

広報

みやだ

Public Relations MIYADA

みやだ

ECO



oint

エコポイントげっと♪

主な内容

みやだエコポイントについて	…	2・3
6月は食育月間	…	4
外国人の皆さんへ	…	5
ポンプ操法大会のお知らせ	…	5
中学校職場体験レポート	…	12・13

むらの人口

総数	…	9,298 人 (-2)
男	…	4,536 人 (-4)
女	…	4,762 人 (+2)
世帯数	…	3,303 世帯 (+1)

(平成24年6月1日現在)
()は前年比

6

2012
No.448

みんなで参加する
環境対策
プロジェクト!

始めます!

みやだエコポイント

家族そろってエコ活動! 村中みんなでエコ活動!

毎日の省エネやマイバックの使用、ごみの減量などをポイント化して、楽しみながら環境活動に参加する“みやだエコポイント”始めます!

1. エコポイントの概要

※宮田村内の
方に限る
家族で参加
もうしこみ

省エネ マイバック

家庭で
エコ活動

自然エネルギー活用
ごみの減量 など

“エコ家計簿”に記入し
エコポイント
GET!

ポイントがたまると...

最大 3,500円分の
商品券をプレゼント!

みやだエコポイント エコ家計簿 2012 7月~8月		7月			
お名前	宮田 女子	■省エネポイント	使用量	発生したCO2量	減らしたCO2量
地区	町3	電気	今月の使用量 525 kWh 比較:前年同月 533 kWh	248 kg 252 kg	4 kg
家族の人数	4人	ガス	今月の使用量 3.8 m ³ 比較:前年同月 4 m ³	25 kg 26 kg	1 kg
■エコ活動ポイント		水道	今月の使用量 88 m ³ 比較:前年同月 92 m ³	32 kg 33 kg	1 kg
買物にマイバック使用	<input type="checkbox"/> 1	今月のCO2削減量(ポイント)は 6 kg/p			
買物に村内商店利用	<input type="checkbox"/> 1	8月			
月1回以上ノーマイカー通勤	<input type="checkbox"/> 1	■省エネポイント	使用量	発生したCO2量	減らしたCO2量
■ごみ減量ポイント		電気	今月の使用量 525 kWh 比較:前年同月 533 kWh	248 kg 252 kg	4 kg
生ゴミ自家処理実施	<input type="checkbox"/> 1	ガス	今月の使用量 3.8 m ³ 比較:前年同月 4 m ³	25 kg 26 kg	1 kg
雑紙リサイクル実施	<input type="checkbox"/> 3	水道	今月の使用量 88 m ³ 比較:前年同月 92 m ³	32 kg 33 kg	1 kg
廃油リサイクル実施	<input type="checkbox"/> 3	今月のCO2削減量(ポイント)は 6 kg/p			
■新エネ活用ポイント					

◀ ポイントはこの“エコ家計簿”を使って自分で集計。パソコンを使って入力すればポイントは自動計算! もちろんパソコンがなくても大丈夫です!

2. ポイントメニュー

4種類の対象エコ活動とポイント

①省エネポイント ^{ポイント} 1P/CO₂ 減 1kg
電気, ガス, 水道の使用量が前年比で減った分をポイント化。検針票を見て記入。

②エコ活動ポイント ^{ポイント} 各 1P/ 期
マイバックや村内商店の利用, ノーマイカー通勤がポイントに。

③ごみ減量ポイント ^{ポイント} 各 1P/ 期
生ごみの自家処理, 紙や油のリサイクル実施, 年度末のごみ袋チケット残数がポイントに。

④新エネ活用ポイント ^{ポイント} 各 1P/ 期
太陽光発電や太陽熱温水器の設置, ペレットや薪ストーブなど自然エネルギーの利用がポイントに。

3. ポイント対象期間

実施期間は7月～3月 ポイントで賞品をもらえるチャンスは計4回!

【チャレンジ③】7月～3月の実施期間を、3ヶ月ごとの3期に分けてポイントを集計。各期のポイントが目標の20ポイントに達すると賞品がもらえます。

【チャレンジ⑨】さらに全期間のトータルポイントでも賞品獲得のチャンスがあります。

チャレンジ3で
最大1,500円

3ヶ月ごと (①7-9月, ②10-12月, ③1-3月)
目標20ポイント達成で500円分の商品券をプレゼント

チャレンジ9で
さらに特典!

全期間のトータルポイント上位20名様に
2,000円分の商品券をプレゼント

4. もうしこみ方法と手続き

申込み開始は **6/15** から

◆ホームページから申込みの場合

Step 1
もうしこみ

宮田村HP「参加募集!みやだエコポイント」のページから申込み

※“エコ家計簿”などリンクされた返信メールが来れば申込み完了

Step 2
エコ活動

検針票に記載された電気などの使用量やエコ活動の結果を“エコ家計簿”に記入

Step 3
報告

各期末の翌月15日までに入力した家計簿と検針票などの書類を添付し送信

Step 4
確定

事務局から確定したポイントと賞品の受け渡し方法をご案内

◆電話や役場窓口で

役場窓口で「チャレンジエコファミリー宣言」に記入、または電話で名前、住所などを伝える

※“エコ家計簿”をお渡し、または郵送されれば申込み完了

5. もうしこみ先

宮田村役場 住民課 環境係
または 宮田村公式ホームページ “参加募集!みやだエコポイント” から

TEL: 85-5861
FAX: 85-4725

みんなで
やろう
だ いじなひとづくり

6月は 食育月間

めざせ朝食系男子！ できる男は朝ごはん

朝ごはんを食べる

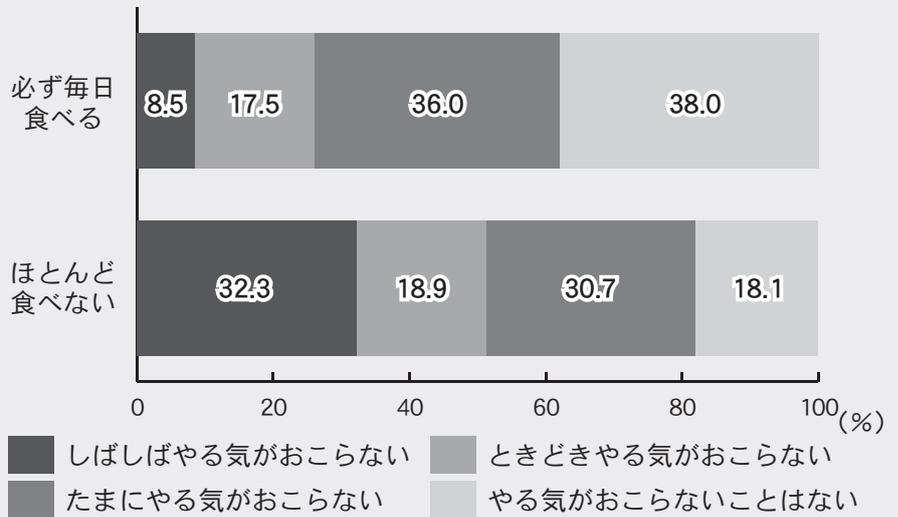
脳にブドウ糖が送られる

血糖値が上昇し脳が働く

集中力 UP！仕事能率 UP！

できる男になる
(女子にモテる…!?)

