



館報

# 北相木



NO. 261

令和4年(2022年)1月1日 第261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/臼田活版株式会社

たすき第二十七週 p3

村内考古遺物を3D化し展示 p5

森林だより「小学生林業学習」 p5

栄養講座「ゆるしお」のおすすめ p7



村勢	総面積/56.32km <sup>2</sup>	人口/763人
	世帯数/360戸	(♂378人 ♀385人)

新年あけましておめでとうございませす

新しい年に向けてのご挨拶

p2



清々しい1年でありますように

# 新しい年に向けてのご挨拶



## 北相木村長 井出利秋



迎え、村民の皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

令和3年も「コロナ」に振り回された一年でありました。8月13日に東京都だけで5,773人・全国では20,365人もの新規感染があり「このままでは日本はどうなってしまうのだろう」と強い不安と恐怖をいただきましたが、11月15日には東京都で一桁の7人まで減少し、私自身も胸を撫でおろした次第であります。

しかし、新たな変異株による第6波はやって来るようです。コロナとはこれから先も付き合っていくかなければなりませんので、各自がしっかりと感染対策をおこなっていただき、北相木村にコロナを持ち込まないことに努めていただきますと思います。そして一日でも早く感染者数ではなく、重症者や死者が出ない。つまりコロナが一般的なカゼと同じレベルになることを願っています。

また、菅内閣の退陣に伴い岸田内閣が発足しました。10月31日の衆議院議員選挙においては、自民

党が公示前勢力を維持できませんでしたが、与党は絶対安定多数を確保した一方、大敗したのは野党の立憲民主党で、政権交代は遠かった感拭えませんでした。

当3区では大激戦の末に井出氏が小選挙で勝利。神津氏は比例復活当選となり、2名の代議士を国会に送り出すことができ大変嬉しく思っております。選挙で競った二人が力を合わせて地元を復活化してくれることを願っています。

さて、私が村長に就任して早いもので7か月が経過いたしました。コロナ禍により通常の行事がほとんど中止となり、村民の皆様の声をお聞きする機会が失われ申し訳ありませんでした。任期の4年はアツという間に過ぎてしまうので、現在編成中の来年度の予算から私の政策を積極的に盛り込ませていただきます。土地をお譲りいただき空き家を解体する事業に20件程度の希望があり、来年度当初から順次実施してまいります。村を将来にわたり存続させていく為には人口減少を最小限に抑えなければなりません。就任して10か月は予算の関係上から準備期間。そして

来年度からはハード事業に着手。実際にI・Uターン者の受け入れは就任3年目からとなつてしましますが、4年間の任期の間に将来に向けての礎を築いてまいります。I・Uターン者を呼び込み村を元気にする政策から始めますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、新しい年がコロナを克服し、村民の皆様が健康で安心して過ごせる一年となることをご祈念し、新年のあいさつとさせていただきます。

## 北相木村議会議員

### 高見澤 一好



明けまして、日頃より議会活動にご理解、ご協力を賜り厚く感謝申し上げます。

昨年同様コロナの終息を願いながらの新年を迎えました。新型コロナウイルス感染症は、デルタ株の蔓延により大きく感染拡大し、

人々の恐怖を煽りました。北相木村においては、四月より全国に先がけてワクチン接種が始まり、対象者、又希望者には、接種を完了することが出来、村民の心配が緩和された事と思います。

本年三回目のワクチン接種が報道されていますが積極的に接種を受け、さらに安心を手に入れましょう。又昨年は村長の任期満了に伴い、新たに井出利秋氏が就任されました。空き家対策、人口減少などを柱とした政策で、大いに村の為に頑張って頂ける事を期待しています。又、一年延期されていたオリンピック、パラリンピックがコロナ禍において、国内世論が大きく分断される中で開催されました。人々に大きな感動をあたえましたが、感染拡大の一因になった事は否めません。

国政では、菅首相がわずか一年あまりで退陣となり、岸田内閣がスタートして十日ほどで衆議院解散総選挙になりました。そして、また与党が政権を握る結果になりました。いずれにしても、与党、野党が協力し、国民のための政治をお願いしたいものです。最後に村民の皆様のご多幸を御祈念致しまして年頭の挨拶と致します。

