

# ひとりひとりが防災を意識しよう!



おぶってはこんで大救出!!



中野市公民館報

初めての西条区民防災運動会

2014 No.114 (通巻 No.646) 9

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

今月号の特集  
公民館の  
夏休み子ども教室

6月22日(日)、中野西高校体育館で、初めての「西条区民防災運動会」が盛大に開催されました。

毎年「区民運動会」を行ってきましたが、今年から「西条区自主防災会」が組織されたので、防災訓練を兼ねて防災意識を高めようというところで企画されました。

体育部長が競技種目を考え、面白そうな内容を揃えました。初めての競技を区民の皆さんに理解していただくために競技前には役員が手本を見せました。

その中から一つ紹介します。競技名は「おぶってはこんで、大救出!」タイトルをひらがなにしたのは、子どもも読めて、分りやすくするためです。救護が必要な方を救済者が助けに行くゲームで、手をつなぐ、肩を組む、おんぶ、イスに座らせた子どもを大人二人で運ぶ、即席の担架を作り、ボールを乗せて運ぶ競技です。ヘルメット着用の参加者が競技内容を理解し、チームで協力し合いスムーズな競技ができ、とても良い防災運動会となりました。

## あおぞら

この原稿は8月上旬に書いていますが、9月に入って青空は高く、気温も引き続き高いのでしようか。

無計画なもので、盛夏を過ぎてから自宅へエアコンを取り付けることにしました。世間では節電への協力が呼びかけられています。扇風機だけで過ごすのは無理との家族の意見が勝りました。(なお、政府の広報にも、エアコンを我慢するなど過度の節電は、熱中症の原因となり健康を害する恐れがあるとの記述があります)

家庭の電力需要は、午後4時頃から増え始め、8時頃までが最も多くなるそうで、我が家のエアコンも主にその時間帯の運転です。ただし、工場や事業所を含めると午後1時から4時頃が必要のピークなので、全体としては許容されるだろうと自己弁護をしています。

3年前、東日本大震災で首都圏の輪番停電実施のニュースを聞きながら考えたことは、段々と頭の中から薄れてきました。防災訓練で、災害の時に感じたことを顧みるのも意義があると思います。

(竹)

# 休みを満喫



7月・8月の夏休み期間中に、各公民館で行った子ども教室を紹介します。

## 中央公民館

夏休み子ども講座「公民館教室」を8月5日(火)～6日(水)にわたり開催し、市内小学生21名の参加がありました。

初日の午前中は、長野市のドコモビルで携帯安全教室とビルの見学をしました。まず、携帯電話やタブレット等を使う時に気をつけなければいけない注意点を聞きました。続いて、長野



長野ドコモビルでのタブレット体験



明治産業の工場見学



科学実験の様子

市で一番高いビルの展望デッキから長野市街地を見ることができました。午後は須坂市の明治産業株式会社の工場を見学し、日頃見ることができない鉛やグミなどの製造工程を見学しました。

2日目は午前中に前理化学会会長 六川雄一先生による「科学実験」で4つの実験を体験し、2つの実験の演示を見ることができました。午後は、北信レクリエーション協会の春原輝明さんの指導で頭と体を使ったレクリエーションを楽しみました。日頃体を使ったあそびをしない子ども達が増えてきているので、動いて楽しむレクリエーションでした。子ども達からは、「2日間いろいろな体験をして楽しかったです」と感想がありました。

## 北部公民館



講師の藤本勉さんによるお手本披露

陶芸体験を目的とした講座「宝物づくり」を8月12日に開催し、小学1年生から6年生までの児童22名が参加。陶芸家の藤本勉さんと陶芸サークルゆうゆう会が、講師として指導しました。

講師による実演後、作品作りを開始。まずは粘土を叩いて練って、粘土の中の空気を抜いて硬さを調整。お皿を作りたい子は、小さな手で粘土をべちべち叩き、お皿の大きさまで伸ばした後、型を使ってカットし絵を描いて完了。手動ろくろでお碗を作りたい子は、ひも状にした粘土を積み上げ、手動ろくろな



