

MINOWA LIFE MAGAZINE

# みのわの実

地元の山に登ってみよう  
菅野高原は魅力いっぱい!  
～山の楽しみ方～



6

2017 No.566  
広報みのわ

菅野高原がホームコース!  
チーム菅野高原の皆さん

## 特集

# 地元の山に登ってみよう 萱野高原は魅力いっぱい! ～山の楽しみ方～

## Contents

- カバーストーリー
- 特集 地元の山に登ってみよう  
萱野高原は魅力いっぱい!  
～山の楽しみ方～ 2
- 箕輪町子育て情報発信アプリ  
「みのむし」誕生!! 6
- 農業委員会等に関する法律が  
改正されました 7
- 箕輪町で活躍する  
4人の外国人講師を紹介! 8
- 人権教育公開授業を参観して 9
- 暮らしの情報 (カレンダー) 10
- 健康愛ランド  
今日からはじめよう! 糖尿病予防 12
- こども通信 13
- セーフコミュニティニュース 13
- 特定外来植物の駆除について 14
- にこりこー帯 にぎわい会議 開催しています! 14
- UGOKE 今年も開催!! 15
- 第67回社会を明るくする運動  
青少年健全育成推進 上伊那北部地区大会 15
- お知らせ information 16  
町からのお知らせ・イベント・本の紹介など
- カメラリポート 18
- レシピ  
おすすめ給食レシピ 箕輪北小学校 19
- 文芸コーナー
- 連載「<sup>みりよくびと</sup>みのわの魅力人」 20

地元の仲間や若い方々なども  
様々なかたちで山を楽しんでいます!



チーム萱野高原の皆さん

## カバーストーリー

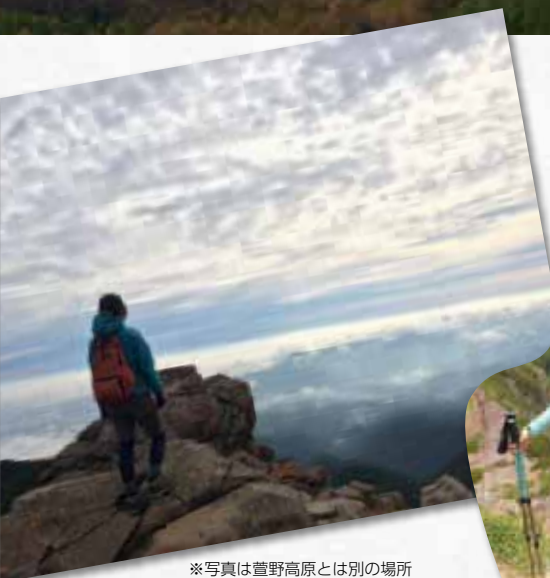
\*

山の楽しみ方はいろいろ。急坂を自転車で登るといっても、苦しみではなく、楽しみだという人もいます。毎月一回以上、自転車で萱野高原に登るといってチーム萱野高原のメンバーも、そんな人々。必死でペダルを漕いだ後に見る、頂上からの絶景は格別だと言います。もちろん、自転車以外にも楽しみ方いっぱいの萱野高原は、これからが最高の季節。みなさんも地元の山に登ってみませんか?

箕輪町の山といえば、萱野高原。その名のごとく屋根の材料であったカヤを採る山として、また、伊那谷を一望できる絶景の山として親しまれてきました。昭和中期に林道が整備されると、レジャー観光の一大拠点となりますが、徐々に衰退。歩いて登る人も少なくなり、舗装された林道はあるものの、いつしか登山道は廃道となりました。

しかし昨年、町の登山愛好家が登山道を復活。再び登山やハイキングを気軽に楽しめる山となりました。

そこで今回は、萱野高原を中心に、山の楽しみ方を紹介。魅力いっぱい。地元の山に、地元の人が登らないのはモッタイナイ。この週末、地元の山に登ってみませんか？



※写真は萱野高原とは別の場所で撮影されたものです。

絶景!

頂上から見る景色は  
とても感動します!



達成感!

頑張って  
登り切って得られる  
達成感は格別です!



※写真は萱野高原とは別の場所で撮影されたものです。

# 萱野高原の魅力

&

## 山の楽しみ方



田中 幸雄さん  
長野県山岳協会元副会長  
伊那山の会会員

萱野高原の登山道を復元した田中さんは、国内はもとより、海外の登山経験も豊富な山登りのベテランです。そんな田中さんに登山道復元の経緯と、萱野高原の魅力について、うかがいました。

その道を復元できれば、歩いて登るのが楽しい山になると思っただけです。私は南古道と呼ばれるルートからはじめたのですが、北ルートがあったので、去年は北ルートの笹刈りをしました。

Q なぜ、登山道を復元したのですか？

A 各市町村にひとつくらい、登って楽しい名物の山があるんですよ。箕輪では萱野高原になります。車で登れる林道があっても、登山道は廃れてしまった。昭和50年頃までに町で生まれた人は、小学校の遠足で、登山道を歩いて登っていたはずですから、

Q 登山道復元で苦労したところは？

A 作業はほぼひとりで行ったのですが、とにかく笹がすごい。草刈機で刈っても丈夫な茎が、剣山のように残ってしまうので、何度でも刈らないといけない。笹で道筋がよく見えないから、麓から切り開いた道と、頂上からの道がそれ違ってしまったり。

Q 萱野高原の魅力を教えてください。

A 登山は必死で登ると、ケガや事故を招くので、楽しみながら登ってゆくのが良いと大学の先生方も言っています。萱野高原は標高差が450mほどで、転げ落ちるような危険な場所もない。2〜3時間ほどで登れるので、健康作りやトレーニングにいいですね。残念なのは、山なのに萱野高原には「〇〇山」という名前がないんですね。〇〇山というだけで、山好きが登りに来ますから。私は通称でも良いので北のピークを「北山」と命名しようかな、と思っています。



復元作業前



かやの南ルート



かやの北ルート



登山道の入口

この春、箕輪町でエコツアー事業を立ち上げた自然案内人の橋本さんは、自然観察や野外活動のスペシャリスト。箕輪町は身近なところにも希少な動物が生息し、特に萱野高原は見どころいっぱいといえます。



橋本浩基さん  
ネイバー・ワイルドネイチャーみのわ  
自然案内人

Q 身近な自然を楽しむコツは？

A ネイバー・ワイルドネイチャーみのわの「ネイバー」とは、ご近所という意味で、すぐ近くの自然を楽しもう、ということなんです。例えば、動物はフィールドサインと呼ばれる痕跡を残してゆきます。足跡、鳴き声、鳥の羽、抜け殻、フンなどですね。それは、そこに動物が居た証拠なので、その動物を直接見られなくても、どんな行動をしたのか推理すると面白いですよ。親子で楽しむならリスの食痕(食べ残し)の「森のエビフライ」を探すのはいかがでしょうか？

