

上松・湯谷・滝・城山団地・湯谷団地・箱清水・元善町・東之門町
伊勢町・新町・岩石町・横町・東町・大門町・三輪田町・淀ヶ橋

発行日：令和8年10月1日
発行者：第二地区住民自治協議会

“暮らしの幸せ” 活動「優良地区表彰」受賞

去る8月27日長野市社会福祉大会において、同協議会より「優良自治協議会」として第二地区が表彰されました。全16区選出の福祉健康部会員が練り上げた“住民一人ひとりが明るく元気で暮らせるまちづくり”第三次地域福祉活動計画（令和7年度～11年度；全戸配布保存版）リーフレット。その計画に沿って、「健康増進・維持活動」「各種サロン活動」「ふれあい交流」「世代間交流」「たすけあい事業」等の視点に基づき、創意工夫を図って実施してきたことが高く評価されたのです。その具体的活動は毎月の回覧板や掲示板でお知らせしていますが、例えば昨年度のサロン活動は、各区の14グループで延べ109回開催されました。様々な活動に積極的に参加された皆様への賞でもあります。今年度も大勢の皆様のご参加で、明るく元気な地域づくりを盛り上げていきましょう。 第二地区住民自治協議会 会長 寺島 頼利



ツキノワグマの生態と 対策に関する専門家の講演会

地附山界隈でのクマ目撃情報が昨年度より増え、私達の生活圏でも遭遇の危険性が高まっています。

クマの生態や対策について行動パターンを正しく知って、未然に事故を防ぎたいことを目的に、5月9日クマ研究員の博士である瀧井暁子先生の講演を浅川公民館で実施しました。地区を超え90名の参加者があり、大変好評でした。

瀧井先生からクマの生態を正しく知り、正しく恐れる貴重な知見と具体的な事例をご紹介いただきました。

今回の講演で学んだ知識は、今後地域の活動や私達のトレッキングの中で活かし、クマによる人身被害が少しでも減少することを願います。

地附山トレッキングコース愛護会 会長 小林 勇



瀧井先生が持参されたツキノワグマの剥製



クマの毛皮とクマの糞に入っていた食べ物



“棚からぼた餅”の親睦ゴルフコンペ

5月29日に長野国際カントリークラブにて開かれた「第1回第二地区親睦ゴルフコンペ」(総勢48名)に参加させていただきました。

当日は天気にも恵まれ、地元上松以外の方々と親睦に楽しい一日を過ごせた事に加え、記念すべき初回ゴルフコンペで思ってもみなかったV1獲得で光栄の至りです。

参加された皆様、コンペを企画してくださった方々に心より感謝いたします。

以後、2回3回と開催される事を望みます。

虎視眈々とV2を狙おうとしているご仁がいることを覚えておいてください。

上松区 小林 良雄



健康アップ術 若返り体操に参加して

この講座に初めて参加して感じたことは、私のように普段運動をしていなくて、歩いていてもあまり感動がなくても、参加者みんなで楽しく体を動かすことができるということです。脳の活性化として頭を働かせる運動を教わり、同時に別の行動をしようとしても、両方同じ動きになってしまって、みんなの笑いで一瞬にその場の雰囲気明るくなり、運動ができなくてもそんなに気にならなくなりました。

今後もこのようなカラダを動かす講座があれば、積極的に参加しようと思います。

上松区 常田 まゆみ



お出かけノルディック in なべくら高原

7月13日(月)開催の、お出かけノルディックウォーキングに参加しました。行き先は、飯山市のなべくら高原。わずかな雨粒が落ちていましたが、アツという間に止み爽やかな高原の風が吹いてきました。

ひんやりとした柄山のブナ林を抜け、柄山・熊野神社の大ケヤキを拝し、森のどこでもドア等々、たっぷりの森林浴と神聖な気持ちに心も体もリフレッシュできました。

昼食は、初めて食べる飯山名物の「笹ずし」。おかずもたっぷりで大変美味しく大満足でした。

企画・運営くださった皆様、穏やかにご指導いただいた清水先生に感謝しつつ、また是非参加したいと思います。

上松区 Yさん



第二地区の井戸端会議

今年度より各地区を転々と周り「井戸端会議」と銘打って行っています。たわい無い話がスタートです。ある時は知り合いと出会い、またある時は昔住んでいた場所に戻ってきた方、またある時は面識もない人との出会い。なぜか話が尽きない。決められた時間があっという間に過ぎる。新しい人との出会い、今まで話したことのない思いがよみがえる。参加された方の昔の思い出が若さと共に湧き出てくる。まだ知らなかったことが発見される。「眼から鱗」。まだ参加されていない方このわくわくした思いを体験してみませんか？終ってみると、このひとはきっと心に刻まれると信じています。色々な想いを抱えている方を知ること収穫でもあり、チョッピリ満足感があるような気がします。

