

令和6年 安茂里地区 成人祝賀式 挙行される



館報 あもり

発行所
長野市立安茂里公民館
電話 226-4059
FAX 262-1168
発行人 新見 宏 司
発行月 5.7.9.11.1.3月
(株) 信光社

安茂里地区 世帯数と人口 (1月1日現在)

世帯数	9,129戸
総人口	19,915人
男	9,547人
女	10,368人

成人代表挨拶

新井 悠太



本日は、私たち新成人のために、このように盛大な式典を挙げていただきましたこと、心より御礼申し上げます。また、ご多忙中にもかかわらずご臨席賜りましたご来賓の皆様、誠にありがとうございます。

今日この日を、こうして迎えられるのも多くの方々の支えがあったからに違いありません。特に、どんな時も私たちのそばで大きな力となってくれた家族には感謝してもきれません。本当にありがとうございます。ついこの間、学生服に袖を通して、期待や不安を胸に学校に向かっていたと思えば、あっという間に成人を迎え、現在はそれぞれ

の道でそれぞれの夢や目標に向かって歩んでいます。改めて時の流れの速さを実感すると同時に、少しは成長できたのではないかと感じる場面もあります。

私は、高校を卒業して県外の大学に進学しました。小さいころから続けている競技サッカーに最後のチャンスとして、もう少し向き合いたいという私のわがままを聞いてくれた家族には頭が上がりません。周りには、社会人として立派に職に就いている仲間がいる中、学校で勉強を、好きなサッカーを続けさせてもらっている。この状況に感謝の気持ちを忘れず、残された時間の中で、目に見える結果や成長を示し、強さを持った優しく温かい人間となって恩返しをさせていただきます。「当たり前」なんてこの世に存在しない。親元を離れ一人で県外に行き、改めて強く実感しました。朝起きておはようと言う。寝る前はおやすみなさい。一緒にご飯を食べる。独り言になっっているかもしれないけれど今日あった嬉しいことも悲しいことも口に出す。他にもたくさんありますが、普段何気なく行っていること・言っていること・していること全てが幸せであり、「ありがとう」なのだと思えます。もちろんこれは家族だけではなく、ここにいる

仲間も同様です。喧嘩したこと、一緒に学校へ行ったこと、先生に叱られたことなど一つ一つが「幸せ」であり、今となっては「ありがとう」なのではないでしょうか。

先日、能登半島地震が起きました。元日にあれほど大きな災害が起こるなんて思ってもいませんでした。私自身、北陸地方の学校に通っているのも非常に驚いたと同時に不安と心配で胸が痛くなりました。本当に何が起るかわからない現代の中で、大切なものを見失わず、自分なりに充実させていくしかない。改めて考えさせられました。何気ない毎日・一瞬に感謝して日々過ごせていたらいいなと強く感じます。成人を迎え、私たちは一人の大人として自立していく必要があります。しかし、これから先も様々な方々・環境に支えていただくことが多くあると思います。常に感謝の気持ちを忘れず、一步一步進んでまいりますので、温かく見守っていただけると幸いです。

※今月号は諸事情により、「杏仁」はお休み致します。

成人式に
参加して



成人式を迎えて

感じること

平林 千明

無事に成人式を迎えることができ、大変嬉しく思います。そして、これまで育ててくれた両親、家族、地域の方々、たくさんの方の支えに感謝の気持ち湧き上がりました。私たちの代は、法律上で18歳に成人となったため、大人になったという実感のないままこれまで過ごしてきました。しかし成人式を通して、改めて成人したという事実を感じることが出来ました。学生の私は、これからも両親の助けがないと生きていくことはできませんが、友人の中にはもう働き始めている人や、今年の4月から働き始める人もいます。そんな自立していく友

人たちを見て、大学卒業後の進路も考えなければと焦りを感じるとともに、自分自身を見つめ直すいい機会となりました。成人としての新たなステージで、より豊かな人生を築いていくために、これから様々なことに挑戦しつつ、周りの人と共に歩んでいくことを楽しみにしています。



