



〈特集〉

## 「箕輪町健康ポイント事業」を リニューアルします

### 主なトピックス

- 特集「箕輪町健康ポイント事業」をリニューアルします …2-3
- 短期集中予防サービスを利用してみませんか? ……4-5
- 所得税・町県民税申告はお早めに ……………8
- 新民生委員の紹介 ……………14
- 令和8年度交流・町民菜園利用者募集 ……………19



「もみじチャンネル(町広報番組)」が  
YouTubeで配信中!



# 「箕輪町健康ポイント事業」を リニューアルします



町では、住民の皆さんの健康づくりを応援するために「箕輪町健康ポイント事業」を行っています。

健診受診・運動・節酒・禁煙などに取り組むと、健康ポイントが貯まります。健康ポイントを1,000ポイント貯めると、1,500円分の景品と交換できます！令和8年度から、より“効果の高い健康づくり”になるよう内容を見直します。

## ◆何が変わるの？

### ① 健康ポイント付与対象となる健康行動は3つ

#### 対象行動

これまで(令和7年度まで)

- ・健診受診 ・ 30日間トライアル
- ・運動 ・ 健康講座参加
- ・減塩活動 ・ 社会参加いきいきチャレンジ など多数



これから(令和8年度から)

- ① 健診を受ける
- ② 節酒・禁煙
- ③ 運動



### ② 景品の種類は「みのちゃんポイント」 ～地域通貨で町を豊かに～

#### 景品

これまで(令和7年度まで)

- 《選択式》①②のどちらか選ぶ
- ①クオカード+温泉券
  - ②みのちゃんポイント1,500ポイント



これから(令和8年度から)

- みのちゃんポイント  
1,500ポイントのみ

### ③ 申込みはオンラインへ(令和8年度から)

#### 申込み

これまで(令和7年度まで)

- ①参加申込書を記入して提出
- ②1,000ポイント達成時  
景品交換申込書を記入して提出



これから(令和8年度から)

- ① オンラインで参加申込み
- ② オンラインで交換申込み

※スマートフォン・パソコン操作が不安な方は、健康推進課4番窓口にお越しただければ職員と一緒に操作しながら申請をサポートします。

## ◆なぜリニューアルするの？

今回のリニューアルは、町が最も大切だと考える「早期発見・早期治療」と「運動による一次予防」をより強く推進していくためです。

### ● 健診受診は“未来への保険”です

健診を受け、病気を早期に見つけることで、「重症化を防ぐ」「治療の負担を減らす」「医療費を抑え財産を守る」という大きな効果があります。何より発見が遅れると、その後の「生活の質」に大きく影響します。健診は“病気に気づくチャンス”。毎年必ず受けましょう。

### ● 運動は“最強の予防薬”です

ウォーキングなどの軽い運動でも、体力維持、フレイル予防、生活習慣病予防に大きな効果があります。町内には自然を楽しみながら歩けるコースも多く、日常の中で無理なく始められます。

## ◆参加申込みから景品交換までの流れ

### ① 参加申込みをする 申込み開始：令和8年3月23日（月）

スマートフォン・パソコンから「ながの電子申請」で申込み  
※操作が不安な方は健康推進課4番窓口で職員と一緒に  
「ながの電子申請」で申込み



〈 スマートフォンの  
お申込はこちらから 〉

### ② 「健康ポイント記録用紙」を健康推進課4番窓口で受けとる または町ホームページからプリントアウト

### ③ 健康づくりに取り組む→「健康ポイント記録用紙」に記録する

### ④ 1,000ポイント達成したら、「健診受診の領収書」や「健康ポイント記録用紙」を 写真に撮って添付し、ながの電子申請で景品交換の申込み

申込み期限：令和9年3月31日（水）まで

景品交換申請：令和8年10月1日（木）～令和9年3月31日（木）

※スマートフォン・パソコン操作が不安な方は健康推進課4番窓口で職員と一緒に  
「ながの電子申請」で申込み

### ⑤ みのちゃんポイント1,500ポイントが付与される (達成者全員 ポイント付与は翌年4月中旬)

→4月以降町内のみのちゃんポイント加盟店のお買い物等に使えます！

#### 【注意事項】

- ・みのちゃんポイントに交換するためには「みのちゃんカード」が必要です。
- ・翌年度へ健康ポイントの繰り越しはできません。
- ・景品交換は1年度1人1回のみです。
- ・健康ポイントは第三者に譲渡することはできません。
- ・みのちゃんカード1枚に景品付与できる回数は1年度に1回です。

## ◆景品交換にはみのちゃんカードが必要です

リニューアル後は、**景品がみのちゃんポイント1,500ポイントのみ**になります。そのため、**まだカードをお持ちでない方は、カード作成が必要**です。みのちゃんポイントカードは**みのちゃんカード加盟店**または**箕輪町商工会**で作れます。作成に必要な時間は数分程度で、すぐにお渡しできます。



## ◆町からのメッセージ

誰もが元気で、安心して、自分らしく暮らし続けられるように——  
「箕輪町健康ポイント事業」のリニューアルは、  
住民の皆さんの健康寿命を延ばし、  
**豊かな人生を送っていただきたい**という願いを込めた取り組みです。  
新しくなる箕輪町健康ポイント事業を、ぜひご活用ください！





足腰の衰えを感じる…



お風呂に入るのが少し大変…



掃除など立ち仕事が大変になってきた…

そんなあなたにおすすめ！早めのご利用を！

## 短期集中予防サービスを利用してみませんか？

～「ちょっと前の暮らし」をとり戻し、このまちで元気に暮らし続けるために～

### 短期集中予防サービスとは？

「またできるようになりたい！」を一緒に考え、支援します！

掃除や調理などの家事動作や入浴動作、農作業から趣味活動など日常生活でやり難くなってきたり、一人で行うことが不安に感じたり、自信がなくなった方に対して、**リハビリなどの専門職が自宅へ訪問**してアドバイスをを行います。

