



1F展示室



1F展示室



2F展示室



1F展示室



佐久穂 恋華めぐり2022 ～假屋崎省吾の世界～

●主な記事

特集①人口減少社会におけるさくほの未来を考える 2p～3p
 特集②健康管理合同会議、3年振りに開催！ 4p～5p
 館報さくほ 17p～23p



しらかばちゃん

人口減少
社会における

さくほの未来を考える②

現在、第3期佐久穂町地方創生推進会議では、第3期創生戦略の方向性を検討しています。その一環で、平成28年（2016年）に策定された「第1期佐久穂町コミュニティ創生戦略」がどのように検討されたのかを知る勉強会を開催しました。

前回（2022年9月号）は、「第1期佐久穂町地方創生推進会議」の熱気あふれる議論の様子をお伝えしました。本記事では、戦略の軸に「コミュニティ」を据えることとなった経緯についてのお話を紹介します。

問合せ先 総合政策課 政策推進係 ☎0267-86-2553

「町の良さ」を考え 「コミュニティ」に 行きついた

語り手は、第1期の会議に参加していた次の方々です。

- 田邊 佳代子さん
(町立千曲病院医師、NPO法人まんま代表、いまこ診療所所長)
- 武者 忠彦さん
(信州大学経済学部教授)
- 在賀 耕平さん
(佐久穂町政策アドバイザー、Golden Green運営責任者)
- 鷺見 真一さん
(特定非営利活動法人SCOP理事長)
※外部アドバイザー

当時、国の要請を受けて全国の自治体が地方創生戦略を策定しました。その多くが、企業誘致や移住促進、観光客を呼ぶキャンペーンなど、国の政策パッケージに沿ったものです。しかし、佐久穂町では「他の地域と同じことをしても勝ち目はない。他所にはない自分たちの強みを見つけよう」という話から議論が始まりました。

田邊さんは、コミュニティに注目した最初のきっかけを次のように振り返りました。

「こういう会議に出るのは初めてで、とてもワクワクした気持ち

でした。ところが初回到町の現状を分析した資料を見て、『佐久穂町って何もないんだ』と愕然としました。有名な企業も観光資源もなく、知名度もない。人口もどんどん減少していて、『この町はなくなってしまうんじゃないか』と思わざるを得ないような現実を知りました。

それでも私は、『何もないんだけど…、でもなんかいいんですよね、この町』とぼそっとつぶやいたことを覚えています。

この町に來たばかりで何もわからない時期に、役場の職員の方たちのサークルに混ぜてもらってすごく楽しかったり、それぞれの集落によそ者をふわつと受入れてくれる方がいたり、この町ってなんだか「あつたかい」と感じていました。すごく熱いわけでもなく、かといって閉鎖的で冷たいわけでもなく、本当に「なんか」という感じです。データを分析しても出てこないような、この良さってなんだろう？と思ったんです」

(田邊さん)

田邊さんのつぶやきをきっかけに、旧八千穂村で行われてきた健康づくりの歴史なども振り返り、「人と人のつながりという、都会にはない町の強み」が認識されまし

た。と同時に、それが弱体化しつつあるという指摘もなされました。「30年後や50年後の佐久穂町を考えたとき、強みであるはずのコミュニティが、急速に崩れつつあることに危機感もありました。それをもう一度構築し、その強みを次世代に継承していこう」ということで、創生戦略の中心にコミュニティが置かれることになったという記憶があります」(武者さん)

一方で在賀さんは、佐久穂町の財政的な課題に着目し、コミュニティの必要性を考えたと振り返ります。

「日本の財政が悪化していくことを考えると、佐久穂町も財源がなくなっていく、役場ができることが縮小していくと思われまう。じゃあ、役場ができなくなったら何をどこが担うのか。個人か、コミュニティのような共助に頼っていくことになります。個で担うのは厳しいから、コミュニティで支えられるようにしなければいけない。当時はそんな風に考えていました」

(在賀さん)

このような議論を見守った鷺見さんは、委員や役場の担当職員「住民としての決意」を感じたそうです。

「コミュニティがテーマとなれ

ば、住民は自分の問題として扱わざるを得ません。役場の職員であつても住民の立場で取組んでいくべきことがあるはずです。『コミュニティ創生戦略』とは、くらしを守り、地域を良くするために必要なことを、住民である自分たちが担っていくんだという宣言であるように、私は感じています」

(鷺見さん)

コミュニティって なんだろう

「佐久穂町の強みはコミュニティだ」と言われればなんとなくそんな気もしますが、コミュニティという言葉からイメージするものは人それぞれ。第1期の会議に参加していた委員も、「じゃあ、コミュニティってなんなんだ？磨いていきたいのはどんなコミュニティ？」という議論を重ねました。

今も印象に残っていることとして、田邊さんは第1期委員会の会長・島崎規子さんの話を紹介しました。

「島崎さんがされてきた様々な活動の場には、地域のリーダーとなつていく大人もいれば、大人と一緒に話を聞いている子どもたちもいる。そういう場で、自然と

『この町に、自分がいないと』という思いが広がっていくんだというお話でした。そこから、多世代が一緒になつて死ぬまで育ち合つていくような場、『人が育ち合うコミュニティ』という大事な視点が得られました」

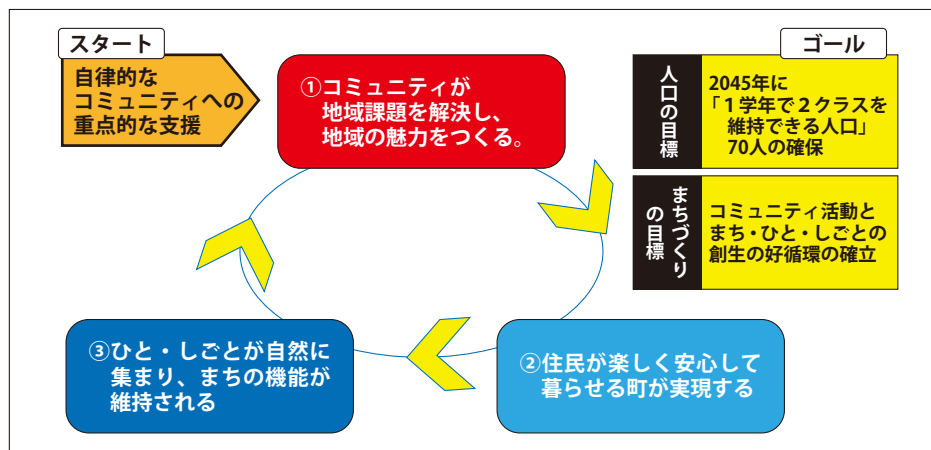
(田邊さん)

「コミュニティ創生戦略」には、重点支援の対象コミュニティの種類として「地域コミュニティ」「子育て・教育コミュニティ」「地域経済創造コミュニティ」の3つが挙げられています。

「町を維持していくのにどんなコミュニティが必要かと考えるとそこに住もうとする人を受入れる気持ちが高めなければいけない、子育てする人が孤立しないようにしなければいけない、仕事も重要だ、といったところから地縁、子育て、仕事のコミュニティが必要だ」という話になりました。これらを活性化していくことで、少しずつ人が入ってきて、仕事も増え、幸福度が高まっていくんじゃないか、そんな話が展開し、国の地方創生の文脈にも結びつくものになつていきました」

(鷺見さん)

在賀さんは、「コミュニティ創生戦略」の目指すべき町の姿「自律し多様なコミュニティが人々のくらしを支え、挑戦や行動を支援す



るまち」について次のように説明しました。

「くらし続けられる町であるために、一番の基礎としては人々の安心安全なくらしを支えるコミュニティがあります。ただ、それだけで人が増えるかという点と難しいでしょう。もうひとつ、人々の挑戦や行動を支えるコミュニ

