奈川のたより

2026 11 月号

松本奈川ロゲイニング大会に県内外から７３名参加！

９月２７日（日）、奈川地区で２回目となる「松本奈川ロゲイニング２０２６」が開催されました。今年のスタート・フィニッシュ地点は木曽路原体育館。参加者は地図を片手に地区内のチェックポイントを巡り、高得点を目指して本気で挑む人、奈川の自然や景色を楽しみながら歩く人など、それぞれのペースでゴールを目指しました。地域の魅力を再発見するとともに、参加者同士や地域住民との交流を楽しむ秋のイベントとなりました。











地域を守る砂防防災セミナー

奈川・安曇公民館共催の砂防防災セミナーが１０月８日(木)に行われました。

今年は、南木曽町で過去に発生した土石流災害（蛇抜け）の現場や、御嶽山噴火災害の資料が展示されている木曽町のさとテラス三岳を見学し、自然災害の脅威と備えの大切さを学びました。





発刊：奈川地区地域づくりセンター　☎79－2121

ホームページではカラーでご覧いただけます→

●奈川診療所からのお知らせ●

１１月の高木先生の診察日　１１月１１日（水）１０：００～１２：００

お間違えのないようお願いします。

● 歯科よりお知らせ

１０月より歯科の先生がかわりました。

名　前　　新木　太朗医師（歯科・火曜日）
出　身　　北海道
出身大学　松本歯科大学
趣　味　　サッカー、フットサル

―ひとことー

この度、奈川診療所でお世話になる新木と申します。通勤中の奈川の山々に圧倒されました。一人ひとりの患者様を大切に診療いたします。どうぞよろしくお願い申し上げます。

名　前　　宮坂　英利香医師（歯科・木曜日）
出　身　　長野県茅野市
出身大学　日本歯科大学新潟生命歯学部
趣　味　　スキー、ダンス

―ひとことー

奈川を訪れるのは初めてですが、自然あふれる景色や香りに包まれ、地元に帰ってきたかのような懐かしさを感じています。そのような場所で診療に携わることができ光栄に思います。丁寧な治療を心がけて参りますので何卒よろしくお願い致します。



奈川診療所（☎７９－２３０１）

主要地方道奈川木祖線改良を促進する住民の会　県へ要望

１０月２１日（水）、「主要地方道奈川木祖線改良を促進する住民の会」の忠地義光会長が、同線整備促進期成同盟会の臥雲松本市長らと共に長野県庁を訪れ、奈川渡ダム～黒川渡間の整備促進・安全対策をはじめ、国道１５８号との交差点改良など、本路線に寄せる地域住民の悲願を訴え、早期事業化促進の要望を行いました。





忠地義光会長



奈川の「そば」だより ～2026年秋～

9/28 新そば奉納祭

９月２８日（月）、子安諏訪神社で「新そば奉納祭」の神事が行われました。

奈川そばの会が主催し、関係者が見守る中、今年収穫されたそばを神前に奉納しました。今年の豊作に感謝し、そばまつりに多くのお客様が安全にお越しくださることを祈願しました。



10/1～11/3 奈川秋の新そばまつり

１０月１日から１１月３日まで「第３６回奈川秋の新そばまつり」が開催されています。昼時には、店舗の前に順番を待つ人があふれることもあり、多くの人でにぎわっています。

今年は協賛そば店が１店増えたほか、恒例のスタンプラリーも開催され、新そばまつりを盛り上げています。



10/10、11、12 信州・松本そば祭り

１０月１０日、１１日、１２日の３日間、松本城を主会場に「第１９回信州・松本そば祭り」が開催され、奈川地区から「あぐり奈川」が松本平名物そばブースに出展しました。

多くの来場者に奈川のとうじそばを味わってもらい、奈川の魅力をＰＲする機会となりました。





集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい健康教室

日　時　１１月１３日（金）　午前１０時～
場　所　福祉ひろば
内　容　市立病院出前講座「腰痛予防について」





皆さん、お身体で痛いところのある方は多いのではないでしょうか？
今回は、市立病院の作業療法士さんに腰痛の予防についてお話ししていただきます。
お車でお越しの方は、ご近所・お友達を誘ってお出かけください。

出張ミニふれ健

神谷公会堂　１１月１０日(火)　午後１時３０分～
古宿公会堂　１１月１６日(月)　午後１時３０分～



大人の社会見学（公民館と共催）「駒ケ根シルクミュージアムと紅葉の光前寺」



日　時　１１月１７日(火)　午前８時２０分 夢の森集合
参加費　２，０５０円(シルクミュージアム入場料・昼食代)

