

公民館報

発行
2024
3/30

まつもと

松本市広報R5-37

- 問い合わせ 中央公民館
TEL 32-1132 FAX 37-1153
- 編集 公民館報編集委員会
- 印刷 株式会社プラルト



シリーズ 受け継ぎ伝える松本のたから 66

日本の邪気払いの伝統行事

せつぶんえ

節分会の豆まき

一年のしあわせを願い

「鬼は外、福は内」と厄除け

(撮影 2024.2.3 深志神社)

工夫を続けるまちづくり

2月18日中央公民館で、
 未来へつなぐ私たちのまちづくりの集い
 第39回公民館研究集会・
 令和5年度地域づくり市民活動研究集会、
 が開催され、延べ250名の参加がありました



詳細は
 こちら
 から

基調講演

東京大学大学院教育学研究科
 牧野篤教授より、「ふるさと」をつくる公民館―松本市町内公民館調査からみる公民館の新たな可能性―と題し、

これからの社会教育の基盤施設「公民館」について、お話がありました。

健康長寿社会を迎えた今、高齢者に適応した社会に転換する必要と、次世代の担い手育成という課題があります。



「誰もが主役、誰もが担い手」と話す牧野先生

多世代参画型地域共生コミュニティの構築を目指す松本市は、地域づくりや地域おこしに精通している牧野教授の研究室と共に研究を進めていました。

松本市は、地域づくりや地域おこしに精通している牧野教授の研究室と共に研究を進めていました。

8年、市内20地区を訪問、56町会をヒアリング。翌年行われた旧市・新市・山間部代表町会とのワークショップ結果が紹介されました。

鷹匠町町会（中央地区）

三世交代交流会など、子どもを中心に活動。町会長を中心にしたトップダウン形式ですが、下からの要望が出てくる良い関係。さらに住民全体を巻き込むシステムづくりへ。

新井町会（里山辺地区）

新しく転入されて来た住民を巻き込んだ町会運営を模索しています。子ども中心の行事を活用して交流を盛んに

橋場町会（安曇地区）

子どもはいませんが、若い移住者が積極的に参加。町会を超えたつながりの模索から、地区全体でのまちづくりの可能性が見えてきます。地域組織から有志団体へ。

分科会では

第4分科会を紹介します。「つながる・つなげる、松本らしい集いの場」をテーマに3つの町会から地域づくりの事例が発表されました。

神林地区 出張サロン

地域づくりセンター職員等が各町会に出張することで、



町会公民館に来た移動販売車でお買い物(2023年9月28日)

移動手段のない人もサロンへ参加できるようにしました。キッチンカーや移動販売車で買い物のサポートも行います。

寿地区 小池町会子ども広場

毎月1回最終週の土曜日に、地域の小学生を対象に、生活体験を重視して、自由学習、会食を行います。これらを地区公民館ではなく町会で行っています。

第三地区四ツ谷東町会 防災と福祉の取り組み

避難訓練の参加者減少により見直しははじまりました。平成29年から安否確認訓練を続けることで「これを継続すべき」と住民から声が上がるとなりました。令和2年から安否確認タオルを全世帯に配布、訓練継続中です。



四ツ谷東町会は安否タオルの導入で訓練の時短実現

おこひる

5年程前、それまで住んでいた団地から転居した。転居先は、亡くなった祖父父母が住んでいた築30年以上の空き家で、50年以上前に私自身も3歳まで住んでいた場所だ。そのままでは、とても生活できそうもなかった。リビングや水回りを中心にリノベーションすることにした。内外装はイメージしたとおりきれいになったが、古い家なので夏は暑く、冬は寒い。エアコンと石油ファンヒーターが頼りである。暑かった昨年の夏もエアコンを一台増設した。住宅街などと違い夜になると暗いので、ソーラーライトをいくつも購入して設置した。その甲斐あって、夜でも明るくなったが、夏は虫が多くて厄介だ。名所旧跡があり、山があり、川が流れ、鳥が鳴いて自然が豊かなど。特段自然に興味があるわけではないが、気にするようになった。いま一番の困りごとは、この地区に住んでいる人の名前や家がわからないことだ。このことは、少しずつ覚えていくしかない。すぐに解決できないので、あせらずにゆつくりとやってみよう。

