

# はせ 長谷みらい広場 vol.5

長谷で暮らす人と人をつなげる

2023年10月発行  
発行：溝口未来プロジェクト

住所：伊那市長谷溝口430-1  
TEL/FAX：0265-98-2015  
E-MAIL：mizokuchi.mp@gmail.com  
http://blog.livedoor.jp/mizokuchimp

活動の様子は  
ブログから



編集委員

中山勝司、中山友悦、中山幾雄、  
倉田みちる、高橋隆文、橋爪勇志、  
羽場友理枝、坂野心一朗、松井博、  
宮川沙加、伊藤小百合

「長谷みらい広場」は  
伊那市田舎暮らし  
モデル地域事業交付金を  
活用して発行しています。



運動会後、全校児童と家族みんなで記念撮影



全員で「ざんざ節」



低学年リレー

小規模校

## 「長谷小学校」の魅力は

全校児童57名（二学期より）、1クラス10名程の小規模校ですが、学年を超えて全校で取り組む連帯感が育まれています。地域に根差し、個々の顔が見える教育を推進する長谷小学校の魅力を紹介しましょう。

### 運動会開催

令和5年6月4日の日曜日、晴天の下、長谷小学校の運動会が開催されました。トラックの周りには、わが子、孫たちの活躍を見ようと色とりどりのキャンプレントが張り巡らされています。

一学期の全校児童は54名。一人ひとりが主人公です。低学年、高学年リレーでは、男女一緒に競う競争。児童全員が選手で、みんな声を張り上げて自分のチームを応援します。そして、四・五・六年生は全員が運営委員。自分の競技が終わるとそれぞれの持ち場に駆けつけて手際よく次の競技の準備をします。

エンディングは応援に駆け付けた家族や、来賓の方々も参加して、長谷に伝わる「ざんざ節」を保存会の皆さんを囲んで踊りました。

### 小規模校の様子

長谷小学校は一学年7人から10人の小規模校。学年を超え、みんなが兄弟のように学校生活を送っています。大規模校から異動された先生は「長谷の子どもたちはみんな大きな声で挨拶してくれる。個々の顔が見え、みんながのびのびと学習し、成長しています」とおっしゃっていました。

### 地域とのつながり

5月には地域の高齢者クラブの皆さんと「よもぎ採り」をし、交流会を行います。6月に行われた「長谷っ子講座」では、地域の方が講師になって、マレットゴルフ、昔の遊び、自然体験、戸台の化石、郷土食について体験を通じて学びました。

9月に行われる孝行猿集会では、毎年三年生が長谷市野瀬の柏木に伝わる民話「孝行猿」の劇を演じ、全校で家族の愛、絆について学びます。

### 長谷の食育

長谷の教育の特色の一つに「食育」があります。小中学校の給食は共同調理場で賄われ、野菜の多くは地域の生産者による「麦わら帽子の会」や近所の農家の方々、そして小中学校の子どもたちが自分の手で育てたものを使用します。

何より子どもたちの口に入るものなので、安心安全な食材を提案することを心掛けています。

### 長谷小ってどう？

今年7月に溝口に移住された八木澤さんご家族にお聞きしました。ご夫婦と小学生3人のお子さんの5人家族。二学期から長谷小学校の児童数にこの3人が加わっています。

埼玉県の人口一万人ほどの町からの移住で、一学年40人ほどの1クラス学級だったそうです。

**長谷小の感想は？** 「クラスのみんなが明るくて、とても楽しいです」とお姉ちゃん。「でもクラスに女の子3人で、近くに遊べる人がいなくて」と少し寂しそうな様子。お兄ちゃんは近所に同級生がいて、早速友だちができたようです。「人との関わりを通じて、いろいろな経験しながら成長して欲しい。それがこの地では少ないのが親としては心配」とのこと。子育て世代の交流の場、そして子どもたちが触れ合える場づくりが必要、と切なる思いをお聞きました。

