

かさかけ 公民館だより

編集
笠懸公民館報編集協力員会
みどり市笠懸公民館
発行
みどり市笠懸公民館
〒379-2311
みどり市笠懸町阿左美1581-1
電話：0277-76-2211
FAX：0277-76-2836
Eメール：kouminkan
@city.midori.gunma.jp



▲多くの市民が集まったバーベキュー会場

利用者の会でシナリオを作成し、みどり市の歴史や人物などを理解できるたのしい内容でした。また、櫻井館長の受け答えに会場が大いに盛り上がりついでいた。

笠懸公民館利用者の会・笠懸公民館共催によるバーベキュー大会が、9月7日(土)公民館芝生広場で開催されました。

これは、日ごろからサークル活動や各種事業などで公民館を利用する人や、地域の人たちとの交流や親睦を図ることを目的としています。

今年も盛大に行われ100名を超える参加者でにぎ

地域の交流と親睦を深める!!

笠懸公民館バーベキュー大会

わい、広場はいっぱいになりました。

参加者は、用意された生ビールやジュースで乾杯した後、メインの焼き肉の他、焼きそば、からあげ、おにぎり、サラダバーなどたくさん料理に舌鼓を打ちながら、楽しいおしゃべりに花が咲いていました。

アトラクションでは、「今昔楽団」「カフェアンサンブル」による演奏、「(和フラ)のフラダンス

の他、関係者らによる寸劇「大きなホウレン草」が演じられました。

最後に特別出演として、みどモスも登場し、子どもたちや若いお母さんたちは大喜びでした。

お腹も心も満たされ、あつという間に楽しい時間が過ぎ、参加者同士の交流も深まったバーベキュー大会は終了しました。

ここは何の部屋!?

笠北小3年生公民館見学

9月3日(火)笠懸北小3年生(2クラス・56名)が校外学習の一環として笠懸公民館を見学に来ました。

約1時間の短い時間の中で、職員の説明を聞きながら館内を見学。音楽室や交流ホールなど様々な部屋を回りました。職員の説明の中で大事なことはメモを取り、真剣に聞いていました。見学が終わると分からな



▲見学が終わり、質問タイム

たことなどを質問し、館長が一一つ丁寧に答えていました。



▲アトラクションも充実(写真は今昔楽団)

からだを使って健康に

高齢者大学

生活の中に体操を

第2講

高齢者大学第2講が8月28日(水)に桐生大学グリーンアリーナを会場に行われました。

「中高齢者の健康体力づくり」と題して佐藤征夫東洋大学名誉教授(80歳)を講師に迎え、「理論と実技」



▲ 講師の指導で 伸ばす 曲げる

を、暑い中約140人が参加し、学びました。寝たきりになる二大原因として、①骨折、②脳卒中があり、骨折しないためには筋肉トレーニングが必要と力説し、特に大腰筋を鍛えることが大事と語りました。

後半は、参加者が体育館いっぱいに広がり、「伸ばす」「曲げる」「回す」「倒す」を基本とした体操を実践しました。

脳トレも加えられ左右を逆に動かしたり、順番が変わったりと、講師についていくのがやっとで、笑い声があちこちでおきていました。

講師は「動かなければ健康でない」とし、体操を生活の中に取り入れて続けてほしいと話しました。

受講生の健康寿命の意識の高さと元気を感しました。

ホールに響く歌声

第3講

高齢者大学第3講「歌声喫茶かさかけ」が9月17日(火)、笠懸公民館交流ホールで開催され、会場は100名を超える多くの参加者で埋まりました。

講師と司会進行は「歌声・桐生」のみなさんと「キーボード楽団ムーン・キャット」です。

第1部は2人組の「ムーン・キャット」がキーボード演奏に合わせ昭和歌謡の名曲を迫力ある歌声で聴か



▲ 音楽を聞いて楽しく

せてくれました。

第2・3部は「歌声・桐生」のみなさんのリードで会場のみんなで歌いました。オリンピックにちなんで「東京五輪音頭」や「りんごの歌」「高校三年生」「ボケます小唄(替え歌)」など懐かしい16曲を歌い

