



表紙／御嶽神社初奉奏祭 太々神楽「水継老翁」(1月4日 撮影)

「黒沢御嶽神社の太々神楽」が
町無形民俗文化財に指定されました | 2P

木曾町消防団 団員を随時募集しています | 3P

木曾町で頑張る起業者を紹介 | 4～5P

山河の関跡を未来へ | 14～15P



広報きそまちを
アプリで読むには
「マチイロ」



木曾町
公式LINEは
こちら



「黒沢御嶽神社の太々神楽」が 町無形民俗文化財に指定されました

木曾町教育委員会は、町文化財保護審議会からの答申を受け、令和7年12月2日付けで新たに1件を町の無形民俗文化財に指定しました。
指定を受けたのは、三岳黒沢の御嶽神社に伝えられる「太々神楽」です。

物件の概要

「黒沢御嶽神社の太々神楽」は、12座の演目で構成される神楽舞で、毎年1月4日の御嶽神社別殿における初奉奏祭と、7月19日の若宮拝殿における例大祭にて、4座ずつ奉奏されています。現在は太々神楽保存会が組織され、神職と保存会員（伶人）によって伝承が図られています。



五返舞



三剣

舞の構成

- | | | |
|-------|------|-------|
| ・岩戸開き | ・御神入 | ・番舞 |
| ・五返舞 | ・神子舞 | ・舞台舞 |
| ・大宝 | ・三剣 | ・水継老翁 |
| ・弓矢加持 | ・降神舞 | ・六人行事 |

沿革

舞は戸隠神社の系統を引くといわれています。今般の調査により、福島の水無神社が所蔵する古記録に黒沢の太々神楽に関する記述が見つかり、江戸時代後期の享和3年（1803）までには黒沢へ伝えられていたことが判明しました。また、同じ木曾谷のなかでは上松と王滝にも太々神楽が伝えられており、舞の内容に多くの共通点が認められます。



「御本社蔵代記」（水無神社蔵）

文化財としての価値

山岳修験の流れをくむ神事的な神楽の特徴を存分に伝えており、黒沢口の御嶽信仰を探るうえで重要な信仰芸能であること、講社による奉奏の伝統を伝えていること、信州の太々神楽の系譜を考えるうえでも重要であることなどが評価されました。

初奉奏祭や例大祭で行われる太々神楽は、一般の方も拝観することができます。人口減少時代を迎え、全国的に年中行事や伝統芸能の継承が難しくなるなか、地域コミュニティの維持・存続にとって、お祭りや芸能がもつ意味や役割は大きなものがあると考えられます。この機会に、身近な無形民俗文化財の価値を見つめ直してみませんか。

【お問い合わせ先】生涯学習課 ☎23-2070



木曽町消防団 団員を随時募集しています

【お問い合わせ先】総務課危機管理室 ☎22-4280

木曽町消防団では、1月1日現在、259人の団員が所属し、地域の安全・安心を守るため、訓練や、火防広報など、日夜活動しています。

自分や大切な人の命、地域の安心を守るためには、性別を問わず多くの人の力が必要です。消防団では一緒に活動する仲間を随時募集しています。

消防団とは

- 消防団は市町村に設置された消防機関です。
- 団員は非常勤特別職の地方公務員になります。
- 町内には12の分団と3つの隊があり、入団後は原則居住する地籍の分団に所属します。



入団資格

- 木曽町内に居住又は勤務する18歳以上の人（性別は不問）
- 志操堅固で身体剛健であること（活動に意欲があり健康な方）

消防団の 主な活動

非常時	通常時
<ul style="list-style-type: none"> ・ 火災発生時の消火活動 ・ 行方不明者の搜索活動 ・ 水防活動 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 火防広報や訓練指導 ・ 訓練、各種式典

消防団の 処遇について

報酬	年報酬及び活動実績に基づき出動費が支給されます。また、日頃の活動に出動し、5年以上従事した団員には勤務年数に応じた退職報償制度があります。
公務災害補償	消防団活動により、死亡・病気又は負傷した場合は、本人や遺族に対して補償されます。
服装の貸与	団員には活動に必要な被服一式が貸与されます。

消防団に興味がある方、入団を希望される方は、お近くの消防団員 または 役場危機管理室まで、お気軽にお問い合わせください。

町では町内で起業を目指す方を応援しています。創業に向けたゼミの開催や創業計画書の作成支援を行っています。創業を考えている方は、お気軽にご相談ください。

今回は、創業ゼミを受講し、町の補助制度を活用して起業された方を紹介します。

kkgt villa&山のギャラリー

なかしま わかよ
中島 和賀代さん

令和6年8月に木曾駒高原にオープンした、一棟貸の宿です。自然光が差し込み、白を基調とした漆喰壁、ヒノキやサクラの天然木材、サウナ小屋、展示スペース、庭には樹木花が植生し、滞在する方はアートやクラフト作品に触れることができ、居心地の良い非日常感を体感することができます。

