



あもり愛あもい

あもり
あもい

明るく萌える 理想の安茂里

安茂里地区住民自治協議会広報誌

発行 安茂里地区住民自治協議会広報委員会
事務局 長野市大字安茂里1777番地1
TEL 026-266-0527
TEL・FAX 026-266-0597
ホームページ <http://www.amori.jp>

あけましておめでとうございませう

“住民の支え合いによる 笑顔で 心豊かに暮らす 安茂里のまちづくり”

うき(浮き)沈みは人生につきもの!

ささえ(支え)合いは笑顔と絆から、

ぎり(義理)と人情のこの世間♪、

どんな苦勞も分かち助け合い!

しっかり取り組む1年にして行きましょう!

安茂里地区住民自治協議会 会長 小林 廣



安茂里地区の皆様には、コロナ禍が長引く中、希望に満ちた新春をお健やかに迎えることと心からお慶び申し上げます。また平素は住民自治協議会の運営にご支援とご協力を賜りまして深く感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症「第7波」の続く中、長野市長、関係部長及び安茂里地区の皆様が出席の下、4年振りに「ながの未来トーク安茂里」が「安心・安全のまちづくりに向けて」をメインテーマに開催されました。

地区内に2万人が居住し、15の沢が流れて土砂災害警戒区域等に指定され、総合的な防災・減災対策のため、昨年「安茂里地区治山・砂防・治水対策委員会」が設立され、国・県・市担当者の同行、区長等の参加による現地調査・要望等の結果、犀川左岸の災害復旧工事、及び地区内の溪流の砂防堰堤の改修工事等が進められています。

さて今日、少子高齢化や核家族化の急速な進展、ライフスタイルの多様化、プライバシー意識の高まりなどから、身近な交流やコミュニケーションが希薄化する中で、家族や地域で支え合う機能が弱まってきています。

そして、独り暮らし高齢者、高齢者世帯、障害者・単身世帯、子育て家庭等において、不安・孤立感を抱え、外出が減り、孤立し、心身共に弱まる悪循環に陥る状況から、除雪・ごみ出し・買物、地区内行事・作業への参加など、自らできない場面が増加し、孤独死、虐待、引きこもりなどの要因にもなっています。

また、子どもを取り巻く家庭や地域社会が変化し、犯罪、いじめ、不登校、引き籠り、児童虐待、貧困等の深刻な社会問題となっています。

住民自治協議会では「第3期まちづくり5

カ年計画」の2年目、「誰もが健康で自分らしく生きるために支え合うまち」の施策に取り組んでおります。

住民の願いは「住み慣れた地域で心安らかに安全に健やかな日々を送れる」ことにあります。園沖地区の“園ネット”「顔が見える支え愛」のボランティア活動のような活動が地域に広まり、安茂里地区の皆様や隣近所の人達が、お互いを理解し合い、尊重し、助け合い、支え合おうという気持ち、いわばお互いが家族のように相手を思いやる、温かな気持ちでつながる人間関係・絆を築いて、“顔が見える関係”、“家族的な地域社会”を創っていくことが求められています。

「自らが(の)」「(自助)と言われる活動を進めていますが、行政の指導とともに、住民・福祉等関係者等が相互に連携・協働して、直面する地域の課題に取り組んでいきたいものです。

安茂里地区の皆様には、引き続きご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様方にとりまして穏やかで平安な一年となりますことを心よりお祈り申し上げ、新年に当たってのご挨拶とさせていただきます。



令和4年
9月下旬から11月下旬までの
主な行事紹介。



9月29日 (木)

健康福祉部会

ノルディックウォーキング講習会in信濃町

健康福祉部会は、ノルディックウォーキング講習会を開催しました。当日は、お天気に恵まれ参加者20名の皆さんと、信濃町の黒姫駅を出発し、小林一茶の旧宅や句碑を見学しながら、北信五岳を見ることができ、小古間までの約3.5kmを歩きました。道中、講師の清水インストラクターの歴史解説もあり、改めて、歩いて気づく楽しさがあると感じました。美味しい昼食と温泉もあり、心も体もリフレッシュできた一日でした。(健康福祉部会：山田瑞穂)

