!



約170名の参観者が見守る中、箕輪中でICT機器を活用した授業を6教科公開しました。大型テレビで情報を大きく提示し生徒が自分達の考えを出し合いながら課題を追究していく授業は、多くの参観者にとって参考となるものでした。ICT機器を「ここぞ!」という場面で効果的に使っている様子と参観者の声を紹介します。

箕輪中学校のICT教育の取組

ICT機器を活用した日々の授業の充実についての説明

…「情報の見える化」「協働型授業」「個別学習ソフトの活用」の3つが重点



授業づくりに、ICTを上手に使っていますね。

公開授業の様子（国語・社会・数学・理科・英語・家庭科）

国語 1年 デジタル教科書使用



電子黒板は、生徒の着目した叙述をすぐに確認できてわかりやすいですね。

バラバラになった段落を根拠をもとに並べ替える生徒達、その根拠とした叙述をデジタル教科書で確認していきます。

社会 2年 iPad1人1台使用



手元にこれだけクリアな画像があるとわかりやすいですね。

各自のiPadの画面に配信された絵画資料から、幕府と農民の関係について気づいたことを発表し合う生徒達。絵画資料のどの部分に友達が着目したか、iPadの画面で確認できます。

数学 1年 デジタル教科書・iPad使用



問題の意味をつかむ上で
動画映像は効果的です。

大型テレビの画面提示から、点Pが動くのにもなって、△ABPの面積が変化していく様子を理解していく生徒達。問題の意味をつかむ上で効果的な映像資料です。



理科 2年 グループでiPad1台ずつ使用



実験の様子を
何度も見返すことができるので、
考察しやすいですね。

暖気と寒気に見立てた液体を用いたモデル実験の様子をiPadで撮影し、生徒達は、その動画から空気の流れを考察し、自分達が考えたことを発表します。

家庭科 12組 パワーポイント、iPad使用



生徒達がiPadの使い方に
慣れていきますね。

1人1台のiPadを使い、インターネットで自分の作りたい献立のレシピを調べていく生徒達。

英語 1年 デジタル教科書、iPad使用



音読練習にデジタル教科書
は確かに有効ですね。

デジタル教科書を使った
効率の良い音読練習。

会場の風景

信州大学 東原義訓教授の講演



小学校のICT教育の紹介パネルを見る参観



小学校でも、ICTを工夫して
使っていますすごいですね！

昨年は中学校へiPadが140台、今年は小学校へiPadが77台が導入され、ICTを効果的に活用した授業が日常的に展開されています。「教職員がみんなで取り組む」「小中が連携して取り組む」「日々の授業づくりに活かす」取組は、県内でも先進的であり注目されています。箕輪町の子供達の学ぶ力を伸ばす取組は続きます。

問合せ先 箕輪町教育委員会 ☎70-6603

マイナンバー制度についてのお知らせ

「通知カード」は届いていますか？

通知カードは、個人番号（以下、マイナンバーという。）をお知らせするもので、平成27年11月中旬から12月の間に、世帯ごと簡易書留で郵送しました。

お手元に届いていない場合は住民環境課住民係までご連絡をお願いします。

(通知カード)



「通知カード」は大切に保管を！

平成28年1月から、マイナンバーは下記のような**社会保障・税・災害対策**など法律で定められた**事務**で必要となりますので、受け取った通知カードは大切に保管してください。

マイナンバーの利用分野

※法や条例で定めた事務以外にマイナンバーは利用しません。

■ 社会保障

- 労働分
雇用保険の資格取得や確認、給付
ハローワークの事務 など
- 福祉・医療・その他
医療保険の保険料徴収など医療保険者における手続
福祉分野の給付
低所得者対策の事務 など
- 年金（年金事務については当面利用しない）
年金の資格取得や確認、給付

■ 税

税務当局に提出する確定申告書、
届出書、調書などに記載
税務当局の内部事務 など

■ 災害対策

被災者台帳の作成に関する事務
被災者生活再建支援金の支給 など

10月3日以降に、住所・氏名に変更があった場合

通知カードと一緒に送付された「個人番号カード交付申請書」に記載されている住所・氏名に変更がある場合には「個人番号カード交付申請書」は使用できません。「個人番号カード」を希望する方には役場で申請書を交付しますので、通知カードをご持参のうえご来庁ください。

「個人番号カード」について

「個人番号カード」は通知カードと一緒に送付した「個人番号カード交付申請書」を郵送申請していただくと発行されるカードで、マイナンバーの確認と本人確認が同時にできるカードです。又、今までの住民基本台帳カードと同じ機能（電子証明書、印鑑登録証、コンビニ交付）を搭載し、今後サービスは拡大されていく予定です。

「個人番号カード」を使用する時の注意！

例えば、法や条例でマイナンバーの利用分野として定められていないフィットネスクラブの入会時の本人確認の場合などは、個人番号カードの**表面のみ**を提示し、裏面のマイナンバーを見られないようにしてください。

コピーは表面のみとし、裏面のマイナンバーをコピーされないよう注意してください。

(個人番号カード)



表面



裏面

マイナンバー制度に便乗した不審な電話・郵便物・訪問にご注意ください!

- マイナンバーの通知や利用、個人番号カードの交付などの手続きで、
 - ・国の関係省庁や地方自治体などが、口座番号や口座の暗証番号、所得や資産の情報、家族構成や年金・保険の情報などを聞いたり、お金やキャッシュカードを要求したりすることは一切ありません。
 - ・ATMの操作をお願いすることも一切ありません。こうした内容の電話や手紙、訪問には応じないでください。
- 電話、メール、訪問などにより、マイナンバーの安全管理対応の困難さなどを過度に誇張した商品販売や不正な勧誘などには十分注意してください。
- マイナンバーの関連であることをかたったメールが送られてきた場合、自分の勤務先など送付者が明らかなものを除き、安易に開封しないよう注意してください。
- 「なりすまし」の郵送物にご注意ください!
 - ・マイナンバーは、「通知カード 個人番号カード交付申請書 在中」、「転送不要」と赤字で書かれた封筒に入って、簡易書留で各世帯に郵送されます。普通郵便でポストに入っていることはありません。また、配達員が代金を請求したり、口座番号などの情報を聞いたりすることはありません。
 - ・個人番号カードの交付申請の返信用封筒には、顔写真や個人情報を含んだ申請書を入れて返信いただくことにしています。返信用封筒の宛先が「地方公共団体情報システム機構」であるかご確認ください。個人番号カードの交付申請書に口座番号などを記載することはありません。
- 「あなたの名前やマイナンバーを貸してほしい」といった依頼は詐欺の手口です。こうした手口で人を欺くなどして、他人のマイナンバーを取得することは法律により罰せられます。なお、不正な提供依頼を受けて自分のマイナンバーを他人に教えてしまっても、刑事責任を問われることはありません。

ご注意ください!



