



館報

北相木



NO. 260

令和3年(2021年) 10月15日 第260号

●発行所/長野県南佐久郡北相木村2744番地 北相木村公民館 ●発行人/渡辺義則
●編集人/公民館報編集委員会 ●印刷所/白田活版株式会社

令和2年度決算認定 p3

たすき第二十六周 p4

オーラルフレイルを
予防しましょう p5



身近にいてくれる娘さんと

祝・百寿
お元気で過ごしてください

p2

村勢

総面積/56.32km²
世帯数/339戸

人口/709人
(♂347人 ♀362人)



深まる秋

祝 百寿 新津ハナ子様へ祝状贈呈

今年度も敬老の日に合わせて、高齢者にまつわる各種の統計数値が発表され、その中、県内で百歳に到達する高齢者数は1,148人（前年度比+67人）との事です。北相木村では本年4月28日の誕生日で、白岩区に住む新津ハナ子様が進んでたく百歳を迎えられました。

この事に伴って、内閣総理大臣及び長野県知事から祝状が届き、9月22日に通所されているデイサービスセンター「みどり」にて村長、民生児童委員会会長、他の通所されている皆様に見守られて、贈呈式が行われました。

ハナ子様は、多少足などが弱いものの、他は特に悪いところも無い様で、こちらからの問いかけなどにもしっかりと答えて頂きました。戦前戦後のとても厳しい時代を乗り越えられてきたと推察されますが、今は身

近にいる娘さんたちに見守られ、また白岩区の皆さんがいつも気にかけてくれている様で穏やかに暮らせている様です。これからもお体には充分気を付けて元気に過ごしていただきたいです。

さて、本年度も新型コロナウイルス感染拡大により恒例の敬老会が2年連続して中止となってしまい、敬老会の席上で長寿祝は残念ながらできませんでした。喜寿（77歳）13名、米寿（88歳）10名、白寿（99歳）は該当者なしでございました。

心から長寿をお祝い申し上げ、今後も北相木村発展のためにご指導賜ります様宜しくお願いいたします。



保育園だより

8月27日

プール終いが行われました。プールに入り、実際に頑張ったことを一人ひとり発表しました。水に顔をつけられるようになった子、ワニさん歩きができるようになったり、泳げるようになったりした子ども達。できなかったことがこの夏沢山できるようになりました。各担任からごほうびのメダルを首に掛けてもらった時の達成感溢れた嬉しそうな表情。一回りも二回りも成長したように感じました。目標に向かい頑張りながら、楽しんでプール遊びができました。



沢山泳げるようになっていきたいな

秋にはいよいよ運動会です。ひまわりさんを中心に練習を頑張っています。

「宇宙」をテーマに楽しく盛大な運動会になればと思います。今年も新型コロナウイルス感染症拡大予防により、最小限の人数開催となりますが、テレビ放送をご覧いただき、子どもたちの頑張っている逞しい姿を見て頂けたらと思います。※この記事は9月に執筆いただきました。

海外渡航用の新型コロナワクチン接種証明について



海外の渡航先への入国時に、相手国等が防疫措置の緩和等を判断するうえで活用されるよう、新型コロナウイルス感染症のワクチン接種の事実を公的に証明する接種証明書を交付します。

接種証明書の利用が可能となる対象国・地域については、外務省のWebサイトをご確認ください。

(<https://www.anzen.mofa.go.jp/covid19/certificationlist.html>)

