

石武報

発行 長野県小県郡武石村役場総務課 (0268) 95-2311(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 カウントダウン開始式
- 3 祝敬老会
- 4 女子バレー交流試合
- 5 第四十四回 衆議院議員総選挙
- 6 人権教育紙上講座
- 8 四葉のスケッチ(4市町村共通企画)
- 10 健康センター通信
- 11 こんにちは社協です
- 12 村の石造物あれこれ
- 14 暮らしの便利帳
- 16 戸籍の窓



保育園運動会

さわやかな秋晴れの下、保育園で運動会が行われました。
グラウンドを所狭しと駆け抜ける園児たち、その背中を押すのは大勢の観客の大声援です。

大観衆に見守られ、いつもよりも真剣な園児たちの姿が
とても微笑ましいです。

10

平成17年10月1日

No.459

今月の人口・世帯

人口.....4,273人 世帯.....1,459戸



斎藤 小井 櫻井 橋本 北沢 内田
一能 山崎 井上 詰 沢 田
さん さん さん さん さん さん
(百一歳) (百歳) (百歳) (百歳) (百歳) (百歳)

九十九歳以上

柳澤 徳子さん

百寿



滝沢 大井 永井 小林 柳沢 飯田 小宮 川崎 松崎 越崎
正 博 泰 美 二 四 喜 乃 里 忠
美 さん さん さん さん さん さん さん さん さん さん

真渡 北平 大城 橋下 宮下 池内
岸 辺 澤 平 城 詰 下 下
袈 袈 袈 袈 袈 袈 袈 袈 袈 袈
松 松 松 松 松 松 松 松 松 松
さん さん さん さん さん さん さん さん さん さん

米寿

いつまでもお元気で 祝敬老会

9月17日、中央公民館コミュニティホールで敬老会が開催されました。
演芸には真田町在住の諏訪ひろみさんが出演しました。
懐かしい曲から最新の曲など披露され、会場を訪れたみなさんを楽しませてくれました。
(9月1日現在、武石村の65歳以上の方は1,203人で村人口の28・15%です。)



諏訪ひろみさん

老人の日 (9月15日)

老人週間 (9月15日～21日)

だれもが健康で安心して生きがいをもった生活を送ることのできる長寿社会を築いていくことが求められています。平成13年の老人福祉法の改正により、平成14年から9月15日を「老人の日」、この日から21日までを「老人週間」とすることが定められました。この期間を中心に、国民の間に広く高齢者の福祉について関心と理解を深めるとともに、高齢者に対して自らの生活の向上に努める意欲を促すための広報・啓発活動が展開されます。



八月一八日、新市発足カウントダウン開始式が上田市役所正面玄関前で行われました。
このイベントは、平成一八年三月六日に「新上田市」が発足する二百日前ということでカウントダウンボードや懸垂幕、横断幕の設置をしました。
式では母袋上田市長より、「多くのイベントにおいて4市町村の交流が深まっている。新しい一歩を踏み出すことは大切なこと。4市町村の歴史・文化・伝



統を受け継いで後世に伝えていかなければいけない。これからは心をひとつにして未来へ向おう。」との挨拶がありました。
式典終了後は各町村でもカウントダウンボードの設置が行われました。
武石村では保育園児がカウントダウンボードに「二〇〇」と掲示してくれました。
下村村長より「自分たちの手で良い地域にしようという気持ちが大変。そうでないと良い地域が生まれません。今の子ども達が大人になっても良い武石、良い上田だと思えるように頑張りたい。大きなふるさとにはなるがより良い上田市、武石地域になるように協力いただきました」と挨拶がありました。



八月二十八日、上小スポーツレクリエーション2005として、丸子町の依田窪プールを会場に「依田窪プールまつり」が開催されました。



このプール祭りは毎年行われていた「依田窪水泳大会」に代わり、みんなで楽しめるようにと行われたイベントです。
プール祭りでは、カヌー教室や宝探し、水鉄砲で射的など、ちいさな子どもから大人までとても楽しめる内容でした。
このゲームに参加してもらえ、このゲームに「引換券」です。みんなチャレンジして、カキ氷やわたあめ、ポップコーンの引換券をもらっていました。
入場料 参加料は無料です。で来年はぜひ出かけてみてはいかがでしょうか。



八月二十六日、小学校六年生が、余里にある学有林の下草刈りを行いました。
林業体験教室の一環として、六月に五年生が一度下草刈りを行いました。すでに腰の高さまでに草が伸びていました。児童たちは各班ごとに分かれ、グリーンキヤスターの皆さんの指導のもと作業しました。刈りづらいカヤと慣れないカマに悪戦苦闘しながらも無事、作業を終了することが出来ました。
今年はいつともよりハチの巣が多いそうです。山などへ入るときには気を付けましょう。



