

みんなで創る — 未来につながる — 広報みのわ

# みのわの実

特集

突け!  
高みを目指して!  
～箕輪町のフェンシング～

HIRAMATSU  
JPN

2019

10

No.594

表紙の写真

10月12～14日  
フェンシング全国大会  
箕輪町で開催!

- 2019みのわ こどもフェスタ ……6
- みどりの資源リサイクルステーション  
からのお知らせ ……7
- 子ども通信 ……14・15
- 令和元年度 箕輪町成人式 ……18

# 突け！ 高みを目指して！ 〜箕輪町のフェンシング〜

町では、昭和53年開催のやまびこ国体を機に、現在まで町ぐるみでフェンシングに取り組んできました。毎年10月には箕輪で全国大会も開催されるなど、フェンシングが盛んな町としても定着してきました。  
今月の特集は、そんなフェンシングの魅力をご紹介します。



まずは、コートや道具の説明から！



フェンシングについて  
長野クラブ所属のお2人に  
教えてもらいましょう！

私たちが  
教えます！

河西 遼太 さん

平松 竜成 さん



マスク

図2

剣

剣が相手の有効面を突くと審判器が点灯します。

ユニフォーム

白色を基調とし、突かれても安全な素材になっています。

エペの場合



電気審判器

※エンドラインを前足が越えてしまうと相手の得点になります。

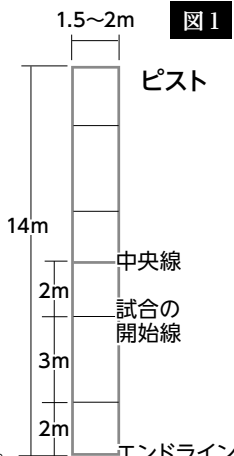


図1

コートや身につける道具  
選手はピスト(図1)と呼ばれる長いコートの上で、1対1で向き合い、攻防を繰り返します。選手はユニフォーム(図2)を身につけ、剣が相手の有効面を突くと電気審判器のランプが点灯し、得点が入ります。剣や身につける防具は、種目によって異なります(図3)。

### フルーレ

小さなガードのついた柔軟な剣

突き

### 上半身の胴体が有効面

### 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

### 頭や腕を含む上半身全体が有効面

### 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

### 全身が有効面

ヒルト(グリップ) ガード

ブレード

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  
(赤色の有効面を突くと得点になります)



次はフェンシングの種目と得点の入り方について説明します



左の選手が先に突いているので、左の選手の得点！

町で開催される全国大会は「エペ」種目で、相手より先に突いた選手に得点が入るというシンプルなルールなので、分かりやすく観戦できます。

YouTube - (Yuki Ota Fencing Visualized Project) MORE ENJOY FENCING



※種目や得点については、分かりやすく説明されている動画がありますので、こちらをご覧ください。→

### 3種目の説明と得点

フェンシングには、「フルーレ」「エペ」「サーブル」という3種目があり、種目によって突くと得点になる場所や得点方法、身につける剣や防具が変わります(図3)。

#### 得点の入り方

「エペ」は相手選手よりも先に有効面を突くと得点が入ります。ですので、同時に突いた場合は両方の選手に得点が入ります。「フルーレ」「サーブル」は先に攻撃を仕掛けるか相手の剣を叩いたり、はらったりすると「攻撃権」が得られ、攻撃権を得た選手が有効面を突ければ得点となります。仮に、得点版が同時に光ったとしても、攻撃権を持った側のみ得点が入ります。

試合では、「決められた点数を先に取る」「制限時間内に多く点を取る」のどちらかのルールで勝敗が決められます(大会によって異なります)。



フェンシングの  
ここが  
おもしろい!

## 「エペ」はルールがシンプルで 分かりやすい!

(河西) フェンシングはルールが複雑そうだから見ても分からないと思いの方もいらっしゃると思いますが、ですが、箕輪町で行われる「エペ」の大会は、対戦相手の全身のどこかをとにかく相手より先に突いたら勝ちという非常にシンプルなルールなので見ていても分かりやすいです。ギリギリの間合いの中での選手の駆け引きは、緊迫感があっても見ごたえがあるので、ぜひ試合会場に足を運んでいただき、生のフェンシングを観ていただきたいと思っています。

## 選手の雄叫びも見所の1つ!

(平松) フェンシングの見所は3つ。

1つ目はスピード。ほんの一瞬のすきを見て攻撃するスピードはほかのスポーツにはないものを感じてもらえると思います。

2つ目は駆け引き。素早い動きの中でいくつもの駆け引きが行われています。攻撃をするフェイント、わざとすきを作るなど実はとても戦略的なスポーツです。

3つ目は選手の雄叫び。多くの選手が1点取るごとに雄叫びをあげます。迫力あふれる雄叫びも注目していただければフェンシングがもっと面白く見えると思います。



## 町の選手も活躍しています! 箕輪中学校フェンシング部

7月20〜22日に東京都で行われた第5回全国中学生フェンシング選手権大会の男子団体戦で、箕輪中学校Aチームが5位入賞を果たしました。入賞を果たしたのは、団体戦が現在のルールに変わってからは初めてのことで、嬉しい快挙となりました。部長の中村さんは次のように話してくれました。



### 箕輪中学校フェンシング部 団体Aチームのみなさん

左から  
部長・中村駿太さん(3年)  
福島佑陽さん(3年)  
小池悠太郎さん(1年)  
小河勇翔さん(2年)

さらに次のページで、  
オリンピック出場が  
期待される西藤選手を  
ご紹介します!



(中村) 箕輪中学校フェンシング部の団体Aチームは、全国41チームの中で、5位に入賞しました。団体で戦うのは初めてだったので、すごく嬉しかったです。いろいろなルールが変わってそれに対応しなければいけなかったのですが、その中でしっかりと結果を残せたので良かったです。思います。

団体戦は、エペ、フルーレ、サーブルの3種目に、1人ずつ代表が出て試合をして、先に2勝した方が勝ちというルールでしたが、チームの中にムードメーカー的な人がいたので、すごく楽しくて、良い雰囲気でした。試合ができました。この結果が出せたということで、頑張れば同じようにできるんだということを、後輩のみんなに伝えたいと思います。



