

柳原地区住民自治協議会だより

すきです

やなぎはら

2020_{oct.15}

Vol.48

災害にも強い地域づくり



発行 柳原地区住民自治協議会

台風19号による千曲川の決壊 あれから1年

自然の猛威は、住む地の姿を変えた。そして、暮らしを一変させた。私たちが知るべきことは何か？

災害、地域について学び、考え、話し合い、どう行動するのか。自分のこととして取り組めるかどうか、その真剣さが今、問われている。



昨年10月13日8時過ぎ（破堤から4時間） 村山橋

千曲川の増水だけでなく、内水氾濫についても考えることが必要になる。

そして、水害に限らず、様々な災害に対して正しく知り、備えることが大事だ。個人での備えを学び、地域での備えについて話し合おう。



道路も冠水 柳原下返町（消防署付近）

△台風19号の被害の概要▽

10月12日から13日にかけて接近・上陸した台風19号により広い範囲で記録的な大雨となり、河川の氾濫が相次ぎ、土砂災害や浸水害が発生した。関東・東北地方を中心に計140箇所が堤防が決壊した。

長野県では、佐久穂町、上田市、千曲市を中心に大きな被害があり、長野市では、篠ノ井、松代、若穂、古里、長沼、豊野を中心に被害が大きかった。

千曲川においては河川の計画規模を超える降雨となった。千曲川左岸58キロ地点（堤防決壊付近）で、0時55分に越水を確認。立ヶ花観測所の計画高水位の超過は、13日午前1時から7時の6時間に及んでいる。



出典：国土地理院

△長野市内の災害の概要▽

長野市内では、長沼地区穂保で千曲川が決壊し、長沼・豊野・古里で甚大な被害があったことは、ご存じのとおりであるが、篠ノ井や松代でも広範囲で浸水被害があった。若穂地区では浸水被害のほか土砂崩落で一時孤立する地区もあった。長野市の住宅被害は、5千世帯を超えている。

△柳原地区の被害状況▽

○浸水・冠水 中俣区、村山区の一部では、工場・田畑に被害が発生した。これは、千曲川の破堤による流入と用水からの流入（逆流）によるものと推測さ



昨年10月13日12時ころ 布野地区内水氾濫 県営柳原団地8階から撮影

れる。堤外地は、すべての冠水及び土砂の堆積があった。

○内水氾濫 南八幡川が氾濫し、布野区の南から広範囲で冠水したが、機場の稼働により短時間で解消。

○停電 13日午前4時05分から同日6時33分までのおよそ2時間半、国道の南の広い範囲で停電。また、小島区、村山区の一部では、13日午前6時22分から18日午前0時00分まで停電。鍋でご飯を炊くなど電気のない生活を余儀なくされた。

△柳原地区における対応▽

各区自主防災会では、夜中に組長・常会長及び役員が各戸を

回り、避難を呼びかけた。また、同報無線でも避難を呼びかけた。翌朝には、被害状況の確認のため役員が区内を巡回。

布野区では、避難指示（稼働停止命令が発令された）まで柳原排水機場・北八幡川排水機場でポンプを稼働し続けた。

△柳原住民自治協議会の支援活動▽

昨年の台風19号災害で柳原総合市民センターが災害対応の拠点となった。警察・消防・自衛隊・行政が現地への最前線として本部を置いた。数日後には、北部災害ボランティアセンターも開設され、連日たくさんの方々がボランティアもやって来た。住民自治協議会も災害支援に重きを置く活動が続いた。長沼地区住民自治協議会への印刷を中心とした協力、ボランティアセンターへの支援、軽トラ隊など被災地へのボランティア、支援物資の仕分け、タオルの収集と提供、炊き出しなど。住民をはじめ多くの方から支援をいただいた。タオルなどの物資の提供と仕分けのボランティア、野菜などの提供と炊き出しのボランティア。何もなければ話すこともなかった人たちが力を合わせることで多くの支援につながった。私達ができなかった小さなことばかりだったけれど、自分ができることで参加してくれた皆さんの人となりがれたことは大きな収穫だった。