起業した経緯

木曾駒ヶ岳が望める木曾駒高原で人が集い、笑い、癒やされるような心地の良い場所をつくとともに、これまでに出会った芸術家や作家をはじめとする人脈を活かして、アートやクラフト作品に触れることができる宿泊事業を展開したいと思い、起業しました。

今後について

敷地内にハーブガーデンを造り、宿泊者にはハーブ摘みでハーブティーや香りを楽しんでもらうとともに、ハーブ療法やワークショップの開催もできるようにしたいと思います。また、木曾と他地域の作家との作品の紹介と交流により、アートやクラフトがある暮らしを提供できるようにしたいと考えています。



kkgt villa&山のギャラリー

木曾町日義4879-2 ☎080-5499-5159

- ▶ ヴィラ/Airbnbより予約(随時)
- ▶ 営業時間/11:00~18:00(ギャラリー)
- ▶ 定休日/不定休(企画展会期のみ営業)

- ▶ WEB
<https://www.gallery-tsuitachi.com/>
- ▶ Instagram
@kkgtvilla_yamanogallery



ツーシン

よこやま じゅん
横山 淳さん

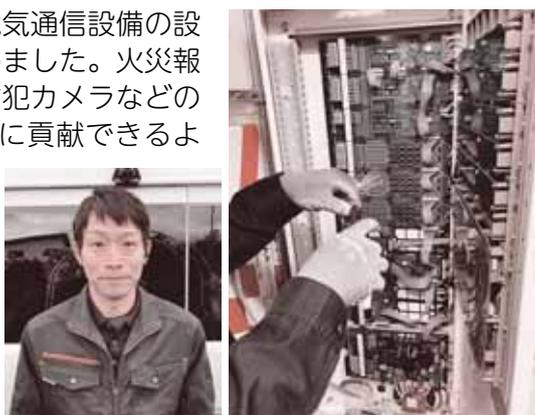
令和6年6月から防災設備、電気通信設備の設置・メンテナンスの事業をはじめました。火災報知設備の工事をメインに電話や防犯カメラなどの通信機器の工事も承っております。皆さまの安心・安全に貢献できるよう、確実な仕事をお届けいたします。

起業した経緯

消防設備と電気通信設備工事の経験と資格を活かして、生まれ育った木曾で地域の方々の安心・安全に貢献できると考え起業しました。特に消防設備に関する業務は「人命に係わる、なくてはならない業務」ですので、お客様への確実かつ迅速な対応を心がけています。

今後について

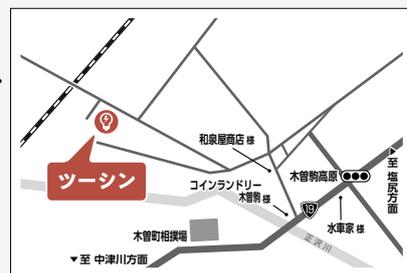
現在は、(株)信越報知からの受注による業務がメインとなりますが、木曾の企業や個人宅への工事も行っています。火災報知器、電話、インターネット、放送設備、防犯カメラなど気になっていることがございましたらお気軽にご相談ください。皆さまのお困りごとを解決するお手伝いをいたします。



ツーシン

木曾町日義3111-7
☎090-5528-9854

- ▶ 営業時間
/8:00~17:00
- ▶ 定休日
/なし



さぼまつしま
茶房松島

まつざわ ななこ
松澤 菜那子さん

令和2年から福島上ノ段で焼き菓子販売店として営業していましたが、昨年より“AUTHENTIC CHAYA”を目指す古民家カフェとしてリニューアルオープンしました。木曾町出身のパティシエールが手掛ける本格スイーツのほか、ランチタイムにはパスタとガレットを提供。宿場ならではの趣ある店内で良質な食体験をお楽しみいただけます。

起業した経緯

夫婦で飲食店を営むことが夢でした。パティシエになるため製菓の専門学校で学び、ホテルや菓子店での修行後に帰郷。地元である木曾で、旅先の思い出に残るカフェを作りたいという思いから起業しました。

今後について

木曾の食材の魅力を広げるため、そば粉や糎などを使った焼き菓子やケーキ、パスタ、ガレットなどに挑戦してきました。今後はさらに食を通じて木曾の食材のできる表現の幅を広げていきたいです。また、お客様からの夜間営業を望む声が多いため只今準備中です。



茶房松島

木曾町福島5250-1
☎0264-24-0262
▶営業時間 / 10:00 ~ 16:30
▶定休日 / 火曜日・水曜日

▶Instagram
@sabo_matsushima



成約率は約7割！

空き家バンクへの登録をお願いします

まずはお電話で
ご相談を！

空き家は放置せず、早めに対策することが大切です。「実家が空き家だけどとりあえずこのまま……」というお話をよく聞きますが、危険な空き家にしないよう定期的な管理や点検が必要です。

