

区民の皆様へ

三輪地区

第69号



# 住民自治協議会だより

令和8年3月1日発行

発行者 三輪地区住民自治協議会会長 藤田 彰  
広報委員会委員長 花崎 秀紀  
事務局 三輪公民館内 電話 225-9567 FAX 225-9647  
E-mail: miwa.jichikyo@theia.ocn.ne.jp  
H P: <https://www.miwa-jichikyo.com>

## 【健康・福祉部会】

### 三輪のつどい 盛大に開催 4名を福祉功労表彰

### 三輪地区住民福祉大会～三輪のつどい～

健康・福祉部会長 戸谷 春美

11月25日（火）、第11回三輪地区住民福祉大会～三輪のつどい～が三輪公民館大ホールで47名のご参加をいただき開催されました。

第一部では、今年度の福祉功労者表彰が行われ、本郷区の関野美鈴さん、傳田芳子さん、松坂弘さん、そして、四ツ石区の内山正子さんが受賞されました。

改めて、おめでとうございました。引き続き地域の福祉活動等にご尽力を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

第二部では、国立スポーツ科学センター所長特別補佐、栗田病院検診センター長の小松ゆたかさんより「トップアスリートに学ぶ健康管理」と題してご講演をいただきました。講演では、これまでオリンピック、パラリンピックに出場した選手との交流から、選手の競技に対する真摯な姿勢や厳しく過酷な代表争いなどのお話ををしていただきました。

お話の中で、アスリートの皆さんが出つ5つのスローガンをお聞きしました。①感謝の気持ちを持つ②人の話を聞く③不平不満を言わない④言い訳をしない⑤人のせいにしない——です。このお話を聞いて、心の健康の大切さ

は、トップアスリートも私たちと同じなんだなど深く感銘を受けました。

人は誰でも、心身共に元気が一番だと改めて感じた機会となりました。



## 区長部会

# プラスチック製品の分別方法が変わります 令和7年度環境美化説明会

環境美化委員長 穂苅 保美

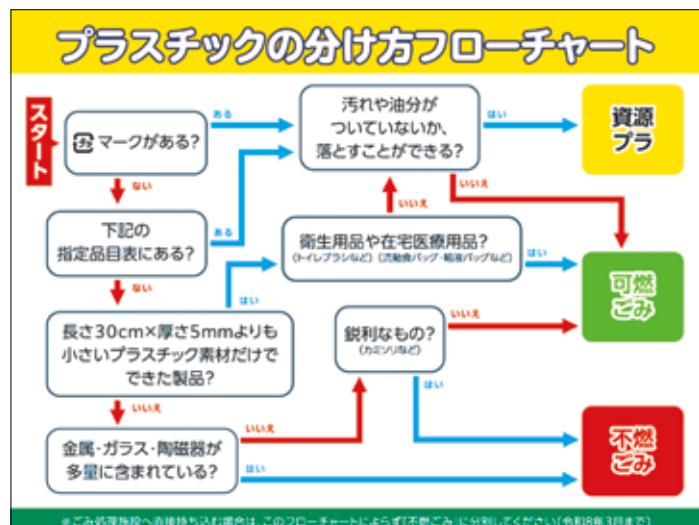


11月8日（土）、三輪公民館で長野市の「環境美化説明会」が開催されました。参加者は、各区の区長及び環境美化推進員、環境美化委員、支所、自治協の計35名が参加。説明会では、令和8年4月からスタートする新しい「資源プラスチック等の分別」について、生活環境課の職員が詳しく解説し、その後、質疑応答で更に内容を確認しました。

今回の説明で、分別方法が大きく変更となることを受け、参加した担当者がそれぞれの区に持ち帰りまして、住民の皆さんへの周知を図ってまいります。その際は何卒よろしくお願ひいたします。

**参考** 主な変更点等は以下のとおりです。

- 資源プラスチックの収集開始
- プラスチック製品の分別の見直し
  - ・現行、プラスチック素材の硬さで分別していますが、変更後は、**長さと厚さ**で分別することになります。  
長さ30cm未満かつ厚さ5mm未満のプラスチック製品は「資源プラスチック」となる。
  - ・特徴的な分別変更事例  
樹脂製の白いまな板：従来は「不燃ごみ」だったが、「可燃ごみ」で搬出となる。
- 充電式電池類の分別収集 など



## 公民館部会

# プロのコーチが手取り足取り直接指導 こども健康まつり

町別育成会連絡協議会長 伊藤 智恵子

11月16日（日）、三輪小学校体育館で「こども健康まつり」が開催されました。今年度は、日本プロサッカーリーグ（Jリーグ）に加盟のプロサッカークラブ「AC長野パルセイロ」のコーチをお招きし、抽選に当たった小学生49名でサッカー教室を開きました。

競技に入る前に、全員でウォーミングアップ。その後は男子と女子、低学年と高学年に別れ、低学年はコーチからドリブルの仕方や試合形式でコーチからアドバイ

スをいただきました。一方、高学年の児童は、最初から試合形式でゲームを行い、コーチのアドバイスを受け、さっそくそれを活かしてゲームを進めました。そして、試合終了後に、改めてコーチよりゲームのポイントや個人の技術向上のアドバイスなど、まとめのお話がありました。

参加した児童からは、「楽しかった」「終わるのが早すぎる」などの声が聞かれ、憧れのプロのコーチから教えてもらえて、児童の顔は、興奮や喜び、感動などで心が満たされた笑顔で溢っていました。



