

# 白川郷学園 コミスクだより

動きだそう！白川びととして  
担い手となる子どもたち 担い手を育てる大人たち

白川郷学園学校運営協議会

## 1/27 読谷村子ども会交流事業に向けた民踊練習会



子ども会では今年も沖縄県読谷村との交流事業を行っており、2/19～22まで読谷村の子どもたちが白川村に滞在します。交流会のなかには芸能交流も位置付いており、互いの村の芸能を披露し合います。荻町の笠踊りを披露することに決めた班は、週に1回戸島公民館で地域の方から民踊を教えてもらっています。「上手だよ」「揃ってきたよ」と指導してくれる方の声かけがあり、子どもたちは練習を重ねる毎に自信を持って踊れるようになってきました。地域の子を地域で育てるステキな場面に心が温かくなりました。芸能交流会は2/20(土)鳩谷コミュニティセンターで行われます。

## 1/28 小学校低学年スキー教室 ～白川郷スキークラブのみなさんに教えてもらいました～

今年はいつよりも雪が少なく、予定していたスキー教室が中止になることが重なり、唯一この日だけは快晴のなか気持ち良くスキーをすることができました。白川郷スキークラブの方々の協力により、初めてスキーをする子どもたちからポールをすいすいと滑る子どもたちまで、レベルにあったスキーを楽しむことができました。最初はスキーを怖がっていた子も、講師の先生の温かい支えで自信を持って滑れるようになり、リフトに乗って何度もチャレンジしていました。雪国白川村だからこそ、地域の方が地域の子どもたちに冬の楽しさを伝えていくべきですね。



## 2/1 学校運営協議会熟議 ～来年度の運動会・体育祭開催日決定～

学園がコミュニティ・スクールになってから、運動会・体育祭は地域にとっても重要な行事のひとつになってきています。そのため開催日も地域と学校で協議して決定することにしました。協議会委員のなかには小中両PTA会長も所属するため、保護者の意見も加えて話し合われました。



来年度は、白山白川郷ウルトラマラソンの開催日と学園が希望する運動会・体育祭開催日が近いこともあり、いろいろな角度から課題や利点を出し合い、子どもたちにとってより良い開催日を話し合いました。地域行事への子どもたちのボランティア参加の良さや、地域の方の運動会・体育祭への温かい思い、保護者の負担など、いろいろな意見が出されるなかで、全員一致で開催日を決定することができました。来年度の運動会・体育祭、そして白山白川郷ウルトラマラソンが、子どもたちや地域の力で盛り上がっていただけることを願います。ご理解とご協力、ご声援をお願いします。

平成28年度白川郷学園運動会・体育祭開催日 9月10日(土) 雨天の場合12日(月)

白山白川郷ウルトラマラソン開催日 9月11日(日)

### 第5回登校ふれあい活動 2/22(月)～26(金)

朝の雪かきをしながら  
登校中の子どもたちに  
声かけをしていきましょう！

子どもたちは待っています。たくさんの地域の方と朝のあいさつをすることを！  
子どもたちは見えています。自分たちを支えてくれる地域の方の姿を！

## 3月1日～3月8日は「女性の健康週間」です

厚生労働省では、3月1日から3月8日までを「女性の健康週間」と定めています。女性が生涯を通じて、健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすために、国民運動を展開しています。

今回は、女性と飲酒について紹介します。

近年、女性の飲酒は一般的になってきましたが、お酒が心身に与える影響は男女差があることをご存じですか？女性がお酒を健康的に楽しむためには、どうしたらよいのでしょうか？