### 公民館長 渡辺 義則



新年おめでとうございます。新しい年を迎え、村民の皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。また、平素より公民館活動にご理解、ご協力賜ります事に感謝し、お礼を申し上げます。

今年度も各地区分館長やスポーツ推進員の皆さんにもご意見を頂きながら、事業実施の可否を判断してきましたが、5月のソフトボール大会、開催年であった村民運動会、秋のマレットゴルフ大会等々、一昨年に続き新型コロナウイルスにより、多くの事業や活動が中止や自粛をしている状況です。とても残念ではありますが、7・8月の感染者数の多さを考えれば致し方ない状況であったと思います。

そんな中でも、11月の文化祭では作品展示を行い、保育園児・小学生の書道や絵、村

民の皆様から各種作品をご提供頂きました。皆さんの日頃の修練の成果を拝見し、感動しました。

南佐久郡六町村の郡展では、北相木村からの作品も何点か出展したところ、賞を頂くことができました。小さな村の中でも、こんな作品を生み出す方々がいるんだなど、出展された皆さんがそれぞれ、黙々と製作に取り組み姿が思い浮かび、あらためて作品をまじまじと見詰め直しました。

選考委員からの選考理由の説明の際には、製作における創意工夫と努力が称賛され、我が事のように誇らしく感じました。一方で文化・芸術に順位をつけたり、比較することへの疑問もあります。その考え方も否定しません。実際村文化祭でも郡展でも賞とは関係なく、多くの作品に感動しました。一枚の白紙の上に、自由な着想と思いで世界を創り出す。一本の糸から、巧みな技で見事な形が作られる。素晴らしい世界だなと感動します。こんなことが自分にもできたら、などとちよつと夢想します。でも、きつと、最

初から完璧に仕上げられた人は少なく、努力し徐々に腕を上げていったと思いたい。イヤ、きつとそうです。「こんな事やってみないけど、誰か教えてくれないかな」「あんな教室あつたらいいな」皆さん挑んでみたい事はありますか。公民館では皆さんのチャレンジする気持ちを応援します。スポーツ、文化・芸術などでも結構です。心と身体のリフレッシュに向けて、皆さんのお声を聞かせてください。

今年こそ、新型コロナの猛威が減少し、コロナ禍前に少しでも近づくことを願うと共に、村民の皆様と北相木村にとって素晴らしい一年となることを願って、新年のあいきつとさせていただきます。



### 第二十七周 京の岩井出多美 たすき

この度野本浩幸さんからたすきを引継ぎました。こ

こ北相木村で生まれ育ち、都内の大学を卒業後、中国長春市で日本語教師をしていました。その後オーストラリアやタイなど数カ国で長短期滞在した後、韓国人の夫と帰郷し今は三歳、六歳の元気姉妹との四大家族になり、夫婦で韓国語教室を営みながら実家のすぐ近くで生活しています。

今まで多くの国を訪れて来ましたが、北相木村に帰って来てやはりここが私の故郷なんだと実感しています。生まれ変わった頃から変わらず接してくれるご近所さん、いつ会っても気兼ねなく話



今日も元気いっぱい



せる幼なじみ、ほっこりする様な方言で気軽に話しかけてくれる地域の方々。どこよりも美しい水道水や美しい四季の移り変わり、電話口で下の名前を言っても誰だか分かってくれる役場。生まれた頃から当たり前の様にあるそんな田舎の温かさを大切にしていきたいと思うと同時に、この村を選んで来て下さった方達も達にもそんな故郷であつて欲しいと願わずにはいられません。どこへ行つてもちよつと疲れた時、ここに帰ってくると何だか安心する、心が休まる、会いたい人がある、この村が皆さんにとって末長くそんな故郷であれば嬉しく思います。

次は私の貴重な幼なじみの一人、柳澤隆徳さんにこのたすきを渡します。



# 博物館だより

## 触れる考古遺物の

### レプリカ完成

これまで数回にわたりお伝えしてきた、長野県地域発元気づくり支援金を活用した「北相木村考古博物館出土遺物3Dデータ計画」ですが、いよいよ様々な成果が生まれてきました。コンピュータを使って村内出土の土器や石器、骨角器を3Dモデル化し、さらに3Dプリンタでレプリカを作成。実際に手に取れるものとして、博物館ホールに設置しています。