ました。

長生きの秘訣は？

笠老連芸能発表会

9月12日(木)、第23回笠老連芸能発表会が笠懸野文化ホールパルで開催されました。

各区から選抜された個人団体など総勢72組の精鋭たちがカラオケ、詩吟、舞踊、ダンスなどを披露しました。

華やかな衣装をまといたスポットライトを浴びてそれぞれが最高のパフォーマンスを演じました。

この発表会を目標に練習してきた成果を、発揮していました。

発表が終わると会場からはすべての出演者に大きな

あげ、大勢の元気な声がホールに響き渡っていました。飛び入りで前に出て歌った人には、大きな拍手が送られました。

途中、イスに座ったままできる体操も取り入れられ、心も身体もほぐれ楽しいひとときでした。

拍手が送られました。

人生100年時代。趣味や自分の好きなことをやることが若さと健康を保つことだと感じました。



▲ みんなでダンス! ダンス! ダンス!



▲大正琴に触れてみて

8月18日(日)、笠懸公民館1階ロビーにて第120回「いこいの広場」が開催されました。みどり市笠懸町大正琴連合会による大正琴コンサートです。花みずき会、琴瑛会、琴藤会のみなさんが「悲しみ本線日本海」「たそがれの銀座」「瀬戸の花嫁」などそれぞれ得意な曲目を披露しました。また、体験教室も開催さ

大正琴コンサート

音楽ってたのしい!
いこいの広場

れ、大正琴を初めて触れる人もいて、楽しそうに弾いていました。会長の新井エイ子さんは、「このように発表の場があると、はげみになります。」と話していました。

ジョイントコンサート

第121回「いこいの広場」が、笠懸公民館交流ホールを会場に9月22日(日)開催されました。今回は、ジョイントコンサートで、笠懸野合唱団とカフェアンサンブルの2団体が行いました。はじめは合唱団によるコーラスです。歌謡曲シリーズとして、「恋の季節」「ブルーライト横浜」などが披露され会場は美しい歌声に聞き入っていました。

続いて、来場者を含め全員で「切手のないおくりもの」「若者たち」を合唱し



▲会場に響き渡る歌声

霧囲気を盛り上げました。その後は、カフェアンブルの演奏です。フルートトリオで「いつでも何度でも」、フルートデュオで「サンマルティニ二作曲ソナタ2・3楽章」、フルートとサクソで「もののけ姫」などが演奏されフルートの優しい音色、サクソスの心に響き渡る音色に感動し、会場からは大きな拍手が送られていました。最後は、笠懸野合唱団がふるさとシリーズで「ふるさと」の山に向ひて「など3曲を歌い、来場者全員からの拍手を受けながらフィナーレとなりました。

利用者こんだん会のお知らせ

あなたの声を聞かせてください

「公民館について語ろう ~みんなの公民館をみんなで考える~」

お茶とお茶菓子を
用意します。

11月26日(火) 午後7:00~9:00 笠懸公民館視聴覚室

○今年も主に使う部屋ごとに分かれて話し合います

今年も主に使う部屋ごとに分かれてグループでの話し合いを行います。ふだんの活動の中で感じていること、こんなことがあったらと思っていることなどをみんなで話し合ってみましょう。進行や発表などの役割分担にご協力ください。

○公民館についてみんなで考えましょう

こんな公民館になったらいいな、こんなことができれば楽しいね、こういうことも必要だよ、そんなふうに気軽にみんなで公民館について考えませんか。また、利用者の会の活動や会費についてもいろいろな意見をお聞かせください。

主催：笠懸公民館・笠懸公民館利用者の会

地域からのたより

みんなで楽しく

九区区民講座

九区地区申請学級「区民講座」が、9月4日(水)から10月2日(水)まで毎週水曜日(全5回)、九区公民館で開催されました。今年のテーマは「シユガークラフト」です。



▲ 講師に指導を受けながら仕上げていく

この講座は、区民の交流
今回は、シユガークラフトで花(バラ)を作ります。ペースト状の砂糖は、粘っていて成形するのは意外に難しく、花びらや葉を作っても思うような形にならず悪戦苦闘している人もいました。が、初めての人に丁寧に教えながら和気あいあいと取り組んでいました。
参加者全員で協力し、でき上がった作品は、笠懸地域文化祭に展示されました。



