

# だんQくん健康ウォーキング&健康測定会



5月16日(日)



第724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

(6月1日現在 ※外国人を含む)  
男 3,341人  
女 3,369人  
総人口 6,710人  
世帯数 2,215戸

五月から始まった公民館学習会は、受講申し込みのあった百二十八名の約半数の方が出席されてコロナ禍ではあるものの対策を講じて行われている。人が集ってこそ公民館。(六月七日執筆)感染者数がこのまま下がってほしいと願うばかりである。

今年度の公民館学習会は、SDGsの要素を取り入れた。講座内容や開催方法など例年と変わらないが、SDGsを意識したものに

なっている。五月には「SDGsとは何か」を学んだ。受講者アンケートでは、大半がSDGsとはなにか(なんとなく含む)理解できたと書かれてあった。翌日以降、欠席された方々が、資料を欲しいと公民館を訪れたのも学習会ではあまり見られなかったことで反響があったことを感じた。

私は、SDGsを知って、燃やすごみの削減、ごみの分別の徹底と使い捨てのもの

のなるべく使わないよう心掛けています。詰替え商品の購入やペットボトルより水筒を持つ。紙類は紙製容器包装と雑紙のリサイクルへ。当たり前のことだが、自分が無理せずできることに取り組んでいきたい。

六月二日の学習会は「健康で百歳まで生きる秘訣」の演題で八十七歳の元鼎公民館長、柄木田孝行氏の講演であった。長生きの秘訣

## 第2回公民館学習会

### 健康で100歳まで生きる秘訣

は「歩く、仲間と集う、笑う、歌う」であり、実践するには、マレットゴルフで仲間と歩き、エコーの効

たお風呂で歌い喉を鍛える(誤嚥予防)。講師は、マレットで常に優勝しており、この講演後もマレットの続き

があるとおっしゃって急いで帰られた。終始会場は笑いが溢れ、受講された皆さんも笑顔で帰られた。

## 道の駅健康増進 コラボイベント

道の駅南信州とよおかマルシェでは五月十六日(日)、一般社団法人全国道の駅連絡会と明治安田生命保険相互会社が共同で推進する「道の駅」健康プロジェクトの支援を受け、NPO法人とよおか総合地域スポーツクラブと共同して、ウォーキングや健康測定会などの健康増進イベント「南信州豊丘村だんQくん健康ウォーキング」を開催しました。

当日は朝から生憎の雨天となりましたが、村内外から四十名の皆様にご参加いただきました。新緑と花に彩られた里山を巡る村内約六kmのコースを、時間をゆとりかけて二時間ほどのウォーキングを楽しみました。

道の駅ではウォーキングの帰着時間にあわせて、飯田女子高等学校チアリーディングクラブの演技発表が行われました。新型コロナウイルス感染症の影響によりこの一年半ほど公演機会が無く、辛い時期が続いており、この発表が貴重な機会となったこととです。そんな思いのこもった、イキイキとした演技で、集まった大勢の観衆を魅了してくれました。

コースには山田地籍のアイリス園への立ち寄りが見どころとなり、園いっばいに咲き誇るアイリスを見学しました。また、コース途中の給水ポイントには豊丘村産の農産物を使ったジュースや漬物などの振る舞いが行われ、食を通じても村を知ってもらう機会となりました。

健康測定会 今回の健康増進イベントにご協賛いただいた明治安田生命のスタッフによる「健活ブース」が道の駅農産物直売所前に設けられ、「野菜摂取量測定器(ベジチェック)」と「血管年齢測定器」を使った健康測定

会が開催され、道の駅を訪れた皆さんが測定されています。指や手のひらを測定器に数秒置くだけで簡単に測定できるとあって、たくさんの方が体験され、気軽に楽しく、健康の大切さを再認識できる機会となりました。

道の駅では、ウイズコロナ期、アフターコロナ期を見据える中で、「村民の生活拠点」として、地域活性化に資する活動を村民の皆様と一体となって取り組んでまいります。今後とも村民の皆様のご指導ご鞭撻を願ひ申し上げます。

