

広報 **いくさか**

2024 **3** 月号
第556号

ホームページアドレス / <http://www.village.ikusaka.nagano.jp/>

世帯 707戸 / 人口 1,633人 / 男 822人 / 女 811人 / 前月対比 9人減
発行 生坂村役場 (TEL.0263-69-3111) / 印刷 川越印刷 松本市城西 (TEL.0263-32-0131)



**若い力、行動力、柔軟な発想と
新鮮な感性を発揮**

相模女子大学いくさか農泊ふれあい&体験プログラム

関係記事は2ページに掲載

相模女子大学 いくさか農泊ふれあい&体験プログラム

二月二十六日(月)から三月二日(土)までの六日間、八名の学生を受け入れ、相模女子大学生と「いくさか農泊ふれあい&体験プログラム」を実施しました。

この活動は、平成二十七年から実施しており、これまでに延べ六八名の学生を受け入れ、各団体の皆さんとの交流を深めながら、農作業や特産品開発等、様々な活動を行ってきました。

今年度からは、農山漁村振興交付金(農泊推進型)を活用し、自然豊かな生坂村において、村民の皆さんとの交流を深めながら、若い力と行動力、柔軟な発想や新鮮な感性を発揮し、生坂村での食・農・文化等の田舎暮らし体験を通じて、地域の魅力を満載した「オンリーワン」の農泊パッケージ商品の開発を目指して実施しています。

初日は、村内観光スポットや活動場所の確認のため、スカイスポーツ公園、ゲ

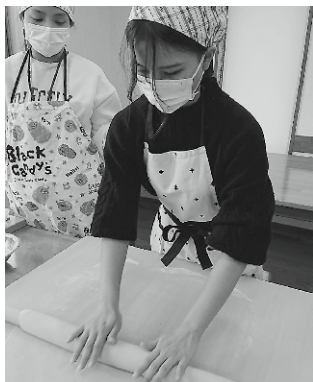
リーンプークブリッジに行きました。

二七日から一日までは、各団体の皆さんにご協力いただき、炭焼き作業、竹灯籠づくり、味噌づくり、生坂産野菜を活用したお弁当づくり、そば打ち作業、おやきづくりなどを実践しました。

最終日には、お世話になった「やまなみ荘」の清掃作業を行い、六日間の地域協働活動を終了しました。

学生は、この活動で多くの方々と交流を深めることができ貴重な体験となったことと思います。

ご協力いただいた皆さん、大変ありがとうございました。



災害支援のため石川県輪島市に行ってきました

総務課 今溝 康平

一月一日に発生した能登半島地震の災害支援のため、二月一九日から二四日まで『チームながの』の一員として安曇野市、麻績村の職員と、輪島市で支援活動を行いました。

輪島市内は建物の倒壊や道路の損傷が激しく、ニュースでも取り上げられた朝市通りは、火災で建物の原形を留めておらず、被害の大きさを痛感しました。

私たちは物資の補充や配食等の、避難所運営のお手伝いをしました。避難されている方々は、長期に渡る避難所生活で疲労しており、表情が曇っていました。食事を渡しながら声を掛けると笑顔でお礼を言ってくださいました。また、避難者の中には他の避難者の方々に元氣を出してもらいたいと、味噌汁を振舞っている方もいました。

厳しい状況下でありながら、手を取合い協力して災害を乗り越えようとしている住民の方々の一助になればと思い、私たちも一生懸命お手伝いをしました。

今回の活動を通して災害の怖さを再認識するとともに、共助の大切さを感じました。また、思いやりの心を持ち、声を掛け合うことが災害にも負けない力になると感じました。

被災地の日も早い復興をお祈り申し上げ、報告といたします。



松本山雅FC通信



© 2011 YAMAGA

●新加入選手紹介

二〇二四シーズンに松本山雅FCへ新たに加入した選手をご紹介します。

■安永玲央



【ポジション】MF

【生年月日】二〇〇〇年一月一九日（二三歳）

【身長／体重】一七七cm／七二kg

★注目ポイント

二〇二三シーズンは夏の移籍期間で水戸ホーリーホックからレンタル移籍で加入。今の松本山雅FCには欠かせない中盤のプレーヤー。精度の高いパスや繊細なボールコントロールなど華麗なプレーで観客を魅了す

■安藤翼



【ポジション】MF

【生年月日】一九九六年五月二日（二七歳）

【身長／体重】一七〇cm／六七kg

★注目ポイント

二〇二三シーズンはSC相模原に所属。三五試合で一〇ゴール四アシストとSC相模原の攻撃を牽引していた。抜群のシュートセンスを武器に、松本山雅FCの攻撃的なサッカーにどのような刺激を与えることが

できるのか注目です！

■滝裕太



【ポジション】MF

【生年月日】一九九九年八月二九日（二四歳）

【身長／体重】一六八cm／六四kg

★注目ポイント

二〇二三シーズンは清水エスパルスからのレンタル移籍での加入で、三二試合に出場し三ゴールを挙げている。七月にはクラブの月間MVPも獲得。前への推進力がある小気味のいいドリブルが特徴で、サイドからの仕掛けに注目です！

お問い合わせ

松本山雅FC

☎ 八八・五四九〇

道の駅いくさかの郷だより

『生坂村の旬の美味』

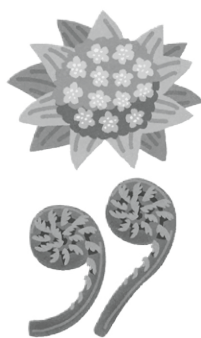
三月・四月は、出会いと別れの時ですが、それを演出する花、「桜」の季節でもあります。



生坂村には「万平桜並木」があります。いくさかの郷からのんびり歩いて三〇分ほど。まもなく訪れる満開の時期には、ぜひ足を運んでいただきたい生坂村自慢のスポットです。

生坂村の自慢といえば、春の訪れとともに美味しいものが始まるシーズンに入ります。

「ふきのとう」「わらび」



「たらの芽」「山うど」



「こごみ」「コシアブラ」など、四月になれば、山菜類が続々と出てきます。

天ぷらも美味しいですが、

山菜ごはんも食卓に彩りを添えてくれます。



そして、ゴールデンウィークを過ぎたあたりから「ハチク」のシーズンに突入するので、駅長の頭の中では胃袋が三つぐらいあればいいのにと、食いしん坊の血が騒ぎ始めます。



食べすぎには注意しつつ、生坂村の「旬の美味」の始まりを楽しみましょう♪

令和5年度を振り返って 人と人とのつながりを大切に… ～地域に学び、豊かな心を育む～

◆一年

教室で飼っていたトノサマガエルとアマガエルのために『かえるびいち』という遊び場をつくりました。

一緒に過ごす中で、カエルの種類によって、住む場所や好きな遊びが違うことを学び、それぞれのカエルに楽しんでもらえる遊び場を計画しました。『かえるびいち』が完成した後の話し合いでは、カエルたちに楽しんでもらうだけでなく、自然に逃がしてあげること、決め、カエルとの最後の時間を楽しんでいた。カエルと過ごした一ヶ月半は、子どもたちにとって宝物です。

◆二年

四月にみんなで決めたしたいこと、『みんなのおうちたんけん』では、クラス全員のおうちを歩いたりバスに乗ったりしてまわりながら、自然や人に触れました。『みんなでのれる大きな船』は、ペットボトルや竹を使

って、全員でのれる船を作って浮かべることができました。『畑でつくってたべう』では、さつまいもや夏野菜を育て、ポテトサラダづくり、やきいも、具だくさんのみそしるづくりなどを楽しみ、味わいました。いろいろな活動の中で、みんなのいいところを発見しあってもっとなかよくなれたかな？

◆三年

パソコンを使って目的の場所の調べ学習をし、見学に行きました。やまなみ荘では、たまたま休館日ということで普段は見ることもできないであろう厨房の中も見せていただきました。

