

令和5年9月1日

第136号



朝陽地区別世帯数

南屋島	362世帯	石渡	1,100世帯
北屋島	185世帯	南堀	1,206世帯
北長池	1,075世帯	北堀	1,153世帯
北尾張部	1,069世帯	桜新町	348世帯

合計 6,498 世帯  
15,023 人

(令和5年8月1日現在)

☎ 243-7251

発行所 長野市立朝陽公民館

発行人 高野 豊

印刷所 富士印刷株式会社

朝陽公民館講座の様子 4～8月



6/14 認知症を学ぶ

認知症ケアの第一人者矢彦沢裕之先生から、認知症の大部分を占めるアルツハイマー病を中心に、中核症状、周辺症状とその対処法をお聞きしました。予防には、赤ワインと緑茶がいいそうです。(参加者32名)



5/30 初夏のノルディックウォーキング

清水元雄講師の下、準備運動・ポールの使い方、歩き方の講習の後、スパイラルのコースを中心に歩きました。天候に恵まれ、絶好のノルディックウォーキング日和で、昼食後は山のフキも取れました。(参加者13名)

市民講座  
あさひ大学



8/8 たっぴり落語

快楽亭狂志師匠による古典落語「真田小僧」「ちりとてちん」の2点、たっぴりとお聞かせいただきました。小学校の教師時代の子どもとのやりとりなど、まぐらの部分でも笑わせていただき、話芸の素晴らしさを感じました。(参加者33名)



7/25 写真で見る戦後の長野市

長野市公文書館専門主事の竹内久隆さんの解説で、公文書館で保存されている明治時代からの写真で長野市の変遷を見せていただきました。(参加者16名)



朝陽地区住民自治協議会の後援をいただき、今年は32名の受講者で始めました。6月8日には、大豆の種蒔きと、前年に植えた玉ねぎの収穫をしました。

地域連携事業  
大豆作り



子育て支援講座  
コロナ禍のため申込み制で行っていましたが、4月から以前のように申込不要で開催しています。原山克江先生の明るく心地よい歌声に合わせ、「わらべうた」で親子のスキンシップがはかれます。自然に笑顔になれる時間です。毎月1回・火曜日10時〜開催。詳しくは公民館又はホームページでご確認ください。

子育て支援講座  
わらべうたで遊ぼう



成人学校でもおなじみの篠原舞先生に、小学校での英語を楽しく学べるように、夏の季節に合った「シャベット作り」の体験を通して「英語で聞き・理解し・表現すること」を教えてくださいました。(参加者・親8名、子15名)

次世代育成支援事業  
寺子屋あさひ



8/2 広島・長崎の原爆体験者手記朗読会

朗読者：おりづるの会上松則子さん、吉田とし子さん、碓井智以子さん、井上恵美子さん、佐藤雅子さん、八八演奏：北澤良展さん、広島と長崎の原爆被害を次世代へ語り継ぐ朗読会を行いました。参加者の方々は静かに耳を傾けながら、原爆投下によって当時の被災した方々の思いを感じていました。会場では、写真パネルの展示も行い、当時の様子を知る機会となりました。また、手作りの紙芝居による長野大空襲のお話もあり、参加者の方から「胸が熱くなった」「素晴らしい」といった感想をいただきました。(参加者20名)

朗読による祈り  
はばたいて告げよう  
ヒロシマ・ナガサキ

### 朝陽公民館運営審議会開催

6月28日(水)に公民館運営審議会が開催され、諮問事項その他について活発なご意見をいただきました。詳細は、朝陽公民館のホームページをご覧ください。(審議会委員の任期は令和6年5月31日まで)

#### ●朝陽公民館運営審議会委員(敬称略)

- 古川 晴雄 (朝陽地区社会福祉協議会会長)
- 萩原高二郎 (前朝陽地区住民自治協議会会長)
- 大澤 歩美 (公民館利用者代表)
- 小林 正宣 (朝陽小学校校長)
- 杉本 詔守 (青少年育成朝陽地区協議会会長)
- 須田 房子 (赤十字奉仕団朝陽分団副委員長)
- 森山 照子 (朝陽地区更生保護女性会会長)
- 山門 茂子 (前朝陽地区民生児童委員協議会)
- 山崎 栄二 (前朝陽地区住民自治協議会公民館部会長)
- 会長 ○職務代理 (所属団体・役職)

### フレイル予防事業

#### ●あさイチ健康体操

4月から第2、3、4水曜日に開催しています。週替わりで様々な体操や脳トレに挑戦します。事前申込み不要ですので、いつからでも気軽に参加ください。

日時：毎月第2、3、4水曜日 9時～9時30分  
場所：朝陽公民館体育館  
内容：朝陽音頭健康体操 ラジオ体操第1、2 簡単な脳トレなど

### なぞなぞ&クイズに挑戦!!

- ①増えることはあっても、減ることはないものは何でしょう?
- ②世界の真ん中にある虫は何でしょう?
- ③本州最南端の県はどこでしょう?

