



# 春の里山散策と自然観察ツアー

5月1日(日)



第735号  
発行人 ● 豊丘村公民館  
館長 市澤和宏  
編集人 ● 長野県下伊那郡  
豊丘村公民館報  
編集委員会  
0265-35-9066  
印刷所 ● 龍共印刷株式会社

私たちの村  
(5月1日現在 ※外国人を含む)  
男 3,316人  
女 3,330人  
総人口 6,646人  
世帯数 2,229戸

## 春の里山には木の芽や草花や昆虫が 自然の恵みがいっぱい

NPO法人とよおか総合型地域スポーツクラブでは五月一日「春の里山散策と自然観察ツアー」を行った。これは子供たちに野外で自然に触れてもらうことを目的に毎年行われているもの。当日は十五名の親子連れが参加し、間沢川沿いの里山を散策して春の自然と親しんだ。

### 自然観察は 五感を使って

ガイドは飯田市美術館博物館の四方圭一郎先生。「みなさんは季節の訪れを何で感じますか」と問いかけた。「自然にはいろいろなにおいがあります。コロナ予防のためマスクをして生活していると自然のにおいに気づかなくなります。今日は

ときどきマスクを外していろんなにおいをかいでみましょう」。

道端の草や木の葉をちぎっては鼻に当ててにおいをかいでみる子供たち。いいにおいもそうでないものもあり、興味がわいてきた様子。ホソバミズゼニゴケはマツタケの香りがし、大人たちも驚きの声をあげた。

ヤマツツジの花を取って口で吸って酸味を味わってみたり、イタドリを葉を手に乗せてたたき大きな音を出してみたりと、昔の子供の遊びを教わり、新鮮な気持ちで熱心に話を聞いていた。

草むらのケムシをひよいと手のひらに乗せる四方先生。「日本のケムシで毒がある種類は多くあります

ん。危険かそうでないかわれば怖がることはありません」。帰り道では土手に山菜のコゴミがたくさん生えており、持参の袋に入れて持ち帰った。

参加した小学生の女子は「家のまわりにもたくさん自然があるけれど、ひとつずつ教えてくれる人がいない。今日はいろんな花を見られて勉強になりました」と教えてくれた。



四方先生は散策のあと「インターネットでやっているときは目や耳を使いますが、においや味や手触りはオンラインでは伝わりません。いつも五感を使うことが大切ですよ」と、自然に触れる意義を話した。

(主生 雅穂)

## 市町村対抗駅伝大会 村の部3位 4月30日

松本平広域公園陸上競技場を発着点として、第三十一回長野県市町村対抗駅伝競走大会(九区間、四十三・七八五km)と第十七回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会(四区間、六・一km)が開催されました。結果は、前者が四十四チーム参加で総合二十三位、村の部三位(十三チーム参加)、後者が五十二チーム参加で総合二十五位、村の部五位(二十二チーム参加)でした。

なお、この陸上競技場は今年度中に解体され、令和八年度の供用開始を目指して来年度から新競技場の建設工事が始まるということで、今回が現競技場の最終の大会となりました。

### 市町村対抗駅伝 に参加して

豊丘中学校一年  
松村和真(中ぎ)

僕は、昨年は市町村対抗

小学生駅伝に出場し、今年是一般として、市町村対抗駅伝に出場させていただきました。市町村対抗駅伝前の選考会で選手に選ばれた時、うれしい気持ちの反面

大会当日うまく走れるかという不安が出てきました。しかし、豊丘村代表として大会に出る限り自分のベストを尽くそうと思い、大会当日まで家から役場までを往復したり、坂道を上ったり下ったりし、少しでも早く走れる様に努力しました。大会当日、朝六時にゆめあるてに集合し、そこからバスに乗りました。バスの中で僕が緊張していたら、チームの皆が、面白いことを言ってくれたので緊張がほぐれました。面白いことを言ってくれたおかげ

で、松本の競技場に到着してもあまり緊張しませんでした。ゼッケンももらい、ユニフォームにつけた後、少しアップをしました。時間になり、僕が走り始めるアルウィン前まで行きました。そこには強そうな選手ばかりで走れるかすごく心配になりました。招集を済ませて軽くアップをし、体操をして体をほぐしました。先頭選手がくる十分前になり外のスタート地点の横で僕の前六区を走る結萌さんを待っていました。先頭選手がたすきを渡して十分ほどたったら結萌さんが来てたすきが渡されスタートしました。練習より速いペースで走っていたら後ろからどんだんぬかされて、四人にぬかされてしまいました。最後にペースを上げたので



## 段丘

今こそ全てで地産地消!

