

# 広報いくさか

2025年11月号  
第576号

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

世帯 702戸／人口 1,584人／男 804人／女 780人／前月対比 1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)



## 迫力の筆さばき、会場を魅了!

### 2025赤とんぼフェスティバル IN いくさか

関係記事は裏表紙に掲載

## 生坂保育園運動会

第二七回生坂保育園運動  
会が一〇月四日（土）に行わ  
れました。運動会では、子ど  
もたちの主体性を大切にし  
ながら、普段の遊びの中で  
興味のあることや、取り組  
んできたことに焦点をあて

ぱい詰まつた運動会」にしようと進めていきました。今年度は子どもたちの中で「遊び」を取り上げて、運動会の種目に取り入れることにしました。

運動会当日は雨が心配されましたが、皆の願いが届いたのか雨が降ることなく行うことができました。年長児のドラム「さんぽ」の曲に合わせて元気いっぱい入場行進をしてスタートしました。「おすすめ体操」でウォーミングアップしてから競技が始まりました。

三歳児競技は「おすもうさんになるぞ」おすもうの稽古「どすこい どすこい」と



掛け声をかけながら、しこ  
した後、大玉をつっぱりで押  
して、米袋を持ち上げてゴ  
ールする競技をしました。  
めの稽古を取り入れた競技  
を頑張りました。

四・五歳児競技は「生坂運動会おすもう場所」です。タル

メントで対戦して優勝力を  
を決めます。入場は親子で  
製作したオリジナルの化粧  
まわしをつけて登場しまし  
た。化粧まわしにはそれぞ

長・年中児は、七月頃から稽古を重ねてきたので体力も付き、気合の入った競技となりました。

んらしいカツコイイ表現で見せてくれました。リズムの後には大縄跳びに挑戦しました。「目指せ一〇〇回!!」六人が次々に縄に入つて跳んでいく連続跳びパフォーマンスは見ごたえがありました。クラスのみんなで力を合わせて挑んだ姿は感動的

混合リレー「はしれ!!」です。三チームで競い合いました。こちらも各チームで作戦会議をして走る順番を決め、白熱したりレーとなりました。保護者の皆さん、お客様に応援されて子どもたちの笑顔も晴れやかでした。

れに考えた四股名（しこな）と絵が描かれており、どれも工夫されて楽しく見ごた

四歳児は「わんぱく体操  
わんぱく！わんぱく！とい  
うフレーズが印象的。ボン

四歳児は「わんぱく体操」が良いと思う」「エイエイオーッ！」って四回やろう!!」などなど、子どもたちならではの作戦をたてます。ここでは子どもたちの主体的な力や対話力、思考力といったこともねらいとしています。保育士はなるべく口を挟まずに子どもたちの考えに寄り添つていきます。

わんぱく！わんぱく！というフレーズが印象的。ポンポンを持って踊りました。隊形移動にも挑戦し、成長した姿を見せてくれました。

五歳児は「みんなは最強」で、フィンガーフラーフを使ってのリズムでは、輪つかのついたスカーフを綺麗に回し

合わせて挑んだ姿は感動的でした。会場の皆さんから大きな拍手が湧きました。

全体競技では、綱引きを行いました。三・四・五歳組全員の競技です。サルチームとウサギチームに分かれ、年長児さんが中心になつて作戦を考えます。「背の順に並んで引っ張るのがいいんじゃない?」「小さい子を差にして大きい子が後ろの方

合わせて挑んだ姿は感動的でした。会場の皆さんから大きな拍手が湧きました。

全体競技では、綱引きを行いました。三・四・五歳組全員の競技です。サルチームとウサギチームに分かれ、年長児さんが中心になつて作戦を考えます。「背の順に並んで引っ張るのがいいんじゃない?」「小さい子を差にして大きい子が後ろの方

## いくさか敬老の日が開催されました

一〇月七日（火）に、B & G 海洋センターで「いくさか敬老の日」が開催され、村内にお住まいの七〇歳以上の方九三名にご参加いただきました。



今年度、村内には白寿を迎える方が一名、米寿を迎える方が一八名いらっしゃり、当時は、米寿七名の方に藤澤村長より、お祝い状が贈られました。対象となる皆さんには事前に意向をお伺いして、式典で表彰を希望されない方には、一五日の敬老の日に、村長や地区の民生委員さんによる訪



み莊「敬老の日特製弁当」をお召し上がりいただき、親しい人と歓談する時間を設けさせていただきました。会

り演芸さんをお招きしてステージショーを開催しました。軽快なトークや踊り等をお楽しみいただき、その際のお茶請けとして、生坂のシヤインマスカットや道の駅いくさかの郷駅長さんからご提案いただいた、お菓子が振る舞われました。

今年は、会場内でやまなみ莊「敬老の日特製弁当」を

お召し上がりいただき、親しい人と歓談する時間を設けさせていただきました。会



集まったごみの量は、可燃ごみ四〇kg、不燃ごみ一七〇kgで、春のごみゼロ運動で村民の皆さんに回収していた

問でお渡しさせていただきました。白寿・米寿をお迎えになられました皆さん、誠におめでとうございます。

お祝いに続いては、ささぐり演芸さんをお招きしてステージショーを開催しました。軽快なトークや踊り等をお楽しみいただき、その際のお茶請けとして、生坂のシヤインマスカットや道の駅いくさかの郷駅長さんからご提案いただいた、お菓子が振る舞われました。

参加者の皆さん、楽しめましたでしょうか。皆さんの笑顔をたくさん見ることができ、とても感謝の気持ちでいっぱいです。ご参加ありがとうございました。

最後になりましたが、実行委員の皆さんをはじめ、「いくさか敬老の日」に携わっていただいた大勢の皆さん、ご協力本当にありがとうございました。

村内の一五事業所と役場から約一〇〇名の皆さんに参加していただき、国道・県道・村道周辺のごみ拾いや、事業所周辺での美化活動を行っていただきました。

箱や空き缶、ペットボトル、たばこの吸い殻といったポイ捨てごみが国道沿いに特に目立つ状況で、道行く人のマナーの悪さを感じられました。

住む人、そして訪れる人、それぞれの皆さんが快適に過ごし、また緑豊かな自然環境を次の世代に引き継ぐためにも、リデュース・リユース・リサイクル・リフューズの4Rにご協力ください。

村内各事業所の皆さんには「美しい環境の村づくり」の推進にご理解、ご協力いただきましてありがとうございました。

参加された皆さん早朝より大変お疲れ様でした。

## 「美しい環境づくり一斉行動の日」

「暮らしよい 豊かな自然に全員参加」を統一テーマとした、県の「きれいな信州

環境美化運動」にあわせて、生坂村でもごみの散乱防止

意識の高揚と環境美化の推進を図るため、一〇月一〇日（金）の午前七時より「美しい環境づくり一斉行動の日」を実施しました。

（金）の午前七時より「美しい環境づくり一斉行動の日」を実施しました。

村内の一五事業所と役場から約一〇〇名の皆さんに参加していただき、国道・県道・村道周辺のごみ拾いや、事業所周辺での美化活動を行っていただきました。

集まったごみの量は、可燃ごみ四〇kg、不燃ごみ一七〇kgで、春のごみゼロ運動で村民の皆さんに回収していた

だいたにもかかわらず、ビニ

## 小学校だより

**英語学習**

一・二年生は、知っている英単語の量を増やすことに重点を置いています。『よく見る』『よく聞く』『真似して言つてみる』経験を通して、基礎となる単語力を身につけます。英語の歌、動画を使ったダンス、ごっこ遊びは、「もう一度やりたい。」とう声が多く上がります。