新市発足
200日前
イベント

カウントダウン開始式

上小スポーツレクリエーション祭2005

依田窪プールまつり

貴重な体験？

小学校下草刈り

バレーボール連盟主催

女子バレー交流試合開催

九月七日、武石村バレーボー

ル協会は「今年で村としては最後の年となるので記念に何かをしよう」と上田千曲高校女子バレーチームと上田東高校女子バレーチーム、そして両校のOGで結成されたチームを招いて交流試合を開催しました。

会場となった村民体育館には約百五十人の人が交流試合を見ようと訪れ、選手たちのすばらしいプレーに大きな歓声があがっていました。

OGチーム



上田千曲高校チーム



早起き野球連盟

リーグ戦☆村長杯争奪戦

八月二十八日に総合グラウンドで早起き野球連盟リーグ戦の開幕式および村長杯争奪戦が行なわれました。

五月に開幕したリーグ戦には九チームが参加し、約二カ月にわたり熱戦が繰り広げられました。結果はファイターズが七勝一敗で優勝しました。

また、村長杯争奪戦は九チームが参加し、南中やつらとジャイアンツが決勝で戦い、みこと南中やつらが優勝しました。

なお、村長杯争奪戦とリーグ

戦のチーム成績、個人成績は次のとおりです。

村長杯争奪戦

優勝 南中やつら

準優勝 ジャイアンツ

リーグ戦

優勝

準優勝

第三位

【チーム成績】

優勝

準優勝

第三位

【個人成績】

最優秀選手賞

駒村信人（ファイターズ）



村長杯争奪戦 優勝 南中やつら

平成17年度 リーグ戦勝敗表

	ファイターズ	ジャイアンツ	沖球軍	武丸田J2	神風JA野球部	商工会クラブ	ミヤシタ	ボンバース	89PLACE
ファイターズ		×	×	×	×	×	○	×	×
ジャイアンツ	○		×	×	×	×	×	×	×
沖球軍	○	○		×	×	×	×	×	×
武丸田J2	○	○	○		×	×	×	×	×
神風JA野球部	○	○	○	○		×	×	×	×
商工会クラブ	○	○	○	○	○		×	×	×
ミヤシタ	×	○	○	○	○	○		×	×
ボンバース	○	○	○	○	○	○	○		×
89PLACE	○	○	○	○	○	○	○	○	
勝	7	7	6	5	4	3	3	1	0
負	1	1	2	3	4	5	5	7	8
分	0	0	0	0	0	0	0	0	0
勝点	7.0	7.0	6.0	5.0	4.0	3.0	3.0	1.0	0.0
得失点	33	29	34	32	2	20	2	36	72
順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9



第44回衆議院議員総選挙

衆議院議員総選挙と、最高裁判所裁判官国民審査が九月十一日に行われました。

小選挙区選挙では本村が入る三区（定数一）に三人が立候補しました。また、比例代表選挙の北信越ブロック（定数十一）は、六政党の五十二人が立候補し、激しい選挙戦を展開しました。

村内では、投票締め切りの午後八時までに二千五百九十三人が投票し、投票率は前回の選挙（平成十五年十一月）を二・七二％上回る七六・〇九％となりました。

開票は、午後八時四十分から中央公民館ホールで即日開票され、午後十時三〇分には全ての投票結果が判明しました。当日の開票結果は次のとおりです。

● 村内の各投票所の投票結果 ●

投票所名	選挙区分	有権者数	投票者数	投票率
第1投票所	小選挙区	802	594	74.06%
	比例代表		594	74.06%
	国民審査		501	62.47%
第2投票所	小選挙区	1,027	769	74.88%
	比例代表		769	74.88%
	国民審査		732	71.28%
第3投票所	小選挙区	520	394	75.77%
	比例代表	524	394	75.19%
	国民審査	520	379	72.88%
第4投票所	小選挙区	372	292	78.49%
	比例代表		292	78.49%
	国民審査		272	73.12%
第5投票所	小選挙区	306	225	73.53%
	比例代表		225	73.53%
	国民審査		216	70.59%
第6投票所	小選挙区	224	182	81.25%
	比例代表		182	81.25%
	国民審査		171	76.34%
第7投票所	小選挙区	157	137	87.26%
	比例代表		137	87.26%
	国民審査		134	85.35%
計	小選挙区	3,408	2,593	76.09%
	比例代表	3,412	2,593	76.00%
	国民審査	3,408	2,405	70.57%

● 衆議院議員小選挙区選挙結果 ●

投票総数2,593票
（有効投票数 2,515票 無効投票数 78票）

候補者名	村内投票数	第3区投票数
いわさき忠夫	997	102,889
いわや 昇介	294	34,669
羽田 つとむ	1,224	143,728

（注）届出順

● 衆議院議員比例代表選挙結果 ●

投票総数2,593票
（有効投票数 2,525票 無効投票数 68票）

政党名	村内投票数	北陸信越投票数(当選者数)
社会民主党	159	272,649(0人)
国民新党	130	300,140(1人)
民主党	920	1,414,392(5人)
自由民主党	691	1,665,553(4人)
公明党	418	403,203(1人)
日本共産党	207	293,045(0人)

