

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

「住民満足度調査」・ 「17歳町民意識・生活実態調査」結果

主なトピックス

- マイナンバーカードを作りませんか ……7
- 新型コロナウイルス感染対策 ～ごみの捨て方～ …9
- 広がれ！イクメンの輪 ……13
- 自宅で取り組む健康づくり ……19

2020

6

No.602

表紙の写真

町を一望できる萱野高原

住民満足度調査

住民満足度調査は、町民の皆さんが、町での生活にどの程度満足しているかや、箕輪町第5次振興計画に基づき実施している町の取組みについての評価や意見を把握することを目的に昨年12月に調査を実施しました。

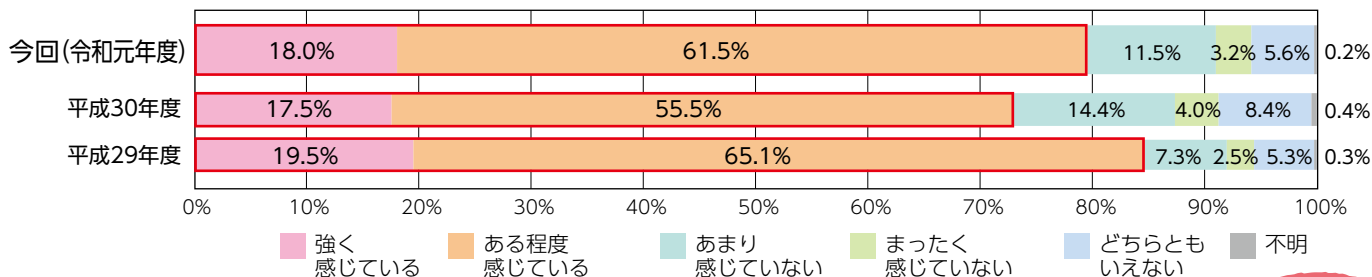
調査の概要
 調査対象：箕輪町内在住の20歳以上の町民1,000人
 調査方法：郵送（一部インターネット回答）
 有効回答数：556人（回答率：55.6%）

町に愛着を感じる 79.5% (前回から6.5%アップ↑)
生活に満足している 76.7% (前回から4.8%アップ↑)

町への愛着度 (あなたは、箕輪町にどの程度愛着を感じていますか。)

町への愛着度 79.5%

- 「強く愛着を感じている」が18.0%、「ある程度愛着を感じている」が61.5%で、合計79.5%が愛着を感じていると回答。
- 愛着度は男女別では男性の方が比較的高く、年代別には年代が上がるほど高くなる傾向にあります。



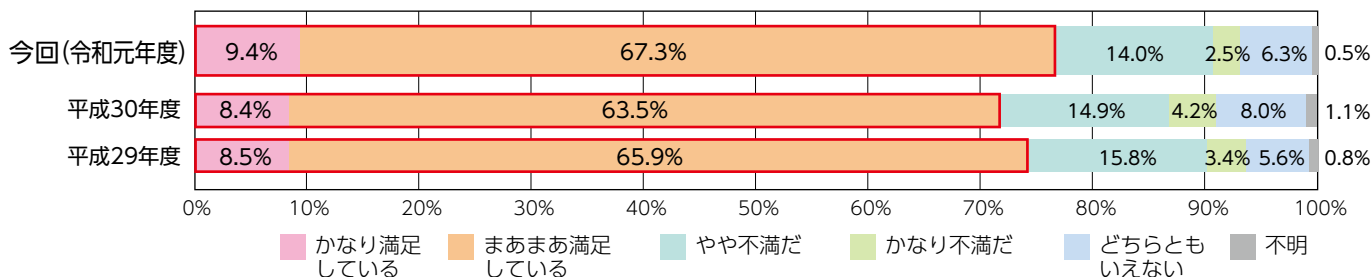
生活の満足度 (あなたは、箕輪町での生活に満足していますか。)

生活の満足度 76.7%



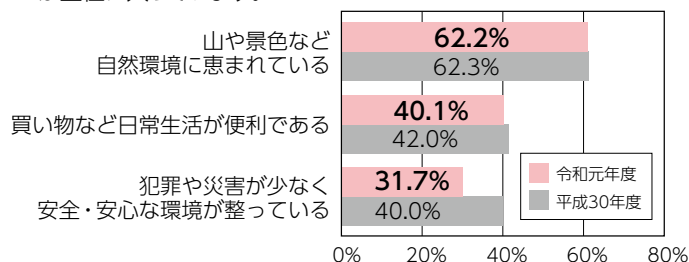
第5次振興計画の
 チャレンジ目標
 3年連続達成!!

- 「かなり満足している」が9.4%、「まあまあ満足している」が67.3%で合わせて76.7%が町での生活に満足していると回答。
- 前回調査より、20代・30代・40代・60代・70代以上で「満足している」が増加しました。
- 生活満足度は、第5次振興計画で70%以上とすることを目標としていて、3年連続で達成しています。



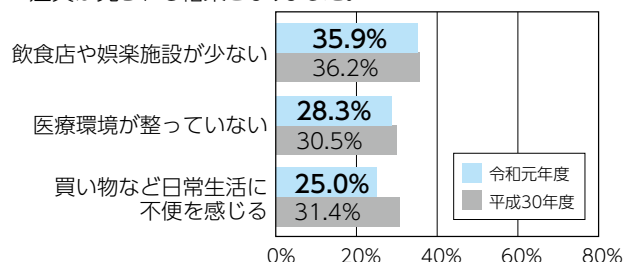
満足の理由 上位3項目

- 上位2項目は、ほぼ全ての年代で1位または2位に回答されています。
- 多くの年代で「犯罪や災害が少なく安全・安心な環境が整っている」が上位に入っています。



不満の理由 上位3項目

- 20代～40代では、飲食店や娯楽施設への不満、50代～70代では、医療・福祉環境に対する不満が上位に位置するなど年代によって差異が見られる結果となりました。

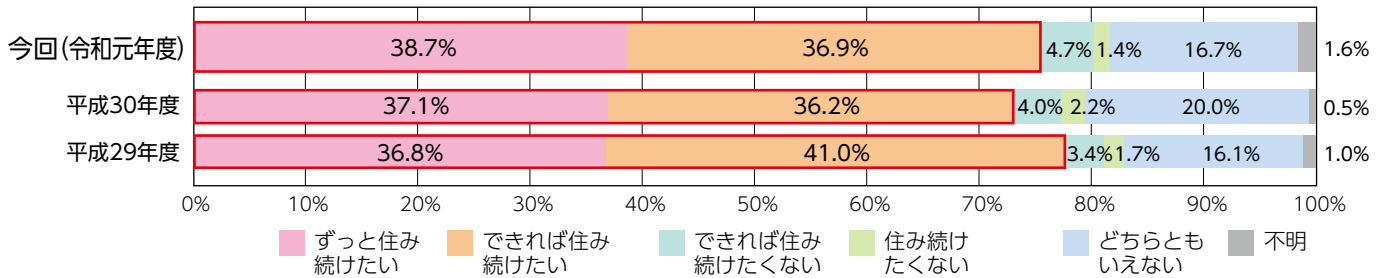




これからも箕輪町に住みたいと思いますか？ 町に住み続けたい 75.6%

「ずっと住み続けたい」が38.7%、「できれば住み続けたい」が36.9%で合せて75.6%の方がこれからも箕輪町に住み続けたいと回答されました。前回調査（平成30年度）と比較すると「ずっと住み続けたい」は1.6ポイント増加し、「できれば住み続けたい」が0.7ポイント増加しました。