三・四年生は、教科書を使用しながら、一・二年生で培った単語力を使って、簡単な文



**図工学習**

今年度から図工専科が導入され、子どもたちがさまざまな素材や技法に触れ、豊かな表現を広げられるよう取り組んでいます。三年生は、初めての個人用絵の具セットとの出会いです。混色を通して、自分だけの色を生み出す楽しさを味わっています。四年生は彫刻刀を使つて木版画に挑戦。今後はのこぎりにも挑戦する予定です。手や体を使って新しい道具や素材に触れ、表現の幅を広

う実感が英語学習の楽しさや意欲につながっています。

五・六年生は、三・四年生までに培った英語で発信する力をもつて一步前進させています。

A LTのニッキー先生は、児童にとって分かりやすく楽しく身になる活動を、常に工夫してくれています。ニッキー先生オリジナルのクイズは、みんなの大好きな授業です。

で自己表現したり、相手と質問のやり取りをしたりする活動をしています。自分のことを英語で言えた、分かってもらえた、という実感が英語学習の楽しさや意欲につながっています。

五・六年生は、三・四年生までに培った英語で発信する力をもつて一步前進させています。

今年度から図工専科が導入され、子どもたちがさまざまな素材や技法に触れ、豊かな表現を広げられるよう取り組んでいます。三年生は、初めての個人用絵の具セットとの出会いです。混色を通して、自分だけの色を生み出す楽しさを味わっています。四年生は彫刻刀を使つて木版画に挑戦。今後はのこぎりにも挑戦する予定です。手や体を使って新しい道具や素材に触れ、表現の幅を広

は乳房いちょうの木、五年生は明科の龍門渕公園の機関車、六年生は学校の思い出の場所を題材に、それぞれの視点で表現しました。

これからも、子どもたちが「見て、感じて、表す」喜びを味わいながら、豊かな感性を育んでいくことを思っています。



げていきます。五・六年生は、電動糸のこぎりを使って曲線を切るという初めての経験をしました。初めての出会いは誰でもドキドキするものです。小さな「できた!」の積み重ねを大切にし、自信をもつて自分らしく表現できるようになってほしいと願っています。また、「芸術の秋」という言葉があるように、今は芸術をたしなむのにぴったりの季節です。どの学年も外に出て、自分の目で見て描く体験をしました。三・四年

# 生坂中学校 かしわ祭「星河一天」

かがや  
いくさかりゅうせいくん  
～輝け！ 生坂流星群～



・ビブリオトーク（書評合戦）



・生徒会ふれあい企画



・開祭宣言



・全校で集合写真

## 【かしわ祭実行委員長】

・今年のかしわ祭スローガン「星河一天 輝け！生坂流星群」では生徒一人ひとりの個性を星に例え、その自分らしさを発揮できるようにしようという願いを込めてこのテーマにしました。1日目のふれあい企画では異学年同士や小学生の皆さんと協力し合い、楽しく活動することができました。また、2日目は各学年、各委員会などで準備してきたことを十分に発揮し、素晴らしいかしわ祭にすることができました。ありがとうございました。

第248号  
図書かん

TEL 69-3050

たより

生坂村生涯学習施設 たんぽぽ

開館／月～金＝10時～18時 土曜日＝10時～17時

休館／毎週日曜日、祝日、毎月第3金曜日、年末年始、蔵書整理期間等

年末年始休館＝12/28～1/4

## 2025年 12月 利用カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

※ …図書室の休館日

※ …17時閉館

## 『生坂村秋の古本市＆ブックカフェ』開催しました

10月25日(土)、児童館(生涯学習施設たんぽぽ)にて『生坂村秋の古本市＆ブックカフェ』を行いました。

当日は曇りの予報でしたが、スッとした秋のきれいな空が広がったいい陽気。

10:00の開館前から入口で並んでくださっている方々があり、開館からぎやかに始まりました。

赤とんぼフェスティバルで行っていた「古本市」を、コロナウイルスをきっかけに単独で行うようになって早四年。

当日は、例年行っている「古本市」、

コーヒーを召し上がりながら本を読んだりお話ししたりとゆったりできる「ブックカフェ」、

生坂村のお祭りを映像化した「DVDの上映会」、

図書室で【こびとづかん】のこびとをさがす「こびとさがし」

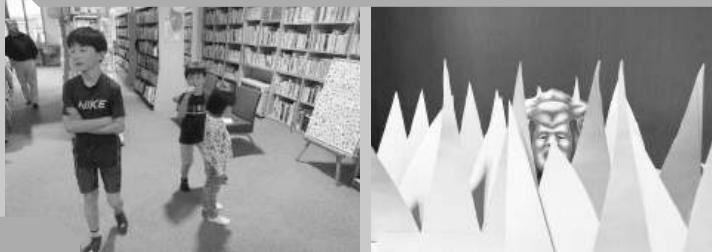
など、広い世代に楽しんでいただけるプログラムを用意しました。



古本市で思い思いの本を探している様子



「こびとさがし」。20人のこびとをさがせ！



カフェで一息。古本市の本を早速楽しむ方も。



こびと見つけた！

上映会場も準備完了



生坂の祭りのDVDは、平成11年に教育委員会

で作成されたもので、生坂村の10地区の祭りの様子や再現が映像化されています。懐かしい顔を見ることができたと、楽し気に報告してくださいました。

今回見逃してしまった方も、ぜひ別の機会にご覧いただければと思います。

古本市を開催するにあたり、ボランティアで「本だいすきの会」のみなさんに全面的にご協力をいただいた他、前日準備や当日のかたづけ作業の際、お手伝いしてくださった方もいて、みなさまに助けていただき今年も無事終えることができました。次年度も、今年度の反省を生かしつつ皆さんに楽しんでいただけるイベントを企画したいと思います。



# 新着本（11月25日から貸出）

## 一般書

- さよならジャバウォック (伊坂幸太郎)
- 春の星と一緒に (藤岡 陽子)
- きまぐれな夜食カフェ - マカン・マラン みたび (古内 一絵)
- エピクロスの処方箋 (夏川 草介)
- 火星の女王 (小川 哲)
- ほくほくおいも党 (上村 裕香)
- ジェイムズ (パーシヴァル・エヴェレット)
- てっぺん 我が妻・田部井淳子の生き方 (田部井 政伸)
- 小泉八雲とセツ その言葉と人生 (小泉 凡、四條 たか子)
- 小泉八雲のこわい話・思い出の記 (小泉八雲、小泉セツ(節子) /著)
- 絵本ずかん 大人も子どもも幸せになる名作絵本 200選 (金柿 秀幸)
- あいては人か 話が通じないときワニかもしれません (レーナ・スコーグホルム)
- Fujiと沖縄 (山梨日日新聞社)

## 実用書

- 自家製はエンタメだ。 (浜竹睦子)

### 【のらのら青空塾】よりご寄贈いただきました

- 図解でよくわかる 発酵のきほん (館 博/監)
- 改訂版 いきもの六法 日本の自然を楽しみ、守るための法律 (中島 慶二/監 他)
- どう進める?オーガニック給食 (関根 佳恵)
- 新・石灰で防ぐ病気と害虫 (農文協)

