

新年あけましておめでとうございます。

寒い日々が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

地域の皆さまには、日頃より工事へのご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

今回は、今年の干支「丙午」春先における健康管理 についてご紹介させていただきます。

今年の干支は 丙午(ひのえうま)

干支とは「十干(じっかん)」と「十二支」を組み合わせた暦の数え方「十干十二支」を略した言葉です。十干と十二支は、それぞれ10年 12年の周期で、この二つを組み合わせることで干支となり、この干支の組み合わせは60通りあります。つまり今年の干支が次に訪れるのは60年後、2086年ということになります。そんな60年に一度しか出会えない干支、「丙午」について紹介させていただきます。

十干 3番目の「丙」

十干は10種類あり、今年の丙は甲、乙に続き3番目にあたります。十干にはそれぞれ「木・火・土・金・水」の五行と呼ばれる属性があります。

この五行には「木」が燃えて「火」になる。「火」が燃えて灰と「土」になる。「土」から「金」属が生まれ金属の表面には「水」が付着する。「水」は「木」を育てる。という関係があるようです。

今年の十干「丙」の五行は火、明るさや成長、情熱、前向きなエネルギーを意味します。

十二支 7番目の「午」

十二支は12種類あり、子(ね)、丑(うし)と続き午(うま)は7番目にあたります。

馬が走っている姿からも想像できるように、「午」は前進や行動力、活発さを象徴する干支で、物事が動き出しやすい年とされています。

また、十二支のお話の中で午は、神様に認められるため、他の動物たちと山のてっぺんまで競い合っている中、挫折そうになっていた羊を励ましなが、一緒にゴールする気遣いが出る面もあります。

2026年は、明るく前向きな「丙」と、活発に行動し物事が動き出す「午」が組み合わせる、強いエネルギーをもつ縁起の良い年です。

ただ、勢い良すぎて制御ができなくなるといった迷信もあります。自分の情熱と行動力で突っ走るのではなく、十二支のお話の午のように家族、友人など身の回りの方に目を向けて、共に成長できる1年にしていきましょう。



～季節の変わり目「春バテ」に注意！～

春先は暖かくなりはじめ、体調不良にならなそうですが、実は「春バテ」になりやすい季節です。「春バテ」とは冬から春にかけての自律神経の乱れによる心身の不調のことを言います。

自律神経は寝不足や、バランスの悪い食事のような悪い生活習慣だけでなく、日照時間の変化、人間関係の変化といったことでも乱れるそうです。

そんな春バテをどのように予防すればよいか簡単なものをあげてみました。

- ・朝は決まった時間に起床し、カーテンを開けて部屋に朝日が入るようにする。さらに朝食を食べる。
- ・気温が暖かくなってきても湯船に浸かる。40℃くらいのぬるめのお湯に15分がベスト。
- ・イライラなどのストレスはその日のうちに解消。少し外出して散歩、少しストレッチ、これだけでもストレス解消になるようです。

健康な体で、丙午の年を過ごせるように生活に取り入れてみてください。

令和4年度 三遠南信7号橋下部工事



お礼の言葉

皆様、こんにちは。

この度令和7年12月12日をもちまして、三遠南信7号橋下部工事が無事に完成を迎えることができました。令和5年4月から工事を着手し約3年の間、地域の皆様にはご理解ご協力いただき、心より感謝とお礼を申し上げます。

工事完成写真

至 矢筈IC



仮設構台の下に
7号橋A2橋台が
隠れています。

至 飯田上久堅、
喬木富田IC



A2橋台



吉川建設株式会社

本社 飯田市東和町2丁目35番地
丘の上結いスクエア4階
TEL 0265-22-3400

現場事務所
下伊那郡喬木村11379-1
TEL 0265-48-6811

現場担当者
現場代理人 宮城 佳永
監理技術者 村澤 孝之

令和5年度 三遠南信2号トンネル工事

工事進捗状況

令和5年度三遠南信2号トンネル工事の施工をしております、名工建設株式会社です。日頃より、工事にご理解とご協力をいただきまして誠にありがとうございます。現在、全長187mのトンネルにおいて170m程度まで掘削が完了しております。年明け早々に貫通し、年明けからは底部や内側壁にコンクリートを打設する作業を開始します。施工に伴い材料や残土の搬入出があり、沿道の皆様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、安全最優先にて作業を進めてまいりますので、ご理解・ご協力よろしくお願い致します。

