

館報

祝 開村  
149周年



10月号

No. 810

令和5年  
(2023年)

# やまがた



## 山形村の美味しい作物を全国へ たかさき 高崎 ひろゆき 寛之さん

キノコ(白ヒラタケ)栽培を始めて2年目になる高崎さん。高崎さんは元Jリーガーで、松本山雅FCで活躍されました。現役時代、お世話になった地域の方がたに恩返しをしたいという思いがあり、担い手が足りないことを知って、農業を始めたそうです。スイカや長芋の栽培も行っています。これからの目標を伺うと「山形村の美味しい作物を全国に広げたい」と爽やかな笑顔で話してくれました。

(10月6日 信州FarmLand(下竹田)にて)

働姿

# 災害時住民支え合いマップ作成 各地区の取り組み(中大池・下大池)

中大池区では8月19日(土)に、下大池区では翌20日(日)に、区長以下担当役員が集まって『災害時住民支え合いマップ』の作成や、作成を始める前の説明会が行われました。

先月号でもお知らせした通り、災害時、自力で避難する『自助』と、村や県、国が支援する『公助』の間をつなぐ、地区や集落単位による『共助』の基盤となるものです。中大池では役員の皆さんは各家庭から提出された資料を基に、住宅地図に自力避難が難しい人がいないかシールで色分けしました。



参加者の方からは「慣れない作業でしたが、調査票に目を通したことで、とても



も価値があると思えました。後は、作成したマップがいざというときにどれだけ機能できるかです」という感想が聞かれました。

## 先月号のご意見について

9月号の支え合いマップ記事について多くの反響をいただき、ありがとうございます。その中に「支え合いマップの主旨には賛成だが、連絡班未加入世帯が除外されるのは加入世帯との一体感が阻害され、行政の義務・使命にそぐわないのではないか」というご意見がありました。

マップ作成にあたって、たとえ加入世帯であっても調査票兼同意書が未提出の場合は要配慮者が存在するの各区の中でも把握できません。この部分をクリアすべく同意を得た上でマップ作成を行っています。

村では未加入世帯の課題を十分理解しており、未加入世帯にも役場総務課から調査票兼同意書を送付予定とのこと。そして、各地区の進展状況により、今後支え合いマップは各世帯へ配付される予定となっています。

また、9月号で紹介したように支え合いマップは公助が

始まる前の緊急避難を個人・集落単位で行う趣旨のもので、未加入世帯の場合は集落の区切りがないため、ひとりで動けない場合は公的機関の援助『公助』を待つほかありません。支え合いマップはこの緊急時の隙間を埋めるものであると思います。ただし、未加入世帯でも村内(できればご近所)に親しい付き合いの人がいれば、緊急時の声かけの申し合わせをしておくことで独自の支え合いの構築も可能であると思います。

さまざまな理由で止むを得ず連絡班に加入されていない方もいると思いますが、将来的にはこのような問題を解決するため、今までと全く違う視点で全世帯加入型の政策が議論される可能性もあるのではないでしょうか。

館報では今後も村で起きているありのままを伝えていきたいと思えます。

参考資料…  
避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針  
平成25年8月(令和3年5月改定)  
内閣府(防災担当)

こちらのQRコードからPDF版をご覧くださいませ

# 山すけ

私が館報編集部に入る前のイメージは、月に何度も会議があり、取材と記事作成が大変だろうと勝手な想像をしていた。誌

面のレイアウトや記事作成は私にとつて難儀であったが、諸先輩方の記事を手本に毎月記事を書いている。(私は編集部の中で数少ない手書き派だ)▼ここ数年、部員の負担を軽減する目的もあり編集部内のデジタル改革を紹介する▼編集作業で活用するアプリが導入され、リアルタイムに情報共有やスケジュールの確認ができるようになり、取材した写真や、私にとつて負担が大きかった記事作成もスマートフォンで文字を打ち込みアプリに送るだけで完結してしまう。これぞまさにDXということか▼「館報やってみない？」と急に誘われたら大変だと思われるかもしれないが、取材はカメラマンになった気分?で思った以上に楽しいものだ。どれだけデジタル化が進んだとしても、人と地域の橋渡し役として心温まる誌面づくりを心掛けていきたい。と同時に、この記事をご覧のあなたも館報の歴史を紡ぐ一員になっていただけたら大変うれしい。



図書館からのお知らせ

\*文化祭イベント

1. カードケースを作ろう

好きな模様の紙を選んで製作。図書館カード入れにぴったりです。

日時：11月4日(土)

