

協議会だより

平成24年11月1日発行

■発行 第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会／会長：高見澤忠明

■編集 総務広報部会 広報委員

健康福祉環境部会

福祉研修会

～今から実践、生活習慣病予防～



9月6日（木）、南石堂町公民館に長野市保健所保健課 柳澤ゆかり管理栄養士にお越しいただき『5年後の“いきいき自分！”をめざして』と題した講演会を開催しました。

生き生きとした生活を送るためには、健康でなくてはなりません。わが国の三大疾病、癌・心筋梗塞・脳卒中は生活習慣で防ぐことができます。また、糖尿病は生活習慣病と言われ、予防することができる病気です。しかし自覚症状がなく、白内障・失明・下肢切断・人工透析・心臓発作・脳卒中になる確率が非常に高いそうです。これらは、最近重要視されているHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー／血液の中にある赤血球のヘモグロビンと糖が結合したものを表す数値)を10%低下させることで減らせたり、進行を止めたり遅らせることができるそうです。この数値が5.2～6.0位にある状態を予備群と言っています。

糖尿病患者はこの20年間で20倍に増えています。これは脂肪の摂取量に比例して増えていて、予防には食事と運動が大切です。食べ物がなかなか手に入らない昔と違い、いつでも、どこでも、何でも食べられる現在社会では、



血糖値が高くなりすぎたり、血糖値を上げる回数も多くなっています。インスリンは、血糖値を下げる唯一のホルモンですが、60歳を過ぎるとインスリン生産量は2/3になり、無駄使いできません。

生活習慣の影響を大きく受けるのが、糖尿病の特徴ですが、「糖尿病は、生活習慣である程度コントロールできる病気でもある」ということです。

参加者の皆さんは、講師のわかりやすい熱弁に一生懸命聞き入り、質問されておられました。

生涯学習青少年育成部会

～青少年健全育成のために～

長野少年鑑別所視察研修



昨年12月に安曇野市にある「有明高原寮」を訪れ、窃盗・強盗・傷害・振り込め詐欺などの犯行少年が矯正に取り組んでいる様子を視察研修しましたが、今回はその前の段階で家庭裁判所の審判を受ける少年を収容し、少年を立ち直らせるための方針を立てる法務省矯正局所管の長野少年鑑別所（長野市三輪）を8月30日(木)に地域の皆さん20数名で訪れました。紀恵理子所長から、『子どもの心に寄り添う』と題してお話いただき、そのあと実際に少年が収容されている建物内の施設を案内していただきました。

少年鑑別所では、青少年にかかわる専門機関として、一般からも相談に応じており、臨床心理学の専門家が対応してくれるそうです。問題を抱える子どもさんをお持ちの保護者のかたは、お気軽にご相談ください。紀所長は、皆さんに少年鑑別所のご理解をいただき、地域に根ざし信頼に支えられた鑑別所づくりを推進しているので、今後ともご支援をいただきたい。また、地域への貢献にも力を入れているとのことでした。

どんな少年も家庭が一番大切な居場所であり、受け入れられることを望んでいます。家庭を補うものとして学校や職場があり、さらに地域がある。近所のおじちゃん・おばちゃんにちょっと声をかけてもらうとよく覚えているもので、人と人との些細なつながりが大切であると痛感しました。



生涯学習青少年育成部会

～みんな元気でのびのびと～ 第37回 スポーツ大会



秋の恒例になっているスポーツ大会は、今回37回目を迎え9月2日（日）に小学校低学年から90歳のお年寄りまで80名近くの選手・応援の方が参加して、山王小学校で開催されました。

開会式では、来賓の寺澤和男市議にご挨拶いただき、太田玲亜君と脇坂隆平君の力強い選手宣誓、参加者全員によるラジオ体操のあと、世代間ゲートボール、ペタンク、女子バレーの競技が行われました。

