

みんなで創る — 未来につながる — 広報みのわ MINOWA NO MI

みのわの実

〈特集〉

団結力で地元を守る

箕輪町消防団第2分団



主なトピックス

- キャッシュレス決済の導入について……………6
- 簡単&おいしい朝ごはんのすすめ ……………8・9
- 出産応援ギフト・子育て支援ギフトの支給 ……13
- 令和5年度 交流菜園・町民菜園の利用者募集…17

〈特集〉

団結力で地元を守る 箕輪町消防団第2分団



▲1月、冷たい雨の中、気合を入れてこれから夜警に向かいます



▲令和3年の富田区内水害のようす
▼土嚢作り



第2分団の団員は20歳から35歳、平均年齢は29歳。常時活動しているのは約15人で、担当範囲が広いため4班に分け、班制で活動しています。

活動としては、機械手入れと夜警を月に2回、水出し訓練を4月から11月まで月に1回行っています。その他、いざという時に備え、防火水槽や消火栓の点検、各種訓練を随時行っています。

令和3年8月豪雨による水害で害に遭い、機能別消防団や予備消防のOBも含め多くの団員が総出で大雨の降る中警戒にあたり、土嚢作りや復旧作業に従事しました。地元住民とも共同で作業を行い、地域とのつながりを再認識しました。今後起こりうる災害に備え、経験から得た課題を踏まえ、より地域に踏み込んだ防災活動を行っていきます。

上古田、下古田、富田、中曽根の4つの地区を担当する箕輪町消防団第2分団。人口が少ない地域ではありませんが、そのぶん団員のほとんどが幼なじみや顔なじみ。家族で入団している人もいます。このような地域だからこそ、こまやかな「顔の見える防災活動」につながっています。

兄弟4人そろって入団している「柴兄弟」に、消防団の魅力、やりがい、兄弟だからできることを聞きながら、消防団活動の楽しさ、大切さに触れていきます。

消防団は、火災や水害などの災害や行方不明者捜索などに出動し活動します。令和4年度は幸い消防団が出動する災害は発生していませんが（1月31日現在）、有事に備え全分団での行事や、月1回程度の訓練を実施しています。

箕輪町消防団の1年間の活動を振り返ります。

箕輪町を守る
令和4年度
箕輪町消防団の一年

7/30 みのわ祭り



3年ぶりに開催された「みのわ祭り」では、消防団もPRに参加しています。今回は箕輪消防署前をお借りし、消防車両の展示を行いました。
お子さんを中心に、多くの方と触れ合うことができました。

10/16 秋季訓練



秋の訓練は、次年度幹部予定者の訓練として行われます。この日は絶好の秋晴れのもと、86名の団員が参加しました。次年度幹部予定者による指揮の練習や、ホースの取り扱いを団員に学んでもらうことができました。

11/6 防火パレード



「全国秋の火災予防運動週間」に合わせ、箕輪町消防団では防災行政無線による火災予防の広報を流すほか、夜間には消防車両による巡視を行いました。また、11月6日には町内パレードを実施し、休憩中にはお子さんとの触れ合いもできました。

1/8 出初式



出初式は、町民の皆さんに市中行進をご覧いただくことで火災予防への普及啓発や、功績のあった団員へ表彰することを主な目的としています。過去2年は、新型コロナウイルスの関係で縮小を余儀なくされましたが、今年は3年ぶりに108名の団員が参加し実施することができました。今年1年、無火災、無災害でありますように。

1/17 夜警激励会



冬季はストーブ等暖房器具を使用する機会が多くなることから、火災の発生しやすくなる季節です。箕輪町消防団ではこの時期に併せ、各分団が定期的に管内を巡視し火災予防を呼びかけています。
この日は全分団が役場に集まり、町長、箕輪町交番署長、箕輪消防署長からそれぞれ激励の言葉をいただきました。

3/13 幹部訓練



令和4年度幹部となる団員を対象に上伊那広域消防本部による講義と実践訓練を行いました。指揮の取り方、火事のメカニズムなどのレクチャーを受けたのちに、役場駐車場で火災現場を想定した現場対応を学びました。

3/26 任命式



令和4年度幹部、新入団員の任命が行われました。団長、副団長も4年ぶりに交代し、丸山新団長、重盛新副団長をはじめとした幹部員57名、新入団員9名が任命されました。
いよいよ新年度体制のスタートです。

4/24 春季訓練



春の訓練は、新体制となって初めての大きな行事です。新型コロナウイルス感染症の影響により、全団員集まっての開催は3年ぶりとなりました。新しく幹部になった団員を中心に、指揮や行進の訓練に取り組んでいました。

5/22 総合水防演習・広域連携水防訓練



中部地方整備局が毎年管内の大きな河川を対象に行う水防演習で、天竜川は約7年に1度順番がまわってきます。流域の関係団体が水防技術の見学や実践を行いました。箕輪町消防団では分団長が参加し、土の積みを実施しました。

6/5 模擬火災訓練



箕輪町消防団では年2回、実際の火災を想定した模擬火災訓練を実施しています。令和4年度は6月に第1、2、3分団、9月に第4、5、6分団がそれぞれ訓練を行いました。
令和3年度からは、訓練に上伊那広域消防も参加してもらい、より実践的な訓練となるよう工夫しています。

9/11 模擬火災訓練



4兄弟で盛り上げる!

柴4兄弟 Shiba Brothers

4人兄弟で、消防団に入団しているという柴兄弟。笑いの絶えない楽しい兄弟です。三男さんは北海道に転勤中ですが、地元に住む仲良し三人に消防団への熱い想いを聞きました。



長男
 ゆういちろう
柴 勇一郎さん (35)
 職業：自営業 (肉牛飼育農家)
 団歴：15年 (令和3年度分団長)
 住まい：中曽根

●入団したきっかけは？ (敬称略)

長 勇一郎「家業が自営業ということで、家族の勧めもあり、農業大学を卒業して実家に戻ったタイミングで入りました。」

次

巧磨「上古田に住み始めて1年経つ頃に勧誘を受けて入りました。地区が違うので他の兄弟とは班が違いますが。」

四

直導「僕は半ば強制的に兄弟からの圧力で入りました(笑)。でも、団員が少なというの聞いていたので、自分が住んでいる地域ですし、少しでも力になれたらという思いで入団しました。」

●兄弟で入団してよかったことは？

長 勇一郎「兄弟がいると気が楽ですね。基本的に盛り上がりやすいタイプなので、第2分団の雰囲気も盛り上げていこうと、兄弟で話しています。」

四

直導「最初のうちは、知らない人が多いと嫌になることもあると思うんですけど、兄弟がいることで継続できていたのかなと思います。いい意味でも悪い意味でも、色々言いやすい環境です。(笑)」

