

サバメシの極意、伝授します

安全を考える部会長 西山哲雄

安全部会では今年も、およそ1か月に一度部会を開催しております。部会では毎回、地震やゲリラ豪雨などに対する安全対策等について議論を重ね、災害に対する危機感が薄いと言われる小布施で、少しでも町民の皆様とまっとうな危機感を共有できればと、日々活動を続けています。今年の活動としましては、7月に町の防災担当職員との懇談を実施しました。また同じく7月に運営委員会での町長との懇談、そしてその内容を踏まえたうえで、9月には部会で町長との懇談を実施しました。立て続けに意見交換の機会に恵まれたことで、我々の部会がどのような方向へ活動を拓いていくべきか、さまざまなヒントをいただきましたので、この勢いのまま今後は、これまでの議論の成果をより具体的な形にしていくことに力を入れていきたいと考えています。

そんな安全部会では今年も六斎市にて「サバメシ」の実演をいたしました。ここ数年、六斎市ではまちづくり委員会のテントブースにて、「サバメシ」の実演や防災グッズの展示を行い、好評いただいております。今年は何と、特設ステージにて、共育を考える部会の協力を得て、「サバメシ」の実演、火熾しの実演、心肺蘇生法の紹介など、盛りだくさん

の内容にてお送りする予定となっております。

「サバメシ」とは、「鯖飯」ではなく、国際サバメシ研究会によれば正式名称を「サバイバル・メシタキ」といい、アルミ缶と牛乳パックという身近にある素材を利用して、20分でご飯が炊けてしまう、という方法のことです。

実演の日は10月18日（土）の午前10時半から。場所は森の駐車場内特設ステージにて。みなさまお誘い合わせの上、ぜひお越し下さい！と書いてしまいましたが、この「まちづくりボイス」がお手元に届く頃には、六斎市も無事に終了しているはず。ぜ、ぜひ、来年の六斎市をお楽しみに！



健康&循環型社会に向けて

町中に菌ちゃん元気野菜を！

環境を考える副部会長 鈴木宏道

環境を考える部会では、町内の生ごみの減量化・堆肥化と食育を考えた活動しています。現在まで「町民向けの生ごみ堆肥化ワークショップ」「生ごみ堆肥化のためのボカシ・発酵菌液作りのワークショップ」「栗ガ丘小学校での生ごみ堆肥化の授業」「家庭で生ごみを堆肥化するためのパンフレット作成・配布」等を行ってきました。

また、当部会員の若手農家数名により週に一度、町内の生ごみを回収し堆肥化を行っております。さらにその堆肥を用いた野菜の栽培も行っております。町内からの生ごみの提供は給食センター、保育園、スーパー、飲食店、数件のご家庭にご協力をいただいております。小布施町の可燃ごみが前年と比べて減少したという報告（町報おぼせ 平成26年7月号）もあり、当部会としてもこのような活動を通して可燃ごみの減量化に協力させていただけたのではないかと嬉しく思っております。

今後は更に生ごみ堆肥化を進めることはもちろんのこと、この堆肥で育った栄養価たっぷりの野菜を小布施町中に広げていきたいと考えております。生ごみ堆肥で育った野菜の栄養価は、一般的な野菜に比べて2〜4倍（いのち輝く元気野菜のひみ

有用微生物たつぷりの
元気な土で育った
元気野菜で
体も元気！

安全 安心 健康 美味

小布施めぐる元気野菜

農薬・化学肥料不使用

「NPO法人大地といのちの会 吉田俊道」です。農薬も化学肥料も使って育てるのが菌ちゃん（有用微生物）です。菌ちゃんの活躍により栄養価たっぷりの野菜が育ちます。この菌ちゃん元気野菜を小布施町中に広げ、町民の皆様の健康に少しでもお役に立てればと考えております。

そこで現在思案中にしている内容が、町民と町と農家で作る循環型社会のシステム構築です。町民の方々から生ごみを提供していただき、農家が堆肥化・菌ちゃん元気野菜の栽培・販売を行います。町からは菌ちゃん元気野菜割引券を生ごみ提供者に配付する、というシステムです。町内の生ごみの減少と菌ちゃん元気野菜が広がることで町民の健康へとつながり、循環型社会ができればいいのではないのでしょうか。今後は楽しみます。

