

【区民の皆様】

第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会

第10号



# 協議会だより



平成24年1月1日 発行者 第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会 会長 武井 義忠

## 本年もよろしくお願ひします！

### ◆会長あいさつ

第五地区の皆様、新年明けましておめでとうございます。昨年は、東日本大震災が発生し被災地のみならず日本全体がたいへんな一年を過ごしました。今もなお、避難生活を余儀なくされている方がいらっしゃいますが、改めてお見舞い申し上げるところでございます。それを受けまして、当地区では以前に増して防災に対する意識が高まり、平成23年度は各町で実施している防災訓練に初めて他地区の役員や住民自治協議会の役員が参加をさせていただきました。又、自主防災会長を務めている各町区長においては、防災施設の視察研修を実施しました。各自が学んだ事を今後のまちづくり活動に活かしていきたいと思っております。さて、住民自治協議会では住民の皆様にとって「明るく住みやすいまちづくり」を目指して、各部会が事業を計画して進めております。本年も、多くの住民の皆様がご参加できる事業を実施していきます。地域が発展していくためには、地域住民の皆様の横の繋がり『絆』が重要といわれております。どうかより一層『絆』を深めて『心潤う豊かなまちづくり』を目指すためにご協力をお願いします。

第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会長 武井 義忠

## ◆住民自治協議会活動状況報告

### ①第一、第四、第五地区環境役員合同視察研修(健康福祉環境部会)

平成23年10月7日(金)に初の試みとして「第一、第四、第五地区環境役員合同視察研修」を実施しました。各地区の環境事業に携わる役員を中心に29名が東御市の「長野県中古自動車リサイクルセンター」を視察しました。同センターは、使用済自動車の野積み問題を始め、廃棄物等の最終処分場の問題等の諸情勢を踏まえて事業活動から生ずる使用済自動車の回収・解体・資源再利用化・販売を行うために平成7年に組合員37社で組合を設立したものです。同センターは国内のみならず海外へも輸出をし、又、環境問題に配慮し操業しており数多くの表彰を受けています。当日は、担当者から組合の概要の説明を受けその後、工場内で解体作業の見学をいたしました。今後も、環境委員会では環境に関する研修を実施して地域の環境事業に役立てていきます。



### ②防災研修会の開催について(安全防災部会)

平成23年10月14日(金)に南石堂町公民館に於いて「第五地区防災研修会」を開催しました。当日は、講師の長野市中央消防署 消防第二課長 瀧澤親男氏から「自主防災に関すること」「図上訓練の実施方法」の説明を受け、最後に「大震災の概要」として平成23年3月11日に発生した東日本大震災の発生直後に、現地の住民が撮影した映像や、長野市や全国の消防局、自衛隊の現地での災害支援活動時の写真を見せていただきました。研修会の説明の中で、防災対策には「自助・共助・公助」を考慮した組織体制の整備が必要であると説明を受けました。又、長野市消防局では、この研修会の開催時点で延べ245部隊、904名の隊員が復旧支援活動のため現地に入り活動をしているとの報告もありました。





### ③ノルディックウォーキング講習会について(健康福祉環境部会)

平成23年10月18日(火)に昨年度に引き続き「ノルディックウォーキング講習会」を開催しました。当日は、平成23年7月3日に実施した「裾花川河川敷清美事業」で清美した相生橋下流の河川敷広場に約20名の住民の皆さんが集合しました。講師は昨年もお願いしたフィットネスクラブ NatureScene の大塚浩司さんと、日本ノルディックフィットネス協会マスターインストラクター服部正秋さんにお越しいただきました。インストラクターの指導により、ポールの持ち方やウォーキング



の仕方を実習しました。ウォーキングのコースは裾花川右岸の堤防道路を相生橋から長安橋間を往復しました。ノルディックウォーキングは、ポールを持って歩く運動のため上半身の筋肉をよく使い、通常のウォーキングより20%~40%のカロリーを余分に消費するそうです。ノルディックウォーキング講習会は今回で2回目の開催となりましたが、初参加の方からも「身体を動かすことで、心地よい疲れと気持ちが癒される満足感で、今後も定期的実施して欲しい」との声が多く聞かれました。当部会では新年度の事業計画として検討をしていきたいと思ひます。



