



無病息災を願ひ

年頭のあいさつ

内田地区町会連合会長 浦山信義

明けましておめでとうござ
います。皆様におかれまして
は良き年をお迎えのこととお
慶び申し上げます。また日頃
より内田町会連合会運営にご
理解ご協力いただき誠にあり
がとうございます。

さて、松本市では昨年四月、
市内三十五地

区に「地域
づくりセン
ター」を開設
し、地域づく
りが本格的に
始動しまし
た。町会は住
民が主体と
なつて地域課
題を解決でき
る仕組みづく
りに取り組
み、住民の「地
域づくりは自
分達の手で行
う」という意
識を高めなく
てはなりませ
ん。町会が核
となり、「安



平成27年1月1日現在

世帯数	940戸
人口	2,436人
男	1,222人
女	1,214人

全安心なまち」「誰もがくらしやすいまち」を目指して取り組みでいくことが求められます。

そこで内田地区におきましても、関係団体の参加を得て「内田地区地域づくり協議会」を設置しました。今後身近な問題となる「少子高齢化」を例にすると、「生活の交通手段の確保不安」「集落内の空家発生」が、結果として自治会運営に影響を及ぼすことへの懸念を生じさせるため、将来にむけた対策の必要性が地域課題として取りあげられています。

内田地区の特色を生かした種課題の選定とその解決に努めていかななくてはなりません。

次に、昨年は二月の二週にわたる豪雪、七月の南木曾町土石流、九月の御嶽山噴火、十一月の長野県北部地震など自然災害を目のあたりにし、安泰ではなかった一年でした。いつおきるかわからない自然災害に、町会連合会としても地域の絆をより強固にし、危機管理に努めてまいります。

結びに、本年が良い年でありますよう、皆様のご健勝ご多幸をご祈念申しあげまして新年のごあいさついたします。

内田地区 総合防災訓練実施

近年、長野県内でも自然災害がたびたび発生し、住民の自主防災活動が重要となっています。今後ますます風水害の被害が多くなると考えられることから、今回「住民の安全で迅速な避難の実施」と「住民の防災意識の向上」を目的に、地区総合防災訓練を実施しました。

11月30日午前8時、震度6弱の地震が発生したとの想定の下、防災無線の発災の放送を合図に、訓練に取り組みしました。

地区防災会は、情報の収集伝達、安否確認、代表者による避難訓練、給水体験を実施しました。

安否確認では、地区総世帯数940戸、総人口2448



給水訓練



避難訓練

人の内、安否確認数2、033人で、415人の安否確認ができなかったことから、各自主防災会の今後の課題が見えました。

また、今後の課題について、小規模町会の10年後、20年後の急激な高齢化社会に対応した自主防災組織体制を考える時期に来ていると思います。高齢者等災害弱者となる住民の避難方法や平日昼間の災害時に対応できるよう、地区まちづくり協議会の中で自主防災組織の検討を進めていけたらと思います。

また、平成26年5月にガイドラインの見直しがあり、市でも避難所運営委員会準備会設立の取り組みが始まりました。内田地区では、南部ブロック防災部長等協議組織設置にあたり、連携、調整、組織のあり方について検討を進めることとなります。

大規模災害に備えて、自主防災組織を基本とした避難所運営委員会活動班ができ、スムーズに避難所へ移動できる体制になることを期待します。

内田地区防災部長
三村義博

内田地区

体力づくりサポーター
育成講座に参加して

楽しく体力づくり

あったと思います。最終回は、運動方法の復習と今後の活動についての方向性が示されました。全回とおして笑顔でリラックスしてできる内容であり、スタッフの皆様感謝いたします。

昨年、十月の内田公民館だよりを夫がなにげなく私に見せてくれ、今回の企画を知りました。日頃から関心のある内容であり、夜間の時間帯であったため参加できました。

全四回コースの第一回で

は、松本市の現状や目指そうとしている健康づくりの事業のことがわかりました。第二回は転倒予防や認知症予防に効果がある「二重課題トレーニング」の実践をわかりやすく教えていただき、体験もできました。都合で第三回の体力テストは出席できませんでしたが、きつと自分の体力について、自覚できる内容で



二重課題トレーニング

がつていくと実感しています。一人で継続していくことは難しいため、身近な地域の中に場所や仲間、リーダーがいると、より多くの人が実践できると思いました。

ありがとうございました。

五町会 小島敬子

小諸懷古園から
追分宿

十一月八日、「歴史にふれ、文豪に思いをはせながら、ゆっくり歩いてみませんか？」の言葉に誘われて、公民館主催の文学・歴史講座に参加しました。

小諸へ向かう車窓から見える木々も、紅葉がきれいでした。

懷古園へ着くと、園内は自由探索で「藤村記念館」「小諸義塾記念館」など、幾つかの記念館を観覧してまわる事ができました。苔の生えた石



追分宿 中山道と北国街道の分岐

垣、本丸跡に小諸城の名残を感じました。

桜の木はすでに葉が落ち始めていましたが、もみじや他の木々はまだ緑から黄色へ赤色へと、紅葉まっさかりで、見ていてもあきないほど綺麗でした。



懷古園 石垣に句碑

昼食後、懷古園を後に旧中山道・追分宿へ。国道から一步入った街道は静かでした。両脇のお店を見てまわる人、郷土館を観る人と、それぞれ思い思いに散策しました。

帰りには道の駅で両手一杯のお土産を買い求め、楽しい一日でした。

さて、次回は何处でしょうか？楽しみです。

四町会 百瀬里恵子

つれづれ編集記

昨年、息子がそばアレルギーと診断された。辛い症状は軽度だが、ある程度大きくなるまでそばを食べるのは厳禁となってしまうた

一番悲しんだのは義父である。そば打ちの趣味が高じて段を取る程の腕前。休日にそばを打ってはお馳走してくれていた。年末には年越しそばを打ち、私の実家や姉の家にまで届けてくれる。それが昨年末から我が家は遠慮せざるを得なくなってしまうた。

そもそも年越しそばとは何か調べてみた。そばは他の麺類と比べて切れやすいことから「今年一年の厄を断ち切る」という意味で、江戸時代から大晦日の夜に食べる習慣が生まれたとされている。また、昔からそばは体によいものとされ、食べると内臓に溜まった毒を取り払ってくれると思われていた。そのため、新しい年を健康で迎えられるように、大晦日の夜にそばを食べたとされている。

昨年は厄年だった。昨年の厄を断ち切るのには、今からでも間に合うだろうか。



九町会 高山梢