

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〉

ふるさと納税で
箕輪町を元気に

主なトピックス	
減塩チャレンジ	4
身近な森林をどう思っていますか	6
自動車税種別割についてのお知らせ	7
みのわいきいきポイント登録団体募集	12



〈特集〉

ふるさと納税で 箕輪町を元気に

ふるさと納税を通して、全国の多くの方に箕輪町を知ってもらうことができたり、ふるさと納税で集まった寄附がどんなことに使われているのか知っていますか。今回、箕輪町のふるさと納税の状況をお伝えします。また、さらに箕輪町を盛り上げていくために返礼品を掲載していただける事業者も募集しています！

箕輪町ってこんなに寄附が増えて
いるんです!!!



令和4年度については、長野県内はもちろん、全国47都道府県の方々から約4.6万件のご寄附をいただいています。

寄附が増えている要因

登録事業者数の増加に伴い登録する返礼品数が増えていることです。ふるさと納税に興味を持っていただいている事業者が少しずつ増えてきています。

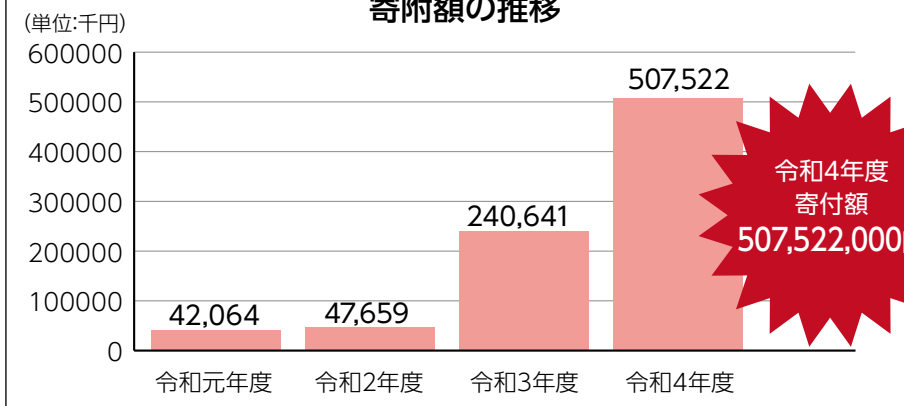
箕輪町は、現在8つのポータルサイトに返礼品を掲載しています。返礼品の写真を撮り直すなど工夫したことで返礼品が各ポータルサイト内のランキング上位に載ることが増え、知名度が高くなってきています。

町外に住むご家族や友人、親戚などに箕輪町には魅力的な返礼品がたくさんあることをおすすめしてください。

ふるさと納税のしくみ

ふるさと納税は、市町村等にふるさと納税（寄附すると、多くの自治体がお礼として返礼品を送っています。箕輪町も返礼品を準備して寄附を募っています。

寄附額の推移



令和4年度
寄附額
507,522,000円



- ① 若者、女性及び子育て世代のU・Iターンの促進
- ② 安全安心なまちづくり
- ③ 安心して妊娠、出産及び子育てのできる環境整備
- ④ 学力向上及び郷土愛の醸成
- ⑤ 健康増進及び健康寿命延伸
- ⑥ 安心できる福祉のまちづくり
- ⑦ 農林業、商工業及び観光の振興



では、みなさまからいただいた寄附は、どんなことに使われているのか紹介します！



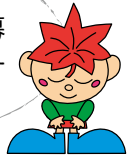
返礼品を登録いただける事業者を募集しています!!

町では、ふるさと納税の返礼品を扱う事業者を随時募集しています。登録、掲載にあたり費用は一切かかりません。ポータルサイトに掲載することで全国に商品をPRすることができ、新規の顧客獲得につながります。また、ふるさと納税市場は、年々大きくなってきていますので販路の一つとなりえます。

登録にあたっては、町内で栽培、収穫、製造、加工、販売、提供等がされているものを提供できることや本社（本店）・支社（支店）を町内に有している法人または個人事業者であることなどが条件となります。

ふるさと納税に少しでも興味があったり、詳細を知りたいと思った事業者のみなさま、みのわの魅力発信室までお問い合わせください。

たくさんのご応募お待ちしております



みのわの魅力発信室
広報・交流推進係
☎79-3152(内線1162)

登録業者さんの声

全国の方々からご注文をいただき、従業員一同感謝の気持ちでいっぱいです。

弊社の理念は「わくわく食体験を開発し社会に貢献する」です。弊社商品の直火栽培したミックスナッツの返礼品は、お客様から大変ご好評をいただいております。

ふるさと納税は、地域や社会に貢献するための非常に重要な制度です。ふるさと納税返礼品への参加によって、地域の発展に貢献し、町の未来を創造していけます。理念にあった商品開発で地域に貢献できたことを大変うれしく思います。

お客様からのありがとうメッセージを沢山いただくことができました。とても嬉しく、励みになります。



返礼品に感想がたくさん集まり、商品の良いところや改善した方が良いところを指摘いただき、次の商品開発に繋がりました。

多数ある返礼品の中で、なぜこの商品を選んでいただいたかが理解できました。

具体的に言うと、①常温保存が出来ること ②小分けで品質が保てること ③友人にプレゼントできることでした。

手間がかかると思っていたのですが、町の担当者の方々に協力いただき、手続きもスムーズでした。年末になると予想を超える注文が来て製造が間に合わず、寄付者からも問合せが増えましたが、町の担当者が丁寧に対応してくれて助かりました。

