

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 区
編集 宮 木
印刷 宮木公民館文化部
辰 野 プ リ ン ト

一年を顧みて



宮木区区長
小松良文

平成最後の年度に宮木区長という大役を仰せつかり、戸惑いながらもなんとか大過なく事業計画に沿った任務を終える事が出来そうです。これも、赤羽副区長さん、垣内会計さん始め職員の皆さんに支えられ、各役員の皆様方のご協力と区民の皆様方のご支援を頂いた賜物と厚く御礼申し上げます。

今年も、台風や豪雨等の異常気象や地震により各地で甚大な被害が発生しましたが、幸いにも宮木区に於いては大きな災害も無く、どちらかと言えば平穏無事に過ごす事が出来ました事が何よりも安堵しておる所です。

この1年間は、今振り返ればあっという間に感じます、特に公民館の役員の皆様には大変ご協力を頂き感謝しております。区民球技大会はマレットゴルフの会場が、荒神山に変わり参加者を心配するものの例年と遜色なく、ほたる祭りは、踊りの練習に多くの皆様が参加して頂きましたが、当日は雨模様で、参加者の体調を考慮し参加を中止したのは誠に残念でした。ふるさと夏祭りは、空模様を心配し、今年は体育館をメインの会場にして実施しましたが、多くの方の参加を頂き大盛況に行われ、町内一周駅伝には他の区ではチーム数が減少する中、宮木区から3チームが参加し、練習の成果が発揮され10区間の内6区間を宮木楡沢チームが区間賞を取り、2連勝を飾りいよいよ宮木の黄金時代になった感があります。敬老会は、昨年同様町内ごとに実施され、多くの参加を頂きました。

また文化祭につきましては、区の同好会を始め、区民から多くの作品が出演され好評でした。芸能祭は当日他の行事が重なったのか、来場者が少なく実施日等の検討が必要になって来るのではと感じました。良かったのは辰高生の参加チームが増え、地域と辰高の交流は今後も続ける大切さを感じました。

日常の業務の中で、区民の皆様が不都合にならない様、各町内から申請された緊急工事等には少しでも早くを念頭に町にお願いしました、町の対応も良くなりかなりの改善を見ましたが、全体的に老朽化が進んでいる中での大変さをも通感致しました。

また、町内より転出されたり、高齢化等により町内選出の役員の成り手不足から、大変ご苦労を頂いている町内もあり、今後の宮木区区政のあり方も危惧され、再検討が必要になってくる時期も間近な感がありました。

様々な事案の1年でしたが、最後に区政及び各行事にご協力頂きました多くの皆様に改めて感謝申し上げますと共に、来年度も災害のない、安全、安心な宮木区であります様ご祈念申し上げ、1年のまとめと致します。

公民館活動この一年



宮木公民館分館長
宮澤貞雄

公民館長を仰せつかり早いもので1年が過ぎようとしています。この間、予定していました公民館活動は計画通りに実施できました。公民館活動に対し賜った区役員、各団体の皆様のご協力に感謝申し上げます。又参加頂きました区民の皆様にも重ねて御礼申し上げます。

6月初旬に「区民球技大会」が行われました。天候に恵まれマレットゴルフ、トリムバレー、ソフトボールの各競技を行いました。マレットゴルフは会場が宮木公園から荒神山マレットゴルフ場に変更になり参加チームの減少を心配しましたが、各町内のご協力で例年通りのチーム数となり、各競技や応援に多くの皆様が参加頂き、楽しく体を動かし親睦を図ることが出来ました。

ほたる祭りの「たつのピッカリ踊り」は事前練習は多くの方々と十分行いましたが、本番日の出発直前に強い雨に見舞われ参加される方々の意見を聞き健康第一に考えて不参加を余儀なくされました。

7月の「ふるさと歴史探訪」は、講師に三浦孝美氏を迎え「宮木楡沢川流域コースの歴史探報」と題して約2時間、要害（ようげ）から→楡沢川の流れ→旧蚕玉（こだま）様の原（現在の墓地公園頂上）→長久寺見学を行いました。長久寺では給茶接待を頂き大変お世話になりました。先人の偉大さを知ることも出来、参加頂いた多くの皆様と有意義な歴史探訪を無事開催できました。

