

すざか

10

No.498

わたしの地域を

再発見！



【関連記事2ページ】



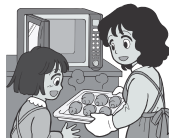
遠くに住む友人から『暑いけれど元気?』と手紙が届いた。最近以前にも増して電子メールづけになっている私に

はすごく新鮮で、何か大切なものを手にしたように感じた▼電子メールは一瞬にして相手に用件を伝えることができる。返事だってちょよいのチョイ。字が下手だって関係ない▼でもなぜか手紙をもらうとしんみり幸せな気分になる。ワクワクしながら封を切り、手書きの丁寧な文字を追って友達の顔を思い浮かべる。手紙は書く人の人柄や気持ちも包んでいて、暖かさも伝わってくる▼今日活字離れが叫ばれている。確かに読んだり、書くことは苦勞のいることで、面倒で時間もかかる。しかし、なんでもかんでもスピードや便利さを追求し優先させるのは寂しい気がしないだろうか▼時には立ち止まり、ゆっくりと考えることも必要だろう。テレビの時間を削り読書をするのにも良い季節になる▼私も時には友達の顔を思い浮かべながら手紙を書いてみようと思う。

いきいき 公民館

手の6枚はこれだけ!!

手づくりパン講座



女性の皆さんに好評を得ている
すざか女性未来館主催による『手
づくりパン講座』が「土曜日コース」
「木曜日コース」のそれぞれ3回シ
リーズで開講されました。



簡単にパンができますよ

日頃から小さなお子さんの子育て
に追われ、なかなか時間がとれない
女性の皆さんを中心に、両コースそ
れぞれ17名が集まりました。家族の
ためにおいしい手づくりパンを作り
たいと、子育てから解放されたひと
時を皆さん楽しめました。

講師から「子どものおやつとして、
手軽に焼きたての手づくりのパンを
作って、食べさせてあげましょう」
とお話があり、レシピも「10分でで
きるパン生地」「パン屋さんみたい
なハムロール」など短時間で焼きあ
がる簡単でおいしいパン作りを紹介
していました。

パンを作っていると、託児室から
お母さんを恋しがる大きな泣き声
が聞こえてくるがありました。お
母さんも気がかりのようでしたが、
おいしそうなおパンが出来上がると満
足していました。

いくつかのレシピを習得した皆さ
んは「こんなに簡単にできるなんて
びっくり」「ひとつのパン生地から色
々なメニューが応用できるんですね」
「焼き立てのホカホカパンを子ども
に食べさせてあげたい」と早くも自
宅でのパン作りを楽しみにしていま
した。



上手くてできるかなあ～

高甫を知ろう

鮎川沿いに開けた史跡と

文化遺産をたずねて

高甫地域公民館第10ブロックの
高甫を知ろう実行委員会主催によ
り9月7日(日)『鮎川沿いに開けた
史跡と文化遺産をたずねて』が開
催されました。



廣正寺で住職から話を聞く参加者

このイベントは、高甫の自然と文
化・社会生活など深く関わりを持ち
息づいてきた地域を見つめ直し、史
跡や文化遺産の学習を通して、より
深く地域を理解していただくことを
目的として行われました。

当日は天候にも恵まれ、高甫地域
の皆さんを中心に102名が集まり
ました。

開会にあたり講師から「地元の皆
さんが一番良く知っている史跡や文
化遺産について皆さんからも話を
いただき、価値や意味がどんなこと
ろにあるのか一緒に学習していきま
しょう」とお話がありました。

参加者が予想をはるかに上回った
ことから2班編成とし、それぞれに
講師がつき10か所の史跡と文化遺産
をたずねました。

講師からは、高甫の名前にまつわ
る由来などについてユーモアを交え
て説明をいただき、皆さん楽しそう
に学習し、行く所々で真剣にメモを
とる方も多くおられました。

廣正寺では住職からもお寺にまつ
わるお話をしていただきました。

参加者からは「地元に住んでいな
がら知らなかったことがたくさんあ
り、充実した学習ができた」「講師
の親しみやすいお話で本当に楽しめ
た」などの感想が聞かれ、充実した
時間を過ごさ
れたようでした。



古墳をバックに笑顔でパチリ!