「朝食を食べる頻度」と
「何もやる気がおこらない」の関係



今年の食育目標
おとなも子どもも 朝食100%!!

めざせ朝食系女子！ きれいな女は朝ごはん

太りやすい体質になる

基礎代謝が下がる
(体に最低限必要なエネルギー量が低くなる)

少ない食事量に対して
身体がエネルギーを効率的に
ためようと働く

一日2食になる

朝ごはんを食べないと…

③食べすぎてダイエット!

正解は ②!

- ① 食事の回数を減らす
- ② 食事の全体量を減らす

問題です。
正しいダイエット方法はどっち!?

外国人住民の方及び、その世帯の皆様へ

平成24年7月9日から現行の外国人登録法が廃止され、入管法・住民基本台帳法が変わります。

外国人の方の住民票が作成される

次の4つの区分のいずれかに該当する方が対象です。

- (1) 中長期在留者（短期滞在・外交・公用の在留資格を除く）
- (2) 特別永住者
- (3) 一時庇護許可者又は仮滞在許可者
- (4) 出生による経過滞在者又は国籍喪失による経過滞任者

外国人登録証明書がなくなる

「外国人登録証明書」の代わりに「在留カード」又は「特別永住者証明書」を発行します。

在留カード↓中長期在留者が該当

空港または地方入国管理局で上陸、在留資格の変更、在留期間の更新等、在留に関する許可の際に発行します。新しい在留管理制度開始後すぐに在留カードに切り替える必要はありません。一定期間は現在お持ちの外国人登録証明書を在留カードとみなしますので引き続き所持してください。

特別永住者証明書↓特別永住者が該当
発行窓口は、従来どおり役場窓口です。現在お持ちの外国人登録証明書は、次回確認日まで有効です。

転出・転入の際、届出が必要になる

7月9日以降、他市町村への住所変更には、日本人と同様に「転出届」が必要になります。

転出の場合現住所の市町村へ転出

の届出をして「転出証明書」を受け取る。

転入の場合「転出証明書」と「在

留カード」又は「特別永住者証明書」を持って転入の届出をする。

在留期間の上限が最長5年になる

再入国許可の制度が変わる

新制度に関する詳細は、それぞれのホームページまたは電話相談窓口をご利用ください。

総務省

外国人住民に係る住民基本台帳制度について
☎電話相談窓口

☎ 0570-066-630（平日 8:30～17:30）

法務省

新しい在留管理制度がスタート
特別永住者の制度が変わります

☎外国人在留総合インフォメーションセンター
☎ 0570-013904（平日 8:30～17:15）

※ 対応言語 日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語

今年も大人の熱い夏、来る!!

宮田村消防団ポンプ操法及びラッパ吹奏大会について

■日時 6月17日（日）

- 開会式 …………… 12時から
- ポンプ車の部 …… 12時30分頃から
- 小型ポンプ …… 13時頃から
- ラッパ吹奏の部 14時15分頃から

■場所 農業者トレーニングセンター駐車場
☎ 宮田村消防団本部 ☎ 85-3181

ポンプ操法とは？

設置された防火水槽から、給水し、火災現場を意識した火点かてんと呼ばれる的あてにめがけて放水し、撤収するまでの一連の手順を演じます。防火水槽・火点の位置、台詞、動きがあらかじめ決められており、ポンプ・ホースなどの操作を速く正確に行うとともに、動きの綺麗さを競い、採点は各個動作の正確さ及び火点かてんが倒れるまでのタイムなどが減点法で採点され、減点が少ないチームほど上位になります。

みんな、みにきてね♪

遊ゆう広場の ボランティア募集

つどいの広場（遊ゆう広場）は乳幼児（0歳～3歳）のお子さんを持つ親子の皆さんが遊びに来て交流する場所です。子ども好きな方でお子守りをしていただけるボランティアの方をお待ちしています。

☎遊ゆう広場

☎ 85-5721

不正改造は犯罪です！

国土交通省では、「不正改造車を排除する運動」を全国的に展開しており、特に6月を強化月間として重点的な取組を行っております。不正改造について詳しくはホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

