

- 1/16 犬山城見学→みそかつを食べる→歓迎の会→クオーレ泊
- 1/17 高山観光(陣屋・ふるい街並み)→朴葉味噌を食べる→金山温泉→町民会館で交流→「鮎フライ」「鶏ちゃん」等を食べる→クオーレ泊
- 1/18 お茶もみ体験→お茶入れ・ソーセージ作り体験→昼食づくり(ダッチオープン料理・五平餅)



山に行く際のバスの中(バスレクをする中)です、すぐに話せるようになっていました。子どもたちの行動力や社交性の高さに驚かされました。

1月16日(金)から1月18日(日)にかけて、海山交流(受入事業)が行われ宮古島の子たちが白川に来てくれました。今回の研修のねらいは、①現地の小学生と交流して日常とは違った仲間との仲を深めること②白川(周辺を含む)の文化を伝えることで、自分たちの町の魅力を再確認することです。

これらの活動の中での子どもの様子を紹介します。町民会館での交流の際に、宮古島の子には実際にエイサーを踊ってもらいました。指笛や太鼓の音色、迫力のある動きを間近に見ることができました。本物の姿や真剣に取り組む姿は、人の心を動かすものであることを改めて感じることができました。

体験を通して「志の芽」を培う 海山交流事業から

白川町 教育委員会 通信

ひとなる

出張版

本編はウェブサイトをご覧ください

# ナゴシラカワ

YeahGo SHIRAKAWA

Vol. 35

加納 明義さん  
KANO MYOGI

趣味  
スポーツ、映画鑑賞

出身  
長崎県五島市

読者に一言  
厳しい時代こそ心に羅針盤を持ち、共に歩みましょう。梅花流詠讃歌で仏教に触れる体験をしませんか。まずはお気軽にお声がけください。

職歴  
僧侶

加納明義さんの記事はこちら!

## 小学生で受け入れた住職への道

仏教音楽で禅の教えを広め『善を優先する世の中へ』

白川北地区にある臨川寺で、40年以上住職を務める加納明義さん。生まれは長崎県の五島列島。これまで住職だけでなく、白川町仏教会会長や白川町文化財保護審議会委員、保護司などたくさんの活動をしてきました。社会が移り変わるなかで、変わらない仏の教えと向き合う加納さんにお話を伺ってきました。



記事全文はこちら

## 日々是移住日和

「白川町に移住してくる人ってどんな人？」

2014年に岐阜県の消滅可能性都市ワースト1位として発表された白川町ですが、実は近年移住者が増えていると話題です！実際にサポートでは昨年度で約200件の移住相談、そのうち20世帯の移住サポートをしており、移住者の数は年々緩やかに増えています。年代は、50〜60代のシニア層に加えて、近年は20〜40代の若年層が増加傾向にあります。移住の目的は様々ですが、白川町では、マルチワーカーのような働き方に加えて多拠点生活や半農半Xのような暮らし方など、生き方の選択肢が増えていることが若年層の移住につながっているのかなと思います。サポートでもこういった変化に対応したサポートを進めていきたいです！

【最近のこと】

1月から元地域おこし協力隊の澁谷さんが一緒に働くことになりました！これでサポートには20〜70代までの全年代が揃い、さらにパワーアップできそうです！



3/20(金) 蚕の市の詳細はこちら!



移住した方のインタビュー記事が読めます



NICHINICHI KORE IJU BIYORI

【執筆】地域おこし協力隊 安井里緒

## ふるさと納税レポート

1月の寄付額  
196.0万円

一力屋さんの返礼品「白川茶香るわっぱ飯」は、白川茶で煮込んだ鮎の「鮎と白川茶めし」、町産もち米を白川茶で蒸し上げた「飛騨牛と白川茶めし」、町産豚肉を白川紅茶で煮込んだ「白川紅茶の豚丼」の3種6個をお届けします。レンジ調理でき、贈り物にも好評です。白川町の魅力が詰まったこの味を、ぜひ町外のご家族やご友人にもご紹介ください。



ふるさと納税は各サイトから!



