



## 協議会だより

■発行 第五地区住民自治協議会/会長：小林 忍

■編集 総務広報部会 広報委員



## 本年もよろしくお祈いします

第五地区の皆さま、新年あけましておめでとうございます。  
皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます



昨年は、6月以降、新型コロナウイルスに対するワクチン接種がだんだんと進み、秋には患者数が激減しました。

各種行事も「子供力ヌー教室」「ノルディックウォーキング」「絵解き」など、感染対策をとりながら少しずつ行うことができました。

第6波がくるという予想もあり、まだまだ安心の出来ない状況が続いております。

これから新型コロナワクチンの3回目の追加接種や交差接種などで、コロナが終息することを願いつつ、withコロナで感染しないよう対策をとりながら、各種行事を行っていきたくと思います。

昨年は、長野市長選挙があり、新しい荻原市長が誕生しました。自治協議会の対応も変わってくるかとは思いますが、新市長とコミュニケーションを取りながら良い方向に行事運営を行っていきます。

本年もいろいろな課題がありますが、皆様のご支援ご尽力を賜り、第五地区が更に発展しますように、ご協力のほどお願い申し上げます。

本年も、皆様にとって良い年であるよう、ご祈念申し上げます。

第五地区住民自治協議会 会長 小林 忍

## 秋の褒章

## 旭日双光章を受章

県水泳連盟理事長 篠原 邦彦氏 (中御所)



長きにわたって水泳一筋に取り組んできたことが評価され、この度の受章となったものと思っております。幼少の頃から水泳が好きで、高校から始めた飛込競技を続けるうちに長野県水泳連盟の役員として水泳の普及発展に携わり50年余りを過ごし、少なからず、家庭や職場、また地域の活動等にご迷惑をおかけする中で、大勢の皆様のご理解・ご支援あつての受章と、心から感謝しており、引き続き、水泳の魅力を伝え続けてまいる所存であります。現在、中御所堀組の常任祭典委員をしています。

## プロフィール

高校より飛込競技を始め、大学、社会人でも選手生活を続け、国民体育大会で上位入賞するなどの成績を残し(昭和53年長野国体では選手兼監督として総合入賞に貢献)、指導した選手も全国大会で入賞するなど育成面でも功績をあげている。

長野県水泳連盟において要職を務め、平成22年から現在まで理事長として長野県の水泳界の発展に尽力、国際大会や全国大会で活躍する選手の輩出、社会体育としての日本泳法の普及、成人水泳教室の開催、全国大会の長野への招致など、広範囲にわたって尽力・奔走している。



## 小千谷震災ミュージアム(そなえ館)の体験学習 ～高橋まゆみ美術館も見学～

9月28日(火)安全防災部会主催の「小千谷震災ミュージアム」研修を、参加者20名で開催しました。

17年前に「新潟県中越大地震」が発生し、甚大な被害にみまわれ、多くの被害が発生しました。その時何が起こったのか、地震体験とお話をお聞きしました。

現在のように、「地震速報」が無かった時代、平成16年いきなり夕方の5時56分に最大震度7マグニチュード6.8の直下型地震が発生しました。その後も震度6クラスの地震が一週間ほど続き、住民の皆様は避難所での生活を余儀なくされました。

その時、まだ小さかった説明員の吉田桃子さんは、当時のことを思い出し苦労したお話をしてくださいました。

『食料や水はある程度すぐに支援が届くが、●トイレが一番苦労した(トイレを我慢するあまり脱水症状になる危険)●持病のある方は薬がなくなった(お薬手帳は必需品)』の2点を強調して説明いただきました。



施設内にある、農業用ビニールハウスでの避難所見学や地震動シミュレーター体験をし、もしもの時を考える事ができました。

帰り道、飯山の「高橋まゆみ美術館」に立ち寄り、昔の懐かしい風景に出会い、ほっとした気持ちになりました。高橋まゆみさんの作品は全て飯山市に所有権があり、販売はされていないとのことでした。

