

広報

# さくほ

2023

No. 207

12.21



「冬の崎田にて」 提供：写友会 内津喜重

●主な記事 特集①固定資産税「家屋」に関するお願い ..... 2p



しろかぼちゃん

# 固定資産税 「家屋」に関するお願い

## 家屋の新築、増築、取壊しをしたときは

固定資産税は、毎年1月1日の状態で課税されます。

家屋については、このときの状態が下記の3つの条件を満たしていれば、登記・未登記にかかわらず、課税の対象となります。

令和5年1月2日から令和5年12月31日までの間に、家屋の新築・増築・取壊し等をされた（若しくはされる）方は、住民税務課税務係までご連絡ください。

### 課税の対象となる3つの条件

#### 1. 土地への定着性

土地に定着しており、基礎があるもの  
（ブロック等の上に置いただけで、移動できる建物は対象外）

#### 2. 外気遮断性

屋根と壁（一般的には三方以上・シャッター等含む）による独立した空間を有するもの

#### 3. 用途性

目的とする用途（居住、作業、貯蔵等）に使用できる（工事が完了している）状態にあるもの

※車庫や物置などの簡易な構造の建物であっても、3つの条件を満たしていれば対象となります。

※カーポートタイプの車庫や移動式コンテナハウスなどは、家屋の課税対象とはなりません。

ただし、都市計画制度に基づく確認申請が必要な場合があります。



基礎があり固定されている倉庫は課税対象



ブロックの上などに置いてあり、固定していない倉庫は課税対象外



壁のないカーポートタイプは課税対象外

ご不明な点等は、下記の連絡先までお問合せください。

●問合せ先 住民税務課 税務係 電話 0267-86-2526（直通）

# 年末年始「火の用心」

師走のこの時季になると、空気が乾燥する上に、暖房器具や火気を使用する機会が増えることから、火災の発生が増加する傾向にあります。また、年末年始は休日が多くなるため、外出して家を空けたり、事業所も無人になりがちです。かけがえのない生命と財産を守るためにも、お出かけ前やお休み前は、特に、火の元に十分注意し、火災を絶対に起こさないようにして新しい年を迎えましょう。



## 《揚げ物料理のときはその場を離れない》

建物火災の出火原因の上位には、ほぼ毎年「こんろ」が入ります。特に気をつけたいのが、揚げ物料理をしているとき。天ぷら油をこんろの火にかけて加熱し続けていくと、油が高温になり、こんろの火から引火しなくても、油自身が自然と燃え上がります。油の量が少なければ、より早く発火します。IHヒーターを使っている方は、必ず専用の天ぷら鍋を使用し、節約のために少ない油で揚げ物をしようとせず、適量の油で調理しましょう。「**こんろに火をつけたままその場を離れない**」といった心がけを大切にして、台所からの火災を防ぎましょう。



## 《ストーブからの火災を防ぐ》

ストーブも、建物火災の出火原因として、毎年、上位に挙がります。灯油とガソリンの入れ間違いや、ストーブの上に洗濯物を干してそれが落ちたり、カーテンに燃え移ったり、これらは注意すれば防ぐことができるものです。火災原因として圧倒的に多いこれらの火災は、「**人災**」とも言えます。「**火の近くには燃えやすいものを置かない**」という基本を守り、絶対に人災の火災を起こさないようにしましょう。



## 《命を守る10のポイント》

### ○4つの習慣

- 1 寝たばこは絶対にしない、させない
- 2 ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- 3 こんろを使うときは、火のそばを離れない
- 4 コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

### ○6つの対策

- 1 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろは、安全装置の付いた機器を使用する
- 2 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器（住警器）を定期的に点検する
- 3 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは防災品を使用する
- 4 火災を小さいうちに消すために、消火器を設置し、使い方を確認しておく
- 5 お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- 6 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う



寝たばこは、絶対にしないさせない

## 《年末年始 特有の事故》

年末年始には、お餅による窒息事故、屋根の雪落としや大掃除中の転落事故など、この時期特有の事故が発生することがあります。お餅は食べやすい大きさにした上で、急いで飲み込まず、口の中でよく噛んで食べるなどの配慮で防ぐことができます。雪落としや大掃除の際には、脚立等を安定した場所に設置し、正しく使用するとともに、バランスの悪い場所での掃除では、無理をしないということも大切です。また、大掃除の最中に、子どもの手の届くところに、誤飲すると危険なものを置かないよう注意しましょう。

