公民館報
ちくま
No.100
2024.10.1
長野県千曲市

公民館報100号を迎えました

編集委員一同、これからもがんばります！

《主な掲載記事》

公民館報 100 号に寄せて …… 2 ～ 3
各公民館の紹介 …… 4 ～ 5
特集　夏休みの思い出 …… 6 ～ 7
楽しかった夏山ハイキング …… 8 ～ 9
戸倉・上山田文化祭のお知らせ …… 9
サークル紹介・わがまちの自慢 …… 10
リレーエッセイ・成人式実行委員会開催 … 11
もっと知りたいふるさと（屋代） …… 12

公民館報「ちくま」100号記念に寄せて

千曲市教育長　小松　信美

公民館報「ちくま」が第100号を迎えられたこと、誠におめでとうございます。千曲市合併から21年目に当たる年に、100号記念として発行できますことは、編集委員の皆様をはじめ、関係者の並々ならぬご努力の賜物と改めて敬意を表するところでございます。

公民館報は、生涯学習の拠点である公民館の諸事業並びに地域の活動を分かり易く市民に提供し、生涯学習の振興に寄与するという目的があります。長野県の公民館の数は全国で一番多く、それだけ地域における最も身近な生涯学習の場であり生活の拠り所で、地域づくりの拠点であることは言うまでもありません。

今回公民館報「ちくま」が記念すべき100号に達するまで、途絶えることなく継続されてきたことは、地道な取り組みの積み重ねであり、かつ地域住民から慕われ愛されてきた証しでもあります。発行当初から市内各公民館活動の様子が丁寧に掲載され、地域の伝統・文化等の多くの情報を市民に提供してきていただいております。また生涯学習に積極的に取り組まれ、生き生きと活動されている市民の皆様の様子が紹介されており、目標を持って楽しく生活していけるように編集されているのではないでしょうか。

さらに、毎号最終ページには「もっと知りたいふるさと」と題し、地域の自然・歴史・文化を丹念に調査され、市民に紹介していただいております。読むたびに、新しい発見があり、その地に行ってみたくなる内容で毎回楽しみに読んでおります。

このように地域にまつわる話題が毎回掲載されており、まさに「文化伝承創造都市・千曲」に繋がる大変貴重な取り組みの一つになっています。これからも千曲市内にはまだまだ知られていないたくさんのお宝があると思いますので、このコーナーで順次ご紹介していただければ、根強い愛読者と共に新たな読者層を増やすことに繋がっていくのではないでしょうか。

結びに、公民館報に寄稿されている皆様をはじめ、編集委員の皆様、関係者の皆様に改めて敬意を表するとともに、この記念すべき100号の発行を契機にますます充実した内容になりますことをご期待申し上げます。

公民館報「ちくま」100号を迎えて

千曲市公民館運営協議会長　合津　誠三

公民館報「ちくま」は、平成20年2月、第1号が発行されてから今年で16年目となり、100号の節目を迎えることができました。

千曲市誕生後、4年間の時間をかけ、それまで地域ごとに発行していた公民館報を編集の方法、体制、記載記事の内容等の統一を図りました。市民が同じ情報を共有することで、他地域の情報を知っていただきながら全市民一体となって住みよい地域づくりに貢献したいとの思いからの発行となりました。

これまでの歩みとさまざまな地域の活動や郷土の歴史に関する寄稿者や編集委員の思いが込められています。

ここに至る間、編集に携わった方々のご協力に心から敬意と感謝を申し上げます。

時代とともに市内の情報の入手方法も多岐にわたっていますが、公民館報としての役割を基に公民館活動の話題や課題への思い、生涯学習活動などの情報発信はもとより地元の歴史を振り返り、学び伝える役割を果たすことも大切なことと思っています。

これからも皆様に読まれ、親しまれる公民館報にするために多くの方々のアイデアも取り入れながら発行し続け、大勢の方の目に届くよう努めて参りたいと思います。

今後ともご愛顧を賜りますようお願い申しあげます。

公民館報「ちくま」100号発行を記念して

編集委員長　小林　いせ子

公民館報「ちくま」が、10月号をもちまして100号という記念すべき発行回数を迎えました。そこで、館報編集委員会では紙面を通常の8頁から12頁に増とし、全頁カラー版で、特別記念号として発行することにいたしました。

千曲市合併以来21年の間、恙(つつが)なく館報の発行を継続し、さらに100号という特別記念号を皆様のお手元に届けることができました。これも各地域の公民館を利用していただく皆様、そして読者として寄稿者としてご公民館報を支えていただく皆様、また、各関係者の皆様方のお陰と編集委員会を代表いたしまして、心からお礼を申し上げます。

館報発行の役目として、「社会教育、生涯学習に関する事項」「公民館事業に関する事項」「市民に周知する事項」「その他必要な事項」のおおむね4つがあります。月1回行われる編集委員会ではそれらの要件を考慮に入れながら、明るく興味を引く表紙の掲載、公民館事業の活動報告、各地域の伝統・文化なども大切にしつつ、読みやすく、理解しやすい紙面にと心がけてまいりました。

なかでも、大変好評をいただいている毎号最終頁の「もっと知りたいふるさと」には、各地域の方々が研究された郷土の知られざる文化や歴史、さらに人物史なども掲載され、新たな発見をすることで千曲市がより身近に感じられると思います。

