

〈特集〉

オレンジカフェ

を知っていますか？



9月は「世界アルツハイマー月間」とされ、9月21日の「認知症の日」を中心に、認知症への理解を深める啓発活動が世界中で行われます。認知症があってもなくても集える“なじみの場”をのぞいてみませんか？

主なトピックス

- 特集 オレンジカフェを知っていますか？ ……2-3
こころの健康づくり講演会「今日からできるセルフケア」…4
あぐこみニュース 田んぼオーナー制度が始まりました ……6
第67回 町内一周駅伝大会 ……10



「もみじチャンネル(町広報番組)」が
YouTubeで配信中!



〈特集〉

オレンジカフェ

を知っていますか？



オレンジカフェとは？

認知症の方やそのご家族を中心に、地域住民の方がどなたでも自由に参加でき、語らいやレクリエーション・運動などを通して「**出会い**」「**交流**」「**学び**」を行う地域の集いの場です。

オレンジカフェ ③つの役割

- ①医療・介護・福祉の専門職等がいて、認知症に関する悩みなどを相談できる。
- ②閉じこもらずに、なじみの仲間とやりたいことを続けられる。
- ③認知症に関する正しい理解の普及と認知症予防・介護予防に取り組む。

認知症になると「自分には何もできない」という気持ちを抱きやすく、人との関わりを遠ざけてしまうことがあります。ご家族や周囲の方も、日々の関わりや言葉がけに悩む場面が増えるかもしれません。

認知症があっても周囲の理解や関わり方次第で症状の進行が穏やかになり、その人らしい生活を続けられるとも言われています。

認知症は、誰にとっても身近なテーマです。『**自分のこと**』として捉え、認知症の方の気持ちや立場に寄り添うことで、地域に『**温かく豊かなつながり**』が生まれるのではないのでしょうか。

箕輪町には、本人・ご家族・地域の方が集い、楽しく、悩みも気軽に相談できる『**オレンジカフェ**』があります。ぜひこの場を知り、気軽にのぞいてみませんか。



町内にあるオレンジカフェ

それぞれの場所に専門家が配置され、悩みや困りごとを気軽に相談することができます。

松島百縁カフェ

リハビリ専門家による
体操や脳トレなど
笑いながら楽しめる会です

- 専門家** 管理栄養士・歯科衛生士
- 会場** 松島コミュニティセンター
(箕輪町大字中箕輪8440)
- 開催日時** 毎月第2木曜日 10時～正午
- 会費** 100円
- 問合せ先** 上伊那医療生協組合員センター
0265-79-8702



誰もが気軽に来られて、わいわいとお話
できる場所を作りたいと思っています

はじめたきっかけは？

自分や周りの方々が高齢になつてきて、心配な人が増えてきたように感じました。そんな中「認知症について知りたい・集まって情報共有をしたい」と思い、松島百縁カフェの運営に携わり始めました。

活動内容は？

誰もが気軽に来て、わいわいとお話できる場を作りたいと思っています。

専門家による講義のほか、皆で体操をしたり歌を聞いたり、昔の思い出話に花が咲いています。今ではあまり使うことがなくなった「そろばん」を使った脳トレを行なった回は、とても盛り上がりました。

以前はどのような職業をしていましたか？

学校で管理栄養士として働いていました。その経験から、誰でも手軽にできる調理をカフェでも紹介しています。一口に調理といっても色々な工程があつて、まさに脳トレだと思っています。

今まであまり料理をされたことのなかった男性にも、ぜひ挑戦してもらいたいと思います。



松島百縁カフェ
代表 有賀 洋子さん

オレンジカフェ ふれあいの里

ゆったり過ごして
何でもお話しませんか？

専門家 認知症指導者

会場

ケアセンターふれあいの里
(箕輪町大字中箕輪14432-1)

開催日時

9月29日(火)、11月24日(火)、
2月16日(火)
10時～11時30分

会費 100円

問合せ先

ケアセンターふれあいの里
0265-71-1121

ボランティアの声
オレンジカフェでコーヒー
を淹れるお手伝いをしてい
ます。
近所の人々がもっと気軽に
出かけてきてくれば嬉しい
です。何気ない話題でおし
ゃべりできることが何より
の幸せだと思います。



薬剤師はカフェにいる

ひとりじゃないよ！
薬剤師になんでも
相談してください

専門家 薬剤師

会場

けやき薬局3階(生協病院向かい)
(箕輪町大字中箕輪11328-4)

開催日時

9月16日(水)、12月16日(水)、
3月17日(水) 14時～15時

会費 100円

問合せ先

(一社)上伊那ひまわり企画
0265-71-3654

運営スタッフ(薬剤師)の声
地域の身近な健康相談窓
口として、季節ごとの健康
づくり、市販薬の選び方な
ど、暮らしに役立つお話を
しています。
薬を渡すだけでなく、地域
の皆さんが安心して語り合
える場を目指しています。



ハ乙女百縁カフェ

みんな
生き生きと
行って帰り！

専門家 介護福祉士

会場

北西部多目的センター
(箕輪町大字中箕輪4219-6)

