

石武報広

発行 長野県小県郡武石村役場総務課 (0268) 35-2311(代)
E-mail office@vill.takeshi.nagano.jp URL http://www.vill.takeshi.nagano.jp
編集 広報編集委員会 印刷 有限会社大和印刷

今月の主なページ

- 2 ともしびの里駅伝大会
- 4 魅力ある地域づくり
- 5 レッツちゃれんじ2005
- 6 人権教育紙上講座
- 8 こんにちは社協です
- 10 四葉のスケッチ
- 12 村の石造物あれこれ
- 14 武石村の上半期財政状況
- 16 暮らしの便利帳
- 20 戸籍の窓



ともしびの里駅伝大会

10月23日、紅葉で色づいた山里と走るともしびの里駅伝大会が行われました。当日は秋晴れとなりましたが、前日の雨で浅間山山頂にうっすら雪が見えました。スポーツの秋も終わり、本格的な冬がやってきます。

12

平成17年12月1日

No.461

今月の人口・世帯

人口.....4,255人 世帯.....1,455戸



ともしびの里文化祭 JA フェスティバル



十一月五日と六日、ともしびの里文化祭とJAフェスティバルが開催されました。ともしびの里文化祭には、盆栽や書道、手芸、絵画など、村内のサークルやグループ活動の作品が展示されました。また、JAフェスティバルでは、毎年好評の肉うどんや農産物、水産物の直売などが行われ、大勢の人で賑わいました。



十月二十一日、保育園では武石村生活改善グループのみなさんとさつまいもの収穫をしました。六月に植えたさつまいもは園児たちの顔ほどに大きく育ちました。途中で折れないように小さな手で一生懸命掘りました。収穫したさつまいもは、保育園でやきいもにして食べました。

さつまいも掘り

保育園 行事



十日夜

十一月二日、保育園で十日夜が行われました。十日夜で使うわらでつぼうは老人クラブのおじいちゃんやが作ってくれました。「ミウガの茎を入れると音が良んだよ。」などと話しながら、園児たちも一緒に手伝いました。また、老人クラブのおばあちゃんにはお手玉を習いました。「昔はこんな風にやってよく遊んだもんだ。」などと上手に手のひらで遊ぶ姿に園児たちは目を丸くしていました。最後には最近あまり見なくなった杵と臼でのもちつき。園児たちは「ヨイショ！ヨイショ！」と大きなかけ声で餅をつきました。つきたての餅は老人クラブのみなさんとお昼にいただきました。



十月二十三日、第一六回ともしびの里駅伝大会と第二十回上田市東御市小県郡市町村対抗駅伝大会が開催され、県内外から八十三チームが参加しました。午前十一時にともしび博物館をスタートしたランナーたちは、全長二十五・一の道のりを七人でつなぎます。前日に雨が降ったため、天候が心配されましたが当日は秋晴れとなり、木々が紅葉した山里で健脚を競い合いました。レース結果は次のとおりです。

各大会の結果

第16回

ともしびの里駅伝大会

優勝
練馬区EKIDENチームA
(1時間23分42秒)
【東京都練馬区】
準優勝
丸子実業高校陸上競技部A
(1時間24分25秒)【丸子町】



第3位
第2車両性能開発部A
(1時間27分11秒)
【愛知県豊田市】
第4位
佐久クラブ
(1時間27分25秒)【佐久市】
第5位
小諸高ファイターズ
(1時間28分8秒)【小諸市】
第6位
佐久長聖元野球部
(1時間28分47秒)【佐久市】
第7位
友遊会ドリーム
(1時間29分37秒)【小諸市】
第8位
チームみやけん
(1時間32分3秒)【武石村】
第9位
エヴィスA・C
(1時間32分59秒)【佐久市】
第10位
アベハ駅伝クラブ
(1時間33分36秒)【松本市】
第20回
上田市東御市小県郡
市町村対抗駅伝大会
一般の部
優勝
上田市(1時間21分45秒)



準優勝
丸子町(1時間22分35秒)
第3位
真田町(1時間28分37秒)
第4位
武石村(1時間30分58秒)
第5位
東御市(1時間40分33秒)
小中学校の部
優勝
丸子町(1時間33分16秒)
準優勝
真田町(1時間35分44秒)
第3位
東御市(1時間36分53秒)
第4位
上田市(1時間38分17秒)
第5位
武石村(1時間44分42秒)

魅力ある地域づくり

「地元企業のさまざまな活動」

武石村工業振興会



「わらないと会社も変わらない。」
「人づくりを大切に、自社の価値を高めよう。」などと自社の経験を交えた講演内容でした。

武石村建設業協会

十月二十六日には、武石村建設業協会十八社六十名が道路清掃を行い、村内の通学路をきれいにしました。研修会と道路清掃に参加した事業者の方々は「合併して大きくなっても武石地区は残る。地元の事業者さんたちと一緒に地域づくり人づくりができれば良い。これからもうるんなことをやっていきたい。」と抱負を語ってくれました。



参加者は「結構ゴミが落ちていた。きれいになると気持ちが良い。これからも進んで参加したい。」と話していました。

J A信州うえだ



十一月十二日、J A信州うえだでは、全地区統一日での管内の主要道路沿いの清掃活動を行いました。地域の持続的発展と魅力ある地域社会づくりを目指して、環境保全に役立つことをと企画されました。依田窪管内は武石バイパスと長門バイパス、

和田バイパスを総勢八十三名で清掃活動しました。

第十二回 分館親善

マレットゴルフ大会

十月三十日、森林公園マレットゴルフ場を会場に第十二回分館親善マレットゴルフ大会が開催されました。大会の結果は次のとおりです。（敬称略）

- 団体の部
 - 優勝 セケ A
 - 準優勝 上本入東部 A
 - 準優勝 堀の内 A
- 個人の部
 - 優勝 橋詰忠之（市之瀬 A）
 - 準優勝 元木芳子（セケ A）
 - 第三位 滝沢留蔵（上本入東部 A）



第二十七回 武石村

バレーボールリーグ戦

第二十七回武石村バレーボールリーグ戦が十一月二日に閉幕しました。六チームが参加し、連日連夜、熱戦が繰り広げられました。大会の結果は次のとおりです。

- 優勝 上本入チーム
- 準優勝 ワインチーム
- 第三位 小沢根チーム

第五十一回 長野県更生保護大会

十月三十一日、佐久市において、第五十一回長野県更生保護大会が開催されました。大会では、更生保護事業の進展に寄与された功績としてセケの中原成子さんに関東地方更生保護委員会委員長より感謝状が送られました。また、多年保護司として尽力されたとして、片羽の小山洋江さんに長野県保護司会連合会より表彰状が送られました。

レッツ
ちゃれん児
2005

高瀬ダムと大町山岳博物館へ

行って来たよ！

九月十七日（土）に大町市にある「高瀬ダムと新高瀬川発電所」並びに「大町山岳博物館」に二十七名の児童で見学学習に出かけました。今回はこれに参加した児童の感想文を紹介します。

