



「高齢者の人権」 ～人権男女共同参画セミナー～

7月23日(水)古牧公民館において「人権男女共同参画セミナー」が開催され、各区から区長、公民館長等48名が参加しました。

今年度は、長野市地域・市民生活部人権・男女共同参画課指導主事の千野俊彦氏に「高齢者の人権」と題して講演をいただきました。

少子高齢化により高齢者の人口が年々増加しており、令和7年度長野市の65歳以上の人口も全人口の31%を占めており世帯構造も単独世帯、夫婦のみの世帯が増加傾向にあります。

孤独死、認知症等の問題も増加傾向にあり、特に認知症については高齢者の15%、6～7人に1人の割合となっており大きな問題となっております。

認知症は、いつ発症するか分からない病気ですが、生活習慣(喫煙、飲酒等)を事前に注意して人との交流を欠かさず行う事が大事だと思いました。

以前、TVや地区の福祉研修会で、難聴も原因の一つであるという講習を受け、耳が聞



こえづらくなると人との交流を避ける傾向にあり認知症を悪化させているという事です。

皆さんも「生活習慣に注意し、耳が聞こえづらくなったらお医者さんに行く」を頭の片隅に入れて生活をして欲しいと思いますし、ご家族の方ご近所の方も地区の行事、趣味等に積極的に参加するよう、お誘い頂ければと思います。

本当に有意義なセミナーであり、講師はじめ関係の皆様、ありがとうございました。

(人権男女参画部)

★「やったー」「よっしゃー」～中学生球技大会～



7月6日(日)ヤングファラオにおいて第49回古牧地区中学生球技(ボウリング)大会が開催されました。1年生から3年生まで総勢67名の中学生のみなさんが参加しました。

各レーン2～4人ずつに分かれ地区や学校の枠を超えて、顔なじみの友だちも初めての人もみんな一緒にプレーを楽しみました。

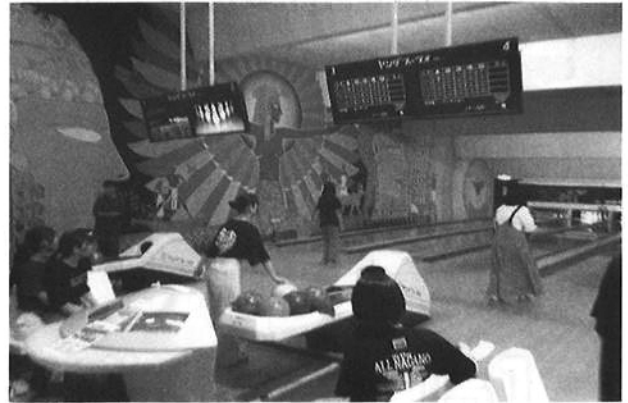
ゲームが進行するにつれて「やったー」「よっしゃー」などと、手をたたきあって投球結果を喜ぶ姿も見られました。

ゲーム終了後表彰式が行われ、成績優秀者には景品が贈呈されました。「はじめてだったけど、勝ててうれしかった」「良い成績が

次頁へつづく

とれてびっくりした」などの感想が発表され、みなさん思う存分楽しんでくれたようでした。
(青少年育成部)

	男子の部	女子の部
優勝	中 村 黛 知	中 牧 樹 希
2 位	大 村 祐 月	宮 本 恵
3 位	久保田 恭 伍	角 田 桃 佳



暑さに負けず ～世代交流マレットゴルフ大会を開催～

7月27日（日）第12回古牧地区世代交流マレットゴルフ大会が、青空の下、東和田運動公園マレットゴルフ場で開催されました。

今大会には84名が参加し、18ホールストロークプレーの合計打数で順位を競いました。参加者は4～5名のチーム18組が各スタートホールに移動した後、午前9時の合図とともに一斉にプレーを開始しました。

各組とも小・中学生とその父兄、一般参加



者との組み合わせとなっていて、一緒にプレーする中でベテランプレイヤーが子どもたちに打ち方を教えるなど、世代交流が図られていました。

初めてマレットゴルフを体験したという小学生の男子が「楽しかった」と満足そうに話していたのも世代交流の成果だと思います。また、ホールインワンできたという小学生の女子も「気持ち良かった」と笑顔で話してくれました。