地域、家族を愛し、少人数学級の中で個々が役割をもち、一人ひとりが成長していく、これが「長谷の子育て」の良いところです。

一方で、地域として、子どもたちが健やかに育まれる環境づくりをしていかなければならないと感じました。

(文・勝)

# 地域と人をつなぐ

ここでは、長谷にどんな人が住んでいるのかをご紹介します。

## 長谷で生まれ育ちました



みやた まさひこ みえ  
宮下 正彦さん(46)・美江さん(44)  
るいと りく ななみ  
琉斗くん(10)・璃久くん(8)・菜々美さん(4)  
[長谷溝口]

## 変わらない長谷の良さ

長谷で生まれ育った宮下正彦さんと伊那市出身の美江さんご夫妻。お二人は福祉関係のお仕事をしながら3人のお子さんを育てています。

「長谷の良さは世代間の交流があること、地域で子育てをしているところ。保育園から中学校まで、学年を超えてずっと一緒に育つ強いため、どの年代も大人になっても仲が良い」と長谷育ちの正彦さんは話します。

長谷保育園、長谷小学校に通う子ども達も、畑づくり、田植え、孝行猿の公演など、体験の中で学ぶ環境があり、放課後の長谷っ子講座では地元の方に郷土料理を教わってもらったり自然体験をしたり、地域の方とのふれあいも充実しています。時には親より長谷のことに詳しくてびっくりすることもあるそうです。

「郷土愛が育ち、長

谷が好きになれるきっかけが沢山あるのは素晴らしい環境で、子ども達は『ずっと長谷にいます！』と言ってくれています。高校生になる時に、通学の問題や大人数に馴染めるかな、と心配なこともあるけれど、人数が少ない長谷だからこそ『一人ひとりが主役となって育つ環境』『学校だけでなく地域に育ててもらっている環境』はとても安心できる。情報得やすい便利な時代だけど、ここにしかない自然から学ぶことがたくさんある。虫はお金を出して買うものじゃないからね。」と正彦さんは笑いながら話してくれました。

(文・高)

## のびのびとした環境で子育て

東京都多摩市出身の知江さんは、大学時代に東京で長谷非持出身の賢治さんと出会い、8年ほど前に長谷にきました。現在は非持の市営住宅に住み、ご家族5人で暮らしています。

こちらの来たばかりの頃は、伊那市日影区に住んでいましたが、賢治さんの実家も近く、いろいろな大人の目が届き、少人数ののびのびとした環境で子育てをしたいという思いがあり、長谷に引っ越すことを決めました。越したばかりの頃は知り合いもありませんでしたが、賢治さんが地元の方というのと、保育園が少人数なので親同士の交流があり救われたそうです。地域の屋号を覚えるなど苦労も少しありましたが、現在は農業法人ファームはせの

## 長谷で生まれ育ちました



まつざわ けんじ ちえ  
松澤 賢治さん(39)・知江さん(37)  
あきと なおと かな  
翠都くん(12)・直澄くん(10)・花那さん(2)  
[長谷非持]

事務をし、職場の人との交流も増え、毎日が楽しく、充実しているそうです。長谷の不便なところを伺うと、「小児科が遠いことかな」と3人のお子さんのお母さんの率直な悩みを聞きました。長谷の学校生活について聞くと、「私は小中学生時代を一学年3クラス程の規模の学校で過ごしたので、長谷は小規模校で、個を大切にしてくれていると感じます。羨ましいくらいです」と話してくれました。

(文・宮)

## 移住してきました



ながいし のぶゆき ようこ  
長石 伸行さん(40)・容子さん(44)  
ななか ほのか  
菜乃花さん(14)・穂乃香さん(11)  
[長谷非持山]

