

かさかけ 公民館だより

編集
笠懸公民館編集協力員会
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

2年ぶりの高齢者大学開講！

笠懸の遺跡を学ぶ

高齢者が家庭や地域で、より豊かに、より楽しく暮らせるよう学習機会や仲間づくりを目的とした笠懸地域高齢者大学が、7月13日(火)グンエイホールPALで2年ぶりに開講しました。

昨年度は回数を3回に減らし、開催に向けて企画し、

準備を進めていきましたが、新型コロナウイルスの感染状況が悪化し、中止となりました。

今年度は笠懸公民館の交流ホールが新型コロナウイルスのワクチン接種会場になっていることや、感染対策としてより広いグンエイ

ですが、最後に皆勤賞を取れるように頑張つて、体に注意しながら受講してほしい」と挨拶をしました。

第1講は岩宿博物館の小菅将夫氏を講師に迎え、「郷土の歴史を学ぶ〜日本に誇る笠懸の遺跡〜」と題し、116人の受講生が笠懸の遺跡について学びました。

岩宿遺跡と西鹿田中島遺跡にスポットを当て、発見者である相沢忠洋さんの生い立ちや活動、遺跡の発掘調査の経過などを詳しく学びました。

受講生からは「地元の遺跡の歴史と価値を知ることができてよかった」や「岩宿遺跡と西鹿田中島遺跡のある土地に生まれて誇りに感じた」という声がありました。

日本列島に旧石器時代が存在することを初めて証明した岩宿遺跡と、縄文時代草創期の遺跡では、日本列

▲多くの受講生が参加

会場に、全6回の講座と館外での視察研修が予定されています。開講式で田村会長(笠懸地区老人クラブ連合会)は、「昨年度企画し中止となった講座を今回、始めの3回に入れました。本日から11月までの長丁場ではあり



▲講師の小菅氏

島最大級の遺跡である西鹿田中島遺跡を改めて学ぶことで、地元を誇りに思う気持ちを再確認できたよい機会になりましたね。

新型コロナウイルスの感染状況が以前に比べ落ち着き、今年度は高齢者大学が開催でき、また地域の皆さんが顔を合わせ、一緒に学べる機会ができ、コロナ自粛の疲れが少しは癒えたのではないのでしょうか。

感染防止対策に引き続きご協力をお願いします。



みどモス

短冊に願いを込めて

お母さんと一緒教室開講



▲みんなで飾りづけ

7月2日(金)、「お母さんと一緒教室」(全16回)の開講式と第1回「七夕かざり」が開催されました。

講師に根岸恵美子先生を迎え、3歳未満の子どもたちとお母さん方9組が七夕かざり作りにチャレンジしました。広い和室では童謡が流れ、座敷を走り回る子どももいてとってもにぎや

かです。一番真剣なのはお母さん方だったかもしれません。「一緒にやろうよ」とか、「ママがやっちゃうよ」と声かけするお母さんをよそに、子どもたちは自由気まま。3歳未満児、恐るべしですね。私も大変だった時を本当に懐かしく思い出しました。でもお母さん方はそんな子どもにもゆったりと対応をされていて感心しました。

休憩時にお母さん方に聞いてみました。「なぜこの教室に参加したのですか?」共通していたのは、母子共につながりを作りたいという思いです。新型コロナウイルスのせいではなく、これは現代の親に共通する願いなのかもしれませ



▲願いが叶いますように

どうなる笠懸地域文化祭

第3回企画広報部会

新型コロナウイルスの影響でのびのびになっていた笠懸地域文化祭第3回企画広報部会が6月23日(水)に開催されました。

新型コロナウイルスのワクチン接種会場になっている公民館。10月の文化祭開催は難しいことから時期をずらし、展示やステージ部

門などを分割して開催する、全体を延期するなどの案が出されました。開催日程については、検討中です。

また、今回、参加者の募集期間中に笠懸公民館の部屋の利用が休止となっていたため、参加申し込みを出しそびれてしまった団体もあり、追加募集をすること

を決定しました。

イベント部の食品販売は感染防止の観点から中止の方向。ポスター募集も開催日が決まっていないことや中止の可能性もあるので行わないことになりました。

第1回実行委員会は7月28日(水)に行われました。

参加団体・個人の皆様のご理解とご協力を得ながら日頃の成果を発表して頂けたらということが企画広報部員みんなの願いでした。

サーモカメラを設置

公民館の利用者が安全、安心して施設を使用できるように、新型コロナウイルスの感染対策として、笠懸公民館の正面入り口にサーモグラフィカメラが設置されました。設置された画面の枠内に入ると体温が計測され