※マッサージや関節可動域訓練など、治療にあたる行為は行いません。

#### セルフマネジメントを支援

サービスを終了した後も、ご自身の力で健康的な生活を継続できるよう支援します。

#### 対象者・サービス利用期間

対象者：65歳以上の高齢者で、となりのページの項目に該当する方など。

期間：目標が達成した段階で終了となります（最大6か月）。

費用：1回614円（利用者1回あたりの自己負担）

※より効果的な介護予防サービスの提供を目指し、今後事業内容の改善・見直しを行う予定です。それに伴い、利用料が変更となる場合があります。



### ご利用者様の変化の様子

腰椎圧迫骨折後、歩く際にふらつきがあり、自宅で歩行器を使用。歩くことに自信をなくしてしまい、長年通っていた通いの場に行くことに自信をなくしてしまいました。

リハビリの専門職が自宅に訪問し、本人と自宅でできる体操や体操以外にも自宅内での活動量をどう増やすかを一緒に考えていきました。

今では、ふらつきもなくなり、歩行器も使わず、杖で近所まで買い物に行ったり、目標であった通いの場への参加もできるようになりました。



## 早めに気づき・対策が重要です！

次のうち、**3つ以上**の項目にあてはまり、日常生活に困りごとがある方は、ぜひ短期集中予防サービスの利用をご相談ください。

1



階段をのぼるのに  
手すりが必要

2



椅子から立ち上がる時に  
何かつかまるものが必要

3



15分以上続けて  
歩くことが出来ない

4



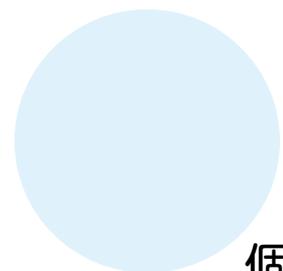
この1年間に  
転んだことがある

5



転倒に対する  
不安が大きい

あてはまる数は



個

「まだ大丈夫」と思っているうちに、体力や気力は静かに減っていきます。フレイルを見逃すと、気づいた時には生活の自由を失ってしまうかもしれません・・・。

## 短期集中予防サービスのご相談

高齢者の困り事のご相談は地域包括支援センターまで！



高齢者やご家族の悩み、心配ごと、なんでも  
お気軽にご相談できます。

高齢者のお困りごとは「箕輪町地域包括支援  
センター」へご相談ください。

箕輪町地域包括支援センター（役場福祉課内）

TEL：0265-70-6622（直通） 営業時間：8時30分～17時15分

営業日：月曜日～金曜日（土日祝日休み）



みんなで歩こう！



10月に開催し、  
総勢783人の方にご参加いただきました。

# 箕輪町ウォーキンググランプリ 2025

ご参加いただきありがとうございました

## 企業ランキング

(5人以上の参加のグループ)

① 箕輪署  
ウォーキングクラブ2025 様

(平均歩数)  
22,021歩



イベント期間中、メンバー同士で支えあい、ときには競いあいながら集中して取り組むことができました。ランキングを確認して近づいてくる第2位企業チームに焦りを感じ、心が折れそうになりましたが、持ち前のチームワークで頑張りました。メンバーの絆も深まり、楽しんでイベントに参加することができました。

② 歩っ歩 芦澤整形外科 様

(平均歩数)

20,191歩



当院では日頃よりスタッフも健康づくりに取り組んでいます。今回のイベントでは、各自スタッフで目標歩数を決め、声を掛け合いながら目標歩数を超えるように頑張りました。このイベントに参加することで、より一層意識的に運動することができ、すき間時間も有効活用しました。イベント終了後も、各自継続的に運動を行っています。来年も頑張りたいと思います。

③ KOA さくらウイング 様

(平均歩数)

18,375歩



無理をせず体調に気を付けながら取り組みました。イベントに参加したことで、ごはんが美味しくなり、よく眠れるようになりました。歩いたことで健康的に体重も落ち、体が軽くなりました。歩く習慣ができていますので、今後も歩き続けていきたいです。イベントも楽しく参加することができました。

## グループランキング

(2人以上の参加のグループ)

① エリキング 様

17,147歩  
(平均歩数)

会社の仲の良い有志で参加。昼休み歩く等、仲間と支えあいながら無理せず頑張りました。イベントに参加することで仲間同士の話題にもなり、コミュニケーションも増え、楽しく過ごすことができました。

② スイカの  
スーちゃん 様

16,807歩  
(平均歩数)

夫婦で参加。普段から歩く習慣はありますが、イベント期間中は特に歩くことを意識しました。歩くことで地域の変化、自然の移り変わりを感じ取ることができ、気分をリフレッシュすることができました。

③ はぴのん 様

14,773歩  
(平均歩数)

夫婦で参加。歩き始めたきっかけはナイトウォーク等のウォーキングイベント。歩くことが習慣になっていて、職場でも歩いています。今年はハーフマラソン大会も完走することができました。

### 参加者からの情報！継続のポイント

- 無理をせず自分に合った目標歩数を設定する
- ウォーキングを楽しむ
- 取組む時間を決める
- 歩くことに目的をつくる(お買い物に行く、景色を楽しむ、歩いて仕事に行く等)
- 仲間と励まし合う、仲間をつくる、仲間と歩く等

健康づくりは「継続」が大切です。

イベントをきっかけに今後もウォーキングを続けていきましょう！

【協賛事業所全19社一覧】 (五十音順、敬称略)

赤羽鉄工株式会社、旭松食品株式会社伊那工場、アルプス中央信用金庫箕輪支店、菓子庵金屋、株式会社カネカ、上伊那農業協同組合箕輪町支所、シユーマート箕輪店、想造工房モノリエ、ちとせや薬局、ニチノウ食品株式会社、Farmer'sKitchen雪・月・花、株式会社みのわ振興公社みのわ温泉ながた荘、みのわ竹輪邸、箕輪町内郵便局(箕輪・木下・東箕輪)、箕輪町商工会、有限会社油屋商店、有限会社井口モータース、有限会社藤乃園、養命酒製造株式会社商品開発センター

以上の事業所等より協賛をいただき、多くの協賛品をイベント参加者にお届けすることができました。ありがとうございました。

## 個人ランキング

### 70代部門

(平均歩数)

- 1位 活動量計 72 様 ..... 25,402 歩  
2位 活動量計 113 様 ..... 22,840 歩  
3位 活動量計 99 様 ..... 21,918 歩

### 60代部門

- 1位 じいじ 様 ..... 55,374 歩  
2位 kanchan 様 ..... 52,659 歩  
3位 ポチの散歩 様 ..... 46,689 歩

### 50代部門

- 1位 ノワール 様 ..... 39,158 歩  
2位 まいまい 様 ..... 39,100 歩  
3位 Mow 様 ..... 34,917 歩

### 40代部門

- 1位 らんた様 ..... 41,494 歩  
2位 さとちゃん 様 ..... 27,569 歩  
3位 ユウキ 様 ..... 23,374 歩

### 30代部門

- 1位 ほわいとこんぐばなんざ 様 35,653 歩  
2位 全力!ランニングニート 様 34,320 歩  
3位 やっくん 様 ..... 29,889 歩

