

みのわの実

12



特集

小中学生がお互いの学習内容から学び合い、
地域の方々とのつながりを意識したフォーラム
～ 8/26 第2回箕輪町キャリア教育フォーラムより ～

平成26年度 人事行政の運営等の状況について …4.5
固定資産税についてのお知らせ ……6.7
[人権週間]・住民基本台帳閲覧状況のお知らせ ……8

雲発生のメカニズムの実験
～信州理科教育研究会での公開授業～

小中学生がお互いの学習内容から学び合い、 地域の方々とのつながりを意識したフォーラム

～ 8/26 第2回箕輪町キャリア教育フォーラムより ～



今回のフォーラムの特色

- ①3つの小学校のキャリア教育の視点からの活動発表
- ②事業所やキャリア教育推進協議会のメンバーとの意見交換会に中学生が参加



第1部 小中学校のキャリア教育に関する活動発表

東小4年生の発表

西アフリカにあるブルキナファソという国で支援活動に参加したJICA職員の宮澤さんのお話を聞いて学んだことを歌と自作の絵を用いて元気よく発表しました。

貧困等が原因で学校へ行けない子、勉強したくても勉強する機会が与えられない子がいる現状を踏まえ、これからの生活の中で食べ物を粗末にしない、お互いの違いを認め合い仲良くしたい、勉強をしっかりと人の役に立つ仕事をしたい等、精一杯努力していきたいという思いを伝えました。



北小5年生の発表



地域の事業所での職場見学から学んだことを発表しました。地元の職場で働く自分の父親の姿を見て、「責任をもって地元のために懸命に働いている姿を『誇らしく』思いました」と語る子ども達。懸命に働く親のうしろ姿を子ども達に見せる必要性を感じました。

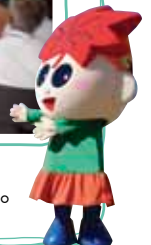
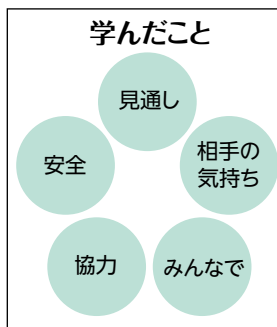


また、地域の「りんご農家の高田さん」の指導の下で行ったりんご栽培では、摘花・収穫・選別・販売といった活動を通して、働くこと・お金を稼ぐことや作物を育てる大変さについて学んだことを発表しました。

南小4年生の発表

南小伝統行事「全校キャンプ」を成功させるための各係（全体進行・食事・かまど・キャンプファイヤー・夜のお話等）の役割・責任についてわかりやすく発表しました。

係の仕事を通して学んだこと（見通し・安全・協力・みんなで・相手の気持ち）は、大きなイベントを成功させるためのポイントであり、キャリア教育で学ぶ大切な視点でした。経験を通じた貴重な学びです。



中学校2年生の発表

2日間の職場体験学習から学んだことを、映像やコント、作文で発表しました。特に事前学習で学んだ、「あいさつ」と「時間を守ること」の大切さは、各職場でも実感してきたようです。

「他喜力と自喜力」を大事にしている職場で学んできた生徒は「仕事を通じて、人も自分も幸せになれるというやりがいをもつことの大切さ」を紹介しました。日頃学校や家庭で指導されていることの意味を、この職場体験学習を通して、自分のものにした生徒が多かったようです。



① 小学校と 中学校をつなぐ



キャリア教育フォーラムの役割

② 学校と 地域をつなぐ



参加した小学生

中学になると、2年生で本格的な職場体験学習があることを理解、見通しをもてました。

参加した中学生

小学生のキャリア教育の活動を理解、自らの職場体験学習と結びつけて今後の見通しをもちました。

参加した事業所等の方々

小中学校のキャリア教育の様子を理解。地域の大人の思いを小中学生に伝える機会となりました。

第2部 事業所等の方と中学生との意見交換会



中学生と事業所、教育関係者等が5～6人ずつ8つのグループに分かれて、職場体験学習を中心とするキャリア教育について意見交換をしました。

人と接するケアセンターでの介護で、相手の気持ちを考えて対応する難しさを感じたと語る中学生の声に、理容業を営んでいる方から「笑顔とあいさつが大事だよ。笑顔で接すると相手に気持ちが必ず伝わるよ。」とのアドバイスがありました。それを聞いてにっこりとほほ笑んで納得した表情の中学生。微笑ましい光景です。



また、話し合いの後半では、「箕輪町には、頑張っている大人がたくさんいる。遠くへ行く前に、地元のものにもっと目を向けてほしい。みんなで仲良くやっていける町にしたい。地域をぜひ愛してほしいな」というメッセージも中学生に贈られました。真剣な表情で聞き入る中学生。



短い時間でしたが、地域の大人の方の「箕輪町」に対する熱い思いと、中学生に対する大いなる期待を語っていただき、中学生にとっても大きな励みを、またこれからの人生に対して勇気をもたらしたと思います。

地域の方々にとっても、中学生の率直な思いを知る機会となり、双方にとって有意義な会となりました。

問合せ先 箕輪町教育委員会 ☎70-6603

平成26年度 人事行政の運営等の状況について

箕輪町では住民のみなさんの生活環境や福祉等の向上を目指し幅広い分野で様々な施策を進めています。これらの事業に携わっている職員の平成26年度における給与等の概要を「箕輪町人事行政の運営等の公表に関する条例」に基づき公表します。

1 職員の任免及び職員数に関する状況

(1)採用状況 (平成26.4.1～平成27.3.31) (単位:人)					(2)退職の状況 (平成26.4.1～平成27.3.31) (単位:人)					(3)職員数の状況 (各年度4月1日現在) (単位:人)			
職 種	事務職等	保育士	技能労務職	合 計	職 種	事務職等	保育士	技能労務職	合 計	職 種	一般行政職	技能労務職	合 計
男 性	5	0	0	5	男 性	5	0	0	5	26年度	204	6	210
女 性	1	2	0	3	女 性	3	1	0	4	27年度	201	6	207
合 計	6	2	0	8	合 計	8	1	0	9	※「職員数」は、行政職給料表対象職員です。教育長(1人)と特別職は含まれません。			

2 職員の給与の状況

(1)一般職の人件費の状況 (普通会計決算) (単位:人、千円、%)						(2)一般職の給与費の状況 (普通会計決算) (単位:人、千円)						
区 分	住民基本台帳人口 (27.3.31現在)	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率 (B/A)	区 分	職員数 (A)	給 与 費				1人当たり 給与費 (B/A)
								給 料	右記以外の手当	期末・勤奨手当	計(B)	
26年度	25,152	9,751,302	339,605	1,996,707	20.5	26年度	211	640,272	87,025	240,474	967,771	4,586

※「人件費」には、常勤特別職の給料、非常勤特別職の報酬等が含まれています。

※「職員数」は、当初予算の一般会計・各特別会計(一部特別会計を除く。)に給与を計上した一般職(教育長1人を含む。)です。特別職は含まれません。

(3)職員数の状況 (各年度4月1日現在) (単位:人、%)									
級	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	計	
標準的な業務内容	主 技 師	主 査	主 幹 副主幹	主 幹	専門幹	参 事	参 事		
26	職員数	23	16	92	52	10	11	6	210
	構成比	11.0	7.6	43.8	24.8	4.8	5.2	2.8	100
27	職員数	21	24	84	50	10	11	7	207
	構成比	10.1	11.6	40.6	24.2	4.8	5.3	3.4	100

