



八幡公民館の展示発表会

八幡公民館では3月2日(水)から5日(土)まで、公民館利用者や地域の皆さんの作品を展示しました。

八幡保育園の園児たちの作品も展示しているので、毎年見に来てくれます。

来年こそは賑やかな発表会になるといいですね。

《主な掲載記事》

各公民館の活動報告	2～3
各公民館新年度行事	4
成人講座紹介	5
成人講座受講生募集	6～7
もっと知りたいふるさと	8

各公民館の活動報告

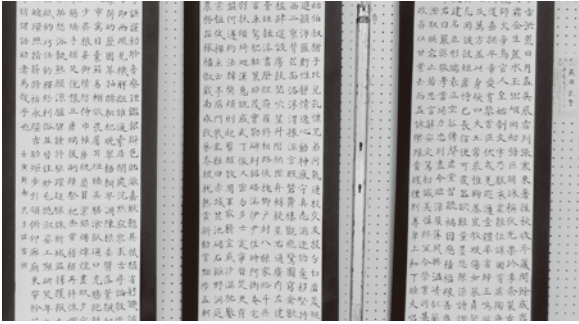
今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止により、各公民館で予定されていた発表会が中止となりました。

書き初め展

上山田公民館 飛田 民子

父親が練習していたと思われる「千字文の教本」がありましたので、私も書いてみようと思いました。

千字文とは「天地玄黄、宇宙洪荒」で始まる4字1句が250句ならんだ中国の四言古詩



傘寿の記念になった千字文

です。子どもにも漢字を教えたり、書の手本として使うために用いられた漢文の長詩ですが、千の文字が使われていますが、全て違った文字で1字も重複していません。

千の文字を筆で書くのは思っていたより大変でした。七千字程練習しても満足な作品にはなりませんでしたが、成人講座の「楽しく手習い(書道)」講師の橋詰先生に手作り衣装をしていただき嬉しかったです。

上山田公民館の書き初め展では、小・中学生の見事な作品、成人講座で学ぶ仲間の個性ある作品、一般の部の先輩方の力作と共に私の千字文と一緒に展示していただき感謝しています。傘寿の記念となりました。これからも余暇を見て筆を持ちたいと思います。



稲荷山公民館



笑顔でおもちつき (稲荷山くるみこども園)



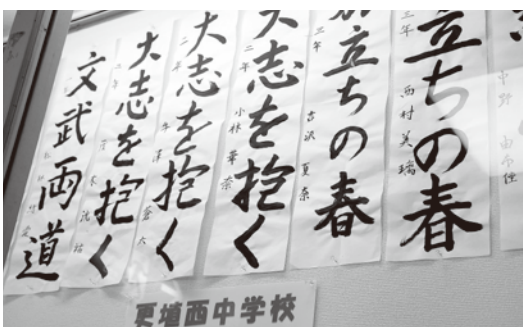
絵の中のお花が満開です



かわいいね、雪だるま (桑原保育園)



