



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
☎0267-23-8880

No.852



12月13日(日)開催 公民館講座
『親子で挑戦
へクセンハウス』
より



❖内容 p.16 【特集】文化センターだより
p.18 『えんぴつリレー』
(谷地原区 田邊弁一／大久保区 井出和嘉子
『教えてあなたのサークル』
(フォーパッチの会／フラ コモロスマイル)

p.20 『ぼくとわたしの作品』(芦原中学校)
【ご案内】3月公民館講座
p.21 2月小諸市文化会館スケジュールほか

「こんにちは」文化センターです！

小諸市公民館では、市民の主体的な「学び」を促進するため魅力ある企画や市民ニーズを踏まえた各種講座・教室を開催し、いつでも気軽に学ぶことができるよう取り組んでいます。

令和2年度に計画した教室・講座

— 小諸市公民館 —

【教室】

- ・こもろシニア教室
- ・女性学級
- ・小諸市民大学

【一般講座】

- ・家庭菜園
- ・子どもと“一緒”の写真！
- ・パソコン講座
- ・エクセル講座
- ・スマホで撮る
- ・はじめてのスマホ講座
- ・ワード講座

【夏休み講座】

- ・遊びながら野生の力を呼び覚まそう！
- ・子ども経済講座
- ・サイエンス教室
- ・食育体験教室
- ・森の中を歩いてトレイルノートを作ろう
- ・野外力検定

【親子講座】

- ・小諸市星空観望会
- ・親子パン作り教室
- ・プログラミング講座

— こもろ女性の家 —

【生活文化講座】

- ・刃物砥ぎ講座
- ・お料理教室
- ・多肉植物の世界
- ・ワクワク筆文字
- ・お家時間を楽しむ

【語学・教養講座】

- ・初心者ウクレレ教室
- ・コーディネイトレッスン
- ・エンジョイ英会話
- ・話し方教室
- ・珈琲セミナー
- ・家庭でできる東洋医学

【美容・健康講座】

- ・フィットネス
- ・アロマセラピー
- ・スキンケア
- ・ジョイフルストレッチ

今年度は、新型コロナウイルスの影響で、中止になった講座・教室もありましたが、感染防止対策をしながら、実施した講座の中から参加者の声をお届けします。



親子で挑戦 ヘクセンハウス



ヘクセンハウスとは、ヘンゼルとグレーテルの「魔女の家」。そこから転じてお菓子の家のことを指すようになりました。X'masシーズンに向けて、親子で仲良くヘクセンハウス作りに挑戦してみました♪

きょう、ヘクセンハウスをつくりました。きじを4ミリにのばして、かたをつくってクッキーをつけてオープンでやくのがたのしみでした。クッキーが、やけてつくえにいたら、いいにおいがありました。うちにかえて、たべたらおいしくてまたいきたくりました。こんどいったらもっとがんばって、おいしくつくりたいです。うちでもつくりたいです。
(参加者 Mちゃん)

楽しみにしていたヘクセンハウス作り。最初は硬かったバターが弟と協力して混ぜてクリーム状になった時はふしぎでした。型抜き、模様作りは思っていたより大変でした。家が完成間近の時、壊れてしまいとてもくやしかったです。先生が手伝ってくれてもう一度家ができた時は、とても嬉しかったです。先生は『お菓子の大工さん』だと思いました。今度はパンの家を作りたいです。(参加者 Hくん)

家庭でできる東洋医学

東洋医学「食事の知恵」として

①東洋医学の基本②体の不調ごとに改善のために適した食事③食材とその料理法④簡単免疫力アップ法⑤その他を学びました!!



この講座を「公民館報こもろ」で知り、全く予備知識のない私にもわかるのか心配でしたが、水嶋先生のユーモアある話と、リラックスした雰囲気楽しく受講しました。無理なくできることから採り入れようと早速「ハーバード大式野菜スープ」(料理名)に挑戦し、思いのほかお手軽に仕上がりが大満足でした。どちらかといえば薬にあまり頼らずに食べ物で健康面に考慮していた自分でした。また機会があれば再度受講したいです。(参加者 Mさん)

『東洋医学』と聞いて少し難しいのかな?と思いましたが、いざ受講してみると分かり易いテキストとスライドショーがあり普段食べている食物の効能や役立つ食事方法、水嶋先生が出版されている本にある体に良いレシピも教わり楽しい講座でした。ユーモア溢れる貴重な体験談もあり、あっという間に過ぎました。簡単な免疫力UP術や長生きの秘訣も教えてくれますよ。おススメです。(参加者 Yさん)

