



「よみがえれ、八ヶ岳森林軌道」 郷土の文化財 第3集発刊

一九三九（昭和十四）年～一九四七（昭和二十二年）年、原村で活躍した「八ヶ岳伐木事業所富士見作業軌道」の記録をまとめた歴史記録集が原村教育委員会より発行されました。
郷土の文化財シリーズは、住民が足を調べた原村の歴史報告書で「よみがえれ、八ヶ岳森林軌道」が第三集目となります。
全百四十二頁にわたる今回の冊子は、当時の写真やその解説、働いていた方々へのインタビューや原小学校児童による調査報告、またGPS（全地球測位システム）で調査した軌道全体図、原村で活躍しているイラストレーターによるトロツコのイラストなどが掲載され、原村の歴史書というばかりではなく、子孫に引き継がれ未来へ発展する将来像も語っています。



語り継がれる 郷土の歴史

郷土の文化財シリーズ第一集は「棒道」、第二集は「原村の道しるべ」。そして、今回発行されたのが「よみがえれ、八ヶ岳森林軌道」です。
第二集の発刊から十七年ぶりの刊行で、今回は原村むらづくり生涯学習推進委員会の「よみがえれ、八ヶ岳森林軌道」専門部会が編集をしました。
専門部会が活動を始めてから二年、軌道の探査から始まり、当時働いていた方々からの聞き取り調査や、眠っていた史料、記録等の掘り起こし、そして、そこから明らかになった森林軌道の歴史を読み取ることが出来ます。

『郷土の文化財第3集「よみがえれ、八ヶ岳森林軌道」』

- 【目次】第1章「富士見作業軌道」時代の写真と調査記録
- 第2章 帝室林野局諏訪出張所
- 第3章 原村における取組
- 第4章 働いていた方々へのインタビューその他

◎一般販売価格 / 1冊 2,000円

【お問い合わせ】原村教育委員会 文化財係(☎79-7930)



「よみがえれ、 八ヶ岳森林軌道」 専門部会の活動

専門部会は、次の2点を掲げて2006年2月、むらづくり生涯学習推進委員会で承認されました。

- ①森林軌道運行当時を知る人々へのインタビュー、聞き書きや現地調査、史料を収集記録して、次世代を担う子どもたちに伝え、原村の誇りとして未来に生かす。
- ②そのために、記録として残すだけでなく、多くの方々から寄贈・貸与いただいたレールや道具等を使い、できる限り当時の状況を復元設置する。

専門部会は、働いていた方々と一緒に敷に埋もれた約20キロメートルの軌道跡を歩き、林野庁や国立国会図書館等の資料を調査研究するとともに、軌道の復元にも力を注いできました。公共交通機関・木炭による代燃装置等は、化石燃料を使わないという点では、資源の有効利用や地球温暖化の防止という点において、この現代にも一度振り返ってみる価値があると確信しています。

この二つを柱に、働いていた方々がお元気なうちに、多くの方たちと一緒に軌道跡を歩き、レールを敷く。そしてトロツコや機関車に夢を乗せ、八ヶ岳中央高原を子どもたちやお年寄りの元気な声が響き渡る場所にしたと考えるております。（記録集 本文一部要約）

■今後の活動
「よみがえれ、八ヶ岳森林軌道」専門部会では、他の専門部会などと連携しながら、森林軌道探査会などを計画していきます。また、軌道復元の夢を現実へと進めます。

3月20日、発刊を記念した『刊行発表会』が関係者や一般参加者を迎えて開かれました。当時の森林軌道を支えた女衆をはじめ、多くの従事者も出席し、賑やかな発表会となりました。
記録集に掲載したイラストの原画展をもみの湯や八ヶ岳自然文化園などで行う予定です。ぜひご覧ください。



村づくり通信

村づくり戦略推進室
村づくり係からのお知らせ

TEL:79-7922 (直通)
E-Mail:muradukuri@vill.hara.nagano.jp



INFORMATION

くらしの 情報

暮らしに役立つ身近な情報発信

4月	5月
日	月
15	16
17	18
19	20
21	22
23	24
25	26
27	28
29	30
1	2
3	4
5	6
7	8
9	10
11	12
13	14
15	15

April to May

施設のおやすみ

■役場 ☎79-2111
土曜日、日曜日、祝日

■診療所 ☎79-2716
土曜日、日曜日、祝日

■地域福祉センター ☎79-7092
土曜日、日曜日、祝日

■老人憩の家 ☎79-2111 (内線128)
日、火、木曜日

■中央公民館 ☎79-4815
無休

■社会体育館 ☎79-4922
火曜日、4/30、5/5、5/7

■図書館 ☎70-1500
月曜日、祝日、4/25、5/6

■八ヶ岳美術館 ☎74-2701
無休

■八ヶ岳自然文化園 ☎74-2681
4/15、4/22、5/7、5/8、5/13

■もみの湯 ☎74-2911
4/16、5/7

募集

市民農園利用者

対象者 ●種苗や農機具を自分で用意して、定期的に管理が出来る方で、自ら野菜や花など作物の栽培を楽しみ、希望する方。

- 場所と区画 ● 柳沢区の弓振農村広場から東へ約700m。
- 1区画約50㎡(畑)、13区画募集
- 金額と条件 ● 年額4,000円(5区画)、又は5,000円(8区画)
- ※5,000円

