

# 安曇野市公民館報

安曇野市  
中央公民館

No.27 2015.11.4  
TEL71-2466

## 認知症という病気は存在しない!

岸川雄介さん  
講演会

「認知症を地域で支えるー認知症の治療になぜ地域の関わりが必要なのか?ー」と題された穂高公民館主催の講演会が9月8日、岸川雄介さん(ミサトピア小倉医院院長)を講師に招いて行われた。講演会には、30人が参加した。

岸川さんは「認知症という病気は存在しない」と明言し、「認知症とは、原因となっていて脳の病気によって脳の一部の機能が低下しているだけで大半は正常であるが、その結果として生活がひどく混乱した状態を言う」と述べた。

認知症の治療は、その混乱した生活を改善することである。

「生活」は、家族や家庭だけで営んでいるものではなく、隣人・友人・親類、仕事や趣味の仲間、知人とともに営んでいる。その人が大切にしてきた生き方や生活の基盤をできるだけ維持して、少しでも良い生活を持てるようにすることができないか

具体的な方法を考えることが治療の基本になると言う。

ここで言う「地域」とは、必ずしも行政区分によるものではなく、その人の生活の質を保つ人間関係や情報ネットワークなども含む。

それ故に初期治療が大切で、その時点でそうした生活環境・空間とのつながりを失ってしまわないようにすることが重要だと指摘した。

そこに、専門知識や技術で支援してくれるヘルパー、看護師、ケアマネージャーが連携し、さらに、専門医、かかりつけ医の「協働」で治療にあたるのが望ましいとのことであった。

終了後、参加者からは「非常に分かりやすい話で良かった」「時間が足りずに残念だった」「初期の診断と、周りの人と手助けが大事だということが分かった」などの感想が語られた。



真剣にメモを取る参加者

## 晩酌のつまみを作って男塾堀金「おとこの酒肴講座」

堀金公民館は熟年男性を対象に「おとこの酒肴講座」を毎月開き、14人が参加している。講師に調理師の高橋清美さんを招き、簡単で美味しくヘルシーな酒のつまみを自分で作ろうと取り組んでいる。

普段、厨房に入る機会はないという人から、段取りや包丁さばきが鮮やかな人まで、様々な環境の人が集まり、講師の手ほどきを受けていた。

「形が崩れても笑いながら、楽しいのが一番。自分で酒のつまみを作って、たまには家でも振る舞って」と言う平倉公民館長の言葉に凝縮されている。

第1回は、レシピを確認しながら「餃子」「タルタルソース添えアジのフライ」「サーモンのカルパッチョ」を作った。第2回では、2種類のハンバーグと酢の物を調理した。

料理の後、「男塾」では、つまみを味わい、出来栄を賞味しながらもやま話に花を咲かせていた。

(山東路)



## いいまちサロン2周年に記念コンサート

「明科いいまちサロン」が2周年を迎え、この記念事業として、8月25日『はざまゆか 鍵盤ハーモニカ』のコンサートを開いた。

奏者のはざまさんは、「私の鍵盤は2キログラムあって、呼吸の強弱で音を出します」と言い、「ねこバス」の演奏が始まった。その途中に、日常生活の中で聞き慣れている救急車のサイレンや、コンビニの開閉音などを当てるクイズが行われ、景品を手にした人は、思いがけないプレゼントに大喜びだった。

ひとときを楽しんだ後、はざま

さんは「プリンク・プランク・プランク」の弾けるような曲や「浜千鳥」「見上げてごらん夜の星を」など12曲を演奏した。

参加した大月利夫さんは、「小学生のころのことを思い出した。素晴らしい演奏を聴き、堪能した」と話していた。

当日の参加者は120人で、余韻がいつまでも残る日であった。





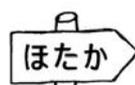
講師の手元に見入る参加者

「季節の料理教室」が9月27日、穂高公民館調理実習室で開催され、男性5人、女性15人が参加した。

今回は、信州サーモンの養殖業を営む郷津実さんを講師に迎え、さばき方や調理について学んだ。

参加者は、初めて手にする信州サーモンを、講師指導の下、上手にさばき「信州サーモンのなめろ風みそ和え」他2品を作った。

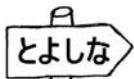
参加者は「なめろう、あら汁がおいしかった」など感想を語っていた。



「季節の料理教室」が9月27日、穂高公民館調理実習室で開催され、男性5人、女性15人が参加した。



信州サーモン料理を学ぶ



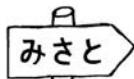
第1回目は「さし芽」以降「鉢上げ」3本仕立てのための「摘芯」「誘引」、

本年度の菊作り講座は、豊科公民館が大規模改修中のため、光公民館を会場にして男性15人、女性4人で実施した。

菊の成長に伴う大切なポイントを5回にわたって受講、

菊作り講座

雨に煙る深い森に風情ある趣の参拝になった。ふるさと講座に参加することで視野が広くなり学びの喜びを感じるとい声が多く、講師の説明が充実していて、生涯学習の魅力になっている。(山東路)



