

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 小学校林業体験教室
- 4 ボランティア活動
- 6 人権紙上講座
- 7 健康センター通信
- 8 四葉のスケッチ(4市町村共通企画)
- 10 こんにちは社協です
- 11 村の石造物あれこれ
- 14 暮らしの便利帳
- 16 戸籍の窓



保育園春の親子遠足

さわやかな新緑の季節、アルプス公園へ親子遠足に行きました。
天気が良く汗ばむ陽気の中、園児たちは元気に飛び回っていました。
木々の緑に囲まれ、広い芝生の上で食べるお弁当は一味違いますね。

6

平成17年6月1日

No.455

今月の人口・世帯

人口.....4,291人 世帯.....1,462戸

武石小学校三・四年生 林業体験教室（菌打ち）



この林業体験教室も今年で八年目を迎えました。山村に住んでいる子どもでありながら、日常生活の中でほとんど親しむ機会のない森林、林業に関心を持つて、自然の大切さを身に付けることを目的として行われています。

五月十日、小学校三年生と四年生はグリーンキャスターのみなさんに指導を受けながら、きのこ栽培（菌打ち）の体験をしました。児童たちはナラの原木に電動ドリルを使い、穴を空け、木づちを使って、きのこの菌を打ち込む作業です。



三年生は、シイタケの菌を打ちました。電動ドリルを見るのも初めてという児童も多く、グリーンキャスターの指導のもと、一生懸命がんばっていました。また、四年生は二度目となる体験にみんな協力しながら元気に作業していました。

菌打ちしたシイタケはシイタケ小屋へ、クリタケとナメタケは一月ほど水くれをした後、余里の学有林へ運び、収穫時期まで児童たちが交代で管理をします。早ければ来秋には収穫できます。このきのこを使った学校給食を全校で味わう日が楽しみです。

武石小学校 五年生 田植え交流会



天気も良く、練馬区の児童たちは、はじめての田んぼに「ぬるぬるする」とか「きもちわるい」などと声を上げながら、手に苗を持ち、田んぼへ入りました。武石小学校の児童が田植えの先生となり横一列で苗を植えてました。

本村においても機械植えが主流となっています。昔のように手で田植えをする光景はほとんど見られなくなりました。この交流会ではいろいろと学ぶことも多いでしょう。



五月十四日、和田村和田峠スナール場にて上小地区みどりの少年団交流集會が行われました。

式典の後、植樹作業が行われ、武石村からはみどりの少年団として十名が参加しました。

植樹作業は、上小地区などから集まった約五百人で行い、リングツツジなどを決められた場所に植えました。また、午後はみどりの少年団活動発表と木工教室が行われました。木工教室では「記念写真を飾る壁掛けを作る」とオリジナルの写真立てを作りました。



みどりの少年団 交流集會

く風におよぐ市之瀬の鯉

五月五日のこどもの日に毎年恒例となりました「風におよぐ市之瀬の鯉」のイベントが開催されました。村おこしになればと始めたこのイベントも今年で七年目を迎えました。昨年は雨



のため、公民館での開催でしたが今年は晴天に恵まれました。こいのぼりのおよぐ青空の下、焼肉や焼き鳥、ビールやジュースなどを食べ大変盛り上がりしました。

安心・安全 正直な信州の温泉表示認定 岳の湯温泉「雲溪荘」第1号 武石温泉「うつくしの湯」第2号

四月二十五日、岳の湯温泉「雲溪荘」で、「安心・安全・正直」な信州の温泉表示認定制度の認定式が行われました。

田中県知事より「この安心・安全・正直な信州の温泉表示認定は県民のみなさまが安心して温泉を利用できるよう作ったものです。初回は県内十箇所の施設を認定しました。その第一号として認定させていただきました。」と挨拶がありました。



安心・安全・正直な信州の温泉の温泉マークがプレゼントさ



れ、温泉表示板を知事と村長で掲示しました。この温泉マークと温泉表示板は両施設に掲示してあります。行ってみたときはご覧になって見てください。

たけし 里山を歩く会

五月一日、たけし里山を歩く会（代表大沢美模さん）は、この時期見ごろとなる余里の花桃を散策しました。

この会は自然とふれあいながら健康と体力の増進を図るために、年六回ほど上小地区内の里山を歩いています。

今回は近年すっかり有名ななつた余里の花桃が満開となった

ため、楽しみながら歩くという計画でした。村民体育館から上余里バス停まで約四キロの道のりを一日かけてゆっくり歩きまわす。お昼は上余里のバス停で持参のお弁当を食べました。

忙しい現代、普段のんびりと歩く機会も減っています。みなさんもゆっくり散策してはいかがでしょうか。

たけし里山を歩く会では会員を随時募集しています。お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先 武石村教育委員会（八五二〇三〇）まで