○軽トラボランティア隊
10月23日、第1回目軽トラボランティア隊、軽トラ5台名10名。30日、第2回目 14名。その後は、随時参加とし、11月延べ23名。12月、延べ4名が参加した。(柳原地区住民自治協議会において把握したもの)



○募金活動

「長野市災害義援金」
182万491円を皆さまのあたたかなお気持ちとともに届けることができました。

○その他の支援活動

物資配送センターへのボランティア派遣。消防分団による夜間パトロール。企業・法人・個人による北部ボランティアセンターへ駐車場や農地の提供。

△災害対応の検証▽

「避難した」って言う人が多いが、どれくらいの人が避難したのか。知りたい。」という役員の声。今後の災害に備えるため、全戸を対象に住民の避難行動についての調査を令和元年12月に実施した。集計は、津田塾大学新海尚子研究室に依頼。(調査の集計についてはすでに全戸に配布済み)

今回は、①「避難した/避難しなかった」②「避難したきっかけ」についての2項目について少し検証をしたい。

○タオルの収集・提供
未使用・使用済のタオル1万5千枚以上を提供。地区の方をはじめ外部団体や個人から多くのタオルが届いた。また、朝陽地区住民自治協議会・大豆島地区住民自治協議会に収集の協力をいただいた。

○炊き出し

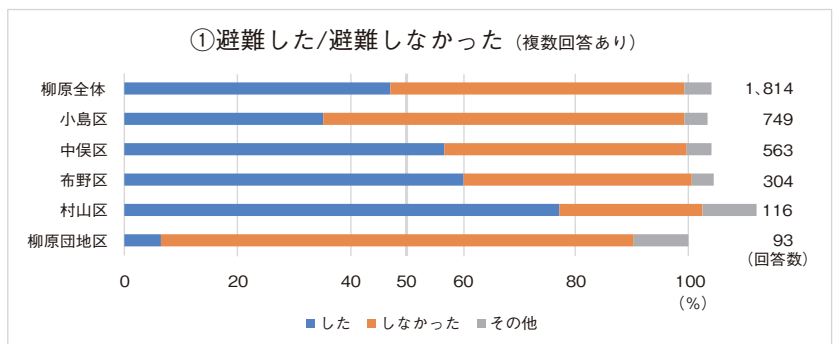
長沼地区住民集会以の炊き出し2回。長沼地区住民向け炊き出し1回。ボランティア向けの炊き出し6回。

区ごとに対応を考える必要もありそうだ。

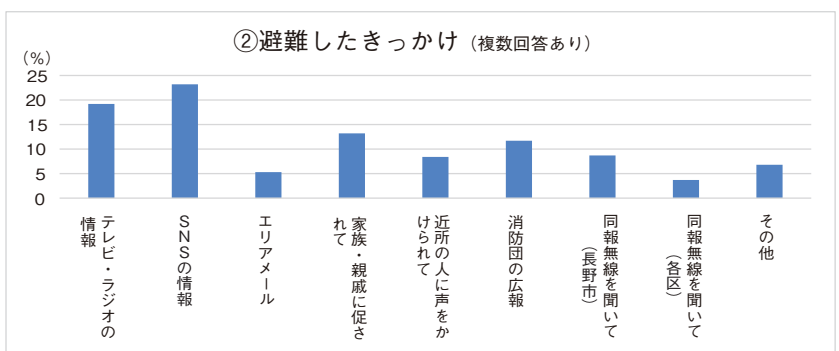
同一世帯の中でも避難した、避難しなかったという回答があった。また、避難しなかった、避難できなかったとの回答の中身についてより深く考える必要を感じる。地区全体での避難行動についてもさらに細かく考える必要がある。

避難したきっかけについては、家族・親戚に促されて、消防団の広報車という回答も多かった。エリアメールをはじめとする情報も重要であるが、やはり身近な人や消防団など誰かが直接呼びかけることが人を動かす力となるということだろうか。