施工位置図



進捗状況写真（坑口付近）



施工状況写真（坑内）



名工建設株式会社

現場代理人

小瀧 諒子

監理技術者

長谷川 博紀

【事務所】長野県下伊那郡喬木村大和知

11954-1

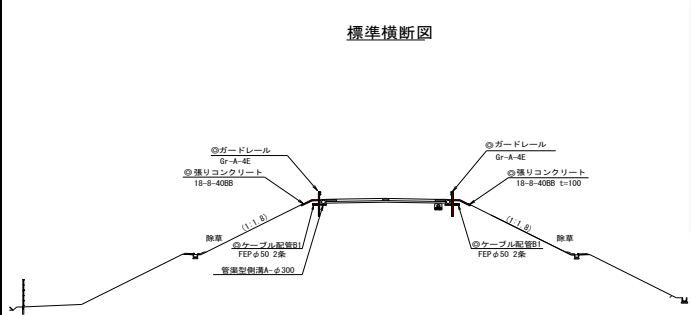
TEL0265-49-4724

FAX0265-49-4725

令和7年度 三遠南信飯喬整備工事

工事着手挨拶

この度「令和7年度 三遠南信飯喬整備工事」を施工することとなりました、(株)宮坂組と申します。
この工事は三遠南信自動車道(3工区)に伴う整備工事であります。飯田市上久堅～下伊那郡喬木村富田地先
にかけ、現場内整備や防護柵、道路付属施設等、施設整備する工事です。
喬木村氏乗から飯田市知久平への残土運搬も施工しますので、大型車両や工事関係車両の頻繁な通行があり
ます。
工事期間中におきまして、近隣住民方にはご迷惑をおかけすることとなりますが、安全第一で地元の方に配
慮による施工をおこないますので、工事期間中のご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



工期：令和7年10月1日～令和8年3月27日
工事内容
道路土工1式、防護柵工1式、標識工1式
道路付属施設工1式、除草工1式、仮設工1式
現場担当者
現場代理人・監理技術者 中村正樹

ご協力
よろしくお願いいたします。



～地域から必要とされる会社を目指します～



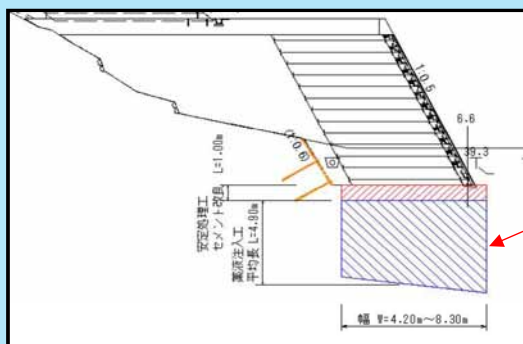
令和6年度

三遠南信八重河内道路建設工事

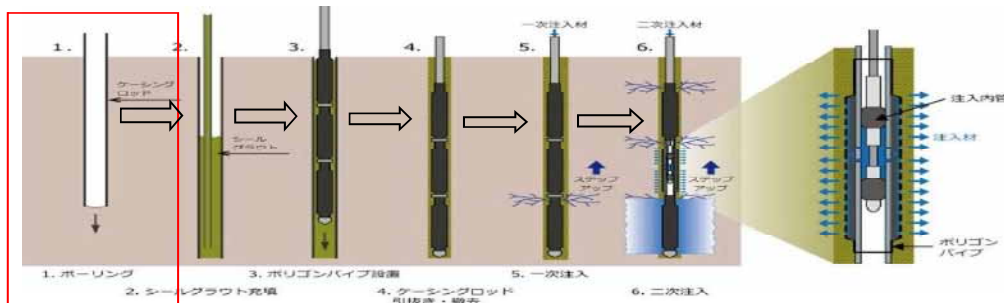
『令和6年度 三遠南信八重河内道路建設工事』を施工しております、神稲建設株式会社です。
日頃より沿道の皆様方には多大なご協力を頂き、誠にありがとうございます。

