



“Catalog Pocket”
でも配信しています



赤沢自然休養林開園

4月26日(土)に今期の赤沢自然休養林が開園となり、開園式・森林鉄道出発式が行われました。

出発式では、森林鉄道乗務員の方々に安全運行と盛況を祈願して、運転キーと花束が贈呈され、NPO法人「木曾ひのきの森」の方々による木遣り唄が披露されました。

式典後は、今期初めてのトロッコ列車が多くの人を乗せて出発しました。

(関連記事 6P)

令和7年4月末現在

世帯 1,952 戸(± 0)

男 1,903 人(+ 5)

女 1,972 人(- 5)

計 3,875 人(± 0)



新しく 赴任された 先生方

この春より、新たに小学校、中学校へ赴任されて来られた教職員の先生方の紹介をします。よろしく願います。

- ①前任校等 ②趣味
- ③上松町の印象や抱負など

上松小学校

鬼頭 康 (教頭)

- ①大町市立大町西小学校
- ②ヘビーメタルバンド
- ③朗らかで人懐こい子どもたち、温かくて明るい町の皆さま、熱意の溢れる仲間のおかげで、毎日元気をいただいています。子どもたちの「光る笑顔」のため、皆さまのお力をお借りしながら一生懸命がんばりたいと思います。

井上 咲子 (たんぽぽ担任)

- ①新規採用
- ②手芸
- ③小学校から電車が見えるのが印象的でした。赴任している間に、電車が走る景色を見たいです。

牛山 裕也 (四年生担任)

- ①木曾町立日義小学校
- ②登山
- ③前任校も木曾駒ヶ岳が見える学校にりましたが、上松小学校から見ると木曾駒ヶ岳の雄大さにとっても圧倒されました。今年は御神木祭の年という事で、良い年に赴任できた事をとても嬉しく思います。

岡田 祐貴 (五年生担任)

- ①塩尻市立塩尻西部中学校
- ②映画鑑賞 (DVD買う派)
- ③澄んだ空気や寝覚の床などの景観が魅力だなと感じました。これからは、上松町をもっと知れるように、色々な場所へ行き、上松町を感じていきたいです。また、子どもたちとたくさん笑顔を作っていきたいです。

小野 春美 (わかば支援)

- ①新規採用
- ②野球観戦 バレーボール
- ③縁あって自分が六年間通った上松小学校でお勤めさせて頂く事になりました。変わらない校舎と校歌、木の温もりと人の温かさを懐かしく感じながら過ごせる日々感謝です。

河 須美子 (たんぽぽ担任)

- ①木曾町立日義小学校
- ②ミュージカル観劇
- ③上松といえば、お祭り！相撲！サッカー！など、町全体がパワーがあつて、活気があるなあと以前から感じていました。その仲間入りができれぽとても嬉しいですね。宜しくお願ひ致します。

田元 幸子 (養護)

- ①養護教諭不在時の補充職員
- ②散歩
- ③一〇年ほど前にも上松小学校でお世話になりました。美しい風景や素直で元気な子どもたちと再び接することができ、大変うれしく思います。少しでも保健室の仕事

をお手伝いできればうれしいです。よろしく願ひいたします。

所 健太 (わかば担任)

- ①長野県立飯田養護学校
- ②硬式テニス
- ③上松町は、自然豊かで、景色を見ながら散歩するだけでも癒されます。子どもたちの今と未来の笑顔のために努力していきます。よろしく願ひいたします。

檜崎 柊太 (あおぞら担任)

- ①新規採用
- ②今井むつみさんの本を読むこと
- ③たくさんの方の優しさに包まれている上松町という新しい土地で、教員としての第一歩を踏みだせたこと、とても嬉しく思っています。至らない点も多々ありますが、みなさまのお力になれるように頑張りたいと思います。

林 道子 (栄養士)

- ①新規採用
- ②車を運転すること
- ③学生の時に、県外へ出て少

し離れたくらいで、ほぼ上松で暮らしていますが、静かで穏やかに過ごせる所だと思っています。お世話になります。よろしく願ひいたします。

林下 勉 (初任研指導)

- ①大桑村立大桑中学校
- ②ドライブ 観劇 スポーツ観戦
- ③はじめまして。今年度、初任者研修コーディネーターとしてお世話になります。上松小には初めて勤務します。桜や緑に囲まれ、華やかで気持ちの良い環境だなと思っています。よろしく願ひいたします。

藤澤 翔 (音楽専科)

- ①岡谷市立岡谷東部中学校
- ②モータースポーツ観戦
- ③子どもたちから元気をもらいながら学校生活を送っています。音楽を通じて、笑顔だけでなく歌声も光る上松小にしたいと思っています。よろしく願ひいたします。