## 《雪かきのお願い》

雪が降る季節となりました。降雪の際は、ご自宅前の道路の雪かきを積極的に行っていただき、児童や歩行者の通路の確保をしていただくとともに、路面凍結による転倒には十分に注意しましょう。また、自宅付近で消火栓の上に雪が積もっているのを見かけましたら、消防隊が速やかな消火活動を行えるために、雪かきをしていただくようご協力をお願いします。

information

News

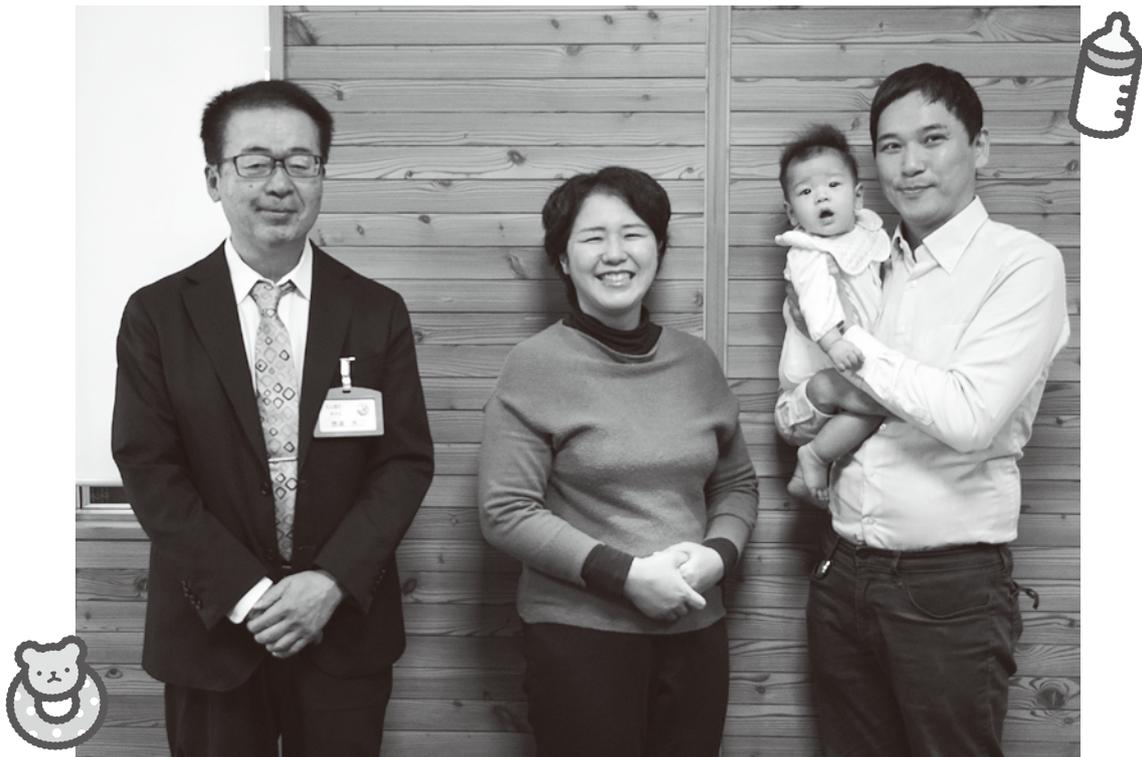
出生祝金を贈呈しました。

■問合せ 教育委員会 こども課 子育て支援係 ☎0267-86-2340

9月26日に出生祝金を贈呈しました。  
\*令和5年5月生まれのお子さんです。



11月1日に出生祝金を贈呈しました。  
\*令和5年6月生まれのお子さんです。



information

NEWS

叙勲の受章について

■問合せ 総務課 庶務係 ☎0267-86-2525

内閣府から、高齢者叙勲が発令され、地方自治の発展に尽くされました柳澤啓治（やなぎさわけいじ）氏（桜町・88歳・旧佐久町議会議員）が旭日単光章を受章されました。誠にめでたうございます。

【略歴】

平成6年5月～平成17年3月

旧佐久町議会議員（3期）

平成12年5月～平成14年5月

旧佐久町議会議長



NEWS

寄附について（お礼）

■問合せ 総務課 庶務係 ☎0267-86-2525

小諸養護学校父母の会である「太陽の会」から、11月2日に80万円の寄附がありました。ご寄附に感謝申し上げます。いただいた寄附金は、障害福祉事業等に活用させていただきます。