### ④環境施設見学会(健康福祉環境部会)

平成23年10月27日(木)に「環境施設見学会」を開催しました。当日は、37名の住民の皆さまにご参加いただき「長野市清掃センター」と「宝資源開発(株)篠ノ井営業所」を視察しました。

最初に、長野市清掃センターを訪問し、担当職員からゴミの分別や市内の家庭から排出されるゴミの量などの説明を受け、その後可燃ゴミの焼却炉、プラスチックの手選別作業、リフレッシュプラザを見学しました。同センターには、市内の家庭等から排出された年間14万トンのゴミが搬入されますが、その内の3/4が可燃ゴミであり、1日当たり400トンの処理が可能な焼却炉を稼働させて処理をしています。しかし、施設が古くなっているために作業効率が低下しており、現状では処理能力の限界に近づいているそうです。長野市からは「各家庭でゴミの減量に極力努めていただきたい」との説明がありました。午後は、宝資源開発(株)を訪問しました。同社ではペットボトル、缶、ビン、紙類等をそれぞれ分別、仕分けをして圧縮・梱包をし、各製造メーカーに再資源料として出荷する作業工程を見学しました。



### ⑤裾花川河川敷清美事業について(健康福祉環境部会)

本年度2回目の裾花川河川敷清美事業を平成23年12月11日(日)に実施しました。当初は、平成23年11月6日(日)に実施する予定でしたが雨天により中止となりました。そのため、健康福祉環境部会内の環境委員会と区長会でそれぞれ協議した結果、規模を縮小して実施することになりました。当日は、部会員、各町区長及び各町役員の皆さん約25名に出席していただきました。今回も7月に実施した時と同様に相生橋の南側と長安橋南側の2ヶ所の河川敷に分かれて作業をしました。作業中、ウォーキングをしているご夫婦が通りかかり「今まで草木が生えていて、河川敷内のウォーキングコースが歩きづらかったが、皆さんのおかげにより歩きやすく、景色もすばらしくなり感謝しています。」と声を掛けていただきました。





## ⑥人権問題研修会(生涯学習青少年育成部会)

平成23年11月17日(木)に中御所公民館に於いて「第五地区人権問題研修会」を開催しました。当日は、54名の住民の皆さまにご参加いただき、講師として岡田町在住で藍綬褒章を受章された人権擁護委員 太田光子さんと、長野県人権啓発センターの人権啓発相談員 高木保和氏にお越しいただきました。太田さんからは「人権擁護委員の活動について」と題し、ご自身が活動された経験から「人権とは私たちが幸せに生活する権利で誰でも持っているものであるが、私たちの周りでは人権に関わるいろいろな問題が起きている。人権擁護委員はこのような問題に取り組むために法務大臣から委嘱され、地域の中で人権思想を広め、住民の人権が侵害されないように配慮し、人権を擁護するためさまざまな活動をしている」との説明がありました。併せて、老後に備え任意後見人制度の必要性についてビデオ視聴を



しました。次に、高木さんから「地域社会における身近な人権について」と題し、長野県人権啓発センターの活動内容や長野県内におけるさまざまな人権課題、女性の人権、高齢者の人権などについて説明がありました。説明の中で「県民の人権問題に対する意識は低く、介護や社会福祉に関心を持つことが必要であると」力説されました。今回の研修会に参加された皆さんは熱心に拝聴し研修を受けられておりました。今回、学んだことを各自が今後の生活の中に活かしていくことにより、明るく住みやすい社会を築いていくことができます。



## ⑦有明高原寮視察研修会(生涯学習青少年育成部会)

平成23年12月1日(木)に安曇野市にある「有明高原寮」へ視察研修を実施しました。研修には25名の皆さんにご参加をいただきました。有明高原寮は、北アルプス山麓の大自然の中に位置し、NHKラジオドラマ『鐘の鳴る丘』のモデルとして有名で、フェンスや格子が無い開放的な少年院です。当日は、担当職員からの説明、ビデオ視聴と施設内を案内していただきました。ここで生活している少年達は、窃盗・強盗・傷害・振り込め詐欺等の犯罪を犯した子供達で、処遇プログラムは、最初に少年と担当官との信頼関係作りから始まります。その後、自己の問題性を見つめさせる教育、心を豊にさせる教育、親子の絆を強くする教育などに取り組むそうです。有明高原寮では地域との交流も盛んに行われ、地元の宮城(みやしろ)地区の盆踊り大会や、子ども会のラジオ体操、どんど焼きなどは同寮のグラウンドで地域住民と少年達が一緒に行っているそうです。又、施設内を案内させていただいたときに教室で授業を受けている少年達の姿を廊下から窓越しに見学をさせていただきました。その様子を見て一日も早く過去を反省して二度と過ちを繰り返すことなく社会復帰をして欲しいと感じました。