ティがあり、そこから独創的で革新的なものが生まれると、それに惹きつけられて人が増えるという流れが期待できます。

そんな革新はどうしたら起きるのかというと、多様な人がいることが重要です。それは様々な研究でも明らかになっていて、全く違う思考をするような人たちがきちんとコミュニケーションを取ること、新しい何かが生まれるんです。だから、地域の人たちと新しく町にきた人たちが上手く混ざりあうようなコミュニティが重要だと考えたのです」

(在賀さん)

「コミュニティ戦略」 策定後の変化と今後

田邊さんは、「いまの佐久穂町は、ずいぶんとチャレンジしやすい町になった」と、「コミュニティ戦略」策定後の変化の実感を語りました。

第1期の検討過程を聞いた現委員からは、「人の温かさやつながりが町の強みである」という考えへの共感や、「コミュニティという表現はしっくりこない」といった意見など、様々な声が挙がりました。次回は、次期創生戦略の方向性を模索する現委員の議論の内容をお伝えします。

健康管理合同会議、3年振りに開催！

令和4年9月10日（土）、茂来館メリアホールにて健康管理合同会議が3年振りに開催されました。新型コロナウイルスの流行が落ち着かない中、zoom配信を行う等工夫をし、116名の方にご出席いただきました。久々の開催であること、またコロナ禍での活動自粛や生活様式が以前とは大きく変わった中で、健康についてどのようなことを皆さんに伝えていくのが良いか、今何を知ることができたら良いかを考え、今回は『カラダすこやかに～生き生きと生活するには～』をテーマに3名の方に話題提供をしていただきました。

カラダすこやかに～生き生きと生活するには～

話題提供抜粋



①「佐久穂町の高齢者の状況」

健康福祉課
地域包括支援センター係長
出浦千恵

現在、町の65歳以上の人口は4,084人です。（R4 現在）

その中で要支援・要介護の認定を受けている方は702人で男女別の割合は、男性30.1%、女性69.9%と圧倒的に女性が多いです。全体の割合とすると17.1%で、言い換えれば8割以上の方は生活自立の元気な高齢者だということになり、その人数は約3,300人以上。こんなに元気な高齢者がいるということは、佐久穂町は元気な町だと思います。

元気に生き生きと生活するには、「健康の4本柱」が大切と言われます。特に近年注目されているのが「社会参加」です。ちょっと近所の方とお話ししてみたり、教室などに出かけてみたり…。そこから健康に暮らすヒントを得たり、周りの人と話すことで元気をもらえることがあります。はじめての一步がなかなか出ないんだよという方もいると思います。しかし、その一步が元気の一步。これをきっかけに少し外へ出たり、誰かとお話をしてみましよう。健康教室のご参加もお待ちしております。

健康の4本柱が大切!!

運動機能
(歩行や移動、生活動作)

栄養、口腔機能
(食事の確保、食べる力)

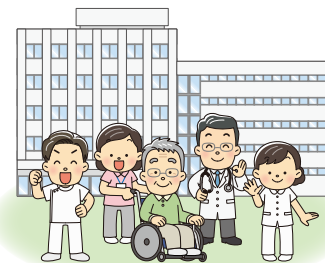
休養
(こころとからだの調整)

社会参加
(コミュニケーション、人とのつながり)



②「わが町 佐久穂町の保健・医療・福祉と千曲病院」

千曲病院名誉院長
小林正明



千曲病院の周辺には社会福祉協議会や老人保健施設等の福祉施設が集中して設置されています。一般的に、「保健」「医療」「福祉」が一元的に提供できれば便利と言われているますが、千曲病院はそれを一元化しやすい環境にあると言えます。病気の診断と治療（キュア）をはじめ、リハビリテーション、介護・福祉（ケア）、病気の予防（早期発見、健診、町民ドック）、健康づくりと幅広い分野に恵まれた環境で、地域に根差した医療を提供しています。時にキュアよりもケアの方が大切な場合が多くあります。また、健康づくりでは、まず皆さんが自分の身体を意識し、いたわること。そして健康づくり（食事・運動・休養）の大切さを周りの人に伝え、地域全体で分かち合い、支え合いながら1人ひとりが生き生きと生活できればと思います。



③脳いきいき教室

チーム佐久穂
八巻好美

Q 脳いきいき教室で何をしているの？

A 20種目のゲームを中心に、笑って、歌って、人とつながって指先・上半身・足と頭の体操をしています。

チーム佐久穂は、社会福祉協議会を介して地域からの要請に応じ活動している団体です。

「脳いきいき教室」を通して、いつまでも元気で生き生きと暮らしていくには、『人と話をする』『体を動かす』『脳に適度な刺激を与える』『色々なことに興味を持つ』『笑うこと。笑っても人生、笑わなくても人生、同じ人生を生きるなら大いに笑いましょう』ということを伝えています。また、チームで集まってメンバー自身も脳刺激しながら楽しむ。併せて町の方々へも脳刺激の楽しさを広げていきます。興味がありましたら、ぜひ脳いきいき教室に参加してみませんか？



意見交換会

話題提供後に行われた意見交換会では、出席された皆さんにご発言いただきました。

「（話題提供を聞いて）佐久穂町の健康事業の取組みは充実している、住民で良かった。」「保健推進員をしている。コロナ禍で地域の高齢者が家に閉じこもることが増加した。独居で一日誰とも話さないこともあると思う。この現状をなくしたい。」「コロナ禍になって、病院では患者と家族が面会できないことが一番残念。体制整備を変えながら活動に取組んでいきたい。」「まずは、自分を大切にしながら今日得た知識を家族や地域に広げていきたい。」など、話題提供に関する質問や感想が多く聞かれました。



まとめ

会議全体のまとめを、町立千曲病院 植竹智義院長にいただきました。

「3年中止が続いては元に戻らないと言われる中で、今回会議が開催できたことは前向きな事である。コロナとどう生きるか？人はコミュニティの中で生きている。地域の活動も感染に気をつけて以前のようにどんどん戻していく必要がある。町のいいところをなくさないように。お年寄りが地域のコミュニティに出て来られるように。今回出席した人が、この会議内容を10人に伝えるだけで出席者の10倍に広まっていく。中止されていた会を復活させた全ての関係者に感謝をしたい。今後、皆でやっていく姿勢が大切。皆でやっていきましょう。」



今回の健康管理合同会議の開催は、コロナ禍での健康を見直すいいきっかけになったのではないのでしょうか。

まずは自分から、周りの人から、そして地域で健康の輪を広げていくことにつながっていけばと思います。

管理栄養士の役に立つ食事情報

今月のテーマ



これからの寒さにも負けない！ 食事で風邪をひきにくい元気なカラダに

あなたは風邪をひきやすい？セルフチェック!! いくつ当てはまりますか？

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ 疲れやすい | ☐ 寝不足なことが多い |
| ☐ イライラしやすい | ☐ 最近あまり笑っていない |
| ☐ 食事を適当にすませている | ☐ 肌荒れしやすい |
| ☐ ストレスが溜まっている | ☐ 便秘をしやすい |
| ☐ 冷え性である | |

