



平成27年3月1日現在	総世帯数	1,827世帯
	総人口	4,851人
	男	2,335人
	女	2,516人

退任のごあいさつ

この3月で退任される方々に、これまでをふり返っていただきませう。

- ① 退任のご挨拶
- ② 大変だったこと、印象に残っていること
- ③ 次期役員への期待



町会連合会会長 倉科寿男

① 顔年齢で着任した大役も、本年3月末で大過なく放免となりました。これは町会長さんをはじめ、事務局と多くの役職の方々、そして地区のすべての皆様方の御理解とご協力によるものであったと心底感謝しております。

② 在任中まったく運動会ができなかったことは、天のいたずらなのか残念でした。準備にご苦労いただいた方々には申し訳なく思います。敬老祝賀会抜きの文化祭は来客動員に不安を抱えながらも、お

げさまで大盛況でした。

③ 私の信条を押しつけるつもりは毛頭ありませんが、従来事業をそのまま漫然と進めるのは如何か。一度立ち止まって見直すべき点は勇気をもって断行し、神林中を緑の旗で埋め尽くしてほしいと願っております。



公民館運営委員長 小松安宏

① 運営委員長と言っても名ばかりの委員長で、無事に任期を務められたのは2年間係わって頂いた館長、事務局役員、地区の皆様のおかげです。ありがとうございました。

② 地区の一大イベントといえる運動会が2年続きで中止になってしまったことは本当に残念でした。26年度文化祭は運営方法を変え、思わぬアクシデントもありましたが、大勢の協力で心配された来場者の減少もなく、成功のうちに

神林公民館長

赤羽建司



① 3月末をもって、神林公民館長を退任させていただきます。

ました。平成23年より4年間に渡り、地域の皆様・各種役員・委員の皆様には、ご指導・ご支援をいただき、無事に任務を遂行する事が出来ました。これも偏に皆様からご尽力を賜ったおかげと深く感謝申し上げます。

公民館活動を通して、多くの方々とお近づきになれ、たくさんのお話を聞かせていただき、これは私の貴重な財産となりました。今後の活動の糧にしてまいりたいと思います。

② 市民運動会が、4年間で1回しか出来なかつた事と、公民館の大改修が無事にできた事です。市民運動会は神林の絆づくりのため、大変だとは思いますが、ぜひ続けて欲しいと思います。

館報編集委員長

上原章



① 6年間、皆さんに支えられて館報編集委員を継続することができました。

振り返るとあつという間でしたが、館報を通じて多くの人とお会いし、お話できたことが自分にとっての財産です。今後この財産をずっと大切にしていきたいと思っております。本当に長い間ありがとうございました。

② 山雅FCとのインタビューから関係が始まり運動会への招待まで決めたのに、3回とも雨で流れてしまったこと。

③ 必ずやってくる、大きな自然災害時、皆で助け合える「神林の絆づくり」を具体的な形にしていって欲しい。

鎖川

先日の3月7日(土)、サッカーJ1リーグの2015シーズンが開幕、松本山雅FCの新たな舞台での戦いが始まった。

記念すべきJ1初試合はアウェイで名古屋グランパスとの対戦。「オリジナル10」と呼ばれるJリーグ発足当初からの名門・強豪チームを相手に、3対3と白熱した試合をみせてくれた。今シーズンの戦いぶりが楽しみだ。

ところで、山雅がJ1になったことでこれまでと大きく変わったと思うことがある。それはマスメディアでの露出の多さだ。J1初挑戦という注目度もあるが、他のクラブも含めJ1はスポーツ番組などでの取り扱いが大きく、J2とは格段の差だ。相手クラブのサポーターはもとより、多くのマスコミ関係者もこの神林を訪れるだろう。