▲高瀬ダムの歩道にて
新高瀬川発電所にて



高瀬ダムと大町山がくはく博物館へ行ったこと
三年敬組 丸山隆史
レッツちゃれん児で大町市の高瀬ダムへ行きました。さいしょに高瀬川テプコ館へ行き、高瀬ダムづくりのビデオを見ました。その後、本物の高瀬ダムへ行きました。天気がよかったので、えぼしだけこの地方の山岳名も見えました。高瀬ダムは大きな石を使ったロックフィルタイプのダムで、高さは一七六メートルだそうです。とても大きかったです。その後、新高瀬川発電所へ行って、水車ランナーを見学しました。ポンプ水車の重さは一七〇トンで、一分間に二四〇回くらい回るそうです。すごく大きかったです。そしてテプコ館へ帰ってから、大町山がくはく博物館へ行きました。山のぼり道具のせつ明とかカモシカなどの動物のせつ明をききました。とても楽しかったです。



大町山岳博物館にて

高瀬ダムと大町山岳博物館

五年敬組 湯本美幸

朝七時三十分に出発してバスで高瀬川テプコ館へ最初に行つた。高瀬川テプコ館ではロックフィルタイプの高瀬ダムと地下で揚水発電を行う「新高瀬川発電所」のせつびの仕組みや様子を映像などで紹介してくれました。またクイズなどで電気のことや学べました。
次に高瀬ダムへいきました。岩石や砂利を積み上げ、ダムの内部は水を通さない材料でできていて、高瀬川ダムは一九六九年に着工十年のとし月をかけて完成した日本一のロックフィルタイプのダムです。ダムの高



高瀬川テプコ館にて

さは一七六メートルの深いダムです。ダムの表面には巨大な自然石が積みまわっていました。ダムは広くきれいでした。
それから新高瀬川発電所へ行きました。山の地下にあるこの新高瀬川発電所は深夜に昼間の半分以上になる電気を利用して下のダムの水を上のダムにくみ上げ、昼間に上のダムの水を落として発電する方式の揚水発電を行っていました。
次に昼食を大町緑地公園で食べました。おいしかったです。それから大町山岳博物館へ行きました。大町山岳博物館には北アルプスを中心とする登山の歴史や自然についてなどがありました。らい鳥やサルなどのほくせいがありました。
こんどは家まで行きたいです。

同和問題とは、日本社会の歴史的発展の過程で形作られた身分差別により、国民の一部の人々が長い間、経済的、社会的、文化的に低位の状態を強いられ、今なお結婚を妨げられたり、日常生活の上で色々な差別を受けるなど、わが国固有の重要な人権問題です。

近年の県内の相次ぐ差別事件を見ますと、東御市の差別発言、佐久市の住職による過去帳への差別記載事件、長野市内中学校

への差別電話、軽井沢町ホテル従業員差別事件、長野市県道カイドール差別落書き、高校差別落書きなどのほか、各地における差別の落書きや差別発言事件がおきています。最近、インターネットを利用した差別事象も多発している状況にあります。

このように全国では、多くの人々が人権侵害に苦しんでおり、こうした人々を救済する法律の制定が求められているところで

公民館図書室だより
～新刊が入りました、ご利用ください。～

- ダイアナ妃物語 (マーク・セラシニ著 小林浩子訳)
- タイガー・ウッズ物語 (S・A・クレマー著 小林浩子訳)
- 地名で探る縄文語 (小林 榮 著)
- 女子アナ失格 (藪本雅子 著)
- 生きて死ぬ智慧 (柳沢恵子 著)
- 熊野、修験の道を往く (藤田庄市 著)
- 日中はなぜわかり合えないのか (莫 邦富 著)
- ブタン仏教から見た日本仏教 (今枝由郎 著)
- 点字とつづえん (菊地 清 著作)
- 点字さわってくらんだれのか (中塚裕美子 著)
- ルネ・ラリック 光への軌跡 (池田まゆみ 著)
- 長野県文化財 (県教育委員会 監修)
- 長野県動物園話集 全十五巻 (棕 鳩十 作)
- 棕 鳩十動物園話集 全十五巻 (棕 鳩十 作)

(片耳の大ジカ・月の輪グマ・大造じいさんとガン・三日月とタヌキ・カモの友情・太郎とコロほか)

す。

こうした同和問題の解決を図るため昭和四十四年以降三度にわたる特別措置法が実施され、同和地区内の環境整備や基盤整備が行われ、ハード面においては大きく改善されましたが、結婚問題をはじめ差別発言、差別落書きなど差別事象は後を絶たないのが現実です。

国においても、部落差別の解消を目指して積極的に啓発活動を展開していますが、私たちもこの人権週間を同和問題について考える機会にしたいものです。

エイズ、ハンセン病患者に
対する偏見をなくそう

エイズ、ハンセン病などの感染症に対する正しい知識や理解の不足から、これらの患者や元患者が就職拒否や職場解雇、入学入園の拒否、医療現場における診断拒否や無断検診などを受け、社会生活の様々な場面で人権問題が生じています。

このような偏見や差別をなくすためには、エイズやハンセン病に対する知識と理解が必要不可欠です。

この機会に、エイズ感染者やハンセン病に対する正しい知識と理解を深めましょう。



学童クラブピーターパン

いづみ会のおばあちゃんありがとう

実はピーターパンには毎月1回土曜日にボランティアグループ「いづみ会のみなさん」が子どもたちの遊び相手をしてきてくださっています。風船バレーやお手玉、おはじき、紙芝居など昔の遊びを取り入れて子どもたちのために工夫をこらして遊んでくださるのです。当初昔あそびは今の子どもたちにはあまり身近ではないようでした。最初のうちはおはじき遊びをやったことのない子がほとんどで、興味をしめさない子もいました。でもいづみ会のみなさんの優しさに包まれながら、今ではピーターパンでの普段の生活でもおはじきを持ち歩いているぐらい気に入ったようです。なかにはうまくできなくて、もう絶対おはじきなんてやらない!!とかんしゃくを起こした子も、指先がだんだん器用になってきているのかピーターパンで一番のおはじき上手になりました。また、子どもたちが将棋に夢中になり、「将棋をやりたい」というと、その次の会にはお店では見たことのないめずらしい将棋の板や駒をおうちから探し出して持って



きてくださり、子どもたちは「うわーこんなの見たことない!!」と嬉々として将棋に夢中になっていました。いづみ会のみなさんのほかにも空いている時間にフラットと学童に立ち寄り子どもたちと遊んでくれる大人やOBの中学生がいてくれ、その度子どもたちは大歓迎。「遊ぼうー遊ぼうー」と歓声があがります。遊んでくれる目上の人の姿…そこから子どもたちは憧れや尊敬、そしてやさしさなどいろいろな気持ちを抱き成長の糧にしているようです。地域のみなさんに見守ってもらえる場、それが学童です。

健康センター 通信 12月号 保健福祉課 85-2067

高尿酸血症と痛風 (その2)