▲甘〜いバラ

点検は万全に

四区防災訓練

笠懸町第四区は9月8日(日)、四区公民館で「自主防災会防災訓練」を実施しました。

自主防災会長の佐藤区長のあいさつ後、防災機材の表をもとに、様々な機材の整備状況の説明がありました。

続いて、テント張りや、発電機(ガス・ガソリン)・チェンソーなどの操作訓練や実演に、区民は真剣に取り



▲ 防災機材を使つての訓練

り組みました。

その後、市危機管理課原係長を講師として防災講座が開催され、DVDの視聴のほか避難時期、避難経路、避難方法などの防災知識と避難所運営について説明がありました。

講師は「自主防災訓練は日ごろからの組織力が大事です。また、地震などでは家具の転倒による事故が発生しやすいので、普段からの点検、補修、対策などが肝心です」と強調していました。

昼食は、女性参加者による炊き出し訓練を兼ねて作ったおにぎりや料理を、美味しくいただきました。

佐藤区長は「参加した区民の方々の和気あいあいの中にも、真剣さがのぞく防災訓練ができました」と話していました



スポーツで交流

九区運動会

9月22日(日)、笠懸小学校校庭で第12回九区区民運動会が開催されました。天気予報では、雨の可能性もありましたが、晴れ渡り青空の下約200人の区民が汗を流しました。

子どもから大人まで、どの世代の人も楽しく参加できるパン食い競争やジュース飲み競争などの多くのプログラムが用意され、参加者は勝負に徹する人、楽しみながらゴールを目指す人など思い思いにグラウンドを駆け抜けていました。

以前は隣組対抗ソフトボール大会を実施していましたが、参加者がだんだん減っていき、これに代わるものとしてスタート。区民同士の交流や親睦を目的として、納涼祭と並ぶイベントとなつていきます。

始まったころは、区及び公民館はじめ育成会、老人会などの関係者の姿が会場



《お知らせ》 第122回いこいの広場 オカリナコンサート

日時 11月10日(日)午後1時30分～
会場 笠懸公民館 1階ロビー
出演 みどり土笛の会



▲ 一斉にスタート!

に目立っていたようですが、
今では一般の区民の参加も
増えてきて、貴重な交流の
場となっています。
子どもたちは、参加賞の
お菓子を食べながら楽しい
1日を過ごし、全力疾走し
たお父さんは、1日おいて
の筋肉痛が心配です。

みどり市再発見!! 東毛地区社会教育委員研究集会

9月18日(水)、第42回東毛
地区社会教育委員研究集会
が笠懸公民館で開催され、
東毛地区の社会教育委員約
80名が一堂に会しました。
実践発表としてみどり市社
会教育委員高野富由美さん、
新井博介さんが「ミドリク
エスト・みどり市探索のス
タンプリリーに関わって」
の発表がありました。
みどり市社会教育委員会
議(委員20名)では「合併
後10年を経つものの、旧2
町1村の一体感が感じられ
ないとの市民の声が常に話
題となり、各地区の歴史
文化、自然など知らない市
民が見受けられる」とのこ
とから、子どもから大人ま
で楽しめる市内の名所、旧
跡、文化などのスタンプラ
リーを企画しました。
そこで社会教育委員会議
ではテーマを設定。▼市民
が自分の住むところに誇り
を持って語ることができ

▼ふるさと「みどり市の再
発見」▼みどり市の活性化
この三点に焦点をあて協議
検討を進めてきました。
平成29年度からスタンプ
ラリーのコースやポイント
など検討し、また、子ども
たちからのアンケートの分
析などを重ねて進めてきま
した。
そして、子どもたちだけ
でも参加できるようにバスツ
アーを社会教育委員が手配・
添乗・引率などを取り組む
などして、本年度のバスツ
アーは昨年度の2.5倍の参加
者を得るなど、一定の成果
が得られました。
3年という時間をかけて
初期の目的である「みどり
市の一体感の醸成を果たす
ことができたようです」と
話を締めくくり、会場から
みどり市社会教育委員会議
の活動を賞賛する声が多く
聞かれました。

受講者募集中!!

