

広報

みのわのみ



〈特集〉

高齢者のお困りごとの入り口

地域包括支援センター を知っていますか？

主なトピックス

特集 高齢者のお困りごとの入り口

地域包括支援センターを知っていますか ……2

健康愛ランド 1年に1回は健康診断を受けましょう! ……5

箕輪町発足70周年記念事業 城南海ウタアシビ公演について …7

箕輪町安全安心なまちづくり条例が4月1日に施行されました …8



箕輪町は令和7年(2025年)、町発足70周年を迎えました。

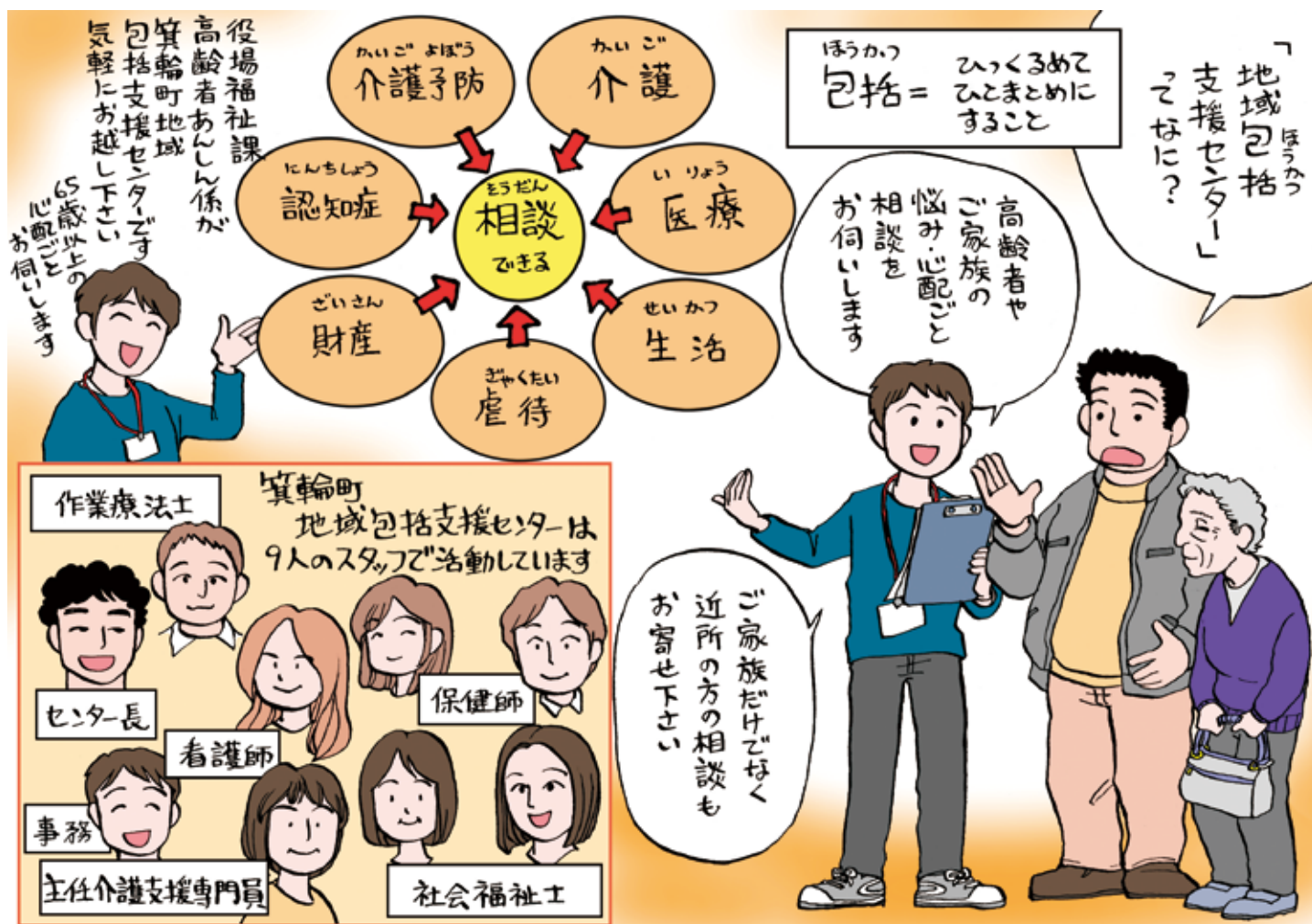
〈特集〉

地域包括支援センター

を知っていますか？

役場の福祉課にあり、年をとるにつれて起きる、暮らしをつづけるうえでの困りごと全般に対応しています。

「これまでと様子が変わってきたな」「ちょっと心配だな」と思ったら、お気軽にご相談ください。



地域包括支援センターは、住み慣れた地域や自宅でそれぞれが過ごしてきた“ふつうの暮らし”を大切に考えます。保健師などの専門職の職員が本人や家族とどんなことができるかをともに考え、必要に応じて医療や介護保険サービスへ繋ぎ、支援します。

高齢者の心配ごと、どんなことでもご相談下さい。困ったら、まずは包括！

今回は、目標をもって「介護予防」に取り組む大槻さんをご紹介します。

「介護予防」を
ともに考えて
いきましょう！

妻・大槻 千鶴子さん（85歳）

私が相談しました。
主人が、足の手術をしてから、
足が弱って思うように動けなくな
り、転倒も増えてきました。一人
でお風呂に入れなくなり、食事も
食べないこともあるという状態に
なってしまう心配になって役場へ
相談の電話をしたところ、地域包
括支援センターにつないでいた
きました。親身に相談にのって
いただき感謝しています。



夫・大槻 正利さん（85歳）

以前は、畑や庭仕事などなんでもやっていたんですが、手術の後、歩くのが辛くなっていました。一人で歩いて、安心して自宅で暮らせるように、自宅でリハビリに励んでいます。暖かくなったら、庭仕事をするのが目標です。よくなったら近所の仲間を集めて、教えていただいた体操をみんなで行うのもいいなと思っています。

作業療法士
山崎 健太さん



大槻さんは、庭仕事ができるようになりたいという目標を持ってがんばっていらつやいます。
「もういいよ」と言ってもらえるように一緒にがんばっていきます。



ご主人のようすを心配して、奥様が相談

大槻正利さんは、奥様の千鶴子さんがご主人のようすを心配して、役場の代表に電話で相談し、地域包括支援センターにつながりました。相談を受けてから約一か月ほどですが、1回目に、保健師とケアマネジャーと2人でご自宅に訪問し、ごようすを伺ったところ、自宅でリハビリを行うことになりました。その後、合わせて3回の訪問をして、実際にサービスを担当する作業療法士とご本人、ご家族で話し合っサービスを開始しました。現在は週に1回のペースで続けています。