## 生涯学習青少年育成部会

### 家庭と地域の子育て講座「親子ビクス教室」 ～第五地区の「交流の場」ができました～

10月27日(水)九反公民館で第2回目の「親子ビクス教室」を開催し、6ヶ月から3歳までの親子7組が参加しました。

講師の湯本真貴子先生(Smile Flower代表)のレッスンは、親子で笑顔になれる楽しいプログラムになっていて、参加したお母さんからは「楽しかった。もっと開催してほしい」と好評でした。令和4年度は、交流する時間を大切にしながらハロウィンやクリスマスの行事に合わせて回数を増やして開催する予定です。

なお、お手伝いしてくれるボランティアさんも募集しています。詳しくは、第五地区事務局までお問い合わせください。



## 健康福祉環境部会

### 秋の田毎の月 ノルディックウォーキング開催 ～最後の力を振り絞ってゴール～

10月8日(金)ノルディックウォーキングを24名参加で開催しました。

秋の清々しい風の吹く中、JR姨捨駅にバスで到着し、駅前の駐車場で清水インストラクターから講習を受け、元気に出発しました。

今回のコースは、姨捨駅から長楽寺を通り、田毎の月で有名な棚田を下り、武水別神社で中間点。その後、千曲川堤防を北に向かい千曲中央公園までの5.5kmの健脚コースでした。



田毎の月の棚田から吹く風が心地よく、下り坂のこともあり、元気に武水別神社まで約1時間で下りてきました。

さて、ここからの千曲中央公園までは、平坦な堤防道路をひたすら歩き続け、約1時間をかけてゴールしました。中間の武水別神社で「やめておけば良かった」との声も多く聞こえましたが、無事全員が完走しました。

次回は、もう少し短いコースをお願いとの声がありました。

## 生涯学習青少年育成部会

### マレットゴルフ大会開催

スポーツを通じ第五地区住民の親睦を図るため、マレットゴルフ大会を開催しました。

第五地区単独での開催は初めてで、中御所公民館の皆さまにもご協力をいただき、開催できました。

10月22日（金）朝9時に23名の住民が集合し、臼井中御所区長の挨拶の後、3人一組で一斉にスタートしました。雨も心配しましたが、競技が始まるとあちこちから笑い声が聞こえる楽しい大会になりました。



今回は、コロナ禍で子供たちは参加をご遠慮いただきましたので、若干寂しい大会になりました。来年は是非子供たちと世代間交流で楽しい大会にしていきたいと思いを。

#### 優勝者

男子の部 須藤 昌紀さん（中御所）

女子の部 渡辺 喜美江さん（中御所）



## 健康福祉環境部会

### まちの健康サロン

#### 「癒しのストレッチ教室(全4回シリーズ)」後半

9月10日（金）と9月24日（金）、権堂イーストプラザ市民交流センターで「癒しのストレッチ教室（講師：健康運動指導士 清水由佳先生）」を開催し、計20名が参加しました。この会場での開催は初めてでしたが、密を避けるため十分な距離を取り、参加者の体調に合ったストレッチを教えていただきました。また、小顔マッサージや綺麗な歩き方のご指導もあり、初参加の方からは、「毎月でも参加したい」「来年度も楽しみにしている」との声が聞かれました。

来年度も引き続き開催予定なので、是非、ご参加ください。



## 生涯学習青少年育成部会

### 絵解きで地域を知る かるかや山 西光寺

11月4日（木）北石堂町にある「かるかや山西光寺」で、絵解きのお話を聞きました。地元でありながら、じっくりと見学された方は少ないと思います。

当日は、30名の皆様が参加され、住職のお母さん、竹澤環江さんによる「絵解き」のお話をお聞きしました。

2幅の「刈萱道心石堂丸親子御絵伝」に描かれた計27の場面を、お羽根指し（先端に羽根のついた棒）で次々と指示しながら、熱のこもった絵解きを展開されました。



環江さんは、パリでも絵解きの口演をされている国際的な方で、私達もお話に引き込まれていく体験になりました。

後半は、地獄絵図を指しながら、人間は死後、三途の川を渡らなければなりません。生前悪いことを重ねた人は、三途の川を渡るのに大変苦勞するなど引き込まれるお話をいただきました。