笠懸公民館主催みどり市市民講座
テーマ『知識を身に付け、智慧を育む』

区分	日程・会場	内容
第2講	11月15日(金) 13時 出発 17時 帰着予定 笠懸公民館 集合	「車の自動運転技術の未来」 《締切間近》 車の自動運転技術研究の現状と見通しについて学習します。 【研修場所】次世代モビリティ社会実装研究センター(群馬大学) ※研修場所へは、バスで移動します。
第3講	11月30日(土) 14時～16時 笠懸公民館 交流ホール	「こどもの感染症について学ぼう」 こどもがかかる感染症の症状、対策等を学習します。 ※託児所を設置しますので、お子様連れでの受講が可能。 講師 桐生厚生総合病院 小児科部長 大木 康史 氏
第4講	12月 5日(木) 19時～21時 笠懸公民館 交流ホール	「みどり市の災害の可能性と危険地域」 みどり市ハザードマップの見方や活用方法はじめ、防災全般に ついて学習します。 講師 群馬大学大学院 理工学府 教授 金井 昌信 氏
第5講	3月 1日(日) 14時～16時 笠懸公民館 交流ホール	「音楽を通しての人生の貯蓄」 地元出身の作編曲家(オルガン奏者)が、音楽を通しての体験 談や子どもたちへのメッセージを語ります。 講師 株式会社エンドリズム 代表取締役 金子 勇人 氏

- ◇ 募集人数
各講座とも100名(先着順)
※第2講はバスの都合上、
25名(先着順)です。
- ◇ 申込方法
電話または笠懸公民館窓口にて
申し込み。(※参加費は無料)
※申込時に、受講希望の講座・
住所・氏名・電話番号・年代
をお知らせください。
※申込受付時間
午前9時～午後5時
(月曜休館)
- ◇ 申込期間
各講座の一週間前まで
※人数に余裕があれば
当日受付で受講できます。

【問合せ・申込先】 笠懸公民館 0277-76-2211

わくわくドキドキ お母さんと一緒教室

お母さんと一緒教室は、9月13日(金)に「消防署見学」に行きました。

参加する親子は桐生みどり消防署に現地集合し、署員の説明を聞きながら施設内を見て回りました。

出動準備室では、子どもたちに実際の消防士の重い活動服を羽織らせてくれたり、装着の実演を見たり、初めての体験に、緊張した子どもたちの顔が印象的で



▲ ミニミニ消防隊任務完了

した。救急車や消防車に乗り込むとうれしそうに顔に変わっていききました。

放水訓練やはしごを使用している高所の救助作業も見られ、「すごい！」と拍手がわき起こりました。

見学中は救急車等の出動要請もなく、最後まで色々なことを見学、体験ができた親子ともに貴重な時間を過ごしました。

—お知らせ—

笠懸公民館大掃除!

日時 12月8日(日)
9時30分~

※お願い※
・1団体から2~3名の参加をお願いします。
・雑巾やタオルを持参してください。

20周年の節目

ぺちやくちや開店記念

9月14日(土)「ぺちやくちやを応援する会」が中心となって開店20周年記念コンサートを開催しました。

喫茶の活動団体であるカフェアンサンブルを中心に昼の部と夜の部の2回公演が行われました。

昼の部では、みどり市障害者福祉センター「つばさ」の方々とそのご家族と職員で店内は満席。それに加え、みどモスとマジック愛好家の有志の方、歌や演奏、バリンアート作りで盛り上がりました。

夜の部では、カフェアンサンブルによるフルート三重奏とサクソス演奏、ギターアンサンブル、ピアノ演奏や歌唱を生で楽しむことができました。「いつも何度でも」「ムーンリバー」など多くの曲が演奏され、会場の人たちは、コーヒールを飲みながら、音楽と会話を楽しんでいました。