（注）届出順

● 最高裁判所裁判官国民審査結果 ●

投票総数2,405票
（有効投票数 2,293票 無効投票数 112票）

裁判官指名	村内投票数	全国投票数
古田 佑紀	×121 2,172	×5,176,491 59,356,456
中川 了滋	×111 2,182	×4,999,414 59,533,761
堀籠 幸男	×122 2,171	×5,165,435 59,367,830
今井 功	×114 2,179	×4,928,957 59,604,268
津野 修	×104 2,189	×4,926,451 59,606,831
才口 千晴	×111 2,182	×5,081,726 59,451,523

（注）×印は罷免を可とする数、無印は罷免を可としない数



人権感覚は

不断に磨くもの

教育委員会
同和対策室

「心の傷は心でしか見えない」

人は無意識のうちに、他人を悲しませてしまったり、心に傷をつけたら、怒らせてしまったりすることがあります。そのつもりはなかったのに、他人の人権を踏みにじってしまっているということがあります。

相手が大人であつたら「許せない」と怒ってくれるから反省も出来ませんが、相手が子どもだとそうはいきません。子どもは黙ってうなだれていたり、我慢していることも多いわけです。

これは、ある学校の小学校教師Aの失敗例です。

教師Aは、夏休みの宿題に「新聞の切り抜き」を出した。すぐにある保護者から「家は新聞をとっていない。新聞をとれない貧しい家の子に出来ない宿題を出すとは、貧乏人を差別するの。」と抗議の電話がかかってきた。実は教師Aは今年この学校に転勤してきたばかりで、昨年いた前任校でも同じ宿題を出したことがあり、その時、何の苦情もなかったのと同じようにしたのである。

公民館図書室だより」新刊が入りました、ご利用ください。」

- 。もうひとつの美しき日々(コンソニヒ著・うらかわひろこ訳)
- 。リリイ、はちみつ色の夏(スー・モンク・キッド著・小川高義訳)
- 。女性のための禁煙セラピー(カーアレン著・阪本章子訳)
- 。花まんま(飯嶋和一著)
- 。雷電本紀(さくらももこ著)
- 。ひとりずもう(田辺聖子著)
- 。田辺写真館が見た「昭和」(日野原重明著)
- 。幸福な偶然(をつかまえる(保阪正康著)
- 。あの戦争は何だったのか(兵藤哲夫・柿川鮎子著)
- 。動物病院119番(小野田博一著)
- 。面白くてやめられない初級英語パズル(小野田博一著)
- 。バーニングのえいこえほん全4冊(ジョン・バーニング作)
- 。育てるふれあう飼育図鑑全八巻(カブトムシ・オタマジャクシ・キンギョ・スズメシ・ハムスター・ウサギ・カナリア等 増井光子ほか編)

いただいたということだが、子ども、家庭、地域の状況を十分理解していないと、子どもに嫌な思いをさせたり、つらい気持ちにさせてしまうことが多いのです。

学校には、身体の弱い子、貧しい家庭の子、家庭環境に恵まれない子、勉強のわからない子など必ずいます。

そんな子どもたちの「気持ち」を受け止めることが出来る教師が人権教育の推進者と言えるのではないのでしょうか。

子どもの心の傷に敏感な人権感覚を磨きたいものです。



学童クラブピーターパン

みんなでつくるお誕生会

ピーターパンの数々の催し物の中でも代表的なものはお誕生会です。毎月ではありませんが二丁三カ月を一緒にして一日保育や長期の学校のお休みを利用して行います。やることはいたってささやか。おやつをたべながら、お誕生日の子にプレゼントを渡してみんなで一芸などの出し物をし、最後は白熱したビンゴゲームで締めくくります。毎回変わらないこの企画ですが、子どもたちはとても楽しみにしているようです。お誕生会を始めた当初は、お誕生日の子はプレゼントをもらえるので当然うれしいのですが、そうでない子たちはなんとなく自分には関係ないような顔をしていました。でも会を重ねるうちに自主的に会を充実させようとする子どもの姿を多く目にするようになりました。どんな出し物をするかで頭をひねり夢中になって準備します。今テレビで大人気のお笑い芸人のものまねや、手品をしてくれたり、手作りの誕生日カードをつくってくれたりさまざまなアイデアと役割分担が生まれ、会にいるどりを添えてくれます。そしてみんなの