答えは「わたげ」の最後にあります。



### 第19回長野市甚句・音頭交流会

安茂里公民館を会場に朝陽音頭保存会を含めて、12団体が参加しました。朝陽公民館と保存会が協力して4月15日・5月13日・6月3日・6月10日と講習会を開き、今までの踊り手8名に新しい踊り手7名を加えて総勢15名で踊りました。



### 朝陽地区住民自治協議会との共催事業

#### ●朝陽地区敬老会

9月9日(土)に開催予定です。祝宴の部はありませんが、藤雲斎龍和さんのマジックと杉山由一さんのフルート等をお楽しみください。

#### ●朝陽地区親善球技大会

10月29日(日)に開催の予定で準備を進めています。種目は、野球・9人制ソフトバレーボール・グラウンドゴルフ・ペタンク・ドッジボールを計画しています。

#### ●史跡巡り

11月18日(土)に小布施町・高山村方面で計画しています。

### 成人学校 後期受講のお知らせ

令和5年度の成人学校は、4講座を開講しています。前期は各講座とも定員を満了していますので、後期は定員に満たない場合に募集をします。詳しくは、公民館又はホームページで確認ください。

### 秋からの各種講座予定

#### ○あさひ大学

●「教養講座 心穏やかに生きる」  
日時：9月5日(火) 9時30分～11時30分  
講師：善立寺住職 長原 真一

●「現地学習 秋のノルディックウォーキング」  
～紅葉の小玉古道を歩く～  
日時：10月31日(火) 9時集合～15時帰館予定  
講師：信州ノルディックウォーキング協会  
会長 清水 元雄

●「現地学習 中条地区を学ぶ」  
～木造聖観音菩薩立像・宮遺跡他～  
日時：11月7日(火) 9時集合～15時帰館予定  
講師：前中条交流センター所長 岩下 彰

●「音楽観賞 フルート クリスマスコンサート」  
日時：12月5日(火) 13時30分～15時30分  
講師：上田女子短期大学非常勤講師 杉山 由一

●「文学講座 島崎藤村 詩人から小説家への道」  
日時：令和6年1月16日(火)  
9時30分～11時30分  
講師：日本文学研究者 堀井 正子

※あさひ大学の会場は、朝陽公民館分室集会室(朝陽支所2階)です。

※現地学習は朝陽公民館本館前に集合です。

○秋のコンサート  
日時：10月3日(火) 10時～11時30分  
出演者：Oto Project

外山 賀野(チェロ)  
山中 和子(ピアノ)

○子育て支援講座あさひっ子教室  
日時：10月19日(木) 10時～12時  
会場：朝陽公民館分室集会室(朝陽支所2階)

●「秋の交通安全教室」  
日時：11月22日(水) 10時～12時  
会場：朝陽公民館本館2階和室

※いずれも申込み必要。詳しくは朝陽地区内回覧のチラシ、朝陽公民館ホームページをご覧ください。

### 令和5年度 朝陽地区 二十歳の成人式のご案内

1 日時 令和6年1月6日(土)  
午前9時30分から

2 場所 長野市東部文化ホール  
(長野市小島804-15)

3 対象者 平成15年4月2日～平成16年4月1日に生まれた方で、家族又は本人が朝陽地区に在住の方。

①対象者で、長野市朝陽地区に住民登録されている方には、11月中旬に案内状をお送りいたします。

②対象者でも、長野市朝陽地区に住民登録されていない方には案内状は届きません。

※②に該当する方でご出席を希望される場合には、11月以降に朝陽公民館までご連絡の上、QRコードからお申し込みください。

☎026-243-7251



QRコード



### 感謝

5月24日 春の草取りボランティア11名のご協力により、公民館周辺の草取りを行いました。ご協力ありがとうございました。

### わたげ

新型コロナウイルス感染症が5類に引き下げられ、各地の夏祭りが復活しておりますが、観客や踊り手はマスクが手離せません。新型コロナウイルスの感染がなくなったわけではなく、ポストコロナではなくウィズコロナを実感しています。

答え：①年齢 ②蚊(せかい) ③和歌山県