開催日時

偶数月第1木曜日
13時30分～15時30分

会費 100円

問合せ先

上伊那医療生協組合員
センター
0265-79-8702

参加者兼ボランティアの声
オレンジカフェのお手伝い
をするようになり昔の知人
とも再会できました。
ここに来ると、自然と人との
繋がりができます。参加
した皆さんが元気で帰る姿
を見て、自分も元気をもら
っています。



オレンジカフェ グレイスフル箕輪

みんなで楽しく
身体を動かし
お話ししよう！

専門家 介護福祉士・
理学療法士

会場

グレイスフル箕輪
地域交流センター
(箕輪町大字中箕輪6062)

開催日時

10月20日(火)、3月3日(水)
13時～14時30分

会費 無料

問合せ先

グレイスフル箕輪
0265-71-3721

施設の中にあるグループ
ホームの職員が中心とな
って企画開催しています。

参加者の声
グループホームに入所し、
楽しく生活しています。
オレンジカフェの場にも参
加して、地域の皆さんと話
ができることは嬉しいです。



「のぞみの会」(認知症家族会)

～認知症の方や家族の方が経験や悩みを語り合う場～

参加者の声

妻が認知症になり介護を模索していた時、のぞみの会に
出会いました。参加者の経験談を聞き、認知症には十人十
色の違いがあるなど認知症への理解が深まり、本人の気
持ちに寄り添う大切さを学びました。同じ境遇の仲間と語
り合えるこの場は、私の介護生活の支えになっています。



会場 三日町デイサービスセンター
ゆとり荘内ふれあいルーム

開催日時 毎月第4水曜日
10時～11時30分

会費 100円

問合せ先 (社福)箕輪町社会福祉協議会
0265-70-7075

よってかねしん オレンジカフェ

歌ったりおしゃべりして
楽しい時間を
すごしましょう！

専門家 看護師

会場

箕輪町大字中箕輪12350-1

開催日時

毎月第4水曜日
14時～16時

会費 100円

問合せ先

よってかねしん運営委員会
090-9660-0641

利用者の声
カラオケが楽しいです。その
場にいる皆さんとおしゃべり
したり、歌を歌うことができ
るので、毎回とても楽しみに
しています。



オレンジカフェのボランティアを募集中!!

受付やお茶入れ、話し相手を行う運営ボランティアをやって
みたい方は、地域包括支援センターまたは箕輪町社会福祉協
議会までお問い合わせください。



令和8年度 こころの健康づくり講演会のお知らせ

参加無料

今日からできるセルフケア ～働く人のメンタルヘルス～

9月10日～16日は
『自殺予防週間』です

講師

伊藤 かおる 氏

(株)コミュニケーションズ・アイ代表取締役

長野県出身 公認心理師／精神保健福祉士
独立行政法人労働者健康安全機構 長野産業保健総合
支援センター 産業保健相談員（カウンセリング）

働く人が自分らしく健やかに過ごすために、
ストレスへの気づき方や、日常生活の中で
できるセルフケアの方法を学びませんか？

日時 2026年 9月26日(土) 13時30分～15時00分（開場13時00分）

会場 地域交流センターみのわ 研修室A・B

定員 箕輪町在住の方 先着100人（要予約）

申込み方法

- 役場 健康推進課（4番窓口）
- 電話（0265-79-3118）
- オンライン予約 右記二次元コードからお申込みください。

お申込み
フォーム



箕輪町

こころの相談

こころがあふれてしまう前に
相談できる場所があります

長く続く不眠やアルコール依存症、ひきこもり等でお悩みの方へ…
箕輪町では精神科医や臨床心理士による相談会を行っています。

精神科医師

こころの病気による受診等
についてお悩みの方

令和8年 9月28日(月)・11月16日(月)
令和9年 1月25日(月)・ 3月15日(月)
いずれも 14時00分～16時50分(各日3枠)

臨床心理士

ご家族のことやご自身の健康など
こころの悩みを相談したい方

令和8年 10月14日(水)・12月16日(水)
令和9年 2月17日(水)
いずれも 9時00分～11時20分(各日3枠)

※ 上記日程は変更する場合がございます。

会場 箕輪町役場 2階会議室 **費用** 無料

予約方法

- 役場 健康推進課（4番窓口）
- 電話（0265-79-3118）
- オンライン予約 右記二次元コードからお申込みください。

その他

- ・ 箕輪町に住民票のある方が対象です。
- ・ ご予約は先着順です。定員になり次第締め切りとなります。
- ・ ご本人が来られない場合は、ご家族だけでも相談できます。

お申込み
フォーム



問 健康推進課 健康づくり支援係 0265-79-3118



お酒は『百薬の長』ではない!?

