



平成30年度 小谷村表彰式

(写真:上) 平成30年度小谷村表彰式受彰者の皆さん

(写真:下) 合併60周年記念感謝状受領者の皆さん

小谷村表彰式



主な内容

広報

館報

平成30年度小谷村表彰式及び
合併60周年記念感謝状贈呈式 2・3

小谷村は2020年度を目標に景観計画をつくります .. 4

まめまめ知識No.62 6

白馬高校レポートチャンネル 8・9

ニュージーランドに小谷太鼓が響いた！
信州小谷太鼓NZマールボロー地区で交流公演 .. 12・13

小谷が誕生して60回目の記念文化祭 13

“牧の入”茅場で茅の運び出し作業体験 14

農業女子の“伊折暮らし”ノート⑦ 15

合併60周年記念感謝状贈呈式

11月3日文化の日に小谷村表彰式が行われ、各分野で活躍された方々が表彰されました。
また、小谷村合併60周年を記念して合併50年からの10年間の間に貢献された皆様に感謝状を贈呈いたしました。

平成30年度小谷村表彰式表彰者

(敬称略)

表 彰 状

自治功勞 鷺澤 仁	多年にわたり村議会議員として地方自治の振興に寄与されました。
文化功勞 松澤 敬夫	多年にわたり茅葺職人として地域の伝統文化の継承と後継者育成に尽力されました。
社会事業功勞 小谷村青少年育成会	多年にわたり青少年の健全育成に尽力されました。
社会事業功勞 山の音楽家	多年にわたりチャリティコンサートの収益金を小谷村社会福祉協議会に寄付し介護福祉施設への訪問演奏活動を毎年続けるなど地域福祉活動の推進に尽力されました。
公共福祉功勞 小林 正男	多年にわたり消防団幹部として消防活動に精励され民生の安定に尽力されました。
自治功勞 小池 利治	多年にわたり村議会議員として村政発展に寄与されました。

感 謝 状

自治功勞 高橋 正宏	多年にわたり村議会議員として村政発展に寄与されました。
産業功勞 齊藤 喜久夫	多年にわたり農業委員会委員として本村農業行政の振興に寄与されました。
産業功勞 横田 喜明	多年にわたり農業委員会委員として本村農業行政の振興に寄与されました。
産業功勞 松澤 周司	多年にわたり農業委員会委員として本村農業行政の振興に寄与されました。
産業功勞 細田 正	多年にわたり農業委員会委員として本村農業行政の振興に寄与されました。
社会事業功勞 澤渡 勇治	多年にわたり児童生徒の安全な通学に寄与されました。
その他功勞 林 正二	信州小谷村ふるさと応援として多額の金員を寄付され村政運営に多大な貢献をされました。
スポーツ振興表彰	
栄光章 平田 悠理	スポーツ競技大会において優秀な成績を収め村の体育振興のため多大な貢献をされました。 ・第55回全国中学校スキー大会 スベシャルジャンプ競技 優勝
勲功章 清水 秀雄	長年にわたり体育協会会長等の要職を務め、本村の体育・スポーツ振興指導に尽力されました。

平成30年度小谷村表彰式及び

合併60周年記念感謝状贈呈者

(敬称略)

感謝状

自治功勞 小林 三郎	平成15年4月から平成23年4月まで村長として8年間務め村の行政事務執行に尽くされました。
自治功勞 相澤 保	平成19年7月から平成23年6月まで副村長として4年間務め村の行政事務執行に尽くされました。
自治功勞 中島 幸人	平成18年7月から平成22年3月まで教育長として4年間務め村の教育事務執行に尽くされました。
自治功勞 細井 仁	平成22年4月から平成27年3月まで教育長として5年間務め村の教育事務執行に尽くされました。
自治功勞 相澤 誠男	平成14年5月から平成22年5月まで小谷村議会議員として8年間、その間議長として2年間務め地方自治の振興に尽くされました。
自治功勞 宮澤 治男	平成18年5月から平成26年5月まで小谷村議会議員として8年間、その間議長として2年間務め地方自治の振興に尽くされました。
産業功勞 えんでく会	多年にわたり村の奨励作物「そば」や「大豆」の栽培を行い地域の活性化に寄与されました。
産業功勞 コルチナそば組合	多年にわたり村の奨励作物「そば」を栽培し「そばの花」施設で郷土食の提供を行うなど地域農業の活性化に寄与されました。
産業功勞 こんぴら営農集団	多年にわたり「水稻種苗」などの栽培を行い地域農業の活性化に寄与されました。

