



本年もよろしくお祈いします



# 文化 なかの

中野市公民館報

2012 **1**  
No.82  
(通巻No.614)  
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

## おもしろ電気工作教室

東江部分館では文化祭の一環として「おもしろ電気工作教室」を開催しました。講師には、分館役員で、創造館でも同様の教室を主宰する田中幸一さんにお祈いしました。

小学生を対象に、電気工作をとおして「ものづくり」の楽しさを味わってもらおうというので、AMラジオと四足歩行ロボットを作りました。参加した14名の子も達は、細かい部品に悪戦苦闘しながらも、先生に教えてもらいながら自力で作り上げていました。「ヤッター」、「できたー」とあちこちから声があがり、出来上がったラジオを鳴らしたり、ロボットを動かしたり、子どもたちは予定の時間を過ぎていつまでも遊び続けていました。

やっとロボットが完成したね!!

今月号の特集

## 公民館レポート

## あおぞら

最近の学校給食は、我々の時代とはだいぶ違ったメニューが出ているようだ。先日、小学生の娘が持ち帰った給食の献立表を見て驚いた。メロンパンやココアパン、パンプリンパンなど、パンだけでも種類が多くなつていてびっくり。また、健康志向から米粉パンや紫米ごはんもあるようだ。おかずも豊富で、自分の時代にはなかったソフト麺やおやき、タンンドリーチキンなどがあり、デザートではティラミスも出るようだ。牛乳も三角パックから瓶に変わっていた。それと、今は見なくなった先割れスプーンとアルミ食器も懐かしい!!娘に聞いても、「何それ?」と返され、時代の流れを感じた。今は箸とプラスチック食器との事だ。

小学校の頃はやはり、毎日の給食が楽しみだった。それは昔も今も変わらないはず。献立表を見ていて、なんだか無性に給食が食べたくなった。

(つゆ)

# 夢のホットケーキづくり

分厚いホットケーキを焼いて食べたい。中央公民館では、子どもの頃に誰もが抱く夢を実現したくて、『超ホットケーキ講座』を開催しました。「やるなら笑うしかないホットケーキを作ろう」そんな素人の考える無理難題に応えてくれたのが、Mimi Edenのパティシエール・宮下彩花さん。11月27日(日)、宮下先生のご指導の下、小学生とその保護者の



パティシエールと作るホットケーキ

約30名で3種類の超ホットケーキを作りました。①厚さ3.8cmのホットケーキ、②一升炊きの炊飯器で焼く巨大ホットケーキ(中野市産の果物とアイスクリームを詰めて生クリームとチョコレートをたっぷりかけました)、③りんごで育った信州牛かつホットケーキ(牛かつと生クリームをホットケーキでサンド)。テーブルを彩どる異色のホットケーキ。夢が叶った喜びと、胃も縮み上がるボリューム。身も心もお腹いっぱい講座となりました。



完成した超ホットケーキ

# おはなしフェスティバル in NAKANOを開催

12月3日(土)、中央公民館で「おはなしフェスティバル in NAKANO」が開催されました。4回を数える今回のテーマは「冒険に行こう!」。

日頃は、読み聞かせ、紙芝居、朗読と様々な活動をしているメンバーが集結。おはなしを通して、フランス、イギリス、ドイツなど、世界の国々へ冒険しました。

大型紙芝居「たべられたやまんば」では、やまんばの迫力に圧倒され、何度も練習を重ねたというパネルシアター「ブレーメンの音楽隊」の愉快な歌とセリフに魅了されました。



大型紙芝居 たべられたやまんば



三びきのやぎのがらがらどん

来場者は70人程で、「冒険の歌♪が楽しかった」「会場の飾りつけが素晴らしく、夢の国に来たようだ」「来年も是非やってほしい」という感想や、初めて来場したという女子高生からは「スタッフがみんな楽しそうだった。是非仲間に入りたい」との声も聞かれました。

小野千恵子代表は、「スタッフ全員の実現したフェスティバル。来年以降も続けていきたい。私達の代で終わることなく、つながってほしい活動」と話していました。

今回見逃してしまった方は、来年是非お出かけ下さい。

# 特集 公民館レポート

## 豊田公民館 文化講演会



わかりやすく好評だった講演

豊田文化センターホールで、12月4日(日)、中部大学総合工学研究所の武田邦彦教授をお迎えし、「子どもの放射能汚染はこうして減らせる」というテーマで開催され250名の参加者がありました。

先生は、「学者は自由に研究を重ねた正しい事実を国民にしっかりと伝える必要がある。原発の賛否を決めるのはあくまでも国民であり、今回の事故処理を見ていて親が自分子どもを守らなければならない時代を迎えてしまった」と話されました。  
講演終了後、活発な質問が出され、ロビーでも先生に質問をする参加者の姿がありました。