次

巧磨「逆に圧かけられる(笑)」

四

直導「これはまあ、あるかな。厳しいこととは厳しいので。でも気は使わないし、その点は他の人たちとは確かに違いますね。」

次

巧磨「こう言えばこう動くだろうというのがわかってるので、お互いに「厳しいけどやりやすい、がんばりやすい」「みたいな感じですね。」

長

勇一郎「スポーツと一緒に、兄弟だと厳しいところを言いやすいですからね。」

●入団してよかったことは？

長 勇一郎「僕は分団長までやりましたが、最初は本当にまあやらなきゃって、ただ単にやっていたんですが、続けていくうちに、地域内の世代の違う仲間と深く関わったということもありましたし、分団長という立場で見る地域の姿とか、考え方が、得るものがすごくたくさんあって、やってよかったなと思います。」



四男
 なおみち
柴 直導さん (29)
 職業：会社員 (製造業)
 団歴：8年 (中曽根・班長)
 住まい：中曽根

次

巧磨「自分は上古田に来て、世代が同じくらいの先輩方や、さらに上の先輩方も一緒に楽しく消防団活動をさせてもらっています。そういう繋がりがあるので、子どもの保育園や学校の行事や集まりに行っても、知り合いがいるというのはとてもいいことだと思います。何より先輩方がすごく面白い人たちで、活動していて楽しいというのが一番ですね。消防団をずっと続けている理由としては、楽しいからということでしょうか。会社と家庭との両立という課題はありますけどそれでもやっぱり来る価値がある。価値があるから来るんですよ。」

四

直導「自分は昔からずっと住んでいる地域に家を建てたので、これからはずっと地域と関わっていく土台ができたかなと思っています。消防団の活動を通じて、区の今まで会ったことがなかった人とも関わることがあるので、これからの地域活動にもすんなり入っていけるのかなと思います。あとは、もしも何かあった時

に色々な情報が自分の頭に入っているの
で、少しでも力になれるのかなど。もし
も、自分の家の近くや、区で何か起こっ
た時にはすぐに対応することが出来る。
それは消防団に入っているからこそ、準
備ができてくるのかなと思っています。

●消防団の活動に対する家族の反応は？

次

巧磨 II ポンプ操法の訓練がなくなり、実
際の消火活動も家族が見ることはないで
すが、頑張ってる活動しているというこ
は理解してもらっていると嬉しいです。子
どもたちにはポンプ車を見せたことがあ
るので、「パパが服を着替えて、ポンプ
車を運転している。頑張ってるよって
いう憧れというか、そういった目で見
てくれていると思います。奥さんには、
活動できるように、その他のところで一
生懸命尽くしています。(笑) 家族手当
が少なからず出るようになったので、結
婚している人は出て来やすくなったのか
なと思います。自分だ
けじゃなくて何か家族
にも、形で示せること
も今後は大事になっ
てくるのかなと思います。

次男

たくま
柴 巧磨さん (33)

職業：会社員(製造業)
団歴：10年(令和5年度分団長就任予定)
住まい：上古田

長

●地域とのかかわり方と
これからの第2分団への想い

長

勇一郎 II 第2分団は2年前のお盆に水害
を経験したんですが、全体で動く中で課
題も見えてきました。あの時は夜中の2
時に連絡が来て、翌日の夕方まで、地域
の人たちと一緒に土嚢づくりなどの作業
にあたりました。そうした中で、何が大
事なのか、消防団の立ち位置とか自分た
ちはどう関わるべきなのかということをし
ておく考えさせられました。地域の人も
も話しやすくなって交流していく中で、
ただ単に言われたことをやるだけではな
く、僕たちもこういう時に、地域のため
にこういうものを揃えていかなければな
らないのかとか、どういう意識でやらな
ければならないのかとか、そういうこと
を意識するようになりました。消防団を
10年以上続けてきましたが、実際の災害
は初めてだったので貴重な体験でした。
僕は今年で引退しますが、後に続く人に
この経験を引継いで、第2分団をさらに
意義のある活気あふれる分団にしてい
てほしいと思います。

三男

ともや
柴 智也さん (31)

職業：会社員(農業機械整備)
団歴：8年
住まい：転勤で北海道在住

一緒に地元で
活躍しませんか？

●幼なじみとの再会

第2分団は、団員のほとんどが幼
なじみや顔なじみです。学校で言う
と、みんな西小に通ってました
し、一人県外から来た団員もいま
すが、ほぼみんな歳も近いので、だ
いたい昔から知ってる人たちです。集
まると同窓会のような感じで、仲
間といった感じですね。居住人口が少
ないぶん、逆に住んでいる人みんな
と触れ合う機会も多いので、住民の
方との距離が近く、地域に密着した
活動が多くなります。

●消防団でしかできない経験

消防団でしかできないことがたく
さんあります。消火栓の点検、消火
栓周りの草刈り、防火水槽の点検清
掃など。「普段の備えがあつてはじ
めて、火事のときに火を消すことが
できる」という大切な仕事を任せられ、
やりがいを持って活動し、団結力も
生まれています。
あなたも、自分が住む地域のため
に消防団と一緒に活動しませんか？
団員一同お待ちしております。



第2分団分団長
としき
小林 俊樹さん (35)

箕輪町消防団では
随時消防団員を募集しています

新入団員募集

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。

勧誘にお伺いする際には、「新型
コロナウイルス感染症拡大防止
のための消防団活動の基本方針」
に基づき、感染防止策を徹底し
てまいります。



箕輪町消防団HP

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います。
ぜひアクセスしてみてください！



消防団本部 ☎79-3144 (直通)

キャッシュレス決済の導入についてのお知らせ

令和5年4月から、役場庁舎、保育園、町内公共施設等でスマホアプリを利用したキャッシュレス決済をご利用いただけます。

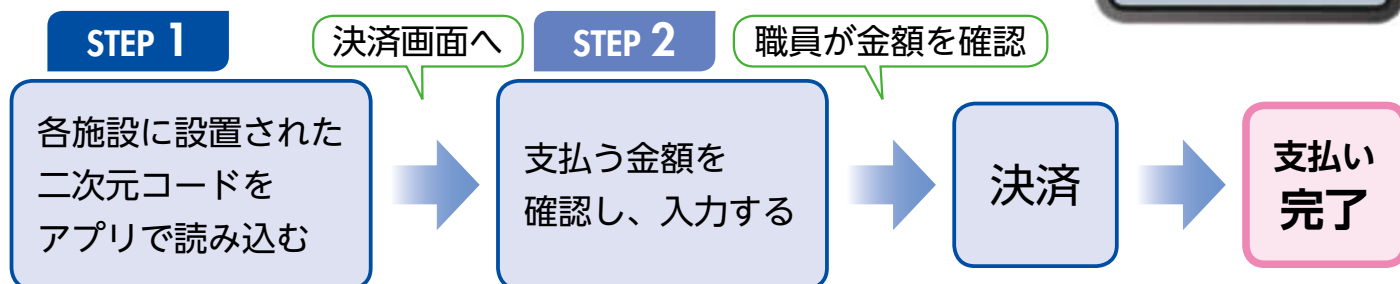
【キャッシュレス決済が可能なもの】

- コピー機使用料
- 施設利用料（体育館、産業支援センター会議室等）
- 入館料（博物館）
- 物品購入（各施設で販売している冊子、げんきセンター回数券等）
- 各種健（検）診料金
（伊那健康センター・医療機関で行う健（検）診を除く）
- 延長保育料金、一時預かり保育料等