また、毎年8月号では戦争を知らない世代に語り継ぐ契機として「語り継ぎたいわたしの戦争体験」を特集としましたが、今年からは社会情勢を踏まえ「平和への思い」としてさまざまな立場の方に寄稿をお願いいたしました。これからは戦争の記憶を受け継ぎ、年代を問わずご意見を寄せていただくことで、公民館報だからこその「平和への生涯学習の場」として継続する意向です。

結びに、公民館報「ちくま」は、これからも100号という実績を土台に記事を通し「地域と地域を結びつつ、人と人とを結ぶ」大きな絆としての役割を担いたい、と考えています。今後とも皆様方のご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

館報に期待すること

館報100号記念によせて

元編集委員長　鎌原　賢司

このたびは、千曲市公民館報「ちくま」100号発刊まことにおめでとうございます。心よりお祝い申し上げます。そして、この栄えある紙面に一筆をとのご配慮ありがとうございます。

さて、この公民館報「ちくま」は、どの号、どの記事にも訴えてくる魅力が感じられ、新しい号の届くことが楽しみです。我が千曲市に、何にも代え難い「生きた文化財」が毎号作られています。

館報の年の始めは、新成人を祝う成人式のこと。春は新年度の公民館人事や事業計画など。8月号は、昨年度までは「語り継ぎたい　私の戦争体験」。この特集を組んできたことは大変良かったと今でも思っています。今年は「平和への思い」となりました。時代の趨勢(すうせい)です。秋からは、各館の活動の様子や成果など。これに興味を持たれてお仲間入りし、そして、「あなたも千曲市！　わたしも千曲市！」と仲間づくりができました。

上山田の歌人、山崎等氏の歌一首、「この川に　一つとなりて　流れゆく　親しさを見よ　水の心の」（千曲川万葉公園歌碑より）一度会ったらまた会いたい。人の輪は「和」に育っていく。「和」は深まりて「温故知新」。

「もっと知りたいふるさと」の頁は非常に人気が感じられます。それもそのはず、ここ千曲市には森将軍塚はじめ、各地が歴史的文化財の宝庫ですから。これからも楽しみにしていけますね。

さて、前号で特集をされた「平和への思い」についてですが、先程述べた「人の和」が平和な世の中を作っていくのではないでしょうか。これを伸長拡大し国際社会に及ぼして、意見や立場の対立があっても絶対「敵」にはしないで、共に最善の方途を求め合っていけば、国際環境も変わっていくことでしょう。戦後79年、私の願いです。

待ち遠しくなる館報を

元編集委員　青木　聡

館報100号、おめでとうございます。一つの大きい区切りを達成しました。

かつて編集委員をさせていただいたのは、随分以前でした。その時にスタートしたのが「語り継ぎたい　私の戦争体験」（今は「平和への思い」）です。8月は、広島・長崎への原爆投下、ソ連の満州参戦、日本の敗戦等、戦争にまつわる暗い月といえるでしょう。

あの戦争を体験した方々は年々減少していきます。私の父も満州で亡くなり、その声を聴くことができませんでした。だからこそ、戦争を体験された方々の声を残したいと思いました。直接、間接にかかわらず戦争体験をされた方々にとっても、苦労した過去の思いを少しでも知ってほしいと願っている方が多いと思います。しかし、思いを文章にするには大きい抵抗があって、ここに編集委員の難しさがあります。「聞き書き」すればよいのでしょうが、それには経験と「ズク」が必要になります。今年から「平和への思い」というテーマになった経緯はわかりませんが、このテーマの方が幅があり、広い範囲の事柄に触れられ、書きやすいのだろうと思います。この特集が、いつか一冊の本にまとめられることを願っています。一つの貴重な記念史であり、遺産となることでしょう。

最後に、館報への希望としては、「過去の情報だけでなく、未来や夢を語れる部分があればいいなあ」と思います。紙面の制限があり、時間の制約がありますからすぐできるとは思いませんが、皆さんで検討してくださればうれしいです。そういう取り組みが、一層市民が待ち遠しくなる館報への一歩となるように思いますが、いかがでしょうか。

公民館報「ちくま」　歴代編集委員名簿（順不同）

◎屋代公民館
白石　静男　杵淵　健吉
中城けい子　近藤　修
白石もと子　鹿野　好子
土屋えみ子　髙野　節子
久保　和則　宮尾　千幸
吉澤　勝博　鴇澤　正義

◎埴生公民館
中村　純久　久保田雅子
青木　聡　永髙　純子
小林　和雄　田﨑　まり
日詰百合子　宮坂　節子
韮澤　久人　金井與志雄
小川　悦子

◎稲荷山公民館
宮原千代治　小林いせ子
松林　軌女　並木　眞人
宮澤　政雄　山﨑　芳正
五十嵐一夫　五十嵐忠雄
竹内　正博

◎八幡公民館
宮澤美都子　春原美恵子
平林　和子　濵田　弘子
山﨑摩也子　吉池　啓子
須田多恵子　金子　幸治
髙城　文子　中島美智子
藤岡　保子　本山太い子
唐木田惠実子　柿崎　久
久保田唯夫　本山　育人