アジアフェンシング選手権大会2019の様子



## 西藤選手へインタビュー

東京オリンピックを来年に控え、箕輪町出身の西藤俊哉選手の出場が期待されています。そんな西藤選手にお話を伺いました。

### 日本チームや西藤選手の現在の調子を教えてください

男子フルール日本チームは、今シーズン、オリンピック出場権を獲得するためにワールドカップや世界選手権を戦っています。団体として、オリンピックに出場するにはランキングが4位以上か、その4チームを除いて各大陸1位の国が出場できる決まりになっています。7月に行われた世界選手権で、出場権を獲得するための選考レースの前半戦が終了しました。前半戦が終了した時点で、日本チームは世界ランキングが7位でした。アジア圏は香港が6位で日本より上位で、さらに韓国や中国など他のアジアの国とも僅差なので、厳しい状況にはありません。東京開催のオリンピックですので、開催国枠での出場もできますが、出場枠に限りがあり(全種目の中から8枠)、全種目出場を目指している日本フェンシング協会としては、開催国枠を使用せず出場ができる種目は、自力で出



さいとう としや  
西藤 俊哉 さん

1997年生まれ(22歳)、長野クラブ所属  
箕輪北小学校、箕輪中学校。中学校2年生から上京し、フェンシングのJOCエリートアカデミーに入校、フェンシングの腕を磨く。  
2017年世界選手権フルール個人銀メダル。  
2017年全日本選手権フルール個人優勝。

場枠を獲得してほしいと思っていますし、開催国枠を使用してオリンピックに出場するようではメダルの獲得は難しいので、11月から再開される残りの大会で良い結果を残していきたいと思っています。

個人としては、昨シーズン団体戦であまり活躍ができなかったのですが、今シーズンはアジア選手権、世界選手権とも個人戦のみの出場になりましたが、アジア選手権では銅メダルを獲得することができ、コンディション的にはすごく高くなっています。男子フルールは、11年間世界チャンピオンが変わっている種目で、誰が勝つか分からないという部分もあります。今年の世界選手権も番狂わせが起き、意外な選手がメダルを獲得しました。このように、実力が均衡している世界の強い選手と渡り合っていくには、どう勝つかということが大切になってきます。強い選手が勝つスポーツではなくて、勝った選手が強いスポーツなので、勝ち方を突きつめていきたいです。勝ち方を突きつめるために、自分の持ち味である、フットワークとフィジカルの強さをもう一度磨き、フェンシングの技術も増やしていきたいと思っています。年齢的には、世界のトップ選手



## 大会スケジュール

全国の強豪選手たちの熱い戦いをご覧ください、  
地元選手への応援をお願いします！

会場：箕輪町社会体育館・箕輪中学校体育館

※エントリー数と競技の進行状況により、時間変更となる場合があります。

### 第12回 全国カデ・エペ 約150人が出場！ フェンシング選手権大会

- ◆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
- ◆「2020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。
- ◆地元からは、・箕輪進修高校・伊那北高校・伊那弥生ヶ丘高校・箕輪中学校・長野ジュニアフェンシングクラブの選手が出場します。

日時：10月12日(土)  
 日程：9:15 開会式  
 9:45 試合開始  
 17:00 表彰式



### 第7回 全国ジュニア・エペ 約200人が出場！ フェンシング選手権大会

- ◆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
- ◆「2020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。
- ◆地元からは、・箕輪進修高校・伊那北高校・箕輪中学校・長野ジュニアフェンシングクラブの選手が出場します。

日時：10月13日(日)  
 日程：9:45 試合開始  
 (開会式は行いません)  
 18:00 表彰式



### 第14回 みのわもみじカップ 約150人が出場！ フェンシング大会

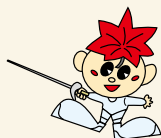
- ◆14歳未満の男子・女子による、フルール個人戦の大会
- ◆全国から強豪選手が集まります。過去の入賞者は、現日本代表として、多くの選手が活躍しています。
- ◆地元からは、・箕輪中学校・長野ジュニアフェンシングクラブ・南箕輪わくわくクラブの選手が出場します。

日時：10月14日(祝・月)  
 日程：9:15 開会式  
 9:45 試合開始  
 各種別終了次第表彰  
 17:00 終了



問合せ先

文化スポーツ課  
 ☎0265-70-6601



(8月11日) 箕輪進修高校で地元の中高生の選手らとの練習の様子

より若く経験値という面では差があるので、若さの勢いを活かしたり、他の選手とコミュニケーションをとる中で経験値を吸収していきたいと思っています。

オリンピックは、出場することが目標ではなく、オリンピックの個人で金メダルを獲得することが目標です。銅でも銀でもなく金メダルを取りたいという思いが強いです。

#### 西藤選手が思うフェンシングの魅力は？

町の皆さんがフェンシングを見られるときは、何が行われているか分からないということもあると思いますが、独特の剣と剣が当たる音だったり、足さばき、スピード感といった部分は楽しんでもらえると思います。私個人としては、人と対峙して戦うところに面白さを感じま

すし、フェンシングは「戦うチェス」と言われるくらい、頭をとっても使って駆け引きが行われるところがフェンシングの一番の魅力だと思います。また、個性がとも出る競技なので、誰にでも勝てるチャンスがあるし、その分正解がなく、正解がないところにみんなが正解を考えていくところにも魅力を感じます。

#### 町の皆さんにも一言お願いします

箕輪町には特にフェンシングに力を入れていただいていますので、私にとっても町出身という誇りがあります。私がオリンピックで金メダルを獲得することでフェンシングだけでなく、箕輪町を盛り上げていけると思うので、ぜひ応援をよろしくお願いいたします。

2019 みのわ

# こどもフェスタ

「おもしろい!」「たのしい!」「すき!」と感じられる講座が盛りだくさん。ご家族そろってお出掛けください。



**場所** 箕輪町文化センター／地域交流センターみのわ

**日時** 10月13日(日)  
午前9時30分～午後2時  
※もみじちゃんスタンプラリー対象



**料金** 入場無料

※一部有料の講座があります。

参加者に限りがある講座もありますのでご了承ください。

- ★こどもフリーマーケット
- ★スラックライン
- ★消防車・救急車見学&写真撮影会
- ★おひるねアート
- ★ヘアアレンジ&セルフ前髪カット
- ★フェンシング体験会・フェンシング弁試食会 (300食) など



昨年の様子



こどもフェスタ  
ホームページ



申し込み用は  
こちら

みのわこどもフェスタ実行委員会 (小池)

☎090-5805-3189

## 難病患者福祉金の支給

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。

### ●支給対象

**令和元年10月1日**現在、箕輪町に引き続き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。

●支給額 **年額 25,000円**

●申請期限 **令和元年11月15日(金)**

※昨年度対象となっていた方には**9月下旬～10月上旬**に通知をお送りしますので、必要書類を揃えて、申請をお願いします。

※また、新たに対象となった方は役場窓口にて申請が必要となります。

福祉課 障がい者福祉係 ☎79-3111 (内線129)

