

Chino Cultural Community
茅野市公民館報



茅野市中央公民館 ☎72-3266
茅野市宮川 4 5 5 2-2

No.693 発行：長野県茅野市中央公民館 編集：広報専門委員会 印刷：(株)中央企画 発行日：2025年(令和7年)5月1日



ゆきどけ..... 1
ニュースポーツ体験会..... 2
公民館講座受講生募集..... 2~3
ピアノリレーコンサート・諏訪ことば..... 4

いつまでも仲間と元気に！ 高齢者大学



昨年の暮れから私の両親（ジジ・ババ）と暮らすことになった。

実家が遠いために年に一度しか会えない暮らしが20年近く続いていた。

狭い家なのだが、家族みんな一緒に暮らすことを快く受け入れてくれた。両親はともに70代後半。正直一緒に暮らすことに不安でいっぱいだった。

3か月が過ぎ、両親が気を使いながらの生活を送っているのがまだ伝わってくる。

ジジは足が悪く家の中は壁をつたいながらの移動で、外出時は車いすでの移動サポートが必要。ババは元気で、車の運転もしているが、さすがに不安になる。

孫たちはジジと風呂に入り背中を流してくれる。ババは掃除・洗濯・炊事をこなしてくれ、共働きの妻の助けになっている。もっと早くから一緒に暮らしていればと思った。

日本は急速な高齢社会に突入している。茅野市内でも65歳以上の高齢者の割合が増加している。今回一緒に暮らすことになって、少し茅野市の介護サービスや支援を調べてみた。

在宅介護、介護施設、ショートステイ、地域包括支援センター、ケアマネジメント、高齢者大学など高齢者が安心して暮らせるよう地域に根ざした取組が行われていることがわかった。高齢者向けのアウトドアや文化活動、祭りへの参加、体を動かしながら地域とのふれあいを大切にする取組、調べるとまだまだ出てくる。

介護サービスの需要は今後さらに増加すると思われる。それに応じて人材不足や資金不足などの課題もある中、茅野市は介護職員の待遇改善・研修制度の充実を図っている。

地域全体で支えあう仕組み作り、住民の理解や協力が必要だ。

（岡崎 達也）



ニュースポーツ体験会

申込不要!

ニュースポーツは、年齢や体力に関わらず、だれもが楽しめるスポーツとして注目を集めており、市内でも各地区や分館等のスポーツの行事で行われるようになってきています。地域の公民館活動の参考にしたい方、ニュースポーツに興味がある方等、どなたでもご参加いただけます。



▲昨年の様子

日時 5月9日(金) 午後6時45分～受付
午後7時～体験
会場 運動公園総合体育館 メイン体育館
講師 茅野市スポーツ推進委員
種目 モルック、ポッチャ、スポーツガラッキー、
ディスクッター、(予定)
持ち物 上履き(運動靴)、筆記用具
可能な方は、運動のできる服装
申込 不要：当日、会場へお越しください。
問い合わせ 茅野市中央公民館 ☎ 72-3266

公民館講座受講生募集

(キャンセルする場合はできるだけ早めに茅野市中央公民館担当までお申し出ください)

※講座を受講するにあたり、手話通訳などを希望される方は申込時にお知らせください。

【茅野学講座】『佐久諏訪電気鉄道』と『諏訪鉄山鉄道』 2本の“幻の鉄道”跡を辿る

佐久諏訪電気鉄道は、大正時代、佐久と諏訪を結ぼうと計画された鉄道です。開業に至らなかった鉄道は、どこを通るはずだったのでしょうか。残された橋台や電車道が、警笛をならすことのなかった“幻の鉄道”の存在を物語っています。

諏訪鉄山鉄道は、戦時中、蓼科中央高原で採掘された鉄鉱石を茅野駅まで運ぶために敷設された鉄道です。半年余りの突貫工事で輸送が開始されましたが、運行できたのはわずか半年余りで、“幻の鉄道”と呼ばれることになりました。

日時 5月19日(月) 午前8時45分～正午

集合場所 茅野市中央公民館 移動手段 マイクロバス

講師 宮坂 敏郎 先生(諏訪鉄山の歴史保存をすすめる会)

行程 中央公民館玄関前集合8:45 中央公民館出発9:00

⇒ 栗沢橋脚の一部(車窓から) ⇒ 鬼場橋台の石積み

⇒ 長倉開渠橋台 ⇒ 湖東築堤(電車道) ⇒ 芹ヶ沢橋脚

⇒ 湯川駅予定地

鉄山鉄道花蒔駅跡 ⇒ 鉄道敷設跡(旧ビーナスライン) ⇒ 中央公民館帰着 解散 正午

受講料 無料 定員 16名 受講資格 市内在住・在学・在勤者

その他 ・少雨の場合は決行します。悪天候で実施できない場合は、中央公民館2階学習室で写真を用いた解説に替えさせていただきます。

・足元の悪い場所を歩きます。運動靴を履いてご参加ください。

受付開始

4月30日(水)
午前10時～
(電話で先着順)



お問い合わせ・申込先 茅野市中央公民館 ☎ 72-3266 (窓口受付は行いません)

公民館講座受講生募集

(キャンセルする場合はできるだけ早めに茅野市中央公民館担当までお申し出ください)