視点

15 橋本さんと
自薦ヘルパーの大学生
共に生きる

一人暮らしと大学生

橋本和子さんは、重度の身体障がいを抱えながら一人暮らしを30年続けています。当初の生活は信州大学の学生ボランティア3人と始まり、これまで500人以上の高校生・大学生・社会人と関わってきました。現在では三才山で人と自然に囲まれた生活を送っています。

居心地のよい場所

学生に頼んで畑で旬の野菜をつくり、野沢菜を漬け、買



橋本さんに教わり、高校生がうどんを打つ様子

動画はこちら!



い物に出かける橋本さんの生活はのびのびとしています。介助者として橋本さんの家に通う信州大学2年の松原慧太朗さんは「ヘルパーに来ているというより友だちの家にいるような感じ」と語ります。松原さんにとって橋本さんの家はいつしか居場所になり、大学では出会えなかったたくさんの人々と話すことができたのだといいます。

新しい介護の形

橋本さんは去年から「自薦ヘルパー」という派遣方式を利用して利用しています。この制度によって利用者は募集から採用までを自ら行い、自分専任のヘルパーを依頼することができ、一般のヘルパーと比べて自由度の高い訪問介護が可能になることも特徴です。

お互いの意思を確認しながら介助を進めることができるメリットがある一方で、



外出支援で美鈴湖へ

知名度は低く、利用者も少ない現状があります。

信州大学1年の岡田実桜さんは「導入した自薦ヘルパーの制度について、試行錯誤しながらみんなと計画や体制づくりに関わっていきたい。介助者の一員として、もっと橋本さんの生活を支えられるようになりたい」とこれからの展望を語ります。介助者と被介助者を越えた人と人との付き合いとして橋本さんと学生たちは共に生活で繋がっています。

自薦ヘルパーについて



わがまち自慢 芳川地区

よんじゅうと野溝町会へ

芳川地区野溝町会で昨年12月3日、新しい町会加入者を対象に「野溝交流会」が開催されました。これは町会への理解と親睦を深めることや、コロナ禍で疎遠になっていたことの解消も兼ねて行われたものです。

町会の中谷交流部長は「新規加入者は、比較的若い世代が多いため、子ども中心の催しをすれば良いのでは?」と交流会を企画しました。

声掛けをした58軒中、16軒(大人21人、子ども29人)の参加がありました。

交流会第一部は「親子で作ろう、クリスマス・スノードーム」第二部は大人は芳川公民館長による野溝の話、



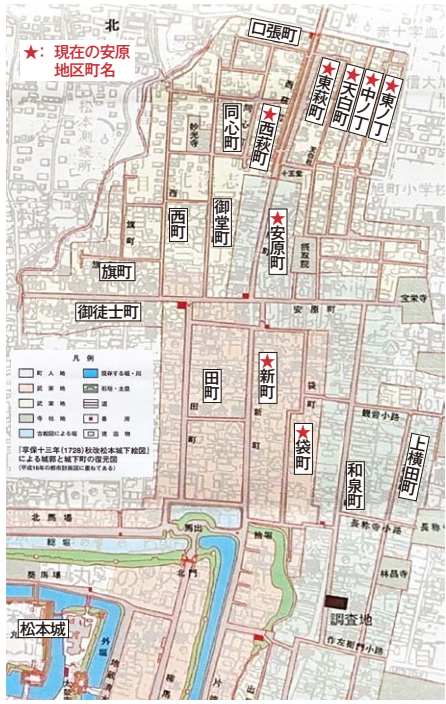
子ども盛り上がる



これからよろしくね

子どもは辰野町在住の篠原忍先生の指導で、新聞紙を使って身体を動かす遊びで盛り上がりました。第三部は全員で茶話会をして終了しました。

交流会の感想は「子どもとの工作が楽しかった」「スノードームが上手く出来て嬉しかった」「公民館長の話が面白かった」など楽しい交流会になった様子でした。田中野溝町会長は「町会への加入率が95%と比較的高いのは、交流会やお茶会など様々な住民参加の場があることや、公民館を自由に使っていただけではないからだと思います」との話でした。