適切な管理が行われている空き家は資源となります。木曾町には、空き家を有効活用するために、空き家を売りたい・貸したい所有者と、借りたい・買いたい希望者をつなぐ「空き家バンク（空き家情報登録制度）」があります。空き家バンクに登録された物件は町ホームページなどで紹介しており、成約率は約7割です。民間の賃貸物件が少ない木曾地域において、空き家の需要は年々高くなっています。町内に所有している空き家がある方は、ぜひ空き家バンクへの登録をお願いします。

また、空き家所有者の方向けに、家財等の片付けや庭木の伐採に対する補助制度もありますので、お気軽にお問い合わせください。



空き家バンク



登録のご案内



片付け補助金



【お問い合わせ先】 町民課 住宅係 ☎22-4281



ウォーターニュース きそまち

No. 04

開閉栓申込の電子化を開始します

皆さんにとって身近な水道。蛇口をひねれば当たり前に見える水道について、料金・給水施設・運営等、これからシリーズでわかりやすく解説します。

水道の利用を開始したい、または休止したい場合には、事前に町へ開栓・閉栓の届出を行う必要があります。

今までは来庁またはお電話での受付としておりましたが、この4月から新たに電子申請（インターネット）での受付を開始します。電子申請を利用すればお手元のスマートフォンやパソコンから24時間いつでもお手続きいただけます。詳細な開始時期については追ってお知らせいたしますので、ぜひご活用ください。

注意



下記のような場合は電子申請による開閉栓申込はできません。該当する場合は直接お電話にてお申し出ください。

- ・直近（5営業日以内）の日にちで開閉栓を希望したい場合
- ・一度電子申請で申し込んだ内容の修正をしたい場合（日にちの変更など）
- ・使用者名義の変更が伴う開閉栓（物件の売買によるものなど）

!! 引越しに伴う水道のお手続きはお早めに

3～4月は引越しする人が最も多くなる時期です。引越しの日にちが決まりましたら早めのご連絡をお願いいたします。

💧 水道を使わなくなる時

使用中止日および時間の連絡が必要です。閉栓日より水道料金を精算しますので、ご連絡がない場合、引き続き水道料金を請求させていただきます。（遡る閉栓処理はできませんのでご注意ください。）

お電話でのお問い合わせの際は、**検針票や納付書にあります7桁の「お客様番号」**をお知らせいただけますとスムーズです。

水道の閉栓時に未納料金がある場合は、未納額全額のお支払いをお願いいたします。

💧 水道を使い始める時

連絡前に水道が使える状況であっても、必ず使用開始の連絡が必要です。

自宅内の蛇口（カラン）が開いたまま気づかず開栓すると、水が勢いよく出て宅内に水被害が及ぶことがありますので、開栓には立会いをお願いしています。開栓作業は、土日・祝日は実施していません。（年度末・年度始めは手続きが混雑するため、ご希望に添えない場合があります。）開栓時には開栓手数料5,000円が必要です。

【お問い合わせ先】

環境水道課 水道料金係 ☎22-3320

または各支所 日義支所 ☎26-2301 開田支所 ☎42-3331 三岳支所 ☎46-2001

次号は、水道施設の概要についてお伝えします。

令和8年度から 子ども・子育て支援金制度が始まります

国の法改正により令和8年度から開始される「子ども・子育て支援金制度」は社会連帯の理念を基盤に、こどもや子育て世帯を全世代・全経済主体が支える新しい分かち合い連携の仕組みです。全世代の皆様から支援金を拠出していただくことで、こどもや子育て世帯の給付を拡充し、またこれから結婚・子育てをする若い世代を応援します。

支援金が充てられる事業

- ▶ 児童手当の拡充（令和6年10月から拡充）
- ▶ 妊婦のための支援給付（令和7年度から制度化）
- ▶ 育児時短就業給付（令和7年度から実施）
- ▶ 出生後休業支援給付（令和7年度から実施）
- ▶ 育児期間中の国民年金保険料免除（令和8年10月から実施）
- ▶ こども誰でも通園制度（令和8年度から全国実施）

事業に充てられる事業費の一部は、医療保険制度から加入者に対して負担金を徴収し（実際に徴収する時期については医療保険制度ごとに異なります）、**町でも令和8年度から国民健康保険税・後期高齢者医療保険料に上乗せして「子ども・子育て支援金」を加入者の皆様から負担していただくこととなります。**負担していただく金額等については決まり次第お知らせいたします。（金額は医療保険制度や所得に応じて異なりますが、令和8年度では1人当たり月250円、令和10年度では1人当たり月450円と試算されています）