番のお楽しみ、最後のビンゴゲームで目がいつそう輝きます。景品は小さなお菓子。必ず全員がもらえるので別にあせることはないのですが、早くビンゴして上がりたいとみんな目は真剣です。ビンゴのお題にあがった言葉を読み上げていくたび「やったーあつた!!」といううれしい響きや「ないー!」との雄たけびが上がります。あつてもなくても大騒ぎが続く、最後になつた子も無事にお菓子をもらって一安心。会が終わった後もプレゼントを広げてみんなであそびまた楽しい時間を共有できました。



戦没者等のご遺族の皆様へ

戦没者等の遺族に対する 特別弔慰金

(第八回特別)

支給の対象者

平成17年4月1日において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金等を受ける方(戦没者等の妻や父母等)がいな場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

【戦没者等の死亡当時のご遺族で】

平成17年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方

戦没者等の子

戦没者等と生計関係を有していた 父母 孫 祖父母 兄弟姉妹

(戦没者等と生計関係を有していなかった方、17年4月1日において婚姻により姓が変わっている方又は遺族以外の方と養子縁組をしている方は除かれます。)

上記3以外の 父母 孫 祖父母 兄弟姉妹

上記1から4以外の三親等内の親族

(戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた方に限られます。)

支給内容

額面40万円 10年償還の記名国債

請求期間

平成17年4月1日から平成20年3月31日まで

請求窓口

武石村役場保健福祉課福祉係(TEL85-2067)

調査票の記入はお済ですか?

今年は
国勢調査の
年です

- 。10月1日現在で平成17年国勢調査が行われています。
- 。国勢調査は日本に住んでいるすべての人が対象となります。
- 。10月上旬に、国勢調査員が、皆さんのお宅へ調査票を受け取りにうかがいます。
- 。国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査内容の秘密は保護されます。

調査票が届いていないときは
役場企画財政課(85-2311)までご連絡ください。



上田市

第18回うえだ環境フェア・資源活用広場 (フリーマーケット)

参加25団体による環境や消費生活に関する展示・発表、環境クイズ、体験コーナー、バザー、野菜果物・農産物加工品販売、フリーマーケット、花鉢・エコ文具などのプレゼントや園芸用肥料の無料配布(数に限りあり)があります。ぜひお出かけください。

日 時 10月16日(日)10:00~15:00
会 場 上田創造館とその周辺
問 合 せ 生活環境課 23-5120

丸子町

げんきまるこ産業フェスタ'05

特産品の展示販売や農産物の直売、食のまつりなど、楽しいイベントが盛りだくさん。16日には「木曾義仲拳兵武者行列」が、丸子町文化会館からメイン会場まで行われます。ご家族揃ってお出掛けください。

日 時 10月15日(土) 10:00~16:00
10月16日(日) 9:00~15:00
会 場 カネボウ跡地(中丸子)
問 合 せ 丸子町商工会 42-2213

真田町

菅平高原大収穫祭

ハクサイ、レタス、ニンジン、きのこ...菅平産野菜の直売や、コーンスープ、きのこ汁、ふかしじゃがいもなど高原の味も楽しめます。さらに、冬の宿泊券・リフト券・ヘリスキー搭乗券が当たるトクトク抽選会も。気になる見逃せない2日間です。

期 間 10月8日(土)・9日(日)
会 場 JA信州うえだ菅平支所前広場
問 合 せ 菅平高原観光協会 74-2003

武石村

ともしびの里文化祭開催

芸術の秋、文化祭に行ってみよう!
期 間 11月5日(土) 9:00~21:00
11月6日(日) 9:00~15:00
会 場 武石村中央公民館ほか
問 合 せ 武石村教育委員会 85-2030

新市誕生まで あと **156**日

さなだ



体を動かしたいスポーツの秋。真田町恒例の行事が、町一周駅伝大会です。町発足の昭和33年に始まったこの大会は、今年で47回目を数えます。

たすきをつないで町内一周

●第47回町一周駅伝大会
地区代表を始め、姉妹町の和歌山県九度山町、町内クラブなど、昨年は42チームが参加。6区間23・7キロメートルをたすきでつなぎます。ひと月以上前から練習を重ねるチームもあり、中学生から大人まで参加する駅伝大会に、当日は多くの人が、沿道から声援を送ります。

たけし



紅葉で色づいた村里を走る

●ともしびの里駅伝大会
さわやかな秋の空気の中、武石村を駆け抜ける「ともしびの里駅伝大会」。今年で16回目をむかえ、県内はもろろ、県外からも数多くのチームが参加します。
コースは全長25・1、7区間で高低差は150mあります。参加資格は小学4年生以上ですが、日ごろ鍛えた健脚を見せるチーム、参加することに意義があるチームとさまざまです。
この時期は紅葉も見ごろです。スポーツの秋、色づいた山々を眺めながら健康づくりはいかがですか。