また、3Dプリンタの稼働の様子や、レプリカと本物の比較、VRゴーグルを使ったバーチャル体験など、村民の皆様への体験日も設ける予定です。ご期待ください。



本物とレプリカを間近で比較できるんです！

好きです！

## 北相木の山！北相木村森林便り

### 令和3年度北相木小学校林業体験学習

北相木小学校では4・5年生が林業体験をしています。平成28年から開始して今年で6年目になります。コロナウィルスの対策を学校と協議しながら、林業体験を実施しました。

北相木小学校では4・5年生が林業体験をしています。平成28年から開始して今年で6年目になります。コロナウィルスの対策を学校と協議しながら、林業体験を実施しました。

#### ● 4月15日

#### キノコ植菌体験 (4・5年生)

「シイタケ」と「ヒラタケ」の植菌体験を行いました。シイタケはコナラの木にシイタケ菌の駒を打ち込む植菌をしました。ヒラタケは短木栽培という「ヒラタケ菌+おが粉+米ぬか+水」を混ぜたものをクルミの木の短木に塗って植菌しました。

#### ● 4月30日

#### 植栽体験 (4・5年生)

村有林(金山)にカラマツ苗を植栽しました。一生懸命に穴を掘り、丁寧に苗

を植えていました。10年後、自分が植えた木がどんな風に成長しているか見に来てください。



植栽体験

#### ● 6月25日

#### キノコ本伏せ体験 (4年生)

4月に植菌したキノコ原木の本伏せを行いました。ヒラタケの短木は土に埋めて、上からワラを被せました。順調に菌が成長していました。児童が水やりなどしっかり管理してくれていたからだと思います。

#### ● 10月15日

#### 高性能林業機械体験 (4・5年生)

伐採見学、機械体験、丸太切り。森林整備の仕事が体験してもらいました。木が倒れる音の迫力に歓声があがりました。中部森林組合の林業機械も体験させていただきました。現代の林業を体感してもらえたのではないかと思います。



林業機械体験

#### ● 11月17日

#### キノコ収穫・食味体験 (4・5年)

シイタケ・ヒラタケの収穫が出来ました。特にヒラタケは過去1番の収穫量でした。キノコの食べ比べを「小学校のキノコ」と「スーパーのキノコ」で行いま

した。小学校のキノコの方が菌ごたえが強い印象でした。子ども達がたくさんキノコを食べて、キノコの人気に驚きました。

林業体験を通して森林に身近に感じてもらえるようになってもらえたら嬉しいです。

最後になりましたが、ご協力をいただいた学校の先生、佐久地域振興局、林業事業体の皆様へ感謝をお伝えします。ご協力いただきありがとうございました。



収穫



食味体験

# 村総合文化祭

10月30日から11月1日まで、第四十五回北相木村総合文化祭が開催されました。今年度もコロナ禍で幾つかの公民館行事が中止になりましたが、皆様のご協力により文化祭は開催する事が出来ました。昨年度と同様にステージ発表は中止とし、期間中は作品展示のみ、各団体、個人の発表は後日ケーブルテレビにて放映させて頂く形式にしました。今回は選挙と日程が重なってしまい、公民館二階講義室をメイン会場として展示を



しました。保育園や小学校、各団体や村民の皆様から出品していただいた作品を、多数展示することができました。力作・大作も見られ一人何点も作品を出品して頂いた方もいらっしゃいました。出品にご協力頂いた皆様、展示作業にご協力頂いた皆様に改めてお礼を申し上げます。どんな作品でもいいので是非、来年も多くの方の出品をお願い致します。



またケーブルテレビへご出演頂いた皆様も、本当にありがとうございました。ありがとうございます。小海中吹奏楽を始め、社会教育団体や個人の方にもご参加いただき、充実したものになりました。コロナの状況が落ち着けば、来年度はステージ発表も再開したいと思っておりますので、その際は多くの皆様の発表をお願い致します。



会場いっぱい作品がずらり

## 南佐久郡 総合文化展

第五十三回南佐久郡総合文化展が11月6日・7日の二日間佐久穂町茂来館で開催されました。北相木村からは、絵画・手工芸の部へ三名の方に作品を出品していただきました。郡内六町村から集まった力作、大作が会場内に展示されました。一昨年は台風十九号、昨年はコロナ感染拡大防止の為に続けて中止となっており、二年ぶりの開催となったせいか、出展数はこれまで以上に比べて少なくなりましたが、審査の際には甲乙つけがたいと、先生方をうならせていました。表彰式はコロナ感染防止の為に中止となりましたが、



