



# あげまつ



町の情報は  
こちらから

上松町公式サイト

<http://www.town.agematsu.nagano.jp/>



美林ちゃん

令和8年7月1日現在

世帯 1,946 戸(ー 6)

男 1,835 人(ー 8)

女 1,934 人(ー 6)

計 3,769 人(ー 14)

## 令和8年度 上松町消防団ポンプ操法大会

6月6日(土)に、令和8年度上松町消防団ポンプ操法大会が下河原町民運動場で開催されました。

今回は4チームが出場し、ポンプ車を用いた放水・ホース展張の迅速さや正確さを競い合いました。

出場した選手達は、3週間積み重ねた訓練の成果を発揮した、素晴らしい操法を見せてくれました。

(関連記事 2P)



太郎ちゃん





## 令和八年度 上松町消防団ポンプ操法大会



令和八年度上松町消防団ポンプ操法大会が、六月六日（土）に下河原町民運動場で一年ぶりに開催されました。

ポンプ操法大会は、ホース展開や機械操作、火点への放水など、消火活動に必要な一連の動作の迅速さや正確さを競うもので、消防活動の基礎を身に付け、技術の向上を図るために行われています。

今年は、ポンプ車を用いて

行う「ポンプ車操法」の大会となり、全四チームが競い合い、第一分団が優勝しました。

また、消防団員が減少する中、今年初めての試みとして第二・第四分団の合同で出場しました。分団の仲間や消防団OB、参加選手の家族の方達が見守る中、どの選手も三週間にわたる訓練の成果を十分に発揮した、素晴らしい操法を見せてくれました。

### 成績表

|     |          |
|-----|----------|
| 1 位 | 第1分団     |
| 2 位 | 第3分団 第1班 |
| 3 位 | 第2・第4分団  |
| 4 位 | 第3分団 第2班 |

### 個人賞受賞者

|      |         |       |
|------|---------|-------|
| 指揮者  | 第1分団    | 脇田 拓実 |
| 1 番員 | 第1分団    | 下野 武蔵 |
| 2 番員 | 第2・第4分団 | 織田 雅也 |
| 3 番員 | 第3分団第1班 | 大平 健斗 |
| 4 番員 | 第2・第4分団 | 柳澤 航平 |

出場チームのタイムと番員の減点数が少なく優れた成績を収めた選手に贈られます。







## 水の大切さを学ぶ 上松小学校四年生 浄水場見学



## 持続可能な循環型社会に向けて 衣類・古着を回収し再資源化へ



六月十九日（金）に、上松小学校四年生が、荒田浄水場の水道施設を見学し、水が作られていく過程を学びました。

荒田浄水場のろ過機が並ぶ膜ろ過室で、ろ過を行うセラミック膜エレメントの標本に触れたりし、機械に異常があったときに対応する集中管理室など見学しました。



様々な装置を使って作り出される水が貯えられた配水池は、小学校プールおおよそ三分の容量があるということなどが分かり、とても驚いていました。

児童達は、担当者からの説明を真剣に聞きながら、熱心にメモを取り、水の大切さなどを学ぶことができた施設見学となりました。



六月十九日（金）と二十日（土）の二日間、衣類・古着リサイクル回収が行われました。

この衣類・古着回収は可燃ごみの削減と、リサイクル促進を目的に平成二十五年から開始しました。

町で回収した衣類等は選別業者に運送され、種類ごとに分けられた後、リサイクル処理業者に引き渡され、工場などで使われるウエスや反毛（再加工するため繊維に戻すこと）、古着などに再利用されます。

今回は持ち込み式の回収で、会場となった見帰倉庫には多くの人が訪れ、濡れないようビニール袋に衣類・古着を入れて持ち込みました。

今回のリサイクル回収では二日間で三千六百八十kgもの衣類、古着を回収できました。

これからも可燃ごみ削減、リサイクル推進にご協力ください。



## プロレスラーE i t a デビュー15周年 記念大会でタイトル飾る！

6月20日（土）に、上松町出身のプロレスラーE i t a（本名：小林瑛太）さんが参加しているプロレス団体「プロレスリング・ノア」の興行「E i t aデビュー15周年記念大会」が、E i t aさん凱旋大会として上松町公民館で開催されました。

