

みのわの実



特集

～健康づくり みのわの輪を 広げよう～ 箕輪町健康づくり推進条例を 制定しました



2020

2

No.598

表紙の写真
楽しく健康づくり!
～町健康づくり事業の様子～

主なトピックス

- 所得税・町県民税申告はお早めに …6・7
- 農ある暮らしを楽しみませんか? ……8
- 子ども通信 ……14・15
- カメラリポート ……19

～健康づくりみのわの輪を 広げよう～ 箕輪町健康づくり推進条例を 制定しました



この条例の特徴は、人を取り巻く社会的なつながりや生活環境の整備を「地域の健康づくり」と定義して、健康づくりを「こころと体の健康づくり」と「地域の健康づくり」の両面から取り組むようにしたことです。

人生100年時代と言われる今、住み慣れた地域で、支え合い、心豊かに健やかに暮らしていくために、こころと体の健康づくりと人と人とのつながりや生きがいづくり、地域づくりに町や関係機関等と共に取り組んでいきましょう。

箕輪町健康づくり推進条例の内容

《こころと体の健康づくり》

- 栄養及び食生活に関すること
- 運動及び身体活動に関すること
- こころの健康に関すること
- 健康診査、各種検診、保健指導等に関すること
- 歯及び口腔に関すること
- 喫煙、飲酒及び薬物に関すること
- 介護予防に関すること
- 睡眠及び余暇等の休養に関すること
- 健康教育に関すること

《地域の健康づくり》

- 食環境、生活環境及び交通環境の整備
- 運動環境の整備
- 地域防犯、防災活動の推進
- 地域福祉活動、ボランティア活動の推進
- 通いの場等の文化活動の推進

《年代別の健康づくり》抜粋

- 幼年期（0歳から5歳）
基本的な生活習慣を確立する
- 少年期（6歳から18歳）
健康に関する知識を習得し、主体的に健康づくりに取り組む
- 青年期・壮年期（19歳から44歳）
自分と家族の健康づくりに取り組む
- 中年期（45歳から64歳）
生活習慣病予防と重症化予防に取り組む
- 前期高齢期（65歳から74歳）
介護予防を意識した食生活及び運動に取り組む
- 後期高齢期（75歳以上）
趣味や社会との交流を深め生活の幅を広げる



「人」と「地域」の健康づくりみのわの輪



教育機関等

- ・保有する資源等の提供に協力
- ・児童、生徒その他教育機関等に通う者に健康教育を实践、健康づくりの推進
- ・健康づくりの取り組みに協力

地域コミュニティ

- ・人と人が支え合い、安全で安心して生き生きと暮らすことができる地域づくり
- ・地域課題の解決
- ・地域を活性化する取り組み

町

- ・健康づくりの推進に関する施策を総合的かつ計画的に実施
- ・健康づくりの取り組みを支援

事業者

- ・従業員の健診、保健指導等の受診を促進
- ・こころと体の健康に配慮した職場環境の整備
- ・健康づくりの取り組みに協力

町民等

- ・健康づくりに関心を持つ
- ・健診を受け、自分の健康状態を知る
- ・個人に合ったこころと体の健康づくりを实践
- ・地域コミュニティ等の活動に参加

関係団体（医療機関等）

- ・保有する資源（人材・施設・設備等）の提供に協力
- ・保健医療福祉サービスを適切に受け取ることができるよう配慮
- ・健康づくりに関する普及啓発
- ・健康づくりの取り組みに協力

協働・連携

～町や関係機関等が協働、連携して町民等の健康づくりを支えます～

ココロ カラダ タノシム ツナガル

MINI ZOOM A

健康づくりシンポジウム

2020.3.1[SUN] 11:00-16:00

箕輪町文化センター・地域交流センター・交流広場

令和2年1月、箕輪町健康づくり推進条例が制定されました。条例と聞くと何やら堅苦しいイメージですが、心配はいりません。楽しいイベント、オイシイ食べ物を通して、条例の内容や健康づくりについて考える1日に。



ココロ × カラダの健康 [13:00-15:30] 箕輪町文化センター

■箕輪町健康づくり推進条例紹介

■シンポジウム

[若い世代から健康づくりに取り組むために]

働いていると職場と家の往復で、ジブンのカラダのことに意識が向かない…このシンポジウムではあなたの暮らしのヒントとなるようなライフスタイルについて、シンポジストの方々と一緒に考えます。



入場無料

箕輪町健康ポイント対象事業
[50ポイント]

■ヘルシートーク・健康落語

立川 らく朝氏 落語家・医学博士

(笑いと健康学会理事・日本ペンクラブ会員)



1954年長野県に生まれる。
1979年杏林大学医学部卒業。慶應義塾大学医学部内科学教室へ入局。主として脂質異常症の臨床と研究に従事。慶應健康相談センター(人間ドック)医長を務める。
2000年内科医をしつつも夢をあきらめきれず、46才にして立川志らく門下に入門、プロの落語家として活動を開始。
2004年立川流家元、立川談志に認められ二つ目昇進。
2015年半年間の立川流真打トライアル優勝を経て、10月1日真打昇進となる。
長年の診療経験と医学の知識を生かし、健康教育と落語をミックスした「ヘルシートーク」、「健康落語」、「落語&一人芝居」という新ジャンルを開拓。
全国での公演に飛び回る毎日。

タノシム × ツナガルエリア

ACTION × オトナも子どももタノシム

箕輪町もホームタウンの仲間入りした松本山雅FCによる全世代参加型イベントや、子供の能力を引き出す多数のコンテンツを提供する(社)日本スポーツサポートベースによる体験プログラムなどを開催予定！
オトナも子どもも楽しめます



松本山雅FC



(社)日本スポーツサポートベース

家族で・仲間で
動ける格好で
お越しください！



CHECK × ジブンのカラダを知る

3Dセンサを活用した歩行姿勢測定システムなど、最新の機器で身体の状態を測定できる体験型コンテンツ

[歩行姿勢測定・血管年齢測定・体成分分析(インボディ) and more...]

