

・表紙「第13回安曇野市総合芸術展」…… p.1	・グループ紹介
・安曇野を知る1枚「室山」…… p.1	文化箏「あずみの乙女」…… p.2
・公民館講座	・地区公民館だより「真々部地区」…… p.4
(豊科・穂高・三郷・堀金・明科)…… p.2,3	・市公民館大会…… p.4



第13回 安曇野市総合芸術展

3月7日～15日開催

安曇野市総合芸術展が3月7日から15日まで、豊科交流学習センター「きぼう」で開催された。各地域文化祭の出展作品から選ばれた絵画・水墨画・書道・写真・工芸・彫塑の6ジャンル123作品が展示され、期間中の9・10日にはあづみ野ビデオクラブのビデオ作品

20点も会場内のブースで上映された。期間中、市内外から610人あまりが会場を訪れ、各種作品に見入るとともに写真に収める人も多く見受けられた。来場者アンケートに「どの作品も素晴らしい！バラエティーに富んでいて良かった」「初めて観に来ましたが、どれも力作でびっくりしました」「趣味とはいえない力量。感激しました」「何かに夢中になって取り組めたらと久々に思いました」などの感想が寄せられた。

安曇野を知る1枚 室山

三郷地域の西、飛騨山脈を背にして、小倉地区の平地に囲まれ、島状に孤立した山地が「室山」である。室山は南北約1km、周囲は2.7km。西側の麓には湿地だったところに人工の室山池があり、春は桜、夏はスイレンが咲く。標高792.99mの山頂には、伝説の巨人「でいらぼっちゃ」を模した展望台がある。山頂付近の安曇野みさと温泉「ファインビュー室山」からの眺望も見ごたえがあり、訪れる人を楽しませている。



地区公民館だより 真々部地区公民館（豊科）

真々部区は豊科地区の東側に位置し、梓川を隔てて松本市に隣接した、豊科地区では比較的大きな地区です。

真々部地区公民館も他の地区公民館同様に3年にも及ぶコロナ禍により、活動の減縮を余儀なくされてしまいました。しかし、2023年度はコロナが沈静化したため、活動再開の年と位置付け、徐々にスタートしてきました。

特徴的な活動について2つご紹介したいと思います。当公民館の伝統的な事業となっているのが「動く鉄道模型展」です。公民館の広い大会議室いっぱいに展開されたNゲージの「ジオラマ」は周辺地区では見ることが出来ないため、多くの方が来場され、子どもたちの歓声が響いております。2023年度は21回目を迎え、236人の来場者の約1/4は安曇野市以外の方であり、知名度の高さがうかがえます。2つ目は、初めて実施した講習会、「災害時スマホ活用術」です。真々部区では毎年、区民総参加で防災訓練を実施しております。しかし、ハード面だけの訓練であり、ソフト面での防災・災害時の知識を習得することがますます必要になっております。講習会では災害時最新情報の入手方法、自分の避難場所の伝え方、安否登録と安否確認方法等々を学ぶことができ、参加者には大好評でした。

公民館は今、いろいろと困難な時を迎えております。今後とも、区民の皆様にとって魅力ある事業を厳選し、地道に活動していくことがますます必要と痛感しております。

【2023年度 真々部地区公民館長 藤本 功】



第18回公民館大会開催



5月19日、第18回安曇野市公民館大会が豊科公民館ホールで5年ぶりに通常開催され、関係者、市民270人あまりが参加した。

開会式では、市公民館長会 藤松伸二郎会長が挨拶の中で、公民館は地域の学習拠点としての役割に加え、「地域コミュニティの維持と持続的な発展を推進するセンター的役割」と「地域の防災拠点」を担うことが重要であると語った。続いて、公民館活動推進功労者表彰、地区公民館報表彰、事例発表、講演が行われた。

- ▶ 公民館活動推進功労者表彰 丸山 秋雄さん
- ▶ 地区公民館報表彰
 - 最優秀賞 上押野地区公民館
 - 優秀賞 青木花見地区公民館、荻原地区公民館
 - 審査員特別賞 野沢地区公民館
- ▶ 事例発表
 - 潮沢地区公民館長 小林 公緒さん
 - 「地域資源を活かす取り組み」の発表

