東京小諸会々報
（題字・初代会長　小山邦太郎先生）

第43号
発行日　令和元年11月2日
編集・発行　東京小諸会

〒175-0094
東京都板橋区成増2-32-15
渡辺静雄気付
東京小諸会実行委員会

〈東京小諸会信条〉
本会は、東京都及びその周辺に在住する小諸市出身者とその関係者をもって組織し、会員相互の親睦を厚くし、その向上と郷土の発展並びに社会文化に貢献する。

令和元年度 東京小諸会総会・懇親会を迎えて

東京小諸会　会長　渡辺　静雄

会員の皆様ご多用のところ、東京小諸会総会・懇親会にご出席頂き誠にありがとう御座います。今年も小諸市からは、小泉俊博市長はじめ山岸喜昭長野県議会議員、竹内健一市議会議長、掛川興太郎商工会議所会頭、花岡　隆観光局理事長、小林秀夫教育長ほかご関係の方々並びにご来賓の皆様にご出席頂き厚く御礼申し上げます。

東京小諸会は、昭和38年（1963年）に当時参議院議員の小山邦太郎氏の呼掛けにより、87名の出席を得て設立総会が行われ、初代会長に小山邦太郎氏が選出され発足しました。以来、歴代の会長、役員をはじめ多くの先輩方のご努力により現在は500余名の会員を擁するまでに発展して参りました。これからも更に会員の増員に努めると共に現在活躍している会員の発掘にも努め、伝統ある本会の発展に努力したいと思います。

お陰様で、今回57回目の総会・懇親会を迎えることができました。本会の目的は、「会員相互の親睦を深め、その向上と郷土の発展並びに社会文化に貢献する」ことです。これからも会員の皆さんへ、ふるさとなどの情報を提供したいと考えています。

最近の広報こもろによると、市民参加の改善活動が目につきます。「健康長寿を目指すまち・長野県小諸市」小諸市民の健康づくり「こもろ健幸応援団」皆で健康寿命を伸す工夫・努力が大切ですね。

「小諸未来義塾」で若い時から主体性を養うことは大切です。将来に期待します。

小泉市長が期待している、地域のお宝さがし（建造物、歴史、文化など）ねむれる郷土の遺産をクローズアップし、広報し皆さんに小諸をより知って頂き、小諸へ来て欲しいですね。私は、お宝の中でも各個人が大切に保有している、貴重な歴史ある、ねむれる小諸のお宝を有償、無償（貸与など）で提供して頂き、信州こもろ歴史博物館？で小諸の歴史を後世に伝えて欲しいです。

小諸市民まつり「みこし」「ドカンショ」をこれからも、こども、大人が一体となり盛り上げ市民の元気、活性化の源にして欲しいです。

健康長寿と共に大切なことは、現在の人口維持増加策をあらゆる方面、角度から皆さんの知恵と行動力で確実に前に進めて欲しい。また、人材の育成・活用に取り組んで欲しい。特に地元企業を応援し、一次～六次産業の育成・支援にも期待したい。

こもろ観光局にも期待したい、これも市民・来訪者が少ないと期待出来ないがバランスの取れたこもろ観光事業の拡充を大いに期待したい。

事業を推進する為には、財源が必要です。私達は「ふるさと応援寄付事業」を応援することを改めて皆さんにお願いします。資金確保と共に地元産品の利用、地元企業への貢献にも役に立っていると考えています。これからも微力ながら応援したいと思いますのでよろしくお願い申し上げます。

終わりに、今年も総会・懇親会の開催に当たり、小諸市、(株)三ツ和小諸そば事業部（株)大塚酒造　信州味噌(株)マンズワイン(株)サッポロビール

来年の東京小諸会総会・懇親会は
十一月七日（土）如水会館二階スターホールで開催します

総会・懇親会次第

一、開会の辞
一、会長挨拶
一、総会議事
　①　会務・会計報告
　②　監査報告
一、来賓紹介・祝辞
一、きらら会 演奏会
一、懇親会
　①　開会の辞
　②　県歌斉唱
　③　鏡開き
　④　乾　杯
　⑤　開宴・歓談
　　歌・故郷斉唱
一、中締め
一、閉会の辞

(株)におみやげを提供して頂きました。また、(株)香坂建設　常盤館・薬師館、中棚荘　高峰高原ホテルつるやホテル　布引温泉こもろ　丁子庵　大池リンゴ園　松井農園　のぞみグループ(株)コトブキ　小諸高原ゴルフクラブ　コミー(株)三和シヤッター工業(株)松実高等学園　お人形さんめぐり実行委員会　また、新たに浅間南麓こもろ医療センターのご協賛を頂きました。

ご協賛頂いた皆様には厚く御礼申し上げますと共に間接的にはふるさと小諸を応援して頂いていると認識しております。会員の皆様にお願いです、小諸へ行った時には、ご協賛頂いている御礼と共に一声掛けてご利用頂けたら有難いです。

例年に倣い本会の役員有志の方々にもご協力頂きました改めて御礼申し上げます。

「小諸に元気と誇りを取りもどす」
―芽生えから成長へ―

小諸市長　小泉　俊博

東京小諸会々報第43号の発行、誠におめでとうございます。

また、新たな令和時代を迎えて初となる東京小諸会総会・懇親会が、多くの会員の皆様ならびにご来賓各位ご出席のもと盛大に開催されますことに、心よりお慶びを申し上げます。

会員の皆様におかれましては、「ふるさと小諸」を離れ、それぞれの地において、お元気にご活躍されておられますことに重ねてお慶び申し上げますとともに、平素より小諸市に対しまして力強いご支援とご厚情を賜り、この場をお借りして厚く御礼を申し上げます。

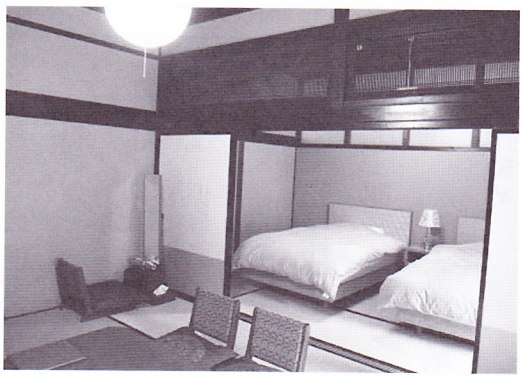
さて、私が市民の皆様から市政経営を託された4年間も、早いもので最終年度となりました。この間、『市民の皆様の期待にお応えする』という強い使命感のもと、常に「小諸に元気と誇りをとりもどす」ことを念頭に、実行に移してまいりました。おかげさまをもちまして、市民の皆様、また東京小諸会をはじめとする多くの皆様の温かなご支援とご協力を賜り、再び小諸に「元気と誇り」が芽生え、そして育ち始めていることを日々実感しております。

小諸市では、目指すべき将来像を「住みたい 行きたい 帰ってきたい まち 小諸」と掲げ、多様な分野で施策を展開しております。人口減少といった難しい状況に置かれている中、「小諸市に再び元気と誇りを取り戻す」ための取組みの一端をご紹介させて頂きます。

■小諸の観光をめぐる状況について

小諸に遺る貴重な歴史的建造物である旧脇本陣は、小諸市が平成25年に購入し、宿泊施設として整備を進めて参りましたが、この7月に「旅籠 粂屋(くめや)」としてオープンいたしました。かつて、江戸時代には参勤交代の大名が宿泊したと言われ、明治時代以降も昭和初期まで旅館として実際に使われていた旧脇本陣を、非日常的な空間を提供する宿泊施設として再生し、歴史・文化・交流の拠点として活用を進めることで、小諸城址懐古園等の周辺施設と合わせた町歩きの魅力を高め、北国街道沿いの賑わい創出を図ることを目的としております。「本物の脇本陣に泊まる。小諸宿の文化を味わう」をコンセプトとし、ターゲットは歴史好き、古いものの好きな方、文化志向の外国人としております。

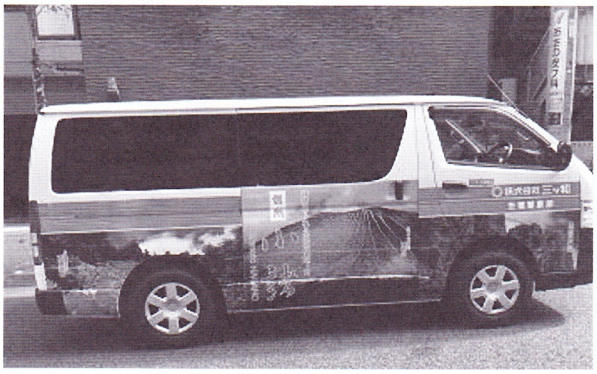
また、滞在型交流施設として宿泊施設のみならず、カフェやコミュニティスペースも備え、市民の利用はもとより、訪れたお客様や宿泊者との交流の場として活用できるものといたしました。施設の運営は、3年前に設立した「こもろ観光局」が担っておりますが、観光局では、街なかの空き家を活用した「分散型宿泊施設」を研究し、建物単体ではなく地域を一つの宿泊施設とみなし、地域内にレストランやお土産物屋、バー、宿泊部屋などを備え、いくつかの場所で〝おもてなし〟を行う、「まちなかホテル構想」を掲げております。「粂屋」は、街なかエリアの宿泊棟とみなし、朝食は旅籠で提供しますが、夕食や買い物は街なかで済ませて頂く形態としております。地域内の多様な連携により、宿泊だけでなく、街



旧脇本陣「旅籠 粂屋」

の歴史や文化を体験するという新たな形の中で、地域の魅力度アップと新たな集客に結び付くものと考えております。おかげさまをもちまして7月のオープン以降、宿泊利用率は高く推移しており、利用者からも高評価を頂いておりますので、小諸の本物の歴史を味わえる貴重な資源として大いに活用して参りたいと考えております。

