

広報

さくほ



「八千穂高原のレンゲツツジ」 提供：写友会 内津喜重

●主な記事

特集①水害や土砂災害から命を守るために 2p～5p
特集②千曲病院眼科にてOCT（光干渉断層計）を導入しました。..... 6p



しらかぼちゃん

水害や土砂災害から 命を守るために

近年、梅雨前線や台風に伴う集中豪雨による水害が激甚化しています。これから出水期（6月～10月）を迎えるにあたって、河川の氾濫や土砂災害の危険性が高まります。

このような水害や土砂災害から命を守るためには、平時から、住民一人ひとりがいざという時に取るべき対応をしっかりと理解しておくことが大切です。

地震や風水害といった災害が発生したことを想定して、今のうちから事前の準備等を進めておきましょう。

■避難を始める前に考えること

【風水害時】避難場所へ事前に避難する必要があるかの確認

地震の発生は予測が難しく、事前に避難することはできませんが、台風や大雨などの風水害は気象情報等から事前に避難することができます。

さまざまな情報を活用しながら、安全確保のタイミングや必要性を確認しましょう。

佐久穂町防災ポータル
【各種ハザードマップ】



気象庁
【佐久穂町の防災情報】



●親戚や知人宅への避難の検討

避難先は町が開設する避難場所だけではなく、安全な親戚・知人宅に避難するなど、いくつかの方法を考えておきましょう。また、家族のみの空間が設けられ、他者との接触が遮断できる車中泊もお考えください。

●避難場所へ持参する物

町で準備できる物品には限りがあります。ご自身の健康状態を確認するための体温計など、可能な限り、あらかじめ準備している非常持出品に加えておき、万一の際に持ち出すことができるようにしておきましょう。

災害に備えて用意しておくもの

非常持出袋

- ☐ 懐中電灯
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ 予備の電池や充電器
- ☐ ロープ
- ☐ ティッシュ
- ☐ マッチ・ライター・ろうそく
- ☐ タオル
- ☐ 洗面用具
- ☐ ビニール袋
- ☐ 飲料水
- ☐ 応急医療品
- ☐ 下着類・衣類
- ☐ 非常食（アルファ米・缶詰・レトルト食品・クラッカーなど）

貴重品

- ☐ 現金
- ☐ 印鑑
- ☐ 健康保険証
- ☐ 免許証
- ☐ 預金通帳
- ☐ 権利証書

人により必要となるもの

- ☐ 補聴器
- ☐ 常用薬
- ☐ 眼鏡・コンタクトレンズ
- ☐ ベビー用品
- ☐ 生理用品

避難する際に役立つもの

- ☐ 雨具
- ☐ 軍手
- ☐ 避難用の運動靴・スリッパ
- ☐ 缶切り・栓抜き
- ☐ ヘルメット
- ☐ 笛
- ☐ 足元の安全を確認する棒
- ☐ キャンピング用品

感染症対策として準備するもの

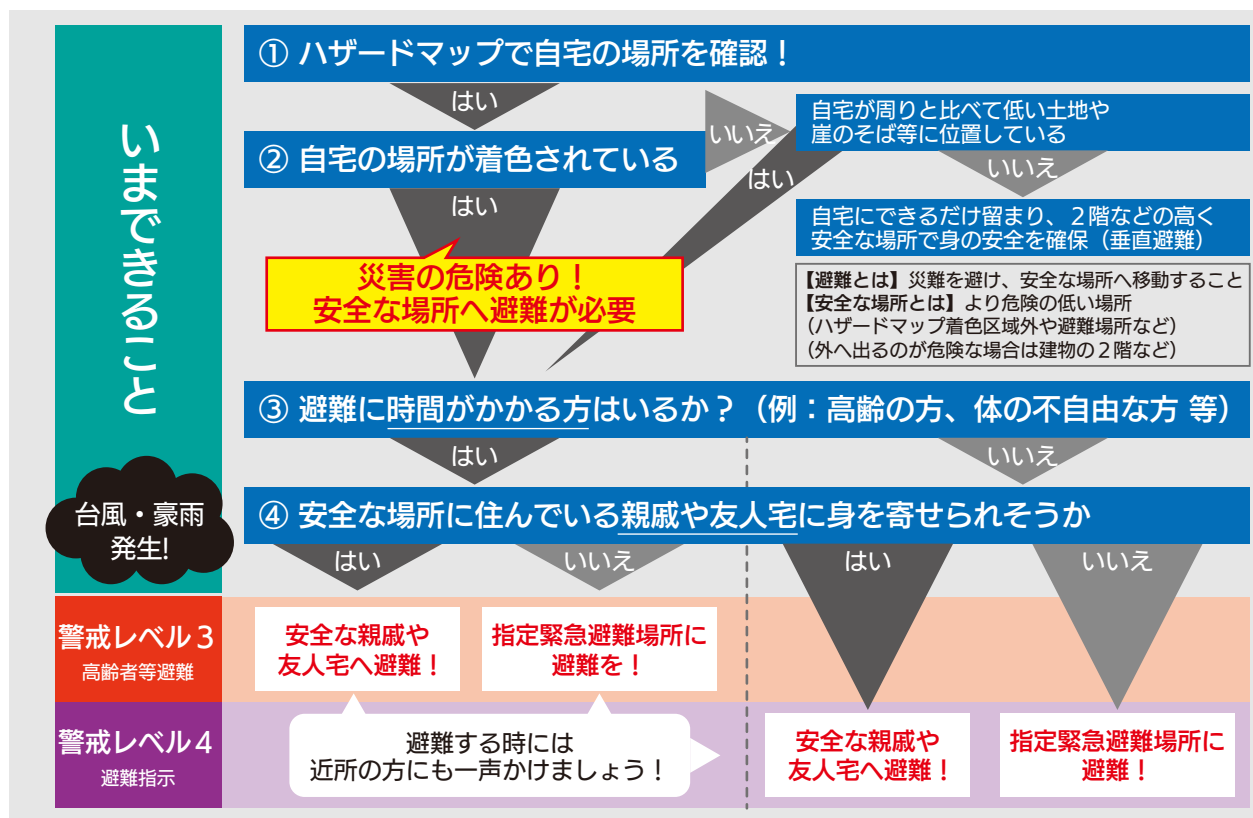
- ☐ マスク（タオル等）
- ☐ アルコール消毒液（ウェットティッシュ等）
- ☐ 体温計
- ☐ 持病薬
- ☐ 寝具（毛布等）

台風・豪雨災害に備えてハザードマップと一緒に「避難場所」を確認しましょう

住民一人ひとりが日頃からしておくこと

1 避難場所を確認する

あくまでも、安全に移動できる段階で、町の指定緊急避難場所などの安全な場所へ避難することが大原則ですが、遠くまで避難することが危険な場合は、その場その時の状況で最も安全と思われる場所へ避難しましょう。



遠くまで避難することが危険な状況のときの避難先

いつ？

- ・ 浸水の中を避難しなければならないとき
- ・ 浸水や土砂が迫ってきたとき

どこへ？

- ・ がけや沢、川・用水路から離れた最寄りの高い建物や高台
- ・ 自宅の高いところや斜面から離れた部屋

町ハザードマップで確認

記入欄

2 地域にある洪水・土砂災害の危険箇所、避難経路を確認する

落ち着いて避難できるように、自宅周辺の危険箇所や避難経路を確認しておきましょう。

3 情報の入手方法を確認する

洪水・土砂災害が発生する可能性が高くなると、気象庁、県、佐久穂町からも、**気象情報をはじめ様々な情報が発表**されます。こういった情報は、携帯電話会社が提供する**緊急速報メール**、町が設置する**防災行政無線**、または**テレビやラジオ、インターネット**などから入手できます。自分から積極的に情報を入手する習慣をつけましょう。



警戒レベル 【状況】	避難行動等	避難情報等
警戒レベル 5 【災害発生又は切迫】	命の危険 直ちに安全確保！ 既に災害が発生している状況です。 命を守るための最善の行動 をとりましょう。	緊急安全確保 災害が実際に発生していることを把握した場合に発令 (佐久穂町が発令)

