

住みよいたけし

2023年8月16日発行

事務所 武石地域総合センター内

TEL:0268-85-2511

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

印刷 中澤印刷株式会社



お楽しみ

ワイワイ(輪囀和囀)交流会

8月1日、住みよい武石をつくる会子育て教育文化部会は、新しい試みの「お楽しみワイワイ(輪囀和囀)交流会」を開催しました。

部会では「子どもは地域の宝」をモットーに、地域全体で子育て環境の充実を図ることを目標にしています。このイベントは子ども同士の交流や子どもと大人の親睦、夏休みの思い出作りを目的とし、武石地域の保育園、児童館、学童保育団体等と連携して開催しました。

この日は、昭和63年に武石小学校児童が制作した「武石ふるさとカルタ」を使ったカルタ取りや御柱祭で奉納されるおねり行列の「先箱」の体験が行われました。

先箱は、段ボール箱製で児童館に来る子どもたちが色付けした手作りです。

子どもたちはおねり行列の花形「奴」に扮し、昨年11月3日の奉納の際に実際に奴を演じた皆さんから演技指導を受けました。参加した子どもたちは「面白かった。いつか本当に先箱でおねり行列に出たい」と話していました。将来の御柱の奴の確保はできたようです。

夏休みの思い出作りとともに、カルタやおねり体験を通じ子どもたちが地域を知り地域の伝統に興味を持ってもらう機会となりました。あとわずかとなりましたが、楽しい夏休みを過ごしてください。

霊泉寺から熊沢峠越え 熊沢古道トレッキング

6月10日(土)、つくる会ふれあい交流部会と武石未来つながるプロジェクトは、今年で3回目となる「熊沢古道トレッキング」を行いました。今回は、霊泉寺から熊沢峠を越えて下小寺尾に下るルートで行ないました。2日前に梅雨入りの発表がありましたが、この日は薄陽が差すまじまじのトレッキング日和となりました。

30名の参加者は、バスで霊泉寺側登山口に到着。峠まで標高差460mの尾根道を急坂に喘ぎ、汗だくとなり登りました。峠が近づくと、足下には深山に咲く不思議な植物「ギンリョウソウ」が小さな白い顔をいくつも覗かせていました。

ようやく辿り着いた峠では、ミズナラ、ホウノ



ギンリョウソウ



熊沢峠

キ、カラマツなどの深緑の中ヒグラシの大合唱が迎えてくれました。参加者は三々五々昼食を摂り、集合写真に収まると、武石側の急斜面をジグザグに下っていきます。急斜面が終わると、分岐点に苔むした石の道標が立っています。観音様と「左おんせん右やまの方」の文字が刻まれており、湯治場利用された往時が偲ばれます。ここからは谷に沿って、滑りやすい石に注意しながら2、3回溪流を渡ると、下に人家が見えてきました。

ゴールした参加者は、「こんなに急だとは思わなかった!」と、思ったよりハードな山歩きに疲れた様子でした。コロナ感染が少し落ち着き、ようやく日常を取り戻しつつある中、久しぶりに気持ちいい汗をかくことができました。

たけし復興支援マルシェ大盛況

7月1日(土)、武石地域総合センター駐車場を会場として、「第2回たけし復興支援マルシェ」が開催されました。梅雨時の開催で小雨の降るときもありましたが、会場には大勢の人が繰り出しました。

実行委員会事務局を務める「かじかやラーメン」の児玉篤人さんの呼びかけで、会場には市内のラーメン店3店や、コーヒー、から揚げ、クレープ、小物など19ものブースが展開しました。実行委員会では企業の協力も得て周辺に300台以上の駐車場を確保しましたが、お昼頃にはどこも満杯の状態となっていました。

特設ステージでは1日を通して、武石小学校の金管バンドを始め、サクソカルテット、ダンスサークル、プロ歌手などのステージが行われました。武石小学校金管バンドは、サウンド・オブ・ミュージックメドレー4曲を演奏し、大きな拍手