ボランティア活動 ありがとうございました

依田窪クラブソフトボールチーム・武石村職工組合



また、五月十二日には、武石村職工組合のみなさんが特養ともしびの駐車場ライン引きと植樹を行ってくださいました。

「年に一回は何かのボランティア活動しよう」と計画したそうです。総勢十八名でケヤキとヤマボウシの植樹、駐車場のライン引きを暑い中ご苦労していただきました。

みなさんのご好意に感謝いたします。ありがとうございました。

五月一日、依田窪クラブのみなさんがグラウンドの整備を行ってくださいました。この依田窪クラブは平成十五年に結成されたソフトボールのチームです。現在約二十名ほどで依田窪地域の出身者で構成されています。

「普段、何気なく使っているグラウンドに感謝して自分たちの手できれいにしよう」と草取りや石拾い、ローラーがけをしていただきました。



第十回ともしびの里 ソフトバレーフェスティバル

今年で十回目となる「ともしびの里ソフトバレーフェスティバル」が五月十五日に村民体育館を主会場に開かれました。ソフトバレーで体力づくりをすることともに、参加者のみなさんの心のふれあいを目的に開かれたこの大会には、県下九十六チーム、約五百人が参加し、それぞれの試合で熱戦を繰り広げました。



盛り上げました。
この日、大会に参加した選手
のみなさんは、チームの枠を超
えて心のふれあいを深めると
もに、さわやかな汗を流してい
ました。

ソフトバレーフェスティバル 成績表

○ともしびの部Aブロック
優勝 ウィンマックス
（松本市）
準優勝 豊野 とうがらし
（長野市）
第三位 Wing（諏訪市）
零 （富士見町）
○ともしびの部Bブロック
優勝 豊野 どくだみ
（長野市）
準優勝 女王蜂 （松本市）

第三位 MAX POWER 2
（小諸市）
女王様 （松本市）
○ともしびの部Cブロック
優勝 O・G・S
（伊那市）
準優勝 タイガース（須坂市）
第三位 リパティ新
（松本市）
よつわ会 B
（下諏訪町）
○トリム部（シルバークラス）
優勝 スーパーマックス
（小諸市）
準優勝 ハケ岳レンボース
（茅野市）
第三位 ぶせき A（武石村）
ビッキーズ（大町市）



第十一回理事長杯争奪 ソフト バレーボール大会

四月七日、村民体育館では第十一回理事長杯争奪ソフトバレーボール大会が開催されました。大会の結果は、次のとおりです。

十八歳以上の部

《一位ブロック》
一位 鳥屋 A
二位 ケケ B
《二位ブロック》
一位 上本入西部校
二位 小沢根 A
《三位ブロック》
一位 カタハ B
二位 パラダイス A

三十歳以上の部

《一位ブロック》
一位 藪合 A
二位 ケケ C
三位 下本入 A
三位 上本入西部梅
《二位ブロック》
一位 小沢根 B
二位 余里 A
《三位ブロック》
一位 堀ノ内 A
二位 藪合 B



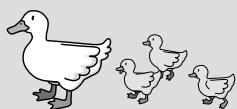
学童クラブピーターパン

春爛漫のピーターパン

春真っ盛り、子どもたちは外遊びが大好きです。子どもたちは今春の暖かさとともに大好きな外遊びを元氣いっぱい楽しんでいきます。特に男の子は野球に夢中。それぞれ家で買ってもらったグローブを大事に抱えながらピーターパンでキャッチボールをします。そして人数が集まるとそろって校庭へくりだします。最初はがらんとしていた校庭もピーターパンの子達が野球を始めると一人二人と近くの子が集まり、本格的にゲームが始まります。そのまま時間がたつのも忘れ、あつという間に帰る時間になります。「えーまだあそびたいよ」という不満の声を聞きながら「本当はずっとあそばせてあげたいけど、ごめんね」と指導員は子どもをまとめて帰り支度をします。子どもたちが集まって遊ぶ姿は本当にいい光景です。

また、小さい子は虫取りを始めました。ある子が捕まえた虫かこの中でのんとう虫がなかなかうごきません。でもじつと観察しているとなかなか動かなかつたてんとう虫がとびました。

「わあーやったー飛んだーてんとう虫おめでとー！おめでとー！」と体全体で万歳しながら大喜びの子ども姿に指導員の心はとてもさわやかになりました。
また、雨の日にはダンボールをたくさん持ち込んで基地作り。どうせならとみんなで力を合わせて部屋いっぱい大きく作り、壁に女の子達がおいしそうなおやちゴの絵を描いてくれました。みんな基地が大好き。「おやつだよ」といわれるまでなかなか出てきません。ふと気が付くとピーターパンの前をうろろしている中学生がいました。だれがと思えば一年前にピーターパンを卒業したお兄さんです。それに気づいた瞬間あつという間に子どもたちに取り囲まれ「ねえあそぼー」「しようきやろー」「おれとしようきやってー」とひっぱりだこ。「しょうがないな、少し遊んでいってやるか」と言うお兄さんの顔も少しほころんでいました。このように春は楽しいことが盛りたくさん。ピーターパンには活気が充ちあふれています。