楽天市場に出店中!  
Rakuten



# 楽集館だより

下記の予定等は、状況により変更することがあります。すぐメール・ホームページなどでご確認ください。



楽集館HP

## 3月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3 休	4 白川北	5	6	7	8
9	10 休	11 黒川	12	13 蘇原	14	15
16	17 休	18	19 佐見	20	21	22
23	24 休	25	26	27	28	29
30	31 休					

- ふれあいセンター図書室** 本の入れ替え
- おはなしのじかん** 午前10時30分から
- 楽集館 de シネマ** 午後1時30分から 「ざんねんないきもの事典」(91分)
- いっしょに読書会** 午後1時30分から
- めざまししらかわ「楽集館だより」放送**
- マジックスクリーンをつくろう** 日時 3月28日(土)・29日(日) 午前10時~午後3時 場所 楽集館カウンター前 対象 どなたでも(各日先着10名)

貸し出しベスト3 (2025年1月~12月)

一般書	1 ぼんぼん彩句	宮部みゆき
	2 国宝 上 青春篇	吉田修一
	3 上機嫌の本	佐藤愛子
児童書	1 おりがみ大図鑑 決定版	新宮文明
	2 おしりたんてい かいたうしのおとしもの	トルロ
	3 おしりたんてい あらたなるかいたう	トルロ
絵本	1 パンどろぼうとりんごかめん	柴田ケイコ
	2 パンどろぼうとなぞのフランスパン	柴田ケイコ
	3 パンどろぼうとほっかほっかー	柴田ケイコ

**お知らせ**

桜と同じく愛されている花が梅です。「咲きて誇らず、散りて恨みず、清く」の句が目にとまりました。朝日新聞に掲載されている『折々のことば』(鷺田清一著)のコラムで紹介された一節です。満開の時は「誇らず」散る時は「恨まない」。桜も梅も、満開で人に愛でられ、やがて何も言わずに散ります。自然のおもむくままに咲き、散ってもなお、素直に受け入れる花の姿に惹かれます。人も雑念を捨てて花のように謙虚に生きたいものです。



**お稲荷さまの謎解き帖**  
著者/朝水想 発行/双葉社  
ああ、人間は「謎」だらけだ。神様の少年が解き明かす、人間の不思議と宿命。心温まる神様ミステリー。



**あてるだけカイロ健康法**  
著者/久保和也 発行/あさ出版  
自宅でカンタン&安全にセルフケア! 不調に対応するツボや関連する部位を温めるだけのカイロ健康法を紹介。



**サグラダ・ファミリアの謎とアントニ・ガウディ**  
著者/鳥居徳敏 発行/岩崎書店  
「未完の聖堂」と呼ばれる世界遺産サグラダ・ファミリア。140年以上たった今も建築中の理由と設計者ガウディの謎に迫ります。



**さかなをたべたあとのほね**  
著者/加藤休三 発行/福音館書店  
おいしい魚、いただきます。食べたら骨が残ったよ。みてみよう、いろんな魚のいろんな骨!

**今月の**

ミニギャラリー  
「白川町新春文芸大会 小中学生入賞作品展」  
テーマブック  
「楽集館 春のパンまつり」  
MINI GALLERY & THEME BOOK

## 館長だより

### 桜梅(おうばい)のはなし

弥生3月を迎え、水仙、菜の花など各地から花だよりが聞かれる季節になりました。楽しみにしている桜の開花は年ごとに早くなってきていて、卒業式に咲くようになってきているようです。

桜は2月1日から毎日の平均気温を合計して400度になると開花すると気象予報士が言っていました。実際には天気などによっても影響されるので、あくまでも経験則のようですが、開花予想の目安となるようです。桜の開花が早まっているのは400度に達するのが早くなっているということでしょう。温暖化はこのような現象からもうかがい知ることができます。

## 広報文芸

### 短歌

幾たびも「女だから」と夢を断つジェンダーありき八十路の女  
叔母達の逝きて昭和は遠くなり一つの時代終わりを告げる  
思い出を全て詠もうと決めた日の八十七は短歌記念日  
期限切れ食品配布の非難記事戦禍の飢餓の新聞の隅に  
正月の賑わい去りてぼんやりと鏡見ながら白髪抜きたり  
玉葱やじゃがいも買うは一個売りばやく姪へと秋じゃが持たす  
藤房の池の水面に枝垂れては げに紫の胡蝶なるべし

