

広報

さくほ

2023

No. 203

8.24



「さくほリビングマーケット・さくほ暮らしの蚤の市開催！」 撮影：フォトグラファー 山口絵里子

- 主な記事 特集①おいでよ小海 イベント情報 2p～3p
- 特集②悩んだ時の相談窓口のご紹介 4p～5p
- 特集③洪水・土砂災害ハザードマップの配布について 6p～7p



しらかばちゃん

小海町と佐久穂町の同盟事業に基づき、小海町のイベント情報を一部掲載します。
となり町のイベントにお気軽にご参加ください。

小海町の
イベント情報だよ！
みんな来てね！



小海町高原美術館

小海町大字豊里5918-2
0267-93-2133
開館時間 9:00—17:00
(最終入館16:30)
休館日 火曜日、祝日の翌日
入場料 一般 500円
高校生以下無料

シンビズム5
—信州ミュージアム・ネットワークが
選んだ作家たち—

9月16日(土)～11月12日(日)

イン・ポライト・カンヴァセーション:
礼儀正しい会話で
—社会的実践：アメリカの現代美術—

7月1日(土)～9月3日(日)



おいでよ 小海 イベント情報

小海町音楽堂 ヤルヴィホール

小海町豊里4129-3
0267-92-4391 (小海町北牧楽集館)

和波孝禧と仲間たち ピアノトリオの午後

9月17日(日) 午後2時 開演
前売券：1,000円

和波孝禧と仲間たち



ピアノトリオの午後

シューベルト 第1番変ロ長調 D898
ドヴォルザーク「ドゥムキ」op. 90
ほか小品

和波孝禧：ヴァイオリン

1992年日本音楽コンクール第1位・特賞、その後のロンドン・ロイヤル・アカデミー・オブ・ミュージック国際コンクールに上位入賞し、国際的に幅広い演奏活動を展開。国内外の主要オーケストラと数多く協演しているほか、ピアニスト土屋美寧子とのデュオ、東京でのクリスマス・パッサリズやアフタヌーンコンサートの開催、サイトウ・キネン・オーケストラへの参加など、多様な活躍を続けている。2022年12月には、東京の紀尾井ホールで「77から未来へ」と題した専科記念コンサートを開催し、松本清利音楽指導の記念特別オーケストラとブライムスの協奏曲などを演奏して絶賛を得た。

1985年以来、自ら主宰する「八ヶ岳サマーコンサート&サマーコース」で後進の指導にあたっている。文化庁芸術振興奨励賞、モービル音楽賞、サントリー音楽賞、楽観家賞、毎日小記者などを受賞。
ホームページ <http://www.music-wanami.com>

土屋美寧子：ピアノ

東京芸大、フライブルク音大卒、和波とのデュオで国内外で演奏を続けているほか、ピアノトリオなど室内楽で多くの演奏家と共演し、室内楽演奏として信頼を得ている。知えて東京では毎年ごとにテーマを定めたピアノトリオリサイタルを開催し、演奏と企画の両面で高く評価されている。2021年から音楽学の高松裕介氏の協力を得て、「PTNAピアノ専科公開演奏コンサート」で「シューベルト連続レクチャーコンサート」を開催中。

荒 庸子：チェロ

朝陽学園大を経て、ワトガース大学音楽科卒業。ジュリアード音楽院修士課程修了。アリオソン・ピアノトリオ、ハープとの「Duo Champagne」のメンバー。サイトウ・キネン・オーケストラ、水戸室内管弦楽団などにも度々出演。洗足学園音楽大学・大学院教授。洗足学園小学校オーケストラ統括責任者。
URL: <http://www.vokora.com>

令和5年9月17日(日)

午後2時開演(午後1時30分開場) 前売券 1,000円

小海町音楽堂ヤルヴィホール

密集した状況になりますので、各自で感染症対策をしてご来場下さい。

主催 小海町教育委員会/知恵の泉実行委員会 TEL 0267-92-4391

米寿記念演奏会 館野泉

ピアノリサイタル

10月8日(日) 午後2時 開演
前売券：2,000円

館野 泉：ピアノ

ヤンネ館野：ヴァイオリン

成田 寛：ヴィオラ

館野 英司：チェロ (前半出演)

矢口里菜子：チェロ (後半出演)

ジョナサン・ステファニアク：コントラバス



悩んだ時の相談窓口のご紹介

皆さんは最近、以下のようなことで悩んでいませんか？



「誰かに聴いてもらうだけでも、気持ちが楽になった」という経験は誰しもあると思います。「相談したいがどこに連絡したらよいかわからない」といったお悩みをお持ちの方は、ぜひ一度、下記の相談窓口にご相談ください。相談は無料でご利用いただけます。

令和5年8月1日現在

相談できる内容	相談部署	連絡先	相談時間など
◆こころや体の健康に関する相談◆			
心と体に関する一般健康相談	健康福祉課 保健係※	0267-86-2528	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
心と体に関する一般健康相談・ 医師による専門相談	佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課	0267-63-3164	
◆こころや自死に関する相談◆			
こころの健康に関する相談、発達障がい、ひきこもり、依存症に関する相談	長野県 精神保健福祉センター	026-266-0280	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
「消えてしまいたい」「家族や知人に死にたいと訴える人がいる」「身内が自死してつらくてどうしようもない」など自死関連の相談	こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	月～金(祝日除く) 9:30～16:00 18:30～22:30 (最終受付は22時まで)
様々な心の悩み、自死問題	長野いのちの電話	026-223-4343	毎日11:00～22:00
		フリーダイヤル(無料) 0120-783-556	毎日16:00～21:00 (毎月10日は8:00～翌日8:00まで)
◆障がい者等に関する相談窓口◆			
障がい者の保健・福祉、サービス利用の援助、生活全般に関する相談支援	佐久広域連合 障害者相談支援センター	0267-63-5177	月～金(祝日除く) 8:30～17:15
障がい・難病をお持ちの方や家族の相談、障がい者虐待・成年後見制度に関する相談、個々の障がいにあわせた就職前後の相談・支援	健康福祉課 福祉係・保健係※	0267-86-2528	
◆生活・福祉に関する相談窓口◆			
生活・福祉に関する困りごと	佐久穂町社会福祉協議会	0267-86-4273	月～金(祝日除く)
生活保護に関する相談	健康福祉課 福祉係※	0267-86-2528	8:30～17:15