この接種証明書は、海外渡航の際に必要な方へ交付するものです。それ以外の方が接種の記録を必要とする場合は、接種時に発行される「接種済証」をご利用ください。

令和2年度 一般会計決算

令和2年度一般会計及び特別会計歳入歳出決算は、9月7日に召集され第3回村議会定例会において認定されました。概要は次のとおりです。

歳入

単位：千円

| | R2年度 | H 31年度 | 比較 | 比率 |
|----------------|-----------|-----------|----------|--------|
| 1. 村税 | 95,892 | 108,941 | △ 13,049 | 4.530 |
| 2. 地方譲与税 | 41,091 | 38,230 | 2,861 | 1.941 |
| 3. 利子割交付金 | 70 | 71 | △ 1 | 0.003 |
| 4. 配当割交付金 | 318 | 317 | 1 | 0.015 |
| 5. 株式等譲渡所得割交付金 | 375 | 182 | 193 | 0.018 |
| 6. 法人事業税交付金 | 133 | 0 | 133 | 0.006 |
| 7. 地方消費税交付金 | 15,370 | 12,140 | 3,230 | 0.726 |
| 自動車取得税交付金 | 0 | 4,929 | △ 4,929 | 0.000 |
| 8. 環境性能割交付金 | 2,387 | 1,196 | 1,191 | 0.113 |
| 9. 地方特例交付金 | 1,267 | 1,534 | △ 267 | 0.060 |
| 10. 地方交付税 | 755,440 | 802,662 | △ 47,222 | 35.686 |
| 11. 分担金及び負担金 | 24,643 | 26,395 | △ 1,752 | 1.164 |
| 12. 使用料及び手数料 | 30,284 | 28,564 | 1,720 | 1.431 |
| 13. 国庫支出金 | 202,476 | 45,569 | 156,907 | 9.565 |
| 14. 県支出金 | 380,167 | 72,233 | 307,934 | 17.959 |
| 15. 財産収入 | 12,580 | 8,793 | 3,787 | 0.594 |
| 16. 繰入金 | 148,668 | 34,628 | 114,040 | 7.023 |
| 17. 寄付金 | 897 | 1,010 | △ 113 | 0.042 |
| 18. 繰越金 | 170,349 | 64,273 | 106,076 | 8.047 |
| 19. 諸収入 | 13,893 | 14,045 | △ 152 | 0.656 |
| 20. 村債 | 220,616 | 269,700 | △ 49,084 | 10.422 |
| 歳入合計 | 2,116,916 | 1,535,412 | 581,504 | 100.00 |

歳出

単位：千円

| | R2年度 | H 31年度 | 比較 | 比率 |
|-----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| 1. 議会費 | 26,621 | 26,871 | △ 250 | 1.429 |
| 2. 総務費 | 263,115 | 206,064 | 57,051 | 14.122 |
| 3. 民生費 | 260,771 | 260,400 | 371 | 13.997 |
| 4. 衛生費 | 88,103 | 63,032 | 25,071 | 4.729 |
| 5. 農林水産業費 | 62,508 | 78,176 | △ 15,668 | 3.355 |
| 6. 商工費 | 48,816 | 17,900 | 30,916 | 2.620 |
| 7. 土木費 | 81,353 | 189,665 | △ 108,312 | 4.367 |
| 8. 消防費 | 27,992 | 20,037 | 7,955 | 1.502 |
| 9. 教育費 | 317,502 | 205,690 | 111,812 | 17.041 |
| 10. 公債費 | 179,449 | 172,920 | 6,529 | 9.632 |
| 11. 災害復旧費 | 506,881 | 124,308 | 382,573 | 27.206 |
| 歳出合計 | 1,863,111 | 1,365,063 | 498,048 | 100.00 |

特別会計の状況

単位：千円

| | 歳入 | 歳出 | 差引残高 |
|-------------------|---------|---------|--------|
| 1. 国民健康保険特別会計 | 91,727 | 91,586 | 141 |
| 2. 簡易水道事業特別会計 | 11,473 | 10,313 | 1,160 |
| 3. 村営バス事業特別会計 | 23,794 | 23,750 | 44 |
| 4. 後期高齢者医療特別会計 | 12,104 | 12,104 | 0 |
| 5. 診療所特別会計 | 41,508 | 39,900 | 1,608 |
| 6. 介護保険事業特別会計 | 156,860 | 141,526 | 15,334 |
| 7. 介護保険サービス事業特別会計 | 57,283 | 56,371 | 912 |