NEWS

租税教室を開催しました

■問合せ 住民税務課 税務係 ☎0267-86-2526

11月22日（水）に佐久穂小学校で6年生の2クラスを対象にした租税教育を行いました。

講師は、長野県間税会連合会佐久間税会 常任顧問の小林君人さんが務めました。

学校生活のなかで税金は、教科書や教材、学校の建設などに使われていること。また、日常生活でも税金がないと道路や公共施設の新設や修理ができなかったり、社会の治安が保たれなくなるなどの影響があることをみんなで学びました。



租税教室の様子

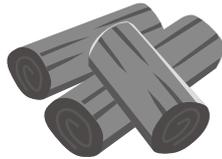
information

イベント

「炭焼き体験教室」開催のお知らせ

■問合せ 佐久穂特用林産物生産者組合 組合長 小林 守正 ☎090-4180-2529/佐久穂町役場 産業振興課 林務係 ☎0267-86-2529

佐久穂特用林産物生産者組合では、下記の期間「炭焼き体験教室」を開催します。「木炭」は様々な用途に利用されますが、その「木炭」づくりの薪割りから窯の火入れ作業や窯出し作業まで体験いただける良い機会ですので、多くの皆様のご参加をお待ちしております。



■期間 令和6年1月15日(月)～2月15日(木)

■時間 午前8時から午後3時まで

■参加費 無料

■申込 不要

※参加をご希望される方は、直接会場へお越しください。

■持ち物 昼食、軍手、マスク等

■会場 佐久穂町大字八郡290-5  
組合製炭加工施設

※感染症予防対策をしてお越しください。

お知らせ

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

おやきを作ろう！  
～郷土料理をおうちで～

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、食と栄養について学びながら調理も行います。

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6年1月19日(金)

午前10時～(受付は9時30分～)

■会場 茂来館 調理室

■参加費 500円程度

■対象者 町内在住の65歳以上の男性

■内容 調理実習 おやき、冬野菜の汁物  
試食会(感染状況によって実施しない場合があります)

■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 令和6年1月9日(火)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。

—[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

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支援・孤立化対策 —

「孫の顔を見れないかも」「結婚する気がなさそう」  
「自分たちがいなくなった後が心配」  
そんな不安に仲人が親身に対応します。  
お気軽にお問い合わせ下さい。

結婚相談所ムスベル TEL:026-214-3681

information

お知らせ

令和5年新型コロナワクチン秋開始接種について

■問合せ 町新型コロナワクチン相談室 (8:30~17:00土日祝日を除く) ☎0267-78-5673

新型コロナオミクロン株 (XBB.1.5) 対応ワクチンについて、12歳未満の方、または初回接種を完了していない方につきましても、接種の対象となっています。

接種を希望される方は、町新型コロナワクチン相談室までご相談ください。

■実施期間 令和6年3月31日まで (公費負担)

・ワクチンを受ける際には、ご本人または保護者の意思に基づいて接種をご判断いただきますようお願いいたします。

・新型コロナワクチンの有効性、安全性などの詳しい情報につきましては、厚生労働省ホームページの「新型コロナワクチンについて」のページをご覧ください。

厚労 コロナ ワクチン

検索



お知らせ

「佐久穂町老人福祉計画・佐久穂町第9期介護保険事業計画 (令和6年度~令和8年度)」(素案)に対するパブリック・コメントを実施します

■問合せ 健康福祉課 高齢者係 ☎0267-86-2528

高齢者が『「住み慣れた地域」「住み慣れた場所」で「住み慣れた家族と一緒に」「自分らしく誇りの持てる安心した生活が送れる地域社会の実現』を目指し、「老人福祉計画及び介護保険事業計画」の見直しを3年に1度行っています。

今年度末の計画策定に向けて、住民の皆様からのご意見をお寄せください。

■受付期間

令和5年12月18日 (月) から

令和5年12月28日 (木) まで (必着)

※提出先などの詳細は、佐久穂町ホームページ又は閲覧場所で配布する案内をご覧ください。

■計画書 (素案) の閲覧・意見用紙の配付場所

- 1 佐久穂町ホームページ
- 2 佐久穂町役場健康福祉課高齢者係及び地域包括支援センター
- 3 佐久穂町八千穂福祉センター内出張所

■ご意見を提出できる方

次の1、2いずれかに該当する方

- 1 佐久穂町に住民票のある方
- 2 佐久穂町内にある介護保険サービス事業所に勤務されている方



[広告欄]

ふとんカバー、枕カバー、シーツを丸洗い

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** のおすすめ!

