

広報 **いくさか**

2026 3月号
第580号

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

世帯 701戸 / 人口 1,579人 / 男 799人 / 女 780人 / 前月対比 4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)

令和7年度 地域未来塾閉講式 生坂村 B&G 海洋センター



“できた!” が広がった一年間

令和7年度 生坂村地域未来塾 閉講式

関係記事は裏表紙に掲載

令和8年2月8日執行

第51回衆議院議員総選挙 第27回最高裁判所裁判官 国民審査

比例代表選出議員選挙 開票結果	
有効投票数	886
無効投票数	10
政党名	得票数
日本共産党	44
日本保守党	12
国民民主党	67
自由民主党	352
社会民主党	19
れいわ新選組	44
参政党	71
中道改革連合	216
日本維新の会	47
安楽死制度を考える会	5
減税日本・ゆうこく連合	9

投票結果			
当日の有権者数		投票者数	投票率
		選挙区・比例	選挙区・比例
男	683	455	66.62
女	680	441	64.85
計	1,363	896	65.74

衆議院小選挙区 選出議員選挙 開票結果	
有効投票数	881
無効投票数	16
候補者名	得票数
手塚大輔	64
下条みつ	324
竹下ひろよし	70
藤田ひかる	423

第五一回衆議院議員総選挙及び第二七回最高裁判所裁判官国民審査が二月八日（日）に執行され、村内三カ所の投票所で午前七時から投票を開始し、午後七時の投票締め切りの後、即日開票しました。

今回の衆議院議員総選挙は一月二七日（火）に公示され、全国各地で選挙戦が繰り広げられました。

また、一月二八日（水）から二月七日（土）まで、期日前投票所を生坂村民会館に

最高裁判所裁判官国民審査 開票結果		
有効投票数	822	
無効投票数	10	
氏名	罷免を可とする投票の数	罷免を可としない投票の数
高須順一	76	746
沖野眞巳	72	750

開設し、五四三名（前回衆議院総選挙より六二名増）の有権者が期日前投票をしました。

今回の投票結果については次のとおりです。

お詫び

今回の衆議院総選挙では、小選挙区選出議員選挙において二重投票があったため、投票総数が比例代表選出議員選挙と一票の差異が生じております。

生坂村選挙管理委員会では、今後このような事態が発生しないよう、再発防止に取り組んでまいります。

地域農業振興等功績者表彰 上生坂上ノ原巨峰生産組合

二月一七日（火）、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、上生坂上ノ原巨峰生産組合が表彰されました。

この表彰は、地域農業の振興について特に優れた功績があった個人や団体にされるものです。

上生坂巨峰団地は、昭和六三年度地域農業拠点整備事業により約5haのぶどう園を整備し、巨峰をはじめクイーンルージュ®やシャインマスカットなど、地域の担い手を中心に栽培を継続しています。

当組合は現在、認定新規就農者一経営体、認定農業者二経営体、地元農家一経営体の計四経営体で組織しており、地域の貴重な農地を守っています。

また、鳥獣被害対策としてカラスの捕獲活動、農業用排水施設の維持管理や、組合員が協力しながら環境整備を行うなど、地域農業の維持・発展に対する貢献度や地域住民からの信頼度が高いです。

そして、栽培されたぶどうは品質が高く、道の駅いくさかの郷や村営やまなみ荘で販売するとともにJAへ出荷するなど、地域農業の振興に大きく貢献しています。



**こども誰でも通園制度
がスタートします！**

令和八年四月から、こども誰でも通園制度が始まります。

対象となるのは、保育園等に通っていない生後六ヶ月から満三歳未満のお子さんです。

利用時間は、平日の午前八時三〇分から午後四時まで、月一〇時間を限度として、生坂保育園に通園できます。なお、利用時間を次の月に繰り越すことはできません。

利用料は、一時間あたり三〇〇円です。

就労状況や事由は問いませんので、「少しでもだけ集団生活を体験させたい」「子育ての合間に、ほっと一息つく時間がほしい」「美容院に行きたい」など、気軽にご利用いただける制度です。

利用方法、申込み手続きなど詳しい内容については、教育委員会（六九二二〇八七）までお問い合わせください。

産前産後の国民年金保険料が免除されます！

国民年金第一号被保険者が出産（※注）した際に、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。

（※注）出産とは、妊娠八五日（四カ月）以上の出産をいいます。（死産、流産、早産された方を含みます。）

● 国民年金保険料が免除される期間

出産予定日又は出産日が属する月の前月から四カ月間の国民年金保険料が免除されます。また、多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の三カ月前から六カ月前の国民年金保険料が免除されます。

● 対象者

「国民年金第一号被保険者」で出産日が平成三二年二月一日以降の方

ただし、国民年金の任意加入期間は対象になりません。

● 届出期間

出産予定日の六カ月前から届出可能です。

● 届出に必要なもの
・ 基礎年金番号又は個人番号がわかるもの

【添付書類】

・ 出産前に届出をする場合
・ 出産予定日を明らかにすることができる書類（母子健康手帳、医療機関が発行した証明書等）

・ 出産後に届出をする場合
・ 届出等役場で確認出来る場合は、添付書類は不要です。

※被保険者と子が別世帯の場合、出産日及び親子関係を明らかにすることができる書類（戸籍謄（抄）本、出生証明書、住民票、母子健康手帳等）

・ 死産等の場合

死産等の日及び身分関係を明らかにすることができ書類（死産証明書、死胎埋火葬許可証、母子健康手帳、医療機関が発行した証明書等）

● 届出先

生坂村役場住民課
☎六九二二一三三

**四月 公民館教室・
社会教育、生涯学習
関連イベント**

☆いくさか歩こう部

拾ヶ堰コース

四月 七日（火）

午前一〇時～

集合場所・B & G 海洋センター駐車場

※お昼を食べますので、お弁当をご持参ください。

小立野ハナモモコース

四月一五日（水）

午後二時～

集合場所・小立野公民館

※雨天時はB & G 海洋センターへお越しください。

**若年層の性暴力被害
予防対策を推進して
います**

四月は入学・就職等に伴い、若年層の生活環境が大きく変わり、被害に遭うリスクが高まる時期です。警察から二つお願いがあります。

① インターネットやSNS等の適切な利用について
この時期は、子供のスマートフォン

の購入が多く行われる時期であり、不慣れなスマートフォンからの、インターネットやSNS等を使った性犯罪に巻き込まれるケースがあります。保護者の皆さんは、子供が安全にインターネットやSNSを利用できるように、御家庭でネットの危険性について話し合い、フィルタリングや機能制限を利用する等、子供が性犯罪に巻き込まれないための対策をお願いいたします。