## 一般書



## 文庫・新書

- 「話が面白い人」は何をどう読んでいるのか (三宅 香帆)
- 人類の起源-古代DNAが語るホモ・サピエンスの「大いなる旅」 (篠田 謙一)
- カウンセリングとは何か 変化するということ (東畠 開人)
- 介護未満の父に起きたこと (ジェーン・スー)

## えほん

- もののけしきうどう うらめしや (たにむら のりあき)
- くだもののはな なんのはな? (宮崎祥子/構成・文、網野文絵/写真)
- かぼちゃスープのおふろ (柴田 ケイコ)
- くるみのなかには (たかお ゆうこ)
- ばばあちゃんの クリスマスかざり (さとう わきこ)
- ミミナシホーイチ (小泉八雲/原作、円城 塔/翻案、長田 結花/イラスト)

## 児童書

- シロガラス①~⑥ (佐藤 多佳子)
- 朝日ジュニア学習年鑑 2025 (朝日新聞出版)
- 4ミリ同盟 (高楼方子/著、大野八生/イラスト)
- 図書館がくれた宝物 (ケイト・アルバス)
- 花屋さんで人気の469種 決定版 花図鑑 (モンソフルール/監)
- 災害からテロ、ミサイル攻撃まで まさか⁈の非常事態で「死なない技術」 (川口 拓)
- まだまだ!意外と知らない鳥の生活 (piro piro piccolo)

## えほん

## 児童書



きあしほ

## たんぽぽ



### ■年末年始休業

生涯学習施設たんぽぽ(児童館・図書室)は、二月二八日(日)～一月四日(日)まで年末年始の休館となります。

ご利用の際は、ご確認の上ご利用下さい。

■今年度一歳になるお子さまファーストブックを行

います！

生坂村では、村在住の一歳になるお子さまに絵本のプレゼントを行っています。二月中旬に、対象児の保護者様あてに、通知をします。

た。希望の本等の回答がまだの方は、お早目にお願いいたします。

★ファーストブックのお渡し

・日程／二月一日(木)  
・子育て支援センター

なのはな内

「ひよひよひろば」にて  
当日ファーストブックに

参加されない方は、二月中に図書室まで本を受け取りにお越しください。



第8回

## ともに進もう! 男女共同参画社会

～育児休業制度さらに充実へ～

今年の四月一日と一〇月一日に「育児休業制度」が改正されました。今回の改正は、育児休暇を取得しやすくし、育児と仕事を両立できる環境を整えることを目的としています。「柔軟な働き方を提供する義務（複数の選択肢）」、「子の看護等休暇が小学三年生終了までに拡大」、「労使協定の見直し（入社後すぐにこの看護等休暇を取得できる等）」、「企業の育児休業取得状況の公示義務（従業員三〇〇人以上の企業に拡大）」などがあります。

男性の育児休業に関する権利は「育児・介護休業法」に定められています。今回の改正では、男性育休の課題とされていたキャリアへの懸念や経済的な不安などが軽減されるような内容も盛り込まれています。企業には男性の育児休暇を推進するための対応がより一層求められるようになります。

さて、今回のマンガは、このコーナーのための書き下ろしマンガです。作者の段先生によると、実話が入っているそうです。

男性の育児休業に関する権利は「育児・介護休業法」に定められています。今回の改正では、男性育休の課題とされていたキャリアへの懸念や経済的な不安などが軽減されるような内容も盛り込まれています。企業には男性の育児休暇を推進するための対応がより一層求められるようになります。

一二月  
公民館教室・社会教育、  
生涯学習関連イベント

### ☆地域未来塾

一二月 七日(日)

一三日(土)

二〇日(土)

午後一時一五分

会場・B&G海洋センター

二階会議室

### ☆絵手紙教室

一二月 六日(土)

午前一〇時

会場・児童館「たんぽぽ」

創作室

### ☆いくさか歩こう部

室内レクリエーション

一二月 二日(火)

午後二時

集合場所・B&G海洋センター

お手軽ウォーキングコース

一二月一七日(水)

午後二時

集合場所・B&G海洋センター

# 「ヤングケアラー」を知っていますか？

幼いきょうだいのお世話



病気の家族のお世話



例えば、こんなことをしている子どもです



食事のお世話



家計を支える



家族の通訳



トイレのお世話

“お手伝い”をすることは、役割を通して出来ることが増えたり、考える力がついたりと、子どもが成長していく過程で重要な経験となります。また、役割を通して人の役に立ち認められる経験は、子どもが自分自身を大事に出来る力にも繋がります。こうして“お手伝い”は子どもの自立に繋がります。

しかし「ヤングケアラー」となってしまうと、それはいけません。子ども時代を子どもらしく過ごせないことで、大人になる為の土台を築くことが出来ず、その子の将来が大きく左右されてしまいます。

子どもたちやその家族に自分たちだけで抱え込まないようにしてほしい。  
子どもに子どもらしく生きてほしい。

## 【ヤングケアラー相談窓口】

相談機関	電話番号	備考
生坂村教育委員会(なのはな) こども家庭センター	(0263) 69-2087	平日 8:30~17:15
生坂村役場 健康福祉課	(0263) 69-3500	//

### 「ヤングケアラー」(子ども・若者育成支援法)

本来、大人が担うとされている家事や家族の世話などを、子どもが日常的に行っていることによって、子ども自身が負担を抱える、もしくは、子どもの権利が侵害されている可能性がある 18 歳未満の子ども、若者。

# 令和7年度 松くい虫空中散布 安全確認調査報告



## 1. 調査の概要

有人ヘリコプターによる薬剤空中散布の影響をみるため、薬剤散布区域近隣の4箇所において大気及び水を採取し、薬剤散布の成分を分析しました。大気の採取は古坂・鷺の平・上ノ原の3箇所において各8回合計24回、水の採取は湯ノ沢水源地1箇所において8回行いました。

### ①調査日時

松くい虫空中散布は令和7年6月20日（金）に行われました。大気の採取は、薬剤散布前の6月19日（木）から散布4日後の6月24日（火）までそれぞれの地点で8回行いました。また、水の採取は、薬剤散布前の6月19日（木）から散布2ヶ月後の8月20日（水）まで行いました。

### ②調査項目

空中散布で使用された農薬（エコワン3フロアブル：ネオニコチノイド系殺虫剤）の主成分チアクロプリド1項目を測定分析対象としました。

## 2. 調査結果

### ①気中濃度

大気中の薬剤成分を分析した結果は以下のとおりです。分析項目のチアクロプリドは、24検体（3箇所×8検体）全て、定量下限値 ( $0.05 \mu\text{g}/\text{m}^3$ ) 未満でした。

調査日等			調査地点	結果
散布前	6月19日（木）	日中	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満
散布当日	6月20日（金）	散布中	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満
散布当日	6月20日（金）	散布直後	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満
		日中	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満

調査日等			調査地点	結果
散布翌日	6月21日(土)	早朝	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満
		日中	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満
散布2日後	6月22日(日)	日中	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満
散布4日後	6月24日(火)	日中	古坂	0.05未満
			鷺の平	0.05未満
			上ノ原	0.05未満