◎戸倉公民館
中村　裕一　矢島優実子
上沢　孝　上水　清
宮坂　君江　竹内　長生
飯島　孝則　竹内　美夫
緑川　邦夫　久保田茂保

◎上山田公民館
鎌原　賢司　若林　洋子
山崎　博也　寺澤　磨利
山崎　好一　鈴木　桂子
宮下惠理子　森田　正和
水田　宏美　鹿田　清子

千曲市公民館の場所

千曲市公民館紹介

① 住所
② 管内の学校
③ 近隣公共施設
④ 文化財関係

屋代公民館 TEL 272-0234

① 屋代2184-3
② 屋代小学校・東小学校・屋代中学校・屋代高等学校附属中学校・屋代高等学校・屋代南高等学校
③ 長野県千曲庁舎・アートまちかど・市民交流センター・県立歴史館・千曲警察署
④ 森将軍塚古墳・古墳館・屋代城址・須須岐水神社・屋代小学校旧本館・雨宮御神事・観龍寺・セツブンソウ

埴生公民館 TEL 272-0055

① 桜堂570
② 埴生小学校・埴生中学校
③ 総合教育センター・信州の幸（めぐみ）あんずホール・更埴図書館・ことぶきアリーナ千曲
④ 東山神社・舟山神社・天皇子神社・寂蒔水除土堤

稲荷山公民館 TEL 272-1009

① 稲荷山2131-2
② 治田小学校・更埴西中学校・稲荷山養護学校
③ 稲荷山保育園・勤労者体育センター・更埴西図書館・ふる里漫画館
④ 稲荷山重要伝統的建造物群保存地区・長雲寺の愛染明王・佐野薬師堂

八幡公民館 TEL 272-1076

① 八幡3311
② 八幡小学校
③ 八幡屋内ゲートボール場・大池市民の森・大池自然の家・日本遺産センター
④ 武水別神社・神官松田邸・姨捨の棚田・長楽寺境内と歌碑群

戸倉公民館 TEL 275-1490

① 戸倉2305-1（戸倉創造館内）
② 戸倉小学校・五加小学校・更級小学校・戸倉上山田中学校
③ 戸倉図書館・湯の里ちくま白鳥園・戸倉体育館
④ 水上布奈山神社・さらしなの里古代体験パーク・佐良志奈神社・坂井銘醸・セツブンソウ

上山田公民館 TEL 276-5842

① 上山田温泉三丁目1-1（上山田文化会館内）
② 上山田小学校
③ 総合観光会館・上山田戸倉出張所
④ 智識寺・波閉科神社・荒砥城址・入山城址

利用者の声

桑原　柳澤　信子

45年程前、北関東で生まれ育ち、東京で夫と出逢い、この信州の地に来ました。

公民館の数が日本一というだけでなく、事業の充実、品格、携わる方々の活発さ、熱心さに驚きました。「教育県」と言われるゆえんであるのでしょう。

私は、これまで農業・家業に子育て、さまざまな役職活動、また介護と忙しい日々でしたが２～３年前からやっと稲荷山のさわやか教室、体操の笑和ビクス、川柳教室、そば打ちに参加できるようになり、その間民生委員の任期中も、毎月定例会で公民館を訪れていました。

歴代の館長さんも存じている方々であり、職員の方々とも親しく交流させていただき、魅力的な内容の視察旅行へ会員さんと誘ったり誘われたりしながら参加をしています。

地区にある公民館の分館というのもこの地に来て知り、隅々まで活動が行き渡るようになっているのですね。

農業や農の仲間たちとの交流、これからも続けていきますが、公民館事業に参加することは、私にとって大事な居場所。

これからは、機会があったらぜひ麻雀をやりたいです。

上山田城腰　宮本　眞知子

千曲市が誕生して５年後に新しく公民館報が発刊されて16年、隔月号で100号を迎えるということをお聞きして、改めて感慨深く思います。これまで継続して私たち市民に、身近な行事など盛りだくさんの情報を届けるために、編さんに関わられた方々は数知れなく、感謝申し上げます。

ところで私が館報で毎回楽しみにしているのは明るいカラーの表紙と他地区の公民館活動です。小さな自分の地区のことばかりでなく、館報により一気に世界が広がる気分です。

私は高齢になり、徐々に足腰がそこらじゅう痛くなってきましたが、現在公民館主催の「ヨガ」に参加しています。当初スタイルも悪いし、いい歳の婆さんの自分がと思っていましたが、勇気を出し参加したおかげで、とても楽しい時を過ごさせてもらっています。

そこで労働以外に定期的、継続して体を動かすことの大切さを教えていただいただけでなく、他地区から参加されている大勢の方々とお知り合いになれたことで、私の人生がより豊かになっていることに気付かされました。

ヨガ（成人講座）で利用しています

屋代公民館　三たき水生生物教室にさんかして

東小学校3年　小泉　咲多朗

ぼくは、夏休みの7月26日（金）に、「三たき水生生物教室」にさんかしました。1年生の時にはじめてさんかして、今年で3回目です。ぼくは、毎年どんな生き物がとれるか楽しみです。

今年は、カワゲラやカゲロウ、サワガニがたくさんとれました。きょ年はナミウズムシがとれたけど、今年はとれませんでした。今年、はじめてとったのが、ヤゴとミズアブのよう虫です。ヤゴのしゅるいは、オニヤンマとミルンヤンマとサナエトンボでした。オニヤンマのヤゴは「アゴが外れる」と先生が教えてくれました。他にも、ヤゴがジェットふんしゃでい動することや、死んだふりをすることをはじめて知りました。とった生き物は、しゅるいごとに数を数えたあとに、川ににがしてやりました。