② 痴漢の撲滅

県内の痴漢発生状況を見ると、被害者の多くは十代、二十代の若年層の女性です。被害に遭ってしまった場合や被害を目撃した場合は警察へ通報をお願いします。

■ お問い合わせ

長野県警察本部生活安全企画課
☎〇二六二一三三三〇二一〇
(代表)



思い出いっぱい 令和7年度をふり返って

今年度も、学校目標「一人ひとりが輝く生坂っ子」の実現に向けて、各学年でさまざまな活動に取り組みました。

たくさんの思い出ある活動の中から、各学年ごとに紹介します。

◆一年

一年間、あさがおの活動を通して多くのことを学びました。春は、心を込めて水やりをし、芽が出た感動を味わいました。夏は、きれいに咲いた花の数を調べたり、色水遊びをしたりして楽しみました。秋は、種の様子を観察したり、つるでリースを作ったりしました。冬は、夏に取り組んだたき染めで、とうろうを作り、幻想的な世界に浸りこみました。六年生を招待したとうろう集会もすてきな思い出です。



◆二年

一年生と、万平の桜、やまなみ公園、赤地藏、スカイスポーツ公園、山清路、乳房イチョウやいろいろな神社へ行き、畑では、ポップコーン、さつまいもを作りました。二年生では、ミニトマト、きゅうり、大豆を育てました。大豆は立派な枝になりましたが、ほとんど中身がありませんでした。乗り物遠足では、松

◆三年

本城、北門大井戸、城山公園へ行きました。ペットボートの舟を作り、B & G プールや犀川で乗ることができました。みんなでいろいろなことを協力してできました。



◆四年

今年度は、「チャレンジ」を合言葉に、様々な活動に積極的に取り組みました。総合的な学習の時間や社会科では、地域探検に出かけ、乳房イチョウや赤地藏、山清路、ぶどう農園、道の駅など生坂村の魅力を感じ、理解を深めました。二学期には、松本城や松本市美術館を見学し、地域の歴史や芸術に触れる貴重な体験をしました。また、音楽会ではリコーダー奏に挑戦し、繰り返し練習することで、曲を完成させる喜びと自信を得ることができました。この一年

間、様々なことに挑戦し、大きく成長した三年生でした。



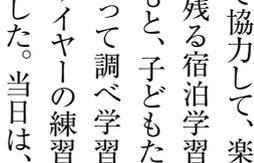
◆五年

総合の時間は「いくさか学」と「地域めぐり」をしました。地域めぐりでは、二人一ヶ所、生坂村で友だちに案内したいところを決めて、図書館やタブレットで調べたり、大人にインタビューしたりしてから訪問しました。デイサービスや生坂ダムなど今まで行かなかったのではない場所を訪ねて、多くの人と交流しました。もつと生坂村の良さを知りたいと思います。



◆六年

六年生に向けての一年間。様々なことに自分たちで考えたり、作り上げたりしました。宿泊学習では、めあてである「みんなで協力して、楽しく思い出に残る宿泊学習にしよう」のもと、子どもたちが中心となって調べ学習やキャンプファイヤーの練習などを進めました。当日は、



◆六年

雨で短縮したり予定変更があったりしましたが、みんなが楽しい宿泊学習を創ることができました。雨の中でのキャンプファイヤーは心に残りました。



小学校生活最後の一年間、どの行事にも全力で挑みました。運動会では、力を合わせて組体操に取り組みました。真剣な表情や掛け声に、子どもたちの本気を感じました。音楽会では、難しい曲に挑戦し、何度も練習を重ねました。聞いている人の心に響く最高学年らしい音楽をつくりあげました。マラソン大会では、急な坂道を、足を止めずに走り切り、自己ベストを更新することができました。友だちと過ごした日々、分かち合った感情すべてが宝物ですね。



生坂中学校

～3年間の思い出ランキング～

1位 修学旅行



京都、奈良の修学旅行では、奈良の大仏の大きさにびっくりしました。清水寺では、弁慶が持っていたとされる金剛杖を持つ体験などをしました。他にもいろいろなところに行き、良い思い出ができました。

2位 標津町交流会



北海道の標津町交流会では、全く違った地域との交流で、はじめは、楽しく交流できるか不安だったけれど、標津町のみんながやさしくしてくれました。カヌーや鮭のいる川の見学をして、仲がとても良くなり、一生の思い出になりました。自分たちとは全く違う文化を体験してよかったと思います。

3位 高津屋宿泊学習



私たちは高津屋森林公園に夏休みにクラスのみんなで行きました。夏休み最終日に全員で楽しい思い出を作ることができてよかったです。夜ご飯ではチームに分かれて焼き肉を食べました。野菜の量が多く他のチームと協力して食べることができました。

4位 かしわ祭



「星河一天～輝け！生坂流星群～」というスローガンに向けて、全校生徒一人ひとりの個性が輝いたかしわ祭となりました。そして、自分たちがつくる最後のかしわ祭を全員で協力して最高のものにできました。地域の皆さんと一緒にいった全校道徳では、新たな視点を獲得することができました。



2026年4月利用カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
3/29	30	31	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	1	2

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

※  …図書室の休館日

※  …17時閉館



■セカンドブックお渡し会『BOOK for (4) YOU』 を2月25日(水)に行いました



その年満4歳となる年少児童に対し、絵本をプレゼントするセカンドブック事業

『BOOK for (4) YOU』。

3歳～4歳といえば、言葉が豊かになり体力もついてきて好奇心や知識欲もついてきます。人間関係も広がり、家族とは違った同じ年ごろの友だちを意識するころでもあります。

生坂村では、読書の楽しさを知るきっかけをつくり、自発的な読書活動につなげることを目的として本を贈呈するセカンドブック事業を実施しています。

セカンドブック事業は、ファーストブックと違い、同級の友だちみんなに同じ本をプレゼントします。

今年は『14ひきのあさごはん』。家族みんなで協力をしてあさごはんを準備する様子が楽しい絵本です。

プレゼントする本は毎年違うので、その学年の子にとっての思い出の一冊となります。絵本は、お名前入りの布バッグに入れてお渡ししました。バッグは、自分の好きな動物スタンプも押しました。スタンプを楽しくみんなで押した思い出ごと、本が大好きになってくれたらと願っています。

