



発行所  
 長野県下伊那郡高森町  
 下市田 高森町公民館  
 発行人  
 大洞 利雄  
 南89-3200 ☎35-8211  
 印刷所  
 龍共印刷株式会社



### 高森町成人式

2014. 1. 3

### レポート



今回の成人式をきっかけに、多くの友人と久しぶりに再会し、近況を報告し合うことができました。職場

や学校は異なっても、自分が今何をしているか、何を目標にしているかを語るみんなの姿からは、一人として変わらぬ自信と成長が感じられ、うれしくなりました。同時に、自分は現在の姿を誇れるのか、胸を張れるような日々を過ごせているか、考えさせられました。この町に貢献できるような大人を目指したいです。  
 熊谷 翔(下市田)

### 成人の節目に

中塚 千幸(吉田)



この度、私たちは晴れて成人の仲間入りをする事になりました。ともに部活動や生徒会活動に励んできた仲間たちとこうして再会し、皆でこの節目を迎えられたことをうれしく思います。

対して漠然とした不安を抱えながら生きています。しかし、厳しい時代にあっても自分の目標を持ち、笑顔で過ごしていくことを大切にしていきたいです。



また、私たちは「小原ヶ丘憲法」を作った代でもありません。新しい校舎になった今でも受け継がれ、大切にしていきたいです。思い出さな喜びです。思い出の詰まった旧校舎がなくなってしまう寂しきもありませんが、後輩の皆さんには柿色の校舎で一生の友と思いで出をたくさん作ってほしいです。



新校舎で久しぶりの学級会



### 年頭所感

公民館長 大洞 利雄

明けましておめでとうございませう。皆様方におかれましては、新年をお健やかに迎えのことと心からお慶び申し上げます。本年も昨年同様、公民館の活動にご支援・ご協力の程よろしくお願いいたします。

新たな事業にも取り組んでまいりました。5月には「コミュニティコンサートin高森町」と題し、名古屋フィルハーモニー交響楽団金管5重奏による生の演奏を楽しんでいただき、芸能分野への一層の興味関心の向上に努めました。また、国の新規事業である「図書館・公民館等を中心とした社会教育活性化支援プログラム

の委託を受け、地域の絆・地域コミュニティの再生・及び地域の活性化を図るための支援の第一段階として講演会の実施、研究会の立ち上げ等に力を注いでまいりました。

本年は、昨年の実践の上で立ち、地域人材による世代間交流支援、地域振興支援に力を入れ、社会教育・生涯学習の充実のために努力してまいりました。皆様方にとりましては、例年実施しております公民館事業に加えてということも

あり、何かと大変だとは思いますが、その第一歩を踏み出した事業にも力強いご支援をお願いいたします。公民館では、本年も、親しみを持って、自ら学び、絆が実感できる活動の実践のため、皆様方からのご意見・ご要望を大切に、職員一同、日々研鑽してまいります。

結びとなりますが、本年が皆様方にとりまして、活動すべからうまくいく年となり、心よりお祈りいたします。年頭の挨拶とさせていただきます。



謝辞を述べる福澤晃平さん

しいと思えます。最後に、今まで厳しくも優しく育ててくれた家族、あたたかく見守ってくださった地域の皆様やお世話になった先生方、そしてこのような会を企画していただいた町長さんをはじめ関係者の皆様への感謝を忘れず、高森町の発展、ひいては日本や世界に貢献できるように、志高く、力強く歩んでいきたいと思えます。

### 三面鏡

町外の某工場に勤務する40代男性の私。正月休み明けの初出勤した日、ロッカー室内で作業服に着替えているとき、自分の体

形変化に驚いた。昨年末までは普通に履いていたズボンがきついのだ。ファスナーが締まらないほどではないが、腹の肉がベルト周りに乗った。屈んだり立ち膝をついたりすると尻の縫い目が弾けそうだ。▼年末年始休暇の大半は家にこもっていた。さらに秋からの鍋に始まり正月まで、食べまくり飲みまくったの結果だった。年越しあたりから身のだる重い感じもあったが、ゴロゴロしていたせいで体がなまったのだと踏んでいた。▼直近で体重を計つたのは秋にあった職場の健康診断だった。初日の勤務を終えて帰宅後、久々に体重計へ上がってみる。予想外の1割増加だった。2日目3日目と働くうち腹周りはいくらか締まってきたので、ズボンを履くのは楽になったが、体重はなかなか昨秋の値には戻らないで今日に至る。▼私の太った原因の一つをこ披露する。皿にクッキングシートを敷いて切り餅を置き、とろけるチーズとケチャップを乗せてハープ塩を少々。これを電子レンジで加熱すれば「ピザ餅」のできあがり。醤油や海苔に飽きている方はぜひ一度お試しを。ただし食べ過ぎたときの体重増加は補償しないので適量を召し上げられ。

# 社会教育活性化プログラム 講演会

社会教育活性化プログラム講演会が、12月26日福祉センター大ホールで開催されました。今回のテーマは、「いま求められる社会教育」社会教育ってなに？なぜ必要？と題し、松本大学総合経営学部教授の白戸洋氏から、社会教育の役割・住民活動の意義について講演をいただきました。

先生は、地域における現代的課題として、地域の再生ではなく地域の再構築が必要であり、人と人のつながりがづくり・コミュニティづくりが課題であり、自分が地域でどう生きるかが重要であることを提案しました。

