



みんなで守る命と地域！！
災害時個別避難計画作成会

令和8年度 村政懇談会

今年度の村政懇談会は、4月28日（火）の小立野区を皮切りに、6月8日（月）の古坂区、6月14日（日）の自地区で参加できなかった方や子育て世帯向けの会（オンライン併用）まで全ての地区で開催することができました。お忙しい中、延べ172名の皆さんにご参加いただき、活発なご意見・ご要望をいただき、ありがとうございました。

今回は、後半5区と自地区で参加できなかった方や、子育て世帯向けの会でいただいた主なご意見・ご要望と、それに対する回答を区ごとに要約して紹介します。

草尾区 五月二八日

出席 二九名

問 災害時、EV充電器（V2H）に接続するEV車はどうやって手配するのか。

答 災害が起きた際に、各地区の状況を確認しながらEV公用車を配備する予定である。

問 村で配布している商品券を他の自治体でも使えるようにできないか。

答 検討していくが、地域内消費を目的にしていることはご理解いただきたい。

問 人口減少対策や持続可能な地域づくりに向けた政策を進めていただきたい。また、村の高齢化率を教えてください。

答 区、常会の再編と人口減少対策を併せて進めていく予定である。また、村の高齢化率は直近で四二・三％となっている。

問 移住者の転入時にゴミ

出しのルールや区、常会の決まり等を説明していただきたい。

答 住民課で転入時に説明しているが、さらに徹底していく。

問 役場庁舎の建替えは検討しているか。また、健康管理センター等との集約は検討しているか。

答 建替えや集約については、現時点では検討していない。財政面を考慮し、議会と相談の上、長期的に検討していく。

問 交通安全週間の出陣式は必要か。

答 交通安全週間は他市村と一緒に取り組んでおり、継続して交通安全啓発をすることに意味があるためご理解いただきたい。

問 区内で夜中にピンポンダッシュが頻発している。村民に注意喚起していただきたい。

答 警察と相談し、防犯カメラの設置等含め検討して

いく。

問 防災訓練のあり方を検討していただきたい。

答 防災訓練は各区でやり方が異なる。ご意見として承り、今後の訓練計画に反映させていく。

問 草尾交流センターに災害時用の井戸を設置していただきたい。

答 検討はするが、飲用基準に適合しないケースが多いため、難しいと考えている。

問 継続的な河川の整備をしていただきたい。

答 松本建設事務所に要望している。結果を皆さんに報告する予定である。

問 柵の平公園の桜の木が倒れそうになっている。また、トイレの水が使えない。山清路の釣り場も流されてしまっている。観光資源の整備をしていただきたい。

答 柵の平公園の桜の木及びトイレについては早急に確認する。釣り場は所管の松本

建設事務所へ相談していく。

問 村づくり計画ダイジェスト版に前年度の結果や進捗を掲載していただきたい。また、集落再編等についても進捗を示していただきたい。

答 前年度の結果や進捗の掲載について検討していく。また、集落再編等については区長会議等で相談、報告していく。

問 PPA設備（太陽光パネルと蓄電池）は停電時にどう稼働するのか。また、マイクログリッドにどう繋がっているのか。

答 停電後、一秒程度で蓄電池から給電され停電が解消される。マイクログリッド設備とPPA設備は別の設備のため分けて考えていただきたい。

問 松くい虫被害の対策をしていただきたい。

答 松くい虫防除は空中散布を実施しており、空中散布できない箇所は伐倒駆除（くん蒸）で対応している。

問 水路集積枡の土砂回収やアレチウリの駆除を村や農業公社で対応してもらえないか。

答 犀川砂防事務所と相談しながら検討していく。また農業公社での対応は難しいが、いくさか大好き隊員に依頼し協働作業をすることは可能である。



昭津区 五月一九日

出席 八名

問 中継送水訓練用の中継地点目印が劣化しているため更新していただきたい。

答 現在は常設しておらず、訓練当日に準備・配置している。消防団と相談しながら検討していく。

問 林野火災注意報等の情報を公式LINEでも周知していただきたい。

答 今後、検討し改善していく。

問 緊急通報装置設置事業補助金について設置者と村の関わり方を教えていただきたい。

答 村は補助事業の窓口として対応しており、緊急の際に職員が駆けつけることは想定していない。

問 区・常会の再編スケジュールや協議の進め方を教えていただきたい。また、区を統合するとした場合、統合先の区民と協議する場を設けてもらえるのか。

答 アンケート結果をもとに区長会議等で今後の方針等話し合い、検討する予定で、早く結論が出せるように進めていく。また、協議を進めていく中で住民の意見を聞くことは必要だと考えており、統合先の区民と協議する機会を設けることも検討していく。

問 営農計画書の提出をもっと簡略化できないか。

答 他の地区の状況も確認し、検討していく。

問 熊の出没対策について広報してもらえないか。

答 熊の出没については防災無線やICNで周知している。今後、広報の回数を増やしていく。(対応済)



大日向区 六月三日

出席 二名

問 南平地区圃場整備について、今後の予定を教えてください。

答 実施設計書を県の審査にかけた後、入札を行う予定で、業者が決まり次第、地元の皆様へお伝えする。農繁期に配慮しながら進めていく。

定で、業者が決まり次第、地元の皆様へお伝えする。農繁期に配慮しながら進めていく。

問 南平地区圃場整備の場所と内容を教えていただきたい。

答 本年度は、所有者の意向等を踏まえ、対象農地を整備する。ぶどうの栽培面積は約二反歩増える見込みで、貯水槽も増設する予定である。

問 防災公園の活用を検討していただきたい。

答 意見・要望を伺いながら検討していく。

問 消防団分団運営交付金を早期に振込めないか。

答 担当者と調整し、検討していく。

問 消防団の詰所や搭載車の装備品等が分団や部ごとに異なっているため統一できないか。

答 最低限の装備品等は整備している。分団等が各自

で整備している物もあるため分団長会議等で確認し、検討していく。

問 飲食代等、村と消防団の負担について線引きしていただきたい。

答 消防庁の指針により令和四年度から団員報酬と出動手当を増額し、個人支給にしている。その際に飲食代は個人負担をお願いしているためご理解いただきたい。

問 大日向神社宝物殿の修繕に活用できる補助金制度を教えてください。

答 生坂村絆づくり支援金を六月末まで申請を受け付けているため活用いただきたい。

問 「創造の森」の私有地にある廃車を撤去できないか。

答 所有者に連絡し、対応していく。(後日対応済)

問 公共交通の利用方法が分かりにくい。

答 ホームページ等で情報提供している。デマンドバス

利用は村職員がサポートするので相談いただきました。

問 村じゅう花ざかり事業で定植している花の種類について工夫していただきたい。

答 区長会で相談し、検討していく。

問 道路上に放置されている鳥獣用の檻について管理を徹底していただきたい。

答 現地を確認し撤去する。(後日、対応済)