子ども・子育て支援金制度について
もっと知りたいときは



こども家庭庁のHP(概要説明)

【お問い合わせ先】 町民課 国保年金係 ☎22-4281

教育委員会委員・選挙管理委員会が任命されました

議会12月会議において議会の同意を得て、下記の通り任命されました。（敬称略）

教育委員会委員 【お問い合わせ先】 子育て教育課 ☎23-2000

あおき ひさお
青樹 久雄 再任

〔任期〕 令和7年12月21日から令和11年12月20日まで

選挙管理委員会 【お問い合わせ先】 木曾町選挙管理委員会事務局（総務課内） ☎22-4280

● 委員
やすだ としお
安田 利夫（福島）
かみがいと ひろゆき
上垣外浩之（日義）
こし まさし
越 正志（開田）
たしろ ゆきこ
田代 幸子（三岳）

● 補充員
さわぐちくみこ
澤口久美子（福島）
いそお みき
磯尾 三輝（日義）
よしだ たかゆき
吉田 隆幸（開田）
なかむらち えみ
中村千恵美（三岳）

〔任期〕 令和7年12月16日から令和11年12月15日まで

まちの話題

木曽町スポーツ表彰を行いました

10月25日、26日に滋賀県湖南市にて開催された、「わたSHIGA輝く障スポ2025 バレーボール女子」に長野県チームとして木曽町から岡井結生さん、渡澤怜奈さんの2名が選手として出場し優勝しました。長野県代表として昨年初めて出場し、2年目の出場で優勝を収める快挙となりました。



(真ん中左から) 岡井さん、渡澤さん

この栄誉を讃え、木曽町スポーツ表彰を12月21日に行いました。受賞したお2人の今後のご活躍をご期待するとともに、令和10年に開催される信州やまなみ全障スポへの出場、健闘を目指して頂きたいと思います。

まちの話題

人権擁護委員の異動がありました

1月9日、木曽町役場において木曽町人権擁護委員の委嘱状伝達式が行われ、新任の今井さかえさん、上沼樹実与さん（任期：令和9年12月31日）へ委嘱状が手渡されました。担当地区は、今井さんが日義、上沼さんが福島となります。



(左から) 新任の今井さん、上沼さん 退任された田口さん、野口さん

また、今回任期満了に伴い退任となった田口由利子さん、野口英明さんには感謝状が手渡されました。田口さんには、郡協議会の副会長を務めていただいたほか、男女共同参画推進委員やこども人権委員として、積極的に企業啓発や小・中学校での人権教室に尽力をいただき、野口さんには、施設訪問での特設相談や委員研修の実施に従事していただいたほか、事務局長としてもご尽力いただきました。

〈法務局からお知らせ〉

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受け、主として地域における人権相談業務や啓発活動にあたっています。法務局では、女性や子どもの人権問題等について専用電話を設置し、人権擁護委員が中心となって電話相談を受けております。心配ごとがありましたら専用電話へご相談ください。

専用電話

みんなの人権110番 ☎0570-003-110 (全国共通)
子どもの人権110番 ☎0120-007-110 (全国共通)
女性の人権ホットライン ☎0570-070-810 (全国共通)

まちの話題

郷土菓子「からすみ」講習会を開催しました

1月14日、大桑村にある味処いなほの林ちか彙さんを講師にお招きし、郷土菓子「からすみ」講習会を開催しました。木曽の中で流通しているからすみは、江戸時代末期頃、全国的に知れ渡っているボラなどの卵を塩漬けにした「カラスミ」をモチーフに米粉などの身近な材料で代用して作られていましたが、現在では「日本一美しく、日本一の子どもを授けたい」という願いから切り口が富士山のような今の形になりました。



参加した皆さんからの「お家でも作ってみたい」という声に対し、林さんは「子どもが食べないと、木曽の郷土食は衰えていってしまう。都会に出ていっても『こういうものを食べたな』と思い出せるように、子どもに食べさせてあげたいし、ぜひみんなにも作ってほしい。」とおっしゃっていました。

町長コラム 如是我聞



「如是我聞」

今月のコラムから、新たに「如是我聞」というサブタイトルを付けさせていただきました。少し難しい言葉ですが、もとはお釈迦様の弟子が講話の際に「私はお釈迦様からこのように教えを伺いました」と述べるときの枕詞だそうです。私もまた、町民の皆さんから伺った声や想いをこのコラムに込めていきたい——そんなつもりで、「町長コラム 如是我聞」といたしました。

もうひとつ告白しますと、このタイトルは、私の好きな作家・太宰治の小説の1つから拝借しております。太宰は津軽出身の作家です。無頼派といわれ反俗的で破滅的な生き方をした人ですが、今なお太宰の作品は、特に若者の心を揺さぶり続けています。「走れメロス」などは小学生にもおすすめですが、他にも多くの生きていく悩みや、人の弱さを、ありのままにさらけ出した作品が多くあります。中学生・高校生で未読の方がおられましたら、ぜひ一度手に取ってみてください。