今後は、避難する場所やタイミングについてみんなで考え、備えていきたい。「我が家の避難計画」を考えておくべきである。地域としては、水害時の情報伝達はどうあるべきか。避難の意識を変える必要性をどう理解してもらうのか。さらに、普段のつながりや身近なところでのコミュニケーションがいざという時にも重要になるので、平時の活動の重要性など今更ではあるが実感している。自分(家族)の安全が確保できたら、隣近所で声を掛け合う。避難が困難であろうという隣人に対して手を差し伸べられる地域でありたい。避難しなかった/できなかった



※世帯で別行動の方も集計されているため100%にはなりません



かったというところに視点を置き、逃げおくれ0を目指していきたい。

△その後の活動▽

住民自治協議会の活動については、交流センターを会場とする活動ができない期間が年明けまで続き、やっと通常の活動ができるようになったとたん、新型コロナウイルス感染症が拡大し、再度、交流センターが使用できなくなった。新型コロナ感染症への対応では、地域公民館の閉鎖も余儀なくされ、地域活

動を進める上で場が確保できないという致命的な状況となった。今年の防災訓練は、水害を想定した初めての訓練だった。区長から常会長・組長を通じて各戸へ情報を伝達できるか、時間はどれくらいかかるかを検証した。多くの人が集まることを避け、「マイ・タイムライン」を各家庭でつくることにした。令和2年度は、役員を中心に減災・防災の研修を実施している。5頁でも活動内容を紹介している。



総合防災訓練

9月6日(日)、柳原地区の総合防災訓練を実施しました。例年実施していた避難訓練は行わず、情報伝達訓練を中心に実施しました。

訓練内容

午前7時40分過ぎ南八幡川と北八幡川の水位が上昇し、浸水の恐れがあるとの報告を受け、同8時に本部長が柳原地区災害対策本部の設置指示、各区でも、災害対策本部を設置しました。

同8時30分警戒レベル3避難準備情報が発令され、直ちに、高齢者等の各区住民に避難行動をとるよう呼びかけをするよう無線機を使って指示が行われました。

各区対策本部では、同報無線で住民に避難準備情報が発令された旨を放送するとともに、各常会長にも伝えました。消防団では、広報車を使って住民へ呼びかけを行いました。

常会長は、各隣組長に情報伝達をして、隣組長は、各戸訪問して「マイ・タイムライン」の記入用紙を手渡し、「長野市より警戒レベル3避難準備情報が発令されました。避難に時間のかかる人は、早めの避難をお願いします。なお、警戒レベル4避難勧告、避難指示が出ましたら、サイレンが鳴ります。サイレンが鳴ったら、私も避難しま

すから、皆さんも速やかに安全な場所に避難してください」と呼びかけました。不在宅には、「マイ・タイムライン」記入用紙を郵便受けに入れました。

全戸を回り終えた隣組長は、終了時刻を記載した記録表と、在宅者には○印、不在者には△印を記入した地図を常会長に届け、常会長は、それを集計して地区の対策本部に届けましたから柳原対策本部に無線を使用した報告して、情報伝達訓練は終了となりました。

10時30分過ぎには、レベル4避難勧告が長野市から発令された想定で、本部長が無線機で、避難行動の呼びかけが指示、各区では、同報無線のサイレンを使用し「千曲川氾濫の危険性が高まっているため、柳原地区の皆様は、速やかに全員避難してください」と放送しました。また、消防団による広報車でも呼びかけが行われました。

区の対策本部は、10時40分頃までにすべて閉鎖しました。こうした訓練を行った結果、いくつかの課題が見えてきました。

①無線機の交信が聞こえない場合がある。ことが判明しました。各区と本部との中継方法を検討する必要があります。
②同報無線の放送内容が全く聞き取れなかったという声が、数多く聞かれました。サイレ

ンの音も小さかったとの声もありました。音量を大きくするよう市に要望する必要があります。りそうです。

伝達に要した時間は、8時50分柳原団地が報告完了、9時村山区、10時20分小島区、25分布野区から報告があり、中俣区では、アパートが多く、伝達に時間を要し、11時10分に一部を除いた中間報告があつて、情報伝達訓練は終了となりました。

