

広報

さくほ

2018

No. 138

3.15



府中市 けやき並木通り

- 主な記事 特集①そうだ・府中へ行こう！ 2～7p
特集②佐久穂町こどもセンター「さくほっこ」オープン 8～9p



しらかぼちゃん

そうだ・府中に行こう！

～姉妹都市の府中市ってどんなところ？～



東京都にある府中市を皆さんはご存知ですか。この府中市は約40年間に渡り、佐久穂町と姉妹都市として交友関係を築いている都市です。毎年、佐久穂町にあるスキー場やキャンプ場、白駒の池には多くの府中市民の方がいらしていますが、佐久穂町民で府中市に訪れている方はどのくらいいるのでしょうか。今回は姉妹都市である府中市の魅力を紹介しますので、ぜひ一度は府中市に遊びに行ってみてはいかがでしょうか。

そもそも姉妹都市とは？

姉妹都市は、文化交流や親善を目的とした地方同士の関係を指します。友好都市・親善都市などとも呼ばれています。基本的に互いの首長が認め、議会で承認を得られれば、どんな都市とも姉妹都市になれます。

なぜ姉妹都市になったのか？

昭和53年に府中市では、市制25周年事業の一つとして、農山村との姉妹都市の提携を進めていました。その話を聞いた、当時、府中市内で小学校長を務めていた（故）岩下 保 氏（旧穂積村東馬流出身）がふるさとである八千穂村を府中市役所の企画調整部に紹介しました。岩下氏は、八千穂村を紹介する際に「ハヶ岳の麓に広がり、緑があり、湧き出る水が千曲川に流れ、その水で稲穂が頭を垂れる。山・水・穂に恵まれた素晴らしい村がある」と話をしたそうです。その後、府中市の関係者が八千穂村を訪れ、協議した結果、昭和54年8月に姉妹都市の提携が決まりました。同年10月に八千穂村と府中市との間に、姉妹都市の盟約を結ぶ調印式が行われました。平成17年3月に佐久穂町が誕生すると、同年10月には継続して姉妹都市の盟約が結ばれました。

姉妹都市の盟約が結ばれてから4年後の昭和58年に府中友好都市交流協会が設立され、平成元年に八千穂姉妹都市交流協会（現：佐久穂姉妹都市交流協会）が設立されました。さらに、昭和60年には府中市民保養所「やちほ」が完成し、夏は避暑に、冬はスキーに訪れた府中市民で賑わいました。

両市村の交流協会設立をきっかけに交流の場は広がり、府中市で開かれるイベントで特産品を販売したり、府中市の天体観測車を招いて星座観測会も行われたりしました。また、夏には八千穂高原で自然観察が行われたり、村祭りで武蔵国府太鼓や府中囃子を披露してもらったりとその交流は今でも続いています。

府中市はこんなところ

府中市は、東京都のほぼ中央に位置し、副都心新宿から西方約22キロメートルの距離にあり、佐久穂町と比べ面積は約1/6ですが、人口は約22倍、世帯数は約28倍もあり、多くの人々が暮らしている都市です。



佐久穂町と府中市を比較 (高齢化率以外 2018/2/1 現在のデータ)

	佐久穂町	府中市
面積	188.2 (km ²)	29.43 (km ²)
人口	11,350 (人)	258,525 (人)
世帯数	4,335 (世帯)	123,536 (世帯)
高齢化率 (2017/10/1現在)	36.3 (%)	21.4 (%)

府中市へのアクセス

車



中央自動車道

須玉IC乗車、国立府中IC下車

所要時間の目安は3時間 (ただし渋滞をのぞく)

高速料金…3,910円 (片道、一般料金)

電車



中央線あずさ使用

羽黒下～小淵沢～立川～府中本町

所要時間の目安 3時間30分 (ただし接続による)

電車賃 5,500円 (運賃3,670円、特急料金1,830円)

府中市に行ったら訪りたい観光名所

●大國魂神社（おおくにたまじんじゃ）

大國魂神社は、武蔵国の総社（そうじゃ）です。数ある神社の中でも歴史が古く、創建は約1900年前（111年）。明治神宮・東京大神宮・日枝神社・靖国神社と並び、特に格式の高い「東京五社」の一つで、由緒と歴史・格式のある、東京を代表する神社です。

縁結びのご利益で知られ、結婚式を挙げる人も多い神社です。また、府中市で行われる関東三大奇祭の一つ、壮大な「くらやみ祭」の会場でもあります。



●JRA東京競馬場

緑美しいコースを駆け抜ける日本ダービーが行われている日本最大級の競馬場で、天皇賞（秋）やジャパンカップなどの大きなレースが開催されています。最近ではテレビCMなどでも映し出されることも多く、目にする機会も多くなっています。馬の大きさや走り抜けていく音など目の前を馬が走っていく様子は圧巻です。また、敷地内には、日本庭園や遊具のある公園、競馬シミュレーションゲームを楽しめる競馬博物館などがあります。馬と触れ合えるイベントも定期的に開催され、親子で楽しめるイベントも多く、休日は競馬ファンだけでなく、家族でも利用できるレジャー施設となっています。



この他にも、府中市のシンボルである「けやき並木通り」や府中市をホームタウンとして活動しているラグビーチーム（サントリー、東芝）があり、「ラグビーのまち府中」として盛り上がりを見せるなど府中市の見どころはたくさんあります。ぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。



今年のお花見やGWの予定は府中で決まり！府中市春のイベント

● 市民桜まつり

開催日：2018年4月7日～8日 開催場所：桜通り・府中公園

会場である桜通りには、300本を超えるソメイヨシノの木が1キロメートルにわたって続き、桜のトンネルが作り出されます。期間中は大勢の花見客で賑わい、府中公園を中心に様々なイベントが行われます。府中の伝統を感じることのできるお囃子や民謡、府中市を拠点に活動しているラグビーやフットサルなどの選手によるパレードも行われます。穏やかな春の日に、のんびり府中散策におすすめです。



● くらやみ祭

開催日：2018年5月3日～6日 開催場所：大國魂神社 他市内

府中市の中心部に位置する大國魂神社では、毎年5月3日～6日まで、例大祭「くらやみ祭」が行われます。その歴史は1,000年以上あり、府中の歴史と文化の形成に大きく関係しています。また、「くらやみ祭」は東京都指定無形民俗文化財「武蔵府中くらやみ祭」としても指定されています。

期間中は約70万人の人出で賑わい、露店数も約500軒となります。

中でも特に見どころとなる3つをご紹介します。

【競馬式（こまくらべ）】

騎手を乗せた6頭の馬が150メートルの距離を走り抜けます。

【太鼓の饗宴】

日本最大級の大太鼓が神社鳥居前に集まります。力いっぱい打つ音が府中の空に響き渡ります。

【神輿渡御】

祭の最大の見所である「おいで」と呼ばれる神輿渡御が行われます。花火の合図とともに6張りの大太鼓が打ち鳴らされ、8基の神輿を担いだ男衆がぶつかり合います。



府中で見つけた佐久穂町

● オレンジフーツ



「府中市」「府中市の姉妹都市（佐久穂町）、友好都市（ウィーン）」「多摩地区」の良いものを提供するというコンセプトで営業されているお店です。

こちらのお店では、佐久穂産の野菜や果物、肉、魚、お酒、醤油や味噌の加工食品まで扱っています。

府中市を遊びつくしたら、佐久穂産の食材でホッと一息つけるお店ですので、訪れてみてはいかがでしょうか。佐久穂産のものでなくても、府中市に縁ある地域の食材を扱っていますので、府中市の良さをより深く知るためにも、うってつけのお店だと思います。

場所：〒183-0023 東京都府中市宮町1丁目100 ル・シーニュ5F
府中市市民活動センター「フラッツ」内
府中駅から徒歩1分（駅直結）
TEL：042-319-9732 営業時間：11:00～21:00 ※定休日：なし

