

「丘の上結いスクエア」に移転 ありがとう、飯田市公民館



1976年(昭和51年)から親しまれてきた飯田市公民館



活動の思い出と成果を発表

クロージングセレモニーを4月30日に開催し、トークセッションや特別講演会を通じて、飯田市公民館が積み上げてきた歴史や学習活動を振り返りました。吾妻町の飯田市公民館では46年間、多くの皆さんによって、さまざまな活動が行われてきました。

新たな場所でも市民の皆さん一人一人が主役となれる飯田市公民館を目指します。

学生レポーター「いいレポ☆」 地域の魅力を発信



昨年度から引き続き活動する2年生の4名

飯田女子短期大学と市が連携して取り組んでいる「いいレポ☆」に今年度は7名を任命しました。Instagramを中心に情報発信します。



(Instagramにリンク)

橋南公民館がりんご庁舎に移転 新しい地域の拠り所



「ワクワクできる公民館」を願ってテープカット(5月1日)

橋南公民館が5月2日、本町のりんご庁舎でオープンしました。地区内のりんご並木にちなみ、橋南公民館の委員の皆さんによって、それぞれの会議室の通称がリンゴの品種名で命名されました。



オーケストラと友に音楽祭 楽しんだ、学んだ音楽祭

聴衆を魅了した名曲コンサート

「オーケストラと友に音楽祭」が平成31年（令和元年）以来、3年ぶりに開催されました。プロの演奏家や、飯田下伊那のアマチュア演奏家が奏でる多彩なコンサートが企画され、美しい音色が飯田下伊那各地に響き渡ったゴールデンウィークとなりました。

5月5日、川瀬賢太郎さんの熱い指揮のもと、名古屋フィルハーモニー交響楽団による「名曲コンサート」が最終日を飾りました。



プロ演奏家の指導を受ける高校生

市長の一日民生委員 上村で見守り訪問活動



水墨画や彫刻など、多才な前島芳邦さん



世界の平和を願う所澤慧さんとシゲ子さん

市長が5月7日、今年も「一日民生委員」となって、見守り訪問活動の大切さをPRしました。上村地区の高齢者宅を訪問し、日常生活での困り事のほか、思い出話、趣味や長寿の秘訣などを直接聞きました。

現代版 養生訓

健診で腎臓に
異常値が出たら放置厳禁



腎臓内科
もり まさひろ
森 雅博 医師

人生100年時代といわれますが、健康長寿の実現のために「腎臓」の健康を保つことは欠かせません。腎臓は、よほど悪くならない限り悲鳴を上げない「沈黙の臓器」と呼ばれ、腎臓の異常を症状からキャッチすることは難しいです。

そんな腎臓の異常を察知するのに非常に優れた情報源が「尿」です。尿検査は健康診断に必ず組み込まれている検査です。血液中の老廃物は、腎臓でフィルターのような役割を担う組織「糸球体」でろ過されます。分子が大きいタンパク質はこの糸球体をすり抜けることとはいいませんが、糸球体が傷つくと大量のタンパク質が尿に漏れ出てしまいます。それが「蛋白尿」です。健

康な人でもごくわずかなタンパク質が尿に出ていますが、検査陽性になるような蛋白尿はまず出ません。蛋白尿は腎臓の傷害を示す、極めて重要なサインです。尿蛋白を放っておくと人工透析が必要な「末期腎不全」となるリスクが高くなっていきます。

ほかに健康診断で腎臓の異常を調べる血液検査に「血清クレアチニン」があります。これは筋肉の老廃物のような物質で、腎臓でろ過されて尿とともに排出されますが、腎臓のろ過機能が落ちるとクレアチニンが血液中に残ってしまい、この血清クレアチニンの値が高くなれば、腎機能が落ちたことが疑われます。血清クレアチニンが基準値を

超えても、すぐに急上昇するとは限りません。じわじわと上昇するクレアチニンの値を見逃してしまつと、腎臓はある日突然、力尽きてしまいます。健診で異常値が出たら放置は禁物です。知らない間に「元に戻れない点」を過ぎてしまわないよう、早めに手を打つことが大切です。健診で異常が出た場合は早めにかかりつけ医に相談しましょう。