## 第35回 中野市婦人のつどい



肩のストレッチング

今年で35回目を迎えた中野市婦人のつどいが、12月9日(金)に開催されました。講師に(有)Body Conditioning Factory 健康運動指導士の富井聖先生をお招きし、「はつらつ元気に生活するために」と題し、日頃の運動不足解消及び膝痛、腰痛等の関節痛予防と疲労回復のための自宅で行えるストレッチング及び簡単な筋力アップ体操をご指導いただきました。

普段使っていない筋肉をトレーニングすることで最初は痛みや疲れを感じますが、継続することで徐々に疲れない身体

になっていくそうです。参加者からは「楽しく体操ができ、身体がとても軽くなった」などの感想が寄せられました。ただ、やりすぎは禁物。楽しく、気長に続けることが「はつらつ元気に生活するための」のポイントです。



ペアを組んで

## 第39回中高社会教育 研究大会開催



花井館長の講演

木島平村若者センターで11月26日(土)開催され63名が参加しました。最初に、小布施町立図書館(まちとしょテラス)館長の花井裕一郎氏から、「町を演出しよう」図書館

の仕掛づくり」というテーマで、小布施の図書館が町を演出する「創造と交流の文化の拠点」として、町民と一緒に何をやるかを常に考えながら様々な仕掛を仕込んでいるお話をお聞きしました。続いて、中野ホテルの会の田村文男さんの「ホテルの飛び交う豊かな里づくり」、山ノ内町中央公民館体育委員会の小坂幸男さんの、「公民館事業としての体育委員会の活動」のレポート発表があり、引き続き2つの分散会で各地区の取り組みが報告され活発な意見が出されています。



活発だった第2分散会

# こ に ち は 分 館

田麦分館は、分館長・主事・体育部・教養部・分館員・婦人部で構成されています。南北に広い田麦区の世帯数は140戸余りです。

23年度、田麦分館の活動のスタートは、5月にマレットゴルフ大会を計画していましたが、雨天のため中止となり残念でした。引き続き計画していた「ゆがみを改善する体操」をテーマとした講演会で体を動かし、日々健康な生活を送るための参考になりました。

## 田麦分館

6月はバス旅行で、建設中の東京スカイツリーを見学しました。7月は、長丘分館協議会の球技大会で熱い汗を流し、シンシオンまつりにも参加しました。8月は恒例の盆踊り大会、9月の敬老会では、地域の方にもマジックやフラダンスで盛り上げていただきました。10月は人權教育懇談会、11月の北部公民館の文化祭では、作品展を行ないま

思います。

(田麦分館長 高橋庄治)



前年度のマレットゴルフ大会

## ふるさとの歴史

田麦の丘陵上には、長峰街道がある。古代からの利用された道である。ここには二つの円形の古墳が並んでいる。ともに五世紀代の中野平北部を地盤とした豪族の墓である。埋葬後に墓前祭が行なわれて、花や供物が手向けられていたことだろう。ここから望めば、高社山が立体的な姿で眼前に迫ってくる。高社山は神霊の住む山、

## 田麦の地名起源

祖霊のしずまる山として、原始古代から信仰され、柳沢遺跡の銅戈・銅鐸の埋納も高社山の存在が一つの要因と見られている。

丘陵上で高社山に向かって

旅の安全を祈った姿が想像される。その幣物を捧げる場所があり、先の古墳も候補地の一つである。

筆者は、この手向け↓田麦

の地名起源説に賛同している。さらにこれと違う地名起源説も考えられる。

大俣の千曲川の旧流路は、流れがゆるやかで船着き場の適地である。ここから田麦や

七瀬方面に峠を越えて物資が運ばれたとみられる。この道筋には峠の語

源といわれる「たわみ」地形が見られる。地名の起源は地形から七割の説からみると、たわみ↓田麦説も魅力がある。

(檀原 長則)

NPO 法人 劇空間夢幻工房 公演  
脚本・演出/青木 由香

# カン太の涙

ワンチャーズ  
あきらめない冒険

『カン太の涙』ダイジェスト版がご覧になれます。『夢幻工房カン太』で検索

**なかの21市民講座**  
みんなで♪お芝居を楽しもう♪

日時 2012年 **2月12日** 日  
13:00~16:00

場所 **豊田文化センター**

**表現&コミュニケーション  
ワークショップ**  
身体と声を使って、遊びの中からコミュニケーションを見つけてみよう! アイコンタクト・伝言ゲーム・言葉のキャッチボール etc...

**料金/無料 \*抽選会あり**

主催/なかの21市民講座運営委員会  
お問い合わせ/中央公民館  
『なかの21市民講座』係  
TEL:0269-22-2691/FAX:0269-26-2342

