

# 生涯学習で健康長寿



中野市公民館報

2014  
No.109  
(通巻 No.641)

# 4

発行  
中野市中央公民館

編集  
文化なかの編集委員会

〒383-0025  
中野市三好町一丁目4番27号  
TEL 0269-22-2691  
FAX 0269-26-2342



おどりクラブ 浜辺の歌の発表

今月号の特集

## 平成26年度 公民館運営方針

**心豊かな老後と公民館**

長野県は、男女とも平均寿命が日本一です。信州のお年寄りには教育(今日行くところ)と教養(今日の用事)がある。最近こんな言葉が流行っているそうです。

農業県の長野県は、65歳以上の高齢者就労率が日本一高く、医療費が日本一少ないそうです。これは、行政による保健活動(保健師、栄養士、保健指導員、食生活改善推進協議会の活動)や戦後間もなく展開された病院の農村医療活動に加え、県民が公民館などの講座へ積極的に参加し、社会参加活動をしていることが要因といわれています。

公民館数が全国一位を誇る長野県では、公民館は身近な地域交流の場です。住民の「個人の学び」から出発し、地域の課題を共有し解決する「地域の学び」に発展させていきたいと思います。

## あおぞら

この冬の大雪でハウスを潰してしまったり。2月14日の夜から雪が多く庭に積もっていた。ハウスが心配で畑を見に行ったら。中に入

ったら、だいぶ天井に雪が積もっていて、これは「マズいな」と思った。

どうすればいいのか：ビニールを切って雪を落とすか、どこから切ればいいのか、などで切ればいいかな、などと考えていたら、ギイギイときしむ音がして、柱のパイプが弓なりになってきた。慌てて外に出て家に道具を取りに帰り、急いで戻ると形が何かさつきと違うようだった。近くに行くと言っていた。中にいなくて良かったと思う反面、「あーやってしまった」と後悔。いつまでも落ち込んではいられない。自然の恵みで、花が咲き果物もできる。

だから今は目の前にある仕事から頑張ってやって行こうと思う。

(フキノトウ)

# 公民館のめざす方向

## 平成26年度 運営方針

中野市の公民館は、県内の公民館とともに戦後いち早く先駆的な活動を展開し、日本の社会教育、生涯学習の歩みの中で、地域に根を張り暮らしに溶け込んだ公民館活動を行ってきました。

市内各地の地域づくりや、文化の伝承・創造、環境保全、地域に根ざした経済活動の活性化、介護、福祉、男女共同参画等の地域課題解決のため、そして市民の学びのニーズに応えていくなど公民館の活動は重要です。そ

のためにも市内各公民館が連携しあい、特性を發揮しながら運営の推進を図っていきます。

特に、地域に開かれた公民館を目指し、課題を求め・つどい・まなび合い・絆を結び・文化を創造します。

①特色ある文化資源の発見と再生・創造②教育・福祉・観光などの分野との連携③子ども達の文化芸術活動や体験活動の推進と情報発信④人材の育成⑤公民館と分館活動の活性化などに取り組みます。

●  
重  
点  
施  
策  
●

◎なかの21 市民講座の推進

豊かな心を育み幸福に暮らせる地域づくりに資するため、実行委員により講座の企画・運営にあたります。

◎中野市成人式の実施

新成人による実行委員の企画・運営により実施します。

◎市民ニーズに応えられる講座などの開催

講座の企画にあたっては、専門委員や関係者と協議し実施します。

◎分館活動活性化と分館報発行等の支援

分館講座・分館報づくり講習会などにより、分館活動を支援します。

◎子ども音楽講座「ミュージカルを楽しもう！」の開催

◎公民館活動の向上をめざす研修

研修会等に積極的に参加します。

### 中央公民館

- 公民館活動を推進するために必要な公民館全体にかかわる事務・事業の推進
- 分館との連絡調整
- 市民のニーズに応えられる講座や学級の開設
- 子ども音楽講座「ミュージカルを楽しもう！」の開催

### 北部公民館

- 北部地域の話題や歴史・文化をテーマとした学習活動の推進
- 家庭教育学級、親子体験教室、カルチャーセミナー、生きがいづくり講座の開設
- 社会教育団体育成及び活動への支援
- 地域文化活動等への支援

### 西部公民館

- 「いつでも誰でもを基本として子どもからシニアまで、気軽に寄って学習できる、行ってみたい公民館」を目指します。
- 母と子のすくのび学級、子ども教室、生きがいづくり講座、シニア大学などの開設
- 文化祭、分館対抗球技大会の開催