このように地域包括支援センターでは、ご相談をいただいてからご自宅に訪問し、数回話し合っ、ご本人に合う解決方法を見つけていきます。また、リハビリのようすについては常時電子連絡帳にてスタッフで共有し、3ヶ月を区切りには状況を話し合い、このまま続けていくかどうかを決めていきます。

正利さんのように、包括に相談していただくと、介護保険のデイサービスを利用する前に、自宅で解決できる方法も一緒に考えることができます。

正利さんがご希望の庭仕事ができるようになるのを、応援しながら見守らせていただいています。

地域包括支援センター
主任介護支援専門員
めぐみ
清水 潤



困ったら、包括！相談お待ちしております！

箕輪町地域包括支援センター

TEL 0265-70-6622

FAX 0265-70-6699



ひきこもり家族教室のお知らせ



ひきこもりってどんなイメージですか？

ひきこもりのイメージって、「甘えてる」「怠けてる」「家から出ない」「ゲームしてる」「よくわからない」、人それぞれでしょうか。

ある方の ひきこもり体験談

挫折のきっかけは「就職活動の失敗」だった。それから「自信喪失」「将来への不安」。昼夜逆転してひたすらゲームと考えごとをしていた。外出はするけど、人と会わないようにしていた。当時の気持ちは「こんな自分が恥ずかしい」「誰にも会えない（会いたくない）」「親への申し訳なさ（罪悪感）」「**どうしてこうなったんだろう？**」「これからどうすればいいんだろう？」…劣等感と焦りでいっぱい。

親からの「**これからどうするんだ？**」「親はいつまでも生きていないぞ」が怖くて、親との接触を極力避けて部屋にこもった。友達からの「今なにしてるの？」とか、店員さんからの「今日はお休みですか？」におびえた。きかれても答えられないから外出を避けた。このままでいいなんて思っていないけど、どうしたらいいのかわからない。

あるひきこもりの ご家族の体験談

こどもがひきこもったとき、私は“本人の問題”だと思っていたので、こどもが変わることばかり望んでいました。ひきこもりを解決しようとして、こどもに指示をするので、こどもと対立していました。**親子関係は、悪化して緊張感**がありました。早く何とかしないと、ひきこもりが長引くと思って、焦っていました。早く働いてほしいと思っていたので、動かないこどもを責めてしまいました。不登校の時は、学校に行かないこどもに腹を立てました。それと同時に、こどもを学校に行かせられない**自分自身にも腹を立てて**いました。

こどもを変えなくていいと気づくと気持ちが楽になり、逆に親子関係は良くなりました。家族の集いに参加して、多くの人と関わったことで、こどもの対応に自信を持つことができるようになってきました。

ひきこもり家族教室で接し方などを学びませんか？

箕輪町では、令和7年度下記日程で『ひきこもり家族教室』を開催します！

- | | | |
|-----|----------|------------------|
| 第1回 | 5月30日(金) | ●場 所：箕輪町保健センター |
| 第2回 | 6月18日(水) | ●時 間：13：30～15：30 |
| 第3回 | 7月23日(水) | |
| 第4回 | 8月22日(金) | |

第1回～第4回がセットですが、ご相談ください。



要申込

大変お手数ですが、ご参加いただける方は
下記までご連絡いただきますようお願いいたします。

問合せ先 健康推進課 健康づくり支援係 保健師まで
電話：0265-79-3118 メール：kenko@town.minowa.lg.jp
窓口：箕輪町役場 健康推進課（4番窓口）



1年に1回は健康診断を受けましょう！

町長からの
メッセージ

自分のからだを知ることが
健康への第一歩です



〈令和7年度 さわやか健診日程〉

○お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。

【受付時間】 午前7：30～10：30

【実施内容】 循環器健診、胃がん(バリウム)検診・大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査・ABC検診

健診日	曜日	健診会場	健診日	曜日	健診会場
5月 8日	木	福与公民館	◎ 5月 26日	月	沢公民館
◎ 5月 9日	金	三日町公民館	5月 27日	火	
◎ 5月 12日	月	木下公民館	5月 28日	水	
◎ 5月 13日	火		◎ 5月 31日	土	保健センター
5月 14日	水		6月 2日	月	南小河内公民館
5月 15日	木		◎ 6月 3日	火	北小河内公民館
5月 16日	金	長岡公民館	6月 9日	月	中曽根公民館
◎ 5月 18日	日	保健センター	6月 12日	木	下古田公民館
※ 5月 19日	月		◎ 6月 13日	金	上古田公民館
5月 20日	火		◎ 6月 21日	土	保健センター
◎ 5月 22日	木	大出 コミュニティセンター	◎ 6月 24日	火	
5月 23日	金		6月 25日	水	
			6月 27日	金	

- ◎がある日は、胃がん（バリウム）検診実施日です
※バリアフリー健診実施日：バスへの乗り降りをせず健診が受けられる日です。
ご希望の方は健康推進課へご連絡ください。
●胃がん内視鏡検診・子宮頸がん検診・乳がん検診・肺がん検診は別日程になります。
お申込みの方には、順次受診券をお送りします。

さわやか健診お申込みでない方は、右の二次元コードまたはお電話にて申込みができます➡

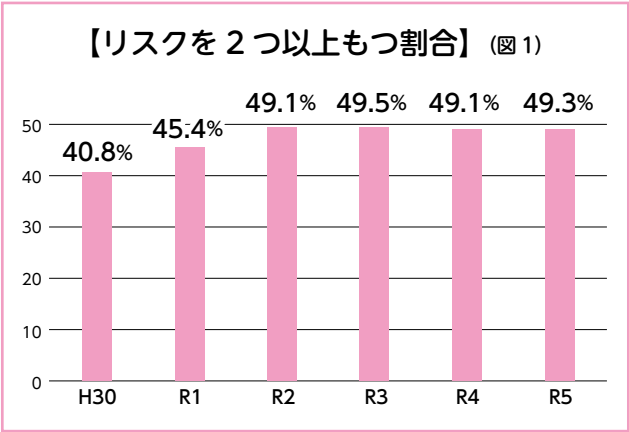


年に一度の健診は生活習慣見直しのチャンスです！

令和5年度の箕輪町特定健診結果では、約2人に1人は生活習慣病のリスク（血圧・血糖・脂質）が2つ以上あることがわかりました。（図1）

私たちの健康に大きく関係する生活習慣病。生活習慣病には、食生活・運動・喫煙・飲酒・休息など毎日の生活習慣が大きく関係しています。健診を受けることで、自覚症状のない生活習慣病の早期発見ができ、継続的に受診することで、からだの変化を見つけることができます。

この機会に健診を受けて生活習慣の見直しをしてみませんか？



みのわBOSAIフェスタ

全国で激甚化・頻発化する災害。

箕輪町もいつ豪雨災害や震災に見舞われるか分かりません。

もしもの時に自分の命を自分で守るため、様々な体験を通じて防災について楽しく学べるイベントを開催します。

日時 2025年5月24日(土)
10:00～15:30

会場 箕輪町文化センター
地域交流センター

内容 防災講演会
防災ヒーロー入団試験
大型車両の展示
各種展示、ワークショップ
キッチンカーの出店

参加費 無料



【先着200人（対象：小学生以下）】

全国で人気の体験型防災アクティビティを体感しよう!!
入団試験に合格した挑戦者には、オリジナル缶バッジをプレゼント!!