3つ以上当てはまった人は要注意

風邪をひきにくくなる3つの食事ポイント

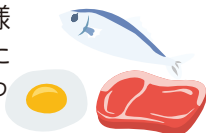
①身体をあたためる

辛みのあるシシトウや、ねぎや生姜などの薬味がおすすめ！



②免疫細胞を活性化させる

たんぱく質をとることで免疫細胞が活性化します！肉・魚・卵・大豆など様々な食材からたんぱく質をとってください。



③ストレスを和らげる

ビタミンCが豊富な野菜を多くとりましょう！ビタミンCは水溶性で水に溶けやすいので、汁ごと食べる料理がおすすめ。



カラダ温まる！ねぎと生姜をたっぷり巻いた豚しゃぶしゃぶ



エネルギー：248.3kcal 炭水化物：5.4g
脂質：15.2g たんぱく質：20.8g
食物繊維：1.9g 塩分：0.1g 野菜量：72.5g

●材料（約10杯分）

長ねぎ……1本 人参……1/2本
生姜……1かけ 豚肉……400g
豆苗……1パック 鶏だし……2カップ
※鶏だしの代わりに、だしの素も◎（小さじ1/2）

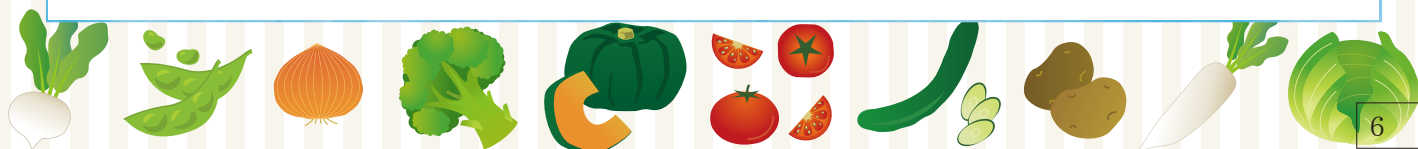
●作り方

- ①長ねぎを薄切り、生姜と人参を千切り、豆苗を5cm幅ほどに切る。
 - ②鍋でだし汁をあたため、①を入れ、豚肉をしゃぶしゃぶしてねぎをはさみ、器にもって食べる。
- *お好みで柑橘類を絞ったり、ポン酢につけて食べてもおいしいです。

●手作り鶏だし ・水……3カップ ・鶏手羽先…2本

【作り方】鍋に鶏手羽先と水を入れ、火にかける。あくをとりながら20分ほど煮る。

だし汁を保存する場合は鶏肉を取り出して冷蔵庫で3日ほど。
※鶏手羽先はほぐしてサラダに入れてもおいしいです。



令和4年分

青色申告決算等説明会のお知らせ

佐久税務署では事業を営んでいる個人の方を対象に、決算書の作成方法や注意点などについて説明会を開催します。

講師は税務署職員又は税務署が依頼した税理士が務め、説明会資料は当日会場で配布します。

●営業・不動産所得 説明会日程

開催日	時間	会場	対象地区	定員
12月1日(木)	午後2時～ 午後4時	佐久市佐久平交流センター (佐久市佐久平駅南4-1)	佐久市(佐久地区)	定員120名
12月5日(月)	午後2時～ 午後4時	小海町役場 2階大会議室 (小海町大字豊里57-1)	小海町・南相木村 北相木村・川上村・南牧村	定員50名
12月6日(火)	午前10時～ 正午	佐久穂町商工会本所 (佐久穂町大字高野町561-1)	佐久穂町	定員30名
12月6日(火)	午後2時～ 午後4時	臼田町商工会館 (佐久市臼田2207-1)	佐久市(臼田地区)	定員50名
12月7日(水)	午後2時～ 午後4時	小諸市文化センター (小諸市甲1275-2)	小諸市 御代田町	定員90名
12月8日(木)	午後2時～ 午後4時	軽井沢町商工会館 (軽井沢町中軽井沢9-3)	軽井沢町	定員30名
12月9日(金)	午後2時～ 午後4時	佐久市望月商工会館 (佐久市望月195-1)	佐久市(望月・浅科地区) ・立科町	定員50名

●農業所得 説明会日程

開催日	時間	会場	対象地区	定員
12月2日(金)	午後2時～ 午後4時	佐久市佐久平交流センター (佐久市佐久平駅南4-1)	全市町村	定員120名

※各会場とも説明会当日の先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。

(事前の予約は受付けておりません。)

※新型コロナウイルス感染症等の感染状況によっては中止する場合があります。

※各会場とも駐車スペースに限りがあります。可能な限り公共交通機関でお越しください。

※対象地区以外の会場へもご出席いただけます。

※事業所得又は不動産所得を生ずべき業務を行う白色申告の方も出席できます。

●問合せ先 佐久税務署 個人課税第一部門
電話 0267-67-3462



こちら
北部消防署
です!

北部消防署
0267-82-0119

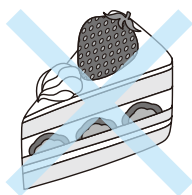
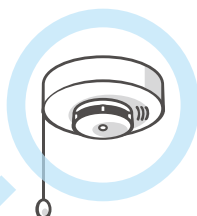


「ご存じですか?」
「ジューケーキ」

ジューケーキ（住警器）とは、「住宅用火災警報器」のことです。

火災が発生した際には、ご自身の目で煙や炎を見たり、鼻で焦げ臭いにおいを感じたり、耳でぱちぱちという音を聞いたり…と、直接的に気づくことがほとんどだと思います。しかし、それだけでは就寝中や仕切られた部屋で物事に集中している時などには火災に気づくのが遅れてしまいます。

そこで、家庭内での火災の発生をいち早く感知し、間接的に知らせてくれるのが、住宅用火災警報器です。



「住警器」を
設置しましょう

平成18年の法改正により、全ての住宅に住警器の設置が義務付けられています。佐久広域管内でも平成21年から条例により設置が義務化されました。

設置義務です 住宅用火災警報器



お近くのホームセンターや電器店、ガス事業者等からも購入が可能ですので、設置されていない方は早めに設置しましょう。

設置する場所は、基本的には寝室と、寝室がある階の階段上部の壁か天井となっていますが、併せて台所など火を取り扱う場所への設置もおすすめしています。

「住警器」の
点検・交換を

住警器の寿命の目安はおおよそ10年となっています。

住警器の設置が義務化となつてから10年以上が経過していますので、既に設置をされている方は、定期的な点検を行いましょう。

点検は住警器本体のボタンを押すか、紐を引くと警報や音声の流れます。作動しない場合は、電池が正しくセットされていない、または電池切れや機器の故障などといったことが考えられます。そういった場合は速やかに電池の確認や機器本体の交換等を行いましょう。



設置で安心
「住警器」

総務省消防庁における住宅火災の被害調査では、住警器が設置されている場合は、設置されていない場合に比べ、死者数と焼損床面積は半減、損害額は約4割減つたという結果があります。

実際、佐久広域管内においても、留守中の住宅内で住警器の警報が鳴り、近くを通りかかった住人の通報により火災を事前に防ぐことが出来たという事例がありました。

現在、佐久穂町内で住警器が設置されている世帯は約8割ですが、その内、正しい場所に設置されている世帯は約半数です。

北部消防署員も高齢者の防火診断などを通して、積極的に住警器の適切な設置を促進しております。皆様も自身や家族を住宅火災から守るために、早急に設置・点検しましょう。

information

NEWS

令和4年度社会福祉功労表彰

■問合せ 佐久穂町社会福祉協議会 ☎0267-86-4273

社会福祉振興にご尽力され、顕著な功績があった方、在宅において長年要介護者等を介護され、その献身的行為が他の模範になる方を表彰させていただきました。

【敬称略・順不同】

■社会福祉功労者（1名）

民生児童委員として、長年社会福祉発展のために貢献した功績

松澤恵次（みどり町）

■長期療養介護功労者（1名）

長期にわたりご家族の療養に献身的に尽くし、在宅福祉の向上に努めた功績

山口とみ子（下海瀬）



NEWS

寄付をいただきました

■問合せ 健康福祉課 ☎0267-86-2528

今年の2月に健康増進の連携協定を締結した明治安田生命保険相互会社様から207,000円の寄付をいただき、10月18日に贈呈式が行われました。

この寄付は、同社が取り組む「地元の元気プロジェクト」の一環で、従業員募金と会社のマッチングによる地元支援として実施される「私の地元応援募金」に、佐久穂町が選出されたものです。

同社の意向により「地域住民の健康増進」「子育て支援」「介護・認知症対策」等に役立てさせていただきます。

ありがとうございました。



明治安田生命保険相互会社 佐久営業所長 谷間 様(右)