世界に一つのお皿とお碗



電動ろくろに挑戦

らではの味のあるお碗が完成。電動ろくろを使った作品作りには全員が挑戦。ゆっくり、慎重に粘土を伸ばしてお碗やお皿が完成。釉薬を選び、名前と作品名を作品札に書いて講座が終了しました。「すごく大きな思い出のつまった宝物ができたと思えました」「くるくるがむずかしかった」などの感想があり、楽しい思い出となったようです。

出来上がった作品は、講師が乾燥から施釉、焼きを行って参加者へ受け渡しとなります。

# 特集

## 公民館レポート



# 公民館で夏

### 西部公民館

西部公民館では、夏休みこども教室としてシュガークラフト講座を8月4日(月)、走り方教室を8月8日(金)、陶器アート教室を8月11日(月)に開催しました。たくさんの子どもたちが参加してくれました。

シュガークラフト講座では、細かい作業に戸惑うかと思いきや器用に仕上げていました。走り方教室では、講師の先生のお話に真剣に耳を傾け取り組む姿勢がとても印象的でした。陶器アート教室では、お友達同士や隣同士で相談したり、図



8/4 シュガークラフト講座  
なるほど!そういう風にやるのか



8/8 走り方教室 真剣な眼差し



8/11 陶器アート教室 意外と難しいなあ

鑑や本を見ながら工夫して作品を仕上げていく姿が見られました。それぞれの講座で夏休みの貴重な時間を使い、暑い中元気いっぱいの子どもたちでした。

### 豊田公民館

豊田公民館では、夏休みを利用して、親子で参加できる小中学生向けの体験型教室を開催しました。野鳥探検隊は中野を離れ、戸隠の森へ行ってきました。

8月2日 土曜日

ふるさと自然体験〜野鳥探検隊〜



野鳥を探しに

信州野鳥の会の出野富永さんと霜村吉明さんの案内で戸隠森林植物園のみどり池から小川のみみち、小鳥のこみち、水芭蕉のこみちを巡りました。

アカゲラやゴジュウカラなど戸隠の豊かな自然を体験してきました。

「なかなか覚えられない、なかなか見れない、でも大丈夫。1回参加したら1種類ずつ覚えて帰れば、だんだん野鳥も覚えられるはずだよ」(クマが水芭蕉の根を食べた跡、イノシシの掘り返した跡もありました)

(イワナ、蝶、フクロウが捕まえて落としたネズミ、トンボもみたよ)

8月3日 日曜日

あちやま!美味しい!

おやきづくり体験

「あちやまおやき」を作っている豊田農産物加工施設利用組合のおやき部の皆さんに教わりながら、おやきづくりを体験してきました。

信州各地で作られているおやきでも、地域によっては作り方が違います。おやきの生地を丸めて団子にしてから、平たく伸ばしてやさしく「あずき」と「野沢菜」を包み込む。蒸して焼いてからラッピングで完成です。生地が手にくっついたり、包み込むのが難しかったりしましたが、とても美味しくうなのおやきが完成しました。家に帰り、手作りのおやきを味わっていただけたと思います。おいしかったですかな!?



あちやま!

# こんにちは 分館

草間分館は、市の南西部に位置しており、戸数約310戸、人口約900人で、7つの組から選出された運営委員7名と、館長、主事、副主事、館報編集委員3名で分館事業に大勢の参加が得られるよう頑張っています。

区や各種団体の長の正副の役員さんにも、会議の構成員として、事業・予算の審議と、行事参加やお手伝いなどをお願いし、「区民多数の参加で賑やかに」をモットーに活動しています。

4月、7月、10月には、正副団体会長会議を開催し、「市の出前講座」や「人権教育懇談会」を会議に合わせて実施しています。

7月に「シヨンシヨン祭り」へ参加、

## 草間分館

8月は「区民球技大会」（マレットゴルフとソフトバレーボール）、10月は区民文化祭にあわせ敬老祝賀会の開催、1月には「ものづくり」、「どんど焼き」を実施しています。