続いて、小諸の大切な観光資源の一つである「浅間山」についてです。昨年8月30日に噴火警戒レベル2（火口周辺規制）から1（活火山であることに留意）へ引き下げられ、前掛山頂までの登山が可能となっておりましたが、本年8月7日の夜10時過ぎ、ごく小規模な噴火があり、火山警戒レベル3（入山規制）に引き上げられました。しかしながら、今回の噴火は火山活動の高まりがみられない中で発生した小規模な噴火であったため、気象庁では浅間山噴火警戒レベルの判定基準を見直し、8月19日にはレベル2（火口周辺規制）へ引き下げました。また同月25日にも2回目となる小規模噴火が発生しましたが、こちらもごく小規模な噴火であり、警戒レベルの変更もなく、日常と変わらぬ生活を送っております。現在のレベル2は、火口から2キロを超える範囲は立ち入りが可能ですので、日本百名山に数えられる浅間山への登山を待ち望む登山愛好者への情報発信を行い、多くの皆様が安全な登山を楽しまれ、雄大な浅間山の大自然を満喫していただきたいと思います。この他、シティプロモーションによる取組みとしまして、東京都内に約80店舗を展開している、「小諸そば」でお馴染みの株式会社三ツ和様のご協力を頂き、配送用ワンボックスカー5台に小諸の観光名所をラッピングいたしました。この車両は令和5年度末まで都内を走り、小諸市の観光PRを行って頂きますので、皆様も「小諸そば」のご利用とともに、小諸のラッピング車にご注目ください。



株式会社 三ツ和様 ラッピング配送車

■高地トレーニングエリアの拠点化に向けて

小諸市には、国の重要文化財である小諸城址懐古園「三の門」や「大手門」をはじめ、数多くの歴史・文化資源や豊かな自然が存在しておりますが、中でも、近年において特に脚光を浴びているのが、標高2000mに位置する高峰高原を、高地トレーニングエリアの拠点として活用する取り組みです。標高600m程度の市街地から、総合グラウンドや林道が位置する標高1000mの準高地、そして標高2000mの高峰高原まで、車だと30分ほどで到達でき、年間晴天率が60%を超える恵まれた気象条件は、アスリートの高地トレーニング拠点としての大きな可能性を秘めています。小諸市・小諸商工会議所・こもろ観光局・浅間南麓こもろ医療センター・小諸市体育協会・JA佐久浅間・民間企業による「小諸市エリア高地トレーニング推進協議会」を中心に、高地トレーニング環境の整備、アスリートの合宿誘致に取り組んでおります。今年1月の箱根駅伝を制した東海大学陸上競技部をはじめ、日本体育大学、年末の都大路でお馴染みの長野東高校女子駅伝チームや佐久長聖高校駅伝部、また本年9月にカタールのドーハで行われた世界陸上の男子50キロ競歩で見事に金メダルを獲得し、2020東京オリンピックへの出場が内定した鈴木雄介選手など、全国レベルで活躍する高校や大学、実業団チーム、あるいは世界レベルで活躍するトップアスリートの合宿地として利用されています。高地トレーニングエリアの聖地をめざし、小諸の知名度向上や地元経済への波及、さらには市民の健康増進と生涯スポーツの普及拡大のため、蓄積したデータやノウハウを活かして参ります。

■全国から注目！　小諸市ふるさと応援寄附金（ふるさと納税）

昨年度、ふるさと納税による小諸市への寄附額は約2億2900万円、前年度の約9090万円と比較し大幅な増となりました。東京小諸会の皆様にもご協力頂きましたことに、改めまして御礼を申し上げます。

東京五輪 競歩50キロ出場内定 鈴木雄介選手
（右から2人目）

東海大学駅伝部による高地トレーニング

昨年度の実績と、市長就任前の平成27年度とを比較しますと、約33倍の収入増となりました。その要因としまして、お礼の品を季節限定品も含め大幅に拡充し魅力的な特産品を取り揃えたこと、寄附を受け付けるインターネットポータルサイトの導入により手軽に寄附できる仕組みを確立したこと、寄附金の活用メニューを細分化することで使い道を分かり易く提示したこと、が挙げられます。このほかにも、ふるさと納税に関する特徴的な取組みとして、小諸市が運営する公営墓地「市営高峯聖地公園」合葬式墓地の永代使用権を返礼品として用意し、全国から大きな注目を集めております。市営墓地（合葬墓）の使用権をふるさと納税のお返しの品としたのは小諸が全国初であり、各種メディアに取り上げられ、多くのお申込みを頂いております。さらに、小諸市への興味・関心を持っていただくツールとしてPR動画の公開やラッピングトラックの導入など、戦略的な仕掛けも進めてまいりました。引き続き、自主財源の確保と小諸の魅力発信を目的に、ふるさと納税を通じて小諸市の名産品、特産品を全国の皆様にご紹介し、小諸のファンを増やして参りたいと考えております。なお、ふるさと納税制度は寄附者・小諸市・地元事業者それぞれにメリットがございますので、ぜひ小諸の名産・特産品をお手にして頂き、皆様のふるさと〝小諸愛〟を新たにして頂きたいと思います。東京小諸会の皆様には、引き続きのご協力をお願いいたします。

■これから取り組んでいくこと

少子高齢化による人口減少を本格的に迎えようとする中、小諸市を含め多くの自治体は、これまで経験したことのない大きな困難に直面しております。税収も行政職員も減少する中、従来と同じレベルでの行政サービスの提供は難しくなって参ります。この困難を乗り越えるために、行政としてもAIの活用やIOTによるスマートシティ化に取組むことも必要ですが、何より市民自らが小諸に誇りを持って行動し、その動きを一過性にさせないことが必要であると考えております。小諸市では、市民が主体（＝自分事）となって行動し、そこに行政や団体あるいは民間企業が、それぞれの得意分野で力を発揮していく、「民間主体による地域・まちづくり」に、特に力を入れて参ります。あわせて、企業誘致や移住促進を進めることはもちろん、市内企業を市外へと流出させないことも重要であり、そのための戦略的な施策も強化しております。また、人口減少に立ち向かうためには一自治体の取組みだけでなく広域的な視点も必要であることから、佐久地域を構成する小諸市・佐久市をはじめとした計11市町村との良好な関係も継続し、連携を進めて参ります。

以上、小諸市の現状と市政経営における私の考えの一端をご紹介いたしましたが、東京小諸会の皆様には、引き続きのご指導ご鞭撻を賜りましたら幸いに存じます。

結びに、今後とも「ふるさと小諸」への温かなご支援とご協力を賜りますよう重ねてお願い申し上げますとともに、皆様の益々のご健勝とご多幸、そして東京小諸会の限りないご発展を心よりご祈念申し上げ、ご挨拶とさせて頂きます。

信州小諸観光「下半期」イベント情報（2019年）

こもろ観光局　東京小諸会

◆こもろサイクルロケーションラリー

日程：10月5日(土)
場所：小諸市一帯
概要：小諸市が舞台のアニメ・コミックスのロケーションを自転車で巡る。走って、食べて、観て、撮ってポイントをゲットしていくイベント。チェックポイントを制限時間内で巡り、獲得した合計得点を競うイベントです。

◆信州小諸ふーどまつり

日程：10月6日(日)　10：00～15：00
場所：小諸駅周辺
概要：小諸の新たな食文化（FOOD）の開発、地域性（風土）の掘り起し、街歩き

問合せ：こもろ観光局
（0267-22-1234）

会員の新刊本紹介

著者　：丸山 隆平

「中小企業のためのクラウドファンディング入門」

発売日：2018年10月
出版社：経済産業調査会
定価：本体1600円＋税

中小企業にとっての新しい資金調達の方法としてクラウドファンディングをどのように活用するかということ。一般にクラウドファンディングは、ITを使って人々から広く薄く資金を集める寄付型あるいは商品サービス販売・購買型を考えますが、この本では金融商品取引法の下で、中小企業が銀行貸付ではなく、ITを使って直接、資金調達する方法を解説しています。

小諸市、長野大学、小諸フィルムコミッション包括連携協定事業

「よみがえる小諸城」

（一社）小諸フィルムコミッション
電話　0267-23-0395

小諸城復元3DCGのDVDである。頒布価格は1500円程度。内容は30分程度で小諸城の歴史と小諸城復元CGです。

（FOOT）を目的とした地元市民の手による様々なイベントを開催！
【同時開催】ほんまち掘り出し市、軽トラック市、骨董蚤の市など
問合せ：小諸商工会議所
（0267-22-3355）

◆小諸城址懐古園 紅葉（もみじ）まつり
日程：10月19日(土)～11月17日(日)
場所：小諸城址懐古園
概要：紅葉ヶ丘、紅葉谷など、懐古園内は
問合せ：小諸市懐古園事務所
（0267-22-0296）
【紅葉まつり内　同時開催】
●第54回　東信菊花展
日程：10月19日(土)～11月4日(月・祝)
場所：馬場
●こもろ観光ガイド協会　ボランティアによる無料園内ガイド
日程：10月19日(土)、20日(日)、10月26日(土)～11月10日(日)、11月16日(土)、17日(日)
各10：00～12：00、13：00～15：00
場所：三の門前集合
●甲冑野点（のだて）
日程：10月20日(日)　10：00～15：00
場所：あずま屋　一服：500円
概要：世界で唯一!?　小諸センゴク甲冑隊の甲冑武者がお抹茶を提供します。
●草笛教室
日程：期間中の日曜日　13：00～15：00
場所：あずま屋
概要：小諸草笛会会員による草笛の吹き方教室
●藤村記念館 箏の演奏会
日程：11月3日(日)　10：30～12：00、13：30～15：00
場所：藤村記念館前庭　演奏：箏姫の会
概要：紅葉の中、箏で奏でる藤村詩の世界
●実践！カメラ塾
日程：11月3日(日)　13：00～
場所：小諸観光交流館集合
概要：紅葉と星空の撮り方をフォトインストラクターの実演講習でお教えします。
●懐古射院（弓道場）一般開放
日程：期間中の日曜日・祝日
※11月3日除く　13：00～15：00
●「信州・小諸観光フォトコンテスト入選作品」展示
日程：期間中毎日　9：00～16：00
場所：武器庫
●横山祖道展
日程：期間中毎日　9：00～16：00
場所：武器庫

◆漫画「センゴク」×小諸城の秘話
～仙石権兵衛がいよいよ挽回のとき～
日程：10月19日(土)
場所：小諸グランドキャッスルホテルほか
概要：あの人気漫画「センゴク」の著者宮下英樹先生をゲストに、小諸城下町を整備した仙石権兵衛秀久のまちづくりに迫ります。トークセッションや、市街地をめぐる原画展等を予定。
問合せ：こもろ観光局
（0267-22-1234）