## 箕輪進修高校「インターンシップ」

箕輪進修高校の2年生が夏休みを利用して、上伊那地域の事業所などでインターンシップを行いました。

役場企画振興課みのわの魅力発信室に

は、8月6～7日の2日間に工学科I部の中村健人さんが訪れ、町広報番組「もみじチャンネル」の取材・収録や広報紙の取材など、町の情報発信について学びました。

中村さんは「町からの情報がどのように発信されているか体験を通じて知ることができ、家に届く広報紙や番組に親近感が湧きました。どの仕事も簡単なことはないと思うので大変そうだと感じましたが、このような体験は新鮮で、楽しく体験することができました。進路選択の1つにしたいと思います」と話してくれました。



企画振興課 みのわの魅力発信室  
☎79-3111 (内線236)

# みどりの資源リサイクルステーションからのお知らせ

みどりの資源リサイクルステーションは、家庭から出た剪定枝や伐採木を資源として活用するための資源循環拠点施設として、開始から2年が経ちます。

剪定枝はチップにして、伐採木は薪として利用する方にお譲りしています。また、資源物回収も行っています。各種に持ち込み時のルールがありますが、対象外の持ち込みがみられます。もう一度持ち込み時のルール確認をお願いします。

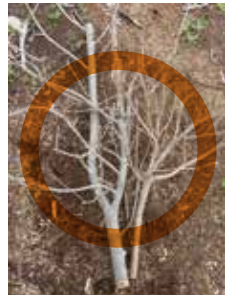
## 剪定枝・伐採木等の持ち込み時のルールについて

### 【剪定枝・伐採木の対象となるもの】

- 庭木等剪定した木・枝
- 個人対応の間伐材・支障木

#### 《剪定枝の搬入時の注意点》

- 長さ30cm以上、1m80cm以内、直径5cm以内
- 葉や果樹も含め実の付いているものは取り除く（栗、クルミ、ブルーベリー等）。
- ひも等で束ねない。



枝・木

#### 《伐採木の搬入時の注意点》

- 長さ90cm以内、直径40cm以内
- 剪定枝・伐採木以外の物を混入させない（金属、プラスチック、生ごみ等）。
- 根部は対象外とします。

### 【剪定枝・伐採木の対象外のもの】

- ✕径1cm未満の枝に葉が多く付いているもの・長さ30cm以下の物（投入時危険なため）
- ✕トゲのあるもの（カラタチ、山椒、アカシア、ピラカンサ、薔薇、タラの木等）
- ✕根
- ✕竹・笹
- ✕花及び野菜の茎（ひまわり、アジサイ等）
- ✕つるの部分（フジヅル、キウイ、ブドウ等）
- ✕病気を持った木、果樹
- ✕建築関係の廃材
- ✕業者によって伐採された木・剪定木、枝等
- ✕葉、草



葉がついている枝



根



竹・笹



## かん・びん・ペットボトル・古紙・衣類の資源回収も行っています

みどりの資源リサイクルステーションでは資源物をいつでも受け入れしています。月に1度の資源物回収日に出すのを忘れてしまった時にご活用ください。

### ～注意～

- ごみステーション同様のルールを守って出してください。
- 施設は箕輪町にお住まいの方が利用できます。
- 規格外の物はお持ち帰りいただく場合があります。

# 野生鳥獣被害を地域ぐるみで防ぎましょう！

上伊那地域における平成30年度の野生鳥獣被害額は6千万円余りとなりました。地域の皆様のご尽力、猟友会等関係機関の連携により上伊那地域の被害減少率は県下でトップとなっていますが、引き続き野生鳥獣被害対策に取り組んでいく必要があります。

具体的な対策として、

- ① 農作物を守る防護柵や電気柵を用いての **【侵入防止】**
- ② 誘引物の除去や緩衝帯を設ける **【土地の適正管理】**
- ③ 狩猟免許を所持し市町村長から有害鳥獣捕獲員として要請を受けた者による加害鳥獣の **【捕獲】**

を同時に継続して取り組むことが大切です。

これらの対策のうち、住民の皆様には次のような「土地の適正管理」により野生鳥獣が出没しにくい環境づくりをお願いします。

- 地域の草刈りを行い、「野生鳥獣が隠れられない」、「人が居るのが見える」状態にする。
- 収穫されない柿や栗などの果樹は、できるだけ伐採・採取する。
- 廃果・残飯などは野生鳥獣の餌とならないよう堆肥化する、土中に埋める、ごみ収集日に出すなど適切に処理する。
- お墓のお供え物は、お参りが終わったら持ち帰る。
- 稲刈り後の落ち穂・ひこばえは放置せず秋起こしをする。 など

一人ひとりが力を合わせ、地域ぐるみで日常的に対策をとり野生鳥獣の出没しにくい地域にしましょう。



◀ 廃果や残飯は野生鳥獣にとってご馳走になります。

産業振興課 農業振興係

☎ 79-3111 (内線 164・167・168)

## 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。

### ■ 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、補助制度がありますので、お気軽に事務局までお問い合わせください。 ※補助には条件があります

### 浄化槽は維持管理が大切です

浄化槽の維持管理は、保守点検、清掃、法定検査に分かれますが、浄化槽法でそれぞれ定期的を実施することが義務づけられています。



### ■ 保守点検は登録業者、清掃は許可業者に

浄化槽の保守点検は、機械の点検・補修や消毒剤の補給などを行います。浄化槽保守点検業者の登録制度が実施されていますので、県知事の登録を受けた保守点検業者に依頼してください。

また、浄化槽内に溜まった汚泥などを抜き取る作業を清掃といいます。これは町長の許可を受けた浄化槽清掃業者が行うことになっていますので、許可業者に依頼してください。

### ■ 指定検査機関の法定検査を受けてください

浄化槽の使用開始後3か月を経過した日から5か月の間と、その後は1年に1回、県知事が指定した検査機関である（公社）長野県浄化槽協会の実施する法定検査を受けなければならないことが、浄化槽法で義務づけられています。義務が遵守されていないときは、県知事から指導・助言、勧告、命令がなされ、命令に従わなければ過料が課せられます。

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 182)



## 令和元年度 償却資産実地調査の実施

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

令和元年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。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。

## 家屋を取り壊していませんか？

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。

家屋を取り壊した場合は、登記されている家屋は法務局へ滅失の登記を、未登記の家屋は賦課期日までに町へ『家屋滅失申告書』を提出してください。家屋を取り壊すと、翌年度からは課税されません。しかし、法務局で滅失登記の手続きをしなかったり、取り壊しても町への届け出がなかったりすると、取り壊したことが分からず課税される原因になります。