問 大日向橋と国道一九号線の交差点付近の樹木を伐採できないか。

答 確認の上、国道事務所に要望していく。

問 部活動の地域移行に伴い村営バスを無償化できないか。

答 子育て支援施策の一つとして検討していく。

問 今後、「一星亭」の活用や修繕はどうしていくのか。

答 方向性を含め検討して

いく。

問 災害時に備え防災士の育成が必要ではないか。

答 村内で防災士は一五名おり、各区に一名以上配置している。また資格取得の費用四万円を補助しているため活用していただきたい。



宇留賀区 六月四日

出席 九名

問 GIGAスクール構想の推進だけでなく、人との関わりや地域とのつながりを大切にした教育にも力を入れていただきたい。

答 ICT機器の活用を進める一方で、人との関わりや地域との繋がりを大切に

た教育も重要と考えている。ふるさとを学ぶ取組や地域と関わる教育を進めている。

問 山清路から郵便局へ向かう間にある沢の堰堤について、土砂が堆積しているが機能に影響はないか。

答 堰堤は土砂が堆積することで機能するものなど、それぞれ異なる。県管轄のため、現地確認を行い、危険箇所があれば要望していく。

問 県道五五号線の側溝について、落ち葉や土砂が堆積し道路へ水があふれるため対応していただきたい。

答 以前に要望をいただき、県と現地確認を行っている。県へ引き続き要望していく。

問 区の要望内容について、結果が区民へ伝わっていないことがあるため、対応状況等を共有していただきたい。

答 区の要望については、現地確認を行い、対応状況等を区長会でお伝えしている。今後もしっかりとした情報共有に努める。

問 県道五五号線の側溝にグレーチング等設置していただきたい。

答 危険箇所の確認をしながら県に要望していく。

問 金熊川の浚渫について状況を教えていただきたい。

答 以前から県へ要望している。土砂搬出先等の課題もあるため引き続き県と協議していく。

問 才光寺地籍の水路の漏水している箇所について対応していただきたい。

答 現地を確認した結果、大量の漏水でないことを確認している。今後、漏水の拡大等、水路の機能に影響する場合は県と連携しながら対応を検討していく。

問 宇留賀公民館の太陽光発電設備について、蓄電池を二台設置していただきたい。

答 蓄電池を増設する場合は、太陽光パネル等の他設備を踏まえて検討する必要がある。宇留賀公民館の場合は難しい状況である。災

害時の備えとしてV2Hの設置を検討いただきたい。

問 今後の松枯れ対策について教えていただきたい。

答 景観保全や防災の観点から対応を検討している。県の指導、補助制度を活用し対策を進めていく。



古坂区 六月八日

出席 二名

問 地区集会所の高効率空調機器設置について村からも補助がある認識でよいか。

答 村の補助と国の補助を合わせると、地区負担額は約二三%程度になる。

問 いくさか大好き隊員が

作業する場合、事前連絡をもらえないか。

答 事前連絡を徹底するよう対応していく。

問 放置竹林対策として、竹の活用方法や対策を教えてください。

答 具体的な打開策がないのが現状である。村に粉碎機があり地区へ貸与ができるため活用いただきたい。

問 県の固有種である信濃柿の活用を授業に取り入れていただきたい。

答 地域資源を活用した取組は、地域住民が主体となつて進めていくことが重要である。絆づくり支援金等の制度もあるため活用を検討いただきたい。

問 地震による住宅被害について補助制度等を教えてください。

答 先日の地震ではそれぞれ保険を活用するなど個々に対応いただいている。大規模な地震が発生し被害が拡大した場合は国、県等と調

整の上対応していく。

問 避難時に毛布等の防寒具は持参した方がよいのか。

答 状況によるが、緊急時等で持参が難しい場合は村でも備蓄しているため避難を優先していただきたい。

問 消火栓に設置されているノズルを霧状にできるものに更新できないか。

答 消防団と相談し、検討していく。



自地区で参加できなかった方・子育て世帯向けの会

六月二四日 出席六名

問 「創造の森」の取組と学

校授業を連携できないか。また、トイレや水道等の環境整備を進めていただきたい。

答 五月に中学生を対象にいくさか未来スクールとして実施した。トイレや水道等の環境整備は大きな課題であり、解決に向けて検討していく。(後日対応済)

問 小学校授業で低学年からタブレットを使用しているが、使用方法や効果について検証していただきたい。また、英語授業を充実させていただきたい。

答 国の方針に基づきタブレットを導入している。タブレットの使用方法や英語授業については学校と相談し、検討していく。

問 中学校部活動地域移行の進捗と今後の方向性を教えてください。

答 現在、地域移行に向けた協議を進めており、バドミントンは秋頃、吹奏楽は年度内の移行を目指している。引き続き保護者にも説明しながら進めていく。

問 通学路の雑木林を伐採していただきたい。また、保護者等に協力を求めてもよいのではないのか。

答 通学路の雑木林は村職員らの互助会で伐採等を実施したのでご確認いただきたい。今後も村民や地権者、保護者の皆さまにご協力いただき対応していく。

問 村営バスが横断歩道上等に停車しているので改善していただきたい。

答 運行事業者を確認し対応していく。

問 脱炭素事業による村民のメリットを教えてください。

答 省エネ設備導入補助金等、村民に直接的なメリットがある事業を進めている。また、PPA設備やマイクログリッド設備は防災面での効果も期待される。今後事業内容を丁寧に説明していく。

問 木質バイオマス燃料製造設備について進捗を教え

ていただきたい。

答 製造設備の整備を進めており、完成後は、やまなみ荘など需要のある施設から順次供給を開始する予定である。

問 地域の祭りや伝統行事、地域文化の維持を支援していただきたい。

答 地域の関係者と意見交換する場を設け認識の共有を図っていく。

問 村民が気軽に質問できる仕組みはできないか。

答 各担当窓口に相談いただきたい。またメール等での相談も受け付けているため活用していただきたい。



令和8年度生坂村絆づくり支援金採択事業一覧表

(単位:円)

	申請団体	事業名	事業内容	総事業費	うち支援金 要望額
1	下生野区	下生野区五社宮石垣整備事業	下生野五社宮の経年劣化により、境内入り口付近の石垣が崩落しているため、地域住民の協働活動により石垣を修繕し、伝統行事の継続と交流、区民の安全確保を図る。	330,000	231,000
2	袖山常会	袖山常会 コミュニティ施設整備事業	地区の総会、新年会、祭りなどの拠点である袖山公民館の経年劣化が著しいため、地域住民の協働活動により修繕を実施し、コミュニティ拠点としての機能を維持するとともに、利用者の安全確保を図る。	42,838	29,000
3	高津屋森林公園 管理組合	高津屋森林公園 地域特産品創出事業	乾燥シイタケの生産性向上及び品質の安定化を図るため、乾燥機を整備し、乾燥作業の効率化と生産体制の強化を推進する。	429,000	300,000
4	小立野区	乳房観音堂保全伐採事業	乳房観音堂敷地内にある立木(ガヤ)の傾斜が進み、倒木する危険性が高まっているため、地域住民の協働活動により立木を伐採することで、乳房観音堂や共同墓地、祭事等で訪れる方々の安全確保を図る。	251,900	175,000
5	大城・京ヶ倉を 広く世に出す会	大城・京ヶ倉を もっともっと世に出す事業	京ヶ倉山頂の石碑等で撮影した写真を「#大城・京ヶ倉」などの指定ハッシュタグを付けてSNSへ投稿した方にオリジナルピンバッチを配布することで、登山者の自発的な情報発信を促進し、大城・京ヶ倉の認知度向上や、生坂村への誘客及び地域活性化を図る。	300,000	210,000
6	ヤギ活応援隊	ヤギde遊休農地を再生しよう	雲根地区で進められている「創造の森」プロジェクトに関連し、ヤギを活用した遊休農地の管理(除草)を実験的に実施するとともに、来場者に対して、動物と触れ合える機会を提供する。	260,000	182,000
	計	6団体 6事業		1,613,738	1,127,000

**令和八年度
生坂村絆づくり支援金
六事業を採択**

生坂村絆づくり支援金は、地域の振興や活性化等を図るため、地区や団体等が創意工夫し自主的に企画した協働により行われる事業に対し、支援金の交付を行う村独自の制度です。

今年度は、申込期限の六月末日までに六団体・六事業の申請があり、七月三十一日(金)に選定委員会を開催し、審査が行われました。

選定委員会では、申請団体の代表者等が出席し、事業の説明を行いました。選定委員が申請事業の公益性・発展性・協働性・具体性・有効性、独自性を総合的に評価した結果、六事業、支援金総額一十二万七千円が採択となりました。



今年も「いくさかマル得商品券スーパープレミアム」を販売!