前回「尿酸とは何か」「尿酸が高くなるとどういふことになるか」について考えましたが、今回は予防について考えてみましょう。

高尿酸血症の原因

腎臓からの排泄が低下する尿酸排泄低下型と肝臓での産生が増加する尿酸産生過剰型に分類されますが、実際には両者の混合型も存在します。遺伝子の異常、病気、各種薬剤などによるものもあります。ここでは生活習慣に関係するものを取り上げます。

予防の柱

肝臓での尿酸産生量と腎臓からの尿酸排泄量をそれぞれ適正に保つ。

【尿酸産生量の適正化】
食事中のプリン体を過剰

に摂らないこと
アルコールを過剰に摂らないこと

【尿酸排泄量の適正化】

肥満と運動不足を解消してインスリン抵抗性を解消する。
尿をアルカリ化する食品を摂取して腎臓における尿酸結晶の析出を防止する
十分な水分を摂取して尿中への排泄を促進する

適正なプリン体摂取量

1日に摂取する食物プリン体は300 以下が望ましい。肉や魚にはたくさん含まれる(特にレバーやちりめんじゃこ)ので摂取量に注意して、上手に選択することが望ましい。またプリン体は水溶性であり煮汁中に溶出しやすいため、高プリン体

食品は焼いたり炒めたりするよりは煮て、その煮汁を摂らなければ、摂取量を減らすことができる。逆に肉や魚の煮汁を使用したスープやエキ스는要注意である。

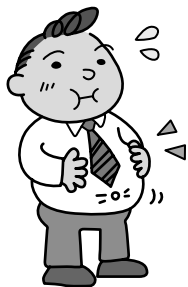
適正なアルコール摂取量

純アルコールとして20g以下が望ましい。ビール500、日本酒一合(180)、ワイン200、焼酎25度100、ブランデーやウイスキー60程度までがそれぞれ適量である。また酒の肴は高プリン体食品が多く、この点にも注意が必要である。



インスリン抵抗性の解消

肥満や運動不足でインスリン抵抗性(インスリンの働きが悪くなる)になると血糖が高くなり、血糖を早く正常化させるためにインスリンが過剰分泌される。そのために腎臓に対するインスリン作用が増大し、尿酸排泄低下を起こす。



十分な水分摂取と アルカリ性食品

尿酸は腸管内や汗中にも排泄されるが、主要な排泄経路は腎臓から尿中である。従って十分な飲水により、尿量を1・5、2リットルに保つ必要がある。また高尿酸血症では一般的に尿のpHも低下しており、尿中の尿酸結晶の析出が起りやすく尿酸結石の原因になるため、尿をアルカリ化する食品の摂取

を心がける。アルカリ化食品には牛乳、大豆製品、野菜、きのこ、海藻、果物、芋、日本茶がある。しかし、大豆製品、ほうれん草、カリフラワー、えのきだけ・なめこなどのきのこにもプリン体が含まれるので、注意が必要である。魚肉類は酸性化する食品が多くプリン体含有量も多いため、量に気をつけたり、野菜などアルカリ化食品との組み合わせなどが大切になります。

12月の保健予防計画			健康センター	
月 日	曜日	事業	時 間	
12月12日	月	定期健康相談	午前10:00～11:30	
13日	火	自由あそびの日	午前10:00～11:30	
15日	木	高齢者料理教室(なでしこ)	午前10:00～午後1:00	
16日	金	料理教室(パセリグループ)	午後 1:15～ 4:00	
20日	火	あそびの教室	午前10:00～11:30	
1月6日	金	男性料理教室	午前10:00～午後1:00	
10日	火	あそびの教室	午前10:00～11:30	
10日	火	予防接種(三混:予備日)	午後 1:15～ 1:30(受付)	

除雪についてご理解とご協力を

今年も、冬将軍がやってくる季節となりました。冬の雪道をより安全に、より快適に利用するために、次のことに注意しましょう。

冬の道路について

冬季は雨が降っても、雪が降っても夜間や早朝になると気温が下がり道路は凍結します。凍った路面では人も車も滑りやすくなり、スリップによる事故が多くなります。「雪道はすべりやすい」まずこのことを認識して、急発進、急加速、急ハンドル、急ブレーキには注意しましょう。

除雪にご理解を

冬季は夜間に路面が凍結しやすくなります。除雪をていねいにしたり、融雪剤(塩カル)をいくら散布しても、夏場の路面のようにはなりません。また、融雪剤も環境に配慮して、必要最小限としなければなりません。除雪に要する費用はみなさんの税金でまかなわれています。

雪道でのご協力を

除雪車が通った後、家の入口に雪が残ります。自宅周辺や歩道や通学路、高齢者宅などの家の入口の除雪は地域でお願いします。

冬季の道路通行についてのお願い

冬季の路面管理には万全を期して対応します。しかし、費用や、機材などに限界があり万全とはいえません。また、平地部と山岳部では気象状況が違い、平地部では乾燥路面でも、峠道では凍結しているときが多々あります。凍結、積雪道路においてはスタッドレスタイヤ、タイヤチェーン等の防滑装置の早めの装着と、時間に余裕をもってスピードを控えめにした安全運転に心がけましょう。



- 上田建設事務所 23-1260
- 建設環境課 85-2793

* ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ * ~ *

ご注意ください冬季の水道

水道の凍結にご注意

寒さが日に日に厳しくなり、水道の凍結が心配される季節となりました。水道凍結防止帯や不凍栓の確認を行い、凍結の防止をお願いします。古い不凍栓を半開きの状態にしますと漏水の恐れがありますので、不凍栓の開閉は最後までキチンと回ったことを確認してください。

また、寒さで水道メーターが凍結し破損してしまうことがあります。破損したメーターの交換費用は自己負担となります。このため、メーターボックス内に発泡スチロール等の保温材をぬれないよ



うにビニール袋などに入れ、メーターの保護をお願いします。

水道メーターボックス周囲の除雪をお願いします

各ご家庭の水道使用量を調べるため、メーター検針員が二か月に一度(奇数月の末)、検針にお伺いしています。

冬期間は積雪によりメーターボックスの位置がわからなかったり、凍結でフタが開かなかったりして、検針に支障が生じます。

そこで、積雪のあった時は、メーターボックス周辺の除雪をお願いします。

- 建設環境課 85-2793

しんにちは 社協です

福祉の地域づくりをめざして
社会福祉協議会 85-2466

老人クラブ連合会 親善ゲートボール競技大会

十月六日第二十二回老人クラブ連合会親善ゲートボール競技大会が、武石村ゲートボール場に於いて開催され、各地区から十チーム参加し、盛大に行なわれました。この大会は、会員の健康保持増進と連帯意識の高揚を図るとともに親睦を深めることを目的に毎年開催しております。なお、大会の結果は次のとおりです。

- 優勝 沖チーム
- 準優勝 藪合チーム
- 第3位 ケーチーム

身障者希望の旅



障害者とその介護者の福祉の向上を図る為、十月十二日と十三日の二日間、希望の旅事業を行ないました。今年は十四名が参加し、大町温泉へ行きました。二日目は高瀬ダムまで行き、発電所の見学をしました。紅葉はまだ早かったですが大気が良く、槍ヶ岳が見え、参加された皆さんは堪能されておりました。