### 白川短歌会

水谷広海選

太田 米子  
伊藤 邦子  
今井多美子  
安江 里子  
稲垣千保子  
藤井志げ子  
水谷 広海

### 俳句

子らの跡厨に独り冴返る  
冬帝に向ひ飯桐枝広ぐ  
役辞してしみじみ眺む今日の月  
空っぼの家が又増え冴返る  
索莫としたる荒れ野に観る寒さ

### 木の芽句会

互選

安江たづ子  
伊藤 邦子  
安江 和弘  
田口 一行  
細江 辰子  
腰膝の痛みいよいよ冴返る  
狐火や戦火となりしベネズエラ  
初詣百段数え三世代  
浅春や緩き弧を描く新庁舎  
ちまちまと老いどち集ひ日向ぼこ

### 漫俳

### 漫俳句会

互選

兼題「馬」  
竹馬の友今は並んで杖をつく  
あばれ馬今では妻の尻の下  
馬合わぬ夫婦であって子沢山  
走っても尚叩かれる競馬かな  
古くてもブリキの馬穴現役ぞ  
駿馬にはなれず生涯農耕馬  
一つ事馬鹿を極めて芸術家  
がんと親父何言われても馬耳東風  
村芝居おぼつかなくて馬の足  
固結び合格願う親の絵馬

### 席題「卵」

投句数二十九句

オリンピック卵が育ち金をとる  
卵焼きだけの娘が嫁に行き  
醜男も卵の殻で顔みがく  
卵白でバックしたててお出迎え  
鶏小屋で産まれる卵待つ子供

長谷川めぐみ  
川上 その  
榎山 則子  
安江 里子  
田口 芳恵  
たがゆるめ  
安江 コヨ  
中島 美苗  
田口みよ子  
細瀬 具幸  
安江 里子  
榎山 則子  
川上 その  
長谷川めぐみ

後藤つゆ子  
細瀬 具幸  
たがゆるめ  
山本 榮子  
川上 その

# 保健センター通信

保健福祉課保健係  
☎0574-72-2317  
(内線 310)

## 3月1日～3月8日は女性の健康週間です

～AYA世代の女性の健康について～

AYA世代とは、Adolescent and Young Adultの頭文字をとったもので、主に15歳から39歳までを指しています。AYA世代のがんは、女性が8割をしめており、「子宮頸がん」及び「乳がん」にかかる方が増加傾向にあります。

▶20歳を過ぎたら「子宮頸がん検診」を受けましょう。子宮頸がん(子宮の入口のがん)は20歳代でも発症する人が増えており、特に30歳代～50歳代で多いがんです。

▶40歳を過ぎたら「乳がん検診」を受けましょう。乳がんはかかる人の割合が高く、死亡原因の上位に位置しているがんです。

### まとめ

がんは早期に発見し治療することで、死亡を防ぐことができます。自覚症状がないうちから定期的に検診を受けましょう。

健康を支える基本は生活習慣です。食事のバランスに気を付け、運動の習慣を取り入れるなど、毎日の小さな積み重ねが健康を保つためのポイントです。



## 保健センターからのお知らせ

### 3月は「自殺対策強化月間」です

進学や就職、異動など3月は生活の変化があり、心身に負担がかかりやすい時です。国では、3月を「自殺対策強化月間」として、相談体制の充実や啓発活動を推進しています。

令和6年の全国の自殺者数は、20,320人です。減少傾向で、過去2番目に少ない数値となりました。

一方、小中高生の自殺者数は、529人で過去最多となり、これは、最も数が少なかった平成5年と比べ約2.7倍です。

白川町は、経年平均で見ると減少していますが、全国・岐阜県と比較して高い状況です。また、全国と同様、男性の自殺者数が多い状況です。

自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)

	白川町	岐阜県	全国
令和2年～6年	26.2	16.5	16.7

出典:いのちを支える自殺対策推進センター「自殺対策プロファイル2025」

#### ■一人で悩まず相談しましょう

・各種こころの健康相談

自殺の背景には、人間関係や健康問題など複数の問題が複雑に絡んでいます。悩みに応じて各種窓口、電話、面談、SNSで相談できます。



白川町ウェブサイト

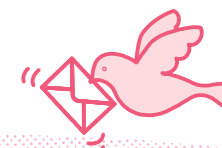
#### ■ゲートキーパー

・周囲の人の理解や気づき、声かけ、見守りが大切な命を守ることに繋がります。



ゲートキーパーについて

# 総合相談係からのお知らせ



## ●3月3日は「耳の日」～耳の不調はありませんか～

聴力は40歳代から低下し、65歳を超えると聞こえにくさを感じる人は急増、75歳以上では2人に1人が何かしら耳の不調を抱えているといわれています。歳だからと放置せず対処することは、いきいきとした暮らしにつながります。