# 国民健康保険・後期高齢者医療制度のお知らせ

## 町の一人あたりの医療費について

令和6年度国民健康保険（以下国保）の一人当たりの医療費は、前年と比べ10,841円増加し421,152円でした。県平均と比較すると4,270円上回っており市町村別順位は30位となります。

また、後期高齢者医療保険（以下後期）の一人当たりの医療費は、前年と比べ1,470円減少し821,394円でした。県平均と比較すると48,014円下回っており市町村別順位は48位となります。

## 健康診断・がん検診を受けましょう～「自分のからだを知ることが健康への第1歩です」

医療費に占める疾患別の割合は、国保では糖尿病、関節疾患、高血圧症、後期では不整脈、骨粗しょう症、糖尿病が上位となっています。

糖尿病や高血圧など生活習慣病は、将来、脳血管疾患や虚血性心疾患、腎不全を発症するリスクがあります。

早期発見・重症化予防のため、年1回は特定健診・がん検診を受け、日頃の生活を振り返り、生活習慣の改善に取り組みましょう。

## ジェネリック医薬品（後発医薬品）に切り替えてみませんか？

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

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

## 医療機関の適正受診にご協力ください

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

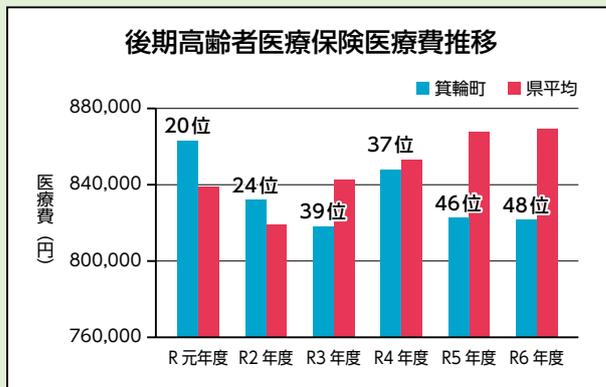
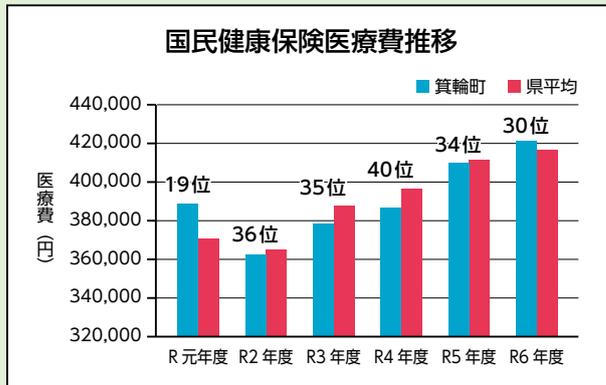
かかりつけ医療機関（医師）、かかりつけ薬局（薬剤師）を持ち、気になることがあったらまず相談しましょう。

多剤服用がチェックできるように「お薬手帳は1人1冊にまとめましょう。

## 人間ドックの補助申請について

令和7年度の人間ドックの補助申請をされる場合は、3月末までに申請するようお願いします。

## 一人当たりの医療費の推移（箕輪町と県平均）



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

## 交通事故などにあつたときは届け出を

交通事故やスキー、スノーボードなどの接触事故、他人の飼犬に咬まれるなど、第三者から傷病を受けた場合も医療保険（国保・後期）で、診療を受けることができます。その際は国保医療係へ「第三者行為による傷病届」の提出をお願いします。交通事故にあつた場合は、すぐに警察に届けて「事故証明書」を発行してもらいましょう。

※こんなときは、医療保険（国保・後期）は使えません。

- 示談を済ませてしまったとき
- 勤務中や通勤途中での事故
- 不法行為（飲酒運転や無免許運転）など



〈国民健康保険制度について〉



〈後期高齢者医療制度について〉

# 所得税・町県民税申告はお早めに

今年も所得の申告時期になりました。

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

所得の申告は  
**3月16日(月)**  
までに



〈町HP〉

## 所得税の確定申告・町県民税申告の受付・相談日程表

月 日	受付時間	場 所
令和8年2月16日(月) ～3月16日(月) (土・日・祝日を除く)	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分 ※ <b>完全予約制</b> となっております。事前に予約をされた日時にお越しください。	役 場 3階講堂

※状況により、お待ちいただくことがありますがお理解をお願いします。

※**農業申告等は必ず収支をつけてお持ちください。**

※**医療費控除を受ける方は領収書をまとめ、必ず計算してお持ちください。**

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



### 所得税の確定申告が必要な方

- ・給与の年末調整をしていない方
- ・事業所得や不動産所得などがある方のうち、所得税納付額がある方
- ・サラリーマンで給与と収入金額が2千万円を超える方
- ・給与を1か所から受けている方で、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- ・2か所以上から給与の支払いを受けている方で、年末調整をされなかった給与の収入金額と、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- ・給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- ・ふるさと納税を6か所以上にされた方

### 申告により所得税が還付になる方

- ・医療費控除を受ける方
- ・予定納税した税額が、確定申告により算出した税額より多い方
- ・住宅の新築・改築・購入などをした方で、住宅借入金等特別控除を受けようとする方

### 町県民税（住民税）の申告が必要な方

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

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

### 町県民税申告書を送付しない方

- ・昨年所得が給与所得のみの方
- ・昨年、確定申告をされた方
- ・平成21年4月2日以降に生まれた方
- ・扶養に入っている方

※昨年中に仕事や収入の状況が変わった方は、申告が必要になる場合があります。該当する方は住民税務課までご連絡をお願いします。

## ◆申告受付・納税相談会場への持ち物◆

- 給与や年金等の源泉徴収票
- 収支内訳書（営業・農業・不動産）及び収支の内容を確認できるもの
- 医療費控除の明細書および領収書
- 寄附金の受領証明書
- 生命保険料、地震保険料、国民年金保険料等に係る控除証明書
- 身体障害者手帳、療育手帳、障害者控除対象者認定書
- 町県民税申告書または昨年確定申告された方は税務署より送付されたハガキ
- 本人確認書類（右のマイナンバー制度をご確認ください）
- 本人名義の口座が分かるもの（通帳）
- その他必要なもの