10時00分～12時00分

13時00分～16時00分

(所要時間15分程度)

場所：山形村図書館

協力：鈴木 信さん (小坂)

申し込み不要。直接図書館にお越しください。

2. 松本山雅のしおり配布

3. リサイクルブック

11月4日(土)～11月12日(日)

\*リサイクル本募集中

文化祭の際、みなさんに提供するリサイクル本を募集しています。おうちに不要の本がありましたら、お譲りください。

あなたの本との出会いをお手伝い……図書館へ

BOOK No.66

編集＝山形村図書館

図書館を使いこなそう その①  
本の探し方出張授業

10月6日(金)、山形小学校4年生に、インターネットを使って『図書館の本を探すコツ』の授業をしました。

探し方を教わる機会がないまま成長し、お目当ての資料にアクセスできずにいる中高生を見てなんとかしたいと思っていました。小学校に相談したところ、快く受け入れていただき、出張授業が実現しました。



膨大な本の中からお目当ての本にどうやってたどり着けるかをタブレットを使ってやってみました。『魚』の本を探しましょう。キーワードに『魚』と入れると500件

以上出てきます。1冊ずつチェックするのは大変すぎる。『児童図書』に絞っても300件以上。道のりは遠い。

「よし、分類番号というのを使ってみよう」「脊椎動物487」を入れると、おお！26件まで絞り込まれた。これならお目当ての本にたどり着けるね。

分類の項目名は4年生には難しいけれど、この方法を知っていれば将来、効率よく本を探せます。「ポケモンの分類ってなに？」

「私が今借りてる本、ちゃんと貸出中って出る！」「カートにいれて」ってやってみよう。

意欲的にチャレンジしてくれる子どもたち。図書館を使いこなせる人になつてね。期待しています。

図書館を使いこなそう その②  
ただいま推進期間中！

図書館パスワードの登録はお済みですか？

インターネットで本の予約や貸出延長手続きができます。予約本がご用意できた際にメールでお知らせします。何かと便利な図書館パスワード。スマホやケータイとメールアドレス



レスをお持ちいただければ、登録のお手伝いをいたします。図書館員までお声がけください。昨年8月に電子図書館『デジとしよ信州』がスタートして1年経過しました。村内では約80人の方に利用登録をしていただきました。

私は病院の待合などの隙間時間に便利に使っています。

使ってみたくいけど手順が…という方、図書館備え付けのタブレットでお試しできます。こちらは予約制。ご都合の良い時にいかがでしょうか。

BOOK 66 新着本

《おすすめ新着本紹介》

『サボリ筋トレーニング』

笹川大瑛 KADOKAWA  
サボリ筋本来の機能を果たせていない筋肉に働きかけ、運動能力をアップさせるトレーニング。短時間で効果的な方法を伝授します。



『溶接の基本と作業のコツ』

宮本卓監修 ナツメ社  
機材が進歩して、誰でも溶接を始めやすくなってきました。バイクや自動車をいじりたい、キャンプ用品を作りたいなどの趣味に活かせる指南書です。



『大人のゆったり旅』

柳沢小実 大和書房  
急がず焦らず、体力的にも時間的にもゆつたりした大人旅。心地よく旅するためのアイデアを紹介しています。



『起業家フェリックスは12歳』

アンドリュウ・ノリス あすなる書房  
ちよつとしたおもいつきから爆発的大ヒット商品をうみだしたの12歳の子とその仲間達。ビジネス書とも言える一級品の物語です。



『つくって役立つ！防災工作』

プラス・アーツ監修 学研  
災害時には、予想もしない不慣れた状況になることも。少しの工夫でないものの代用ができます。災害時に直接役立つ工作をたくさん紹介しています。



『工事のくるま大集合！』

小賀野実監修 成美堂出版  
ブルドーザー、クレーン車など、工事や建設現場で活躍する車両を写真で紹介。車両のどの部分を使ってどんな作業をするのか、興味深いです。



### 山形小学校 6年生 修学旅行

9月13日(水)・14日(木)、山形小学校6年生が修学旅行に行ってきました。ここ数年はコロナ禍による行き先変更が影響し、東京都以外の行き先でしたが、4年ぶりに念願の東京方面への修学旅行が実現。1日目は『しっかり学ぶ』、2日目は『しっかり遊ぶ』とメリハリをつけた行程で計画され、初日は国会議事堂や国立科学博物館、カップヌードルミュージアムを見学し、説明をしっかりと聞く児童の姿がありました。2日目は、ドイツとアトラクションを楽しむことができました。