今日は、その太宰の心の師であった作家・井伏鱒二について少し触れたいと思います。

井伏は「山椒魚」や「黒い雨」で知られていますが、若いころ木曾町（木曾福島）を旅した記録があるそうです。たいへん気に入ってくれたらし

く、その後の旅好きのきっかけになったとも語っています。今では信じられない話ですが、「雷鳥の丸焼きが美味しかった」とも書き残しているとか。真偽のほどはわかりませんが、当時ならではのエピソードとして伝えられています。

新しい年も早くも1ヶ月が過ぎました。これから来る春は別れの季節でもあります。唐の詩人・于武陵の『勸酒』には、こんな一節があります。

花発多風雨（花ひらけば風雨多く）
人生足別離（人生別離たる）

井伏はこの詩を、

花に嵐のたとえもあるぞ
サヨナラだけが人生だ

と潔く訳しています。

還暦を過ぎてから、私はこの言葉の重みを改めて感じるようになりました。けれど同時に、人生は出会いにも満ちています。

新しい春に、また新しい出会いを楽しみにしています。

まちの話 題

長崎県松浦市との生徒交流を行いました

木曾町は、旧木曾福島町の時代から、長崎県松浦市（旧北松浦郡福島町）・北海道福島町と「福島」という地名の縁により交流をしています。この冬は、長崎県松浦市の中学生8名が1月15日から18日まで3泊4日の日程で木曾町に訪れました。

期間中は木曾町中学校を訪れ、木曾町中学校1年生の皆さんが地域学習での学びを発表し、松浦市の生徒の皆さんに木曾町のことについて知ってもらいました。また、スキー教室では松浦市の皆さんに加え6名の町内の中学生も参加し、一緒にスキーを楽しみながら交流を深めました。



青空の木曾福島スキー場で記念撮影



木曾町中学校との交流で初めて百草丸を見る様子



3月は、
国民健康保険税10期の納付月です。
忘れずお早めに納付ください。

緊急当番医連絡先

1日(日) 大脇医院 (上松町)

☎52-2023

8日(日) みたけ診療所 (三岳)

☎46-2266

15日(日) 奥原医院 (木祖村)

☎36-2264

20日(金) 王滝村診療所 (王滝村)

☎48-2731

22日(日) 原内科医院 (福島)

☎22-2678

29日(日) 芦沢医院 (上松町)

☎52-2018

緊急当番歯科医連絡先

8日(日) 古谷歯科医院 (大桑村)

☎55-2760

22日(日) 鈴木歯科医院 (福島)

☎22-2038

※掲載している日時や会場などの情報は変更、中止になる可能性があります。
急な変更、中止の際は定時放送やホームページでお知らせします。

主なイベント

☎：参加費用が必要です

日付	時間	内容	場所
17日(火)	各校で 開始時間が 異なります	福島小学校 卒業式 開田小学校 卒業式 三岳小学校 卒業式	各校
18日(水)	各校で 開始時間が 異なります	日義小中学校 卒業式 開田中学校 卒業式 木曾町中学校 卒業式	各校
19日(木)	各園で 開始時間が 異なります	木曾こども園 卒園式 日義こども園 卒園式 開田こども園 卒園式 三岳こども園 卒園式	各園

相談はこちらへ

各種相談 ※法律相談には予約が必要です。

●期 日：3月18日(水)

●時 間：13：00～16：00

●会 場：木曾郡民会館

●相談内容：・法律相談 ・心配ごと相談 ・行政相談 ・人権相談

【予約・お問い合わせ先】

木曾町社会福祉協議会 ☎26-1116

年金相談 ※相談には予約が必要です。

●期 日：3月12日(木)

●時 間：10：00～12：00 13：00～15：00

●会 場：木曾町役場 会議棟 第3会議室

【お問い合わせ先】

松本年金事務所 お客様相談室 ☎0263-25-8100

自動音声案内「1」の次に「2」を選択してください。



保健の掲示板

3月

※急な変更、中止の際は定時放送
や母子手帳アプリ「母子モ」で
お知らせします。

子育て支援センターの広場 ※広場は午前10時から11時までの予定です。

広場(対象)	期 日	内 容
ベビーの広場 (3ヶ月～1歳)	3日(火)	ふれあい遊び・子育て談話
てのひらぱーく (1歳になったお子さん～ R5.4.1生まれのお子さん)	5日(木)	「おおきくなったね」記念制作 ※希望日をお選びください
	10日(火)	
幼児食作り (1歳になったお子さん～ R5.4.1生まれのお子さん)	12日(木)	ふれあい遊び・幼児食の調理(保護者のみ) *詳細は母子モでご確認ください

