

幸せ感じて!生きがい大学



多彩なジャンルの曲を演奏



中野市公民館報

2016
No.131
(通巻 No.663)
2

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

西部公民館 シニア大学

西部公民館では、毎年12月の下旬から翌年の2月上旬まで毎週金曜日にシニア大学を開校しています。

様々なジャンルの講師をお迎えし、開かれるこの講座には毎回大勢の方々が楽しく受講しています。

その中から、1月8日(金)に開催した「新春邦楽のしらべ」和と洋の音色によせて」を紹介します。

この音会主宰の本田雅瑞慧正派生田流大師範をはじめ琴・三味線・尺八・ギターの多彩な講師をお迎えし、語りも交えながら演奏していただきました。最後は受講者の皆さんも参加して、中山晋平メドレーを合唱しました。

受講者の方からは「生演奏の迫力と繊細さ、軽快なリズムに思わず口ずさんでいました。」「音楽を楽しみながらいつまでも健康で有意義な生活をしていきたい。」との声も聞かれ、充実した一日となりました。

これからも健康づくりの一助としてこの事業を続けていければと思っております。

今月号の特集

公民館レポート

平成28年度 中野市成人式



平成28年度 実行委員の皆さん

日時 5月4日(水) みどりの日
会場 中野市市民会館
時間 午前9時30分 受付 10時 開式
対象 平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの方

平成28年2月1日現在、中野市に住民登録をしている平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの方へ中野市成人式の案内状をお送りします。

中野市以外に住民登録をしている方で、中野市成人式へ出席を希望される方は、中央公民館までご連絡ください。案内状をお送りします。

今月号の「あおぞら」はP36に掲載しています。

豊田公民館

子どもたちのために わたしたちができることは？

豊田公民館では、12月6日（日）に前長野県教育長の山田先生をお迎えして「地域でおらほの子どもを育てる」と題し講演会を開催しました。教員としての経験、教育長としての経験から、変化してきている地域の子育ての様子、



ユーモアを交えながら講演される山口先生

持てない、自信の持てない子どもが多くなってきていること。自己肯定感の乏しさは、いじめや差別などの『排除と非寛容』と不登校、ひきこもり、うつ病等の土壌となり、学習意欲、他者との共同意欲を削ぐものである。今、求められる子育てのあり方は『今のありのままを受容』すること、子どもの自信、自己肯定感が生

まれそのことが成長の源となり、更なる成長につながる。しかし、現代社会では地域行事等での子どもたちの役割や集団で外で遊ぶことが少なくなり、子どもの評価が学校に一本化され、学校で評価されない子どもが自己肯定感を育めなくなっていることが原因である。地域社会での評価、家庭内での評価を復活させ、それぞれ個性を評価してあげることが今求められている。また、学校だけでは子どもは育たない。地域の皆さんには『開かれた学校づくり』へぜひ参加して欲しい。元気な大人を見て子どもは育つ。学校（教育）に関与した大人は元気になる。」など先進地の事例を紹介していただきながら熱心にお話をいただきました。

参加者からは、「山口先生から現在の子どもの置かれていた姿を分りやすくお話をしていたいただき、家庭、地域、学校が協力し、これからの子育てに役立てていきたい。」と感想が寄せられました。

あおぞら

今更ながらすごい機能だと感心することがあります。パソコンで文字を打っていると頻繁に使用している漢字が、優先的に変換されてくる。機械は、人間が都合の良い便利な機能を与えると、その通りに仕事をしてくれる。学習能力があるのか、見習いたいものです。

人間は、そういう道具を作り出す能力があります。そこはやはり人間です。失敗もあり物忘れもします。過去の失敗や過ちは時間が経つと忘れてしまう。70年前の戦争を忘れてはいけない、再び起こしてはいけないと、誰もが思い願っていることでしょう。しかし、今は安保法制により自衛隊が海外での任務が拡大され、危険な戦闘地域にその身をおくことになるそうです。日本も相手の出方次第では紛争にまきこまれそうな勢いです。一旦火花が散ると本土にも影響があることは最近の世界の動きをみると、なんとなく想像が付きまします。忘れてはいけない、手をつけてはいけないモノに触れる様な気がします。