ふるはた ひろみ
古畑 弘己

(用務員)

うづみき 結子
上垣 結子

(二学年担任・英語)

①新規採用
②陸・山・空
③無事に定年を迎え、こうして母校に勤務するとは思いませんでした。毎日子どもたちの元気な声を聞きながら、パワーをいただいております。どうぞ、よろしく願いいたします。

上松中学校

つきおか さなえ
月岡 早苗

(一学年担任・英語)

①千曲市立戸倉上山田中学校
②高校野球観戦、自分が知らない世界を見たり、その話を聞いたりすること
③毎朝鶯の鳴き声で目覚め、澄んだ空気を胸いっぱい吸ってから通勤できる自然豊かな上松町の環境に感謝しつつ、素直で直向きな子ども達と共に学び、成長していきたいです。よろしく願いいたします。

いであい さえ
井出 佐恵 (養護教諭補充)

①令和五年度まで上松中の保健室でお世話になっていました。
②ウォーキング
③素直な子どもたちと豊かな自然にとっても癒されます。子どもたちの元気のためにお手伝いできればと思っています。よろしく願いいたします。

セカンドブック・ サードブック贈呈式

町では平成二十七年度より、子供たちが本に親しみを持てるよう、小中学生に本をプレゼントする「セカンドブック事業」と「サードブック事業」を行なっています。

セカンドブックは小学校に入学した新一年生に贈られ、四月十六日(水)に植原教育長から令和七年度に入学した

町では平成二十七年度より、児童一人ひとりに本が手渡されました。

自分で選んだ本を受け取った児童たちは、嬉しそうに選んだ本を見せ合ったりしていました。また、本以外にも、本を大切に扱ってほしいとの願いから、手提げの図書袋と、こまきワークセンター手作りの、ひのきのしおりも併せて贈られました。その後は、先生に親子で本を読む時間を作っていただき、親子で楽しそうに本を見ていました。

サードブックは中学校を卒業する三年生に、義務教育を終えても、より読書に親しみ、大人になっても心の支えとなるような本を選んでもらい、卒業前に贈られています。

令和六年度卒業生への贈呈は、三月十三日(木)に行われ、生徒達は名前入りのメッセージが添えられた、自分が大人になっても読み続けたいと思いい選んだ本を受け取りました。

文字離れが懸念される今、読書に親しみ生涯にわたって読書を楽しむ習慣が定着することを期待します。



令和七年春の全国交通安全運動

上松小学校春の交通安全教室



令和七年春の全国交通安全運動が、四月六日（日）から十五日（火）までの十日間行われました。

運動期間中上松町交通安全協会では、七日（月）に交通機動隊木曾分駐隊前での人波作戦や、道の駅賤母で開催された岐阜県中津川市と木曽南部三町村による合同交通指導所に参加するなど、国道十九号を走る車への啓発活動を行う他、地区役員や小中学校PTAの方達の協力のもと、小中学生の通学路街頭指導を実施しました。

また、八日（火）の早朝には、上松町交通安全推進協議会役員による啓発活動が、上松駅前周辺にて行われ、通勤や通学などで駅を利用する方に、啓発品の配布にあわせて、「あいさつ」と「交通安全」の呼びかけを行いました。

十日間におよぶ運動期間は終了しましたが、春の行楽シーズンに伴い、国道十九号を始め町内を走る車も多くなっています。皆さんも今一度交通安全について考え、交通事故を起こさない・遭わないように気を付けましょう。



四月十一日（金）に上松小学校で、春の交通安全教室が行われました。この教室は、道路の安全な歩き方や、自転車の乗り方を学習することを通じて、児童たちに交通安全に対する意識を高めてもらうことを目的に、毎年この時期に開催しています。一・二年生は町内の道路へ出て、通行する車両に注意しながら歩道の安全な歩き方や、横断歩道の渡り方などを学びました。

三・四年生は前日の雨により校庭が使えなかったため、自転車に乗る際の注意点やマナーを、ビデオで見て学習しました。



五・六年生は、自転車に乗って小学校周辺の道路に出て、道路横断時の安全確認や、路上に車が停車している場合の自転車の乗り方などを練習しました。

道路では学校の先生方他に上松町交番の職員と、上松町交通安全協会の方がボランティアで参加され、児童達に横断歩道の渡り方や、自転車ルールを見守りながら教えてくれました。

松田博夫さんが 総務大臣表彰を受章

永年上松町選挙管理委員会委員としてご尽力いただいております、現上松町選挙管理委員会委員長の松田博夫さんが、令和六年十月二十七日執行第五十回衆議院議員総選挙に係る総務大臣表彰を受賞され、四月二十五日（金）に行われた長野県選挙管理委員会連合会代議員会において、県