※ 講座を受講するにあたり、手話通訳などを希望される方は申込時にお知らせください。

はじめての空手道講座

道着がなくても、経験がなくても、大人でも子どもでも、誰でもウェルカム！

市内で空手道場を運営し、国際的にも活躍されているプロの指導者から、空手道の動きを学びます。型や組み手の基本を学びながら、全身を動かし鍛えることができるうえ、礼儀や礼節を学べる機会にもなります。

日 時 6月4日、11日、18日（水曜日 全3回）
午後7時～8時

会 場 茅野市中央公民館 3階 体育室

講 師 江尻 昌広 先生
(公財) 全日本空手道連盟所属 星友館 代表
(公財) 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者

受講資格 市内在住・在学・在勤者
(年少相当児以上のお子さんから対象です)

受講料 1,000円 **定 員** 20名

持 ち 物 裸足で運動のできる服装、汗拭きタオル、飲料水

受付開始

4月30日（水）
正午～（電話または
インターネット先着順）



▲ 昨年の講座の様子



▲ 申込フォーム

茅野学講座 野外彫刻を“楽しむ”講座

蓼科湖畔にある『蓼科高原芸術の森彫刻公園』には、昭和を代表する彫刻家 北村西望^{せいぼう}の作品を中心に現代作家の作品約70点が展示されています。解説を聴きながら芸術を楽しむ講座を企画しました。子どもも大人も一緒に楽しめる内容です。

日 時 6月8日（日曜日）
午前9時15分～11時20分（少雨決行）

日程と場所 9時15分 集合
蓼科湖畔駐車場 貸しボート桟橋側「公衆トイレ」前
9時30分～11時 作品鑑賞
解散 11時20分

講 師 川田 和弘 先生（造形作家）

受講料 無料 **定 員** 18名

受講資格 市内在住・在学・在勤者

そ の 他 公園内を歩きますので運動靴で
ご参加ください

受付開始

5月12日（月）
午前10時～
（電話で先着順）



お問い合わせ・申込先 茅野市中央公民館 ☎ 72-3266（窓口受付は行いません）

茅野市中央公民館 ピアノリニューアル記念 リレーコンサート

5/24・25 (土) (日)

午前の部：午前 10 時～

午後の部：午後 1 時～

会場：茅野市中央公民館 2F
視聴覚室

入場
無料

2月にオーバーホールを行ったチェコ・ペトロフ社製のグランドピアノ。
導入してから 30 年以上、数々の音楽団体を支えてきました。
ピアノ演奏、合唱、オカリナ、ヴァイオリン etc
ピアノと音楽を愛する同志延べ約 180 名によるリレーコンサートを
開催します。

「オーバーホールって何するの？」の展示のほか、24 日（土）は
ひまわり作業所さんによるクッキー等の販売もあります♪
お気軽にお出かけください。



【出演予定】(敬称略)

5 月 24 日(土) 午前 10 時～

- ・茅野コーラス
- ・とまとちゃん—Piano & Cajon & Vocal—
- ・茅野混声合唱団
- ・KOBUSHI 弦楽アンサンブル
- ・アンサンブル・カペラ
- ・アンサンブル Terra
- ・そよ風のおくりもの
- ・両角亜紀美
- ・両角亜紀美 & 千野瞳

5 月 24 日(土) 午後 1 時～

- ・立木めいり
- ・高橋蒼志 & 南波咲和
- ・宮坂由夢
- ・植松笑結 & 松田のどか
- ・小澤夢音
- ・池上寧音 & 大平美雨
- ・藤澤心音
- ・高橋美由奈 & 小平彩乃
- ・高橋葵菜
- ・井川澪 & 宮坂愛桜渚 & 五味詩月
- ・清水侑希奈
- ・藤澤桃音 & 藤澤心音
- ・藤澤桃音 & 立木聖花
- ・藤澤真紀
- ・原田典子
- ・五味ひさ
- ・長田篤雄
- ・斎藤淳
- ・まきオペレッタスクール

5 月 25 日(日) 午前 10 時～

- ・コール・フェミニーレ
- ・くるみーず
- ・唐沢なおみ & 竹田広子
- ・佐藤大地
- ・蛭間敬
- ・蛭間聡一郎

5 月 25 日(日) 午後 1 時～

- ・西澤綾
- ・岡村康
- ・嘉瀬かほる
- ・長月の会
- ・子どもとアンサンブル
- ・佐藤美香
- ・河西真紀子
- ・Musica é vita
- ・矢崎進一
- ・合唱団「空」

アンケートフォームには他にも
様々な諏訪ことばが。
ことばの意味とアンケート結果
は 7 月 1 日号からご紹介します。

ごしたい
かしがる
うつつかる
ぶちやーる
ぼける
けったくる
ごためた
いかず
おでえさまにこうがわく
あるをつくしていただきました



▲アンケートフォーム

本号から新コーナーとして、
「知らなかった！諏訪ことば」を連
載します。
まずは皆さんにアンケート。
このことば、わかりますか？

知らなかった！ 諏訪ことば

協力：八ヶ岳総合博物館、
国立国語研究所
「市民科学」プロジェクト