

A N A N

発行人●阿南町公民館編集部 編集人●公民館報編集委員会 印刷所●飯田共同印刷株式会社
連絡●〒399-1511 東條58-1 TEL 22-2270 FAX 22-2287
E-mail:kyouiku@town.anan.nagano.jp

Contents	
P1	表紙 遊歩道
P2	帯川の話 (西尾実 著)
P3	うちのホープ あの人この人
P4	あなん情報発信局
P5	あなん情報発信局② あなんNEWS
P6	お知らせ・編集後記



遊歩道

皆さん「スマホ老眼」ご存知ですか？老眼にはまだ早いのに何だかピンと合わない：なんて事はないですか？これは十代の若い方でもなるんだとか。長時間スマホを顔に近づけて過ぎて見てはいませんか？この悪い習慣はすぐ見直してください。目の疲労を感じたら温めたり、潤うよう瞬きの回数を増やしたり、ビタミンAや青魚を意識して摂取する。これだけでも「スマホ老眼」は症状を和らげる事が可能なようです。さて、加齢による本物の老眼。こっちはもう老眼鏡に頼るのみ！いえ、過剰な期待は無理かもしれません。回復への第一歩はあるようです。目の前に親指を立てピンと合わせ、次に遠くの壁にピンとを合わせる。これを繰り返す。力を入れて目を閉じた後、目を開け左右に目を回転させる。このようなストレッチを毎日無理なく継続する。これなら出来そうですね。スマホ・パソコン等欠かせない昨今、気が付いていないだけで目に掛かる負担はかなり大きなものになっていくはず。スキマ時間にストレッチ。ぜひやってみてはいかがですか。老眼の進行を少しでも遅らせる事が出来るかもしれません。

著作 西尾 実

おびかわ

帯川の話

代々庄屋

津兼 四郎八

わたしはわたしのふるさと帯川が、原始共産社会の遺跡ともいっていいよ
うな、八戸の農家から成り立っていた
農村共同体であったといってきたが、
そこには古い文化を代表するような
三人の老人の存在が、光彩を放ってい
た。その一人は、代々庄屋の最後の一
人となった津兼四郎八老人であり、も
う一人は、六代目の漢方医を継いで、
帯川の貴族的存在として終始した大
石庄太郎翁であり、もう一人は、漢学
者でお師匠さまと呼ばれたわたしの
曾祖父西尾善右衛門である。この三
人とも、家は農家として農業に従事
していたが、主人だけは、それぞれ有
識者・専門家として、一村の文化を維
持し発展させた人物であった。

津兼四郎八老人は、代々庄屋の住
居であった家屋敷を、長男津兼岡次
郎と、その妻で和知野の対岸の「城」
から迎えたように譲って、隠居住いを
していた。三州街道を早稲田から南に
上ってくると、見名峠を越え、池の島
を通り、巾川・早稲栗を経て、帯川に

達する。帯川の入口に近く、道の東側
を流れている井戸入沢に橋を渡し、そ
の先にある地所に、小さな二階造りの
隠宅が建てられていた。階下の座敷の
前には、大きな池を掘り、その池の続
きに、帯川附近には珍らしい風雅な
島山を築き、観賞用の檜葉の木や、枝
ぶりの整った楓などを植えて楽しんで
いた。池の前の水槽には清水をたたえ、
池の中には大きな真鯉や緋鯉を飼い、
その奥にある島山の裾には大木の古い
切株があって、庭に面して立ち、腰を
掛けてあたりを眺めるのに都合がよ
かった。さらに井戸入沢に沿って、庭
と同じ高さに石垣を築き、庭先を延
長してそこにもひばや楓の苗を育てて
いた。この四郎八老人は、最後の庄屋
であった関係から、江戸表へ出かける
こともあって、江戸みやげをわたしの
家へもくれ、その屏風絵がそのころの
広間の炉端の縁端側に立てられてあっ
た。まだ幼いわたしは、その屏風の
前に座って眺めたが、そのうちの一面は、
江戸の名所日本橋の色刷りの版画で
あったことが記憶に残っている。わた
しには銀の箸をくれたといっ、後々
まで母が出してくれただけでも、わた
しが長野へ出るようになってから、い
つの間にか見えなくなった。この他、

楓の木を持ってきて、家の裏の山裾の
石垣の上に植えてくれた。それは、曾
祖父善右衛門の弟子として来ていた
和合の大屋の二十六代目宮下金吾が

植えてくれたという中の間の前の石
垣の上の霧島つつじとともに、そうい
う植木などに趣味がなかったらしい祖
父や父の家屋敷に、今でも珍らしい存
在として健在である。

こういう四郎八老人であったから、
隠居の池に鯉を飼い、島山に植木を
植えて、座敷から眺めていても、一人
では物足りなくなったとみえ、そのこ
ろの街道がすぐ庭先にあつて、近村の
人たちが遠い旅人などが通過するの
をさいわい、いわば早稲田と新野の中
間地帯の休憩所としての岡本屋を開
いた。老人の居室の隣に畳一畳敷を掘
り下げて、長方形の炉を切り開け、そ
のころの人たちの旅行姿に適合するよ
うに、この炉の長い両側を、もも引き
にわらじばきそのまま踏み込んで腰を
掛けることができるように作り、冬は
炉でたき火をもち、茶釜の湯をわか
しお茶を出した。その土間の上り口に
は干菓子箱を箱に並べて売っていた。