## 田舎暮らしは人とのつながりで豊かになる

長石伸行さんは8年ほど前に埼玉県から非持山に移住してきました。仕事で転勤が多く、お子さんが小学校に入

学するタイミングで定住先を探していたそうです。奥さんからの提案で伊那市を見にきて気になり、空き家バンクを利用して家を決めました。

現在はNCCトイヨー住器で働いていますが、長谷方面の担当をしているのでガラスの交換など伸行さんに会う機会があるかもしれません。容子さんは陶芸をしていて、道の駅にもお香立てやアクセサリーを出品しています。

お子さんが小中学校に通うようになり、両親ともに小さな学校は初めてだったので戸惑いもあったそうです。が、子どもの方が早く慣れてくれたといえます。部活動の少なさや逃げ場がないのではという心配もありましたが、PTA含めお互い

を知っていることの安心感も感じています。伸行さんは消防団にも所属していました。入ってみると一気に人脈が広がり、地域に居場所ができた感じがしたそうです。「子どもを通してではない、様々な世代とのつながりができたことが嬉しかったです。消防団は大変なイメージがありますが、移住してきました身としてはデメリットを超えるメリットがありました。田舎にいます。田舎にいます。田舎にいます。」

(文・羽)



容子さんの陶芸作品

## 目指すは「長谷っこ」自然豊かな暮らしを楽しむ

木の実さんは富山県出身で、中学生の時に学校行事で農業や酪農体験をしてから長野県への憧れがずっとあったそうです。高校卒業後、信州大学農学部へ進学し、そこで駿さんと出会いました。県の職員として三峰川や南アルプス・中央アルプスの環境に関わる仕事をしています。

5年前仕事で伊那市に戻ることになった時、自然豊かなところに住みたいと長谷が早速で家を探しました。現在は非持にご家族4人で暮らし、庭先と長谷さん農園で家庭菜園を楽しんでいます。

「道の駅や、長谷さん農園、ワッカアグリなど長谷を盛り上げる活動があるのがいいなと思っています。地域の人も優しく、子どもを連れて散歩する話しかけてくれる人がいたり、イベントで関わる機会があったり

するの嬉しいですね。引っ越してきた時は長谷保育園の未満児さんがいっぱいいて、お子さんは市内の保育園に通うことにしました。が、地域との縁は希薄でした。お子さんが小学生になってからは、縦横つなごりの強さを感じているそうです。気になってい

(文・羽)

## 移住してきました



しげもり すぐる このみ  
重盛 駿さん(33)・木の実さん(34)  
みずす ますみ  
水篠さん(6)・真澄さん(3)  
[長谷非持]

木の実さんは富山県出身で、中学生の時に学校行事で農業や酪農体験をしてから長野県への憧れがずっとあったそうです。高校卒業後、信州大学農学部へ進学し、そこで駿さんと出会いました。県の職員として三峰川や南アルプス・中央アルプスの環境に関わる仕事をしています。

# わたしの📷 好きな場所

長谷でお気に入りの場所を  
教えていただきました。

くぼた しょうえい  
久保田 照英さん(17) [長谷黒河内]

長谷生まれ長谷育ち、黒河内在住。両親(父親は仁さん)と中3の弟と4人暮らし。上伊那農業高校2年生。写真部所属。趣味は農業、畑仕事、写真、サイクリング。



長谷総合グラウンドから撮った、長谷中学校と美和ダム

## 長谷を感じる風景

私の好きな場所は、連なる山々と、その山から流れ込んだ水で作られたダム、そして学んだ学校もあり、私たちが生まれ育った長谷を感じられるこの風景を一望できることです。

私の母校である長谷中学校と、私たちに恵を届けてくれる美和ダムを一枚の写真に収めてみました。たまたま車で通りかかったところ、天気がとてもよく、ダムの水も澄んでいたので、きつと良いものが撮れると思いカメラを向けてみました。

