

活動スローガン

「宮木公民館活動」を、
“みんなで 明るく、楽しく、元気よく”

館 報

みやき

発行 宮木公民館文化部門
編集 宮木公民館文化部門
印刷 宮木公民館文化部門

一年を顧みて

宮木区長 武井 豊 二一



宮木区長と云う大役をお受けし一年が過ぎようとしています。戸惑いながらもなんとか大過なく任務を果たせるかなと考えております。これも副区長、会計及び職員の方々の支えの上に、宮木区各役員さんのご協力と区民の皆様方のご支援があった賜物であり、深く感謝とお礼を申し上げます。本年も又気象変動の激しい年でした。春先の低温から夏の猛暑、干ばつ、ゲリラ豪雨、秋の度重なる台風発生、温暖化の影響で地球の気象状況が変わってしまったのではと思える程です。特に九月の台風十八号は宮木地区にも被害をもたらしました。諏訪神社周辺及び西山電柵周辺の大きな木の倒木、小河川の氾濫等です。被害状況から西山境ギリギリを竜巻が通ったのではと推測でき、もう少し東にずれていないで良かったと考えると、又当日は敬老の日でした。

た。開催するのをためらいましたが、天候回復情報を得て実施し、なんとか無事終了することが出来ました。本当に良かったです。伊那谷と云う地形と地域の守護神のご加護で、小災害に治まったのではと心より感謝するところです。この一年を振り返ってみますと、ほたる祭り総踊りは今年も公民館の皆さんが中心でやって頂きました。夏祭りは天候にも恵まれ賑やか盛大に実施出来ました。敬老会は前記の通りで、数名の欠席はありましたが無事終了出来ました。町内一周駅伝は選手と公民館の皆さんの努力で今年も準優勝、素晴らしい成績です。文化祭、芸能祭は区内各団体、同好会の皆さんに盛り上げて頂き盛大でした。介護予防事業関係では桜ヶ丘いきいき交流センターおよび東公民館改修が完了しあらたに使用開始となりました。最後に区政及び各行事に協力頂いた多くの皆さんにあらためて感謝申し上げます。来年度も災害の少ない、安心して暮らせる宮木区が継続するよう心から願って一年のまとめと致します。

公民館この一年

宮木分館長 瀧川 立 昭



月日というものは過ぎてしまえば早いもので、もう一年を顧みる時節となつてしまいました。当初は不安もありましたが、伝統ある宮木公民館活動の中で前の役員方の残してくれた資料や材料に助けられ、若い公民館委員達の積極的な協力の下、それなりに公民館活動をやつてこれたことに感謝申し上げます。公民館の委員方には各町内の公民館活動の中心になつて頑張つて頂きました。そうした活動を通して町内の方々との触れ合いや親しみが増し、公民館員同士が互いに知り合えたことは各委員の人生にとつても意味の大きいことだと思います。新年度が始まると先ず取り掛からなければならぬのは「区民親睦球技大会」の準備でした。若い人からお年寄りまで宮木区民全員が楽しめるようにソフト、トリムバレー、マレットの三種目ですが、町内によっては若い人の減少でソフトボールやトリム

バレーはチーム編成が難しいところもあるようでした。宮木の人口動態により球技大会の内容も見直す時期にきているのかもしれない。ほたる祭りでは今年も前年度同様のAKB48のコスチュームに加え仮装部隊も入れて、婦人会や公友会の長持ちも加わつて、区の皆様と一緒になつて楽しめたと思います。ふる里歴史探訪は「月丘の森の構造物」については矢島弘毅先生にお願いし、初めての試みとして「宮木の遺跡」について福島永さんに説明をして頂きました。縄文時代からの宮木の歴史を知り郷土への思いを一層強くする機会となりました。秋の駅伝も皆様の頑張りで三年連続の準優勝に輝きました。来年度こそ、より一層の宮木の皆様のご協力を得て優勝したいものです。文化祭には数多くの作品や出し物があり、芸能祭では3B体操の初出演があり大いに盛り上がりました。年末のしめ飾りは今年から小松千明さんに講師をお願いしましたが、例年通り大勢の皆様にご参加頂きました。こうして一年が過ぎ本宮木の皆様のお蔭で行事を無事終了することが出来ました。厚く御礼申し上げます。

しめ飾り講習会

12月22日(日)