『享保 13 年 (1728) 秋改松本城下絵図』
による城郭と城下町の復元図 (H16 年都市計に重ねて)

再発見!! まつもと地名がたり 4
「城下の町づくり」から生まれた 安原地区

あさばの(はら)と呼ばれたこの地に善光寺街道が通り、松本城の町づくりにより安原の町が生まれました

南北に長い安原地区の南側は、「総堀」と「北門大井戸」に接しています。江戸時代初めお城の武家の住宅地として、またその北側に町人の町が形成されました。

城外に中級武士向けの町が

16 世紀の戦国時代の終わりの頃、武田氏滅亡後に小笠原氏が再び支配し、深志城は松本城に改め、城地の町割りを行いました。その後、石川氏により天守を持つ城郭が建立し、続いて目まぐるしく変わった何代かの藩主によって

も城下町づくりが行われ、安原の町まちが作られます。

中級武士の屋敷を 2 町造りました。新町と田町(城北地区)です。新町の北側に侍屋敷が以前からもあり、最も新しい町という意味でつけられたともいわれます。袋町は、計画的に造った武家屋敷地には、出入りの口が一つ、敵を惑わす袋小路です。今は通り抜けもでき、「鉤の手」クランク構造の道を散歩できます。

町人の町

安原町として町の名は 4 世

紀以上引き継がれています。善光寺街道筋の町人町で商家と職人の町でした。善光寺街道は、本町から安原を経由し岡田宿に続きます。

下級武士の町も設けられ

善光寺街道に面し、旅人が通るので目隠しのために、萩を植えたのが萩町の名の由来とされています。

令和 5 年に「天白三」町会が生まれました。その名は、天白神社にちなんだ天白町、一番東にあるので東ノ丁、二つの町の中の町で中ノ丁、この三町会は 400 年を経て一つの新しい町会となりました。

安原地区北側の発展は

明治以降に花開きます。歩兵第 50 連隊の跡地には信州大学と信大附属病院が開設され一躍松本の文教地区に姿を変えました。現在、安原地区で面積・人口・世帯数が最も大きな地域です。
※続きは、左の二次元バーコードより安原地区歴史研究会の資料をご覧ください。

安原地区の地図
歴史・史跡・
地名の由来は
こちらから

松本平の野鳥たち

オシドリ (2016年12月松本市島内奈良井川 写真提供:信州野鳥の会)

カルガモよりやや小さく、オスは日本一カラフルな水鳥。溪流、湖沼などに生息。木陰を好み、開けた水面にはあまり出て来ない。本来は冬鳥、しかし、上高地周辺では年中見ることができる。仲の良い夫婦を「おしどり夫婦」と呼ぶが、冬ごとに毎年パートナーを変えることが判明している。産卵後の子育ては一切メスが行う。

まつもと散歩

うらかな日に
春を待つしあわせ
明日はどんな花が咲く?

(撮影: 2024.2.17 庄内公園)



令和 6 年 3 月 1 日現在
世帯数 2,894 世帯
男 3,223 人
女 3,373 人
総人口 6,596 人

堀米公民館 フェスティバル

1月28日(日)、堀米公民館にて「ピンポンフェスティバル」が開催されました。過去には「卓球大会」として開催してきましたが、4年ぶりに開催された本大会は、卓球未経験者でも気軽に参加できるピンポンフェスティバルにリニューアル。1歳の幼児から高齢者まで老若男女問わない20数名が5チームに分かれてピンポン玉やラケットを使った5つの競技に取り組みました。