《警戒レベル4までに必ず避難！》

警戒レベル 4 【災害のおそれ高い】	危険な場所から全員避難 速やかに避難先 へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅のより安全な場所に避難しましょう。	避難指示 (佐久穂町が発令)
警戒レベル 3 【災害のおそれあり】	危険な場所から高齢者等は避難 避難に時間を要する人（高齢の方、障がいのある方、乳幼児等）とその支援者 は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	高齢者等避難 (佐久穂町が発令)
警戒レベル 2 【気象状況悪化】	自らの避難行動を確認 避難に備え、ハザードマップ等により自らの 避難行動を確認 しましょう。	大雨洪水注意報 (気象庁が発令)
警戒レベル 1 【今後気象状況悪化のおそれ】	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁が発令)

※避難情報等は、警戒レベルの順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

ペットと避難する際のお願い

大切なペットのためにも、平時からペット避難についても備えましょう

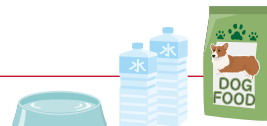
1 必ずケージを持参してください。

ケージに入っていない動物は避難所の建物には入れません。
避難所にケージ等の準備はありません。チャックのない袋やリュックは不可です。
避難所では、ペットは人の避難スペースと分けた場所に入ります。



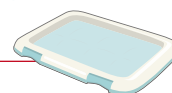
2 飼い主明示をしてください。

ネームプレート等をつけてください。
犬は首輪に鑑札、狂犬病予防注射済票をつけて、リードも持参してください。



3 餌、水、器、掛け布、ゴミ袋、ペットシート、雑巾をご用意ください。

その他ペットに必要な物を準備しましょう。

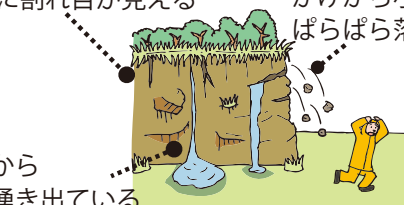


土砂災害の前ぶれ（予兆現象）に注意しましょう

土砂災害が発生する前には、予兆現象が見られることがあります。
大雨が降ったときに次のような状況を発見したら、すぐに避難対応を開始してください。

がけ崩れ の発生前には・・・

がけに割れ目が見える
がけから小石が
ぱらぱら落ちてくる
がけから
水が湧き出ている



土石流 の発生前には・・・

山鳴りがする



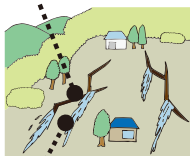
急に川の流が濁り、
流木が混じっている



雨が降り続けているのに
川の水位が下がる

地すべり の発生前には・・・

地面にひび割れができる



斜面から水が噴き出す

沢や井戸の
水が濁る



この他にも・・・

- ・地鳴り、木の根のちぎれる音、岩の割れる音などがする
- ・ものの腐ったような臭い（腐葉土、下肥の臭い）がする
- ・小動物が異常行動（騒ぐなど）をとるなど

外出先の「もしも」に備える防災ポーチ

防災ポーチとは、外出時に災害が発生したときに備えて、必要最低限の防災グッズを入れて身につける「持ち歩く防災袋」です。普段から持ち歩くことで、必要なものがすぐ手元にあるため、いざという時に便利です。

防災ポーチに入れる物は、次のような物があります。

- ・飲料水や食料（非常食）
- ・救急セット（絆創膏、包帯、消毒液、鎮痛剤など）
- ・懐中電灯やラジオ
- ・携帯電話充電器
- ・防寒着
- ・トイレ用品（トイレットペーパー、トイレシート、着替えなど）

などが一例です。防災ポーチの中身は、個人のライフスタイルや地域や季節によって必要なものが異なります。普段から持ち歩くことができるコンパクトなものを選ぶことが大切です。また、防水性や耐久性のある素材で作られているものを選びましょう。

女性が備えたいもの

災害時に備えた防災用品として、女性向けの必需品を加えておくと安心です。生理用品や下着の他、体を拭くなど衛生用品としても使えるウェットシート、肌ケアするための保湿クリームなど、自分に必要なものを準備しておきましょう。

- ・下着
- ・カップ付きタンクトップ
- ・サニタリーショーツ
- ・ナプキン、おりものシート、尿もれパッド
- ・携帯ビデ
- ・ウェットシート
- ・髪ゴム
- ・鏡
- ・リップクリーム、化粧水、保湿クリーム など

【問合せ】 総務課 防災係 ☎0267-86-2525



千曲病院からのお知らせ



4月よりOCT (Optical Coherence Tomography 光干渉断層計) を導入しました

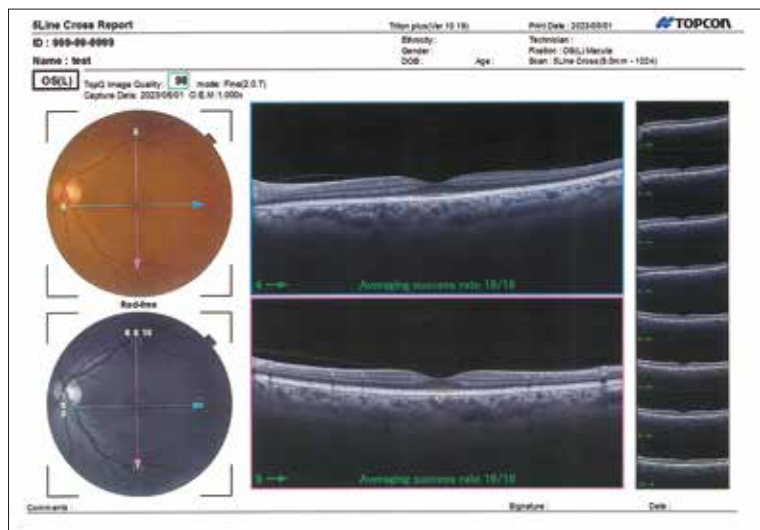
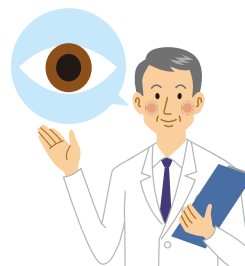
OCT検査とは、近赤外光を利用して網膜の断層像を得ることの出来る検査です。

患者さん自身にほとんど負担をかけることなく眼底の断面図をミクロレベルで理解し撮影することが可能な非常に画期的な検査です。

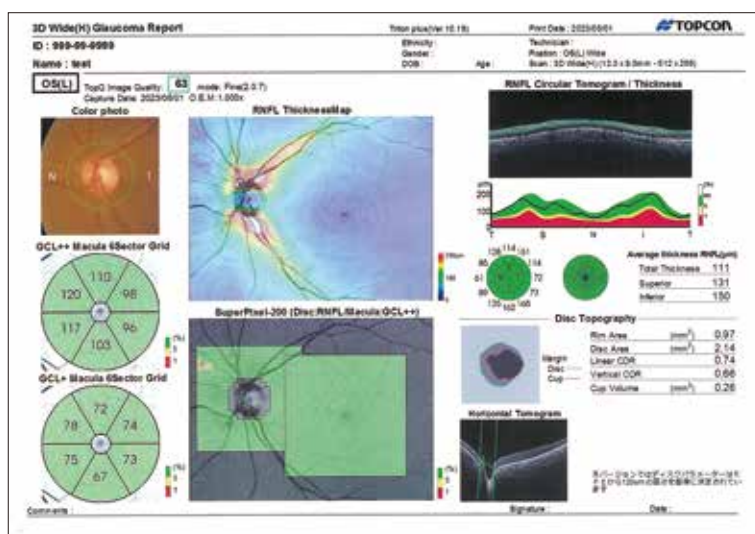


OCTの断層画像から、表面から見てもわからなかった網膜のむくみ、神経線維の減少などの網膜の異常を発見できるようになりました。

緑内障や糖尿病性網膜症、加齢黄斑変性などの網膜疾患の発見、治療の方針の決定、治療効果の観察が効果的にできます。



検査は片眼ずつ行いますが、専用の台に顎を乗せ機械内部を見ていただくだけで、解析時間を入れても1分程度で終了します。



気になる症状があり、検査を希望される方は当院眼科外来にご相談ください。

土砂災害から身を守る

梅雨の時期は、大雨による土砂災害や浸水害、洪水などの大雨災害が、1年の中でも特に起こりやすい時期と言われており、実際に7月上旬には多くの災害が日本各地で発生しています。梅雨入りした今、あらためて大雨に備えるポイントを確認しておきましょう。