を浴びていました。武石地域では近年にない大きなイベントとなりました。

実行委員会では参加店舗の売上金の一部を2019年の台風19号災害被災者に贈りました。



武石小金管バンド演奏

支え合いを広げる 地域づくりシンポジウム

6月11日(日)、武石地域総合センターで地域包括支援センターが主催した支え合いを広げる地域づくりシンポジウムが開催され、約100名が参加しました。

最初にご近所福祉クリエーターの酒井保氏から次のような基調講演がありました。

日本では、2年後の2025年に75歳以上人口が2200万人(5人に1人の割合)を越えると予想されている。元気なうちは、だれも自分が要介護状態になるとは考えていないが、75歳を超えると要介護になる人がかなり増える。人生のうちには支援を受ける期間が必ず来ることになる。一般に、身体の機能が低下すると社会参加が減ると思われがちだが実は逆で、社会性が低下すると運動機能の低下を招くという実態がある。健康で長生きするには、人とのつながりを持つことが大変重要である。

続いて、武石の縁が輪代表の依田由枝さん、小沢根ひまわりクラブ(高齢者クラブ)代表の清住章雄さん、長野大学社会福祉学部藤井博之さんを交えたパネルディスカッションが行われました。



この中で、依田さんからは、人のふれあう機会を持ちたいと「縁が輪」交流会を平成30年から旧JA店舗で月2回持ち、徐々に参加者が増え今は毎回30人ほどが訪れるようになったこと。清住さんからは、ひまわりクラブは、使われなくなった丸太造りのバス停を散歩などの休憩所として利用できるよう清掃活動を続けており、こうした活動が高齢者クラブの皆さんの交流の動機づけになっていることなどの事例が報告されました。

高齢になった時、こうした様々な形での社会参加が孤独の解消、ひいては介護予防につながっていくこととなります。身体を動かす運動も大事ですが、「ずく」を出して他人と積極的に交流することの重要性を改めて認識することができました。

武石新橋付近道路環境整備

7月8日(土)つくる会自然・生活環境部会では毎年恒例となっている武石新橋付近の草刈りを行いました。

武石新橋の市之瀬側は切通し気味になっているため、毎年夏になると草が道路に覆いかぶさるようになってきます。この日は部会員12名が出て、急な斜面に足を取られながらも草刈り機を操っていました。

武石の外から来られる皆さんは、「丸子から武石に入り水田が広がる風景を見るとホッとするとおっしゃいますが、その感覚は住んでいる私たちはなかなか気が付かないことです。私たちの日常的な作業が、ホッとさせる景観を作り出しています。身近なところから景観や道路環境の整備を行

い、美しい住みよい武石づくりに取り組んでいきましょう。



武石公園 整備作業

6月4日(日)七ヶ地区の自治会、公友会、高齢者クラブ主催による本年2回目となる「武石公園整備作業」が行われました。今回は、つくる会自然・生活環境部会が、武石地域の景観や自然環境の維持に少しでも協力できればと初めて作業に参加しました。

武石公園一帯の整備は、明治時代末から七ヶ自治会の皆さんを中心に受け継がれてきており、約2,000株のヤマツツジの開花時期には朱色に染まるツツジと夕刻からのぼんぼりの灯りが心を和ませてくれています。しかし敷地が広く岩場が多いこと、北側が急斜面で足場が悪いこと、またツツジ以外の雑木が年々高を増すなど作業条件は厳しいものがあります。



公友会長の鈴木孝史さんは、「市の計画により毎年整備が進められてきてはいるものの、武石地域の中心の自然公園として、永く後世に伝えていくことは、我々地域住民の使命であると思っており、今回の企画はととてもあり難い。」と語っていました。

北信越中学校総合体育大会出場

7月24日、依田窪南部中学校では1学期の終業式に先立ち、北信越中学校総合体育大会に出場することになった選手の壮行会が行われました。

長野県大会で優秀な成績を上げた陸上、柔道、ソフトテニスの選手10名が北信越大会に出場します。武石出身では陸上800mの黒木玲雄さん、ソフトテニス団体の大平海智さん、山口陽大さん、清住聡理さん、成田琥大さんの5人がいます。