国民年金保険料は納期限までに

国民年金保険料は翌月の末日が納期限となっています。保険料の納め忘れがあると、65歳から生涯受けられる「老齢基礎年金」や病気やケガで一定の障害が残った場合に受けられる「障害基礎年金」などが受けられない場合があります。保険料は納期限までに必ず納めましょう。

納期限は
翌月末日

納め方は
いろいろ

保険料は、毎年4月に送られる「国民年金保険料納付案内書」(納付書)により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアの窓口で納めます。また、インターネット等を利用して納めることもできます。ただし、金融機関との契約が必要です。

口座振替に
すると

「忙しくてなかなか納めに行けない」という方は、納めに行く手間が省けて、納め忘れの心配もない口座振替のご利用をおすすめします。希望される方は、金融機関・郵便局の窓口で「国民年金保険料口座振替申出書」の手続きを行ってください。手続きには、納付書または年金手帳・預貯金通帳・口座届出印が必要です。

また、当月分の保険料を当月末に引き落とす「早割」を利用すると、保険料が毎月40円割引かれてお得です。ただし、初回は原則として、前月分と当月分の2ヵ月分が引き落とされます。

秋田県の雄勝郡の中学三年の男の子が学校に登校した後、始業前にエタノールを浴びて焼身自殺を図りました。

彼は救急救命室に運ばれましたが命を落としました。その時彼は看護師さんに「もう生きていくのが嫌になった」といっています。ぎりぎりのところで生きながらえるか命を落とすかは、やっぱり生きたいという意欲がとつても大きいと思います。登校拒否を考える会の地元の方は、

朝、彼は学校に行く行かないでもめていて、「休ませてあげればいいのに」という地域の声が聞こえてくるような状況があったようです。でも、彼は学校を休みませんでした。

その状況が長らく続いた後、この事件が起きたのです。どれほど追い詰められていたかということだと思っています。子どもが学校に体を運んでいれば良いということでは決してありません。子どもは自分が自分らしく過ごせる時間と場所が必要なので

す。親も「学校に行かせなければならぬ」と強く思い、指導も行われるようになっていました。

神奈川県の中二一年の男の子も登校時に飛び降り自殺をしました。中学一年の時からアトピー性皮膚炎などでいじめられ三十日以上欠席で不登校の生徒でした。

自殺する前日、彼は両親に

公民館図書室だより

～ 新刊が入りました、ご利用ください。～

- 東京タワー（江国香織 著）
- 半島を出よ（村上 龍 著）
- あなた自身の社会（川上邦夫 訳）
- 「電池が切れるまで」の仲間たち（宮本雅史 著）
- 世界がもし百人の村だったら（池田香代子・マガジンスハウス 編）
- 「旅立ちの日」の奇蹟（森内利絵 文）
- 頭がいい人、悪い人の話し方（樋口裕一 著）
- 地球では一秒間にサッカー場一面分の緑が消えている（田中章義 編 山内マスミ 絵）
- 千曲川石にきざまれた願い（千曲川・犀川治水史研究会 編）
- 棕鳩十まるごと動物ものがたり全十一巻（名大物語・ネコ物語・クマ物語・シカ物語・野鳥物語・ほか 棕鳩十 作）

「いじめられているから学校へは行きたくない」といいましたが、その彼の訴えにもかかわらず、両親は彼を両側に挟んで、学校に送り届けようとしました。マシヨンの十一階でエレベーターを待っている時に、彼は両親の目の前で飛び降り、命を絶ちました。両親は学校からの働きもあり、このまま見守っているとは思えない、学校に連れて行くこと考えたことですが、そういう中でこの悲劇は起きました。

家庭も学校も、学校への登校を強制することなく、子どもの悩みを素直に聞き入れ、居場所を作っていればこつした事件も起こらなかったかもしれません。

健康センター
通信 6月号

保健福祉課
85-2067

結核の
予防について

結核予防法の改正について

昨年六月十五日「結核予防法の一部を改正する法律案」が衆議院本会議で可決、成立し、平成十七年四月一日から施行された。今回の改正は、戦後低下し続けてきた結核罹患率の平成九年からの上昇転化、平成十一年の「結核緊急事態宣言」の発令さらに、平成十二年の結核緊急対策検討班報告書「重点的に実施すべき結核対策について」の公表、平成十三年の「結核緊急実態調査報告書」の公表、平成十四年の厚生科学審議会感染症分科会結核部会「結核対策の包括的見直しに関する提言」の公表等の動きを受けて、およそ五十年ぶりに大きく改正された。

○ 改正の内容の目玉
BCG接種の要否判定のために実施していたツベルクリン反

応検査（ツ反）を廃止し、BCGを直接接種するようにしたことである。また、結核のまん延防止と多剤耐性結核の発生予防に向けて直接服薬確認療法（DOTS）を推進するために、保健所長が必要に応じて保健師等の家庭訪問により、処方された薬剤の確実な服用を指導させたり、結核患者を診療した医師にも、処方した薬剤の確実な服用等の指示を義務付けたりしたことも目立った改正点である。