産業功勞 狐塚直接支払集落	多年にわたり村の奨励作物「そば」の栽培を行い地域農業の活性化に寄与されました。
産業功勞 伊折農業生産組合	多年にわたり「ミニトマト」などの栽培を行い地域農業の活性化に寄与されました。
芸術功勞 小谷民謡保存会	多年にわたり小谷民謡の継承・普及・振興に寄与されました。
芸術功勞 姫川太鼓	多年にわたり和太鼓の発展・振興に寄与されました。
芸術功勞 信州小谷太鼓	多年にわたり和太鼓の発展・振興に寄与されました。
芸術功勞 おたり吹奏楽クラブ	多年にわたり吹奏楽の発展・振興に寄与されました。
体育功勞 小谷村体育協会	多年にわたり村民の体育スポーツ振興に寄与されました。
社会事業功勞 大町地区交通安全協会小谷支部	多年にわたり交通安全の啓発、普及、教育などを行い交通安全に寄与されました。
社会事業功勞 こどもふれあい番所	多年にわたり児童生徒の安全な通学に寄与されました。
公共福祉功勞 土谷水仙会	多年にわたり県道の道路環境美化活動を行い地域貢献活動に寄与されました。

小谷村は2020年度を目標に 景観計画をつくりまします



移行への背景

現在日本各地で「景観」に関する関心が高まり、観光地やまちなみにそぐわない建築物の建設や電柱・電線類による眺望の阻害、広告物のはん濫など、景観の悪化が問題視されています。

小谷村でも観光地として、地域で統一した意識を持ち、住んでいる人にも訪れた人にも景観のよい村づくりが重要です。そこで、小谷村が持つ美しい景観の保全と暮らしやすさ、そして発展のバランスが取れた村づくりを実現し、人と自然が共生する美しい郷土を次世代に継承するため、2020年度を目標に景観計画を策定します。

小谷村の現在の 景観取り組みについて

現在小谷村は独自の条例を制定しております、「長野県景観

条例」及び「長野県景観育成計画」が適用されています。

長野県が定めた一定規模を超える建築物等の行為については、長野県へ事前届出を行っていただいておりますが、長野県内という広い地域を対象としているため、すべてが小谷村の状況に合っているわけではありません。

そもそも景観とは？

「景観」という言葉を調べてみると、「風景外観。景色、眺め、またその美しさ」と記載されていますが、人それぞれが違う感じ方だとしても、ある程度の意識統一は可能であると考えられます。そして同じ地域に住み、同じ経験・知識を共有している人たちの間では、その意識統一がより深く共有できると考えられます。つまり、同じ意識統一のなかで小谷村のよい景観を理解して、全員の共通認識で景観

づくりを計画し、よい景観を次世代まで継承できるように、村全体で取り組んでいくことが重要です。

景観計画を策定すると？

小谷村が独自に景観づくりの取り組みができるようになります。

- ① 新築や改築する建築物等に対し、建築基準法以外の規制ができます（色彩指定や高さ制限等）。
- ② 小谷村で統一した景観保全ができるようになります（電柱・電線の設置方法や屋外の看板等）。
- ③ 観光地として訪れた方によりよい景色を提供できます（イメージアップ）。
- ④ 美しい自然、家並み景観を通じて、住みよい環境を維持できます（住みやすさ、快適さアップ↓暮らしの満足度アップ）。

今後のスケジュール

日 程	内 容
2018年 12月中旬	・ 景観に関するアンケート調査実施 (小谷村に住所のある方を対象) このアンケートを基にして計画を進めていきますので、アンケートが届きましたらぜひご協力をお願いします。
2019年 3月頃	・ アンケート調査結果及び小谷村の景観の現状と課題のまとめ
2020年までに 実施する 内容(予定)	・ 景観に関する懇談会開催(ワークショップ形式) ・ 小谷村景観審議会(仮)開催 ・ 小谷村景観条例(仮)等策定 ・ 小谷村景観計画策定 ・ 景観行政団体への移行

新たな建築物等の建築や屋外に掲げる看板等に対して、形態・大きさ・色彩などに規制がかけられます。これらについて申請や許可等といった手間が生じることとなりますが、よい景観の維持と小谷村

