

# 安曇野市公民館報

安曇野市  
中央公民館

No.54 2020.5.20  
TEL71-2466

## 堀金地域の地区公民館 ニユースポーツで競う

堀金公民館は2月16日、冬季の運動不足を解消すると共に、スポーツを通して地域住民相互の融和を図る事を目的に、堀金総合体育館と常念ドームで「堀金冬期スポーツ大会」を開催した。9地区公民館対抗戦で各地区30人余、300人ほどの選手が集いニユースポーツ4種目で競い合った。

メインアリーナで行った「ワンバウンドふらばるバレー」は、おにぎり型の変形ボール（ふらばる）を打ち合うバレーボール型の競技で、田多井公民館が優勝した。準優勝の下堀地区で家庭婦人バレー選手の山田泉さんは「勝てなかつたけれど、皆で力を合わせて競技できて楽しかった」と満足そうに語った。



マレットゴルフのボールを打って基盤の目に乗せて得点を競う「囲碁ボール」はサブアリーナで行い、予

選リーグを勝ち抜いた扇町地区と岩原地区が対戦し、岩原公民館が優勝した。マレットゴルフの大会に出場しているという齋藤とし子さん（岩原）は「マレットより緊張した。優勝できて良かった」と胸をなで下ろしていた。



ソフトテニスボールを手で打つ「ハンドヒットボール」は、昔懐かしい三角ベースで、見逃しストライクとフォアボールが無い。三振以外は必ず打って走る競技で、3アウトにならなくても1インニング5点でチェンジする。常念ドームで行った試合は、男女混成チームで対戦し、下堀公民館が優勝した。

先端が二股になった細い棒で円盤（ディスク）を押し出し、ダイアグラムと呼ばれる得点盤上にディスクを多く留め得点を競う「シヤッフルボード」は剣道場で行い、下堀公民館と最後まで競り合った倉田公民館が優勝した。全ての競技で各公民館が優勝を分け合い大盛況の大会だった。

## 青春ドラマシアター

2020

豊科公民館は、2月11日に大ホールで「安曇野市青春ドラマシアター12020」を開催した。安曇野市内の高校演劇部がお互いの劇を鑑賞し交流する会で、今年で10年目となる。昨年まで「安曇野市高校演劇合同発表会」として9年の歴史を積み重ねてきたが、10年の節目を迎えたことを機に名称をリニューアルして開催するに至った。各高校演劇部が自由にのびのび公演できることをねらいとしている。



高校生が手掛ける演劇は、大道具、小道具、演出や衣装、メイク、照明、音響にいたるまで全て自分たちの手で行うため、事前に照明や音響の講習を行った。メモをとりながら熱心に学ぶ高校生たちの覚えは早く、本番では助けを借りることもなく本格的な照明や音響を使用した。なした。

部員の人数が減り一人何役もこなさなければならぬ状況であるが、各部署で創意工夫し高校生らしい演劇を披露した。

## 穂高商業

高校は「想いの花言葉」というオリジナルの脚本で臨み、青春の葛藤をうまく表現した。豊科高校は「楽しい歓迎会」と題した二人劇だったが、迫力のある劇だった。昼食の後の明科高校「よくある話」では、部員4人全員が1年生で新鮮な劇を披露した。しんがりは、南安曇農業高校が「推しを語って何が悪い！」を役者4人で演じたにぎやかな劇だった。

今年には部員が練習と並行して広報活動に取り組んだこともあり、例年に増して観客が多く、部員たちも張り合いがあったのではないだろうか。公演が終わるといち早く見送りに出て、熱心に観てくださった観客に感謝の気持ちを伝えていた光景から、観客と部員が一体となり楽しんだことが伝わってきた。

高校演劇がより一層市民に知られ、「安曇野市青春ドラマシアター」がますます発展していくことを願っている。



豊科高校「楽しい歓迎会」

# 私は一生懸命



山之内里冴さん(穂高)