Q 萱野高原で見られる動植物には、どんなものがありますか？

A 萱野高原では国蝶のオオムラサキと、町鳥のキセキレイが見られるんですよ！



オオムラサキ



森のエビフライ



中村 政一さん  
 萱野高原活性化委員会会長  
 福与生産森林組合組合長



山開きでの植樹

中村さんにとって萱野高原は慣れ親しんだ裏山。活性化を図るとともに、施設や環境の保全に尽力されています。地元だからこそ知る萱野高原の魅力と、活性化の取り組みをお聞きしました。

◎ 活性化の取り組みを教えてください。

▲ 12年前から毎年植樹祭を行います、町の花であるミツバツツジ（イワヤマツツジ）と、オオヤマザクラを植えています。オオヤマザクラはヤマザクラなので、麓より寒い萱野高原でも育ちますし、これまで植樹したサクラは今年で939本になったので、しっかりと維持管理して大きく育てば、桜

の名所になるはずですよ。お花見に来てくれると嬉しいです。

◎ 活性化と保全で苦労されているところは？

▲ シカの食害に備え、大切な木にはネットをかけて守ります。遊歩道も放っておくと藪になっていくので、下草刈りもしています。萱野高原の活性化は、やはり上からの展望の良さがメインですから、自然を壊さないように、眺望の妨げになる大きな木を切る修景作業を、ほぼ毎年やっています。地道に作業を続けて、景観と環境を維持していかなければいけません。

◎ 萱野高原の魅力を教えてください。

▲ 冬は元旦に萱野高原で初日の出を見る集まりがあり、毎年、百人近くの方が御来光を拝みに登ってきます。春から夏はサクラや水芭蕉、ツツジの花が見られますし、秋はキノコが採れます。テープの張ってある中のキノコは、財産区のもので勝手に採ってはいけません。テープの外にも色々なキノコが出ますから、キノコ狩りも楽しめます。なにより登れば上伊那が一望できる絶景を見られますから、地元の人だけでなく、観光客もたくさん来てくれるような場所にしてゆきたいと思っています。



山開きでの菌打ち体験



キバネツノトンボ



イチャクソウ

◎ 萱野高原の魅力を教えてください。

▲ 注目の動植物はまだたくさん生息しているのですが、興味のある方は是非、ツアーに参加して欲しいのですが、萱野高原の自然は豊かですから、例えば真夏に避暑、秋にキノコ狩りに来るだけでも良いと思います。自然の中で人間は原点にかえれますので、心の面でもリフレッシュできると思います。

残念ながらカブトムシは少ないんですが、ミヤマクワガタやアカアシクワガタがいますし、貴重な山野草のササバギンラン、イチヤクソウなども見られます。「ツキ・ヒ・ホシ・ホイホイホイ」と聞きなす（のように聞こえる）鳴き声の美しい鳥、サンコウチョウもやっています。見つけやすい花としては、ネジバナ、ナデシコ、ウツボグサ。葉っぱの上に直接花が咲くハナイカダも自生しています。

実は、箕輪には絶滅危惧種のキバネツノトンボが生息していて、私のエコツアーに参加していただければ、高い確率で見ることが出来ますよ。

問合せ先

産業振興課  
 商工観光推進室  
 ☎79-3111(内線157)

信州かやの山荘  
 ☎79-2822(5月～10月)

- 事前に予約をすれば、橋本さんが萱野高原のガイドをしてくれます。問合せ先は上記：信州かやの山荘
- 自然の楽校エコツアー  
 10月15日(日)「箕輪の秋満喫！野草観察と自然保全体験とキノコ汁」ほかいろいろ。



# 箕輪町子育て情報発信アプリ 「みのむし」誕生!!

妊娠、出産、子育てに関するさまざまな情報が、必要な時に手軽に手に入るスマートフォン向けアプリが誕生しました。

箕輪町の子育て情報のほか、お子さんの成長記録や予防接種のスケジュール管理などをこのアプリで行うことができます。



## 機能の概要

### 1 お知らせ

イベント情報やお知らせを案内します。

### 2 スケジュール・健康管理

イベントの日程登録や、利用者の体重、基礎体温管理などの健康管理ができます。

### 3 妊娠・出産

妊娠届や妊婦健診、養育支援訪問事業（産後の育児支援）、産後ケア事業、不妊治療助成制度などを紹介しています。

### 4 子育て

予防接種スケジュール管理（月齢に応じた接種可能なワクチンの表示、接種済みの登録、予定日管理など）、子どもの成長記録、子育て支援情報、休日当番医などの情報をお知らせします。

### 5 保育園

保育園に関する情報を掲載しています。

### 6 学校

学校に関する情報を掲載しています。

### 7 施設一覧

公共施設や医療機関などの施設名、住所、電話番号、マップなどが閲覧できます。



アプリのメイン画面（イメージ）

## インストール方法

AppleStoreからは  
こちらのQRコードで  
無料ダウンロード!



Googleplayからは  
こちらのQRコードで  
無料ダウンロード!



## 実際にアプリを使ってみたお母様方の感想・意見

画面のデザインが  
かわいくて  
見やすいと思う。

出先でのけがなどの際、  
医療機関などをスマホで  
すぐ調べられるので便利。



予防接種を受けられる期間や  
連絡先など、いつでも簡単に  
スマホで調べられるのが  
ありがたいです。



問合せ先 子ども未来課 子育て支援係 ☎79-3111(内線163・125)

# 農業委員会等に関する法律が改正されました

平成27年8月に農業委員会等に関する法律が改正され、平成28年4月1日から施行されました。改正の主な点は、① 農業委員会業務の重点化、② 農地利用最適化推進委員の新設、③ 農業委員の選出方法の変更です。箕輪町農業委員会は、平成30年4月1日から新制度に基づいた体制に移行となります。

## ポイント

### 1. 農業委員会の役割が「農地等の利用の最適化の推進」として強化されました

これまでの農業委員会は、農地法等に基づく許認可事務のほかに、農地利用の確保、農地の効率利用の事務については任意の業務でした。今回の法改正により、農地利用の最適化を強力に進めていくために、担い手への農地の集積・集約化、耕作放棄地の発生防止・解消、新規参入の促進に積極的に取り組んでいくことが、より強く位置づけられました。

### 2. 農地利用最適化推進委員が設置されます

農業委員会は、人・農地プランなど地域の農業者等の話し合いや遊休農地の発生防止・解消等の推進に取り組む体制を強化するため、農地利用最適化推進委員を委嘱します。

### 3. 農業委員の選出方法が変わります

#### ① 公選制から任命制になります

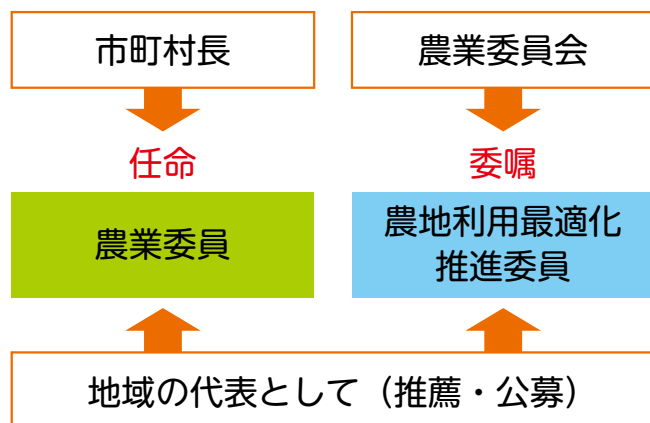
農業委員の選出方法は、公職選挙法に基づくものから市町村長が議会の同意を得て任命する方法になります。市町村長は、任命に当たって、あらかじめ地域の農業者や農業団体等に候補者の推薦を求め、公募も行います。推薦と公募の結果は公表することとなっています。

