



03 特集 タウンミーティング

自分がやりたい、やってみたいを形に
タウンミーティングに行ってみよう

06 ふるさとの絆

諏訪市◎みづうみの風

地域に出て、つながる活動
新たなまちづくりを目指す

08 MOTTAINAI -もったいない-

使いきれない食品のロスを削減
フードバンク

09 私の推し処

善光寺の西 郷路山 秋の夜空を彩る瓜割花火

10 ぶん福茶がま

小学生のつぶやきから、見守りを始めて25年
川端 咲美さん (駒ヶ根市)
ハートフルサポート!
生きづらさを抱える若者に寄り添いたい
横塚 悦子さん (長野市)

11 大人世代のスマホ活用術

LINE利用で知っておきたい注意点(上)

12 コーディネーターだより

共に作る地域のつながり

下倉 亮一 上小支部シニア活動推進コーディネーター

出会いの場、きっかけづくり、
情報発信

佐藤 雅法 大北支部シニア活動推進コーディネーター

14 われらシニア大 -学部紹介-

松本学部

「カムカム健康プログラム」で生活改善

北信学部

われら北信学部は地域の自慢を体験する
授業が人気だよ!

15 健康のつぼ

40歳以上の方は緑内障の検診を受けましょう

16 三方よし 自分よし 仲間よし 地域よし

上小「春陽会」

諏訪「ボランティア若竹」

南信州地区賛助会

木曾「イレブン」

18 全国ねりんピック体験記 テニス

2024信州ねりんピック

スポーツ交流大会参加者募集

19 お便利コーナー

読者プレゼント脳トレクイズ

信州こどもカフェ(こども食堂)



こどもたちの第三の居場所として、県下に200カ所を超え設置されている信州こどもカフェ(こども食堂)。食事提供だけでなく、学習支援や悩み相談等複数の機能を持ち、さらにシニアをはじめ地域の人々が関わり、新たな交流の場、シニアの活躍の場ともなっています。表紙は木祖村のこども食堂で撮影しました。小さなこどもからお年寄りまで、地域の住民が集まって何気ない日常会話をする場所という雰囲気、コロナ禍で失われていた“団らんの場”が戻ってきたという感じでした。ボランティアはじめ地域の年長者が小学生に声をかけ、食事やあいさつのマナーを教え、こどもたちもそれに応えてハキハキとあいさつができる、そんな良い場になっています。

撮影:池田昌広

フォトグラファー。1986年生まれ。長野県木曾郡大桑村出身。

長野県、京都府を拠点に活動。

自然風景、ドキュメンタリー写真を中心とした作品を手掛ける。