公民館だより
Public Holl Information
Suzaka City
2003
すざか
5
No.493

料理の前で はい パチリ！

【関連記事２ページ】

がりゅう山

漏水が見つかり慌てて止水し、工事業者に連絡したが、休日で来れないという。水洗トイレが使えない。その都度風呂の水をバケツで運び使う。米を研ぐことも顔を洗うことも、お茶を飲むことさえ簡単にはできない。改めて、栓をひねればふんだんに使える水道の有難さが身に沁みる▼イラク戦争の戦場で水をもらっている捕虜の姿が印象的だった。砂漠では昔も今も命の水。いや、砂漠でなくても水は人間にとっていかに大切なものか▼水は文化のバロメーターと言われている。戦争と期を同じく京都を中心に「第3回世界水フォーラム」も開かれた。世界が安全な水、水質汚濁防止について話し合うことは意義深い。戦争を逃れた多くの難民に対する安全な水の供給が常に問題になる。更に、世界には水の不便な国や人々が溢れている。水道があってもそのまま飲めない国も多い。改めて我が国の水の有り難さを思わずにいられない▼私たちは水やガス、電気など、何もかもがごく当たり前にある生活をしているが、そのひとつでも使えず、不自由に遭ってはじめて有り難さに気づく。水だけでなく限りある資源をいかに節約するかを常に念頭において暮らすよう心がけたいものである。

R100 古紙配合率100%再生紙を使用
PRINTED WITH SOYINK 大豆油インクを使用

いきいき公民館

すざか女性未来館 親子料理教室

３月27日㈭すざか女性未来館主催の「親子料理教室」を開催しました。親子６組15人が参加され、家族や友だちと、賑やかに料理づくりを楽しみました。

できあがった料理を盛り付けると、春の野菜を使った色鮮やかな料理が、目でも楽しませてくれ、みんな一緒に美味しく食べました。

先生作り方教えて

子どもたちに料理づくりについてたずねると「とってもいい匂いがした」「材料をこねるのが難しかった」「料理作りは大好き。またやってみたい」「自分の作った料理はとても美味しかった」と、思い思いの感想を笑顔で答えてくれました。

保護者の方からは「まだ小さいので料理を教える機会があまりありませんが、一緒に作ったお弁当を持って親子で出かけたいですね」と感想を話されました。

講師の浜岡一美先生は「子どもには料理づくりの達成感が大切。自分で作った料理は好き嫌いなく食べます。子どもたちへの「食育」を育むため、親子で参加できるような機会が増えるといいですね」と話されました。

市公民館、すざか女性未来館では、今年度も親子参加の各種講座を計画してします。大勢の皆さんのご参加をお待ちいたしております。

料理って楽しいね

豊丘地域づくり推進委員会 大桜観桜会とひんのべ祭り

豊丘地域づくり推進委員会主催による「大桜観桜会とひんのべ祭り」が４月19日㈯豊丘地域公民館で開催されました。

今年も敷地内にある市の天然記念物にも指定されている「延命地蔵堂の桜」が咲き誇り、桜の下でひんのべを味わおうと計画されていましたが、突然の雨に見まわれ、会場を急きょ豊丘地域公民館内に変更しました。悪天候にもかかわらず、小学生や家族連れ等２００名が訪れ、会場いっぱいに人があふれました。また推進委員の皆さん手作りの

おかわりあるかなぁ？

「おやき」と「ひんのべ」のセットが１００円でふるまわれ「四季を歌う音楽教室」によるコーラスもあり、会場は明るいムードが演出されました。

参加された方は「突然の雨でちょっと残念でしたが、ひんのべを食べて身体が暖まりました」「役員の皆さんの対応が親切ですね」「毎年参加しています。来年はぜひ晴れるといいですね。また来たいと思います」と話されました。

今年で５回目を迎える「ひんのべ祭り」に推進委員会の皆さんは、「あいにくの雨でしたが、多くの人に満足していただけて本当にうれしい。来年以降も続けていきたいですね」と述べられました。