### お酒が心身に与える影響の男女差



#### ①アルコールの分解が、男性より遅い

1時間に分解できるアルコールの量は、男性の平均約8gに対し、女性は平均約6g。つまり、女性は男性の3/4のスピードでしかアルコールを分解できません。

たとえば、ビールロング缶（500ml）を飲んだ時に、男性は2.5時間で代謝できるのに対し、女性は3.3時間かかります。

#### ②体内のアルコールが男性より濃くなりやすい

アルコールは体内に入ると、水分に溶け込みます。男性より体脂肪が多く、体の水分量が少ない女性は、体内のアルコール濃度が高くなる傾向があります。

これらの理由から、女性は男性よりも濃いアルコールがより長く体に溜まります。

そのため、ただ酔いやすいだけでなく、肝臓の病気やアルコール依存症など、飲み過ぎが原因で起こる病気にかかりやすいのです。

●多量飲酒の継続によるアルコール依存症の平均発症年齢 男性50代：女性30代

●多量飲酒の継続によるアルコール性肝硬変への移行年数 男性20年：女性12年

### 女性の適正飲酒量

健康日本21の第2次目標では、生活習慣病のリスクを高める飲酒量を男性はアルコール40g以上、女性は20g以上と定めています。女性の皆さんは、1日あたり20gまでを適量とし、その範囲内に抑えましょう。



ビール・チューハイなら  
ロング缶1本  
500mlまで



ワインなら  
グラス1、5杯  
80mlまで



日本酒なら  
1合  
180mlまで

妊娠中や授乳中は飲まないで  
休肝日をつくることや肝臓などの定期検査を忘れずに…

### ちょっと一息

3月8日は、女性の権利と世界平和を目指す「国際女性デー」です。世界各国で記念行事や催しが開催されています。

私が生活していたラオスでは、毎年3月8日は祝日となります。女性たちは山や滝へピクニックに出かけたり、身近なスポーツのひとつであるペタンク大会を開き、お祝いします。また、男性が女性に花束を贈り日頃の感謝の気持ちを伝えます。



# シェアハウス

## やまごや以上ほしぞら未満が完成しました!



平瀬地区にある1軒の空き家を、昨年3月から自分たちで改修してシェアハウス（お試し生活体験施設）に改修するプロジェクトがついにゴールを迎えました。

解体・間取り決め・工事と、家をつくる一連の工程を体験しながら、職人さんやご近所さん、ワークショップに参加してくださった方、本当にたくさんの人と関わらせていただき、決して自分たちだけではここまで来られなかったと感謝しています。

今年年明けには東京から新たな仲間も加わりました。

村の人の“やりたい”を実現できる場所にしていきたいと考えていますので、ワークショップ開催のご要望や、お茶会などのご要望がありましたら、ぜひお気軽にご連絡ください。

### 【近日開催予定のワークショップ】

① 2/13（土）13:00頃～20:00頃

〔女性限定〕 バレンタイン企画☆ちょこちょこパーティ

～おちょこでお酒を飲みながらちょこれーとを食べて幸せ気分を味わおう!～

注意) ※おちょこをご持参ください。

※ちょこフォンデュをする予定です。食材費を頂戴いたします。

※東京の移住イベントとスカイプ中継でつなぎます。

② 2/21（日）開催時間未定（日中開催）

あみあみパーティ～自分だけの小物づくり～

注意) ※詳細はFacebookで随時お知らせいたします。

これからもシェアハウスやまごや以上ほしぞら未満を宜しくお願いいたします。

お問合せ先：シェアハウス女将 地域おこし協力隊 福田（携帯：090-1279-0438）

やまごや以上ほしぞら未満  
Facebookページはこちら



## 【また、新たな移住者の方を迎え入れました!!】

新年早々、移住者を2組迎えるという嬉しい出来事がありました。暮らし始めて約一ヶ月、早速感想をいただきました。

「村の方々にはまだまだ少ないのですが、雪の多さに驚くと共に、毎日綺麗な景色を見ることができてうれしいです。みなさんに親切でお世話になってばかりなので、早く村の暮らしに慣れ、私も何かお役に立てるようになればと思います」

「幼いころ白川村を離れてから52年ぶりに、埼玉からいわゆるUターンをしました。戻ってみて昔と変わらない村民のやさしさや、暮らすうえで大切なことを教えてくれる的確さなど、人と人との距離感が絶妙なことに気づき、あらためて戻ってきて良かった、仲良く暮らしていきたい、と思っています」

特に村民の皆さんとの交流において、今までの生活にない喜びを感じているようでした。

人は色々な想いや背景をもって、村に入ってきたり、村を離れたりにしています。現在の仕事柄、その想いに触れることも多く、そのたびに人生は本当に様々だなと感じています。人生において、どこで何をするのが正解なのか、本当のところは誰にもわかりません。なので、この瞬間に同じ村で生きる人達と笑顔を交わしながら、日々の暮らしを楽しめたらいいと思う今日この頃です。