なお、女子バレーにはJA長野県信連のチームに応援いただきました。



競技結果

【世代間ゲートボール】優勝：中御所、準優勝：南石堂町、3位：北石堂町

【ペタンク】優勝：北石堂町A、準優勝：北石堂町B、3位：岡田町A

【女子バレー】1位：南石堂町



安全防災部会

中御所 防災訓練

～いざという時にそなえて～

中御所では以前から地域の防災に取り組んでおり、災害が発生した場合における即応体制を図るため、日頃からの確に対処できる知識と技術を身につける活動をしています。9月9日（日）に中御所公民館で午前6時から2時間にわたり、中御所自主防災隊役員、住民の皆さん、第五地区住自協からは各町区長・安全防災部会関係者と、長野中央消防署、長野市消防団長野第五分団の応援で85名の方が参加して、防災訓練が実施されました。

まず、朝礼で小林隊長の挨拶に引き続き、「朝5時20分頃、長野市周辺に震度6の地震が発生。公民館で食器戸棚など倒壊、窓ガラスが破損、厨房から火災が発生し、会議室ほかに10数名取り残され、負傷者2名発生」との想定で訓練が開始されました。

参加者は通報訓練・救急車要請・消火訓練・放水訓練などを体験しました。また、骨折した2名の負傷者を屋内から救助し、屋外では救護員による添木と三角巾を使った手際のよい応急手当が施されました。以上により、統制がとれた一連の訓練は無事終了しました。お疲れさまでした。



栄村震災被災地視察研修 ～そのとき民生委員は～

昨年3月12日未明に県北部を震源とする震度6強の地震に見舞われ、栄村は甚大な被害を被りました。

このたび、体験談を拝聴して地区の防災対策に役立てたいとの主旨で、9月24日（月）に第五地区民生児童委員協議会と安全防災部会35名で栄村役場ほか

被災に見舞われた箇所を訪問・視察しました。

まず、栄村役場を訪問し、民生児童委員を統括している、住民福祉課の久保田係長から地震発生当時の状況、民生委員の皆さんがいかに取り組んだか、民生委員に対する要望などお話をいただきました。

栄村では、平成16年に発生した中越地震を機に、避難方法・防災対策を図式化した「避難広報」を全戸配布し、各家庭では玄関など目につくところに張っておき、今回の地震が発生した時の初期行動がイメージでき、一定の役割を果たしたのではないかとのことです。また、集落における「震災応急対策」が作成されており、各部落の区長を中心に安否確認や避難を行うことにしており、今回の震災に関しても民生委員だけではとても範囲が広すぎて安否確認が行いきれない、集落を繋ぐ道路が通行できない、朝方で暗くて行動できない中で、区長、消防団、早朝で若者が家に居たため、安否確認に貢献したそうです。また、隣近所の絆が強く残っており、全員が顔見知りである地域の特性も背景にあったとのことです。

民生児童委員の具体的な主な活動は、避難所に移動してからの高齢者のケアが重点的になっており、高齢者との話し相手になったり、行政との連絡を取り合っ、体調の悪い人を知らせるなどの任務を行ったそうです。ある女性委員は、「女性目線でしか気づかないことを気づいて繋げていくことが民生委員として重要なことではないかと感じた」とのことです。など、震災を体験して感じた事、アドバイス等お話をいただきました。

この後、トマトの国の広瀬春美支配人から、地震が起きた時の山崩れ、土石流の恐ろしさの体験を聞かせて貰い、途中の中条川で橋が崩落し、架け替え工事中箇所、横倉地区の避難仮設住宅を見学し、如何に大きな震災であったかを見たり聞いたりして、地震の恐ろしさを知らされた研修でした。

この教訓を今後の対策に生かせたらと感じた一日でした。



生涯学習青少年育成部会

栗生楽泉園視察研修

～らい病との闘い～



生涯学習委員会では9月27日（木）に群馬県草津町の昔は「らい病」と呼ばれていた、ハンセン病療養の国立療養所「栗生楽泉園」を20名の住民の皆さんで訪問し、ハンセン病患者が家族・社会から強制隔離収容され、偏見に基づいた差別によって、いかに苦しめられてきたか。また、国に対して入園者の人権回復に取組み、医療の充実・福祉の向上・生活処遇の改善に取り組んだかなどのお話を聞かせていただき、園内施設も見学しました。