※当日の体験メニューは検討中につき、写真の内容とは異なる場合があります。

防災講演会

(13:30～)



【講師】

名古屋大学名誉教授
あいち・なごや強靱化共創センター長
福和 伸夫 氏

【演題】

「自助・共助で巨大地震に備える
～過去の大災害に学ぶ～」

地震はいつ起こるか分かりません。
自分の命や地域を守るために、日頃からの備えが大切です。
能登半島地震や南海トラフ巨大地震の発生メカニズムや建物の倒壊原因など、地震に関する基礎知識から、災害と日本の歴史について考えます。共に学び、実践していきましょう。

車両展示、体験・ワークショップ等

●大型車両展示、パネル展示等

上伊那広域消防本部 箕輪消防署
自衛隊松本駐屯地 伊那地域事務所
国土交通省 天竜川上流河川事務所
NTT東日本(株)災害対策室
NPO法人コメリ災害対策センター
長野県砂防ボランティア協会
箕輪町役場 総務課



●各種体験、ワークショップ等

箕輪町消防団（煙体験ハウス、消火器体験）
箕輪町防災士連絡会、避難生活支援サポーター
（避難所体験、防災ボトル製作体験）
晴海産業株式会社（グッズ紹介、製作体験）

●キッチンカー

MOCO、旅するキッチンカーSunny side up、
給食当番 など

箕輪町発足70周年記念事業

城南海

ウタアシビ

2025 春

Kizuki Minami
Utaashibi

2025年

6月21日(土)

会場／箕輪町文化センター

開場／15:30 開演／16:00

チケット販売開始

箕輪町文化センター窓口 5月14日(水)午前10時

web申し込み期間

5月21日(水)午前9時～6月13日(金)午後5時
入金確認後メールにて座席番号をお知らせします
web申し込み期間中であっても満席になり次第
締め切ります



詳細は、箕輪町ホームページをご確認ください
◀https://www.town.minowa.lg.jp/soshiki/bunka_sport/gyomu/8/6426.html

チケット金額

一般 5,000円

高校生以下 2,000円(各税込)

お一人様 4枚まで購入可能

■全席指定

■窓口販売は、お好きな席を選んでいただけます

■web申し込みは、事務局で席を割り振ります

城南海(きずきみなみ)

1989年、鹿児島県奄美大島生まれ。奄美民謡、シマ唄をルーツに持つシンガー。

2006年、鹿児島市内でシマ唄のパフォーマンス中にその歌唱力を見出され、2009年1月に「アイツムギ」でデビュー。代表曲は、NHKみんなのうた「あさな ゆうな」「夢待列車」をはじめ、NHKドラマ『八日目の蟬』の主題歌「童神～私の宝物～」、大河ドラマ「西郷どん」の劇中歌と大河紀行テーマ、2020年にはディズニー実写映画『ムーラン』の日本版主題歌「リフレクション」の日本版の訳詞、歌唱を担当した。テレビ東京「THE カラオケ★バトル」に出演し、番組初となる10冠を達成。FUJI ROCK FESTIVAL'23にも出演するなど、毎年恒例のワンマンライブ「ウタアシビ」公演の他、さまざまな音楽フェスティバル、イベントに出演。

お問合せ先

箕輪町文化センター

TEL.0265-70-6602

FAX.0265-79-6368

■主催：箕輪町・箕輪町教育委員会

■後援：みのわ新聞社／長野日报社／伊那ケーブルテレビジョン株式会社



箕輪町安全安心なまちづくり条例が 4月1日に施行されました

箕輪町安全安心なまちづくり条例って？

箕輪町では、再々認証を目指さないことを決めた“セーフコミュニティ国際認証”ですが、これまでの活動を通じて得た知見を行政に生かし、すべての町民が安全で安心して暮らせる箕輪町の実現のため「箕輪町安全安心なまちづくり条例」を制定しました。

条例の内容としては、犯罪、事故及び災害を未然に防止し、「安全安心で心豊かに暮らせるまちづくり」に関する基本理念を定め、町の責務と町民、自治会等、事業者の役割を明らかにするとともに、安全安心なまちづくりに関する施策の基本となる事項を定めることにより、すべての町民が安全で安心して生活できる箕輪町にすることを目的としています。

パブリックコメントを実施しました

期 間：R6.12.27～R7.1.26

3人の方からご意見をいただきました。主なご意見と町の考え方についてご紹介します。

① 安全安心のために自殺対策は必要なのは。

町の考え方 町では自殺対策計画など既存の取組があるため、本条例では繰り込んでいません。

② 「多文化共生の視点」とはどのようなものか。

町の考え方 ご意見を受け、第2条に“やさしい日本語”に関すること、第8条に外国人に関する記載を追加しました。

③ 安全安心なまちづくりを脅かす要因として犯罪、事故及び災害が明記されていますが、それ以外の要因は対象外ということでしょうか。感染症など。

町の考え方 「感染症」以外にも「自殺」「有害図書」なども考えられますが、日常的に最も基本的かつ恒久的な5つの分野に絞って条例化をしました。本条例に含まれないからと言って行政として何もしないわけではなく、各法令に基づき対応してまいります。貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

～大きく5つの分野で安全安心なまちづくりを進めます！～

① 防 犯

町民と事業者は、犯罪の被害に遭わないために、防犯の意識を高め、町は、防犯力の高い安全安心なまちづくりを推進するため、警察など関係機関と連携していきます。また、防犯に関する情報の提供や啓発活動を行っていきます。



② 交通の安全

町民と事業者は、交通安全に関する意識を高め交通事故を防止するよう努め、町は、交通安全に関する意識を高めるため、警察など関係機関と連携していきます。また、交通安全に関する環境整備を進めていきます。

③ 防 災

町民と事業者は、「自らの命は自らが守る」との意識の下、災害の被害に遭わないために、自らの防災意識を高めます。また、町民・区・事業者は、災害に備えて必要最低限の応急用の食料などの備蓄に努めます。



④ こどもの安全

町民と事業者は、こども特有の危険や危機が存在することを認識し、こどもが安全で安心して生活できるよう努めます。道路や公園などの管理者は、こどもの安全安心を確保するための環境整備に努めます。



⑤ 高齢者の安全

町民と事業者は、高齢者特有の危険や危機が存在することを認識し、高齢者が安全で安心して生活できるよう努めます。町は公共施設の整備と管理にあたり高齢者の安全安心に配慮した設備とするよう努めます。



- ・ 条例の制定を受け、“安全安心なまちづくり推進計画”の作成をします
- ・ 安全安心なまちづくり推進協議会を発足します

問 くらしの安全安心課 生活環境・交通係 0265-79-3154

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 みなのわっこ
～みんなになる箕輪町～
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