引き続き公民館を利用するときは、感染対策にご協力をお願いします。

ます。来館した際はサーモグラフィカメラで検温するようにお願いします。体温が高い場合は、ライトが点滅し、アナウンスが流れ



▲設置されたサーモカメラ

答申に向けチームを結成

みどり市公民館運営審議会

6月29日(火)みどり市多世代交流館多目的ホールにおいて、令和3年度みどり市公民館運営審議会委嘱式および第1回審議会が開催されました。

今年度の3館合同事業については見送りが決まりました。今年度のみどり市公民館運営審議会の活動や専門委員会の日程については全

体会を5回、専門委員会を1回開催することが決まりました。答申については、答申書の作成に向けたチームが結成されることになりました。委員6人が選出されました。次回までに答申書の素案をまとめることとなり、今回の審議会は終了となりました。

開催時期を再検討

市民講座運営委員会

まず、今年度の新委員として丹羽弘光さん(みどり市PTA連合会)に保志教育長から委嘱状が交付され、次に令和3年度みどり市公民館運営方針や、各公民館の事業計画について各公民館長より報告がありました。続いて協議事項として、

第2回市民講座運営委員会が、6月23日(水)笠懸公民館で開催されました。コロナ禍の中、新型コロナウイルスのワクチン接種

第2講(12月中旬)は、グンエイホールPALにて、みどり市出身のオルガン奏者の金子勇人氏の講演および演奏の予定。

が公民館やグンエイホールPALで行われるため、日程と会場を検討し、今年度の講座を決定しました。

第1講(11月下旬)は、

第3講(令和4年2月頃)は、桐生警察署の栗原康博氏を迎え、「詐欺に遭わない方法」が予定されています。



▲新たに委嘱された丹羽氏

ぐんま天文台の大林均氏を迎え、「第2の地球、生きもののいる星はあるか?」「太陽系と太陽系外惑星に生きものを探す」についての講演が予定されています。

昨年度の市民講座は、新型コロナウイルスのため、すべて中止となってしまいました。今年度の講座は予定通りに開催されることを期待したいと思います。

大掃除の代わりに消毒を

利用者の会理事会

笠懸公民館利用者の会第2回理事会が6月24日(木)に開催されました。

定期総会の開催は7月30日(金)19時から通常どおり行い、休館になった場合は周知のみとします。

「コロナ禍での公民館活動に関するアンケート」の結果は、分析し、公民館だよりや文化祭等で発表することになりました。

例年6月に行っている公民館大掃除に代わる「おそうじ月間」は、使用後の通常の清掃に加え、「消毒キャ

「コロナ禍での公民館活動に関するアンケート」の結果は、分析し、公民館だよりや文化祭等で発表することになりました。

みんなの協力で、感染防止の輪をひろげましょう!

除菌・消毒 徹底月間

手が触れたところを 徹底的に除菌・消毒

終了時間を少し早めて、手が触れたところを徹底的に除菌しましょう。そうすると、次の人は衛生的な部屋を安心して利用できます。次の人も徹底的に除菌してくれば、今度は自分たちも衛生的な部屋を利用できます。

次の人が 安心して利用

自分たちも 安心して利用



開催を見送ることが決定

公民館大会実行委員会

6月25日(金)みどり市多世代交流館多目的ホールにおいて、令和3年度第2回みどり市公民館大会実行委員会が開催されました。

前回の実行委員会では、公民館大会を開催するかが決まらず、今回も引き続き協議されました。

会議では、「新型コロナウイルスが落ち着かず流動的な状況の中で大会を行うのはどうか。来年でもできる」という意見や「やるからには多くの人に来てもらいたい。現状では誘うのに抵抗がある」、「現在の警戒度では大会は開催可能だが、でも不安がある。大会の開催は、公民館運営審議会がコロナ禍の公民館活動について出す答申のイベントのあり方の基準によって判断してもよいのでは」、「人を集めるのは難しいので冊子を配布してはどうか」、「コロナ禍で公民館活

