

MINOWA LIFE MAGAZINE

みのわの実

Allez!

箕輪町に定着した
フェンシング文化

10

2016 No.558

広報みのわ

スポーツの秋、フェンシングに注目!

したフェンシング文化

日本のフェンシング競技人口はまだ少なく、身近な場所で練習風景や試合が見られる箕輪町は、全国的に見ても貴重な場所です。リオオリンピックでも注目され、東京オリンピックに向けて期待の高まるフェンシングは、今後大きな広がりを見せることでしょう。そんなフェンシングに今一度、熱い視線を送ってみませんか？



Contents

- カバーストーリー 2
- 特集 箕輪町に定着したフェンシング文化 2
- 町ホームページリニューアル10月1日公開 6
- 税務課からのお知らせ
償却資産実地調査・家屋滅失の申告 7
- 連載「協力隊が行く!!」
- 2016みのわ自然エネルギー体験フェスタ 8
- 木育イベント
来て見て触れて!ホッズフェスタ 9
- 暮らしの情報(カレンダー) 10
- 健康愛ランド
健康増進計画 中間評価
～「栄養・食生活」の分野～ 12
- こども通信 13
- セーフコミュニティニュース 14
- 難病患者福祉金の支給について 14
- お知らせ information 15
町からのお知らせ・イベント・本の紹介など
- カメラリポート 18
- レシピ
人気給食レシピ 箕輪南小学校 19
- 文芸コーナー
- 連載「^{みりょくびと}みのわの魅力人」 20

カバーストーリー

*

スポーツの秋!多くの日本人選手の活躍で盛り上がりを見せたりオオリンピック。

様々な競技や選手が話題となりましたが、フェンシングも注目された競技の一つでした。箕輪町では、小さなころからフェンシングに関わることができ環境があり、全国大会も開催されるなど、フェンシング文化が定着しています。そんな、フェンシングの魅力は今月の特集でお伝えします。「Prêts?(プレ)」「用意はいいですか?」「Allez!(アレ)」「始め!!」

フェンシングの基礎知識

一対一の真剣勝負はまさに現代の騎士道

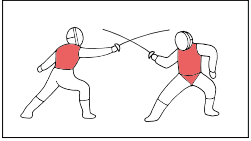
中世欧州の騎士道が起源のフェンシングですが、現代のスポーツとしてのそれは、国際フェンシング連盟が定めるルールに基づいて行われ、使用する剣によってフルーレ、エペ、サーブルの3種目があります。

どの種目もピストと呼ばれるコートの上で向かい合って戦い、先に規定のポイントをとったほうが勝者となりますが、種目によって以下のような違いがあります。

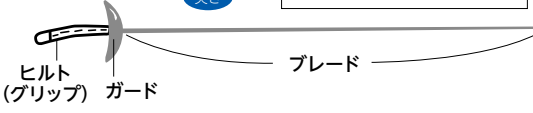
フェンシングの種目と剣

(赤色の部分を突くと得点になります)

フルーレ
小さなガードのついた
矩形の剣で柔軟な剣

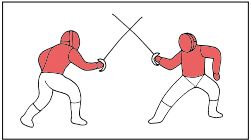


突き




ヒルト (グリップ) ガード ブレード

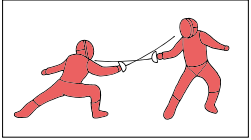
サーブル
手を囲う大きな
ガードのついた平らな
剣身をもつ柔軟な剣




突き 斬り



エペ
手を保護する
大きなガードのついた
より硬直な剣



突き



- 突き ブレードの先端が有効面をとらえると得点
- 斬り ブレード部分のどこかが有効面をとらえると得点

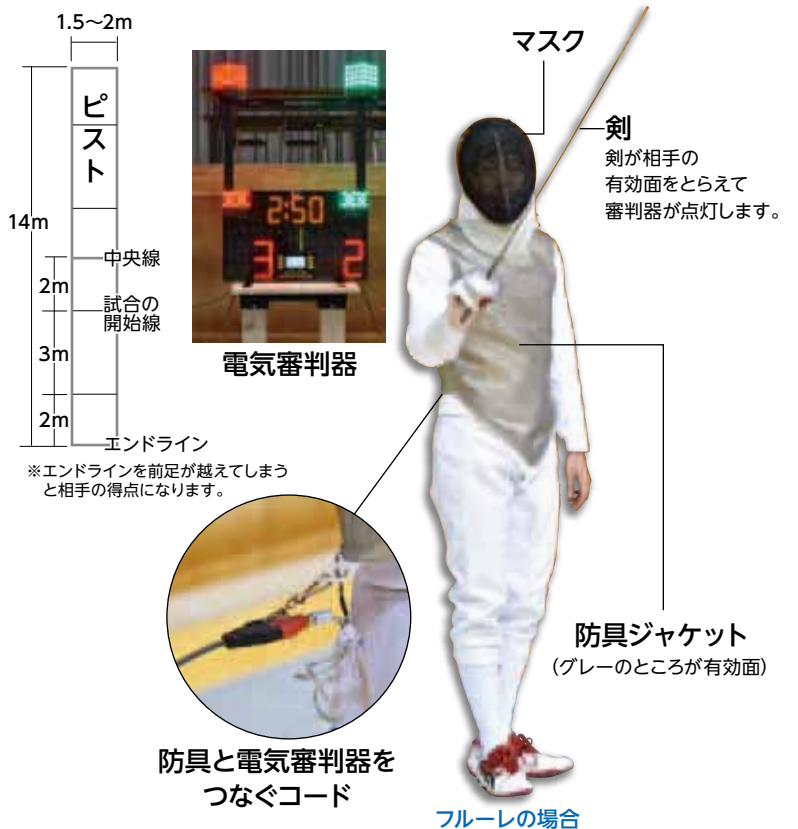
コートと得点

細長いピストの上で、1対1で向き合った選手は、主に前後の動きをして攻防を繰り返します。

通電された防具ジャケットの有効面を剣で突くと電気審判器のランプが点灯しますが、最終的には審判が判断します。

用語とフランスの関係

試合開始のかけ声 (Allez!) に、フランス語が使われている等、フェンシング用語にフランス語が多いのは、1913年に国際フェンシング連盟がパリに設立され、競技のルールも統一されたためです。





箕輪町とフェンシング



町の魅力のひとつになった活発なフェンシング文化

箕輪町とフェンシングのつながりを紐解くと、昭和53年開催の第33回国民体育大会「やまびこ国体」まで遡ります。同国体のフェンシング大会会場に決まった箕輪町では、国体開催の5年前に「長野県フェンシング協会」を設立。コーチを招いて箕輪工業高校（現在の箕輪進修高校）の部活動などで指導が始まりました。

その後、伊那北高校の部活動や箕輪中学校のクラブ活動でもフェンシングが取り入れられ、平成6年には箕輪中学校のクラブ活動が部活動へ発展。さらに平成8年には「長野ジュニアフェンシングクラブ」が組織されて小学生以下の指導も始まり、現在に至っています。

こうした基盤作りによって町に定着していったフェンシング競技ですが、「みのわもみじカップ」や「全国カデ・エペ選手権大会」を継続的に開催することで、より一層の定着と発展を目指しています。

箕輪町出身のフェンシング選手がオリンピックに出場するのも、遠い未来ではないかもしれませんね。

箕輪町出身!!