村内の取扱店舗でご利用いただける「いくさかマル得商品券スーパープレミアム」が七月二三日(水)に発売され、生坂村商工会にて、販売開始セレモニーが行われました。

今年度も、事前申込制で販売を行ったため、長時間お待たせすることなく、余裕を持って買い求めいただくことができました。

ご購入された方につきましては、有効期限内でのご利用にご留意ください。



集団 歯科健診

年に1回は
歯科健診を受けましょう

対象者 20歳以上で歯科健診を希望する方

日にち 9月9日(水) 11月30日(月)

時間 9:00~12:00

場所 健康管理センター

内容 問診・診察・歯科保健指導

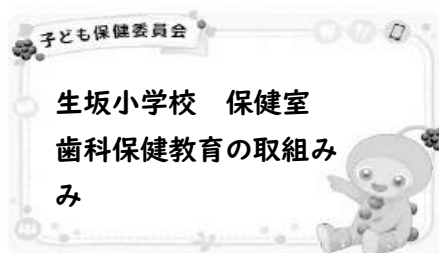
持ち物 受診票(申込者に送付します。ご記入のうえお持ちください。)

193ポイントカード

申込 健康管理センター 保健師(☎0263-69-3500)まで
ご連絡ください

受診料 無料





生坂小学校では、児童の健康の保持・増進を目指し、さまざまな健康教育を行っています。発育測定時の保健指導をはじめ、歯科保健指導、性に関する指導、薬物乱用防止教室など、発達段階に応じた学びの機会を設けています。今回は、その中から先日実施した「歯と口の健康週間」の取組についてご紹介します。「歯と口の健康週間」は、歯や口の健康について考え、むし歯や歯周病を予防するとともに、正しい歯みがき習慣を身に付けることを目的としています。

本校でも、この期間に合わせて歯科保健指導を実施し、歯の大切さやむし歯・歯周病の予防、正しい歯みがきの方法について学びました。

1. 身体測定時の保健指導

保健室では、身体測定の際の保健指導で歯についてのお話をしました。1～3年生は、むし歯のできる原因や予防について知り、実際に歯をみがきながら正しい歯のみがき方を確認しました。4～6年生は、歯の役割や健康な歯を保つことの大切さについて理解を深めました。また、歯の模型を使って「汚れがたまりやすいところ」や「みがき残しが多いところ」を確認し、歯ブラシの動かし方や効果的なみがき方を実践しました。



2. 歯科衛生士による歯科保健指導

歯科衛生士の小林先生を講師にお迎えし、6歳臼歯をはじめとする歯の役割や、むし歯・歯周病の原因と予防について教えていただきました。また、染め出し液を使ってみがき残しを確認しながら、正しい歯のみがき方についてご指導いただきました。児童からは、「歯と歯の間がこんなにピンクだった」「こうやってみがくときれいになる」といった声が聞かれ、自分のみがき残しやすい部分に気付くことができました。一人一人が鏡を見ながら、自分のみがき残しやすい部分を確認し、丁寧に歯みがきに取り組みました。

〈 歯科保健指導の様子 〉





日時：10月8日（木）午前10時～午後1時頃

会場：B & G 海洋センター

※村内に住所のある70歳以上（昭和32年4月1日以前生まれ）の方なら、どなたでもご参加いただけます。

送迎をご用意いたします。

参加ご希望の方は、常会長さんから回覧される「申込書」に

お名前と、送迎の有無をご記入ください。

申込みは9月24日（木）までです。

会場で待っ
てるよ。

式典では、今年度白寿米寿を
迎えられる皆様の表彰と、
昨年大好評でした

出張お笑い舞踏
「ささぐり演芸」
の楽しいステージショーを予
定しています。

ささぐり演芸

【お問合せ】
健康福祉課
（健康管理センター内）
電話 69-3500

てっぺい

なおみ

申込み制

ひきこもり家族教室 開催のお知らせ

「ひきこもり」とされる状態にある方の家族が、同じ悩みを抱えるご家族同士で語り合い、ひきこもりに対する正しい知識を身に付け、家族の対応の仕方について学びます。

対象：「ひきこもり」とされる状態にある方の家族で、2日間のプログラムを継続して受講可能な方

日時：令和8年10月6日（火）、令和8年10月20日（火） 13：30～15：30

場所：松本合同庁舎2階 健康教育室（松本市大字島立1020）

申し込み期間：令和8年9月25日（金）まで

申し込み、問い合わせ先：松本保健福祉事務所 健康づくり支援課（TEL：0263-40-1939）

平日9：00～16：30

※申し込み時に簡単な聞き取りを行います。お気軽にお問い合わせください。



9月10日（木）～16日（水）は **自殺予防週間** です

「育児疲れ」「介護疲れ」「いじめ」「孤立」など、心の健康を損なう背景は人それぞれです。周りの方が「いつもと違うな」と感じたら、ためらわず声をかけてみてください。

「最近元気ないけど何かあったの？」その一言が、支援の第一歩になることがあります。話を聞くだけでも、心が軽くなる人がいます。それでもつらさが続く時は、相談窓口へお繋ぎください。

◆◆◆ 相談窓口 ◆◆◆

役場 健康福祉課（健康管理センター）

☎0263-69-3500

✉kenkokanri@vill.ikusaka.nagano.jp

◆◆◆ 厚生労働省 **まもろうよこころ** ◆◆◆

電話やSNSの相談窓口などの情報を分かりやすく紹介しています。



申込み制

村で開催する **精神科医による心の相談会**

9月15日（火）15時30分～

場 所：生坂村健康管理センター

申込み：9月11日（金）までに生坂村役場 健康福祉課

☎0263-69-3500にご連絡ください。



※相談は無料です。相談会には、村の保健師が同席させていただきます。

簡単☆夏野菜レシピ

暑い夏を乗り切るためには、しっかり食べることです。

暑いと、つい食べ過ぎてしまう冷たい食べ物や飲み物ですが、内臓を冷やしてしまう可能性があります。内臓が冷えると、消化能力が落ちてしまいます。

きゅうりやトマトなどの夏野菜には、水分が多く含まれています。夏野菜を食べること、体の中から自然に穏やかにクールダウンしてみましょう。

今回は「きゅうりのやみつきごま油和え」のレシピをご紹介します。このレシピは、きゅうりとトマトがたくさん食べられます。ぜひ、ご家庭でお試してください。

今回のおすすめレシピは

きゅうりのやみつきごま油和え



1人分 栄養価

エネルギー	128Kcal	たんぱく質	6.9g
脂質	8.2g	炭水化物	2.2g
		食塩相当量	1.4g

材料（2人分）

きゅうり	1本
トマト	1/2こ
ちくわ	2本
ごま油	小さじ2
しょうゆ	小さじ2
酢	小さじ1
白ごま	小さじ1

作り方

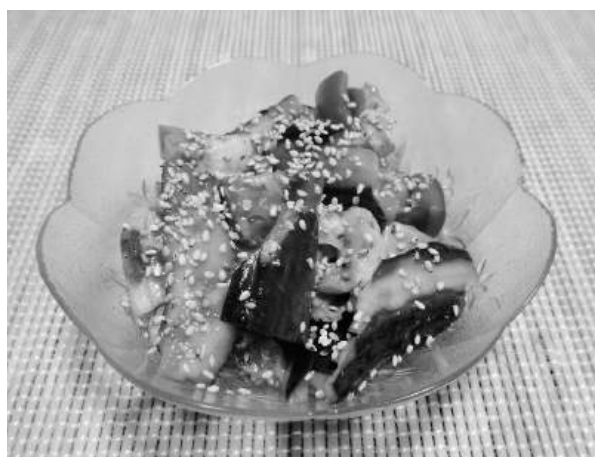
- ① きゅうりは、ヘタの部分、花落ち部分を切り落としポリ袋に入れて、麺棒でたたき、食べやすい大きさにする。トマトは、食べやすい大きさに切る。ちくわは、食べやすい大きさにちぎる。
- ② ①で使った袋の中にきゅうり、トマト、ちくわ、ごま油を入れる。全体に油が回ったら、しょうゆ、酢を加えて混ぜる。
- ③ 器に盛り、白ごまをふる。