↓スタンプでバッグ作成中。個性が光ります👏



✿ 生坂村の絵本プレゼント事業

生坂村では、生坂村在住のお子さまに向けて合計三回の絵本のプレゼントをおこなっています。サードブックまで行っているのは中信地区でも生坂を含めて二か所だけです。

1さい



満1歳のお子様に初めての絵本を。5冊の中からチョイスいただけます。

4さい



BOOK FOR (4) YOU、ということで、4歳のお子様に向けてプレゼント。学年の思い出の1冊になるよう毎年本を変えています。

6さい



小学校の入学式に合わせて「生坂の民話」をプレゼント。地域にも親しんでほしいという願いをこめて。

4月の新着本(3月25日より貸出)

一般書

- 叫び (畠山 丑雄) 第174回 芥川賞受賞作
- 時の家 (鳥山 まこと) 第174回 芥川賞受賞作
- 殺し屋の営業術 (野宮有) 本屋大賞ノミネート作品
- 探偵小石は恋しない (森バジル) 本屋大賞ノミネート作品
- アフター・ユー (一穂 ミチ)
- 百年の子 (古内 一絵)
- 龍の守る町 (砥上 裕將)
- フォース・ウィング3 ―昏き瞳の竜騎士―上・下 (レベッカ ヤロス)
- 物語のある花図鑑 (杉原梨江子、板垣夏樹)
- 夢中が未来をつくる (山中 伸弥)
- 飼い犬に腹を噛まれる (彬子女王)
- 仮放免の子どもたち 「日本人ファースト」の標的 (池尾 伸一)
- 『100万回生きたねこ』のナゾを解く ―とらねこはなぜ100万と1回目で死んだのか? (宮崎 哲弥)
- 新・戦争のつくりかた (りぼん・ぷろじえくと)
- 図説 豊臣秀長―秀吉政権を支えた天下の柱石 (河内将芳)
- 新版 三島由紀夫(320) (別冊太陽 日本のころ) (松本徹/監)
- 東大教授の超未来予測 (瀧口 友里奈)
- ゴルフは基本がすべて! てらゆーのゴルフスイング大全 (てらゆー)
- セルフケアの道具箱 ―ストレスと上手につきあう100のワーク (伊藤絵美)
- 一年一組せんせいあのね2 こどものつばやきセレクション (鹿島和夫、ヨシタケシンスケ)

実用書

- 名医が教える 年金暮らしでもお金をかけずに栄養がとれるせいり蒸し大全 (新開省二)
- 骨格診断アドバイザー検定2級・1級公式テキスト 似合う!がわかる 骨格診断の教科書 (二神 弓子)

文庫・新書

- AIとカラー化した写真でよみがえる戦前・戦争 (庭田杏珠、渡邊英徳)
- 信州善光寺門前 おやすみ処にしさわ商店 (長月天音)
- ほどなく、お別れです 遠くの空へ (長月 天音)
- 九十九藤 (つづらふじ) (西條 奈加)
- まるまるの毬 (西條 奈加)
- 亥子ころころ (西條 奈加)

絵本

- はるをみつけたよ (平野 恵理子)
- おいしい おひなさま (すとうあさえ/著、小林ゆき子/イラスト)
- はるにきみがめざめたら (ジョルジョ・ヴォルペ/著、パオロ・プロイエッティ/絵)
- でんしゃ くるかな? (きくち ちき)
- まわる おすし屋さん (藤重 ヒカル)
- ひとつひとつのいのちに (マーラ・フレイジー/著、梨木 香歩/訳)
- 絵本ってどうやってつくるの? (ダニエル・ナップ)

児童書

- 神の蝶、舞う果て (上橋 菜穂子)
- おかしなおかしなおかしのはなし (さいとう しのだ)
- あつまれ どうぶつの森 & ハッピーホームパラダイス・大型アップデート全対応 最終完全攻略本+究極超カタログ (ニンテンドードリーム編集部)



たましよ! たんぽぽ

生涯学習施設たんぽぽ

利用案内

- 利用時間 一〇時～一八時
- 休館日 日曜日・祝日・年末年始（一二月二八日～一月四日）

- （※図書室のみ毎月第三金曜日が整理休館日、年に一回蔵書点検のため、七日間以内の休館日あり）
- 館内の『創作室』は、少人数の趣味のサークルや、一〇名以内の会議等にもご利用いただけます。

〔児童館〕

○歳から一八歳までご利用いただけます。（未就学児は保護者同伴でご利用ください）

開館時間内は公園のように、村内外のみなさんが自由にご利用いただけます。

隣接する施設としてB&G海洋センターがあります。体育館を利用したスポーツを楽しめ、夏期は六月中旬からプールを利用する

ことができます。
（村外の方は有料）

〔図書室〕

約二万冊（うち絵本約三千冊）を所蔵。

最新の読みものから、料理レシピ、農業書などの実用書、地域資料まで幅広くご利用いただけます。

学習スペース、Wi-Fiも完備しています。夏期のクールスポットとしてもご利用ください。



第12回

ともに進もう! 男女共同参画社会 ～「共育て」って～

「共育て」という言葉を聞いたことがありますか？簡単に言うと、パートナー同士が協力し合って家事や子育てに取り組むことをいいます。

昨年七月に厚生労働省「共育プロジェクト」が「若年層における仕事と育児の両立に関する意識調査」を公表しました。共育てに対する意識では重要性を理解しており、「家庭と仕事どちらを優先するか」「育児家事をどちらが行うべきか」という項目では「性別は関係ない」と全体の七割が回答。

また、仕事と育児の両立に不安があるとの回答も七割で、共育てをしたいが、実際にはできるか不安、というものです。子育て期間の理想の働き方は、家庭と両立でき、働く時期・時間を柔軟に増減できることを若い世代は望んでいます。

家庭も職場も今までのような「ワンオペレーション」（二人で業務や作業を担う状況）ではなく、企業のサポート体制や男性育休、長時間労働の抑制など、社会全体で共育てを支援する取り組みが必要です。



©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）

令和7年度 B&G 海洋センター・公民館活動報告

●スポーツ系教室

- アクア運動教室 全4回開催 21名参加
- ヨーガ教室 全6回開催 28名参加 (2/27時点)

