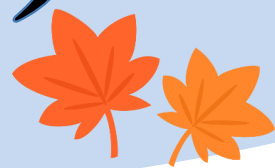


奈川のたより

2025 11 月号



奈川でロゲイニング初開催！



9月27日(土)、奈川地区で初となる松本奈川ロゲイニング大会が開催され、県内外から70名が参加しました。参加者たちは地図を手にコントロール（チェックポイント）を探しながら、奈川の自然と交流を楽しみました。

ロゲイニングとは、地図を片手に、制限時間内に設定されたコントロールをできるだけ多く回り得点を競うスポーツです。参加者はチームごとにルートを考えながら歩いたり走ったりし、体力だけでなく地図読み戦略や判断力も求められるのが特徴です。

今回の大会では、田ノ萱町会から、保平、奈川高原方面まで地区全体に32か所のコントロールが設定されました。その中には、地区内の絶景スポットや文化財などが盛り込まれ、奈川の魅力を再発見する機会になりました。

参加者からは、「また来年も参加したい」「地元の人と交流ができて楽しかった」などの声が聞かれ、地域と人をつなぐ新しいイベントになりました。来年も開催の予定です。



発刊：奈川地区地域づくりセンター ☎79-2121

ホームページではカラーでご覧いただけます→



●奈川診療所からのお知らせ●

11月の高木先生の診察日 11月12日(水) 10:00~12:00

11月の歯科休診 11月13日(木) 長尾医師

お間違えないようにお願いします。

- 11月より、第2月曜日 または 第3月曜日の診療は
松本市立病院 伊東哲宏先生 となります。
- 10月から歯科の担当医師が代わりました。

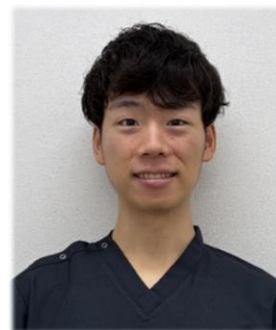
名 前 福田 浩信 (歯科/月曜日)
出 身 神奈川県
出身大学 鶴見大学
趣 味 旅行・筋トレ・温泉

一ひとことー

奈川診療所へは、診療所移転前にも来させていただいていました。
新しくなった診療所でも勤務させていただくことになって嬉しく
思っています。

何か気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。

奈川診療所 (☎79-2301)



小原農村公園の遊具について

小原農村公園内の遊具が老朽化し危険
なため、遊具を使用しないようお願い
します。

問い合わせ：松本市役所 耕地課
TEL 78-3004

🌲 奈川ぐるぐるカフェのご案内 🌲

今年度5回目のぐるぐるカフェを開催します。
食事をしながら、楽しく話し合う場となります。
どなたでも参加できます。お気軽にご参加ください。

日 時 11月25日(火) 18:30~

会 場 夢の森2階 福祉ひろば

問い合わせ 持続可能な奈川地区推進協議会(奈川地区
地域づくりセンター) TEL 79-2121

地域の憩いの場「夢の森カフェ」を開催しました

9月30日、今年2回目の「夢の森カフェ」をオープンしました。今回はカ
フェのほか、衣料品や食料品の販売もありました。

カフェ部門では、奈川産のそば粉やエゴマなどを使った「うす焼きカフェ豆
まめ」と、テレビ出演で話題の「製材所のパン屋」が出店し、訪れた人たちは
美味しいコーヒーを味わいながら楽しいひとときを過ごしていました。また、
コタケの衣料品コーナーではこれからの季節にうれしい、あたたかい靴下や下
着などが並び、JAあづみ移動販売車では新米や漬物用の材料も販売され、こ
の時期ならではの必需品を皆さんが買い求めていました。

今後も「夢の森カフェ」が地域の皆さんの憩いの場となるよう企画しますの
で、大勢の皆さんのご利用をお待ちしています。



奈川小中学校の児童・生徒、名古屋フィルオーケストラと共演

10月21日、奈川文化センター夢の森ホールに、名古屋フィルハーモニー交響楽
団が来場し、楽団員約60名とオペラ歌手による公演が行われました。この公演は、文
化庁「舞台芸術等総合支援事業」で、奈川小中学校の音楽の授業の一環です。