東京オリンピックを狙える逸材!!

西藤 俊哉選手



Q フェンシングをはじめたきっかけは？

A 5歳の時、先に始めていた姉の練習を見に行つて、かっこいいと思つたからです。

Q フェンシングの魅力は？

A 始めたばかりの頃は、剣を持って相手と戦うことがスパーヒーローのようで、ただただかっこいいと思ひました。今は剣を突く場所やタイミングを、まるでだまし合いのように相手と駆け引きするところが面白い。頭脳戦の部分が一番の魅力です。

Q 箕輪町のフェンシングはどうですか？

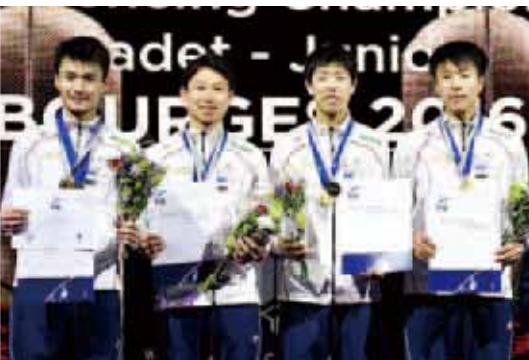
A 小さい頃から高校までフェンシングを続けられる環境は、日本にはそんなないと思います。フェンシングを共通点に、町のみなさんと繋がりを持てるのも嬉しいです。

Q 今後の目標を教えてください。

A 東京オリンピックでは、日本人選手の出場枠も設けられています。世界選手権で個人で上位に食い込み、自力で出場権を勝ち取ることが目標です。応援よろしくお願いします。

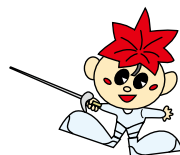
西藤俊哉選手・プロフィール

1997年生まれ。5歳からフェンシングをはじめ、中学2年より強化選手として上京。2016年アンダー20世界ジュニア選手権で団体優勝。箕輪町に帰省した時に食べる母親の手料理とソバが大好きな法政大学1年生。





今年も箕輪町で全国規模の大会を開催！
この機会にフェンシングを観に行こう



第9回 全国カデ・エペ フェンシング選手権大会

10月8日(土)・9日(日)

会場：箕輪町社会体育館

開会式：8日 午後1時～

試合開始：8日 午後2時～／9日 午前9時～

◆カデ(13歳以上17歳未満)の男子・女子による、エペ個人戦の大会。

◆「2017年世界カデ選手権日本代表選考基準」のポイント対象大会となるため、全国から強豪選手が集まります。

第4回 全国ジュニア・エペ フェンシング選手権大会

10月9日(日)・10日(月)

会場：箕輪町社会体育館

試合開始：9日 午後2時～／10日 午前9時～

◆ジュニア(17歳以上20歳未満)の男子・女子による、エペ個人戦の大会。

◆「2017年世界ジュニア選手権日本代表選考基準」のポイント対象大会となるため、全国から強豪選手が集まります。

第11回 みのわもみじカップ フェンシング大会

10月29日(土)・30日(日)

会場：箕輪町社会体育館

開会式：29日 午後1時～

試合開始：29日 午後1時30分～／30日 午前9時～

◆ベンジャミン(11歳未満)とミニム(満11歳以上14歳未満)の男子・女子による、フルーレ個人戦の大会。

◆事前申し込みにより出場できます。



西藤俊哉選手のおすすめポイント

- ①エペは全身が有効な命中面となるため、初めて試合を観る方でもルールがわかりやすいと思います。
- ②カデ・エペとジュニア・エペの大会は、世界選手権の選考大会になっているので、全国から2020年の東京オリンピックを目指しているようなトップ選手が集まります。身近で若手の日本代表の試合を観られる貴重な機会なので、ぜひ試合を観に来てほしいです！



問合せ先 箕輪町教育委員会 文化スポーツ課 ☎70-6601



町ホームページリニューアル 10月1日公開



「知りたい情報に、より簡単に到達できる」ように、全面リニューアルしました。町の発信したい情報と利用者が欲しい情報、どちらもわかりやすく表示され、迷わずに目的の情報へたどり着くことができます。今後もさらに使いやすく、皆様に愛着を持っていただけるホームページを目指します。

①情報を探しやすい

必要な情報に少ないクリック数でたどり着けるよう、情報を整理しまとめています。

②誰もが使いやすい環境

簡単に文字の拡大縮小、コントラスト切替も。音声読み上げや自動外国語翻訳で、誰もが使いやすいページを目指しました。

③検索はこちら！

大きな窓でわかりやすく。「あいまい検索」も可能。よく調べられているキーワードが表示されます。

④イベントを簡単に検索

イベントカレンダーを設置。町主催のイベントがひと目でわかるようになりました。

⑤手続き情報をひとまとめ

ライフシーン別に必要な手続きをまとめました。

⑥フェイスブックを新設

町のイベントや魅力など、新鮮な情報を発信しています。

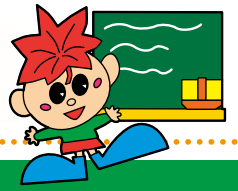
⑦スマホにも対応

スマートフォンやタブレットなど各端末に対して最適化された画面表示ができるようになりました。



箕輪町のホームページにようこそ！

税務課からのお知らせ



平成28年度 償却資産実地調査

地方税法第408条の規定により、固定資産税の償却資産（事業用の機械器具、備品、営業用設備等）の適正な課税を行うため、実地調査を行います。

- **実施期間** 平成28年10月から12月まで
- **対象者** 償却資産を所有されている事業者のうち数事業者。実地調査対象となった事業者には事前に通知します。
- **内容** 責任者の立会いのもとで、事業に関する帳簿書類（固定資産台帳・決算書類及び税務関係書類等）と申告内容との照合・確認を行います。
調査対象となった際には、関係帳簿等をご用意いただき、調査にご協力をお願いします。
- **その他** 地方税法第354条の2に基づき、所得税又は法人税に関する書類について閲覧を行うことがあります。
実地調査を行う調査員は、身分証を掲示しています。調査員を装った訪問や電話には、十分注意してください。