### 豊田公民館

- サークル活動への支援
- 市民ニーズに応えた高齢者学級、生きがいづくり・教養講座、チャレンジ子ども教室、家庭教育学級などの開設
- 文化講演会、文化祭の開催
- 住民相互の交流事業の推進、サークル活動の支援

平成  
26年度

分館協議会長・非常勤主事  
文化なかの編集委員名簿  
分館長・分館主事

◆中野市分館協議会◆

会長 中山喜美男  
副会長 古田 義幸  
副会長 綿貫 一郎

●中野地区●

非常勤主事 丸山 康雄  
分館協議会長 中山喜美男

文化なかの編集委員 徳竹 孝之  
分館名 分館長 徳竹 孝之  
分館主事 徳竹 孝之

中町 古谷 満  
西町 土屋 幸光  
東町 長針 正道  
松川 外山健一郎  
東松川 藤井 善章

普代 内田 直樹  
栗和田 北澤 敏男  
一本木 土屋 国典  
西条 徳竹 孝之

上小田中 中山喜美男  
下小田中 荒井 英彦  
東吉田 齋藤 健

分館名 分館長 上野 正晴  
文化なかの編集委員 浦野 武夫  
分館主事 田村 安則

●日野地区●  
非常勤主事 上野 正晴  
分館協議会長 浦野 武夫

分館名 分館長 矢野 義高  
文化なかの編集委員 藤木 勝則  
分館主事 藤木 勝則

高野 浦野 武夫  
新野 下田 實雄  
更科 藤木 一雄

東山 柳沢 泰宏  
萩原 光繁

●延徳地区●

非常勤主事 関 嘉道  
分館協議会長 清水 益夫

文化なかの編集委員 清水 紀男  
分館名 分館長 清水 紀男  
分館主事 清水 紀男

桜沢 竹内 義明  
大熊 宮嶋 寛和  
北大熊 清水 益夫

篠井 高見 忍  
新保 小林 正之  
小沼 渡辺 保雄

●平野地区●  
非常勤主事 沢田 竜也  
分館協議会長 古田 義幸

文化なかの編集委員 竹内 淳史  
分館名 分館長 竹内 淳史  
分館主事 竹内 淳史

東江部 小澤 恭二  
西江部 古田 義幸  
岩船 本田 将伸

吉田 竹内 貞禎  
片塩 宮本 正彦  
七瀬 高木 学

●高丘地区●  
非常勤主事 鈴木 克彦  
分館協議会長 池田喜志郎

文化なかの編集委員 町田 省吾

●長丘地区●

非常勤主事 山岸 広明  
分館協議会長 高山 浩

文化なかの編集委員 石井 孝明  
分館名 分館長 石井 孝明  
分館主事 石井 孝明

田麦 佐々木 正  
厚貝 藤沢 一美  
壁田 武田 浩明

古牧 高山 浩  
高山 友治

●平岡地区●  
非常勤主事 清水 幸美  
分館協議会長 綿貫 一郎

文化なかの編集委員 畔上 和之  
分館名 分館長 畔上 和之  
分館主事 畔上 和之

新井 栗林 正二  
若宮 小淵 基文  
竹原 荻原 義文

金井 綿貫 一郎  
南間長瀬 久野 佳光  
北間長瀬 小田切 浩一

●科野地区●  
非常勤主事 池田 和博  
分館協議会長 池田 正文

長元坊 畑中 喜博  
西笠原 山田 正彦  
東笠原 白井 理久

●倭地区●

非常勤主事 和田 吉史  
分館協議会長 畔上 義男

文化なかの編集委員 宮沢 久雄  
分館名 分館長 宮沢 久雄  
分館主事 宮沢 久雄

柳沢 畔上 義男  
田上 田村 正文  
岩井 宮沢 利春

●豊田地区●  
非常勤主事 小林 伸健  
分館協議会長 中島 源

文化なかの編集委員 町井 秀明  
分館名 分館長 町井 秀明  
分館主事 町井 秀明

替佐 小橋 茂憲  
笠倉 土屋 光永  
奥手山 佐藤 正

美沢 丸山 豊志  
穴田 鈴木 富久  
毛野川 西沢 久男

●倭地区●  
非常勤主事 和田 吉史  
分館協議会長 畔上 義男

文化なかの編集委員 宮本 友之  
分館名 分館長 宮本 友之  
分館主事 宮本 友之

赤坂 荒井 善隆  
三俣 小山 徳雄  