#### ② 認定農業者を過半に。利害関係者以外も登用を

農業委員の過半は認定農業者であることが求められます。過半要件の例外として、認定農業者に準ずる者とする事ができることとなっています。

#### ③ 女性や青年の登用促進を

農業委員の年齢や性別等に著しい偏りが生じないように配慮することが求められています。



#### ◆ 活動の概要 ◆

- 農業経営の規模拡大、農地等の集団化
- 耕作放棄地の発生防止・解消
- 農業への新規参入の促進

問合せ先 農業委員会事務局 ☎79-3111 (内線167)

# 箕輪町で活躍する 4人の外国人講師 を紹介！

町内の小学校、中学校で、子どもたちに生の英語や文化を教えてくれる講師のみなさんに、趣味や箕輪の子どもの印象などを伺いました。



## ジェイソン・ミアーズ先生 (Jason Meairs)

〈北小・中部小(1年)担当〉

出身：アメリカ カリフォルニア州  
趣味：筋トレ、ドラム、ゲーム

### ■箕輪の子どもの印象は？

他の町の子どもたちも見ましたが、特に北小の子どもたちは、挨拶や触れ合いが上手だと思う。学年や組によって得意なことは違いますが、班で協力したり相談したりできます。

### ■英語指導のテーマは何ですか？

教え合い支え合う、伝えたいことは自分の言葉を使って話そう、他人にまかせず自分でやる、の3つです。

### ■お休みの日はどうしてますか？

休みの日も筋トレをしています。ドラムは去年の音楽会で演奏しましたが、普段はあまり練習できません。



## ジョシュア・ダイアー先生 (Joshua Dyer)

〈中部小担当〉

出身：アメリカ オクラホマ州  
趣味：ハイキング、山登り、釣り、ドライブ

### ■日本に来た理由は？

高校生のときにマンガが好きだったので、日本語を勉強したくなり、大学の時に信州大学に留学しました。大学卒業後、日本、特に長野に戻りたくなったので、日本に来ました。

### ■英語指導のテーマは何ですか？

英語は文法だけじゃなく、文化も知らないと伝わらないことがあるので、文化的なことも伝えていきたい。

### ■お休みの日はどうしてますか？

ハイキングや釣りをしたいのですが、今は忙しくてできていません。パソコンを組み立てたりもします。



## ニック・ウィルソン先生 (Nick Wilson)

〈東小、西小、南小担当〉

出身：イタリア・アメリカ  
趣味：散歩、ドライブ

### ■日本に来た理由は？

6年前と2年前に観光旅行で日本に来ました。その時は東京や広島だったけれど、もっと田舎で生活してみたいと思いました。ここの生活は特別なもの。すごく気

持ちいいです。

### ■英語指導のテーマは何ですか？

英語に限らず言語は生きているもの。本の中のものじゃない。外国人を怖がらずに、もっと話そう。

### ■お休みの日はどうしてますか？

春休みに一般道で1200キロのドライブをして、鳥取まで行きました。散歩は天竜公園によく行きますよ。







## 金澤リサ・ハスカル 先生 (Kanazawa Lisa Hascall)

### 〈中学 担当〉

出身：アメリカ ワシントン州  
趣味：フルート、写真撮影、D.I.Y.

### ■箕輪の子どもたちの印象は？

中学生を教えるのは初めてです。保育園の子どもと違って中学生はシャイだけど、みんなで協力するチーム力みたいなものが強いですね。そして、みんなフレンドリーで優しい。

### ■英語指導のテーマは何ですか？

世界に目を向け、インターナショナルな人になってほしい。英語は、その道具になるから使ってほしい。

### ■お休みの日はどうしてますか？

趣味でフルートを吹いていますので、吹奏楽部に入りたい。D.I.Y.で生活小物を作ったりもしています。

## 箕輪中部小学校「人権教育公開授業」を参観して

人権擁護委員 唐澤 映司さん

町内各小中学校では、毎年11月を中心に人権学習の授業参観を実施しています。

秋晴れの穏やかな天気のもと、職員玄関近くの校庭では5年生が親子で和気あいあいと餅つきを行っていました。児童玄関には「なかよし月間」と大きく書かれた表示などがあり、小黒板には「なかよし月間参観日 今日参観日ですね。道徳の時間や講演会、収穫祭などが予定されています。みなさんにとって充実した一日になりますように」と書かれています。教室棟の廊下壁面には絵画や習字などの作品が展示され、教室入り口付近には「なかよしの木」と書かれた模造紙が貼ってあり、木の幹や枝が描かれ、色画用紙で作られた葉っぱがたくさん貼られ、それぞれの葉っぱには友だちの長所やうれしかったことなどのメッセージが書かれています。

私は4学年の授業を参観させていただきました。3校時は性教育の講演会、講師は「おひさま助産院」の小林まゆみ先生でした。平成23年度より4・6年生を対象に行っていて「思春期の体の変化」についてパネルやパワーポイントなどを使って4学年児童にも保護者にも分かりやすくお話をしてくださいました。小林先生は命を大事にする教育をきめ細かに配慮をしながら適切に行っていると感じました。

4校時の道徳は、題材が「ちがいのちがいが？」で、世の中やクラスの中にある「ちがいがい」について6つのカードを見ながら子どもたち同士で話し合い、自分の考えを伝えたり、友達の考えを聞いたりしながら「あっていいちがいがい」「あってはいけないちがいがい」について考えを深めていくという内容でした。

学習資料には6つの事例が載っています

①日本では食事をする時に箸を使うがインドでは、指を使う。

②Aさんは休み時間に一人で読書をしているが、Bさんは休み時間にみんなと外に出て遊んでいる。

③④の事例は、文化や個人の多様性を認める内容でした。

事例の⑤は、「東さんのクラスは、先生は、名前を呼び捨てにするが、西さんのクラスの先生は、さんづけで呼ぶ。」で、人権尊重の視点が大事かと思いましたが、欧米ではファーストネームや愛称で呼び合うのが当たり前のようですが、日本では礼儀作法が重んじられ「さん」「くん」などの敬称を付けています。子どもたちが「呼び捨て」をどのように考えるのか関心がありました。授業では学級全体で追究する時間が十分取れなかったため、検討できなかつた事例については次回に考えることになりました。

この学習場面でも、このワークショップを活用することが効果的であると目的意識を持って取り組んでいる道徳の授業を参観させていただきました。公開授業を参観できる機会があり、学校で行われている人権教育の一端を知ることができました。学校では豊かな心を育むため、地道な実践が継続・発展されているのを見ることができました。