の未来のためにも、ご理解とご協力をお願いいたします。

■お問い合わせ

建設水道課建設係
電話 82・2204

地域おこし協力隊の おたりと関わる5ステップ

今、地域を元気にできる「第三の人口」として着目されている「関係人口」。地域おこし協力隊員が、小谷の関係人口になるに至った経緯を、「関係人口の5ステップ」を追いながら毎月ひとりずつご紹介します。

今月はこの人！

デクレット・ポール

アメリカ合衆国オクラホマ州出身。
オールロバーツ大学経営学部卒業
後、岐阜県・愛知県で英語教師として
英会話教室や小中学校に勤務。平成
30年6月に梅池地域づくり応援団
として地域おこし協力隊員に着任。



ステップ1 興味をもつ
初めて日本に来たのは23歳の時。大学卒業後に就職した

海にも山にもグレンデにも2〜3時間あれば着いてしまう。豊かな自然と、この「コンパクト感」がとても好きになりました。

ステップ3 通う

会社（企業の株主向け報告書制作業務）が、自分には合わないと感じていた時に、韓国へ渡って英語教師をしていた友人が「この仕事はポールにも合うよ」と薦めてくれたことがきっかけです。ネイティブの英語教師を募集していたアジア諸国のなかでも、「国土の約70%が山岳」ということに魅かれて日本を選び、岐阜駅前のAEON（大人向けの英会話教室）で1年3か月働きました。

ステップ2 愛着をもつ

幼い頃から「将来はアラスカでサバイバルな生き方をしたい」と夢に描くほどのアウトドア好き。スポーツの趣味も多岐にわたり、いつでも体を動かしていなければ気がすみません。

出身地のオクラホマ州は西部劇に出てくるような草原が広がる場所で、山や海まで行くのに車で12時間程かかってしまします。それが日本なら

専攻していました。その手始めに、もっと自然豊かな場所に住むことを決意しました。ある日、友人と移住の作戦会議をするなかで「地域おこし協力隊員」という制度の存在を知りました。いきなり新ビジネス1本でいくのは難しいと考えていたのでいい制度だと思いました。

ステップ5 拠点をもつ

その作戦会議中、具体的に住みたい場所の話になり、梅池から北アルプスを縦走した時のことがパツと思い出されました。すぐに調べてくれた友人が「ちょうど今その場所の担当の協力隊員募集があるよ」と。

応募の期限が2日後に迫っており、これは運命だと感じて、書類を提出しました。

これから先のこと

現在は梅池高原観光協会にデスクを置き、外国人へのPRのお手伝いや、梅池地区の宿泊施設や飲食店で働く方を対象に英会話教室をしています。英語で困ったことがあれば、ぜひお声がけください。

また、趣味でランニングにも熱く取り組んでいます。目標は富山から太平洋まで距離415km、累積標高差26662mを8日間で走り切る2年後の「トランスジャパンアルプスレース」の出場と完走。出場するためにはフルマラソンタイムや他レースの実績など様々な条件が必要なので、来年は1か月で日本百高山を全て走れないかと企んでいます。体力と気力には自信がありません。ハードな戦いは誰にも負けません。早朝や夕方に走りこんでいる姿を見かけたら、応援よろしくお願いします。

お世話になっているあの人からひとこと



梅池高原観光協会
会長理事
西澤 敬市さん

フレンドリーで沢山のスキルを持っている彼は、頼れる存在としてあつという間に地区に馴染みました。各宿の相談や梅池のイベント応援など、何でも出向いてくれるので助かりますし、自分の意見をしっかりと持っているところも信頼できます。オーバーワークにならないよう、プライベートも（ハニーと仲良く）存分に楽しんでください！

まめまめ知識

No.62



前回に引き続き『高血圧』について小谷村診療所の中井先生に聞いてみた内容を掲載します。今回は高血圧の予防・改善のための生活習慣（パート2）についてです。

宮井：中井先生は普段の生活で、減塩について何かさ
れていることはありますか？

中井先生：みそ汁は具だけを

食べて汁は残すようにして
いますが、そのほかは特に
これといってやっていない
ですね。実は僕、小さいこ
ろからずっと薄味で育って
きていて…。母がうるさ
かったんです。今ではそれ
が慣れっこになってしまっ
て、味の濃さにはとても敏
感になりました。それが原
因で、妻の出してくれた料
理に「これちょっと味付け
が濃くない？」と言ってし
まい、ちょっととした喧嘩に
なることがありますね（苦
笑）。