地産地消とは地元で生産された農産物を地元で消費する事で、今では全国に道の駅や直売所が数多くできました。山菜から始まり数多くの農産物が出回る季節になり、買い物力がいっぱいの方を見かけます。好きなものを食べられるって「幸せだな」って思います。

このごろは、ガソリン、木材、食品全般、色々な物が値上がりしました。寒いころには「給湯器の故障や買い替えて必要な部品が海外から入荷せず数ヶ月待ち」って報道されていました。コロナが発生した頃は、マスクや消毒液、トイレレットペーパーまで、どこへ行っても売り切れでした。

だから今こそ農産物以外でも地産地消。海外の低コストに頼らず、多少は高くても地元のものを買って消費。期限の近いものから買う等、できる事から始めています。



(原 明美)

●目標9 強靱なインフラ  
構築、包摂的かつ持続可能な産業の促進、およびイン  
フレーションの推進を図る

また出ま  
した！包  
摂的かつ  
持続可能  
な産業の  
促進、お  
よびイン  
フレーションの推進を図る

また出ま  
した！包  
摂的かつ  
持続可能  
な産業の  
促進、お  
よびイン  
フレーションの推進を図る



す。イノベーション「技術革新」とも「新しい価値の創造」とも解されます。持続可能な開発のためにはイノベーションが必須でインフラ構築にも持続可能な産業の促進にも雇用の創出にも重要な要素です。インフラに継続的な投資を行うことは、持続可能な発展に必要な不可欠な事は皆さんお分かりのことと思います。さてこの目標のターゲットは全部で八。内、具体的な目標五。具体的な目標を達成するための方法三つです。世界に目を向けてみましょう。水・電気については連載⑨・⑩で紹介しました。インターネットです。私たちがスマホや携帯電話、パソコンには欠かせないインターネット、個人のインターネット利用率（二〇一九年全世界では五十一・四％、その内先進国では八十六・七％、後発開発途上国では十九・五％だそう）。実に世界中ではおよそ半分

の人が利用できず、先進国と途上国では四倍もの格差がある事になります。使用できる人とならない人との貧富やチャンス、社会的地位の格差が生まれています。これは「デジタル・デバイド」と呼ばれる大きな問題として解消が叫ばれています。この格差の中では男性と女性の利用率も表されており、いずれの国でも女性の利用率が低く、ここでも男女の不平等な結果が出ています。

日本でも昨年デジタル庁が創設されました。DX（デジタルトランスフォーメーション）に欠かせないAI（人工知能）やIoT（モノのインターネット）など最先端の技術を用い、すべての国民にデジタル化の恩恵が行き渡る社会を目指しています。歴史的な社会の変遷は、狩猟社会→農耕社会→工業社会→情報社会と進んできました。現在は、現実空間と仮想空間を高度

①使っているモノにどんな技術が使われているか考えてみる。  
②考えた技術の仕組みについて考えてみる。  
③この技術で途上国で何ができるか考えてみる。  
④グリーンインフラについて調べてみる。

（参考文献）「数字でわかる！こどもSDGs」株式会社カンセン  
『国谷裕子と考えるSDGsがわかる本（ぶんけい）』

に融合させたシステムにより、経済発展と社会的課題の解決の両立を目指す、五番目の社会に突入したところ。ただ、インフラに對して大満足とはいえませんがどうしようも無く不満ではないと思います。日本だからです。感謝しないといけないと思います。

