



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

生坂保育園運動会

第二七回生坂保育園運動会が一月四日(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「子どもたちのやる気がいっぱい詰まった運動会」にしようとしていきました。今年度は子どもたちの中でチームとなっていた「おすもう遊び」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。

掛け声をかけながら、しこを踏み、輪っかのジャンプをした後、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。強いおすもうさんになる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。タイトルは年長児が相談して考えてくれました。トーナメントで対戦して優勝力士を決めます。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れ

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えがありました。行司は年長児が行い「東〇〇山西〇〇海」など、こぶしを聞かせて呼び上げます。白熱した対戦が続く、観客からも声援が飛び交いました。そして今回の優勝は「こやま」が勝ちました。年

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。

リズムでは、三歳児が「かえるのみどりちゃん」。カエルになりきって、緑色の可愛い衣装を身に付けて、元気いっぱいノリノリに踊りました。

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。ポンポンを持つて踊りました。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」フィンガーフラーフを使つてのリズムでは、輪っかのついたスカーフを綺麗に回して隊形移動を行い、年長さんらしいカッコイイ表現を見せてくれました。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!!」二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・五歳児全員の競技です。サルチームとウサギチームに分かれて年長児さんが中心になって作戦を考えます。「背の順に並んで引っ張るのがいいんじゃない?」「小さい子を前にして大きい子が後ろの方

が良いと思う」「エイエイオ一って四回やろう!!」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っていきます。

そして、最後は四・五歳児混合リレー「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、白熱したリレーとなりました。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。



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。



間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、誠にありがとうございました。

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。



今年は、会場内でさまざまな「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

場では、あちらこちらで楽しそうな会話が弾み、とても賑やかな時間でした。最後には会場の皆さん全員で「生坂村讃歌・山紫に空は澄み」を歌い、お帰りの際に、記念のお酒をお持ち帰りいただきました。

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。



「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。

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



ール袋に入った弁当の空き箱や空き缶、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が感じられました。

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。



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きます。『よく見る』『よく聞く』『真似して言う』『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。」とい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



で、まとまりのある英文を書いたり読んだりすることを

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う一步前進させ

目指しています。『理想の時間割』『わたしはだれでしょう？クイズ』『絶滅危惧動物』といったテーマでプレゼンテーションする中で、表情、声の大きさやトーン、補助資料の活用などの技術も身につけていきます。

ALTのニッキー先生は、児童にとつ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。

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



は乳房いちようの木、五年生は明科の龍門湖公園の機関車、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、豊かな感性を育ててほしいと思います。



生坂中学校 かしわ祭「^{せいがいっでん}星河一天」

かがや ^{いくさかりゅうせいぐん}
～ 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



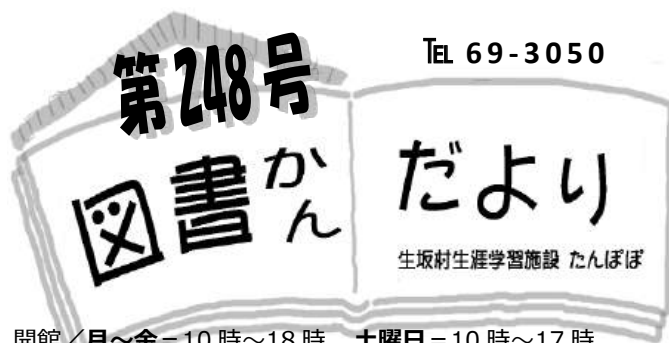
・開祭宣言



・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。



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、スツ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おり、開館からに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る方もいました。

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、みなさまに助けを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ない (レーナ・スコグホルム)
- Fuji と沖繩 (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 (舘 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)

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 (東畑 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 クリスマスカざり (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)

一般書



えほん
児童書



■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。

一月中旬に、対象児の保護者様あてに、通知をしました。希望の本等の回答がまだの方は、お早目にお問い合わせいたします。

★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

「ぴよぴよひろば」にて当日ファーストブックに参加されない方は、二月中旬に図書室まで本を受け取りにお越しください。

●図書室 六九一三〇五〇

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表義務(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、男性育児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。



©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)

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～

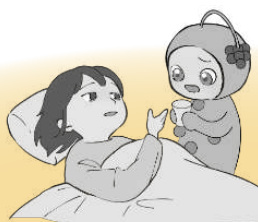
集合場所・B&G海洋センター

「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、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、そうはいきません。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) 6 9 - 2 0 8 7	平日 8:30~17:15
生坂村役場 健康福祉課	(0263) 6 9 - 3 5 0 0	//

「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/L)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。

このことから、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 県民文化部こども若者局次世代サポート課
☎〇二六―三三五一七二〇七