大人顔負けの美文字ですね



書き初めは心が引き締まりますね



信毎スクラップ新聞コンクール入賞作品

保育園、小・中学校等からお預かりした作品のみを展示をしました。

八幡公民館



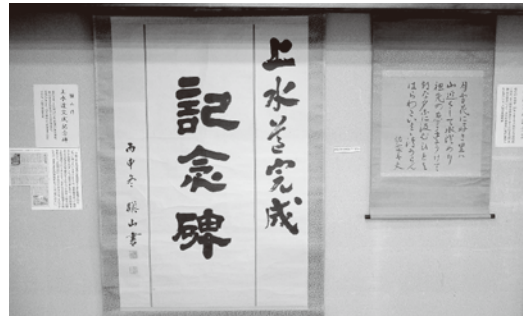
公民館行事の紹介をしています



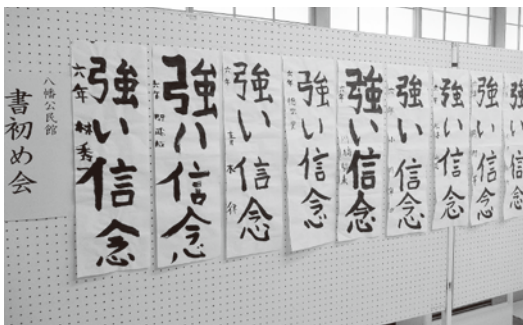
展示発表が行われました



手作り作品が並びます



お宝を発見！川村驥山書の「上水道完成記念碑」の揮毫



力強い小学校6年生の作品です



公民館はこんなこともしているんだね

成人講座、公民館利用者、地域住民、保育園児等の作品を展示しました。また、令和3年度に開催した公民館事業の様子なども紹介しました。

市民講座開講

どなたでも入場無料で参加できます。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日 時：6月25日(土) 午後1時半～3時
- 会 場：「信州の幸(めぐみ) あんずホール」(更埴文化会館)
- 講 師：荻原 博子氏
- 講演内容：「くらしと経済」

※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、市民講座の日程は延期又は中止になる場合があります。



令和4年度 更埴公民館運営協議会の事業紹介

千曲市の6公民館と坂城町公民館で組織されている更埴公民館運営協議会の事業を紹介いたします。

開催日	会場	事業名	内容
6月4日(土)	坂城町公民館	分館役員研修会	分館役員対象の研修会
12月17日(土)	坂城町公民館	第27回更埴地区短詩型文学祭	短歌・俳句・川柳・現代詩の4部門

※短詩型文学祭の作品募集は、7月から行いますので詳細は各公民館にお問い合わせください。

各公民館の主な行事を紹介します

令和4年度

みなさんの参加をお待ちしています。

新型コロナウイルス感染状況等により日程は変更になる場合があります。

屋代公民館

体育・レクリエーション

分館対抗野球・ソフトバレーボール大会 (6月12日)
夏山ハイキング【八千穂高原】 (7月16日)
マレットゴルフ大会 (8月27日)
各地区運動会 (9月・10月)

文化行事等

サークル発表会 (1月29日)
小学生オセロ大会 (2月4日)

学級・講座

ゆうゆう学級 (5月～3月)
三滝水生生物教室 (7月28日)
子どもフラワーアレンジメント教室 (8月4日)
夏休み科学教室 (8月)
書き初め会 (1月4日)
春休み子ども科学教室 (3月23日)

埴生公民館

体育・レクリエーション

球技大会 (5月22日)
(野球・ソフトバレーボール・ポッチャ)
埴生地区市民運動会
埴生地区ハイキング (9月25日)
室内ゲーム大会 (10月16日)
囲碁・将棋・オセロ・麻雀 (2月5日)

文化行事等

納涼音楽会 (8月7日)
菊と盆栽展 (10月31日～11月6日)

学級・講座

すこやか学級 (5月～3月)
市外研修・健康講座・教養講座・文化講座
福祉講座 (7月15日)
埴生子どもカレッジ (8月4日)
料理教室 (11月25日)
親子教室 (12月11日)

稲荷山公民館

体育・レクリエーション

球技大会(ソフトバレーボール) (6月5日)
夏のハイキング (9月4日)
稲荷山地区運動会 (10月2日)
桑原ふれあいまつり(ミニ運動会) (10月)

文化行事等

地域のふれあい事業 (12月3日)
発表会
展示 (1月30日～2月4日)
発表 (2月4日)

学級・講座

さわやか教室 (5月～3月)
教養講座 (6月～12月)
福祉講座 (7月)
健康講座 (10月)
習字教室 (6月～2月 土曜日)
書き初め教室 (1月4日)
夏ゼミ (7月)

八幡公民館

体育・レクリエーション

分館対抗球技大会 (6月12日)
(ソフトボール・マレットゴルフ)
夏山ハイキング (7月17日)
八幡地区市民運動会 (10月2日)

文化行事等

子どもしめ縄づくり (12月)
書き初め会 (1月4日)
囲碁大会 (1月27日)
発表会 (3月1日～4日)

学級・講座

いきいき学級 (5月～3月)
夏休み親子教室 (8月3日)
脳と体の運動講座 (7月・9月・11月)
教養講座 (8月25日)
音楽に親しむ講座 (1月23日)
八幡っ子教室 (6月～2月)

戸倉公民館

体育・レクリエーション

分館対抗 400 才野球大会 (7月3日)
ハイキング【梅池高原】 (7月24日)
戸倉運動会 (10月2日)
ふるさとウォーク (10月29日)

視聴覚事業

敬老の日記念事業 (8月予定)