しめ飾り講習会

文化部長 細井 信子

十二月二十二日に、年末恒例のしめ飾りの講習会が開催されました。

十五日に公民館役員が藁すきをして準備した藁で、本年度より講師をお願いしました元町の小松千明さんのご指導のもと、各々の趣のある、しめ縄が出来上がっていました。

公民館分室の狭い中でしたが、お若い夫婦から、毎年ご参加下さっているらしきご年配の方々まで、約四十名程のご参加を頂きました。中々思うようにいかない藁と格闘しながら、「縄を縛う」という普段では中々体験できない作業をして、完成したしめ飾りをお正月に我が家の玄関に飾るべく、皆さん頑張っていたようにお見受けしました。

ご指導下さった小松講師、そして寒いなか準備に参加して下さった公民館役員の皆様、誠に有難うございました。



平成25年度 宮木公民館同好会のご紹介

同好会名	会員	活動日	同好会名	会員	活動日
辰野朗吟会辰野教場	9	毎月水曜3回/毎月火曜4回	ヨガ同好会	15	毎週火曜日/19:00~20:30
茶道同好会	10	毎月第一・第三木曜日 13:00~16:00	宮木マレットゴルフ	63	4月~10月迄、全8回の競技実施
レザークラフト	10	毎月第一・第三/木曜19:00~21:30・金曜13:00~16:00	ゲートボール同好会	17	4月~11月迄、毎月火曜・金曜(冬季は休み)
写真同好会	16	例会:年6回/展示会/撮影旅行(春・秋)	宮木ゴルフ同好会	85	ゴルフコンペ開催・5/19・10/3
宮木大正琴の会	12	毎月 第一・第三火曜日 (発表会の月は3~4回)	ジョギング研究会	36	月1回諏訪湖1周定期ランニング/火曜・木曜たつの海ジョギング
区誌を読む会	11	3月~11月迄の毎月第二・第四月曜日19:30~21:00	はつらつ3B体操	11	毎月2回、第二・四金曜日 9:30~11:30
和紙ちぎり絵の会	5	毎月1回 水曜日(変更あり)	サッカー・フットサル同好会	14	月1回荒神山・ほたるドーム練習/ながたドーム等の大会参加
煎茶同好会	7	毎月2回、第一・第三火曜日			
そば打ち同好会	33	毎月第二土曜日			
書道同好会	6	毎月第一・第三月曜日 13:30~15:30			
喜楽倶楽部	15	毎月最終水曜日			
健康マージャン同好会	26	毎月2回、第一・第三月曜日			
宮木公友会	16	長持ち練習			

ご参加募集中です☆

平成25年度 同好会の1年

各同好会の代表の方に、今年1年の活動や思い出などを自由に書いていただきました。

辰野朗吟会宮木教場

年々役員の方々のアイデアで舞台に立つ方、見学する方（椅子）と一体となって楽しくよここびの笑顔でした。

私たちは日ごろ大きな声で吟声を響かせています。桑澤イト子先生の指導で毎月3回水曜日宮木教場にて行っています。声がかかれば施設なども活動しています。又昇段審査もあり皆一生懸命練習に励んでいます。皆さんも一緒に声を出してみませんか。お待ちしております。

茶道同好会

毎月第1・第3の木曜日午後1時～4時頃まで、岩波先生のご指導のもとお稽古しています。

心をこめた動作とおもてなしの心で文化祭には大勢の方にお茶を味わっていただきました。足の痛い方でも立席式でございます。お仲間に入りませんか。



レザークラフト

先生のご好意により、昼の部を設けることができました。夜はどうしても出にくいという会員もあり、とても良かったです。会員それぞれ工夫をして、余り皮等を利用した小物には、興味のある作品がたくさんありました。昼、夜どちらでも良いのでぜひのぞいてみて下さい。お待ちしております。

写真同好会

例会を公民館で年六回、展示会をアル信、郵便局、JA辰野支所、辰野病院、かたくりの里、文化祭では大判の写真展示とし、来館された皆さまに大変好評でした。

春の撮影旅行には小谷村の鎌池・隠居池・水芭蕉の群生地など、まだ残雪の有るブナ林など幻想的な撮影会が出来ました。

秋の撮影旅行は新潟県十日町市の有名な棚田の撮影と、紅葉の木々の撮影が出来ました。特に黎明の棚田に真っ赤に染まった雲が映し出された光景は、この世の世界とは思えない情景でした。

現在16名の会員で楽しい例会を実施しておりますが、どなたでもいつでも仲間を募集いたしておりますので、お気軽にお声掛けお待ちしております。

ヨーガ同好会

腹式呼吸法を使って無理なく活動しています。

体を動かす事により疲れが取れリラックス出来ます。

いつ迄も元気で健康を維持出来ればと毎週火曜日午後7時から1時間30分行っています。参加してみませんか。

宮木大正琴の会

大正琴同好会の伝統ある教室に入れていただき、年齢は違っても音楽を通して楽しく仲良く練習に励んでいます。音色の美しい大正琴を弾いてみませんか？新しいメンバー大歓迎です。年齢を増すごとに身体の機能もだんだん衰えて来ます。

