



令和5年11月27日 発行

【発行元】

安曇地区町会連合会

安曇地区地域づくりセンター

安曇公民館

安曇地区福祉ひろば

【連絡先】 0263-94-2301

## ■地域間交流事業(松崎町訪問団来訪)

松崎町よりお礼の手紙が届きましたのでご紹介します。

### 安曇地区親善訪問

10月28日から29日の2日間、松崎町から総勢20人が安曇地区を訪問させていただきました。

1日目は午後1時半ごろに安曇支所へ到着し、白骨温泉へと向かいました。白骨温泉では特別天然記念物噴湯丘の保存活動を体験し、草や苔、土などで埋もれている穴を、手を使って丁寧に取り除き、普段は経験することのできない貴重な体験をさせていただきました。

その後、宿泊先の「上高地アルペンホテル」では、町会連合会の齋藤会長をはじめ、安曇地区の皆さまに歓迎会を開催していただき、楽しい時間を過ごさせていただきました。



2日目は上高地のハイキングを行いました。前日まで雨が降っており、出発の朝も霧が濃くかかっていたのですが、ハイキングをする頃には霧も晴れて、美しい山々を望みながら紅葉の上高地を堪能することができました。

その後は安曇体育館で行われていた安曇地区文化祭を見学し、安曇地区の方々との交流をさせていただきました。松崎町の特産品やパンフレットを配布していただいたり、松本蟻ヶ崎高等学校書道部の書道パフォーマンスを楽しませていただきました。

この2日間で改めて安曇地区の素晴らしさを感じられたとともに、安曇地区の皆さまには心温まるおもてなしに感謝いたします。

両地区の交流がますます深まりますよう、今後ともよろしく願いいたします。

昭和56年に安曇村と姉妹都市提携

平成17年の松本市との合併後は、地域間交流として、安曇地区町会連合会が主体となり交流を続けています。



松崎町マスコットキャラクター「まっちゃん」

# 安曇地区生活支援員便り



## 集いの場に参加しませんか！

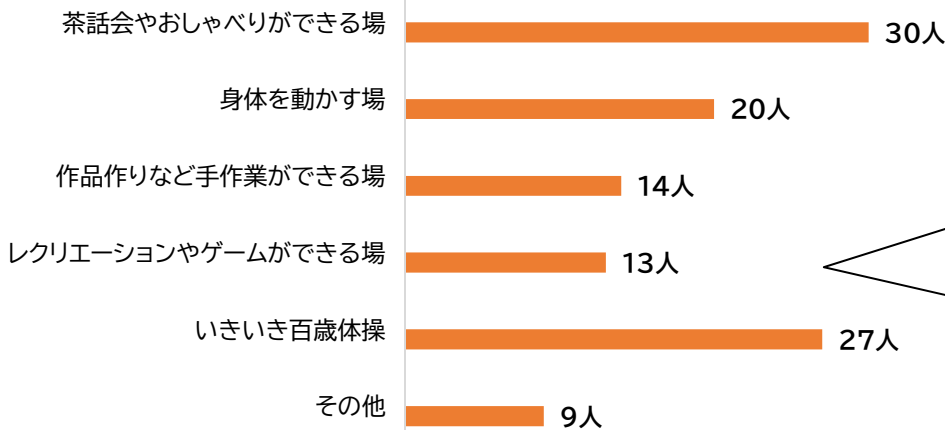
(生活状況に関するアンケートから)

近くに定期的に集まって誰かと話す場はありますか。

ある 55人 ない 67人

約半数の方が集まる場がないと答えています

近くにあったらいいなと思う集いの場を教えてください



茶話会やおしゃべりができる場所が一番多く、他の集いの場もほしいという意見もありました。

### ◎集いの場ってどんなもの？

集いの場とは、住民同士が気軽に集い、一緒に活動をすることで、生きがいや仲間づくりの輪を広げる場所です。内容は茶話会をしたり、レクリエーションや体操など様々です。

### ◎集いの場に行くと

- ◆楽しみ、生きがい、仲間づくりの輪が広がります。
- ◆閉じこもりを防ぎます。
- ◆介護予防・認知症予防につながります。
- ◆生活にメリハリがつけます。



集いの場を利用して元気に！

次回は地区内の集いの場を紹介します

何かお困りごとがありましたら、地区生活支援員の大野までお気軽にお声がけください。  
☎070-8802-5410 または ☎0263-94-2301

# 福祉ひろばだより

令和5年

12月



安曇地区福祉ひろばTEL 94-1121

福祉ひろばは、安曇保健福祉センターの2階にあります。

ひろば事業に参加してご自身の健康にお役立て下さい。  
参加したいけど車がない方には送迎ボランティア会が送迎します。  
ご希望の場合は、前日までにご連絡ください。



## カラダづくり講座

日時：12月14日（木）  
13:30～

場所：福祉ひろば  
講師：荒井真理先生

**※今月は第二木曜日に変更になっています。**

お間違えなく☆



## ふれあい健康教室

## ピアノ&バイオリン コンサート♪

日時：12月13日（水）  
13:30～

場所：福祉ひろば  
演奏者：バイオリン 牛山さん  
ピアノ 野田さん



## 元気にナルダー！

【日時と場所】

大野田町会：12月18日（月）13:30～ 福祉ひろば

稲核町会：12月22日（金）13:30～ 集落センター

島々町会：12月28日（木）13:30～ 島々公民館



是非お越し下さい☆

令和5年12月 安曇地区くらしのカレンダー

日	行事等	主催
1	金 歳末助け合い運動・世界エイズデー	
2	土	
3	日	
4	月 育児・健康相談(ふれあいパーク乗鞍) 10:00~11:30 太極拳(会費100円) 13:30~ 人権週間(~10日)	西福
5	火	
6	水 健康麻雀(会費100円) 13:00~	福
7	木 水道料金口座振替日 大雪(たいせつ)	水
8	金 針供養	
9	土	
10	日	
11	月 女性マージャン 13:30~	福
12	火 保健師安曇地区地域づくりセンター在席日 10:00~12:00 メンズ・ソフトストレッチ 14:00~	西福
13	水 まつもとお山ですくすく子育てサロン(乗鞍すもも荘) 10:00~12:00 ふれあい健康教室(バイオリン&ピアノコンサート) 13:30~	他福
14	木 カラダづくり講座 13:30~	福
15	金 スポーツ吹矢 13:30~	福
16	土	
17	日	
18	月 太極拳(会費100円) 9:30~ 元気にナルダー! 13:30~	福福
19	火 国保特定健診(安曇保健福祉センター) 8:30~	西
20	水 安曇・乗鞍保育園クリスマス会 健康麻雀(会費100円) 13:00~	保福
21	木	
22	金 稲核出張エルダー(集落センター) 13:30~ 冬至(とうじ)	福
23	土	
24	日 クリスマスイヴ	
25	月 安曇・大野川小中学校2学期終業式 固定資産税第3期納期限 国保税第6期納期限 女性マージャン 13:30~ クリスマス	学納納福
26	火 保健師安曇地区地域づくりセンター在席日 13:30~15:30	西
27	水	
28	木 島々出張エルダー(島々公民館) 13:30~	福
29	金 安曇・乗鞍保育園年末年始休業(~3日)	保
30	土	
31	日 大晦日	

学校、保育園、福祉ひろば、西部保健センター、上下水道局、納税課、公民館、その他実行委員会等

※ カレンダーに記載の各種行事、イベントは中止や延期となる場合がありますので、事前に関係機関にお問い合わせください。