デリシア明科店の見学でも厨房を見せていただきました。マイナス二〇度の魚類用冷凍庫の中を体験させていただきました。また、一人三百円のおこづかいで買い物しました。

タイピング練習にも熱心に取り組みました。

◆四年

四年生は総合で、生坂保育園との交流活動を行いました。『今まで通った保育園に恩返しをしたい』『保育士の仕事を体験したい』という願いにより、自分たちで計画を立てて交流会や保育士体験を行いました。子どもたちは「計画を立てる力が付いた」、「遊びをいくつか用意しておいて、相手の子に聞きながら交流することができた」などとふり返っており、充実した交流活動ができていました。

◆五年

総合的な学習では生坂村のぶどうのことを調べました。ぶどう園の見学や体験をさせていただき、おいしいぶどうを作る工夫がいくつもあることを知りました。秋には自分の作った房をお土産でもらい、大喜びでした。生坂の良さを知り、PRしようということ、ポスター・パンフレット作りをしています。自分たち

◆六年

で調べ学習を行い、調べ学習をした上で現地に行つて良さを感じたり生産者の方や施設の方にインタビューをしたりしながら良さを知り、生坂の魅力が詰まったものを作っています。

古民家をリノベーションする際に出る端材や、いらなくなった家具等を、かっこいいものに変身させて活かす仕事について、体験を交えて学習しました。また、竹を加工したキャンドルフード作りや、間伐材を使ったベンチ作り（卒業製作の一環）を通して、里山を保護・再生する仕事についても学習しました。

どの学習でも、「生坂村でもできるかな?」「生坂村ならどうだろう?」と、自分たちの環境に照らし合わせながら、興味をもって取り組みました。

さまざまな活動に取り組む、自分の力を発揮する子どもたちの姿がたくさん見られました。

学校目標「一人ひとりが輝く生坂っ子」の実現に向けて、『自ら行動する』を重点に掲げ、三つの合言葉『つたえあおう』『ふれあおう』『たかめよう』に取り組んで参りました。今年度は、さまざまな活動や関わりがコロナ前と同様にできるようになってきました。そんな今年度の特徴的な活動についてご紹介します。

中学校だより

生坂中学校3学年 クラス紹介 〈私たちのクラスは…〉

笑顔がたえないクラスです！
とても仲がいいからです



仲がいいクラスです！

小さい頃から一緒にいて、お互いのことを知っ
ていて、お互いのことを理解しているからです



強い絆で結ばれているクラスです！
お互いを尊重し合い、1人1人を
大切にしているからです



最高のクラスです！
1人1人の個性が強く、
毎日笑顔がたえないからです





生坂村公民館

令和6年度 生涯学習講座一覧

公民館では 以下の教室を計画しています。
開催時期が近づきましたらお知らせしますので、
ぜひご参加ください！

スポーツ系



トレーニング教室

☆松本山雅FC のフィジカルトレーナーから、トレーニングの基礎を学びます。

バドミントン教室

☆バドミントンの基礎を学びます。

ボッチャ教室

☆障がい者のため考案されたスポーツですが、老若男女、誰でも楽しめます。



ピラティス教室

☆ピラティスメソッドを学び、健康維持と冬の運動不足を解消します。

アクア運動教室

☆健康運動指導士から、水中ウォーキングや簡単なアクアビクスを学びます。

SUP体験教室

☆流行りのウォータースポーツSUPを、プールと犀川で楽しみます。



文化系

陶芸教室

☆陶芸の基礎を楽しく学びます。

親子料理教室

☆親子でコミュニケーションを取りながら食に関する興味関心を深めます。

歴史探訪教室

☆村内外の文化財や名勝を訪れ、学習します。

お正月飾り教室

☆ごぼう締め等のお正月飾りを作ります。

絵手紙教室

☆葉書や和紙などに季節の植物などを描きます。

木工教室

☆木製の食器や生活雑貨など参加者の希望に合わせて作成します。



※記載のある教室以外にも開催する場合があります。

小中学生対象



バドミントン教室

☆バドミントンの基礎を学びます。

サッカー教室

☆みんなで楽しくサッカーやフットサルをします。

子ども水泳教室

☆クロールや平泳ぎなど正しい泳法を学びます。

ラフティング体験

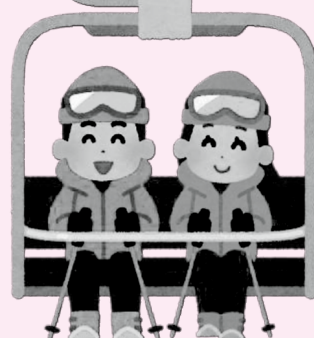
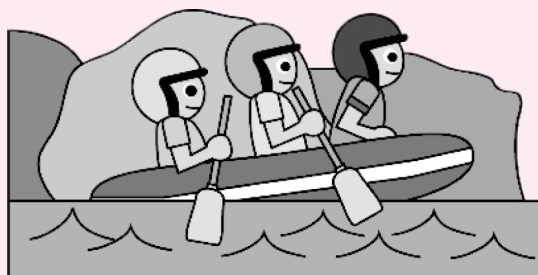
☆犀川でラフティングを体験します。

地域未来塾

☆信州大学の学生による学習支援を行います。(中学生対象)

スキー・スノーボード教室

☆冬の代表スポーツ、スキー・スノーボードを楽しみます。



◇◇◇ 大会行事予定 ◇◇◇

- ☆ B & G プール開き 6月 9日(日)
- ☆ B & G 水泳記録会 8月25日(日)
- ☆ 巡礼金戸山百体観音巡り 11月 3日(日・祝)
- ☆ 文化祭 11月上旬～中旬
- ☆ 2024イクラン松本山雅FC 11月23日(土・祝)
- ☆ B & G・体育協会ソフトバレーボール 11月～12月
- ☆ 令和7年二十歳の集い 1月 3日(金)
- ☆ 文化講演会 時期未定
- ☆ 人権講演会 時期未定



松本山雅FC「ガンズくん」
(C)2011 YAMAGA

お問い合わせ先: 生坂村B&G海洋センター

TEL (0263) 69 - 2500 E-mail・iku-kaiyo@vill.ikusaka.nagano.jp
(休館日: 月曜日・祝祭日の翌日)

くらしふと カンファレンス 2024

出会い、語らい、共創する信州らしいゼロカーボン社会

2024
3/2 sat
10:30～

村づくり推進室は、3月2日に長野市で行われたくらしふと信州主催の「くらしふとカンファレンス2024」に参加し、登壇して参りました。

分科会③ 自治体とエネルギー自立地域

自治体から挑戦する地域密着型ゼロカーボン

～「エネルギー自立地域づくり」現場の知見をシェア～

地域資源を生かした「エネルギー自立地域づくり」を進める現場の行政職員から、最前線で見えている景色や直面する課題を共有するとともに、民間企業との連携・共創の重要性について対話しました。

越境 / 共創ピッチ B

エネルギー自立地域マッチング～自治体 × 企業～

熱い自治体が集結！脱炭素先行地域等が登壇。エネルギー自立地域を目指す市町村がプレゼン。

善光寺前の信州善光寺仲見世通りの会場には多くの参加者が県内外から集まり、窓ガラスが曇るほどの熱気に包まれました。生坂村の他に参加された地域は、飯田市、松本市、小布施町。いずれも脱炭素先行地域ないしは脱炭素重点対策加速化事業に採択された市町村です。長野県は77の市町村からなりますが、そのうち脱炭素先行地域に採択されたのは松本市、飯田市、生坂村、小諸市、上田市の5市村のみ。生坂村での取り組みに関しては県内外からも注目度が高く、登壇後にはさまざまな質問が飛び交いました。村づくり推進室長からは、主に採択に至るまでの経緯や、事業の取り組み内容についてが発表されました。続く、共創ピッチではいくさかゼロカーボン事務局より脱炭素先行地域を担う人材の確保、森林の適正な管理体制構築に向けた人材・企業への参画を呼び掛けました。このような活動を通して、今後も生坂村の関係人口を増やしていきたいと思ひます。