「四季を歌う音楽教室」によるコーラス

人と向き合う

Face to Face

今月は日野地区を拠点に幅広く活動されている読み聞かせボランティア「たんぽぽの会」の代表清水美奈子さんをご紹介します。

清水美奈子さん

人間関係が希薄になり、思いやりや感動を持ち合うことが少ない子どもたちの姿を見て「大人として何ができるのかと思い悩んでいた時に出会ったのが読み聞かせ実践の本でした。もともと本が好きで、自分の子どもたちにも、毎日本を読んでいましたが、２年前に出会った１冊の本が、私の生活を変え、絵本の魅力に引き込まれるきっかけになりました。

「子どもたちに本を読んであげたい」「本を通して子どもたちの心にメッセージを届けたい」「感動を共有したい」と本の不思議な力を信じる仲間が集まりました。日野小での週２日の読み聞かせに始まり、ひだまり作業所や若槻養護学校へ月１回の「お話の出前」、保育園・小中学校の行事、美咲蘭先生の「おはなしの世界発表会」や岩波講座への参加と、序々に活動も広がっていきました。

読み聞かせで大切なことは、大好きな本を心を込めて届けること。絵本の力を借りて「心の栄養」を届けられたら、どんなに素敵なことでしょう。子どもたちの姿や反応に、私たちも喜びやエネルギーをいただいています。本を通して知り合えた人々との絆は強く暖かいものになりました。

楽しく長い絆でありますように…。

おはなしの世界

たんぽぽの会は、平成12年10月に日野小学校で始まった有志の集まりです。会員数は15名で、母親のほか、父親やおばあちゃんにまで幅広く参加するまでに発展してきました。

はばたけ青年

原　美紀さん（塩川町）

昨年、公民館だよりを見ていたら、青年雑学講座の募集記事が目に入り、気軽な気持で参加しました。私は既に結婚もしていて、子どもがいるので、うまく溶け込めるかなとちょっと心配でしたが「いろいろな講座」があり、そしてり「いろいろな人」もいて、とても自分の大きな刺激になりました。

仕事もあって、毎回参加することはできませんが、都合のつく日はできるだけ参加し、みんなと「楽しいこと」「つらいこと」「悲しいこと」を共有し合いたいと思っています。

須坂市は、昔からある蔵などが残っていたり、くだものもたくさん穫れ、観光に適していると思いますし、住みやすいところです。

生まれ育った須坂を大切にしていきたい。そして何かお返しができればうれしいですね。

青年雑学講座

参加者募集

Waku Waku わくわく 公民館 Kouminkan

「いろいろな事にチャレンジしてみたい」
「自分自身をスキルアップしたい」
「仲間づくりを積極的にしたい」 etc…

きっとあなたの想いが叶うハズ。
ぜひご参加ください。

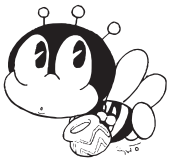
説明会を **5**月**21**日（水） 午後 **7** 時**30**分から公民館で開催!!

ビリヤード・キャンプ・花火大会など
講座も盛りだくさん!!

☆参加対象　須坂市内に在住、勤務、通学の18～30歳位の方
☆開 催 日　毎月第１・３水曜日に定期講座、その他休日等に受講者自主企画を随時開催
☆会　　費　年間3,000円（保険料、郵便料等）
☆申 込 み　随時受付中です。定員はありません。
☆問 合 せ　市公民館　✆２４５－１５９８
☆E-mail　s-kouminkan@city.suzaka.nagano.jp

公民館だよりでは、公民館事業のお知らせの他、社会教育団体の会員募集やイベント情報も紹介します。
掲載を希望する団体は、市公民館・地域公民館に毎月10日までにお申込み下さい。

市民学園公開講座



講 演 会

「エネルギー・環境・未来の社会」

講　師　東京大学工学部教授
越　光 男 先生
と　き　５月17日（土）　午後１時から
ところ　市公民館　３階ホール
入場料　無　料
問合せ　市公民館　✆２４５－１５９８

大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

ユーモアたっぷり 初心者英会話教室を開講!!

