

みのわの実

3

特集

「誰か」ではなく「自分たちが」地域を守る ～わが町を守るヒーロー、消防団～



「箕輪町通学路交通安全プログラム」と対策について	…5
よりよい授業づくりに向けて	…6.7
箕輪西小学校「人権教育授業」を参観して	…8
東京箕輪会・中京箕輪会 会員募集!	…9
選挙管理委員会より新任委員のおしらせ	…9

無事故・無災害で明るいまちに!
～箕輪町消防団 出初式～

「誰か」ではなく「自分たちが」地域を守る ～わが町を守るヒーロー、消防団～

皆さんは消防団についてどんなイメージをお持ちでしょうか？

「プライベートな時間が減る」「飲み会が多くて大変」

「上下関係が厳しい」「消防団=男性」

このようなイメージをもつ方も多いかもしれません。

近年、全国的にも、箕輪町でも消防団に入る人が減少していますが、消防団は、災害に強い安全安心なまちづくりに欠かせない存在です。

そこで、消防団員の皆さんに素朴な疑問を投げかけてみました。

活動の紹介とともに、消防団の「実際の姿」にふれてみましょう。



今回は、福与区・三日町区で構成される第5分団から3人の団員に、入団のきっかけ、活動内容、消防団への想い、入団して良かったことなどを伺いました。

毛利郁夫さん 活動は楽しく。いざという時は、地域を守る頼れる存在に

消防団の雰囲気はいかがですか？

平日、仕事の後に活動があることもあるので大変な部分は確かにありますが、**今まで知らなかった地元の人とも仲良くなって**、プライベートで遊びに行くようなこともありますし、いい交流になっています。皆さんよく「飲み会が大変」と言いますが、お酒は飲まなくてもいいですし、途中で帰りたければ帰っていいですし、参加しなくてもいいんです。時代の流れにあわせた形になってきています。

現在、第5分団には女性団員が6人います。より多くの女性に入ってもらいやすい環境づくりに力を入れていることもあり、女性団員が増えました。そのおかげで分団の雰囲気もよくなり、活気づいてきていると思います。

消防団としての活動は？

月に2回、夜に定期的な見回りを行っています。その他、春と秋の規律訓練、操法大会のある5・6月には朝練もしています。大会前は週5日練習があつたりしますが、**連絡さえすれば出欠は自由**。社会人になると、みんなで一つの目標に向かってがんばるといこともあまりなくなってくるので、いい機会になっていると思っています。

やりがいは？

地域を守る活動はもちろん、大会をやりがいに感じていたり、人との交流が楽しみという団員もいて、人それぞれです。年に1回は労をねぎらうためのレクリエーションも行っていて、今年度は釣り堀で釣りをしながらバーベキューをしました。やはり団員が資本ですので、大変だけど楽しみを感じてもらえるように活動しています。

普段の活動を通じて「いつも頑張っているね」「大会頑張ってるね」などと声をかけていただくこともあり、やりがいにもつながっています。



毛利夕貴さん

普段できないことを体験できる“場”



入団のきっかけは？

消防のラッパ吹奏大会を見かけることがあり、**誰かの役に立つことができるなら自分もできることをやれたらいいな**という思いは持っていました。

具体的に心が動いたのは、消防団の方たちの勧誘でした。興味がありましたし、同級生の中村さんも入るといふこともあり、とても入りやすかったです。

心配や不安はありませんでしたか？

入るまでは、話を聞いただけで、体験したわけでもないのでも「実際に何をやるのかなあ…」という不安はありましたが、結果的には楽しいですし、入団してよかったと思っています。

箕輪ではまだまだ女性の割合が少ないですが、男性団員と一緒にチームで同じ活動をしていて、**分団もとても過ごしやすい雰囲気です。**

やりがいは？

操法大会の小型ポンプの部にも参加しました。大会前の練習は平日の出勤前にあり、朝は苦手なので辛かったです。そういったことを一緒にすることで、チームとしての結束力が強くなりました。

災害活動時の機器の使い方や、どんなタイミングで何が必要かも分かるようになりましたし、実践する場面はそうそうないので、有事の際にとっても重要になると感じました。

入団してよかったことは？

訓練や活動自体が楽しいですが、ギヤがマニュアルの大きな消防車を運転したり、普段できない体験もできます。また、県内では女性は2年に1度、郡内では1年に1度、意見交換会があります。主婦の方、外国人の方もいたり、そういう交流の中で町外の色々な人と話をして、刺激を受けています。



中村美緒さん

東日本大震災が、地域の防災を考えるきっかけに

入団のきっかけは？

初めは、どういう活動をしているかということとはまったく知らず、ボランティアという印象でしたが、ちょうど東北の震災があった時で、地域で何か出来ることがないかと考えるようになっていました。元々人の集まる場も嫌いではなかったですし、私で役に立てることがあればいいなと思って入団しました。

心配や不安はありませんでしたか？

上下関係が厳しそうないメージとか、男性の中でやっていけるかなという不安はありましたが、弟がすでに入団してましたし、友達とそろって入団できたこともあり、それほど不安は感じませんでした。

ただ、**仕事もあるので、実際にどれくらい消防団の活動に参加できるかわからないところは心配でした。それでも、「出られるときだけでいい」と言ってくださったことも、入団を決心できた理由か**と思います。

入団してみてもいいですか？

同じ小学校で過ごした先輩・後輩が多くて、「どこの家の子」という関係でつながっていて、和やかな雰囲気ですし、一緒にの部屋ではタバコを吸わないとか、色々気を遣ってくださっていて、とても居やすい環境だと思います。

やりがいは？

みんなで遊びに行ったり、楽しいこともありますし、消防の操法大会にも出場させていただきました。毎朝の練習も大会も部活の感覚で「青春」という感じでした。

職場が町外なので、社会人になってからはあまり箕輪になじみがなかったんですが、消防団員になって自分の地域を見つめるきっかけができて、地元にお返しすることができて、よかったと思っています。

見回りに出発!