●文化系教室

- 陶芸教室 全10回開催 141名参加
- 絵手紙教室 全6回開催 33名参加
- 写真教室 全3回開催 18名参加



●小中学生対象教室

- 地域未来塾 全24回開催 7名登録
- バドミントン教室 通年開催 3名登録
- サッカー教室 通年開催 15名登録
- 魚の掴み取り体験 8月開催 13名参加
- 水辺の安全教室 9月開催 11名参加
- カヌー体験会 9月開催 13名参加



●社会教育事業（イベント）

- いくスポ! (いくさか健康スポーツフェスティバル) 6月29日開催
ニュースポーツやパラスポーツの体験会。 100名参加
- 生坂村文化祭 10月18日~23日開催
公民館講座や村内サークル、個人の作品展示会。 119名来場
- イクラン!! 松本山雅FC 11月23日開催
松本山雅FCと協働。村内の決められたコースを走る。 93名参加
- 令和8年生坂村二十歳の集い 1月3日開催
今年度二十歳を迎えた若者たちの門出を祝う。12名対象、9名参加



今年度もたくさんのご参加ありがとうございました!
来年度も様々な講座を企画していきますので、よろしくお祈いします!

「歩こう部」活動報告

歩こう部事務局の教育委員会です。

昨年の四月から一年間、参加者の皆さんと村内外の様々なコースを楽しく歩いてきました。その中でも特に印象に残ったコースをご報告させていただこうと思います。

五月二十八日(水)は、松本市にある信州スカイパークを歩きました。

この時期は施設内にあるバラ園が見頃を迎えており、満開に咲いたバラを眺めながらウォーキングを楽しみ、お昼にはみんなでお弁当を食べました。



七月二三日(水)は、中塚を歩きました。

大日向生活改善センターをスタートし、長く続く勾配の坂を歩くのは大変でしたが、上りきった後の達成感とは格別で、地元の皆さんとお話することができ貴重な体験でした。

八月と一月には、池田町大かえで倶楽部の工藤忠好先生をお呼びし、健康的に楽しく行えるウォーキングを教えてくださいました。

また、二月にはお楽しみ講座として、みんなでカローリングを楽しみました。歩こう部は令和八年度も引き続き開催します。普段あまり歩かない方も、この機会に私たちと一緒に楽しく歩きましょう。

事前の申し込みは不要ですので、興味のある方は、お気軽にご参加ください。

お問い合わせは、B&G海洋センター(☎六九一二五〇〇)までご連絡ください。

令和8年度から、

妊娠28週～36週の妊婦の方を対象に

RSウイルス感染症に対する母子免疫ワクチンの定期接種が開始します

無料です

RSウイルスとは?

RSウイルスは、発熱、鼻水、咳などの呼吸器症状を引き起こすウイルスで、2歳までにはほぼ全ての乳幼児が感染するといわれています。初めて感染した乳幼児の約3割は咳が悪化し重症化します。

母子免疫ワクチンとは?

妊婦の方が接種することで、母体内で作られた抗体が胎盤を通じて胎児に移行し、生まれた乳児が出生時からRSウイルスに対する予防効果を得ることができます。



定期接種の対象

接種時点で、**妊娠28週0日～36週6日までの妊婦の方**(この期間に1回接種)

※対象者には、健康福祉課(健康管理センター)から予診票を発送します

※かかりつけ医療機関での接種については、妊婦健診の担当医にご確認ください



◆予防接種は、感染症を予防するために必要なものですが、健康被害が起こることがあります。健康被害が生じた場合は、救済制度があります。



お問い合わせ 健康福祉課(健康管理センター) ☎69-3500 または 労働省 RSウイルス母子免疫ワクチン

認知症サポーター養成講座を開催しました

二月三日(火)、生坂中学校に於いて、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、村民の皆さんに認知症について正しい理解をしていただき、偏見を持たずに、認知症の方やそのご家族を温かく見守る応援者になつていただく事を目的として開催しています。



「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頂く場面では、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達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つていただき、自分のできる範囲でサポーターとして活動して頂けたらとても嬉しいです。これからも継続して、認知症という病気の正しい知識や理解を多くの方々広めていきたいと思えます。

『成年後見制度講演会』を開催しました

二月二六日(木)、生坂村健康管理センターに於いて民生児童委員と一般の住民を対象に『成年後見制度講演会』が開催されました。長野県弁護士会所属、高齢者・障害者総合支援センター運営委員会委員、松安筑成年後見ネットワーク協議会委員として活躍されている弁護士山崎秀隆先生にご講演頂きました。

『成年後見制度』とは、認知症、精神障がい、知的障がいなどで物事を判断する能力が十分ではない方について、ご本人の権利を守る援助者(成年後見人等)を選ぶことで、ご本人を法的に支援する制度です。

判断能力が不十分になつてから申し立てる法定後見制度、判断能力が不十分になる前に将来の後見人を決め契約しておく任意後見制度について、事例を交えて、手続の流れを具体的に講演頂きました。後見等開始

の申し立ては、預貯金の管理や解約、身上保護等を動機としてなされることが多く、申立を行う主体としては、市区町村長申し立てが最も多いそうです。身寄りがいない場合や親族による適切な申し立てが期待できない場合に制度利用がなされることも一定数あるようです。



最後に、会場の皆さんからのご質問にお答えいただき、大変有意義な時間となりました。

生坂村は、近隣市村と協定を結び、松本市社会福祉協議会が運営する成年後見支援センターかけはしに業

務の一部を委託し、中核機関を設置しています。今回もご協力いただいた成年後見支援センターかけはしの社会福祉士からは、一次相談窓口と二次相談窓口の紹介や、かけはしで行っている専門職による成年後見制度相談会の紹介がありました。



参加して下さった皆さまありがとうございます。

成年後見制度を必要とする方が制度につながるよう、今後も啓発活動を行っていきます。制度や権利擁護に関するご相談があれば、健康福祉課へ是非ご相談ください。

生坂村エアコン購入・設置費用の補助制度ガイド

1. 対象となる方と申請期間



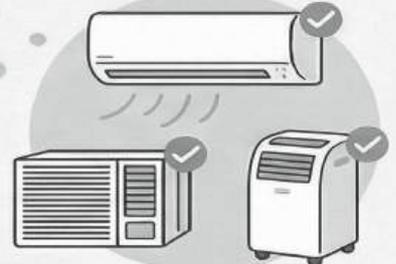
生坂村にお住まいの「エアコンがない」世帯
非課税世帯または生活保護受給世帯で、
未設置または故障中の方が対象です。



