

館報

# おみ

9月号  
No.678

2023. 9.25 (令和5年) 編集と発行／長野県東筑摩郡麻績村公民館  
TEL 0263-67-2240



▲一人ひとりの「できた」をかたちに～麻績保育園運動会～（9月23日撮影）関連記事は3面

## 千曲の里を知る 第五回麻績学級

九月十九日、今年度第五回目の麻績学級が開催され、受講者の皆さんと長野市の長谷寺、千曲市の長楽寺を訪れました。講師に、聖博物館名誉館長の宮下健司先生をお迎えし、各寺にまつわるお話を伺いました。

長谷寺は奈良・鎌倉と並び「日本三所長谷観音」と称され、信州屈指の古刹として多くの人々の信仰を集めてきました。当日は九月とは思えないほど暑くなりましたが、境内では彼岸花



▲石垣が特徴の長谷寺観音堂



▲映石（左）と長楽寺観音堂

が見ごろを迎え、秋を感じられるひと時となりました。長楽寺では、隣接する姨石という巨石の上から眼下の棚田や千曲市、長野市を一望し、また観音堂や本堂で長楽寺にまつわるお話を伺いました。

麻績学級では、今年度コロナ禍でできなかった視察研修を再開できるようにになりました。来年度以降も史跡巡りや自然観察など、座学だけでなく、実際に感じることでできる講座を取り入れていく予定です。今後多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

## デジタル活用支援 スマホ講習会始まる

前月の館報でお知らせした総務省の利用者向けデジタル活用支援推進事業を活用したスマホ講習会が九月二十一日から始まりました。

今年度全六回を計画している講習会ですが、各回ともNPO法人信州ソフトウェア協会の皆さんを講師にお迎えし、地域交流センターで実施しています。また、今回の講座は一人ひとり機種やスマホ操作の習熟度が違うため、できるだけ少数でスマホを使ううえでの課題を解決することを目的としています。

第一回目は、カメラと写真の活用と題して実施し、七名の参加がありました。カメラの機能説明とその操作の仕方や、小さいものを上手く撮る方法を教えていただきました。また、カメラは写真を撮るだけでなく、拡大鏡などの便利なツールとして利用できることも学びました。

携帯電話を持っている方



▲カメラ＝写真だけではなく

のほとんどがスマホとなつていますが、使い方を覚えると色々な場面で利便性の向上につながります。公民館では、デジタル社会に向けたお手伝いができるようこうした講座を積極的に開催していきます。本講習会の最終回である十二月七日（木）には相談会を行う予定です。日頃スマホを使ううえで、困っていることや分からないことなどありましたら遠慮なく聞いてください。

ご相談・お問い合わせについては麻績村公民館（☎六七―二二四〇）までご連絡ください。



今月からインボイス制度が開始された。インボイスとは、事業者が消費税を納める際、経費などにかかった

消費税の控除に必要な請求書のことだ。新しいルールでは、税務署に登録して発行される番号を請求書に記載しないと、控除に使用できない。年間売り上げが一〇〇万円以下の免税事業者は、実質、インボイスが発行できない。このため取引先からは、課税事業者への切り替えや、従来の取引価格から消費税相当分の値引きを求められるケースも増えてくる。かくいう私も小規模事業者のため、数件の取引先から取引価格の改定の相談を受けるなど、その影響を受け始めている。「適正な課税」と言われれば聞かぬはいいが、しわ寄せを受けるのは、ギリギリな所で商売をしている小規模な事業者だ。もう少し庶民の気持ちを汲んだ施策を望む。





▲一生懸命走りました



▲力いっぱい引っ張るぞ

### 楽しい遊びから心とからだの成長へ 〜麻績保育園運動会〜

九月二十三日に麻績保育園運動会が行われました。当日は、朝霧雨が降り開催が心配されましたが、子どもたちの願いが通じたのか、運動会が始まると雨も上がり、元気な声が園庭に響き渡りました。

今年度は子ども主体の運動会をメインテーマとし、子どもたち自身が楽しいと思える運動会を目指して活動してきました。移動が自由な綱引きなど日々の遊びの中から種目へとつなげることで子どもたち自身が本