## ⑧総務広報部会視察研修会(総務広報部会)

平成23年10月23日～24日に総務広報部会の視察研修を実施しました。昨年の東日本大震災の発生を受け、各町自主防災会の活動の参考とするため、今後発生が予測されている「東海地震」の被害想定や、防災に対する知識・技術の研究をしている静岡県地震防災センターを視察いたしました。研修会では、地震が発生した場合の対処方法や日頃の備えについて担当職員から説明を受けた後、東海地震が発生した場合を想定したビデオを視聴しました。



又、地震体感コーナーでは阪神淡路大震災や新潟中越地震と同じ揺れを体験し地震の恐ろしさを体感することができました。その他に、防災備品の展示もされており今後の防災対策の参考にさせていただくことができました。





## ⑨末広町自主防災研修会への参加について(安全防災部会)

平成23年11月18日(金)に末広町自主防災会が主催した「防災研修会」が開催されました。当日は、末広町の自主防災会役員、末広町の事業所の関係者に加え、当協議会の安全防災部会員が出席をさせていただきました。講師として長野市中央消防署 消防第一課係長 渡辺 勉氏にお越しいただき「ビル火災の問題点について」の講演と「東日本大震災の状況」のビデオ視聴をし、最後に「AEDによる人名救助の講習」を受けました。ビルで火災が発生した場合、建物内のお客様に大きい声で知らせ誘導し、エレベーターは使用しないで階段で避難する事などの指導を受けました。又、震災は発生してから年月が過ぎると忘れてしまう事が多いため「忘災」とはさせないで、常日頃から「防災」に対する心掛けが必要とのお話がありました。



## ◆各町からのお知らせ



### ◆第15回如是姫まつりを開催しました<末広町より>

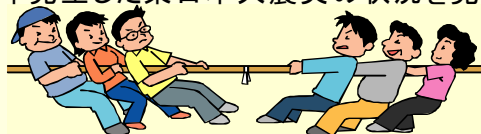
平成23年10月9日(日)に「第15回如是姫まつり」を開催しました。如是姫まつりは長野駅前広場に建立されている善光寺縁起の如是姫様を顕彰するお祭りです。如是姫像は明治41年に善光寺境内に安置され、昭和11年に仏閣型の駅舎の完成を記念し、現在の位置に建立されました。しかし、太平洋戦争中に金属類供出令のため台座部分を残し出陣し帰らぬ旅へ出発しました。その後、昭和23年に地元の有志により二代目の如是姫を建立し、それを機に昭和25年より「如是姫まつり」を善光寺さまのご支援をいただきながら開催しております。一時中断した期間もありましたが、平成8年に「長野市制100年」「如是姫像建立90年」「長野駅前移転50年」「長野新幹線開業」を記念して、地元商店会の協同組合ナガノ駅前センターと末広町の共催により再び開催することになりました。この祭りのハイライトである稚児行列は長野市の秋の風物詩になっており、今回は29名の子供達が参加しました。その中に、東日本大震災のために福島県から避難されている高橋乃々果さん(7歳)と高橋飛奈果さん(6歳)をご招待し、犠牲となった方々のご冥福と一日も早い復興又、如是姫様の供養、地域の発展と子供達の健やかな成長を祈念しました。稚児行列の他には「キッズダンス」「ラテンガールズの生演奏」「AC長野パルセイロの選手によるサイン会」などを開催し多くの観衆にお越しいただき盛大に開催することができました。





