

館報 駒ヶ根

2026年
7月14日

vol. 175



■ 撮影者 匿名

タイトル「夏の楽しみ」

真夏日や猛暑日となるような、夏本番の日中。エアコンの効いた部屋でのんびり過ごすのも良いですが、大田切川の清冽すぎる流れと戯れて涼をとるのが、犬も人も心地良いのです。

※今号の表紙写真は応募いただいた写真を使用しています。

次号 館報『駒ヶ根』176号

表紙写真募集

あなたが撮影した、とっておきの写真をぜひご応募ください。お待ちしております。

※申込締切は令和8年9月1日(火)まで



集う人々のとまり木に

『とまり木のらいちょう』は地域おこし協力隊を卒業したNaNaさんが駒ヶ根市の商店街の空き店舗兼住宅をリノベーションして2026年春に始めた地域交流も出来る宿です。

卒業後の活動を考える中で、2024年冬に民泊経営を候補に物件探しを始め、翌年春に希望に合う物件に出会ったそうです。昭和の雰囲気を残す古民家の改修にあたって、かねてよりやってみたかった漆喰塗りでの壁塗りを選択。「大切なことはめんどくさい」からこそ、新しいスタートとなる場所は手をかけて仕上げたい。めんどくさいことを一緒に楽しめる人たちと交流したい」と、漆喰メーカー主催の講座に参加して知識と実践を学び、9月からDIYを開始。

協力隊の活動を通じて知り合った左官さんが、古い壁の剥がし方から壁塗りを指導。さらに他の鰻絵(こてえ)作家さんにもつながり、「大勢で塗るなら」と道具を複数貸してくれたとのこと。

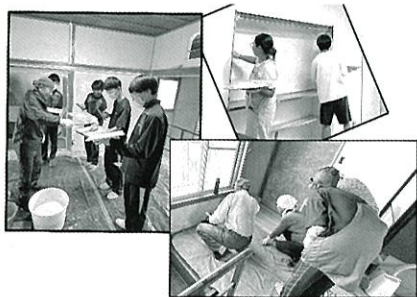
協力隊の仲間や、高校生や大学生、前赴任地の島からの来客、その他10代～80代まで多くの知り合いが入れ代わり立ち代わりでDIYが進んだそうです。

1階の交流スペースへも頻繁に人が立ち寄り、営業前からコミュニティスペースとして使われました。

NaNaさんは「やさしさと豊かさの循環」が生まれて、接点のなかった人同士も交流できて良かった」と振り返ります。

多くの人に関わり、少しずつ作り上げて出来た宿『とまり木のらいちょう』は、駒ヶ根駅から徒歩5分、駒ヶ根バスターミナルから徒歩30秒の好立地。最大6名まで宿泊可能で、家族や友人同士など小グループでの滞在向きです。

皆が楽しんで作った過程の記憶を空気にとどめているかのように居心地が良く、畳の和室や昔ながらの建具、古道具など日本の昔を肌で感じられるくつろぎのスペースになっています。



DIYの風景

とまり木のらいちょう

ができるまでLog発信中

お問合せ、ご予約は
Instagramから

『霊犬早太郎』と『霊犬悉平太郎』

駒ヶ根で育った皆さんは『霊犬早太郎』の物語はご存知のことと思います。鎌倉時代の延慶年間(1308年～1311年)、光前寺に早太郎というたいへん強い山犬が飼われており遠州(静岡県磐田市見附)で村人を苦しめていた怪物(ヒビ)を退治したという伝説です。

見付の里人は、早太郎の立派な働きぶりに心から感謝し、大般若経六百巻を書き写して光前寺へ奉納し、現在でも、光前寺の宝として大切に残されているそうです。

その縁で静岡県磐田市とは1967年(昭和42年)1月12日に友好都市となっています。

駒ヶ根市では『早太郎』という名前で親しまれていますが、磐田市では『悉平太郎(しっぺいたろう)』という名前で見付天神矢奈比賣神社(やなひめじんじゃ)で祀られています。疾風太郎と言っている地区もあるようです。疾風ははやとも読めますので早太郎の早はここからきているのかもしれないですね。



