



吉田地区 住民自治協議会だより

53号

キャッチフレーズ「人の和と 地域の輪もて 我が吉田」

発行責任者 水内 和義

編集 吉田地区住民自治協議会だより編集委員会

事務局住所 長野市吉田3-22-41 ノルテナがの2階

TEL 026-263-6224

FAX 026-266-0371

第98回吉田町町民大運動会

令和6年10月6日(日) 吉田小学校校庭で開催

総合成績

優勝	東町
準優勝	鍋屋
第3位	中越
第4位	押鐘
第5位	北本町
第6位	桐原
第7位	上町
第8位	田町
第9位	西堀
第10位	本町
第11位	原町
第12位	小町
第13位	横町
第14位	太田
第15位	広町



各町とも、総人員数や年代別人員数が変化してきています。これからも、時代に合った形に競技内容を見直しながら、運動会の開催を継続していきますので、どうぞよろしくお願いたします。(公民館委員会)

ございました。

優勝した吉田東町区をはじめ、各町から参加してくださった皆さん、選手集めにご苦労された各町公民館・育成会の皆さん、運営のご協力をいただいた各団体の皆さん、会場や用具を貸してくださった吉田小学校・湯谷小学校の校長先生、そして前日準備と当日早朝から運営してくれたスポーツ推進委員さんと公民館委員会の主事の皆さん、ありがとうございました。

成功だったと思います。

そんな不安を打ち消すように、各選手の皆さんは一生懸命にがんばり、応援席も大いに盛り上がり、運営もスムーズに行うことができ、大成功だったと思います。

久しぶりの開催とあって、心配な点がありました。各町から選出された公民館委員会の主事さんたちの多くが入れ替わっていて、果たして運営がうまくいくのだろうか。各町からたくさんの方が集まってくれるだろうか。

昨年、コロナ禍が明けたので開催を計画しましたが、未明の降雨により中止を余儀なくされましたので、令和元年以来、実に5年ぶりの開催となりました。

福祉・健康フェスタ

福祉委員会事業である「福祉・健康フェスタ」が、10月19日（土）に吉田公民館の多目的ホール、ホワイエ、吉田支所の2階ホールで開催されました。

多目的ホールでは、9時25分より「綾小路きみまろ」DVD鑑賞が行われ皆さん楽しまれておられました。

最近、吉田公民館、かがやきひろば吉田の講座等が盛況で、

大教室でなく多目的ホールで開催されることが多くなったことから、住自協で性能のよいプロジェクトを購入し、住自協福祉委員会がその使い始めであったことから、大きな画面で皆さん喜ばれておりました。

続いて、ス

トレッチと筋

トレッ・シン・

長野市はつら

つ体操を1時

間行いました。

これは、長

野市の地域包



シャリスト谷本道哉先生のDVDを見ながら、健康運動指導士の青柳範子先生の指導や説明で、長野市はつらつ体操を体験いただきましたが、当日は稼動椅子をやめ、床に椅子を置きましたので、皆さん無理なく体験いただいたと思います。

「綾小路きみまろ」DVD鑑賞とス

トレッチと筋トレッ・シン・長野市はつらつ体操を通じて、65名の方の参加がありました。

ホワイエにおきましては、ポポラスさん（パン・焼菓子）、八雲日和さん（うどん・おやき）、信州そば工房きずなさん（そば・他）、東部中学校イーストカンパニーさん（製作品）の物品販売が行われ盛況でありました。

また、2階フロアでは、長野医療生協吉田北支部さんによる無料の健康チェックが行われ、多目的ホールでの催事以上の盛況ぶりでありました。

これは、今回のプログラムがあまり良くなかったのか、皆さんやはり身体

の事が心配で、無料であるが上に少しでも健康

状態を知りたいと欲しているのではと、感じ入ったところ

です。同じく2階フロアでは、吉田

地区ポッチャ愛好会・北長野地区ユニバーサル

デザイン研究会によるポッチャ体験会が行われ

ました。



これは、子供から高齢者まででき、簡単そうに見えても奥の深いスポーツですので、公民館委員会が実施している成人野球の参加状況などを考える

と、三世代によるポッチャ対抗戦なども良いのではないかと思います。

今年は初めてフードドライブを実施

しましたが、アピールが足りなかったのか、20品目、31品の提供にとどまりましたので、提供品は長野市社会福祉協議会に届けたところです。

この「福祉・健康フェスタ」は、第三次吉田地区地域福祉活動計画の中

で、福祉健康推進事業として、目的・内容は、「居場所や学び、交流を

させるために、従来のふれあい福祉のつどい事業や福祉バザー、吉田コミュニ

ティ広場事業を集約し、広く吉田地区住民を対象に、お祭り感覚で楽しく

つどえる場「福祉・健康フェスタ」を開催します。」となっており、公民

館委員会の吉田町文化祭とかぶりま

すし、「お祭り感覚で楽しくつどえる場？」というのが非常に難解で、福祉

委員会でも検討、協議して行かなければなら

ませんが、吉田地区住自協として全体

事業を検討して行く場である常任

評議委員会



男性の地域デビュー

福祉委員会事業である「男性の地域デビュー」を、8月22日（木）に吉田公民館の大教室で開催しました。今回は、「シン・長野市はつらつ体操」を行いました。2名（男性1名、女性1名）の参加にとどまりました。