マイナンバーキャラクター
マイナちゃん

お問合せ、ご相談は、各窓口までお電話ください

マイナンバー制度に関するお問い合わせは
「マイナンバー総合フリーダイヤル」へ!

マイナンバー

0120-95-0178 (無料)

平日9:30~22:00
土・日・祝日9:30~17:30 (年末年始12/29~1/3を除く)

「個人番号カード」を紛失したとき、
又は拾得したときは、至急

コールセンター

0570-783-578 (24時間
365日受付)

へ連絡してください。(カードの一時停止を行います)

不審な電話などを受けたらこちら

● 消費者ホットライン **188** (いやや!)

※相談できる時間帯は、お住まいの地域の
相談窓口により異なります。

詐欺など被害に遭ったらこちら

● 警察 相談専用電話

#9110 又は **最寄りの警察署** まで

※#9110は、平日の8:30~17:15

問合せ先

住民環境課

住民係

☎79-3111 (内線131・133)

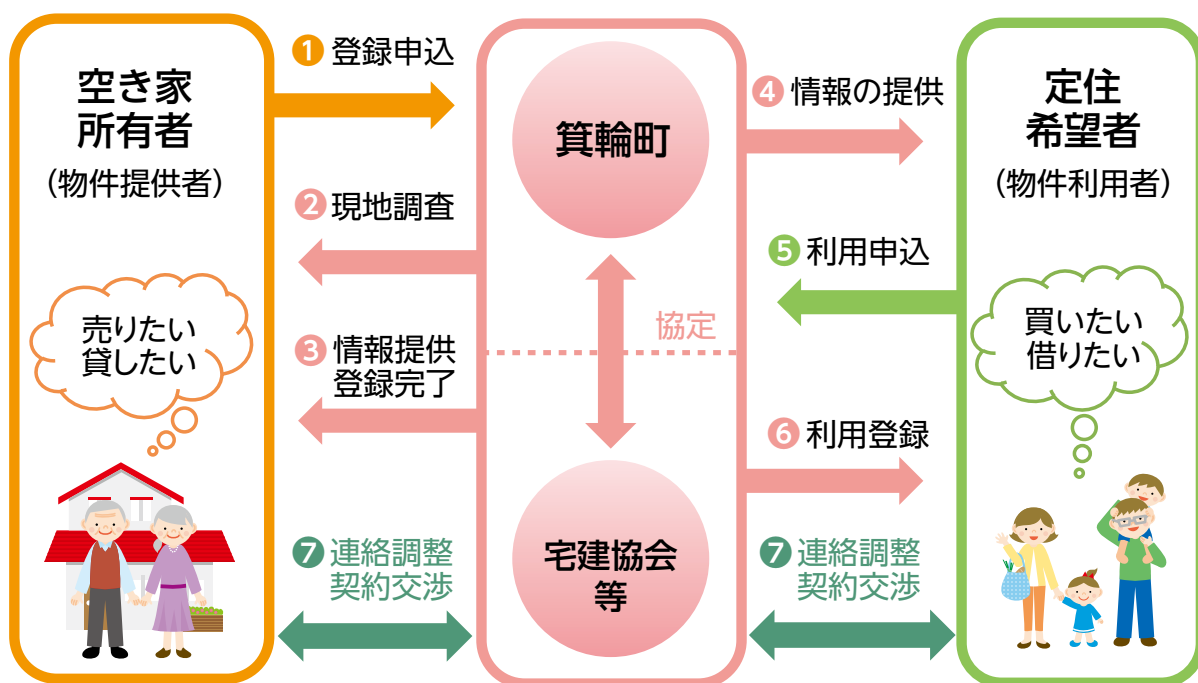


住まなくなった家を登録しませんか？

箕輪町空き家バンク制度のご案内

- 町では、空き家の有効利用を通して、町民と都市住民等との交流の拡大と移住定住促進による地域の活性化を図るため、「箕輪町空き家バンク制度」をスタートしました。
- この制度は、売りたい、貸したい物件を町に登録していただき、買いたい、借りたい人へ情報を提供するものです。
- 町内に空き家をお持ちの方のご登録をお待ちしております。

空き家バンク手続きの概要



空き家の全戸調査を実施しています

町内の空き家の実態を把握し、空き家の適正管理と有効活用など空き家対策の推進のため、空き家の全戸調査を実施しています。

調査地区	調査期間
三日町・福与・長岡・南小河内・北小河内	平成27年12月中旬～平成28年1月上旬
八乙女・下古田・上古田・中原・一の宮・富田・中曽根	平成28年 1月上旬～平成28年1月下旬
木下（一の宮を除く）	平成28年 1月中旬～平成28年2月上旬
松島	平成28年 1月下旬～平成28年2月中旬
沢・大出	平成28年 2月上旬～平成28年2月下旬

■ 委託業者 株式会社 協同測量社 ☎026-226-5691（調査員は、身分証明書を携帯し、腕章をつけています。）

空き家の活用をお考えの方はお気軽にご相談ください。

問合せ先 企画振興課 みのわの魅力発信室 ☎79-3111(内線231)
mail:miryoku@town.minowa.nagano.jp

ロコモティブシンドローム(ロコモ)を 予防しよう!

ロコモティブシンドロームとは、骨や関節疾患、筋肉などの働きが衰える「運動器の障害」によって要介護状態になったり、要介護状態になるリスクが高いことを言います。

箕輪町の介護保険を利用している方の原因別疾患では、骨折・関節疾患が24.5%と約1/4を占めています。そのうち、75歳以上の方が約9割という状況です。特に、骨・筋肉・関節機能は40歳代から衰え始めると言われています。健康で長生きを目指すためには、若いころからの生活習慣病予防・介護予防が大切と言えます。

あなたは大丈夫？ やってみよう 7つのロコチェック

- やや重い家事（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）が困難
- 買い物（2キロ程度）を持ち帰るのが苦しい
- 手すりにつかまらなると階段が上れない
- 横断歩道を青信号で渡りきれない
- 家の中でつまづいたり、滑ったりする
- 片足立ちで靴下がはけない
- 15分くらい続けて歩けない

ひとつでも当てはまれば、
ロコモの可能性がります。

*ロコチェックやロコトレは無理に試して、転んだりしないように注意しましょう。膝の痛みや、筋力の衰え、ふらつきといった症状がある場合は、医療機関で相談してみましよう。