地方消費税交付金の社会保障財源分交付額9,339千円（消費税引上げ分）
地方交付税の普通交付税交付額679,306千円

令和2年度 普通会計決算

歳出

単位：千円

| | R2年度 | H 31年度 | 比較 | 比率 |
|-----------------|-----------|-----------|----------|--------|
| 1. 人件費 | 302,107 | 293,869 | 8,238 | 16.025 |
| 2. 物件費 | 243,170 | 233,661 | 9,509 | 12.899 |
| 3. 維持補修費 | 8,193 | 7,261 | 932 | 0.435 |
| 4. 扶助費 | 55,338 | 63,250 | △ 7,912 | 2.935 |
| 5. 補助費 | 231,164 | 133,191 | 97,973 | 12.262 |
| 6. 普通建設事業費 | 258,930 | 254,842 | 4,088 | 13.735 |
| (1) 補助事業費 | 16,254 | 39,088 | △ 22,834 | 0.862 |
| (2) 単独事業費 | 242,676 | 215,754 | 26,922 | 12.872 |
| 7. 災害復旧費 | 506,881 | 124,308 | 382,573 | 26.887 |
| 8. 公債費 | 179,448 | 172,920 | 6,528 | 9.519 |
| 9. 積立金 | 9,680 | 6,122 | 3,558 | 0.513 |
| 10. 投資及び出資金・貸付金 | 130 | 0 | 130 | 0.007 |
| 11. 繰出金 | 90,209 | 101,076 | △ 10,867 | 4.785 |
| 合計 | 1,885,250 | 1,390,500 | 494,750 | 100 |

※決算統計方式による数値

館報掲載用写真を募集

日頃より公民館事業に対しご理解ご協力を賜り感謝申し上げます。また、公民館報を愛読いただきありがとうございます。さて、年に4回発行している公民館報をより身近で充実した内容とするため、館報掲載用の写真を随時募集し



ます。村内の四季折々の風景写真、懐かしい昔の写真、伝統行事の写真などジャンルは問いません。皆様からの提供を編集委員一同お待ちしております。

E-mail : kyoukuiinkai@vill.kitaaiki.nagano.jp

たすき

第二十六回 坂上 野本浩幸



中西晃未さんよりたすきを頂きました、坂上の野本浩幸と申します。平成29年10月に移住してきて丸4年が経ちました。坂上の御門地区の一軒家を貸して頂き、今年生まれた次女含め、4人で暮らしています。

林業関係の就職で佐久地域に来て、一旦佐久穂町にアパートを借りたものの、「もっと自然の豊かなところで子育てをしたい」かつ「せっかくなら一番良いカラマツがある地域に住みた

い」ということで北相木の移住を決めました。村の皆さまの空気が暖かく、うまく言葉にできませんが、「なんとなく住みやすい」この村が大好きです。

昨年の8月からは、妻の実家の酒屋を継ぐこととなり、長野市松代に単身赴任しておりますが、酒屋はコロナで大打撃。起死回生のため、北相木で林業を始め、酒屋と林業の両輪で経営することとしました。

北相木の「森と水」を守りたいという思いを込め、株式会社北相木森水舎（しんすいしゃ）を設立。林業大学の若い同級生2名にも村に来てもらい、9月よりカラマツの皆伐作業を始めております。先人の皆様が植えて頂いた



北相木の森と水を守ります！

カラマツ資源をしつかり整備・活用するとともに、次世代の森林を作っていくための再造林にも積極的に取り組みます。村民の皆様のお役に立てるよう全力を尽くしますのでよろしくお願ひします！

相木っ子広場

小学校の児童を長期休み中（春休み・夏休み）に預かる「相木っ子広場」での活動内容を紹介いたします。平成二十六年度から始まり今年で八年目を迎えました。今年の夏休みも色々な活動を行いました。

今年もコロナ禍という事もあり、ご自宅で過ごせる場合には極力参加を控えて頂くようにしております。ご協力頂いた保護者の皆様ありがとうございます。今まで相木っ子はグリーンドームを利用していましたが、年々夏の暑さが増

しているため、今年はエアコンを設置した公民館の講義室で行いました。科学実験教室や音楽教室などは講師をお呼びして、とても専門的な活動となりました。その他にも色々な作業をしたり、木工教室や縄文教室、お料理作りや英語教室、プログラミング教室を行いました。長者の森に遊びに行く計画もしていたのですが、雨が続いた為予定を変更して、子ども達から提案のあった「夏祭り」を行いました。

焼きソバや流しそうめん、かき氷を作って食べ、輪投げや射的、魚釣りなど、子ども達それぞれで作成しました。最後にはビンゴ大会をして楽しみました。長野市の「少年科学センター」へ行く計画もしてい

ましたが、こちらも県内のコロナ感染が急増した為に予定を変更して、グリーンドームで運動教室を開きました。

このように今年は、お天気とコロナの影響で計画通りの活動

ができませんでしたが、そんな時でも子ども達はしゃくなげホールで、元気に走り回っていました。楽しい夏休みの思い出になったのではないかなと思います。最後になりましたが、ご協力頂いた皆様に改めてお礼申し上げます。ありがとうございました。