お知らせ

ゆめゆりの丘分教室展のお知らせ

■問合せ 小諸養護学校ゆめゆりの丘分教室 担当：森恵嗣 ☎0267-86-2125

12月3日（土）～11日（日）までの9日間、茂来館1階において「ゆめゆりの丘分教室展（ゆめゆり展）」を行います。ゆめゆり展は佐久穂小中学校内にある小諸養護学校ゆめゆりの丘分教室の小学部、中学部の児童・生徒13名による作品展です。普段の学習の様子についての紹介も行っています。子どもたちの豊かな感性に触れていただけたと思います。皆様のお越しをお待ちしております。

（写真は昨年のゆめゆり展の様子です）



information

お知らせ

こどもセンターさくほっこからのお知らせ

■問合せ 佐久穂町こどもセンター ☎0267-86-2123

さくほっこの行事は、感染症対策のため定員を設け全て予約制で実施しています。

■定員 各5～6組程度

■参加費 無料

■対象者 就学前のお子さんと保護者の方

■1家庭3つまでの行事（就労相談を除く。）に申込みできます。

■12月分の予約受付開始時間

11月25日（金）9：00

※感染症の状況によって、内容が変更または中止になることがあります。ご了承ください。

■行事予約方法について

◎佐久穂町公式LINEで、「メニュー」の「予約」を選択し、案内に従って入力してください。

◎定員に達し次第、キャンセル待ちをこどもセンター窓口又は電話（0267-86-2123）で受け付けます。

◎ご不明な点は、お問合せください。



行事の詳細

『さくほっこ行事 ～親子 de ドラムサークル～』

■日時：12月2日（金）

①部 10：00～10：40

②部 10：50～11：30

■場所：こどもセンターさくほっこ ホール3

たいこや音の出る楽器などを使って、リズムを楽しみます。

『よみかせ&おたんじょう会』

～図書館司書による読み聞かせと

さくほっこスタッフによるお誕生会～

■日時：12月6日（火）

10：00～ 手形アート作り（お誕生児のみ）

10：30～ 読み聞かせとお誕生会

■場所：こどもセンターさくほっこ ホール3

予約が満席となり、お誕生児で予約できなかった場合には、こどもセンターまでご連絡ください。



『子育てママの就労相談』

■日時：12月8日（木）10：00～12：00

■場所：こどもセンターさくほっこ 和室

女性就労支援員が相談に応じます。仕事はもう少し先…とお考えの方も、お子様連れでお気軽にお出かけ下さい。就労相談も予約をおすすめしています。こちらの予約は、随時受け付けています。

『親子遊びとおしゃべり会』

■日時：12月9日（金）10：00～11：00

■場所：こどもセンターさくほっこ ホール3

親子でふれあいあそびをした後は、ママ達でおしゃべりを楽しみましょう♪おしゃべり会のファシリテーターは、精神保健福祉士の小林有里さんです。

『すくすくタイム ～ミッションインポッシブル2～』

■日時：12月21日（水）

①部 10：00～10：40

②部 10：50～11：30

■場所：こどもセンターさくほっこ ホール3

さくほっこのお楽しみ企画！ミッションをクリアして、お宝をゲットしよう！

—[広告欄]—

～わたしたちが大切にしていることば～

やってみよう
やってみなければわからない

自分の可能性に挑戦！
幼児さんから中高生さんまで
一緒に学習しています

11月無料体験学習
11/29まで受付中！

KUMON
さくほ教室（算数・数学/英語/国語）
090-6109-1378*とりごえ
（佐久穂小正門より徒歩2分、四ツ谷簡易郵便局斜め向かい）

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、
プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎0263-88-7009

結婚相談所 ムスベル

information

お知らせ

学校跡地（旧八千穂小） 利活用提案型売却のお知らせ

■問合せ 総務課 管財係 ☎0267-86-2525

町では旧八千穂小学校跡地を、民間活力によって地域の活性化や公益の向上を図ることを目的とし、学校跡地利活用提案型の売却を実施します。

実施要領の配布を11月18日から12月9日まで、役場総務課窓口にて行います。また、佐久穂町ホームページにも掲載いたします。

学校跡地の買い受けを希望する方は、要領をご一読のうえ応募をしてください。

お知らせ

佐久穂町立千曲病院 眼科診療について

■問合せ 佐久穂町立千曲病院 ☎0267-86-2360

11月5日（土）から山梨大学医師による眼科診療が始まりました。

診療は毎月第1土曜日の午前9：00～12：00（予定）です。受診には事前の予約が必要となりますので、下記の時間に電話でお問合せください。

■予約受付時間

月曜～金曜 13：00～17：00



お知らせ

長野県最低賃金のお知らせ

■問合せ 長野労働局労働基準部賃金室 ☎026-223-0555

長野県内の事業場で働くすべての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和4年10月1日から時間額908円に改正されました。この機会に、ご確認ください。

なお、対象となる賃金は、通常の労働時間・労働日に対応する賃金で、臨時に支払われる賃金、精皆勤手当、通勤手当及び家族手当などは含まれません。

また、中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施しています。ご活用ください。

■最低賃金に関する問合せ

長野労働局労働基準部賃金室（026-223-0555）
又は最寄りの労働基準監督署へ

■助成金に関する問合せ

【業務改善助成金】

長野労働局雇用環境・均等室（026-223-0560）

【キャリアアップ助成金】

長野労働局職業対策課（026-226-0866）



お知らせ

図書館だより

■問合せ 佐久穂町図書館 ☎0267-86-7020

■12月の休館日

5日（月）・12日（月）・19日（月）・26日（月）

■年末年始休館

12月28日（水）～1月4日（水）

■年末年始の長期休館前の特別貸出

期間 12月13日（火）～27日（火）

冊数 一人10冊

※視聴覚資料の貸出冊数は2点までです。

■移動図書館車の巡回日

Aコース：水曜日【14日】

Bコース：木曜日【15日】

Cコース：金曜日【16日】

お近くの巡回場所をご利用ください。



■とちの実おはなし会スペシャル

日時 12月10日（土）

15：00～15：40

場所 多目的室

■雑誌付録抽選会・本の福袋

本誌、公民館報の図書館だよりをご覧ください。

information

お知らせ

移動採血車による献血のお知らせ

■問合せ 長野県赤十字血液センター献血推進課 ☎026-214-8229／健康福祉課健康づくり係 ☎0267-86-2528

移動採血車による献血が下記の日程で行われます。血液を必要としている患者さんのため、多くの皆様のご協力をお願いします。

■日時：12月15日（木）14：00～16：00

■会場：町立千曲病院

■持ち物：初めて献血される方は身分証明書をお持ちください。

【400ml献血限定となります。】

■献血基準：全血献血

■年齢：男性17～69歳、女性18～69歳
（65歳～69歳の方については、60～64歳の間に献血されたことのある方。）

■体重：男女とも50kg以上の方

■年間総献血量：男性1200ml、女性800ml以内

■下記に該当する方は献血をご遠慮いただいております。

- ・新型コロナウイルス感染症と診断された方、またはPCR検査等で陽性になり、症状消失後4週間以内の方
- ・新型コロナウイルス感染症が疑われる症状があり、PCR検査等を受け、結果が陰性であったが、症状出現日から2週間以内及び症状消失から3日以内の方
- ・発熱及び咳などの急性の呼吸器症状を含めた新型コロナウイルス感染症が疑われる症状のある方
- ・保健所から新型コロナウイルス感染者の濃厚接触者と判断され、最終接触日から2週間以内の方
- ・味覚、嗅覚の違和感を自覚する方
- ・ファイザー社及びモデルナ社ワクチンを48時間以内に接種された方

上記以外のコロナワクチンは現時点では献血をご遠慮いただいております。

※上記に該当されない方でも問診内容により献血をお断りすることがあります。

お知らせ

思春期精神保健相談について

■問合せ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課 保健師 ☎0267-63-3164（直通）

思春期は、大きな成長の波にころも体も揺れ動き、不安定な時を過ごすことが多い時期です。不登校、ひきこもり、勉強や仕事に集中できない、人の視線が気になる、人とのコミュニケーションがうまくいかないなど、不安や心配がある方は相談してみませんか。どうぞお気軽にお問い合わせください。