きれいな三滝川、何がいるかな？

ぼくは、サンショウウオをつかまえてみたいので来年もさんかしたいです。

水生生物を分類しています

三滝水生生物教室

屋代公民館では、平成21年から地元の環境を知り、自然と触れ合う機会をつくる事業として、「倉科の自然を守る会」（会長　杉本一三さん）と「NPO法人千曲市環境市民会議」（代表　宮澤誠さん）のご協力をいただきながら、毎年実施しています。

埴生公民館　楽しかった埴生子どもカレッジ

埴生小学校4年　西澤　菜桜

8月3日（土）、埴生公民館の「紙飛行機づくり」と「ボッチャ」を体験する「埴生子どもカレッジ」に参加しました。

紙飛行機は、ていねいに作らないとうまく飛ばないので、ていねいに作りました。

長野高等専門学校の先生に教えていただきながら作りました。私が作るとうまく飛ばなかったのに、父に手直しをしてもらうと、うまく飛びました。それがとても悔しかったです。なので、もう一回挑戦してみたいです。来年も頑張りたいです。

そして次は、ボッチャです。最初は、ボッチャを知らなくて、何だろうと思いました。

館長さんと、副館長さんがとてもわかりやすく教えてくれたので、すぐに覚えられました。とても楽しくできました。

また、チャレンジしたいと思います。

紙飛行機を作ったよ

稲荷山公民館　夏休み子どもゼミナールに参加して

治田小学校4年　牛澤　姫菜

まず木工教室でダストボックスを作りました。たんとうの先生が一つ一つていねいに教えてくれたおかげで、上手に作りあげることができて、うれしかったです。次にスイカわりをしました。さいしょは、6年生がちょうせんしました。6年生は、やっぱり力が強いのでスイカの真ん中にヒビが入りました。次に5年生がちょうせんしました。5年生も6年生に負けないくらいの力があったのでさらにヒビがはいりました。わたしもやったら、さらにヒビが入ってきれいにわれました。お昼の時に食べたらあまくておいしかったです。

ダストボックスを作りました

午後は、ボッチャをしました。わたしはルールを知っていたのでとてもやりやすかったです。負けてしまったけど、みんなできょう力して楽しめたのでよかったです。

最後は、カブト虫をつかまえました。大きいカブト虫がとれてうれしかったです。大切に育てたいです。

楽しい一日でした。

カブト虫を捕まえたよ

八幡公民館　「なんでもたな」作り

八幡小学校3年　河原　ゆう

私は夏休みに、八幡公民館の親子教室に行きました。私は「なんでもたな」を作るのが楽しみで、さんかしました。

はじめに、地いきの先生から森林のはたらきについて聞きました。森林は、土しゃくずれやこう水から私たちを守ってくれたり、水をきれいにしたり、材木になるものだとしりました。

次に、いよいよ楽しみにしていた「なんでもたな」作りをしました。材木が思ったよりやわらかかったので、くぎが打ちにくくてむずかしかったです。だけど、お家の人やちいきの人にくぎの打ち方を教わって、まっすぐに打つことができました。出来上がりは、おもっていたよりとてもりっぱなたなになりました。友だちやお家の人などたくさんの人にほめられました。とてもうれしかったです。

「なんでもたな」ができたあとは、おやつを食べて、さい後に千曲かるたにちょうせんしました。千曲かるたは負けてしまったけど7枚もとれてうれしかったし、楽しかったです。

また、来年もさんかしたいです。楽しみにしています。

「なんでもたな」、できました！

戸倉公民館　家族みんなで絵画教室

更級小学校4年　遠藤　恵杜（けいと）

夏休みに「親子de絵画教室」にさんかしました。お父さんとお母さんと弟の家族みんなでさんかし、パステルをけずってパウダーじょうにして指で絵を描く「パステル和アート」というものにチャレンジしました。初めてだったのでうまくできるか不安だったけど、先生が優しく教えてくれたのでコツをつかんで描けるようになりました。私は悲しいときでもみんなでいれば幸せになれるように願いをこめて、ネコをたくさん描いて「みんなあつまりゃしあわせだ」という絵を描きました。

小学校2年生の弟は、家族4人の「みんなでがったい」というネコの絵を描き、すごくじょうずにできていたのでびっくりしました。お父さんとお母さんも自分の描く絵に夢中になっていました。私はみんなの出来あがった絵を見てすごくステキに描けたと思いました。最後に家族で出来あがった絵と共に写真をとってもらい、夏休みのとてもいい思い出になりました。来年もぜったいにさんかしたいです。

家族みんなで作品とともに

上山田公民館　初めてのお寺体験をして

上山田小学校6年　有賀　大和

挨拶をしてから見性寺（けんしょうじ）の本堂に入って今日一日けがなく終われるようにお焼香をし、お祈りをしました。気持ちが穏やかになるような感じがしました。

僕が一番心に残ったことは座禅体験です。僕は座禅が初めてだったのでドキドキしていました。合掌をしたら住職さんが警策（きょうさく）という木の棒で叩いてくださいます。それにはがんばれるようにと励ましの意味があるそうです。合掌をして2回叩いてもらいました。痛くはなくて、僕には気持ちがよかったです。体がおとなしくなると不思議と心も引き締まる気がしました。一緒に参加した妹に聞いたら1回も叩いてもらわなかったそうで「もったいないな」と思いました。