科学実験・音楽教室にて



保健師の保健だより

オーラルフレイルについて考えてみよう

「フレイル」とは、高齢になって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態をいいます。

筋力などの身体機能の低下より先に、社会参加など他者との交流が減ったり、口の機能が衰えたりすること（オーラルフレイル）から始まります。しかし、早めに見つけて適切な対応を行うことにより改善できる状態です。

「オーラルフレイル」とは、嚙んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを指し、早期の重要な老化のサインとされています。嚙む力や舌の動きの悪化が食生活に支障を及ぼしたり、滑舌が悪くなることで人や社会との関わりの減少を招いたりすることから、全体的なフレイル進行の前兆となり、深い関係性が指摘されています。



当てはまるものはありますか？

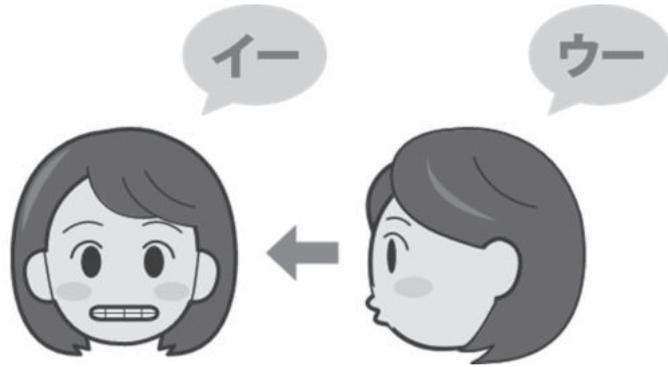
- むせる・食べこぼす
- 食欲がない
- 少ししか食べられない
- 柔らかいものばかり食べる
- 滑舌が悪い
- 舌が回らない
- お口が乾く
- ニオイが気になる
- 自分の歯が少ない
- あごの力が弱い

オーラルフレイルを予防するために

- ① かかりつけ歯科医を持ちましょう！
- ② 口の「ささいな衰え」に気をつけましょう！
- ③ バランスのとれた食事をとりましょう！

オーラルフレイルを予防する体操の「部」を紹介します

【唇を中心とした口の体操】



①口をすぼめる。 ②「イ～」と横に開く。

【パタカラ体操】

- ① 「パ」…唇をはじくように
- ② 「タ」…舌先を上の前歯の裏につけるように
- ③ 「カ」…舌の奥を上顎の奥につけるように
- ④ 「ラ」…舌をまるめるように

各発音8回を2セット行う

【早口言葉】

- レベル1
なまむぎ なまじめ なまたまじ
- レベル2
隣の客はよく柿食う客だ
- レベル3
あおまきがみ あかまきがみ きまきがみ
- レベル4
隣の竹垣に竹立てかけたのは竹立てかけた竹立てかけたので 竹立てかけた

口を大きく動かしながら3回続けていってみましょう

冬になったら口の中のチエックや体操などを含めたオーラルフレイルの教室を開催します。自分が該当すると思われる方は是非参加しましょう。



好きです！北相木の山！北相木村森林便り

キノコ採りで入山される皆さんへ

本格的なキノコ採りのシーズンを迎えると、例年、

山で道に迷ったり、急斜面から滑落したり、熊などの動物に襲われるといった遭難事故が発生します。キノコ採りで入山される皆さんは、遭難防止のために、次のことに注意してください。

防寒衣にもなります。

◎急斜面の滑落到に注意しましょう！

年齢を重ねるごとに、筋力やバランス力が低下しており、急斜面等での滑落の危険性が高まります。慣れている場所であっても足元に十分注意しましょう。

のために、鈴やラジオ等の音の出るものを携行し、自分の存在を知らせることが被害防止につながります。

北相木村には、「マツタケ」「りこぼう」「カラスマイタケ」等の自然の恵みに触れることが出来る魅力があります。ルールや遭難防止に努めながら、キノコ採りを楽しんでください。