昭和二十八年に日本で最も売れた本は「アンネの日記」だった。ナチスの迫害を逃れて隠れ家に住んだものの、捕らえられ十五歳で死んだユダヤ人少女アンネ・フランクの日記である

▼アンネは隠れ家で初潮についてこう書いた。「わたしの身に起こりつつあることは、すばらしいことだと思えます。(略)ある意味で厄介なことではしかないのに、そのたびに、その内なる秘密がふたたび味わるのを待ち望むというのも、そのためにほかなりません。」

▼昭和三十六年、二十七歳の会社社長坂井泰子は、今までにない紙製の生理用品の名を「アンネ」にすることを提案した。宣伝課長渡紀彦は社長にアンネの日記を示され「成人した女性の健康体ならば必ず月に一度起こる現象がただ不潔であり、不浄であり、口に出すことさえはばからねばならない現状」を変えることを決意(渡紀彦「アンネ課長」日本経営出版会)。やがて「アンネ」は爆発的に売れた▼最近、SDGsの取り組みとして困窮する女性に生理用品を配る「生理の貧困」の話題が取り上げられる。しかしこの手の話に男はいまだにどきまじし、女性も触れたがらない。わたしたちの心にわだかまる不条理なタブーは、SDGsのバッジをつけただけの「やっつける感」では解決しない。一六九もあるSDGsターゲットの何か一つでも徹底的に注目していきたい。(壬生雅穂)

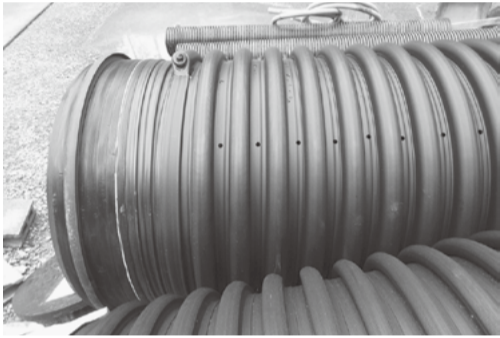
## 段立

# 「残土の完全に安全な管理」は、可能なことなのか?(その2)

原章(古畑)

☆これまでの残土計画の説明では…☆  
過去の説明会でJR東海は、説明を済ませれば「受け入れられたかは自分達が判断する」と言っていました。これでは、私たちが抱く不安とか問題意識には、誠実に向き合ってもらえないと感じます。

☆解消されていない心配や不安☆  
残土内の地下水上昇は、残土を不安定にします。谷を埋め時間が経過すれば、地下水が上昇することは当然です。JR東海は最初「盛土内水位条件は盛土と現況地表の境界に存在する」としていたのですが、様々な指摘により「盛土内水位が最大で盛土高の二分の一まで上昇しても」と安定計算



残土工事に使うハウエル管

の前提を変えました。基本となるのが曖昧では計画も信頼できません。関連することですが、地下水上昇を引き起こさないためには、残土内の排水機能を維持し続けたいといけません。工事に使う配水管は「永久に使えるもの」との回答です。何にでも劣化や機能低下はあるはずですが、三六災の雨量についてJR東海は、長野県の降雨強度式などから確率百年でも調整池や配水管は対応出来ていると説明しています。これは、雨がかなり長く降った後に最後にとんでもない大雨が襲っ

た三六災の降り方や総雨量に対して、残土が大丈夫なのかとは直接関係のない話です。何度もJR東海の説明を聞いていますが、緊急時対応や先々までの見直しなど、地域の安全を突き詰めて考えてくれているとは思えません。(続く)

昭和四年に佐原で六人きょうだい(男四、女二)の三男として生まれた。長男は戦死、次男は若いころ病死したため政勝さんは三男ながら必然的に跡取りとなった。弟は健在で東京に暮らしている。四年生までは分校に、五年生からは本校まで通ったが、片道一時間ほどかかったため生爪をはがすのは常で悩まされた。高等科を卒業する時、先生は高校進学を勧めたが、農家には必要ないとして断り青年学校へ進ん