最後はさす
がに疲労の色
も見えましたが、地域公民
館に到着する
と豚汁とすい
かのサービス
があり、皆さ
ん元気を取り
戻していました。
地域に残る
史跡・文化遺
産を、これか
らも大切にし
ていきたいで
すね。



Face to Face

向き合う

今月は、押し花活動で須坂市を起点として全国的な普及に努めている信越花倶楽部の伊藤俊子さんを紹介します。



伊藤 俊子さん(北横町)

昭和30年に夫の転勤で須坂市に引っ越してきました。親切な人たちにお世話になり、編み物教室を開講しました。平成3年に長男の嫁に誘われて、九州に住んでいる押し花作家の杉野先生と出会うことができ、変色しない額に入ったバラに感銘を受けました。

お土産にいただいたバラの花びらを、はがきに貼って故郷の母に送ると大変喜んでくれ「亡くなった父にも押し花のはがきを送って」と言われ、その一言が押し花活動のきっかけとなりました。

その後、全国的に広めようと北海道から九州まで押し花の普及活動に

飛び回りました。

信州博覧会、長野オリンピックと、押し花の輪が世界に広まり、全国4万5千名、長野県で約1千名のインストラクターが誕生しました。

また、市内小中学校の子どもたちと押し花づくりを学習、花いっぱいをはがきコンクールにも応募しており、森上小学がコンクールの学校賞を8回連続受賞することができました。今年の全日本花いっぱい須坂大会にも参加させていただき、押し花コンクールには長野県から164点もの応募があり、地域に密着した生涯学習として、文化交流に携わりました。高田宮妃様にも押し花展の見学をしていただき、体験コーナーではすてきな笑顔で押し花はがき作りを体験していただきました。

70歳を過ぎ、残された人生を地域の小中学校を中心に、一人でも多くの子どもが押し花を楽しめる環境づくりを目指していきたいと思っています。



高田宮妃様に押し花を体験していただきました

星空の下、夢の音色が響き渡る
第2回 納涼邦楽コンサート



農村環境改善センターで開講している「初心者向け琴教室」の子どもたちも参加した納涼コンサートが8月12日(火)メセナホール市民プラザ(屋外広場)で開催されました。



緊張感から思わず苦笑い

子どもたちに琴の指導をしながら、「邦楽の楽しさとひと夏の思い出を作ってあげたい」と、昨年に続き開催されました。昨年出演した子どもたちに、今年新たに20名の子どもたちが加わり50名による演奏が行われました。

5月にはじめて爪をはめた子どもたちも夏休みに入ると目の色が変わり、練習にも次第に力が入っていました。

「夕焼けこやけ変奏曲」でコンサートが始まると、浴衣姿の可愛い子どもたちの琴の音と尺八のハーモニーに、鑑賞されていた200名以上の観衆から大きな拍手がおこりました。講師の南澤雅尚さんは「無事に演奏を終えてホッとすると同時に、胸が熱くなるのを押さえる事ができません」と感動されていました。

また今年から琴を始めたばかりの4歳の子どもたちや、高校生の独奏にも拍手や歓声がおこり、和やかな時間が流れました。

コンサートを終えた子どもたちは「緊張しただけ間違えなくてよかった」とホッとしたり様子でした。子どもたちの堂々とした演奏と、キラキラした目の輝きに南澤さんは「来年も是非続けていきたい」と話されました。



みんなの気持ちがひとつになり美しい音色が生まれました

青年ハロエティール講座

(じゅうじかん)

自遊時感

入会随時

10月のお知らせ

10日(金) 香道体験

17日(金) かんたん経済学

～11月以降も楽しい講座を企画中!!～

時 間 午後7時30分から

対 象 18歳～30歳位までの方

問合せ 市公民館 ☎ 245-1598

E-mail s-kouminkan@city.suzaka.nagano.jp

※香道体験の日程が変更になりました

市民学園公開講座 須坂市消防団 音楽隊演奏会

行進曲・歌謡曲・民謡・童謡など
楽しい演奏会です!

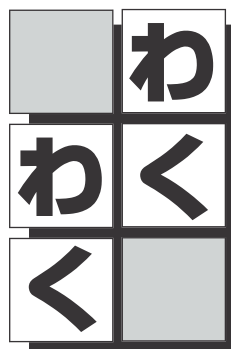
と き 10月18日(土)
午前10時～11時30分

ところ 須坂市公民館3階ホール

問合せ 市公民館 ☎ 245-1598

Waku
Waku

公
民
館



Kominkan

地域公民館文化祭情報!