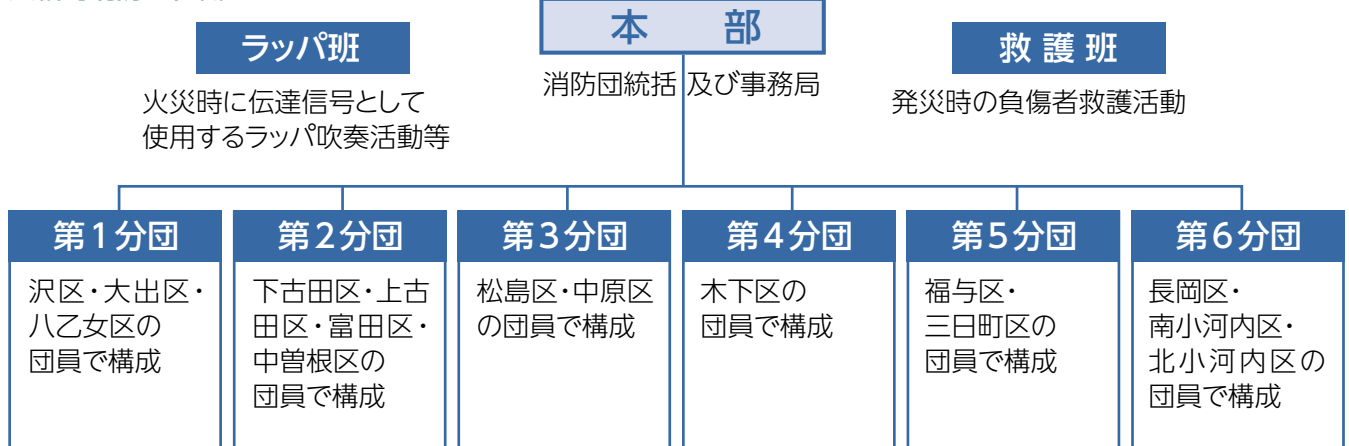
私たちの町の消防団。
こんな活動をしています!

箕輪町消防団は「自分たちの町は自分たちで守る」の精神のもと町内の安全安心を守っています。

主な活動内容は、火災時の消火活動、地震、風水害等への対処活動、さらに火災予防や防災対策等の啓発活動です。活動は、地域に密着したものであり、各団員が地元の分団と呼ばれる組織に属し活動しています。



箕輪町消防団組織図



団員募集

箕輪町消防団では随時消防団員を募集しています。入団要件は以下の通りです。

- ・ 身体健康な方
- ・ 年齢18歳以上の方
- ・ 箕輪町内に居住又は勤務している方

以上の要件を全て満たした方は男女問わず入団できますので、入団希望の場合は各分団へお問い合わせください。問い合わせ先が分からない場合は、消防団本部までお問い合わせください。

消防団本部 ☎79-3111 (内線 102)

更に詳しい活動内容については箕輪町消防団ホームページにて紹介しております。ぜひアクセスしてみてください!

<http://www.town.minowa.nagano.jp/>



「箕輪町通学路交通安全プログラム」と対策について

町では、平成24年度に町内5つの小学校区について、通学路の安全点検を実施し、「箕輪町通学路危険箇所一覧表及び箇所図」を作成しています。これを基に箕輪町セーフコミュニティ推進協議会に設置した「子どもの安全対策委員会」が中心となって、「箕輪町通学路交通安全プログラム」を作成し、関係機関・団体が連携して、児童・生徒が安全に安心して通学できるように安全対策を進めています。

危険箇所については、毎年の点検による危険箇所を追加しながら、進捗管理を行っています。詳細については、町ホームページに掲載していますので、そちらをご覧ください。

箕輪町通学路危険箇所数一覧表

(平成27年12月31日現在)

学校名	登録危険箇所数	対策状況			備考
		対策済数	一部対策・要望を含む数	未着手	
① 中部小学校	20	4	13	3	
② 北小学校	27	3	20	4	
③ 南小学校	25	5	17	3	
④ 東小学校	14	3	11	0	
⑤ 西小学校	11	2	8	1	
小学校計	97	17	69	11	
⑥ 中学校	12	1	6	5	小学校計の内数



「ゾーン30」についてのお願い

町では 安全安心なまちづくりであるセーフコミュニティ活動を展開し、通学・通園児童等の安全確保のため、東みのわ保育園周辺の南・北小河内地籍に速度30キロの規制地区「ゾーン30」を平成26年2月20日に設けました。

同地籍を通過する車両運転の皆様には、

- できるだけゾーン30を迂回して、通過車両の総量抑制
- 通行する場合は、注意して速度30キロ以下での通行

など、歩行者、特に学童・保育園児の通行を優先し、車の通行には十分注意するようお願いいたします。



【県道はゾーン30には含みません】



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)



よりよい授業づくりに向けて ～こんな取り組みをしています～

本年度、各小中学校で力を入れてきた授業の充実に向けた校内研修の取り組みについて、各校の研究主任に集まっていただき、取り組みの成果と課題を確認しながら来年度の方向について語っていただきました。



尾形 浩先生
(箕輪町教育委員会 学校教育専門官
(司会))

尾形 今年度は、授業参観日の授業に力を入れてきました。それを活用した研修についてお話ください。

岩原 授業を見合うのは絶好の研修の機会です。授業参観日の授業を相互参観して感想を伝え合うことと、生徒や保護者に分かる板書に力を入れてきました。参観して参考になったことは、自分の授業に積極的に取り入れていきます。

佐藤 保護者に授業のどこを見てもいいか資料を作成したり、参観後にアンケートをとったりしました。授業参観は子どもが授業に取り組む姿や、我々教師がどう指導をしているのかを見ていただく貴重な時間です。その後の懇談会で、授業や子どもたちの様子について具体的な話し合いができることさらによくなると思います。



佐藤 文彦先生
(箕輪中部小学校)

教師は授業力をつけて、子どもたちの姿やノートの取り方などを常に評価してあげることが必要です。それができれば子どもたちの満足感、安心感、達成感が生まれてクラスのやる気も満ちてくると思います。

春日 今年から、多くの先生方がICT機器を活用しました。教科書は情報が多いので、例えば算数で今日はこの図に注目させたいという時に、デジタル教科書や実物投影機などで、その課題だけを表示できるのは有効です。ノートの取り方についても、高学年は揃ってきれいに書けていることを実感して子どもたちの成長を感じました。



春日 宏之先生
(箕輪東小学校)

伊藤 北小では、校長先生に「教えて考えさせる授業でやろう」という信念があるのでやりやすいです。その授業の構造ができてきているので、それに沿って授業を組み立てていきます。例えば算数で、3.14という円周率を先に教えて、その円周率はどう導き出すかを考えて、理解したところで、計算を進めていくというやり方です。

伊藤 参観日は普段の授業と変える場合もあります。いつもと同じ姿を見ていただくことも大切ですが、「自分の子が発表をするところが見たい」という親の期待に応えるために、変化があってもいいのではないかと思います。

伊藤 「人権」や「保健」など決まった授業参観があるので、担任オリジナルの授業が限られてしまいます。親は自分の子の成長を見たいものですから、教科の授業+オリジナルの部分で大事に考えていく必要がありますね。

春日 東小では担任が考えた授業をしています。発表の場や総合活動を見ていただく場をしたり、デジタル教科書やタブレット端末を活用した授業を取り入れたりしています。町の方針を家の方に理解していただくようにしています。

尾形 2時間続きの授業参観では、1時間は国語や算数という教科学習、もう1時間は発表会や学年集会を取り入れ、バランスを取って取り組んでいますね。手応えはいかがですか？