情報伝達の所要時間については、中俣区を例に見てみると、最短で17分、最長で42分でした。戸数が多いところでは、本部への報告に30分以上の時間を要した。アパートが多く、常会の世帯も多い常会では、さらに時間がかかったという結果でした。

これらの課題について、詳細に分析、検討して、今後スムーズな情報伝達方法を作り上げていく必要があります。

長野市の洪水ハザードマップによると、柳原地区内には、洪水の際の避難場所がどこにもありません。このため、東和田の長野市運動公園など、標高の高い避難所へ早めに避難する必要があります。

そのためには、今回各戸配布されたマイ・タイムラインを家族でしっかり検討して、早めに避難するための対策を検討しておく必要があります。いざというときに逃げ遅れないように、

台風が来る前に、非常持ち出し品とともに、今からしっかり準備しておきましょう。



防災訓練



柳原地区総合防災訓練を終えて

柳原地区災害対策本部長 寺田 公一

昨年の台風19号で長沼地区では「今まで経験したことがないほど強大で危険な台風」という気象庁の発表に応じて、10月12日の夕方には地区の全戸に避難を呼びかけ終わったと聞いています。水害に対して高い危機意識を持っている長沼地区ならではだと思います。

今回、柳原地区も初めて水害を想定した防災訓練を行いました。長野市が避難準備を発したという想定で、区長↓常会長↓隣組長↓各戸というルートで早目の避難を呼びかけるものでした。役員の皆様にはご苦労いただきました。ありがとうございます。不在宅にマイ・タイムラインの記入用紙を入れたことを含めて全戸に情報を伝達することができました。

訓練を通して見えてきた様々な課題を改善するとともに、お年寄りや障害を抱えた方など、早目の避難が必要な方に確実に情報を届ける方法を考えたいと思います。

昨年の台風19号と同様な、あるいはもっと危険な台風が襲来するかもしれません。柳原地区でも水害に対して危機意識を高めて備えをしていきましょう。

災害について学び、考える

令和2年度は、防災（減災）に関して取り組むことを大きな目標とし、それぞれの分野で災害を念頭に事業を組み立て、まずは、役員の研修に重点を置くこととした。その中の一つが長野県福祉防災アドバイザーの石井布紀子さんを講師にむかえて実施している「災害にも強い地域づくり」全3回の講座である。

7月12日（第1回）

災害が起きた時どうなるのか、昨年の長沼地区の様子も含

めて話を聞いた。

・災害が起きるとどうなるのか
 △災害後の心理状態の変化／復旧はしても復興には長い時間が必要▽

・災害について知り、正しく恐れる

△災害のメカニズムを知ることが大事／豪雨・土砂災害は予測できる▽

・普段できていないことはできないと思え

△防災福祉教育（活動）で二度と同じことは起こさない／日頃の取り組みを見直そう▽

・つらい経験を経て、長野市すべての地域が災害にも強くなる取り組みをし、今後につなげることに大事である。

「防災マップづくりに取り組んでみませんか？」と石井さんから提案があった。

9月6日（第2回）

前回の研修を発展させ、区ごとに地図を広げて自宅に印をつけ、今回の台風でどこまで水が来たのか、ゲリラ豪雨ではどこがあふれるのか

など危険な所を記入。続いて、柳原には市が指定する避難場所がないことからどこへ避難するのがいいか？もしも、避難が遅れた時に近くに命を守る場所があるか。地図上で探し、○○の屋上、○○に収容してほしいなど意見を出した。災害直後、水は市民病院のすぐ北まで来た、消防署のところまで来たと聞いていたが、村山の長野電鉄の線路のすぐ北の水田にも泥水が入っていたことが発表された。用水路を逆流してきた水でないかと推測。さらに、排水機場の停止により南八幡川が溢れて、内水氾濫したことも報告された。

台風19号による柳原での被害は、ほとんど知られていないが、かなり広範囲で浸水した。床下浸水については、罹災証明も発行されないことから市も把握できないということだ。