材料費：165円

作業時間：10分

※ ごまの風味で、食欲がわいてきます

※ きゅうりを綿棒でたたくことで、断面の面積が増えて、美味しさが良くなります



おすすめの組み合わせ

主食：冷やし中華

主菜：（錦糸卵、サラダチキン、カニカマ、おくら、もやし）

副菜：きゅうりのやみつきごま油和え

デザート：くだもの 等

☆組み合わせで、バランスよく食べましょう！

3年生の クラスしょうかい



三年生は七人で、生坂小学校の中では一番人数の少ないクラスですが、とても元気の良いクラスです。今年の学級目標は「挑戦」です。三年生になると、理科や社会、総合的な学習の時間で「いくさか学」など、新しい学習が始まりました。新しい発見もたくさんありました。みんな、協力しながら、いろいろなことに挑

戦してきました。この一学期は、運動会やプールなど様々な活動があり、充実した生活を送ることができました。二学期も、音楽会やマラソン大会などの行事があるので、楽しんで挑戦していきたいです。

子どもたちの

一学期の振り返りから

● 社会では、学校の周りには、どこに何があるのかを調べました。竹藪がいっぱいあることが分かりました。図工のクロッキーでは、指とハチクをじっくり観察して一本線で描くことができました。いくさか学では、おにかけうどんを作りました。油揚げを包丁で切りました。おいしかったです。

● 図工では、牛の絵を描きました。難しかったけれど、よく見て描いたり、色をぬったりすることができました。音楽では、リコーダーを初めてやりました。指を動かすのが難しかったです。いくさか学では、金戸山に登りました。山頂近くののろし岩の水くみ場が深いことが分かりました。

● 運動会では、チェッコリ玉入れで、いっぱい玉を入れられてよかったです。ダンスをきれいに踊れてよかったです。図工では、牛の絵を描く時に、いろいろな牛



に出会えてよかったです。アジサイの絵は、一つ一つ色が違うので、いろいろな青を使えてよかったです。

● 国語の「春風をたどって」では、物語が進むにつれて「ルウ」がどのように変わったのか、自分で考えて書けてよかったです。理科で、「日なたと日かげを比べよう」の時、日なたと日かげの温度の違いを知れてよかったです。社会の農家の仕事の時に覚えていたことを伝えられてよかったです。

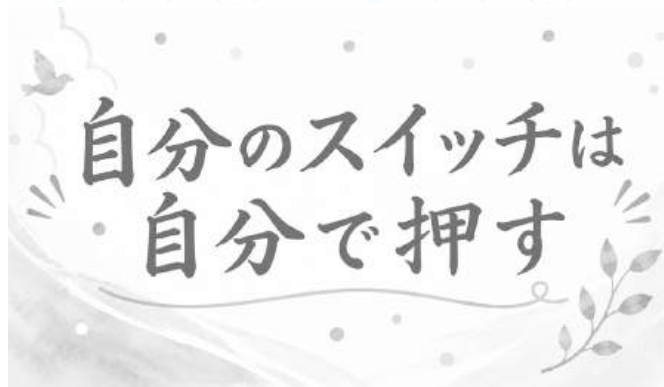
● 国語の「こまを楽しむ」では、気になるこまとその理由をしつかりと伝えることができました。算数の「一万をこえる数」では、一万をこえると、分からなくなるけれど、線を引くと書いたり読んだりすることができました。運動会のダンスは、動物みたいに踊れました。

● 係の仕事では、責任をもってやったり、みんなを喜ばせたりすることができました。みんな笑顔で仲良く遊ぶことができました。モンシロチョウのことでは、何日かずつと観察しました。チョウになるまで何日かかるのかなど学べてよかったです。

● いくさか学で、川に行つて釣りをしている時にまじめにやり、ちゃんと話を聞きました。釣竿を作る時にも、ちゃんと話を聞いて作ることができました。ちゃんと話を聞けてよかったです。運動会では、特に楽しかったのはダンスです。低学年で踊って間違えないで踊れてうれしかったです。

生坂中学校 生徒会スローガン

「^メ立^リ晴」 ～自分のスイッチは自分で押す～



第1回ふれあい企画「全力かるた」



第2回ふれあい企画「ふらば〜るバレー」

【生徒会長より】

・今年度の生坂中生徒会では、「明立晴～自分のスイッチは自分で押す～」をスローガンに掲げ、メリハリを意識できる生徒会活動を目指しています。現在行っている活動としては、テスト後に行っているふれあい企画です。テストで疲れている全校生徒のみなさんにリフレッシュしてもらうことを目的とした活動です。他にも、授業と休み時間のメリハリを意識できるような活動を考えています。一人ひとりが自立し、明るく、晴れ晴れとした気持ちで学校生活を送れるよう、生徒会活動をさらに充実させていきたいと思っています。

【かしわ祭実行委員長（副会長）より】

・今年のかしわ祭スローガンは「晴舞台」です。生徒会スローガン「明立晴」の中から取り、年に1度のかしわ祭という「晴舞台」をみんなで創り上げたい、生徒一人ひとりに「晴舞台」があるみんなが主役のかしわ祭にしたいという思いが込められています。このスローガンを目標にこれから、生徒会企画や合唱などの準備をしていきたいと思っています。



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

2026年9月利用カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
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	3

※ …図書室の休館日

※ …17時閉館



9月は防災月間

日頃の情報収集で
いざという時に備えよう！

⚠ ハザードマップを確認しておこう

地図の多くがスマートフォンやパソコン向けにデジタル化されている昨今ですが、災害時にすばやく確認するには紙の地図・資料が役立ちます。

いざという時の災害の備えとして、生坂村ではハザードマップを各戸配布しています。図書室では最新の2020年版の他、2013年、2014年版も保管しています。近年増えた大雨、土砂災害に備えるために近所の危険箇所をチェックして家族で確認しておきましょう。

また、ハザードマップはインターネットでも見ることができます。国土交通省で提供している

■「ハザードマップポータルサイト」

<https://disaportal.gsi.go.jp/>

を確認しておき、スマホに保存しておいていざという時に備えましょう。

●避難場所を確認しておこう

ハザードマップに記載されている他、公式HPでも確認することができます。

■「生坂村公式HP」

<http://www.village.ikusaka.nagano.jp/>



⚠ 防災アプリ・お天気アプリなどの活用

●防災アプリ・お天気アプリを活用

命を守る防災として、災害の不意打ちを避け、素早く非難するための情報収集が重要です。いわゆる「防災アプリ」や「お天気アプリ」などを活用することで、緊急地震速報、津波警報、Jアラート、避難情報、気象情報などの通知を自動的に受け取ることができるようになります。

●電子書籍

携帯電話が途切れるとインターネットの閲覧（ブラウザ）が利用できなくなりますが、あらかじめ電子書籍を購入ダウンロードしておけばいつでも確認することができます。

「家庭の医学事典」など緊急時に利用できる情報を電子書籍の形で保存しておくのも有効です。

●生坂村の災害の歴史を知る

生坂村では、過去にどんな災害が起きたのかを知り、危険箇所や地盤の弱い箇所を平時に確認しておきましょう。

防災月間である9月中は、過去の災害をまとめた生坂村の地図を掲示します。

また、防災に関する特集コーナーを併せて設置します。家族やペットの有無、家の場所によっても防災の形は様々です。この機会に図書室で自分の環境にあった本を見つけて、ご家族で確認してみたいかがでしょうか。



参考資料：

『防災リュックはじめてBOOK

最適化アレンジで命を守る』

高荷智也/著（徳間書店）



新 着 本 (8月25日から貸出)