☎不正改造車 110番

☎ 026-243-5525

税務職員採用試験について

■試験の程度

高等学校卒業程度

■受付期間

インターネット申込み

6月26日～7月5日

郵送または持参申込み

7月2日～7月10日

■第1次試験日

9月9日（日）

■第1次試験合格者発表日

10月11日（木）

第1次試験合格後第2次試験があります。

☎インターネット申込について
 人事院 人材局 試験課

☎ 03-3581-5311

上記以外の問い合わせ先

関東信越国税局 人事第二課

試験係 ☎ 048-600-3111

地区懇談会開催について

地区別行政懇談会を開催します。村長を囲んで行政全般について懇談する良い機会ですので、ご出席をお願いします。

■懇談内容

①震災時初動マニュアルについて（担当：総務課 総務係）

②みやだエコポイント事業・ごみ減量化資源化促進について（担当：住民課 環境係）

③その他行政全般の懇談

■日程 午後7時から

6月15日（金） 北割区

6月18日（月） 大久保区

6月19日（火） 町2区

6月21日（木） 町3区

6月22日（金） 大田切区

6月28日（木） 南割区

6月29日（金） 大原区

■場所

各地区の高齢者支え合い拠点施設

☎総務課 企画情報係

☎ 85-3181

よろこび

まつおか みお 松岡 美桜ちゃん 中越
もとひと わかな
 基人・若菜さん

しろとり ゆいと 白鳥 結渡くん 南割
わたる りょうこ
 渡・涼子さん

たなか しゅうや 田中 崇陽くん 町三
たつや
 達也・みどりさん

かなしみ

うらの しずお 浦野 静雄さん 87歳 北割
ひろし
 広さん・父

たかはし せいほち 高橋 清八さん 86歳 町一
かつみ
 克實さん・父

いけだ たけこ 池田 武子さん 89歳 大原
ゆづすけ
 裕助さん・母

とみなが のぼる 富永 登さん 81歳 新田
はやと
 隼人さん・祖父

あるが たけし 有賀 武士さん 81歳 町一
ほさか ひであき
 保坂 英明さん・妻の父

ほそだ きよこ 細田 清子さん 92歳 大久保
じゅんぺい
 隼平さん・祖母

6 JUNE
 水無月

今月の納税 など

国民健康保険税 第1期
 住民税 第1期

納期限・振替日 7/2（月）

水道料・下水道使用料

今月は… 町1, 町2, 大田切
 大久保, 中越, つつじが丘

相談日

■心配ごと・行政相談

6/17（日）・7/22（日）

午後1時～3時 場所：なごみ家

■結婚相談

6/27（水）7/11（水）

午後6時～8時 場所：デイサービスセンター

ケーブルテレビ1ch

■毎週金曜日 19時入れ替え

■放送時間 6:30 8:30 12:30

19:00 21:00 23:00

6/15～ シリーズ環境を考える

6/22～ TVこまうすゆきそう 1ch

6/29～ こうめ保育園の紹介

7/6～ みやだむらをたべよう！夏

7/13～ 情報発信！チャンネルみやだ

宮田村役場

☎ 0265-85-3181（代）

FAX 0265-85-4725

村民会館

（教育委員会・公民館・図書館）

☎ 85-2314

老人福祉センター

☎ 85-4128

後期高齢者医療に関する 各種更新のお知らせ

75歳以上の方や65歳以上で障害認定を受けている方は、後期高齢者医療に該当し、被保険証の交付がされています。今お持ちの後期高齢者医療の「被保険者証」及び「限度額適用・標準負担減額認定証」（該当者のみ交付）の有効期間は7月で終了となり、保険証の更新が必要になります。8月からご使用できる新しい被保険証及び認定証については来月下旬頃に郵送でお届けしますのでお手元に届くまでお待ちください。（役場での手続きは不要です。）

封筒は役場のものでなく、「長野県後期高齢者医療広域連合」（鶴と亀の外形が印刷されています。）の封筒となりますのでご注意ください。



あわせて平成24年度の保険料額が決定されます。別便となりますが保険料の決定通知書の送付が来月の中旬頃にあります。決定通知には、保険料年度額、納付方法（納付書・口座振替・年金天引き）、納期ごとの保険料額等が記載されていますので、ご確認ください。

☎ 住民課 住民係

☎ 85-3183

証明書自動交付サービスの 停止について

7月9日施行の住基法改正に伴い、下記の期間証明書自動交付サービスが停止します。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解をお願いします。

■ 7月9日（月）終日

…証明書自動交付機

設置場所（宮田村役場、飯島町役場、伊那市高遠町総合支所）

■ 7月9日（月）～11日（水）

正午まで

…証明書コンビニ交付（全国セブンイレブン）

7月9日は、どちらのサービスとも停止しますが、役場窓口においては交付を受けられます。今後も自動交付サービスは、システム改修等により停止をすることがあります。

停止のお知らせは、その都度村ホームページにも掲載します。遠方から停止日を確認される場合は、パソコン又は携帯電話からご確認ください。

☎ 住民課 住民係

☎ 85-3183

児童手当現況届の 提出は6月中旬に

児童手当を受給されている方は毎年6月に現況届を提出することになっています。この届は支給基準日となる6月1日の状況を届出してもらい、引き続き児童手当を受けられる要件があるか確認するためのもので、提出がない場合、6月以降の手当はこの届が提出されるまで支給されなくなってしまう。

手続きについては該当者に通知をお送りしますので期日までに提出をお願いします。

■ 提出期限 6月29日（金）

■ 提出先 役場窓口

☎ 住民課 住民係

☎ 85-5861

中学生までの子どもを お持ちの保護者の方へ

毎年7月に福祉医療特別給付金の受給者証の更新手続きを昨年まで行っていました。今

年から乳幼児区分に限り更新手続きを行いません。

しかし、今後村で正しい福祉医療費額支給を行うために、対象者が加入する「医療保険」等の情報を正確に把握していなければなりませんので、昨年の更新手続き以降に加入する「医療保険」や「振込口座」等に変更があった場合は、必ず窓口で届出を行ってください。また、受給者証の傷みがはげしいものは随時再交付しますので、窓口でお申し出ください。

☎ 住民課 住民係

☎ 85-3183

甲種防火管理 新規講習会開催

消防法で定められている一定規模以上の事業所には、防火管理者が必要です。防火管理者資格は、2日間の講習会を受けることで取得できます。

■ 日時 7月5日（木）・6日（金）の2日間

■ 場所 駒ヶ根市総合文化センター

■ 受講料 4,000円

■ 受付締切 6月25日（月）

☎ 伊南行政組合 消防本部

☎ 81-0119

消防設備士試験について

■ 試験日及び試験地

8月19日（日）松本市

8月26日（日）長野市

■ 試験の種類

甲種特類、甲種全類、乙種全類

■ 願書受付期間

電子申請 6月23日（土）

～7月3日（火）

書面申請 6月26日（火）

～7月6日（金）

☎ 伊南行政組合 消防本部

☎ 81-0119

みんなの健康 みんなの福祉

老人福祉センター ☎85-4128
福祉課 福祉係 / 保健予防係

高齢者の教室

会場：老人福祉センター

高齢者閉じこもり予防教室

6月20日(水) 9:30～
7月4日(水) 9:30～
7月11日(水) 9:30～

高齢者転倒予防教室

6月28日(木) 13:00～
7月5日(木) 13:00～

高齢者権利擁護相談

7月17日(火) 15:00～
※1週間前までに要予約

介護者の会

家族介護者リフレッシュの会

会場：老人福祉センター

6月27日(水)、7月11日(水) 10:00～

※心身の疲れを開放し癒しましょう！ぜひご参加を！

認知症介護者語らいの会

7月5日(木) 9:30～

※認知症の介護のことを語りましょう！



**桃の花とアヤメの花に
なりました。**

4月26日(木) 駒ヶ根の小平さんの指導で、桃の花とアヤメの花の巻き寿司を作りました。当日は子育て中の若いお母さんから年配のお母さんなど30名の参加がありました。花の巻き寿司は、海苔を寸法どおりに切り、花のパーツを巻いていき、組み立てながら巻いていきます。花を想像しながら巻いていくのは、難しいところもありましたが、楽しい作業でした。また切り分ける瞬間は、ハラハラ、ドキドキ。きれいな花に巻けていて、皆で歓声を上げました。食べるのは、もったいないような巻き寿司でしたが、美味しかったです。