また、避難行動要援護者について、長野市は、避難場所・避難所へ行くことを原則とする。たとえ一夜であっても体育館などの施設で過ごすことが厳しい状況にある人の避難は、私たちに突きつけられた大きな課題である。行政は、もっと踏み込んだ対策をすべきだが地域としても住民の命・安全をどう守るか様々な立場から考えておきたい。

マップをつくってみませんか？という石井さんの提案を受けて、長野県社会福祉協議会の協力をお願いしながら第3回（10月18日）はもう少し実践的なマップづくりとして「災害ささえあいABCマップ」を研修する予定。

※災害ささえあいABCマップとは？

災害時要配慮者支援を応援する地域防災マップのこと

災害時には、優先順位を判断して、支援の力を高めようとするもの

最も急いで避難支援が必要な人

指定避難所では、困難がある日頃から専門機関の支援を受け災害支援につなぐ

動けない人（寝たきり、医療器具を常時使用している）

自立生活ができない、介護度が高い、障害が重い

判断ができない人、意思疎通が難しい人

少しの支援で避難できる人

指定避難所には、避難するが福祉避難所などへ移動

声かけ手引きにより自分で避難・生活できる

介護度が軽い、障害が軽い、妊婦、小さな子どもを複数抱えた保護者など

自分で避難できる人

避難所へ行く、できるなら支援する側になる

独居高齢者であっても足腰が丈夫で自ら声かけができる人

これからの取り組み

防災や支え合いは、地域においてとても大事である。住民自治協議会と区は、隣近所で災害時の備えや助け合いについて話し合っていきたいと考えている。できるだけ小さな単位での話し合いの場をつくり、災害時における声かけをどうするかを自分事として考えてほしい。

災害への備えや減災への取り組みは、誰かに言われたからやるのではなく、自分たちで考えて行動に移してほしい。困りごとがあるとき「助けて」と言える人がいますか？

昨年の災害後、新しい動きも出てきている。布野区では、隣組で班をつくり、災害時の声かけを中心に近所の情報共有への取り組みを始めた。柳原団地区では、災害時の自分の状況を他者に知らせるプレート（左の写真）を用意した。



ながの未来トーク

8月22日(土) 午前10時から2時間にわたって、東部文化ホールに加藤久雄長野市長ほかを迎え、およそ70名の地元の皆さんが参加して、「ながの未来トーク」が開催されました。

先ず千曲川左岸堤防強化について建設部長から説明がありました。

村山橋から屋島橋間2.8kmの築堤と兼用道路整備については、堤防高を0.7m～2.2m程度嵩上げし、最大で20.0m拡幅して、幅7.0mの2車線道路を確保することとしており、現在は盛土工事中で、完成時期は未定である。

流域対策では、学校グラウンドや公共施設を活用した雨水貯留施設の整備や、長沼、大豆島、東寺尾への雨水調整池の整備、排水機場の耐水化の検討などを行う。

まちづくり、ソフト対策では、マイ・タイムラインの普及等を促進する。

さらに、国に対しては、加藤市長から、村山橋から長野大橋間についても全面コンクリート被覆による堤防の強化について要望を行ったとの報告がありました。

参加者からは、逃げ遅れをなくするために救命ボートのさらなる配備が必要ではないかとの質



では、柳原地区は5m～20.0mの浸水危険性があるので、洪水の際には、できる限り早く長野運動公園などへ避難する必要があります。特に、高齢者など避難行動要支援者は、車による避難支援を考える必要がある。また、地区内に洪水時の指定緊急避難場所を指定する見込みについては、想定される浸水の深さと建物の高さ、氾濫流による建物倒壊の危険性、浸水により孤立した場合の対応などを総合的に検討する必要があるとの回答がありました。

市営柳原団地敷地の後利用については、駅や市民病院までの距離や幹線道路のアクセスなどを総合的に評価した結果、市営住宅の立地条件が良好であるため、「建替え」として計画しており、令和10年度までに解体し、4階建てで46戸程度の市営住宅として建て替えることを想定しており、垂直避難場所の確保については、市営住宅の建替え計画が具体化した段階で検討したいとのことでした。