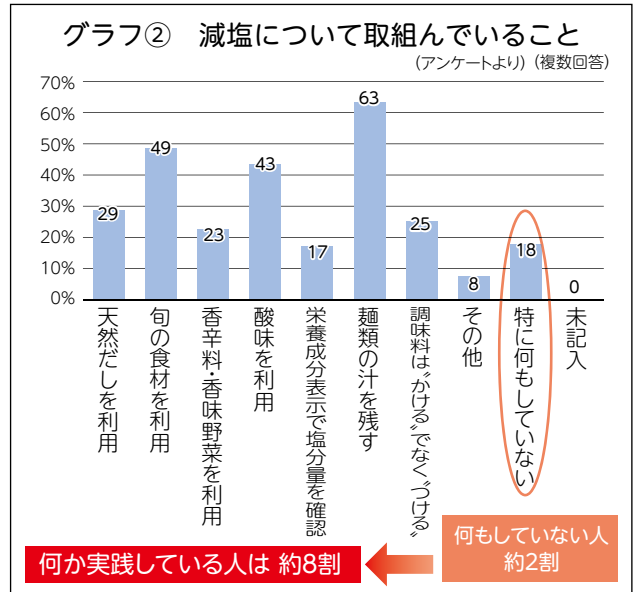
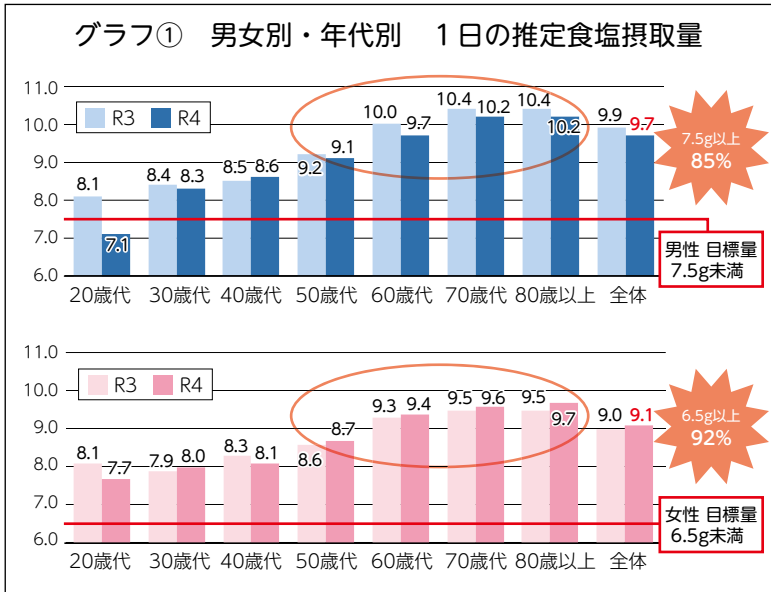


さらなる減塩に向けて!!

町の健康課題の一つに高血圧があります。高血圧は、放っておくと生活を大きく変える、あるいは命にかかわる病気にもつながるものであり予防が大切です。高血圧対策として、重要なのは減塩です。しかし、食品や料理に含まれている食塩は目に見えず、とっている量がわかりにくいものです。

町では、令和3年度から推定食塩摂取量検査を実施し、自分のとっている食塩量を数字で確認し、減塩に役立ててもらっています。

では、検査の結果はどうだったのでしょうか。町の現状を見てみましょう。



グラフ①の推定食塩摂取量検査の結果では、令和3年、令和4年とも年代が上がるにつれ食塩の摂取量が増えています。また、男女とも約9割前後の人が目標量以上の食塩を摂取しています。グラフ②は、減塩の取り組みについてのアンケート結果です。約8割の方が何かしらの減塩に取り組んでいます。でも目標量以上になってしまう…。

では、`さらに減塩、するにはどうしたらよいのでしょうか。

これ以上の減塩は美味しくない、あるいは元々、減塩=まずい!!とっていませんか。市販では様々な減塩調味料や減塩食品が販売されており、減塩食品の品質は年々向上し美味しいものもたくさん登場しています。また、日本高血圧学会では、適正で美味しい減塩商品の普及を目的として『減塩食品リスト』を作成しています。まずは、減塩食品を食べてみましょう。そして、上手に活用しさらなる減塩にチャレンジしてみましょう。

減塩講演会開催!! (P5参照)

減塩のための知ってお得な情報をお話していただけます。ぜひご参加ください!!

【令和5年度 推定食塩摂取量検査のご案内】 (一人年1回)

- ◆ 町のさわやか健診(循環器健診)時での実施
- ◆ 令和5年9月～10月に20歳以上の町民および在勤者への実施
→ 申込みが必要です (ホームページ、広報等でお知らせします)
- ◆ 3歳児健診時に3歳児と保護者への実施(令和5年度から)



子どもの頃からうす味に慣れることで、将来、意識なくとも自然に塩分控えめの食生活が送れるように、うす味を普段の味にしていきましょう。食塩摂取量はどの年代も多い傾向にあります。家族みんなで減塩に取り組みましょう。

入場無料 / 申込み不要

高血圧予防のために

減塩



にチャレンジ!!

今より、1グラムでも減らそう!!

減塩食品総数2,400個!
先着 **240** 名に
お分けして
プレゼント

減塩テクニックを
教えてもらえる!!

▶ 講演会
参加特典

▶ 講演会

「今日からできる減塩
～減塩食品の選び方、使い方～」

講師：日本高血圧学会 減塩・栄養委員会アドバイザー

野村 善博氏

プロフィール

1958年岐阜県生まれ。1981年～2023年味の素株式会社に勤務。

減塩食品の開発と導入のスペシャリストで、減塩食品の開発で評価した試作品は5,000種類以上。2022年に日本高血圧学会から減塩食品による日本の減塩化への功績で感謝状を授与される。



来場イベント

減塩料理の試食

「減塩でも美味しい!」を体験してみましょう

展示コーナー

- ・減塩食品紹介
- ・どのくらいの食塩が含まれているのかな?

測定コーナー 13:00~14:00

- ・血圧測定
- ・血管年齢測定

開催日：2023年 **5月27日(土)**

時間：14:00~15:30

開場：13:00~

会場：箕輪町文化センター ホール

健康ポイント対象

100P もらえます!!

※受付時に引換券をお渡し致します。



●新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により試食コーナー等変更する場合があります。ご了承下さい。

お問い合わせ：箕輪町役場 健康推進課

電話：0265-79-3118 (直通)



身近な森林をどう思っていますか？

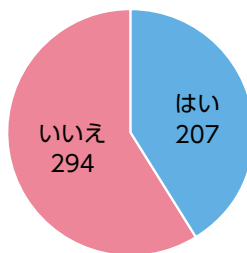
～森林との関わりに関する町民アンケート～

町では今年度、町の面積を7割を占める森林を対象に、今後50年を単位とした管理の方向性や、活かし方を考える「森林ビジョン」を委員会を設けて検討・策定します。検討の前段として、町民の皆さんと町の森林との間にどういう関わりがあるか、期待すること、心配なことなどについてお伺いする町民アンケートを行いました。今回はその結果を抜粋してご報告します。

① 身近な森として連想するのはどこ？

萱野高原・ながた自然公園など公共の森林	200
居住する区・地域の管理する森林	135
自宅や職場や通勤経路から見える森林	114
自身や家族の保有する森林	24
思い当たらない	17
その他・記載なし	13

