



第一地区住民自治協議会

第 35 号

平成 30 年 3 月発行

# 住民自治協議会だより

茂菅・新諏訪町・西長野・桜枝町・狐池・花咲町・往生地・横沢町・西町上・西町南・上西之門町・西之門町・栄町・立町・若松町・旭町・長門町

(発行者) 第一地区住民自治協議会 会長 小池公雄



大峰山物見の岩より善光寺平を望む。(歴史・文化・自然の裏表紙写真)

一年前、第一地区住自協では地区紹介マップ「歴史・文化・自然」を作成し、地区の皆様にお配りしました。マップを片手に散策し、長野市の礎を築いた第一地区の歴史と文化と自然に触れていただいでしょうか。このマップが地区への誇りと愛着のアップにつながることを願っています。

## 《29 年度後半の事業報告》

### 総務部会

#### 10月24日・25日 視察研修「東京本所防災館」



平成 29 年は長野市に災害避難勧告が 9 回出され、自然災害が身近なものとして実感されました。今年度の総務部会の視察研修は、身近な災害を体験しそれに備えるために、東京本所にある「本所防災館」にて研修しました。震度 7



の地震体験、風速 30 メートルの暴風雨体験、煙体験室、大型スクリーンに映る火事への消火訓練、防災シアターによる各種災害と防災訓練の様子の視聴等貴重な研修となりました。

#### 「地域間交流事業」 12月17日 農業体験交流「エゴマ選別作業と収穫祭」

鬼無里地区との地域間交流事業の最終作業となるエゴマ選別作業と収穫祭を、鬼無里支所に併設する鬼無里活性化センターにて行いました。第一地区からは 15 名が参加しました。小さなエゴマの実とゴミとの選別はなかなか大変で、鬼無里の方々もエゴマ栽培が一番根気のいる作業だと言っていました。その後の収穫祭では鬼無里地区のボランティアの皆さんの手作り料理を頂き、本年度の事業はすべて終了しました。





## 安全防災部会

### 11月12日・19日 防災避難訓練

各町で避難行動要援護者誘導訓練等を行った後、12日城山小学校・19日加茂小学校に集合し第一地区全体避難訓練を実施しました。長野消防局中央消防署と消防団第一分団の方々に協力を頂き、水消火器による消火訓練・AED（自動体外式除細動器）による救命訓練等を行いました。また、水またはお湯を注ぐだけで食べられる非常食の試食も行い好評でした。両日合わせて約230名の参加でした。



### 1月31日 防災士研修会



28年度から3年連続の長野市きらめき事業（一支所一モデル事業）で、第一から第五地区では、地域の防災力向上の為に「防災士」資格取得に取り組んでいます。第一地区からは、28年度は6名、29年度は2名が認定されました。30年度も2名を予定し、合計で10名の資格取得者を予定しています。「防災士」は、十分な意識と一定の知識を有し、社会の様々な場で減災と地域の防災力向上のために活動することを期待されています。本年度の研修会では「避難所運営ゲーム」を実施しました。このゲームは災害時の避難所に関わる非常に有益なものですので、第一地区の防災訓練等でもぜひ計画したいと思います。



## 健康福祉部会

### 11月1日 視察研修 「長野市民病院 お出迎え講座」に参加

長野市民病院内で行われる「お出迎え講座」に部会員14名にて参加しました。講座名は『見て、触ってみよう 病院で使われる医療機器』で、臨床工学技士の方2名が講師でした。臨床工学技士とは、医師の指示にしたがい、生命維持管理装置をはじめ各種医療機器を扱うスペシャリストで、市民病院には10名が在籍しているとのこと。現在の医療には様々な機器が使用され、臨床工学技士の役割が大きくなっているとの事でした。普段見る事や触れることのない医療機器に触れたり、体験したりと貴重な研修となりました。



### 11月14日・21日・28日 健康体操



健康運動指導士の徳武有紀先生による健康体操。今年度は第一地区公民館の耐震工事の影響で11月に3週連続にて開催しました。

お馴染みとなった「ささら体操」に続き、ストレッチポールを使用した体操を行いました。ストレッチポールは、筋肉を緩め、呼吸をしやすくする働き



があるため、10分程の使用で身体がリラックスモードになるとのことです。実施してみると、ストレッチポールの効果と耐震工事にもない表替えされた畳も気持ち良く、とてもリラックスできました。効果を体験したい方は来年度も実施しますのでぜひご参加ください。



## 環境部会

### 11月2日 視察研修 「裾花ダム視察」



いま話題のダムカード

今年度の環境部会視察研修は長野市小鍋にある裾花ダムを部会員 15 名で視察しました。裾花ダムは県営としては唯一のアーチ式ダムで、治水対策と水道・電力を含めた多目的ダムとして昭和 39 年から 7 年の歳月をかけ建設され、長野市街地を洪水による被害から守っています。4 名の職員でダムゲート操作、施設の点検修繕業務に従事しているとのことでした。高さ 83 メートルの管理通路から下を覗くと足がすくみましたが、ダム底では職員の方が管理作業の最中でした。お忙しい中にも係らず職員の方の丁寧な説明にダムへの理解が深まった研修でした。

## 教育文化部会

### 「地域と学校の連携事業」



本年度の「地域と学校の連携事業」は 7 月 21 日に横沢町公民館で 44 名、12 月 1 日に第一地区公民館で 38 名の参加で行いました。

当事業の参加者は城山小、加茂小、柳町中、西部中の各校長・教頭先生と地域の区長、副区長、育成会代表、公民館長、民生委員・主任児童委員、少年警察ボランティア協会委員、児童センター館