○7月上旬に発生した災害

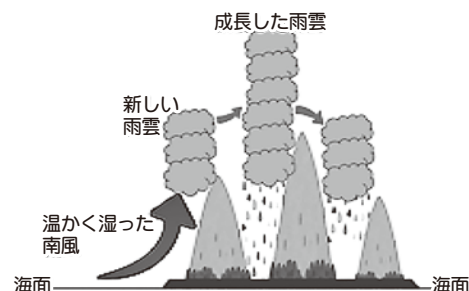
- ・2016年6月30日 九州豪雨 死者7名
- ・2017年7月6日 九州北部豪雨 死者40名
- ・2018年7月8日 西日本豪雨 死者263名
- ・2019年7月4日 九州南部大雨 死者2名
- ・2020年7月9日 熊本豪雨災害 死者84名
- ・2021年7月3日 熱海市土石流 死者25名

7月上旬のいずれの災害でも線状降水帯が形成され、長期間にわたり集中して激しい雨が降り続いています。梅雨の大雨災害の怖さは、台風や低気圧と違って、雨の終わりが見えないところ。近年は「50年に一度」と言われるような規模の大きな水害が、この時期に毎年日本のどこかで発生しています。

○線状降水帯とは

線状降水帯とは、次々と発生する発達した積乱雲が一系列に並ぶことで形成される入道雲の集合体のことで、7月はさらに梅雨前線が活発化して大きな水害が発生しやすくなります。山があれば線状降水帯はどこにでもでき、連続した入道雲が何10万トンという水を縦方向のはるか上空に蓄積させ、雨として一気に地上に落とすので、川の上流では線状降水帯による豪雨が降り続き、中流では土石流が発生し、下流では洪水が発生と、上流・中流・下流の場所によって発生する被害が異なります。地域によって極端に被害が違うのが特徴で、俗に連続滝状災害とも言います。

線状降水帯の模式図



○6月は「土砂災害防止月間」

国土交通省では、土砂災害の防止と被害の軽減を目的に、6月を「土砂災害防止月間」と定めています。長野県は、土砂災害警戒区域箇所が全国でも上位ですが、同省が2018年に実施した調査では、7割近くの人が、自宅が土砂災害警戒区域に含まれていることを知らなかったと回答しています。そのため、まずはハザードマップを確認して、自宅や会社周辺にはどのような被害が想定されているかを知っておくことが大切です。また、斜面があるところに住んでいる人は、梅雨の時期は大雨が降り始める前から気象庁が発表する気象情報や土砂災害情報を注視し、土砂災害警戒情報で自分のエリアに「危険」を示す「紫」がついたら、避難指示が出ていなくても危険が高まっていると考え、早めの避難を心がける必要があります。

土砂災害の前兆と見られるようないつもと違う現象があったら、迷わず避難を。土石流をはじめとする土砂災害は、災害が起きてしまってからでは逃げ切れません。事前に起きやすさを知っておき、早めに危険区域外に避難できるよう準備しておきましょう。



佐久穂町・佐久穂町立千曲病院職員 採用試験のお知らせ

●令和6年4月採用職員を下記のとおり募集します。

	試験区分	採用予定人員	要件等
佐久穂町役場職員	○一般事務	若干名	・年齢要件①、住所要件①
	○一般事務 (情報)		・年齢要件①、住所要件① ・次のどちらかの要件を満たすもの ◎情報系の学部等を卒業した者（卒業見込みの者） ◎IT・情報系企業等での職務経験を有する者
	○保健師		・年齢要件① ・採用予定日現在において資格を有する者、または令和6年春までに資格を取得することが見込まれる者
	○保育士	若干名	・年齢要件③ ・採用予定日現在において資格を有する者、または令和6年春までに資格を取得することが見込まれる者
千曲病院職員	○保健師	若干名	・年齢要件① ・採用予定日現在において資格を有する者、または令和6年春までに資格を取得することが見込まれる者
	○看護師	若干名	・年齢要件② ・採用予定日現在において資格を有する者、または令和6年春までに資格を取得することが見込まれる者
	○介護福祉士	若干名	・年齢要件④ ・採用予定日現在において資格を有する者、または令和6年春までに資格を取得することが見込まれる者
	○放射線技師	1名	・年齢要件① ・採用予定日現在において資格を有する者、または令和6年春までに資格を取得することが見込まれる者
	○視能訓練士	1名	・年齢要件③ ・経験者

年齢要件①・・・昭和63年4月2日以降に生まれた者

年齢要件②・・・昭和58年4月2日以降に生まれた者

年齢要件③・・・昭和53年4月2日以降に生まれた者

年齢要件④・・・平成5年4月2日以降に生まれた者

住所要件①・・・令和5年6月現在、佐久穂町に住民登録をして佐久穂町に居住する者、
または令和6年4月採用までに佐久穂町に住民登録をして佐久穂町に居住する者

提出書類

佐久穂町職員・千曲病院職員採用試験申込書等
(それぞれのホームページから様式ダウンロード可)

受付期間

令和5年7月7日(金)まで
(どちらの場合でも佐久穂町役場総務課庶務係へ郵送提出)

1次試験日程

《佐久穂町役場》 令和5年7月22日(土)
今年度はSPIテストセンターでの受験はありません。

1次試験内容

高校卒業程度のSPI3-H(文章の意味の理解力、論理的思考力、性格検査)

その他

- ・高校生については今回の募集対象外です。高校生を含めた試験については後日実施予定です。
- ・佐久穂町役場職員については、専門職であっても、一定期間、一般事務職として配置される場合があります。
- ・佐久穂町役場職員の保健師と千曲病院職員の保健師は、重複して申し込むことはできませんので、申込書を間違えないようにご注意ください。

◎その他詳細は町ホームページ及び千曲病院ホームページをご確認ください。



問合せ先：佐久穂町役場総務課庶務係 ☎0267-86-2525
佐久穂町立千曲病院 ☎0267-86-2360

STOP! 電話でお金詐欺!