二十歳の抱負

吉村 朋華

20歳の抱負は、「人として自立し人を思いやる」です。

私は、高校を卒業して保育者を目指し清泉女学院短期大学の幼児教育科に通っています。今年の三月卒業し、横浜の保育園に就職することになりました。今までの学生生活では実家から通っていたということもあり家の事は手伝い程度にしかやっておらずお弁当も作ってもらい学校に通わせてもらっていました。これからは一人暮らしが始まり社会人としての責任も伴ってき

ます。頼れる人がいない自分
分でした。しっかりしていなくて
はならないと強く感じました。
そして、保育者となるため保
護者の方の大切なお子さんを
お預かりする立場になります。
自分のことだけではなく相手
のことを考えて行動すること
が大前提で求められています。
そのため今までの自分よりも
しっかりと自立し、相手のこ
とを考え行動できることを20
歳の目標にしてこれからの生
活を頑張って行きたいと思っ
ています。



運営委員を務めて

東井
希歩

今回、令和5年度成人式の運営委員を務めました。委員が5人という少ない人数の中、また集まる回数が少ない中、久しぶりに会うみんなが楽しかった、いい思い出になったと思えるようたくさん案を出し合いました。1つ前の先輩方は写真を集めてスライドを作ったりしていましたが、私

たちは上手いかず。歌を歌うことやレクリエーションも考えましたが難しく、何も案がないまま成人式を迎えてしまいました。そして1月1日に能登半島地震が発生し思うことはたくさんありました。1月6日安茂里地区の成人式は無事終わることができ、みんなにも「お疲れ様!」「よかったよ!」など声をかけて頂きました。私の決意は、考える力を身につけ発信していくことと人の思いを考え行動することです。どんな時でも自分の意見を率先的に発信していくことでやりがいがあると考えます。しかし、思ったことはすぐ言ってしまう癖があるの、発言する前に1歩下がって考えて行動していきたいです。



二十歳を迎えて

平林 真奈

成人祝賀式で久しぶりに中学時代の友人たちに会い、当時と同じように話げできたこ

と、とても嬉しく思っています。既に社会人として働いていたり、進学して夢の実現のために一生懸命学んでいたりと、みんな色々な場所で頑張っている聞き、刺激を受けました。私は、大学進学とともに県外で一人暮らしを始めました。その日にあったことを話しながら笑って過ごす家族の時間が、私にとっても大切で、心の支えになっていたのだと気づき、家族のありがたみを感じました。大学生になってからは、教育学部の活動や部活動、アルバイトなどでこれまで以上に多くの経験をしています。失敗してしまうことも、大変で投げ出したくなることもあります。が、これらの経験が私を成長させてくれています。二十歳になりお酒が飲めるようになったこと以外には、特に大きな変化はなく、まだまだ子どものままだと感じています。が、今しかできないことをたくさん経験し、成長していきたいです。そして、将来は愛してやまない地元長野で教員になることを目標に、頑張っていきます。

公民館講座

なかよし広場

寒さも何のその、今年もみんな元気な姿を見せてくれました。1月10日、新年が明けて初めての「なかよし広場」には10組22人の親子が参加。コロナだ、インフルだと巷では騒がしくなっていた時期でもありましたが、「風邪をひくこともなく、いや、ひきましたけど治って今日に間に合いました」といった親子や、「コロナも風邪も全く大丈夫です」という親子など、寒い中を元気に参加してくれました。さて、今回の講座はみんなでお正月気分を……という先生の配慮からか、まずは独楽づくり挑戦です。相手は未就園児の小さな子供たち、作るのに難しくなく完成品は危なくない……いろいろな気配りが必要で、毎回庄村先生のお知恵にすがるばかりです。この日の独楽も紙皿とペットボトルのキャップを組み合わせて完成、材料費も殆どかかりません……本当に先生には頭が下がります。完成した独楽で