ロコモの三大要因

「バランス機能の低下」「筋力の低下」「骨や関節疾患の病気」
ロコモを防ぐには運動と柔軟体操などで予防が可能です。暮らしの中に運動を取り入れましよう。

今日からはじめる「ロコトレ」

支えが必要な人は、医師と相談して机に手や指をついて行いましよう。

ロコトレ 1 開眼片足立ち

転倒しないように、必ずつかまるものがある場所で行いましよう。

床につかない程度に片足を上げましよう。

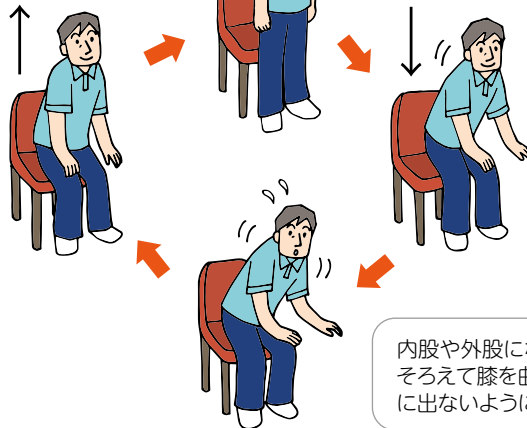


バランスをしっかりとるため、目を開けて行うようにしましよう。

左右、1分間ずつ、1日3回行いましよう。踏ん張って片足でバランスをとることを意識しましよう。

ロコトレ 2 スクワット

安全のために椅子やソファの前で行いましよう。肩幅より少し広めに足を広げ、つま先が踵から30度くらい外を向くように立ちましよう。



椅子に腰掛けたり、洋式トイレにすわる要領でおしりをゆっくりおろしましよう。膝の曲りは90度を超えないようにしましよう。

内股や外股にならないようにつま先と膝の向きをそろえて膝を曲げましよう。曲げた膝がつま先より前に出ないようにしましよう。

深呼吸をするペースで、5~6回くり返しましよう。1日3回以上行いましよう。太ももの前後の筋肉、おしり周辺の筋肉に力を入れることを意識してください。

1月 January



今月のイベント

3日(日) 献血 10:00~11:40、13:15~15:10 ベルシャイン箕輪店
 11日(月・祝) 小正月飾りを体験しよう 13:00~15:00 町郷土博物館
 31日(日) 行灯のあかりの中で昔話を聞こう 10:00~11:00 町郷土博物館

休日緊急当番医は
 右下に掲載しています
 ※都合により当番医、当番店が変更になることがあります。

くらしの情報

カレンダーは抜き取ってご利用ください

水道 水道休日当番店 乳幼児健診・相談 場所:町保健センター 該当者には通知します 健康相談 場所:町保健センター 子ども未来課 図書館 博物館 公民館 三館連携 みのちゃんバス

まほの人口 (2015.12.1現在)

人口…… 25,127人(-4)
 男…12,556人(+6) 女…12,571人(-10)
 世帯数……9,262世帯(+8)

税

町県民税 4期
 国民健康保険税 8期

口座振替の方は2月1日に振替しますので、
 預金の残高をご確認ください。

今月の税金・料金

納入期限
 2/1月

米斗

住宅使用料 1月分
 保育料 1月分
 介護保険料 8期
 後期高齢者医療保険料 7期

口座振替の方は2月1日に振替しますので、
 預金の残高をご確認ください。

水道料・下水道料 10期(12月検針分)
 口座振替の方は1月25日に振替しますので、
 預金の残高をご確認ください。

各種相談日

心配ごと相談 1月 5日(火) 13:30~16:00
 19日(火) みのわふれ愛センター 要予約
 社会福祉協議会 ☎79-4180

交通事故相談 1月 7日(木) 10:00~15:00
 21日(木) 伊那合同庁舎2階
 交通事故相談室 要予約
 ☎76-6803 (上伊那地方事務所地域政策課民生生活係)

行政相談 1月 21日(木) 13:30~15:00
 松島コミュニティセンター
 総務課 総務係 ☎79-3111(内104)

税金無料相談 1月6日(水) 13:30~15:00
 税理士会伊那支部事務局
 (ホテルセンピア駐車場脇) ☎74-8170 要予約

教育相談 月~金曜日 8:30~17:00
 町文化センター ☎79-0700

人権相談 月~金曜日 9:00~16:00
 長野地方事務局伊那支局 ☎78-3462

介護相談 月~金曜日 8:30~17:15
 福祉課 高齢者福祉係
 (箕輪町地域包括支援センター) ☎70-6622

子どもの人権 110番 月~金曜日 8:30~17:00
 ☎026-232-8110
 ☎0120-007-110

女性の人権 ホットライン 月~金曜日 8:30~17:00
 ☎0570-070-810

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1 元日	2
「みのわの実」12月号の「カレンダー」で、12月28日~31日の水道休日当番店の記述に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。正しくは下記の通りです。						
3	4	5	6	7	8	9
運休~1/3 役場年末年始休業 ~1月3日 伊那建運(株) ☎70-9396	年末年始休館(~1月4日) 南東コース①④運休 北西コース①④運休 箕輪建設工業(株) ☎79-2035	4か月児健診 (H27.9月生) 南東コース①④運休 北西コース①④運休 浅川建設工業(株) ☎79-2218	10か月児相談 (H27.3月生) 南東コース①④運休 北西コース①④運休 (株)コマツ ☎79-2568	離乳食教室① (H27.7月生・要予約)	(有)小島管工設備 ☎79-4886	新橋屋建設(株) ☎79-4130
10	11 成人の日	12 子 わらべうた (妊婦さん&ねんねの赤ちゃん)	13	14	15	16
赤羽設備(株) ☎79-6990	小正月飾りを体験しよう (株)カスガ ☎79-3382	健康相談 (要予約)		1歳6か月児健診 (H26.6月生)		(有)小島管工設備 ☎79-4886
17	18	19	20	21	22	23
新橋屋建設(株) ☎79-4130	南東コース①④運休 北西コース①④運休	3歳児健診 (H24.12月生)	離乳食教室② (H27.5月生・要予約)			羊毛フェルト講座(要申込) 伊那建運(株) ☎70-9396
24	25	26	27	28	29	30
箕輪建設工業(株) ☎79-2035	南東コース①④運休 北西コース①④運休	健康相談 (要予約)	子 わらべうた 1歳児健診 (H27.1月生)	7か月児相談 (H27.6月生)		浅川建設工業(株) ☎79-2218
31	1	2	3	4	5	6
行灯のあかりの中で昔話を聞こう (株)コマツ ☎79-2568						