◆マンズワイン小諸ワイナリー収穫祭
日程：10月26日(土)、27日(日)
場所：マンズワイン小諸ワイナリー
概要：普段ではありえない格安価格で、各種ワインやぶどうジュース等を楽しむことができます。その他、焼き鳥、焼肉などのブースや、ステージイベントなどの楽しい催しも企画されています。
問合せ：マンズワイン小諸ワイナリー
（0267-22-6341）

◆KOMOROWINE DAYS
日程：10月26日(土)　15：00～18：00
場所：停車場ガーデン
概要：小諸市内のワイナリー、ウィンヤードが集結。オリジナルワイン、シードルなどが楽しめます！
問合せ：小諸ワイン委員会（小諸市農林課）
0267-22-1700（代表）

◆小諸市児童遊園地感謝祭
日程：11月23日(土)、24日(日)
場所：小諸市児童遊園地
概要：園内遊具乗り放題500円・飲食屋台出展など
問合せ：小諸市懐古園事務所
（0267-22-0296）

◆懐古神社　初詣
日程：1月1日(水)
場所：小諸城址懐古園内　懐古神社
概要：9：00～15：00まで、お神酒の振る舞いや絵馬・破魔矢・お守りの販売をします。
問合せ：小諸市観光案内所
（0267-22-0568）

◆御影新田の道祖神祭り
日程：1月7日(火)
山車の出発は18：00から
場所：小諸市御影地区
概要：江戸時代から300年以上続くお祭りで、五穀豊穣と無病息災の願いを込めて、上宿と下宿にわかれた山車が御影地区中央で激しくぶつかりあいます。山車の周りは子供の誕生祝いとその健やかな成長祈願を込めた、たくさんの名入れほおずき提灯で飾ります。（県指定無形民俗文化財）
問合せ：小諸市観光案内所
（0267-22-0568）

◆与良初えびす
日程：1月19日(日)、20日(月)
場所：与良えびす神社
概要：屋台・くじ引き・福ます販売・子供の合唱・合奏などや、年4回のみ配られる御朱印があります。
問合せ：小諸市観光案内所
（0267-22-0568）

◆**北国街道 小諸宿のお人形さんめぐり**

日程：2月22日(土)～3月8日(日)

場所：小諸駅周辺

概要：北国街道沿いの町屋や民家に、つるし雛や古雛など、いたるところで多数の展示がされます。その他、体験教室やわら馬パレードなど期間中のイベントも多数開催。

問合せ：ほんまち町屋館（0267-25-2770）

小諸を見に行きましょう
2020春、小諸訪問ツアーを計画しています

東京小諸会常務理事　**白鳥伍朗**（滝原）

多くの人にもっと小諸を広く知ってもらうために、まず我らが小諸を見に行きませんか。

東京小諸会の大多数の方は青春期に上京され、こちらで職に就きこちらに根を張られた方々と思います。若い頃は盆、正月に結構帰省されていた方も次第にその機会が減少しておられるのではないでしょうか。かく申す私も現在は法事ぐらいしか帰省の機会はありません。それも新幹線での日帰りで実際には素通りと同じです。

小諸が大きく変わっています。

私たちが小諸で過ごしていた頃にはなかった新しい施設、スポットが多数開設され、既存のものも整備され装いを新たにしております。

「ほんまち町屋館」、国指定重要文化財「旧小諸本陣問屋場」と「小諸城大手門」、「本陣母屋」、新たに整備された宿泊施設「開設脇本陣の宿・粂屋」、天然の冷蔵庫「風穴」、「高浜虚子記念館」「小山敬三美術館」「小諸高原美術館」ETC・ETC、枚挙に暇がありません。市庁舎も新しくなりました。温泉も10か所あるそうです。

帰省の機会が減り、たまの帰省時もトンボ帰りでは、「話では聞いたが見たことは無い」所ばかりです。

小諸市では観光協会と市の観光部局を合体させ「一般社団法人こもろ観光局」に組織を一新し、「詩情あふれる高原の城下町信州小諸」のPR、訪問客の誘致に総力をあげています。

まず、東京小諸会の我らが小諸を見に行きましょう。日本全国から、海外から多くの人々に小諸を訪れてもらい、小諸をたっぷり味わってもらうためには、まず我らが率先して小諸を見て、知っておくべきと思うのです。

小諸訪問案は早くから持ち上がっておりましたが延び延びになっておりました。

「2020年春、一泊で小諸訪問ツアー」を是非実現致したく、皆様のご理解、ご協力を賜りたくお願い致します。

開催方法等につきまして「小諸での行事・イベントに時期を合わせて」「東京よりバスを仕立てて」「現地小諸集合解散で」等々の御意見も頂いております。それらを踏まえて開催日、コース、交通手段、会費等々実施要領の詳細を詰めたく存じます。皆様のご意見ご希望等も承りたく、何よりご参加賜りたく存じます。然るべき時期にご案内できるよう準備を進めます。

「詩情あふれる高原の城下町信州小諸」をまず我らが見に行きましょう。

ふる里に想いをよせて

東京小諸会理事　きらら会代表　**下村俊子**（赤坂）

幼き頃、街全体を遊び場にして走り廻ったことを想い出します。また、布引き観音から千曲川を渡り、昔賑わった北国街道に想いを馳せることもあります。そして今は年齢相応にゆっくりと散策し、ふる里の思い出に浸ってみるのもいいものだと思います。

小諸の町も市町村合併で大きくなりましたが、廻りの市町村に遅れまいと、昔栄えた町屋を残し、ちょっとした茶店に変身した所もあります。

冬の寒さはほっぺたを刺すような厳しい所でしたが、赤くなった頬や手足をあったかいコタツに入れ、もぐりこんで友と語り合うのも、常日頃の疲れをいやす特効薬でした。

本町の昔旅籠屋だったところに喫茶店が出来ました。万屋（よろずや）さんにも沢山の古美術が陳列されています。買う、買わないは別として、昔の生活形態が思い浮かび、なつかしい生活の匂いを感じる事が出来ます。

長い人生の中で、ちょっと足を止めて眺めれば、きっと貴方の心を癒すなにかを発見できるでしょう。

そんな力を秘めたふる里の街「小諸」へ四季折々訪ねてみては、いかがでしょうか。それは健康で長生きできる秘訣です。

小諸という地域と土地柄
――「地域とは」――

小諸自動車教習所　社長　木島和郎（森山）

「小諸はどんなところですか?」と尋ねられて、私たち住人はなかなか即座に答えられない。住んではいるものの、小諸のことをあまりよく知らないことに気づかされることが多いものです。終戦直前に疎開で住むことになった私ではありますが、現在の住民として身勝手な意見を述べさせていただきます。

小諸市一帯が「高地トレーニング」の適地であることは、平成・令和の、時代になって、現実のことになってきました。特に最近、当地で練習を積まれたトライアスロンや競歩の選手たちが、スポーツ競技大会で好成績を上げるニュースに接することが多くなって、小諸の立地がお役に立っていることが実感でき、昭和時代から聞いてきたことではありますが、ここに住んでいる我々にとっても「高原の城下町・小諸」という観光地的標語もさることながら、小諸を訪れる特に若い人たちの目的やイメージに直結するような気がします。

見晴台

アウトドアを好むタイプの方には、「東京オリンピック」に通じる話題、そして誰にも共通している「健康づくり」に繋がる小諸地域の特長の一つになっていくはずです。

だいぶ前、1995年のことですが、1週間ほどツール・ド・フランスの視察（企画業の友人と二人旅）を行なったことがあります。当時ですでに100年以上の歴史があり、サッカーと二分の人気を誇る世界の超ビッグイベントだったのですが、コース上のそれぞれの地域にとっては、毎年3週間かけてフランス国境地帯3000～4000㎞を辿る「それぞれの地域イベントを繋げた」ものにも見えました。《大事なのは「その地の人々」が「自分たちのもの」として馴染み、楽しんでいるか》＝空気感だと感じました。

地球の反対側、歴史も文化も違うヨーロッパアルプスのふもと地帯なのですが、そこに住む住民たちの「特別ではない自然さ」のような、滲み出てくるような……

ツール・ド・フランス

小諸のバックボーンである浅間連山の高峰高原車坂で、「ヒルクライム大会」が実現したのは、それから10年後なのですが、定着にはそれなりの時間と要因、そして時代背景を含めた環境が必要なのかも知れません。

小諸を特長づける要素として必ず挙げられるのが「歴史」でしょう。

先人たちが織り成してきた数々の歴史は、それぞれ地域の模様を映しながら作られてきたはずです。

小諸の歴史は「懐古園」無しには語れません。

懐古園を「過去の遺産だけ」にしないために、今の私たちが考え、知恵を出し合って次の時代に引き継いで行かなければならない立場だと思います。

懐古園が千曲川を挟んで、南城公園、安藤百福センター、布引山、御牧原台地と続いている地形であるだけでも、結構な規模の「親水公園」になりそうに思いますが…?