男女別では、男性の方が「ずっと住み続けたい」の割合が高く、年代別では、年代が上がるほど「住み続けたい」の割合が高くなる傾向にあります。



「住民満足度調査」・「まちづくり地区懇談会」・「町長への手紙」等でもいただいた皆さまのご意見の一部を紹介します。また、それらのご意見などに対し、町として令和2年度に取り組む予定を紹介いたします。

町民の皆さまのご意見	実施事業（予定）
熊の目撃情報について、目撃から1時間して放送が流れた。職員が出勤していないので迅速な対応は難しいが対策を。 防災無線について、難聴のところがある。また、町外にいても情報が分かるようにしてほしい。	防災アプリ導入事業 防災行政無線用別受信機整備事業
今年の防災訓練にて、アルファ米を使用した。町から配布されたアルファ米はアレルギー対策が出来ていないものだったので、対応をお願いしたい。	災害対策用消耗品購入
台風19号では災害弱者の被害があった。その中で入居者250人の介護施設では全員無事だったとの報道があった。毎月の訓練が功を奏した。住民支え合いマップがあるが、要支援者をどう守るか町の考えは。	要支援者支援システム導入事業
小さな区なので、必ず役員が回ってくる。役の成り手がいなくなることが考えられる。新規転入者の常会加入の対策を。	地域総合活性化事業交付金 区・常会PR用チラシ
合葬式墓地の整備について	大原公園墓地測量業務委託
子どもに電車を見せようと沢駅に行ったが、企業の名前の入った駐車場しかなく止められなかった。	沢駅駐車場整備工事
高齢者等の移動手段。バスは本数が少ないため使いづらい。また、高齢者の免許返納制度の充実や移動販売車の廃止など高齢者を取りまく環境は、大変厳しくなっている。町としての施策や対応を。	運転免許自主返納交付金 公共交通検討会議 高齢者タクシー助成券事業
みのわ天竜公園のトイレ整備について	みのわ天竜公園トイレ改築工事
台風で多数の倒木があった。災害時の倒木対策を	危険木等除去委託
パソコン教室・スマホ教室を実施してほしい	公民館講座



令和元年度 17歳町民意識・生活実態調査

17

住民満足度調査のほか17歳町民意識・生活実態調査を実施しています。箕輪町の若者は町のことをどう感じているのでしょうか？見ていきましょう！

調査の概要

調査期間：令和元年11月14日～令和元年12月9日
調査対象：箕輪町内在住の平成13年4月2日から平成14年4月1日の間に生まれた町民276人（男性153人、女性123人）
有効回答数：120人（回答率：43.5%）

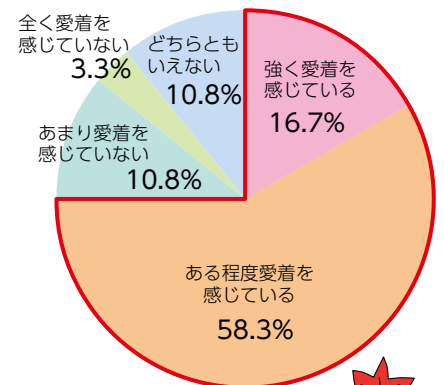
町への愛着度 ～あなたは、箕輪町にどの程度愛着を感じていますか？～

町への愛着度 75.0%

「強く感じている」16.7%、「ある程度感じている」58.3%で、合計75.0%が愛着を感じていると回答。前回調査（平成30年度）77.6%から2.6ポイント減少しました。

「強く感じている」は前回調査（平成30年度）15.5%から1.2ポイント上昇しました。

男女別では「強く感じている」、「ある程度感じている」の合計が、女性が3.4ポイント高い結果となりました。

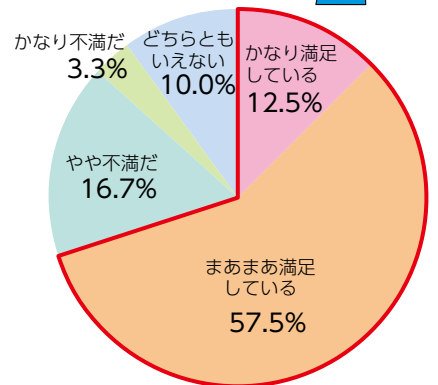


生活の満足度 ～あなたは、箕輪町での生活に満足していますか？～

生活の満足度 70.0%

「かなり満足している」12.5%、「まあまあ満足している」57.5%の合計70.0%が箕輪町での生活に満足していると回答。前回調査（平成30年度）80.5%から10.5ポイント減少していますが、前々回調査（平成29年）67.0%より3.0ポイント高い結果となっています。

男女別では「かなり満足している」、「まあまあ満足している」の合計が、女性が20.8ポイント高い結果となりました。



満足の原因 上位3項目

- ①山や景色など自然環境に恵まれている
- ②犯罪や災害が少なく安全・安心な環境が整っている
- ③買い物など日常生活が便利である



不満の原因 上位3項目

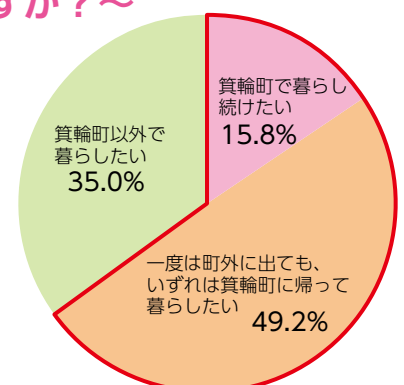
- ①飲食店や娯楽施設が少ない
- ②通勤・通学に不便を感じる
- ③スポーツ・レクリエーションを楽しむ環境が整っていない

居住の希望 ～あなたは、今後も箕輪町で暮らし続けたいですか？～

箕輪町で暮らしたい 65.0%

「箕輪町で暮らし続けたい」15.8%、「1度は外に出てみずれは箕輪町に帰って暮らしたい」49.2%で、合計65.0%が箕輪町で暮らしたいと回答。前回調査（平成30年度）65.4%とほぼ横ばいの結果となりました。

男女別では、「箕輪町以外で暮らしたい」が男性39.3%、女性31.3%となり、女性が将来的に町内での暮らしを希望する傾向にあります。また、前回調査（平成30年度）との比較においても男女ともほぼ同様の傾向となりました。

