

むさし公民館だより

第009号
◆発行◆
武蔵中央公民館
館長 瀧口

令和3年度 大分県公民館テーマ別研修会①に参加

令和3年度大分県公民館テーマ別研修会①に参加しました。

「地域づくりにおける公民館の果たす役割」と題して、大分大学教育マネジメント機構基盤教育センター 岡田正彦教授の講義と事例発表として国東市熊毛地区公民館が「小さな分館の大演芸祭！」など2団体の活動発表がされました。

講演では、過疎化、少子高齢化が進むなか、キーワードは「人づくり、つながりづくり、地域づくり」と「開かれ、つながる社会教育」の必要性、コロナ禍で地域活動は一層縮小し、行事など自粛が続いている状況が長引けば「地域活動を行わないことが常態化し、地域活動を再開することが困難」となる懸念があることなど学びました。

コロナ禍で工夫をしながら地区公民館講座が始まる

〈武蔵西地区公民館〉

武蔵西地区公民館では、7月20日に料理教室、7月29日に武溪学級の開級式をそれぞれ行いました。

開級式のあと、料理教室は、国東市の大谷恵子さんを講師にお迎えして、健康な体作りのための料理方法や食物摂取方法について学ぶ「マクロビオテック料理」をテーマとし、講話方式での開催となりましたが、皆さん真剣な眼差しで受講され、様々な質問も出るなど、活気に満ちた充実した教室となりました。

また、武溪学級は大分市の福井タズエさんを講師にお迎えして開催しました。講師の福井さんにご持参頂いた草花を使っての「押花教室～季節の花をそのままに～」でした。皆さん、それぞれが指先に神経を集中させ、手ほどきを受けながら、押花の葉やハガキを器用に次々に完成させ、その出来具合に微笑みを浮かべる皆さんの満足げなお顔がとても印象的でした。

コロナ禍にあって、5月、6月と武蔵西地区公民館の活動も中止を余儀なくされましたが、ようやく新規感染者の発生が落ち着いてきたことから2カ月遅れでの開級式となりました。残念ながら、8月、9月の活動も中止になるなど、なかなか満足のいく活動はできておりませんが、皆さんのご期待に応えられるようこれからも取り組んでいくつもりですので、是非多くの皆さんのご参加をお待ちしております。

なお、講師の福井さんからは、ご本人作の素晴らしい作品をご寄贈頂き、武蔵西地区公民館の玄関に飾らせて頂いておりますので、来館時には皆さん是非ご覧ください。

館長 岩光信司



福井さんから寄贈された作品



武溪学級

〈武蔵東地区公民館〉

去る7月20日に武蔵東地区公民館「食の恵み料理教室開級式」を行いました。本年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため大幅に開始が遅れてしまいました。

開級式には、10名の方の参加をいただきました。2か月遅れで実施されたこともあり受付での皆さまは例年以上に輝いて見えました。開級式後は第1回食の恵み料理教室を行いました。講師に杵築市の小倉優子さんをお迎えし「夏の薬膳料理教室」を行いました。

メニューは「ひじきごはん」「スイカトマトジュース」「きゅうりの佃煮」「酢たまご」でそのうち3品(酢卵以外)を当日作りました。熱や湿気をとるには「寒涼性・苦味」のものを食べるとよい等、夏の薬膳についての為になる貴重な話をお聴きし、調理の仕方を見て学びました。なぜ今日のメニューがこの4品であったのか納得。皆さん大変熱心に聴講され、メモも盛んにとっておられました。あっという間に時間がたっていました。出来上がった料理はタッパーに入れて持ち帰りました。皆さん笑顔で教室を後にしました。

本年度も、全員で調理をすることができません。そこで少人数アシスタント制を取り入れてみました。参加体験型を取り入れることで一緒に作っている感を少しでももっていただければという思いからの新しい試みです。当番制で毎回3、4人の方にアシスタントをしていただきます。

久しぶりの食の恵み料理教室を通して「人と出会うこと」「語らうこと」「共に活動すること」「共に学ぶこと」の大切さを改めて感じさせられました。これからも皆さんが参加して良かったと思える活動となるように努めて参りたいと思います。皆さんのご参加を心よりお待ちしております。

館長 伊藤典子



食の恵み料理教室①



食の恵み料理教室②

「小さな分館の大演芸祭！」

☆熊毛地区公民館の概要・経過

- 平成21年度発足して13年目を迎えた、国東市国見町の対象世帯450世帯余りの小さな公民館分館。
- トンネルでつながれた4つの谷(自治会は6つ)から形成され、その地形の特性から公民館活動が初めて地域をまたいで交流の場。
- 活動推進委員は、発足当時から各組織の役員で構成。今では多くの一般賛同者が参加し、4つの専門部に分かれて、企画・運営を行っている。

☆取り組み(専門部の活動)

- ＜運営部＞①花いっぱい運動……季節の花を植えたプランターを、バス停留所・自治公民館・施設に設置。
②高齢者研修……研修旅行・交通安全教室・認知症ケア教室
……詐欺防止講話・グラウンド・ゴルフ大会
③しめ縄教室・陶芸教室……講師は地域の方(当地区は芸術家が多い…地域活性化の主役)。
- ＜体育部＞①熊毛小学校の運動会に併せて熊毛地区体育祭を開催。
……児童の競技に混ざって地区対抗競技を行っている。
……まさしく地域一体の運動会
②国見3地区公民館ふれあいのミニバレーボール大会とグラウンド・ゴルフ大会
③ウォーキング
④市駅伝競走大会に『ゲームくまげ』を編成。