そう考えると、子どもの
ころの食生活ってとても大
事だと思えます。年をとっ

てから薄味に切り替えるの
はとても難しいですが、子
どものうちから薄味に慣れ
ていけばそれが大人になっ
ても習慣化しますからね。

子育て世代にある親御さ
んにはそのあたりも意識し
てもらえるといいですね。

宮井：そうですね。子どもの
ころから薄味に慣れてお
く、ということはとても大
事ですね。

最後に、先生にもう一つ
塩分についてお聞きしたい
ことがあります。

今年の夏は例年になく暑
い日が続き、メディアでも
よく熱中症対策が取り上げ
られていました。そこでは
水分補給とともに塩分の摂
取も勧められていた訳です
が、日本人は既に塩分を過
剰に摂取している現状のな
かで、熱中症対策としての

塩分補給をどのよう
に考えればよいで
しょうか。

中井先生：答えから言っ
てしまえば、「3食きちんと食
事が摂れていけば、基本的
には熱中症対策としての塩分
摂取は不要」です。

人の身体には、体内の食
塩量が増えすぎると、
排泄量に比べておしっこか
ら排泄される食塩の量を調
節する仕組みがあります。
なので、汗をかいたとして
もおしっこから排泄する食
塩の量を少なくしてそのバ
ランスが保たれます。この
仕組みを考えると、3食で
10g程度の塩分を摂ってい
る現状では、無理に塩分を
摂る必要はなく、逆に積極
的にとることで塩分過多に
なってしまいます。こまめ
な水分補給だけで十分とい
うことです。

ただし、暑い日に外作業
などで大量に汗をかいた場
合は例外になります。具
体的には1時間に1L以上の
汗をかくような時などに
なりますが、この時にはお
しっこによる調節機能だけ
では食塩バランスを維持す
ることができません。です

ので、水分とともに少量
の食塩を含んだミネラルを
摂ることが必要になります。

宮井：基本的には3食き
んと食事が摂れていけば、
熱中症対策として塩分を意
識して摂る必要はないの
ですね。

中井先生：そういうこと
です。

ただ、これはきちんと食
事が摂れている場合に限り
ます。熱中症で運ばれてく
る患者さんのなかには夏バ
テで食事が摂れず、水分だ
け摂っていたため発症した
という方もいます。そうい
う時には塩分の摂り方に気
を付けなければなりません。

宮井：そうですね。すこ
く参考になりました。あり
がとうございました。

〔次回へ続く〕

今回は最終回です。載せ
きれなかった内容をQ&A
形式で掲載します。

住民福祉課 福祉係
電話 82・2582

年末の交通安全運動

スローガン「思いやり 乗せて信濃路 咲く笑顔」

シートベルト・チャイルドシートの正しい着用を！

12月1日(土)～12月31日(火)

平成29年中のシートベルトの非着用者の致死率は着用者の15.3倍、チャイルドシートの非着用者の致死率は着用者の16倍です。すべての座席でのシートベルト・チャイルドシートの着用は道路交通法で義務付けられています。運転者は同乗者全員がシートベルト、またはチャイルドシートを着用したことを確認してから発進しましょう。ただし、正しい着用ができていないと本来の機能を発揮できません。後部座席を含めた全ての座席のシートベルト・チャイルドシートの正しい着用をお願いします。

年末は夕暮れ時や道路状況の悪化に伴う事故が増えるほか、忘年会などでお酒を飲む機会が増加します。飲酒運転は絶対にやめましょう。交通ルールを守り、車は早めの点灯、夜間は原則上向きライト、歩行者は反射板などを使い、お互いに存在を確認できるように努めましょう。

清掃センターからのお知らせ



冬期特別受け入れについて

30年度冬の観光シーズンに伴うごみ、リサイクル物の冬期特別受け入れを次のとおり行います。カレンダーを確認し、お間違えないようお願いいたします。

また、8月より燃えるごみ・金属類は、指定のごみ袋（専用）に入れて搬入となり、リサイクル物は家庭で仕分けをしてから搬入してください（無料）。

【受入期間及び時間】

- 期 間 平成30年12月24日（月）から平成31年3月31日（日）まで
- 休 み 12月31日、1月1日、土曜日と第4日曜日
- 受入時間 午前9時から午後3時まで