● 結婚等を予定しているカップル（二年以内に結婚等予定）
がご利用いただけます。
婚姻届等を受付する際など、窓口へお越しの方へぜひご案内ください。

2025年10月15日から

ふたり一緒に 長野県公式 LINE で ennpass エンパス ながの結婚応援パスポート 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 必須
〔例〕 長野

本人：名 必須
〔例〕 太郎

パートナー：姓 必須
〔例〕 長野

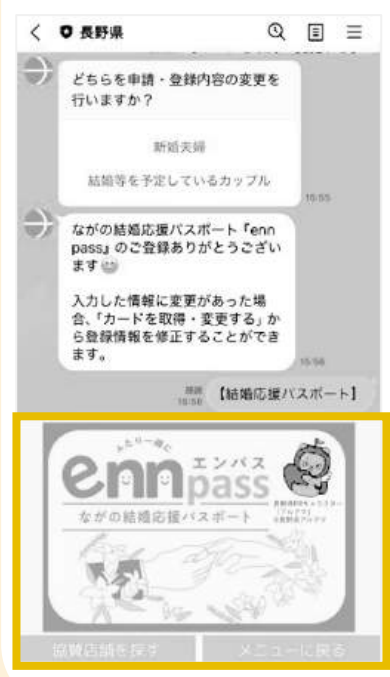
パートナー：名 必須
〔例〕 花子

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



しあわせ信州
山と谷を 人と人とが

（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。

日時

令和七年二月三日(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

参加費
無料！

いどばたキャラバン

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

「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の中で自ら実施できる配慮や工夫について考え、取り組ん

でいきましょう。

みんなでつくる やさしい村「障害者週間に考える「バリアフリー」」

「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れませんが、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、ちよつとした態度や言葉づかいも、人によっては心の壁になることがあります。

私たち一人ひとりができ



12月3日～9日は「障害者週間」

障害のある人とない人がお互いに尊重し
支え合う「共生社会」の実現を目指して

内閣府
Cabinet Office

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って、少しゆっくり話してみる。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。

障害者週間をきっかけに、「見えない壁」に気づき、誰もが安心して暮らせるやさしい村について、一緒に考えてみませんか。

障がい者を虐待から守りましょう

障がい者の虐待は、特定の人や家庭、場所ではなく、どこ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

しい場合でも「何か困っているようだ」「様子がいつもと違う」といった気づきでも結構ですので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？

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、困っているようであれば声をかけたりますなど、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。



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。

■停止する証明書

住民票・印鑑証明書

■利用停止日

令和七年二月一日(月)
～二月五(月)

■お問い合わせ

住民課 六九一三二三

◆お悔やみ 申し上げます

藤澤 よし子さん

(79歳 下生坂)

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えるものです。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。

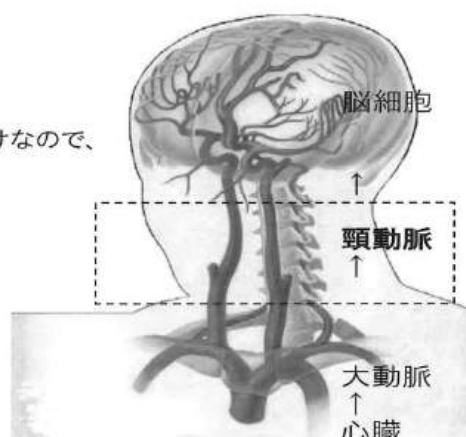
今回も、50 歳以上の皆様を対象に希望者を募ります。（昨年度より 2 年に 1 回の実施となりました。令和 8 年度は実施しません。）

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見ます



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。 ☎ 6 9 - 3 5 0 0

●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）のできる年齢は、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回接種をします。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、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。

The image shows three sample lists of disaster preparedness items, categorized by '普段の生活' (Daily Life), '緊急時' (Emergency), and '備蓄' (Preparation).

- 災害対策 持ち物リスト 【普段の生活 編】**
 - 大判のハンカチ
 - 水筒やペットボトル (500ml)
 - ホイッスル
 - すぐに食べられるお菓子
 - レインコート
 - ティッシュ・ウェットティッシュ
 - ポリ袋
 - 小銭 (10円・100円玉など)
- 災害対策 持ち物リスト 【緊急時 編】**
 - 貴重品類
 - 財布
 - 現金 (小銭)
 - 連絡先
 - 印鑑
 - 車・車の鍵
 - 身分証明書 (保険証・免許証)
 - 筆記用品
 - 携帯電話
 - 充電式充電器 (バッテリー)
- 災害対策 持ち物リスト 【備蓄 編】**
 - 食料品 (缶詰・乾物等)
 - 飲料水 (ミネラルウォーター等)
 - 医薬品 (絆創膏・消毒薬等)
 - 防寒具 (毛布・防寒着等)
 - 照明器具 (懐中電灯・LEDライト等)
 - 防災用品 (ヘルメット・防災頭巾等)
 - その他 (ラジオ・地図等)