家屋を取り壊したら家屋滅失の申告を

固定資産税は、毎年1月1日（賦課期日）に所有している資産に課税されます。

12月31日までに家屋を取り壊した場合、その年度までは課税されますが、翌年度からは課税されません。しかし、町への「家屋滅失申告書」の提出や、法務局への滅失登記を行わないと、家屋を取り壊したことが把握できず、引き続き課税される原因になりますのでご注意ください。

● 申告時に必要なもの

印鑑

申告用紙（箕輪町のホームページからもダウンロードできます）

※滅失の申告をされることにより、土地の税額が上がる場合があります。



問合せ先 税務課 資産税係 ☎79-3111（内線146）

協力隊が
行く!!

～みのわの魅力発信中の毎日～

前回の掲載から大分季節が進みました。休日や平日の朝夕は、借りている畑の収穫や秋野菜の準備に追われ、慌ただしくも楽しく過ごしていました。

仕事では、色々な広報物作りに携わりました。移住パンフレット「ほどほどの田舎暮らし」の第2版や移住に関するチラシ、成人式に合わせて、Uターンを呼びかけるための就職情報を掲載したHPも作る機会をいただきました。

こうした広報物を作る時、毎回「町の魅力、PRしたいことってなんだろう？」と考えます。そんな時、自分が感じるこの町の魅力を、町の方々と一緒に再発見、再確認する瞬間があり、とても楽しく感じています。イベントで関わった方の移住が決まるなど、一歩ずつですが、嬉しい知らせも入ってきています。今後もみのわの魅力を発信していきたいと思えます。

こちらはUターン応援サイトです。
ぜひご覧ください。



地域おこし協力隊

関口 悠子



移住パンフレット
「ほどほどの田舎暮らし」 ver.2



作成したタペストリーを掲示した
大阪での移住相談会

開催! 30日(日)

2016 みのわ自然エネルギー 体験フェスタ

会場 町文化センター・交流ひろば

※各催しの場所は、当日配布のパンフレットをご覧ください。

オープニングセレモニー				
各種展示 & 資源の循環コーナー	炭火の楽しみ方 & 木材チップパー実演	薪や間伐材の販売・譲渡会 (なくなり次第終了)	椅子づくり	薪づくりワークショップ
			椅子づくり	薪づくりワークショップ
			椅子づくり	薪づくりワークショップ
自然エネルギー事例発表 15:15 ~ 15:45				
講演会 16:00 ~ 17:15				

10:00
10:30
11:00
11:30
12:00
12:30
13:00
13:30
14:00
14:30
15:00
15:30
16:00
17:00
17:30

自然エネルギーを活用した事例の発表 & 講演会

◎事例発表 15:15 ~ 15:45 **申込不要**
会場：町文化センター ホール
長野県企業局
「県が検討している箕輪ダムの水力発電計画」



しづさわ じゅいち
澁澤 寿一氏

◎講演会 16:00 ~ 17:15 **申込不要**
会場：町文化センター ホール
講師：澁澤 寿一氏

演題：「里山を中心とした地域づくり・森づくり・人づくり」
～地域資源を活かした循環型社会へ～

澁澤 寿一氏 プロフィール

NPO法人「樹木・環境ネットワーク協会」理事長・認定NPO法人「共存の森ネットワーク」理事長・「澁澤事務所」代表(澁澤栄一曾孫)・農学博士。
1952年、東京生まれ。東京農業大学大学院博士課程修了。1980年国際協力事業団専門家としてパラグアイ国立農業試験場に赴任。帰国後、長崎オランダ村、循環型都市「ハウステンボス」の役員として企画、建設、運営まで携わる。
現在、地域の里山保全、奥山の環境修復、バイオマスを活用した地域づくり事業などを、NPO、企業、行政の協働で進め、森づくり、地域づくり、人づくりの活動を実践。森林文化の教育、啓発も行っている。

◎薪や間伐材の販売・譲渡会 (当日、未利用間伐材などの持ち込みも受け付けます)

◎チェーンソー・薪割講習、玉切り実習しよう **要申込**
(玉切りした材や薪はお持ち帰りできます)



◎木材チップパーでチップつくります
ご家庭の剪定枝等をお持ちください (チップを持ち帰る袋をご持参ください)

◎水力発電、地中熱、省エネ等について知ろう
(工作、体験、簡単な実験できます)

◎間伐材で椅子をつくらう



◎伊那谷の間伐材から生まれたブロックで遊ぼう
(こどもから大人まで楽しめます)

◎炭火の楽しみ方 ~炭火で焼いたピザを食べよう~
世界の銘醸ワイン試飲

◎フードドライブを実践しよう

◎伊那谷の間伐材から製造した木炭の展示、販売
木製自転車の展示、段ボールコンポストの講習、生ごみ肥料配布
省エネ機器、ペレットストーブ、生ごみ処理機の展示等あります

詳しくは
常会回覧のチラシ
または町HPを
ご覧ください。

申込み・問合せ先 住民環境課 生活環境係 ☎79-3111(内線115)

主催/箕輪町 共催/箕輪町商工会 平成28年度 長野県地域発元気づくり支援金活用事業

来て見て触れて! 木ッズフェスタ

同時 10月

会場 町文化センター・町地域交流センター・交流ひろば
対象 0歳～小学生までの親子

チェーンソーアート 交流ひろば
 ①10:00～ ②12:00～

「ロボ木」作り
 ①10:30～ ②12:30～
 参加費 500円 交流ひろば




木育縁日 文化センター 学習室
 10:00～15:00 ※参加費あり
 射的・つり堀・糸のこ寿司



丸太で首飾り作り 交流ひろば
 10:00～15:00 ※無料

木のおもちゃ広場 文化センター和室
 10:00～15:00 ※無料

木育講演会 交流センター 研修室
 14:00～15:00 申込不要
 (13:50までに入場してください)
 高遠青少年自然の家 山崎 重幸 氏
 テーマ「お子さんが木にふれることによる影響」



10:00	チェーンソーアート		木育縁日	丸太で首飾り作り	木のおもちゃ広場
10:30		「ロボ木」作り			
11:00					
11:30					
12:00	チェーンソーアート				
12:30		「ロボ木」作り			
13:00					
13:30					
14:00					
14:30	講演会				
15:00					
15:30					
16:00					
17:00					
17:30					

