

公民館報

だいもん


発行 大門公民館
大門公民館
フェイスブックQRコード

〒399-0731 塩尻市大門六番町3番10号 TEL・FAX 52-9194
E-mail : daimon@city.shiojiri.lg.jp 印刷 クマガイ印刷
f https : www.facebook.com/daimonkominkan/

世帯数と人口 (令和6年9月1日現在)

区	世帯数	男	女	計	増減
大門一番町	135	114	122	236	△6
大門二番町	328	364	394	758	15
大門三番町	362	412	408	820	△11
大門四番町	211	227	257	484	42
大門五番町	589	680	668	1,348	1
大門六番町	392	404	458	862	△30
大門七番町	275	255	262	517	△17
大門八番町	204	170	197	367	△13
大門七区	1,882	2,079	2,036	4,115	150
大門田川町	222	249	267	516	△15
計	4,600	4,954	5,069	10,023	116

※対前年同月比増減数



徳沢トレッキング

5月8日、下伊那郡松川町で長野県公民館長総会・研修会が開催されました。

この内、研修会では県内の市町村の現状等について報告がありました。この中で、長野市や松本市の公民館長からは「アパートやマンションの増加により、分館に入る方が減少している、都市部の集合住宅に入る方が分館に入らないから公民館活動に参加しない、また自治活動への参加が少なくなっている」という問題があること、そして分館役員のなり手がなく、分館活動が滞ってきている。またPTAも役員の選出ができず、会自体の存続が低下してきていることや共働き等により活動に参加できない等の報告がありました。役員のなり手不足は塩尻市も同じであり、すぐに解決策が見つからなくても、継続してこの問題に取り組む必要があります。

大門公民館では、今までの事業等の良い点は残しつつ、新しい事業にも挑戦して講座やイベント等の参加者を増やす事で、地区住民の公民館に対する理解を深めていきたいと考えます。大門公民館をこれからもよろしく願っています。

長野県公民館長総会・
研修会報告


館長 塩原 健一

～大門地区サークル(団体)紹介～

入会・見学希望等、詳しく知りたい方は各サークル代表者にお問い合わせください。

団 体 名	代表者／電話番号	活動内容	活動日／活動時間	活動場所
桔梗太鼓	宮 幸 生 TEL:0263-52-0361	和太鼓	毎週火曜日 午後7時～9時	大門公民館
蕎麦会	田 野 俊 郎 TEL:080-1364-1128	そば打ち	毎月第3土曜日 午後	大門公民館
きさらぎ会	中 畑 勇 TEL:0263-54-3886	書道	毎月第1・3火曜日 午前	大門公民館
健雀会	海 津 良 子 TEL:0263-52-1139	健康マージャン	毎週水曜日 午後1時～5時	大門公民館
大門フラ・イリマ	熊 澤 よし子 TEL:0263-52-3638	フラダンス	毎月第2・4土曜日 午後	大門公民館
大門わかば会	小 澤 洋 子 TEL:0263-52-5966	童謡・唱歌	毎月第3水曜日 午後2時～3時半	大門公民館
十七会(となかい)	中 島 正 人 TEL:0263-53-0027	大門公民館事業 への協力	年間を通じての活動計画	大門公民館
仏画の会	有 賀 則 正 TEL:0263-52-1249	写仏教室	毎月第3金曜日 午前10時～正午	大門公民館
マドレ会	池 田 文 子 TEL:0263-53-3215	大正琴	毎月第1・3木曜日 午後7時～	大門公民館
メリーさんのヨガ	御子柴 治 美 TEL:0263-52-7312	ヨガ及び脳トレ	4月～10月 月3回 木曜日 11月～3月 月2回 木曜日 午前10時～11時半	大門公民館
もみじ会	菅 秋 TEL:0263-52-9194	茶道	毎月第1・3火曜日 午前	大門公民館
六幸太鼓	小 澤 義 忠 TEL:0263-52-5966	和太鼓	毎週日曜日 夜間	大門公民館

公民館事業に対するご意見・
ご要望などございましたら、
お気軽にご連絡ください。

大門公民館
電話・FAX
0263-52-9194

館報編集委員
委員長 御子柴 治 美
委員 高山 和 雄
“ ” 浜崎 信 一
幸一郎

大門公民館運営審議会委員
令和5年4月1日(令和7年3月31日)
成田洋一郎 大門区長会副会長
中村 聡士 塩尻西小学校教頭
郡上 典雄 公民館運営経験者
田野 俊郎 友愛クラブ地区長
海津 良子 公民館利用者代表
池田 文子 公民館利用者代表
吉田 英樹 公民館利用者代表
中村 隆行 塩尻西PTA会長
関澤 順子 子ども会育成
東 信治 連絡協議会長
大門体育協会会長

今年の「徳沢トレッキング」
今年は、5月24日（金）、40名が参加して開催。昨年の雨天とは違い、良い天候の中で予定通りの行動をすることができました。
往路のバスの車内では、今回も講師をお願いした上高地ネイチャーガイドの丸山真央さんから、上高地に関する自然や山岳、また今年参加した開山祭のお話などお聞きして、事前の知識を深めました。
午前9時半過ぎに上高地バスターミナルに到着し、河童橋まで移動して全員で記念撮影を行いました。昨今の円安やインバウンドを反映して、観光客も欧米や東南アジア等多くの地域から見えられている様で、多様な言語が飛び交っていました。
河童橋から徳沢まではガイドの説明を聞きながらゆっくり歩きました。トレッキングの途中でニリンソウの群落を見たり、ニホンザルの親子が遊歩道を横切る場面を間近で見ることができました。徳沢



