



だいにちく

令和5年3月1日現在	
総世帯数	1,359世帯
総人口	2,413人
男	1,151人
女	1,262人

すみれの花咲く頃

小池町町会
鴻田 康子

昨年の晩秋、庭の法柿がきれいに色づいた頃、母が穏やかに102歳の天寿を全うしました。いつものベッドでいつものように、声を掛けたり、返事が返ってきそうなる表情のまま逝ってしまいました。

葬儀などがひと段落して、気がつけば「アレーツ」、身体の様子は何だかへん。これってフレイル?。母と一緒にいたときには無我夢中で気にならなかつたのですが、私達は後期高齢者世代の真っ只中。皆さまの助けに支えられて、コロナ禍にもかかわらず続けられた介護だったことに改めて感謝の気持ちが沸き上ってきました。あ



りがとつ!!

体調管理のお薦めは日光浴と歩くこと。暖かい日、散歩に出かけました。どこまでも穏やかな春の空、アルプスの山々がキラメキ、王ヶ頭、鉢伏山はなだらかな稜線を見せています。足元には湧水から流れ出す美しいせせらぎがあり、ヤマメやニジマスが近寄ってきます。庭にはふきのとうがもえぎ色の頭を出し、

ナスナや草花の芽が出番を待っています。レンギョウ・杏・ハナミズキなど花木の芽が膨らんでいます。第二地区の辺りは街の中でもこんなに豊かな自然に恵まれている。改めて幸せに思いました。

来年はパリオリンピックです。昭和の初め、フランスから初めて日本にもたらされたシャンソン。それは「リラの花咲く頃」。宝塚歌劇団のテーマソングとなった「すみれの花咲く頃」です。

花いっぱい運動が始まった頃、松本に沢山のライラックが植えられました。毎年5月になると、すみれ色の華やかな花が街に溢れます。リラは日本ではライラック。アルプスの麓の町にライラックの香りとともにシャンソンが聞こえてくるようですね。

コロナで得たもの

中条東第四町会
上兼 誠市

中条東第四は、東は本庄交差点、西は博労町までの市道を中心に、35世帯の小さな町会です。

令和4年2月にこの市道の整備計画が示されました。幅員は19mに拡張され、町会世帯

帯の半分が整備の対象となるため、今後の事業の進捗状況が気になるどころとなっていきます。

そんな中、私たちを苦しめたコロナも3年目にして落ち着いてきました。

そこで、少しポジティブにコロナ禍で得た新しい生き方過ごし方について。

人と会えない、自由に話もできない状況の中で、小学校の学級閉鎖時のオンライン授業を目的にしたりしてスマホの使い方を学び、孫たちとのテレビ電話での交流を楽しんだり、買物などの支払いをスムーズにスマートにできるよう、現金からキャッシュレス決済に移行をしました。ますますスマホが手から離せないものとなってきております。

一方で、旅行の仕方も変わりました。じつと我慢をしていた家籠り状態から、混雑を避けて、今まで行けそうで行けなかった場所を選んで行っています。



山梨県北杜市「実相寺」の境内にそびえる樹齢二千年ともいわれる日本三大桜のひとつ「山高神代桜」は明らかに普通の桜と違う佇まいです。

また、諏訪大社の参拝では上社の本宮、下社の秋宮・春宮と巡り、そそり立つ御神木に靈気を感じるなど、悠久の自然と歴史に思いを馳せ、近場の名所を満喫しました。

コロナで得たもの。ご多聞に漏れず家庭内感染の試練にさらされましたが、徹底した隔離作戦でなんとか乗り切ることができました。大変でしたが、家族のきずなが深まったように思います。

市長とのこんだん会

地域の活動の取り組みや今後の展望を市長が聴く「市長と住民のこんだん会」が3月4日(土)、第一地区公民館で開催されました。

市内35地区がそれぞれに懇談テーマを決めて市長との意見交換に臨む「こんだん会」。テーマは「第一地区の宝物」。町会の活動、民生児童委員の活動、文化財の保護活用、地域ボランティア、子育ての環境整備、神社と地域社会の関わり、病院と地域の関わり・地域ケアの取り組みといった多岐にわたる話題で市長と意見交換しました。

