

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.870



7/5(火)開催

こもろ女性の家

ジャイロキネシス



ジャイロキネシスでは、円や螺旋を描くような、なめらかな動きと呼吸を組み合わせます。初めて経験する人も、先生の声に合わせて体を動かしているうちに、いつの間にかジャイロキネシスの世界に引き込まれていました。

7/7(木)開催 女性学級 第4回

Newスポーツを楽しもう～ポッチャ～

ポッチャは、誰でも楽しめるスポーツです。2チームに分かれて、赤と青のボールを投げ合い、ジャックボールと呼ばれる白いボールの近くにボールを投げたほうが勝ちです。投げる方向や力加減だけでなく、作戦も大事です。チームで声を掛け合い、ゲームを楽しみました。



◆内容

- p.16 公民館講座報告（こもろシニア教室／女性学級）
- p.17 『ぼくとわたしの作品』（小諸養護学校）ほか
- p.18 『えんぴつりレー』（菱野区 飯森みどり）ほか

- p.19 『みんなの宝物』（小諸義塾記念館／藤村記念館）
- p.20 9・10月公民館講座ほか
- p.21 8月小諸市文化会館スケジュールほか



館報カラー版

いよいよ夏本番となりました。夏祭りや盆踊りの季節ですが、今年は各地区でどのような計画を立てているのでしょうか？

また8月といえば、終戦記念日。今年はロシアのウクライナ侵攻などの海外情勢がつかないほどに緊迫感を漂わせています。平和への願いは例年よりもより強いものとなっています。

そんな中、5月にウクライナ出身のミュージシャン、"ナターシャ・グジー"のコンサートが開催されました。ウクライナの民族楽器バンドウーラの音色と彼女の透明感のある澄んだ歌声に圧倒されました。

歌と演奏の合間に、6才の頃、チェルノブイリ原発事故で被曝した生い立ちを淡々と語りました。それは事故に対する怒りや憎しみではなく、被曝された人々への思いやりや慈しみに満ちたものでした。

彼女の演奏・歌を聴いて感じるのは、無謀な侵略者に対する怒りや憎しみといった負の感情ではなく、逝ってしまった人々への鎮魂の祈りのようなものでした。何か自分自身が浄化されたような、崇高な気持ちになりました。

感情を刺激して興奮を引き起こすような音楽は沢山ありますが、心の壁に深く沁み込むような音楽は少ないと思います。

この文章を書いている時点では、戦争は終結しそうにありませんが、一日も早く平和が戻ってくださることを願っています。

編集委員 金井 和生

# 報告 公民館講座

—こもろシニア教室・女性学級—



## こもろシニア教室

運営委員長 牧野 和人

懐古園めぐり」でした。  
講座の詳細は4月号広報こもろ・公民館報15ページをご覧ください。どの講座からで

令和4年度は5月27日(金)に開講式を行いました。昨年と同様コロナ対策のもとでの教室で、昨年度実施できなかった講座を含めて、15回の講座となります。公開講座の8月27日(土)は市民大と女性学級、11月12日(土)は女性学級との共催となります。通常講座はすべて午前中とし、春の野外学習は地元「小諸城址



第1回 講座『健康長寿のための健康づくりのポイント』の様子

## 女性学級

「学べることに感謝」  
学級長 菅沼 静子

も受講できますので、お気軽にお出かけください。私たちシニアは健康で明るく、そして楽しい仲間づくりをモットーに講座を決めています。講師の先生方も熱心に指導してくださいませ。  
コロナ禍で外出が制限される中ですが、一年間の長丁場となりますので、体調の悪い時、急用の時などは無理をしないでください。  
コロナウイルス感染症の早期収束と一年間無事に予定通り実施できることを運営委員一同願っています。

新緑の5月19日(木)、快晴に恵まれ女性学級の開講式が行われました。開講式に先立ち5月12日(木)には運営委員会がありました。机の上には「委嘱書」が置かれていて、とても緊張しました。  
今年度は、65名が入級で内16名が新入生です。学級生の中には、90歳の方もいます。何歳になっても学ぶことは健