学級・講座

いきいき創造学級(5月～11月、全10回)
創造カルチャー(男性向け講座・野外学習・健康講座等)
(5月～12月、年3～4回)
学習活動実績発表会 (3月4日～5日)

家庭教育支援事業

春の親子 de 学ぶ教室
(お味噌づくり、いけばな) (5月21日)
夏休みは創造館に集まろう!
(工作教室・ダンス教室等) (8月11日)
親子 de 味噌丸を作ろう! (11月13日)
冬の親子 de 学ぶ教室 (2月19日)
(やしろうまづくり、いけばな)
みんな de 星空をみよう! (9月・3月)

子育て支援講座

情報モラル(子どもがスマホやゲーム機を
持ちたいときに)講座 (2月)
ヤングケアラーに関する講座 (2月)

上山田公民館

体育・レクリエーション

球技大会 (6月12日)
市民ハイキング (7月9日)
上山田地区市民運動会 (9月25日)

文化行事等

盆栽・写真展示 (5月18日～24日)
ふるさと探訪 (7月6日・10月8日)
上山田文化祭 (11月5日～6日)
しめ飾り作り講習会 (12月18日)
書き初め展 (1月20日～26日)
わら馬作り講習会 (1月28日)

学級・講座

上山田子ども未来塾 (4月～3月)
癒しのサロン「さんま」 (4月～3月)
えびす学級 (5月～3月、年10回)
親子地域学習 (8月2日)
わくわく体験 (11月19日)
家庭教育学級 (1月13日)
親子料理教室 (2月11日)

成人講座 紹介

市内6公民館で開催された、成人講座の様子です。
やりたいこと、見つかりましたか？次のページで
令和4年度の成人講座の受講生を募集しています。



楽しく昭和歌謡や唱歌を(屋代・稲荷山)



今月は野外学習です(草木・屋代)



リンパケアでむくみスッキリ(稲荷山・戸倉・上山田)



楽しくやさしいお菓子づくり(洋菓子・戸倉)



一针ごとに心を込めて(パッチワーク・戸倉)



芯を鍛えて、ココロも身体も若々しく(太極拳・戸倉)



心落ち着ける水墨画(上山田)



心と体の健康キープしませんか(ヨガ・戸倉・上山田)



五七五に想いを込めて(楽しい俳句・上山田)



時には手話を交えて(愛唱歌・殖生)



下半身を意識して伸ばしています(ストレッチ・殖生)



指先に集中して折っています(折り紙・殖生)



ほう、見事な包丁さばきですね(男の料理教室・八幡)



筆先に集中して(習字・八幡)



無理せずできるところまでね(体幹トレ・八幡)

学ぶ喜び 出会う楽しみ

成人講座 受講生募集

主催 千曲市公民館運営協議会

受講資格 市内在住または市内事業所に勤務している方（在住地区以外の公民館の講座も受講可能）。また、同じ講座を継続して受講する場合は、3年までとなります。

申込期間 4月5日(火)～8日(金) 午前9時～午後5時

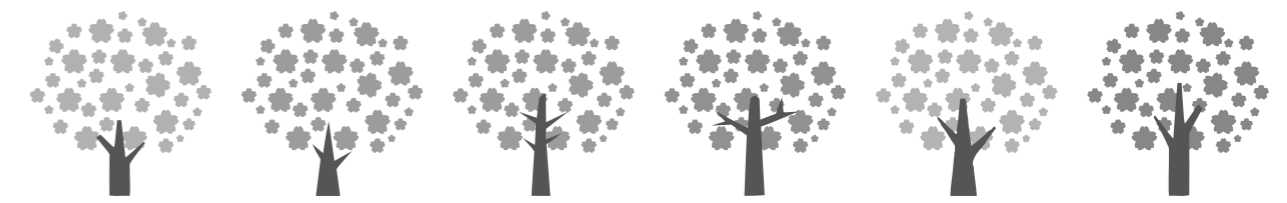
申込方法 各公民館にある申込用紙に記入のうえ、希望の講座を開設する公民館へ受講料を添えて申し込んでください。**先着順**となりますので定員になり次第、締め切ります。ただし、各講座とも受講生が8人に満たない場合は開設しません。なお、リンパケア(稲荷山・戸倉・上山田)とヨガ教室(戸倉・上山田)はそれぞれ重複して受講できません。