店長の武井勇さんは「喫茶ぺちやくちやは、障がい者と社会をつなぐ場としての役割を担い、平成11年8

投稿

笠懸公民館喫茶「ぺちやくちや」の店長武井勇さんが9月いっぱいまで退職しました。ぺちやくちやを応援する会より次の投稿がありましたので紹介します。

「感謝」

武井さん、20年お疲れ様でした。なかなかオープンできなかった公民館喫茶店を、武井さんを中心とする身障連が始め、ずっと続けてきてくれて、本当に良かったです。

20年の歴史を思うと感無量です。いろんな時期があり、人手が足りない時もあったりして、大変だったと思いますが、体を壊すこと

月の開店し、今年で21年目を迎えました。皆さまの応援のおかげでここまでやってこられました」と話していました。



もなく武井さんが頑張ってくれてとても有り難かったです。

武井さんには、これからもぺちやくちやを見守り続けてほしいです。

私たちも、武井さんがやってきた、皆が集まってくるげる、誰でも自由にぺちやくちや話せる、緩やかに繋がれる公民館喫茶店の精神を受け継いでいきます。武井さん、ありがとうご



▲ 前店長の武井勇さん

こえの ひろば

このコーナーは、市民のみなさんの交流の場です。サークルの会員募集やイベントのお知らせ、投稿など、何でも原稿をお寄せください。(しめきり毎月10日)

お邪魔しま〜す♪

サークル

紹介②⑤



今回お邪魔したのは、オカリナサークル「みどり土笛の会」です。

昨年、「サークル名を「カルテット」から改名し活動しています。

取材した日は、先生がお休みだったので、自主練習

投稿

今月の一首(5) 風鈴

我が背子を、我が松原よ
見渡せば、海人をとめども
玉藻刈る見ゆ

(17・三八九〇 三野石守)

《訳》我が背子を、私が待つと
いつ松原から見渡すと、
海人をとめたちが玉藻を刈

っている。

《解説》天平二(七三〇)年十一月、大伴旅人が大宰府から平城京に帰るとき、従者たちの歌です。従者たちは、歌から知られるように海路をとったのですが、旅人はそれとは別に陸路をとったことが万葉集に記されています。

『万葉集一日一首』 花井しおり編

(致知出版社刊)より

《感想》なぜ従者は旅人と別の経路を取ったのでしょうか。母代わりの伯母と同行したのではと記されています。



▲オカリナのやさしい音が響く

会費：3000円/月

みどり市
マスコット
キャラクター



みどモス

四季の会 九月句会



秋なすび送る古里姉八十路	佐藤 小春
吾が息子ねこを家臣に秋の夜	東宮 春水
黄色ひ声あがるラグビー秋の夜	川岸 星漢
無花果や野鳥が騒ぐ朝まだき	津久井 友禅
背高のひまわり畑や迷路かな	越塚 勝鬼
彼岸花ををりし供ふ妻の墓	多田 冬薔薇
ひがんな地蔵を囲む緋の舞台	小林 華笑
夜なべする母の背中の丸くなり	韓 百日紅
秋七草を鉢に咲かせし悦に入る	吉田 和義
薄野やかくれんぼする児らの声	楳沢 春蘭
百歳をめざす八十路や彼岸花	富田 和
秋の雨二匹の犬にカツパ着せ	村田 紅蘭
ふるさとの畦道むるる彼岸花	遠藤 勝龍
秋の蝶弟の姿と妹の云ふ	新羅 光海
秋の風邪ひきつつ甥が訪問す	金井 漢江
菩提寺の伽藍に光る稲づるび	富士山 鬼翔
秋桜ゆるる線路や列車過ぐ	真下 山月
あわだちそふ車窓を過ぐる巡業地	冠 二郎
看板に加へる文字や秋の展	童 鳥海
踏み外す事もありきや秋の猫	金井 光順
梨剥くや仏に供ふ孫と居り	久保 初風
猫の名を呼びし薄野ゆふまぐれ	糸井 梅光
藪塚の日帰り温泉すてかかし	今井 稔
空青く竿先ちよんと秋あかね	糸井 初音
木犀のかほりの中や夫の声	徳田 夕子
洗ひ替へ持ち来る娘や彼岸花	須田 仙寿
立漕ぎのサドルを高く秋の風	小此木 和音
作品の説明聞かるる秋の展	横倉 雅
幼子のままごと遊び赤まんま	村田 小町
いなご取り昔の小川にはまりけり	金井 青松
彼岸ばな遺跡の山の道案内	石原 青条
初鴨来る三方の湖に水光る	宇野 勘大
霧晴るる赤城高原湖の風	金 光月