本イベントは木育推進事業補助金を活用しています

問合せ先 子ども未来課 子育て支援係 ☎79-3111(内線163)



今月のイベント
 10月15日(土)～11月13日(日)
 博物館特別展「生誕120年 探偵作家 大下宇陀児」 町郷土博物館
 30日(日) ・来て見て触れて！ホッツフェスタ 10:00～
 ・2016みのわ自然エネルギー体験フェスタ 町文化センターほか

※都合により当番医、当番店が変更になることがあります。

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 みのちゃんバス みのわ〜れ

まちの人口 (2016.9.1現在)
 人口……25,010人(-1)
 男…12,494人(+7) 女…12,516人(-8)
 世帯数……9,325世帯(+15)

税 町県民税 3期
 国民健康保険税 5期
 口座振替の方は**10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 **10/31**

米斗 住宅使用料 10月分
 保育料 10月分
 介護保険料 5期
 後期高齢者医療保険料 4期
 口座振替の方は**10月31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** 10月 4日(火) 13:30～16:00
 18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** 10月 6日(木) 10:00～15:00
 20日(木) 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** 10月20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** 10月12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
 こども相談室 ☎79-0007
- 人権相談** 月～金曜日 9:00～16:00
 長野地方方法務局伊那支部 ☎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
25	26	27	28	29	30	1 リサイクル本 プレゼント(～10/9) ドリーム号地区巡回 (株)マツシマ ☎79-2115
2 赤羽設備(株) ☎79-6990	3 南東コース①,④連休 北西コース①,④連休	4 健康相談 (要予約) 4か月児健診 (H28.6月生)	5	6 妊婦さん&ねんねの 赤ちゃんわらべうた ハニートーストの日 10か月児相談 (H27.12月生)	7	8 おはなしこんには (株)カスガ ☎79-3382
9 クレープの日 (有)小島管工設備 ☎79-4886	10 体育の日 新橋屋建設(株) ☎79-4130	11 朗読講座 (要申込) もみじの会 こころの病や人とのコミュニ ケーションに不安のある方の会	12	13 ひきこもり家族教室 離乳食教室① (H28.4月生・要予約)	14 子育て用品&保育用品 リユース会	15 ふれあい食堂 inみのわ〜れ 「生誕120年 探偵作家 大下宇陀児」展(～11/13まで) 伊那建運(株) ☎70-9396
16 家庭の日・男女共同参画の日 箕輪建設工業(株) ☎79-2035	17 南東コース①,④連休 北西コース①,④連休	18 3歳児健診 (H25.9月生)	19 離乳食教室② (H28.2月生・要予約)	20 ハニート ーストの日 絵本よんであげるよ 1歳6か月児健診 (H27.3月生)	21	22 浅川建設工業(株) ☎79-2218
23 廃タイヤ・バッテリー 小型家電回収日 クレープの日 (株)コマツ ☎79-2568	24 健康相談 (要予約) 南東コース①,④連休 北西コース①,④連休	25 2歳児健診 (H26.7月生)	26 わらべうた あそび ほっこり保健室 1歳児健診 (H27.10月生)	27	28 ひきこもり家族教室 7か月児相談 (H28.3月生)	29 草木染め講座 とのうささぶろうさん 絵本ライブ (株)マツシマ ☎79-2115
30 来て見て触れて！ ホッツフェスタ 2016みのわ自然エネ ルギー体験フェスタ 赤羽設備(株) ☎79-6990	31 南東コース①,④連休 北西コース①,④連休	1	2	3	4	5

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 10月23日 8:30～12:00
 機械点検及び修理日 10月29～31日 一般家庭のみ受け入れます

★施設への直接搬入は指定袋に入らない粗大ごみを対象としています。指定袋、資源物はなるべくステーションに出してください。

休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへどうぞ ☎78-8510

診療日 10月2日・9日・10日・16日・23日・30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

休日緊急当番医市町村マーク

黄=箕輪町 伊=伊那市
 南=南箕輪村 辰=辰野町

ごみ・資源物 収集日	当日の8:00までに		資源					8:00～9:30
	燃やせる ごみ	不燃ごみ	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	乾電池 デニブ類	缶・びん・ペット ボトル・食用油	資源
沢長田・大出・八乙女 下古田・上古田・中原 富田・中曾根・木下一の宮	火・金	6日	13日・24日	19日	18日	31日	16日	
松島	火・金	13日	6日・20日	26日	18日	31日	23日	
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	20日	13日・27日	5日	18日	31日	2日	
木下・三日町・福与	火・金	27日	3日・20日	12日	18日	31日	16日	
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	6日	13日・24日	19日	18日	31日	16日	

休日緊急当番医

2日 伊 中畑内科消化器科クリニック (内・消) ☎77-3711 伊 清水耳鼻咽喉科医院(耳) ☎72-3775 辰 土屋医院(外・内) ☎(0266)41-0163	9日 黄 ユーカリの森クリニック(内) ☎98-7855 伊 原内科消化器科医院(内・消) ☎77-0177 伊 北原眼科医院(眼) ☎76-9999	10日 伊 たかはし医院(内・小・消) ☎71-5121 伊 前沢眼科医院(眼) ☎76-0600 伊 美和診療所(外・内) ☎98-2017 南 原胃腸科外科医院(外・小) ☎72-3319
16日 伊 久保田内科クリニック(内) ☎71-8855 伊 久保田皮膚科医院(皮) ☎72-1200 辰 両小野診療所(内) ☎(0266)46-2017	23日 伊 田中病院(内・外) ☎78-3555 伊 滝小児科医院(小) ☎71-5250 南 市川内科クリニック(内) ☎77-5677	30日 伊 たけまつハートクリニック (内・循) ☎71-8010 伊 北原こどもクリニック(小) ☎74-2236 伊 林整形外科医院(整) ☎76-5525 南 ゆりの木クリニック(眼) ☎74-2128

◆健康増進計画中間評価◆ ～「栄養・食生活」の分野～

箕輪町では「健康づくり 日本一の町」を目指して箕輪町健康増進計画（平成23年度～平成30年度）を策定し事業を推進してきました。平成27年度に実施した中間評価のうち、今回は「栄養・食生活」の分野についてご報告いたします。