【利用できるアプリ】



【利用方法】



【注意事項】

1. キャッシュレス決済で支払った場合は、領収書を発行できません。領収書が必要な場合は、現金でのお支払いをお願いします。
2. 決済手数料は無料です。
3. アプリの利用方法は、アプリのWEBサイトにてご確認ください。
4. キャッシュレス決済と現金を併用して支払うことはできません。
5. キャッシュレス決済の可否等、ご不明な点は担当課までお問い合わせください。

【お問合せ先】

| 箕輪町役場 | | | |
|-------|--------------|---------|--------------|
| 総務課 | 0265-79-3144 | 健康推進課 | 0265-79-3118 |
| 企画振興課 | 0265-79-3152 | 子ども未来課 | 0265-79-3164 |
| 税務課 | 0265-79-3146 | 水道課 | 0265-79-3173 |
| 会計課 | 0265-79-3183 | 建設課 | 0265-79-3167 |
| 商工観光課 | 0265-79-3171 | 文化スポーツ課 | 0265-79-6602 |





南信地域町村交通災害共済に加入しませんか？

毎日どこかで起きているという交通事故…

いつ、その災難があなたやご家族の身に降りかかるか分かりません。

万が一自動車事故などの交通災害に遭われたときに、皆さんと町村が一体となって助け合うことを目的としたのがこの共済制度です。

ご家族の安心のためにも世帯全員の皆様にご加入されますようおすすめします。



対象となる方：箕輪町に住民登録されている方。

又は、自宅を離れて学校等に在学している被扶養者も加入できます。

掛金：一人あたり年間200円（共済期間4月～翌年3月末）

3月上旬に全世帯に加入申込書を送付します

～中学生以下の方の掛金を町が負担します～

子育て支援の一環として、町内の中学生以下のお子様掛金200円／年を町が負担し、申込み・掛金の支払い不要で本共済に加入しています。



◎見舞金の対象となる事故

国内の公道上で、車両同士、物対車両、人对車両、車両単独の自損事故により死亡、ケガ、後遺障害になられたとき。（ただし、入院日数が2日以上または通院3日以上）

自転車の単独事故によりケガをしたときも対象になります。（ただし、入院日数が2日以上または通院3日以上）

南信地域町村交通災害共済事務局（箕輪町役場総務課内） 79-3144（直通）



トイドローンを使ったプログラミング体験教室

箕輪町商工会工業部会 共催

遊びを学びに！ 楽しくドローンを飛ばしてプログラミングを体験しよう！

場 所 箕輪町町民体育館

日 時 令和5年3月21日（火）※祝日

参加費無料

① 9:30～10:30 ② 10:45～11:45

③ 13:30～14:30 ④ 14:45～15:45 各回先着8組まで

講 師 (株)エクシンテック 笠川氏

大人と子供と一緒に遊びながら学べる環境を作り、ものづくりの楽しさを広めたいと思っている町の小さな開発屋さんです。

対象者 ・町内の小学生1年生以上が対象です。保護者の方も一緒にご参加ください。

・兄弟で参加される場合は、それぞれ申込みをしてください。

当日の持ち物 上履き、飲み物

※当日使用するトイドローン、タブレットは会場にて貸し出します。

申込みはこちら



企画振興課 79-3152（直通） / 箕輪町商工会 工業部 79-2117



作ってみよう！ 簡単＆おいしい 朝ごはんのすすめ

箕輪町学校給食委員会

忙しい朝でも、簡単に作れる料理があると便利です。パンやごはんのおかず一品加えると栄養のバランスがグッと良くなります。夕食の残りや冷凍しておいたおかずを温めて食べるのもいいですね。今回は「作って食べたい朝ごはん」を学校栄養士が紹介します。朝ごはんを食べることが楽しくなるかも？！

覚えよう！

朝ごはんの効果



体や脳のエネルギーになる

ご飯を食べるとエネルギーや栄養素が補給されて、五感が刺激されて体や脳が目覚めます。そして寝ている間に低下した体温を上昇させます。

よくかんで食べることで脳が刺激されて、脳の働きが活発になります。また、胃に食べ物を送り込まれることで腸が動き始めて、朝の排便を促す効果もあります。



排便を促す



脳の働きを活発にする



体温が上がる

Point

朝ごはんは、毎日食べ続けることが大切です。栄養のバランスが良い朝ごはんは、体に良い効果がさらに増して、心身ともにパワーアップできます。

片手で食べられる 簡単のり巻き

南小学校
栄養士おすすめ

【材料】1本分

- おにぎり用のり 2枚
- きゅうり 1/4本
- ロースハム 1枚
- マヨネーズ お好み
- ごはん 適量



【つくりかた】

- ①ラップにのりを2枚、端を重ねるようにしき、ごはんをまんべんなく広げる。
- ②ハム・きゅうり・マヨネーズをのせて細巻きのように巻く。
- ③半分に切って食べる。



意外なおいしさ 納豆チーズごはん

西小学校
栄養士おすすめ

【材料】

- ごはん お茶碗1膳分
- 納豆 1パック
- スライスチーズ 1枚
- 刻みのり 少々
- いりごま 少々



【つくりかた】

- ①ごはんチーズをのせてレンジで10秒温める。
- ②納豆・ごま・のりをのせて、納豆のたれをかける。



ごはんがすすむ 韓国風煮たまご丼

北小学校
栄養士おすすめ

【材料】 2個分

ゆでたまご …………… 2個
 長ねぎ …………… 5cm
 玉ねぎ …………… 1/4個
 にんにく …………… 1かけ
 白ごま …………… 小さじ1
 しょうゆ …………… 大さじ2
 砂糖 …………… 小さじ2
 こしょう …………… 少々



【つくりかた】

- ①長ねぎ、たまねぎ、にんにくはみじん切りにする。
- ②調味料を全部合わせてゆでたまごとともにビニール袋に入れ、一晩寝かせる。
- ③温かいごはんにお卵を切つてのせ、つけだれとともにいただく。

レンジで簡単 マグカップフレンチトースト

東小学校
栄養士おすすめ

【材料】 1人分

食パン6枚切り …………… 1枚
 たまご …………… 1個
 牛乳 …………… 100ml } A
 砂糖 …………… 大さじ1
 メープルシロップ …… 適量

