



公民館報 こもろ

No.907

令和7年 9月号

発行 / 小諸市公民館
編集 / 館報編集委員会
〒384-0801 長野県小諸市甲 1275-2
TEL 0267-23-8880 / FAX 0267-25-2224

女性学級より

第3回「ふるさとの自然を見直してみよう」

6月12日(木)、目を見張るような美しい雲海と富士山、イワカガミなどの可憐な山野草に迎えられ、高峰山、車坂山、スキー場周辺散策の3コースに分かれて高峰高原の自然を満喫しました。



こもろシニア教室【春の野外学習】より

第4回「観光ガイドと一緒に北国街道を歩こう」

こもろ観光ガイド協会の皆さんの案内のもと、大手門から旧北国街道沿いの名所を巡りました。遠く江戸時代の物語は、いつしか受講生の昭和の記憶にも繋がって、ひと時の時間旅行でもありました。



❖内容

p.21 「人ひと」(御牧ヶ原区 西畑ゆいかさん)ほか

p.22 「花いっぱい運動」

「教えて!あなたのサークル」

p.23 「見た!聞いた!出前講座」(六供分館)ほか

p.24 【お知らせ】第41回公民館まつり

p.25 「ぼくとわたしの作品」(小諸東中学校)ほか



カラー版はこちら

9月になると、夏の暑さも落ち着き、過ごしやすい気候が広がる。オートバイを楽しむにはまさに「ちようどいい」季節だ。朝夕は涼しく、日中はほどよい暖かさ。風を切って走る感覚が心地よく、のんびりとしたツーリングにもぴったりの時期である。この時期、長野県の山間部では紅葉が少しずつ始まり、道沿いに広がる景色が日ごとに変化していく。オートバイはその変化をダイレクトに感じることでできる。例えば、美ヶ原高原や志賀高原など、少し標高が高い場所を選べば、早い紅葉を楽しめるかもしれない。オートバイ、自分、景色、匂い、すべてが一体となると得も言われぬ高揚感に包まれる。

しかしオートバイを乗り続けることは、手間暇、お金、知力、体力など必要なことが多く、年を重ねると億劫になるのもまた事実。だが一瞬の高揚を求め、今年も乗り続けてみようと思おう。

みなさんも「ちようどいい」9月を楽しみ、一瞬のきらめきを探しに出掛けてみませんか。

編集委員 山浦 大地



御牧ヶ原区
西畑 ゆいかさん



今回はマンズワインでソラリスシリーズの製造に情熱を傾ける、西畑さん一家にお邪魔しました。
お子さんのゆいかさんが中学1年生になったので、お話を聞いてみましょう！

ワイン留学での一家総出のフランス生活を経て、御牧ヶ原にきて7年目、住み心地はどうか？

周りに家がないからピアノやっても迷惑がかかないの、夜は星空がきれい！音楽も楽しめて、夜景も満喫できるなんて最高に素敵だね。ところで中学生生活は慣れてきたかい？

小学校よりクラスも人も増えたから最初は気疲れしたけど、慣れてきたよ。



中学生生活は楽しい？

うん。とっても楽しい！友達もできたし、幼稚園以来の友達にも会えたしね。今は勉強が楽しくって、特に数学が得意かもしれない。

そっか、とってもいい学生生活をおくっているね！逆に大変なことってあるのかな？

あるよ。バレーボールの部活終わってからお家に帰ってくるのが夜7時だから勉強する時間が短いことだよ。

うわ！大人より頑張ってるね。時間をうまく作るのは大変だけど充実してる証だね。ピアノやバレーに勉強、充分すぎるぐらいだね。かなり活動的だから将来の夢はもう考えてたりしてるのかな？

うん今は学校の先生になりたい！

へー、理由はあるのかな？学生生活の青春をずーっ

と感じられそう。それに学校が好き。

なるほど！素晴らしい。生徒とともにってところだね。じゃ最後に今年の目標はある？

とにかくテストでいい点数をとる努力を毎日する！

夢をかなえる過程の目標だね。今日は夢と目標の大切さをあらためて教わったよ。大人の私も夢と目標をもう一度ちゃんと考えたいな！

最後にソラリス（ラテン語で太陽）のような明るいゆいかさん、ご家族のみなさん、元気をありがとうございました！
編集委員 山浦 大地



西畑さん一家
(左から、徹平さん、ゆいかさん、快斗くん、和香さん)