相談できる内容	相談部署	連絡先	相談時間など
◆子どもや青少年に関する相談窓口◆			
児童虐待・育児・非行・いじめなど子ども（18歳未満）に関する様々な相談	教育委員会 こども課 子育て支援係・学校教育係※	0267-86-4940 0267-86-2340	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	佐久児童相談所	0267-67-3437	
	長野県子ども支援センター	【子ども専用（無料）】 0800-800-8035 【大人専用】 026-225-9330	
いじめ・不登校など学校教育問題全般の相談	教育委員会 学校教育係※	0267-86-4940 0267-86-2340	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
いじめや不登校など学校生活に関する相談	学校生活相談センター （長野県教育委員会）	0120-0-78310	毎日24時間
◆経営や倒産に関する相談窓口◆			
多重債務・債務整理等、各種法律相談・情報提供	総務課 庶務係※	0267-86-2525	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	産業振興課 商工観光係※	0267-86-1553	
	法テラス長野	0570-078327	月～金（祝日除く） 9：00～17：00
◆消費生活に関する相談窓口◆			
商品・サービス・消費者金融などの消費生活に関する相談	総務課 庶務係※	0267-86-2525	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	東信消費生活センター	0268-27-8517	月～金（祝日除く） 8：30～17：00
◆人権に関する相談窓口◆			
様々な人権に関する相談	住民税務課 人権政策係※	0267-86-2527	月～金（祝日除く）
日常生活の中で受けた人権侵害に関する相談	みんなの人権110番（法務局）	0570-003-110	8：30～17：15
◆女性のための相談窓口◆			
性犯罪の被害者・家族・友人などからの相談	性犯罪被害ダイヤルサポート110 長野県警察本部	0120-037-555	毎日24時間
女性の悩み事・困りごと、配偶者からのDVの相談	住民税務課 人権政策係※	0267-86-2527	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	健康福祉課 保健係※	0267-86-2528	
◆高齢者の相談窓口◆			
高齢者・介護者の相談、介護保険などのサービスの利用相談、権利擁護、成年後見制度、高齢者虐待に関する相談	健康福祉課 高齢者係※	0267-86-2528	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	健康福祉課 地域包括支援センター※	0267-86-1550	
◆農業に関する相談窓口◆			
農業者・新規就農希望者に関する相談	産業振興課 農政係※	0267-86-2529	月～金（祝日除く） 8：30～17：15

※は、佐久穂町役場です。



9月10日～9月16日は自殺予防週間です。
一人で悩みを抱え込まず、お気軽にご相談ください。

佐久穂町自殺対策連絡会議
（事務局：健康福祉課）

洪水・土砂災害ハザードマップの配布について

水防法改正に伴い、町内を14地区に分け、洪水・土砂災害ハザードマップを更新しました。

大雨が及ぼす影響をハザードマップからご確認ください。洪水や土砂災害に対する危機意識を高めましょう。また、ご自宅付近の洪水浸水想定区域や土砂災害警戒区域、最寄りの避難施設をご確認ください。事前の避難などに役立てましょう。

洪水・土砂災害ハザードマップ作成の経緯

今回の洪水ハザードマップは、浸水想定的前提となる大雨が「想定しうる最大規模の降雨（概ね1,000年に1回程度の降雨量）」に変更されたことに伴い、長野県が新たに作成した「洪水浸水想定区域図」（令和5年3月公表）を用いています。

前は、令和3年3月に千曲川のみハザードマップを周知していますが、今回は千曲川の主要な支流の浸水想定区域などが新たに追加となりました。

これまで、概ね100年に1回程度の降雨量であったものを、概ね1,000年に1回程度の降雨量まで拡充したため、想定される浸水の範囲や深さが拡大しています。

その他、目安となる情報として、新たに家屋倒壊等氾濫想定区域が設定されています。

家屋倒壊等氾濫想定区域について

想定最大規模降雨に伴う洪水により、河川が氾濫した場合の①氾濫流、②河岸侵食により、家屋倒壊等が想定される箇所を予測したものです。佐久穂町では、千曲川、抜井川、余地川の3河川に設定されています。個々の家屋の構造・強度の違いから、この区域の境界は厳密ではなく、あくまでも目安であることに留意してください。

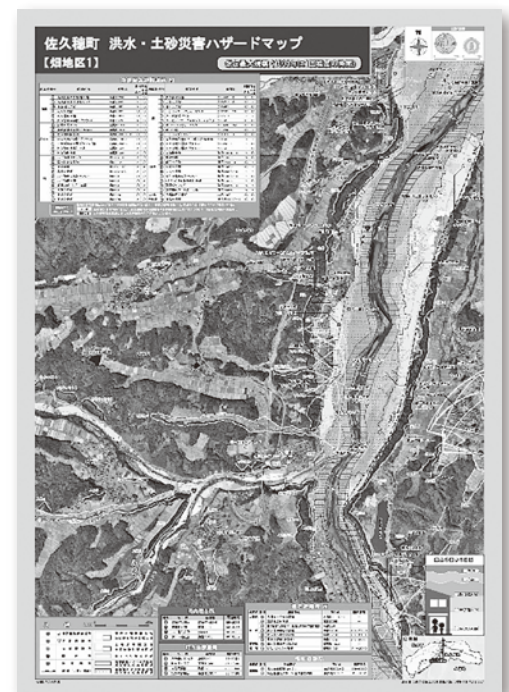
①氾濫流 堤防が決壊し河川から流れ込む水の力により、一般的な木造家屋が押し流されて倒壊・流出するおそれのある区域です。

②河岸侵食 河川の激しい流れにより河岸の土地が崩れて、家屋が倒壊・流出するおそれのある区域です。

※①と②が重なる箇所もあります。



表紙（海瀬地区1の例）



地図面（畑地区1の例）

洪水・土砂災害ハザードマップの主な変更点

・千曲川支流の浸水想定区域の追加

長野県管理の千曲川支流のうち、町内を流れる7河川（曾原川、石堂川、北沢川、新田川、余地川、抜井川、大石川）が追加されています。

・指定緊急避難場所の利用可否目安の表示

降雨や災害の発生状況によっては利用できる避難場所が異なります。洪水時、土砂災害時ごとに浸水想定区域や土砂災害警戒区域にかかわらず、利用可能かどうかの目安を表示しています（右図）。

実際の避難時は、役場からの情報や指示をご確認ください。

・早期の立ち退き避難の目安となる区域の表示

家屋の2階以上が浸水する区域（浸水深3.0m以上）や、氾濫流や河岸侵食により家屋が倒壊するおそれのある区域の方は、早期に自宅を離れて指定緊急避難場所などへの立ち退き避難を心がけましょう（下図）。