厚生労働省から『健康に配慮した飲酒に関するガイドライン』が発表されています。
その中で、疾病によっては少量の飲酒でも発症のリスクが上がるという研究結果が示されています。

男女共に1滴でも飲むと
高血圧の発症リスクが上がる

男性は1滴でも飲むと
胃がんの発症リスクが上がる

疾病別の発症リスクが上がる飲酒量(純アルコール量)

疾病名	脳卒中 (出血性)	脳卒中 (脳梗塞)	高血圧	胃がん	大腸がん	前立腺がん	乳がん
男性	150 g / 週 (20 g / 日)	300 g / 週 (40 g / 日)	0 g 以上	0 g 以上	150 g / 週 (20 g / 日)	150 g / 週 (20 g / 日)	——
女性	0 g 以上	75 g / 週 (11 g / 日)	0 g 以上	150 g / 週 (20 g / 日)	150 g / 週 (20 g / 日)	——	100 g / 週 (14 g / 日)

女性は1滴でも飲むと
脳卒中の発症リスクが上がる

参考 厚生労働省「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」より抜粋 (一部変更)

○生活習慣病のリスクが高まるとされる1日の純アルコール量

男性：40 g 以上 女性：20 g 以上

※あくまで生活習慣病のリスクが高まる量であり、この量までなら安全という意味ではありません。

1日の適量は純アルコール20 g 程度

ですが !!

お酒の影響を受けやすい要因として
年齢 性別 体質 健康状態 があります。
年齢による体内の水分量の減少や分解酵素
の働きの強弱により個人差が大きく同じ量
を飲んでも体への影響は異なります。

○純アルコール20 g の目安

お酒の種類	量の目安
ビール (アルコール度数5%)	500ml
日本酒 (アルコール度数15%)	180ml (1合)
焼酎 (アルコール度数25%)	100ml
ワイン (アルコール度数14%)	180ml
チューハイ (アルコール度数7%)	350ml

飲酒量が多い方は飲み方を見直してみましょう!

○健康に配慮した飲み方のポイント

- ・飲酒前や飲酒中に食事をとりながらゆっくりと飲む。
- ・飲酒の合間に水やアルコールの入っていない飲み物を飲む。
- ・一週間のうち飲まない日(休肝日)をつくる。



厚生労働省から
純アルコール量が計算できる
無料のサイトもありますので
こちらも活用してみてください。

大切なのは自分の飲酒量を“純アルコール量”で知り、健康に配慮した飲酒を心がけることです。
これからも楽しくお酒を飲むために、量と頻度を見直してみませんか?

参考 厚生労働省「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」

町農業委員会だより



あぐこみニュース 第10号

「あぐこみ」とは、agriculture（アグリカルチャー：農業）committee（コミッティー：委員会）の略です。

田んぼオーナー制度が始まりました

町では、町民の皆さんに農業への理解を深めていただくため、今年度から「田んぼオーナー制度」を始めました。東箕輪営農組合が指導や管理に協力し、2カ所計20アールの水田で農業・化学肥料に頼らない米作りを行っています。

今年度は20組53名が参加し、5月31日に開園式と田植えを行いました。参加者は泥の感触を楽しみながら、手植えや手押しの機械を使い、楽しそうに作業に取り組んでいました。

今後は、随時行う草取り作業や、9月には稲刈り、10月には脱穀と収穫祭を予定しています。



木下保育園で農作業体験を行いました



木下保育園の園児が、地元農業委員と一緒に農作業を体験しました。土に触れながら、一生懸命に作業を行い、食べ物がどのように育つのかを学ぶ貴重な機会となりました。

◀サツマイモ苗の植え付け

農地パトロール(利用状況調査)を実施します

実施期間：8月中旬～10月中旬

農業委員会では、地域の農地の利用状況を確認するため、農地パトロールを実施します。

農地を所有・管理している方は、草刈や耕起など適正な管理をお願いします。パトロールの際には、農業委員等が農地に立ち入ることがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

電気柵で農作物を守りましょう

シカやイノシシなどによる農作物被害を防ぐためには、電気柵の設置が効果的です。町では、電気柵設置の経費の一部を補助しています。

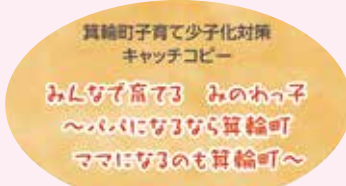
- 補助金額 資材購入経費の1/2以内
- ※ 補助要件があります。
- ※ 設置前に申請が必要です。

補助金に関するお問い合わせ
みどりの戦略課 農業振興係
0265-79-3170



↑ 補助金についての
詳細はこちら

問 箕輪町農業委員会事務局 0265-79-3170



子育て支援センター

いろはぽけっと 出会いや 仲間づくり 情報提供の場

子育て支援センター「いろはぽけっと」は、0歳から未就園のお子さんとその保護者が安心して遊び、交流できる場所です。整備された園庭やおもちゃ・絵本を揃え、親子で楽しく過ごせる環境の中で、保護者同士の交流を楽しむことができます。施設から子育てに関する情報提供や相談も行っています。

