

# 一月の活動内容

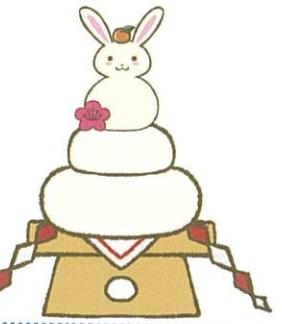
あけましておめでとうございます。今年一年よろしくお願い致します。一月に入り一段と寒さが増す季節となりました。

## 諸活動について

月の養蜂活動については、越冬のための給餌作業と、日本養蜂協会が主催した養蜂技術研修会にオンラインで参加しました。

## 天龍村歴史まとめについて

天龍村の古代から近現代の通史の書籍制作にむけて、先月に引き続き天龍村古代・中世の通史の原稿を作成していました。また、今年の一月から天龍村の近現代の歴史を回覧させていただきます。



第117号  
2023/1/26

編集：治部 太一

# ありが隊新聞

皆さま、新年あけましておめでとうございます。  
新しい年を迎えるにあたり、社会に対し、人生の折り返しにあたり、社会に対し、目に見える形で貢献をしていかなければならぬ」と考えています。  
ちなみに、「青年よ大志を抱け」ではないと考えています。  
私は、「青年よ大志を抱け」という言葉が好きです。青年でなくとも、いくつになつても挑戦していく事が大事だと考えていました。

人として、まさにかくあらねばならぬ全てのことを達成せんとするために大志を抱け。

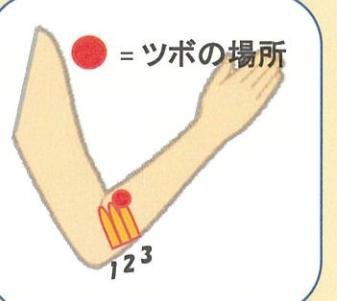
Dr William Smith Clark

## 「大志を抱く」

文 治部 太一

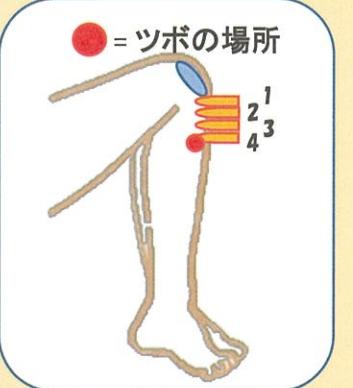
皆さま、新年あけましておめでとうございます。  
さて、まもなく協力隊二年を迎え、そろそろ先の事を考えなければなりません。

人生の折り返しにあたり、社会に対し、目に見える形で貢献をしていかなければならぬ」と考えています。  
私は、「青年よ大志を抱け」ましてや人よんで名誉と称する空しきものためでもない。あります。参考までに紹介させて頂きます。



効果

胃腸の機能を整える、首・肩こり、ひじ・腰・背中の痛み緩和、不安・落ち込みなどなど…



効果

胃炎、吐き気・便秘・下痢などの消化器系トラブル、脚・ひざ・腰の不調、精神不安定などなど…

## ①手三里(てさんり)

★ヒジの横ジワから指三本分手首側の位置。

ヒジを曲げる。その時にできる横ジワ(親指側の側面)に、反対の手の人差し指をあて、骨に沿って指三本分を測る。

## ②足三里(あしさんり)

★ヒザの皿から指四本分足首側の位置。

ヒザの皿の下(小指側の側面)に、手の人差し指の端をあて、足の先の方向に向かい指四本分を測る。

## 日々こうちん

文 前川 未来

一〇二三年が始まって、早いものでもう一ヶ月が経とうとしています。大変遅くなりましたが、本年もお世話になります。よろしくお願いいたします。

一月は比較的穏やかな天候となり、陽のあたると「ろでは暖かさを感じられます。一方で、地区や場所によつては、雪が残つてしたり道が凍つてしまつたりと、やはり厳しい冬の訪れを体感する所もあり、改めて天龍村の景色の豊かさと、自然の力と厳しさを感じています。