…昔は御牧原で、南北佐久（千曲川上流）の青年たちの運動会が行われた由…

（新幹線・高速道路の無かった昔の方が広域意識が強かったのかも）

私の提案（夢＝シロウトの思いつき）のひとつは、「小諸城と千曲川の懐古園」を、「歴史遺産」から何世代にも利用される「親水スポーツ公園」に生まれ変わらせることです。

小諸の立地としての特質は、日本の首都圏との微妙な距離感と地形・地質にあると思われます。

三の門

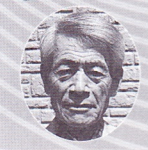
「小諸市の住民」である私たちは、「小諸のことは我々が一番よく解っていると思い込みがちです。小諸人に仲間入りさせてもらって70年、「だからといってこの地域のこと、増して住んでいる人々のことを分かっているわけではない！」とも言えます。

広い視野と深いご経験を基に、東京小諸会の皆様にとってはふるさと、これからの小諸についてご指導のほど、どうぞ宜しく御願い致します。

旅の小窓④

ギリシャ・エーゲ海クルーズ　旅行記

東京小諸会副会長　田沢雄二郎（荒町）



昨年8月猛暑の中、9日間の標記のクルーズツアーに参加した。連日35℃を超え、特に山火事などの報道が盛んにされていた地に旅行するには、多少の不安を抱えての旅立ちではあったが、昼間の炎天下では35℃程度まで温度は上がったものの、湿度が低いので日本のような蒸し暑さがなく、むしろ快適さを感じながら旅行を楽しむことができた。

旅行のコースは、成田→アテネ→カランバカ（メテオラ修道院）→デルフィー遺跡→エーゲ海ツアー（ミコノス島、エフェソス遺跡、パトモス島、クレタ島、サントリーニ島）→アテネ市内→コリントス運河→ミケーネ遺跡→アテネ→成田　で構成されており、遺跡、宗教施設、観光リゾートと、盛沢山のコースとなっていた。

これらの観光地に関して紙面の都合で詳述は省くが、その中で最も印象的で、かつ、この地を訪問する目玉の一つであった、メテオラ修道院とエーゲ海に浮かぶ多くの島のうち、クレタ島、ミコノス島、サントリーニ島の白壁と青い屋根の教会、夕日などを紹介する。

メテオラの修道院群：同修道院はピンドス山脈麓に広がるテッサリア平原の高さ約200～400mの尖塔状の千以上もの奇岩の上に築かれた宗教建築物で当初の21の修道院のうち、現在も6つの修道院が活動しており、あとの15の修道院は荒廃している。なお、メテオラとは「中空に浮かぶもの」の意とのことである。

メテオラの歴史は、11世紀ごろになるとギリシャ正教の修道士たちがこの地に移住し、世俗生活との分断と瞑想への集中の為に当初は岩の麓の洞窟などで個々に生活を始めた。さらに、14世紀に、セルビア人がギリシャのテッサリア地方に攻めてくると、戦乱を逃れてより天に近い場所で瞑想したいと考えた修道士によって岩の上に修道院が築かれ、共同生活が始まった。15～16世紀には最盛期を迎え、24棟の修道院があった。これらの修道院にはクレタ様式のフレスコ画やイコンなどが残る宝庫にもなっている。岩の上の修道院が建ち始めた直後は縄梯子や滑車くらいしか搬送手段がなかったので建築は命がけだった。近年では観光客の増加により、修道士の平穏が乱され、厳格に俗人を遠ざけている修道士は聖山アトスに移住した人もいるとのことである。1988年に文化遺産として世界遺産に登録されている。

このような場所に建てられた修道院の中での生活はいかなる生活になるのか全く想像がつかないが、ただ現実にそのような生活を送っている人がいるという事実があるということに感動するとともに、中世に建てられた修道院のいくつかが今も活動されていることに驚かされた。これらの修道院の建設に関する記録がないか、いくつかの資料で調べたが、詳細な記述は見当たらなかった。

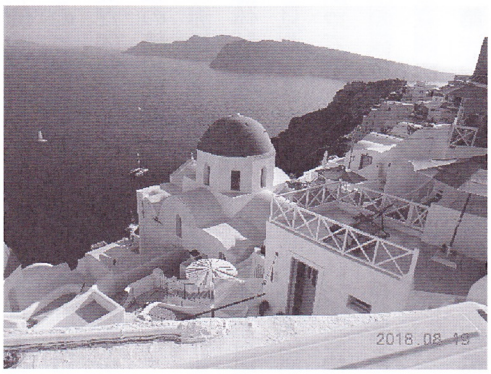
メテオラの修道院

エーゲ海クルーズ

クレタ島：この島はクノッソス遺跡（ミノア文明の発祥地）で有名であり、この遺跡が1900年前後に発掘・発見されるまでは「神話の世界」の話と考えられていたが、イギリス人・考古学者エヴァンスによって発掘された。宮殿は目を見張る建築物と素晴らしい出土品を有する文明であり、まだ研究中のため多くのことが解明されていないことも多い。

ミコノス島：エーゲ海で最もよく知られているリゾートの島の一つで、観光シーズンになると島の人口は倍増する。もともとエーゲ海には白壁の家が立ち並ぶ村がたくさんあるが、この島も、いわゆる白壁の家並み、雲一つない青空、まぶしく輝くビーチがエーゲ海のリゾート地としてのムードを醸し出している。

サントリーニ島：有史以前から何度も繰り返された火山の噴火（約3000年前に大爆発した）により、現在の三か月状の形になった。近年では1956年にM7・8に地震があり、一時期人口も減少したものの、リゾート地としての人気は高く、やはり、白い街並みと青い屋根の教会と夕日が素敵である。



サントリーニ島の白い壁と夕日

幕末のテロに葬られた議会制度の提案者 赤松小三郎の夢

赤松小三郎研究会　岡田　渉

第2章　赤松小三郎の国家構想

幕末における初の民主憲法構想

前述のとおり赤松の建白書は全部で七箇条あり、かなり長文だが、七つの項目それぞれに「企画目的（狙い）」「企画意図（考え）」「試案（提案）」の形でまとめられてあり、知識人相手にはその「論」を伝えるのに十分すぎるほどの内容であった。七つの項目を順番に並べると、

①議会を国権の最高機関とし、国事すべてを議論し決定する統治機構論②文明教育と人材育成③人民平等と職業選択の自由および公平な税制④通貨政策とマネーサプライ⑤専守防衛の陸海軍⑥殖産興業⑦富国強兵と畜産振興

以上7項目である。

赤松の議会政治思想

まず最も重要な第一条は、天皇、内閣（首相と大臣）、そして上下両院の二院制議会の役割を論じたものである。

赤松は、天皇を君主とした立憲制度のもと、定数三〇人の上局と定数一三〇人の下局からなる二院制の議会政治を提唱している。上局は貴族院に相当し、その議員は、朝廷と幕府と諸藩の融和の象徴として、公卿と諸侯と旗本より選出される。下局は衆議院に相当し、その議員は、「諸国より道理に明なる人を、自国・及隣国の入札（選挙）にて選出し、両局人選の法は、門閥・貴賤に拘らず、道理を明辯して私なく、且人望の帰する人を公平に選ぶべし」としている。

赤松は、身分制度を撤廃し有能な人材が活躍できる社会を目指し、「自国および隣国の入札」と、すでに各藩を越えた広域の諸国という言葉を用いており、さらに国家を意識した国体・国事・国是だけでなく、「国中」と云う用語は一八回登場する。赤松案は各藩を飛び越し、国民・庶民を統合した国民国家構想であり、百三十人の下局議員定数は当時の人口三千万人とすると現在の衆議員の定数とほぼ同率である。もちろん当時は各藩を越えた統治システムは存在していないが、有事の近隣諸藩の相互協力は了解されており、各藩の石高から議員数を算出したものと思われる。

さらに議会の位置づけも明瞭である。

国事は総べて此両局にて決議の上、天朝へ建白し、御許容の上、天朝より国中へ命じ、若し御許容なき箇条は、議政局にて再議し、愈公平の説に帰すれば、此令は是非とも下さゞるを得ざる旨を天朝に建白して、直に議政局より国中に布告すべし

国事は上下二局の議会で決議し、もし天朝が反対した場合は再決議すれば天朝の賛非を問わず、直ちに議政局より国中に布告すべし、とある。議会は、天朝に対して優越することを明確に規定するもので、現行憲法と比べて遜色の無い内容であった。

国政遂行の迅速化をはかるため、議会の決定を最上位のものとし、これまでの幕府・

朝庭の二重意思決定構造の変革を目指したものと言える。当時条約の勅許をはじめ攘夷だ開港だと国論が割れているなか、新国家の統治機構を議会に求めていた。

赤松の選挙制度の提案だけをみると、幕藩体制を土台にした入札だから封建議会だと見る向きがあるが、幕藩体制が崩壊しかかっている現状分析を基に、政治体制を国中の叡智を集めた議会制に移行させる狙いと意図がはっきりみえてくる。

第一条の冒頭は「天幕御合体諸藩一和御国体相立根本は、先づ天朝之権を増し徳を奉備、並に公平に国事を議し、国中に実に可被行命令を下して、少しも背く事能はざるの局を御開立相成候事」とあり、「天朝の権を増し徳を備え道理にかない公平に議論し命令を下して、なお誰も背くことのできない権力をもつ局（議政局）を開くことが新しい国体の根本だ」としている。

さらに「第一天朝に徳と権とを備へ候には天下に待する宰相は、大君、堂上方、諸侯方、御旗本之内、道理に明にして、方今の事務に通じ、萬の事情を知り候人を選みて、六人を待せしめ（中略）其以外諸官吏も、皆門閥を論ぜず人選して、天下を補佐し奉り、是を国中の政事を司り、且命令を出す朝廷と定め」とあり、「朝廷」とは天皇と内閣総理大臣および各国務大臣をあわせた行政府全体を指す言葉として用いられている。一方立法府は「其局の主務は、旧例の失を改め、万国普通の法律を立て、并に諸官の人選を司り、万国交際・財貨出入・富国強兵・人才教育・人気一和の法律を立つるを掌る」とある。立法府は万国普通の法律、人気一和の法律（みんなに喜ばれる法律）をつくるのが役目だとしている。法律は国民を縛るものでなく、国民のよろこぶものであり、法律により、外交・財務・軍事・教育などの行政を監督し掌握するとしている。

行政府（朝廷）と立法府（議政局）は権力機構を分割し、その相互の抑制と均衡によって政治権力の専制を防ぐことをめざしている着想は、法治国家の原点ではないだろうか。

赤松の門人で、大垣藩士、後に陸軍少将となった可兒春琳がいる。可兒は、赤松が京都で開いた衣棚の塾に寄宿しており、身近でその薫陶を受けていた。可兒によれば、小三郎は英国陸軍の歩・騎兵と射撃に加え、世界の戦史、物理学、航海術、そして課外科目として世界の政治組織についても教えていた。「世界の政治組織」の講義の中で話していたことは以下のようなものであった。

先生は常に輿論政治を主張して居られた『如何に賢明なる人とても神でない限り思ひ違い、考へ違ひがある。又少数の人が事を行ふ場合、感情、誤解、憎悪が附随するから失態がある。是非これは多数政治に據らねばならぬ――。』先生は丁度今日の議会政治を主張しました。それは未だ開国するとかせぬとかかまびすしい時でしたから驚きました。（中略）

