

2021年8月16日発行

事務所 武石地域総合センター内

TEL:0268-85-3667

<https://www.s-takeshi.jp>

印刷 中澤印刷株式会社



## えん がわ サロン塩川視察

武石の高齢化率も35%を超え一人暮らし、二人暮らしの方が多くなっています。介護保険は改訂され「できるだけ地域で支えあう」方向へと進んでいます。そこで住みよ武石をつくる会健康福祉体育部会では、武石でも人と人がつながれるような居場所が作れないか話し合い、実際活動しているところを見に行くことにしました。

6月24日、健康福祉体育部会の6人のメンバーで丸子地域塩川の「サロン塩川(えんがわ)」の見学に行ってきました。

サロンは運営委員の皆さんと塩川地区会議の共同運営です。空き家を提供してくださった方がいて、「仲間の集う場所」作りをしたい仲間がいて、地区会議と丸子自治センター高齢者支援係、包括支援センターの力を借りて立ち上げ、昨年1月にオープンして現在に至っているとのことでした。

毎日開所し徐々に利用者も増え、1日十数人の人が利用しています。「手づくな」と呼ぶ輪っこの指編み、数珠玉ネックレスづくり、健康麻雀教室など催しも豊富でした。来る者は拒まず地域外の方も受け入れています。運営を続ける中で課題が出



てくるとその都度運営委員会で話し合っって方向を決めているとのこと。ゆったりしたルールの中で運営する側も利用する側も楽しくサロンを続けていることがわかりました。

武石ではどんなサロンが開けるのでしょうか。七ヶの依田由枝さん達のグループが主催する「武石の縁が輪」、カラオケ、お茶のみサロン、生涯学習事業の各種サークル、グループなどがあります。谷の深い武石のあちこちで気軽にご近所さんとながら楽しく支えあい健康長寿につながるサロンづくりに部会として何ができるか考えていきたいと思います。

(健康福祉体育部会長 小山ひとみ)



## たけしカルタ歴史さんぽ道

6月27日(日)武石小学校ふるさとカルタに詠まれた地域を巡る「たけしカルタ歴史さんぽ道」が行われました。

第5回目となる今回は、かつて武石を治めていた大井氏の居館があった武石小学校付近とその城下町や大宮諏訪神社、正念寺、信広寺、妙見寺など七ヶ、藪合<sup>かきがた</sup>地域を訪ねました。

戦の折、敵の侵入を防ぐため鉤形に曲げた道の形が現代に残る街並みとなっていることなどを改めて学びながらの3時間でした。



信広寺の大井氏墓所

### 参加者の言葉

T・Iさん(七ヶ出身、東京在住)

小学校の敷地を分断する水路。鉤形に折れる道、隣接する3つの寺、「町」「小路」などの地名…。全て戦に備えた城下の町割の名残だった…。

子どもの頃から「？」と感じていた謎が児玉先生の解説で解き明かされてゆく。武石にもあった戦いの時代。現地でお話を伺うと当時の人々の思いが伝わり、足音や息吹が聞こえてくるよう。たけしカルタとともに七ヶを巡った一時。見慣れた景色が歴史の証明に変わる貴重な体験となりました。

## 美ヶ原台上トレッキング ～健康ウォーキング～



7月24日(土)、つくる会健康福祉体育部会は美ヶ原台上トレッキングを開催しました。

今回は参加者を武石地域内の人に限定、山本小屋から王ヶ頭まで往復約7km、往路は百曲がり、烏帽子岩など花の多いコースをたどり3時間余り、梅雨明け直後の美ヶ原で「こころ」と「からだ」の健康を育みました。

台上トレッキングを武石地域内の皆さん20名により実施することができました。

当日は、晴天に恵まれ清々しい空気の中、心地いい汗を流しながら楽しいウォーキングになりました。アルプス展望高原コースの風光明媚な絶景と、7月ならではの高原を彩どる高山植物を散策しながら2,034mの王ヶ頭の頂まで歩くことができました。その途中、台上ができた秘密と高山植物を教えてください、勉強にもなったウォーキングでした。