佐藤 以前、秋田で視察した授業で、「一人追究」「協同追究」「まとめ」

原 南小でも、板書に力を入れる先生が増えてきて、よくできた板書のコピーを持ち寄っての意見交換、タブレットの活用についての報告が増えました。学年通信に板書を掲載したり、子どもが質問に来た時に、タブレットに板書の画面を出して教えたりしている姿も目にします。



岩原 学先生
(箕輪中学校)

岩原 パソコンの画面を見ながら授業を見返している先生もいます。記録した映像を他の先生が見られるのもいいですね。板書の仕方も自然と揃ってくるので、生徒も見やすいと思います。

尾形 来年度の方向について、自校の取り組みや先生方の考えをお聞かせください。

伊藤 自学ノートは全小学校で統一して、そのシステムが広がっていくといかないと思います。箕輪町の5・6年生は全員が自学ノートを身につけて中学に進んで欲しいですね。

原 板書などで共通理解を図って進めていくとノートの取り方も上手になります。それを家に持ち帰り自学でま

「振り返り」など授業の流れが短冊に書いて貼ってありました。これを導入したところ、この授業では何をするのか見通しがもてるので、子どもの学習意欲が高まります。私も今年から授業で「ゴール」や「スーパースター」を設定したところ、子どもたちはさらに意欲的に学習が進められるようになりました。

尾形 授業の流れが短冊形式で「見える化」されている、これは一つのユニバーサルデザインですね。



森田 ひろみ先生
(箕輪西小学校)

森田 授業の流れを時間で示すことで進めやすくなる部分もありますが、自分はその流れに縛られてしまうこともあります。子どもにとってよいものでないといけませんので、柔軟性が必要だと思いました。

春日 東小でも、時間の流れを示す取り組みを始め、特別支援教育をふくむユニバーサルデザイン化とICT機器を活用した学力向上の2つを主に、授業の一人一公開や全校公開研究などを行いました。

めてくる、そういった使い方が定着すればすく伸びると思います。それにはいい板書が必要ですね。

岩原 中学では自学ノートの提出は週末だけですが、その自学ノートに対して丁寧に返事を書いてあげれば喜んでやってくれますし、親からもありがたいという感想をいただきます。

伊藤 赴任したての先生は、箕輪町としての取り組みに慣れないこともありですが、子どもたちがよく勉強するようになったと自分が感じることで受け入れられるようになります。子どもが変われば先生も変わる。その良さを私たちが発信していかなければなりません。



伊藤 奨先生
(箕輪北小学校)

尾形 それぞれの先生方の本年度の取り組みについて、いい情報交換ができたと思います。2月の秋田県能代市の指導主事による示範授業も参考にしてください。

本日はお忙しい中ありがとうございました。



原 啓吾先生
(箕輪南小学校)

原 「授業で学級づくりをしよう」と取り組んでいます。入学式などで「勉強を頑張りたい」と言って入学してくる子どもたちが、学校がつまらなくなるのは勉強が分からなくなった時だと思っています。

尾形 これから、自分の考えを発表したり聞き合ったりする「学び合い」が重要となり、開かれた人間関係が必要で、学級づくりや授業づくり、ICTの活用に関する研修の様子を教えてください。

佐藤 今は、相手の気持ちをどう考えていいのか分からなくて、不安を抱える子どもが多いように感じています。普段の授業でお互いを理解し合える場面を増やしていく必要がありますね。

箕輪西小学校「人権教育授業」を参観して

箕輪町人権尊重のまちづくり審議会会長 白鳥 実さん

毎年、人権週間（平成27年は12月4日～12月10日）に合わせ、町内の小中学校では11月から12月にかけて人権教育授業の公開授業が行われています。人権尊重のまちづくり審議会は学校の取り組みを人権尊重のまちづくりの推進に繋いでいければと授業を参観しています。今回は、11月18日に西小学校の授業を参観した白鳥委員の感想を紹介します。

箕輪西小学校の人権教育授業

を参観させていただきました。6年生の「他人に対する思いやり」という授業でした。

サッカーの試合で自分からのボールパスを受け取れずに転倒してしまつた仲間を慰めようと送つたメールの文章が取り上げられました。

自分の「思いやりの気持ち」を相手に正しく分かつてもらうにはどうしたらいいのか。相手と対面しているときには、自分の気持ちは「言葉遣い、表情、態度、行動」によって伝えることができる。しかし、メールだと「言葉遣い」による方法しかない。いくら自分に相手を思いやる気持ちがあつても、文章が上から目線の優しくないものだと相手には理解してもらえず、本当の気持ちは伝わらないというものでした。

また、先生が児童の意見を記載した内容をタブレット端末を使い、スクリーンに表示しているのを初めて見て、小学校の授業はここまで進んでいるのかと正直驚かされました。3班に分かれて先生から出された問題を検討していると、全員が加わつていて手持無沙汰にしている児童は一人もいませんでした。



みんな笑顔で楽しそうに見えました。

意見発表のとき立ち上がった児童が、誤つて後ろの児童に椅子をぶつけてしまい、すぐに「ごめんなさい」と頭を下げて謝りました。迷惑をかけた相手に謝るのは当然のことなのですが、素直にすぐに謝る言葉が出たことに感心させられました。

小林まゆみ先生の人権教育講演会

講演会では、人は皆、奇跡のような確率で命がけで生まれてきた「かけがえのない大切な命」であることを教えられました。感動的なお話に児童も保護者の方々も真剣に聞き入っていました。お話を聞いて自分たちの存在が本当に貴重な大切なものであること、お母さん、お父さんとの絆の深さが改めて分かったことと思います。

西小学校古田人形クラブによる芝居の公演

『傾城阿波鳴門』は、訳があつて手放してしまった娘が成長し母と知らずに訪ねてくるが、母は娘と気づくも名のことろがでさなしいらしい有名な場面です。語り手と人形を操る児童の皆さんの気持が通じ合い、信頼感が強くなければ、なかなか観客の心

を打つ人形芝居にはなりません。努力している日常がうかがわれる芝居でした。

「みんながかけがえのない大切な命」であることを理解し、「お互いに相手を思いやる心をもつこと」これが人権尊重の基本だと思います。大切なことを教えられた有意義な人権教育の授業参観でした。



写真は「古田人形芝居定期公演」での上演

東京箕輪会・中京箕輪会 会員募集!

「東京箕輪会」は関東圏、「中京箕輪会」は中京圏に在住する箕輪町出身者およびその関係者で集う親睦会です。

東京箕輪会

設立■平成6年10月 会員数■約300人 年会費■2,000円
活動■年1回の総会及び懇親会の開催・みのわ祭り参加など
箕輪町との交流と会員相互の親睦旅行など
情報紙会報「みのわ」年1回発行

中京箕輪会

設立■平成10年9月 会員数■約50人 年会費■3,000円
活動■年1回の総会及び懇親会の開催・みのわ祭り参加など
箕輪町との交流と会員相互の親睦旅行など
奇数月に放談会の開催

入会資格

- ★箕輪町出身者とそのご家族
 - ★父母が箕輪町出身者のご家族
 - ★箕輪町に住んだことのある方とそのご家族
- ご家族・ご親戚・ご友人など是非ご紹介ください!