【搬入方法】

- 燃えるごみ・金属類は「指定のごみ袋」に入れて搬入
- リサイクル物は無料です（指定袋は不要）。搬入できるリサイクル物は、

ダンボール・ペットボトル・無色ビン・茶色ビン・その他の色ビン・ガラスくず(陶磁器くず)・白色トレイ・アルミ缶・紙パック・プラスチック製容器包装・紙製容器包装・新聞(折込チラシ)・雑誌・雑紙・衣類(布類)・小型家電・廃食用油・乾電池・蛍光管・水銀式温度計・体温計です。

平成30年12月

日	月	火	水	木	金	土
						1 休み
2 休み	3	4	5	6	7	8 休み
9 休み	10	11	12	13	14	15 休み
16 休み	17	18	19	20	21	22 休み
23 天皇誕生日 休み	24 振替休日	25	26	27	28	29
30	31 休み					

平成31年1月

日	月	火	水	木	金	土
		1 深見	2	3	4	5 休み
6	7	8	9	10	11	12 休み
13	14 成人の日	15	16	17	18	19 休み
20	21	22	23	24	25	26 休み
27 休み	28	29	30	31		

平成31年2月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 休み
3	4	5	6	7	8	9 休み
10	11 建国記念日	12	13	14	15	16 休み
17	18	19	20	21	22	23 休み
24 休み	25	26	27	28		

平成31年3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 休み
3	4	5	6	7	8	9 休み
10	11	12	13	14	15	16 休み
17	18	19	20	21 春分の日	22	23 休み
24 休み	25	26	27	28	29	30 休み
31						

清掃センターからお願い

- 搬入時はシート掛け等を行い、道路にごみやリサイクル物等を落とさないようにして下さい。
- ご不明な点は、白馬山麓清掃センター（☎72-3312）までお問合せ下さい。

URL <http://www.hakubasanroku.or.jp/>



平成30年10・11月 (第150・151号)

TEL 0261 (72)2034(代表)

http://www.nagano-c.ed.jp/hakubahs/



本年度国際観光科 1期生が卒業します

HAKUBA HS Report Channel

生徒会選挙

【9月5日】 生徒会選挙を開催しました。立会演説会で掲げられた公約に対して、生徒から質問、意見が多く出され、活発な議論が繰り広げられました。質疑応答中、緩い雰囲気になってしまったときには、生徒会3年生から注意があり、白馬高校生として自覚を持ち、全体で生徒会として活動できていると強く感じさせられました。また、今年度より立会演説会後すぐ選挙を行うようになり、昨年度に比べ投票率が非常に高くなりました。



と強く感じさせられました。また、今年度より立会演説会後すぐ選挙を行うようになり、昨年度に比べ投票率が非常に高くなりました。

クラスマッチ

【9月14日】 秋季クラスマッチを開催しました。あいにくの天候となり外での競技が行えず、男女とも体育館でのバスケットボール競技になりました。その分時間はタイトとなりましたが、あらかじめ雨天時の計画がしっかりと立てられていたため、混乱なく進行することができました。男女全員が体育館内にいるため、より一層応援に熱が入りクラスの団結を強くする良い機会となりました。また、大きな怪我等何事もなく無事終えることが出来ました。



北アルプス山麓ブランド特別授業

【9月19日】 北アルプス山麓農畜産物ブランド運営委員会委員長の宮澤敏文長野県議会議員に「北アルプス山麓ブランド」についてご講演いただきました。北アルプス山麓地域の農林水産物や加工品等の中で、「北アルプス山麓ブランド」を、どのように企画、アピールし、認定品100品目に達するまで走り続けてこられたのか、その道のりを語っていただきました。先進観光地域を作っていくためには、「住んでよし、訪ねてよし」の環境整備が重要との言葉に、生徒もなるほどと膝を打った様子でした。これまでの観光の授業での「白馬・小谷地域をPRするためにはその地域を知らなければならない」という認識をさらに深めることができた宮澤先生の授業でした。地域の特産について知り、それをPRしていくとはどのようなことか、という実践例を示してください、生徒には非常に刺激になりました。