今回北相木村からは、二名の方が入選いたしました。おめでとうございました。

手工芸 (一般Ⅱ) 部門  
会長賞  
木次 周作さん(宮ノ平)



手工芸 (一般Ⅱ) 部門  
秀作  
山口 一子さん(山口)



作品を出品して頂いた皆様ありがとうございます。審査の対象とならない作品でも、出品は可能ですので、次年度の開催の際には、ぜひ、多くのオリジナルティあふれる作品をお待ちしております。

保育園だより

新年あけましておめでと  
うございます。今年の干支  
「虎」にちなんだカレンダー  
を制作した子ども達。11  
月の勤労感謝の日には、郵  
便局や診療所、小学校や役  
場など日頃お世話になって  
いる方々に感謝の気持ちを  
込めて、カレンダー配りを  
しました。村の所々に飾っ  
ていただいていると思うの  
で、子ども達の可愛い作品  
をぜひご覧ください。

さて、年も明け進級や小  
学校就学に向けて、それぞ  
れ頑張っている子ども達で  
す。職員も子ども達の成長  
を日々楽しみにしています。  
地域の方々に支えていただ  
いている保育所です。今年  
も北相  
木保育  
所をど  
うぞよ  
ろしく  
お願  
いし  
ます。



いつもありがとう

ゆか栄養士の栄養講座



あけましておめでと  
うございます。今年もよろしく  
お願いします。さて、長野  
県では県民の皆様が気軽に  
減塩に取り組めるように  
『ゆるしお』のホームペ  
ジが10月から公開されてい  
ます。今回はその『ゆるし  
お』の紹介をします。

『ゆるしお』とは

減塩はどんなイメージで  
すか？

「物足りない」「続かない  
・・・」「手間がかかる」  
ゆるしおはそんな多くの  
人のお悩みを解消するため  
に「おいしくゆるしい減  
塩」を提案しています。

今のうちから予防しよう  
〜若者世代〜

自分がどのくらい食塩  
をとっているかわからな  
い人は多いですよ？若い  
うちから、減塩を意識す  
ることは、とても良いこと  
です。麺類の汁を全部飲ん  
でいませんか？外食は多く

いですか？  
まずは自分の食事をチェ  
ックしてみましょう。

今のうちから予防しよう  
〜働き盛り世代〜

長野県では食塩摂取量を  
8g以下にすることを目標  
にしています。忙しい毎日  
の中でもできる「ゆるし  
お」を探してみてください。  
自分だけでなく、家族のた  
めにもゆるしく減塩を始  
めてみましょう。

健康長寿のために  
〜シニア世代〜

歳をとると、薄味が好き  
になると思っていますか？  
実は、舌のセンサーが鈍く  
なり濃い味になりがちなの  
です。味が濃くなっていな  
いか、家族や友人に確認し  
てみましょう。

今日から始める「ゆる  
しお」生活のポイント

・味にアクセントを  
お酢やかんきつ類などの

酸味や香りのあるものや、  
スパイス、ハーブ、唐辛子  
などで味にアクセントをつ  
けましょう。

・だしを効かせる

だしのうまみを利用する  
と減塩効果大です。汁物は  
野菜を入れて具沢山にしま  
しょう。

・栄養成分表をみる

食品の裏の栄養成分表の  
「食塩相当量」をチェック  
してみましょう。

・かけるよりつける

必ず、味をみてから！ど  
うしても味が足りなかつた  
ら、かけるのではなく、つ  
けて食べましょう。

ゆる〜く、なが〜く  
続けましょう

減塩を習慣にするために、  
自分のできることから始  
めてみましょう。ホームペ  
ジで、「ゆるしお」おすす  
めレシピや、簡単に食塩  
摂取状況をチェックできま  
す。是非、時間のあるとき  
にホームページをのぞいて  
みてください。



「ゆるしお」  
ホームページを公開  
しました

信州ACE (エース) プロジェクト  
<https://ace.nagano.jp/>  
ウェブサイト「ゆるしお」は  
こちらから  
<https://yurushio.com/challenge/>