続く自由討議の柳原地区の内水対策については、今後は最大1万トン規模の長沼雨水調整池を整備する計画である。

こうした説明に対して、中島布野区長から次のような要望が出されました。

7月8日には、ゲリラ豪雨が上流であり、南八幡川が一気に

増水し、当時水門が閉鎖されていたために、南八幡川から一時越水する事態になった。北八幡川分水口が完成して、南八幡川にかなりの負担がかかっていることから、雨水調整池を南八幡川上流の風間の第3給食センター跡地に計画していると聞いていたが、具体的な形で実現できるのであれば、早急に実施していただきたい。

これに対して建設部長からは、風間の第三給食センター跡地に雨水調整池を整備する計画を進めており、大豆島地区住民に説明する中で、貯留施設を積極的に設置したいとの回答がありました。これにより、風間の排水路を大きくすることができ、その分を雨水調整池に溜め込むことができるため、増加する南八幡川の流量を抑えることができるとのことでした。

さらに、参加者から南八幡川を深く掘ってほしいとの意見が出され、令和9年度までに木工団地の方向に向けて下流を農政サイドで改修する計画があるので、そうした要望が出された旨を伝えるとの回答もありました。

最後に加藤市長から、総括のコメントがありました。

千曲川の整備については、国も非常に前向きで、特に遊水池の整備、河川掘削、堤防の強化の3本は、着実に進んでいる。



新型コロナウイルス対策をしっかりとって開催

しかし、千年に一度の雨が降った場合には、ハード対策だけでは守り切れないので、「逃げるが勝ち」で、早めに逃げて死者ゼロを目指したい。それには区の連携、情報共有が大事であると考えている。

戸谷支所長からは、9月6日の総合防災訓練や、マイ・タイムラインの作成、ABCマップの作成等を通じて、防災・減災に向けた取組にできる限り協力したいとの力強いコメントがあり、無事に終了となりました。

東外環状線 令和2年度中に先行開通

(エムウエーブ)柳原北交差点間

東外環状線(長野東バイパス)には、長野市街地の国道18号の渋滞緩和と交通事故の減少等を目的に、平成12年度よりエムウエーブから柳原北交差点間で整備が進められてきました。

当初の計画のうち柳原北交差点から長野電鉄線までの立体交差を平面交差へ変更することや車道の4車線を2車線とする暫定形での整備計画の提案を長野国道事務所から受け、柳原地区東外環状線建設対策委員会では、東外環状線の早期開通を願うこの提案を承諾し、建設が進められてきました。

今年度に入り、長野国道事務所から東外環状線のエムウエーブから柳原北交差点間については、令和2年度中(令和3年3月)に暫定形で車道部分が先行して開通することが説明されました。

また、今年度から柳原北交差点から北の村山地区の用地買収が始まります。

引き続き、柳原地区東外環状線建設対策委員会では、側道や歩道の整備、車道の4車線化、柳原北交差点から長野電鉄線の立体交差化に向けた活動を進めていきます。



遠くにエムウエーブを望む



写真提供：鹿熊組

第70回社会を明るくする運動 8/24

「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」というテーマで、講師に長野刑務所教戒師、長沼神社宮司の長沼忠行さんをお招きし、交流センター大学習室にて行われました。残暑厳しい中、31名のご参加をいただきました。

総理大臣メッセージ伝達の後、宮司さんより、昨年の豪雨災害時の経験談と、著書「ザ・ライス」日本人の原点を基にお話を頂きました。日本人独自の根底にある、価値観、考え方を今一度見直し、心を感じる事の大切さのお話を聞いた時、自分が今までやってきた事は間違っていないかったと、改めて感じる事が出来ました。家族に起こった試練、様々な壁、その度、必ずこれにはきつと意味がある、立ち止まり、考え、反省し、次に繋げて来た事、人を羨み、誰かのせいにせず、常に前向きに生きてきた事、これで良かったのだと心に響きました。

犯罪や非行に限らず、すべての人に通じる事。そして、今、全世界を襲っているこのコロナ禍だからこそ、沢山の方々が宮司さんのお話に耳を傾け、心の豊かさを持つ事の大切さに知り、今を乗り切り、次に繋げていける事を願っています。