- 圃の区画は灌漑利用組合加入のため、作物へ灌水可。
- 利用期間は、平成21



パソコン教室受講生

講座日程 ● 5月12日(日)・14日(火)・16日(木)・21日(日)・23日(火)・26日(金)(全6回)
午後7時～午後9時

- 場所 ● 中央公民館 視聴覚室
- 内容 ● パソコンの基本操作、インターネットの基本操作等
- テキスト代 ● 900円
- 申込先及び問い合わせ先 ● 原村中央公民館
- ☎79-4815 (直通)

空き家・古民家

「空き家・古民家」を有効活用しませんか?

原村では、空き家を有効利用した都市住民との交流、団塊世代の方々などの定住対策や地域の活性化を図るため、村内で空き家となった一般住宅で、賃貸・売買可能な空き家の情報を募集しています。
村が窓口となり、定住を希望されている方にいただいた情報をお渡しします。村では売買及び賃貸などの仲介は行わず、情報の提供のみを行います。契約などについては当事者間で行っていただくようお願いいたします。

空き家情報の提供事項

- 1 物件の所在地
 - 2 物件の所有者
住所・氏名・電話番号
 - 3 物件の管理者
住所・氏名・電話番号
- (所有者と同じ場合は1、2のみ)

信州大学市民開放授業

信州大学では、学生とともに受講する機会として、大学の授業を一般市民及び高校生の方々に開放しています。
開講期間 ● 前期 4月～7月 / 通年 4月～来年3月
開放場所 ● 信州大学 全学教育機構及び各学部
募集案内配布窓口及び問い合わせ先 ● ☎0263-37-2870

宅地建物主任者科受講生

10月に行われる資格取得試験を目指した講習を行います。
講習日程 ● 5月14日～9月26日
午後6時15分～午後9時15分

3次元CAD設計・技術科訓練生募集

離転職者及び母子家庭の母等を対象とした公共職業訓練を実施します。雇用保険受給者の方で、一定の条件を満たされた方には、受講中、基本手当や通所手当などが支給されます。
応募資格 ● 求職活動中で再就職に意欲のある方。
応募方法 ● ハローワークに備え付けの「入校願」「事前調査票」を記入し、ハローワークへ提出してください。
応募締め切り日 ● 4月30日(金)
問い合わせ先 ● 長野県岡谷技術専門学校

募集締め切り ● 4月25日(金)
申込先及び問い合わせ先 ● 諏訪高等職業訓練校
☎52-4306

募集

職業訓練生募集

速やかに再就職をお考えのハローワークに求職登録をされている方などを対象に訓練生を募集します。訓練期間中、就職に関わる相談に応じます。
募集訓練科 ●

テクニカル・オペレーション科、電気設備科、ビジネスワーク科、金属加工科
問い合わせ先 ●

松本職業能力開発促進センター
0263-58-2905

黒部ルート公募見学会

黒部峡谷の樺平から立山黒部アルペンルートの黒部ダムまでを結ぶ黒部ルートの見学会(年34回実施)の参加者を公募します。電源開発の歴史を学ぶとともに黒部峡谷の自然にも触れられる貴重な機会です。
問い合わせ先 ●

黒部ルート見学会公募委員会事務局
076-442-8263

お知らせ

観光ページ携帯版

原村では、村の観光情報を

提供する携帯電話用ホームページを立ち上げました。

トップページでは、「信州で首都圏に最も近い村」として村の特徴や交通アクセスの紹介をしています。観光スポットのページには、村内の観光施設や見どころを写真付きで紹介し問い合わせ先も載せています。イベント情報のページでは、おすすめイベントを随時紹介しています。

今後、村職員の名刺や観光パンフレットなどにホームページのQRコードを印刷してPRに努めていく予定です。皆さんも、いつでもどこでもタイムリーな原村の観光情報が見られる原村携帯観光ホームページをご活用ください。お友達にもぜひ、このホームページをご紹介ください。

問い合わせ先 ●
農林商工観光課商工観光係
079-7929(直通)

不法投棄は犯罪です!

不法投棄は犯罪です! 村では、ごみの出し方を掲載した「家庭ごみ・資源物分別の手引き」を各ご家庭へ配布し、排出ルールを守っていただくよう協力を呼びかけています。事業活動に伴って排出される産業廃棄物はもちろんのこ



問い合わせ先 ●
建設水道課環境係
079-7933(直通)

相談会

秘密厳守
相談無料

家庭児童相談 079-7092

◇日時/4月18日(金)、5月2日(金) 5月9日(金) 午後2時~4時
◇場所/保健センター2階
◇担当/中村由美子相談員

心配ごと相談所 079-7228

◇日時/5月11日(日) 午後1時~午後5時
◇場所/保健センター2階
◇担当/永田安一相談員

無料法律相談 079-7927

◇日時/5月9日(金) 午後1時~5時
◇場所/中央公民館 講義室
◇担当/長野県弁護士会諏訪在住会員の弁護士

国民年金出張相談会 023-3661

◇日時/4月22日(火) 午後1時~午後5時
◇場所/中央公民館 講堂
◇担当/岡谷社会保険事務所職員

消費生活相談 023-8260

◇日時/第3火曜日・土曜日・日曜日・祝日以外 午前10時~午後6時
◇場所/岡谷市中央町(ラオカヤ1階)
※第3火曜日は巡回相談となります。日時と場所はお問い合わせください。
◇担当/県消費生活センターおやか

