

公民館通信



2023年
2・3月号
No.306

たのしいまち

編集：たのしいまち編集委員

発行：多摩市立永山公民館 ☎206-0025 多摩市永山 1-5 ☎042(337)6661 FAX042(337)6003
多摩市立関戸公民館 ☎206-0011 多摩市関戸 4-72 ☎042(374)9711 FAX042(339)0491

ひと♡ネットワーク

スポーツウェルネス吹矢で

【健幸】になれますよ！



日本スポーツウェルネス吹矢協会
多摩市中央支部副支部長

秋山 雅和 さん

【腹式呼吸】が健康に良いことを実感した青柳清（創始者）は、日本古来の吹矢と融合させ、複式呼吸を楽しく継続できる国民的健康スポーツとして定着させようと、1998年に「日本スポーツ吹矢協会」が設立された。（※現「日本スポーツウェルネス吹矢協会」）2004年には山田信彦氏によって多摩支部が設立され、2013年の東京多摩国体のデモンストレーション種目採用がきっかけで競技人口が広がって、今では市内に6支部。秋山さんは多摩市中央支部副支部長として活躍している。きっかけは奥様。「夫婦でちよつと体験」したら、はまったのは秋山さんの方だったと笑う。実はその頃、転職をきっかけに「地域への貢献」を考え始めていた。

1946年生まれの江戸っ子。7人兄弟の6番目として生まれ父が亡くなった後、母が和裁で育ててくれた。大学へ進み、当時最先端の画像工学を学ぶ。卒業後は映像業界で働くが、当時は「男は外、女は家で家族を守る」時代。「仕事の延長で酒瓶

かかえ、毎晩飲んだくれ」た企業戦士だったと笑う。2002年、当時の小泉首相が「知的財産立国」を宣言。著作権も対象となったことで、実務経験をもつ秋山さんは大学院に客員教授として招かれるように。「意識に大きな変化があった」のはその頃。周りにいるのは新しい仲間。企業戦士ではない。「男は外」、それでいいの？ また、阪神淡路大震災や東日本大震災で犠牲になった友人がいた。「当たり前の事が、当たり前でなく幸福」だったこと、「つながりが大切」なことに気付いた。

5年前の暮、ガンの宣告を受けた。十二指腸乳頭部ガン。8時間の手術をし、40日間点滴だけで過ごした。「周囲の皆さまの励まし」で仕事にも無事復帰でき、「今の自分は周りの方々のお陰」と実感。「だからこそ地域貢献を！」と誓った。この3月で教壇から退くが、今では、多摩市スポーツ推進員として、青少年協や東愛宕中、愛和小放課後子ども教室に関わる。「恩を返すとは次世代へつなぐこと。健幸を合言葉に！

この一年「ひと♡ネットワーク」に登場された方たちより

この一年もいろんな出会いがありました。「たのしいまち」の顔として、「ひと♡ネットワーク」に登場して下さった方たちに登場秘話・その後のご様子を教えていただきました。

- ① 表紙に出られた感想や反響を
- ② 記事への補足、新しい取組や今後の構想など
- ③ 公民館や、『たのしいまち』について一言

今西 裕美 さん (2022/2・3月号)
(たのしいまち 市民編集委員)



①以前にも出させて頂いたのですが、裏方に徹していた私がまた表紙に出る???そんなことできない!!って最初はお断りしましたが、どうしてもと言うお話を頂き、反響の怖さを感じながら出させて頂きました。編集委員として関わらせて頂いたのが、今は40歳になる息子が中

学校1年生、娘が小学校6年生の時。学校通信の編集委員になり、原稿の書き方も分からず、お知恵を拝借するつもりで公民館の門を叩きました。とても親切な対応をして頂き「ありがとうございました」とお礼を言って帰るところ、公民館も通信を出したので一緒にやりませんか?とお話を頂きました。文才も何もない私には荷が重いと思ったのですが「大丈夫ですよ!自然体で…」と言われ、じゃあやってみようかな?と気軽な気持ちで参加しました。我が団地では、公民館通信は回覧で全戸に回るの、多くの方から「こんなことしていらっしやっただのね?これからはしっかりと読ませて頂きますね。」と言われたり、友人から連絡を頂き「わあ~大変!!これは皆さん読んでくださっているんだ!気を引き締めなくては…」と責任の重さを痛感しています。

②新しい取組等については、今のところ何も考えておりません。もっとしっかりと考えなくてはならないですよ!反省しています。

③読まれた方が「面白そうな行事をやっているみたい!」「公民館にちょっと行ってみようかな?」っていう気持ちになられたらとっても嬉しいです。同時にそんな魅力的な記事作りをしていかななくてはと思っています。

中澤 日菜子 さん (2022/4・5月号)
(作家)



①多摩市に独居している父が公民館通信を見てとても喜んでいました。

②障害のあるお子さんを対象にした放課後等デイケアサービスに興味を持っています。いつかそれをテーマにした作品が書けたら...と思っています。

③今後とも魅力ある紙面を!