ブースの情報はHPで
随時更新します



EAT × オイシイフードブース

地元食材を生かしたカラダに良い食事。
美味しく食べて、農ある暮らしを感じましょう。

[出店店舗はHPで随時更新します]

主催: 箕輪町 お問合せ: 健康推進課 健康づくり支援係 ☎79-3111(内線130) [平日8:30-17:15]

長野県地域元気づくり支援金活用事業

みのわ健康アカデミー

40～74歳の方を対象とした「みのわ健康アカデミー」は、1年間のトレーニングや健康学習等を通して、健康の維持・改善・増進に取り組みます。グループでの取り組みになるので、仲間づくりの場としても活用いただけます。また、コミュニケーションを取ること重要としている点も特徴で、「楽しく・仲良く・温かく」健康づくりに取り組みます。



指しませんか？ 業のご紹介

いくつかの事業をご紹介します。
くりに取り組んでみましょう！



町の健康診断の結果が、肥満で要注意だったのですが、ちょっと痩せなきゃと思いついて参加しました。5月からおよそ半年の間に、体重は3kgに、ウエストは-2cmになりました。私の場合は、1日あたり8,000歩が目標ですが、冬場はこのような施設を有効に利用して、運動不足を解消したいと思います。地域の仲間と一緒に体力作りが出来るのも楽しくていいですね。

参加者の声



ふじさわ つぎお
藤澤 次男さん

おがた はるよ
尾形 春代さん

会社を定年退職したところで、座っての仕事が多かったことと、これからの生活が足腰丈夫であればいいと思つて応募しました。アカデミーでは、ただ歩くだけではなく、栄養面や医者さんのお話を聞くこともあり、勉強になります。毎朝歩くことが習慣になつて、天竜健康ウォークや諏訪湖一周もしました。仲間と歩けたのが楽しかったし、一緒だからこそできたのかなと思います。

16期生の参加申込が始まります！

申込期間：令和2年2月10日（月）～3月31日（火）
申込方法：役場健康推進課窓口、電話、町HPから
次の項目を準備してお申し込みください。

- ・氏名 ・生年月日 ・住所 ・電話番号
- ・希望トレーニング日（月～木から第1、2希望）
- ・現病歴、既往歴

参加資格：町内在住の40～74歳の方（定員56人）

- ①目的を理解し、継続して参加できる方
- ②運動を実施しても健康を害さない方
- ③入学前～卒業後の運動や医療費等のデータ提出にご協力いただける方 等

費用：スポーツ保険料、
ジャージ代等（年間1万円程度）



町HP

※詳しくは、健康推進課へお問い合わせいただくか、町HPをご覧ください。

みのわ健康アカデミーでは、主にげんきセンター（沢）で週1回のトレーニングを行っています。トレーニングでは、ストレッチや筋力

参加者の方からは、「体が軽くなった」「長く歩けるようになった」というお声をいただいています。



健康運動指導士の塚田聡子さんのお話

トレーニング、エアロバイクを使った有酸素運動等を参加者の体力に応じて行っています。1回1～2時間くらいのトレーニングですが、仲間と楽しみながら取り組めるので、運動が長続きしないという方にはぜひ参加していただきたいです。

プロから学べるトレーニングプログラム

著名人の専属トレーナー等を行ってきたトレーナーの指導を受けられるプログラムが、行われています。このプログラムは、平日、仕事で帰りが遅かったり子どもの面倒を見ないといけなかったりと、運動習慣があまりない世代をメインターゲットとし、トレーニング機器が整備されているげんきセンター（沢）で、毎週土曜日に実施されています。



健康な体を目 町の健康事

町で行われている健康事業のうち、ぜひ、参加して楽しく健康づ



プログラムでは、
どんなことが行えますか？
まずは、参加される方の体が
どういった状態なのかカウンセ
リングを行います。参加される
方の目的として、ボディメイク
（体重を落としたい等）、運動不
足の解消、体のどこかが痛いの
で直したいといった3点が多いの
で、これらの目的を聞き取り、参
加者のニーズにあった、ストレッ
チャやトレーニング機器を使用し
てのトレーニング行っています。



小島 満 さん（株式会社 COZY代表）
東京のトレーナー企業に就職後、アメリカ・カナダに渡り、資格、知識、経験を蓄え、帰国後自らの会社を設立。現在は、幼稚園児からプロアスリート、そしてシニア層まで、それぞれにあったスポーツとの関わり方を提案している。

「トレーナーの小嶋満さんにお話を伺いました」

トレーニングをすると

どんな効果が期待されますか？

筋肉が硬くなり、その積み重ねが関節に影響を及ぼし体が痛くなる方が多いです。そのため、トレーニングで筋肉を動かし、柔らかくすることで、ハリや痛みの軽減につながります。また、適度なトレーニングは、血液の循環を良くし、ホルモンの関係で、爽やかな気分になるので、「気持ち良い」と言っている方が多いです。

運動は長続きしないという方も

多いと思いますが…

ご自宅でも運動を続けてくださいます。今ところは、積極的に言っています。私たちがトレーナーは、運動が長続きするための「動機付け」をしてあげることが仕事だと思っています。無理なく続けられるようにと思っています。週1回のプログラムに数週間参加してもらっただけでも、痛みにつながる予防という観点で見れば十分効果があると思います。20〜30代の方も参加されていますが、まだまだ少ないので、ぜひ参加して、少しでも運動習慣を作ってもらえると嬉しいですね。

「参加者の感想」

運動不足の解消と膝や腰の衰え対策に参加していますが、体を動かすことは気持ちいいですし、階段の上り下りが軽くなりました。（3回目の利用の女性）

運動不足だったので参加しましたが、ジムにあるような機械を使っただけのトレーニングもでき、充実した時間を過ごせたと思います。5000円で参加でき、時間も1時間程度だったので気軽だと思いました。（30代男性）

トレーニングプログラムに参加しませんか？

実施日時：毎週土曜日 午前9時～正午
（1時間程度のプログラム）

対象：20歳以上の町民
参加料：1回500円
（事前申込不要）



※詳しくは、町HPをご覧ください。

町HP

所得税・町県民税申告はお早めに

今年も所得の申告時期になりました。

所得の申告は、納税だけでなく、所得証明や年金・諸手当の受給、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料、保育料等の基礎資料となる大切な手続きです。早めに準備して、申告期限内に正しく申告しましょう。

所得の申告は
3月16日(月)
までに

所得税の確定申告・町県民税申告の受付・相談日程表

月 日	受付時間	場 所
令和2年2月17日(月) ～3月16日(月) (土・日・祝日を除く)	午前8時30分～ <u>11時30分まで</u> ※但し、申告内容確認及び申告書作成については午前9時から正午までとなります。午後は予約者のみの受付となります。(予約受付は終了しました)	役場 3階講堂

※混み合うため、お待ちいただくことがありますがお理解をお願いします。

※農業申告等は必ず収支をつけてお持ちください。

※医療費控除を受ける方は領収書をまとめ、必ず計算してお持ちください。

◎町県民税の申告書は郵送でも受け付けますので、税務課あてに送付してください。

所得税の確定申告が必要な方

- ・給与の年末調整をしていない方
- ・事業所得や不動産所得などがある方のうち、所得税納付額がある方
- ・サラリーマンで給与収入金額が2千万円を超える方
- ・2か所以上から給与の支払いを受けている方で、年末調整をされなかった従たる給与の収入金額と、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- ・給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- ・ふるさと納税を6か所以上にされた方

申告により所得税が還付になる方

- ・年途中で退職し、その後就職しなかったため、年末調整を受けていない方
- ・給与所得だけで雑損控除や医療費控除を受ける方
- ・予定納税した税額が、確定申告により算出した税額より多い方
- ・住宅の新築・改築・購入などをした方で、住宅借入金等特別控除を受けようとする方