脱炭素事業に 関する 説明会が 終わりました



約1ヶ月にわたる10地区における第2回目の脱炭素事業に関する説明会が終わりました。お忙しい中、ご参加くださった村民の方々には御礼申し上げます。説明会では主に令和6年度に予定している脱炭素事業内容をご案内しました。令和5年度は脱炭素事業を行うに際する調査・設計を進めており、この業務は引き続き令和6年度も行なっていきます。昨年の秋から太陽光パネル設置を希望される方のお宅の屋根の調査を行わせていただいておりますが、その調査結果は、令和6年度にお示しして参ります。

説明会でもご説明申し上げましたが、現在株式会社いくさかてらすでは事業計画書を作成し、資金調達に向けて、金融機関と調整を進めております。これらの調整が済み次第、電気料金や契約内容の詳細が決定していきます。

令和5年度は各種事業の事業計画に必要な調査・設計の年でした。まだ年度末を迎えておらず、細かな数値や調査結果をお伝えするに至っておりませんが、着実に前進しております。村民の皆様へのご案内は令和6年6月以降を予定しています。これまで多くご要望いただいた、各事業にかかる費用内容や、各事業の進捗状況・スケジュールを数値をもってお示しできることと思います。

令和6年度に入ると、省エネ機器に対する補助メニューのご案内も開始されます。ご質問やご意見は引き続き、村づくり推進室及びいくさかゼロカーボン事務局までお寄せください。

説明会では、もっと村民同士が対話を重ねる会や、個々が取り組める日々の中での脱炭素に関する勉強会を開催してほしいといったご意見を頂戴しました。共同提案者である株式会社松本山雅と行う令和6年度の効果促進事業においては、そのような機会を設けて参りたいと考えております。開催日時についてはお子さんのいらっしゃるご家庭や共働きでお忙しいご家庭にもご参加いただける開催方式を検討して参ります。

村営バス「池坂線」運行時間が変わります

四月から池坂線の発着地を「あづみ病院」から「やまなみ荘」に変更し、時刻も変更して、路線バス犀川線や周回デマンドバスとの接続を調整し、さらに利用しやすくなります。

村では、村営バス運営協議会において、バスの運行方法

や時刻改正について検討・協議を行い、四月より池坂線については、接続と時刻を次のように変更します。



4月からの「池坂線」の接続について

犀川線上り2便		池坂線1便
中学校前 07:13 着	→	07:18 発 生坂中学前
周回デマンドバス北回り1便		池坂線2便
やまなみ荘 09:15 着	→	09:15 発 やまなみ
池坂線4便		周回デマンドバス北回り3便
やまなみ 13:18 着	→	13:20 発 やまなみ荘
池坂線5便		周回デマンドバス北回り5便
やまなみ 16:25 着	→	16:25 発 やまなみ荘
池坂線6便		路線バス上り11便
下生野 18:07 着	→	18:18 発 下生野
池坂線6便		路線バス下り23便
生坂中学前 18:12 着	→	18:14 発 中学校前

法道回り やまなみ荘→あづみ病院→やまなみ荘

周回デマンドバス接続		北回り① やまなみ着 9:15	
路線バス接続	上り② 中学校前 7:13		
運 行 №	1	2	3
運 行 日	平日のみ	月～土	月～土
やまなみ	7:15	9:15	11:15
生坂農協前	7:16	9:16	11:16
生坂中学前	7:18	9:18	11:18
道の駅いくさかの郷前	7:19	9:19	11:19
小 舟	7:21	9:21	11:21
新 田	7:23	9:23	11:23
下 生 野	7:23	9:23	11:23
日 岐 住 宅	7:26	9:26	11:26
ザ・ビッグ	—	—	11:43
ツルヤ	—	—	11:48
あづみ病院	7:45	9:45	11:53
長 谷 窪	8:01	10:01	12:09
牛 沢	8:04	10:04	12:12
やまなみ	8:05	10:05	12:13



三郷回り やまなみ荘→あづみ病院→やまなみ荘

運 行 №	4	5	6
運 行 日	月～土	月～土	平日のみ
やまなみ	12:20	15:35	17:25
牛 沢	12:21	15:36	17:26
長 谷 窪	12:24	15:39	17:29
あづみ病院	12:38	15:53	17:43
ツルヤ	12:45	—	—
ザ・ビッグ	12:50	—	—
日 岐 住 宅	13:07	16:14	18:04
下 生 野	13:10	16:17	18:07
新 田	13:10	16:17	18:07
小 舟	13:12	16:19	18:09
道の駅いくさかの郷前	13:14	16:21	18:11
生坂中学前	13:15	16:22	18:12
生坂農協前	13:17	16:24	18:14
やまなみ	13:18	16:25	18:15
周回デマンドバス接続	北回り③ やまなみ発 13:20	北回り⑤ やまなみ発 16:25	
路線バス接続			上り④ 下生野 18:18 下り⑥ 中学校前 18:14

また、犀川線、周回デマンドバスについても、時刻が変更になる便がありますので、ご乗車の際は、お間違いの無いようご注意ください。

詳しくは、今月配布の行事カレンダー「バス時刻表」をご確認いただくか、役場総務課（☎六九一三二二）へお問い合わせください。

自転車用ヘルメット 四月から補助します

令和六年度から、四月以降に自転車用ヘルメットを購入された方へ、最大三〇〇円の補助を行います。

村では、交通安全対策の一環として、交通事故による被害の軽減を図るため、ヘルメットの購入費用の三分の二、または三〇〇円を上限として補助を行い、着用率の向上や家庭の負担軽減を支援します。

補助にあたっては、SG基準、またはこれに相当するヘルメットで、長野県が行っている自転車乗車用ヘルメット購入支援事業補助金を受けていないなどの要件があります。

詳しくは、役場総務課（☎六九一三二二）へお問い合わせください。



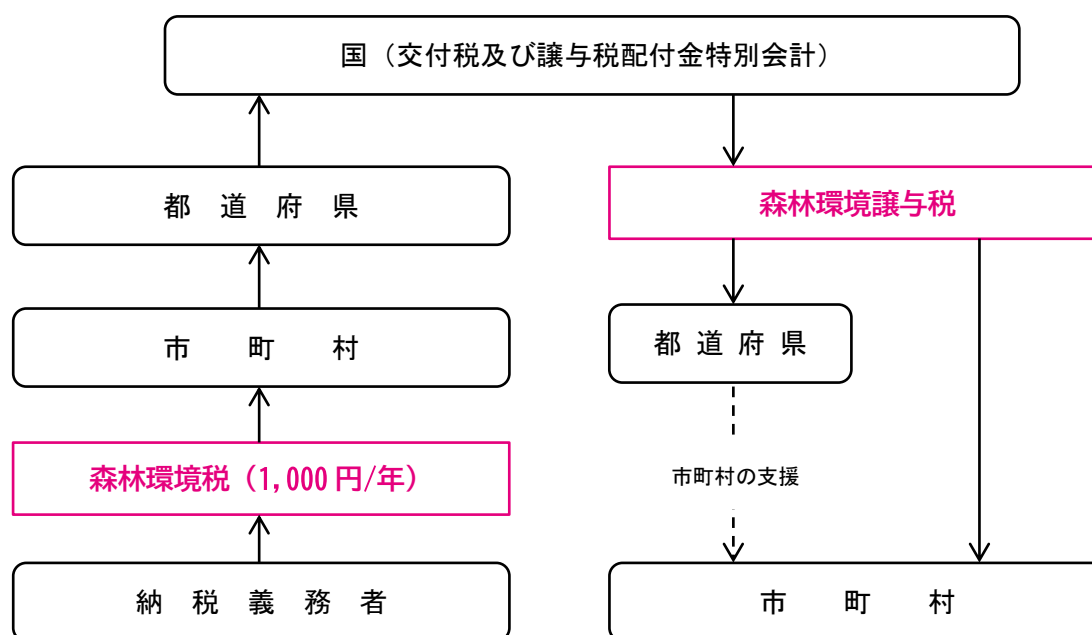
令和6年度から森林環境税の課税が始まります

森林環境税とは

令和6年度から、国内に住所のある個人に対して課税される国税であり、個人住民税均等割と併せて1人あたり年額1,000円が課税されます。

森林環境税の税収は、森林環境譲与税として国から都道府県や市町村に譲与され、森林整備及びその促進に関する事業を実施するための財源として活用されます。

森林環境税と森林環境譲与税の仕組み



個人住民税均等割および森林環境税の額

名 称(区 分)	令和5年度まで	令和6年度以降
森林環境税(国税)	—	1,000 円
個人住民税均等割(県民税)	2,000 円※1※2	1,500 円※2
個人住民税均等割(村民税)	3,500 円※1	3,000 円
合 計	5,500 円	5,500 円