大正琴演奏 ~ デイサーピスで披露 ~

りんどう会の皆さんが十月十九日から四日間わたって大正

もみじ会 日帰り旅行

十月二十六日、会員二十四名が参加され、高山村の七味温泉へ行きました。紅葉がとてもきれいで、満喫

琴の演奏を披露して下さいました。利用者の皆さんは知っている曲を口ずさんだり、美しい音色に聞き入っていました。

りんどう会の皆さんが毎年デイサーピスを訪れていただいて利用者の皆さんも楽しみにされております。



赤い羽根共同募金

ご協力ありがとうございました。

地区名	金額(円)	戸数
鳥屋	105,000	105
沖	154,500	155
藪合	123,000	123
中島	39,000	39
七ヶ	164,500	173
片羽	59,500	62
堀之内	61,700	63
市之瀬	55,600	57
下本入	82,500	82
権現	28,500	28
下小寺尾	26,000	26
上小寺尾	26,000	26
唐沢	25,000	25
築地原	26,500	25
大布施・栗	17,000	17
西武	21,500	21
小沢根	83,500	81
余里	60,500	61
合計	1,159,800	1,169

してきました。ひとりでは生活されております皆様は、日頃外出機会の少ない方が多いので毎年楽しみにされております。



心配ごと相談日

期日 12月12日(月)
時間 午前9時~正午
場所 老人福祉センター

やすらぎ忘年会

期日 12月18日(日)
時間 午前10時~
場所 中央公民館

補聴器相談日

長野補聴器
期日 12月19日(月)
時間 午前9時~正午
場所 老人センター

Information

上田市

上田市民の森スケート場オープン

オープン初日の12月17日(土)は入場無料です。

営業期間 12月17日(土)～来年2月12日(日)

休業日 12月31日(土)・1月1日(日)

営業時間 9:00～16:30(入場は16:00まで)

入場料 大人750円/中学生以下・付添い人300円
未就学児は無料

貸靴料金 1人1回300円

問合せ 市民の森 スケート場
27-9396

丸子町

氷灯ろうを楽しんで、「文殊の湯」でゆったりどうぞ

氷灯ろうの点灯は、12月29日(木)から2月12日(日)まで毎日、日没(午後4時半頃)から夜9時頃まで行われています。幻想の世界を楽しんだら、会場に隣接する共同浴場「文殊の湯」で、体の芯からあたたまってください。氷灯ろうの点灯希望者は、開始時刻までに「文殊の湯」前へ。

●「文殊の湯」ご利用案内

営業時間 9:00～21:00(年中無休)

入浴料金 一般300円(宿泊客200円)

問合せ 鹿教湯温泉観光協会 44-2331

真田町

2006カウントダウン花火大会

「3、2、1」とカウントダウンして午前0時に打ち上がる大スターマイン。2006年のスタートを菅平高原で迎えませんか。白銀の世界の夜空を焦がす花火大会におこしく下さい。

日時 12月31日(土) 午後11時55分～

場所 菅平高原国際リゾートセンター前特設会場

問合せ 菅平高原観光協会 74-2003

武石村

番所ヶ原スキー場OPEN!

上質の雪を満喫できる穴場的グレンデ

営業期間 12月22日(木)～来年3月31日(金)

リフト料金 1日券……3,500円

1回券……250円

11回券……2,500円

いずれも
終日有効

問合せ 武石村開発公社事務局 85-2829

番所ヶ原スキー場 86-2213

新市誕生まで あと **95**日

さなだ



冬はスキーであたたまる ●菅平高原

昭和2年に開設された菅平高原スキー場。昭和5年には、当時スキーの名手として世界的に有名なオーストリアのハネス・シュナイダーが訪れ、激賞され一躍有名スキー場となりました。今年開設から78年目を迎えます。

今年のオープンは、12月9日。当日の運行リフトはすべて無料で、抽選会や豚汁サービスも。シーズン中毎月第3日曜日は、小学生以下リフト無料です。今シーズン、あなたのまちのスキー場になる菅平高原で、あたたまってみませんか。

たけし



ゆったり、のんびり、じんわりと…。

●武石温泉「うつくしの湯」

うつくしの湯は、村の中心部にあり、丸子町など近隣市町村の皆さんにも多く利用していただいています。開放感あふれる露天風呂からは美ヶ原の峰々や、のどかな武石の村景色をゆったりと一望できます。

地下2,000mより湧き出る源泉40・3の天然温泉。かすかに赤みを帯びた透明無臭の湯は、温泉成分を豊富に含み、心身の緊張をのんびりとほぐします。

これからの寒い季節、温泉でじんわりと温まってみてはいかがですか。

うへだ



ぽかぽかあたたか ●足湯「ななくり」

北向観音を見上げる「湯かけ地蔵」のある公園の中に、八角形の足湯が湯気を立てています。この足湯の名前は「ななくり」。昨年の夏にお目見えしました。安楽寺八角三重塔をモチーフにした総ヒノキ造りで、8人が同時に腰掛けてゆっくり楽しめます。お湯は近くの源泉から引いた単純硫黄泉です。地名の七久里と、苦しみが離れる意味を兼ねて「ななくりの湯」と名付けられました。足をお湯につければ、冬の木枯らしも心地良い風になります。

まるこ



心あたたまる氷灯ろうの灯り

●鹿教湯温泉の幻想きらめき(冬)紀行

その昔、鹿に化身した文殊菩薩が獵師に教えた出湯として伝えられる鹿教湯温泉。その湯はあらゆる病に効くと言われ、昔から湯治場として親しまれてきました。

そんな鹿教湯の冬の風物詩といえは「幻想冬紀行」。屋根付きの橋「五台橋」や「文殊堂」「薬師堂」へと続く参道を、約200個の氷灯ろうで飾るとても幻想的なイベント。灯るうの点灯は一般の方も参加でき、願い事などしながら火をともします。オレンジ色のあたたかな光が見る人の心を癒します。



四つ葉の スケッチ

来年の春、私たちの住むまちは合併して新しい市に生まれ変わります。お互いのまちにはどんな個性があるのでしょうか？このコーナーでは、そんな4市町村の魅力を毎月テーマに沿って紹介します。

●今月のテーマ

あたたまる

今日の料理

・手打ちそば・

青山正子さん（下武石）



「是非、そば打ちに挑戦してみてください」

材料 6～7人分
 そば粉 5合（約500g）
 小麦粉（地粉または薄力粉） 1.5合（約140g）
 熱湯 270～280cc
 （お湯の量はそば粉の乾燥具合で多少変わる）
 打ち粉 適量

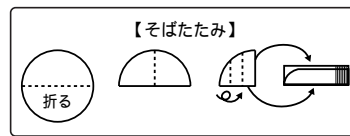
道具
 ・のし板
 ・こね鉢（大きいボウル）
 ・のし棒
 ・そば包丁
 ・まな板