町県民税（住民税）の申告が必要な方

町県民税は前年の1月1日から12月31日までの所得に対して、1月1日現在の住所地の市町村で課税されます。所得税の確定申告をした方を除き、次の方は町県民税の申告が必要です。

- ・国民健康保険の被保険者
- ・所得のある方で、事業所から給与支払報告書が提出されない方
- ・所得税の確定申告は要しないが、他の所得（農業・不動産等）のある方
- ・他市町村で課税されているが住民登録は箕輪町にある方
- ・昨年箕輪町に転入した方

町県民税申告書を送付しない方

- ・昨年所得が給与所得のみの方
 - ・昨年、確定申告をされた方
 - ・平成13年4月2日以降に生まれた方
 - ・扶養に入っている方
- ※昨年中に仕事や収入の状況が変わった方は、申告が必要になる場合があります。該当する方は税務課までご連絡をお願いします。

◆申告受付・納税相談会場への持ち物◆

- ・町県民税申告書または昨年確定申告された方は税務署より送付されたハガキ
- ・本人確認書類 (右のマイナンバー制度をご確認ください)
- ・決算書 (一般・農業・不動産)
- ・年金や給与等の源泉徴収票等
- ・生命保険料、医療費、地震保険料、寄付金等の領収書または証明書
- ・国民年金保険料等に係る控除証明書
- ・事業主の方は、収入・経費等を確認できるもの
- ・印鑑
- ・所得税が還付になる場合は、本人名義の口座が分かるもの (通帳)
- ・その他所得内容のわかるもの

マイナンバー制度について

確定申告には、本人確認書類の提示が必要です。

本人確認書類の例

- 例1** 個人番号カード
- 例2** 通知カードと運転免許証等の身元確認書類
- 例3** マイナンバー記載の住民票と運転免許証等の身元確認書類

※申告される方全員の本人確認書類が必要です。



☆下記の申告については 箕輪町役場での受付ができません

- 消費税 ●青色申告
- 住宅借入金等特別控除1年目 ●贈与税
- 土地や家屋等譲渡所得 ●株式等譲渡所得
- FX 等

税務署申告会場の「いなっせ」で申告をお願いします。

伊那税務署による申告相談会場開設

- 開設期間 **2月17日(月) から3月16日(月)**
(土・日・祝日は除きます)
- 相談会場 いなっせ (2階展示ギャラリー)
- 受付時間 午前9時～午後4時まで
- 還付申告については**現在伊那税務署**で受付中です。

◆「いなっせ」での申告相談◆

- ※所得税・消費税及び贈与税の申告
- ※住宅借入金控除1年目の方
- ※土地・建物や株式等の譲渡所得のある方

税務署からのお知らせ

医療費控除を適用される方へ

平成29年分の確定申告から、医療費控除は領収書の提出が不要となりました。

なお、領収書提出の代わりに「医療費控除の明細書」(保険組合が発行する医療費通知ではありません)の添付が必要となり、税務署から記入内容の確認を求められる場合がありますので、領収書は5年間保存する必要があります。

- ※1 提出が不要となる領収書には、医療費控除を受けるために必要な医師等が発行した証明書は除

きます。(例：おむつ使用証明書、在宅介護費用証明書など)

- ※2 令和元年(平成31年)分の確定申告までは、従来どおり領収書の添付又は提示によることもできます。

正しい申告と期限内納税を

確定申告をしなければならない方が申告をしなかったり誤った申告をすると、不足税額を納めるだけでなく加算税や延滞金も納めなければなりません。正しい申告と期限内納税をお願いします。

伊那税務署

☎72-2171

税理士による申告無料相談

税理士事務所では、次の方のうち少額な税務相談及び申告書の作成を無料で行います。最寄りの税理士事務所へ事前に電話連絡のうえ、お出かけください。

- (1) 年金を受けている方
- (2) 給与所得者で医療費控除を受けようとする方
- (3) 年途中で退職又は就職した方 など

●相談日 2月5日(水)

●事前連絡の受付時間 午前9時30分～正午まで
午後1時～4時まで

関東信越税理士会 伊那支部

事務局 ☎74-8170 (月～金曜日 午前10時～午後4時まで)

農ある暮らしを楽しみませんか？

町民菜園利用者を募集します！ 自然の中で野菜づくりをしてみませんか？

① 町民菜園

専用の区画で野菜作りを楽しんでみませんか。育てた野菜でお料理すると、おいしさも倍増です。

利用期間 4月から翌年3月

※更新も可能です。

場 所 北原・二本松・原町北部・長田（新設）

料 金 1区画（約100m²） 1,600円/年

② 講座付菜園（長田）

農家から月1回程度の指導を受けながら、自分の区画で野菜を育てます。夏野菜を中心に家庭菜園を始めたい人に。

利用期間 4月から11月

場 所 長田（12区画）

料 金 1区画（約50m²） 4,000円/年

※苗・資材代、講習代等を含みます。

申込期間 2月10日（月）から3月10日（火）まで ※申込者多数の場合は抽選になります。



みそ部の参加者を募集します

毎日の生活に欠かせない「味噌」を材料（大豆）から作ってみませんか。

1年間を通し大豆を育て・収穫し、大釜で煮る味噌を作るまでの全過程を学ぶ講座です。

対 象 5月から翌年3月までの1年間。全7回（土曜日開催予定）に参加できる方

募 集 数 15組（先着順）

料 金 1組あたり 4,000円（お味噌5kgつき）

申込期間 2月10日（月）から3月24日（火）まで



※各事業とも、区画・組に余裕がある場合は期間後も申し込み可能です。



申し込み：産業振興課 未来農戦略係

☎79-3111（内線165）

mail : sangyou@town.minowa.lg.jp

町HPからも申し込みいただけます



国民健康保険・後期高齢者医療制度のお知らせ

町の一人当たりの医療費が年々上昇しています

国民健康保険（以下、国保）の一人当たりの医療費は、平成28年度以降は県平均を上回り、平成30年度は県内の市町村別順位で22番目に高くなっています。

後期高齢者医療制度の一人当たりの医療費も、県平均がほぼ横ばいであるのに対し、国保と同様に平成27年度以降上昇に転じ、平成30年度は、県内の市町村別順位で13番目に高くなりました。

健康診断・がん検診を受けましょう

医療費に占める疾患別の割合は、国保では、糖尿病、肺がん、高血圧症、後期高齢者医療制度では、脳梗塞、不整脈、関節疾患が上位となっています。

肺がんは全国的にこの40年間で死亡者数、死亡率が急激に増加していて、町でも肺がんによる死亡者数が多くなっています。また、脳梗塞、不整脈には、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病が大きく関わっています。

どちらも早期発見が大事です。特定健診・がん健診を積極的に受け、食生活改善と運動習慣を心がけましょう。

ジェネリック医薬品に切り替えませんか？

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、安全性に関する政府の審査に合格した、先発医薬品と同じ効果を持つ薬で、先発医薬品よりも安く購入できます。現在服用されている薬をジェネリック医薬品に変えると、個人負担の削減だけでなく、医療保険（国保・後期高齢者医療制度）にかかる医療費の抑制にもつながります。