- ▶ 講演「地域で考える防災減災」
 - ～白馬村震災アーカイブサポーターズの活動を通して～
 - 白馬村社会教育委員会委員長であり震災アーカイブサポーターとしても活動している富山正明さんが、神城断層地震の経験を村民自らが引き継いで生かしていくための仕組み作り（震災アーカイブサポーターズ）について話された。
 - 災害を「記録」だけでなく、サポーターを活用して「記憶」にすることが大切であると語った。

編集後記

◆息子が高校生になって2ヶ月半。朝から晩まで、部活に勉強に奮闘している姿に、毎日の弁当作りが報われます。青春っていいなあ。

(M・N)

◆交通安全カバーが目引くランドセルの小学生や、真新しい制服に身を包んだ中学生の姿が新緑と共に眩しい。夢や希望を包み込んで健やかな日々を過ごしてほしいと、老婆心が胸をよぎる。

(T・Y)

【公民館講座】

みさと

「のびのび公園で遊ぼう」
～ひまわりクラブ 2024 活動開始～

未就園児と保護者が集い自主的な活動を行う、三郷公民館親子支援講座「ひまわりクラブ」の本年度開講式が4月12日に開かれた。この日は市内各地から親子9組が集合し、自己紹介の後、本年度の活動内容などについて話し合った。



昭和60年から有志で始まった「ひよこクラブ」を前身とし、現在まで続く「ひまわりクラブ」となったのは平成2年。保護者が考えて自主的な活動を行い、「親子で楽しく遊ぼう」をベースに、いろいろな人とのかかわりの中で子ども達を育てることを目的としている。本年は、毎週金曜日に公園や児童館に集合して遊ぶ予定で季節ごとに随時

イベントなども行う。

話し合いの中では、「子どもたちはもちろん、親同士の交流も楽しみ」「親は子どもたち皆の先生なので、家にこもらないで出かけてほしい」「子どもをのびのび遊ばせたい」「リフレッシュしたい」などの意見が出された。本年度ルーム長を務める村上奈美子さん（三郷）は、「あまり難しく考えずに、ゆるーく繋がるようなイメージでやって行ければ」と話した。同クラブは今後も随時参加者を募集している。



とよしな

「第61回 童謡祭り」

5月6日、郷土の詩人藤森秀夫先生を偲んで第61回童謡祭りが4年ぶりに豊科公民館ホールにて開催された。

冒頭には、第43回作詞作曲コンクールで最優秀賞を獲得した鬼頭岳暁さんの「サイクル」が、穂高南小学校合唱部によって披露された。鬼頭さんは2月の授賞式で「小学3年生から応募をはじめ、6年生で最優秀賞を受賞できた。これからも音楽を続けながら、将来はお医者さ

んになりたい」と話していた。

開会行事の後、「めえめえ児山羊」の全員合唱に引き続いて、地元演奏として豊科南部認定こども園の園児による可愛らしい歌声、安曇野市童謡・唱歌を歌う会の皆さんによる懐かしい歌が会場に響き渡った。



その後、会場全体で童謡唱歌を3曲歌い、招待演奏を聴いた。今回の招待演奏では安曇野市出身のフルート奏者米窪怜さん・米窪麻美さんと、ピアノの飯田糸音さんによるアンサンブルが披露され、その素晴らしい演奏に観客から大きな拍手が沸き上がった。

ほりがね

地域物語「堀金のお宝発見講座」
～常念山脈山麓・植物の魅力～

堀金公民館は3月20日、「ふるさと堀金を楽しむ会」と共催で本講座を同館で開催し、60人あまりが参加した。

「遠く常念を望み足下の草花を愛でる～北アルプス常念山脈とその山麓一帯の植物～」と題して市教育長の橋渡勝也さんが、教諭時代に研究し培ってきた植物学と地域との関わりや成り立ちの歴史を講演した。