昨年は、申込制で申込者が少ない場合は中止し、申込者に中止の連絡など行っていました。それでは意味のない講座になつてしまします。

ジェンダーの関係も考慮し、男性に特化しませんでした。やはり興味がわく内容や、お知らせの方法も検討が必要と痛感しました。

10月29日（火）には、「男性の地域デビュー」で、防災アプリ「長野市防災ナビ」のインストールから使い方の講座を開催しました。参加者は、12名（男性6名、女性6名）でした。

まず、アプリをインストールするところが主たる目的でしたが、皆さんしっかりとインストールでき使い方を習得されたようです。

天気予報や防災無線の取得や、自分の位置情報、避難所の情報だけでなく避難所までの経路表示もできる役に立つものです。

特に安否登録の関係では、家族間で情報共有ができることから、

帰りには説明資料を家族分持ち帰る方もいらつしました。

今後も実施した方が



福祉活動情報交換会・地域ネットワーク会議

福祉委員会事業である「福祉活動情報交換会・地域ネットワーク会議」が、9月13日（金）に吉田公民館の多目的ホールで開催されました。

これは地域福祉に関する情報を共有すること、包括支援センター吉田が担当する地域ネットワーク会議を併せもった会議として実施しています。

従前の福祉推進員研修を発展させ、地域ネットワーク会議を併せもったものとして、令和5年から開催しているものです。

令和5年の福祉推進員研修会・地域ネットワーク会議の開催結果から、「地域内での交流や人間関係の繋がりが希薄化している」ことを課題としてとらえ、「地域福祉活動を行っている地域の方々と医療・介護事業所が交流することで、今後の地域福祉活動についてお互い協力しやすい関係性をつくる」「吉田地区の福祉に関わる方々に、地区の現状を理解してもらい、課題と一緒に検討することで、誰もが安心して暮らせる吉田地区の地域づくりの実現につなげていく」ことを目的に開催されました。

当日は、区長、福祉委員会の委員である地域福祉会長、委員会構成員である評議委員、各区の福祉推進員、民生児童委員の方々、吉田地区内の医療・介護事業所の方々、行政・関係機関の方々と総勢80名近くの参加者をもって、誰でも地域の誰かにつながるために、誰でも地域の誰かとつながるために、誰でも次のようなことが行われました。「福祉活動計画や吉田地区の体制について」「今までの経過と会議のねらい」

について説明が行われた後、地域とながりを保持している活動の紹介がありました。

デイトレセンタリヴァール長野さんによる「おしゃべりサロンと介護事業所の連携例」について、かがやきひろば吉田さんによる「ちよこつとカフェ」集う場の提供について、長野市社会福祉協議会による「吉田地区地域たすけあい事業」協力会員の活動よりについて、紹介が行われ、参加された方々にとっては、地区の福祉活動情報交換（共有）として貴重な機会となったと思います。

続いて、皆さんにグループワークをしていただきました。今回は参加者が多かったことから、行政連絡区を中心にグループ分けをして、住民が多く地域福祉会の構成員が多い区は2グループから3グループに、住民が少なく地域福祉会の構成員が少ない区は、2、3の区による1グループにと事前にグループ分けをして実施したことにより、活動が似通った状態で話し合いが行われたように感じます。

グループワーク①では、「地域の誰かとつながるために今やっていること」（仕事として、役として、個人として）（地域の中でやっていることをグループの中で情報交換をしましょう」と、個人ワークとして、個人としてやっていることを付箋に書き入れ、模造紙に貼っていきます。そして、個人の発表から、皆でそのことについてグループワークを行ってゆく手法です。

グループワーク②では、「地域の誰かとつながるためにやってみようこと」（地域の中で「やってみようこと」や「できたらいいな」ということをグループ

プの中で話し合いました」と、皆でグループワークを進めて行きました。

出た意見や考えもさまざま、グループワークでは活発な意見が飛び交い、時間が足りないような状況でした。

まだまだ熱心にグループワークが行われている状況でしたが、他のグループの発表を聞いて、新たな地域活動が始まるきっかけになるといいなというところで、2、3のグループの発表を皆さんに聞いていただきました。

当日は13グループもあったことから、時間の関係もあり3グループに留めましたが、当日の結果については、事務局で取りまとめ、皆さんに共有できるようにしていくとの説明がありました。

この「福祉活動情報交換会・地域ネットワーク会議」は福祉委員会事業ではありますが、その企画や構成は、地域福祉共有会議（吉田地区住民自治協議会・事務局長・地域福祉ワーカー・地域たすけあい事業コーディネーター、吉田支所・支所長・支所長補佐、長野市福祉政策課・長野市地域包括ケア推進課・長野市社会福祉協議会地域福祉課・地域包括支援センター吉田の職員）で、下地が作られ実施されることが説明され、今後継続して吉田地区の福祉推進のため実施していくことか