ながの電子申請からも滅失の申告ができます。ご利用ください。

### ●申告時に必要なもの

#### 印鑑

#### 申告用紙（箕輪町HPからもダウンロードできます）

※法務局で滅失の登記をした家屋については、法務局から役場に通知が送られてきますので、町への申告は必要ありません。ただし、何らかの理由で、滅失の登記がその年の12月末日までにできない場合には、家屋滅失申告書の提出が必要です。

※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。

税務課 資産税係

☎79-3111（内線146）

## 国民健康保険被保険者証のお知らせ

### 10月1日からご使用いただく国民健康保険被保険者証を世帯ごと配達します

- 一般被保険者証は藤色、退職被保険者証は黄色となります。新しい被保険者証がお手元に届きましたら、紛失・破損等しないよう、大切にしてください。
- **今回お送りした新しい被保険者証から、証の有効期限が7月31日に変わりました。**（変更理由は次をご覧ください）
- 令和2年8月以降、被保険者証と高齢受給者証が一体となり、1枚の証（被保険者証兼高齢受給者証）で医療機関を受診できるようになります。
- 70歳以上の方に交付される被保険者証兼高齢受給者証は、前年度の所得に基づいて毎年8月1日に更新します。それに併せて、70歳未満の方を含むすべての



被保険者の方の被保険者証の一斉更新も8月1日に変更になります（これまでは毎年10月1日）。

年度	更新日	有効期間	有効期限
R元年度	10月1日	10か月	R2年7月31日
R2年度～	8月1日	1年間	翌年7月31日

### 〈70歳以上の方はご注意ください!〉

- 被保険者証兼高齢受給者証になるのは、令和2年8月からです。
- 令和2年7月までは被保険者証と高齢受給者証の両方を医療機関等に持参してください。

健康推進課 国保医療係

☎79-3111（内線134・137）

水	木	金	土
	3 健 離乳食教室① (H31.4月生)	4 健 10か月児相談 (H30.12月生)	5 伊那建運(株) 水道 ☎70-9396
	10 健 2歳児健診 (H29.7月生) 子 すくすく子育てイベント 「伝承あそび」	11 子 上手なほめ方叱り方講座① (いろはぼけっと) 子 みんなでふれ愛あそび (なごみ〜な)	12 浅川建設工業(株) 水道 ☎79-2218
	17 ハニートーストの日 (みのわ〜れ) 健 1歳6か月児健診 (H30.3月生)	18 子 上手なほめ方叱り方講座② (いろはぼけっと)	19 子 子育て用品リユース会 赤羽設備(株) 水道 ☎79-6990
	24 みのわ〜れ休館日 健 7か月児相談 (H31.3月生) 子 みんなでふれ愛あそび (いろはぼけっと)	25	26 新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130
	31 10月分の税金・料金の振替日	1	2

情報

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6日・13日・14日・20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

※都合により  
 当番医、当番店が  
 変更になることが  
 あります。

28日

休日緊急当番医

箕 = 箕輪町    伊 = 伊那市    南 = 南箕輪村    辰 = 辰野町

8:00~9:30
缶・びん・ペット ボトル・廃食用油
20日
27日
6日
20日
20日

伊 中畑内科消化器科クリニック(内・消) ☎77-3711 6日 伊 北原眼科医院(眼) ☎76-9999 辰 古村医院(内) ☎(0266)41-0013	箕 箕輪ひまわりクリニック(内・小) ☎98-7206 13日 伊 田畑内科医院(内) ☎78-6668 伊 新井耳鼻咽喉科医院(耳) ☎77-0033	伊 神山内科医院(内) ☎78-5151 14日 伊 下島医院(内) ☎72-2204 南 堀田内科クリニック(内) ☎72-3980
箕 福島医院(内) ☎79-2071 20日 伊 原内科消化器科医院(内・消) ☎77-0177 伊 清水耳鼻咽喉科医院(耳) ☎72-3775	伊 たかはし医院(内・小・消) ☎71-5121 22日 伊 前沢眼科医院(眼) ☎76-0600 伊 美和診療所(外・内) ☎98-2017 辰 上島医院(内・外) ☎(0266)41-0143	箕 しろぎ内科クリニック(内) ☎98-5030 27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

日	月	火	水
29	30	1 ♥ こんにちは赤ちゃん教室① (出産予定: R2.1~3月) ♥ 4か月児健診 (R元.6月生) 相 助産師相談・健康相談 (要予約)	2
6 箕輪建設工業(株) ☎79-2035 水道	7	8 ♥ 3歳児健診 (H28.9月生) 子 ペアレントトレーニング①	9
13 子 こどもフェスタ (株)コマツ 水道 ☎79-2568	14 体育の日 (株)マツシマ 水道 ☎79-2115	15	16 ♥ 離乳食教室
20 (株)カスガ 水道 ☎79-3382	21 ♥ こんにちは赤ちゃん教室② (出産予定: R2.1~3月) 相 助産師相談・健康相談 (要予約) 子 ペアレントトレーニング②	22 即位礼正殿の儀 (有)小島管工設備 水道 ☎79-4886	23 相 こころ 相 ちびっこ相談
27 伊那建運(株) 水道 ☎70-9396	28 相 ちびっこ相談 (心理・要予約)	29 ♥ 1歳児健診 (H30.10月生) 相 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へ) 相 精神障がい者家族会	30 相 ちびっこ相談

各種相談窓口	
<b>心配ごと相談</b> 要予約	10月1日(火)・10月15日(火) 13:30~16:00 みのわふれ愛センター 社会福祉協議会 ☎79-4180
<b>交通事故相談</b> 要予約	10月3日(木)・10月17日(木) 10:00~15:00 伊那合同庁舎2階 交通事故相談室 ☎76-6803 (上伊那地域振興局総務管理課)
<b>行政相談</b>	10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)
<b>税金無料相談</b> 要予約	10月2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

クリーンセンター八乙女 ☎79-8773	
受入時間	月~金曜日 8:30~15:30 土・日・祝日はお休みです
日曜受入日	10月6日・20日 8:30~15:30 一般家庭のみ受け入れます

みのちゃんバス運休	
南東コース①、北西コース①、	
7日・9日・21日	

ごみ・資源物 収集日	当日の8:00までに					
	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
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	17日・28日	16日	16日	24日
松島	火・金	10日	3日・17日	23日	16日	24日
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	17日	10日・24日	2日	16日	24日
木下・三日町・福与	火・金	24日	7日・23日	9日	16日	24日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	3日	17日・28日	16日	16日	24日



