



平成19年12月15日

2〜3面	特集 日赤出前講座
4面	男女共同参画地域フォーラム in松川
5面	みんなで仲良く 町の埋蔵文化財
6面	スポーツ・情報
7面	ひと・すぼっと
8面	こどもの詩・俳句・短歌 声・視点・べんべん草

まつかわ百景

⑱

「花卉第一選花場」

12月初旬、冬を色づくる「南天」の出荷が最盛期を迎える。おもに正月飾りに使用されるそうだ。



第32回「健康を考える集会」が、1月20日(日)に役場大会議室にて開催されます。

健康問題一筋に住民と行政が一体となって「健康で住み良い町づくり」を目指して活動を続けています。

具体的な課題を設定することで、より住民に解り易く問題意識が湧くような活動内容が高く評価された事が、集会を企画運営する仲間の力になっていきます。

また、集会を通して知り合った、様々な分野の人々との交流から生まれた「集会の輪」が毎年大きな広がりを見せていることも、継続の要因となっています。

主張

去年6月に、十余年来の交流を深めている、京都府立大学の先生と学生が来町され「八建会」の学習会で、久しぶりに話し合いが行われました。交流の始まりは、公民館活動の一環として健康問題をテーマに学習をしている、

健康集会の輪

若い男性グループが在るとの情報を集会に参加していた先生が聞きつけて、保健師を通じて交流の希望が出された事で今に至った訳です。毎回出席する学生の顔ぶれも異なることで、集会や学習活動に対する見方や感想も異なり、今後活動を進めてゆく上で非常に参考になっています。また、この他にも集会が縁で交流を持っている人達は、北は北海道から南の九州は大分、宮崎までと幅広く人脈で繋がっています。

いかに、健康を考える集会の活動が多くの地域や人々に認められているのだと確信を持ちました。一人の一步は小さくても、多くの仲間と歩んだ一步は、大きな大きな輪となります。てゆくことを願っています。

「まつかわまち健康を考える集会」

運営委員会会長

清水 祐一

ご存じですか？

日赤

「出前講座」



講演に関して
～下伊那赤十字病院～

経済成長とともに私達の生活環境も変わり、便利さや豊かさを実感しています。急激な少子化・高齢化は健康に対する関心の高まりとなり、健康器具や補助食品による健康維持増進に注目が集まっています。欧米型の食生活は予測もしていなかった結果を生み、副産物として疾病構造も大きく変わりました。

当院には9名の医師が常勤しており、それぞれの専門分野で健康や病気について、地域の皆様により理解を深めてもらえる機会として、出前講座を企画いたしました。また、専門の指導員（看護師）による救急法などの講習会も行います。どちらも無料で行いますので、機会を捉えてご利用いただければ幸いです。

内容

- ・医療講演（P3）
 - ・各種教室（救急法・家庭看護法・幼児安全法）
- ①講演は松川町内で月1回程度とし夜（原則）

- 30分～60分程度となります。
- ②希望日や演題が重なった場合は、地域（複数自治体）での講演となる場合があります。
- ③今後、訪問看護ステーション・健康相談室・救急法・家庭看護法など地域と密着した部門（関心事項）でも出前講座を計画します。（要望があったとき）
- ④謝礼は不要です。

日時等

（日時については調整が必要になることもあります）
土・日・祭日：要相談
平日：18時以降

講演会受付票

平成 年 月 日

下伊那赤十字病院
地域連携室 清水・庶務課 後藤 行き
〒399-3303 長野県下伊那郡松川町元大島 3159-1
TEL 0265-36-2585/36-7048 FAX 0265-36-2256

自治会名 _____ 様
自治会長名 _____

地域講演会への講師派遣申込書

内容 ※ 希望される項目の口印Vをして下さい

医師名	講演テーマ	<input type="checkbox"/> 救急法
<input type="checkbox"/> 医療講演	<input type="checkbox"/> 講習会	<input type="checkbox"/> 家庭看護法
		<input type="checkbox"/> 幼児安全法

日時

日付	(曜日)	時間	備考
第一希望	()	:	
第二希望	()	:	
第三希望	()	:	