受講料 1講座 年間12回以下の講座1,500円
年間13回以上の講座2,500円
(ただし、教材費は実費負担)

問い合わせ	屋代公民館	埴生公民館	稲荷山公民館	八幡公民館	戸倉公民館	上山田公民館
	272-0234	272-0055	272-1009	272-1076	275-1490	276-5842

会場	講座名	開設日	時間	定員	回数	講師(敬称略)	備考
屋代公民館	Go Toシェイプアップやしろ!! ～ミニボルトレーニング～	5月11日開講式 第2・4水曜日	13:30～15:00	20	15	長野市 塚田 佳代子	ミニボールを使ってお腹周りの脂肪を解消しましょう!
	Let's sing a song. みんなで歌いましょう!	5月17日開講式 第1・3火曜日	13:30～15:00	16	15	稲荷山 内山 由香	童謡、唱歌、昭和歌謡、世界の民謡、そしてオペラアリアまで♪
	ふるさと千曲市の草木に学ぶ	4月18日開講式 第3月曜日	13:30～15:30	20	12	長野市 高見沢 茂富	千曲市の草木の特徴を深く知り、素晴らしいさを感じましょう!
埴生公民館	ストレッチ& リフレッシュ体操	5月10日開講式 第2・4火曜日	13:30～15:00	25	15	長野市 塚田 佳代子	有酸素運動とストレッチで体をほぐし、心も体もリフレッシュしましょう!
	ワクワク折り紙	5月18日開講式 第1水曜日	9:30～11:00	15	8	杭瀬下 青木 百合子	日本の伝統文化「折り紙」の世界に触れて、季節を感じてみましょう。
	なつかしの愛唱歌	5月17日開講式 第3火曜日 他	10:00～11:30	40	12	上山田 田島 仁	心に残る「愛唱歌」の時代背景や歌にまつわるエピソードに触れながら、楽しく学びましょう
稲荷山公民館	リンパ体操	5月16日開講式 第1・3月曜日	13:30～15:00	40	16	坂城町 栗原 薫	リンパマッサージと健康体操で元気な体を作りましょう
	笑和ビクス!	5月25日開講式 第4水曜日	13:30～15:00	40	10	稲荷山 小山 待子	懐かしの昭和の名曲を口ずさみながら楽しく体を動かしましょう
	心に太陽をくちびるに・歌を	5月24日開講式 第4火曜日	13:30～15:00	30	10	稲荷山 内山 由香	思い出の流行歌、歌謡曲、童謡、唱歌を歌い、元気になりましょう
八幡公民館	筋トレ体操教室	5月11日開講式 第2・4水曜日	19:00～20:00	20	15	長野市 太田 靖子	ゆっくりとした動きの中で、しっかりと筋肉を動かし、筋力と柔軟性を上げて体力の維持と向上を目指します
	楽しい初歩からの大人の習字教室	5月17日開講式 第1・3火曜日	13:30～15:30	12	15	八幡 杉浦 玉雪	習ったことのない方でも大丈夫、書道を基礎から学びましょう
	男の料理教室～夕飯はこれで決まり!～	6月1日開講式 第1水曜日 他	14:00～16:30	10	10	八幡 小井土 良安 ほか	定番中華・和食から健康を気遣ったヘルシーメニューまで。レパートリーを増やしませんか?
戸倉公民館	木彫	6月7日開講式 第1・3火曜日	13:30～15:30	20	17	上田市 谷井 一雄	木彫は指先を使い、考えながら彫ることで脳の活性化に繋がります。認知症予防になりますよ!
	リンパケアと健康体操	6月7日開講式 第1・3火曜日	10:00～11:30	20	16	坂城町 栗原 薫	痛みやムクミをなくし楽なカラダを作ります。始めた日から筋肉は育ちだしますよ