動が思うようにできない時だからこそ、大会を行うべき」など、委員それぞれが意見を述べ、活発な意見交換がされました。見通しが立たない中、現状では多くの人が交流し、公民館につ

いて議論するという公民館大会の目的を達成するのは難しく、最終的に開催を見送ることで実行委員会の意見として決定されました。

コラム 豆電球



早食いは肥満のもと?

同じ量、同じ内容の食事を出して実験したところ、標準体重のグループが食べ終わるのに15〜18分かかったのに対し、肥満グループは11〜13分かからなかったそうだ。

お腹がいっぱいになったという感覚は、脳の視床下部にある満腹中枢が刺激されて起きる。食事をして血糖値が上がると、満腹中枢が刺激され「お腹いっぱい」と認識される。

ところが、血糖値は食事を開始してから15〜20分

ないと上がらない。肥満グループは13分以内に食べ終わってしまうから、本当は満腹になっていないにも関わらず、満腹感を得ないため、さらにいろいろと口にしてしまうというわけだ。

肥満グループにゆっくり食べるように指導したところ、20週で平均4.6キロの減量に成功したそうだ。この結果からも、早食いが肥満に関係しているようだ。

とはいえ、満腹なのに目が欲しくなるのはどうすればいいのだろう。

要するに、ゆっくり楽しく食事をすれば適量になるのかも。



「恩返し」と「応援」のトーチリレー

樋口京司さんは、家業である樋口製作所の会長だけでなく、西鹿田中島遺跡保存会の会長等も精力的に務めています。

2018年、脳梗塞で左半身が麻痺してしまいました。しかし入院しながら3カ月間の地道なりハビリに取り組み、今の生活を取り戻したとにこやかに話していただきました。そんな自分が聖火リレーを元気に走ることで、周りで支えてくれた方々に「恩返し」をし、さらに同じ境遇の方達を「応援」したいと思ったのだと言います。



令和3年3月30日、沿道の声援を受け、笑顔でトーチを掲げながら力いっぱい走りぬいた樋口さん。聖火リレー後はそれまで支えてくれた方達を訪ね歩きトーチを見せて感謝を伝えました。また、トーチを見せてほしいと頼まれれば、このトーチで元気になる人がいるならと出かけていくと言います。「恩返し」と「応援」のトーチリレーはまだ終わっていないのです。このトーチは樋口さんが困難を克服したという証なのかなと思います。

今も左の足先にはしびれが残っているが、筋力維持のために桐生大学グリーンアリーナでトレーニングも続けているそうです。気さくでがんばり屋の樋口さんの思いが、これからもさらに広がっていきますように。

若々しい主張が快く響く

第16回少年の主張みどり市大会

7月3日(土)第16回少年の主張みどり市大会が催されました。

同大会は、中学生たちが日常感じていること、考えていることを発表する場です。昨年度第15回大会がコロナ禍のため、中止となりましたが、今年度は感染防

止対策を徹底し、グリーンホールPALを会場に、聴衆を関係者のみ30人前後に制限することで、2年ぶりの開催となりました。

ホールには市内5校から選ばれた9人の中学生たちの若々しい主張が快く響き渡りました。生徒たちは日頃感じ、考えるこ

▲各校の代表生徒たち

と、中には性同一性障害、SDGS(持続可能な開発目標)、シトラスリボン(コロナ差別)等のテーマにも果敢に取り組んでいました。鋭く、柔軟な感性で各々の主張をまとめ、抑揚のある声で、時に聴衆に視線を送ったり、手話も交えたりしながら、堂々と発表していました。全員が素晴らし



▲最優秀賞の寺島さん (笠南中)

い発表でしたが、審査の末、寺島舞さん(笠懸南中3年)、新井さくらさん(大間々東中3年)の2人が最優秀賞に選ばれ、8月21日(土)に邑楽町中央公民館の森ホールで行われる東毛地区大会に推薦されました。重く、息苦しいコロナ禍の日々は続きますが、最優秀賞の2人には、東毛地区大会でも新鮮で清々しい主張を響かせてほしいと思います。



みどり市マスコットキャラクター
みどモス

笠懸公民館を使ってみましょう!



