

館報



8月号

やまがた

No. 796

令和4年
(2022年)



※表紙の写真は撮影のためマスクを外してもらっています。

整体を通じて地域を元気に まるやま 丸山 ますえさん (上竹田)

今から約20年前、身体が不調な時期に整体院で治療を受けたことがきっかけで整体師の仕事に興味を持ち、資格を取得した ますえさん。整体師になってからは、家族や友人の施術をしながら経験を積み、10年前に自宅隣にサロンを開業しました。身体の調子を整えるだけでなく、胃腸を活性化する『腸セラピー』も施術に取り入れ、中高年の方からも喜ばれているそうです。

「これからも大勢のお客さまに元気になってもらえることが私の喜びと元気の源になります」と話してくれました。

(7月26日 リンパ整体『えん』にて)

働姿

交通安全運動 出陣式

7月22日(金)、山形村役場にて、『夏の交通安全やまびこ運動』の出陣式が行われまし...



『ミニ・糸車』号外

山形村の指定文化財『ひすい製大珠』が塩尻市の平出博...

展示…企画展『交流のはじまり』

期間…令和4年7月23日(土)～9月11日(日)

会場…塩尻市立平出博物館

※入場料などの

詳細は平出博

物館のホーム

ページをご覧

ください。



ひすい製大珠

告知板

第75回村民運動会中止のお知らせ及び 山形村公民館主催スポーツイベント 秋のモルック大会開催のお知らせ

山形村公民館では、新型コロナウイルス感染症の状況から、本年度の村民運動会は中止と決定しました。

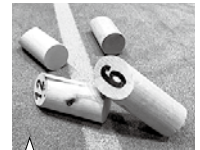
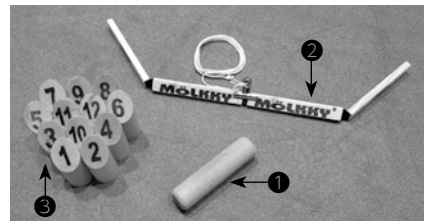
大会日程

令和4年10月9日(日) 午前8時45分開会(受付8時15分) トレーニングセンターグラウンドにて(雨天中止)

☆当日は、小さなお子様なども楽しめる、モルックの体験コーナーもあります☆

モルックってどんなゲーム?

- ①シラカバの木のできたモルック棒(右写真:①)を投擲ラインに配置するモルックカーリ(右写真:②)から投げて、およそ3.5メートル先のスキttl(右写真:③)を倒し、最初に50点ちょうどに達したチームが勝ちというゲームです。50点をを超えてしまったチームは25点に減点し、ゲームを続行します。
②倒したスキttlに書かれた数字が得点になりますが、2本以上同時に倒したときは、その本数が得点になります。例えば、12点のモルックを1本だけ倒せば12点、モルックを3本倒したときは、そこに書かれた数字にかかわらず3点です。
③対戦は、1対1から、4チームでの対抗戦まで、人数に応じた組み合わせができます。



完全に倒れているスキttlが得点になります。 ※この場合は、3点で6本のスキttlは倒れている本数にカウントしません。

☆☆山形村スポーツ推進委員会が、山形村での普及を目指し、YouTubeモルック紹介動画の制作をしています☆☆

QRコードから動画をチェック!



参加チームを募集します

- 参加資格: 1チームあたりの人数は2名から5名。チームメンバーは、村内在住の小学生以上で、モルック棒(およそ400グラム)を3.5メートル先まで投げられること。
申込方法: トレーニングセンター窓口または申込フォーム(右QRコード)からお申し込みください。

参加締切: 9月15日(木)