箱清水区 鶴川 良平



第8回 レコードサロン

6月24日に開催のレコードサロンは、参加者が持ち込んだ、カーペンターズ・サイモン＆ガーファンクル・荒井由実といった美しくも懐かしい名曲の、レコードやCDをDJとご当人が解説。飲み物とお菓子を頂きながら曲を聴き、自由に語り合うサロンです。

新曲も魅力ですが、懐かしい曲には古い記憶を呼び覚ます効果があり、後期高齢者の私も、学生時代のデート相手の顔が思い浮かびました。

みなさんにも参加をお勧めします。

大門町区長 中澤 泉



信州スポーツ医療福祉専門学校 はりきゅう学科 ～東洋医学で認知症の予防をしよう!～

すでに後期高齢者になり、毎日、どこかの医者のお世話になっている現状で、「東洋医学と認知症の予防」ということに興味をひかれ参加しました。

9月4日(金)、信州スポーツ医療福祉専門学校の施設で、ツボ治療について実演を含めて講演がありました。担当の星先生のお話がとても分かりやすく、人体の骨の模型を使って、どここの部分にツボがあるのか教えていただき、受講者は、同席していた同校の学生にも、それぞれ思い当たる部位を真剣に質問して、指導を受けました。受講者の皆さんは、認知症との付き合いは少し先に延ばせたような笑顔でした。

福祉健康部会

副部会長(滝区長) 山口 銑二



浅川葡萄農園訪問記

「僕は本当にワインが大好きなんです！僕のこだわる有機栽培農業のやりかたで、この浅川の土地にあった日本産の葡萄で、ヨーロッパに負けないおいしいワインを作りたい」。

8月24日月曜日、浅川葡萄農園を訪れた。この地でワイン作りにかかるオーナーの宋裕光さんの“熱く純粋な想い”。

2018年10月、家族で東京から長野に引っ越し、浅川でのチャレンジが始まった。まずは土壌。「ワインの原料は葡萄だけ」ゆえに土壌がもっとも大事だ。土壌にもドラマがあった。

次はこの土地にあってはいる葡萄はなにかを真摯に「土地に聞く」。ヨーロッパ産、アメリカ産、日本産など40品種の葡萄を植える挑戦は批判を浴びた。北信でうまく育つ葡萄はもうわかっている、それを使えばいいではないか、と。しかし、「やります！」。

4年半をかけた結果、「自分の中で」これだと思う葡萄は日本産の二種類だった。

「日本のワインは今も圧倒的にフランスを目指して走っています。そのほうがまちがいなくおいしいワインを作れます。でも、ヨーロッパ産の葡萄は病気に弱く、日本の湿潤な気候では化学的な薬を使わないとなりません。色々試し、フランス式は僕のやりたい農業とは違うと、決意をもってやめました。逆走する変わった生産者です」の言葉は自然体だ。

葉の生い茂った日本産品種の葡萄畑を一望し、冷えたシードル、ロゼ、「^{かるあか}軽赤」（宋さん命名。日本の食事にあう軽めの赤）を試飲。おいしい！

宋さんの“想い”の結実のワインに心地よく酔う。

教養文化部会長（東町区長）井口 優子



“熱く”語るオーナーの宋裕光さん。
27名の参加者にも彼の“熱さ”が伝播する



日本産品種の葡萄畑



ラベルは宋さんのお義父様作。
「ほのぼのとした作風が好きです」

教養文化部会 スポーツ大会 結果発表

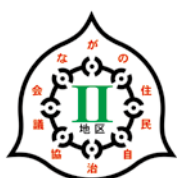
6/21 (日)	ソフトボール大会	雨天のため中止しました。
7/5 (日)	ラジオ体操講習会	参加者：約 60 名 会場：城山小学校 講師：工藤千恵先生
	ビーチバレー大会	【大人の部】優勝：湯谷 A 準優勝：上松 Y 第3位：湯谷 C 【子供の部】優勝：上松 X 準優勝：上松 Y 第3位：湯谷 C
7/27 (月)	ラジオ体操講習会	参加者：約 230 名 会場：城東小学校 講師：大石美雪先生
9/6 (日)	ポッチャ・スマイルボウリング大会	【大人の部】優勝：チーム高山 準優勝：チーム箱清水
		【子供の部】優勝：チーム横田 準優勝：チームお茶



ビーチバレー大会



荻原市長も参加したラジオ体操講座 城東小学校にて



第二地区住民自治協議会 事務局

【写真掲載承諾済】

〒380-0833 長野市大字鶴賀権堂町 2201 番地 20 号 権堂イーストプラザ ND1 階
Tel : 262-1263 (FAX 兼用) E-mail : dainitiku@energy.ocn.ne.jp