四賀地区地域づくり協議会

協議会だより

Vol.71
2026.11.1 発行
発行:四賀地区地域づくり協議会
編集:四賀クリエイション

八祖まつり 開催のお知らせ

聴いて、遊んで、浄化して。

洞光寺所蔵の県宝「絹本著色真言八祖像」の公開に合わせてのイベントです。
八祖とはインド、中国、日本と三国を伝来してきた真言密教の主たる継承者八名の僧侶です。
洞光寺では、応永 13 年 (1406) 室町時代初期に描かれた真言八祖の貴重な掛け軸を大切に保管しています。その掛け軸を 11 月 3 日～9 日 9:00 ～ 16:00 まで公開します。
掛け軸の公開に合わせて八祖まつりを開催しますので、ぜひ洞光寺へお越しください。



日時：11 月 7 日（土）9:00 ～ 17:30
（真言八祖像の拝観は 9:00 ～ 16:00 ）
会場：洞光寺　松本市刈谷原町 692
料金：拝観料は無料
問合せ先：洞光寺住職　松本諦宗
電話番号：0263-64-2776

限定御朱印有り！





- **体験＆ワークショップ（体験により有料のもの有り）**
  お灸体験 / 似顔絵塗り絵 WS / お香作り WS
  米袋バッグ＆コインケース作り WS
- **四賀地区ゆかりの飲食店によるマルシェ出店**（11:00 ～ 15:00）
  焼き鳥 / パン / カレー / 飲み物 / おにぎり / 焼き芋 / 焼き菓子
- **音楽ライブ** (10:00 ～ 15:00)
- **洞光寺音頭** 参加型盆踊り (15:00 ～ 16:00)
- **新声明音楽と舞の夕べ** (16:00 ～ 17:30)
  真言僧 X 3 日満月 X 大宮ダイスケ共演の声明音楽の奉納コンサート
- **八祖まつりご縁蕎麦焼き**（数量限定の振る舞い）

ハレホレ八祖まつり QR

もみ殻を無料で差し上げます

反町農協では営業時間中、もみ殻を無料で差し上げています。
様々な活用方法があるもみ殻を、有効利用してみませんか。

営業日：火曜・土曜（お盆と年末年始を除く）
営業時間：8:00 ～ 17:00
住所：反町 683
問合せ先：反町農協 0263-64-3006

事前に連絡の上でお越しください。
時期により在庫が少ない場合があります。
もみ殻を入れる袋などをお持ちください。
（袋は販売もあります）

教えて竹ノ粉さん

竹の粉堆肥ってどんなもの？ どんなふうに使うの？



＜肥料はどうすればいいの？＞

元肥は従来入れていた量より少なく（２/３～１/２）してください。
乳酸菌の出す乳酸の効果で根張りが良くなるため効率よく肥料成分が吸収できるからです。

・追肥は基本必要なくなりますが、成長状態を良く観察し適宜行ってください。
・ナスやネギ等肥料がたくさん必要な作物は、従来通り追肥を行います。
　追肥も元肥同様、量は少なめにしてください。
・肥料の種類は化学肥料、有機肥料どちらでも構いませんが、化学肥料は土を固くしてしまう働きが有るので注意しましょう！

今後も竹の粉堆肥について詳しい使い方などをお知らせします。
竹の粉堆肥についての問合せ先：株式会社 竹ノ粉 0263-88-2675

信州森林環境セミナー2026 マツが枯れると森はどうなる？

～マツ枯れから考える里山の未来～



日時：11月18日（水） 12:00～15:40
会場：四賀支所ピナスホール
料金：無料
問合せ先：四賀むらづくり株式会社
電話番号：0263-64-4447

ハレホレマツ枯れセミナー QR

MAB結成20年 感謝感謝コンサート



日時：11月23日（月・祝） 13:30 開演
会場：四賀支所ピナスホール
料金：無料
問合せ先：MAB代表（奥こし）
電話番号：090-1829-0550

ハレホレMABコンサート QR

食改☆旬だより
おすすめ食材
＜11月＞

かぼちゃ
白菜

【かぼちゃ】おすすめの食べ方
かぼちゃ厚揚げ煮物・かぼちゃきのこグラタン・カレーマヨ炒め

【白菜】おすすめの食べ方
豚バラ白菜炒め・白菜鶏団子スープ・ツナ白菜サラダ

旬の味を楽しんでくださいね♪
＜提供：四賀地区食生活改善推進協議会＞



ハレホレ協議会だより

協議会だよりは、ハレホレ四賀のしが便りページからもご覧いただけます。
次号は12月1日発行です。どうぞお楽しみに！