クリーンセンター八乙女からのお知らせ ☎79-8773

平日受入期間 4日~28日 土・日・祝日はお休みです
 受入時間 月~金 8:30~15:30
 日曜受入日 1月24日 8:30~12:00
 機械点検及び修理日 1月29・30・31日 一般家庭のみ受け入れます

★クリーンセンター八乙女に直接搬入する場合は、燃やせないごみ(青色)の袋に入るものは入れてください。袋に入らないものは粗大ごみとして重量で処理料金をいただきます。

ごみ・資源物 収集日	当日の8:00までに					8:00~9:30	
	燃やせるごみ	不燃ごみ	資源	資源	資源	資源	資源
沢長田・大出・八乙女 下古田・上古田・中原 富田・中曽根・木下一の宮	火・金	7日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	乾電池 テープ類	缶・びん・ペット ボトル・廃食用油
松島	火・金	14日	7日・21日	27日	—	—	—
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	21日	14日・28日	6日	—	—	3日
木下・三日町・福与	火・金	28日	4日・21日	13日	—	—	17日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	7日	13日・25日	20日	—	—	17日

休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへどうぞ ☎0265-78-8510

診療日 1月1日・2日・3日・10日・11日・17日・24日・31日
 受付時間 8:30~11:30 場所 伊那市山寺 伊那市保健センター内

休日緊急当番医

1日	たかはし医院(内・小・消) ☎71-5121 前沢眼科医院(眼) ☎76-0600 美和診療所(外・内) ☎98-2017 天龍堂医院(内) ☎(0266)41-0121	2日	いくやま医院(内・小) ☎79-1988 久保田内科クリニック(内) ☎71-8855 久保田皮膚科医院(皮) ☎72-1200	3日	芦澤整形外科(整) ☎70-8080 田中病院(内・外) ☎78-3555 滝小児科医院(小) ☎71-5250	10日	木村内科医院(内) ☎72-3915 兼子整形外科医院(整) ☎72-3737 富士見高原みずす診療所(内) ☎71-5556 新田内科クリニック(内) ☎(0266)41-5611
11日	箕輪東部診療所(内) ☎79-2106 重盛医院(内・小) ☎72-2384 春日医院(内)伊那市中央 ☎72-3803	17日	福島医院(内) ☎79-2071 樋代医院(内) ☎72-2505 富士眼科医院(眼) ☎74-7166 北原内科(内) ☎94-2255	24日	酒井医院(内・婦) ☎72-4835 くろごうち内科循環器科医院(内・循) ☎77-0582 古村医院(内) ☎(0266)41-0013	31日	池上医院(内) ☎72-4060 古田産婦人科医院(産) ☎78-8088 岩田クリニック(泌) ☎73-1929 堀田内科クリニック(内) ☎72-3980

みのわ健康相談ダイヤル24 ☎0120-010-834 電話による健康相談サービス(携帯OK) 24時間、年中無休、通話料・相談料無料
 悩む前にご利用ください。委託先の看護師・保健師・医師等が分かりやすくアドバイスいたします。

除雪・凍結路面対策について

冬季の交通確保のため、降雪の状況に応じて町道の除雪・凍結防止剤散布作業を行います。できる限り通勤・通学時までには終了するように努めますので、ご理解とご協力をお願いします。

なお、除雪・凍結防止剤散布に関するご意見やお問い合わせは各区へお願いします。(区長を通じ町へ報告いただくことになっています)

除雪について

○第1次除雪路線

町内の1・2級主要幹線町道を中心に、業者委託により除雪を行います。

除雪の目安は、**積雪5～10cm**です。

◎優先重点路線

第1次除雪路線の中でも、優先重点的に午前7時頃までに除雪を行う路線



○第2次除雪路線

町に雪害対策本部を設置する場合は、第1次除雪路線に加え、主要生活町道の除雪も業者委託により行います。

雪の量が極端に多い場合などは、排雪(雪をダンプカー等で運び出すこと)も検討します。

○雪捨て場

大雪の場合は、左地図に記載の雪捨て場をご利用ください。

注意

- ・極力ごみなどを取り除く。
- ・奥から順に積み上げる。(隣接地に雪をあふれさせない)
- ・道路・側溝・水路などは**絶対に雪を捨てない**。(交通の障害や、雪が水路を詰まりせ家屋などに浸水する被害につながります)

○自宅周辺の道路及びびみのちゃんバス路線の除雪にご協力をお願いします

◆町の除雪路線については、区及び除雪業者と協議を行い、町の除雪会議で決定していますが、**全ての町道を除雪することはできません**。**自宅周辺道路及びびみのちゃんバス路線(左の地図参照)**などの雪かきにご協力をお願いします。

○道路脇の雪溜まり除去にご協力をお願いします

◆除雪委託業者は効率を考慮して順路を決めますが、一斉に全ての路線を除雪することはできないため、**後半の順路の場合、各ご家庭の雪かき後に除雪車作業が行われることもあります**。

凍結路面対策について

○主要幹線町道

坂道、交差点、日陰道及び交通量の多い道路など主要幹線町道については、**路面凍結時や凍結が予想される場合に、委託業者が凍結防止剤を散布します**。

○生活町道

各区へ凍結防止剤を配布してありますので、区の役員の方や常会長さんにお話ししていただき、散布にご協力をお願いします。

○通学路等

必要に応じてPTA役員の方や学校に**凍結防止剤をお渡しします**ので、散布についてご協力をお願いします。

○凍結による危険箇所

部分的な日影箇所や急坂を伴う交差点付近には、近くの町民の方のご協力を得て、**町内21箇所**に凍結防止剤を設置し、散布にご協力をいただいています。

○凍結防止剤散布についてのお問い合わせ

塩化カルシウムは数に限りがあります。凍結防止剤として使用し、**雪をかす目的では使用しないでください**。

○除雪車には近づかないようご注意ください

除雪作業中は**大変危険**です。除雪機械が作業している**周囲30m以内には近寄らない**ようご注意ください。

- ◆除雪車が通った後は、どうしても道路脇(玄関先)に雪溜まりができてしまいますので、道路という公共性をご理解いただき、雪溜まりの除去にご協力をお願いします。
- ◆早朝など暗い時間に雪かきをする際は、**目立つ服装(反射タスキ着用など)**で安全作業をお願いします。