# 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。

■中央 ☎ 22-2691 ■北部 ☎ 26-0677 ■西部 ☎ 23-1024 ■豊田 ☎ 38-2922

公民館ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/kominkan/>

	講座名	日時	場所	講師	備考
中央公民館	家庭教育学級 ～楽しんで子育て～ 公開公演 ほんわかシアター	2月4日(土) 午前10時30分～正午	中央公民館 講堂(3階)	ひと組 (ほんわかシアター)	<定員>150名<受講料>無料 <対象>0歳～年長児 <申込み>1月10日(火)から ※どなたでもご参加いただけます
	やしょうまづくり	2月5日(日) *親子対象 午前10時～午後1時 2月10日(金) *一般対象 午前10時～午後1時	中央公民館 料理実習室	中野市食生活 改善推進協議会 のみなさん	<定員>30名 <材料費>300円 <持ち物>エプロン、三角巾 ふきん、タッパー <申込み>1月16日(月)から
	シニア大学公開講座 演題「和田 英さんの 『富岡日記』について」	2月7日(火) 午後1時30分～3時	中央公民館 講堂	信州大学名誉教授 滝澤 貞夫 先生	<受講料>無料 <申込み>不要 【どなたでもお気軽にご参加ください】
	近代文学講座 「金子みすゞ ～子ども心の世界～」	2月11日(土) 午後1時30分～3時30分	中央公民館 講堂	近代文学研究者 堀井 正子 先生	<受講料>無料 <申込み>不要 【どなたでもお気軽にご参加ください】
<b>公民館ギャラリー 信墨会の書道作品展</b>					
北部公民館	シニア大学(公開講座) ①新春邦楽の調べ ②信州の文学を楽しむ ③映画鑑賞(父と暮らせば)	①1月17日(火) ②1月24日(火) ③2月7日(火) いずれも 午後1時30分～3時まで	北部公民館	①ことの音会の みなさん ②近代文学研究者 堀井正子先生 金子みすゞの世界	参加費無料 どなたでもご参加いただけます。 ③原爆で死んだ父と残された娘の 物語です
	絵手紙教室	1月26日から3月1日 まで毎週木曜日 午後1時30分～3時30分 まで(全6回)	北部公民館 会議室	市川典子さん	対象：市内在勤在住の方 参加費：無料 ただし、はがき代として1回100円 程度 定員：20名(定員になり次第締切)
	「おらほ」の 村おこしプロジェクト ①人間関係づくりのコミュニ ケーションスキルアップ 「人と人がつながる・深まる」 ②地域づくりに関する講演 及び懇談会	①パワーマネジメント 2月6日(月)・13日(月) 午後7時から9時まで ②講演及び懇談会 2月20日(月) 午後7時から9時まで	北部公民館 会議室	①パワーマネジメ ントセンター 塚田喜久さん ②信濃農業塾主宰 永田栄一さん	参加費：無料 持ち物：筆記用具 定員：20名(定員になり次第締切) ①コミュニケーションを図りながら人と 人の輪を広くつなげる体験講座 ②地域づくりに関する講演及び懇談会
	パソコンで オープンオフィス を使ってみよう	2月8日(火)、14日(火)、23日(火) いずれも午後7時から9時	北部公民館 会議室	柴垣 顕郎 さん	パソコンで、だれでも無料で使える オープンオフィスを使い文書作 成や表計算を体験する入門編
西部公民館	やしょうま づくり講座	2月4日(土) 午前9時30分～午後1時	西部公民館 料理教室	県食生活改善 推進協議会 顧問 原 楫 先生	<定員>20名 <材料費>200円 <持ち物>エプロン・三角巾、マスク
豊田公民館	信濃から 夢にむかって	1月29日(日) 午後1時30分～3時	豊田公民館 ホール	信濃グランセローズ 飯田達也 投手 原 大輝 捕手	<入場料>無料 <内容>トークショー、デモンストレー ション、ミニ野球教室など
	『徒然草』を楽しむ その3	2月3日(金) 午後1時30分～3時30分	豊田公民館 2階会議室	近代文学研究者 堀井 正子 先生	<定員>50名 <受講料>無料
	笑顔の健康法	2月9日(木) 午後2時～3時30分	豊田公民館 2階会議室	笑顔コーディネーター 神谷 陽子 先生	<定員>25名 <受講料>無料 <持ち物>鏡、筆記用具



皆既3分前 (23:03) / 自宅 (月岡尚雄)



高社山のカモシカ(昨年撮影) / 赤岩(内藤勝郎)



雪化粧 / 豊田深沢 (小林照美)



オニグルミの冬芽 / 赤岩 (湯本明雄)

## 花と季節の写真募集

宛先

☎ 383-0025  
中野市三好町一丁目4番27号  
中央公民館  
Eメール c-koninkan@city.nakano.nagano.jp

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、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)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。



干支の竜を使った正月飾り  
第2・第3木曜日の午後1時30分〜4時まで、「ボラム・あんと」で教えているとのこと(だれでも参加可能)

## 輝いてます

色鮮やかな折り紙は、魔法の手によって白兔の親子、金の羽子板・竜など、様々な形に生まれ変わる。作品の生みの親は、創作折り紙を「50年位やっている」と話す松田弘さん。  
松田さんの作品は、中野保健センターの市民交流広場に飾られている。季節に合わせた作品が、訪れた人の目を楽しませてくれる。折り紙は、「作る喜び、褒めもらう喜び、送る喜び」があるから楽しいと話す。  
なお、毎月