## 安全安心パトロール隊が始動します！

箕輪町では、「事故などによるケガは、偶然の結果ではなく、予防できる」という考えのもと、地域、行政、学校、家庭、警察などのすべての関係者が連携・協働して取り組むセーフコミュニティ活動を通じて、安全・安心に暮らすことができるまちづくりを進めています。セーフコミュニティの取り組み前後で比較すると、交通事故や子どもと高齢者のけがは減少傾向にあり、体感治安も上昇傾向です。一方で、町内でも不審者の声かけ事案などは年に数件発生していて、全国で子どもが犠牲となる事件・事故が続いていることから、不安を感じている方も少なくないのではないのでしょうか。

そこで、これまでのセーフコミュニティの取り組みに加え、町民の皆様が目に見える形で更なる安全・安心を提供するべく、新たに『箕輪町安全安心パトロール隊』による巡回パトロールを開始します。安全安心パトロールは、地域を巡回パトロールすることで、事件や事故が起こらない、また、起こさせない地域社会づくりを目指し、10月からの活動開始を予定しています。

### ○活動体制

隊員2人（警察官OB）が青色回転灯、スピーカー付きの専用パトロール車で町内を巡回します。

### ○活動重点

- ① 防犯対策（地域ぐるみの防犯抑止対策活動）
- ② 交通安全対策活動
- ③ 地震及び各種災害に対する被害状況の調査、避難勧告等の広報及び救助 など

### ○主な活動内容

- ・ 車載マイク、防犯・交通安全啓発テープによる広報啓発活動の推進
- ・ 学校周辺及び通学路における児童生徒への声かけ・見守り活動の推進
- ・ 公園や駅などの、公共施設の安全利用の確保 など



箕輪町安全安心パトロール車

町民の皆様には、セーフコミュニティをベースとした安全・安心のまちづくりにこれまでと変わらぬご理解とご協力をお願いするとともに、新たに始動する安全安心パトロール隊への応援をお願いします。

## ご存知ですか？貸出用反射タスキ

### まずは身に着ける習慣を

町では、各区の公民館や役場などに貸し出し用の夜光反射タスキ（右写真）を用意しています。いつでもどなたでも自由にお使いいただけます。許可を得る必要はありません。日が短くなり、夕方から夜間に掛けて歩行者の事故が増える時期ですので、積極的にご活用ください。

### 貸し出し場所

- ・ 各区公民館
- ・ 箕輪町役場
- ・ 町文化センター
- ・ 町地域交流センター



# みのわまち meets 協力隊

今月は  
ルーカス尚美隊員

ゲストハウスの  
オープンに向けて!



協力隊Facebook

地域おこし協力隊も3年目、もう残すところ5カ月となりました。

2017年に箕輪町の空き家バンクの情報から、私達の理想にぴったりの物件をみつけて購入し、休日を利用しコッポツとリノベーションしました。(以前みのわの実でも特集していただきましたね!)

今年に入って、本格的に起業に向けて活動をさせてもらっています。

消防の設備から始めて、飲食店許可の申請等やることは山積みです。

ようやく、起業の準備が整ったので、これから週末を利用しての営業や外国人観光客を中心に、箕輪町に泊まってみたい方ならどなたでも受け入れて町の良さをアピールしたいと思っています。

長野県の普段の暮らしを体験したり、地元の方と触れ合ったりがとても

良い思い出となり、愛着となり、何度も訪れてくれ、ここで暮らしたいな!と思う人も増えたら嬉しいです。  
これから、町でできる「日本の体験」を見つけていきたいので、町民の皆さまのご協力どうぞよろしくお願いします。



自分たちでリノベーションをした和室のゲストルーム(客室)など、オープンに向けて準備を進めています



オーストリアの友人と南小河内のおさんやりに浴衣を着て参加しました!

## 文芸 コーナー

### みのわ俳句会

夏蝶の 居る窓よけて殺虫剤 増澤 澄子  
送り火の 消え彼方より佐渡おけさ 岡 久幸  
男爵てふ 明治生まれの芋を掘る 小池 純夫  
切株に 盛りを偲ぶ木槿かな 矢島 正男  
幾百の 花花花の白木槿 矢島 美穂

### 箕輪町短歌教室

キウイさえベジタリアンは丸かじり 大槻 優  
どう甘いのか酸っぱいのかと 岡 富貴子  
帰り来て味見と言いつ息子らよ 丸山 春江  
今は孫が同じ仕事す 丸山 春江  
返り咲くキリシマツツジの優しさよ 原 多嘉枝  
葉群に朱の朝光冴ゆる 原 多嘉枝  
巡り来し十三回忌の夫の塔婆 井澤 通治  
抱きて来し方つくづく想う 井澤 通治  
真夏日の日中野良は厳しかり 井澤 通治  
八十仲間カラオケボックス 井澤 通治

## つくね焼き

切り干し大根の煮物・つくね焼き・牛乳  
ごはん・さつま汁



## 箕輪中学校 おすすめ給食レシピ

### 【材料】5人分

鶏ひき肉……………300g  
玉ねぎ……………140g  
片栗粉……………大さじ1/2  
醤油……………大さじ1  
塩……………1つまみ  
酒……………大さじ1/2  
パン粉……………大さじ2  
青じそ……………5枚  
ごま……………大さじ1  
油……………適量

### 【作り方】

①玉ねぎと青じそは洗って、みじん切りにしておく。  
②ボールに鶏ひき肉、醤油・塩・酒・パン粉を入れて練る。  
③玉ねぎに片栗粉をまぶして、②に加えて練る。  
④青じそとごまを加えて練る。  
⑤5等分に分けて、形を整える。  
⑥加熱したフライパンに油を薄くひき、⑤を入れて焼く。

### クッキングポイント

\*水を大さじ2杯ほど加えてふたをして蒸し焼きにするとふっくらと焼くことができます。油が多いと水がはねて危険です。水を入れるときは注意してください。  
\*給食では、スチームのでるオープンで、190℃で15分焼いています。  
\*ごまの風味と青じその香りで、食欲がぐあいます。



町内の全分館での実施となって2年目となる夏休み寺子屋教室！子どもたちを地域の大人が関わって育む場として定着してきました。

それぞれ地区ごとの内容も様々で、その地域の持ち味や人材力を生かしながら、子どもたちの夏休みが充実したものとなるよう取り組んでいます。

また、寺子屋教室は子どもと大人の触れ合いとともに、地域の子ども同士の交流の機会にもなっています。

## 地域の子ども交流のひとつのかたち

### 夏休み寺子屋教室 —スタディーサポート事業—



学習後は縦割り班対抗でゲームを楽しみました。同じ地域の子どものつながりも深まります。(上古田)