琴をやっていると指先を使い記憶力の衰えも防ぎ、練習して演奏出来た時の喜びを味わってみませんか？

宮木マレットゴルフ同好会

春の雪解けが遅れ、開幕が危ぶまれたが何とか間に合い一息ついで初打ちとなりました。今年度は4月から10月まで全8回の競技を総会員数63名でスタート。会員の皆さんはそれぞれのスタイルで各ホールを攻め、和気藹々とした雰囲気の中にも真剣にボールを追い続け、上位入賞を目指していました。シーズン中では9月の例会と10月末の納会が雨天のため中止になってしまったのが残念でした。一時期より参加人員が減って来ている事に寂しい気がしています。健康と友達づくりにマレットゴルフを楽しんで見ては如何でしょうか。



区誌を読む会

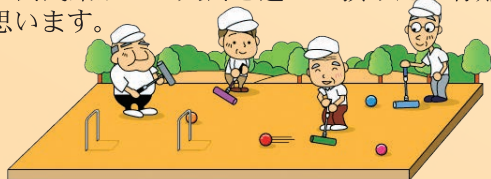
宮木区誌は昭和43年から10有余年の歳月をかけて多くの方々により調査・編纂され、昭和62年に発行された宮木の歴史書です。主に江戸時代から昭和までの出来事や産業・経済、交通・通信、災害、学芸、宗教、村の生活等の幅広く興味深い内容が書かれています。

区誌を読んで宮木の歴史や昔の人々の生活を知ることにより、私たちのルーツを発見してみませんか。

宮木ゲートボール同好会

同好者の高齢化が進んで会員が減少しています。高齢者には最適のスポーツだと思ひまして、入会をする様努力はしていますが、思う様に参りません。

区公民館からも入会を進めて頂けたら有難いと思ひます。



和紙ちぎり絵の会

ちぎり絵は、色和紙を絵の具の替わりに使い絵を描いていきます。和紙をちぎるだけでなく、絵の内容によってはハサミやカッターナイフ等も使うこともあります。細かい仕事ですが、仕上がっていく工程に「ワクワク」「ドキドキ」です。

発表の場は、宮木文化祭、町芸術文化祭ちぎり絵展、町全体の同好会「彩の会」にも加入し、伊那の「かんてんパパホール」の展示にも参加しました。

煎茶同好会

お煎茶の会では長田先生の御指導を頂き、大福茶、番茶、煎茶、玉露、夏の水煎等、季節感漂うおいしいお茶を楽しみながらお稽古しております。4月の国際交流協会主催のお花見会ではお茶の接待で大変好評でした。

今年は売茶翁（煎茶の祖）没後250年記念協賛茶会、第58回七夕茶会が7月1日静岡の浮月楼で行なわれ参加、厳粛な献茶式の後、呈茶、玉露、水煎、番茶等、又各々の趣向席でお茶とお菓子を堪能し、心和ませていただきました。皆さん御入会お待ちしております。

蕎麦打ち同好会

蕎麦打ち同好会は33名の会員で、毎月第2土曜日に集まり、蕎麦を打ち、食べ楽しんで会員の親睦を深めております。

文化祭に蕎麦打ち同好会として区民の皆様にも、新蕎麦を打ち提供、非常に好評でした。



書道同好会

1月20日に1人入会され現在5名の会員になりました。滝川恵水先生のご指導をいただき「楽しみながら学ぶ」を基にして家族的雰囲気活動しております。学習会は月2回で目標は宮木区文化祭と時々宮木郵便局にも展示していただき多くの方々に見ていただくことです。また、作品の裏打ちも素人ですが自分たちで実施しております。私事ですが入会して7年、上達の素質は縁遠い感ありますが、入会時の夢を捨てず頑張っています。字を書くことも脳や健康にも良いそうです。古典書道ですが、堅苦しく考えずお気軽にいかがですか。



喜楽倶楽部

喜び楽しくみんなで楽器をと発足した喜楽倶楽部ですが、現在の活動は毎月の最終水曜日に東町にあるOREADにて歌声喫茶の運営が主になっています。おかげさまで毎回15~20名の皆さんと2時間余りを楽しく過ごしています。童謡、唱歌から流行歌までレパートリー多岐に、保育園児から大人までワイワイと大きな声で歌を楽しんでいます。是非一度足を運んでみませんか？（美味しいコーヒー、紅茶とおしゃべり付きです）