ACEプロジェクトホームページ新着情報からもアクセスできます

# 保健師だより

## 令和3年度ヘルス・スクリーニングの結果について

10月に行われたヘルス・スクリーニングの結果を皆様にお配りしました。ご覧になっていかがでしたか？ 村民受診者99人の結果を集計したもので、気になった北相木村の課題をお知らせします。

全く異常がなかった人は たったの3人で全体の2%です。すでに治療中の人（総合判定F）は43%、要精密検査（D）の人は36%、要日常生活改善（C）の人は16%でした。

高血圧では75歳以上になると6割の人がすでに治療を受けており、40歳を過ぎると約半数の人が要日常生活改善との指示が出ています。脂質異常についても40歳を過ぎると約半数の人が要日常生活改善との指示で、その他20%の人がすでに治

療を開始しています。全体の約30%の人が肥満で、特に39歳以下の若い人に多い傾向です。

生活習慣をみると、たばこを吸っている人が男性では27.7%（全国平均27.1%）、女性では11.5%（全国平均7.6%）と、喫煙率は女性が全国より高めです。お酒を毎日飲む人は男性では48.9%（全国平均29.6%）、女性では19.2%（全国平均13.1%）で、全国と比べると非常に高い傾向にあります。週2回以上の運動習慣がある人は39歳以下で44%と高めですが、年齢が上がるにつれて減少し、20%程度となります。

高血圧、脂質異常、肥満はともに生活習慣病であり、どれも運動や食事、喫煙、飲酒などの生活習慣が影響してきます。新型コロナウイルスで飲み会などの外飲みが減った分、自宅での飲酒の習慣が増えているのではないでしょうか。外出を控えるあまり、運動不足にはなっていないでしょうか。新型コ

ロナウイルスで今までの生活様式を変更せざるを得ない状況があったかもしれないませんが、「健康」を中心に改めて再度生活スタイルを見直してみたいかがでしょうか。村では、みんなで楽しくできる運動教室を企画しています。是非、時間を作って参加してみてください。お正月、食べ過ぎ・飲み過ぎに気をつけてお過ごしください。

# 山留だより

センターでは、年間を通して様々な事を体験します。体験した事は、感想文ではなく、絵手紙として記録しています。絵手紙の方が感じた事を短く、自由に表現できると考えたからです。読み返した時、その時の情景が思い出せるのも、絵手紙の魅力の一つです。子ども達の思い出が詰まった絵手紙です。一年描くと、絵も上達します。

センターでは、年間を通して様々な事を体験します。体験した事は、感想文ではなく、絵手紙として記録しています。絵手紙の方が感じた事を短く、自由に表現できると考えたからです。読み返した時、その時の情景が思い出せるのも、絵手紙の魅力の一つです。子ども達の思い出が詰まった絵手紙です。一年描くと、絵も上達します。



安杖 謙一郎



小池 愛美



寺本 絆孝



大原 穂香

はい。こちら  
警察官  
相木駐在所



110番として  
非常通報装置

事件・事故の  
発生時など、た  
めらうことなく  
110番通報し  
てください。

番号を間違  
えるなどして  
110番通報し  
てしまった場合  
いは、すぐに切  
断せず、「間違  
えた」ことを必  
ず伝えるようお  
願います。

「交番・駐在  
所へ行ったが不  
在だった」とい  
う時は、出入口  
付近にある非常  
通話装置（呼出  
電話機）を使用  
してください。  
警察署の警察官  
が対応します。

## 確定申告のお知らせ

◇確定申告には、ご自宅からスマホ・パソコンでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を用いて、確定申告会場に出向かなくても、マイナンバーカードをお持ちの方はマイナンバーカード対応のスマホ又はICカードリーダーライターを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。

また、印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。マイナンバーカードをお持ちでない方はお早めの取得をお願いします。

感染防止の観点からも、ぜひご自宅からe-Taxをご利用ください。

《確定申告などに関するお問合せ》  
国税庁ホームページ「確定申告特集」  
をご利用ください。

《e-Tax・作成コーナーの操作などに関するお問合せ》  
「e-Tax・作成コーナーヘルプデスク」(☎0570-01-5901)  
【受付】月曜～金曜(祝日及び12月29日～1月3日を除きます)