うえだ



真田幸村ロマンウォーク

●城下町の歴史をたどる
上田は「リュウクスの似合うまち」。歩いてみれば、普段は通り過ぎていたまちの風景の中に新しい発見があります。10月22日(土)・23日(日)に行われる「真田幸村ロマンウォーク」は、城下町・上田の歴史を歩いてめぐる秋の恒例イベントで、全国から多くの参加者が集結します。上田城を起点に、城下町や鎌倉街道・丸子城「蚕都」上田の遺産、寺社・北国街道などを歩きます。申込みは10月7日(金)まで。4市町村役場窓口に応答書があります。

まるこ



息の合った動き

●丸子実高男子バレー部
明治45年創立の丸子実業高校はスポーツがとて盛ん。野球や陸上、ボクシングなどは県内有数の実力校。全国での活躍も目立ちます。なかでも今、注目なのが男子バレーボール部。昨年は、念願だった春高バレー(写真)やインターハイへの初出場を決め、その名を全国に轟かせました。今年の県高校総体では、決勝で惜しくもライバルの岡谷工に敗れてしまいましたが、その後の大会で雪辱を果たし、秋の国体にも5人の選手が出場します。彼らの活躍はこれからが本番です。



四つ葉の スケッチ

来年度の春、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

うごく

肥満をよく知ろう（パート3）

今まで肥満について考えてきましたが、肥満とは「身体に過剰に脂肪が蓄積した状態」であり、その中でも内臓脂肪が特に生活習慣病と深く関係しているということがわかりました。この心筋梗塞や脳梗塞発症の危険性を高める内臓脂肪症候群をメタボリックシンドロームといいます。

メタボリックシンドローム診断基準検討委員会（日本内科学会他八学会で構成）において診断基準が作成され、十七年四月に公表されました。

皆さん使って血糖を下けている状態）があります。メタボリックシンドロームと診断された方は、血糖値が正常であつても、七五g糖負荷検査を行ったり、心臓や脳の血管の状態を知るために、頸動脈超音波検査を行うことが大切です。

●七五g糖負荷検査：前日夜九時以降は水以外は飲食しな

いで、朝空腹で採血し、その後七五gの糖を飲みます。その後三〇分、一時間、二時間で採血し、血糖とインスリンの量を測定します。

●頸動脈超音波検査：検査は横になり首にゼリー状の液を塗って超音波をあてるだけなので、痛みや苦痛はありません。

《メタボリックシンドローム診断基準》

内臓脂肪の蓄積と「 」が2つ以上当てはまるとメタボリックシンドロームと診断

- 内臓脂肪の蓄積
ウエスト径周囲 男性85cm以上
女性90cm以上

+

血清脂質異常
中性脂肪 150mg / 以上
HDLコレステロール 40mg / 未満
高血圧
最高（収縮期）血圧 130mmhg以上
最低（拡張期）血圧 85mmhg以上
高血糖
空腹時血糖値 110mg / 以上

高中性脂肪血症、低HDLコレステロール血症、高血圧症、糖尿病で薬剤治療中の場合はそれぞれの項目にあてはまる。

頸動脈の構造は、心臓が収縮し血液を送り出す圧に耐えられる、三層（内膜・中膜・外膜）構造の壁の厚い弾性血管です。この検査は動脈硬化による変化、内中膜複合体の肥厚度、プラークの数、大きさ、質をみます。

血管の動脈硬化をすすめる因子である健診データの改善をすることで、プラークの大きさが明らかに縮小され、破

れやすいプラークが硬く固定（退縮）されます。
プラーク：血管内膜内にコレステロールなどを取り込み膨らんだ状態

ウエスト周囲径をわずかも減少させることにより、リスクがひとつでも減少することが大切です。

10月の保健予防計画

健康センター		健康センター	
月	日	事	業
10月	11日	火	自由あそびの日
	12日	水	離乳食教室（後期）
	13日	木	離乳食教室（中期）
	14日	金	料理教室（ポテトグループ）
		金	妊婦セミナー
	18日	火	あそびの教室
	19日	水	料理教室（パセリグループ）
	20日	木	高齢者料理教室
	22日	土	妊婦セミナー（両親学級）
	24日	月	定期健康相談
	25日	火	自由あそびの日
		火	高齢者料理教室（なでしこ）
	26日	水	2歳児教室
	27日	木	乳幼児健診
11月	1日	火	あそびの教室
		火	上小保健補導員等研究大会
	2日	水	妊婦セミナー
	4日	金	男性料理教室
	8日	火	自由あそびの日
		火	料理教室（パセリグループ）
	9日	水	予防接種（ポリオ・三混）
	10日	木	高齢者料理教室