一般書

- 夏帆 The Tale of KAHO (村上 春樹)
- 暗黒の彼方 (堂場 瞬一)
- たぶん、恋しい (一穂 ミチ)
- 湾 (宮本 輝)
- 異常に非ず (桜木 紫乃)
- きみがなきあと (木内 昇)
- 食堂巡礼 (小川 糸)
- 恐竜とぼく 好きが未来になる瞬間 (小林 快次)
- 急に具合が悪くなる (宮野 真生子、磯野 真穂)
- ブドウ畑の傍らで暮らす (玉村 豊男)
- 続編 いざ! 登る 信濃の山城 (中嶋 豊)
- 途上の王国 一号線を北上せよ
モロッコ天涯編 (沢木 耕太郎)
- 12のわらべうたえほん あかちゃんの
ごきげんがよくなる
(小林 衛己子/編、あべ ななえ/イラスト)

文庫・新書

- 喫茶おじさん (原田 ひ香)
- 笑うマトリョーシカ (早見 和真)
- バラバラな世界で共に生きる リチャード・ローティの哲学 (朱 喜哲)
- 80代になるとたいていボケるか死ぬ。70代は神様から与えられた特別な時間 (林 真理子)
- 限界地方政治 (選挙ウォッチャーちだい、菅野完 他)
- 新装版 動物のお医者さん①②③ (佐々木 倫子)

第175回芥川賞・直木賞 受賞作発表!



『ゾンビ回収婦』

小砂川 チト/著
講談社



『けんぐわい』

朝倉 かすみ/著
光文社

実用書

- アイラップで簡単レシピ 冷凍ストック編 (島本 美由紀)
- とびきりおいしい おうちおやつ (野村 友里)
- クレラップ社員だから知っているほんとに
おいしいレンジごはん (株式会社クレハ)
- 斉藤謠子 私の好きな15の布バッグ(斉藤 謠子)
- えほん
- ほげちゃん いなかにいく (やぎ たみこ)
- ミラーさんちのころころころがるおひっこし
(デイヴ・エガーズ、ジュリア・サルダ他)
- おおかみのおなかのなかで
(マック・バーネット/著、ジョン・クラッセン/イラスト)

児童書

- わいるどらいふっ! 身近な生きもの観察図鑑
(一日一種)
- 信州 伝説の冒険 清き水の章 (進藤 彩 他)
- がっこうのおばけずかん トイレのみらこさん
(斉藤 洋)
- 君のとなりで。⑤⑥⑦⑧⑨ (高杉 六花)
- 小学生でも安心! はじめてのカナヘビ 正しい
飼い方・育て方 (竹中 踐)
- ゆめのなかの名探偵 (杉山 亮、中川大輔)
- もしかしてキセキ (ながかわ ちひろ)
- こどものとものでづくりブック 絵本からうま
れた料理と工作レシピ
(福音館書店こどものとも編集部)



図書室にて

ぜひ借りてみてください♪

えほん
児童書

一般





『古本市』への

寄贈本募集中

今年度も図書室では古本市を開催する予定です。これは、図書室で除籍になった本や、みなさまから提供された本などを、ご来場の方にリサイクルするものです。詳細は現在検討中ですが、一〇月中に行う予定で準備を進めています。

そこで、古本市にご提供いただける、ご家庭で不要となった本（単行本・文庫・マンガ）を募集します。

（痛みや汚れがひどいもの、内容的に古すぎるもの、図鑑、百科事典は受付できませんのでご了承ください。）

※回収方法Ⅱ図書室カウンター前に、箱を置いておきますので、職員に一言お声がけの上、入れてください。

※回収期間Ⅱ九月一日（火）から九月二六日（土）まで

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



みんなで進もう！ 男女共同参画社会 ～SDGSとジェンダー～

第5回

エスディールズ

SDGSという言葉を目にした。二〇一五年に国連総会で採択された一七の国際目標です。二〇三〇年までに持続可能でより良い世界を目指す目標です。

目標5 ジェンダー平等を実現しよう

目標五は「男女平等を実現し、すべての女性と女児の能力を伸ばし、可能性を広げよう」となっています。世界目標になっていくという事は、世界が抱える問題の一つであるということです。地域や国によって解決する課題は異なりますが、日本では女性に対する様々な慣習が根強く残っていることも要因になっています。

女性の地方離れにも

以前にもお伝えしましたが、地方の過疎化には若い女性の流出が関係しているというデータがあります。政府は地方に魅力的な職場

が少ない事の他に、性別による役割分担を前提とする職場や地域社会への違和感、男女の待遇差などが背景にあるとみています。

ジェンダー問題は他の目標にも関連する

男女の雇用形態や賃金の不平等が新たな問題を生んでいきます。例えば「目標1 貧困をなくそう」にも関連しています。貧困に陥りやすい傾向はシングルマザーや高齢者の女性に顕著です。性別による役割分担の環境、職種の偏り、圧倒的に非正規雇用は女性が多いなど、結果として生涯賃金が低く低年金であるなどが背景にあります。ジェンダー格差が貧困問題の構造も形作っていることになります。

性別ではなく可能性を伸ばせる社会へ

他人事ではなく、一人一人がジェンダー平等の視点を持って見る事が不可欠になります。

九月
公民館教室・社会教育、生涯学習関連イベント

☆陶芸教室

九月一七日（木）
二四日（木）
午後七時～

会場・村民会館 講堂

☆絵手紙教室

九月 五日（土）
午前一〇時～

会場・児童館 創作室

☆いくさか歩いて部

マレットゴルフ
九月 一日（火）
午前九時～

集合場所・生坂スポーツ
パーク駐車場

集合場所・上野農村公園
駐車場

ぶどう団地コース
九月一六日（水）
午前九時～

※雨天時はB&G海洋センターへお越しください。

集合場所・上野農村公園
駐車場

※雨天時はB&G海洋センターへお越しください。

東洋ライス株式会社と包括連携協定を締結

令和八年七月三日、生坂村役場において、生坂村と東洋ライス株式会社との包括連携協定締結式を開催しました。本協定は、生坂村産米の付加価値向上をはじめ、健康増進や食育の推進、農業振興、地域活性化など、双方が持つ技術や知見を生かして連携・協力し、持続可能な地域づくりを進めることを目的として締結したものです。

締結式では、藤澤泰彦村長と東洋ライス株式会社の阪本哲生代表取締役社長が協定書に署名し、今後の連携事業について説明を行いました。今後は、生坂村産米のブランド価値向上と健康づくりにつながるさまざまな取組を進めていくことを確認しました。

本協定に基づき、令和八年度からは、生坂村産米を東洋ライス株式会社独自の精米技術により栄養価を高めた「金芽米」として学校給食へ提供するほか、小・中学

校でのお米に関する学習会の開催、生坂村産金芽米のふるさと納税返礼品への活用、道の駅「いくさかの郷」での販売、「金芽米」の副産物「米の精」を活用した循環型農業の推進などに取り組みます。

本協定を通じて、生坂村産米のさらなるブランド力向上を図るとともに、「食」と「農」を生かした地域の魅力向上や農業の振興、村民の健康増進、食育の推進につながる取組を進め、持続可能で活力ある地域づくりを目指してまいります。



地震への備えを進めましょう

住宅の耐震化

「令和六年能登半島地震」をはじめ過去発生した大規模地震では、住宅の倒壊被害が多く発生しています。古い耐震基準で建てられた住宅にお住まいの方は、もしもの地震から自分や家族を守るため、住宅の耐震化を進めましょう。