福祉体験として、地域にある施設のお年寄りとの交流も行いました。お年寄りとの風船あそびや昼食の流しそうめんが思い出になりました。(三日町)



#### 子どもたちの感想

- おばあさんたちと遊べて楽しかった。来年もぜひやってほしいです。
- 家でやるよりも、友だちと勉強するので集中できました。

#### 保護者の皆さんの声

- 夏休みにお友達に会えるのがとても嬉しかったようです。他の学年の子に勉強を教えたり、普段できないような経験もできて楽しかったそうです。

## 「おらほの子どもたちはみんなで面倒みるさあ！」 (～小坊主体験～)



沢地区では、3日間の寺子屋教室の中の1日で、お寺での小坊主体験(8月9日)を行いました。この日は、地域のボランティアが独自に企画、運営を行い、学習はもちろん、座禅や昔の遊び、調理活動など多様な活動を大人と一緒に楽しむ一日になりました。

地域の力で地域の子どもを育む「寺子屋教室」のあり方として参考になる地区の取り組みでした。

保育園  
だより



長田保育園

みのわっ子チャレンジ事業  
どろんこあそびって  
楽しいな!



長田保育園は、子どもたちが笑顔いっぱい夢中になって遊べる環境作りを行い、豊かな発想からあそびを広げていくことを目標の1つに保育に取り組んでいます。



- ①園庭全体を使ったどろんこあそびは、とても楽しかったです!
- ②どろだんご作りに挑戦! 「どう、僕の作った野球ボール」「僕はソフトボールだよ」
- ③④うさぎ組の子どもはまつぼっくりを転がして遊びました。水も流しましたよ。

今年「体を使ってダイナミックにあそぼう!」というテーマで、園庭でトヨをつなげて水、川、泥あそびを思いっきり楽しみました。葉っぱや木の実を流してみたり、園庭に川や水たまりを作ったり、子どもたちの遊びはどんどん広がりました。好奇心や、想像力が刺激されるどろんこあそびは、素晴らしいですね。

10月の主な行事

- 秋の遠足
- 1日 上古田
  - 3日 木下南・長田
  - 4日 松島
  - 8日 沢
  - 10日 木下北・三日町
  - 24日 東みのわ



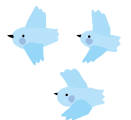
子育て支援サイト  
「いいね!みのわっ子」

小・中学校  
だより



箕輪東小学校

興味・関心のある事に夢中に!  
「クラブ活動」



6月に「クラブはじめの会」を行い、今年度の箕輪東小学校のクラブ活動がスタートしています。6月〜11月までの期間で、計8回を予定しています。高学年の子ども達が、スポーツ、イラスト、自然観察、わくわく道具、囲碁・将棋、手話、茶道、太鼓の8つのクラブに分かれ、それぞれの活動を楽しんでいきます。地域からは、8名のボランティアの方が外部講師として子ども達を支えてくださっています。自分の興味関心のある事に夢中になって取り組むことで心を豊かにし、地域の皆様に支えられながら、体験をとおして、ふるさとへの愛着も深めていくことでしよう。



- ①「クラブはじめの会」8名の講師の先生方、よろしくお願ひします!
- ②「茶道クラブ」ふくささばきを教えていただいています。
- ③「自然観察クラブ」釣りのしかけ作りに挑戦!



10月の主な行事

- |         |            |
|---------|------------|
| 参観日     | 音楽会        |
| 5日 南小   | 18日 北小     |
| 17日 中学校 | 25日 東小・中部小 |
| マラソン大会  |            |
| 24日 南小  |            |

お知らせ

秋の行政相談週間

10月7日から13日は秋の行政相談週間です。

『行政相談』では、住民の皆さんから寄せられた役所の仕事に関する苦情や意見、要望を受け付け、公平・中立の立場から苦情の解決を図ったり、行政運営の改善に活かしたりしています。

【伊那一日合同行政相談所】

不動産の登記、年金、道路や農地など役所の仕事についての相談、また民事のお困りごとについて弁護士などの専門家への相談ができる一日合同行政相談所を開催します。

日時 10月10日(木)

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

その他 相談は無料で、秘密は守られます。事前の予約は不要です。なお、混雑状況により、受付を早めにごめ切らせていただく場合があります。

問 総務省長野行政監視

行政相談センター

☎026-235-1100

令和2年度  
保育園入園説明会

令和2年4月、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。

日程

10月20日(日)

受付開始 午前9時30分～

説明会 午前10時～

10月21日(月)

受付開始 午後2時30分～

説明会 午後3時～

※都合のよい日にご出席ください。説明会は、1時間程度を予定しています。

場所 松島保育園(託児有)

その他

・会場の都合上、各家庭1人の出席としてください。

・当日は説明会のみです。申込受付は別にお知らせします。

・当日来られない方は、10月22日以降に子ども未来課で説明を受けられます。

問 子ども未来課 子育て支援係

(内線125・163)



国民健康保険税・医療機関での窓口負担の減免制度

病気・失業・倒産などで急に収入が減ってしまった場合や、災害で大きな損害を受けた場合など、国保税や医療機関での窓口負担分を支払うことが難しくなった場合、要件を満たすと減免することができます。

主な要件 災害等による財産

の重大な損失、干ばつや冷害等による農作物の不作、病気・失業等による収入の激減、その他町長が認める場合など。お困りの場合はご相談ください。

問 健康推進課 国保医療係

(内線137)

上伊那医師会附属  
准看護学院生徒募集

募集人員 40人

修学年限 2年

願書受付 10月1日(火)～

31日(木)

受験料 1万円

入学試験日 11月9日(土)

試験科目 国語・数学・面接(該当者)

資料請求方法 住所・氏名・連絡先を明記して、92円切

手(10月1日以降は94円切手)を同封し、郵便で請求していただくか、直接学院までお越しください。

問 上伊那医師会附属准看護学院

☎72-2856

長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください

手(10月1日以降は94円切手)を同封し、郵便で請求していただくか、直接学院までお越しください。

問 上伊那医師会附属准看護学院

☎72-2856

上伊那地区障がい者  
就職・雇用相談会

ハローワーク伊那では、障がいをお持ちで就職活動中の方を対象とした「就職・雇用相談会」を下記により開催します。

日時 10月24日(木)

午後1時30分～4時

(受付：午後12時30分～)

場所 伊那市生涯学習センター

1 (いなっせ) 6階

ニシザワいなっせホール

(伊那市荒井350001)