（地域おこし協力隊・柴原）

## 第3回 ワカモノ/未来会議を開催しました

第3回を迎える「ワカモノ未来会議」は、第1回で意見のあった、「Uターンの獲得に向けた村の活動があまり感じられない」、「世代を超えた子ども達が未来を真剣に考える場づくり」、「ワカモノが村に帰るきっかけに必要なモノは何なのか」、「ワカモノ世代間の交流づくり」というキーワードと、第2回で意見のあった、「白川郷学園は地域に根ざした教育環境で郷土を学ぶが、学園を卒業するとこれが一気に希薄化して新鮮な外の世界に魅力を感じるようになる。外の世界を知ることは良いことだが、村との関わりを持ち続けることで郷土愛を深め、村に帰るきっかけに繋げられるのではないか。村外で暮らす村出身の子ども達に村を身近に感じてもらうため、村から積極的に「広報しらかわ」を送ってはどうか」というキーワードを踏まえ、これを実現するための具体的な施策を探るためこの3月に白川郷学園を卒業する中学校生徒を対象に意見を取りまとめました。

### 子どもが大人に提案できる仕組みづくり

#### アクションプラン

- ステップ1 中学校生徒会が、村の未来への提案を募集し取りまとめる。
- ステップ2 昼休みの時間を利用して大人とのフリートークの場をつくる。
- ステップ3 地域の方や協力隊が子ども達と一緒に学校給食を食べる日を設け、コミュニケーションをとる。

### 村を身近に感じられる仕組みづくり

#### Q&A

- Q. 日ごろ、広報しらかわを読むか？
- A. ワカモノ向け情報には目がいく。
- Q. 高校進学など村から離れた時、広報しらかわが送られてきたら読むか？
- A. きっと読まない。ワカモノ向け情報には興味がある。
- Q. ジュニアリーダーのイメージは？
- A. 小さな子ども達の面倒を見るシゴト。人によって向き不向きがあると思う。

#### アクションプラン

- ステップ1 村とワカモノを繋ぐSNSによるワカモノのための情報交流の場をつくる。
- ステップ2 協力隊女子チームがおしゃれに企画し、将来的にジュニアリーダーに移行する。ジュニアリーダーの魅力を高めることに繋げる。



### 次回白川郷学園地域公開日の提案

#### Action plan

- ステップ1 白川郷学園と地域が歌う“ふるさと”を収録する。
- ステップ2 夕方定時の同報無線に流す。
- ステップ3 卒業生へ収録CD等を配布し恒例行事とする。



## 除雪を楽しみに変えよう!

今年は暖冬の影響で雪が少ないとはいえ、白川村の冬の生活で切り離せないのが日々の「除雪」です。除雪は雪国の日常生活の苦しみかもしれませんが、気持ちの持ちようで楽しむことができるのではないのでしょうか？

福島県西会津町では、除雪を労働ではなくエクササイズ（運動）と捉えた「ジョセササイズ」という活動が行われています。除雪が面倒なものだと考えるのではなく運動の1つだと思えば、ワクワクしながら作業をすることができるように思います。冬の間はどうしても運動不足になりがち。有酸素運動でもある除雪は冬場の運動不足の解消にも役立ちます。実際に除雪の運動強度（運動のつらさ）は、ウォーキングの2倍・のんびりとした水泳と同じ効果があるとも言われています。

白川村は昭和57年に「克雪の村」宣言をしています。そこでは「雪を資源として共存・利用するなど雪のもたらす恵沢を生かす」と書かれる部分があります。私たちは昔から様々な知恵で雪と共存しながら暮らしてきました。除雪も労働ではなく運動・健康づくりと考えて取り組んでみてはいかがでしょうか。



# 白川郷コン!2016 開催!!

… 参加者を募集します …



「白川郷コン!」とは、「白川郷コン!実行委員会」が主催するコミュニケーションイベント。大自然の中で白川郷のごちそうやさまざまなアクティビティを楽しみながら、出会いと白川村の賑わいを演出するのが、「街コン」ならぬ「郷(ごう)コン」なのです。

これまで4回開催し、4組の方がご結婚されています。みなさまからの参加のお申し込み、お待ちしております!