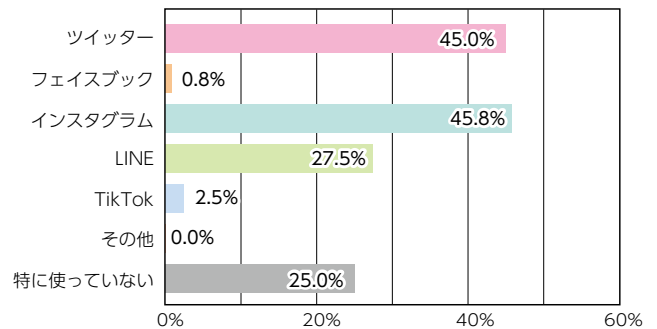


情報の取得 ～普段こういったSNSやインターネットサービスを使っていますか？～ 情報は「ツイッター」が人気、メッセージのやりとりは「LINE」

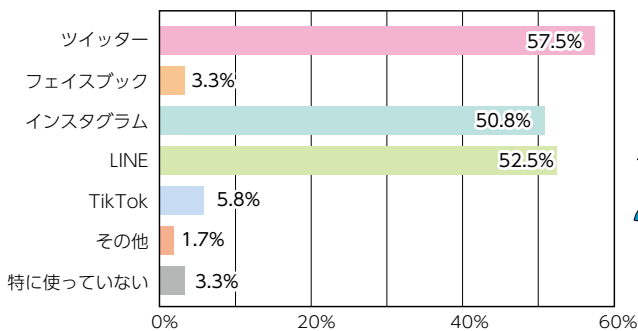
様々な情報を得たり投稿を得たり、人の投稿を見る場合は「ツイッター」57.5%を使っている割合が高く、次いで「LINE」52.5%、「インスタグラム」50.8%の順となりました。

自分で投稿する場合は「インスタグラム」45.8%が最も高く、次いで「ツイッター」45.0%の順となりました。家族・知人・友人等とメッセージのやりとりをする場合は「LINE」98.3%が最も高く、ほとんどの人がLINEでのやりとりを行っている結果となりました。

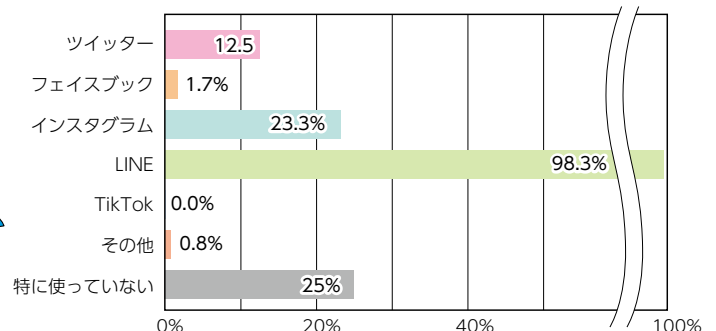
イ 自分で投稿をする場合



ア 様々な情報を得たり人の投稿を見る場合



ウ 家族・知人・友人とメッセージのやりとりをする場合



箕輪町の好きなおとこ、好きでないところ (自由回答)

好きなおとこ

- ふれあい広場など地域とかかわることのできる機会があってとてもいいと思う。地域の人々との連携が多くあり、温かさを感じる。
- 山に囲まれていて、自然がいっぱいだし、景色がどんなときも綺麗なおとこ。田舎だけど、スーパーとかお店も自力で行ける距離にあるから暮らしやすいところ。
- 自分が住み続けている町なのに飽きない。



好きでないところ

- もう少し飲食店を増やしてほしい。商店街を活性化してほしい。
- 体育館が一般人には取りづらい
- 公共交通機関が不便である

U・Iターン応援プロジェクト

大人になっても箕輪町で暮らし続けてもらうために、町では専門窓口の設置や充実した補助金などによる、若者のU・Iターンを応援するプロジェクトを行っています。

働 <

- 就職活動支援補助金 (就職活動にかかる交通費を一部補助)
- 特定人材就労奨励金 (保育士や看護師などの専門職に就職された場合は奨励金を支給)
- 奨学金返還支援補助金 (奨学金の返済の一部を補助)

同窓会を開催!

- 若者同窓会支援補助金 (同窓会にかかる費用を一部補助)

住宅を購入

- 若者世帯定住支援奨励金 (若者世帯の住宅購入費用の一部を助成)

※各種補助金には要件がありますので、詳しくは下記までお問い合わせください。

みのわの魅力発信室 U・Iターン推進係

☎79-3111 (内線231・232)

詳しい調査結果は町HPをご覧ください



そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。

※令和2年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズ

6月23日から29日までの1週間は、「男女共同参画週間」です。男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、みなさん一人ひとりの取り組みが必要です。自分らしい人生を実現するために、時間をどう使うのか、家族や地域・社会はそれをどう後押ししていくのか、この機会に考えてみましょう。

働く女性を応援！ママの就業・お仕事相談



※本事業は、箕輪町と南箕輪村の広域連携事業として共同実施しています。

町では、全ての女性がいきいきと活躍できる地域を目指し「ママの就業相談お仕事相談窓口」を昨年6月から開設しました。産休・育休を検討されている方から、子育て中で再就職をお考えの方まで「仕事と家庭の両立に関係する全てのこと」についての相談や、再就職をお手伝いさせていただきます。昨年度開催した就職応援セミナーは92人が受講、相談窓口は127人の方に利用いただき67人の再就職に結びつきました。

オススメポイント

その1 子どもと一緒に相談できるから安心

子育て支援センター内に相談所があるので、小さなお子様と一緒に相談を受けられます。お子様がぐずぐずしても気にしなくて大丈夫。

その2 家事・育児の隙間時間で相談

お家の近くにある相談所だから、家事に育児に忙しい子育てママにとって貴重な時間を有意義に使うことができます。

その3 仕事・子育ての相談がワンストップ

子どもが保育園にあがるタイミングから働きたい。それまで何を準備すればいいの？など、子育てと働くことを一体的に相談できます。

その4 充実したセミナー 就活ママ友と情報交換も

面接に合わせたメイク、履歴書の書き方、面接の受け方、マネープランなど、就職前の準備から就職後のお金のやりくりまで、多彩なセミナーを準備。セミナーは託児付なので集中して学ぶことができます。

その5 求人情報を紹介

企業とコンタクトを取りながら、条件に合った求人情報を紹介してもらうことができます。

その6 手厚いフォロー

子どもが急な発熱…など足を運べないことも。そんな時は、LINEで情報提供など臨機応変に対応。働く前の会社見学、面接時の付き添い、就業後の相談にもつてくれるので仕事のブランクが長いママも安心です。



堀 綾子さん

(女性就業支援トータルアドバイザー)

小学生2人の子どもをもち、母親として、働く女性として、相談者に寄り添います。キャリアコンサルタントの国家資格を有していますので、就職のこと、子育てのことなど安心してご相談ください。



中野友美さん

(箕輪町女性活躍アドバイザー)

子供を預けフルタイムで働く、家族を送り出して家事をこなす、私は、いずれも経験してきました。「女性が活躍する」という意味は個々に価値が異なることも知りました。「自分らしく生きる」には、仕事も家庭も大切に感じ、バランスよく循環できる事。さまざまな角度から、応援していきたいと思っています。

子育て中の女性に限らず、結婚や夫の転勤に伴い退職し仕事を探している方や、家族の介護状態にあわせ働き方を見直したい方など、幅広い年代の方にご利用いただけます。お気軽にご相談ください。

●箕輪サポートセンター

毎週火・木曜日 10:00～15:00
子育て支援センターいろはぽけっと内

事前予約を
お願いします

●南箕輪サポートセンター

毎週月～金曜日 9:00～16:00 こども館内

※相談は無料です。どちらのサポートセンターも利用いただけます。

※相談は、雇用保険受給(失業給付)における求職活動の対象となります。

作ろうよ！マイナンバーカード

役場窓口で申請をお手伝いします!!