税金の滞納がないこと
世帯全員が村税などを完納
している必要があります。

2. 補助の内容と対象製品

最大 **48,000円**
～
73,000円
補助



幅広いタイプの
エアコンが対象
壁掛け、窓用、ポータブルなど、
設置工事費も含めて補助されます。

費用の2/3
(最大4.8万円)

最大7.3万円



中古品や設置工事のみもOK
未使用品だけでなく中古品の購入や、
設置・機去費用も含まれます。

他の補助制度との併用はできません。



お問い合わせ：

健康福祉課（健康管理センター）

☎ 69-3500

令和8年4月からポイントをもたらせる事業が増えます！



生坂村共通ポイント「193カード」ポイント事業

村の事業に参加するとポイントがもらえます。たまったポイントは商品券やごみ袋などと交換できます。新年度から村民の皆さんの健康増進につながる取り組みについて、対象事業が追加されます。この機会にぜひチャレンジしてみませんか。

🌿 健康づくりで【5ポイント】もらえます！

個人的な健康増進の取り組みに対して、5ポイントを付与します。

※ 健康増進アプリの使用も可能です

■ 対象となる取り組み（いずれか）

- ① ウォーキング（1日1万歩×20日以上）
- ② ラジオ体操（1か月20日以上）
- ③ 個別運動メニューの取り組み
- (新) ④ 体重の記録（1か月20日以上）
- (新) ⑤ 血圧の記録（1か月20日以上）
- (新) ⑥ 食事の記録（1か月20日以上）

📄 ポイントの受け取り方法

- ① 左記のいずれかの1か月分の記録表を健康福祉課へお持ちください。
- ② 記録表を確認し、その場で5ポイント付与します。

★ 体重・腹囲の維持・改善でも【5ポイント】

(新) 体重・腹囲の維持または改善で、5ポイントを付与します。

個人的に健康づくりに取り組んだ成果が対象となります。



■ 対象となる成果

- ① 特定保健指導対象者
健診時より体重1kg以上減少
または腹囲1cm以上減少
※ 1回の支援につき付与
- ② 適正体重を超えている方
健診時より体重3%減少
例) 60kgの方 → 1.8kg減
80kgの方 → 2.4kg減
※ 次年度健診結果返却時に付与（年1回）
- ③ 適正体重・低体重の方
健診時から体重を維持
※ 次年度健診結果返却時に付与（年1回）

【適正体重とBMI】

適正体重：BMI18.5～25未満

低体重（やせ）：BMI18.5未満

肥満：BMI25以上

※適正体重の維持は、病気のリスクが最も低いとされます。

📄 ポイントの受け取り方法

- ① 健診結果を健康福祉課へお持ちください。
- ② 体重記録表を確認、または健康福祉課で体重・腹囲を測定します。
- ③ 確認後、その場で5ポイントを付与します。

健康づくりは毎日の積み重ねが大切です。皆様のご参加をお待ちしています。

お問い合わせ 健康福祉課（健康管理センター） ☎69-3500

～防災豆知識～VER.4

「個別避難計画」作成会活動報告

自分と隣人の命を守る「個別避難計画」とは？

「誰が、誰を、どう助けるか」の約束事

災害時に支援が必要な人ごとに、避難先や支援内容を具体的に決めておく計画です。

救助の鍵を握るのは「地域の共助」

阪神淡路大震災では、救助された人の約8割が近隣住民による助け合いで助かりました。

「まずは自助、そして共助」が基本

活動レポート：みんなで考える避難のカタチ

高齢者生活福祉センター

上生坂旭常会

小立野南部常会

実際の作成会での話し合い
地図やホワイトボードを使い、対象者の身体状況（歩行器の使用など）に合わせた避難方法を検討します。

具体的な支援の例

- 避難情報を伝える
- 一緒に避難所へ行く
- 避難できたか確認する

作成して終わりではなく、毎年更新
計画は本人や支援者、役場などで共有し、年に1回、状況の変化に合わせて内容を見直します。

計画作成の主な対象者

身心に障がいがある方	身体障害者手帳、精神保健福祉手帳をお持ちの方など
介護支援が必要な方	要介護1～5の認定を受けている方
高齢者のみの世帯	75歳以上の一人暮らしの方、または高齢者世帯

各地区、順次作成会を開催予定です。皆様のご参加、お待ちしております。

お問い合わせ
健康福祉課（健康管理センター）
電話 69-3500

春に旬を迎える竹の子は独特の香りとシャキシャキした食感が特徴です。竹の子の主な栄養素は食物繊維、カリウム、チロシン（アミノ酸）です。中でも食物繊維を多く含みますので、腸内環境を整える効果があり、便秘解消につながります。また、コレステロールの吸収や血糖値の上昇を抑える効果なども期待されています。

今月のおすすめメニュー「竹の子の肉巻き」は、お肉と野菜と一緒に取れる栄養バランスのよい一品です。ご家庭にあるフライパンで手軽に作れて、彩りがよく、食卓を華やかにしてくれます。カットした断面がきれいなため、お弁当のおかずにもお勧めです。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 竹の子の肉巻き

材 料（4人分）

- 豚もも薄切り肉・・・8枚（約200g）
- 竹の子水煮・・・100g
- アスパラガス・・・4本
- こしょう・・・少々
- サラダ油・・・小さじ1
- だし汁・・・200cc
- しょうゆ・・・大さじ2
- A 砂糖・・・大さじ1,1/2
- みりん・・・大さじ1,1/2
- おろししょうが・・・小さじ1
- 付け合わせ
サラダ菜、ミニトマト・・・適量

【作り方】

- ① 豚肉は広げて、こしょうをふる。
- ② 竹の子は長めの短冊切りにする。
- ③ アスパラガスは熱湯でゆで、水気をきって冷ます。
- ④ ①に②、③を乗せて巻く。
- ⑤ フライパンに油を入れて熱し、中火で④の巻き終わりを下にして焼く。転がしながら、全体に焼き色がつくように焼く。
- ⑥ Aを入れ、煮詰まるまで中火で煮からめる。
- ⑦ 食べやすく切り、盛り付ける。残ったタレをかける。

1人分栄養価

エネルギー 141kcal タンパク質 12.2g
脂質 6.2g 食物繊維 0.8g 食塩 1.4g

【食改おすすめコメント】

ジューシーな肉汁と、竹の子とアスパラの歯応えがマッチして、食べ応え十分です。お弁当のおかずや夕食のおかず、おつまみに打ってつけのメニューです。簡単に作れるので、ぜひお試しください。

