

# 公民館だより **11**月号

## 公民館レポート

### 拍手喝采 ステージ発表、盛り沢山 作品展示～生涯学習フェスティバル～

11月2日（水）、3日（祝）の2日間、文化・芸術の祭典「生涯学習フェスティバル」を開催しました。今年も、日頃の練習の成果を披露すべく各種団体等による「ステージ発表」や絵画や手芸等の「作品展示」のほか、「健康づくり」「防災」といったブースが設けられ、盛りだくさんの内容で実施しました。3日は、雨にもかかわらず約1,000の方が訪れ、例年以上に会場は賑わいを見せました。



### 人との繋がりを大切に！～未来の夢子ども体験講演会～

10月27日（木）、町民体育館において「海の手配師」石垣 幸二 氏を講師にお招きし、小・中学生を対象に「未来の夢子ども体験講演会」を開催しました。講演会では「好きなもの、やりたいことを見つけよう。それが見つかりと自分の進むべき方向のヒントに」など、苦勞された体験を交えてお話しされました。石垣氏の新たな挑戦はまだまだ続き、子どもたちも刺激を受けたことと思います。



### 多くの作品が集まる～奥の細道天の河俳句大会～

10月14日（金）、中央公民館講堂において「第26回奥の細道天の河俳句大会」が開催されました。今年は昨年を上回る、194人の方から970句の応募がありました。席題の部では、「鳥渡る」「舟・船」を詠みこんで秋の句という課題の中、『この浦に一生一舟鳥渡る』という句を詠んだ仲野隆之さん（川西）が見事第一位に輝きました。おめでとうございます。俳句三昧の一日を過ごした参加者は、大変満足された様子で帰宅の途につきました。

## 良寛遺墨 日本初展示～「良寛の名品展」ギャラリートーク～

10月23日(日)、秋の企画展『良寛の名品展』のギャラリートークを開催し、町内、柏崎市、新発田市、胎内市、遠くは東京都から参加者が聴講に訪れました。

ギャラリートークでは良寛遺墨『柳娘二八歳』に登場する柳娘が、後ろを振り返る見返りの姿の表現を良寛が何を参考にしたのか。また良寛が『南無不可思議光如来』をいつ頃書き、またその云われについての説明がありました。

参加者からは、「いろいろな作品の見方があって楽しかった」等の感想がありました。『良寛の名品展』は12月27日(火)まで開催しています。



日本初展示の『南無不可思議光如来』をみて、感嘆のお言葉をいただきました。

県農業協同組合中央会並びに県消費拡大推進協議会主催の第41回「ごはん・お米とわたし」作文コンクールにおいて、出雲崎小学校5年の佐藤杏珠さん(てまり団地)が優良賞を受賞しました。おめでとうございます。一層のご活躍を期待しています。

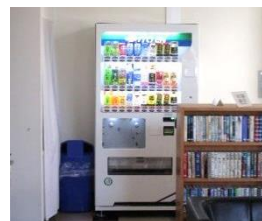


## お知らせ



以前から施設利用者の皆さまから自動販売機の設置を望む声がありましたが、このたび、中央公民館の1階ロビーに飲料用の自動販売機を設置しました。

これからも、皆さまがお気軽に足を運んで利用していただけるよう、公民館運営を図っていきます。 ※北国街道妻入り会館にも同様の自動販売機を設置しました。



## 11月の公民館事業開催予定

- |                             |                          |
|-----------------------------|--------------------------|
| ○ちぎり絵教室 8日(火)・15日(火)        | ○ノーマディア・デー 10日(木)・30日(水) |
| ○英会話教室 10日(木)・17日(木)・24日(木) | ○書道教室 10日(木)・17日(木)      |
| ○出雲崎総合大学 11日(金)・22日(火)      | ○さわスポ教室 15日(火)           |
| ○ガーデニング教室 19日(土)            | ○出雲崎ツズ 21日(月)・28日(月)     |
| ○パソコン教室 22日(火)～30日(水)の平日    |                          |

## 図書館だより



◆2016・第70回『読書週間』が10月27日(木)から11月9日(水)までの間、実施されています。今年の標語は『いざ、読書。』です。ぜひ、図書館等で本を手にとってみませんか！