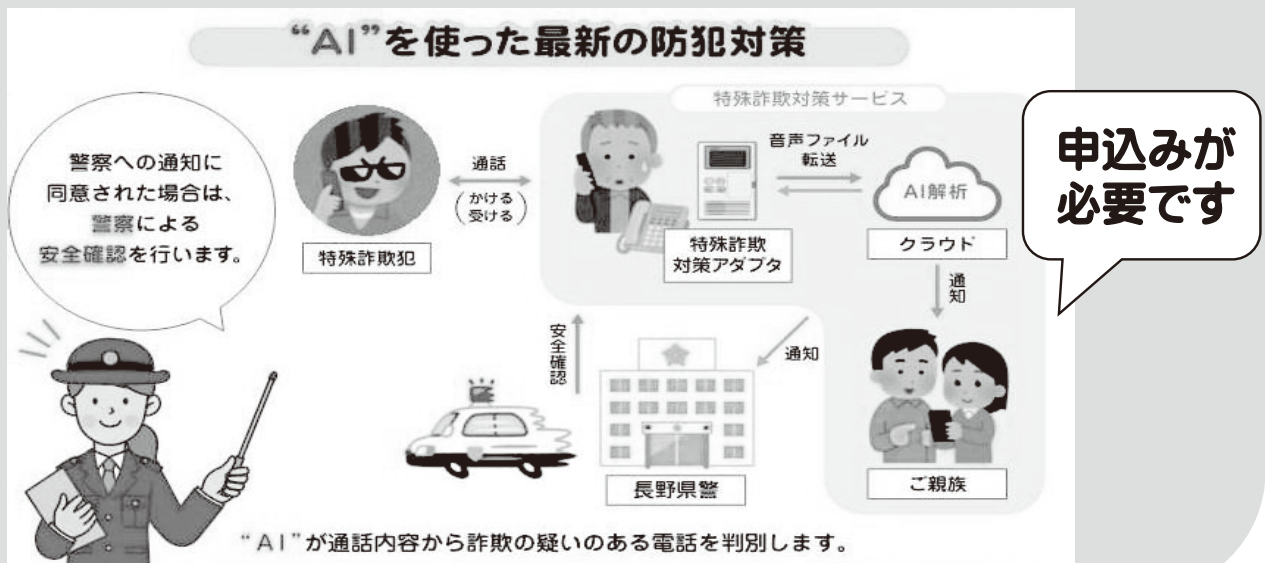
被害の大半は自宅への1本の電話から

「自分は大丈夫」と思っている、電話に出るとだまされてしまう。
次の対策を活用して、サギ電話をブロック!



昨年 5億6千万円の被害!

AIを活用した被害防止対策



ナンバーディスプレイ

70歳以上のみなさんへ

利用料無料!

同居の方も対象です!

- ✓ まずはナンバーディスプレイ対応の電話機を用意
- ✓ 次に【NTT東日本特殊詐欺ダイヤル：0120-722-455】へ連絡



電話でお金詐欺防止キャラクター
ピィじいさん

無 料 対 象 サ ー ビ ス

1 ナンバーディスプレイ

相手の電話番号が表示される

2 ナンバーリクエスト

非通知電話に対し、電話番号を通知するよう自動でアナウンス

長野県警察

防犯ボランティアが育む！
**子どもたちの
安全と安心！**

見守りの意義と効果
子どもへの防犯指導のコツ

日時 2023年 7月 9日(日)
13:30～15:30 (受付13:00～)

場所 佐久穂町生涯学習館
「花の郷・茂来館」

定員 270名 (参加費無料)

佐久地域では、昨年度から武田先生監修の「子どもの安全・安心ハンドブック」を新小学1年生全員に配布。小学生になると1人で行動することが多くなる子どもたちへ、大人ができることは何でしょうか。



講師：武田 信彦

うさぎママのパトロール教室主宰・安全インストラクター
犯罪防止NPOでの実践活動を経て、市民防犯・子どもの安全を専門とする講師として活動中。
市民防犯のバイオニアとして、警察庁、文部科学省をはじめ、全国各地で多数の講師や助言を務めるほか、メディア、著書、コラムでも発信中。

【主催】 佐久穂町防犯協会 【共催】 佐久防犯協会連合会・佐久警察署

お問い合わせ 佐久穂町役場 (総務課庶務係) 0267-86-2525

佐久穂町の 脱炭素実現 に向けて

1 最近、暑くありませんか？

子供の頃は、このあたりでは夏にエアコンなんて必要なかったのに最近は扇風機だけで夏を乗り切るのは厳しく感じている人は多いのではないのでしょうか？

気象庁に佐久の気象データが1978年の分から公表されているので見てみましょう。1980年から89年までの最高気温の平均をとると33.7度で、ここ10年の最高気温の平均は35.9度と2.2度も上昇していることがわかります。皆様が暑くなったと感じているのはデータ上でも裏付けが取れることになります。

では、世界の気温はどうなっているのでしょうか。1850年から現在の2023年の間に1.3度ほど気温が上がっています。「たった1.3度？」

と思われる方もいらっしゃるかもしれません。たしかに1.3度温度が上がっても感じる人が少ないでしょう。また日本の一部地域の平均気温が1.3度上がったからと言ってそれはたいしたことではないのかもしれませんが。しかし地球全体が1.3度あがるというのはとても大変なことなのです。

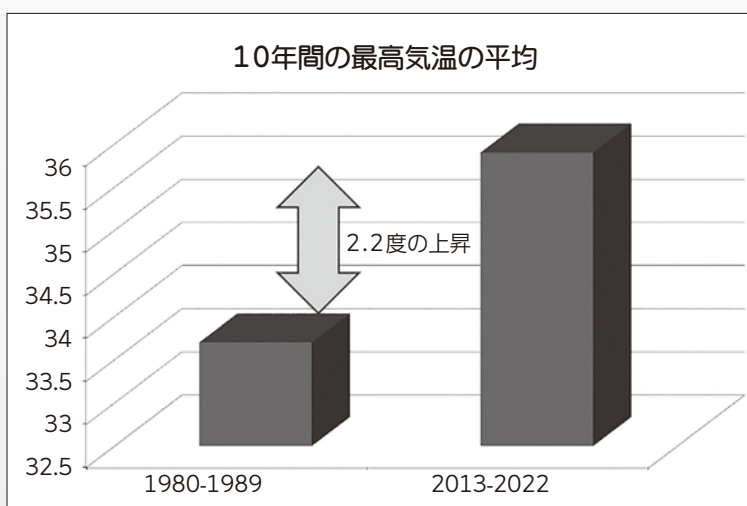
今から7万年から1万年前に起きた「最終氷期」という時代がありました。夏になっても溶けない氷が陸地の25%を覆っており、海面が現在より125メートルも低かった時代です。今とは全く違う景色の地球でしたが、この時代は現在よりもたった6度、平均気温が低かっただけなのです。

人類がこのままの調子で二酸化炭素を出し続けると、今世紀末には2度以上気温が高くなってしまいます。二酸化炭素の排出が多くなると3度以上高くなるという予想もあります。気温が高くなると、海面上昇によって人が住める場所が減ってしまう。干ばつによって食料生産が不安定になる。



山火事が増える。台風の大型化など、人が今のようには快適に住める状況ではなくなってしまいます。

地球は確実に暑くなっており、いまのような経済活動をする限り、更に暑くなっていくのです。地球温暖化は私たちの生活にも影を落とし始めています。このコラムでは2か月に一度、地球温暖化の原因や対策について連載していきます。



information

NEWS

出生祝金を贈呈しました。

■問合せ 教育委員会 こども課 子育て支援係 ☎0267-86-2340

5月8日に1人のお子さんへ出生祝金を贈呈しました。

*令和4年12月生まれのお子さんです。



NEWS

第18回長野県市町村対抗小学生駅伝大会 総合20位 町の部5位入賞 大健闘！

■問合せ 佐久穂町駅伝クラブ 小林 ☎090-4462-2974

4月29日、好天に恵まれた松本広域公園やまびこドーム周辺で、第18回長野県市町村対抗小学生駅伝大会（4区間4.8km、57チーム出場）が開催されました。

佐久穂小学校の5・6年生6名（男女各3名）で編成したチームは、3月4日より毎週土曜日に佐久穂町駅伝クラブの指導下、合同練習を重ね大会に挑みました。

県下の市町村は、小学生の陸上クラブ・少年団などで、年間通して専門練習を積んでいる選手で編成されているチームが多く、実力差があると予想されましたが、1区から好成績で進めタスキをつなぎ、総合20位でゴールしました。

町の部では、5位入賞を果たしました。3～5位が10秒以内の大接戦であったことから、佐久穂町選手の高い実力がうかがえました。

来年も出場し、更なる上位入賞を目指します。



〈佐久穂町小学生チーム選手（五十音順）〉

内津	光	（6年）
大塚	華乃	（6年）
佐塚	哲也	（5年）
星野	太希	（5年）
宮崎	愛菜	（6年）
油井	華音	（5年）

information

News

教育長が再任命され教育委員が任命されました。

■問合せ 教育委員会 こども課 学校教育係 ☎0267-86-4940

井出なおみ氏の任期満了により、5月6日付で土屋由香利氏が町議会の承認を得て町長から教育委員に任命されました。また、5月8日付で渡邊秀二氏が町議会の承認を得て町長から教育長に再任命されました。