◎入山場所と行動予定を家族などに伝えましょう！

家族から搜索願が出されても、搜索場所が分からなければ搜索が非常に困難になり、時間もかかります。家族に、入山場所と行動予定を必ず伝えてから入山しましょう。

◎単独での入山は避けましょう！

単独での入山は、方向を見失い下山できなくなったり、万が一遭難した場合に救助の要請が出来ない場合があるので、複数での入山を心がけてください。

◎非常時に備えて携帯電話と雨具を持っていきましよう！

携帯電話は、非常時の重要な救助要請の手段となります。

雨具は雨よけだけでなく

◎熊などの野生動物に注意しましょう！

熊やイノシシ等に遭遇し、襲われて負傷することがあります。野生動物からの危害防止



マツタケ

直売所

7月3日土曜日、北相木村農産物直売所の営業を開始いたしました。

今年度も昨年度より続く新型コロナウイルス感染拡大などの不安要素がありましたが、多くの生産者様のご協力により順調なスタートを切ることが出来ました。又、客足が遠のくかと思われましたが、生産者様からの新鮮な野菜の入荷、2年間不作だった松茸の入荷により例年並みの来場者となりました。

直売所感謝祭は行う事は出来ませんでしたが来年は実施できるよう新型コロナウイルスの終息を祈るばかりです。

今後も皆様のご協力のもとお客様のニーズに応えられる直売所を目指してまいります。

はい。こちら警察官相木駐在所



きのこ採り遭難防止について

例年、県内では、きのこ採り目的で入山し、道迷いや、急傾斜を滑落して死傷する遭難が多く発生しています。

常に「遭難するかもしれない」という危機感を持った行動をお願いいたします。

携帯電話は重要な通信手段です。必ずGPS機能をONにした状態で携帯して入山してください。防寒対策やヘッドライト等の準備もお願いいたします。



ゆか栄養士の栄養講座



皆さんお久しぶりです。7月より復帰しました。

また、皆さんと一緒に栄養について学んでいきたいと思えます。よろしくお願ひします。

今回の栄養講座は、『免疫力を高めよう』です。

冬に向けて、風邪を引かない強い体を作りましょう！

免疫力が下がると…

免疫力とは、ウイルスや病原菌などの体にとつての異物が体内に侵入してくるのを防ぐ自己防衛力です。さらに、体内で発生したがん細胞からも守ってくれます。

この免疫力が下がると、がんや風邪など様々な病気にかかりやすくなってしまいます。



腸がとっても大事！

腸は、口から食べた食べ物を消化・吸収する場所です。

腸の壁の内側には、免疫を司っている免疫細胞が集中しています。そのため、腸内環境を整えることが、免疫力を高める重要なポイントになっています

腸内環境を整えるには、発酵食品（ヨーグルト・味噌・納豆など）や食物繊維（海藻・きのこ）が大切です。

他にも、免疫細胞そのものを活性化させるために必要なのは、たんぱく質です。たんぱく質は細胞の主要な成分ですので、豆腐、肉、魚、乳製品などの良質なたんぱく質を摂取することで、免疫細胞の働きを良くしてくれます。

ビタミン類やミネラル類なども免疫細胞の強化には必須の栄養素になります。ビタミン類やミネラル類は野菜や果物や海藻類に多く含まれています。

栄養のバランスの良い食事

腸内環境や体質は人によって異なります。なので、ある人に効果があったからと言って、自分にも同じような効果が出るとは限りません。残念ながら、特定の食品を食べれば良いというものはないのです。

免疫力を高める効果のある栄養素を意識しながら、バランスよく食べることが一番大切です。

免疫力を高めるには

免疫力を高めるためには他にも

- ・ ストレッチやラジオ体操などの適度な体操
- ・ 十分な睡眠
- ・ たくさん笑う

これらも、免疫力を高めると言われています。

今年の秋冬は、規則正しい生活と適度な運動と趣味の時間で、免疫力を高めましょう。



山留だより

2学期が始まって間もない頃、流しソーメンをしました。今回はペットボトルを繋げて作った物と、買ってきた桶を繋いだ物を作りました。しらすと梅が入ったお稲荷さんも出して、いよいよ流し始めると。「なかなか取れないー！」「おいしいー(M)」「上の人、そんなに取らないで下にも流して！」と楽しそう。上の方で構えてたくさん取ろうとする子。一番下で、ざるに溜まったのを狙う子など、楽しみ方はそれぞれでした。そのうち、収穫したトマトや輪切りトウモロコシも流しました。