また、季節に合わせた行事や毎月のイベントも開催していますので、ぜひお気軽にご利用ください。

※初めてのご利用の方は館内受付で利用登録申請があります。

ご記入・ご提出をお願いします。



普段の様子や
イベント・催し物を
ご紹介します！

- ① 保護者で情報交換。
- ② 水遊び。噴水プールが気持ちいい！
- ③ おもちゃであそぼう！イベントの様子。秋にもあります。
- ④ 運動遊び。体を動かすって楽しいね♪
- ⑤ わらべうた遊び。お母さんの声、手が気持ちいいな！
- ⑥ 木馬に乗って楽しそう♪



小中学校だより

西小学校 ランチルーム給食

西小にはランチルームがあります。コロナ以降、給食は教室で食べていました。西小で大切にしてきたランチルーム給食を再び行えるように、意見交換しながら完全再開に向けて準備を始めています。コロナ以前のように毎日ランチルームで給食を食べるまでにはまだ至っていませんが、今年度は昨年度よりもさらに回数を増やし、全校で顔を合わせて給食を食べる楽しさを味わっています。

ランチルーム給食の日は、その月の誕生日の人（児童も先生も）が紹介されます。その時間も、みんなとても楽しみにしています。今年度からランチルームの一角には、「ふれあいルーム」があります。そこへもお気軽にお出かけください。



給食を教室まで運ぶ手間がなく、すぐに配膳が始められるのはランチルーム給食のよさです。



誕生日の紹介では、その人に向けてのコメントももらえます。嬉しさ2倍です。



全校の顔が見える中で食べる給食。とびきりの笑顔が広がります。



机の配置も試行錯誤。各学年が縦長に机を並べる形に落ち着きました。

🏠 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) B みなのわBASE

🏠 健康相談 (場所: 保健センター)

👨‍👩‍👧 子育て支援センター (場所: いろはぼけっと)

💧 水道休日緊急当番店

🏠 ファームテラスみのわ

🏠 やまびこテラス

🏠 サイクルテラス

🏠 テラスすたんど

くらしの
情報

水	木	金	土
	3 👶 ベビーマッサージ	4 💖 10 か月児相談 (R7.11月生)	5 🏠 みなのわテラスマーケット 「スポーツの秋」 (株)コマツ 水道 ☎0265-79-2568
	10	11	12 B 哲学カフェ 🏠 農畜産物フェア 赤羽設備(株) 水道 ☎0265-79-6990
	17 🎵 わらべうたあそび 💖 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) 💖 あざみの会 (保健センター) (こころに病をもつ方の家族の会)	18	19 🏠 秋彼岸フェア 新橋屋建設(株) 水道 ☎0265-79-4130
	24 🏠 定休日	25 💖 2歳児健診 (R6.6月生)	26 B 防災BASE 2026 秋 B English Cafe 🏠 すたんどフェスタ 赤羽設備(株) 水道 ☎0265-79-6990
	1	2	3

センター八乙女 ☎0265-79-8773

月～金曜日(土・日は休み) 8:30～15:30

21日(月)・22日(火) 8:30～15:30

休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへ

☎0265-78-8510

診療日 6日・13日・20日・21日・23日・27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

受け入れます

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。

🏠=箕輪町 🏠=伊那市 🏠=南箕輪村 🏠=辰野町

00～9:00

ペット
食料

小型家電

27日

役場正面駐車場にて回収

6日
🏠 田中病院(内・外) ☎0265-78-3555
🏠 滝小児科医院(小) ☎0265-71-5250
🏠 ゆりの木クリニック(眼) ☎0265-74-2128

13日
🏠 たけまつハートクリニック(内・循) ☎0265-71-8010
🏠 北原こどもクリニック(小) ☎0265-74-2236
🏠 むらおか内科クリニック(内) ☎0266-41-0143

20日
🏠 ユーカリの森クリニック(内) ☎0265-98-7855
🏠 田畑内科医院(内) ☎0265-78-6668
🏠 新井耳鼻咽喉科医院(耳) ☎0265-77-0033

21日
🏠 上伊那生協病院(内) ☎0265-79-8813
🏠 神山内科医院(内) ☎0265-78-5151
🏠 厚生連 西箕輪診療所(内) ☎0265-73-3351
🏠 片桐医院(内・心) ☎0265-72-4072

22日
🏠 中川医院(内) ☎0265-79-2103
🏠 厚生連みすず診療所(内) ☎0265-71-5556
🏠 清水耳鼻咽喉科医院(耳) ☎0265-72-3775
🏠 鷺見産婦人科(産・婦) ☎0265-96-0317

23日
🏠 仁愛病院(内・外) ☎0265-78-3333
🏠 岩田クリニック(泌) ☎0265-73-1929
🏠 天竜河畔医院(整) ☎0265-72-2205
🏠 高原医院(整) ☎0265-98-0385

27日
🏠 久保田内科クリニック(内) ☎050-1807-7862
🏠 伊那市国保美和診療所(内) ☎0265-98-2017
🏠 両小野診療所(内) ☎0266-46-2017



令和8年

9月

まちの人口

(2026年8月1日現在)