8月の「ふるさと夏祭り」は模擬店に綿飴、ヨーヨー、スーパーボール、かき氷、駄菓子を楽しんで貰える様精一杯の準備を致しましたが、人気のコーナーでは待たせてしまう場面もありました。子供達の元気な声と笑顔で帰宅されるのを見ることができ達成感を持ってました。

9月から練習開始した駅伝は、宮田・片桐正副キャプテンの下、3チーム出場と昨年タイムを1秒短縮練習をチーム宮木が一体となって努力をして来ました。結果、10月の本大会で楡沢チームが2位との差を5分以上付け、昨年タイムを27秒短縮の二連覇を達成できました。5位入賞した月丘チームは、昨年タイムを3分以上短縮し大健闘でした。輝かしい成果とチームワークを応援に来て頂いた区民の皆さんと、絆と走力あるチーム宮木を共有できました。

「区民文化祭」では同好会、子供、区民の皆さんの作品を沢山展示し、新そば、抹茶、豚汁、お餅の提供を多くの方々に楽しんで頂きました。

「芸能祭」では、同好会の皆さんと、宮木木遣り保存会、辰野太鼓龍翔会、辰野高校合唱・ダンス・吹奏楽部が出演頂き、華を添えてくれました。観客が少ないのが残念でした。

12月の「しめ飾り講習会」では、本当に多くの方々に参加頂き手づくり飾りで良い正月を迎えたことと思います。

1年間を通じて感じたことは、継承する会員数が減少し退会を余儀なくする同好会も出始めました。高齢化により会員減は仕方ありません。それ以上に若い方の会員が極めて少ないと思います。同好会の皆さんはレベルの高い技術を研鑽、楽しんでいますよ。若い皆さん是非宮木区のホームページを開き公民館報掲載の同好会活動状況を知って頂き自分に合った同好会を見つけて入会して下さい。1年間活動を支えて頂きました公民館部員の方々に感謝申し上げます。有難うございました。

宮 木 芸 能 祭

11月11日(日)

会計補佐 国吉ちづか

11月11日(日) 宮木公民館大広間にて芸能祭が開催されました。

暖かな秋晴れの中、執り行う事が出来ました。今年度は、8つの団体による演目が披露されました。

大正琴から始まり、木遣り、手話ダンス、和太鼓、歌唱、辰野高校の生徒さんによる合唱、ダンス、吹奏楽と幅広い分野にわたる演目で会場は大いに盛り上がりしました。

演目はさまざまですが、今年度は、4団体で『ふるさと』の曲目を使つての演出があり、偶然とはいえ参加された高校生からご年配の皆様への心遣いに、心が暖まりました。同じ舞台で過ごし、日頃から続けてこられた成果を遺憾なく発揮出来たかと思います。

芸能祭の開催にあたり、ご協力いただきました各団体の皆様、お越しいただきました御来賓、区民の皆様方、当日準備等に努めていただいた部員の皆様、心より御礼申し上げます。



しめ飾り講習会

12月16日(日)

副分館長 有賀明則

各ご家庭が新年を迎える諸準備を始める頃、12月16日の日曜日に今年も「しめ飾り講習会」が行われ、昨年同様元町、小松千明氏を講師に自作のしめ飾り作りに挑戦、子供連れ、ご夫婦、お仲間での参加など様々に、会場が満杯になる程、多くの方の参加を頂きました。初めての方、毎年ご参加の方々等、初心者からベテランの方まで小松先生のアドバイスを受けながら一生懸命取り組みました。小松先生曰く、「出来栄えが良くも悪くも、自分で心を込め精いっぱい頑張って作ったしめ飾りで新年を迎えることがなにより」その言葉を心に、皆様明るい笑顔で自信作を持ち帰ることができました。来年もまた頑張ろう。そんな言葉が行き交う会場となりました。