私は写真を撮るのがとても好きで、景色や空、植物など、綺麗なだなと思ったものを沢山撮ってしまう癖があります。気づいた時には3000枚を超えるものが、スマートフォンで撮影した写真フォルダにありました。同じものを何枚も撮っていることもあるので、整理をしながら、これからもたくさん撮っていきたくて考えています。また、一眼レフのカメラにも挑戦して、さらに綺麗な写真を撮っていきたくてです。高校では写真部にも所属しているので、綺麗に見える撮り方などを学びながら写真一枚一枚の質を高めていきたいです。

景色は時間が経てば変わってしまいます。少しでも「あ、綺麗だな」と思ったら沢山写真を撮ることをおすすめします。沢山撮って、見比べて、最高の一枚を見つけることで、世界にひとつだけの自分にしかない写真になると思います。皆さんも沢山写真を撮ってみてください！きつとお気に入りの、とっておきの写真が撮れるはずですよ！レッツ、パシャパシャ📷

## 地域の笑顔を守る！

長谷地域には、さまざまな活動をしている団体があります。

今回は、東部方面隊第3分団の副分団長宮下雅好さんにお話を伺いました。

## 伊那市消防団

# 東部方面隊 第3分団

伊那市消防団  
東部方面隊第3分団

伊那市消防団東部方面隊第3分団は、旧長谷分団と旧河南分団(高遠町)が合併してできた分団です。在籍者は102名。仕事をしている人がほとんどのため、出られる範囲で参加しています。長谷は18歳から39歳までの人が在籍でき、37名が活動しています。有事の時に出勤していただける機班と呼ばれるOB隊員も10名ほどいます。分団長は2年ごとに長谷と高遠で交代で担っており、現在は高遠町の伊東誠さんが勤めています。消防団は、消防署と同じ消防組織法で定められた消防機関です。地域における消防防災のリーダーとして住民の安心と安全を守る重要な役割を担っています。火災の時だけでなく、水害などの災害時や人探しなど消防署からの要請を受け出動します。

どんな活動を  
しているの？

長谷では、5月〜6月いっぱい週1回夜2時間ほど総合グラウンドで放水訓練を行っています。毎月1日と15日には機関の点検と夜の巡視を行います。その他に、第3分団としての火災想定訓練が年2回、東部方面隊での訓練が年2回ほどあります。

ポンプ操法大会は新型コロナウイルス禍前は行っていましたが、団員の負担軽減のため、現在伊那市では行っていません。



定期点検の様子

消防団員、募集中!!

消防団に興味がある方は、ぜひお近くの消防団員にお声かけください。女性の方も少しずつ増えています。救護やラップパ隊など、さまざまな形で参加できます。一緒に地域の笑顔を守りましょう。(文・羽)

### 消防団についての問い合わせ

伊那市役所総務部  
0265-96-8119

私は18歳の時に誘われて入団しました。当時は仲間がたくさんいて長谷村消防団は第7分団まであり100名以上在籍していました。練習や災害時は大変なことや苦労することもありましたが、地域のために活動することに想いもありましたし、何よりみんなでお酒を飲んでワイワイと話すことが楽しかったです。

コロナ禍を経て飲み会も減り、過疎化・少子化で人数も減るなかで団員たちのモチベーションをどう保つかが課題になってきています。現在、団員の最年少は20代です。地域のために活動する仲間が増えてくれたらいいと思います。



### 防災情報

#### 冬の火事に注意

これからの季節、空気が乾燥しますし火を使う機会が増えます。冬場の火災が一番多いので気をつけてください。

#### 土手焼きに注意

春先は土手焼きでの火事が毎年のように報告されます。煙に巻かれて亡くなる方もいるので、一人では行わず、また風が強い時は行わないようにしてください。事前に消防署に連絡するようにしましょう。

(高遠消防署：0265-94-5119)

#### 災害対策をしておいて

近年、異常気象が続くいつ何が起るかわからない状態です。災害グッズの準備や心構えをしておいてください。近隣の人も声掛けをして対策してください。



みやした まさよし  
宮下 雅好さん  
[長谷市野瀬]