佐久穂姉妹都市交流協会会報

第27号

こまどり

編集 佐久穂姉妹都市交流協会事務局（佐久穂町役場総務課内）

平成30年3月発行

佐久穂姉妹都市交流会は、東京都府中市との交流を促進し、両市町民の友好と信頼を深めるための活動を行っています。

平成29年度は、次のとおり活動を実施しました。なお、府中市との交流活動に興味のある方は、協会理事又は事務局（役場総務課）までご連絡ください。

星空観望会

7月6日に町内の小学4・5・6年生を対象に、府中市の移動天文観測車による星空観望会を茂来館で開催しました。

例年星の見やすい11～12月頃に開催していますが、今年度は今までと違った夏の星空を見てほしいという思いから7月の開催となりました。

しかし当日は雨となり、星空の観察が出来なかったため、室内でエアドームによるデジタルプラネタリウムの観察を行いました。

天候の悪い中でしたが約40名の親子がプラネタリウムを見ながら、夏の星座について説明を聞きました。



デジタルプラネタリウムで観察

水辺で乾杯

7月7日に栄海橋で行われた水辺で乾杯に参加しました。このイベントは、水辺の魅力を感じたり、夕暮れ時の水辺を楽しんだりすることを目的としており、水辺に集まった全国の人たちと一斉に乾杯をしました。今回初めての試みでしたが、府中市の皆さんとインターネットで映像を繋ぎ、同時に乾杯をしました。

市民活動センター「オープニングイベント」

7月15日、16日に開催された市民活動センター「プラッツ」のオープニングイベントに参加し、佐久穂町のPRを行いました。

府中駅周辺の再開発により

新しく建設されたこの建物は、1階から4階までが商業施設、5階と6階が市民活動スペースとなっており、イベント当日は多くのお客さんと賑わっていました。フロアの一角には佐久穂産の食材を使ったレストランもあり、佐久穂の恵みをPRしてくれています。



大勢のお客さんと賑わいました

さくほいいすら

7月29日に開催された「さくほいいすら」に参加し、協会の募集、府中市のPRを行いました。お祭のステージでは、府中離子保存会南町支部の皆さんによる府中市郷土芸能の「府中離子」を披露していただきました。小雨が降り、コンディションの悪い中でしたが、賑やかなお離子とユニークな踊りで町民まつりのオープニング盛大に盛り上げていただきました。

とうもろこし収穫体験

8月2日に、毎年好評の「親子とうもろこし収穫体験」が行われ、府中市から45名の親子が訪れました。

当日は晴天の中、やさしい倶楽部の皆さんにご協力をいただきながら、立派なとうもろこしを収穫することができました。昼食時には、採れたてのとうもろこしを茹で、きゅうりやトマトと一緒に参加した皆さんに味わっていただきました。



大きなとうもろこしをゲット！

商工まつり

8月4日～6日の3日間、府中市・大國魂神社境内を会場として「商工まつり」が開催されました。

協会では、昨年に引き続きとうもろこし、トマトなどの野菜、プルーン、味噌などの特産品を販売し、佐久穂町の

PRを行いました。販売ブースには、府中市のゆるキャラ「ふちゅこま」も遊びに来てくれ、一緒にPRをしてくれました。



ふちゅこまと一緒にPR

佐久穂の野菜や特産品は、毎年楽しみにしている方も多く、朝から行列ができるほど人気があり、用意した商品すべてが完売となりました。

ススキ刈り

9月30日に府中市青少年健全育成対策第四地区委員会の皆さん21名が、町内佐口集落でススキ刈りを行いました。

この行事は、青少年健全育成活動の一環として、古来の伝統行事を伝承し、親子のふれあいを深めるために府中市が毎年行っています。

佐久穂町からも会員が参加

し、約二千本のススキを刈り取りました。



快晴の中、今年もたくさん刈りました

スポーツ交流事業

10月21日サッカーを通じたスポーツ交流事業を行い、佐久穂町少年サッカークラブ員を中心に、総勢30名が参加しました。

当初、府中市のサッカークラブチームとの交流試合を予定していましたが、悪天候により急遽予定を変更し、府中市内の東京競馬場や郷土の森博物館を見学しました。

東京競馬場では、馬が走っていくスピード感や音などに驚きの声を挙げていました。また、施設の大きさや綺麗さなどイメージと違ったという声も聞かれました。

郷土の森博物館では、府中市の伝統的なお祭りである

「くらやみ祭り」や府中市の成り立ちなどの歴史や文化について勉強をしました。



府中の歴史について勉強

残念ながら交流試合はできませんでしたが、府中市の歴史に触れ、府中市について知ることのできた一日となりました。

友好訪問

11月12日、13日に恒例の府中市への友好訪問を行い、府中市内や府中市近郊にある施設の見学を行いました。

初日は、今年度新たにオープンした市民活動センター「ブラッツ」や府中市美術館の見学を行いました。

また、夕食の席では、府中友好都市交流協会の皆さんと交流を深めることができました。

2日目は、調布市にある深大寺や佐久穂町にゆかりのある埼玉県のサイボクハムを訪問しました。



「ブラッツ」は使いやすい工夫がたくさん！

会員募集!!

佐久穂町は東京都府中市と姉妹都市の交流を行っています。

府中市民保養所「やちほ」の利用について

八千穂高原にある府中市民保養所「やちほ」に佐久穂町民の方は府中市民と同じ料金でご利用いただけます。

予約・お問い合わせ

■予約専用ダイヤル **0120-210-446**

(午前8時30分から午後9時まで)

宿泊料金 1人1泊(食事代別)の料金です。

区分		1室の利用人数	通常料金
府中市民 佐久穂町民	大人 (中学生以上)	2人以上	3,000円
		1人	5,500円
	子ども(小学生以下)		1,500円
上記以外	大人 (中学生以上)	2人以上	5,000円
		1人	7,500円
	子ども(小学生以下)		2,500円

- ・府中市民、佐久穂町民の方は冬期間、通常料金より500円割引となります。(詳しい期間はお問い合わせください)
- ・運転免許証など住所が確認できるものをお持ちください。

事務局

府中市への友好訪問
各種イベントへの参加

総務課庶務係

電話 八六二二五二五

◆年会費

個人 一〇〇〇円

法人 一〇〇〇〇円

◆主な行事

当協会は交流事業の民間窓口として、両市町の相互理解と人々のふれあいを深めるために、様々な事業を実施してきました。今後もより多くの方が参加できるように事業の企画もしていきたいと考えております。

姉妹都市交流に興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

佐久穂町こどもセンター 「さくほっこ」 4月9日(月)午前10時からオープン

佐久穂町児童館（旧佐久中央小学校）は、平成30年4月より佐久穂町こどもセンター「さくほっこ」に生まれ変わります。現在の児童館機能に加え、北校舎1階と旧昇降口側を改修し、乳幼児期のお子さんとその保護者が集まれる「居心地のいい場所・交流の場所・相談の場所」として活用していきます。

そんな、新しく生まれ変わる佐久穂町こどもセンター「さくほっこ」の主な機能を紹介します。

遊んでしゃべって、相談できる 「プレイルーム」

誰でも気軽に集まれる場所として、旧昇降口をプレイルームとして開放します。すべり台や木を使ったおもちゃなど、お子さんが楽しめるおもちゃを用意してあります。近所に一緒に遊べる子どもがいない…そんな時はプレイルームに立ち寄ってお友達の輪を広げてみませんか？

また、保護者の妊娠・出産・育児の悩みや不安など…心配事をひとりで抱え込まずに、気軽に相談してみてください。先輩ママさんや資格を持ったセンタースタッフが身近な相談窓口として、子育てが楽しいと実感できるようお手伝いします。