② 暮らしの中で森に入ることはある？



→ 森林に入る理由は？

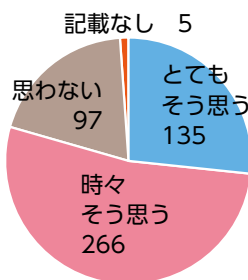
・キノコ・山菜採り	104
・散歩・ウォーキング	103
・区の仕事・作業	51
・持ち山の管理	25
・キャンプ	8

→ 森林に入らない理由は？

・きっかけがない	232
・関心がない	57
・利用のルールが分からない	54
・自由に入れる森がない	30

③ 身近な森との関わりを持ちたいと思う？

アンケートから、町民と町の森との関わりの現在地として、①身近な森として感じているのはながた自然公園や地元区の森が多く、②約4割の人が暮らしの中で森に入っており、③身近な森との関わりを持ちたいかという問いには「とてもそう思う」「時々そう思う」と答えた人が全体の約8割でした。



→ どんな分野で関わりたいですか？

・散歩・ウォーキング	264
・キノコ・山菜採り	171
・森林セラピー等、癒し	168
・キャンプ・アウトドア体験	129
・自然の体験や学び	108
・森の素材（植物・花など）の活用	81
・森林の整備	60
・薪集め	24
・展望台や秘密基地づくり	22
(複数選択による回答)	

町の森のあり方として期待することは？

選択肢	分野	回答数
土砂災害が起こりにくい	防災	321
豊かな水を安定的に供給する	多面的価値	183
癒しやレクリエーションの場となる	森を楽しむ・使う	163
美しい景観をつくる	多面的価値	128
倒木や落枝の危険がない	防災	108
多様な動植物の生息場所となる	多面的価値の向上	99
キノコや山菜を採る場となる	森を楽しむ・使う	96
松くい虫被害がない・拡がらない	防災	95
教育や学習の場となる	森を楽しむ・使う	94
二酸化炭素の吸収を促進する	多面的価値の向上	90
建築や木工に使う木材を供給する	木材の活用	27
薪や炭などに使う木材を供給する	木材の活用	26
その他		2

森の果たす役割への期待（複数回答）は、「土砂災害が起こりにくい」、が321件（22%）でトップ、分野別の集計でも防災に対する期待が一番多く、防災に対する対応を重視する声の大きいことが分かります。

豊かな水や景観を作るなど、森の持つ多面的な価値に対する期待も同程度あることが分かりました。

分野別集計

防災	524
多面的価値	500
森を楽しむ・使う	353
木材を供給する	53
その他	2

さらに、森を楽しむ・使うことに対する期待も高く、身近な森との関わりを持ちたいと思う声が多かったことと符合しています。

気になること、お考えのこと、ご意見

自由記述として頂いた167件を分類すると、手が入らない・管理の行き届かない山の適正な管理についてのものが68件、山の利活用に関する提案や意見が58件あり、今後の管理をとともに、山をどう利用していくか、利用したいという楽しみへの期待も町民の意識としてあることが分かりました。

森林との関わりに関する町民アンケート 令和5年1月20日～2月17日実施 町の縮図となる人口構成・地域・年齢から無作為抽出した20歳以上の町民1,000人対象 回答率50.3%



自動車税種別割についてのお知らせ

令和5年度の自動車税（種別割）の納期限は5月31日（水）です

5月中旬までに、納税通知書が届きます。必ず納期限までに納めてください。

金融機関もしくは県税事務所窓口や口座振替による納付方法の他、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリ、地方税お支払いサイトでも納付いただけます*。

*納付には一定の条件や必要な手続きがあります。また、納税方法によっては、領収書・納税証明書が発行されません。

詳細については、長野県公式ホームページをご覧ください。当所までお問い合わせください。

納税に関する
ホームページはこちら →



《自動車を下取りに出した・譲渡した、又は使用しなくなった方》 ～「移転・抹消登録」の手続きはお済みですか～

自動車税（種別割）は、毎年4月1日午前0時現在の登録名義人に課税され、その年度一年分を納めていただくことになります。

車検証の「移転・抹消・住所変更」手続きは、長野運輸支局松本自動車検査登録事務所で行っています。

電話 050-5540-2043

自動車税（種別割・環境性能割）の免除について

身体障がい、戦傷病、知的障がい又は精神障がいのある方で、所有要件・使用要件・障がい等級要件を全て満たす場合は、申請に基づき自動車税（種別割・環境性能割）が減免になります。

詳しくは、当所総務課までお問い合わせください。

申請期間

① 4月1日現在で自動車を既に所有し、減免要件に該当している場合

→ 5月31日まで

② 年度の途中で手帳の交付や等級の変更などで減免要件に該当することになった場合

→ 手帳の交付日等該当することになった日から30日以内

③ 新たに自動車を取得した場合

→ 登録日から30日以内



あなたの生命と財産を地震から守るため、住宅耐震診断・耐震改修を実施しましょう

世界中で起きるM6.0以上の地震の約20%が日本とその周辺で起きており令和3年2月13日に発生した福島県沖を震源とする地震では、26,000戸を超す住宅に被害がでています。

昭和56年から、建物を建てる際には、より強い地震に耐えられるようにしなければならないと法律で定められました。平成28年の熊本地震では、昭和56年以前の木造住宅に大きな被害が出ています。

いつ起こるか分からない地震。「地震で崩壊した住宅が道をふさぎ、緊急車両が通れなくなったら…」「崩壊した住宅の下敷きになってしまったら…」

町では住宅の耐震診断や耐震化補強工事の補助を行っています。



対象となる住宅

◆町内に有する住宅 ⇒ 以下に掲げる条件すべてに該当するもの

- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅（店舗併用住宅については、店舗等の部分の床面積が延べ床面積の2分の1未満のもの）
- ②木造在来工法の住宅
- ③長屋及び共同住宅以外の個人所有の住宅

対象となる事業

◆耐震診断 ⇒ 専門の診断士を派遣

- 1 対象者 耐震性能を向上させるための補強工事を実施する意思表示のある者
- 2 内容 長野県木造住宅耐震診断士が、長野県木造住宅耐震診断マニュアルによる精密耐震診断の方法に基づき、既存木造住宅の耐震診断を実施します。
- 3 費用 無料
※年度ごとで派遣できる件数には制限がありますので、希望された翌年になることがあります。