島田 良恵 さん (2022/12・1)
(NPO法人シーズネットワーク副理事長
こどもひろばOLIVE(オリーブ)事業管理責任者)



①載ってたね、と声をかけていただきました。

②今の活動ができてるのは、一緒に活動している仲間がいるおかげです。

③今後もいろいろな方のご紹介を期待しています。

平 清太郎さん (2022/6・7月号)
(桜ヶ丘商店会連合会 復興支援担当理事)



①私がこれまで大切にしていた活動を丁寧に記事にさせていただきとってもうれしかったです。写真も大変気に入っています。何人もの市民の方から「たのしいまち」を読みましたと声をかけていただきました。心から感謝しております。ありがとうございます。

②今年4年ぶりに「せいせき桜まつり」を実施します。(4/2)プレ企画として3月18日にはヴィータホールで「福島と多摩をつなぐコンサート♪」を行います。8年前小学生の時にこのコンサートに参加し、現在大学生(桐朋学園大学)の吉本元汰さんがこのコンサートでピアノの伴奏をします。まさに「継続は力なり」、復興支援を続けてきて本当によかったですと思っています。

③公民館の皆さまには「せいせき桜まつり」をはじめさまざまなイベントに協力いただき心から感謝しています。「たのしいまち」は楽しい情報が満載で多摩市のことが手に取るようにわかります。

表紙写真は、それぞれの人生を象徴しているように思っています。皆とってもいい表情です。

山口 渉 さん (2022/8・9月号)

(TAMA映画フォーラム実行委員会(TCF)ディレクター)



①掲載がいつの間にか親族にも認知され、自身の別の側面を見せられたように思います。また、新型コロナウイルス拡大の影響でお目にかかる機会が減っていた地域の方々からも反応もありました。

②2020年以降、配信サービスの普及で映画を観る環境やスタイルが大きく変化したと感じています。このような中でも、時間を合わせて大人数で作品を共有する素晴らしさを追求し、映画祭を交流の場として盛り上げていきたいと思っています。

③『たのしいまち』の発行が継続していることに敬意を表します。





©MOVEMOVIE - FRANCE 2 CINÉMA
- MELY PRODUCTIONS

3月19日(日) ベルブホール (ベルブ永山5階)

① 10:00 ② 14:00 ③ 18:00 上映時間 120分/日本語字幕

各回定員 100人 (先着順)・入場無料

①の上映のみ保育あり (1歳以上未就学児対象)

保育申込は2月22日～3月11日の9時～17時の間に永山公民館へ
042-337-6661

永山公民館主催 2023 地球といのちの危機シリーズ

第41回 セザール賞ベストドキュメンタリー賞受賞
フランスで110万人が観て記録的な大ヒット!

【Story】

“人類は絶滅する恐れがある。それも決して遠くない未来に”
2012年、21人の科学者たちが権威ある学術雑誌「ネイチャー」に、私たちが今のライフスタイルを続ければ、人類は滅亡するという論文を発表し世界に衝撃が走った。女優が監督、子どもを持つ母親でもあるメラニー・ロランは、シシル・ディオンと共に、未来のために解決策を求めて世界へと旅に出る。

サロンライト スペシャルコンサート

～カバキーニョ&ギター
ブラジル音楽ショーロライブ～

《出演》

田嶋道生 (ギター)

だいどうじさかえ (カバキーニョ)

3月11日(土)

15:00～16:00 (開場 14:45)

【定員】130人 (先着順・申込不要)

未就学児不可

【会場】永山公民館ベルブホール

(ベルブ永山5階)



関戸公民館 市民講座 「アラスカとわたし」

— 90歳女性研究者が語る 研究と長寿の暮らし —

報告

2月7日・14日の2回にわたり、「アラスカとわたし」の講座を関戸公民館大会議室でTAMA女性センターの共催で行い、当初の定員を上回る人数で、御年90歳の岡田淳子先生のお話を伺いました。その少女時代から研究者となるまでのお話、夫君との出会い以降アラスカという未知の土地に50年も前から何度も調査研究に入れ、地元の人々との交流を通じて、その生活や風土に触れられ“生きた”アラスカの様子を聴くことができました。70年以前から自分の道を貫き、北の国で研究者として、また家族を支えながらの女性としてのご苦労はいかばかりかと思われそうですが、それらのお話を淡々と時には楽しそうに語られる姿に感銘を受けた受講者も多い様でした。現在も規則正しく生活し、朝10時には執筆など研究を続けておられるとのことのお話は、平均年齢70代の参加者の多くの皆さんに響いたようです。