## ②水中濃度

測定分析した結果は以下のとおりです。分析項目のチアクロプリドは、散布前から散布2ヶ月後まで、8検体全て定量下限値(0.0001mg/㍑)未満でした。

調査日等		結果(mg/L)	天候	気温(℃)	水温(℃)
散布前	6月19日(木)	0.0001未満	曇り	32.1	13.0
散布当日	6月20日(金)	0.0001未満	雨	24.0	13.5
散布翌日	6月21日(土)	0.0001未満	曇り	22.0	11.5
散布2日後	6月22日(日)	0.0001未満	曇り	27.4	13.8
散布5日後	6月25日(水)	0.0001未満	曇り	24.0	13.5
10mm以上降雨後	6月24日(火)	0.0001未満	晴れ	26.4	13.0
散布1ヶ月後	7月20日(日)	0.0001未満	晴れ	24.0	11.5
散布2ヶ月後	8月20日(水)	0.0001未満	曇り	25.5	12.5

松くい虫防除のために空中散布された薬剤の影響を把握する目的で行った、散布前後の薬剤成分チアクロプリドの気中及び水中濃度の測定分析結果は、いずれも定量下限値未満で全て推定気中濃度評価値及び水質保留基準を下回っていました。

のことから、調査地点付近においては、薬剤散布による人の健康を害するような影響はなかったものと考えられます。

## 住民基本台帳の閲覧状況を公表します

住民基本台帳法並びに、住民基本台帳の閲覧等に関する省令に基づき、昨年11月1日から今年10月31日までの閲覧状況を公表します。

閲覧年月日	閲覧者（受託者）	閲覧目的	閲覧対象
令和7年 4月10日	自衛隊 長野地方協力 本部長	自衛官募集のため	・平成15年4月2日から平成16年4月1日までの間に生まれた男性及び女性 ・平成19年4月2日から平成20年4月1日までの間に生まれた男性及び女性

### ◆住民基本台帳とは？

個人の氏名や生年月日、住所など法律で定められた事項を記録したものが住民票、一人ひとりの住民票をまとめたものが住民基本台帳です。

住民基本台帳は、全国の市区町村で作成され、国民健康保険や国民年金、選挙人名簿の作成など、市区町村が行う各種行政サービスの基礎として活用されています。

### ◆住民基本台帳の閲覧とは？

住民基本台帳法に基づき、住民基本台帳の一部の写しの閲覧を行っています。

これは、法律に定められた正当な目的であれば、住所、氏名、生年月日、性別が記載された閲覧簿を見ることができる制度です。

## ■開札結果（9月）

（単位：千円）

担当課 入札日	種別	事業名	実施・納品場所	落札業者	落札価格 (税抜)
振興課 10月6日	工事	令和7年度 小舟地区送水管布設替工事	生坂村 上生坂小舟	ウォータ・サプライ	3,200
振興課 10月6日	工事	令和7年度 市町村森林整備支援事業 (ライフライン等の保全対策事業)	生坂村 草尾	松本広域森林組合	1,485



カップルのいずれか一方が  
長野県に居住している、又は  
一年以内に居住予定の  
新婚夫婦（結婚等してから  
一年以内）

結婚等を予定しているカ  
ップルや新婚世帯が、協賛店  
舗で提示することで、割引な  
ど各種サービスが受けられ  
る「ながの結婚応援パスポート  
『enn pass（エンパス）』」  
が、県公式LINEから利用  
できるようになりました。

県公式LINEで  
「ながの結婚応援パス  
ポート」が使えるよう  
になりました！



長野県公式  
LINE



enn pass  
(エンパス) 詳細



enn pass  
(エンパス)  
利用登録申込

### お問い合わせ

県庁 県民文化部（とも）も  
若者局次世代サポート課  
☎〇二六一三五七一〇七

ご案内ください。  
婚姻届等を受付する際な  
ど、窓口へお越しの方へぜひ  
ご利用いただけます。

がご利用いただけます。  
婚姻等を予定しているカ  
ップル（一年以内に結婚等  
予定）

2025年10月15日から

# 長野県公式LINEで 使えるようになりました！

入籍予定のカップル、または結婚等1年以内の新婚世帯が協賛店で提示すると、様々な特典が受けられる“ながの結婚応援パスポート”enn pass(エンパス)が、長野県公式LINEから利用できるようになりました！より便利になった”enn pass”、この機会にぜひご利用ください。

① 長野県公式LINEを友だち登録  
二次元バーコード→またはアカウントID「@nagano.pref」を検索



② 画面下側リッチメニュー「結婚・子育て」タブに合わせ、左下「カードを取得・変更する」をタップ



③ 表示された結婚応援パスポート「カードを取得変更する」をタップ



④ 申請フォームへ必要事項の入力をし、利用規約への同意・誓約事項を確認→登録

利用者の情報

本人：姓 必選  
(例) 長野  
利用者ご本人の姓を入力してください。

本人：名 必選  
(例) 太郎  
利用者ご本人の名を入力してください。

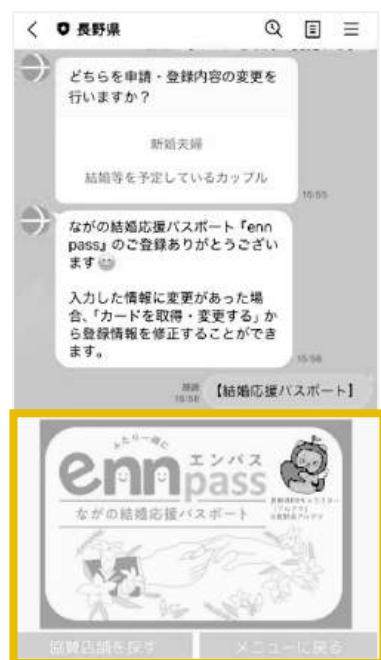
パートナー：姓 必選  
(例) 長野  
パートナーの姓を入力してください。

パートナー：名 必選  
(例) 花子  
パートナーの名を入力してください。

結婚等（予定）年月日  
結婚等（予定）年月日を入力してください。  
1年以内に結婚等を予定している方が取得対象です。

日付選択

⑤ 入力情報が正しい場合、即時「ながの結婚応援パスポート」が交付されます。



（長野県公式LINEについてのお問合せ）

企画振興部広報・共創推進課

026-235-7054 koho@pref.nagano.lg.jp



（ながの結婚応援パスポートについてのお問合せ）

県民文化部こども若者局次世代サポート課

026-235-7207 ennpass@pref.nagano.lg.jp

## 献血ご協力のお願い



献血された血液は、血液の病気大きな手術などで血液を必要とする患者さんに輸血をして日々生命を救っています。また、血液は長期保存することも、人工的に造ることもできません。そのため、安定して医療現場に血液製剤を供給するためには、皆さんのご協力が必要となります。そこで、次の日程で献血が行われます。皆さんのご協力をお願いいたします。