作り方

そば粉と小麦粉をよく混ぜ合わせる。

に熱湯を全体に回すように加える。最初は熱いので割り箸で混ぜ合わせ、その後手で全体にお湯と粉をなじませるように合わせ、あたたかいうちにこね合わせる。（体重をかけるようにしっかりこねましょう）こねた生地を円盤型に丸め、打ち粉を敷いたのし板の上に置き、のし棒で円形に伸ばし、次ののし棒に巻いて少しづつ薄く伸ばしていく。薄く伸ばした生地をそばたたみにたたんで、細く切る。

たっぷりの熱湯で1～2分間ゆで、流水でかるく表面のぬめりを取るようにはらい、もう一度冷水に入れて、ざるにあげる。器に盛って出来上がり。



あしあと短歌会編集事務局選

ぶせき歌壇

～心となりてあしあとの歌～

山田 初子
 舗装なき道も嬉しやとき咲き心なこめる
 土手残したき
 近藤美代子
 墓参り抜かずにおいた菊の苗みごとに咲いて
 墓前を飾る
 荒井 怜子
 赤白の水引草も咲き出でて狭庭に秋の訪れを告ぐ
 雨宮八重子
 キヤベツ苗植えて背丈の伸び止まぬなんと
 その苗芽キヤベツなりき
 脇村 静代
 冠雪の浅間山を目標に野沢菜漬け込む亡母
 顯ちくる
 小山 渥子
 記念館いでて馬酔木の並木路わが腕さす秋
 の蚊のいて
 松久 立子
 山坂をよく超え来しと娘は云ひて我をみつ
 むる瞳うるみぬ
 滝沢さち代
 村として最後の集い武石讃歌歌って終わる
 村民体育祭
 池内 寛子
 数えればやりたき事の多すぎて思うのみに
 過ぐるを齢のせいにす
 橋詰 明枝
 まどろんでこのまま私の子になつてくだ
 い「独り」を忘れたい日に
 守矢 亮子
 そこに立ち南をとすあかりらは密が事をも
 つつみかくさず

ご存知ですか？「検察審査会」 - 検察審査員に選ばれたらご協力を -

交通事故、詐欺などの被害にあったのに検察官がその事件を裁判にかけてくれない。どうも納得できない。このような人のために、検察官のした処分が正しかったかどうかを審査する機関として「検察審査会」があります。

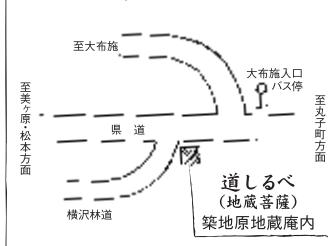
検察審査会は、選挙権のある人の中から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員で構成され、不起訴処分（検察官が事件を起訴しなかったこと。）の善し悪しを審査します。もし審査員に選ばれたときは、住民の代表としてご協力をお願いします。なお詳しくは、上田検察審査会事務局0268(22)0003にお問い合わせください。



◆大きさ
 高86cm・幅36cm・厚さ34cm

◆造られた年代／享保4年(1719)

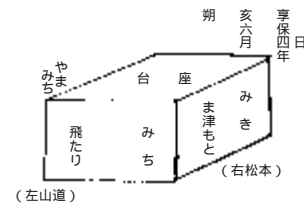
◆所在地（略図）
 上本入 築地原



道しるべは道路の分かれなどに置かれ、道行く人々に案内をすることが一番の目的なのにこのお地藏さんはなぜか屋内にいて、すまし顔で立っている。これにはわけがありそう。今から二九〇年程前のこと、地藏庵（地藏を安置している庵）の東側約三〇メートルの道ばたに安置されていたが、村人が馬の飼料を刈るため乗馬して地藏さんの前を通るとどうしたことか馬が暴れて落とされることが度々あり、皆で相談して庵に入ってもらうことにした。それからはこのようなくともなくなっ

た。地藏庵は上武石の地藏木から移転されたと言。子宝地藏・イボとり地藏と親しまれている。例祭は四月二十四日、御柱祭の年は変更もあり、現在は土・日曜日に行われている。子供達の祭でもあり、宵祭にはお舟引きがあり、チャンチャレツヨイヨイ、ヨメムコヨイヨイと太鼓にあわせて元気よい声が氏子中の道を賑わせる。地藏信仰の盛んだった明治の頃は、村内はじめ有坂方面へもお札が配布されていた。願掛けをし、願いが叶え

次号では、「掌善掌恵の碑」（下武石妙見寺）を紹介します。られたときは、願主の年齢の数だけきれいな小石を上げることになっている。小石は庵の横の用水の流れで磨かれ点在している。



村の石造物あれこれ

シリーズ⑨

道しるべ地藏

上本入 築地原

文化財調査委員会

丸子町の二チロ毛皮から受注している、毛皮縫合、縫製の仕事が大忙しです。8月の火災の影響で休日出勤をお願いするほど仕事があり、作業室は仕上げを待つ製品で溢れんばかりです。特注品の製作、マイナスイオン加工、委託品クリーニング加工と従来のしごとが増えています。特に裏地をつけて製品に仕上げる仕事はとても手が足りません。経験年数20年30年を超えるベテラン揃いですが、「こんなに忙しいのは初めて」というほどフル回転で仕事をしています。多すぎる仕事をこなすにはどうしても無理をすることになり、往々にしてスト

レスをためたり、人間関係がぎくしゃくしたりして体調をこわすことがあります。そうなるのは仕方のない、本末転倒なので体をいたわり、がんばりながらも自分のペースを守って仕事をするよう話合いました。また、生産量を増やすため新人を募集し、現在3名の方にミシンなど毛皮加工全般にわたる研修を受けていただいています。



