



令和5年3月1日現在	
総世帯数	1,932世帯
総人口	3,907人
男	1,878人
女	2,029人

## 清水小金管バンド部

### マーチングバンドで全国金賞!

令和4年12月10日、11日に開催された「第50回マーチングバンド全国大会」にて、清水小学校金管バンド部が小学生の部・小編成で7位になり、金賞を受賞しました。

#### 〈出場した児童のコメント〉

●赤羽 一花 (6年生)

私は、金管バンド部に入り、とても良かったと思います。なぜなら、貴重な体験がたくさんできることや、外部の先生方や役員さんなどと、たくさんの方々と関係を築けたことを嬉しく思います。

昨年度と今年度、全国大会に行けたのは先生方や保護者の皆様、クラスメイトなどの支えや協力があったからこそです。今後またたかいた目で見守っていただけると幸いです。

●青木 葉月 (6年生)

私は、演奏しながら歩くマーチングをやっている、歩き方など気を付けることがた



写真提供  
マーチングナビ



くさんあります。練習は大変だけれど、その分とても達成感があります。地域の人などいろいろな人に応援してもら



清水小学校北門横にある横断幕

りかと思っていますが、金管バンド部の活動は、日々の地道な練習を乗り越えた先の、達成感のある楽しさに溢れています。いつも活動を支えてくれる先生方、保護者や地域の方々、そして金管バンド部を選んで入部してくれた子どもたちへの感謝を持って、これからも活動を続けていきたいです。(扇谷 沙耶香先生)

#### 〈顧問の先生のコメント〉

この度は、公民館報にこのように取り上げていただき誠にありがとうございます。

私は、金管バンド部の活動を通して、子ども達に「楽しさ」を味わってほしいと願っています。「楽しさ」と一口

い、全国大会に出場し金賞をもらうことができました。ありがとうございます。

## いつまでも若々しく! 介護予防講座

「10歳若返ろう!」をテーマに介護予防・フレイル予防講座を3回シリーズで実施しました。1回目は理学療法士の武田正樹先生とストレッチを柔らかく、2回目は和泉家志ん治師匠の落語で笑いを、3回目は望月玲子先生とピアノで脳を活性化させました。

様々な切り口でフレイルを予防するため、延べ91人の皆さんにご参加いただき、充実した時間を過ごすことができました。「一笑一若」毎日、元気に過ごせますように!(地区生活支援員 三澤和代)



第1回「身体も動きも10歳若返る」



第3回「ピアノde脳活!」



第2回「笑う門には福来る! 落語で笑って元気100倍☆」

### 中学生になったら

4月から中学生になる2名に、これからの抱負をお聞きしました。

#### ◆ 杉本 怜 (若松町)

私が中学生になったら、勉強を頑張りたいです。中学生になったら、テストなどがあります。私は今、小学校で習った算数を復習しています。また、分からない問題があったら、自分で解決したり、お家に聞いたりとしたいです。これを中学生になっても続けていきたいです。毎日、学校で習ったことの復習をしたり、分からない問題があったら、そのままにせず、お家の人に聞いたり、工夫して勉強をしていきたいです。

#### ◆ 中村あかり (四ツ谷東)

私が中学校で頑張りたいことは、二つあります。一つ目は、委員会です。私は、本を読むことが好きなの

で図書委員会に入りたいです。本をたくさん読んで、意欲的に活動していきたいです。

一つ目は、学習面です。中学校に入ると勉強が難しくなっていくので、勉強についていけるように、分からないところはすぐ聞くようにして、積極的に発言したいです。二つ目は、部活動です。私はバレーボール部に入りたいです。たくさん点を取って、県大会へ行きたいです。

この三つのことを、中学校に行ったら頑張りたいです。



楽しい学校生活を送ってね



### 避難所運営委員会が立ち上がりました

第三地区の指定避難所は、まつもと市民芸術館(幸町・東長沢町) 松本県ヶ丘高校(四ツ谷町・四ツ谷東・金山町) 源池小学校(西埋橋・若松町・埋橋・県町南・県町北) 第三地区公民館・トライあい松本・松本市弓道場(日ノ出町・東源池)の4箇所ありますが、今まで源池小学校と第三地区公民館等の避難所は避難所運営委員会が組織されておりませんでした。そこで第三地区地域づくりセンターを中心に、2月2日と2月9日にそれぞれの運営委員会を開催し、規約と役員体制が承認されました。これで第三地区の指定避難所の運営委員会が

すべて立ち上がりましたので、今後避難所運営マニュアルの作成や具体的な訓練の実施に取り組んでまいります。



源池小学校避難所運営委員会の様子

### 新しい民生・児童委員の皆さんです

(任期: 令和4年12月1日~令和7年11月30日)

- 会長 白井 裕子 (西埋橋)
- 副会長 丸山 妙子 (若松町)
- 副会長 與曾井信子 (四ツ谷東)
- 原田 慶子 (埋橋)
- 鳥山 洋子 (県町南)
- 郷津 由美 (県町北)
- 松林 廣 (四ツ谷町)
- 千野 淳子 (四ツ谷東)
- 西原 政子 (金山町)
- 児玉榮美子 (日ノ出町)
- 塚田 尚江 (東源池)
- 鈴木 美子 (幸町)
- 森田久美子 (東長沢町)
- 主任児童委員 ○伊藤 深雪

※ ○は新任の方です

### 湧き水

古希(70歳)を機に会社務めを辞めてから2年余りが過ぎました。ほぼ時を同じくして長男一家と同居することになり、長男夫妻や孫たちとの関わりはストレスのない平穏でゆったりとした時を与えてくれます。ただ人間は贅沢にできており、会社時代はストレスに悩まされていたのにいざなると恋しくなるものです。今はある程度のストレスは生きていくうえで必要だと感じています。

また、老後に必要なのは、「キョウヨウ(今日の用事)」と「キョウイク(今日行くところ)」の2つだと言われていますが、今のところ「用事」も「行くところ」も適度にある状況で救われています。昔より延びた老いの期間を如何に過ごしていくかは生きがいに通じることですが、今までもお世話になった地域に少しでも恩返しのできたらと考えています。そのために、心身の健康維持と脳の活性化を日々心がけていきたいと思っています。

(大出 眞)