

会報

まつもと 40号



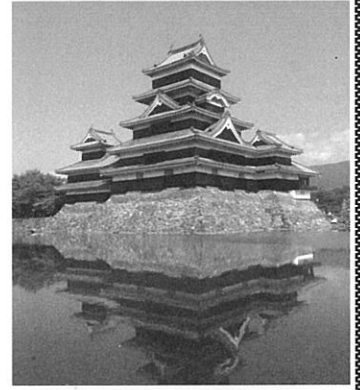
平成 28 年 1 月 15 日 発行

(公財)長野県長寿社会開発センター 松本地区賛助会

松本市島立 1020 松本保健福祉事務所福祉課内

発行責任者 小野 松雄

発行部数 1,200 部



(公財) 長野県長寿社会開発センター 松本支部長兼事務局長
長野県松本保健福祉事務所 福祉課長 神事 正實



明けましておめでとうございます。謹んで新春のお慶びを申し上げます。

会員の皆様には、日頃から、長寿社会開発センターの事業及び県行政の推進に格別なるご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

現在県では、一人ひとりが生きがいを持ち、健やかで幸せに暮らせる「しあわせ健康県」づくりを進めるため、運動習慣の定着、定期的な健診の受診、食生活の改善を通じて健康づくりに取り組む「信州 ACE (エース) プロジェクト」を展開しています。

会員の皆様におかれましても、健康な毎日をお過ごしいただき、その活力を賛助会及び社会参加活動に活かしていただきますようお願い申し上げます。

今年一年の皆様の健康とご多幸をお祈り申し上げ、新年のご挨拶といたします。

(公財) 長野県長寿社会開発センター 松本地区賛助会
会長 小野 松雄



新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様にはご家族お揃いで輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年松本平では羊年に相応しい天災も無く、事故事件も少ない穏やかな年でありました。

今年の三が日は、雪も無く気温も3月末から4月上旬の状況が続いた平穏なスタートとなりました。

松本地区賛助会の役目は、一グループではできない三世代文化交流大会の開催、グループを超えた料理教室、ウォーキング、マレットゴルフ、グラウンド・ゴルフを実施しました。会員皆様の実技活動発表の場づくりの作品展も開催して参りました。

加えてお茶教室を2回実施しました。テレビで『お茶といえばペットボトル』との報道を見て、これでは和食が世界文化遺産に登録されても、お茶文化が日本から崩壊されそうな危惧を持ちました。緑茶の良さを今一度見直す事が大切だと思います。お茶を飲むと風邪をひかないと昔から言われてきました。昨年がんセンターの発表では、毎日緑茶を5杯以上飲んでいる人は、飲まない人と比べて癌や生活習慣病にかかる比率が40%少ないと報道されました。

このように時の課題に取り組んでいくのも、賛助会の役目だと思います。

今年も会員皆様のお声をお聞きしながら、松本地区賛助会の事業展開をして参りますので、引き続きご支援ご協力をお願い申し上げます。

会員皆様が素晴らしいトキメキと出会いがあり、一年を通してご健康とご多幸を祈念申し上げまして新年のご挨拶とさせていただきます。三

行事報告

1 生涯スポーツ交流大会

期 日 平成 27 年 10 月 9 日 (金)
会 場 信州スカイパーク
参加者 180 名
種 目 グラウンド・ゴルフ
ペタンク
マレットゴルフ

絶好の秋晴れの下で 21 回目の生涯スポーツ交流大会が開催されました。

実行主体 松本市高齢者クラブ連合会
塩尻市友愛クラブ連合会
安曇野市老人クラブ連合会
松本地区賛助会
長野県長寿社会開発センター松本支部
後 援 松本信用金庫
長野県看護協会
市民タイムス



開会式の様子

秋の日を浴びて早朝より大勢の参加者が開会式に臨みました。



グラウンド・ゴルフ

16 グループ約 120 名が参加した。ホールインワンなど好プレーや珍プレーに一喜一憂しながら楽しく交流ができました。



マレットゴルフは午後全員参加でしらかばコースとやまびこコースで行われ、各コース約 20 チームが参加、盛大に行われました。



青空のもとペタンクに 12 組約 30 名が参加した。3 回戦までの対戦があり白熱した熱戦が繰り広げられました。

大勢の皆さまにご参加いただき盛大に開催されました。心から御礼申し上げます。ご参加された老人クラブ連合会（高齢者、友愛、安曇野市）と松本地区賛助会、シニア大学生の皆さま方が、それぞれの持ち味を生かして、明るく豊かな健康長寿社会づくりに努力して参りましょう。