【お問い合わせ先】 子育て支援センターてのひら(木曾こども園併設) ☎22-3301

開放日(入学前のお子さんを連れて自由に遊ばせることができます)

施設名	場 所	時間等	連絡先
あそびのひろば	木曾福島保健センター1階	毎週月～金曜日 (祝日除く) 9:00～12:00/ 13:00～16:00	☎22-2232

※詳細は母子モでご確認ください。

乳幼児健診

健 診	期 日	会 場
4ヶ月児健診	11日(水)	本庁はぐくみひろば
離乳食教室		
2歳児教室	13日(金)	木曾福島保健センター
1歳6ヶ月児健診	16日(月)	木曾福島保健センター
3歳児健診		
7・10ヶ月児健診	18日(水)	木曾福島保健センター
1歳児健診		
3ヶ月児教室	19日(木)	本庁はぐくみひろば

【お問い合わせ先】 保健福祉課 ☎22-4035

※会場が変更になる場合があります。
詳細は、個別通知をご覧ください。

いきいき運動教室

65歳以上の方を対象に、筋力アップ、ストレッチ体操等を行います。人生100年時代を生き抜くには、健康な身体づくりが大切です。ご近所お誘い合わせてご参加ください。

【参加費】 200円
300円(通うのに支援が必要な方)

【持ち物】 タオル・飲み物
上履き(開田高原末川研修センター・総合トレーニングセンター)

【お問い合わせ先】
地域包括支援センター ☎22-4038

期 日	会 場	時 間
2日(月)	木曾町文化交流センター	13:30 から 約1時間
11日(水)	総合トレーニングセンター	
19日(木)	開田高原末川研修センター	
23日(月)	三岳交流促進センター	

介護保険制度、認知症、介護予防、成年後見制度など高齢者に関するご相談は、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】 地域包括支援センター(保健福祉課内)
受付時間 平日8:30～17:15 ☎22-4038



木曽町国保データヘルス計画 (Part7) 『高血圧から腎臓を守ろう!』

8月号は「腎臓の働き」、12月号は「高血糖から腎臓を守ろう」、今月は「高血圧と腎臓」についてお伝えします。1日150ℓの血液を濾過している働き者の腎臓をいたわるために、高血圧の影響について知り、腎臓の守る方法を一緒に考えましょう。

● 高血圧の影響と腎硬化症

血圧は「心臓から押し出される血液量」と「血管の内壁の圧」で決まります。心臓に近いほど圧は高く、手足の末梢に行くほど圧は下がりますが、下記のとおり血管の太さも場所によって違います。脳や腎臓の糸球体（毛細血管の集まり）に高い圧で血液が入り込まないように圧を一定にしているのが細動脈です。血管を守るための重要な役割を果たしています。

血管は場所によって太さが違います

- 心臓からすぐの血管 …………… 2.5cm (500円玉大の太さ)
- 腕の血管 …………… 5～8mm (鉛筆の太さ)
- ★細動脈 …………… 0.2～0.5mm (シャープペン芯の太さ) ★圧の調整を担う
- 毛細血管 (腎臓の糸球体) …… 髪の毛の太さ ※糸球体については8月号に説明があります

高血圧だと、腎臓の細動脈はどうなるのでしょうか？

細動脈の血管は3層で出来ていますが、高い圧がかかると血管の内膜が傷ついたり、中膜が硬く、厚くなり（繊維化）動脈硬化が進みます。やがて血管は広げることができなくなり、流れてくる血液が少なくなります。血液が減ると腎臓が硬く萎縮し、本来の腎臓の仕事ができなくなり、老廃物や尿を排出することができず徐々に腎臓全体の機能が低下します。これが「腎硬化症」への一歩です。近年、人工透析の原因で2番目に多くなっている腎硬化症は、長年の高血圧の影響が大きいと言われます。



● 腎臓を守るために

1 血圧の管理

正常血圧で過ごすことが腎臓を守るために1番の対策です。まずは、家庭で自分の血圧を確認しましょう。血圧治療中の方は、血圧135/85mmHg未満を目標にコントロールしましょう。

2 検査結果の確認を

尿検査で蛋白が出ている場合は、腎臓からの「SOSサイン」です。主治医への相談、町の保健師・栄養士への相談も承ります。



高血圧は「心臓」「脳」だけでなく「腎臓」でも命に関わる病気を引き起こす可能性があります。

自分の血圧を把握し、値をコントロールすることは健康に年を重ねていくための大切な要素の1つです。

きそまち 図書館 だより

蔵書点検を 行います



図書館へのお問い合わせ

木曾町図書館
〒397-0001
木曾町福島5129
(文化交流センター内)
TEL 23-2030
FAX 24-0082

蔵書点検のお知らせ

2月19日(休)から2月28日(出)まで、蔵書点検のため休館となります。休館中に本を返却される場合は、文化交流センター自動ドア前の「返却ボックス」をご利用ください。CD・DVD・紙芝居を返す時や返却ボックスがいっぱいの時は、交流センター事務局 または 管理人にお渡しください。ご不便をおかけし申し訳ありませんが、ご協力をお願いいたします。分館は、閲覧および返却カゴに本を入れていただくことが可能です。