お弁当向けの組み合わせ

- 主食：おにぎり
- 主菜：竹の子の肉巻き、卵焼き
- 副菜：ブロッコリー、ミニトマト
- ☆組み合わせで、バランスよく食べましょう！



いくさか『創造の森』プロジェクト



令和7年度のすべての活動を終えたいくさか『創造の森』。令和8年度の実行内容も決まりました。次年度からはいくさか大好き隊の尾井田将年さんがリーダーとなって、運用していきます。

①回目から⑤回目及び⑦回目の合計6回は、立教大学スポーツウエルネス学部准教授・奇二正彦先生にもお越しいただきます。生物観測を行いながらも、その時々々の生坂村の風景や旬の味覚を味わえるようなプログラムを予定しています。「生坂村公式自然研究員」の方々と一緒に、野外でのアクティビティを楽しみましょう。お子さんも大歓迎。奮ってご参加ください。

日時	テーマ	内容
<p>①</p> <p>4月26日(日) 早朝～昼過ぎ</p>	 <p>そばの実の種まきと 春の生物観測・ 山菜採り体験</p>	<p>そばの実の栽培から収穫、そば打ちまでを村外の方と体験する、そばづくりプロジェクトの第一弾。同時に、立教大学の奇二先生をお招きして、雲根地区の春の生物観測を実施します(渡り鳥の観測を予定)。生物観測にあわせて、旬の味覚を味わうべく、雲根地区で収穫できる山菜を探す終日プログラム。</p>
<p>②</p> <p>5月30日(土) 昼～夕方</p>	<p>田植えと 春の生物観測・ たけのこ掘り 体験</p> 	<p>村外の方とともに育てる米づくりプロジェクトの第一弾。この日も奇二先生をお招きし、春の生物観測を行います。</p>

	日時	テーマ	内容
③	7月5日(日) 昼～夕方	竹細工づくりと 夏の生物観測	この日も奇二先生をお招きし、夏の生物観測を実施します。また、村内からゲストをお招きし、創造の森に生えている竹を使った竹細工づくりを行う予定です。
④	8月1・2日(土・日) 午後～翌日昼頃	夜の生物観測と 天体観測・テント泊で 楽しむ夏休みキャンプ	奇二先生とともに、夜間の生物観測を実施します。夕食はカレーなどを作り、アースオープン周辺でテント泊も。翌朝は草刈りや夏野菜の収穫なども行う1泊2日のプログラム。
⑤	9月20日(日) 昼～夕方	カヌー体験と野鳥観測 または、稲刈りと野沢菜の 種まき・秋の実りの収穫体験	この日も奇二先生をお招きし、犀川でカヌー体験をしながら野鳥観測をする予定です。時期が合えば、稲刈りとはぜ掛け、野沢菜漬けづくりに向けた種まきも実施。
⑥	10月17日(土) 昼～夜	創造の森 の整備	創造の森全体の整備を実施(内容は未定)。夕方頃から赤とんぼフェスティバルを見学する予定。
⑦	11月7・8日(土日) 昼～翌夕方	池づくりと 柿の収穫・干し柿づくり 体験	土曜日は村内からゲストをお招きし、柿の収穫と干し柿づくりを体験。日曜日は奇二先生とともに池(ビオトープ)づくりを行う一泊二日のプログラム。
⑧	1月9日(土) 予定 午前～夕方	餅つき大会、野沢菜 漬けづくり、創造の 森の整備作業	新春の餅つき大会をするとともに、野沢菜漬け体験を実施。全体の整備作業も行う終日プログラム。
⑨	2月下旬～3月 月上旬頃 午前～夕方	ぶどうの 圃場整備	ワイン用ぶどうの圃場整備を実施、または、創造の森全体の整備作業を進める終日プログラム。

4月26日(日)に開催する第一回のプログラム参加者を募集します。専門家の解説を交えながら、生坂村に飛来する渡り鳥の生態を学びませんか？

村内在住者は無料で参加できますので、参加の申込みやご不明点などがありましたら、村づくり推進室(0263-69-3111)までお問い合わせください。QRコードを読み取ってスマホから申込みも可能です。集合場所や時間などは、決まり次第、個別にご連絡いたします。

申込みはこちら



道の駅いくさかの郷だより

『今年はどうだった?』

三月の広報いくさかが読まれる頃までに生坂村には平年並みの雨が降っているだろうか。

というのも二月末頃からテレビでは全国各地「水不足」のニュースが頻繁に流れていました。



いくさかの郷のような観光とセツトの小売業では、営業日は常に晴れて、定休日に雨が降ってくれるとご来店されるお客様が増えるので理想的です。

とはいえ、雨は大事です!



道の駅として位置付けられている「いくさかの郷」は生坂村産をはじめとする地

域の農産物がなければ存在価値がどんどん薄れてしまう業種といっても過言ではありません。



昨年は夏から秋にかけて雨が少なかったことから、生坂村産の「松茸」の出荷が一本もないという状況でした。同様に秋以降の野菜類の育成にも影響があり全体的に出荷数が少なかったです。



生坂村の春は「ふきのとう」「タラの芽」「わらび」「うど」「こごみ」等の「山菜」シーズンに突入します。

空からの恵みの雨によって、生坂村の大地の恵みが三月から六月にかけてたくさん出荷されて欲しいと願う駅長です。



冬から春へ

かあさん家 山本 圭子

寒かった冬が過ぎ、ようやく春を感じられる日が多くなり、暦の上では春分です。

先日の「お彼岸セール」にはたくさんのお客様にいらしていただき、ありがとうございました。

「身体に安心な商品を!」と皆で心掛けて作っている私達にとって、多くの方々に商品を手にとっていただけるとはとても嬉しく有難い事です。

そんな私達にとつて笑顔になれる日々の癒しが、おやきの窓口から見える花壇です。

冬と夏の二回、花を植え替えています。



今は昨年末に植えたパンジーが花を咲かせています。

寒さに耐えて、色の無かった景色の中で咲いている花は、より一層かわいらしく鮮やかな花に見えます。私にとって、この花壇が、花の植え付けから水やり、手入れの仕方まで、仲間の方からいろいろなアイデアを聞ける貴重な場所にもなっています。