税務相談所 028-6666

◇次回の開設日/5月14日(水) 午前10時~正午
◇場所/下諏訪商工会議所会館2階
◇担当/関東信越税理士会諏訪支部の税理士

交通事故巡回相談 057-2900

◇日時/5月8日(木) 午前10時~午後3時
◇場所/諏訪合同庁舎
◇担当/長野県交通事故相談所松本支所の交通事故相談員

野外での焼却の禁止

と、日々の生活から出る一般廃棄物であっても、廃棄物をみだりに捨てることは法律により禁止されています。これに違反して廃棄物を不法に投棄した者は、厳罰の対象となります。不法投棄をなくすため、村民一人ひとりが「不法投棄はしない」「させない」という気持ちを持つことが大切です。未然防止や早期発見のために皆様のご協力をお願いします。

野外でのごみや不要ものの焼却は、一部の例外を除いて禁止されています。違反すると罰則が科せられます。なお、例外として認められている焼却であっても、次のように生活環境に支障がでたり、苦情などがあつたりした場合は、改善命令や行政指導の対象となります。周囲の皆さんの迷惑になる焼却は、やめましょう。
※農業・林業・漁業を営むためにやむを得ず行う焼却であっても、周囲の住宅に及ぼす影響(黒煙、悪臭等)が大きいと考えられる場合。
※気象条件(強風等)によって、周囲に危険や迷惑が及ぶと考えられる場合。

国税に関する相談

平成20年5月1日困から、国税に関するご相談のうち、内容が複雑で事実関係を確認する必要のあるご相談については、事前に税務署に電話予約をいただいた上で面接相談となります。国税に関するご相談を希望される方は、まず電話にてお問い合わせください。
問い合わせ先 ●
諏訪税務署
052-1390(代表)

自動車税納税 通知書の住所変更

自動車税は、4月1日現在自動車(軽自動車、二輪車を除く)をお持ちの方に納めていただく県税で、今年は6月2日国が納期限です。

ながの電子申請サービス_アドレス
http://shinsei.e-nagano.lg.jp/portal/ (長野県→自動車納税通知書送付先変更届)

原村観光ホームページ携帯版URL http://www.onsen-navi.net/qr-site/1000476.shtml QRコード

自動車税納税通知書は5月上旬から発送予定です。送付先の変更は、「ながの電子申請サービス」又は諏訪地方事務所税務課へお知らせください。

自動車の登録(住所、氏名)の変更、譲渡などをした場合、道路運送車両法の規定により登録変更が必要です。各運輸支局で手続きをしてください。
問い合わせ先 ●
諏訪地方事務所 税務課
057-2905
長野運輸支局松本自動車検査登録事務所
050-5540-2043

「緑の募金」にご協力を!

私たちの暮らしに欠かせない身近なみどりや大切な自然を育てるために緑の募金を実施します。ご協力いただいた募金は、小中学校等への緑化木配布、村有林への植樹など緑化推進に役立てられます。募金は各区分長、常会長を通じて回収に伺います。実施期限は5月9日まで。
問い合わせ先 ●
農林商工観光課農村整備係
079-7932(直通)

スポーツ

社会体育館

079-4922

カルチャー

中央公民館 079-4815

- ふれあい学級①
04/15 午後1時15分
- フラワーアレンジ教室①
04/21 午後1時・午後3時・午後7時30分
- あひるクラブ①
04/24 午前9時30分
- パソコン基礎講習A
05/12 ②5/14 午後7時

70-1500 www.libnet-suwa.gr.jp

図書館へ行こう!

開館: 火~日曜日、午前10時~午後6時15分
休館: 毎週月曜日、国民の祝日、4/25(金)、5/6(火)

新着図書

児童図書



記憶に刻まれた春は、何度でも人生をあたためる。憧れ、旅立ち、別れ、幼い日の母の面影。温かい涙あふれる12の春の物語。生の哀歓をみごとに描く重松清の四季・春篇。



団地の7階から飛び降りた経験を持つフィッシュに、彼の家にいつの間にか転がり込んできた友人、宮野、佐倉...中学校時代の同級生3人をめぐる、切なくもどこかユーモア漂う、愛と希望と思いやりに満ちた物語。



唱歌・童謡から町の歌まで全250曲を収録した、初の「信州の歌」本格集成。信州人が作詞・作曲したものだけでなく、長野県と深いかわりのある歌や、歌謡曲、民謡・新民謡、ふるさとの歌、寮歌も掲載。



離乳食を卒業する2歳くらいの幼児向けのおやつレシピ集。3回の食事を補う軽い食事として、ごはんやパン、野菜やいも類、果物などの素材を使った、甘いもの中心ではないおやつを紹介。



