



ふれあい会食会

7/18 水

記録的猛暑の中、七月十八日にふれあい会食会が開催されました。暑さのせいもあり、いらっしやった方の数は例年より少なかつたように思われます。それでも約八十名の方が、皆さん汗を拭きながら元氣におこしくございました。

今回は、務台秀夫さんが、真珠湾攻撃を題材にした映画「トラ・トラ・トラ」の短縮版と沖縄戦を中心とする記録の8ミリ映画を上映して下さいました。

続いて、長野市生まれの若松典子さんが子どもの頃に体験した「長野空襲」のお話をし、戦下さりと、戦争の恐ろし



ふれあい会食会

さ、そして平和であることの尊さ、有難さを改めて感じました。

その後、お弁当と、健康づくり推進委員さん手作りの、夏野菜入り具沢山のお味噌汁を頬張り、お話しに花を咲かせていました。

民生・児童委員
榎石 康子

いきいき元氣大学

バスハイク

8/20 月



今年の『いきいき元氣大学』のバスハイクは、阿寺溪谷ウォーキングでした。猛暑が続いた今年の夏もお盆の辺りから少し落ち着いてきましたが、まだまだ涼を求める若者や家族連れの姿をあちこちで見かけました。

『阿寺ブルー』と何度もガイドさんが紹介していた淵や清流は天気によってその色を変えるそうですが、この日はガイドさん曰く、「イマイチ」とのこと。でも、元氣大学の

メンバーの皆さんはその透き通るような『阿寺ブルー』に感激しながら、「来てよかつた」と何度も口にしていました。

歩いた距離は思っていたより長く、しかも歩き始めて間もなく突然のどしゃぶりの雨。「ちよつと大変かな」という心配も余計なお世話というくらい、木曾の五木や随所の見どころを楽しんで歩く皆さんの後ろ姿は、とても元氣で逞しさを感じるほどでした。

おいしいお昼を食べて、お土産や「開田高原のとうもろこし」など木曾の採れたて野菜を買って松本に夕方戻ってきましたが、皆さん、本当に

『いい顔』をされていきましたよ。

『今度はどこに行くのかな』と企画する苦勞を想像しつつ、次回を期待する声が聞こえてくるバスハイクでした。

いきいき元氣大学講師
百瀬 みどり



♪阿寺溪谷を満喫♪

長元坊 チョウゲンボウ

今年も中学の同級会を開催する時期になりました。今年で31回目になります。同級会が毎年続いているのは、幹事を松本と東京のメンバーが1年交替でやっていることと、会終了後にT君が作っている同級会誌に負うところが大きいと思っています。その会誌は、懇親会の模様や会員の消息、各人と交わした手紙や電

話のやり取りなどを克明に記したA4版、14ページの素晴らしいもので、会終了後1ヶ月くらいの間に、欠席者も含めて会員に送り届けられます。

会場は、以前は関東甲信の観光地から選んでいましたが、松本には会員の実家があり、ちよつど里帰りにもなるからという理由で、ここ数年は松本市の近郊で開催しています。

同級会の通知を出しました。

「皆様恙無くお過ごしでしょうか。かつての少年、少女たちも今は後期高齢者といわれる年頃になり、通り過ぎてきた還暦や古希の頃は、まるで夢の中のひと時であったかのように思えます。

この年になると体調や気分も優れない方も居られると思います。どうぞ体に負担がか

からない範囲でご出席くださいますようご案内申し上げます。」

去年、参加できなかった人は、腰や膝などが痛いからという人が多く、ついで家族の介護や、本人の施設への入所などの事情がありました。

この同級会に参加できることを幸せに思い、年1回の再会を心待ちにしています。

(T・K)

避難所 運営委員会から



大手公民館は、災害時に要
援護者優先避難所に指定され
ていて、運営委員会が今年度
も定期的に開催されていま
す。

8月28日には、「災害クロ
スロード」ゲームをグルーブ
に分かれて実施しました。

「災害クロスロード」とは、
阪神・淡路大震災で、災害と
対応にあたった神戸市職員へ
のインタビュをもとに作成
されたゲーム形式の防災教育
教材です。①災害時の対応を
自らの問題として考え、同時
に他人の異なる考え・価値観
に気づくこと、②正解がある
とも限らない中で、誠実に考
え、適切に判断し、行動する
ために、災害前に考え体感・
体験することが目的です。