磐田市では2011年に、磐田市を広くPRするためのイメージキャラクターを公募し、市内に伝わる霊犬伝説『悉平太郎』をモチーフにした『しっぺい』が市のキャラクターに選ばれました。『しっぺい』は、紅白の綱と褌を身につけ、ふくよかな体型をしており、磐田の平和を守る賢くて優しい犬だそうです。プロフィールは1月20日生まれで、メロンが大好きな食いしん坊の男の子。スポーツ観戦やまちめぐりの趣味があるということです。

磐田市見附は東海道五十三次の28番目の宿場として栄え、歌川広重の『東海道五十三次 見附 天竜川図』として浮世絵が残されています。今後、友好都市として磐田市との行き来がさらに盛んになると良いですね。

歌川広重
東海道五十三次 見附 天竜川図見付天神
やなひめじんじゃ
矢奈比賣神社HP
霊犬しっぺい太郎伝説

分館紹介 No.10

中沢 上割分館

2026年4月1日現在

118人

区加入世帯 47戸



上割分館では毎年11月に開催される『分館親入れ』に入っています。この卓球大会は中沢区で長年に渡りであり、大きなイベントの1つであります。

参加者は小学生からお年寄りの方まで、また、を試したい方が集まり、皆さん日々練習した成果ながら親睦を深めています。そのため、中沢区く、ラリーの続く熱戦が多く見られます。

種目は女子ダブルス、男子ダブルス、ミックスダブルス、男子シングルと分かれており、それぞれ選ば

中 沢

中沢ならではの文化や人に触れて 中沢のよさを知って 一朗読の会「葉桜」

『しゅらのおかつさ島田まげ』という木曾山脈の雪形を主題にした絵本がある。

ときは昔。母親を雪崩れで亡くしたちびっ子しゅらが、熊撃ち猟師の父親と共に厳しい自然環境のなかを生きる話だ。いまは亡き母親はどこにいるのと言う寂しいちびに父親は西の山を指さして「お母っさはな、あそこだ」と言う。白い雪の山にはお母っさの横顔があった。島田まげの花嫁さまのような美しい母親。厳しい冬を耐え、繰り返される過酷な日々が春の訪れと共に山を見上げればそこには変わらぬ母が逢いに来てくれる。孤独な子どもにとってそれはどんなに慰めになったろう。春の晴れた日に中沢から見える島田娘の雪形は息をのむほど美しい。

朗読の会「葉桜」が、しゅらのおかつさを上演したのは2年前の旗揚げ公演の時である。爾来、「中沢で中沢の住民による中沢ならではの朗読劇」にこだわり、シニア世代のメンバー女性8人が年に1回中沢公民館にて地域の創作民話や文芸短編、同公民館の文集『谷あいの聲』の作品を題材に朗読劇・人形劇の公演を続けている。いずれも地域に伝わる民話や昔話を、そのひとならではのぬくもりを大切に表現が重ねられている。地域を愛し、雄大な自然に感謝し、年を重ねてゆく自らを慈しむメンバーの一人ひとりの発する「声」がまた素敵だ。合間に入るオカリナの響きが郷愁を誘う。高齢化率43パーセントの中沢を元気にしたいとの想いで立ち上げた朗読の会。



朗読の会「葉桜」練習風景

けれども中沢の良さや温かさを伝えるなかで元気をもらっているのはむしろメンバー自身であり、皆の日々の生きがいと健康に役立っているという。公演会では住民同士の気兼ねのない空気が演者と観客との間で満ちては循環していて、とても楽しい。朗読劇ならではの「声」の力を信じ、今後も無理なく活動が続けていきたいという。