住民参加型福祉施設

なごみ家だより

なごみ家
☎85-2922
開館 月～土曜
午前9時～
午後5時

●お知らせ●

五平もち会

日時 6月11日(月)

午前10時から

みんなで五平もちを作りましょう。

持ち物 エプロン、頭にかぶる物、材料費

辰野恒雄先生の 子育てママサロン

日時 6月18日(月)

10時から11時30分

先生のお話をお聞きしたり、自分のことをお話に来ませんか。

手芸の日

日時 6月20日(水)

午前9時30分から

パッチワークや編み物など自分で作りたいものを作っています。

童謡の日

日時 6月27日(水)

午後1時30分から

童謡や唱歌など楽しく歌っています。気楽に参加してください。

そーめん流し

日時 7月12日(木)

午前11時から

毎年の季節の行事になっていきます。今年は何を流しましょうか？参加希望の方は、前日までになごみ家に連絡してください。

陶芸の日

日時 7月13日(金)

午後1時30分から

カップ、花瓶などを作っています。紙粘土なども使い気楽に製作を楽しんでいます。

なごみ家は、0歳の赤ちゃんから90歳お年寄りまで、障害のある方もない方も大勢の皆様にご利用いただいております。お知らせしている行事はどなたでも参加できます。お出かけください。

なごみ家に「べてる」がきます

8月11日(土) なごみ家に「べてるの家」が来ます。「べてるの家」とは「地域のために、日高昆布を全国に売ろう」で有名な北海道浦河町にある精神障害等をかかえた当事者が活動に参加しているところです。「べてる」に関心のある方は、なごみ家でいっしょに勉強しませんか。

緊急当番医

宮=宮田村 駒=駒ヶ根市

- 6/17 やまおか耳鼻咽喉科 (耳) 駒 : 82-4133
- 6/24 つちかね整形外科クリニック (整) 駒 : 82-7715
- 7/ 1 こまちや東内科クリニック (内・小) 駒 : 81-7780
- 7/ 8 かしの実クリニック (内) 駒 : 98-0590
- 7/15 北原医院 (内) 宮 : 85-2214
- 7/16 中谷内科医院 (内) 駒 : 81-1377



保健ごよみ 6/16 ~ 7/15

■母と子 健診・相談など

- 4ヵ月児健診 午後 12:20
 - 6/28 (木) 対象 : H24年2月生まれ
 - 7/ 5 (木) 対象 : H24年3月生まれ
 - 10ヵ月児健診 午後 12:40
 - 6/28 (木) 対象 : H23年8月生まれ
 - 7/ 5 (木) 対象 : H23年9月生まれ
 - 1歳半児健診 午後 1:30
 - 6/28 (木) 対象 : H22年12月生まれ
 - 7/ 5 (木) 対象 : H23年1月生まれ
 - 7ヵ月育児相談 午前 9:15
 - 6/20 (水) 対象 : H23年11月生まれ
 - 7/ 4 (水) 対象 : H23年12月生まれ
 - 2歳半育児相談 午前 9:15
 - 6/29 (金) 対象 : H21年11~12月生まれ
 - ママの部屋・子育て相談・離乳食相談
 - 6/21 (木) ※離乳食実習なし・相談のみ
 - 7/12 (木) ※母乳相談なし 午前 9:00
- 対象:どなたでも (子育て相談は要予約)
- うぶごえ講座 7/ 7 (土) 午前 9:30

■予防接種

- 三種混合 午後 12:30
 - 6/19 (火) 対象 : 該当児
- BCG 午後 1:00
 - 6/19 (火) 対象 : 該当児

■成人 健診・相談など

- 健康相談日
 - 6/21 (木) 7/12 (木) 午前 9:00
- 胸部レントゲン撮影
 - 6/26 (火) 27 (水)
- 乳がん検診 (マンモグラフィ) 検診
 - 7/ 9 (月)

※ 指定のあるものを除き、会場はすべて老人福祉センターです。

肺がん

検診で早期発見!

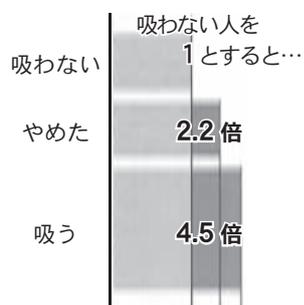
肺がんは死亡率が高い

肺がんは、転移しやすいため有効な治療法が少なく、日本人で最も死亡者数の多いがんです。肺がんは早期から脳・リンパ節・肝臓・副腎・骨などに転移します。

喫煙は肺がんの最大のリスク

喫煙は、肺がんの最大の原因です。男性の場合、喫煙者が肺がんになるリスクは非喫煙者の4.5倍になります。また、男性の肺がんの68%、女性の肺がんの18%は喫煙が原因であると考えられています。

喫煙による肺がんリスク



出典: 財団法人がん研究振興財団 「がんの統計 (2005年)」

受動喫煙でも肺がんのリスクは高まる
喫煙者の煙を吸われる人(受動喫煙者)にもたばこの害は及びます。夫が喫煙者の場合、たばこを吸わない妻が肺がんになるリスクは2倍に高まります。

肺がんの危険度をチェック

~チェックが多いほど、肺がんの危険度が高いです~

- 40歳以上である
- たばこを吸っている
- 禁煙して5年未満である
- 家族に喫煙者がいる
- 職場で受動喫煙をしている
- 粉じんが多い職場・生活環境を経験している

CT検査で早期発見を

男女ともに、40歳以上は年に1回の肺がん検診が推奨されています。近年はCT検査の精度が向上したため、早期の段階で治療を始められることが多くなっています。CT検査導入により、5年生存率が30%アップしたというデータも出ています。村でも肺がん検診としてCT検査を実施しています。ご希望の方はお申し込みください。

☎ 老人福祉センター 福祉課
保健予防係 85-4128





高円宮妃 聴導犬協会を視察 5月10日

高円宮妃が宮田村を訪問

高円宮妃久子様とお二人のお嬢様がかねてより関心を持たれていた聴導犬協会（有馬もと代表）を非公式で視察されました。視察には、長野県森林大使で作家のC・Wニコル氏も同行され、熱心に協会の説明をお聞きになると共に、訓練犬と楽しいひと時を過ごされていました。

クールビズ実施中 5月15日から

これから迎える厳しい夏に備えて

今夏の電力不足に対応するため、今年も全国各地でクールビズが実施され始めました。村でも、クールビズの実施により空調設備の使用を抑えるなど節電、省エネルギー化に取り組んでいきます。クールビズとは地球温暖化対策の一環として環境省を中心に2005年から実施されているもので、服装を軽装にして暑い時期でも快適に過ごすというのが目的です。