■教育委員会の構成】（5月8日現在）

教育長	渡邊 秀二（再任命）
教育長職務代理	山浦 みつ子
委員	小林 智一
委員	由井 正宏
委員	土屋 由香利



News

（仮称）道の駅建設工事 安全祈願祭・起工式が執り行われました。

■問合せ 建設課 ☎0267-86-2542

6月2日（金）、（仮称）道の駅建設工事の安全祈願祭と起工式が執り行われました。

佐々木町長をはじめ関係者が参列し、工事の安全と、順調な進行を祈願しました。

今後、令和6年夏の開業に向けて工事が本格化していきます。周辺の皆様には、ご理解・ご協力をお願いいたします。また、名称募集については534件の応募がありました。たくさんのご応募ありがとうございました。（道の駅事業については町ホームページでも随時発信しています。）



安全祈願祭



起工式

—[広告欄]—

～わたしたちが大切にしていることば～
ゆるがない幹を育てる

くもん教室の様子や
無料体験のご案内は
コチラから

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！

KUMON
さくほ教室（算数・数学/英語/国語）
月・木 15時-18時/火・金 15時-20時
090-6109-1378（指導者：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
☎026-214-3681
結婚相談所 ムスベル

information

イベント

男の料理教室について

■問合せ 健康福祉課 地域包括支援センター ☎0267-86-1550

高齢期をいきいき過ごすため、自分で食事を作ってみませんか？

食の自立を目指し、食事の基本や調理について楽しく体験できる教室です。

普段料理をしない方も、いつも包丁を握っている方もお気軽にご参加ください♪



■日時

令和5年7月13日（木）

午前10時～（受付は9時30分～）

■会場

茂来館 調理室

■参加費

500円

■対象者

町内在住の65歳以上の男性

■内容

テーマ「調理の基本」（調理実習あり）

メニュー：茶わん蒸し、巻き寿司、夏野菜のサラダ

■持ち物

エプロン、手ぬぐい、タオル、マスク

■定員

10名程度

■申込期限 7月4日（火）まで

※感染予防のため、変更になる場合があります。ご了承ください。

イベント

「さくほリビングマーケット」「さくほ暮らしの蚤の市」を開催しました

■問合せ 総合政策課 政策推進係 ☎0267-86-2553

5月7日（日）に、今年度一回目となる「さくほリビングマーケットvol.10」「さくほ暮らしの蚤の市」を茂来館のイベントギャラリーで開催しました。



新しいことに取り組みたい人や、これまで取り組んできた活動をもっと知ってもらいたい人、それを応援したい人が出会うさくほリビングマーケットには8組が出店。

「モノを通じて人と人とが繋がる場所」がコンセプトのさくほ暮らしの蚤の市には6組が出店。ハンドメイドアクセサリー、陶芸作品、古着・古本販売など個性的なお店が並びました。

昨年度から、さくほリビングマーケットに初出店頂いた皆さんのインタビューを連載しています。それぞれの挑戦やその背景の想いをお聞きしています。ぜひご一読ください。

詳しくはこちら▶



次回開催は8月を予定しています。詳細は町ホームページ、回覧チラシでご案内します。

information

お知らせ

佐久穂町立千曲病院 皮膚科診療について

■問合せ 佐久穂町立千曲病院 ☎0267-86-2360

6月1日（木）より皮膚科の大倉俊雄先生の診療時間が変更になります。

■変更前

第2、第4木曜日 午前中のみ

■変更後

第2、第4木曜日

午前 予約患者さんのみ

午後 予約なし

受付時間 13:00～15:00（最終受付）

7月、8月の診察日については、都合により下記の通りに変更いたします。

○診察日：7月13日、20日

8月3日、17日、24日

○休診日：7月27日、8月10日

皮膚科についてのお問い合わせや、予約を希望される方は下記の時間にご連絡ください。

■予約受付時間 月～金 13:00～17:00

■電話番号 0267-86-2360

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。県内では1日に約240人の方のご協力を必要としています。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 令和5年7月27日（木）14:00～16:00

■会場 佐久穂町役場3階大会議室

■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

●下記に該当する方は献血をご遠慮いただいております。

- ・3日以内に出血を伴う歯科治療（抜歯・歯石除去等）を受けた方
- ・今までに輸血（自己血を除く）や臓器の移植を受けた方

●下記に該当する方は職員へお申し出ください。

- ・3日以内に薬を服用、使用された方

※服用・使用した薬によっては、献血をお断りすることがあります。お薬手帳をお持ちの方はご持参ください。

※その他検診医の判断により献血をお断りすることがあります。予めご了承ください。

★献血のアプリが登場★

①初めての方でもご予約が可能になりました

②事前の問診回答も可能に（当日のみ有効）

～ぜひ「ラブラッドアプリ」をご活用ください～

—[広告欄]—

遺言書のご相談・家系図作成
相続手続
農地の売買、契約書の作成
空き家のご相談など承ります。

無料
相談会

相続・遺言
セミナー

毎月第2・4木曜日午前予定

7月の
相談会

日時：13日（木）、27日（木）
午前10時～12時
場所：茂来館2階

6月25日（日）午後2時～4時
茂来館1階中会議室

感染症予防のため20名限定で行います。

予約
不要



申し込み・
お問い合わせ

竹内達朗行政書士事務所 ☎ 0267-86-3717 FAX 86-3727
info@anshinsouzoku.com

information

お知らせ

府中市民保養所「やちほ」 営業再開について

■問合せ 府中市民保養所「やちほ」 ☎0267-88-3905

令和5年4月1日から臨時休館していました府中市民保養所「やちほ」の営業が下記日程で再開されます。

府中市民保養所「やちほ」は府中市と姉妹都市である佐久穂町民も、府中市民の方と同じように利用することができます。町民の方も是非ご利用ください。

■府中市民保養所「やちほ」営業再開日程

- ・営業再開：令和5年6月26日（月）
- ・予約再開：令和5年6月1日（木）正午～
TEL：0570-038-489（予約コールセンター）



お知らせ

令和5年度取引・証明用に使用する 「はかり」の定期検査の実施について

■問合せ 産業振興課 商工観光係 ☎0267-86-1553

商品の売買に使用したり、各種の証明行為に使用する「はかり」をお持ちの皆さんは2年に1回の定期検査を受ける必要があります。

今年度は、当町を対象として、下記の日程で定期検査が実施されますので「はかり」を持参し、必ず検査を受けてください。

なお、検査には手数料（検査代金）が必要となりますので、ご持参ください。

また、持ち込む際は、はかりに付着した粉、水分、ほこり等を落としてきてください。

■日時 令和5年7月26日（水）

午前11時から正午まで

及び午後1時から午後3時まで。

■場所 佐久穂町生涯学習館「花の郷・茂来館」

■問合せ先 長野県計量検定所
電話0263-47-4006



お知らせ

市町村振興宝くじ サマージャンボ宝くじ 7月4日（火）から発売開始！

■問合せ 総合政策課 政策推進係 ☎0267-86-2553

「サマージャンボ宝くじ」と「サマージャンボミニ」が、7月4日（火）から全国で2種類同時発売されます。

【発売期間】

令和5年7月4日（火）
～8月4日（金）



この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢者対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

長野県の販売実績により配分されますので、ぜひ長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

インターネット「宝くじ公式サイト」で会員登録すると24時間いつでも購入可能です。長野県の住所で会員登録を行うことにより、収益金は長野県に配分されます。ぜひご活用ください。



information

お知らせ

『第23回 a b n・八十二 ふるさとCM大賞NAGANO』 参加作品の募集について

■問合せ 総合政策課 情報政策係 ☎0267-86-2553

『ふるさとCM大賞NAGANO』は、「ふるさと」への思いを「手作りCM」にこめた映像の祭典です。

参加作品は全て、a b n（長野朝日放送株式会社）の番組で紹介され、a b n ホームページ及びa b n アプリでも公開されます。また、大賞を始めとした各賞を受賞すると、a b nにて年間10回以上、CMが放送されます。（大賞を受賞した場合は、県外のテレビ朝日系列局でも放送されます。）