大好評につき今年も開催！
西原先生とＡＥＴによる笑いのたえない教室です。
国際化に向けて語学力を高めよう!!

と　き　５月22日（木）開講 全10回
午後７時30分から９時
ところ　市公民館　２階教室
受講料　2,000円（講師料、テキスト代）
講　師　西原和幸先生（ガイドライセンス所有）
ニコラス・ダットン先生（市ＡＥＴ）
ナディア・シュティ先生（市ＡＥＴ）
申込開始　５月６日（火）午前９時30分から
定　員　30名（先着順）
申込み問合せ　市公民館 ✆２４５－１５９８

今月号から公民館だよりが須坂市ホームページに掲載されます。　須坂市ホームページ http://www.city.suzaka.nagano.jp/

お問合せ・お申込み　すざか女性未来館　TEL 245-1598

すざか女性未来館からのお知らせ

随時会員募集中!!

内　容	団　体　名	練　習　日	
料　理	おもてなしの会	第３金曜日	夜
	食生活改善推進協議会	月１回（木曜日）	昼
	おじいちゃん・おばあちゃんの料理教室	月３回	
茶　道	つゆの会（表千家）	第２・４月曜日	午前
	あすなろ（裏千家）	第１・３土曜日	午後
	さざんか（裏千家）	第２・４火曜日	昼
書　道	竹水会	第１・３木曜日	午前
大正琴	さつきの会	第２・４月曜日	夜
和紙絵	つぼみの会	第1月曜日・第3日曜日	午前
	若草会	第２木曜日	午後
押し花	押し花クラブ	第３火曜日	午後
	押し花サークル	第３火曜日	夜
	バラの会	第４水曜日	夜
七宝焼	すずらん会	毎週水曜日	昼
和紙人形	和紙人形グループ１	第２・４土曜日	午後
	和紙人形グループ２	第２・４水曜日	午後
手まり	須坂てまりの会	第１月曜日	午前
手編み	魔法の一本針	第１・３水曜日	午前
縫い物	縫う会	第２・４木曜日	午前
家事会計	須坂友の会	第１火曜日	昼
母親講座	スコーレ家庭教育振興協会	第１火曜日	午前
託児ボランティア	ひまわりの会	随　時	
老人介護ボランティア	つくしの会	随　時	

すざか女性未来館で活動中の団体を紹介します。

参加者募集　中高年のためのエアロビクス教室

とかく運動不足になりがちな中高年の皆様のために、誰でも楽しめるプログラムで行ないます。
ふるってご参加下さい。

とき　５月２日、９日、16日、23日、30日（金）
午前10時～11時

ところ　旭ケ丘ふれあいプラザ　ホール

講　師　藤澤 佳子 先生

定　員　25名（受付先着順）

参加料　無料

申込先　旭ケ丘ふれあいプラザ
✆２４６－３７８３

良寛に学ぶ会

15年目を迎えた「良寛に学ぶ会」は「思想読本『良寛』―紀野一義編」をテキストに学習します。
☆10月は現地学習です。

とき
５月23日(金)　６月27日(金)
７月25日(金)　☆10月26日(日)
11月14日(金)　12月19日(金)
午後７時30分～９時
◇15年目を迎え記念の講演会も開催予定

ところ　日滝地域公民館

受講料　８００円（資料代 等）

問合せ　日滝地域公民館
✆２４８-１６８６

地域公民館からのお知らせ

生涯学習ボランティアに登録しませんか？

あなたの「キラリと光る素敵な力」を
地域のボランティア活動に生かしてみませんか

「趣味や特技を生かして何かお手伝いしたい」…
「自分自身を成長させたい」…
「いろんな人とお話ししたりするのが楽しい」…
「余暇を充実させたい」…

●生涯学習ボランティアってな～に？

21世紀は、いつでも、どこでも、誰でも、楽しく、自ら進んで学び、また、その学んできたことを社会に役立てるように活動していく「生涯学習」の時代であると言われています。
この「生涯学習」の推進役として、公民館や学校等での学習機会や諸活動に技術や知識を提供していただくのが「生涯学習ボランティア」です。