※「職員数」は、行政職給料表対象職員です。教育長(1人)は含まれていません。特別職は、含まれません。

(4)職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況						
区 分	一 般 行 政 職			技 能 労 務 職		
	平均給料	平均給与	平均年齢	平均給料	平均給与	平均年齢
箕輪町	316,600円	338,100円	43.3歳	311,100円	316,500円	50.3歳
長野県	342,898円	399,942円	45.5歳	279,414円	302,678円	46.8歳

(平成26年4月1日現在)

(5)初任給の状況 一般行政職

区 分	箕 輪 町	長 野 県	国
大 学 卒	172,200円	178,800円	172,200円
高 校 卒	140,100円	144,500円	140,100円

(6)職員手当の状況 (平成26年度支給割合)

区 分	区 分	期末手当	勤奨手当
期末・勤奨手当	6月	1.225月分	0.675月分
	12月	1.375月分	0.825月分
	計	2.60月分	1.500月分
退 職 手 当	自己都合		勤奨・定年
	勤続20年	21.62月分	27.025月分
	勤続25年	30.82月分	36.57月分
	勤続35年	43.7月分	52.44月分
	勤続38年	47.012月分	52.44月分

・期末・勤奨手当は、職制上の段階、職務の級等による加算措置があります。
・手当の基準は、国に準じています。

(8)時間外手当

支給実績	(26年度決算)	29,610千円
職員一人あたり平均支給年額	(26年度決算)	141千円
支給実績	(25年度決算)	25,752千円
職員一人あたり平均支給年額	(25年度決算)	124千円

(7)特別職の報酬等の状況 (平成26年4月1日現在)

区 分	給 料 月 額 等
給 料	町 長 830,000円 (747,000円)
	副 町 長 670,000円 (616,400円)
報 酬	議 長 317,000円
	副 議 長 253,000円
	委 員 長 243,000円
	議 員 227,000円
期 末 手 当	町 長 6月期 1.40 月分 12月期 1.65 月分 計 3.05 月分
	副 町 長 議 長 6月期 1.45 月分 12月期 1.60 月分 計 3.05 月分

・給料月額の上段が条例上の金額で、()は実際の支給額です。
・支給額は、町長給料月額の10%、副町長給料月額の8%を減額して支給しています。

(9) 特殊勤務手当

支給実績(26年度決算)	66,000円		
職員一人あたり平均支給年額(26年度決算)	13,200円		
職員全体に占める手当支給職員の割合(26年度)	2.3%		
手当の種類	主な支給対象職員	主な支給対象業務	支給単価
犬ねこ等の死体処理手当	犬ねこ等の死体処理に従事する職員	事故等で放置された犬ねこの死体処理	1回500円

(10) その他の手当

手当名	内容及び支給単価	国の制度との異同	支給実績(26年度決算)	支給職員1人あたり平均支給年額(26年度決算)
扶養手当	配偶者、子及び孫、父母等	同	13,878千円	250,800円
住居手当	貸家・間貸	一部異	6,245千円	298,800円
通勤手当	通勤距離が2km以上	一部異	6,187千円	49,200円
管理職手当	課長	同	8,846千円	612,000円

(11) ラスパイレス指数

25年度	94.2	26年度	95.2
------	------	------	------

ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の地方公務員の給与水準を示します。

3 職員の勤務時間その他勤務条件の状況

(1) 勤務時間、休憩時間

本 庁			
勤務時間		休憩時間	閉庁日
始業時刻	終業時刻		
午前 8時30分	午後 5時15分	休憩 午後0時～午後1時	土曜日・日曜日 祝日法に規定する休日 12月29日～1月3日

(2) 年次休暇の取得 (平成26年1月1日～平成26年12月31日)

概要	平均日数	備考
1年につき20日付与翌年に繰越可能数最大20日	8.7日	年間を通じて在職した正規職員の平均

4 職員の分限及び懲戒処分の状況

分限処分

内 容	件数	備 考
職員がその職責を十分に果たすことが出来ない場合に行われる処分	2	免職0件、降任0件 降級0件、休職2件 (休職は病気による)

懲戒処分

内 容	件数	備 考
職員の一定の義務違反に対する責任を問うための処分として公務における規律と秩序の維持を目的とする	1	免職0件、停職0件 減給1件、戒告0件

5 職員のサービスの状況

区 分	内 容
職務に専念する義務の免除	・町関係団体の事務従事及び兼職 ・その他(福利厚生・健康診断)

6 職員の研修の状況

(1) 研修の状況

区 分	研 修 内 容	研修件数	受講者数(延数)
新規採用者	新規採用職員研修	6件	54人
幹部職員研修	部課長研修 等	2件	19人
特別研修	市町村職員研修センター専門研修等	85件	447人
派遣研修	国機関研修派遣、長野県派遣研修等	6件	6人
自主研修	職員の自発的研修	1件	3人

8 公平委員会の業務の状況

区 分	件 数
勤務条件に関する措置の要求の状況	0件
不利益処分に関する不服申立ての状況	0件

7 職員の福利及び利益の保護

(1) 福利厚生制度の状況

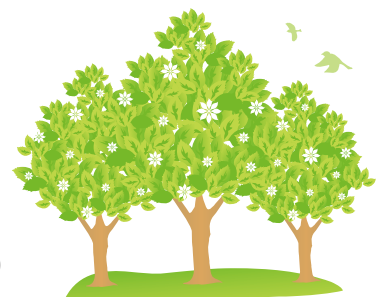
区 分	内 容
社会保険制度	市町村職員を対象とする市町村職員共済組合に加入しています。
職員衛生健康事業	職員に対する定期健康診断等の健康管理事業です。 ・定期健康診断 100人 ・人間ドック助成 134人 ・メンタルヘルス 相談会実施
職員福利厚生事業	職員共済会と長野県市町村職員互助会を通じて福利厚生事業を実施します。 なお、各団体へ負担金を下記のとおり支出しています。 ・職員共済会負担金 1,033,000円 ・長野県市町村職員互助会負担金 2,085,000円

(2) 公務災害補償制度の状況

加入団体	地方公務員災害補償基金長野県支部
------	------------------

(3) 利益の保護の状況

不利益処分に関する不服申立て件数	0件
------------------	----



固定資産税についてのお知らせ

事業主の皆さん、償却資産の申告をお願いします！

- 固定資産税は、土地や家屋のほかに、**償却資産**(事業用資産)についても課税の対象となります。
- 償却資産を所有している方は、毎年1月1日現在で所有している償却資産を申告する必要があります。(地方税法第383条による)
- **法人だけでなく個人で事業を営んでいる方も申告をお願いします。**

— 償却資産とは —

法人または個人で工場や商店等の経営、農業、アパートや駐車場の不動産賃貸等の事業などを営んでいる方が、その事業のために用いることのできる構築物、機械、車両、器具、備品等の事業用有形資産で、減価償却されるべきものです。※家屋として固定資産税の対象となるもの、自動車税・軽自動車税の対象となるものを除きます。

※太陽光発電設備を設置された方は申告が必要です。詳しくは左ページをご覧ください。

償却資産の対象となるもの【一例】



パソコン



コピー機



レジスター



陳列棚



大型特殊自動車

- ◆ これまでに申告されている皆さんには、平成28年度の申告書を12月中旬にお送りさせていただきます。
- ◆ 平成27年中に新規に事業を始められた方など、事業を行っていても申告書が届かない場合は、税務課資産税係までお知らせください。
- ◆ 資産の増減がない、事業を止めた等の場合も申告が必要です。