10月4日 (火)

防災部会 研修会の実施

防災部会において各区の防災指導員と研修を実施しました。今年には2014年に起きた神城断層地震で被害を受けた白馬方面を訪問し、村職員から当時の状況などの話を聞き、その時人々はどうか考え行動したのか熱心に聞き入っていました。



10月21日 (金)

イルミネーションの点灯式

10月1日(土)長野工業高校・裾花中学校の生徒及び住自協役員の皆さんによりイルミネーション設置作業をしていただき、10月21日17時30分～今年もコロナウイルスの終息を願ってイルミネーションを点灯しました。



10月30日 (日)

第16回アモーレフェスタ開催



新型コロナウイルスもなかなか収束しない中、昨年に引き続き屋外において開催しました。今年には全国大会に出場したばかりの裾花中学校吹奏楽部の皆さんによるすばらしい演奏をはじめ、裾花小学校によるマーチングバンド、安茂里小学校の落語クラブ、山王小学校のダンス、安茂里甚句保存会、安茂里吹奏楽団、神



地方発送承ります

第22回全国菓子博技術大賞
第25回全国菓子博外務大臣賞

蕎麦 そばおぼろ
蕎麦 蔵

大自然の恵みを
ふんだんに受けた
「戸隠そば本舗」の香り高いそば粉で
やさしく、味わい深く仕上げます。



句彩菓 たむら

●本店 長野市伊勢宮1-18-14 TEL026-228-9235 [営業9:00~18:00/月曜定休] ●ながの東急店 ながの東急百貨店本館地下1階 TEL026-226-8181(代)

谷ありこさんとありくま団の皆さん、警察の皆様のご協力により天候にも恵まれ、約450名の観客の皆様と楽しいひとときを過ごしました。

11月5日 (土)

スポーツの祭典 (秋の部) 開催

天候に恵まれ5会場に分かれ、昨年に引き続きソフトバレー4チーム、長野パルセイロをお招きし少年少女サッカー教室、元プロ野球選手の堀場秀孝さんによる少年少女ティーボール教室、そしてスマイルボーリング、スポーツ吹き矢に多くの参加者を得て、楽しく開催できました。



11月8日 (火)

安茂里地区「ながの未来トーク」開催



11月の区長連絡会の後、荻原市長を招いて「ながの未来トーク」を開催しました。今回は「住民の支え合いによる笑顔で心豊かに暮らす安茂里のまちづくり」をテーマに活動の発表がありました。

まず、園沖区民による支え愛ネットワークによる住民の困りごとへのボランティア活動について、続いて、安茂里こどもコミュニティ広場「あもはぐ」による活動について、最後に教育文化部会を中心に開催しているお悩み個別相談についての活動発表がありまし

た。長野市からは住民自治の理想的な取り組みで市としてもこの活動が発展するよう協力するとの回答がありました。発表者の皆様たいへんありがとうございました。

11月13日 (日)

福祉バザー開催

コロナウイルスの影響により、3年ぶりに第46回安茂里地区福祉バザーが開催されました。「あなたの思いやりで福祉の輪を広げよう」お互いに支えあう思いやりとやさしさをもった助け合える地域づくりを目指して、多くの皆様、企業の皆様から品物をご提供いただき260名の皆様よりお買い上げいただきました。企業提供品、タオル・シーツ等寝具類、食料品、洗剤等と今回は品物を限定してのバザーでしたが、多くの皆様によりご協力を賜り無事に開催できました。バザー開催により得ました収益金は安茂里地区の福祉活動に使用させていただきます。ありがとうございました。



11月19日 (土)