床暖房・クーラー
ついています♪

赤ちゃんの健やかな育ちを応援する 「母子保健事業」

北校舎1階を健診室として改修し、町保健師により実施している母子保健事業を行っています。各種健診相談や子育てランド、あそびの広場などを健診室で開催します。



安心安全な放課後の居場所 「学童クラブ」

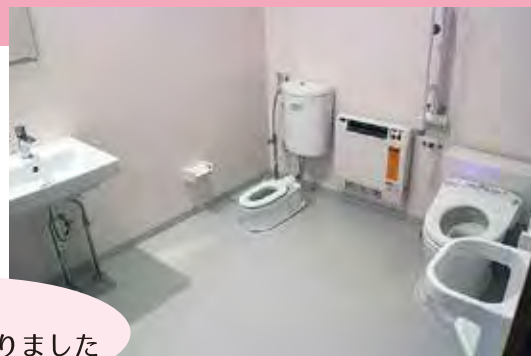
こどもセンター「さくほっこ」では、小学生の放課後の居場所として学童クラブを実施しています。今までと同様に登校日は小学校の下校時刻から午後7時まで、長期休業などの学校がお休みの日は午前7時30分から午後7時までお預かりします。

※日曜日、祝祭日、年末年始などはお休みします。



ほかにも・・・

町内で活動している子育て支援団体や子育てに関わる活動をしている方に、部屋の貸し出しを行っています。様々な用途に対応できる部屋がいくつかありますので、子育てコミュニティを広げるためにぜひ活用ください。



トイレも
使いやすくなりました

4月佐久穂町 こどもセンター行事

～♪こどもセンター「さくほっこ」へようこそ♪～

日時：4月24日（火） 10：00～11：30（受付 9：30～10：00）

参加費：無料

対象者：就学前のお子さんと保護者の方

定員：なし。事前の申し込みの必要はありません。

持ち物：水筒、必要に応じて軽食やおやつなど

佐久穂町こどもセンター「さくほっこ」

佐久穂町大字海瀬309番地（旧佐久中央小学校跡地） ☎86-2123

利用できる方 ☆0～18歳の児童（就学前児童は保護者同伴、土曜日は小学生も保護者同伴）
☆妊娠期を含む子育て中の保護者
☆町内で活動する子育てサークル・子育て支援団体等

開館日 月～金曜日 9：00～17:00、土曜日 9：00～13：00

※祝祭日、年末年始などはお休みします。

※4月9日は、プレイルームに限り午前10時からオープンします。

利用料 無料（行事などで材料費をいただくことがあります。）

【問合せ】佐久穂町教育委員会こども課子育て支援係 ☎86-4940

踏み出す一歩



シリーズ化
第二弾

～運動習慣を身につけよう～

佐久穂町の健康課題の一つに、「運動不足」があげられます。でも、「運動は大事とわかってはいるけど、なかなかできない・・・続かない・・・」と感じている人は多いのではないのでしょうか？運動習慣を身につけるきっかけづくりになるよう、運動の効果や実践するための方法などをシリーズでご紹介します。

● どうやったら運動を始められるのか

今回は体を動かすことに取り組んでいる個人、団体の方に運動を始めようと思ったきっかけをインタビューしました。



70歳代 男性

実施している運動：茂来ジム

運動週間：夏場は毎日、冬場は1日おき

きっかけ：

血液検査の結果、数値が悪く主治医から「痩せれば数値が全部よくなる」と言われたのが始まりだった。当初は体重が落ちるように取り組んだが数値には変化がなかった。『痩せるだけではダメで、汗をかく運動をしないといけないんだ』と思い、汗をかく運動は何かを考えた。その時に茂来館で無料のスポーツマシーンを使用できることを知り、ジムを利用することにした。夏場は30～40分を毎日実施。寒くなる冬場は30分を1日おきに取り組んだ。

ジムを開始し、2ヶ月ほど経過した血液検査にも変化が出始め、気にしていた数値が下がった。また、運動と合わせて食事指導を受け、野菜を中心にしたおかずを取り入れるなど運動だけでなく食事に対しても意識するようになった。

年日	H29. 3	H29. 6	H29. 8	H29. 9	H29.11
体重	79.0kg		77.8kg		75.1kg
腹囲	104.0cm	汗をかく運動の実施			100.4cm
中性脂肪	206	186		111	114
血糖	113	205 (食後)	173 (食後)	103 (空腹時)	105 (空腹時)
HbA1c	6.7	6.7	6.1	6.2	6.1

痩せるが変化なし

食事も見直した

気にしていた数値が
下がった



50歳代 女性

実施している運動：ヨガ・ムエタイ

運動週間：週に1回

きっかけ：

健診の結果、肥満傾向であり食事を変えてみたが変化がなく、食事だけではダメなんだと思ったこと、日々の生活の中でつまずきやすくなったこと、行動の判断力がにぶくなったなど、『アレっ?』と思うことも多くなった。こうした体の変化や生活面で支障を感じるようになり運動も取り組もうと思い始めた。また、昨年実施したチャレンジデーもきっかけの一つだった。

運動を始めるにあたっては周囲に同じような思いを持つ仲間がいたから継続できているな…とも感じる。1人では無理だった。そして負荷がかかりすぎない、自分達がやりたいと思う運動だったから嫌にならずに続けられていると感じている。

今の私の目標は「健診結果をよくしたい」こと。目標を達成できるよう出来る限り取り組んでいきたいと思っている。

宿岩ヘルスの会

実施している運動：室内でできる運動

運動週間：月に1回（最終週の金曜日）運動時間は1時間半ほど。

きっかけ：

羽黒下地区でラジオ体操を実施していることを知り、地域の方から「あそこまでは行けないから、地区の公民館で何かやってほしい」と言った声があり宿岩ヘルスの会を立ち上げた。また、立ち上げた当初にチャレンジデーの開催もあり運動をしようと思う機会があったこともきっかけの一つだったと思う。

開始当初は25名からのスタートであったが、今では29名ほどが登録している。毎回の参加者は18名ほどで、女性だけでなく男性も参加している。

私たちは「自分の健康、自分の努力 足腰鍛えて“健康長寿”」を目標に運動している。参加している皆さんからは、『体操をした後は体が軽くなった感じ』『1人ではなかなか出来ないが、みんなとやるから続けられる』『友だちに会えるから来ようと思う』『自分の体力を維持しようと思って』など、地域でよく知る仲間同士、身近な公民館を利用し自分の健康づくりをすすめている。

運動を始めようと思うきっかけは様々ですが、小さなきっかけを見つけることによって運動が始まり、運動に伴う身体変化があったり、自身の目標が見つかったりと良いこともありますね。

5月30日（水）には今年もチャレンジデーをやります！！チャレンジデーをきっかけに皆さんも自分で出来る運動から取り組んでみませんか。



平成30年度 春の狂犬病予防注射の実施について

- ・飼主は年1回、必ず狂犬病予防注射をさせなくてはなりません。
- ・新しく犬を飼い始めて、登録が済んでいない飼主の方は、住民税務課生活環境係にお問い合わせください。
- ・登録した犬を譲渡した場合、犬が死亡した場合は住民税務課生活環境係にご連絡ください。
- ・下記日程以外でも、動物病院で個別に注射を受けることができます。

	4月11日（水）	旧佐久町
	4月13日（金）	旧八千穂村
	4月20日（金）	町内全域
料金	登録済の犬1頭につき 3,500円	新規登録の犬1頭につき 6,500円
場所と時間	登録済の飼主には、場所と時間を記載したハガキが届きますので、ご確認ください。	

【狂犬病予防注射会場でご注意いただくこと】

- ・犬の糞は、飼主が必ず持ち帰ってください。
- ・リードを短く持って、犬が飼主から離れないようにしてください。
- ・ご自分の犬と、他の犬とを近づけないようにしてください。
- ・注射の際、飼主に犬を押さえていただく必要があります。犬を押さえられないと、注射ができないことがあります。
- ・犬の体調が悪いと、注射ができないことがあります。