日頃、地域の皆様との交流を深め、一人一人に寄り添えるものを目指してヨガやフロアバレエの指導者を務め、さまざまな機関や施設、公民館などで活動をしている。

ヨガの講師になったきっかけは、私が趣味で行っていたヨガを「教えてほしい」という友人からの依頼があったからである。ヨガを始めて20年余り、ヨガは教えられないものではないが何か伝えることはできるだろう。また、かつて呼吸法でパニック障害を招き、自らそれを克服した経験から「呼吸法の大切さを伝えたい」との思いもあり講師になる決意をした。市内の学校の外部講師やPTA・教育機関からの依頼で講演会を行ったりしている。ヨガは奥深く、真理を伝えるにはまだ経験が浅いと感じており、これからも学びを深めていきたいと思っている。

平成27(2015)年に「NPO法人バー・アステイエ協会」の長野県初の講師資格を取得した。バー・アステイエとは、フロアバレエと呼ばれるジャンルの一つである。ダンス経験が元々あった

私が、ある時クラシックバレエで膝をけがした時に、床に座ったり寝たりして誰でも行えるバー・アステイエに出会ったことが始めるきっかけとなった。フロア・バレエは解剖学的にも優れたエクササイズで、高齢者の方でも無理なくできるところが素晴らしいと思う。



平成30(2018)年から穂高公民館の依頼で「フロア・バレエ教室」の講師を務めている。この教室がきっかけで、自主的なサークルが結成され、はや3年が過ぎようとしている。皆さんは積極的に健康でいたいという意欲があり、講師の私も刺激されることも多く、生徒さんの情熱に突き動かされている毎日である。皆さんの笑顔が私の幸せにつながり、感謝の気持ちでいっぱいである。



これからの時代は運動が不可欠である。楽しく動いて毎日に活力を持ち、いつまでも健康でいられるよう、これからも、さまざまな場所皆さんの何かの役に立ちたいと私は願っている。

## 古きを尋ねて

### ③大日大聖不動明王 (堀金・市有形文化財)



堀金小学校西方を100メートルほど進んだ南方奥の堀金三田・田尻地区に「田尻不動尊堂」がある。現在の不動尊堂は昭和5(1930)年、同地に再建されたもので「大日大聖不動明王」を本尊に矜羯羅童子、制吒迦童子の2童子を従え祀られている。

不動尊は背後に火焰光を背負い常に火が燃えるような火生三昧の境地にいて、その力により心の内外すべての障害と汚れを焼き尽くし、あらゆる悪魔を打ち砕き、修行者を守り修行成仏を完成させるといわれる。本来、怒りの姿を示して悪魔を追い払う仏の使命を受け、明王の代表であるといわれ、田尻の不動尊も眼を怒らし両牙を噛み合わせ、右手には煩惱と悪魔を打ち砕くという剣を持ち、左手には、いかなる人も捕らえてその傍に引き寄せる自在の方便を示すといわれる縄索を持っている。1メートル87センチの木造寄木彫刻で、赤いガ

ラス質の両眼から別名「目赤不動」と呼ばれている。

不動尊堂の前身は、同地区在住の浅野正一郎さん(浅野家18代当主)の家系の祖に遡る浅野家の修験道寺院「正福院」である。同家の古文書によると、慶長3(1598)年、浅野家ゆかりの諏訪部家、頼勝(修験者・勝覚)の代に醍醐寺三宝院から「大学院」の称号を下賜され、不動尊像を寄進されている。「大学院」は、浅野家3代円海の享保年間(1716~1735)に「正福院」に改名された。

天明元(1781)年、地域の隆盛状況による移転、文政5(1822)年の土地売却、明治2(1869)年に庫裡売却と、財政事情や明治初期の廃仏毀釈の嵐の中、不動明王像は明治8(1875)年には浅野家に安置されていた。時の当主14代正人は不動堂を建立し、不動尊を遷座して田尻区に奉納した。昭和3(1928)年、火災により不動堂は焼失したが本尊は救出され、田尻集会所に仮安置されていた。浅野家16代当主琢郎や不動総代の尽力により不動尊堂は再建され現在に至る。