もし、今の恵まれたインフラが無かったら、と考えると、少し怖い気がします。この目標9に對して私たちにできることは何かを考えてみましょう。

| 令和4年度 公民館学習会 |               |                                                                |                                                      |                |
|--------------|---------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------|
| 回            | 月日            | 内 容・講 師                                                        | 持続可能な開発目標                                            | 備 考            |
| 1            | 5月17日<br>(火)  | 手元からのSDGs<br>～豊かな地球を守るために～<br>元松川町教育長 鋤柄郁夫 氏                   | 4 質の高い教育をみんなに<br>14 気候変動に具体的な対策を<br>15 陸の豊かさを保ち増進させる | 一般可            |
| 2            | 6月14日<br>(火)  | バスハイク<br>御開帳の元善光寺、甲斐善光寺<br>参拝の旅                                | 4 質の高い教育をみんなに<br>11 持続可能な消費を推進する                     | 受講生のみ<br>出欠連絡要 |
| 3            | 7月8日<br>(金)   | 笑顔は健康の秘訣<br>パッション体操講師 今井愛子 氏                                   | 3 健康な生活をみんなに<br>4 質の高い教育をみんなに                        | 一般可            |
| 4            | 8月23日<br>(火)  | 椋鳩十の根っこを育てた故郷<br>喬木村椋鳩十記念館 館長 菅沼利光 氏                           | 4 質の高い教育をみんなに                                        | 一般可            |
| 5            | 9月14日<br>(水)  | 体ほぐし・心ほぐしで 健康づくり<br>南信教育事務所 飯田事務所<br>熊谷 繁 指導主事                 | 3 健康な生活をみんなに<br>4 質の高い教育をみんなに                        | 一般可            |
| 6            | 10月12日<br>(水) | シニア世代の生きがい<br>社会教育委員長 貝原 豪 氏                                   | 4 質の高い教育をみんなに<br>8 持続可能なエネルギーをみんなに                   | 一般可            |
| 7            | 11月7日<br>(月)  | 石造文化財調査事業を終えて<br>郷土史家 酒井幸則 氏                                   | 4 質の高い教育をみんなに                                        | 一般可            |
| 8            | 1月17日<br>(火)  | いのち、大切に<br>紙芝居で学ぶ災害と防災<br>日赤上郷分団 堀口美鈴 氏                        | 4 質の高い教育をみんなに<br>13 気候変動に具体的な対策を                     | 一般可            |
| 9            | 2月8日<br>(水)   | 人権を大切にすると<br>～ハンガーPROJECTを通して～<br>南信教育事務所 飯田事務所<br>宮下健治 主任指導主事 | 4 質の高い教育をみんなに<br>10 人や国の不平等をなくす                      | 一般可            |
| 10           | 3月1日<br>(水)   | 減塩教室 ～美味しく塩分減らしましょう～<br>下伊那厚生病院栄養科長 梅村尚美 氏                     | 3 健康な生活をみんなに<br>4 質の高い教育をみんなに                        | 受講生のみ<br>出欠連絡要 |

【午後1時20分～3時 交流学習センターゆめあて】

令和4年度  
公民館  
役職員紹介  
よろしくお願ひします

【本館】  
公民館長 市澤 和宏  
社会教育係長兼公民館主事 松村 幸紀  
公民館主事 菅沼 智子  
公民館主事 小石 峯 剣  
関口 京子

【図書部】  
松尾 健一（一分館）

【社会部】  
部長 菅沼 秀夫  
副部長 片桐 達司  
部員 越野 清司  
片桐 林三  
三島 澄子  
小松 光好  
小池 光好

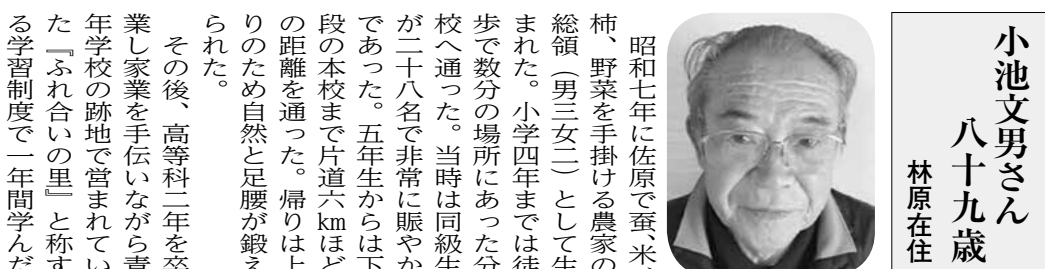
【分館主事】  
丸山 徹（二分館）  
森田 勝二（三分館）  
栗澤 洋一郎（四分館）  
林 達也（五分館）  
小池 光好（六分館）  
木下 和章（七分館）

【体育部（分館代表）】  
福井 勇太（二分館）  
平澤 政仁（三分館）  
酒井 泰尚（四分館）  
ビルオコーナー（四分館）  
三澤 寿（五分館）  
三島 竜哉（六分館）  
坂巻 博幸（七分館）