いろはぽけっと

パパもママも
家族まるごと
楽しい居場所



子育て支援センター「いろはぽけっと」は箕輪町の中心地、住宅街の静かな環境で、広い庭もあり、室内外どちらでものびのび遊べます。

昨年の7月に広間のステージが撤去されて、今までより広い空間で元気に遊ぶ姿が見られ、かわいい声と笑顔に癒される日々です。

12月には、新駐車場も完成。駐車可能台数は29台、利用人数も増えました。土日に限らず、お父さんがお子さんを連れて利用する姿も多く見られます。お父さん・お母さん・おじいちゃん・おばあちゃん、皆で子育ての喜びも悩みも分かち合えたら素敵ですね。

今年度は庭の工事が始まり、完成が待ち遠しいです。

皆さん是非、遊びに来てください。お待ちしております。



- ① 待ち望んでいた新駐車場です。イベントがあってもたくさんの車が停められます。② 「いろはぽけっと」には、駐車場から直接入れます。
③ 見てみてー、ショベルカーかっこいいね。④ 親子でリトミック。音楽に合わせて楽しく体を動かしました。
⑤ ⑥ おたのしみの時間。わらべうたやリズムダンスを楽しんでいます。

小中学校だより

北小学校

「つながり」を意識した
学習の中で育つ
子どもを目指して



箕輪北小学校では、全校研究テーマ「自ら問いをもち、ねばり強く追究する子を目指して」に【+つながり】を意識し、異年齢での交流・地域とのかかわり・ものやこととのつながりを通して育つ児童の姿を大事に学習を積み重ねています。昨年度の活動の中から2つ紹介します。

- 6年生は「みんなが楽しく」「安全に」をテーマに保育園や1年生と交流を行い、みんなが笑顔いっぱいになる活動を考え、企画・実行しました。
- 4年2組は、「どうすればきれいな箕輪町になるか」をテーマに2年間環境美化に取り組み、看板を立てたり拾ったごみを再利用して販売活動を行ったりしました。売上金は環境美化活動に役立ててほしいと全額町に寄付しました。



水	木	金	土
	1 10か月児相談 (R6.7月生) 浅川建設工業(株) ☎0265-79-2218	2 (株)コマツ ☎0265-79-2568	3 憲法記念日 みのわテラスマーケット GW焼肉&山菜祭り (株)マツシマ ☎0265-79-2115
マひろば 営業	8 1歳6か月児健診 (R5.10月生) 助産師相談 (いろはぽけっと) 定休日	9 定休日	10 アスパラ祭り 箕輪建設工業(株) ☎0265-79-2035
マひろば	15 離乳食教室 (要予約) 15茶BASE	16 ベビーマッサージ (いろはぽけっと)	17 農畜産フェア (株)コマツ ☎0265-79-2568
マひろば	22	23 2歳児健診 (R5.2月生)	24 すたんどフェスタ 赤羽設備(株) ☎0265-79-6990
マひろば	29 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) わらべうた (いろはぽけっと)	30 リフレッシュヨガ (いろはぽけっと)	31 新橋屋建設(株) ☎0265-79-4130

みのちゃんバス運休情報		休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへ ☎0265-78-8510	
東コース 第3便①、② 西コース 第4便①、②	12日・19日 26日	診療日 5月3日・4日・5日・6日・11日・18日・25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。				
箕輪町 伊那市 南箕輪村 辰野町				
3日 箕輪ひまわりクリニック (内・小) ☎0265-98-7206 田中病院 (内・外) ☎0265-78-3555 滝小児科医院 (小) ☎0265-71-5250	4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 林整形外科医院(整) ☎0265-76-5525 むらおか内科クリニック (内) ☎0266-41-0143	5日 下條医院(内・小・脳) ☎0265-76-5353 国保長藤診療所(整) ☎0265-94-2001 ケイ皮フ科クリニック (皮) ☎0265-71-7881 長田内科循環器科医院 (内・循・小) ☎0265-72-4043	6日 芦澤整形外科(整) ☎0265-70-8080 野沢医院(内) ☎0265-74-5000 ふかさわ耳鼻咽喉科医院 (耳) ☎0265-77-1833 このはなクリニック (婦) ☎0265-98-8814	
11日 やぶはら小児科医院 (小) ☎0265-98-7501 神山内科医院(内) ☎0265-78-5151 厚生連 西箕輪診療所 (内) ☎0265-73-3351	18日 仁愛病院(内・外) ☎0265-78-3333 岩田クリニック(泌) ☎0265-73-1929 片桐医院(内・心) ☎0265-72-4072 高原医院(整) ☎0265-98-0385	25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・外) ☎0265-98-2017 両小野診療所(内) ☎0266-46-2017		



日	月	火	水
27	28	29	30
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7
GW焼肉&山菜祭り 赤羽設備(株) ☎0265-79-6990 水道	GW焼肉&山菜祭り (株)カスガ ☎0265-79-3382 水道	GW焼肉&山菜祭り 新橋屋建設(株) ☎0265-79-4130 水道	B 子育てパパママ サ 定休日 麺 やまびこ麺処
11	12	13	14
アスパラ祭り 浅川建設工業(株) ☎0265-79-2218 水道	相 健康相談 (要予約) サ 定休日 テ 臨時休業 麺 やまびこ麺処 営業	♥ 3歳児健診 (R4.4月生)	B 子育てパパママ
18	19	20	21
農畜産フェア サ 定休日 (株)マツシマ ☎0265-79-2115 水道	サ 定休日 麺 やまびこ麺処 営業	♥ 4か月児健診 (R7.1月生)	B 子育てパパママ
25	26	27	28
サ 定休日 テ すたんどフェスタ (株)カスガ ☎0265-79-3382 水道	♥ 1歳児健診 (R6.5月生) 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) 麺 やまびこ麺処 営業	♥ 7か月児相談 (R6.10月生)	B 子育てパパママ

各種相談窓口

司法書士による法律相談 要予約 5月13日(火) 13:30~16:00 箕輪町社会福祉協議会 ゆとり荘 ☎0265-79-4180 FAX 79-6770	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
交通事故相談 要予約 5月15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 5月15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 5月7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	

クリーンセンター八乙女 ☎0265-79-8773

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5日・6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	缶・びん・ ボトル類	8:00~17:00
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	12日	1日・15日・22日・29日	21日	7日	14日	18日	
松島	火・金	26日	1日・22日・29日	28日	7日	14日	18日	
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	15日	8日・19日・26日	7日	7日	14日	11日	
木下・三日町・福与	火・金	22日	8日・19日・26日	14日	7日	14日	11日	
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	12日	1日・15日・22日・29日	21日	7日	14日	11日	