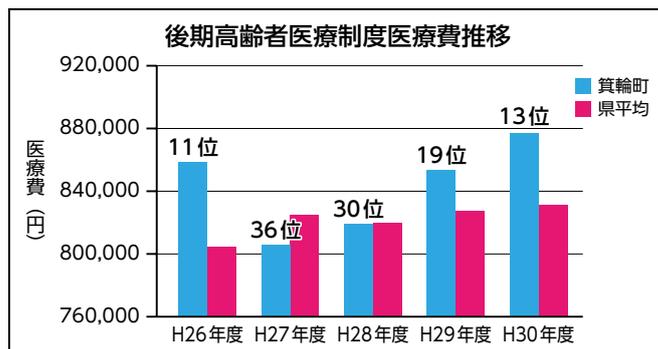
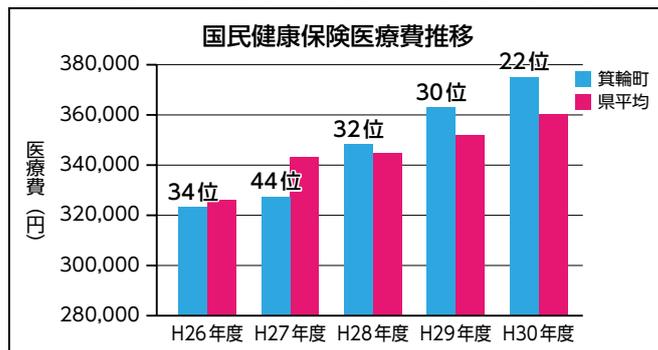
ジェネリック医薬品への切り替えをご検討の場合は、かかりつけの医師や薬剤師に必ず相談しましょう。

医療機関の適正受診にご協力ください

かかりつけ医療機関（医師）・薬局（薬剤師）を持ち、気になることがあったら、まず相談しましょう。

同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。重複する検査や投薬で、かえって体に悪影響を与えてしまう心配があります。

一人当たりの医療費の推移（箕輪町と県平均）



※一人当たり医療費の順位は、県内全77市町村のうち、医療費が高い市町村からの順位です。

平成30年度 箕輪町の医療費に占める上位疾患の割合

国民健康保険			後期高齢者医療制度		
入院+外来 (%)			入院+外来 (%)		
1位	糖尿病	6.2	1位	脳梗塞	5.0
2位	肺がん	5.8	2位	不整脈	4.8
3位	高血圧症	4.3	3位	関節疾患	4.7
4位	関節疾患	3.6	4位	骨折	4.2
5位	慢性腎臓病	3.6	5位	骨粗しょう症	3.8

国保データベースシステムから、全体の医療費（入院+外来）を100%として計算

交通事故などに遭われた場合は届け出を

交通事故やスキー、スノーボードなどの接触事故、他人の飼い犬に咬まれるなど、第三者の行為によってケガや病気になった場合も医療保険（国保・後期高齢者医療制度）で、診療を受けることができます。

この場合は、警察へ届け出るほか、国保医療係へ「第三者の行為による傷病届」の手続きをお願いします。

※先に加害者から治療費を受け取ったり示談を済ませたりすると、医療保険で診療を受けることができなくなることがあります。示談の前には、必ず国保医療係までご相談ください。

水	木	金	土
	30	31 1月分の税金・料金の振替日	1 (有)小島管工設備 水道 ☎79-4886
炎 (心理・要予約)	6 ♥ 離乳食教室① (R元.8月生) 🎵 ベビーマッサージ (いろはぼけっと)	7 ♥ 10か月児相談 (H31.4月生)	8 伊那建運(株) 水道 ☎70-9396
の相談 (要予約) 炎 (心理・要予約)	13 ♥ 1歳6か月児健診 (H30.7月生)	14 🎵 みんなでふれ愛あそび (なごみ～な)	15 (株)コマツ 水道 ☎79-2568
室② (R元.6月生)	20 ♥ 2歳児健診 (H29.11月生)	21	22 赤羽設備(株) 水道 ☎79-6990
炎 (心理・要予約)	27 🎵 みんなでふれ愛あそび (いろはぼけっと)	28 ♥ 7か月児相談 (R元.7月生)	29 🎵 いろはぼけっとまつり 新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130

情報 7日

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 2月2日・9日・11日・16日・23日・24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。

休日緊急当番医

眞=眞輪町 伊=伊那市 南=南眞輪村 辰=辰野町

<p>伊 木村内科医院(内) ☎72-3915</p> <p>伊 兼子整形外科医院(整) ☎72-3737</p> <p>伊 厚生連 みすず診療所(内) ☎71-5556</p> <p>南 ゆりの木クリニック(眼) ☎74-2128</p>	<p>伊 重盛医院(内・小) ☎72-2384</p> <p>伊 春日医院(内) 伊那市中央 ☎72-3803</p> <p>辰 新田内科クリニック(内) ☎(0266)41-5611</p>	<p>伊 樋代内科医院(内) ☎72-2505</p> <p>伊 富士眼科医院(眼) ☎74-7166</p> <p>伊 美和診療所(外・内) ☎98-2017</p> <p>南 市川内科クリニック(内) ☎77-5677</p>
<p>眞 伊北クリニック(整) ☎70-6633</p> <p>伊 くるごうち内科循環器科医院(内・循) ☎77-0582</p> <p>伊 酒井医院(内・婦) ☎72-4835</p>	<p>眞 いくやま医院(内・小) ☎79-1988</p> <p>伊 池上医院(内) ☎72-4060</p> <p>伊 古田産婦人科医院(産) ☎78-8088</p> <p>伊 岩田クリニック(泌) ☎73-1929</p>	<p>伊 中村クリニック(小・外) ☎77-0206</p> <p>伊 百瀬医院(産・婦) ☎72-2016</p> <p>伊 春日医院(内) 高遠町 ☎94-2054</p> <p>辰 古村医院(内) ☎(0266)41-0013</p>

8:00～9:30
缶・びん・ペットボトル・廃食用油
16日
16日
2日
9日
9日

日	月	火	水
26	27	28	29
2	3	4	5
新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130	相 健康相談 (要予約)	健 4か月児健診 (R元.10月生)	相 ちびっこ相談
9	10	11 建国記念の日	12
箕輪建設工業(株) 水道 ☎79-2035	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の会)	浅川建設工業(株) 水道 ☎79-2218	相 こころ 相 ちびっこ相談
16	17	18	19
(株) マツシマ 水道 ☎79-2115	健 こんにちは赤ちゃん教室③ (出産予定: R2.4~6月) 相 助産師相談・健康相談 (要予約)	健 3歳児健診 (H29.1月生)	健 離乳食教室
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26
(株) カスガ 水道 ☎79-3382	(有) 小島管工設備 水道 ☎79-4886	健 1歳児健診 (H31.2月生)	相 ちびっこ相談