また、2月18日(休)まで、通常貸出数10冊のところ20冊まで借りられるキャンペーンを実施しています。蔵書点検期間の前に、ぜひご利用ください。

「木曾青峰高校探究ポスター展」を開催します

3月1日(日)から3月23日(月)まで、フリースペースにて展示します。理数科・普通科・森林環境科・インテリア科が今年度取り組んだポスターほか、探究学習の成果です。地域の高校生の学びを、どうぞご覧ください。

「小さな絵本を作ろう」ワークショップを開催します

日時 3月21日(出) 13:30~15:30

場所 木曾町図書館内ガラステーブル

対象 小学4年生から大人まで

参加費 無料

定員 8名

(先着順/定員になり次第締切ります)

申込受付 3月1日(日) 10:00開始

木曾町在住の画家 倉本富士男氏を講師にお招きし、小さな絵本を作ります。自分だけのオリジナルの絵本を作りますか? 詳しくは「ととしよ」またはチラシをご覧ください。お申込み・お問い合わせは木曾町図書館までご連絡ください。



3月のおはなし会

※2月は蔵書点検による休館のため、スタッフおはなし会はありません。

日にち	時間	内容
3月7日(出)	11:00~11:15	ボランティア「フランネルの会」さんによるおはなし会を行います。

calendar

▶開館時間

平日 10:00~18:00
土日・祝日 10:00~17:00

▶休館日

- ・毎週火曜日(祝日の場合は開館)
- ・祝日の翌日(平日)
- ・毎月最終木曜日

- ・2月19日(休)~2月28日(出)は、蔵書点検のため休館します。
- ・2月11日(休)、3月20日(金)は祝日開館します。

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

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

※色の濃い日がお休みです。



山河の関跡を未来へ

第十一回

整備の方針と事業内容

木曾町を代表する文化財「史跡福島関跡」には、どのような価値があるのか。この先どのように保存・活用していくのか——昨年完成した整備基本計画をもとに、連載でお伝えします。

各種調査を実施しつつ、史跡整備委員会において約2年に及ぶ検討が重ねられた結果、令和7年3月に「整備基本計画」の策定が完了しました。今号では、計画に定めた基本方針や、想定している主要な事業の概要をご紹介します。

基本方針

方針① 維持管理と未来への継承

日常の維持管理を通じて史跡の現状把握に努め、補修等が必要な箇所については緊急性と町の財政状況を鑑みながら優先順位を定めて整備を進め、史跡の本質的な価値を適切かつ確実に未来へ継承していきます。

方針② 価値の顕在化と活用

調査成果に応じた効果的な遺構表示やデジタルコンテンツ等の多様な手法を用い、福島関が有していた機能や特徴的な山河の地形、本質的な価値を構成する諸要素等を理解できるよう、関係する歴史的・文化的資源と一体的に整備・活用を推進します。

方針③ 安心安全の確保

来訪者や周辺住民にとって、史跡の利用や日常生活が安心安全なものとなり、地域社会との共存・調和が図られるよう、適切な保存を前提とした調査検討を重ねながら必要な整備を実施します。