マイナンバーカードの申請に必要な顔写真の撮影をするなど、申請のお手伝いを行うサービスを行っています。申請方法がわからない方や、パソコンやスマートフォンの操作に不慣れな方など、お気軽にご利用ください。法律の改正により通知カードは令和2年5月25日に廃止されました。この機会にマイナンバーカードを作りませんか。

- 対象** 町内に住民票のある方
場所 住民環境課 住民係窓口
時間 平日 午前8時30分～午後5時
撮影から申請までに要する時間は1人当たり15分程度です。
予約は不要ですが、混雑状況によりお待ちいただく場合があります。
- 持ち物** 本人確認書類 (AまたはBをお持ちください)
- A. 官公署が発行した顔写真入りの身分証明書 1点**
運転免許証・住民基本台帳カード (写真入り)・在留カードなど。
- B. 写真入りではない本人確認書類 2点**
健康保険証・介護保険証・福祉医療受給者証・学生証など。

〈申請補助のながれ〉

- ① 顔写真の撮影をします (無料)
- ② 職員が補助を行い、申請手続きをします。
- ③ 約1か月後、カードお受取りのご案内通知がご自宅に届きましたら、必要書類をお持ちのうえ役場住民係へカードをお受取りにお越しください。



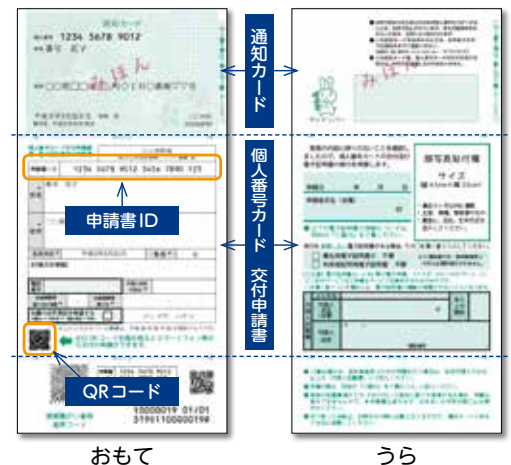
ご自身でも申請できます!!

ステップ1

「個人番号カード交付申請書」を用意しよう!

- 通知カードの下部が「個人番号カード交付申請書」になっています。
- 申請書上部には申請書ID、下部にはQRコードがあり、スマートフォンからも申請できます。

※紛失された方や、記載内容 (住所・氏名など) が変更されている方は、住民環境課住民係の窓口で交付申請書を発行しますのでお申し出ください。



ステップ2

①②③の方法から申請しよう!

① 郵送で申請

おすすめ



- 通知カードについている交付申請書に、顔写真を貼り付け、必要事項を記載の上、同封の返信用封筒に入れてポストに投函。

② スマートフォンで申請

おすすめ



- 通知カードについている交付申請書のQRコードから申請用WEBサイトにアクセス。必要事項を入力の上、顔写真のデータを添付し送信。

③ パソコンで申請

マイナンバーカード総合サイト

(URL : <https://www.kojinbango-card.go.jp/>)

ステップ3

カードを受取りに行こう!



カードの受取り案内通知が届きましたら役場住民係へ受取りにお越しください。

飲み水を 未来につなごう ぼくたちで

期間：令和2年6月1日(月)～6月7日(日)



水道週間は、水道についてさらに住民の皆さんの理解を深めていただき公衆衛生の向上と生活環境の改善を図るとともに、水道事業の今後の発展に役立てることを目的として毎年実施しています。

箕輪町では毎年水道週間に合わせ、町内の小学4年生の皆さんに水について勉強していただくよう箕輪ダムや箕輪浄水場、下水道終末処理場などの上水道と下水道施設の見学会を実施しております。箕輪町の上水道は、上伊那広域水道用水企業団から供給される箕輪ダムの水で約85パーセントを賅っています。

上伊那広域水道用水企業団と箕輪町上水道

箕輪ダムの水は、上伊那広域水道用水企業団で水道用水として浄水し箕輪町をはじめ伊那市・駒ヶ根市・南箕輪村・宮田村の5市町村に供給しています。ダムから取水した水は長田地区にある箕輪浄水場に送られ、飲み水となるよう浄水・滅菌などをし、一日あたり約5万m³の“水道水”が上伊那の広い地域に送られています。

箕輪町では、大原・富士山・長田・富田・福与の各配水池でこの水を受水し、従来からある水源の水と併せ、配水管（水道管）を通して各家庭や保育園・学校などの施設、会社・工場に給水しています。



◆問合せ先◆ 水道使用料等…水道課 水道管理係 ☎79-3111 (内線181・187)
 水道工事等…水道課 水道工事係 ☎79-3111 (内線185・188)
 箕輪ダムからの受水について…上伊那広域水道用水企業団 ☎79-1131

新型コロナウイルス感染対策 ～ごみの捨て方について～

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方などがご家庭にいらっしゃる場合、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、以下の『ごみの捨て方』に沿って、「ごみに直接触れない」「ごみ袋はしっかりしばって封をする」そして「ごみを捨てた後は手を洗う」ことを心がけましょう。

ごみの捨て方

①ごみ箱にごみ袋をかぶせます。いっぱいになる前に早めに②のとおりにごみ袋をしばって封をしましょう。



②マスク等のごみに直接触れることがないようにしっかりしばります。



③ごみを捨てた後は石鹸を使って、流水で手をよく洗いましょう。



※万一、ごみが袋の外に触れた場合は、二重にごみ袋に入れてください。



(環境省HP)

生ごみ処理機設置補助金

●生ごみ処理機設置補助金について

町では生ごみ処理機を購入した方に対して補助制度があります。

補助率……設置、購入費の1/2 (100円以下切捨て、上限30,000円)

●補助対象となる装置

電気、機械で生ごみを堆肥化又は減量化する装置


●補助を受けることができる方

- 1 箕輪町に住所を有する方で、自宅に生ごみ処理機を設置した方
- 2 町税等を滞納していない世帯の方
- 3 過去5年以内に同一の世帯で、生ごみ処理機設置補助金を受けていない方