各種相談窓口

心配ごと相談 2月4日(火)・2月18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 (要予約)
交通事故相談 2月6日(木)・2月20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)
行政相談 2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)

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 2月2日・16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

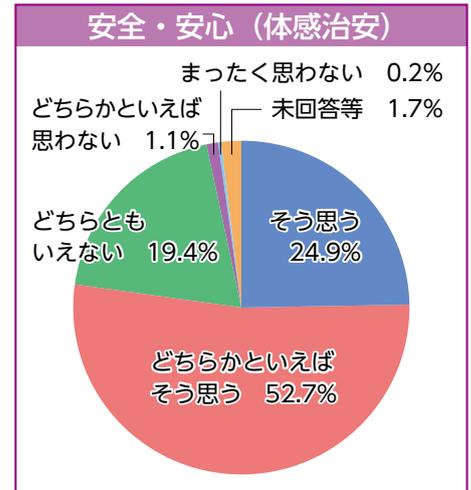
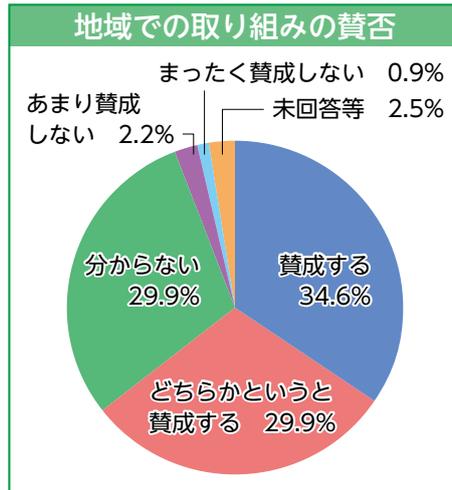
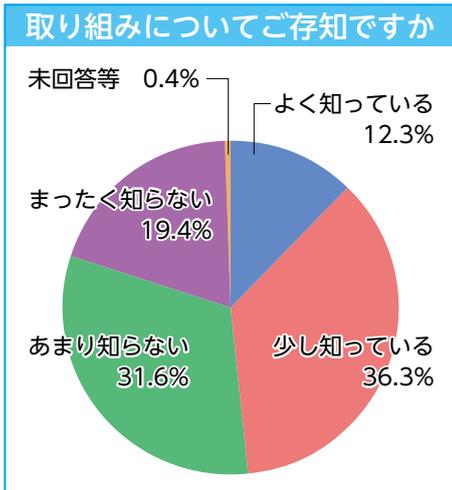
南東コース①、 北西コース①、 3日・10日・1

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	6日	10日・26日	19日	—	—
松島	火・金	13日	6日・20日	26日	—	—
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	20日	13日・27日	5日	—	—
木下・三日町・福与	火・金	27日	3日・17日	12日	—	—
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	6日	10日・26日	19日	—	—



令和元年度 セーフコミュニティアンケート結果のお知らせ

けが・事故の発生データで把握できないセーフコミュニティの認知度や関心度、体感治安などを把握するため、1000人の方へアンケート調査票を配布し、543人の方から回答いただきました。



全体の48.6%の方がセーフコミュニティの取り組みを知っていて、さらには全体の64.5%の方が地域での取り組みに賛成していました。これらは過去の調査結果とほぼ同様の結果でした。一方で体感治安については、77.6%の方が、箕輪町での暮らしは安全・安心と回答していて、こちらは過去最高の数値となっています。

全体的に年齢が高く、隣近所のお付き合いが多いほど、

また、セーフコミュニティの認知度や取り組みへの賛成の割合が多くなるといった傾向でした。

アンケート結果の詳細は町ホームページをご覧ください。

皆様の貴重なご意見やご感想、誠にありがとうございました。このアンケート結果を、今後の取り組みに反映してまいります。



～子どもの見守り活動にご協力ください～

箕輪町では、各校の通学見守り隊、青色パトロール隊、そして昨年10月に発足した安全安心パトロール隊を中心として、地域の皆様にご協力いただき、子どもを見守る活動に取り組んでいます。しかし、子ども達の下校時間帯は、不審者や声掛け事案発生件数が多い時間帯とも重なるため、多くの皆様に見守っていただくことで、犯罪を抑制し、子ども達が安心して通学できる環境を確保したいと考えています。小中学生の下校時間は時期によって前後しますが、散歩や農作業、お仕事の休憩の合間に、下校中の子ども達の「**ちょこっと見守り**」にご協力

をお願いします。短時間でも結構ですので、子どもを地域が守り育てる活動に皆さまのご協力をお願いします。



安全安心パトロール隊の見守りの様子

① 赤そばをイメージした、自然で優しい雰囲気デザインのデザイン。自然の中で遊ぶ子どもたちの写真も多く取り入れ、「みのわっこ」の様子が伝わるデザインにしました。

② 知りたい情報に簡単に到達できるように、大きな目的別のカテゴリーを、イメージしやすいイラストで表示しています。

町ホームページのアドレスが変更になりました

町ホームページサーバの更新及び安全性の強化を図る作業の実施に伴い、アドレスが以下のように変更となっています。

新アドレス：
<https://www.town.minowa.lg.jp/>

お気に入り登録をされている方は、再登録をお願いします。

問合せ先

みのわの魅力発信室 広報交流推進係
 ☎79-3111(内線236)



子育て情報サイト「いいね!みのわっこ」がリニューアルされました

町の子育て支援の取り組みを町内外の方に広く知ってもらうため、子育て情報サイトがリニューアルされました。シンプルかつ優しいデザインの中に、子どもたちの写真を多く取り入れ、町の子育て支援の情報がより伝わるホームページになりました。

③ ブログ形式で、最新の保育園などの様子を見ることができます。写真も多く使われているので、子どもたちの笑顔がたくさん見られます!



スマホ

④ スマートフォン等にも対応となりましたので、お手持ちのスマホ等でスムーズにご覧いただけます。



子育て支援サイト「いいね!みのわっこ」

問合せ先 子ども未来課 子育て支援係 ☎79-3111(内線125)

文芸コーナー

みのわ俳句会

気まぐずさを
 林檎剥く手に集めけり 木村 広子
 仮病似の
 未病にてこずる年の暮 中原 圭子
 スマホ手に
 本読まぬなら漱石忌 軍司 路子
 手水鉢
 十二月八日の沈黙よ 日野 六花子
 落葉舞ふ
 俳句ポストを横に見て 岡 久幸

箕輪町短歌教室

「みのわの実」月の初めに届きたり
 町の動きがこまやかに見ゆ 唐澤 良夫
 菩提寺の三十余軒の配り物
 歩いて回る足の愛し 向山 勝美
 「氣をつけて」デモに出ていく我に声
 忘れえぬ婦人ホテル清水公園 吉永 英二
 三峰川の水で作りました教え子の
 新米食めばほのかに甘し 原 多嘉枝
 裏畑の白菜大根とりてこし
 鍋物うまし今日は立冬 井澤 通治