福祉企業センター「ふれあい」だより

うれしい悲鳴／毛皮のしごと大忙し

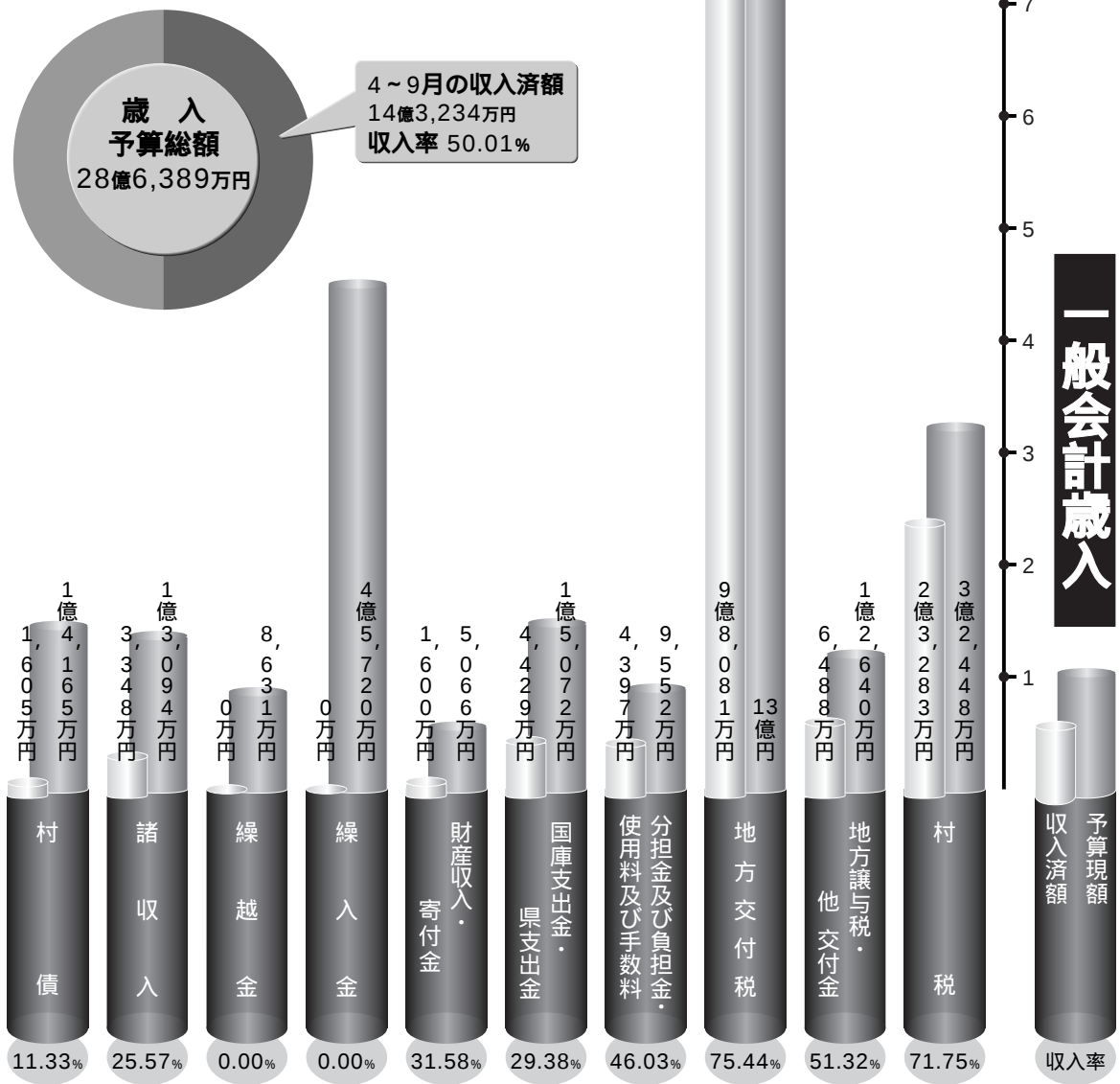
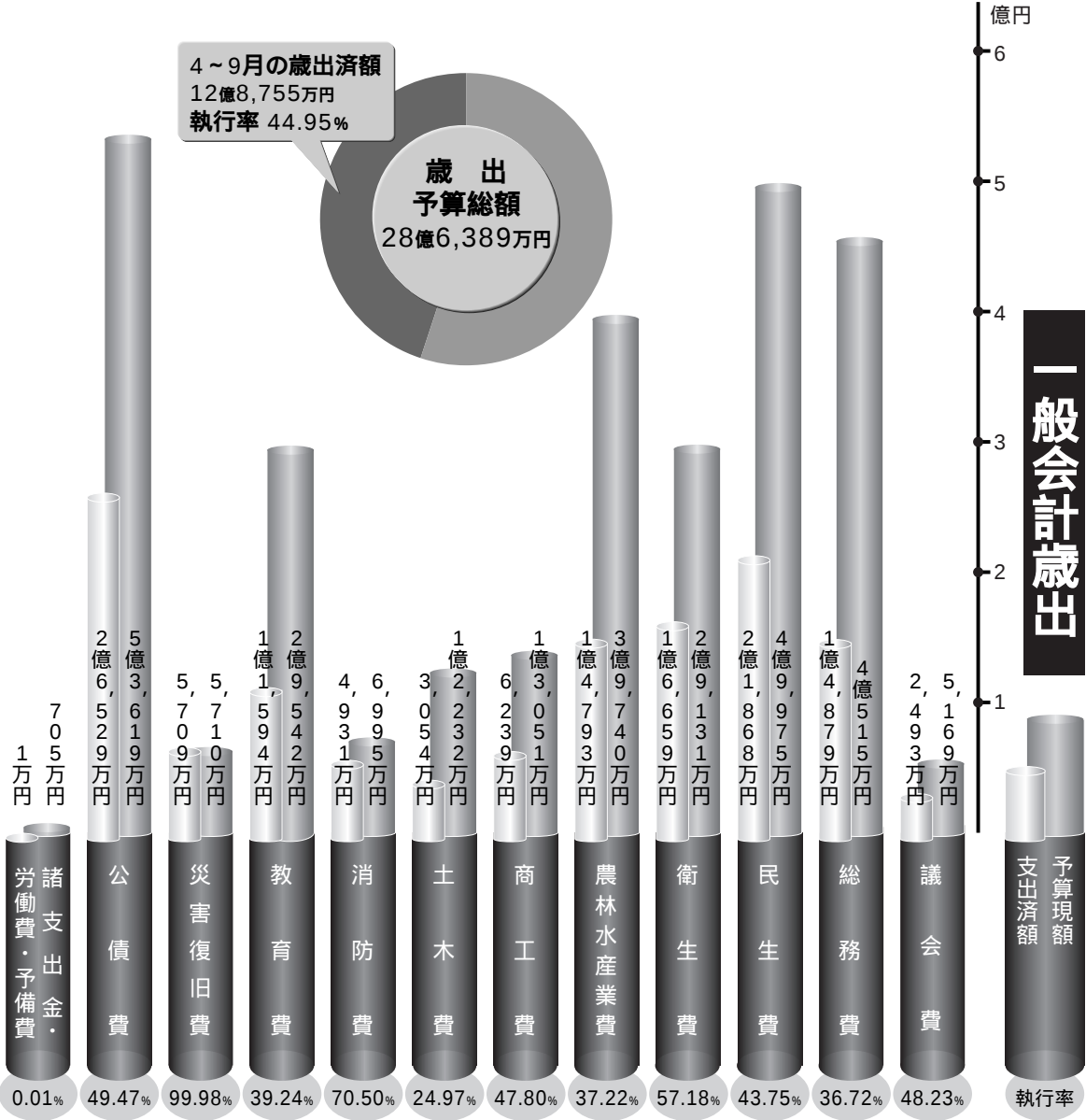


不景気の時代に忙しすぎるのはうれしい悲鳴といえますが、ふれあいはあくまでも福祉的就労施設なので、効率や営利に走りすぎて、大切な働く意義と心を忘れないよう気づいているところです。