果から追い出され、親に置いていかれた、飛べないこうのどりのひな。幼い少女マイカは、こうのどりを家においてあげることにしました。ふたつの心の交流を詩情ゆたかに描く。



春風によって、ちょうちょがひらひら。うさちゃんにとまって、うさちゃんかうふふ...。こんどはだれにとまるかな? 子どもたちのくすくす笑いが聞こえてくるような絵本。

図書館からのお知らせ

=これからの催し物=

★ボランティアグループ「やまなば」おはなし会

日時/4月19日(土) 午後1時30分~
場所/原村図書館2階

★図書館のおたのしみ会

日時/5月14日(水) 午後4時~
場所/原村図書館2階
内容/紙芝居、絵本の読み聞かせ、ブックトーク(本の紹介)、折り紙制作など。

↑お友達をさそって、大勢おでかけください。
=お知らせ=

★子どもとしゃかん ボランティアの募集

図書館まつりやおはなし会などで、お手伝いをしていただける小中学生を募集しています。やってみたい方は図書館までご連絡ください。

富山県(黒部ルート公募見学会案内)ホームページ_アドレス
http://www.pref.toyama.jp/cms_cat/501010/kj0000094.html

松本職業能力開発促進センターホームページ_アドレス
http://www.endo.go.jp/nagano/

行政情報

TEL.0266-79-2111 (代)
FAX.0266-79-5504

http://www.vill.hara.nagano.jp/ E-Mail haramura@vill.hara.nagano.jp

- 議会事務局 ☎79-7951
- 総務課 総務係 ☎79-2111 (内231)
- 村づくり戦略推進室 村づくり係 ☎79-7922 企画係 ☎79-7942
- 住民財務課 税務係 ☎79-7923 財政係 ☎79-7924 住民係 ☎79-7927
- 会計室 会計係 ☎79-7935
- 保健福祉課 社会福祉係 ☎79-7092 健康づくり係 ☎79-7092 医療給付係 ☎79-7925 原村診療所 保育所 ☎79-2716 ☎79-3559
- 建設水道課 建設係 ☎79-7921 環境係 ☎79-7933 上下水道係 ☎79-7943
- 農林商工観光課 農政係 ☎79-7931 農村整備係 ☎79-7932 商工観光係 ☎79-7929 農業委員会 ☎79-7934
- 教育委員会 教育課 ☎79-7920 学校教育係 ☎79-7930 文化財係 ☎79-2123 原小学校 ☎79-2455 原中学校 ☎79-7940 生涯学習係 ☎79-4815 中央公民館 ☎79-4922 社会体育館 ☎70-1500 原村図書館 ☎79-2442
- 諏訪広域連合 原消防署 ☎79-2442

村長と話し合う日

第94回「村長と話し合う日」を行います。希望者は総務課までお申し込みください。

日時／4月21日(日)
午後1時～午後8時

場所／原村役場 村長室

その他／「村長室へようこそ事業」村長の在庁時で都合のつく限り懇談に応じます。

閩総務課総務係

☎79・2111(内線231)

ごみの引き訂正のお願い

広報はら2月号といっしょに各ご家庭にお配りしました「保存版 ごみ・資源物分別の手引き(平成20年4月改訂版)」につきまして誤りがありましたので、誌面をお借りしてお詫びいたします。なお下記の箇所に誤りがあります。

で訂正をお願いします。

○訂正箇所

●手引き裏表紙に記載がある、燃えるごみ 諏訪南清掃センターの電話番号が79・2905になっておりますが、正しくは「72・2905」です。お手数ですが訂正をお願いします。

○お知らせ

●「保存版 ごみ・資源物分別の手引き(平成20年4月改訂版)」裏表紙に記載してある燃えないごみ 南諏衛生センターの電話番号62・2160は事務所につながります。粗大ごみ処理施設に直接電話をする場合は、62・4907へお掛けください。

閩建設水道課環境係

☎79・7933(直通)

乳がん、子宮がん検診

【乳房マンモグラフィ検診】マンモグラフィは、2年に1度行う隔年検診です。

○対象 昭和9～41年の奇数年に生まれた女性。

○日程 4月24日(日) 5月14日(日) 6月26日(日) いずれも午前9時から午後3時。完全予約制です。

○定員 各日とも先着35名

○場所 原村保健センター

○料金 無料

○検診方法及び結果 乳房エックス線撮影をおこないます。乳房を撮影台の圧迫板で平らに圧迫し、両方の乳房を片方ずつ撮影します。撮影は女性技師がおこないます。検診結果は約3週間後、郵送でお知らせします。

【乳がん集団検診】

○対象 昭和42～53年に生まれた女性及び昭和7年以前に生まれた女性。

○日程及び定員 4月25日(金) 5月7日(日) 受付は午後1時から15分間

○定員 各日とも先着50名

○場所 原村保健センター

○持ち物 バスタオル

○料金 無料

○検診方法及び結果 外科医による視触診をおこないます。必要な方には女性技師による超音波撮影をおこないます。結果は当日、外科医より説明があります。

【子宮がん集団検診】

○対象 おおむね20歳以上の女性

○日程及び定員 4月25日(金) 5月7日(日) 6月13日(日) 受付は午後1時から15分間

○定員 各日とも先着50名

申込先・閩

保健福祉課健康づくり係

(地域福祉センター内)
☎79・7092(直通)