秋の食材 魚こくふくメニュー

さば缶とり肉ハンバーグ

・ごはん・りんご、クランベリー、ナッツのさつまいもマッシュ
 ・地元野菜のすいとん汁・ミニトマト



学校給食アイデアレシピコンテスト
 優秀賞
 箕輪東小学校
 しみず りゅうが
 清水 隆雅 さん

【材料】4人分

A さば缶……………80g
 とうふ……………40g
 はんぺん……………40g
 卵……………10g
 とりひき肉……………60g
 れんこん……………40g
 B 塩……………1.2g
 コショウ……………少々
 マヨネーズ……………大さじ1強
 パン粉……………20g

【作り方】

①さば缶は固形をとりだす。とうふは水分を切っておく。
 ②れんこんは大きめのみじん切りにする。
 ③Aをフードプロセッサーでクリーム状にする。
 ④③にとりひき肉とれんこんを加えて混ぜる。さらにBを加えて混ぜ、よくこねる。
 ⑤整形して、フライパンで焼く。

* さかなが苦手な兄弟のために考えたメニューです。マヨネーズを加えることで魚のにおいが消され、好きなれんこんを入れて食べやすくしました。喜んで食べてくれました。



活動

紹介



ICTを活用し、子どもの理解を深めたい!

「ICT教育推進の町! 箕輪」セミナー開催!

ICT(情報通信技術)をツールとして学び続ける子どもの育成

ICT教育のトップランナーとして、その推進に取り組んできた箕輪町。

中学校への大型提示装置設置、各小学校へのタブレット端末の配備など機器環境の充実を図るなかで、「第4回ICT教育セミナー」を行いました。町外からも多くの参加者を迎え、箕輪東小、箕輪北小、箕輪中学校で、ICT機器を活用しながらよりよい指導をもとめた授業を公開しました。また、第一人者である高橋純先生(東京学芸大学)からは、子どもたちに必要な情報処理能力の育成や機器の有効な活用方法について学びました。

ICTを活用した公開授業 — 箕輪東小・箕輪北小・箕輪中 —

東小会場 算数:3年 丸山 広志 先生



大型TVに示された分かりやすい図表が児童の「重さ」への理解を助けます。

北小会場 家庭科:5年 林 奈央子 先生



整理整頓の学習。机の中の整理をし、工夫した点をiPadで撮った写真を見ながら説明します。

「ぼくは、よく使うふで箱を手前に置いたよ」

箕輪中会場

理科:1年 土屋 克明先生



IOT温度計を使い、エタノールの温度変化をiPadにデジタル表示。沸点の違いに着目しながら追求しました。

※IOT温度計(インターネットによる伝達機械をもった温度計)

社会:3年 小澤 未来先生



箕輪を理想の町にしていく政策づくりの公民の授業。生徒は様々な資料から提案を導きます。

英語:3年 辰口 憲治先生



英語の関係代名詞の授業。先生手作りの画像が生徒の意欲を高め、センテンスの提示にも工夫がみられました。

高橋 純先生 (東京学芸大学) 講演 — 「生涯にわたって能動的に学び続ける子どもを育む授業づくり」 —



講演の趣旨

- (箕輪町の授業の機器利活用に関して) 基本的には、情報を絞り、大きく見せることなど大事に実践されてきている。教師の発問、説明、指示の質をさらに高めたい。
- 他の授業や教科に役立つように教えることが、生涯にわたって学び続けることにつながる。

参加者の感想から(抜粋)

家庭科では、タブレットの写真機能の使い方が効果的で、児童の願いに繋がっていた。

自分たちでガンガン実験を進めようとする姿が素晴らしかった。この子たちがICTスキルを身に付けて成長していくことを考えると、今後の追究の姿が楽しみです。



「いろは
ぽけっと」
だより

子育て支援センター いろはぽけっと
楽しいイベントが
たくさん！



子育て支援サイト
【いいね！みのわっ子】



お豆腐を協力して細かくつぶします



「焼けたよー!!」



歌にあわせて絵本を読んでもくれました

お父さんやお母さんが安心してお子さんと遊べて、情報交換や集いの場にもなっている、いろはぽけっと。そんないろはぽけっとでは、たのしいイベントが開催されています。

11月15日に、親子でおしゃべりクッキングが行われ、親子で楽しくおしゃべりしながら手軽なおやつ作り「パンケーキアメリカン」が開催されています。2月29日には「いろはぽけっとまつり」を開催します。おもちゃ作りやパネルシアターなど楽しいイベント満載です。ぜひ遊びに来てください！

2月の主な行事



いろはぽけっと
6日 ベビーマッサージ
29日 いろはぽけっとまつり

保育園来入園児1日入園
4日 沢
5日 三日町・長田
7日 上古田・東みのわ
12日 木下北・木下南
13日 松島

小・中学校
だより



箕輪西小学校
ふるさとに学び
自然とともに生きる



西小の学校目標に「ふるさとに学ぶ」があります。全校児童が「みどりの少年団」の団員として、四季を通じ「ふるさと西地区」の自然に関わっています。



①



②



④



③

夏休みの他校との交流会には五年生が参加し、森林活動には主に四年生が取り組んでいます。今年度も地域の方の力を借りて「茸(ナメコ)の菌打ち体験」「植樹作業」「間伐体験」「間伐材を使った本立て作り」などを行いました。植樹や間伐は西山の「箕輪西小学校みどりの少年団の森」で行われます。体験を通して、森林の大切さを学んだり、自然の中で活動することの楽しさを味わったりしています。

- ①大勢の皆さんにお世話になって活動した4年生(5月の植樹作業)
- ②原木に開けた穴に、茸の菌を1つ1つ打ち込む作業
- ③間伐材を使った材木で、本立てを作りました
- ④地域の方に教えてもらいながら、ヒノキの苗を植えました

2月の主な行事	
参観日	
中部小 28日	南小 21日
北小 6日(5,6年生)	東小 5日(1,2,3年生)
18日(3,4年生)	18日(4,5年生)
28日(1,2年生)	西小 12日

お知らせ

公共職業訓練受講生募集

ものづくりの仕事を目指す職業訓練受講生を募集しています。

募集コース

- ・CAD/NC技術科
- ・金属加工科
- ・電気設備技術科

訓練期間 6か月間

4月2日～9月30日

場所 ポリテフセンター松本

(松本市寿北7-17-1)

対象者 求職中でハローワークに求職登録している方

受講料 無料(テキスト代及び作業服代等は自己負担になります)

申し込み ハローワーク伊那
2月21日(金)まで

その他 毎月火曜日3回、午後1時半から施設見学会を行っています。お気軽にご参加ください。

問 ポリテフセンター松本

☎0263-58-3392

くらしに役立つ 法律のはなし in 上伊那

日時 2月25日(火)

