

- ・表紙「子ども公民館」..... p.1
- ・安曇野を知る1枚「異聞・常念坊像」..... p.1
- ・公民館講座  
(豊科・穂高・三郷・堀金・明科)..... p.2,3

- ・グループ紹介「謡曲の会」..... p.2
- ・地区公民館だより「熊倉地区」..... p.4
- ・私は一生懸命「川北卓史さん」..... p.4



## 子ども公民館

堀金公民館は8月1・3・5日の3日間にわたり市内の小学生を対象に「折り紙の達人になろう」「ドローンを飛ばしてみんなで遊ぼう」「けん玉の達人になろう」「棋士を目指そう」の4講座を堀金公民館で開催し延べ90人が参加した。

折り紙講座に参加した三郷小学校の3年生は折り紙セットをたくさん持って「作るのが楽しみ」と言い、穂高西小学校の2年生は「難しい折り紙を覚えたい」と言った。けん玉講座を選んだ堀金小学校の1年生2人は「とめけん、飛行機などの技を教わったので家でも練習したい」と張り切っていた。初段に合格したという穂高南小学校の6年生は「大会に参加して入賞できるように頑張りたい」と話していた。夏休みのいっとき、子どもたちの熱気が溢れていた。

## 地区公民館だより 熊倉地区公民館（豊科）

熊倉区は、安曇野市の南東に位置し、東に梓川、犀川、西には雄大な北アルプスを望む緑豊かな農村地帯である。当区の課題は、急激に進む少子高齢化による人口減である（人口は、2015年比21%減）。

公民館活動は、コロナ禍3年目において、区民の皆様の安全、安心を最優先に考え、更に直面する人口減の課題に対し、少しでも活性化すべく、育成事業、世代間交流、敬老事業の充実を図ることを優先に活動を進めている。しかし、コロナウイルス感染状況により思うように進んでいないのが実情である。

そんな中、6月12日、世代間交流、育成事業を目的に公民館役員と子ども会育成会は春日会（老人クラブ）と協力し総勢30人で、公民館の広大な花壇に5種、約1,200本の花の苗を植えた。

夏祭りは、コロナ感染拡大に伴い残念ながら中止になったが、夏の思い出に3歳以上中学生までを対象に花火とお菓子を配り好評であった。

今後、敬老事業、地域歴史学習および自然観察など、工夫を凝らしながら取り組んでいきたいと思う。

【天野和幸 熊倉地区公民館長】



## 私は一生懸命 川北卓史さん（穂高）

私たちが主に水彩画を勉強する仲間として集まったのが、十数年前。カルチャーセンターから始まり、現在は穂高公民館の教室をお借りし、みんなで毎週絵を描くことを楽しんでます。

絵は「それぞれの解釈」「それぞれの好み」そして「それぞれの楽しみ」。この考え方を大事にしてきました。絵の上手下手はお構いなし、初心者も上級者も一緒に描くのが楽しいのです。

一歩外に出れば美しい日本の原風景が広がる安曇野で絵を楽しまないのはもったいない、という仲間の集まるグループ「みず絵の会」です。

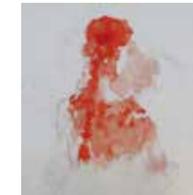
講師は私、川北卓史が勤めさせていただいています。私はこの教室の中では若輩者ですが、みなさんに優しく接していただき、なんとか今まで続けてこられました。

絵を描く技術だけはみなさんにお教えできます



が、肝心のところは教わりに行っているような毎日です。勉強しているのは、主に水彩画ですが、近年、デッサンを基本から勉強したいとの声もあり、希望者のみデッサンの日も設けています。興味のある方は出入り自由のオープンキャンパスですのでいつでも遊びに来てください。

年に一度、公民館の発表会と希望者による美術館での展示会も無料で参加できます。



## 安曇野を知る1枚 異聞・常念坊像

常念坊は、常念岳を住処にしていたという雪形にも現れる伝説上の人物で、村人に仙薬を授け、雨乞いを助けたという霊性を持つ。一方では、夜な夜な村里に降りてきて酒乞いをして回ったと伝わる。空を飛舞する羽と地上を疾走する車輪を備え、酒壺の瓢箪を手にした異聞・常念坊が誕生した。（1992年城田孝一朗作・堀金中央公園内）



## 編集後記

◆今年4月に松本の温泉旅館の若女将になったオランダ人女性は、高校留学時に安曇野の風景に魅了されたことでこの地で働く夢を持ったそうだ。すばらしきかな安曇野！ (Y・I)

◆いまだ落ちつきを見せないコロナ禍であるが、にぎわいはかなり戻ってきた感のある安曇野だ。歴史と文化、豊かな自然に恵まれたこの地を活かして心身を鍛えて欲しいものだ。(K・Y)

# 【公民館講座】



## 「陶芸教室」 ～気分は北大路魯山人!?～

市内公民館で唯一焼成窯を構える三郷公民館では、市内在住の三原好清さんを講師に、全3回の陶芸教室を開催した。



慎重に…第2回の釉薬(ゆうやく)がけ

例年同教室を開催しており、今回10人の生徒がお茶碗作りに挑戦。7月23日の第3回では、焼き上がった自分の作品を初めて手に取り、実際に抹茶をたてて飲むなど色合いや感触を味わった。