人間ドック補助金

○補助対象者 村内に住所を有する満20歳以上の者。ドック健診を受診した日の属する年度において原村で実施するヘルススクリー

旅客運賃減額」および「第一種」「第二種」の記載が無い。

閩保健福祉課社会福祉係

☎79・7092(直通)

(特別) 児童扶養手当制度

児童扶養手当は、18歳未満の児童が父と生計を同じくしていない場合(離婚・死亡・遺棄・未婚等)、児童を監護する母または養育者に支給されます。未婚の母の方で、児童が父親に認知を受けた場合も手当を受けることができます。

【支給対象外】

- ◇児童及び受給対象者の住所が日本国内にない場合
- ◇児童及び受給対象者が公的

年金を受けることができる場合

- ◇児童が父に支給される年金額の加算対象となっている場合
- ◇児童が里親に養育されている場合

特別児童扶養手当は、精神または身体に障害がある20歳未満の児童を監護、養育する父または母もしくは養育者に支給されます。それぞれ支給要件を満たすが、まだ申請していない方は手続きをしてください。

【支給対象外】

- ◇児童及び受給対象者の住所が日本国内にない場合
- ◇児童が障害を支給要件とする年金を受給している場合

児童手当制度

国及び村のこの制度は、児童のいる家庭の生活の安定と次代を担う児童の健全な育成を目的としています。支給資格者で、まだ手続きをされていない方は申請をしてください。

【国の児童手当制度】

- 支給対象者・・・小学校修了前(12歳到達後最初の3月31日まで)の児童を養育する方。
- 手当の額(月額)
 - 3歳未満の児童 一律 10,000円
 - 3歳以上の児童 第1子、第2子 5,000円 第3子 10,000円
- 支給時期と支給額 毎年2月、6月、10月にそれぞれ

閩保健福祉課社会福祉係

☎79・7092(直通)

子育てサロン

就園前のお子さんの遊びの場です。原村図書館2階会議室で開設しています。

○5月の日程

- 1日(日)、2日(金)、8日(日)、9日(金)、13日(日)、15日(日)、16日(日)、20日(日)、22日(日)、23日(日)、27日(日)、29日(日)

■開設時間 午前10時～正午

療育手帳の書き換え

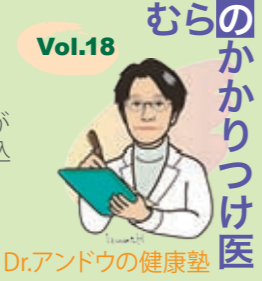
次に該当する方は、旅客鉄道会社の運賃割引が受けられない事がありますので、書き換えの手続きをお願いします。

書き換えの必要な方(旧療育手帳をお持ちの方)

- 手帳の表紙に「療育手帳」の名称が記載されていない。
- 手帳に本人の写真が貼付されていない。

手帳に「旅客鉄道株式会社

□日常の病気 糖尿病□



できているかは別に、糖尿病診療で私が大切にしている態度。まずは母のように。「悪いのは病気。あなたが悪いわけではない。落ち込まないで。」そして父のように。「正面から向き合おう。病気を知り、知恵を持って戦え。災い転じて福となす。」または兄弟姉妹のように。「医業は進歩している。遠慮せず恩恵にあずかろうよ。」あるときは息子のように。「人生の先輩として、お手本を見せて。」

つい言ってしまうがちだけど、絶対に口にしないと言っている言葉。「なぜここまで放っておいたのですか。」 「もう手遅れだ。」 「自業自得だ。」 「言うこと聞かないのなら、もう来ないで。」

ちょっと言いづらいけど、時には勇気を持って言うべき言葉。「このままだと、治らない痺れが出て、失明して、血液透析に通うことになりましたよ。」 「やるべき事をやってください。」

少し照れくさいけど、心がけている言葉。「さぞ来づらかったでしょう。よくぞ、来院してくれました。」 「何が一番心配ですか。聞きたいことはありますか。」 「よく頑張っていますね。偉いですね。」 「改善しました。私もうれしいです。」 「また来てください。お待ちしております。」

閩保健福祉課社会福祉係

☎79・7092(直通)

保健・福祉の掲示板

原村地域福祉センター 保健福祉課 ☎79-7092
原村診療所 ☎79-2716

みどりの健康館

快適な睡眠のための7ヶ条

みなさんは、夜、十分な睡眠をとっていますか？ 日本では、生活習慣の乱れなどから睡眠不足を抱えている、夜なかなか眠ることができないなどの悩みを持つ人が増えています。世界保健機関(WHO)では、健康の定義を「精神的・身体的・社会的に完全に良好な状態である」としていますが、睡眠はこれらすべてに関係するとても大切な要素です。今回は、健康づくりのための睡眠指針をご紹介します。

—— **快適な睡眠でいきいき健康生活** —— 「睡眠に問題があると生活習慣病のリスクが上昇します」「快適な睡眠をもたらす生活習慣は、定期的な運動と適切な食生活が大切」

