

町報

おぶ せ

August
No.1093

Obuse
Town
Anniversary
70th
守り、繋ぎ、愛わる、次の10年へ
～これからの「小布飾らしさ」を描こう～

2024

8

Cover

北斎館キッズルーム「水戸久斎」
グランドオープン



第47回 くりんご祭り



わっしょいわっしょい!

子どもみこしとくりんご祭りが7月27日⑤に開催され、みこしを引く掛け声やくりんご音頭のにぎやかな音が小布施駅前通りに響きました。また、商工会青年部と有志の皆さんによる「弾季舞」が披露され、訪れた人たちは迫力満点の様子に見入っていました。



くりんご祭りを盛り上げた弾季舞



●撮影協力 町カメラリポーター 大内繁男さん・小林進さん
町ビデオリポーター 吉田健二さん・塩尻利一さん



●撮影協力 町カメラリポーター 大内繁男さん
町ビデオリポーター 吉田健二さん



小林進さん
塩尻利一さん



さまざまな縁奏が大会を盛り上げる



第21回小布施見にマラソンが7月14日④に開催され、県内外から7,633人のランナーが参加しました。午前6時の号砲とともに小布施駅前を出発したランナーは各所で温かい声援やおもてなしを受け、フィニッシュの小布施総合公園を目指して町内を駆け巡りました。

第21回 小布施見にマラソン

ご協力ありがとうございました

第21回小布施見にマラソンは7,633人のランナーにご参加いただき、盛況のうちに無事終えることができました。温かい声援で大会を盛り上げてくださった沿道の皆さま、大会を支えてくださったボランティアの皆さまに心よりお礼申し上げます。また、大会開催にあたり、長時間の交通規制にご理解とご協力をいただいたことに感謝申し上げます。
(一社)小布施見にマラソン実行委員会



小布施の皆さん、ありがとう!

◎BUSE TOWN MAYOR'S COLUMN

Vol.15

小布施町長
桜井昌季



町長コラム

【今回は】

7月の2大イベントを終えて

小布施町の7月を彩る2大イベント、小布施見にマラソンとくりんご祭りが無事開催されました。見にマラソンには7,633人のランナーが小布施町を楽しんでいました。申し込みに使われるRUNNETというサイトの「みんなの総合評価」で参加者の感想を読めるのですが、大会関係者とボランティアの皆さんへの感謝がふれています。本当にお疲れさまでした。今年は曇り空で良かったのですが、年々気温が上がっていきます。ランナーの健康面を考えると開催時期の検討も必要なのですが、「夏を始める儀式」「この時期は他にないからうれし」「そもそも記録を狙う大会ではない」との書き込みもあり、難しいところだと思います。いずれにしても今年も最高の大会でした。

くりんご祭りでは自治会、企業、そして中学生あわせて35の連が駅前を彩りました。商工会青年部による「弾季舞」の披露もあり、今年もにぎやかな祭りでした。うれしかったのは、終わった後、道にほとんどゴミが落ちていなかったこと。町をきれいに保とうという町民の皆さんの意識の高さだと思います。お疲れさまでした。私も3回のうち2回踊って楽しい時間を過ごしましたが、翌日はしっかりと腰痛で歩くのがちょっとつらかった。自分の運動不足を実感した祭りでもありました。

第55回町民運動会を開催します

第55回町民運動会を開催します。一部種目を変更し、参加して楽しい見ていて面白い町民運動会を目指します。大勢の皆さん奮ってご参加ください。

日時 10月13日④ 開会式8:00～

場所 小学校グラウンド

種目 右表のとおり

※種目順等は変更になることがあります。

※番外の「親子で玉入れ」は町内在住の年長児とその保護者で行います。事前の参加申し込みは不要です。出場を希望される人は、当日、第2種目開始前までに選手招集所までお集まりください。

種目順	種目名
1	結んで走ってタイムレース
2	女子3人4脚
番外	親子で玉入れ(年長児と保護者)
3	綱引き
4	親子パン食いリレー
5	男子むかで競走
6	クリーン大作戦
7	人生リレー
番外	おぶせ〇×クイズ(オープン参加)

■問い合わせ

生涯学習課生涯学習・スポーツ振興係
☎026-214-9111



おでこポイント対象事業

動いて笑って介護予防！「千年ふれあい倶楽部」9月のお知らせ

クラブ



日時 9月18日(※) 10:30～
会場 小布施温泉あけびの湯
入館料 400円(通常700円)・入湯代含む
 ※当日入浴されない場合は、後日利用可能な入館無料券をお渡しいたします。
定員 30人
申し込み 9月15日(※)までに小布施温泉あけびの湯(☎026-247-4880)にお申し込みください。
 ※交通手段のない人は、申し込みの際にご相談ください。お近くの公会堂発着で送迎します。なお、申し込み状況により、対応できない場合がありますので、ご了承ください。

「千年ふれあい倶楽部」は、小布施町在住の介助・見守りが不要の65歳以上の人を対象に「健康生活の維持」と「心と体のリフレッシュ」につながる、誰でも楽しめる内容の催しを毎月開催します。

おでこポイント対象です。お気軽にご参加ください。9月は「うたと音楽のちから」を活用し健康に！「音楽を活用した健康体操教室」を開催します。

音楽のちからを活かしたプログラムで楽しく運動・口腔・認知機能をアップします。お誘い合わせて気軽にご参加ください。カラオケ機材で有名な(株)長野第一興商様にご協力いただきます。

■問い合わせ 健康福祉課高齢者福祉係
☎026-214-9108

小布施町議会 令和6年7月会議

審議期間 7月25日

町議会7月会議では、条例の改正や補正予算などについて審議が行われました。

● 議案

- 条例の一部改正 1件(可決)
- 令和6年度補正予算 1件(可決)

● 専決処分の報告

- 和解・損害賠償額の決定 1件(報告)

◎ 議案の概要

● 条例の一部改正

◇特別職の職員で常勤の者の給与に関する条例の一部を改正する条例

町長給料を令和6年8月1日から同年10月31日までの間、減額するために改正するものです。

● 補正予算

◇一般会計

第3号[補正額] 3,898万5千円
 [補正後の額] 65億6,112万9千円

■歳出

(総務費)

○職員の官製談合防止法違反などの事件を受け町長給料の減額 △21万円

(教育費)

○図書館空調設備の改修工事 3,919万5千円

◎ 専決処分の概要

● 和解・損害賠償額の決定

町が個人に支払う損害賠償額(1件、19万8千円)の報告を行いました。



私の意見箱から

意見

雁田交差点には昔、高山村方面の大型車等の通行には迂回の看板があり、水上の前を通行することがなかったが、今では毎日のように大型車が通るようになった。あの道路は、子どもの通学路になっており、水上から上には歩道もなく、歩行者にとっても危険。どうか警察とも議論いただき、大型車に対する規制を考えてもらいたい。

町政への意見を各自治会に設置の意見箱へお寄せください。(内容によっては町報で回答ができない場合もあります。ご了承ください)

回答

この道路は小学校の通学路ですので、毎年、警察や交通安全協会、小・中学校、町で実施している「通学路安全パトロール」で状況を確認し、安全対策を検討していきます。

■問い合わせ

建設水道課都市・建設係 ☎026-214-9105

9月は認知症月間です

令和6年1月に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法(認知症基本法)」が施行されました。その中で9月を「認知症月間」、9月21日を「認知症の日」としています。

急速に高齢化が進む中、厚生労働省の研究班によると2040年には、認知症が約584万人、高齢者の6.7人に1人が認知症になるとの推計が公表されました。認知症は、誰もがなり得る身近なものです。この機会に認知症について考えてみませんか。