旭ヶ丘地域合同文化祭

【展示の部】

と き 10月25日(土) 午前9時～午後8時
26日(日) 午前9時～正午

ところ 旭ヶ丘ふれあいプラザ

内 容 水彩画・水墨画・手芸・押絵・篠手芸など

【舞台の部】

と き 10月25日(土) 午後7時～9時

ところ 旭ヶ丘町公会堂

内 容 民謡・津軽三味線・謡曲・大正琴など

問合せ 旭ヶ丘ふれあいプラザ ☎ 246-3783



仁礼コミュニティセンター 老人福祉センターくつろぎ荘 合同文化祭

健康相談や軽運動の体験会を開催!
くつろぎ荘のお風呂も開放!!

と き 10月25日(土)・26日(日)

ところ 仁礼コミュニティセンター
老人福祉センターくつろぎ荘

【展示の部】25日・26日午前9時～午後4時

【舞台の部】26日 正午～午後3時

問合せ 仁礼コミュニティセンター
☎ 245-8118

須坂国際交流パーティー

～身近な国際化 明るい未来に向けて～

歌や踊り、食事をしみながら
国際交流を深めよう!!

と き 11月29日(土) 午後5時～8時
ところ 須坂市公民館3階ホール

※詳細は公民館だより11月号でお知らせします

須坂国際交流パーティー ボランティアスタッフ募集



パーティーの企画、運営を共に楽しめる
ボランティアのスタッフを募集します!!

問合せ 市公民館 ☎ 245-1598

南部地域文化祭

と き 11月8日(土) 9日(日)

ところ 南部地域公民館・臥竜山公会堂

【展示の部】

11月8日(土) 午後1時～5時

9日(日) 午前9時～午後3時

【舞台の部】

11月9日(日) 午後1時～3時

サフランの会による歌の発表!
小山小学校合唱団の発表!

問
合
せ
南
部
地
域
公
民
館
か
ら
の
お
知
ら
せ
245-0273

思い出の歌……懐かしの歌
音楽教室

サフランの会

受講生募集!!

と き 10月9日～11月6日
毎週木曜日 午後1時30分から

ところ 臥竜山公会堂

講 師 渡辺 宗子先生

参加料 無 料

申込み 南部地域公民館

歌に酔う楽しさと喜びの輪を広げましょう!!

南部地域文化祭で発表します

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
料 理	おもてなしの会 食生活改善推進協議会 おじいちゃん・おばあちゃんの料理教室
茶 道	つゆの会（表千家） あすなろ（裏千家）
書 道	竹水会
大 正 琴	さつきの会
和 紙 絵	つぼみの会 若草会
押 し 花	押し花クラブ 押し花サークル バラの会
七 宝 焼	すずらん会
和紙人形	和紙人形グループ1 和紙人形グループ2
手 ま り	須坂てまりの会
手 編 み	魔法の一本針
縫 い 物	縫う会
家事会計	須坂友の会
母親講座	スコレ家庭教育振興協会
託児ボランティア	ひまわりの会
老人介護ボランティア	つくしの会

来て!見て!! 聞いて!体験して!!

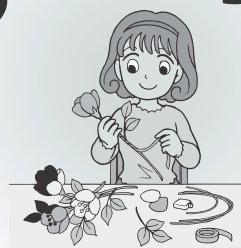
素敵な仲間との出会い
新しい自分発見の場として
すざか女性未来館を利用しませんか



すざか女性未来館では暮らしに工夫と
うるおいを求め、女性がいいきと輝くため
25の団体が活発に活動しています
一緒に生きがいを探しましょう!!

11月開講予定

フラワーアレンジメント



カンボジア・ラオスに絵本を届けよう!! シャンティ国際ボランティア募集

日本語の絵本にカンボジア・ラオス語の
訳文を貼る作業を行っています。

と き 10月8日(水)・11月5日(水)
午後1時～3時

ところ 絵本館「おはなしの森」須坂駅西口
持ち物 はさみ 問合せ 池田☎248-0344

ボクササイズを取り入れた

エアロビクスサークル 会員募集

初心者対象のエアロビクスサークルです。

と き 毎週月曜日 午後

ところ 旭ヶ丘ふれあいプラザ

講 師 藤沢 佳子先生 ※保険料、月会費が
問合せ 神林☎246-8237 必要となります。

仲良く楽しい俳句会にどうぞ

木霊(こだま)俳句会

今の気持ちを俳句で表現してみませんか。

と き 毎月第2火曜日 午後1時～4時

ところ 豊洲地域公民館

参加料 月500円 講師 湯本 道生先生

問合せ 米山☎248-3629

峰の原高原でバザーを開催!