工事は、擁壁基礎部の地盤強度を補うための地盤改良工事を行っており、現在は地盤より深い部分の地盤改良を実施しております。

安全第一で工事を進めて参りますので、今後とも皆様方のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



地盤改良状況（薬液注入工）



ご協力よろしく申し上げます TEL 0265-59-7011

現場担当者

現場代理人：熊谷 咲哉
監理技術者：増田 健治

工事施工内容

道路土工 1式 擁壁工 1式 地盤改良工 1式
排水構造物工 1式 仮設工 1式
工期：令和7年 4月 1日 ~ 令和8年 3月 31日

大地、そして人、未来を語り今を創る

KUMASHIRO



くましろ
神稲建設株式会社

令和7年度 三遠南信八重河内道路建設工事

この度、令和7年度 三遠南信八重河内道路建設工事を施工させていただき、正光建設株式会社です。

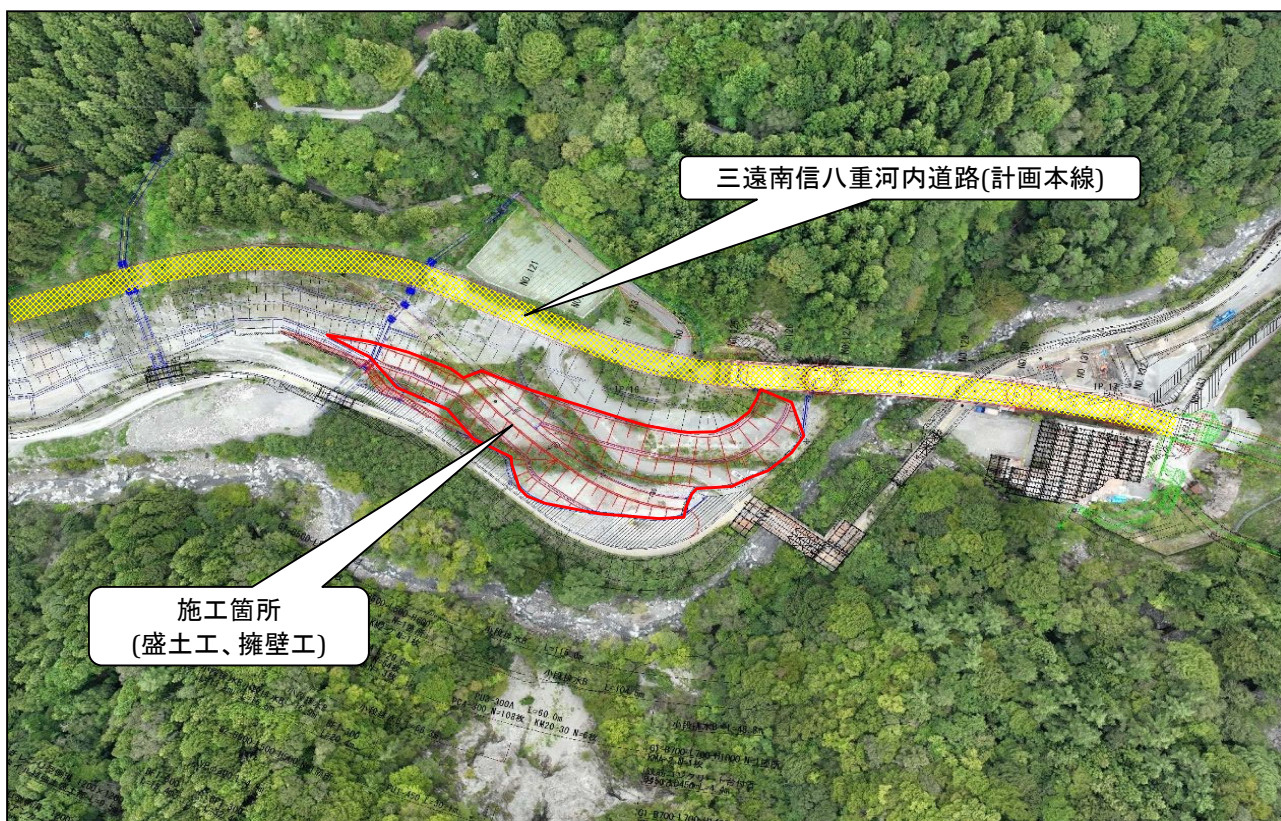
平素より、地域の皆様には格別のご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