問合せ先 総務課 総務係 ☎79-3111(内線106)



…………… 選挙管理委員会から新任委員のおしらせ ……………

選挙管理委員の4年間の任期満了に伴い、12月町議会定例会で委員4人、委員の補充員4人が選任されました。これに伴い召集された第1回選挙管理委員会（1月12日開催）において、委員長に原幸喜さん（松島）、委員長職務代理者に漆戸正さん（北小河内）を決定しました。任期は平成28年1月1日から平成31年12月31日までの4年間です。



委員長
はら こうき
原 幸喜
松島 宮本



委員長職務代理
うるしど ただし
漆戸 正
北小河内 漆戸



委員
いのうえ ひこひち
井上 彦七
木下 泉沢



委員
きたがわ あきお
北川 昭雄
大出 5組

補充員 ふじさわ さだお いぐち しちろう
藤澤 定夫 三日町上棚 **井口 七郎** 木下上の林

こだいら ひろこ おしの ひかる
小平 博子 八乙女5組 **押野 光** 上古田5組

(敬称略)

問合せ先
町選挙管理委員会 ☎79-3111(内線105)

3 March



今月のイベント
 3月18日(金) キャリアデザイン講演会 18:30~ 地域交流センター
 20日(日) 鈴木翼先生とあそびうたライブ 10:00~12:00 松島コミュニティセンター
 5日(土)~20日(日) 童話作家 なかじまゆたか童画展 9:00~16:30 文化センター ホール

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

日	月	火	水	木	金	土
28	29	1 診 4か月児健診 (H27.11月生)	2 診 10か月児相談 (H27.5月生)	3	4 診 離乳食教室① (H27.9月生・要予約)	5 図 ドリーム号地区巡回 (株)マツシマ ☎79-2115
6 赤羽設備(株) ☎79-6990	7 南東コース①④運休 北西コース①④運休	8 子 わらべうた (妊婦さん&ねんねの赤ちゃん)	9 診 2歳児健診 (H25.12月生)	10 診 1歳6か月児健診 (H26.8月生)	11	12 図 おはなしこんにちは (株)カスガ ☎79-3382
13 (有)小島管工設備 ☎79-4886	14 南東コース①④運休 北西コース①④運休 相 健康相談 (要予約)	15 診 3歳児健診 (H25.2月生)	16 診 離乳食教室② (H27.7月生・要予約)	17 図 絵本よんであげるよ	18 図 キャリアデザイン講演会 南東コース①④運休 北西コース①④運休 (~3月31日まで運休)	19 新橋屋建設(株) ☎79-4130
20 子 鈴木翼先生とあそびうたライブ 家庭の日・男女共同参画の日 伊那建運(株) ☎70-9396	21 春分の日 箕輪建設工業(株) ☎79-2035	22	23 診 1歳児健診 (H27.3月生)	24	25 診 7か月児相談 (H27.8月生)	26 浅川建設工業(株) ☎79-2218
27 (株)コマツ ☎79-2568	28 相 健康相談 (要予約)	29	30 図 子 わらべうた	31	1	2

まごの人口 (2016.2.1現在)
 人口…… 25,086人(-29)
 男…12,534人(-14) 女…12,552人(-15)
 世帯数……9,273世帯(+5)

税 国民健康保険税 10期
口座振替の方は3月31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 **3/31**

米斗 住宅使用料 3月分
 保育料 3月分
 介護保険料 10期
 後期高齢者医療保険料 9期
口座振替の方は3月31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 12期(2月検針分)
口座振替の方は3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** 3月 1日(火) 13:30~16:00
 15日(火) 13:30~16:00
 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** 3月 3日(木) 10:00~15:00
 17日(木) 10:00~15:00
 伊那合同庁舎2階 交通事故相談室
 ☎76-6803 (要予約)
 (上伊那地方事務所地域政策課県民生活係)
 - 行政相談** 3月17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)
 - 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

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 1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 3月27日 8:30~12:00
 機械点検及び修理日 3月29日・30日・31日 (一般家庭のみ受け入れます)

★資源のびんに異物混入や色間違いが多くあり、しばらく施設での受入れをしておりません。
 ステーションでの回収に回していただくようご協力をお願いします。

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	
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	3日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	27日
松島	火・金	10日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	27日
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	17日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	6日
木下・三日町・福与	火・金	24日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	13日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	3日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	13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 3月6日・13日・20日・21日・27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

6日	13日	20日	21日	27日
ユーカリの森クリニック(内) ☎98-7855 河野医院(内・小) ☎72-3208 藤田医院ペインクリニック(麻・心・内) ☎71-6116 長藤診療所(内) ☎94-2001	中畑内科消化器科クリニック(内・消) ☎77-3711 清水耳鼻咽喉科医院(耳) ☎72-3775 原胃腸科外科医院(外・内・小) ☎72-3319	原内科消化器科医院(内・消) ☎77-0177 北原眼科医院(眼) ☎76-9999 両小野野保診療所(内) ☎(0266)46-2017	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 市川内科クリニック(内) ☎77-5677	久保田内科クリニック(内) ☎71-8855 久保田皮膚科医院(皮) ☎72-1200 ゆりの木クリニック(眼) ☎74-2128

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
※ご利用の際は、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。

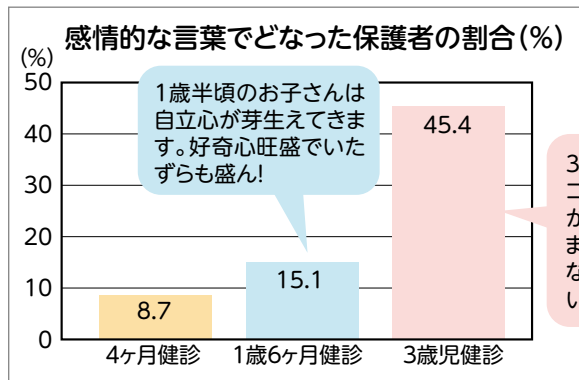
みのわ健康相談ダイヤル24は、平成28年3月31日をもって、サービス終了となります。問合せ先 健康推進課健康づくり支援係



「どならない子育て」～わかりやすいコミュニケーション～

お父さん・お母さん毎日子育てお疲れ様です。子育ては楽しいだけでなく、イライラしたり、不安や焦りを感じることもたくさんありますよね。どんなに子どもがかわいくともつらく感じる時が誰にもあると思います。

平成27年4月～12月の乳幼児健診時に実施した箕輪町「健やか親子21」の保護者アンケートを見てみましょう。



1歳半頃のお子さんは自立心が芽生えてきます。好奇心旺盛でいたずらも盛ん!