▲大きいバルーンを作ります

当に好きなことに夢中になって取り組むことができた。思いきり楽しんで遊んだからこんなに走れるようになった、踊れるようになった、そんないきいきとした姿を見ることができた運動会となりました。

## OMIGOTO おみごと ギャラリー

明治町 松崎 豊さん

ハロウィーンのシンボル作り続けて十年

秋のイベントとしてすっかり定着したハロウィーン。そのシンボルである大かぼちゃ、ジャック・オー・ランタンを毎年玄関先に飾っているのが明治町の松崎家です。

きっかけは十年ほど前、



▲今年も大きく育ちました

「テレビで見てもおもしろそうだと思ってね、畑も空いていたので作ってみたんだ」と豊さん。かぼちゃは栽培が楽な作物ということもあり、「多い年は三十個以上もとれてね、知人に配ったりもしたよ」めずらしい飾りに「写真をとらせて」と頼まれることもあ

るそうです。  
**工夫しながらの栽培  
これからもぜひ！**

この大かぼちゃは、採種した種からは栽培できない「一代交配種」のため、種は毎年買わなければ



▲お孫さんにも大好評

ばなりません。さらに昨今の高温、豪雨で草は伸びるしつるはからまる。そこで「つるがまっすぐ伸びるように誘引、刈った草は下に敷く」まさに丹精込めての栽培です。そして何より大変なのは「重たいんだ！」とのこと。でも、すっかり秋の風物詩となった松崎家のハロウィーンかぼちゃ、お孫さんの幸仁くん（六歳）にとっても自慢の「ぼくの家のかぼちゃ」です。どうぞ末永く作り続けて下さいね。

## 仲間と元気に集団生活 くおみっこ元気くらぶ 通学合宿

おみっこ元気くらぶでは、九月十四日から十六日までの二泊三日の日程で、家庭を離れ共同生活をしながら合宿所から学校へ登校する「通学合宿」を行いました。例年通学合宿は十一月に六泊七日で行われていましたが、今年度はコロナ明けという事もあり、日程を見直し九月に二泊三日で行うこととしました。

今回の通学合宿では、麻績小学校の四年生以上の希望者を対象にした活動に十六名が参加しました。第二公民館を合宿所として利用し、信州大学YOU遊未来



▲二日間よろしくお願ひします！

の学生の皆さんとともに子どもたちが集団生活をしました。子どもたちは四班に分かれそれぞれ役割分担を決めて、夕食作りや掃除、シェーンガルテンおみでの入浴などの共同生活を仲間と共に、決められた時間の中で規則正しい生活を送り



▲たくさん食べてます



▲合宿所から元気に登校

ました。二日目の夜には肝試しやホットケーキのデコレーションなどの企画を楽しみ、三日目には、班ごとに挑戦した発表会を行いました。三日間と短い日程ではありましたが、日に日に子どもたちが成長していく様子を感じる事ができました。



▲学生の皆さんに感謝!!



▲学生たちから子どもたちへサプライズ

聞き慣れない言葉かもしれませんが、ペアレントトレーニングとは、子どもの行動を適切に理解して、その対処方法を具体的に学び、子どもとの関わり方を練習するものです。親子関係が良好で子育てに自信が持てるようになることを目的としました。

「子どもを見るハードルが下がったので、今まで怒っていたことを流せるようになりました」  
子育てに関する悩みやその他相談等ありましたら、麻績村教育委員会までお問い合わせください。

この度、麻績村教育委員会でペアレントトレーニングの勉強会を実施しました。

### ペアレント トレーニング

通学合宿での経験を今後の生活に生かしてくれたらと思います。



▲楽しい思い出になったかな

小学校児童対象が全八回、中学校生徒対象が全四回のプログラムでした。参加された皆さんは毎回一生懸命に取り組まれていました。また、日々子育てに苦労している思いを共有することで、悩みを解決したり「これで大丈夫なんだ」と自信を深めたりすることが出来ました。