佐久穂町では昨年に引き続き、佐久穂町に関わる皆様のCM大賞参加作品を募集します。皆様が持っている様々な「ふるさと」への思い・魅力をCMにして、多くの人に届けてみませんか？

作品のテーマは、伝統・観光・人物・自然等、何でも構いません。

皆様のご参加をお待ちしております。

■CMの内容について

佐久穂町の魅力を表現した30秒間の未発表作品であること（但し、法令等に抵触する作品、公序良俗に反する作品は受付できません。）

■参加資格

佐久穂町の住民、佐久穂町で勤務する者、町に通学する学生・生徒等が制作した作品は、町が承認したものに限りです。但し、営利団体が制作したもので営利団体の宣伝等に寄与するものは応募できません。

■作品の提出について

締切：令和5年9月12日（火）

提出方法：作品のデータをDVD等の外部記録媒体に入れてご提出ください。

提出先：総合政策課情報政策係（役場2階）

* 提出された作品は町で内容を確認し、承認した作品をまとめてa b nに提出いたします。

参加される方は、a b nのホームページにて応募要項及び注意事項を必ずご確認ください。

お知らせ

6次産業化支援事業補助金の募集について

■問合せ 産業振興課 農政係・林務係 ☎0267-86-2529/産業振興課 商工観光係 ☎0267-86-1553/佐久穂町商工会 ☎0267-86-2275

町では、農林水産物等の地域資源を活用して、地域産業の振興及び活性化を図るため、6次産業化に取り組む事業に対し、補助金を交付します。

1. 支援対象者

町内に住所を有する個人又は団体で、以下のいずれかに該当する者が対象です。

- ・町が認定した認定農業者又は認定新規就農者
- ・町内に主たる事業所を有する商工業者又はNPO法人
- ・町内に住所を有する農林水産業を営む者で組織する団体

2. 補助内容

補助対象経費の2分の1以内で補助します。

補助金の上限は、50万円とします。

3. 対象事業

農林水産物等の地域資源を活用して、新しい商品やサービスの開発、加工、流通及び販売に関する取組等が対象です。

区分	補助対象経費
商品開発	加工品等の商品開発等に要する原材料費、機械措置等のレンタル経費、外注加工費、検査分析費、パッケージデザイン費、アドバイザー料等
加工施設及び機械整備	加工品等の生産に必要な加工施設・機械等の整備・修繕に必要な経費等
販路開拓	販路開拓に必要な広告宣伝費、ホームページ作成費、販売会や展示会等への出店費、アドバイザー料等
販売施設整備	販売促進や消費拡大のために必要な施設改修・整備、機器等の導入に関する経費

4. 事前相談

事業を申請しようとする方は、補助の対象になる事業かどうか、まずは事前相談をお願いします。商工業者等の方は、商工会へご相談下さい。

※詳細については、町ホームページをご覧ください。か、産業振興課までお問合せください。

information

お知らせ

プルーン苗木購入への補助拡充について

■問合せ 産業振興課 農政係 ☎0267-86-2529 / JA佐久浅間 アグリファームさくほ ☎0267-86-4683

現在町では、プルーンを通して佐久穂町をPRするとともに、町の果樹農業の維持・発展させていくことを目的に、プルーン（特にオータムキュート）のブランド化を進めています。

果樹農家や果樹生産量が年々減少している中、果樹振興を図っていくためには、PR活動だけでなく生産活動への支援が重要です。また果樹は、新植・改植を行ってから収穫するまでに時間がかかり、生産量を増やしていくためには計画的に新植・改植を行っていく必要があります。

町では、果樹苗の購入に対しJA佐久浅間を通して支援を行っていますが、プルーンのブランド化を進めつつ生産量を増やしていくため、プルーン苗木購入への補助を拡充します。

■補助内容

1. 交付対象者

- ・町内で果樹を生産している方、これから生産を考えている方

2. 対象経費

- ・オータムキュート又はサンプルーンの苗木購入費用
- ・JA佐久浅間で注文するものが対象です。

3. 補助率

補助率：50%以内

町の予算の範囲内での補助となりますので補助率が50%を下回ることもあります。

4. 手続き方法等

申込の取りまとめはJA佐久浅間佐久穂営農センターで行います。購入希望の方は、JA佐久浅間が指定する期間内に、アグリファームさくほに申し込んで下さい。

5. その他

オータムキュート及びサンプルーン以外の果樹苗木購入補助については、例年どおりの内容で実施します。

苗の納入については、令和6年3月以降を予定しています。

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みを支援するため、土壌診断等に係る経費の一部を補助しています。

■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	100%
①外部機関による土壌診断	
②自ら土壌診断を実施する経費	50%
(2)技術指導・施肥設計の相談等に係る経費	
(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。

3. 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

4. 申請方法等

令和6年3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。

information

お知らせ

佐久穂町結婚新生活支援事業補助金について

■問合せ 健康福祉課 福祉係 ☎0267-86-2528 (直通)

これから夫婦として新生活をスタートさせようとする世帯を対象に、結婚に伴う新生活のスタートアップにかかる費用（家賃、引越費用など）の支援を行います。

■対象世帯

次の①から⑥を全て満たす世帯

- ①令和5年3月1日から令和6年3月31日までに婚姻届を提出し、受理された世帯
- ②婚姻の時点において、夫婦共に年齢が39歳以下であること
- ③夫婦合算の所得が400万円未満であること
- ④申請の時点において、夫婦共に佐久穂町に住民登録があり、佐久穂町に居住していること
- ⑤夫婦の双方又は一方が過去に同様の交付金を受けていないこと
- ⑥夫婦共に町税等の滞納がないこと

■対象費用

住居費	・住居の購入費 ・住居の増改築費 ・家賃、敷金、礼金、共益費、仲介手数料
引越費用	引越業者や運送業者に支払った引越費用

■補助上限額

30万円

■申請方法等

詳細は健康福祉課福祉係までお問合せください。制度の概要や申請書については町ホームページでも確認、ダウンロードする事ができます。

お知らせ

子育て世帯生活支援特別給付金（その他世帯分）について

■問合せ こども課 子育て支援係 ☎0267-86-2340

食材費等の物価高騰による影響を受けた子育て世帯を支援するため以下のとおり給付金を支給します。

1. 対象となる方

- ①令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金（その他世帯分）の支給を受けた方
- ②令和5年3月31日時点で、18才未満の児童（障がい児の場合は、20才未満）を養育する父母等の養育者で住民税均等割が非課税、又は同等となった方
- ③令和5年度の住民税（均等割）が非課税、又は収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった方

2. 支給額

児童1人あたり50,000円

3. 給付金の手続き

- ①令和4年4月分の児童手当、又は特別児童扶養手当の受給者で住民税均等割が非課税の方は、児童手当受給口座へ振込を行いますので申請は不要です。
- ②高校生のみを養育している方、収入が急変した方は申請が必要です。申請書は町HPからダウンロードするか、こども課窓口備付けのものをご利用ください。

4. 支給時期

6月下旬以降順次支給を開始します。申請の必要な方の受付は6月26日（月）から開始します。

5. ひとり親分

ひとり親分の給付を受けた方は、その他世帯分の給付対象となりません。

ご不明な事がありましたらこども課へお問合せください。

information

お知らせ

図書館だより

■問合せ 佐久穂町図書館 ☎0267-86-7020

■7月の休館日

3日(月)・10日(月)・18日(火)
24日(月)・31日(月)