約1時間貴重なお話をお聞きすることができ、昨年4月に住職になられた第61代・竹澤泰宏住職の紹介もあり、終了しました。

昼食は、南石堂町にある、「イタリア料理・ボスコ」に移り、店主の小井土さん（南石堂町区の総務部長）の挨拶と料理の説明のあと、早速美味しいパスタ料理を堪能しました。

各町の皆さんと交流の場も作れ、有意義なひと時となりました。

## 善光寺にまつわるお話散歩開催 ～七五三発祥のお寺～



急に寒くなった11月24日（水）に、善光寺には必ず行ったことがあるのに、何気なく通り過ぎてしまう小さな石碑や、片隅に置かれた墓石など、なぜ善光寺にあるのか等、歴史をたどって説明パネルを開きながら、細かくお話をされ、現在の「七五三行事」の発祥のお寺と解説があり驚きながら説明に聞き入りました。

説明をしていただいた横田千昭さんは、箱清水（第二地区）に在住で、定年までは設備屋さんをしていたとのことですが、いろいろな本を読んだりして、独学で勉強されたそうです。

参加者29名は、大本願前に集合して、横田さんからまず、大本願と宿坊についての説明をお聞きし、仲見世通りにある最初にあった善光寺の跡、聖徳太子の碑の説明、中霊殿についての歴史的建物の解説、大奥の墓の由来等の説明をしていただき、何か善光寺の大きさに気づいて、興味深い「善光寺散歩」になりました。帰りには、パティオ大門の「四季食彩 ヤマブキ」で精進料理風定食をいただき、解散となりました。



来年度もぜひ参加したいと、皆さんからお聞きし、参加しやすい楽しい企画を考えていきます。

## 健康福祉環境部会

### フラワーアレンジメント教室 ～心を癒し、暮らしを彩る～



11月19日（金）中御所公民館で、「フラワーアレンジメント教室（秋の花編）」を開催し11名が参加しました。

講師に岡村幸子先生（南石堂町在住）、アシスタントに荒井茂子先生をお迎えし、レザー・ブレイブルム・スプレーストック・バラ・カーネーションを組み合わせたフラワーアレンジメントを作りました。バスケット型のラッピングを手作りしたり、花の香りを楽しんだり、花言葉や花の効能も教えていただき、楽しい時間を過ごすことが出来ました。

来年度も、季節の花に触れながら心地良く過ごせる教室を開催したいと思います。初めての方も、是非ご参加ください。

## 各町からのご案内



### 岡田町より 世代を超えて楽しい活動



10月2日（土）、岡田町ノルディッククラブと岡田町育成会が共催して、ノルディックウォーキングを開催しました（参加者22名）。山王小学校で準備体操をした後、清水インストラクターから基本的な歩き方を教えていただき、裾花川ウォーキングロードを歩きました。まだ体が小さい子供達（小1）もポールを上手に使って歩き、世代を超えて地域で繋がる良い機会になりました。

また、短時間で歩き方をマスターした子供達の上達ぶりに、清水先生も驚いていました。岡田町ノルディッククラブ会長の青木武雄さんは、「来年度も、育成会の皆さんと一緒に楽しく交流したい」と話し、この活動を大切にしています。

事務局

第五地区の活動にご意見、ご提案がありましたら、各町の区長さんまたは、事務局にお問い合わせください。

〒380-0833

長野市大字鶴賀権堂町2201番地20

権堂イーストプラザND 1階 第一から第五地区合同事務所

TEL 262-1512 (FAX共通)

メール dai5@feel.ocn.ne.jp