毎年夏になると、広島と長崎の平和式典で国の代表がお言葉をのべていますが、反戦の気持ちはあまり伝わってきませんが、私は、戦争の体験者ではありませんが、お互いにエネルギーと命の無駄使いという結果になることは過去の教訓で伝わります。当時あったことは記憶し、絶対に忘れてはならないと思います。

(USBメモリー)

お詫び…文化なかの2016.1月号の発行番号が間違っていましたので、訂正します。

【誤】…No.129(通巻No.661) → 【正】…No.130(通巻No.662)

北部公民館

「見て、感じ、癒やせる」

北部公民館では、本年度2回目となる地域づくり講座「トレッキング入門講座」を11月29日(日)に開催しました。今回も「大人の遠足」と題して、健康づくりと景観の再発見を目的に、市北部地区の旧街道を歩きました。

寒空の中、トレッキングメンバー25人は北部公民館を出発し、赤岩区、柳沢区、田上区、岩井区と各地の景色や草花、そして会話を楽しみながら歩きました。

市のシンボル高社山はどこから見ても美しい山です。この高社山、実は3個の火山と2個の寄生火山の集合した山であります。

道中、「柳沢のマユミ」なるものを見ました。これは市の天然記念物に指定されている巨木です。すでに葉っぱをほとんど散らしていました。

そして、今回の見所は、岩井区にある「日里御宰建神社」の土俵です。格式ある屋根付き4本柱の土俵で、かつて地元力士が祭礼を盛り上げたそうです。

このように地域の良さを多くの市民の方に知っていただくことから、地域づくりは始まるのではないかと思います。公民館活動がその一助となれば幸いです。



中野市北部地区「旧街道をゆく」



土俵と力士の免許状が掲げてある



市天然記念物「柳沢のマユミ」

| | 講座名 | 日時 | 場所 | 講師 | 備考 |
|-------|--|---|---|----------------------------|--|
| 北部公民館 | 春休み子ども講座 社会見学に行こう！  | 3月17日(木) 午前9時～午後4時 (内容)ごみはどこへ行くの？ごみ処理やリサイクルについて、学び、考えよう！ | ・CPR 飯山工場 ・北部公民館 ・ナビア平岡 ・東山クリーンセンター | 各施設職員 市環境課職員 | <定員>20名 <対象>市内小学生 <受講料>500円(昼食代、傷害保険料) <持ち物>飲み物、おやつ、酔い止め薬、防寒着 <申込み>2月12日(金)から <バス乗車場所>北部公民館 <その他>昼食は、北部公民館で弁当をご用意します。 |
| | 春休み子ども講座 ほくぶわくわく学校  | 3月23日(水) 午前9時～午後3時 (内容)土びな絵付け体験、シーザーサラダづくり、スポーツ鬼ごっこをしよう！ | 北部公民館 | 奈良由起夫先生 市健康づくり課職員、公民館職員 | <定員>20名 <対象>市内小学生 <受講料>500円(材料費、傷害保険料) <持ち物>上履き、汚れてもよい服装、エプロン、三角巾、タオル、弁当、飲み物 <申込み>2月16日(火)から <その他>申込みの際に、好きな土びなをお選びください。(招き猫(右・左)、月の兎、サル) |
| | New! ストレッチとダンスをして健康講座 (全3回シリーズ) | 3月1日(火)、15日(火)、29日(火) 午後1時30分～3時 (内容)ストレッチとバレエ風オリジナルダンスで楽しく健康に！ | 北部公民館 | AI(あい)先生 | <定員>20名 <対象>女性 <受講料>無料 <持ち物>運動のできる服装、長めのタオル、靴下、飲み物 <申込み>2月9日(火)から <その他>託児はありませんので、ご了承ください。 |