税金

令和7年度 自動車税種別割の納期限は、6月2日(月)です ～納付方法が拡充され、ますます便利になりました～

令和7年度自動車税種別割の納期限は、**6月2日(月)**です。

納税通知書がお手元に届きましたら納期限までに納付をお願いします。

コンビニエンスストア、長野県内の県税事務所及び全国の金融機関で納付が可能です。

また、キャッシュレス納付についても、納税通知書に印字されているQRコード*1を読み取り、PayPay、楽天Pay、auPay、d払い等スマートフォン決済アプリを利用する方法*2と、「地方税お支払いサイト」に接続しQRコードを読み取ることで、クレジットカードやインターネットバンキングを利用する方法*3の2通りがあります。窓口へお越しいただくことなく納付が可能ですので、ぜひご活用ください。

口座振替をご利用の方は、納期限の日(6月2日(月))に、ご指定の口座から引き落としをします。振替日に残高不足の場合、振替不能となり口座振替ができませんので、6月2日(月)までに預金残高の確認をお願いします。

*1 QRコードは、(株)デンソーウェーブの登録商標です。

*2、3 納付には一定の条件や必要な手続きがあります。

また、納付方法によっては、領収書・納税証明書が発行されません。予めご了承ください。

[【県税の納付方法について詳しくはこちら】➡](#)



問 長野県南信県税事務所 (伊那合同庁舎2階) 0265-76-6805

税金

障がい者の方の自動車税(環境性能割・種別割)等の 減免制度についてのお知らせ

長野県では、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳又は戦傷病者手帳をお持ちの方で、一定の要件を満たす場合に、自動車税(環境性能割・種別割)等を減免する制度を設けています。(軽自動車税(種別割)の減免は市町村が窓口となります。)

申請は、県税事務所窓口のほか、インターネットを利用した「ながの電子申請サービス」での受付も可能となっております。

【申請期限】

- 令和7年度自動車税種別割：6月2日(月)まで
※期限後の申請も随時受け付けています。
- 自動車税環境性能割、軽自動車税環境性能割：車両登録日から30日以内

[【自動車税等の減免申請について詳しくはこちら】➡](#)



[【ながの電子申請サービス
オンライン申請画面はこちら】➡](#)



自動車税種別割及び自動車税等の減免制度について、詳しくは下記までお問合せください。

■ お問い合わせ先

長野県南信県税事務所 〒396-8666 伊那市荒井3497 伊那合同庁舎2階 TEL：0265-76-6805

問 長野県南信県税事務所 (伊那合同庁舎2階) 0265-76-6805

安全

運転免許証を自主返納された65歳以上の皆さんへ

運転免許証を自主返納した町内に住所がある65歳以上の方へ1万円を交付します。

手続きに必要なもの

① 運転免許証の取消通知書

運転免許証を自主返納するともらえます。

② 運転経歴証明書

警察署や運転免許センターで申請すると取得できます。

交付手数料1,100円と申請用写真が必要です。

申請場所によって取得までの所要期間が異なります。

伊那警察署：約1か月 塩尻免許センター：即日

③ 振込口座の分かるもの

申請後、指定口座に交付金を振り込みます。

電子申請もできます! →



注意点

- 手続きの期限は自主返納申請日の翌日から1年以内です。
- 運転免許証の有効期限切れによる失効は交付対象外です。
- 1万円の交付申請ができる回数は一人1回のみです。

免許自主返納後の交通手段について

- ①「まちなかタクシー」が250円/片道で利用できます。
※1万円の交付申請と同時に申込できます。
- ②「みのちゃんバス」が無料で利用できます。
- ③「伊那本線」が半額で利用できます。
- ④長野県タクシー協会加盟タクシーの運賃が10%割引になります。

※②～④は「運転経歴証明書」の提示が必要です。

問 暮らしの安全安心課 生活環境・交通係 0265-79-3154 (直通)

安全

火元はリチウムイオン電池!!

リチウムイオン電池や、リチウムイオン電池が内蔵されている充電式家電製品は、

爆発事故や火災の恐れがあるため

「燃やせるごみ」「燃やせないごみ」「資源プラスチック」の袋には
絶対に入れないでください。

例えば



電気シェーバー



充電式掃除機



デジタルカメラ



加熱式たばこ

リチウムイオン電池は、役場電池回収ボックスへ出してください。

リチウムイオン電池が取り外せない家電は、役場小型家電回収ボックスへ出してください。

(大きさ10cm×30cmまで)

大きさが10cm×30cmを超えるものは役場正面駐車場にて令和7年9月28日(日) 午前8時から9時に回収する予定です。

問 暮らしの安全安心課 生活環境・交通係 0265-79-3154 (直通)

補助
金

令和7年度 箕輪町ゼロカーボン推進補助金

お家で発電。～はじめよう！創エネ生活！～

電気は買うより創るほうがお得な時代。太陽光発電の導入方法も自己設置や初期費用がかからないサービスもあります。ぜひご検討ください。

導入例 **太陽光発電設備** (5kW) を設置した場合

① 自己設置

設置費用：約150万円

(※ 2024年平均値 29.5万円/kW 経済産業省算出データ)

町補助金 **50万円** 実質費用 **100万円**

② 初期費用がかからないサービス

主に「リース」と「PPA」方式があります。どちらも初期費用0円で太陽光発電を設置でき、一定期間（概ね10年）経過すると無償譲渡されます。

一定期間中は、リース料や発電した電気のうち使用した分の電気料金の支払いが必要です。

リース等で太陽光導入した方には、町から**2万円**の協力を交付します。

補助金には要件があります。

詳細は町HPをご確認ください。



出典：環境省 再エネスタートHP
(<https://ondankataisaku.env.go.jp/re-start/howto/01/>)

問 総務課 ゼロカーボン推進室 0265-79-3144 (直通)

福
祉

民生委員・児童委員の日のお知らせ

5月12日は「民生委員・児童委員の日」

全国民生委員児童委員連合会では、毎年5月12日を「民生委員・児童委員の日」と定めています。

5月12日から5月18日までの1週間を「活動強化週間」とし、民生委員・児童委員の存在や活動を知ってもらうため、PR活動を行っています。

支え合い 住みよい社会 地域から

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」を基本姿勢に、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活動に当たっています。