世帯数…10,555世帯(+23)

人 口…24,163人(+29) 〈男…12,136人(+12) 女…12,027人(+17)〉

■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

日	月	火	水
30	31	1	2
			健 4か月児健診
6	7	8	9
B クラフトテープ手作り体験会 (株) マツシマ ☎0265-79-2115 水道	サ 定休日	健 3歳児健診 (R5.8月生)	
13	14	15	16
F 農畜産物フェア (株) カスガ ☎0265-79-3382 水道	相 健康相談 (要予約) B クラフトテープ作品展示会 (～28日) サ 定休日	健 離乳食教室 (要予約) 子 助産師の子育て相談	健 1歳6か月児健診
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日
F 秋彼岸フェア サ サイクリングツアー 箕輪建設工業(株) ☎0265-79-2035 水道	F 秋彼岸フェア 浅川建設工業(株) ☎0265-79-2218 水道	F 秋彼岸フェア (株) コマツ ☎0265-79-2568 水道	F 秋彼岸フェア
27	28 健 1歳児健診 (R7.9月生)	29	30
サ 赤そばライド テ すたんどフェスタ (株) カスガ ☎0265-79-3382 水道	相 健康相談 (要予約) 相 こころの相談 (要予約) (役場 202号会議室) サ 定休日	健 7か月児相談 (R8.2月生)	

各種相談窓口

司法書士による法律相談

要予約

9月1日(火) 13:30~16:00
箕輪町社会福祉協議会 ゆとり荘
☎0265-79-4180

交通事故相談

要予約

9月24日(木) 13:00~15:00
伊那合同庁舎 2階
交通事故相談室
☎0265-76-6803

行政相談

9月17日(木) 13:30~15:00
文化センター2階 研修室4
☎0265-79-3144

税金無料相談

要予約

9月2日(水) 13:30~15:00
税理士会伊那支部事務局
(allla(アルラ) 旧伊那消防署跡地)
☎0265-74-8170

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
☎0265-73-8622

ごみ・資源物
収 集 日

	当日の8:00までに						8:00以降
	燃やせる ごみ	不燃 ごみ	プラスチック	古紙・ 衣類	蛍光灯	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	28日	3日・10日・21日	16日	—	—	13日
松島	火・金	28日	3日・10日・21日	30日	—	—	13日
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	14日	7日・17日・24日	2日	—	—	27日
木下・三日町・福与	火・金	14日	7日・17日・24日	9日	—	—	27日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	28日	3日・10日・21日	16日	—	—	27日

みのちゃんバス運休情報

南東コース 第3便①
北西コース 第4便①

7日(月)・14日(月)
28日(月)

クリーンセンター

受入時間

祝日受入日

一般家庭のみ

第67回 箕輪町町内一周 駅伝大会

開催!

9/20(日)

午前 8時50分 スタート!

「駅伝のまち—みのわ」を支えてきた町内一周駅伝が今年も開催されます。

各分館、大会に向け準備をして、当日はそれぞれの思いを胸に選手が町内を駆け抜けます。

町民の皆さんの盛大な応援をお願いします。

また、交通規制等でご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

みのわメイトで速報配信予定です。この機会にぜひみのわメイトの登録をお願いします。



◀みのわメイト
登録のご案内



問 町公民館 0265-79-2178・文化スポーツ課 0265-70-6601

9/6(日)
9:30~14:00
箕輪町文化センター
&
地域交流センター

みのわこどもフェスタ
2026

もみじちゃんも来るよ

「おもしろい！たのしい！好き！」を
体験できる子ども主体の体験型ワーク

9:30 ~
オープニングにて
こどもまんなか
応援サポーター宣言
を行います！

約 20 の企画

- こどもフリマ
- スラックライン
- おかたづけあそび
- カメラマン体験
- おもちゃ病院
- ハイハイレース 他

フード出店

- 山田店
- たこげん
- わたつみ
- すずらんハウス 他



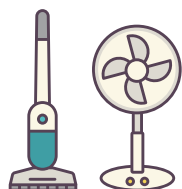
ホームページ



instagram

地域全体で
こどもまんなかの
まちづくりに
取り組んでいます

みのわこどもフェスタ実行委員会・箕輪町
☎0265-79-0007 (こども未来課)
mail: kodomofesu.minowa@gmail.com



小型家電回収(無料)を 役場正面駐車場で行います



【日時】 令和8年9月27日(日) 午前8時~9時(予定)

※時間厳守で
お越しく下さい。

【場所】 箕輪町役場 正面駐車場

【対象】 小型家電(掃除機・扇風機・スマートフォンなど) ※おおむね一辺80cm以内

当日は、役場正面駐車場入口~松島保育園西の信号機までが
大変込み合いますのでご注意ください。

【注意事項】



- 役場入口進入時は左折進入のみとなります。東側からの右折進入はできませんのでご注意ください。
- 外せる電池やバッテリー(リチウムイオン電池等)は電池を使い切り、外せるものは必ず外してお持ちください。
- 木製品を含む小型家電(スピーカー等)は対象外です。
- こたつは木製枠から取り外した、ヒーター部分のみ受け入れます。
- カセットコンロ・ガスコンロ・石油ファンヒーター等は、ガス・灯油などの発火性燃料を抜いたものに限り受け入れます。
- 家電リサイクル法対象品目のため、テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機は回収できません。