けんけつちゃん

### ■日時

令和七年二月二二日（月）  
午後二時～三時三〇分

■場所  
健康管理センター

### ■献血内容等

・全血四〇〇ml

対象年齢 一八～六九歳

（男性に限り一七歳から献血対象になります。）

※六五歳以上の献血については、六〇歳～六四歳の間に献血経験がある方に限ります。

### ■定員 三〇名程

「193カード」の対象となり、一〇ポイントがつきますのでカードがある方はお持ちください。

地域支え合い推進会議主催サロン

人が集まる・笑顔がみえる

# いどばたキャラバン

参加費  
無料！

いどばたキャラバンってなに？



地域支え合い推進会議から生まれた、住民が気軽に集える場所です。地区をまたいでの参加も大歓迎。年齢問わず、どなたでも参加可能です。みんなでわいわい集いましょう！

## 南部ブロック（日岐・下生野・小立野）

12月10日（水）10時～12時 南部交流センター

南部ブロックではゲーム大会を行います。豪華？！景品をご用意しております。もれなく参加賞あり！  
地区をまたいでのご参加大歓迎です。是非ご参加ください。

送迎をご希望される方は下記お問合せ先にご連絡ください。

お問い合わせ 健康福祉課（健康管理センター）電話 69-3500 担当 竹内

## 一一月三日から九日は 「障害者週間」です

「障害者週間」は、国民一人

ひとりが広く障がい者の福

祉についての関心と理解を

深めるとともに、障がい者が

社会、経済、文化その他あら

ゆる分野の活動に積極的に

参加する意欲を高めること

を目的とした週間です。

この機会に「共生社会（障がいの有無に関わらず誰もが人格と個性を尊重し支え合う社会）」の実現に向けて、一人ひとりが普段の生活中で自ら実施できる配慮や工夫について考え、取り組ん



12月3日～9日は「障害者週間」

でいきましょう。

みんなでつくる やさしい  
村へ障害者週間に考える  
「バリアフリー」へ

「バリアフリー」と聞くと  
段差のない道やスロープの  
設置など、物理的な整備を思  
い浮かべる方も多いかもしま  
れません。けれども、バリア

（障壁）はそれだけではありません。分かりにくい説明  
や、無意識の偏見や差別、ち  
いも、人によつては心の壁にな  
ることがあります。

### 障がい者を虐待から守ります

障がい者の虐待は、特定の人や家庭、場所ではなく、どこの家庭でも起こりうる問題です。虐待をしている人に、虐待をしている認識がない場合があります。また、虐待をされている人が虐待だと認識できずに、自分から被害を訴えられない場合があります。そのため、一人ひとりがこの問題を認識し、小さな兆候を見逃さずに早期に発見することが大切です。

虐待かどうかの判断が難

ることは、特別なことではありません。たとえば、困っている人を見かけたら声をかけてみる。相手の立場を思いやつて、少しうつくり話してみる。そんな小さな行動が、社会のバリアをなくす大きな一歩になります。



しい場合でも「何か困つてい  
るようだ」「様子がいつもと  
違う」といった気づきでも結構です。情報をお寄せく  
ださい。なお、通報者の情報  
は守られます。

■相談・通報先  
健康福祉課（健康管理セン  
ター）  
☎六九一三五〇〇

■ヘルプマークを知っていますか？  
健康福祉課（健康管理セン  
ターカード）

六九一三五〇〇

■停止する証明書  
住民票・印鑑証明書

■ヘルプマークは、周囲の人  
からの援助を必要としている  
人が身につけ、周囲から配  
慮を受けやすくなることを  
目的としたマークです。このマ  
ークを見かけたら、バスなど  
で席を譲ったり、困つてい  
るようであれば声をかけた  
りするなど、思いやりのある  
行動をお願いします。このマ  
ークは、役場窓口と健康福祉  
課で配布しています。

令和七年二月一日（月）  
～二月十五（月）

■お問い合わせ  
住民課 六九一三二二三



◆お悔やみ  
申し上げます



藤澤 よし子さん

（79歳 下生坂）

コンビニ交付サービス  
利用停止のお知らせ

マイナンバーカードを利  
用したコンビニ交付サービ  
スを、次の日程で停止しま  
す。ご不便をおかけします  
が、ご理解とご協力をお願  
いします。

藤澤 貴美子さん  
（82歳 昭津）

50歳以上の住民の皆様へ

## 血管健診(頸動脈超音波検査)のご案内

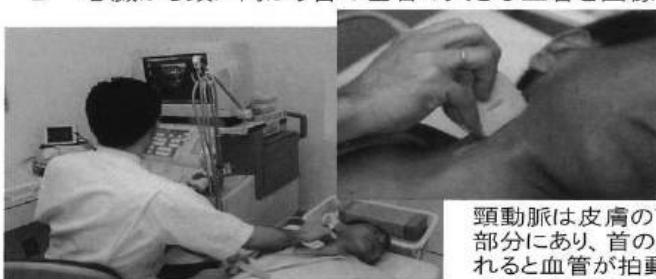
この検査は、首の左右にある、心臓から頭に向かう大きな動脈を画像で見るものです。動脈硬化による血管の変化や、脳卒中・心筋梗塞の原因となる、血管内のゴミ（血の塊）を確認することができます。

今回も、50歳以上の皆様を対象に希望者を募ります。（昨年度より2年に1回の実施となりました。令和8年度は実施しません。）

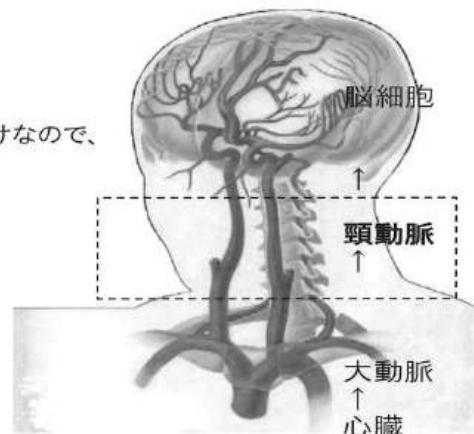
### 頸動脈超音波検査とは

1 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、検査に伴う痛みや苦痛はありません

2 心臓から頭に向かう首の左右の大きな血管を画像でみます



頸動脈は皮膚の下の浅い部分にあり、首の左右を触れると血管が拍動しているのがわかります。



### 《検査で見ることが出来る項目》

- ① 血管の壁の厚み …厚いと高血圧になりやすい
- ② 血管内のごみの量 …量が多いと脳梗塞や心筋梗塞になる可能性が高くなる
- ③ 血管がどれくらい狭くなっているか? …狭いと血液が流れにくくなる

●健診日時 令和8年1月22日（木）午前9時～

（申込み者数により午前のみとなる場合があります。）

●会場 生坂村健康管理センター

●受診料 2,750円

●申込方法 健康管理センターへ電話で申込み下さい。 ☎ 69-3500

●申込期間 令和7年12月1日（月）～12月5日（金）

●受付時間 9時～17時 ※上記期間・時間外は受付できません。

# お子さんの予防接種は、お済みですか？

予防接種は、その病気の発症や重症化予防、まん延防止（周りの人を守る）のために行います。

公費（無料）でできる年齢は、ワクチンの種類ごとに**期限**が決められています。

手元に未使用の接種券（予診票）がある方は、期限内に受けるようお願いします。



## 間隔を空けて複数回の接種が必要なもの

### ① 小児肺炎球菌・五種混合（ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ・ヒブ）

\*いずれも**乳児期**に3回接種した後、**1歳過ぎてから4回目**の接種を受けます。

### ② 水痘（水ぼうそう）

\***半年の間隔**を空けて**2回**接種します。**3歳**になる前日までに2回目接種を受けます。

### ③ 日本脳炎

\***3歳児**に**2回**（I期初回）、**1年後**（4歳以降）に**1回**（I期追加）、I期追加接種の約**5年後**（9歳以降）に**1回**（II期）と、計**4回**接種します。

### ④ ヒトパピローマ（子宮頸がん）感染症

\*小学校6年～高校1年の間（標準接種開始時期は中学1年時）に**3回**接種します。2回目終了後、半年の間隔を空けて接種となりますので、接種開始時期に気を付けてください。

