

公民館報

# おがわ

小川村ふるさと通信

No. 228  
(2022年夏号)



まるで太陽そのもの 今年の夏もまた

(写真 松本博充)

- サークル紹介
- 小川に生きる
- 小川村の神社 - 沢之宮小川神社 -
- 分館紹介 - 法地分館 -
- ここに生まれた
- 図書室だより
- 小川短歌会作品
- 社会教育・公民館関係役員
- 路端の小さな命



サークル紹介  
 (参加してみました！)



今回は小川作陶クラブにお邪魔しました。始まりは二十年ほど前の公民館での陶芸教室だそうです。惜しくも教室が終了になったのですが、今まで習ったことがもったいない、とこのクラブを立ち上げ続けたそうです。指導の先生はいませんが基本は忠実にオリジナリティを加えて作品作りをし、「楽しく、ゆるく」をモットーに活動しているそうです。

成型は

「手びねり」(厚みや形を手で整えるので手作り感がある)

「ろくろ」(回転台に乗せ回転力を利用して成型、陶芸のイメージ大)

「タタラ」(板状に延ばし石膏型等に沿わせて成型)

でやっているそうです。詳しいことは検索するか作陶クラブでお聞き下さい。

今回はろくろを主に見させていただきました。ろくろに進むのに数年かかるそうです。

# 小川作陶クラブ (前編)



まず土の質を均一にし、作業しやすくするために「土殺し（土を伸ばす戻すを何度も繰り返す）」をします。この作業はただやればよいものではなく、やればやっただけ中心が決まり綺麗な形になるそうです。ろくろの成型に入ると、陶芸のイメージそのもので面白いです。湯のみ？と思っても見る見るうちに大きさを変えたり、口元が広がったり。用途に合わせた世界に一つだけのものが作れるのも醍醐味だそうです。成型したものは割れを防ぐためにゆっくり乾燥させるそうです。

翌週には少し硬くなったところで、裏にできる高台を削ります。高台は大切な部分の一つで削るのは緊張するそうです。削りすぎると、底に穴が！何てこともあるそうです。

この後素焼き↓釉薬付け↓本焼きがあるのですが次号に続きます。私もタタラ成型で二点作らせていただきましたのが、途中で割れずに無事完成するのでしょうか。



理学療法士  
加藤 弘貴さん



小川村へは平成19年10月頃より関り、今年で15年目になります。私が理学療法士免許を取得したのが平成19年4月、ずいぶん長い間、とても充実した時間を過ごさせていただいております。

訪問リハビリから始まった小川村での活動は、今では保育園での体育遊び、小学校、中学校での姿勢・柔軟性の指導、びっくらんど小川での健康教室、介護予防活動、地区のまめ会、医療介護職員の研修会、熟年大学など多くの場面で関わらせていただいております。

小川村へ関わるきっかけは、県内で地域事業を先駆的に取り組んでいた恩師の存在が大きく、元々訪問リハビリや地域医療の活動に興味を持っていたことも影響しました。当時、小川村では他の施設から理学療法士が関わっていましたが、ご都合により介入が途絶えてしまう、そんなタイミングと縁もあり関わられたと感じています。私のような新米理学療法士に対して、当時の住民福祉課長、係長には大変ご苦労頂き、長い月日をかけて辛抱強く育てて下さったと恩を感じています。

○「育ての親」である小川村

私の地域医療、地域に対する取り組みの基礎は間違いな

く小川村で培われました。当時お世話になった保健師・看護師・医師、ケアマネージャー、介護専門職の考え、行動、思いがそのまま地域活動の形だと鮮烈な記憶に残るほど、熱量に溢れていました。また訪問リハビリでは利用者さん从小川村の歴史、地名、名所を教えて頂き、家庭の味であるおやき、煮物、漬物をご馳走に心身とも小川村に育てて頂きました。行った先の家では、この家で死ぬまで過ごしたい、嫁に來た家を守らないといけない、そう願う方も非常に多かったです。当初はサービスの整った施設へ入所する方が楽なのになと思っていましたが、その人の歴史を知る中で、生きる支えになっていく思い、重要にしている歴史を尊重しない考えは私にとってどうしても受け入れがたい感情でした。今もその問題は難しく、在宅で看取るには家族、医療、地域支援が絶妙な位置関係にないと難しいことを痛感しています。最近施設入所が時代的にも当たり前になっていますが、ご高齢者の根底にある思いは家に居たいと強く願っている事が多く、小さな村だからこそ、一人一人の声を聴き、歴史を知り思いを共有することでより深見のある地域支援が出来ると感じています。育てて頂いた恩をしつかり返せるように理学療法士として精進することが私の責務です。