会場	講座名	開設日	時間	定員	回数	講師(敬称略)	備考
戸倉公民館	はじめての囲碁	6月14日開講式 第2・4火曜日	10:00～12:00	20	17	若宮 宮城 靖夫	関心があったら参加してみよう。易しく囲碁を始め、右脳の動きを良くし楽しめませ
	絵手紙	6月1日開講式 第1・3水曜日	10:00～12:00	20	17	土口 青柳 むつ子	季節の花や野菜、好きなものを描いて、大切な方に感謝や日頃の思いを伝えてみませんか
	誰でも簡単ストレッチヨガ	6月1日開講式 第1・3水曜日	13:30～15:30	20	17	新田 西山 木実	誰にでもできる簡単なストレッチヨガです。楽しく体を動かし健康になりましょう
	太極拳	6月15日開講式 第1・3水曜日	13:30～15:30	22	17	磯部 小出 義宗	太極拳の基礎。立つ事(真)の健康を学びます。腰痛・膝痛など克服したい方、歓迎!
	茶道	6月15日開講式 第1・3水曜日	19:30～21:30	12	17	茶道なごみ会	一服を美味しく召し上って頂けるよう、共に学びましょう
	パッチワーク(手芸)	6月2日開講式 第1・3木曜日	10:00～12:00	15	17	磯部 竹内 道枝	指先を動かすパッチワークは、脳トレにも最適。世界に一つだけの作品を作りませんか
	初心者向け写真の撮り方	6月9日開講式 第2又は4木曜日	13:30～15:30	20	12	若宮 富岡 勝俊	お手持ちのデジカメやスマホを使って、一味違った写真の撮り方のコツを学びます
	洋菓子	6月9日開講式 第2・4木曜日	19:00～21:00	8	17	桜堂 小池 勇吉	楽しいやさしい菓子作り、失敗しないコツを教えます
	新しい陶芸	6月3日開講式 第1・3金曜日	13:30～15:30	16	17	若宮 高松 昌登	古窯や窯元の特徴等を学びながら、土を練り釉薬を作り、自分の作品を作ってみませんか
	着物着付け	6月3日開講式 第1・3金曜日	19:30～21:30	20	17	きもの着付 すみれ会	きれいに着れるポイントを、一人一人に合わせ伝えます。一緒に着物を楽しみましょう
上山田公民館	料理	5月10日開講式 第2火曜日	12:00～15:00	15	12	上山田温泉 若林 健二	「今時の和食」一緒に学びましょう
	大人の音楽教室	5月27日開講式 第4木曜日	9:30～11:00	30	12	上山田 田島 仁	音楽について楽しく学んでみませんか?
	茶道	5月18日開講式 火曜日 他	9:30～12:00 他	25	12	上山田温泉 飛田 民子	笑顔と一服のお抹茶でおもてなし
	ヨガ	5月6日開講式 第1・3金曜日 他	10:00～11:30	35	12	新田 西山 木実	心と体の健康をキープしましょう
	かんたんダンス・はつらつ体操	5月13日開講式 第2・4金曜日 他	10:00～11:30	20	12	力石 酒井 美代子	楽しく身体を動かし、いつまでも若々しく、はつらつとした生活を♡
	水墨画	5月14日開講式 土曜日	10:00～12:00	15	12	千本柳 竹内 せつよ	心落ち着けるひと時を過ごしませんか
	リンパケアと健康体操	5月12日開講式 第2・4木曜日	10:00～11:30	30	12	坂城町 栗原 薫	気持ちよくカラダを動かして元気になりましょう
	楽しく手習い(書道)	5月9日開講式 月曜日	10:00～11:30	15	12	長野市 橋詰 辰男	楷書・草書の基礎を学びます
楽しく俳句(基礎)作り	5月2日開講式 月曜日	13:30～15:30	20	12	屋代 青木 美子	俳活を始めてみませんか?	



※「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に掲載しています。

もっと知りたいふるさと

85

郷土上山田を愛した 農村歌人山崎等先生

この川にひとつとなりて流
れゆく 親しきを見よ 水の
心の

これは、萬葉公園にある頌
徳碑に刻まれた短歌である。
この短歌を詠まれた山崎等先
生は、生涯を上山田に捧げ、
地域の人々から慕われた歌人
であった。

一 生い立ち 短歌の世界へ
等は、明治19年(1886)、
更級郡上山田村漆原地区の農
家に生まれ、手伝いの合間に
は、俳句作りをする文学少年
であった。

25歳頃から信毎歌壇に短歌
を発表し始め、号は柏村。

日を幾日蚕を飼ひつかれい
えのもの だまりうつむき桑
抜きてゐる

この峡に死にてゆきたるち
ちのみの 父の世をつぎ 畑
打つわれは



晩年の山崎等先生

百姓としてこの農村に生き
ていく信念、ふるさとへの愛
を短歌に詠み続けた。

大正4年(1915) 29歳
で、太田水穂が主宰する短歌
雑誌「潮音」の同人となり、
昭和6年(1931) 45歳の
時、彼の歌集「桑の實」(874
首収録)を發刊した。