申請に必要な書類は、住民環境課生活環境係又は町ホームページからもダウンロードできます。



水	木	金	土
	4 健 離乳食教室① (R元.12月生)	5 健 10か月児相談 (R元.8月生)	6 箕輪建設工業(株) 水道 ☎79-2035
の相談 (要予約) 炎 (心理・要予約)	11 健 1歳6か月児健診 (H30.11月生)	12	13 (株)コマツ 水道 ☎79-2568
健 もみじの会 の病や人とのコミュニ ョンに不安のある方の会) 炎 (心理・要予約)	18 健 2歳児健診 (H30.3月生)	19 健 離乳食教室② (R元.10月生)	20 赤羽設備(株) 水道 ☎79-6990
	25 子 ふれ愛あそび (いろはぼけっと)	26	27 新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130
	2	3	4

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 6月7日・14日・21日・28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。

日・29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	箕 やぶはら小児科(小) ☎98-7501	箕 芦澤整形外科(整) ☎70-8080	箕 上伊那生協病院(内) ☎79-8813	伊 池上医院(内) ☎72-4060
14日	伊 下條医院(内・小・脳) ☎76-5353	14日 伊 おさか循環器クリニック (循) ☎71-6151	21日 伊 くるごうち内科循環器科医院 (内・循) ☎77-0582	伊 古田産婦人科医院(産) ☎78-8088
28日	伊 伊那市国保長藤診療所 (整) ☎94-2001	伊 片桐医院(内・心) ☎72-4072	伊 酒井医院(内・婦) ☎72-4835	伊 岩田クリニック(泌) ☎73-1929
7日	伊 アルプスこころの健康クリニック (精・心) ☎71-8707			辰 上島医院(内・外) ☎(0266)41-0143
28日				
28日				

日	月	火	水
31	1	2	3
7	8	9	10
14	15	16	17
21	22	23	24
28	29	30	1

各種相談窓口	
心配ごと相談 要予約	6月2日(火)・6月16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
交通事故相談 要予約	6月4日(木)・6月18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	6月18日(木) 13:30~15:00 松島コミュニティセンター 総務課 総務係 ☎79-3111(内104)
税金無料相談 要予約	6月3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	6月7日・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	
南東コース①、北西コース①、	
8日・15日・22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	4日	8日・22日	17日	—	—
松島	火・金	11日	4日・18日	24日	—	—
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	18日	11日・25日	3日	—	—
木下・三日町・福与	火・金	25日	1日・15日	10日	—	—
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	4日	8日・22日	17日	—	—



「サポカー補助金」制度が始まりました

～対歩行者衝突被害軽減ブレーキ搭載車の購入等に対する支援制度です～

65歳以上のドライバーが、衝突被害軽減ブレーキ等が搭載された安全運転サポート車や、後付けのペダル踏み間違い急発進等抑制装置を購入等した場合に、「サポカー補助金」が交付されます。

	対歩行者衝突被害軽減ブレーキかつペダル踏み間違い急発進等抑制装置を搭載する車両	対歩行者衝突被害軽減ブレーキを搭載する車両
登録車	10万円	6万円
軽自動車	7万円	3万円
中古車	4万円	2万円

対象となる車種や条件など、申請に関する詳細は、(一社)次世代自動車振興センターのホームページをご覧ください。電話でお問合せください。

(一社)次世代自動車振興センター
 ホームページ：<http://www.cev-pc.or.jp/>
 電話 (ナビダイヤル)：0570-05-8850
 ※受付時間は平日の9:00～17:15

考えてみませんか？ 運転免許証自主返納

ご高齢のドライバーの皆さん、運転時に「ヒヤッ！」としたことはありませんか？
一瞬の判断の遅れやハンドルミス等によって、被害にあわれた方だけでなく、ご家族をはじめとする多くの方が大変な苦しみを味わうこととなります。運転に少しでも不安を感じるようになってきたら、運転免許証の「自主返納」を考えてみませんか？

自主返納交付金として1万円交付します

箕輪町では、運転免許証を自主返納した高齢者の方へ、返納にかかる経費や運転経歴証明書の取得費用として1万円を交付しています。

〈交付対象となる方〉

- ① 自主返納した日現在において、町内在住の65歳以上の方。
- ② 運転免許証を自主返納し、運転経歴証明書の交付を受けている方。



〈申請に必要なもの〉

- ① 運転免許証の取消通知書
- ② 運転経歴証明書 (交付年月日が平成30年4月1日以降のもの)
- ③ 印鑑
- ④ 振込口座の分かるもの (通帳)

役場2階の総務課窓口までお越しください。
(代理の方の手続きでも可能です)

※交付金の申請は、自主返納申請日の翌日から1年以内に行う必要があります。

※運転経歴証明書は、「身分証明書」として利用できません。

育てる男が、家族を支える。社会が動く。



広がれ！イクメンの輪

沢にお住まいの桑澤さん家族

家族構成：4人

夫：尊士さん
妻：みはるさん
子：佑くん 5歳
子：凪ちゃん 1歳

どのように家事や子育てに関わっていますか

娘に離乳食を食べさせたり、息子の歯磨き、夜の寝かしつけなど、その時々でできることをしています。家事はゴミ出しや分別、掃除や洗濯もできる時にやっています。その時にできる人がやる、という感じです。仕事の治療院と、休診日は農業をしていますので、なかなか子供と休日が一緒になりません。一緒に過ごせる時間は、めいっぱい遊ぶようにしています。妻が育児休暇中なので成り立っていることも多く、復職後は相談しながら、我が家は

りの育児ができたらいいなと思います。

子育てで楽しいことや、大変と思われることはありませんか

成長するにつれて言葉が増え、言葉のコミュニケーションがとても楽しいです。思いもよらなかった質問や発言が出たり、言葉に対する驚きはとても面白いです。子供特有の言い間違えも微笑ましいですね。