地域の人々の困りごとについての相談活動や、支援を必要とする人々に対して、行政や関係機関との身近なパイプ役として活動しています。

箕輪町民生委員児童委員協議会



問 福祉課 社会福祉係 0265-79-3162

その他

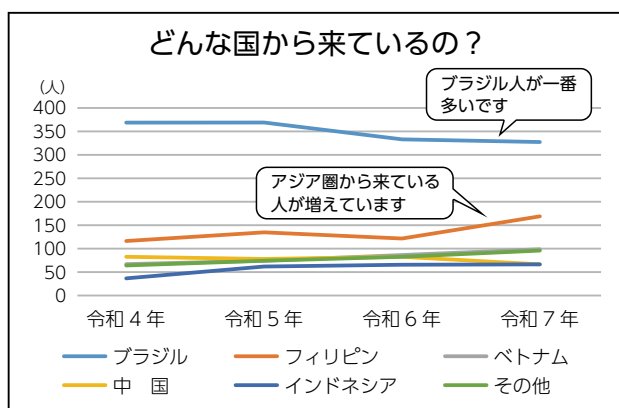
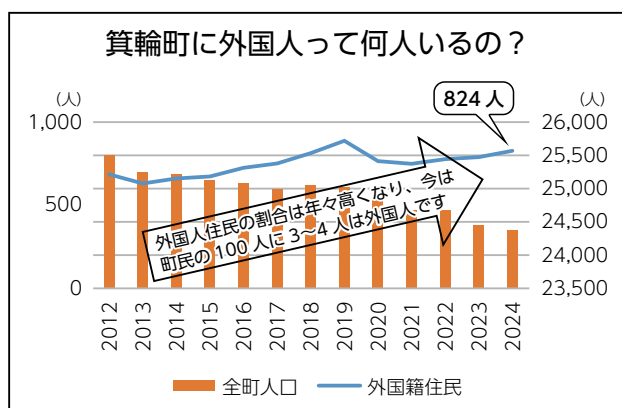
箕輪町の外国人住民の状況を知っていますか？

近年「多文化共生」という言葉を耳にしませんか？

「多文化共生」とは、国籍や民族の異なる者同士が互いの文化的な違いを認め合い、地域社会の中で対等な立場で共に生活していくことです。外国人住民も箕輪町に住む大切な一人の住民です。この掲載をきっかけに外国人住民の方への理解を深め、共に地域に暮らす仲間として、相互理解を深めることを目的に、全6回に分け、箕輪町にいる外国人住民の方の実態や環境について、みのわのみでご紹介していきます。

箕輪町にはブラジル人が最も多く、全体の41%を占め、次いでフィリピン（19%）、ベトナム（11%）、中国（9%）、インドネシア（8%）となり、上位5カ国で88%となります。箕輪町には英国圏の住民は少なく、共通言語は「やさしい日本語」となります。また、箕輪町の主要産業である製造業を支えてくれているアジア圏からの技能実習生は年々増加傾向で、2027年からは新しく育成就労制度が始まり、今後も増加が見込まれています。

次回は、各区ごと外国人住民の状況を見ていきます。



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

安全

5月1日～5月31日 春の農作業安全運動月間です

農作業中、農業機械運転中の事故が多発しています。

家族や仲間同士でお互いに声を掛け合い、安全に作業をしましょう!!

農業機械の
点検・安全確認

ヘルメット・
保護メガネ
シートベルトの着用

休憩・声かけ
熱中症対策を

農業用水路にごみや刈草を流さないようにしましょう

農作業が実施される4月頃から10月頃までの間、農業用水路に捨てられた家庭ごみや草刈り後の刈草などが水路につまり、水路から水が溢れてしまう事案が例年相次いで発生しています。

溢れた水が周辺の道路や農地、住宅などに流れ込み、被害を及ぼすことがありますので、適正な処理をしていただき、水路にごみや刈草を流さないようにしてください。

問 みどりの戦略課 0265-79-3170（直通）

箕輪町公民館

「文化講演会」のお知らせ

テーマ「満蒙開拓という歴史が語りかけてくるもの」

満蒙開拓とは何だったのか。この歴史が現代に問いかけるものとは。一緒に考えてみませんか。

開催日 5月14日(水) 午後2

時15分(2時開場)～3時30分
(公民館大学・学級開講式終了後の開催)

場所 箕輪町文化センターホール

講師 満蒙開拓平和祈念館事務局長 三沢亜紀さん

どなたでもご参加いただけます
(参加費・申込み不要)

問 箕輪町公民館

☎0265-79-2178(直通)

「電気機関車ふれあいデー」開催のお知らせ

内容 世界に1両しかない電気機関車のふれあいイベントを開催します。

○電気機関車ED19の内部公開・汽笛体験

○発券体験

○ペーパークラフトプレゼン
ト(お子さん対象)

○鉄道資料展 等

日時 5月5日(月/祝)

午前9時～午後3時

会場 箕輪町郷土博物館前庭

参加費 無料

協力 電気機関車保存会の皆さん

その他 参加を希望される方は、当日、時間内に博物館にお越しください。ご家族皆さんでのお越しをお待ちしております。

問 郷土博物館

☎0265-79-4860

「探鳥会」開催のお知らせ

内容 愛鳥週間に合わせ、講師の説明を聞きながら野鳥の観察を行います。

講師 日本野鳥の会伊那谷支部の皆さん

日時 5月17日(土)

午前6時30分～8時30分

会場 ながた荘周辺

参加費 無料

その他 参加を希望される方は、当日、午前6時20分までにながた自然公園第1駐車場(P1/西県道沿い)にお集まりください。皆様のお越しをお待ちしています。

問 郷土博物館

☎0265-79-4860

読育ボランティア養成基礎講座「読み聞かせ講座」

日時 5月24日(土)

午後1時30分～3時

会場 箕輪町図書館 なごみな

講師 下沢洋子先生(元上郷図書館長・ガンバの会主宰)

内容 読み聞かせの基礎から学びます。事前申し込みが必要です。詳しくは館内ポスター・図書館HPをご覧ください。

問 図書館

☎0265-79-6950

蔵書点検休憩館のお知らせ

5月29日(木)～6月5日(木)は蔵書点検のため休憩いたします。

ご返却の本は夜間返却口をご利用ください。

問 図書館

☎0265-79-6950

わくわく絵本ライブ inみのわ

絵本作家長谷川義史さん&あおきひろえさんによる楽しい絵本ライブがあります。

日時 6月14日(土)

午前10時～11時30分

会場 箕輪町文化センター ホール

対象 赤ちゃん～一般

事前申込(先着400名)が必要ですが、

来場される方の氏名を記入の上、メールにてお申し込みください。

5月15日より受付開始です。

問・申 おはなし応援団

ohanashiendan@gmail.com

国民年金保険料はクレジットカードでも納付できます

国民年金保険料はクレジット

カードでも納付できます。

クレジットカード納付でも前納が利用できます。ただし、有効期限を迎えるクレジットカードの場合更新時に改めて手続きが必要な場合がありますのでご注意ください。

クレジットカードでの納付を希望される方またはクレジットカードの有効期限を迎える方は年金事務所または住民係へお問い合わせください。

問 伊那年金事務所 国民年金課

☎0265-76-2099

問 住民税務課 住民係

(内線1352)

文芸コーナー

みのわ俳句会

舞うだけに留む静寂春の雪
東京の妹も供える桜餅
思いがけぬ人よりバレンタインのチョコ
春寒し倉の引戸の軋む音
犬ふぐり三日見ぬ間の庭と土手
春浅し喜劇役者の死を惜しむ
黄水仙^{フリス}ヶ岳は半日雲の中
牡丹雪消えて行く夢消えぬ夢
こはく鳥無事にと祈る北帰行
九十一才また逢えたねと福寿草
春泥や避けたつもの沈む靴

