

公民館だより おうたき 令和8年10月号

発行 王滝村公民館 ☎48-2134

今年の秋は秋雨前線の停滞や台風の影響で、雨や曇りの日が多くすっきりしない始まりでした。とはいえ、実りの秋を迎え、きのこや栗など秋の味覚も見かけるようになりました。王滝村では特にどんぐりのことを「ひだみ」と呼び、乾燥すれば数百年も保存できることから貴重な食糧として縄文の昔から食されてきました。村ではこの秋、食文化継承事業として「ひだみ」の加工から調理までを行います。大切な郷土の文化として後世に伝えていきたいですね。また、今月末の公民館まつりでは食文化や村の歴史に関する展示も行います。村民の皆さんの力作もありますのでぜひ、足を運んでみてください。

公民館長 栗空 里美

ニコニコ軽体操教室

～手足を使って“ジャンケン！”～ 9月2日(火)



【自宅で実践してみてください！】

～手・足同時ジャンケン～

- ① グー、チョキ、パー 同じものをだす
- ② グー、チョキ、パー 手と足、それぞれ違うものを出す

★ゆっくり ⇒ 速く ⇒ もっと速く

9月2日のニコニコ軽体操教室は十一名の皆さんが参加されました。この日も気温が三十度近くまで上がり、じわじわ汗ばむ陽気の中、ダンベル体操や足ジャンケンを行いました。足ジャンケンでは、二人ずつペアになり、三回勝負！「あいこ」が続いたり、思い通りの手が出せなかったり。何度も「ジャンケン・ポン！」と元気な声が場内に響き渡りました。

松越地区での慰霊碑清掃

～助けあい・支えあうことを大切に～ 9月3日(水)



小学生と王寿会、村民の皆さんによる慰霊碑清掃作業が行われました。清掃作業に先立ち、大家幸雄さんから長野県西部地震のお話をいただき、突如王滝村を襲った地震の猛威やみんなで声を掛け合って苦難を乗り越えたことなど当時の様子をお聴きしました。作業終了後は、全員で黙とう。改めて命の尊さしみんなど助け合い、支えあうことの大切さを学びました。



10月のサークル・教室等の予定

サークル・教室	開催日	時間	場所
星林句会	14日(水)	13:30～ 15:30	村民ひろば
陶芸	10日(土) 17日(土)	10:00～	学校美術室
手芸	1日(木) 6日(木)	10:00～	学校図書館
卓球教室	毎週火曜日 18:30 ～ 20:30		
アートサークル	10月は お休みします		
パッチワーク			
太極拳	6日(火) 20日(火)	19:00～	和室
麻雀	追ってご連絡します		
和太鼓講座	1日・8日 15日・21日 29日 各木曜日	19:00～	学校体育館
みんなのゆる活	★★	今回発行の チラシ参照	和室・体育室 など

みなさん どうぞお気軽にご参加ください！！

ニコニコ軽体操教室 10月の予定

日時：10月17日(金)と28日(火)

10:00 ～ 村公民館 体育室

※ 送迎も行いますのでお気軽にご連絡ください。



小学校 笑楽祭(音楽会) 開催！！

日時：10月31日(土) 午後1時30分～

王滝小学校 体育館にて

小学生児童のステージ発表と合わせ、村民の皆さんが参加する“ショートショー”も開催。

子どもさんたちの成長ぶり、村民の皆さんの意外な一面を楽しみましょう。皆さん、ぜひお越しください。

◆同日、公民館まつりも開催。

芸術文化に触れる素敵な一日を！



ニュースポーツカフェ 10月の予定

日時：10月13日(火)と27日(火)

10:00 ～ 村公民館 体育室

※ 送迎も行いますのでお気軽にご連絡ください。

ピンポン チャレンジ！

日時：10月5日(月)と21日(火)

10:00 ～ 村公民館 体育室

※ 送迎も行いますのでお気軽にご連絡ください。

第36回 公民館まつり <予告>

10月31日(土)～11月1日(日)

★10月31日(土)

作品展示、健康チェック、物産販売ほか

★11月1日(日)

作品展示、おもちゃの広場、

歩行ケア測定ほか

森林鉄道体験乗車 <松原スポーツ公園>



作品を募集します！

公民館では村民の皆さんからの作品を募集いたします。ぜひ、皆さま自身の作品を展示してみませんか。作品は10月30日(金)13時～17時頃までに公民館へお持ちください。お待ちしております！！

※作品の運搬も行います。公民館(Tel 48-2134)までお問い合わせください。

特集

共生理解を深めよう ～わくわく人権樹業(じゅぎょう)「パラ学」講座より～



車イスは初めての体験
「できた！
前に進めたよ！！」

車イスでのボールゲーム
『がんばって、
3点とるよ～！！』



パスポートを通じた共生理解を深めようと保育園と小学生の児童・教職員、村民の皆さんが「車イスボール」にチャレンジしました。車いすは見たことあるけど、乗るのは初めてという皆さんが大半でしたが、講師の西先生の指導により、前進や方向転換などの操作もすぐに慣れました。

講座の後半は、車いすでの鬼ごっこやボールを使った得点ゲームなどで車いす体験を一層深めました。「楽しい！」「もう一回やりたい！」などわくわく感にあふれた掛け声があがっていました。また、「こうやったら、きつとうまくいくかも」といった、仲間どうしでの声掛けをする場面がみられました。

『相手の立場になって考える大切さ』
『みんなで工夫すれば、できないがができる』
『変わる』

最後に、講師の西先生が語り、楽しみながら、共生理解を深める時間を過ごしました。

俳句に親しむ

季節「秋季雑詠」 提供 星林句会



- 一 水切の 石のジャンプや 天高し
- 二 秋晴れや 御嶽の雄姿 ダムに映え
おやま
- 三 寡婦となり 我なきあとを 案ずる秋
かふ
- 四 鳳仙花 ふれて弾けて 狭の村
ほうせんか たに
- 五 稲の秋 風に揺られて その日待つ
- 六 ススキの穂 風になびいて 秋告げる

村民の皆さんからの俳句大募集

公民館及び星林句会では、皆さんからの俳句を募集いたします。併せて、星林句会への会員も募集しております。みなさん「五・七・五」の魅力を堪能しましょう！

■俳句の投稿先 王滝村公民館

■投稿締切日 十月七日(水)

■十月の季節 「初紅葉(はつもみじ)」

■十月の俳句会 十月十四日(水)

午後一時三十分