精米機



ビニールハウス



医療機器

【申告書提出期限】平成28年2月1日(月)

期限間際は窓口が大変混み合いますので、**1月22日(金)までの**申告書の提出にご協力をお願いします。

土地・家屋の現況調査を行っています

- 町では、固定資産税を課税する上で適正かつ公平な評価を行うため、町内全域を対象に土地と家屋の調査を随時行っています。(地方税法に定められた評価基準に基づいています)
- 固定資産評価補助員である箕輪町の職員が、課税対象となる土地や家屋について課税台帳及び図面と現況を照らし合わせながら現地調査を行います。必要に応じて立ち入り調査や、確認のため問い合わせをしますので、ご協力をお願いします。
- 職員は固定資産評価補助員証を携帯し、名札を着用しています。
- 土地・家屋の現況調査内容 ※変更や未調査の家屋が認められた場合、税額が変更になる場合があります。

【土地】

課税台帳に登録されている内容と現況を比較し、変更の有無などを調査。

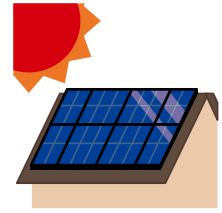
【家屋】

- ①家屋を新築または増築したときに、所有者に事前連絡などを行いながら評価。
- ②課税台帳に登録されている内容(所在地番・用途・構造・床面積など)と比較し、未調査の家屋を調査。

太陽光発電設備を設置した場合の固定資産税

家屋の屋根・土地等に10kW以上の太陽光パネルを設置して売電する場合には、設置した太陽光パネル等の設備は**固定資産税（償却資産）の対象**となりますので、**申告を忘れず**をお願いします。

太陽光パネルの発電規模及び設置状況等による課税内容は下表のとおりです。



● 設置者および発電規模別の課税区分

設置者	10kW以上の太陽光発電設備 (余剰売電・全量売電)	10kW未満の太陽光発電設備 (余剰売電)
個人(住宅用)	家屋の屋根などに経済産業省の認定を受けた太陽光発電設備を設置して発電量の全量又は余剰を売電される場合は、売電するための事業用資産となり、発電に係る設備は 課税の対象 となります。	売電するための事業用資産とはなりませんので、償却資産としては 課税の対象外 となります。
個人(事業用)	個人の方であっても事業の用に供している資産については、発電出力量や、全量売電か余剰売電かにかかわらず償却資産として 課税の対象 となります。	
法人	事業の用に供している資産になりますので、 <u>発電出力量や、全量売電か余剰売電かにかかわらず償却資産として課税の対象</u> となります。	

なぜ申告が必要なの？

売電目的の設置は固定価格買取制度による継続的な売電行為が保証される事業であり、償却資産の申告が必要となります。

税額は？

設備の取得価格から、設置以降の経過年数に応じた減価（減価償却）分を差し引いた残存価格が評価額となります。**評価額の1.4%が課税額**となります。

軽減措置

経済産業省の認定を受けた再生可能エネルギー発電設備（低圧かつ10kW未満を除く）を**平成24年5月29日から平成28年3月31日までに取得した場合**、当該設備に係る固定資産税について最初の3年間課税標準を3分の2とする特例措置があります。**申請が必要**となりますので、詳しくは下記までお問い合わせください。

手続き

申告方法、その他不明な点については下記までお問い合わせください。

太陽光発電設備に係る固定資産税(土地)の課税について

- 太陽光発電設備を設置すると課税地目が変更され、翌年度の税額が変更になる場合があります。
- 現地確認を行い課税地目を決定しますので、設備を設置した場合にはご連絡ください。

ポイント

- ① 宅地に設置 → 評価額は「宅地」のままで変更はありません。
- ② 宅地以外に設置 → 「雑種地」に変更となり、その土地の状況により評価額を決定します。

※ 農地に設置する場合には、農地法の許可を受ける必要があります。
詳しくは農業委員会までお問い合わせください。

問合せ先 税務課 資産税係 ☎79-3111(内線146・147)

「人権週間」のお知らせ

12月4日(金)～10日(木)は「人権週間」です。

「みんなで築こう人権の世紀」～考えよう相手の気持ち 育てよう思いやりの心～

人権相談所を開設します

日時 12月10日(木) 午前10時～午後3時

会場 松島コミュニティセンター

家庭や職場、学校、地域で、差別やいじめ、虐待や暴力、名誉毀損などの人権に関する問題でお困りの方。生活上の悩み事をお持ちの方。一人で悩まず、相談所をご利用ください。人権擁護委員がご相談をお受けします。

町の人権擁護委員と担当区のご紹介

唐澤 映司 (中部小学校区) (敬称略)
白鳥 実 (西小学校区)
井澤 万壽美 (東小学校区)
中村 文好 (南小学校区)
唐澤 敏 (北小学校区) 平成27年12月31日まで
桑澤 政光 (北小学校区) 平成28年1月1日から

問合せ先

伊那人権擁護委員協議会・長野地方法務局伊那支局

法務局では電話相談をお受けします

日時 平日 午前8時30分～午後5時15分

連絡先 長野地方法務局伊那支局 ☎78-3462

下記専用電話もご利用ください

《みんなの人権110番》☎0570-003-110(全国共通)

《女性の人権ホットライン》☎0570-070-810(全国共通)

《子どもの人権110番》☎0120-007-110(全国共通・無料)

《長野地方法務局人権擁護課》☎026-235-6634

住民基本台帳閲覧状況のお知らせ

住民基本台帳法に基づき、住民基本台帳の一部の写しの閲覧の状況についてお知らせします。
平成26年11月1日から平成27年10月30日までに閲覧があった内容は、下記のとおりです。

住民基本台帳閲覧者一覧

閲覧年月日	閲覧者(受託者)	委託者	閲覧目的	閲覧対象・抽出人数
平成26年 11月17日	箕輪町消防団 第一分団	同左及び 箕輪消防署	消防団員の勧誘	沢・大出・八乙女区 18歳～30歳の男女
平成26年 11月28日	一般社団法人 中央調査社	国立大学法人 東京大学	人生のあゆみと格差に関する 全国調査	大字中箕輪 20歳～79歳の男女 25人
平成26年 12月16日	同上	文化庁文化部 国語課	平成26年度 国語に関する世論調査	大字福与 16歳以上の男女 17人
平成26年 12月19日	箕輪町消防団 第五分団	同左及び 箕輪消防署	消防団員の勧誘	三日町・福与区 18歳～30歳の男女
平成26年 12月24日	株式会社 ビデオリサーチ	日本たばこ産業株式会社	2015年 全国たばこ喫煙者率調査	大字中箕輪 20歳～79歳の男女 20人
平成27年 1月22日	一般社団法人 中央調査社	大阪商業大学	第10回 生活と意識に ついての国際比較調査	大字福与 20歳～89歳の男女 16人
平成27年 1月19日	箕輪町消防団 第六分団	同左及び 箕輪消防署	消防団員の勧誘	長岡・南小河内・北小河内区 18歳～30歳の男女
平成27年 1月26日	箕輪町消防団 第三分団	同左及び 箕輪消防署	消防団員の勧誘	松島・中原区 18歳～30歳の男女
平成27年 2月25日	自衛隊長野地方協力本部 伊那地域事務所	自衛隊長野地方協力本部	自衛官等募集業務	18歳の男女
平成27年 6月17日	一般社団法人 中央調査社	株式会社 野村総合研究所	第7回 日常生活に関する アンケート調査	大字東箕輪 15歳～79歳の男女 39人
平成27年 8月3日	一般社団法人 新情報センター	内閣府大臣官房政府広報室	消費者行政の推進に関する 世論調査	大字中箕輪 20歳以上の男女 11人
平成27年 9月15日	八乙女区	同左	八乙女区敬老慰安会 対象者調査	65歳以上の八乙女区民