■6月の移動図書館車巡回日

Aコース：水曜日【5日・19日】
Bコース：木曜日【6日・20日】
Cコース：金曜日【7日・21日】

※休館中の返却は返却ポスト及び公民館窓口をご利用ください。

■とちの実おはなし会

日時 7月8日(土) 15:00~15:30
場所 図書館内

■教科書展示会の開催

開催期間 令和5年6月30日(金)から
7月14日(金)まで

時間 10:00~18:00

場所 佐久穂町図書館内

内容 東信教育事務所から佐久地域の小中学校で使用している教科書を展示します。

お知らせ

未就園児交流会・園庭開放について

■問合せ こども課保育園係 ☎0267-86-2340

☆未就園児交流会

7月の活動内容(3園共に砂・水遊び)

- * 5日(水) 八千穂保育園
- * 12日(水) 海瀬保育園
- * 13日(木) 栄保育園

■時間 10時~11時

■対象 未就園児とその保護者

■持ち物 帽子 水筒 濡れてもよい服 着替え
(必要に応じて)



☆事前予約制です。中止の連絡は当日朝9時までに公式LINEにてお知らせします。

※保護者の方は可能な限りマスクの着用をお願いします。

■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。
- ・予約日は公式LINEでお知らせします。



☆園庭開放

~ 園庭で自由に遊べます ~

- * 7月1日(土)
- * 7月15日(土)
- * 7月29日(土)

■時間 9時~11時30分

■場所 海瀬保育園 園庭

■対象 未就学児とその保護者

※園庭開放の時間内に『子育て相談』を行っています。事前予約制となりますので、ご希望の方は、海瀬保育園(Tel0267-86-2187)へご連絡ください。



—[広告欄]—

ふとんカバー、枕カバー、シーツを
かいて

お客様が
お帰りになったら、
ふとん干し

シーツ、カバー
などの洗濯。
そしてアイロン。

寝具レンタルのすすめ!

こんな作業はサヨナラ~
これは便利♪収納場所もいりません

寝具レンタル 丸洗い (有)出浦ふとん店

TEL0267-88-2103 FAX88-2939

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限定して全て予約制で実施しています。

■定員 各6～8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

■7月分の予約受付開始時間

6月25日(日) 9:00～

※子育てママの就労相談の予約は、こどもセンター窓口または電話で受付けています。

7月は7月18日(火)が締切日です。

■行事予約方法について

◎佐久穂町公式LINEからお申込みください。

◎予約開始日は、毎回前月25日9時からです。

◎定員に達し次第、キャンセル待ちをこどもセンター窓口または電話で受け付けます。

◎ご不明な点は、お問合せください。



行事の詳細

『さくほっこdeリトミック』

■日時：7月4日(火)

乳児の部 10:00～10:45

幼児の部 11:00～11:45

■場所：こどもセンターさくほっこ ホール3

音楽に合わせて体を動かします。動きやすい服装でお越しください。

『親子遊びとおしゃべり会』

■日時：7月20日(木) 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。

『子育てママの就労相談』

■日時：7月20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

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。

『すくすくTIME』

■日時：7月21日(金)

第1部 10:00～10:40

第2部 10:50～11:30

■場所：こどもセンターさくほっこ ホール3

季節の歌やカードフラッシュ、工作などをします。

『よみきかせ&おたんじょう会』

■日時：7月25日(火)

10:00～ 手形アート作り(お誕生児のみ)

10:30～ よみきかせとお誕生会

■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。お誕生児以外も参加できます。みなでお祝いしましょう。

—[広告欄]—

八十二銀行 佐久穂支店 窓口営業時間変更のお知らせ

変更日 ■ 2023年7月3日(月)

	変更前	変更後
窓口 営業時間	平日 9:00～15:00	平日 9:00～11:30 12:30～15:00

11:30～12:30は窓口を休業させていただきます ※ATMのご利用時間に変更はございません。

最寄り店舗のご案内

臼田支店 佐久市臼田120-13
TEL.0267-82-2882

ご不便をおかけいたしますが、
ご理解を賜りますようお願い申し上げます

◆ 八十二銀行

information

お知らせ

公共職業訓練「簿記・パソコン科」訓練生の募集について

■問合せ 長野県佐久技術専門学校 ☎0267-62-0549

《取得目標資格》

- 日商PC検定 ・ワード（文書作成） 3級
- ・エクセル（データ活用） 3級
- ・日商簿記検定 3級

以上の資格を取得して『総務・経理』等の一般事務職で就職を目指します！

■訓練期間

令和5年8月18日（金）から
令和5年11月17日（金）まで（3か月）

■訓練場所

白田経理専門学校（佐久市原67-1）

※この訓練は、長野県佐久技術専門学校が白田経理専門学校に委託して実施します。

■募集人員

20名

■対象者

求職者（公共職業安定所に登録しており、受講指示、受講推薦又は支援指示を受けられる方）であり、パソコンの基本操作ができる方。

■受講料

無料（教科書代等は実費）

■募集期間

令和5年5月25日（木）から
令和5年7月24日（月）まで

■入校選考

令和5年7月28日（金） 8時30分受付

■選考場所

佐久技術専門学校

■応募先

住所地管轄のハローワーク

■問合せ

長野県佐久技術専門学校
電話：0267-62-0549
ホームページ：<http://www.pref.nagano.lg.jp/sakugisen/index.html>
又はお近くのハローワークにお問合せください。

お知らせ

令和5年度職員採用試験について

■問合せ 佐久水道企業団 総務課庶務係 ☎0267-62-1290

令和5年度職員採用試験を次のとおり行います。

■試験区分 上級

■職種 行政職又は技術職（土木・建築・電気・機械・化学・情報）

■採用予定数 若干名

■受験資格

- ・平成9年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人のうち、学校教育法による大学（短期大学を除く。）を卒業又は令和6年3月までに卒業見込みの人
- ・技術職は、各学校で専攻した方に限ります。

※受験時の住所要件はありませんが、災害等非常時への迅速な対応のため、採用後は構成市町（佐久市、佐久穂町、御代田町、東御市）若しくは、概ね30分で通勤可能な区域に居住することを要件とします。

～採用試験申込みについて～

■申込期間 令和5年7月12日（水）から 令和5年8月4日（金）17時まで

■提出書類

- ・試験申込書（試験申込書は佐久水道企業団総務課窓口で配布します。）
- ・最終学校の学業成績証明書
- ・卒業証明書又は卒業見込証明書
- ・受験票の返送用封筒（長形3号封筒、84円切手貼付、返送先を記入してください。）

■申込先 佐久水道企業団 総務課庶務係

～第1次試験について～

■試験日 令和5年9月17日（日）

■場所 佐久水道企業団

※提出していただいた個人情報、今回の採用試験のために必要な範囲でのみ利用します。
※詳細は、佐久水道企業団ホームページのトピックスをご覧ください。

information

お知らせ

令和5年 夏季自衛官等募集案内

■問合せ 総務課庶務係 ☎0267-86-2525

1：一般曹候補生

* 職種のスペシャリストとして、定年まで勤務したい方に！

■資格 18歳以上33歳未満の男女

■受付期間 7月1日（土）～9月5日（火）

■1次試験 9月15日（金）～24日（日）の内1日

2：自衛官候補生

* 任期制自衛官として継続か退職か自己を見つめ直すチャンスのある制度！

■資格 18歳以上33歳未満の男女

■受付期間 7月1日（土）～9月5日（火）

■採用試験

・学科試験（Web）

9月13日（水）～17日（日） ※内1日を選択

・口述・身体検査

9月22日（金）～24日（日）

もしくは9月30日（土）～10月1日（日）のいずれか1日

3：航空学生

* 高校卒業後、最短でパイロットを目指す方に！

■資格

海：18歳以上23歳未満の男女（高卒（見込含））

空：18歳以上21歳未満の男女（高卒（見込含））

■受付期間 7月1日（土）～9月7日（木）

■1次試験 9月18日（月：祝日）

※2次試験（10月）・3次試験（11月・12月）は別途案内

4：防衛大学校学生

* 幹部自衛官としてキャリアアップを目指す方に！

■資格

18歳以上21歳未満の男女（高卒（見込含））

■採用試験

〈推薦試験〉

・受付期間 9月5日（火）～8日（金）

・試験期日 9月16日（土）、17日（日）

〈総合選抜〉

・受付期間 9月5日（火）～8日（金）

・1次試験 9月16日（土）

〈一般〉

・受付期間 7月1日（土）～10月18日（水）

・1次試験 10月28日（土）

5：防衛医科大学校 医学科学生

* 医師たる幹部自衛官を目指したい方に！

■資格

18歳以上21歳未満の男女（高卒（見込含））

■受付期間 7月1日（土）～10月11日（水）

■1次試験 10月21日（土）

6：防衛医科大学校 看護学科学生

* 保健師、看護師を目指したい方に！

■資格

18歳以上21歳未満の男女（高卒（見込含））

■受付期間 7月1日（土）～10月4日（水）

■1次試験 10月14日（土）

令和5年度の採用人員数に達した場合、採用試験を見送らせていただく可能性があります。

また、資格等については、条件により異なります。

詳しくは自衛官募集ホームページをご覧になるか、自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所までお問い合わせください。