【図書部（分館代表）】  
河野真由美（一分館）  
片桐恵里香（二分館）  
片桐 勝文（三分館）  
柳瀬とも子（四分館）  
小松 雅充（五分館）

【公民館運営審議会委員】  
北澤 功治（六分館）  
松下 広一（七分館）  
代田 秀貴（二分館）  
宇佐美博敬（二分館）  
西尾 由章（三分館）  
三島 志信（四分館）  
林 寿彦（五分館）  
唐澤 晃（六分館）  
壬生 政美（七分館）  
牧内 優幸（学校）  
森田 勝大（PTA）  
貝原 豪（社教委）  
片桐 修（JA）

【館報編集委員】  
長谷川義久（区長会）  
嶽野 学（商工会）  
壬生 雅穂 桐崎 長一  
宮下 正弘 吉田 裕  
原 明美 小池 淳子  
松尾 健一 小池 光好  
早出 恭華  
【スポーツ推進委員】  
酒井 浩文  
中原美穂子  
田島 紀子  
酒井 泰尚



昭和七年に佐原で蚕米、柿、野菜を手掛ける農家の総領（男三女二）として生まれた。小学四年までは徒歩で数分の場所にあった分校へ通った。当時は同級生が二十八名で非常に賑やかであった。五年生からは下段の本校まで片道六kmほどの距離を通った。帰りは上りのため自然と足腰が鍛えられた。

その後、高等科二年を卒業し家業を手伝いながら青年学校の跡地で営まれていた「ふれ合いの里」と称する学習制度で一年間学んだ。

そして二十四年から一生の仕事となった営林署勤めが始まった。近くの人の勧めがきっかけで、飯田営林署管轄の大乗坊が仕事場で定期採用という形態であった。仕事の内容は下草刈り、除伐、植え付けなどの造林で十年間働いた。その経験を経て、丁度タイミン良く職員採用試験が行われることを知り、受験したところ幸いにも受かり採用された。経歴の概要を記したい。

・正規職員の最初の赴任地となった根羽担当区事務所が三十四年から勤め始めたが、一年半後に父親が五十歳で亡くなったため、実家から通えるよう要望し受け入れられ豊丘担当区へ異動となった。

・しばらくして三十七年に遠山上村へ異動となり月々金曜日までは宿舎へ泊まり、土日は家に帰るという生活であった。ここまでは担当区事務所での業務で、造林作業が主な仕事であった。・やがて四十二年に阿智へ異動となり浪合、清内路を含む広範囲を担当しながら、若手を指導する管理畑の業務を少しずつこなすようになった。・その後、座光寺貯木場に異動し陣ヶ沢製品事務所生産業務を行った。更に五十五年事業課生産係で製品を保管する貯木場の生産管理業務に四年間関わった。

・そして五十九年に駒ヶ根営林署の小渋川治山事務所へ異動、構造物設計業務に携わった。そこでは主に堰堤など構造物の設計で初めての仕事であった。設計業務に四十年間専念していたベテランに、事細かく教えられたことは大きな財産となった。

・ここで十年間勤め平成五

## 半世紀有余の造林業 年輪に手相を重ね懐かしむ

年定年となった。定年退職者だけで組織された『みどり産業』に誘われ、十年間お世話になったが、小渋川治山事務所修得した技術が大いに役立った。

合計五十三年有余にわたった会社生活で、職場は勤め始めの時から酒に縁があり、また体質的にも問題なかったため好んで飲んだ。長男が通勤の都合上、平成元年に現在地へ引っ越してきた。退職後直ぐに民生委員を頼まれ二期六年勤めた。二期目には村の会長を、更に飯伊地区の副会長を要請され固辞したが、再三にわたり頼み込まれ引き受けざるを得なかった。長野市で月に一回開催された県の代議員会議に出席するのは遠方でもあり大変であった。

三十四年に親戚の世話により松川出身で一歳下の安美さんと結婚した。結婚後直ぐに高森のゴム加工会社に就職し、部品質検査担当として六年間勤めた。退職後は実家で子供の頃から慣れ親しんできた農作業に従事し留守宅を守った。

文責：桐崎 一

特別な趣味は持たないが、遠山に駐在した当時、仕事場の隣が駐在所であった縁により剣道を少々習ったが異動が多かったために長続きはしなかった。それ以外にはマレットゴルフとカラオケを少々嗜む。テレビは主にニュースを、他に野球、相撲を見る程度だ。