区民の方から、「御看誼を覚えたい」など、自主的な学習活動をした要望をいただくことがあります。草間分館では、5人以上の団体で自主的に活動したい場合には、「研究・実践集団」として、分館長に申請し、承認されれば、「あるある実践者」として、公会堂の使用等に若干の応援をすることを始めました。

また、分館報「丘の草」を年3回発行し、高丘・西部分館協議会と連絡調整をしています。草間分館の活動にご理解とご協力をよろしく願います。

（草間分館長 酒井啓太郎）



元気いっぱい！ 草間鬼獅子連

## ふるさとの歴史

日利山神社裏山に、「明治25年5月草間村中」建立の大山石尊大神の石碑がある。

大山は、相模（神奈川）平野の西方にそびえ立つ、姿の美しい山で高山らしい風貌を備え、古来大山の神として垂夫利神社（祭神 大山祇命）が祀られている。

山頂に奥社、中腹に大山寺があり、そこには不動明王が安置され、明治維新まで神仏混淆の石尊大権現と称されていた。関東における修験道場で、加持祈禱によ

## 草間の大山石尊大神

り豊作祈願、無病息災、除災招福など現世利益を求める民衆に対し、その祈願をかなえてくれるとされ、次第にその權威を高めていった。

の比は一对二で、畑地が圧倒的に多く、その畑地の大半は、山林を切り開いたもので、下畑、下々畑が、畑全体の85%を占めている。水田は、常に水害に悩まされてきた村である。

大山は、別名雨降山とも呼ばれ、降雨の利益があるといわれ、日照りが続くとき、関東一円の農村では代参者を送って雨乞祈願をした。こうした不動明王への信仰に支えられて、江戸時代以降各地に多くの個人や講中が石碑を造立している。

草間の石碑は「大権現」でなく、「大神」となっている。これは、明治維新による神仏分離令にもとづくものである。

草間の耕地を調べてみると、水田と畑

（松沢 邦男）

## 平成26年度 優良先進公民館 視察研修開催

本研修会を、7月30日（水）に諏訪市公民館を会場に実施しました。公民館職員を含め21名の参加でした。研修では、館の沿革、事業概要などをお聞きした後、県内で2例目と大変興味深いシルバードの男性限定講座「男のおもしろ倶楽部」について、立ち上げ時に講座担当の社会教育指導員であった藤森順三先生や講座参加者から、わかりやすく講座内容をご説明いただきました。その他にガラスの里美術館、諏訪市博物館、諏訪大社（上社）を見学し、研修を深めました。



