

広丘



4年ぶりのステージ発表

広丘地区文化祭音楽祭に出演されたベリーダンス
(Belly Dance Studio 1002)の皆さん



広丘公民館の最新情報は
Facebookページをご覧ください。

<https://www.facebook.com/hirookakouminkan>



松風

楽しみの朝に



私の朝は登校する小学生の見送りから始まる。孫二人とその友人たち。「気をつけてね」と手を握れば心が若くなる。兄妹のカップルも元氣よく通学していく。小学校のボランティアに出かける日も楽しみである。

「見守りボランティア」に登録しグラウンドでの見守りを行っている。3人で休み時間(20分間)に外で飛び回る児童に眼を配る。私は月に4回位参加している。音楽会の前に手紙を頂いた。「見守りへの感謝の気持ちを込めて気合を入れて演奏します。お越しく下さい」

次は、「絵本の読み聞かせ」ボランティア。概ね月に1回始業前に教室を訪問する。

コーディネーターから日付とクラスの連絡をもらったら、広丘図書館で学年に見合う絵本を選んでもらっている。教室での持ち時間は十五分。

読み聞かせを全クラスで行うには大勢のボランティアが望まれる。学校では子ども達を笑顔にしてくれる方を募っている。

元旦に能登地方を震度7の地震が襲いました。亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、一日も早い復興を願います。

F・M

令和5年度 広丘地区 文化祭音楽祭

11月12日(日)開催

4年ぶりとなる音楽祭(ステージ発表)は、文化祭と合同開催という形で、えんてらすを会場に小中学校合唱部、文化サークルのステージが繰り広げられました。広丘小学校放送クラブの皆さんによる司会進行も好評でした。展示発表も昨年より多くの作品が集まり、えんてらす2階いっぱいになりました。

作品展示



サルビア会



カリヨン俳句会



野の花会



広丘短歌会



広丘児童館



キャンディポップ



広丘小学校



桔梗小学校



広丘で発掘された護摩炉



丘中学校



広陵中学校

その他、分館コーナーや個人作品もたくさん展示されました。紹介できない文化祭音楽祭の写真はこちら

掲載期限
令和6年6月30日まで



ステージ発表



ベリーダンス



広丘小学校合唱部



野村童謡唱歌を歌う会



広丘太極拳自主サークル



塩原玉基さん



まつかぜコーラス



ひだまりハーモニー



広陵中学校合唱部



塩尻フォークダンス同好会「ピボット」



広丘小学校放送クラブの皆さんが司会進行に挑戦しました



最後に全員でふるさとを合唱

広丘地

体協だより

広丘地区体育協会キャッチフレーズ

スポーツを通じ、明るく笑顔で、健康づくりと仲間づくり

広丘地区体育協会会長 小野 宏

おかげさまで下期も概ね事業計画通りの活動を展開することができました。多くのイベントが3年ぶりの開催となり、会場のあるこちらで「お久しぶり」、「お元気そうで」と笑顔がはじけていました。参加者の皆さん、企画・運営関係者の皆さんのご協力とご尽力に御礼申し上げます。4月の総会に向け、来年度の事業計画と予算の策定に取り組んで参ります。

中学校部活動の地域移行に関しましては、市の地域移行協議会が9月に立ち上がり、令和6年3月には地域移行計画と部活動ガイドラインが策定されるとのこと。引き続き注視して参ります。

令和5年度広丘地区体育協会活動実績

- 広丘・吉田・高出地区ナイターソフトボールリーグ戦
- 広丘地区ソフトバレーボール大会
- 広丘地区ゲートボール大会（春季、秋季）
- 広丘・高出・中学生ソフトテニス大会（春季、秋季）
- 広丘・高出地区支部対抗野球大会（40歳、混合）
- 広丘・高出ミニバレー交流会
- 広丘・吉田・高出地区少年野球大会
- ダンススポーツ交流会
- 広丘地区剣道合同稽古会
- 塩尻市民スポーツ大会への参加
- 広丘地区剣道錬成会
- 広丘地区グラウンドゴルフ大会
- 広丘地区支部対抗卓球大会
- 広丘地区ニュースポーツ交流会
- 広丘・吉田・高出地区少年少女柔道大会
- ソフトテニス教室（初級、中級、親子）
- ふれあいスポーツ教室