今大会は、長野運動公園マレットゴルフ古牧支部の方々による前日のコース整備や当日の暑さ対策として給水器2台に冷たい麦茶を用意していただくなどの全面的な協力を得て開催され、熱中症などの病人や怪我人は一人も出ず、暑さの中でも参加者全員が和気あいあい元気にプレーして、正午過ぎ、無事大会を終えることができました。

(福祉健康部)

	優 勝	準 優 勝	3 位
小・中学生男子の部 (12名参加)	青 山 優 真	片 井 瑞 稀	三 井 結 人
小・中学生女子の部 (14名参加)	白 田 千 尋	青 山 亜 実	高 島 利 子
一般男性の部 (37名参加)	内 田 秀 雄	井 原 達 三	中 塚 重 秋
一般女性の部 (21名参加)	塚 田 和 子	土 方 富 子	勝 山 雪 美

住民集会を開催 ～古牧地区社会を明るくする運動～

7月19日（土）「第75回古牧地区社会を明るくする運動」住民集会が古牧公民館で開催されました。

冒頭で柴実行委員会会長（住自協会会長）は、「古牧地区は犯罪や非行のない安心で安全な町づくりを目指すと共に、罪を犯して再発しようとする人たちが、地域社会の一員として立ち直れることができる地域となるよう皆さまにご協力をお願いします」とあいさつ。

続いて、同運動作文コンテストに入選した



長野日本大学中学校の小林大騎さんからは「お腹も心も満たされる大切な居場所」、また、市立三陽中学校の堀内友樺さんからは「あいさつの力」をテーマに入選作の発表があり、会場に集まった参加者からそれぞれ大きな拍手を受けていました。

講演では長野地区BBS会^(*)代表で、県地域生活定着支援センター支援員の大澤 彩さんを講師に迎え「明るい社会を実現するためには、誰もが除外されること無く役割と居場所を感じられる社会が大切であり、回りの社会が挨拶ややさしく見守る事で貢献できる」との講師の日頃の活動などについて話しがあり、有意義な住民集会は終了しました。

* BBS会：Big Brothers and Sisters非行少年など様々な立場の青少年に「兄」や「姉」のような立場で接し、一緒に悩み、学び、楽しむことを通じて青少年の立ち直りや自立を支援、非行防止活動を行う青年ボランティア団体。

（総務部）

社会を明るくする運動入選作

「お腹も心も満たされる大切な居場所」

長野日本大学中学校 小林 大騎

僕は家族でみたテレビ番組「ばっちゃん～子供たちが立ち直る居場所。子どもは環境で変わることができる～」

居場所がなく、非行に走る子どもたちを、三十年以上支えてきた元保護司のばっちゃん。

「非行の根っこには空腹がある」というばっちゃんは、自宅で、居場所のない子ども達に手料理を食べさせて、非行から立ち直るきっかけをつくってきた。お腹をいっぱいにして、相談にのり、多くの子ども達を立ち直らせてきたばっちゃん。

非行を防ぐには、孤独、空腹、環境、この三つを立て直すことが大事だという。子どもが悪さをするのは、親にかまってもらえないというのがあるそうだ。

ばっちゃんは黙って「そうなん」と話を聞き、説教もしない。ただ、今から悪さをしようとする子には「バカ」って怒る。

少子化で、子供の数は減っても、困っている子供の数は変わらないそうだ。九十歳になるばっちゃんは、子どもたちのSOSに気付く目を持ち続けたいという。



次頁へつづく

そんなばっちゃんの話に僕はとても感動した。

僕は、小さい頃から運動が苦手で学校の体育の授業は好きな時と嫌いな時がある。

特に、僕は一生懸命やっても失敗やうまくいかない時に、クラスの友達に励まされる。しかし、ダメ出しをされたり、「なんで出来ないんだよ」と言われるとすごく辛くなる。なぜそんなきつい言い方をするのか、僕には理解が出来ない。

