



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

## No.856

### 4/18(日)開催 『家庭菜園』

受講者の皆さんと青空の下、ジャガイモとネギの植え付けをしました。畑はまだ肌寒かったですが、屋外でコロナ禍にピッタリの講座です。

夏野菜を植えるためのマルチも張って、今から収穫が楽しみです♪



### 4/27(火)開催 『ピラティス』

「肋骨が広がるように鼻から大きく息を吸って！口から吐きながら窓側を向きましょう。これ、『ツイスト』です」と、心地よい先生の声。猫背が改善された、内臓が引き上がってお腹がへこんだ、美脚になった、お尻が引き上がった…となりますようにがんばります。

#### ◆内容

- p.16 小諸市公民館基本方針
- ～p.17 『今支館・分館では』 (大里支館)  
『教えて！あなたのサークル』 (初級英会話教室/エンジョイ・ストレッチ)
- p.18 『ぼくとわたしの作品』 (水明小学校)
- p.19 『わたしの宝物』 (諏訪山区 鷹野恵恵)
- p.20 【募集】 6～8月公民館講座
- p.21 令和3年度公民館報編集委員の紹介  
6月小諸市文化会館スケジュールほか

6月21日は「夏至」。一年の中で日の出から日の入りまでの時間が最も長い日です。この時期は梅雨で、太陽を見ることが少ないので、昼間が一番長いという印象が薄いように感じます。日本では夏至を祭る祝いごとはあまり馴染みがありませんが夏が短い北欧などでは、夏至の太陽は不思議なパワーを秘めた存在とされ、焚火を囲み歌って踊るなど、大事な祝日とされているところがあるそうです。さて、コロナ禍で開催が危ぶまれていた東京オリンピック・パラリンピックまであと僅かになりました。十分な感染防止対策を行い、安全と安心が担保された中で、日本人選手の活躍を期待したいと思います。

4年に一度開催されるオリンピック発祥の地ギリシャでは、かつて、その開催時期が「夏至」後の2度目か3度目の満月の日と決められていたことがあったそうです。

6月23日は1948年に国際オリンピック委員会(IOC)がオリンピックデーとして定めた日であり、東京オリンピックはその日から、一カ月後に開催される予定です。

その日は、ほぼ満月になった月が、聖火台で赤々と燃える火をさらに明るく照らしてくれるでしょう。



編集委員 小田中 衛

## 小諸市公民館基本方針

# 学びを通して地域づくり・人づくりを

公民館は、戦後間もない昭和21年に荒廃した日本の郷土振興と民主主義の普及を図り、産業や福祉など総合的に地域の振興を図るための拠点として構想され、全国に設置運営が呼び掛けられました。小諸でも昭和22年に準備委員会が発足し、翌年公民館活動がスタートしました。

それから70余年がたち、少子高齢・人口減少や生活様式・価値観の多様化など社会情勢の著しい変化に伴い、公民館においてもカルチャーセンター化や利用者の高齢化・固定化と減少などの問題が生じてきました。

また、「今のような公民館はいらない、しかし公民館のようなものがある」という声も聞こえてくるなかで、住民の公民館に対する意識や期待も変わってきています。

しかし、どのような社会情勢においても、学びを通して人づくり・地域づくりを進める拠点としての役割を公民館が担っていることに変わりありません。そこで、その使命を果たすべく、将来を見据え、今公民館に期待されていることや今日的な役割を再認識し、地域や生活の課題と

向き合い、住民の学習と自治を支える公民館運営に一層努めなければなりません。

小諸市公民館は、ここ数年来、多くの住民の参加促進や生きがいづくりと地域づくりのための学習・実践への支援を基本方針として実践してきましたが、今までの取り組みから「住民の公民館への期待や意識の変化についての捉えが漠然としており対策も不十分」「組織が十分に機能しておらず、地域との関わりが薄い」といった課題がより鮮明になってきました。今後さらに少子高齢化・人口減少が加速し、かつてないほどの社会構造・情勢の変化が予想されるにつけても、この課題の解決とともに、生涯学習と市民活動を支える公民館であるよう努める必要があります。