耐震診断を実施することが望ましい建築物

- 比較的古い建築物
 - ・老朽化が著しい建築物
 - ・腐食・シロアリに食われた建物
- バランスが悪い建物
 - ・1階の一部が駐車場の建築物
 - ・大きな吹き抜けがある建築物
 - ・窓、壁の配置が偏っている建築物
- 地盤の悪いところの建物
- 筋かいのない建物

◆耐震改修（耐震補強工事・除却工事）

1 対象者

- ア 町が派遣した診断士による精密診断の結果、総合評点1.0未満の木造住宅の所有者
- イ 耐震補強工事後の総合評点が0.7以上かつ工事前の総合評点を上回る工事又は精密耐震診断の結果、総合評点1.0未満の既存木造住宅における除却工事を行なうものであること
- ウ 前年所得が給与所得者のみの者は収入金額1,442万円、その他の者は所得金額1,200万円以下であること

2 補助金額

- 耐震補強工事：工事費の5分の4以内の額とし、限度額100万円
除却工事：工事費の2分の1又は83万8千円のいずれか低い額

※補助金の申請をしていただき、交付決定の通知が届いた後、着手していただくことになります。

耐震補強のイメージ

- 耐力壁を増やし金属で補強する** ▶ 筋かいや合板などにより造られた耐力壁を増やすとともに、軸組の接合部は金物でしっかり補強します。
- 基礎を頑丈にする** ▶ 基礎に鉄筋が入っていない場合、新たな基礎で補強する方法があります。
- 屋根を軽くする** ▶ 屋根が重いほど地震の力を大きくうけて軸組材の負担が大きくなります。重い瓦を軽い材料の屋根に葺き替えると、被害を少なくできます。

申込み方法

担当者に事前相談をした後、申請書類等を建設課建設管理係へ提出してください。

なお、申請書類等はホームページからも入手できます。



河川愛護モニター募集

国土交通省中部地方整備局では、河川整備・河川利用又は河川環境等に関する地域の要望を十分に把握し、地域との連携を進め、あわせて河川愛護思想の普及啓発及び河川の適正な維持管理に資するために、河川愛護モニター（以下「モニター」という）をお願いし、ご助言を頂いております。

今般、天竜川上流河川事務所ではモニターの任期満了に伴い、新たなモニターを募集することとなりましたので下記のとおりお知らせします。

- 1 募集人数 1名
- 2 募集区間 天竜川：天竜橋（伊那市・南箕輪村）付近から十沢橋付近まで
- 3 応募資格 次の両方の条件を満たす方
 - ① 満20歳以上の心身とも健康な方で、河川に接する機会が多く河川愛護に関心をお持ちの方
 - ② 募集区間の近隣にお住まいの方
- 4 応募期間 令和5年5月12日（金）まで
- 5 応募方法 ①住所 ②氏名 ③電話番号 ④年齢 ⑤職業 ⑥応募理由を記載したものを下記住所へ郵送

〒399-4114 駒ヶ根市上穂南7-10 国土交通省 天竜川上流河川事務所 管理課

イ) 活動内容

I. 日常生活の範囲内で気がついた川の情報を伝えていただくことが主な内容です。

例：堤防をいつも散歩しているが、ゴミが捨てられている。

自転車で堤防を走っていたら堤防の舗装が壊れていることに気がついた！など

※河川管理者に情報を提供していただくことが任務であり、不法行為者に対し直接指示し、是正を図っていただく等の責務はございません。

II. 地域住民への河川愛護思想の普及啓発

ロ) 任期

令和5年7月1日から1年間

（ただし、期間満了以前に委嘱が終了する場合があります。）

ハ) その他

- 通信費等として一定の諸謝金をお支払いします。
- 日常生活の範囲内での情報提供をお願いするものですので、保険の準備はございません。
- 川を見ていただく回数の規定はございません。
- 月に一回報告書のご提出をいただきます。（緊急の場合は除く）
- 予算の都合により、採用人数を調整させていただく場合がございます。



笑顔、きらきら、天竜川。

天竜川上流
河川事務所

水	木	金	土
	4 みどりの日	5 こどもの日	6
橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130	箕輪建設工業(株) 水道 ☎79-2035	浅川建設工業(株) 水道 ☎79-2218	(株)コマツ 水道 ☎79-2568
(R4.7月生)	♥ 1歳6か月児健診 (R3.10月生)	🎵 わらべうた (いろはぼけっと)	赤羽設備(株) 水道 ☎79-6990
	18	19	20
	♥ 離乳食教室① (R4.11月生)	🎵 おひさまポカポカ おそとであそぼう (いろはぼけっと)	新橋屋建設(株) 水道 ☎79-4130
(R4.9月生)	25	26	27
コミュニケーションに	♥ あざみの会 (こころに病をもつ方の家族の会) 🎵 ふれ愛あそび (ベビーマッサージ) (いろはぼけっと)	♥ 2歳児健診 (R3.2月生)	浅川建設工業(株) 水道 ☎79-2218
	1	2	3

みのちゃんバス運休情報

東コース①、④	1日・8日・15日
西コース①、④	22日・29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 5月3日・4日・5日・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

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	3日 伊 田畑内科医院(内) ☎78-6668 伊 新井耳鼻咽喉科医院(目) ☎77-0033 辰 古村医院(内) ☎(0266)41-0013	4日 箕 伊北クリニック(整) ☎70-6633 伊 神山内科医院(内) ☎78-5151 伊 下島医院(内) ☎72-2204	5日 伊 元の気クリニック(内・小) ☎74-2007 伊 天竜河畔医院(整・皮) ☎72-2205 伊 このはなクリニック(婦) ☎98-8814 南 みなみみのわ内科クリニック(内) ☎77-5677	7日 伊 久保田内科クリニック(内) ☎71-8855 伊 伊那市国保美和診療所(外・内) ☎98-2017 南 長田内科循環器科医院(内・循・小) ☎72-4043
14日	14日 箕 上伊那生協病院(内) ☎79-8813 伊 野沢医院(内) ☎74-5000 伊 ふかさわ耳鼻咽喉科医院(目) ☎77-1833	21日 伊 木村内科医院(内) ☎72-3915 伊 厚生連みすず診療所(内) ☎71-5556 辰 古村医院(内) ☎(0266)41-0013	28日 箕 しろぎき内科クリニック(内) ☎98-5030 伊 河野医院(内・小) ☎72-3208 伊 厚生連 西箕輪診療所(内) ☎73-3351	