これは、上松町で興行をして地元を盛り上げたいとE i t aさんが熱望し、地元有志の方達による応援組織「上松E i t aアミーゴ会」が実行委員会となって招致に至ったものです。

今回の大会ではシングルマッチから8人タッグマッチなど7試合が行われ、E i t aさんはトリとなるメインイベントのGHCジュニアヘビー級選手権試合に出場しました。

600人を超える観衆から見守られながら、手に汗握る激しい戦いが繰り広げられ、大きな声援の後押しで、最後はE i t aさんがスリーカウントを取り見事勝利し、第62代GHCジュニアヘビー級王者になりました。



## 信州木曽あげまつ 第28回赤沢森林セラピーウォークで 友好都市 豊明市と交流深める

6月6日（土）に第28回赤沢森林セラピーウォークが開催されました。

森林浴発祥の地である赤沢自然休養林で、御神木伐採跡地近くでヨガ体験するコース、呼吸に意識を集中し「呼吸筋のレベルアップ」をはかりココロとカラダをリフレッシュするコース、「森林浴×迷走神経ワーク×温浴」で心と体の回復力を高めるコース、森林鉄道とネイチャーゲームを楽しめるコースの4つコースを行いました。

参加した方達は、各班に分かれて森林浴を楽しみ、ココロとカラダを癒していました。

また、本年は友好都市の豊明市より、市の職員を含め30名ほどご参加いただきました。セラピーウォーク企画は、ここ何年か雨天のため別の行程に変更となっており、参加された方より「ようやく赤沢でウォーキングができる。」というお話もありました。何年かぶりの赤沢ウォーキングをご満喫されて行かれました。







## 見守り活動 20 年 上松小学校に寄附

北栄町の野村武敏夫妻が、6月11日（木）に、夫妻それぞれ10万円（合計20万円）を上松小学校に寄附してくださいました。

今回、野村さんは、20年間続けてきた上松小学校児童の見守り活動を、90歳を迎えたタイミングで体調不良等を理由に6月に終了し、子どもたちとの交流が自身にとっての潤いや癒しになったとして上松小学校への感謝の印として寄附してくださいました。

野村さんは、登校日の午前7時10分頃から50分ごろまで黄色の帽子とベスト、腕章を着用し、小学校の近くの交通量の多い交差点で児童たちの見守りをしていました。

寄附金は児童たちのより良い学校生活のために活用されます。



## 地域おこし協力隊だより

### 新規採用隊員紹介

地域おこし協力隊とは、総務省が行っている事業で、地方が都市からの住民を受け入れ、一定期間地域に居住し、各種地域協力活動に従事しながら地域への定住・定着を促進することで、地域力の維持や強化を図ることを目的としています。

町では、6月より新たに1名の「地域おこし協力隊」を採用しました。林業振興業務に取り組んでいただきます。



はじめまして。6月から上松町地域おこし協力隊として地域振興課に着任しました、ソーヤー・イアンと申します。妻と3人姉妹の子どもたちとともに上松町に移り住み、この町の温かい町民と、息をのむような美しい自然にすっかり魅了されてしまいました。木曽の森と山々に囲まれた、美味しい水のこの地で、家族ともども新しい生活を始められることを、心から嬉しく思っています。

私の主な活動は、林道の維持管理と支障木の伐採、緩衝帯整備で森と人里の境界をしっかりと保つことで、熊さんたちが町に入り込まないようにし、少しでも安全で暮らしやすい森づくり、環境作りです。そして、伐採した木材を「恵み」として活かし、生活道具や木工品をつくるグリーンウッドワークという生木加工のワークショップも開いていきたいと考えています。木の香り、手触り、温もり——そういった体験を、ぜひ皆さんと一緒に楽しみたいと思っています。