ありがとうございました。 実行委員会一同



2 グラウンド・ゴルフ交流会

期 日 平成 27 年 10 月 21 日 (水)
会 場 信州スカイパーク常設グラウンド
担 当 グラウンド・ゴルフグループ
会 費 200 円
参加者 21 名

晴天に恵まれのびのびとプレーすることが出来ました。

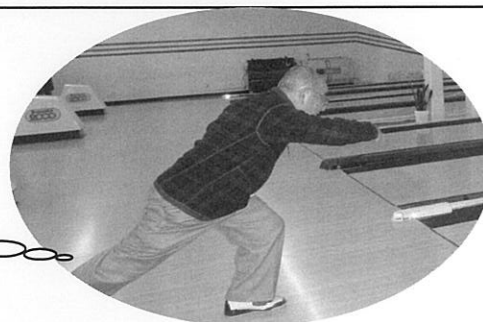
沢山の景品も用意され、1~3 位賞 BB 賞、そして全員が参加賞をいただいて楽しいひと時を過ごしました。



3 ボーリング交流会

期 日 平成 27 年 11 月 5 日 (木)
会 場 ココレーン松本店
担 当 活動グループ推進員
会 費 1500 円
参加者 16 名

カッコイイ!



毎度のことながら、今日が初めての人・年 1~2 回しかやったことが無い人・マイボールを持っているベテランの人が入り混じった仲間の集まりです。

ガーターになっても、ストライクになっても大はしゃぎです。今年初めて入会した人たちも参加し、とっても楽しく交流が出来ました。

1 位~10 位賞、そして参加賞までそれ相当の品が用意され皆さん満足の様子でした。



4 おいしいお茶の入れ方交流会

期 日 平成 27 年 11 月 12 日 (木)
会 場 松本合同庁舎
担 当 井伊 剛さん
会 費 500 円
参加者 15 名



お茶の呼び名・種類・そしてお茶の成分と効能・効果などについて詳しく説明があったあと、参加者全員で煎茶・玉露を実習。そして試飲をしました。

「おいしい!おいしい!」と皆さん満足でした。



5 秋の作品展

期 日 平成 27 年 11 月 16～27 日

会 場 松本合同庁舎 ロビー

今回は会場の都合で 2 回に分けて出展しました。

1 回目 16 日～23 日 水墨画、写真

2 回目 23 日～27 日 書、その他工芸展

水墨画・写真・陶芸・書・刺繍などの作品が出展され、ロビーを訪れる人々を楽しませました。



6 料理講習交流会

期 日 平成 27 年 12 月 18 日 (金)

会 場 合同庁舎 調理室

講 師 樋口百合子先生

担 当 ローレル

参加者 32 名



<レシピ>お正月・クリスマスに利用できる料理を・・・

- サーモンとチーズの混ぜ寿司
(サーモン・イカ・椎茸・チーズ)
- ゆで卵の吹き寄せ揚げ
(卵・人参・ピーマン・ハム・椎茸)
- フルーツきんとん
(さつまいも・リンゴ・キュウイ)
- 吸い物
(はんぺん・わかめ・かいわれ)
- 奉書焼き
(鯛・海老・レンコン・昆布・シメジ・三つ葉)

フルーツ
きんとん



サーモンとチーズの混ぜ寿司



吸い物

ゆで卵の吹き寄せと奉書焼き



サツマイモの皮、切り出した昆布など
すべて捨てることなく利用すること
を教えてくださいました

2015 信州ねんりんピック高齢者作品展

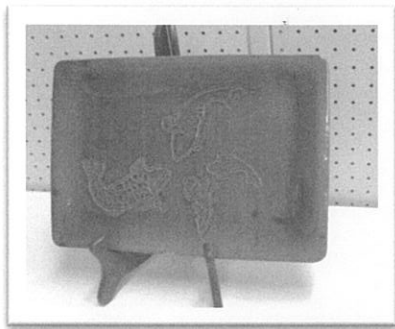
1 松本管内入賞者授賞式

平成 27 年 11 月 23 日 (金)
 松本地方事務所にて授賞式が行われました。
 松本地区賛助会員は次の 5 人でした。
 鳥羽孝哉さん (写真) 石毛良平さん (彫刻)
 宮本祥江さん (書) 寺沢正吉さん (日本画)
 由井倉子さん (日本画)
 受賞作品は前回 39 号で紹介いたしました。