【男性の肥満の割合（BMI 25.0以上）】（データ：さわやか健診結果より）

策定時 **21.6%** → 中間評価結果 **22.0%** 目標値 **19.0%**

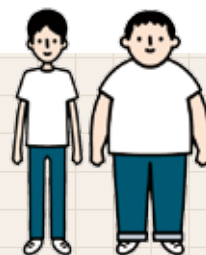
わずかだが増加

- 女性も **13.3%** → **14.7%** と増加しています。

BMI…体重と身長バランスと病気のリスクの関係を分析したもので、BMI = 22にあたる体重が最も病気にかかりにくい「適正体重」といわれています。

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

判定 18.5未満…やせ 18.5以上25.0未満…正常 25.0以上…肥満



《一人ひとりが心掛けたいこと》

- ◆自分のBMIを確認し肥満にならないように気をつけましょう。
- ◆自分の体格にあった食事の量やバランスのよい食事を心がけましょう。
- ◆食生活について自ら積極的に学びましょう。

【朝食を食べない子どもの割合（週3日以上欠食）】（データ：食生活に関するアンケートより）

策定時	保育園児 0.3%	小学生 2.2%	中学生 4.8%	→	中間評価結果	0.6%	0.6%	3.0%	目標値	0.0%	1.7%	3.0%
-----	-----------	----------	----------	---	--------	------	------	------	-----	------	------	------

保育園児は増加 小中学生は減少し目標を達成!!

- 毎日朝食を食べている小中学生は約90%でした。
- また、食事内容が十分とは思えない子が多くみられました。

朝食は1日の活動を始めるパワーの源です。脳にエネルギーを補給し、体中の機能を目覚めさせる役割を持っています。朝食抜きは、エネルギー不足のまま午前中を過ごすということ。朝食の有無で“集中力”や“やる気”に差がでてきます。

また、バランスよく食べることで必要な栄養素を上手にとることができます。

《一人ひとりが心掛けたいこと》

- ◆『早寝・早起き・朝ごはん』の生活習慣を身につけましょう。
- ◆主食・主菜・副菜がそろったバランスのよい食事をとりましょう。



【食塩摂取量の減少（成人1人1日あたり）】

（データ：伊那健康センター日帰りドック受診者）

策定時 **10.8g** → 中間評価結果 **10.1g** 目標値 **9g未満**

減少!! ● 食塩摂取目標量は男性8.0g未満、女性7.0g未満です（高血圧の人は6.0g未満）。町の目標値は10.0g未満でしたが、県の目標値に合わせて9.0g未満とします。

血管にダメージを与える**高血圧**の原因の一つに**塩分のとり過ぎ**があげられています。

《一人ひとりが心掛けたいこと》

- ◆ 食べ方や調理の工夫で、今より**1g**減らしてみましよう。
- ◆ 薄味に慣れましよう。

めん類の汁は全部飲まない

調味料はかけずにつける

減塩の調味料を利用する

“だしとうまみ” “香辛料や香味野菜” “酢やレモンなどの酸味” を利用する

【食生活改善推進協議会 会員数の増加】

策定時 **66人** → 中間評価結果 **30人** 目標値 **75人**

減少 ● 平成27年度の会員は47人です。

この会は食生活から健康づくりを考えるボランティアグループです。食について積極的に学び、調理実習も交えながら食生活の大切さを普及しています。

地域での集まり、サークル等での講習会も行っていますのでお気軽に声をかけてください。また、随時会員を募集しています。（事務局 健康推進課健康づくり支援係内）

問合せ先 健康推進課 健康づくり支援係 ☎79-3111（内線138）

こども
通信

『木育』って？

『木育』とは、小さなころから木材に触れ、木を暮らしに取り入れることで、木の文化や地域の森林環境を守る心を育てるものです。

箕輪町ではこんなところで木育を取り入れています！

- 保育園では…**
- 四季を感じながらのお散歩
 - 近くの栗畑で栗拾い
 - 榲けやきの下での絵本と歌のライブ
 - 木片ブロックを使っての創作活動
- 学校では…**
- 小学校での巣箱作り
- その他にも…**
- 「木のおもちゃで遊ぼう」イベントの開催
 - 子育て支援センターでの木のおもちゃの遊び提供

木や森に触れることのよさとは…

- 木や土のにおい、季節ごとの木の葉の色合い、心地よい風の音などで五感を刺激
- 子どもが自由に工夫して遊ぶ創造力を育む
- 地元の自然の中で思い切り遊ぶことで自然豊かな郷土を愛する心を育てる

○10月30日（日）木育イベント「来て！見て！触れて！木ZZフェスタ」を開催します!! ※詳しくは、みのわの実p.9をご覧ください。

木のよさを体感しに、ぜひお出かけください。

問合せ先 子ども未来課 ☎79-3111（内線163）



◆光が命を守る！夜光反射材 ～暗くなったら身につけましょう～◆

夜間に発生した歩行者の交通事故は重傷化傾向にあり、その多くは夜光反射材を着用していれば防ぐことができましたと思います。

町安協等では、高齢者クラブの安全教室の際に夜光反射材の着用の推進・啓発をしています。



昨年行ったセーフコミュニティアンケートの結果によると、反射タスキ等を所持している方は、46.6%でしたが、そのうち「よく活用している」という方は15.7%にとどまっています。

セーフコミュニティ交通安全対策委員会では、セーフコミュニティシンボルマークの入った腕にまく夜光反射材（リストバンド）を作成し、着用の推進を図っていきます。



不審者が 気を付けて 三島 由子	不審者が ひそむ暗闇	帰り道 知らない人には 気を付けて 倉田明良菜	のってかない のっちゃだめ 小口 隼馬	のってかない さそわれ車に	児童の 防犯 柳 箕輪北小学校	テーマ「不審者」
------------------------	---------------	----------------------------------	---------------------------	------------------	--------------------------	----------

**夜光反射材を着用し、運転者に存在を認識してもらうことで
事故防止につながります！ ご理解ご協力をお願いします！**

問合せ先 総務課 セーフコミュニティ推進室 ☎79-3111（内線193・195）

難病患者福祉金の支給について

申請受付開始日：10月4日(火) から

特定医療費（指定難病）認定患者、小児慢性特定疾患認定患者、人工透析患者及びウイルス肝炎患者の方に対し難病患者福祉金が支給されます。

支給の対象となる方は、平成28年10月1日現在、箕輪町に6か月以上在住の方で特定医療費（指定難病）受給者証等をお持ちの方です。

福祉金の額は、年額2万5千円です。

昨年度対象となっていた方には、10月上旬に通知をお送りしますので、必要書類を持参し申請をお願いします。

また、特定医療費の対象疾患が平成27年7月1日から306疾患に拡大されたことに伴い、新たに対象となった方も申請が必要になります。

詳しくは下記までお問い合わせください。

問合せ先 福祉課 障がい者福祉係 ☎79-3111（内線129）

イベント・催し物

若者のカルチャーセミナー コミュニケーション講座

テーマは「たった5分で信頼関係を築くコミュニケーション術」です。ぜひ、ご参加ください。

日時 10月16日(日)
午後1時30分～3時

会場 町地域交流センター

講師 鈴木優子先生

対象 20～30歳代の方

定員 30人

締切 10月12日(水)