みどモス

公民館には、サークル活動室や和室、交流ホール、ギャラリー、こどものお部屋、音楽室などいろいろな部屋があります。これらの部屋は、団体・サークル活動(原則7割以上の方が市内在住・在勤・在学の団体・サークル)はもちろん、個人の学習活動にも無料で利用できます。サークル活動や会議、学習会、学習成果の発表やイベントなど、活動や目的に合わせて自由に使えます。また、交流・くつろぎの場として交流ロビーや喫茶コーナーもあります。

部屋を利用するには予約が必要です。利用希望日の前月から予約できますので、受付時間内に来館のうえ予約してください。(個人の利用は、利用日の3日前から)部屋の空き状況を確認した後(空き状況の確認は電話でもできます)、申込用紙に必要事項を書き込むだけで予約できます。(毎年度はじめての利用の場合は利用調査表を提出していただきます。)

ただし、営利・政党・宗教活動を目的とする利用などは、会場や備品を提供できない場合もありますので、職員にご相談ください。

詳しくは、笠懸公民館までお問い合わせください。

- 《受付時間》 火曜～金曜 9:00～20:00
土・日曜・祝祭日 9:00～17:00
- 《開館時間》 火曜～土曜 9:00～22:00
日曜・祝祭日 9:00～17:00
- 《休館日》 毎週月曜日 年末年始(12/28～1/4) 臨時休館



みどり市笠懸町阿左美1581-1 Tel.76-2211

一投入魂!!

スマイルボーリング大会



第28回みどり市笠懸地区老人クラブ連合会スマイルボーリング大会が6月24日(木)に桐生大学アリーナで開催されました。

昨年は新型コロナウイルスのため中止になり2年ぶりの大会です。

1〜10区(5区と9区は不参加)の老人クラブ連合会員の約70人が参加しました。ラジオ体操で体をほぐし、男女混合5人でチーム対抗戦開始。順番に1人1



▲楽しさが伝わってきます

- 優勝 2区
- 準優勝 6区
- 第3位 7区

「結果」
上位3チームはみどり市の大会に出場します。

「練習は全然できなかったけど、久しぶりにみんなに会えてよかった」と参加者が笑顔で話してくれました。

球ずつ投球し、レーンの途中にあるゲートに球を通して、10本のピンが全部倒れるまでの投球回数が得点となります。ゲートに球を通り過ぎるのが難しいようで、みんなが見守るなか、集中して投げていました。投げたときに「あ〜残念」「おやった〜」などの声がかげ場に響きわたっていました。相手のフラインプレーにも感嘆の声と拍手がわいていました。

こえのひろば

投稿

岩宿散歩

獅子平

梅雨の雨が連日降り続いた6月のある日。久々に太陽が顔を出し、青空が広がっていたからか、気分も晴れ、用事で訪れた岩宿の古代の里公園内を少し歩いてみた。たまたま古代ハスが何輪か咲いていた。初め



▲古代ハスが開花

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)

て見るその花は濃いピンクから白色へグラデーションになっていてきれいだった。まだつぼみも多く、見頃を迎える頃には梅雨があけるかなと思った。みどり市の素敵な場所をまた1つ発見できたいい時間だった。

防災を考える⑨

警戒レベル

集中豪雨や台風などで水害や、土砂災害のおそれがあるときに、危険度を5段階で示すものが警戒レベルです。レベルごとに、気象庁や市町村から発表される防災情報と取るべき行動が示されています。令和3年5月20日から避難勧告は廃止となり、警戒レベル4は避難指示で必ず避難となりました。前回のマイ・タイムライン(避難行動計画)の目安として警戒レ

ベルを活用してください。また、正確な情報を得るために普段から気象庁のホームページや地域の防災情報(みどり市防災ナビ)などを使ってみる(特に気象庁のホームページは情報量が多いので、自分の地域や知りた情報指定してカスタマイズしておくことをおすすめします)。

