

# 住民自治協議会だより

P1 ; かたくり群生地 (写真)

P2~P3 ; 11月~2月のニュース

P4 ; 各学校卒業・入学式日程 民生児童委員改選報告 各区紹介 (立町)



平成26年3月1日発行 発行者 第一地区住民自治協議会 会長 竹本次雄

「スプリング・エフェメラル」(春の妖精)旭山かたくり群生地

この地に 精一杯 生きる



旭山のかたくり群生地。第一地区住民自治協議会が地域やる気支援補助金の交付を得て環境整備しました。花の見頃は4月上旬です。カタクリは花が咲くのに7年かかります。地域みんなで大切にしましょう。

昨年は、異常気象によって全国各地で局地的な集中豪雨や竜巻などで大きな被害を受けましたが、幸い第一地区はみんなが平穏な毎日を過ごすことができましたことを感謝し、喜びたいと思います。

「私たちの住んでいる地域は私たちでつくる」を目指して発足した住民自治協議会も、4月に5年目を迎えます。スタート時の目標に向かって、さらに地域に根差した活動の輪を広げ、住民の総意と参加で安心・安全な地域づくりをしましょう。

## 11月～2月のNEWS

### 市清掃センターと、アクアパル千曲研修 2013.11.15 環境部会 13名参加

アクアパル千曲は、県営の下水最終処分場です。ここでは、処理された水を汚泥と沈殿分離させ、上澄みは放流します。汚泥は微生物で分解後、肥料等に再利用し、残りは高温で焼却しています。焼却時の煙はフィルターを通して、無害無臭の状態にしています。環境に配慮された施設で、約18万人分の汚水を1日1万m<sup>3</sup>処理する能力があり、広大な敷地に複数の処理槽と焼却施設が並びます。限りある水資源を安全安心に再利用するため、また、その過程でも環境に悪影響を与えないため、十分配慮された施設です。



### 男の料理教室で手打ちうどん 2013.11.16 健康・福祉部会 第一地区公民館 11名参加



毎回好評の男の料理教室、今回は鎌原先生を講師に招き「おやじのかんたん、手打ちうどん」と名付け開催されました。

粉を混ぜ練り込みを約20分、麺棒を使い厚さ約2mmに伸ばして約4mm幅に切り、およそ30分寝かせると麺が仕上がります。これを熱湯で15分程度茹でると出来上がりです。大根おろしと味噌ダレで頂いたのが最高でした。粉を持ち帰り家で再挑戦した人が大勢いたようです。

### 健康食講座《認知症にならない食事》 2013.11.19 健康・福祉部会 第一地区公民館 35名参加

北部保健センターの管理栄養士原山正美さんと保健師山崎彩織さんを講師に招き開催しました。アルツハイマー型の認知症は、脳内のインスリン量が不足すると発症しやすくなる。体内で血糖値が上昇すると、インスリンが血糖値を下げるために多く分泌され脳への分泌量が減少する。血糖値は糖分の摂取量と直結します。60才以上の人の1日の糖分適正摂取量は10g以下です。食材の糖分含有量に注意し「ご飯の前に野菜を多く食べ、甘いものは昼食後に頂く」等適正な血糖値の維持に努めることが重要です。



糖分の多い食べ物 漬物 奈良漬(2切れ) 11g、福神漬(小皿1杯) 10g、らっきょう漬(大粒3個) 9g  
菓子 キャンディ(8個) 34g、練り羊かん(小2切れ) 30g、まんじゅう(1個) 21g  
プリン(3/4個) 20g、アイスクリーム(高脂肪120ml) 15g、シュークリーム(1個) 15g  
調味料 みりん(大さじ1) 8.5g、焼き肉のたれ(大さじ1) 7.7g、青じそドレッシング(大さじ1) 5.5g