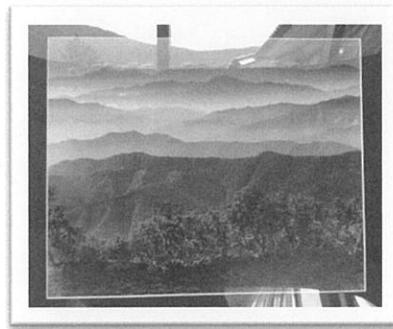


授賞された方々

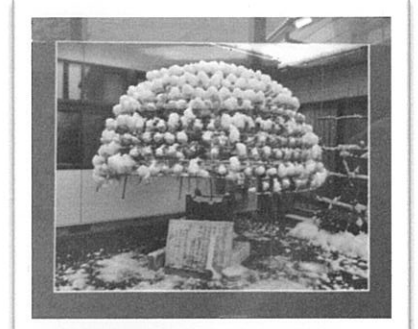
2 松本地区賛助会員の作品



野畑義貴さん (手工芸・陶芸)



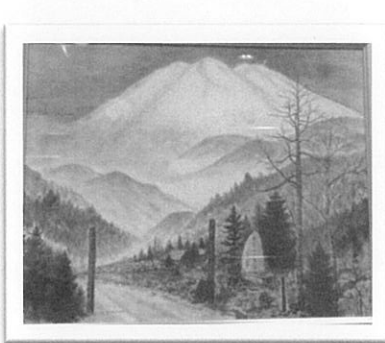
深澤 嘉さん (写真)



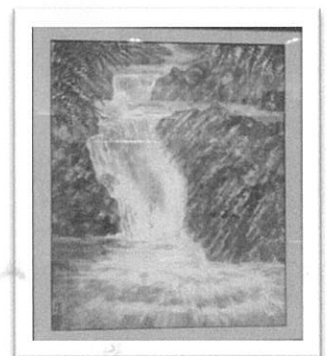
吉江克己さん (写真)



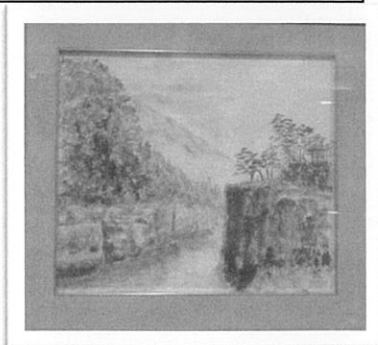
吉澤しげ子さん (日本画)



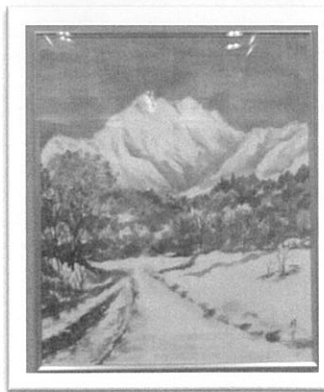
高山みなせさん (日本画)



細萱充仁さん (日本画)



白井紀幸さん (日本画)



長崎 賢さん (日本画)

お詫び
 39号4面のマスコット
 キャラクターは、「アルク
 マ」と「あん姫」の誤り
 でした。訂正してお詫び
 いたします

活動グループ紹介

1 五日会

グループ長 守安 威象

五日会は誕生して今年で12年を迎えます。
会の基本は、五つの活動部会を設けて、全員がそれぞれの部会に所属して、部会のメンバーが中心になって、活動を計画し実践する仕組みで運営しております。

五つの活動内容は、「旅を楽しむ部会」「食を楽しむ部会」「自然を楽しむ部会」「ボランティアを楽しむ部会」「総務部会」の5部会を設けており、各部会共、年間活動計画を策定し計画に沿って、活動に取り組んでおります。

最近では11月5日～6日に愛知県「日間賀島」へ1泊2日の旅行に行き「蛸」料理を楽しみました。

モットーは“あなたが主役・私も主役”会員の絆を大切に全員頑張っております。



記事 副代表 川上みよ子

2 坂井グループ

グループ長 西澤 直志

発 足 平成3年5月

主 旨 急速な高齢化社会を迎えるにあたり、老人大学OBを中心に、民生児童委員、教育委員などに呼びかけ、初期の会員は20名で発足した。

活 動 活動を通じて、生きがいと健康づくりを推進し、自己の経験や知識、技術を活かし、地域社会に貢献することを目的に活動している。

結成して25年、賛助会員も高齢となり活動も制約を受ける状態だが、シニア大学OBも毎年加入していただき現在も20名で活動している。

- 1 月2回福祉施設で洗濯物たたみ、配食サービス、運転ボランティアなど会員それぞれ得意な分野を担当し活動している。
- 2 安坂將軍塚古墳遺跡の草刈り、遊歩道500mの整備と草刈、公共施設の美化活動、道路、スポーツ施設などのゴミ拾い。
- 3 毎年1回県内外の「史跡巡り」を行い、教養を高めるとともに親睦を深めることを目的に、本年は真田三代ゆかりの地、上田市真田を訪ねた。



