

すざか

10

No.522



食文化の伝承 おやきづくり講習会

【関連記事2ページ】



町並み修景の事業が進み、市街地は蔵の町並みとして整備されてきた。建物だけでなく、来訪者に心からのもてなしができるようにと、ボランティアをはじめ、大勢の市民の皆さんが、日々活躍をされている▼また、地域の良さを見直そうと、生涯学習推進センター主催の「まなび一号」「町並み楽習塾」などに、大勢の皆さんが参加され、須坂を学び、須坂の良さを体感された▼一方で、ライフスタイルの変化、郊外型の店舗、住宅地の開発なども進み、かつての田園風景が様変わりしている▼久しぶりに須坂に帰郷した友人と会食した。彼は言う「市内も整備が進んでだいぶ変わり、昔遊んだ空き地や路地、家々がなくなっている。でも、実家の周りは人も、細い路地も、建物も、みんなそのまま何かホッとすると▼生活様式が多様化し、それに合わせるように、人も町並みも日々変化している。しかし、めまぐるしく移り変わる現代だからこそ、人々の生活の温もりのあるもの、伝統のあるものを大切に残していける町づくりに心がけていきたい。



新しい趣味、見つけた♪

初心者向け 写真講座



須坂市公民館では、7月28日(木)から9月8日(木)まで全6回で初心者向け写真講座を開催しました。

第1回から3回までは、滝沢時雄先生からカメラの基本的な機能や撮影方法を教えていただきました。

滝沢先生からは「人間の目で見たものと、カメラのレンズを通して見たものは違ってきます。写したい部分をファインダーで覗きましょう。光の強弱、明るさなどによって、写真に違いが出てきます。自分の撮りたい写真にはどんな光が必要かを知りましょう」と写真撮影のポイントを絞った説明がありました。

参加された方たちは「今まで何気なく写真を撮っていましたが、今度は作品として撮影したいです」と、趣味としての写真の世界に入り込んだ方もいました。

また、第4回から6回までは、信州SOHO支援協議会の鍛冶稔也先

生からデジタル写真の基本的な編集方法を教えていただきました。

デジタル写真を撮るうえで必要になる基本的な用語や知識の解説からはじまり、色や明るさの補正、画像の合成などについての説明がありました。

参加者の中にはパソコン操作に慣れていない方もいましたが、熱心に勉強していました。

「デジタルの写真っていろんなことができて便利ですね。今まで撮っていたおいた写真をキレイに加工して見ます」「これからデジカメでいろんな写真を撮って、友だちにEメールで送りたいです」などの声に参加された皆さんから多く聞かれました。



参加者の熱心さに講師も力が入ります(デジカメの編集)

地域の味を伝承 おやきづくり 講習会



すざか女性未来館主催のおやきづくり講習会を9月9日(金)に開催しました。

おやきは長野県の代表的な郷土料理として有名です。また、県内でも地域や家庭によって作り方などに違いがあり、おふくろの味としても知られています。



上手に具を包めたでしょうか？

この講習会は市食生活改善推進協議会の皆さんが講師となり、30名の参加での実施となりました。

今回は、市販のおやきづくり用の粉を使い、「なす」「玉ねぎ」「あずき」3種類を作りました。

おやきづくりは初めてという方もあり、生地をこねたり、具を生地で包むのに苦労していました。しかし、「この粉を使えば意外と簡単かも!」と楽しげに話される方や、「今度は小麦粉を使った生地も作ってみよう」と、自宅へ帰っての意欲をみせる方もいました。

参加者の中にはドイツ出身の方もおり、初めてのおやきづくりに興味深そうに挑戦していました。

できあがったばかりのアツアツのおやきを全員で試食すると、「お店で買ったものよりおいしい!」「やっぱり自分で作ったものが一番だね」と満足そうな話し声があちこちから聞こえてきました。

ハンバーガーなどのファーストフードが広がっている世の中ですが、地域の伝統食を見直してみたいかがでしょうか。



おいしいおやきと楽しいおしゃべりの時間



1・2号墳の全景

須坂市の遺跡詳細分布図によると、「鎧塚」と呼ばれる古墳は全部で6基ありますが、考古学では1・2・6号墳を『八丁鎧塚』と呼んでいます。鮎川の流域には須坂市で現在確認できる約100基の古墳の内、約半数があります。その上流域に『八丁鎧塚』が、約一四〇〇〜一六〇〇年前に築かれました。

昭和32年には上高井教育会が上高井誌編纂のための発掘調査を行い、石積みによる古墳「積石塚」であることを確認しました。今も東日本の積石塚としては最も古い古墳とされています。