プログラムの最終回では、参加された方々から感想をいただいたので、一部紹介します。

「トレーニングを受けて、子どもを受け入れることが出来るようになってきました。それによって子どもとの関係も明るいものになった気がします」

「子どものことを肯定的にとらえられることが増えました」

## 麻績小学校

### ランチルームで 楽しい給食

この五月に、新型コロナウイルス感染症が五類に移行され、六月よりランチルームでの給食が復活しました。

ほぼ四年ぶりのランチルーム給食でしたが、五年生以上の児童はコロナ前に思い出しつつ、スムーズに準備ができました。四年

生までの児童は初めてのランチルーム給食です。

# 元気通信!!

## ～今月の小・中学校～

四時間目が終了すると、ランチルームで椅子をおろしてテーブルをアルコールで拭いたり、給食室から給食を運んだり：

と、最初のうちは慣れないため時間がかかりましたが、四か月たった今は、全校で楽しく給食を食べられるようになりました。

健康委員が先に立ち、毎日「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをします。伝統的な麻績小学校のランチルーム給食、これからも全校で楽しく給食を食べていきましょう。



▲給食 さいこうー



▲みんな揃って「いただきます」

## 筑北中学校

### 福祉交流について

一年 中村 隼人

僕が福祉交流で行ったところは、グループホームあやめです。あやめに僕は初めて入りました。その時は「ここはとってもきれいでとてもいい場所だな」と思いました。

僕が交流した内容は、お年寄りの方と話したり、一緒にアイスを食べたり、途中で自分と友だちのやっている空手をやりました。と



▲楽しんでもらえるかな ドキドキ

でも簡単な技だったけど大絶賛でした。とてもうれしかったです。

僕は、お年寄りの方と交流してみても、お年寄りの方との交流は楽しいなと思いました。また交流してみたいです。

### 職場体験を振り返って

二年 滝澤 大翔

僕たちは九月七日、八日に職場体験に行きました。僕は食事処まさへ行きました。

今回、職場体験をするにあたって「時間に遅れない



▲働くって時間を守ることなんだ

い」という目標を立てました。なぜこの目標にしたかというと、僕は忘れることが多いので、この目標を立てました。

職場体験では掃除と接客をしました。たくさん仕事がある中でも、目標通り時間に遅れずに行動できたので良かったです。

### 全身全霊最後の筑北祭

三年 和栗 夏大

私は筑北祭に向けて頑張っていることがたくさんあります。その中でも、ステージバックに力を入れています。

準備期間も短い中、みんな力を合わせて制作しています。今年は立体的に動く扉を制作し、見ている人が驚くように工夫を凝らしました。

一年生から三年生までが力を合わせて作った環境委員会の集大成です。

ご協力いただいたみなさん、ありがとうございます。



# オンドルの館

(その二)

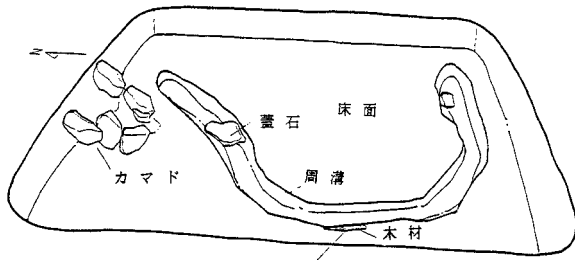
## 竪穴式住居跡 二軒見つかる

昭和六十二年（一九八七）年八月下旬西地区から、墓・住居跡二軒が相次いで発掘された。

「竪穴式住居」とは、地表を五十cmほど掘り下げ、その上に屋根を葺きおろした住まいである。平安時代中期（約一〇〇〇年前）に作られたもので、筑北で初

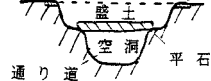
〔2号住居跡の見取り図〕

伊藤調査研究員作成



溝の落ち込み部分

をおさえる部材



周溝の構造復元断面図

2号住居跡を西側から見た図です。ふた石はカマドの前に一枚しか残っていませんでしたが、もともとはおこした炭などを入れる口を除き、全体にかぶさっていたと思われます。

▲住居跡の見取り図（当時の調査速報号外から）

めて発見された遺構であった。この時代、京の都や奈良等畿内では、源氏物語にみられる優雅な館であったが、都を離れた田舎の住民は、縄文時代からの竪穴式住居に住んでいたと想像される。

## オンドル完備の館 発見される

発掘された一軒は、かまどと分離した床下暖房装置を完備した住居跡（二号住居跡の見取り図参照）であった。

調査速報号外によると、調査研究員が奈良まで出向き、国立奈良文化財研究所建造物研究室長宮本長二郎氏に聞いたところ「国内で初めてカマドと分離した床下暖房装置付の竪穴式住居である」ことがわかったと記されている。