選手の皆さんは、8月2日から石川県金沢市などで行われる大会に長野県を代表して出場することになり、生徒の皆さんから力強い拍手の応援を



受けていました。

校長先生は、「南中からこのように多くの選手が出場するのは近年にないことだ。頑張ってもらいたい。」と激励しました。

中学生、エリアトークを職場体験



7月18日と19日、依田窪南部中学校2年生が武石地域と長和町の企業・団体等で職場を体験しました。武石地域では、福祉や土木作業体験など8つの企業・団体が受け入れ、武石地域自治センターでも掛川桃花さんと内田篤志さんの2名が行政関連の体験をしました。

その一環で、二人はつくる会で行っているエリアトークの放送を体験しました。緊張しながらも18日と19日の4回分の放送を無事収録しました。

子檀嶺神社の神々と奥社

郷土史家 児玉卓文

6月4日(日)、小沢根と余里の皆さんがお祀りする子檀倉社(子檀嶺神社奥社)の祭事に同行させていただきました。

真田の白山権現への信仰(石川・福井・岐阜県にまたがる諸峰を女神として崇拜)は、山家神社を里宮とし四阿屋山山頂(2333m)に奥宮を祀っています。奥山と里で行われる神事は神秘的でもあります。

小沢根の子檀嶺神社は、社伝や里伝によれば、和銅五年(712)に、京都の伏見稻荷の「倉稻魂命」を沖の五日町と子檀倉岳(どの山か不明)に勧請し、大同元年(806)には上諏訪大明神を勧請合祀して五日町明神(獄神明)としたが、天文四年(1535)の依田川の洪水(武石川ではなく依田川とあります)により現在地に移転したものと伝えています。

清住神官家は明暦元年(1655)年の記録に、祭祀を司る神社として、①上諏訪大明神本社(余里)・②上諏訪大明神前宮(小沢根)・③富馬倉大権現(獅子ヶ城)他を記しています。宝永三年(1706)には、沖の五日町明神を②に移したとも記しています(『武石村誌』)。①は駒形神社と一緒に祀られ、②は今の子檀嶺神社のこと、諏訪上社の本宮・前宮に倣ったのでしょうか。③が子檀倉社になります。

現在の子檀嶺神社には、「倉稻魂命」「健御名方命」「八坂刀売命」が、奥社には「倉稻魂命」と「高麗命」が祀られています。「倉稻魂命」は穀物の神様、「健御名方命」「八坂刀売命」は夫婦で諏訪の神様、「高麗命」は水の神様です。

五日町明神の元の場所は分かりません。下の写真は五日町のとなりの石原田付近からの風景です。



沖の石原田付近から美ヶ原方面を眺望、左の谷が余里の谷、美ヶ原の稜線よりも、左の三角形の山、気になりませんか。昔から日本人は神が鎮座する姿の美

しい山を神名備山と呼んできました。この山、カンナビで見えませんか。山の左側が余里の谷、右側が小沢根の谷、背後は旧和田村で分水嶺の峰でもあります。標高は1440m、周囲に抜きんでた高さ、これぞ子檀倉岳!!と思ったのですが、子檀倉社はこの峰より1kmほど奥まった小沢根側斜面の湧水地(約1400m)に祀られています。



奥社で行われる神事と小沢根・余里の祭典係と氏子の皆様

この祭典今は車で行きますが、昔は小沢根の氏子は上原に幟を立て、宿小屋で中社を祀って小沢根川を登り詰め、余里の氏子は駒形社に幟を立て、余里谷奥の宝松鉦山跡から亀ヶ沢を稜線まで登り詰め、稜線を奥社へ向かったそうです。神名備山は、地図上ではその途中にあるはずですが。

余里の祭典係は、稜線の中途にあるという中社(下社)に注連を張り供物を供え神事を行います。そこは神名備山山頂ではと、奥社を背に逆方向の稜線を同行させていただきました。やがて小さな峰(1408m)に鳥居と桜木と素朴な祭壇、これが中社、神名備山の600mほど手前です。でも、なぜか厳かであつ豊かな気持ちにさせられる空間で、かつ神事が若い祭典係に丁寧に引き継がれることに敬意を覚えました。