平成30年度 同好会この1年

★岳風会 宮木教場

代表 矢島寛子

宮木区、公民館で詩吟を学んでいます。

今、短歌、俳句がブームで、新聞等に多数掲載されています、1昨年は一茶の句が載っていましたが自作の句を詩吟で声に出して吟じてみませんか。

※31年度より岳風会は、同好会を退会することになりました。

★レザークラフト

代表 吉江幸江

レザークラフトの同好会にて、月に2回の活動をしています。皮革の裁断、彫刻、染色、仕立て等の工程が終了すると、世界にひとつだけの作品が完成します。

製作中の指の動きと知恵袋のおしゃべりは脳の活性となり、笑顔いっぱいの同好会です。



★宮木写真同好会 代表 垣内 豊秋

宮木写真同好会は、偶数月の第1土曜日に公民館にてミーティングを行い、会員の皆さんが撮影した作品を持ち寄り全員でそれぞれの作品をテーマに勉強会を行なっています。その他年2回の遠征撮影会を実施1回は泊りで行っています。

とても楽しい同好会です。少しでも写真に興味のある方は気軽にお声をかけて下さい、入会をお待ちしています。



★ヨーガ同好会 代表 武井 美智子

ヨガマットがなくてもバスタオル一枚あれば、気軽にだれでもできます。健康維持や情報交換の場として楽しく交流をはかっています。平成30年度は新規に5名の入会もあり、無理のない参加で楽しんでいます。

★大正琴の会 代表 有賀 王子

宮木区芸能祭での発表を目標にソプラノ、アルト、テナー、ベースと音色の異なる琴で、合奏曲を中心に選曲し練習しました。今は発表する機会も少なくなったので、ゆったり楽しんで練習できました。発表会が終わると食事会をしながら、次年度の曲選びをしました。優しい仲間に恵まれ年齢も忘れ楽しんでいます。みなさん一緒に大正琴を楽しみませんか。入会をお待ちしています。



★区誌を読む会 代表 原 尚

「宮木区誌」はページ数が740ページに及び、その内容は主に江戸時代から昭和16年までの歴史が綴られており、明治100年記念事業として発刊されました。会は3月～12月までで毎月第2、第4月曜日に読み合わせを行っています。自分の居住している所の故を知りその事から未来を切り開いていきたいものです。多勢の皆様方のご参加を希望しているところです。



★ちぎり絵 代表 今福 富美子

自ら撮った写真、知人から提供頂いた写真を題材にし、日本古来の和紙を生かした絵画、ちぎることによりやわらかく、やさしく、時には激しく表現ができます。観た方は日本画(?)、洋画(?)、ともいいます。題材も風景から人物、小動物、草花へと挑戦もしております。少人数ですが発表の場があることで、お互いに励まし合いながら楽しく活動してきました。



★お茶同好会 代表 唐澤 照子

煎茶同好会は今年度よりお茶同好会に改め煎茶と共に抹茶も稽古してまいりました。文化祭には抹茶で接待し、大勢の方々に来て頂き大変喜ばれました。辰野パークホテルの春祭りでは番茶を大勢の方々に味わって頂きました。国際交流会主催のさくら祭りでは抹茶の接待で大変好評でした。



★そば打ち同好会 代表 矢崎 秀昭

本年度のそば打ち同好会では、メンバーの家族とおそばを楽しむ機会が多く、子供達も打ち立て、茹で立ての美味しいおそばを喜んで食べていました。毎月第2土曜日の例会にて、ベテラン会員からそば打ちのポイントを学び、自分達で打った美味しいおそばに会話が弾みます。女性も多いので、女性にそばを打っていただく日も設けていましたので、全員参加で楽しむことが出来ました。



★書道同好会

代表 茂 木 昇

おかげさまで、今年度会員が1名増えて9名になりました。瀧川恵水先生に御指導いただき、楽しく学んでおります。

秋の文化祭への展示発表と年始1カ月間、宮木郵便局での作品の展示をさせていただいております。年賀状の宛名は筆で書きたい。今年は一歩前進で頑張ろう。



★喜楽倶楽部

代表 長 島 功

「宮木の歌声」そんなテーマでこの1年活動を多くの人の手を借りて進めてきました。伊那富橋から4軒目オーリアッドを主会場として年12回、会場は誰でも来て頂ければと考え、童謡、歌唱を中心に選曲して、歌声喫茶として休けいにはコーヒー、紅茶など・・・思うように人が集まらない時もありましたが1年を終えることができました。地域に根ざした活動ができたかと考えています。気軽に立ち寄って下さい。月の終わりの水曜日、夜7時からです。ご来場をお待ちしています。