選挙管理委員会の丸山委員長から伝達されました。松田さんは平成十三年十二月二十一日に上松町選挙管理委員会委員として、令和五年十二月二十一日からは、委員長として各種選挙において、厳正で円滑な運営にご尽力されており、明るい選挙の推進と投票率の向上に大きく貢献されております。

松田さんは受賞者代表の挨拶で、「私たちは、選挙の管理、執行に携わる者としてこの受賞を機に、改めてその重要性を認識し、選挙の適正な管理、執行を図るとともに、有権者の政治や選挙に対する意識の向上に、真摯に取り組んで参る所存です。」と今後の決意を力強く述べました。

上松中学生 御神木祭映像観賞会

四月八日（火）に、上松中学校の生徒達が平成十七年御神木祭の映像を鑑賞しました。この映像は、当時の中学生達が祭事を見学した様子を記録したもので、一、三年生は中学校で、二年生は上松町公民館で行われていた「にじいろCafe」で住民の方達と一緒に鑑賞しました。

記録映像には、御杣始祭で御神木が伐り出される場面や、お木曳行事で大勢の人が奉曳車を曳いている様子などが中学生の目線で撮られており、真剣な表情で祭事を見学する二〇年前の中学生達が映し出されていました。御神木が伐り倒される場面では生徒達も、画面の中の先

輩達に感情移入し「おお！」と驚きの声をあげていました。



「守ろうよ！電波は大切なライフライン」

6月1日から10日は 電波利用環境保護 周知啓発強化期間

暮らしの安全・安心のために電波のルールを守りましょう。

- 無線機器の使用の際は「技適マーク」の確認を。
- 電波の利用には、原則、免許が必要です。
- 外国規格の無線機器にはご注意ください。

【お問い合わせ先】 信越総合通信局

★不法無線局に関すること

監視調査課 （電話：026-234-9976）

★放送の受信障害に関すること

受信障害対策官（電話：026-234-9991）

総務省
「電波の利用ルール」



令和七年度上松町消防団編成式

令和七年度
上松町消防団編成

団本部 12名

団 長 澤木 良太郎

副団長 寺田 龍美

本部長 山田 良輔

副本部長

(企画) 町野 洋

(庶務) 三浦 智司

(機械) 板野 清和

(水利・予防) 大橋 史良

第一分団 38名

分団長 阿部 秀一郎

副分団長 山田 悠介

第二分団 31名

分団長 大平 直己

副分団長 上田 康平

第三分団 31名

分団長 吉村 光一

副分団長 古田 誠一

第四分団 17名

分団長 山村 尚史

副分団長 高橋 正和

令和七年度新入団員

下野 武蔵(第一分団)

上瀬木

赤沢自然休養林 開園式・森林鉄道出発式

赤沢自然休養林の二〇二五年シーズンが四月二十六日(土)から始まり、開園初日には開園式・森林鉄道出発式が行われました。

出発式では、シーズン中の運行の安全と多くの人が来園することを祈願して、森林鉄道の運転キーと花束が、森林鉄道乗務員の方達に渡されました。

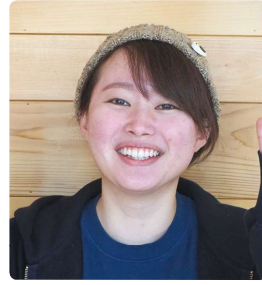
式の終わりに、今シーズンの安全を祈願する木曾木遣り唄が、NPO法人「木曾ひのきの森」の方達によって披露されました。木遣り唄は休養林開園用の特別編で歌われ、参加者全員で「よいよいよい」の掛け声を歌って、無事に開園できたことを祝いました。

九時三十分の森林鉄道始発便は特別無料乗車便となり、町内外から多くの人が乗車し、爽やかな風を感じながら、トロツコ列車から見える新緑に満ちた園内の風景を楽しんでいました。



地域おこし協力隊だより

【中村 香月 隊員】



地域おこし協力隊二年目に突入しました中村です。技専校時代を含めると三回目の春を上松町で迎えました。

最近、公民館などでワークショップ（WS）を開催することが増え、それを通じて多くの町民の方と繋がれました。私がメインで行っている「糸とお茶。」のWS参加者の中には私もやったことのない手芸に「一緒に悩んでほしい。」とキット片手に誘ってくださる方もいらつしやり、二人でキットの説明書と睨めっこしながら云々唸って、最終的に笑いながら「これ出

来るようになりたいですね」と終わることもあったり。一口に手芸といっても細分化すると本当に幅広く、奥深い。私も日々勉強をしています。私が、講師と参加者という間柄から「一緒に悩める人」になれたのは、とても嬉しい経験でした。