平成17年4月1日から9月30日までの
武石村の財政状況をお知らせします。

平成17年度上半期

財政状況



特別会計の予算執行状況

会 計 名	予算現額	歳 入		歳 出	
		収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険	3億2,771万円	1億 570万円	32.25%	1億3,248万円	40.42%
老人保健	5億 70万円	2億 644万円	41.23%	2億1,914万円	43.76%
診療所	1億5,936万円	5,187万円	32.55%	6,261万円	39.29%
簡易水道	1億1,753万円	6,310万円	53.68%	4,609万円	39.21%

●特別会計は予算収入、予算執行ともに例年並みです。

会 計 名	予算現額	歳 入		歳 出	
		収入済額	収入率	支出済額	執行率
獅子ヶ城簡水	1,791万円	425万円	23.77%	728万円	40.64%
農業集落排水	3億2,540万円	1億2,446万円	38.24%	1億1,779万円	36.20%
同和住宅	230万円	111万円	48.61%	89万円	39.08%

年末の交通安全運動が行われます

平成17年12月11日(日)から31日(土)まで

【スローガン】
「やりません とび出し 手ばなし 二人乗り」

【運動の重点】

- 高齢者の交通事故防止
- シートベルト・チャイルドシート着用の徹底
- 飲酒・夜間の交通事故防止

この時期はお酒を飲む機会が多くなっていますが、「飲んだら乗らない」文化を武石村に作りましょう！！

●上小地域のシートベルト着用率は、県下で最悪です。
(平成17年9月27日県下一斉調査結果)

県平均.....95.2%
上小地域...92.3%
(県下10地域中10位)

ご存知でしたか？

○日曜日、祝日(3回)

午前11時から
午後1時30分から
午後3時から

料金
一般260円/高校・大学生
210円/小・中学生110円
(土曜日は上小地域の小中学生と付き添いの保護者は無料)

衛星を使って
エルネット
「オープンカレッジ」
「上田創造館は受信施設です」

日時
・8月と年末年始を除く
毎週土曜日

お問合せ・お申込み
上田創造館
http://cs.kodomo.nyc.go.jp

・午前11時から11時45分
(第1〜3週)
・午前11時から12時(第4週)
場所 3F視聴覚室
エル・ネット「オープンカレッジ」は文部科学省が運用する教育情報衛星通信ネットワークを使った大学公開講座です。無料で気軽に受講できます。詳しい開校スケジュールは
http://www.opencol.gr.jpをご覧ください
こども放送局

武石郵便局からのお知らせ

12月15日 年賀状の引き受け開始

今年も年の瀬となりました。年の始めのご挨拶、年賀状のご準備はお済みですか。

今年も年賀状の引き受けが、12月15日(木)から始まります。

お早めに年賀状を差し出され、ゆったりとした気分での年の瀬をお過ごしください。

なお、今年も待望の年末ジャンボ宝くじが11月25日(金)から発売されております。

数に限りがございますのでご希望の方は、お早めに武石郵便局(85 - 2520)までお申し出下さい。

12月 暮らしの便利帳

上田創造館
主催事業の
お知らせ

展示
第19回上小地域小中学校
児童生徒作品展

日時
平成17年12月10日(土)から
平成18年1月9日(月)
午前9時から午後5時
場所 2F美術館
入場無料
絵画・書道・立体作品など、
上小地域の子どもの作品を
展示します。

企画展
「郷土の英雄」木曾義仲」
日時
平成17年12月11日(日)から

放送大学で学んでみませんか

放送大学は、テレビ・ラジオで授業を行う通信制大学です。さまざまな年代や職業の人達へのニーズに応える科目を360以上ご用意しております。大学や大学院の授業科目を1科目から気軽に学べるチャンスです！この機会に放送大学で学んでみませんか！

放送大学の教養学部と大学院の特徴の一部をご紹介します。

～教養学部のご紹介～

入学試験はありません
15歳以上ならば誰でも選科履修生・科目履修生として入学でき、約300科目の中から好きな科目を1科目からでも学べます。
18歳以上で大学入学資格をお持ちの方は、誰でも全科履修生として入学でき、卒業すると学士の取得ができます。
学生の種類
・科目履修生(6カ月在学し、希望する科目を履修)
・選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修)
・全科履修生(4年以上在学し、学士の学位の取得を目指す)
・大学院のご紹介～
18歳以上ならば誰でも修士選科生・修士科目生として入学でき、約60科目の中から好きな科目を1科目から学べます。
学生の種類
・修士科目生(6カ月在学し、希望する科目を履修)
・修士選科生(1年間在学し、希望する科目を履修)
・修士課程を修了して、学位「修士(学術)」の資格を目指す修士全科生(平成19年度)の募集に關しましては、別途お問合せください。

只今平成18年度1学期学生を募集しております。詳しい資料を無料進呈いたしますので、お気軽にお問合せください。
出願受付期間
平成17年12月15日から
平成18年2月28日まで
お問合せ
放送大学長野学習センター
〒392-0004
諏訪市諏訪1-6-1
スワプラザビル 4階
電話0266-582332

講座

しめ縄づくり

日時
平成17年12月17日(土)
午前9時30分から12時
場所 1F文化ホール
参加費無料
「こぼろじめ」を作ります。
12月7日(水)までにハガキまたは、FAX・電話でお申し込みください。
持ち物
花バサミを持参してください。

コンサート

星空コンサート

「ハーモニカが歌う」

日時
平成17年12月2日(金)
午後7時から
(開場午後6時30分)
場所 4Fプラネタリウム室
料金 お一人1,000円
演奏者は、第25回F・I・Hハーモニカコンテストで準優勝に輝いた、上田市在住の池田圭一さん、ハーモニカの魅力をじっくりお楽しみください。

土曜学習

ファミリーパソコン教室

クリスマスカードをつくらう

日時
平成17年12月10日(土)
午前9時30分から11時
場所 4Fパソコン室
参加費無料
対象 5歳以上の子供と保護者
定員 先着20名
パソコンでクリスマスカードと封筒を作ります。

星空の散歩

プラネタリウム

「秋の星空と
いのちの星・地球」
(約45分)

11月分の水道水水質検査結果について

	浄水基本10項目の水質基準判定 注	水質基準の不適合項目	備 考
長 坂 水 系	○	無	権現の一部を除く上本入地区に給水
唐沢権現水系	○	無	権現の一部と余里を除く村内全域と丸子町腰越の一部に給水
余 里 水 系	○	無	余里地区に給水

注○印
印
×印

検査した全ての項目が水質基準に適合
検査した項目のうち一部が水質基準に不適合
検査した項目全てが水質基準に不適合

11月分の水道水水質検査結果について



遊魚のルール



■今は禁漁期間中
10月1日から翌年2月15日までは、資源保護のためイワナ等は禁漁期間中です。

■してはいけない主な漁法

- 1 川干し漁法
- 2 バッテリー等により水中に電流を通じてする漁法
- 3 薬物を使用する漁法

ルールを守って武石川の自然を大切にしましょう。

【武石村役場 産業振興課 85-2828】

日時
○毎週土曜日(2回)
午後1時30分から
午後3時から

環境にやさしいおしゃれ『WARM BIZ』のススメ

ウォーム・ビズ

政府では、国民一人一人が地球温暖化を防ぐための国民運動として「チーム・マイナス6%」を展開しています。この運動の一環として、夏はオフィスの冷房設定温度を28とし、「ノーネクタイ、ノー上着」など28の室温でも涼しく効率的に働くことができる「COOL BIZ(クール・ビズ)」を実施しました。秋冬に向けては、20の室温設定で暖房に頼り過ぎず、働きやすく暖かく格好良いビジネススタイル「WARM BIZ(ウォーム・ビズ)」を提唱します。

