



奈川の人口	
令和7年9月1日現在	
総世帯数	284世帯
総人口	534人
男	262人
女	272人
発行 奈川公民館	
発行者 奥原広幸	
編集者 公民館報編集委員会	
印刷 (株)プラルト	

夏休み中の子どもの居場所を提供する子どもひろば

子どもたちは青空の下、ダムの放水にかかる大きな虹に

た。
大町市の扇沢から電気バスに乗り15分ほどで黒部ダム駅に到着。階段60段コースを進むと、巨大な黒部ダムが一望できます。ダムからの迫力満点の放水、雄大な北アルプスの山々は素晴らしい景色でした。

7月28日、夏休み子どもひろば利用の子どもたち、保護者の方や体力づくりサポーターの皆さんで「黒部ダム見学」に出かけました。

ツリーイング
奈川高原の森の風が清々しい!



子どもたちは、地元のツリーイング・インストラクターの丸山春男さんから専用ロープを使った木登りの方法を教わると、直ぐにコツをつかみ、大きなミズナラの木をどんどん登っていました。丸山さんにブランコの様にロープをゆすってもらい、森の中の爽やかな風を楽しんでいました。昼食は「そばの里奈川」で特別に作っていただいたカレーです。おかわりする子どもがいるほど、美味しく好評でした。

7月30日、奈川高原自然観察の森で、毎年恒例のツリーイング(木登り)体験を行いました。子どもたちは、地元のツリーイング・インストラクターの丸山春男さんから専用ロープを使った木登りの方法を教わると、直ぐにコツをつかみ、大きなミズナラの木をどんどん登っていました。丸山さんにブランコの様にロープをゆすってもらい、森の中の爽やかな風を楽しんでいました。昼食は「そばの里奈川」で特別に作っていただいたカレーです。おかわりする子どもがいるほど、美味しく好評でした。

**黒部ダム
見学バスツアー**



この夏に松本市立博物館で開催された特別展「地獄の入口」十王のいるところ」に、古宿町会に残る十王像や林照寺の地獄絵図が展示され、来館者の関心を集めました。古宿町内公民館では参加者を募り、8月20日に特別展の見学に出かけました。日頃、十王堂の管理をされている地元の皆さんは、薄暗いお堂から初めて外に出たその姿に感動し見入っていました。

特別展が終わり、お堂に戻った十王像は、これからも地域の皆さんによって大切に守られていくことでしょう。

古宿の十王像など博物館に展示



写真提供・市立博物館

本年度は、阿智村の「満蒙開拓平和記念館」を訪れました。



記念館の説明を聞く参加者

8/25

人権啓発視察研修

記念館は当時の事実を伝える国内唯一の施設で、戦後80年となる今年は、来館者が増えていたようです。疲弊した農村経済の立て直しのほか、軍事目的も背景に、国策として推し進められた満蒙開拓には、奈川からも100人を超える方々が送り出されています。四割以上の方が犠牲となっています。父親と嫁ぎ先の義母が開拓団員だったという参加者は「当時の事実を知ることができ、本当に来てよかった」と話していました。

青空マルシェ&マーケット 2025



8月9日、今年で3回目となる「ながわ青空マルシェ&マーケット」が奈川保育園とながわ山彩館を会場として行われました。

保育園では手作りの品物やお菓子などが並び、ピアノのミニコンサートが行われ、園庭ではヨーヨー釣りやスイカ割りに、子どもたちの歓声が上がっていました。

また、山彩館では小学生の焼きとうもろこし販売や様々なキッチンカーの出店があり、賑わいを見せていました。

奈川
ピカイチ

「高木ファーム」に伺いました！

高木ファームは、標高1200mを超える奈川高原に広がる農場です。白樺の木々に囲まれた農場ではサウナで使われるヴィヒタ作りが行われています。

ヴィヒタとは、白樺の若い枝葉を束ねたものでフィンランド式サウナには欠かせないアイテムです。植物の香りによるリラックス効果など近年日本でも広がりを見せています。

そのヴィヒタ作りのこだわりや夢などを高木夫妻にお話いただきました。

■「高木ファーム」を立ち上げた経緯は？

18年前に父が奈川高原を訪れ、この地でささゆりの花の増殖を手掛けました。そしてその3年後、自分も手伝うようになり、現在は高木ファームの白樺の枝葉を使い、サウナの中で使われるヴィヒタ作りに集中しています。4年目となるヴィヒタ作りですが、作り手が少ないため全国から依頼があります。

■「高木ファームのヴィヒタ」のおすすめポイントは？

収穫したての白樺の葉は甘い香りが漂い心身ともに癒されます。白樺の枝葉や枝の節が体に当たっても痛くならないようにしたり、持ち手の部分もただ束ねるのではなく持ちやすいように工夫を重ねました。そのヴィヒタを乾燥させて出荷しています。

■ 今後の挑戦は？

ヴィヒタ用にハーブも育て始めました。年間を通して最高の奈川産ヴィヒタ作りを目指していきます。そして多くの方からの要望に応えるためにサウナ作り、最高のヴィヒタを使った癒しの場を提供したいと考えています。

高木夫妻の
最高の奈川産ヴィヒタ作り



〔高木ファーム〕
HP: <https://nokibi.com/>
場所: 松本市奈川1173-93
電話: 090-4610-3971



三和～マスつかみ



追分～BBQ大会



みより～マスつかみ



古宿～松本市立博物館



三和～マスの塩焼き

奈川各町内公民館夏

野麦路



奈川でも真夏日が続いた今年の夏。7月末の炎天下に、川浦方面へ草刈り作業に出かけた時のことです。

まずは石室からと思い現場に向かうと、すでに誰かが刈ってくれてありました。しかも、少し離れた比丘尼の墓周辺もです。

どなただろうと思案しながらブナの森に移動して看板や石碑の周りの草を刈った後、旧野麦街道入口まで足を延ばし、その周辺を済ませて帰りました。

5月下旬に1回目の草刈りをしてからちょうど2か月が過ぎ、そろそろ2回目と目についた方が自主的に刈ってくれたものと思われま。

日頃から史跡等の保存に協力いただいている方ではないかと察しますが、そのご厚意に感謝いたします。

地区内各所に残る石仏群なども、各集落の方々が大切に守っていただきありがとうございます。思っていましたので、この機会に感謝の気持ちを伝えしなくては紙面をお借りした次第です。

(館長日記)