問合せ先 住民環境課 住民係 ☎79-3111(内線131)

公的個人認証サービスの電子証明書の有効期間をご確認ください。



- ★住民基本台帳カードに搭載された電子証明書は平成27年12月23日以降更新手続きできません。
来年の確定申告の時期に住民基本台帳カードに搭載した電子証明書の有効期限を迎える方は、平成27年12月22日までに更新手続きをしてください。
- ★マイナンバー制度の個人番号カードに標準搭載される電子証明書の利用を希望する場合は、マイナンバーの通知カードがお手元に届きましたら（平成27年12月までには郵送される予定）同封されている「個人番号カード交付申請書」により個人番号カードの交付申請をしてください。交付申請が集中すると発行に時間がかかり、確定申告に間に合わない可能性もありますのでお早めにお手続きをお願いいたします。

問合せ先 住民環境課 住民係 ☎79-3111(内線131)

国民年金保険料の後納制度がかわります!

- ★過去5年以内に国民年金保険料の納め忘れがある方は、申し込みにより、平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り、国民年金保険料を納めることができます。
（*年金制度が改正され、後納制度をご利用できる期間が過去10年から5年に変わりました）
- *過去5年とは納めようとする月前5年以内の期間です。
- *過去2年以内の未納分はこれまで通り納付が可能です。

【ご利用いただける方】

- ①20歳以上60歳未満の方で、5年以内に納め忘れの期間（納付・免除以外）や未加入期間がある方。
 - ②60歳以上65歳未満の方で、①の期間のほか任意加入中に納め忘れの期間がある方。
 - ③65歳以上の方で、年金受給資格がなく任意加入中の方など。
- （注）60歳以上で老齢基礎年金を受け取っている方は申込できません。

問合せ先 国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050
（電話の際は基礎年金番号がわかるものをご用意ください）



12月 December



今月のイベント

19日(土) 三館ふゆまつり 9:00~12:00

町文化センター

29日(火) 献血

10:00~11:40、13:15~15:10 イオン箕輪店

休日緊急当番医は
右下に掲載しています
※都合により当番医、当番店が変更になることがあります。

くらしの情報

カレンダーは抜き取ってご利用ください

水道 水道休日当番店 乳幼児健診・相談 場所:町保健センター 該当者には通知します 健康相談 場所:町保健センター 子ども未来課 図書館 博物館 公民館 三館連携 みのちゃんバス

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 診 4か月児健診 (H27.8月生)	2 診 離乳食教室① (H27.6月生・要予約)	3	4	5 図 ドリーム号地区巡回 (株)マツシマ ☎79-2115
6 赤羽設備(株) ☎79-6990	7 南東コース①④連休 北西コース①④連休 相 健康相談 (要予約)	8 子 わらべうた (妊婦さん&ねんねの赤ちゃん) 診 10か月児相談 (H27.2月生)	9 診 2歳児健診 (H25.9月生)	10 診 1歳6か月児健診 (H26.4・5月生)	11	12 (株)カスガ ☎79-3382
13 (有)小島管工設備 ☎79-4886	14 南東コース①④連休 北西コース①④連休	15 診 3歳児健診 (H24.11月生)	16 子 わらべうた 診 1歳児健診 (H26.12月生)	17 図 絵本よんであげるよ 診 離乳食教室② (H27.4月生・要予約)	18	19 三館ふゆまつり 新橋屋建設(株) ☎79-4130
20 伊那建運(株) ☎70-9396	21 南東コース①④連休 北西コース①④連休 相 健康相談 (要予約)	22 診 7か月児相談 (H27.5月生)	23 天皇誕生日 箕輪建設工業(株) ☎79-2035	24	25	26 浅川建設工業(株) ☎79-2218
27 (株)コマツ ☎79-2568	28 南東コース①④連休 北西コース①④連休 図 年末年始休館~1月4日 (株)マツシマ ☎79-2115	29 運休~1/3 役場年末年始休業 ~1月3日 赤羽設備(株) ☎79-6990	30 (株)カスガ ☎79-3382	31 (有)小島管工設備 ☎79-4886	1	2

ま ち の 人 口 (2015.11.1現在)
人口…… 25,131人(-17)
男…12,550人(-4) 女…12,581人(-13)
世帯数……9,254世帯(-8)

税 固定資産税 3期
国民健康保険税 7期
口座振替の方は12月25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 12/25金

米斗 住宅使用料 12月分
保育料 12月分
介護保険料 7期
後期高齢者医療保険料 6期
音声告知受信料 1年分
口座振替の方は12月25日に振替しますので、
預金の残高をご確認ください。

- 各種相談日**
- 心配ごと相談** 12月 1日(火) 13:30~16:00
15日(火) 13:30~16:00
みのわふれ愛センター 要予約
☎ 社会福祉協議会 ☎79-4180
 - 交通事故相談** 12月 3日(木) 10:00~15:00
17日(木) 10:00~15:00
伊那合同庁舎2階 交通事故相談室
☎76-6803 要予約
(上伊那地方事務所地域政策課県民生活係)
 - 行政相談** 12月19日(土) 13:30~15:00
産業会館1階1号室
☎ 総務課 総務係 ☎79-3111(内104)
 - 障がい児者相談** 12月 5日(土) 13:30~14:30
みのわふれ愛センター
☎ 福祉課 障がい者福祉係 ☎79-3111(内129)
 - 税金無料相談** 12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 要予約
 - 教育相談** 月~金曜日 8:30~17:00
町文化センター ☎79-0700
 - 人権相談** 月~金曜日 9:00~16:00
長野地方法務局伊那支局 ☎78-3462
 - 介護相談** 月~金曜日 8:30~17:15
福祉課 高齢者福祉係 (箕輪町地域包括支援センター)
☎70-6622
 - 子どもの人権110番** 月~金曜日 8:30~17:00
☎026-232-8110 ☎0120-007-110
 - 女性の人権ホットライン** 月~金曜日 8:30~17:00
☎0570-070-810

クリーンセンター八乙女からのお知らせ ☎79-8773

平日受入期間 1日~28日 土・日・祝日はお休みです ★施設への直接搬入は指定袋に入らない粗大ごみのみが対象です。
燃やせない袋のごみや資源物はなるべくステーションに出してください。

受入時間 月~金 8:30~15:30
日曜受入日 12月27日 8:30~12:00

《年末年始のお休みについて》12月29日~1月3日 一般家庭のみ受け入れます

ごみ・資源物 収集日	当日の8:00までに						8:00~9:30
	燃やせるごみ	不燃ごみ	資源	資源	資源	資源	
沢長田・大出・八乙女 下古田・上古田・中原 富田・中曽根・木下一の宮	火・金	3日	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	乾電池 テープ類	20日
松島	火・金	10日	3日・17日	24日	—	—	27日
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	17日	10日・24日	2日	—	—	6日
木下・三日町・福与	火・金	17日	7日・21日	9日	—	—	13日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	3日	14日・28日	16日	—	—	13日

