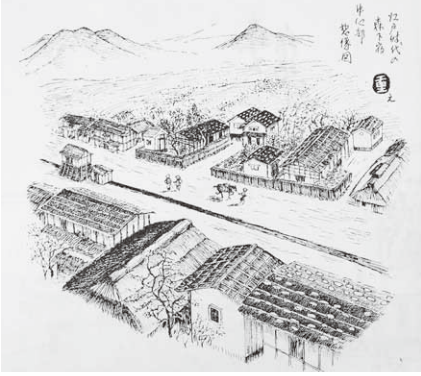


森下宿のにぎわい

道は、人が行き来をするのにとどまらず、商品、文化の流れを生み、地域の発展にも大きな役割を果たす。中世の頃から、利根川の東側の道が沼田と前橋をつなぐ道として利用されてきた。江戸時代となり、この道が沼田藩主の参勤交代に利用されるようになり、沼田街道(東通り)と呼ばれた。この道筋は沼田、森下、南雲、溝呂木、米野へと続き、それぞれの村には宿場が設けられた。村は宿場に人・馬を準備し、役人などの旅客、荷物、通信などの世話をした。また、役人のための問屋なども置かれた。この頃から、森下は宿場として発展を遂げていった。



江戸時代の森下宿(画・山口重雄)

森下の真下家所蔵の資料には「元禄二年、森下の上、中、下の三宿が協定し市日を決め夏には夜店なども出された。宿場通りの家の多くは半農半商でそれぞれに屋号を持ち、店舗は酒醸造元二軒、味噌醤油醸造二軒、旅人宿三軒、小料理屋、油屋、豆腐屋、呉服屋、雑貨荒物、染物屋、材木商、質屋金融業などあり、本陣と称する高級武士の宿泊所などもあり」とある。また、資料は「高遠石工、越後大工、会津屋根屋などの他国の職人が森下宿に来往していた」ともある。これらの資料から、森下宿に各地から人が集まり、多くの商売が行われ、沼田城下の玄関口の要地としてにぎわっていたことを示している。

にぎわっていた森下宿であったが、寛文八年、沼田藩主の参勤交代路が利根川西通り(屋形原・岩本・白井)にかわることで、にぎわいはしだいに薄れていった。現在、森下の通りに宿場の面影はないが、地名や名称などにその名残が残されている。

参考 村誌久呂保、群馬県立文書館資料、利根沼田歴史民俗事典

昭和村ボランティアガイドの会

理事 堤 義樹



地域包括支援センターだより

## 日常生活自立支援事業をご存じですか

### ～こんな悩みごとありませんか～

#### 福祉サービスを利用したいけど手続きが心配

- ① **どんな人が利用できるの？**
  - ・昭和村在住で、自分ひとりで契約などの判断をすることが不安な人や、お金の管理に困っている人(認知症高齢者や知的障がい者、精神障がい者など判断能力が不十分な人)
  - ・ご本人がこの日常生活自立支援事業を利用する意思が確認できるとともに、利用のための契約ができる人



- ② **どんなことをしてくれるの？**
  - ・福祉サービスを安心して利用できるようにお手伝いします。
  - ・生活に必要なお金の出し入れをお手伝いします。
  - ・大切な通帳や印鑑、書類などをお預かりします。

#### 物忘れがあって通帳やお金の管理が心配

- ③ **利用するのにお金はかかるの？**
  - ・相談や契約書類などの作成は無料です。
  - ・預貯金の払戻しや支払いなどの支援は、1時間あたり1,200円の利用料がかかります。(一部助成あります)
- ④ **どんな人が手伝ってくれるの？**
  - ・社会福祉協議会や地域包括支援センターの職員、それぞれの地域から推薦された生活支援員がお手伝いします。



問合せ 地域包括支援センター ☎ 20-1126



ごみやリサイクルに関する話題をお届けします。

▶ 問合せ 産業課産業振興係 ☎ 24-5111 (内線152)

## 3きり運動で食品ロスを防ごう

家庭から出る燃やせるごみの中で最も多いのが「生ごみ」で、そのうち食べ残しや期限切れ、野菜や果物の皮の厚むきなど、本来食べることができた部分が「食品ロス」です。ごみを減らすためには「生ごみ」の減量や「食品ロス」の削減が欠かせません。3きり運動にご賛同いただき、ごみの減量化にご協力をお願いします。

### 1 使いきり (食材を使いきる)

買い物前は冷蔵庫をチェックし、残っている食材から使いましょ。また、週に1回は消費期限が近い食材を使い切る日を設け、食材は使い切りましょ。

食品の期限表示は「消費期限」と「賞味期限」があります。消費期限は「食べても安全な期限」で、傷みやすい食品に表示されています。賞味期限は「おいしく食べる」ことができる期限」で、日持ちする食品に



食材の使いきり



料理の食べきり



捨てる前に水きり

表示されています。

なお、期限を過ぎてもすぐ廃棄せずに、食べられるかどうかを自分で判断することも大切です。

### 2 食べきり (残さず食べきる)

日頃から、食べきれぬ分量を把握しておき、料理を作りすぎないようにしましょ。食べきれずに残ったら別の料理に作り替えるなど、工夫して食べきりましょ。

### 3 水きり (ごみを出す前に水をきる)

生ごみを捨てる際は、しっかりと水きりをしましょ。生ごみの約8割は水分であるといわれており、水きりすることで生ごみを減らすことができます。

このほか、外食に行った時は、注文したものは食べきる、食べきれないときは持ち帰るなど、食品ロスを防ぎましょ。

## 地域おこし協力隊通信

▶ 問合せ 企画課地域振興係 ☎ 24-5111 (内線141)



絶好の稲刈り日和でした

**道**の駅「あぐりーむ昭和」で行っているレンタル農園の利用者の皆さんと一緒に、10月2日に稲刈りをしてきました。お米は「ひとめぼれ」という品種で、粘りが強く甘みがあるのが特徴です。

この日は快晴で、稲も金色、ちょうどよい稲刈り日和でした。一年ぶりに手押しコンバインを操縦しました。はじめは緊張で肩に



昭和村地域おこし協力隊 高橋 梨果子 隊員

道の駅「あぐりーむ昭和」観光交流室で活動中!



手刈りとコンバインの操作を体験

変な力が入っていましたが、しばらく操縦していると落ち着いて操作することができました。レンタル農園の利用者さんは昨年と同じメンバーだったので「今年のお米はどうかしら」などと話をしながら、稲刈りや稲架掛けを行いました。こうして、稲作の作業は無事終了しました。