旅行は「みどり産業」当時に中国へ行ったのが唯一の海外旅行で、それ以外は北海道を始めとした国内だ。健康面では五十歳の時、盲腸にかかったが患部が癒着し麻酔が効かず非常に苦痛した。酒の飲み過ぎと陰口を叩かれた。他には最近足を捻り現在治療中である。

安美さんにはいろいろと苦労をかけたなと陰ながら感謝している。現在は長男夫婦との四大家族で、自家用野菜を作り最近の世相を憂いつつ、今も健在な下の妹と時々連絡を取り合い、毎日の晩酌を楽しみに暮らしている。ここまでの生涯穏やかで人に好かれる性格が功を奏していると感じた。



『豊丘村民話集』より

大乗坊(往生坊)物語

鷹見 栄雄

幽谷の地・大乗坊は四里(十六キロ)の奥地である。有名な国有林、営林署があつて美しい森林が生い茂り私たちの村の水源地である。

むかしは幾抱えもある大木が鬱蒼と茂り、獣も我が物顔の時代であつた。そうした大昔から大乗坊には人が住んで生活していたのである。

大乗坊は特に仏にちなんだ地名が多く、唐沢さん宅付近を坊主平といい、前の畑にはお寺があつたという土台石があり、今は枯れてしまつたが庭の松だつた古株があり、昔の面影を偲ばせています。

このお寺で有名なお坊様が亡くなつたと伝えられ、当時のお坊様を偲んで往生坊といい、ずっと後になり地名としてふさわしい大乗坊に変わつたといひます。

法平を通つて唐松峠、大鹿から高遠方面への重要な通路でありました。

唐松峠の手前に清水といふところがあり、弘法さまが祀つてあり、間沢川の水源地であります。唐松峠の向こう側を清水横手といひます。弘法平は広い芝原になつていて、むかし上下伊那から大勢の人たちが集まつてバクチを打つた賭場であつたといひます。それはそれは盛会だつたらしいが、ある年に大喧嘩があり、それ以後ここでのバクチは開かれなくなつたといひます。

少し離れて千畳岩がある。その岩に八畳敷くらの岩室があり、ここでお坊さまが座禅を組んだと伝えられている。

喬木の太島から萩野、今は峰越し林道が開き立派な道路がありますが、白果横手といひます。

萩野には昔、関所があつたといひれます。萩野からいくつも「つる根」(尾根)がありますが、一番くだりにあるのが外谷つる根で、ここを超すと本谷、鍵掛け洞、そこを上つて木門洞、荒沢、岩倉、そして大乗坊へ。弘

法平を通つて唐松峠、大鹿から高遠方面への重要な通路でありました。

唐松峠の手前に清水といふところがあり、弘法さまが祀つてあり、間沢川の水源地であります。唐松峠の向こう側を清水横手といひます。弘法平は広い芝原になつていて、むかし上下伊那から大勢の人たちが集まつてバクチを打つた賭場であつたといひます。それはそれは盛会だつたらしいが、ある年に大喧嘩があり、それ以後ここでのバクチは開かれなくなつたといひます。

少し離れて千畳岩がある。その岩に八畳敷くらの岩室があり、ここでお坊さまが座禅を組んだと伝えられている。

喬木の太島から萩野、今は峰越し林道が開き立派な道路がありますが、白果横手といひます。

萩野には昔、関所があつたといひれます。萩野からいくつも「つる根」(尾根)がありますが、一番くだりにあるのが外谷つる根で、ここを超すと本谷、鍵掛け洞、そこを上つて木門洞、荒沢、岩倉、そして大乗坊へ。弘

法平を通つて唐松峠、大鹿から高遠方面への重要な通路でありました。



図書館だより 5月号

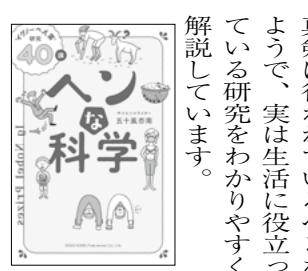
お茶室に所望いづく花盛り  
外つ国の戦火悍まし黄水仙  
大樽類よせ春の息吹きく  
春めくや山に笠のほだ木切り  
涅槃餅謂を書いて持たせけり  
町おこし団地の喫茶春の宵  
合流をしばし迷へり花後  
花冷えの獅子練り歩く伊那峽  
稽古笛ただふ闇の沈丁花