平成30年度狂犬病予防注射日程表

第1回●旧佐久町

平成30年4月11日（水）

場 所	時 間	場 所	時 間
役場佐久庁舎前	7:30～7:55	上本郷3大岳センター	8:10～8:20
大日向1区生活センター	8:15～8:20	上本郷4島田牛吉様宅横	8:25～8:35
大日向2区矢沢橋	8:25～8:30	旧影バス停前	8:40～8:50
大日向3区農協支所前	8:35～8:40	上区生活センター	8:55～9:05
大日向5区生活センター	8:45～8:55	榑林組様前	9:10～9:20
館公民館	9:00～9:10	柳翠区民センター(旧高野町多目的研修センター)	9:25～9:45
川久保集落センター	9:15～9:35	宿岩生活センター	9:50～10:00
余地中谷生活センター	9:45～9:55	羽黒下駅前	10:05～10:25
余地自成寺入口	10:00～10:10	花岡公民館	10:35～10:45
かさなり団地入口	10:15～10:25	下海瀬公民館	10:50～11:00
畑ヶ中集落センター	10:30～10:40		
陽だまりの家（佐久穂町障がい者福祉施設）	10:50～11:00		

第1回●旧八千穂村

平成30年4月13日（金）

場 所	時 間	場 所	時 間
八千穂福祉センター前	7:35～8:00	下畑公民館	8:10～8:20
大門高根区民館前	8:05～8:10	城山公民館	8:25～8:35
山口肉店様横	8:15～8:30	佐口公民館	8:40～8:50
筆岩公民館	8:45～8:50	うその口公民館	9:00～9:10
高岩消防庫前	9:00～9:05	松井公民館	9:25～9:35
ひだまり団地駐車場	9:10～9:15	八郡公民館	9:45～9:55
穴原消防庫前	9:20～9:30	柳沢公民館	10:05～10:15
崎田公民館	9:35～9:45	馬越公民館	10:20～10:30
大石区民館	9:55～10:05	千ヶ日向公民館	10:35～10:45
スキー場管理棟前	10:25～10:30	商工会八千穂支所	10:50～11:00
		天神町区民館	11:05～11:15

第2回●旧佐久町

平成30年4月20日（金）

第2回●旧八千穂村

平成30年4月20日（金）

場 所	時 間	場 所	時 間
大日向3区農協支所前	8:40～8:50	下畑公民館	8:30～8:40
余地自成寺入口	9:00～9:10	大門高根区民館前	8:45～8:50
川久保集落センター	9:15～9:25	大久保公民館	8:55～9:05
陽だまりの家（佐久穂町障がい者福祉施設）	9:40～9:55	上野公民館	9:10～9:15
下海瀬公民館	10:05～10:15	佐口公民館	9:20～9:25
羽黒下駅前	10:25～10:40	八郡公民館	9:35～9:40
柳翠区民センター(旧高野町多目的研修センター)	10:50～11:05	大石区民館	9:50～10:00
上区生活センター	11:15～11:25	馬越公民館	10:05～10:10
		高岩消防庫前	10:20～10:25
		穴原消防庫前	10:30～10:35
		崎田公民館	10:40～10:45
		天神町区民館	10:50～10:55
		商工会八千穂支所	11:00～11:05
		八千穂福祉センター前	11:10～11:20

- 問い合わせ先
佐久穂町役場
住民税務課 生活環境係
電話86-2552



information

お知らせ

平成30年度 「犬のしつけ方教室」開催の案内

■問合せ 佐久保健福祉事務所内動物愛護佐久支部事務所 ☎63-4191／住民税務課生活環境係 ☎86-2552

犬の正しい飼い方を普及することにより飼育者のモラルの向上を図り、人と動物が共存できる豊かな社会を築くことを目的に「犬のしつけ方教室」を開催します。

■実施主体

主体：長野県動物愛護会佐久支部

■講師

- (1) 家庭犬インストラクター（佐久家庭犬クラブ）
- (2) 開業獣医師
- (3) 佐久保健福祉事務所

■日程

春・秋期 2期開催（ともに全7回）
日程の詳細は町ホームページへ記載しています。

■募集人員

春・秋期ともに30名(申し込み順)

■受講料

5,000円（動物愛護年会費1,000円含む）

■受付期間

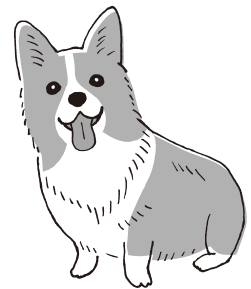
春期：4月9日（月）～4月27日（金）
秋期：8月20日（月）～9月7日（金）

■申込先

佐久保健福祉事務所内動物愛護会佐久支部事務局
（☎：0267-63-4191）

■注意事項

グループレッスンにて記載ない犬は、個人レッスンを紹介させていただきますことがあります。



お知らせ

春の山火事予防についてのお知らせ

■問合せ 北部消防署 ☎82-0119／総務課庶務係 ☎86-2525／産業振興課林務係 ☎88-2529

■春の山火事予防運動

期間：3月1日から5月31日

『小さな火 大きな森を 破壊する』

春先は空気が乾燥し、火災が起りやすくなっています。火災はちょっとした不注意から発生しますので、火の取扱いには十分注意しましょう。

特に、土手焼きなどからの延焼による火災が多発しています。風の強い日や空気が乾燥している時には、火入れを行わないようにしてください。

また、山菜取りやハイキングなどに出かける時には、火の元に十分気を付け、タバコの投げ捨ては絶対にやめましょう。

■重点事項

- ・枯草等のある火災が起りやすい場所では、たき火をしないこと。
- ・たき火等火気の使用中はその場を離れず、使用後は完全に消火すること。
- ・強風時及び乾燥時には、たき火・火入れをしないこと。

- ・山林に火入れを行う際は、市町村長の許可（森林法第21条関係）を必ず受けること。
- ・焚火や土手焼きなどを行う際は事前に北部消防署へ「火災とまぎらわしい届出」を届け出ること。
- ・火遊びはしないこと。

■住宅防火いのちを守る7つのポイント

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。
- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

information

お知らせ

図書館だより

■問合せ 佐久穂町図書館 ☎86-7020

2018年本屋大賞ノミネート10作品

今年の本屋大賞が4月10日に発表されます。2004年に始まったこの賞は、今回で15回目をむかえます。著名人の審査によって決まる賞とは違い、パート・アルバイトも含む書店員が選ぶ読者目線のこの賞は、本好きが本気でおすすめする旬な作品が目白押し！毎年のように選ばれている人は、まさに読者に愛されている作家といえるでしょう。

図書館では毎月さまざまなテーマで展示を行っています。4月は入口パネルで本屋大賞を特集！過去の受賞作もぜひこの機会に手にとってみてはいかがでしょうか？受賞後は人気となります。お早めにどうぞ！予約もできます。（★図書館所蔵）

- ・「AX」伊坂幸太郎 ← 最多ノミネート作家
- ・「かがみの孤城」辻村深月★
- ・「キラキラ共和国」小川糸★
- ・「崩れる脳を抱きしめて」知念実希人
- ・「屍人荘の殺人」今村昌弘★
- ・「騙し絵の牙」塩田武士★