西組 松野 源

	講座名	日時	場所	講師	備考
北部 公民館	親子体験教室 「あるある探検隊」 ＜内容＞自然観察、農業体験、郷土料理づくりなど	第1回 4月26日(土) 午前9時～午前12時頃まで  来年1月までの全8回	北部公民館 壁田城址 赤岩地区水田 志賀高原	赤岩M21の皆さん 市立博物館学芸員 ネイチャーガイド	＜定員＞小学生親子25組 ＜参加費＞子ども1人500円（年間保険料など） ＜申込受付＞4月7日(月)から
	家庭教育学級 「子育て いきいきサロン」 ＜内容＞子育てについて学び、仲間をつくる場です	6月11日・6月25日・ 7月9日・7月23日・ 8月6日・9月3日・ 9月10日・9月24日・ 10月8日・11月12日 (全10回) 午前10時30分～午前12時	北部公民館	各回のテーマごとの講師が担当	＜定員＞20名程度 ＜対象＞どなたでも ＜受講料＞無料（調理実習は食材費の負担あり） ＜その他＞託児あり(第1・2回は子どもと一緒に活動です)
西部 公民館	平成26年度 近世文書 (古文書)講座	5月12日・6月9日・7月7日 8月4日・9月8日・10月20日 11月17日・12月8日 1月19日・2月16日 (全10回 月曜日) 午後7時～8時30分	西部公民館	木島平小学校 研究主任 高木 元治 先生	＜受講料＞無料 ＜内容＞地元に残る近世の古文書を勉強します。一緒に歴史を楽しみましょう。 ＜申込み＞随時
	母と子のすくのび学級 ・楽しく遊ぼうリトミック ・親子で簡単ダンス ・ベビーアロマ ・らくらくヨガ 他	5月12日・5月26日・6月2日 6月23日・7月7日・8月30日 9月1日・9月8日・10月20日 10月27日・11月10日・12月1日 (全12回予定・月曜日、 8/30のみ土曜日) 午前10時30分～正午	西部公民館	小林 寿美 先生 A I 先生 ほか	＜受講料＞無料 ＜内容＞みんなと一緒に歌ったり踊ったりしながら、遊びの中で親子のスキンシップを図ります。 ＜対象＞1歳から3歳位 ＜申込み＞随時
豊田 公民館	初級英会話教室 会話やコミュニケーション中心のサークル形式のフレンドリーな英会話教室です。	4月8日から 毎週火曜日 午後7時～午後9時 ※都合により、お休みになる日もあります。	豊田公民館	中野市ALT (外国語指導助手)	＜受講料＞無料 ＜内容＞前半(45分程度)は基礎、後半(75分)は会話中心で行います。 ＜対象＞一般(小学生以上) ただし、小学生は「保護者といっしょ」で「前半まで」の参加に限る。
	家庭教育学級 笑顔で子育て 聴いて、触れて、体を動かして親子と一緒に学びませんか。	5月21日・6月18日・ 7月16日・8月20日・ 9月17日・10月15日・ 11月19日・12月17日・ 1月21日・2月18日 全10回 毎水曜日 午前10時30分～午後1時	豊田公民館	笑顔で 子育て応援隊 (関 夕加里 先生 ほかのみなさん)	＜受講料＞無料 ＜内容＞手あそび・スキンシップ、絵本の時間、パラシュートなどを使っての運動、交流広場など ＜持ち物＞飲み物、タオル、脱いだり着たりしやすい服装、昼食(交流広場に参加の方)
	高齢者学級(健康でいつまでも) 音楽で 脳がイキイキ! ～春の歌、初夏の歌～	5月27日(火) 午後2時～3時30分	豊田公民館	山崎みや子 先生	＜定員＞25名程度 ＜受講料＞無料 ＜内容＞歌ったり、音楽にあわせてからだを動かし、脳を活性化します。

## 中野市成人式のおしらせ


平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方が対象となります。  
 なお、平成26年2月1日現在で、中野市に住民登録している方を対象に案内状をお送りしてあります。  
 案内状の届いていない方で、中野市成人式に出席を希望される方は、中野市中央公民館までご連絡下さい。