木村 広子
柴 和夫
小池 純夫
柴宮 勇一
武村美恵子
岡 久幸
赤羽 正久
藤沢 史明
増沢 澄子
井口ひふみ
松沢 一十

問 みのわの魅力発信室 広報・交流推進係

0265-79-3152(内線1161)

箕輪町発足70周年記念ロゴマークをご活用ください

町発足70周年を記念し、箕輪町の魅力を町内外に発信するための町発足70周年記念ロゴマークを作成しました。このロゴマークは、町発足70周年を祝うシンボルとして、町のPRや各種記念事業で活用していきます。

ロゴマークは、個人、企業、団体等の皆様にも、町発足70周年を一緒にお祝いし、盛り上げ、PRすることを目的に使用するものであればご活用いただけます。

ロゴマーク使用の際は、事前に申請が必要となります。

詳しくは、役場みのわの魅力発信室（電話0265-79-3152）へお問い合わせください。

町公式ホームページでも
ご確認ください。



司書さん
おすすめ



新着図書 の紹介

問 町図書館 0265-79-6950

5月1日からの貸し出しです

大活字本シリーズ アンデルセン③ 絵のない絵本



〈海外童話傑作選〉

アンデルセン／著
三和書籍／編
出版：三和書籍

100年以上読み継がれ、今でも多くの人々に愛され続けている海外童話を大活字化。表題作をはじめ、「はだかの王さま」など、アンデルセンの童話全12話を収録。

いきものだらけのことば図鑑



金田一秀穂／監修
小宮輝之／監修
仁子／〔ほか〕イラスト
出版：Gakken

「猫に鯉節」「飛んで火に入る夏の虫」「烏合の衆」…。いきものが登場することわざ、慣用句、故事成語の意味や由来、使い方を、イラストとともに紹介。

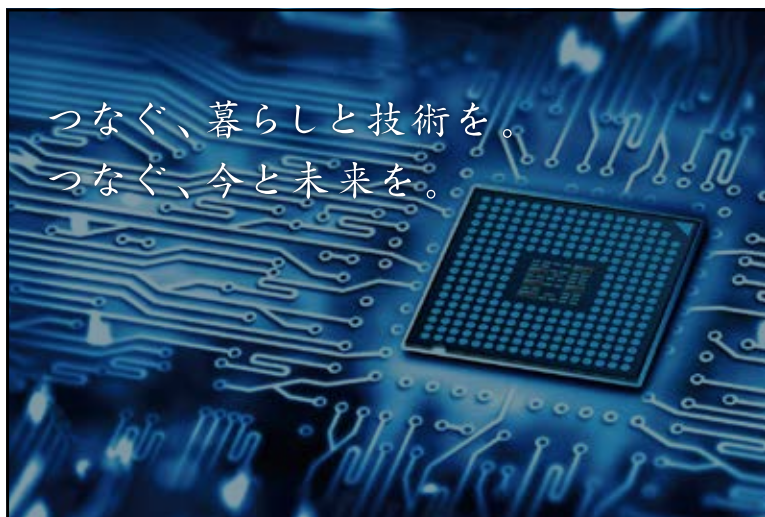
ぐうたらねこ



ひがしちから／作
出版：佼成出版社

はるくんの家で飼っている猫のぐうたらは、ぐうたらしているだけなのに、なんでもほめられます。そんなぐうたらなことを、はるくんはうらやましく思っていました。

定期イベント▶ 10日(土) ドリーム号地区巡回／10日(土) おはなしこんにちは／15日(木) おはなしくまさん
29日(木) 閉館作業日



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。

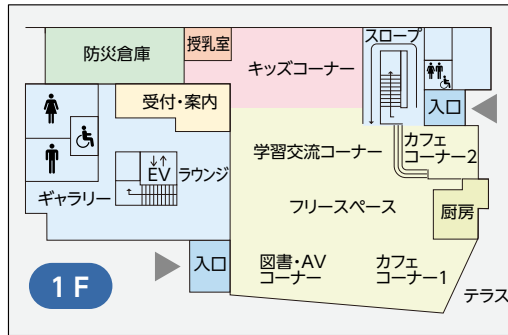
M: みのわBASEが開館から みのわBASE 1年を迎えました

令和6年4月26日に、災害時は避難施設としての拠点、平時は地域のコミュニティ施設となる「箕輪町防災交流施設 みのわBASE」がオープンしました。

開館から1年、累計5万人を超える方に利用をしていただきました。

■ギャラリー

団体や個人などの展示を見ることができます。



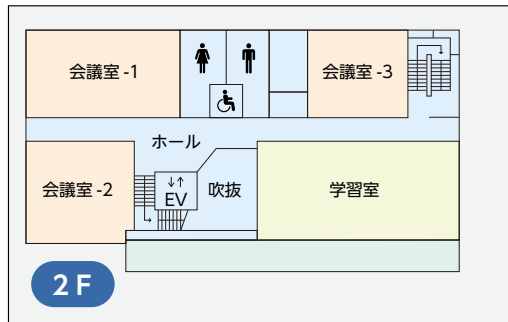
■フリースペース

ご家族や友人とおしゃべりや、お仕事の打ち合わせなど、使い方は自由。キッズコーナーではお子さんと遊ぶことも可能です。また、カフェが併設されており、ちょっとした休憩や軽食をとることもできます。



■会議室(要予約)

個人・団体を問わず打合せや会合などで利用できます。また大型の鏡があるのでダンス・ヨガなどを行うことができます。



■学習室(要登録)

集中して勉強したいときや、読書などに使用できます。



令和7年度 みのわBASE イベント予定

5月 昔の遊び体験

6月 防災BASE2025 ～夏～

7月 みのわ祭共催イベント

8月 縁日イベント「縁日BASE(仮)」

9月 防災BASE2025 ～秋～

10月 ハロウィンイベント

11月 みのわBASE音楽フェス「MUSIC BASE」

12月 防災BASE2025 ～冬～



ミニコンサート



昔の遊び体験会

箕輪町防災交流施設 みのわBASE

〒399-4601 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪9499-4
TEL: 0265-79-3190

開館時間 9:00～21:30

休館日 毎月第3日曜日(原則)

年末年始12月29日～1月3日



みのわテラス

つくってあそぼう!

2025 5.3土 10:00-14:00

**クラフト系
ワークショップ
16店舗出店**

シャボン玉あそび

DJ音楽♪

**飲食出店
11店舗**

黒板アーティスト
錦鯉野アキコさんの
お絵描き
パフォーマンス

みんなで
お絵描き
しよう!