問 文化スポーツ課 生涯学習係
ハッピーサポートみのわ
☎080-6933-0735

「Word」「Excel」を基礎から 楽しく学びます

パソコン入門講座

募集期間 10月3日(月)～21日(金)

開催日(全11回)

11月…16日(水)・17日(木)・18日(金)・
22日(火)・24日(木)・25日(金)・
30日(水)

12月…1日(木)・2日(金)・7日(水)・
8日(木)

時間 午後1時30分～3時30分

会場 町地域交流センター 研修室A.B

講師 北原高明さん(公衆衛生専門学校情報科学非常勤講師)

内容 ワード・エクセルを使った文章作成

定員 10人(先着順)

受講料 1,000円

持ち物 ご自分のパソコン、筆記用具

問・申 町公民館 ☎79-2178

要申込

リサイクル本プレゼント

図書館で除籍された本、雑誌をプレゼントします。本を持ち運ぶ入れ物は各自ご用意ください。



日時 10月1日(土)～9日(日)

午前10時～午後6時
(月曜日休館)

会場 町図書館 2階なかよしルーム

読育ボランティア養成実践講座

朗読講座

無料

発声・発音の仕方など朗読の基礎について教えていただきます。

日時 10月11日(火)

午後1時30分～3時30分

会場 町地域交流センター 交流室1.2

講師 小山菜穂子氏

(企業組合C&Cハーモニックス代表理事・元信越放送アナウンサー・朗読「かたばみの会」主宰)

対象 一般

定員 30人

参加方法 定員になり次第締め切り
参加ご希望の方は、申込期間中に町図書館までお申込みください。

申込期間 9月27日(火)～10月4日(火)
午前10時～午後6時
(月曜日休館)

とのうちさぶろうさん 絵本ライブ

無料

箕輪町出身シンガーソングライター、とのうちさぶろうさんによる絵本ライブです。

日時 10月29日(土)

午前10時30分～11時30分

会場 町図書館 なごみ～な

対象 幼児～一般

参加方法 申込不要。参加ご希望の方は、当日会場へお越しください。

★とのうちさぶろうさん プロフィール★

箕輪町出身 シンガーソングライター
2013年「太陽の声」横須賀西海岸音楽祭にてグランプリ受賞
2015年度 箕輪町図書館絵本貸出数 第2位
「寝坊をするホントの理由」

問・申 町図書館

☎79-6950



新着図書を紹介

今月も新しく本が入りました。その中から紹介します。

これらの本は10月1日からの貸し出しです。

問 町図書館 ☎79-6950

『おばけマンション』

鈴木 翼/文 村上 康成/絵
世界文化社

ここは、たくさんのおばけが住む「おばけマンション」。魔女の部屋に遊びに行ったデーテルくんとスケーテルちゃん。魔女の料理を食べたデーテルくんは、頭がかぼちゃになってしまいました！無事に元に戻ることができるかな？



『大さわぎ！ばけもの芝居と白いねこ』

岩崎 京子/作 長谷川 義史/絵
文 溪 堂

花のお江戸のとある長屋。近頃こちらの評判は、本物のばけもの達が演じるばけもの芝居。いつもの仲間に新しく白ねこも加わって、お家騒動の真相を明かそうと一芝居。さてその真相やいかに？笑いと涙の人情話。



『昆虫は最強の生物である』

スコット・リチャード・ショー/著
藤原 多伽夫/訳 河出書房新社

地球は虫だらけの惑星だ。これまでに発見され、命名された昆虫だけでも100万種近くに達する。そして、昆虫は陸上の生態系で4億年以上ものあいだ繁栄してきた。その進化がもたらした脅威の生存戦略とは…。



10月の人権特設相談所の開設

日時 10月11日(火)
午前10時～午後3時
場所 松島コミュニティセンター
相談内容 家族間の問題、離婚、近隣とのトラブル、職場や学校での差別やいじめなど人権問題及び生活上の悩みごと
※相談は無料で相談内容の秘密は守られます。人権擁護委員が相談に応じます。

問 伊那人権擁護委員協議会 事務局
(長野県地方法務局伊那支局内)
☎78-3546

募 集

上伊那医師会附属准看護学院 生徒募集

来年度の入学生を募集します。
所在地 〒396-0014
伊那市狐島4176
募集人員 40人
修学年限 2か月
願書受付 10月3日(月)～31日(月)
受験料 10,000円
入学試験日 11月12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してください。
※詳細につきましては、下記へお問い合わせください。



問 上伊那医師会附属准看護学院
☎72-2856

平成29年版 長野県民手帳 予約募集

■販売価格 一冊500円(税込)
※11月上旬以降、代金引換でお渡しします。
申込方法 住所・氏名・電話番号・希望冊数を下記までご連絡ください。
電話 79-3111
FAX 79-0230
申込締切 10月7日(金)

問 総務課 ☎79-3111 (内線107)

イベント・催し物

第45回 長野県高等学校定時制 通信制生徒生活体験発表大会

長野県の定時制・通信制高等学校に学ぶ生徒が、学校生活を通して、感じ、学んだ貴重な体験を発表し、多くの人々に感動と励ましを与えることを目的とします。

箕輪進修高等学校のフェンシング部が出演してアトラクションを行います。

日時 10月22日(土)
午前9時30分～午後1時

会場 町文化センター
その他 定時制通信制生徒作品展を併設

問 長野県箕輪進修高等学校
☎79-2140

町郷土博物館 平成28年度特別展 生誕120年

探偵作家 大下宇陀児

会期 10月15日(土)～11月13日(日)
休館日 月曜日
開館時間 午前9時～午後5時まで
(受付は午後4時30分まで)

内容
大下宇陀児(1896～1966)は、江戸川乱歩や横溝正史等と共に、日本の探偵小説(推理小説)界を牽引した作家です。

旧中箕輪村(箕輪町)に生まれ、大正14年、「金口の巻煙草」でデビューし、その後数々の探偵小説を発表しました。

昭和22年からは、NHKの人気ラジ

オ番組「二十の扉」のレギュラー回答者となり、また箕輪中部小学校の校歌を作詞したりもしました。昭和29年、『暮しの手帖』にも掲載された文章があります。

この特別展では、箕輪出身の偉大な探偵作家について紹介します。



大下宇陀児

特別展関連イベント1 特別展展示解説のお知らせ

日時 10月23日(日)
午前10時～11時
場所 町郷土博物館
内容 博物館職員が展示内容を詳しく説明します。
対象 一般(どなたでも)
その他 参加ご希望の方は、当日午前10時までに博物館にお越しください。