その他…ご要望等ありましたらお書き下さい

○ 差し振りませんが、日時の調整に1週間～10日ほど頂きます。日時が決まりましたらこちらからご連絡致しますので連絡先をお知らせ下さい ⇒

TEL _____ FAX _____

対象

自治会・PTA・地域の会合、お母さんたちの集まりなど、10名位からお受け致します。

連絡先

下伊那赤十字病院
地域連携室 清水
36-7048

又は
庶務課 後藤
36-2585まで
FAXでのお申込みは
36-2256まで



講演テーマ一覧（医師）

医 師 名	テ ー マ
院 長 櫻 井 道 郎 (外科)	「甲状腺の病気とその治療」
	「乳癌の早期発見と最新の治療」
	「痔のいろいろとその手術」
	「下肢静脈瘤の現状と治療」
	「陥入爪と巻き爪について」
	「健康で長生きの秘訣は？」
	「高山病について」
	「食道がんの治療法…その選択は」
副院長 網 野 章 由 (内科)	「認知症について…アルツハイマー病とは」
	「脳血管障害（脳卒中・脳梗塞）にならないために」
	「生活習慣病と楽しく付き合うには」
	「頭痛・めまいは悪い知らせか」
	「ふるえで困っていませんか」
	「睡眠時無呼吸症候群は危険信号！」
医局長 森 下 浩 (消化器外科)	「大腸内視鏡による大腸がんの早期発見とその治療」
	「胃潰瘍・逆流性食道炎の原因とその治療」
	「脱腸（ソ径ヘルニア・大腿ヘルニア）の最近の治療」
	「高齢者の栄養補給と内視鏡で簡単にできる胃ろう造設について」
	「胆石症の話」
高 橋 正 明 (産婦人科)	「不妊症と治療」
	「ピルについて」
	「感染症合併妊娠の怖さを知る」
	「流産・早産について」
栗 原 章 浩 (内科)	「糖尿病の食事と運動のコツ」
	「高血圧症…血圧の測り方と塩分の摂り方」
	「高脂血症と付き合うには」
	「メタボリックと言われて…このお腹をひっこめましょう」
	「漢方治療…どこまで漢方で治せるのか」
	「糖尿病と腎不全…透析との関連と対策」
	「痛風にならないために」
細 田 昌 良 (呼吸器内科)	「そんなに禁煙は必要か…禁煙について」
	「誤嚥性肺炎にならないために…予防と対策」
	「生活習慣病は高血圧・肥満・癌・心臓病だけじゃない…肺疾患の現状」
	「長引く咳は何の知らせか？…咳に関連する疾病と予防」
渡 邊 俊 明 (外科)	「感染症（インフルエンザなど）を地域で防ぐには…地域社会と感染症」
	「医学・医療・健康など分からないことは私に聞いてください…全ての質問に分かりやすく説明します」
	「大動脈瘤について…その発見と治療」
	「乳癌自己健診について…早期発見が大切」
田 代 敦 泰 (整形外科)	「肩こり・腰痛・ひざの痛みについて…その原因と治療」
	「骨折・捻挫はまず整形外科受診を…骨折と治療」
	「骨粗鬆症とは…予防とその治療」
吉 村 洋 三 (小児科)	「ワクチン…その必要性和限界」
	「ウイルス性感染症…その予防と対策」

平成19年度 男女共同参画地域フォーラム in まつかわ

平成19年12月2日（日）

松川町民体育館

男女共同参画による、活力ある地域社会の形成を目指し「平成19年度、男女共同参画地域フォーラム in まつかわ」が12月2日（日）松川町民体育館を会場に長野県各地より多くの関係者が集まり開催された。

開会前にアトラクションとして「太鼓一芸 楽人」の和太鼓演奏があり、会場の雰囲気盛り上げた。



事例発表の宮澤千文さん

事例発表がされた。

上片桐諏訪形の宮澤千文さんは最初、家族経営協定の話を夫にどうやって切り出すか悩まれたそうだが意外と簡単に賛成され、締結調印した。花作りは夫、果樹は千文さん、パソコンは夫と分業し労働報酬は時間制、土・日曜日は休日などと決められたのも労働