康で幸せなことです。見習いたいと思います。  
今年度も18回の講座が予定されています。歴史・健康・生活など幅広い分野を学びます。10月には、公民館まつりがあります。女性学級では、パン等の販売を担当します。学級生のパワーで協力し合い、公民館まつりを盛り上げたいと思いますので皆様のお出かけをお待ちしております。コロナ禍と災害で公民館まつりが開催できなかった年もありましたが、今年度は開催できることを願っています。  
第一回講座は、「空き家」がテーマでした。市役所観光課の土屋様、建設課の山本様の講義でした。長野県は移住地として人気があるようですが、法律の問題など色々あるようです。空き家にしないよう日頃から家族で話し合う必



第1回 講座『空き家について』の様子

要があると思いました。  
ロシア・ウクライナの戦争とコロナの収束もままなりません。18回の講座の盛会を運営委員一同願っています。皆様のご協力をお願いいたします。



# 小諸養護学校



「雨の日も楽しく」

小学部1年 ねもと りんと  
根本 凛人

4月に入学した1年生も学校生活に少しずつ慣れ、毎日楽しく学習したり、遊んだりしています。

凛人さんは、中庭遊びが大好きな男の子です。ジャングルジムのてっぺんまで登ったり、サッカーボールを蹴りながら走ったりと、元気いっぱい遊んでいます。そんな中、ふと立ち止まって下を向いていることがありました。どうしたのかと近寄って視線の先を見てみると、アリや小さな虫がいました。またある時には、可憐な花が咲いていました。子どもたちは遊びの中でも常に

五感を働かせ、季節を感じたり、色々な発見をしたりしているのだと改めて気づかされた出来事でした。

校舎の中でも季節を感じることができると楽しいのではないかと考え、図工の学習で季節の作品作りをすることにしました。季節の風物詩の形をした台紙を用意し、折り紙程の大きさの画用紙をちぎって、のりで台紙に貼りつけます。

はじめに作ったのは「こいのぼり」です。凛人さんは指先の使い方がとても上手で、自分でどんどん紙をちぎっていきました。のりで台紙に貼る場面では、ちぎった紙にひとつずつのりを塗り、手でトントンやさしく押さえて貼っていました。濃い色の台紙の上に薄い色のちぎった紙を貼って、こいのぼりの鱗模様ができました。最後に目を貼りつけ、2匹のこいのぼりが完成しました。



次に作ったのは「あじさい」「かさ」「カタツムリ」の3つです。あじさいとかさ作りでは、ちぎることに慣れた様子で、前回よりも細かくちぎって貼っていました。材料を渡すと、自分から作業を始めたり、にこにこ楽しそうな表情で制作をしたりする姿も見られました。カタツムリ作りでは、殻のぐるぐる模様をペンで描き、その上にちぎった紙を貼りました。指の先程に細かくちぎった紙を貼りつけようとしていた凛人さんでしたが、小さな紙にはのりが塗りづらかった様子で、しばらくすると、台紙の方にのりを塗り、上からちぎった紙を貼っていました。「ちぎって貼る」という活動をくり返したことにより、作業をしながら自分で工夫していく姿につながっていき、とても驚かされました。目を貼る場面では、にっこり目とまん丸目から好きな方を選んで貼りました。凛人さんは、まん丸目の方を選んで貼っていました。少し上を向いたような表情になり、かわいらしいカタツムリが出来上がりました。



みんなの作品を合わせて廊下の壁面に掲示しました。前を通るたびに、自分や友だちの作品を指さしたりじっと見つめたりしている子どもたちです。満足そうな表情で眺める姿も見られます。雨の日も楽しい気分になる壁面になりました。

小諸市民大学公開講座

## コロナ禍における 感染対策

【講師】 信州大学医学部附属病院 感染制御室  
副室長 金井 信一郎

これからの新型コロナウイルスはどうなるのか、さらに新たなウイルスが出てくるのか、私たちはどう対応したら良いのか、など多くの疑問にお答えします。

●日時 8 / 27(土)

開演14:00 (開場13:30)