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 (有) **出浦ふとん店**  
丸洗い

TEL0267-88-2103 FAX88-2939

information

お知らせ

電源立地地域対策交付金を活用した事業について

■問合せ 総合政策課 財政係 ☎0267-86-2553

■電源立地地域対策交付金とは

発電用施設の円滑な立地及び運転を確保するため、電力会社等の発電用施設が立地する自治体等に対して電源立地地域対策交付金の交付を行うことにより、地域との共生を図ることを目的としています。

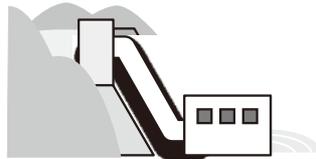
■交付金の用途

発電用施設が立地する自治体の地域振興にとって必要不可欠な公共用施設の整備及び地域活性化事業を行うことで、電源地域の振興や住民生活の利便性向上等を図っています。

佐久穂町では令和4年度に440万円の交付を受け、老人保健施設の運営経費に活用しました。

■佐久穂町の発電用施設

海瀬発電所	0.44万kw
穂積発電所	0.80万kw
大岳川発電所	0.06万kw
白田発電所	0.27万kw



お知らせ

点字・大活字広報誌「ふれあいらしんばん第94号」の閲覧及び貸し出しについて

■問合せ 健康福祉課 福祉係 ☎0267-86-2528

政府の施策等の情報をまとめた、点字・大活字広報誌「ふれあいらしんばん（第94号）」が役場に届いています。

あわせて、広報誌と同じ内容の音声広報CD「明日への声（第94号）」も届いています。

視覚に障害のある方やそのご家族、ご友人など、希望される方に見ていただいたり、貸し出しすることが可能です。障害のない方の閲覧や貸し出しも可能です。

■第94号の内容

- ①「食中毒にご注意ください！肉や魚介類を安全に食べるためのポイント」
- ②「キャッシュレス決済を活用して生活を便利に！」
- ③「山の事故を防ごう！登山を楽しむために知っておきたい安全対策」
- ④「知ってそうで知らない【国民の祝日】」

◆インターネットでも同様の内容を見たり聞いたりする事ができます。



ふれあいらしんばん 検索

明日への声 検索

[広告欄]

農地の取得の条件が変わっています。  
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

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

令和6年  
1月の  
相談会  
日時：11日(木)・25日(木)  
午前10時～12時  
場所：茂来館2階

2月11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

旧八千穂中学校体育館の売却について

■問合せ 総務課 管財係 ☎0267-86-2525

学校跡地利活用提案型売却の公募をしました。応募者の審査の結果、旧八千穂中学校体育館について、株式会社 黒澤酒造様に売却が決定し、令和5年10月に、売買契約を結びました。

跡地の利活用については、出荷前在庫（製品）の蔵置や出荷場等として利用されます。

また、災害発生時には、避難所となるよう協定も結びました。



お知らせ

1月の未就園児交流会について

■問合せ こども課 保育園係 ☎0267-86-2340

☆未就園児交流会

1月の活動内容は 「室内遊び」 です。

- \* 10日（水）八千穂保育園（新聞遊び）
- \* 19日（金）栄保育園（粘土遊び）
- \* 23日（火）海瀬保育園（製作）

■時 間 9時30分～11時

■対 象 未就園児とその保護者

■持ち物 上履き

※防寒着一式（雪遊びをする場合）

■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。



☆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。



—[広告欄]—

（仮）道の駅  
八千穂高原

出品者登録説明会  
開催について

茂来館 1月13日（土）18：00～  
メリアホール 1月26日（金）10：00～

の2日間開催！

※説明会所要時間は90分を予定しています

両日同じ内容で実施いたします。農産物や加工品等、道の駅へ商品の出品を希望されているみなさま、ご都合のよい日にご参加ください。

\*出品条件、注意事項の説明、登録に必要な書類一式を配付します\*

お問い合わせ

道の駅施設運営者 畑八開発（株）・アドバンス（株）グループ  
TEL：0267-88-2501 道の駅事業部 担当：酒井

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
- 1月分の予約受付開始時間

12月25日(月) 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。

1月は1月16日(火)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。
- ◎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 1月9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。

『すくすくTIME』～お正月あそびを楽しもう～

- 日時 1月11日(木)  
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、お正月にちなんだあそび、工作などをします。

『子育てママの就労相談』

- 日時 1月18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。お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。