そこで、公民館本来の役目を再認識し、

「学びを通して地域づくり・人づくりを」

人づくりを

のテーマのもと、昨年来の

「生活課題・地域課題に関わる学習と実践を支援」と「人々がつながり生きがいをもって暮らし続けるための学習と実践を支援」に、次の

「住民の意向を捉え、期待に応えるために支館・分館との連携・支援を充実」

を加え、以上3点を今年度の運営の柱とします。

また、以下を重点活動として位置付けます。

- ①他機関、団体等との連携を強化し市内外のいろいろな方々との共催や後援などの協力体制を整える。
- ②青少年向け講座など幅広い年齢層を対象とした事業や住民の主體的な学習を充実させる。
- ③住民の公民館に対する意向を把握し対応を検討し改善を図る。
- ④支館運営委員会等への参加により支館・分館の実情を把握し支援を充実させる。
- ⑤将来を見据え、これからの小諸市公民館のあり方について検討を進める。

## 教えて！あなたのサークル

### 『初級英会話教室』

英語を話そうとして、知っている単語を組み合わせても現地の方にはなかなか通じません。何がいけないのか、この教室で習うようになって少しずつ分かってきました。

英語にはフレーズがあつて、発音、イントネーションが大事。更には文脈からわかること、文化的にはこうだからという話も出てきて、毎回目から鱗の連続です。

講師のティム先生は穏やかで、いつも丁寧に教えてくれます。先生の自作の会話文がテキストに出てきますが、まさに生きた英語です。



新型コロナウイルスの影響で外国との行き来ができない日々が続きますが、この教室で海外との交流に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。毎週土曜日の夜7時から学習しています。興味のある方はぜひ見学に来てください！

代表 宮原 智

# 今支館・分館では

コロナ禍での支館活動について、大里支館の依田善典支館長（左）・小林伸行主事（右）にお話をお聞きしました。



## 『充実した公民館活動に向けて』

— 大里支館 —

大里支館は、菱野・滝原・後平・諸・西原の5分館で構成され、全世帯1280戸です。

地区対抗運動会、野球大会などを行ってきましたが、人口の減少や高齢化により、数年前より少人数でも対応できるソフトバレーや綱引き大

会などを工夫して行ってきました。各分館の役員の皆様には大変ご苦労いただきましたが、思うような成果が上げられず、令和元年春の役員会で、幅広い年代で参加できるものはないかと検討しました。

その結果、夏の競技はポッチャに決まり、講師を招いて役員勉強会を実施、モデル事業にも認定され、令和元年7月に実施することができました。参加予定人数60名を遥かに上回る93名の方に参加いただきました。

ポッチャを推奨していくためにも2年度は参加目標人数を100名とし、競技用コートも2面増しての計画を立てましたが、コロナ禍の影響により体育館の使用ができず計画は中止となりました。

本年度は各分館の皆様のご協力をいただきコロナ対策を行いながらポッチャ大会を開催したいと思います。7月10日(土)乙女湖体育館にて参加人数100名での開催を目指しています。続いて10月3日(日)



令和元年に行ったポッチャ大会の様子

には、マレットゴルフ大会を開催する予定です。

## — 後記 —

取材時は、緊急事態宣言解除後の3月でしたので、前向きな状況でしたが、わずか1ヶ月で佐久地方もレベル4となり、また、予断を許さない状況です。完全終息は難しいですが、せめていろいろな行事が行えるくらいまで収まってくれればと願うばかりです。

編集委員 高城 俊秀

## 『エンジョイ・ストレッチ』

皆さん、健康のために何かしていますか？

昨年、11月より始めた「エンジョイ・ストレッチ」。講師は、こもろ女性の家講座でお世話になった土屋芳美先生にお願いしています。月に2回、主に水曜日の午前に集まって日々の運動不足で硬くなった身体を約1時間のストレッチと筋トレで、柔らかく、温かく、そして気持ちも明るくほぐしています。