地区名	番号	避難所名	所在地	利用可否 洪水 土砂災害
畑	51	八千穂福祉センター	畑143-1	× ○
	52	清水町北公民館	畑93-2	× ○
	53	上畑会館	畑164-12	× ×
	54	宮前公民館	畑143-35	× ○
	65	千ヶ日向コミュニティセンター	畑1162-19	○ ○
	66	八千穂消防センター	畑25-3	× ×
	70	千ヶ日向グラウンド	畑1819-3	○ ○
	71	佐久穂町役場旧八千穂庁舎 駐車場	畑164	× ×
	72	旧八千穂小学校グラウンド	畑224-1	× ○
	73	旧八千穂中学校グラウンド	畑260	× ○
穂積	74	天神町会館	穂積1604-1	× ○
	75	粟岩公園	穂積1692	× ○
	77	穴原公民館	穂積1962	○ ×
	78	中央公民館	穂積2368-4	× ×
	79	高岩公民館	穂積2586-2	× ○
	82	しらかば社会体育館駐車場	穂積1403	× ○
	83	穂積グラウンド	穂積2365-1	× ×
	84	穂積屋内ゲートボール場	穂積2365	× ×
八郎	85	八郎地区公民館	八郎153-1	○ ○
	87	大石区公民館	八郎1679-1	○ ○
千代里	88	馬越公民館	千代里4127-1	○ ○
	89	柳沢公民館	千代里4649-36	○ ○

避難場所の利用可否については、降雨や災害状況によって利用できる避難場所は異なります。実際の避難行動では、役場からの情報や指示をご確認ください。

洪水 浸水想定区域の外にあるか、前直避難できる避難場所を利用可能としています（1000年に1回程度の降雨発生時）。

土砂災害 土砂災害警戒区域の外にある避難所を利用可能としています。

指定緊急避難場所の利用可否表示例

早期避難について

ハザードマップで下記の表現で示された区域に住む方は早期の立ち退き避難を心がけてください。

	家屋の2階以上も浸水するおそれのある区域
	河岸侵食で地面が崩れて家屋が倒壊するおそれのある区域
	氾濫流で押し流されて家屋が倒壊するおそれのある区域

※ 自宅や勤務先の周辺などを洪水・土砂災害ハザードマップで確認してください。

早期避難に関する説明

FAQ

よくある
ご質問

Q1 千曲川やその支流の護岸を改修して、洪水に対応できないのですか？

A1 国・県では普段から河川管理に努めていますが、想定しうる最大規模の降雨（概ね1,000年に1回程度の降雨量）に対応できる護岸等の整備は現実的には難しいと考えております。

Q2 自宅の最寄り避難場所も浸水してしまうようですが？

A2 降雨量によって、千曲川沿いの多くの避難場所が浸水する可能性があります。洪水の際は、役場から警戒レベルに応じた避難指示等が発令されますので、その情報に従って、指示された場所へ避難してください。



問合せ：佐久穂町役場 建設課 建設係 電話0267-86-2542

千曲病院からのお知らせ



佐久穂町立千曲病院介護医療院について

佐久穂町立千曲病院では10月1日に3階の療養病床の一部（18床）を介護保険施設の介護医療院に転換します。入所における介護保険施設は他に介護老人保健施設と特別養護老人ホームが町内にあります。今回はそれぞれの施設の特徴をご説明します。

①介護老人保健施設について

在宅復帰を目指す施設です。理学療法士や作業療法士などのリハビリテーションの専門職が手厚く配置されており、医学的な管理のもと充実したリハビリテーションを受けることができます。病状が比較的安定し入院の必要がない方で、かつリハビリテーションを必要とする要介護1以上の人が対象となります。入所期間は原則3ヶ月になります。

②介護医療院について

要介護者の長期療養・生活のための施設です。他の介護施設と同レベルの介護サービスが受けられ、入浴・排泄・食事などの生活介助、健康管理、リハビリテーションを行います。他施設との違いは充実した医療ケアが行われることです。喀痰吸引、経管栄養、投薬や処置、検査も必要に応じて行われます。人生の最終段階におけるターミナルケアも行われます。

③特別養護老人ホームについて

身体介護や生活援助が提供され、基本的には終身利用を前提とした施設です。生活の場となるため、日々のレクリエーションや季節のイベントについては、3施設のなかで最も充実しています。原則要介護3以上の方が対象です。

②③の介護保険施設は、入所の必要性の順番を決定する審査があり、誰でもすぐに入所できる訳ではありません。

一般的な介護保険施設の入所対象者とサービスの傾向

	介護老人保健施設	介護医療院	特別養護老人ホーム
おもな運営主体	医療法人等	医療法人等	社会福祉法人等
入所対象者	要介護1～5	要介護1～5	要介護3～5
入居一時金	不要		
費用の目安（月額）	6～14万円	8～16万円	7～13万円
レクリエーションやイベント	△	△	◎
認知症	○	○	○
リハビリテーション	◎	◎	△
医療処置	△	◎	△
看取り	△	◎	○

◎十分な対応が可能 ○標準的な対応 △十分な対応ができない

※費用は目安であり、療養にかかる費用（日常生活用具代、衣類代、食費、テレビカード代）などの費用がかかる場合があります。

開設に向けての進捗状況ですが、プライバシーに配慮した環境の整備工事が8月に完了予定です。現在適用となる加算の検討、入所者の選定についての協議を進めています。詳しくは次号にてお知らせします。

問合せ先 介護医療院開設準備室 小林、中島
 電話 0267-86-2360 (代表) / Mail ckhp-ns@mx1.avis.ne.jp
 時間 平日10:00～17:00



防げ、水難事故

楽しいはずの水遊びの場でも、毎年のように全国では水難事故が発生しています。海、川、プールで、思いもよらない事故に遭わないよう、水のある場所は常に危険と隣合わせということを肝に銘じ、未然に水の事故を防ぎましょう。また、万が一に備えて、知識と技術も身に付けておきましょう。



北部消防署
0267-82-0119



1 溺れている人のサイン

- ・浮き沈みを繰り返しながら、水面に顔を出して空気を吸おうとしている。
- ・はしごを上のような動きをしている。実際には、上のイラストのようにバシャバシャすることはなく、両手で天をつかむようにしながらゆっくりと沈んでいくことが多い。