※1 東日本大震災復興基本法に基づき、年額 1,000 円(村民税 500 円・県民税 500 円)が引き上げられ賦課徴収されておりましたが、この臨時的措置が終了し、令和6年度から森林環境税が導入されます。

※2 県民税のうち 500 円は長野県森林づくり県民税として「みんなで支えるふるさとの森林づくり」のために使われています。

地域農業振興等功績者表彰 腰原久男さん（草尾）

二月一四日（水）、豊科公民館ホールにおいて松塩筑安曇農業委員会協議会主催による農業活性化推進研修会が開催され、その中で、地域農業振興等功績者として、腰原久男さん（草尾）が表彰されました。

この賞は、地域農業の振興について特に優れた功績があつたものに表彰されるものです。

腰原さんは、サラリーマンとして活躍する傍ら、昭和六〇年に先代から農地を受け継ぎ、ブドウや水稲などの農産物栽培に取り組んできました。

また、平成二二年度からは、草尾巨峰生産組合長として村の特産である「巨峰」の更なる産地化にも尽力するとともに、地域で行われる水路清掃、草刈りや植栽などの環境美化活動にも積極的に参加し、農業・農村の有する多面的機能の維持、発展にも寄与してきました。



そして、令和二年から令和五年までは、生坂村農業委員として農地等の利用最適化の推進に努め、地域内での遊休農地の発生防止等に尽力されました。

その他、水利組合長、常会長などを歴任され、現在は草尾区長及び草尾農地・水・環境保全対策活動組織の代表を務め、村の農業振興、地域振興のリーダーとして活躍されています。



三つの★(星)を意識して

かあさん家 中曾根 真紀

この度、健康に配慮したメニューの提供や県産食材を活かし、食育の推進を図る取り組みをしているお店を対象とした、県の「信州食育発信三つの星レストラン」にかあさん家が登録されました。県松本保健福祉事務所の課長が来店し、登録店プレート

の授与式が行われました。

★健康のために塩分を控え、野菜も十分摂れるメニューを提供している。

★県産食材を使った料理や郷土料理の提供をしている。

★食べ残しによる生ゴミの発生抑制、環境への配慮をしている。



三つの星レストランに登録

この三つの条件を満たすメニューとして今回登録されたのは「豆腐ハンバーグ定食」です。生坂産大豆で作ったかあさん豆腐を使用し、ボリユームはありながらカロリ、塩分を抑え、野菜もしっかり摂れる数量限定メニューです。

自身の体調の変化もあり、食生活の改善をしないといけないと思っていた折にこのお話があり、家庭でも職場でも栄養バランスを見直すきっかけとなりました。

旬の野菜は栄養価が高いそうなので、いくさかの郷直売所に出荷された地場産野菜を食堂で活用させていただきながら、今後も地産地消で地域の食生活向上につながる取り組みをしていきたいらと思います。



生坂村農業公社からの お知らせ

日ごろ、生坂村農業公社の事業にご理解ご協力いただきとともに、かあさん家のご利用や特産品のご購入をいただいていることに心より感謝いたします。

さて、ここ数年来原材料の値上げが続くなか、当公社では、様々な工夫をいたしながら、特産品や食堂メニューの価格を維持してまいりました。しかし、昨今の原材料の高騰は著しく、全体で四〇程度の価格見直しをせざるを得なくなり、四月一日より価格変更を皆様にお願ひすることとなりました。

大変心苦しい限りですが、事情をご勘案いただき、価格変更へのご理解を賜りたくお願い申し上げます。



いくさか歩こう部

おしらせ
VOL.61

2024
Apr.

生坂村役場 健康福祉課
(生坂村健康管理センター)
☎ 0263-69-3500

令和6年度の歩こう部も、お楽しみ講座をとりいれた講座を計画しています。日頃の運動不足を感じている方、1人では運動に取り組みにくい方にお勧めです。初めてご参加される方も大歓迎です★地域の皆さんと交流しながら楽しくウォーキングしましょう!(^^)!

日付	時間	ウォーキングコース	集合場所
4月2日(火)	14時～	旧国鉄篠ノ井廃線敷コース	安曇野市明科総合福祉センター あいりす前駐車場
4月9日(火) または 17日(水)	14時～	小立野ハナモモコース	小立野公民館
5月7日(火)	9時～	お楽しみ講座	B&G 海洋センター
5月22日(水)	9時～	赤地藏コース(白日～赤地藏)	スカイスポーツパーク

【備考】

- ・ 4月9日(火) または 17日(水)については、桜の開花状況により開催日を決定します。無線放送でご確認いただくか、健康管理センター(☎69-3500)にお問い合わせください。
- ・ 5月から開催時間が9時からになります。ご注意ください。
- ・ 雨天時は、B&G 海洋センターで開催予定ですが、状況により中止する場合があります。無線放送でご確認いただくか、健康管理センター(☎69-3500)にお問い合わせください。



【服装・持ち物】

- ・動きやすく、温度調節しやすい服装
- ・水分補給できる物 ・193ポイントカード ・汗拭きタオル



「これって認知症? 老化による物忘れ?」の〇×クイズ、保健師による認知症を理解するための「脳の働き」「認知症はこんな病気・症状について」の説明。また、認



二月二日、生坂中学校において、三年生の皆さんを対象に認知症サポーター養成講座を開催しました。
認知症サポーター養成講座は、村民の皆様へ認知症について正しい理解をしていただき、偏見を持たず、認知症の方やそのご家族を温かく見守り、応援者になっていただくことを目的として開催しています。

認知症サポーター養成講座を開催しました

場面では、認知症のおばあさんの気持ちを優しく理解したコメントに講師たちも嬉しい気持ちになりました。
今回の講座で少しでも認知症への関心を持っていたら、自分のできる範囲でサポーターとして活動していただけたらとても嬉しいです。
認知症という病気の正しい理解と、偏見が無くなるよう、これからも講座を開催していきたいと思ひます。



知症の方との接し方について、スタッフによる劇を交えて理解を深めていただきました。
皆さん、真剣に講座に耳を傾けていました。それぞれの感想を発表していただく

歯つぴーたいむ

高齢者の歯とお口

高齢になると、身体の機能が低下するとともにお口も若い時とは違った変化が出てきます。

噛む力・飲み込む力の低下

食べ物を噛んで飲み込む過程には、舌やお口周りの筋肉が緊密に関わってきます。筋力が衰えてこの飲み込む力が低下すると、飲食物が誤って気管に入り、むせたり、誤嚥性肺炎を引き起こしたりします。

また、歯がグラグラしたり、歯の本数が減ったり、入れ歯が合わなかったりすると、食べ物を噛み砕きにくくなり、咀嚼機能が低下します。

唾液の量が減る

唾液はお口を潤わせることで、酸によって溶けた歯の表面を修復したり（再石灰化）、歯肉や粘膜の乾燥を防いで傷つきにくくしています。咀嚼した食べ物を飲み込みやすくし、消化を手助けす

るなどの大切な役割がたくさんあります。

しかし、噛む力の低下や薬剤の影響などで、分泌量が減ってきてしまいます。唾液が出にくくなるとお口の中が乾燥し、むし歯や歯周病、口内炎にもなりやすくなります。

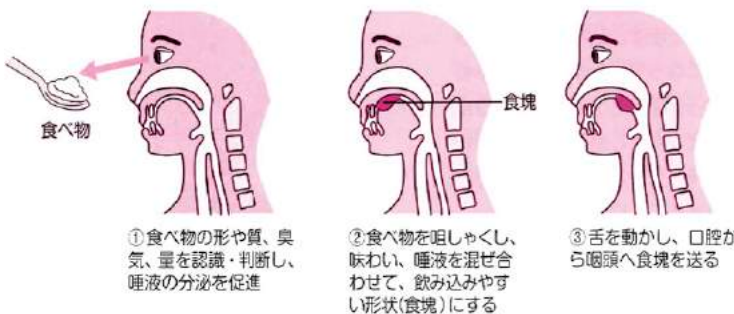
舌の機能が低下する。

舌の主な働きは、味覚と食物を摂取することです。舌の表面にある一万個ほどの「味蕾」という器官で味を感じ、唾液の分泌を促しながら、食べ物の消化と吸収を助けていきます。