今月のイベント  
 3日(土) 町内小学校運動会  
 25日(日) 町ポンプ操法ラッパ吹奏大会

中部小学校・東小学校  
 役場駐車場

※都合により当番医、当番店が変更になることがあります。

カレンダーは抜き取ってご利用ください

水道 水道休日当番店   健 乳幼児健診・相談・教室 場所：町保健センター 該当者には通知します   相 健康相談 場所：町保健センター   子 子ども未来課   図 図書館   博 博物館   公 公民館   みのちゃんバス   みのわ〜れ

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
				健 10か月児相談 (H28.8月生)	相 ちびっこ相談 (心理) (要予約) 相 こころの相談 (要予約) 南東コース①,④運休 北西コース①,④運休	町内小学校運動会 (中部小、東小) (株)コマツ 79-2568
4	5	6	7	8	9	10
(株)マツシマ 79-2115	相 健康相談 (要予約) 南東コース①,④運休 北西コース①,④運休	相 もみじの会 こころの病や人とのコミュニケーションに不安のある方の会 子 ペアレントトレーニング② 健 4か月児健診 (H29.2月生)	健 離乳食教室① (H28.12月生・要予約)	子 妊婦さん&ねんねの赤ちゃんわらべうた 健 1歳6か月児健診 (H27.11月生)		図 おはなしこんにちは 図 ドリーム号地区巡回 赤羽設備(株) 79-6990
11	12	13	14	15	16	17
博 新緑の東山山麓ふれあい歩き (株)カスガ 79-3382	南東コース①,④運休 北西コース①,④運休		図 読育ボランティア養成実践講座 選書講座	図 絵本よんであげるよ ハニートーストの日 健 2歳児健診 (H27.3月生)	健 離乳食教室② (H28.10月生・要予約)	ふれあい食堂 inみのわ〜れ 第5回 飯田線と天竜まつり 散歩 (有)小島管工設備 79-4886
18	19	20	21	22	23	24
心配ごと相談 6月 6日(火) 13:30~16:00 20日(火) みのわふれ愛センター (要予約) 社会福祉協議会 79-4180	健 こんにちは赤ちゃん教室④ (出産予定：H29.7~9月) 相 健康相談・助産師相談 (要予約) 南東コース①,④運休 北西コース①,④運休	子 ペアレントトレーニング③ 健 3歳児健診 (H26.5月生)		みのわ〜れ 休館日 相 ちびっこ相談 (心理) (要予約)		伊那建運(株) 70-9396
25	26	27	28	29	30	1
町ポンプ操法ラッパ吹奏大会 箕輪建設工業(株) 79-2035	相 ちびっこ相談 (ことば) (要予約) 南東コース①,④運休 北西コース①,④運休	子 0,1,2歳児 わらべうた 健 7か月児相談 (H28.11月生)	健 1歳児健診 (H28.6月生)			

まちの人口 (2017.5.1現在)  
 人口……25,049人(-11)  
 男…12,542人(+6) 女…12,507人(-17)  
 世帯数……9,470世帯(+22)

町税 町県民税 1期  
 国民健康保険税 1期  
 口座振替の方は6月30日に振替しますので、預金の残高をご確認ください。

納入期限  
**6/30金**

米斗 住宅使用料 6月分  
 保育料 6月分  
 介護保険料 1期  
 口座振替の方は6月30日に振替しますので、預金の残高をご確認ください。

各種相談日

心配ごと相談 6月 6日(火) 13:30~16:00  
 20日(火)  
 みのわふれ愛センター (要予約)  
 社会福祉協議会 79-4180

交通事故相談 6月 1日(木) 10:00~15:00  
 15日(木)  
 伊那合同庁舎2階  
 交通事故相談室  
 76-6803 (要予約)  
 (上伊那地域振興局総務管理課県民生活係)

行政相談 6月 15日(木) 13:30~15:00  
 松島コミュニティセンター  
 総務課 総務係  
 79-3111(内104)

税金無料相談 6月 7日(水) 13:30~15:00  
 税理士会伊那支部事務局  
 (ホテルセンピア駐車場脇)  
 74-8170 (要予約)

教育相談 月~金曜日 8:30~17:00  
 こども相談室 79-0007

人権相談 月~金曜日 9:00~16:00  
 長野地方務局伊那支部  
 78-3462

介護相談 月~金曜日 8:30~17:15  
 福祉課 高齢者福祉係  
 (箕輪町地域包括支援センター)  
 70-6622

子どもの人権 110番 月~金曜日 8:30~17:00  
 026-232-8110  
 0120-007-110

女性の人権 ホットライン 月~金曜日 8:30~17:00  
 0570-070-810

クリーンセンター八乙女からのお知らせ ☎79-8773

受付時間 月~金曜日 8:30~15:30 ★平成29年4月から、資源として出す  
 土・日・祝日はお休みです ペットボトルは、ラベルをはがして出  
 していただく事になりました。ラベル、キャップは、資源プラスチックへ  
 出しましょう。ご協力をお願いします。

日曜受入日 6月4日・18日 8:30~15:30  
 一般家庭のみ受け入れます

ごみ・資源物 収集日	当日の8:00までに						8:00~9:30
	燃やせる ごみ	不燃ごみ	プラスチック	古紙・衣類	蛍光管	乾電池	資源 缶・びん・ペット ボトル・廃食用油
沢長田・大出・八乙女 下古田・上古田・中原 富田・中曽根・木下一の宮	火・金	1日	12日・26日	21日	—	—	18日
松島	火・金	8日	1日・15日	28日	—	—	25日
沢・長岡・南小河内 北小河内	火・金	15日	8日・22日	7日	—	—	4日
木下・三日町・福与	火・金	22日	5日・19日	14日	—	—	11日
木下 原町北部・春日通 原町中央・南原	火・金	1日	12日・26日	21日	—	—	11日

休日の歯科の緊急は上伊那口腔センターへどうぞ ☎78-8510

診療日 6月4日・11日・18日・25日  
 受付時間 8:30~11:30 場所 伊那市山寺 伊那市保健センター内

休日緊急当番医

4日	11日	18日	25日
伊 木村内科医院(内) 72-3915 伊 兼子整形外科医院(整) 72-3737 伊 富士見高原みずず診療所(内) 71-5556 南 長田内科循環器科医院(内・循・小) 72-4043	籍 いくやま医院(内・小) 79-1988 伊 重盛医院(内・小) 72-2384 伊 春日医院(内) 伊那市中央 72-3803	伊 樋代医院(内) 72-2505 伊 富士眼科医院(眼) 74-7166 伊 北原内科(内) 94-2255 辰 新田内科クリニック(内) (0266)41-5611	籍 芦澤整形外科(整) 70-8080 伊 くるごうち内科循環器科医院(内・循) 77-0582 伊 アルプスこころの健康クリニック(精・心) 71-8707 伊 酒井医院(内・婦) 72-4835

休日緊急当番医市町村マーク  
 箕=箕輪町 伊=伊那市  
 南=南箕輪村 辰=辰野町

## 今日からはじめよう！ 糖尿病予防

健康診断で目にするHbA1c（ヘモグロビン・エーワンシー）や血糖値は、糖尿病の診断に使われる指標です。町は、このHbA1cや血糖値が基準値よりも高い、いわゆる「高血糖」の人の割合が多く、また増加傾向にあります。