健康講座 8/29

8月29日(土)に、本年度1回目となる「健康講座」を開催いたしました。

当日は22人の参加をいただき、東部保健センターの保健師、石丸真紀さんを講師としてお招きし、約1時間半の講座となりました。

今回のテーマは、「健康寿命と生活習慣病予防について」「健康寿命」ってどういうことか知っていますか?と石丸さんから質問があり、参加者からは、介護をうけず、自立した生活が送れるなどの意見が出されました。

健康寿命も年々延びているのは喜ばしいことですが、当柳原地区は長野市32地区中で「メタボリック該当者」が7位、「血糖・血圧・脂質異常全て該当者」はなんと2位という結果が出ています。



年に1回「特定検診」を受診することで生活習慣病発生率を下げ、最終的には医療費が安く済むことも話されました。ちなみに古里・長沼・柳原の3地区では、長沼地区が検診受診率で

毎年1位、長野市でもトップという事です。

また毎日家庭でできる健康管理として、①体重測定(記録をとる)②血圧測定(1日2回朝と夜行う)③脈拍測定(15秒間計測し、10回以下または25回以上は問題があるそうです。)などが紹介されました。

車いすの貸し出し

柳原にお住まいの方なら、どなたでも無料で利用できます。貸し出し期間は2週間です。(特別な場合は4週間まで)



あいさつ運動

あいさつが交わされる事により犯罪の起こりにくい地域づくりにつながります。みんなで気持ちのいいあいさつをしましょう!



*** 写真に見る柳原の今昔 ***



大正15年7月14日 長野電鉄柳原停車場設置竣工式



昭和31年7月21日 村山橋 長野電鉄

「写真に見る柳原の今昔」展 開催中

「昔の写真、拝見させてください」とお願いしたところ、数枚の写真を見せていただくことができました。自分の知らない柳原、今まで知らなかった古い歴史を知ることができ、とても興味を惹かれるものがありました。平成24年度から「柳原の今昔を写真で残す会」が発足し、今日まで収集された懐かしい写真を展示しています。今まで住民自治協議会だよりで掲載した写真ですが、大きくしパネルに入れました。

会場 ベイシア東長野店

期間 1回目 10月5日～10月23日
2回目 10月26日～11月中旬ころまで
(10月24日・25日は写真入替えのため休み)
協力 柳原交流センター

懐かしい写真を集めています

時代は平成から令和へと移り、昭和も終わって30年余りたちました。そこで、昭和から平成のちょっと懐かしい風景や建物、行事など現代と対比できる写真や人々の生活の様子がわかる写真を集めています。

内科・呼吸器科・アレルギー科

中島 病院

柳原 2222-6 TEL295-0600

「あたたかい心、やさしい手」「24時間、365日」安心をサポートします。

ケアライフ柳原第2 (介護付き有料老人ホーム)
長野市柳原2223番地1 TEL.026-255-7716

ケアライフ柳原 (介護付き有料老人ホーム)
長野市小島785番地 TEL.026-236-8200
お気軽にお問い合わせ下さい
エフビー介護サービス株式会社



柳原ものづくりボランティア
自治協で使用している封筒は「ものづくりボランティア」の方々が作っています。裏の白い広告の紙を集めています。

にいざわ皮ふ科

長野市柳原 2221-6
TEL.026-255-7238/FAX.026-255-7335



編集後記

最近、暑い・寒いのどちらかで春や秋の過ごしやすい時季が短い。人との関係もアソビがなく、ギスギスしがち。凸凹していることは、悪くない。ぶつかってばかりじゃなくて楽しく、ゆるやかなカンケイをつくろう。やわらかく、ゆったりとしたココロを持つ人になりたいな。

あ



柳原地区住民自治協議会

長野市小島 804-5 柳原総合市民センター内 TEL・FAX217-2365

いきいき わがまち やなぎはら

検索

E-mail : yanagihara-jiti2365@drive.ocn.ne.jp

お気軽にお立ち寄りください。