『外国の亡国の例を見るに、皆此の身分や階級の為、人材を野に棄て、貴族と称する輩が自己の無能を顧みずして専横を振舞ふたにある。（中略）多数の選挙によって選んだものを宰相とするのである。英国式を参考として日本の国柄に合はせるがよい。』常に先生はかく説かれてゐた。

赤松は、身分制度を撤廃し有能な人材が活躍できる社会を目指し、議会制度は「英国式を参考として日本の国柄に合はせる」という、新しい公議政体のかたちをはっきりと述べている。天朝を戴くが、それは日本の国柄に合わせ、国家の象徴的存在としてであり、イギリス国王よりも、天朝の権限を縮小しようとしていた。

「民主主義」とは、世論に迎合することではなく、道理を明弁する国民代表により、議会の場で公に議論して政策を練り上げ、形成し、執行していくことである。これこそ赤松が理想とした輿論政治「公議政体」の姿なのである。「輿論政治」という言葉は、今日では死語になってしまったが、「輿論」とは公的な場で、感情に流されず、理性的に討議されたうえでしっかりと練られた上で形成された公的な意見と云われている。

赤松の社会経済・教育・軍事政策

つづいて第二条では文明教育と人材育成を述べている。

人才教育の儀、御国是相立ち候基本に御座候事。国中人才を育て候法は、（中略）首府へは、大小学校を営み（中略）大坂に兵学校を建て、各学科毎に洋人数人づつを雇ひ（中略）且つ国中に、法律学・度量学を盛んにし、其の上漸々諸学校を増し、国中の人民を、文明に育て候儀、治国の基礎にこれ有る可く候

国中の人民を文明人として教育することは、治国の基礎としている。現行憲法では教育は国民の権利として強調しているが、赤松は国に義務教育を命令し、機会均等の教育を説いている。

第三条では、人民平等と職業選択の自由および公平な税について述べている。

國中の人民平等に御撫育相成、人々其性に準じ、充分力を尽させ候事（中略）第一百姓の年貢掛り米を減じ、（中略）遊楽不要に関はり候諸業諸品は運上の割合を強くし諸民平等に、職務に尽力し、士は殊に務めを繁くし国中の遊民（中略）の類には夫々有用の職業を授け候御所置き、治国の本源に可有之候

建白書の「（百姓）撫育」は、今日で言う福祉政策と考えられ、仁政思想を引き継ぎ、全体に「人権」の概念や福祉政策が含まれている。身分制度を無くし、人民平等にその能力を活かし、社会を活性化させるため、その働く環境の整備（職業選択の自由）や公平な税制を提言している。（税金は百姓ばかりでなく、諸業諸品（商工業者）や町民にも平等に負担させるなど）。また武士は

もっと働け、遊民には職業訓練を施し正業につかせよ、など極めて具体的な提言でもある。

福沢諭吉と赤松小三郎に共通するのは、封建体制・身分制度への恨みであり、赤松の構造改革プランは庶民平等思想で貫き通されている。それは、第一条・議会制度、この第三条の租税負担、第五条・兵制変革にも如実に表れている。

第四条の通貨政策とマネーサプライは、当時日本の金貨流出を抑制する貨幣の吹替えが行われてきたが、さらに相対価格を安定させるため、貨幣を円形に改鋳することを提案している。また当時交易通商の金融機関が未発達で、為替をはじめ通貨需要も外国の金融資本に依存していた。そこで国内通貨の信用創造と供給を盛んにし、物価の安定を目指すことを提案している。これは、幕末から明治の大問題で簡単には片付かないようだ。

第五条は専守防衛の陸海軍で、赤松の得意分野だが、「兵は少なくして、利器を備え熟練せるを上とす」とある。陸軍二万八千人、海軍三千人とし平時であればこれで足りると見積もっている。しかしひとたび外国と戦になった場合「乱世には国中の男女尽く兵に用立」防衛にあたるべきとも言っている。そのため、国民は「居住地で平常操練せしめる」とある。驚くべきことに、軍事訓練は男女平等に課せられる。また、軍人も有能な者を士官学校で育成し、ゆくゆくは志願兵制度に切り替え、軍人の中から士族出身を減らしていくべきだと提案している。

第六条は外国人を雇った殖産興業。産業革命を背景にした西洋の技術は、外国人に直接教えて貰うのが早道、というのは赤松の体験から出てくる言葉だ。

第七条は富国強兵と畜産振興。富国強兵のため、日本人の食生活に肉を取り入れ、体力と能力を向上させる提案。また馬は外国の良種を導入して飼育すべしとしている。

建白書の主な内容は以上のとおりだが、赤松は「身分ではなく、その能力に見合った評価が認められる世の中」、そして、権力でさえその独善を行使できぬ「立憲政治」を心底求めていたと考える。主権の原理、議会制と統治機構、自由権の承認など、今日の憲法概念を含んでいることに驚く。

〈以下次号〉

第16回 北国街道小諸宿お人形さんめぐり

実行委員長　依田さおり（本町）

「北国街道小諸宿のお人形さんめぐり」は、今年で16回目を迎えます。お陰様で訪れて下さるお客様の中にはリピーターも多く、毎年楽しみにしていますとおっしゃって頂くまでになりました。下はベビーカーに乗った赤ちゃんから上は介護施設のお年寄りまで、毎年大勢の皆様にお越し頂いています。

第16回のお人形さんめぐりの期日は、令和2年2月22日(土)～3月8日(日)。本町通り・ほんまち町屋館・本陣主屋・与良館をメイン会場に、相生町・大手・市町・与良の商店や個人宅約100軒ほどにお雛さまやつるし飾りが飾られ、城下町の風情残る町並みがお雛さまで彩られます。特にほんまち町屋館では、30本にのぼる色鮮やかな手作りのつるし飾りと、享保雛をはじめとした小諸の歴史を感じさせる江戸時代からのお雛さまも数多く展示されます。今年は年号が変わって迎える初めてのお人形さんめぐり。心機一転ではありませんが、ほんまち町屋館のお雛さまの展示を大きく変えようと実行委員会で話し合っています。寒い冬に色鮮やかなお雛さまやつるし飾りがみなさんに驚きと感動を与えてくれることでしょう。どんな展示になるか、どうぞお楽しみに！　では、ほんまち町屋館でお会いしましょう。今年も皆様のお越しを心よりお待ちしております。

▼問い合わせ先　ほんまち町屋館
電話　0267-25-2770
URL http://www.machiyakan.com

今年の東京小諸会 〝きらら会〟演奏会の紹介

出演者は全員「きらら会」のメンバー（小諸高校音楽科卒業生）です。

1. 3重奏
トランペット　蓬田奈津美
打楽器　石川大樹
ピアノ　今井麻耶
・この素晴らしき世界　ダグラス・デヴィット　作曲
・上を向いて歩こう　中村八大　作曲
・リベルタンゴ　ピアソラ　作曲

2. ソプラノ独唱
ソプラノ　竹内直美
伴奏　今井麻耶
・ツェツィーリエ　シュトラウス　作曲
・あの素晴らしい愛をもう一度　北山　修　作詞　加藤和彦　作曲
・糸　中島みゆき　作詞・作曲

3. （出演者　全員）
・心の瞳　荒木とよひさ　作詞　三木たかし　作曲

明治学院大学 クリスマスツリー点灯式

平成30年参加の水明小学校
（天候の具合で昨年は室内で開催）

小諸市にゆかりの深い島崎藤村が、明治学院の第1期卒業生であるというつながりから、小諸市と明治学院大学は、文化、産業、教育、学術等の分野で相互に協力し、相互の発展と人材の育成に寄与することを目的として、平成18年に「協働連携に関する基本協定」を締結しています。そして、そのご縁で、毎年11月下旬に港区白金にある明治学院大学白金キャンパスで行われるクリスマスツリー点灯式に、平成19年から小諸市の小学校生徒が招かれて順番に参加しております。

昨年から3順目に入り、今年は野岸小学校合唱部の皆さんが参加します。野岸小は平成20年に次いで二度目となります。

どうぞ、生徒さんを元気づけるため、応援に駆け付けて下さるようお願い申し上げます。

一、日時　令和1年11月22日（金）
16時30分～

二、場所　明治学院大学白金キャンパス
（港区白金台1－2－37）
最寄駅＝南北線・三田線白金高輪、白金台。浅草線泉岳寺

東京小諸会への参加呼掛けと会員勧誘のお願い

東京小諸会会長　渡辺静雄

東京小諸会の皆さん、小諸にお住いの皆さん元気でしょうか。皆さんへお願いです。

東京小諸会は1963年に当時参議院議員の小山邦太郎氏の呼掛けにより発足しました。

以来半世紀にわたり関係者の熱意と努力により現在500名を超える会員の皆様と活動への協賛者により支えられ活動しています。

これからも会員相互の親睦を厚くし「我がふるさと小諸の発展に」貢献したいと考えています。現在は「小諸市ふるさと応援寄付金事業」を皆さんに呼び掛けています。幸い、小諸のファンが増えつつあり更に地元の特産品など返礼品を増やし益々積極的に取組んでおります。お陰様で平成30年度は2億3千万円のご支援を頂きました。引き続きご支援の程よろしくお願いします。

この結果、小諸市への金銭的な貢献に加え、小諸市の名産・特産品の生産、販売にも大いに貢献できるものと期待しています。

しかし、まだまだ会員への広報活動が足りない為、推定ですが首都圏にお住いの皆様の半分位の人にしか認識されておりません。首都圏にお住まいの皆さん、小諸の住人の皆さん方に是非東京小諸会への参加をPRし勧誘して頂きたくお願い申し上げます。

平成30年度決算報告書

自　平成30年9月1日
至　令和1年8月31日

（単位　円）

支出の部	
科目	金額
総会関係費	923,746
通信費・事務用品	18,656
印刷費	317,584
会費・会議費	61,819
雑費	19,922
次年度繰越金	347,904
合計	1,689,631

収入の部	
科目	金額
前年度繰越金	434,628
会費収入	420,000
広告収入	570,000
御祝儀	265,000
雑収入	3
合計	1,689,631