【つくりかた】

- ①食パンをひと口大の大きさに切る。
- ②マグカップに A の材料を入れて混ぜる。食パンを入れて染みこませる。
- ③レンジで3分加熱する。(600w の場合)



* 粉糖・シナモンパウダーをお好みでかけてください。

前日に作っておく 和風ポトフ

中部小学校
栄養士おすすめ

【材料】 2人分

ウインナー …………… 4本
 たまねぎ …………… 中1/2個
 だいこん …………… 中1/8本
 にんじん …………… 1/4本
 じゃがいも …………… 中1/2個
 こまつな …………… 2株
 凍り豆腐(角切り) …… 6g
 塩 こしょう …………… 少々
 しょうゆ …………… 小さじ1
 和風顆粒だし …………… 小さじ1
 かたくり粉 …………… 小さじ1

【つくりかた】

- ①野菜は大きめに切る。ウインナーは半分に切る。
- ②こまつなは3cmくらいの長さに切る。
- ③鍋に水、だいこん、にんじん、じゃがいもを入れて煮る。
- ④煮立ったら、たまねぎ、ウインナーを入れる。
- ⑤野菜がやわらかくなったら、調味料と凍り豆腐を加える。
- ⑥こまつなを入れて仕上げに水溶きかたくり粉でとろみをつける。



* 野菜は季節のものや家庭にあるものを入れて作りましょう。
 * 朝は温めるだけ。栄養のバランスも OK。

| 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------|--|-------------------------|-----------------------------|
| | 2 ♥ 1歳6か月児健診 (R3.8月生) | 3 ♥ 10か月児相談 (R4.5月生) | 4 新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130 |
| (R4.9月生) | 9 ♥ 1歳児健診 (R4.3月生) ♥ あざみの会 (ここに病をもつ方の家族の会) | 10 ふれ愛あそび (箕輪町図書館) | 11 浅川建設工業(株) 水道 ☎79-2218 |
| 2.12月生) コミュニケーションに | 16 ♥ 離乳食教室② (R4.7月生) | 17 | 18 (株) マツシマ 水道 ☎79-2115 |
| | 23 | 24 ♥ 7か月児相談 (R4.8月生) | 25 新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130 |
| | 30 | 31 | 1 |

情報

④
④

日・27日

8:00~9:30

缶・びん・ペット
ボトル・廃食用油

19日

26日

5日

12日

12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 3月5日・12日・19日・21日・26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


箕=箕輪町 伊=伊那市 南=南箕輪村 辰=辰野町

| | | |
|--|---|--|
| <p>5日</p> <ul style="list-style-type: none"> 箕 ユーカリの森クリニック(内) ☎98-7855 伊 中村クリニック(小・外) ☎77-0206 伊 百瀬医院(産・婦) ☎72-2016 伊 春日医院(内) 高遠町 ☎94-2054 | <p>12日</p> <ul style="list-style-type: none"> 伊 くらごうち内科循環器科医院(内・循) ☎77-0582 伊 酒井医院(内・婦) ☎72-4835 辰 むらおか内科クリニック(内) ☎(0266)41-0143 | <p>19日</p> <ul style="list-style-type: none"> 伊 池上医院(内) ☎72-4060 伊 古田産婦人科医院(産) ☎78-8088 伊 岩田クリニック(泌) ☎73-1929 南 長田内科循環器科医院(内・循・小) ☎72-4043 |
| <p>21日</p> <ul style="list-style-type: none"> 箕 伊北クリニック(整) ☎70-6633 伊 重盛医院(内・小) ☎72-2384 伊 春日医院(内) 伊那市中央 ☎72-3803 | <p>26日</p> <ul style="list-style-type: none"> 箕 しろぎ内科クリニック(内) ☎98-5030 伊 樋代内科医院(内) ☎72-2505 伊 富士眼科医院(眼) ☎74-7166 伊 北原内科(内) ☎94-2255 | |



| 日 | 月 | 火 | 水 |
|---|---|--|--|
| 26 | 27 | 28 | 1 |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 箕輪建設工業(株) ☎79-2035  |  運動あそび (いろはぼけっと) |  4か月児健診 (R4.11月生) |  離乳食教室① |
| 12 | 13 | 14 | 15 |
| (株)コマツ ☎79-2568  |  助産師相談・健康相談 (要予約) |  3歳児健診 (R2.2月生)  ころの相談 (要予約)  ふれ愛あそび (みのわ〜れ) |  2歳児健診 (R2.2月生)  もみじの会 (ころの病や人とのコミュニケーション不安がある方の会) |
| 19 | 20 | 21 春分の日 | 22 |
| 赤羽設備(株) ☎79-6990  | | (株)カスガ ☎79-3382  | |
| 26 | 27 | 28 | 29 |
| 箕輪建設工業(株) ☎79-2035  |  健康相談 (要予約) | | |

| 各種相談窓口 | |
|--|--|
| 司法書士による法律相談  要予約 | 3月7日(火) 13:30~16:00 箕輪町総合福祉センター ☎79-4180 FAX 79-6770 |
| 交通事故相談  要予約 | 3月2日(木)・3月16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 | 3月16日(木) 13:30~15:00 町文化センター2階 研修室4 ☎79-3144(内線1102、1105) |
| 公証人による公証相談  要予約 | 平日(祭日除く) 9:00~17:00 伊那公証役場 ☎73-8622 |

| 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・日はお休みです |
| 祝日受入日 | 3月21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日 |
|------------------------------|
| 南東コース①、北西コース①、 6日・13日・20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・中曾根・木下一の宮 | 火・金 | 2日 | 13日・27日 | 15日 | — | — |
| 松島 | 火・金 | 9日 | 2日・16日 | 22日 | — | — |
| 沢・長岡・南小河内 北小河内 | 火・金 | 16日 | 9日・23日 | 1日 | — | — |
| 木下・三日町・福与 | 火・金 | 23日 | 6日・20日 | 8日 | — | — |
| 木下 原町北部・春日通 原町中央・南原 | 火・金 | 2日 | 13日・27日 | 15日 | — | — |

眠れていますか？～よい睡眠で、こころもからだも健康に～

人は人生の3分の1の時間を睡眠に費やすと言われていています。睡眠の役割は、ずばり疲労を回復すること。寝ている間に身体や脳の疲れを休息させて、修復・再生しています。そのため、睡眠時間が充分でなかったり、質が悪かったりすると、心身に大きな負担がかかります。睡眠不足は生活に支障をきたすだけでなく、生活習慣病の原因となることや、うつ病などのこころの病の引き金になることもわかってきています。

睡眠時間は足りていますか？

「睡眠は1日8時間」とよく耳にしますが、体調を維持するために必要な睡眠時間には個人差があります。何時間寝たかではなく、ぐっすり眠ることができたと感じることができれば、それがあなたにとってのベストな睡眠時間となります。朝すっきりと目覚めて、日中身体の重だるさや眠気を感じない状態を維持できる睡眠時間を確保しましょう。