認知症とは、さまざまな原因で記憶や思考などの認知機能が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすことをいいます。

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。認知機能が低下することで、いろいろなことが分からなくなっているようでも、その人らしさや感情がなくなっているわけではありません。本人も戸惑い、混乱しています。

家族や周囲の人が認知症を正しく理解し、ゆっくりと温かく見守ることが大切です。

町では認知症の人、そのご家族を支援する取り組みを行っています。

認知症ケアパス(認知症を考えるガイドブック)

認知症の不安や悩みを抱えている人が認知症の状態に合わせて、いつ・どこで・どのようなサービスを受けられるかを示したものです。地域包括支援センターで配布しています。

認知症初期集中支援チーム事業

医療・保健・福祉の専門職と専門医が、認知症の早期発見と早期対応を目指して活動しています。訪問などで、認知症の相談をお受けし、生活のサポートを行います。

オレンジカフェ・くりんこ

認知症についての理解を深める場としてどなたでもご利用いただけます。認知症の人は地域とつながる場、ご家族はひと息つく場所としてご利用ください。

日時 毎月第1木曜日 13:30～15:00
場所 健康福祉センター

認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターとは認知症について正しい知識を持ち、認知症の人と家族を見守る応援者のことです。サポーターになると認知症の人に対する適切な対応を身につけることが期待できます。また、地域の認知症の人への声かけや見守りなどに役立ちます。

サポーターになるには養成講座(90分)の受講が必要です。サポーターに関心のある人は地域包括支援センターまでご連絡ください。

おぶせ見守り・徘徊SOSネットワーク事業

高齢者の早期発見・安全の確保を目的としています。高齢者が行方不明になった時、登録されている支援者に搜索依頼のメールが配信されます。日常の仕事や生活の範囲内で搜索に協力いただきます。支援者の登録にご協力をお願いします。なお、各種登録申請書は町ホームページに掲載しています。

【認知症等によってひとり歩きのおそれのある人】

登録方法：利用登録申請書を記入し、顔写真等を添付し下記までご提出ください。

【搜索に協力いただける個人・団体】

登録方法：支援者登録申請書を記入し、下記までご提出ください。
※登録にはメールアドレスまたはFAX番号が必要です。

■問い合わせ

小布施町地域包括支援センター(千年樹の里 健康福祉センター内)
☎026-242-6680(月～金 8:30～17:15)

令和6年10月から児童手当の支給対象が拡充します

児童手当を受給している場合

拡充に伴う手続きは原則不要です

ただし、18歳年度末を経過してから22歳年度末までの子ども(平成14年4月2日生まれ、平成18年4月1日生まれ)を養育している場合、その子どもは支給対象外ですが、第3子以降加算のカウントに含まれます。子どもの進学・就職を問わず親の経済的負担がある場合は、カウント対象に含めるための申請が必要です。

※0歳から22歳年度末までの子どもが2人以下の世帯は加算カウントの対象にはなりません。

※18歳年度末を経過してから22歳年度末までの子どもを第3子以降加算カウントに含むことはできませんが、手当の支給対象外です。

児童手当を受給していない場合

拡充に伴う申請手続きが必要です

申請書等を郵送しますので、9月30日(月)までに子ども家庭支援係へ提出してください。また、3人以上養育する子どもがいて、そのうち18歳年度末を経過してから22歳年度末までの子ども(平成14年4月2日生まれ、平成18年4月1日生まれ)がいる世帯には確認書等を郵送します。

※子どもの住民票が町外にある世帯や令和6年7月以降に小布施町に転入してきた世帯などには申請書は郵送

令和7年度保育園と認定こども園の園児を募集します

受付期間 10月1日(水)～10月18日(金)

申込方法 入園申込書と添付書類を第一希望の園または子ども家庭支援係へ提出してください。入園申込書等は9月18日(水)から各園、エンゼルランドセンターまたは子ども家庭支援係で配布します。書類は町ホームページからもダウンロードできます。

○募集人数を超える申し込みがあった場合は、家庭の事情等を考慮し入園先を決定します。なお、入園の決定は先着順ではありません。

○現在、在園していて継続を希望する場合も申し込みが必要です。

○兄弟姉妹で入園する場合も、申込書類はそれぞれ提出してください。(添付書類はコピー可)

○出産や産休明けなどで年度途中からの入園を希望される場合も、この期間に申し込んでください。

○生後8カ月以降のお子さんから入園できます。(認定こども園栗が丘幼稚園を除く)

○他市町村の保育園や認定こども園、幼稚園へ入園(継続)を希望する人も子ども家庭支援係へ申し込みをしてください。保育利用での入園は市町間で調整を行い決定しますが、相手先の市町村の事情により入園できないことがあります。

されません。拡充の対象となる場合は、申請書を町ホームページからダウンロードしていただくか、子ども家庭支援係にご連絡ください。

※児童手当を受給している公務員の人は勤務先にお問い合わせください。

【申請が必要な世帯の例】

- ・中学生以下の子どもを養育しておらず、高校生の子どもの養育している世帯
- ・令和4年6月制度改正以降に所得制限を超過したことで児童手当の受給資格を喪失している世帯
- ・3人の子どもを養育しており、そのうち4年制大学に通う子どもがいる世帯



■問い合わせ

子ども課子ども家庭支援係
☎026-214-9110

入園申込説明会を開催します

各園の特徴や申込方法、入園までのスケジュールに加え、今後予定している保育園の建て替え計画のことや、申し込みの相談もお受けします。予約不要ですので、都合の良い日にご参加ください。

場所	エンゼルランドセンター
日時	1回目 9月14日(土) 10時～12時
	2回目 9月25日(水) 10時～12時
	3回目 9月30日(月) 10時～12時

※説明会(1時間程度)の終了後に相談をお受けします

※説明会に参加しなくても入園の申し込みはできます

■問い合わせ

子ども課子ども家庭支援係
☎026-214-9110
つすみ保育園
☎026-247-2044
わかば保育園
☎026-247-3342
認定こども園栗が丘幼稚園
☎026-247-4424

多子世帯・低所得世帯の保育料軽減を拡充します

町では、長野県の保育料軽減事業補助金を活用し、多子世帯・低所得世帯の3歳未満児保育料の軽減範囲を拡充します。

※9月～令和7年3月までの保育料は令和6年度の市町村民税所得割課税額により決定するため、9月中に利用者負担額決定通知書を通じお渡しします。(町外へ通園されている場合は郵送)

※令和6年度前期分(4月～8月)に納付された保育料も拡充の対象です。還付が発生する世帯には、10月までに園を通じて通知をお渡しします。

■問い合わせ

子ども課子ども家庭支援係
☎026-214-9110

市町村民税所得割課税額	57,700円未満世帯	57,700円以上世帯
第1子	半額	対象外
第2子 (同時入所要件なし)	無償	半額
第3子 (同時入所要件なし)	無償	無償