午後1時30分～3時

会場 伊那市役所 5階
501会議室

講演内容

テーマ

「高齢者の財産管理について」
生前贈与、家族信託、成年後見制度等について
講師 武田法律事務所
武田 雄作 弁護士

※高齢者の方やこれからの方にとつても、将来に向けての財産管理について、解りやすく解説していただきます。

参加料 無料

問・申 南信消費生活センター

☎0265-24-8058

FAX 0265-24-1703

メール

n-shoin@pref.nagano.lg.jp

令和2年度長野県シニア大学伊那学部学生募集

生きがいづくりや仲間づくりなどを目指し、積極的に地域で活躍していただくことを目的とした長野県シニア大学伊那学部では、令和2年度入学生を募集しています。

学習内容

教養講座 社会の変化、福祉制度、健康、安全、ICT等

実技・選択講座 芸術、歴史、文化、音楽、スポーツ等

社会活動講座

地域社会の現状・課題、新たな高齢者像、経験・技術の地域社会での活用方法等

学習期間 2年間

対象者 おおむね50歳以上の県内在住の方

募集期間 2月3日(月)～3月16日(月)

問 伊那保健福祉事務所福祉課

☎76-6863

司法書士による 相続登記無料相談月間

日時 2月3日(月)～28日(金)

午前9時～午後4時

(土曜・日曜・祝日を除く)

場所 県内各司法書士事務所

相談料 無料

予約 相談を希望する司法書士事務所にお問い合わせください。

相談例

・土地の登記名義が先々代のままになっている

・実家が空き家状態で相続登記もされていない

・遺言について教えて欲しい等

新入団員募集

箕輪町消防団では消防団員を随時募集しています。

一緒に町を守りませんか?

入団要件

- 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。

入団方法

入団を希望される方は、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。

詳しい活動内容は、箕輪町消防団ホームページで紹介しています。ぜひアクセスしてみてください!



箕輪町消防団HP

消防団本部 ☎79-3111 (内線102)

問 長野県司法書士会

☎026-2327492

放送大学で学びませんか 第一期(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。働きながら学んで大学を卒業したい、教養を深めたい、仕事のスキルアップをしたいなど、さまざまな目的で、幅広い世代の人が学んでいます。

授業料 1科目 1万1千円 (入学金別途)

出願期間 3月17日(火)まで

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

※資料を無料で差し上げています。

問 放送大学長野学習センター

☎0266-58-2332

(月曜日、祝日を除く)



JR東海からのお知らせ

踏切設備のない箇所では線路を横断するのは、絶対にやめましょう。

踏切設備のない箇所では、安易に線路を横断することは大変危険です。しかし、この行為は後を絶たず、残念ながら毎年痛ましい事故が発生しています。

JR東海では立入禁止の看板や立入を禁止する柵を設置するなど、事故防止に取り組んでいます。

地域住民の方々と列車の安全確保のため、線路は踏切設備のある箇所では横断されるよう皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

☎東海旅客鉄道株式会社

飯田工務区 ☎22-1144

イベント・催し物

地球温暖化と気候の変化

日時 2月12日(水)

午後1時30分～3時

会場 地域交流センター

研修室A・B

講師 長野地方気象台 滝沢

勝彦氏、渋谷 由美子氏

内容 地球温暖化のしくみ、

これまでの気候の変化及び地球温暖化による様々な影響、将来の気候の予測について講演いただきます。

定員 50人

※事前にお申し込みが必要ですよ。

申込期間 1月28日(火)～

2月4日(火)

☎町図書館 ☎79-6950

抽象絵画ってなんだろっ?

日時 2月15日(土)

午後1時～3時

場所 町郷土博物館

講師 中澤 達彦氏(木彫工

芸家・博物館協議会委員・

日展会友)

内容 郷土で活躍する美術家

の方を講師に、博物館に展

示してある美術作品を鑑賞

し、鑑賞のポイントなどを

学びます。今年は「抽象絵

画」について学びます。冬

の温かい部屋で、ゆっく

り・じっくり芸術にふれて

みませんか。

参加料 無料

参加ご希望の方は、当日午

後1時まで博物館にお越し

ください。多くの皆様のご参

加をお待ちしています。

☎町郷土博物館 ☎79-4860

**あなたも始めてみませんか？
終活セミナー**

町公民館では、「万が一の時、困らないために」をテーマに、終活セミナーを開催します。

講師 相続手続支援センター

第1回 深沢 香織さん

第2回 清水 あゆ子さん

日時

【第1回】 2月21日(金)

午前10時～正午

「最近の葬儀・お墓事情」

など

【第2回】 2月22日(土)

午前10時～正午

「相続に関するお金の話」

など

会場 町地域交流センター

研修室A・B

受講料 無料

持ち物 筆記用具

定員 各回90人(先着順で申

し込みが必要です)

☎町公民館 ☎79-2178



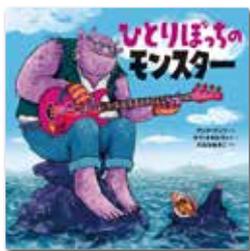
司書さんお勧め 新着図書を紹介 2月1日からの貸し出しです。

☎町図書館 ☎79-6950

『ひとりぼっちのモンスター』

アンナ・ケンプ/さく
サラ・オギルヴィー/え
たなか あきこ/やく フレーベル館

デイブはおじいちゃんモンスター。突然、ちいさな騎士・パーシバルがやってきたことから、デイブの日常にも変化がおきて…ラブ&ピースなストーリー。



『小学生にもとれる！』

資格・検定カタログ 小学生のミカタ

鈴木 秀明/監修 小学館

小学生にも挑戦できる資格・検定を集めたカタログ。「趣味を活かせる」「勉強に役立つ」のパートに分け、オススメ検定と合格法をまんがを交えて紹介。



『大天使はミモザの香り』

高野 史緒/著 講談社

二重に警備された会場、特殊電子錠付のケースから、時価2億円のヴァイオリンが消えた。アラフォー地味美人×天才(?)高校生コンビに解けるのか!?



今月の予定

1日(土) ドリーム号地区巡回、 8日(土) おはなしこんにちは、 20日(木) おはなし くまさん
27日(木) 閉館作業日

私たちの人権教育

箕輪中部小学校の取り組み

箕輪中部小学校では、今年度の児童会スローガンを「みんなスマイル中部小」として、全校児童が気持ちよく毎日の生活を送ることができるよう様々な活動や取り組みを続けています。

命の大切さを考える集会

西駒ヶ岳遭難・直江津遭難を忘れず、命の大切さを全校で考える「命の大切さを考える集会」を9月12日に行いました。今年度も6年生が中心となり、遭難慰霊についての代表児童からの語り掛け、全校合唱「手のひらを太陽に」、代表児童による詩「いのち」の朗読が行われました。集会後は、命の大切さについて思ったことや感じたことを語り合ったり、一人一人が自分の思いをまとめたりしました。慰霊碑への献花とともに、今後も続けていきたい活動です。

福祉体験

11月は「なかよし月間」でした。クラスごとに「なかよしの木」を作ったり、「藤が丘祭」で学年縦割りのなかよし班活動をしたりと、多くの友だちとの関わりから学びました。また、今年度も社会福祉協議会の方など、福祉活動に携わる地域の方々を多数講師にお招き