昭和六十二年十月二日の信濃毎日新聞で大きく報道された。全国・県下で注目され、考古学史上稀な大発見であった。

## オンドルとは

住居のカマド（火処）で熱い排気を外に出さず通路をつくり暖房として利用す

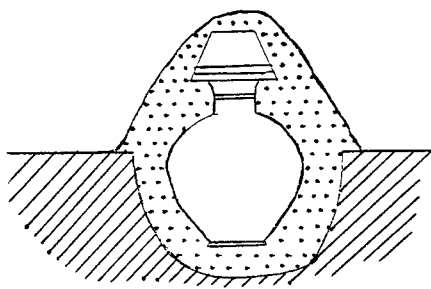
る施設を「オンドル」という。日本固有の施設ではなく、朝鮮半島では現在利用されているという。日本では渡来系住居跡で発見されている。長野県では、北半の犀川・千曲川流域の十一箇所が発掘されている。

## 平安時代に 葬祭センター

火葬墓から骨蔵器（骨壺）と、住居跡の近くから土師器内墨の椀が発掘された。別の場所で火葬して、骨壺に納め椀で蓋をして墓地に葬ったものだという。現在の埋葬と同じであり、この時代に「葬祭センター」があったのであろうか。興味深い発見であった。



▲発掘されたオンドル跡



▲このような形で用いられたのであろうか

## 大盛況だった 現地説明会

昭和六十二年九月七日に現地説明会が行われ、一五名が見学を訪れた。平日にも関わらず、休日に行われる説明会と同じくらいの人が集まった。

その説明会に参加していた女性Bさんから、ユニークな質問があった。「こんな狭い家にみんなでかさなって寝たんでしょうか？」説明した調査研究員の回答は、「????」であった。ちなみに二号住居跡は、一辺四メートルほどの方形であった。



▲当時の現地説明会のようす

「寄稿」信濃史学会会員

飯森 忠幸

次月号に続く

# 本の森だより

おみ 図書館

## ファーストブック 絵本贈呈の会開催

令和四年度に生まれた赤ちゃんに絵本をプレゼントする会が、図書館で開催されました。今年は十五名のお子さんが対象でした。希望した本を塚原村長が差し出すと、小さな手で受け取ろうとする姿に、参加者から思わず拍手の場面も…。

贈呈のあとは、小松小百合さん（明治町）に、ふれあい遊びや本の読みがたり、子育てのお話をしていただきました。「親子でいろいろ



▲すてきな本を選んだね、いっぱい読んでね

ろな本に出会い、小さなころからお話に触れる時間を大切にしましょう。想像力を豊かにしていくことが、これからの生きるチカラにつながります」と語りかけました。

親ごさん向けに読んだ絵本（このよでいちばんはやいのは ロバート・フローマン原作）はまさに想像力を試されるお話で、大人になっても「子どもに負けない想像力」を持ち続けることの楽しさや難しさを実感しました。

赤ちゃんに日々訪れるさまざまな「はじめまして」とともに、絵本を活用して心身ともに豊かに成長していったほしいですね。

親子のコミュニケーションを深めるために、そして子育てにちよつと心が疲れたときにも、図書館の本をお役立てください。

## 稲葉真莉絵作品展開催

昨年に引き続き、第二弾となる稲葉真莉絵さんの油彩画の作品展が、十月七日まで開催されました。

野の草花や村の風景が描かれた小作品、そして大きなキャンバスには雄大な山の姿。麻績村の自然をさまざまな角度から切り取った作品群が並びました。「ふだん見ている景色も絵になるとまた素敵。思わず見入ってしまう」そんな声が聞かれました。



▲見ている人をほっとさせる、緑のある風景

## 中学生職場体験

筑北中学校の生徒二名が、二日間にわたり図書館で職場体験をしました。

カウンター内では日常業務全般にかかわり、同時に



▲中学生が選んだ「おすすめ本」とポップ

おすすめ本紹介のポップを制作。また、高齢者施設訪問にも同行して、本の貸借以外の図書館業務を体験してもらいました。ふだん接する機会の少ない方との触れ合いは、よい経験となったことでしょう。