休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへどうぞ ☎0265-78-8510

診療日 12月6日・13日・20日・23日・27日・30日・31日
受付時間 8:30~11:30 場所 伊那市山寺 伊那市保健センター内

休日緊急当番医			
6日 田中病院(内・外) ☎78-3555 滝小児科医院(小) ☎71-5250 原胃腸科外科医院(外・内・小) ☎72-3319	13日 林整形外科医院(整) ☎76-5525 たけまつハートクリニック(内・循) ☎71-8010 北原こどもクリニック(小) ☎74-2236 両小野国保診療所(内) ☎(0266)46-2017	20日 松本医院(内・神) ☎72-2292 下條医院(内・小・脳) ☎76-5353 市川内科クリニック(内) ☎77-5677	みのわ健康相談ダイヤル24 ☎0120-010-834 電話による健康相談サービス(携帯OK) 24時間・年中無休・通話料・相談料無料 悩む前にご利用ください。委託先の看護師・保健師・医師等が分かりやすくアドバイスいたします。
23日 伊北クリニック(整) ☎70-6633 おさか循環器クリニック(循) ☎71-6151 片桐医院(内・心) ☎72-4072	27日 野沢医院(内) ☎74-5000 ふかさわ耳鼻咽喉科医院(耳) ☎77-1833 伊藤外科医院(外) ☎(0266)41-3388	30日 清水耳鼻咽喉科医院(耳) ☎72-3775 中畑内科消化器科クリニック(内・消) ☎77-3711 ゆりの木クリニック(眼) ☎74-2128	31日 北原眼科医院(眼) ☎76-9999 原内科消化器科医院(内・消) ☎77-0177 長田内科循環器科医院(内・循・小) ☎72-4043

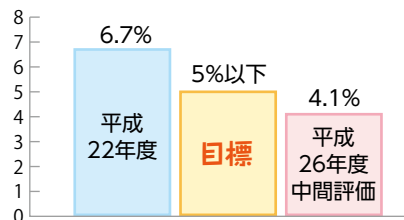


生活リズムを整えて 元気なみのわの子どもを育てよう

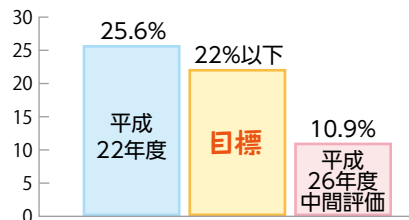
みのわ健康づくり計画(平成23年～平成30年度)では乳幼児期のお子さんがある家庭は「早寝・早起しよう」という目標を立て、乳幼児健診などで保護者の方へお話をしています。

右記のグラフは箕輪町3歳児健診の状況です。中間評価の時点では目標を上回る良い状況であることが分かりました。

☆朝8時より遅く起きる3歳児

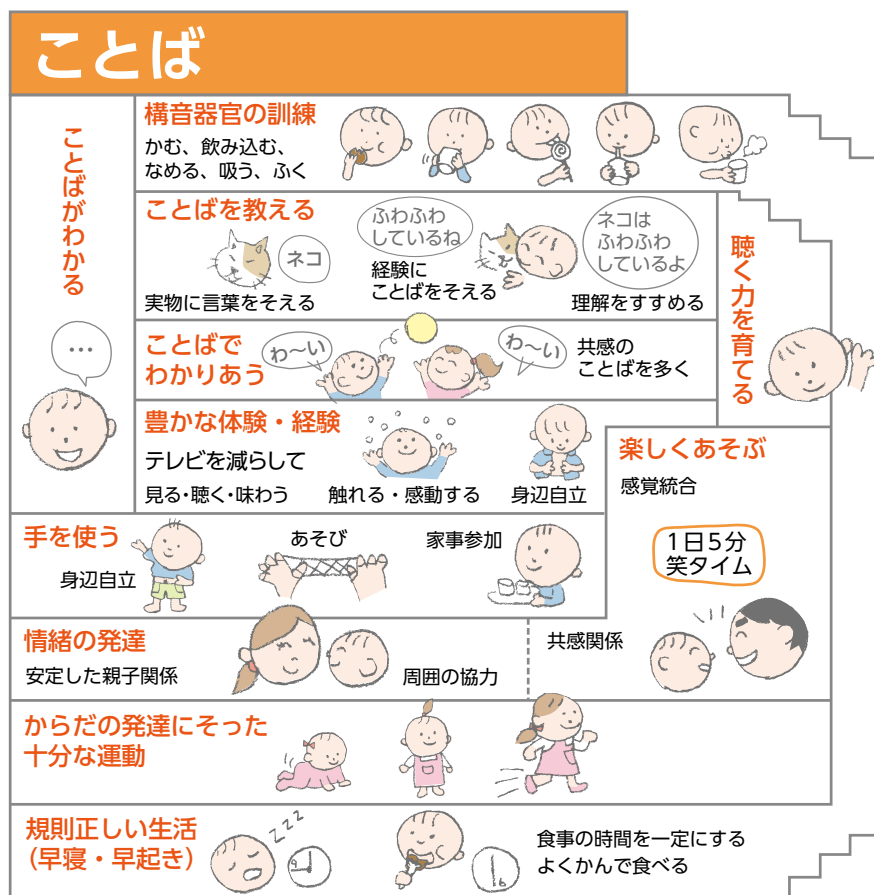


☆夜10時より遅く寝る3歳児



早寝早起き(ここでは午前6時台に起床、午後9時前に就寝することを言います)は乳幼児期の大切な生活習慣の一つと言われますが、今回はお子さんの「生活リズム」と「言葉」の発達に絡めた話題をお伝えします。

下の「ことばのビル」の図をご覧ください。これは言語聴覚士の中川信子先生が著書の中で書かれている図です。



言葉は「ことばのビル」の最上階に位置しています。ビルの下階の、早寝早起きやよく噛んで食事をする、食事時間を一定にするなど「規則正しい生活」、体の発達に沿って体をしっかり動かして刺激を脳に送り込む「十分な運動」、周囲の大人との楽しい関わりや語りかけ、目線をしっかり合わせ笑うなど「情緒の発達」「安定した親子関係」などが「言葉」を育む要素になります。

乳幼児期は「ことばのビル」の考え方を参考に、ビルの下階の部分をしっかり育み、元気なみのわの子どもを育てましょう。

(図 ことばのビル)

箕輪町では、健康相談やお子さんの発達の個別相談(ちびっこ相談)を予約制で行っています。お子さんの発育・発達面でご心配なことがある場合、また育児中のお母さん・お父さんで育児がつかなくなる時がある場合などぜひお気軽に健康推進課保健師へご相談ください。

規則正しい生活で元気に大きくなろう!