舌は噛み砕いた食べ物を咀嚼し、飲み込みやすい形状（食塊）にして、お口から咽頭へ送るという重要な働きをしています。このような非常に複雑な働きによって、体に必要なエネルギーや栄養素を取り込むことができています。

加齢によってこれらの舌の動きが衰えると、食べ物を噛み砕き、咀嚼し、食塊を送るという一連の動きに障害が生じます。また、味蕾の数

も減り、味を感じにくくなり、食事を味わう楽しみが減少してきます。



若い時とは違うお口の特徴を踏まえた歯とお口のケアが大切になります。

生坂村歯科診療所

健康応援隊 活動報告

一〇月から二月に行われた、移動教室「健康応援隊」の活動報告です。

下半期の健康応援隊は、村内の施設四か所で計五回開催しました。デイサービスセンターはるかぜでは、初めての開催となりました。

今回の保健師による健康講話は、便秘をテーマにクイズ形式で行いました。以前から便秘のご相談を受けることがあり、便秘は女性に起こりやすい症状です。健康応援隊の参加者は女性が多いため、便秘についてお話ししました。その他に、脳トレクイズ、音楽健康指導士藤巻先生による音楽に合わせた運動を行いました。

便秘のクイズでは、大腸の機能や便秘の種類、便秘解消方法として排便を促す食材の紹介や運動、排便のしやすい姿勢などをお伝えしました。

藤巻先生による音楽に合

わせた運動はとても好評で、全五回参加された方もいました。流れる曲は懐メロソングで、皆さんで体を揺らしながら大合唱しました。じゃんけんをとりいれた脳トレ体操など曲を歌いながら体を動かすのは、なかなか難しくとても盛り上がりました。そして、先生の曲ごとの仮装は参加者からとても好評でした。

来年度の健康応援隊は全地区の公民館を巡り、藤巻先生による運動に加え、保健師による健康相談も計画しています。お住まいの地区で直接お話を伺うことで、皆さまの身近な保健師として健康福祉事業を実施していきたいと思っています。



野菜のおすすめレシピ ～野菜の魅力は？～

野菜は5大栄養素の炭水化物、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルとは異なる機能性成分が含まれています。この機能性成分は植物にごく微量に含まれる色素・辛味・香りの成分で強い抗酸化作用（活性酸素から体を守ること）があり、病気予防や老化予防の効果も期待できます。野菜に含まれる色素は7色ありますが、赤系のリコピンはトマトに含まれる代表的な色素です。

そして、野菜には食物繊維が多く含まれています。食物繊維は人間の腸では消化されませんが、急激な糖の吸収を抑え、不要なコレステロールを便中に排泄する仕事をしています。また、野菜に含まれる水分は、一緒に調理することで他の水分の少ない食品を軟らかくし、ビタミンやミネラルを溶かしこみ、胃で消化しやすく、腸で吸収しやすい形にしてくれます。

今回は、「和風ラタトゥイユ」のレシピをご紹介します。夏料理のラタトゥイユですが、夏野菜以外の野菜で作ってみました。野菜は一人当たり220g使用しますが、煮て軟らかくなりますので無理なく食べられます。味付けは「みそ」です。野菜の甘味やトマトの酸味と相性がいいようです。各ご家庭でもいろんな野菜で挑戦してみてください。

和風ラタトゥイユ（1人分 エネルギー270kcal、たん白質13.6g、脂質12.8g、糖質29.8g、食塩1.2g）

材料（2人分）

豚ひき肉	100g
れんこん	60g
かぼちゃ	100g
長ネギ	1/2本
生シイタケ	2個
トマト	1個
油	大さじ1/2

調味料

カットトマト缶	100g
水	50g
みそ	大さじ1/2
酒	大さじ1
砂糖	大さじ1/2

【作り方】

- ① れんこんは皮をむき、5mm幅の半月切りにする。水を入れたボウルに入れて10分程置く。
- ② かぼちゃは洗って皮付きのまま5mmくらいの厚さで食べやすい大きさに切り、ゆるくラップをして電子レンジ600wで2分加熱する。
- ③ 長ネギは1cm幅で斜めに切る。生シイタケは石づきを取り、1/4に切る。トマトは洗ってへたをとり、8等分のくし切りにする。
- ④ フライパンに油をしいて中火で熱し、豚ひき肉を入れ、色が変わるまで炒める。水気を切った①のれんこんを入れて、全体に油がなじむまで中火で炒める。
- ⑤ ④に長ネギ、生シイタケも加え炒めたら、調味料を入れて蓋をして10分程、煮込む。かぼちゃ、トマトを加え、ひと煮立ちしたら火を止め、盛り付ける。



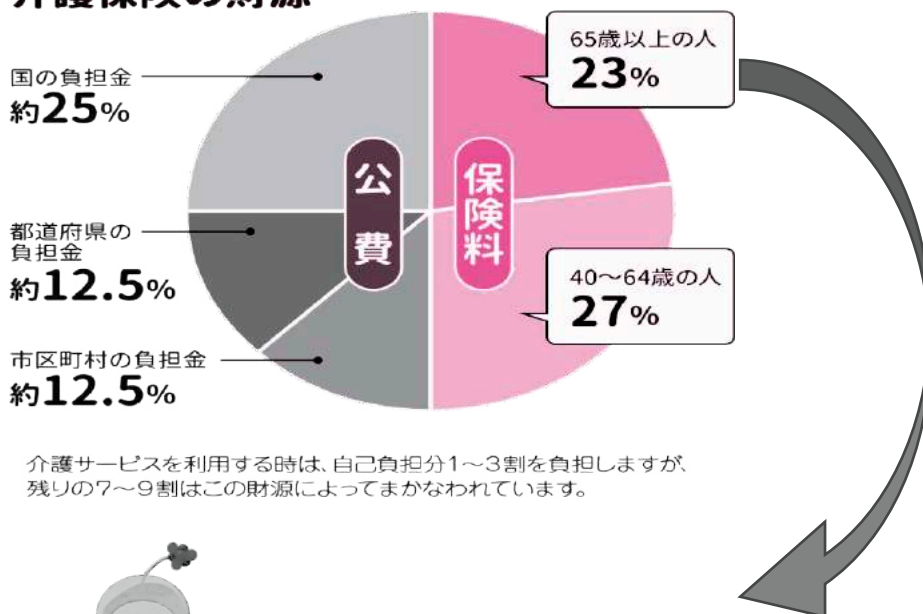
六五歳以上の方の介護保険料が変わります

令和六年～八年度の介護保険料基準額（月額）は六三〇〇円です

六五歳以上の方の介護保険料は、三年を一期として「介護保険料」が策定する「介護保険事業計画」と、その事業計画に定められたサービス費用に見込額等に基づいて、三年ごとに見直しを行っていきます。