○10×30cm以下の小型家電と電池(乾電池・ボタン電池)・リチウムイオン電池を含む小型家電は、
役場11番窓口正面の回収BOXでも回収しています。

○回収BOXの利用時間は、平日の午前8時30分~午後5時15分です。

問 くらしの安全安心課 生活環境・交通係 0265-79-3154

募
集

みんなで育てる箕輪の森づくり参加者募集

町では、樹を植え育てる体験を通じて、伊那谷を豊かにする水瓶「箕輪ダム」への愛着を持ち、関わる人を育て、ダムの象徴であるもみじと森林を身近に感じていただくため、もみじ湖フェスティバルにあわせてイロハモミジの植樹イベントを開催します。

日 時 10月10日(土) 午前10時～11時(小雨決行)
会 場 箕輪ダムイベント広場周辺
募集組数 15グループ(※グループには必ず大人が1人以上含まれていること)
 → 募集組数に達した時点で、応募を締め切ります。

内 容 イロハモミジの植樹 約30本
申込方法 申込フォーム・窓口・電話のいずれかにより、10月2日(金)までにお申し込みください。
 (申込の際に、参加者氏名、生年月日、電話番号をお知らせください)

そ の 他

- ・参加費は無料です。
- ・植樹作業を行うため、作業のできる服装、靴でご参加ください。軍手、飲み物をご持参ください。
- ・参加いただいたグループごとに記念品を配布します。



申込フォームは
こちら



問 みどりの戦略課 森ビジョン推進係 0265-79-3170 E-mail : midori@town.minowa.lg.jp

男
女
共
同
参
画

箕輪プロジェクト企画「箕輪女性たち」

Vol.5

◆人が集まる理由は、彼女の生き方にあった 出会いを重ねて生まれた赤石商店

第5回目は、【箕輪暮らし】として、^{うずはし}^{さき}**埋橋幸希**さんです。

(「赤石商店」オーナー)

眠らない町・東京で、「自分の好き」を探し続けてきた埋橋さん。

音楽やお酒のある場所へ足を運び、人とつながり、まずは「やってみる」「乗ってみる」「失敗してみる」を積み重ねる中で、自分にとって本当に大切なものを見つけてきました。

「興味のあることをたくさん集めて、ふるいにかければ、本当に好きなものが残る」

そんな思いから生まれたのが、仲間が集い、泊まれる場所「赤石商店」です。

宿泊だけでなく、食堂やギャラリー、サウナ、そして映画も上映されるこの場所には、人が自然と集まり、温かなつながりが生まれています。この夏には大きなツリーハウスも完成し、新たなシンボルとなりました。

「一緒にやろうよ」と笑う埋橋さん。その、決めすぎない自由な発想と、暮らしづくりの物語をぜひご覧ください。



記事の全文はこちらから▶



次回は、**関 香苗**さんをご紹介します。

問 暮らしの安全安心課 多文化共生・男女共同参画推進室 0265-79-3154

補助
金

結婚新生活を応援します

令和8年度箕輪町結婚新生活スタートアップ事業のご案内

新婚夫婦を対象に、新生活に伴う家賃や引っ越し等の費用を補助します。

補助金額 夫婦ともに 29歳以下 : 60万円 (上限)

夫婦ともに 39歳以下 : 30万円 (上限)

対象経費 結婚を機に令和8年4月1日から令和9年2月10日までに支払った以下の費用

- (1) 住宅取得費用 (2) 住宅リフォーム費用 (3) 住宅賃借費用
(4) 引っ越し費用

対象条件

- ・令和8年4月1日から令和9年3月31日までの間に婚姻届を提出し受理され、町内に住民登録のある夫婦で、対象となる住居が町内にあること。
- ・令和7年分の世帯所得が500万円以下であること (奨学金を返済している場合、夫婦の合計所得額から年間返済額を控除した額)。
- ・夫婦ともにこの補助金や、町の定住支援奨励金や空き家改修等の補助金、他の公的制度による家賃補助を受けたことがなく、町税等の滞納もないこと。
- ・交付決定年度内に町指定の講座を受講見込みであること。

※その他対象条件がありますので、詳細は二次元コードからご確認ください。

詳細・申請はこちら▶



問 暮らしの安全安心課 多文化共生・男女共同参画推進室 0265-79-3154

その
他

宝くじの助成金により、 エアコンを整備しました

南小河内区では、一般社団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業により、南小河内公民館の大広間にエアコンを整備しました。