県及び生坂村では、次のとおり住宅の耐震診断・耐震改修を進めています。

■対象となる住宅

次のいずれにも該当する一戸建ての住宅（一部併用住宅を含みます。）

- ・昭和五十六年（一九八一年）五月三十一日以前に着工したもの
- ・木造在来工法のもの

①耐震診断

ご依頼いただくと、県が登録した耐震診断士による耐震診断を無料で受けられます。

②耐震改修

耐震診断の結果が一定基準を下回った場合で、工事後の耐震評点が〇・七以上になる等の要件を満たす改修工事について、費用の補助を受けられます。

補助額：改修工事費の八割又は一一五万円／戸のいずれか低い額

※「長野県住宅耐震化緊急加速事業補助金」により、補助額が最大五〇万円上乗せされます。

※助成制度の詳細や申込方法については、次の窓口までご相談ください。

■問合せ先

生坂村役場振興課建設係
☎六九―三一二

☆水辺の安全教室

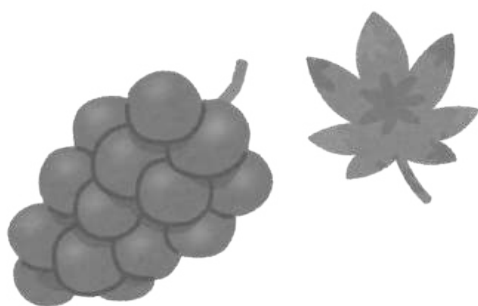
九月 六日（日）
午後四時～

会場・B&G海洋センター

☆ぶどう収穫体験

九月二六日（土）

※詳細は後日お知らせします。



国民年金保険料 「育児免除制度」が 始まります

令和八年一〇月から国民年金第一号被保険者(自営業者・学生・無職の方など)が一歳未満のお子さんを養育する場合、申請により国民年金保険料が免除される「育児免除制度」が始まります。

◆将来の受け取る年金額は減りません

育児免除制度では、免除された期間も保険料を納付したものと取り扱われるため、将来受け取る老齢基礎年金額は減りません。そのため、子育て期間中の経済的な負担を軽減しながら、将来の年金額の影響を心配することなく利用できます。

また、所得制限なく、対象となる方であれば申請できます。父母ともに国民年金第一号被保険者である場合は、それぞれ申請することができます。

◆対象者

- ・国民年金第一号被保険者
- ・一歳未満のお子さん(実子・養子)を養育する実父母、養父母

・お子さんと親子関係が継続し、同一住所で養育している方。

※会社員・公務員(第二号被保険者)やその扶養配偶者(第三号被保険者)は対象外です。

◆免除期間

・母親・産前産後免除終了後から1歳になる誕生日の前月まで(産前産後免除と合わせて最大一三ヶ月)が対象です。

・父親・養父母・お子さんを養育することとなった月から、お子さんが一歳になる誕生日の前月まで(最大一二ヶ月間)が対象です。

◆申請方法

マイナンバーポータルによる電子申請のほか、役場住民課

または年金事務所で申請できます。

電子申請は二四時間三六五日利用でき、原則として添付書類は不要です。

◆すでに保険料を納めている場合

対象期間の保険料をすでに納付している場合でも、届出をすることで育児免除期間とし取り扱われ、納付済みの保険料は還付または今後の保険料へ充当されます。

また、免除・納付猶予や学生特例の承認を受けている期間についても、育児免除へ切り替えることができます。

◆提出先・お問い合わせ

- ・住民課生活環境係
- ☎六九一三一一三
- ・松本年金事務所
- ☎二五一一八一〇〇



「つながる水循環 松本・北アルプス水 めぐり」巡回展開催

松本・北アルプス地域の水循環の仕組みや、それぞれの地域の特徴ある水質資源とその魅力を紹介する巡回展を開催します。

私たちの暮らしを支える身近な水について学び、水循環の大切さを考える機会です。是非ご覧ください。

【期日】

令和八年九月一八日(金)～九月二四日(木)

【会場】

やまなみ荘

【内容】

- ・松本・北アルプス地域の水循環の仕組み
- ・一市町村の水の名所紹介
- ・アルプス地域地下水保全対策協議会の取り組み
- ・水を育むためにできること

【主催】アルプス地域地下水保全対策協議会

【お問い合わせ】

住民課生活環境係
☎六九一三一一三

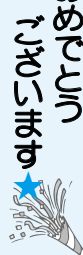
人権擁護委員に 平野公恵さんが就任

新しい人権擁護委員に平野公恵さん(下生野)が七月一日付けで法務大臣より委嘱されました。



人権に関する困りごとや相談がある場合には、村の人権擁護委員の中村泉さん(小立野)と平野公恵さんへお気軽にご相談ください。

★おめでとう



中林 彩咲ちゃん

(7月1日生)

洋太朗さん・咲季さん

◆お悔やみ 申し上げます



平田 輝子さん

(88歳 草尾)

月刊 創造の森

年間プログラムの第四弾、夜の生物観測とテント泊

うだるような暑さが続く日々に辟易する今日この頃（執筆時は8月3日）。徐々に早まる日の入りにちょっとした寂しさを覚えるなかですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。今月号では、いくさか『創造の森』で8月1・2日に開催された年間イベントプログラムの第四弾の開催レポートをお届けします。今回はテント泊とライトトラップを使った夜の生物観測をメインに、一泊二日で開催しました。

ACTIVITY 01

1日目：収穫・夕食づくりと夜のライトトラップ

昼過ぎに集合し、まずは夕食に使う野菜の収穫へ。畑で育てたジャガイモ・オクラ・ズッキーニを手分けして収穫しつつ、畑に生息する昆虫の観測も行いました。

その後は大人も子どもも協力しながらカレーづくり、テント泊組はテント設営に取り掛かります。

夕食を終えると、いよいよライトトラップの時間。今回は立教大学の奇二先生に加え、松川村でライトトラップによる昆虫観測を行う平林さんもお招きし、生坂村に生息する昆虫を観測しました。



ACTIVITY 02

夜の歓談と2日目の整備作業

ライトトラップに集まる昆虫を前に、カブトムシやクワガタが見つかるたび子ども達は大喜び。

観測後はテント泊組でゆったりと歓談タイムに。焚き火を眺めながら過ごす時間は個人的にも貴重な体験でした。

2日目は朝食後、二手に分かれて整備作業を実施。一方は倒木エリアの整備と獣害対策ネットの補修、もう一方は前回整備したビオトープの環境改善を行いました。



今回のプログラムは土日合わせて延べ 31 名の方にご参加いただきました（内、生坂村公式自然研究員 4 名）。暑いなかでのプログラムでしたが、予定していた工程を無事にすべて終わられ、個人的にも大満足です。

引き続き定期的にイベントを開催しますので、気になる方はぜひお気軽にご参加ください！

ご案内

10月17日（土）午後から、いくさか『創造の森』の整備作業を行います。
作業の後は **赤とんぼフェスティバルの見学**も予定しています。

お申込・お問い合わせ：
村づくり推進室 0263-69-3111



申込はこちら

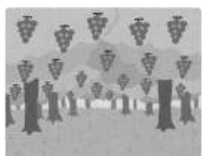
道の駅いくさかの郷だより

『美味しい発見！長野県』

八月も終盤に入り、学生の皆さんは夏休みが終わり、二学期がスタート。



同時に生坂村のぶどうはハウスぶどうから露地ぶどうにバトンが渡り、生坂村産ぶどうブランド『イクサカラット』の本格的なシーズンに突入します。



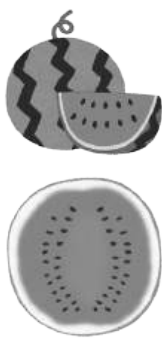
いくさかの郷では五年目を迎える『ぶどう部屋』が八月末にオープン。今年も売場を彩るたくさんぶどうの景色が楽しみです。品種ごとに異なる色合いや甘さ、香りを比べながら、お気