代、後白河法皇の編著によると、四方の霊驗場として富士山などと共に修験道の山として広く世に知られていた。

歴史の里・雨の戸隠を行く

三郷公民館は9月9日「歴史が息づく信仰と神秘の地・戸隠と善光寺を巡る」ふるさと講座を開き30人が参加した。天の岩戸伝説で名高い戸隠は、平安時代、後白河法皇の編著によると、四方の霊驗場として富士山などと共に修験道の山として広く世に知られていた。



読書会

毎月隔週の火曜日に明科公民館で午後1時30分から始まる「読書会」は、会員の5人が長く続く会の灯を守っている。

始めたころは、1人で読んでも読み切れない外国文学の翻訳を選んで輪読していた。今は堀辰雄の『風立ちぬ』を読んでいる。

感想を述べ合った後は、自作の短歌を発表する。作品批評は厳しく、短歌としての表現を求め合う。

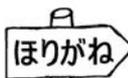
指導する先生方が亡くなり、特別な指導者はいないが、広い分野に題材を求め熱心な姿が伝わってくる。

「音もなく轍を下る雪消水林道は午後の陽を返しつつ 長崎豊子」



そして10月3日の最終講座の5回目は「輪台の取り付け」を行った。

豊科地域文化祭の菊花展には、受講生のブースが設けられていて出品するようになって



憩いの調べに乗せて～ロビーミニコンサート～

堀金公民館は9月12日、ジャズバンド「モダン・デュークス」を招いてミニコンサートを開き40人ほどが参加した。

バンドと聴衆の年齢層が近く「A列車で行こう」「ルート66」などのメロディーが、それぞれの思い出につながるっている。

「モダン・デュークス」は、中田穂高公民館長たちが、学生時代に活動した教員仲間を中心に数年前に再開した。ロビーミニコンサートで、懐かしい音楽に出会える機会を、地域の人達も楽しむにしている。(山東路)



思い出は音色と共に



絵：加々美 豊  
花：ナンテン

# 古きを尋ねて

## ⑱熊野神社(三郷中萱)

熊野神社は、三郷明盛の中萱地区に産土神として鎮座し権現の宮とも呼ばれている。和歌山県熊野那智大社の分霊であり、分神勧請した。中萱の熊野神社の「由来記」によると、白雉元年(650)紀州熊野権現より勧請、応永8年(1401)熊野三社の宮を再勧請し、応永18年(1411)には、紀州熊野の僧が中萱の宮の傍らに神宮寺を建立したとある。社伝によると同じく応永18年に多田加助の先祖が熊野勧請をしたとも伝わ



史実を研究している、元氏子総代の宮澤久典さん(貞享義民記念館初代館長)と直孫の薫さんを訪ねたが「由来記」については未解明な点もあり、記述の信憑性は仮説と考えられる部分もある。

かつて、下中萱に、京都の八坂神社(祇園社)を勧請したと考えられる八坂社があったが、明治40年(1907)熊野神社に合祀した。本殿は三郷で一番古く、絵馬、お船と共に市指定文化財である。松本藩が解体したという神宮寺の本尊千手観世音菩薩立像と鬼子母神立像は、熊野神社に保存されている。

三郷郷土研究会の初代会長で三郷村文化財保護審議会会長を務めた宮澤正昭さん(84)は、「神宮寺は国司が勧請地を巡回中に結ばれた身分の違う娘と子どもを守るために国に帰り建立した」と、伝説を語った。

喧嘩祭りといわれた拝殿の幅と同じ大きさを誇り、県下最大であるお船と、お船の飾り物を構想から数カ月かけ、飾り物製作集団・紫石会に結集する会員が一日の仕事を終えた後に作るという労作が祭りを盛り上げている。宵祭りの夜店の数は30軒に及び、懐かしさを感じさせる情緒の中に、村人の願いと団結を示した時代の名残を覗かせている。

# 私は一生懸命

明科 いまちつくるうかい!! 代表  
内川 勝治さん (明科・宮中)



知人の稲刈りを優先し、自分のところもようやく終わり、ひと息ついたところで…と、日焼けした顔をほころばせる。

平成17年から24年までの8年間、宮中区長を務め、その間、明科地域と市の区長会長を歴任した。そこで感じたことは、「一休感への道のりは厳しい条件が重なり合っていて、容易なことではない」と力を込める。