村でのクールビズは9月末まで行う予定です。期間中、職員が右の写真のようにノージャケット、ノーネクタイで、半袖シャツやポロシャツ、チノパンというような軽装で対応させていただきます。ご理解、ご協力をお願いします。



介護センター花岡 5月18日

宮田村に車イスが寄贈されました

「介護センター花岡」で創業10周年を記念して、村に対し車イス2台寄贈していただきました。この車イスは当面の間、地域包括支援センターの介護予防教室等で利用する予定です。また、旅行に高齢者を連れて行きたい等の要望があった場合は随時対応していきます。伊那店店長の武田さんは「村の皆さんに幅広く使っていただきたい」と述べていました。

開山式 6月1日

山の安全を祈願して

今年の山に関する安全を祈願するため、開山式が執り行われました。昨年は寺沢林道災害により宮田高原キャンプ場が営業中止になってしまったことをはじめ、ヒゲスリ岩の崩落によって水産施設に大きな被害が出る等、山に関する災害が相次ぎました。幸いけが人は出ませんでした。今年には災害のない、安全な山になることを祈ります。



お粥ポット贈呈式 6月4日

元気な子どもに育ってほしい

昨年出産した家庭に対し、お粥ポット（第1子）とお米券を上伊那食卓「愛の運動」として贈呈されました。この活動は、昭和59年から毎年続いています。当初はお米の消費拡大を目的としていましたが、近年は農産物の地産地消啓発の一環としても「小さなうちから地元のお米を食べてほしい」という思いから、離乳食としてお粥が食べられるように、お粥ポットが贈呈されるようになりました。



各種叙勲受章報告 6月4日

叙勲 宮田村から3人受章

春の叙勲に荻原宣明さん（中越）が、危険業務従事者叙勲に唐澤正一さん（大原）と大久保満義さん（大原）がそれぞれ受章され、村長に報告をしました。荻原さんは元会計検査院第1局租税検査第3課総括副長として瑞宝双光章を、唐澤さんは元長野県警警視として瑞宝双光章を、大久保さんは元長野県警警部として瑞宝単光章を受章されました。



▲左から大久保さん、唐澤さん、荻原さん



Interview ちょっとインタビュー 商工会女性部 部長 中谷 洋子 さん

宮田村の良さを

もっともっと伝えたい！

商工会女性部長の中谷さん（町2）は、県商工会女性部連合会主催の主張発表大会で、最優秀賞を受賞しました。発表会では宮田村の梅の由来や綺麗な水や空気についてPR。その様子や気持ちについてお話を伺いました。

宮田村は梅が里と呼ばれ続けていますが、その由来はおさべ親王が梅の区を詠んだことがきっかけと言われています。そこで商工会女性部では「梅」に着目し、女性部活動のテーマにしました。まず、中学校梅樹祭で14人の中学生と一緒に着物の端切れなどを使った梅のタペストリーを制作。梅の花びらをピンで留められる仕組みになっていて、一枚一枚個性的な花びらを咲かせました。またもう一つの活動として、宮田のもち米と梅を使って梅おこわを作りました。梅は血液をサラサラにし、整腸作用、抗菌作用等があるので、健康食づくりにもってこいです。

宮田村は小さい村ですが、行動的な人も多く、すこく活気がある村だと感じています。この宮田村の良さをもっともっとと外に向かって発信していきたいです。

手芸が趣味の中谷さん。25年くらい楽しんでいるとか。今回、梅樹祭で地域の子どもたちと商工会女性部がコラボレーションできてとても嬉しいと語っていました。写真にあるのが梅のタペストリーです。

中学生職場体験学習レポート



宮田中学校2年生は、5月15日～18日に職場体験を行い、村内外の事業所などで「働く」ということについて学びました。

役場で広報の仕事を体験した私たちは、中学生の実習が行われている他の職場に行き、取材をしてきました。



そば蔵

中学生へのインタビュー

Q1 なぜこの職場で体験しようと思ったのですか？

・サービス業に興味があり、具体的にどんなことをしているか体験してみたかったから。

Q2 体験をしてみて大変だったことは何ですか？

・ゆっくりしていると迷惑がかってしまうので、自分の手でしっかりと素早く仕事をこなさなければいけないこと。
・席順を覚えて間違いないようにお茶をお出しすること。

Q3 将来この体験をどのように活かしていきたいですか？

・もし、またこういう仕事をしてても、今回やったことを思い出してしっかりとやりたい。
・ここでやったことは、将来でも役立つと思うので他のところでもしっかりとやりたい。



こうめ保育園

中学生へのインタビュー

Q1 なぜこの職場で体験しようと思ったのですか？

・子供が好きだから。
Q2 体験してみて感じたことや思ったことは何ですか？

・意外に雑用が多くて大変。結構疲れるけど、子供たちを見ていると癒される。
・笑ってくれると嬉しいし、楽しい。
・思ったより、精神的に疲れた。

Q3 将来この体験をどのように活かしていきたいですか？

・保育士を目指そうと思う。
・人との関わりをもっと広げたいと思う。
・周りを見て行動することに活かしていきたいと思う。
・気遣いを大切にしようと思う。



宮下園長先生のコメント

中学生は最初から仕事に興味を持っていて、みんな自分から積極的に行動しました。何人かは保育士として毎日来てもらいたいくらいです。生活していると辛いことや苦しいことがあるけれど、子供達を見ているだけで元気になれる。私が落ち込んでいた時に、「先生元気出してね。」という意味で、ある女の子が抱きついてきてくれました。とても嬉しかったですし、勇気ももらったわ。自分を支えてくれた皆にとっても感謝しています。そう思うと苦しかったことよりも嬉しかったことのほうが多い気がします。



▲こうめ保育園の宮下園長先生



フルーツファーム ひおく



中学生へのインタビュー

Q1 なぜこの職場で体験しようと思ったのですか？

・この職場の人たちがどんな風に仕事をしているのか知りたかったから。

・農業に興味があったし、楽しそうだったから。

Q2 この職場を体験していて大変だったことは何ですか？

・雨が降ったりして、寒かったり冷たかったりしたこと。

・大雨の中、カッパを着てりんごの摘果をしたときに、上の方の作業で顔が濡れて大変だった。

Q3 将来この体験をどのように活かしていきたいですか？

・他にも就きたい職業があるけれど農業を仕事にもしてみたい。

・農業をやってみたくないので、将来本格的ではなくてもちよっとしたものを作ってみたい。

樋屋さんからのコメント

体験に来た子供たちは、雨の中びしょびしょになっても、ハウスの中が暑くて汗をかきながらも、一生懸命やってくれました。

この仕事をしていていいことは、私がりんご好きなので、りんごがいくらでも食べられるのが嬉しい。色んな種類のりんごを作っていて、現在は14種類ほどあり、新しいものも入れていきたいと思っています。