エアコン



南小河内公民館に設置

この事業は、宝くじの普及広報を行うこと、コミュニティの健全な発展を図ることを目的に自治会等のコミュニティ活動に必要な設備の整備に助成するものです。



問 企画振興課 まちづくり政策係 0265-79-3152

募
集

令和9年4月採用 箕輪町職員募集

令和9年4月に採用する箕輪町職員を募集しています。詳しくは、町HPをご確認ください。

内 容 初級行政 若干名

要 件 平成18年4月2日以降生まれの高等学校を卒業または卒業見込みの人

申込期限 令和8年9月18日(金) まで

申請方法 インターネット、郵送または箕輪町役場人事係へ持参



詳しくはこちら▶



問 総務課 人事係 0265-79-3144

秋の行政相談月間

「行政相談」は、行政への意見や要望を受け付け、その解決や実現を促進し行政の制度や運営の改善に生かす取り組みです。

相談は、総務省行政相談センター「きくみみ長野」

☎0570-0900110

のほか、箕輪町では毎月、定例相談会を開催しています。

【9月の行政相談会】（予約不要）

●出張相談会

日時 9月10日（木）

午前10時～11時30分

場所 イオン箕輪店

●定例相談会

日時 9月17日（木）

午後1時30分～3時

場所 文化センター研修室4

【伊那一日合同行政相談所】

登記、年金、道路、相続など、弁護士等の専門家に無料で相談ができます（予約制、先着順。相談時間は1件につき20分）。

日時 10月9日（金）

午後0時30分～4時

場所 伊那市役所1階

予約受付 9月14日（月）～25日

（金）（平日午前8時30分～午後5時15分）

予問 長野県行政監視行政相談センター

☎0265-2350128

県下一斉司法書士
無料法律相談

10月1日の「法の日」に合わせ、「司法書士無料法律相談」を実施します（事前予約制）。

日時 10月1日（木）

午前10時～午後2時

場所 文化センター研修室3・4

相談内容

主に次に記載の内容

・相続・遺言 ・不動産

・多重債務 ・空き家 など

予約受付

9月11日（金）～25日（金）の平日

予問 総務課 総務係

☎0265-79-3144

屋外広告物適正化旬間

9月1日～10日は屋外広告物の適正な管理を促進する「屋外広告物適正化旬間」です。

風雨や経年劣化等により広告物の倒壊や落下の恐れが生じないよう、事業者には定期的な点検が義務付けられています。設置後3年毎を目安に点検を行い、劣化が著しい場合には、撤去や補修など適切な措置をお願いします。