こんにちは 分館

岩井区は、中野市で一番北の端にあり、千曲川を境に飯山市と隣接し、岩井区民会館から北陸新幹線飯山駅までは徒歩約25分で行ける距離に位置し、倭地区に属しています。

第1常会から第4常会の4常会で構成され、どんな事業が良いか、試行錯誤しながら区民の皆さんが参加しやすいような様々な企画・運営を行っています。

平成27年は北陸新幹線の開通もあり、事業の一つとして、北陸新幹線で行く金沢体験視察を10月15日(木)に区民の皆さんと分館役員を含め総

岩井分館

勢16名の参加で行いました。

北陸新幹線で飯山駅から金沢駅まで行き、その後はレトロバスを利用して金沢城、兼六園を見学しました。

近江町市場では地元の美味しいお魚のお寿司を食べ、買い物も楽しみました。

午後は、ひがし茶屋街へ行き、金箔屋「さくだ」では金箔貼りの体験をしたり、金箔ソフトクリームを食べました。

帰りは北陸新幹線ではなく、用意したバスで北陸自動車道の景色を眺めながら戻ってきました。



楽しい体験視察でした

戻ってくる事ができました。参加した区民の皆さんとの交流を深めることができ、楽しい金沢の体験視察となりました。

これからも多くの区民の皆さんが楽しく参加しやすい事業を目指し努力していきたいと思っています。

(岩井分館長 小林 辰雄)

ふるさとの歴史

南信には武田氏をひいきする人が多いのだが、北信は断然上杉氏のほうである。

上杉氏に臣従する岩井氏は岩井字月岡(中野市)に居館を持つ武将だった。館の周囲は断崖で堅固な要害地形になっている。

岩井氏の中で最も知られているの

岩井信能はどんな武将か

は岩井信能である。信能は上杉謙信に任せ信任を得ている。景勝の近習となつて更に信頼されるようになる。

ところで、高梨氏は上杉氏の親戚

筋でありながら、一時ぶれたためか、信州侍の中では岩井氏の後陣にぐうされている。

武田氏、織田氏の滅亡後、信能は

飯山城代となる。城代は文字通り城の代表で城を守り治世をとる役職だから景勝の信任がなければつとまらない役職である。信能は飯山城を整備したり、城下町飯山の基礎づくりをしていく。こうした中で、慶

長3年(1598)、信能は景勝に従って会津へ行く。

今地元にあるのは、岩井氏居館跡だという史跡だけである。郷土の歴史文化遺産として残した

ものである。(田中 毅)

伝統行事ものづくり体験

みんなの2016年に幸あれ!