名までは浮かばなかった。しばらくしてスマホで検索すると、「君はこころ」と打ったところで、「君は心の妻だから」だけが出てきた。さらに「花の妻」と進めてみたが、「君は心の妻だから」以外に出てこなかった。夜湯舟に浸かってあれこれ考えていると、ピンときた。「新妻鏡」だ。風呂から上がり検索するとビンゴ!!大当たりだった。もやもやが一気に晴れた。♪僕がこころの良人(おっ

と)なら 君はこころの花の妻♪昭和十五年の映画『新妻鏡』の主題歌で、映画ともども大ヒットしたという。父は映画を見て印象深かった主題歌を持ち歌とし、愛唱したのだろう。父が愛唱した(と思われる)歌がもう一曲。それは『旅の夜風』。こちらも映画『愛染かつら』の主題歌である。♪花も嵐も踏み越えて 行くが男の生きる道♪姉が母から聞いたところによると、父と母が結婚する

前、『愛染かつら』を見に行ったそうである(市田駅前映画館があった。喬木の阿島にもあったという)。心に深く残ったであろう『旅の夜風』。推測の域を出ないが、愛唱歌となっていたにちがいない。父は晩酌をした。酔う程に一人言の声は大きくなった。耳障りでイライラが募り、辟易した。大人になつたら絶対酒飲みにはならないぞと

健康面では、四十歳の時十二指腸潰瘍を病み五十日間入院した。酒の飲み過ぎとタバコの吸い過ぎが原因であった。先生の忠告もありタバコは止めたが、酒は量を減らしたものの止めるには至っていない。もともと今では年齢的に自然に減っている。それでも定期的に健康診断を受け注意していることもあって聴力、視力、脚力とも異常ない。近くにあるブドウ畑と柿畑通いも運動と認識している。旅行は郵便局保険の交友会会長をしていた当時を中心に、国内のほとんどの都道府県を夫婦で訪れ、また海外も二人で七回楽しんだ。

現在二人暮らしの息子さんからは、自由で過ごすようには言われており、農閑期には息抜きを兼ねて週に二〜三回はパチンコに通っている。嬉しいことに孫娘夫婦が跡取りに決まってお許しを更新したばかりだ。各種警報を出してくれる車の最新機能に頼ること無く、安全運転を心がけている。

文責 桐崎一

# 「SDGs」って何④

市澤和宏

五月十日に公民館学習会にてSDGs・ESD(持続可能な開発のための教育)って何だろう?と題して勉強会を行いました。そこで参加者の皆さんの動向を調べさせていただきました。SDGs・ESDを耳にしたことがある人三十七・一%、地球の未来が心配な人九十一・四%でした。このことは何を意味しているのか?村内の学習会の参加者で地球の未来に危機感を覚えている方がとても多い

そこで、持続可能な地球を次の世代にどう伝えていったら良いか?についてお話しします。これまで勉強してきたSDGs十七の目標全てに取り組みなければならぬのかと悩まれる方もいると思います。しかし

まずは「できそうので、できること」から始めてみましょう。「できそうので、できないこと」はだめです。そして皆さんにヒントを一つ!SDGsを理解していない人にSDGsを教えることも立派な貢献と考えます。これがESDです。

さあ小さな一歩を踏み出しましょう。次回からは十七の目標一つずつを勉強していきたいと思えます。

父は私が十九歳の時に他界したのだが、私は父が歌う姿を見たことがない。歌声を聞いた記憶もない。父は歌が好きではなかったのかという、どうもそうではないらしい。

叔母(母の妹)の話では、父は酒に酔うと叔母の前である歌をよく歌ったそう。叔母は曲名は分からないと言いつつ、♪君はこころの花の妻♪と口ずさんでくれた。聞いたことがあるなど思ったが、この時は私も曲