よい睡眠のためにできること

- | | | |
|--|---|---|
| <p>朝</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎日同じ時間に起きる ・起きたら太陽の光を浴びる ・朝食をとる | <p>昼</p> <ul style="list-style-type: none"> ・適度に身体を動かす ・頭も使って脳を活性化させる ・昼寝は午後3時前までに30分以内を目安に | <p>夜</p> <ul style="list-style-type: none"> ・夕食は早めに済ませる ・カフェイン・たばこは避ける ・激しい運動は避ける ・テレビやパソコン、スマートフォンなどの明るい光は避ける ・アルコールはほどほどに |
|--|---|---|

よい睡眠とは、脳も身体も十分に休めている睡眠を指します。ぐっすり眠るために、日中の生活習慣を見直してみましょう。

自分の睡眠をチェックしてみましょう！

過去1か月間に、少なくとも週3回以上経験したものに○を付けてみましょう（アテネ不眠尺度）

| | 0点 | 1点 | 2点 | 3点 |
|---------------------------|---------------|------------|------------|------------------------|
| 寝つき（布団に入ってから眠るまでに要する時間） | 問題なかった | 少し時間がかかった | かなり時間がかかった | 非常に時間がかかった 全く眠れなかった |
| 夜間、睡眠途中で目が覚める | 問題になるほどではなかった | 少し困ることがあった | かなり困っている | 深刻な状態 全く眠れなかった |
| 希望する起床時間より早く目が覚め、それ以上眠れない | そのようなことはなかった | 少し早かった | かなり早かった | 非常に早かった 全く眠れなかった |
| 総睡眠時間 | 十分だった | 少し足りなかった | かなり足りなかった | 全く足りない 全く眠れなかった |
| 全体的な睡眠の質 | 満足している | 少し不満 | かなり不満 | 非常に不満 全く眠れなかった |
| 日中の気分 | いつも通り | 少しめいだった | かなりめいだった | 非常にめいだった |
| 日中の活動について（身体的及び精神的） | いつも通り | 少し低下 | かなり低下 | 非常に低下 |
| 日中の眠気 | 全くない | 少しある | かなりある | 激しい |

【3点以下】 問題ありません

【4～5点】 不眠傾向があります

【6点以上】 不眠症の疑いがあります

不眠の原因には様々なものがありますが、生活習慣を整えることで解消されることも多いようです。しかし、2週間以上続く場合は「こころ」や「からだ」からのSOSのサインかもしれません。原因によって、治療法や対処法も変わってきます。一人で悩まず、早めに専門家に相談しましょう。



令和5年1月 から 出産応援ギフト・子育て応援ギフト (国の出産・子育て応援給付金) の支給を開始しています!

箕輪町では、全ての妊婦・子育て世帯が安心して出産・子育てできるように、妊娠中の方や子育て世帯の方に対して、身近で相談に応じ、必要な支援につなぐ伴走型相談支援の充実を図るとともに、国の出産・子育て応援給付金である出産応援ギフト・子育て応援ギフトを支給します。



(詳細は町ホームページをご確認ください。)

伴走型相談支援の充実

- ・妊娠届出時相談…………… 妊娠届出をされた際に、保健師がお話をうかがいます。
- ・妊娠8か月頃相談(新規) …… アンケートに回答してもらい、ご希望に応じて保健師がお話をうかがいます。
- ・出生後相談…………… 赤ちゃん訪問時等に、保健師がお話をうかがいます。

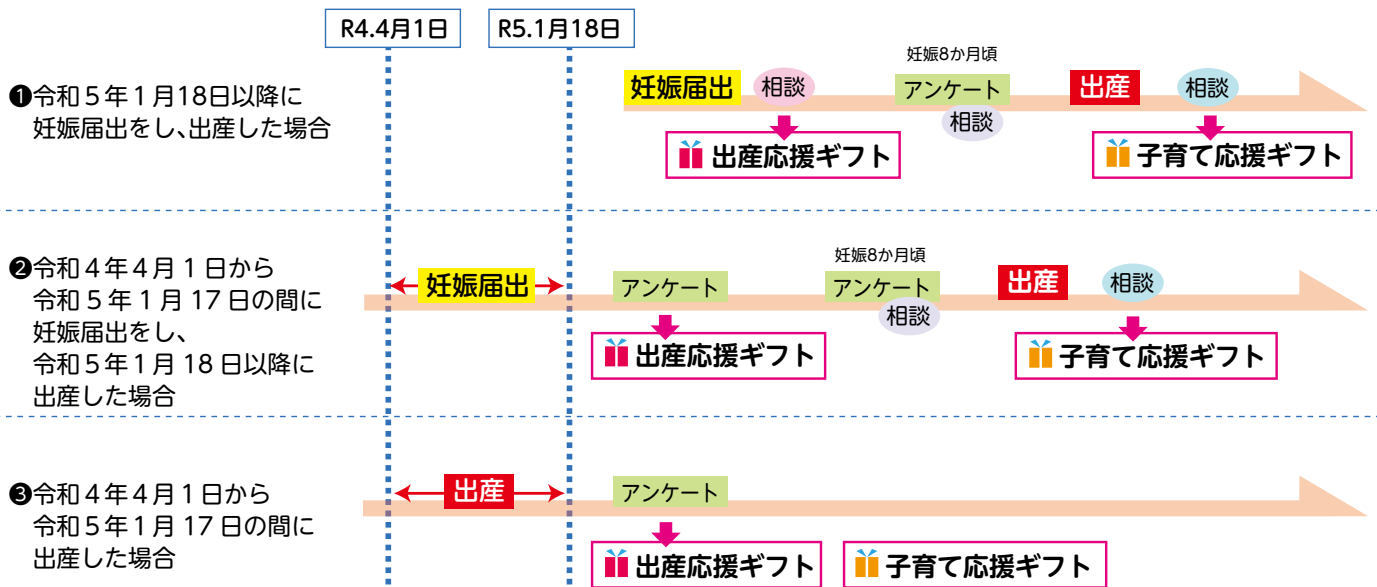
その他、妊娠・子育てについて、いつでも相談をお受けします

出産 応援ギフト

- ・対象者 ①令和5年1月18日以降に妊娠の届出をした妊婦
②令和4年4月1日以降、令和5年1月18日より前に出生した児童の母又は、妊娠の届出をした妊婦(妊婦であった方を含む。)
- ・支給内容 対象者の妊娠1回につき、現金5万円(支給内容は今後変更する場合があります)
- ・申請方法 ①の方：妊娠届出時に保健師と相談後に申請
②の方：妊娠期間アンケートに回答し、申請
- ・申請期限 ①の方：妊娠中
②の方：令和5年7月17日