その踏み込み炉端に腰掛けている
旅人なり近村の人なり、ともかく、襖
をへだてた座敷に一人で外の池や築山
を眺めて座っている四郎八老人の関心
の的になるような客が現われると、老
人は間の襖を開けて、何か珍らしい話
を聞こうとした。

妻のみねは、「西」から嫁入った人
で、弁弥の姉、わたしの伯母に当る人
であった。細長い炉の奥の座に座って
いて、茶を振舞ったり、登り口に置いて

である箱の駄菓子を売ったりしていた。
その座のすぐ後の襖を明けると、そこ
には大きな酒樽が据えてあり、その前
が板敷のちょっとした売場になってい
て、側面の壁に続いている一本の戸を
開けて、村人に晩酌用の酒や臨時に
来た客に供する酒などを小売りして
いた。この休憩所では、弁当持参の客
が弁当を開くことはあつても、その副
食物を提供したり、酒を出すような
ことは、いっさいしなかった。こんな
風で、早稲田と新野との中間地点で
あつたので、荷物を庭先きの大きな切
株の上に置いて、ちょっと一休みして
いくのに、土地柄からいって、恰好な
休憩所であった。もし、この池の鯉や
築山の木にいくらかでも興味を感じ
る客があれば、四郎八老人の満足はこ
の上もなかったのである。

明治三十八年、四郎八逝去の後も、
みねが店をつづけ、大正に入ると岡次
郎夫婦の隠居所になったが、店を継ぐ
者はなかった。昭和七年岡次郎逝去の
後、分教場の拡張問題が起つて、昔の
四郎八老人の古風な趣味を実現した
隠宅は取りこわされ、地所は村に譲
られて、その跡を起点に、二教室のあ
る建物と、テニスコート一面を真中に
とることのできる小運動場が、その東
南の位置に設けられた。この運動場は、
盆が来ると村の若い人たちの盆踊り
の庭ともなったのである。

うちのホープ

富草 雲雀沢

小島 光弘さん

みつひろ

みゆきさんの子



まなみ
長女 愛望さん
(10歳)

なお
長男 直くん
(3か月)

りょう
次男 凌くん
(3か月)

こんにちは、4年生でお姉ちゃんになりました、まなです。今回は、7月7日に生まれた双子の弟を紹介します。まず、3,100gだったお兄ちゃんの直です。特徴は、声がでっかくて、抱っこしていたまなの腕にあせもができたくらい汗かきで、指しゃぶりが大好きなところかな。まなを見るとニコニコご機嫌になります。

そして、2,500gだった弟の凌です。顔はお父さんに似てるかな？凌は、まなの赤ちゃんの頃にそっくりなんだって。凌はハスキーボイスで髪がフサフサで、好奇心がとつてもおう盛なんだよ。双子だけど、二卵性なので、顔も性格も全然違っていて見分けがきます。

まなはいつも、泣いている弟のどちらかを抱っこしたり、ミルクをあげてゲップさせたり、お母さんのお手伝いをしているから、おばあちゃん達にも、「ミニお母さんがいて助かるなあ」って言われています。

この間、お祭りがあって、初参りに家族でお宮に行きました。雲雀沢のみなさんとても喜んでくれてうれしかったです。これからミニお母さん、がんばります！

お父さんお母さんから

家族が増えてにぎやかになっただね。いつもお手伝いありがとう。これからも姉弟仲良くしていつてね。

あの人この人

新野 大村にて奮闘中！

おかだ りょうたろう

岡田 遼多郎さん

阿南町で農業に

チャレンジ中！

2021年、名古屋市より阿南町に移住してきました。地域おこし協力隊として3年間の研修を終え、昨年からは農家として独立して今年で2年目になります。

昨年までは富草で露地のきゅうり栽培を行っていましたが、今年からは新野大村でトマトを栽培していたハウスを利用し、きゅうりのハウス栽培を始めました。

今年、12トン以上の出荷を行いました。昨年までと違い環境が変わったことで不安でしたが、無事にきゅうりのシーズンを終えることができました。新野で農業を始めたので道の駅蔵の直売コーナーへの出荷も行い、きゅうりだけでなく冬瓜、かりもり、玉ねぎの出荷も行いました。

9月からは、富草の特産品である「三紀層フルーツ大根」の栽培に取り組んでいます。来年の目標は、きゅうりの栽培に加え、とうもろこしや、干し芋、市田柿の加工に取り組みたいです。また、ハウス付近に無人販売所の設置を行いたいと思っています。ぜひお立ち寄りください。地域おこし協力隊の活動を通して得た経験を活かして色々なことにチャレンジして農業を楽しんでいきたいです。



☆詳しい情報は

Instagramを「ご覧ください」。



@OKACH.0628

ANAN情報発信局 「play sports スポーツしようよ」

絵・文かなだゆま



だれでも楽しく Let's play sports

PICKLE BALL ピクルボール

日時：令和7年11月15日(土) 午前9時30分～正午(予定)