『八丁鎧塚古墳』 〜 東日本最古の積石塚 〜

歴史を探訪しよう

須坂の古墳文化、さらには長野県、日本の古墳文化を考える上で貴重なものとして、昭和40年に長野県指定史跡に指定されています。

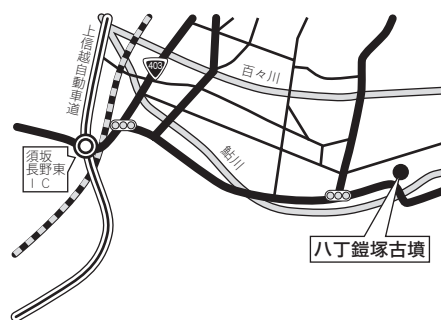
県道長野須坂インター線からのアクセス道路も整備され、県内外から古墳公園に、たくさんの方が遠足や見学に訪れています。

秋になり涼しくなりました。ご家族やお友だちなどとお弁当を持って出かけてみてはいかがでしょうか。

古墳を築いた石は、全て鮎川の河川敷から採取された川原石だと考えられています。

1号墳からは遙か東シナ海産のスイズ貝などで造られた腕輪が出土し、2号墳からは日本では三箇所で見つかっていない獅子をかたどった帯金具など、貴重な資料が発見され、博物館で常時展示されています。

この古墳は古くから大切にされており、石材採集などの消滅の危機から地域の人々の手で何度も救われてきました。



私が地域で花づくりを始めようとしたきっかけは、もともと花が好きだったこともありですが、スイスやフランスへ行ったときに花でいっぱいなのを見て、本当に素晴らしいと思ったからです。

そこで、定年後に「花と緑のまちづくり事業」が制定され、私自身も花づくり指導員として公民館等に席を設けていただき活動を始めました。

最初は各町の老人会の皆さんを頼りに活動していました。道具不足や花壇の土の入れ替えなどいろいろな面で苦労がありました。しかし、自分から動いて呼びかけることで、皆さんも一緒に花づくりを進めてくださいました。



坪井今朝生さん（仁礼町）

地域を花でいっぱいにしようと仁礼宿・花いちもんめの会などで活動されている坪井今朝生さんをご紹介します。

人と Face to Face 向き合う



長野県須坂インター線のフラワーロード

以前から私は「地域づくりは地域を守ることから始まる。自分の地域を守ることは自分たちの手でやらなければならぬ」と考えていました。仁礼町分館や地域づくり推進委員会等にも呼びかけて地域を花でいっぱいにしようと活動しています。

平成6年からは東中学校のコスモス街道の手伝いや仁礼小学校、老人クラブの花壇や、フラワースタンドの整備等、地域をあげて美化活動をしています。大人も子どもも、地域や県外の方が道路を通るときに「キレイな所だなあ」と感じてくれると嬉しいですね。

こういった活動が円滑にできるのは、地域の大勢の方のご理解と多大なご協力によるものです。皆さんには本当に感謝しています。これから花で溢れるより良い地域を作っていきたいと思っています。

10月のロビーコンサート

リコーダーが奏でる美しいハーモニーをお楽しみください。

と き

10月19日(水)
午後0時15分～0時45分

ところ

須坂市公民館 1階ロビー

演奏

リコーダーアンサンブル

市民学園公開講座

演 題 『アコーディオンで歌う
唱歌・童謡・日本の歌』

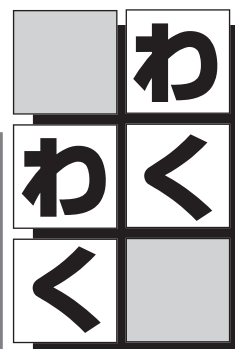
講 師 信州大学教育学部教授
中山 裕一郎 先生

☆と き 10月15日(土) 午前10時～11時
☆ところ 須坂市公民館 3階ホール
☆入場料 無 料
☆問合せ 市公民館
☎245-1598



Waku
Waku

公
民
館



Kominkan

☆地域の文化祭情報☆

旭ヶ丘地域合同文化祭

《展示の部》

【と き】22日(土) 午前9時～午後8時
23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、手芸 など

《舞台の部》

【と き】22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
☎246-1598

公民分館11ブロック(仁礼地区)文化祭 老人福祉センターくつろぎ荘一般開放

【ところ】仁礼コミュニティセンター及びくつろぎ荘

《展示の部》

10月29日(土)・30日(日) 午前9時～午後4時

《舞台の部》

10月30日(日) 正午～午後3時30分

〔くつろぎ荘施設開放〕

10月29日(土)・30日(日) 午前9時～午後4時

※当日はお風呂を開放します。

(どなたでも入浴可能)