俳句 短歌

磯部セツ子  
片桐 洋子  
森田 恵子  
木下 眞水  
松岡 照子  
宮下 純子  
林 恵美子  
丸山 時子  
矢島千勢子

品を鑑賞するように楽しく紹介しています。例えば、  
『ヘンな科学 イグノーベル賞 研究40講』  
五十嵐 杏南(著)  
総合法令出版  
人々を笑わせ、考えさせた研究に贈られるイグノーベル賞を紹介しています。

『食の文化と出汁』  
頭木 弘樹(著)  
医学書院  
難病である潰瘍性大腸炎を患い、長年闘病生活をしていての著者の日常を綴つたエッセイです。排泄のコントロールができない、厳しい食事制限、そして薬の副作用に伴う免疫力低下などにより、人と会うことに恐怖を感じるようになる。自らの体験と同じ心境を表現したカフカや山田太一などの名言とともに語っています。



『かわい古代』  
譽田 亜紀子(著)  
光村推古書院  
土器や土偶、石器、装飾品などの考古遺物を、美術

柳 柳 (豊丘村川柳クラブ豊柳会)

▼課題「祭」 福沢勝美 選

遠く迄祭りの太鼓響き行く 安田 喜子  
七年に一度の祭り春笑う 山本 義彦  
七年に一度の祭り平和から 林 もも子

軸吟：信濃路に祭続々七年目

▼課題「青」 互選

青空に豊作祈り米余り 久保ひろし  
青黄色まとい停戦願う日々 原 美風  
十八才まだ青いとは通じない 市沢 照子

▼自由吟 山本義彦 選

晴れやかな笑顔きらめく御嶽海 西元 峯子  
ウクライナ戦時日本を重ね見る 福沢 勝美  
軸吟：春秋が無くなり暦書き直せ

大獅子のあざと鳴りを春の舞  
桜濃く昭和は遠し廓跡  
卒業の写真あの子ともこの子とも  
万人の心の叫び草萌ゆる  
花辛夷諸手を挙げて国憂ふ

「とよおか短歌会」

病室の窓より望む山並みは黄砂飛来か霞みて見ゆる 壬生 千春  
両親が雛を育てし育雛舎壊される朝カメラに遺す 筒井 恵子  
土中で寒さに耐えた里芋を夫は大事に直売場へ  
ウクライナ瓦礫とび散る街中に小さき子等の逃げ場所想う 松尾ヒサコ  
「風邪ひいた？」電話の向こうの孫の音声変わりかな？中学一年 福澤貴美恵  
聞ふかく浮ぶ地球は碧色の輝き魅せて戦禍痛まし 福澤 郁文  
理不尽な黒鳥に襲はれてキエフの白鳥逃げ場はありや 福澤 亀人

# 新旧公民館主事あいさつ

## 社会教育の

### 大切さを学ぶ

前公民館主事

松村 佐織



チン大 愛情を  
統領は、  
援センターだいちに席を置  
き、移住定住、空き家対策、  
新規就農者支援の担当です。  
やはり「人との繋がり」が  
大切です。社会教育の経験  
を糧に頑張っていきたいと  
思っております。三年間お  
世話になりました。

プー

異動後の業務は、営農支  
援センターだいちに席を置  
き、移住定住、空き家対策、  
新規就農者支援の担当です。  
やはり「人との繋がり」が  
大切です。社会教育の経験  
を糧に頑張っていきたいと  
思っております。三年間お  
世話になりました。

## ありがとう

前公民館主事

麦島 祐太郎



豊丘 村小中  
学校の  
先生た  
ちありがとう。いつもおい  
しい給食を作ってくれる給  
食センターの皆さんありが  
とう。他市町村の公民館  
主事の皆さんありがとう。  
様々な事業に協力してくれ  
た業者の皆さんありがとう。

## 新たな気持ちで 頑張ります

新公民館主事

菅沼 智子



この 度、四  
月一日  
より新  
たに公民館主事として配属  
されました菅沼智子と申し  
ます。公民館活動に関わる  
のは今回が初めてになりま  
す。