私は昨年から檜流太鼓で太鼓をたたいています。メンバーが一体になって、ともに何かを創り上げる事に生き甲斐を感じます。協力隊活動でも、上松町の皆さんに参加していただき、「自分たちの町の森を、自分たちの手で活かす」きっかけ作りを心がけたいです。作業のお手伝いでも、ワークショップへの参加でも、アイデアを出すだけでも——どんな形でも大歓迎です。

そして、3年の任期中に成し遂げたいことがあります。天狗山公園で檜の里を代表する檜のツリーハウスを作って、完成祝いとして天狗山の野外ホールで檜流太鼓の演奏をすることです。可能かどうかは正直まだわかりません。でも、3年かけて天狗山の周りの森を皆さんと協力し合って、整備し、安心して使える、たくさんの人が集える空間にしたいと思っています。そして、整備で出た木材を使って、子どもと大人が一丸となり檜のツリーハウスを作る事を夢見てます——上松町の手と自然が宿る、みんなの場所を。

至らないことばかりですが、これから皆さんと一緒に、この町の森と未来をつなげていくことを楽しみにしています。どうぞよろしくお願いします。





## 木曽駒ヶ岳開山式 今夏の安全を祈願

6月13日（土）に今年の夏山シーズンの安全を祈願する、令和8年度木曽駒ヶ岳開山式が開催されました。

当日は晴天に恵まれ、山小屋関係者や山岳会、遭対協、行政関係者など十五名ほどが式に参加し、神事は肅々と執り行われました。

参加者は、大勢の方が登山に訪れることへの期待と、事故等無く安心・安全な登山ができることへの祈りを込めました。



## 夏山遭難防止 ～安全登山のポイント～

夏山シーズンとなりました。長野県内の山は、例年多くの登山者が訪れます。

しかし、山岳遭難も多く、去年は、七月・八月の二ヶ月間で143件の遭難が発生し、遭難者は、死者6人、負傷者75人、無事救出73人の計154人に上ります。

登山者の皆さんは、自分の体力・技術に合った山を選び、次の点に注意して安全な登山をお願いします。

1. 日程や登山コース、危険箇所の確認などを、参加者全員で話し合ってしっかりと計画を立てましょう。  
また、入山前から気象情報を把握し、天候の判断を誤らないように注意しましょう。
2. 事前に「登山計画書」を作成し、長野県に提出するほか、家族や職場と行動予定を共有しておきましょう。
3. 入山に備えて日頃からトレーニングを行い、体調を万全にしておきましょう。  
また、入山前に体調に不安がある場合には、登山を中止しましょう。

長野県警ホームページに山岳情報を掲載していますので参考にしてください。県内では毎年多くの方が登山に訪れる一方で、遭難事故も多発しております。

登山の際は登山届（計画書）の提出、季節や気象条件に合った装備、服装をする、山岳保険への加入など、安全ともしもの時の対策をして、楽しみましょう。



長野県警HP

登山計画書の提出方法は下記をご覧ください。



長野県HP

長野県 HP「登山計画書を届出しましょう」

URL：<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/smartphone/tozankeikakusho.html>







## 「ふるさとの歴史を知ること、

樹齢300年を超える木曽ひのきに杣人の斧が入り、爽やかなひのきの香りが新緑の森に拡がって、参列者を包み込んでいきます。

5月17日、赤沢溪谷姫宮で「仮御樋代木伐採式」が催行され、小中学生の子ども達も参加して、上松の歴史的行事にふれました。

参加した中学生からは「斧が木に当たった時の音が繊細で、森の中に響いてすごい」、「斧を入れた少し後、ヒノキの香りが風に乗ってブワッ！っときていい匂いだと思った」、「木が倒れたとき、うわああああ！！、以外考えられないほど感動した」、「木を寝かした後の杣夫たちの“やり切ったぞ”という顔が印象的」、「この日のために長い時間をかけて準備し、やり遂げたことはすごい」、「上松で伐った木が神宮で無事使われて欲しい」、「関わる人の熱い気持ちが分かり、皆この日を待ち望んでいたんだと思った」、「町の文化を守り引き継いでいこうという思いが感じられた」、「一生のうちでも見られるか