地域おこし協力隊員コラム

日々是良日④ ～子ども援助のヒント～

地域おこし協力隊 水谷和世



暑い日が続いていますね、皆さんお変わりありませんか？

前回のコラムで小諸の「みんなの家タブノキ」の紹介をしました（2023年2月号）、代表の深山さんが5月に行われたNHKのど自慢の本戦に出場されていたようです。利用者さんと一緒に挑戦されたようで、やはり楽しそうな施設だなと感じました。

さて、今回は、子どもの成長を見守る上でのヒントをモンテッソーリ教育を中心に考えてみたいと思います。モンテッソーリ教育では、発達を0～6歳（乳児期）、6～12歳（児童期）、12～18歳（思春期）、18歳～24歳（青年期）の4段階に分け、それぞれの成長段階で子どもを科学的に観察し（子どもを正しく理解する）、子どもの成長段階にあったものや興味のあるものを準備し、環境を整える事を大切にしています。大人は必要な時だけ少しの手伝いをし、子どもの成長を援助していきます。この中でも、特に0歳から12歳までの人を援助する時のキーワードとしてマリア・モンテッソーリが残したものが次の3つです。

①0～3歳は「Help me to be myself. 私になるのを手伝ってね」

この時期は、主に母親が周りの環境と赤ちゃんを結ぶ役目をしており、母親と安全で安定した関係ができた後、それが家族へと広がっていきます。この部分が基礎となり、人間形成に置いて必要不可欠な時期で、全ての源と言われています。

②3～6歳では、「Help me to do by myself. 自分でできるように（1人でするのを）手伝ってね」 出来ない部分だけを少しだけお手伝いし 子どもの「できた！」を増やしていきます。私が勤務していた保育園内でも、1から10まで全てを指導するのではなく、それぞれの子どもの困り具合を見極めながら、援助し「できた」を増やす事を心がけていました。

③6～12歳では「Help me to think by myself. 考えるのを手伝ってね」

この時期の子どもは、学びたい、知りたい気持ちが強いいため、たくさんの興味の種類をまく時期だと言われており、教室の中は知的好奇心を満たすもので環境を整えていきます。

これらのキーワードを中心に必要最低限の支援を行う事で、子どもが少しずつ「自立」していき、「自律」した存在になっていきます。

私も、このキーワードや考えがとても大好きなのですが、自分の子どもには、なかなかうまくいかず、わかってはいるけど、ついイライラしてしまったりしてしまい失敗が多いです。

子育て世代では、なかなか難しいかもしれませんが、佐久穂町には、おじいちゃん、おばあちゃんが近くに住んでいる場合も多く、ぜひおじいちゃんおばあちゃんに、マリアモンテッソーリが残した言葉を片隅に置いていただき、小さな人たちの成長のお手伝いしてもらいながら、ゆったりとした子ども時代が送れると良いのになぁと思っています。



とびめさ

発掘!

尺八とともに歩んで六十余年。「尺八はオレ自身だと思うナ」――

はたけやま おさむ
畠山 修さん

1942年旧佐久町生まれ。臼田高校木工科卒業後、河合楽器（浜松市）に就職し、オルガンの製作（塗装）に携わる。5年後父親が病氣になり帰郷。地元の木工所で働く間に名彫物師と出会い、二十七歳のときに独立し、「畠山木芸舎」を設立。おもに仏壇、位牌、家具などを製作し、「家以外のものはなんでも作りました」（妻のゆき枝さん）。十八歳のときに尺八と出会い、以後精進を続ける。家族は妻と息子夫婦と孫の5人。大日向在住。

「稽古は週に一回。譜面を見ながら、三十分くらい先生といっしょに吹くの。それで終わり。そう、一対一。講評？ そんなものは一切なし。ただユーピュー吹いてただけ。でもいい先生に当たっちゃったの。その先生のおかげで今があるネ」

尺 八？ むずかしいねえ。こんなむずかしい楽器はねえナ

十八歳のときに尺八を始め、六十余年。居間の隅に置かれた譜面台を前に正座して尺八の稽古に励む――それが家族にとっても見慣れた光景だった。だがここ数年、修さんが尺八に触れることはなくなった。

「ちよつと（認知症を）病み始めちゃったんですね。ここ数年はまったく吹いていません」と妻のゆき枝さん。

「でもさ」修さんは長年愛用してきた尺八を撫でながら言った。「十八歳からずっと尺八をやってきたなんて、こんな幸せなやつはねえナ」

修さんと尺八の出会いが高校時代に遡る。卒業間際、清水二郎という先生が生徒の前で尺八

気の先生だったらしい。「でもナ、月謝が交通費を含めて給料の二割だよ、二割」と言っただけで修さんはいまま大切にしている。ある当時の給料袋を見せてくれた。「親父の病気で帰郷するまでの五年三か月、先生にはええ額の月謝を払っただよ（笑）」尺八を習い始めた頃、修さんの頭のなかには、ある未来図が描かれていた。それは、「将来娘ができたら筆を、息子ができたら三味線を習わせて、三人で合奏する」だった――。

二十三歳のときに帰郷し、八千穂の木工所に就職。そこで名彫物師に出会い、「自分の仕事はこれだ！」と確信。二十七歳のときに独立、結婚し「畠山木芸舎」を設立する。

尺八を習いたいという弟子も帰郷後すぐに現れた。免状は習い始めて四年少したったときにすでに手にしていた。

演奏する機会も多かった。佐久市の道場に毎週通い、元旦の祝賀式では『君が代』を吹き、集落の人たちがそれに合わせて斉唱した。

「父の尺八の音が子どもの頃からいつもあったし、お正月、好きな着物を着て、尺八の入った鞆を下げて祝賀式に行く父の姿がいまも焼き付いていますね」と長女の雅さん。

その雅さんが筆を習い始めたのは小五のとき。低学年の頃から修さんに「筆を習ってみない？」と言われていたが



雅さんが免状をもらった際のお披露目には多くの人が詰めかけた。雅さんは現在も筆を続けている＝臼石荘

それが現実のものとなったのだ。修さんにはシナリオ通りだったが、雅さんにとっては晴天の霹靂。「エーッ、何でピアノじゃなくて、お筆なの!?」って（笑）。初めは嫌がった雅さんだったが、仲間も次第に増え、高二のとき准師範の免状と雅号「雅比鳳」をもらう。「鳳」の字は修さんの雅号「玲鳳」からもらった。八十九年、そのお披露目が行われ、修さんと雅さん、そして小学生時代に三味線を習った長男の桂さんが舞台上上がった。修さんの夢が叶った瞬間だった。「習い始めた頃は、やめたいって泣いたこともあったんですけどね」とゆき枝さんが言えば、「今となってはそれ（筆を習ったこと）がよかった」と雅さん。すべては修さんの尺八から始まった物語だったのである。

「だからこんな幸せはやつはねえやナ。尺八はオレにとつて? ……オレ自身だと思うナ」と修さん。「恵まれた人生。まわりのおかげで今があるんですね」とゆき枝さんが微笑んだ。