●須坂市生涯学習ボランティア登録制度ってな～に？

Q 登録制度の目的は何ですか？

A この制度は、生涯にわたる「自分づくり」「魅力あるまちづくり」の視点から、個人や団体でお持ちの知識や技能・資格や経験・趣味などの貴重な「力」を「生涯学習ボランティア」として生かしていただくため、すでにボランティア活動している方、また機会があれば活動したいと思っている方々に幅広く登録をお願いし、ボランティアを必要とする方に紹介することを目的としています。

Q どのような活動でもいいのですか？

A 生涯学習に関することならなんでも結構です。
例えば‥‥

★スポーツ関係
野球・サッカー・エアロビクス・社交ダンス・健康体操 など

★文化・芸術関係
押し花・俳句・書道・民謡・伝承玩具写真・民話の語り・版画 など

★子育て・福祉関係
手話・育児・施設慰問 など

Q どんな人が登録できるのですか？

A 満20歳以上で、得意とする知識や能力をもつ方、また一定の技能を持っておられる方で、社会に生かそうとする意欲を持っている方ならどなたでも。

Q 申込み方法は？

A 生涯学習推進センターにあります「須坂市生涯学習ボランティア登録申請書」を提出していただきます。その際、指導内容、指導可能日など内容についてお伺いします。

「生涯学習ボランティア」に関するお問合せは

生涯学習推進センター（公民館内）まで
FAX 245-1598　FAX 246-3906

生涯学習だより

新しい風、生涯学習。

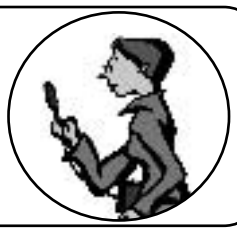
生涯学習のマスコット
『マナビィ』

編集・発行／
須坂市教育委員会
生涯学習推進センター

No.39

生涯学習推進員の サークル訪問⑨

社交ダンスサークル アデールの巻



1

☆サークルの概要は…

アデールの名前の由来は、世界でも有名なダンサーの名前から付けました。平成８年に発会したサークルで、主として“楽しむダンス”を心がけ活動しています。

時にはダンスパーティに参加して、他のグループとの交流も行っています。

☆メンバー・練習日は…

会員は、男性３名、女性３名で、平均年齢50歳です。

毎週土曜日午後７時から９時30分まで、公民館西館で練習しています。

ちょっと覗いてみてはいかがでしょう。

2

◇社交ダンスひと口メモ◇

社交ダンスは、モダンダンスとラテンダンスに分けられますが、ここではラテンのチャチャチャをご紹介しましょう。

♪チャチャチャ

発祥は、南米のキューバ。メキシコのあるバンドリーダーがメキシコに伝わる民謡のリズムにヒントを得て、1955年に発表した「マンボ」の一種。各小節で「チャチャチャ」のはやし言葉が入るので、こう呼ばれるようになった。

≪会員募集≫

日頃の運動不足を解消して、交流の輪を広げましょう。

老若男女
随時会員募集
しています。
連絡先　代表者　坂田　則雄
☎ 248-1893

3

Shall We Dance?

― シャル ウィ ダンス? ―

ポーズが決まってますね

みんなでリズムに乗って…

取材を終えて…

ダンスはスポーツだ!!

つま先で立って踊る部分が多い曲などは、かなりの運動量になるようですね。

サンバなど楽しいリズムに乗って踊る姿は大変面白そうです。

初心者には会員による個人レッスンもしていただけるそうなので大変うれしいですね。

（推進員　加藤　記）

須坂市立博物館 博物館だより

開館時間　午前９時から午後５時
休 館 日　６・12・19・26日　☎&FAX 245-0407

須坂の蚕糸業の姿を度量衡器で見る

図録『はかる』好評発売中!!