父は私が十九歳の時に他界したのだが、私は父が歌う姿を見たことがない。歌声を聞いた記憶もない。父は歌が好きではなかったのかという、どうもそうではないらしい。

父が愛唱した(と思われる)歌がもう一曲。それは『旅の夜風』。こちらも映画『愛染かつら』の主題歌である。♪花も嵐も踏み越えて 行くが男の生きる道♪姉が母から聞いたところによると、父と母が結婚する

前、『愛染かつら』を見に行ったそうである(市田駅前映画館があった。喬木の阿島にもあったという)。心に深く残ったであろう『旅の夜風』。推測の域を出ないが、愛唱歌となっていたにちがいない。父は晩酌をした。酔う程に一人言の声は大きくなった。耳障りでイライラが募り、辟易した。大人になつたら絶対酒飲みにはならないぞと

健康面では、四十歳の時十二指腸潰瘍を病み五十日間入院した。酒の飲み過ぎとタバコの吸い過ぎが原因であった。先生の忠告もありタバコは止めたが、酒は量を減らしたものの止めるには至っていない。もともと今では年齢的に自然に減っている。それでも定期的に健康診断を受け注意していることもあって聴力、視力、脚力とも異常ない。近くにあるブドウ畑と柿畑通いも運動と認識している。旅行は郵便局保険の交友会会長をしていた当時を中心に、国内のほとんどの都道府県を夫婦で訪れ、また海外も二人で七回楽しんだ。

現在二人暮らしの息子さんからは、自由で過ごすようには言われており、農閑期には息抜きを兼ねて週に二〜三回はパチンコに通っている。嬉しいことに孫娘夫婦が跡取りに決まってお許しを更新したばかりだ。各種警報を出してくれる車の最新機能に頼ること無く、安全運転を心がけている。

文責 桐崎一

# 歌は世につれ〜(十一話)

父の愛唱歌だった『新妻鏡』・(推測)『旅の夜風』

上佐原 小池 光好

父は私が十九歳の時に他界したのだが、私は父が歌う姿を見たことがない。歌声を聞いた記憶もない。父は歌が好きではなかったのかという、どうもそうではないらしい。

叔母(母の妹)の話では、父は酒に酔うと叔母の前である歌をよく歌ったそう。叔母は曲名は分からないと言いつつ、♪君はこころの花の妻♪と口ずさんでくれた。聞いたことがあるなど思ったが、この時は私も曲

父が愛唱した(と思われる)歌がもう一曲。それは『旅の夜風』。こちらも映画『愛染かつら』の主題歌である。♪花も嵐も踏み越えて 行くが男の生きる道♪姉が母から聞いたところによると、父と母が結婚する

前、『愛染かつら』を見に行ったそうである(市田駅前映画館があった。喬木の阿島にもあったという)。心に深く残ったであろう『旅の夜風』。推測の域を出ないが、愛唱歌となっていたにちがいない。父は晩酌をした。酔う程に一人言の声は大きくなった。耳障りでイライラが募り、辟易した。大人になつたら絶対酒飲みにはならないぞと

健康面では、四十歳の時十二指腸潰瘍を病み五十日間入院した。酒の飲み過ぎとタバコの吸い過ぎが原因であった。先生の忠告もありタバコは止めたが、酒は量を減らしたものの止めるには至っていない。もともと今では年齢的に自然に減っている。それでも定期的に健康診断を受け注意していることもあって聴力、視力、脚力とも異常ない。近くにあるブドウ畑と柿畑通いも運動と認識している。旅行は郵便局保険の交友会会長をしていた当時を中心に、国内のほとんどの都道府県を夫婦で訪れ、また海外も二人で七回楽しんだ。

現在二人暮らしの息子さんからは、自由で過ごすようには言われており、農閑期には息抜きを兼ねて週に二〜三回はパチンコに通っている。嬉しいことに孫娘夫婦が跡取りに決まってお許しを更新したばかりだ。各種警報を出してくれる車の最新機能に頼ること無く、安全運転を心がけている。