そして、社会教育の役割は、一人一人の問題をみんなの問題に共有化し、地域の課題へと発展させ、一緒に暮らすための共通プロジェクトを創る。行動は意識を変える。公民館は、それらを実践できる場所であり、百人の一步ではなく一人の一步が重要であると説きました。

最後に、長野県の公民館が進めてきた、「学習と暮らしを結ぶ」手法を生かし、趣味や教養の講座だけでなく、生活課題や地域課題に向き合った学習を行い、その成果を地域コミュニティ作りを生かしていくことができるように、これまで以上に取り組んでいくことが求められると結びました。



社会や地域に参画する意義を熱く語る白戸教授

## 安全でおいしい野菜づくり

～自然・ゆうき農法から学ぶ～

12月15日、元京都大学農学部教授の西村和雄さんを講師に、ゆうき農法を学ぶ会が高森町中央公民館で行われました。

スーパーに行けば、季節を問わず、泥よごれや虫食いな野菜を買い取ることができ、この頃です。が、ちよつと畑があつて、作物を自分で育てる楽しさを味わいたい。

でも失敗せず、もう少しいいものをつくりたい。そんな日々の思いを共有する多くの方が、お話を聞きに集まりました。

まずは土づくり。たくさん生物が住み、水はけが

よくて水持ちのよい土づくり。高齢になっても耕作可能な省力化された方法をめざし、資材依存型農業から、低投与型農産物の生産への考え方の転換が必要だといひます。

よい土の目安とされる団粒状態を、ペットボトルで簡単に自分で調べる方法も実演されました。

むやみに施肥をして、大きいものや見栄えのいいものを作ろうとしますが、自然界からの肥料分を考えると、これも重要というお話には、



自然界からの肥料を考えよう！

## 地球温暖化防止活動 75

### 二酸化炭素を生かした 不思議な農法

不思議な農法

温暖化には頭の痛い二酸化炭素ですが、御代田町ではこれを上手に生かして、農業の高収穫を上げるハウス栽培が行われています。

端材をチップにして木酢などをかけて発酵させ、2重張りのハウス内に発生した40〜50℃の気体を導入させると、二酸化炭素濃度が通常の大気の20倍以上、湿度90%にもなります。その中の土づくりは肥料も農薬も不要で、光合成でポツトのまま植えておいても1年以上すると、ほとんどの作物は人の背丈より大きくなり、ナスは1本の木で数十倍とれるし、庭木は半分の日数で大きくなります。

「ナスやピーマンが1年以上同じ木に、冬も鈴なり

に実をならし続けている。その実をそのままおいしく食べている。一般の鉄骨ハウスのこの発酵層を組み合わせてもせいぜい3〜4℃しか上がらない。このハウスに入ると喘息や花粉症も治る方があるという。夏は山の常時10℃の水を引いて壁に流している。大量の二酸化炭素は作物が吸収してくれ温暖化対策になる。」雑誌「現代農業」で紹介されています。

気体の中に何か秘密があるか研究中のようです。

## 大切にしたい伝統行事

―下市田四区のだんど焼き―

新年の無病息災と五穀豊稔を祈り、だんど焼きが行われました。前日には、お借りした地域の田んぼで、竹や松をご神木の周りに組んでいきましました。小中学生の集めた松飾りやしめ縄、だるま等で飾り付けをし、育成会やPTAの皆様の強力な後押しをいただきました。今年も立派なやぐらが完成しました。充実したこの日の光景は、子どもたちの心の中に印象深く刻み込まれたことと思います。作業の後は豚汁をいただきながら慰労会をし、一息つくことができました。



力を合わせてほんやり作り

翌1月12日(日)朝6時、小学6年生二人によって点火されると、

だんど焼きの炎は燃え上がり、ご神木最上部の幣束まで一気に届きます。暗がり集まった人々の表情が明るく照らし出され、冷えた体が温められます。この火にあたりと健康になり若返るといふ言い伝えもあります。竹が威勢よくパンパンとはじけ、書初めが空高く舞い上がると、眠気のある子どもたちの歓声も最高潮に達しました。

最後は一年の平穩無事を祈りながら、残り火でお餅を焼いて食べ



ご神木最上部まで届く炎

## 説 論

1985年に初めてNTTがシヨルダーフォンとして重さ3キログラムで発売されて以来、約30年の間に著しく進化し、1999年にはインターネットへの接続が可能となり、2007年には今急速に普及しているスマートフォンが発売となりました。

発売当初は通話のみの機能であった携帯電話も、メール機能・各種アプリの増加・フェイスブック等SNSの普及により、パソコンより使い勝手が良くなってきま

## 携帯電話

これは、話に夢中になるなどして運転中の注意力を低下させ、交通事故の発生原因にもなっています。携帯電話使用等前方不注意による交通事故は多く、特に高速道路で渋滞時の前方不注意

これは、話に夢中になるなどして運転中の注意力を低下させ、交通事故の発生原因にもなっています。携帯電話使用等前方不注意による交通事故は多く、特に高速道路で渋滞時の前方不注意

これは、話に夢中になるなどして運転中の注意力を低下させ、交通事故の発生原因にもなっています。携帯電話使用等前方不注意による交通事故は多く、特に高速道路で渋滞時の前方不注意

これは、話に夢中になるなどして運転中の注意力を低下させ、交通事故の発生原因にもなっています。携帯電話使用等前方不注意による交通事故は多く、特に高速道路で渋滞時の前方不注意