右記の通り平成30年度決算を報告します。

令和1年8月31日

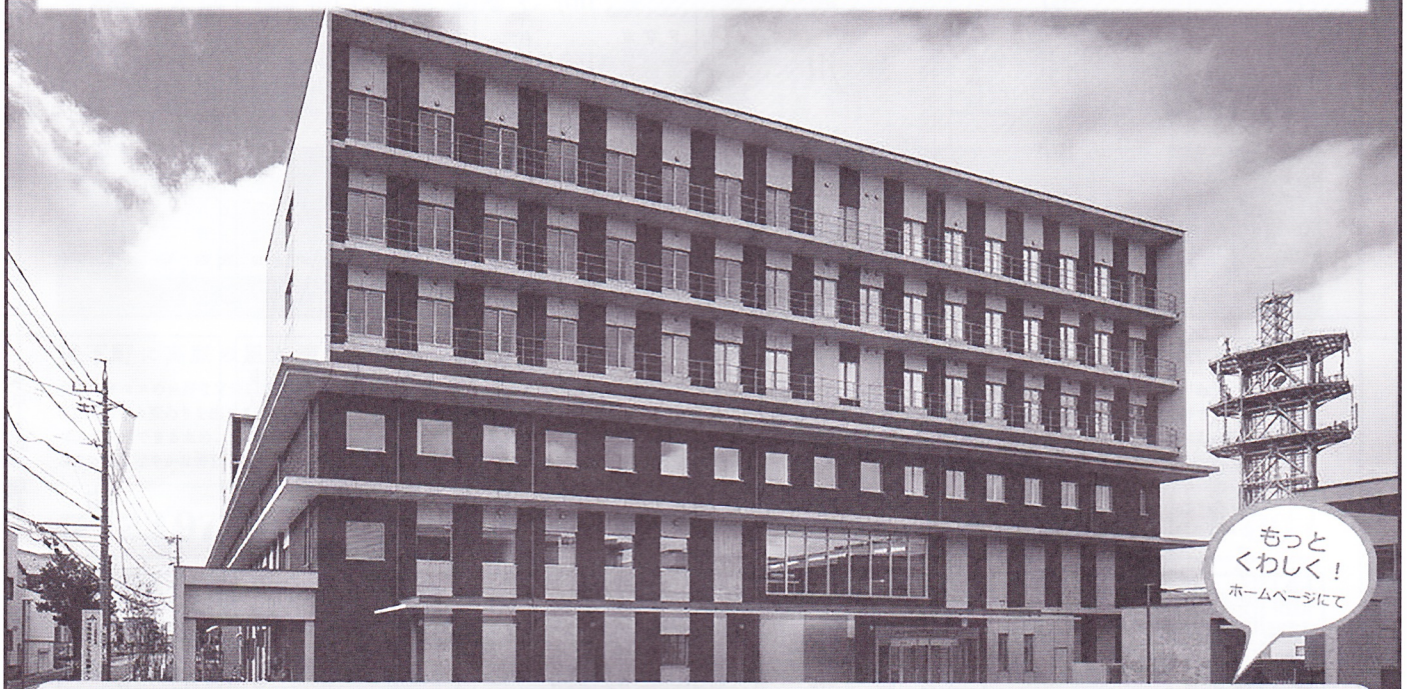
常務理事（会計）　小林　裕

以上の報告を監査したところ正確であると認めます。

監事　掛川国雄
　　鈴木裕子

JA長野厚生連
浅間南麓こもろ医療センター

「小諸厚生総合病院」は「浅間南麓こもろ医療センター」へ名称変更し移転いたしました。



医師（内科・循環器内科・外科・脳神経外科・産婦人科）看護師 募集中
〒384-8588　長野県小諸市相生町3-3-21　（小諸市役所となり）　www.komoro-mc.com
TEL（0267）22-1070

東京小諸会役員

顧問
小泉俊博
竹内健一
掛川興太郎
花岡隆
山岸喜昭

会長
渡辺静雄

副会長
田沢雄二郎
白鳥ひさじ
北村尚巳
岩崎忠男
小山平六

常務理事
小宮山英栄
堀毅

理事
白鳥伍朗
小林裕
松井石根
稲垣信克
木俣美紀子
下村俊子
中村六子
神津久幸

監事
飯高盛龍
鈴木裕子

相談役
小山洋之介
掛川国雄
須田武久
荻原礼子

第16回 北国街道小諸宿の
お人形さんめぐり

令和2年 2月22日(土)
～3月8日(日)

本町通り・ほんまち町屋館・小諸本陣主屋・
相生町・大手・市町・荒町・与良町

冬の小諸を味わう!!
見て、食べて、歩いて……
癒しの時をお楽しみ下さい。

期間中の各種イベント予定のご紹介
＊つるし飾り作り体験教室　要予約
＊お人形さん感謝のつどい
＊お人形さんめぐりガイドツアー
＊わら馬パレード（小雨小雪決行）

ほんまち町屋館ホームページ
http://www.machiyakan.com/
TEL・FAX　0267-25-2770

東京小諸会監事
飯高盛龍

東京小諸会副会長
会計担当
岩崎忠男

東京小諸会理事
株式会社イナガキ代表取締役
稲垣信克
〒132-0015 東京都江戸川区瑞江三-一二
電話 〇三(三六七〇)〇七五二
FAX 〇三(三六七〇)〇七七八

東京小諸会相談役
掛川國雄

東京小諸会副会長・事務局
ホームページ担当
北村尚巳

東京小諸会理事
木俣美紀子

東京小諸会理事
神津久幸

東京小諸会常務理事
会計担当
小林裕(ゆたか)
〒106-0045 東京都港区麻布十番四-三-一-一〇八一
Eメール 7249ccc@jcom.zaq.ne.jp

東京小諸会常務理事
小宮山栄
コミー株式会社社長
国際箸学会幹事
〒332-0033 埼玉県川口市並木二-一-三
電話 (〇四八)二五〇-五三一一

東京小諸会相談役
小山洋之介

東京小諸会副会長
会報担当
小山平六

東京小諸会副会長
松戸市はつらつクラブ連合会会長
白鳥ひさじ
〒270-2222 千葉県松戸市高塚新田三〇二
電話 〇四七(三九一)五九五九

東京小諸会常務理事
GS事務所代表
白鳥伍朗
〒130-0033 横浜市鶴見区朝日町二-八九-三二九
電話 〇四五(五〇四)二三七〇

東京小諸会理事
きらら会代表
下村俊子

東京小諸会監事
高級乾菓子卸
清水屋
鈴木裕子
〒101-0032 東京都千代田区岩本町二-二-一五
電話 〇三(三八六六)〇七二二

東京小諸会相談役
須田武久
〒252-0222 相模原市中央区由野台一-一四-一一
電話 〇四二(七五五)一六八七

東京小諸会相談役
高橋昭平
〒162-0021 東京都目黒区東ヶ丘一-二八-八
電話 (〇三)三四一八-〇四一六

東京小諸会副会長
田沢雄二郎
〒183-0012 東京都府中市押立町四-一五-十
電話 (〇四二)四八六-二〇六九

東京小諸会常務理事
堀英毅

東京小諸会常務理事
松実高等学園理事長
松井石根

東京小諸会会長
三和シヤッター工業株式会社　元副社長
渡辺静雄
〒175-0094 東京都板橋区成増二-三二-一五
電話 〇三(三九三八)五〇三二

東京小諸会
役員有志協賛

東京小諸会のホームページ
http://komorokai.web.fc2.com/

小諸市のホームページ
http://www.city.komoro.lg.jp/

入居者募集中

全施設　入居一時金・保証金なし！

地元で働く。地元で生きる。

年齢制限なし。無資格・未経験・短時間勤務歓迎。☎0267-23-1510 担当：北澤まで

住宅型有料老人ホーム
ことぶきの家小諸

城下町に高原の風が流れる施設

交通アクセスの良好な立地。食堂からは雄大な浅間山を望み四季の移り変わりを感じる事ができます。1階のデイサービスを利用できるため、リハビリやレクリエーション等を楽しみながら、穏やかな毎日を過ごす事ができます。

月額（税込）**123,973**円～　定員 **92** 名

住宅型 / AED設置 / 医療連携 / 24H スタッフ常駐 / 個室トイレ / エレベーター / 看取り対応 / 要介護5可 / 認知症可 / 治療食対応 / 500 ワンコインパック / 0円 入居一時金

●類型 / 住宅型老人ホーム●所在地 / 小諸市御影新田池の上 2090-1●交通 / 佐久平駅 約 6km●事業開始年月日 / 平成 25 年 4 月●構造及び規模 / 鉄骨 3 階建・耐火建築物 /4,065 ㎡●居室数及び居室面 /92 部屋 /14.6 ㎡●入居定員 / 92 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

住宅型有料老人ホーム
ことぶきの家 南館

明るく落ち着いた雰囲気の新築

浅間連峰を北に仰ぐ、千曲川右岸の自然豊かな地で充実した毎日を過ごしていただける、低料金を実現した新築施設。城下町に高原の風が流れる、交通アクセスの良好な立地で、輝く生活をご提供します。

月額（税込）**108,473**円～　定員 **90** 名

住宅型 / AED設置 / 医療連携 / 24H スタッフ常駐 / 個室トイレ / エレベーター / 看取り対応 / 要介護5可 / 認知症可 / 治療食対応 / 500 ワンコインパック / 0円 入居一時金

●類型 / 住宅型老人ホーム●所在地 / 小諸市御影新田池の上 2090-1 の 2●交通 / 佐久平駅 約 6 km●事業開始年月日 / 平成 29 年 11 月●構造及び規模 / 木造 2 階建・準耐火建築物 /2469.97 ㎡●居室数及び居室面 /90 部屋 /13.04 ㎡ /58 部屋 /13.66 ㎡ /21 部屋 /13.24 ㎡ /11 部屋●入居定員 /90 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方法 / 月払い方式