まだ始まったばかりのサークルなので、参加人数は、7、8人くらいです。初対面の人達ばかりですが、和気あいあいと楽しく活動しています。年齢も30代から80代の方までと幅広いですが、自分のペースで、気軽に楽しんでいます。

興味のある方、一緒にストレッチをエンジョイしませんか。

代表 山田 直子



# 水 明 小 学 校



## 「スイレン」

5年1組

ふるかわ まい  
古川 真衣

私は、4年生で多色ずりはん画の学習をしました。  
多色ずりはん画は、まず絵の下がきをして、板にその絵をカーボン紙でうつします。次に板の絵をちょうこく刀でけずります。最後に板に絵の具で色をつけて、黒い画用紙にはりました。

私は、この多色ずりはん画でスイレンを選びました。理由は、たくさんの花の中で、スイレンが一番きれいだったからです。

工夫した所は、葉っぱの色をこくしたり、うすくしたり調整したりしたことと、花びらを明るい色を中心にして同じ色を何度も使わないようにしたことです。

大変だったことは、色がうすくならないようにこくつけることです。ちょうこく刀でけずる時、初めて使ったので深くほりすぎたりしてむずかかったです。

楽しかったことは、カーボン紙で板に絵をうつしたことです。

私は、完成した作品を見て、明るい色できれいなスイレンができたと思いました。



## 「モチモチの木」

5年2組

こうの しんや  
幸野 心哉

僕は、3年生の国語で「モチモチの木」という学習をし、図工ではん画を作りました。

工夫した所が4つあります。

1つ目は、夜空の表現です。青く闇のような空にしました。理由は、闇の中にモチモチの木が明るく光っているように見せたかったからです。

2つ目は、雪をスポンジで表現したことです。雪が風に吹かれてふわふわと、まう様子を表しました。

3つ目は、モチモチの木が堂々と生えている姿を見せるために下から見上げているようにしました。

4つ目は、月の色です。僕は、さくら色にしました。理由は、月にやさしく光ってほしかったからです。

これらの4つの工夫で満足できる作品ができました。

これからの図工でもたくさんこだわりを持って作っていきたいです。



# わたしの宝物

## 「ママ振袖」

諏訪山区 鷹野 夏恵

祖母は、着物の仕立てをする仕事を農業の片手間にしていました。振袖の仕立てはやりませんでしたので、ちょうど30年前の私の成人式では、着物の生地を選んでくれました。祖母は、顔をくしゃくし

やにして満面の笑みで「なっちゃんに似合う着物に仕立てあがるよ」と自慢げに話し、私も出来上がりをととても楽しみにしていました。体が弱く病院通いばかりをしていた私を喜ばせようという気持ちで祖母からは伝わってききました。振袖に初めて袖を通した成人式の日、嬉しさのあまりに



踊りや唄が大好きだった祖母

涙したことを覚えています。祖母は、その年他界しました。私にとっては、その振袖が一生の宝物であり、祖母の形見となりました。

あれから30年が経ち、令和2年、私の娘が成人式を迎えました。母と二人で「成人式は、ママの振袖を着てみる？」と娘に聞いてみると、「ママ振」。嬉しい、着たいよ」とうきうきしながら答えてくれました。私は、「えーママの振袖なんか嫌だよ、古いし」なんて言われるのかと構えていましたが、予想外の返事に驚きました。母親が着た振袖のことをママ振ということすら知りませんでした。なんだか、温もりのある言葉に感じました。嬉しくなりました。

昔の物を大切に保管し、次の世代へ引き継がれることはとても素晴らしいこと、祖母の出来上がるまでのこと、祖母のことが、次の世代へ繋げてほしいこと、私の宝物であることを娘に話しました。娘は興味深く聞いてくれ「大切にしてください、成人式に着ます」と振袖をじっと見ていました。