- ・「たゆたえども沈まず」原田マハ★
- ・「盤上の向日葵」柚月裕子★
- ・「百貨の魔法」村山早紀「星の子」今村夏子

■図書館イベントのお知らせ

○とちの実おはなし会

日時 4月14日（土） 15：00～16：00

場所 図書館多目的室

内容 絵本の読み聞かせ ほか

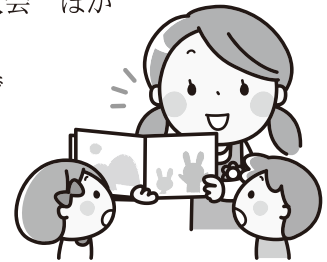
○「こども読書の日」関連イベント

日時 4月28日（土）14：00～15：00

場所 図書館内

内容 図書館クイズ大会 ほか

☆詳細は館内チラシ等でご確認ください。



News

出生祝金を贈呈しました

■問合せ こども課子育て支援係 ☎86-4940

2月13日に6名のお子さんへ出生祝金を贈呈しました。

*平成29年10月生まれのお子さんです。



information

お知らせ

平成30年度「なんでも心配ごと相談所」の開設について

■問合せ 総務課／住民税務課 ☎86-2525

町では、「行政相談所」「人権相談所」合同の「なんでも心配ごと相談所」を開設します。専門の相談員が相談に応じます。相談は無料で、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

年	月 日	曜日	場 所
平成30年	4月27日	(金)	八千穂老人福祉センター
	5月18日	〃	茂来館
	6月29日	〃	八千穂老人福祉センター
	7月27日	〃	茂来館
	8月24日	〃	八千穂老人福祉センター
	9月28日	〃	茂来館
	10月26日	〃	八千穂老人福祉センター
	11月16日	〃	茂来館
平成31年	12月21日	〃	八千穂老人福祉センター
	1月25日	〃	茂来館
	2月22日	〃	八千穂老人福祉センター
	3月15日	〃	茂来館
開設時間 毎回 9:00～正午まで			

相談員	相談内容	事務局
行政相談委員	役所の仕事に関する苦情や意見・要望についての相談	総務課庶務係
人権擁護委員	不当な差別、いじめ、プライバシー、外国人、近隣関係、家族関係、相続、遺言、金銭貸借などの問題についての相談	住民税務課人権政策係



平成30年度 町税等の納期限及び口座振替日一覧

納期月 税目等	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
町県民税 (普通徴収)			1期		2期		3期		4期			
固定資産税		1期		2期		3期		4期				
軽自動車税		全期										
国民健康保険税 (普通徴収)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	
後期高齢者医療保険料 (普通徴収)				1期	2期	3期	5期	5期	6期	7期	8期	
介護保険料 (普通徴収)	1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期	11期	12期
町営下水道料 (農集)		2・3 月分		4・5 月分		6・7 月分		8・9 月分		10・11 月分		12・1 月分
納期限 (口座振替日)	5月 1日(火)	5月 31日(木)	7月 2日(月)	7月 31日(火)	8月 31日(金)	10月 1日(月)	10月 31日(水)	11月 30日(金)	12月 28日(金)	1月 31日(木)	2月 28日(木)	4月 1日(月)

☆税・料金は期限内の納付をお願いします！！

口座振替の方は、振替日の前日までに必ず口座残高を確認してください。

現金納付の方は、役場会計室または各金融機関窓口にて納付してください。

☆税・料金の納付は安全で便利な口座振替をおすすめします！！

口座振替の手続きは役場各窓口または八十二銀行、佐久浅間農協、ゆうちょ銀行（郵便局）でお願いします。

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 ☎86-2528

移動採血車による献血が下記の日程で行われます。県内でも多くの方が輸血用の血液を必要としております。血液を必要としている患者さんのためにご協力をお願いいたします。

- 期 日 平成30年4月16日（月）
- 会 場 佐久穂町役場佐久庁舎
- 受付時間 15：00～16：20
- 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
- 年間献血量 男性1200ml、女性800ml以内

◎下記に該当される方は献血をご遠慮いただきます。
ご注意ください。

- 海外から帰国して4週間以内の方
- 献血前3日間に出血を伴う歯科治療（抜歯・歯石
除去等）を受けられた方
- 1ヶ月以内にピアスの穴をあけた方
- 輸血や臓器の移植を受けたことがある方
- ヒト由来プラセンタ注射薬を使用したことがある
方
- エイズ検査が目的の方
- 梅毒、C型肝炎、マラリアにかかったことがある
方
- その他、献血前の検査及び問診内容で献血をお受
けできない場合があります。



お知らせ

JR乗車券の購入は、羽黒下駅・ 八千穂駅をご利用ください。

■問合せ 総務課庶務係 ☎86-2525

羽黒下駅・八千穂駅では、普通乗車券をはじめ、通勤・通学に使う定期券、新幹線の乗車券もご購入いただけます。ぜひ町内の駅をご利用ください。(羽黒下駅・八千穂駅は、JRとの契約により佐久穂町で運営しています。売り上げの一部が町の収益となります。)

ご不明な点は下記までお問い合わせください。

羽黒下駅 86-2019

八千穂駅 88-2040

事前にご連絡いただくとスムーズにお買い求めいただけます。

※注意※

- ・クレジットカードでの購入はできません。
- ・管理人が不在の場合もありますので、ご了承ください。

お知らせ

新庁舎内における 八十二銀行支店設置の検討について

■問合せ 総務課 管財係 ☎86-2525

平成29年12月27日に八十二銀行から新庁舎内での支店設置の検討依頼があり、町は、新庁舎建設委員会【委員構成：広報さくほNo.132に掲載（9月28発行）】に諮問を行い、以下のとおり答申を受けました。

新庁舎建設委員会からの答申

新庁舎内における八十二銀行支店設置については、積極的に受け入れを検討すること

この答申を真摯に受け止め、町では、新庁舎内に八十二銀行の支店を受け入れるよう計画していくことにしました。

※なお、平成30年2月16日に新庁舎建設に伴う設計監理業務の委託契約を、株式会社 宮本忠長建築設計事務所様（長野市）と締結しましたのでお知らせします。

information

お知らせ

浄化槽の法定検査が変わります！

■問合せ 建設課上下水道係 ☎86-2526

浄化槽法第11条に基づく定期検査を平成30年4月から一新します。浄化槽をお使いの全てのご家庭で確実に年1回の法定検査を行いますので、今後とも法定検査の適正な実施にご協力ください。

■浄化槽法と検査内容の変更について

- ・浄化槽法では、生活環境の保全や公衆衛生の向上のため、浄化槽管理者に保守点検、清掃のほか、指定検査機関※による年1回の法定検査（浄化槽法第11条検査）を義務付けています。
- ・浄化槽法第11条検査項目に新たに生物化学的酸素要求量（BOD）の検査を加え、より効率的（検査項目を一部省略でき、検査時間を短縮）で充実した内容となりました。
- ・BODは、水の汚れを示す重要な指標です。BODを検査することにより、皆様が排出する生活排水の汚れや浄化槽の調子（故障等）を知ることができ、修理等早急な対応が可能になります。

※長野県では、指定検査機関に（公社）長野県浄化槽協会を指定しています。

お知らせ

平成30年度診療報酬改定について

■問合せ 佐久穂町立千曲病院医事係 ☎86-2360(代)

平成30年4月1日より診療報酬が変更となります。診療報酬は2年毎に改定が行われますが、今回は団塊の世代が後期高齢となる2025年問題前の最後の医療・介護報酬同時改定となっており、社会経済の変化へ対応し、地域包括ケアシステムの構築、質の高い効率的な医療の提供等を主としたものとなります。

改定率は、診療報酬本体で+0.55%（医科+0.63%）
薬価▲1.65%、材料▲0.09%
介護報酬+0.54%

となります。

また、改定と共に制度の変更により病院（医療）で提供される食事療養費の自己負担額が1回360円から460円に変わります。

個々の負担金については、保険の負担割合や治療内容、所得に応じて異なります。詳しい改定内容をお知りになりたい方は下記URLをご参照下さい。

<http://www.mhlw.go.jp/>（厚生労働省引用）



お知らせ

春の全国交通安全運動について

■問合せ 総務課庶務係 ☎86-2525

■期間

4月6日（金）～15日（日）

■運動の重点

- ・子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢者の交通事故防止
- ・自転車安全利用の推進
- ・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ・飲酒運転の根絶