異動してまだ一か月ほど  
しか経過していませんが、  
公民館は地域の皆様との関  
わりが非常に濃密であると  
感じています。諸先輩方の

ご指導を仰ぎながら勉強さ  
せていただき、皆様の活動  
のお役に立てるよう精一杯  
務めてまいりたいと考えて  
います。どうかよろしくお  
願いします。

## 豊丘の皆様 よろしくお願ひします

新公民館主事

小石 峯 剣



四月  
より役  
場職員  
また教  
育委員会社会教育係に就任  
致しました小石峯です。役  
場職員の経験はなく分から  
ないことが多々ありますの  
で皆様にご不便やご迷惑を  
おかけすることがあるかも  
しれませんが一日でも早く  
業務を覚え皆様のお役に立  
てるようがんばってまいり  
ます。

約十五年ぶりに豊丘に  
戻って一番驚いたのは道の  
駅豊丘マルシェを始めとし  
た様々な施設が新しく出来  
ており村が活気に満ち溢れ  
ている点です。この活気が  
さらに広がり豊丘村が益々  
発展できるよう少しでもお  
手伝いできれば幸いです。

# 私のほっとするところよみか①

初詣の河野大宮神社

令和四年の元旦は晴天。  
伊那山脈の東の彼方から昇  
る初日を拝み、午前一〇時  
過ぎ初詣に出かけました。

初詣の人波の賑わいはす  
でに終え、境内から本殿を  
見上げると、本殿は静寂と  
背後からの日の光に包まれ  
ていました。この光景と雰  
囲気に今年一年が平穏であ  
るように思え、ほっとしま  
した。

社叢林に包まれた大宮神  
社は、河野の氏神です。「苦  
しい時の神頼み」なんて言  
いますが、神社の存在自体  
がほっとする空間になって  
いるように思えます。



河野大宮神社

咄然とする毎日です。）  
（中部三 市澤英利）



## コンデジ修行 14 春の花を撮る



春になり野山や庭先には  
色とりどりの花が咲き始め  
ていますが、コンパクトカ  
メラでの花の撮り方のポイ  
ントはあるのですか。

●コンパクトカメラ（コン  
デジ）は一眼レフとは違い  
レンズ交換ができません。  
そのため接写などは不向き  
となっておりますが、カメラ  
の最短撮影距離を理解して  
いれば大丈夫です。また広  
角側ではグッと近づくこと  
により、さらに明るくボカ  
シの効いた写真が撮れます。  
春のイメージとはどの様



園芸種の代表として人気  
があるものにチューリップ

カメラを構えるとほとん  
どが横位置で撮影するの  
が一般的ですが、いいなと感  
じたらカメラを縦にしても  
う一枚撮ってみましょう。  
横フレーミングは花畑の広  
さや数の多さを表現できま  
すが、縦構図は花の背丈や  
後ろに咲く花たちを見せる  
ことができます。花には茎  
が必ずありますが、撮りた  
いものは花であり茎ではな  
いことから、なるべく短め



## 横位置で撮影したら縦でも撮ろう

表現するときに有効となり  
ます。縦構図は高さを表す  
時に適しています。

春に咲く花と言えは桜が  
代表されますが、木が大き  
かったり周辺のロケーション  
に大きく左右されるため  
コンデジでは風景の中の桜  
樹は難しい面があるため、  
桜の花のアップとしてみま  
します。広角側で最短距離で  
の撮影と、逆光にて花びら  
の透明感を出そうと明るく  
近づくとことにより背景をぼ  
かすことができます。今回  
設定は全てプログラムモー  
ドでシフトを使い、絞りを  
開放域にて撮影。そして花  
になるべく寄っています。



右のタンポポは地面にカメ  
ラを置いてロウアングル撮  
影、青空に向けてプラスの  
補正をしました。横位置で  
の撮影は横広りの広さを



（監修：宮下正弘）

小さな植物はアリの視線で

## ～シリーズ～ 豊丘の自然

No.220

シロイヌナズナ  
（アブラナ科）



「カッコウ、聞きま  
したか」と、鳥仲間の  
米山さんに聞かれた。  
「まだです。夏鳥はツ  
バメ、イワツバメ、ア  
マツバメの三種だけだ  
す」と答えたら、「そ  
れはないでしょう」と  
笑われた。そんな訳で、  
十四日の下條での探鳥  
会に参加することにし  
た。

さて、今月はシロ  
イヌナズナを紹介す  
ば。

（山田 拓