文責 桐崎一



在りし日の父(右)

# シリーズ「元氣な高齢者」⑧

## 走り続けたいのこ人生 自然の恵みに感謝

松下政勝さん 九十二歳

山田在住

昭和四年に佐原で六人きょうだい(男四、女二)の三男として生まれた。長男は戦死、次男は若いころ病死したため政勝さんは三男ながら必然的に跡取りとなった。弟は健在で東京に暮らしている。四年生までは分校に、五年生からは本校まで通ったが、片道一時間ほどかかったため生爪をはがすのは常で悩まされた。高等科を卒業する時、先生は高校進学を勧めたが、農家には必要ないとして断り青年学校へ進ん

名までは浮かばなかった。しばらくしてスマホで検索すると、「君はこころ」と打ったところで、「君は心の妻だから」だけが出てきた。さらに「花の妻」と進めてみたが、「君は心の妻だから」以外に出てこなかった。夜湯舟に浸かってあれこれ考えていると、ピンときた。「新妻鏡」だ。風呂から上がり検索するとビンゴ!!大当たりだった。もやもやが一気に晴れた。♪僕がこころの良人(おっ

と)なら 君はこころの花の妻♪昭和十五年の映画『新妻鏡』の主題歌で、映画ともども大ヒットしたという。父は映画を見て印象深かった主題歌を持ち歌とし、愛唱したのだろう。父が愛唱した(と思われる)歌がもう一曲。それは『旅の夜風』。こちらも映画『愛染かつら』の主題歌である。♪花も嵐も踏み越えて 行くが男の生きる道♪姉が母から聞いたところによると、父と母が結婚する

前、『愛染かつら』を見に行ったそうである(市田駅前映画館があった。喬木の阿島にもあったという)。心に深く残ったであろう『旅の夜風』。推測の域を出ないが、愛唱歌となっていたにちがいない。父は晩酌をした。酔う程に一人言の声は大きくなった。耳障りでイライラが募り、辟易した。大人になつたら絶対酒飲みにはならないぞと

健康面では、四十歳の時十二指腸潰瘍を病み五十日間入院した。酒の飲み過ぎとタバコの吸い過ぎが原因であった。先生の忠告もありタバコは止めたが、酒は量を減らしたものの止めるには至っていない。もともと今では年齢的に自然に減っている。それでも定期的に健康診断を受け注意していることもあって聴力、視力、脚力とも異常ない。近くにあるブドウ畑と柿畑通いも運動と認識している。旅行は郵便局保険の交友会会長をしていた当時を中心に、国内のほとんどの都道府県を夫婦で訪れ、また海外も二人で七回楽しんだ。

現在二人暮らしの息子さんからは、自由で過ごすようには言われており、農閑期には息抜きを兼ねて週に二〜三回はパチンコに通っている。嬉しいことに孫娘夫婦が跡取りに決まってお許しを更新したばかりだ。各種警報を出してくれる車の最新機能に頼ること無く、安全運転を心がけている。

文責 桐崎一

# 第一回成人講座 生物多様性を守るため 地方文化に光を

五月二十六日、本年度第一回の成人講座がゆめあるで開かれた。講師は環境省国立環境研究所の五箇公一氏。当日はつくば市にある五箇氏の研究オフィスとつないでのオンライン講座となった。五箇氏の専門は保全生態学で、約二時間にわたり生物多様性を中心に語っていただいた。講演の主な内容は次の通り。

昨今は生物多様性が劣化し、地球環境の破壊が問題となっている。アマゾンでは焼き畑農業によってジャングルが破壊されているが、なぜ現地では焼き畑をしなければならぬのか。それは農産物を海外に輸出して他国を養っているためだ。モロココでは日本向けにタコを乱獲して絶滅しそうになり、禁漁とした。ニホンウナギも絶滅危惧種となったのに日本人はまだ食べたがる。私たちは環境問題を自分のこととして考えなければならぬ。外来生物も日本の固有種