## 開催概要

- 【開催日】 ①2016年3月 5日(土)～6日(日)35歳位～49歳位までの部  
②2016年3月12日(土)～13日(日)20歳位～34歳位までの部
- 【参加費】 男性15,000円、女性7,000円(1泊2食付)
- 【募集内容】 白川村に興味がある方、将来白川村に暮らしてみたい方  
・35歳位～49歳位までの部 独身男女各8名計16名  
・20歳位～34歳位までの部 独身男女各8名計16名  
※応募者多数の場合は抽選となります。※交通費は各自負担となります。
- 【申込先】 しらかわ縁結びとの会事務局 白川村役場 村民課  
TEL 05769-6-1311(代表)
- 【申込期限】 ①35歳位～49歳位までの部 2月26日(金)  
②20歳位～34歳位までの部 2月29日(月)
- 【主催】 白川郷コン!実行委員会  
(構成:白川村、白川村社会福祉協議会、しらかわ縁結びとの会、白川村青年会など)

## 診療所 だより

伊左次 悟 先生



### 白川村の障害(介護)の現状

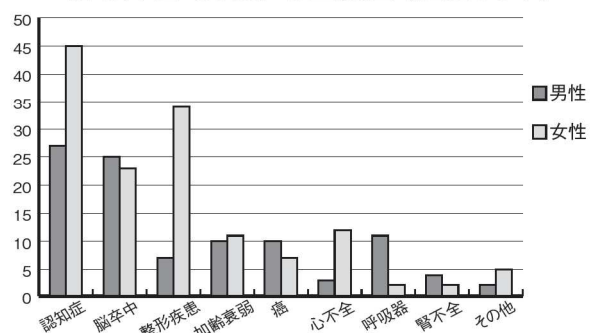
1月も後半になりようやく白川村の冬らしくなってきました。どうか足元にはお気を付けてください。

さて前回までに村の過去10年の死亡の現状を紹介しました。今回は障害(介護)についてです。過去10年間に介護認定を受けた方(必要があり介護保険のサービスを利用された方)の237名の主たる障害の原因を調査しました。表のように「認知症」「脳卒中」「整形疾患(骨折含む)」が3大要因です。特に女性では「認知症」と「整形疾患」が男性よりかなり多くなっています。だから女性が長生きであっても、ご本人やご家族が本当に長生きを喜べる状況にあるのかどうかはわ

かりません。

今回まで3回続けて村の死亡や障害(介護)の現状を紹介しました。すでに村民課では西保健師さんらが中心になり、これらにも基づいた向こう10年の村の健康増進計画、また向こう3年の保健事業計画を策定しているようです。限られたデータではありますが、村の実際の状況に基づいて予防の計画が立てられることはだいじなことだと思います。なお現状と予防計画の概要は、県外でのパネル展示発表を予定しています。

村の障害(介護)の主要因(過去10年)



# 白川村とくとく商品券

## 抽選会開催 & 当選者発表!!

1月25日（月）商品券購入者の特典として  
 ありました『豪華賞品抽選会』が商工会で  
 行われました。実行委員長はじめ各委員が厳正  
 なる抽選を行った結果、右表の計20名の方が  
 当選されました。おめでとうございます!!



等級	賞品	当選番号
1等	ブルーレイレコーダー	0776
		1422
2等	ふとんクリーナー	1493
		1488
		1336
3等	圧力鍋	0189
		0195
		0576
		0665
		1062
4等	電気アイロン	0798
		1342
		0472
		1146
		1247
		1501
5等	コーヒーメーカー	0598
		0009
		1353
		0813

### 消防署だより

平成二十七年 全国統一防火標語  
 『無防備な 心に火災が かくれんぼ』



#### 【文化財防火デー訓練実施】

平成二十八年一月二十六日  
 に荻町地内の国指定文化財  
 「和田家」で文化財防火デー  
 に伴う合同訓練を文化財関係  
 者、白川村消防団、白川村役  
 場、鳩谷駐在所、白川出張所  
 職員により実施しました。