お寺の過ごし方にはすべて意味があり、勉強になりました。夜はお墓で「きもだめし」をしました。一日かけて落ち着かせた心がはじけるくらい楽しかったです。

夏休みのいい思い出ができました。今回学んだことをこれからの生活に生かしていきたいと思います。

お寺で過ごそう！座禅前の講話

楽しかった夏山ハイキング

屋代・八幡公民館合同
栂池自然園散策

森下分館　新井　隆子

梅雨明けのニュースを聞くも、常に天気予報を気にしながら待っていた7月20日(土)。市役所から屋代の皆さんとバス2台で栂池自然園へと出発。車内では久しぶりに顔を合わす地域の皆さんたちと挨拶を交わし、話しもはずむ車内でした。しばらく走ると雨が降り出し空もまっ暗。栂池スキー場に着く頃には雨脚が激しくなり、皆車内で雨具を着、傘をさしての下車でした。雨水が滝のように流れる中、ゴンドラリフト・ロープウェイと乗り継ぎ自然園駅へ。

歩き出すと雨も小降りとなり、霧の中からは小鳥のさえずりと青空ものぞき、冷気の中から緑色のあざやかな白馬三山と雄大な北アルプスの山々が目前に現れ、その姿に歓声を上げました。山の裾野一面は高山植物と湿原が広がっており、細い木道を進むと、今は花の時期を終えた水芭蕉の大葉が青々と生い茂り、可憐な山ユリ、アヤメ、見たことがない草花が咲き乱れ、湿原ではワタスゲの白い花穂がそよ風に首を揺らし咲き誇っていました。しばらく行くと、急に足元が涼しくなり風穴に到着。岩間には残雪があり冷気を吹き出し、まさに天然クーラーです。

気がつけば天気も回復し、雄大な北アルプスから吹く高原の清々しい風と草花に囲まれながら、栂池自然園を満喫している私でした。

今回私は去年に続き2度目の参加でした。雨の降る中、公民館の皆様、そして関係者の皆様方おつかれ様でした。おかげ様で思い出に残る楽しい旅ができました。ありがとうございました。

大雨の中で記念撮影（屋代公民館）

自然園駅にて
アルペンホルンがお出迎え

埴生公民館
上高地で国際交流

杭瀬下分館　小河原　橿夫

7月21日(日)埴生地区ハイキングに参加した。①大正池か②バスターミナル(河童橋近く)の下車が選択でき、私たち夫婦は②を選んだ。心配した天気は晴れ空、爽やかな気候であった。

河童橋での記念撮影には、かなり歩幅が狭まった私と、10分以上の歩きは杖が必須の妻では間に合わず、公民館の職員が2人のために橋をバックに撮影してくれた。その後は河童橋からウェストン碑を1時間くらい掛けて往復した。途中マガモの親子が水辺を泳ぐ可愛い姿に足が止まり、カメラに収めた。

木陰に1か所だけ空いているベンチがあり、昼食をとっていると、東南アジア系の女性2人に相席を求められた。記憶にある精一杯の単語を並べ「Where did you come from?」と質問すると「タイ」と即座に返してくれた。妻が冷やしてきたキュウリ2本中、私が食べるはずの1本を「どうぞ」と差し出した。私が身振り手振りでキュウリを半分に折り味噌をつけて食べる仕草をした。理解したようで、楽しそうに食べていた。

一人がスマホを私に見せた。「冷たくておいしい」と表示されており「アリガト」と言ってくれた。妻が日本語で「タイにもキュウリありますか?」と尋ねた。わかるわけがない。今度は私がスマホで妻の台詞を入力。タイ語らしき文字が画面に出た。その画面を見せると「タイのキュウリは太くて短い」と日本語訳とタイのキュウリの画像を示してくれた。私も「アリガトウ」と言葉で返した。「スマホ」と「キュウリ1本」で国際交流?と化したうれしい出来事だった。

その後は川辺に降り、水の冷たさを感じたり、西穂高岳方面の山並みを眺めたりして上高地を満喫した。帰宅した自宅玄関の温度計は36度を指していた。

上高地の自然と思いがけない出会いに触れた爽やかな一日であった。ありがとうございました。

晴れてよかった！ 自然園看板前で

大正池から散策したみなさんです

河童橋をバックに記念撮影

稲荷山公民館
夏の軽井沢ハイキングに参加して

元町分館　松林かんな

8月4日(日)、連日の猛暑の中を避暑地の本場、「軽井沢へのハイキングもあり」と、参加しました。

立派なバスにゆっくり座り出発。日曜日の軽井沢の混雑を避けて、車は上田から鳥居峠を越え、キャベツ畑が見渡す限り続く嬬恋村を走り、10時前に鬼押出し園に到着。さすがに風もさわやかで園内に早速出発しました。