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。

避難指示が出るなど、緊急で避難所へ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。

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っておいたり、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。災害時の健康を意識した備蓄、災害時の健康管理については、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

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

【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、焼きちくわなど
※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、一步も外に出たくないくらい!」と自身の半生についてのお話や村で行なっていっぱい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、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



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。



第2回目



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、森の中の匂いに変化すると、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



自分の処方箋から薬膳茶をブレンド



あっという間に階段をつくりました



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。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、ミクロとマクロ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。

道の駅いくさかの郷だより

『カタカナと漢字』

生坂村は『ぶどうの産地』で、今年は『五八種類』のぶどうが『ぶどう部屋』を彩りました。



これで四年連続五〇種類以上のぶどうを販売しました。

生坂村のぶどうブランド『イクサカラット』をさらに多くのお客様に知っていただくきっかけとなりぶどう生産者の皆様には感謝しかありません。



また、今年四年目を迎えた『ぶどう部屋』もテレビのニュースや新聞で取り上げていただけるようになり、この季節の恒例となりつつあるようで、来年以降の展



開に日々頭を悩ませることになりそうです。

ところで皆さんはぶどうの名前を何種類ご存じですか？

「シャインマスカット」は全国的にも有名ですが、改めて注目すると様々な名前があります。

カタカナだけでなく実は漢字名のぶどうも色々あって、さながらぶどう部屋というよりも相撲部屋っぽい雰囲気になります。

これまでに登場したのは、駅長一押し『伊豆錦』をはじめ『紅環』『黄玉』『巨峰』『悟紅玉』『天晴』『黄華』『天山』『藤稔』『紅富士』『雄宝』『翠峰』『昭平紅』『昭峰』『高妻』『翠蓮』『国土』『無双』と一八種類です。

せっかくなので来年はカタカナと漢字でぶどうを並べてみようかと色々企む駅長です。



今年も上土販売に

行ってきました
かあさん家 藤原 美智子

今年の猛暑が嘘のようにすっかり冷え込む日々となり、冬の始まる季節がやってきました。

農業公社では、生坂村観光協会の皆さんと出張販売にご一緒させていただき、月に数回販売を行っています。

現在は、松本地域振興局での販売は年間を通して、また松本の上土販売は五月から一〇月まで行っています。

今年度の上土販売は一〇月で終了となりましたが、今回は沢山の思い出がありました。

まず販売場所が変わったことです。以前より狭くなりましたが、湧き水が出ている喫茶店前で行っています。周囲も昔の面影が残るレトロな雰囲気、素敵な場所、とても気に入っています。

以前は、大勢のお客様がいらして賑わっていたようですが、現在は、お客様も減ってきています。でも「上土販

売の日」を楽しみに来てくだ

さるお客様も大勢いて、私も

うれしい気持ちになります。

常連さんは毎回あんこのおまんじゅうや豆腐を沢山注文してくださいます。特に上土では、あんこのおまんじゅうが人気です。

もう一つは、松本大学の学生さんが授業の一環でお手伝いに来てくださったことです。一生懸命私たちの荷物を運んでくれたり、一緒に販売をしていただいたり、とても楽しい思い出がありました。

これからも感謝の気持ちをお忘れず販売を行っていきたいと思います。



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って、口腔内や喉、鼻の粘膜が乾燥しウイルスや細菌などの外からの侵入を防御する機能が弱まってしまうためです。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っています。特に歯周病菌が強力なタンパク質分解酵素を持っていることがわかっており、



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なくなり、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っ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、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口の中を清潔に保ちましょう。

口腔ケアは肺炎の重症化の予防にもなります。特に高齢になるとお口の働きが悪くなる口腔機能低下症という状態になる方もいます。そうなる前に知らないうちに唾液を誤嚥してしまう不顕性誤嚥が起きやすく誤嚥性肺炎のリスクが高くなります。



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

ゆのんびり湯ったりやまなみ荘

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。

一月のフェア・プランとしまして食堂では新そば祭りとなつたかフェアを開催しています。希少な品種「信州ひすいそば」を使用した天ぷらとのセットは大好評です。またこちらでも毎年大人気の、鍋焼きうどんとチゲラーメンはあつたかフェ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。

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。黒毛和牛すき焼きなど四種類の鍋からお好きな鍋を選んでお楽しみいただけます。今回は、量