特別展期間中は入館無料です。この機会に多くの皆様のご来館をお待ちしております。

問 町郷土博物館 ☎79-4860



お知らせ

お知らせ

来年度入園をお考えの皆様へ 保育園入園説明会の開催

入園前のお子さんのいるご家庭で、平成29年4月から、または4月以降年度中途から保育園に入園を希望される皆様を対象に、入園説明会を開催します。

以下の日程で都合のよい日にご出席ください。

日程 10月23日(日) 午前10時～
10月24日(月) 午後3時～

場所 松島保育園

※会場の都合上、各家庭1人の出席とさせていただきます。

※託児を行います。
※当日は説明会のみです。申込受付は別にお知らせします。

※在園児がいる場合、園から直接書類をお渡しできます。

※当日来られない方は、10月25日以降に子ども未来課(6番窓口)にて入園申請書類をお渡しします。

問 子ども未来課 子育て支援係
☎79-3111 (内線163)



国民健康保険被保険者証 更新のお知らせ

■国民健康保険被保険者証の送付

平成28年10月1日から使用いただく国民健康保険被保険者証(一般は藤色、退職は黄色)が、9月末までに世帯ごと各家庭に配達されます。

①国保ガイドブック ②保険証カバー
③ジェネリック医薬品希望シールを同封

■喪失手続きと加入手続き

職場の健康保険等に加入した場合や、職場の健康保険等をやめたときは国民健康保険の喪失、または加入手続きが必要です。

■被保険者証の破棄と保管

有効期限切れの被保険者証は細かく裁断するなどして破棄をしてください。新しい被保険者証は紛失、破損などしないよう保管してください。

問 健康推進課 国保医療係
☎79-3111 (内線136・137)

国民年金納付猶予制度の 50歳未満への拡大について

■納付猶予制度の対象年齢が拡大

平成28年7月1日から、納付猶予制度の対象年齢が30歳未満から50歳未満へ拡大されます(同年6月以前は、30歳未満であった期間が納付猶予制度の対象)。

■保険料納付の免除制度等もあります

所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、納付猶予制度の他にも、免除制度等もありますので、下記までご相談を。

■国民年金保険料 未納への督促等

日本年金機構では、保険料が未納の方に、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っています。

未納のままですと、督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課されるだけでなく、**納付義務のある方***の財産を差し押さえることがあります。

*納付義務者は被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者及び世帯主です。

問 住民環境課 住民係
☎79-3111 (内線131)

豊かな水環境を守ろう

10月1日は浄化槽の日

■浄化槽で快適な暮らしを

『下水道が来ていないから、トイレはくみ取りで…』と諦めていませんか?下水道整備地区外で汚水を下水道へ流せないご家庭でも、浄化槽を設置することで水洗トイレを使うことができます。

生活雑排水(台所、お風呂、洗濯等の排水)も一緒に処理でき、衛生で快適な生活を送ることができます。

■浄化槽とは?

下水道の終末処理場や農業集落排水施設と並ぶ代表的な生活排水施設です。町ではおよそ400戸の家庭で設置されています。浄化槽の中には微生物が住んでいて、排水をキレイにしています。

■浄化槽補助制度の活用を

『浄化槽を設置したいけど、お金がかかるし…』とお悩みの方は、補助制度をご活用ください。ただし、下水道整備地区外での住宅に限ります。

『補助金がもらえる?』『浄化槽についてもっと知りたい!!』等、なんでもお気軽

に事務局までお問合せください。

問 箕輪町浄化槽維持管理組合事務局
(箕輪町役場内)
☎79-3111 (内線181)

信州パーキング・パーミット制度 (障がい者等用駐車場利用証制度)

平成28年4月20日から県の制度が始まっています。10月からは、『利用証』の申請と即日交付を町役場窓口でも行えるようになります。障がいのある方や高齢の方、妊産婦の方など歩行に困難な方が対象です。対象者や障がいの区分により窓口・必要書類が異なりますので、それぞれお問い合わせご確認の上、ご来庁ください。

問 町役場窓口 ☎79-3111
・障がい者、高齢者、難病患者 他
…福祉課(内線129)
・妊産婦…子ども未来課(内線220)

秋の行政相談週間

10月17日から23日までは秋の行政相談週間です。

『行政相談』とは、住民の皆さんから寄せられた苦情や意見、要望について、行政機関に対して公平・中立の立場から必要なあつせんを行い、苦情の解決を図ったり、皆さんからの声を行政運営の改善に生かしたりします。

町では浦野朱美さん(沢6組)、中村廣さん(木下泉沢)のお二人が、総務大臣から委嘱され、行政相談委員として活動しています。

相談は無料で事前予約の必要もありません。秘密は固く守られます。

【10月の相談日】

日時 10月20日(木)
午後1時30分～3時
場所 松島コミュニティセンター

問 総務課 総務係
☎79-3111 (内線104)

【一日合同行政相談所】

弁護士・司法書士・行政書士等の各種専門家が行政に関する相談や相続、土地境界等の民事に関する相談をお受けします。

日時 10月18日(火) 午後1時～4時
(受付は午後3時30分まで)
場所 伊那市役所1階 多目的ホール

問 長野行政評価事務所
☎026-235-5566



写真に「あなたの言葉」を添え、みのわの魅力を発信しませんか？ お気に入りの風景、元気になる笑顔などを募集します。

写真と文章は、郵送またはメールでお送りください（未発表作品に限ります）。文章は150文字以内、写真はメールの場合、なるべく高解像度のものをお送りください（宛先は右記）。



CAMERA REPORT

カメラリポート

身近なまちの話題をお知らせください みのわの魅力発信室 ☎79-3111

〒399-4695 箕輪町大字中箕輪10298番地 箕輪町役場 企画振興課宛
E-mail : kouhou@town.minowa.nagano.jp

8月11日 町図書館で人形劇

「おはなしこんにちは」20周年の特別公演



町図書館で、オフィスやまいもによる人形劇公演が行われました。この公演は子ども達への読み聞かせ活動「おはなしこんにちは」の一環として行われたもので、同活動は今年で20周年。演目は、紙を使った楽しいおはなしと、イソップ童話の「まちのねずみといなかのねずみ」。同日は子ども達の夏休みと祝日が重なったため、160人を超える親子や祖父母が来場し、人形劇を楽しみました。

8月15日 平成28年度 成人式

大人の自覚を胸に



町文化センターで箕輪町の成人式が行われました。実行委員長の塩澤匠さんをはじめとした新成人の方々を中心に実行委員会が組織され、みんなで式をつくりあげました。出席した186人の皆さんは「大人」になったことを感じながら、恩師や同級生との再会をなつかしんでいました。

5年ぶりのパカパカ杯

匿名希望



9月4日、一の宮のパカパカ塾で5年ぶりにポニーレースの大会「パカパカ杯」が開かれたので、行ってきました。子どもとポニーが颯爽と走る様子や、苦労しながらゴールを目指す姿などが印象的でした。

とん汁やスイカのふるまいもあり、広々とした景色の中で、のどかな、気持ちの良い時間を過ごしました。

天気がいいとうれしくなります!!