平成27年度 箕輪町町道除雪計画

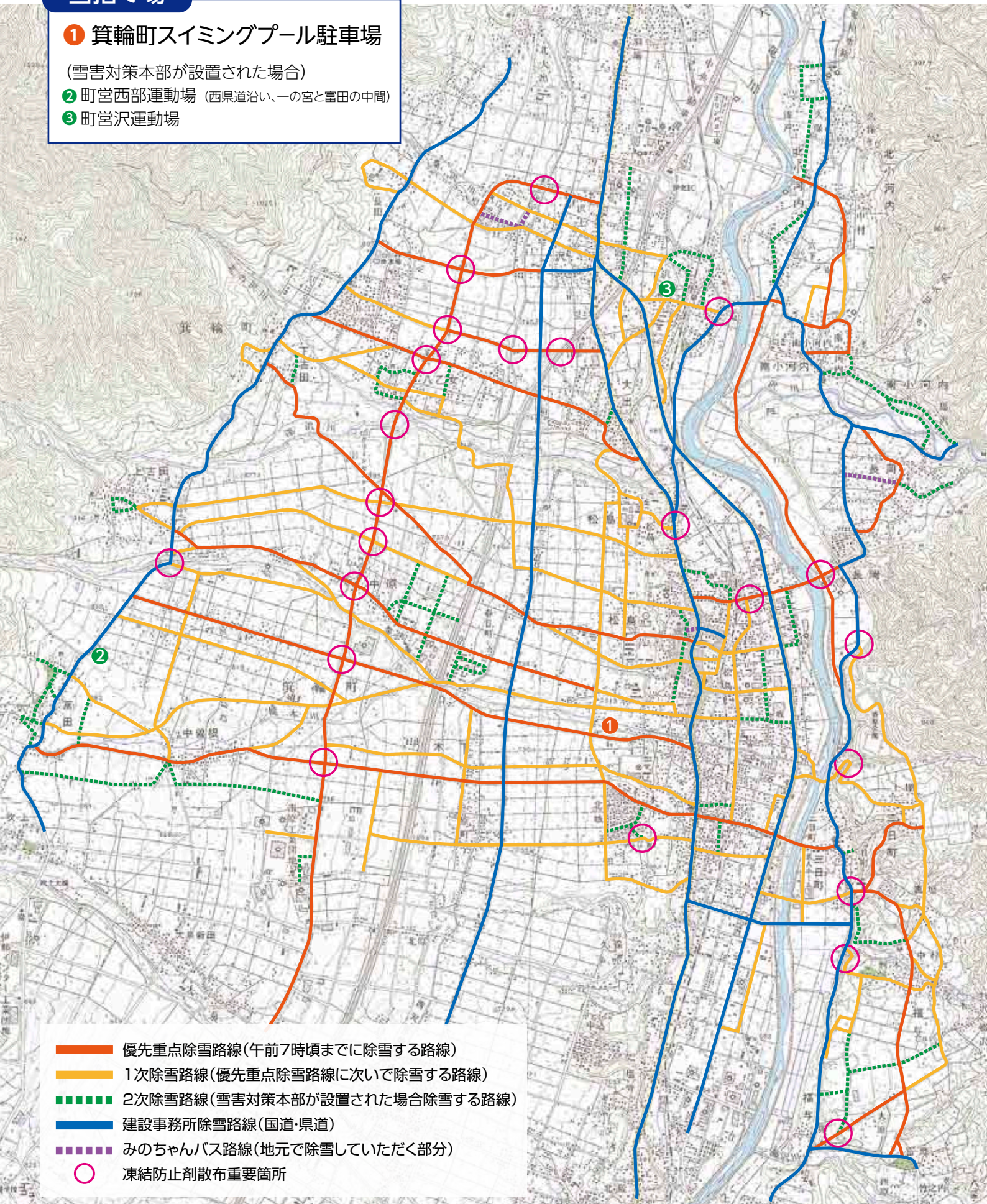
雪捨て場

① 箕輪町スイミングプール駐車場

(雪害対策本部が設置された場合)

② 町営西部運動場 (西県道沿い、一の宮と富田の中間)

③ 町営沢運動場



- 優先重点除雪路線(午前7時頃までに除雪する路線)
- 1次除雪路線(優先重点除雪路線に次いで除雪する路線)
- - - 2次除雪路線(雪害対策本部が設置された場合除雪する路線)
- 建設事務所除雪路線(国道・県道)
- - - みのちゃんバス路線(地元で除雪していただく部分)
- 凍結防止剤散布重要箇所



月刊

セーフコミュニティ認証の町 “箕輪町”

セーフコミュニティニュース



2010年(平成22年)5月1日創刊

～あいさつで広げよう地域の絆～

第68号

◆セーフコミュニティ国際認証の再取得を目指します!◆

箕輪町セーフコミュニティ推進協議会が11月に開催され、2012年5月に世界保健機関(WHO)協働センターから受けたセーフコミュニティ国際認証の再取得(5年更新)を目指すことが承認されました。計画では事前指導申請書提出、現地審査を経て、2017年5月頃の再認証取得を目指します。

合わせて、区内にセーフコミュニティの推進協議会がある富田区と福与区を新たにモデル地区として指定しました。

地域・企業・行政等が一体となり、町全体で協働し、再取得を目指す取り組みを通じて、地域の絆を一層強め、安全安心な地域社会を構築しましょう。



問合せ先 危機管理・セーフコミュニティ推進課 ☎79-3111(内線193・195)



川妻先生の健康講座

Q 明るさは健康とも関係があるのでしょうか?



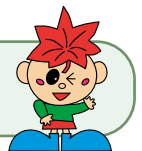
東部診療所
かわづま ふみあき
川妻 史明 先生

日本の明かりは諸外国に比べて明るいという事は意外と知られていません。私たちの生活環境は、高度成長とともに、どんどん明るくなってきました。私の記憶では、小学校で日中照明が点灯されるようになったのもこの頃で、それまでは雨が降っても薄暗い中の授業でした。今では明るくても点灯されている所もあるかと思えます。

人間の眼には、順応機能というものがおり、少し暗いのも慣れていけば見えてくるようになります。暗い映画館に入ってしばらくすると足元が見えるようになり、逆に明るい所に出ると眩しいと感じますが、すぐに慣れる事を経験された方もいると思います。これは順応といい、瞳孔を調節して光量を調節する働きと、視細胞の色素の合成分解で調節しています。明るい環境から暗い環境に変化した時に慣れる暗順応の方が視細胞の色素合成が必要な分時間がかかり、明るい所から暗い所に来た人は、「こんな暗い所で何しているの」という事になってしまうわけです。あまり知られていないかもしれませんが、光の利点はもちろんですが、一方で明るすぎる光が視力の低下、目の疲れ、睡眠覚醒リズム障害、偏頭痛やけいれんの誘発等の悪影響を及ぼすこともあるのです。