普人会バザー

定期的な学習会の成果として手づくり品を
販売します。

と き 10月19日(日) 午前10時から

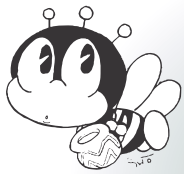
ところ 峰の原高原集会所

内 容 手づくり品の販売

問合せ 島村☎0268-74-2287

社会教育団体の掲示板
れんらくぽ
原稿の切は10日まで

〇月〇日
天気



大好評のうちに5周年

須坂市生涯学習 まちづくり出前講座

今月
リニューアル
オープン

個人・団体の
講座開設者が
倍増しました！

19 → 37講座

この生涯学習まちづくり出前講座のメニュー内容は、受講者のみなさんのご要望などにより毎年見直しをしています。
今月の中旬、新しい「パンフレット」を、ご家庭に配布いたしますのでご利用ください。

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

平成14年度 出前講座実績 ベスト10 [受講者数]

1	ニュースポーツ(体育課)	1,576人
2	健康体操・軽運動(体育課)	707人
3	北信流お着“泣き笑い” (柴田 正雄先生)	287人
4	ねたきり予防大作戦 (高齢者福祉課)	220人
5	指先つかい、脳の活性化 (須坂折り紙同好会)	212人
6	ゆうゆう子育て講座 (健康づくり課)	134人
7	子どもの「食」ステップアップ講座 (健康づくり課)	132人
8	ボケないための手先の運動 (日本編み物文化協会)	100人
9	がん予防について (健康づくり課)	95人
10	もしも家族が痴ほうになったら (高齢者福祉課)	94人

生涯学習まちづくり出前講座は、受講されるみなさんのご要望に基づき、市や各種機関が行っている施策の内容などを説明することで、市政などへの市民のみなさんのご関心やご理解を深めていただくと共に、生涯学習ボランティアの一人として、個人・団体のみなさんが持っている知識・技

能を市民の生涯学習に生かすことでまちづくりへのご参加をお願いしていくという目的で開設しています。講座メニューは、特に個人や各種団体の方々が年々開設されています。今年度は、18の個人・団体の方々に、新たな講座を開設していただきました。

おかげさまをもちまして、年々ご注文が増えて、14年度は、受講件数で149件、受講者数で4,995人の市民のみなさんにご利用をいただきました。
ありがとうございました。

生涯学習まちづくり出前講座についてのお問合せ先

生涯学習推進センター(公民館内) TEL 245-1598 FAX 246-3906
E-mail: s-shougaigakushusuisin@suzaka.nagano.jp

No.44

今月のテーマ

生涯学習の情報提供に関する特集

今月は、生涯学習推進センターからの生涯学習に関する情報提供の概要についてご説明いたします。

『生涯学習だより』

『生涯学習だより』は平成13年5月号から、今ご覧の『公民館だより』と合冊となり、毎月6・7ページに生涯学習センターからのお知らせや生涯学習推進委員会広報部会が担当する情報を掲載している情報誌です。

「生涯学習だより」とか「まなびーず情報」とか
「生涯学習情報ガイド須坂」とか
「まちづくり出前講座」とか
「信州らんらんネット」とか
色々な情報提供の方法があるようですが、
たくさんあってよくわからないです。
詳しく説明してください。



まなびーず情報

ガイド須坂

『まなびーず情報』

『まなびーず情報』は、毎月市内で開催されるイベントや講座などの学習情報を市民のみなさんや報道関係者にご紹介している生涯学習情報誌です。

毎月1日発行し、皆さんに隣組回覧でご覧いただいております。

なお、この情報内容は須坂市のホームページ（行政情報→生涯学習推進センター→まなびーず情報の順でクリック）にも掲載しています。

郷土須坂の学習情報が満載です！ぜひご覧ください。

5月号

6月号

7月号

8月号

9月号

春夏号

10月号

11月号

12月号

1月号

2月号

3月号

秋冬号

『生涯学習情報ガイド須坂(家庭版)』

『生涯学習情報ガイド須坂(家庭版)』は「まなびーず情報」と同様の情報を半年分まとめて提供するもので、毎年5月（春夏号）と10月（秋冬号）に、市内の全戸に配布していますので、ご家庭で保存して欲しい情報誌です。ただし、日時・内容の確定している情報を優先して記載しますので、毎月の「まなびーず情報」でチェックしてください。

今年の秋冬号は、この「生涯学習だより」と一緒にご家庭に配布されていますので、ぜひご覧ください。

『信州らんらんネット』

『信州らんらんネット』は長野県生涯学習推進センターが、県内の様々な講座や施設情報、人材や団体・ボランティア情報、講座や教室、講演会の講師などの情報をインターネットのホームページで提供しています。ぜひアクセスしてみてください。