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。ご予約をお待ちしています。

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

全戸配布チラシをご覧ください。たくさんと金額・内容等記してありますが、お電話いただく、と詳しくご説明しますので、まずはお電話をお待ちしています。職場や寄り合い、ご友人同士などお誘い合つてご利用ください。

皆様の
ご来荘心
よりお待ち
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でもあります。

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。



毎年、生坂村の折り返し地点の近隣の方々にはトイレや水道をお借りしたり、

沿道で声援をいただいたりと心温まるご協力をいただいております。ありがとうございます。



◎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って、入学後の授業のイメージをつかんでもらうことを目的としています。

今年は、中学生四九名、保護者二八名の皆さんが参加してくださいました。受付後、教室を自由に回っ

て授業を見学してもらってから、全体会を行いました。生徒会役員からは、学校生活の様子を生徒会行事を中心に話しし、教頭から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)



いくさが 大好き隊通信



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、振り返ればあつという間の毎日でした。

私自身の業務として、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とお話させていただきます。

会が多くあります。「見守り訪問」と通称言っただけですが、いつも皆さんにいたたたかいお言葉ををいただいたり、生活面など気にかけてくださったり



と、むしろ自分自身のほうが、見守っていただいているなと感じることもたくさんあります。いつもありがとうございます。

また、生坂村は自然が豊かなところで、地元にした頃よりずっと近くで季節の移ろいを感じられています。

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いいたします。

(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》

より一層寒さが厳しくなり、暖房器具が活躍する時期となりました。この時期は、毎年暖房器具からの火災が発生しており、昨年、長野県内ではストーブが原因となった火災が三八件発生しています。このような火災を防ぐため、正しい取扱い方法を



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、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ょう

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

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!!



三 給油をする際は必ず暖房器具を消火しましょう

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っ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。

四 誤給油に注意しまし

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

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ういでしょう。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。

五 暖房器具の近くでスプレー缶等を使用したり、放置しないようにしまし

よう 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うことはやめましょう。

■お問い合わせ

松本広域消防局明科消防署
（公六二二一九九二）

編集後記

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楽しみ感じます。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おります（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。

話は変わりますが、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!

（神田）



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！
一人ひとりが輝く赤とんぼ
フェスティバル』

新たなテーマのもと、一〇
月一八日（土）に、総合グラウ
ンドにおいて「2025赤と
んぼフェスティバルINいく
さか」を開催しました。

午前一〇時、藤澤実行委員
長のあいさつで、赤とんぼフ
ェスティバルINいくさかが
始まりました。

オープニングでは、保育園
児によるくす玉割りと元氣
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。

つづいての福まきでは、ス
テージ上からお菓子や紅白
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。

子供たちに大人気の「それ
いけ！アンパンマン ショ

ー」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
なり、子供達はアンパンマン
の勇姿に大きな声援を送っ
ていました。

午後は、松本蟻ヶ崎高校書
道部による迫力のある書道
パフォーマンスが披露され、
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
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
中空高く舞い上がる竹トン
ボに歓喜が上がり、秋の風景
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は、真
剣に見入っていました。

その後、生坂村賛歌の斉唱
が行われ、会場が一体感に包
まれました。

そして、午後六時、『収穫祝
い 花火まつり』が行われ、
打ち上げ花火や手筒花火な
どが盛大に打ち上げられ雨
にも負けず夜空に大輪の花
が咲き、今年のフェスティバ
ルを華やかに締めくくりま
した。

村の子どもからお年寄り
までが集い、笑顔の交流が広
がった『赤とんぼフェスティ
バルINいくさか』。自然の恵
みに感謝し、地域の絆を深め
るこのお祭りをこれからも
村の誇りとして未来につな
いでいきましょう。

赤とんぼフェスティバルの
開催にあたり、携わっていた
だいたすべての皆さんのご
協力により、全日程を終える
ことが出来ました。ここに、
感謝を申し上げます。



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J3松本山雅FC対カマ
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
のサンプロアルウィン（松本
市）が鉄骨部材落下により使
用停止となったため、会場を
AC長野パルセイロのホーム
スタジアムである長野ウス
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・人竹つくくらぶの竹
っこおやき・おいしん棒、かあ
さん家の緑のおまんじゅう
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
のお客さんで賑わい、大変好評
でした。また、脱炭素先行地

域事業のPRとして、EV普
及促進のチラシを配布しま
した。

試合前には、藤澤村長をは
じめ、藤澤議長、藤澤教育長
が、互いを尊重するフェアプ
レー精神を掲げ、フェアプレ
ーフラッグベアラーを務め
ました。

村では、今後も松本山雅F
Cを応援するとともに、ホー
ムタウン活動を通じて多く
の方が生坂村を訪れていた
だけるよう、引き続き魅力発
信に努めていきます。