内容 障がい者雇用を予定する事業所の採用担当者との個別面接・相談(平成30年度参加事業所21社)

参加費 無料(入退場は自由)

問 ハローワーク伊那

職業相談部門 ☎73-8609

イベント・催し物

読育ボランティア養成実践講座  
朗読講座

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9日(水)  
午後1時～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  
(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

**受講料** 無料

**定員** 30人(定員になり次第締め切り)

**参加方法** 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25日(水)～10月2日(水) 午前10時～午後6時(月曜日休館)

**お庭でおはなし会**  
図書館南庭の整備完了を記念し、野外での楽しいおはなし会を行います。

**日時** 10月20日(日)  
午前10時30分～11時30分

**会場** 町図書館 南庭  
(雨天時：なごみくすな)

**演者** 荒木 文子氏  
(紙芝居作家)

**参加料** 無料

**参加方法** 事前申し込み不要です。時間までにお集まりください。

**岡町図書館** ☎79-6950

**民俗講座**  
収蔵庫にある民具を見学しよう!

**日時** 10月5日(土)  
午前9時～正午

**場所** 長岡資料収蔵施設  
(旧長岡保育園)

**内容** 普段は見ることが出来ない、収蔵庫に保管されている民俗資料の公開・見学と、寄贈書籍の公開・閲覧を行います。9時・10時・11時からは、職員が簡単な解説を行います。

**対象** 一般(どなたでも)  
その他 参加は無料です。お気軽にお越しください。

**令和元年度特別展**  
知ろう! 箕輪町の文化財

**会期** 10月26日(土)～11月17日(日)

**場所** 町郷土博物館

**内容** 箕輪町内の史跡や文化財について地域ごとに紹介します。また、昨年度新たに指定された貴重な文化財を展示・紹介します。

**入館料** 無料

**入館日** 月曜日。ただし、11月4日(月)は町民文化祭開催のため開館し、翌5日(火)休館します。

**関連行事**  
① 展示解説  
11月3日(日・祝)  
午前10時～11時  
郷土博物館

② 身近な文化財めぐり  
11月10日(日)  
午前10時～正午  
午前10時 博物館前集合

**岡町郷土博物館** ☎79-4860

**長野県看護協会伊那支部 市民公開講座**

長野県看護協会伊那支部では、「認知症」の学習の機会としてドキュメンタリー映画『徘徊ママリン87歳の夏』を上映、認知症家族の会の方のお話や認知症認定看護師による相談会を開催します。興味のある方ぜひご参加ください。

**日時** 10月26日(土)  
午後1時15分～3時  
(受付：午後12時45分)

**場所** 伊那中央病院 講堂

**参加費** 無料


**申込み** 申し込み不要です。当日にご参加ください。

**岡公益社団法人**  
長野県看護協会 事業部  
☎0263-35-0421

司書さんお薦め **新着図書**の紹介 10月1日からの貸し出しです。 岡町図書館 ☎79-6950


**『へぼ侍』**  
坂上 泉/著 文藝春秋

周囲から「へぼ侍」と揶揄されていた鎌一郎は、西南戦争に「壮兵」として徴募され、参加する。そこはひと癖もふた癖もある厄介者ばかりの部隊だった一。




**『ぼくたちは卵のなかにいた』**  
石井 睦美/著 アン マサコ/絵 小学館

13歳の誕生日に卵の世界を出て行くか行かないか、自分で決断しなくてはならない。卵から出た世界で少年を待っているのは…。自分を探す旅を描いた物語。



**『ちいさいいえでのものがたり おかあさん!』**  
塚本 やすし/文・絵 富山房インターナショナル

野菜いっぱいのカレーライスを、野菜だけ残してお母さんに叱られた男の子。泣き出した男の子は、家を出して近くの公園を走りますが、転んでしまい…。



**今月の予定** 5日(土) ドリーム号地区巡回、12日(土) おはなしこんにちは、17日(木) おはなしくまさん、31日(木) 閉館作業日



## 岡谷酸素リフォーム

岡谷酸素は身近な暮らしのパートナー  
水まわりのリフォームもおまかせ下さい!





**灯油の配送 承ります!**

定期配送も可能です。



**岡谷酸素株式会社 伊那営業所 上伊那郡箕輪町福与1036 TEL : 0265-79-8700**
<http://www.okayasanso.co.jp/>

# 令和元年度 箕輪町成人式

令和元年8月15日(木)  
箕輪町文化センターホール

平成10年度生まれの方の成人式が盛大に開催されました。今年の成人対象者は昨年より5人多い287人で、当日は男性120人、女性85人の205人が出席。新成人としての自覚を胸に、恩師や同級生との再会を楽しんでいる様子でした。

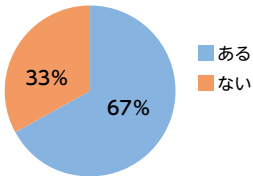


## ★ 新成人の今! ★

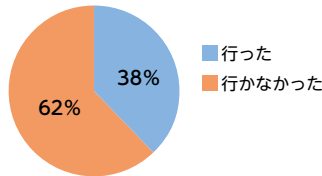
新成人の皆さんに会場でアンケートを実施しました。結果をお知らせします。

### 令和元年 成人式明るい選挙アンケート結果 (回答者 76人)

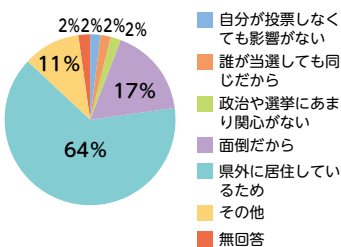
問1 政治や選挙に関心がありますか？



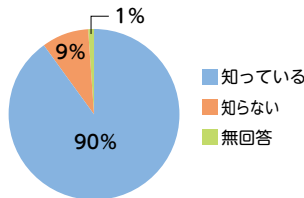
問2 令和元年7月21日執行参議院議員通常選挙の投票へ行きましたか？



問3 問2で「投票に行かなかった」と答えた方にお聞きします。投票に行かなかった理由は何ですか？(最も近いもの1つのみ)