【9月3日】 昭和31年に建設が始められた「くろよんダム」。資材輸送路として掘削された大町トンネルは破碎帯との遭遇など難工事を極めました。今回は巨大構造物が環境に与える影響、そして水力発電所の役割・構造を学ぶことを目的に巡検に行きました。8月27日には関電アメニックスの伊藤さんにご来校いただき、日本の電力事業の歴史についてお話をいただきました。巡検当日は好天に恵まれ立山連峰の稜線もはっきり見ることができました。やはり毎秒10tの観光放水は圧巻の迫力です。今年の夏の暑さと雨不足で通年よりも10mlほど水位が低いようでした。



大迫力の観光放水

グローバル講演会 (我武者羅応援団&ヒダカズ白馬高校応援)

【8月30日】 上田情報ビジネス専門学校副校長の比田井和孝先生と我武者羅応援団の方にご講演いただきました。比田井先生からは就職がゴールではなく、その先どのように社会と関わり幸せになっていくかが重要であるということ。また、物事に対して、やり方ではなく在り方が重要であるということを教えていただきました。また、我武者羅応援団の方による本気の応援とパフォーマンスで生徒全員が一体となり盛り上がりました。自分を信じる事の大切さを教えていただき、感極まる生徒、職員もいました。



比田井先生講話



我武者羅応援団の方々と

黒部ダム巡検 (3年普通科 環境Ⅱ)

【9月3日】 昭和31年に建設が始められた「くろよんダム」。資材輸送路として掘削された大町トンネルは破碎帯との遭遇など難工事を極めました。今回は巨大構造物が環境に与える影響、そして水力発電所の役割・構造を学ぶことを目的に巡検に行きました。8月27日には関電アメニックスの伊藤さんにご来校いただき、日本の電力事業の歴史についてお話をいただきました。巡検当日は好天に恵まれ立山連峰の稜線もはっきり見ることができました。やはり毎秒10tの観光放水は圧巻の迫力です。今年の夏の暑さと雨不足で通年よりも10mlほど水位が低いようでした。

グローバル講演会

～AI(人工知能)やロボット時代の生き方・学び方～

【10月15日】 東京大学先端科学技術研究センター人間支援工学分野教授中邑賢龍先生にご講演いただきました。昨今の社会の現状をお話しいただき、そのうえでどのように学ばなければいけないかを教えていただきました。「現代は社会が豊かになり、ルール、常識、教育が整備されてきた。しかし、これからの社会では標準化された作業などは、ロボットにとってかわられる時代である。そういった時代に生きるために、常識に縛られず自由であり、自らの責任を果たす必要に迫られている。いかに自分らしく社会に関わることが出来るか」生徒たちには自分の好きなことでエキスパートになり、社会に貢献する方法を考え、自分なりの答えを導き出して次のステージへ進んでいってほしいと思います。



PTA研修旅行 (生徒ガイドによるバスツアー)

【10月16日】 3年B組の授業、グローバル観光の一環としてPTA研修旅行を行いました。生徒が企画、準備をし当日のガイドもこなす旅行で、お客様に生徒の保護者の方を招きました。日帰りバスツアーで養命酒工場(駒ケ根)⇒駒ケ根ソースかつ丼の有名店⇒かんてんばばガーデン(伊那)へ行きました。生徒たちの入念な下調べが功を奏し、バス内でのガイドは「知らない事もたくさんあり勉強になった」と好評でした。また帰りの車中でのレクリエーションで行われたビンゴゲームの景品は、各工場のお土産を選び、そちらも好評でした。保護者の方からは是非来年も参加したいので実施してほしいという声をたくさんいただきました。



貢献しているかまで探究した内容でした。2年生はタピオカに焦点をあて、修学旅行先の台湾を研究する斬新な発想で会場を引きつけていました。3年生は3年間の体験をまとめ、その内容は多岐にわたり高校生活が充実していたことがよくわかる発表でした。質疑応答では就労先は選べるのか、普通科でも体験を増やすことはできないかなどのご意見をいただきました。今後も白馬高校として更に様々な体験を通じ生徒の成長を促し教育の充実を図りたいと思います。

