



輝くあさひ

第45号

発行 朝陽地区住民自治協議会
会長 小山 美好
編集 広報部会
印刷 株式会社双真

これからの朝陽の社会福祉活動

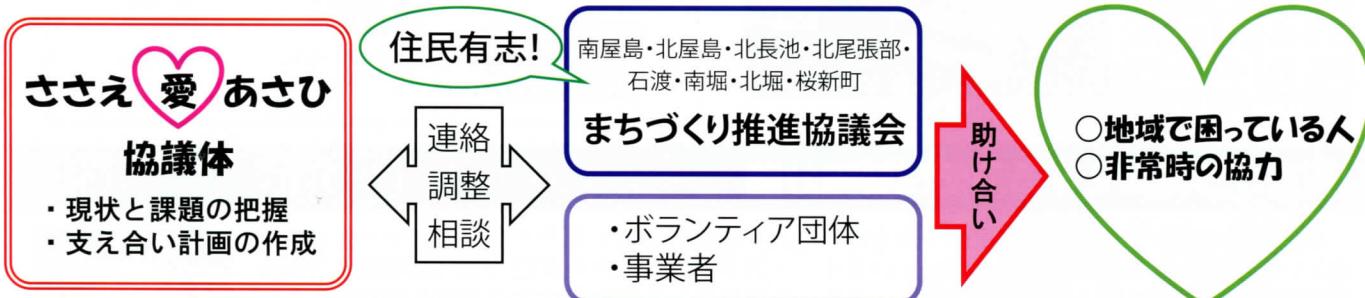
猛暑のなごりの日々が終わり、ようやく爽やかな秋が訪れました。異常気象による大雨で住自協公民館部会恒例の史跡巡りが中止となりました。幸い朝陽地区には台風、地震等の災害の影響はほとんどなかったものの、今後の非常事態や様々な「困った時」に備えた地区内の活動や今後の組織のあり方について考える機会ととらえ、本号は朝陽地区的現在の社会福祉活動の概要を紹介いたします。

『ささえ愛あさひ』とは?

朝陽地区の生活支援体制「ささえ愛あさひ」の活動がスタートしています。

この活動は今後の少子超高齢化社会に対し、日常の介護保険では対応できない事象や非常時の困っている人を地域で有志が助け合う活動ですが、現在は各地区が活動内容と組織のありかたについて検討しています。「ささえ愛あさひ」協議会は各地区まちづくり推進協議会と地域で活動しているボランティア団体・グループ・事業者との連絡、調整を行います。

固定化した組織、役職にこだわることなく「情けは人の為ならず」の気持ちで取り組んでいけるような土台造りを検討中ですので、これから取り組みにご理解とご協力をお願いいたします。



朝陽地区協議体「ささえ愛あさひ」

代表 古川晴雄（桜新町）



「ささえ愛あさひ」の現在の一番の課題は、朝陽各区における協議体づくりです。

各区での動きは少しずつですが、小さな動きが見られるようになってきました。その小さな動きからまた少しずつですが課題も見えてくるようになりました。その中から何を取り上げ、どのように取り組んでいくのかはまだはっきりとは決まってはおりません。しかしながら現在候補としては、「居場所づくり」と「生活支援（助け合い）」の2つが上がっております。取り組み課題を決めていくためには、地域の資源

（扱い手や場所、醸成された機運等）や地域づくりの思想が必要であります。地域づくりの思想とは、障がいを持つ人・高齢者・子供も含めて多様な人々が地域の中で安心して暮らしていくために、どんな地域づくり、まちづくりをしていくのか、そのための思想が必要なのです。それを私たちは、人権とか発達と言ってきてるわけですけれども、そこにはやはり思想が必要です。「ささえ愛あさひ」は各区での協議体に対しつなぐ、束ねるという役割を果たして欲しいとの要望が最初からありました。各区における協議体づくり、そこへ至るプロセスをどのようにしたら良いのか、どうすべきかわからないという声も事実としてあります。しかしながら各区ごとに事情は異なります。それはその所でやっていくしかありません。各区で住民一人一人の声を集め、積み上げていくしかないというのが本当のところではないかと思われます。