●場所 小諸市文化会館ホール

●入場料 無料 ※申込不要

●共催 こもろシニア教室/女性学級

●問合先 小諸市文化センター

0267-23-8880



### 「小諸のサステナブル文化」

菱野区 飯森みどり



近年、サステナブル社会という言葉をよく耳にするようになったと思います。サステナブル社会とは、地球の環境を壊さず、資源も使いすぎず、未来の世代も美しい地球で平和に豊かに、ずっと生活し続けられる社会のことです。

私は、学生の頃から環境保全に興味を持ち、植林活動や茅葺屋根の保存活動などに参加してきました。しかし、20代の超多忙な会社員時代には環境活動は全くできず、ただ疲れきっていました。こんな人生を求めていたわけではな

いと、当時愛読していた『自給自足』という雑誌の中の世界に憧れて、長野県へ一人で行ってきました。

私が小諸

に移住したのは約十年前です。まず驚いたのは、本業とは別に家庭用の米や野菜を作っている世帯が多かったことです。つまり、サステナブル社会に必要な自給自足率に近い生活が伝統の中で残っていました。その一方で、気候変動や海洋プ



ラスチック問題などの環境関連ニュースが市民の話題に上がることは少なく、そういう会話ができないことを残念に感じていました。そこで、去年春に「エコな暮らしを楽しむ会」という環境活動に取り組む任意団体を友人と立ち上げました。主に東信地域で、ボランティアでの道路や河川の清掃や、サステナブルな暮



らし方についての勉強会や交流会を行っています。仲間と共に私自身もそこで色々学び、日々の生活をより環境負荷の少ない方向に変えている最中です。

小諸には、代々受け継がれた田畑や食文化を守るという点で、サステナブル社会への素質や希望が大いにあり感じています。私たちの環境活動が、小諸に受け継がれてきたサステナブル文化とうまく融合して、少しでも次世代に豊かな環境が残せるよう、これからも活動を続けていきたいと思います。

### 報告

#### 公民館関係者研修会

6月25日(土)、松川町公民館において、長野県公民館関係者研修会が開催され、館報編集委員と担当職員で参加しました。

午前の部は「読者視点に立った紙面づくり」と題して、中央印刷(株)岡谷営業部の三浦新也氏にご講演いただきました。

世代別に有効な広報媒体や紙面作成のポイント、SNSとのリンクなど、より多くの皆様に公民館報を読んでもいただくためのヒントをいただきました。

また、ユニバーサルデザインによる紙面の作成についてご指導いただきました。間違いにくい色彩表現や分かりやすい文章、読みやすい文字など、常に念頭に置いて作成することが必要です。

午後は、4分科会に分かれたの研修でした。それぞれ学んだことを今後の館報作成に活かし、市民の皆さまに楽しんでいただける館報作りに励んでまいります。

# みんなの宝物

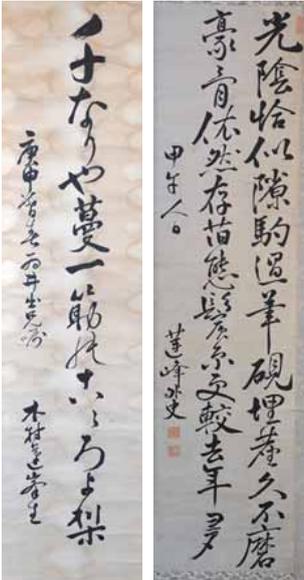


## 小諸義塾記念館

### 木村熊二の書

木村熊二は明治24年高輪台教会の牧師を辞し、翌年早川権弥の導きで伝道のために南佐久郡野沢村（現在の佐久市）に移住しました。明治26年、小山太郎らの懇請により、小諸町耳取町に私塾である「小諸義塾」を創立しました。明治32年、小諸義塾は正式な中学校として認可を受け、島崎藤村や丸山晚霞等が熊二に招かれて教師として勤務しました。また熊二は小諸で桃や苺の栽培を推奨したり中棚の湧き水を使うと傷の治りが早いのに気づき、中棚鉱泉の発掘にもあたったりしました。その近くに書齋として「水明楼」を建てました。この建物は現在も残っています。水明楼は島崎藤村の『千曲川のスケッチ』の中にも登場しています。

