

ぶらネットこまき

(古牧地区住民自治協議会広報紙)



第60号

古牧だより通算154号

共に考え、共に進みましょう！



『安全・安心・住みやすい古牧』の実現に向けて

古牧地区住民自治協議会 会長 湯沢 角雄



新年明けましておめでとうございます。

古牧地区の皆様には希望に満ちた輝かしい新年をお迎えのことと謹んでお慶び申し上げます。

日頃、古牧地区の発展のために温かいご理解と多大なるご尽力を賜り、厚く感謝申し上げます。

古牧地区では一昨年は局地的な大雨により家屋の床上浸水などの水害が発生しました。

また、昨年は通学路や横断歩道において、生徒や高齢者等が犠牲となる痛ましい死亡事故が多発してしまいました。改めて地区住民の安全・安心な暮らしを守るための防災・安全対策の重要性を痛感したところであります。引き続き抜本的な水害対策や道路等の環境整

備を市・関係機関と一体となって進めるとともに、実践的な防災訓練等の積み重ねや、地域に密着した交通安全・防犯活動等をより一層充実してまいりたいと考えておりますので、関係団体や住民の皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

さて、今年は住民自治協議会が本格的に発足して5年目の節目の年を迎えます。皆様のご理解とご尽力により活動は順次定着してきているものと考えておりますが、「地域の課題はより身近なところで解決し、地域の実情を十分尊重した施策を展開していく。」という設立方針に沿って、皆様と共に知恵を出し合い、市・関係機関等との連携・協働をより一層密にして活動してまいります。

今年は午（馬）年。勢い盛んに飛躍する年となりますようご祈念申し上げます。

一人暮らし・高齢者の集い開催



年の瀬も間近い12月10日、古牧公民館で「一人暮らし・高齢者の集い」が開催されました。福祉健康部とボランティア古牧との共同企画による本年2回目の催しで、役員を含め30人程のつどいとなりました。

初めに講師の指導により、翌年の干支の「午」を「来年がウマくいくよう願いを込め」



粘土で作りました。各人各様サラブレッドあり農耕馬ありでしたが、出来上がってケースに入ると立派な飾り人形になっていたのには驚きでした。

次に昼食。ボランティア古牧の皆さんが朝から取り組んでくれた昼ごはん。さらに食後のデザートには手作りのクリスマスケーキと参加者一同、感謝・感謝の連続でした。



この後、飾り付けでクリスマスモード一色となった別室に移り、アコーディオンの伴奏によるクリスマスソングから青春歌謡と一同大いに盛り上がりました。

日頃、自宅に一人でいることの多い高齢者には、本日のようなお喋り仲間と一緒にのひと時はいかがだったでしょうか。

(福祉健康部)

健康づくり講演会



「自分たちの健康は自分たちで作り守りましょう」との、県を挙げてのスローガンのもと、活動を広めている保健補導員会の今年の講演会は、12月3日(火)古牧公民館に於いて、田中病院の内科医長 田中友子先生をお迎えし、「若さの秘訣は血管から」の題で、60名を前にお話し頂きました。

先生は、脳梗塞や心筋梗塞の発症原因となる血管の詰まりの深刻さや、動脈硬化の危険性を説かれ、特に糖尿病は血管の病気そのものと指摘の上、「血管を制する者が、生活習

上高田の子育て支援活動

上高田の子育て支援（子育て広場）は、毎月1回第3木曜日の午前10時から、上高田公会堂で開催しています。年12回の子育て支援のうち10回は、区のお茶飲みサロンと同時開催です。

午前10時になると約30人程のお母さんと幼い子供たちが集まり始め、公会堂に常備されているおもちゃで自由に遊んだり、おしゃべ



りしたりして過ごします。11時になると、高齢者の方を中心とした区民の皆さんが集まり、時には健康体操教室やゲーム、講演会などの企画もして、世代間交流の場にもなっています。

12月は、恒例のクリスマス会、サンタクロースに扮した役員のおじさんから子供たちはプレゼントをもらいました。大人たちもビンゴゲームをして全員プレゼントをもらい、美味しいお昼を食べて楽しい時間を過ごしました。

（子育て支援部・浦野美恵子）



りをして過ごします。11時になると、高齢者の方を中心とした区民の皆さんが集まり、時には健康体操教室やゲーム、講演会などの企画もして、世代間交流の場にもなっています。

上高田のお茶飲みサロンは「食育」をコンセプトに、ニラせんべい、草もち、おはぎ、きのこ汁、恵方巻、やししょうまなど、食の歳



慣病を制す」とまとめられました。終わりには運動指導もあり、その場で身体を動かす体験をしました。

直接血液と接している血管の内皮細胞は傷つき易い事や、通常の検査では分からない「かくれ糖尿病」を知り、改めて血糖を上げない食べ方を意識しました。

こうした折々の機会に日常生活を見直し、長野県が誇る健康長寿の仲間入りを目指したいものと願っています。

（福祉健康部）



1月・2月の主な事業実施日のお知らせ 住民の皆様ご参加ください

事業名	実施日	場所	実施内容	お問合せ先
町別人権研修会の開催	1月6日 ～1月末日	13地区	各区で自主開催する	人権・男女参画部 263-3134
新年祝賀会	1月11日	古牧公民館	消防出初め式と 古牧地区新年祝賀会	事務局 259-8359
男性の料理教室	1月17日	古牧公民館	「鶏のチリソース」づくり	古牧ボランティアセンター 244-8159
介護者相談会	2月14日	古牧公民館	相談員：包括支援センター (ニチイケア高田)	古牧ボランティアセンター 244-8159
福祉団体との打合せ会	2月20日	古牧公民館	各種福祉団体との情報交換	古牧ボランティアセンター 244-8159
子ども会活動発表会	2月22日	古牧公民館	13地区子ども会の活動発表	青少年育成部 243-3476
健康づくり運動	2月28日	三陽保健センター	体に効果的な運動のコツ	古牧ボランティアセンター 244-8159



今年こそ死亡事故をゼロに

2年連続して運転手の過失による、中学生の通学路で高齢者と中学生が死亡する交通事故が起きた。事故の度に、道路管理者・交通関係者と地域関係者による、現地診断と再発防止検討会議が開催され出席をした。

昨年場所は、1日2万数千台の車両が通過する国道18号西尾張部交差点で、中学生が部活動の帰宅中に横断歩道を自転車で走行中に大型トラックに衝突をされて亡くなられた。過去にも重大事故が起きており、横断歩道や信号機の改修をしたが死亡事故は防げなかった。事故直後より現地で、中学生の朝・夕の通学時間帯に、小・中学生の保護者を始め区役員、交番と交通安全協会役員等による再発事故撲滅の啓発運動を実施しながら、早急の改修を要望した。

現地診断1回と再発防止検討会議を3回開催した。

道路管理者には、横断歩道の改修、周辺障害物の撤去及び車道の国道19号より国道18号への右折道路の延長、交通関係者には、歩行者専用の信号機の新設を要望し、本年3月までに改修を完了する回答を頂いた。

今年こそ、歩行者が安心して通行でき、交通死亡事故がないように願いたい。(田中 友雄)



古牧地区の世帯数と人口

25年12月1日現在

10,734 世帯

26,292 人

(男 12,930人 女 13,362人)

- 発行所 古牧地区住民自治協議会
(電話 259-8359)
- 発行者 湯沢 角雄
- 編集 ぷらネットこまき編集委員会
- 印刷 (有)小池印刷