



美ヶ原の王ヶ頭にて
(左端が百瀬さん夫妻)



上高地ビジターセンターでの
自然学習会

松本に移住して一年数カ月、さまざまな公民館活動に参加し、生活にリズムと潤いを得ています。

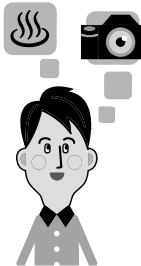
夫婦で「いきいき元気大学」に参加し、健康づくりに励んでいます。私は囲碁の会、妻は歌の会に参加し、趣味を充実させています。井戸巡りウォーキングでは、それぞれの井戸水でのコーヒーマグの味の違いを楽しみました。奈川での山菜採り、美ヶ原へのバスツアーも楽しい思い出です。

昨年11月には、「初冬の上高地を歩こう」の企画に参加しました。当日はあいにくの雨でしたが、ビジターセンターで、四季折々の上高地の映像と詳しい解説を聴くことができました。さらに帰途、乗鞍高原に寄り、「湯けむり館」で温泉につかることもできました。

充実した生活を送るために、これからも積極的に公民館活動に参加していきたいと思っています。

公民館活動に参加して

百瀬 隆(六九町会)



中央地区人権啓発推進協議会
異文化交流

「ロシア料理を作ろう」 に参加して 鶴見 幸衛

11月8日(土)、中央地区

人権啓発推進協議会主催の異文化交流事業「ロシア料理を作ろう」に参加しました。今回はボルシチを作りました。講師は市内在中で、公民館の利用者でもあるロシアウラジオストク出身の宮澤エレナ先生でした。

ボルシチは講師によれば、ロシア料理といっても元はウクライナに生まれた料理とのことでした。日本の味噌汁のように、どこか家庭でも週に何回も作られるとても一般的な料理だそうです。従って、味噌汁のように家庭や人が異なることで、作り方や味も共通点はあるながら、様々なものがあるようです。

今回作ったボルシチは、野菜もたっぷり入っていて、それなりに肉も多かったのですが、味はさっぱりとした感じでした。初めて知ったこととしては、作りたてよりも翌日など、ある程度時間が経ったときの方がおいしく食べられると聞いたことでしょうか。

この料理には是非必要な食材として、ビーツがありま

す。市内で購入可能とのことでしたが、できれば私も自分でビーツを栽培してみたいと思いました。ビーツ自身にも様々な栄養があり、かつ赤い彩りが付けられる、素晴らしい野菜だと思います。

参加された皆さんと料理を学びながら、ロシアの異文化についても知ることができ、楽しいひと時を過ごすことができました。



講師の宮澤エレナさん(左)

クリスマス コンサート

12月24日(水)のクリスマスイブの日、大手公民館でクリスマスコンサートが開催されました。今年はボイスアーティスト&トレーナーの布野えいじさんと、ゴスペルグループ「エターナルエンジェルス」の皆さんに、子どもからお年寄りの方まで楽しめるクリスマスソングなどを歌っていただきました。



布野えいじさん



会場の皆さんと一緒に

布野えいじさんは、「中央地区育児の集い」で実施しているリトミック(親子体操)の講師もつとめていただいております。

この日はエターナルエンジェルの皆さんと華やかな衣装で、力強い歌声を会場に響かせ、ゴスペル独自の弾むようなリズムに、参加した約30名の皆さんも一緒に口ずさんだり、手拍子をおくるなど楽しいひと時となりました。

公民館前に 立派な門松!



12月22日(月)、中央地区役員8名の皆さんが、大手公民館前で門松作りを行い、高さ約2・5mの立派な門松が完成しました。

竹は、小泉修平さん、赤松・紅白南天・杉の葉は、藤村吉彦さん、「こも」は、犬飼富雄さんがワラをきれいにすいてくださり、藤田久夫さんが編み上げました。寒風吹きささぶ寒い中ではありましたが、参加された役員の皆さんは和気あいあいと作業されました。

設置された門松を見た公民館利用者の皆さんや、松本を訪れた観光客などから、「立派な門松だねえ!」と、感嘆の声が上がっていました。作業にあたられた地区役員の皆さま、見事な門松をありがとうございました!



門松製作に携わった役員有志の皆さん

恒例の中央地区 餅つき大会



12月27日(土)、年末恒例の餅つき大会が開かれました。

もち米約16キロを蒸し、臼ときねを使った昔ながらの餅つきを、地元の親子ら約110名が楽しんでいました。

今年も、市マスコットキャラクターのアルプちゃんに来てくれて、参加されたお子さんと一緒に記念写真を撮りました。

餅つき終了後は、あんこやきな粉で味付けしたお餅をみんなで味わい、年末の楽しい思い出づくりとなったことでしょう。



中央地区新年初顔合わせ会

中央地区新年初顔合わせ会が1月6日(火)、午前11時から、大手公民館大会議室にて開催されました。

朝早くから地区の健康づくり推進委員、民生委員の皆さんがお雑煮やおにぎりを作り、仕出しのつまみなどと一緒に囲んで、地区住民・関係団体役員・地元市議会議員など、約60名の皆さんが賑やかな時間を過ごされました。

中央地区の課題などを住民の皆さんで共有し、課題解決に向けた活力ある一年となるよう、本年もよろしく願います。



松本城の野鳥たち

〜キセキレイ〜

②⑥



写真は久保田佐久良さん(岡田在中)が松本城の外堀で撮影

キセキレイは、スズメ目セキレイ科に分類される鳥類の一種です。おもに、溪流などの水辺に棲息し、日中は水辺を歩きながら水中や岩陰にひそむ昆虫類やクモ類などを捕まえて食べます。また飛んでいる昆虫を捕まえる、フライング・キャッチをする様子も観察されています。

頭から肩、背にかけてが灰色、上腹部が白色、下腹部が黄色で、鳴き声は「チン、チン」とやや高めに鳴きます。