◇所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設いたします。

- 会場** 佐久税務署 別館
- 期間** 令和4年2月1日(火)～3月15日(火)まで 土、日及び祝日を除きます  
新型コロナウイルス感染症対策の一環として、還付申告の方の申告相談を  
2月15日(火)以前でも受け付けております。
- 時間** ③贈与税については、2月1日(火)以降、申告相談を受け付けております。  
相談受付：午前8時30分から午後4時まで  
相談開始：午前9時から



国税庁LINE  
公式アカウント

確定申告会場の入場には、当日配布又は国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。

\*スマホをお持ちの方は、確定申告会場において、基本的にスマホを利用して申告書を作成していただきます。

\*確定申告会場に来場される際は、マスクを着用していただき、少人数でお越しください。

\*入場の際に検温を実施しています。咳・発熱等の症状のある方は入場をお断りさせていただきます。

\*午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります。

## 令和4年 春季自衛官等募集案内

### 1 予備自衛官補（一般・技能）

（社会人や学生生活を送りながら予備自衛官を目指すコース）

- 身分** 非常勤の特別職国家公務員
- 受験資格** (一般) 18歳以上34歳未満の者  
(技能) 国家資格免許を保有する18歳以上  
53歳～55歳未満（保有する免許による）  
※年齢は令和4年7月1日(金)現在
- 受付期間** 令和4年1月上旬～4月上旬まで
- 採用試験** 令和4年4月中旬頃の指定する1日  
※受付期間及び採用試験日は日時が確定次第、再度お知らせします。



### 2 自衛官候補生

（任期制自衛官として任期満了時に、継続か退職か自己を見つめ直すチャンスのある制度！）

- 受験資格** 18歳以上33歳未満の男子
- 受付期間** 年間を通じて行っております
- 採用試験** 令和4年1月29日(土) 令和4年2月26日(土)  
令和4年3月12日(土)を予定しています

令和3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ください。詳しくは自衛官募集ホームページをご覧ください。詳しくは自衛官募集ホームページをご覧ください。

お問合せ：自衛隊上田地域事務所  
住所：上田市天神4-17-3 金井ビルMSTY1階（上田駅温泉口徒歩1分）  
電話・FAX：0268-22-5267

## 司法書士による相続登記無料相談月間 相続登記はお済みですか月間

- 日時** 令和4年2月1日(火)～2月28日(月)  
毎日午前9時から午後4時まで  
(土曜・日曜・祝日を除く)
- 場所** 県内各司法書士事務所
- 相談料** 無料
- 予約** 相談する司法書士事務所にお問合せください

- 相談例**
  - ・相続登記はしないといけないの？
  - ・実家が相続登記をせずに空き家となっている
  - ・相続人の中に行方不明の人がいて資産分割協議ができない
  - ・法定相続情報証明制度について教えてほしい
  - ・遺言について教えてほしい
  - ・妻(夫)に全財産を相続させたいが、どうすれば…
  - ・法務局で遺言書を預かってもらえる制度について教えてほしい
  - ・私が亡くなった後も妻が住めるようにしたい



**問合せ先** 長野県司法書士会  
(☎026-232-7492)

# みんなで創り上げた 運動会



## 編集後記

新年あけましておめでとう  
ございます。

皆様寒い季節ですがいか  
がお過ごしでしょうか。暖  
かい時と違って布団の中か  
ら出るのがおっくうになっ  
ています。しかし「起きね  
ば」と気持ちふるい立た  
せ、カーテンを開けてすぐ  
に御座山や八ヶ岳を眺め今  
日は何をしようか、どんな

1日になるのかなと考えているとすぐに時間が過ぎてしまいます。本当に時間がたつのは早いですね。こうしてマスク生活をするようになって早2年になります。色々な意味での生活や行動面で制限が見られました。ワクチン接種後でもまだまだ対策をしなければとの事で、マスク着用はもはや生活の一部となっています。でもその生活の中でも私事ですが楽しみを見つけました。仲間達との運動やたわいのないおしゃべり、そして大好きな音楽との出会いは私にとってかけがえない大切な宝物になっています。そして今年はどうなるか楽しみになります。最後になりたいです。最後になりましたが、昨年中は館報への御協力ありがとうございました。また、今年度も編集委員一同頑張りしたいと思いますので、よろしくお願いたします。

今年も皆さんにとって良い年でありますように願って・・・

(A)



この紙は60%再生紙を使用しています