○子どもは未来の高齢者

当時の保育園園長、保健師から子ども達の運動不足、体力低下を心配し、遊びながらにして体を正しく使い、保育士と共に子ども達の健やかな成長を後押しする活動が開始されまし



た。初めて関わった子どもたちは今年で成人式を迎えます。子どもたちの成長の時期に関わることができ、大変貴重な経験であり幸せです。小学校ではOKB体操（小川健康ボディ体操）を作成し、今では運動会の準備体操として行われています。子どもから高齢者の身体機能を幅広く診させていただいた経験から、

子どもの頃の体づくりの重要性を強く感じています。人は人生において二度大きな身体的成長が起ります。一度目は赤ちゃんの頃、二度目は思春期を迎える時期です。当然ですがどちらとも成人以前に起こります。この時期は体だけではなく、脳細胞や神経系、精神的な成長も見込まれます。正に生きるための土台形成と言っても大袈裟ではありません。子どもは未来の高齢者、成人前の運動習慣や体質が成人以降で改善することは難しいです。小川の子ども達には元気で自分の体を大切に生きてほしいと願っています。私が小川村の大先輩の皆さんに関わって学んだ生きた声を、これからも子ども達に届けたいと思います。将来の小川村を支える子ども達、健康で歳を重ねてください。

## 〇これからの取り組み

様々なリハビリや医療活動を通じて感じたことは、悪くなつてから治すことの難しさです。目覚ましい医療の進歩に期待

を寄せつつも、機能回復のためのリハビリにも限界があります。しかし、脳梗塞や脊柱管狭窄症も軽度や初期症状での運動療法には効果が高いことも分かってきました。運動療法とは正しい強度と正しい方法の体操と想ってください。こういった段階を予防理学療法と言います。介護保険を使う段階でのリハビリも大切ですが、介護の前段階で運動療法をすることを強くお勧めします。私はもう年だから、もう駄目だから…気持ちは十分にわかります。しかし諦めないで、一緒に予防活動を行ってみませんか。中には運動が嫌いな方もいらっしゃると思います。運動がすべてではありません。集まる場所に出て、繋がりを感じて生きることが重要なのです。一人では笑うこともできません。集まって笑って触れ合って、そこに運動があればいいのです。

人間死ぬまで生きます。元気で楽しく生きて頂くことが私もうれしいです。

私の人生は小川村との関りで間違いない幸せになっています。小川村で関わった多世代の皆様には感謝しかありません。そしてすでにお亡くなりになった方々が愛した小川村を私なりに支えたいと強く願っています。私はリハビリの先生として小川の健康を医療を通じてこれからも支えていきたいと思っています。今回、公民館報にご配慮いただいたことに感謝し、私自身、小川村を振り返る有意義な時間となりました。これからの活動、より心を込めて全力で取り組んでまいります。

## 沢之宮小川神社

5月3日に、コロナ禍で自粛の中七年に一度の小根山地区にある、小川神社の御柱祭が盛大に執り行われたが、その5日後の5月8日、もう一社、御柱祭が執り行われた神社がある。そこは、静かな山里桐山地区の入り口に佇む「沢之宮小川神社」。延喜式神名帳に信濃国四十八

社の内の一社と記されている。9世紀の半ば頃に建立され、その当時は現在の場所と異なる場所にあったそうだが、一四六一年（寛正二年）に古山城主小川左衛門により再建され現在に至るそうだ。

昭和47年民族資料調査『桐山の民族』によると、



小川神社の絵図（明治33年）

この「沢之宮小川神社」は、桐山地区の氏神で昔、その地区に住む人々は「明神様」と呼び「水神」としてあがめられている。

「小川神社」というと今では、小根山地区にある「小川神社」を思い浮かべる人も多いと思うが、元々「小川神社」は里の小根山、山の沢之宮にあった。伝えられたところによると、この2つの「小川神社」は江戸時代からあまり間柄が良くなく、小根山の神社を「冬宮」や「里宮」、沢之宮の神社を「夏宮」や「奥宮」と呼んだ時代もあり、祭日も神主も別だったそうだが、今では協力し合う良い関係になっている。

現在、地区の人口は減り、氏子の数も桐山川手合わせで二十二戸ほどだが、昭和40年代後半には、桐山、川手、川上、馬曲そして瀬戸川の一部の地区併せて二〇〇戸の氏子がいたとのこと。その頃の祭日は四月と十月の二回