堀金地域は人里から北アルプスの山岳地帯まで高低差が大きく、そこに生きる植物も多種多様で、ここ30年位の間に新たに進出した植物や姿を消した植物など、植物の世界にも変化が見られるという。

講演に参加した会員の尾日向利子さん（岩原）は「穏

やかで聞きやすいお話だった。植物は身近なもの故に気に留めることなく過ごしている時が多い。帰化植物が沢山あることに驚いた。毎回、講師のお話に刺激を受け良い経験になった」と話した。



歴史を未来に伝え、記憶を将来に残すことを目指し、期限を決めて開設した同講座は5年間ほぼ毎月開催し、第57回を数え集大成の最終回を迎えた。

ほたか

「コーディネーション
トレーニング(COT)」

穂高公民館は4月11日に本講座（全6回）の初回を開催した。

COTは、年齢の積み重ねから起こる身体機能の低下に対応した「座ってできる！」「誰でもできる！」、脳と身体が元気になる体操。講師は中川菜成さん（JACOT認定指導員・GRIT BASE代表）と協力者5人。受講者は18人。

講師達の紹介、COTの簡単な説明、受講者全員の自己紹介に続いて、NHK

『ガッテン!』の動画でCOTの実例の紹介があった。

続いて、ストレッチ、ウォーミングアップ、くの字・Sの字運動、手渡し回し、ボール回しなどとたっぷりと身体を動かした。

受講者は終始熱心に、時折笑い声を交えながら楽しく取り組んでいた。

【コーディネーショントレーニング(COT)とは】

運動神経の刺激により身体の様々な能力を向上させるトレーニングで、①危険予測や回避行動をとりやすくなる②関節の連動性が高まり、スムーズに運動できる③けがをしにくくなるなどの効果が期待される。安曇野市ではCOTを「市スポーツ推進計画」に位置づけ、市内のこども園や小中学校に指導員を派遣して幼少期から基礎体力向上を図っている。



あかしな

春の「長峰山ウォーキング」

4月23日、明科公民館主催で「長峰山ウォーキング」が開催された。昨年秋に盛況だった明科岩洲公園ウォーキングに続いてコロナ禍後2回目。今回も20人近くの参加があり、改めてこうした山歩きイベントの人気ぶりがうかがえた。

明科支所からバス利用で途中まで登り、長峰山の中腹から登山開始。久しぶりの山歩きで足に不安があるという参加者もいたが、スタート地点から長峰山頂～光城山までは比較的ゆるやかな道が続き、快適な山歩きを楽しめた。薄曇りの空の下、北アルプスの稜線は隠れて見えなかったものの、長峰山頂では昨年よりも遅い桜が満開

を迎えており、参加者は春限定の絶景を堪能。この日に向けて下見や準備を重ねてきた公民館スタッフは「狙い通り」と満足げだった。

帰り道、田沢神明宮への下りは傾斜がきつい。好天が続いたおかげで乾いた登山道は滑りやすく、転んで尻餅をつく姿もチラホラ。その度に悲鳴に続く笑い声が響き、にぎやかな下山だった。「山歩きのイベントがあればぜひまた参加したい」との声が多く聞かれた。



グループ紹介 文化箏「あずみの乙女」（堀金）

「練習が楽しい」と言う。文化箏サークル「あずみの乙女」のメンバーが口を揃えて演奏や活動の楽しさを話す。「あずみの乙女」の“乙女”は、初心を忘れないという気持ちを込めて名付けたと言う。

結成25年を迎え、50代から80代の女性十数人が常時在籍してきた。たびたび食事会やお茶会を開き、新人でもすぐに馴染める仲の良さがうかがえる。活動としては、県の芸術祭に出場、安曇野市や松本市の施設での慰問演奏、堀金地域の芸能祭でも演奏発表をしている。「音の楽しさ、発表する喜び」を噛みしめて、集う仲間と堀金公民館で毎週水曜日の午後、練習に励んでいる。13本の弦に、音を楽しむことを求めて憩う音楽の原点を見つめているようだ。初心者大歓迎で入会希望者を募っている。

連絡先・堀金公民館 電話：72-5796