めまず。今回行ったところは、一部2メートルくらい深い所もあり、安全確認をして、深い所でも遊びました。滝を見つければ、うたれながら両手を合わせて修行し、高い所があれば飛び込む。子どもパワー全開でした。(M) 思いつきり遊べる体験を、もっともっとやりたいなと思います。

(稗)

お腹もいっぱいになって一休みしたら、川に出発！ライフジャケツトを着て、さっそく遊び始



トマトをパクッ！次は何か？

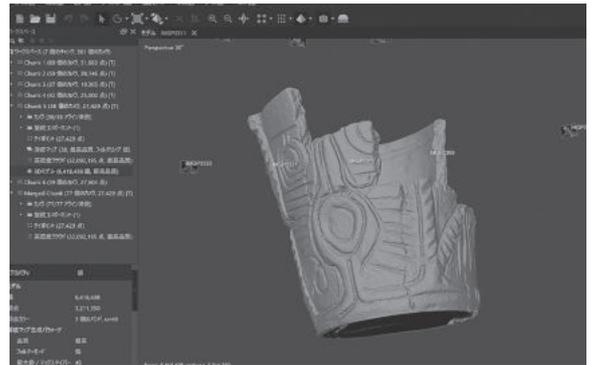
博物館だより

出土品を3Dで再現!

前回もお知らせしましたが、現在博物館では「長野県地域発元気づくり支援金活用事業」にて、北相木村内の考古遺物を3Dデータ化する事業を進めています。現在坂上遺跡出土の縄文土器(約5千年前)や、栃原岩陰遺跡出土の骨角器

(約一万年前)など10点のデータ化に成功しました。

さらにこれを3Dプリンターで出力し、皆様が実際に手に取れる体験を予定しています。日時等はまたお知らせしますのので、ご期待ください。また博物館入口ホールでは、3D化希望のアンケートも引き続き実施しています。興味ある方は、ぜひお越しください。



複製が作れちゃうんです!

「第52回花卉園芸品評会」について

9月15日(水)、小海町北牧楽集館において、「第52回小海町・北相木村・南相木村花卉園芸品評会」が開催されました。

今年には輪菊やスプレー菊



会場には色とりどりの菊がズラリ

など73点の作品がありました。8月中旬の長雨により発育が遅れた品種もあったそうですが、品評会にあわせて、色とりどりの作品が並びました。

審査長からも「上位に入賞した出品物について、花・花首・葉や茎のバランスがとれており、商品性の高さも感じられた。また、病虫害の被害はほとんど見られず、全体的に良い品質であった」とのお褒めの言葉を頂きました。

一等 秀の灯穂(輪菊) 井出 洽治さん

ときめき(輪菊) 渡辺 逸男さん

三 宝(輪菊) 渡辺 逸男さん

二等 笑の歩(輪菊) 小林 直幸さん

三 セイリポル(スプレー菊) 小林 直幸さん

愛(輪菊) 渡辺 逸男さん

小林 直幸さん

渡辺 逸男さん

後期高齢者医療の医療費通知について

長野県後期高齢者医療広域連合では、特別な事情がある場合を除き、その前年に後期高齢者医療保険で医療を受けた全ての被保険者に対し、医療費通知を送付しております。

令和3年分から医療費通知の送付を年2回から年1回に変更させていただきます。

令和3年1月から令和3年10月までの受診分については、令和4年1月下旬頃に送付いたしますので、令和3年分の確定申告期間中に医療費控除の申告をされる際は、当該医療費通知と併せて、11月及び12月診療分の医療機関等からの領収書を基に申告をしてください。

なお、令和3年11月及び令和3年12月受診分については、令和4年1月から令和4年10月までの受診分と併せて、令和5年1月下旬の送付となりますのでご了承ください。

お問い合わせ先

長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室 (Tel: 026-229-5320)



農業者のみなさんリスクへの備えはできていますか？



農業保険がサポートします!