「松本山雅を全国区にした」当時JFLだった山雅に移籍し、シーズン半ばで急逝した松田直樹さんが新体制発表会で語った言葉だ。

アルウィンのある神林を全国的にアピールできるまたとないチャンス。神林のよいところを発信していきたい。

神林地区球技大会

木々の芽吹きに春を感じはじめた3月8日、神林体育館に於いて7町会対抗の球技大会が開催されました。

町会対抗戦は、本球技大会と秋の市民運動会です。日頃の練習の成果を試すべく、町会の名誉をかけ2種目で熱戦が繰り広げられました。

試合結果は、

◆ラージボール卓球



優勝 下神町会

二位 寺家町会

三位 川西町会

◆ソフトバレーボール

優勝 町神町会

二位 寺家町会

三位 川東町会

選手の皆さんお疲れ様でした。

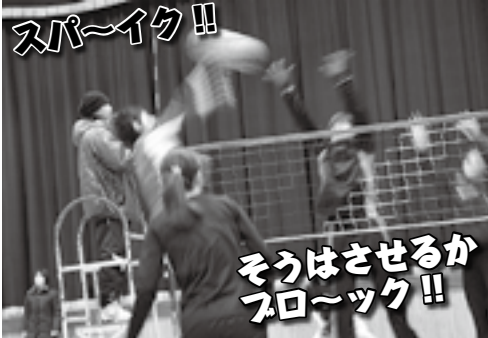


選手宣誓。スポーツマンシップに則り頑張ります。

今回活躍した方々を中心に10月の松本市市民体育大会の選手が選ばれます。昨年は全市中5位でしたが、今年は3位以上を目指し神林全体で応援しましょう。



さあ来い!!



スパイク!!

そうはさせるか
フロ〜ック!!

料理教室



2月13日(金)、神林公民館調理室にて、川東の三島幸子さん、農協の百瀬久美子さんの指導で料理教室が行われました。参加者は9名でした。

メニューは、「ごちそうバターナッツかぼちゃグラタン」「焼きリンゴケーキ」「バターナッツかぼちゃと豚肉のカレーチーズ焼き」という豪華版。主役の「バターナッツかぼちゃ」は、ひょうたんのような形で、中南米が原産地とのこと。

約1時間半で出来上がり、みんなで舌鼓を打ちました。さっぱりとした癖のない甘さが口の中に広がりました。ボリュームも結構あり、満喫できました。

バターナッツ
かぼちゃのワタ取り



完成

認知症予防講座

2月25日、松本市役所健康づくり課南部保健センター清水知恵保健師をお招きして、認知症予防講座が開催されました。

認知症は85歳以上で4人に1人の割合で発症するといわれている脳の病気ですが、早期に発見し対応することが健康な時間を長く保つことにつながります。

違いを理解して早期対応を!

加齢による物忘れ

- 体験の一部を忘れる。
- ヒントを与えられると思いつく。(時間、場所は正しく認識)
- 日常生活に支障はない。

認知症による物忘れ

- 新しい出来事を記憶できない。
- ヒントを与られても思いつけない(時間、場所の記憶が混乱)
- 日常生活に支障がある。

■脳の活性には「2重課題法」が効果的(2つのことを同時にする)

- ・歩きながら暗算をする
- ・歩きながら俳句を考える
- ・足踏みをしながらシトリ



生きがい仲間づくり

神林健康友の会



神林健康友の会の健康班会で第2、第4水曜日にバランスボールを行っています。

ヨガマットを敷いて、カラフルな大きなボールに座り、ラジオ体操、リンパマッサージや音楽に合わせて体を動かして楽しみながら汗をかき、健康寿命を延ばそうと皆で張り切ってやっています。途中の休憩時間には会話が弾み賑やかです。

普段使わない筋肉もボールを使うとたやすく伸びて肩こり、腰痛改善にも役立っています。時には健康講座や骨密度測定も行い知識を深めていきます。

バランスボールは男女を問わず幅広い年齢で誰でも出来るので気軽に体験しに出かけてください。今やっている「まつり」「きよしのずんどこ節」をいつか発表しよう!と話している所です。