子育て 応援ギフト

- ・対象者 以下のいずれかの対象児童を養育する方
①令和5年1月18日以降に出生した児童
②令和4年4月1日以降、令和5年1月18日より前に出生した児童
- ・支給内容 対象児童1人につき、現金5万円(支給内容は今後変更する場合があります)
- ・申請方法 ①を養育する方：赤ちゃん訪問時等に保健師と相談後に申請
②を養育する方：出生後アンケートに回答し、申請
- ・申請期限 ①を養育する方：対象児童の生後4か月まで
②を養育する方：令和5年7月17日





育てる男が、職場を変える。社会が動く。



広がれ！ イクメンの輪

松島にお住まいの
Sさん家族

2か月間の男性育児休業を取った 会社員のSさんにお話しをうかがいました

育児休業を取得した きっかけは？

出産にあたり、夫婦ともに近くに親族がおらず、里帰り出産も難しく、出産直後大変な時期の家事・育児に私が集中する必要があったからです。

育児休業で、ご自身が変わったこと、 感じたこと

ほとんど毎日妻、子どもと一緒に過ごすこと、ささいなことでも心を揺さぶられるようなことの連続でした。「今初めて笑ってくれた気がする！」「便の様子が変わったから変わったけど大丈夫か？」「目まぐるしい毎日の中で大変さも楽しさも濃い密度で味わいました。この時期にこそ関わらなければ、妻の育児の大変さを理解するのに苦労したと思います。」



復職後、どんな家事や子育てを していますか？

食材の買い出しや子どものお風呂は担当です。料理は好きなので、平日は平日にできないおかずの作り置きや離乳食づくりも楽しんでいます。

子育てで楽しいことや、 大変と思われることはありますか

家事の最中でも、子どもが泣いたり、かまっけはしたがったりすれば、作業は中断。その時やっていた事が中途半端になつてなかなか進まずストレスに感じることがありました。

でも、子どもと遊んでいるときの楽しい時間があれば全て解消してくれます。「たかいたかい」や「飛行機ごっこ」などのふれあい遊びをいろいろ試し、大ウケしてくれる遊びを日々研究しています。

育児休業を取得するにあたって、 会社や周囲の反応

上司には出産予定日の半年ほど前に、育児を取得したいと伝えました。職場では、育児休業を取得した男性の先輩がいたおかげで、理解していただきやすい環境だったと感じています。また男女問わず職場の先輩方には育児休

取得や子育ての相談に乗っていただき、 とてもありがたかったです。



職場へ復帰して感じたこと

育児を取らせていただいた感謝を、仕事で貢献しなくてはという気持ちでしました。長期間仕事から離れて早く空白を取り戻さないと、少し焦りもありましたが、職場の皆さんの接し方や仕事の環境は変わらず、落ち着いて復帰する事が出来ました。

同じような立場の方へのおススメ や、アドバイス！

子どもの成長を逃さず記録できる、瞬時に起動し、持ち運びやすいビデオカメラはおすすめです。動画編集ができるとなお良いです。ただなかなかやる時間はありませんが(笑)

また普段の心がけとして、日々のちょっとした達成感や成長を見つけることを大切にしました。例えば今日は皿洗いが効率よくできたとか、子どもをこきげんよくお風呂に入れたなど小さなことも大げさにとらえると、やりがいも増してきます。

子育てはせわしなく大変なこともあります。が、今しかないこの時間、お互いに楽しみましょう。

軽度・中等度難聴児に補聴器の 購入費用を助成する制度があります



身体障害者手帳の交付対象とならない18歳未満の難聴児に、補聴器の早期装用、聴力の向上、言語の発達支援、周囲とのコミュニケーション障がい及びそれに伴う情緒障がいの改善を図ることを目的として、補聴器の購入費または修理費の一部を助成します。

◇ 対象者 (要件をすべて満たす方が対象となります)

- ① 箕輪町内に住所を有している18歳未満の方
- ② 聴力レベルが身体障害者手帳の交付対象とならない方
- ③ 補聴器の装用が必要であると県内の精密聴力検査機関の専門医により診断を受けている方
- ④ 対象児童の属する世帯に市町村民税所得割額が46万円以上の方がいない方

◇ 助成内容 補聴器の種類に応じた基準額または購入費用のいずれか低い額の3分の2の額を助成します。

◇ 申請 制度を利用する場合は申請が必要になります。手続きについては下記までお問い合わせください。

◇ その他 聴覚に障がいがあり身体障害者手帳を所持している方については、補装具費での補聴器支給制度があります。



箕輪町子育て少子化対策
キャッチコピー

みんなで育てる みのわっ子
～パパになるなら箕輪町
ママになるのも箕輪町～

保育園だより

東みのわ保育園

地域の方々と
豊かな自然に
守られて

町のホームページ
「いいね！みのわっこ」▶
随時更新しています！



東みのわ保育園は、信州自然型保育「やまほいく」の認定を受け、東山の自然に囲まれた環境の中、自然に触れる保育を積極的に取り入れています。

秋、今年はバスに乗って、もみじ湖へ紅葉狩りに行きました。上ノ平やトトロの森、小河内神社、秋の自然にたくさん触れることができました。園庭の土手では、虫を追いかけたり、滑り台で遊んだり、雪が積もるとソリ滑りを楽しみます。

春、上ノ平の一本桜や東小学校、わかなの桜並木のお花見が今から楽しみです。



- ①季節先取りの紅葉狩りでした
- ②気持ちの良い散歩日和です
- ③「どんぐりだよ」「さわってみる？」
- ④「きれいな葉っぱがいっぱいだね」
- ⑤ツルツル滑り台で泥んこになるまで遊びました
- ⑥桜が咲くころには、年長さくら組です。
- ⑦「見て見て！三人乗りだよ！」

小・中学校だより

西小学校

西小 わんぱく冬まつり
2022

12月23日にPTA行事「わんぱく冬まつり」が行われました。西小は、1～6年を縦割り班にした「あおぞら班活動」を大事にしています。今回も10のあおぞら班で活動しました。「空き缶つみ」「わなげ・ストラックボード」「工作」「射的」「つりゲーム」「大縄とび」「ポッチャ」「ヨーヨーつり・ぷよぷよつかみ」の体験ブースを回りました。工作では低学年に手を貸す上級生、またポッチャや大縄とびでも1～6年までが協力する姿が見られ、校内のあちらこちらから子ども達の歓声が聞こえてきました。PTA3役の皆さん、保護者の皆さんが準備を進めていただき、全校の子ども達、保護者、職員が1つになり楽しいひとときを過ごすことができました。今後も西小学校の行事の一つとして大切にしていきたいと思ひます。