参加者向け事前説明会及び練習日

9月21日(水)・28日(水) 両日とも午後7時から8時、午後8時から9時(1時間ずつ) 山形村ふれあいドームにて

申込時に希望の日時をご指定ください。なお、特定の日程に希望が集中したときは、調整をお願いすることがあります。

注意事項

- 新型コロナウイルス感染症の動向により、大会を中止する場合があります。

山形村 モルック で検索

お問い合わせ 山形村公民館 ☎0263-98-3155

大会申込フォーム



山すそ

谷川俊太郎

の『生きる』という詩を最近読み直して、改めて感じるころがあった▼「すべの美しいものに出会うという

こと/そして」に続く「かくされた悪を注意深くこぼむこと」の一節にドキリとする。「注意深くこぼむ」べき「悪」▼昨今のテレビや新聞の報道が気にかかる。扱われていない内容が多く思える。例えば、毎日報道されるあの病気の、実際の発症者の人口比率、重症化率、それらはインフルエンザと比べてどうなのか、ワクチン注射の効果と副作用リスク、費用などである。これまでの対策の是非と、今後の行動の指針について、情報が不十分では判断ができない▼館報543号に歴代編集長の座談会が載っていた。いわく「いろんな意見を載せてゆけば、偏った記事になって批判が来るようなことはねえと思うがね」と▼『生きる』の最後は「あなたの手のぬくみ/いのちということ」で終わっている。人と人とのつながりを大事にして、他者の命と自分の命を同じように大切に扱う、そんな館報でありたい。

図書館からのお知らせ

*臨時休館のお知らせ

日程：9月6日(火)～9日(金)まで
蔵書点検のため休館となります。ご不便をおかけしますが、よろしくお願いたします。

*市町村と県による協同電子図書館『デジとしよ信州』がスタート

8月5日(金)から、電子書籍の貸出が始まりました。
利用するにはID登録が必要です。図書館カウンターで受け付けています。興味のある方はぜひ図書館にお越しください。

お問い合わせ

山形村図書館 ☎0263-98-3155

あなたの本との出会いをお手伝い……図書館へ

BOOK No.59

編集＝山形村図書館

料理は科学だ!! 台所の理科実験

7月16日(土)、夏休み企画として『台所の理科実験』に取り組み、小学生15名が参加しました。
火を使わずに3秒でポップコーンができる『浮力』の実験。
ゆでたまごが牛乳びんにすいこまれる『大気圧』の実験。
焼きそばに含まれるかんすいが、紫キャベツやレモン汁に反応して緑やピンクの焼きそばに変わると『酸・アルカリ』の実験。
手品のよう
な一つひとつの実験に「わー!!すごい!!なんでー?」を連発、歓声が上がりま



本で読んだことを実際に体験してみる。また体験したことを本で確認してみる。実感を伴って『わかる』ことはとても大切だと思います。絵本と体験との往復が豊かになるにつれ、絵本はその魅力と威力を十分に発揮してく

した。
最後に、この日のメインである『分離』の実験では、ペットボトルに入れた生クリームを、交代でひたすら振り続けること20分。水分と分離した黄色いかたまりを取り出すと、新鮮なバターができていました。不思議な色の焼きそばとフレッシュバターを味見し、「面白くて美味しかった」とご満悦の子どもたちでした。
『科学絵本の本棚』には不思議がいっぱい
山形村図書館の夏は、毎年『科学』がテーマです。今年も夏休みにあわせ『科学絵本の本棚』を展示しました。
どんなに優れた絵本であつても、絵本体験は間接的なものです。「あー、それ知ってる、本で見た!」というのは、本当に知っていることにはなりません。
本で読んだことを実際に体験してみる。また体験したことを本で確認してみる。実感を伴って『わかる』ことはとても大切だと思います。絵本と体験との往復が豊かになるにつれ、絵本はその魅力と威力を十分に発揮してく



れるでしょう。
発見、驚き、不思議、波乱万丈が渦巻いていて、好奇心を絶えず刺激する『科学絵本』に、この夏たくさん出会えただでしょうか?
中学生司書、張り切る
『職場体験』
7月5日(火)から7日(木)まで、鉢盛中学校2年生の3人が職場体験学習に訪れました。カウンターでの貸出・返却業務、本の受け入れ作業、雑誌の除籍処理、おはなしの会への参加、レファレンス体験など、図書館の仕事を通り体験しました。「普段目にするのではない図書館の内側を垣間見ることができ、興味深かった」という感想を寄せられました。
今回、課題とした最大のミッションは、3人でおすすめ本の本棚を作ること。図書館中を巡って本を選び、おすすめコメントをつけ、棚にレイアウトしました。3人の名前の頭文字をとって『KMB BOOKS』と名付けられた棚には、小説を中心に面白そうな本がずらりと並び、夏休み中、勉強に訪れた中高生の目を引いていました。