東日本大震災の後、計画停電や天皇陛下の自主停電など、節電について考える事がありました。喉元過ぎれば熱さ忘れると言いますが、元の生活に戻っていませんか? 食べ物も、暖房も、明るさも、快適・満足・腹一杯を目指すのではなく、ひと昔前の生活を想像しつつ、ちょっと不自由だけど案外慣れるものだと体感してみると良いと思います。

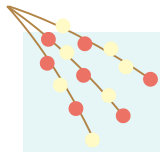
「暗いと眼がわるくなる」ってよく聞いていたけど、明るすぎるのも要注意なんだね。



今年も博物館をよろしく願います！

小正月飾りを体験しよう

開催のお知らせ



昭和の中頃まで各家庭で行われていた小正月行事の中から、ほんだれ様作り、道具の年取り、繭玉作りを体験します。

日時 1月11日(月・祝) 午後1時～3時
 場所 町郷土博物館
 講師 丸山平治氏(博物館協議会長)
 有賀昭子氏(博物館専門調査委員)
 対象 一般(どなたでも)

*参加ご希望の方は、当日午後1時までに暖かい格好で博物館においでください。



多くの皆様のご参加をお待ちしております

行灯のあかりの中で昔話を聞こう

開催のお知らせ

優しい行灯のあかりの中で、箕輪の昔話を聞きます。幻想的な空間を体験しませんか。

日時 1月31日(日) 午前10時～11時
 場所 町郷土博物館
 講師 せせらぎ会の皆さん
 対象 一般(どなたでも)

*参加ご希望の方は、当日午前10時までに博物館においでください。



羊毛フェルト講座 羊毛フェルトでかわいい動物を作ろう。

日時 1月23日(土) 午後1時30分～3時 対象 小学生から大人 ※小学生低学年の場合は保護者同伴
 会場 町図書館 なごみ～な 材料費 500円
 講師 春日さおり氏 定員 10名



申込期間中【1月10日(日)～16日(土)】に箕輪町図書館までお申込みください。

新着図書の紹介 今も新しく本が入りました。その中から紹介します。この本は、1月5日からの貸し出しです。



ムーミン谷に冬がやってきました。冬眠しようとしていたムーミン一家ですが元気なブリスクさんに起こされます。さあ、一緒に楽しい冬を味わいましょう。どこかにちびのミイがかかっているよ。読み進めながら探してね。

「おはなしとさがしもの
 ムーミンとはじめての冬」
 パイヴィ・アレニウス/作 末延弘子/訳 講談社



とりさん、とりさん、いろとりどり、み～んなきれいなはねのいる。そっくりさんはどこにいるのかな。カラフルなイラストの中からそっくりさんをみつけよう! 絵さがし絵本で子どもの注意力や観察力を養えます。

「そっくりさんどこにいるかわかるかな?」
 プリッタ・テックントラップ/作 木坂涼/訳 ポプラ社



小学4年生のコメ。低学年の頃は何でも楽しかったのに、何だか最近楽しめません。そんな時、学校で「2分の1成人式 文集ノート」が配られて…。文集づくりを通して悩みながらも将来の自分について考えはじめる小学生の成長物語。

「2分の1成人式」
 井上林子/著 新井陽次郎/絵 講談社



「都市伝説」という言葉はいろいろな意味を含んでいます。シリーズ第①巻は、口裂け女や人面犬など現代の妖怪とそれまつわる都市伝説を紹介。現代にはどんな不思議な話が伝えられているかな。

「みたい!しりたい!しらべたい!」
 日本の都市伝説絵図鑑シリーズ①
 常光徹/監修 中谷靖彦/絵 ミネルヴァ書房



いちまき【一巻】とは、血族の団を意味する。亡き父の遺品整理から曾祖母の手記をみつけた著者。そこから一族をたどる幕末、明治の旅が始まる。「負け組」先祖を身近に感じ、歴史に思いを馳せるノンフィクション。

「いちまき ある家老の娘の物語」
 中野翠/著 新潮社



刃をそなえた道具が人類史上に現れたのは約250万年前。そんな刀剣の発展を古代から現代までたどる。日本刀をはじめ世界各国の刀剣を美しい写真で多数掲載。

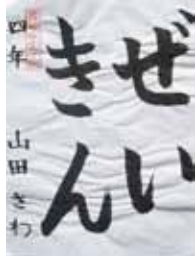
「世界の刀剣歴史図鑑」
 ハービー・J・S・ウィザーズ/著 井上廣美/訳 原書房

町内小中学生 税に関する作文・書道入選者

平成27年度中学生の「税についての作文」入選者
上伊那租税教育推進連絡協議会長賞 箕輪中学校3年 堀 美咲さん

平成27年度小学生の「税についての書道」入選者

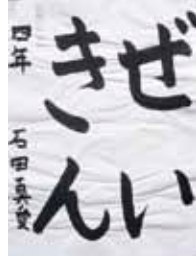
上伊那租税教育推進連絡協議会長賞



箕輪東小学校 4年
山田 さわさん



箕輪中部小学校 4年
赤羽 琉衣さん



箕輪南小学校 4年
石田 真愛さん



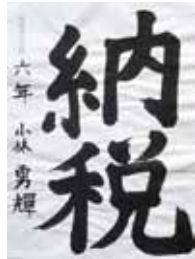
箕輪中部小学校 5年
有賀 舞さん



箕輪中部小学校 6年
北條 水鈴さん



箕輪中部小学校 6年
若林 明日香さん



箕輪西小学校 6年
小林 勇輝さん



箕輪北小学校 6年
有賀 万葉さん



箕輪北小学校 6年
大槻 美波さん

金賞

箕輪北小学校 4年	向井 栗さん
箕輪中部小学校4年	横川 世夏さん
箕輪西小学校 4年	唐澤 琴音さん
箕輪北小学校 5年	前澤 陽斗さん
箕輪西小学校 5年	向山 実伶さん
箕輪東小学校 5年	漆戸 優希さん
箕輪南小学校 5年	中村 陽水さん
箕輪南小学校 5年	小沢 大吉さん
箕輪西小学校 6年	三澤 聖華さん
箕輪東小学校 6年	丸山 玲加さん
箕輪東小学校 6年	萩原 杏樹さん
箕輪南小学校 6年	梅崎 優二さん

銀賞

箕輪西小学校 4年	伊藤 七海さん
箕輪東小学校 4年	倉田 然さん
箕輪南小学校 4年	小池ほのかさん
箕輪北小学校 4年	吉原 拓真さん
箕輪東小学校 5年	河西 永遠さん
箕輪北小学校 5年	羽生 千浩さん
箕輪中部小学校5年	原 すず佳さん
箕輪西小学校 5年	伯耆原真愛さん
箕輪南小学校 6年	井口 空亜さん

役場水道課からのお知らせ

水道管の凍結・破裂に注意!