ら、本日参加された皆さんのさらなる参画や意見交換をお願いしたいとの事務局からの説明があり幕を閉じました。



保健委員会

第四回運動講習会『やさしい筋力トレーニング』9月11日（木）吉田公民館多目的ホールで開催。健康運動指導士の清水由佳先生によるタオルやマットを使用した体に負担がかからないストレッチを教えていただきました。4・5人のグループになり玉結びにしたタオルを右に左にと天井高く投げ回していく動きは、頭では理解していても身体はなかなか思うようには動かず参加者の皆さんの様々な感情の音が漏れ響いていました。普段、一人では出来ないゲーム感覚のストレッチも健康講座ならではのです。

第五回『ヨガでリラックス』10月9日（木）吉田公民館多目的ホールで開催。50人程の沢山の方のご参加があり大変嬉しく思います。この日は、終始、会場を暗くして周りを気にせず自分の体と向き合う時間となりました。まずは、マットに仰向けになるシャヴァーサナというポーズから最後は体幹を強化する木のポーズまでという無理のない範囲で教えていただきました。

夏の疲れが出ている季節の変わり目にピッタリの時間となりました。

今年度の講座も残り2回となりました。吉田の皆様のご参加をお待ちしております。



防災研修会

大地震、
あなたは大丈夫

吉田地区住民自治協議会

会長 水内 和義

八月下旬信大原山智名誉教授による地震の際の心構えや対策についての講演を聞く機会を得た。まず特筆すべきは、話が分かりやすい事。とかく難しい言葉で話す講師が多い中、今回の先生は人物である。

私が面白いと思った処は、地震の被害は掛け算だ。地盤の強度、建物の強度、心構え、ひとつの項目をゼロにすれば、全てゼロ。という原山式仮説、地震防災強化。

そして防災グッズの備え、これは生き残った者が必要なものでも亡くなってしまうのなら不要なもの。備えは必ず必要と思っていた自分に、他の見方もあるのだと感心した。

備えでは、まず自助、次に宅地選び、家の耐震性、心構え。分かりやすい言葉が心地よい講演であった。ありがとうございました。



第37回

吉田町青少年
健全育成
住民の集い

開催

青少年委員会

委員長代理 田中 理恵

令和6年10月26日(土)に吉田公民館 多目的ホールにて、第37回吉田町青少年健全育成住民の集い(演題…SNS等の危険性と安全な使い方)を長野市教育委員会 少年育成センター主任指導主事 小林寛二様、指導主事 中澤毅一様を講師に迎え、講座を開催いたしました。講演で視聴したDVDでは、中学生のSNSにアップする写真に学年の参考書や制服が写っていたことにより個人を特定されたり、なりすましによるメールだけの会話で「良い人」と思い込み、実際に会ったら思っていた人と違う人だったなどで犯罪に巻き込まれてしまう、などの内容でした。また、スマホやゲーム依存症になつていないか、SNSを通じて誹謗中傷やいじめになつていないかといった内容や、被害者だったのが場合によつては加害者となつてしまうこともあるというお話も頂きました。とても分かりやすい講座で、講師の「ネットに投稿するという行為は、自分の住所と名前等を首にぶら下げて、玄関前に立つ様なものだ」という言葉に共感しました。コロナ禍で小学生からタブレット授業になり、スマホの所

有率も低年齢化し、ますますネット環境が身近になつてきた為、ネット犯罪に巻き込まれる事が多くなつてきます。まだまだSNSは進化して危険性なども巧妙化してきたりしているので、自分自身も勉強しなくてはと改めて感じました。子供たちはどこまでSNSの危険性を分かっているのか、フィルタリングを活用しているのかなど今一度子供たちと話をする良い機会となりました。



◆お知らせ◆

12月11日(水)

やさしい筋力トレーニング

吉田公民館多目的ホール

R7年1月8日(水)

ボールを使って健康体操

吉田公民館大教室

1月12日(日)

吉田地区成人式

吉田公民館多目的ホール

1月30日(木)

メンス厨房レッスン

吉田公民館調理室

編集後記

「吉田地区住民自治協議会だより」第五十三号をお届けします。

今年秋の収穫は台風による影響も少なく、適度な日照もあったことなどから豊作との見通しようです。

今年は、吉田町の伝統行事である第九十八回吉田町民大運動会が五年振りに行われ、また新たな活力となる一日になったと思われまふ。

また、福祉・健康フェスタ事業をはじめとした福祉活動も精力的に実施され、その状況を掲載致しました。

十月三十一日を以つて吉田地区住民自治協議会の宮澤敏夫事務局局長が退職となつたため、事務局の体制が、十一月一日から次のように変更となりました。

事務局 局長 小林 達実

福祉ワーカー 山田 隆一

今までもどおりよろしく願ひします。

(編集委員会一同)