ピンポンカップイン、ピンポン玉リレー、ピンポン玉リフトイング、ラリーゲーム、的当てゲーム、どのゲームもとても簡単、すぐにコツをつかんで高得点を出し、また、珍プレー好プレーに他チームも大盛り上がり、あっという間に予定

は南栗公民館で卓球大会が4年ぶりに開催されました。各小路選出の皆さんが楽しんでみながらプレーしていました。



福寿草

した時間を競技を終えました。競技後には、卓球台を使い希望者による体験合も堀米町会と卓球部が気軽に卓球に慣れ親しんでもらいたいと考えた新しいプログラムは、大成功に終わりました。ぜひ、皆さんも気軽に参加してみてください。次年度も参加してみたくありません。



的あてゲーム 太鼓に向かってサーブ!



ピンポンカップイン うまくカップに入れられるかな!?

ボッチャを体験してみませんか

ボッチャという競技をご存知ですか? 40年前からパラリンピックに正式採用されているので、テレビ画面越しに楽しめた人も少なくないかもしれません。

この競技は、ジャックボールと呼ばれる白い球を目標球にして、赤・青それぞれ6球ずつのボールをいかに近付けるかを競うスポーツです。カーリングに似て、自分が優位に立てるよう位置取りをしていきますが、目標の白い球を弾いて移動させることができるため、カーリングとは一味違う戦略、魅力がある競技です。島立で取り組み始めたのは7、8年前からで、コロナ禍を経ながら草の根運動を展開中です。

今回、島立地区スポーツ協会主催、島立公民館共催のボッチャ大会が2月4日(日)にあり、14名の参加者がありました。参加者はスポーツ協会役員が大半でしたが、北栗チームとの試合を来週に控えているプレ試合・練習を行っていました。

団体戦は1チーム5名で参加し、うち3名が試合に出ます。1試合4セットの対戦が15分ほど行えるので、疲れも仲間と交代しやすく、老若男女が気軽に楽しめます。まず的になる白球をフィー

ルドの何処に投げられるかから、駆け引きが始まります。手首を使って球の勢いに緩急をつけたり、他の球に当てることで勢いを変えたりしながら、先を読んだ駆け引きをチームで力を合わせて行います。私も参加させていただきましたが、球には砂利や樹脂の粒がぎっしり入って一定の重さがあるため、床に着いてからも勢い付いて存外転がります。逆にドスッと着地して転がらないこともあり、微妙な加減で跳ねたり曲がったりと思いつ通りにいかないことも楽しみの1つです。

不利にあるチームが、より近くに球を寄せるまで連続して投げますが、後半になるほど球が密集して、狙いが難しくなり、ぶつかり合ったり動くので、戦況が変わるのも盛り上がるポイントです。さらに、ファインプレーから接戦が崩れる場面はボッチャの醍醐味といえます。

勝敗はカーリングとも共通したミリ単位の判定になるので、専用のコンパスや巻き尺で計測を行います。皆で集まって測定を見守る際も和やかな雰囲気、終始和気藹々、笑いに溢れた時間を過ごすことができました。



代表の八*島さんは、参加者が少ないため、まだ大会には至らず、役員の方が体験しながら練習している状況ですが、広く島立の皆さんに知ってもらって、町会対抗の交流会を行えるようにしたいとお話いただきました。練習終わりに、ボッチャとよく似た競技、屋内ペタンクの球との違いをレクチャーする場面もあり、競技の深さ、楽しさを広げる時間でもありました。

本日紹介した競技道具は全へのが貸し出しが出来ます。島立公民館まで気軽な参加や問い合わせをお願いします。



3月3日にはモルック交流大会も開催され、約60人が参加しました!