初めての経験や体験を通じて、6年生76名全員で、最高の思い出を作ることができました。



カップヌードルミュージアムにてパシャリ♪

### 通学路安全点検



今年度は5つの危険箇所を確認しました

9月27日(水)、山形村通学路安全推進会議が行われました。この会議は小中学校へ通う児童・生徒らが安全に通学できるよう教育委員会や学校関係者、区長会長、警察署などが集まり、学校などから提出された危険箇所の安全対策を考える会議です。危険箇所や改善要望を地図で確認しながら意見交換をした後、実際に現場を見て回り、安全対策を協議しました。昨今、多発している自転車の事故も踏まえ、交差点や横断歩道の道路標示・標識の設置や更新に加え、ヘルメットの着用など運転者側への安全教育の必要性も大切との意見などが上がりました。

### 山形保育園 運動会

9月26日(火)・27日(水)、山形保育園で運動会(兼参観日)が行われました。今年度も子どもたちが考えた種目で、園児たちの主体性を大事に考えた運動会でした。園児たち一人ひとりが一生懸命に頑張っている姿やみんなで力を合わせて協力しているところが印象的でした。



※山形小学校及びやまのこ保育園の運動会の様子は次号でお知らせします。

### 分館イベント 活動記録

■中大池分館  
9月23日(土)、区内一周ウォークラリーとモルック体験会が開催されました。薄曇りで日差しも強くなく、参加者は普段なかなか意識しない区内の神社や道祖神を見直したり、初めてのモルックをかわるがわる楽しんだりしました。



くだった方には楽しんでいただけたと思います」と話していました。

分館長の上條浩明さんは「春のスポーツ大会と秋のバスハイクが行えなかつたので、両方を兼ね備えたような文化的行事を企画しました。幸い天候に恵まれ、参加して

### ■上大池分館

9月24日(日)、ふれあいドームでモルック大会が開催されました。

モルックは初めてという人も多く、練習時はよそよそしい雰囲気もありましたが、いざ本戦が始まるとゲームは白熱していきましました。

3試合のチーム戦を終えて、個人総合150点満点が2名誕生。豪華商品券をかけて優勝決定戦に突入です。優勝は、中村映南さん(5歳)、準優勝は中村真緒さん(9歳)

と、3位まで子どもたちの独占となり、会場はさらなる盛り上がりを見せていました。

←(左)中村映南さん、(右)中村真緒さん





# 秋の例大祭特集

## 建部神社

9月16日(土)・17日(日)

コロナ禍で取りやめていた子ども神輿が復活し、子どもたちの担ぐ4基の神輿が上竹田・下竹田の各地で見られました。



## 小坂諏訪神社

9月16日(土)・17日(日)



小坂祭り青年会と氏子による4年ぶりの人力での舞殿曳行が行われました。乗り子と笛師が演奏するお囃子、神社境内では振舞酒や小坂祭り青年会による飲料、ポップコーンの出店もありコロナ禍以前のお祭りが戻っていました。神社に舞殿が到着し神事が執り行われ、コロナ禍ではかなわなかった舞姫による浦安の舞が奉納されました。

## 大池諏訪神社

9月30日(土)・10月1日(日)

今年は祭青年が不在となったため、祭典委員と祭りばやし等保存会が中心に準備を進めてきたとのこと。舞殿に6名、舞姫に3名の子どもたちが参加し、稽古の成果を遺憾なく発揮していました。上大池ではお馴染みの獅子舞とおかめひよつとこは中止となりましたが、1994年7月『平安建都1200年全国祇園祭山笠巡行』に京都遠征した記録映像が発掘されたとのことで、上映会が用意されていました。宵・本祭りとも大勢の参拝客が訪れ、活気と笑顔溢れるお祭りとなりました。

浦安の舞 (舞殿演奏)



わっしょい!  
わっしょい!

