

# 心を癒すミニ庭園

文化  
なかの

中野市公民館報



～テーブルガーデニングを楽しむ参加者～

2009

No.52  
(通巻 No.584)

7

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

## はじめての テーブルガーデニング

ちよっとしたブームのテーブルガーデニング。豊田公民館では、6月から9月まで4回の講座を開催して毎回2、3作品を作り楽しんでいきます。

第1回目は6月9日(木)に開催し、16名の参加者が、碓井智子先生の指導で、手際よく作業をしていました。

ガーデニングは、身近な食器や陶板、炭、苔の組み合わせが特徴です。苔は、盆栽の土の上に敷き詰めてよく使われますが、玉のように丸く山野草に巻きつきます。野山や庭にもある手軽な緑のじゅうたんをまとった山野草はとても美しいです。

小さな食器上に大きく広がる味わい深い世界に心も癒されます。是非参加して、ご自分の部屋をミニ英国庭園にしてみませんか？

今月号の  
特集

公民館へ行ってみよう！  
サークル紹介

## あおぞら

先日、新聞に「アメリカでミツバチが激減」という記事があった。

今、世界中で同様の現象がおきているらしい。

英国王室のミツバチが盗まれたり、中国からの密輸が発覚したりしている。

原因について農林水産省や各自治体で調査が進められている。伝染病・農薬・環境変化などが考えられているが、未だはつきりしない。

ミツバチの役割は、ハチミツの採取と果樹等への受粉だ。近年の健康志向で、ハチミツの需要が高まっている。特にリンゴの甘酸っぱい蜜、アスパラの花のすっきりとした甘さの蜜は好評だ。

友人がスクランボの受粉のため、養蜂家からミツバチを一箱一万五千円で借りたという話を聞いた。試算であるが、ミツバチの代わりに人が受粉作業をすると仮定すると、世界中では、年間何十兆円にものぼるといふ。

小さなミツバチから大きな話になってしまった。年年歳歳、ミツバチが安心して働ける社会であってほしいものだ。(U)

# よう！サークル紹介

## パンの会 ～北部公民館～

名前のとおりパン作りの会です。北部公民館を利用して頂くようになって10年程になるのでしようか。会の発足からは15年になります。北部公民館にはガスオーブンが2台もあり、調理器具も充実していてパンを焼くのに大変恵まれた施設です。講師にはホームベーキングスクールの藤沢先生にお願いしています。

街にもおいしいパン屋さんが増えています。山もありますし、パン焼き器という家電も出回っています。でも、中から湯気が立つような焼き立てパンをフーフー言いながら食べられる贅沢はなかなか味わえません。10年もやっているベテラン達な



是非、一緒に楽しみましょう♪



焼き立て、ほっかほかのパン

の!?なんて誤解しないで下さいね。先生には内緒ですが(笑)できたてのパンとおしゃべり・ブラス会員みんなが持ち寄ったおふくろの味を楽しみに参加している方も多しはず。もちろん初級・中級・上級と本格的にも学べます。パンの会は毎月第2水曜日午前10時から午後2時頃まで料理教室で活動しています。現在の会員は6人です。興味のある方は是非、見学にいらして下さい。

(代表 畔上 みずず)

## 羽飛組 ～西部公民館～

私たち「羽飛組」は2年前に活動を開始したサークルです。

子どもたちが中心となって、バドミントンを行っています。バドミントンは、羽つきというイメージをお持ちだと思います。近年オリンピックでの活躍をテレビで目にする機会が増えたと思いが、想像以上にハードなスポーツです。

シャトルとラケットでコートの間から隅まで使い、シャトルを強く打ったり弱く打ったりと、相手のいないところを攻撃するなど意地悪なスポーツですが、頭を使い思ったように攻撃ができたときは大変心地良いものです。

大人たちは、メタボリック解消、ストレス発散と二重の喜びで頑張っています。その中で子どもたちにルールやマナー、技術を教えるながら仲間づくりや健康づくりを行っています。

今年、北信地区で開催された学年別大会では、女子3・4年の部ダブルスで3位、男子5・6年の



～集う・学ぶ・活かす・楽しむ～みんなが主役

部シングルスでは1位、ダブルスでは2位と活躍しています。

子どもたちの活躍を見た大人たちは、応援するだけでは物足りなく、今では週2回の活動日に、子どもたち以上に大人たちが健康づくりや仲間づくりに励んでいます。

(代表 S・T)

出来立てほやほやの女性サークルの紹介です。

サークルの名前は、「トーンチャイムクラブ」。ただ今メンバーは10人で親子の参加者もいます。毎月第2・4・5の木曜日午後7時30分から9時まで豊田文化センターで活動しています。