『親子遊びとおしゃべり会』

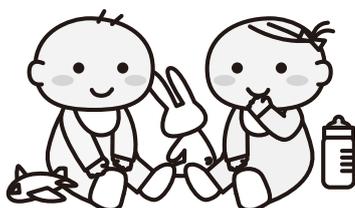
- 日時 1月26日(金) 10:00～11:00
- 場所 こどもセンターさくほっこ ホール3  
親子でふれあいあそびをした後は、ママ達でおしゃべりを楽しみましょう♪おしゃべり会のファシリテーターは、精神保健福祉士の小林有里さんです。

『よみきかせ&おたんじょう会』

- 日時 1月30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。みんなでお祝いしましょう。

『さくほっこ広場』(健康福祉課共催行事)  
～ママの体は元気かな?健診結果報告会～

- 日時 1月31日(水)  
受付 9:45～  
報告会 10:00～
- 場所 こどもセンター 健診室  
不足しがちな栄養素の簡単なとり方を紹介します(試食あり)。健診を受けていない方も参加可能です。また、お子さんの月齢関係なくご参加頂けます。  
※さくほっこ広場は予約不要です。



## 地域おこし協力隊員コラム

日々是良日⑤ ～共に生きるってどんな事？～

地域おこし協力隊 水谷和世



みなさま、寒い日が続きますね、風邪などひかれていませんか？私も3年目になり、このコラムも最後の執筆になります。今回は、仕事で関わった障がい者福祉について考えたいと思います。昔、勤務していた保育園での出来事も福祉の仕事に関わるきっかけの一つになりましたので、少しおつきあいください。

私が勤務していた保育園には、3歳児クラスに、さくちゃん（仮名）という、多動気味の子どもがいました。興味も限定的で、集団に入る事ができず、入園当初は、廊下の端から端まで走り回り、捕まえるのにも一苦労でした。ちょっと大変な子が入ってきたなあと思っていましたが、担任がとても良い指導をされ、信頼関係を築き、次第に少しずつ集団に混じる日が増えてきました。そんなある日、ある子どもが、「さくちゃんだけ、どうして先生といつも一緒なの？ズルい！」と担任に訴えました。その時期の子どもらしい可愛いヤキモチでしたが、この一部始終をみて、私は、なんだか少し嬉しくなったのです。というのも、その子どもは、さくちゃんの事を“自分とは違う人”とは受けとめておらず、“他のみんなより少し元気で、時々みんなと一緒に行動をする人”と受けとり、“自分と同じ”クラスの仲間として認識していました。

今の教育システムでは、小学校入学時に特別支援学級や特別支援学校へと分かれ、長期間お互いを知らずに成長します。もちろん、交流や共同学習の時間もありますが、つかの間の時間では、支援する側、される側という一方向の関係性になっているのではないのでしょうか。お互いを知るには時間が短すぎるのです。

そんな中、保育園卒園後も皆が同じ場所で学んでいる地域があります。大阪の豊中市では、40年前から小中学校で原学級保証をし、地域の全ての子どもが、どこで学ぶかを選択する事ができます。医療的ケア児や全盲の子どもも、地域の小中学校へ通い、皆と同じクラスの中で時間をすごしています。障がいのある子どもと周囲にいる子どもが、共に学び生活をしていくために、お互いを理解し、様々な工夫をこらし、困難があっても対話をしながら解決策を見出す事が卒業まで繰り返されます。障がいのある子どもが“大変な人”ではなく“同じクラスの仲間”として認識される事により、様々な観点から物事を考える広い視野を持つ事ができるのではないのでしょうか。多様性をうけいれる素地が形成されるのです。

この3年間、障がい者福祉にたずさわってみて、もっとお互いの事を知り、理解していれば、うまくいくのでは…？と思う事が多くありました。みなさんの周囲の障がいのある方や困り感のある方に少し目をむけていただけたら良いのになと思っています。

国の施策としても“共生”について様々な省庁が方向性を示しています。“誰もが相互に人格と個性を尊重し、支え合い、人々の多様なあり方を相互に認めあう全員参加型の社会”を目指す事が推奨されています。

佐久穂町の住民の一人として、障がいの有無や国籍、性別、年齢にかかわらず、共に豊かに佐久穂町で生きていく事を皆さんと一緒に考えていきたいなと思います。それでは、みなさまどうぞ、良いお年をお迎えください。

# きわめびと

発掘!