広丘・吉田・高出地区少年少女柔道大会（12月23日）



広丘輝き人

—陸上100メートルハードル全国で活躍！—



さか まこと
阪 真琴さん（堅石）

陸上100メートルハードル競技で好成績を収めている阪真琴さんを紹介します。

令和5年度は3つの全国大会に出場されました。

- ・第50回全日本中学校陸上選手権大会（8月25日、愛媛県）
- ・かごしま国体（10月16日、鹿児島県）
- ・日本陸上競技連盟第56回U16陸上競技大会（10月22日、愛媛県）

○阪さんにインタビューしました

【あなたにとってハードル競技の魅力は何ですか？】

一台一台のハードリングの精度を高めることで、記録を縮められるところです。

【スポーツ以外で興味があることは？趣味は？】

レゴブロックで家や車を作ることです。あと整理整頓。

【好きな食べ物は何か？】

グラタン、ぶどう

【来年に向けての抱負を一言】

高校生になるので、何事もチャレンジすることを大切にしたい。ケガなく練習を積み重ねていきたいです。

○保護者から真琴さんに一言

全国という大舞台を経験し、心身共にたくましくなりました。日々、ご指導いただいた先生方、陸上教室のコーチ、一緒に練習に励んだ仲間、多くの応援のおかげで目標を叶えることができました。これからも、全ての出会いと経験を糧に素敵な人になってください。

広丘地区 ヘルスアップ委員会

2023年度の ふりかえり

ヘルスアップ委員会(保健指導員等)は県内68市町村で設置されており、塩尻市ヘルスアップ委員会もその一つです。塩尻市では各区から委員が選出され、健康セミナーを通じて健康に関する知識を習得し、地域で文化祭、教室などをとおして健康づくりの推進をしています。

今年度は、委員16名で活動しています。

委員自身の学びの場 健康セミナー

ヘルスアップ講座「大人のラジオ体操を体験しよう！」

からだ講座「高血圧はなぜ悪い？～高血圧と臓器障害について～」

こころ講座「自分自身を大切にしよう～セルフケアの方法について～」

うんどう講座「楽しくからだを動かそう」

おくち講座「健康はお口から～歯や口腔の健康づくりを学ぼう～」

たべる講座「高血圧はなぜいけないの？～おいしく塩を減らすコツ～」

地域で健康を広めるための活動

- 座ってできるラジオ体操講座 7月27日
- 野村区ふるさと夏祭り「健康コーナー」7月29日
- お口の講演会「よく噛むことの効用～健康のすすめ～」10月21日
- 堅石区元気健康ウォーク大会 10月28日
- 広丘地区文化祭「高血圧予防 健康コーナー」11月12日
- 尿中塩分測定会 12月25日・27日

委員の感想

減塩になる食べ方で、実際の調味料の選び方が参考になった
学んだことを地区の人にお伝えするために、資料をもう一度確認したりしてより自分の理解も深まった。
自分の健康を振り返るきっかけになっている。



♪広丘地区に健康の種まきを続けます♪



令和6年1月、広丘4区で行われた三九郎

原新田 1月8日午前11時点火



野村 1月13日午前9時30分点火



堅石 1月8日午後3時点火



郷原 1月8日午後1時30分点火



しめ縄講習に参加して

堅石分館で行われたしめ縄講習会の案内チラシの一節から…。
 「わらは公民館が用意します」
 わらの確保に苦労する近年、関係者の皆様、大変であったことと思います。私でよいのかと思いましたが、しめ縄講習会の講師を引き受けました。

「しめ縄」は神が宿る聖域で、その内側が清浄な区域であることを示しています。また、「しめ縄」を小さく簡素化したものが「しめ飾り」です。門戸に張って厄神が内に入らないようにする願いと、神聖で年神様を迎えるにふさわしい場所である、と言われていました。