場所：阿南町民体育館(コミュニティの森)

定員：20名程度 | 持ち物 上履き・飲み物・タオル 等

※参加申し込みは、下記問い合わせ先・Googleフォームにて11月7日(金)まで

阿南町公民館事務局 TEL 0260-22-2270 | 担当：阿南町公民館 関・地域おこし協力隊 高橋



ANN情報発信局②

運動の秋に最適！

阿南町

貸出ニユースポーツ紹介！

阿南町教育委員会では、教育委員会で所有しているニユースポーツ備品を一式無料で貸し出しを行っています！

おすすめをいくつかご紹介！

モルック

モルックは、フィンランド生まれの木の棒を投げる軽スポーツです。地面に並べられた木製のピン（スキットル）を倒し、先に合計50点ちょうどに到達したチームが勝ちとなります。老若男女問わず楽しめるシンプルなルールが特徴で、母国ではサウナやビールを楽しみながらプレイされることも多く、日本でも家族や友人、職場のレクリエーションなどで人気が高まっています。

ポッチャ

ポッチャとは、重度の脳性まひ者や同程度の四肢まひ者のために考案された、ヨーロッパ発祥のスポーツ

で、パラリンピックの正式種目です。障害の有無に関わらず誰もが一緒にプレイできる「究極のインクルーシブスポーツ」です。

バツゴ

バツゴは、アメリカ生まれの的入れゲームで、傾斜したプラスチック製のボードに、ビーンバグを投げて得点を競います。ルールがシンプルで運動強度が低く、幼児から高齢者まで、また車椅子の方でも楽しめるレクリエーションスポーツです。

囲碁ボール

囲碁の町、兵庫県丹波市柏原町で生まれたレクリエーション、囲碁ボール。ゲートボールに囲碁の面白さをプラスした、だれもが簡単に楽しめるニユースポーツです。

その他にも、各市町村ニユースポーツ用具保有数一覧を長野県のホームページよりご覧いただけます。



あなんNEWS

10月12日(日)

第11回

あなんカラオケ歌謡大会

町内外から多くの方の参加により盛大に行われました。今回は、来場者の投票により受賞者が選ばれました！

最優秀賞

伊藤 孝弘、伊藤 綾佳

(大下条)

優秀賞

石田 菜夏(飯田市)

敢闘賞

田嶋 秀幸(新野)



和合地区運動会

小雨が降る中での前日準備でし



10月18日(土) 来楽祭

来楽祭実行委員会の方々による出店や、ステージ発表などの楽しい企画が行われ、大変賑わいました！



たが、当日は秋晴れに恵まれ、小学校と合同で笑顔あふれる楽しい運動会ができました！

10月18日(土) ピックルボール体験会

阿南町初となる、ピックルボール体験会を開催しました。(ピックルボールについてはANAN情報発信局をご覧ください。)飯田下伊那地域で体験できるのは阿南町だけ！
当日は10名程度が参加していただきピックルボールを楽しみました！

10月19日(日)

第42回 愛知・長野県境域 住民文化交流会

今回は豊根村で開催され、阿南町からは2団体が出演し根羽村・売木村・豊根村から計8団体の発表が行われました。秋の深まりを感じる文化交流会が行われました！



阿南ハーモニカ同好会



グリーンハーモニー阿南

おしらせ

11月15日(土)

ピックルボール体験会

▼主催 阿南町公民館
詳細は、4ページのANAN情報発信局をご覧ください！多くの方のご参加をお待ちしております！

11月22日(土)

第48回 阿南町みんなで走ろう 駅伝大会

▼主催 阿南町
▼会場 町民グラウンド
▼コース
コミュニティの森周回コース

(1) ロードレース部門
1.5キロコース

① 小学校の部
(小学校1〜4年生)

② 一般の部
(中学生1年生以上の男女)

(2) 駅伝部門

13.2キロ 全5区間

1・4区 1.5キロ

2・5区 3キロ

3区 4.2キロ

① 小学校の部
(小学校4〜6年生の男女)

② 一般の部
(中学校1年生以上の男女)

公民館なんでも掲示板！

公民館でこんなことをしてほしい！手伝ってほしい！などどんなことでも構いません！ご意見をお聞かせください！

公民館 なんでも掲示板



編集後記

今年度も、9月28日(日)に阿南町公民館 主催事業で「深見の池 釣り大会・SUP体験会」を行いました。8月31日(土)に行う予定でしたが、猛暑のため延期することになりました。本年度も大勢の方のご参加をいただき無事終えることが出来ました。また10月11日(土)にかじかの湯の化石展示化にて「帰ってきた富草の植物化石」と題して国立科学博物館の矢部博士による講演がありました。明治5年に富草地区で採集された植物化石が153年の時を超えて故郷に里帰りし展示されている事と、昔からこの地方では貝やサメの歯等の化石が出ていて私も田上等で採った事を思い出します。貴重な資料が展示されていますので、ぜひご来館ください。

阿南町公民館長

伊藤 幸一