ママと遊ぶ子供たちからは満面の笑みが、そしてこの日は他にアンパンマンやバイキンマンを描いた遊び道具も作り子供たちは大喜びでした。



絵柄の入った

やしようま作り

参加者全員が大満足！

去年あまりにも人気が高かったことから今年は1講座増やした「絵柄の入ったやしようま作り」は今年も大人気。講座への参加受付の朝、公民館事務室の3台の電話は受付開始時間と同時に鳴りっぱなしの状態に。そして、受付が始まって30分もしないうちに2講座24人の定員が埋まってしまったのです。その後も参加希望の電話が続きましたが、先生のご都合もあり2講座が限度という事でキャンセル待ちの人が続出。北信の郷土食の人気の高さには



びつくりです。迎えた1回目の講座は1月31日、女性ばかり12人が参加しスタート。肉球が可愛い「動物の足跡」とチューリップの作品作りに挑戦しました。蒸し器から湯気が立ち上る中、皆さん童心に帰って米粉との格闘に一生懸命です。そして開始から2時間が経ち先生のアドバイスやサポーターもあつてすべての参加者の作品が完成しました。そしていよいよ輪切りに……「素晴らしい！」「かわいー！」「ちよっと変！」いろいろな声があちこちからあがっていました。ほとんどの人が初めて作るといって「やしようま」……これだけ作れば十分です。確かに足跡がレコンの穴に見えたり、こんなチューリップの葉もあるよね……と個性豊かな作品が揃いましたが参加者全員が大満足の講座となりました。

短歌趣味の会

コストリカ軍隊持たず
非戦主義世界で一番幸福な国
傳田 紀昭

留守宅に残されし菊みだれ咲き
施設に入りし主を待つらむ
酒井 純子

災害はひとごとではない戒めを
募金に込める寒き駅前
小林 道子

天井を指さす幼どこを見る
動くおもちゃかそれとも宇宙
寺島 みき子

ひばり忌は川の流れのごとく
来て 昭和は遠く生命遂に
磯野 博康

少しでも老いをさらさず颯爽と
生きたしと思ふ九十二歳
林 道子

えんどうの角とりおればくる
くるの つるのコロんと春の
ダイヤル
磯野 智子

ダイヤモンド婚の案内来て健康
に過ぎし日々を互ひに感謝す
北村 多喜子

図書室より

新刊のご案内

書名	著者名	発行所	出版年
きみにおやすみをいうまえに	パオロ・プロイエット	工学図書	2023
オープンで焼くだけレシピ	上田 淳子	Gakken	2023
そんなことも知らないの？	バク ジョンス	フレーベル館	2023
妖怪コンビニ 3	レイゾフ 令文 ヒロ子	あすなろ書房	2023
JA全農米穀部さんのかんたん健康ごはん	JA全農米穀部	KADOKAWA	2023
わたしに会いたい	西 加奈子	集英社	2023
大量消費レシピヒットパレード！	市瀬 悦子	主婦と生活社	2023
龍の墓	貴井 徳郎	双葉社	2023
犬ぞう	サワジョウ 最勝寺 朋子	めくるむ	2023