### 「高血糖」放っておくとどうなるの？

高血糖状態が続くと、全身に張り巡らされている細い血管や太い血管が徐々に傷つき、糖尿病性網膜症、糖尿病性腎症、糖尿病性神経障害などの合併症を招きます。また、歯周病や肺炎などの感染症にもかかりやすくなります。

糖尿病が招く合併症は、全身に及びます。自覚症状のない早期からの予防が大切です。

まずは健診を受けて、自分のHbA1cや血糖値を確認しましょう。

### 出来ることから改善を

#### 食 事

##### ① 3食バランスよく食べる

主食（ごはん・パン・麺など）、主菜（魚・肉・卵・大豆製品など）、副菜（野菜・きのこ・海藻・いもなど）の3つを揃えましょう。

##### ② 腹8分目とする

食べ過ぎを防ぎましょう。

##### ③ ゆっくりよく噛んで食べる

食べ方が速いと脳の満腹中枢から指令が来る前に食事をとりすぎてしまいます。血糖値を下げる働きをするホルモンであるインスリンの分泌が血糖値の上昇に間に合わず、食後の高血糖を招きやすくなります。

1口につき30回以上噛むことを意識しましょう。

##### ④ 野菜を先に食べる

図1のように、食べる順番により血糖値の上がり方に違いがあることが分かります。野菜や海草、きのこに多く含まれている食物繊維には血糖値の上昇を緩やかにする効果があります。野菜から先に食べるなど、食べ方を工夫してみましょう。

##### ⑤ 血糖値を急激に上げるものを避ける

甘いお菓子や、ジュース類に含まれる糖は血糖値を急上昇させます。食べる量や頻度に気を付けましょう。

#### 運 動

運動は内臓脂肪を減らし、インスリンの効きを良くするなどの効果があります。

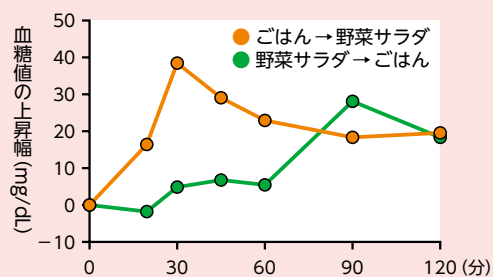
まずは、すぐに始められるウォーキングなどを取り入れてみましょう。1日8000歩と言われていますが、今の歩数を確認しながら1日1000歩（約10分）増やすなど、具体的に目標を立てると取り組みやすいです。

平成29年1月4日から実施している「健康ポイント事業」に参加し、ウォーキング旅行で楽しみながら行うこともおすすめです。

糖尿病で治療中の方は、運動に取り組む前に主治医に相談するようにしましょう。



図1 食べる順番を変えた時の血糖の変化



参考：金本郁男ら「糖尿病 53(2)」；96-101, 2010年

これならできそう！と思うことを見つけ、継続して取り組み、健康な毎日を目指しましょう。



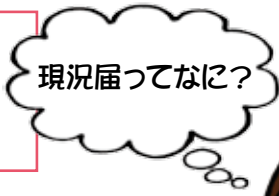
## 児童手当受給者のみなさまへお知らせです

6月分以降の児童手当等を受けるには**現況届**の提出が義務づけられています。現況届は、対象となるご家庭に6月上旬に郵送します。

**6月30日(金)**までに役場子ども未来課までご提出ください。

◆**提出がない場合には6月分以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください**◆

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、児童手当を引き続き受給する要件(児童の監護や保護、生計同一関係など)を満たしているかを確認するためのものです。



### 【現況届に必要な添付書類】

- 請求者が被用者(会社員など)の場合
  - ➔ 健康保険被保険者証の写し
- 平成29年1月1日に箕輪町に住民登録のなかった方
  - ➔ 前住所地の市町村長が発行する所得証明書(平成28年所得 平成29年度課税分)

このほかにも必要に応じて提出していただく書類があります。

**問合せ先** 子ども未来課 子育て支援係 ☎79-3111 (内線163)



月刊 セーフコミュニティ認証の町 “箕輪町”

## セーフコミュニティニュース

2010年(平成22年)5月1日創刊

～あいさつで広げよう地域の絆～



第85号

### ◆箕輪町セーフコミュニティ、新たな出発◆

箕輪町の安全安心なまちづくりであるセーフコミュニティ活動は、町民の皆様をはじめ関係機関・団体のご支援ご協力により、5月27日に国際認証センターから再認証となり、新たな出発をすることとなりました。

活動は再認証自体が目的ではなく、その取り組み過程や安全安心なまちづくりが地域活性化にいかに関与するかが重要で、今後とも地域に密着した地域住民のための活動を行って参りますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

活動は箕輪町ホームページなどで、お知らせしておりますので、是非ご覧ください。

■ 箕輪町ホームページの「安全安心なまちづくりカテゴリ」にセーフコミュニティ欄があります。

○ 各対策委員会の取り組みである「安全・安心の知恵袋」「命のカプセル」「夜光反射リストバンド」「靴かかと反射シール」などを掲載しています。

○ 各地区推進協議会の活動状況欄もあります。

■ 活動状況及び結果をまとめ3月に全戸配布した、パンフレット「セーフコミュニティみのわ」は、役場セーフコミュニティ推進室にありますので、必要な場合は、ご連絡ください。

**問合せ先** 総務課 セーフコミュニティ推進室 ☎79-3111 (内線193)



児童の防犯川柳		テーマ「不審者」
登校中 防犯ブザー 身につけて	遊ぶとき 早く帰ろう 暗くなる	覚えよう いかのおすしの 大切さ
森谷 陽葵	敦賀 煌志	神谷 春喜

箕輪北小学校

# 特定外来植物の駆除について

町内では特定外来生物法により特定外来植物として指定されている13種類のうち、「オオキンケイギク」と「アレチウリ」が繁殖しています。

## アレチウリの危険性

春に発芽し、夏にはツルを伸ばしながら他の植物に覆い被さるように成長し、光を遮ることによりアレチウリしか植生できなくなります。

1年で枯れてしましますが、種子の多くは翌年以降、発芽して同様に繁茂するため、放っておくと一面を覆い尽くすように拡がり、下になった植物は枯れたり弱ったりしてしまい、生態系等へ悪影響を与えます。

そのため、できるだけ早いうちから駆除を実施しましょう。



アレチウリ



オオキンケイギク

### ◆ 特定外来植物の駆除活動費用の補助について ◆

町内の道路、河川敷での駆除活動に必要な手袋等の購入費用に対し、参加者1人につき200円を上限として活動費の補助を実施しています。申請される方は下記担当までお問い合わせください。

平成29年からアレチウリの繁殖箇所について情報を集めています。御協力ください。

問合せ先 住民環境課 生活環境係 ☎79-3111(内線116)