## 【公民館部会】

# 気付けよう 被害者にも加害者にもならないために 三輪地区人権について考える住民集会

11月29日（土）、三輪公民館で「三輪地区人権について考える住民集会」を開催しました。今年度は、講師に元長野県警サイバー犯罪対策アドバイザーで一般社団法人セーフティネット総合研究所の所長・南澤信之さんをお招きし、「ネットここが心配！～被害者にも加害者にもならないために～」と題して講演していただきました。



前半は、インターネットで人権侵害が急増し、しかも深刻化している現状をお話しいただき、続いて「偏見や人権侵害がなぜ起こるか」について、人間の特性やインターネットの特徴、脳の機能の観点から具体的に分かり易くお話をいただきました。そして後半では、突然現れました生成AI、そして生成AI時代のネット社会とどう向き合っていけば良いのかのお話を聞きました。

最後に、人権侵害の被害者にも加害者にもならないための3つのポイントを教えていただきました。1つ目は、ネットの書き込みについては基本的に信頼しないこと、自ら検証し、正しい判断が必要である。2つ目は、様々な情報と接した際には、反応しないこと、動かないことが大切である。3つ目は、SNSなどの情報は、頼り過ぎない程度の拠り所と捉え、目的に応じて選択する。あくまでも道具の一つであると認識してほしい。そして最後の最後に、「助けてくれるのは、ネットではなく人である」との話で締めくくりとなりました。



参加者からは、「SNSの危険性を理解することができた」「ネットの使い方や子どもへの影響など知ることができて良かった」「子どもたちを守るのは大人であると改めて思い、今日の内容を家族で共有したい」などの感想があり、身近にある危険を改めて感じた集会となりました。

## 【健康・福祉部会】

# 素敵なアレンジメントに挑戦 いきいき講座 フラワーアレンジメント

12月16日（火）、この時期恒例の大人気の催し「いきいき講座 フラワーアレンジメント」を開催しました。講師に、お花屋さん店主の小林真理子さんをお招きし、26名の受講者の皆さんが素敵なフラワーアレンジメントを作りました。



講師より、最初はお花から入れ、その周りを囲うように緑のものを入れていくと全体的にお花が引き立ち、インパクトが強くなったり華やかさが際立ちますなどアドバイスをいただきながら、皆さん思い思いに世界でたった一つだけのフラワーアレンジメント製作に没頭しておられました。

最後に全員でお互いの作品を見て回り、同じ花材でも表情の異なる作品が出来上がる楽しさをみんなで分かち合いました。

フラワーアレンジメントには決まった正解がなく、自分の感性や好みを大切にしながら作れるのが魅力。この講座は、クリスマスやお正月を迎える時期と相まって、毎回、多くの方が受講される評判の良い講座です。



次年度も計画したいと思いますので、多くの方の受講をお待ちしています。

## 事故を起こさない自転車走行を…パトロール 自転車事故防止啓発活動

11月11日（火）、長野県立大学三輪キャンパス正門、長野高校西大通り交差点の2か所で、警察、交通安全協会、教職員の皆さんと一緒に自転車事故防止の啓発活動を行いました。

早朝、主に自転車通学をしている学生さんに対し、左側走行の状況や努力義務化されたヘルメットの着用状況、相ノ木通りの自転車走行の状況などについて現地で確認や指導を行い、必要により同行した学校の教職員に学校での指導を依頼するなど、自転車による事故撲滅をめざした取り組みを行いました。

今後とも、皆さまが安全で安心して暮らせる地域づくりのため、粘り強く取り組んでまいります。



## MIWA 三輪歴史探訪～完結～／なんで三ツ鳥居なの、なぜ三輪神社じゃないの Column 小林 一三（下宇木区）

美和神社は、三輪村の産土神として長い歴史を歩み続けてきました。祭神は当神社の本家筋にあたる、奈良県桜井市三輪の大神神社と同じ大国主神（大物主神）であり、相殿は国業比売神です。

原始信仰のかたちを残しており、古い歴史を物語っています。

鳥居は、奈良の大神神社を模した三輪型鳥居（三ツ鳥居）で、珍しい型をしています。

大神神社には拝殿はあるが、社殿はなく、拝殿の裏に三ツ鳥居（扉があり施錠されている）があり、さらに御神体の三輪山（三諸山）があります。しかし、三輪山への入山は厳禁とされていることから、三ツ鳥居は入山禁止のためのバリケードであると考えられます。

また、美和神社は、三輪にあるのに、なぜ三輪神社じゃないのか？

当神社の社名は、三輪明神、三和、美和などの表記があります。そもそも社名は、その土地を産んでくれた神（産土神）に感謝し「土地名」で表されています。もしくは、「祭神名」が社名になっています。社名には好字が使われることと、また、昔は当社の社号額が崩し字で書かれていたため、国字に改め美和神社にしたものと考えられます。



美和神社の三ツ鳥居

※今回をもちまして、「MIWAコラム 三輪歴史探訪」は終了となります。

地域たすけあい事業コーディネータより

## 身近な支えあい活動に参加してくれる 「協力会員」さんを募集しています。

### 活動内容

家事援助……身のまわりの家事に関するお手伝い  
たとえば…

- ゴミ出し ●衣類の洗濯 ●住居等の掃除
  - 生活必需品の買い物 ●食事づくり など
- お困りごとや、ご希望などをお聞きしながら、  
具体的な内容や時間について決めます

有償ボランティア

“やってみようかな！”……と思ったら  
まずはお電話ください♪