りんごは気候に左右されるので、春先は霜が降りてきたり、凍ってしまったり、台風や大雪にあつたりしたときに、作物がダメになつてしまうことがあるので、その季節の気候などを踏まえて仕事を考えるのが大変です。



▲樋屋喜代美さん

取材を終えて

私達がこの仕事を選んだのは、将来取材や撮影や編集などを行う仕事に就きたいと思ったからです。今回、役場で体験学習させていただきましたが、私達が行った広報みやだを作る仕事は、色んな職場に行つて色々な体験を知ることが出来る、そんな体験学習でした。取材、撮影、編集などの工程は、私達が思っていたより深いものでした。例えば撮影というのは、今回の場合、仕事の邪魔にならないように周囲に気を配って撮る、ということを学べました。テレビでも新聞でも広報でもラジオでも、人に情報を伝えるというのは情報元のことをよく考えなければいけないと感じました。そして取材をして何よりも思ったことは、職場体験をしていた中学生がとても楽しそうだったということです。私達も楽しめてとてもいい職場体験学習になりました。

(浦野・宮澤)



▲役場で職場体験をした浦野咲紀さんと宮澤美有さん(右)と、駒ヶ岳で職場体験した宮本伊織くん(中央)

シリーズ 環境を考える

飼主が普段から行っておくこと

1. 所有者の明示をしましょう！

万が一ペットと離ればなれになっても、首輪に鑑札や迷子札がついていれば飼主のもとへかえることができます。

2. 普段からしつけをしっかりと行いましょう！

災害時には現場が混乱するうえ、人もペットも動揺してしまいます。おとなしいペットも状況によって暴れたりすることもあります。日頃からゲージに入れる訓練や多くの人に慣れるようにしましょう。

3. 健康管理をしましょう！

災害時の不要な混乱を避けるため、狂犬病予防注射や感染症のワクチン接種を必ずさせておきましょう。病気がかかっている場合はすすんで治療を行きましょう。

④6 ～6月は動物の正しい飼い方普及月間です～『災害への備え』できていますか？

～ペットと一緒に～

準備をしておくこと（動物用非難袋に）

1. 動物を飼育するための道具

動物を安全な場所へ避難させるために首輪、キャリーバッグ、リード、ゲージ等を用意しておきましょう。

2. 食事と水及び常備薬

3～5日分の食事と水、現在服用中の薬を備えておきましょう。

3. 動物の写真と飼育手帳

動物の写真は家族と一緒に写ったものを数枚用意しておきましょう。また、動物の情報を詳しく書いた手帳（犬の名前、年齢、病歴、飼主の住所、氏名、連絡先、かかりつけ動物病院など）を用意しておきましょう。

岡住民課 環境係 ☎ 85-5861

飼犬が死亡した場合は役場へ届出をお願いします。また、散歩中の飼犬の糞は飼主が必ず持ち帰りましょう。

寄付方法

①専用振込用紙で郵便局からゆうちょ銀行へ振り込む（専用振込用紙は市町村窓口配置）

②金融機関からの口座振込【八十二銀行 伊那市役所出張所 普通 12553 みつけうけいん】

※②は振込手数料が必要

岡上伊那広域連合 保健福祉課
☎ 78・5356

「たかずやの里」に支援をお願いします
伊那市富原にある児童養護施設「たかずやの里」は、保護者がいない、保護者が養育できないなどの事情を抱えた児童が生活をしている「児童養護施設」です。現在、施設では建物の老朽化や土砂災害の危険性が高い立地条件であるなどの課題に対応するため、移転改築を計画しています。

5月のワインセミナーは栽培体験ということでヤマブドウ畑での芽かき作業を行いました。芽かきは、風通しや日当たりが良くなるように不要な新梢をかき取り、ヤマブドウの生長を促すために行います。栽培農家の方も、どの芽を残すのが一番好ましいのか毎年頭を悩ませると言います。強すぎる芽、弱すぎる芽、花穂の状況などを見極め、セミナー受講生達とはまどいながらも思い切りよくそして愛情を込めて新梢をかき取っていききました。若いヤ



マブドウたちは太陽の光をいっぱい浴びそよ風に青葉をなびかせながら、整えられた環境に満ちげに微笑んでいるように見えました。秋には立派なヤマブドウが実りおいしいワインに仕上がるのが楽しみです。今回のセミナーはアペリティフ（食前酒）の日に合わせ、6月7日、8日に開催予定です。

信州みやだワイン

ワインカレンダー VOL. 54

ヤマブドウ栽培体験



公民館だより

TEL 85-2314
FAX 85-5583

仲よく学ぼう

各学級スタート

楽しいふれあい、学びあい



宮田学級開講式より

4月24日の子育て学級開講に続いて宮田学級、宮田大学、宮田大学院、女性学級もそれぞれ開講しました。

各学級共に、日々の生活に希望と潤いを求め、仲間との絆を深めながら生き生きとした張りのある生活実現を目指します。

各学級は、開講後の学級会で選出された役員によって年間11回の学習内容が検討され、それぞれの学級ごとに特色ある活動を展開していきます。但し、宮田学級から女性学級までの4学級の第2回講座は、合同講座と

して講演会を予定しています。各学級の役員は次の通りです。

子育て学級

◎菊地美紀 ◎菊地智子

宮田学級

◎大川美恵子

◎宮下民代・日向愛子

◎大沢コチエ



▲宮田大学・大学院の始業式より

宮田大学

◎坂駒加代子

◎伊藤みつ子

宮田大学院

◎細田若枝

◎伊藤みつ子

女性学級

◎小尾君子 ◎松浦永子

◎小田切和恵

楽しく、元氣よく

太鼓教室開講

5月31日、村民会館大ホールのレストランにて、今年度の「子ども太鼓教室」が開講しました。講師は信州梅が里宮田太鼓子供連を指導している北原健一さんほか、杉山大明さん、平沢さち子さん。開講式には保育園年長から小学校1年までの受講生たち4人が出席。全7回の練習を経て祇園祭で発表する予定です。

開講式では「楽しく元気に太鼓を打とう」と公民館長の激励を受け、早速練習に入りました。ちびっこたちは、北原さんからバチの持ち方、姿勢、太鼓の打ち方などの基本を教わり、真剣にバチを動かしていました。



▲力強く太鼓を打つこどもたち

グループ活動めぐり (21)