行政改革の中で、83区に地区公民館は99館あり、年間行事を行うのに区や社協の行事と日程が重なり、中には内容が共通しているこ

とがあつたりして、共催の形を選びながら運営をしているのだが、違和感を覚えている。方向は分かっているが総意としてできなく、苦しんでいるところが多い。

今は「協働のまちづくり」の中でワークショップから立ち上げてきている「明科いまちつくるうかい!!」の代表として、力を入れて3年になる。こうした集まりはとかくして、仲良しサロンの陥りやすいから、十分気を付けている。

財政的な苦しみはあるが、地域性や特長のあるサロン、また、話題性があり、生活と密着する事柄などにも、力を入れていきたい。

その中でリーダーの育成には常に心を配らなければならないと考えている。自分たちの力で課題を見つめ、方向を出していくことは全てに自信と確信を持つことにつながる。

これからの課題の中に、あやめ栽培や、長峰荘のこと、駅前開発のことなど、関わることもあるだろうが、明科地域区長会などは正面から取り組んでもらいたい、と注文もしっかりとつける。

「私は圧力団体にならないように注意している。いろいろな事業をしてきたが、地元の議員に頼んだことはない」と言い切る。

青少年問題の在り方、自主防災事業の意識改革など行政に長く関わってきただけに、真正面から見つめる大事な言葉がでてくる。

# 地区公民館だより

## 岩原地区公民館(堀金)

■岩原は山岳に連なる道筋

岩原地区は、堀金9地区の北西部に位置し、南に田多井地区、東に倉田地区、北は扇町地区に境を接している。更に、穂高地域と隣接した北部に平成16年「国営アルプスあづみの公園」が開園し、安曇野の観光拠点の一つになっている。また、公園前の「大天井岳線」を奥に進んだ烏川支流には「県営烏川渓谷緑地」が、四季折々の自然環境の豊かさを発信している。

■元区長・元公民館長の薫陶

戸数235戸、人口799人の小さい地区で、まとまりの良さを発揮する効果になり、組織力に恵まれている。公民館役員は2年任期の館長、副館長、主事の3役と、女性部役員、体育部役員を併せて9人で運営し、他に運営委員会を構成している。役員経験者が率先して事業や行事に参加し、公民館活動が地域活動と同軸となり、日常生活の一環として地区全体で根付いている。数年前に仮装盆踊りを復活させた「納涼祭」は、「子ども相撲」に「花火大会」ゲームや自作食品の「露店」出店で、世代間交流の場として350人余りが参加している。



(岩原地区公民館長 山口敏夫)

■行事は親睦交流・社交場

公民館旅行は、40人余りの参加者が「白川郷」を巡り、世界遺産の旅で親睦を深めた。区と共催で開いた敬老会には40人余りが出席し、女性部と健康づくり推進員共催の「健康づくり講習会」には20人余りが参加した。「手芸」「フラワーアレンジメント」「しめ縄作り」「萬物作り」「まゆ玉作り」など年間を通して各種講習会を企画している。

堀金公民館が主催し50回を数える伝統の「堀金一周駅伝大会」では通算優勝18回を記録している。

最近10年間でも優勝5回、準優勝2回と奮闘しているが、普段からの選手と役員、地域の連帯の賜である。

# グループ紹介

## あづみ野ビデオクラブ

「ビデオカメラで動画を制作し、楽しもう」と会が発足し、25年が経った。現在、会員は13人でそのうち80代が6人である。例会は、穂高公民館の視聴覚室で毎月1回行っている。

撮影した映像を編集し、仲間の動画の苦労話を聞きながら鑑賞する。毎年、会員のお気に入りの作品を穂高文化祭の会場で放映している。

会員の永戸セツ子さん(89)は、本年のNHK長野ビデオコンクールで優秀賞に輝いた。安曇野市制施行10周年記念に会員の小川原幸雄さんが企画制作した「安曇野市から日本百名山がいくつ見えるか」は、8月、穂高交流学习センター「みらい」で映像と写真の展示会を開催し、テレビ・新聞で報道された。約700人が来場し、感動と称賛の言葉が寄せられた。



現在、百名山の映像は安曇野市役所のロビーで常時放映されている。

会員は「カメラを持って外に出ると、目が輝き、元気になります。撮った映像をパソコンで動画編集に取り組むと、ボケ防止になります。高齢者の多い会ですが、映像に生きがいを求め歩んでいく会です」と語った。

入会希望者は、問い合わせ  
矢ノ口 電話82・5014

# 擧

写真家の丸山祥司さんが追い続ける南半球の星座「竜骨座」の主星である「カノープス」の写真展があった。シリウスに次いで2番目に明るく太陽の65倍大の南天の冬の星である。太陽系の果てでは、月より小さい冥王星に探査機が最接近し、調査を

始めた。

宇宙飛行士の油井亀美也さんは国際宇宙ステーションで物資補給機「こうのとり」を捕捉した。日本の実験棟は交流学习センターと同じ「みらい」である。安曇野市10周年の「みらい」には「きぼう」を捉えたい。

(T・Y)