◎ホームページアドレスは◎

<http://www.ll.pref.nagano.jp>

『生涯学習まちづくり出前講座』

『生涯学習まちづくり出前講座』は、市内に在住、在勤、在学している5人以上の方で構成された団体やグループが、講座のメニューから自由に選んで注文いただければ、講師が出向いて開催する講座です。

毎年10月中旬に、講座メニューの情報を記載したパンフレットを市内の全戸に配布します。（6ページに詳しく記載しております。）

第10回生涯学習市民のつどい実行委員会から

先月23日に開催しました「第10回生涯学習市民のつどい」には、何かとお忙しい中を、大勢の市民のみなさんにご来場いただき盛大に開催することができました。実行委員一同、心から感謝を申し上げます。

来月号から、当日の様子的一端をご紹介しますのでお楽しみにお待ちください。

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・14・20・27日 ☎ 245-0407

企画展

井上・幸高遺跡群 発掘調査速報展

期間 平成15年10月28日(火)～12月7日(日)

平成14年道路工事に伴う緊急発掘調査で出土した井上幸高遺跡出土品の速報展示。復元の出来た出土土器等数十点展示予定。

入館料 大人200円 小人50円

須坂市立博物館 歴史講座 5世紀の須坂とヤマト政権(仮)

松川・百々川・鮎川扇状地に開けた古代文化は、ヤマト政権とどのような関わりをもっていたのだろうか。井上・幸高遺跡とのかかわりを考える基本的な時代理解に欠かせない講演会です。

日時 平成15年11月1日(土) 午後2時～4時

場所 南部地域公民館3階講堂

聴講費 無料

講師 奈良県香芝市立二上山博物館長
石野博信先生

第34回

須坂きのこ展

山が呼び好時節となりました。でも今夏の長雨はきのこにどんな影響を与えているのでしょうか。

期間 平成15年10月10日(金)～13日(月)

場所 須坂勤労青少年ホーム「創造の家」

時間 午前9時～午後4時30分 入場無料

きのこの実物展示

すざか近郷の山で採集したきのこの展示。
 昨年は186種展示。

きのこ写真展示

須坂・北信地方に見られるきのこ150種余の展示。

みどころ と イベント

きのこの現地学習会

対象 一般・自由参加
 期日 10月11日(土)
 集合場所 創造の家駐車場
 集合時間 午前6時30分集合
 午前9時頃終了予定
 内容 臥竜山一帯できのこ採集をし、名前や食毒判別の学習をする。

食・毒判別相談

期間中、きのこの会会員が判別相談にあたります。

問合先

須坂市立博物館
☎245-0407



第6回 臥竜山探検

土の中の生き物とキノコを探そう

対象 児童 親子参加歓迎

日時 10月11日(土)
午前9時30分～11時30分

集合場所 創造の家玄関前

申し込み 10月10日(金)までに博物館へ申し込んでください

図書館だより

須坂図書館まつり

本と雑誌のリサイクル市

11月1日(土) 午前10時～午後4時

図書館で不要になった本・雑誌を無料でさし上げます。掘り出しものがたくさん!

雑誌は一人5冊まで、本は一人10冊まで

利用者おあめの本

「この本をオススメしたい!」

「ぜひ読んでほしい!」といった本はありませんか? 図書館ではみなさまからのおすすめ本を展示・紹介します。〈読書週間期間中〉

ただ今、みなさまから本の紹介文を募集中です。図書館にある用紙に記入するか、下記のアドレスまでメールでもお待ちしております!

s-tosyokan@city.suzaka.nagano.jp

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 ☎ 245-4313
 休館日 6・13・14・20・27・31日

ありますか?好きだといえる1冊が……

読書週間 10月28日(火)～11月9日(日)

おはなし発表会

11月8日(土) 午前10時開場
 10時30分開演～正午頃まで

場所: 須坂市柔道場(図書館の隣)

毎週のおはなしの会に参加している8団体のボランティア合同の発表会です。

内容やジャンルも様々で子どもから大人まで楽しめます。ぜひご家族でおでかけください。

行事の案内

おはなしの会	毎週土曜日	午前11時～
万葉集の勉強会	7日(火)	午前9時30分～
あかりの会	7日(火)	午後1時30分～
創作童話の会	11日(土)	午後2時～
読書会	16日(木)	午後7時～8時30分
	テキスト	「森へ」星野 道夫 著
一茶の会	18日(土)	午前9時30分～