花と遊ぶ

矢亀 伊都子

「花と遊ぶ」(フラワーアレンジメント)がスタートしたのは、平成12年で、赤穂公民館の講座の1つでした。月1回の勉強会で、下島進先生のご指導をお願いしました。当時は30名もの会員でしたが年と共に減少して、大部分が宮田の会員になりました。電車

アレンジの基本を学び、あとは、それぞれが個性豊かな作品を創り出します。みんなで見賞し合って、納得したり笑ったりしながら、「素敵なお花ができたね。」と嬉しい気持ちになります。

で通うのが大変というので、宮田公民館の講座へ入れていただいで続けることができました。おかげ様で、現在は9名の会員で楽しく勉強しています。近頃は、外国の花等めずらしい花材も多くなつて、勉強になります。先生からは

また、ボランティア活動で村内外の福祉施設へ出かけてフラワーアレンジのお手伝いをして喜ばれています。今後、「花と遊ぶ」の仲間を大切にもつと勉強して、ボランティアも続けていきます。フラワーアレンジは楽しいです。入会して、フラワーアレンジをしたいとお思いの方は、どうぞお声をかけてください。お待ちしております。

勉強になります。先生からは

◎矢亀 85-5355
(次回II陶友クラブ)

短歌・俳句

咲き匂ふ垣根のばらの花に寄る黄色い帽子の女の子らが

かあちゃんの編んだセーター着てたから丈夫に育ち今の我あり

夕暮に野スミレ一輪見おる時我に似し人通り過ぎゆく

吊橋に総身洗う木の芽風

老の身に鉄の重さや五月来ぬ

土手を刈る田植の時の近づけば
菜の花や朝は愛でおり夕は食べ
待春の庭をうずめるクロッカス

田中カズミ(新田)

北沢 伸子(町三)

小松せつ子(北割)

浦野 和子(南割)

砂場 隆子(町三)

小田切藤彦(北割)
春日 好章(北割)
本田 幸達(北割)

各種リーグの開幕

ナイターソフト

5月8日、ナイターソフト（山口和美会長、9チーム223人）の開幕式が宮田球場にて行われました。昨年度優勝の南割1班チームより優勝旗返還後、河原町クラブ増田雅敏選手が力強く宣誓。8月10日まで毎週火・金曜日の熱戦をスタートしました。



▲選手宣誓する増田雅敏選手

女子バレーボール

5月10日、女子バレーボール会（桑原清美会長、11チーム153人）の開幕式が農業者トレーニングセンターにて行われ、優勝トロフィー返還後、みなみチームの三浦典子選手が元気に選手宣誓。9月27日までのリーグ戦がスタートしました。



▲選手宣誓する三浦典子選手

ナイター野球

5月12日、ナイター野球会春日直樹会長、7チーム162人）の開幕式が宮田球場にて行われ

理想随想
リレー (370)
健康づくり
酒井 茂樹（町二）
最近、体力の衰えと体型の緩みを感じる様になりました。高校からバドミントンを始め、社会人になり一度は辞めましたが地元に戻ってきてから仲間に誘われ、多い時には週5日練習に通い、休みには岡谷から高森ま

で大会に参加もし、仲間とおいしいお酒を呑んでいました。しかし、年令と共に、いろいろな役員になったりしているうちに、練習に参加出来ずいつの間にかバドミントンから遠ざかってしまい、今では何の運動もなくなっていました。
数年前までは若さのせいか気にもなりませんでしたが、40才を境にみるみるうちに体力が無

ました。昨年度優勝のNHKG、Sより優勝旗の返還後、NHKG、Sの坂亮輔選手が選手宣誓しました。



▲選手宣誓する坂亮輔選手

どろんこになって

親子農業体験教室 かかし隊

5月26日、親子農業体験教室「かかし隊」では、田植えを実施しました。約2アールの田に「ゴシヒカリ」と「もちひかり」を参加者22人で植えました。ちびっこたちはどろんこになりな

くなるのを感じる様になり、今ではお腹がポッコリ。犬の散歩に行くとき年令を問わず、ウォーキングをしている人を多く見かけます。皆さん自己管理をしているのだと感心させられます。私もまずは軽めの運動から始めて、それを日々続け、自分の体調管理と健康づくりをしていきたいらと思います。

（次回＝馬場和夫さん）



▲楽しい田植え体験でした

村界はどこだ！

おやし道場

5月30日、おやし道場では5月の例会で地域の歴史研修として「村界確認研修」が開かれました。宮田村教育委員会の小池孝さんを講師にして、宮田村と伊那市の境界について学びました。知っていない村界。地図を通して説明を聞き、現地視察を実施しました。



▲村界を確認する会員たち

だれもがいきいきと！

分館人権学習

5月24日、大久保分館では人権学習会を開きました。講師は南信教育事務所塩沢秀彦主事。「だれもがいきいきと！」をテーマに「分かりあい、認めあい、支えあい、愛しあう」とこの大切さをワークショップを通して楽しく学びました。



▲「じゃんけん」で和やかに・

案内

☆本館事業

・太鼓教室 6月14・21・28日 7月5・12日

・デジタルカメラ教室 6月14日

・いきいき健康教室

6月14・21・28日
7月12・19日

・ふわつとテニス

クリスタル大会 6月24日

・あいさつ看板作り 7月7日

☆分館体育事業

・マレットゴルフ交流会

南割 7月1日 8時30分

大原 7月8日 9時

図書館 だより

中学生体験学習

新緑の眩しい5月中旬に、宮田中学校2年生が3名、図書館へ職場体験学習に見えました。貸出・返却業務以外にも、館内の資料コーナー作りや、福祉センターで行われたブックスタートII赤ちゃんへ絵本の読み聞かせなど、幅広い業務に携わる事が出来ました。地域の人たちとふれあい、働く尊さを知る貴重な3日間の体験学習でした。



▲親子さんとの交流♪

宮田村図書館

☎ 85-2314 (村民会館内)

六月の本棚

〈新着図書紹介〉

●一般書

- コンカツ? (石田衣良)
- マカリーポン (岩井志麻子)
- 江戸へ吹く風 (岩井三三)
- 奔る合戦屋 (北沢秋)
- 上・下巻 (島田雅彦)
- 英雄はそこに (鈴木光司)
- エス (曾野綾子)
- 墮落と文学 (田中慎弥)
- 田中慎弥の掌劇場 (田中慎弥)
- チャイとミーミー (谷村志穂)
- 雪と珊瑚と (梨木香歩)
- 新月譚 (貫井徳郎)
- 森雨 (葉室麟)
- 旅屋おかえり (原田マハ)
- 丘の上の邂逅 (三浦綾子)
- 双頭のバビロン (皆川博子)
- サファイア (湊かなえ)
- 死命 (葉丸岳)
- 太陽は動かない (吉田修一)
- ゆめみるハワイ (よしもと ばなな)
- 児童書
 - 世界の果ての魔女学校
 - おかあちゃんがつくったる
 - ねむねむくんとねむねむさん
 - おうしげきだん
 - かみさまはいるいない?
 - おひさまのおへんじシル
 - 身近な魚のものがたり
 - 錯覚の大研究