し、3年生は「アイマスク体験」、4年生は「点字体験」、5年生は「手話体験」、6年生は「車いす体験」を行いました。「体験」を通してその人の立場に立つことで、他人事ではなく自分のこととして捉えるきっかけとなり、子ども一人一人の心に響く深い学びとなりました。



一つ一つの点を丁寧に打つ
「点字体験」



友だちのいいところ、友だちへのお礼、
たくさんの葉をまとった「なかよしの木」

～子どもの感想から～

- 点字を打つのは疲れるけれど、これを目が不自由な人たちに読んでもらおうと分かって、がんばって打ってみようと思いました。
- 家族に耳の聞こえない人がいたらという話を聞いて、やっぱり困っている人への助け合いは大切だなと改めて思いました。食べ物と動物の手話は、とても面白かったです。



手の動き、そして表情で気持ちを伝える「手話」

福祉施設訪問

総合的な学習の時間に、訪問活動を進める学級もあります。3年1組は、「ふれあいの里」へ訪問しています。また、3年3組は学校周辺のごみ拾い活動を進めるとともに、「ゆとり荘」への訪問を行っています。歌や合奏を披露したり、肩たたきや握手をして触れ合った

～子どもの感想から～

- 一番がんばったのは、肩たたきです。肩たたきは、力を入れすぎると痛くなってしまったり、逆に力を抜きすぎると全然気持ちよくないので、そこを頑張りました。
- 歌をいっぱい歌ってあげました。すごく嬉しそうでした。あと、肩たたきもやってあげました。気持ちよさそうでした。
- 最初に歌「もみじ」「パプリカ」を歌いました。あと、肩たたきをしたらプレゼントを渡しました。おじいさんおばあさんが喜んでくれました。



楽しんでもらえるようにと心を込めて演奏する「福祉施設訪問」

りました。おじいさんおばあさんからただける笑顔が、子どもたちへの最高のおみやげとなっています。

文化スポーツ課 生涯学習係

☎70-6602

みのわファンクラブ
アプリ会員募集中!

入会費・年会費無料



「みのわファンクラブ」がスマホアプリでも利用可能になりました。
町の協力店で使えるクーポンや町からのお知らせ等、お得な機能満載です!



企画振興課 みのわ魅力発信室 ☎0265-79-3111 (内線 235)

12月7日

荒井広宙さんによる陸上・体力づくり教室



リオデジャネイロ五輪50km競歩銅メダリストの荒井広宙さんらを講師に、体力づくり教室が行われ、小学生以上の約80人が参加しました。荒井さんが取り入れている練習も交えながら、参加者はスポーツに活かせる基本的な体の動かし方などを実践学びました。

11月24日

“人権の花トーク&コンサート”
～金子みすゞの心とともに～

地域の人権啓発活動として、町内の小中学生による「人権の花」活動の発表が行われました。また、金子みすゞ記念館館長の矢崎節夫さんによる講演会や、シンガーソングライターのちひろさんによるコンサートも行われ、優しさや思いやりの心を育む良い機会となりました。

12月8日

おいでよ♪おでかけ夢町フェスタ



町内で起業する女性らでつくる実行委員会が主催する夢町フェスタ。会場では、ヘアアレンジやアクセサリ作り体験、自分の思いや夢を書いてクリスマスツリーの台紙に貼る催しなどが開催され、多くの家族連れで賑わいました。

12月7日

古田人形芝居定期公演



恒例の定期公演が開催され、保存会、西小学校、中学校の3団体が伝統芸能を披露しました。3人で一体の人形を動かす古田人形ですが、3団体の日々の稽古の賜物である息の合った人形遣いに、来場者は魅了されていました。

生活・防災情報 無料アプリ いちほテレデータ 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



伊那ケアールテレビジョン株式会社



サイドテーブルとキッチンツール

ナチュラルファーム Grato(グラート)
杉浦 剣さんからのご紹介

— 木工と漆 —
小島屋 (KOJIMAYA)

岡谷市出身の小島さんが、2015年5月に木曾町から箕輪町へ移転して構えた工房が「小島屋」。テーブルや棚などのオーダーメイド家具や、オリジナルの木工製品がここで作られています。また、WEB SHOP(kojimaya.official.ec)での販売もしています。

ファン
みのわFAN
を
ご紹介!

No.018

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。

用途や目的に合わせて、どんな機能で、どんなカタチで、どんな素材にするか、依頼主にとって使いやすい家具になるように、とことんこだわりながら製作されています。

お客様のご希望に合った製品作り

お客様のご希望に合う製品を素材にもこだわり、オーダーメイドで製作しています。材料となる木材は、合板と無垢材の特長を生かして、適材適所で使い分けています。お客様からのオーダーが多いものは、テーブルや、設置したい場所の寸法に合わせて本棚や収納などです。

オーダーメイドは高いと思われるかもしれませんが、直接頼んでいただければ、中間手数料等がかからないぶん、割安だと思えます。たとえばテーブルは、家族が毎日使って、何十年と集うものですよ？一点集中で、そこにお金をかけても良いと思うんです。木の表面に直接触られるように、オイルで仕上げていますので、使い込めばその家の色や味わいも出てきますので、オーダーメイド製品を選んでいただければ増えると嬉しく思います。

また、オリジナル製品も、もっと力を入れていきたいです。工房での体験イベントも年に数回は開催していて、次回は5月を予定しています。

フットワークの軽さと自然がいい

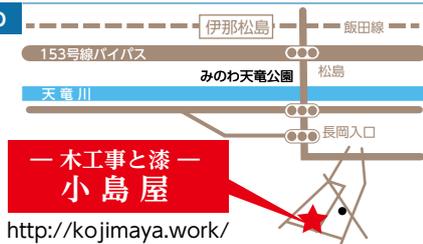
木曾町から工房を移す際、いくつかの役場に電話をしたら、すぐ対応してくれたのが箕輪町の方だったので、こちらに移転しました。近くのもみじ湖や箕輪ダムは、とても良いところですし、菅野高原も眺めが良いので好きです。ながたドームでフットサルもたまに楽しんでいますよ。

information

住所: 東箕輪724(工房)
電話番号: 090-4011-4785
営業時間: 10:00~17:00
(工房を見学されたい方は、事前予約が必要です)
定休日: 不定休



map



http://kojimaya.work/



お膳



バターケース



左:ペーパーナイフ 右:KOU(香)



小島 俊明(こじま としあき)さん
(CEO/デザイナー)

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 **春の無料体験・見学開催中**

音楽教室

1歳	2/14(金)	10:00
2歳	2/14(金)	11:00
年少	お問合わせください	
年中長	お問合わせください	

英語教室

A	B	C
1歳	2/13(木)	11:00
2歳	2/15(木)	16:30
3歳	2/13(木)	17:30
4・5歳	2/15(木)	15:30

個人レッスン 30分無料体験受付中

★ピアノ ★フルート ★エレクトーン ★ドラム

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。