本工事は、三遠南信八重河内道路建設に伴う本線の盛土工、擁壁工(多数アンカー補強土壁工、補強盛土工ジオテキスタイル)を施工する工事です。

12月より工事盛土に使用する土砂を飯田市八重河内工区へ運搬を行っていきます。

工事期間中は、地域の皆様にはご迷惑をおかけしないよう安全に十分配慮し作業を進めてまいりますので、引き続きご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

現場位置図



工事担当者

現場代理人：島田 瑛司
監理技術者：鶴丸 哲也

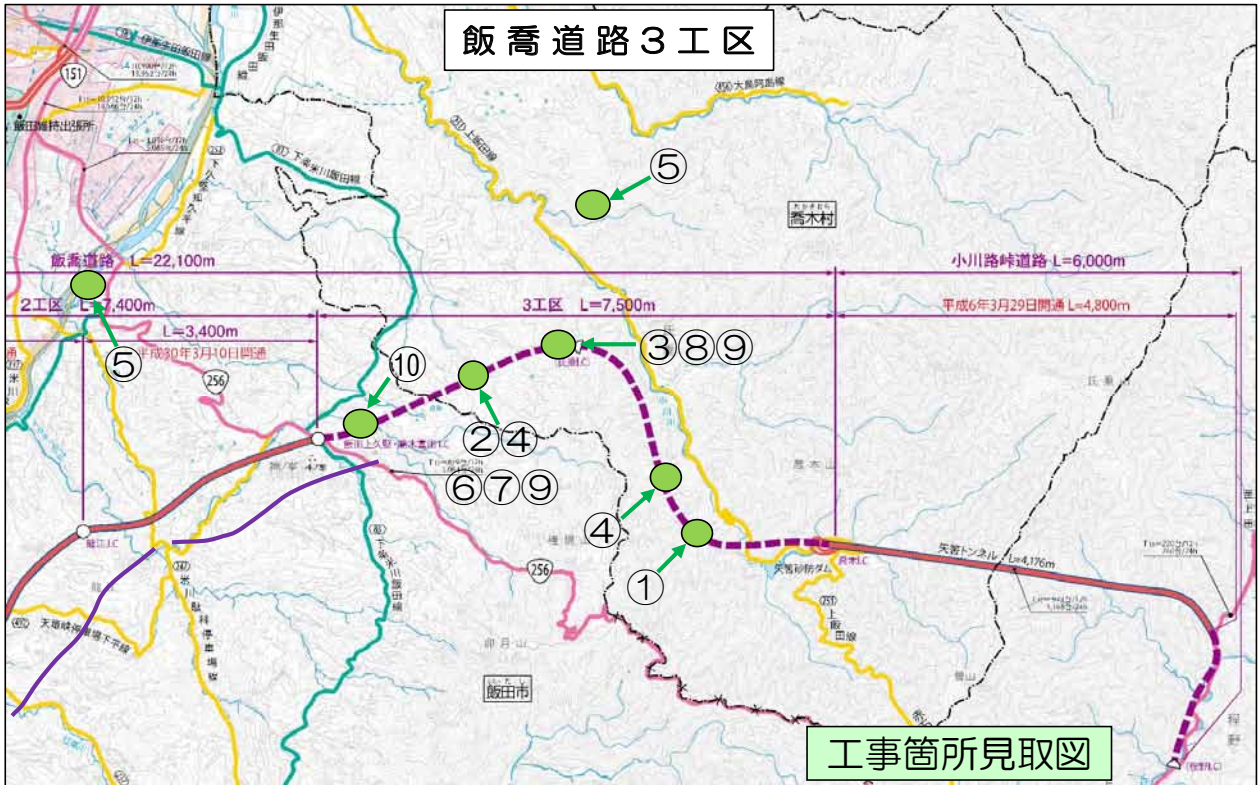
連絡先

住所：静岡県周智郡森町森1458-1
TEL：0538-85-3118
FAX：0538-85-3110

輝かしい未来をクリエイトする



正光建設株式会社



マーク 番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：12月末
①	令和4年度 三遠南信 7号橋下部工事	吉川建設(株)	R5. 4. 3 ~ R7. 12.26	100.0 %
②	令和5年度 三遠南信 3号橋PC上部工事	オリエンタル白石(株)	R5. 12. 1 ~ R8. 3. 31	83.9 %
③	令和5年度 三遠南信 2号トンネル工事	名工建設(株)	R6. 3. 1 ~ R8. 3. 31	56.5 %
④	令和6年度 三遠南信 6号橋床版工事	北沢建設(株)	R6. 12. 2 ~ R8. 3. 31	79.4 %
⑤	令和6年度 三遠南信 飯喬道路整備工事	北沢建設(株)	R7. 4. 1 ~ R8. 3. 27	81.2 %
⑥	令和6年度 三遠南信 富田道路建設工事	北沢建設(株)	R7. 4. 1 ~ R8. 2. 27	86.7 %
⑦	令和6年度 三遠南信 富田北道路建設工事	(株)ヤマウラ	R7. 4. 1 ~ R8. 2. 27	78.8 %
⑧	令和6年度 三遠南信 氏乗道路建設工事	木下建設(株)	R7. 4. 1 ~ R8. 2. 27	95.6 %
⑨	令和6年度 三遠南信 飯喬4号橋鋼上部工事	(株)横川INSエンジニアリング	R6. 9. 28 ~ R8. 5. 28	90.2 %
⑩	令和7年度 三遠南信 飯喬整備工事	(株)宮坂組	R7. 10. 1 ~ R8. 3. 27	17.0 %