■日時 不定期

■場所 佐久保健福祉事務所（佐久市跡部65-1）

■相談担当者 児童精神科医・保健師

■対象者 原則として、ご本人が18歳未満の方

■費用 無料

■申込み

- ・申込みは佐久保健福祉事務所健康づくり支援課保健師までお願いします。
- ・相談は予約制です。事前に必ず申込みをお願いします。
- ・申込み後、申込書をお送りしますので、記入してご返送願います。

- ・申込書をもとに担当医師と相談の上、実施日時などをご連絡します。

■その他

- ・相談内容等、秘密は厳守します。
- ・ご家族、学校関係者のみの相談も受け付けています。
- ・市町村や学校等にご相談されている場合は、申込み時にお申し出ください。
- ・感染症予防の為、日程の変更や中止となる場合がありますのでご了承ください。



information

お知らせ

精神保健福祉相談について

■問合せ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課
保健師 ☎0267-63-3164（直通）

ストレス社会と言われる中で、こころに疲れがたまっている方が増えています。精神的に緊張してしまったり、理由もないのに不安になったり、眠れなかったり、そんな悩みはありませんか？こころの病気や依存症、認知症などでお悩みの方の相談を行っています。

■日程

①日程 12月8日（木）、1月18日（水）

いずれも午後1時30分～

会場 東信教育事務所（小諸市与良町6-5-5）

②日程 1月11日（水）午後1時30分～

会場 佐久合同庁舎（佐久市跡部65-1）

■相談担当者 精神科医・保健師

■費用 無料

■申込 相談は予約制です。事前に必ず申込みをお願いします。

■その他

- ・相談内容等、秘密は厳守します。
- ・ご家族のみの相談も受付けしています。
- ・市町村や医療機関等にご相談されている場合は、申込み時にお申し出ください。
- ・感染症予防のため、日程の変更や中止となる場合がありますのでご了承ください。

お知らせ

くらしと健康の相談会について

■問合せ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課
保健師 ☎0267-63-3164（直通）

弁護士による失業、家庭問題、多重債務等の法律相談とあわせて、関係機関職員による生活・就業相談や保健師によるこころの健康などの健康相談をお受けします。

■開催日 12月6日、13日、21日、27日（火）

■時間 いずれも10：00～12：00、
13：30～15：30（1件1時間）

■場所 佐久保健福祉事務所（佐久市跡部65-1）

■内容 弁護士による法律相談、保健師による健康相談、関係機関による生活・就労相談

■費用 無料

■申込み

- ・申込みは佐久保健福祉事務所健康づくり支援課保健師までお願いします。
- ・事前の予約が必要です。
- ・各相談日の前週金曜日の昼までに申し込んでください。

■その他

- ・匿名での相談はお受けできません。
- ・同じ方による同一内容の相談は1回に限らせていただきます。
- ・相談の内容によっては日程の調整をお願いすることがあります。

お知らせ

11月30日（いいみらい）は年金の日です

■問合せ 小諸年金事務所 ☎0267-22-1082／住民税務課 国保年金係 ☎0267-86-2527

厚生労働省では、“国民一人ひとり、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日”として、11月30日を「年金の日」としています。

この機会に、ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか？ねんきんネットをご利用いただくと、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、次のようなさまざまな機能がご利用いただけます。

- ▶将来の年金見込額の試算
- ▶電子版「ねんきん定期便」の閲覧

▶受給に関する各種通知書の確認 など

ご利用方法には以下の2つの方法があります。

▶マイナポータルからログイン

▶日本年金機構のホームページからログイン

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

日本年金機構ホームページ（ねんきんネット）

https://www.nenkin.go.jp/n_net/



information

お知らせ

令和5年度から国民健康保険税の課税方式が一部変更となります

■問合せ 住民税務課 税務係 ☎0267-86-2526／住民税務課 国保年金係 ☎0267-86-2527

長野県が策定した「国民健康保険の中期的改革方針（保険料水準等の統一に向けたロードマップ）」に基づき、町ではロードマップに記載された取組みの中にある保険税の資産割の廃止を進めていくことになりました。これに至る経過等については、広報さくほ10月号に掲載しています。

今回は、資産割廃止までの詳細な方法についてご説明します。

■保険税の資産割を廃止する理由（広報さくほ10月号再掲）

- ・固定資産税額に応じて課税するため二重課税感が強いこと。
- ・町外の資産には課税されず不公平感がある。
- ・後期高齢者医療制度をはじめ他の健康保険で資産に応じて課税する制度はなく、不均衡感がある。
- ・自宅など収益性のない土地建物も対象となっている。
- ・所得のない方や年金所得だけの方にも課税され低所得者層の負担となっている。

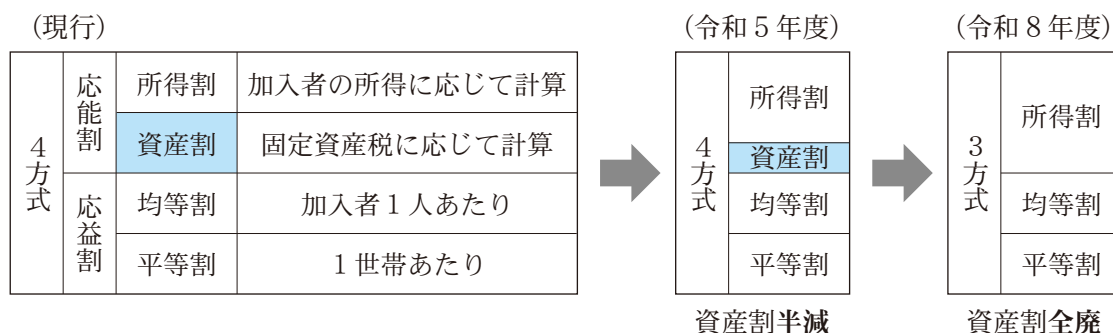
こうした点を踏まえ、町では資産割の廃止について、令和5年度から取組みを進めます。

■保険税の資産割の廃止と激変緩和措置

町では、現行の所得割・資産割・均等割・平等割の4方式による課税方法から、資産割を廃止した3方式に改正をします。この改正により被保険者の急激な負担増とならないように、資産割の廃止は、令和5年度に半減し、令和8年度に全廃するという段階的な方法で行います。

なお、今後も国保財政を安定的に運営していくためには、資産割廃止による保険税減少分を所得割等の他の区分に配分することも検討しなければなりません。基金を活用するなど、加入者の負担が大幅に増えることのないよう進めていきたいと考えておりますので、ご理解ご協力をお願いします。

■これからの課税方式



—[広告欄]—



**空家対策
を
応援します**

空き家をお持ちでお困りの方、空き家を使いたいとお考えの方、その他空き家のことでお困りの方などご相談をお受けします。また相続人の調査も行っています。

無料相談会

毎月第2・4木曜日午前予定

12月の相談会

日時：8日(木)・22日(木)
午前10時～12時
場所：茂来館2階

12月18日(日) 午後2時～4時 **要予約**

茂来館1階中会議室
感染症予防のため15名限定で行います。

申し込み・お問い合わせ 86-3717 竹内

相続・遺言セミナー



竹内達朗行政書士事務所 ☎ 0267-86-3717 FAX 86-3727

information

お知らせ

佐久圏域（小海、佐久穂、小諸、軽井沢、佐久都市計画区域）都市計画の変更に係る原案の閲覧・公聴会の開催

■問合せ 長野県佐久建設事務所整備課 ☎0267-82-8272／長野県建設部都市・まちづくり課 ☎026-235-7297

「小海都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」、
「佐久穂都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」、
「小諸都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」、
「軽井沢都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」、
「佐久都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」
の変更について、都市計画案の閲覧、公聴会を開催
します。

～都市計画案の公聴会について～

- 対象 都市計画案に係る地域にお住まいの方、
その他利害関係者
- 日時 令和5年1月28日（土）
午前10時30分から
- 場所 佐久市役所 南棟3階会議室
（佐久市中込3056）