■歩行者の皆さんへ

- ・道路を横断するときは安全確認をしっかりとし、横断歩道を利用しましょう。

- ・夜間の外出時は、明るい色の服装と反射材を活用しましょう。

■車を運転される皆さんへ

- ・夜間は走行用（上向き）ライトを活用しましょう。
- ・シートベルトは後部座席を含めたすべての座席で正しく着用しましょう。
- ・ハンドルキーパー運動を推進しましょう。

■春の人波作戦実施について

4月6日（金）の朝、国道141号線佐久庁舎前の人波作戦を実施します。交通事故防止にご協力をお願いします。

information

お知らせ

児童扶養手当・特別児童扶養手当額 改定のお知らせ

■問合せ こども課子育て支援係 ☎86-4940

ひとり親家庭等に支給される児童扶養手当および精神または身体に障がいのある児童を養育している家庭に支給される特別児童扶養手当について、平成29年全国消費者物価指数の実績値（対前年比+0.5%）が公表された結果、平成30年度の児童扶養手当額が下記のとおり0.5%引き上げとなります。

■ひとり親家庭等に支給される児童扶養手当

H30.4～		手当月額
第一子	全部支給	42,500円（+210円）
	一部支給	42,490円～10,030円 （+210円～+50円）
第二子	全部支給	10,040円（+50円）
	一部支給	10,030円～5,020円 （+50円～+20円）
第三子	全部支給	6,020円（+30円）
	一部支給	6,010円～3,010円 （+30円～+10円）

■精神又は身体に障がいのある児童を養育している 家庭に支給される特別児童扶養手当

H30.4～	手当月額
1級該当児童	51,700円（+250円）
2級該当児童	34,430円（+160円）

お知らせ

佐久穂町の将来の観光ビジョンを 考える会会員公募について

■問合せ 産業振興課商工観光係 ☎88-3956

佐久穂町全体の今後の観光について、そのビジョンや必要な施策等を具体的に検討するための会を組織し、参加していただける方を公募します。

宿泊業や飲食・物販、農林漁業など、町内で観光事業に携わっており、今後多年にわたり観光分野で事業活動をされる方を中心に募集します。町内外の有識者や関係団体とも連携をとり、アイデアや情報をいただきながら議論していきたいと考えます。

応募用紙は役場庁舎窓口及び商工観光係にございますので、ご記入の上担当係までご提出（郵送可）ください。（町ホームページからもダウンロードできます）

ご応募お待ちしております。

※応募多数の場合、選考になる可能性があります。

■応募期間 平成30年4月2日（月）

～4月20日（金）

締切当日消印有効



イベント

ツールド八ヶ岳の開催について

■問合せ 産業振興課商工観光係
☎88-3956

今回で32回目を迎える「ツール・ド・八ヶ岳」が下記のとおり開催され、県内外から1000名を超える参加者が佐久穂町を訪れます。沿道での温かい声援をお願いします。

■開催日 平成30年4月15日（日）

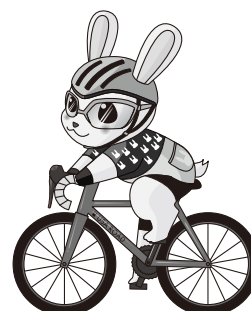
■時 間 午前9時スタート

■場 所 堂河原地籍～麦草峠

※当日は国道299号が交通規制により一時通行できなくなります。近隣住民の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。
※大会当日お手伝いして頂けるボランティアスタッフを募集いたします。

お手伝いをいただける方は、実行委員会事務局（電話：88-3865）まで、お申込みください。

申込み期限は3月30日（金）までです。大勢の方のご応募をお待ちしております。



町長コラム オール佐久穂のまちづくり

「平成」という時代がもたらした変化と行政の選択

新しい天皇の即位が2019年5月ということ、平成も残り1年と2か月を切りました。

最近の新聞記事に書いてあった事ですが、この平成30年間の出来事を眺めると、日本も世界も、パラダイムシフトが起こっていたと教えられました。パラダイムシフトあるいはパラダイムチェンジという言葉は、ある時代や集団を支配する考え方や価値観等が、劇的に変化することを言うようです。

一般的に平成のパラダイムシフトと呼ばれるものを何点かご紹介します。

- ①アメリカとソ連の冷戦が終わったことで、テロという新たな脅威が生まれたこと。
- ②阪神大震災や東日本大震災などによって、日本人に「絆」という新たな価値観が生まれたこと。
- ③IT革命で、誰でも世界とつながった一方、携帯やスマホによって人と人とのつながり方が大きく変わったこと。
- ④スポーツの世界で日本人が大活躍したこと。イチロー、なでしこジャパン、平昌オリンピック。

では、当町に起きた平成のパラダイムシフトはどうか？

佐久穂町という新町が平成17年に誕生したことで、商工会や社会福祉協議会がそれぞれ合併し、統合小中学校、障がい者施設、特別養護老人ホーム、子どもセンターが

新設され、老人保健施設や町立病院等々も大きく変わりました。

平成に起きたパラダイムシフトは、豊かな未来の前触れとなるのか。その行方を最終的に決めるのは、平成生まれの皆さんであろうと思います。

今、私達行政に求められることは、住民のため、地域のためと、よく語られます。しかし、現在の技術や社会経済情勢は常に変化し、住民の考え方も多様化する中で、今日（キョウ）の常識は、5年後、10年後の非常識となります。今ある一つひとつの行政業務に、お金と時間とエネルギーをかけることが、住民ニーズと時代に合致しているのかを、議会や町民の皆様方と議論し、取捨選択を行わなければならないと感じるところです。

そして、佐久穂町の住民が豊かに生活できるよう真摯に努める中で、平成世代の皆さまに、引き継ぐことができればと考えております。

結びに、これから当町に起こる大きなパラダイムシフトをお知らせいたします。

中部横断自動車道佐久穂IC・八千穂高原ICが平成30年4月28日（土）に供用開始予定です。



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



分館対抗ラージボール卓球大会



念願の初優勝

優勝
畑ケ中A分館準優勝
高野町第三B分館3位
千ヶ日向分館

二月十一日（日）第十三回分館対抗ラージボール卓球大会が、しらかば社会体育館で開催されました。十八分館二十二チームが熱戦を繰り広げました。

スマッシュ!



優勝した

畑ケ中A分館の喜びの声

分館対抗卓球大会がラージボールになってからは初の優勝です。ここ最近、決勝リーグに毎年のように進出するも、一点の差やくじ引きで負けてしまい三位、準優勝と悔しい思いをしてきました。

今年の決勝リーグも勝利数・得失セット数・得失点差まで同数で、代表混合ペアの五試合目をする接戦でした。どの試合もハラハラドキドキでしたが、選手と応援の気持ちが一つになり、繋がることのできた一日でした。

畑ケ中Aの選手はもちろん、畑ケ中B、役員みんなも喜びを分かち合った初優勝でした。

第13回分館対抗ラージボール卓球大会結果表

上位3チームによる決勝リーグ戦

四	ツ	谷	千	ヶ	日	向	高	野	町	第	一	畑	ヶ	中	A	上	畑	高	野	町	第	三	B
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

各ブロック1位チームのくじ引きにより対戦相手を決定

順位	A ブロック	B ブロック	C ブロック	D ブロック	E ブロック	F ブロック
1	畑 ヶ 中 A	四 ツ 谷	高 野 町 第 一	高 野 町 第 三 B	千 ヶ 日 向	上 畑
2	下 畑	中 央	か さ な り	高 岩	城 山 A	穴 原
3	八 郡 A	大 日 向 2	上 区 第 一	余 地	八 郡 B	う その く ち
	高 野 町 第 三 A	畑 ヶ 中 B			上 区 第 二	城 山 B