※低所得世帯・ひとり親/障がい者世帯等への軽減は継続

	改正後(令和6年10月から)	改正前(令和6年9月まで)																
支給対象児童	18歳年度末(高校卒業程度)まで	15歳年度末(中学校卒業程度)まで																
所得制限	なし	所得制限限度額・所得上限限度額あり																
第3子以降加算額	<ul style="list-style-type: none"> ○児童手当 <table border="1"> <tr><td>3歳未満</td><td>第1・2子</td><td>15,000円</td></tr> <tr><td></td><td>第3子以降</td><td>30,000円</td></tr> </table> 3歳～18歳 <table border="1"> <tr><td>第1・2子</td><td>10,000円</td></tr> <tr><td>第3子以降</td><td>30,000円</td></tr> </table> ○特例給付 廃止 	3歳未満	第1・2子	15,000円		第3子以降	30,000円	第1・2子	10,000円	第3子以降	30,000円	<ul style="list-style-type: none"> ○児童手当 <table border="1"> <tr><td>3歳未満</td><td>一律15,000円</td></tr> <tr><td>3歳～小学生</td><td>第1・2子 10,000円</td></tr> <tr><td></td><td>第3子以降 15,000円</td></tr> </table> 中学生 一律10,000円 ○特例給付 一律5,000円 	3歳未満	一律15,000円	3歳～小学生	第1・2子 10,000円		第3子以降 15,000円
3歳未満	第1・2子	15,000円																
	第3子以降	30,000円																
第1・2子	10,000円																	
第3子以降	30,000円																	
3歳未満	一律15,000円																	
3歳～小学生	第1・2子 10,000円																	
	第3子以降 15,000円																	
第3子以降加算カウント方法	22歳年度末(4年制大学卒業程度)まで ※子どもを養育している場合は対象です	18歳年度末(高校卒業程度)まで																
支払い月	2カ月ごと ※初回は令和6年12月です	4カ月ごと(2月・6月・10月)																

※○歳年度末…○歳になって最初の3月31日のこと

農地でも宅地化できる場所があります。詳しくはイマイ企画まで…

あなたの不動産のお悩みご相談ください!

相続などで小布施の土地や中古住宅をお持ちの方、それは資産に違いはありません。ひと昔前なら、近隣の方が購入したり価格上昇が期待できました。しかし、人口減少時代に入り、土地も住宅も余る時代が到来し、資産だと考えている不動産が、負債産になりうる時代です。ぜひ一度ご相談ください。

診断無料
お気軽にご相談ください!

小布施の不動産情報は今すぐアクセス!
人気の小布施町不動産情報が満載です!
obusefudousan.com
不動産を売りたい方は下記まで

フリーダイヤル ☎0120-691-491

【本社】〒391-2521 小布施町 小布施イマイビル 1F
【支社】〒391-2521 小布施町 小布施イマイビル 1F

株式会社 **見海造園**
一級造園技能士・庭園アドバイザー

TEL: 247-2887
FAX: 247-5633
E-mail: obuse@niwahana.net

消毒・手入れ・工事等緊急の場合も対応します

庭の存在がライフスタイルを変える
庭木の手入れ・栗・果樹・高木の伐採までお任せください。その他何でもご相談ください!

庭園工事 茶庭・一般住宅庭園・修景工
設計・施工・管理

エクステリア工事 門扉・フェンス・カーポート
石工事 灯籠・石積み・墓石・記念碑
その他 消毒・各種門松・雪吊り・屋上緑化等

住民税務課住民係からのお知らせ

資源物と家電4品目(有料)を回収します

9月の土曜回収は、資源物と家電4品目(有料)を回収します。

日時 9月7日(土) 8:30~10:30

場所 ツルヤ小布施店駐車場(北側)

回収品目

- ・資源物 … 古紙類、びん、廃食用油、ペットボトル、白色発泡トレイ、缶・金属
- ・家電4品目 … エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機

せんていし 剪定枝を回収します

家庭から出る庭木などの剪定枝を回収します。回収した剪定枝はチップ化し、希望者に無料で配布します。

日時 9月19日(土)~21日(日) 9:00~17:00

場所 町営グラウンド北側駐車場

出し方 回収するのは庭木などの剪定枝のみです。草、花びら、落ち葉、竹、農業や事業所で出た枝などは回収しません。また、大きな枝は長さ2m以下、直径8cm以下まで切断してから出してください。

チップの配布 希望する人は9月18日(金)までに住民係へご連絡ください。

■問い合わせ

住民税務課住民係 ☎026-214-9109

注意事項

- ・家電4品目は有料で、リサイクル料金(実費)と運搬料金(2,800円)がかかります。
- ※リサイクル料金は品目・メーカーにより異なります。
- ※料金は当日、現金でお支払いください。
- ・家電4品目以外の小型家電は回収しません。(令和7年2月に回収予定)

その他

- ・一度回収した物はお返すことはできません。
- ・町外にお住まいの人や事業所、店舗等から出される物は回収できません。

愛犬のしつけ方教室を開催します

適切なしつけ方を身につけて、大切なパートナーである愛犬とより良い関係を築きましょう。

日時 10月5日(土)、12日(土)、19日(土) (計3回) 13:30~15:30

場所 須坂市ドッグラン(雨天時は百々川河川敷臥竜橋下)

内容 動物愛護の基本と初歩的なしつけの実技指導

定員 先着15組程度

参加費用 2,000円

申込期間 9月2日(日)~30日(日)

※参加には要件がありますので、住民係へお問い合わせください。



東京小布施会交流会の参加者を募集します

令和6年度東京小布施会交流会に参加する皆さんを募集します。東京小布施会は、東京やその近郊にお住まいの小布施町出身者を中心とした団体です。毎年1回交流会を開催し、町の近況報告やゆかりのある皆さんにご講演をいただいています。

ふるさとを思う人たちと語らう交流会に、大勢の皆さんご参加ください。

期日 11月16日(土)

場所 東京グリーンパレス(東京都千代田区)

参加費 5,000円

行程 町で日帰り貸切バスを用意します。

当日朝、役場を出発し、東京を観光してから交流会場に向かいます。

定員 40人

内容 2024ふるさとだより、瀧川鯉三郎さん(小布施町出身)による落語、「ブーケ・デ・トン」や「小布施女声コーラス」によるコンサート、交流懇親会

申込期限 10月15日(日)

○東京小布施会の会員募集

「東京小布施会」では新規会員を募集しています。東京をはじめ関東一円にお住まいの人たちの交流や会報の発行、小布施産農産物の通信販売など、さまざまな活動を行っています。ご家族やご親戚、ご友人などぜひご紹介ください。

■問い合わせ

産業振興課商工振興係 ☎026-214-9104



持続可能な農業に向けた集いを開催しました

7月30日(日)に農業に関心のある住民が集い、農業で日ごろ感じていることやこれからの農業の在り方への意見・提案を寄せる「持続可能な農業に向けた集い」を開催しました。

今後も意見交換の場を設け、農業振興のためのさまざまな計画作りに取り組んでいきます。引き続き多くの皆さんの参加をお待ちしています。

【町に寄せられた意見・提案】

- ・資材等の高騰で経費増加に苦慮している
- ・気候変動に合った栽培品種の見直し
- ・作業効率化のため技術の導入
- など

■問い合わせ

農業委員会事務局(産業振興課農業振興係内)

☎026-214-9115

「小布施六斎市」出店者・出演者を募集します

小布施六斎市を10月19日(土)・20日(日)に開催します。町内の特産品、農産物等の販売に出店される人やステージ発表に出演される人を募集します。

○農産物等出店者の募集について

町内の農産物・特産品を販売しませんか。

募集数 30テント

出店料 8,000円(2日間の出店を原則とします)

備品等使用料

- ・5,000円(机2台・いす5脚・電気500W)
- ・3,000円(机2台・いす5脚)
- ・2,500円(電気500W)

※ガス、照明器具等は別途ご用意ください。

※机・イス・電気の追加には別途料金がかかります。

※町内の出店者の申し込みを優先します。募集数を超えたときは町で出店者を決定させていただきます。

ええ農だよりでは産業振興課農業振興係と農業委員会からのお知らせを掲載します。

タイトルの「ええ農」は「営農」と「それってええのう(“いいじゃない”と“いい農業”)」から名付けました。

「ブルムリーフェア2024」を開催します

町内で栽培される料理用青りんご「ブルムリー」を使ったピッツアやデザートなど、多彩な味わい方を楽しめる「小布施ブルムリーフェア2024」を町内21店舗の協力をいただき開催します。