## 麻績小学校図書館だより

おみスクールパートナーズの活動として、先日ブック・トークが行われました。秋が深まり月のきれいな時期だけに、今回は『月』をテーマにした本を何冊か



▲科学も文学も…。月にまつわる本が紹介されました

子ども達に紹介していただきました。

「もしも月まで歩いていくとしたら、十一年かかる！」「ガリレオは望遠鏡を作った」というお話から、「宇宙飛行士を育てたお母さんってどんな人？」など、いろいろな角度から関連本を紹介していただき、みんな興味津々でした。

## お知らせ

### ○文化祭

本のリサイクル市  
日時：十一月三日（金）  
…十一月四日（土）  
場所：地域交流センター  
3階ロビー

雑誌のバックナンバー、文学、趣味・実用書、児童書や絵本など、ご用意があります。なお、持ち帰り用の袋はご持参ください。

## みんなてそだてる 9月のおみ図書館

### 8月貸し出し数

貸出冊数一般	688冊
貸出冊数児童	497冊
来館者数一般	372人
来館者数児童	432人



**麻績消防署から  
講習会お知らせ**

みなさんヒートショックは知っていますか？ 全国で昨年約一万九千人が経験したとされている怖い現象です。

ヒートショックは寒い季節に多く発生しており、本格的な冬を迎える前に、「ヒートショックとは何なのだろうか？」「ヒートショックを予防するためにはどうすればいいのか」など現役の救急隊員が丁寧なわかりやすく教えます。

**日時**

令和五年

十一月十八日(土)

午前十一時～十二時

**会場**

麻績村地域交流センター

**三階ホール**

**内容**

- ・ヒートショックとは
- ・ヒートショック予防のクイズ
- ・ヒートショック発生時の対処法

**その他**

申込み等はありませんので、当日会場へ直接お越しください。受講は無料となります。

**お問い合わせ**

松本広域連合麻績消防署 救急担当 (☎六七二二九九)

※ご質問等ありましたら、担当までご連絡ください。



**『成年後見人等のつどい』  
開催のお知らせ**

親族で成年後見人、保佐人、補助人を受任している方、これから利用を検討している方、成年後見制度に関心のある方を対象に「成年後見人等のつどい」を開催します。認知症や精神障

がい、知的障がいのある家族の方の財産管理や契約行為において成年後見制度の利用が必要になることがあります。

「成年後見人等のつどい」では、実際に成年後見人を受任している司法書士の先生から成年後見制度の概要や後見人等としての業務について講演をしていただきます。

**日時**

令和五年

十一月十二日(日)

講演・午後一時三〇分

午後三時

個別相談・午後三時

午後四時(先着順)

**会場**

松本市松南地区公民館

(なんなんひろば) 三階大会議室 (松本市芳野四番一

号)

**内容**

(一) 講演

「成年後見制度と相続登記」

講師・小松和茂司法書士

(二) 個別相談

講師・小松和茂司法書士

四組(先着順) 一組十五

分程度

**対象者**

- ・松本市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村に在住で、親族等の成年後見人、保佐人、補助人になつていらっしゃる方
- ・成年後見制度の利用を検討している方
- ・成年後見制度に関心のある方

定員・八〇名  
参加費・無料  
申込み方法  
令和五年十月二日(月)  
十月三十一日(火)(土・日・祝日を除く)

午前八時三〇分～午後五時一五分までの間に電話でお申込みください。個別相談を希望される方は申込みの際にお申し出ください。

申込み・お問い合わせ  
松本市社会福祉協議会  
成年後見支援センターか  
けはし  
(☎八八八六九九)

**編集後記**

二〇二三年度の都道府県別の最低賃金額が厚生労働省より発表された。長野県の最低賃金は九四八円となり、前年より四〇円増となった。

全国の加重平均額は前年比四三円増の一〇〇四円となり始めて一〇〇〇円を超え、引き上げ額も過去最高となった。

十月から生活に関わる様々な物がまた値上げされる。物価の上昇に賃金が追いついていかないと消費は減る一方となり、企業にもしわ寄せがいく。一日も早く賃金と物価のバランスが良くなることを願うばかりである。



**ご冥福を祈る**

吉野 公 80歳 下井堀  
宮崎さかえ 96歳 桑 関