※保健師による健康相談もあります。

(29日(土)は午後、30日(日)は午前です。)

問合せ 仁礼コミュニティセンター ☎245-8118
くつろぎ荘 ☎246-2058

親父セミナー 講演会開催

【と き】11月3日(木・祝) 午後1時30分～3時
【ところ】須坂市公民館 3階ホール
【講 師】飯島 博 先生(NPO法人アサザ基金代表)
【演 題】『子どもとおとなの協働が
地域を元気にする』

～霞ヶ浦再生・アサザプロジェクト～

【受講料】無 料

【問合せ】市公民館 ☎245-1598

お父さんはもちろん、どなたでも大歓迎です！

アサザ基金は霞ヶ浦・北浦とその流域の自然環境の再生と環境保全を組み込んだ社会システムづくりを行っている特定非営利活動(NPO)法人です。今までに人々と行政・教育研究機関・地域産業などとの協働を進めています。

平成18年 成人式の開催について

開催日 平成18年1月8日(日)
午後2時30分から式典の予定
(市民要望により「成人の日」の前日に変更いたしました)

会 場 メセナホール

対象者 昭和60年4月2日から昭和61年4月1日生まれの方

問合せ 市公民館 ☎245-1598

須坂国際交流パーティー ボランティアスタッフ募集！

【と き】11月26日(土)

【ところ】須坂市公民館 3階ホール

【締切り】10月14日(金)

【申込み】市公民館 ☎245-1598

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

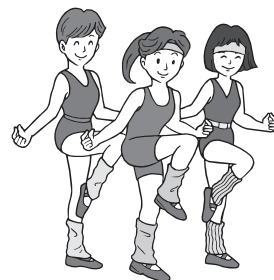
女性センスアップ講座

－暮らしに工夫と潤いを－

何気なく一日を過ごしている、時間を持て余してしまっている…という方はいらっしゃいませんか？
ちょっとした工夫一つで生活にリズムができます。誰でもできる簡単メニューで一人ひとりが潤いのある
いきいきとした生活を送りましょう。始めるならこの秋ですよ！

〈第1回〉 カラーセンスアップ －TPOにあった色づかい－

と き 10月22日(土) 午後1時30分～3時30分
ところ すざか女性未来館 大講習室
講 師 カラーアナリスト 西山美奈子先生



〈第2回〉 撃退！悪質商法 －普段の心がけといざというときの対処法－

と き 11月5日(土) 午後1時30分～3時30分
ところ すざか女性未来館 大講習室
講 師 長野県長野消費生活センター 出前講座

〈第3回〉 健康ウォーキング －さわやかに美しく エアロビクス・ストレッチに挑戦－

と き 11月18日(金) 午後7時00分～9時00分
ところ 須坂市公民館 3階ホール
講 師 AFAA認定インストラクター 岡田千寿子先生
(AFAA:アメリカエアロビクス&フィットネス協会)

〈第4回〉 楽しい会話 －人前で話すことが苦手なあなたに 心に響く魅力的な話し方－

と き 12月3日(土) 午後1時30分～3時30分
ところ すざか女性未来館 大講習室
講 師 C&Cハーモニックス代表
小山菜穂子先生

〈第5回〉 レンジで簡単手作りパン －クリスマスバージョン－

と き 12月17日(土)
午後1時30分～3時30分
ところ すざか女性未来館
料理実習室
講 師 フードコーディネーター
徳竹ゆう子先生

〈受講料〉 無料
(但し、材料費として1,000円)

〈定員〉 20名

〈受付〉 10月5日(水)午前9時～

〈申込み〉 すざか女性未来館
☎245-1598

託児
あります



市民文化祭 第43回

謡曲会
10月23日(日)
午前9:30～午後4:00
須坂市公民館3階ホール

音楽祭
10月23日(日)
午後1:30～午後4:00
メセナ小ホール

展覧会・茶席
10月29日(土)～30日(日)
展覧会 午前9:00～午後5:00
(30日 午後4:00まで)
茶席 午前10:00～午後3:00
須坂市公民館全館