豊田公民館では毎年1月に、もみじ荘で「伝統行事ものづくり体験」を開催しています。



親子で体験中

信州中野ふるさと交流団とのコラボレーションで贈る新年最初のイベントです。今年は1月9日(土)に32人の参加者がありました。

ものづくり体験は、農作物をかたどって団子をつくり、ミズギの枝にかざり豊作を願う行事です。カイコの飼育が盛んだったこと

もあって、まゆ玉型の団子をつけることが多く、まゆ玉づくりとも呼ばれています。

どんど焼きでもちを焼いて食べる一年間風邪をひかないといわれているので、どんど焼きに持っていきましよう。



もみじ荘入口にも大きいのを飾りました

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。

■中央 ☎ 22-2691 ■北部 ☎ 26-0677 ■西部 ☎ 23-1024 ■豊田 ☎ 38-2922

公民館ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/categories/kouminkan/>

| | 講座名 | 日時 | 場所 | 講師 | 備考 |
|-------|---|--|-------------------------------------|--|--|
| 中央公民館 | 中央公民館ギャラリー シニア大学クラブ活動作品展（シニア大学クラブ） 2月1日～2月29日 | | | | |
| 西部公民館 | シニア大学 信州大学出前講座 「血液検査って何するの?」 | 2月12日(金) 午後1時30分～3時 | 西部公民館 | 信州大学教授 石田 文宏 先生 | <受講料>無料 <持ち物>筆記用具 |
| 西部公民館 | シニア大学 笑いヨガ ～笑って健康になりましょう～ | 2月19日(金) 午後1時30分～3時 | 西部公民館 | ラフター ヨガリーダー 宮崎 栄子 先生 | <受講料>無料 <持ち物>上履き |
| 豊田公民館 | 無料お試し期間 シニア向け健康 運動と足裏健康法 サークル | 2月10日(水)、24日(水) 午後1時30分～3時30分 | 豊田公民館 | 山崎美津子先生 | <定員>10名 <対象>中野市在住の方 <受講料>無料 <持ち物>動きやすい服装、すそがめくれるズボン |
| 豊田公民館 | 家庭教育学級 英語であそぼ! めざせ親子でバイリンガル! | 3月9日(水) 午前10時30分～正午 | 豊田公民館 | スタンキー 真由子 先生 | <定員>15組程度 <対象>未就園児（0才～3才） と保護者 <受講料>無料 |
| 豊田公民館 | 九州から歩いて 善光寺へ 原文のチカラ 善光寺参りの旅日記、高倉健の五代前のおばあさま、小田宅子の「東路日記」 | 3月16日(水) 午後1時30分～3時30分 | 豊田公民館 | 堀井 正子 先生 | <定員>50名 <受講料>無料 <持ち物>筆記用具 |
| 豊田公民館 | ふるさと自然体験 野鳥ウォッチング | 3月27日(日) 午前8時～正午 | 豊田公民館 集合 | 信州野鳥の会 出野 富永 先生 | <定員>15名 <対象>親子、一般 <受講料>無料 <持ち物>おにぎり、水筒 <服装>あたたかい服装 <申込み>3月16日(水)まで |
| 豊田公民館 | 高齢者学級 <健康でいつまでも> 永田でも音楽で 脳がイキイキ! | 3月24日(水) 午後2時～3時30分 (内容)歌ったり、音楽にあわせてからだを動かす、脳を活性化します | 永田サービス ステーション 内会議室 (永田地区館) | 山崎みや子先生 | <定員>15名程度 <対象>永田地区の方優先 <受講料>無料 |
| 豊田公民館 | 樹脂でつくる、組み合わせて 自分だけの キラキラストラップ | 3月12日(土) 午後1時30分～3時30分 | 豊田公民館 | 女子高生手作り アクセサリーサークル Plume la Ciel (プリュム ラ シエル) 佐藤 真帆さん 割田 結衣さん | <定員>15名 <対象>小学生から大人まで (小学校低学年は保護者同伴) <材料費>500円 <持ち物>マスク <締切>3月4日(金)まで |

輝いてます

豊井小学校マラソン記録会

「体力の向上」と「自己に勝つ」ことをめざし、10月の学校一日公開日に豊井小学校でマラソン記録会が行われました。1,500メートルから3,000メートルまでの4つの種目の中から自分で選んだ距離を走ります。

紅葉に彩られた豊田の地を全校109名の児童が走り抜けます。児童一人一人が春の記録を縮めようと、朝や休み時間も使って練習してきた成果を実感する時です。

当日は、保護者だけでなく、祖父母や地域の方々も沿道に立ち、温かい声援を送ってくださいました。



マラソン記録会の様子

花郷

はなさと
Flower Home



お焚き上げを待つどんど焼き（岩船）／土屋好之



枯れ葉の布団から（更科）／春原秀史

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
☎ 222-2691
Eメール
c-kominkan@city.nakano.nagano.jp

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募集します。未発表写真に限ります。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！



南天（草間）／宮澤 聡