↑スッと置くように

日々の温度と水の管理がとても重要

★次回 2月19日(日) 7時~11時  
モーニング営業をお手伝いいただける方を募集します。〆切1月末。委細は面談の際お伝えします。

望月080-4915-2763

和知野川キャンプ場でモーニング営業しています。四阿に風よけ幕と薪ストーブを設置していましたが、12月末から接ぎ木の台木となる、なすの種まきがはじまります。村内で育苗を担っている板倉貴樹さんの指導の下、作業に関わせていただいています。このちいさな種から、あの巨大ないざなが成るには、種の力もありなん、天龍村の水と空気と気候、そして日々目をかけることが大事。緊張の育苗期間ですが、苗と共に自分自身も成長していきたいと思います。

天龍村伝統野菜の「いざなす」は、高接ぎ木という方法で苗を作っています。まだまだ寒さ厳しい季節ですが、12月末から接ぎ木の台木となる、なすの種まきがはじまります。村内で育苗を担っている板倉貴樹さんの指導の下、作業に関わせていただいています。このちいさな種から、あの巨大ないざなが成るには、種の力もありなん、天龍村の水と空気と気候、そして日々目をかけることが大事。緊張の育苗期間ですが、苗と共に自分自身も成長していきたいと思います。

1月15日の営業では、19食のご利用があり、うち16食が村民の方や、南信濃・阿南町の近隣からのお客様でした。ご来店時間が重なつてしまつたこともあり、提供に時間がかかることがあります。天龍村はあります、「美味しいかったです」と仰つて励みになります。よりよいサービスを目指し、天龍村に多くの方に何度もお越しいただけるよう取り組んでまいります。



モチコの  
天龍やんややんや  
キャンプ場でモーニング  
ご利用ありがとうございます  
月一程度飲食営業しています。四阿に風よけ幕と薪ストーブを設置していましたが、12月末から接ぎ木の台木となる、なすの種まきがはじまります。村内で育苗を担っている板倉貴樹さんの指導の下、作業に関わせていただいています。このちいさな種から、あの巨大ないざなが成るには、種の力もありなん、天龍村の水と空気と気候、そして日々目をかけることが大事。緊張の育苗期間ですが、苗と共に自分自身も成長していきたいと思います。



## 十一月からの活動

(文・篠田 大樹)

十二月には、ていざなす組合で土壌改良のための肥料として竹チップ作りを行いました。竹林から切り出すところから行うため、竹林もきれいになり一石二鳥の事業でした。

自分のていざなすの圃場の片付けも行いましたが、何もなくなつた畑は寂しいです。すでに苗作りも始まっているので来期に向かっている気がします。ただ、ていざなすの苗を植えるまではまだ時間があるので、それまでにキヤベツなどを栽培するための準備をしていきたいです。

お茶の関係では、紅茶作りに興味があるという方が、長野市から観察に来てくれました。大変ありがとうございました。大変ありがたくこれから活動の励みになりました。

今年は、これまでやりたいと思いつつもありできなかつた、天龍村に来る学生との交流を増やしていきたいと思います。なお、茶畑周辺の環境美化活動として、雑木処理や草刈り、ゴミ拾いなどを行っています。茶畑へ足を運んで下さる方に少しでも快適な空間を提供できればと考えています。それに合わせてバイオトイレを作ろうと検討中です。興味がある方はぜひバイオトイレ作りにご参加ください!