ぜひこれからも多くの人の心に届き、足を運んでいただけますように。 参考『しゅらのおかつさ島田まげ』村松満久著



中央アルプスに
現れる雪形「島田娘」

東伊那

東伊那150周年プロジェクト

明治8年(1875年)2月5日付けで、当時の筑摩県の合併承認により、江戸時代から続く五ヶ村(伊那村・栗林村・火山村・塩田村・大久保村)が合併し東伊那村になりました。以来、伊那村、駒ヶ根市東伊那地区と名称を変え、150年の節目を迎えています。この機をとらえ、地域を挙げて祝う中で、先人の足跡を学ぶと共に、これからの150年も持続可能な地域としていくために様々な活動に取り組もうと、『東伊那150周年プロジェクト』が計画されました。

今回はプロジェクト成功のために奮闘されている実行委員長の滝澤稔さんにお話を伺いました。現在、70名ほどの実行委員がイベントごとのチームに分かれ、検討を重ね、委員会の承認を得ながら準備を進めているとのこと。現時点では次のような計画になっているそうです。

◇開催日 11月1日(日)(東伊那公民館・東伊那小学校)

○記念式典 フォトコンテスト表彰式(事前に東伊那の魅力を伝える写真募集。事前審査あり)他

○東伊那の未来を考える大討論会

○講演会『夢の実現 ツキの10か条』北原照久氏

○東伊那パフォーマンスフェスティバル 文化団体や有志による歌やダンスの発表会を計画中

○お楽しみフェスタ ・キッチンカー(五平餅・食文化汁等)・地域の農産物販売・地ビール・フリーマーケット・消防車両・警察車両の展示等

○東中生徒の計画による手作り竹灯ろうフェスタ

また、プロジェクトのロゴマークも制作しました。缶バッジとなり、東伊那小学校児童や保育園児に配られたり、希望者に販売されたりしました。ロゴマークは地元出身のイラストレーター鈴木晴花さんの制作です。



東伊那150周年
プロジェクトロゴマーク

今、大きな課題が二つあります。一つは資金調達です。地元の事業者や市内の事業者に協賛金をお願いをし、ご協力をいただきつつありますが、プロジェクトの成功に向けてさらに集めていきたいところ。二つ目は、いかに地域全体で盛り上げていくかということ。「当日の参加はもちろん、準備の過程でも主体的にかかわっていただき、区民が中心となって盛り上がるようなプロジェクトにしていきたい」これが一番の願いだと、滝澤さんは力説されていました。



球大会』に力を
行われている行

が好きな方、腕
発揮して楽しみ
卓球レベルは高

リス、女子シング
選手で対戦して

いきます。試合形式は、団体戦で1チーム6名以上、予選リーグを2試合行い、勝ち上がった上位が決勝トーナメントに進み、優勝を目指します。

中にはダブルスを親子や夫婦で組む等、仲の良い一面も見えて、小中学生からお年寄りの方まで幅広い世代で楽しまれています。

寒い時期に行われる大会ですが、試合が進むにつれて体育館中に、熱気と声援が高まり最高潮で盛り上がった決勝となっています。

今年もまた各分館で、大会に向けて練習が始まるその時を待ち遠しく感じております。 中沢区 上割分館長 安藤 和巳

令和8年度

分館長・主事紹介



各地域の分館長・主事の皆さんを紹介いたします。
さまざまな工夫を凝らした分館活動は既にスタートして
います。地域を結ぶ各種事業にぜひご参加ください。

赤穂公民館

分館名	分館長	主 事
南 割	堀川 祥一	小林 昌誠
中 割	倉田 朋治	小倉 善雄
北割2区	所河 弘	久保田浩人
北割1区	北村 和雄	竹上 博昭
小町屋	土屋 浩之	氣賀澤隆志
福 岡	飯島 祐子	渋谷 克希
市場割	小池 禎	○ 江崎 光洋
上赤須	佐藤 幸宏	船戸 春幸
下 平	中城 広巳	宮澤 秀則
町1区	◎ 六波羅 正	伊藤 京
町2区	瀧澤 貴史	鈴木 佳祐
町3区	小林 真治	小原 裕高
町4区	金山 友樹	大川 真知
上穂町	松崎 道靖	井口 亮