※ 詳細は、公民館から配布されるチラシをご覧ください。



健康相談日

日 時　１１月１６日(月)
　　午前１０時～
場 所　福祉ひろば



※保健師が、健康や子育て等について
秘密厳守で対応します。
どんなことでもご相談ください。

男しょの体力講座（その５）

日 時　１２月７日(月)
　　午後１時３０分～
場 所　福祉ひろば
講 師　健康運動指導士
　　森 貴代美 先生



新しい福祉ひろばコーディネーターの紹介



１０月１日より、坂上（さかがみ）ひとみさんが任用されました。
現在３人体制で福祉ひろば事業を行っています。

－ひとこと－

ひろばにぜひ、ぜひ遊びに来てください！皆さんの興味があること、やってみたいことを聞かせてください。一緒にいろんなことを始めましょう(*^▽^*)よろしくお願いします！

奈川地区福祉ひろば事業推進協議会〔福祉ひろば　TEL：79-2959〕

協力隊だより　Vol. 7



こんにちは、地域おこし協力隊の惣介です！8 月後半～10 月前半の活動の報告です！

まず初めに、10 月で奈川に来て 1 年が経ちました！去年の 10 月 10 日に奈川に来て、3 連休後の 14 日から協力隊としての活動が始まりました。この 1 年間、本当にたくさんの方にお世話になり、可愛がっていただき、楽しく幸せに活動＆生活をすることができています。この場を借りて改めて皆さんにお礼を申し上げます。本当にありがとうございます！感謝です！

そして活動としては、8 月末にあったマルシェで SNS と PR の担当としてしっかり役目を果たせたかなと思います。来場者アンケートによると SNS でマルシェを知って来てくださった方が 3～4割いらっしゃったとのことで、無料での発信ですがやはり侮れないなと感じるとともに、次回はこうしようという学びもあり、大変有意義なものとなりました。

また笹賀地区公民館の方々と一緒に、「abn ふるさと CM 大賞」に応募する映像制作もしました。なんと有り難いことに奈川を題材に映像を作って応募したいと言っていただき、撮影・編集・応募まで一緒に行いとても貴重な経験となりました。

他にも DAIJIYA さんの信大生インターンシップ受け入れサポートやインタビュー動画制作、奈川ファンクラブのホームページの写真提供、昆虫イベント・運動会・新そば奉納祭等の撮影係、お試し住宅クラファンの動画制作やとっから味噌の POP＆ラベル制作など、たくさんの方にお声掛けいただき色んな活動をさせてもらっています。

最後に、11 月 13,14,15 日に乗鞍と合同で「アート DAY」なるイベントを企画しており、ゲストハウス OluOlu さんと製材所のパン屋さんを会場に、写真や映像、版画作品、農具や生活道具、豆類などの農作物といった奈川の暮らしや生活にスポットを当てた作品を展示します。乗鞍との交流や、松本市内の方々に西山エリアに来ていただいたり、奈川を知ってもらうきっかけになればと思っています。ご自宅に眠っている古い生活道具や農具等ありましたら、お貸しいただけますと大変嬉しいです！

≪地域おこし協力隊　三木惣介≫





のりくら・ながわアートDAY

どなたでもご覧いただける無料の展示とイベントです。

○開催日時　11月13日(金)、14日(土)、15 日(日)
10時～15時

○場所　・ゲストハウス Olu Olu(松本市奈川3740)
・製材所のパン屋(松本市奈川3904－1)
・乗鞍すもも荘(松本市安曇4855－57)
・ムササビ小屋(松本市安曇3788－2)

※今回特別に、11月15日(日)もパン屋さん営業します！

※お貸しいただける古い生活道具や農具等も募集中！
連絡先:奈川地区地域づくりセンター☎79－2121

冬期通行規制(全面通行止め)のお知らせ

① スーパー林道Ａ区間
奈川から乗鞍高原

通行止めの期間
１１月１５日(日)１５：００～
４月２７日(火)１５：００（予定）

② 主要地方道３９号奈川野麦高根線
川浦から野麦峠（岐阜県境）

通行止めの期間
１１月１２日(木)１１：００～
４月２３日(金)１１：００（予定）

夢の森図書室からお知らせ

休室

１１月１日（日）（奈川地区文化祭）
１１月３日（火）（文化の日）
１１月８日（日）（夢の森全館清掃）
１１月２３日（月）（勤労感謝の日）

新刊

・春までのセンセイ　（早見　和真）
・チップス上・下　（真山　仁）



松本市音楽文化ホールから「映画音楽出張ミニコンサート」in 夢の森



１０月４日（日）、文化センター夢の森で、ＦＩＬＭ ＢＲＡＳＳによるコンサートが開催されました。この公演は、前日に松本市音楽文化ホールで開催されたコンサートのミニ版です。金管楽器にピアノ、ドラムを加えた７名による演奏でしたが、迫力ある音色が会場いっぱいに広がりました。耳なじみのある映画音楽が次々と演奏され、来場者は迫力ある生演奏に聴き入っていました。