\*キャッチアップ接種の対象の方（平成9～20年度生まれ）で令和7年3月末までに1回以上接種されている方は、令和8年3月末まで、残りの接種を公費で受けることができます。

## 公費での接種期間が比較的短いもの

### ① MR（麻しん（はしか）・風しん）

\***1歳～2歳**になる前日までの1年、就学前の1年の間に**2回**接種します。



### ② 水痘（水ぼうそう）

\***1歳～3歳**になる前日までの2年間で、半年の間隔を空けて**2回**接種します。

### ③ DT（ジフテリア・破傷風）

\***11歳～13歳**になる前日までの間に**1回**接種します。村では、小学校6年時に接種券を発送しています。



いま一度、お子さんの母子健康手帳の予防接種欄をご確認ください。

未接種のものがあり、接種券が手元にない場合は、再発行をしますので、**健康福祉課（健康管理センター）☎69-3500**までご連絡ください。



# ～防災豆知識～ VER.2

## 災害時 持ち物・備蓄について

健康福祉課では、昨年各地区の公民館をめぐる健康応援隊で防災備蓄・災害時の健康管理について皆さんと考える機会を持ちました。その内容を一部ご紹介します。

災害時の物品は「普段の生活」「緊急時」「備蓄」の用途に分けて準備しましょう。

災害対策 持ち物リスト 【普段の生活 編】

<input type="checkbox"/> 大判のハンカチ	<input type="checkbox"/> 水筒やペットボトル(500ml)
<input type="checkbox"/> ホイッスル	<input type="checkbox"/> すぐに食べられるお菓子
<input type="checkbox"/> レインコート	<input type="checkbox"/> ティッシュ・ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> ポリ袋	<input type="checkbox"/> 小銭(10円・100円玉など)

参考:NPO法人「プラス・アーツ」(前田小学生新撰)

いつ、どこで災害が起きても、対応できるよう、日頃から持ち歩いてほしい物品。  
全て100円ショップで準備できます。

災害対策 持ち物リスト 【緊急時 編】

貴重品類

<input type="checkbox"/> 財布	<input type="checkbox"/> 電話用具
<input type="checkbox"/> 現金(小銭)	<input type="checkbox"/> 携帯電話
<input type="checkbox"/> 通帳	<input type="checkbox"/> 緊急連絡式充電器(バッテリー)
<input type="checkbox"/> 身分証明書	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 車・家の鍵	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 身分証明書(保険証・免許証)	<input type="checkbox"/>

男性15kg・女性10kg



避難指示が出るなど、緊急で避難所に移動するときに持ち出す物品。  
避難の際に身の安全を確保するために、リュックがお勧めです。  
荷物は、男性15kg・女性10kgが目安です。

災害対策 持ち物リスト 【備蓄 編】

<input type="checkbox"/> 救急小(1L/2L/5L等)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 食料品	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ペット用具(猫砂、猫籠、食器等)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> テント(寝袋・遮光幕)	<input type="checkbox"/>

最低3日分準備しましょう。日頃から食べなれた食材をローリングストックすると、無理なく備蓄できます。



### 避難物品のお薬について

- 内服薬は1週間分準備しておく
- お薬手帳も必ず準備する
- お薬手帳の1ページ目を必ず記入する
- 内服している市販のサプリメントについても、お薬手帳に記入する



- ◆内服薬は、内服し忘れたお薬を取つておいたり、少し早めに受診したりして、準備することが推奨されています。
- ◆災害時は、かかりつけ医院・薬局を利用できない場合もあります。お薬手帳にご自身の情報をまとめておきましょう。



(情報提供:長野県薬剤師会)



健康福祉課では、もしもに備えて、災害時の持ち出し物品・備蓄・緊急連絡のリーフレットを作成しました。ご希望の方は、健康管理センターまでお問合せ下さい。災害時の健康管理についても、今後のシリーズでご紹介します。



お問い合わせ 健康福祉課(健康管理センター) 電話 69-3500

# 食生活改善推進協議会★



白菜は秋から冬にかけて霜に当たることで甘味が増し、栄養価が高くなります。年間を通じて購入できますが、この時期は一番おいしく味わえるので、お勧めです。

主な栄養素はビタミンC、カリウム、食物繊維です。ビタミンCは免疫力を高め、風邪の予防に効果的です。カリウムは体内の余分な塩分を排出する働きがあるので、血圧を下げる効果が期待できます。食物繊維は冬の時期に不足しがちですが、豊富に含んでいるので便秘解消などに役立ちます。

今回おすすめのメニュー「白菜のクリーム煮」は、加熱することでかさが減り、白菜がたくさん食べられます。また、白菜を汁ごと食べられるので効果的に栄養が取れます。これからの時期は、鍋物やスープにするのもお勧めです。ぜひ、ご家庭でお試しください。

旬の食べ物は、体に元気を与えてくれます



## 主菜+副菜 白菜のクリーム煮

### 材料 (2人分)

鶏もも肉	100 g
白菜	200 g
玉ねぎ	60 g
にんじん	40 g
しめじ	60 g
サラダ油	小さじ1
バター	20 g
小麦粉	大さじ2
牛乳	200cc
水	100cc
塩	小さじ1/2
こしょう	少々

A

### 【作り方】

- ① 鶏もも肉は一口大に切る。白菜は一口大のざく切り、玉ねぎは細切り、にんじんは皮をむいて短冊切りにする。しめじは石づきを取って小房に分ける。
- ② フライパンにサラダ油を入れて熱し、鶏肉を入れて表面の色が変わるまで中火で炒める。玉ねぎ、にんじん、しめじを加えてしんなりするまで炒める。
- ③ ②にバターを加えて溶かし、小麦粉を振り入れ、粉気がなくなるまで弱めの中火で炒める。
- ④ ③に白菜とAを加えて混ぜ、煮立ったら蓋をして弱火で煮る。
- ⑤ 蓋を取り、全体を混ぜながらとろみがつくまで加熱する。

### 【食改おすすめコメント】

※クリーム煮はいろんな食材に合います。  
(野菜) キャベツ、かぼちゃ、じゃがいも、大根、かぶ、ブロッコリー、きのこ類など  
(肉・魚) 魚肉ソーセージ、ツナ缶、ウインナー、ハム、ベーコン、焼きにくわなど  
※ソーセージなど味付け具材を使う時は、味を見ながら調味料を加減しましょう。  
※市販のシチュールウを使うと時短になります。

### 1人分栄養価

エネルギー 315kcal タンパク質 14.6g  
脂質 21.6g カルシウム 176mg 食塩 1.7g

### おすすめの組み合わせ

主食：ごはん又は食パン  
主菜+副菜：白菜のクリーム煮  
副菜：ゆで卵のサラダ、豆腐のサラダ等  
デザート：果物

☆組み合わせて、バランスよく食べましょう！





## 第二期 第2回目のツアープログラムを終えました！

11月1日・2日と1泊2日で「旅するいきもの大学校！」の第2回目が行われました。観光庁から5名のゲストが加わり、総勢32名が生坂村に集結しました。子どもが走り回り、参加者のワンちゃんがその活動を見守る里山の秋の風景はのどかで心温まるものでした。