大会議室では皆さんが熱心にメモをとりつつ受講



優しい口調でお話いただいた岡田先生

文章やイラストをかくのが好き、パソコンが得意などなど、自分たちの手で楽しい紙面を作ってみませんか？
興味をお持ちの方は、ぜひ公民館までご連絡ください。

楽ちゃんの歩き倒すぞ！ With チャリンコ&ウォーク 「まちクエスト」を歩いてみた！ Vol.5



【聖蹟桜ヶ丘編2～駅から西へ～】

さらに駅の西方面にも足を運んでみよう。オーパから斜め北西に伸びる細い道に『長篠の戦い』はある。住宅街の中の1軒の民家の軒下に、いきなり武器を構えた



た等身大の武士の石像が3体、ニョキッと現れたのだ。知らずに通りかかると、ギョッとする。写真の

解説がまた素晴らしい。「撃たれないように素早く通り抜けてください」お見事！

そのまま突き進んだら川崎街道に出た。西へ進む。

『小野神社参道口』ここも同じアングルで写真を撮れど。難なくこなし、いよいよ小野神社に突入。7つもクエストがある。重要な文化財、木像建築物もいっぱいあるらしくて、楽しみだ。1つ目は正門？の鳥居近くに『小野神社』なにー、石造物を探せ？ このだっ広い境内のどこかに潜むおびたしい建造物の中から、佐伯なにがしが明治何年に建てた何かを探し出す。日が暮れるぞ。心してかからねば。しかも佐伯さんて、あっちこっちの石像に名が刻んであるし。どれだよ。この石碑はくずし字で全然読めないし。

2つ目『木造隨身倚像』の立て札の、奉納にまつわるくだりを読みあさる。3つ目『小野神社の由緒碑』えーっ、札所の番号？ どの碑なのか、手当たり次第に碑を探しては読んでみるが、それらしいのがない。それより、すでに日が暮れかけており、黒い石碑の文字なんて、かすんで見えないのだ。これは相当手こ

ずった。4つ目『ハートの石』わっ、可愛い。ホントに石にハートが彫ってある♪ ツヤツヤしてて、本当に可愛いらしい石だ。最近では、縁結び



のパワースポットとして、密かにSNSでバズっているらしい。私ももう少し若ければ…ああ残念(笑) 5つ目『石』これもハートの石にちなんだクエスト。6つ目『小野神社の庚申塔』は一ノ宮児童館の中にある。ちょっとお邪魔。ポロポロの石像の文字を何とか読む。

7つ目『小野神社の手水舎』これが、どうしたことか、どれだけ探し回ってもない。存在しないのだ。撤去されたか？ クエストを探す手段として、1.地図で探して当たりをつける。2.近くのクエストを開くと、あと何メートルか表示される。3.レーダーに自分の位置とクエストの位置が表示される。4.ルート表示を押すと、そこまでの道のりがグーグルマップ上で1本の線になる…の4通りの方法があるのだが、どれをやっても全くヒットしない。そこは落ち葉舞い散るだっ広い地面が広がるばかりである。誰か、正解を教えて～。

今日はもうとっぴりと日が暮れてしまった。帰途につこう。帰り道、大栗橋にさしかかる。『こんなところに道標』え、どんなところに？ 明日にしようと思いつきながら、好奇心がわき起こり、つついクエスト探しが止まらない。ああ、いつもここを通り

過ぎる時に自然に目にする石碑ではないか。しかしジロジロ見たことはなく、ここでもボロボロの碑の数字を苦戦して読むことになる。南下して『行幸橋』西暦何年？ 大通りを何度も横切りながら橋の四隅をくまなく見たが、どこにも書いてない。あ、そっちか！ 身体を乗り出して、川に落ちそうになりながら、真っ暗な中、目を凝らして数字を探す。ぼや〜と浮かんで来た「昭和何年」あれっ、これを西暦に直せってか。全くもう、頭を使わせてくれるわ。考えたねクエストくん。

ニュータウン通りから少し寄り道になるけど、関戸観音に、3つもクエストがある。よし、寄ってみよう。気づいたらえらい坂道を上がることに。1つ目『せきど観音』なんとも可愛いらしい、ゆるキャラのような、まんまるお顔で目が点の観音様が、蓮の葉に乗っていらっしやる。

