



和(輪)のまちだより

発行 2026年(令和8年)10月1日
 行 者 長野市権堂町2201-20 権堂イーストプラザ ND1階
 第四地区住民自治協議会
 電話 026-262-1365
 印刷 有限会社 長野プリントサービス
 発行部数 1,753部

2026.9.1 現在 第四地区現況 ()前年比
 世帯数/2,375戸(100.0%) ±0
 人口/2,610人(99.8%) -5人
 世帯数/令和7年度世帯数調査による
 人口/長野市企画課統計資料による

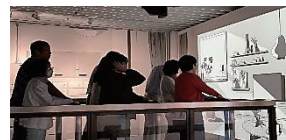
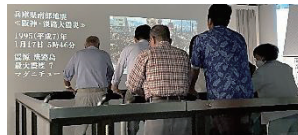
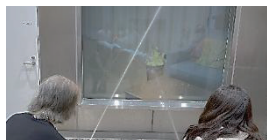
☆第四地区は「諏訪町」「西後町」「県町」「南県町」「妻科」「新田町」の6町で構成されています☆

住民の皆さまの“見学会”

去る7月1日(水)、第四地区にお住まいの方を対象にした見学会を開催しました。今回の行き先は富山県で、昼食の富山名物の鱒寿司を頂いた後、今回の目的地である「富山四季防災館」

で体験見学しました。ここは、春夏秋冬の災害や自然の特性を体験するとともに、様々な視点から災害をとらえて災害を知り、災害に備え、安心・安全の実感につながる防災展示学習をする場です。

参加者は燃え盛る火を再現したスクリーンに向かって放水し、上手に放水すると画面上の火が消える体験や、阪神淡路大震災、東日本大震災の揺れを忠実に再現した揺れを体験できる装置で、その揺れを体験しました。その揺れは想像をはるかに超える凄まじいもので、何かにつかまらなければ立っていることができない程のものでした。奇しくもこの見学会から1月も経たない7月28日に熊本県で大きな地震が発生してしまいました。本誌で何回となく繰り返しお知らせした「**耐震補強をする**」と「**家具の転倒防止策を採る**」の2点は確実に済ませておきたいものだということを改めて痛感するきっかけにもなったようです。



写真左上2枚/画面に向かって消火器を噴射 写真右上2枚/震災の揺れを再現した装置に乗り、あまりの揺れに手摺にしがみつく参加者

しつこいようですが、再々度お伝えします

本誌では、過去2021年1月号、2024年4月号などで何回かにわたって同じことをお伝えしてきました。今回も同じことを繰り返させて頂きます。

家屋の耐震補強をする

主に1981年(昭和56年)以前に建てられた家屋は旧耐震基準で建築されている可能性が高いので、築40年以上(1986年以前に建てられた)の家屋は耐震補強をしましょう。適正に耐震補強をすると、震度6強から震度7程度の揺れによつての損傷を最小限にすることができます。

家具の転倒防止器具を設置する

市内のホームセンターなどで、数千円程度で売っている「家具転倒防止器具」によって、倒れやすいタンスやテレビなどを天井と家具との間で固定しましょう。簡単に設置することができ、設置すれば震度7の強い揺れでも家具の転倒は激減します。

この二つのことをしておくだけで、地震によって命を落とす確率が約80%低くなります。長野のように津波の心配がない地域では、地震によって命を落とすのは、家屋の倒壊と家具の下敷きになって亡くなる方が全ての亡くなる方の80%を占めると言われています。言い換えると、家屋が倒壊しないで、家具が転倒しなければ80%の方が命を守れるのです。最後にもう一度言います。地震から命を守りたいなら、自宅の「**耐震補強**」をし「**家具の転倒防止策**」を採りましょう。

今年も開催!! ボッチャ大会

去る6月13日(土)、後町ホールで昨年から新たに競技種目とした“ボッチャ”大会が開催されました。ボッチャとは、数m離れた的のボール目がけて各チーム6球ずつのボールを投げ、よりの的に近かったチームが勝つという誰でも楽しめる簡単な競技です。

当日は応募した16チーム、32人の参加で、4チームずつ4コートに分かれて予選リーグを行い、それぞれのコートの1位の4チームで決勝トーナメントを行って、順位を決めました。今年も優勝賞品は県町の「浜名屋のうな重の食事券」としたこともあって、参加者はうなぎを目指して熱戦を繰り広げました。結果は以下のとおりでした。

優勝 町田さん、佐藤さん(県町) 賞品 浜名屋のうな重(上)のお食事券それぞれ1枚

準優勝 伊藤さんご夫妻(西後町) 賞品 浜名屋のうな重(中)のお食事券それぞれ1枚

第3位 武井さん、山中さん(新田町) 賞品 浜名屋のうな重(中)のお食事券それぞれ1枚

第4位 高橋さん、宮崎さん(妻科) 賞品 妻科の井上醸造の味噌それぞれ1kg

その他参加者全員にクオカード500円分



写真左／熱戦を繰り広げる参加者

写真上右／優勝賞品のうな重上の食事券を井田会長から受け取る県町の町田さんと佐藤さん

第四地区合同防災訓練

日時 10月17日(土)9:30(小雨決行)

場所 西後町「象山寮グランド」「後町ホール付近」

内容 消火器取り扱い訓練

消防団によるデモンストレーション放水

ケガ人の応急手当訓練

その他

参加者にはお土産を用意しますので、ご家族、ご近所お誘いあわせのうえ、多くの方の参加をお待ちしております。

うるおい館
菊花秋天然温泉宿

秋の野菜の健康グルメ

開催期間
前半戦 9/19(土) ▶ 10/31(土)
後半戦 11/8(日) ▶ 12/20(日)
◆ 休止期間: 11/1(日)~7(土)

こてつ北村さん監修メニュー

前半戦メニュー
ガバオライス & ヤムウンセン
【単品 1,130円】(スープ付)

後半戦メニュー
かにかま館のふわとろ天津飯
【単品 890円】(スープ、漬物付)

みっちー監修メニュー

前半戦メニュー
ガーリックシュリンププレート
【990円】(スープ付)

後半戦メニュー
海老とさつまいも秋色コロケ定食
【990円】(ご飯、スープ付)

こてつ河合さん監修メニュー

前半戦メニュー
海老の香味ソース水餃子
【単品 700円 / 定食 980円】
(ご飯、スープ、漬物付)

後半戦メニュー
ブロッコリーと海老マヨ炒め
【単品 800円 / 定食 1,080円】
(ご飯、スープ、漬物付)

※すべての商品は税込価格です。※画像はイメージです。