2 溺れている人を見かけたときにまず行うこと

- ・大声を出してまわりの人に知らせる。プールでは、監視員に助けを求める。
- ・川や湖沼、海では「119番通報」をして、救助要請を行う。



119番通報は落ちついて

3 溺れている人を助けるには・・・

- ・まず、救助する人は、救助される側には、絶対になってはならない。
- ・プールでは、周囲の人が協力し合い、溺れた人をプールサイドに引き上げる。
- ・川や湖沼、海では、溺れた人を助けるために水に入るのは、大変危険。まずは自分の安全を確保し、溺れている人に声かけをして励ます。落ち着かせ、浮いて待つように促す。
- ・「浮くもの」や「長いもの」といった道具で助けることを考える。棒切れや板切れなど長いものにつかまらせたり、浮き輪があればなおよい。
- ・助けるために何人が集まったら、鎖のように手をつないで水中に入って助ける。

4 溺れてしまったら「浮いて待て」

「浮いて待て」とは、川や湖沼、海に転落して水難事故に遭遇した際、衣服を着用した状態で、あおむけで呼吸を確保し、できるだけ体力を使わないようにして救助を待つことを言います。生還できる可能性を高める自己救命策として推奨されています。

小学校の新要領では、「安全確保につながる運動」として、「泳げる」ことと同様に「浮いていること」も生命の安全確保には有効であることとして、長く浮くためのカリキュラムを新たに加えました。

水に入って助けることは、大変危険な行為です。「高校生が川遊びしていて溺れ、友達が助けに入って溺れ、二人とも水死した。」「孫が溺れたため、連れていった祖父があわてて水に入り、祖父だけが死亡した。」という事例が毎年のように全国で発生しています。

泳ぎに自信がある人も、それはプールで水着のときだから。水の流れがあり、水中はよどんで見えず、服を着たままで全身濡れた状態では、どんな人でも泳ぐことは困難です。溺れている人は、どんなものでもつかもうとするため、助けに向かった人にもしがみつこうとしますが、足がつかない場所で、溺れている人にしがみつかまれば、どんなに泳ぎがうまくても一緒に溺れてしまいます。

「救助する」ということはとても危険な行為ですので、助けに向かうのか、周りに助けを求めるのか、いま自分に何ができるのか、冷静な判断が求められます。

5 助けたあとは、必要な応急手当を

助けたあとは、心肺蘇生法など必要な応急手当をすぐに行います。詳しいことは、北部消防署が実施している救命講習会などを受講してください。問合せは北部消防署救急係まで。

「浮いて待て」ポイント

- (1) 落ち着いて体の力を抜く
- (2) 息を吐くの我慢する
- (3) 背浮きになる
(この時、耳は水につける)
- (4) あごを上げ、手足を大の字にする(姿勢を安定させるため)



浮いて待つ姿勢

佐久穂町の
脱炭素実現
に向けて

2 地球温暖化の原因とは・・・

前回（第1回）のコラムでは、佐久地域だけでなく地球全体の平均気温が上がっているお話をしました。気温が上がっている、つまりは地球温暖化なのですが、なぜ気温が上がるのか、地球温暖化とその原因についてお話します。

私たちの住んでいる地球は、太陽の光によってあたためられ、放射される熱を温室効果ガスが吸収・再放射することで生活しやすい温度を保ちます。ところが温室効果ガスが増えすぎてしまうと、宇宙へ逃げははずだった熱が残ってしまい、地球の温度が上がり、地球温暖化という問題が起こってしまいます。地球温暖化にはこの温室効果ガスが大きく関わっています。

温室効果ガスとは、大気中に含まれる二酸化炭素やメタンなどのガスの総称です。温室効果ガスは、前述したとおり太陽から放出される熱を閉じ込め、地表を温める働きがあります。この働きにより、地球の平均気温は14度に保たれているといわれています。もし、温室効果ガスがなければ、地球の平均気温は-19度ともいわれています。

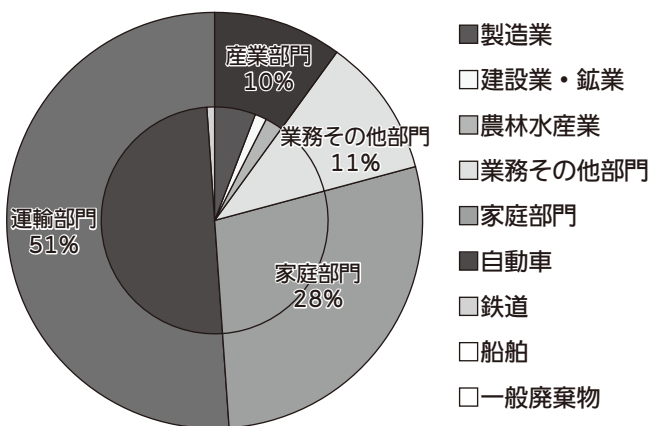
温室効果ガスの7割以上を占めるのは二酸化炭素です。二酸化炭素は、石炭や石油の消費、セメントの生産によっても排出されます。大気中の二酸化炭素を吸収する森林も伐ったまま植えなければ二酸化炭素は吸収されることなく、温室効果ガスは増えていきます。

二酸化炭素は普段生活をしている中でも排出されています。身近なものでいえば、電気もその一つです。現在、電気の多くは火力発電によって作られています。発電の際に石炭や石油を燃やすことで多くの二酸化炭素を排出します。実は家庭から排出される二酸化炭素の約半数を占めるのが電気ともいわれています。

二酸化炭素の排出量について佐久穂町をみてみましょう（図1）。令和2年度の佐久穂町での二酸化炭素排出量の約半数の51%を運輸部門が占めています。これは単にトラックやタクシーなどの運送業だけでなく、自家用車も含めたものになっています。自動車はガソリンを燃焼させた際に二酸化炭素を排出します。次いで家庭部門が28%となっており、電気やガス、灯油の消費により普段の生活の中でも二酸化炭素が排出されているのがわかります。

普段の何気ない生活の中で少し意識を変えるだけで地球温暖化の防止につながるかもしれません。次回以降、家庭や身近でできる二酸化炭素排出を抑える対策についてご紹介していきます。

図1 令和2年度 佐久穂町の二酸化炭素排出量の部門・分野別構成比



部門	令和2年度 排出量 (千t-CO2)	構成比
合計	54	100%
産業部門	6	10%
製造業	3	6%
建設業・鉱業	1	2%
農林水産業	1	3%
業務その他部門	6	11%
家庭部門	15	28%
運輸部門	28	51%
自動車	27	50%
旅客	11	20%
貨物	16	30%
鉄道	1	1%
船舶	0	0%
廃棄物分野（一般廃棄物）	0	0%