～都市計画案の閲覧について～

- 期間 令和5年1月5日（木）から
1月27日（金）まで
- 内容 都市計画区域マスタープラン（県決定）
- 場所 ・小海町役場産業建設課
・佐久穂町役場総合政策課
・小諸市役所都市計画課
・軽井沢町役場地域整備課
・佐久市役所都市計画課
・御代田町役場建設水道課
・長野県佐久建設事務所整備課
・長野県建設部都市・まちづくり課

■公述申込

公聴会で公述（発言）を希望される方は、令和5年1月20日（金）までに、閲覧場所又は県ホームページにある公述申出書を持参又は郵送により提出してください。

申出がない場合は公聴会を中止します。

お知らせ

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金・長野県生活困窮世帯緊急支援金について

■問合せ 健康福祉課 福祉係 ☎0267-86-2528

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を
踏まえ、住民税非課税世帯等に対して給付金を支給
します。

■対象者

- ①基準日（令和4年9月30日）において世帯全員の
令和4年度分の住民税が非課税である世帯（住民
税非課税世帯）

※住民税が課税されている者の扶養親族等のみで構
成される世帯（別居している子等（課税）に世帯
全員が税法上の扶養となっている世帯など）を除
く。

- ②（新型コロナウイルスの影響など）予期せず家計
が急変し、①の世帯と同様の事情にあると認めら
れる世帯（家計急変世帯）

※定年退職や事業に季節性があるなどの場合は対象
外

- 給付額 1世帯あたり5万円

■手続き

- ・対象者①（住民税非課税世帯）

11月以降に確認書又は申請書が郵送されます。内
容を確認のうえ、同封の返信封筒でご返送くださ
い。

- ・対象者②（家計急変世帯）

令和4年1月以降の収入がわかる書類を用意のう
え、令和4年12月28日までに役場福祉係にご相談
ください。

■長野県生活困窮世帯緊急支援金

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金の
対象にならない世帯で、「長野県生活困窮世帯緊急
支援金」の該当になる世帯（住民税所得割非課税世
帯）には1世帯あたり3万円を支給します。該当世
帯には関係書類を郵送しますので内容を確認のうえ、
ご返送ください。

information

お知らせ

農業資材等価格高騰に対する補助について

■問合せ 産業振興課農政係 ☎0267-86-2529

コロナ禍及び世界情勢の急激な変化により原油価格等が高騰しており、肥料等農業用資材価格が上昇しています。

今回の価格上昇による激変緩和の緊急対策として、肥料等農業用資材に係る経費の一部を補助しています。

■補助内容

1. 補助対象者

町内に住所を有する個人又は町内に主たる事業所を有する法人のうち、下記のいずれかに該当する方

- ・令和3年あるいは直前の事業年度税申告において、農業収入がある方
- ・認定農業者、認定新規就農者等のうち、令和4年から営農を始めた方

2. 補助金交付額

- ・令和3年税申告（法人の場合は直前の事業年度税申告）において、農業に係る経費として申告したもののうち、肥料費、諸材料費、動力光熱費の合計額により、3,000円～750,000円の範囲内で交付

します。

詳しくは、農政係までお問合せください。

3. 申請受付期間

令和5年2月28日までとなります。

4. 必要書類等

- ・交付申請書兼請求書（様式第1号）
- ・誓約書（様式第2号）
- ・振込先口座の通帳表紙裏ページの写し
- ・令和3年分所得税青色申告決算書の写し
- ・令和3年分収支内訳書（白色・町県民税申告の場合）の写し
- ・直前の事業年度税申告に添付した農業における経費が分かる書類の写し
- ・令和4年から開始した者は、令和4年税申告書類



お知らせ

土壌診断等への補助について

■問合せ 産業振興課農政係 ☎0267-86-2529

農作物の生産において必要不可欠な農業資材のひとつである肥料は、現在の世界情勢の影響により高騰しており、大きな課題となっています。

将来にわたり良質な農産物を安定的に供給していくためには、避けることが難しい影響を受けにくい生産体制づくりを進めていくことが大切です。

そこで、肥料コストの低減あるいは、適正な施肥を実施することにより良質な農作物の生産に向けた取組を支援するため、土壌診断等に係る経費の一部を助成しています。

■補助内容

1. 交付対象者 下記の両方に該当する方

- ・農産物を生産し、かつ出荷販売している農業者
- ・町内に住所を有する方



2. 対象経費及び補助率

対象経費	補助率
(1) 土壌診断に係る経費	
①外部機関による土壌診断	100%
②自ら土壌診断を実施する経費	
(2) 技術指導・施肥設計の相談等に係る経費	50%
(3) 肥料コスト低減又は適正施肥に向けた勉強会等の開催経費	50%

※補助額には、上限があります。詳しくは、農政係までお問合せください。

4. 必要書類等

- ・昨年度及び本年度の出荷伝票等の写し
- ・土壌診断や施肥指導に関する結果等の写し
- ・その他実施したことが分かる書類
- ・支払ったことが分かる書類

5. 申請方法等

令和5年1月末日までに、上記必要書類を添えて、町又はJA佐久浅間佐久穂営農センターに申請してください。

地域おこし協力隊員コラム

「地域おこし協力隊」活動の進捗状況と残された課題

地域おこし協力隊 石田聡一



佐久穂町で主に酪農振興の活動をしてきて、協力隊の任期も残すところ半年を切りました。私のこれまでの活動を整理して、来年3月までに少しでも成果を上げようになりたいと思います。

【活動①：知識や技術の伝達】

私の活動の中心になったのは、酪農後継者の酪農技術・管理のレベルアップです。具体的には、月1～2回、バーンミーティング※や農協の会議室に集まり、あるいは毎月の各農家さん巡回の中で「勉強会」を実施してきました。

この2年半で酪農後継者にも基本的な酪農・肉牛技術は把握してもらえたと思います。しかし、身に着けた情報や技術を活かすには、ご家族を含め、一緒に働いている方の理解や協力が必要であり、後継者のコミュニケーション能力が問われています。自分の家の酪農管理、経営の生産性の向上のためには、これまでより手間がかかる場合や費用が発生することがあります。共同でやっている家族の方々への責任もありますが、ぜひいいと思ったことはどんどん提案してもらいたいと思います。メリット・デメリットをきちんと把握し、それを家族やスタッフと共有し、どう進んでいくのかを議論して行ってほしいところです。また、八千穂TMRセンター（八郡25番地）のホームページ内に“Ishida Blog”と称して、酪農、肉牛関係の情報発信をしています。主に30数年これまで自分が携わった試験研究や生産現場で経験した中で気になったこと・大事なことに触れています。

【活動②：飼料費高騰への対策】

次に活動の中心になったのは、飼料費の高騰の問題です。今年に入り輸入飼料の高騰が続く、佐久穂町の酪農家の方の収入は激減しました。そこで、佐久穂町の酪農家の皆さんに飼料を供給している八千穂TMRセンターと一緒に、飼料費のアップを抑える方策を練ってきました。

具体的には、近郊にある食品・農産加工の副産物の飼料利用に目を向けました。この結果、町内外の酒造メーカーさんから出る米ぬか、あるいは醤油粕等が利用できるようになり、今後はさらに取引が増えていく予定です。また、年内には県内の農産加工副産物等を使った「発酵飼料」の試験製造も予定しています。今後は県内等に安価で牛の飼料として使えるものがないか、関係者の皆さんといっしょになって情報収集を続けていきます。

【活動③：たい肥を通して耕畜連携の強化】

三つ目は、耕畜連携の強化に関する活動です。町の農業委員会の方や議員の方から、町の「土作りセンター」（堆肥センター）を中心とした耕畜連携の強化の重要性のお話があったことが活動のきっかけでした。その方策を整理するため、センターの堆肥調製の実態や品質を調査してきました。来年3月までには報告書を作成し、具体案を提案する予定です。

