



# 夏の三大事業

# 心地良い人との寄り添い



夏休み期間に子どもも大人も楽しめる三事業を実施しました。厳しい暑さの中でしたが「いい汗流した」取組でした。

## 健康維持に「ラジオ体操講座」

◀わずか3分で健康に



手軽な「ラジオ体操」を習慣化し、健康維持・増進を図る講座が、昨年に続き清水小学校の校庭で7月24日(日)園児からお年寄りまで240人余りの参加をいただき開催されました。

参加した池田拓未さん(7歳・清水東)は「楽しかったです。来年も参加して、頑張りたいです。」と話されていました。

実施日	町会
7月29日 30日	桜町
7月30日	餌差町・鍛冶町
8月1日 2日	南上横田・片端町 霞町・出居番 東町1・東町2
8月5日	清水中

上記日程で開催されました。

## 地域愛着の「なぞときスタンプラリー」



▶難しい問題に真剣に取り組む(伊織霊水にて)



◀桜町(7月29日)

## 青山様・ぼんぼん

ウォーキング(ソーマンや焼きそばの振舞あり)で東部地区の文化財と水を巡り健康づくりと地域の愛着を深める事業が、7月30日(土)に子どもと大人を合わせて65人の参加をいただき開催されました。



▶ソーマンパフェの振舞

## 気分爽快の「ボウリング大会」

ボウリングを通じて、子どもと大人が一同に介し体力向上と親睦を深める事業が、アピナボウル城山で8月7日(日)に例年を超える78人の参加をいただき開催されました。

体育協会理事長の中田貴夫さん(南上横田)は、「久しぶりに70人を超える参加者がありました。子どもも大人も笑顔いっぱいのお大会でした。」と話されていました。



▶ストライクに拍手喝采

レベルアップ講座② 「生ゴミ堆肥化講習会」



▲堆肥化キットを作っている様子

家庭ゴミの減量をテーマに「生ゴミの堆肥化」について学ぶ講座が、6月9日(木)に14人の参加をいただき開催されました。

参加した腰原由絵さん(東町2)は、「家庭で簡単に生ゴミの堆肥化にチャレンジできるのはいいなと思いました。」と話されていました。

レベルアップ講座③ 「パッキング講座」



▲丁寧な実践と解説で習得

災害時やアウトドアなどで活躍するパッキング講座が、7月14日(木)に17人の参加をいただき開催されました。

参加した中島由美さん(東町1)は、「災害時の状況によって今日学んだことを参考にしながら、対応をしていくという心掛けが大切だと考えました。」と話されていました。

ふれあい健康教室「七夕交流会」



▲七夕の飾りつけに一所懸命

7月11日(月)光明幼稚園から年長児36人、教諭4人と地区の住民25人の参加をいただき、「七夕交流会」が3年ぶりに開催されました。

参加した赤木咲優さん(光明幼稚園児)は「たのしかったです。またあそびにきたいです。」と話されていました。

複数町会  
バス視察(馬籠宿)が  
3回実施されました

文豪島崎藤村の作品と生涯をたどる記念館や、中山道の名所を訪れました。



▲5/30(月) 18人参加



▲6/28(火) 19人参加



▲7/20(水) 15人参加

目線は「学び」と「交流」

環境・災害・子ども

▶8月22日(月)16人参加  
ストレッチA



▶8月3日(水)7人参加  
ストレッチB



▶6月3日(金)8人参加  
英語で脳活



福祉ひろば「新3講座」盛況に開催中

東部地区町会別75歳以上人口 令和4年9月1日現在

町会名	男性	女性	合計
清水東	58	113	171
清水中	30	46	76
清水西	17	24	41
片端町	18	28	46
出居番町	4	10	14
東町1丁目	7	18	25
東町2丁目	8	13	21
東町3丁目	14	19	33
鍛冶町	3	5	8
餌差町	11	23	34
桜町	20	41	61
下横田町	22	50	72
南上横田町	8	22	30
葭町	11	16	27
合計	231	428	659

東部地区高齢化状況(75歳以上) 令和4年9月1日現在

地区名	総人口(A)	75歳以上人口(B)	高齢化率(B/A)
松本	236,581	37,762	15.96%
東部	3,154	659	20.89%

9月19日(月)は敬老の日です。「国民の祝日に関する法律」では、敬老の日を9月の第3月曜日とし、「多年にわたり社会につくしてきた方々を敬愛し、長寿を祝う日」として定めています。

これに伴い、地区内の町会に高年齢化は国内外問わず進行していますが、こういった機会を通じて、これまで地域を支えてきてくださった皆様への感謝の気持ちを忘れないようにしたいものです。

いつまでもお元気で！敬老の日・敬老行事！