（出典：環境省「自治体排出量カルテ」佐久穂町）

information

NEWS

民生委員・児童委員の委嘱について

■問合せ 健康福祉課 福祉係 ☎0267-86-2528

令和5年7月に次の地区の民生委員・児童委員が委嘱されました。

民生委員・児童委員は、民生委員法及び児童福祉法に基づいて厚生労働大臣から委嘱され、それぞれの地域において、生活に困った方、体の不自由な方、高齢者、子育て、介護など様々な相談に応じ、相談者と行政機関とのパイプ役となり情報提供などを行います。福祉や子育てなどの悩みごとがある方はお気軽にご相談ください。

担当地区	氏名	フリガナ	連絡先
下畑	小宮山 美和子	コミヤマ ミワコ	88-2749

その他の地区の委員に変更はありません。

NEWS

佐久穂町人権擁護委員のご紹介

■問合せ 住民税務課 人権政策係 ☎0267-86-2527

令和5年7月1日付で、法務大臣から人権擁護委員として、櫻井米作さんが委嘱されました。

人権擁護委員は、憲法で保障されている国民の基本的な人権が侵害されることのないように監視し、これが侵犯された場合には、その救済をするとともに、常に自由人権思想の普及高揚に努めることを使命としています。

なお、佐久穂町では、櫻井さんを含め、次の5名の方が人権擁護委員に委嘱されています。

篠原 さなえ 畠山 敏雄 市川 典子
阿部 眞知子 櫻井 米作

人権擁護委員が中心となり、専用電話にて相談を受け付けています。相談は無料で、内容の秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

みんなの人権110番	0570-003-110
子どもの人権110番	0120-007-110
女性の人権ホットライン	0570-070-810
長野地方方法務局佐久支局	0267-67-2272

※専用電話受付時間：平日8：30～17：15

佐久穂町人権擁護委員による主な活動

○なんでも心配ごと相談所

毎月1回開設しており、行政相談員と人権擁護委員2名（当番制）で相談に応じます。

詳細な日程は町ホームページをご覧ください。

○町の各種イベントでの啓発活動

町で実施される様々なイベントにて、ポスターやチラシをはじめとする人権啓発を行います。

○人権フェスティバル in 佐久穂を町と共催

人権について、多くの住民の皆様と考えてもらうため、当町が行う人権啓発のための基幹事業である「人権フェスティバル in 佐久穂」を町と共催して開催しています。

○佐久人権擁護委員協議会での活動

当町の人権擁護委員は、長野地方方法務局佐久支局管内の佐久人権擁護委員協議会に所属し、年間を通して毎週木曜日に開催される人権相談所や各地域での人権に関する啓発活動など、当協議会の各種活動を計画的に運営しています。

[広告欄]

～わたしたちが大切にしていることば～
「あ、そういうことか！」

くもん教室の様子や無料体験のご案内はコチラから

子ども自身が考えた上での「わかった!」「あ、そうか!」を大切にしています



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

♪みんなで調理を楽しもう♪

～ナイフでばっかーん！ふわとろオムライス～

高齢期をいきいき過ごすため、食事を自分で作ってみませんか？

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9月28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 調理実習 オムライス、サラダ、スープ
試食会

■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 9月14日(木)まで

※感染症予防のため、変更になる場合があります。
ご了承ください。

お知らせ

ゲートキーパー養成研修会の開催について

■問合せ 健康福祉課 保健係 ☎0267-86-2528 (直)

“ゲートキーパー”とは自殺を予防する、命の門(ゲート)の守り人(キーパー)のことです。

今回、あなたのまわりの大切ないのちを守るために、大勢の方に心の健康への理解を深め、日常生活でゲートキーパーの役割を意識していただくことで、「生き心地のよい社会」に繋がり、自殺を未然に防げるよう、下記のとおり、ゲートキーパー養成研修会を開催します。(この研修会は、佐久地域定住自立圏形成協定に基づき実施します。)

【初級編】

■対象者：ゲートキーパーに関心のある方

■日時：10月23日(月)午後1時30分～3時30分

■会場：佐久市佐久平交流センター 第5会議室
(佐久市佐久平駅南4-1)

■内容

研修Ⅰ：「自殺の実態とゲートキーパーについて」

講師：佐久市役所 心といのちの支援相談員

保健師 神津公子氏

研修Ⅱ：「心の健康の理解

～うつ病・アルコール問題を中心に～

講師：独立行政法人 国立病院機構小諸高原病院
院長 村杉謙次氏

■申込期限：10月4日(水)まで

【中級編】

■対象者：初級編に参加した方

■日時：11月24日(金)午後1時30分～3時30分

■会場：佐久市佐久平交流センター 第5会議室

■内容

研修「ゲートキーパー養成講座 中級編～あなたもできる気づき、傾聴、つなぐ、見守る～」

講師：NPO法人ウィズハートさく ワークポート
野岸の丘所長 精神保健福祉士 新津薫氏

■申込期限：11月1日(水)まで

(初級編と同時お申込み可能です)

■定員：90名

(定員になり次第、申し込みを締め切ります)

参加を希望される方は、役場 健康福祉課 保健係までお申し込みください。

information

お知らせ

「2023福祉と健康のつどい」
について

■問合せ 健康福祉課 健康づくり係・保健係
☎0267-86-2528

4年ぶりの開催予定です。大勢の皆さま「2023福祉と健康のつどい」へお越しください。

■開催日 令和5年10月15日（日）

■会場 生涯学習館 花の郷・茂来館

内容等が決定しましたら、今後お知らせします。



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健康相談をお受けします。

■開催日 9月5日、12日、19日、26日（火）

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

■場所 佐久合同庁舎（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

市民後見人養成研修受講者募集

■問合せ 一般社団法人 後見ネットあいあい ☎0267-63-4344

■日時 9月23日、24日、30日（3日間）
午後1時から午後5時まで

■受講料 3日間 15,000円（テキスト代込み）

■会場 佐久市公民館浅間地区館（浅間会館）
（佐久市岩村田543）

■対象 55歳以上70歳位までの方

■定員 20名

■主催 一般社団法人 後見ネットあいあい

■申込み 下記アドレスにメールにてお申込みください。

kokenaiiai@nifty.com

■問合せ 一般社団法人 後見ネットあいあい
メール：yuuyuuyk@nifty.com
電話：0267-63-4344
（受付：月～金、午前中）
携帯：090-3345-7696



information

お知らせ

児童扶養手当制度について

■問合せ こども課 子育て支援係 ☎0267-86-2340

「児童扶養手当」とは、児童を養育しているひとり親家庭等に手当が支給される制度です。

■手当を受け取ることができる方

その年の年度末までに0歳から満18歳の児童を養育している方で、下記のいずれかに該当する児童を養育している方に支給されます。

- ・父母が婚姻を解消した児童
- ・父又は母が死亡した児童
- ・父又は母が重度の障がいの状態にある児童
- ・父又は母の生死が明らかでない児童
- ・その他

■手当額

全部支給の場合…月額 44,140円

一部支給の場合…月額 44,130円～10,410円

※所得等に応じて変わります

■支給制限

前年の所得が右表の限度額未満の方に支給されます。

扶養人数	本人		配偶者及び扶養義務者
	全部支給	一部支給	
0人	49万円未満	192万円未満	236万円未満
1人	87万円	230万円	274万円
2人	125万円	268万円	312万円
3人	163万円	306万円	350万円