んにちほ

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

心配ごと相談日

期日 10月11日（火）
時間 午前9時～正午
場所 老人福祉センター

村老連ゲートボール大会

期日 10月6日（木）
時間 午前8時集合
午前9時競技開始
場所 村ゲートボール場

障害者希望の旅事業

日 程 10月12日（水）
（13日木）
集合時間 午後2時発
集合場所 老人福祉センター
行 先 大町温泉あずみ野の旅

県母子・婦福祉大会

期日 10月16日（日）
時間 午後12時30分
場所 小諸市文化センター

老連 マレットゴルフ大会



八月二十五日、第一回親善マレットゴルフ大会が開催され、六十六名が参加し、和気あいあいと楽しみました。なお、大会の結果は次のとおりです。（敬称略）

男子の部
優勝 竹内加一（スコア85）
準優勝 深宮 知（スコア86）
第三位 柿島 弘（スコア89）
女子の部
優勝 柿島久代（スコア92）
準優勝 元木芳子（スコア92）
第三位 宮原栄子（スコア92）



ホールインワン賞
・滝沢 国夫
・小田 さと
・小林 正人
・橋詰みち子（2ホール）
この他にも、飛び賞・B賞・B・Bメーカー賞が用意されました。

ひとり暮らし高齢者 ふれあい交流事業

八月二十三日、ひとり暮らしの高齢者十九名が参加され、大町温泉へ行きました。行きは雨でしたが、旅館に着き、広々としたお風呂につかり、宴会ではカラオケでハッスルし

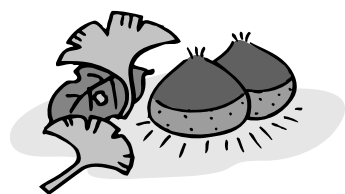
次の日はハーブ園を見学してきました。

日頃、独りで暮らしている方、たまには大勢の団体行動もしてみてはいかがなものでしょうか？

次回回は日帰りで七味温泉の計画もありますので、乞うご期待ください。

小県郡戦没者 追悼式・遺族大会

八月二十日、丸子町文化会館で開催され、武石村からも十名参加しました。追悼式では、戦争中、幼い子をかかえ、夫の死を知らされた



時の悲しい体験談が語られました。

講演会では、日本遺族会副会長の森田次夫先生による「戦後六十周年を向かえ今後の平和について」の講演がありました。

平成17年度 社会福祉協議会会費

みなさまのご協力に感謝します。
ありがとうございます。

地区名	戸数	金額(円)
鳥屋	105	105,000
沖	154	164,000
藪合	124	126,000
中島	46	47,000
七ヶ	177	191,000
片羽	66	66,000
堀之内	72	72,000
市之瀬	55	55,000
下本入	82	83,000
権現	28	29,000
下小寺	26	26,000
上小寺	27	27,000
唐沢	25	25,000
築地原	26	29,000
大布施栗	18	19,000
西武	22	23,000
小沢根	80	84,000
余里	61	61,000
合計	1,194	1,232,000

国保 保険証の更新です

各職場の医療保険（健康保険、共済保険、船員保険など）に加入している人や、生活保護を受けている人以外は、すべて国民健康保険に加入し、被保険者にならなければなりません。

国民健康保険被保険者証は、9月30日で期限が切れ、10月1日に更新となります。

新しい保険証は、国民健康保険に関する小冊子を同封し、9月中旬に郵便でお配りしましたが、届いていない世帯、または国保に加入していないのに保険証が届いた世帯は、国保係までご連絡をお

願います。

また旧保険証は、各世帯主さんが責任をもって破棄してください。なお、10月1日以降に医療機関で診療をうけるときは、必ず新しい保険証を窓口に提示してください。

今回、更新する保険証の有効期限は市町村合併に伴い、平成18年3月31日となっています。平成18年4月1日からお使いいただく保険証は3月中に発送する予定です。

●問い合わせ先／武石村役場 住民課国保係 85-2827

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～

松久立子
様な思い出五体駆けめぐる十年通いしふるさとの道
草よけつイナゴ取りにし畦道も車も通る農道となり
植付けし稲の成長眺めつつ通う農道歩みは軽し
依田春雄

お題「道」から

池内寛子
来年は野菜作りを止めよかと思ひ乍らもねぎ種子を買う
伏見きみ子
熱下がり春がおとずれ花咲いてもう一度だけ生きてみようか

小山 渥子
心経を唱えたる母の声胸に独り盆の用意を終える

近藤美代子
葉燃やし盆さん迎える四日間幼き孫が手を合せ拝む

雨宮八重子
涼しげなテーブルクロスに替へてみるただそれだけで厨たのしく

清水 恵子
残業の子は気忙しく法被着て不明の蠅の搜索に出づ

脇村 静代
民族の移動の如き帰省ラッシュ八月の都心しばしやすらぐ

今日の料理

・ミートボール・

木下康子さん（蕨合）



材料 4人分
豚挽き肉500g
玉ねぎのみじん切り.....大1/2個
卵.....1個
パン粉1/2カップ
牛乳50cc
ナツメグ少々
塩・こしょう各少々
ウスターソース1/2カップ
トマトケチャップ ...1/2カップ