### マイナンバー（個人番号）制度について

確定申告には、マイナンバーが分かる本人確認書類の提示が必要です。※申告される方全員分の本人確認書類が必要です。

#### ■ 本人確認書類の例

例1 マイナンバーカード

例2 通知カードと運転免許証等の身元確認書類

※通知カードは記載されている氏名、住所が住民票に記載されている内容と一致している場合に限り確認書類として利用できます。

例3 マイナンバー記載の住民票と運転免許証等の身元確認書類



## ◆税務署からのお知らせ◆

### 伊那税務署による申告相談会場開設

- 申告会場 **いなっせ**（2階展示ギャラリー）
- 開設期間 **2月16日（月）～3月16日（月）**（土・日・祝日は除く）
- 受付時間 午前9時～午後4時

※申告会場混雑緩和のため、会場入場は「**入場整理券**」が必要です。入場整理券は、次の方法で発行できます。

- ① 国税庁LINE（二次元コード）により事前取得
- ② 会場で当日配布

（配布状況により、相談受付を終了する場合がありますので、オンラインでの入場整理券の事前発行をお勧めします）



《国税庁LINE  
公式アカウント》

下記の申告については  
箕輪町役場での受付ができません  
税務署申告会場の「いなっせ」で申告を  
してください。

- 青色申告 ● 消費税 ● 贈与税 ● 相続税
- 住宅借入金等特別控除1年目
- 土地や家屋等譲渡所得
- 株式や信託投資等譲渡所得 ● 先物取引
- その他（FX、仮想通貨など）等

いなっせは、マイナンバーカード方式による  
スマホ申告を基本とした相談体制です。マイ  
ナンバーカードと併せてパスワード（英数字  
6～16桁、数字4桁）が必要となります。

### パソコン・スマホからの申告について

国税庁ホームページ「確定申告作成コーナー」やマイナンバーカードを使用したe-Taxによる申告は、確定申告会場に出向くことなく、自宅からご利用できます。詳しくは、二次元コードを参照してください。

《確定申告書等作成コーナー》 《動画で見る確定申告》



問 伊那税務署 0265-72-2171

### 税理士による申告無料相談

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

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

● 相談日 2月4日（水）

● 事前連絡の受付時間 午前9時30分～正午  
午後1時～4時

問 関東信越税理士会 伊那支部 事務局 0265-74-8170（月～金曜日 午前10時～午後4時）

**健** 乳幼児健診・相談・教室 (場所:保健センター 該当者には通知します)

**相** 健康相談 (場所:保健センター)

**子** 子育て支援センター

**B** みのわBASE

**水道** 水道休日緊急当番店

**フ** ファームテラスみのわ

**や** やまびこテラス

**サ** サイクルテラス

**テ** テラスすたんど

**夢** 夢まちLabo

水	木	金	土
	5 ♥ 10か月児相談 (R7.4月生)	6 🎵 リフレッシュ・ヨガ (いろはぼけっと)	7 みのわテラスマーケット 「節分豆まき」 B 昔の遊び体験会 (株)コマツ ☎0265-79-2568
赤羽設備(株) ☎0265-79-6990	12	13 B 15茶BASE	14 農畜産フェア (株)カスガ ☎0265-79-3382
(要予約)室)	19 ♥ 1歳6か月児健診 (R6.7月生)	20 ♥ 2歳児健診 (R5.11月生) ♥ もみじの会 (保健センター) (こころの病や人とのコミュニケーションに不安がある方の会) 🎵 わらべうた (いろはぼけっと)	21 テ すたんどフェスタ 箕輪建設工業(株) ☎0265-79-2035
	26	27 ♥ 7か月児相談 (R7.7月生)	28 (株)マツシマ ☎0265-79-2115

情報	休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへ ☎0265-78-8510	水道休日緊急当番店 有料 (出張費、修理費等) 受付時間 8:00~17:00
①、② ①、②	診療日 2月1日・8日・11日・15日・22日・23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 ※都合により当番医が変更になることがあります。											
箕輪		伊那市		南箕輪村		辰野町					
1日	伊 たかはし医院(内・小・消) ☎0265-71-5121 伊 北原内科(内) ☎0265-94-2255 伊 富士眼科医院(眼) ☎0265-74-7166 南 堀田内科クリニック(内) ☎0265-72-3980	8日	箕 やぶはら小児科医院(小) ☎0265-98-7501 伊 原内科消化器科医院(内・消) ☎0265-77-0177 伊 河野医院(内・小) ☎0265-72-3208 伊 前沢眼科医院(眼) ☎0265-76-0600	11日	伊 下條医院(内・小・脳) ☎0265-76-5353 伊 国保長藤診療所(整) ☎0265-94-2001 伊 ケイ皮フ科クリニック(皮) ☎0265-71-7881 南 ゆりの木クリニック(眼) ☎0265-74-2128	15日	伊 野沢医院(内) ☎0265-74-5000 伊 ふかさわ耳鼻咽喉科医院(耳) ☎0265-77-1833 伊 このはなクリニック(婦) ☎0265-98-8814 辰 むらおか内科クリニック(内) ☎0266-41-0143	22日	伊 くらごうち内科循環器科医院(内・循) ☎0265-77-0582 伊 酒井医院(内・婦) ☎0265-72-4835 南 高原医院(整) ☎0265-98-0385	23日	箕 伊北クリニック(整) ☎0265-70-6633 伊 池上医院(内) ☎0265-72-4060 伊 厚生連みすず診療所(内) ☎0265-71-5556

8:00~9:00  
缶・びん・ペットボトル・廃食用油  
せん 工事のクリーンセンターへ回収はありませぬ

日	月	火	水
1	2	3	4
浅川建設工業(株) ☎0265-79-2218	相 健康相談 (要予約) サテ 定休日 麺 やまびこ麺処 営業	♥ 4か月児健診 (R7.10月生) 👩 助産師の子育て相談 (いろはぼけっと)	
8	9	10	11
(株) マツシマ ☎0265-79-2115	📺 サテ 定休日 麺 やまびこ麺処 営業	♥ 3歳児健診 (R5.1月生) 👨 親子で運動あそび (いろはぼけっと)	📺 定休日 建国記念
15	16	17	18
📺 農畜産フェア 新橋屋建設(株) ☎0265-79-4130	♥ 1歳児健診 (R7.2月生) 相 健康相談 (要予約) サテ 定休日 麺 やまびこ麺処 営業	♥ 離乳食教室 (要予約)	相 こころの相談 (役場202号会議)
22	23	24	25
📺 すたんどフェスタ 浅川建設工業(株) ☎0265-79-2218	👑 天皇誕生日 (株) コマツ ☎0265-79-2568	サ 定休日 麺 やまびこ麺処 営業	