お家時間を楽しむ

コニファーを使った(針葉樹の総称)多機能リース作り。本講座ではX'masに加えて、オーナメントを入れ替えることで正月用、4月の新学期のお祝い飾り用等、ながーく楽しめます。



誘われて何気なく参加した講座でした。机上には様々な材料が揃えられていて、目の前には立派な見本のリースが立ててありました。桧等の枝を短く切り揃え針金で根元をギュッと縛り小束をいくつも作り、蔓の輪に形良く固定していきます。木の香りに包まれ指先を使い力仕事をしていると、参加者同士の気持ちもほぐれて、皆で楽しい作業でした。クリスマス・お正月に使えるこの世に一つのリースができました。(参加者 Nさん)



『お家時間を楽しむ』では、X'masから迎春・新学期の春先まで飾れるリース作りを楽しみました。室内に入ると爽やかな葉の香りが広がり、まるで森林浴をしているかの様でした。その葉をある程度の量の束にまとめ、土台のリースに括り付ける作業は難しくなく、無心になって取組んでしまいました。リースの装飾を変えることで長い間飾るアイデアは面白く、家にある物で季節の移り変わりを感じたいですね♪(参加者 Sさん)

第56回児童生徒新年書初め展 開催日の変更のお知らせ

児童生徒新年書初め展を2月5日(金)~7日(日)で予定していましたが、小諸市の新型コロナウイルス感染症特別警戒レベル引き上げの影響により開催日を変更いたします。

【開催日】

2月10日(水)・11日(木・祝) 2日間

【時間】 9:00~17:00

乙女湖体育館

そこで来年度に向けてみなさんから

「受けてみたい講座」を募集!!

ご希望の講座すべてとはいきませんが、継続的または、計画的に学習の機会を企画していきます。

【応募方法】

FAXまたは、電子メールでお願いします。
文化センター FAX 0267-25-2224
(右二次元コードからも簡単に応募できます。)



「国鉄と共に」

谷地原区 田邊 弁一



夫婦で旅行した時の写真



私は、昭和18年から昭和62年の定年退職を迎えるまで国鉄に勤めました。退職の翌日には、国鉄もJRに変わり共に退職となりました。駅員として戦前戦後を過ごしましたが、最初の勤務地である御代田駅には、特別な思い出があります。

私は、15歳で就職。いわゆる丁稚奉公でした。駅長さんや助役さんの弁当を昼と夜、宿舎から運んだり、夜には駅長さんの家にお風呂を沸か

しに行ったりしました。B29の音がし、その姿が見えた時には、駅のホームに置いてある燃料の入ったドラム缶100本を空から見えないように毛布をかけ、B29がいなくなるまでひたすら待ったものでした。

私の在職中、忘れもしない事故が2つ起きました。

一つは、昭和21年3月31日、踏切で貨車とアメリカ人が運転するジープが衝突。貨車15両が脱線してしまい、私は事故関係者としてアメリカのMPに調べられました。日本の警察より親切な対応に驚きを感じました。ジープを運転していたアメリカ人が、車のブレーキが効かなかつたことを認めてくれたおかげで罪を被らなくてすみました。

もう一つは、自然災害です。小諸方面への下り列車を出発させてからほんの5秒程度の間に大雨が降り、線路が流され、枕木だけが残されました。豪雨災害の恐ろしさを経験しました。

終戦から半年くらいの頃は、乗客

が押し寄せ列車に乗り切れず、屋根の上に乗る状況が続き、自分も蒸気機関車の上に乗って通動したこともありました。

在職中は、辰野・三岡・佐久海ノ口・清里の駅で勤務。退職して33年が過ぎ、三岡駅、佐久海ノ口駅が無人駅に、信越線がしなの鉄道に変わりました。戦後まもない頃は、上野まで8時間、「特急あさま」ができて3時間。新幹線を使えば、佐久平から上野までは70分で行けるようになりました。小諸駅にも特急が停車しなくなると23年経ちました。

自分の人生は国鉄と共にあり、鈍行列車の各駅停車のように、ゆっくりとあわてないで自分らしく楽しく過ごせた気がします。



若かりし頃の思い出

教えて！あなたのサークル

フォーパッチの会

女性学級が縁で始まった、月に一度パッチワークを楽しむ会です。毎回講師の小林先生に材料を用意して頂き、バッグ、ポーチ、クリスマス飾り、タペストリーなど、季節に合った物、普段の生活に彩りを添える物を、自分のペースで作って楽しんでいきます。