かつて余里の氏子が水の神高麗命を祀る奥社へ至った道筋は、余里の谷側にも恩恵をもたらす分水嶺の峰を経ることに意味があったと思われる。



余里の皆さんが登山の途中で神事を行った中社(下社)

武石を盛り上げる
人々グループ紹介

武石の人 団体



すし割烹 浜勢 大将 渡邊 弘さん

す。「豊洲には全国各地から色々な食材が集まります。行って見ないと、どんな物がどんな値段で取引されているのかわかりません。ここから燃料代をかけてでも豊洲では新鮮で美味しい食材が安く手に入ります」と仕入れのこだわりを話してくれました。

上田市武石にお店を出したきっかけは、たまたま常連のお客さんから元蕎麦屋さんの物件を紹介されたことで、以前から霧ヶ峰などに来た事があってこの周辺は知っていたので、この地での出店を決めたそうです。「この地でも商いに大きな問題は有りません。ご近所の方々が皆さん親切で助かっています。これからも元気で働き続けたい」と笑っていました。

「**浜勢**」は、令和3年5月に武石沖にオープンしたすしと割烹料理のお店です。以前は蕎麦屋さんだった築130年の古民家をリフォームした店舗をほぼそのまま再利用、この道42年の大将と奥様の二人でお店を切り盛りしています。

玄関から履物を脱いで店内に上がると、中は全て板の間となっていて、旧家の田ノ字型の部屋配置から間仕切りを外した大きな空間があり、4、5人がゆったりと座れる大きなテーブルが6か所程置かれています。元は座敷だったという部屋には床の間や書院作りの違い棚などが残っていて、なぜか懐かしく、趣のある空間が広がっています。また、大小宴会も25人程度まで実施可能とのことでした。



メニューは、お昼の食事として「にぎり・巻物セット」や「ちらし・丼」などがあり、お勧めは2000円位からのにぎり、ちらしのメニューで、色々なネタが味わえるとのことでした。夜にはお酒を飲みながらコース料理が味わえる「おまかせコース」などがあります(コース料理は、予約が必要)。また、一品料理はメニューにある料理以外でも大将がその時々仕入れた旬の食材を使った料理や、お客さんからの食べたい物の要望に合わせて料理を作ることもできるそうです。やはり、経験豊富な大将にお勧めを聞いて見るのが一番良さそうです。

食材の仕入れにはこだわりがあり、大将自ら週に1～2日は豊洲に行って仕入れをしているそうで

コース料理	ちらし・丼	にぎり・巻物セット	おしながき
おまかせコース おまかせ梅三八〇〇円 おまかせ竹大八〇〇円 おまかせ松八八〇〇円 どらふぐコース 五八〇〇円 上どらふぐコース 八八〇〇円 法事コース 五〇〇〇円	おまかせ梅三八〇〇円 おまかせ竹大八〇〇円 おまかせ松八八〇〇円 どらふぐコース 五八〇〇円 上どらふぐコース 八八〇〇円	にぎり十貫(竹) にぎり十二貫(松) おまかせにぎり(一人前) 刺身盛り(松)一人前 刺身盛り(竹)一人前 まぐろ盛り(二人前) かんぴょう巻(二人前) 鉄火巻(二人前) 天巻(二人前) 北巻(二人前)	おしながき おまかせにぎり(一人前) 刺身盛り(松)一人前 刺身盛り(竹)一人前 まぐろ盛り(二人前) かんぴょう巻(二人前) 鉄火巻(二人前) 天巻(二人前) 北巻(二人前)

大将は、「この地域ではなかなか食べられない、本格的で美味しいものを、格安な値段で食べてほしいというのが私の願いです。ぜひ一度食べに来てください。きっと満足していただけると思います」と話していました。

すし割烹 浜勢

営業時間：月曜・金曜・土曜・日曜
 ・11:30～13:30
 ・17:00～20:00 (予約制)

定休日：火曜・水曜・木曜

予約・問合せ：080-5195-3741