BOOK 59 新着本
おすすめ新着本紹介
『カラダが10歳若返る鎌田式ずばらストレッチ』
鎌田實(宝島社)
ストレッチ&呼吸法で体と心の不調を改善。諏訪中央病院名誉院長、鎌田氏が毎日やっている「伸ばす」「ほぐす」「ゆるめる」ストレッチを紹介します。
『サステイナブルに家を建てる』
服部雄一郎・麻子(アニマ・スタジオ)
「本当にエコな家」をめざして、翻訳者夫妻が挑んだ家づくりのプロセスを、できたこと、できなかったことを含めて綴ります。
『かみなり』
妹尾堅一郎監修(ポプラ社)
激しく光って大きな音をとどろかせるかみなり。こわい…。けれど見たい!雷の決定的瞬間をとらえた、大迫力の写真で、雷の秘密に迫ります。
『焼けあとのちかい』
半藤一利(大月書店)
戦争がはじまると、世の中はどうなってしまうのでしょうか。人の心はどのように変わってしまうのでしょうか。作家・半藤一利が体験した真実の話。



鉢盛中学校3年生 修学旅行

7月5日(火)から7日(木)にかけて鉢盛中学校3年生が修学旅行に行ってきました。コロナ禍の影響により、県内を中心にクラス単位での行動となりました。各クラスで考案した日程は白川郷(岐阜県白川村)で合掌造りの見学や千畳敷カール(駒ヶ根市)の散策をはじめ、モノ作り体験やアクティビティなども取り入れた思い出に残る3日間となりました。



みはらしファーム
(五平餅づくり体験)

千畳敷カール
での散策

白川郷

鉢盛中学校2年生 職場体験学習

3年生が修学旅行に行っている期間中、2年生は職場体験学習を行いました。学区内の民間事業所や保育園、小学校などの協力により多種多様な仕事を体験し、「働くこと」の大切さや将来の進路について考える機会となりました。

※山形村図書館での体験の様子については3ページ「BOOK」で掲載しています。



山形消防署での様子



山形小学校での様子

山形小学校4年生 社会科見学

7月5日(火)・6日(水)に唐沢浄水場とウォーターパル山形に見学に行ってきました。唐沢浄水場では唐沢川の水をきれいにして水道の水にするまでの様子を見学しました。以前に本山浄水場(塩尻市)の見学も行ったので山形村でも同じように水を作っていることに驚く児童たち。ウォーターパル山形では下水をきれいにして三間沢川へ流すまでの様子を見学



しました。汚れを食べて水をきれいにしてくれる微生物を顕微鏡で見せてもらいました。どちらの施設でも、自分たちの生活のために一生懸命働いてくれている職員さんの姿にふれ、水を大切にする気持ち強く持つことができました。

やまのこ保育園 感謝を込めて、 手ぬぐい制作

年中クラスの園児たちが収穫体験に招待してくれたお礼に草木染めの手ぬぐいを制作し、プレゼントしました。

6月下旬に上竹田在住の杉木三邦さん、悦子さん夫婦の杉木さん夫婦を訪れた園児たち。友だち同士で協力しながら、大きな玉ねぎを袋いっぱい収めていました。

「この体験を何かに残せたら」とクラスで話し合い、頂いた玉ねぎを給食や家庭で調理した際にでた皮を使って、草木染めの手ぬぐいを贈ることに決めました。喜ぶ顔を想像しながら、皮を煮出した液に布を浸す園児たちの表情は真剣そのもの。黄色地に絞り模様を施した涼しげな手ぬぐいが完成し、園児たちから受け取った杉木さん夫婦は「畑で使うね」と笑顔を見せていました。