た。人間による開発が野生生物のエリアに入り込んでいったためである。コロナウイルスは検疫が甘いため拡大した。世界中に蔓延し、中国で生産されていた医薬品やマスクが輸入できなくなったのもグローバル化の弊害だ。この非常時に自国優先主義を唱える国もあり、コロナ蔓延は政治が招いた人災といえる。



今、私たちがコロナに対してできることは「感染を拡大しない、他人に感染させない」という利他意識と行動である。科学が勝利するまでマスクとソーシャル

## こちら資料館 216 史学会が文化財保護 奨励賞を授賞

この度、豊丘史学会が県文化財保護協会から「文化財保護奨励賞」を授賞し、五月一三日に県庁で行われた授賞式で写真のような賞状と楯をいただきました。

主な授賞理由は、豊丘史学会が長年にわたり「豊丘風土記」を発行し、地域の歴史・文化・自然について記録し続けている活動それ自体が広い意味での文化財保護活動であり、他に例を見ない価値ある活動であるとして高く評価されたことにあります。

「豊丘風土記」は、昭和五二年一月「豊丘村民話集」としてスタートし、昭和六二年の第八集より「豊丘風土記」と改題しました。以後、発行を二年に一度として回を重ね現在は第二五集まで発行してきています。

そして、四五年目の今年には第二六集の発行年になります。八月の発行を目指して現在第一回の校正を終えた段階です。

今回は特集として「災害を取り上げました。今年が六〇周年となる「三六災」を中心に「集団赤痢」や「山林火災」「雹害」等々、豊丘を襲った様々な災害についてその場に居合わせた者しか語れない体験談を募集したところ約八〇名の方が寄稿してくださいました。

また、災害以外の紀行・随筆・思い出・体験等の原稿も寄せられています。これから注文のお願いが

「資料館主任 唐澤武彦」

## 図書館だより 6月号

ケーブルテレビの「とよおか情報便」でお知らせしていた「図書館だより」を、今回から公民館にてお知らせいたします。

七月の移動図書

「やきもの文様事典」  
陶工房編集部(編)  
誠文堂新光社

菱文様の「菱」の名前の由来は植物のヒシからきている、といった豆知識から、唐草文様の多彩なバリエーションなど、古くからの文様が約百種類取り上げられています。その意味や歴史的背景、鑑賞のポイント

本では里山放棄と過疎化で野生動物が侵略してきています。地方文化を大切に、第一産業に若い力を入れ、自然共生社会を復興するべきだ。田舎生活の不便さはインターネットなどのテクノロジーで解消できるはずだ。首都機能を分散して災害に強い国家を作る「地方分散型自立国家」を作るべきだ。

「文責：壬生雅穂」

一日(木) 小園研修センター  
二日(金) 壬生沢福島集落拠点施設  
六日(火) 伴野勤労者福祉センター  
時間 午後八時～九時

「大名格差」  
安藤優一郎(著)  
彩図社

江戸時代が長きに渡って続いたのは、大名が石高だけではなく、将軍との関係性など様々な基準で格付け(管理)されていたからだ」と著者は考えています。江戸城内での部屋割りや装束の格差、参勤交代でみせる誇りなど、大名の日常も知ることができそうです。

「文字のきほん」  
伊達千代(著)  
グラフィック社

「フランス式」  
おいしい調理科学の雑学  
アルテュール・ルケンヌ(著)  
ヤニス・ヴァルツィコス(絵)  
広野和美(訳)