結核予防法の改正により十七年度から村の事業の内容が変わります。

○ 定期の健康診断について
市町村長が行う定期健診（胸部線撮影）については、今年度から、既感染率がほぼ半数に達する、六十五歳以上（今年度六十五歳になる方を含む）の住民に毎年一回実施することになりました。

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～

近藤美代子

仏壇に春の香りを供えます「きれいだ」と言う母の声いつこ

合併と決まった今は淋しさが募りてきます吾が武石村

荒井 怜子

半年間続く頭痛に悩まされ故郷に帰り雪にいやさる

灰色の空より落つるばたん雪赤き椿に積りてまぶし

荻原 元善

新聞のおくやみ欄に恋し彼の君桜子の他界を知りて吾が身悲し

降り続く家の回りは雪の原美しおろしに肌にしみ入る

池内 寛子

今年の年は野菜を一種増やそうか炬燵で早くも思いは春へ

冬の間は聞こえずおりし寺の鐘畑に聞きてうれしなつかし

信仰寺の鐘を浮かべる。つい先日、宮原先生は鐘の音が村の人たちの生活に影響を与えていたと思うとうれしいと話して下さった。先生は大変長い間、鐘を突いておられた。「朝毎に我が打つ鐘を聞きみると君は語りぬやさしきものを」の歌も。

発病すると、二次感染を起こしやすい職業などに就労している者（教育施設職員、医療従事者、福祉施設職員）は年一回の検診の確実な実施が必要（事業所・学校・施設の長が実施）

○ BCG接種について
予防接種におけるツベルクリン反応検査が廃止され、直接BCG接種を行うことになりました。接種時期も今まで四歳未満までだったのが生後六カ月まで（これにより難しい場合は一歳まで）に改められました。接種時期の見直しで経過措置は設けられていないため、二月にツ反・BCG接種の機会を設け対応しました。十七年度は接種回数を増やしましたの早めを受けてください。

結核の現状

日本国民の死因順位の第一位を結核が占めていたのは、昭和二十年代半ばまでであり、今では第二十五位となっている。しかし、結核の新登録患者数（三万人余）、結核

6月の保健予防計画		健康センター	
月 日	曜 日	事 業	時 間
6月13日	月	定期健康相談 妊婦セミナー	午前10:00～11:30 午後 1:30～ 4:00
14日	火	自由あそびの日 予防接種（三種混合 ポリオ ）	午前10:00～11:30 午後 1:15～ 1:30(受付)
15日	水	デイケア（依田窪地域交流会）	午前10:00～午後1:00
17日	金	料理教室（バセリグループ）	午後 1:15～午後4:00
18日	土	妊婦セミナー（両親学級）	午後 1:30～4:00
20日	月	高齢者料理教室	午前10:00～午後1:00
21日	火	あそびの教室 料理教室（キャロットグループ）	午前10:00～11:30 午前10:00～午後1:00
22日	水	料理教室（ポテトグループ）	午前10:00～午後1:00
24日	金	高齢者料理教室（福寿草）	午前10:00～午後1:00
27日	月	結核定期住民検診	午前 9:30～午後3:00
28日	火	結核定期住民検診 自由あそびの日	午前 9:30～午後3:00 午前10:00～11:30
29日	水	結核定期住民検診	午前 9:30～午後3:00
30日	木	結核定期住民検診	午前 9:30～午後3:00
7月1日	金	妊婦セミナー	午前 9:30～午後1:00
4日	月	健診結果報告会（市之瀬）	午後 1:30～ 3:00
5日	火	あそびの教室 健診結果報告会（下本入）	午前10:00～11:30 午後 1:30～ 3:00
6日	水	健診結果報告会（稲荷二ツ屋） 3歳児教室（眼科検診）	午前10:00～11:30 午後 1:15～ 1:30(受付)
7日	木	2歳児教室	午前 9:30～ 9:40(受付)
8日	水	健診結果報告会（中島） 予防接種（三種混合）	午前10:00～11:00 午後 1:15～ 1:30(受付)

次のような症状がでたら

結核を疑い早期受診を

・二週間以上続く咳、痰など

の呼吸器症状

・血痰、胸痛

・発熱、寝汗、食欲不振、倦怠感などの全身症状

・高齢者では体重減少

・高齢者では咳が目立たず、食欲不振や体重減少を主症状とする肺結核患者も多いので注意が必要です。

上田市

池波正太郎絵画展「モノクロームの世界」

作家・池波正太郎の『フランス映画旅行』と『田園の微風』に掲載された、ヨーロッパの人と風景をモチーフにしたモノクローム作品35点を展示しています。

期 間 6月21日(火)まで

開館時間 10:00～18:00(水曜休館)