## 第26回 山形村民ゴルフ大会

9月6日(木)、安曇野市の豊科カントリー倶楽部で第26回山形村民ゴルフ大会が開催されました。当日は、あいにくの天気の後半になればなるほど雨足が強くなる一日になりましたが、全組がコースを回り切ることができました。

大会終了後には、ミラ・フード館で4年ぶりとなる閉会式も開催され、100人を超える参加者はプレーと久しぶりの歓談を楽しみました。



## 第8回村長杯 マレットゴルフ大会

9月17日(日)、なろう原公園でマレットゴルフ大会が開催されました。

今回はマレットゴルフ愛好会の会員21名が3人ずつ7パーティーに分かれて、全18ホールを2ラウンド、36ホールのスコアで競いました。秋晴れのなろう原で、参加者は楽しそうに、しかし、一打一打真剣にボールを進めていきました。白熱の大会結果は、伊藤みどりさんが総合優勝に輝きました。



### 大会上位表彰者

優勝 両角 浩一さん  
準優勝 堤 輝敏さん  
ベストグロス賞(男子) 堤 輝敏さん  
ベストグロス賞(女子) 上條登志子さん

### 大会上位表彰者

総合優勝 伊藤みどりさん  
男子優勝 齋藤 良次さん  
同2位 百瀬 利春さん  
同3位 赤羽 誠さん  
女子2位 齋藤 正子さん  
同3位 桐原 淑子さん





### 活き生き塾 活動記録

9月26日(火)

#### ウォーキング体験 in スカイパーク

9月12日(火)

この日は快晴で見晴らしが良い環境でのウォーキングとなり、景色や花、会話を楽しみながら無理のないスピードで進みました。途中、東屋で休憩し持参の飲み物やお菓子で歓談。汗ばむ肌の日陰で通り抜ける風が涼しく感じ、とても心地よかったです。体力面を考慮して予定より若干早めに集合場所へ戻りましたが、参加者は「ちようど良い運動だった、楽しかった」と笑顔で話してくれました。



#### くらし薬膳を知ろう！

トレーニング  
センター食堂

にて、くらし薬膳の体験講座を行いました。くらし薬膳とは、特別な手間をかけず、身近な食材や普段の食事から心と体のバランスを整える方法を指します。くらし薬膳アドバイザーの朝倉真由美さん（東京都※下大池出身）を講師に迎え、簡易的な身体チェックを体験。私たちの身体は、生命と活動のエネルギーである『気』、栄養と潤いを与える『血』、潤いを与える血以外の水分である『水』から構成されると捉え、3つの側面から体調を分析します。そして実際に薬膳を試食しながら、自分の体調に合った食材や調理方法を学びました。参加者のみなさんは、手足の冷えやお肌の乾燥など日頃の悩みを相談、共有しながら熱心にメモを取っていました。



#### 夏バテ回復レシピ 実践編

10月10日(火)

前回のくらし薬膳講座をもとに、夏に疲労がたまつた体と心を癒やすレシピの調理体験をトレーニングセンター調理室にて行いました。献立は旬の野菜中心の7種類のおかずと三十穀米のごはんでした。簡単にレシピの内容を確認すると、参加者はさつと作業を分担し、手際よく調理を進めていきました。できあがった料理は全員で実食し、おいしさのポイントについて会話が広がりました。

前回講座で講師の朝倉真由美さんが考案したレシピを紹介した参加者の村瀬倭文子さん（下大池）は、「今日のレシピは家庭にある材料で、作り置きできてその上温めなくてもおいしいものばかりです。食事で夏バテ解消など心身の調子を整えられるといいですね」と話していました。



### おやし塾活動記録

#### ウォーキング体験

9月22日(金)

村のウォーキングマップをもとに散策を行いました。この日は、雨上がりの曇天で暑さが和らぎ歩くには最良の日となり、参加者は心地良い汗をかきました。



小学校近くの石碑群（紺綬褒章永田兵太郎之碑、普選の父中村太郎生誕の村、開村百年記念、図書館（旧青年会館）、下大池道祖神、酒屋（松泉）跡の榎の木、八幡様、なろう原公園、西沖水田構造改善記念の碑・国営右岸幹線（梓川から取水した農業用水）の案内図まで回って、山形村の歴史に触れてトレーニングセンターに戻りました。次回は、『山形村の灌水』について理解を深める予定です。



### 風

おめでた字・題 (敬称略)

- 大川 榎樹 健太郎 下竹田
- 中野 令凰 幸司 下竹田
- 工藤 想来 直生 小坂
- 早苗
- 桐原 すみ子 97歳 上竹田
- 百瀬 久枝 70歳 下竹田
- 上條 徳子 92歳 上竹田