各種相談窓口	
交通事故相談 ☎0265-76-6803	2月19日(木) 10:00~15:00 伊那合同庁舎2階 交通事故相談室 ☎0265-76-6803
行政相談	2月19日(木) 13:30~15:00 町文化センター2階 研修室4 ☎0265-79-3144
公証人による公証相談 ☎0265-73-8622	平日(祭日除く) 9:00~17:00 伊那公証役場 ☎0265-73-8622

クリーンセンター八乙女 ☎0265-79-8773  
2月中は工事のため搬入できません

みのちゃんバス運休  
南東コース 第3便  
北西コース 第4便  
2月運休

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	せん 工 事 の た め 、 回 収 は あ り ま せ ん	5日・12日・19日	18日	—	—
松島	火・金		5日・12日・19日	25日	—	—
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金		2日・9日・16日・26日	4日	—	—
木下・三日町・福与	火・金		2日・9日・16日・26日	11日	—	—
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金		5日・12日・19日	18日	—	—

— 子どもが主役の地域クラブ活動 —

# 伸ばせ！自分の「好き」「得意」「やってみたい」！

箕輪中学校の**学校部活動**が変わっていきます。

箕輪町教育委員会

箕輪町では「**地域クラブ活動**」を推進し、地域の力で子どもたちの運動や文化活動を支えていきます。

## 箕輪中学校部活動の地域展開の方向

部活動の  
地域展開とは



中学生が将来にわたってスポーツや文化芸術活動に継続的に親しむ環境を整えるため、これまで学校が主体となってきた部活動を、新たに地域が主体となった活動に展開(移行)することです。

箕輪町教育委員会では、7月に「箕輪地域クラブ協議会」を開催し、「地域展開に関わる推進計画」について審議を行い、今後の地域展開の方向やスケジュールを協議しました。

今後、部活動の「地域クラブ化」を順次、推進していく予定です。



平日は学校部活動！ 休日は「地域クラブ」を目指します



2027年(令和9年)3月までの展開を目指します

2029年(令和11年)3月までに(予定)

Q なぜ今！  
変わるのかな？



A 子どもたちの人数の減少(少子化)が進む中で、**地域に持続可能な生徒のためのスポーツ・文化芸術活動の環境を創っていく**ためです。また、今まで部活動を支えてきた教員の働き方改革の問題や**専門でない部活動を担当する問題も改善**が急がれます。

Q 箕輪で大事に  
することは？



A 子どもたちの「好き」や「得意」「やってみたい」という願いをかなえ、継続的に持続できる地域クラブ活動を目指しています。箕輪中の生徒の想いや顧問の先生方の願い、また負担などに配慮した形で、持続可能な活動へと展開(移行)することを、大事にしたいと考えています。

Q 部活動は  
どうなるの？  
大会の参加は？



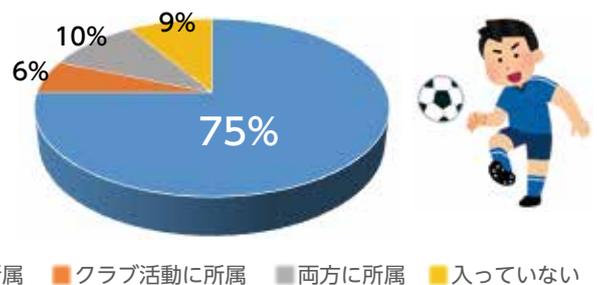
A 箕輪町では、**令和8年度末を目標として、展開が可能な土日の部活動のクラブ化を図っていく予定**です。長期的には平日のクラブ化も検討していきますが、当面は今までと同様に学校部活動として実施していきます。中体連主催の大会やコンクールへの参加は、登録している部活動か「○○クラブ」どちらかでの参加となります。

### 箕中生が部活動に取り組む理由は？ 活動意欲の高い箕中生

- ①興味ある活動ができるから 63%
- ②仲間ができるから 44%
- ③体力や精神力が付くから 43%
- ④達成感が得られるから 41%

※複数回答有り

### 部活動・クラブに入っているか(中学生)



部活動と地域クラブで活動している生徒は90%と活動意欲の高い箕輪中生。自分が好きなことに、仲間と取り組み、達成感を味わいたいという思いを持って、活動に取り組んでいることがうかがえます。

問 文化スポーツ課 スポーツ振興係 0265-70-6601

箕輪町子育て少子化対策  
キャッチコピー

みんがで育てる みのわっこ  
～パパになるぞら箕輪町  
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！



保育園だより

沢保育園

## みんなで 楽しく遊ぼう



①お蚕のお世話をしました。②繭を使ってクラフト体験。「かわいいのができたよ」③畑でたくさんのサツマイモがとれました。④「さわっころンドの日」で好きな遊びを楽しみます。⑤遊んだ後はみんな広間に集まってご飯の時間。「みんなで食べるとおいしいよ」⑥ご飯の後はお昼寝もみんなでしました。たくさん遊んで、たくさん食べて、たくさん遊んで大きくなーれ。

## 箕輪中学校の2学期

### ふきはら祭



第53回ふきはら祭が9月26、27日に行われました。「彩 ～一人ひとりが描く色彩の軌跡～」をテーマに一人ひとりが輝くふきはら祭を実現しました。

総合的な学習の時間で学んだこと、部活の作品展示やステージ発表、各学級・学年の合唱、全校が一丸となったスポーツフェスティバルなど彩り豊かな、みんなが輝くふきはら祭でした。

### キャリアフォーラム

11月28日（金）にキャリアフォーラムを開催しました。

地域・保護者の方やキャリアフォーラム推進委員会の方にご来校いただき、生徒たちが考えたこれからの箕輪中・箕輪町のテーマについて語り合いました。



### 小6中学校体験入学



11月5日に小学6年生体験入学を行いました。今年は、中学1年生が主体となって6年生に校舎内を案内したり、学校のことを説明したりしました。



# 支えあい 住みよい社会 地域から

新しい民生委員・児童委員の皆さんです。

(任期 令和7年12月1日～令和10年11月30日)