協力店が趣向を凝らした数々の名品を楽しむ絶好の機会です。ぜひブルムリー料理をご堪能ください。

参加店舗等は、町報8月号と一緒に配布したパンフレットをご覧ください。

期間 8月31日(土)~9月16日(日)

■問い合わせ

産業振興課産業政策係

☎026-214-9104



○ステージ出演者の募集について

個人でもグループでも参加できます。日ごろの成果をこの機会に発表してみませんか。

出演料 無料(謝礼等はありませんのでご承知おきください)

■申込締切 9月4日(日)

■問い合わせ

産業振興課産業政策係 ☎026-214-9104



有料広告

竹風堂謹製

小倉もたふ

北海道十勝産小豆を丹念に炊き上げたこだわりの自家製あん。パリッと香ばしい皮種と風味豊かな小倉あんとの調和をお楽しみください。

小倉もたふ

1コ 172円(税込)

6コ入、10コ入、15コ入のほか、栗もなかとの話合せもございます。

https://chikufudo.com

さかなうたい
北信流お肴謡講座の参加者募集

北信の伝統文化である北信流こと「お肴謡」について学ぶ「北信流お肴謡講座」を開催します。

お肴謡とは、宴や会合の中締めとして能の小謡を披露しつつ杯を差し上げ合う、感謝やお祝いの気持ちを表す儀式です。本講座では、その歴史背景から小謡ごとに込められた意味まで、お肴謡のイロハを一から学ぶことができます。また、実際に謡をうたって杯を交わす、さかずきこと盃事体験も予定しています。

宝生流能楽師シテ方・佐野登先生を講師に迎え、全3回を開講します。初心者やお子さんにも親しみやすい内容となっていますので、ぜひお気軽にご参加ください。

参加申込は電話で受け付けています。第1回の参加申込期限は9月3日㊤です。

■問い合わせ
生涯学習課文化・芸術振興係 ☎026-214-9111

講師 佐野 登さん (宝生流能楽師シテ方)
場所 公民館3階 講堂

- 第1回 北信流お肴謡ってなんだらう
日時 9月11日㊤ 19時～20時
ゲスト 高野雄志さん (松村)
内容 北信流お肴謡の歴史、小布施のお肴謡の今昔
小布施でよく謡われるお肴謡
- 第2回 謡をうたってみよう
日時 10月17日㊤ 19時～20時
内容 おぶせお肴謡選集 (羅生門、鞍馬天狗)
- 第3回 小布施の宴席を体験してみよう
日時 12月3日㊤ 19時～20時
内容 小布施の宴席、お肴謡体験 (参加費500円)



高井鴻山記念館 妖怪夜会 を開催します

高井鴻山記念館で、イベント『妖怪夜会』を開催します。肝だめしや怪談会など、夏の終わりにピッタリな背筋の凍る体験はいかがでしょう。館前ののぼり幟の広場では、飲食の屋台やダンスステージも用意しています。皆さんの参加をお待ちしています。



日時 9月7日㊤
・肝だめし・怪談会・ダンスステージ 18時～21時
・屋台広場 15時～21時
・日本のあかり博物館 夜間特別開館・ワークショップ 17時～18時30分
場所 高井鴻山記念館、幟の広場、日本のあかり博物館

■問い合わせ
生涯学習課文化・芸術振興係 ☎026-214-9111

肝だめしの参加方法

- ・肝だめしの参加には入場券が必要です。
- ・入場券は100枚 (1枚で4人まで入場可能) 限定配布となります。
- ・券は以下の3種類からお選びいただけます。
A券 18時～19時に入場可能
B券 19時～20時に入場可能
C券 20時～21時に入場可能
- ・事前配布 8月24日㊤ 10時～
高井鴻山記念館で【先着75組】に入場券を配布します。なくなり次第終了です。
- ・当日配布 9月7日㊤ 15時～
高井鴻山記念館で【先着25組】に入場券を配布します。なくなり次第終了です。

高井鴻山が結んだ小布施と葛飾北斎

Vol. 16

小布施と縁の深い浮世絵師、葛飾北斎 (1760～1849)。高井鴻山 (1806～1883) の招きに応じた北斎は、小布施に逗留して多くの作品を残したといわれています。北斎の作品等について、北斎館の学芸員さんにご紹介いただきます。

スラリと細長く伸びた茎、先端には星形の花弁が鮮やかな藍色をつけています。作品の名前は「桔梗」。梅雨の時期から初秋にかけて開花する花で、秋の七草の一つに数えられています。

この作品は、扇の面を大胆にも縦に使う北斎の奇抜な発想に加え、輪郭線を使わず絵の具の色彩で対象を描く「没骨法」と呼ばれる画法が使われています。

没骨法は、俵屋宗達や尾形光琳など、琳派がよく用いた画法です。北斎も俵屋宗理の号で琳派に席を置いていたので、その時に画法を習得したのかもしれませんが。花弁には細く筋が描かれるなど、繊細な描写も魅力の一つです。



案内：中山幸洋北斎館学芸員



『桔梗』



▲ 花卉周辺の拡大



「七夕に願いをこめて」

栗ガ丘小学校 1年

1年生は、生活科で身近な行事として七夕について学習しました。家族に聞いたり、まちとよテラソで調べたりして、織り姫と彦星のこと、七夕飾りや短冊の色の意味など、今まで詳しく知らなかったことが分かりました。竹は、学校近くの龍雲寺さんをお願いして、クラスで一本ずついただきました。地域の人たちにこのような形で支えていただき、ありがたいことだと感じています。

参観日には、保護者と一緒に短冊や折り紙の飾りをつけて廊下に飾りました。短冊には「家族が長生きしますように」「〇〇になりたい」などの願いが書かれ、

大切な人を思う気持ちや、自分でがんばりたい気持ちがあふれていました。

～みんなの願いがかないますように～



「わたしのクラスの良いところ」

栗ガ丘小学校 5年 阿部環希さん



わたしのクラスの良いところを3つ紹介します。

1つ目は、みんな笑顔なこと。みんなの笑顔を見るとわたしもうれしくなります。みんなの笑顔はやさしい笑顔です。この笑顔のおかげで毎日楽しくなります。2つ目は、思いやりです。わたしが問題で困っていた時、みんなやさしく教えてくれました。落とし物を「これ誰の」と言ってくれたり、泣いた人をなぐさめたり、発表の時、みんなが

わかるようにゆっくり読んでくれたり、みんなクラスの人を思ってくれていて、わたしはうれしいです。3つ目は、何をやるにも一生けんめいなところ。高とびの時、友だちは初めとべなかったけれど、何回もやって成功しました。てつぼうも「一番高いところにチャレンジしてみたい」と言いました。みんなで応援しました。その子が成功したときに、みんな笑顔でした。その後、みんなでその子をたくさんほめました。わたしのクラスには、一人ひとり良い所があるので。(令和5年度人権同和教育の推進に関する入選作文。一部修正・省略・学年は現在の学年)



「なつかしい歌を一緒に歌いませんか」

歌声くりんこ

小布施町公民館主催の『夏のコンサート』が7月20日㊤に北斎ホールで開催され、170人ほどの来場者がありました。コンサートに出演いただいた『歌声くりんこ』をご紹介します。