私は今回入口の惣門の横にある「鬼押出しの碑」に参拝することも楽しみにしていました。この碑は約40年程前、浅間山の大噴火から200年の供養に父が漢詩の碑を寄進したものでした。それからは案内板に従い夏の高山植物が咲く園内を一番上の観音堂まで散策。一息入れてさらに高山植物を見ながら奥のコースを一周。食堂で昼食をとり、早めに白糸の滝へ進みました。

ここでは既に車が満杯。滝までの道も大混雑。美しい滝と冷えた風もそこそこに写真も撮るのも忙しく、次の風越公園アイスアリーナに向かいました。

「鬼押出しの碑」の前にて

ここは広々とした敷地の建物の中で、カーリングの練習をする人たちをガラス越しに見おろすのです。しばらくすると鳥肌が立つほど冷えてきて、本当に避暑には最適です。

楽しいバスの旅もここまででしたが、公民館の皆様のアイデアで本当の軽井沢の避暑を体験することができました。

日頃お見かけするだけの若い人や、昔ボランティアを一緒にした先輩とも旧交を温めることができました。明るい公民館のスタッフにお世話になり、楽しい一日でした。

大混雑の白糸の滝

上山田公民館
黒部ダムへの市民ハイキング

八坂分館　鹿田　紀男

夏になると行きたくなる場所の一つ黒部ダム。7月20日(土)、ハイキング当日はうす曇り。途中松川の道の駅あたりから小雨が降り始めました。扇沢駅も雨。電気バスに乗り、黒部ダム駅に着き、220段の階段を登りダム展望台へ。雨は上がっていました。

ここから見る立山連峰とダムの観光放水は見ごたえがありました。外階段を下り、ダムのえん堤。レストハウスにてダムを見ながら昼食、その後周辺の見学。12時すぎに電気バスにて扇沢駅。帰りは白馬ジャンプ競技場の見学リフトに乗り、ジャンプ台と同じ高さの展望台。高さを直で感じました。白馬の町並が一望できました。高校生がジャンプの練習をしており、間近で見るとかなりの迫力です。楽しい一日でした。来年もよい企画を期待しております。

雨が上がってよかった！

第31回 戸倉文化祭
会場 戸倉創造館

《開催日程》

- 作品展示の部　11月16日(土) 11:00～16:00
　　　　　　　　11月17日(日) 9:00～15:00
- 舞台芸能の部　11月17日(日) 9:30～15:00

問合せ先　戸倉創造館　☎026−275−6700

第53回 上山田文化祭
会場 上山田文化会館ほか

《開催日程》

11月3日(日)
展示発表　9:00 ～ 17:00
ふれあいのど自慢　15:00 ～ 17:30

11月4日(月)
展示発表　9:00 ～ 15:00
青空市　10:00 ～ 14:00
囲碁大会　9:00 ～ 16:00
舞台発表　10:30 ～ 15:00

問合せ先　上山田公民館　☎026−276−5842

サークル紹介

コーラス埴生

埴生公民館　宮坂　塘

当コーラスは今から65年程前、近藤義人氏を師に「音楽を学びたい」という婦人会員たちの熱意から生まれました。以来、毎回埴生公民館の納涼音楽会に出演させていただいてきました。また、歌いためた曲は約5年ごとに発表してきましたが、35年目には読譜講座に譲り、自ら楽譜を読み、歌えるよう楽典を基礎から教わり、キーボードの練習もさせていただきました。

10年ぶりに迎えた「40周年記念演奏会」。15曲暗譜で歌えるか緊張。歌い切れた喜び！

その後4、5年程市内の施設を歌い巡り、「50・55周年記念演奏会」「60周年を楽しむ会」を経て指導が近藤先生のご長男玲氏に託されました。中学生の頃から伴奏に来てくださり、今は高校の先生としてご多用の中、月に2回ご指導いただいております。発声練習を大切にされるので前より声が出やすく、また新鮮な選曲に取り組むうちに脳の錆も少しずつ磨かれてきたように思います。なかなか曲が覚えられず落ち込むこともありますが師の豊かな歌声やピアノに癒され、力づけられ、年を忘れて歌っております。

みんなと心を一つにして歌うことはとても楽しいです。興味のある方はぜひ見学にお越しください。

「40周年記念演奏会」
歌と一緒に手拍子も♪

皆で楽しく練習しています

フォークダンスサークルマーガレット

上山田公民館　若林　しづ枝

元気はつらつ可愛いおばあちゃんを目指し週に一度の例会を楽しみに集まります。

この会は平成23年10月から文化団体連合会に入れていただき、上山田文化会館をお借りし今日に至っています。

フォークダンスというと、マイム・マイム（イスラエル）オクラホマミクサー（アメリカ）等お馴染みですが、この懐かしい曲に誘われて踊り出したらまあなんと奥の深いこと。

フォークダンスは世界の民謡です。伝統ある各国の踊りや音楽に触れ、普段は体の不調を抱えていてもなぜか踊れてしまいます。はじめて踊る曲は脳の活性化になったり、また体力作りにも一役買います。