では、実際にゲームを体験
してみましよう。

状況①…あなたは市民です。
大きな地震のため、避難所(小
学校体育館)に避難しなければ
ならない。しかし、家族同
然の飼犬もも(ゴールデ
ンリトリバー、3歳)がいる。
Q:一緒に連れていって

まずは、どうすべきか自分
の意見と理由を考えます。次
にグループ内で意見を発表
し、他の意見や考えを聞き
ます。全員の意見を聞き、ど
うすべきか再度考え、グルー
プの意見を総意として決めま
す。

状況②…あなたは被災者です。
地震で自宅は半壊以上、家族
そろって避難所へ。ただし、
日頃の備えが幸いして、非常
持ち出し袋には、水も食料も
3日分はある。一方、避難所
には水も食料も持たない家族
が多数。
Q:その前で非常用持ち出し
袋をあける?

他にも、ボランティアセン
ターのスタッフだったり、避
難所担当の職員だったり、運
営側の設問もありました。

自分の意見、他人の意見、
避難者として考えることはも
ちろん、運営側として考える
ことも、災害時の行動につ
ながるものがあると感しまし
た。

松本城の野鳥たち ④5

〜ハシブトカラス〜



写真は久保田佐久良さん(岡田在住)が
松本城周辺で撮影

トビと競ってシャチホコに留まれたカラス

カー、カーと澄ん
だ声で鳴くことが多
い。全長56cm、翼開
長105cm。アジア
の森林に分布するカ
ラスで山や林に住ん
でいるが、日本で
は人家の近くでも多
い。ハシブトカラス
よりやや大きく、額
が出っばって見え
る。
(日本野鳥の会ホームページ
より引用)

「2018 信州総文祭」開催



パレードの様子(大名町通り)

8月7日から11日まで、高
校生のお祭り「第42回全国高
等学校総合文化祭」が長野県
17市町で開催されました。集
まった高校生は約2万人、多
くの分野にわたる情報発信が

なされました。

松本では総合開会式(市民
芸術館)、パレード(市街)、
吹奏楽部(文化ホール)、書
道展(市美術館)が開催され、
多くの若者であふれました。

長野県の高校生が全国の高
校生に発信した情報のひとつ
は、「長野県のおいしいもの
お勧め」でした。それは、お
やき、にら煎餅、やしろうま
美味だれ焼き鳥、おしぼりう
どん、胡麻そば、山賊焼き、
イナゴソフト、ソースカツ丼、
五平餅、でした。

さて、皆さんは全部食べた
ことがありますか?私はこの
中で二つは食べたことがあります
せん。

(T・M)

公民館委員紹介

◆運営委員

- | | |
|-------|-------|
| 青木 光代 | 青木 康治 |
| 赤羽 郁夫 | 井上 忠男 |
| 川久保 潔 | 北原 正嗣 |
| 小泉 修平 | 小泉 雅子 |
| 高木 健 | 高野 和子 |
| 中田 俊雄 | 中田 充 |
| 野村 長司 | 藤田 久夫 |
| 藤村 吉彦 | 真峯 勝則 |
| 丸山 貞壽 | 望月 益榮 |
| 箕輪 徹朗 | |

◆図書・視聴覚委員

- | | |
|--------|-------|
| 栗田 幸一 | 中田 充 |
| 増田 博志 | 丸山 一雄 |
| 輪湖 弥之助 | |

◆文化委員

- | | |
|--------|--------|
| 青木 光代 | 安藤 ふ志江 |
| 犬飼 富雄 | 宇留賀 昭夫 |
| 大石 君子 | 大鳥 住子 |
| 奥田 正男 | 倉科 真弓 |
| 小泉 雅子 | 鈴木 秀三郎 |
| 多湖 佳子 | 中田 まち子 |
| 中野 敏生 | 二木 澄子 |
| 丸山 泰 | 山崎 永子 |
| 渡辺 一三三 | |
| 正木 輝 | 丸山 隼 |

◆体育委員

- | | |
|-------|--------|
| 青木 康治 | 赤羽 郁夫 |
| 出井 健一 | 小林 美恵子 |
| 細萱 博信 | 望月 益榮 |