境内と宮司

であったが、宮総代長宮尾均さんによると現在は、年三回宮司によるお祓いのみの祭礼を行っているそうだ。

そして七年に一度、寅年と申年に御柱祭が小根山の「小川神社」同様に執り行われている。「沢之宮小川神社」の御柱祭は、神楽岡地区から杉の木を四本引き出し、神社の境内に建立す



踊りの奉納



今年もみんなで御柱を神社に

る。(ちなみに小根山は二本)二十四年ほど前までは、四本とも祭り当日に曳いて建立していたが、それ以降は曳き手不足ということもあり、三本は前もって建立し、当日は一本のみ曳いて建立している。今年も神楽岡地区から杉の木を四本切り出し、

三本は事前に建立、当日は一本を神社まで曳き建立した。総代長によると、今年も、特にコロナ禍ということもあり、従来に比べると静かな祭りとなったそうだ。それでも、三十数名ほどの氏子崇敬者が集まり、小根山地区からも踊りや長持ち、神楽の奉納もあり、厳かな中にも華やかに祭りを執り行うことができ、嬉しく思っているとのこと。しかし、今後については人口が減り、この御柱祭を継承していくことができるかという不安も口にしており、先祖代々、脈々と受け継がれているこの神聖な御柱祭を今後でもできる範囲で受け継いでほしいと願っている。

次の御柱祭は2028年。その時も静かな山里に賑やかな声や踊りが響き渡ることを期待し楽しみにその日を待ちたい。

(写真提供

丸田 勉)



未来につなぐ

## 分館紹介

### 法地分館

大家族のように仲良く  
声かけあい 元気に

法地分館は、  
李平・中村・久  
保・番場の4集  
落で構成され  
る小さな分館で  
す。小川村合  
併当時の昭和  
30年代は54戸、  
200人以上住  
んでいました  
が、現在は15戸、  
21名です。また



花見会

傾斜地が多く平らな  
ところは家屋のある  
ところ以外ほぼ坂道  
の集落です。

分館活動は、全員  
参加を目標に活動し  
ていますが、近年は  
新型コロナウイルス  
感染拡大防止対策に  
より、自粛続きです  
ので、少し前の状況  
を紹介します。

#### 花見会

五月初旬、中村の廻り場にテントを張り、菜の花と  
桜の花見を行いながら親睦を深めます。

#### 夏季球技大会

七月中旬、大洞高原にてマレットゴルフを行い、保



花見会での親睦



健補導員と共催で健康教室を行います。その際、村の保健師を招き指導をいただきます。

#### ☑敬老会

九月中旬、以前は村外の温泉へ出かけることもありましたが、近年は星と緑のロマン館で、美味しいものを



新年会

食べながら、周りの方々に感謝し、昔の楽しい思い出に笑いが絶えません。ここ2年間コロナで活動ができません。そのため、弁当と記念品を全家庭に配布しました。

#### ☑忘年会

11月下旬から12月に星と緑のロマン館にて、その年の作物の出来具合などの感謝を話しながら、美味しいものを食べます。併せて健康教室も行います。

#### ☑新年会

1月下旬、村外の温泉に行くこともありましたが、最近では星と緑のロマン館で、お互いの顔を確認しながら親睦を深めます。

最近、法地地区に若い方が6人増えました。高齢化が進むなか、本当に嬉しい限りです。

全員参加も目標に、これからも分館活動に取り組んでいきたいと思えます。



法地分館長  
坂口次男さん

ママに  
生まれて



令和3年8月30日、我が家に元気な女の子が誕生しました。月の様に穏やかで、心美しい人に育ってほしいという思いで「美月（みつき）」と名付けました。

職場の皆に協力してもらいながら働いていましたが、産休に入った10日後、予定より18日も早く産まれてきた我が子。思っていたより小さく、黄疸も出ていたため、何日か保育器に入っていました。

2週間検診の前夜、噴水のように吐き、体重もだいぶ減ってしまっていたので、産院にて一時預かりになりました。その日の夜、精密検査を受けた方がいいから赤十字病院に行くよ



## 感謝の日々

大日方 絵美さん（鶴牧田団地）

うに電話がきました。実家に戻っていたので自分で運転して産院へ迎えに行き、そこから泣き叫ぶ我が子連れで病院へ。行く間も、病院の廊下で待っている間も、不安と申し訳なさでいっぱいでした。そのまま入院となり、絶食になり、点滴やいろいろな検査を小さな身体で頑張ってくれました。

原因は「ミルクアレルギー」でした。アレルギーというと、一般的にはジンマシンなどですが、ミルクアレルギー



ギーは嘔吐、体重減少、腹部膨満が症状としてでます。10日入院し、退院した今でも、お腹が張りやすく、嘔吐しやすいのでアレルギー科の通院は続けています。

生後10日で入院した美月も、今10ヶ月になり、離乳食もだいたい進み、同時期に産まれた子のなかでも（主に体重が）大きくなりました。ムチムチの手足を触っていると、幸せな気持ちになります。