しめ縄講習会では、今年の干支にちなんで「辰」をイメージしてみました。神様に捧げる縄は左ひねり、他は決まりがないようです。一般的に作る、ゴボウ、オヤス、シャモジの3種を作ってみました。ゴボウは本体、オヤスは眼、シャモジは頭、辰をイメージしています。あらかじめ参考品を試作しました。当日は、例年の参加者に加え、初めてしめ縄飾りを体験する親子もいました。苦戦するも出来上がりに笑顔が見られました。「よかったですね」と声をかけるとまた笑顔。私も嬉しくなりました。他

の講師の応援も得て無事しめ縄講習会は終了しました。

参加された皆さん、手作りのしめ縄づくりで正月を迎え、新年8日は三九郎でした。堅石グラウンドで焚き上げ、年神様をお送りし、焚き火で焼いた繭玉や餅を食べ、1年間健康で風邪をひかないようご利益を祈りました。

今井 篤男(堅石)



ふるさと探訪

百年前の関東大震災(一)

令和6年の暮開けは元旦に起きた「能登半島地震」から始まりました。

四日の新聞には、「全国から能登半島に盗賊団大集結中」との偽情報でネット上に急増しているとの記事が載りました。関東大震災の時はどうだったのでしょうか。

震災の起きた翌日、信濃毎日新聞は、「東京の消息全く絶ゆ」「上田市市民の野外避難」「長野市市民善光寺境内に安全地帯を求む」という見出しと3枚の写真を掲載しました。東京や信州各地の揺れと被害状況とともに、「流言蜚語(うわさ・デマ)のあったことを載せています。

諏訪町民露営の準備にかかる 明治二十三年の濃尾大地震よりも激しい感じ方で町内にも倒壊半壊の家屋が十数戸に及び中洲・湖南・豊田地方の被害甚だしく、家屋の破損や壁の落ちたものは枚挙に遑(たぐ)あらず町内の被害はかなり大きい見込みで、引き続き震動があるので、町民は何れも広場に畳を運んで露営の準備をしている(上諏訪電話)

松代町被害甚大 倒壊家屋十五戸 地震は午前十一時五十八分頃第一震があり孰れもおどろいて戸外に飛び出した時第二回の地震がきたので幸いに人畜に被害はなかった。倒壊した家は何れも古き建物である。午後も今の処時々揺り返すので、人々は戸外に筵を敷いて避難して今にも大きな来るように人心恟々として居る(午後四時五十分松代電話)

道路の真ん中で夕餉の仕度する 流言に全市民戦慄す 正午前約二分間の微動がした頃微かな地鳴りが響いてくると続いて約一分間に亘って振幅の大きな南北の水平動が全市を浪の上に緩がした様に強く揺り動かした。夫から二十分間ひっきりなしに強震が襲ってくる(略)被害程度()報が市民の耳に伝わる毎に流言蜚語が至る所に放たれ「三時には大地震が来る」「長野市は二百戸倒壊した」「佐久の望月が全滅した」と噂されて隅から隅まで市民の心を脅かして行く。午後五時過ぎても微動が時折思い出したように襲って来る。戸外や道路の真ん中で夕餉の仕度をして居る者炊き出しを相談して居る者など人心は未だに安定しない(上田電話)

敷いて避難して居る者も多い(松本電話) 木曾谷 木曾谷一帯に正午五分間に亘り水平動の強震あり 其れより続いて十回余りの地震があった 屋内にある者は何れ外に飛び出した 福嶋町を貫流する木曾川にかけてある大手橋の橋詰めが決壊し付近の電柱は傾き甚だ危険の状態である 地面の亀裂が生じた箇所は二三か所あり之がため福島町に女子供等は悲鳴をあげ一時は大混乱を呈し、木曾谷としては聞いたこともない大地震である(福嶋電話)

大町地方 割合に微弱 正午頃強震あり約四分間に亘りて連続せる水平動を起し時計は全部止まり、人々全部屋外に逃げだしたために、町内は雑踏を呈した時は二所に立ち留まって居れぬ程震動したが別に被害等はない模様である(大町電話)