入 場 料 おとな300円・高校大学生200円
小中学生100円

問 合 せ 池波正太郎真田太平記館 28-7100

丸子町

ラベンダーまつり

毎年6月中旬頃からはじまる「ラベンダーまつり」。今年は6月18日(土)から開催される予定です。約9,000の敷地に植えられたラベンダーは、早咲きの「ヒットコート」「ロイヤルポット」と遅咲きの「グロッソ」「パープルマウンテン」の4種類。まつりの期間中には、ラベンダースティック作りなどの講習会も行われており、摘み取りもOK。どうぞ、ご家族やお友達と一緒に出かけください。

期 間 6月18日(土)～7月18日(月)

入 場 料 無料(摘み取りは50本で300円)

講 習 会 ラベンダースティック、花かご作り
(摘み取り代+材料費)

問 合 せ 信州国際音楽村 42-3436

真田町

真田まつりに参加しませんか？

8月6日(土)、真田町運動公園で真田まつりが開催されます。キャラクターショーなどの催しや、夜は大花火大会も開催されます。芝のグラウンドで、間近に打ちあがる花火が楽しめます。現在この祭りの運営スタッフを募集しています。ご応募ください。

応募締め切り 6月30日(木)

問 合 せ 真田町 観光商工課 72-2204

武石村

ともしび博物館でキャンドル作りはいかが？

行灯・燭台・ランプなど1000点をこえる貴重な灯火器具類より300点を常設展示。火おこし、キャンドル作りなどの体験学習もできます。お気軽にお越しください。

入 館 料 一般400円・小中学生200円

開館時間 9:00～16:00

休 館 日 毎週月曜日・祝祭日の翌日
冬期(12/29～3/31まで)

問 合 せ ともしび博物館 85-2474

新市誕生まで あと **278**日

さなだ



5月中下旬、600株ほどのツツジが咲き、多くの花見客が鮮やかな花をめで

真田氏館跡

● 600株のツツジの花

では、真田町本原の真田氏館跡。真田氏館跡は、上田城築城以前の居館跡で、昌幸が勧請した皇大神社のほか、巨大な土塁や、枅形、厩跡などの遺構が残り、県史跡に指定されています。

現在は、お屋敷公園として芝生広場や、親水広場も整備。隣接して真田氏歴史館もあり、憩いの場として、また真田氏のルーツを訪ね、これからの季節に訪れても楽しめます。

だけし



花桃の里

● 花咲かじいさんくらぶ

武石村の余里地区には、約1500本の花桃が植えられています。この花桃は、『花咲かじいさんくらぶ』が約15年ほど前から、「この地区を花桃で明るくしよう」と地区内にある樹齢100年を超える花桃の木から種取りをし、苗木を植栽してきたものです。見ごろは、例年4月下旬から5月上旬。この季節に余里地区を訪ねてみてください。地区の入り口から山のふもとまで約4キロの沿道に咲く赤や白の花桃をめでることができます。

うへだ



優雅な「光の舞」

● ホタルの里復活の取り組み

最近、市内ではホタルの舞う姿がよく見られるようになりました。水がきれいになってきたこともあり、すがすがしいホタルを復活させようと各地で活動する市民の熱意も見逃せません。4月下旬、下塩尻地区の通称「桜堤」と呼ばれる千曲川堤防沿いで、地元の保育園児・小中高校生自治会、企業など150人余りが、昨年から大切に育ててきたホタルの幼虫1107匹を放流しました。10年余り続く活動の結果、毎年6月後半には一帯で「光の舞」が楽しめます。

まるこ



紫色のじゅうたん

● 音楽村のラベンダー

浅間山や烏帽子岳を望む小高い丘の上にある信州国際音楽村。国内外の有名アーティストによるコンサートや各種音楽イベントが1年を通じて開催されており、多くの音楽愛好家たちが足を運びます。でもこれからの季節、ここを訪れる人の目的は初夏の花、ラベンダーをめぐることに。約9000株のラベンダーが音楽村の南斜面いっぱい咲き、まるで紫色のじゅうたんをひらげたかのよう。リラックス効果のある爽やかな香りが、疲れた体を癒してくれます。



四つ葉の フスケツチ

来年度の春、私たちの住むまちと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

めぐる

にしにちほ
社協です
 福祉の村づくりをめざして
 社会福祉協議会 85-2466

デイサービスの お花見

デイサービスでは、四日間に渡り、旧権現保育園のさくらの花を見に出かけました。
 ちよと満開で、さくらの下でたべるお昼も食がすみました。



母子寡婦会

四月十二日の総会で話が出ましたが、今年度より町村合併に伴い郡組織が無くなり、県から直通となりました。
 各事業も武石村独自で計画を立て、実施していきますので、ご参加下さい。

武石もみじ会



四月二十一日に総会が行われ、各地区役員が決まり、今年度より会費を納めて頂くことになりました。
 六十五歳以上の独り暮らしの方が対象となりますので、入会をお願いします。
 役員がご連絡いたします。
 お弁当の宅配・旅行等楽しみ会を計画しています。