投稿

テクテクお城歩き(7)

「岩村城」歩遊人

NHKの朝ドラ「半分・青い」(2018年4月〜9月)のロケ地、岐阜県恵那市岩村に日本100名城のひとつ岩村城があります。標高717mの高所にある山城で、資料によれば185年源頼朝の家臣加藤景廉が遠山荘の地頭となり景廉の長男景朝が築城したとあります。何度か岩村城を訪ねていますが、本丸の6段の石垣の景観は見事です。

岩村歴史資料館から急な



▲ 岩村城の六段石垣

登り坂で本丸まで約800m、初門、一の門、土岐門、大手門と登れば出丸広場となり、戦国時代をかみしめながら歩くこと約30分。本丸に立ち女城主「おつや」の方の悲運を偲べば、戦国の世の無情さを知らされます。(おつやの方は織田信長の叔母ですが、武田方に加勢したという理由で信長に処刑された) 重伝建の城下町を歩けば、女城主の里にちなんで商店や各家庭の玄関先に、その家の女主人の名刺を記した「のれん」がかけられています。

笠懸短歌サークル 九月例会より

練り上げてひと晩寝かせし小豆餡ぼた餅作りは亡母からの味
宅急便の詰め物なりし地方紙の文芸欄にしばし見入りぬ
墓掃除ねんごろにして祖先らの夢の再会彼岸に入る
八十路過ぎ初めて挑む麻雀にポケの予防と時を忘れる
声もなく網戸に止まる油蝉夜のしじまに戸締りためらふ
季遅れのあぶら蟬来て高々と声張りをれど応ふるはなし
大人にはつひになれざる我なるや老いて益ます気短になり

上村 征子
上山 利夫
橋内 文夫
久保田茂子
近藤ふさ子
関口 定夫
平山 勇



コラム豆電球

「カキは二日酔いど効い」

ちよつと一杯のつもりが二杯になり、三杯、四杯……。つい飲みすぎてしまい、我が家にたどり着くころは「気持ちが悪い……」という経験は、酒飲みなら誰にも覚えがあることだろう。こんなつらい思いをするとわかっていのに、やめられないのが酒好きの宿命だが、ぼんやりした頭の中で、「そういえば、二日酔いには柿がいて聞いたなあ」なんて思ったことはないだろうか。

果物のなかでも特に柿が酔いざましや二日酔いに有効なのは、柿に含まれる渋み成分の酵素が血中のアルコール濃度を抑える働きをしてくれるから。さらに、カリウムが含まれているため利尿作用もあり、アルコールを早く体外に出してくれるようだ。一方、発音が同じ牡蠣にも、二日酔い防止の効果があるといわれている。牡蠣に含まれるうまみ成分のグリコーゲンや豊富なビタミン、ミネラルは、肝臓の機能を高める作用がある。酒の肴には牡蠣を、そして食後には柿で仕上げるといいかも。

ちよつと一息



精神科医の長谷川和夫氏は、認知症研究者の第一人者で、医療現場で診断に使われる「認知機能検査、長谷川式簡易知能評価スケール」を作った。半世紀におよぶ研究と診断の日々を経て、自らが認知症になったことを2017年10月公表した。公表したのは正しい知識と認知症の人の接し方を知ってほしいからだと言ふ。

認知症であつても人と心を通わせることはできる。地域の人たちが認知症を理解し、見守ることができたら身近な場所に安心して出掛けられる。そんな暮らしができる社会であつてほしい。いつか自分も……そんなことを考えながら興味深く読んだ。人生100年時代。元気でいるうちには人の役に立つ生き方を選びたい。