## にこりこー帯 にぎわい会議 開催しています!



道の駅でも人気は直売。農地の少ない木曾では地元野菜の確保が課題、核になるのは生産者との関係だそうです。

### 類似施設の視察を行いました

「町民が行きたくなる場所」という基本的な考え方のもと、4月からはにこりこー帯の施設ごとのリニューアルに向けた方針検討を始めています。

検討の参考として、にこりこー帯に類似する施設の運営ぶりや、経営の実態について学ぶため、木曾の道の駅を視察しました。

国道19号線沿いは車で走れば10分おきに道の駅が5つ連続する環境で、どのように差別化を図り、特徴を出し経営しているのか、地域における役割は何かなど、それぞれの駅長さんから話をお聞きました。

### 直売所にこりこの検討の難しさ

にこりこー帯は、「町の農業者等の所得向上」を目的として作られました。目的を果たすためには、まずは直売所で農産物を「仕入れる⇄売れる」というサイクルが回る、つまり商売として回っていく必要があります。そのための運営体制、取扱商品、施設・設備、集客の工夫など、多岐にわたる問題を議論しています。



施設別の検討が始まりました。施設ごとの方針・コンセプトにしたがい、課題を整理していきます。

詳しくはホームページでも!

こちらのバナーが目印です。

QRコード  
(スマートフォン対応)

会議での検討や、詳細な議事録、関係する資料、寄せられた町民の皆さんの声などがご覧になれます。



ご意見・ご提案・問合せ先

産業振興課 未来農戦略係 ☎79-3111(内線165) FAX 79-0230  
Eメール sangyou@town.minowa.nagano.jp

今年も  
開催!!

# UGOKE

若者  
100人による  
大スポーツ  
レクリエーション  
イベント

優勝賞品はチーム全員に【富士急ハイランド】の1デイパスポートをプレゼント!!

日時 **7/15** **土** 10:30~15:30  
(受付:9:00~10:00)

会場 **ながたドーム** 参加費 **お1人800円**

持ち物 **運動ができる靴・服装、お昼ご飯**

参加方法 URLから申し込みフォームに必要事項を書き込み送信してください。  
<http://land-nagano.com/event/572/>

## イベントの流れ

- ①受付で参加者をランダムに12チームに振り分けます。
- ②チームごと自己紹介。優勝するにはチームワークが重要です。
- ③様々な競技で他のチームと対戦!!時には他のチームと合同で対戦する競技も!
- ④お昼休憩。お弁当を持ってきてくださいね。休憩中も参加者同士仲良くなれるようなゲームも用意してあります。
- ⑤午後も優勝目指してUGOKE!
- ⑥表彰式 (豪華景品多数用意!)

・スポーツでストレス発散&ワクワクする熱い戦い  
・このイベントでしか体験できない競技  
・参加者同士の新たな出会いと交流をぜひ  
お楽しみください!!!!



## 競技内容

- ・ドッチビー
- ・キックベース
- ・なぞなぞリレー
- ・綱引き
- ・サッカー PK対決
- ・チャンバラ合戦

問合せ先 箕輪町教育委員会 文化スポーツ課 ☎70-6601

イベントの詳細や申し込みはこちら!!  
<http://land-nagano.com/event/572/>



道を間違えることもあるさ。でも、それからが…

—犯罪や非行を防止し、青少年の心身共に健やかな成長のために—

## 第67回社会を明るくする運動 青少年健全育成推進 上伊那北部地区大会

日時 平成29年7月8日(土) 午後1時30分~4時30分

会場 箕輪町文化センター

入場  
無料

どなたでも、  
お誘いあわせて  
おでかけください

### 内容

作文朗読 平成28年度社明作文コンテスト 小学生の部  
最優秀賞 箕輪北小学校5年 小針 雛さん  
優秀賞 辰野西小学校5年 吉江 律乃さん

講話 『こんな子に育てた覚えがない?こんな子に育てているんです』  
日本ほめる達人協会認定講師 山口 まゆみさん

鉄拳さんのパラパラ漫画上映

講話 『立ち直りを支える長野ダルクの活動と、甦る歌声』  
長野ダルク代表 竹内 剛さん  
元「歌のお兄さん」杉田 光央さん

演奏発表 箕輪中部小学校 合唱団



内閣府 法務省 箕輪町 辰野町  
箕輪町・辰野町地区推進委員会

問合せ先

総務課 総務係  
☎79-3111(内線104・105)



福与諏訪神社

**日時** 6月11日(日)  
午前9時から正午まで  
**場所** 福与区(福与城跡、福与諏訪神社、観音原等)

**講師** 荒瀬輝夫氏、岡野哲郎氏  
内川義行氏(信州大学農学部)  
**対象** 一般(どなたでも)  
**持ち物** 歩くのに適した服装、帽子、タオル、水筒等  
**その他** 参加は無料。小雨決行、雨天中止です。  
※参加ご希望の方は、当日午前9時までに福与城跡駐車場にお集まりください。

**問** 町郷土博物館 ☎79-4860

## 読育ボランティア養成実践講座 選書講座

年代にあった本の選び方など、読み聞

かせに役立つ選書の仕方やおすすめ本の紹介をしていただきます。どなたでも受講できます。お気軽にお申し込みください。

**日時** 6月14日(水)  
午後1時30分から3時まで  
**会場** 町地域交流センター交流室1.2  
**講師** 下沢洋子先生(元上郷図書館長・ガンバの会主宰)

**受講料** 無料

**対象** 一般

**定員** 30人

※参加ご希望の方は箕輪町図書館までお申し込みください。

**問** 町図書館 ☎79-6950

## 新着図書を紹介

今月も新しく本が入りました。その中から紹介します。

これらの本は6月6日からの貸し出しです。

**問** 町図書館 ☎79-6950

### 「ながいながい骨の旅」

松田 素子/文 川上 和生/絵  
講談社

私たちの体の中にある骨。骨を持たなかった生き物が進化し、骨を持つようになった歴史や、骨の重要な役割などを紹介する科学絵本。



### 「猫魔ヶ岳の妖怪 福島伝説」

八百板 洋子/再話 斉藤 隆夫/絵  
福音館書店

福島に伝わる伝説から、会津地方の伝説「猫魔ヶ岳の妖怪」、伊達市山舟生の伝説「天にのぼった若者」など4話を収録。福島にゆかりのある方はもちろん、そうでない方も楽しめる絵本です。



### 「ときめき百人一首」

小池 昌代/作 河出書房新社

ドラマチックな名歌それぞれに詩人ならではの現代詩を付け、解説とともに和歌の楽しさや魅力を紹介。恋する気持ちや、人生の深淵、四季折々の感動など、存分に味わうための百人一首入門。



### 「すきなじかんきらいなじかん」

宮下 すずか/作 市居 みか/絵  
くもん出版

朝、犬のきゅうたくんと一緒に学校に行くミーアキャットのさんきちくんを迎えに行くと、さんきちくんのお母さんが「あと3分だけ待ってね」と言って…。算数が楽しくなる読み物です。



### 「ワインガールズ」

松山 三四六/著 ポプラ社

長野県塩尻市・桔梗ヶ原学園は「ワイン醸造」を学べる高校。いちる・結生子・美しいの3人は、挫折を繰り返しながらもワイン作りに没頭していく。実在の高校をモデルにした青春応援小説。