【地域おこし協力隊退任後の活動予定】

来年4月以降は、「インダルミナントサービス」と看板を掲げ、佐久穂町を起点として県内を中心に活動をしていきます。これまで培った予防獣医医療の技術や飼料の発酵技術を生かし、体が動く限り養牛農家さんの力になっていければと思っています。佐久穂町の町民の皆様の中に、県内の養牛農家さん等に知人がおり、前述の技術を欲する方がいれば、お手伝いできるかもしれません。

※：バーンミーティング…会議室ではなく、実際に現場（牛舎）で牛を見ながら飼養管理等を検討すること。



館報

さくほ

編集・発行 佐久穂町公民館 〒384-0503 長野県南佐久郡佐久穂町大字海瀬 2570

TEL.0267-86-2041 FAX.0267-86-2939

図書館だより

佐久穂町図書館 (TEL0267-86-7020)

今年は選べる！ 雑誌抽選会

図書館で所蔵している
雑誌の付録を
抽選でプレゼントします！

- 応募期間** 12月1日(木)～18日(日)
- 対象** 期間中に貸出をした方 (※ご本人のカードで貸出)
1人1回のみ
- 方法** 応募用紙へ記入し応募箱へ入れる。
*付録一覧ファイルから、希望の付録1つを選ぶ。
- 当選発表** 12月24日(土)
当選発表後から、お渡しいたします。

図書館の本のため、
プレゼントではありません
のでご注意ください。

本の福袋

どんな本が入っているか分からない楽しみと、自分では見つけれなかった本との出会いを提供し、図書館をもっと身近に利用してもらうため、「本の福袋」を実施します。

「本の福袋」の貸出は、令和5年1月5日(木)からです。

絵馬を見て袋を選んで、カウンターにお持ちください。

「本の福袋」には2冊の本が入っています。

通常の貸出にプラスして福袋の本を貸出いたします。

福袋の本を返却する際は、本のみをご返却ください。

福袋

短歌

俳句

同好会の
作品

佐久穂町短歌会

縛されし身のあがきかと思ふほどに蜘蛛は朝狩りの網を張りをり

菊池 むつ江

卒寿とはひとごとのような吾の年ながーいような短いような

油井 あき子

コロナ禍も猛暑もいとわず身の丈の五倍の虫をはこびゆく蟻

古清水 正子

この夏は蝉しぐれなく樺木の緑の高枝ただに見上げる

岡本 正子

インパール作戦に逝き還らざる叔父を偲びて幾たびの夏

石井 節子

くれなずむ空にむかつて呼んでみるみまかりし友と知りたる夕べ

小宮山 裕子

今もって不安の残るコロナなり岐阜の子供ら今年も来られぬ

小須田 しげみ

夕立の止みし千曲川の堤防にトンボ飛び交う行く手堰くまで

井出 明子

バリカンで兄弟かたみに髪刈りき遠き昭和のわが少年期

木内 賢隆

元気が出る公園の冬季利用について

元気が出る公園は、12月1日～3月31日まで
休園いたします。入園される方は、下記の内容を
確認のうえ、ご利用ください。

休園中は、管理事務所・水道・トイレ・マレ
ットゴルフ場・テニスコート・バーベキューハウス
は使用できません。

散策等で利用される際は、安全面・健康面等に
十二分に中止してご利用ください。

駐車場を使用される皆様は、第2・3駐車場を
ご利用ください。

年末・年始 休館日のお知らせ

生涯学習館「茂来館」及び図書館

令和4年12月28日（水）から
令和5年1月4日（水）まで

しらかば社会体育館・海瀬社会体育館・
旧中央小体育館及び奥村土牛記念美術館

令和4年12月29日（木）から
令和5年1月3日（火）まで

ご理解とご協力をお願いいたします。

親と子の
スキー教室開催

令和4年12月25日（日）
9：15現地集合

レッスン時間 午前10：00～12：00
午後は、フリー滑走とします。

対象者 町内小学校の児童とその保護者
参加費 リフト券・レッスン料込
大人 3,000円 小学生 2,000円
(レンタル料は、別途)

その他、詳しい事は、公民館窓口に着
意してある申込用紙をご覧ください。
公民館までお問い合わせください。

申込をされる方は、参加費を添えて公
民館窓口へお申し込みください。
(申込〆切 12/17厳守)

「第18回佐久穂町文化祭」が開催されました

令和4年11月 文化芸術活動に勤しむ個人や団体が一堂に会し、日頃の成果を発表しました。

11月3日(木)
マネージメントクラブ
楽音ライブ
メリアワンダー
with
ボタンナインイズ



マネージメントクラブ楽音ライブ



健康体操風景

作品展示

心のこもった素敵な作品の一部を紹介します。どれも力作揃いで、各出展者の作品に対する熱い想いが伺われるものばかりでした。



ステージ発表

本年は21団体の皆さんにご出演いただきました。2日間にわたり民謡や歌、コーラスやフラダンス、楽器演奏、太鼓演奏、日本舞踊など、様々な演目があり、子どもダンス教室や子ども日本舞踊など見ごたえあるステージとなりました。

11月5日(土)

音楽の部

卯の花童唱会



八千穂コーラス



歌を楽しむ会



佐久穂ウインドオーケストラ



大正琴同好会



三味線かたくりの花の会



郷土民謡会



コーラスフィオーレンテ



11月6日⑩

舞踊の部

子どもダンス教室



フラ レイホーク



アロハユウ



銭太鼓はなみずき



mn Dance Music



フラブルメリア・プアナニ



作品やステージの様子を紙面では載せきれませんが、町には様々な同好会活動があります。
お問い合わせください。

自然系

- 佐久穂町鑑賞菊同好会
- いけばな同好会
- 佐久穂地学同好会
- 佐久穂みどりの会
- 佐久ウチョウラン
- 山野草愛好会
- 愛石同好会

手工芸

- 八千穂パッチワーク教室
- メッシュクラフト
- 宮前手芸クラブ
- 陶芸同好会
- 佐久穂町木彫同好会
- 押し花クラブカタクリの会
- 大高編物手芸教室
- 八千穂バードカービング教室

健康

- 太極拳同好会
- さくほ
- ヨガクラス

芸術系

- 美術愛好会
- 水彩
- 花の絵クラブ
- 茶味の会
- 写友会
- かな文字教室
- 絵手紙同好会

その他

- パソコン同好会
- 将棋同好会
- 囲碁同好会

白樺舞踊団



西川社中・市舞会



深山流 八千穂会



子ども日本舞踊教室



新舞踊観染会



花さく太鼓



チェリーブロッサム



心動かされる作品・ステージに出会えた方！一緒にはじめてみませんか？残念ながら全ての
お気軽に茂来館まで

音楽系

- 佐久穂
ウインドオーケストラ
- 花さく太鼓
- 大正琴同好会
- 銭太鼓はなみずき
- マネージメントクラブ
楽音
- 三味線
かたくりの花の会

歌系

- 郷土民謡会
- 歌謡教室
- 八千穂コーラス
- 歌を楽しむ会
- コーラス フィオレンテ
- 歌声ひろば
- 佐久穂町詩吟同好会
- 岳照流白駒
- 卯の花童唱会

舞踊・ダンス系

- 新舞踊観染会
- 西川社中 市舞会
- フラフルメリア・フアナニ
- レイホーク
- チェリーブロッサム
- 白樺舞踊団
- 子どもダンス教室
- 子ども日本舞踊教室
- アロハユウ
- 深山流 八千穂会

文学系

- 佐久穂町短歌会
- 銀河俳句会
- 公民館短歌会 樹歌会
- 佐久穂町古文書を学ぶ会
- 英会話クラブ
- 八千穂書道クラブ 千穂支部
- 読み聞かせ同好会
- おはなしサークル
ふしぎなポケット
- 佐久穂町書道同好会