- ＜健全育成部＞①「熊毛っ子祭り」……熊毛小文化の祭典…3世代ふれあいゲーム、昼食会、学年別の発表会
②地産地消ちびっ子料理教室……健全育成部(老人会長さん達)が地元の食材を持ち寄り、児童と一緒に豚汁などを作る。
③イベント時の昼食づくり……しめ縄教室

- ＜文化部＞……①歴史探訪……地域の作家・地域にある資料館を訪問。

☆特徴的な取り組み

＜文化部＞……②熊毛地区公民館と言えば、

「熊毛地区大演芸祭」……地区民の、地区民による、地区民のための演芸祭(昔の青年団の演芸祭)…劇・歌・踊り、楽器演奏、園児や児童の劇、その他楽しいパフォーマンス…毎年350人を超える賑わい。以前は熊毛地区の人だけの集まり、今では国見町内外から訪れる。

☆大切にしていること・大切にしている考え

- 公民館活動は、これまでほとんど見られなかった地域間交流(自治会をまたいで活動・参加者)が芽生えてきた。
- 子どもは地域の宝、お年寄りも地域の宝物、お年寄りはそれぞれが小さな図書館、豊富な知識と経験で地域を盛り上げてくれる人達です。
- 高齢者にとっては働くだけの人生にスポーツ競技・文化教室への参加、演芸鑑賞の楽しみが生まれた。【余生=余った人生】ではなく、余すことなく人生を楽しむもの。【養生(よせい)】
- 公民館活動と小学校との相互の連携(協力)が大切。児童の募集は学校がしてくれるし、学校主催の行事には公民館活動推進委員が多く参加。児童は多くの活動メニューに参加し、豊かな感性の醸成につながっている気がします。
- 公民館活動は、地域の課題にも寄り添って良いのでは。公民館は、「くまげ地域支え合いの会『大輪』」…カフェ、レクリエーション、食事会)の拠点施設。
- 公民館での団体活動の経験は、ボランティア精神を醸成し、その経験が自治会での『地域づくり』や『リーダー育成』につながっている。

熊毛地区公民館のスローガン

「人が集い 人が互いに助け合えば 人が育つ」

広報誌のみに頼らない「声掛け」による人集めに努め、気軽に集まって話をしたり笑顔をお互いに…そんな公民館活動をこれからも続けてまいりたいと思っています。

「3密は避けても、心の密は持ち続け、みんなで一緒にコロナ禍を乗り越えましょう！」

主催・共催行事

第1回武蔵町探訪教室 (奥深い武蔵郷の歴史と文化)

7月27日(火)、文化財課の吉田隆一さんより、六郷満山の由来から「武蔵郷」をキーワードに、修正鬼会の起源、そして丸小野こども修正鬼会など、満山文化を知ることができました。



第1回元気でます健幸教室 (健康体操：脳トレ)

7月16日(金)、NPO法人MAKK笑人クラブの丸山順道さんより、高齢者の転倒予防・要介護化予防、認知機能向上をはじめ、成人の生活習慣病予防の「スクエアステップ」に挑戦しました。ステップパターンを見て、足踏みをしながら前に進みます。動きの複雑さも加えて楽しく学びました。



お知らせ

セントラルホールの改修工事着工

令和3年度から令和4年度にかけて中央公民館改修工事が行われます。今回のセントラルホールの改修工事が令和3年9月8日着手、令和4年2月28日完了予定で実施されます。

工事の概要は、防水改修、玄関ポーチ屋根、ホール舞台床改修、空調設備、電灯設備が主なものになります。利用者の方には工事期間中、利用ができませんがご理解をよろしくお願いいたします。



上期西地区公民館グラウンドゴルフ教室交流大会

9月29日(水) 武蔵野球場にて29名の参加者で行われました。

【個人成績】 ※ () はホールインワンの回数

1位 野地良久 57 (1)	2位 綾部嘉彰 57 (0)	3位 立石邦俊 57 (0)
4位 岩光 侃 58 (1)	5位 清原承嗣 58 (1)	6位 清原和彦 58 (0)

【ホールインワン賞】

清原和利 野地良久 清原承嗣 加藤誠三 宮崎信二 平野テル子 岩武俊文 丸山正臣
末廣チツ子 岩光侃 高井公生

趣味のコーナー

武蔵川柳サロン

8月例会

宏信(代行 和幸)選
戻りたい今なら違う独身期
八十路まえ還暦までは戻りたい
軸 人生は戻せないもの悟る今
玲子 選
送る荷に一言添ゆる手紙入れ
追伸の母の気遣いしのび読む
軸 高校の最後の弁当手紙添え
和幸 正人 玲子 正人

グラウンド内でごみの焼却
をすることはできません!

最近、多目的グラウンド(公共体育施設)内で、一般家庭ごみの焼却をすることを発生しています。隣の山林に延焼すれば火災につながります。絶対にやめてください。

社会教育課武蔵分室



秋のイベントに参加しよう!!

国東半島峯道トレイルクラブガイド養成研修に参加しませんか!

山歩きの季節、山歩きイベントも少しずつ始まりました。国東半島の山々を巡るトレイルコースを歩きませんか?

- 千燈岳登山会 11月20日(土)
- 両子山登山会 11月27日(土)
- 文珠山登山会 12月4日(土)

詳しくは、国東半島峯道トレイルクラブ(瀧口まで) 連絡先 090-5028-0837

編集後記

収穫の秋、田圃の稲もほほり取られて、農家の皆さんはひと安心というところでしょう。コロナウイルス感染症の拡大も新たな変異株の出現も心配です。

今年度は「ウイスクロナー」と、うまく付き合いつながりイベントを開催したいと計画を立てました。イベントは軒並み中止。コロナウイルス感染症は減少ししましたが、終息のする気配はいまだに見えませんが、いつもの生活に戻れるのを目指してまいります。