## 俳句 短歌

鯉のぼり天竜川の風荒泳ぎ  
九十九谷の災禍いどまし九輪草  
時鳥結界を張る声けたたまし  
ひそと来て帰りに母よ桑の花  
ベダル漕ぐ風の足あとと麦青む  
遙かなり夫と子の日日新樹光  
雉子鳴いて日輪に彩さばくれり  
〈とよおか短歌会〉  
亡母の着し服など衣類を整理する四年が過ぎて吾の野良着とす  
お医者より「丈夫な歯だねと褒められた」母の日息子より感謝の電話  
福澤貴美恵  
壬生 千春  
好物の二度芋うえた老い妻と霜の子報に土よせばげむ  
白さいろ新緑の中見えかくれ房となりたるアカシアの花  
松尾ヒサコ  
コロナにて慄きつつもこの季節花は咲きひるむことなく  
毛涯百合子  
亡母植えし真紅のつるばら咲き出せり三十年余も玄閑先に  
大原真由美  
日射し濃く吾の職場は畑にあり手ごわい相手に化粧に向かう  
北澤 秀子  
雨音に小鳥の囀り未だうつつ愛しくも聞く君が声かと  
福澤 郁文  
時の疫を知りてか軒の初つばめ隣の葉より離して造る  
福澤 亀人

「豊丘村川柳クラブ豊柳会」  
▼課題「法」 久保ひろし 選  
法師蟬夏の風物蟬時雨 安田 喜子  
憲法の九条守る国の意地 西元 峯子  
法律は一番近く遠いもの 林 もも子  
軸吟：自由とは世界の場所で大違、  
▼課題「散」 互 選  
コロナ禍であちこちパーは閑散と 市沢 照子  
接待の散財喰んで肥満症 神稲 邪道  
老木に散るまいと咲く花でいる 原 美風  
解散だバンザイすればタダの人 桃沢 健介  
▼自由吟 桃沢健介 選  
赤木ファイルやっとな世に出る一年目 福沢 勝美  
嘘ついて五輪誘致の付けが来た 山本 義彦  
路上飲み大学生のうらみ酒 久保ひろし  
軸吟：赤木ファイル黒く塗れよとアヘアシー

# 東京2020オリンピック

## 酒井浩文さん寄贈

### 聖火リレーのトーチ展

豊丘村交流学習センター「ゆめあるて」では、オリンピック聖火リレーのトーチ展を開催しています(展示は当分の間、今後、道の駅でも展示予定)。

このトーチ展は、一九八八年ソウルオリンピックの二十km競歩に出場し、今回の東京2020オリンピック聖火リレーのランナーを務めた酒井浩文さん(大柏自治会在住)が、聖火リレーで使用したユニホームと



トーチを村へ寄贈していただいたことから開催したものです。また、酒井さんは一九八八年の長野冬季オリンピックでも聖火ランナーを務められ、その際にもユニホームとトーチを寄贈していただいています(これまで村民体育館三階の展示スペースで展示してまいりました)。

今回のトーチ展では、これら二セットのユニホームとトーチに加え、写真愛好家で南信州新聞の写真部に所属している筒井寛さん(中部自治会在住)が撮影された飯田市内での聖火リレーの様子を伝える写真

も、あわせて展示してまいります。酒井さんは「自分だけで持っているのではなく、多くの人に本物のトーチを見てもらいたい。二つを見比べてみるのも面白い。また、地元のサロンやミニデザインでも披露して実際に手に取ってもらえたらいい」と話しておられました。

一年延期された東京2020オリンピック聖火リレーは、福島県を皮切りに三月二十五日から始まり、長野県内では四月一日から二日にかけて行われ、酒井さんは二日の飯田市内のルートでアンカーを

走りまわりました。なお、東京2020オリンピック・パラリンピックの開催期間は、オリンピックが七月二十三日から八月八日まで(一部競技は開会式に先がけて七月二十一日にスタート)、パラリンピックが八月二十四日から九月五日までを予定しています。この原稿を書いている

六月初旬の時点で東京はまだ、コロナ緊急事態宣言下です。予定どおりに安全・安心なオリンピックが開催できるのか、心配な状況が続いています。

松村幸紀(教育委員会事務局)

# 豊丘の自然

~シリーズ~ No.209 ハルゼミ・エゾハルゼミ (セミ科)



ハルゼミ(左、23個)とエゾハルゼミ(右、121個)のぬけがらです。大きさと数のちがいはお分かりいただけだと思います。この事実から「ハルゼミに比べてエゾハルゼミの方が多し」などと結論付けていいでしょうか。もしかして、集めた範囲や集めるのに要した時間にちがいはあるかもしれませぬ。真実には、ほど遠いのです。