地球温暖化防止への国際的取組「京都議定書」

自然の生態系などに悪影響を及ぼす地球温暖化は年々進んでいます。この問題を解決するための国際的な取組として、京都議定書が2005年2月16日に発効しました。

これは、地球温暖化の原因となる二酸化炭素(CO₂)、メタン(CH₄)、一酸化二窒素(N₂O)、ハイドロフルオロカーボン(HFCs)、パーフルオロカーボン(PFCs)、六フッ化硫黄(SF₆)の6つの温室効果ガスの削減率を1990年の数値を基準として(ただし、HFCs、PFCs、SF₆については1995年とすることができる)定め、2008年から2012年の間に目標の達成を目指すものです。日本では、温室効果ガス排出量の6%削減が義務づけられました。しかし、現実には1990年から温室効果ガスの排出量は約8%増加。この増加分も含めた約14%の温室効果ガスの削減が必要とされています。

増加する温室効果ガス

排出される温室効果ガスのうち、全体の9割以上を占めているのがCO₂です。2003年現在で、CO₂の排出量は1990年に比べ、家庭で31.4%、オフィスなどでは36.1%増加しています。京都議定書の削減約束を達成するには、私たち一人一人がライフスタイルやワークスタイルを見直し、CO₂排出を減らすための努力をすることが不可欠なのです。

そこで、「チーム・マイナス6%」という国民全員参加型のプロジェクトを発足しました。

日本に暮らす全員がひとつのチームとなり、CO₂削減マイナス6%を目標に掲げ、その実現を目指します。この「チーム・マイナス6%」の活動の一環として「COOL BIZ(クール・ビズ)」を実施しましたが、その秋・冬版として提唱しているのが「WARM BIZ(ウォーム・ビズ)」です。

暖房に頼らず冬を過ごす

今年から始まった夏の軽装運動「COOL BIZ」は大きな反響を呼びました。「WARM BIZ」は、英語で「COOL(涼しい)」と反対の意味の「WARM(暖かい)」と、ビジネスを意味する「BIZ」とを組み合わせた造語です。暖房の設定温度を20にし、寒いときは着る、過度に暖房に頼らない、働きやすく暖かい“エコ・コンシャス”なビジネススタイル、それが「WARM BIZ」です。

京都議定書の約束6%削減を目指す

(財)省エネルギーセンターの調べによれば、外気温が7で2.2kWのエアコンを暖房設定温度で21から20と1低くして1日9時間使用した場合、一家庭あたり年間でCO₂約25.7kgが削減できるとしています。日本では、年間の暖房を使用する日数の方が冷房を使用する日数よりも多いため、冬の暖房の設定温度を21から20にした場合、夏の冷房の設定温度を27から28にして1高く設定した場合の年間CO₂削減量に比べ、その数倍の削減効果があるという結果が出ています。

働きやすく暖かく格好良いビジネススタイルとして、WARM BIZを始めてみませんか。

平成18年度分から個人村県民税が改正されます。

1 税金(所得割額部分)に対する定率減税が2分の1に見直し

平成17年度分以前...税額の15%相当額(限度額4万円)

平成18年度分.....税額の7.5%相当額(限度額2万円)

2 老年者控除の廃止

年齢が65歳以上で、合計所得金額が1,000万円以下の方に適用されていた老年者控除(控除額48万円)が廃止

3 公的年金等に係る雑所得の算出方法の見直し

年齢65歳以上の方について公的年金等に係る雑所得の金額の算出の方法が変わります。変更は下表のとおりとなります。

平成17年度分以前		18年度分以降	
公的年金等の収入金額の合計額	公的年金等に係る雑所得の金	公的年金等の収入金額の合計額	公的年金等に係る雑所得の金額
140万円まで	0円	120万円まで	0円
140万円超260万円未満	収入金額 - 1,400,000円	120万円超330万円未満	収入金額 - 1,200,000円(最低控除額)
260万円以上460万円未満	収入金額×0.75 - 750,000円	330万円以上410万円未満	収入金額×0.75 - 375,000円
460万円以上820万円未満	収入金額×0.85 - 1,210,000円	410万円以上770万円未満	収入金額×0.85 - 785,000円
820万円以上	収入金額×0.95 - 2,030,000円	770万円以上	収入金額×0.95 - 1,555,000円

65歳未満であるかどうかの判定は、その年の12月31日の年齢によります。

(注1) 年齢が65歳未満の方に対する公的年金等に係る雑所得の算出方法は従前どおりです。

(注2) 上記の表のとおり算定方法が変更になるため、今まで扶養の対象だった方でも扶養になれなくなる場合があります。

(18年度分申告の場合、公的年金等の収入のみの方で、17年中の合計額が158万円以下の場合は扶養となることができます。)

4 非課税措置の段階的廃止

年齢65歳以上の方のうち前年の所得合計金額が125万円以下の場合、村県民税は非課税とされてきました。この措置が来年度から段階的に廃止され課税の対象とされることになります。

●平成17年1月1日において65歳以上の方で、前年の所得合計金額が125万円以下の方の経過措置

17年度まで...非課税

(注) 65歳以上の方で寡婦(寡夫)の対象となる方や障害手帳の交付を受けている方については、前年の所得合計金額が125万円以下の場合、村県民税は非課税となります。(ただし、寡婦(寡夫)非課税や障害者非課税の適用を受けるには、申告していただく必要がありますので御注意ください。)

18年度...所得割及び均等割の合計額の1/3を課税

19年度...所得割及び均等割の合計額の2/3を課税

20年度から...全額課税対象

●そのため今まで申告していたがなくてもよかった方についても、来年度分からは必ず申告していただく必要があります。

詳しくは役場住民課税務係へお問い合わせください.....TEL85-2827

平成18年度 入札(見積)参加申請追加受付について

平成18年度に上田市が発注する建設工事・建設コンサルタント業務と、市が購入する物品、役務・業務委託の入札(見積)に参加を希望されるかたは「入札(見積)参加願」を提出してください。今回申請されますと平成18年4月1日から平成19年3月31日まで、1年間有効となります。

なお、上田市、丸子町、真田町、武石村において、平成17年度入札(見積)参加資格者となっている方は、今回は提出の必要がありません。

受付期間 1月4日(水)から20日(金)まで。
郵送の場合は1月20日消印有効。

受付場所 上田市管財課窓口(市役所西庁舎2階)

その他

募集要項・申請書類等は、管財課窓口で配布しています。また、上田市のホームページ(URL:http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/cityueda/divisions/kanzaika/index.shj)に掲載していますので、プリントアウトしてご利用ください。