

ふれあいのまち



松原かわら版

世帯数 1,288 戸
人口 2,970 人
高齢化率(65歳以上) 29.9%
(令和7年2月1日現在)

三九郎

子ども会育成会会長
高橋 聖一

伝統行事「三九郎」が1月11日夕方に盛大に開催されました。この行事は、豊作と無病息災を祈願し、正月飾りや達磨で飾った神木を焼くものです。鈴木連合会会長の挨拶後、小学5、6年生の男子が点火を行いました。焼け残った熾火で焼いた繭玉を頬張る子どもたちの姿が印象的でした。熾火を囲み、地域の人々が交流し温かい雰囲気広がりました。



少子化の影響で、かつては子どもたちが中心でしたが、今では大人たちとの共同実施が増えていきます。今年には約30人の子どもたちが櫓作りに参加しました。来

松原地区の福祉活動について

松原地区生活支援員 服田 芳明

私が事務局をしています松原地区社会福祉協議会は、令和五年度から地域福祉を担う重要な組織として見直され、三役会が隔月で開催されるようになりました。手始めとして高齢の方のアンケート調査を行い、この結果から当地区の急速な高齢化の課題が見えてきました。そこで現在は町会連合会と協力して「町会連合会の組織や事業の見直し」・「町会加入率の向上」に取り組みしております。更に、「避



第3町会 AED救命講習会

2月1日、AED救命講習会が、町内公民館で行われました。町内公民館に設置されている、AED(自動体外式除細動器)を使い、芳川消防署の開藤さんより、AEDの使い方・実技・心肺蘇生と、人工呼吸の手順・実技などの講習を受け、大変勉強になりました。また、お話の中で、芳川消防署には、1日平均6件〜10件の緊急依頼があり、今後



も10年は、緊急依頼が増加していくだろうとの話がありました。各町会の高齢化が進む中、参加者の中には、救命活動の経験がある方、自分が救急車のお世話になった方もおり、多くの方が、このような講習には関心を持っています。今後も学ぶ機会が増えれば良いと思います。(編集委員)

退任のご挨拶

松原地区地域づくりセンター長 牛丸 尚久

難行動要支援者の災害時支援」・「高齢者のための講習会(介護予防講座・認知症サポーター養成講座・終活講座など)」や「高齢者事業の見直し」にも取り組んでいます。私は職務として地域包括ケアアシテム推進の一端を担っており、「松原サポート(高齢者の生活互助会)」の事務局兼支援協力員として、ゴミ捨て・草取り・家事などでお困りの方の支援を行っています。また、「いきいき百歳体操」の推進や独居高齢者対象の「まつばら食堂」のお手伝い等にも携わり、地域福祉の向上に努めてまいりました。

松原地区には前述以外にも地域福祉の活動があり、民生委員さんも熱心に活躍されています。ご相談事や地域福祉へのご要望等がありましたら地域づくりセンター(地区公民館・福祉ひろば)にいらしてください。最後に、私は今年度で現職を辞することになりますが、ボランティアとして地域福祉には関わっていくつもりです。皆様のおかげでこれまで業務遂行ができましたことに心から感謝申し上げます。ありがとうございます。私の後任へも変わらないご指導・ご鞭撻をお願い申しあげます。

この度センター長を退任することになりました。令和2年度から5年間という長い間、皆様には大変お世話になり、ありがとうございました。松原地区は、松本市の北部の桐に住んでいる自分には全く馴染みのない地区で、不安一杯の中で赴任してきましたが、地区の皆様が温かく受け入れてくださり、また職場の同僚にも恵まれたおかげで何とかこれまでやっていくことができました。思い返せば、赴任してきた令和2年度から3年間は、コロナ禍の真ただ中で地区の行事の中止、縮小、やり方を工夫するなど試行錯誤しながら事業に取り組んできました。令和5年度からは、対面での行事や活動が復活して、いろいろ祭、ウルトラゲーム大会、総合防災訓練等地区全体で行うことができようになりました。これからも地区の皆様方のご協力・ご支援のもと、地域のお年寄りから子どもたちの生きがいづくり、地域防災、地域包括ケアアシテムの推進を盛り上げていっていただけるよう願っております。最後に皆様方のご健勝を祈念申し上げ、退任のあいさつとさせていただきます。

まつばらのできごと

1/20 「楽々ボディメンテ講座」

福祉ひろばと共催で1月20日【腰の部】から始まりました。続けて【膝の部】【肩の部】と全3回行い、坐骨神経・固まった筋肉をストレッチでほぐしていきます。ストレッチは毎日実施することが大切です。継続は力なり!