早寝

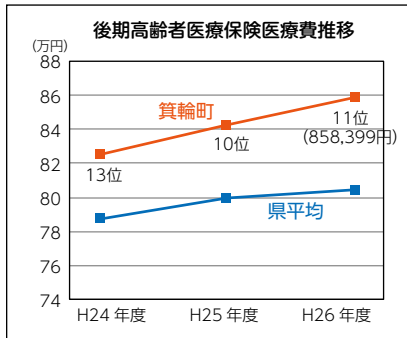
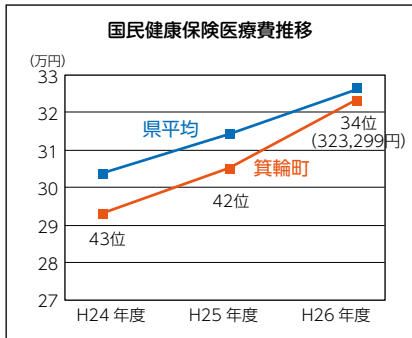
早起き

朝ごはん

国保医療係から、箕輪町の医療費の状況についてお知らせです

年々医療費が増加していると言われていています。実際に箕輪町ではどうなっているのか調べてみました。

箕輪町の一人当たり医療費の推移



箕輪町国民健康保険^(※1)と箕輪町後期高齢者医療保険^(※2)における一人当たり医療費は年々増加していますが、特に後期高齢者医療保険では県平均を上回る数値となっています。

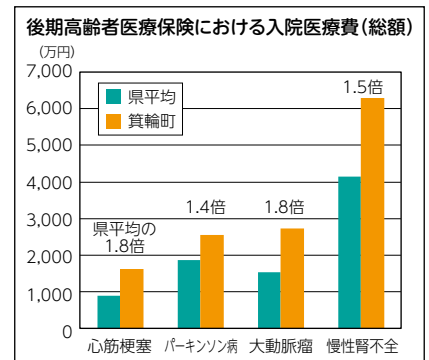
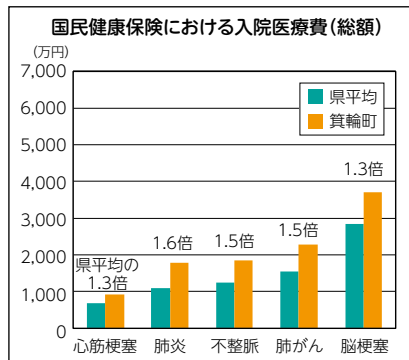
※1 国民健康保険…職場の健康保険や後期高齢者医療保険に加入していない方が入る保険
 ※2 後期高齢者医療保険…75歳以上の方や65歳以上の方で一定の障がいがあり加入を希望する方が入る保険

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

疾病状況の特徴

箕輪町の平成26年度の疾病別入院医療費総額を県平均と比較し、特に箕輪町が高い疾病を抽出した右のグラフからは、箕輪町国民健康保険の一人当たりの医療費は県平均よりも低い数値ですが、病気の種類によっては県平均より入院医療費がかかっているものもあることがわかります。

ここに記載のある、心筋梗塞・脳梗塞・大動脈瘤・慢性腎不全は**生活習慣病**と呼ばれる疾病で、日常生活習慣を改善することで予防することができるものといわれています。この生活習慣病による医療費を抑えることができれば、かなりの医療費削減ができます。



国保データベースシステムより

【まとめ】

箕輪町では生活習慣病の治療にかかる医療費が多いということが分かりましたが、どのような対策ができるのでしょうか。

①食生活の改善

主食（ごはん・パンなど）・主菜（肉や魚、大豆製品など）・副菜（野菜や海草、きのこなど）を組み合わせた食事を1日3食規則正しく取るようにしましょう。

②運動習慣の取り入れ

「軽い運動を毎日続ける」ことが重要です。ウォーキングやラジオ体操などの軽めの運動を日々の習慣にしましょう。

③健診の受診

生活習慣病は気づいたときには重症化していたケースが多く見受けられます。日頃の生活習慣の改善はとても大切なことですが、それだけでは十分ではありません。

健診を受けて自分の体の状況を詳しく知ることが、自分では気づかない病気の早期発見につながります。

箕輪町では毎年1月に翌年度の各種健診の取りまとめを行っています。この機会にぜひ受診ください。



医療費が増加していくと私たちの医療保険料の上昇にもつながるよ。一人ひとりが生活習慣を見直し医療費削減に努めることで家計にも優しくなるね



◆横浜市栄区フォーラムで白鳥町長と KSC 代表が講演！◆

セーフコミュニティ国際認証を、日本で7番目に取得した横浜市栄区の区制30周年オープニングフォーラムに、白鳥町長と北小河内セーフコミュニティ協議会(KSC)の代表が講師として招かれ、発表してまいりました。

町長からは町の紹介と箕輪町がセーフコミュニティ活動に取り組む理由、活動内容、成果等について講演し、KSCからは、セーフコミュニティのモデル地区である北小河内地区の特徴的な取り組みや課題、今後の展望等について発表しました。



箕輪町の取り組みは他自治体からも注目されていますので、これからもより一層「安全・安心な町づくり」に邁進してまいります！

問合せ先 危機管理・セーフコミュニティ推進課 ☎79-3111(内線193・195)



川妻先生の健康講座



東部診療所
かわづま ふみあき
川妻 史明 先生

Q 長寿の秘訣に温度も関係あるって、ホントでしょうか？

長寿遺伝子(儉約遺伝子)を活性化させるもう一つの因子に温度があります。

人間には、基礎代謝といって外気温に応じて体温を調整する機能が備わっています。体温調節にエネルギーを使わない快適な温度は25℃位(温度中性域)とされていますが、快適さを求めた温度管理をすると、元来の体温調整能力を失うこととなります。過剰な着衣(着すぎ)や、暖房(暖めすぎ)は、基礎代謝を低下させます。自分ではまだ寒いと頭で思っているにもかかわらず、熱を出さないようにするのは、そこで更に暖房を強くしてしまうと、いわゆる寒がりの連鎖となります。基礎代謝の低下は、寒がりや冷え症、さらには肥満の原因にもなってしまいます。秋から冬にかけて、たくさん着込んで汗ばんでいる方も多くみられますが、これらは皮膚の乾燥や痒みの原因にもなるのです。

ひと昔まえ、十分な暖房の無かった時代を過ごされた方も多いと思います。寒い信州の冬を知恵と工夫で乗り切った頃を思い出してみてください。近頃は、省エネ対策もあり暖房温度は20℃設定をと耳にしますが、それでも20℃は10月の最高気温程度、8月の最低気温でもその程度ですよ。冬場に夏と同じような暖房温度を確保するのはいかなるのでしょうか。

暖かくて気持ちいいという温度より、ちょっと寒いかなあくらいの温度の方が、身体にとっても地球環境にとっても健康的なんだね。



町の文化財紹介 **古田人形芝居** (県選択無形民俗文化財)

古田人形芝居は、上古田を中心に継承されてきた人形芝居です。人形操りは、江戸時代の享保・元文頃（18世紀前半）に風除け祈願として始まったと伝えられています。安永8年（1779）頃、淡路から市村久蔵という人物がやって来て、人形操りを指導しました。これにより、上古田の操りも本格的なものとなっていきました。文政2年（1819）に大出にやってきた十返舎一九は、上古田の人形操り芝居を見物し、その著書『滑稽旅賃羅寿』（文政5年）には、大勢の人達が操り芝居を見物する様子が描かれています。しかし、明治に入った頃には、操りの記録はほとんどなく、衰退したものの思われます。その後、「甲子団」という組織を立ち上げて復活し、「古田人形」と称するようになりました。以後、戦争による中断もあったものの、現在は「古田人形芝居保存会」と改称し、その伝統を今に伝えています。昭和38年に県の選択無形民俗文化財に、昭和52年には町の無形民俗文化財に指定されました。12月5日（土）には定期公演が行われます。この機会に是非ご鑑賞ください。



古田人形芝居定期公演

日時 12月5日(土) 午後1時～
会場 町文化センター 大ホール
入場無料

町 公民館だより

いきいきライフ講座

青年のためのやさしい家庭料理教室

日程 平成28年1月9日スタート
月2回第1・3土曜日(全6回) **申込み締切 12月10日(木)**
会場 町保健センター 調理室
時間 午前10時30分～午後1時30分
内容 簡単な家庭料理づくりと試食会
定員 男女あわせて20人
参加対象者は原則として20才～30才代の独身男女、箕輪町在住・在勤者
受講料 500円(別途材料費の負担をいただきます)
持ち物 エプロン・三角巾・手ぬぐい
☆簡単な家庭料理を覚え、調理する楽しみを体験します!
☆外食ばかりに頼らず自分で作ってみませんか?
☆作った後はみんなで試食。おいしいよ!
☆参加者同士の交流の輪が広がります!