今年度実施した事業

到着後、各自昼食を摂り、復路は思い思いのペースでバスターミナルまで戻ってもらいました。
往復約12kmを歩き抜いた皆さん、一日大変お疲れ様でした。
大門地区マレットゴルフ大会
5月29日（水）の午前中に平出マレットゴルフ場で開催し、28名（男性21名・女性7名）が参加しました。

- 男性の部**
- | | |
|-----|------------|
| 優勝 | 清沢 好弘（五番町） |
| 準優勝 | 半田 孝一（四番町） |
| 第3位 | 守田 春夫（五番町） |
| 第4位 | 長村 隆至（七番町） |
| 第5位 | 佐倉 一郎（四番町） |
- 女性の部**
- | | |
|-----|------------|
| 優勝 | 半田みす子（四番町） |
| 準優勝 | 杉浦美代子（六番町） |
| 第3位 | 高谷千苗江（六番町） |
| 第4位 | 小松 諒子（四番町） |
| 第5位 | 相澤 正子（七区） |

前日の雨の影響で中止も予想されましたが、会場の管理や水はけの良さもあり、予定通り開催する事が出来ました。開会式の後、事前に決めたチームに分かれて各ホールからスタート。全27ホールの合計スコアで順位を決定しました。普段からこの会場でプレイをしている方もいれば、初参加の方もいて、各人それぞれに一つでも良いスコアを目指して競技を行いました。
なお、チーム分けについては男女混合で行いましたが、表彰については男女別々で行いました。



「多裂筋を鍛えよう!!」

7月5・12・19日の3回にわたり、健康運動指導士の西山知花さんを講師にお迎えして大門公民館で開催しました。「多裂筋」は「首から背骨全体にかけて存在する「インナーマッスル」。二足歩行をする人間にだけ与えられた特別な筋肉です。しかし年々衰えやすくなる筋肉の一つでもあります。
この筋肉を鍛えることで、体幹強化や美しい姿勢、歩行を指し、イスに座ったり背もたれに手をかけたり、立て膝や腿上げ等を行って、多裂



筋を鍛えました。また、講師から自宅でも出来る簡単な運動のプリントをいただき、早速自宅で試した方も多くいました。
参加者からは「身体の動かし方の指示が適切で分かりやすかった」「家にいても充分出来る事を教えていただいた」等の声をいただきました。今後もこうした健康に関する講座を開催していきますので、皆さんのご参加をお願いします。

令和6年度 大門公民館役員の紹介



七番町 分館長 米窪 秀幸	七番町 分館主事 佐藤 道生	八番町 分館長 百瀬 正弘	八番町 分館主事 奈良井秀紀	七区 分館長 中沢 功	七区 分館主事 中澤 延夫	田川町 分館長 宮川 雅行	田川町 分館主事 伊藤 伸洋
一番町 分館主事 中村 康昭	二番町 分館主事 太田 健治	三番町 分館主事 丸山 勉	四番町 分館主事 堀籠 岳治	五番町 分館主事 海老澤憲治	六番町 分館主事 大日方博明	六番町 分館主事 紅林 良一	六番町 分館主事 山田 幸男
一番町 分館長 浜 幸一郎	二番町 分館長 杉村 諭志	三番町 分館長 青木 謙通	公民館主事 中田 建司	大門公民館長 塩原 健一	四番町 分館長 小松 由人	五番町 分館長 山田 幸男	六番町 分館長 山田 幸男

今後の講座等の予定

- 成人講座**
- ◎スマートフォン活用講座
■期日 10月4日（金）
■時間 11日（金）
■講師 市振興公社
 - ◎女性の活躍する姿から学ぶ
■期日 10月19日（土）
■時間 午後1時30分
■講師 合木こずえさん
 - ◎空き家問題啓発講座
■期日 11月16日（土）
■時間 午前10時～正午
■講師 上條司法書士事務所 上條孝幸さん
 - ◎酒のつまみ作り講座
■期日 1月を予定
 - ◎家庭教育学級
■期日 10月5日（土）
■時間 午前10時～正午
■講師 塚田恵子さん
 - ◎親子星空観察会
■期日 10月12日（土）
■時間 11月9日（土）
■場所 北小野 地球の宝石箱 塩尻星の会の皆さん
 - ◎初心者向け将棋講座
■期日 12月7日（土）
■時間 14日（土）
■講師 午前10時～正午 日本将棋連盟 塩尻支部の皆さん
 - ◎はるやすみ学習ひろば
■期日 3月末に開催予定
 - ◎子ども会育成連絡協議会
■期日 11月30日（土）
■場所 岐阜県高山市
 - ◎社会体験学習
■期日 11月30日（土）
■場所 岐阜県高山市
 - 大門地区文化祭**
■期日 11月9日（土）
■時間 午前9時～午後3時
 - レクリエーション大会**
■期日 1月11日（土）
■時間 午後1時15分～午後3時45分（予定）
 - ワインと音楽の夕べ**
■期日 1月11日（土）
■時間 午後7時～午後8時30分
※レクリエーション大会終了後に開催予定
- ※詳細はその都度、「公民館だより」でお知らせいたします。