お堂へ！お堂へ！避難者刻々多くなる 仁王門下や駒返り橋の広場へ筵を敷いた老若男女 午砲の鳴る二分钟前、長野市の大路小路は地震に驚いて飛出した老幼男女で大混雑を呈した。(略)最初の大震動に続いて怒涛の押し寄せる様に数分おきに震動するので、家に落着いて居られず妻女は嬰兒を抱き老婆は孫を連れて往来の此の所に一団、彼の所に一隊何れもその顔に恐怖な表情を見せて囁き合っている。元善町から善光寺境内にかけては仁王門の広場や駒返橋の広場へ蓮台を出し、或いは筵を敷いて其所へ幼い子供に老婆憐が交じって避難している(略)お堂へ！お堂へ！とやってくる避難者も刻々と多くなってきた内陣外の片隅で弁当を開いている小学生もあった。「お堂が潰れるなんて、それこそ娑婆中に立っている家があるもんじゃない」と老人同士が語りあっている

大地震来 流言蜚語に白田町民避難 (略)白田町付近は夜半及び二日夜明け頃に一層大地震が来るべしと流言行われ、貴重な物及び祖先の位牌等を身につけ稲荷山公園其他の野外に一家挙って夜中避難している者も多く人心恟々たる有様である

信濃毎日新聞社は記者やカメラマンを総動員し、震災後の首都東京の取材に乗り出しています。中澤記者が上野の山に着いたのは3日午後一時半、5日の夕刊には「戒厳令の東京へ踏み込む 上野の山から一望の碩 鐵棒を振って鮮人狩り」の見出しで「吹き捲く灰に眼をこすりつつ」「みた「惨景」を記事にしています。「鮮人」という差別語が書かれています。今号では見出しのまま紹介しています。「惨景」の記事は次号で取上げます。(太田秀保)

皆様におかれましては、ご家族共々穏やかな新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。昨年は、新型コロナウイルス感染症の「5類への移行」をきっかけに、公民館活動も4年ぶりに開催される行事も目立つようになり、多くの方々が社会・経済活動の明るい兆しに期待を寄せながら新春の朝を迎えたのではないのでしょうか。しかし、迎えた元日の夕方、石川県能登地方を震源とする大きな地震が発生、お屠蘇気分は一転、メディアに映し出された光景に言葉を失い釘付けとなつてしまいました。残念ながら多くの尊い命が失われた事に対して心より哀悼の意を表しますと共に、生活基盤を奪われた多数の皆様が厳しい寒さ乗り越え、一日も早い復旧の道が切り開かれますよう心から祈らずにはいません。

編集後記

皆様におかれましては、ご家族共々穏やかな新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。昨年は、新型コロナウイルス感染症の「5類への移行」をきっかけに、公民館活動も4年ぶりに開催される行事も目立つようになり、多くの方々が社会・経済活動の明るい兆しに期待を寄せながら新春の朝を迎えたのではないのでしょうか。しかし、迎えた元日の夕方、石川県能登地方を震源とする大きな地震が発生、お屠蘇気分は一転、メディアに映し出された光景に言葉を失い釘付けとなつてしまいました。残念ながら多くの尊い命が失われた事に対して心より哀悼の意を表しますと共に、生活基盤を奪われた多数の皆様が厳しい寒さ乗り越え、一日も早い復旧の道が切り開かれますよう心から祈らずにはいません。

締めくくりには、どうかこの一年が皆様にとって「昇龍」の年となりますよう祈念申し上げます。加えて、地区公民館活動が更に前進できますよう、引き続きのご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。(編集委員長 百瀬 宏)

世帯数と人口

(令和6年2月1日現在)

区	世帯数	男	女	計
原新田	1,892	2,017	1,958	3,975
堅石	1,046	1,279	1,302	2,581
郷原	702	748	732	1,480
野村	2,801	2,936	2,649	5,585
計	6,441	6,980	6,641	13,621
塩尻市	28,898	32,852	32,738	65,590