どうかわからないすごい式を見ることが出来て良かった」、「この式を次の子ども達にも見せたい」等々たくさんの感想が寄せられました。

自分たちの地域の歴史を知る事、その歴史をつないできた人達に思いを馳せる事は、故郷への愛着と誇りに繋がるものであり、子ども達一人ひとりの人格の形成にも大きな役割を果たすものだと考えます。

先人が残してくれた宝物を大切に、しっかりと未来に繋いでいきたいと思います。

上松町長 村田広司

＊今月号より、「森の国から」と題して、日々の出来事や雑感を記したコラムを連載します。



# 健康増進センターリレートーク・・・119



美林ちゃん (美)

## 【テーマ：ヘルプマークへの理解促進】

### 「ヘルプマーク」



太郎ちゃん (太)



美：ねえ太郎ちゃん。このマークを見かけたことある？

太：バックにつけている人を見かけたことあるよ。何のマークなの？

美：ヘルプマークって言うんだけど、日常生活で援助を必要とする方が、このマークを身につけることで、周囲の方に援助が必要な状況を知ってもらい、助けを求めやすくするためのマークなんだって。

太：どんな人が利用できるのかな？

美：内部障がいや、難病、妊娠初期の方、知的障がいや発達障がいの方など、外見からは分かりにくい理由で生活に配慮が必要な人などが利用しているみたいだよ。手帳などのあるなしに関係なく利用できるみたいだよ。

太：そうなんだ。実際にどんな配慮をしたらよいのかな。

美：カードの裏側にシールが貼ってあるので、そこに必要な支援など記載されているみたいだよ。例えば、電車やバスなどの公共交通機関で席を譲るとか、駅や商業施設等で困っているようなら声をかけるとか、耳が遠い方には、筆談で会話をするとか……。人によって支援の内容はかわってくるね。職場などでもこのマークをつけていることによって、体調の急変がある方への対応や業務にあたっての配慮などの理解を得られやすくすることに活用する方法もあるんだって。

太：利用する人だけでなく、周囲の人や住民の人がヘルプマークについて知っておくことも大事だね。災害などの緊急時に、ヘルプマークを付けている人がいたら、声をかけたりできるといいね。

美：そうだね。ヘルプマークを通じて、必要な配慮について理解が進むことで、お互いが支え合ったり、誰もが暮らしやすい地域になるといいね。

## ◎ヘルプマークの利用方法

配布場所 上松町役場 住民福祉課福祉係窓口にて配布しています。(1階3番窓口)

配布方法 配布に当たって料金はかかりません。配布時に必要な理由など簡単な質問をさせていただきます。手帳の提示は必要ありません。

申込者一人につき、1個配布します。申し込みは、本人またはご家族の方が行えます。

## 《ヘルプカードについて》

サイズ 横8.5cm、縦5.4cmの大きさで、本人の氏名、住所、連絡先、病名、かかりつけの医療機関、緊急連絡先、お願いしたい事などを記載し、必要時にカードを提示して手助けを求めることができます。ヘルプマークで伝えきれない詳細な情報などを補足できます。日常的に、手帳や財布などに入れて日常的に携帯し、緊急時などに適切な対応を受けやすくなります。

ヘルプマーク・ヘルプカードについてお問合せ：上松町住民福祉課福祉係

電話0264-52-5550



"Catalog Pocket"でも  
配信しています



※情報掲載に同意を頂いた方のみ  
掲載しています。

田上 賀与子

98歳

北栄町

古澤 幸一

62歳

南上条

吉田 ハギノ

99歳

下旭町

加藤 忠義

88歳

北見婦

杉本 てる江

92歳

寝覚3

釜沼 二三子

94歳

西奥

ごめいふくをお祈りします

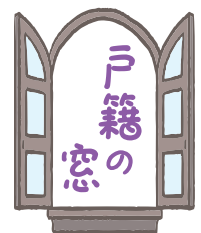
野尻 心葉

美沙

和也

東里1

おすすめやかに



六月  
(敬称略)