今後も健康増進を通して、地域づくりを推進していきたいと思います。

(健康福祉体育部会 副部会長 金井建)

## 武石でサテライト市長室



7月19日(月)、武石総合センターにおいて、武石地域でのサテライト市長室が開催され、市長とつくる会役員また七ヶ公友会との懇談が相次いで行われました。

つくる会役員との懇談では、会から地域の課題、活動の現状の報告が行われました。コロナ禍の折、会議や活動が大幅に制限される中での本年度の活動計画などを市長に説明しました。

市長からは、「活動が制限される状況は大変と思うが、地域を何とかしていきたいと願う人たちを巻き込み、頑張ってもらいたい」と挨拶がありました。

続いて行われた七ヶ公友会と市長との懇談は、公友会役員3名が出席しました。約10年前武石地域協議会が提案した「武石地域公園化構想」に応じ、七ヶ地区の取り組みとして、武石公園北側(県道側)斜面に「PARK武石」の字が浮かび上がるよう秋の紅葉が美しいドウダンツツジを植えることを計画し、文字の形の植栽に4年かかり、その

後毎年数回、文字の周りの草刈りや、さらに公園全体の山つつじの手入れをしていることなどが説明されました。

また、現在は高齢化等により会員不足が課題となってきたはいるが、自治会や高齢者クラブと協力し合いながら景観維持に努めている状況の説明があり、その後市長は公園の視察も行いました。



手入れがされた武石公園の山つつじ



## 道路環境クリーン大作戦

7月11日(日)つくる会自然生活環境部会では、交通安全協会武石支部と協力し、恒例となっている武石新橋付近の県道沿いの草刈りを実施しました。

この日は梅雨の晴れ間の蒸し暑い中13人が出動し、傾斜のきつい土手と伸びきった草に苦戦しながら作業を行いました。



## 本年4月つくる会正副部会長が改選され、2人の部会長が新しく就任しました。

### 健康福祉体育部会長



小山ひとみ

健康福祉体育部会は「健康増進、社会福祉推進、スポーツ振興に関する事業」を進めることを目的としています。部会はさらに、「健康体育部」と「福祉部」に分かれそれぞれ活動しています。具体的な取り組みは「ウォーキングの計画および実施、スポーツイベントへの協力、高齢者福祉への協力」などです。

今年度部会が始まってすでに4回会議が開かれました。部員の皆さんは何ができるか悩みながら前向きに意見を出してくれています。

長野県は長寿日本一ですが、健康寿命は20番台です。子どもから高齢者まで健康に生きていくためには筋力の維持と人と人とのつながりが必要です。ウォーキングはその一つの足掛かりです。また居場所づくりは心の健康の維持につながります。

月1回の会議で何ができるのか不安はありますが、武石地域の健康長寿にまた子どもから大人までの健康増進にたとえ小さな一歩でも踏み出していきたいと考えています。

### ふれあい交流部会長



依田 享敏

ふれあい交流部会では、つくる会で樹立してある「武石地域まちづくり計画」を基に、武石の美しい自然景観や基幹産業である農業・祭りなどを活かして地域の活性化を図るとともに、地域内外の住民との交流を深め、若者のUターン、Jターンに繋がる活動への発展を目指しています。

具体的には、活動団体「武石・未来・つながるプロジェクト」と共に昔から丸子内村地区との交流道だった「古道」熊沢峠を整備し、トレッキングを実施し多くの参加者に楽しんでいただいたり、今後は、移住者の方々との自然を楽しみながらの交流会等を考えております。

さらなる武石の魅力を掘り起こし、様々な活動団体とも連携しながら進めて行けたらと思っています。



## 図書室・学習室利用について意見書提出

武石地域協議会（池内俊郎協議会長）

7月19日のサテライト市長室の後、3月に新装となった武石総合センターの図書室・学習室の利用について、武石地域協議会より市長に意見書が提出されました。内容は

- (1) 現在両室の利用は、平日は9時～17時、土日は閉じられていることから、利便性を考慮し平日の利用時間の延長と土日休日も利用できるように計らってほしい。
- (2) 図書購入費の増や人員配置などで図書館としての機能充実を図ってほしい。