- ・外気温がマイナス4℃以下になったとき
- ・家を留守にするなど、長期間水道を使用しないとき
- ・「真冬日」(一日中、外気温が氷点下の日)が続いたとき

— 水道を凍結させないために —

水道凍結防止帯を設置し、忘れずに電源を入れましょう。
長期間使用しない場合は、「水抜き栓」による水道管の水抜きをしましょう。

こんなときは、必ず事前に連絡を!

◆ 家屋の解体作業等で水道を使用

- ・閉栓中の水道を使用する場合
- ・給水装置を改造(宅内の給水管の切断、蛇口の立ち上げ、メーターの撤去等)する場合

※箕輪町の指定給水装置工事事業者以外は改造等の工事はできません。

◆ アパート等のクリーニング

閉栓中の水道を使用する場合には開栓の届けを提出し、作業終了時には閉栓の届けを提出するようにお願いします。

開閉栓の届けは電話でも可能です。(下記番号へ)

問 水道課 水道管理係 ☎79-3111(内線181・182・187)

海外が初めての人でも安心!

小学生～高校生のための 春休み海外研修 参加者募集

(公財)国際青少年研修協会では、春休み海外研修の参加者を募集しています。おひとりでご参加される方が8割以上、初めて海外へ行かれる方が6割以上です。事前研修会では仲間作りから丁寧に指導しますので、安心してご参加いただけます。



- 内容** ホームステイ、ボランティア、文化交流、学校体験など
- 研修国** 英国、豪州、カナダ、フィジー、ニュージーランド、フィリピン
- 日程** 3月26日(土)～4月5日(火) 9～11日間
※コースにより異なる
- 対象** 小学校3年生～高校3年生
※コースにより異なる
- 参加費** 39.8～49.8万円
※1月25日(月)までにお申込みの方は、早割で1万円割引
- 締切** 2月1日(月)

問 (公財)国際青少年研修協会
☎03-6417-9721

あなたの就農をサポート

平成27年度長野県農業法人等就業フェアの開催

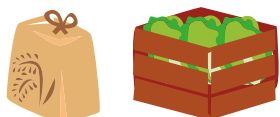
農業法人や農家に就職を希望している方と、求人募集をしている農業法人・農家との合同説明会を開催します。

将来、独立して就農を考えている方への就農相談も行います。

- 対象** 農業法人や農家への就職を希望する方、検討中の方
- 日時** 1月31日(日)
午前10時30分～午後3時30分
- 会場** 長野県農業ビルアクティーホール

入場無料 予約不要

問 長野県新規就農相談センター事務局
(公社)長野県農業担い手育成基金
☎026-231-6222
FAX 026-231-6255



地域医療を支えるために

上伊那医師会附属准看護学院生徒募集

本学院は、保健師助産師看護師法に基づき、昭和27年、上伊那医師会が設立した准看護師養成所です。

- 所在地** 〒396-0014 伊那市狐島4176
- 募集人員** 40人
- 修学年限** 2か年
- 願書受付** 1月4日(月)～1月29日(金)
- 受験料** 10,000円
- 入学試験日** 2月13日(土)
- 試験科目** 国語・数学・面接
- 資料請求方法**
92円切手を同封のうえ請求ください



問 上伊那医師会附属准看護学院
☎72-2856

110番標語

『落ち着いて 正しく使おう 110番』

「110番」は、緊急の事件や事故が発生した際に、警察活動を迅速・的確に行なうための緊急時専用の電話です。

110番の正しい利用

不要・不急の110番通報はしない
相談ごとは「#9110」番

「110番」通報のポイント

あわてずに、落ち着いて、
警察官の質問に答える



携帯電話による「110番」通報の注意事項

- ・車を停止して通報を
- ・場所、目標物を確認
- ・携帯電話の電源は切らない

問 箕輪町交番 ☎79-2028

少しの勇気で明るい未来を

借入の返済にお困りの方、 ご相談ください

相談無料、秘密は守ります。ひとりで悩まずにご相談ください。

受付 平日 午前8時30分～正午
午後1時～4時30分

問 財務省関東財務局
長野財務事務所「多重債務相談窓口」
☎026-234-2970

自分のペースで、無理なく学習 放送大学で学びませんか 第1学期(4月入学生)募集

放送大学は、テレビ、ラジオ、インターネットなどを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間(受付中)～3月20日(日)

※ホームページ
<http://www.ouj.ac.jp>
でも受け付けています。

申・問 放送大学長野学習センター
☎0266-58-2332



労金から絵本を寄贈して いただきました

12月7日、県労働金庫伊那支店運営委員会の有賀栄治運営委員長から、チャリティー事業の収益金で購入した絵本を箕輪町に14冊寄贈していただきました。



寄贈いただいた絵本 「ひまわりのおか」
東日本大震災の津波で子どもを亡くした保護者らが我が子への思いをつづった内容

(帯文から)

大きな津波によって74もの大切な命がうばわれてしまったしまった小学校。お母さんたちは、子どもたちが避難しようめざした場所に、ひまわりを植えはじめたのです。

「もう、泣かないからね」・・・やくそくできない やくそくだけど。

寄贈いただいた絵本は、町図書館と町内小中学校へ2冊ずつ配布しました。

カメラリポート

身近なまちの話題をお知らせください まちづくり政策係 ☎79-3111



11月1日 秋の火災予防パレード

無防備な 心に火災が かくれんぼ



箕輪町消防団が、町内一円で「秋の火災予防パレード」を行いました。11月9日から始まる秋の全国火災予防運動にあわせて毎年行っているもので、消防団の各分団長などが消防車両に乗り、火の取扱注意など火災予防を呼びかけました。今年の統一標語は、「無防備な 心に火災が かくれんぼ」です。

11月3日・15日

ふれあい博物館 & 特別展展示解説



文化の秋を郷土博物館で楽しむ

3日、町郷土博物館で、「文化の日ふれあい博物館」が行われ、博物館の無料開館やふれあいイベント「大文字飾り作り」や「古田人形に触れてみよう」など、博物館に親しむためのイベントが行われ、多くの親子で賑わいました。1日・15日には特別展の「もうひとつの遭難～中箕輪国民学校の直江津遭難～」の展示解説が行われ、来場者は博物館職員の説明に熱心に耳を傾けていました。

11月15日 パパ'sプロジェクト伊那☆絵本読み聞かせライブ

パパの読み聞かせが子ども達を夢中に!



