

地域の方々と一緒に汗を流す 「えんびゃれ」の学生らが普請に参加

7月26日、上福井集落の山道普請に、学生団体えんびゃれの学生ら4人が参加しました。5月の普請に続いて参加し、学生らは地域の方々が刈った草を片付けました。雨が降る中でしたが、協力して地域の道が安全に使えるよう整備に努めました。

代表の堀金康太さん（大正大2年）は「地域の暮らしは地道な作業によって支えられていると改めて感じた。受け継がれてきた文化やつなごりを大切にしながら、自分らのような若い世代にも伝えていきたい」と話しました。



▲フォークを使って水路に落ちた草をすくい上げました

これまでのサポートにお礼を伝えて回る 「第11回R289フルコース踏破 by WALK&CYCLE 2026」実施



▲三条市の滝沢市長(右から2人目)を囲む参加者の皆さん

「第11回R289フルコース踏破 by WALK&CYCLE 2026」(R289フルコース踏破実行委員会主催)が7月27日、28日の2日間行われました。只見高校2年の青山翔さん、藍沢颯太さんや渡部仁一会長らが参加し、本年度は自動車で移動するキャラバン方式で国道289号沿線の自治体を回りました。

1日目は三条市役所を訪問し、滝沢亮市長にこれまでの事業への協力に感謝を伝えました。また、八十里越工事区間では国土交通省長岡国道事務所から工事状況の説明を聞きました。2日目は鮫川村に向かい、八十里越開通のPRやサポートのお礼を伝えました。

みんなで自然と触れ合おう 夏休み企画『布沢で川あそび体験』開催

令和8年度明和自治振興会校外実践事業「夏休み企画『布沢で川あそび体験』」(明和自治振興会、明和公民館主催)が7月29日、布沢集落で開催されました。明和地区内の小学生15人と、中学生と高校生のボランティア2人が参加しました。

午前中、子どもたちは縁樹の家で勉強やボードゲーム、マシュマロ焼きや薪割り体験などをしました。午後は天気が回復し、布沢川に入って川遊びをしました。子どもたちは自然の中でたくさんの活動をし、充実した一日を過ごしました。



▲大人たちに教えてもらいながら、初めての薪割り体験をした子どもたち

田子倉ダムの景色や「只見」の文字をデザイン 商工会女性部が手ぬぐいを手づくり

只見町商工会女性部（愛称：只見なでしこ）では、オリジナルの手ぬぐいを作成しています。昨年も作成・販売したところ好評だったため、今年も企画しました。手ぬぐいのデザインは商工会職員が考案し、田子倉ダムの景色と「只見」の文字を並べた2種類があります。

女性部のメンバーが型付から染色、仕上げまでを行い、1枚1枚丁寧に作成しています。手ぬぐいは約100枚作成され、10月3日、4日に開催予定の「自然首都・只見 水の郷うまいもんまつり」で販売される予定です。



▲手ぬぐいを作成する「只見なでしこ」の皆さん

過疎地域での共助の仕組みを提言 只見高「政策甲子園」で審査員特別賞受賞



▲審査員特別賞を受賞した(左から)目黒ゆまりさん、藤田愛帆さん、鈴木葦奈さん、角田杏さん

7月31日、全国高校生政策甲子園東北地区予選大会が宮城県仙台市で行われ、只見高の1年生4人のチーム「自然首都・只見こめら〜ず」が、自由テーマ部門で審査員特別賞を受賞しました。

政策甲子園は高校生が社会課題に対して自ら考えた政策を提言するコンテストです。只見高の生徒らは、住民へのヒアリングや現状の研究を行い、車がないと生活に困る住民がいることから、住民同士が助け合って車を走らせる「ご近所マルチ・ドライバー制度」を提案しました。併せて、道路の点検や対象車両の自動車税免除を行う仕組みも主張しました。

公民館のなかで お祭り気分！ 「朝日公民館であそぼう」開催

悪天候により「川あそび体験」が中止となったため、「朝日公民館であそぼう」（朝日地域づくり委員会主催）が7月31日、朝日公民館で開催されました。朝日地区の子どもたちが参加しました。

参加者は地域づくり委員や公民館職員に教えてもらいながら割り箸鉄砲を作り、輪ゴムを飛ばして射的を楽しみました。その後は、かき氷やわたあめ、備蓄の防災食やイワナの塩焼きを食べて、楽しい時間を過ごしました。



▲自作の割り箸鉄砲で的に狙いを定めます

普段食べている味を目指して

「給食の人気メニューを作ろう！」開催

生涯学習講座「給食の人気メニューを作ろう！」(只見公民館主催)が8月4日、只見公民館で開催されました。町内の小学生8人らが参加し、只見中の栄養技師である小椋未香子さんを講師に迎え、「鶏肉とこんにゃくの甘辛炒め」と「肉じゃが汁」を作りました。

参加者はレシピを見ながら、てきぱきと協力して調理を進めました。最後に完成した料理を味わいました。子どもたちは「給食に近い味を出せた気がする」と感想を話しました。



▲「普段は料理しないです」と言いつつも、上手に炒められました

「かるがもクラブ」開催

夏祭りで かるがも縁日を楽しもう！



▲最後に作ったうちわを持って記念撮影をしました

令和8年度第3回かるがもクラブが8月5日、保健福祉センターで開催されました。

参加した5組の親子は、始めに手遊び歌でコミュニケーションを取りました。その後、かるがも縁日として設けられた「おめんやさん」「うちわ作りコーナー」「へんてこ釣りやさん」「あそびコーナー」の各ブースを回りました。子どもたちはおめんを被ったり、ボールプールや段ボールで出来た遊具で遊んだりして、夏祭り気分を楽しみました。