令和2年度の成人式は、新



仮着付けをした娘



30年前の成人式の私

型コロナウイルス感染拡大防止のため延期となっております。前撮りも延期したままです。楽しみは、少し先にと思いながら、日々を過ごしていきます。

今更ながら、宝

物とは何だろうと思いましたが、私にとって、本当の宝物は、振袖を通しての先祖の思いのような気がしてなりません。先祖が繋げてくれた命をいただき、生活していく中で生まれる笑顔言葉、喜び、どれも

私の先祖から贈られた宝物だと思います。それらを今度は、私が次の世代へしっかりと渡していきたいと思っています。

## 6～8月公民館講座

小諸市文化センター 電話 0267-23-8880  
FAX 0267-25-2224

※こもろ女性の家の講座も男女問わず受講できます。

申込みは平日9:00～17:00。申込み多数の場合は、初めての方を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のため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 ふろしき文化講座

ふろしきの上手な使い方を学びます

- 【講師】ふろしきや「やまとなでしこ」店主 菊田圭子  
◇開催日 6月17日(木)  
◇開催時間 10:00～11:30  
◇場所 第一講義室 ◇定員 12名  
◇参加費 2,500円(風呂敷代)  
◆申込み期間 6月2日(水)～6月11日(金)



### こもろ女性の家 ワクワク筆文字

筆ペンを使ってアート感覚で文字を描く

- 【講師】癒しの地藏っ子作家 両角久美子  
◇開催日 6月30日(水)・7月7日(水)  
◇開催時間 10:00～11:30  
◇場所 第一講義室  
◇定員 10名  
◇参加費 2,000円(2回分)  
◆申込み期間 6月9日(水)～6月18日(金)



### こもろ女性の家 多肉植物の世界

多肉植物との付き合い方を現地で学びます

- 【講師】錦玉園オーナー 児玉賢一  
◇開催日 7月6日(火)  
◇開催時間 10:00～12:30  
◇場所 錦玉園(現地集合)  
◇定員 15名  
◇参加費 1,000円(寄せ植え体験・軽食付)  
◆申込み期間 6月15日(火)～6月21日(月)



### こもろ女性の家 ディスコdeシェイプアップ

簡単なステップでストレス発散! 曲目は「サタデーナイトフィーバー」「ダンシングヒーロー」などなど…

- 【講師】土屋芳美ダンス教室主宰 土屋芳美  
◇開催日 7月14、28日・8月25日・9月8日(水)  
◇開催時間 10:30～11:30  
◇場所 乙女湖体育館  
◇定員 30名  
◇参加費 無料  
◆申込み期間 6月14日(月)～6月25日(金)



## 夏休み講座

※小学2年生以下は保護者同伴をお願いします。

今年の夏休み、講座に参加して  
おもいっきり楽しもう!!

### 公民館講座 森の中を歩いてトレイルノートをつくろう

トレイルを歩いて自分だけのトレイルノートをつくろう

- 【講師】イラストレーター 江村康子  
◇開催日 7月27日(火)  
◇開催時間 9:00～15:00  
◇場所 安藤百福センター  
◇定員 小学生20名  
◇参加費 500円  
◆申込み期間 6月10日(木)～6月28日(月)



### 公民館講座 おもしろかがくじっけん ころりん

落下の謎を探る

- 【講師】まちかど科学クラブ 渡辺規夫  
◇開催日 7月31日(土)  
◇開催時間 10:00～12:00  
◇場所 陶芸木工室  
◇定員 小学生15名  
◇参加費 無料  
◆申込み期間 6月16日(水)～6月30日(水)



### 公民館講座 親子で挑戦! 手ごねでアンパンマン

親子でアンパンをつくってみよう!