このような活動に興味あります方、ぜひとも環境を考える部会にご参加ください！

福祉部会のこれから

福祉を考える部会長 花村一三

ちょうど1年前、部会長の私が体調を崩し数ヶ月間の入院や療養生活をする事になってしまい、福祉部会の活動が一時的に休止状態となつてしまいました。大変皆様にはご心配とご迷惑をおかけいたしました。申し訳ありませんでした。

医療機関に勤めていた自分でしたので、「まさか自分が病気で入院！」と思いがたの療養生活でした。この時ばかりは健康である事の幸せを、振り返る毎日でした。

最近テレビ放送がデジタル放送に切り替わり、どのお宅でも衛星放送が観られるようになりました。そこでやたら眼につくのがショッピング番組です。内容は「健康」に関する内容がほとんどで、飲む・食べる・運動に関する商品をあの手この手で紹介しています。これだけ長い時間、チャンネルを占有して莫大な費用を投じて宣伝しても、十分な収益を得ることができるとですね。逆を返せば、どれだけ視聴者の私たちの「健康意識」が高いかが伺えます。

小布施も栗のエキスで長生きなんて、おいしい話は無いのでしょうか？渋皮の苦味は、何かに効きそうですが…

冗談はさておき、健康意識は国の健康促進事業などで高まり、長野県は特に健康長寿県として有名です。



ただそれが健康寿命でみるとどうなのでしょうか。健康寿命とは「日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間」のことで、この期間が長いと介護も必要無く心配の少ない人生が全うできます。

国は2025年問題（団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になる年の解決策として、今後の高齢者対策や医療費問題にザクザクとメスを入れ始めました。

まさに小布施町の人口は減少傾向にあります。青年期や壮年期の住民を一時的に迎え入れても、その方々が定住されないと、それ以前に昔からの住民が安心して小布施町に定住できないとダメですよね。

これからの福祉部会では、小布施らしさや小布施ならではの「おぼせ色」の福祉のあり方を提言していければと思います。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

交流から定住へ

交流を考える部会長 坂原広重

東日本大震災で今なお、不自由な生活を余儀なくされている被災者と被災地区復興支援目的の「ピア・イベント」は今年4回目を迎え、8月1日に実施しました。昨年を上回る参加者数で、おぼせミュージアム中島千波館中庭で開催しました。

今年、町内のボランティアグループに協力をいただき、被災者に寄り添い、共に歩む心を感じる思いと、まちづくり委員会・各部会の活動状況を直接お話しする場としました。澄み切ったコカリナとハンドベルの音色や、混声合唱団によるハーモニが、ドイツ直輸入のビールと共に会場を大いに盛り上げ、交流の意義を更に再確認できたビールの夕べとなりました。

参加者に分かっていただけたか疑

問でしたが、各部会の具体的な活動発表の場を設けたことについては、良かったと思います。活動内容を広く住民に知っていただき、それが提言に繋がればこれは最良です。しかし、そこに至らなくとも紙面だけでなく、機会があればできるだけ、直接伝え・知っていただくことこそ大切だと思います。願わくは、賛同、参加の波ができれば素晴らしいです。

8月10日の子供たち対象のお絵かき教室は、藤岡牧夫美術館との連携での新たな取り組みでした。スイカ割りをして緊張をほぐし、割ったスイカを画伯に指導いただき描くという流れで、夏休みの良い思い出になったでしょう。今後も美術館との連携で新たな交流の創出ができればと考えております。

更に、2月中旬恒例の「本場の餃子作りを楽しむ会」は大変好評でした。協働作業で美味しい水餃子を作り、お腹が膨れると自然と顔が緩み食文化交流の名のもとに笑顔の交流の輪が広がります。今期もこの企画を考えております。

定住促進は全町民の重要課題として、定住希望者が安心して定住したい環境を整えることが大切です。従って、先ずは各部会で、その専門的視点で定住促進の取組策を協議して方向性を見出し、問題意識を共有しつつ、連携して実行に移すべきが交流部会員の統一見解です。