警戒レベル5になると、緊急安全確保は、すでに安全な避難ができない状態です。レベル5を待つことなく、安全に避難できるように備えましょう。

公民館喫茶コーナー 再開の お知らせ

◇営業日・時間
火～土曜日 午前10時30分～午後3時
◇定休日 日・月曜日
【問合せ先】みどり市社会福祉協議会 76-4111

投稿

御朱印めぐり

御朱印レディー

私が御朱印めぐりを始めようと思ったのは、中江藤樹先生との出会いからでした。先生とは、9年前ある勉強会で、その生き方「道に志し孝を尽くし徳を養う」「明徳を明らかにする」というものを学びました。明徳をくもらず病は五つ。「習心」「好悪の執滞」「是非の素定」「名利の欲」「形気の便利」これをはつきりとわきまえて、取りのぞくこと。私なりにこれを



▲光榮寺の御朱印

解釈すると本来人間は素直な心を持って生まれてきます。その心の鏡をくもらせてはいけない。心の鏡を磨くことが大切である。なかなかそれは難しく、御朱印めぐりをし、少しでも心を清めることができたらと。一番最初は令和元年8月12日妙義神社から始め、お寺は令和元年9月22日に光榮寺から始めました。

神社の御朱印帳は、3冊目が半分終わり、お寺の御朱印帳は4冊目の半分が終

わりました。これからも学問を学びながら、御朱印めぐりをしていきたいと思えます。



▲妙義神社の御朱印

「かさかけ公民館だより」を一緒に作りませんか？



— かさかけ公民館だよりとは —

公民館活動や学習情報、地域の身近な情報を発信し、市民の学習文化活動や地域づくりに役立てるために笠懸公民館が発行している館報です。

応募資格

- ・みどり市在住・在勤
- ・取材・記事の執筆、校正などの編集作業が可能の方

主な活動内容

- ・かさかけ公民館だよりの企画と編集
- ・取材と記事の執筆
- ・月3回の会議（企画、編集、校正）

※詳細は笠懸公民館までお問い合わせ下さい

四季の会 五月句会



五月雨やひとり夕餉の箸を置く
アカシヤの花の香りや通勤路
青山椒実家の庭で摘みにけり
手を繋ぐ老るふ介護しようぶ園
ジャガ芋の花の咲き初む屋下り
こいのぼり昭和の名残のこしをり
染め抜きの印半纏三社祭
バラ真紅廁の神に一輪を
洗車後のドアに映りし青嵐
取れ立ての胡瓜を漬ける夫の笑み
髪に手を蹴出しまくらる青嵐
愛犬を床屋にかける立夏かな
筍の炊込み御飯いと旨し
昼寝さむ片方だけの耳飾り
茄子苗を二本植へるプランター
大皿の目高のねぐら掃除せし
草笛の得意な亡父あさまだき
道の駅やまぶき買って伽羅露に
禍や句会も延長梅雨に入る
なでしこの花を探せし桐生川
ころもがへ孫の衣裳の多かりき
禍が世界ゆるがす梅雨の入
山法師この世に未練ありもせず
筍を掘る猫の監督うらの山
さみだれや犬の散歩も儘ならぬ
五月雨や定期健診まち疲れ
白壁の倉を隠せし柿若葉
子らを連れキャンプデビューの夕餉かな
八重咲きのどくだみ抜かず眺めをり
夏来る久のステージ無観客
ぼふたんや黙して雨に散りゆかむ
木洩れ日や猫に手まくら午睡せし
香を焼ぶ茶室の小間や梅雨に入る