代表者の佐藤弘子さんは「歌声喫茶のように誰でも気軽に参加でき、楽しむことを大切にしています。毎月第3水曜日の午前10時から11時30分に小布施音楽堂で、懐かしい歌を歌ったり、お話ししたりしています。楽しく歌声活動を続けることで仲間が増えていることは大きな喜び」と言います。



コンサート後のインタビューでメンバーの小

林香代子さんは「全員の気持ちがあった発表は、ぞくっとする感動がありました。『歌声くりんこ』は、バイオリン・ピアノ伴奏もすてき。歌は人をつなげてくれます」と語り、塚原喜美枝さんは「大きな声で歌って楽しかった。この仲間も歌も大好き。会員を増やして、またステージに立ってみたい」と語りました。





開館時間
9:00 ~ 19:00 平日
9:00 ~ 17:00 土日祝日
9月の休館日▶ 3日☑、10日☑、17日☑、24日☑
26日☑(蔵書整理日)
☎ 026-247-2747 Fax 026-247-4504

司書のひとつかみ
— テラソおすすめの本をご紹介します —
テーマは「朝ドラ」

朝のドラマのオープニング曲が好きです。歌手が絶妙な
チョイスの上、爽やかな曲調で朝聞くと元気が出る曲ばかり
なのです。私はテレビから流れるこの曲を聞いて一日の準備
をすることが多いです。しかしそれ故に本編も聞き流してい
るので内容が頭に入っていない…他にも1話見なかったら話
が進んで全然わからなくなった…そもそも毎日見るのが難し
い…なんてことがチラホラ。そんな私と同じ経験をしたこと
がある人、結構いると思うのです。ということで朝ドラの本を
集めてみました。自分のペースで読み進めることができ、放送
よりちょっと先の話が読めます。オススメですよ。



『虎に翼上』 吉田 恵里香・作 豊田 美加・ノベライズ
『ちゅらさん1』 岡田 恵和・原作 蒔田 陽平・ノベライズ
『まんぶく上』 福田 靖・作 田淵 孝・ノベライズ

9月のテラソ百選のテーマは「夜」です



酷暑の今年は 9月になっても残暑が厳
しそうです。それでも夜になれば多少過
ごしやすくなりますかね!? そろそろ熟
睡したいのですが…
秋の夜長。夜活に最適な読書はいかか
ですか? 「夜」にちなんだ本、集めます。
ちなみに今年の中秋の名月は9月17日。
満月は 18日。夜空を見上げてみてはい
かがでしょうか。

9月のおはなし会

日時	内容
9月 14日(土) 10:30 ~	お父さんの読み聞かせ会
9月 20日(金) 15:30 ~	低学年のおはなし会
9月 28日(土) 10:30 ~	おはなし会

9月、10月生まれの小学生以下の皆さんを募
集中!! ①名前(ふりがな)②生年月日③性別④
電話番号⑤応募者の名前・自治会⑥メッセー
ジ(30字まで) ⑦写真 を下記宛先まで

●応募締切… ☆ 9月生まれ 8月 30日(金)
☆ 10月生まれ 9月 30日(金)

●応募先… 総務課広報情報係
☎ 026-214-9101
✉ kohojoho@town.obuse.nagano.jp

H30.8.6生
こばやし みこと
小林弥采 ちゃん

「6歳のお誕生日おめ
でとう☆素敵な優し
いお姉ちゃんできて
ね!」

☑ 小林和弥
☑ 恵里佳 (北岡)

R5.8.14生
せきやりの
関谷俐乃 ちゃん

「りの、一歳おめでと
う♡かけがえのない
毎日をありがとう!」

☑ 関谷孝仁
☑ 寛子 (中央)

R5.8.26生
みうら ちせ
三浦千汐 ちゃん

「1歳おめでと! こ
れからもたくさんの
笑顔みせてね!」

☑ 三浦直晃
☑ 亜友美 (六川)

H30.8.10生
おのざわ もえ
小野澤萌恵 ちゃん

「6歳のお誕生日おめ
でとう。ダンスとて
も可愛く上手に踊れ
てたよ☆」

☑ 小野澤忍
☑ 恵 (中扇)



9月の各種相談

■問い合わせ 各種相談 ☎026-247-3111

相談内容	期日	時間	相談員	場所等
人権よろず相談	4日(土)	13:30~15:30 ※電話、匿名可	人権擁護委員	北斎ホール相談室 ☎内線 545
心配ごと相談	3日(土) 17日(土)	13:00~15:00	民生児童委員	北斎ホール事務室 ☎内線 541
乳幼児健康相談	4日(土)	9:30~11:30	保健師・栄養士、臨床心理士	健康福祉センター
住まいづくり相談	19日(土)	14:00~17:00 ※要予約	住まいづくり相談員	公民館2階音楽室
結婚相談	毎週(土)、(日) ※祝日を除く	10:00~12:00、13:00~15:00 ※要予約	結婚専門相談員	小布施町社会福祉協議会 ☎026-242-6665
精神保健相談 思春期心の相談	25日(土)	15:00~ ※要予約	精神科医師	【問い合わせ・申し込み】 長野保健福祉事務所 ☎026-225-9039 【会場】長野保健福祉事務所

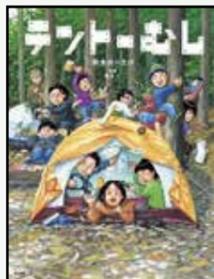
新着本紹介 新たに135冊(一般105冊、児童・絵本30冊)の本を迎えました。ぜひ足をお運びください。

※紹介文は「TRC TOOLi」より引用



『はじめての着衣泳教室』
山口 充・監修

「もしも」のときのサバイバル。は
じめての「着衣泳」教室着衣泳とは、
服を着たまま泳ぐことです。水難・水
害事故は、服を着ている状態で起こる
ことが多く、水中で自分の身を守るた
めの危機管理法が着衣泳です。



『テントーむし』
鈴木のりたけ・著

テント張り、まきわり、火おこし、
焚き火に料理。はじめてのキャンプ
は、わくわくがいっぱい! 家族と行く
海辺のキャンプ、友だち10人で行く
森のキャンプ。それぞれのキャンプ
を通じて、自然の中で思い思いに時
間を過ごす子どもたちが、生き生き
と描かれます。



『豪快&爆速バーベキュー絶対うける
BBQレシピ70』
パーソロミュー・ブック・著

TikTok フォロワー 数150万人超
という大人気アウトドアTikToker、
パーソロミュー・ブックさんのBBQ
レシピ本第2弾です。レシピは「爆速3
ステップ」で完成。時間をかけずに作れ
るのでキャンプやアウトドアで大盛り
上がり、調理を始めて、すぐにゆったり
なチルタイムを楽しめます。



栗の皮むきボランティア募集

子ども課学校教育係
町内で収穫された栗を使い「栗ご飯」を幼稚園、保育園、小・中学校の給食で提供するため、栗の皮むきをお手伝いいただけるボランティアを募集します。
○栗の皮むき
日時 10月1日(日) 13時～
場所 小布施中学校調理室
持ち物 エプロン、三角巾、手拭き、可能な人は包丁や栗むき器
申込方法 9月20日(金)までに電話でお申し込みください。



水稲共済加入農家の皆さんへ令和6年産水稲の被害届の受付を開始します

長野県農業共済組合北信支所
水稲共済加入農家の皆さんへ令和6年産水稲の被害届の受付を開始します
対象 水稲共済に加入して、自然災害、病虫害、獣害などにより減収が見込まれる場合
申告方法 各戸配布の損害通知書に必要事項を記入の上、長野県農業共済組合北信支所に提出してください。
締め切り 9月2日(日)