### 手作りトマト ケチャップ講習会

8月20日(日)、エポック館加工室にて、手作りトマトケチャップ講習会が行われました。毎年恒例の講習会で、今年も開催日を増やしたにもかかわらず、すぐに満員となる人気ぶりです。講師の稲田順子さんと伊藤幸江さんから説明を受け、ケチャップ作りがスタート。真夏の厳しい暑さに加え、トマトを煮込む鍋の熱気が立ち込め、非常に大変な作業でした。参加者のみなさんは互いに手順を確認したり、積極的に質問したりと熱心に取り組み、ケチャップをビンに詰める作業まで終わりました。最後はできたてのケチャップを使ったナポリタンを試食。「こんなに美味しくてできると思いませんでした。最高です」と声が上がりました。



### そば打ち体験会



9月23日(土)、ミラ・フード館にて観光協会主催のそば打ち体験が行われました。今回、ほぼ村外の方の参加となりました。最初に講師の説明と実演のあと、そば打ち開始です。打ち方で一番難しいのは粉に水を混ぜる『水回し』と講師の説明がありました。参加者はそばを伸ばす『のし』が一番難しく感じていたようです。切ったそばは持ち帰りで、皆さん美味しく召し上がったのではないのでしょうか。安曇野市から参加の矢口潔さんは「会場の雰囲気も良く、楽しく打てました。また参加したいです」と話してくれました。

### きのこ中毒防止展示会

10月2日(月)・3日(火)、いちいの里で松本食品衛生協会山形村支部主催のきのこ展示会が開催されました。猛毒のドクツルタケなど毒きのこが28種、不食きのこ(毒性はないが食べない方がよいもの)が39種、食用きのこ48種が展示され、きのこの持ち込み鑑別にも対応していました。初日は、きのこのどんの試食が復活。来場者はきのこの旨味を堪能していました。

『知らないきのこは食べない』これは山国で暮らす者の掟です。毒きのこに十分注意して秋の味覚を満喫しましょう。



### 山形小学校へお米が贈呈されました

10月3日(火)、黒川堰の水で育ち収穫されたお米(コシヒカリ)60kgが黒川堰土地改良区理事長の上條重幸さん(上竹田)から、山形小学校へ贈呈されました。4年生の給食委員へ手渡しで行われ、お米は全校の給食2日分になります。



分かりやすい資料をもとに授業が行われ、学びを深めていきました。



黒川堰の詳しい資料は、書籍の他、山形村民話クラブで作成した紙芝居、明治150周年を記念して作成されたDVDなどがあります。山形村図書館で貸し出ししているものもありますので、ぜひこの機会に黒川堰の歴史に触れてみてはいかがでしょうか。







# もしもに備え 日々訓練

田口 <sup>りゅうた</sup>龍太さん  
<sup>あい</sup>愛さん(下竹田)



長野県唯一の自衛隊駐屯地であり『精強山岳部隊』を掲げる松本駐屯地に勤務する龍太さん・愛さんご夫妻。龍太さんの勤務地であった群馬県に愛さんが臨時配属されて出会いました。愛さんの仕事のステツプアップのための研修などで数年間遠距離になるも交際は続き入籍。ふたりとも松本駐屯地勤務となり、松本市での生活をスタートさせました。

山形村への移住を意識したのは、松本市に先駆けた満18歳までの子ども医療費の助成（山形村では平成28年度、松本市では令和4年度から実施）など子育て支援の手厚さから。実際に住み始めてからも、公園やプール、子育て支援センターなどを利用して、子育てのしやすさを感じているようです。

「災害や遭難など何か起これば全国どこへでも向かう可能性があり、もしもに備え日々の訓練・体力作りに励んでいます」と、猛暑の中でも隊服に身を包み笑顔で話してくれるふたりの姿は頼もしかったです。

## 今月で開村149周年!

山形村開村149周年おめでとうございます。 山形村公民館 編集部

### チャレンジ! 9月号の答え

### CHALLENGE 館報

8つの違い見つけられた?



### 山形村開村150周年記念 超マニアック三択クイズ!の答え

問題1 開村150周年記念ロゴマークはどれでしょう?  
正解は ②



問題2 山形小学校が、山形学校として現在の位置に落成されたのは何年でしょうか?

正解は ③明治42年  
①明治33年 は 建築計画が議会で承認された年。  
②明治40年 は 起工式の行われた年でした。

館報やまがたへの情報提供募集中  
身近な情報・感想をお寄せください!

フォーム 右のQRコードを読み取ってください。  
電話 山形村公民館 ☎0263-98-3155



山形村公民館報『館報やまがた』No.810 10月号 令和5年10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→