介護保険の財源は、公費と保険料それぞれ五割ずつとなっており、保険料のうち、六五歳以上の方に負担いただく二割に、所得段階に応じて支払われます。

介護保険の財源

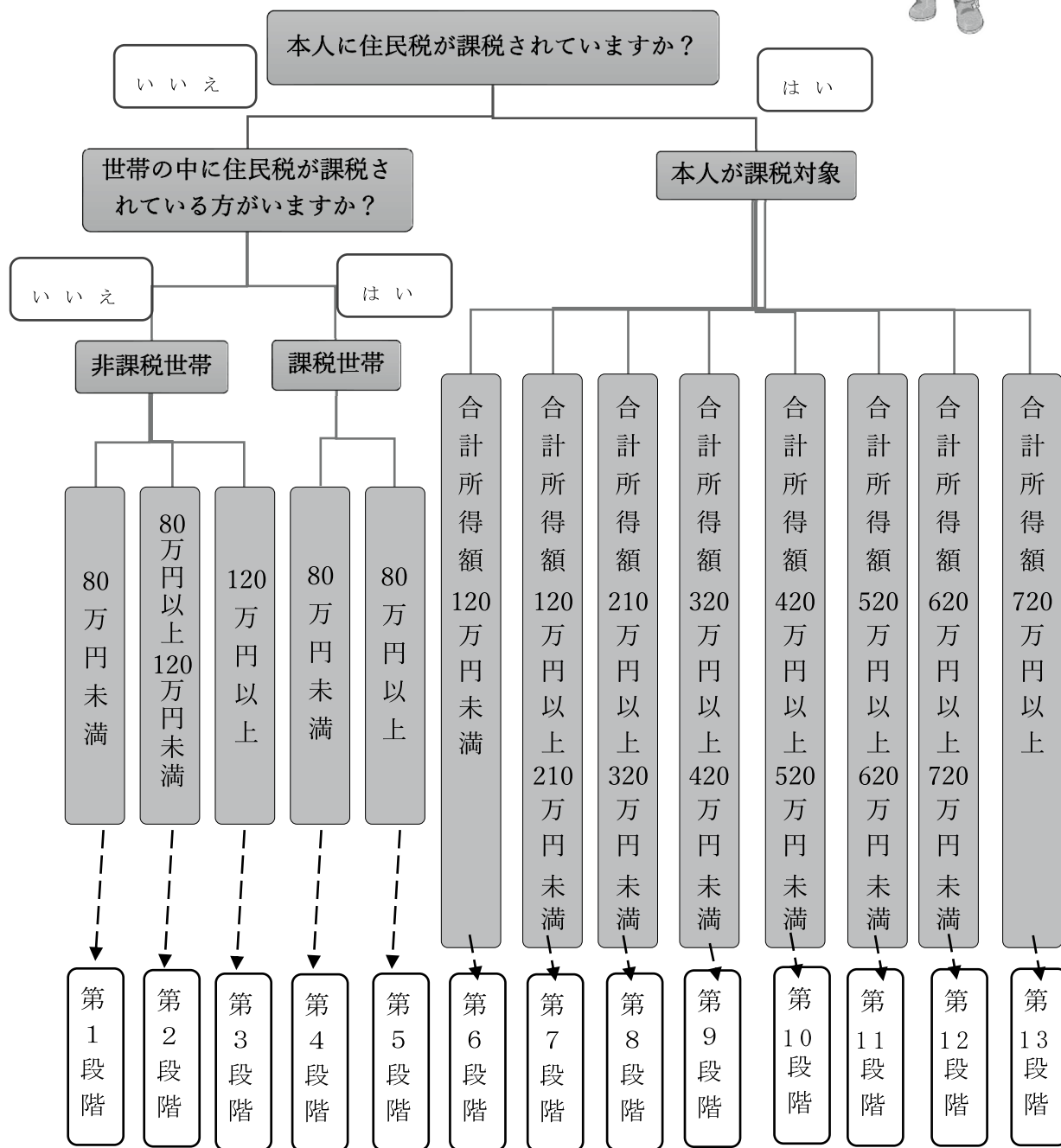
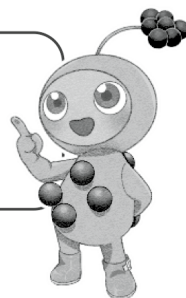


令和6年度所得段階別保険料

所得段階	基準に対する負担割合	保険料	
		月額	年額
第1段階	0.285	1,800円	21,600円
第2段階	0.485	3,060円	36,720円
第3段階	0.685	4,320円	51,840円
第4段階	0.9	5,670円	68,040円
第5段階	1.0	6,300円	75,600円
第6段階	1.2	7,560円	90,720円
第7段階	1.3	8,190円	98,280円
第8段階	1.5	9,450円	113,400円
第9段階	1.7	10,710円	128,520円
第10段階	1.9	11,970円	143,640円
第11段階	2.1	13,230円	158,760円
第12段階	2.3	14,490円	173,880円
第13段階	2.4	15,120円	181,440円

生坂村では、13段階の保険料を設定しています。

介護保険料の決まり方
～私の介護保険料はいくら？～



本人の合計所得額（住民税非課税の場合、年金等の収入額）で決まります。

介護保険（保険料について、サービス利用について等）
のお問い合わせは…

健康管理センター【生坂村役場 健康福祉課】へ

☎ 6 9 - 3 5 0 0

予防接種のお知らせ

50歳以上のみなさん

带状疱疹ワクチン

令和6年度より 助成、はじめます

助成額 接種費用の半額

●不活化ワクチン(2回)

上限11,000円/回

●生ワクチン(1回)

上限 4,000円/回

4月以降、対象となる方に通知します

【带状疱疹とは】

過去に水痘(水ぼうそう)にかかった人が発症し、水疱と皮膚の痛みを伴います。带状疱疹は高齢者に多く、体調が悪い時や疲れている時など、免疫が下がった時に症状が出ます。

2種類のワクチンからお選びいただけます。

1歳～2歳のお子さん

おたふくかぜワクチン

令和6年度より 助成、はじめます

助成額 3,000円(1回のみ)

4月以降、

対象となる方に通知します

【おたふくかぜとは】

ムンプスウイルスによる感染症です。感染すると発熱し、耳の下が腫れるのが特徴です。合併症に無菌性髄膜炎・難聴・精巣炎・卵巣炎等があります。

ワクチン接種により感染しても症状が軽くなり、合併症のリスクも減ります。

7歳6ヶ月までのお子さん

令和6年度よりワクチン(定期予防接種)が

下記のように変わります

4種混合ワクチンとヒブワクチンが

5種混合ワクチン(NEW)になります

4種混合
(ジフテリア)
(百日せき)
(破傷風)
(不活化ポリオ)

ヒブ感染症

5種混合
(ジフテリア)
(百日せき)
(破傷風)
(不活化ポリオ)
(ヒブ感染症)



【4種混合】と【ヒブ】を途中まで打ったけど次は【5種混合】に変えて良いの??

【4種混合】ワクチンと【ヒブ】ワクチンは、原則同じワクチンを接種することがすすめられています。変更することも可能です。ご希望の方はお問合せください。

令和6年度より初回接種に該当する方は、【5種混合ワクチン】を選択することをお勧めします。

16歳～27歳の女性のみなさん

HPV ワクチンの無料接種の期限が迫ってきました

令和4年度よりご案内してきました、子宮頸がん(HPV)ワクチンの無料接種が令和7年3月で終了します。HPVワクチンは3回接種が望まれています。3回とも無料で接種を受けるには、令和6年9月までに初回の接種をしていただく必要があります。

接種券が手元にない方は健康管理センターまでお問合せください。



生坂村役場
健康福祉課

☎ 0263-69-3500

後期高齢者医療保険料率 令和6・7年度分が決まりました

後期高齢者医療制度の保険料率は、医療給付費等を推計して2年ごとに見直されます。

国の制度改正により、後期高齢者の医療給付費を後期高齢者と現役世代で公平に支え合うため「後期高齢者一人当たりの保険料」と「現役世代一人当たりの後期高齢者支援金」の伸び率が同じになるように後期高齢者負担率を設定することと、出産育児一時金の支給費用の一部を現役世代だけでなく後期高齢者医療制度も支援（拋出）する仕組みの導入により、長野県における令和6・7年度保険料率を、次のとおり増額改定することになりました。

お一人おひとりの保険料額は6月下旬に決定し、7月以降に村から決定通知書にてお知らせします。皆様のご理解とご協力をお願いします。

	令和4・5年度	令和6・7年度	備 考
均 等 割 額	40,907円	44,365円	
所 得 割 率	8.43%	9.45%	令和6年度は、基礎控除後の総所得金額等が58万円以下の場合は8.56%
賦 課 限 度 額	66万円	80万円	令和6年度は、昭和24年3月31日以前に生まれた方、障害認定の方は73万円