## 地域物語「堀金のお宝発見講座」 ～堀金にあるすてきな仏像～

堀金公民館は6月19、20日にかけて、地域物語「堀金のお宝発見講座」を開催した。百瀬新治さん(元豊科郷土博物館館長)を講師に初日は仏像を現地見学、翌日は同館で講演会を開き計55人が参加した。

最初の見学地、扇町の「薬師如来」は250年程前に造られ、現在は地元の同姓の人たち等により、お堂が改築され安置されている。次に川口の観音堂を訪ね、「聖観



音菩薩像」を拝観した。田多井には、緩やかな坂道に入った所に観音堂があり「十一面千手観世音菩薩立像」が安置されている。往時は寺山の峰に観音寺があり後に山腹の堂平に、更に現在地に移り仏像だけが残ったと伝えられる。田尻にある不動尊堂には元、正福院の本尊と伝わる「大日大聖不動明王像」が2童子を従え祀られている。中堀薬師堂の「薬師如来」は、旧会田組乱橋から勧請した。どこの仏像も古くから地域の人々に親しまれ愛され続けている。



## パラスポーツ講座 「ゴールボールを体験しよう」

明科公民館では7月8日明科体育館を会場に、長野県障がい者スポーツ協会から3人の講師を迎えて、パラスポーツ講座を開催した。親子を含めた12人が集まり、1チーム3人に分かれて「ゴールボール」を体験した。

目隠しで見えないボールを鈴の音を頼りにゴールにボールが入らないように飛びつき汗を流した。



東京2020パラリンピックで日本代表女子チームが銅メダルを獲得したゴールボールはバレーボールと同じ広さのコートを3つのゾーンに分けて行われる。

ボールをバウンドさせる、キャッチして10秒以内に投げ返すなど難しいルールもあるが、今回は相手エンドラインに向かってボールを転がし、それを3人1組でブロックする形で試合を進めた。

手による触感を頼りに守備範囲を確認し、鈴の音を頼りにボールを体全体でブロックする事を通して、五感の役割を改めて体感した。



## 「夏休みフィールド チャレンジ教室」

豊科公民館は7月26日に夏休みフィールドチャレンジ教室を開催し、親子7組18人が参加した。

まず2班に分かれ講師の三郷昆虫クラブの那須野雅好さん、烏川溪谷緑地のスタッフの皆さんと一緒に烏川溪谷緑地内の植物・昆虫の観察を行った。カエデの大木の観察やオニヤンマ、アキアカネ等のトンボの採



第3回完成品を手元にリラックス

取など子どもたちは元気に走り回っていた。その後、烏川に入って網で水生生物を捕り、顕微鏡でカゲロウなどを観察した。大きなヤマアカガエルが見つかった時には歓声があがった。

烏川溪谷緑地を満喫した後、国営アルプスあづみの公園に移動した。午後は、自由行動としたが、自由参加の観察会が行われ烏川溪谷との植生の違いやオオルリシジミについて興味深い話もあった。暑い日であったが、参加した親子は自然観察の楽しい一日を過ごした。



## 「健康づくり講座」

穂高公民館は7月7日に穂高会館で『健康づくり講座：「睡眠」と「健康」の知恵袋』(全2回)の初回を開催した。講師は明治安田生命保険相互会社松本支社の斉藤功子さん。本講座の企画は明治安田生命保険相互会社が健康をテーマにした地域貢献として市に提案したもの。受講者5名と松本支社の方々が参加した。



講師から睡眠についての正しい知識、良い睡眠をとるための実践方法、自分にとっての良い睡眠の実感など、睡眠と健康について、クイズを交えながら楽しい話があった。

## 【良い睡眠をとるために】

- ×クイズ：①眠れない時は羊を数えるのが良い？ ②靴下をはいて寝るのが良い？ ③豆電球くらいはつけて寝るのが良い？ ④夢は眠りに良くない？ (答えは全て×)
- 良い眠りをとるには… ①毎朝ほぼ定刻に起床 ②起きたらすぐ布団から出る ③よく噛みながら朝食 ④午前中に日光を30分以上浴びる ⑤日中活動的に過ごす ⑥趣味を楽しむ ⑦1日1回は腹の底から笑う ⑧夕方に軽い運動や散歩(1日30分以上歩行)

## グループ紹介 謡曲の会(明科)

謡曲とは、能の音楽部分のことで、謡とも呼ばれている。主人公のシテやその相手役のワキなどによって謡われる役謡と、登場人物以外の演者たちによって謡われる地謡で構成されるようだ。

会をまとめている大澤慶哲さんの話では、平成6年の9月に発足し、現在は11人ほどだが101才になる会員もいる。今はコロナ禍もあり、なかなか全員が顔を会わす事はないようだが、毎週土曜日に集まりを持っており、取材した日は8人が集まり、観世流の演目「菊慈童」の読み合わせを行った。月に一度、能楽師の青木道喜氏をお迎えして指導していただいている。抑揚が難しくセリフ回しも覚えるしかないそうだが、テキストを見ながら読み進める会員の姿に、能楽の舞台が目に見えるようであった。