### 耳の不調を放置すると、以下のような心配が考えられます。

・人の集まる場所への外出が減る。歩かないので体力が低下し転倒しやすくなる。

・人との交流が減り自信喪失や社会的孤立につながると、鬱や認知症発症のリスクが高まる。

### こんな耳の不調はありませんか。(自己チェックをしてみましょう)

- 耳鳴りが長時間続く
- テレビの音量が以前より大きい

日常でのブザー、チャイムなどに気付かない

会話を聞き返すことが多くなった

話す声が大きいと言われる など

### 当てはまるチェック項目がある場合は

#### 耳鼻咽喉科に相談しましょう

・耳の不調の原因は加齢だけではなく、耳垢の詰まりや中耳炎など別の病気が原因のこともあります。原因が分かれば、治療をすることで改善の可能性があります。

・耳鼻咽喉科で詳しい検査を受け、難聴の程度によっては補聴器を勧められることもあります。適切な補聴器の利用で聴力を補いましょう。



生活や介護に関するご相談は ☎0574-74-0808(地域包括支援センター直通)

## 健康レシピ

vol.118 キャベツ



1日-2g  
適塩生活

キャベツに含まれるビタミンUは、ビタミン様物質(ビタミンと似た働きをする成分のこと)と呼ばれ、胃酸の分泌を抑え、胃潰瘍や十二指腸潰瘍を予防する効果が期待されます。

### キャベツと鶏肉のガリバタ炒め

■ 1人分 エネルギー・138kcal / 食塩相当量・0.7g / 野菜量 80g

#### 《材料》(2人分)

- ・キャベツ...葉約1枚(約160g)
- ・鶏もも肉.....約1/3枚(約80g)
- ・しいたけ.....2個
- ・にんにく.....約1/2かけ(チューブの場合.....小さじ1弱)
- ・バター.....小さじ2
- ・しょうゆ.....小さじ1
- ① 料理酒.....小さじ2
- ・黒こしょう.....少々

#### 《作り方》

1. キャベツは3cm幅のざく切り、鶏もも肉は一口大、しいたけは薄切り、にんにくはみじん切りにする。
2. 弱火で熱したフライパンにバターを入れて溶かし、みじん切りにしたにんにくを入れて炒める。
3. 香りが立ったら鶏肉を皮目から入れて、中火で焼く。
4. 鶏肉に焼き色がついたら、キャベツとしいたけを入れ、炒める。
5. しんなりしてきたら、①を入れて炒める。
6. 皿に盛り付ける。お好みで黒こしょうをふる。



「まめな白川いきいきプラン(食育推進計画)」に基づき「野菜を1日5皿食べよう」を推進します。

[保健福祉課保健係 ☎内線310]



# まちのうごき



## 白川ワークドット通信

白川ワークドット協同組合は、白川町内企業がつくる団体。  
組合所属の企業は、繁忙期が異なる仕事を複業する  
“マルチワーカー”を受け入れることで、人手不足の解消につなげています。

ワークドット組合員

マルチワーカー

株式会社Sunpo(児嶋 健)さん × 菊地 啓太さん



公式Instagramでも  
情報発信中!



ワークドット組合員募集中!

問い合わせは  
shirakawaworkdot@gmail.com まで!