家庭科の時間のように、縫ったりほどこいたり、四苦八苦しながらの作業の繰り返しですが、夢中になり教えたり教わったり、それが楽しい時間となっています。

物づくりの楽しさ、人に出逢えた御縁に感謝しながらの楽しいサークル活動です。

代表 竹内 千恵



「学びの旅」

大久保区 井出和嘉子



ベトナム ツーツー病院でドクさん(左)と

いつの頃からか、自分は、テーマのある旅というものに興味を持ちました。明治時代以後の現代史の中で大きな出来事があったその現場に、行ってみたかったからです。「遠くの親類より近くの他人」という言葉があるように、まずは、地理的にも習俗的にもより身近に感じるアジア圏内に出かけてみようと思いました。現代史、アジア、日本との関係というと自ずとテーマは、「戦争や平和」ということが多くなります。自分の行ってみたい所は、観光旅行では、なかなか行かない所ばかりです。個人で行く勇気も才覚もない自分はどうしたものかと思っていたら、毎

回テーマを掲げ、現地の研究者を案内人とする旅を企画している小さな旅行会社がありました。ツアー客同士や現地の方々との交流は、大いに刺激となり、知らなかった史実にもたびたび気づかされました。中国へ3回、韓国へ2回、タイ、ベトナム、フィリピン、台湾へそれぞれ1回ずつ、広いアジア圏の中では、まだ数ヶ国しか行っていません。歴史の現場に立つまでには、できるだけ、読書、新旧のドキュメンタリー映画の鑑賞、学習会への参加等を

▼子どもたちは各自小舟を漕いで帰宅



▲ベトナム・ハロン湾内の水上小学校



韓国チェジュ島 旧日本軍の格納庫

心がけていますが、なかなか間に合いません。

随分前に、年下の友人が話してくれたことが忘れられません。その人が韓国でバスに乗った時、一人の老人が話しかけてきたので「日本語、お上手ですね。」と何気なく応じたら、「理由は、あなた達がご存知でしょう。」と言われたというのです。歴史的事実を知らなければ、何のこともだかぐらいで終わったかもしれない。35年前に西独のヴァイツェッカー元大統領の残した『過去に目を閉ざす者は現在に対しても盲目となる』という言葉を中心に留めておきたいものです。

コロナ禍で、外国への旅行もままならぬ現在ですが、いつかテーマのある旅を再開できたらと思っています。

フラ・コモロスミレ

アロハ！フラダンスサークル「フラ・コモロスミレ」です。毎月3回（月曜日・午前）文化センター軽運動室で、レッスンをしています。「フラは基本ステップが大切」と、先生の厳しくも丁寧な指導のもと、ベーシックステップを重点的に、そして音楽に合わせて、振りの練習。フラは、動きの一つ一つに意味を持ちますので、歌の意味を良く理解して表現します。

「自然」や「人間」をいとおしむ「アロハ」を心に、皆で楽しく、また緊張する時間でもあります。私達と一緒にフラを楽しみませんか。お待ちしております。

マハロ
代表 松井 瑞枝





芦原中学校

「一日総合の日」の
学習について



一年三組 たかやなぎ 高柳 みな 美那

芦原中一学年は十一月二十日(金)に総合学習として小諸市長さんと竹幸商店の竹内さんのお話をお聞きしたり、Go To Eat in 小諸という活動を行ったりしました。

市長さんのお話を聞いて、高齢化が進み、若い人が小諸から出ていってしまうため、小諸に住む人が減っていることを知りました。たくさんの方に住んでもらうためにも、私は「自然がたくさんありますよ」「食べ物がおいしいですよ」「みんな優しいですよ」と小諸のことをあまり知



竹内さんの講演の様子

らない人たちに伝えていきたいです。竹内さんのお話では、「形から入る」という言葉を大切にしていると教えていただきました。「やりたいことがあったら、まず形から入って努力を積み重ねてできるようにする」と、話していたので私も色々なことに挑戦する時は竹内さんのお話を思い出したいです。

そしてお昼には、もつと小諸の飲食店を知ってPRしようということ、地域の飲食店からテイクアウトをして、みんなで昼食会をしました。私は十三年小諸に住んでいます、行ったことがないお店や、知らないお店がたくさんあり、小諸について知らないことが多いことが分かりま



飲食店でテイクアウトをしている生徒達の様子

した。今回は十四店舗のお店にご協力いただくことができました。経験したことがない経験ができて楽しかったし、お弁当もとてもおいしかったです。

「一日総合の日」では、私たちの学習のために地域の多くの方々にご協力していただき、地域の方々の温かさを感じました。今後は、飲食店の助けになれるようなPRポスターを作っていくなど少しでも地域のために力になれるような活動を考えていきます。コロナ禍で大変な状況ですが、お客さんがたくさん来てくれるように小諸市をPRしていきたいです。