訓練は和田家を火元として  
 行い、延焼の可能性があると  
 の想定で実施しました。

訓練を通じ、関係機関との  
 連携確認ができたこと、村民  
 や関係機関の文化財愛護に関  
 する意識の高揚が図れました。



七年中における災害出動件数は  
 次のとおりです。

- ・ 救急出動…一〇三件
- ・ 火災出動…一件
- ・ 救助出動…一件

#### 【消防水利確保の 協力について】

暖冬であった年末年始が  
 過ぎ雪の無い日々が続いて  
 いましたが、ようやく雪も  
 降り冬の景色となってきました。  
 積雪及び除雪により  
 道路沿いに設置してある消  
 火栓や防火水槽は見えにく  
 くなっています。

有事の際は有効な水利と  
 して使用できるように、ご  
 自宅の周辺にある消防水利  
 の除雪についてご協力をお  
 願いします。

また、降雪により路面の  
 状況が悪くなっており、転  
 倒等による  
 救急搬送が  
 増加してい  
 ます。

外出され  
 る際は十分  
 注意してく  
 ださい。



1月中の火災と救急 火災 0件 救急 12件 救助 0件

#### 【平成二十七年 災害出動件数について】

白川出張所での平成二十

1月27日(水)平瀬カルチャーセンターにおいて、第9回柿じいの白川遺産学セミナーを開催しました。今回はI部：出稼ぎ・分出移動と高山「白川会」、II部：社縁の論理について早稲田大学名誉教授 柿崎京一先生に解説して頂きましたのでご報告します。



## I部：出稼ぎ・分出移動と高山「白川会」

近世の白川にとって出稼ぎはとても重要なものであった。養蚕の時期にしか家族が揃うことがないほど出稼ぎに出る人が多かった。出稼ぎに伴ってときどき予定の時期を過ぎても帰ってこない人がいた。こうした人は戸籍上に逃亡、失踪という扱いをされている。これは逃亡、失踪と記録されることで戸籍法上の家長の責任をなくすためのものだったと思われる。

明治6年から21年までの村外への分家を見てみると、約75%が高山に集中している。縁組による村外移動では、高山に46%、城端に21%、砺波市郡に13%となっている。養子縁組では特に男子が目立つ。これは徴兵を逃れるために養子としていたことが考えられる。平村や上平村では北海道への移住者が目立つ。平村では明治28年から昭和3年までの累計で、511戸、約2,500人が移住している。上平村でも1,000人近い。それに対して白川村では約70人ほどであった。

大正12年(1923)に高山「白川会」が結成している。この会は白川から高山へ移住した人々によって発足している。活動内容としては、郷土の災害に対する義捐金の募集、会員死亡者の追悼会、会員の災害見舞などを行っていた。

## II部：社縁の論理

岡山県古備地方の農村では、自然石に地神と刻んだ土地神を公会堂の前庭か堂内に祭っている集落がすくなくない。地神に限らず、日本の集落ではほとんど例外なく、やしるとか、おみやと呼ぶ生土神を祭っている。その場合、やしろは社、みやには宮の漢字をあてている。紀元前200年以上も前の中国では、社の表記は「土」であった。土の象形は、土神をまつるために柱状に固めた土の形であり、もともと“つち”の神を表すものだった。後にこの土にいけにえをささげる台の象形の「示」を加え、社としたのである。

そうしてみると社の原義は、大地を主宰する神の意である。漢字で社神といえば土地の神・社鬼・社公を指し、社人は社神に仕える人・村里の人・村人の意であった。(諸橋轍次氏)さらに社会は、第一義的には社神に仕えている人々の住居空間、すなわち村であった。村では祭礼はもちろん、決め事の集会もかつてはこの社前で行っていた。

戦後、村の呼称に代わってコミュニティーの英語がしばしば用いられるようになった。しかし、この言葉の定義は、研究者の間で必ずしも決まっていない。アメリカの社会学者M・R・マッキーヴァーの提示(『コミュニティー』1917年)した定義によると、コミュニティーは自生的、生活包括的な共同生活領域という概念である。

他方日本の研究者の間では、血縁・地縁によって結ばれている伝統的な村の否定を前提にして、住民の合意や連携に基づく「新しいコミュニティー」の形成、というニュアンスを込めていることが多い。しかし、村は土地神に象徴される自然神を媒介として、つまり社縁を契機とする村人の連帯を基盤に独自の文化を創造し、継承しているのだ。

皆さんはこの記事から何を読み取りますか？集落ごとに神社がある理由を考えてみて下さい。