「ささえ愛あさひ」に目標（ゴール）はあっても、その目標（ゴール）に至る道は決して平坦ではありません。息の長い活動を地道にやっていくしかありません。地域の皆様とのつながりづくり、関係づくりを大切に作り上げていくことでしか道がないように思います。

朝陽地区住民自治協議会

(事務局) 長野市北尾張部226-9
電話・fax 026-219-1068
ホームページ <http://asahi-jk.jp>

朝陽地区人口：15,218人 (+2) 6,286世帯 (+1)

=2018年9月1日現在。 () 内は同年前月比

(内訳) 南屋島 837人 (-1)	北尾張部 2,396人 (-6)	北堀 2,636人 (+13)	石渡 2,560人 (-9)	北長池 2,723人 (+3)
北屋島 527人 (-3)	桜新町 792人 (+10)	南堀 2,747人 (-5)		

オレンジカフェきたほりオープン

朝陽地区で2件目の認知症カフェ「オレンジカフェきたほり」が7月28日(土)に開店しました。地区内では28年に北尾張部に「まめカフェ」が開設されていますが、北部の方々が利用しにくいためから北堀公民館に開設され、当日は30人を超える参加者があり、介護相談や手のひら体操、北堀在住の山崎きくえさんのマジック等を楽しみました。北堀公民館にはコミックや単行本の図書コーナーも併設されており、認知症とそのご家族だけでなく、子供さんはじめ地域住民のどなたでも利用できますので、お気軽にお越しください。

場所：北堀公民館（朝陽駅前商店街駐車場利用可）

開催：毎月第4土曜日10時～12時

参加費：100円（飲み物、お菓子付）

豆力フェも、お忘れなく！



地域たすけあい事業を活用しましょう

高齢者、障がい者等の方々が日常生活で困った時に、地域の協力してくださる方が有償で家事援助や歩行困難な方の外出のお手伝いを中心に行う事業です。

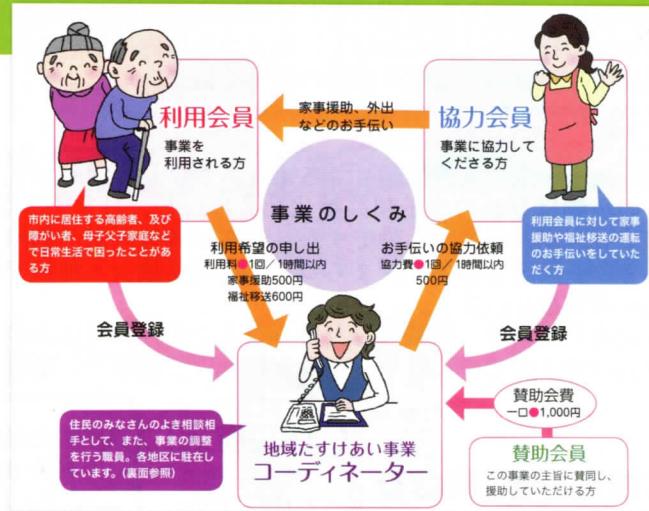
利用にあたっては、利用する方も協力する方も会員登録をしていただくための諸条件があります。

事務局では地域や困った方の役に立ちたいと考える協力会員を募集しています。

利用会員、協力会員ともに会員登録を希望される方は朝陽社会福祉協議会 Tel 026-213-6170までお問合せください。



福祉移送の車両です



災害から朝陽を守る消防団朝陽分団

朝陽分団のみなさんには、平常時・非常時を問わず地域に密着し私たち住人の安全と安心を守るという重要な役割を担っていただいている。7月8日に行われた新旧上水内郡地域を含めた長野消防協会ポンプ操法大会においては、5年ぶりに出場した長野市大会の予選を勝ち抜き、16分団中見事6位に入賞しました。地区活動においては、防災訓練、どんど焼き等でお世話になっていますが、その実態は意外に知らない方々も多いのではと、平成20,21年に第20代長野市消防団長を務められた北堀の千野長重さんに消防団の役割、朝陽分団の構成についてお聞きしました。「かつての朝陽の消防団の役割は、千曲川と北八幡川等の用水の氾濫対応が大きかった。平成10年の地区内の大晦日早朝の戸建全焼火災では、消防局の後方支援と残火処理に団員一丸となって対応し、いつ何があっても消防団として活動できるよう万全の備えをしている。」と話してくださいました。