飯田市立病院
〒395-8502 飯田市八幡町438
TEL.0265-21-1255

Vol.17

市長室から

市長 佐藤 健

バトン



令和4年4月29日、私の住む鼎名古熊で30年前に埋められたタイムカプセルが開封されました。

国道153号飯田バイパス第2工区開通に合わせ、当時の公民館（名古熊分館）が企画したタイムカプセル。その中には、30年前の区民の皆さんの思いが詰まっています。

企画当時の公民館長（故人）が30年後の区民に宛てた手紙には、「今地球は『開発』の名のもとに破壊の道をたどっているといわれ、様々な問題が提起されています。かけがえのない『地球』を人間自らの手で破壊していることは最も憂うべきことです。ハ中略V名古熊の古き良き伝統を継承し、新しいものとの

『調和』を保ちながら地域づくりが進められることを私共も心掛けております。『地球はひとつ』の合言葉のもと国際化が進んだ近代的都市名古熊を思い浮かべながら2022年名古熊の皆さんへのメッセージと致します」と筆文字で綴られておりました。

故人の憂いが残念ながら現在進行形であることを認めざるを得ませんが、そのことも含め、その洞察と深い思いに、居合わせた誰もが感動したことでした。

古き良き伝統を継承し、新しいものとの調和を保ちながら地域づくりを進める。

私も、「30年後の区民」の一人として、その思いをしかと受け継いでいきたいと思えます。

学びの宝庫、飯田

～ 大学生からのメッセージ ～

No.89

丘の上の恒久的な賑わいを目指して

明治大学理工学部4年

近藤 和弘さん (東京都小平市出身)

「飯田に学生さんたちから新しい風を吹かせてほしい。」

これは、4月に開催された『第二回春創てらす』の際、地元の方にかけていただいた印象的な言葉です。食とアートのイベント『春創てらす』は、画家・菱田春草ゆかりの春草通りを拠点に、地元の皆さん、飯田のまちづくりに関わるさまざまな人たち、明治大学建築・アーバンデザイン研究室などの創造力で丘の上全体を照らそうと、昨年末に初回が開催されました。今回は、旧飯田測候所にも焦点を当て、前回にも増す賑わいを生むことができました。

一見、このようなイベントがもたらす変化は一時的なように思えます。しかし、私たちが目指す丘の上の賑わいは、イベントの積み重ねの先にある恒久的変化によって生まれると考えています。

今後私たちは、学生にとって実践的な学びの場である丘の上・飯田・南信州の「ひと・もの・空間」の魅力をさまざまな方法で発信し、飯田に新しい風を吹き込む取り組みをしていきます。



「第二回 春創てらす」の様子



先月の
櫛原将登さん(橋北)
からのリレー



私はおはやしが大好きです。23年程前に地元の芸能保存会に入会し、お祭りやイベントなどでおはやしを演奏しています。

太鼓は、バチで叩けば音は出ますが、曲の雰囲気を出すためにいろいろな叩き方やリズムの取り方があり、楽しいですが、意外と難しいものです。

篠笛を始めたころは、音が全く出ませんでした。毎日少しずつ練習をして音を出せるようになり、いろいろな曲を吹けるように練習しています。

今年はお練りまつりに演者として参加させていただき、良い思い出ができました。早くコロナが落ち着いて、以前のようにお祭りがたくさん開かれてほしいと願っています。

今がんばっていること

戸崎しのぶさん(伊賀良)

毎月市民の皆さんに、

- ① 私の健康法 ② 感動したこと ③ 今がんばっていること ④ まちづくりへの提言
以上の項目から選んで語っていただき、次の方にボタンタッチする「リレートーク」です。次はあなたの番かも…



仲岩あかりさん
(浜井場小学校6年)

ドキドキワクワクすること

私の夢は、鉱物や化石の研究者になることです。

私は、鉱物や化石を見たり、さわったりすることに興味があり、見ただけでドキドキワクワクした気持ちになります。なので、とても魅力的だなと感じます。

さらに、鉱石や化石には、「謎」がふくまれています。私はその「謎」を研究者になって解きあかしてみたいと思います。

そして、いつか有名な研究者たちと一緒に鉱物や化石を発掘して、どのようになっているのかを調べてみたいです。