■現況届

現在、児童扶養手当を受給されている方は、「現況届」の提出が必要です。対象となる方には7月下旬に通知を送付してありますので、まだ提出していない方は通知に記載されている必要書類を揃えて、こども課子育て支援係窓口まで提出して下さい。

【提出期限】

令和5年8月31日（木）

お知らせ

こどもセンター「さくほっこ」、小海なかよし児童館の両町開放について

■問合せ 総合政策課 政策推進係 ☎0267-86-2553

佐久穂町・小海町同盟協定に基づき、佐久穂町こどもセンター「さくほっこ」と小海なかよし児童館（子育て支援センター）を9月より両町の町民に限定し開放します。

佐久穂町民は小海なかよし児童館を、小海町民は佐久穂町こどもセンター「さくほっこ」を利用できるようになりました。



■小海町なかよし児童館（子育て支援センター）

TEL：0267-92-2580

【ご利用可能時間】

平日 8時30分～12時

※事前に年間予定をご確認のうえ、ご利用の際には事前にご連絡をお願いいたします。

※イベント開催日、土曜日、日曜日、祝日、小学校休校日・長期休み、年末年始（12月29日～翌年1月3日）は利用できません。

※館内での飲食は、水分補給のみ可能です。

年間予定はこちらから確認できます。→



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、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

■9月分の予約受付開始時間

8月25日(金) 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又は電話で受付けています。

9月は9月14日(木)が締め切り日です。

■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。

◎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、お問い合わせください。



行事の詳細

『さくほっこdeリトミック』

■日時 9月5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 9月13日(水) 10:00～11:00

■場所 こどもセンターさくほっこ ホール3

親子でふれあひあそびをした後は、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TIME』～パネルシアターの世界～

■日時 9月20日(水)

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

今回は、佐久穂町図書館の司書さんによる、パネルシアターなどを楽しみます。

『子育てママの就労相談』

■日時 9月21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。

『よみきかせ&おたんじょう会』

■日時 9月26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]—

最近、『遺言書をつくっておけばよかった』

という相談が多くなっています。

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

空き家のご相談にも応じています。

無料
相談会

9月の
相談会

毎月第2・4木曜日午前予定

日時：21日(木)
午前10時～12時
場所：茂来館2階



相続・遺言出張セミナー承ります。

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

園庭開放について

■問合せ こども課 保育園係 ☎0267-86-2340

☆園庭開放

～ 園庭で自由に遊べます ～

■期日 9月2日(土)
9月16日(土)

■時間 午前9時～午前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。

※天候等により中止となる場合があります。中止となった場合は公式LINEにてお知らせします。



お知らせ

図書館からのお知らせ

■問合せ 佐久穂町図書館 ☎0267-86-7020

■9月の休館日

4日(月)・11日(月)・19日(火)
25日(月)・29日(金)

■9月の移動図書館車巡回日

Aコース：水曜日【6日・20日】
Bコース：木曜日【7日・21日】
Cコース：金曜日【8日・22日】

■とちの実おはなし会

日時 9月9日(土)
午後3時から

内容 絵本のよみきかせ ほか

場所 図書館内



■ブックスタートイベント

「マジックと音楽と絵本の世界」

日時 9月2日(土)
午前10時30分から

場所 茂来館 メリアホール

内容 絵本「ねこのピート」の訳者“大友剛”さんの、楽しい絵本ライブです

※図書館は午前中閉館しています。12時から開館します。

詳しくは館内チラシ等でご確認ください。

お知らせ

遺児給付金制度について

■問合せ こども課 子育て支援係 ☎0267-86-2340

父又は母と死別した児童の福祉の増進を図るため「佐久穂町遺児給付金」を支給しています。

■対象者

基準日(2月1日)以前から町に住所を有する方で、父又は母と死別した18歳未満の児童を扶養している方。

■給付額

児童1人につき12,000円

■申請方法

対象であると思われる方はこども課子育て支援係へご連絡ください。

※すでに申請されている方は不要です。



information

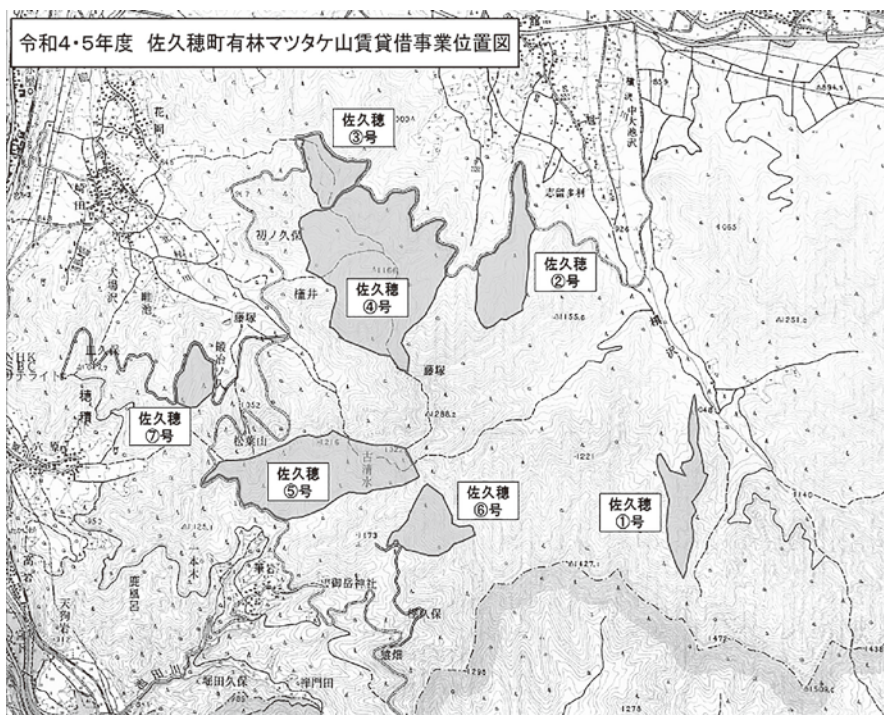
お知らせ

町有林のマツタケ山への立入禁止について

■問合せ 産業振興課 林務係 ☎0267-86-2529

佐久穂町では、町有林マツタケ山（右図）において、土地賃貸借契約を締結していますので、令和6年3月31日まで区域内への立ち入りは禁止となっています。

当該箇所へは、契約関係者以外が誤って入山しないように看板・ナイロンテープ等で立入禁止の表示をしています。無許可での立ち入りは法律で禁止されていますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。