千野長重さん

○団員数…西輝分団長(北長池以下)計54名

1班11名 南屋島／2班9名 北屋島＊千曲川水害対応1、2班
3班16名 北長池、北尾張部、桜新町／4班14名 石渡、南堀、北堀

○活動内容

- ・火災現場での防火活動および警戒活動
- ・救助活動や行方不明者の捜索活動
- ・地震・風水害等の災害防御、住民の避難誘導、危険個所の警戒
- ・平常時の火災予防広報活動、地域住民防災活動支援、消防器具・消火栓等の点検、各種訓練等

後列左から 三番員：島田 晓(北屋島) 助助員：高橋丈洋(南屋島)

前列左から 指揮者：小林篤志(南堀) 一番員：村松浩毅(北屋島) 二番員：赤沼知明(北長池)



水害に備えて 水防訓練

安全・防災部会と自主防災会連絡協議会は6月9日午後、蒸し暑い中で、朝陽支駐車場を会場に水防訓練を行いました。部会員など全体で約70名の参加でした。市消防局東部分署、市消防団朝陽分団の方々から指導を受けて、土のうの閉じ口を下流側にして積み上げる作業でした。水防訓練終了後は、各地区で水害防止用土のうの点検整備を行いました。また、消防局東部分署からは、「皆さんには、水防の初期対応をよろしくお願いしたい」、「気象庁が出する気象情報（大雨警報など）に注意して、行動してほしい」などの話がなされました。



骨粗鬆症にならないための男の料理教室

社会福祉部会主催による「男の料理教室」第1回が6月7日、朝陽公民館で開かれました。各地区の男性16名が4班に分かれ、料理に挑戦。メニューは「かぶの葉と干しエビのご飯」、「かぶのゆかり和え」、「鶏肉（むね肉）のねぎマヨ焼き」、「玉ねぎのカレースープ」の4品です。講師の県栄養士会 牧野見伊子先生が今回のポイントを細かく説明し試作しました。何回も料理教室に通っている参加者は、レシピを見ながら、分担を決めて手際よく切ったり、焼いたり、炒めたり、また、食中毒にならないよう、まな板、包丁はその都度丁寧に洗って次の料理に使っていました。時には相談したり、笑いながら和気あいあいのうちに約1時間で完成。ご飯は、ポロポロに炒めたかぶの葉と干しエビの香ばしさが相まって何とも言えませんでした。粗衣切りしたむね肉の柔らかいこと、わさびの入ったピリ辛のねぎマヨソースとマッチしておいしくいただきました。先生からは、これから暑くなってくるので、香りの強い野菜とか香辛料を使った料理を作り、夏バテしないようにとお話があり、最後に参加者から、魚料理、デザートも入れてほしい等の要望を聞いて終わりにしました。



差別やいじめのない社会へ 人権を考える住民集会

6月23日、朝陽公民館体育館で「第26回朝陽地区人権を考える住民集会」が開催され、182名が参加しました。朝陽小学校6年生で児童会長の松下昌平さん、ともだち委員会書記の池田美結さんからの意見発表に続き、飯綱町在住の小林フィディアさんによる「ソーテサワサワ～人間の価値はみな同じ～」という演題の基調講演が行われました。タンザニア出身の小林さんは、日本に来て辛い差別にあった経験から「肌の色や言葉が違っても命の重さはみんな同じ。差別やいじめは心の弱さから生まれる。一人一人がもう一度、自分自身の弱い心と向き合い、差別やいじめの無い社会を作りたい」と話されました。