## ◆中御所町民大運動会を開催しました<中御所より>

朝から秋晴れとなった平成23年10月10日(月)に「第60回中御所町民大運動会」を裾花小学校グラウンドで開催しました。今回は第60回の区切りの大会となり、300人を超える参加者で大会が盛り上がりました。特に「パン食い競争」「宝さがし」「釣ってビックリ」の競技には子供からご高齢の方まで大勢の皆さんに参加していただきました。又、来賓としてお越しいただきました、第五地区の各町区長さん達にも競技にご参加していただきました。昼食時には「おでん」「うどん」を振る舞い、午後の競技に向けて力を付けていただきました。そして、運動会の最後は例年通り全員参加の「綱引き」を行い、普段中々接することが少ない人達同士が同じチームとして、全力を尽くし綱を引きました。競技終了後は、素晴らしい景品が当たるお楽しみ抽選会を行い秋の一日を過ごすことができました。昨年発生した東日本大震災の状況を見て、改めて地域の結びつきがとても大切だと感じております。



この日開催した運動会や様々な行事を通じて中御所町内の絆が深まればと思います。



## ◆中御所文化芸能祭を開催しました<中御所より>

平成23年11月12日(土)～13日(日)に中御所公民館に於いて「中御所町民文化芸能祭」を開催しました。展示部門では、絵画・写真・木彫・アレンジフラワー・水墨画・書道など力作ぞろいの作品に目を見張るものがありました。又、婦人部・育成会・長生会の皆さまからも沢山の作品を出展していただき、花を添えていただきました。展示室には大勢の方にご来場いただき、大変華やいだ雰囲気の中で開催することができました。芸能の部では、ハーモニカ・カラオケ・大正琴・日本舞踊・太極拳などのサークルが日頃の練習の成果を



による素晴らしいコーラスが会場全体に響き渡り盛り上がりしました。又、例年お越しいただき講習会をお願いしております、長野市交通安全推進室の皆さんによる交通安全腹話術では、コーラスを披露していただいた裾花小学校の生徒さん達も熱心に聞き入り、町民と一緒に交通安全について勉強をされていました。今年は約100名の皆さんに参加をしていただき、盛大な芸能祭を開催することができました。そして、二日目は特別企画として「二胡と二十弦箏の二人コンサート」と題し、二胡奏者の澤口恵美子さんと琴奏者の清水範子さんによる演奏会を開催しました。日本と中国のそれぞれの伝統楽器に