認知症と共生する町へ

「認知症サポーター養成講座」開催

令和8年度認知症サポーター養成講座(只見町社会福祉協議会主催)が8月6日、保健福祉センターで開催されました。「認知症サポーター」とは、認知症を正しく理解し、認知症に対する誤解や偏見を解消し、認知症の人やその家族を応援する人のことです。講座では認知症の当事者への接し方を学びました。社会福祉協議会の渡部一昭事務局長は「認知症の家族がいること等で悩んだとしても、同じサポーター・仲間がいることが心の支えになる」と話しました。



▲グループごとに当事者とどのように接するとよいか考えました

星を学ぶと夜空の 見え方が変わる

「ただみ 星めぐりの歌」 開催

令和8年度只見学講座「ただみ 星巡りの歌」(中央公民館主催)が8月8日、只見公民館で開催されました。講師に只見町公認自然ガイドの大宮みゆきさんを招き、宮沢賢治作詞・作曲の「星めぐりの歌」から、はくちょう座やさそり座など夏に見える星座を引用して、それらに由来する神話や、星の一生などについて解説していただきました。参加者は昔の人が星に託した物語に思いを馳せ、素敵な夏の夜のひと時を過ごしていました。



▲大宮さんはカタユキワタリのために、雪の上に寝て見る只見の星が好きだそうです

満百歳を祝う 本多しげ子さんに知事賀寿贈呈



▲本多しげ子さん(前中央)とご家族の皆さん

本多しげ子さん(只見)への知事賀寿贈呈式が8月12日に自宅で行われました。

式では、知事賀寿状の伝達や、お祝い品の贈呈の他、ひ孫さんから花束が贈られました。

本多さんは長寿の秘訣を聞かれると「好き嫌いはあまり無く、野菜をよく食べること。相撲や野球などスポーツをテレビで見ることが好き。家族には迷惑をかけているかもしれないが、くよくよしないで生活することが大切」と答えました。

これからも素敵な人生をお過ごしください。おめでとうございます。

毎年恒例！夏の風物詩 「明和地区大盆踊り」開催

「明和地区大盆踊り」(明和青年団主催)が8月15日、明和公民館駐車場で開催されました。地域住民や帰省者の方々など約300人が来場しました。天気にも恵まれ、会場では夕暮れ時から明和青年団のお囃子演奏の中、来場者は輪になって盆踊りを楽しみました。会場には焼きそばやマトンケバブ、ビールなどの飲食や射的の屋台が設けられ、抽選会も行われました。最後には花火が打ち上げられ、明和地区の夏の夜空を彩りました。



▲大盆踊りを主催した明和青年団と有志の皆さん

志と歩みを継ぐ

「河井継之助墓前祭」が執り行われました

只見町で生涯を終えた長岡藩の家老河井継之助をしのぶ「河井継之助墓前祭」が、河井継之助の命日である8月16日に医王寺で行われました。

墓前祭では、渡部仁一実行委員長が挨拶し、読経に続き参列者が焼香しました。渡部町長は「国道289号の暫定開通により、長岡市と只見町の結び付きをさらに強めていきたい。河井継之助の信念に学び、それに基づき行動することが、現代を生きる私たちの使命だと心に刻む」と追悼の言葉を述べました。



▲長岡市からも多くの関係者が参列されました

「おはなしと音楽」開催

ハーモニカの音色と絵本の面白さを楽しむ



▲圧巻のハーモニカ演奏で魅了した平松さん

◀ページをめくる度に広がる展開に、子どもたちも笑顔

「おはなしと音楽」（只見公民館主催）が8月22日、只見公民館で開催されました。演奏会ではハーモニカ演奏者の平松悟さん（只見）が名曲を軽やかに披露しました。また、図書ボランティアの三瓶彰治さん（叶津）、黒田晶子さん（蒲生）、本多一恵さん（只見）、渡部和子さん（館ノ川）が絵本の読み聞かせを行いました。参加者は無料で振る舞われたかき氷を頬張りながら、音楽と絵本を楽しむ時間を過ごしました。

ブナりん
健康ポイント

100ポイント到達おめでとうございます

永井由美さん、三瓶由利子さん、佐藤眞喜子さんが「ブナりん健康ポイント制度」で100ポイントを達成しました。元気の秘訣を伺うと、由美さんは人と交流すること、由利さんは色々な人と交流して楽しく過ごすこと、眞喜子さんはウォーキングや体操を毎日行うことだと教えてくれました。10年程前から大倉地区でサロン活動をしており、3人はこれからも頑張っていくと話しました。

「ブナりん健康ポイント制度」は介護予防教室や健康講座、地域づくりサロンなどに参加するとポイントをもらうことができ、ポイント数に応じて健康グッズなどと交換できる制度です。



▲100ポイントを達成した(左から)永井由美さん、三瓶由利子さん、佐藤眞喜子さん