# 地区公民館だより

## 踏入地区公民館(豊科)

踏入地区は225世帯、人口611人の地区であり、踏入地区公民館は踏入地区の東部に位置し、近くに豊科北小学校、南穂高児童館がある。

令和元年度の公民館事業は、6月16日の地区公民館対抗球技大会から始まった。雨天のためソフトボールは中止となったが、ドッジボールにはA・B2チームが参加し、Aチームが優勝した。

7月27日のあづみ野祭りでは、こども会育成会と公民館役員で山車を製作した。「踏入花フェスタ2019」をテーマに、子どもたちが作成した絵とイルミネーションで飾りつけし出来栄は上々だったが、途中から大雨で中止となった。



8月の最初の土曜日は、踏入区拡大夏祭りが行われた。踏入区、公民館、子ども会育成会、地区社協、PTA共催の大会である。今年度は、綿あめ機とポップコーン機を購入し、小学校低学年や未就学児の皆さんを始め大勢の方が楽しめるようにと考

えられた。当日はとても暑く、熱中症に配慮しながら、バーベキュー、綿あめ、ポップコーン、かき氷、すいか割り、ビンゴ大会などたくさん催しが行われた。大勢の人が集まり好評で楽しい時間を過ごすことができた。

9月16日には敬老会を開催した。第1部は、小学生との交流会を行い、肩たたきをしたり歌を歌ったり、けん玉ゲームなどで楽しんだりした。第2部は、祝宴会で大正琴の演奏を楽しんで頂いた。参加者同士の交流や子どもたちとのふれあいを通して、なごやかな敬老会となった。



1月11日は三九郎を行った。午前中に子ども会育成会と公民館役員で門松を集め、やぐらの組み立てを行い、午後、子どもたちが各自で作ったまゆ玉を持ち寄り、点火後無病息災を祈念しまゆ玉や餅などを焼いておいしく食べた。2月9日に地区公民館対抗球技大会が行われ、ワンバウンドふらばるバレーボールに2チームが出場し大健闘したが惜敗した。踏入地区公民館長の小穴章雄さんは「一年間のこれらの行事を通して、参加者の絆が深まったと感じた」と話した。

# グループ紹介

## 明科木彫クラブ(明科)

明科木彫クラブは、旧明科町時代に公民館で開かれた木彫講座をきっかけに始まった。講座は約1年間続き、講座終了後、希望した18人がクラブを結成し、現在まで続いている。現在の会員数は13人で、新旧入れ替わりはあるものの7、8人は講座開始から元気に活動している。

木彫講座の講師を務めていた「木彫クラフトもくげん」の松田富行さんには、クラブとなった現在も指導を受けている。

クラブは基本毎月第1、第3水曜日の2回で明科公民館の創作室を会場に開いている。時間は3時間程度で、それぞれの都合に合わせて集まり、作品の創作活動に取り掛かる。作品は小さな置物から山や花のレリーフのような大きなものまでさまざまである。おのおのが好きな図案を選んで彫り上げ、最後に色を塗って仕上げる。選ぶ絵の具や色の重ね方を工夫して、1年に



1〜2作品を作っている。出来上がった作品は明科地域文化祭で発表しているのので、ご覧になられた方も多いただろう。会員も70〜80代と高齢化が進んでいるが、彫刻刀を使った細かい作業や微妙な色の変化を筆先一本で表現する事は、脳の活性化につながっているように思う。また、女性が多いので、活動終了後持ち寄った漬物などで30分くらいお茶を飲みながらおしゃべりをして親睦を深めている。そして、年に1回、暮れあたりに忘年会を兼ねた昼食会を開いている。同クラブは、若干名仲間を募集している。