秋のフラワーハンギングバスケット制作講習会を開催します

建設水道課都市・建設係
ハンギングバスケットの制作講習会を開催します。
日時 9月7日(土) 9時30分～
場所 おおせフラワーセンター温室
講師 桜井信子さん(日本ハンギングバスケット協会)
申込期限 9月3日(日)
その他 汚れてもいい、作業しやすい服装でお越しください。



シニアクラブ「オープンマレットゴルフ大会」参加者募集

小布施町社会福祉協議会
シニアクラブでは「第34回オープンマレットゴルフ大会」を開催します。対象者はおおせ60歳以上の人で、シニアクラブ会員でない人も参加できます。申込期限までに町社会福祉協議会へお申し込みください。なお、その際、用具がない人は併せてお申し出ください。
※おでこポイント対象事業です。
日時 9月18日(日) 8時30分現地集合(雨天の場合は翌日開催。なお、その日も雨天の場合は中止)
場所 小布施町マレットゴルフ場
参加費 シニアクラブ会員 無料
会員以外 100円
申込期限 9月5日(日)



「町政に関する懇談会」を開催します

総務課広報情報係
町民の皆さんと行政がまちづくりにへの相互理解を深め、情報を共有し、町や地区の課題について話し合う「町政に関する懇談会」を開催します。各コミュニティの開催日や場所は改めて回覧等でご案内します。どなたでもご参加いただけます。
※お気軽にお越しください。
開催日 9月下旬～10月末(予定)
テーマ 第七次総合計画策定について、地域課題の共有



全国「子ども的人権相談」強化週間のお知らせ

生涯学習課生涯学習・スポーツ振興係
法務局では、電話による「子ども的人権110番」やインターネットによる「子ども的人権SOS」メール、LINEによる人権相談を開設しています。8月21日(土)～27日(日)は強化週間として、平日の受付時間を延長し、土日も開設します。
○子どもの人権110番
0120-007-1110
平日8時30分～19時、土日10時～17時(※通常は平日のみ8時30分～17時15分)
○LINEによる人権相談
アカウント名 法務局LINE
LINE くん相談 @inejinkensoudan



「全国家計構造調査」にご協力ください

企画財政課企画交流係
総務省統計局では本年10月から11月までの2カ月間、全国家計構造調査を実施します。この調査は、皆さんに日々の収入や支出などをご回答いただき、国民生活の実態を明らかにするものです。調査結果は、社会保障や福祉政策の検討など、国民生活に身近なさまざまな政策などに役立てられます。一人一人の回答が、日本のより良い未来を作ります。調査へのご協力をお願いします。
対象自治会 大島、山王島、雁田、松の実

小池茂夫さんが人権擁護委員に委嘱されました

小池茂夫さん(中央)が法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。小池さんは「多様化している社会の中で、人権問題に関し支援が必要であったりお困りの人がいたらっすれば、微力ながら活動していければと思います」と抱負を語りました。任期は令和9年6月30日までの3年間です。人権擁護委員は原則毎月第1水曜日に北斎ホールで人権相談を行っています。相談は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にご相談ください。



「小布施秋の味覚フェア2024」の参加店舗(町内)事業所を募集します

小布施町町全体活性化協議会(産業振興課内)
町内で生産された食材を町内の店舗で付加価値のあるメニュー商品として伝えることで、多くの来訪者や町民の皆さんに小布施ブランドの食材のおいしさの特徴を知っていただくことを目的に、「小布施秋の味覚フェア2024」を開催します。このフェアにご賛同とご協力いただける町内の参加店舗を募集します。
開催期間 10月1日(土)～10月31日(日)
※都合により変更になる場合があります。一部期間の参加も可能です。
開催場所 町内一円
参加店舗の基準
①町内に所在する各種店舗等
②原則、町内で生産された食材を可能な限り多く使用した青果、加工品、料理等の商品が提供できること。
※小布施産の食材調達にお悩みの場合は町内の農業生産者をご紹介できますので、ご相談ください。
申込方法 申請用紙がありますので事務局までお問い合わせください。
申込締切 8月28日(日) 17時まで



戸籍の窓

Table with birth and death records including names like 矢澤 夏颯, 大久保 夏佳, 小山 このん, etc.

ひとのうごき
8月1日現在 (前月比)
人口 男 5,279人 (+1)
女 5,716人 (+5)
合計 10,995人 (+6)
世帯 4,117世帯 (+4)

忘れないで 9月の納付
国民健康保険税 3期
介護保険料 3期
後期高齢者医療保険料 3期
上下水道料 3期
納期限は 9月30日(日)です

寄付のお礼 厚くお礼申し上げます。
埼玉県戸田市 原田 慎也 様 29,000円
千葉県千葉市 竹内 勝己 様 78,000円
栃木県栃木市 田神 博 様 12,000円
千葉県印西市 高松 真波 様 19,000円
神奈川県川崎市 河野 博之 様 9,000円

マイナンバーカードの申請手続き等のサポートをご活用ください

Table with columns: 対象, 日時
ご自身でのマイナンバーカード申請が難しい人 9月10日(土)、9月18日(日) 13:30～16:00
開庁時間内でのカード受け取りができない人 9月25日(日) 18:00～19:40

※希望日の2日前までに予約してください。
○予約専用ダイヤル(平日のみ、9:00～17:00)
090-4360-2120
○小布施町公式LINE
※受け取りのみ



全国大会に出場しました
7月23日(日)から開催された全国高等学校定時制通信制体育大会第57回卓球大会に県大会を勝ち抜いた小堺煌月さん(伊勢町)が出場しました。結果は、惜しくも初戦で敗れましたが、これまで支えてこられた家族や指導者の応援に応えるように全力を尽くされました。(写真は激励金交付時に撮影)

7/13 福島正則公 没後四百一年記念大祭
正則公に思いを馳せる一日



福島正則公を偲び、ゆかりのある岩松院で記念大祭が開催されました。普段は立ち入れない霊廟も開放され、松川の治水事業など地域に尽くした正則公の墓前に手を合わせていました。境内では日本舞踊花房流の「黒田節」披露や上田西高校の書道パフォーマンスが行われ、楽市楽座会場では大酒飲みの逸話が残る正則公にちなみ地元のお酒が振る舞われるなど、訪れた人を楽しませていました。

7/29 春山典典先生ワークショップ
現代作家とともに創る鑄造体験



小布施出身の金属造形作家 春山典典さんと4人の作家によるワークショップが行われ、小布施中学校創作部の生徒8人が伝統工芸高岡銅器の技法により錫のネームプレートを制作しました。磨く作業では、やすりやスプーンなどさまざまな材料を用いて質感の違いを表現していました。生徒は「磨くのが大変だったけど、なかなか作れないものを作れて貴重な経験ができた」と話し、かけがえのない体験に目を輝かせていました。

7/13 第57回交通安全子ども自転車長野県大会
栗ガ丘小学校が大健闘！



第57回交通安全子ども自転車長野県大会に栗ガ丘小学校が5年ぶりに出場しました。競技は自転車の乗り方や道路標識などを問われる学科と実技の総合点で競われ、栗ガ丘小学校は第3位入賞を果たしました。選手たちからは「全国大会に行けず悔しいけど、3位になれたことはうれしかった」と悔しさと喜びの声が上がっていました。この悔しさをばねに、栗ガ丘小学校の挑戦は続きます。

8/1 北斎館にキッズルームが誕生
遊びながら北斎の作品に触れる



一般財団法人北斎館ではキッズルーム「水戸久斎」をオープンしました。砂田光紀さんが設計した空間には富嶽三十六景にちなんだ木製のすべり台や桶トンネルなどの遊具が設置され、周りには水戸岡鋭治さんが描いた数多くの北斎作品が展示されています。市村次夫理事長は「この遊び場を活用し、ゆっくりと北斎を楽しんでほしい」と語りました。また、町内の保育施設を対象とした利用方法も検討されています。