アプリのダウンロードは、
⇒右のQRコードから行えます。

2つ目『石仏六地蔵』これまた可愛い、ちっちゃい6体のお地蔵様。多摩市唯一の六地蔵だそう



な。何人の人物が奉納したか？ あわてて看板を読みあさる。もちろん、真っ暗で見えない。そうだ、ケータイの電灯で！ 3つ目『多摩の文人』あーもうわからない。時間切れ。次回にがんばることにしよう。こうしてとりあえず今回も大収穫で帰宅した。多摩のことがどんどん覚えられていいな。この地が前よりもっと大好きになった筆者であった。



iPhone



Android



多摩市文庫連さんの 本の紹介

『はなをくんくん』 ルース・クラウス/ぶん マーク・シーモント/え きじま はじめ/やく
福音館書店 1967年初版



保育園訪問では、その季節を味わう絵本を一冊は選びます。特に北風の吹く寒さの厳しいこの季節には、冬の美しさ・楽しさ、生物の命の逞しさ、春への希望などを子どもたちに届けることを心がけています。

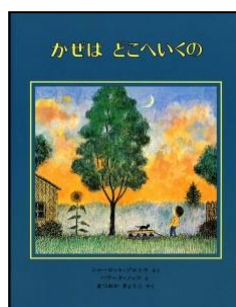
白と黒で表されたこの絵本は、雪の静寂と眠っている動物の姿が美しく愛らしく描かれています。そして何かで目覚めた動物たちが「はなをくんくん」させながら走りだします。その先にあるのは……。頁をめくると、私たちもみんな「うわあい！」と叫び出すでしょう。小さな黄色は春の希望です。

厳しい季節、元気のない大人の方にも、この絵本は心に明るい光を届けてくれるでしょう。絵の力、言葉の力がある優れた一冊です。

多摩市文庫連絡協議会 えほんの会 水口りょうこ

『かぜは どこへいくの』 シャーロット=ズロトウ さく ハワード=ノッツ え
まつおか きょうこ やく

偕成社 1981年



ピューピュー吹く北風、優しく木の葉を揺らす風、人を倒してしまうほどの嵐の風。いったいどこから来てどこへ行くのでしょうか。

小さな男の子は、あの雲は？波は？おひさまは？タンポポの綿毛はどこへ行くの？とお母さんにたずねます。お母さんは、終わってしまうもの、なくなってしまうものは何もなく、みんな次の始まりにつながっている、と話します。男の子は納得し、安心して眠りにつきました。

モノクロの優しいタッチの絵に心安らぎ、自然の動きの不思議さ、ものごとの移行行くさまのつながりを、静かに気づかせてくれる絵本です。

多摩市文庫連絡協議会 えほんの会 三枝京子



☆あの幼児だった水中出産の末娘、4月について社会人となり、京都研修を経て、なんとハウンドドッグの故郷、仙台に配属に！ しかも3日前に彼氏を連れて帰省。これがまた、優しくて穏やかでステキな男性で。なんでもうちにはいい人ばかり来るんだらう(涙) (楽)

☆「人♥ネットワーク」で初めてご夫婦を取材した。ご活躍の分野が異なるから、登場は別々。人生百年時代、憧れのお二人になった。「健幸は五感を使って息を整えて」 (月)

☆今年には約3年ぶり?に「せいせき桜まつり」が開催されます(4月2日(日))。少しずつ活気が戻ってきたようで楽しみ！ 関戸公民館でもコンサートや茶室ツアー等々あるので来てくださいね！ (す)

☆暖かい日があったかと思うと風が冷たく洋服を着こまずにはいられない日に逆戻り。三寒四温を実感！ (あ)

編集後記



～あそびとつといの広場～
ピーかぶー

子育て先輩ママのコーディネーターが常駐し、安心して遊ぶことができます。親子でゆったり過ごしてみませんか？

開催日の午前と午後に1回ずつミニイベントも行っています。

【3月の開催日】

3月9日(木)・23日(木)

場所: 永山公民館第1・2保育室(ベルブ永山4階)

時間: 10:00~16:00(受付は15:30まで)

※イベントは、11:00と14:00からの2回

※入場無料

※事前申込不要



イベントの詳細等はこちら→

保育室開放デー

公民館では、感染症対策を行いながら未就学児と保護者を対象に保育室を開放しています。出会いの場・交流の場としても自由にご利用下さい。

2月・3月の開催日は以下の通りです。

【永山公民館】

2月20日(月) / 3月20日(月)

場所: 第1・2保育室(ベルブ永山4階)

時間: 10:00~16:00

【関戸公民館】

2月1日(水)・15日(水)

3月1日(水)・15日(水)

場所: 保育室(ヴィータ7階)

時間: 9:00~16:45

たい焼き食べたい

のどから手が出る

っぽの先までアッコが

っぱい

ち切れなくて

よっとヨダレが