是非、少し暖かくなった陽気の中、道の駅にお越しの際は、春をのぞいて見てください。



開札結果 (2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 2月17日	工事	令和7年度 緊急自然災害防止対策事業 (道路防災) 排水路改修工事	上生坂 小舟	(有) 中山組	5,600
振興課 2月17日	工事	令和7年度 緊急自然災害防止対策事業 (道路防災) 横断排水路改修工事	下生坂 鳥原	平林建設(株)	2,840

歯つぴーたいむ

口腔内フローラ

(細菌叢)

フローラとは、細菌の集団を顕微鏡で見るときに、お花畑のように見えることからつけられた名前です。

人の体の中で細菌が多く生息しているのは口と腸で、口の中には約三〇〇〜七〇〇種類、数百億個もの微生物が存在しています。主な細菌には善玉菌・悪玉菌・日和見菌があり、日々テリトリー争いをしていきます。人によって占める割合が異なり、善玉菌が多いほど健康です。日和見菌は最も高い比率を占める細菌ですが、健康な時は悪さをしません、健康状態が悪くなると悪玉菌の味方に付いてしまいます。これらは、口腔衛生や唾液の抗菌作用でバランスが保たれています。このバランスが崩れると、むし歯や歯周病、口臭を引き起こすだけでなく、全身疾

患リスクを高めてしまうので、出来るだけ善玉菌を優勢にすることが大切です。



口腔内フローラのバランス状態が悪くなると、虫歯や歯周病、口臭などのお口のトラブルにとどまらず、歯周病菌由来の炎症性物質や病原因子などが血管を通して全身に回り始めます。すると、心臓病・動脈硬化・脳梗塞・糖尿病・早産・低体重児出産などの症状を引き起こす危険性があります。

また、歯周病菌が軌道に入ると肺炎を起こしたり、胃に入ると胃潰瘍や胃がんの原因になったり、腸内フローラのバランスを崩してしまい、腸の粘膜バリア機能低下、免疫力低下し、全身的な炎症を起こしたり、感染症にかかりやすくなることもわかってきています。

日々の丁寧な歯磨きや歯科医院での定期的なお口ケア、バランスの取れた食事をしっかり行うことで口腔内フローラが改善します。

口腔内細菌叢バランスを整えて口腔内の健康を守ることは全身の健康を維持するために極めて重要です。

生坂村歯科診療所

ゆのんびらりやまなみ荘

やまなみ荘は改修工事のため二ヶ月間休館させていただきました。大変ご不便とご迷惑をおかけしましたが、三月二十五日(日)に営業を再開いたしました。

また、リニューアルオープン式典としまして、同日テープカット・挨拶・記念品配布が行われました。大勢の方にお越しいただきありがとうございました。

まず、再開しましたのは、日帰り入浴と食堂の営業です。大浴場は熱源を木質チップポイラーにして環境にやさしいお風呂にし、壁、天井、柱、脱衣所休憩室を模様替えしました。食堂は柱、壁、カーテンを替えました。「以前とは違った雰囲気がいいね。」とお声をいただきました。

厨房関係は今回の改修の主な工事の一つで、機器、集排水、床などほぼ全域改修



しました。きれいな厨房でお客様においしいお料理をご提供いたします。

他に、客室のWiFi化、LED照明に全取替、エアコンの更新、防火戸の更新、広間の畳表替えなど行っております。

四月からは令和八年度が始まります。今後も村民の皆さんの変わらぬご愛顧、何卒よろしくお願い申し上げます。

明科高校だより

◎明科高校を語る会 開催

今年で二〇回目となる「明科高校を語る会」を、本校生徒会主催の行事として、一月二七日に開催しました。

この会は、明科地域で様々な活動に取り組んでいらっしゃる方々を来賓としてお招きして、高校生と一緒に明科高校の今とこれからについて意見交換をすることを目的として、毎年開催しています。



地元からは、学校評議員四名(潮区長さん、同窓会長さん、PTA会長さん、社協明科支所コーディネーターさん)に加えて、明科いいまちづくりukai!!と明科駅周辺まちづくり委員会からも参加いただきました。高校生側は、生徒会本部

役員一三名と委員会の正副委員長や正副ルーム長などから一七名が参加しました。

まず、今年度の生徒会テーマ「青瞬 和・輪・話を大切に、最強の明科へ」に沿った生徒会活動の様子が生徒会長から紹介されました。

続いて、高校生と大人混成の六班に分かれてグループ討議を行いました。

テーマは、①来年度の文化祭について、②校内の購買について、③明科高校としての情報発信について、④地域学習や交流について、でした。



グループ討議後には、各班から報告が行われました。初めて会った地域の大人の皆さんとも、物おしせず活発な意見交換ができた様子がよくわかりました。今後の生徒会活動の中で活かしてほしいと思います。

(文責 教頭倉下直)

いくさが 大好き隊通信



三月末で「大好き隊」を卒業することとなりました。小澤寿志です。

右も左も分からなかった私を、村の皆さんが温かく支えてくださったおかげで、充実した三年間を過ごすことができました。深く感謝申し上げます。

この三年間、農業公社での研修を通して、ぶどう作りの奥深さと厳しさを学びました。四月からは、いよいよ独立してのスタートとなります。皆さんに「美味しい！」と言っていただけのおぶどうを届けられるよう、より一層精進してまいります。

私生活では、四月から家族も合流し、賑やかな新生活が始まります。もし見かけることがありましたら、ぜひ気軽にお声がけいただけると嬉しです。

村の一員として精一杯頑張りますので、引き続きよろしくお願いたします。

(小澤寿志)

協力隊として三年間、集落支援員として二年間、約四年間にわたり地域活動に従事してきました。

子育て支援センターや児童館では、前職での経験を生かしながら、さまざまな子どもや保護者の方々と関わる貴重な時間を過ごしました。地域支援では、環境整備など新しい分野にも挑戦し、多くの学びを得ました。

地域団体にも所属し、活動を通して人の温かさに触れるとともに、行事や暮らしを通じて地域の文化にも触れることができました。

任期満了後を見据えた計画立案では、行政の皆さんと連携しながら検討を重ね、関係者間での共有や調整にも取り組みました。

結果として実現には至りませんでした。その過程で多くの学びと経験を得ることができました。

地域の皆さんの温かい言葉に支えられながら過ごした四年間に心より感謝して

います。

任期終了後も移住者として地域に暮らしていますので、今後も地域の一員として、ささやかながら関わっていただけると幸いです。

(杉浦苑生)