一つ一つの話題に市長からの感想や質問を受けて懇談が



進んでいきました。市長からは「第一地区のような市街地の地区では、世代の循環をスムーズにして定住する若者が増えていくことが大事」、「住みやすく生活に便利な条件を整っているにも関わらず、定住している若者が少ないという状況を変えていきたいが、第二地区がその象徴になれば良い」等々のコメントがありました。

地区の活動や活動に取り組み思いを直接市長に伝え、会話のキャッチボールをした懇談会でした。意見交換者と市長だけでなく、傍聴者もそれぞれに「第一地区の宝物」に思いを巡らせる機会になった懇談会でした。

《意見交換者(発言順)》

- 町会連合会長 青柳孝明/民生児童委員協議会会長 井上真由巳/町内公民館長会会長 鴻田益孝/町会連合会会計 上條一茂/ボランティア部会部長 小林純子/子ども会育成会会長 北原修/深志神社宮司 牟禮仁/相澤東病院医療福祉相談室 水巻優衣、大塚公規/藤森病院理事長 藤森芳史/統括看護部長 草深仁子/ソーシャルワーカー 小竹美千穂

第二地区町会役員新年会

1月29日、3年振りとなる第二地区町会役員新年会が各町会3名以内と人数を制限して第二地区公民館で開催されました。

青柳町会連合会長の挨拶、早坂公民館長の来賓挨拶の後、各町会長より町会役員の紹介があり、二木センター長の乾杯の発声により祝宴が始まりました。

久し振りのビンゴゲームを楽しみ、第一地区賛歌「せせらぎ」よせてーを合唱し、川上梅ヶ枝町町会長の万歳三唱、太田町会連合副会長の閉会の言葉にて散会いたしました。



ふれあい健康教室

足裏健康法を学ぼう

1月のふれあい健康教室は中条東第2町会長岩佐さんによる足裏健康法のお話と実技であった。極寒の中、30数名の多くの皆さんが参加した。

まず、「足の裏にはこんな沢山のツボがあるので」と足ツボの紹介と内臓とツボの関係を見せていただいた。足裏を温めることが内臓を温



めることになるのでエピソードを交えてお話しくださった。病とツボの関係などの質問に答えながら、どのツボを押したり揉んだりすれば病がよくなるのか実際にツボを確認しながら実技を行った。

和気あいあいと楽しく身体を動かした。筋肉が固くなっているの、ツボを少しづつ優しく押してあげることが良いということ、明日から少しづつ改善していけば良いんです」とのことであった。

皆さんも、足裏を優しく押したり、さすったりして、少しでも、身体を柔らかくして健康を保っていきましょう。

すすき川

去る2月10日の大雪。約30センチの積雪となり、除雪が大変だった方は大勢いたのではないかと思います。雪が降るのを待ち望んでいた子供の頃とは違い、大人になるとはなはだ雪は厄介物。かまくらや滑り台を作って遊んだ遙か昔が懐かしい。

2月も半ばとなった。安曇野の白鳥達の『北帰行』が始まった。シベリア方面への数千キロの旅。白鳥達も大変だ。無事に帰れスワン君。又来年も待っているからね。

日中の日差しは半分濃くなってきたものの、まだまだ朝晩は冷え込む日が多い。一刻も早い春の訪れを望むところである。マンサクや福寿草の便りが届くのも近いだろう。

完全終息となる日はかなり先の事だろうが、落ち着きを見せ始めたコロナ問題。卒業式を迎えるに当たったのマスク着用に関して議論が熱を帯びている。こう言っては何だか個人々々の意思に任せたらどうかないと思っ。

規模縮小、中止となった地区内諸行事。今年以降完全復活となることを望みたい。

(青柳)