

健康食講座



「生活習慣病の予防と対策」をテーマにお話をお聞きします。毎日の生活に取り込んで、健康な体づくりを心がけましょう。

※握力・血管年齢・肥満度測定を予定しています。

<日時> 7月24日(金) 13:30~14:30

<会場> 若槻コミュニティセンター大会議室

<定員> 20名

<講師> 吉田保健センター 富澤保健師
 祢津管理栄養士



<申込> コミわか事務局

電話266-0034(月~金 9時~17時)

7月3日(金)までにお申込みください。

(健康部会)

介護のつどい <全4回 その②>

一足先に認知症になった私たちが
地域の人に伝えたいこと

~若年性認知症当事者の方のおはなし~



●日 時 7月15日(水) 午前10時~午前11時30分

●場 所 若槻コミュニティセンター 大会議室
 ※事前予約が必要です。

●申込先 長野市地域包括支援センター若槻ホーム
 電話026-296-3303

共催: 長野市包括支援センター若槻ホーム

(福祉部会)

若槻地区自主防災会連絡協議会 総会開催



5月9日(土)コミュ
ニティセンター体育
館において、若槻地
区自主防災会連絡協
議会の総会が開催され、令和7年度の防災事業の報告と
令和8年度の防災事業を確認しました。

引き続き行われた研修会では、鶴賀消防署若槻分署の立山分署長より「火災0『ゼロ』を目指すために必要な知識」と題した講演があり、近年多くなってきている火災原因と出火予防について説明をしていただきました。最後に、若槻地区の防災関係のマニュアルと区の防災訓練の充実について確認を行いました。

今後も防災関係者が連携し「安全・安心で住み良い町の実現」のため、地区の防災力向上を目指します。

(自主防災会連絡協議会)

若槻地区戦没者追悼式の開催

若槻地区の戦没者に対し、地区を挙げて
哀悼の意をささげるとともに、平和を祈念します。
当日の追悼式は、宗教儀式を伴わない
献花方式で行います。

●日 時 6月29日(月)午後2時から

●場 所 若槻コミュニティセンター 三登山ホール
主催 / 区長部 協賛/若槻地区遺族会



「コミわかグリーン倶楽部」会員募集!! 軽作業と会員交流で地域イキイキ

一般社団法人コミわかグリーン倶楽部は、平成22年にコミわか
が設立した法人で、年々増える遊休農地の拡大阻止策として、畑を
持たない方々に市民菜園として利用してもらい、農作業の面白さ
を知ってもらいたいと考えて設立しました。

開業から16年が経過し、200人以上の利用者様を擁し民間ベ
ースでは県下最大の規模で、若槻地区内の20か所(若槻東条7か所、
徳間6か所、上野3か所、檀田2か所、田中、吉は各1か所)に分散
しています。

この市民菜園を維持・管理する会員を募集します。主な作業は各
菜園の共用部分の草刈りです。年4回(各回1時間程度)。刈払い機
を使うので、比較的軽易です。(未経験の方には丁寧にご指導申し
上げます)

会員は約40名。年々高齢化が進んで困っています。できれば60
代から70代後半の方を募集しています。会員になれば区画利用料
金も割引されます。そして若干ですが、活動費もお支払いします。
交流も大切です。年に1度はチームごとの飲み会も行っています。

現在空き区画もあります。一般の農園利用者も募集中です。

問い合わせ先 266-0034(コミわか事務局)

春の野菜講習会開催しました

コミわかグリーン倶
楽部では春の野菜講習
会を4月3日(金)に開
催し、参加者28名と大
勢の皆さんにお集まり
いただきました。



講師は、JAながの中部営農センターの高橋卓
也さん。「まずは良い土づくりから始めよう」「夏
野菜ポイント」という2つのテキストにより、良
い土の条件、酸性度の調整、施肥の方法、種まき、
育苗の方法、連作障害や肥料の働きなどについて
の説明の後、参加者からの質問に答えていただき
ました。

質疑応答では、石灰の種類と使い方、落ち葉・わ
ら・もみ殻の利用について、熔リンの効果、アスパ
ラガスの連作、ナメクジ対策など活発に質問が出
されました。講習会後も講師に質問する熱心な受
講者の姿もみられました。

2回目は8月20日(木)に予定しています。

(コミわか広場でお知らせします)

コミわかグリーン倶楽部