3歳頃のお子さんはコミュニケーションが取れるようになります。なかなかじっとしてられません!

児の年齢が上がるにつれ、どなる割合が増え、3歳児健診では約5割の方が「感情的な言葉でどなった」と答えています。

どなる以外の方法で子どもにメッセージを伝える方法とは何があるでしょう?

親子関係にグッドサイクル(良い循環)をつくるためには、子どもにわかりやすくコミュニケーションする必要があります。

話す時は子どもと同じ目の高さで、子どもを見て話すと伝わりやすくなりますよ。



わかりやすいコミュニケーションのコツ

1 具体的にわかりやすく伝える (してほしい行動を具体的かつ短く伝える)

スーパーで... **NG** 今日はいいい子にしててね!! → **OK** おうちにいちごがあるから、今日おやつは買わないよ! 買って買って買って言わないでね!

来客時... **NG** ちゃんとしなさい!! ママはずかしいでしょう。 → **OK** お客さんが来てる時はこんにちとはあいさつしておへやに入ってね。

2 ダメダメって言ってませんか? 「ダメ!」という禁止のことばより「～しようね!」という期待を子どもに伝えましょう

NG 妹の物とったらダメでしょう! → **OK** 使いたいときは妹に使っていいか聞こうね!

3 具体的にやめてほしい行動を言いましょう

NG いつまでも赤ちゃんみたいに泣くのはやめなさい! バカじゃないの!! → **OK** ○○ちゃん、そんなふうに足をどンドンさせたり、泣いてたらママ分からないわ

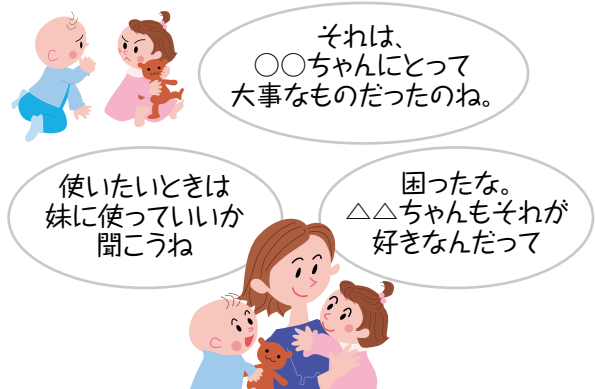
子どもの人格を傷つけることば(バカ・あほ...など)は子どもの自己イメージを下げます。



こんな時はどうしたらいいの?

「突然、奇声をあげる」「お友達のおもちゃを取り上げてしまう」「かんしゃくがひどい」...

子どもが興奮しているようならば、静かな場所でフールダウンします。ぎゅっと抱きしめて落ち着かせるのもいいですね。落ち着いたら、根気よく子どもの気持ちを大人が代弁してあげるようにすると、次第にコミュニケーションの取り方を覚えていきます。右の絵のようにお互いの気持ちを大切にすることが人との関わりを強めます。





◆セーフコミュニティ活動の推進! 懸垂幕と公用車マグネットを作成◆

セーフコミュニティを推進する取組みのひとつに『あいさつ運動』がありますが、セーフコミュニティの各対策委員会が共通して取り組み、かつ地域、学校、企業などが共感して参加できるテーマの懸垂幕を役場庁舎の正面に掲出しました。(写真右)

また、公用車にセーフコミュニティのマークを貼ることにより、町がセーフコミュニティ国際認証都市であり、安全・安心のまちづくりに力を入れていることを町内外に発信



していきます。皆様のご理解をお願いします。(写真左)



児童の 防犯 川柳	テーマ「あいさつ」 箕輪北小学校	あいさつで 明るい社会 作ろうよ 関原 和	不審者も 挨拶されれば 困っちゃう 北澤フェルナンド	たくさんのはんざいふせぐ あいさつで 柴山 遥
------------------------	---------------------	-----------------------------	-------------------------------	-------------------------------

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



東部診療所
かわづま ふみあき
川妻 史明 先生

Q 箕輪町は長寿県「信州」のリーダーになれるでしょうか?

信州は長寿県といわれています。これは、こんにち長寿である方の昔の質素な生活が良かったという事だと考えられています。生活習慣病の方が多現代では、ある程度の予防が可能とされています。家族ぐるみで生活習慣を良くすれば、肥満も解消しみんなが元気になります。コレステロールや血圧、他の生活習慣病も同じことだと思います。

親がしょうゆをかけている姿を見て子どもが真似します。親が努力すれば子どもも努力します。3世代同居の方もあると思いますが、祖父母世代は血圧が高く、もうちょっと元気でいたいから減塩しようと思っても、親世代の人が作ってくれているから言えないとおっしゃる方がいます。親世代の方はまだ診療に来られていませんが、同じ物を食べていれば今は元気な方でも多くはそのうち血圧が上がるのではないかと思います。

いくら気を付けていても血圧が高かったり、数字が悪かったり、そんな方もいらっしゃると思いますが、現状では、自分の体にとっては食べ過ぎていたりして、まだまだ注意が必要ということだと思います。他人と比べて言い訳をするのでなく自分の数字として受け止めて、生活習慣を振り返りましょう。

人類最高の欲望は元気で長生きだと、私は思います。好きなものを食べて、薬だけ飲んでいけば大丈夫、なんて夢のような話は残念ながらありません。ハレの日ケの日と言いますが、肉や魚はハレの日の食べ物、たまに食べる程度が、本来の信州の食(もっと言えば日本の食文化)だったのではないのでしょうか。家族そろって元気で長生き、これを叶えるためには、長寿県「信州」に昔からある地物の美味しい米と野菜を中心とした食生活と運動が重要だと思います。

元気はつらつ箕輪の大先輩活動支援事業 平成28年ポイント交換が始まります!!

本年度の交換は…

平成27年度活動期間（27年4月から28年3月）の活動に対するポイントを【箕】と交換いたします。
27年度ポイント手帳の30ページに氏名を記入、押印し会場にお持ちください。

交換会場について…

お住まいの近くの公民館・集会所等で、下記の日程で行います。

交換手続きについて…

交換期間（4月～5月）にポイント交換できなかった場合でも町公民館で交換できます。
お早めに交換手続きをお願いいたします。

27年度のポイント手帳をご持参ください。



元気はつらつポイント交換 地区別日程表

★午前9時30分～11時30分 ★午後2時～4時

会場名	4月				5月			
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
沢公民館	4/11(月)			4/22(金)	5/12(木)		5/26(木)	
長田コミュニティセンター	4/21(木)					5/25(水)		
大出コミュニティセンター		4/11(月)	4/22(金)			5/12(木)		
山口集会所		4/21(木)			5/25(水)			
八乙女五輪館	4/12(火)			4/25(月)	5/13(金)			
下古田公民館		4/12(火)	4/25(月)			5/13(金)		
上古田公民館	4/13(水)			4/26(火)	5/16(月)			
中原公民館		4/13(水)	4/26(火)			5/16(月)		
松島コミュニティセンター	4/14(木)			4/27(水)	5/17(火)		5/27(金)	
木下公民館		4/14(木)	4/27(水)			5/17(火)		5/27(金)
富田公民館	4/15(金)			4/28(木)	5/18(水)			
中曽根公民館		4/15(金)	4/28(木)			5/18(水)		
三日町公民館	4/18(月)					5/9(月)	5/19(木)	
福与公民館		4/18(月)			5/9(月)			5/19(木)
長岡公民館	4/19(火)					5/10(火)	5/23(月)	
南小河内公民館		4/19(火)			5/10(火)			5/23(月)
北小河内公民館	4/20(水)					5/11(水)	5/24(火)	