他人に言われて傷つく言葉を気軽に言う人の気持ちがわからない。

だから、そういう嫌な言葉を使う人は家庭の環境や育った環境が悪いのではないかと考えてしまう。

僕の家には、お父さん、お母さんと2人のお姉ちゃん、おばあちゃんがいる。

特に僕は、おばあちゃんととても仲良しだ。学校から帰ってきたら、学校での話を聞いてくれて、寝る前にも2人でたくさん話をしてから寝るのが毎日の習慣だ。いつでも、僕の話聞いてくれる。

でも、僕が学校での友達の事でイライラしておばあちゃんに当たってしまうことがあるけど、おばあちゃんは黙って話を聞いてくれる。それにおばあちゃんの作るチャーハンが好物だ。

お姉ちゃん達は、数学や英語の宿題の分からないところをていねいに教えてくれる。

お父さんは、毎日仕事を頑張ってくれて、甘いものが好きなお父さんと一緒にお菓子を食べたり、休みの日には旅行に連れて行ってくれる。

お母さんは、毎日僕が好きなおいしいご飯を作ってくれて、図鑑や欲しいものを買ってくれる。

僕の居心地のいい場所は、大切な家族のいる家である。

子どもの頃に、家族や周りの人に大切にされなければ、すごく寂しくなり、相手に優しくする心の余裕もなくなるから、非行や他人を傷つけるような人間になってしまうのではないと思う。

僕は、この「元保護司のばっちゃん」のテレビをみて、人はお腹がいっぱいになり、愛されて、安心する環境や、心もお腹も満たされることが必要なんだと思う。

「あいさつの力」

三陽中学校 堀内 友樺

こんにちは！みなさんは、あいさつをしていますか？あいさつをすると、あいさつをした側も、された側も、いい気持ちになります。

私は、小学校のとき、人見知りで、あいさつができませんでした。あいさつをされても、少し頭を下げるだけでした。学校や地域で行われている「あいさつ運動」も、参加できていませんでした。あいさつは何のためにするのか、あいさつをするとどんないいことがあるのか、わかっていなかったからです。

ある日、一緒に下校していた友達が、道を歩いている人にあいさつをしていました。すると、あいさつをされた人が笑顔になり、あいさつをして返してもらえた友達も、笑顔になっていました。私はそのとき、あいさつは人を笑顔にできることに気づきました。その日から、あいさつについて考えるようになりました。

次の日の朝、私は、会った人にあいさつを試みようと思いました。しかし、いきなり知らない人にあいさつをするということは、人見知りの私には難しいことでした。あいさつをしようと思うと緊張してしまい、声が出なかったのです。でも、このままだと、いつまでたっても人見知



次頁へつづく

りを克服することができなし、あいさつで人を笑顔にすることもできません。だから、まずは、あいさつをされたら、今までのように少し頭を下げるだけではなく、しっかりあいさつで返せるようになりたいと思いました。

さっそく、下校のときにあいさつを返すことができました。すると、明るい気持ちになり、周りも明るくなったように感じました。その後も、あいさつを返すことを続けていたら、自分からでもあいさつができるようになりました。

いつものように会った人にあいさつをしていたら、何も返してくれなかった人がいました。あいさつが返ってこない、こんな悲しい気持ちになるんだなとわかりました。逆に返してくれる人もいて、返してもらえると、とても嬉しい気持ちになりました。明るくて元気なあいさつがえってくるほど、嬉しい気持ちになることがわかりました。頭を下げてくれるだけでも、私のあいさつが相手に届いた感じがして、嬉しい気持ちになれました。

天気が悪く、苦手な教科もあり、暗い気持ちで登校していたとき、小学校1年生くらいの子が、元気に「おはようございます！」とあいさつをしてくれました。とても嬉しくて「今日も1日頑張ってみようかな。」と思うことが出来ました。あいさつをすると、人を少しでも元気にすることができるとわかりました。

私は、あいさつをしなくても、誰かが困ったり、罰せられたりすることはないと思います。ですが、あいさつは、人を笑顔にすることも、元気にすることもできます。自分たちがあいさつをすることで、みんなが笑顔で元気にすることができます。あいさつの力で社会を明るくすることができたら素敵だと思いませんか？