①「アルミ缶つみ」
みんなで力を合わせて慎重に



②「工作」サンタさんの説明を聞きながらいいねに



③「射的」自分で作ったゴム鉄砲でうまく当たるかな？



④「つりゲーム」一点集中、みな真剣です



⑤「わなげ・ストラックボード」

新型コロナウイルス感染症の状況によってイベント等、延期・中止になる場合があります。

自衛官等募集のご案内

令和5年度の自衛官等の採用についてご案内します。

各種目別に受付期間、試験期日等が異なります。

QRコードからご確認ください。



令和5年度自衛官等採用案内

自衛隊長野地方協力本部

伊那地域事務所

☎73-4860

軽自動車税のお知らせ

軽自動車税は、毎年4月1日時点で軽自動車やオートバイ等を所有されている方に課税されます。

廃車、名義変更、住所変更等をされた場合は4月1日までに変更手続きをお願いします。

なお、内容により手続き場所や必要書類が異なります。

必ずチェック！長野県の最低賃金

| 種類 | 時間額 (令和3年改定額) | 発行年月日 |
|-----|--|------------|
| 地域別 | 長野県最低賃金 908円 (877円) | 令和4年10月1日 |
| 産業別 | 計量器・測定器等製造業 945円 (916円) | 令和4年12月14日 |
| | はん用機械器具等製造業 956円 (927円) | 令和4年12月16日 |
| | 各種商品小売業 910円 (879円) | 令和4年12月31日 |
| | ※印刷、製版業最低賃金は長野県最低賃金を下回っているため、長野県最低賃金908円が適用されます。 | |

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和4年

長野県最低賃金のお知らせ

国税務課 資産税係
☎79-3146 (直通)

で、事前に役場税務課までお問い合わせください。
※軽自動車税は月割による納税制度がありませんので、手放した場合は月割還付はありません。

2023年春

ヤマハ音楽・英語教室入会受付中!! 無料体験・見学開催中

音楽教室体験レッスン予定日 要予約

1・2歳(らっきー) 3/15(水) 10:00~
2・3歳(ぶっぐる) 3/15(水) 11:00~
年少(おんがくなかよし) 3/24(金) 16:30~
年中長(幼児科) 3/12(日)・4/2(日) 10:00~

英語教室体験レッスン予定日 要予約

年中長コース(トーキッズ) 3/18(土) 14:30~
年長コース(トーキッズ2へ編入) (水) 16:30~
小学1・2・3年コース 見学できます

個人レッスンの体験、随時受付中!!
★ピアノ ★エレクトーン ★ドラム
幼児から大人の方まで楽しめます!!

☆体験レッスンのご予約、ご入会等のお申込み、お問い合わせはお電話またはオグチ楽器ホームページで受け付けております。

事前お申込み・お問合せは ☎0120-970-091 ヤマハ特約店 (株)オグチ楽器
箕輪センター担当 河西 070-5551-9033 (直通) 箕輪センター 箕輪町中箕輪9541-1 (後場入り口交差点)

10月1日から時間額908円に改正されました。この機会に、ご確認ください。

また、中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施しています。ご利用ください。

☎026-223-0555
長野県労働局労働基準部賃金室



輝く未来へ!

OPEN THE WAY TO THE BRIGHT FUTURE!

住友金属鉱山グループ
SHINKO 株式会社 伸光製作所

プリント配線板の
開発・設計・製造・販売

〒399-4692 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪12238
0265-79-0121 <https://www.shinkoss.co.jp>

※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。



3



令和5年度 交流菜園・町民菜園の利用者を募集します

農ある暮らしを体験しませんか？

初心者の方は交流菜園からのスタートがお勧めです。

募集期間：令和5年3月1日(水)～3月17日(金)

※区画数に限りがあるため、お申込み順での受付とさせていただきます。

※お申込みは記載QRコードから、または窓口までお越しください。



◆交流菜園◆

プロの農家さんの指導のもと、野菜を作る講座付きの菜園

- 参加費：4,000円(必要資材・苗含む)
- 場 所：長田交流菜園
- 面 積：約50m²
- 募集数：15区画



◀申し込み
農地場所

| 第1回目 | 第2回目 | 第3回目 | 第4回目 | 第5回目 | 第6回目 | 第7回目 |
|---------|---------|----------------|---------|----------------|--------|----------|
| 5/13(土) | 5/27(土) | 6/17(土) | 7/15(土) | 8/19(土) | 9/9(土) | 10/14(土) |
| 8時～10時 | 8時～10時 | 8時～10時 | 8時～10時 | 8時～10時 | 8時～10時 | 8時～10時 |
| 畑準備 | 夏野菜定植 | ニンジン播種 生育指導 | 個別生育指導 | 畝づくり 個別生育指導 | 秋野菜定植 | 最終指導 |

◆町民菜園◆

自由に耕作できる農地をお貸しする菜園

- 利用料：1,600円/区画
- 場 所：北原、原町北部、二本松、長田
- 面 積：約100m²
- 期 間：令和5年4月～令和6年3月(1年間)



◀申し込み
農地場所

みどりの戦略課 未来農戦略係 79-3170(直通)

司書さんお薦め 新着図書を紹介

3月1日からの貸し出しです

閩町図書館 ☎79-6950

短歌のガチャポン



穂村 弘/著
小学館

現代短歌の旗手穂村弘が選ぶ、明治から現在までの短歌100首。楽しくて悲しくておかしな短歌を詰め込んだ、ホームラ印のガチャポン・マシーンをお試しあれ！

ガリバーのむすこ



マイケル・モーパーゴ/作
杉田 七重/訳
小学館

海に投げ出された難民少年オマールが、目をさましてみるとそこは、ガリバーが流れついた小人の国リリパット国でした。難民少年が見つけた幸せとは？

ちいさなバレリーナ はじめてのバレエレッスン



朝比奈 かおる/作
講談社

バレエを習い始めることになったまいちゃん。今日は初めてのレッスン。バレエってどんなふうにしてレッスンするのか？繊細で美しいタッチで描きだした絵本。

定期イベント▶ 4日(土) ドリーム号地区巡回、11日(土) おはなしこんにちは、16日(木) おはなしくまさん、30日(木) 閉館作業日



2050 ゼロカーボンに向けた取り組み

最近よく耳にするけど、よくわからない エシカル消費 ～普段の買い物から考えてみよう～



「エシカル (ethical)」とは倫理的、道徳的という意味です。

私たちが購入している商品やサービスの「向こう側」には、地球温暖化や森林破壊などの社会問題を引き起こす要因が隠れていることがあります。

ものやサービスを選ぶとき、「人を傷つけていないかな」「地球に負担をかけていないかな」などを考えれば、それは全て「エシカル消費」です。

環境や社会等に配慮した買い物を心がけましょう。



環境 に配慮した消費

- ・必要なものを、必要なだけ買う
- ・エコな商品を選ぶ



人・社会 に配慮した消費

- ・CO₂削減やSDGsに取り組む企業の商品を買う
- ・福祉作業所などの商品を買う

健康 に配慮した消費

- ・塩分控えめ、野菜多めの食事を心がける
- ・徒歩や自転車でお買い物へ

地域 に配慮した消費

- ・地元の商品を買う
- ・被災地などの商品を買う

心がけよう
エシカル消費

2050 ゼロカーボンみのわ

箕輪町では、ゼロカーボンや地球温暖化、SDGs等の認知度や理解度を向上させ、町民お一人おひとりのライフスタイルの変容を促し、2050年までにゼロカーボン達成を目指します。