に入りのぶどうを見つけて

いただけるのも、この時期ならではの楽しみの一つです。ぜひ多くの皆さんに、生坂村自慢の旬の味覚を味わっていただきたいと思います。

生坂村での暮らしも五年目となった駅長はおいしいん坊。食の魅力満載の長野県で日々の食生活は様々な新発見の連続です。

例えば「スイカ」。



東京在住時に食べたスイカの産地は、千葉・山形・新潟・鳥取・熊本で、長野県産は食べたことがありません。

しかも『波田の下原スイカ』はその存在すら知らず、初めて食べた時には「食感、果汁感、甘み」の三拍子が揃った美味しさに、スイカ好きの駅長はノックアウトされました。暑い日に冷やして食べ

る一切は格別で、夏の楽しみがまた一つ増えたように感じました。

他にも「生のプルーン」や「ワッサー」は移住して初めての食体験でした。



さらに生坂村産の野菜や果物はどれも美味しく、実家に持参するとても喜ばれますし、我が家の食卓は充実しています。

食べることだけでなくその発見をいくさかの郷の売場にも反映させていかないとダメだと思いつつ、まだまだ食に関して知らないことが多いので、もっと食べて知識を深め、心もお腹も満たされる食欲の秋を迎えたいと思います。



昔の思い出

おやきとおまんじゅう

かあさん家 井口 浪子



今年もあつという間に半年が過ぎ、梅雨が明け、朝から蝉の声が聞こえる暑い夏がやって来ました。

私はおやきを丸めています。おやきの部屋は朝から暑くて、サウナのような暑さになります。三五度から四〇度近くまで温度が上がります。炉でおやきを焼いている方達は本当に暑くて大変だと思っています。

灰と汗に塗れて毎日三百個以上のおやきを焼きあげています。たまに、お客様から「暑くて大変ですね」と声を掛けて頂いたりすると嬉しい気持ちになります。皆、暑い中本当に頑張っています。

八月は色々な行事のある月です。おやきや七夕まんじゅうは、この辺りの風習として昔から七夕や、お盆のお供え物として定番の物でした。

七夕様と言えば、子供のころを思い出します。朝早く起きて、里芋の葉の露を集め

て、硯で墨をすり、願いを込めて短冊を書き、大きな竹に飾り付け庭に立てました。

そして家で採れた夏野菜の、キュウリ、ナス、トマト、カボチャなどをお盆にのせて七夕様にお供えし、七夕まんじゅうやおやきも並べてお供えたものでした。今では、こんな風習は何処にも見られなくなりました。七〇年前の昭和時代の思い出です。今の子供さん達は、七夕様にお願いなんでするのでしょうか？

さて、生坂村はこれからぶどうのシーズンとなり、道の駅いくさかの郷のぶどう部屋には、たくさん種類の、素晴らしいぶどうたちが部屋いっぱいに並び大勢の皆さまのお越しをお待ち致しております。

まだまだ暑い日が続きますが、熱中症対策をしつかりして、皆でこの暑さを乗り切つて行きたいと思っています。



歯つぴーたいむ

世代別お口の健康管理

お口の中の状態は加齢によつて変化していき、留意すべき点も変わっていきます。

乳幼児期

乳歯は虫歯になりやすい

乳歯のエナメル質は永久歯に比べて酸に弱く、特に上の前歯は哺乳瓶などの使用で、むし歯になりやすい傾向があります。生後六ヶ月頃、下の前歯から生え始めるので、保護者みがきを開始します。三歳を過ぎたら、乳児用の歯ブラシを使って自分でもみがく習慣をつけましょう。

フッ素配合歯磨き剤(フッ化物濃度九〇〇〜一〇〇〇ppm)を使用

フッ素配合歯磨き剤は虫歯予防に効果的です。二歳ごろまでは一〜二mm程度です。

学童期

六歳臼歯を守ることが重要

六歳ごろ奥歯に生えてくる永久歯は、六歳臼歯と呼

ばれる第一大臼歯で、生涯にわたって食べ物を噛み砕く中心となる大事な歯です。歯ぐきから顔を出して生えるまで、特にむし歯になり

易いので注意が必要です。

生え始めは歯質が弱く汚れが溜まりやすいため、特に注意してみがきましょう。

フッ素配合歯磨き剤(フッ化物濃度一四〇〇〜一五〇〇ppm)を使用

六歳ごろからフッ素配合歯磨き剤は1cmで、フッ素がお口全体にいきわたるよう

思春期

生活の変化で歯肉炎リスクが上がる

外食や間食が増え、食生活が不規則になる傾向があります。また、受験勉強などの夜更かしから生活習慣も乱れやすく、歯肉炎が増える年代です。歯ぐきの腫れ、出血があったら、早めに歯科医院を受診しましょう。

永久歯がそろったら歯列チェックを

一二〜一三歳ごろになると、上下合わせて二八本の永

久歯がそろいます。このタイミングで歯並びやかみ合わせをチェックしておく、将来的な歯の健康にもつながります。

壮年期

歯周病で歯を失う

四〇代になると、歯周病の症状を自覚する人が増えます。積極的に治療をしないと歯周病が進行し歯を失うこととなります。

毎日のケアはもちろんのこと、定期的(年に一〜二回)なプロケアで専門的処置をしてもらうことも重要です。

高齢期

お口の環境に応じたケアを

噛む力・飲み込む力の低下で誤嚥のリスク。歯ぐきが下がる、唾液が出てくなくなることで、むし歯や歯周病のリスク。歯の本数が減る、義歯を使用する。など、高齢期の口内の環境は様々に変化します。環境に合わせたケアが大切です。

生坂村歯科診療所

ゆのんびり湯ったりやまなみ荘

お盆を過ぎても暑い日が続きますが、朝晩は多少過ごしやすくなってきました。稲刈りなど農作業でお疲れの後には、やまなみ荘の食堂・お風呂をご利用ください。

食堂では生ビールのプラン・セットが人気です。「ちょい飲みセット」は生ビール中ジョッキ二杯と餃子三個と枝豆がセットで一〇〇〇円です。お風呂上りにちよつと飲みたいという方にピッタリです。また「ビール祭り」は当日午後一時までにご予約いただくと村内のみ送迎可で、生ビール中ジョッキ二杯とお料理三品が付きます。お一人様四二〇〇円です。

広間では「涼風七〇宴会プラン」としまして、お一人様七〇〇〇円のお料理で人数にかかわらず、生ビール小ジョッキやノンアル飲料、ソフトドリンクが付きます。また、生坂村民がお一人でも

いらつしやいますと、一泊朝食付きが三〇〇〇円でお泊りいただけます。家族会、同級会、職場の慰労会にご利用ください。

九月に入りますと、秋の味覚、193カラットぶどうが本格的に出回ります。いくさかの郷や各農園直売他やまなみ荘売店でも販売しますのでもたくさんの方にお買い求めいただきたいと思

います。やまなみ荘では本当にちなんだプランを提供していきますので、ご期待ください。



明科高校だより

◎第四一回流河祭開催

明科高校文化祭「流河祭」が「Spark」というテーマのもと七月一〇日(金)から三日間にわたり開催されました。

一日目は開祭式が行われました。軽音楽部の演奏や全校制作の作品発表、抽選会が行われ、流河祭初日から盛り上がりました。

二日目の一日(土)は一



三日目の体育祭は熱中症対策のため、教室内で実施できるモルック、ボッチャ、ダーツ、eスポーツの四競技を実施しました。

実行委員の生徒だけでなく、参加したすべての生徒が満足そうな笑顔で閉祭式を迎え、心に残る思い出となりました。

◎生坂中学校進路講話

七月十五日(水)、生坂中学校にお伺いし、三年生を対象に進路講話を行いました。明科高校教頭の立場から、夢を実現するために必要な力や、これからの入試に向けて大切にしたい習慣などの話をしました。

進路の実現に向けて、努力を継続できる受験生になっしてほしいという願いを込め、エールを送りました。

(文責:教頭 川勝克仁)