箕輪町発足60周年記念事業

なかじまゆたかの世界

多くの皆様のご来場をお待ちしております。

童話作家 なかじまゆたか童画展

日時 3月5日(土)～20日(日)
午前9時～午後4時30分
場所 町文化センター ホール

開催のお知らせ



なかじまさんは、幼い頃から肢体に障がいもち、療養生活の中でグリム童話と出会い、欧州を歴訪。こうした体験を通して童話や絵の創作活動を続けられています。恩師が箕輪町出身の方というご縁があり、今回の童画展開催となりました。優しい色彩と幻想的な童画の世界をお楽しみください。

期間中のイベント なかじまゆたかさんの童話の読み聞かせ会

なかじまさんの童話「おやすみなさいのそのまに」の中から、いくつかの作品の読み聞かせを行います。

日時 3月6日(日) 午前10時30分～11時30分
場所 町図書館 なごみーな
講師 セセラギ会の皆さん
対象 小学生以下のお子さん(一般も可)

*参加ご希望の方は、当日町図書館「なごみーな」にお越しください。

期間中のイベント なかじまゆたかさんとの童画鑑賞会

童画展の開催にあわせ、下記の日程でなかじまさんが来町されます。一緒に作品を鑑賞してみませんか?

日時 3月6日(日) 午後2時～4時
3月7日(月) 午前9時30分～11時30分
場所 町文化センター ホール
対象 一般(どなたでも)

*当日文化センターホールへお越しください。

本 図書館だより

図書館の資料取扱いについてお願い

資料の汚れ、切り取り、書き込み、無断持ち出しなどが目立っています。みなさんをご覧になる大切な資料で公共の財産です。右記のことに気を付けてご利用ください。また、破損等ありましたらご家庭のりやセロテープ等で応急処置をせずにカウンターまでおしらせください。

注意すること

- ・無断持ち出し、書き込み、切り取り、ページ折はしない。
- ・飲食しながら読まない。
- ・小さなお子さんがご利用になる時は、必ず保護者の方が取扱いに注意する。
- ・資料の持ち運びをする図書袋を用意する。
- ・利用カードや借りた資料を他人に貸さない。



新着図書の紹介

今月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、3月1日からの貸し出しです。



おばあちゃんのお屋敷に遊びに来たさやちゃん。小鳥やお人形となぞなぞ遊びをしながらお屋敷の探検をしていきます。小さな生き物が赤いドレスをひらひらさせて踊るように泳いでる。それはいったいどれ?

生き物が赤いドレスをひらひらさせて踊るように泳いでる。それはいったいどれ?
【なぞなぞでおやしきたんけん】
石津ちひろ/文 こみねゆら/絵 アリス館



“つよい風がふいた。とんできたのは、青い王かん。ひつじのルイは、ひつじの王さまになったとさ。”羊の王さまは、りっぱな玉座、りっぱなベッドを用意して、それから、

とんでもない法律をつくることに…。
【ひつじの王さま】
オリヴィエ・タレック/作 あさのあつこ/訳 くもん出版



酷道、変道、廃道、珍道…。道路を巡る謎解きの旅へようこそ! 国道マニアの著者が、全国の国道の謎に迫る。読み終わった後は、無個性に見えた国道がどこか違って見えてくる!

【国道者】
佐藤健太郎/著 新潮社



恐竜の化石から次つぎと羽毛が発見されています。さて何のために、羽毛が生えていたのでしょうか。そこには、「恐竜がどうして繁栄したのか」ということへの大きなヒントが隠れているよう

です。さあ、その秘密にせまってみましょう。
【恐竜は今も生きています】
富田京一/著 下田昌克/絵 ポプラ社



おはなし好きの父親と子どもが、伸び縮みする“時間”を旅する物語。成長する子どもやお年寄り、動物によって感じる時間が違います。生きもののように伸び縮みする“よはひ”=時をテーマにした27編。

さまざまな時が詰まった物語の宝石箱。
【よはひ】
いしいしんじ/著 集英社



花街図書館では、みんなが大好きなぬいぐるみを持ってきて図書館にお泊りさせる「おとまり会」があります。ぬいぐるみのくまきちもおとまり会に参加することに。夜12時を過ぎると図書館の住人が