均等割額
44,365円

+

所得割額
(所得－43万円) × 9.45%
または
8.56%

=

年間保険料額
限度額は80万円または73万円

❖ 令和6年度からの新たなご負担に関しては

- ① 収入にかかわらずご負担いただく定額部分（均等割）のみを負担する約6割の方（年金収入153万円相当以下の方）については、制度見直しに伴う増加はありません。
- ② 収入に応じてご負担いただく定率部分（所得割）は、一定以下の収入の方（年金収入153万円～211万円相当の方）を対象に、令和6年度は制度見直しに伴う増加はありません。
- ③ 年収約1,000万円を超える方を対象とする保険料負担の年間上限額（賦課限度額）は、段階的に引き上げられます（令和6年度は73万円、令和7年度は80万円）。

※ 令和6年度に新たに75歳に到達する方は、③の激変緩和措置の対象外となります。

❖ 所得の低い方については、均等割額の軽減措置があります

世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等を合計した額	軽減割合（軽減後の均等割額）
	令和6・7年度
43万円＋10万円×（給与所得者等の数 [※] －1）以下の場合	7割軽減 (13,309円／年)
43万円＋（29.5万円×世帯の被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数 [※] －1）以下の場合	5割軽減 (22,182円／年)
43万円＋（54.5万円×世帯の被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数 [※] －1）以下の場合	2割軽減 (35,492円／年)

※ 給与所得者等の数とは、世帯内の被保険者と世帯主のうち、55万円を超える給与収入を有する方の数と公的年金等の収入が125万円（その方が65歳未満の場合は60万円）を超える方の数（給与所得を有する方を除く）の合計をいいます。

《お問い合わせ先》

生坂村役場住民課 生活環境係 電話 0263-69-3113（直通）
または、長野県後期高齢者医療広域連合 電話 026-229-5320



ゆのんびり湯ったりやまなみ荘

昨年無比極寒の冬とまではなりませんでしたが、二月の中旬に暖かい日が続いたせいか、ぶり返す寒さには体がついてきませんでした。

やまなみ荘では春の宴会プランとしまして、鯛しゃぶ鍋をメインに、五五〇〇円の会席料理をご提供します。このプランは料理金額に対して五パーセント分を能登半島地震に義援金として送金する「復興支援会席プラン」としてご提供しています。

また食堂では「鯛のアラ煮定食」を復興支援メニューとして七〇〇円の代金のうち一〇〇円を義援金として送金しています。ご理解いただいた皆様、ご協力ありがとうございます。

その他、「海鮮丼」、「お花見弁当」と人気のフェア・プランをご提供しています。



お花見弁当

『色鮮やかな海鮮丼は春らしくていいね』『毎年お花見弁当を食べに来ている』『うれしいお言葉を頂戴しました。』

復興支援会席プランとお花見弁当付き平日ゆったりランチプランは、四月も開催していますのでご利用ください。

皆様のお越しをお待ちしております。

役場窓口での各種申請手続きが簡単になります

村では、役場などの窓口で書いていただいている住民票や所得証明書などの申請書について、ほぼ書かなくても済むシステムを導入しました。

国のデジタル田園都市国家構想交付金を活用して、タブレット型のパソコンにマイナンバーカードなどの身分証明書をかざし、氏名などの基本情報を読み取らせ、後は表示される内容に沿って選択していくだけで、希望する証明書などの申請が簡単にできるようになりました。

ボールペンで字を書く必要がなくなり、分からない場合は職員が聞き取りながら進めていきますので、来庁者の方が書く手間はほぼありません。

また、スマートフォンなどで村のホームページから事前に申請書を作成し、内容が入力されたQRコードを

窓口で見せるだけで、証明書等の発行がスムーズに行え待ち時間が少なくて済みます。

まだ、住民課や健康福祉課で受け付ける件数の多い一部の申請書のみ対応となっていますが、今後、数年をかけて総務課、振興課、教育委員会の各種申請に対応できるようにしてまいりますので、ご理解の程よろしくお願いいたします。



特別養護老人ホームの職員を募集

令和七年度に採用する特別養護老人ホームの職員を募集します。

特別地方公共団体である当組合では、地方公務員として介護・福祉の仕事をすることができます。

職種

事務員、生活相談員、介護支援専門員、看護職員、介護職員

勤務場所：東筑摩郡(山形村・麻績村)、塩尻市、松本市、木曽郡にあるいずれかの組合施設

試験日 一次試験

五月一九日(日)
午前八時四〇分～正午

会場

塩尻市保健福祉センター
三階市民交流室

申込受付期間

三月一日(金)～
四月二六日(金)

お問い合わせ先

松塩筑木曾老人福祉施設
組合(☎五三・五〇〇)



【防災アドバイス】 松本広域消防局 明科消防署 《山火事の防止について》

三月になり、日ごとに暖かさを感ぜられるようになりました。

例年、この時期は空気の乾燥や強風などにより、山火事が発生しやすい気象条件となることが多くなります。また、行楽や野外での作業に適したシーズンとなり、山林への人の出入りや、野外で火を使う機会が増えることなどもあって、火災件数も増える傾向にあります。松本広域消防局管内では、令和五年中に四件の山火事が発生しています。

山林は消火用水の確保がしにくく道幅が狭いため、消

防車が容易に入って行けないという地理的条件も重なり、いったん山火事が発生すると、消火活動が非常に困難なものとなり、火災による被害が大きくなってしまうます。

山林は、木材の供給だけではなく、雨水を地下にろ過させながら導き、徐々に川に流すといった私達の暮らしに重要な役割を果たしています。

この大切な山林が、減少すると保水能力が低下し、台風や集中豪雨などの大雨の際に、土砂崩れなどの自然災害が起きやすくなります。

大切な山林を火災から守るため、皆さんに次のことを願います。

- 枯れ草や落ち葉などのある火災が起こりやすい場所では、たき火をしない。
- 火の使用中はその場を離れず、使用後は完全に消火する。

- 風が強い時、空気が乾燥している時には、たき火や野焼きをしない。

- たばこは、指定された場所で喫煙し、吸殻は必ず消す。投げ捨てはしない。

- 火遊びはしない。

- たき火や野焼き等をする場合は、消防署に連絡、届出をする。

もしも、山火事を発見したら：

- 燃え広がった火事を無理に消そうとするのは大変危険です。

- すみやかに一一九番通報し、安全な場所に避難しましょう。

山火事を防ぐためには、一人ひとりが、森林の大切さを認識し、防火意識を高めることが大切です。山火事の原因のほとんどが、「火の取扱いの不注意」で発生しています。過去には、野焼きやお墓参りの線香から飛び火して、大規模な山火事が起きたこともあります。山林は一度焼失してしまうと、その回復には長い年月と多くの労力を要することになります。大切な財産である山林を火災から守るため、山火事の未然防止にご協力をお願いします。

お問い合わせ

松本広域消防局明科消防署

☎六二二二九九二

明科高校だより

二月の明科高校から

◎一年キャリアプログラム

ここ数年の卒業生の進路状況を見ると、本校卒業後にすぐ就職する生徒と、上級学校へ進学する生徒は、半々となっています。

本校では、三年間を見通したキャリア教育全体計画のもとに進路選択に関係する教育活動を行っています。

二月八日、地元企業九社と地元の専門学校や短期大学六校を迎えて、一学年を対象としたキャリアプログラムを実施しました。

理美容や介護・福祉関係のように、その仕事をするために資格が必要な進路を考える場合、進路して資格を取るための勉強をする方法があれば、就職先で働きながら資格取得を目指す道もあるということを、上級学校の先生と事業所の方のそれぞれ



れの立場からの話を聞くことができました。

また、地元のモノづくり企業の方からは、働くことの魅力についてお聞きすることができました。

グループトークの時間には、講師の先生方にも各グループに入っていたいて、生徒たちとの意見交換に加わっていただきました。

自分の将来を考えた時、資格は自分の生き方に必要なのかどうか、また、高校卒業後にすぐ働くことを選ぶことのメリット・デメリットは何かなど、一年生のうちに考え始めることができた貴重な機会でした。

◎三年生の進路報告会

二月になると三年生は自宅研修に入り、四月からの生活の準備をしますが、二月八日の登校日に合わせて、進学・就職それぞれの体験談を小グループで二年生に向けて報告する会が行われました。

自分の言葉で語る先輩の様子は、自信に満ちていてとても輝いて頼もしく思えました。(文責 教頭 倉下直)

生坂村結婚相談所「生坂村ハピネスなび」開設中!

