

# しのはらの風 21-10号

小淵沢町篠原区情報紙  
 発行人：区長 松井 皎  
 編集：藤代 富美男

## <新年明けましておめでとうございます>

区民の皆様、新年明けましておめでとうございます。

平成 22 年は厳しい寒さの中にも明るい空が広がり、穏やかに新しい年が明けました。1 月 1 日に篠原神社で執り行われました元旦祭には多くの区民が集まり、今年 1 年の平安を祈りました。



篠原区も加入区民が 164 世帯（別荘を含むと 205 世帯）と増加し、益々その規模は大きくなってきました。それにつれ区民の皆様からは多様で複雑な要望や要求が増えてくる事も予想されます。当然必要とされる事を優先に、住み良く安全な地域を作るために本年も区の役員一同が率先して活動します。区民の皆様にもご協力をお願いします。

今年 1 年が皆様にとっておだやかで良い年でありますようにお祈りします。

（篠原区長及び区役員一同）

## <区の現況をお知らせします>

平成 22 年 1 月 1 日現在の篠原区の現況をお知らせします。（小淵沢総合支所調べ）

	1 組	2 組	3 組	4 組	5 組	区民数	未加入	区加入率
世帯数	32	26	25	57	24	164	144	53.25%

篠原区内の人口と世帯数は以下の通りです。

男性	女性	合計	世帯数	一世帯当人口
302 人	359 人	661 人	308 世帯	2.146 人

前回の現況報告でもお知らせしましたが、一世帯当りの人口が下がっています。これは、平均の数字ですから 1 人世帯も多くなっている事を示しています。まさしく「おひとり様…」の社会現象を先行予約しているような状態ではないでしょうか。

4 組の世帯数が突出して多くなっています。4 組の役員さんに多くの負担がかかっているように思います。組内で相談していただくと幸いです。

\*参考以小淵沢町内の他の 12 区と合計の現況をお知らせします。

	宮久保	高野	久保	岩窪	小淵	尾根	本町
世帯数	176	156	156	93	104	249	280
人口	467	441	370	269	247	602	661
世帯当人口	2.653	2.827	2.372	2.892	2.375	2.418	2.361
	大東豊	上笹尾	下笹尾	松向	女取	篠原	計
世帯数	245	358	103	178	96	308	2502
人口	561	877	285	472	223	661	6136
世帯当人口	2.290	2.450	2.767	2.652	2.323	2.146	2.452

## <ゴミについて>

毎回のようにゴミのことに触れます。この年末年始はゴミの量が格別に多かったようです。資源ゴミがボックスに入っていて可燃ゴミの入れ場がなくなっていました。資源ゴミについてはなかなか理解していただけないようです。困った事です。今回は名前の判明した方には連絡して改善をお願いしました。区民以外の方もいらっしゃいましたので区への加入を勧めました。皆様のご協力が無くて自治活動は何も出来ません。よろしくお願いします。

ところで役場ではゴミの回収に付いて袋に名前の書いてないものは回収しないということを検討しているということです。時期は定かではありませんが進めたいとの意向のようです。回収しなかった袋をどうするかとか、区の負担ばかりが増えるのではないとか問題点も多いようですが・・・いずれにしてもわが篠原は名前の記入率が他の区に比べて低いと指摘を受けました。捨ててしまえば後は知らない、誰もわからないから・・・はもうやめましょう。

## <義務人足？>

「山梨日々新聞」に「ふるさとの地平 消えゆくムラ」が連載されています。過疎化が進む身延町の「折八」地区の話です。その中に「義務人足」という言葉が出てきました。道沿いの草刈や崩れた道を補修する作業の事のように。篠原の春秋の環境美化活動や側溝上げのことでしょうか。記事では離村した人にとっては大変な作業だが古里と人々の「つながり」を作る大切な共同作業だといっています。集落の祭りも同じだとも。義務という言葉がチョット気になりますが。

条件は違いますが私達の篠原でも共同作業があり参加を呼びかけています。作業や祭りに参加したことのない人にとっては興味のない田舎の寄り合いにしか思えないかもしれません。ただ役務に出るということではなく、例えばチョット足が痛いけど参加してみた、大したことではできなかった、としても出てくれた人を責めることはありません。参加してみんなと話したり交流する事に大きな意味がありますから。高齢の方や体が不自由な方は無理しないでください。難しく考えずに気楽に遊び感覚で参加する。これがいいのではないのでしょうか。ゴミステーションの掃除当番も参加すれば「資源ゴミのルールは守らなきゃ！」と気付くはず。区費だけ払えばゴミが捨てられる。これで区民だと思っていたら淋しいですね。参加して楽しみましょう。

## <参加型記事の一覧>

今年度の本紙上で参加型の記事で皆さんに呼びかけたものを一覧にしてみます。

- 1、 伝言板 譲ります、あったらください、教えてください
- 2、 プチプロ（チョットした専門家）の登録
- 3、 俳句、和歌（短歌）を楽しみませんか

思い出して何かあったら申し込んでください。

申し込み先は 藤代（36-3483） mail:shinohara.mytown2009@gmail.com

## <こぶち新聞>

元旦の「ハケ岳ジャーナル」に「こぶち新聞」の復刻版が出されるとの記事がありました。図書館に出向いた折に尋ねてみると丁度入荷したとのこと。昭和22年1月から篠尾村との合併までの昭和29年5月までの各月旬刊新聞です。創刊の言葉は「暗黒と忍苦とを除夜の鐘と共に過去へ葬り、再建日本に新紀元を画する新生日本の夜明昭和22年新日本憲法公布年は明けました。民主日本再建への道は国民一人ひとりが歩むべき至上命令であり祖国日本の進むべき唯一の道であります。・・・(以下略)」とあります。敗戦後の日本を新たに作る意気込みが強く感じられる新聞になっています。年を追うに従って印刷もきれいになり変遷がよくわかります。記事の内容については読む方の判断にお任せしますが、「こぶち新聞」は合併前の小淵澤村のもので、私達の篠原は地域としては合併相手の篠尾村地域ということになります。篠原関連の記事はありませんが同じ開拓地の大東豊区(大富、東和、豊畑)に関する記事が載っています。戦後の小淵沢の事に興味をお持ちの方は図書館で借りてください。以下に一部を転載します。