# 数値で見る 移住者の状況

## 関係人口の創出がカギ

令和4年度の伊那市内への移住者数は、104組(世帯)244人でした。前年度の約1.5倍で、今の指標※で統計を取り始めた平成26年以来最高となりました。社会動態(転入者から転出者を引いた数値)を見ても増加(プラス85人)に転じています。

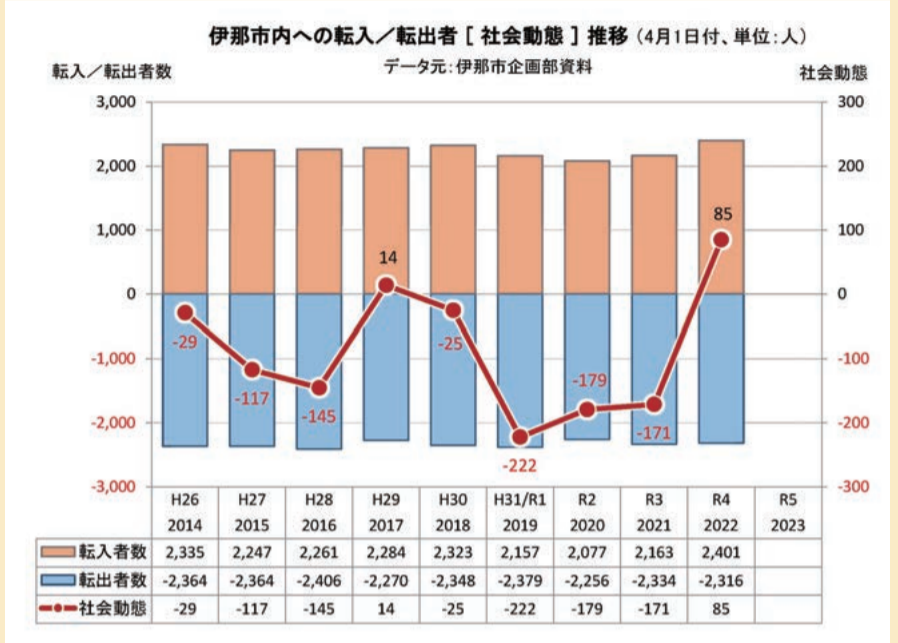
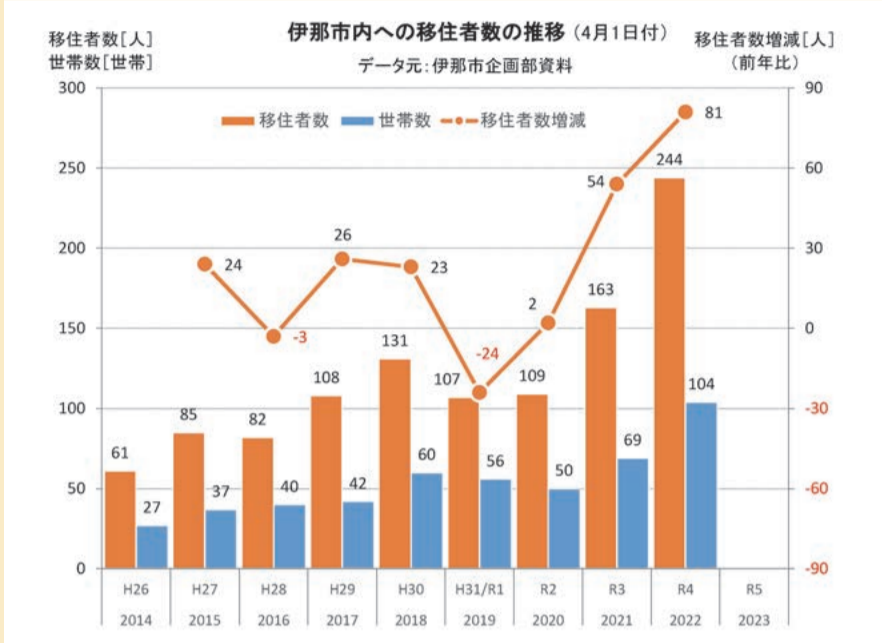
長谷地域個別の数値は公開されていませんが、傾向は同じと考えられます。