三館ふゆまつり 参加無料!

日時 12月19日(土) 会場 箕輪町文化センター
午前9時～正午

※受付8時50分～(先着順)
※各ブースにより終了時間が異なります。

特別企画 ふしぎ ふしぎ
★おもしろ科学実験サイエンスショー
★切り絵くおりひめとひこぼし>
DVD上映・体験会



サイエンスショーのようす

～楽しいイベントがいっぱい～
ビニールロケットづくり 万華鏡をつくろう!
プラ板でキーホルダー 木の実で遊ぼう
エコクラフト 昔あそび体験 おり紙クラフト

本 図書館だより

年末年始休館のおしらせ

12月28日(月)～平成28年1月4日(月)は図書館を年末年始休館とさせていただきます。ご不便をお掛けしますが、ご理解、ご協力お願いいたします。ご返却の本は夜間返却口からお返しできます。

新着図書を紹介 今も新しく本が入りました。その中から紹介します。この本は、12月1日からの貸し出しです。



「なあ おとうちゃんあそんで～や」とゴリラの子ども。「なんや またかいな」といってゴリラのおとうさんは優しく遊んでくれます。親子でできるから遊び絵本。

「ゴリラのおとうちゃん」
三浦 太郎/作 こぐま社



今こそ、憲法の力を見直そう!わかりやすい図解で難しい日本国憲法がどんだん頭に入ってくる。若者にぜひ知っておいてほしい憲法を厳選して解説。

「声に出して読みたい 小中学生にもわかる日本国憲法」
齋藤 孝/著 ヨシタケ シンスケ/絵 岩崎書店



トンボ、イヌ、ネコはもちろんゴキブリにだって正しい持ちかたがある。それぞれの分野の専門家が生きものを傷つけず、人間も安心な持ちかたを教えてくれる専門書。これであなかも持ちかた伝道師!

「その道のプロに聞く 生きものの持ちかた」
松橋 利光/著 大和書房



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 まちづくり政策係 ☎79-3111

8月30日 初秋の草木染め講座

素敵な仕上がりに大満足



辰野町在住の林節子さんを講師に迎え、町地域交流センターで身近な雑草を使った草木染め講座が行われました。草木染めは化学染料と違い、色や柄に味があり、自然な風合いが魅力です。参加者はそれぞれに味わいがある作品を仕上げ、笑顔で作品を持ち帰りました。



9月12日 西小運動会

練習の成果を笑顔で発揮



町内小学校では秋開催のトップとなる西小運動会が、さわやかな秋晴れの下開かれました。学年ごとのかけっこ、縦割り班の二人三脚リレー、大玉送り、表現ダンスなど20のプログラムを元気いっぱいに披露し、応援に駆けつけた保護者や地域の皆さんから大きな拍手と歓声が沸き起こりました。

10月4日 南小運動会

子どもたちの元気パワー全開



かけっこや玉入れ、全校競技の大玉送り、低学年のダンスや高学年の組体操など20のプログラムを、全員が気持ちをついに精一杯頑張りました。多くの友達や保護者、地域の皆さんの声援を受けながら、白熱した戦いを展開。子どもたちのパワーあふれる元気で楽しい運動会でした。

10月11日 天竜健康ウォーク

天竜河畔の“せせらぎロード”を元気にウォーク



天竜河畔などを歩く、第8回天竜健康ウォークが開催されました。小雨降る中での開催となりましたが、幼児から高齢者まで町内外から約300人が参加。思い思いに楽しみながら歩き、ゴール地点では、記念ピンバッジのプレゼントや豚汁の振る舞い、音楽演奏など参加者をもてなしました。

みのわ自然エネルギー体験フェスタが開催されました!

10月18日、「みのわ自然エネルギー体験フェスタ」が開催され、来場した多くの皆さんが、ふれて、学んで、体験できる様々なコーナーを楽しみました。



オープニングは町長と釜屋議員による丸太切りです!



役場近くの水路に、らせん型水車の小水力発電が設置されました



「火おこし体験」ではツイストパンをみんなで作りました



力強く「薪割り体験」に挑戦!



子どもたちが間伐材を使った椅子づくりを楽しみました



箕輪西小学校4年生による、地元とともに活動する森づくりの発表がありました



薪ストーブでつくったピザなどの料理は大人気!



竹本吉輝氏

いとうせいこう氏・竹本吉輝氏による対談

町の特性をいかした森づくりや森林資源の利用を考える必要があることや、その地域でエネルギーを循環させるようにできることなど、様々な事例の紹介や提言がありました。

また、木や自然が大好きな国民が何故もっと身近に日本の木を使わないのか、アイデアとやる気次第で色々なことが実現できる、というお話もありました。



いとうせいこう氏

体験や学びを通して自然エネルギーについて考えるきっかけになった、という参加者の方の声もあり、多くの皆さんに身近な自然エネルギーに親しんでいただきました。

問合せ先 住民環境課 生活環境係
☎79-3111(内線115)

公正で開かれた町政を目指して 情報公開・個人情報開示等 の実施状況

情報公開制度は、町が保有している情報を公開することにより、公正で開かれた町政を図るとともに町政に対する皆さんの理解と信頼を深めていただくものです。

個人情報保護制度は、個人情報の取り扱いについての基本的な事項を定め、個人情報に関する保護をしようとするものです。

昨年度の実施状況は次のとおりです。

平成26年度の実施状況

●情報の公開		●個人情報開示	
請求件数	3件	請求件数	389件
処理内容 公開	3件	処理内容 公開	389件
非公開	0件	非公開	0件
不服申し立て状況	なし	不服申し立て状況	なし

問 総務課 総務係
☎79-3111 (内線104)

ご依頼は余裕をもってお早めに 年末・年始のし尿汲取りに ついて

平成27年12月29日(火)～平成28年1月3日(日)までし尿汲取り業者が休みとなります。年内に汲取りが必要な方は、**12月15日(火)までに**区域を担当する業者へ依頼してください。

共栄衛生舎：☎72-3339
担当区域：三日町、福与、長岡

厚生協会：☎79-5248
担当区域：中箕輪、中曽根、南小河内、北小河内

問 住民環境課 生活環境係
☎79-3111 (内線116)

年末年始の手続きは12月28日(月)までに 役場の年末年始休業のお知らせ

問 住民環境課 住民係
☎79-3111 (内線131)

平成27年12月29日(火)から平成28年1月3日(日)まで役場は年末年始休業で閉庁となります。この期間の①各種証明書の交付申請、②戸籍関係の届出、③転入・転出・転居などの手続きは下記のとおりとなります。

[住民環境課 総合窓口(1番窓口)での業務について]