賛助会員・法人賛助会員の活躍 (市民タイムス提供)

賛助会員、法人賛助会員の活躍が市民タイムスに掲載されました

市民タイムス

H27.11.6



表彰状を手渡される受賞者

県と県統計協会は4日、長野市内のホテルで、各種統計調査の調査員を長年務めた人などを対象とした本年度の県統計功労者表彰式を開いた。大臣表彰の松本・木曾は40人3団体

(第3種郵便物認可)

統計調査員らを表彰

松本・木曾は40人3団体

安曇野地域会に所属する、山浦美恵子さんは、各種統計調査に30数年間の長期にわたりご尽力され、以前にも長野県知事賞を受賞されていましたが、今回は総務大臣表彰を受賞され、受賞者を代表してお礼の言葉を述べられました。

市民タイムス

(19) 平成27年(2015年)11月6日 金曜日

キッセイ薬品地域を清掃

グループ会社の従業員も

キッセイ薬品工業(松本市芳野)は5日、本社や塩尻工場、各研究所などの周辺で一斉清掃活動を行った。毎年春と秋に行っている取り組みで、社員たちが働く地域への感謝を込めて励んだ。本社の活動では、社員約200人に加えてグループ会社の従業員も参加し、国道19号沿



路上のごみを集めて歩く社員

「お世話になっている地域の皆さまへの恩返しになれば」と話していた。(石尾 出)



ほうきで落ち葉を集める行員たち

創業記念日 地域美化に汗

長野銀行 20回日の活動

長野銀行は16日、松本市清2の本店の周辺で清掃活動をした。11動で、約130人の行

員たちが地域への感謝を込めて、ごみ拾いや落ち葉の片付けに汗を流した。

ほうきでごみを集めたり、側溝にたまった落ち葉をかき出したりして、歩道の隅々まで目配りするなど丁寧に取り組んだ。総務課の白井琢巳課長代理は「通勤などでよく通る道なので、きれいになってうれしい」と話していた。

(小野原裕一)

松本地区 法人賛助会員 様

- キッセイ薬品工業株式会社
- 株式会社 プラルト
- 松本倉庫株式会社
- 株式会社 長野銀行
- 公益社団法人 長野県看護協会
- 一般社団法人 長野県薬剤師会
- アズサイエンス株式会社
- 松本信用金庫
- 一般財団法人 生命保険協会

法人会員様は、明るく、夢広がる、豊かな「人生90年時代」の実現のために、(公財)長野県長寿社会開発センターの事業や活動をバックアップされています。

センター本部役員・中信地区賛助会懇談会が開催された

中信地区賛助会と本部役員との懇談会が11月17日松本合同庁舎にて開催されました。センター本部より堀内常務を迎え、木曽地区賛助会、大北地区賛助会、松本支部、松本地区賛助会常任理事などが参加して、神事松本支部長の歓迎あいさつに続き本部方針の説明や自由懇談が行われました。

- ・地区賛助会連絡協議会の概要
- ・賛助会の今後の取り組み
- ・会員拡大について
- ・賛助会員の名称変更の検討などを実施。

自由懇談では、賛助会費の納入状況の確認と納入方法、個人情報との関係や扱いなどについて活発な意見交換がなされました。



行事予告

1 平成28年度 松本地区賛助会総会

日時 平成28年4月21日(木)
13:00~16:30

場所 松本合同庁舎 講堂

講演 演題 NHK大河ドラマ「真田丸」と松本城

講師 松本資料館特別専門 小松芳郎 さん

(演題については未定です)

2 春の作品展のお知らせ

日時 1回目 H28年4月21日~28日 水墨画
2回目 H28年5月23日~31日 その他作品

場所 松本合同庁舎 ロビー

締切 1回目 4月14日(木)
2回目 5月16日(月)

連絡先 矢口 貞一 ☎・FAX 82-4166

あけましておめでとうございます。

会報編集委員会は今年も会報作成に頑張っていきます。皆さま方のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。
委員会一同



神事松本支部長と会報編集委員

編集後記

新年おめでとうございます。会員の皆さまに置かれましては希望に満ちた新年をお迎えになられたことと思います。

今年は、新型ノロウィルス(悪性)が流行するのではないかと聞きます。急におう吐や下痢をするらしく、特効薬も注射もないらしいので、しっかり手洗い、うがい殺菌をして感染症予防につとめ、健康の維持に励んでいただきたいと思います。

また会報編集につきましても、会員の皆さまのご支援ご協力をよろしくお願い申し上げます。

本年も実り多い年でありますとともに、会員の皆さまのご多幸と、ますますのご活躍をご祈念申し上げます。

会報編集委員長 吉澤しげ子