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|----|----|---|----|-----|---|----|----|----|----|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 金 | 宇野 | 石原 | 冠 | 新羅 | 小此木 | 童 | 村田 | 村田 | 糸井 | 須田 | 韓 | 楯 | 横倉 | 徳田 | 糸井 | 金井 | 吉田 | 川岸 | 金井 | 東宮 | 佐藤 | 家住 | 小林 | 中谷 | 前原 | 小林 | 窪田 | 高野 | 糸井 | 高野 | 窪田 | 佐藤 | 友美 |
| 光 | 勘 | 青 | 二 | 光 | 和 | 鳥 | 小 | 紅 | 梅 | 仙 | 日 | 春 | 夕 | 夕 | 初 | 英 | 和 | 星 | 漢 | 漢 | 春 | 小 | 紫 | 華 | 邦 | 紫 | 狐 | 劍 | 光 | 佳 | 春 | 友 | |
| 月 | 大 | 蓮 | 郎 | 海 | 音 | 海 | 町 | 蘭 | 光 | 寿 | 紅 | 蘭 | 子 | 子 | 音 | 磨 | 義 | 漢 | 江 | 江 | 水 | 春 | 香 | 笑 | 女 | 蘭 | 一 | 邦 | 詢 | 醉 | 蝶 | 美 | |



シャロムの樹

萩 芳岳

みどり市内を走るわたらせ渓谷鉄道の最北に沢入駅がある。その駅から黒坂石川に沿って約4キロ行くと黒坂石キャンプ場があります。みどり市内に住む人なら子ども会等のキャンプで1度は利用した人もいるかと思いますが、そのキャンプ場から約1.5キロ奥に進んだところに、Kさんが管理する民有

地に「シャロムの樹」と呼ばれるカツラの樹があります。推定樹齢500年、幹回り10センチ以上、樹高約40センチと言われる巨大な樹木です。地形図を読めば「シャロムの樹」は標高800メートル付近にあり、Kさん宅から標高差約300メートル、距離にして約1200メートルの道のりです。沢を渡り対岸の林道に入り急峻な坂を登っていく。沢の左岸の作業道を登り、岩場につけられたロープに助けられ滝の上部にで



▲立派にそびえるシャロムの樹

る。徒渉すれば沢の水は深い谷に吸い込まれるように落ちていく。ここから道は不明瞭になり僅かな踏み跡をたどる。谷間を登ってい

くと、谷が開け、突然天空が明るくなり眼前に「シャロムの樹」が泰然と時空を超えた姿でそびえていました。 ※シャロムとはラテン語で「平和」の意 ※入山はKさんの許可が必要。ガイドがないと道に迷う恐れがある

笠懸短歌サークル

六月例会より



野鳥の巣壊すをためらひ見守るもフロントガラスは糞害あまた
茄子畑に紫の花咲きみだれ初夏のま昼の畝をいろどる
鏡面に二人並びて我とりか笑みを交して縁みとめる
紫から白へと変はる花の色西洋ジャズミンに母を偲びぬ
ミリほどの刺の抜けたる喜びをはや寝につきし妻にや告げむ
CDに落しし古き歌たちがむかしばなしす車に聞けば

上村 征子
橋内 文夫
久保田茂子
近藤ふさ子
関口 定夫
平山 勇

ちょっと一息



コロナ禍でお家時間が長くなった昨今、これまでに集めたレコードやCDを聴く機会が増えた。レコードは最近見かけなくなったが、アナログブームで復活の兆しがあるという。

レコード盤はSP盤(78回転/分)が30センチで収録時間は約4分30秒。EP盤(45回転/分)は17センチで中心に大きな穴の形状からドーナツ盤といわれていた。LP盤(33と3分の1回転/分)は30センチでクラシック音楽の普及に役買っていたように思う。昭和40年代で1枚2500円もする高価なものだった。

投稿募集

- ◇本文 (400字以内)
氏名、住所、電話番号を明記
- ◇しめきり 毎月10日
- ◇宛先 笠懸公民館
原稿は、郵送、ファックス、メールなど

※紙面の都合により掲載できない場合があります。予めご了承ください。

当時の指揮者では、バーンスタイン、カール・ベーム、カラヤンなどが活躍し、好んで聞いていた。ピアニストではアルゲリッチやバックハウスがいた。作曲家ではベートーヴェン、モーツァルト、J.S.バッハ、ブラームスなどの作品は私の感性にぴったりだ。
現在は1970年代に開発されたCDが主流で収録時間は70〜80分だが、これはカラヤンがベートーヴェンの第9交響曲(レコードは2枚組)を一枚に収められるよう提案したからという。レコードとCDの音の違いはあるが、難しいことは考えずに音楽を楽しみたいと思う。(余)