



第一地区は 茂萱・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・長門町の17町で構成し、令和7年8月現在世帯数2,783戸、人口5,267名(市統計)です。発行:第一地区住民自治協議会

スポーツ大会を開催 教育文化部会

●こどもの部 ドッジボール大会

6/15(日)西部中学校体育館でスポーツ大会を開催しました。各町育成会の協力で小学校低学年4チーム、高学年5チーム総勢99名の参加で熱戦を繰り広げました。



低学年優勝 往生地・西町・長門町合同チーム



高学年優勝 新諏訪・桜枝町合同チーム

●おとなの部 スマイルボーリング大会



大人の部はスマイルボーリング大会を開催しました。各町の公民館の協力を頂き、4チームの対抗で行いました。スマイルボーリングはだれにでもできる、やさしいゲームです。ボーリングセットは町、公民館、育成会等の行事に貸出可能です。ご希望があれば住民自治協議会の事務局(262-1217)へお問合せ下さい。

健康ミーティングを開催 健康福祉部会 35名参加

健康福祉部会では毎年「健康ミーティング」と題して、住民の健康維持に役立つ内容の講演や器具を使用しての健康測定を行っています。

(この事業は、赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています)



本年は7/2(水)に、骨密度測定と長野市民病院の出前講座を行いました。骨密度測定では、測定値と実年齢との相違が参考値として示され、結果に一喜一憂する場面も見られました。

講演は「笑顔あふれる毎日へー高齢者の健やかな睡眠講座」と題して、長野市民病院のお二人の看護師さんから頂きました。項目は、

- 睡眠の基本:眠りの仕組み、必要な栄養素、パターンと役割、睡眠と認知症。
 - 高齢者の睡眠の特徴、高齢者の理想の睡眠。 ●質の良い睡眠のコツ、他でした。
- 大変参考になる内容ですので、後日回覧の「めくめく通信」でご紹介します。

来年も、皆さんの健康に役立つテーマで開催したいと考えています。

出張陶芸教室を開催 健康福祉部会 20名参加

今年の陶芸教室は、7/4(金)松代陶苑さんに権堂イーストプラザへ出張していただき開催しました。初めて参加の方もいましたが、先生による丁寧な指導のもと2時間の製作時間をたっぷり使い、各々2～3個の作品を制作しました。出来上がりは2、3か月後になります。下の作品は以前の作品群です。今年はさらに腕を上げた作品が完成するものと思います。後日の住自協だよりでご紹介したいと思います。

(この事業は、赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています)



環境委員会視察研修 環境委員会 14名参加

7月9日、犀川浄水場を視察研修しました。犀川浄水場は長野市最大の浄水場で、犀川(小田切ダムから取水)と地下水を取水し、ろ過し、配水池に溜め、ポンプにより配水しています。職員の方に水道水の浄水から配水の過程を詳しく説明していただき、普段深く考えもせずに使用している水への感謝を深めた視察研修でした。



記念館前で



犀川浄水場(長野市水道局パンフレットより)



薬品沈殿池



地下に配水池

区長視察研修 7月23日 富山四季防災館

今年度総務部会(区長会)視察研修は、富山市にある富山四季防災館と福井方面研修を実施しました。防災館では地震体験として震度1～7まで各揺れの体験と東日本大震災・阪神淡路大震災・熊本地震の各々の震度7の相違を体験しました。東日本大震災の揺れは、実際は3分のところを1分半に短縮されていましたが、それでも手前の手すりにつかまって耐えた揺れはとても長い時間に感じました。これでは耐震化されていない家屋の倒壊は免れないと実感しました。その後、流水体験では15 cmから45 cmの水深によっての歩きづらさの変化を、風雨体験では、風速30メートルの息苦しくなるほどの暴風雨を体験しました。



福井市では恐竜博物館を見学しました。夏休みに入ったこともあり、大勢の親子連れや海外の旅行客も目立ちました。複数の恐竜の全身骨格の大きさや動く恐竜はなかなか見応えがありました。



地附山土砂災害40周年 土砂災害対応防災訓練

中心五地区 防災士フォローアップ研修

今年では地附山土砂災害から40周年になり、長野市、長野県、陸上自衛隊第十三普通科連隊、長野市消防団と地元の第二地区住民自治協議会が主体となり、大規模な防災訓練が実施され、第一地区防災士もフォローアップ研修として参加しました。

第一会場の地附山では土砂崩落救出訓練、防災ヘリによる吊り上げ救出訓練が行われ、第二会場の湯谷小学校体育館では避難所開設、自衛隊によるカレー調理試食体験等が行われました。猛暑の中、参加者は汗だくの訓練となりましたが、自衛隊のカレーは美味しく、災害時は本当にありがたく感じることだろうと思いました。

本年度の第一地区の防災訓練は10月26日(日)を予定しています。実施内容は後日お知らせします。ご参加お願いいたします。



長野県消防ヘリによる訓練



自衛隊によるカレー調理



湯谷小体育館の避難所開設訓練

長野市消防団ポンプ操法大会に 長野第一分団出場



6月22日(日)長野県消防学校において、長野市消防団ポンプ操法大会が開催され、長野第一分団も6年振りに出場されました。4月～6月にかけ、善光寺の駐車場等で早朝の練習も繰り返えし(右の写真)、上位入賞を果たされました。お疲れさまでした。第一地区の防災減災に向け今後ともよろしくお願いいたします。



◆ 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