よる演奏の素晴らしさに80人を超える来場者の皆さんは酔いしれていました。次回開催した時には、第五地区各町の皆さんも是非とも会場にお越しください。



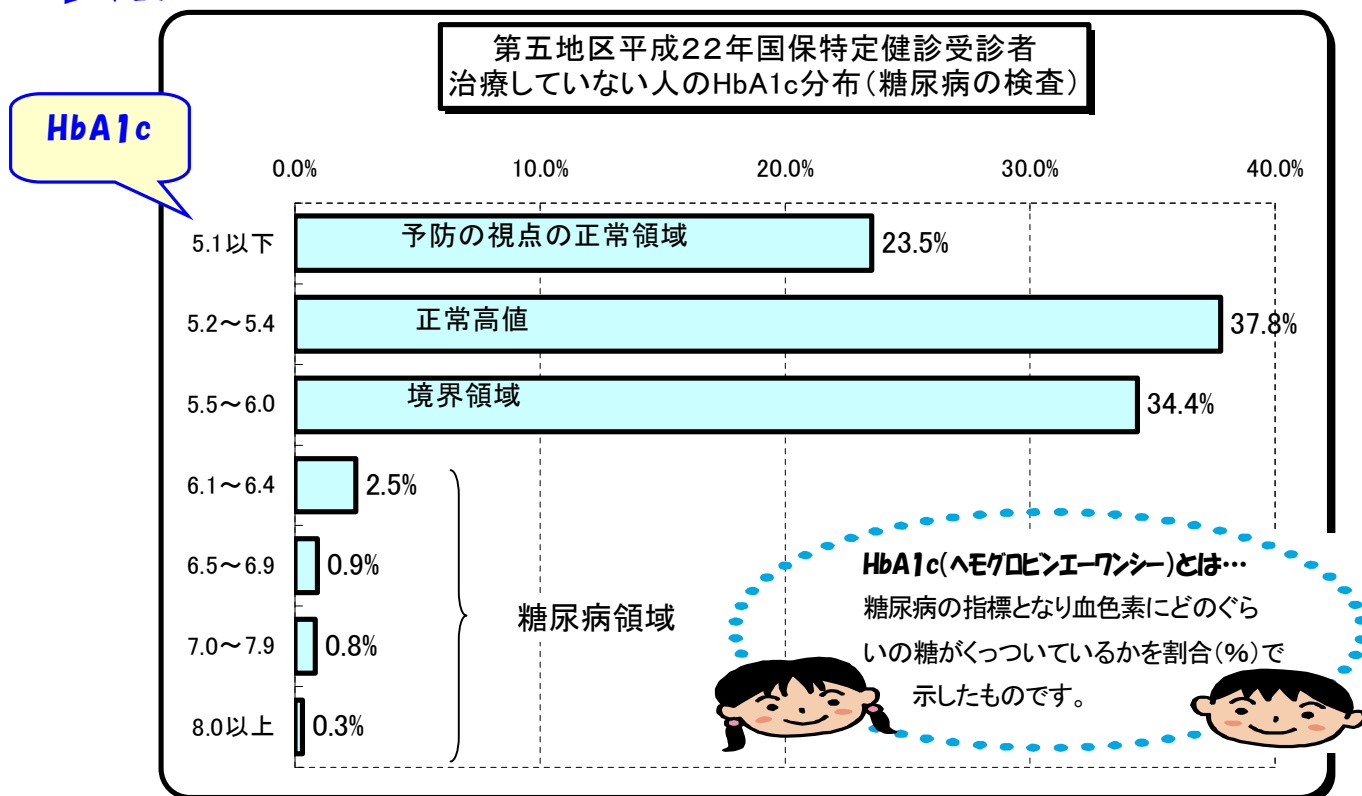
## ◆長野市からのお知らせ

「第34回人権を尊重し合う市民のつどい」が開催されます

- ◆日 時:平成24年1月13日(金) 午後1時30分～午後3時30分まで
- ◆会 場:若里市民文化ホール
- ◆講 演:私の出逢った唄たち ～人権と平和を語る講演コンサート～
- ◆講 師:新谷のり子さん(歌手)
- ◆詳しいお問い合わせは、長野市保健福祉部 人権同和政策課 Tel224-5032へお願いします。

## ◆西部保健センターからのお知らせ

# 自覚症状がなく進行する糖尿病の予防は、健診で毎年の検査が有効！



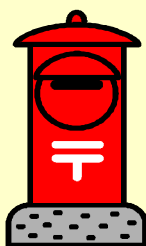
先日、第五地区の方とお話をしたら、昨年の第五地区心潤う豊かなまちづくり協議会健康福祉環境部会の講演会で、栄養士さんから「血管を若返らせ、糖尿病の予防のために、食事のはじめに野菜を食べることが良いと聞いたので、家族にも声をかけて野菜から食べている。」とのことでした。「体調がよくなって、特にお通じがいいわ。」とお元気そうでした。野菜から食べることを実行していただいていると知り大変うれしく思いました。

糖尿病は、自覚症状が少ないため、HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)を調べる必要があります。自分のインシュリンが血液中の糖をどのくらい処理できるかの目安は、HbA1cの値で分かります。第五地区のこの検査の結果をみましたところ、正常高値と、境界領域の人の割合が72.2%と高いことが分かりました。

しかし、この方達は早期に発見できたので、生活習慣を改善することで、糖尿病の予防ができます。西部保健センターでは、健康サポート相談を行っていますので、気軽にご相談ください。

これからも、第五地区の皆様が、長野駅前で、いつも私たちを見守ってくださる、如是姫観音様のように、にっこりと微笑みながら暮らせますようにと願っています。

西部保健センター 第五地区担当保健師 萩原 Tel224-1101



◆ 第五地区の活動に、ご意見・ご提案がありましたら各町の区長さん又は、事務局へお問い合わせをお願いします。

◆ 事務局: 〒380-0835

長野市大字南長野新田町1485番地1 もんぜんぷら座8階

第一から第五地区合同事務所

TEL262-1512【FAX共通】

E-mail: dai5@feel.ocn.ne.jp