藤森先生から『男のおもしろ倶楽部』のお話を聞く

## 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/categories/kouminkan/>

	講座名	日時	場所	講師	備考
中央公民館	パソコン ふれあいサロン ＜内容＞パソコンを使用 して、わからないところを 指導員がお答えします	毎週月曜日 ※祝日、年末年始を除く 午後1時30分～4時30分	中央公民館 団体室	新技術振興会	＜定員＞6名 ＜受講料＞不要 ※メニューに沿って進めるパソ コン教室とは異なります。
	地域の歴史講座	11月6日・27日・12月11日 (毎回木曜日) 午後7時～8時	中央公民館	徳永 泰男 先生 高木 元治 先生 樋口 和雄 先生	＜定員＞60名程度 ＜受講料＞無料 ＜申込み＞10月20日(月)から
	「中野市シニア大学」 公開講座	10月16日(休) 午後1時30分～3時	中央公民館 講 堂	プロスキーヤー 高橋 一郎 先生	＜受講料＞無料 ＜申込み＞不要 ＜その他＞どなたでもご参加いた だけます。
	<b>公民館ギャラリー 2・3 墨友会</b>				
西部公民館	女性限定講座 セルフマッサージ 講座 クレンジングからマッサ ージまで夏の疲れた肌 を癒しませんか?	9月19日(金) 午後7時～8時	西部公民館	ポーラザビューティ 講師 平野あき子先生 三ツ井幸美先生	＜定員＞20名程度 ＜受講料＞無料 ＜持ち物＞タオル、ターバン、手 鏡(スタンド型鏡) ※ポーラ化粧品の商品を使うため お肌に合わない方はご自身でお使 いの洗顔料・化粧水・マッサージ クリーム等をご持参ください。
	アロマテラピー 講座 ～アロマキャンドル作り～ ご自身の休息のために…	9月22日(月) 午後7時～8時30分	西部公民館	講師 熊代 俊恵 先生	＜定員＞20名程度 ＜材料費＞600円 ＜持ち物＞エプロン ※大豆を含む製品を使うため大豆ア レルギーの方はご遠慮ください。
	レジリエンス 講座 自分力を高めてみませ んか?	9月26日(金) 午後7時～8時	西部公民館	中野市 母子自立支援員 芳川 文子 先生	＜定員＞20名程度 ＜受講料＞無料 ＜持ち物＞筆記用具
豊田公民館	高齢者学級(健康でいつまでも) きもちe(いい)からだほぐし 体操+ずくだし日常健康法	9月9日(火) 9月16日(火) 午後2時～3時30分	豊田公民館	長野県健康づく り事業団 五十嵐宏美先生	＜定員＞30名 ＜受講料＞無料 ＜内容＞仕事や家事の間に気軽に できる健康体操で健康なからだを つくりましょう! ＜持ち物＞浴用タオル(フェイス タオル)、水分補給用の飲み物
	心とお財布に余裕ができる 家計のやりくり	10月4日(土) 午前10時～11時	豊田公民館	中野友の会	＜定員＞50名程度 ＜受講料＞無料 ＜持ち物＞筆記用具
	ストレッチ &ピラティス	10月31日、11月7日、 11月14日、11月21日、 11月28日 午後3時30分～5時 毎回金曜日	豊田公民館	脇坂れい子 先生	＜定員＞30名 ＜受講料＞無料 ＜服装＞運動ができる服装 ＜持ち物＞ストレッチ用マットかバス タオル



コスモストレイン／松川（小林幸成）



オオウバユリ／田麦光林寺（長嶺）



アガパンサス／一本木公園（一本木ローズ）



大賀ハス／浜津ヶ池（宮澤 聡）

## 花と季節の写真募集

宛先

中野市三好町一丁目4番27号  
中央公民館

☎222・2691

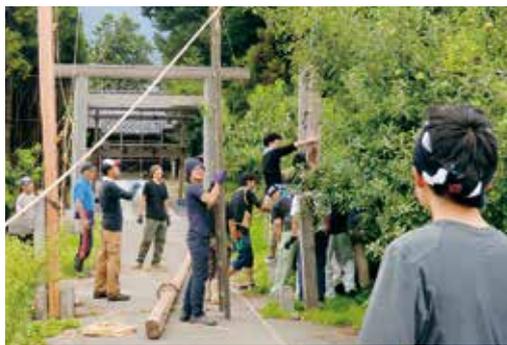
Eメール c-kominkan@city.nakanonagano.jp

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）。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ください。匿名希望やペンネーム掲載はその旨をお伝えください。随時募集！

## 輝いていきます

域文化の継承に尽力したということ  
で表彰を受けました。また、昨年は竹原神社の百年にあたり、百年祭が盛大に行われました。竹原祭祀団は、若い力を結集し頑張っています。

毎年9月21日の夜、竹原神社で奉納花火が開催され、打ち上げ花火に加え竹原祭祀団員が作る仕掛け花火が大きな魅力です。花火づくりは山ノ内町の山口煙火の指導をいただき、8月から毎日行われます。祭祀団員が減少し、大半が会社勤めの中で、運営を工夫し伝統文化の継承をしています。平成22年には県文化財保護協会から、地域文化の継承に尽力したということ  
で表彰を受けました。また、昨年は竹原神社の百年にあたり、百年祭が盛大に行われました。竹原祭祀団は、若い力を結集し頑張っています。



▲力を合わせて仕掛け花火の足場組み