少子高齢化が都市、地方の区別なく進む中、移住者を呼び込む取り組みは全国的に活発になってきています。

移住を考えている人の立場に立って、地域の情報やきっかけをタイムリーに提供し、様々な関わりを持続させていくこと(関係人口の創出)が求められています。

(文、グラフ作成・坂)

※移住者の定義 1.市の相談窓口や支援制度を利用して、市外から移住した人 2.Uターン者を含む



「古民家ひがし」での交流

令和5年7月29日、伊那市田舎暮らしモデル地域セミナーが開催されました。今回はモデル地域に指定されている長谷溝口地区が会場となり、市の集落支援員と溝口未来プロジェクトのメンバーがスタッフとなって、長谷地域内を案内しました。

参加されたのは三家族で大人6名、お子さん7名です。そのうち一家族は7月に溝口地区に移住されたご家族です。まず、長谷中付近の「さんさん農園」で、にんじん、とうもろこし等の夏野菜を収穫しました。また、溝口の「岩魚会」で

養殖しているイワナをビニールプールに放し、小さなお子さんに魚つかみをしてもらいました。その場ではらわたを除き、炭火で焼きます。次に長谷中学校、長谷小学校、長谷保育園「そらとぶくじら」を案内し、長谷地区での子育ての様子を紹介しました。保育園では、隣接する「くじら農園」を見学、管理され見事に育っている野菜に感心していました。また、山保育に利用している場所を案内し、長谷ならではの子育て環境を実感していただきました。

物と、付近の移住希望者向けの住宅、そして市野瀬の市営住宅を案内の後、中尾のワッカアグリ施設「古民家ひがし」に移動、移住先輩の高橋隆文さん、宮川沙加さんをお交えて、魚つかみ体験を行いました。

熱田神社本殿の彫り物と、付近の移住希望者向けの住宅、そして市野瀬の市営住宅を案内の後、中尾のワッカアグリ施設「古民家ひがし」に移動、移住先輩の高橋隆文さん、宮川沙加さんをお交えて、魚つかみ体験を行いました。

## 長谷ってこんなところ！ 田舎暮らしモデル地域セミナー



「さんさん農園」で野菜の収穫体験

空き家の処分にお困りの方、ご連絡をお待ちしています。  
連絡先  
溝口未来プロジェクト  
090-9664-6132

## コラム 小犬沢とイワナ

長谷小学校近くを流れる小犬沢は、鹿嶺高原の麓を源にする全長2km程の沢で、美和ダムへと流れこみます。ひとたび大雨が降ると濁流になりますが、普段は穏やかな川です。

以前は伊那市内の保育園の夏の川遊びというところ、三峰川や戸台に通じる小黒川でしたが、水量も多く、河川工事もあり最近はこの小犬沢を利用する保育園が増えています。適度な木陰もあり、何より危険でなく安心して子どもたちを遊ばせることができます。



長谷保育園でイワナつかみ

この沢も以前は天然のイワナが獲れましたが、防災のため砂防堰堤ができ、河川整備され、現在は溪流の景観はありません。田舎人にとっては寂しいところですが、致し方ありません。

溝口の有志による「岩魚会」では休耕田を活用し、イワナの養殖を行い年間500尾ほど育てます。毎夏、長谷保育園や、地区のこども夏祭りに提供し、つかみ取りの体験と、その場で塩焼きにし、イワナの貴重な命をいただくことを教えます。



保育園の川遊び