三遠南信工事連絡協議会飯喬道路支部で、左記の看板を作成しました。この看板には、地籍名と地籍ごとに分けた食材（主にフルーツ）の絵が書かれています。Aの上久堅入口からHの矢筈入口まで計8箇所あり、道路沿線の現場入り口に設置し、各現場の場所をわかりやすくしました。

A：上久堅



E：牛首沢



B：小手沢・大入沢



F：小豆沢



C：くるみ沢



G：二日洞



D：雨沢



H：矢筈





番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：12月末
①	令和6年度 三遠南信小嵐道路建設工事	神稻建設(株)	R6.10.7～R8.3.31	70.0 %
②	令和6年度 三遠南信此田道路建設工事	小池建設(株)	R6.11.26～R8.3.13	94.3 %
③	令和6年度 三遠南信青崩峠トンネル受変電設備工事	榊野原電建	R6.12.10～R9.6.30	5.3 %
④	令和6年度 三遠南信八重河内道路建設工事	神稻建設(株)	R6.4.1～R8.2.27	22.8 %
⑤	令和6年度 三遠南信小嵐トンネル北整備工事	徳倉建設(株)	R6.4.1～R8.2.27	76.3 %
⑥	令和6年度 三遠南信小嵐トンネル南整備工事	吉川建設(株)	R6.4.1～R8.2.27	64.0 %
⑦	令和6年度 三遠南信池島トンネル北整備工事	吉川建設(株)	R6.4.1～R8.2.27	64.0 %
⑧	令和6年度 三遠南信池島トンネル南整備工事	木下建設(株)	R6.4.1～R8.2.27	65.4 %
⑨	令和7年度 三遠南信小嵐地区道路建設工事	神稻建設(株)	R7.7.28～R8.3.31	75.0 %
⑩	令和7年度 三遠南信八重河内道路建設工事	正光建設(株)	R7.10.1～R8.3.27	5.0 %

【連絡先】

☆ 飯喬道路3工区

北沢建設(株) 三遠南信 6号橋床版工事作業所内

令和7年度 三遠南信工事連絡協議会

飯喬道路支部

TEL 0265-48-5024 FAX 0265-48-5024

E-mail : hosoda@kitazawakensetsu.co.jp

☆ 青崩峠道路工区

神稻建設(株) 三遠南信 小嵐地区道路建設工事作業所内

令和7年度 三遠南信工事連絡協議会

青崩峠道路支部

TEL 0260-31-0708 FAX 0260-31-0709

E-mail : takeshita-h@kumashiro.co.jp