松島コミュニティセンターで、伊那谷在住のパパ5人によって結成されたパパ's絵本プロジェクトによる絵本読み聞かせライブが行われました。ギターや三味線を使った楽しくて愉快的なライブを楽しみに、約30組の親子連れが参加。パパならではの絵本の読み聞かせに、子ども達は集中してお話に夢中になっていました。

火災警報器の設置は お済みですか?

当社おすすめの
住宅用火災警報器
SA-158Ex
この他にも様々な機種を
取り扱っております。

※一般の家庭では3~4ヶの設置が目安です。

- 取付け費用は無料です!
当社担当が責任を持って取り付けさせていただきます。
- 最適な取付場所をご提案
当社担当がご提案いたします。

◎ 岡谷酸素株式会社 ☎79-8700

困った時は? 岡谷酸素にお気軽にご連絡下さい。

- 安心の5年保証
万が一、故障した場合は無料で交換いたします。
- 機器の状態を音声でお知らせ
火災警報時、故障時、電池切れ時、点検時などすべて音声でお知らせします。

伊那営業所 上伊那郡箕輪町福与1036
<http://www.okayasanso.co.jp/>

学校給食
アイデア料理
コンテスト

最優秀賞

中部小学校 しろとり とうや 白鳥 冬弥さん

野菜たくさんバランスメニュー

- ごはん ● 豚肉のかりんあげ
- さつまいもの粉チーズあえ
- 野菜ときこのみそ汁
- クリーミーヨーグルト ● 牛乳



- ・ごはんに合う献立だった。
- ・色どり、バランス共によい。
- ・かりんあげはお肉がやわらかく、甘辛なタレが良い。
- ・粉チーズあえはさつまいもとチーズが意外と合っていて、良いアイデアだった。
- ・汁物は旬のきのこや野菜がたっぷり良い味が出ていた。

審査員の
コメント

豚肉のかりんあげ

材料 4人分

- | | | |
|----------|-------|------|
| 豚もも肉 | …………… | 200g |
| こいくちしょうゆ | …小さじ2 | |
| おろししょうが | …………… | 10g |
| 片栗粉 | …………… | 適量 |
| 揚げ油 | …………… | 適量 |
| たれ | | |
| 白砂糖 | …………… | 大さじ4 |
| こいくちしょうゆ | …大さじ2 | |
| 白いりごま | …………… | 小さじ2 |
| レタス | …………… | 4枚 |

作り方

- 1 豚もも肉は棒状に切る。
- 2 1にこいくちしょうゆとおろししょうがで下味をつける。
- 3 片栗粉をつけて油で揚げる。
- 4 たれを作り、ごまを煎る。
- 5 3をたれにからめる。
- 6 レタスをしいて5をのせ、ごまをふる。

おすすめ
ポイント

- ★甘辛い味付けがごはんに合います。
- ★鶏肉でも作れます。

文芸
コーナー

みのわ俳句会

水澄んで湖底になつかし通学路

小林 曾

又一軒村去る噂柿たわわ

井口ひふみ

冬蜂の刺の鋭し日向ぼこ

北原 孝江

演芸にやんやと村の文化祭

木村 広子

女かと紛う男や帰り花

軍司 路子

箕輪町短歌教室

霜おりてあたり一面寒くなり

炉燵に親しむ老いの我が身は

唐澤 良夫

青き空尾根の紅葉の一筋に

鏡の如しもみじ湖に浮く

丸山 春江

病む肩を庇いつつ来し長き日々

漸くにして楽になりたり

向山 勝美

三年前にもらいし筆万年青

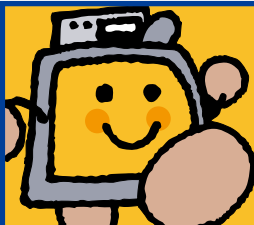
五つも咲きて日ごと楽しむ

北條 明子

今日降るか明日は降るか待つ鉢花

雨は来ぬとも雑草育つ

岡 富貴子



デジタル放送は

伊那ケーブルテレビで!



STBを
付けるだけ!

STB(セットトップボックス)ケーブルテレビ用
デジタルチューナー



伊那ケーブルテレビジョン株式会社

伊那市西町区下春日町4983 NCCビル
TEL.0265-73-2020

www.inacatv.co.jp



子育てサークル紹介

問合せ先
子ども未来課
☎79-3111
(内線163)



子育てサークルは、主に3歳未満の未就園児を育てる親同士の交流や情報交換、友達づくりを目的に、会員が自主的に運営しているグループです。どのサークルも、仲良く楽しく活動中です!見学もできますのでお気軽にご連絡ください。

箕輪町子育て情報サイト「いいね! みのわっ子」
保育園や子育てイベントの様子を掲載中!



沢区

さねやかクラブ

日時 第2・4水曜日 午前10時~11時30分
場所 沢区公民館



Let's ぶどう祭り★

木下区

ぷちキッズ

日時 第1・3火曜日 午前10時~11時30分
場所 木下公民館



プールでちゃぶちゃぶ水あそび♪

大出区

おんおんキッズ

日時 不定期(火曜日開催) 午前10時~11時30分
場所 大出コミュニティセンター



みんなで集合写真! ハイ、チーズ♪

上古田区 富田区 中曽根区

合同

西山の会

日時 第2・4火曜日 午前10時~11時30分
場所 上古田公民館



わらべうたあそびのしいね!

人生の節目に
自伝

大切な本作り
安心しておまかせ下さい

オリジナル書籍
句集・歌集
作品集

新たな未来へ
社史・校史

活動の足跡となる
機関誌・年鑑

 **中央印刷株式会社** 箕輪営業所
〒399-4601
上伊那郡箕輪町大字中箕輪8427-12はなぶさビル1階6号
TEL (0265) 98-9041 FAX (0265) 98-9043
<http://www.chuo-print.com/>



大切な人を守る為に
備えはできていますか?

非常食から消防車まで消防・防災の事なら

HARUMI

ご相談・ご要望にスタッフが迅速に対応致します。

消防設備点検のご相談も、随時承っております。TEL 0265 72-5746
晴海産業株式会社 〒399-4511 長野県上伊那郡南箕輪村 885-1

※広告は有料で掲載しています。広告費は「みのわの実」の印刷費に使われています。

平成28年1月1日発行 箕輪町役場企画課 0265-79-3111(代) 箕輪町広報委員会 印刷 中央印刷株式会社 ホームページアドレス...http://www.town.minowa.nagano.jp/ 携帯電話用ホームページ...http://www.town.minowa.nagano.jp/mobile/