身障郡大会

四月十六日真田町で開催され、武石村から五名が参加しました。

十年に渡り、役員としてご苦勞頂いたとして永年役員表彰があり、沖の高田哲也さんと鳥屋の内田ユキさんが表彰されました。



ありがとうございます

堀之内の小山常人さんよりボートブルトイレをいただきました。デイサービスで使わせていただきます。ありがとうございます。

心配ごと相談日

期日 6月13日(月)
 時間 午前9時から正午
 場所 老人福祉センター

村の石造物あれこれ
 シリーズ③

五輪塔群

兜卒山弥勒堂 鳥屋

文化財調査委員会

五輪塔

弥勒堂前の古いしだれ桜の下に安置された五輪塔群、静寂の中に造立した当時の人々の思いが伝わってくる。

古い時代から集められたと思われる五輪塔の各部材、堂の軒下に散乱し野ざらしであったものが、調査委員と鳥屋地区の皆さんの協力により昨秋整備・安置された。安置するに当たり、景観、配置などを考えて台座の基礎工事が事前に行われた。塔



しだれ桜の下に安置された80基を超える五輪塔

◆大きさ／高さ100cm・幅30cm・奥行30cm(一例)
 ◆造られた年代／不明
 ◆所在地(略図)

各部材の搬出と分類から始まった作業は難渋し、部材の大小、欠損、組み合わせのバランスなど経験したことのない作業であった。参加された鳥屋地区の皆さんの知恵と尽力により、よみがえった五輪塔群を眺め、先祖の供養と安堵感に労を忘れるものであった。

整備・安置された五輪塔群は、弥勒堂近辺にあった塔や村道拡幅工事等で発見されたもの

（半月形）、空輪（宝珠形）の五つの部分から成り、地水火風空の五大（世界は地水火風空から成りたつとの考え）をあらわす塔といわれる。

五輪塔が安置された弥勒堂付近は景観にも優れ、しだれ桜の花びらが塔に散りそそぐ光景や四季折々の風情など、訪れてみたい場所の一つとなった。

次号では、村唯一の「十一面観音像」（余里）を紹介します。

今月の料理

・山菜の塩漬け・

(写真はうどの煮付け)



材料 山菜(ふき、うど、わらびなど).....適量
 塩山菜の半量
 おから塩と同量

作り方

おからと塩を混ぜておきます。
 漬物用のたるに と山菜を交互に入れて漬けます。
 あくが取れて色が変わりません。
 塩だけで漬けるよりもおいしくいただけます。
 おからは豆腐店で購入できます。

【塩出しの方法】

おからと塩を洗い流し、熱湯に入れて少しかためにゆでます。
 ゆでたお湯を捨て、水にさらして(時々水を替えながら)塩気が少し残るくらいまで塩を抜きます。
 くるみかえ、ゴマ和え、油炒めなど好みの調理法でいただきます。

福祉企業センター「ふれあい」だより

〜どなたでも自由に使える地域交流室に
 お気軽に立ち寄りください〜

新しい福祉企業センターふれあいには、どなたでも自由に使える地域交流室があります。この部屋は玄関に入つてすぐの所にあり、名前のとおり地域の皆さんと交流を深めるために設けたスペースです。広い窓にカウンター、しやれたテーブルと椅子、給茶機も用意しました。本棚には福祉関係の本や小説のほか、まんがや絵本も並べてみました。いまのところ関係者やその家族の利用が大半ですが、将来は地域の皆さんがお茶を飲みに立ち寄りたり、通学路にある南部中学の生徒がボランティアや休憩に利用したり、お母さんが子供



上小地域の救急医療を考える住民シンポジウム ～医療機関の役割分担と連携～を開催します！

上小地域の救急医療を住民の皆さんと一緒に考える
シンポジウムを開催します。
多くの皆さんのご参加をお待ちしております。

と き 6月26日(日) 午後1時30分～午後4時

ところ 上田創造館

内 容 基調講演

座長 小県医師会長 塚原 正典 氏

「救急救命センターが地域の救急医療に果たす役割」(仮題)

佐久総合病院救命救急センター部長 岡田 邦彦 氏

「かかりつけ医と救急医療のそれぞれの役割」(仮題)

上田保健所長 小林 文宗 氏

シンポジウム 座長 上田市医師会長 斉藤 元康 氏

シンポジスト 大澤 道彦 氏(長野病院脳神経外科医長)

甲藤 一男 氏(上田市小児初期救急センター所長)

進藤 政臣 氏(長野病院長)

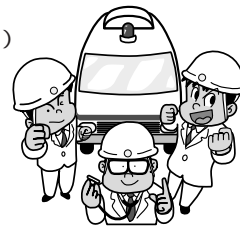
上小地域の住民代表

主 催 救急医療シンポジウム実行委員会(上田市医師会、小県医師会、長野病院、上田保健所、上田地域広域連合)

入場料 無料

その他 駐車台数に限りがありますので、できるだけ乗り合わせてお越しいただくか、別所線をご利用ください。

問い合わせ 上田地域広域連合事務局介護保険課(TEL23-0297)



