



健康な暮らしに光を!

ぴっかぴ教室(全11回)

・・・知って安心これからの知恵・・・

共催：長野市包括支援センター若槻ホーム
コミわか健康部会

4回目は、大変暑い時期です。水分と汗拭きタオルのご準備と動きやすい服装でご参加下さい。

※教室は無料で、申し込みも不要です。また、一回のみの参加でも結構です。大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

◆場所 若槻コミュニティセンター 大会議室

◆時間 10時～11時30分

回	日程	内容
4	7月27日 (水)	“ラフターヨガ(笑いヨガ)” ☆日頃のストレス解消と健康のために、思いっきり、大笑いしましょう。 講師は、ラフターヨガ認定ティーチャー 池田信子先生
5	8月24日 (水)	「介護者からのメッセージ」 認知症の人と家族の会 会員の塚田様のお話です。 *自らの体験を元に、質問等にもお答えいただけます。

若槻郷土史研究会講演会 (第14回)

下記により、講演会を開催します。

○日 時 8月5日(金) 午後1時30分～

○場 所 若槻コミュニティーセンター

大会議室 (2階)

○演 題 「戦争の愚かさ伝えたい」

予科練と水中特攻隊

講師 大西 匡 (徳間)

○資料代 100円 (ただし会員不要)

○問合せ 郷土史研究会 会長 金子 宏

(Tel. 244-7566)



～連載～ 「若槻自然遺産」の紹介

(其の7) 保存樹林、保存樹木のことを知っていますか

長野市の「保存樹林」「保存樹木」とは「保存し地域で大切に守り育ててほしい」との願いから指定されているもので、若槻地区内では5か所が指定されています(下記)。

それらは鎮守の杜であったり、屋敷回りの防風林であったりと地域の暮らしに欠かせない木や林だったので。特に近年坂下を中心に宅地化が進み、三登山では裾野深くまで住宅地が広がり、多くの木や林が失われてきました。住宅街に残されたこれらの木々がけなげに生きている姿に触れると、心に安らぎを与えてくれます。今改めて身近な自然、木や緑に目を向けてみませんか。

これからは強い日差しのもと、深緑の鬱蒼として風に揺れる木々が生命の力強さを感じさせてくれる季節になります。ぜひ緑に囲まれたご近所の杜を訪ね、木漏れ日のありがたさ、自然の大切さを感じていただければと思います。

- 田子神社境内：北国街道を北上し田子池の手前左手の鳥居奥約200m
「保存樹林」指定番号：第157号
樹種：スギ35本、ケヤキ1本、桜3本
指定年月日：平成6年3月31日



明治天皇御小休所(田子)跡の桜と門
四月中旬ごろ、裾野を広げたように伸ばした枝には満開の花がこぼれんばかりに咲き誇っています。



諏訪神社(徳間)の大ケヤキ
徳間池の東側に祀られている地元(上徳間、若槻団地)の氏神。境内にはこの大ケヤキの他、アカマツ、カツラ、サクラ、スギなどが鬱蒼とした空気を常に漲らせています。

- 明治天皇御小休所跡地：北国街道沿い、田子の地蔵院入口
「保存樹木」指定番号 215 番
樹種：サクラ(ソメイヨシノ) 1本
指定年月日：平成6年3月31日
- 栗野神社境内：北国街道沿い、上野区栗野神社
「保存樹林」指定番号 128号
樹種：ケヤキ6本、スギ6本
指定年月日：昭和58年3月2日
- 中澤邸：北国街道を若槻郵便局から北へ約300mを左に100m進んだ左角の敷地
「保存樹林」指定番号 161号
樹種：エノキ、ケヤキ2本
指定年月日：昭和58年3月2日
- 徳間諏訪神社境内：徳間池東側
「保存樹林」指定番号 158号
樹種：マツ1本、スギ29本、サクラ5本、ケヤキ1本、カシ1本、その他5本
指定年月日：記載なし

(自然環境部会)