9月9日は「救急の日」
9月8日(土)～14日(土)は「救急医療週間」です

救急車や救急医療などは限りある社会資源です。救急車の適正な利用を心がけ、安心して救急医療が受けられる社会を皆で目指しましょう。

▼救急車の呼び方

119番通報すると、指令員が救急車の出動に必要なことを、順番にお伺いします。緊急性が高い場合は、すべてお伺いする前でも救急車が出動します。
あわてず、ゆっくりと答えてください。
※次に示すものは一般的な聞き取りの内容です。

①救急であることを伝える

119番通報をしたら、まず「救急です」と伝えてください。

②救急車に来てほしい住所・場所を伝える

住所は、必ず、市町村名から伝えてください。分からない時は、近くの大きな建物、交差点など目印(目標物)になるものを伝えてください。

③具合の悪い人の年齢、症状を伝える

具合の悪い人の年齢を伝えてください。分からない時は「60代」のようにおおよそで構いません。さらに、誰が、どのようにして、どうなったと簡潔に伝えてください。分かる範囲で意識、呼吸の有無などを伝えてください。

④あなた(通報されている人)のお名前と連絡先を伝える

あなたのお名前と119番通報後も連絡可能な電話番号を伝えてください。具合

の悪い人の症状の確認や、場所が不明な時などに、問い合わせることがあります。
※その他、詳しい状況、持病、かかりつけ病院等について尋ねることがあります。分かる範囲で伝えてください。



救急車を呼ぶか、病院に行くか迷ったら、同番なしの#7119

看護師などの相談員に電話でアドバイスを求めることができます。

大人(おおむね15歳以上)の病気やけがなどの救急医療に関する相談を受け付けます。英語などの主要な外国語にも対応しています。

例・家族の様子がなんとなくおかしく、救急車を呼んだ方がいいか迷う

・腹痛があつてつらい、すぐに病院を受診した方がいいか迷う など

受付時間

○平日 午後7時～翌朝8時
○土・日・祝日、12月29日～1月3日 午前8時～翌朝8時
電話番号 #7119、または#026-231-3021
※緊急、重症の場合は、迷わず119番通報してください



お子さんのケガや急病で医療機関の受診に迷ったら、同番なしの#8000

お子さんの夜間のケガや急病等の際、保護者が対処に戸惑う時や、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しい時に、応急対処の方法や受診の要否などについて助言を行います。

長野県小児救急電話相談

受付時間 毎日午後7時～翌朝8時
電話番号 #8000、または#026-334-8000



秋の全国交通安全運動

「信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道」をスローガンに、秋の全国交通安全運動が行われます。

▼運動実施期間 9月21日(土)～30日(日)

▼運動の重点

- 飲酒運転等の根絶
 - 夕暮れ時と夜間の交通事故防止
 - 自転車等の安全利用の促進
 - 高齢者の交通事故防止
- 身近な所で事故に遭わないために、日頃通り慣れた道路でもしっかりと安全を確認し、歩行者を見かけたら「思いやり」の心を持って運転しましょう。また、住宅の生け垣や畑の樹木の枝が成長して道路にはみ出ていると、通行の妨げになります。安心・安全な環境づくりにご協力ください。

■問い合わせ 総務課危機管理係

☎026-214-9209

有料広告



小布施 蔵部 寄り付き料理

お腹を満たすお料理と、キリッと冷えた日本酒で美味しい時間を。

ご予約・お問い合わせ TEL.026-247-5300
長野県上高井郡小布施町大字小布施807



今年も始まりました

ふるふるマロン

小布施 創業元治元年 東風味堂

本店 上高井郡小布施町小布施414 TEL 026-247-3090
本 北佐久郡埴井町埴井606番地3 小坂プラザ1階 TEL 0267-46-8310
善光寺大門町 長野市大門町79-1 TEL 026-217-8360

有料広告

Health 情報 みんなの健康ひろば

健診結果や体調のこと、食事など健康について気になることはありませんか。保健師と栄養士に何でもご相談ください。
・健康福祉課健康係(保健センター) ☎026-214-9930



生活の中でコツコツと！からだを動かしましょう！

暑い中、外での運動も難しいかと思えます。そこで、運動不足解消のためにも、まずは生活の中でからだを動かしていきましょう！歩行時間が10分増えれば、1,000歩分の**身体活動**がプラスになります。

コツコツからだを動かすヒント

目標は、歩行または同等以上の**身体活動を1日60分以上**行いましょう

ヒント1：歩く時間を増やす

通勤や昼休み、隙間時間を活用しましょう！



ヒント2：階段や坂道も使用する

足の筋トレにも効果的です！



ヒント3：歩幅を広く、速くして歩く

足をいつもより少し前へ！



ヒント4：立ち上がったついでに体操する

気分もリフレッシュ♪



運動教室を開催します！

自分の体の状態(姿勢、歩き方、筋力)をチェックし、一人一人に合った運動を理学療法士がお伝えする全3回の教室です。申し込み、詳細については健康係(☎026-214-9930)へお問い合わせください。

- 対象 30歳～74歳で運動習慣がない人
- 日程 ①10月9日(木) ②11月14日(木) ③12月16日(木)
- 時間 18時30分～20時 ■定員 10人程度
- 会場 公民館講堂(小布施町役場3階)

～「かかりつけ医」や「かかりつけ薬局」を持ちましょう～

〇かかりつけ医とは

身近にいて、日頃の健康管理や心配事など健康に関することを何でも相談できる医師が「かかりつけ医」です。自分や家族の健康管理のパートナーとして、かかりつけ医を持つことをおすすめします。

〇かかりつけ薬局とは

使用している薬の情報を一元的に把握し、継続的に効果や副作用などを確認してくれる身近な薬局のことです。処方箋により、薬を受け取る際は複数の薬局を利用するのではなく、身近にいつでも相談できる「かかりつけ薬局」を一つ決めて利用することをおすすめします。

【問い合わせ】

須高地域医療福祉推進協議会(地域医療福祉ネットワーク推進室) ☎026-248-9101
小布施町役場 健康福祉課健康係 ☎026-214-9930

・お薬手帳を忘れずに

お薬手帳は、服用している全ての薬の名前などを記録できる手帳です。薬の飲み合わせや、重複の確認などにも使用します。また、災害時には服用している薬の詳細も分かり、大変役に立ちます。正確な情報を漏れなく伝えるため、1人1冊にまとめ、継続して記録するようにしましょう。

・マイナ保険証をご利用ください

受診時、調剤時にマイナンバーカードを健康保険証として利用し、情報提供に同意すると、薬や特定健診などの情報を医師や薬剤師に共有することができます。災害時などの非常時も適切な処方を受けることができます。

～子宮頸がんや日本脳炎等の予防接種が県外で接種できるようになりました～

就学などで県外にお住まいで、子宮頸がん等の予防接種を希望される皆さんは、事前に申請をしていただくと償還払いでの接種が可能です。詳しくは、保健センターまでご連絡いただくか、町ホームページをご覧ください。