クラフト体験

- りっちい
- Sew
- ナナイロフラン
- mahalo baby&kids
- ヴァンルーガラス工芸
- Armonia 蜜蝋キャンドル
- MK FACTORY
- みんこきゅーごーにふらす 2023

おもむろ植物店

- 工房 mint
- art room
- はち
- yu_alittle
- etoile・saki
- Atelier Favor
- ずんずん

飲食

- KUMU COME(くむかむ)
- 月夜野こまもの店
- 藤乃園
- うさぎや
- 山宮珈琲店
- ONC ベーぐる
- タイ料理「ガイヤーン」
- とろり天使のわらびもち松本店
- 三日町山田店
- すずらん
- YOHIO キッチン

やまびこテラス

テラスバーガーを
つくって
たべよう!

ファームテラス

焼肉&山菜祭り
国産牛豚肉
大特価にて販売! 試食あり
農家さんより山菜直送

サイクルテラス

自転車
で遊ぼう!

テラスすたんど

新発売!
テラスの
牛乳サンド

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 未来農産略係
TEL.0265-79-3170

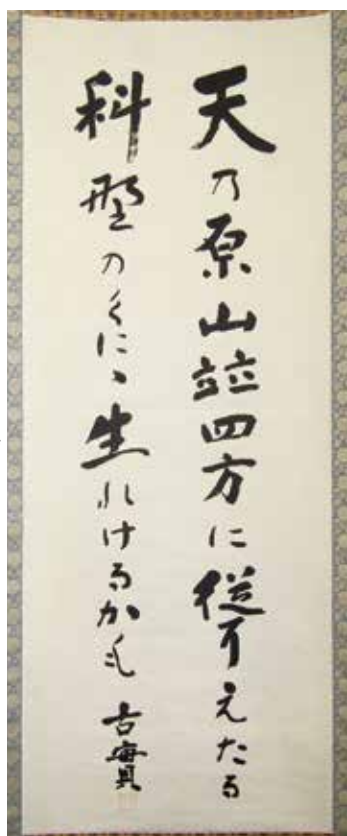
ふじさわふるみ 藤澤古實の歌と彫刻 ①

藤澤古實(本名 實^{みゆ})は、明治30(1897)年に三日町上棚で生まれました。小学校高等科(今の中学生)の時に、担任の先生の影響で短歌雑誌『アララギ』に出会い、歌に関心を持つようになりました。そして、17歳の時に上京し、島木赤彦の家に住んで『アララギ』の編集を手伝いながら、作歌に励みました。大正12(1923)年には『アララギ』の選者となり、日本の短歌界をリードしました。また、島木赤彦の死後には、歌誌を創刊・主宰するなどして、生涯を通じて多くの歌を残しました。



晩年の藤澤古實

左の歌は、昭和24年頃、古實が30代の時に詠んだ歌です。『炬燵で食べた味覚の思い出、あなたの欲しい信州の物産、郷土の信州人に呼びかけるの問』を得て、信濃を想って詠んだ歌です。この掛軸は、現在博物館で展示していますので、ぜひご覧ください。



天の原山並四方に聳えたる科野(信濃)の国に生れけるかも



山野 智美さん 3年目

Instagram→



もみじ湖紅葉祭りにて。
お手伝い頂いた皆さんと一緒に。

【令和7年度の目標】

地域おこし協力隊として3年目となる今年度は、今後もこの地で引き続き家族も含め、自分自身が快適に暮らしていけるよう、活動拠点の開発、住居の確保に向けて物件探しや改修等に注力していきたいと思っています。昨年度は地域リーダー養成塾に通わせていただき、箕輪町のさらなる発展と活性化に向けて、得た学びを活かせる職に就けるよう就職活動にもアンテナを張っていきます。また、これまで続けてきた箕輪町の地域資源の発掘・事業展開へのサポートも継続して行っています。将来的には町民と行政を繋ぐ、中間支援組織の設立も検討しているため、県外にある組織への視察も精力的に行い、研究を進めます。



地域リーダー養成塾を無事修了しました！

【令和7年の活動計画】

4月12日 中曽根区のエドヒガンのそばで野点を開催。地元陶芸家さんの作品を使って、景勝地で抹茶とお菓子を提供しました。「信州みのわ竹細工の会」が作る竹細工のコーヒードリッパーで淹れたコーヒーの提供や、今期作成した竹細工の展示も行い、箕輪の素晴らしい手仕事の成果をお披露目しました。



「信州みのわ竹細工の会」の皆さんと竹細工の材料になるスズ竹を採取しに山に入りました。

今秋 上古田区「赤そばの里祭り」にて竹細工の蕎麦ざるを使って「そば処古田の里」でお蕎麦を提供することで、観光客の印象に残るおもてなしが出来るよう企画・提案をしています。竹細工という伝統工芸を継承し、地元の有志が守る景勝地「赤そばの里」を活性化させたいという思いがあります。地域資源の組み合わせによる相乗効果にも期待を寄せています。



箕輪屋のシンボルツリーと

間口 淳子さん 2年目

TEL : 070-9141-1167

Instagram : @cafe.ichirin



【令和7年度の目標】

1年目はカフェをオープンすることが出来たので、2年目はカフェの安定的な運営と定期的に各種イベントを開催し、発信をきちんと行いたいと思っています。

地域おこしの活動において、県外の方々に箕輪町を知ってもらうことの重要性を感じています。県外イベントにも積極的に参加して存在を知ってもらい、魅力をお伝えする機会を増やしたいと思っています。

また一年間沢山の町民の方とお話をして、地元の方は自身の町の魅力に気づきにくいということがわかりました。移住者だからこそ伝えられる箕輪町の魅力を発信し、町民の方に地元を好きになってもらえるような活動をしたいと思っています。

【令和7年の活動計画】

カフェー輪にて毎月イベントやワークショップを開催し、楽しいことを行なっている場所と認知してもらい、人の集う場所になるよう努めます。

【イベント】アートイベント、コーヒーイベント、音楽イベント、かき氷、蕎麦と日本酒の会、ワイン会

【ワークショップ】パン作り、食養生、発酵調味料作り、お子様向け工作 ※詳細はSNS等でご確認ください。



コーヒー豆販売会



だるまひなまつり展

地域おこし協力隊通信

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。興味あればご連絡ください。



Instagram
箕輪町
地域おこし協力隊



facebook
箕輪町
地域おこし協力隊

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

3・4歳児 **開講クラス** **レッスン見学日**
 ぐらいまりー2 **金曜日 16:30** **5/9・16・23(金)**

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♪

ヤマハ英語教室

小1・2・3年 **開講クラス** **レッスン見学日**
Ecom1 **水曜日 16:30** **お問合せください**

メッシュボーイズ
入会プレゼント

お問い合わせ・お申込み

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

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はなびさビル1階G号
 TEL (0265) 98-9041 FAX (0265) 98-9043
 http://www.chuo-print.com/

人生の節目に
自伝

大切な本作り
安心しておまかせ下さい

オリジナル書籍
句集・歌集
作品集

新たな未来へ
社史・校史

活動の足跡となる
機関誌・年鑑

広告

※広告は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。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