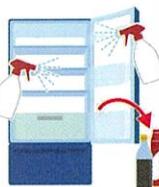
余談ですが一昨年から育てているレモンが初めて収穫できました！小振で量も数個ですが成長が感じられます。それに合わせてバイオトイレを作ろうと検討中です。



## 加藤まゆみ



### おそじ道⑨ 「冷蔵庫掃除」



今年もよろしくお願ひします。「ふるさとCM大賞NAGANO」の放送は観て頂けたでしょうか？沢山の方にご協力いただきありがとうございました。ありがとうございます。

か？沢山の方にご協力いただきたいおかけで特別賞（団結賞）頂きました。ありがとうございます。



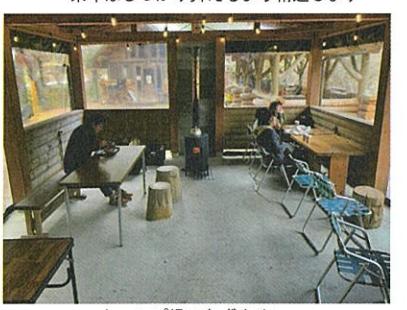
↑表彰式で頂いた盾  
(天龍村の部分が金色です)

年末も何軒かお宅にお掃除手伝いに行かせて頂きました：「おそうじ道⑨」のように冷蔵庫をスッキリさせて年末年始の食材等を入れられるようにさせて頂いたり、お風呂場の普段手の届かない所などのお掃除を一緒にさせて頂きました。新しい年も村をきれいに・お手伝いに伺います。ゴミの分別等も年末のごみ収集までにやらなきや！つて思つて調べながら仕分け作業等もお手伝いしますのでご連絡ください。

お問い合わせ  
加藤まゆみ  
090-1332-10823



坂部の冬祭りに参加  
来年はしっかり舞えるよう精進します



キャンプ場のあづまやに薪ストーブを導入しました。



薪の販売好調です



↑表彰式で頂いた盾  
(天龍村の部分が金色です)

## まつちゃんのホウレンソウ

報告者：松川友哉

【睦月】

●ご報告  
本年もよろしくお願ひします。  
キャンプ場は、ありがたいことに冬でもお客様にお越し頂いております。

テントサウナもキャンプ場に導入されました。レンタルにて活用していく予定です。村の方にも使っていただけるようになりますのでまたお知らせします。  
私事ですが、坂部の冬祭りに参加させていただきました。  
引き続き参加できるよう精進して参ります。

●和知野川キャンプ場販店 営業日：土・祝  
営業時間：午前十時～午後五時  
村内のお茶・肉・野菜・氷・キャンプ用品など販売中



おきよめ祭りも無事に開催。



製材機で村の木を製材しました。



製材した木材で製作中のデッキ。

## 天龍村きりんちゃん月記

小幡厚子(季輪)

昨年も皆様にはたいへんお世話になり有難うございました。

お陰様で無事に新たな年を迎えることが出来ました。

3日には向方地区のおきよめ祭りもお陰様で無事開催できました。

関係人口の創出を目的として、これまで取り組んできた「信州つなぐラボ」「秘境大学」の参加者が、今年も舞手として多数参加してくださいました。舞の練習から真剣に取り組んでください、お祭りを盛り上げていたときました。。いろいろと課題はありますが、良い形で今後もお祭りを継承していく可能性を感じております。

また、中断しておりましたカフェ横のデッキ製作も再開し、役場の方々にお手伝い頂き、茂っていた竹を伐採できました。桜が咲く頃までには、お客様に楽しんで頂ける憩いの場所の完成を目指しています。ちなみにデッキに使用している木材は天龍村の木を製材機を使つて製材し、使用しています。デッキに寝転んでの「お花見」「月見」「星の観察」が今から楽しみです。

最後に今年の抱負と致しましては、引き続き「多目的カフェの運営」、生物多様性を守る「ビオトープ田んぼの管理」などに取り組み、新たに「森を守る事業」、「林業の後継者育成」にも少しづつ取り組んで参ります。

「星の観察」が今から楽しみです。

最後に今年の抱負と致しましては、引き続き「多目的カフェの運営」、生物多様性を守る「ビオトープ田んぼの管理」などに取り組み、新たに「森を守る事業」、「林業の後継者育成」にも少しづつ取り組んで参ります。