NOSAI 長野 佐久支所 0267-58-2580

農業経営には、自然災害や価格低下など様々なリスクがあります。農業共済組合では、収入保険と農業共済の2つの保険（農業保険）を用意しています。

様々なリスク、品目を総合的にカバーしたい方は収入保険へのご加入を、主に自然災害のリスクに対して品目ごとにカバーしたい方は農業共済へのご加入をお勧めします。

全国では毎年のように豪雨や台風、地震などにより、甚大な被害が発生しています。農業者の皆様には、リスクに対し自ら備えるという意識を高めていただき、農業保険を是非ご利用ください。

農業保険は公的保険です。保険料及び掛金の一部は国が補助します。

万一の大災害時にも国のバックアップでしっかり補償します。



NOSAI 長野 ホームページ QR コード▶

国立がん研究センターから次世代多目的コホート研究の 10年後調査(アンケート調査)アンケートご協力をお願い

北相木村では平成23年から、国立がん研究センターが行っている、生活習慣病の予防要因を明らかにするための「次世代多目的コホート研究」に協力しています。

生活習慣の変化を把握するため、11月に、5年前にアンケートにご回答いただいた方に、アンケートを郵送いたしますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

問い合わせ先

佐久保健福祉事務所 0267-78-5531 国立がん研究センター 0120-220-510

雇用のトラブルで お困りではありませんか



県労働委員会では、労働問題の専門家が中立、公正な立場で、労働者個人と事業主との雇用のトラブル（解雇、賃金、パワハラ等）について、「あっせん」により円満な解決をお手伝いしています。

手続きは、簡単・無料で、懇切丁寧にお話を伺います。また秘密は厳守されます。

詳しくは

東信労政事務所 (0268-25-7144)

県労働委員会事務局 (026-235-7468)

司法書士による 「空き家問題110番」

～一緒に考えてみませんか? 
空き家のこと、相続のこと～

日時 令和3年12月11日(土)
10:00～16:00

専用電話番号

0120-448-788

(当日のみの専用

(臨時)の番号です)



※ 相談は無料、

秘密は厳守します。

小学校だよ!

五島での体験



小山 貴士

僕が五島で心に残ったことは、五島うどんを作る工場の見学です。五島うどんの作り方を生で見ると初めてだったので、たくさんの方が驚かされた。実際に五島うどん作りを体験することもできませんでした。麺を伸ばす作業は、意外と力が必要でした。体験を通して、どうして「手延べ」と言われているかがよく分かりました。

他にも、椿油の搾油体験や塩工場の見学なども行いました。新しく見た

り聞いた
たりす
ること
が多く、
とても
勉強にな
りました。



麺を伸ばす作業を体験

五島で楽しかったこと

菅野 洋太

僕たちは八月一日〜八月四日まで五島列島へ行ってきました。

その中で一番楽しかったことは、シーカヤックです。海ではもちろん、川でもカヤックをやったことはありませんでした。バランスをとるのが難しかったです。バランスタビリティをとりながら友達と話をするのが楽しかったです。五島の海はすごく透き通っていて、魚や貝などいろいろな海の生き物を見ることができました。

またもう一度、五島列島に行きたいです。



透明度が高いんです!



教育委員異動

令和3年9月30日付け渡辺邦保氏、井出理恵氏の教育委員任期満了に伴い、9月定例議会において井出理恵氏の再任、新教育委員に山田隆一氏が任命同意されました。渡辺邦保氏におかれましては二期8年間、村教育行政に対し尽力されました。大変ご苦勞様でした。

人口動態

（令和3年6月1日〜令和3年9月30日）
受付分 敬称略

お誕生おめでとう

・ 渡邊 心晴(こはる) 孝則
・ 彩美

ご結婚おめでとう

中沢 大樹 栃原
市村 知映 佐久市

ご逝去を悼み

お悔やみ申し上げます
・ 菊池 昭治 90歳
・ 井出 たま子 96歳
・ 半田 とみゑ 91歳

編集後記

東京オリンピック、パラリンピックが閉幕しました。史上初の1年延期決定、無観客開催等ありましたが、スポーツ観戦が好きな私は連日テレビにくぎ付けで応援させてもらいました。スポーツの祭典が終わり今はプロ野球をテレビ観戦する毎日です。いつの日か、以前のように球場のスタンドでビール飲みながらマスク気にせずワーワーって歓声上げたいなあ、その日が来ればいいなあというのが、今のささやかな夢です。コロナ第5波は収まる気配ですが、波はその度に右肩上がりになっていきます。6波がすぐに来ないよう、できれば来ることが無いよう、これからもテレビ観戦を続けます。あとは応援するチームが優勝してくれることを切に願います(笑)



この紙は60%再生紙を使用しています