作り方

ボウルにソース、ケチャップ以外の材料を入れてよく混ぜ、一口大に丸める。

なべに水、又はお湯（ミートボールがかぶるくらいの量）を入れて火にかけ、沸騰したら作っておいたミートボールを入れる。

にウスターソースとトマトケチャップを入れ、時々なべをゆすりながら、ミートボールに火を通す。とろみが出るまで煮て出来上がり。

【コメント】簡単、おいしい、子供が大好き！お弁当のおかずのにも使えます。作ってみてね

村の石造物あれこれ

シリーズ⑦

踊念佛供養塔

上本入 小寺尾 共有地

文化財調査委員会



この踊念佛供養塔には次の銘がある。

天明三年癸卯八月下旬（一七八三）
踊念佛供養塔
武石郷一結衆現當兩益
台石の右側に願主 宗三良
台石の左側に小原邑之住人

願主がなぜ小原の人で上小寺尾に造立したのだろうか。

尚この共有地には供養塔の他に十一種類の石造物がある。

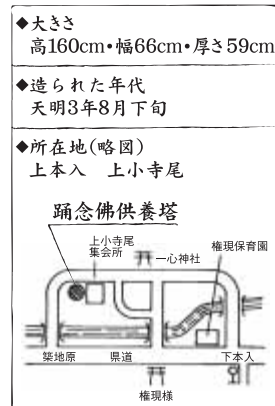
無縫塔・薬師如来・地藏菩薩・馬頭観音・聖観音・石祠・青面金剛・巡拝塔・如意輪観音・十九夜塔・名号塔などで、これらの石造物を一括して文化

財としたい。

ところで踊念佛供養塔を有名にしている原因は、庚申懇話会発刊の「日本石仏事典」に紹介されているからである。

踊念佛の発祥は、弘安二年（一七九〇）時宗開祖一過上人が佐久市野沢の金台寺にて「初開之道場」を開き、その後佐久市跡部の西方寺で春彼岸前の日曜日に「跡部の踊り念佛」として南無阿弥陀仏の称名をはじめ和讃を唱えながら道場の中を鉦を打ち鳴らしつつ八十人の踊り手が交代で太鼓方を中心打ち鳴らす音に合わせてまわって踊る念佛である。現在は保存会により守られている。

次号では、鳥屋の「双体道祖神」を紹介します。



最近、センターでは昼食がすむと通路が卓球場に早変わりします。

「卓球をしたいので台を探してほしい。」と利用者から要望を受けて探したところ、社会福祉協議会のご好意で中古の卓球台一台を借り受けることができ、ラケットや玉は利用者の寄付でペンとシェイクの二種類がそろい、夢がかないました。

十二時二十分を過ぎるとコッソコッソと球を打つ音が聞こえ、歓声が上がります。五十年代六十代の利用者がラリーを始める



した。まだ参加は少数ですが、利用者の希望で実現した活動なので大切にしていきたいと思ひます。

福祉企業センター「ふれあい」だより
～楽しい昼休み～



行政相談所

開設のお知らせ

10月17日から23日までの一週間は「秋の行政相談習慣」です。村でもこの週間にあわせて『行政相談』と『心配ごと相談』の合同相談所を次のように開設します。

日常生活の中で「困っていること」「納得のいかないこと」「要望したいこと」など、行政相談委員（上武石の柳沢正人さん）が親身になってご相談に応じます。相談料は無料。秘密は厳守されますのでお気軽にお出かけください。

期日 10月11日（火）
時間 午前9時～12時
場所 老人センター

道路交通センサス・都市OD調査

10月から11月に全国道路交通情勢調査（道路交通センサス）と都市OD調査が行われます。これらは将来の道路づくり計画を策定するために、基本的な調査です。

自動車をお持ちの方の中から無作為に選定された方に調査員が伺って行く、アンケート調査を行いますのでご協力をお願いします。

長野県上田建設事務所
管理計画課計画調査ユニット
25 7 1 6 5

自賠責保険・共済の期限は切れていませんか？

自賠責保険・共済は、万一の交通事故の際に基本的な対人賠償を目的として、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられている保険・共済です。特に車検制度のない原動機付自転車・250cc以下の軽二輪自動車は、期限切れ、かけ忘れにご注意を！自賠責制度の詳しい内容は、<http://www.jibai.jp>でご覧になれます。

長野県長野盲学校 学校開放のお知らせ

視覚障害児童生徒の日常の学習の様子を広く地域の方々や関係者の皆様に公開し、盲学校の教育活動や施設などの参観、教育相談などを通して、視覚障害や盲学校教育について理解を深めていただくことを目的として行われます。