民生委員  
児童委員協議会 会長

白鳥 実

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱を受け、「住民の立場に立った活動」を基本姿勢とし、すべての住民が安心して住み続けることができる地域づくりを推進する方々です。地域の人々の困りごとについての相談活動や支援が必要な人々に対して、行政や関係機関とのパイプ役として活動します。



浦野 杉子  
うらの すぎこ  
沢 南荒井11・13組  
南荒井12組、町住16組



大槻 泰昌  
おおつき ひろよし  
沢 北荒井7・8組、中荒井9・10組  
宮通り14組、宮通り15組



桑澤 里美  
くわざわ さとみ  
沢 北部1組～中部5・6組



工藤 信一  
くどう しんいち  
沢 沢上中部1組、2組  
沢上北部1～3組



杉山 和子  
すぎやま かずこ  
沢 沢上西1・2組



倉島 利文  
くらしま としふみ  
沢 沢上仲1・2組



清水はづき  
しみず  
沢 沢上南1～4組



野口 宣明  
のぐち のぶあき  
大出 大出 17～21組



柴宮 昌子  
しばみや まさこ  
大出 大出 1～5組・7～9組



唐澤大二郎  
からさわだいじろう  
大出 大出 6組・10～16組



竹内 照  
たけうち あきら  
沢 長田1～3組



三澤ちと江  
みさわ ちと江  
松島 北1・北町



白鳥ゆり子  
しろとり ゆりこ  
中原 中原 1～4組



日野 和政  
ひの かずまさ  
上古田 上古田 6～8組



唐澤 総一  
からさわ そういち  
上古田 上古田 1～5組



大槻 和明  
おおつき かずあき  
下古田 下古田 1～5組



熊谷 桂子  
くまがい けいこ  
八乙女 八乙女 1～7組



土屋 孝枝  
つちや たかえ  
大出 大出 22～26組



柴 智恵子  
しば ちえこ  
松島 春日町・中山



小池みゆき  
こいけ みゆき  
松島 西町1・清水町  
通り町・桜町



荻野さなえ  
おぎの さなえ  
松島 日の出新町1～3



河野 淑見  
こうの よしみ  
松島 旭町・日の出1、2  
仲町1～3



上田 一夫  
うえだ かずお  
松島 東町1、2  
北島・天竜町



中坪 武志  
なかつぼ たけし  
松島 栄町・西小路  
宮本・元町



北原 克己  
きたはら かつみ  
松島 北2・北3



とのうち えいいち  
**登内 栄一**  
木下  
東村、中条



おぎはら えみこ  
**荻原恵美子**  
木下 西垣外、上町  
上二北、上二南



いのうえ ひろし  
**井上 博司**  
木下  
上一東・西



うらの さちこ  
**浦野 幸子**  
松島  
坂井南・坂井北



うらの ちあき  
**浦野 千秋**  
松島  
南町1～3



ほりかわ  
**堀川ちとせ**  
松島  
大道・南町4



ねばし あけみ  
**根橋 明美**  
松島  
西町2・本町1～3



しるとり みのる  
**白鳥 実**  
富田  
1～3



からさわ たけし  
**唐澤 健**  
木下  
一の宮1・2



おがわ のりこ  
**小川 徳子**  
木下 原町北部、春日通  
南原、南原西、原町中央



はら たけひこ  
**原 武彦**  
木下  
栄町、栄町西



の たけ よしのぶ  
**野竹 良信**  
木下 宮本、南宮  
常盤町、上之段、城山



なすの けんじ  
**那須野憲二**  
木下 北城1・2  
后洞住宅団地



おおた れいこ  
**太田 玲子**  
木下 泉沢、中一、上の林  
鳳輦路、后ヶ丘、末広



たなか けんじ  
**田中 謙二**  
福与  
鹿垣、北沢、中村北



くまがい ひろみ  
**熊谷 広美**  
福与 中村南  
判の木1・2、梨の木



ほそい しげこ  
**細井 成子**  
福与  
郷沢、卯の木、大原



あさの かずえ  
**浅野 和恵**  
三日町  
下町、田中城



こもり じゅんこ  
**小森 淳子**  
三日町 上町北1・2  
上町南1・2、番場



ふちい ひろこ  
**渚井 廣子**  
三日町  
上棚



いとう さとる  
**伊藤 智**  
中曽根  
1～4組



ねばし むつお  
**根橋 睦男**  
北小河内  
中村、宮下



ながお のぶこ  
**長尾 信子**  
北小河内  
漆戸、久保南・北



かたぎり けんじ  
**片桐 賢治**  
南小河内  
北部、山本、堰下



うるしど えつこ  
**漆戸 悦子**  
南小河内  
福沢、東部、南部



ふじえだ くみこ  
**藤枝久美子**  
長岡 真瀬口上下  
新城1組・2組



はやし みさ子  
**林 みさ子**  
長岡 中筋、和手  
大門、樋口、石仏上下



うえだ ひでお  
**上田 秀雄**  
長岡 辰己南・北  
南部西・東、十沢



はら ひろし  
**原 宏**  
主任児童委員  
(中部小通学区内)



やざき ていこ  
**矢崎 貞子**  
主任児童委員  
(南小・東小通学区内)



こだいら ち  
**小平とし子**  
主任児童委員  
(北小・西小通学区内)

### 主任児童委員

児童福祉に関する事柄を専門的に担当します。健やかに子どもを生み育てる地域環境づくりをめざし、全町にわたって児童・妊産婦の福祉向上のため援助相談活動を行います。

令和7年度 第2回空き家の総合相談会を開催します。

伊那市・箕輪町・南箕輪村に空き家を所有されている方を対象とした総合相談会を開催します。

相続・売却・解体・リフォームの専門家が一堂に会し、空き家について包括的に相談いただける良い機会です。

空き家バンク等、市町村の制度も各職員が対応いたします。空き家の管理や処分にお困りの方はぜひご利用ください。

日時 2月22日(日)

午後1時～4時

会場 みなのBASE

1階フリースペース

費用 無料

予約方法 お電話にてご予約ください。

企画振興課 みなの魅力発信室  
移住定住推進係

☎0265-79-3153

無料成人歯科健診・  
受診期間のお知らせ

令和7年度成人歯科健診の健診受診期間は令和8年2月28日(土)までです。

10年に一度の節目に無料で受

けることのできるお得な歯科健診です。

受診がまだの方はお急ぎください！

期間終了間際は混雑が予想され、予約が取りにくくなります。歯科医療機関への早めの予約をお勧めします。

※対象の方には案内通知を郵送済みです。

※実施医療機関は箕輪町のホームページからご覧いただけます。

健康づくり支援係

☎0265-79-3118



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、住所変更等をおこなった場合は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ので、事前に役場住民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