上田地域広域連合 介護保険講演会 ～よりよい介護保険をめざして～を開催します！

介護保険を実際に利用する皆さんが、
分かりやすく、利用しやすいサービスとなり、
満足できる“よりよい介護保険”を
皆さんと一しょに考えたいと思います。
多くの皆様の御参加をお待ちしております。

と き 7月2日(土) 午後0時30分～午後4時

(午後0時10分開場)

ところ 真田町文化会館

内 容 基調講演

演題...「介護予防のまちづくり」(仮題)

講師...大淵修一さん(東京都老人総合研究所 介護予防緊急対策室長)

パネルディスカッション 内容...「介護予防の取り組みについて」

コーディネーター...鷹野和美さん(長野大学社会福祉学部教授)

助言者.....大淵修一さん

パネリスト.....サービス提供者、介護予防を实践されている方、行政
それぞれの立場の方に発言していただきます。

主 催 上田地域広域連合、広域連合構成9市町村

後 援 各新聞社

入場料 無料

その他 当日は、託児と手話通訳があります。託児を希望される方は、
6月24日(金)までにお申し込みください。

問い合わせ 上田地域広域連合事務局介護保険課(TEL23-0297)



児童手当を受給しているみなさんへ 6月30日は現況届の提出期限です

児童手当または特例給付の支給をうけているみなさん、
6月は「現況届」を提出していただく月です。

この現況届は、児童手当や特例給付を引き続いて受けるための大切な手続きで、受給者の前年の所得状況や児童の養育状況などを確認するために提出していただくものです。

「現況届」を提出されませんと、受給資格があっても6月以降の手当を受けられなくなります。それぞれお配りしました所定の用紙に記入、捺印の上、6月30日(木)までに役場住民課児童福祉係まで提出してください。

ただし、前年の所得が一定額以上の場合には、所得制限により児童手当は支給されません。

お問い合わせ先/役場住民課 児童福祉係 TEL85-2827(直通)



平成17年7月1日から住民異動届出をされる際に 本人確認をさせていただきます

住民異動の届出における本人確認を厳格にするための住民基本台帳事務要領が改正されました。この改正は、第三者による本人になりすました転入届、転出届等を防止すること、併せて住民基本台帳の正確な記録を確保することを目的とするものです。この改正に伴い、平成17年7月1日より住民異動届出時に、本人確認をさせていただきます。ご理解の上、ご協力をお願いします。

●対象とする届出

転入届、転出届、転居届、世帯変更届(世帯主変更、世帯合併、世帯分離)

●本人確認の対象者

役場に届出書を持参した方(届出人又はその代理人若しくは使者)

●本人確認の方法

届出書を持参した方が本人の場合
運転免許証、旅券、その他官公署が発行した免許証、許可証もしくは資格証明書等で本人の写真が

貼付されたもの。その他：身体障害者手帳、外国人登録証、住民基本台帳カード、公立学校学生証、療育手帳、無線従事者免許証、宅地建物取引主任者証、検定合格証など その他これに類するもの

届出書を持参した方が本人で上記の身分証明書を持参しない場合(このうち2点の書類にて確認します。)

健康保険証、年金手帳、その他：年金証書、介護保険証、社員証、学生証、預金通帳、公共料金領収書、キャッシュカード、診察券など その他これに類するもの

と に該当する証明書等の提示がない場合、及び証明書等の提示があった場合でも必要と判断される時は、適宜、口頭で質問をさせていただきます。

届出書を持参した方が代理人・使者の場合であっても、と に準じた本人確認をさせていただきます。

●届出に対する通知

本人確認ができなかった場合には、届出を受理した上で届出人本人に対して届出を受理した旨の通知をします。

～地球と懐にやさしいドライブ～



一人一人の 努力が大切な エコドライブ

私たちの生活に不可欠な自動車。しかし、一方で、自動車の利用は、燃料であるガソリンの燃焼を伴い、地球温暖化の原因となる二酸化炭素（CO₂）の排出量を増やしています。自動車からのCO₂の排出量を減らすためには、ドライバー一人一人のCO₂を減らす努力が必要です。今回は、ガソリンをムダに使わず、CO₂を少なくする「エコドライブ」のテクニックを紹介します。

CO₂の排出は、地球温暖化の要因の一つです。わが国全体のCO₂発生量のうち、自動車からの排出量は19%を占めており、なおも増加傾向にあります。自動車からのCO₂の排出量を少なくするためには、近くの買い物には車を使わず自転車や徒歩で行く、バスや電車などの公共交通機関を利用するなど、自家用車の利用をできるだけ減らしていくことが大事です。また、車を運転する際には、燃料をムダに使わない運転の仕方を工夫することが大切です。

走行中 6つのポイント

1 **ポイント** 無用なアイドリングをしない(アイドリングストップ)
アイドリング(自動車が停止している間もエンジンをかけ続けること)しているときにも車は燃料を消費します。10分間のアイドリングストップで約140ccのガソリンを節約、1年間では約51リットルのガソリン(約5,355円)を節約できます。