- 株式会社Sunpoの事業概要を教えてください。  
里山での農園滞在、農産物販売、クラフトビール醸造を通じ、地域の魅力を発信する事業です。
- 株式会社Sunpoの特徴や魅力はなんですか。  
里山での農園滞在と自家醸造ビールを軸に、自然体験と地域の魅力を味わえることです。
- マルチワーカーを受け入れたきっかけや仕事内容は。  
菊地さんとは、受け入れ前から面識があり、黒川への移住にあたり弊社で働くことを検討されていました。その際、兼業という働き方を実現する手段として、ワークドットの仕組みを利用しました。

### マルチワーカーから一言!

アットホームかつ熱量があり、農業やビール醸造、アクティビティ、出店など様々な仕事を経験させていただいています。  
顧客がどんな商品やサービスを求めているのか、それに対してどう価値提供できるのかをスタッフみんなで試行錯誤しながら働いています。そして出店などで自分が手がけた商品が顧客の手に渡り、喜んでいただく表情を見ることにやりがいを感じています。  
2026年3月でワークドットを卒業し、株式会社Sunpoへ正規入社することとなりました。  
これまでの経験を活かしつつ、より経営にも携わらせていただき、さまざまなアプローチで白川町を盛り上げていきます。

白川ワークドット協同組合 / 白川町三川923-4

### 01 | 23 (金) 可茂地域公衆衛生協議会長表彰



長年にわたり食生活改善推進員として、白川町の食生活改善活動に貢献された鈴木綾子さん(中川)が、可茂地域公衆衛生協議会長表彰を受賞され、表彰状が伝達されました。鈴木さんは12年以上にわたり活動を継続し、過去には会長職も務められました。周囲の声に耳を傾けながらリーダーシップを発揮し、地域住民の健康づくりに尽力されています。

### 01 | 19 (月) 厚生労働大臣 統計功労者表彰



統計調査員として数多くの統計業務に貢献された今井悦子さん(久室)に対し、岐阜県知事から感謝状が贈られました。今井さんは32年間で48回もの調査に従事されました。「地元の皆さんと協力しながら取り組むことができた」とこれまでの活動を振り返り、その多大なる功績が今回の表彰につながりました。

### 01 | 16 (金) 令和7年秋の褒章 黄綬褒章を受章



多年にわたり林業に従事し、地域の産業振興に貢献された加藤一昭さん(中新田)が黄綬褒章を受章され、佐伯町長へ報告されました。加藤さんは長年にわたり現場の第一線で尽力され、周囲の模範となるリーダーシップを発揮してこられました。そのひたむきな姿勢と多大なる功績が認められ、今回の栄えある受章となりました。

### 02 | 08 (日) 全国手もみ茶振興会 資格認定試験・講習会



飛騨美濃特産名人の館「茶・ちゃ・チャ」で、全国手もみ茶の資格認定試験と講習会が開催されました。  
各地から集まった参加者は、日頃培った技術を披露し、真剣な表情で茶葉と向き合いました。講師からは技術とともに、手もみ茶の歴史や文化についても指導され、参加者にとって技術と知識を深める実りある時間となりました。

### 02 | 03 (火) 町内に鬼が現る! 「節分の行事」



節分の行事として、町内の保育園や健遊館で恒例の豆まきが行われました。この行事は、町民有志が鬼に扮して各施設を巡るもので、20年以上続く冬の伝統となっています。突然現れた鬼に園児たちは驚きながらも、「好き嫌いをしない」、「友達と仲良くする」といった約束を交わし、元気いっぱいに豆をまいて邪気を払いました。

### 01 | 28 (水) 東濃信用金庫が地域振興協力基金助成金を恵贈



公益財団法人とうしん地域振興協力基金から助成金10万円が交付されました。  
「とうしん基金」は東濃信用金庫が設立した基金で、地域産業の振興や社会福祉の向上、社会文化活動、地域活性化のために助成を行っているものです。今年度は美濃白川ふるさとまつりの開催に活用されました。



ANKI NI ODEKAKE SHIRAKAWA

あんきに

おでかけ  
しらかわ

待ち時間も楽しみに  
新庁舎のくつろぎ空間



白川町コミュニティバスセンター  
○受付時間: 9時から18時まで  
(平日、土日祝とも)  
○電話番号: 74-1001

新庁舎の開庁により、公共交通をご利用の皆さんが、これまで以上に快適にバスをお待ちいただける環境が整いました。庁舎内の待合スペースでは、ゆったりと座って休憩でき、近くでお買い物した後も、荷物を置いて安心してお待ちいただけます。  
また、庁舎内のカフェでは、飲み物や軽食を楽しみながら、ゆったりとした時間を過ごすこともできます。移動の合間も心地よく過ごせる新庁舎を、ぜひ公共交通とあわせてご利用ください。