①各種証明書の交付申請について

印鑑証明・住民票・戸籍謄抄本・税関係などの証明書は発行できません。これら証明書が必要な方は、12月28日(月)までに手続きをしてください。

②戸籍関係の届出について

戸籍関係の届出は、役場北側入口から入り左手にある宿直室に提出してください。なお、後日役場に来庁していただく場合があります。

③転入・転出・転居届について

転出証明書は、転出予定日の2週間ほど前から発行しますので12月28日(月)までにお手続きください。転入・転居される方は、休み明けの1月4日(月)以降に手続にお越しください。なお、休み明けは大変込み合いますので時間に余裕をもってお出かけください。

[コンビニ交付について]

コンビニ交付の証明書発行サービスも平成27年12月29日(火)から平成28年1月3日(日)まで停止となります。

作成方法や注意点が分かる

平成27年分 青色申告決算等説明会のお知らせ

税務署では、青色申告決算書の作成方法や作成に当たっての注意点などについて、次のとおり説明会を開催いたします。なお、説明会で使用する資料は、当日、会場で配付いたします。

対象	開催日	開催時間	会場
営業所得関係	12月 7日(月)	10:00～正午	辰野町役場2階 第6会議室
	12月 8日(火)	10:00～正午	伊那市役所1階 多目的ホール
	12月10日(木)	10:00～正午	箕輪町役場3階 講堂
	12月11日(金)	10:00～正午	駒ヶ根市 市民交流活性化センター 多目的ホール(駒ヶ根駅前ビル「アルパ」3階 多目的ホール)
農業所得関係	12月 8日(火)	13:30～15:30	伊那市役所1階 多目的ホール
	12月11日(金)	13:30～15:30	駒ヶ根市 市民交流活性化センター 多目的ホール(駒ヶ根駅前ビル「アルパ」3階 多目的ホール)
不動産所得関係	12月 9日(水)	10:00～正午	伊那市役所1階 多目的ホール

講師は、税務署職員又は税務署が依頼した税理士が行います。対象地区はありませんので、どちらの会場にもご出席いただけます。

ご不明の点につきましては、お気軽にお問い合わせください。

問 伊那税務署 個人課税第一部門 記帳指導担当 ☎72-2173 (直通)

10月に発行しました「箕輪町暮らしの便利帳」につきまして、次のとおり訂正いたします。

P28 防災
災害用伝言ダイヤル 誤「117」→正「171」

P33 役場のご案内
教育委員会事務局と
固定資産評価委員事務局を追加。

P71 箕輪町図書館
最新の内容は次のとおりです。
開館日時 火曜日～日曜日
午前10時～午後6時まで。
休館日 月曜日・祝日(土・日は除く)
毎月最後の木曜日 年末年始

誤記載についてお詫び申し上げます。

議会だより第54号の訂正について

先月に発行しました、広報「みのわの実」11月号と「議会だより」第54号の決算関係記事において、円グラフ内における歳入・歳出の内容に数字の相違がありました。

正確な数字は、「みのわの実」に記載の通りですので、訂正のうえお詫び申し上げます。

箕輪町議会 議長 木村 英雄
広報特別委員長 唐澤 敏

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。

☎79-8700 伊那営業所 上伊那郡箕輪町福与1036

http://www.okayasanso.co.jp/

施工事例 ▶▶▶ 茅野市 M様邸



ニジマスのカリッと焼き

- ニジマスのカリッと焼き
- もちきびごはん
- 糸寒天の酢の物
- 田舎汁 ● 牛乳



[材料] 4人分

- ニジマス ……4切れ
- 塩 ……少々
- コショウ ……少々
- 白ワイン ……大さじ1
- マヨネーズ ……40g
- パン粉 ……大さじ2

★おすすめポイント★

魚はサケでも、
タラでも合います。

オーブンを
使わなくても
フライパンでも
できます。

火加減に気をつけて
焦げつかないように
両面焼きます。



作り方

- 1 ニジマスはできれば大型のものを3枚に下ろして切り身で使う。
- 2 塩、コショウで下味をつける。
- 3 マヨネーズとワインを混ぜてソースを作り魚にかけ、パン粉をつけてオーブンで焼く。(200度くらいでうっすら焦げ目のつくくらいがよい。)



文芸コーナー

みのわ俳句会

四方の山手に取る如く秋澄みぬ

征矢志げ子

かもじ草撓めて睦ぶ糸とんぼ

平出つる子

甘味所横目でにらみ秋を行く

増沢 澄子

真葛原年々増えて村老ゆる

那須 四温

穂屋灯る伏して祝詞の秋祭

小池 純夫

箕輪町短歌教室

骨折をしたる右肩懸命に

やさしくほぐすりハビリの技

桑澤喜久子

真白なるそばの畑に見惚れつつ

青空見上げ大きく背伸び

市川よし子

花々を覆いしつる草実らぬ間に

盛りの花ごと刈つてしまいぬ

藤澤千代子

油井さんは宇宙船にて育てたる

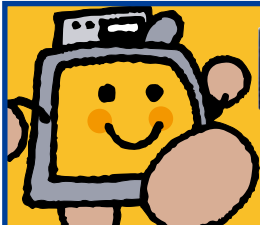
レタス食みしと嬉しきニュース

原 多嘉枝

起き抜けに登る日拝むこのまんま

台風来るなりんご色づく

井澤 通治



デジタル放送は伊那ケーブルテレビで!



STB(セットトップボックス)ケーブルテレビ用デジタルチューナー

STBを付けるだけ!



伊那ケーブルテレビジョン株式会社
伊那市西町区下春日町4983 NCCビル
TEL.0265-73-2020 www.inacatv.co.jp

萱野高原 (昭和40年代)



昭和40年代の萱野高原



現在の萱野高原

まちの風景写真館

vol.10

写真で見る箕輪のいま❀むかし

箕輪町発足60周年を記念して、まちの移り変わりを今と昔の写真で振り返ります。昔のまち並みや懐かしい風景を現在の姿と比較しながらお楽しみください。

眼下にゆったり流れる天竜川や伊那谷、中央・北アルプスの眺めを楽しみに多くの人が訪れる萱野高原。春は山菜、秋は紅葉が楽しめる、「信州のサンセットポイント100選」にも選ばれています。「白雲荘」のあった昭和40年代頃には、動物園もあり、遠足で訪れる小学生や家族連れなど、当時から賑わいのある場所でした。
現在、「白雲荘」や「動物園」はありませんが、美しい自然と雄大な景色はそのままに楽しむことができます。

大切な本づくり 安心しておまかせください

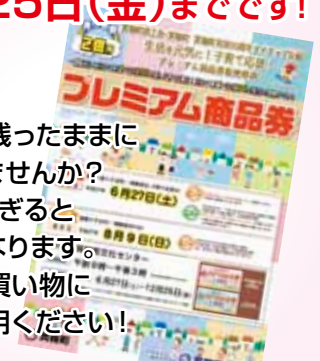
- ❖ 人生の節目に…自伝
- ❖ オリジナル書籍…句集・歌集・作品集
- ❖ 新たな未来へ…社史・区誌
- ❖ 活動の足跡となる…記念誌・年鑑 など

 **中央印刷株式会社**
箕輪営業所

〒399-4601 上伊那郡箕輪町大字中箕輪8427-12
はなぶさビル1階G号
TEL (0265) 98-9041 FAX (0265) 98-9043
URL <http://www.chuo-print.com/>

**プレミアム商品券の使用期限は
12月25日(金)までです!**

お手元に残ったままに
なっていませんか?
25日を過ぎると
使えなくなります。
年末のお買い物に
ぜひご利用ください!



問合せ先 箕輪町商工会 ☎79-2117