★健康麻雀同好会

代表 小 松 俊 夫

今年は新入会員が近年では久しぶりに入り、それも3名で全員女性でした。結果9名の女性陣となり会員の4割を超えて華やかになりました。まったく初心者の方も入って頂きましたが仲間の指導もあり、数ヶ月でゲームが出来るようになり会全体も和気あいあいなムードの中、毎回楽しんでおります。常に大勢の参加で楽しい一時の一年間でもありました。麻雀というゲームは奥が深く、精通している人が必ず勝つという事もなく、配られた牌に左右されたり、4人で戦う為に常にハプニング的現象が起こりハラハラ、ドキドキの連続で1年が過ぎました。

★ゴルフ同好会

代表 脇 坂 和 芳

私たちは、ゴルフを通じ区民同士の融和と、健康維持にと、年2回好プレイ、珍プレイなど出しながら、楽しんでいきます。会員数78名ですが、入会希望者大歓迎です。

★はつらつ3B体操

代表 寺 嶋 英 子

はつらつ3B体操は、月2回星野先生の指導で心身ともに健全な日常生活が過ごせるよう年齢に関係なくできる体操です。音楽に合わせて踊り、脳トレで笑い楽しく過ごしています。皆さんも一緒に楽しみませんか。

★宮木公友会(長持ち)

代表 大 坪 智

昨年も一年間宮木区民のみな様には、行事も含め大変お世話になりました。公友会としましては、地域活性化と、伝統、文化の継承の為活動してまいりました。見せ場の一つでもあるほたる祭りの町民総踊りには雨天の為残念ながら参加できませんでしたが、夏祭り、秋祭りには長持ちを披露する事が出来、次世代を担う子供達の前で、毎年の事ながら見てもらえたのは大変意味のある事だと思いました。会員も常時募集中ですので、気軽にお声かけして頂ければと思います。本年度も引き続き活動して参りますので、よろしくお願い致します。



★ジョギング研究会

代表 井 上 武 明

従前、距離を走ること重点をおいて活動してきたが、今年度は、ポイント練習を活動に組み入れて3km+3 km+1 km走などのレペティション練習、1 km×5本のインターバル走、坂道ダッシュ等を実施しました。またジム レーヤー氏の「メンタル タフネス理論」取り入れ、IPS状態でのランニング、大会前後でのメンタルの視覚化(グラフ化) ビジュアルライレーション(イメージトレーニング)を行うことで、年間の大会において、自己ベストの更新などの結果につながりました。フィジカルとメンタルの、のびしろをひろげる道筋の糸口に立てた1年でした。



★球技研究会ルッチョラ

代表 井 上 武 明

日々球技を研究している球技研究会ルッチョラです。今年はランニング練習を通じて足腰の強さを図るとともに、あたりにジム・レーヤー氏の著書「メンタル・タフネス フォー スポーツ」などの文献を参考に、こころの強さも追い求めました。氏の研究理論によると①IPSという心理状態にあること②そのためのイメージトレーニングの実施③心理状態のチェックと視覚化などを実験的に実施。心理状態を視覚化したグラフの年間での変化(好転)などこころと体の強さを球技を通じて成長させるという活動の出発点となる1年でした。



公 民 館 活 動 こ の 一 年



部員総会



親睦会



6月 区民球技大会



6月 ほたる祭り町民総踊りの練習



8月 夏祭り



7月 ふるさと歴史探訪



10月 諏訪神社秋祭り



9月 駅伝練習



9月 駅伝練習



10月 駅伝出陣式

宮木区ホームページ

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

区内の行事予定や公民館の行事、館報のバックナンバー等も掲載しています。QRコードからも是非!



編 集 後 記

公民館部員として参加した宮木区公民館行事を終えるにあたり、多くの区民の皆様方に承りました貴重なご意見、お手伝い等いただきましたこと感謝申し上げます。お忙しい中を、参加して盛り上げていただいた皆様によって行われた行事はどれも楽しいものばかりでした。

これからも出来ることは限られるのですが、より多くの区民の皆様に参加頂けるように、公民館部員一同励んでいきますので、どうかよろしくお願いいたします。

宮木の人口

(平成31年2月1日現在)

人口 3,847人

男 1,873人

女 1,974人

世帯 1,531戸