介護付き有料老人ホーム
ことぶきの家 御影

四季折々の季節を感じれる施設

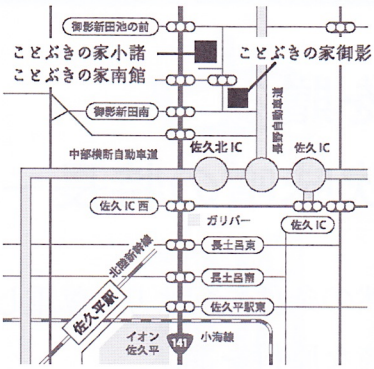
周囲には大型ショッピングセンターがあり、足をのばせば小諸の歴史ある町並みを見ることができます。雄大な浅間山の、四季折々の景色を感じながら、悠々とした生活をご提案させていただきます。

月額（税込）**145,020**円～　定員 **60** 名

介護付き / AED設置 / 医療連携 / 24H スタッフ常駐 / 個室トイレ / エレベーター / 看取り対応 / 要介護5可 / 認知症可 / 治療食対応 / 500 ワンコインパック / 0円 入居一時金

●類型 / 介護付老人ホーム●所在地 / 小諸市御影新田字池ノ上 2257-1●交通 / 佐久平駅 約 5km●事業開始年月日 / 平成 21 年 11 月●構造及び規模 / 木造 2 階建・準耐火建築 /2,213.61 ㎡●居室数及び居室面積 /60 部屋 /14.9 ㎡●入居定員 / 60 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

アクセス　〒384-0808 長野県小諸市御影新田字池ノ上 2090-1



首都圏からのアクセス良好！

上信越道 佐久北I.Cより５分

東京駅から北陸新幹線で［佐久平駅］
↓　（東京駅から 72 分）
北陸新幹線 佐久平駅 より車で 10 分

ことぶきの家利用料を改定します

消費税率の改定及びコストの高騰諸経費の値上がりなどを考慮して10月1日より、この紙面の金額になります。

契約時の安心サービス

1. 無料お迎え無料引越し
2. ご契約場所への無料出張

月額（税込）**147,012**円～　月額（税込）**91,460**円～　月額（税込）**73,040**円～　内訳/居室費・食費・運営管理費・暖房費など ※介護サービス自己負担分・オムツ等日用品などは実費

若穂　介護付有料老人ホーム
地域密着型特定施設入居者生活介護

木を基調にした、地域に開かれた施設

●類型 / 介護付老人ホーム●所在地 / 長野市若穂綿内字町 8539-1●交通 / 須坂長野東 IC 約 2.3km●事業開始年月日 / 平成○年○月●構造及び規模 / 木造 2 階建・準耐火建築 /1,247.9 ㎡●居室数及び居室面積 /29 部屋 /16.56 ㎡●入居定員 / 29 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

西軽井沢
住宅型有料老人ホーム

静かな別荘地にある、緑に囲まれた施設

●類型 / 住宅型老人ホーム●所在地 / 北佐久郡御代田町大字塩沢字小田井湯上 16-6●交通 / 信濃追分駅 約 4km●事業開始年月日 / 平成 16 年 10 月●構造及び規模 / 木造 2 階建・準耐火建築物 /711.64 ㎡●居室数及び居室面積 21 部屋 /14.5 ～ 24.2 ㎡●入居定員 / 25 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

軽井沢
住宅型有料老人ホーム

リゾートタウンにある静かで家庭的な施設

●類型 / 住宅型老人ホーム●所在地 / 北佐久郡軽井沢町大字追分字小田井湯上 16-6●交通 / 信濃追分駅 約 4km●事業開始年月日 / 平成 16 年 10 月●構造及び規模 / 木造 2 階建 /173.89 ㎡●居室数及び居室面積 /9 部屋 /7.29 ～ 16.2 ㎡●入居定員 / 9 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

東小諸
住宅型有料老人ホーム

民家改修型で、家庭的な生活環境の施設

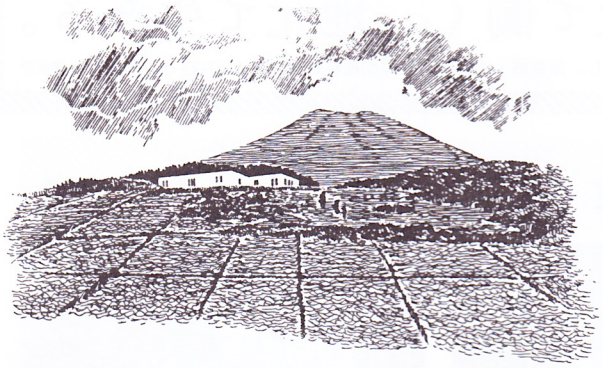
●類型 / 住宅型老人ホーム●所在地 / 小諸市大字加増 1-15-15●交通 / 小諸駅 約 1.9km●事業開始年月日 / 平成 16 年 4 月●構造及び規模 / 木造 2 階建 /208.65 ㎡●居室数及び居室面積 /9 部屋 /7.29 ～ 12.96 ㎡●入居定員 / 9 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

美里
住宅型有料老人ホーム

民宿を改装した樹々に囲まれた施設

●類型 / 住宅型老人ホーム●所在地 / 小諸市大字市北東 1018-2●交通 / 美里駅 約 0.4km●事業開始年月日 / 平成 16 年 8 月●構造及び規模 / 木造 2 階建 /273.23 ㎡●居室数及び居室面 /13 部屋 /7.29 ～ 12.96 ㎡●入居定員 / 13 名●契約形態 / 利用権方式●利用料の支払い方式 / 月払い方式

お問合せ 資料請求　ことぶきの家 総合相談室
☎ 0120-811-772　受付：平日 8:00~17:00
http://kotobuki-group.jp　詳細は HP をご覧下さい　ことぶきの家
株式会社コトブキ
〒384-0083 長野県小諸市大字市 790-15
TEL：0267-23-1510 FAX：0267-22-3662



小諸

マンズワイン株式会社
小諸ワイナリー

〒384 小諸市諸375
☎0267-22-6341 ご見学可

小諸そば

KOMORO・SOBA
Japanese Buckwheat Noodles
Since 1974

株式会社三ツ和　小諸そばカンパニー
本社　〒104-0033　東京都中央区新川2-13-8　☎03-3555-0092

旅籠
ホテル
つるや

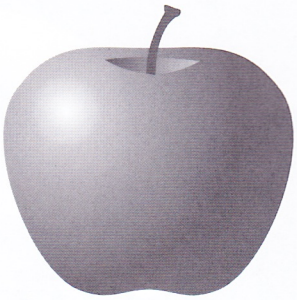
旅籠 つるやホテル
〒384-0026 長野県小諸市本町3-2-19
TEL0267-22-0041
FAX0267-22-2741

健康を贈る
山吹味噌の特長―

天然、自然の条件を何よりも尊重し
味噌に最適な原料を選び
昔ながらのみそ造りの長所を守り
量産にこだわらず、自然の味のみを
追求しています。

味噌づくり300有余年――
山吹味噌
信州味噌株式会社

フリーダイヤル 0120-27-0881
〒384-0801　長野県小諸市甲4385
営業時間　9:00a.m.～5:00p.m.(季節により多少異なります)
TEL.0267-22-0881　FAX.0267-24-0258
http://www.matsui-farm.co.jp/　apple@matsui-farm.co.jp
詳細はこちらから↑
Free Wi-Fi 完備



りんご巨峰直売・宅配発送
りんご狩り・信州特産みやげ品

大池りんご園

〒389-0512　長野県東御市滋野牧家
国道18号線沿い

本　店：Tel. 0268-62-1866
直売所：Tel. 0268-62-2695
Fax. 0268-62-1866

中棚荘

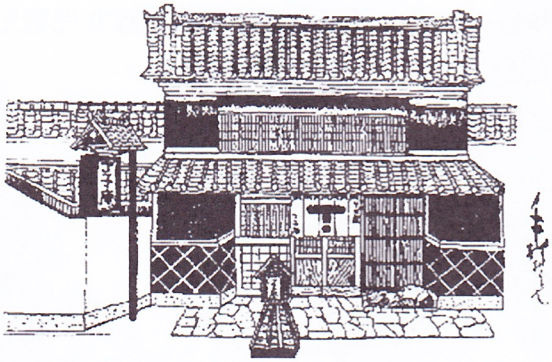
「千曲川旅情の詩」の一節にある、千曲川
いざよう波の岸近き宿にのぼりて
濁り酒濁れる飲みて…の岸近き宿は
中棚荘を詠ったものです。

島崎藤村

自社ワイナリー設立
―御牧ヶ原の台地から始まる物語―
ジオヒルズ・ワイナリー

千曲川旅情・文学の温泉宿
信州／小諸
島崎藤村の里
政府登録旅館
中棚荘
〒384-8558 長野県 小諸市 古城 中棚
TEL 0267-22-1511　FAX 0267-22-9191
http://www.nakadanasou.com/
E-mail:nakadana@komoro.co.jp

信州
そば蔵 丁子庵



御宴会、ご予約承ります。
4月～11月 無休
12月～3月 火・水曜日 定休

〒384-0026　長野県小諸市本町2-1-3
TEL 0267-23-0820　FAX 0267-22-0499
http://choujiya.jp

〝布引温泉こもろ〟は、
「牛に引かれて善光寺に行ったおばあさん、
牛が観音様の化身だったと知り改心して
幸せに暮らしたとさ。」
そんな伝説の伝わる布引観音近くにあり、
お部屋からは噴煙を今でも上げている
浅間山が一望できます。

優しい笑顔のおもてなし

布引温泉 こもろ

〒384-0071 長野県小諸市大久保 620-3
tel:0267-22-2288　fax:0267-22-2431
http://nunohikionsen.info/
e-mail　info@nunohikionsen.info
運営　株式会社フードサービスシンワ
〒384-1105
長野県南佐久群小海町大字千代里 2392-1

新たな教育システムの創造　松実学園グループ

松実高等学園　初等部・中等部・高等部
現在の教育システムでは対応困難な児童生徒の為の学園
(社) ISM 教育総合研究所
全国の児童・生徒が自転車事故の加害者となった場合の「こころの保険」

進学先一例
東京学芸大学・早稲田大学・東京理科大学・明治大学・青山学院大学・法政大学・学習院大学・駒沢大学・立命館大学

就職先一例
・東京消防庁ハイパーレスキュー隊
・アメリカ大使館・自衛隊・医療機関
・旅行会社・美容関係・情報関係

埼玉県教育委員会指定通信制高校技能連携校
まつみこうとうがくえん
松実高等学園
〒344-0067 埼玉県春日部市中央 1-55-15
東武線春日部駅西口から徒歩 5 分
0120-980-683
www.matsumi-gakuen.net　松実　検索
理事長 松井 石根
(南町出身)

ストップ！20歳未満飲酒・飲酒運転。妊娠中や授乳期の飲酒はやめましょう。
お酒は楽しく適量で。のんだあとはリサイクル。

サッポロビール株式会社
www.sapporobeer.jp

香坂グループ

株式会社　香坂建設
信濃培養土株式会社

代表取締役　香坂　勝也

〒384-0801　小諸市甲92番地
(株)香坂建設　☎0267－22－1184
信濃培養土(株)　☎0267－22－5439

???▶!®
Komy way

KomyMirror® 死角に気くばり　〔鏡存共栄〕〔現業商品〕

Fシリーズ　フラットなのに広い視野。世界初の不思議な鏡!!