奈川小中学校の児童・生徒たちは、本公演に先立ち9月に実施されたワークショッ
プに参加し、楽団員から合唱やボディ・パーカッションの指導を受け、一生懸命に練習
を重ねてきました。本公演では、その成果を発揮し、名古屋フィルの演奏と見事な共演
を果たし、客席から大きな拍手が送られました。会場には地区内外から一般の方も訪
れ、迫力ある演奏に聴き入っていました。





集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい 健康教室

日 時 11月14日(金)
午前10時20分～11時20分
場 所 福祉ひろば
内 容 森永乳業 腸活セミナー



腸内環境の大切さや日常での実践方法を教えていただきます。
今回はウェブ（オンライン）セミナーとなります。
自車でお越しの方は、ご近所・お友達を誘ってお出かけください。

出張ミニ ふれ健

入山公会堂 11月13日(木) 午後1時30分～
古宿公会堂 11月17日(月) 午後1時30分～



健康相談日

日 時 11月17日(月)
午前10時～
場 所 福祉ひろば



※保健師が、健康や子育て等について
秘密厳守で対応します。
どんなことでもご相談ください。



12月のふれあい健康教室のお知らせ

日 時 12月11日(木) 午前10時20分～
場 所 福祉ひろば
内 容 安曇野瓜太郎さんミニコンサート

※12月のふれ健は、第2金曜日ではありません。
お間違えのないようにお出かけください。



9月のふれ健「変面ショー」



10月の「男しよの体力講座」

奈川地区「地域おこし協力隊」着任

奈川地区地域づくりセンターに、三木惣介（みきそうすけ）さんが着任しました。三木さんは、奈川地区に居住して、地域の観光資源を活かした地域外との交流を促進する役割を担います。地域の行事やイベントなどで顔を合わせた際には、お気軽に声をお掛けください。

出身：兵庫県西宮市

年齢：35 歳

好きなこと：ランニング、登山、喫茶店、カフェ、自然、田舎、旅行

できること：日常英会話、整体・ボディケア、動画制作

—ひとこと—

はじめまして、三木惣介といたします。

「そうすけ君」「そうちゃん」と気軽に呼んでもらえると嬉しいです！

奈川での生活や皆さんとの交流を楽しみながら、地区の良さを PR していきたいです^^

今までここに書ききれないくらい色々な場所で色々な仕事をしてきたので、その経験を総動員して地域おこし協力隊として活動していきます。

どうぞよろしくお願いします！



「高齢者福祉入浴券」を使うと、入浴施設での利用がお得になります！

高齢者の健康増進と交流促進を支援するため、市内入浴施設の料金の助成を行っています。令和7年度から、奈川地区の施設も対象になりましたので、ぜひご利用ください。

奈川地区施設	ウッディ・もっく	山荘わたり
入浴料金	550円 → 350円	500円 → 300円



同居のご家族の方でも代理で交付を受けることができます。代理の方の本人確認書類をお持ちください。

対象者 昭和30年4月1日以前に生まれた、70歳以上の松本市に住所がある方
(※今年度70歳になる方は対象外)

交付窓口 奈川地区地域づくりセンター 他

持ち物 本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカードなど）

問い合わせ：奈川地区地域づくりセンター TEL 79-2121

☑夢の森図書室から休室のお知らせ

11月1日（土）（奈川地区文化祭）	11月 9日（日）（夢の森全館清掃の日）
11月2日（日）（奈川地区文化祭）	11月23日（日）（勤労感謝の日）
11月3日（月）（文化の日）	11月24日（月）（振替休日）



福祉ひろばコーディネーターを募集します

奈川地区地域づくりセンターでは、令和8年度の会計年度任用職員を以下のとおり募集します。

1. 任用形態 会計年度任用職員（パートタイム）地方公務員法第22条の2に基づく
2. 任期 令和8年4月1日から令和9年3月31日（再度任用あり）
3. 報酬 条例に規定する給与表に基づく
4. 勤務場所 奈川地区福祉ひろば
5. 応募期間 令和7年11月28日（金）までに履歴書を奈川地区地域づくりセンターへ持参してください。

※詳細は、奈川地区地域づくりセンターまでお問い合わせください。

問い合わせ：奈川地区地域づくりセンター TEL 79-2121