自然を守ろう 探鳥会と河川敷清掃

梅雨の晴れ間の6月24日に、50名が参加し屋島橋周辺で探鳥会と河川敷清掃が行われました。探鳥会では、日本野鳥の会長野支部長の小林富夫さん、監事の泉澄雄さんにガイドをお願いし、この日のために作成されたレジメを基に2班に分かれ野鳥との出会いを求めて、河川敷を約1時間散策しました。対岸に佇むアオサギ家族を遠鏡でゆっくり観察したり、この時期カッコウに托卵するオオヨシキリ等の姿を求め、バードウォッチングの楽しさ、難しさを堪能しました。この日はカッコウ、イルカチドリやムクドリなど20種類の野鳥が姿を見せました。小林さん、泉さんからは「以前サンコウチョウという珍しい野鳥の声をこの河川敷で聞いたが、屋島橋周辺は野鳥の宝庫であり、この環境を未来にわたって大切に守っていこう」と総評をいただきました。終了後は、全員がビニール袋を持って周辺のごみ拾いを行いました。30分ほどで可燃10袋、不燃2袋、ホイール付タイヤの大量のごみが集まり、まだまだ道徳心の低い一部の人々がいることを認識しました。



健康増進 ウォーキング教室

7月8日と15日、毎年恒例の「ウォーキング講習会」が延べ43名参加し開催されました。7/8は基礎編。講師の工藤千恵先生に教わりながら、運動に適した心拍数の計算の仕方からウォーキングの姿勢、歩幅、速さ、靴の種類まで、分かりやすく教えていただき体育館の中でいざ実践！

最初はぎこちなく動いていた方も、自分に合った動きを見つけ、だんだん上手く足を蹴り出して歩けるようになりました。休憩を挟んで、動かした身体のケア。ストレッチやツボ叩き体操など楽しく身体を動かして基礎編は終了。7/15は応用編。当日は最高気温が36度超えの猛暑日だったため、屋外でのウォーキングの予定が体育館になり、基礎編の復習や指を使った頭の体操、ストレッチやボールを使った筋トレなどに変更になりました。参加者は休憩中にダイエットや日頃の運動について気になることを質問していました。暑い中、集まった地区的皆さま講師の工藤先生お疲れ様でした。



高齢者健康づくり推進フェスティバルに参加

高齢者の健康づくりを主な目的とした、長野市老人クラブ連合会主催の「2018高齢者健康づくり推進フェスティバル」が9月5日エムウェーブにて開催され、朝陽地区から総勢81名が参加しました。福だるま引き、ボール送り、大玉送り等のミニ運動会では、「昔取った杵柄」をいかんなく発揮した参加者の功労が、ボール送りで2チーム、お玉リレーで1チームの1位獲得に大きく貢献しました。アトラクションでは、三登山太鼓による太鼓演奏、吹奏楽団“夢”的吹奏楽が披露されました。

朝陽地区長寿会会长の笠原美敬さんは「かつての青年団メンバーが、ケガもなく安全に楽しく一日を過ごし、朝陽地区の存在感を誇示できたと思う。例年地元エムウェーブで開催しているので、大勢の参加を願いたい」と話していました。



あさひ・ふるさと夏祭り 北堀

酷暑の7月21日、第33回目となる恒例の「あさひ・ふるさと夏祭り」が実行委員会主催で開催されました。午後4時から朝陽駅前通りで、各種催し、夜店がスタート。徐々に人通りも賑やかになりました。ステージでは、こどもゆかたショーから始まり、様々なバンド演奏、北堀出身の小泉直美さんのライブを開催。歩行者天国では、鼓笛隊、マーチングバンド、太極拳、和太鼓が華々しく行われました。またこの日、大相撲の御嶽海が初優勝し、会場でもマイクで発表があり歓声が沸き上りました。一番の盛り上がりは、11連が参加のびんざる踊り。子供から大人まで元気よく踊りを楽しみました。今年のコンテストは「博悠会」が優勝しフィナーレとなりました。



グリーンフェスティバル 南堀



区民の親睦を深めるために公民館主催のグリーンフェスティバルが5月27日に南堀公園ふれあい広場で開催されました。天候にも恵まれて、子供、保護者合わせて大勢が参加して、ゲートボールクラブの皆さんやグラウンドゴルフ同好会の皆さんに教えていただきました。さすが子供たちは覚えるのが早いです。

また、先着100名に「花の種」がプレゼントされ、子供達は宝探しゲームを行い景品をゲットしていました。参加者全員によるじゃんけん大会で、上位10名に豪華景品が、その他参加者には参加賞が配られました。お腹がすいたところでバーベキュー大会が始まり、焼肉、焼きそばを食べながら会話がはずみ大変盛り上がり、親睦を深めることができました。