1/6 「新春書初め大会」

明善学区の子ども達15名が書道の先生から師事をいただき、冬休みの宿題「書初め」に挑戦しました。「はね」「とめ」「はらい」が上手に決まっているか?自分が納得するまで先生にアドバイスを受けながら何枚も書きました。



1/30 「柿渋染め講座」

福祉ひろばと共催で日本の伝統染物の一つ「柿渋染め」に挑戦しました。柿渋染めは、年月とともにどんどん色味が強くなっていくのも特徴らしいですから、見る度に変わる色合いが楽しみになりました。



2/11 「レッツ手づくりバレンタインスイーツを作ろう」

それぞれが渡したい人への想いを込めて、トリュフ・スノーボールを手づくりしました。想いは伝わったかな?



まじばら園

〜横断歩道の見守り〜

6町会と7町会の中の横断歩道と、中央公園から南公園に向かう横断歩道で登下校時、小中学生の見守りを行っている方にお話を伺いました。

【6町会 野原 昇さん】

近所の町会役員の方からたまたま話があり、孫の入学も合わさったため始めました。子どもの元気なあいさつはとても気持ちが良いです。あいさつしてくれると、とても嬉しい。

〜公園や松原モールなどの植え込み剪定、落ち葉集めなどの整備〜

松原地区では、皆で一斉清掃や町内清掃を行っています。また普段からご自宅の周りの歩道などきれいにされている方もたくさんいらつしやいます。

そんな中、ふだんから地区内の公園や松原モールの植え込みや下草をきれいにしたり、落ち葉を集めている方がいることにお話さしてみました。

【Aさん(70代)】

始めは自宅前の植え込みみだけだったが、だんだん広くやるようになりまして。子どもはきちんとあいさつしてくれるし、ありがとうとか、手伝いましょうかと言う子もいます。自分としては気になる所を自由にやっているだけです。いつまでとかこままでとか決め

【5町会 佐藤比佐夫さん】

見守りは始まってからずいぶん経ちますが、私はまだ4年ほどです。安協の役員をしていた時に話があり始めました。私は登校の時見守りしています。子どもはみなあいさつしてくれますよ。



れたらやらないでしょうね。町がきれいになっていくのが気持ちが良いし、面白いと思います。

【Bさん(80代)】

暇だからやっています。やっていると地域の人が声がけしてくれたりします。前は陰になっていたところにゴミがあつたりしましたが、きれいにすることでゴミを捨てる人が減りました。公園に遊びに来る親子連れもいるようになりました。やっているのは自分たちだけではない、たくさんの方がやっているし、気にかけてくれています。

お話を伺った方たちが地域にいらることで、子どもたちははじめ皆さんの身近な環境が、整ったきれいな環境であること、あいさつができる町であることで、地域の治安がまもられていると感じました。

(編集委員)

からくり時計

親知らずを抜いた。かかりつけの歯科医院で、歯茎の状態が悪いと言われてから4年が経っていた。その間、炎症を起こして痛んだり、出血したりしていたが、以前右下の親知らずを抜いた時の恐怖が頭をよぎり、抜歯の決断ができずにいた。

なるべく痛みが起こらないよう、日々丁寧な歯みがきを心掛けていたが、ここ最近出血する頻度が多くなり、いよいよ抜歯しなければならなくなった。左下と上2本、同時に3本抜くことになり、全身麻酔で2泊3日の入院となった。手術の3日前には持病の片頭痛が起こり、吐き気と戦いながら、このまま手術したら死ぬかもしれない、などと大袈裟だが思ってしまった。

不安だった手術は無事終わった。麻酔から覚め名前を呼ばれた時、生きていることに安心した。顔は腫れ上がり、痛みは一週間程続いた。

ここ数年、体のあちこちに不調がでている。親知らずの心配はなくなったが、健康に気をつけて毎日を過ごしていきたいと思っている。

(編集委員)