報告

長野県公民館報関係者研修会



切さが解る大変興味深い内容でした。

また、小諸市の公民館報が令和2年度と4年度の2回連続、全国公民館報コンクールで金賞を受賞したことについて紹介されると、なんと自分たちが褒められているような思いに駆られて嬉しく思いました。

この研修会は、公民館報及び地域広報誌の意義や役割に理解を深め、読みやすく、親しみのある館報づくりの手法について学ぶために6月21日軽井沢町中央公民館で行われました。

その後、自分が関わった館報の内容紹介や取材ノウハウ等、質疑応答が活発に行われ、発想や視点に刺激を受ける場となりました。

編集委員 中山 正男

講演では、公民館報編集委員の経験に加えて、読まれる文章のコツや取材時に心掛けていることなどをお聞きしました。インターネットの普及により「情報のドーナツ化現象」が起きているため、地域の情報を届ける公民館報の大





今年も市区では、市区農事集会所駐車場等に花を植えました。



芝生田区では、国道18号線沿いを中心に5ヶ所の花壇へ区の役員・小中育成会の皆さんで、小諸市および国交省から頂いた苗（約1,000本）を植えました。



花いっぱい運動

6月に小諸市都市計画課からペゴニアやマリーゴールドといった苗の配布があり、「花いっぱい運動」が実施されました。各区の分館などを中心にそれぞれ植栽が行われました。沿道に植えられた花々は、通行する人々の心に安らぎを与えてくれます。



コロナ禍前は区内でも植栽していましたが、コロナ禍で戸別配布にして以降このスタイルを継続しています。(平原区)



「小諸合唱団」
代表 望月 理子
私たち小諸合唱団は、昭和29年6月に発足しています。今なお70年余りの歴史を継いでいますが、一時40人を超えていた団員が5人位になってしまいました。心配した時期がありました。今は、退職後を楽しみ組、しばらく休団していた復帰組、それと新規組も加えて賑やかに1つつあります。「いつまでも楽しく歌い続けよう」と和気あいあい、金曜日の夜に練習をしています。指導者の大畑先生から発声を中心とした曲づくりを学び、心に響く歌を目指しています。来て見ていただくのと分かる楽しい合唱です。一緒に歌いましょう。見学ウエルカムです。

「フォトクラブすみれ」
代表 小林 秀樹
現在の会員数は7名です。柳澤勝彦先生のご指導のもと、毎月1回、撮影会と勉強会を行い、撮影技術の向上と会員相互の親睦に努めています。撮影会は日帰り、各地の高原、山、滝、渓谷、湖など主に風景写真を撮っています。年間を通して病院、日帰り温泉施設への作品展示、写真クラブ合同の総合写真展への出展、小諸市公民館まつりへの参加、また各種写真コンテストへの応募など、積極的に参加することを心掛けています。



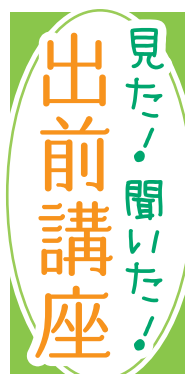
6月22日(日)六分館で「もしもの時に備えて」私たちの時に備えて 私たちのまちは私たちが守ろう」が開催されました。

市の職員から、最近の小諸市では甚大な災害は起きてはいないが、災害が起きた時や災害が起きる前に正しい危機管理意識を持つことが大切という話がありました。危機管理ハンドブック「知っておきたい災害情報の集め方」をテキストに、日頃から災害に備え自分や地域でどのような準備をしたらいいか「自分の安全は自分で守る」防災対策の基本を学びました。



「もしもの時に備えて(1)」

危機管理課



市職員などが講師となる「学びのまち・こもろ出前講座」。70以上あるメニューの内、分館などで利用された講座の一部を紹介いたします。詳しい利用方法は、公民館報5月号または市HPをご覧ください。

災害情報について、気象庁は気象情報警報に加えて5段階の警戒レベル相当情報を発表、これに基づき小諸市で防災無線等を通じて発令します。災害状況に応じて各自が避難します。分館の避難所は各区の判断で開設され、1～2泊の短期避難を想定しています。また、災害情報の入手には、防災アプリも有効です。