FFミラー 車出口

FFミラー 通路

FFミラー AIR

凸シリーズ　超軽量で丈夫なアクリル製。曲げても割れない!!

スーパーオーバル

ラミドーム

ラミ

Komy Story　コミーは物語をつくる会社です　〔鏡味深心〕〔起承転結〕

昔、「松下電器は何をつくっている会社ですか?」と聞かれ、松下幸之助は答えたそうです。
「うちは人をつくっている会社です」と。
また、総理大臣の吉田茂は「総理、あなたはいつも何を食べていますか?」と聞かれ、
「人を喰っている」と答えたそうです。
ある時「コミーさんは何をつくっている会社ですか?」と聞かれ、偉大な二人を真似て答えました。
「物語をつくっている会社です」
「???」

Komy short Story
ができました。
お送りします（無料）。

Komy Qi　何故、何故、何故から改革へ　〔侃侃諤諤〕〔無我夢中〕

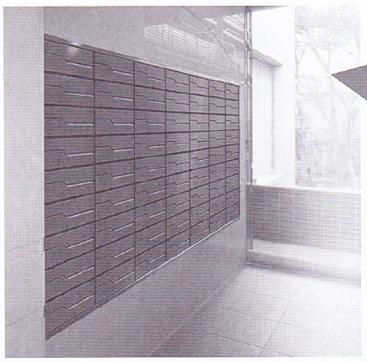
Komy Qi center が 川口にオープン

1. 商品開発の拠点
2. 異業種の情報交換の場
3. モノづくりの楽しさを体験できる場

Komy　コミー株式会社　代表取締役　小宮山　栄（東京小諸会常務理事）
〒332-0034　埼玉県川口市並木1-5-13　www.komy.jp　mail@komy.co.jp

私たちは売上げの拡大よりも“出会いの喜び”“創る喜び”“信頼の喜び”を味わえる仕事を大切にしています。

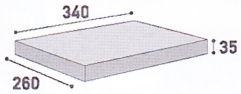
集合住宅向けメールボックス
サンポスタ SANPOSTA
建物の意匠や
設置スペースに合わせて
お選びいただけます。



リフォームにも最適

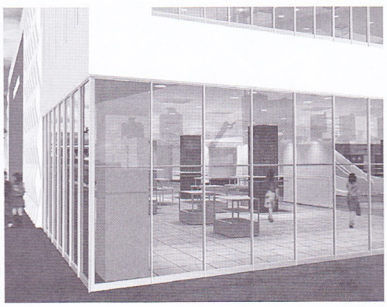
大型郵便タイプも
ラインアップ
日本郵便規格寸法の
大型郵便の投函が可能。

JP 日本郵便規格寸法
340mm×260mm×35mm



スリムフロント
フレームが細くシンプルで、
スタイリッシュな外観を実現。
気密性能、水密性能にも優れています。

三和シャッター

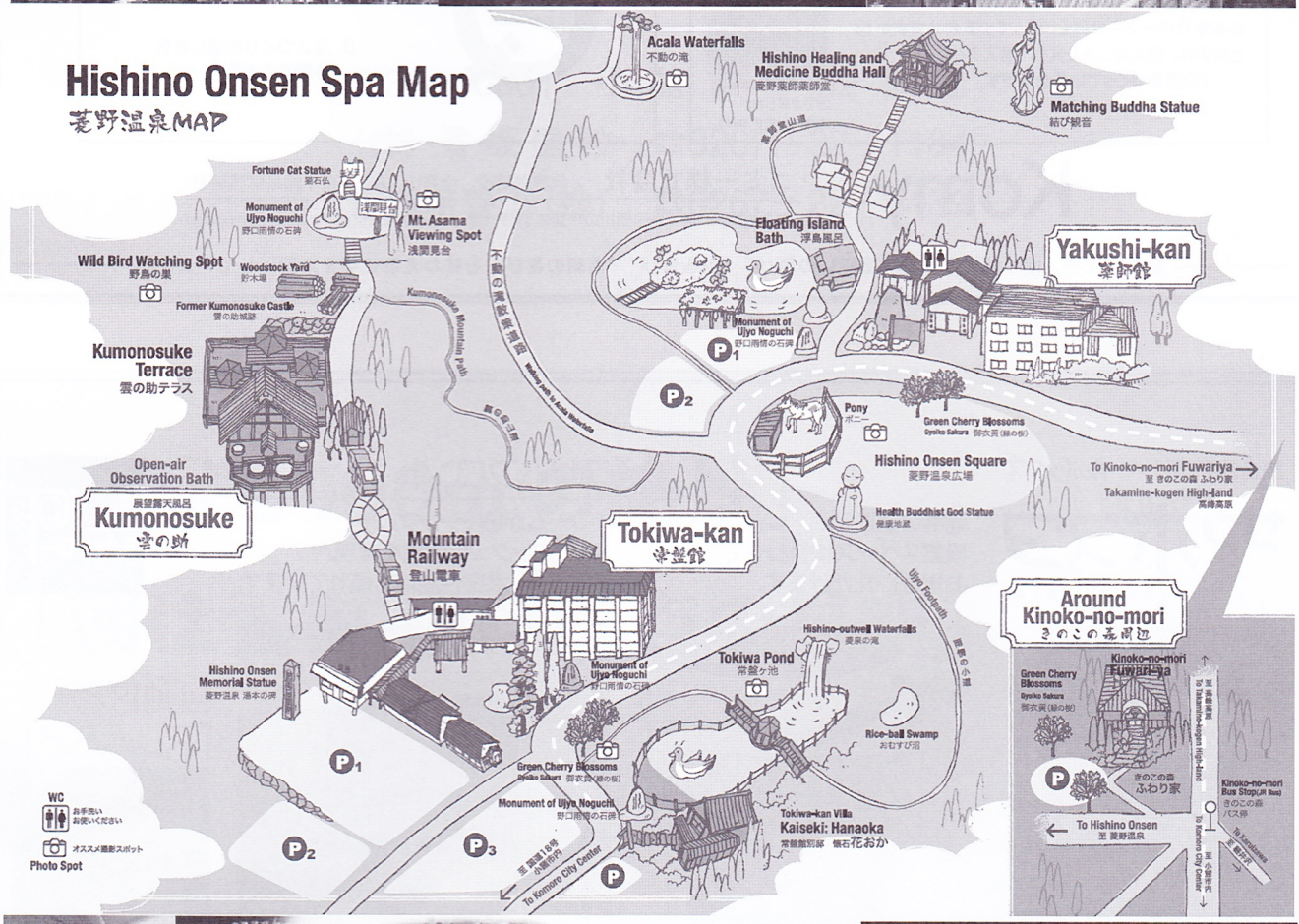


自動ドア
「スリムドア」

自動ドアのエンジンなど
マンションエントランスの改修も
承っております。

自動ドア防護柵「STガード」

三和グループ　三和シヤッター工業株式会社　03-3346-3011
元副社長 渡辺 静雄（小諸市紺屋町）東京小諸会会長



長野県小諸市菱平 533-1
Web http://www.tokiwakan.com/fuwariya/
☎0267-22-6665

登山電車で行く展望露天風呂「雲の助」
信州小諸　菱野温泉
常盤館
☎0267-22-0516

一人旅やカップルでのご利用に最適。
Yakushi-kan
菱野温泉　薬師館
☎0267-22-0077

信濃の国

浅井洌　作詞
北村季春　作曲

一. 信濃の国は十州に　境連ぬる国にして
聳ゆる山はいや高く　流るる川はいや遠し
松本伊那佐久善光寺　四つの平は肥沃の地
海こそなけれ物さわに　万ず足らわぬ事ぞなき

二. 四方に聳ゆる山々は　御嶽乗鞍駒ヶ岳
浅間は殊に活火山　いずれも国の鎮めなり
流れ淀まずゆく水は　北に犀川千曲川
南に木曽川天竜川　これまた国の固めなり

三. 木曽の谷には真木茂り　諏訪の湖には魚多し
民のかせぎも豊かにて　五穀の実らぬ里やある
しかのみならず桑とりて　蚕飼いの業の打ちひらけ
細きよすがも軽からぬ　国の命を繋ぐなり

四. 尋ねまほしき園原や　旅のやどりの寝覚の床
木曽の桟かけし世も　心してゆけ久米路橋
くる人多き筑摩の湯　月の名にたつ姨捨山
しるき名所と風雅士が　詩歌に詠てぞ伝えたる

五. 旭将軍義仲も　仁科の五郎信盛も
春台太宰先生も　象山佐久間先生も
皆此国の人にして　文武の誉たぐいなく
山と聳えて世に仰ぎ　川と流れて名は尽ず

六. 吾妻はやとし日本武嘆き給いし碓氷山
穿つ隧道二十六　夢にもこゆる汽車の道
みち一筋に学びなば　昔の人にや劣るべき
古来山河の秀でたる　国は偉人のある習い

故郷（ふるさと）

高野辰之　作詞
岡野貞一　作曲

一、兎追ひし彼の山
小鮒釣りし彼の川
夢は今も巡りて
忘れ難き故郷

二、如何にいます父母
恙無しや友がき
雨に風につけても
思ひ出づる故郷

三、志を果たして
いつの日にか歸らむ
山は青き故郷
水は清き故郷