発足のきっかけは2年前の小学校の音楽会。初めて聴いた優しい音色に興味を持ち、昨年11月、お母さん友だちを誘ってサークルを立ち上げました。

トーンチャイムとは、やわらかく響く美しい音色が魅力の楽器です。アルミ合金製のパイプを叩いて共鳴させる点がミュージックベルとは異なっています。一人ひとりが自分の音を数本担当し、ひとつの曲を作り上げていくため、チームワークがとても大切で、最後まで演奏できたときの達成感はとても大きなものになります。

また、癒し効果満点の音色は演奏する人にも、聴く人にも感動を

## トーンチャイムクラブ（豊田公民館）



ホールに響き渡るトーンチャイムの音色

与えてくれます。ゆくゆくは多くの人にこの音色をお披露目できる

よう文化祭の音楽発表会に合わせ、日夜練習に励んでいます。

新しいメンバーを迎え、全員で知恵を出しながら楽しんでいきます。興味を持たれたら、さっそく豊田文化センターに出かけてみませんか？ホールでの練習もやっていきますので是非、お出かけください。

（清水）

中央公民館へ入られた時、ロビー正面（展示コーナー右手）に、

生け花がいつも飾ってあるのを、ご覧いただいているかと思えます。

このお花を年間絶やさず飾っているのは、中野華道会です。今年も会員74人（6流派・市内在住の教授者）は、公民館にお花が絶えないようにとの思いと、個々の学習発表の場でもあると心し、自分の受け持ち期間を挿花しています。

当会は、誕生して43年の歴史を持ちます。会を立ち上げた先人諸先生方は、華道という同じ道にある者同士が流派を越えて学び合いたいと願い、発足に尽力されました。

この精神は絶える事無く引き継がれ、会員は自らの花の道をきわめるとともに、中野華道会という連帯を大切に、地域に根ざした華道文化を伝承していきたいと思っています。

日頃、私たちはほんとうに、花の豊かな中に暮らしていると思えます。通りを歩くと玄関や庭先

## 中野華道会（中央公民館）



来館者を癒してくれる中野華道会の生け花

にさりげなくきれいな花を咲かせ、私たちを和ませてくれます。

このように、日々の暮らしの中に何気なく生け花が置かれていたら、さらに癒されるのではないのでしょうか。

稽古も決して肩凝らすものではなく楽しいものです。みなさんも花を活けてみませんか。興味をお持ちでしたら是非、気軽に声を掛けてください。

（下田）

	講座名	日時	場所	講師	備考
中央公民館	夏休み親子 きり絵教室	8/5(水) 9:30～11:30	中央公民館 教室(2階)	中野きりえの 会	<定員> 30名 <受講料> 無料 <持ち物> デザインナイフ ※ない場合は貸出します。
	万葉集を読み味わう	・8/25・9/1・8・15・29 10/6 10:00～11:45 (全6回 毎回 火曜日)	中央公民館 講堂	信州大学名誉教授 滝澤 貞夫 先生	<定員> 50名 <受講料> 無料 <持ち物> 不要 <申込み> 7月22日(水)から
公民館ギャラリー 墨雲会・小筆書道の会の書道作品展					
北部公民館	 夏休み子ども教室  			<対象> 市内小学生(2年生以下は 保護者同伴) <申込> 7月13日(月)から。それぞ れ定員になり次第締切。	
	～森のクラフト～ 木のカブトムシをつくろ う!	7/28(火) 9:30～正午	北部公民館 会議室	なべくら高原 森の家 インストラクター	<定員> 15名 <材料費> 500円
	♪水の音を奏でる♪ 水カンリンバを つくろう!	8/5(水) 9:30～14:30	北部公民館 会議室	旅の音楽家 丸山 祐一郎 先生	<定員> 20名 <材料費> 500円 <持ち物> 昼食(弁当)
	竹水でっぼうを つくって 河原であそぼう!	8/11(火) 9:30～15:00	北部公民館 会議室& 夜間瀬川	自然観察インス トラクター 畔上 正雄 先生	<参加費> 保険料として300円 <定員> 20名 <持ち物> 水筒、水着、着替え、帽子、 昼食(弁当)
豊田公民館	親子 クッキング教室	・7/29・8/5 9:00～12:00 (全2回 毎回 水曜日)	豊田公民館	矢沢 玉枝 先生	<定員> 15組 <食材費> 親子一組1回500円程度 <対象> 市内小学生と保護者 ※幼い兄弟同伴可、小中学生のみ参 加も可 <持ち物> エプロン、三角巾、タッ パー <申込み> 7月27日まで
	バード ウォッチング	7/31(金) 9:00～13:00	豊田公民館 集合	出野 富永 先生	<定員> 20名 <受講料> 無料 <内容> 鳥の野外観察 <対象者> 市内小中学生 <持ち物> おにぎり、水筒、図鑑、 双眼鏡(持っている人)、 イラスト帳
	星空をみよう	8/14(金) 20:00～21:30	北信濃ふる さとの森文 化公園 博物館	信州中野天文同 好会のみなさん	<定員> 20組 <受講料> 無料 <内容> プラネタリウム観察、星の 観望 <対象者> どなたでも ※中学生以下の方は保護者同伴 <申込み> 8月12日まで