事例発表の鈴木健司さん

時間の短縮、経費の削減を目指そうと思われたからで今では協定を結んで良かった、と笑顔で話された。

大島堤原の鈴木健司さんは7年前に息子さんが就農された事をきっかけに締結された。決定までは何度も議論を大変だったが、一部経営をまかせ、新品種などで規模拡大すればその収入は息子さんのものとするなどを決めた。



若々しい発表をした松川高校生

そのおかげで今までの経営の見直しができ、その意味でも大変良かったと言われた。長野県立松川高等学校2学年プロジェクトチームからは「高校生がのぞむ21世紀の男女共同参画社会」と題して研究発表があった。

校内での140名を対象としたアンケート調査の結果からも男女格差のある事がわかった



テレビでもお馴染み蟹瀬誠一氏

そうだ。若者らしい素直な発表は比較的年齢の高い会場の皆さんの笑いを誘っていた。高校生達は男女ともに個人として尊重されるような社会になるよう望む、と結んだ。休憩をはさみ後半の講演はテレビのキャスターとしてもおなじみの国際ジャーナリスト蟹瀬誠一さんの「共働きではなく共育て」

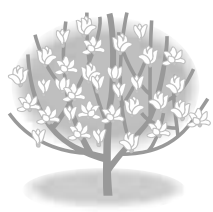
と題したお話。

子育てに関係する統計に男性の家庭進出率というのがあり日本は12%で世界でも遅れているそう。女性は家庭で男性は外で仕事と役割分担されているのに疑問をもったマーガレット・ミードという文化人類学者が世界中をまわって、女性が外で仕事をし男性が子育てをする民族を探し出し大発見となった事をみても、男女の役割分担は後から決められたものだということがわかるという。

「共働きはやめて共育てにしましょう」と言ったのは美輪明宏さん。共働きということばでは子育てが重荷になってしまう。又、「育児」は「育自」であってこれをしない男性は育自無しであるとも…。

男女共同参画というテーマのイメージより楽しく聞く事のできた講演会であった。

ロビーでは各種団体の展示発表、地元特産品などの販売コーナーも設けられ、内容の濃い充実したフォーラムになったのではないだろうか。



問題考える みんなで
権考 仲良く
人を

松川東小学校

「花咲き山の感想」

3年 市岡成親

今日、花咲き山の劇をビデオで見ました。最初の場面は、子どもたちが遊んでいる場面で、ぼくは笑ってしまいました。

その後、おばあさんがでてきました。おばあさんは、昔話をしましたが、短かったので、インチキではないかと思いました。

次の場面で、そよが「着物がほしい」と言いました。ぼくの妹と同じような言い方でした。それを聞いて、姉のあやがお母さんに「そよに着物を買ってあげて」と言いました。ぼくは、やさしいなあと思いました。

そして、あやと友だちが山菜を探っていたとき、友だちに「あやがやさしすぎるからそよがわがままになってしまふんだよ」と言われて、泣いてしまいました。でも、やまんなばが出てきて、「そよがさかせた花じゃ」といわれたとき、きつと、うれしかったと思います。ぼくも、いいことをしようと思いました。

3年 松下光帆

花咲き山のビデオを見ました。見た後、紙に思ったことを書きました。

はじめは、そよが妹に着物を買ってやってというところから私には、そよがあまりに欲しいというのでそう思ったと思います。「自分は、姉だから妹に譲ってあげよう」という気持ちだと思っています。

次は友だちに「あやがそよをわがままにしている」と言われるところです。私は、そういわれてショックだったと思います。

最後は、やまんなばに言われたことについてです。私は「そよか、そよはわがままにならないんだ」と思っていると思います。そう思ったのは、やまんなばの話で、納得できたからだと思っています。その思いであやの花が咲いたのだと思います。

4年 大栗京華

花咲き山という話は、去年まで知りませんでした。去年の読書旬間で、生活委員の人が花咲き山の話をしてくれました。私は普段、そういう本を見ていないので、どこにあるかも知りませんでした。花咲き山を初めて知ったとき、正直に言つて感動しました。お姉さんの切ない気持ちが伝わりました。

今回は、ビデオでしたが、本とは少し違う感動を与えてくれました。

お姉さんのあやさんは、妹のそよさんのために「私は着物はいらぬよ。そよに新しい着物を買ってあげて。私、けっこう小さい着物気に入っているんだよ。だから、お母ちゃんそよに買ってあげて」という言葉が、ビデオではすごく感動しました。