問4 「期日前投票」の制度を知っていますか？

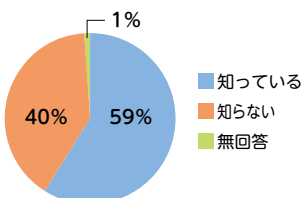


問6 どうしたら若い人たちの投票率が上がると思いますか？

- ・周りの人が声をかけるようにする。
- ・不在者投票をもっと簡単にできるようにする。
- ・ネット投票をOKにする！ など

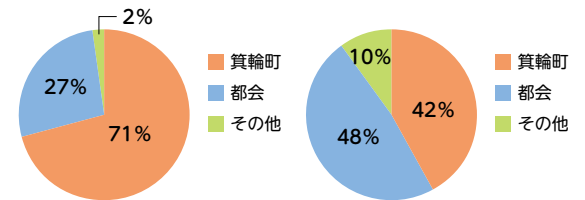
政治や選挙への関心度は約7割と高めですが、実際に投票へ行くとすると約4割に止まっています。投票に行かない理由として、県外に居住しているためという理由が64%と多くを占め、不在者投票制度の周知が投票率の向上につながると思われます。

問5 「不在者投票」の制度を知っていますか？



### 将来の居住に関するアンケート結果 (回答者 96人)

生活したいのは、どっち？ 働きたいのは、どっち？



7割が箕輪での生活を希望しています。

わずかに「都会」が上回りました。

子育てするなら、どっち？



9割以上が箕輪での子育てを希望しています。



8月31日

夏の高原サイクル in 萱野高原



雨上がりの爽やかな風が吹く萱野高原で、今年で2回目を迎えるサイクルイベントが行われ、大人から子どもまで、15名が気持ち良い汗を流しました。登り坂もラクラクの電動自転車（Eバイク）の試乗会もあり、参加者は新たな楽しさを発見していました。

7月19日

介護予防セミナー



町文化センターで介護予防セミナーが開かれました。昨年に次いで2回目となるこのセミナーには、150人余りが参加。作業療法士・安本勝博さんの講演を聞いたり、「いきいき百歳体操」を実践して、地域の自主的な活動による介護予防について学びました。

9月18日

大正大学地域実習



昨年に引き続き、大正大学地域創生学部の1年生7人が、地域実習で箕輪町に滞在しています。40日間の町での生活を通して、地域課題や資源の発掘、その解決策や活用策を研究します。聞き取り調査等で声をかけられた際は、ぜひご協力をお願いします。

8月31日

第22回 日本の太鼓 in みのわ



今年はみのわ太鼓保存会40周年記念公演とし、岡山県出身の和太鼓奏者「山部泰嗣」氏をゲストに迎え、計7団体による演奏が披露されました。迫力ある太鼓の響きに、満員の聴衆が魅了されていました。

生活・防災情報 **無料アプリ** **いほテレデータ** ご活用ください！

生活情報

安心安全

全国の避難場所を網羅

安否登録・確認も可能



伊那谷の  
地球情報を発信！

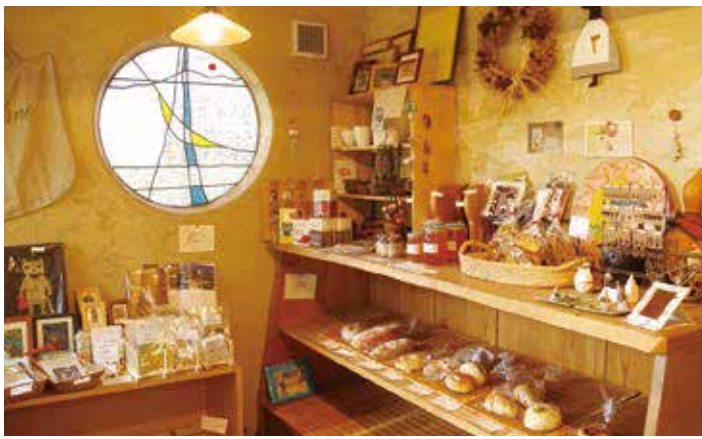
現在地付近の  
避難場所を表示・誘導

ダウンロードはこちら！

android版QR iOS版QR



伊那ケ-アルテレビジョン株式会社



認知症Cafe マッサン  
増沢弘久さんからのご紹介

## 国産小麦の天然酵母ぱん ハルハナ堂

辰野町出身の店主、中山聡さんが脱サラしてパン作りの道に飛び込んでおよそ26年。引き売り(委託や出張販売)と、安曇野市の店舗を経て、2012年に現在の場所に工房・店舗兼住宅を構え、国産小麦と天然酵母にこだわったパンを毎日作り続けています。

# ファン みのわFAN を ご紹介!

No.014

魅力的なお店、町を盛り上げる活動を行っている人など、箕輪町のファンを紹介します。

毎日朝3時半ごろから作業を始めるという中山さん。お店の切り盛りは奥様にまかせ、日中は出張販売や納品で大忙し。夕方には翌日の仕込みをして、20時半までには寝るそうです。

### 材料も地元産にこだわって

小麦粉は国産で、地元産のものを出来るだけ使うようにしています。今の時期は、りんごやぶどう、旬な野菜を使ったピザ、バジルなどのハーブを使ったフランスパンやクロワッサンなど、結構いろいろ食材が手に入りますね。国産の小麦は、外国産の小麦に比べると天然の甘味があるので、あえて生地に砂糖は入れないようになっています。また、生地などに使う塩は天然塩、あんこなどに使う砂糖は素精糖、ドライフルーツもオーガニックのものを使用しています。

店舗のほかにも、地元のスーパーや箕輪町役場、福祉施設等に商品を持って行って販売をしています。今後の夢は、これまで地元農家さんとのつながりが徐々にできていますが、それをもっと広げたいのと、できればすべて地元産の小麦を使いたいということでしょうか。

### 箕輪の風景と人々のあたたかさがいい

私は山登りが好きで、ここからは仙丈ヶ岳や甲斐駒ヶ岳が良く見えますし、天竜川の河岸段丘と山々の風景が結構気に入っています。

また、独立当初に箕輪町役場にも販売に来ていて、その時に役場の方がいろいろ気にかけてくれて、今でも気さくに接していただけるので、そういうところが温かいですね。

**information**

住所: 中箕輪2134-840  
 電話番号: 0265-95-1682  
 営業時間: 10:00~18:00  
 定休日等: 水・木曜日

**map**



国産小麦の天然酵母ぱん



中山 聡さん(店主)

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はなびさビル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**

**無料見学開催中**

**音楽教室**

1歳	10/9(水)	10:00
2歳	10/9(水)	11:00
年少	10/5・12・26(土)	10:45
年中長	10/4・11・18(金)	17:00

**英語教室**

A	B	C
1歳	10/10	10:00
2歳	10/10	11:00
年少	10/10	17:30
年中長	10/3・10	16:30

事前お申込み・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**  
 箕輪教室 箕輪町中箕輪9541-1(役場入り口交差点)  
 平出教室 辰野町1810

※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。