—— **睡眠は人それぞれ、日中元気にはつらつが快適な睡眠のパロメーター** —— 「寝床で長く過ごしすぎると熟睡感が減ります」「年齢を重ねると、睡眠時間が短くなるのが普通です」

—— **快適な睡眠は、自ら創り出す** —— 「夕食後のカフェイン摂取は寝つきを悪くします」「睡眠薬代わりの寝酒は睡眠の質を悪くします」「不快な音や光を防ぐ環境づくりや、自分に合った寝具を選びましょう」

—— **寝る前に自分なりのリラクゼーション法、眠ろうとする意気込みが頭をささげさせる** —— 「軽い読書、ストレッチでリラクゼーションしましょう。ぬるめの入浴は寝つきを良くします」「寝ようと思えば寝る。ぬるめの入浴は寝つきを良くします」

—— **睡眠障害は、専門家に相談** —— 「寝付けない、熟睡感がない、熟睡中の激しいいびき、足のむずむず、歯ぎしりがある場合は、一度ご相談を」

(保健福祉課保健師 伏見万里子)

もみの湯送迎福祉バス

- 1班 4月15日(火)、5月13日(火)
大久保・柳沢・ハツ手・払沢・上里・農場・ペンション・原山
- 2班 4月22日(火)
柏木・菖蒲沢・室内・中新田・南原・判之木・やつがね

もみの湯『介護予防教室』

- 4月15日、4月22日、5月13日
》時間:午後1:30~
》場所:もみの湯
》問い合わせ先:保健福祉課健康づくり係 ☎79-7703(直通)

原村診療所

区分	月	火	水	木	金
午前 受付8:30~ 11:30 診療9:00~	安藤公二	安藤公二	鎌田寛 または 安藤親男	安藤公二	安藤公二
午後 受付13:30~ 16:45 診療14:00~	安藤公二	安藤公二	安藤公二	専門外来 第③肝臓病 (第①②④⑤ は休診)	長坂和彦 第①漢方 安藤公二 第②~⑤

- 第3木曜日午後の専門外来を受診したい方は予約が必要です。
- 休診 土・日曜日、祝日、年末年始
》問い合わせ先:☎79-2716(直通)

休日の当番医等 茅野・原地区医師会

期日	医科	薬局
4月20日	往診クリニックちの ☎82-4104	けやき薬局 ☎82-2864
4月27日	ヨコイ眼科 ☎72-2316	フジモリ薬局 ☎72-2200
4月29日	葛井耳鼻咽喉科 ☎73-8133	上原ファミリー薬局 ☎73-7177
5月3日	上原内科小児科医院 ☎72-2636	オギ/SC フジモリ薬局 ☎71-2578
5月4日	おもだか皮膚科 ☎73-2525	ヤジマ薬局 ☎72-2342
5月5日	三田医院 ☎73-9233	長峰ファミリー薬局 ☎71-2555
5月6日	塚田医院 ☎72-9898	リジョイスかしわ薬局 ☎82-3660
5月11日	リバーサイドクリニック ☎72-7010	りんどう薬局 ☎73-9285

諏訪地区小児夜間急病センター

- ・場所/諏訪市四賀2299-1
- ・診療日及び診療時間/毎日
午後7:00~午後9:00
- ・診療科目/小児科(けがは除く)
- ・お問い合わせ ☎54-4699(よるきゅうきゅう)

くらしのガイド

上水道当番指定店

4月13日(日)~4月19日(土)	(株)宮坂建設	☎79-2536
4月20日(日)~4月26日(土)	共栄管工(株)	☎79-5254
4月27日(日)~5月2日(金)	(株)キタハラ	☎72-7418
5月3日(土)	(株)有賀水道	☎72-4017
5月4日(日)	南部建設(株)	☎79-5720
5月5日(月)	(有)森山建設	☎79-5730
5月6日(火)	(有)伊藤水道設備	☎79-3447
5月7日(水)~5月10日(土)	(有)篠原鉄工建設	☎79-2421
5月11日(日)~5月17日(土)	(株)宮坂建設	☎79-2536

給水装置の修理は施工された指定工事店へ依頼してください。緊急の場合は当番店でも相談にのっております。

資源物とごみの収集日

収集時間は、各地区により決められた時間となります。

可燃ごみ	毎週火・金曜日	各地区 指定箇所
不燃ごみ	毎週水曜日	
資源物	4月26日(土) ▶午前7:30~午前10:30 役場駐車場	
	4月10日(木)	各地区 指定箇所
粗大ごみ	6月2日(月) 払沢、中新田 6月9日(月) 大久保、柳沢、ハツ手 6月16日(月) 柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原 6月23日(月) 判之木、上里、ペンション、原山、農場	

野焼き・不法投棄は法律で禁止されています。ごみは適切に各地区指定場所に出して下さい。

今月の納税等

- ・固定資産税(1期)
- ・国民健康保険税(1期)
- ・介護保険料(1期)
- 納期限・口座振替日……4月30日(水)

住民財務課窓口の時間延長 午後7時まで

- ・4月15日 ・4月22日 ・5月13日

人の動き

人口	7,662人 (-44)	転入44
男	3,813人 (-29)	転出82
女	3,849人 (-15)	出生6
世帯数	2,707世帯 (-21)	死亡10