今回ご紹介するものは、木村熊二の掛け軸二幅です。



光陰恰似隙駒過筆硯埋蔵久不磨  
豪膏依然存舊態鬢糸更較去年多  
甲午人日 蓮峰外史

時の過ぎ行くは、駒が門の隙間を通り過ぎるように速やかである。筆も硯も捨て置いて久しく使うこともなかったのに、その素晴らしさは、依然として昔のままである。ところが、私の白髪は、去年に較べればますます増えたことだ。  
甲午人日（明治27年1月7日）

千なりや蔓一筋のこころより  
庚申暮春為井出兄囑 木村蓮峰生

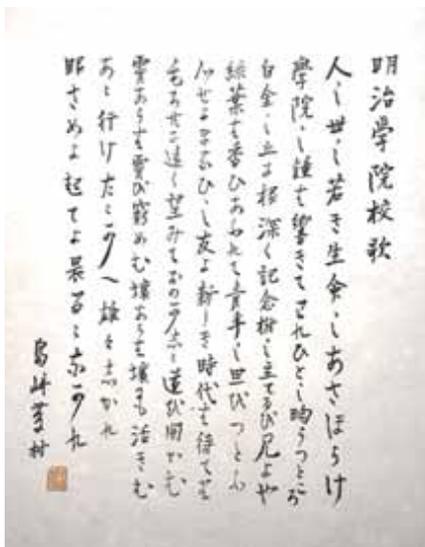
加賀千代女（1703-1775）の句、「百生（ひゃくせい）（やつる）ひとすじの心より」百もなる瓢箪（ひょうたん）も、実はたった一本の蔓に成ると同じように人間のすべての言動もこの一つの心から出るものであるの意。この句を「千なり」としたものであろう。

## 藤村記念館

### 藤村作詞の「明治学院校歌」

島崎藤村は、明治20年開校されたばかりの明治学院普通科本科に入學しました。後に「私の頭は少年時代から当時の政治熱に感染し、明治学院へ入った時も、当座は矢張政治家志望で、ずいぶん生意気を演じた事もある。」と回想していますが、当時の多くの若者がそうであったように藤村も政治家を夢見た時期がありました。そのためにも英語の勉強は必須であり、三田英学校で教わった江口定条の勧めや恩人吉村忠道の事業上の目論見（将来留学させ、自分の片腕にもと考えた）もあって明治学院へ入學したのでした。  
明治39年6月、藤村は母校明治学院の校歌の作詞を依頼されました。そのころの藤村は、前年の5月に三女を、39年4月には次女を亡くし、しかも当時7歳だった長女が本郷病院に入院し危篤状態にありました。まさに失意のどん底にあってと思われそうです。そんな中で作詞の依頼でした。藤村は、「御存じの通り未だ筆を持って

働く労働者に過ぎぬ小生、とても堂々たる明治学院校歌など作るの力なし。然れども学院は吾母校、保育所、我が恩ある所なり、若し予の力にて及ぶことなれば全力を尽くして之を諾せん…」と、快く引き受けたといいます。藤村が初めて、曲のついたこの校歌を聞いたのはフランスにいる時でした。後に「旧い学窓のこと」の中で、「仏蘭西の旅にある頃、巴里の客舎の方で思いがけない人であった。…その人は私の顔を見ると白金の方のことも思い出したといふ風で、校歌の一節を口ずさんだ。その時、実は私はあの歌を頼まれて作るには作ったが、あれに合わせた曲をまだしみじみ聴いたことがないと話した。そんなら自分が歌って聞かせる、とその人は言って呉れた。あの時に聴いた校歌も旧い学窓の方へ私の心を誘った。」と語っています。



藤村自筆の明治学院校歌  
「人の世の若き生命のあさぼらけ…」

## — 9・10月公民館講座のご案内 —

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



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。  
なお、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。

### 小諸市星空観望会

中秋の名月と土星観望  
～秋の夜長、夜空を仰いで～

- 【講師】 天文同好会 流天
- ◇日時 9/10(土)  
19:30~21:00
- ◇場所 小諸高原美術館  
※曇天・雨天の場合は館内
- ◇定員 25組
- ◇参加費 無料
- ◆申込 8/3(水)~17(金)