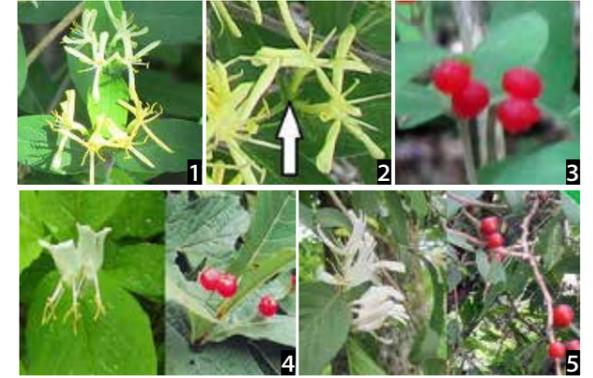
おぶせ自然暦 vol.149

four seasons in obuse

実の様子から納得「ヒョウタンボク」

ヒョウタンボクはスイカズラ科の落葉低木です。以前は小布施でもよく見かけた植物ですが、今では生育地が限定されています。春になると周りの草木と同じ頃に花が咲き、花弁は咲いたときは白色ですが、次第に黄色に変わっていきます。花の後、緑色の丸い実になり、7月に入ると熟して赤くなります。亜高山地帯の湿原付近の林には、まれに「オオヒョウタンボク」があります。菅平高原の湿原には「ハナヒョウタンボク」があります。ハナヒョウタンボクは絶滅危惧Ⅱ類の絶滅危惧種です。ヒョウタンボクはほとんど知られていないので、堤防の周りや林の中をきれいにする際などに伐採されやすく、保護が難しいことが課題になっています。

案内人 清水照雄さん(栗ガ丘)



1_花は花弁が5枚、雄しべが5本、雌しべ1本からなる
2_葉の付け根から小さな茎を伸ばし、茎の先に2つの花を咲かせる
3_赤い実が2つ並んでいる姿がヒョウタンのように見えることから「ヒョウタンボク」と名付けられた
4_オオヒョウタンボクの花と実
5_ハナヒョウタンボクの花と実
写真は清水さん提供



執筆：地域おこし協力隊/橋本緑

第4回目のゲストは、宗之庵治療院の鍼灸・マッサージ師であり、西證寺の住職に先月なったばかりという朝比奈宗順さん。



当初は、お寺に入りたくないからという理由で都内の大学へ進学しましたが、卒業後に西證寺の本山がある京都で1年過ごします。「この時、お寺に対する印象が良い方へ変わりました」とのこと。

「治療とお寺の仕事が、ここまでつながってくるとは思ってもみませんでした」と朝比奈さんは言います。治療院は身体の痛み、お寺は故人に対する心の痛み、どちらも痛(傷)みを抱えた人が訪れる場所。

そういう人たちを心身ともに整えていくのが朝比奈さんの仕事。そのために治療の技術だけでなく、

タイトルの「人々は好日」は、「日々是好日」を「町の人々が日々の暮らしをつづけている」の意味を入れた造語です。

会話の質も大切にしているそうです。朝比奈さんは「痛(傷)みを受け止め、共感させてもらいながら、相手が安心してくれるよう考えつつ話をしています」と言ったそばから「もちろん間違っていることもいっぱいありますよ」と付け加えます。

最後に西證寺をどうしていきたいか伺うと「お寺をもっと身近な場所として、うまく活用してもらうことで、縁づくりの場となるようにしていきたいですね」と語ってくれました。

心身の不調がある人、お寺の本堂を活用してみたいという人、朝比奈さんにぜひ相談してみてください。どんな話も、状態も、親身になって受け止めてくれます。



北斎の見た 蔵に宿る ゲストハウス小布施 たいせつなお客様の おもてなしに

Ao(青)・Beni(紅):シングル2台/Sou(蒼):セミダブル2台+ソファベッド2台+ダイニングルーム (Hキッチン・電子レンジ)		1名さま	2名さま	3名さま	4名さま
青・Ao	通常日	12,100円	22,000円	-	-
	ピークシーズン	14,300円	26,400円	-	-
紅・Beni	通常日	12,100円	22,000円	-	-
	ピークシーズン	14,300円	26,400円	-	-
蒼・Sou	通常日	15,400円	26,400円	39,600円	52,800円
	ピークシーズン	17,600円	30,800円	46,200円	61,600円

朝食は東隣のカフェド珈茅(こち)にてお召し上がりいただけます。



※「ピークシーズン」は、ゴールデンウィークと7/13～11/24、12/28～1/5です。
※見学を歓迎いたします。日時をご相談ください。

◎お問合せ：080-2212-9719(木下 9:00～18:00) 詳細とご予約は⇒

有料広告

乳幼児健診・子育て教室

マイナンバーカード申請・時間外交付

市 おでこポイント対象事業

健福 千年樹の里 / 健康福祉センター

総体 総合体育館

講堂 公民館講堂

まなぷらんイベント

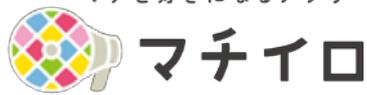
日	月	火	水	木	金	土
9/1 町総合防災訓練 (6:30～9:00各公会堂ほか)	2	3 市 転倒予防教室 (名字あ～さ行) (13:30～健福)	4	5 市 オレンジカフェ・くりんこ (13:30～健福)	6 市 転倒予防教室 (名字た～わ行) (13:30～健福)	7 資源物、家電4品目回収 (8:30～10:30ツルヤ小布施店駐車場) P9 秋のハンギングバスケット教室 (9:30～おぶせフラワーセンター温室) P14 妖怪夜会 (18:00～21:00 高井鴻山記念館ほか) P11
8 小布施しあわせ探求講座① (9:30～役場第一会議室)	9	10 市 ダンスで脳元気教室 (13:30～健福) マイナンバーカード申請サポート (要予約) (13:30～16:00) P15	11 子育て教室・げんきっこ塾 (2歳) (令和4年5月～7月生まれ)受付 (9:30～9:45 健福)	12 3歳児健康診査 (令和3年6月～7月生まれ)受付 (13:00～13:15 健福)	13 市 転倒予防教室 (名字あ～さ行) (13:30～健福)	14
15 第42回小山田杯少年少女球技大会 (8:00～総体ほか)	16 敬老の日	17	18 市 千年ふれあい倶楽部 (10:30～あけびの湯) P5 シルバー人材センター入会説明会 (13:30～桃源荘) マイナンバーカード申請サポート (要予約) (13:30～16:00) P15	19 剪定枝回収 (9:00～17:00 町営グラウンド北側駐車場) P9	20 市 転倒予防教室 (名字た～わ行) (13:30～健福)	21
22 秋分の日	23 振替休日	24	25 マイナンバーカード時間外交付 (要予約) (18:00～19:40) P15	26	27	28
29 小布施しあわせ探求講座② (9:30～講堂)	30 市 チャレンジのど自慢教室 (13:00～健福)	10/1 市 転倒予防教室 (名字あ～さ行) (13:30～健福)	2	3 市 オレンジカフェ・くりんこ (13:30～健福) 運転免許特定任意講習会 (18:30～須坂警察署)	4 市 転倒予防教室 (名字た～わ行) (13:30～健福)	5

▼志賀高原にホテルを見に出かけてきました。志賀高原では8月下旬までホテルを見ることができ、毎年この時期に行っています。今回は天候が良かったのか、たくさんホテルが飛んでいました。ゆっくりと舞う緑の光の中で幻想的な雰囲気を楽しむことができました。(小林)

▼町制施行70周年を記念して、まちづくりの歩みを10年ごとに紹介する番組をおぶせチャンネルで放送しています。町の主な出来事を写真や動画から振り返るほか、当時を知る方からの貴重なお話もあり充実した内容になっています。見どころ満載ですので、ぜひご覧ください。(久保田)

編集後記

マチを好きになるアプリ



マチイロは「町報おぶせ」をいつでもどこでも読むことができるスマートフォン専用の無料アプリです。

ダウンロードはこちらから