マレットゴルフ大会 桜新町

5月20日、小布施総合公園にて、桜新町マレットゴルフ大会が行われました。前日まで心配されていた雨雲も去って、気持ちの良い天気の中、常連さんから初参加の方まで総勢27名で和気あいあいとコースを回りました。初参加の方は思うところに球が行かず、一緒に回るベテランの方にフォームなど教えてもらいながら、また、ベテランの方は日頃の練習の成果を試したりと、子供から大人まで各々が楽しい時間を過ごす事が出来ました。普段話すことの少ないご近所さんとの触れ合いも出来るとてもよい機会となりました。



区民親善球技大会 和やかに 北尾張部



北尾張部公民館主催で5月27日、恒例の区民親善球技大会が開かれました。会場は長野盲学校校庭です。種目と参加数は、ソフトボール2チーム、ペタンク6チーム、サッカーナイン・ストラックナイン約50名の参加で、全体では100名を超える参加でした。参加者はそれぞれ好成績を目指して熱心に、また、和やかな雰囲気で、競技を楽しんでいました。ペタンクの入賞チーム3位までに公民館長から賞状が出されました。サッカーナインでは、パーフェクトが9名でした。

石渡元気はつらつクラブ 石渡

住民有志による、体操を主体に健康増進に励む「石渡元気はつらつクラブ（石渡公民館・毎週月曜10:00～11:30）」が発足し1年が経過しました。今年度から、従来のお茶のみサロンがない月の第1月曜日に「お茶のみミニサロン」も同時に開催しています。参加者が先生になってのウンチク講座や特技のお披露目会の場にもなり、楽しいひとときを過ごしています。誰でも予約不要かつ無料で参加できるため、参加者も順調に増え40名を超える回もあり、これまで顔しか知らなかった参加者が顔なじみになり、会話も一層弾みます。「ここのところあの人が来ないけど何かあった?」「今度こんな催しがあるって」等地域の情報交換の場にもなっており、困っている人を地域で助け合う「ささえ愛あさひ」の石渡の活動に自然な流れで発展していくことを期待しています。



自主防災会訓練 北長池



梅雨の合間の初夏を思わせる暑さの中、6月17日に自主防災訓練が開催されました。本年は、例年の訓練と内容を一部変更しての実施となりました。情報伝達訓練、隣組単位での「いっとき避難場所」を設けてそこで隣組員の安否確認を行い、公会堂へ移動する避難訓練を実施しました。避難訓練には総勢371名の区民の皆様に参加頂きその後、公会堂駐車場、朝陽小学校体育館を利用し鶴賀消防署東部分署員の御指導によりバケツリレーによる消火訓練、土のう積み訓練、心肺蘇生法（AED）訓練を実施しました。終わりの講評の中で「自主防災における地域での役割がこれからは重要になるので防災の意識を高めて欲しい」とまとめられました。昨今、各地域にて地震が多発しています。他人事では無く備えていきたいところです。

夏休みの思い出キャンプ 北屋島

育成会主催による小学生キャンプが7月28、29日に北屋島公民館にて泊りで行われました。自分たちで野菜や果物を切り、カレーやフルーツポンチを作りました。今年は中学生も参加しクレープを作ってもらい、夕食の時間に全員で美味しいように食べていました。また、スイカ割り大会や花火大会もあり、子供たちはとても楽しんでいました。きもだめしは公民館からスタートし神社に向かい、再び公民館に戻りゴールでした。チームを作り懐中電灯と街灯の明かりだけで暗い夜道を歩き、神社や途中のリンゴ畠で変装した高学年生が驚かし怖がらせていました。楽しい両日となり、夏休みの思い出になりました。



南屋島地区納涼大会 南屋島



8月5日に南屋島地区の納涼大会が行われました。この行事は中学生が中心となり、コーナーの立案から仕入れ・ポスター作製・販売まで運営します。当日は猛暑となりジュースやかき氷の売れ行きが良かったようです。夕方には食べ物も完売しゲームコーナーも大盛況で、担当の中学生が休憩も取らず頑張っていました。あっという間に終了の時間を迎え「もう終わりなの?」「まだやりたい」という声が聞こえる中の閉会となりました。会場の皆様の楽しそうな様子と笑顔を見てただ嬉しく、毎日の忙しさの中で足を止め、子供たちの笑顔に結び付けられるような活動が出来たことは本当に良い思い出となりました。