を雄と雌に分けてみます。すると、ハルゼミの性比は52.2%と47.8%、エゾハルゼミは49.5%と50.5%で、どちらもほぼ同数です。ちなみに、エゾハルゼミの別の三例も50.8%と49.2%、46.5%と53.5%、43.1%と56.9%で、性比は、ほぼ一対一になるのです。このことは、両種とも羽化期がすでに最終段階になっていることを意味します。

山田 拓

## 中学生全員にタブレット貸与

五月十八日(火)に豊丘中学校体育館に於いて、タブレット貸与式が行われました。

トは、令和二年度に国の「GIGAスクール構想」を基に、豊丘村が整備しました。GIGAスクール構想とは、一言で言うと「児童生徒向けの一人一台端末と、高速大容量の通信ネットワークを一体的に整備し、多様な子どもたちを誰一人取り残すことなく、公正に個別最適化された創造性を育む教育を、全国の学校現場で持続的に実現させる構想」です。(GIGAとはGlobal and Innovation Gateway for All(略))

貸与式では、壬生英文教育長よりタブレット導入の経過等の話の後、各学年代表者1名に手渡されました。その後、ICT教育支援員の大平亮治先生よりプロジェクターを使用して、タブレットの使い方について、「タブレットは、皆さんの学力向上のために、豊丘村教育委員会が貸し出すものです。ルールを守り大切に扱ってください」「インターネットは人や自分を傷つける刃物にもなります。真偽を見極め、正しく使用して

ください」「困った事が起きたときは、すぐに親や先生に相談してください」等の説明がされました。豊丘村では、これまでの教育実践と、ICT教育を組み合わせながら学習指導要領の着実な実施に努め、子どもたち一人ひとりの可能性を最大限に伸ばし、変化の激しい社会をよりよく生き抜く資質・能力の育成を目指します。

森田勝二(教育委員会事務局)

### コンパニオンカメラの使い方

最近の流行はコンパクトデジタルカメラの持ち方

「カメラは買ったけどどう構えれば」

前号を参考に気に入ったカメラを買い、さっそく先生と外に出て撮影開始、とシャッターボタンに指をかける……

「ちょっと待って。カメラのストラップは手首にかけた方が不意の落下に備える事ができます。」

なるほど、これなら片手でも撮れますね。

「いいえ、基本的にカメラは両手で持ってください。不安定な姿勢で構えるとカメラはとても軽いため、手ブレを起こす原因となり、せっかくの写りがきれいに写らなくなります。ではスマホと同じ要領でカメラの左右を握るように持ってください。説明書にも書かれていますから参考にしてみてください。レンズに指がか

### アクセサリを最大限に利用する

コンデジにはデジタル一眼レフカメラ(デジイチ)ほど多くのアクセサリは提供されていません。唯一揃えておきたいものに三脚があります。セルフタイマーで集合写真を撮る時や、写真のように三脚を持って縦と横を使い分けたり、使

良いと構えられ、シャッターを切ることも斜めに写っています。シャッターを切ることも斜めに写っています。シャッターを切ることも斜めに写っています。

### ハイ・アングルとロー・アングル

唯一必要なアクセサリといえば、伸縮性のある三脚が手頃な価格で販売されています。

地面に近く低いところの花などはロー・アングルといい、背面のモニターを使い撮影できます。さらに顔より上から撮りたいときはカメラを持ち上げますが、やはり背面のモニターを倒して撮影することをハイ・アングルと言います。普段顔位置からの撮影はアイ・アングル(アイ・レベルともいう)ですが、いつもとは違った写真が撮れますから挑戦してみましょう。

次はゆっくり撮影解説へ。(監修:宮下正弘)

不安定な壁などの手元を安定させるために、ハイ・アングルの撮影には、カメラを地面に押し付けて安定させます。