等の短歌の作風については、
「野趣と放逸と哀愁の中に、
苦しい農村生活がうたわれて
いる。しかし、その歌に意外
に暗さがないのは彼の円満な
人柄のためだ」と賞された。

二 政治の舞台へ
① 上山田温泉街を守る

日中戦争が起きた昭和12年
(1937)から4年間、上
山田村長として村政に力を注
いだ。しかし、戦争が激しく
なり「遊興、享樂は、追放す
べし」という統制が高まり、
温泉客どころではなくなった。

等は、温泉組合長と
共に「各旅館を提供
するから傷痍兵を入
れてほしい」と陳情
するなど、国策にう
まく順応して温泉街
を維持しようと奔走
した。多くの旅館に



万葉歌碑(左) 清水信夫歌碑(中) 山崎等の頌徳碑(右)

傷痍兵が入り、軍需工場の寮
としても活用され、疎開児童
も受け入れた。こうして、温
泉街は守られた。

② 万葉歌碑で観光振興を
信濃なるちく方の川のさ
礼志も きみ之不みて者 玉
と比る者舞(万葉集 恋の歌)
昭和12年、等と清水信夫(上
山田小学校教師)らの手で、

この歌の万葉歌碑建設が具体
化する。碑の揮毫は万葉集研
究で有名な佐々木信綱博士。
戦争激化で、この短歌が刻ま
れた銅板は回収の危機にさら
されたが、銅板は供出されず
密かに隠された。
暗い戦争が終わり、昭和25

年(1950)に隠されてい
た銅板を使い歌碑は完成し
た。完成の祝辞で佐々木博士
は、「この万葉歌碑は、戸倉
上山田温泉の一つの名所とな
るであろう」と述べている。
等も観光としての名所をつく
りたい、この歌碑を温泉の宣
伝と誘客の一つとしたいと考
えた。郷土を愛してやまな
かった。

三 戦後の復興期と等
等は村長退任後、上山田農
業会長、農業委員会長などを
歴任し、凶作にあえぎ、貧し
く希望がなかった農村を新農
村へと樹立すべく努力した。
昭和41年(1966)、万
葉歌碑がもとで名付けられた
万葉橋が竣工した。

また、この万葉橋の竣工に

併せ、等を慕う人々の呼び掛
けで、万葉歌碑の隣に等の頌
徳碑が建てられた。

等はこの2年後、昭和43年
(1968)4月6日、多くの
人々に惜しまれつつ82歳の生
涯を閉じた。石川啄木はじめ、
武者小路実篤など多くの文人
と交流があり、素晴らしい歌
人であったが、中央文壇へ進
出することなく、この故郷に
生涯を捧げたのである。

ふるさとには閑古鳥なきて静
かなり 土耕してここに死ぬ
べし

前上山田公民館長 児玉孝義
参考文献

「上山田町史」「上山田公民
館報」「上山田の風土」(上
山田小学校)「近代短歌の
ふるさと」(信濃毎日新聞社)

生活の活動にも不自由が多
かった。公民館活動も制限さ
れ、公民館報の編集にも苦勞
が多い令和4年度の年度初め
である。

しかし、いつまでもこのよ
うな状態が続くわけではな
い。コロナウイルスも次第に
落ち着き、コロナと共生し、
日常の生活を取り戻し、今ま
でどおり公民館活動が活発に
行われ、館報の内容がより一
層充実したものとるように祈
りたい。(稲荷山 Y)

編集後記

今年の冬は、雪が多く例年
以上に寒い冬であったが、北
京オリンピック、パラリン
ピックで、日本人選手の大活
躍が連日テレビ・新聞等で報
道され、コロナウイルスのオ
ミクロン株まん延で日本中に
ストレスがたまる中、久々に
晴れ晴れとした気持ちになっ
た。

長野県にも「まん延防止等
重点措置」が適用され、日常