



ウォーキング&ドラム缶ピザ窯

ー楽しく健康づくりと地域づくりー

東部地区福祉ひろばでは、健康づくりと親睦・交流を図るため、今年度「ウォーキングイベント」を5回開催することを計画しました。

今年度は目的を健康づくりのみならず、防災対策の一環として避難所を知るための「町内公民館巡り」を主に、食べる楽しみを加味した「ランチ会」をセットにしました。

その第1回は、5月29日に50名余りのご参加をいただき、4ヶ所の町内公民館を訪ねた後、松本城でボランティアアガイドに説明を受ける等、1時間半ほどのウォークを楽しみました。特に、その後のランチ会（今回は手作りのピザ窯によるピザ）は大好評でした。

今後は、7月に戸隠高原へ、9月はあがたの森へ（ランチはカレー）、11月は町内公民館巡りNo.2（ランチはソバ）等を計画しています。



●初挑戦ドラム缶ピザ

東部地区町会連合会は、ドラム缶で出来たピザ窯を作製しました。これは、地区事業での活用はもちろんのこと、非常時での利用も想定しています。

今回のピザ会では、生地や上に乗せる具は、地区有志の皆さんや館報編集委員、福祉ひろば・公民館職



員が50枚分余りを用意しました。

当日は東町1丁目にある東部防災緑地を会場とし、町会長、日赤奉仕団、環境衛生協議会の皆さんが担当しました。

参加者からは「とてもおいしかった。またお願いしたい。」との声も聞かれました。

我がまち自慢

清水西町会 青山繁・千尋ご夫妻

歌い続けて50数年まだまだ歌える？

ふれ健や相澤先生の音楽会で大きな声で歌う青山ご夫妻に、歌う楽しみを伺いました。

ー合唱歴は

夫は団長としてNHK松本放送合唱団、松本混声、アルモニアを経て松本シティコーでテノールを、妻は高校で70人の合唱部、NHK合唱団からは一緒にソプラノを歌ってきました。

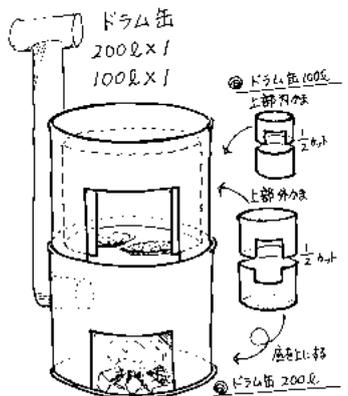
ー歌って楽しいことは

古今の名曲に巡り合い、4声や8声などで、各パートの響きが合った時のワクワク感がとても楽しみな世界です。

ー活動の発表は

年1回の定期演奏会で中世ヨーロッパや日本の作品を無伴奏で。時にはパイプオルガ

図解ドラム缶ピザ窯



今回地区で製作したドラム缶ピザ窯は、入山辺地区の「こんな山辺にするじゃん会」より設計図の提供をいただき、葭町の二村製作所さんが加工、地区団体役員の皆さんが塗装を行いました。一見ドラム缶に煙突を付けただけに見えるが、内部は2重になっていて、窯の中には熱だけが伝わる構造になっています。

ー今後の目標は

暮れに予定しているパッハのクリスマスオラトリオの発表に向けて練習をしています。少人数の昔の仲間と、福祉施設などでのミニコンサートも続けていく予定です。

指揮者や声楽の先生、仲間にも恵まれたことを感謝しながら、もうしばらく歌い続けたいと思っています。

合唱に限らず多方面で活躍されるお二人は、併せて150歳。音楽にもストイックに取り組む姿は若々しさに満ちていました。



頑張っています

東部地区各団体・東部複合施設

(◎会長・委員長 ○副会長・副委員長 ◇新任 順不同)

町会長の皆さん

清水東	安保 隆充
清水中	○三代澤 健一
清水西	服部 聖一
片端町	茂住 宏幸
出居番町	上島 邦夫
東町一丁目	一志 誠
東町二丁目	新村 昌弘
東町三丁目	小澤 佐智浩
鍛冶町	◎北沢 信
餌差町	宮下 隆夫
桜町	◇水瀬 明
下横田町	巢山 篤夫
南上横田町	土屋 晃一
葭町	○二村 太郎

地区団体と代表者の皆さん

- ◆町会連合会 北沢 信 (鍛冶町)
- ◆社会福祉協議会 北沢 信 (鍛冶町)
- ◆民生児童委員協議会 赤羽 宣子 (桜町)
- ◆福祉ひろば事業推進協議会 宮下 隆夫 (餌差町)
- ◆体育協会 小澤 佐智浩 (東町三)
- ◆環境衛生協議会 大澤 亘 (清水中)
- ◆町内公民館長会 植松 茂夫 (南上横)
- ◆人権啓発推進協議会 新村 昌弘 (東町二)
- ◆防災部 鳥羽 洋志 (南上横)
- ◆日赤奉仕団 三代澤 明子 (清水中)
- ◆健康づくり推進委員会 新村 みのり (東町二)
- ◆子ども会育成つぼみの会 三代澤 健一 (清水中)
- ◆東部ボランティア部 宮下 隆夫 (餌差町)

ひろば企画委員の皆さん

- ◎宮下 隆夫 (餌差町)
- 島 宣子 (南上横)
- ◇茂住 宏幸 (片端町)
- ◇三代澤 健一 (清水中)
- ◇新村 みのり (東町二)

東部複合施設職員

- ◇赤羽 宣子 (桜町)
- ◇平林 千佳 (清水中)
- ◇浅野 ヨシ子 (桜町)
- ◇土屋 晃一 (南上横)
- ◇三代澤 明子 (清水中)
- ◇巢山 篤夫 (下横田)
- ◇矢口 洋子 (葭町)

公民館

- ◆館長 宮下 隆夫
- ◆主事 望月 優
- ◆職員 宮澤 由美子
- ◆職員 宮坂 正美
- ◆福祉ひろばコーディネーター 青木 千史

地域づくりセンター

- ◆センター長 藤野 一男
- ◆デイサービスセンター 山口 州美礼
- ◆管理者 赤澤 清孝
- ◆他



※公民館委員の皆様は
昨年度から引き続きとなります。

東部地区複数町会バス講座 「初夏の上高地、散策会」



東部地区初めての取り組みとして、全14町会を3グループに分け、複数町会バス講座を5、6月に随時実施しました。

今年度は上高地の自然とふれあい散策(ウォーク)をテーマに、自然の環境保護について学ぶと共に、東部地区各町会の垣根を超えた交流の場でもあります。

6月28日に開催された最終回となる3回目の講座に、取材の為、参加しました。

天候は午前雨予報の中、参加者30名とガイドを快く引き受けていただいた先生のお話に耳を傾けながら一路上高地へ。朝から小雨模様でしたが、



釜トンネルを抜けた瞬間、雨脚が激しくなり、計画していた明神池周辺までの「健脚コース」、大正池周辺までの「散歩コース」の各散策は大事をとって河童橋周辺の自由行動に変更されました。しかし中には雨に打たれても健脚コースに行ってきたというツワモノの女性グループもありました。

午後には、沢渡温泉の足湯施設に立ち寄り交流を深める機会に恵まれ、稲核の風穴を見学し、その構造と歴史や現在の活用について楽しく学び交流することができました。