台湾修学旅行

【10月1日～5日】 昨年度に引き続き、台湾での修学旅行を行いました。出国、帰国ともに台風の影響が懸念される中



でのフライトとなりましたが、現地では概ね天気に恵まれ、予定どおりの全行程を消化することができました。現地の高校生との交流を始め、主体的に文化の違いを楽しむ生徒の姿が見られました。海外に行くことの意義を十二分に確認できた良い修学旅行となりました。

強歩大会

【10月12日】 強歩大会を開催しました。白馬高校～黒菱岳山頂までを往復する約22kmのコースで標高差は500m程あります。早い生徒は約1時間40分で走り切りました。壮大な景色を眺めながら心身を鍛え、共に歩いた友人たちとは学校の事や自分の夢などを時間をかけて話すことができた良い機会となりました。他学年の生徒や普段話す機会がない人ともすれ違うときにお互い声を掛け、励まし合うことができました。運動が得意な生徒も苦手な生徒も「しんどかったけども、面白かった」との感想を口にしました。



はくばフォーラム

【11月6日】 はくばフォーラムをウィング21で開催しました。県・村の教育委員会や地域の関係者、保護者の皆様をお招きし、受付や司会もすべて生徒が行い、学校で学んだ成果を各学年ごとに発表しました。1年生は就労体験、2年生は修学旅行と高校生ホテル、3年生は国際観光科が発足した新生白馬高校1期生としての3年間のまとめとデュアルシステムについて発表しました。1年生の就労体験は3つの発表のうち1つが介護施設の体験で、小谷村の現状を調べ、就労体験先がどのように地域に



建設水道課からのお知らせ

道路除雪にご協力をお願いいたします

冬期間の道路除雪は、朝の通勤通学時間に間に合うように夜明け前から行います。安全で円滑な作業が行えるよう、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

雪作業の妨げになったり、通行する車両の迷惑にならないように、絶対にやめてください。

【通行止めに御協力を】

作業上、一時的に道路の通行ができなくなる場合があります。事故の原因となりますので、作業エリアへ強引に侵入しないでください。

【除雪車に近寄らないで】
作業中の除雪車は、たいへん危険です。絶対に近寄らないでください。特に子どもや高齢者には、ご家庭で注意してください。

【路上駐車は絶対にだめ】
道路に車を放置すると、除

【道路に雪を出さないで】

除雪した道路に雪を出す人がいますが、これではせっかくの除雪作業がむだにな

ります。また、スリップ事故などの交通事故の原因になりますので絶対にしないでください。

【ご迷惑をおかけしますが】

積雪・降雪状況によっては、十分な除雪が出来ない場合があります。また、夜間には作業音がうるさい場合がありますが、やむを得ないことですのでご了承ください。

【危険な箇所を発見したら】

雪崩などを発見した場合は、速やかに役場へ連絡してください。

水道管の凍結破損にご注意ください

冬期間は凍結による水道管の破損漏水事故が多くなります。

村営水道の場合、水道メーターより宅内側はおお客様の責任で管理していただくことになっておりますので、凍結防止対策をお願いいたします。

【注意が必要な箇所】

- 気温が氷点下になると、水道管内の水が凍り、管や蛇口、メーター等が破損することがあります。特に注意が必要なのは
- むき出しになっている水道管
- 外水道（屋根雪や除雪による破損にも注意が必要です）
- 北側や日陰、風当りの強い場所にある水道管やメーター

【凍結を防ぐには】

- 凍結防止の電熱帯が巻いてある場合は必ず電源を入れておきましょう。
- むき出しの水道管や蛇口に保温材や毛布等を巻き付け、ビニール等で固定しましょう。市販品で便利なものもあります。
- メーターボックス内に乾いた保温材料（発砲スチロール等。ビニール袋に入れると破片の飛散防止になります）を詰めて保温しましょう。
- 長期間家を空ける際は不凍栓等

で水抜きをしましょう。給湯器等の機器も忘れずに水抜きをしましょう。

【水道が凍ってしまったら】

凍った水道管や蛇口にタオル等をかぶせ、その上から少しずつぬるま湯をかけます。熱湯をかけると水道管や蛇口が破損してしまいます。

【水道管が破損してしまったら】

- 宅内の止水栓やメーターボックス内で止水し、破損したところを布やテープ等を巻き付けて応急手当をし、小谷村水道工事指定業者に修理を依頼してください。（村営水道の場合）
- 水道メーターが破損した場合は役場水道係までご連絡ください。