### 中央公民館



#### 世界が記憶であふれる前に

…岡本 貴也 著

8歳から、すべて憶えている。見たもの、聞いたこと、感情も全部。でも、さすがにメモリーが限界だ…彼女は、ある計画を実行する。特殊能力で稼いだ二億円。東大も辞め、一人で生きていくはずだった。でも、出逢ってしまった…。



#### 君がここにいるということ

—小児科医と子どもたちの18の物語—

…緒方 高司 著

大学病院や障害児施設での勤務医などを経て現在の開業医に至るまでの25年間の小児科医としての経験の中で出会った、18の物語。

### 町立図書館(海岸公民館)



#### 氷の轍

…桜木 紫乃 著

滝川は青森市出身。八戸市の歓楽街で働いた後、札幌に移住した。生涯独身で、身寄りもなかったという。真由は、最後の最後に「ひとり」が苦しく心細くなった滝川の縫うとした縁を、わずかな糸から紐解いてゆく。



#### 九十歳。何がめでたい

…佐藤 愛子 著

今年93歳になる佐藤さん。「暴れ猪」佐藤節が全開。自分の身体に次々に起こる「故障」を嘆き、時代の「進歩」を怒り、悩める年若い人たちを叱りながらも、あたたかく鼓舞しています。

※この他の新着図書は、新着一覧を中央公民館・町立図書館(海岸公民館)それぞれに掲示しておりますのでご覧ください。



食アレコレ…

食欲の秋、味覚いっぱいの時季である。秋はつい過食気味となりがちだ。なぜ秋になると食欲が出るのか？理由の一つに「美味しいものが増える時季」もあるが、「夏は暑さの為に食欲は減退しがちになりやすい。秋にすこしやすいい気温になると、人間は基礎代謝量（安静時に使われるエネルギー消費量）が上がり、エネルギーを必要とする」ことも理由の一つと専門家は捉える。日常的な過食は問題があるが、欲望が働き美味なるものに食指が動く。味覚の秋、「食アレコレ」と題し食に関連した事柄を少々記してみたい。



◆【観点1 養生訓】

時代は遡るが貝原益軒（江戸時代前期 本草学者・儒学者 福岡県出）の著「養生訓」には食を通しての健康への心がけ等が記されている。

『食べ物身体は養分となる。食べ過ぎなければ、身体は健康は維持できる。自分の欲望を抑えるのは、健康法の基本である。食事は腹八分目。酒はほどほどに。養生の道とは病にかかっていけない時に行うことであり、病にかかってから行うことは養生の最後の手段である』などと。耳が痛い部分もある。好きな物を楽しく、美味しく食べるのも一理あり、業はなかなか難しいものではある。

◆【観点2 子どもの朝食と学力・運動能力の関係】

国は毎年、小6・中3を対象に全国学力テストを行っている。テストは「知識・応用力」の学習状況を見るだけでなく、平素の「生活の実態」も調査し学力の実態を分析する。その学力・学習状況の全国の結果から、小・中学校とも「学力と朝食の摂取」との間に明ら

公民館長 佐藤 亨

かな相関関係があることが分かってきた。このことは体力・運動能力の調査でも同様なことと言え、しっかりと朝食を摂っている子どもほど学力・運動能力が高いと報告されている。

中村和彦山梨大学准教授は朝食の大事な役割として、①眠っていた体を体温を上げて起きた状態にする ②体とアタマにエネルギーを補給する ③体調を整える働き、を上げている。そして、アタマを活発状態にするためには栄養バランスが大切であり、「ちよつぱりの、とりあえずの朝ご飯」ではなく、例えば主食と汁物、おかず二品（主菜・副菜）などの「かなりの朝ご飯」を推奨している。当町では「早寝・早起き・朝ご飯」運動を展開している。