私も妹がいるので、お姉さんの切ない気持ちがわかります。また、花咲き山のようなお話に出会えたらいいなと思います。

5年 池野美月

そよさんはわがままだと思いました。どうしてわがままなのでしょう。もつといい子になつたらいいのになぜわがままなのかと思いました。そよさんのわがままのせいで、あやさんは辛い思いをします。でも、やさしいあやさんは、たくさんきれいな花を山に咲かせていると思います。

私も妹です。けれど、そよさんのようなわがままを言わず、人にやさしくできるような人になりたいと思います。わがままを言いつぎると、まわりの人に迷惑になると思うからです。

松川町の文化財

(344) 埋蔵文化財 (242)

松川町の中世城館跡

大島城(8) — 大島城の普請奉行、秋山信友 —

教育委員会 酒井幸則

信玄から大島城の普請を命じられたのは、当時伊那郡代として飯田に在城していた秋山信友です。信友は父の代から武田氏に従つた甲斐の武将で、諏訪占領戦で才能を発揮し、上伊那占領後、若くして伊那郡代に抜擢され、占領後の不安定な上伊那を統治し、府中(松本)や下伊那攻略戦の最前線に立ち、下伊那占領後は高遠・飯田に在城して伊那全郡を預かつていた、信玄の信頼厚い武将でした。当時、片切・大島・飯島・上穂・赤須氏ら中伊那の武士は寄騎として信友に従っていました。



武田二十四将の一人、秋山信友

下伊那19の郷民と2衆を徴用して大島城普請の総奉行を勤めた信友はその直後、伊那衆を引き連れて東美濃の岩村城を攻めて落とし、城主遠山景任の未亡人(信長の叔母)を妻とし、織田領に打ち込まれた武田の楔として信長に對峙しました。

天正3年、武田氏の長篠戦敗退後も伊那の在番衆と共に

岩村城に籠りましたが、織田信長の攻撃を受け、数ヶ月の籠城戦の後、和議が調い信長との会見の場に赴いたところ、捕縛されました。この時、同行した大島氏・座光寺氏、そして信長の叔母である信友の妻(修理夫人)3人ともに信長の本拠である岐阜城下の長良川畔に連行され、逆さ磔に架けられて惨殺されました。一方、岩村の記録では信友主従4名の処刑の場は岩村城下の大將陣と伝え、信友・大島氏らの供養塔が立てられています。

大島城を造つた信友、元の城主の大島氏、二人とも新築された大島城に入ることはありませんでした。

寒さの中にも 汗キラリ☆

南信少年柔剣道大会 (剣道の部)

第36回南信少年柔剣道大会が、10月7日(日)に岡谷市総合体育館で開かれました。「剣道の部」の松川町の結果は次の通りです。



強いぞ！剣道まつかわ

- 〈個人戦〉
 小学生3・4年生男子の部
 準優勝 佐藤幸太郎
 小学生3・4年生女子の部
 3位 本塩 麻衣
 中学生男子の部
 3位 小林 悠
- 〈団体戦〉
 小学生低学年の部
 優勝 松川剣道クラブ
 小学生高学年男子の部
 3位 松川剣道クラブA
 中学生男子の部
 準優勝 松川中学校A



飯伊地区秋季 剣道大会

第78回飯伊地区秋季剣道大会が、10月14日(日)に飯田市武道館で開催されました。松川町の結果は次の通りです。

- 〈団体戦〉
 小学生低学年の部
 優勝 松川剣道クラブ
 中学生男子の部
 3位 松川中学校B
 中学生女子の部
 3位 松川中学校A
 一般男子の部
 優勝 松川A
 準優勝 松川B

秋季片桐神社 マレットゴルフ大会

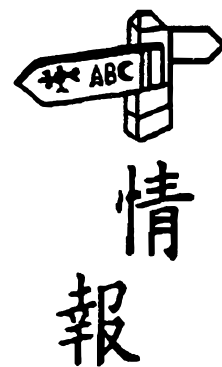
松川町マレットゴルフ同好会の秋季片桐神社マレットゴルフ大会が、11月13日(火)に行われました。結果は次の通りです。