一方で、危険なことを教えたり、ダメなことを改める理解をもらうための説明は苦心しています。子供が親の思い通りにならないのは当然なのですが…。

子育てで気を付けていることはありますか

子供は親の背中を見て育つ」と言うので、手本になれるように気を付けています。

イクメンへのおススメ
子供との暮らしは毎日がとても楽しいです！



子育てを通して、新たな発見や、ご自身が変わったことはありませんか

息子ももちろんかわいいですが、昨年生まれた娘にはもうメロメロです（照）妻にはさらに感謝しかないです。

今後お子さんと一緒にやりたいことはありますか

私のやっている古武術と一緒にやってみたいです。また、きのご狩りやキャンプなどアウトドアなことも家族で楽しめたらいいなと思っています。

ご主人の子育てについて、奥さんの感想はどうですか

昨年子供が2人になって、生活スタイルがガラッと変わり、1人の時とは違った忙しさにバタバタしていますが、家事や育児に積極的に関わってくれるので助かっています。

文芸コーナー

み の わ 俳 句 会

木々に潤い
人に安穩春の雨
井口 ひふみ

高遠や
閉園の丘かすむ春
矢島 正夫

涅槃西風
写経に走る筆の先
松澤 一十

人の世の
騒ぎに横目に初燕
矢島 美穂

陽炎や
亡母ゆく後ろ姿消ゆ
小林 曾

箕輪町短歌教室

保護せんと腰にベルトしベット入り
無意識に痛みとても哀れや
大槻 優

父親は片倉仕込みの厳しさで
吾ら育てり今日まで生きる
唐澤 良夫

老いしわれ装うことの少なけれど
春は明るきスカーフを買う
岡 富貴子

卒業の晴れの祝賀も簡素なり
コロナの終息祈るしか無し
向山 勝美

もうもうと土煙り見ゆ川の西
春一番か吾もふらつく
井澤 通治

食物繊維たっぷり和風献立

豚肉の根菜炒め

さつまいもごはん・かぶの和え物
わかめときゃべつの味噌汁・おもてなしヨーグルト



【材料】5人分

- 豚肉……………300g
- ごま油……………適量
- おろし生姜……………5g
- おろしにんにく……………5g
- れんこん……………80g
- ごぼう……………50g
- にんじん……………50g
- むき枝豆……………20g
- 醤油……………10g
- みそ……………10g
- 砂糖……………5g
- 酒……………10g
- 中華だし……………少々
- 水……………20g
- 片栗粉 ……5~10g(様子で入れる)

【作り方】

- ①レンコンは皮をむいて半月に切り水にさらす。
- ②ごぼうは、アルミホイルを丸めたもので、こすってから、ななめに切る。
- ③にんじんは、短冊に切る。
- ④フライパンにごま油を入れにんにくと生姜と肉を入れて炒める。
- ⑤ごぼう、れんこん、にんじんを入れて炒める。
- ⑥調味料を混ぜてたれを作り、⑤に加える。
- ⑦むき枝豆を入れる。
- ⑧様子で片栗粉を水で溶き、とろみをつける。

*コンテストでは、和え物で利用した「かぶ」の残った皮も、利用して炒め物にしています。にんじんなども、きれいに洗って皮も利用します。食物繊維や栄養がアップして、環境にも優しいメニューを考えてくれました。

優秀賞

箕輪中学校
唐澤 萌果さん

学校給食アイデアレシピコンテスト

町内小中学校の新学期スタート!

町内6小中学校の新学期が始まりました。町からのマスク配布や臨時休業等新型コロナウイルス拡大防止策をとっています。各校の入学式の写真と本年度の重点を紹介します。



箕輪南小学校



- ①よく見てよく聴いて反応する
- ②体を鍛える、読書に親しむ
- ③自分から気もちのよいあいさつをする

箕輪中学校



- 自立した生徒を育てます
- 自分と向き合うことのできる生徒
- 仲間との関係を築くことのできる生徒
- 社会とのつながりを自覚できる生徒

箕輪西小学校



- ①あいさつをかわしあう子
- ②自分の思いや考えを表現する子
- ③自分から動き出す子
- ～10年後20年後に花開く、生きる力を育む～

箕輪東小学校



- 自分から進んで学ぶ
- 自分から進んで動く
- 自分から進んで関わる

箕輪中部小学校



- 子供達の自尊感情を高める
- 板書の充実、学習規律徹底で学力向上
- 保護者や地域との連携

箕輪北小学校



- まなぶ子「自ら問いを立て追究していく子を目指して」

児童手当受給者のみなさまへお知らせです

6月分以降の児童手当等を受けるには現況届の提出が義務づけられています。
ご記入いただく現況届は、対象となるご家庭に6月上旬に郵送します。
6月30日(火)までに役場子ども未来課までご提出ください。

現況届ってなに?



現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、児童手当を引き続き受給する要件(児童の監護、生計同一関係など)を満たしているかどうかを確認するためのものです。

【現況届に必要な添付書類】

- 請求者が被用者(会社員など)の場合 → 健康保険被保険者証の写し
- このほかにも必要に応じて提出していただく書類があります。

問合せ先 子ども未来課 子育て支援係 ☎0265-79-3111(内線163)

★子育て世代への臨時特別給付金については、p16に記載しています。

保育園 だより



木下南保育園

木のぬくもりを感じる
平均台がやってきました



子育て支援サイト
【いいね！みのわっこ】

昨年度長野県森林づくり県民税を活用した「子どもの居場所」木質空間整備事業補助金を受けて



県産の木材を使った木の平均台が保育園にやってきました。
2台の平均台をつなげて渡ったり、両方から渡って、じゃんけんをしたりして遊べます。
新型コロナウイルスの感染予防のため在宅保育をお願いしていて、なかなかお友だちと一緒に遊べませんが、一日も早く収束し、またみんなでこの平均台で遊びたいです。

- ①地元産の木材について話を聞きました。
- ②上手に渡れるかな。
- ③「木っていいにおいがするね」。

手洗い、うがいを
しっかりしましょう。

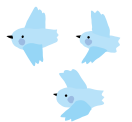


小・中学校 だより



箕輪中部小学校

令和2年度の
中部小学校がスタート！



4月4日(土)に入学式が挙行され、96名の新生を迎えました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、式次第は縮小したものでありましたが、元氣よく胸を張って入場する新生は、どの子も輝いていました。



新生も含めて、今年度は607名のスタートとなりました。10日から箕輪町内の小中学校は休校になり、4月には数日でしたが、休み時間には元気に遊び、授業になるとすぐに切り替えて集中して学



- ①96名の新生を迎えた入学式。1年生は「学校の宝」。
- ②真剣に授業に取り組む1年生です。
- ③3年生理科の春探し。しっかり植物の観察。
- ④休校中、実際の動きを想定して、職員のみで避難訓練。

ぶ姿が見られました。清掃や委員会の当番活動にしっかりと取り組む上級生の姿も立派でした。
学校再開が待たれるわけですが、現在職員は学童クラブ受け入れの合間に、家庭訪問、課題プリントの作成、環境整備、職員のみ避難訓練、授業づくり研修など、日々取り組んでいます。
本年度も保護者や地域の皆様に支えていただきながら、教育活動を行ってまいります。よろしくお願いたします。

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。

お知らせ

特別定額給付金のお知らせ

特別定額給付金とは1人につき10万円の給付金です。

対象者 国籍を問わず4月27日時点で住民基本台帳に記載されている方(外国人の方も対象)

手続き方法 5月13日から順次、世帯主宛てに申請書を郵送しています

● 郵送申請
● オンライン申請(マイナンバーカードをお持ちの方のみ申請可)

申請期限 令和2年8月12日

◆ 詐欺に注意 ◆

国や町、金融機関からATMの操作や手数料の振込みを求められることは絶対にありません。詐欺にご注意ください。

詳細は町HP

Pをご確認ください。

問 企画振興課

まちづくり政策係



町HP QRコード

(内線 113・233)

農業は適正に管理・使用
しましょう

農業の使用は、病害虫を排除する有効手段のひとつですが、その使用方法を間違えれば、農作物のみならず、人や環境に害を及ぼす可能性があります。

農業を使う時は、次の項目に注意しましょう。

● 使用基準を守り、農作物や人畜、水産動植物へ害を及ぼさないようにしましょう。

● 使用する際は、防護服やマスクを着用し、時間帯や風向きなどに注意して、周辺に飛散しないよう散布しましょう。

● 散布後は器具等の洗浄を十分にし、洗浄水は河川や用水に流さないでください。

● 誤飲・誤食防止のため、農薬を飲食物当の別の容器に移し替えないでください。

● 不要となった農薬は放置せず、専門の業者に処理を依頼してください。

問 産業振興課 農業振興係

(内線 168)