### スマホ講座

電話とメールだけではもったいない!  
もっと使いこなしたい方向けの講座

- 【講師】 こもろ情報ひろば
- ◇日時 9/9(金)  
9:30~11:30
- ◇場所 会議室
- ◇定員 15名
- ◇参加費 無料
- ◆申込 8/4(水)~18(金)



### こもろ女性の家 お料理教室

料理「自家製酵母を使ったパン作り」 【講師】 Spica 麦の穂 降矢 泰次

- ◇日時 9/30(金)、10/21(金) 9:00~12:00 ※2回連続講座です。
- ◇場所 料理教室
- ◇定員 12名
- ◇参加費 1回目2,500円 2回目2,000円 ※各回ごと集金します。
- ◇持ち物 エプロン・三角巾・木べら・布巾・ボール(直径20~30cm)
- ◆申込 8/17(水)~25(金)



## — 小諸市文化協会 — 第35回小諸市短詩型文学祭 作品募集

～ たくさんのご応募をお待ちしています ～

- 文学祭日時 令和4年12月10日(土)13:00~16:00
- 会場 小諸市文化センター
- 内容 入選作品の表彰式及び分科会

— 投稿規定 —

- ①投稿作品：短歌部門 2首 / 俳句部門 3句 / 川柳部門 3句
- ②投稿資格：小諸市及び東信地区に在住する方・事業所に勤務する方・活動する各部門団体・通学する小中高生
- ③応募用紙：所定の応募用紙(コピーでも可)を使用し、住所・氏名・電話番号を記入する。(雅号の場合も本名を書く)楷書で書き、必要箇所にはふりがなをつける。(用紙は文化センター・文協所属結社にあります)
- ④投稿料：1部門1組につき1,000円(各部門とも1人1組まで) ※小中高生及び介護施設からの投稿は無料
- ★投稿者には作品集を配布します。

— 投稿方法 —

- ①締切日：令和4年9月16日(金)消印有効
- ②投稿料：作品と一緒に事務局に提出、または郵便小為替を郵送
- ※なお、新型コロナウイルス感染状況により、変更になる場合があります。

■投稿先及び問合先 小諸市文化協会事務局(小諸市文化センター内)  
〒384-0801 長野県小諸市甲1275番地2 TEL 0267-23-8880

# アニソンBIG3 スーパーライブ2022

胸ときめかせ画面に釘づけになって見たアニメの数々、  
そのヒットソングを帝王・水木、女王・堀江、プリンス・影山が歌いまくる！

**影山ヒロノブ**

ドラゴンボールZより  
「CHA-LA HEAD-CHA-LA」  
「WE GOTTA POWER」ほか

**堀江美都子**

「キャンディキャンディ」  
「花の子ルンルン」  
「ひみつのアッコちゃん」ほか

**水木一郎**

「マシンガンZ」  
「パピル2世」  
「キャプテンハーロック」ほか

企画制作 アオイスタジオ

- 11.23 (水・祝)** 開演17:00 (開場16:30)
- 日 時  
会 場 小諸市文化会館ホール  
チケット 全席指定3,000円 ※未就学児の入場は不可。  
販売開始 令和4年8月29日(月) 10:00~  
問 合 先 小諸市文化会館 TEL0267-23-8880



【プレイガイド】

- 小諸市文化会館 ☎0267-23-8880 受付：月～金曜日（祝日を除く） 9:00～17:00  
□コミュニティテレビこもろ ☎0267-22-9911 受付：9:00～18:00  
□ヒオキ楽器佐久平店 ☎0267-68-7703 受付：10:00～18:00（月曜定休）

## 8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	問合せ
20⊕	13:30	小諸市保健推進員会研修会	小諸市健康づくり課	0267-22-1700
27⊕	14:00	公開講座 「コロナ禍における感染対策」	小諸市民大学	0267-23-8880

受付開始日

- 【公民館・こもろ女性の家】（貸出備品含む）  
令和4年10月利用 予約8月1日(月)  
【乙女湖体育館】  
令和5年2月利用 予約8月1日(月)  
【文化会館】  
令和5年8月利用 予約8月2日(火)