日	月	火	水
30	1	2	3 憲法記念日
		♥ 4か月児健診 (R5.1月生) 赤羽設備(株) 水道 ☎79-6990	(株)カスガ 水道 ☎79-3382
7	8	9	10
(株)マツシマ 水道 ☎79-2115		♥ 3歳児健診 (R2.4月生)	♥ 10か月児相談
14	15	16	17
(株)カスガ 水道 ☎79-3382	相 助産師相談・健康相談 (要予約)	相 こころの相談 (要予約)	
21	22	23	24
箕輪建設工業(株) 水道 ☎79-2035	子 助産師相談 (いろはぱけっと)		♥ 離乳食教室② ♥ もみじの会 (こ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)
28	29	30	31
(株)コマツ 水道 ☎79-2568	♥ 1歳児健診 (R4.5月生) 相 健康相談 (要予約)	♥ 7か月児相談 (R4.10月生)	

各種相談窓口	
司法書士による法律相談 5月9日(火) 13:30~16:00 箕輪町総合福祉センター 箕輪町社会福祉協議会 ☎79-4180 FAX 79-6770 (要予約)	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
交通事故相談 5月11日(木)・5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 5月19日(金) 13:30~15:00 町文化センター2階 研修室4 総務課 総務係 ☎79-3144(内線1102、1105)	
税金無料相談 5月10日(水) 13:30~15:00 税理士会伊那支部事務局 (alla(アルラ) 旧伊那消防署跡地) ☎74-8170 (要予約)	

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	5月4日・5日 8:30~15:30
← 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					
	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・木下の宮	火・金	8日	10日・22日	24日	10日	17日
松島	火・金	11日	8日・18日	31日	10日	17日
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	18日	11日・25日	10日	10日	17日
木下・三日町・福与	火・金	25日	1日・15日	17日	10日	17日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	8日	10日・22日	24日	10日	17日

みのわいきいきポイント登録団体募集

「みのわいきいきポイント事業」は、高齢者の社会参加活動を通じた介護予防を推進する観点から、通いの場づくりの担い手の確保、介護予防に資する取組みやボランティア等への参画を推進するため、活動に応じてポイントを付与する事業です！

- ポイント対象者 登録団体に所属する18歳以上の方
- ポイント付与期間 1月1日～12月31日まで（※令和5年のみ4月～12月まで）
- 付与ポイントの上限 1年度につき5,000ポイント／人

◆活動団体の登録要件◆

- ① 65歳以上の方が1人以上所属していること
- ② 介護予防活動又はボランティア活動に取り組んでいること
- ③ 介護予防活動は、最低でも月1回以上の定期的な活動をしていること
- ④ 活動の参加者を広く受け入れること（町全域・区単位等）

●ポイント対象活動とポイント数

体操・運動・サークル活動	参加1回につき25ポイント
ボランティア活動	1回につき50ポイント(30分以内)・100ポイント(30分以上)
団体で行う学習会等	1回につき100ポイント

●ポイント交換

【65歳以上の方（介護保険被保険者）】

「いきいきポイント」1,000ポイント = 「みのちゃんポイント」1,000ポイント
 「いきいきポイント」1,250ポイント = QUOカード1,000円分

【65歳未満の方】

健康ポイントに交換

- ◆登録方法 団体の代表者の方は、参加登録申込書に
 参加登録者名簿を添えて町に提出してください。
 （町ホームページにも様式を掲載しています）





中小企業者のみなさま

箕輪町女性の働きやすい環境づくり補助金を活用しませんか？

女性の活躍を推進するため、職場環境の改善に積極的に取り組む中小企業に対し、女性用施設や安全対策等にかかる経費の一部を補助します。女性従業員の確保や定着に向け、ご活用ください。

対象者

町内に事業所又は事務所を有する中小企業の事業主

対象となる経費

- (1) 女性専用施設整備（トイレ、更衣室等）
- (2) 託児スペース整備
- (3) 女性の安全確保のための施設整備 ほか

補助額

事業費の1/2（上限30万円）

Q. 対象は建物だけですか？

A. 駐車場区画拡張、街灯設置など屋外の整備も対象となります。

Q. 性別を問わず使用する施設は対象になりますか？

A. ドアの自動化、分煙施設の整備など性別を問わず利用する施設であっても、女性がより安全に働ける環境を整える事業は対象となります。

箕輪町 結婚新生活スタートアップ補助金



最大 **60** 万円

夫婦共に
29歳以下の世帯

最大 **30** 万円

左記以外の
39歳以下の世帯



住居費



引越し費用



リフォーム費用

★申請期間：令和6年3月31日まで

◆令和5年3月1日から令和6年3月31日までに結婚した夫婦

◆令和4年分の世帯所得が500万円未満

※奨学金の返済を差し引きます

企画振興課 若者・女性活躍推進係 79-3152（内線1152）

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）

担任の一張羅の背広卒業歌 赤羽 正久
金印の魅惑に誘われ春の旅 藤澤 史明
大雪に一人奮闘路つなく 増澤 澄子
雪垂る赤錆色のトタン屋根 日野六花子
花ミモザ妻へ労ふこと言へず 岡 久幸
受験終へ子は遠乗りのペタル踏む 小池 純夫
花束を投げ入れる海震災忌 柴 和夫
京土産和菓子の色に春兆す 松澤 一十
百体の雛の面差し美術館 井口ひふみ
道の駅交わすのどかな里言葉 木村 広子

みのわ俳句会

文芸コーナー

健診で体が見える！ 1年に1回は健康診断を受けましょう

自分の健康を守るチャンスを逃していませんか？

町長からのメッセージ ◀ 健康診断 あなたのために 家族のために

- 申込みされた方には、健診日までに詳しいご案内をお届けします。
- 健診会場では換気や消毒等、感染防止対策をします。体調確認とマスクの着用にご協力をお願いします。