音楽に合わせて歩くだけで楽しめる曲。たまには難しい曲にも挑戦します。間違っては笑い、踊れるようになったときは満足感でいっぱいです。

手を繋ぎ、人の温かさにも触れ、ときにはお喋りにも花が咲きます。ずっとみんなと一緒に歩んでいます。

今年も文化祭に出場します。私たちの「フォークダンス大好き」を見に来てください。会員大募集。

楽しく踊っています

わがまちの自慢

天狗山と自在山神社

戸倉　下条　正美

戸倉界隈には、次のような天狗にまつわる話が伝わっている。

昔々上山田の力石あたりに、三人の山伏兄弟が住んでいた。熊野権現を拝み天狗様に仕え、村人のために加持祈祷を行って病魔退散に尽くしていた。

慶長年間（1596～1615）、千曲川に洪水があって山伏兄弟の住みかも流失し、三人はちりぢりになってしまった。長兄は戸倉の自在山へ、次兄は松代の皆神山へ、末弟は力石の岩井堂山へと飛んだ。三人はそれぞれの地でも山伏としての厳しい修行を怠らなかった。呪文を唱え、その地に生きる者の幸福を祈願し続けた。その熱心さに人々は深くその徳を慕った。こうして修験の道に励んでいるうちに、いつしか山伏の三兄弟は本物の天狗様になっていた。

さらに、東山（戸倉駅東側）一帯は、赤松の大木が繁り、昼なお暗く天狗が棲んでいたという。近くには清水が湧出し、下戸倉宿をはじめ近傍が一望できる眺望絶景の地で、天狗の棲処として絶好の場所であった。村人は天狗が棲んでいたので、恐ろしくて山に行けなかった。そこで自在天を祀り、天狗山と名付け、天狗を崇め奉ったという。

元文5（1740）年、坂城代官所に報告された下戸倉宿の概要帳簿（村鑑明細帳）には、自在山大権現の記載がある。自在山大権現は、大山祇命・自在天・不動明王の習合であると言われている。大山祇命は、伊弉諾・伊弉冉尊の子で山をつかさどる神である。自在天は密教と関係があり、もともとはインドの万物創造の最高神であるが、仏教の中に取り入れられて護法神として考えられている。不動明王は、自在天とも関係が深く、密教特有の信仰対象であり、天狗は不動明王の使者との解釈もある。

千曲天狗（戸倉宿キティーパーク）

自在山神社は、「三社詣り」という伝えがあり、一日のうちに、坂城町上平の自在神社、戸倉の自在山神社、松代皆神山の熊野出速雄神社を巡って祈れば、願い事が叶えられるという信仰があった。

現在の自在山神社は、大字戸倉字日影平にあり、水上布奈山神社の境内社（飛び地になっている）として地元の氏子衆によって祀られている。

4月にこの神社のお祭りが行われ、参加すると貴重な「自在山大神」のお札が頂ける。

近くには天然記念物のセツブンソウ群生地（開花時期3月初旬頃）や、戸倉宿キティパークと呼ばれる公園があって、ここには天狗伝説にちなんで作られた千曲天狗の像がある。また、この公園には桜の木が500本以上植えられており、県下有数の桜の名所として知られている（見頃は4月上旬～中旬）。

天狗山は、花もあれば天狗もあり、また興味深い歴史に誘う、自在山神社のある素敵な場所である。

自在山神社鳥居

自在山神社

リレーエッセイ

「深雪せる」は今も

八幡　源関　昭

私の教員生活は、50年前に下伊那の分校で始まりました。そこには、畏敬の念を込めて語り継がれる先人の教えがありました。

「深雪せる　野路に小さき沓の跡　われこそ先に　行かましものを」（林　芋村）

6年間の下伊那の教育界は、この句に象徴された信州教育の真髄とそれへの憧れを、世間知らずの若き教師に植え付けてくれました。

38年間の教員生活、ともすると相手のせいにしがちな私にとって、「深雪せる」は戒めの句でした。この精神をいただいた下伊那には、感謝しかありません。

それが今、働き方改革という時代のうねりの中で、「深雪せる」が揺れています。時代が違い、もう無理と。それでも憧れてほしいのです。

元教師という縁で、八幡公民館の地域支援事業「八幡っ子教室」のお手伝いをしています。限られた時間、子どもたちは、ひたすら宿題をこなします。間違いを持ち帰らないようその場で指摘し、やり直して解決を図ります。その場で声をかけ個別に指導するからでしょう、「優しく教えてくれる」と言われます。ありがたいことです。

教師をしていた人間の性でしょう、「深雪せる」が頭をもたげてきました。折角の八幡っ子、お土産をと。百人一首で視野を広げてくださる先生、流行のボッチャで子どもをひきつける先生、お得意の世界で子どもたちと繋がります。私の専門は算数・数学です。「どうしたらいいだろう」と考え続け、悩むことが楽しくなる「おまけの一問」を提供しよう、隙間を縫って。宿題の進み具合に差がある時に聞きます。「暇？」と。不思議と素直にうなずきます。「これできる？」と中学年でも解ける問題（ただし、中学入試問題）を板書します。「はて？」と黒板に寄ってきます。一対一になると真剣に考えてくれます。黒板の前で問題を見つめる子どもは、頭を鍛える時間に浸っている、そう思えてきます。ほんのわずかな、おまけの時間です。