芸能祭
10月23日(日)
午前10:30～午後4:30
メセナ大ホール

入場無料
皆様のご来場を
お待ちしております

主催) 須坂市文化芸術協会
共催) 須坂市文化振興事業団
後援) 須坂市・須坂市教育委員会

れんらくぽ
社会教育団体の掲示板
原稿の切は10日まで

天気
○月○日

すざか町並み がく 楽習塾 しゅう じゅく



涼しい秋は、学びの季節！蔵のまち須坂の良さを楽しみながら
学び、味噌料理を食べ、まちの駅・ふるさと百貨店を知って、
地域自慢お叫び隊の一員になりませんか！

日 程

第1回

10月29日(土) 9:15~12:00

- 開講式
- 町並み探検① 講師：小松 浩さん
「本上町・門前町界限」～寺町と花町を巡る～



昨年の「町並み探検」の皆さん

第2回

11月5日(土) 13:30~16:00

- 集中講義① 講師：①山石 剛さん ②水越正和さん
①「須坂藩の館をめぐる話」～館跡を中心に学ぶ～
②「蔵づくりの技」～匠の技術を学ぶ～

第3回

11月12日(土) 9:30~13:00

- 町並み探検② 講師：浦野治郎さん
「新町・常盤町界限と味噌料理」
～須坂藩の遺構と材木商人の町巡りと味噌料理昼食会～

友人・知人に「すざか」を自慢し
たい…。でも、よく知らない。
そんな方ぜひご参加ください。

※第1回、第3回、第5回は
現地学習を予定していま
すので、散策できる服装
でご参加ください。

第4回

11月26日(土) 9:30~12:00

- 集中講義② 講師：和田邑吉さん
「須坂の歴史概観(文学を中心に)」
～江戸末期から昭和初期までの須坂～

第5回

12月3日(土) 13:30~16:00

- 町並み探検③ 講師：田子千津子さん
「横町通り界限とまちの駅・ふるさと百貨店探検」
～製糸業最盛期の遺構巡りとふるさと百貨店を知る～

第6回

12月10日(土) 9:00~12:00

- 集中講義③ 講師：青木廣安さん
「近代製糸業の発展の話」
- まとめと参加者の感想発表
- 閉講式(修了証授与)



皆さん無事修了されました
(昨年の閉講式)

開催場所

須坂市公民館西館及び中心市街地

定 員

20人程度

対 象

蔵の町並み、味噌料理、まちの駅・
ふるさと百貨店などに関心がある方
(須坂市民の皆さんを優先しますが、
市外の方の申込みも受付します)

講 師

上記の信州須坂町並みの会会員・他

受 講 料

650円(受講料・保険料)

申込み受付

10月5日(水) 午前9時～

申込み・問い合わせ先

須坂市生涯学習推進センター
☎ 245-1598
FAX 246-3906

生 涯 学 習 だ ゃ り

新しい風、生涯学習。



生涯学習のマスコット
『マナビィ』

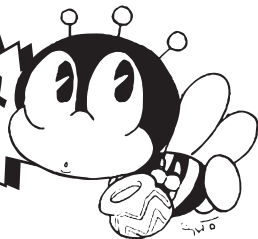
編集・発行／
須坂市教育委員会
生涯学習推進センター

No.68

初心者
大歓迎

生涯学習 まちづくり出前講座

講座メニュー改訂版
今月全戸配布



出前講座のメニュー内容は、受講者のみなさんのご要望に応えられるよう毎年見直ししています。

今年の見直しでは、市民の方々が講師をされる講座に3個人4団体のみなさんのご協力で新しく7メニューが加わり、市職員が担当するメニューも2つ新設して合計139講座となりました。

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、来年9月までの1年間、各ご家庭で大切に保管され、お友達やグループでの学習にご利用ください。

平成16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)	970人
2	高齢者の健康づくり(高齢者福祉課)	411人
3	健康体操(体育課)	323人
4	ストレスと心の健康(健康づくり課)	257人
5	賢い消費者はダマされません(市民課)	247人
6	健康のために腹話術をやって みませんか ほか(大峽要子さん)	224人
7	北信流お肴"泣き笑い"(柴田正雄さん)	142人
8	ごみの減量化とリサイクル(生活環境課)	107人
9	防災について(旧庶務課)	95人
10	余生を健康に過ごすための 心とからだ(島田愛子さん)	77人

生涯学習まちづくり出前講座は、市内の5人以上の方々と構成されたグループなどが、各種講座メニューから自由に選んで注文されれば、担当する講師が出向いて講演するものです。メニューには、個人・団体のみなさんが生涯学習ボランティアで講師をお務めされる講座のほか、市内企業の技術や製品が学べる工場見学の講座、市政などの理解を深めていただくための各種機関や市が行っている事業や事務の内容などを職員が説明する従来からの講座があります。