アイドリングストップは5秒以上行えば効果が得られるので、待ち合わせや荷物の積み下ろしといった駐停車時はもちろん、踏切や信号待ちの際にもエンジンを止めるよう、心掛けましょう。

2 **ポイント** 急発進・急加速をしない
急発進や急加速をすると、エンジンは燃料を余分に消費します。信号など停止状態から発進・加速する際には、オートマチック車ではゆっくりアクセルを踏み、マニュアル車ではなるべく高速ギアを使用します。急発進・急加速を1日に10回やめると、約120cc、1年では約44リットルのガソリン(約4,620円)を節約できます。

また、時速40キロメートルからの減速を1日に10回ゆっくりと行くと、急減速した場合に比べて約20ccのガソリンが節約でき、1年では約7リットル(約735円)も節約となります。急発進・急加速はやめましょう。

3 **ポイント** 交通の状況に応じた安全な定速走行に努める
最も燃費が良いとされる速度は、一般道路で時速40キロメートル、高速道路で時速80キロメートル。減速、加速を繰り返すなど速度を変動させて走行した場合、100キロメートルの走行で220ccのガソリンを浪費します。

高速道路で年間1,000キロメートルの距離を時速80キロメートルで走行すると、時速100キロメートルで走行したときに比べて約11リットルのガソリン(約1,055円)の節約となります。

ただ、交通事情などによりこの速度で運転できない場合もあり、故意に流れに逆らって波状運転になってしまうと、かえって燃費が悪くなります。交通の状況に応じ、できるだけ速度変化の少ない安全な運転をしましょう。

4 **ポイント** 減速時には、エンジンブレーキを活用する
長い坂道を下るときや減速時には、ブレーキペダルを踏むよりも、早めにアクセルを戻し、エンジンブレーキを使うほうが燃費はよくなります。オートマチック車では、オーバードライブを オフにしたり、シフトダウン(Dポジションから二速ポジションにするなど)したりすることにより、エンジンブレーキを効かせることができます。

エンジンブレーキを使用し、時速40キロメートルで1分間下り坂を走行した場合、エンジンブレーキを使わないで走行したときに比べ、約15ccのガソリンが節約できます。これを毎日繰り返すと、1年間で約5リットルものガソリン(約525円)の節約になります。減速時などには、できるだけエンジンブレーキを用いるようにしましょう。

5 **ポイント** 早めにシフトアップ(車のギアの入替え)する
車は高速ギアで走るほど燃費が良くなります。早めに高速ギアに持っていくアクセルワークを心掛けましょう。

オートマチック車の場合はギアを選べませんが、OD(オーバードライブ)を活用するとともに、加速時にあまりアクセルを踏み込みすぎないようにしましょう。

6 **ポイント** エアコンの使用を控えるにする
エアコン使用時にはエンジンの回転数が高くなるため、燃料の使用量が増加します。寒いときには厚着をする、暑いときには窓を開けるなど、できるだけエアコンを使用しないで運転をし、温度調節をまめに行うことが重要です。

金婚式おめでとうございます

信濃毎日新聞では、今年金婚式を迎えられるご夫婦(昭和三十年一月一日から同年十二月三十一日まで結婚されたご夫婦)に、結婚当時の新聞一面を「記念日新聞」として贈呈しており、ご希望の方にプレゼントいたします。希望者は、社協に申し込み用紙がありますので、六月二十四日(金)までに記入頂き申し込んで下さい。

上田創造館臨時休館のお知らせ

全館定期清掃及び機械点検のため、臨時休館とさせていただきます。

臨時休館日

平成17年6月6日(月)

平成17年10月3日(月)

平成18年3月6日(月)

住宅ローン「フラット35」のご案内

「フラット35」は、住宅金融公庫がバックアップする民間金融機関の長期固定金利の住宅ローンです。

- 最長35年間の長期固定金利
- 融資限度額最高、1,000万円
- 保証料0円、繰上返済手数料0円

- 住宅の質を保証
- 中古住宅の取得も対象となります。

お問い合わせ先

住宅金融公庫ホームページ
(<http://www.jyukou.go.jp>)

住宅金融公庫北関東

フラット35・ほっとライン

027-232-6000

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たち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。

教育学部のご紹介

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。

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。

お問い合わせ先

放送大学長野学習センター

0266-582332

暮らしの中の悩みごと相談所開設のお知らせ

上田人権擁護委員協議会では毎年女性委員による相談所を開設しています。相談は無料で、秘密は厳守されます。どんな悩みごとでも受けまますのでお気軽にご相談ください。



日時
平成17年6月17日(金)
午後1時から4時

場所

上田市JR上田駅前駅前ビル「パレオ」内上田情報ライブラリーセミナールーム

お問合せ先

長野県法務局上田支局内上田人権擁護委員協議会事務局

232001

5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