- 男性(60名参加)
 優勝 矢沢 進
 準優勝 松下 陸次
 3位 山岸 竹男
 4位 山口 侃
 5位 川瀬 十蔵
- 女性(23名参加)
 優勝 山口 愛子
 準優勝 高田よし子
 3位 佐藤 幸子
 4位 川瀬 林子
 5位 松下 幾恵

ミニバスケットボール 松川優勝大会

平成19年度ミニバスケットボール松川優勝大会が12月2日(日)に松川中学校、松川北小学校で開催されました。松川町の結果は次の通りです。

- 女子低学年の部
 優勝 松川
 男子低学年の部
 準優勝 松川



情報

女子高学年の部
 優勝 松川
 男子高学年の部
 準優勝 松川

本館行事

〈公民館研究集会・成人講座〉

日時 1月27日(日)
 午後1時
 会場 中央公民館
 町民体育館

テーマ 「生きる力を育む」

講師 県公民館食育サークル

「もくもく隊」

内容 分散会・地区公民館

ごとの討議

申込 事前申込が必要

〈スポーツフェスティバル〉

日時 1月12日(土)
 午前9時～12時
 会場 町民体育館

種目 ・ワンバウンド

ふらばーるバレー

・ビーチボール

・室内用ペタンク

・キンボール

・シャッフルボード

・公式輪投げ
 ・綱引き
 申込 当日受付
 事前申込は不要です

持ち物 運動着、運動靴、印鑑

〈家族で遊ぼう(1月)〉

(第1回)
 期日 1月15日(火)
 時間 午前10時～
 会場 町民体育館相談室
 内容 リトミック

(第2回)