### 「物件探偵」

乾 くるみ/著 新潮社

利回り12%の老朽マンション、ひとりで録画がスタートする怪現象アパート。怪しい物件の謎、解けますか？間取り図にはあなたの知らない謎が潜んでいる。リアル不動産ミステリー。



### 蔵書点検休館の おしらせ

5月29日(月)から6月5日(月)は蔵書点検のため休館とさせていただきます。ご不便をお掛けしますが、ご理解、ご協力お願いいたします。ご返却の本は夜間返却口をご利用ください。

# お知らせ

## お知らせ

### 地域の身近な相談相手 行政相談委員のご紹介

行政に対する苦情や意見・要望などを住民の皆様からお聴きして、その解決や実現を目指す制度が「行政相談」です。

相談は、総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が応じています。

このたび、沢6組の浦野朱美さんと木下泉沢の中村 廣さんが総務大臣から委嘱されました。

相談は無料で秘密は固く守られます。

### 6月の行政相談会

開催日 6月15日(木)

午後1時30分から3時まで

場所 松島コミュニティセンター

### 行政相談委員



浦野 朱美さん 中村 廣さん

毎月の開催日はみのわの実「くらしの情報」ページに掲載しています。

問 総務課 総務係

☎79-3111 (内線104)

### 不法投棄についてのお知らせ

不法投棄が多発しています。不法投棄は法律で禁止されており、飲み終わった後のペットボトルなどを軽い気持ちでポイ捨てした場合でも罰せられることがあります。個人が不法投棄した場合は《5年以下の懲役若しくは1000万円以下の罰金に処し、又はこれを併科する》こととなっており厳しい罰則があります。不法投棄のないきれいな町づくりにご協力ください。

問 住民環境課 生活環境係

☎79-3111(内線116)



### 平成29年度 税務職員採用試験

近年は採用者数が大幅に増加しています。

税のスペシャリストへ、その一歩を踏み出そう！

申込期間 6月19日(月) から

6月28日(水) まで

公務員を志望している皆さん。税務職員として一緒に働きませんか。

採用試験の情報はこちら

<http://www.jinji.go.jp/saiyo.htm>

採用情報ナビ

検索

問 伊那税務署 総務課

☎0265-72-2171

### 戦没者等の遺族に対する 特別弔慰金（第十回特別弔 慰金）の支給

戦没者等の死亡当時のご遺族で、要件に該当する方お一人への特別弔慰金が支給されます。

特別弔慰金 額面25万円、5年償還の記名国債

請求期間 平成27年4月1日～

平成30年4月2日

※請求期間を過ぎると受けることができなくなります。

請求窓口 福祉課 社会福祉係

☎79-3111 (内線139)

※審査には1年程度時間がかかる場合があります。

### 箕輪町広報モニター (みのモニ) 大募集！

町民の意見を反映させた広報誌としてさらに充実させるため、毎月のアンケートなどにご回答いただける広報モニターを募集します。

業務内容

① 広報「みのわの実」に関するアンケートへの回答(計8回)

② 地域の話題や出来事の報告

③ HPやSNSが利用可能な方は、HPやSNSについての意見・感想の報告

応募資格 以下のすべてに該当する方。

① 町内在住で、町の広報に関心があり、応募時に年齢20歳以上であること。

② 町議会議員及び町職員ではないこと。

※謝礼あり

定員 10人(応募多数の場合は抽選とさせていただきます。)

任期 平成29年8月から平成30年3月まで(予定)

募集期間 平成29年6月1日(木)から6月30日(金)まで

応募方法 町ホームページか役場企画振興課にある応募用紙に必要事項を記入の上、以下まで応募してください。

〒399-4695

箕輪町大字中箕輪10298番地

箕輪町役場企画振興課 宛

FAX: 0265-79-0230

E-mail: kouhou@town.minowa.nagano.jp

## イベント・催し物

### 第5回 飯田線と天竜まったり散歩

ウォーキングと、飯田線の電車の旅が同時に楽しめる散歩イベントです。辰野駅から天竜川河畔を歩きながら伊那松島駅、北殿駅を目指します。帰りは、飯田線で辰野駅まで戻って、祭りやホテルの光の乱舞をお楽しみください。

開催日 6月17日(土)

集合場所 JR辰野駅

受付時間 午前9時から10時まで

出発時間 午前10時 一斉スタート

参加費 一般 500円

小学生以下 200円

参加賞 ホテル観賞券、特製ピンバッジなど

コース

●もみじちゃんコース

JR辰野駅～JR伊那松島駅

所要時間: 2時間半～3時間

歩行距離: 約10km

●まっくんコース

JR辰野駅～JR北殿駅

所要時間: 3時間半～4時間

歩行距離: 約15km

問 産業振興課 商工観光推進室

☎79-3111 (内線157)

### 新緑の 東山山麓ふれあい歩き

新緑が美しい初夏の「東山山麓歴史の道」をゆっくり散歩します。季節の移ろいや郷土の知られざる魅力を再発見しませんか。





写真に「あなたの言葉」を添え、みのわの魅力を発信しませんか？ お気に入りの風景、元気になる笑顔などを募集します。

写真と文章は、郵送またはメールでお送りください（未発表作品に限ります）。文章は150文字以内、写真はメールの場合、なるべく高解像度のものをお送りください（宛先は右記）。

# CAMERA REPORT カメラリポート

身近なまちの話題をお知らせください みのわの魅力発信室 ☎79-3111

〒399-4695 箕輪町大字中箕輪10298番地 箕輪町役場 企画振興課宛  
E-mail : kouhou@town.minowa.nagano.jp

## 4月29日 福与城趾まつり



### 桜舞い散る城跡 にぎわう

福与と三日町の皆さんにより毎年開催されている福与城趾まつりは、今年で20回目。恒例の「のろし」のセレモニーで幕を開け、地元の三日町保育園の園児のダンスや南小学校児童の太鼓などで盛り上がりました。参加した皆さんは地面にシートを敷いてピクニック気分で楽しんだり、様々な出店を見てまわったり、思い思いに箕輪の春を満喫していました。

## 4月30日 いいこといち



### 暮らしが心が豊かになる

昨年からはまった「いいこといち」が天竜公園で開催されました。食材、食品加工、木工、陶芸などなど、暮らしを豊かにする物や事に関する出店がズラリ。訪れた人は買い物をしたり、食べたり飲んだり、ヨガを体験したりと、心地よい晴天の下、ゆったりとした時間を楽しんでいました。午前中のみイベントでしたが「午後もやってほしい」という声が聞こえてくるほどの盛況ぶりでした。

## 5月5日 春のふれあい博物館



### 「こどもの日」に 鉄道や昔の文化に親しむ

博物館前に屋外展示されている電気機関車ED19の車内に入ったり、鉄道模型の運転体験ができる恒例行事が、今年も開催されました。博物館職員をはじめ、鉄道愛好家や鉄道会社OBが解説してくれるとあって、子どもも大人も楽しめる内容は大好評。お孫さん連れで訪れたおじいさんは、お孫さんを遊ばせつつ、ED19が現役で走っていた時代に思いを馳せ、懐かしんでいました。