素早く避難するためには、土砂災害と洪水のハザードマップで生活圏の中で災害が想定される区域・避難先・避難経路を確認しておき、「小諸市防災と暮らしのガイドブック」の防災情報と防災マップを参考に地域の特性を知っておくことが大事です。避難する時には持ち出す最小限の必需品を準備しておくことや、マイ・タイムラインは災害時の警戒レベルごとにどう避難行動をとるか時系列にまとめて作成して、家族で共有することが大事です。



編集委員 市川 強

小諸市の備蓄品として2種類の非常食用の米とペットボトルの水が紹介されました。お米の調理には水で1時間、お湯で15分の時間が必要です。2種類とも試食しました。食料備蓄だけでなく、生活環境のための衛生用品やスマホなど情報機器用品の備蓄などが検討されています。

他にも避難所での簡易ベッドやテントの設置も体験しました。

講座を終えた参加者からは、「非常食はまずいという感じではない。でも毎日これではどうか、もっとバリエーションがあったらいい」、「土のう袋の申請方法について」、「高齢者の防災アプリの使用方法」、「洪水などで地域が分断された時や火山災害への対応をどうするか」などの感想や質問がありました。

10・11月公民館講座

問小諸市文化センター ☎ 0267-23-8880

初心者向け

申し込みは、窓口・電話(9:00～17:00)または、ながの電子申請(小諸市HP)。

申し込み多数の場合は、初めての方を優先し、公民館にて抽選します。また、申し込みが少ない場合などは、中止や変更になることがあります。

託児希望の方は、ご相談ください。



講座の申し込みはこちら

バランスの取れた歩き方教室

自分の歩き方の特徴を知り、歩く姿勢を改善しよう！

講師：(一社) 歩行ケア協会

- ◇日 時 10/22(水) 10:00～12:00
- ◇場 所 第一講義室
- ◇費 用 無料
- ◇定 員 20名
- ◇持ち物 上履き、筆記用具
- ◆申 込 9/19(金)～10/7(火)



JPOP(歌謡曲) ダンスでLet's エンジョイ！

ダンスに興味のある方、運動不足の方、
ダイエットしたい方、未経験の方 Welcome !

講師：土屋芳美ジャズダンス教室主宰 土屋芳美さん

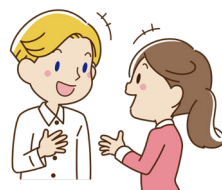
- ◇日 時 10/4(土) 10:30～11:30
- ◇場 所 乙女湖体育館
- ◇費 用 無料
- ◇持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、上履き
- ◆申 込 9/3(水)～17(水)

おもてなし英会話

外国からのお客様を英語で「おもてなし」するスキルを身につけよう

講師：マーシー・ティムさん

- ◇日 時 10/7、21、28、11/11(火)
19:00～20:30
- ◇場 所 会議室
- ◇費 用 無料 ◇定 員 15名
- ◇持ち物 筆記用具
- ◆申 込 9/4(木)～18(木)



第 41 回

小諸市公民館まつり

小諸市公民館では、「小諸らしい」地域文化の発表の場として公民館まつりを開催します。

※ 詳細は 10 月号でお知らせします。

10/11 (土) 9:00 ~ 16:00

12 (日) 9:00 ~ 15:00

場所：小諸市文化センター（小諸市甲 1275 番地 2）

内容：作品展示 / ホール発表 / 体験コーナー / マルシェ / キッチンカー

参加者募集！ 小諸もろもろ塾（体験コーナー）

小諸もろもろ塾（体験コーナー）には、定員があるものがあります。

申し込みは、9 / 3 (水) ~ 20 (土)。公民館窓口・電話（9:00 ~ 17:00）または、
ながの電子申請（小諸市HP）で受け付けます。定員を超えた場合は、抽選となります。
※定員に余裕がある場合は、当日の参加もできます。

申し込みはこちら↓



11 日(土)

手づくりクラフト 定員 30 名

● 9:30 ~ 12:00 ● 材料費 100 円

ヨーガ 定員 5 名

● 10:00 ~ 11:00

体幹＋フローヨガ

● 10:00 ~ 11:00

マジック 定員 16 名

● 13:00 ~ 15:00 ● 材料費 500 円



12 日(日)