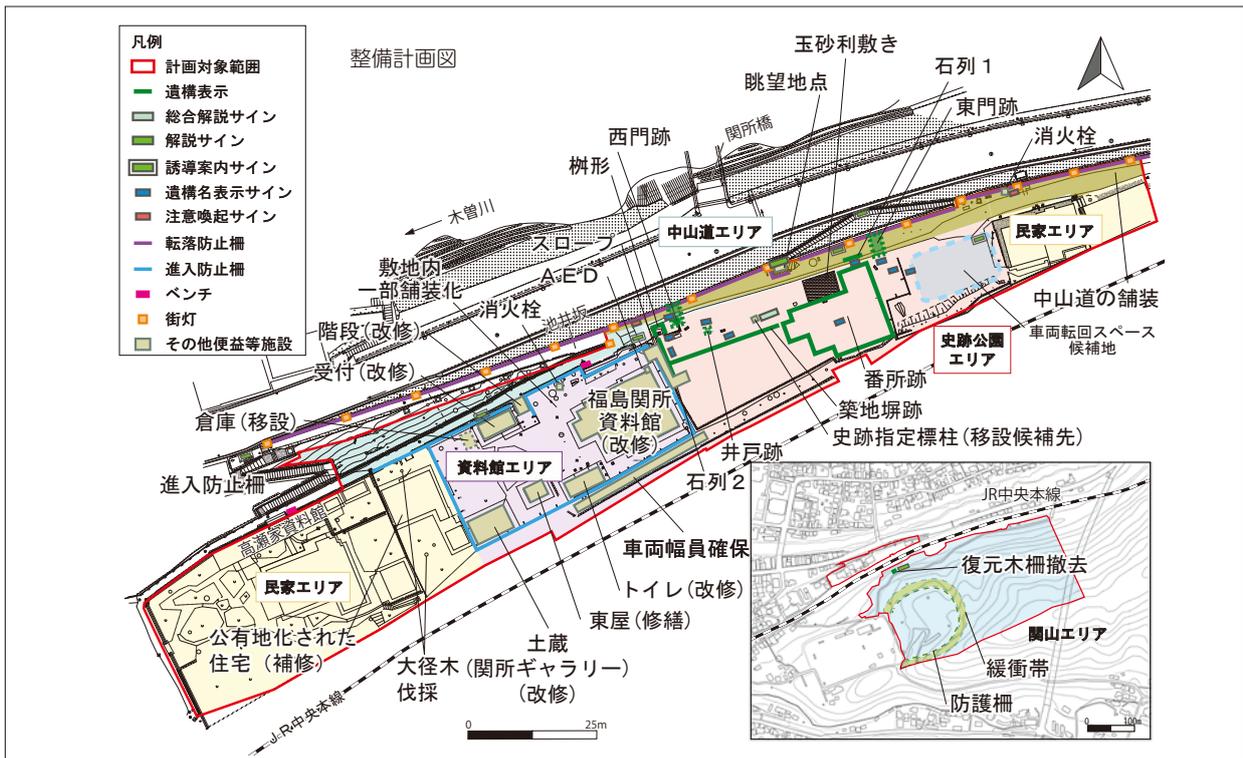
現在の史跡公園の状況



福島関所資料館



完成予想図（北側上空からの俯瞰）



整備の時代設定

本計画では、関所に関する史料の残存状況や漢詩・絵画の題材として関所の景観が取り上げられるようになった時代背景を踏まえ、第9代木曾代官・山村長由（蘇門）が活躍した天明年間（1781-1789）を中心とする18世紀から19世紀初期を、史跡の本質的な価値を顕在化させ得る期間として設定します。



山村蘇門座像

主要な事業内容

史跡公園エリア

- 遺構保護層の確保（造成）
- 現行の遺構表示等の撤去
- 地下遺構の平面表示
- 番所跡等の平面表示
- 総合解説サインの設置
- 地下残置物の撤去
- 車両転回スペースの確保
- 表面排水施設の設置
- 水たまりの解消（舗装）

資料館エリア

- 各施設の劣化状況調査
- 資料館の耐震改修
- 土蔵（ギャラリー）の修繕
- トイレの改修
- 受付の改修
- 全体のバリアフリー化
- 展示内容のリニューアル
- AED・消火栓の設置・更新
- 案内誘導サインの設置

中山道エリア

- 老朽化した復元門等の撤去
- 転落防止柵の設置
- 上下水道管の更新
- 消火栓の移設
- 中山道等の表示（舗装）
- 雨水排水施設の設置
- 街灯の設置
- 解説・誘導サインの設置
- 緊急車両動線の確保

計画の実施期間

本計画の実施期間は、令和7年度～令和16年度までの10年間とし、令和11年度までの前半5年を短期計画、後半5年を中期計画とし、それ以降は長期計画と位置づけて事業を推進します。

photo report

新年の始まり



1月1日 宮ノ越分館 義仲マラソン



1月1日 末川分館 元旦マラソン



1月4日
木曾谷 新春一斉狼煙揚げ
in 関山公園 (小松町民記者)



1月4日
御嶽神社初奉奏祭
太々神楽「弓矢加持」



1月10日
木曾町消防団
出初式



1月9日
木曾子ども園
そりすべり



1月11日 塞の神 in 松沢

木曾町民記者
連載コーナー

町民記者
通信

「柳又の松焼き」

服部 町民記者

地域の伝統行事「松焼き」が行われました。松焼きは小正月（1月15日）に、お正月に迎えた年神様を正月飾りやだるまを焚き上げた炎と共に見送る伝統的な火祭りで、地域によっては「どんど焼き」とも呼ばれます。高く立ち上る炎を囲みながら、参加した住民たちは1年の無病息災や家内安全を祈願しました。



木曾町の総人口 9,613人（1月1日現在）世帯数 4,697世帯 男性 4,655人 女性 4,697人

木曾町インフォメーション 木曾町役場 本庁 22-3000 日義支所 26-2301 開田支所 42-3331 三岳支所 46-2001