◆【観点3 「和食」がユネスコの無形文化遺産に登録（H25）】

和食は日本人の伝統的な食文化である。登録された事由は、①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重 ②健康的な食生活を支える栄養バランスなど、美しさ・季節感の表現・年中行事との密接な関わりがあること（農林水産省）。日本の、日本人の食文化や伝統・気質に基づいた和食が認められたものである（寿司など特定な料理が認められたものではない）。心を込め、日本ならではの料理を外国人が喜び、感心して食する姿はなんとも嬉しい。



日本の「食」には「日本の精神」が根底に流れている。時代と共に社会構造や生活スタイルも変り、食生活の考え方にも変化する部分があるだろうが、秋は「食」を考えてみるいい時節かも知れない。

今月の一句



〈西乃越句会〉

一列の鷗の視線秋徴雨

てまり団地 本間 加津

稽田に初穀を撒く土作り

川西 小股 正美知

〈越後出雲崎 渚会〉

草の戸に心もぬれる秋時雨

尼瀬 斉藤 凡太

北国の波路の果てや冬の空

尼瀬 相澤 竹澤

〈出雲崎小学校児童の俳句〉

きらきらと

ひかりかがやくしんまいだ

4年生 金子 凜夢

ほかほかの新米ごはん食べたいな

4年生 三輪 太輝

赤とんぼ枝につかまりそらを見る

5年生 諸橋 陸

赤とんぼいろんな仲間と飛んでいる

5年生 島宗 祐未

まよい道蟲がなく音にみちびかれ

6年生 諸橋 大生

蟲の音がひびきたるよまどこえて

6年生 小川 桂司



## 池田 駿 投手ドラフト指名おめでとうございます

10月20日（木）に行われた「プロ野球ドラフト会議」において、出雲崎町出身（下小竹）の池田駿投手（23歳・ヤマハ）が巨人から4位で指名されました。教育委員会ではドラフト指名をお祝いする懸垂幕を作成し、町内各所に設置しました。出雲崎町初のプロ野球選手誕生への期待がかかる池田投手は出雲崎小学校、中学校を卒業し、新潟明訓高校ではエース左腕として夏の甲子園ベスト8に輝きました。専修大学に進学後は東都大学リーグ等で活躍、現在はヤマハ硬式野球部に所属しています。

池田投手の野球への情熱は小学校の卒業文集からも伝わってきます。（以下本文より抜粋）

野球の思い出

池田 駿

ぼくは、この六年間の中でいろいろな思い出ができました。まず、一番目の思い出は、五年生の時、野球の秋季大会で優勝したことです。夏戸ベアーズと言うチームが決勝の相手で、ぼくは、投手をしていました。そして四対二で優勝しました。とっってもうれしかったです。

優勝した後の祝勝会がとっっても楽しかったです。

（中略）今年の秋季大会は残念ながら、三位に終わりましたが、とっってもうれしかったです。

ぼくが初めて野球の試合に出たのは、四年生の始めでした。とてもきんちようしたけれど、エラーをしなくてよかったです。五年生のときから、投手を始めて試合や大会に出て、調子の良い時と悪い時の差が激しかったです。

（中略）来年は、ぼくは中学生だけど中学校に行っても、野球部に入って野球をがんばりたいです。

プロフィール（抜粋）

- ・好きな事↓野球
- ・将来の夢↓プロ野球選手
- ・大切な物↓バット・グローブ・ボール
- ・得意な授業↓体育・家庭科
- ・今がんばっていること↓野球



※引用許可済

出雲崎中学校に飾られている池田投手の写真



日米親善高校野球大会で力投する池田投手



中学校訪問時の記念写真（前列中央）

努力を重ね、小学生の頃からの夢を実現しようとしている池田投手の姿は、夢を追う子どもたちにとって大きな支えになることと思います。夢のプロ野球選手まであと少し。町を挙げて応援しています。

## 東京2020聖火リレーを出雲崎に！署名活動にご協力ください

現在、出雲崎町も参加している「奥の細道サミット」では2020年東京オリンピック・パラリンピックの聖火リレーに「奥の細道ルート」を誘致するための署名活動を行っています。町民体育館に署名台を設置していますので、多くの皆様のご協力をお願いします。

11月の「トレーニング教室」日程 11/2, 9, 16, 30日（水）19:30~21:00