令和2年度 子育て世帯への臨時特別給付金のご案内

子育て世帯の生活を支援するために一時金を支給します

はじめに……申請は必要ですか？

今回、支給を受けるにあたって、改めて申請は不要です。
※希望しない場合等は、申出書を返送するか、窓口まで持参してください。

1. だれがもらえるの？ (支給対象者)

令和2年4月分(3月分を含む)の児童手当を受給している方です。(特例給付受給者は除く)

2. うちの子は、対象になるの？ (対象児童)

児童手当の令和2年4月分の対象となる児童です。
※ただし、同年3月分の児童手当の対象となっている児童であれば、4月から新高校1年生となっている場合等も対象となります。

3. いくらもらえるの？ (給付額)

対象児童1人につき、1万円です。

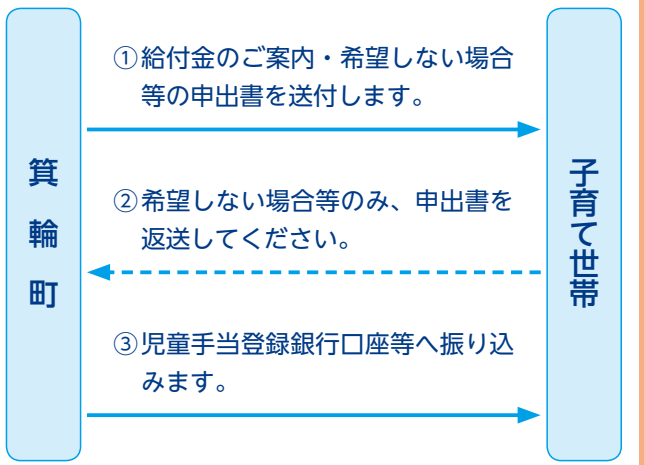
4. いつもらえるの？ (支給時期)

対象の方には、6月末頃に支給予定です。以降、確認ができなかった場合には、お問い合わせください。

5. どんなかたちでもらえるの？ (支給方法)

令和2年4月分(3月分を含む)の児童手当を受給している口座に振り込みます。

申請は不要です。



ただし、公務員の方がこの給付金を受け取るには、令和2年3月31日時点で住民票のある市区町村への申請が必要になります。申請をするためには、申請書の「公務員児童手当受給状況証明欄」に所属庁の証明が必要ですので、申請書に必要事項を記載し、所属庁の証明を受けた上で、申請してください。

問 子ども未来課 子育て支援係 (内線 163・125)

中止のお知らせ

令和2年7月4日(土)に開催を予定していましたが「第70回社会を明るくする運動・青少年健全育成推進上伊那北部地区大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となりました。

☎総務課 (内線105)

予約貸出を行います

5月19日(火)から当の間、予約貸出を行います。予約した図書の受け取りの場合に限り入館していただけます。図書の予約は、電話又はインターネットでお願いいたします。

☎ 図書の返却は、「夜間返却」をご利用ください。

☎ 予約方法はホームページ、音声告知放送などお知らせします。

☎ 問・申町図書館 ☎79-6950

新型コロナウイルスにより生活にお困りの方へ

☎ 司法書士会 常設「無料電話相談」をご利用ください。

☎ (相談例) 消費者トラブル・少額トラ

ブル
カードローン等の借金の返済など

☎026-233-4110

・登記手続

土地建物の登記手続、会社や各種法人に関する登記手続など

☎026-233-9110

・相続

遺言、空家問題など

☎026-233-6110

・労働トラブル・会社法務

インターネットトラブル等
解雇、賃金の未払い、会社設立・解散、ネット通販でのトラブルなど

☎026-233-2110

☎ 相談時間、相談項目等の詳細は「長野県司法書士会」ホームページにてご確認ください。

☎ 長野県司法書士会

☎026-233-27492



司書さんお薦め 新着図書の紹介 6月2日からの貸し出しです

☎ 問町図書館 ☎79-6950

『バスへ誘う男』

西村 健/著 実業之日本社

路線バス旅のコーディネーターの「私」は、元刑事の炭野と出会う。彼はなぜか、翌日になると謎を解き明かしてくれる。お散歩ミステリーの新定番!



『ふかふかパンのひみつ』

ひさかたチャイルド

身近な食べ物パン。どんなふうにつられるのか、どうしてふかふかしているのかを写真で紹介。食べ物について楽しく知るうちに、科学の目が育まれる1冊。



『はしれ! みんなのSL』

溝口 イタル/え 交通新聞社

けむりをもくもく上げながら、力強く客車を引っ張るSL。どうしてけむりが出るのか、なぜ石炭で動くのか、鉄道にまつわる謎をわかりやすく紹介する絵本。



今月の予定

13日(土) ドリーム号地区巡回、 13日(土) おはなしこんにちは、 18日(木) おはなし くまさん

機能訓練《歩くデイサービス》をやっています! 介護保険適用

■ 歩く効用

「老化は足からやってくる」
歩くことは最も効果的

■ こんな方におすすめ

「このまま寝たきりになるのか不安…」
「最近気力が衰えてきた…」
「身体を動かしてない」

見学・体験はいつでもお受けいたします。

ぜひ一度
ご体験ください!!

★ご利用は担当ケアマネージャーにご相談下さい。

■ 歩行練習プログラム

- 個別訓練
目標に合わせて歩行練習のプログラムを作成いたします
- 集団体操
皆で楽しく体を動かします



デイサービス ゆうちゃん家いほく

電話: 0265-96-0088
上伊那郡箕輪町沢上1450-1

看護師・職員
募集中!

スマホで広報紙「マチイロ」

広報紙がスマホやタブレットで受け取れる「マチイロ」をぜひ、ご活用ください。



☎ 企画振興課 みのわの魅力発信室 (内線236)

※広告是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。

ご存知ですか？

特定外来植物防除活動補助金

年々、特定外来植物の繁殖範囲が広がっています。町では特定外来植物の防除活動に対する補助を行なっています。防除には多くの町民の皆様のご協力が必要です。駆除にご協力をお願いします。

●補助金額

防除活動に要する経費、対象事業参加者1人につき上限200円
(作業用の手袋、飲み物も補助対象となります。なお、燃料及び薬剤は対象外となります)

●補助対象事業

町内の道路、河川敷において営利を目的としない防除活動

●補助対象者

町内に住所がある方または町内で活動する団体

●申請方法

活動代表者は次のものをお持ちのうえ役場2番生活環境係までお越しください。

- 印鑑（インク浸透式を除く）
- 振込口座の分かるもの
- 補助対象となる経費の領収書
- 活動場所の位置図
- 活動写真



アレチウリ



オオキンケイギク

住民環境課 生活環境係 ☎79-3111 (内線117)