げんきだ！H.O.O

佐久穂町スポーツ推進委員会



●スポーツ推進員だより

私たちスポーツ推進委員は「町民の皆さんの体力や健康の維持・向上」を目的とした活動を一年間通して行ってきました。

町民ハイキングの企画運営、スマイルボウリング大会は年二回開催し、町民の皆さんに参加をいただきました。

町民ハイキングは五月十四日に開催され、東御市湯の丸高原、池の平湿原を散策し、帰りは湯楽里館で疲れを癒し一日楽しく過ごしました。

更に十月九日には念願であった双子山登山を開催することができ、晴天に恵まれ町民の体力向上の推進に役立つことができました。



☆大人も子どもも男女関係なくチーム一丸となって楽しめるのが

魅力

スマイルボウリングは、皆さんの地区に出向いて一緒にご紹介・体験が可能ですので、興味のある方は公民館へご相談ください。



☆「ゲーム」や「体力向上トレーニング」を通じて、仲間づくり

や運動能力、スポーツへの興味、関心を高めていく



年長児から小学六年生まで参加できるわくわくチャレンジ教室では、五月から十二月まで八回の活動を行いました。体育館での活動や駒出池でのミニキャンプ、古谷ダム上流での川遊びや茂来館での餅つきなど親子で楽しめる活動も多く取り入れました。

☆正しい姿勢！正しい呼吸法で！

ウォーキング教室は三回開催しましたが、子どもからお年寄りの方まで佐久穂町内の自然を楽しみながら歩きました。



これからも「各地区のサロン健康教室でニースポーツを体験していただくなど、住民からのご要望にお応えしてまいります。

今後ともスポーツ推進委員の活動にご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



短歌や俳句の同好会の作品

公民館短歌会・樹歌会

廃校に新たな学びの灯のともる記事を読みつつ先人偲ぶ

石井 雪子

太平洋へだて遠くて近い国信じていいのトランプの念

市川 エツ子

窓の辺のぎっしり真赤の実の垂るる南天に家族守られてゐる

加藤 京子

身延山の土産の赤き実南天松と合わせて正月飾り

狩野 つる子

新らしい年を迎へて一年生朝に夕にランドセル持ちて

川上 雅子

をちこちの太陽光の発電パネル野立が目立つ農夫老いしか

菊原 泰子

念願が叶い善光寺を参拝す両親二人を子は気遣いつつ

小須田てる子

ゆるびなき寒さにたへて春を待つ雪野よ染まれミントの色に

篠原 すみ江

ひょっこりと連絡なく来て浪人生祖父に「頑張る」と言い帰りゆく

高橋 夏生

まおちゃんになりたいと踊る氷上のユリアのスピンは回転不足

高見沢 純子

同好会等文化活動団体紹介

歌謡教室

活動日 毎月第二火曜日
活動時間 13時30分～15時30分
活動場所 茂来館 音楽室



私達は、毎月第二火曜日、午後一時三〇分から三時三〇分まで阿部隆夫先生の指導で気楽に楽しく練習しています。一年に一回研修旅行で親睦をはかっています。

練習曲は今の時代にあつた色々な歌です。老若男女どなたでも興味のある方は一緒に歌ってみませんか？

会員一同お待ちしております。



興味がある方は
ご連絡ください♪

佐久穂町公民館
電話 0267-86-2041

ふんわりと浮かんだ雲がいつの間に消え去るように他界したいが(故)

内藤 つぎ子

少年が今日の自分を越したくて前へと走る空青き道

内藤 史郎

極月を暮正月とか言いし間に転がる如く一日が過ぎる

西沢 槇

香香と命名されてパンダの子無邪気な仕草に心和めり

畑 繁男

青空に浮く白雲の幾筋か流れ流れてどこまで行くの

畑 二子

トントんと踵上げ下げ脳刺激冷たい朝の電車来るまで

吉田 敬子

尖りたる心思わずほぐれるまことパンダは平和なる使者

木村 ます子

引き潮が沖へと時を連れゆけば浜の起伏を泡が縁どる

由井 恵子

カラカラに乾きし地豆蒸されゆく湿り来る皮の匂ひを放ち

遠藤 万里子

姉からのバラの絵手紙を仏壇の義母の遺影の横に添えたり

菊池 智子

いつまでもつきず語りし喫茶店艶ある声の主役は今も

有坂 正子

八ヶ岳、浅間嶺白く輝いて里のばあばはまた年を取る

中島 雅子

入場
無料

第30回 宮田三郎木版画展

～水のある風景～



男体山と中禪寺湖(春・秋)

○会期

平成30年3月16日(金)
～3月25日(日)
午前9時から午後6時まで
(月曜休館)

○会場

佐久穂町生涯学習館
「花の郷・茂来館」
メリアホール

○主催

佐久穂町公民館
長野県南佐久郡佐久穂町
大字海瀬2570

☎0267-86-2041

人権フェスティバルin佐久穂 が開催されました

2月4日(日) 茂来館において、第13回を数える人権フェスティバルin佐久穂が開催され、多くの皆様にご来場をいただきました。

八千穂コーラスの皆さんによる「365日の紙飛行機」「佐久、故郷を愛せるように」の合唱発表では、会場がすばらしい歌声で包まれました。さわやか佐久穂町ネットワークの皆さんは、男女共同参画をテーマとした「家族のあり方」という手づくりの寸劇を熱演し、堅苦しいイメージのテーマですが分かりやすく伝えてくださいました。

今回の基調講演は、「はぐくもう！思いやりの心は『ご近所の底力』」と題し、元NHKアナウンサーでフリーキャスターの堀尾正明さんにご講演いただきました。

人権作文発表

良い未来を作る第一歩



佐久穂中学校七年一組

高見澤 柊輝

「いじめ」というものは、いじめ人といじめられる人だけかと思っていました。が、この人権学習での勉強を通して、「傍観者」というものがあることを知りました。「いじめ」を知っていても、助けないで見ている人達なので、「いじめ」になるのかな、と思います。ぼくは、いじめられたことはありません。だから、いじめを受けた人の気持ちはよくわかるとは、言い切れません。

でも、それは心に深い傷ができて、

何をしてもし直らない強力なものだと思えます。いじめめる人は、自分に害

がないので、やめたい時にやめれば

いいので、恐怖心がないと思えます。

もっと相手の気持ちを考えた方がいい

と思います。それを行動に移すこ

とは難しいかもしれないけど、行動

に表せば、大人も子供も安心できる

世の中になると思えます。

もし、相手がすごくいい事をした

なら、ほめてあげれば、相手もほめ

返してくれると、ぼくは、思ってい

ます。

ぼくが一番大事だと思うことは、

「自分の方が上だ」とか「自分が王

様だ」とか、相手を見下すような感

情を出すな、とまでは言わないけど、

心の奥にかくしておくことだと思

います。みんなそれぞれ得意なことは

あるし、苦手な事やきらいな事も、

人間だからあると思います。でも、

そういう事をバカにしたり、笑った

りすることが、「いじめ」の最初の

段階・スタートだと思います。ぼく

は、これを良い未来への第一歩だと考えます。

認知症の方のために

私ができること



佐久穂小学校六年一組

松田 琉那

私が、「認知症」という言葉を初めて知ったのは、テレビで認知症の方の特集をしている番組を見た時でした。私は、その時『年をとると、記憶がよくでなくなってしまうんだなあ』というくらいの思いしかありませんでした。

しかし、昨年度、5年生の時に学校で行われた「認知症サポーター養成講座」に参加し、認知症は誰にで

も起こりうる脳の病気によるものだということを初めて知ることができました。私は、学習会でビデオを見たり、友達と話し合ったりする中で、認知症の方のことをもっと知り、認知症の方のために自分ができることをしたいと思うようになりました。

そして、約半年後の昨年夏休み、私は、実際に地域の「愛の郷」のグループホームにうかがってみました。そこで、私は認知症の方にお会いして、直接お話ししたり、皆さんが生活していらいっしやるグループホームの様子を見学させていただいたりしました。