園児たちのプレゼントに笑顔の杉木さん夫婦

すこしだけSDGs 収穫・調理体験

8月6日(土)、「野菜収穫・災害時の食事づくり体験」が行われました。4月から子どもたちと取り組んできた『山形村みどり環境を守る会』と『日赤奉仕団山形分区分会』、『山形村社会福祉協議会』の共同事業の最終回です。

村役場近くの畑には、参加者たちが種をまいた人参やトウモロコシ、じゃがいもが大きく成長しており、皆さんに教わりながら収穫を行いました。それらを食材に、奉仕団の皆さんと一緒に耐熱性のポリ袋を使ったカレーとトウモロコシご飯作りに挑戦。切った野菜とカレールーを袋に入れて湯せんで加熱する調理法を学び、各自で試食をしました。

参加した小学2年生の恩田至さん(下竹田)は「人参の大き物が採れて嬉しかった」、同じく2年生の増塩こころさん(小坂)は「料理が楽しかった。災害時のやり方もわかりました」と話しており、野菜を育て、料理する体験を通じてSDGsを身近に感じる機会になったようでした。



暑い夏も遊びたおせ!

夏休みはチャレンジ講座でLet'sアクティビティ!!

今年の夏も暑かった…でも、そんな夏を吹き飛ばすように子ども向けの講座「チャレンジ講座」では、多くの山つこたちが、夏休みを大自然の中でエンジョイしました。



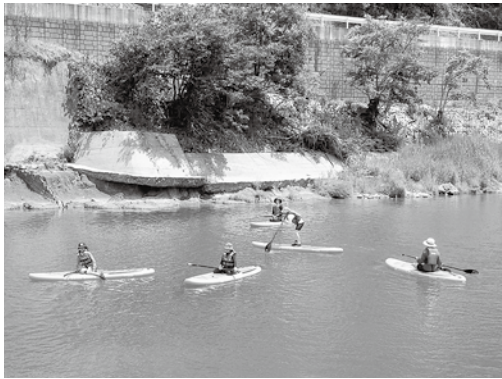
7月23日(土)、SUP(スタンドアップパドルボード)体験を生坂村B&G海洋センターの協力により開催しました。SUPは専用ボードに乗り、パドルを使って漕ぎ進む、水上アクティビティです。

生坂村では本年度よりSUP体験ができる海洋クラブが新設されており、生坂村教育委員会の吉川祐貴さん、藤澤雄斗さんにパドルの使い方と乗り方を教わり、25mプールで各自練習をしました。慣れないボードに立つだけで苦労し、最初は正座で乗りながら次第にひざ立ちができるようになり、ボードの上に立てるまでに上達しました。いざ立つてパドルで水をかくとバランスを崩してボードから落ちる姿も見られました。次第に上手に乗れるようになりました。



初めての体験でも好奇心には敵わない☆

その後、ライフジャケットを着て徒歩で犀川へ行き、実際に川でSUPをやりました。川の水は冷たくボードから落ちるのが怖く、みんなひざ立ちや座り込んでいましたが、勇気を出して立ち上がり、パドルをかくと自然の中の体験に、気持ちよく身をまかせSUPを楽しんでいました。



大自然に繰り出して遊び尽くしました!

この景観は山形村では味わえない。



8月6日(土)、なろう原公園にてビィティングが行われました。ビィティングとは、木の枝や草などを棒でたたいて、下に落ちた昆虫を布製のネットで受け取って採集する方法です。



参加者は、講師の丸山隆さん(松本市)にビィティングの方法を教わり、各自用意したネットの代わりのビニール傘とたたき棒を持って山側の林でビィティングを始めました。傘にはクモの仲間や、ハムシの仲間、コガネムシの仲間など普段見ることができない昆虫たちが現れ、参加者は虫かごに入れて採集を楽しみました。途中セミの抜け殻をたくさん見つけた子どもたちは、セミの抜け殻採りに夢中になりました。また丈の低い草の中を歩くとたくさんさんのバッタがいて、捕まえるのに熱中していました。採集後は講師から昆虫の説明があり、初めて聞く名前や生態に聞き入っていました。



活き生き塾 活動記録

体力テスト(7月26日)