春には延び延びになっていたお宮参りに、武部八幡宮に行ってきました。コロナの影響で、残念ながら私の両親は来られませんでした。一家で行く事が出来一段落ついたなあと感じました。帰りには立屋の桜を見に行き、小川村の自然の美を感じる事ができました。



支援センターやひよこ活動にも参加させていただき、ママ友たちと子育ての不安な悩み、喜びなど話し、これからやってみたい事、一緒に行

きたい場所、楽しみがどんどん増えていきます。つい先日、ママ友、子どもたち、そしてパパたちも一緒にバーベキューをしました。

また、畑を借り、トマトやナス、キュウリなどの夏野菜を育てはじめました。今は、ほとんどお義母さんをお願いしてしまっている状態ですが、採れる頃には子どもたちも一緒においしく食べれるといいなあと思っています。

互いに情報交換をしたり、時にグチを言ったりしながら、これからも仲良く、支え合っていけたらと思います。また、娘にもこの素晴らしい大自然の中で、伸び伸びと、皆と仲良く育ってもらえたらと思います。



### 多々良亜紀子

こんにちは、多々良です。親も子供も面白く楽しめるイベントが出来たらいいなあと思っています。普段読むのは、自然療法やレシピ本等実用的な本です。2年間、よろしくお祈りします！

### 木村めぐみ

こんにちは。小川村に移住して早1年半が経ちました。多くの出会いに恵まれ、感謝の日々です。本を読む習慣を身に付ける＝人生を豊かにすると考えています。図書委員を通して、皆様と共に学んでいきたいです。最近では発酵テーマの本に触れています。

本の楽しさ、図書室の良さを皆さんと一緒に考え、ワクワクしながら活動していきたいと思っています。4人ともエターン、小学校、保育園に子どもがいるママチームです。どうぞよろしくお祈りします。

## はじめまして、この春より図書委員となりました



(左から太田、多々良、大沢、木村)

### 太田冴加

小さい頃から自然の中で遊び暮らすことが好きな移住6年目・3児の母太田です。一人目の妊娠中に出会いボロボロ泣いて読んだ『わたしがあなたを選びました』はお腹に来た赤ちゃんの目線で読む度に思い出させてくれるし温かくなります。図書室は子供と来る場所でしたが談話室も利用したり楽しみたいと思います。よろしくお祈りします。

### 大沢綾子

妄想少女だった時から、本は友達のような、先生のような存在でした。人生の節目節目で大切なことを教えてくれました。これからもまた、子どもたちと一緒にその素晴らしさを味わっていききたいと思っています。本好きの!?仲間づくりもしたいなあ。

## ブックスタート

～生後6ヶ月の赤ちゃんへ本のプレゼント～

「きょうはなんのCC?」  
瀬田貞一/林明子



西本花ちゃん

「ちいさなあなたへ」  
マギー・アリスン



おびなた 美月ちゃん



# 秋の夜長 お月見とおはなし会

予告

例年好評の図書室イベントですが、今年「中秋の名月」の前夜祭を企画しています。お月見メニューづくりや月にまつわる本の紹介や読み聞かせなど、詳細は後日公開する予定です。お楽しみに～♪

おつきさま  
豆知識

## 満月は毎月あるのに… 「中秋の名月」にお月見をするワケ

今年7月の満月はスーパームーン、9月はおなじみの中秋の名月です。満月は約1か月毎に見えるのに、どうしてお月見の時期は心が躍るのでしょうか。

諸説ありますが、月の高度と空気の明度にヒントがあるようです。

月は昇っていくと同時に色も黄から白へ変化していきます。月の高度が高い冬は、あつという間に色が変化してしまいます。夏はその逆になります。中間の高度になる春秋は色の変化を観察するのに適しているそう。さらに秋は空気の明瞭度が高いので、お月見にもってこいですね。