太陽光発電の岡谷酸素

岡谷酸素株式会社 ☎79-8700

岡谷酸素は、ガスだけじゃありません!

- 万全の施工体制 設置後も長くお付き合いいただくために、丁寧・安心な施工をいたします。
- アフターサービス 各地区担当者がご要望をお伺いし、専門スタッフが迅速に対応!!
- 保証も万全 設置後10年間、責任をもって保証いたします。

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

施工事例 ▶▶▶
茅野市 M様邸



鶏肉のベーコンチーズパン粉焼き



【一食の献立】

- 鶏肉のベーコンチーズパン粉焼き
- ご飯 ● 春雨サラダ
- 中華スープ ● 牛乳

【材料】4人分

- 鶏胸肉皮なし開き……………50g×4枚
- マヨネーズ……………40g
- こしょう……………少々
- スライスチーズ……………2枚
- ロングベーコン……………2枚
- パン粉……………20g

【作り方】

- 1 鶏胸肉を薄く開き、マヨネーズとこしょうを入れて下味をつける。
- 2 スライスチーズ、ベーコンは半分に切っておく。
- 3 1にチーズとベーコンを1枚ずつのせ、半分に折り、パン粉をまぶす。
- 4 オープン180℃で25分焼く。



おすすめポイント

マヨネーズが油代わりになるので、肉が柔らかく焼く時に油がいらない。(脂肪カット!)

大人には、しその葉を入れると見た目も風味もよく、お弁当のおかずにもなります。

チーズとベーコンで塩味があるので、減塩にもなります。

文芸コーナー

みのわ俳句会

夏祭り栄枯を偲ぶ白州の儀

小林 曾

残されて独りの余生蚊遣り焚く

征矢志げ子

新涼を待つ一輪の花のあり

林 とく江

炎天下黙禱にさえ身の渇き

日野六花子

揚花火開いて歪む郷の夜

小池 純夫

箕輪町短歌教室

百舌なのか椿に巢作り餌運ぶ
育てる苦勞誉めつつ見入る

市川よし子

つばめの巢何ものかに落とされぬ
親は幾度も子を探し飛ぶ

桑澤喜久子

七夕の短冊見れば懐かしき
幼き頃に思案した日々

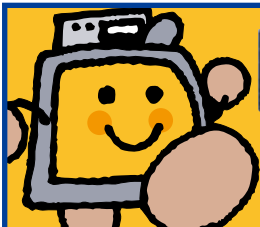
吉永 英二

紫陽花は大きな萼の真中に
小さな花をぽつと一つ

藤澤千代子

一面に青田波打ちおもだかの
花見え隠れする涼やかな朝

原 多嘉枝



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

小嶋 満さん

地域ぐるみでのスポーツ環境作りを目指す

メジャーリーガーに憧れ、中学から野球を続けてきた小嶋さんですが、高校生の時に不適切な体調管理と練習方法から大きな故障を負います。その辛い経験から選手ではなく、トレーナーの道を選んだ小嶋さん。今年、東京から故郷の箕輪町へ仕事の拠点を移し、新たな展開を考えているようです。

Q スポーツトレーナーとは、
どんな仕事ですか？

プロ選手のような既に力のある人より、頑張っているけど何かが足りないという人へ、トレーニング方法、考え方、知識など、適切な環境作りをサポートすることが、私たちの仕事の役割と考えています。団体競技であっても、チームとは別に個人と契約してサポートしますので、勉強と言えば、塾じゃなくて、家庭教師のようなものですね。

Q 箕輪町に本社機能を移された理由は何？

2009年に東京で会社を設立しましたが、運営体制が整ってきたので、本社機能だけを移転しました。また、関東圏内では学校の部活動や地域のスポーツ活動などでも、指導者とは別に、スポーツトレーナーと契約する事例が増えてきました。これはゆくゆく全国的に広がっていきまうので、地元箕輪町でも始めてみようと思いい、移転を決めました。

Q 今後、どんなことを
やっていきたいですか？

子どもが行うスポーツは、勝つことが目的とは限らないのに、指導者や保護者、地域の人たちが、そう決めつけていることがあります。スポーツは、上手くできないことに、どう向き合うかを実践する問題解決能力を養う場でもあるので、指導者、子ども、地域、保護者を含めた、地域ぐるみでのスポーツ環境作りをしように思っています。

また、他の地域のチームや選手と一緒に練習することで、自分達の实力を知ることが出来ます。それにはキツイ合宿の後にキャンプなどで楽しく交流するのが一番です。自然が豊かな箕輪町は合宿に良い場所なので、地域に働きかけ環境を整え、いづれは箕輪町からトップアスリート輩出したいと思っています。

小嶋満さん

株式会社COZY代表。
一般社団法人日本スポーツサポートベース代表理事。
専門学校卒業後に東京のトレーナー企業に就職。その後、アメリカ・カナダに渡り、資格、知識、経験を蓄え、帰国後、自ら会社を設立。現在、みのわ中部ヤンキースをサポート中。



問合せ先 株式会社COZY ☎0265-95-4081 mail:info@cozy-pt.com

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

ヤマハ音楽・英語教室 秋の無料見学レッスン募集中

音楽教室グループ	英語教室グループ	個人レッスン
1歳 …… (水) 11:00 2歳 体験 (水) 10:00 年少 …… (水) 16:30 年中・年長 …お問合せください	1歳・2歳 …お問合せください 年少 …… (土) 9:30 年中 } …… (木) 15:30 年長 } …… (土) 11:30	★ピアノ ★フルート ★エレクトーン

30分無料
体験受付中

※見学日は日時が限定されています。
事前にお問い合わせください

お申込み・お問合せは ☎0120-970-091 (株)オグチ楽器
箕輪・平出センター担当 河西 070-5551-9033 岡谷市中央町 3-3-1