第31回杏の里文化講演会 開催

今回は落語家快樂亭狂志さん、へブンアーティスト好田タクトさんによる楽しい講演会でした。「笑う門には福来る」大いに笑いましょう。



シリーズ 介護予防活動

宮沖あすなる会の活動について

浅岡 俊安

1 成立

令和元年12月頃、市の地域包括ケア推進課の担当の方が安茂里公民館で「2025年問題」に関して「健康寿命を延ばす地域」の講話がありました。高齢者の健康と地域の活動について関心を持った熱心な方がグループ（地域組織）の立ち上げに取り組み、令和元年12月上旬、市職員の講話と実技指導をいたく「宮沖100歳まで足腰おたっしや講座」の参加募集を行いました。「引きこもり」と「認知症」予防・防止をうたい文句としました。

令和元年1月23日が初日で35人程の参加を頂き、宮沖集会所（公民館）は、満杯となりました。

2 活動

おたっしや講座の活動は、毎週木曜日午前10時～2時間程度とし毎回市の地域包括ケア推進課の先生方に講義を戴き、「講座」と「自主トレ」を組み合わせた贅沢な活動メニューでした。

「講座」では、CDによる「毎日のびのび運動」「たまには、しっかり運動」の後「ゲーム」「童謡」「簡単な遊戯」を組み合わせて行っていました。令和2年3月から新型コロナウイルス感染症対策の必要から同年3月12日から6月末まで休会とし、7月2日から再開しました。コロナ禍のためやむを得ぬことですが参加者が減少し現在18人となりました。

現在は、手指消毒、マスク着用、ソーシャルディスタンスの確保（三密の回避）ができる体制となり、令和4年の現在に続いています。

3 事業

7月2日、コロナ対策の休会明けから、会の名称を「宮沖あすなる会」としました。会員の願望とロマンが込められています。また、会員の年齢と居住地域が「宮沖親寿会」（地域老人クラブ）の会員と重なりますので「あすなる会」としてなにをしようか活動事業を検討し①口腔衛生、②災害対策、③筒けん（けん玉・軽スポーツ）、④コロナ対策、⑤コミュニケーション（雑談）活動等を検討事項としましたが、⑥マグネット健康吹矢（軽スポーツ）がえられました。

マグネット健康吹矢は、マグネットの付いた矢を100cmのパイプに息を吹いて飛ばすものでスポーツ吹矢に似た軽スポーツです。「誤嚥」防止、「腹式呼吸」の実施等健康上の利点もあり、多くの会員の賛同を得て最近ミニ競技大会を開催しました。



4 今後の活動

コロナ対策を行う中での高齢者の活動とはどのようなものかを模索しながら行った活動ですが、規則や決まりを作らず「来たる人は拒まず。去る人は追いません。」思いを同じくする人が集まって運動しています。宮沖区にお住いの方が多いのですが、通える近くの方はどなたでも仲間になれます。

そのなかで季節や時候の移り変わりを大切に意識し、あすなる会の活動を「今日、用がある」「今日、行く処がある」と考えて、「毎日サンデー」という生活はしません。

盆、暮は、お休みです。「海の日」は、国民の休日ですから体操は休んで私の海に遊びに行きます。

毎日の生活の中で、今日は何をするか「何月何日何曜日か」「此処は何処か」「私は誰だ」を意識することが、「見当識」を付けることとなります。

「あすなる会」になりますと、何時もそんなつもりで過ごすこととなります。

表彰

伊藤華子さん
福祉推進員として10年間従事し、長野市より社会福祉功労者として表彰されました。

三田耕三さん
多年にわたり安全運転につとめ、長野県より優良自動車運転者として表彰されました。

戸谷重夫さん・小島富子さん・黒柳秀雄さん
防犯指導員として長年（20年超）にわたり貢献し、防犯功労者として表彰されました。

プラスこうじ
花
毎日の生活に
花をプラス

日本のあたたかさ、未来へ。
マルコメ

マルコメ株式会社
長野市安茂里883
TEL 026-226-0255
FAX 026-227-9288