公民館窓口で「読書通帳」を配布しています。

子どもも大人も歓迎です。
読書記録を残しましょう。
50冊目指して頑張ってみませんか。



令和6年度

成人学校講座の内容

場所／長野市立安茂里公民館

講座名	曜・時間	1 学 期	2 学 期	3 学 期	講 師
初心者の 手あみもの (定員15名) ※4月8日開講	(月) 午前 10:00 ～ 12:00	◎初めてかぎ針・棒針を持たれる方の講座です 1枚ごとに製図及び割り出しを指導し、修了までには一人で製図ができます ○棒針編みの基本技法を学ぶ ○やさしいベスト ○すかし模様のプルオーバー ○横編みのチュニック	○かぎ針編みの基本技法を学ぶ ○パイナップル編みのベスト ○モチーフベスト ○かぎ針編みの小物	○Vえりベスト ○多色配色のカーディガン ○丸ヨークプルオーバー ○流行手芸のいろいろ	岡村 啓子
英会話(初級) (定員24名) ※4月8日開講	(月) 午後 1:30 ～ 3:30	◎中1～高1程度の内容です ○挨拶、日常生活の中での決まり文句、単語、数字、発音、文法などをペアワーク、リーディング、リスニング、音読などを通して身につける	○様々な場面を設定して、そこで役に立つ表現を身につける ○実際の場面を想定して、会話の作成を行い、表現を学ぶ	○様々な場面を設定し、少し長い会話に挑戦したり、自分の気持ちを伝えることができる表現などを身につける ○週末の出来事などについて話せるようにする	向山 智子
気軽に スッキリ!ヨガ (定員15名) ※4月15日開講	(月) 午後 1:30 ～ 3:30	◎やさしいヨガポーズや呼吸法で、毎日が軽やかに過ごせる身体作りをします ○心と身体をほぐす ○自律神経をととのえる ○夏に向けて体力づくり	○夏冷え対策 ○秋のメンテナンス ○消化力を高める	○免疫力アップ ○冷え対策めぐりヨガ ○冬こそヨガで身体を動かそう	中島 和恵
あこがれの 毛筆に親しむ 「書道」 (定員20名) ※4月9日開講	(火) 午前 10:00 ～ 12:00	○漢字の学習 ・基本技法 ・楷書を習う ・行書を習う ・隷書を習う ○調和体の学習 ・基本学習 ・身近な言葉を書く ○かなの学習 ・いろは単体を習う ・変体がなを習う	○漢字の学習 ・草書を習う ・古典を学ぶ ・楷書、行書、草書 ○調和体の学習 ・詩、歌、文章を書く ○かなの学習 ・古筆を学ぶ ・俳句を書く ・和歌を書く	○作品の制作 ・漢字、調和体、かなともに作品に仕上げる	新井 清玉
実用英会話 (定員20名) ※4月9日開講	(火) 午後 1:30 ～ 3:30	○絵カード、会話カード等を使って基本的な英語の表現力をつける (中2～高1程度の内容) ○日常生活などについてできるだけ英語で話してみる	○絵カードを見て、英文を作ったり、クラスメートに質問したりしてみる ○新聞やTVのニュース、身の回りのできごと等について話してみる	○更に会話力をつける ○フリートーキング	近藤 秀子
四季を楽しむ 水彩画 (定員20名) ※4月11日開講	(木) 午後 1:30 ～ 3:30	○水彩画の用具、用紙、水張りの説明 ○鉛筆デッサン ○春の花、野菜を描く ○写生(新緑の風景を描く)	○人物 クロッキーを描き作品に仕上げる ○夏の野菜、花を描く ○秋の果物を描く ○写生(紅葉の風景を描く) ○模写	○人物 クロッキーを描き作品に仕上げる ○冬の野菜、花、生活の道具を描く ○身近な生活の中でモチーフを見つけ、構図を考えて作品に仕上げる ○作品を額に入れて飾って楽しむ	島田 恵子
楽々のびのび♪ ポールストレッチ (定員15名) ※4月11日開講 ※2学期制 (全24回)	(木) 午後 1:30 ～ 3:30	◎1学期 ○ストレッチボールの使い方を学ぶ ○自身の姿勢について知る ○基本のベーシックセブンを身につける	◎2学期 ○正しい姿勢を維持するための体幹について学ぶ ○セルフケアができるよう、身体の整え方を習得する		西澤真由美
楽しむ 「かな書道」 (定員20名) ※4月12日開講	(金) 午前 10:00 ～ 12:00	「書」を生活の中で楽しむためにまず、かな書道の基礎を学びます。 (太筆、細筆を使用) ○かなの基本線 ○ひらがなの単体 ○変体がな ○連綿 (2～5文字くらいのもの) ○俳句を細筆で書く	○和歌の行書き ○手紙(年賀状・メッセージカードなど) ○散らし書き ○太筆での作品制作	○和歌や俳句を短冊や半懐紙に書く ○作品に仕上げる ○「書」を生活の中で楽しむ	日詰 静琴

成人学校への入学手続き等

- ① 1学期受付日 令和6年4月1日(月) ※10時から(新規受講者) ※10時45分から(継続受講者) 【先着順】
 ② 受講料 各学期8,000円(学期毎に) 足りない分を前払をお願いします。(材料費等は含まれません。)
 ③ 回数 週1回で年間36回(1学期12回)(楽々のびのび♪ポールストレッチのみ年間24回(2学期制))