ご縁を大切に、あなたの出会いを応援します。

スマホやパソコンでライフスタイルに合わせて利用できる「生坂村ハピネスなび」に登録しませんか。

マッチングアプリを使い自分一人でお相手を探すだけでなく、最新のAIや仲人のサポートなどを利用することができます。

ぜひ、お気軽にご相談ください。

市町村等の結婚相談所が出会いをサポート
ながの結婚マッチングシステム
NAGANO ai MATCH

スマホ・PCから
いつでもどこでも
気軽に利用

相性の良いお相手を
AIマッチングで
ご提案

※初回登録時のみ、お近くの結婚相談所へ面談所が必要になります。県内43か所の相談所は下記QRコードから御確認ください。

長野県婚活支援センター
026-235-7373 | konkatsu@pref.nagano.lg.jp
※本システムは長野県婚活支援センターが運営しています。



- ♥ 登録条件：18歳以上、独身
- ♥ 紹介料、月会費、成婚報酬：なし
- ♥ 登録料：10,000円
(村内在住の方は全額補助)



【問合せ先】
役場住民課 69-3113
健康管理センター 69-3500
結婚相談所メールアドレス
happiness.ikusaka@gmail.com

やさしくわかる 成年後見制度

二月一六日(金)、弁護士
の塩野悠子先生をお招きし
て、成年後見制度について
の学習会を開催しました。

塩野先生から、成年後見
制度についてQ&A方式で
分かりやすく説明いただきま
した。内容の一部をご紹介します。

Q どんな人が、成年後見
制度を利用しているの?

A 利用を開始した理由と
して、認知症の方が大半、他
に知的障害や統合失調症の
方なども利用しています。

Q 成年後見制度ってどう
いう制度?

A 認知症等で物事を判断
する能力が十分でない方に
対して、本人の権利を守る
援助者を選ぶことで本人を
法律的に支援する制度で
す。

Q どうして成年後見制度
が必要なの?

A 【理由①】判断能力が低
下すると様々なトラブルが
発生する場合があり、その

ようなトラブルから対象者
を守るため。

【理由②】判断能力がない人
のした法律行為(契約等)
は、法律上無効となるとさ
れるため。

Q 成年後見制度ってどう
やって利用するの?

A 成年後見制度を利用す
るためには、家庭裁判所に
申し立てを行い、審判を受
ける必要があります。現在
の法律では、成年後見制度
を必要としている人の存在
が明らかであっても、家庭
裁判所以外が制度の利用を
スタートさせることはでき
ません。また、家庭裁判所も
申立人から申し立てがなさ
れない限り、制度の利用を
スタートさせることができ
ないのです。

健康管理センター(健康
福祉課)では、成年後見制度
をはじめ、様々な制度のご
紹介を行っております。ま
た、様々な困りごと相談窓
口でもありますので、お気
軽にご相談いただければと
思います。

編集後記

ひと雪、ひと雨ごとに春
に近づいていくこの頃、皆
様お変わりなくお過ごしで
しょうか。花粉が心配です。
編集後記を始めて早二年、
多くの出会いがあり、皆様
の温かさに触れ、充実した
時間を過ごすことができました。
……と同時に、生坂の
風景や皆様の優しさから遠
く離れてしまうことに大き
な寂しさを感じています。

生坂を離れた後も、この
村のファンの一人として心
を寄せ続けたいと思います。
またいつか、皆様とお話し
する機会に恵まれたら嬉し
いです。どうぞお元気で。

二年間、本当にありがと
うございました。新年度四
月号からも、引き続きお楽
しみに。
(西村)



男女共同参画

みんなで考えよう! 身近なジェンダー

第12回

～ はなしがちがう ～

男性の場合、幼いころから周囲の「男はこうあるべき」に応えようとして苦しくなっていることはないでしょうか。

例えば、男性は社会に出て仕事をするのが当たり前で、家族を養うため、しっかり働き、仕事に生きるのをよしとする風潮。

核家族・共働きの現在は男女ともに子育ては大事業です。男性が一年間育児を申請した場合、はたして女性の場合と同じように快く送

りだしてくれるでしょうか。

仕事一辺倒だと、自分という個人ではなく、役職や経歴、周りの評価に価値基準を置くことになりがちです。経済の悪化等で仕事に価値観を求められなくなれば、そんな男性にとっては大変きついことですね。周囲の価値基準以外の物を見つけておくことも大切です。その人に合った多様な生き方ができる社会がいいですね。



©段 丹映子 無断転載禁止（「ちいさなジェンダー」ほおずき書籍）

令和五年度地域未来塾閉講

五月二〇日（土）より開講した「令和五年度地域未来塾」の閉講式を、三月二日（土）に行いました。

地域未来塾は中学一年生～三年生の希望者を対象に、月一～四回、土曜日の午後、B&G海洋センターで信州大学生に学習の指導を受けることができるものです。

地域未来塾では、生徒のレベルに合わせた個人指導を行い、授業開始後それぞれの生徒は持ち込んだ自分の行いたい学習の教材を広げ、それを基に大学生たちから指導を受けました。

閉講式では参加者それぞれが感想を発表し、「苦手を克服することができた」「また来年度も参加したい」などの感想が聞かれました。

来年度も今年度同様に開催を計画していますので、中学生の皆さん、ぜひご参加ください。

令和五年度 地域未来塾閉講式
生坂村 B&G 海洋センター



★おめでとう
ございます★

山田 莉心ちゃん（2月19日生）
晃則さん・弓さん（上生坂）

◆お悔やみ
申し上げます◆

山本 直也さん（90歳 草尾）
小林栄一郎さん（64歳 小立野）



きまじょう図書室

セカンドブックお渡し会を行いました

今年度も二月二〇日（火）生坂村保育園にて、セカンドブックお渡し会を行いました。

セカンドブックは、その名も『BOOK 4 (FOR YOU)』。

今年度、満四歳になる村内在住のお子さんに、学年ごと共通の思い出となるように全員同じ本を村長より手渡ししました。

今年度の本は、なかやみわ作の『くれよんのくくん』です。



新品のまま、箱の中で退屈していたクレヨンたちは、真つ白な画用紙を見つけて大喜び！みんなそれぞれ絵を描き始めます。き

いろくんはちようちよを、あかさんとピンクちゃんの花を…。でもくろくんだけは、上手に描けた絵を黒くされてはたまらないと仲間にいれてもらえませんでした。そんな様子を見たシャープペンのお兄さんがいいアイディアを授けてくれて…。というお話。

現在年少組であるチューリップ組のみなさんは、会場である保育園の遊戯室に着いた時から元気なあいさつで迎えてくれました。

村長からは、絵本に親しむことで感じることを大切にして、親子や家族のふれあいにも本を利用してお友だちや家族と楽しい時間を過ごしてほしいとあいさつがありました。

また、教育長からは生坂村で生まれたお子さんに行っている絵本プレゼン

トについての説明がありました。生坂村では、満一歳、そして今回の四歳、さらに小学校入学時に本をプレゼントしています。今回お渡しした本も、最初は絵を見たりご家族の読み聞かせで楽しんで、字を覚えたら物語を楽しんで、長く大切にしてくれたらうれしいなと思います。

絵本の他に、名前のはいつたバッグに、好きな動物のほんこを自分でついで、世界で一つの図書バッグを作りました。

村の図書室でも使って、たくさん本に親しんでくださいね。



わが家の推しメン



疲れ知らずの
暴れん坊将軍



ロビン（1歳、ゴールデンレトリバー）
下生坂 / 山本智子さん・吉人さん

雨ニモマケズ
風ニモマケズ

こんげつの
いい顔



福田 タヤ ちゃん（1歳）
宇留賀 / 太志さん・恵里子さん