長、城山公民館館長の皆さんで、青少年の健全育成に関わる諸問題の解決のために連携を深めることを目的としています。

子ども達を健全に育成する環境をつくり守っていくことは地域の大事な役割です。第一地区ではこの事業を年 2 回、住自協発足以前から永年に亘り継続しています。

### 9月21日 人権教育研修会 講師 堀越 喜晴(ほりこし よしはる)氏 演題「コミュニケーションの中でとらえ直す人権」

講師の堀越氏は 1957 年新潟市生まれで長野市在住。言語学、キリスト教文学を専攻し、現在、明治・立教・



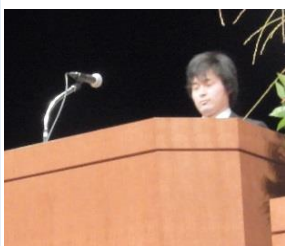
相模女子大学などで講師をされています。冒頭、紹介者の中村勝さん(新諏訪町副区長)と東日本大震災応援歌「花は咲く」を合奏され、和やかな雰囲気の中でお話が始まりました。

2 歳のとき、両眼の摘出手術をされました。「生命の危機があったその時、両親が手術の決意をしてくれたおかげでいま自分は幸福な人生を送ってられる。」と、まずご両親への感謝を述べられました。「目が不自由なことは自分には当たり前。目が見える人はそれが当たり前。自分の当たり前を世界の当たり前としない。各々の当たり前を権利とすれば、それはまた各々の義務との良好なコミュニケーションによって保たれるもの。そして、それが世界の安寧と幸福に繋がっていく。」とお話でした。



### 《まちかど情報》

### 合同成人式で「誓いの言葉」 往生地在住の四柳 真輝さん



1 月 7 日(日)長野市芸術館メインホールで 10 地区合同成人式が開催されました。当日、往生地にお住まいの四柳真輝(よつやなぎ まさき)さんが成人を代表して「誓いの言葉」を述べられました。真輝さんからは「思い出に残る、大変有意義な時間を過ごせました。」との感想をいただきました。成人式の詳細は 3 月 1 日発行の城山公民館官報に掲載されていますのでご覧ください。

## 《まちかど情報》 善光寺灯明まつり 開会セレモニー

今年で15回を迎える「善光寺灯明まつり」が2月7日から12日の6日間開催されました。初日のオープニングセレモニーに、第一地区住自協から原副会長が出席されました。大変寒い中お疲れ様でした。



## 【お知らせ】消防団第一分団に「無火災賞」が授与されました。

(ごあいさつ) 平素は第一分団の活動に対しまして格別なるご理解・ご協力を賜りありがとうございます。私達の第一地区は平成25年12月より現在に至るまで火災が発生していない事から、本年1月6日の長野市消防出初式の式典において長野県消防協会会長より「無火災賞」の表彰をされた事をご報告させていただきます。この表彰を頂けましたことは、第一地区の皆様の日頃からのご協力とご努力の賜物と感謝申し上げます。

各町と第一地区全体で防災訓練を繰り返し行うことで防災に対する認識・知識が深まり、いざという時安全に行動できるようになります。多くの皆様が訓練に参加し、この第一地区を安全に暮らせる町にしていきたいと思います。

第一分団は皆様を災害から守るための活動を続けて参りますので、今後ともご協力の程お願い申し上げます。 長野第一分団 分団長 坪田弘幸



表彰を受ける坪田分団長



個人表彰も併せて記念写真

## 「オレンジカフェ」ってご存知ですか？

「認知症カフェ」と厚生労働省では呼んでいます。それでは認知症カフェとは何でしょうか？ホームページを見ると、「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～という難しい名称の資料の中に書いてありました。

認知症の人やその家族と地域の人や専門家が、お茶を飲みながら歓談し、お互いに認知症への理解を深め、認知症の方と介護する家族がその地域で安心して暮らし続けられることを目指すものです。2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になると見込まれる、とも書いてあります。認知症は身近な病気なのですね。第一地区では現在桜枝町でオープンしています。お茶飲みにお出かけください。

オレンジカフェ さくら オープン

コーヒーやお茶を飲みながら ゆったりと過ごしてみませんか？

日時：2018年2月8日(木) 10:00～12:00

場所：ハートネット桜枝町 (裏面の地図をご覧ください)

参加費：100円

毎月第2木曜日開催  
どなたでも、自由にご参加いただけます。

介護・認知症について心配なこと、困っていることがあればお気軽にご相談ください。

お問合せ：地域包括支援センター  
コンフォートにしようが  
電話番号：026-219-3510  
共催：第一地区住民自治協議会

お手伝いして下さる  
認知症サポーター  
おまじ、ボツティア  
(の方募集中！)

オレンジカフェの開催予定

三井住友海上火災保険(株)代理店  
三井住友海上あいおい生命保険(株)代理店

## 株式会社ライフリンク

働けなくなったときも、万一のときも  
毎月の安心をお届けします。

お問い合わせは 長野市若里 電話 (026) 217-5316

## ハローケア信州

ハローケア信州

あなたの街の老人ホーム・介護施設選びの専門家  
老人ホーム・無料相談窓口

〒381-0032

長野市若宮1丁目6-20 2階



0120-918-889



住自協だよりにご意見ご感想をお寄せ下さい。(9時～16時にお電話、またはFAX・Eメールで)

◆第一地区住民自治協議会事務局

〒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ND1階

電話：262-1217 (FAX兼)

E-mail: [dai1@clock.ocn.ne.jp](mailto:dai1@clock.ocn.ne.jp)