制度がないため、月割還付は行っていません。

住民税務課 資産税係

☎0265-79-3146

転出届は  
マイナポータルから！

マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからオンラインで転出の届出が可能です。



詳しくはこちら  
(マイナポータル)

※マイナポータルで転出届を出した後は、別途、転入先市町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。

住民税務課 住民係

☎0265-79-3146

昔の借金を請求された人の緊急相談会

法テラス利用による無料相談  
相談当日は無料でご相談いただくことができます。

必要に応じて、相談員が簡易な法的文書を作成し、お渡しすることができるところもあります(簡易援助)。この場合は、相談者

の方に2,200円の費用負担が発生します。

日時 3月14日(土)

午前10時～午後4時

相談方法

●面談相談

場所 長野県司法書士会館

(長野市妻科399番地)

要予約：前日までに長野県司法書士会にご予約ください。

☎026-23217492

●相談電話(フリーダイヤル)

0120-4481788

長野県司法書士会

☎026-23217492

箕輪町公民館

「終活セミナー」のお知らせ

内容 「相続」について

基礎知識から具体例を交えた事前準備等を学びます。

日時 2月21日(土)

午前10時～11時30分

会場 地域交流センターみなの

受講料 無料

定員 80名(先着)

申込受付 1月28日(水)から

2月18日(水)まで

申込方法 オンライン、または

お電話で。

箕輪町公民館

☎0265-79-2178

「古田人形操り体験会」  
開催のお知らせ

内容 町を代表する伝統芸能である「古田人形芝居」の楽しさを知っていただくため、古田人形芝居保存会の皆さんに人形操りの方法を教えてもらい、実際に操り体験をしていただきます。人形に触れてみたい方も大歓迎です。

日時 2月15日(日)

①午前10時～正午

②午後2時～4時

講師 古田人形芝居保存会の皆さん

会場 箕輪町郷土博物館

図書・講座室

参加費 無料

対象 一般

参加ご希望の方は、時間内に郷土博物館にお越しください。多くの方のご参加をお待ちしております。

箕輪町郷土博物館

☎0265-79-4860



司書さん  
おすすめ



**新着図書** の紹介

問 町図書館 0265-79-6950

2月1日からの貸し出しです

リニアは南アルプスを  
くぐり抜けることができるのか



宗像 充/著  
出版：山と溪谷社

長年リニア問題を追い続け、大鹿村に移住した著者が山村暮らしの視点から現場の様子をレポート。地元の人々、有識者の声からリニア中央新幹線の問題を紹介する。

学校給食のひみつ図鑑



出版：スタジオタック  
クリエイティブ

日本全国のご当地給食や季節の行事食、明治～平成の献立など、さまざまな給食が登場！長野県のご当地給食はキムタクごはん…!?

しろのえほん



まるめはな/作  
丸尾 靖子  
/絵・装丁  
出版：童心社

このしろ、なあに？めええ、もくもく、ふわり、ざざざ…。じーっとみて、目であじわう、いろんなしろの世界。「紙の本ならでは」の表現で綴る白が主役の絵本。

定期イベント▶ 7日(土) ドリーム号地区巡回 / 14日(土) おはなしこんにちは / 19日(木) おはなしくまさん  
26日(木) 閉館作業日

文芸コーナー

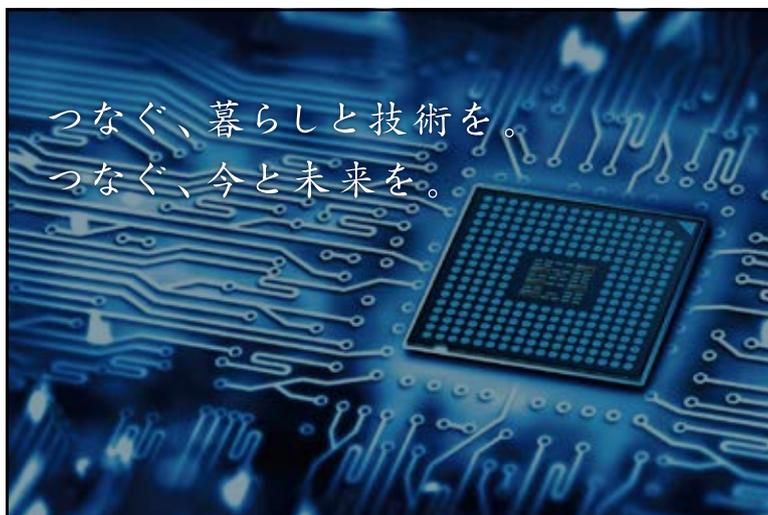
みのわ俳句会

冬ざれや耳遠ければ世に疎し	岡	久幸
外に出て忘るに気づく冬帽子	松沢	一十
日の丸に父の名冬の歴史展	木下	広子
郵便夫バリバリ足音霜柱	増沢	澄子
車窓より日を受く山の末紅葉	柴宮	勇一
底冷えや測る血圧二度三度	武村美恵子	
北風に吹き寄せられし愚痴を聴き	柴	和夫
千歳飴引き摺り歩く光前寺	藤沢	史明
齢問われふたつサバ読む焚火の輪	赤羽	正久
村すでに深き眠りや冬満月	井口ひふみ	
両腕に予防注射や冬始め	日野六花子	
爺婆を双手に晴れの七五三	小池	純夫

問

みのわの魅力発信室 広報・交流推進係  
0265-79-3152 (内線1161)

広告



プリント配線板の開発・設計・製造・販売

SHINKO 住友金属鉱山グループ  
株式会社 伸光製作所

長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪12238

※広告は有料で掲載しています。広告費は「みのわのみ」の印刷費に使われています。

多文化  
共生

# 箕輪町の外国人の状況を知っていますか？ vol.5

町で行っている、「日本語教室」や「災害時に避難者となる外国人向け支援」、及び「支援者となる日本人向けへの展開」等、多文化共生事業をお伝えしてまいりました。

現在も箕輪町に暮らす外国人住民数は増加の一途をたどっており、家族帯同で箕輪町に来られるケースも増えてきました。青年期から日本に来た児童生徒は、母語での理解はできているものの、日本語ができないがゆえに、正しい評価がされず、将来の可能性が閉ざされてしまうこともあります。そういった児童生徒が正しく公平な指導を受け、日本人児童と同様に進みたい道へ進めるよう、教育関係者に対する講演会も開催しました。(写真)