夜空の美しい小川村で、月に思いをよせる時間を過ごしてみませんか。

※新型コロナウイルス感染症の状況により内容を変更する場合があります。

## 『子どもに読んで聞かせたい本は?』 令和3年8月から 9月生まれの赤ちゃん

『なかがわ  
しんせい』



横井  
千紘くん

『くまのクワタの1年』  
川口 ゆう



太田  
宇織くん



## 《小川短歌会作品》

◎小川神社北信随一の御柱祭まぶたに浮かべ両手を合わす

松本 智

◎父逝きて五十年余に見つけたる写真をようやく遺影に掲ぐ

西條 定子

◎揺れ動く人の世なれどかまうことなく巡り来る春の季節は

伊藤 宗善

◎ぎこちない鳴き声新人なればこそ春告げ鳥は我と競いぬ

染野喜久子

◎久々にネオンの街で友達と飲む料理屋の酒一味違う

西沢 哲朗

◎鳥うたい若葉香れる五月晴れ村人植えし石楠花盛り

松本富貴枝

# 2022年度 社会教育・公民館関係役員

## 〔社会教育委員会〕

議長	西沢 榮之助
副議長	古屋 源吾
委員	花田 隆夫
委員	永井 宏樹
委員	山崎 伸一
〔分館長・主事〕	
夏 和分館長	松本 剛
〃 主事	柳澤 史樹
久 木分館長	宮嶋 泰信
〃 主事	久保田正訓
高府町分館長	酒井 章宏
〃 主事	萱津 寛章
◎花 尾分館長	宮下 利一
〃 主事	西澤 謙
上 野分館長	宮尾 甲一
〃 主事	青木 秀夫
小根山分館長	鈴木 博幸
〃 主事	松峯 義彦
稲丘東分館長	和田 重孝
〃 主事	大久保逸雄

## 〔スポーツ推進委員会〕

稲丘西分館長	欄 淳一
〃 主事	宮尾 和三
成 就分館長	松本 秀一
〃 主事	松本 雄二
北 尾分館長	松本 武志
〃 主事	北澤 大樹
法 地分館長	坂口 次男
〃 主事	鷺澤 伸司
瀬戸川分館長	宮下 登
〃 主事	中村 和正
古馬川分館長	伊藤 繁
〃 主事	伊藤 正

(◎会長 ○副会長)

## 〔視聴覚委員会〕

委員	二瓶 理佳
委員	徳武 美江
委員	佐野めぐみ
委員	川又 啓一
副委員長	和田 優孝
委員	丸田 勉
委員	和田 久憲
委員	大久保雅夫
委員	川又 康助
委員	横矢 匠
委員	北澤 朋樹

## 〔図書委員会〕

委員	大沢 綾子
副委員長	木村めぐみ
委員	太田 牙加
委員	多々良亜紀子

## 〔館報編集委員会〕

委員	松本 博充
副委員長	松本 治代
委員	三水 恵
委員	岩倉 寛子

## シリーズ 路端の小さな命 ①

路端の隅でたずずんでいる動植物や石造物について紹介します。このコーナーに情報を提供されたい方は公民館までご連絡ください。

### 可憐なギンラン

### 絶滅の危機



### ☆見かけたことありませんか

5 cm から 10 cm 前後の小さな身体に米粒を少し大きくしたような真っ白な花を咲かせるギンラン。5月中旬から下旬までの短い期間、広葉樹林で落ち葉が積もり、木漏れ日のあるような場所に見られます。村内では数カ所で確認されていますが、年々減少傾向にあります。全国的にも減り、絶滅危惧種や準絶滅危惧種に指定して保護する自治体もあります。

### ☆ギンランに迫る危機

立屋地区のギンラン生息地は予定される道路拡幅工事によりこのままだと全滅してしまいます。そのために昨年からの救助法を考えているのですが、この可憐なギンラン、なかなかのこだわりを持ちマツタケなどと同じように特殊な菌と一緒でないと、植えかえても生きていけないのです。

### ☆ギンラン移植作戦

工事が立屋まで延びるのはまだ数年かかるそうで

す。そこで先ず、ギンランの咲いている場所を見つければ、次にその場所に来年以降移植するという作戦を試みようと思います。

移植した場所がギンランにとって安住の地になるよう、皆さんの力と知恵を貸して頂きたいのです。

このほか、ギンランに似たササバギンラン、花が黄色のキンラン、サギが飛んでいるような形のツレサギソウなどは絶滅に瀕する一方で、アサギマダラというチョウは、食草（フジバカマ）を植える方々が増えたおかげで村内各地で美しく飛び交う姿が多々見られるようになりました。ギンランもそうあって欲しいと願います。

人々の営みと小さな命の共存……。そんな美しい小川村を思いながら…

※興味をお持ちになった方は公民館にご一報ください。

(文責：ギンラン見つけ隊

西条政美)

(写真提供…

染野喜美子)



館報おがわ (228号)

小川村公民館 / 〒381-3302

発行者：松本貴秀

編集者：松本博充

TEL・FAX: 026-269-2077

E-mail: komin@vill.ogawana.gano.jp

令和4年7月14日発行