### 健康体操で健康に 2013.11.21 健康・福祉部会 第一地区公民館 27名参加



第2回健康体操が健康運動指導士の徳武有紀先生の指導のもと行われました。まずは準備体操を兼ねた脳トレーニングとして、体の各部に「おはよう」「こんにちは」等の言葉を決め号令に従いその部分にタッチをする、次にグループになり順番にメンバー内の相手を見て褒め合いました。

続いて本番。あお向けに寝て、手足やあばら骨と骨盤の間の筋肉を動かし姿勢を良くする「ささら体操」をし、最後に疲れを取るための運動を行いました。参加者は姿勢が良くなり、歩き方も若返ったようでした。

## 人権同和研修会 2013.11.22 教育・文化部会 第一地区公民館 15名参加

市・市民活動支援課の藤田係長を講師に開催しました。情報化と効率化を求めるあまり、個人が生きづらい社会になっているが、その中で行なわれる、仲間外しや暴力は弱者への身近な差別である。個人を救う手段として、個人も社会もお互いが必要とし、歩み寄る必要があると、福祉の現場で感じたことを基にしてわかりやすく話してもらいました。



## 交通安全街頭指導 2013.12.2 安全・防災部会 5名参加

街頭からドライバーに安全運転を呼びかける、冬の交通安全街頭指導。12月2日東和田交差点で行われ、安全・防災部会を中心に取り組みました。

## 消防団出初式 2014.1.11 第一地区公民館 55名参加

第一分団の出初式・新年祝賀会が開催されました。児玉孝史分団長から、「本日8時50分からの出初式（若里カネノウ跡地）に分団長以下13名が分団旗を先頭に行進し加藤市長の観閲を受けました。25年度は第一地区管内で4件の火災発生があり残念だった。今年度は見回り等の防火体制を強化し無火災に務める。又消防ポンプ操作大会に第一分団が出場するので物心両面での協力をお願いしたい」との挨拶がありました。引き続き次の3氏が表彰されました。被表彰者は永年勤続功労賞・精勤賞 坪田弘幸さん（西長野）永年勤続功労賞 佐藤茂敏さん（新諏訪）精勤賞 中澤俊之さん（狐池）でした。

その後懇親会に入り消防団員との懇談を通じて、消防団と地域住民が協力し防災・減災に努め安全で安心な住みよい町づくりを誓いました。

## 地域と学校連絡会 2014.1.31 教育・文化部会 第一地区公民館 41名参加

城山・加茂小学校と柳町・西部中学校の校長・教頭先生、各町の区長・育成会長、PTA役員等が参加し開催されました。はじめに、各学校から「教育活動」「地域との連携」を中心に報告をいただきました。その後、「地域の避難場所として学校との情報の共有化」「学校での避難訓練と地域の消防団との連携」「現代の若者の離職と学校教育」「地域の人との挨拶」「ネットの危機」「教師の資質向上へ管理職としての指導のあり方」について意見が出され協議しました。



その中で、厳しい社会に生き抜いていける義務教育のため、子供と教師の信頼・不適格教師・人間として魅力ある教師・教師の採用等の課題について、各校長先生から「将来に生き働く具体的な実践」「各教師の良さを認め合い、日々の研修」「教師の使命感・責任感の深化・向上」「校内研修の充実と共に外部指導者の増大」等の取り組みが語られました。その後、懇親会に入り、学校と地域の方との有意義な情報交換の場となりました。



## 男女共同参画講演会 2014.2.8 教育・文化部会 第一地区公民館 31名参加

オフィス・キャリアサポート代表の古越真佐子先生を講師に招き「高齢社会をいきる（一人ひとりが生きやすい地域づくり）」と題して講演をしていただきました。古越先生は保健師の資格を持ち、委託された事業所・団体等で個別相談（カウンセリング）及び事業所内研修を実施されており、非常に分かりやすく丁寧にお話されました。家庭の中の男女共同参画では、「夫婦の会話を意識すること」「地域の行事に参加している人のほうが幸福度が高い傾向にある」等お話があり、自分のこれからの生き方を見直す良いきっかけになりました。