今年度、お陰様をもちまして、例年に比べ倍近い勢いでご注文をいただいています。

9月15日時点で、16年度68件でしたが、本年度は既に130件です。



平成16年度は、155件のご注文をいただき、延べ4千3百7人の市民のみなさんにご利用いただきました。新しい講座メニューを期待下さい。

生涯学習情報誌『まなびーず情報(家庭版)秋冬号』ご覧ください！

『まなびーず情報(家庭版)』は、毎月隣組回覧でご覧いただいている『まなびーず情報』で掲載している学習情報と同様の内容を半年分まとめてご紹介する生涯学習情報誌です。



毎年、5月(春夏号)と10月(秋冬号)に全戸のご家庭に配布しておりますので、半年間はお手元に保管してください。ただし、日時・内容の確定している情報のみ掲載していますので、毎月の「まなびーず情報」(隣組回覧)も必ずご覧ください。

なお、今回の秋冬号は、毎月の「まなびーず情報10月号」との合冊版として発行しましたので今月の隣組回覧はございません。

郷土須坂の学習情報が満載です！この「生涯学習だより」と一緒に配布されておりますので、ぜひご覧になってください。



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 3・11・17・24・31日

☎ 245-0407



特別企画 第36回 須坂きのこ展

今年のきのこは豊作でしょうか。山を愛し、きのこに魅せられた人々にはたまらない秋です。

恒例のきのこ展も回を重ねて今年は36回になりました。北信の山々の様々なきのこを実物展示します。

【と き】 10月8日(土)～10日(月) 午前9時～午後4時30分

【ところ】 須坂勤労青少年ホーム 創造の家

【入場料】 無料

きのこ展 催し物

学習会「きのこのなまえと見分け方」

より深くきのこを学んでみませんか？写真だけでなく、実物も見るので、よく判ります。

【と き】 10月8日(土) 午後1時30分～3時30分

【ところ】 きのこ展会場
(須坂勤労青少年ホーム 創造の家)

【講師】 信州きのこの会 評議員 吉沢司郎先生

【申込み】 要申込み 【参加費】 無料

【申込み・問合せ】 須坂市立博物館 TEL245-0407

第6回 臥竜山たんけん 「土の中の生き物と菌の働き」

土の中にはどんな生き物がいるのかな？きのこは植物？花？顕微鏡の世界を覗いてみよう！

【と き】 10月8日(土) 午前9時～11時30分

【講師】 長野自然観察の会 清水真弓先生ほか

【集合】 須坂勤労青少年ホーム 創造の家 前

注:集合場所がいつもと変わっています。

【参加料】 小学生以上 一人50円(保険料)

第7回 臥竜山たんけん 「種のふしぎ」

種ってなんだろう？臥竜山を歩いて、いろいろな草木の種を探してみよう！そして種のタネあかしに挑戦！

【と き】 10月15日(土) 午前9時～11時30分

【講師】 グループ「やまならし」

小布施初枝先生ほか

【集合】 須坂市立博物館 前

【参加料】 小学生以上 一人50円(保険料)

特別展 『激動の幕末を拓いた藩士たち』

激動の時代に遭遇し、混迷の世を拓いていった須坂藩士たちをみつめます。

開催期間： 10月25日(火)～12月11日(日)

図書館だより

須坂図書館まつり

10月27日(木)～11月9日(水)

読書週間

一本を読んでる君が好きー

10月27日(木)～

11月9日(水)



ブックリサイクル市

【と き】 10月29日(土)

午前10時～午後4時

【ところ】 須坂図書館 車庫前

及び講習室

図書館で除籍になった本・雑誌を無料で差しあげます。

【本は一人10冊まで】

【雑誌は一人5冊まで】

おはなしびっくり箱

【と き】 11月5日(土)

午前9時30分開場

午前10時～11時30分

【ところ】 須坂市柔道場(図書館隣)

読み聞かせボランティア8団体が一同に集まったおはなし発表会です。

年に1度のスペシャルおはなし会に、ぜひご家族で遊びに来てください！

行事案内 Event Information

おはなしの会	毎週土曜日	午前11時～
楽しい童話をつくろう講座	8日(土)	午後2時～
あかりの会	12日(水)	午前10時～
楽しい川柳をつくろう講座	12日・26日(水)	午後1時30分～3時30分
一茶の会	15日(土)	午前9時30分～
西行法師の勉強会	18日(火)	午前9時30分～

利用者オススメの本を 展示します！

読書週間中、利用者の方のオススメ本をコメントとともに発表します。読書好きな方のオススメ本は、読んでみる価値アリ！