他にもきつころの春休み特別企画としてWSを開催した際、子どもたちの自由な発想や「褒められてうれしかった。」という素直な感想に感嘆しました。子どもの頃、大人に言われ続けた自由や素直という言葉の意味を、大人になつてやっと理解できてきた気がします。また、WSを手伝ってくれた協力隊員が「一回やつてできなかったら諦めるのではなくて、どうしたらできるかなって考えるといいよ」と子どもたちに伝えていました。WSでは「どうした

らできるか」の具体的なアドバイスをよく話すのですが、自分の知っている答えを教えるだけがすべてではないなと思います。

今年度も新規隊員が増え、各々が町の為にやりたいことやビジョンをもって活動を始めています。私も二年目のひよつこなので「どうしたらできるか」を一緒に悩み、高め合っていきたいと思っています。今年度も様々なWSを企画して参ります。是非足をお運びください。

【関口 壘 隊員】



上松町地域おこし協力隊移住定住担当の関口壘です。先月こちらで着任の自己紹介をさせていただきましたが、

改めましてよろしくお願いたします。陽気もすっかり暖かくなり、役場の駐車場に咲く桜や鶯の鳴き声を聞きながら上松町での初めての春を楽しんでいます。

上松町に引越してきて一カ月が経ち、最近、車の重要性を感じています。

運転免許は持っているのですが、十八歳から東京に住んでいたのほとんど車に乗る機会がなく、運転技術もほとんど忘れてしまっています。こちらでは買い物に行く時や遊びに行く時にも車が必要になってくるので、なんとか早

く車を手に入れて運転の練習をしなければと痛感しています。練習になっているかわかりませんが、暇なときはマリオカートで少しでも運転の感覚をつかもうと練習しています。公道でバナナの皮とか亀の甲羅を投げる技術は役に立つかは甚だ疑問です。ちなみにドンキーコング使いです。ウホッ。

さて、地域おこし協力隊からお知らせがあります。この度、「上松町地域おこし協力隊」のインスタグラムアカウントを開設しました！こちらは協力隊が現在取り組んでいることを発信して、皆さんに協力隊の活動をより詳しく知ってもらうのが目的です。また、協力隊メンバーの紹介も発信する予定なので、町で見かけたら是非気軽に声をかけてください！



A G E M A T S U . K Y O U R Y O K U T A I

健康増進センターリシートーク・・・健康とデータ 106



美林ちゃん（美）

23.3%



カメさん（カ）



太郎ちゃん（太）

太：最近、朝起きれなくて、朝食を食べてないんだよね・・・。

そのせいか、頭がぼーっとするし、なにもやる気が起きなくて・・・。

美：それは、朝食を食べていないからだよ。朝食は1日のエネルギー源だよ、カメさん！

カ：うん、朝食を食べると体温が上昇し、やる気アップの効果や胃腸が動き出してスムーズな排便を促す効果などがあるんだよ。

太：よい効果がたくさんあるんだね、朝食を食べられるようにまずは、早起きしてみるよ！

美：早起きは三文の徳っていうしね、いいことあるかもね♪

カ：カーテン開けて光をあびるとスッパリ起きれるよ。ぜひ、やってみて！

今回のデータは、長野県20歳代男性の朝食を欠食する人の割合です。（令和4年度県民健康栄養調査より）
いつでも好きな物が手に入る豊かな時代になりましたが、それとともに生活習慣病の増加、重症化の問題など新たな健康課題が増えています。6月は食育月間になります。これを機会に自身の食生活を見直して、心も体も健康な生活を送りましょう。

☆朝食のポイント！

・炭水化物とたんぱく質を摂取する。

エネルギー源を補給でき、筋力も維持されます。

冷凍野菜やインスタントのスープなど簡単に準備できるものも活用してみましょう。

例：ごはん+鮭フレーク パン+牛乳 おにぎり+インスタントみそ汁（卵入り）など

・朝の光を浴びる。

体内時計がリセットされる為、生活リズムが整い朝食が食べやすくなります。

体内時計がリセットされない日が続くと「夜に眠れない」「朝、起きれない」「だるい」など体調に影響がでてきます。

上松町役場 保健衛生係（52-2825）

※情報掲載に同意を頂いた方のみ掲載しています。

織田	横井	黒田	古瀬	上田	新井	田代
豊實	剛	フサ子	妙子	忠允	清秀	益秀
80歳	90歳	100歳	97歳	82歳	91歳	92歳
小田野	沖田町	寢覚2	木曾寮	宮前	北見帰	西中

ごめいふくをお祈りします

望月 いろ葉

彩香

聖悟

南栄町

おすすめ



四月
(敬称略)