空き時間で牛乳みかん寒天もつくります。

- 【講師】福島さん家のパン 福島弥生  
◇開催日 7月29日(木)  
◇開催時間 10:00～13:00  
◇場所 料理教室  
◇定員 親子6組 ◇参加費 650円  
◆申込み期間 6月11日(金)～6月29日(火)



### 公民館講座 遊びながら野生の力を呼び覚まそう!

つかみ捕りしたイワナをおいしく食べよう

- 【講師】ネイチャーガイド 杉山隆  
◇開催日 8月4日(水)  
◇開催時間 9:00～13:00  
◇場所 安藤百福センター  
◇定員 小学生20名  
◇参加費 1,000円  
◆申込み期間 6月17日(木)～6月30日(水)



令和3年度

# 公民館報編集委員の紹介

「公民館報」は、昭和24年に第1号が発行されてから毎月発行され、今号で856号となりました。この公民館報は各支館から1名ずつ（中央支館は2名）推薦された「館報編集委員」により作成されています。毎月2回開催される編集委員会で、内容の検討や原稿の校正などを行っています。

また、支館・分館の行事を取材し、記事を館報に掲載します。市民の皆様は地域の情報を発信することで、地域の文化・伝統の継承や発展につなげることができればと考えています。

公民館報で地域と人、人と人をつなげる」ことができるよう活動してまいりますので、よろしく願います。



私たちが取材にお伺いします！



- |         |       |       |
|---------|-------|-------|
| 【前列右から】 | 三岡支館  | 大矢 文子 |
| 西小諸支館   | 小田中 衛 |       |
| 大里支館    | 高城 俊秀 |       |
| 中央支館    | 小宮山 季 |       |
| 【後列右から】 | 北大井支館 | 小山田悦栄 |
| 川辺支館    | 依田 和子 |       |
| 南大井支館   | 宮沢 芳文 |       |
| 中央支館    | 楚山 伸二 |       |

## 6月 小諸市文化会館スケジュール

日・曜	開演	イベント名	主催者	問い合わせ先
1㊤	13:30	介護ささえ愛サポーター研修会	小諸市高齢福祉課	0267-22-1700
5㊤	13:00	保健推進員会総会	小諸市健康づくり課	0267-22-1700
12㊤ 13㊤	10:00 9:30	課題曲・自由曲・講習会	東信A地区中学校吹奏楽連盟	090-9017-1337
17㊤	10:10 13:45	芸術鑑賞	佐久平総合技術高等学校	0267-67-4010
24㊤	14:30	食品衛生講習会	佐久食品衛生協会	0267-23-6745
25㊤	18:00	音楽のまち・こもろミニコンサート	小諸市文化財・生涯学習課	0267-22-1700
27㊤	14:00	定期コンサート	コール・フローラ小諸	090-4957-5232
29㊤	13:30	介護ささえ愛サポーター研修会	小諸市高齢福祉課	0267-22-1700

### 「こんにちは」文化センターです！

文化センターでは、乙女湖公園を皆様に気持ち良くご利用いただけるよう、毎週水曜日、始業前に公園内のゴミ拾いを行っています。

4月中旬には桜が満開になり、園内あちこちに植えられている馬酔木（アセビ）や水仙もたくさんのお花を咲かせました。早朝の清々しい空気を胸いっぱい吸い込み、次々と咲くお花や木々の芽吹きを楽しみながら園内を一周しました。

しかし、毎回、様々なゴミが捨てられており悲しい気持ちになります。たばこの吸い殻が何十本も捨てられていたり、飲料の空き缶がまとめて捨てられていたり…

多くの皆様が利用する公園です。誰もが気持ち良く使えるよう、マナーを守って使いましょう。



受付開始日

- 【公民館・こもろ女性の家】 令和3年8月利用予約 6月1日(火) (貸出備品含む)
- 【乙女湖体育館】 令和3年12月利用予約 6月1日(火)
- 【文化会館】 令和4年6月利用予約 6月1日(火)