宮木ゴルフ同好会

現在、会員数は85名で「ゴルフを通じて会員相互の親睦を図ることを目的」として、第11回コンペを5月に39名参加、第12回コンペを10月に28名参加のもと開催しました。

今年から「宮木体育協議会」様の協賛で開催することができ、コンペ賞品も盛り沢山となり、表彰式と懇親会も楽しみな同好会です。

ゴルフの好きな方、入会をお待ちしております。

健康マージャン同好会

今迄、マージャンになじみのなかった女性の積極的な参加等で例会は常に和気あいあい、頭を働かせ、指先を動かすことで老化防止に役立つと好評です。

更に励みと楽しみを増すため3ヵ月毎に大会を行い成績表彰をしています。

ジョギング研究会

毎月1回のすわ湖ランニング（釜口水門駐車場集合：夏季AM7時、冬季AM11時ころスタート。2時間ほど）と、毎週2回（火曜日、木曜日PM6時半ころから1時間ほど）たつの海ジョギング&ウォーキング。公民館にてストレッチ&ピタティスなどの体幹トレーニングも開催。町内一周駅伝の練習サポートおよび選手として選出参加を目標に、また、すわ湖マラソン、王城塩嶺パークマラソンなど各地の大会にも積極参加！町内駅伝銀メダルメンバー、すわ湖マラソン部門別チャンピオン、県縦断駅伝OBも在籍。いっしょにジョギングライフスタート！

はつらつ3B体操

3B体操は、ボール、ベル、ベルダーを運動の助けとして使用しながら、全ての動きを音楽に合わせて行う健康体操です。月2回星野先生の御指導のもと、笑いあり、おしゃべりありと、皆で楽しく身心のリフレッシュを図っております。今年は初めて芸能祭にも参加することができました。みなさんも一緒に楽しく身体を動かしてみませんか。

宮木公友会

この一年間を振り返って見て、少し活動が低迷してしまった事が残念でしたが、お祭りで町内を練っていたときに、長持ちの音色を聞き、外に出てきてくれた事に、今まで練習してきてよかったと、思いました。

また諏訪神社の例大祭での、御神輿を担がせていただいた事は、いい経験になりました。できれば今後も担がせていただければ幸いです。

最後に親子体験教室に参加させていただき、子供たちが伝統の所作に触れたことに感謝しています。子供の力強い表情を見てみると頼もしい限りです。長持ちを今後も続けていければ嬉しい限りです。

サッカー・フットサル同好会

2013年に始動しました宮木サッカー・フットサル同好会『ルッテュラ』です。フットボールを通じて宮木区のフットボールの拠点になるべく、辰中サッカー部OBなども含め26名で活動しております。昨年度は長田ドームの24時間大会に参加し、1勝3敗1分の戦績です。月1回の練習（陸上競技場・ホタルドーム）では、ラダー・ポール等を使ったステップワーク、体さばき、体幹：体感力アップなど基礎運動能力の向上もめざします。各地の大会に参加し、勝率アップ(昨年度は20%)を目標に活動しています。皆様のご参加をお待ちしております。

平成25年度 宮木公民館 の1年

区民の皆様の御協力ありがとうございました。

区民球技大会 6月2日(日)



ほたる祭り 6月22日(土)



ふるさと歴史探訪 7月21日(日)



ふるさと夏祭り 8月14日(水)



敬 老 会

9月16日(月)



秋祭り・親子体験教室 10月6日(日)



町内一周駅伝 10月20日(日)



文化祭 10月26日(土)・27日(日)



芸 能 祭

11月10日(日)



宮木区ホームページ

宮木区の行事予定表や行事の写真
過去の館報等掲載しております。
是非ご覧になってみてください。

<http://miyaki.sakura.ne.jp/>

編 集 後 記

2013年12月22日に開催されましたしめ飾り作り講習会をもちまして、本年度の行事もほぼ終了となりました。一年間、区民の皆様のご参加と、公民館役員の協力を賜り、無事に盛大に終われますことを深くお礼申し上げます。この館報119号にて様々な年間行事を振り返って頂き、また同好会の皆様の活動も知って頂き、来年度もまた公民館活動が活発に行われ、区民交流の場となりますように、ご祈念申し上げます。

一年間、有難うございました。

宮木の人口

(平成26年2月1日現在)

人口 4,011

男 1,972

女 2,039

世帯 1,508