平成20年3月末現在。()内は先月比。

『土砂災害110番』窓口(土砂災害に関する質問・相談)

☎57-2936
※平日と大雨注意報・警報発令中に利用可能

健康カレンダー

4月

種別	実施日・受付時間	場所	対象者
先天性股関節脱臼検診	16日(金) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H19年11、12月、H20年1月生
離乳食教室11・12ヶ月コース	17日(土) 午前9:45~午前10:00	中央公民館	H19年4、5月生
健康相談	21日(月) 午後1:00~午後3:00	保健センター2階	希望者(要予約)
乳児健診	22日(火) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H19年6、9、12月生
ポリオ	23日(水) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	7歳半~H19年11月生
乳がんマンモグラフィ検診(乳房エックス線撮影)	24日(木) 予約時に確認	保健センター	昭和9年~昭和41年間の奇数年に生まれた女性(要予約)
母乳学級	24日(木) 午後1:30~	保健センター2階	希望者(要予約)
乳がん・子宮がん検診	25日(金) 午後1:00~午後1:15	保健センター	乳がん→昭和42年~昭和53年の間及び昭和7年以前に生まれた女性(要予約) 子宮がん→子宮がん病院検診を受けない20歳以上の女性(要予約)
春のさわやかウォーキング	26日(土) 午前9:30~午前11:30	原小学校校庭	住民の方どなたでも(要予約)
乳がん・子宮がん検診	7日(金) 午後1:00~午後1:15	保健センター	4月25日の対象者欄を参照。
母親学級前期コース①	10日(月) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	妊娠前期~中期の方で希望者(要予約)
三種混合	12日(水) 午後1:15~午後1:30	地域福祉センター	7歳半~H19年10月生
1歳半健診	13日(木) 午後1:00~午後1:15	保健センター2階	H18年10、11月生
乳がんマンモグラフィ検診(乳房エックス線撮影)	14日(金) 予約時に確認	保健センター	昭和9年~昭和41年間の奇数年に生まれた女性(要予約)

5月

なっちゃんのフクワセリ通信③② ～小池奈津@役場総務課の街角interview～



園芸特産業関係功労賞 平出吉長さん(72歳)

セルリー栽培を始めてもうすぐ50年。昨年11月に長年のセルリー栽培の功績が認められ、平成19年度長野県園芸特産業関係功労者表彰で表彰されました。また、野菜品評会等で2度の知事賞を受賞しており、今回で3度目の知事賞受賞となりました。

Q.今回受賞した感想は?

53年間ただ土をいじってきただけのことから…。でも、チャンスは少ないからありがたいです。品評会で入賞したことや品質が安定していたことが評価されたんだと思います。感謝の気持ちを込めて、2月には受賞記念披露宴をやりました。

Q.農業を始めたきっかけは?

昭和29年に高校を卒業して農業を始めました。クラスの中で数人が普及員になったり大学に行くくらいで、他はみんな家を継いで農業をするのが当たり前だった。

Q.どんな作物を作ってきたのですか?

最初は養蚕と種馬鈴薯、米を作っていたが、種馬鈴薯は輸入が多くなって、蚕も桑が萎縮病でだめになってしまって、減反も増えて、どうするかということで、白菜、キャベツ、加工トマトなども作った。昭和25年くらいから原村でもセルリー栽培が始まって、昭和34年に栽培を始めました。

Q.苦労したことは?

水の確保に苦労した。水が無くちや育たないから、セルリーを始めた当時は家庭で、池の水を使って栽培していた。基盤整備や深井戸を掘って水を出すまで、みんな水で苦労していた。そのおかげでセルリーの産地になったと思う。

Q.良かったことは?

農業が好きだからやってこれた。土地を守っていききたいという想いがある。

Q.普段気をつけていること、心がけていることは?

水、農薬、肥料には気を使っている。均一に水をかけないと安定したものは作れない。生で食べるものだし、環境も守っていかねばいけないと思う。初心に戻れといつも言っています。

Q.好きな言葉は?

辛抱。ちょっとくらい安くて、我慢すれば次の年はきっと良くなる。

Q.今後の目標は?

ここまで大きな産地になったから、これからは、いかに品質を良くするか。いかに揃ったものを出すかが課題だと思う。セルリーは暑すぎてもダメ、涼すぎてもダメ。環境にも気を使わなきゃいけないと思う。なんで同じことを50年もやってただと言われるが、これからも無理せずぼつぼつやっていきたい。

インタビューの交代により 小池奈津より一言

3年間、沢山の方に出会って、みなさんそれぞれ一生懸命で輝いていてとても感動しました。

それを伝えられたかわかりませんが、協力して下さった方、読んで下さった方、本当にありがとうございました。



はらむら とびくす



ハケ岳美術館08' スプリングフェスタ

ハケ岳美術館では3月20日から4日間、スプリングフェスタが行われ、最終日の23日にはミュージアム・ウェディングが一般公開されました。偶然訪れた東京在住の女性は、内装など、普通の式場とまったく違う雰囲気で良かったと話していました。では、写真をご覧ください。村野藤吾さんのデザインしたレースの絞り吊りが施された優美な間接照明の雰囲気が、いっそう結婚式を盛り上げていました。