般公開日となり、保護者の方をはじめ、地域からも多くの方にご来場いただきました。一年生のお化け屋敷や二年生の平和学習展示、部活動の作品展を楽しんでいただいたほか、中庭では三年生の模擬店でフライドポテトやチュロス、アイスクリームを味わっていただきました。一般公開後の後夜祭では、ファッションショーやカラオケで盛り上がり、最後は打ち上げ花火で締めくくりました。



寄り道

集落支援員の佐久間です。草刈機のエンジンを止めると、ハツとする静けさの中から、蝉や鳥のさえずりが聴こえてきます。その後に、決まって誰かが話しかけてくれます。「蛍がね」「魚がね」「秋になるとね」「昔はみんなだね」「楽しかったなあ」予定にはなかった、そんな寄り道。

各地域の村道や水路などの環境整備をする中で、この土地で暮らしてきた人々の喜びや苦勞に触れる機会が多くあります。

そんな寄り道を重ねていくうちに、この村が歩いてきた想いや時間を、私も一緒に歩かせてもらっているような気持ちになります。

ふと、刈りたての草の香りが風に運ばれると同時に、これまでとは少し違った景色が目の前に映ります。

「昔はこの道を子供達が毎日歩いていたんだよ。」その何気ない言葉が耳に残ったまま、もう一度、草刈機のエンジンをかけます。

私も三人の息子の姿を重ねながら草を刈り、その日に地域の皆さんから聞いた話を、家で子供達に伝えることがあります。

豊かな大自然の中で、この土地に受け継がれてきた暮らしや風土、そして先人たちの足跡を感じながら、子供達にも健やかに育ってほしいと願っています。

さて今日はどんな寄り道が待っているのか。

……草刈りはなかなか進みませんが(笑)。

そんな貴重な寄り道に感謝しながら、これからもこの村の皆さんと、心豊かに歩んでいきたいと思っています。

(佐久間)





◎熱中症警戒アラート

熱中症予防のための新たな情報発信「熱中症警戒アラート」をご存じですか。

「熱中症警戒アラート」は、熱中症の危険性が高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとっていただくよう促すための情報です。

近年、熱中症による死者数・救急搬送者数は増加傾向にあり、気候変動等の影響を考慮すると熱中症対

策は重要な課題です。これまで、気象庁の高温注意報や環境省の暑さ指数等によって注意を呼びかけてきましたが、両省庁が連携することにより効果的な情報提供をすることとなりました。

※暑さ指数・気温、湿度、輻射熱等といった熱中症の危険性を示す指標で、「危険」「嚴重警戒」「警戒」「注意」「ほぼ安全」の五段階があります。段階ごとに熱中症を予防するための生活や運動の目安が示されていますので、日常生活の参考にしてください。



◎熱中症警戒アラート発表の基準と方法

熱中症リスクの極めて高い気象条件が予測された場合に、予防行動を促すための情報発信を広く行うた

め、発表には熱中症との相関が高い暑さ指数(WBG T)を用います。

この暑さ指数の値が三三以上と予測された場合に発表され、発表内容には暑さ指数の予測値や予想最高気温の値だけでなく、具体的な熱中症予防行動も含まれています。

(例)

- ・ 不要不急の外出を避け、昼夜を問わず、エアコン等を使用する。
- ・ 高齢者、子ども等に対して周囲の人が声をかける。
- ・ 身の回りの暑さ指数を確認し、行動の目安にする。
- ・ エアコン等が設置されていない屋内での運動は控える。
- ・ のどが渇く前にこまめに水分補給する等、普段以上の熱中症予防を実践する。

◎熱中症が疑われるときは…

- ・ 呼びかけに反応がなければ救急車を呼ぶ。

- ・ 上着を脱がせ、服を緩めて風通しを良くする。
- ・ 氷のう等を首、脇の下、足の付け根に当てて冷やす。
- ・ 服の上から少しずつ冷やした水をかける。
- ・ 皮膚にぬらしたタオルやハンカチを当て、うちわや扇風機で仰ぐ。

熱中症は、死に至る可能性のある重篤な病気ですが、適正な予防・対処を行えば防ぐことができます。また、災害時には慣れない環境や作業で熱中症のリスクは高くなりますので、お互いに声をかけながら十分に注意しましょう。

お問い合わせは

松本広域消防局明科消防署
☎六二二一九九二一



■開札結果 (7月)

(単位: 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
総務課 7月2日	委託	令和8年度ケーブルテレビネットワークの耐災害性強化事業生坂村FTTH伝送路工事設計管理業務	生坂村内	株式会社 イ・エス・エス	4,000,000 (税抜)
健康福祉課 7月15日	物品	令和8年度生坂村脱炭素先行地域事業EV車2台購入	生坂村役場	有限会社 望月自動車工業	5,826,396 (税込)
総務課 7月29日	物品	令和8年度地域活動助成事業高視認性新基準消防団活動服整備業務	生坂村役場	有限会社 デンダ	1,160,000 (税抜)



災害時個別避難計画作成会について

村では現在、災害時に避難支援が必要な方を対象とした「災害時個別避難計画」の作成を進めています。

災害時個別避難計画とは、災害が発生した際に、「誰を、誰が、どのように支援するのか」をあらかじめ決めておく計画です。日頃から避難方法・支援方法を確認し、地域で共有しておくことで、いざという時の迅速で安全な避難につながります。

近年、地震や豪雨などの自然災害が全国各地で発生しており、いつ生坂村で災害が起こるか分かりません。また、災害は昼夜を問わず発生し、道路の寸断などにより、行政の支援（公助）がすぐに行き届かない場合も想定されます。そのような状況では、自分や家族を守る「自助」に加え、地域住民同士が助け合う「共助」の力が重要になります。特に、高齢者や障害

のある方など、自力で避難することが難しい方が安全に避難できるよう、平常時から一人ひとりの避難方法を定めておくことが重要になっています。個別避難計画は、支援が必要な方と地域をつなぐ「共助」の仕組みとして、大きな役割を果たします。



村では、地域の実情を踏まえた計画とするため、常会や区ごとに計画の作成を進めています。計画の作成にあたっては、村職員が各常会へお伺いし、制度の説明や計画の作成の支援を行っています。また、避難支援が必要な方やそのご家族、地域の皆さんからご意見をお伺いしながら、一人ひとりに合った計画づくりを進めています。



現在、複数の常会にて計画の作成会を実施しており、近所同士でざくばらんにお話しながら、支援を必要とする方や地域の実情に合った計画を作成しております。まだ作成していない常会についても、今後順次作成を進めてまいりますので、計画作成へのご理解とご協力をお願いいたします。

また、災害時個別避難計画を実際の災害時に役立つものとするため、村総合防災訓練や区の防災訓練などでご活用いただき、避難経路や

支援方法に課題がないか確認していきます。



災害時には、村や消防等行政機関だけで全ての避難支援を行うことは困難です。一方で、村が中心となって計画を整備し、村民の皆さんと連携して備えを進めることで、安心して避難できる体制づくりにつながります。引き続き、災害に強い村づくりを進めてまいりますので、皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



編集後記

我が家の息子は夏の暑さにも負けず「プールに入る」と毎日楽しそうに保育園に通い、日を追うごとに日焼けし、黒くなっています。風呂に入るとしみみます。風呂に入るとしみみます。目になっているのが可愛いらしいです。

花火、スイカ割り、お祭り、キャンプ、昆虫採取など、この夏にやりたいことがいっぱいあり、楽しみにしていたようですが、七月から続く酷暑で夏バテ気味の親は、すべての希望に込めてあげられませんでした。来年の夏に向けてお腹に重ね着している防寒着（？）を脱ぎ、暑さに強い体にしていかなければいけないと痛感しました。

これから季節の変わり目を迎え、寒暖差が激しくなっています。皆さんくれぐれも体調に気をつけてお過ごしください。

（今溝）