現れてわくわくの冒険が始まって…。
【よるのとしょかんたいぼうけん】
村中李衣/作 北村裕花/絵 BL出版

子育て支援と障がい者の地域活動支援の機能を併せ持つ『(仮称) ふれあいカフェ』をオープンします。

町民が気軽に集うことができる憩いの場『(仮称)ふれあいカフェ』をイオン箕輪店1階に設けます。

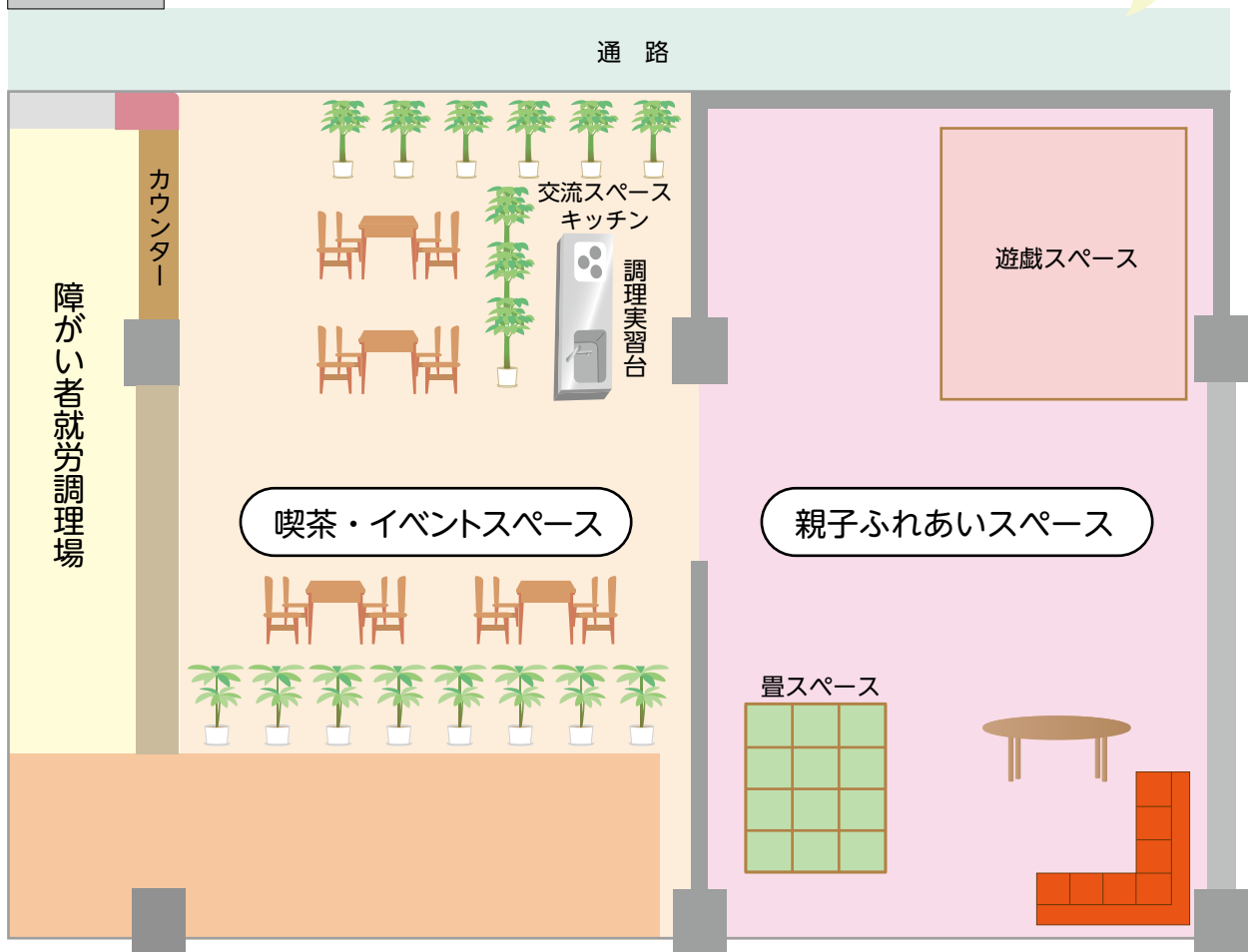
主な特徴

- ①買い物ついでに立ち寄れます。
- ②喫茶スペース、障がい者が働くカフェレストラン、親子ふれあいスペースを設けます。
- ③様々なイベントに活用できるよう、施設の中央に調理実習台を設けます。
- ④毎月子育てイベントや障がい者イベント等を実施します。

平成28年初夏の開所を目指しています。

エレベーター

『(仮称) ふれあいカフェ』イメージ図



ともに手伝っていただけるボランティア・障がい者の方々を募集します。

募集詳細

- 対象** 年齢・性別は問いません。
- 内容** カフェ内での配膳・片付け・掃除・調理補助・イベント時の手伝い など
- 運営** 福祉事業者への委託を予定していますので、お申込みいただいた個人情報等を『(仮称) ふれあいカフェ』委託先にて利用させていただきます。
- 募集期間** 平成28年3月1日(火)から4月28日(木)まで

問合せ・申し込み先 福祉課障がい者福祉係 ☎79-3111(内線121・126)

第7回すくすく子育て講座

鈴木翼先生とあそびうたライブ

今年度最後のすくすく子育て講座です♪たのしいあそびうたでお子さんと一緒にたのしい時間を過ごしませんか？

日時 3月20日(日) 午前10時～正午
場所 松島コミュニティセンター大広間
内容 鈴木翼先生によるあそびうたライブ(午前10時～11時30分)
 CD販売&サイン会(午前11時30分～正午)



鈴木翼先生

参加無料 申込み不要

問 子ども未来課 ☎79-3111(内線163)

☆お気軽にご参加ください♪

「JRのきっぷ」のお買い求めは「伊那松島駅」で!



近隣の市町村へ
お出かけの際は、
飯田線を利用
しよう!

平成25年4月1日から、JR伊那松島駅の窓口業務を箕輪町で行っています。各種きっぷを発売しており、売上額に対する割合に応じて、発売手数料が箕輪町の収入になります。

「きっぷ」を購入する際は、ぜひ、伊那松島駅をご利用ください。発売する「きっぷ」は、次のとおりです。

普通乗車券、定期乗車券、普通回数乗車券、急行券、特別車両券、寝台券、座席指定券、あずさ回数券、ジパング倶楽部会員に対する割引乗車券、入場券、団体乗車券

※営業時間(通年営業) 午前7時30分～午後4時
 (午前10時～10時40分と11時40分～12時40分の間は業務の都合によりお取り扱いできません。)

問 住民環境課 生活環境係 ☎79-3111(内線115)

環境への
負担が少ない
電車を利用
しよう!

住宅用太陽光発電システムへの補助金について 「箕輪町新エネルギー有効活用事業補助金」 平成28年3月31日で終了

町では、環境にやさしく、安心、安全、快適に暮らせるまちづくりを推進するために、町内の住宅等に太陽光発電システムの設置に要する経費に対し、平成21年度から補助をしてきました。

その結果、平成27年

12月末現在、

補助件数：678件、

発電能力：3,227.23kW

と多くの家庭に太陽光発電設備が導入され事業の一定の成果が見られました。

つきましては、**新エネルギー有効活用事業補助金(住宅用太陽光発電システム補助金)**は、**平成28年3月31日**で終了いたします。

問 住民環境課 生活環境係
☎79-3111(内線116)



年度末は大変混み合います 自動車の登録・検査手続き はお早目に

毎年、3月下旬は自動車の検査・登録が多く、窓口が大変込み合います。車検の手続きは、1か月前から受検できますのでなるべく早く、廃車・名義変更等の手続きは、3月中旬までに申請されるようお願いいたします。

問 松本自動車検査登録事務所
☎050-5540-2043



ハンセン病にかかったことはありませんか? 和解一時金申請手続期限

ハンセン病患者等による和解一時金の申請手続期限(平成28年3月31日)が迫っています。

過去にハンセン病にかかったことがある方には、国から補償金(和解一時金)が支払われています。(既に亡くなられた方も対象となります。)詳しくは相談窓口にご相談ください。

問 厚生労働省 難病対策課
☎03-5253-1111(内線2369)

国際協力にチャレンジしよう

2016年度 ボランティア 春募集説明会



国際協力機構(JICA)では、2016年度ボランティア(青年海外協力隊・シニア海外ボランティア)の春募集説明会を以下の日程で行います。

募集期間 4月1日(金)～5月9日(月)
長野県内募集説明会

4月9日(土)

午後2時～4時

長野市生涯学習センター(ToiGO) 第3学習室

4月14日(木)

午後6時30分～8時30分

松本市中央公民館(Mウイング)