**期 日** 5月4日(日) みどりの日  
**時 間** 午前9時30分 受付 10時 開式  
**会 場** 中野市市民会館

**テーマ** **進撃の成人**

～ハタチの壁を越えて～

昨年の成人式実行委員



# 今月の伝言板

講座の詳しい内容につきましては、各公民館までお問い合わせください。

	講座名	日時	場所	講師	備考
中央公民館	パソコン ふれあいサロン ＜内容＞パソコンを使用して、わからないところを指導員がお答えします	4月7日(月)から 毎週月曜日※祝日を除く 午後1時30分～4時30分	中央公民館 団体室	新技術振興会	＜定員＞毎回6名 ＜受講料・申込＞不要 ※メニューに沿って進めるパソコン教室とは異なります。
	初級英会話講座	4月8日(火)から 毎週火曜日※祝日を除く 午後7時～9時	中央公民館 教室 第2会議室	中野市英語 指導助手(ALT) 2名	＜受講料＞無料 ＜申込み＞4月8日(開講日)に会場 で受付ます。以降、随時受付を します。 ＜対象＞中学生程度の英語力がある 者
	日本語教室	(昼コース) 4月8日から 毎週火曜日※祝日を除く 午後1時30分～3時30分 (夜コース) 第2・4日曜日 午後7時～9時	中央公民館	ボランティアの 皆さん	＜受講料＞無料 ＜申込み＞随時受付ます。 ※昼コースのみ託児あります。
	中野市シニア大学	4月24日～2月下旬 (講座は全21回) 午後1時30分～3時 (第1回目)4月24日 開講式・音楽鑑賞	中央公民館 講堂	(第1回目) みんなで歌おう うたごえ コーディネーター 神谷有子	＜受講料＞無料 ＜申込み＞4月24日(開講日)に 会場 で受付します。以後、随時受 付します。
	ふるさと歴史探訪 「集落と新田開発」	5月7日、21日 6月11日、25日 (全4回 毎回水曜日) 午前9時30分～11時30分	市内各地	壇原 長則 先生 河野 實 先生 田中 毅 先生 阿部 敏明 先生	＜定員＞25名 ＜傷害保険料＞1回 60円 ＜申込み＞4月7日(月)から
	生活の中の書 ・ペン字コース ・毛筆コース	5月8日、22日 6月5日、19日 7月3日、17日 (全6回 毎回木曜日) 午後1時30分～3時30分	中央公民館 教室	太田 舛次 先生	＜定員＞ペン5名、毛筆10名 ＜受講料＞無料 ＜教材費＞実費 ＜持ち物＞書道用具一式・ペン ＜対象＞書道初心者 ＜申込み＞4月7日(月)から
	家庭教育学級 楽しんで子育て ＜内容＞子育てについての 講演、おしゃべり会、 幼児食作り、ヨガなど	6月5日(木)～12月上旬 午前10時～11時30分 (全11回予定)	中央公民館	テーマごとの 講師が担当	＜定員＞30名 ＜会場＞中央公民館教室ほか ＜対象＞育児中、これから育児を される方 ＜受講料＞無料 ＜材料費＞1,000円 ＜申込み＞5月7日(水)から。材料費 を添えてお申込み下さい。
<b>公民館ギャラリー 市民書道展 特選作品の展示</b>					

嘱託 大須賀 由美  
主館 北原 佳美

◎豊田公民館

臨時 小橋 明  
主館 時崎 則賢  
査長 金川 賢治  
島田 子治

◎西部公民館

臨時 羽生 京子  
主館 時辻 克一  
査長 永井 典衛  
吉池 一衛

◎北部公民館

嘱託 高野 美和  
副主幹 杉本 厚志  
副主幹 芋川 隆志  
松本 由美子  
松本 則夫

主幹兼教育係長

徳竹 雅之  
副館長兼庶務係長 小田切 和彦

◎中央公民館

公民館職員名簿



春爛漫／壁田城山（倉田昭平）



ツクシとオオイヌノフグリ／草間（月岡尚雄）



山里の春／柳沢（小林幸成）



上今井の春／上今井（宮澤 聡）

## 花と季節の写真募集

宛先

☎ 383-0025  
中野市三好町一丁目4番27号  
中央公民館

✉ Eメール c-kominkan@city.nakanonagano.jp  
22・2691

文化なかの編集委員会では、中野市内の花や季節の写真を集めます。未発表写真に限り、四ツ切りまで（ワイドサイズも可）のプリント、デジタルデータ（未加工のもの）。氏名、住所、連絡先、作品名、撮影場所、花の名前等を書き送ってください。匿名希望やペンネーム掲載はその旨をお伝えください。随時募集！

## 輝いてます

中野南京玉すだれサークル

日本の大道芸の一つの南京玉すだれは、江戸時代から続く伝統芸能です。竹の小さなすだれを使って、東京タワーや枝垂れ柳などいろいろな形を作り元へ返します。

代表の堀川盛雄さんが習い始めたのは3年前、伊那市の歌舞団『田楽座』の南京玉すだれを見たのがきっかけです。威勢の良い掛け

声と共にすだれが様々な形に変化する事に興味を持ち、サークルを作って月2回稽古に励んでいます。敬老会などでも披露しますが、たまにはハプニングもあり、奥深い日本の伝統芸能に興味は尽きません。



▲見事な枝垂れ柳