

館報

庄内



庄内地区	
令和3年7月1日現在人口	
世帯数	7,161 戸
男	7,376 人
女	7,370 人
合計	14,746 人
発行 庄内地区公民館	
(ゆめひろば庄内)	
電話 24-1811	
FAX 24-1812	

何が変わろうとしているの？

松本市で取り組んでいる

モデル地区の現状

令和3年度から始まった住民主体による地域づくりモデルの4地区は、地区特有の課題や具体的な地域づくりを進めていくため選ばれております。

人口減少や中山間地特有の問題を抱える四賀地区。区画整理事業で増加した働き手世代による地域の担い手育成を狙う芳川地区。水害に弱い地域柄であるため町会単位の防災体制等の構築を進めたい島内地区。

この庄内地区は、対象を高齢者に限定せず、町会単位で取り組むきめ細かい地域包括ケアを構築していく地区として選定されました。

今回の館報では、様々な事業を通じて住民の皆さんと交流を深め、身体とこ

ろの健康を支援する齊藤保健師さんに、具体的な庄内地区での活動について紹介していただきました。

5月から

庄内地区公民館で

『庄内地区健康相談』

がスタート！

昨年度までは庄内地区担当保健センターである南部保健センターでの開催でした。今年度からは相談支援の充実を図るため、より身近な場所として庄内地区公民館で育児相談や健康相談を行うことになりました。

子ども・

赤ちゃんの相談



お子さんの身長、体重測定や発育発達相談、赤ちゃんの育児相談も行います。相談ごとがなくても、身

長・体重測定のための利用でもかまいません。

大人の健康相談



血圧測定等、直接お話を伺う時間を通し、身体とこころの健康相談を行います。

次回の健康相談は9月13日(月) 9時半～11時を予定しています。予約の必要はありませんので、お気軽にご利用ください。また11月には管理栄養士への相談、1月には歯科衛生士への個別相談会も計画しています。

地域に出向き、

地域の方々との

交流も積極的！

公民館在籍時には、小瀧彩子地区生活支援員と地区活動の情報交換を重ねています。また高齢者サロン等への積極参加や、より多く

皆様の身近な場所『庄内地区公民館』で！

小さなお子様からご年配の方まで、身体とこころの健康に関しての心配事がありましたら、悩まず、お気軽にお声がけください。皆さまの身近な場所「庄内地区公民館」で、一緒にお話をしながら一緒に良い方法を考えて行きましょう。

庄内地区担当保健師

齊藤美和



コラム

コロナが終息し、世間が落ち着いてきたら海外旅行は如何でしょうか？ハワイも良いと思いますが、私のお勧めのオーストラリア・ケアンズを紹介します。

ケアンズは日本から直行便で約7時間の距離。熱帯雨林気候で雨が多く、乾季の5～12月が狙い目です。海にはサンゴ礁で有名なグレートバリアリーフがあり、陸には世界最古の熱帯雨林のジャングルが広がり、海も陸も十二分に観光を満喫できると思います。

ここで旅行の必需品、海外用Wi-Fiを紹介します。現地では日本と同じようにスマホで行きたいお店を検索したり、英語が話せなくとも翻訳機能を使って地元の人とコミュニケーションを取ったりできますので、ぜひ日本から離れる時に空港で借りてください。

お土産は豪州原産のマカデミアナッツはいかがでしょうか。特にワサビ味は日本にはなく狙い目です。今は行ける日を待ち侘び我慢の日々です。(S)

第3弾 庄内地区の「○○」を知るシリーズ 庄内地区トレッキングガイド

今回は、庄内地区の山歩きについて紹介します。

千鹿頭山、開成中学校付近、弘法山の3つを実際に歩き、その道沿いにある様々な歴史や地域の様子に触れていきます。涼しい時間帯に行動したいので、早朝に出発することとしました。

第1ポイント

千鹿頭山

まずは千鹿頭神社へ。時刻は4時30分。濃紺だった空がすっかり白くなっていきますが、日の出まではまだ時間があります。千鹿頭神社の駐車場で準備体操をして山登り開始。辺りから車の騒音は聞こえず鳥のさえずりだけが響いてきます。何と清々しい朝でしょう。



弘法山 山頂より

千鹿頭神社の御柱大祭の際には、木遣りの「ヨイサア」のかけ声に合わせて、大勢の人の力によって、御柱がこの道を通って神社へと曳かれていきます。

千鹿頭神社に立つ4本の御柱を眺めながら神社由来の碑文を読んだ後、展望台へと向かいます。多少勾配のある坂がありましたが、あつという間に到着。登り始めて展望台までは15分、およそ1100歩の距離でした。付近には「千鹿頭神社・林城跡歴史の道」の看板が。どうやらさらに尾根を進むと広澤寺山山頂や林大城へと通じるようです。

展望台から少し戻り、リスの小径という名の坂を下りていきます。道は狭いものの、しっかりと整備されており看板もあるので、迷う心配はありませんでした。千鹿頭池の駐車場まで戻ってきました。ここには、蒙古王と呼ばれた百瀬渡

氏の石碑があります。神田町会(当時は神田村)出身で、第3代松本市長を務めた方です。この百瀬氏や先々代市長の有賀氏のように、庄内地区の子どもたちの中から市長になる傑物がぜひ現れてほしいものです。今後は楽しんでくださいね。



蒙古王 石碑

楽しんでくださいね。

第2ポイント

開成中学校

さて、時間は5時を過ぎました。朝のジョギングや犬の散歩をしている方々とすれ違うようになります。

開成中学校第2グラウンド付近には、平成初期に神田町会で作った歌を記念する石碑があります。地元を愛する心と共に歌が未永く語り継がれることが願われていました。

開成中学校までの坂道を登り、校門前に到着します。時間は5時45分、歩数も4900歩と軽い運動としてはまずまずでしょうか。この開成中のグラウンドは、昭和36年に陸上自衛隊松本駐屯地の方々の協力を

よって整備されました。校舎前には、その石碑が置かれています。



▲神田の歌 石碑



▲開成中 石碑

第3ポイント

弘法山

開成中学校門前にあるプールの建物の反対側に中山地区側の通学路があり、そこを下っていきます。生妻池が見えてくると、突然ドボンという音と共に池に波紋が。池の主でしょうか？

生妻池の堤防からは麦畑が見下ろせます。丁度日の出を迎え、山の東側から降り注ぐ眩しい朝日が、麦の穂を黄金色に輝かせていました。

出発からおおよそ2時間、ようやく弘法山の頂上に到着。時刻は6時20分、歩数も8000歩をカウントしていました。頂上周辺は、以前訪れた際に調査していた場所は埋め戻されており、古墳の回りの草が刈られていました。前回とは異なる場所での発掘調査が始まるのでしょうか。

最後に、早朝運動した後の朝ごはんは最高でした。

皆さんも是非！

早朝かつ雨上がりの気持ちいい風が吹く中での山歩きとなりました。

館報をお読みの皆さんの中に、「本格的な山登りに備え、近くで練習したい」「ちよつとした運動をしたい」という方がいたらぜひ、活用していただければ幸いです。

最後に、早朝運動した後の朝ごはんは最高でした。