期日 10月21日（金）
時間 午前9時～12時30分
場所 長野県長野盲学校
お問合せ先
長野県長野盲学校
026、243、7789

消費生活大学校受講生募集のお知らせ

消費者問題に係る専門的な知識を習得し、地域においてリーダーとして消費者活動の実践が出来る方を養成するため、受講生を募集します。

対象者 原則として年齢20歳以上の県内にお住まいの方
受講期間 平成17年10月下旬から平成18年1月 延べ6日間（月1）

10月はマイカーの点検・整備推進強化月間です

長野県の自動車保有台数は、平成16年度末で約185万台となり、交通事故死亡者数は、年間176人にもおよびます。また、大気汚染等、環境問題が深刻化するなど依然として厳しい状況にあります。

●日常点検や定期点検をきちんと行っていますか？

・車の部品は、走行や時間経過に伴い劣化・磨耗しています。
・車に注ぐ愛情は、車を守るだけでなく、人の命や環境を守ることに繋がります。
・日頃から細やかな点検を行い、運転中のトラブルを回避しましょう。

放送大学校公開講演会のお知らせ

放送大学長野学習センターでは、次のとおり講演会を開催します。どなたでも、自由に聴講

（2回程度）
会場 上田などの各消費生活センター

内容
・消費者問題・消費者行政
・経済知識・生活知識
・生活設計・法律知識
・特別講座（体験学習等）
受講料 無料
募集定員 200人
募集期間 平成17年9月12日（月）～平成17年10月5日（水）

申込方法 平成17年10月5日（水）役場総務課消費者行政担当（85、2311）まで直接お申込みください。
お問合せ先
上田消費生活センター
27、8517

公証制度を「ご存知ですか？」

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までの間、「公証週間」と定めて、みなさんに公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度の利用を呼びかけています。公証制度は、遺言証書の作成、各種の契約証書の作成や会社の定款の認証等、私たちの日常生活

第18回 うえだ環境フェア・資源活用広場

（フリーマーケット）

「なにより実践！環境にやさしい暮らし」
～美しい地球を残すために～

日時 10月16日（日）午前10時から午後3時
会場 上田創造館およびその周辺
内容 25団体による環境や消費生活に関する展示・発表、環境クイズ、体験コーナー、バザー、野菜果物・農産物加工品販売、フリーマーケット、花鉢、エコ文具などのプレゼントや園芸用肥料の無料配布もあります。（数に限りあり）ぜひお出かけください。

お問合せ先 上田市 生活環境課 TEL23-5120

【対象期間】平成17年10月1日（土）～10月31日（月）

【応募締切】平成17年11月8日（火）当日消印有効

【応募方法】環境配慮型商品に付いているエコマークなどの環境マークを5点集め、官製ハガキに貼って応募ください。（詳しくはキャンペーンチラシ等をご覧ください。）

【主催】信州豊かな環境づくり県民会議・長野県

【キャンペーンホームページ】

<http://www.pref.nagano.jp/seikan/chikyu/kaimono/>

エコマークを集めて応募しよう!!

『特製エコバッグ』が抽選で200名に当たる！

環境にやさしい買い物キャンペーン 10月1日（土）～31日（月）

このキャンペーンは『環境に配慮した商品の選択購入』や『レジ袋の節減』など身近な買い物をとおして、環境に配慮したライフスタイルについて考え、できることから実践しようというものです。

【賞品】特製エコバッグ

【当選本数】200本

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



新春詩歌展 作品募集

公民館では、毎年恒例となりました新春詩歌展の作品を募集します。大勢のみなさんの作品をお待ちしております。

応募作品

・短歌、俳句、川柳
・それぞれ二首（二句）以内

応募方法

住所、氏名を明記のうえ、公民館までご提出ください。

応募期間 平成17年10月1日（土）から

問合せ先 武石村教育委員会
TEL 85-2030

活における法律上の権利や義務を明確にし、紛争が生じないように未然に防止することを目的とした制度です。この公証制度を担当する公証人は、なかく裁判官・検察官・法務局長などを務めたなかから法務大臣が任命した法律の専門家です。次のような約束事には公正証書の作成をお勧めします。
○遺言 ○お金の貸し借り
○不動産の売買や貸し借り
○離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払い
○交通事故等の賠償金の支払
大切な契約や取引において公正証書はみなさんの権利を正しく確実に守ってくれます。

お問合せ先
上田公認役場 22 5477

住宅用太陽熱 高度利用システム 補助制度応募受付中

補助対象者 集熱器の総面積75 までのソーラーシステムを設置される方
補助金額 集熱器の総面積に応じた補助金が受けられます。
補助の目安…6 で約10万円、75 で約125万円
なお、住宅以外の建物に設置する場合も対象となる場合があります。
問い合わせ先 財団法人 新エネルギー財団 太陽光利用部
03、5275、9566