◎会長 ○副会長 ★主事会長 (敬称略)

中沢公民館

分館名	分館長	主 事
吉 瀬	吉瀬 清志	北澤 文彦
永見山	北原 篤	北原 篤 (兼)
菅 沼	所河 昭彦	★ 志賀 智之
下 割	澤崎 龍吾	竹村 達也
中 割	◎ 中山 薫	林 芳文
上 割	安藤 和巳	安藤 和巳 (兼)
中 山	大森実津雄	
大曾倉	○ 下平 一久	下平 勉
中曾倉	宮脇 義徳	竹村 茂明
本曾倉	竹村 雅臣	小林 太一
原	下島 勇次	下島 啓児

東伊那公民館

分館名	分館長	主 事
伊 那	◎ 下島 豊一	伊藤 明穂
栗 林	小林 秀徳	★ 小田切良志直
火 山	赤羽 敏彦	佐藤 年彦
塩 田	小原 道彦	湯澤 敬浩
大久保	萩原 道彦	荒井 啓明

お知らせ
平和講座

主催 駒ヶ根市公民館協議会

日時 7月18日(土) 13:30～15:00

会場 赤穂公民館ホール

講師 矢澤 静二 氏

演題

「満蒙開拓団は
どのように送り出され
どのように終わったか」
～上伊那の開拓団体験者の証言を中心に～



満洲開拓伊南郷慰霊碑

新任職員の紹介

よろしくお願いします。

赤穂公民館
地域活動担当幹
伊藤 明穂



■地区 東伊那
■趣味 野球

4月から赤穂公民館に配属となりました伊藤です。よろしくお願いします。公民館に集い、学び、教養と趣味を深めていく皆さんのお手伝いをさせていただきます。

また、赤穂14分館の分館長・主事さんと一緒に、地域の人々の繋がりについて考えていきたいと思っています。現在、公民館に来館される多くの皆さんにいろいろなことを教わっています。

中沢公民館館長
竹村 勝



■地区 中沢
■趣味 ゴルフ

中沢公民館でこれまで築いてきた活動や伝統を大切にしつつ、時代のニーズに応えながら、誰もが気軽に集い、安心して利用できる場作りに努めていきたいと思っています。

微力ではありますが、皆様のお力添えをいただきながら誠心誠意取り組んでまいります。

よろしくお願いします。

令和8年度 館報編集委員

今年度の館報編集委員の
皆さんをご紹介します。

池田 恵子 上穂町	中島 寛 北割一区	木下 恵理 中 沢	久保田たつ子 東伊那
--------------	--------------	--------------	---------------

編集の窓

2026年7月26日(日)は『土用の丑の日』になります。土用は季節の変わり目で体調を崩しやすいため、昔から食べ物で体調を整える『土用の食養生』という考え方があり、夏の土用の丑の日には、『う』のつく食べ物を食べると夏バテしないとされ、うなぎを食べる習慣が有名です。

『土用の丑の日』にうなぎを食べるようになったのは、江戸時代の蘭学者の平賀源内が、夏場にうなぎが売れにくいことを悩んでいたうなぎ屋に『土用の丑の日はいなごの日』と宣伝するよう提案し、その結果お店は大繁盛!ほかのお店もそれに続き、夏の土用の丑の日にうなぎを食べる風習が定着したという説があります。

まだ暑い日が続きますので『う』のつく食べ物を食べて、夏を乗り切りましょう。
(中島 寛)

連絡先

赤穂公民館 TEL.83-4060
中沢公民館 TEL.83-5125
東伊那公民館 TEL.82-4664

編集・発行

編集／駒ヶ根市公民館報編集委員会
発行／駒ヶ根市公民館協議会
印刷／株式会社宮澤印刷