〈令和5年度 さわやか健診日程〉

健診日	曜日	健診会場	健診日	曜日	健診会場
5月11日	木	福与公民館	◎5月29日	月	沢公民館
◎5月12日	金	三日町公民館	5月30日	火	
◎5月15日	月	木下公民館	5月31日	水	
◎5月16日	火		◎6月3日	土	保健センター
5月17日	水		◎6月5日	月	北小河内公民館
5月18日	木		6月6日	火	南小河内公民館
5月19日	金	長岡公民館	6月12日	月	中曽根公民館
◎5月21日	日	保健センター	◎6月15日	木	上古田公民館
◎5月22日	月		6月16日	金	下古田公民館
5月23日 パリアフリー健診	火		◎6月17日	土	保健センター
◎5月25日	木		◎6月21日	水	
5月26日	金	6月22日	木		
		大出 コミュニティセンター	6月23日	金	

【受付時間】 午前7:30~10:30
 (お願い) 三密を避けるため指定された日時で受診してください。

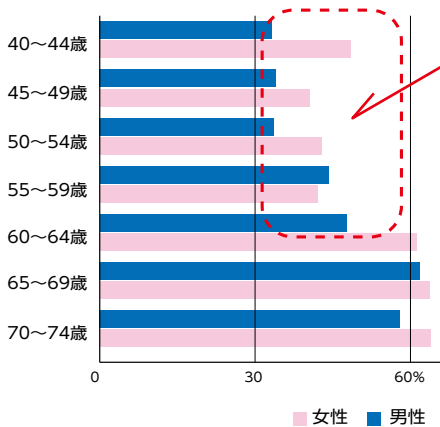
【実施内容】

- ★循環器健診、胃がん(バリウム)検診・大腸がん・前立腺がん検診
- ◎がある日は胃がん(バリウム)検診実施日です。
- ★S54年・S51年度生まれの方はABC検診(胃がんリスク検査)
- ★S57年度生まれの方は肝炎ウイルス検査

循環器健診は、生活習慣病のリスクを早期発見し、予防・改善へとつなぐ大切なものです。

さわやか健診の循環器健診は、20~39歳の方、40~74歳で国民健康保険に加入されている方(国保特定健診)、75歳以上の方が受けることができます。令和3年度国保特定健診の受診状況では、40歳代・50歳代の受診率が低い状況です。

令和3年度国保特定健診受診状況



40歳代・50歳代の受診率が低い状況です！
 40~74歳の皆さん、国保特定健診を受診をしましょう！

Q. なぜ毎年循環器健診を受けたほうがいいのか？

理由 1

自覚症状がない「病気の芽」をみつけられる

生活習慣病は進行するまで自覚症状がないことが多く、気付かないうちに病気が進行している場合があります。

理由 2

継続的に受診し、変化を見ることが大切

健診を毎年受診することで、体の小さな変化を見つけやすくなります。

理由 3

早期発見はメリットが沢山

健診で早期に病気を見つけ、生活習慣を改善し対処することで重症化予防につながります。また、病気になってからでは、治療に時間やお金がかかることもあります。

※各種がん検診も実施しています。社会保険に加入されている方も受けることができます。(年齢により受けられないものもあります)
 ※健診(検診)の詳細は、1月にお届けした「令和5年度健康づくり検診のご案内」又はホームページをご覧ください

健診の申込み、お問合せは 健康推進課 健康づくり支援係 79-3118 (直通)



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～

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！



子育て支援センターだより

子育て支援センター



ショッピングセンターの中の
憩いの場「ほっこりルーム」



イオンの中にある みのわ～れ内「ほっこりルーム」は、誰でも利用できる憩いの場です。たくさんのおもちゃで遊んだり、食事もできます。(レストランで注文したものや、持参したお弁当もOK)

ママが買い物をしている間、パパと楽しく遊んで待てます。

月1回「ふれ愛あそび」の日は、職員と一緒に親子で楽しんでいます。

- ①ふれ愛あそび
- ②テーブルは、食事コーナー
- ③レストランみのわ～れ店内一番奥に「ほっこりルーム」があります
- ④わらべうたや、絵本、手遊びを楽しむ時間があります
- ⑤お母さんと赤ちゃんに優しい授乳コーナー

小・中学校だより

箕輪北小学校

通常活動に戻りつつある70周年、
北小を支えた6年生をおくる会



昨年度は、箕輪北小学校独立開校70周年でした。式典(10/8)では子ども達と地域の方々と共に北小70周年を祝うことができました。運動会(10/22)では大玉送りや全校ダンスなどコロナ禍以前のように全校種目も復活しました。箕輪町ICT教育セミナー(12/1)ではICT機器を効果的に使う子ども達の姿を見ることができました。そして3月、昨年度いろいろな場面で70周年を中心になって盛り上げてくれた6年生とお別れするために、3年ぶりに全校みんなで体育館に集まり、「6年生を送る会」を開くことができました。



- ①70周年に母校を訪れるフェンシング西藤俊哉選手
- ②大玉送りや校歌ダンスなど全校種目が復活した運動会
- ③効果的なICT機器の利用が進んだ「箕輪町ICT教育セミナー」
- ④3年ぶりに全校で集まり、祝った「6年生を送る会」

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。

国民年金保険料は
便利でお得な口座振替を
ご利用ください

● 口座振替（口座からの引き落とし）

口座振替を利用すると、金融機関等に行く手間と時間が省けます。

さらに、「前納」や「早割」で納めると、保険料が割引されます。

※過去の納め忘れの保険料は、口座振替で納めることはできません。

※引き落とし日が土・日・祝日の場合は、翌営業日に引き落としとなります。

● 口座振替納付には、次の方法があります。

- (1) 2年（4月～翌々年3月分）の前納
- (2) 1年（4月～翌年3月分）の前納
- (3) 6か月（4月～9月分、10月～翌年3月分）の前納
- (4) 毎月（早割、口座振替のみ）

(5) 毎月（割引なし）

口座振替制度を利用して保険料を前納した場合、毎月払いと比べて2年前納なら1万6千100円、1年前納なら4千150円、6か月前納でも1千130円の割引となり、大変お得です。早割は、月50円（年間600円）お得になります。国民年金保険料の納付期限は翌月末ですが、当月末に口座振替する方法を早割としています。

● 伊那年金事務所（お客様相談室）
☎76-2301

● 国保医療係からのお知らせ

● 新型コロナウイルス感染症傷病手当金について

● 新型コロナウイルス感染症の被保険者である被用者のうち、新型コロナウイルス感染症の感染、又は発熱等の症状があり感染が疑われ、労務に服することができず、給与等が支払われなかった場合に支給となる傷病手当金の適用期限が令和5年5月7日となります。

（一定の要件を満たした場合に支給となります）

に支給となります）

● 新型コロナウイルス感染症傷病見舞金について
賃輪町国民健康保険の被保険者のうち、事業所得により生計を立てている方が新型コロナウイルス感染症に感染し、その療養等のために事業を営むことができない場合に支給となる傷病見舞金の適用期限が令和5年5月7日となります。（一定の要件を満たした場合に支給となります）

● いずれも申請期限は、労務不能であった最終日の翌日から2年間ですので、お早めに申請してください。

● 支給を受ける場合、申請が必要になります。申請を希望される場合は、必ず事前にお問い合わせください。

● 健康推進課 国保医療係
☎79-3118（直通）

長野県障がい者スポーツ大会に参加しませんか!?