期日 1月29日(火)
 時間 午前10時～
 会場 子育てサロンおひさま
 内容 サークット遊び

地区館行事

古町地区公民館

〈卓球大会〉

期日 1月27日(日)
 会場 町民体育館

生東地区公民館

〈冬期スポーツ大会〉

期日 1月20日(日)
 会場 旧生東保育所リズム室

部奈地区公民館

〈冬期スポーツ大会〉

期日 1月20日(日)
 会場 福与体育館
 部奈文化伝承センター



「学び育てられた公民館活動」

長野県公民館活動推進功労者表彰受賞

鎌倉 めぐみさん

「平和な青い空の下、我々
選手一同は…」

明るく響く選手宣誓の声。

11月4日に行われた第23回松

川町駅伝大会の第一中継点で

今回の「ひと」鎌倉めぐみさ



んにお話を伺いました。

公民館の体育部長として12

年間、始まりは先輩Tさんの

こんな一言から。

「どうせ暇すら、来ん？」

大変失礼な誘い文句ですが

素直なめぐみさんは体

育部に入部され多くの

活躍をされる事になり

ます。

スポーツ振興を通し

て町内外の様々な人々

と触れ合い、多くの事

を学ぶ事が出来、人と

しても大きく成長する

事になったと笑顔で話

されました。

女性の少ない体育部の中で

大切にされたのでは？との問

いには大きく頭を振り、「全

然です」と明るい声で笑って、

「でもとっても楽しかったで

すよ、ホントに」と言われま

した。

写真を一枚お願いしたいと

申し出たところ「眼鏡だし、

化粧してないしダメですよー」

と逃げられてしまいました。

体育部活動のなかで一番の思

い出だという駅伝大会の閉会

式会場で撮らせていただきました。

この記事の載った館報

が発刊される頃第2の人生の

スタートを切っていらつしや

るめぐみさん。お幸せに。

習ということで、①ふわつと
テニス②ワンバウンドふらばー
るバレー③ペタンクの3種目
の講座が開かれた。

ニュースポーツの普及を目指して

北部公民館運営協議会

会には全体で
40名ほど集ま

松川町はこのところ、各

スポーツの大会で好成绩をお

さめ、連日のように新聞をに

ざわしている。ここで学んだ

新しいものも、やがて心身共

り、松川町からは地区館の主
事、主事補、体育部長を含む
6名が出席した。

なお、この

を願う。

つとむの詩

松川中央小1年
かわかみ にじほ

にちようび

どなべをたべて

おいしいな

こいけ まなみ

やきいもが

ほっかほっかで

あつかった

やまぎし たみこ

クリスマス

ツリーきらきら

きれいだな

やもり まさと

ゆきあそび

たのしいけれど

さむいです

はにゆう みかぜ

やきいもだ

おいしいやけて

ほかほかだ

まつしま あずさ

おいしいな

もぐもぐたべて

げんきだぞ

短歌

エゴの花 桃澤幹子

ふりそそぐ如く垂れ咲く純白の

エゴに明るきこの道が好き

沈みゆく農に望みを託さんと

直売所用地に重機の動く

エジプトのちり洗いたる竿の服

日本晴れなる空に舞いいる

空覆う黄砂に視界の阻まれて

光うすれし太陽沈む

稔り田の防鳥テープは吹く風に

光まきつつ秋深みゆく

俳句 池田美幸

日の匂い 池田美幸

山麓のくつきりとして冬日和

日の匂い部屋に満ちくる小六月

福引きに外れし男の子口閉さず

茶の花を映して池の眠りたり

綿虫の一匹とんで空低くし

おわび

先月号の「短歌」欄で掲載に誤

りがありました。

以下のように訂正しておわび申

し上げます。

松枯れし河原に生うるアカシヤの

真白に咲きてここ迄香う



町の古民具 ㊿ 手回し送風機

視点

風を送り、穀物の選別などに使われた。



声

高齢者料理教室に参加して 宗源原 新田 武春

秋が深まってゆく11月9日、公民館主催で高齢者の体によさしく美味しくて簡単に出来る料理教室が林籠子先生指導のもと中央公民館2階の調理室で、参加者24名によって行われました。

手順と種類分量等々の説明を聞き各班4名ずつ6班に分かれ、エプロン姿に変身し、先生の指導のもと料理を始めます。説明の手順に従い手際よく進んでいく包丁の音、炒め物の香り、種類分量などの確認の声がいろいろ乱れ大勢でやる料理の楽しみを覚えめました。



献立

- 菜めし
- 南瓜と玉葱のスープ
- 豚肉と野菜の味噌炒め

予定の時間内に終わり班毎に作った料理を試食しました。色あいも良く美しく出来、最



なかなかいい手つき



さあ、出来上がりー！

長野県暴力追放ポスター入選

夏休みの課題として描いた「暴力追放ポスター」で、松川町からは見事お2人の方の作品が入選を果たし、10月17日(水)、諏訪市文化センターで行われた第17回暴力追放長野県民大会で表彰されました。入選者・作品は次のとおりです。



松川中2年 代田直樹さん



松川中1年 松澤謙太郎さん

後は料理についての感想を各人にマイクをまわして聞いた結果は「色あいも良く味は薄味でもとても良かった。量も良く美味しかった。」なかには又次回もこのような教室をして欲しいと云う声もあり好評でした。

草

年末ということ、今年1年を振り返り思い出す時期かと思えます。私は今年度より編集部に加わりましたが、まだまだ知らないことが多くて焦りを感じながら書いておられます。公民館の歴史として残る物なので責任をもって頑張っていきたいと思えます。

私、最近2ヶ月前からゴルフを始めて日々練習してきました、ある時先輩に「力み過ぎ」とアドバイスされました。フォームを気にするあまりガチガチに力が入ってたようです。また、力み過ぎでスイングが速くなりボールをよく見てなかったようです。ゴルフは一人で練習しても上達しないらしいですが、アドバイスを受けてからボールが真つすぐ飛ぶようになり楽しくなり、これから寒くなるのにゴルフをする事になりました。ゴルフを通してですが、経験者や先輩方の存在の有り難みを感じる事ができました。仕事や公民館活動でも感じられるように自分も日々努力したいと思えます。さて、今年も残り少なくなりました。インフルエンザなど病気が流行り、また疲れが溜まる時期かと思えます。体調に気を付けて良い新年を迎えて下さい。

松下佳史

公民館報
「まっかわ」
第 530 号
平成19年12月15日

発行所 松川町公民館
責任者 松村直彦
編集人 公民館編集部
Tel 36-2622
e-mail: ckouminkan@matsukawa-town.jp
飯田市上郷黒田121
印刷所 龍共印刷(株)