問い合わせ先  
代表 能井秀夫  
080・1078・3021



花：ユキノシタ  
絵：加々美 豊



みさと  
料理教室  
「桃の節句料理」

三郷公民館は、2月13日に令和元年度2回目となる料理教室を開催した。参加者は23人で、50代から80代までの幅広い年齢層からの参加があった。

メニューは「飾り寿司(黒豆チラシ・四海巻き・桃の花寿司)」「グラタン(簡単で野菜たっぷり)」「十二単菱餅」「ハマグリのお吸い物」で、桃の節句にふさわしく色

合いも華やかで食欲をそそられた。



参加者は、夢中になって調理を行い、慣れるに従って教え合いながら手際よく仕上げていった。「皆で和気あいあいとできた」「わかりやすく身近な料理でよかった」など満足感あふれる声を聞く教室となった。

ほりがね  
綱引き選手権大会

堀金スポーツコミュニティは、1月26日に堀金公民館と共催で綱引選手権大会を堀金総合体育館で開いた。8人1組が引き合う綱引きには、14組が参加した。



ロープバランスくずしは、3.5m離れた高さ60cmの跳び箱の上で向かい合い立った2人が、綱を引き合い相手を跳び箱から落とす勝負で、11組が参加した。

公開競技の3方引き綱引きは、4人1組の3組が3方向へ引き合う競技で「堀金少年卓球クラブ」の泉愛渥さん(中1)は「斜めに引っ張られてちょっと怖かったけれど楽しかった」と笑顔で話した。

ほたか  
健康づくり講座  
「格闘技エクササイズとストレッチ教室」

穂高公民館は、2月に健康運動指導士の小林美穂さんを講師に全4回シリーズで「初めての人のための格闘技風エクササイズとストレッチ教室」を開催した。「若い人から



とよしな  
地区公民館対抗球技大会  
「ワンバウンド」  
ふらはくるバレーボール

豊科公民館は、2月9日に地区公民館対抗球技大会「ワンバウンドふらはくるバレーボール」を豊科北中学校体育館、豊科勤労者総合スポーツ施設体育館の2会場で開催した。

当日は晴天で、体育館は底冷えしたが、寒さに負けず22地区公民館から総勢356人が参加して競技した。それぞれの会場で熱戦が展開され、会場内は笑い声や声援に包まれ、大いに盛り上がった。

北中会場は、光地区、勤スポ会場は、田沢地区がそれぞれ優勝した。



高齢者までどの年代の人でも参加できます。脂肪を燃やしてストレスを発散しませんか?との呼びかけに、40代から70代の女性22人と70代男性1人が参加し「初めての体験で楽しくストレス発散になった」「運動不足になりがちなの時期とても楽しく身体を動かすことができた」などの感想があった。

講師の小林さんからパワーをいただきながら、ストレス発散・運動不足解消につながる講座となった。

あかしな  
固定概念をぶっ壊す  
「知と汗と涙の近大流」  
コミュニケーション戦略

安曇野リハビリプレイヤーズクラブは、2月23日に明科公民館共催で近畿大学総務部長の世耕石弘さんの講演会を開催した。世耕さんは、前川で開かれる各種カヌーの大会に20年近く選手として出場されている。

近畿大学は、受験人口が減っていく中、生き残りをかけて独自の研究に挑戦し続けた。大学の名前を一躍有名にしたのが、クロマグロの完全養殖である。研究成果を学術分野に終わらせず、革新的な取り組みとして大学の知名度アップにつなげ、ペーパーレス出願や独創的な広告、話題性に富んだキャッチコピーとの相乗効果で、ついに私大入試の志願者数1位を獲得した。

時代の変化に対応し、常に改革に挑戦し続ける姿勢は、まちづくりの参考となるものである。



冬の寒さに耐え、躍る陽光の春を迎えたというのに、この重苦しい空気はどうしたことであろう。一日も早く平穏な日々が戻ることを祈りたい。

(K・Y)