県内在任の障がい者を対象に、「長野県障がい者スポーツ大会」が4年ぶりに開催されます。

● 実施競技 陸上、水泳、卓球、サウンドテーブルテニス、ボッチャ、アーチェリー、フライングディスク、ボウリング、バスケットボール、バレーボール

● 日時・会場 陸上以外の競技 令和5年9月10日（日）松本市域周辺

● 陸上 9月17日（日）長野市

● 参加料 無料

● 申込期間 令和5年4月24日（月）～6月2日（金）を予定

● ※会場等の詳細は長野県公式HPをご覧ください。

● 障がい者福祉係
☎79-3162（直通）

日常生活用具（ストーマ、紙おむつ）の給付基準額が変わります

令和5年4月から、日常生活用具（ストーマ、紙おむつ）の給付について、ひと月あたりの給付基準額（公費負担分）

が下記のとおり変更になります。自己負担分については変更ありません。

	旧	新
ストーマ用装具（便）	7,000円	8,600円
ストーマ用装具（尿）	9,000円	11,300円
紙おむつ	9,000円	11,300円

● 障がい者福祉係
☎79-3162（直通）

電気機関車ふれあいデー

● 日時 4月29日（土・祝）午前9時～午後3時

● 場所 町郷土博物館前庭

● 内容 世界に1両しかない電気機関車「ED19」に親しんでいただくイベントです。当日は、機関車の内部公開・汽笛体験や、電気機関車の模型の展示、鉄道クイズなどを行う予定です。



クイズに正解した方にはさ
さやかなプレゼントを差し
上げます。ご家族皆さんで
お越しください。

協力 電気機関車保存会の皆
さん

参加ご希望の方は、当日の
時間内に博物館にお越しだ
さい。

参加は無料です。なお、博
物館は休館中ですが、1階廊
下の展示ケースはご覧いた
けます。

多くの皆様のご参加をお待
ちしております。

岡町郷土博物館 ☎79-4860

**特殊詐欺等被害防止対策
機器の設置を**

特殊詐欺や悪質な電話勧誘
に騙されないために、条件を
満たす方に特殊詐欺等被害防
止対策機器を設置するための
補助制度があります。

**「特殊詐欺等被害防止対策
機器」とは、被害を防止する
ことを目的として製造された
装置です。特殊詐欺等は、被
害に遭う過程で犯人からの電
話が直接の原因になることが
多いため、電話がかかってき**

た時点で通話を遮断すること
が重要です。対象になる方は
次のとおりです。

対象者

- ① 70歳以上のみの世帯
- ② 満70歳以上の者と同居する
世帯で、通年おおむね1日
の大半が満70歳以上の者の
みとなる世帯

補助額 設置費用の3分の2

以内（上限9千円）

岡住民環境課 生活環境係

☎79-3154（直通）

蔵書点検休館のお知らせ

5月26日（金）～6月1日
（木）は蔵書点検のため休館と
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を
ご利用ください。

岡町図書館 ☎79-6950



司書さんお薦め **新着図書**の紹介

5月2日からの貸し出しです **岡町図書館** ☎79-6950



第三の極地
エヴェレスト、
その夢と死と謎

マーク・シノット／著
古屋 美登里／訳
亜紀書房

1924年6月、マロリーとアーヴィン
は世界一の頂を目指し、二度と戻ら
なかった。百年來の謎を解き明かす
ため、ベテランクライマーはかの地
へ向かう。



**きみの人生は
きみのもの**
子どもが知っておきたい
「権利」の話

谷口 真由美／著
荻上 チキ／著
NHK出版

子どもが抱える悩みや問題を取り上
げ、「権利」を紹介しながら解決への
道を示す。学校では習わない、生き
ていくうえで重要な知恵と情報が詰
まった1冊！



ナイトランチ

エリック・ファン／文
ディーナ・シーファリング／絵
橋本 あゆみ／訳
化学同人

ふくろうのレストラン「ナイトラン
チ」は、今夜もたくさんの動物でお
おにぎわい。小さなネズミがお店に
入れず、おなかを空かせてふるえて
いると…。

定期イベント▶ 6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、25日（木）閉館作業日

輝く未来へ！

OPEN
THE WAY
TO
THE BRIGHT
FUTURE!

プリント配線板の開発・設計・製造・販売

住友金属鉱山グループ

SHINKO

株式会社 伸光製作所

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

※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。



地域おこし協力隊通信

facebook
箕輪町地域
おこし協力隊



みなさん、こんにちは！地域おこし協力隊です。わたしたちの活動について簡単ですがご紹介します。
ご興味あればご連絡ください。

質問事項：① 4年度の活動・成果 ② 5年度の具体的事業・計画・抱負



しば た けい き 2年目
柴田 恵樹さん

任 務：空き家の利活用推進に関する活動、協力隊活動拠点運営
メール：kekishibata@gmail.com



- 箕輪町に家族4人(夫婦と子ども2人)で住んでみました。活動は、町内にある空き家の実地調査を行い流通させること、上伊那地域の空き家対策担当の協力隊とサミット開催や木ノ下駅前の空き家リフォームプロジェクトへ参加しました。
- 地域おこし協力隊と交流できる場所を企画・運営を予定しています。また、引き続き町の空き家バンクと連携をとりながら中心地の空き家の実地調査を進めます。全国の地域おこしの成功事例を学びながら実践に向けて準備していきます。令和4年度は子供の入院・コロナ感染・事故と大変なことが多かったので安全に気を付けて活動していきたいと思います。