笑顔がいっぱい七夕遊びで友達の輪 子育て広場「赤いほっぺ」

社会福祉部会、地区社会福祉協議会、地区民生児童委員協議会の主催による朝陽地区子育て広場「赤いほっぺ」が第1・3水曜日に朝陽支所(公民館分室)2階で開催されています。

就園前の0歳児から3歳未満児のお子様とおうちの方が集まり室内での活動で雨も気にせずにまた、暑さの心配あまり気にせずに大型遊具等で元気よく遊んでいます。

7月4日は、40名ほどの参加者で、恒例の七夕・自由遊びが開かれました。自由遊びのあと、笹に各自願い事を書いた短冊やボランティアの「わたぼうし」さんが製作した装飾品を笹に取り付けました。完成した七夕飾りを前にボランティアの「えがおの会」さんによるハンドベル演奏「きらきらぼし」「七夕さま」を楽しみました。

「赤いほっぺ」は、出会いがいっぱい子供たちの笑顔もいっぱいです。これからも子供たち、お母さんたちの友好の輪を広げていくために、大勢の参加をお待ちしております。



熱闘!第50回朝陽地区親善球技大会

8月19日に今年で50回目を迎えた朝陽地区親善球技大会が住自協と朝陽公民館の共催で開催されました。晴れた気持ちの良い天候の中、8地区650名が参加し、7種目の球技で地区ごと対抗戦を行いました。各会場では老若男女の選手たちが熱闘を繰り広げました。

成績	種目	成人野球	女子バレー	グラウンドゴルフ	ペタンク	ドッジボール (高学年)	ドッジボール (低学年)	ゲートボール
1位	南屋島	北尾張部	服田 高(南堀)	石渡A	北堀A	北尾張部D	北堀	
2位	北尾張部	桜新町	峯村 徹(南堀)	北尾張部A	桜ファイヤーズA	北長池C	南堀	
3位	北長池	北長池	長谷川敬子(南堀)	石渡B	ドヤボーズ高学年Bチーム	北屋島B	石渡	
参加チーム数	8	8	(29人)	8	石渡B	北尾張部C		3



「私も朝陽の住民です!」

てらおか まさひろ
AC長野パルセイロ DF #5 寺岡 真弘
(北尾張部地区在住)

1991年生 26歳 香川県高松市出身 179cm,73kg
2009-2010日本U19代表
2017ギラヴァンツ北九州より移籍



「周りにスーパーなども多く、日用品の購入をしやすいですし、日々の生活にすごく便利な場所だと感じています。そして、家庭を持つ身として何より嬉しいのは、周りに公園が多いことですね。いつも子どももと出掛けと一緒に遊んでいますよ。」

今季のチーム成績はもう一步ですが、終節に向け追い上げを期待しています。屋島が本拠地のパルセイロを長野Jスタジアムで応援しましょう!



なしもと歯科医院

長野市北長池1597-14
(朝陽小学校そば、北長池公会堂前)

TEL.026-263-5566

片付け代行・生前整理・遺品整理 承ります!

お気軽にお問い合わせ下さい
軽トラ満タンコース 10,800円
家1軒お片付け 218,000円

不用品買取もお任せ下さい!
(廃棄物分別済み・軒先回収の場合。未分別で片付け代行の依頼は21,800円)
買取・かたづけの「助さん」電話 026-477-7662 (平日9時~18時)
(引越後や小型の住居で少量の場合。廃棄物が多い場合は328,000円~)

～料亭までにぎります～

江戸前
鮓仁

寿司出前・仕出し・各種宴会
御法事・御慶事・オードブル
御弁当・出張寿司バー・ティーなど
北尾張部396-10
TEL/FAX 244-1221

完全個別指導塾

学研 CIA スクール

学校の授業がもっとよくわかる!!
学研の個別指導塾

尾張部教室 TEL (026) 256-9131 長野市北尾張部385