栗生楽泉園は、昭和18年から20年頃は入所者は1,300名以上でしたが、特効薬の開発、衛生観念や栄養観念も発達した現在は、発生する患者数はきわめてまれで、現在の入居者は118名（全国では1,989名）ですが、入所者の平均年齢は83歳と高齢者の集まりになっており、福祉・医療の充実を図り、啓蒙、啓発、社会復帰の支援も重要になっています。また、入所者の減少に伴い職員も減らされ、職員の仕事の負担増、入所者に対するサービスの低下は免れないようです。

昭和20年に20歳で発病の宣告を受け、入所して平成9年から入園者自治会長を務めておられる藤田三四郎氏（86歳）に体験談をお聞きしました。



各町からのお知らせ

南石堂町より

「蟻の市」盛況に開催

市民に広く知れ渡っている真夏の風物詩、「蟻の市」が南石堂町商店街振興組合主催で地元の商店の皆さん、関係者のご努力で盛大に開催されました。

8月3日（金）と4日（土）の2日間、猛暑の中、町内、近郊、勤め帰りの会社員はじめ、子どもさんなど大勢の人々が涼を求めて特設会場に詰めかけて、人々で溢れかえっておりました。通りは軽トラックの荷台で農産物をはじめ、スナック、揚げ物などいろいろな食料品、衣料などを販売する軽トラ市になり、1階では金魚すくい、射的コーナー、空き地では大勢の子どもたちが花火に興じていました。他に化粧品、花の鉢植え、衣料品、雑貨等が店を並べ、2階の会場はビアガーデンとなって、皆さん生ビールに焼きとり等をつまんで喉を潤しました。また、特設コーナーではバンドの生演奏が行われました。

蟻の市は今年で57回目を数えました。開催を実行された関係者の皆さん、真夏の暑い中で会場の設営、接客、案内、調理などにご尽力され、お疲れさまでした。今後もまちの賑わい創出のために、盛況に開催されることを期待します。



末広町より

長野駅善光寺口が魅力的に！

平成26年度末に予定されている北陸新幹線が金沢まで延伸されるのに伴い、JR長野駅善光寺口（西口）が、大きく変わろうとしております。

JR長野支社が整備する駅ビルに沿って、駅前広場も歴史伝統をデザインし、イベント時に大ひさし、列柱を用いて四季やイベントの際の演出ができるよう、様々な整備が事業費約53億円をかけ9月から本格化します。これに伴い、広場北側のバスロータリーに設置されていた岩山の取崩しが8月20日から始まっております。

なお、駅前広場整備にあたっては、市民全体の運営組織「長野駅善光寺口利活用ネットワーク」を立ち上げ、金沢延伸で通過駅にならないために、完成後の広場を利活用する企画を立案・実施し、駅前の魅力づくりや観光客らへのおもてなしを推進するため、ワークショップを重ねて取り組んでおります。



北石堂町より

秋葉神社・たまとり稲荷祭礼

山王・栗田線の通りに古くから鎮座している、秋葉神社は9月1日（土）に恒例の秋祭りが執り行われました。この秋葉神社は静岡県浜松市の秋葉山本宮秋葉神社と同じ「流れ造り」の建築様式で建てられ、お祭りにつきもののお神楽はこの様式を小型化して造られているのだそうです。秋葉神社は火防（ひよけ）の神として地元をはじめ近郊からも広く信仰されています。

また、このお祭りの特徴として60数基しぐちとうろうの地口灯籠に、語呂合わせや駄じゃれことばや川柳にユニークな絵が施され、参拝者は熱心に鑑賞しておりました。露天で飲み物・つまみなどが販売され、富くじが参拝者にくばられ、1等にはお米、各賞に福袋など色々な景品を貰って抱えておりました。町内の各家庭を廻った神楽が神社に戻り、最後に神楽を奉納して今年も盛況のうちに終わりました。



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下さい。

事務局

〒380-0835
長野市大字南長野新田町1485番地1
もんぜんぶら座8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