

ふれあいのまち



# 松原かわら版

世帯数 1,204 戸  
人口 3,009 人  
高齢化率 (65歳以上) 27.0%  
(令和元年 12 月 1 日現在)

## 新年のご挨拶

### 松原地区町会連合会会長 中 孝好

新年、あけましておめでとうございます。日頃は、町会連合会の運営を始め多くの地域行事・活動へのご賛同、ご参加を賜りまして、誠にありがとうございます。

昨年は、日本各地で多くの自然災害が発生し、特に台風19号の被害は、東北信地区に大きな爪痕を残し、改めて防災・減災への取り組みの重要性を思い知らされました。被災された皆様の一日も早い復興を心より、お祈り申し上げます。本年は、かねてより地域包括ケアシステム推進委員会



今年も地区の有志の皆さまが門松を作ってくださいました。素敵な門松を飾ります！

で、協議を重ねてきた松原地区町会連合独自の生活支援システム「松原サポート」(昨年末の臨時総会に於いて正式名称として承認)が、活動を開始いたします。

地域の安心、安全へ町会員の皆様からより一層のお力添えを願えればと存じます。地域活動は、皆様が健康で安心にお過ごしいただいていることが、大前提となります。ご家族、ご友人を含めまして、お身体をご自愛くださるようお願い申し上げます。とさせていただきます。本年もどうぞよろしくお祈り申し上げます。

## 松原地区専門部・福祉部会発定、生活支援事業『松原サポート』開始に向けて

### 松原地区地域包括システム推進委員会 新保 俊尚

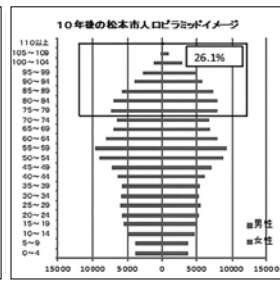
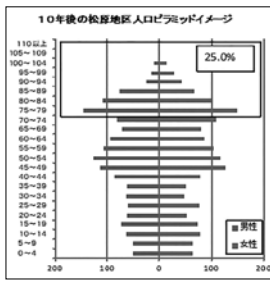
12月14日の松原地区町会連合会臨時総会におきまして、松原地区・福祉部会の発足と、4月開始予定の松原地区生活支援事業の名称を『松原サポート』と決定していただき、松原地区における、地域包括システムが具体的に一歩踏み出すことができました。とはいえ、これからは本番です。松原地区の皆様のご協力をよろしくお祈りいたします。

さて、今回の専門部変更や支援事業の取り組みの背景には、松原地区に超高齢社会が迫っているという危機感からです。現在75歳以上の割合は、松本市15・2%、松原地区9・3%ですが、10年後は下の人口ピラミッドに示す通り、松本市26・1%、松原地区25・0%となり、4人に1人は後期高齢者となるからです。

地域包括システムの目標は、PPK(ピンピンコロリ)ができる地域づくりです。具体的には、①自分の健康を維持し続けるしくみがあり、皆が参加できる。②自分ひとりでできないことを手助けしてもらえ、しくみがあり、皆が利用できる。そして『つながり』と『笑顔』がある地域にすることです。

今回、生活支援事業『松原サポート』を開始し軌道に乗せていければ②は達成できます。①については、ふれあい健康教室、第2ふれ健、健康講座、ニュースポーツ体験会&体力測定、町会交流スポーツ大会等さまざまなイベント

がありますが、これらを活かしながら、各人がそれぞれの体力に合わせて、健康づくり、認知症予防の観点で年間を通して参加できるような健康増進プログラムが提供できないか検討中です。引き続き、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



## しめ縄作り講習会

12月14日、松原地区公民館において、恒例のしめ縄作り講習会が開かれました。子ども会育成会を中心に「ワラ」、「シデ」等を準備していただき、4町会の小池さん他皆さんの指導のもと、正月飾りの「ごぼうしめ」「おやす

「おしやもじ」「リース」等の作り方を教わりました。約50人の参加者で保護者、小学生、中学生も多く、皆で熱心に楽しみながら作りました。自分で作った飾りは一味違った美しさがあるように思います。来年もまた皆様幸せになりますよう思いを込めて飾りましょう。

(編集委員)



# 人権視察研修会を終えて

戦国大名の軌跡をたどってのシリーズ3回目は、11月25日に川中島古戦場跡を訪れ、武田信玄と上杉謙信の5回に及ぶ戦いの様子と善光寺のご本尊の波乱に富んだ運命の歴史を紐解く研修会でした。小春日和の中での出発ではありましたが、長野に向かうに従い木枯らし吹く寒さになり、史跡公園で地元のガイドさんの熱心な説明を受けました。川中島の戦いとは、武田信玄と上杉謙信、そして北信濃の人々を軸としての戦いで12年間に5度の戦いがあり、第4次の戦いで信玄と謙信の一騎打ちになり、多くの伝説を残した激戦であったようです。



善光寺では宿坊で精進料理をいただき、隣接する寺院の中でガイドさんの案内を受けました。終盤を迎えている紅葉も、銀杏の葉は茜色に色づき輝くばかりの美しさで心が和み、帰路に着きました。参加された皆さん、寒い中おつかれさまでした。

(編集委員)

# まっぴらのごとく

【11月28日】  
新そばを楽しむ会



【12月1日】  
ニユースポーツ体験会



【1月7日】  
少年少女新春  
大もちつき大会



【1月11日】三九郎

# 一夜限りのイルミネーション2019



12月21日土曜の夜、いつもはあまり人通りの無い松原モールで「いつもと違う時計台」の標語を掲げ、モール内をLEDの電飾で飾り、コンサートを行うというイベントが開かれました。17時、時計台にすだれの様に飾られたLEDが点灯され、暗闇の中、きれいに浮き上がった光景に拍手が起きました。時計台では、クリスマスの季節にふさわしいサンタクロースが登場し、子どもたちにプレゼントを配り始め、小さな子どもたちの声や、走り回る姿を見ることが出来ました。コンサートの前の説明で、この企画は住民の親睦と共に、今は動かなくなってしまった、からくり時計の修復のアピールでもあり、募金活動も行っているとの話がありました。少し予定時間より遅れて、信州大学の学生サークルによる、ケルト音楽の演奏が始まりました。100人前後の多くの人が普段聞きなれないエキゾチックな音楽を楽しみました。とても楽しい企画だと思いました。今後も地域ぐるみの活動として根付くことを期待しましょう。(編集委員)

# コラム 北の旅人

町会員の高齢化が進む中「高齢者(65歳以上)の町会役員の定年を考えてほしい」との声を多く耳にするようになった。

視力・聴力・記憶力・体力等が個人差は有るが高齢に伴う機能低下により、色々な行事に参加することも辛い。でも此の地域の一員として生活している以上一緒に協力していかねばいけない事は十分理解しているが...と話す。現在役員である私も高齢者であり幾つか当てはまることがある。

2年程前の班会で役員定年の話が出された。当班では半分以上の世帯が高齢者世帯であり今後の事を考え二つのことを決めた。①個人差が有る為定年としての年齢は定めない。②役員が回ってきたとき本人の申し出により班会で話し合う。何よりも皆で話し合う事で班内の現状を共有でき協力し合えると思う。

役員の選出方法は輪番制で行っている町会が多いと聞く。「順番だから...」では無くこの機会に皆で考えてみてはどうだろうか。

今若くても必ず来る高齢者になった自分の姿を考えながら。

(編集委員)