そば打ち 定員 12 名

● 10:00 ~ 12:00 ● 材料費 1,300 円

手話ダンス

● 10:00 ~ 12:00

大正琴 定員 10 名

● 10:00 ~ 12:00

スポーツウエルネス吹矢

● 10:00 ~ 12:00

ジャイロキネシス 定員 10 名

● 10:00 ~ 11:00

太極拳 体幹作り 定員 5 名

● 11:30 ~ 12:30



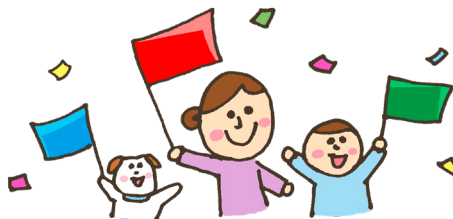
2 日間

アロマコーナー（ブーケ・クラフト作りなど） 定員 20 名

● 11 日(土) 9:30 ~ 16:00 12 日(日) 9:00 ~ 14:30 ● 材料費 500 円～

親子工作 & (12 日のみ) 手形足形アート 定員 10 名

● 9:30 ~ 12:30 ● 材料費 工作 200 円・アート 800 円





「私の修学旅行川柳切り絵」

3年3組 関 幹太

修学旅行に行ってみて僕は、東大寺の毘盧遮那仏に感銘を受けました。理由は二つあります。

一つ目は、大きさです。

毘盧遮那仏の高さは約15m、手の大きさだけで約2.5mある

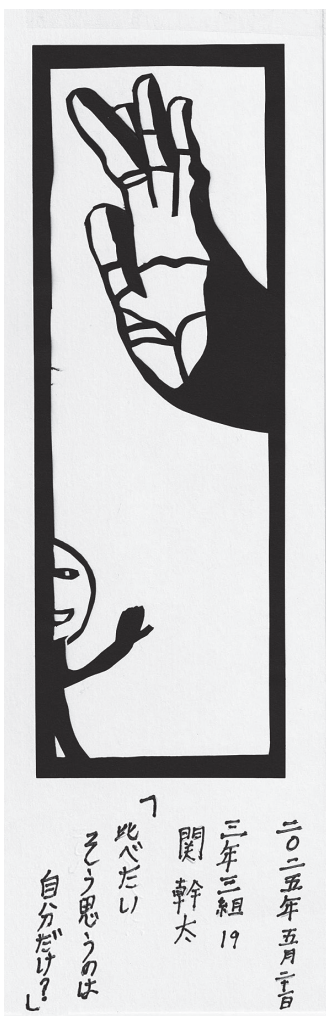
ことを聞いて、毘盧遮那仏の壮大さ

に心がどうしようもなく惹かれました。大きさだけでなく圧倒的な建築美にも惹かれました。

二つ目は、毘盧遮那仏の精神性です。僕は毘盧遮那仏は、感情を露にすることなく、非常に抑制されていて、喜びや悲しみといった激しい感情は表さず、ただ静かに微笑むような落ち着いた態度に魅力を感じました。

この二つのことを踏まえて、川柳切り絵を作りました。川柳の意味は、物理的に手の大きさを比べたいということと、毘盧遮那仏は、他人と比べがちな人間の心理を超越しているということです。

切り絵でこだわったのは、自分の顔です。自分の世界の自分を切り絵でもしっかりと表現できたので良かったと思います。



「私の修学旅行川柳切り絵」

3年5組 金田 暁

ぼくは今回、伏見稲荷大社が一番思い出に残っているので、それを切り絵にしました。実際に行ってみて、伏見稲荷大社は自分がその時代にタイムワープしたかのような不思議な雰囲気がありました。その中でも鳥居の両端にいる

キツネの像がありキツネに守られているような感じがしました。鳥居は大きくて一個一個に名前が入っていて、気持ちが伝わりました。このように修学旅行で初めて見てきた伏見稲荷大社を思い出として切り絵にしてみました。

工夫したところは、伏見稲荷大社で感じた雰囲気を表現するために、鳥居とキツネを目立たせようと大きめに作りました。そして、こちらを待っている。このように作りました。切り絵は初めて作りましたが、階段などの細かい作業が多くて大変でした。なかなか見たものをそのまま表現するのは難しかったです。でも、自分なりにできる限り形にできたと思います。いい体験でした。



9/2(火)施設予約開始

※乙女湖体育館は、令和7年4月1日に小諸市公民館に統合されました。

施設名	利用月	施設名	利用月
公民館	R 7/ 11	文化会館	R 8/ 9