11/30「多文化共生は教育から」講演会の様子

今後も町は日頃から外国人支援に取り組む民間団体と連携協働し、誰のため、何のための事業なのか、一番目指すべきビジョンは失わずに、引き続き取組を進めてまいります。そのためには、町民の皆さんのご理解・ご協力は欠かせません。相互に支え合うことで、外国人住民にとっても日本人住民にとってもより住みやすい環境が作られます。さらには、行政、地域、企業、住民が一丸となって取り組むことが大切です。多様な文化や背景が受け入れられ、誰もが自分らしくいきいきと暮らせる町を一緒に目指しましょう！

2/7(土)には多文化防災イベントも開催予定です。今後も多文化共生のため町民参加型のイベントを企画していきます。

今後の詳細や  
イベントはこちらから

TADUNKA DANJO MINOWA

多言語で情報発信もしています  
日本語教室の案内もこちらから

Facebook

問 ぐらしの安全安心課 多文化共生・男女共同参画室 0265-79-3154

## みのわテラス

# 節分豆まき

### 2026 2.7(土)

10:00~13:00

地震防災  
キャラバン

みのわBOSAI  
ネットワーク

もみじちゃん、  
アルクマによる  
節分豆まき  
撮影会

11:00~

北陸北海道 〜ほくほくロード	山宮珈琲店	三日町山田店	味の伝道師 やまもと屋
ぼっちんキッチン	比沙家眞訪 はるちゃん kitchen	うさぎや	シュワシュワ
すずらん	Tocowaka	sole	おもむろ植物店 YOHO-キッチン

**やまびこテラス**

バレンタイン  
アフタヌーンティー

**ファームテラス**

サンフジ詰め放題  
提携JA千歳県しよいか〜ごより  
落花生詰め放題  
国産牛豚肉大特価販売

**サイクルテラス**

FAT BIKEに乗ってみよう!

**テラスすたんど**

開運ラッキーロール  
(栗味、金粉付き)

**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 未来戦略係  
TEL.0265-79-3170

# 令和8年度交流・町民菜園利用者募集

町では、「農ある暮らし」を楽しんでいただくことを目的として、はじめの一步を踏み出したい初心者向けの交流菜園事業及び継続的に農ある暮らしを実践するための町民菜園事業を実施しています。

## 家庭菜園のはじめの一步 「交流菜園」

月1回程度、地元生産者の指導を受けながら野菜作りの基礎が学べます。受講者は1区画約50㎡の畑を使って作物を育てます。苗、資材、肥料、テキスト等は受講料に含まれています。空きスペースを使って、好きな作物を育てることも可能です。最長で2年間利用できます。

- 利用期間 4月から12月
- ※講座は4月～10月の土曜日に月1回程度開催
- 料金 4,000円/年
- ※苗・資材代・講習代込み
- 広さ 1区画(約50㎡)
- 場所 長田(みのわテラス北側)
- 募集区画数 15区画
- 利用上限 最長2年間



交流菜園フォーム



交流菜園の講座



地元の生産者や受講者同士の交流も(交流菜園)

## 継続的に農ある暮らし 「町民菜園」

町民菜園は借りた区画で自由に野菜を育てることができます。こちらは利用上限はありませんので、継続的に農ある暮らしを楽しみたい方におすすめです。



- 利用期間 4月から3月まで
- 料金 100㎡：1,600円/年  
50㎡：800円/年
- 広さ 100㎡又は50㎡
- 場所 (木下区)北原、二本松、原町北部  
(沢区)長田



町民菜園フォーム



収穫した野菜



夏の菜園の様子

### 【交流・町民菜園共通】

- ・申込期限 令和8年2月27日(金)
- ・申込方法 上記申し込み用QRコードまたは申込書

※申込者多数の場合は抽選になります。  
 ※空き区画がある場合、期限後も申し込み可能です。  
 ※申込書は町ホームページからダウンロード可能です。

箕輪町役場 みどりの戦略課 未来農戦略係  
 電話 0265-79-3170 (内線1562)  
 メール midori@town.minowa.lg.jp



町ホームページ

令和8年4月～

# リチウムイオン電池を使用した充電式小型家電の 分別回収(ごみステーションでの回収)を始めます

## ①回収対象品 充電式小型家電(12製品)を『発火性危険物』として回収します



※コードレス掃除機および電動工具は、バッテリーのみを対象とします。バッテリーが外せないコードレス掃除機は、パイプを外した本体部分(バッテリーが内蔵された部分)のみを対象とします。  
 ※「上記12製品以外の充電式小型家電から取り外したバッテリー」や、「リチウムイオン電池などの充電式の乾電池(単体)」も回収の対象とします。(ただし、いずれも膨張・変形したもの、発火の痕跡があるものは対象外)  
 ※「加熱式たばこ」には、充電不要の使い捨て型加熱式たばこも含まれます。

## ②収集日 「びん・缶・ペットボトル・廃食用油」などの 資源物回収日に回収します。



- ## ③出し方
- 電池を使い切る。
  - 透明のビニール袋に入れて、口をしぼってだす。  
ビニール袋のサイズは45cm×30cm以内です。
  - バッテリーや充電式の乾電池など、端子部分が露出している場合は、必ず絶縁テープで絶縁処理をしてください。



**!** 膨張・変形したもの、発火の痕跡があるバッテリー等は絶対に入れないでください。  
 処分の方法については、箕輪町役場のくらしの安全安心課にお問い合わせください。

問 くらしの安全安心課 生活環境・交通係 0265-79-3154

### ヤマハ音楽・英語教室

## 無料体験レッスン開催中

#### ヤマハ音楽教室

小1・2・3年 開講クラス 体験レッスン日  
 プレジュニア (木) 16:30 (木) 16:30 3/26  
 [申込み受付中]

#### オリジナル個人レッスン

★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!!  
 ♪無料体験レッスン受付中♪

お問い合わせ・お申込み

箕輪センター  
 箕輪町中箕輪9547-1(役場入口交差点)  
 ☎0120-970-091

### 大切な本作り 安心しておまかせ下さい

人生の節目に  
自伝

新たな未来へ  
社史・校史

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

**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/>

※広告は有料で掲載しています。広告費は「みのわのみ」の印刷費に使われています。広告掲載のお問い合わせは、中央印刷株式会社まで。TEL 0265-98-9041