「愛の郷」で生活している皆さんは、笑顔いっぱいでも楽しそうに生活されていました。実際にお話してみると、初めてお会いする私にもニコニコと話しかけてくださり、一緒にとっても楽しい時間を過ごすことができました。また、スタッフの方々が皆、とても優しく、利用者の方々にいつも笑顔で接していらいっしやいました。

グループホームを見学していた時に、私は、壁に『認知症だからって差別しないでほしい』と書かれたポスターが貼ってあるのを見つけました。私はそのポスターを見て、認知症だからと差別する人がいることを初めて知りました。そして、なぜ、認知症だからって差別するんだろう。おかしいのではないかと思いました。そして、そんな差別をなくするために、自分ができることはなんだろうと考えました。

私は、見学後、家に帰って早速、パソコンで、ある認知症の方のグループホームのブログを見ました。そこには、グループホームの誕生日パーティーや様々な行事に地域の方が参加し、入居者の皆さんと楽しそうに交流している様子が紹介されていました。

私は、そのブログやグループホームの見学を通して、もっとみんなが認知症の方のことを知り、実際に行事などに一緒に参加して関わるべきだと思いました。しかし、行事など

にただ一緒に参加していても、相手の方を知ることができるとは言えません。その方に積極的に話しかけたら、行動を共にしたりすることで相手の方のことをもっと知ることができると、関係が深まっていくのだと思います。そうすれば、差別をするような気持ちも起きないと思います。私は、認知症の方々と多くの人が関われる行事などの機会が地域に増えればよいと思うし、自分自身もそうした行事などに積極的に参加し、多くの方と仲よくなっていきたいと思いました。

私達の身近な生活の中でも、お互いのことを正しく知ろうとしなければ、周りの人の言葉などに流され自分で正しい判断ができなくなり、誤解や差別が生まれてしまうと思います。認知症の方についても、正しい知識がないと、「認知症」という言葉だけで偏見が生まれてしまうと思います。私は、まず、認知症の方と実際に関わったり、正しい知識をもったりすることで、ポスターにあ

ったような認知症の方への差別をなくす第一歩が踏み出せるのではないかと思います。

私は今でも『愛の郷』でお話した方の笑顔やスタッフの方々の優しい姿が忘れられません。私の将来の夢は、介護福祉士になることです。『愛の郷』で、利用者の方々に笑顔で優しく接していらいっしやったスタッフの方々を見て自分もそうなりたいと思ったからです。

私は、その夢を目指しながら、これから認知症のことをさらに学んだり、身近な交流の機会などに進んで参加したりしていきたいと思っています。そして、認知症の方も、誰もが差別されることなく、幸せに過ごせる社会をつくる一員になっていきたいと思っています。



佐久穂小・中学校児童、生徒の皆さんの人権標語学習の作品も展示しました

23組の出演者によるステージ発表は、コーラス・ジャズバンド演奏・ギターの弾き語り等、様々なジャンルやパフォーマンスがあり、町内外から会場を訪れた500人を超える方々を魅了し、楽しませてくれました。また、鍋の具材を快くお寄せ下さった皆様のおかげで美味しい寄せ鍋が出来上がり、素晴らしい交流会も開催することができました。色々な形で参加、ご協力いただいた皆様ありがとうございました。



佐久穂中&小海高校吹奏楽部



高見澤千登美さん



千曲病院



佐久穂ウインドオーケストラ



ハッピーズ



ライヤーリップス&フラズルメリア・スアナニ・レイホーク2



ドリームレインボー



友野国男さん



咲く楽会



佐久穂小金管クラス



笹崎修さん



コーラスフィオレンテ

2月18日寄せ鍋コンサート



アロハユウ+A+大正琴同好会「つくし会」



国境なきジャズ団



ハッピーレインボー



S+H2



ハースメイツ



チームでくのぼう



ママフィナ



J A 歌声ひろば



岩波正さん・井出和希子さん



篠原利典さん



ライヤーリッスス&フラフルメリア・スアナニ・レイホーク



輿水久男さん



さわめびと

発掘!

「信州 酒のPR大使」として、日本酒と料理の組み合わせを探求中のきき酒全日本チャンピオン。



ゆい しおり
由井 志織さん

1980年上田市生まれ。'09年、結婚を機に佐久穂町に移り住む。学生の頃からチョコレートやプリン、マヨネーズなどの食べ比べに熱中。'13年、「全日本きき酒選手権」で優勝。現在「信州 酒のPR大使」としてTV番組に出演するなど各方面で活躍中。酒と料理の組み合わせの探求に余念がなく「ワインに合うつまみも例えばイタリアンパセリをシソやネギにかえるだけで劇的に日本酒に合うようになります」。家族はご主人と娘さんの3人。

「お醤油の味比べとかで味覚には絶対の自信があったので、きつと全部当てちゃうな、なんて思ってた飲んだら、酔っちゃって酔っちゃって。えーっ、きき酒ってなんてむずかしいの! って。」

N H K「旬に乾杯」に「信州 酒のPR大使」として出演中の由井志織さん。毎回、酒のつまみ一品と、それに合う県産の日本酒を紹介しているが、つまみは志織さんが自ら考案し、作ったものだ。

「つまみは、市場の方が『今の旬はこれです』と紹介してくださる食材を使って作るんですけど、ミカンとかマングローどとかシャインマスカットなど、なぜか果物系が多くて。日本酒のつまみにマングローですよ(笑)」それがかえって志織さんの闘争心に火をつけ、パツとアイデアが浮かび、「何でこんなに簡単でおいしいものができちゃうんだろ」と、自分でも納得のつまみが出来上がるらしい。「おかげで、どんな食材を提示されても怖いものなしです。これからは料理研究家と紹介して

ほしいくらい、なんて(笑)」

と、笑うが、酒の紹介も、さすが「きき酒全日本チャンピオン」、簡潔でわかりやすく、酒が好きな人ならば思わず「飲んでみたい!」と思わせる語り口だ。

志織さんが「第三十三回全日本きき酒選手権大会」で優勝したのは二〇一三年のこと。佐久予選、県大会と勝ち抜き、七〇人ほどが集まった全国大会でも七回全問正解、プレーオフでも七回全問正解し、優勝した。

大会に出場するきっかけはご主人・正宏さんの一言だった。「『味にもくわしいし、お酒も好きだし、多分行けると言うから出てみなよ』って」

「味にくわしい」と正宏さんが評したのは理由がある。実は志織さん、学生の頃、チョコレートやプリン、マヨネーズ、タ

ラコ、醤油、藻塩などの食べ比べをして遊んでいたのだという。「チョコレートだったら、明治とロッテと森永を食べ比べたり...。みんなやってみることだと思ってた、そうじゃなかったみたいですね(笑)」

また、刻み方の違いで野菜の味がどう変わるかといった探究もしていたという。

正宏さんの薦めもあって、大会に出場した志織さん。だが、大会出場は、実はこの年が初めてではなかった。前年も出場したが、佐久予選であえなく敗退し、文字通り苦杯をなめた。

「お醤油の味比べとかで味覚には絶対の自信があったので、きつと全部当てちゃうな、なんて思ってた飲んだら、酔っちゃって酔っちゃって。えーっ、きき酒って何てむずかしいの! と」

この失敗を糧に、翌年の大会に向けて一年間修業しようと思意。しかし、家事や育児に忙しく、佐久予選の前日になってようやくカップ酒四本を並べ、正宏さんを相手に練習し、大会に備えた。

「でも、酔うことさえわかっていれば、行けると思っていたので、周囲には『私、優勝してきます!』と自信満々でした」そして宣言どおり、見事優勝を果たした。

酒の味をおいしい以外の言葉で伝えら



佐久の13歳と食材をPRするイベントで酒の説明をする由井志織さん(佐久広域連合撮影=銀座NAGANO)