【村営水道のお客様へ】

冬季はメーターボックスが雪の下になってしまふことも多いので、万が一の漏水事故に備え、メーターボックスの位置を確認するとともに、メーターボックスの上には何も置かないようにしてください。

■お問い合わせ

水道係
電話 82・2583



村道梅池旅館区線は冬期間一方通行になります

村道梅池旅館区線は急勾配のため、12月20日から翌年3月31日までの間、一方通行となります。冬期間の安全な通行を確保するため、ご理解・ご協力をお願いいたします。

■お問い合わせ

建設係
電話 82・2204

からころ通信

No.5

小谷村精神保健福祉サポーター カモミールより 前回に引き続き「メンタルヘルス市民大学」の二日目の報告をいたします。

二日目の講座はクッキングハウスメンバーさんの「ぼちぼちいこか♪」「みそ汁の歌♪」から始まりました。この日のテーマは『オープンダイアログを学ぼう』当事者研究とSSTの学びです。

オープンダイアログとは、フィンランドの病院を中心に実践された対話（ミーティング形式）による治療やケアのことです。薬物療法に頼らず、当事者の主体性を大切に、家族や主治医を含め多職種の人たちが、カウンセリングマインド（カウンセリング的に人と関わろうとする人が持つべき態度・考え・心構えなど）をもち、対話の力によって治療していくというものです。

この治療法・ケアは、ある病院で実践され、精神科病棟の入院患者が激減するという結果が出ました。その後、この取り組みは世界中に広がり、あらゆる場面で活用されています。『オープン』とは開かれた医

療やケア、ダイアログとは

「対話」という意味です。当事者・家族、医療従事者、支援者が対等の関係となり、人と人との関係性が回復につながります。相手の考えは簡単には理解できないため、「対等な立場」でしっかりと相手の話しを聴き、話すこと、「対話」が大切になります。

オープンダイアログでは、「相手は何を話したいのだろうか?」「相手の話しを丁寧に聴き、併せて自分も丁寧に話しをすることを基本にしています。相手の話しを勝手に解釈、評価、助言、批判等しない。「あなたの意見はこういうことですね」とは言わず、「あなたの意見を聞いて私はこういうことだと感じました」が合っていますか?」ときく。短絡的に結論を出そうとしないことが大切です。

オープンダイアログについて一通り学んだあと、実践として、二人一組になり対話を

やってみました。「話しを聴き切る」「相手が何を話したいのかを十分に考える」「相手の話しを丁寧に聴き、自分も丁寧に話しをする」「勝手に解釈、評価、批判等はせず」「あなたの話しを聴いて、私はこう感じました、合っていますか?」等の学びを頭の片隅において対話をしました。なかなか上手くはいきませんでした。繰り返しの訓練が大切ですね。

その後、クッキングハウスのメンバーさんから「私の主治医I先生」ということで、体験発表がされました。オープンダイアログの基本を実践され、対話を大切にされている先生と出会われたメンバーさん。良い先生との出合いを語ってくれ、会場全体が温かな空気に包まれました。また、他のメンバーさんからは日常生活における対人での困りごとが出されました。課題解決の方法を参加者全員で考え、解決に向かって一歩ずつ進んで行くというSST（認知行動療法）も実践しました。

終わりのシェアリングでは参加者全員一人ずつ講座を受けて自分の感じたことを話しました。最後に吉本有里さんが「命のまんなかで♪」他数曲♪を歌ってくれました。

今年のメンタルヘルス市民大学も深い深い学びの場となり、小谷から平和の発信、幸せ村小谷を松浦先生とクッキングハウスの皆さん、関わってくれた人達と誓い合い終了しました。

今月の納税

12月

税目 固定資産税

期別 第3期

納期限 12月28日（金）

税目 国民健康保険税

期別 第7期

納期限 12月28日（金）

税目 後期高齢者医療保険料

期別 第6期

納期限 12月28日（金）

※口座振替を指定されている方は12月25日に振替えますので、口座の残高をご確認ください。

25日の定期振替ができなかった方は平成31年1月10日に再振替をさせていただきます。

平成30年度
小谷村農業委員会
定例会のお知らせ

■次回の開会予定

12月19日（水）午後4時から

■お問い合わせ

小谷村農業委員会事務局

（観光振興課農林係）

電話 82・2588