お知らせ

マツタケを出荷される皆様へ

■問合せ 長野県佐久地域振興局 林務課 普及係 ☎0267-63-3154/佐久穂町役場 産業振興課 林務係 ☎0267-86-2529

東京電力福島原発事故による放射能の影響で、佐久地域の7市町村（小諸市、佐久市、小海町、南牧村、佐久穂町、御代田町、軽井沢町）では、全ての野生きのこについて、出荷が制限されています。ただし、軽井沢町と御代田町を除く5市町村についてはマツタケに限り、県による放射性物質出荷前検査を行い、基準値以下の場合には出荷制限が解除されます。

■出荷者の皆様へ

○5市町村で採取したマツタケについては、表示ラベルが必要になります。

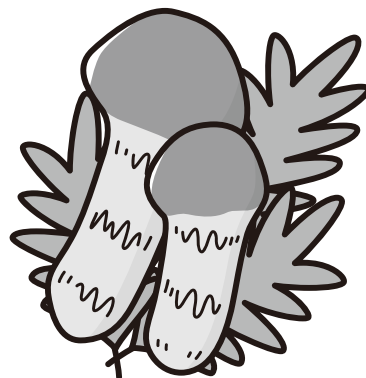
【表示例】

品 目：マツタケ	採取地：佐久穂町
採取日：R5.9.10	R5.9.11
採取者：○○○○	(出荷者) ○○○○

○検査用の検体の提供を求められた場合には、ご協力をお願いします。

○直接消費者や飲食店へ販売する場合は、販売先・採取場所・採取日・販売日・販売量を記載した出荷台帳を作成して年度末までに該当市町村へ必ず提出してください。

ご不明な点は、佐久地域振興局林務課普及係（電話（63-3154）又は、役場産業振興課林務係（86-2529）までお問い合わせください。



information

お知らせ

佐久穂町戦没者追悼式について

■問合せ 佐久穂町社会福祉協議会 ☎0267-86-4273

先の大戦で犠牲となった戦没者に対し追悼の意を表するとともに、平和への誓いを新たにするため、佐久穂町戦没者追悼式を挙ります。

- 日時 令和5年10月5日(木) 10時～
- 式場 花の郷・茂来館 メリアホール
- 参列者 戦没者の遺族などで参列を希望される方、来賓
- 内容 黙祷、追悼の辞、献花
- 主催 佐久穂町

戦没者の遺族などで参列を希望される方は、令和5年9月25日(月)までに、遺族会地区役員または佐久穂町社協ふれあい支所(86-4273・土日祝日を除く)までお申し込みください。



お知らせ

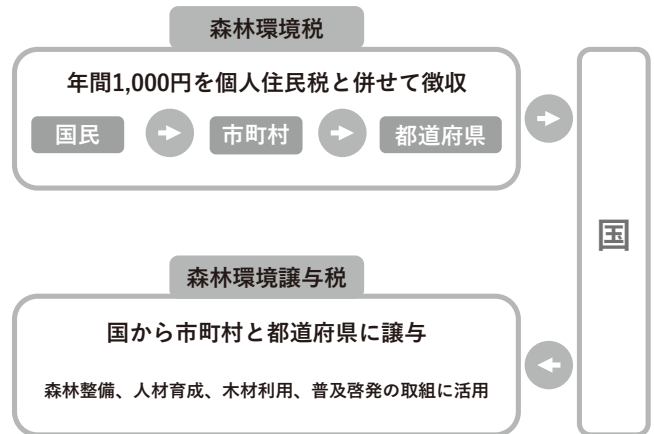
～国民一人一人が、森を支える～ 森林環境税

■問合せ 住民税務課 税務係 ☎0267-86-2526

令和6年度から森林環境税の徴収が始まります
 森林整備などに必要な財源を安定的に確保するため、令和6年度から「森林環境税」の賦課徴収が開始されます。「森林環境税」は、国内に住所がある個人に対して課税される国税で、令和6年度分の町民税・県民税の均等割と併せて、1人年額1,000円を負担いただくものです。

その税収は「森林環境譲与税」として、都道府県・市町村へ配分され、森林整備、木材利用、それらに関わる人材育成等に活用されます。

長野県森林づくり県民税の継続について
 長野県森林づくり県民税については、これまでと同様に、個人県民税については年額500円、法人県民税については均等割額の5%が継続して賦課徴収されます。



佐久穂町での森林環境譲与税の用途について
 「森林環境譲与税」は、令和6年度からの賦課徴収に先がけて、令和元年度から地方への譲与が開始されています。町では、台風19号により被災した私有林の整備事業に対する補助金の交付や、木育出生祝品の製作、今後の森林整備に必要な作業道の改良工事等に活用しています。

—[広告欄]—



「広報さくほ」では、企業の皆様からの広告を掲載しております。広告を出したいが、どこに出せばよいかお困りの方、広告の範囲拡大を検討している方、「広報さくほ」をぜひご利用ください。