令和3年3月公民館講座

❖小諸市文化センター ☎0267-23-8880

申込みは平日9:00~17:00。申込み多数の場合は初心者優先とし公民館にて責任抽選いたします。また、申込み少数の場合や新型コロナウイルス感染拡大防止により講座が中止や変更になることがあります。



こもろ女性の家 お家時間を楽しむ Part2

～100%アロマが香るドライフラワーで作るリードディフューザー～

- ◇開催日 3月3日(水)
- ◇時間 19:00～20:30
- ◇場所 料理教室
- ◇定員 14名
- ◇材料費 3,000円 (100%天然オイル5ml、1本付き)
- ◆申込み期間 2月12日(金)～2月19日(金)



こもろ女性の家 ピザ窯をつくろう!

—「移動式ピザ窯」の作り方を伝授&ピザ窯でピザを焼いて食べよう!—

- ◇開催日 3月13日(土)
- ◇時間 10:00～13:00
- ◇場所 陶芸木工室
- ◇定員 15名
- ◇参加費 一人500円 ※昼食のピザ代
- ◆申込み期間 2月2日(火)～2月19日(金)



みなさんの音楽活動を支援します！

「音楽のまち・こもろ推進協力団体」募集



小諸市はまちじゅうに音楽があふれる「音楽のまち・こもろ」をめざしています。そこで、市民が開催する「音楽のまち・こもろ」の冠を付した演奏会において、下記会場を使用する場合に限り、その施設使用料（※）を全額免除します。

対象施設

- ・小諸市文化センター（文化会館ホール）、小諸市市民交流センター（ステラホール）
- ※施設使用料は全額免除。（入場料有料の場合のみ50%減免）ただし、冷暖房費や備品使用料はご負担いただきます。

推進協力団体の認定要件（一部抜粋）

- 1 音楽のまち・こもろの推進に寄与する活動を行う、自発的な市民の活動団体であること
- 2 次の実態を備えた団体であること
 - ①会則があること
 - ②団体の意思を決定できる組織が確立していること
 - ③会計機能を有すること
 - ④団体活動の拠点として事務所（自宅でも可）を有すること
- 3 営利事業、政治活動及び宗教活動を行う団体でないこと
- 4 活動している会員が5名以上いること
- 5 各施設の利用規約及び関係する法令を守って活動すること



申込み

所定の様式を令和3年2月26日(金)まで
教育委員会文化財・生涯学習課までご提出ください。
(様式は、文化財・生涯学習課窓口のほか、小諸市HPからも入手可。) 問い合わせ先 教育委員会文化財・生涯学習課 ☎0267-22-1700

乙女湖体育館より 展覧会のお知らせ

第56回 小諸書芸展

— 開催と作品募集 —

- ◆日時 3月5日(金)～3月7日(日)
9:00～17:00 ※最終日は16:00まで
- ◆作品種別 漢字・仮名・漢字かな交り書・てん刻・刻字
- ◆募集資格 書道を愛好する方々（市外の方々も大歓迎）
- ◆出品料 会員1,000円／非会員3,000円
- ◇お申込み 1月31日(日) 10:00～10:30（時間厳守）
※鶴寿庵(東小諸)へ出品料を添えてお申込みください。

問い合わせ先 小諸書芸連盟会長 佐藤山 ☎090-9646-7063

第41回 総合写真展

小諸市文化協会加盟団体による写真展です。



- ◆日時 3月11日(木)～
3月14日(日)
10:00～17:00
※最終日は16:00まで

※ご来場の際は、体調管理、マスク着用、連絡先のご記入にご協力ください。

問い合わせ先 小諸市文化協会 ☎0267-23-8880

小諸市文化会館 2月スケジュール

日・曜	開演	イベント名	主催者	問い合わせ先
10(水)	13:30	小諸市介護予防ささえ愛サポーター研修	小諸市高齢福祉課	0267-22-1700
26(金)	18:30	公民館関係役員研修会	小諸市公民館	0267-23-8880
28(日)	13:00	東信中学校交歓演奏会	東信A中学校吹奏楽連盟	0267-22-0595

受付開始日

- 【公民館・こもろ女性の家】(貸出備品含む)
令和3年4月利用予約2月1日(月)
- 【乙女湖体育館】
令和3年8月利用予約2月1日(月)

※文化会館ホールの令和4年2月利用予約は、ホール舞台装置の改修工事のため受付けておりません。
(令和3年12月1日～令和4年3月31日)
ご理解ご協力をお願いいたします。