↑大正末期須坂町の風景
鎌田山の南尾根からほぼ真西に向かって撮影
手前の塀囲いの工場は片倉組田中製糸場
（現 富士通）

↑デニール用検尺器

去る２月～３月に開催しました特別展『はかる』の図録が好評発売中です。

製糸や養蚕、蚕種業で用いられていた度量衡器を通して、往時の蚕糸業の技術や「はかる」ことの果たした役割を考えたり、須坂の蚕糸業の姿がわかる目で見る蚕糸業ブックです。定価1,000円

その他各種図録もあります。ご利用下さい。

臥竜山探検

臥竜公園を100倍楽しもう!!

臥竜山・公園をフィールドに、自然の不思議や史跡・文化財などを訪ねる臥竜山探検が開講します。調査研究を深めたり、新たな発見があるかもしれません。どなたでもお気軽にご参加下さい。

～バードリスニング～

第1回 小鳥の声を楽しもう

日　時	5月10日(土) 午前9:30～11:30 雨天中止(小雨決行)
集　合	須坂市立博物館前(時間までにお集まり下さい)
内　容	探鳥、バードリスニング＆ウォッチング、双眼鏡の使い方
講　師	長野自然観察の会のみなさん
参加費	無　料
持ち物	双眼鏡をお持ちの方はご持参下さい。

野鳥の営巣が観察出来そうです。

「臥竜山探検隊員」募集中!!

募集人員	小中学生20名程度（通年参加できる人）
活動日	毎月１回　午前：臥竜山探検に参加 午後：隊員活動
活動内容	臥竜山の不思議発見・調査研究活動等
参加費	無料　　持ち物　昼食・筆記具
募集期間	５月10日(土)まで
問い合わせ	須坂市立博物館
申し込み先	☎２４５－０４０７

図書館だより

開館時間　平 日 午前９時～午後６時　☎ 245-0784
　　土・日 午前９時～午後５時　FAX 245-4313
休 館 日　３～６・12・19・26・30日

行事のご案内

おはなしの会	毎週(土)	午前11時～
※開催時間が、４月から午前11時になりました！		
創作童話の会	10日(土)	午後２時～
万葉集の勉強会	13日(火)	午前９時30分～
あかりの会	14日(水)	午前10時～
一茶の会	17日(土)	午前10時～

作品展示中！

須坂俳画クラブの皆さまの作品を展示しています。
〈５月20日(火)まで〉

新刊案内

永遠の出口	森　絵都
Pay day!!!	山田　詠美
赤い鳥は館に帰る	有栖川有栖
かえっていく場所	椎名　誠
ドリームバスター2	宮部みゆき
オキーフの恋人オズワルドの追憶	辻　仁成
武蔵と小次郎	津本　陽
人間の条件　上・下	森村　誠一
わたくしの旅	池波正太郎
旅に夢みる	吉永小百合

講演会

図書館電算化３周年「おはなしの森」開館１周年 記念

「子どもと絵本・昔話」

講 師　藤本朝巳 先生
〈フェリス女学院大学文学部英文科教授〉

日　時　5月24日(土)　午後2時～4時30分
　　受付　午後１時30分～
場　所　シルキーホール　３階大ホール
参加費　無　料
申込み　不要です。直接会場へお越しください。

※車でご来場の方は、長電須坂駅前パーキングをご利用ください。
講演会終了時に、無料駐車券をお渡しします。

子どもの読書に興味のあるかた、だれでも参加できます。お気軽にどうぞ！

公民館だより すざか　第493号　平成15年５月１日発行（毎月一回１日発行）
発行・編集　須坂市公民館　〒382-0013　長野県須坂市大字須坂７４７番地イ　026（245）1598　印刷　ヒタキ印刷株式会社