住民環境課 ゼロカーボン推進室 79-3154 (直通)

募集のお知らせ

文芸コーナーに
作品を掲載してみませんか？

俳句・川柳・短歌
みなさまの作品をお気軽に
お寄せください。
応募はこちら▶



みのわの魅力発信室 広報・交流推進係
79-3152 (内線1162)

雪の朝屋根に転がる烏からすかな
冷えし夜の空港麻薬探知犬

藤澤 史明

木村 広子

「おやすみ」と見上げる先のオリオン座
井口ひふみ

二人居の月跨りの蜜柑箱
柴 和夫

昆布巻きの帯締め直す四日かな
赤羽 正久

我が記録すべて包んで古日記
日野六花子

お年玉背丈は爺を超えてをり
松澤 一十

みのわ俳句会

文芸コーナー



8つが商品化!!

令和4年度 箕輪町農産物等販路拡大事業補助金を使って商品化した商品一覧

みのわ加工
販売先 テラスすたんど

おこわ みつても

のあばいん
販売先 ふるさと納税

ジェラート

チーズケーキ

若林酒店もみじ湖夢ワインをつくる会
販売先 若林酒店(完売)

まつぶさワイン もみじ湖夢ワイン

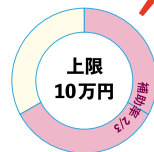
伊藤奏
販売先 みのわテラス・ベルシャイン(完売)

赤カブ漬け

KANCA
販売先 みのわテラス・ふるさと納税

セミドライりんご

令和5年度も事業は継続します!



補助内容

- ・補助率 2/3
- ・上限 10万円
- ・年度内につき 3回まで申請可

利用可能者

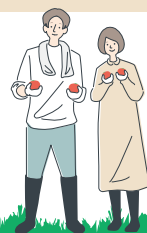
- 箕輪町に住所・もしくは農地を有し農業を営む個人や団体
- 農産物等の販路拡大または付加価値化を行う個人や団体

※事業開始 2週間前までに申請書の提出が必要です。
※詳細は町HP、または電話、窓口まで

町内産農作物等を使用した商品の加工試作を応援します!

ECサイト整備、農に関する認証取得、ロゴ・パッケージの作成、マーケティングなども補助金の対象です。詳しくはお問い合わせください。

箕輪町役場 みどりの戦略課 未来農戦略係
上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298
TEL 0265-79-3170
FAX 0265-79-0230
MAIL midori@town.minowa.lg.jp



A. 次のうち設定されていない場所は?

- ① みのわテラス ② みのわ天竜公園 ③ もみじ湖
④ みのわ温泉ながたの湯 ⑤ 箕輪町役場 ⑥ 文化センター
⑦ 夢まちLabo ⑧ 夢まちスペース ⑨ 番場原公園
⑩ サランバン ⑪ 萱野高原 ⑫ 町民体育館

B サイクルスタンド1基につき自転車は何台かけられる?

- ① 2台 ② 3台 ③ 5台
※サイクルスタンドの横幅は 1m80cmです

C このタペストリの意味は?

- ① 自転車利用者を歓迎します
② サイクルスタンドを設置しています
③ 自転車で来ても大丈夫です



答え A ⑨ ⑫ B ③ C 全部

豆知識

マウンテンバイクやロードバイクは、サイドスタンドがないためサイクルスタンドがないと停めることが出来ません。気軽に自転車で発見光してもらえよう2019年から、町の10ヵ所に設置されました。

16コマ目 町のサイクルスタンド? **みのわ塾!**



イラスト 森下 容子



みのわ テラス 通信 Vol.22



3月カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------|------------------------------------|----------------|-------------------------|--------------------------------------|----|-----------------------|
| | | | 1 | 2 テラススタンド | 3 | 4 農畜産フェア |
| 5 農畜産フェア | 6 やまびこテラス サイクルテラス | 7 | 8 テラススタンド ファームテラス | 9 おもちゃとえほん サイトマーケット テラススタンド | 10 | 11 提携JAフェア |
| 12 提携JAフェア | 13 やまびこテラス サイクルテラス | 14 | 15 おもちゃとえほん | 16 テラススタンド | 17 | 18 コロケの日 春彼岸セール |
| 19 春彼岸セール | 20 春彼岸セール やまびこテラス サイクルテラス | 21 | 22 | 23 テラススタンド | 24 | 25 月末感謝祭 |
| 26 月末感謝祭 | 27 やまびこテラス サイクルテラス | 28 ボディメイク体験 | 29 | 30 テラススタンド | 31 | |

■ サイクルテラス ■ やまびこテラス
■ ファームテラス ■ テラススタンド

みのわテラスに関するご意見やご要望受付中!



匿名記入なのでお気軽にフォームへご記入ください

開催テーマは随時決定!
開催テーマも募集中です!

みのわテラスでは令和5年度も毎月イベントを開催します!

4/1 2周年記念祭「春祭り」

8/5 テーマ募集中

12/2 冬祭り

5/6 クラフトフェア

9/2 テーマ募集中

1/6 テーマ募集中

6/3 テーマ募集中

10/7 秋祭り

2/3 テーマ募集中

7/1 夏祭り

11/4 テーマ募集中

3/2 テーマ募集中

農産物販売所
ファームテラス
みのわ
9:00~18:00
TEL.0265-70-5230

レストラン&カフェ
やまびこテラス
ブランチ&カフェ 9:30~11:00LO
ランチ 11:30~
ランチ&カフェ 14:00~17:00
ディナー 17:00~20:00LO
TEL.0265-96-0129

自転車販売&メンテナンス
サイクルテラス
BM-FUJI
10:00~19:00
TEL.0265-96-7242

テラススタンド
平日 10:00~15:30
土日祝 10:00~16:00
TEL.0265-96-7871

みのわテラス
箕輪町中箕輪 3730-186
箕輪町役場 みどりの戦略課
未来農戦略係
TEL.0265-79-3170



イベント・販売会などで、
みのわテラス緑地を利用することができます

使い方はあなた次第
テントや机も貸し出しOK
利用料無料(条件あり)

お申し込みや
詳細は
こちらから



うちの子「結婚」 しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関する
お悩みにプロの仲人が
お答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい
☎0263-88-7009

結婚相談所ムスベル



大切な人を守る為に
備えはできていますか?

非常食から消防車まで消防・防災の事なら

HARUMI

ご相談・ご要望にスタッフが迅速に対応致します。

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