せき まな み 2年目
関 愛実さん

任 務：小規模農業、食育に関連した発酵事業、情報発信に関する活動
メール：sekisono319@gmail.com



- 町民菜園と交流菜園で野菜を育てみのわテラスのイベントに出店したり、様々なイベントへの参加、コラムの執筆など、新しい出会いや経験をたくさんさせてもらいました。
- 3月に開催したみそ作りワークショップでは発酵の楽しさを伝えられるようにみそ作りだけではなく、発酵の豆知識なども一緒にお伝えできました。今後は発酵に関連するワークショップを定期開催して、地域の皆さんと交流する場所を作っていきたいです。



やま かわ まさお 2年目
山川 正信さん

任 務：農業支援、農業希望移住者の相談窓口、拠点整備に関する活動
メール：ma1964ya421@keh.biglobe.ne.jp
HP：yukainayasaimura.com



instagram

- トマトプロジェクトは31品種のトマトを栽培し、トマトパンなどの加工品を試作。花プロジェクトでは、ながた自然公園入口に花壇を設置し花の植栽を行いました。
- 下古田地区において体験、交流農園(野菜・果樹)の設置と定住に向けた準備を行います。



みのわ塾!
 17コマ目 空き家バンク

B
令和4年度は何件の登録があったでしょうか?

① 11件
② 17件
③ 24件

A
箕輪町に空き家は何軒あるでしょうか?(町把握)

① 75軒
② 215軒
③ 425軒

D
空き家バンクとして登録できる土地は?

① 宅地
② 林野
③ 農地

C
空き家バンク登録又は登録前の物件のみ 活用できる補助制度はどれ?

① 空き家改修事業補助金
② 空き家片付け事業補助金
③ 空き家解体補助金

町では、空き家・空き地バンク制度を運用し、空き家や空き地を売りたい・貸したい方、買いたい借りたい方をお繋ぎしています。

答え
 A ③
 B ③ 売買19件 賃貸5件の登録申請がありました。
 C ② 空き家の中の片付け、土地や建物の測量や境界明示に係る経費が対象となります。
 D ① 宅地の他にも雑種地も登録が可能です。

イラスト 森下 容子



みのわ テラス 通信

Vol.24



5月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	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

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

みのわテラス月いちイベント テラスマーケット **クラフト 5/6(土) フェア** 10:00~15:00

5月のイベント

やまびこテラス

11(土) クラフト作家さんによる 遊楽癒菜(ゆらゆら) ナイトマーケット 15:30~20:00

17(水)・31(水) おもちゃとえほん 10:00~
読み聞かせ、童歌、にじいろ手形アート 対象:プレママさん・未就学児

5月の限定メニュー
「天龍牛ミートソースパスタ」

ファームテラス

3(水)~4(木) 山菜フェア

5(金) 子どもの日「肉祭り」

20(土)~21(日) 提携JAフェア

サイクルテラス

14(日) 花より団子ライド(珈琲付き)

テラスすたんど

20(土) コロケの日

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



子ども向けクラフト体験

体験 販売
**ガラスドームネックレス製作
小びんのチャーム製作**
mimino-world

体験 販売
**ブレスレット作り
ビーズクラフトの965**

体験
**ノコギリワークショップ
コースターづくり**
kojimaya

体験
**マクラメレインボー
デコレーション**
laulea_lopi

体験
**LEDライト
キャンドル**
アトリエ Adorable

体験
**妖精などのステッカー入り
ハーバリウム**
Mimi

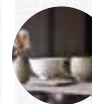
体験
**Sea walea
ハーバリウム(海の芳香剤)**
Atelier Favor

みのわテラス月いちイベント テラスマーケット

クラフト フェア

2023 **5.6(土)**
10:00~15:00

クラフト雑貨



箕輪の土で作った陶器
箕乃窯



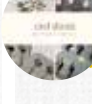
アクセサリと布小物
iam_himalove



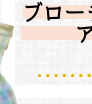
ハンドメイドの
赤ちゃんおもちゃ、洋服
ハンドメイド mii



レジン雑貨
Atelier MIMI



革アクセサリ
ciel doux



ブローチ、コースター
アクセサリなど
hobbit



Sea walea
ハーバリウム(海の芳香剤)

やまびこテラス

自分で組み立てる
テラスバーガー体験!

ファームテラス

蔵出しりんご大放出
&大特価

サイクルテラス

自転車部品で工作体験

テラスすたんど

5月限定フレーバー
コーヒー牛乳味のソフ
トクリームが新登場!

みのわテラス

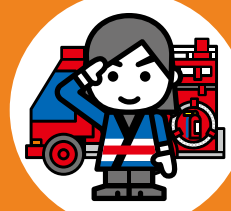
箕輪町中箕輪 3730-186

箕輪町役場
みどりの戦略課 未来農戦略係
TEL.0265-79-3170





こんにちは！ 消防団です



第2分団 分団長



柴 巧磨

第1分団 分団長



岩崎 健太郎

ラッパ長



丸山 貴弘

救護長



小河 直基

第2分団 副分団長



白鳥 佑弥

第1分団 副分団長



網野 薫

副ラッパ長



酒井 直樹

副救護長



向山 勇太

第6分団 分団長



久保 賢太

第5分団 分団長



中村 祐大

第4分団 分団長



春日 仁志

第3分団 分団長



宮崎 真吾

第6分団 副分団長



阿部 裕亮

第5分団 副分団長



藤澤 一史

第4分団 副分団長



荻原 和也

第3分団 副分団長



川添 宏平

令和5年度が始まりました。
箕輪町消防団でも4月1日に任命式が行われ、幹部団員と新入団員の任命が行われました。
箕輪町では、ここ2年間大きな火災は

発生していませんが、地震や風水害などの災害はいつ起こるか分かりません。
有事に備えて丸山団長以下団員一丸となって頑張りますので、多くの皆さんの入団を心待ちにしています♪

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

消防団本部
☎79-3144 (直通)

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!



↑箕輪町消防団HP

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

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

🍎 音楽教室見学・体験レッスン予定日 **要予約**

- 1・2歳(らっきー) 5/17(水) 10:00~ 体験
- 2・3歳(ぶっぶる) 5/17(水) 11:00~ 体験
- 年少(おんがくなかよし) 4/29(土) 11:00~ 体験
- 5/19(金) 16:30~ 見学
- 年中長(幼児科) 4/29(土) 10:00~ 体験
- 5/20(土) 10:20~ 見学

🍎 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) 5/13(土) 13:30~
- 小学1・2・3年コース 5/11(木) 17:30~

※日・時の変更等がありますので、事前にお問合せ下さい。
☆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(役場入り口交差点)

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!!