他

『こもれびの中で』

青空の下で行われた5月のおはなし会「みんなのひろば」。さわやかな風の吹くなか、絵本や紙芝居などのおはなしの世界をじっくり楽しみました。最後に取り返しを使った工作「くるくるつばめ」を、みんな上手に空へ飛ばしました。



▲楽しいエブロンシアター

おはなし会のご案内

※6月の「みんなのひろば」は
23日(土)・午前10時30分
学習室(小学生・幼児向け)
※7月の「ひよこのひろば」は
11日(水)・午前10時30分
幼児コーナー(幼児向け)

図書館休館日

7 / 23 (月)・30 (月)
6 / 11 (月)・18 (月)・25 (月)
9 / 9 (月)・17 (火)

役場でよくあるご質問

Vol. 006

Q 住基カードを持っていますが、どのような証明書が自動交付機からとれるのですか？

A 役場設置の自動交付機からは、住民票の写し、印鑑登録証明書、所得証明書、納税証明書(特別徴収者以外)、資産証明書、軽自動車納税証明書の交付が受けられます。住民票の写しに限

り、同一世帯内の方のものも取得可能です。それ以外の証明書については、住基カードの名義人(個人)が対象になります。

本籍が上伊那郡内にあり、本籍地の役場にて戸籍書類も取得可能な機能を付与された住基カードでしたら、戸籍の謄本、抄本の交付も受けることができます。

また、セブンイレブンの多機能端末機からは、住民票の写し、印鑑登録証明書の2種類の交付が受けられます。 圖住民課 住民係 ☎ 85-3183

《ふとん打ち直し》

敷きふとん 打ち直し前

綿を打ち直し・新しい生地です。

●掛けふとん 10000円より
●敷きふとん 11000円より

※値段は目安です。生地の値段や綿の量によって違います。

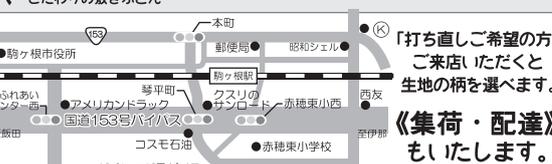
敷きふとん 打ち直し後



イメージ写真

お電話・又はご来店をお待ちします!

- 寝具販売 (羽毛ふとん、高さを測って「オーダー枕」、真綿ふとん(シルク100%)、こだわりの敷きふとん)
- 綿ふとん打ち直し (ベテラン職人が作ります)
- 羽毛ふとんリフォーム (羽毛診断士がいます)
- ふとんの丸洗い(羽毛・羊毛・綿わた) (ふとん以外に壁布団・毛布・シャツなども洗えます)



「打ち直しご希望の方」ご来店! たくさん生地の柄を選べます。

《集荷・配達》もいたします。

TOKYO 東京・西川チエーン オーダー枕 駒ヶ根市下平3453-2 ☎(0265)82・2580 月曜定休 9時~19時

琴平町の信号を天竜川方面に車で3分、道沿いに当店があります。 天竜川 天竜大橋



おいしい夏の風物詩

「伊勢滝の風」のベストパートナー、
虹鱒の燻製とドレッシングが
復活しました。

みやだ 味の歳時記



限定
100 セット
数に限りがございます。
ご注文はお早めに。

味の歳時記商品内容

伊勢滝の風

宮田オリジナル地ビール。中央アルプス山麓から湧出する名水「伊勢滝の水」を使い、そのポテンシャルを最大限引き出したエール系ビールです。330ミリリットル・3本

虹鱒の燻製

中央アルプスの清冽な水で育った虹鱒を、ウイスキー樽を薫煙器に、クルミのチップで薫製にしました。ビールと絶妙の相性です。約100グラム・スライス

特製和風ドレッシング

村の加工研究グループが今回のために特別製造した、完全手づくりドレッシング。原料は宮田産玉ねぎを100%使用。200ml・1本

※写真はイメージです。

みやだ味の歳時記 お申し込みについて

■価格：**3,000円**（消費税込み）

※ご希望により送料実費にて発送も承ります。

■ご注文・お支払い・お届けについて

- ①ご注文は右記のいずれかの取扱店に、電話かファックスでお申込みください（間違いのないようにするため、ご注文はできるだけファックスにてお願いいたします）。
- ②お支払い方法は各取扱店にお問い合わせください（ファックスにてご注文いただいたお客様には、取扱店よりお支払い方法をご連絡申し上げます）。
- ③商品のお届けは随時いたします。

■発売日 2012年7月1日（日）

■ご注文締切日 **2012年8月5日（日）**

但し限定口数に達ししだい締切とさせていただきます。

みやだ味の歳時記取扱店（ご注文・お問い合わせ先）

店名	電話番号	ファックス番号
伊東酒店	TEL.0265-85-2174	FAX.0265-85-5601
Aコープ宮田店※	TEL.0265-84-1202	FAX.0265-85-4826
入田細田酒店	TEL.0265-85-2105	FAX.0265-85-5599
正木屋酒店	TEL.0265-85-2020	FAX.0265-85-2021
喜多屋酒店	TEL.0265-85-2046	—

※Aコープ宮田店は店頭販売になります。

企画・協力 ……………

宮田村商工会・特産品部会（長野県上伊那郡宮田村86-1）
TEL.0265-85-2213

—未成年者の飲酒は法律で禁止されています—

ファックス注文表

下記に記入し、このままファックスにてお送りください。

■ご注文先（注文する取扱店を○で囲んでください）

伊東酒店・Aコープ宮田店・入田細田酒店
正木屋酒店・喜多屋酒店

みやだ味の歳時記を [] 口注文します。

（注）注文者（御請求先）

年齢（ ）

ご氏名 _____

ご住所 〒 _____

電話番号（ ） _____

▼ご注文者とお届け先が異なる場合はご記入ください。

お届け先

ご氏名 _____

ご住所 〒 _____

電話番号（ ） _____

お届け先

ご氏名 _____

ご住所 〒 _____

電話番号（ ） _____

この広報は再生紙を使用しています。