みなさんも、今日から、あいさつをして、社会を明るくしましょう！

地域で活動する団体を応援 ～支所発地域力向上支援金～

7月3日（木）古牧公民館において「支所発地域力向上支援金事業」の交付対象団体の選考会が行われました。

この支援金事業の主旨は、地域の皆さんの事業活動が活発になり、新たなコミュニティや仲間づくりが進み、もっと地域が元気になるよう、古牧支所が古牧地区内で活動する団体の行う事業に支援金を交付するものです。

選考会では、申し込み団体の代表者が事業内容のプレゼンテーションを行い、7名の選考委員により事業の必要性、適正、効果、将来性などの視点から審査を行いました。その結果「防災用具・用品の整備」、「福

祉活動用具の整備」、「伝統芸能の継承」などを行う7団体が選定されました。

なお、交付対象団体の詳細は長野市役所ホームページから【古牧 応援】で検索するとご覧いただけます。（古牧支所）

令和7年度「古牧の元気応援事業」の対象事業

交付対象者	交付対象事業
上高田ボランティアクラブ	上高田ボランティアクラブ活性化事業
五分一区	福祉活動用具の整備
中村区	防災用具・用品の整備・管理
西尾張部区	防災用具・用品の整備
川端区自主防災会	防災倉庫の設置と運用
西和田区	防災用具・用品の整備
平林神楽保存会	神楽鈴の更新

日頃からごみの分別を ～ながの環境エネルギーセンター～

7月25日（金）に環境美化部では長野市松岡の「ながの環境エネルギーセンター」へ視察研修に行きました。

ここでは、長野市、須坂市、高山村、信濃町、小川村、飯綱町の6市町村の可燃ごみを処理しています。

施設内にはストーカ式焼却炉が3炉、電気式灰溶融炉が2炉あり、6市町村の可燃ごみを1日320トン进行处理しています。

ストーカ式焼却炉とは、火格子が階段状に配置されて駆動し、ごみを供給・攪はんする仕組みで完全燃焼する焼却炉です。

その焼却炉を使い、850℃以上の高温で燃やし灰にしていきます。燃やすことで元のごみの20分の1の容積になります。燃やした灰を灰溶融炉にて1500℃で溶かしスラグと金属を取り出します。元のごみの40分の1の容積になり、最終処分で埋める量を減らしています。スラグは溶かした灰を急速に冷やすとできるガラス質の固化物で、コンクリートの骨材などの土木資材などに再利用されています。

施設ではほかに、焼却した際の熱エネルギーで「サンマリーンながの」への熱供給を



したり蒸気タービン発電機で発電も行っています。

ごみを焼却した際の排ガスも何段階もの処理を行いきれいにしてから空気中に出しています。

今回、施設を見学し、ただごみを燃やしているのではなく、発生した熱や灰などから様々なものに利用されていると勉強になりました。燃えないごみが混ざってしまうと焼却炉が止まったり故障したりしてしまうことがあるそうなので、ごみの分別や出し方に気をつけ、更にごみを出さない工夫に日頃から取り組んでいきたいと思います。（環境美化部）

災害に備えて ～地域力向上研修会に参加～



鶴賀消防署東部分署の主催「地域力向上研修会」が6月28日（土）に長野市大豆島公民館多目的ホールで開催されました。

古牧、大豆島、朝陽3地区から自主防災関連の各区の役員が出席して、消防署員から具体的に自主防災会の平常時と災害時の具体的な行動について講義を受けました。続いて中庭に出て、3地区ごとに分かれて身近な物や資機材を使っの災害時の防災訓練と題して、ボール・鉄パイプやジャッキを使っの「救助訓練」、緊急時に水を使っの「土のう代用品作り」、「段ボールで簡易トイレの代用」などについて消防署員から実際に道具を使っ説明を受けました。