## 国道406号線西長野地区整備対策委員会総会を開催

2月8日（土）新諏訪公民館において、茂菅・新諏訪町・西長野（三栄会）の区民により国道406号線西長野地区整備対策委員会総会が開かれ、建設整備事業の早期実現に向けて規約・組織等が承認されました。



## 各学校卒業式・入学式日程



	卒業式	入学式
加茂小学校	3月18日(火)	4月4日(金)
城山小学校	3月18日(火)	4月4日(金)
西部中学校	3月19日(水)	4月4日(金)
柳町中学校	3月19日(水)	4月4日(金)



### 第一地区民生児童委員協議会の委員が改選されました。 任期 25.12.1~28.11.30

(会長)原山 清子、(副会長)吉澤 晃一・清水 叔子、(会計)竹内 牧子

◆民生児童委員(敬称略)

【茂菅】柄澤 一恵【新諏訪町】清水 叔子(南部)・松井 貴美子(北部)・松橋 仁一(西部)

【西長野町】木藤 一美(北部)・松橋 豊光(西部)・増田 久慈枝(南部)

【桜枝町】岡部 節子(東部)・竹内 牧子(西部)【狐池】坂口 恵子【花咲町】柳澤 朗【往生地】岡 吉一

【横沢町】岩倉 正江・原山 清子【西町上・西町南・上西之門町・西之門町・栄町】森 信子

【立町・若松町】吉澤 晃一【旭町・長門町】中川 登代子 以上 17名

◆主任児童委員(敬称略)

小林 光子、岡本 久美子 以上 2名

## 連載企画

## 各区レポート!

＜「立町」を紹介します(鷺澤区長)＞

人口： 131人 世帯数：74世帯 (H25.9.1)



皇太神宮

立町は昔から善光寺とのご縁が深く、関係者も多く住んでいたそうです。立町は大勧進の関係の横沢町とともに「両御門前」といわれていました。わが町は大本願と関係が深く、通称「神明町」と言われていた地域の一角には大本願の守り神といわれる皇太神宮が鎮座しています。宮前の提灯には大本願の紋が入っており、大本願との繋がりが窺えます。

県道の西側には、慶長年間に松代藩の領主となった松平忠輝が善光寺官邸として松平御殿を設けたことから「御殿」という地名のついていた場所に、寛政5年(1793年)開山

された耕雲庵や、明治初期に創立された天神社もあり、町勢は盛んなものがありました。この御殿に国宝善光寺金堂再建の時に松代藩の普請奉行が居住していたそうです。

この松平忠輝公の手がけた業績には、北国街道の整備、善光寺宿の設置、善光寺市の開設、裾花川の改良などがあり、その後の長野の発展に大きな役割を果たしたといえます。

明治以降は長野の中心地として、若松町との境に市役所が昭和40年まで67年間おかれていましたが、その後長野市から一部の土地を取得して立町公民館が建設されました。また、「御殿」には明治天皇行幸にあわせて明治11年に松本裁判所長野支庁が造られ、跡地には記念碑が建っています。

昭和31年には弥栄神社御祭礼で屋台を巡行しており、当時の賑わいを偲ぶことができます。現在は少子化で子供神輿も出番がありませんが、昭和63年に復活した神楽を保存・継承すべく保存会の会員を増やし、活気を取り戻すよう頑張っています。



◆第一地区住民自治協議会事務局：木村(事務局長)・岡村・米倉(第一から第五地区合同事務所内)

〒380-0835 長野市大字南長野新田町1485-1 もんぜんぷら座8階

電話：262-1217 (FAX兼) E-mail：[dail@clock.ocn.ne.jp](mailto:dail@clock.ocn.ne.jp)

編集委員：鷺澤文治、柄澤申一、古畑幸雄、鳥居弘、市民活動支援課：藤田