こんにちは。地域おこし協力隊、地域支援業務の星です。冬の寒さも和らぎ始め、季節の移ろいを感じる頃となりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

早いもので、自分が生坂村に来てもうすぐ三年になります。三月末で地域おこし協力隊を退任することとなりました。

この三年間、村民の皆さんには大変お世話になりました。

現在は就職活動をしており、どの企業、どの配属になるかまだわかりませんが、もしまた関わる機会がありましたら、その際はどうぞ宜しくお願い致します。

今まで本当にありがとうございました。

(星満)



【防災アドバイス】 松本広域消防局 明科消防署

〈調理器具を原因とする住宅火災の予防〉

た調理器具での火災も報告されています。各調理器具の注意事項などを今一度確認しましょう。

【ガスコンロ】

● S I センサー（温度センサー）付きの物を使用しましょう。この S I センサーは、平成二〇年一〇月以降に販売されたコンロの全てに搭載されています。S I センサーが作動するよう鍋等のサイズ、油の量をメーカーの指定どおりとし、S I センサー部の焦げや汚れを取り除くことが大切です。

【電気を用いた調理器具】

● ヒーター式の調理器具では、安全装置（過熱、空焚き防止等）付きの物を使用しましょう。また、ヒーター部がふきんなどの燃えやすいものが触れないようにしてください。

● I 日式の調理器具では、メーカーで指定した鍋、油の量を使用しなければ、安全装置が作動せず火災に至ることがあります。

【その他共通事項】

● コンロ周りを掃除し、清潔

を保ち、周りにふきん、新聞、油等の燃えやすいものを置かないようにしましょう。

● 着衣への着火を防ぐため、防火性能のあるエプロンやアームカバーを使用し、コンロの奥に調味料などを置かないようにしましょう。（二ヶ月号に詳しく掲載しています。）

【住宅用火災警報器の設置】

● 台所にも住宅用火災警報器を設置することで、家庭内での火災の発生をいち早くキャッチし、知らせてくれます。この住宅用火災警報器は設置が義務化されてから一〇年以上経っており、電池や機器本体の交換が必要な場合がありますので、点検を行ってください。

【住宅用消火器の使用】

● 天ぷら油等に火が入った場合、濡れたタオルで鍋を覆って消火する方法が紹介されています。天ぷら油火災が大変危険です。天ぷら油火災に適したエアゾール式簡易消火器や、住宅用消火器があると、より安全かつ効果的に消火することができます。

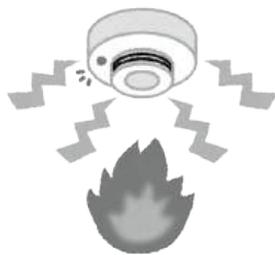
す。消火の際は避難経路を確保した上で行ってください。

季節の変わり目ということもありますが、火災予防と体調管理にお気を付けてください。

■お問い合わせ

松本広域消防局 明科消防署

☎六二二一九九二



◆お悔やみ 申し上げます



柳澤 文子さん

(105歳 上生坂)

丸山 政徳さん

(74歳 上生坂)

藤澤 万寿見さん

(93歳 下生坂)

柴田 伸二さん

(86歳 小立野)

五十嵐 貞男さん

(85歳 草尾)

編集後記

暖かな日差しが増え、春の訪れを感じられる季節になりました。いよいよ今年度も終わろうとしています。

昨年四月から広報いくさかの編集を担当し、気づけば一年が過ぎました。生坂村のことを学びながら編集を進める中で、村の取組に触れ、村の魅力を実感することができました。その魅力を少しでも読者の皆さんに伝えられるよう、「誰にでも読みやすく、親しみやすい広報」を心がけてきましたが、皆さんにはどのように感じていただけたでしょうか。

私はこの三月をもって研修派遣を終え生坂村を離れることになりましたが、ここで学んだことを胸に、これらの糧としていくつもりです。これからも生坂ファンとして、時折足を運びたいと思っています。

一年間、本当にありがとうございました。四月号もぜひお楽しみに。

(神田)



令和七年度 生坂村地域未来塾が閉講

二月二十八日(土)、令和七年度生坂村地域未来塾の閉講式が行われました。

本事業は、信州大学の教職志望の学生が、生坂中学校の生徒に学習支援を行うもので、昨年六月七日(土)に開講されて以降、全二四回にわたり開催してきました。

式典には、藤澤村長、藤澤教育長、高野公民館長のほか、信州大学教職支援センター副センター長の藤井善章様にご出席いただき、ご挨拶を頂戴しました。

その後は、講師の大学生と参加生徒から感想発表が行われました。

大学生からは、「身の回りの色々なものに疑問を持ちたり調べたりすると勉強が楽しくなるので、実践してみたい。」



など、生徒への激励の言葉がかげられ、中学生からは、「大学生の皆さんに教えてもらったことを活かし、これからも頑張りたい。」など、今後の抱負と感謝の気持ちが述べられました。

生坂村地域未来塾は、令和八年度も引き続き実施を予定しています。

生坂村食生活改善推進協議会

栄養関係功労者の厚生労働大臣表彰

～健康増進普及活動や食育活動～



生坂村食生活改善推進協議会は、長年の健康増進普及活動を認められ、本年度の栄養関係功労者の厚生労働大臣表彰に選ばれました。

表彰の伝達式が二月三日(火)、松本保健福祉事務所で行われ、腰原会長らが長瀬所長から表彰状を受け取りました。

当協議会は、昭和四三年の発足時から栄養・運動・休養に重点をおいた健康増進普及活動を行っています。また、山間地の小麦栽培によって粉文化が続く地域の特色を活かし、食文化継承を軸とした食育活動にも貢献しています。

健康増進普及活動では、商工タイムスや村広報誌への手軽にできる健康レシピの掲載により、子どもから高齢者まで幅広い世代に食の大切さを届けてきました。

食育活動では、食育月間中に村内の図書室で食育コーナーを設置して、食に関する本の展示やお手製の食育クイズを行い、楽しみながら食に関心を持てる場

も提供しています。

このような地域に根差した様々な活動が健康づくりを支える取り組みとして高く評価されました。

現在は一〇名の会員で活動しており、小中学校で指導、赤とんぼフェスティバルで野菜の重量当てクイズを行う等、創意工夫を凝らした活動を続けています。

今後も食を通じて地域の健康・食文化継承を支える活動を推進していきます。

■お問い合わせ

健康福祉課

(健康管理センター)

☎六九一三五〇〇