（総務部）

長野第六分団 誇り高き挑戦、未来へ繋ぐ絆

～古牧の心を一つにした、熱く、眩しい夏の日々～

この夏、長野第六分団は地域を守る情熱を胸に、6月22日（日）長野県消防学校で行われました消防の伝統競技「小型ポンプ操法」に挑みました。

2ヶ月にわたる熱い訓練の日々、そして長野市ポンプ操法大会での堂々たる3位入賞。長野第六分団の快進撃は、古牧地域の皆さんに大きな感動と希望を届けました。

特に、初出場ながら素晴らしい成績を収めた選手の皆さん本当にお疲れ様でした！指揮者、1番員、3番員が個人賞を獲得したことは、日々の努力の証です。

そして、ここに特筆すべき一人の女性があります。2番員として奮闘した彼女は、残念ながら個人賞には届きませんでした。しかし、彼女の真価は、その結果だけでは語り尽くせません。彼女は音楽隊でラッパ吹奏大会に毎回県大会まで進む実力者でありながら、ポンプ操法という新たな挑戦にも怯むことなく最後まで弱音を吐かず、自らの道を貫き通しました。

長野市大会で上位4チームのみが進める長野協会大会。この大会に女性選手として史上初めて出場しました。その姿は、性別や経験に関わらず、誰もが挑戦し道を切り開けるという希望を私たちに示してくれました。



7月6日（日）の協会大会では、6チーム中6位という結果に終わり個人賞も獲得できませんでしたが、山上副団長の訓示は、私たちに新たな視点を与えてくれました。

「早く行きたければひとりで行け。遠くへ行きたければみんなで行け。」このアフリカの格言が示すように私たちが本当に目指すのは、ただの結果だけではありません。大切なのは、共に歩む仲間との絆、そしてその中で得られる成長です。この2ヶ月間で培った経験と、かけがえのない仲間との絆は、何物にも代えがたい財産です。

そして、この物語は、選手だけで紡がれたものではありません。すべてを支え続けた団員の皆さん。疲れた身体を気づかい、洗濯や体調管理、生活のリズムを整えてくれたご家族。的確な指導をしてくださったOB顧問の皆様。日々、応援とご協力をくださった消防局の皆様。かつてない応援を届けてくださった住自協、役員・区長の皆様。この“操法大会”への参加は地域全体の心で成し遂げた挑戦でした。私たち長野第六分団は、皆さんの温かい声援を胸に、地域とともに、これからも歩み続けます！

（長野第六分団）



安達神社境内の記念燈

古牧郷土史研究会 玉木 栄一郎

写真中央の構築物は昭和12年(1937)に平林の若者連議定制定100年を記念して建立されたものである。揮毫は近藤駿介知事。若者連は15歳から40歳(最初は35歳)までの青年による組織(昭和36年3月解散)で、議定とはその仲間で作った規則である。

記念事業は、①記念祝典、②若者連の記録(当番が記載した『永代記録』)編纂、③神社に関し永久記念すべき備品の献品を決定した。記念燈は③にあたり、③では他に「本殿と祝詞殿に垂簾を飾る、宝暦6年祭神遷座の際使用の石を玉垣止石として境内西南隅に設置」をした。写真はその時の記念写真である。

記念燈であり、「塔」ではない。灯りを取



るため電線が繋がれ、高さは台石を含め約6mで笠石を頂く珍しいものである。

昭和16年7月長沼地震で倒れたが、12月に再建。昭和60年には平林街道拡幅のため北へ後退した。

しゃべえんびつ



「夏の暑さ対策について」

昨今の地球温暖化等による異常気象で、豪雨や干ばつ、熱波などの極端な気象現象が世界的に増加しています。

最近では厚労省による職場における熱中症対策の義務化が施行されました。自分のまわりでも屋外の作業には空調服や塩ゼリーを配るなど、熱中症に対する意識が高くなっていると感じています。

猛暑が続く中、エアコンやよしずなどで部屋の温度上昇を防ぎ、こまめな水分と塩分の補給をして熱中症リスクを減少させていきましょう。また、幼児や高齢者は熱中症を起こしやすい傾向にあります。家族や周囲の人が早めに異常に気づき、対処することが大切です。(千國 正昭)

7月から8月までの主な行事実施日のお知らせは回覧等でお知らせします。



古牧地区の世帯数と人口

令和7年8月1日現在

11,970 世帯

26,002 人

(男 12,821人 女 13,181人)

■発行所 古牧地区住民自治協議会
(電話259-8359・FAX219-1057)
(E-mail: komaki@vivid.ocn.ne.jp)

■発行者 柴 芳夫
■編集 ぷらネットこまき編集委員会
■印刷 旬小池印刷



HP
ご覧ください