第1回目の「対話」で生まれた「ここに古くから暮らす人々の話しが聞きたい。」というリクエストに応え、大日向の竹内清枝さんがゲストとして『創造の森』の夕食会に遊びに来てくださいました。竹内さんは「この村が大好きで、一歩も外に出たくないくらい！」と自身の半生についてのお話しや村で行なっていらっしゃる活動についてご紹介くださいました。地域の人々が協力して行う活動を「おてんま」と呼び「おてんまの後のお茶のみが楽しくってね。」と地域の特色について教えてくださいました。

竹内さんの語らいに耳を澄ませた参加者。参加者からの質問も多く、その中でも村の他の方々が「旅するいきもの大学校！」の取組みについてや、意味合い・内容について知っているのか、もらえるのかが気になるという声も。企画者からは率直に、理解していただくまでに至っていないと伝えると、次の二つの新たな提案をもらいました。

①村の方々に先生役になっていただき、生坂村での活動を教わりたい。

②こちらから伺う。地域の行事やおてんまに参加させていただき、色々なアイデアについて対話する。

第3回目・最終回に向けては「自律分散型」の社会システムについて学びを深めようと企画していましたが、皆さんの意見を取り入れて方向転換を図ってみたいと思います。観光庁の方々もその意見に賛成してくださいました。竹内さん、手作りのこんにゃくと甘柿をいただき、ありがとうございました。大変美味しくみんなでいただきました。



焚き火を囲って竹内さんのお話を伺いました

## 第2回目



育児で忙しい最中、ご自慢の美味しい卵で  
パウンドケーキを焼いてくださいました。



約半日で鬱蒼とした雑木林を整え、土中に空気を通すためのファイヤーピット作りを行いました！雑木林に柔らかな光が差し、森の中の匂いが変化すると、風の流れも変わりました。これが大地の再生作業です。



松本の Emm の  
ランチ BOX は  
オーガニックの野菜中心

和久先生の大地の再生の  
ワークショップは圧巻でした



秋晴れの中、まずはチェックイン！



飛鳥先生の陰陽五行の  
薬膳学が大好評



高校生のゆいき君は村の子供に大人気



『創造の森』の構想を  
話す星野

土中環境を整える「大地の再生」の学びと実践。自分自身を知る「薬膳学」と生物多様性の観察を中心に、里山に必要な手を入れて再生させる活動一。その全てが見事にシンクロする第2回目でした。額に汗をかき、フィールドを縦横無尽に動き回り活動する参加者の笑顔と真剣な眼差しを前にし、ミクロとマacroの視点で自然観察を中心に「生き方」そのものを幅広い世代で「学び」「実践」し「対話」するこの「旅するいきもの大学校！」が昨年、大きな賞を受賞し、その後多くの企業や教育現場から本取組みについて、『創造の森』の取組みについて、教えて欲しいと要請される理由が分かった気がしました。「遊ぶように暮らそう！」の合言葉は始め、理解を得難いようでしたが、若い方々を中心に共感を呼んでいます。これからも活動の幅を広めていきたいと思います。スタートはこの地、生坂村からでした。村民の皆様方には感謝申し上げます。



## 歯つぴーたいむ

感染症予防

冬はインフルエンザやノロウイルスなど、ウイルスや細菌による感染症が流行する季節です。



これは空気の乾燥によつて、口腔内や喉、鼻の粘膜が乾燥しウイルスや細菌などの中からの侵入を防御する機能が弱まつてしまつたためです。ウイルスは多くの場合、鼻や口の粘膜から進入しますが、口の中にに入った時点ではまだ悪さはしません。

実はお口の細菌がウイルスを粘膜細胞の中に入り込むのを助けるタンパク質分解酵素を出すことがわかつています。特に歯周病菌が強力なタンパク質分解酵素を持つていることがわかつております。

歯周病菌のコントロールがウイルス感染予防にも重要だと言われています。つまり口腔ケアが不十分だと、ウイルスが活動しやすい環境が出来てしまうのです。眠りにつく前と目覚めの口腔ケアが大切です。

眠る前念入りに磨く

寝ている間は唾液の分泌が少くなり、細菌が増殖しやすい環境になります。口腔内を清潔にし、細菌をできるだけ減らして眠りにつくことが大切です。デンタルフロスや歯間ブラシを併用したり、舌磨きを実践するのも良いでしょう。

朝食の前に歯を磨く  
うがいや歯磨きをしないまま朝食をすると、寝ている間に口の中で増殖した有害なウイルスや細菌が食べ物と一緒に体内に入つてしまうことになります。

唾液分泌マッサージを

唾液には天然の抗菌成分が含まれており、細菌の繁

殖を防ぐ働きがあります。質の良い唾液を多く分泌出 来ると、細菌は少なく、口臭 も少なくなるというメリッ トもあります。

**感染症を予防するために「  
の中を清潔に保ちましょう。」**

先月まで半袖で過ごして  
いたと思ったら、もうすでに  
冬の足音が聞こえてきまし  
たね。お家のお風呂もよいで  
すが、やまなみ荘の大浴場で  
ゆっくりお体を温めてくだ  
さい。

より質の美食会席プランもご用意しています。「鍋はいらないけれど美味しいものを」という方にピッタリのプランです。ご予約をお待ちています。

また、年末年始に好評の刺身盛皿・オードブルのご予約を承ります。ぜひご利用ください。

A cartoon illustration of two people, a man and a woman, both smiling broadly and holding a toothbrush in their right hand. The man has short, light-colored hair and is wearing a grey V-neck sweater. The woman has curly, light-colored hair and is wearing a dark grey V-neck sweater. They appear to be in a bathroom or dental setting.

朝食の前に歯を磨く

うがいや歯磨きをしないまま朝食をすると、寝ている間に口の中で増殖した有害なウイルスや細菌が食べ

害なウイルスや細菌が食べ物と一緒に体内に入つてしまふことになります。

□口腔ケアは全身の健康維持にもつながっています。定期的なプロフェッショナルケアで健康で長生きしましょう。

生坂村歯科診療所

湯の山みやびりやまなみ荘

年末の宴会、宿泊の料理としまして鍋会席プランをご用意しています。黒毛和牛・とき焼きなど四種類の鍋からお好きな鍋を選んでお楽しめます。今回は、量

す、またこちらも毎年大人気の、鍋焼きうどんとチゲラーメンはあつたかフエアにて提供しています。ひすいそばはそば粉がなくなり次第終了となりますのでぜひお早めにご賞味ください。

よりお待  
ちしてお  
ります。



# 明科高校だより

## ◎恒例のマラソン大会

一〇月六日に、第三七回明科高校全校マラソン大会が行われました。毎年秋に体育の授業で実施している持久走の学習成果を確かめる機会もあります。

全長一六キロの犀川沿いのコースを思い思いのペースで完走しました。

犀川沿いに走る下生野明科線を北上し、生野郵便局手前を折り返す伝統のコースです。



沿道で声援をいただいたらと心温まるご協力をいたしております。ありがとうございます。いつもありがとうございます。

て授業を見学してもらつてから、全体会を行いました。  
生徒会役員からは、学校概要と入学者選抜についてお話ししました。

(文責 教頭 倉下直)



## ◎学校説明会開催

一〇月一七日には、中学生を対象とした学校説明会を開催しました。

七月の体験入学では、中学三年生に高校の授業を体験してもらっているのに対して、秋に実施している学校説明会では、明科高校の日常の授業の様子を見学してもらつて、入学後の授業のイメージをつかんでもらうことを利用としています。