4階4-4会議室

4月23日(土)

午後2時～4時

佐久市コスモホール2階会議室3

4月24日(日)

午前10時～午後5時

JICA駒ヶ根青年海外協力隊訓練所(一日体験入隊)

最終日4月24日(日)の一日体験入隊のみ、事前の参加予約と昼食代500円が必要になります。

それ以外の説明会につきましては、参加費無料・申込不要です。

問 JICA駒ヶ根(担当：田島)
☎82-6151
FAX 82-5336
mail:jicakjv-jocv@jica.go.jp



解決できます

相談料無料

「司法書士による借金・多重債務無料電話相談会」の実施

日時 3月26日(土) 午前10時～午後5時
相談例

- ・借金の支払いができない。
- ・病気の治療中で働けないため借金の返済が困難である。
- ・借金の支払いをすると生活費がなくなってしまう。

☎0120-448-788
 (フリーダイヤル)

問 長野県司法書士会
☎026-232-7492

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



1月11日 小正月行事を体験しよう！

伝統行事ほんだれ様を子ども達が体験



町郷土博物館で、小正月行事を体験するイベントが開催され、子どもたちが五穀豊穡を願うほんだれ様の飾り付けを行いました。博物館協議会会長の丸山平治さんが15年ほど前から町内各地で指導を始め、年々ほんだれ様に取り組む地区が増えてきているとのこと。

1月17日 2016ニュー・イヤー・コンサート

美しい歌声で観客を魅了



今年4回目の開催となるニュー・イヤー・コンサートが町文化センターで開かれました。出演団体などで結成する「みのわに生まれる合唱の輪実行委員会」が主催し、町内を中心に1個人と12団体の合わせて300人が歌声を披露し観客からは大きな拍手が送られました。

1月23日 羊毛フェルト講座

あたたかみのある動物マスコットに大満足



町図書館 なごみ〜なで、羊毛フェルト講座が開催されました。親子ら10人が参加し、日本の猫、犬、パンダの中から、それぞれ作りたい作品を選んで動物マスコットづくりに挑戦。優しい手ざわりの羊毛フェルトが、かわいらしい動物に変わる楽しさを体験しました。

1月31日 あんどんの灯りの中で昔話を聞こう

現代の時間を忘れ、心も体もほっこり



町郷土博物館で、昔懐かしいあんどんの灯りに包まれて昔話を聞く催しが行われました。地元の読み聞かせグループせせらぎ会のメンバーが、上古田の稚児岩・中原の牛の目地蔵などの話を朗読して下さいました。会場には約40人が集まり、ほっこりとした様子で耳を傾けていました。

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。

- 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。

☎ 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。

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

優秀賞

西小学校 赤羽 来美さん

もみじメニュー

- 秋の五目ごはん
- 高野豆腐のベーコン巻き
- 野菜いっぱい豚汁
- 白菜の塩こんぶサラダ ● 梨 ● 牛乳



高野豆腐のベーコン巻き

材料 4人分

- 高野豆腐 ……………2枚
- 薄口しょうゆ ……小さじ1/2
- ベーコン ……………8枚
- 片栗粉 ……………少々
- 塩 ……………少々
- コショウ ……………少々
- サラダ油 ……………小さじ2

作り方

1 高野豆腐はぬるま湯でもどす。
(しっかりもどす)

2 四等分に切る。



3 水分を切り、薄口しょうゆで下味をつける。

4 片栗粉をまぶす。

5 ベーコンを巻く。

6 上から、塩コショウをふる。

7 サラダ油をひいたフライパンで焼く。

審査員の
コメント

- ・五目ごはん、豚汁とも具たくさんで野菜がたっぷりとれて良い。
- ・高野豆腐のベーコン巻きは、ボリュームがあるのにヘルシーで良いアイデアである。
- ・白菜のサラダは、さっぱりしながらもマヨネーズのコクとマイルドさがあり、良く合っている。

おすすめ
ポイント

- ★高野豆腐が噛み応えがあり、食感が良いです。
- ★ヘルシーなのに食べ応えがあります。

文芸
コーナー

みのわ俳句会

白梅や癒してくれる古い傷

小林 曾

針冷え冷え八十年は夢の夢

平出つる子

東の間の八十路を闊歩初御空

井口ひふみ

映したき一人の姿鏡もち

増沢 澄子

釣瓶井の跡に盛塩小正月

那須 四温

箕輪町短歌教室

境内の落葉掃かれて山車飾り

保存会の人らで進みいるらし

岡 富貴子

木枯しが木々の残り葉散らしゆく

晩秋の空高く澄みたり

丸山 春江

ヒューヒューと北風の吹く冬が来た

三寒四温とお日様恋し

唐澤 良夫

大好きな「私」がわかる」と自惚れて

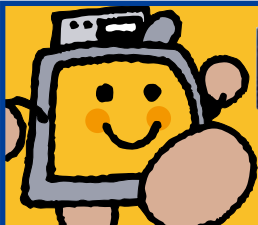
手を出す我にまつわる小犬

向山 勝美

霜おりて葉の散り終えし庭の木に

野鳥の作りし巣が残りおり

北條 明子



デジタル放送は 伊那ケーブルテレビで!

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

STBを
付けるだけ!



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

子どもも親も保育園に入る前からお友達ができるから心強い！
親のリフレッシュや情報交換にも。

子育てサークルでは、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、友達づくりを目的として活動しています。見学もできますので、子ども未来課ま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!



問合せ先
子ども未来課
☎79-3111
(内線163)



町子育てサークル

こぶたクラブ

日時 月3回(木曜日) 午前10時～11時30分
場所 松島コミュニティまたは文化センター



クリスマス会★友達いっぱいなのしいな♪

町子育てサークル

しよっこ広場

日時 第1・3月曜日 午前10時～正午
場所 文化センター



サンタさんと一緒にハイ!チーズ♪

双子の会

ピーナッツクラブ

日時 月1回(土曜日)
午前10時～11時30分
場所 文化センター



みんなで制作♪どんなツリーができるかな?



今後も広報「みのわの実」では箕輪町で活躍する団体や企業を紹介していく予定です。
広報に出てみたい方は、企画振興課まちづくり政策係☎79-3111 (内線114) までご連絡ください。

大切な本づくり 安心しておまかせください

- ❖ 人生の節目に…自伝
- ❖ オリジナル書籍…句集・歌集・作品集
- ❖ 新たな未来へ…社史・区誌
- ❖ 活動の足跡となる…記念誌・年鑑 など



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G号
TEL (0265) 98-9041 FAX (0265) 98-9043
URL <http://www.chuo-print.com/>

みのわ健康相談ダイヤル24は、平成28年3月31日をもちまして、サービス終了となります。

各種相談先につきましては別紙「心・体・生活の相談窓口のご案内」をご覧ください。

問合せ先

健康推進課 健康づくり支援係

※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。