## 岡谷酸素リフォーム

岡谷酸素は身近な暮らしのパートナー 水まわりのリフォームもおまかせ下さい！



灯油の配送 承ります！

定期配送も可能です。



岡谷酸素株式会社 伊那営業所 上伊那郡箕輪町福与1036 TEL : 0265-79-8700

<http://www.okayasanso.co.jp/>

千草焼き



【一食の献立】

- スライspan ●いちごジャム
- パンプキンスープ
- 千草焼き
- わかめサラダ ●牛乳

【材料】4人分

豚ひき肉 …… 40g にんじん …… 12g  
 鶏卵 …… 2個 さとう …… 小さじ2  
 玉ねぎ …… 20g 塩 …… 少々  
 チーズ …… 20g 酒 …… 小さじ1  
 ほうれん草 …… 20g うすくちしょうゆ… 小さじ軽く1  
 サラダ油 …… 少々

【作り方】

- 1 玉ねぎ、にんじんはみじん切りにして卵は割りほぐす。
- 2 ほうれん草は湯がいて細かく切り、水をしばっておく。
- 3 12と、ひき肉、チーズ、調味料をまぜて熱したフライパンにサラダ油をひき3を入れて焼く。

おすすめポイント

給食では、オーブンで焼きますので、油の使用が減らせます。具はじゃこ、ツナ、干しいたけなど、いろいろなアレンジができます。お弁当のひと品にもなります。



文芸コーナー

みのわ俳句会

花冷やミサイル発射の話など

征矢志げ子

末黒野は夫在りし日を遠くする

井口ひふみ

春耕やまず土竜塚ならず靴

柴 和夫

花の宴樹下にも踊る三番叟

岡 久幸

スタッドレス早々替えて名残り雪

増沢 澄子

箕輪町短歌教室

陽春に雀らは木に群れ遊び

「リュウキンカ」の花庭に明るき

岡 富貴子

昨日今日素直になれし心にて

吾は過ごしぬ一人の域に

藤澤 清能

さ庭辺に春一番の山菜莢さんしゆの

小さき黄花数多く咲く

向山 勝美

雪溶けて草も緑に変わりたり

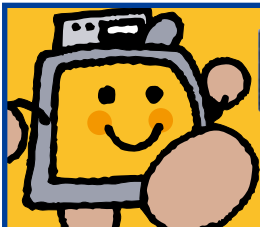
燕の帰還に苦難を案じる

吉永 英二

八十を過ぎて細々生きおりしに

雪崩に逝きし青春に泣く

原 多嘉枝



デジタル放送は伊那ケーブルテレビで!



STBを付けるだけ!



伊那ケーブルテレビジョン株式会社  
 伊那市西町区下春日町4983 NCCビル  
 TEL.0265-73-2020 www.inacatv.co.jp

# みのわの魅力人

伝統文化や昔ながらの手仕事にたずさわる人、様々な分野のエキスパートなど  
みのわの魅力あふれる人々をご紹介します。

## 大槻 稔さん（大槻木工所）

### 人の手で作ることを伝えてゆきたい

今年の技能グランプリ・建具の職種部門で銅メダルに輝いたほか、数々の技能競技で入賞するなど、その技術を高く評価されている大槻稔さん。曲線と直線が交錯する複雑な組子細工だけでなく、堅牢な建具製作もこなす大槻さんは、人の手と手道具でものを作る技術を伝えてゆきたい、と言います。

#### Q 木工をはじめたきっかけは？

父が木工所をやっていて、それを見て育ちましたから、小さい頃から色々なものを作ったりしていました。子どもの頃からわりと器用だったんじゃないかと思っています。

#### Q なぜ、技能競技に挑戦しようと思ったのですか？

仕事を通じて、たまたま現代の名工に選ばれた人と知り合いになり、その人の作るものを見て「すごいなあ」と思いました。それから自分でも作ってみたいと思うようになって、分からないところを電話で聞いたり、実際に作ってみて、その人に見てもらったりしているうちに、自分の腕がどのくらい上がったかを知りたくなり、技能競技に挑戦するようになりしました。その人と知り合っていなければ、きっと普通に建具の仕事をしていたと思います。

技能グランプリに関しては、使える工具などが細かく規定されていて、

難し過ぎて時間までに完成できない人もいるほどで、参加するだけで大変ですが、期待して応援してくれる人もいますので、機会があればまた挑戦したいと思っています。

#### Q これからやってみたいことはありますか？

今、中学校の技術部で子どもたちに木工を教えているのですが、中学生だけじゃなく、自分で身につけたことを誰かに伝えてゆきたいと思っています。木工所や建具屋は、年々減っているのが、手でものを作れる職人もどんどん減っています。コンピュータ制御の機械で作れるとは思いますが、手で作る技術は人から人に教えてゆくしかありません。

また、組子の建具や家具の魅力をSNSなどを使って、もっと発信したいと思っています。手で作った建具や家具はきれいなので、その魅力をもっともっと大勢の人に知ってもらいたいです。

#### 大槻 稔さん （大槻木工所）

堅牢で実用的な建具を作る一方、繊細で美しい文様の組子細工の家具も作る木工職人。技能競技にも果敢に挑戦し、今年の技能グランプリ・建具の職種部門では銅メダルを受賞。名実ともに現役の名工として活躍するとともに、後進の指導なども行い、手でものを作る魅力と技術を伝えている。



問合せ先 大槻木工所 ☎0265-79-3235

## より美しく、より細かく、より伝わる

インモールドラベル印刷・UVホログラム印刷・インラインフォイル印刷  
時代の一步先行く、最先端の印刷技術。

一般書籍・学術書・社史・市町村誌・自分史・雑誌・会社案内・ポスター・パンフレット・カタログ・チラシ・DM・マニュアル・伝票・帳票・パッケージ・ラベル・シール・新聞広告・雑誌広告・DVD・CD-ROM・テレビCM・ラジオCM・PRビデオ・ホームページ・デジタルサイネージ他



**中央印刷株式会社**

本社 / 〒171-0021 東京都豊島区西池袋5-26-19 陸王西池袋ビル4階  
TEL (03) 3973-0201(代) FAX (03) 3973-0251  
岡谷工場 / 〒394-0048 長野県岡谷市川岸上1丁目1-20  
TEL (0266) 22-5551(代) FAX (0266) 24-0304  
http://chuo-print.com/ Email : okaya@chuo-print.com



**株式会社 中央企画**

本社 / 〒394-0048 長野県岡谷市川岸上1丁目1-20  
TEL (0266) 21-7620(代) FAX (0266) 21-5315  
諏訪営業所 / 〒392-0012 長野県諏訪市四賀赤沼1963-2 TEL (0266) 58-2384  
茅野営業所 / 〒391-0213 長野県茅野市豊平1634 TEL (0266) 82-0055  
蓼科営業所 / 〒384-2309 長野県北佐久郡立科町蓼科牧場女湖湖畔 TEL (0267) 51-2051