---

### 「帰農者よりのお願い」 こぶち新聞 昭和22年9月25日号

霊峰富士を眺め北に八ツ、南に駒の雄大な美しい山河に囲まれた大自然、その懐に平和な生活を営む村人の人情の美、そこに帰農した我々は全く第二の故郷を得た喜びに一杯である。

何処の土地に於いても見られる風習は土着の村民と新来者との融合である。我々は開戦以来都会に於いて極めて不自由な耐乏生活をなし戦捷を望に政府の命ずるままに疎開もした。その疎開も効なく戦災に会い、二十年粒々辛苦の結果築き上げたものは根こそぎ灰として一家は本当の裸となってしまった。それでも未だ政府の命ずるままに終戦後重大国策である開拓事業に従事することとなり縁あって当小淵沢に帰農したのである。

物皆仏性あり、袖摺り合うも他生の縁とやら我々は恐る恐るながら希望を以って当村民の一員に加えて頂いたのである。其の日の食にも泣かねばならぬ我々、村人の厚い同情と援助とに依りどうやら入植満二年を迎える今日、顧みて今まで辿った苦難の生活もよい経験とする丈の心の余裕を得るに至った。

この間村人からはあらぬ疑いをかけられたり、乞食同然に侮られたり、歯を食いしばることも幾度かあった。しかし我々は之に対して弁解はしない。天知る、地知る、十年たてば人も知る。鳴かず飛ばず十年の辛抱である。我々は疎開者ではない。この恵まれた大自然の中になつかしい故郷をつくり骨を埋める墳墓の地を建設し村人と一日も早く同化してお互いに手を取り合って楽土を建設する覚悟である。

村人も新来者を他山の石として相互扶助共に新日本の再建に協力したいものである。

小淵澤村大富 SK 生

---

このほかに大富の女性からの「帰農地だより」(昭和22年8月30日号)があります。やはり開拓の苦勞と本村の人への感謝が綴られた文章です。近々転載する予定です。

## ＜たかが頭痛、されど頭痛＞ 4組 中さんからの寄稿です

脳卒中、認知症と今までお話を続けてきましたが、今回より頭痛についてお話しします。頭痛に悩まされておられる方、又悩まされていた方は大変多いと思います。日本人の約4人に一人（成人の三割以上）が慢性的な頭痛に苦しんでいると言われていています。古くはシーザー、リンカーン、チャイコフスキー、日本人でも平清盛、後白河法皇が頭痛に悩んだと言う記録が残っています。近代では芥川龍之介、そして山梨が誇る明治の女流小説家の樋口一葉も頭痛に悩み、鉢巻をしながら机に向かっていたことが、一葉日記に書かれています。頭痛と言えは、何か恐ろしい病気が潜んでいるのでは無いかと不安に駆られますが、少し理解することで不安が解消されればと思います。

頭痛にもいろいろな種類があり、痛み方も頻度も人によって千差万別ですが、主な原因としては、以下の三つを挙げる事ができます。

### ① 頭の中の血管が拡張して、神経が刺激されることで頭痛が起こる**血管性頭痛**

ズキズキと痛んだり、心臓の鼓動と同じようなリズムで痛む事が多く、片頭痛などが該当します。頭痛のなかでは最もポピュラーで、女性に多く（男性の4倍）、思春期頃から発症し、60歳頃には無くなります。

### ② 精神的な緊張や同じような姿勢を長時間とったりすることで、頭から首にかけての筋肉が凝ることによって起こる**緊張型頭痛**

頭がズーンと重苦しいような、又は締め付けられるような痛みを伴う事が多いです。

### ③ 脳腫瘍やくも膜下出血、髄膜炎などの脳の疾患、転倒、事故などで頭部を強く打つことによって頭痛が起こる**症候性頭痛**

時に生命に係わる事もあり、一刻も早い治療が必要です。危険な頭痛とは、一言で言えば「いつもと違う」、あるいは「今までに経験したことがない」頭痛と言う点です。痛みの程度がこれまでに経験したことが無いほどとか、麻痺やけいれんを伴うとか、痛みの程度がどんどんひどくなると言った場合は、非常に危険ですので直に病院（神経内科、脳神経外科）に行く事が大事です。但し、二日酔いや、風邪をひいた時に起こる頭痛、神経痛による頭痛も症候性頭痛に分類されます。

### ④ その他の原因で起こる頭痛として、目や鼻、耳や歯の病気が原因となり引き起こす頭痛、うつ病やストレスなど精神的な病気や悩みが引き起こす頭痛、後頭神経などに神経痛が起こる場合もあります。頭痛だから、脳に原因があると思っていたら、違っていたと言う例も決して少なくありません。

それぞれに、その症状、頻度、気をつけることなどが異なります。次回から順次お話ししたいと思います。

一口メモ：最近もの忘れが激しくて、「ボケたのかな」と思われる方も多いのでは無いでしょうか。加齢によるもの忘れは、自然の摂理で病気ではありませんね。認知症の場合はもの忘れの質が異なります。例えば、朝食に何を食べたのかを忘れるのでは無く、朝食を食べた覚えが無いと言ったような場合には注意が必要です。