問 建設課 建設管理係

☎0265-79-3167

箕輪町公民館からの
お知らせ

みのわエンジョイモルック
大会2026

日時 10月10日（土）

午後0時30分受付（予定）

会場 ながたドーム

定員 20チーム（先着）

※参加費等は後日公表します。

参加受付 9月1日（火）～

25日（金）

皮から手作り本格中国餃子

中国出身の講師から、皮から手作りする本格的な中国餃子づくりを学びます。

日時 10月6日（火）

午前10時～午後1時30分

会場 文化センター

講師 ノノダエリさん

受講料 2千円（材料費込み）

定員 10人（抽選）

参加受付 9月2日（水）～

※詳細はHP、みのわメイトなどでお知らせします。

問 箕輪町公民館

☎0265-79-2178

箕輪町出身の探偵作家
大下宇陀児に関する講座

①箕輪学講座「大下宇陀児」

大下宇陀児の生涯と作品を紹介

介します。

日時 9月12日（土）

午前10時～、午後2時～

会場 町博物館 図書・講座室

対象 一般

②映像講座

「探偵作家 大下宇陀児」

令和4年に伊那CATVで放送された番組を上映します。

日時 9月26日（土）

午前10時～、午後2時～

会場 町博物館 図書・講座室

対象 一般

※①、②とも参加無料。時間までに会場にお越しください。

③エントランス展示

大下宇陀児に関する資料を展示します。

会期 9月5日（土）～

10月23日（金）

会場 町博物館 エントランス

ホール

開館時間 午前9時～午後5時

休館日 月曜日、祝日の翌日

町郷土博物館

☎0265-79-4860

天体観察会

天体望遠鏡の映像をスクリーンに映して土星や月面を観察します。

日時 9月18日（金）

午後7時30分～8時30分
※天候不良の場合は翌19日（土）
※19日（土）も天候不良の場合は、博物館内で「星空講演会」を実施します。

会場 町文化センター前庭

地域交流広場

講師 野口輝雄氏（天体観察企画「すばる」代表）

対象 一般

持ち物 敷き物、虫よけ等

※参加無料。時間までに会場へお越しください。

問 町郷土博物館

☎0265-79-4860

科学のおはなし会

NPO法人ガリレオ工房による楽しい科学のおはなし会を行います（予約制）。

日時 9月13日（日）

午前10時～正午

会場 箕輪町図書館なごみな

講師 NPO法人ガリレオ工房

対象 小学生

定員 20名（保護者見学可）

申込受付 8月30日（日）～

9月6日（日）

問 町図書館

☎0265-79-6950

司書さん
おすすめ



新着図書 の紹介

問 町図書館 0265-79-6950

9月1日からの貸し出しです

葵の紋を継ぎまして。



山岸美喜／著
出版：KADOKAWA

女性が当主になること、先祖が日本の歴史の重要人物であること。徳川慶喜家初の女性当主が、「家じまい」に向けた奮闘を徳川慶喜にまつわる逸話とともに綴る。

秋の七草ずかん



多田多恵子／監修
阿部浩志／文
出版：汐文社

はぎ、おばな、くず、なでしこ、おみなえし…。日本の伝統文化「秋の七草」。七草それぞれの特徴を写真とともに解説し、植物としての魅力に迫ります。

はらいねこ



みやけゆま／作
出版：小学館

いるだけでお店が繁盛すると評判のまねきねこは、ある日まねく手を折ってしまいます。手当をしましたが、こんどは手を振るたびにお客さんが店から出て行って…!?

定期イベント▶ 5日(土) ドリーム号地区巡回／17日(木) おはなしくまさん

休館日▶ 7日(月)、14日(月)、21日(月)、22日(火)、23日(水)、24日(木)、28日(月)

13日(日)

科学のおはなし会

カメラ リポート

7月25日(土)

第37回 みのわ祭り REBORN ～その先へ～

今年も踊りに、神輿に、花火に
大変盛り上がりを見せました。



沢山のご参加、
ありがとうございました!

ヤマハ音楽・英語教室

無料レッスン見学開催中

ヤマハ音楽教室

4・5歳児 開講クラス レッスン見学日
ぷらいまりー2 (金)17:00 9/11・18・25

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

YAMAHA
MUSIC SCHOOL
ヤマハ音楽教室

YAMAHA 特約店
オクチ楽器

箕輪センター 箕輪町中箕輪9547-1(役場入口交差点)

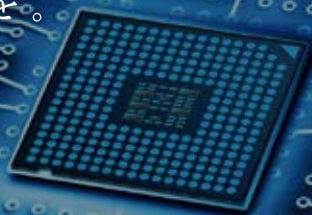
センター担当直通:070-5571-9001

☎0120-970-091



広告

つなぐ、暮らしと技術を。
つなぐ、今と未来を。



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。

スポーツの秋

9.5 土 10:00 ~ 14:00

スマートフェンシング体験
(長野県フェンシング協会)
迫力満点! フェンシング実演
●10:20~10:30
●11:20~11:30

パルクール体験
ながなんPK

みのわテラス

姉妹友好都市「豊島区」PRブース出展
わくわく大抽選会

DJ KIRI & MARIE

飲食 & クラフト出店
体験もいろいろ!

FOOD

- Touring Cafe Mover
- mamy's kitchen
- なべ家

夢まち Labo

三日町山田店

YO-HO キッチン

北陸北海道 ~ほくほくロード

CRAFT

- CRAFTSYRUP 屋 (りあん)
- ハンドメイド AZUSA
- joia

やまびこテラス

みのわテラスで採れた
“氷菓 溶けないイチゴアイス”

ファームテラス

秋の味覚 りんご・梨大集合
国産牛豚肉大特価にて販売!
試食ありおもてなし牛乳、
きのごセット特売ほか

サイクルテラス

パンブトラックで
あそぼう
靴をはいてきてね

テラスすたんど

そふトゥンの
着せ替えごっこ

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

問

みのわの魅力発信室

0265-79-3153

文芸 コーナー

みのわ俳句会

てっぺんにつばみ膨らみ立葵
武村美恵子

夜更かしのサッカー昼寝の大野
小池 純夫

テラーは大正生まれアロハシャツ
赤羽 正久

大毛虫一心不乱車道行く
柴 和夫

そよぐ風騒つく青田となりにけり
松沢 一十

傘差して一人茅の輪を潜りけり
藤沢 史明

寂しさや無人の駅の立葵
柴宮 勇一

行きたくてリハビリ励む夏の山
小山 英雄

雨しのぎ飴色となる雨蛙
有賀 節子

空蟬やテレビの話題のP・P・K
岡 久幸

梅雨寒や手足痛みて眉間じわ
増沢 澄子

物置の屋根を焙りぬ凌霄花
木村 広子

リハビリを終えて一息冷麦茶
日野 六花子

みのわの魅力発信室

0265-79-3153

久保・北原
春日街道
アルプス薬局
集会場
神社
当社
久保公民館
ミノウホール
国道153号
緑結
木下南部

大切な人を守る為に 備えはできていますか?

非常食から消防車まで消防・防災の事なら

HARUMI

ご相談・ご要望にスタッフが迅速に対応致します。

消防設備点検のご相談も、随時承っております。 TEL 0265 72-5746

晴海産業株式会社 〒399-4511 長野県上伊那郡南箕輪村 885-1

サステイナブルなひと、

生活クラブ

箕輪支部

班配送に加え
個別配送 始めました!

こだわりの 安全・安心食材
お届けします。

連絡先

☎0265-98-9822

伊那センター

生活クラブ生協長野 箕輪支部

広告

※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

環境に優しい再生紙と植物油インキを使用しています。