## 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。

	講座名	日時	場所	講師	備考
西部公民館	<b>オヤジさん達の 生きいき世代塾</b> ～今の自分の健康と体力 に自信がもてますか～	・9/3・17 ・10/1・15・29 19:30～21:00 (全5回 毎回木曜日)	西部公民館	長野県ボディビル連盟理事長 春原 輝明 先生	<定員> 20名 <対象> 市内在住の男性 <受講料> 保険料として 300円 <持ち物> 運動のできる服装 シューズ、タオル <申込み> 8月25日(火)まで
	<b>親子で挑戦 ニュー・スポーツ!</b> ～遊びは心の レクリエーション～	・8/8・29・9/5・10/3 ・10/17・31・11/7・21 10:00～11:30 (全8回 毎回土曜日) ※10月3日は13:00～ 16:00	西部公民館	北信レクリエーション協会事務局長 春原 輝明 先生	<定員> 30組(親子の場合) <対象者> 小学校3年生以上及び 保護者、PTA、育成 会他 <受講料> 保険料1人300円 <持ち物> 運動のできる服装 シューズ、タオル <申込み> 7月31日(金)まで
『なかの21市民講座』運営委員募集			『国際交流の集い』実行委員会に参加してみませんか		
<p>平成21年度「なかの21市民講座」の企画、運営して下さる方を募集します。</p> <p>本講座は「これからをいかに生きるべきか」を足元から課題を見つけ、問い深めていくことを目標にしています。</p> <p>テーマの設定、講師選任、学びの形式や方法について、ご検討していただける方を募集します。中央公民館までご連絡ください。</p> <p>あなたのアイデアをお待ちしています。</p> <p>問合せ 中央公民館 TEL 22 - 2691</p>			<p>中央公民館では毎年、外国出身の方々と相互理解と親睦を深める機会となるようにと願って「国際交流の集い」を開催しています。</p> <p>今年も秋ごろに開催を予定しています。そのため第1回実行委員会を次のように開催いたしますので、企画や運営に参加してください。</p> <p>日時 平成21年7月24日(金) 午後7時より</p> <p>場所 中央公民館 3階 講堂</p> <p>問合せ 中央公民館 TEL 22 - 2691</p>		

## 成人式のお知らせ

平成22年中野市成人式の開催期日は5月4日(みどりの日)です。会場は中野市市民会館です。

平成元年4月2日～平成2年4月1日生まれの方が対象となります。



成人式は実行委員がプロデュースします

### 成人式実行委員募集

自分たちの手で成人式をプロデュースしてみませんか。一生に一度の思い出に残る成人式を実現しましょう!

**対象** 11月より月1回、平日夜の会議に出席可能な方

**内容** 中野市公民館と協力して企画運営し、当日の受付や進行に従事していただきます。

**申込み** 7月6日(月)から中央公民館へ  
TEL 22 - 2691



バラのアーチ／一本木公園（月岡尚雄）



ピンクのバラ／一本木公園（メタ坊）



窓際のラベンダー／自宅（メタ坊）

はなさと  
**花郷**  
Flower Home



ざぜんそう／赤岩（花岡）

花と季節の写真  
募集

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下さい。匿名希望やペンネーム掲載はその旨をお伝え下さい。随時募集します。

宛先は中央・北部・西部・豊田公民館  
☎383-0025  
中野市三好町一丁目4番27号  
☎22-2691（有線20691）  
Eメール c-kominikan@city.nakano.nagano.jp

季節のコラム

かき氷

『シャリシャリ…』という氷を削る音。赤や黄などのシロップの鮮やかな色。口の中で広がる清涼感。夏の暑い日ざしの下、爽やかな気分を演出してくれる「かき氷」。

流行り廃りが早い今の時代においても、かき氷は日本の夏には欠かせない風物詩のひとつ。

夏祭り、花火大会、海にプール。かき氷を手には、笑顔いっぱい。の思い出がまたひとつ。

さあ、夏本番。