セツブンソウ

島内・島立ふれ愛コンサート



2月23日(金・祝)、人権を考える住民のつどい「島内・島立ふれ愛コンサート」が松本市音楽文化ホールで開催されました。

開演前には高綱中学校生徒徒会による令和6年能登半島地震災害義援金の募金活動も行われました。
コンサートは、まず松本市を拠点に障がいのある若者たちが音楽活動を通じて社会的自立を目指している「楽団ケ・セラ」の演奏から始まり、島立小学校ブラスバンド部、高綱中学校吹奏楽部、松島中学校吹奏楽部による演奏がありました。鳴りやまない拍手の後、アンコールとして3校合同の演奏もあり、大いに盛り上がりました。
心のこもった音楽を通じて会場全体がひとつになった素敵な時間でした。

三の宮公民館 フラワーアレンジメント

2月10日(土)、三の宮公民館でフラワーアレンジメント講習会が開催されました。
小学生もお母さんと一緒に参加し、楽しく作成した後、それぞれ個性あふれる作品を並べて鑑賞しました。
公民館の外は雪景色でしたが、館内はひと足早く春の気配を感じる講習会となりました。



中村公民館 やしよつまづくりと百歳体操

2月11日(日)、中村公民館で、長野県に伝わる郷土食「やしよつま」を親子で作る催しがありました。同日に「百歳体操」も行われ、参加者は椅子を使いながら体を動かしました。どちらも終了した後は、親子と高齢者とのお茶飲み会が開かれ、世代間交流を図ることができました。



大庭町会 「三仏神祭」



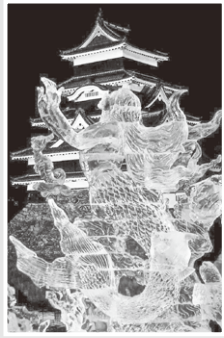
座禅草

2月14日(水)、大庭公民館で三仏神(お太子様・観音様・権現様)を奉る伝統行事がありました。参加者は車座になって大数珠を回し、家内安全や無病息災を祈りました。



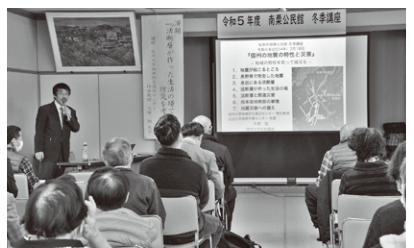
南栗公民館 冬季講座

2月18日(日)、南栗公民館で冬季講座が開催され、講師の信州大学地域防災減災センター特任教授の大塚勉氏より『活断層が作った



松本城 氷彫フェスティバル

生活の場で防災を考える」と題して講演をいただきました。9月には講演が決まっていたようですが1月1日の能登半島地震があり、防災意識が高まる中での講座となりました。
能登の地震も150kmある活断層で起きたことや長野県の北部地震、神城断層地震を解説し活断層の場所や動き方、被害などを教えていただきました。
松本周辺では牛伏寺断層、松本東部断層と多くの断層がありX字型に分布しているのどいつ地震が来てもおかしくないところだそうです。近くでは中山、赤城山は平地で曲がった活断層が水平方向にずれ動いた際に山ができたそうです。
地震は予知が難しいため日頃からの備えと地震後の対応を覚えておくことが大切です。是非、この機会に飲料水や食糧の使い回し備蓄を始めてはいかがでしょうか。



福祉と健康を語る集い

2月29日(木)、島立公民館を会場に「福祉と健康を語る集い」が開催されました。今年度は「高齢者の移動手段がテーマ」となり、まず地区担当職員から島立地区の健康状況や介護保険の認定状況について説明があり、島立の傾向を確認しました。その後、笹賀地区福祉ひろばのタクシー送迎、島内地区福祉ひろばの送迎ボランティアについて事例発表をいただき、参加者はいくつかのグループに分かれて意見交換を行いました。
参加者からは「送迎について何かできたら良いとは思いますが、ボランティア、タクシーなどそれぞれに課題がみえる」「小さなことから少しずつでも地域で考え、形にしていけたら良いのでは」といった意見も出され、島立地区の送迎サービスについて皆で考える機会となりました。



常念岳に沈むウルフムーン