今年は、中学生四九名、保護者二八名の皆さんに参加してくださいました。

受付後、教室を自由に回つ



# いくさか 大好き隊通信



日々の訪問や地域の行事などを通してたくさんの方とかかわることができました。また皆さんの温かさに触れ、振り返ればあつとう間の毎日でした。

私自身の業務として、ご高齢の方のお宅に訪問し、体調面や生活の事、世間話など様々なことをお話をさせていただきました。

会が多くあります。「見守り訪問」と通称

言つてはいますが、いつも皆さんにあたかいお言葉をいただいたり、生活面など気にかけてくださいたり

七月より、大好き隊として生坂村に来てから、早いもので約五か月が経ちました。

日々の訪問や地域の行事などを通してたくさんの方とかかわることができました。また皆さんの温かさに

触れ、振り返ればあつとう間の毎日でした。

この夏は趣味の登山も例年以上に満喫しました。アルプスの冬景色や雪山登山が楽しみなこの頃です。

寒い日々が続きますが、お体にお気をつけてお過ごしください。今後ともよろしくお願ひいたします。

(奥寺こゆき)

## 【防災アドバイス】

松本広域消防局

明科消防署

〈正しい暖房器具の取扱い〉



や管理をしましょう。次の  
〈暖房器具使用時の注意点〉  
を参考にして、火災を起こさ  
ないよう心掛けてください。

### 〈暖房器具使用時の 注意点〉

#### 一 暖房器具の周りは、常 に整理整頓しましよう

暖房器具と可燃物の間に  
は安全な距離を保ち、布団や  
カーテン等の近くで暖房器

具を使用することはやめま  
しょう。特に、暖房器具の上  
で洗濯物を干すのは、洗濯物

が暖房器具に落下して燃え  
る恐れがあるため、大変危険  
です。絶対にやめましょう。

#### 二 計画的に暖房器具を止 め、換気を行いましょう

換気をせずに継続的に石  
油ストーブを使用すると、一  
酸化炭素中毒になる恐れが  
あります。暖房器具にタイマ  
ー機能があれば就寝前に設  
定し、ある程度の時間が経過

したら止まるようにしまし  
ょう。また、外出時には必ず  
電源を切りましょう。確認を  
忘れずに!!

#### 四 誤給油に注意しまよ う

##### （

ガソリンや軽油を間違え  
て、暖房器具に給油しないよ  
うにしましょう。誤給油を防



#### 三 給油をする際は必ず暖 房器具を消火しましよう

給油する際には、必ず暖房  
器具を消火してから行って  
ください。また、カートリッ  
ジタンクの口金が確実に締  
まつたことを確認してから  
セットしましょう。完全に閉  
めないまま暖房器具にセッ  
トしようとすると、口金が外  
れ漏れた灯油が暖房器具に  
かかり出火する恐れがあります。

#### 五 暖房器具の近くでスフ レー缶等を使用したり、 放置しないようにしま う

殺虫剤等のスプレー缶や  
引火性の溶剤を使用した接  
着剤は、爆発の危険があるた  
め、暖房器具の近くで使用し  
たり、近くに放置することは  
やめましょう。また、ガス抜  
きをする際も可燃性ガスに  
引火して火災となる恐れが  
あるため、暖房器具の近くで  
行なうことはやめましょう。

話は変わりますが、今月  
号の表紙にもなっている赤  
とんぼフェスティバルには、私自身、今回初めて参加  
しました。とても楽しい時  
間を過ごすことができ、特  
に花火は想像をはるかに超  
える迫力で驚きました。音  
と光が体に響くような大迫  
力で、生坂村の夜空を鮮や  
かに彩る光景に感動しまし  
た。来年の花火も、今からと  
ても楽しみです！

編集後記

ぐには、油の種類によって容  
器の色や形状を変えて保管  
したり、保管場所を変える等  
の工夫をするとよいでしょう。  
また、ガソリンは必ず専  
用の金属容器で保管してく  
ださい。

あつという間に秋が深ま  
り、朝晩の冷え込みが一段  
と厳しくなってきました。  
こんな季節は、ストーブの  
ありがたさをしみじみと感  
じます。村では現在、木質バ  
イオマスストーブの導入補  
助を行っています（補助  
率：四分の三、上限一〇〇万  
円）。この機会に、環境にや  
さしく、炎のゆらめきで心  
も温まる木質バイオマスス  
トーブの導入をぜひご検討  
ください。

あつという間に秋が深ま  
り、朝晩の冷え込みが一段  
と厳しくなってきました。  
こんな季節は、ストーブの  
ありがたさをしみじみと感  
じます。村では現在、木質バ  
イオマスストーブの導入補  
助を行っています（補助  
率：四分の三、上限一〇〇万  
円）。この機会に、環境にや  
さしく、炎のゆらめきで心  
も温まる木質バイオマスス  
トーブの導入をぜひご検討  
ください。

（お問い合わせ）  
松本広域消防局明科消防署  
六二二二九九二一



## 赤とんぼフェスティバル IN いくさか

「みんなで盛り上がりがろう！」  
人ひとりが輝く赤とんぼ

「」は、午前・午後の二回公演され、ステージ前の観客席が親子連れの皆さんで満席に

新たなるテレマのもと――  
月一八日(土)に、総合グラウ  
ンドにおいて「2025赤と

なり子供達はアンハンマンの勇姿に大きな声援を送つてしました。

んぽフエスティバルINいくさか」を開催しました。

午後は、松本蟻ヶ崎高校書道部による迫力のある書道

長のあいさつで、赤とんぼフ  
エスティバルINいくさかが  
始まりました。

会場はその迫力に魅了されました。パフォーマンス後は大筆体験会が開かれ、大勢の

オープニングでは、保育園児によるくす玉割りと元気いっぱいのリズム体操で会場は早くも笑顔に包まれました。

子供たちが参加し、身の丈もある筆で紙面に大きな文字を書いて楽しんでいました。その後、竹トンボ飛ばし大会が行われ、時折強風が吹く

つづいての福まきでは、ス  
テージ上からお菓子や紅白

中空高く舞い上がる竹トンボに歓喜が上がり、秋の風景

餅が撒かれ、笑顔と歓声が会場いっぱいに広がりました。小学校金管バンド・中学校吹奏楽部・中学校龍翔太鼓グループの演奏では息の合った演奏が響き渡り来場者から拍手喝采でした。

にぴったりでした。夕方になりステージに明かりが灯され生坂龍翔太鼓の力強い迫力のある演奏が披露され観客の皆さん、真剣に見入っていました。

子供たちに大人気の「それ  
いけ！」アンパンマン ショ

が行われ、会場が一体感に包まれました。



松本山雅FCホームタウン  
PRデーに参加しました

一〇月二六日(日)にサッカーフットサルマッチ松本山雅FC対カラマタマーレ讃岐戦で開催されたホームタウンPRデーに参加しました。

今回はホームスタジアムのサンプロアルワイン(松本市)が鉄骨部材落下により使用停止となつたため、会場をAC長野パルセイロのホーム(長野市)スタジアムである長野Uスタジアム(長野市)に変更して開催されました。

当日は、生坂村と安曇野市の二市村がホームタウンとしてPRを行い、会場外では、特産品販売やチラシの配布など各市村のブースが並びました。生坂村ブースでは、女・人竹つこくらぶの竹つこおやき・おいしん棒、かあさん家の縁のおまんじゅうの販売に加え、観光PRを実施しました。あいにくの雨でしたが、特産品販売は多くの皆さんで賑わい、大変好評でした。また、脱炭素先行地でした。