トレーニングセンター体育館において気温30℃を超える暑さのなか、体力テストが行われました。夏野菜調理実習の予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大第7波到来で急ぎ変更されました。

このテストでは、国の『新体力テスト』に基づき、①握力、②上体起こし、③長座体前屈、④開眼片足立ち、⑤10m障害物歩行、⑥6分間歩行の計6



握力テストの様子

項目を計測しました。10名の参加者は、各項目に真剣な表情で取り組み、「これが限界」「凄いね」「頑張りすぎた、筋肉痛になるかも」などの言葉を交わしながら、お互いを助け、声を掛け合って汗を流していました。

猟友会 慰霊祭

7月31日(日)、鷹の窪自然公園内の鳥獣慰霊碑前で、猟友会山形支部の会員と村関係者が集まり、慰霊祭が執り行われました。

参加者は慰霊碑に柵を捧げて狩猟した鳥獣の霊に手を合わせました。

鳥獣慰霊碑は昭和63年12月に建立され、平成のはじめから毎年この場所で慰霊が行われています。



慰霊祭後は本庄村長を交えての状況報告が行われ、今年の慰霊祭は終了しました。

ゴミを惜しまぬ行動がきつと未来をかえてゆく

夏の大河川清掃「ずは地球を救う」

7月30日(土)、役場住民課の継続企画で夏の河川清掃が行われました。前企画から約4ヶ月、果たして河川はきれいに保たれているのでしょうか。

今回は、Yふるさとレンジャー隊の児童とシニアサポーター、鉢盛中学校女子バレーボール部の生徒、公民館講座おやじ塾、一般参加など、60名を超える方がいずれも呼び掛けではなく自発的に申し込みされたとのことで、担当者には継続の力を感じていました。

出陣式では本庄村長の挨拶と住民課の中川課長の説明が行われ、危険な場所も多いため、安全を最優先することを確認しました。参加者は9班に分かれ、準備を整えた後は三間沢川、唐沢川の持ち場へマイクロバスなどに分乗して出発しました。

イベントの2日前に降った大雨の影響で事前に調査した時よりもゴミが減少していたとのことでしたが、参加者は石や草に絡みついたビニール系のゴミや護岸周りのゴミを丹念に回収していきましました。



この日は朝から急激に気温が上がり、酷暑での作業を約2時間、役場に戻った参加者は汗びっしょりになりました。ゴミの選別を行いました。閉会後は参加者にスイカが振る舞われ、暑い夏の清掃活動は終了しました。今回の成果は、可燃ゴミ120kg、不燃ゴミ50kgでした。老若男女問わずの大型イベントになった本企画ですが、環境を良くしたいという意識が村内で高まってきたことを強く感じました。



Yふるさとレンジャー隊も大活躍!!

風

おめでた字・題

(敬称略)

- 古畑 利都・茂幸・小坂
- 碓井 大輝・卓也・上竹田
- 平沢 真心・朋之・中大池
- 唐沢 碧波・優花・上竹田
- 大池 杏・沙耶華・下大池
- 大池 里奈・秀実・上大池
- 川口 昭紘・80歳・小坂
- 小口 たつ江・93歳・上大池
- 堤 きよ子・91歳・上大池

おおくやみ

今月の声

『還暦座談会』 ～還暦の会代表の一文に代えて～

コロナ禍で『じゃんずら』中止が決まり、還暦の会の結成も花火の打上げもできず残念です。今回編集部員が、還暦を迎えた方にお声がけし、感染対策に気を配りながら座談会を開催しました。

参加者

上條 満さん(上竹田) 上條 仁司さん(中大池) 竹野入 さゆりさん(上竹田※小坂出身)
塩原 浩さん(上竹田) 籾町 一彦さん(下大池) 清原 義雄 編集部員(上竹田)

1 私たちは、昭和36年度の生まれ、村の統合保育園第一期卒園生です。園舎は旧山形中学校校舎西側(現小学校低学年棟)、村民会館との併設でした。小学6年時に、山形村制100年、中学3年時は、鉢盛中学校開校10年と節目に当たり、昭和49年3月の卒業時は67名でした。