第3回

いきいき茂来クラブ

北信濃視察研修

コロナの影響でしばらく中止されていた「いきいき茂来クラブ」の視察研修が10月13日に実施されました。参加者は60名、高橋まゆみ人形館、岩松院へ行ってきました。

高橋まゆみ人形館では、昔懐かしい日本の風景、そこで暮らす人々の日常が表情豊かな人形によって再現されていました。ほっこり笑顔になる作品はもちろん、どこか物寂しげ

で思わず涙がこぼれそうになる作品もあり、人形を通して心情を感じる素晴らしい体験ができました。



続いて訪れた岩松院では、とても話し上手な住職さんに葛飾北斎、福島正則、小林一茶についてご説明していただき、その後見学することができました。

岩松院の天井一面に描かれた、葛飾北斎の作品「八方睨み鳳凰図」には、晩年に描き上げた作品とは思えない力強さがあり、色彩もとても鮮やかで、鳳凰の凛とした目力に圧倒されました。

名前や作品をメディアでは見たことがありましたが、実際の作品について説明を聞き、観ることにより深く理解できるのだとわかり、とても貴重な経験をすることができました。

佐久穂町文化財保護審議会の

視察研修を行いました。

10月19日、佐久穂町文化財保護審議会は群馬県富岡市と下仁田町で視察研修を行いました。

富岡市では、上毛三山の一つである妙義山の山腹に鎮座する、妙義神社を視察しました。この妙義神社は当町大日向にある妙義神社と関わりがあり、大日向に神社を創建する際に、上州から神様を分けてもらったと考えられます。創建したのは大日向村の長者であった小須田七之丞と伝えられます。小須田七之丞は上州

の妙義神社に奉納金を納めたという古文書も残されています。

下仁田町では、下仁田町自然史館を視察しました。下仁田町の地質について、岩石や化石等の展示で知ることができ、施設で、下仁田ジオパークの拠点施設にもなっています。

現在下仁田町自然史館では、長野県と群馬県の県境にある兜岩層から産出した化石の企画展示をしています。展示資料の中には、佐久穂町文化財保護審議会委員を務めた故・輿水太伸氏が採取した標本も展示しています。企画展は来年6月30日まで開催しています。



～むかしたんけん館は、社会学融合を目指します～

佐久穂町ふるさと遺産収蔵館一般公開



来場御礼！ むかしたんけん館

10月15日土曜日の一般公開では、多くの町民の皆様にご来場いただきました。誠にありがとうございました。来場者総数は、235名にのぼり、改めて感謝申し上げます。好評だった特別企画のひとつ、高校生「むかたん田代の鉱物スクエア」は、これからもブースを用意します。また、チラシにむかしたんけん館の場所が示されてなかったこと、次回に向けて改善していきます。



佐久穂町むかしたんけん館 記念講演会

日時 令和5年 1月28日(土) 14:00～15:30

会場 花の郷・茂来館 メリアホール (入場13:30)

演題 「おもしろい昆虫の話」

講師 ふじやま しずお
藤山 静雄 信州大学 理学部 名誉教授



(信州大学HPより)

＜研究分野＞動物生態学

- ・昆虫や小動物の生態
- ・昆虫や小動物の飼い方
- ・昆虫や小動物の保全を目指した環境についてなど



むかたん瀬田の「虫の世界」(むかたん一般公開より)

主催 むかたん友の会

後援 佐久穂町教育委員会



とびめわさ

発掘!

——日々彫刻刀を握る今も、100歳になった家に続く代々



いでのぼる
井出昇さん

1922年旧海瀬村生まれ。海瀬尋常高等小学校卒業後、東京の仏師尾崎青雲に弟子入り。43(昭和18)年応召、46年復員。農業のかたわら仏像を彫り続け、佐久創造館などで後進の指導にあたる(現在も継続中)。93年初の個展(中込・リッチランド)。2017年「佛像彫刻展示館」を自宅一角に建てた。8年前に妻のスミ子さんを亡くし現在一人暮らし。健康の秘訣は毎朝20分の体操。「これからも体を大事にして充実した毎日を送りたい」。海瀬在住。

「仏像彫刻は己の鏡のようなもの。心が清浄でないと、仏様の慈悲を仏像に表現できません。日々研究に研究。頭の中からこの二文字が消えたことはありません」

今 年百歳になったが、「今でも毎日二時間は彫刻刀を握っています」と、意気軒昂だ。

「私たちの身のまわりにあるもすべて、たとえば木や土も仏」と昇さん。「でも、木や土に向かつて手を合わせましょう、といつてもどこにむかつて拜んでいいかわからない。だからノミや彫刻刀を使って木を人格化する。それが仏像なんです」

仏像彫刻の道を歩んで八十五年。自らの創作活動のかたわら佐久創造館や公民館で後進の指導にあたってきた。指にできた大きなタコが長い仏師生活を物語する。「仏像彫刻は地味だけど、こんないい仕事はない。私にぴつたりの仕事だと思います」

昇さんが当時東京で有名だった仏師尾崎青雲に弟子入りした

のは十四歳のとき。昇さんの家は代々続いた仏師の家系。小さい頃から将来は仏師になるものと思っていた。大工だった父親からことあるごとに仏師の道を勧められたからだ。

「長男が大工になって、早くに家を出たこともあって、自分が跡を取るんだと思っていました」

父親が仏師の道を勧めたのには理由がある。昇さんの祖父は宮大工。初代から九代続いた仏師の家系がここで途切れた。父親としては仏師の家系を再興させたいという強い思いがあった。しかし仏師一本で生活していけるのか、子ども心にも不安があった。だが父親は「うちには土地(田畑)もある。仏師の仕事がないときはお百姓をすればいい」と背中を押した。

「修業中の五年間はきびしかったですね。昼間は台座やお厨子

(仏像を収納する仏具)ばかり作って、仏像を彫るのは夜。夜中の二時くらいまでノミをふるっていた。人には負けないという気力で取り組んでいました」。師青雲からのアドバイスは、「私の仏像を見て『ここはこういうふうにしなきゃダメだ』って一言。それが二度ほど(笑)」。

二十一歳で応召。戦地(仏領インドシナ)では仏像を彫りた一心だった。復員後はそれどころではなかった。「とにかく食べるものがないから、お百姓に専念しました」。養蚕、養豚、菊もやった。菊は品評会で何度も入賞。「何でもやれば夢中になる人間だから(笑)」。そして農閑期には彫刻刀を握った。「仏像作りだけは絶対におろそかにしませんでした」

佐久創造館の木彫講師に招かれたのは八九年。仏像作りに精力的に取り組む昇さんのことが関係者の耳に入ったのだ。「仏像彫刻なんて奥ゆかしいことをやりたい人がいるんだろうか」と心配したが、ふたを開ければ受講希望者で溢れた。川上村、旧望月町、旧佐久町、小海町の公民館でも教え、多いときは八つの講座を持った。

いづれは仏師一本で、と思っていたもののなかなか踏ん切りがつかなかったが、「このへんでやらなければやるときがなくなる」と決断。七十歳の頃だ。「陰でやっていないで表舞台へ出たらどうだ」とい

う周囲の後押しもあった。農業のほうには作付けだけをしてあとは業者がまかせた。

初の個展は、九三年。反響は大きく、「これだけの技術があつて、何で今まで百姓をやつてただ」という声があちこちから聞こえた。それがまた大きな自信にもつながった。

仏像の注文は個人が主だが龍雲寺(佐久市)に釈迦如来像を、桂雲寺(佐久穂町)に千手観音像を、それぞれ納めた。「仏像彫刻は己の鏡のようなもの。心が清浄でないと、仏様の慈悲を仏像に表現できません。日々研究に研究。頭の中からこの二文字が消えたことはありません」

念願の「佛像彫刻展示館」を自宅一角に建てたのは五年前。「無心に仏像を彫っていると、極楽浄土に行ったような心境になれる。それが仏像彫刻のいいところです。私はそれが一番幸せなことだと思つている。あきずに折れずに我慢強く、ただ一心にコツコツ仏像を彫る——私の人生はそれしかないですね」



仏像や能面が並ぶ「佛像彫刻展示館」。「自分の人生、魂を吹きこんで彫った作品。狭いけれど立派なものにしたかった」