正副団長引継式

消防団の正副団長の引継式が、3月29日、班長以上の団員らが出席し、役場講堂で行われました。式では、団旗を宮坂団長から手渡された武田新団長が、村長へ、引継ぎ完了報告をしました。新正副団長就任あいさつでは、伝統ある消防団の名を汚さぬよう、住民の生命と財産、そして大切な団員の生命を守っていくよう全力で頑張りたいと新団長を任命された武田さんが述べました。退任となる宮坂金光団長からは「無事任務が終了したのは団員が一致団結し協力があつたから」と挨拶がありました。平成20年度正副団長は次の2名で、任期は2年です。

■団長 武田 広美 ■副団長 日達 子男

武田広美、日本消防協会長から功績章受章 勤続17年

消防団へ17年勤めた武田広美さんが、財団法人日本消防協会長から功績章を受章し、3月13日には宮坂金光原村消防団長から伝達されました。受章のことは「消防を通じて火災、災害時の対応の仕方、そして多くの仲間を得た事は、私にとっては財産です」



圃場整備事業菅沼工区竣工 受益面積37.1ha

県営圃場整備事業原村西部地区菅沼工区は、昨年11月、換地処分登記が完了し、2月23日には「豊穰菅沼郷」の記念碑の除幕式が行われました。事業の着手年度は平成4年度でした。この地区は重要遺跡埋蔵地帯の上、水田地帯にも数多く遺跡があり、遺跡の発掘優先による工事予算額の制限など、難題が多い事業でしたが、県、村文化財担当者や地区地権者との協議を重ねながら水田地帯主体の事業に決定しすすめてきた結果、近代的農業基盤を確立することができました。



村長へ「検討よろしくお願いします」 学習テーマ「いつも心にユニバーサルデザインを」

昨年度の原小6年2組の児童らは、3つの提案を村で検討してもらおうと提案文を直接村長へ渡しました。その提案とは?

◆村図書館のスロープの段差をなくしたい。

◆学校周辺の歩道のこぼこをなくしたい。

◆中央公民館のスロープの幅を広くしたい。——という内容。

昨年9月からこの学級では身の回りの公共施設で誰もが使えるようにどんな工夫がされているか、逆に足りないことは何か、どうすればよくなるかを実際に利用しながら調べ学習してきました。地域福祉センターの職員から「心にユニバーサルデザインをもって生活を」という話を聞き、その生活を実践する提案を全校に向けて発表、村長へはみんなが暮らしやすい村になるための改善点を提案しました。



原村災害時住民支え合いマップ ～柳沢区でフォローアップ実施～

村内で初めて「原村災害時住民支え合いマップ」を作成した柳沢区で、3月9日にマップ見直しのためのフォローアップが実施されました。マップは昨年完成しており、事業の実施要綱にしたがい、変更事項が生じると毎年度更新をします。

マップには住宅地図のようなものが描かれ、一人暮らし老人や重度障害者の方等、災害が発生したときに援護が必要だと調査で回答した方とところへ誰が助けに行くのか、ということが具体的に記入されています。

フォローアップでは地震を想定した避難訓練を行い、今回避難場所だと指定した公民館に80名以上の区民のみなさんが集まりました。区長は「災害時には手が足りないと思う。お互い近所で声を掛け合って、個人情報で難しい面もあるが仲良く助け合うことが大事だと思う」と挨拶していました。



茅野警察署原村警察官駐在所開所式 平穏で安全な地域社会の実現を目指す

約6ヶ月間の工事を経て、原村駐在所新庁舎が完成し、3月26日には開所式が行われました。犯罪の発生は平穏に推移していますが、交通事故は多発しているのが原村の実態です。そのため少しでも交通事故がなくなるよう常時警戒力を強化するなど安心して暮らせる環境づくりに努めるとしています。これまで以上に村の方々に親しみを持っていただき、新しく設置されたコミュニティコーナーを活用しながら交流を深めていきたいと折茂二郎巡査長は語っていました。



原小校舎改築記念にケヤキの校名札

収集委員会が大活躍…書は八ツ手出身、津金孝邦さん…



原小学校では、収集委員会が中心となり、年2回のアルミ缶回収などに全校をあげて取り組みました。缶を換金すると収益金は約10万円に!「学校のためにものにしたい」と看板(校名札)を作りました。3月14日にはその、厚さ6cmの看板の除幕式を行い、19年度の児童会長清水創君は自分たちの集めたアルミのお金で校名札ができあがりとても嬉しい、何十年も大切に使い続けてほしいと挨拶しました。

19年度の原小4年1組の児童が昨年11月から飼育してきたホタルの幼虫の一部が、新しい里親、原中の科学部員へ手渡されました。受け渡す場面には生徒会長らも立会い「原村をホタルの光でいっぱいしたい」と、様々な思いで育ててきた4年1組の皆さんに熱意を伝えました。飼育の時の水の温度や用意する物などがクラス全員の手で書き込まれた日記を、幼虫とともに科学部員らに託しました。

ホタル 新しい里親のもとへ 原村むらづくり生涯学習推進委員会のホタル交流プロジェクト