2 『じゃんずら』の起源・草創期について聞きました。
小学校のグラウンドで行われていた青年会・婦人会主催の盆踊りだったことが判明。青年会が会場中央の檣を組み、婦人会と青年会が中心となり、山形音頭・木曾節・炭坑節を踊ったものが『じゃんずら』の起源といえます。

3 嫁いで感じた地区の違いについて聞きました。
(竹野入さゆりさん)小坂から上竹田の四ツ谷に参りました。同じ村内でも様子が異なり、活発で賑やかな地域でした。最初は戸惑いましたが、だんだん慣れてきて『住めば都』になっていきます。

4 山形村の今後について聞きました。
灌水施設が備えられた平地(小坂原、竹田原)が続き、サラダ街道の走る私たちの故郷。
(上條仁司さん)『第6次山形村総合計画』策定に携わり、人口が減少する時代に対応できる施策を議論しました。

(籾町一彦さん)企業誘致などによる工業の振興とともに、基幹産業である農業を守っていくことが重要と考えます。また、山形村のブランドを強固にすることで、若い方がさらに集まるのではないかと考えます。

2 鉢盛中学校の変遷について聞きました。
私たちが在学中は穏やかな校風で、建て替え前の校舎でした(背景写真)。
(塩原浩さん)娘が中学卒業した20年前頃には、筑摩野中学校に次ぐマンモス校になっていました。

少人数が集まって話していると、コロナ禍が明けて皆が集まれる日のことを想ってしまう。
来夏のじゃんずら・還暦記念花火打上げができることを希求します。



自分サイズ

家庭菜園

手軽に たのしく おいしく

～野菜作り体験レポート②～



『手軽に家庭菜園』をテーマに山形村地域おこし協力隊OBで野菜作りが大好きな穴澤雅美さん(上大池)に教わり、庭先で家庭菜園に挑戦した編集部員Mの体験記録。
半畳程の大きさの畑に初心者にも育てやすい葉物野菜やミニ人参などの種をまき(本誌6月号参照)、栽培から初収穫までをご紹介します。

小さな双葉が芽を出した日から幸せを感じる毎日。側で眺めていたくて、空き時間に草を取ったりと土に触れることが日課になりました。そんなある日、20cm程に成長した小松菜の葉に無数の穴を発見し、穴澤さんへ連絡しました。「これはキスジノミハムシの仕業ですね」。恐れていた不安が的中。気温が暖かくなって虫たちが活発になったことが原因ですが、防除を甘くみていた自分を責めずにはいられませんでした。そんな私に穴澤

虫食いだらけの小松菜を収穫していると、子どもたちも庭に出て、楽しそうに畑から抜く始めました。「どうやって食べるの?」と興味を持った長男は味噌汁用に包丁でザクザク刻み、鍋に投入。自前の小松菜は優しい甘さで、びっくりしました。さらには葉物が苦手な子どもたちも完食し、「おかわり!」。
その笑顔に「家庭菜園すごい」と心が震えました。



さんが「美味しい野菜だからこそ虫も食べるし、虫食いがあっても自分で育てた野菜は美味しいですよ」と言った言葉にはっとしました。上手いかわからないことも、やってみたらこそ分かる経験。自分の手で一から育てた野菜を食べてみよう。

令和3年度対象者【平成13年(2001年)4月2日～平成14年(2002年)4月1日生まれ】90名(うち参加36名)



はたちの集い 8月14日(日)

3年ぶりに開催となった『はたちの集い』。
参加された皆さんは晴れやかな表情で旧友や恩師との再会を喜びました。

令和4年度対象者【平成14年(2002年)4月2日～平成15年(2003年)4月1日生まれ】93名(うち参加57名)



※成人年齢引き下げに伴い「成人式」の名称が「はたちの集い」に変更となりました。

山形村公民館報『館報やまがた』No.796 8月号 令和4年8月発行
編集と発行／長野県東筑摩郡山形村公民館 印刷／カシヨ株式会社

館報やまがたのバックナンバーは村のホームページ(こちらのQRコードから)でも見るができます→