●広告掲載料金は下記のとおりです

	1 枠(44×85mm)	2 枠(44×175mm)
町内業者	2,500円	5,000円
町外業者	5,000円	10,000円

※この広告は、2 枠(44×175mm)サイズの広告です。

◆◆ 「広報さくほ」 ◆◆

月1回発行、部数は1回あたり約4,300部
 常会長を通じ町内世帯配布及び役場窓口で配布

地域おこし協力隊員コラム

「動物と人間の世界認識」を読んで

地域おこし協力隊 河上 陽子



皆さんが、時間を忘れて没頭できるものは何ですか？私にとってそれは動物との関わりです。記憶に残る思い出を挙げればキリがありませんが、知人の家で飼っていたヤギと一緒にキャンプをして、ヤギは夜に目の形が変わることを初めて知ったこと。学校の帰り道に捕まえて育てていたトカゲが卵を産んで感激したこと。冬は家から車で少し走ったところにある白鳥の飛来地に連れて行ってもらい、白鳥用のパンをあげると小さな直方体が細い首をツーツと落ちていくのを永遠と見ていられたこと。酪農家にホームステイをして、毎朝子牛にミルクをあげると最後はバケツを頭に被って必死に飲んでいったこと。見ること、触れ合うこと、知ること、どれも飽きずに時間が溶けていきます。

動物がどのように世界を見ているか、そこに興味をもって手に取った本ですが、人間である自分の世界認識についても考える機会となりました。著書内での一貫したテーマは、私たちが捉えている世界は“客観的なものではなく、きわめて主観的な、それぞれの動物によって違うものである” (p.4) ということです。例えば、地面の振動を外敵の接近と考えて生存してきたハリネズミは、道路を歩いている際に車が近寄ってくると瞬間的に体を丸め固まってしまうため、道路に出ると車に轢かれてしまう。鶏の親は雛の鳴き声で敵の接近を感知するため、音を遮断したガラスの器の中で雛が襲われている姿が見えたとしても雛を助けることはない。モンシロチョウの雄は羽の色やそこに反射する紫外線を感知することで子孫を残す可能性が高まるため、紙に塗料を塗っておくと雌と認識し寄ってくる。

このように、それぞれの動物は自分の周りの環境から、“自分にとって意味のあるものを認識し、その意味のあるもので、自分たちの世界を構築” (p.29) しており、客観的な一つの環境は存在しないのだそうです。それぞれ独自の知覚の枠の中で作り上げた世界を状況に応じて変えていくことは、人間においても全く同じとのこと。例え物理的な距離が近い場合や、文化的な背景が重なるような人間同士が同じものを見つめても、同じようには見えない、見える必要も無いと考えている私にとっては納得のいく内容でした。一人ひとりが認知している、明確な正解がない大小様々な世界において、どのように周りに関わっていきたいかは今後変わらず私のテーマとなりそうです。このエリアでしか見られない生き物のおすすめもぜひ待っています！

きわめびと

発掘!



画歴30年。3つの大きな公募展に1作ずつ、1年がかりで取り組む日々——



こばやし れいこ
小林 玲子さん

1960年佐久市野沢生まれ。30歳の頃、故・栗林今朝男先生の「油絵講習会」(佐久創造館)に参加。以来、油絵を描くことが生活の一部に。所属する国画会の国展のほか、県展、佐久美術展にそれぞれ1作品を1年かけて描くという作業を30年続けてきた。この3月に42年間勤めた学校事務職員を退職し、母親の谷子さんと「れいこ・たにこ母娘展～あわせて150歳～わおっ!!」(南牧村美術民俗資料館)を開催した。高野町在住。

「形が違っていいし、色が違っていいし、絵の具がハミ出してもいいし、つて。何かと、型にはめられることが多いなか、そういうことをやればやるほどほめられるのなら、こんなに自分に合うことはないなって(笑)」

「白」分の思考がちよつと深まった——広がった感じがして、展覧会をやつてすごくよかつたなって思っています」

好評のうちに幕を閉じた「れいこ・たにこ 母娘展」二人合わせて150歳「わおっ!!」(4/6、5/24、南牧村美術民俗資料館)に油絵を出品したのが「娘」の玲子さんだ。

「母の作品(パッチワーク)のこともよくわかつたし、自分の作品についても、見に来た方たちと話しながら、こんなふうに変わってきたんだよねってあらためて思ったり、じゃあ、次はこんなことをやっていきたいかなというのも薄々わかつてきました」

この三月で四十二年間勤めた学校事務職員をリタイアした。「若いときからずっと思つてき

たのは「ただ何かを描きたい」ということ。でも、どうせやるなら面白いことをやりたいという気持ちがいっつもありますね」

玲子さんが油絵を始めたのは三十歳のころ。当時習つていたお花の先生に誘われて、「油絵講習会」(佐久創造館)に参加したのがきっかけだ。

子どものころから絵が好きで、新聞に入ってくる広告チラシの裏にクレヨンで絵を描いていたという玲子さん。すぐに油絵の魅力に引き込まれていった。講師である小海町出身の画家、故・栗林今朝男先生の言葉が玲子さんの心をつかんだのだ。

「先生は『好き勝手に、どんどん自分の自由になんでもやっていいです』、思い切つて、好きなように伸び伸びやってください」つておっしゃつて……し

かも形が違っていいし、色が違っていいし、絵の具がハミ出してもいいしつて。何かと型にはめられることが多いなか、そういうことをやればやるほどほめられるのなら、こんなに自分に合うことはないなって(笑)」

玲子さんがおもに手がけるのは抽象画だ。

「具象画は描いたモノがわかるから、いろいろと意見をいただけるんですけど、抽象画は『玲子さんに何て声をかけたらいいのか』って戸惑つた顔をしてる人が多い(笑)。私自身はちゃんとした何かを描いていて、それがああいいう形になっているんですけど」

絵のモチーフとなるのはモノ。絵を始めた頃から、役目を終えたモノに魅力を感じてきた。「一か所に集められた、つとめを終えた学校の机や椅子、壊れた水槽などを見たときに、まだ光を感じるなと思つて、それを描いていったら、それらのモノが自分を通して何となく不思議な形に変わつていった——。私が描くものはそういうモノばかりなので、もともとは私のなかでは具象なんです」。形や色が違っていいという栗林先生の教えが玲

子さんの絵に生きているのだ。国画会の国展、県展、佐久美術展に出品するために、それぞれ一作品を一年かけて描くという作業を三十年続けてきた。しかもみな大作ばかりだ。

「母娘展」はこれまで三十年間の集大成でもいうべきものとなったが、一度中止を考えたことがあった。今年一月、初期の乳がんが見つかり手術。三月には一か月間放射線治療を受けた。リタイア後の計画を練つていたときでもありシヨックは大きく、やめたい旨を南牧村教育長に伝えた。南牧村の小中学校に通算八年勤めたことから、教育長には会場使用を含め、便宜を図つてもらつていた。

「そうしたら、逆に『ぜひやつてください』と励まされて……」



「自分の思ったことを表現したいという気持ちがうんと強いですね。[2017 winter]の前で谷子さんと南牧村美術民俗資料館