オールジャパンアームレスリング選手権大会で優勝した3児のママ——



ますおか こはる  
**増岡 小春さん**

1990年臼田町生まれ。中学時代は陸上部（砲丸投げ）に所属。高校でレスリングを始め、県代表となって全国大会に出場。結婚後、富山に移り住みアームレスリングを始める。21年長野に戻り、22年とちぎ国体に出場。今年6月のオールジャパンアームレスリング選手権大会（JAWA主催）の無差別級で優勝。今年9月茂来館でアームレスリングの講座「春の腕（わん）」を立ち上げた（現在会員4名）。家族は息子3人。臼田町在住。

「よく言うのが『体重を乗せる』。体重、力があれば確かに有利ですけど、テクニックで勝つこともある。アームレスリングって細かい技がたくさんあって、ものすごく奥の深い競技なんです」

**ア**ームレスリングを始め

て六年。二度目の全国大会挑戦で頂点に立った。「決勝で勝ったときはマジかって感じていたね。それより、去年国体で負けた選手に勝ったことがものすごくうれしくて、自分も成長してるんだなって、自信になりました」

しかも決勝で破った選手は元世界チャンピオン（山田よう子さん）でもあった。

盛り上がった肩。三十一cmあるというブツ太い上腕。試しに握らせてもらったが（アームレスリングでは対戦することを「握る」という）、組んだ瞬間から、岩のように動かない。「ウーン、失礼しましたーっ!」  
「腕相撲とアームレスリングの違い? 腕相撲は使うのは腕だけですけど、アームレスリングは全身を使っています」

またアームレスリングは専用の競技台を使って行われ、世界の共通の公式ルールがある。

中学で砲丸投げ、高校でレスリングをやっていたという小春さん。アームレスリングを知ったのはひよんなことからだった。「結婚後、体がなまってきたので、レスリングでもしようかなと思って調べたら、県外（当時住んでいたのは富山）にしか団体がなく、そうこうしているうちに見つけたのがアームレスリング。あ、これ面白そうだなって」

予備知識はなかったが、砲丸投げとレスリングで鍛えた筋肉があった。ちなみにレスリングでは高三のとき県代表として全国大会に出場した。「といっても、長野県で選手は私一人しかいなかったんですけどね（笑）」

ただアームレスリング、「力」があれば勝てるかというと、そう単純ではない。

「よく言うのが『体重を乗せる』。体重、力があれば確かに有利ですけど、テクニックで勝つこともある。細かい技がたくさんあって、ものすごく奥の深い競技なんです」

話を聞いているあいだも「上から攻める」「下から攻める」「親指を殺せ」など、「ギョーカイ用語」が次々に飛び出す。

しかも戦いは競技台の上だけではない。競技台の脚に足を掛けたり、絡めたりして下半身をブロックする。（片足は床についていなくてはいけません。まさに全身をフルに使う競技なのだ。面白いのは大会の後。

「他の選手と握ってワザを研究し合う『練習会』というのがありますが、いろんな人と交流ができて、大会よりもこっちの方が楽しいですね」

一瞬で相手を倒す。それがアームレスリングの魅力だ。

「組み合っつてずっと動かないというような戦い方は私はイヤ。一瞬でパコン! それが気持ちいいんですよ」

筋トレをする選手が多いなか、一切やらない。「負けず嫌いなくせに、練習があまり好きじゃないから（笑）。しかしこれは謙遜のよう。アームレスリング一筋なのだ。「筋トレは無理という人にはアームをやれば? とすすめていま

す。アームのいいところは全身を使うので全身の筋肉がつくこと。私自身も、筋力がついて体が強くなりました」

大会によっては女子の部がないこともあり、そんなときは男子の部に出場するという小春さん（!）。「男性に勝つのがけっこううれしいですね（笑）」。

注目度も高い。小満祭（臼田町）のデモンストレーションには、大勢の人が詰めかけた。

仕事は土木関係。男ばかりのハードな職場だ。「筋トレになると思って選んだんですけど、考えが甘かったですね（笑）。職場で私に挑戦してくれる人? 年配の人が多いのでそれはないです」

目標は世界大会出場だ。「でも代表になっても遠征費は自己負担なんですよね。今年がマレーシアで、来年がギリシャ。日本開催まで待とうかなと思っています（笑）」

夢はアームレスリングの輪を広げること。「今、むちゃくちゃ仲間を増やしたいです」



「始めたころは練習場所がなく、庭先でやったりしていました。『春の腕』を一緒に立ち上げた堀川翔矢さんと=茂来館