無理せずゆったりとにも憧れますが、「深雪せる」は今も時々顔を出してきます。

「おまけの1問」で頭を鍛えています

成人式実行委員会開催

8月29日（木）、埴生公民館において、第1回千曲市成人式実行委員会を開催しました。

当日は各公民館から選出された実行委員が集まり、正副委員長を決定し、成人式当日の運営や、冊子編集等の役割分担を決めました。

みんなの思い出に残る成人式となるよう活動を開始していきます！

今年度の千曲市成人式は令和7年1月12日（日）に開催予定です。

実行委員会の様子

※「館報ちくま」及び「もっと知りたいふるさと」は千曲市ホームページでご覧になれます。

もっと知りたいふるさと ⑩⓪

森将軍塚古墳とボランティア活動

～古墳の草取り作業100回達成～

蒸し暑い土曜日の朝８時半に古墳館に集合、「森将軍塚古墳友の会」会員15人と初参加の地元中学生４人（部活動地域移行を担う千曲坂城クラブ歴史・科学専門部所属）で草取り作業を行う。古墳頂上は古墳館から130㍍の高さ、エジプトのピラミッドとほぼ同じである。草取り作業中に眼下を眺めると千曲川がうねり、遠くには飯縄山や戸隠連峰が見渡せ、暑さも忘れ爽快な気分となる。

古墳の草取り作業は、墳丘復元工事が完了した翌年の平成２（１９９０）年に40人の参加者によりスタートし、年３回実施している。雨天中止の時もあるが、諸先輩の努力が後輩に引き継がれ、今年の７月６日（土）に記念すべき100回目を迎えた。

草取り100回記念撮影
千曲坂城クラブ中学生とともに

草取り作業終了後、市歴史文化財センター元所長の矢島宏雄さんから古墳修復時における葺石の設置状況などの説明があった。最下部の葺石は崩れずに残っていて、古墳の大きさが容易にわかったという。

「友の会」のもう一つの重要な活動である、古墳について説明する「ボランティアガイド」は、平成12（２０００）年に元友の会会長の柳沢君雄さんの提案により始まった。同年１～３月に開催されたガイドの養成講座には132人の参加があり、４月から活動が開始された。

草取りの様子

私は、平成13年に55歳で会社を退職した際に、市のガイド講座募集記事を見て参加したのが始まりである。退職後に復職したこともあり、土日のみのガイドであったが、見学者からの「ありがとう」の一言が嬉しく、歴史好きもあり23年間続けることができた。

ガイドの思い出としては、ドイツ人女性が５人来て「さあ困った」と思っていると、その中に日本語ができる方がいて「私が通訳するから大丈夫ですよ」と言われ、ほっとしたことを覚えている。また、私の故郷の飯田から来た見学者の中に、たまたま中学の同級生がいたのに驚き、再会を喜んだこともあった。

森将軍塚古墳は、小学校６年生の社会科教科書に掲載されていること、またテレビ等でも紹介していただく機会が多いことから、見学者が増えている。隣に県立歴史館もあり、歴史を学ぶ場所として多くの学校が見学に訪れている。

この古墳の特筆すべき点としては、「三角縁神獣鏡」が発掘されていることである（詳しくは館報21号もっと知りたいふるさと㉑「森将軍塚古墳と三角縁神獣鏡」を参照）。長野県に前方後円墳は数多くあるが、この鏡が発掘された古墳は県内でここだけである。古墳時代前期にこの地域が畿内の大和政権とどのような関わりがあったのか、「邪馬台国」の場所の判明と合わせて研究が進むことを望む。

千曲市歌作曲者
新実徳英先生（右）とともに

「友の会」の活動は、草取り、ガイドの他、６月の「お田植まつり」の綱張りや苗渡し、11月３日の「森将軍塚まつり」では古代道具の指導、しめ縄作りの指導、古代米販売なども行っている。秋には研修旅行も行い、県外のさまざまな古墳を見学に行くが、森将軍塚古墳のように葺石を積み、築造当時に復元した古墳は少ない。近年、先輩方が高齢により活動に参加できなくなり、また、新たなボランティア希望者が少なく、古墳館では日程を組むのに苦慮している。毎年１～３月に養成講座を開催しているので、墳上で眼下を眺め、ロマンを感じながらガイドをしてみませんか。

見学者から「ありがとう」の一言を喜びに感じて！

森将軍塚古墳友の会
相談役　鎌倉治雄

編集後記

公民館活動やイベント行事の告知など、さまざまな情報や身近な話題を、市民の皆さんに提供してきた公民館報「ちくま」が100号を迎えた。17年あまり、千曲市６地区の公民館が協力して発刊してきたこの公民館報には、多くの担当者が関わってきたのだろう。そうした人たちに敬意を表するとともに、長年続いてきたことを祝いたい。

デジタルの時代、ペーパレス化が叫ばれて久しい。紙の公民館報「ちくま」はいったい何号まで続けられるのか？

ただ言えることは、どんな情報でもそれを見る環境がなければ役立たない。デジタル情報はＰＣ・タブレット・スマホといった媒体がなければ手に入らない。こうした媒体は常に進化している。数十年も経てば今の方法も役に立たなくなるだろう。だが紙に印刷されたものはどうだろう？紙が劣化しない限り何十年も情報が残る。そして何の媒体も必要がない。

いずれにしろ公民館報「ちくま」が今後も続き、200号、300号と歴史を刻んでいくことを願っている。

（戸倉　Ｋ）

発行／千曲市公民館運営協議会　編集／千曲市公民館館報編集委員会　電話０２６－２７２－０２３４　ＦＡＸ０２６－２７２－７１６７　印刷／㈲ナガト印刷