とするもので、地域協議会では4月以降検討を重ね、意見書として提出したものです。

この日学習室で勉強していた高校生は「利用時間を拡大してもらえればありがたい、特に土日はぜひ開けてほしい」と話していました。

なお提出には、武石小学校PTAの代表、つくる会会長も同席し説明に当たりました。





## 昭和34年武石峠道の復活と峠の位置

郷土史家 児玉卓文

右の明治10年代の「上本入村絵図」に描かれた武石峠道は、広河原で武石川を渡って、つづら折りを繰り返して松本境をめざし、一旦内村側に入って松本との境の尾根(峠)を越えます(武石峠と書いてあります)。

明治43年測量の地形図(最も古い地形図)によれば、広河原の渡河地点は10年代とほぼ同じですが、つづら折りがなくなって内村側に入っています。峠の位置が違ってくるように見えますが、絵図と測量図の誤差と思われます。

徒歩・牛馬から馬車、そして鉄道・自動車と移動・輸送手段が発達するのにもとない、急峻で険阻な武石峠越えの存在感はしだいに薄くなっていきました。武石峠道が復活するのは、昭和34年6月14日まで待たねばなりません。

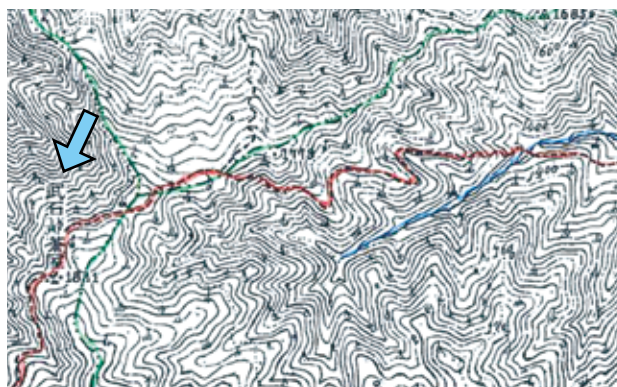
9月12日付け『武石公民館報』は、一松本へ約2時間40分—と副題をつけて、武石峠の自動車道開通は「明治大正の父祖以来、全村民の悲願であった」とし、「長野県横断の最短道路として、今後観光、文化、教育、産業などの面に計り知れない効果をもたらすであろう」と大きな期待を寄せています。

『武石村百年の歩み』は、「開通運動は昭和12年より関係24か町村によってはじめられ、昭和22・23年に若干の県費を得て約100mの開発をしたが、その後断絶していた。昭和32・33年度に上本入巣栗の改修工事を含めて2,900余万円の県・地元・千曲バスの三者が平均負担して完成した」と記しています。([関係24か町村]の資料をご存じの方は事務局へご連絡ください)。

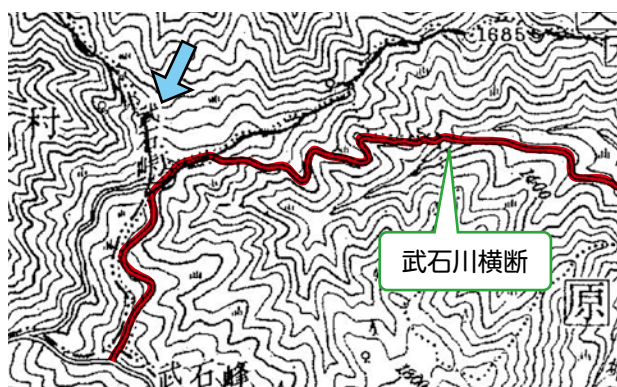
これでいいのでしょうか？昭和36年国土地理院承認の地形図は、同34年に現在の自動車道があいたのに、昔の経路を自動車道の表示をしています。また、同40年代以降の地形図は、「峠」の位置を西内林道分岐点に表記しています。