One nagano 基金

みなでひとつに がんばろう信州
みなさまからの♡
寄付をお願いいたします。

寄付のお申し込みは、ホームページにて！

One nagano 基金

令和2年 3月2日～8月31日

令和元年台風19号被災者を支援する団体への助成をします。今後、長野県内で発生しうる大規模災害支援活動の基盤にします。

ONE NAGANO基金とは

基金の仕組み

●目的●

令和元年台風19号被災者を支援する団体への助成をします。今後、長野県内で発生しうる大規模災害支援活動の基盤にします。

●寄付受付期間●

令和2年 3月2日～8月31日

●寄付金の使いみち●

- こどもの居場所学習支援活動
- 被災地での居場所・サロン活動
- コミュニティ支援活動
- 被災者生活支援活動
- 情報発信・復興イベント等
- ボランティアなど人材育成活動

●寄付方法・金額●

オンライン決済、銀行振込、郵便振替によるご寄付の場合、1,000円から1,000円単位となります。現金のご持参及び募金箱へのご寄付は金額の下限はありません。

寄付のお申し込みは、ホームページにて！

信州災害支援寄付基金 みんなでひとつに がんばろう信州
One nagano 基金 <https://onenagano.net> ▶▶



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。町の協力店で利用でき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)

自宅で取り組む健康づくり

新型コロナウイルスの感染拡大対策のため、思うように活動することができないかと思います。箕輪町公式ホームページでも自宅でも気軽に取り組むことのできるエクササイズやトレーニングの情報を公開していきますので、ぜひ取り組んでいただき、心身共に健康な身体を保ちましょう！

トレーニングやエクササイズ動画

○日本スポーツサポートベース公開動画

げんきセンターで実施している「プロから学べるトレーニングプログラム」のトレーナーを務める日本スポーツサポートベースが公開している子どもや親子で取り組むことができる運動プログラムです。

○松本山雅FC公開動画

箕輪町もホームタウンの仲間入りをした松本山雅FCが公開しているボールやタオル等を使った運動プログラムです。

●箕輪町作成動画（随時公開予定）

- ・トレーニング、ストレッチ動画
- ・介護予防の体操、ストレッチ、認知症予防等の動画
- ・みのわ健康アカデミーミニ講座 など

※役場ホームページのフロントページ下のバナーからごらんいただけます。



QRコード

新げんき体操

「新げんき体操」は2種類の体操があります。一つは「ストレッチ編」。もう一つは、「体操編」です。それぞれ、「立って行う・立って行う（ソフトタイプ）・座って行う」のメニューがありますので、身体に無理のない範囲で、自分に合った体操を試みましょう。

※もみじチャンネル終了後も毎日放送中です。



QRコード

家にいる時間が長くなった

外出できなくてイライラする

自粛疲れが…

新型コロナウイルス感染症対策 ～こころの健康を保ちましょう～

新型コロナウイルス感染症の影響による生活の変化から、こころの不調を感じてはいませんか？『今できること』を大切にしながら、こころの健康を保っていきましょう。

①生活リズムを整えましょう

こんな時期だからこそ、生活リズムが大切です。昼夜逆転や夜更かし気味になっていませんか？朝の光を浴びることで、体内時計がリセットされ、ホルモンの働きが活発になります。また、夜間の質のよい睡眠にもつながります。

起きる時間、寝る時間、食事の時間等の生活リズムがいつもと大きくズレないように意識していきましょう。

②自分なりのリラックス方法を見つけましょう

ストレスがたまりやすくなり、緊張が続いている時期です。上手にストレスを分散したり、緊張をほぐすこと

が大切です。深呼吸をする、自宅内で体を動かす、声を出して笑う、お風呂にゆっくり入る…等、自分にあったストレス発散法を見つけましょう。

③こころやからだの不調を感じたら、相談しましょう

誰かと話すこと、話しを聞いてもらうことでこころは少し楽になります。

- 自分のこころの状態を知りましょう
→こころの体温計チェックリスト
- 専門家に相談しましょう→こころの相談を実施しています（精神科医や臨床心理士による個別相談）
【町HPに日程が掲載されています。完全予約制です。下記までご連絡ください。】
- その他、こころやからだの不調を感じた時は、下記までご連絡ください。



QRコード

健康推進課 保健師

☎79-3111（内線119・120）

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



伊那ヶーアルテレビジョン株式会社



働く社員の様子

たまや食堂さんからのご紹介
**有限会社
 平出製作所**

1960年に東箕輪で創業して、今年で60年目を迎えます。2代目の平出社長のもと、30名の従業員が働いています。社員の平均年齢はおよそ33.5歳。若くて活気にあふれた職場です。ほとんど箕輪町やその周辺の地元出身者が占めています。

ファン
みのわFAN
 を
 ご紹介!

No.022

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します。

有限会社 平出製作所 代表取締役 平出 正彦

業務内容は精密機器部品の製造で、さまざまな機械を使って金属の板を加工する精密板金で、顕微鏡、医療機器、電子機器などの中に入っている精密部品を作っています。

へ品質第一で、技術力にさらに磨きを

金型加工やプレス加工、NCのレーザー加工機、複合機など、最新の機械を常に導入しています。製品はほとんどが消費者の目に触れるものではありませんが、町のふるさと納税の返礼品の、もみじちゃんのスマホスタンドやカップ麺フォルダーは当社で作りました。

昨今の新型コロナウイルスによる業績への影響も心配ですが、そんな中、今年も箕輪進修高校から新入社員が1名入社しました。当社は社員の親睦を図るために、年に5回ほど、社員旅行やソフトボール大会など、いろいろな行事を行っています。今年はお花見を兼ねた新入社員の歓迎会が新型コロナウイルスの影響で中止になってしまいました。自粛などの規制が落ち着いたら、あらためて歓迎会をやりたいと思っています。

これからも、製品の品質を第一に、日々勉強を心掛け、技術力にさらに磨きをかけていきたいと思っています。

将来は過疎化が問題になると思いますので、例えば企業や工場、またはIR（統合型リゾート）等の施設を誘致するなど、思い切った活性化の施策をお願いしたいですね。

information

住所：箕輪町東箕輪4356
 電話番号：79-2507
<http://www.hiraide-ss.jp/>
info@hiraide-ss.jp

map

レーザー複合機
 ロボット
 ふるさと納税の返礼品
 期待の若手社員!

人生の節目に
自伝

大切な本作り
 オリジナル書籍
 句集・歌集
 作品集

活動の足跡となる
 機関誌・年鑑

新たな未来へ
 社史・校史

安心しておまかせ下さい

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

無料体験・見学開催中

音楽教室

1・2歳 お問い合わせ下さい
 年少 6/14(日) 10:00
 年中長 6/14(日) 11:00

英語教室

1・2歳 お問い合わせ下さい
 年少 6/13(土) 15:00
 年中長 (木) 17:30 (土) 10:30

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

☆予約制です。電話又はオグチ楽器ホームページよりお申込みできます。お問合せ下さい。

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