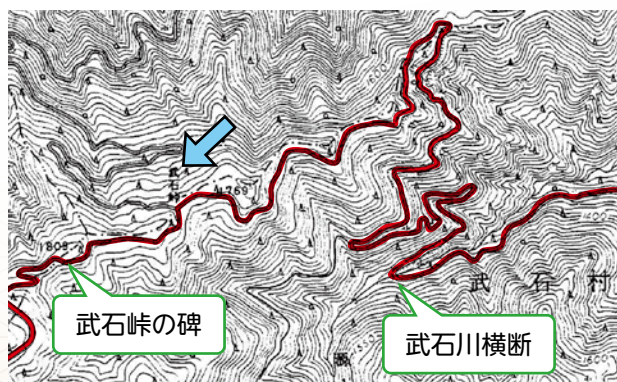
明治10年代の上本入村絵図



明治43年測量の地形図



昭和36年承認の地形図



昭和50年修正の地形図



武石を盛り上げる  
人々グループ紹介

## 武石の人々 団体



NPO法人「子どもの保養サポート・上田」

代表理事 西山 貴代美さん

**下** 武石七ヶ、武石児童館下の道を数合方面に約100m下った所に「保養の家・武石」があります。この家を運営しているのがNPO法人「子どもの保養サポート・上田」(代表理事 西山貴代美さん)で、通年に渡り利用可能な「保養の家」を維持・管理し、ここに来てもらって一定期間生活をしてもらうという形の保養受入活動を行っています。

(「保養」に付いては、右の注記を参照)

上田では、2011年の夏から「信州上田リフレッシュ合宿」という名でイベント型の保養受入活動が始まっていましたが、2016年からは、より長期間に渡り、家族単位で自由に過ごしてもらえるようにと、自前の「保養の家」を持つ形の受入活動に切り替えました。2017年から下武石に、2019年には塩田に「保養の家」を開設し、2019年度には福島・東北・関東地方の約90名の方々が利用されたそうです。

(「保養の家・塩田」は現在活動を終了)

また、2018年から認定NPO法人日本チェルノブイリ連帯基金と信州大学医学部小児医学教室の協力を得て、「保養&検診プロジェクト」を開始しました。これは、武石の家で保養している子どもたちが、信州大学医学部の小児科医(チェルノブイリの子どもたちを診てきた)による問診や診察、血液検査や尿検査を受け、親御さんが健康相談を行えるというプロジェクトです。「福島原発事故から10年が経ち、子どもたちの健康を見守る上ではまだまだ必要な取り組みなので、今後一層推進をしていきたい」とのことでした。

昨年からのコロナ禍の中で、全国的に保養受入活動の中止や縮小が起こっています。しかし、自前の「保養の家」で、現地集合・解散が行える、一家族に限定して受け入れるという形ならば受入は十分可能であると判断して、「保養サポート・上田」は、去年の夏からリピーターの家族に限定して受入を継続しています。

「保養の家が第二の故郷、親戚の家だと感じてもらえるようなサポートを心がけています。最近は孫世代の子どもさんが家族で来るようになり、「ばあちゃんの家に来たみたい」と言ってもらうと、新しい家族ができたように思います」と西山さんは笑っていました。

### (注記) 保養とは？ なぜ必要？

1986年のチェルノブイリ原発事故以来、放射線量が多い地域に住む子どもたちが、放射能の影響が少ない地域に一定期間滞在して、放射性物質をできるだけ体内に取り込まず、取り込んだ放射性物質はできるだけ体外に排出して、免疫力をつけていけば、子どもたちは健康を回復するということが医学的にも認知されてきました。また、日々の放射能不安から解放されて屋外でのびのび遊べる事は、子どもたちの心身の疲れを癒す大きな力となります。これら一連の行動が「保養」と呼ばれるものです。

2011年3月11日の東日本大震災が引き起こした福島第一原子力発電所の事故により放出された放射性物質は、山々や川、海、人々が暮らす地域、生き物たち、人間たちの上に降り注ぎ、甚大な影響を与えました。その影響は、福島に限らず東北・関東地方など広い範囲に及んでいます。2012年には、放射能の影響から子どもたちの健康に不安を抱き、被災地から離れたと思っている人々に対して、「保養」や「移住」に関する情報提供・相談活動を行うネットワーク(311受入全国協議会)が設立され、全国各地で多くの民間団体が参加する「受入支援活動」が始まりました。



「保養の家・武石」