



令和3年11月1日現在

人口	14,256人
男性	6,884人
女性	7,372人
世帯数	6,760戸

### 本郷公民館 サークル展示会開催

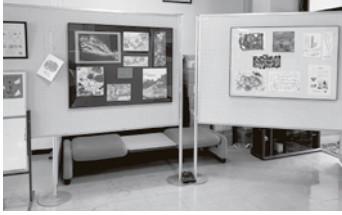
今年の文化祭は趣向を変え、サークル展示会として開催しました。9月から10月にかけて、例年に倣い、文化祭検討委員会を開催し、協議を重ねてきましたが、コロナの状況は見通せず、人をたくさん集める文化祭の形式に囚われず、発表の場を希望されるサークルだけの展示会としました。

本郷公民館利用のサークルの皆さんの2年間の力作が10月25日から11月14日まで3週間にわたって発表され、支所や図書館・公民館を利用された方々に楽しんでもらいました。

浅間温泉の新そば祭りは中止となり、松明祭も神事のみとなりました。コロナ前とは全く異なる本郷地区の秋ですが、徐々に日常が戻って止みません。



←くれよん (手編み作品)  
↓松本強制労働調査団



↑美術同好会 (アートクラブ) 洗濯船



↑書道クラブ↓



↓松本フォトアカデミー



→玉水会  
←(水画)



→本郷タルと自然を愛する会  
←b(ふらっと)

### 自分を知る 心を学ぶ

先日、本郷公民館主催の「心理学講座」に参加させていただきました。どんなお話が聴けるのか、どんな方々が受講されているのかと、興味津々で出かけてきました。講師の先生は松本大学の矢崎先生で、楽しい授業であつたという間に時間が過ぎていきました。

講座を受講して、川治プリンスホテル火災、韓国地下鉄火災、東日本大震災、御岳山噴火での真相が少しわかったような気がしました。

災害が発生した時人間はどんな心理状態に陥り、とっさ

にどんな行動をとるのでしようか。煙が充滿しつつかあるのになぜ避難しなかったのか。津波警報・洪水警報・避難勧告が発表されるも多くの人が避難しなかったのはなぜか。

混乱時にみられる心理現象に凍りつき現象というものがあり、混乱時の10-80-10理論では、凍りつき現象が生じると、約10%の人は瞬時に状況を判断し迅速に適切な行動を取り、約80%の人は思考行動が停止、約10%の人はパニックに陥り呆然自失とのこと。

緊急時における人間心理が防災対策に役だつといいなと思いました。

### 本郷地区 親睦マレットゴルフ大会

10月21日(木) 青空の下、今年度唯一となつてしまった本郷公民館体育委員会主催の本郷地区親睦マレットゴルフ大会が開催されました。

新型コロナウイルス感染症の拡大も落ち着きを見せ、秋の快晴の空の下、朝からの冷え込みも吹き飛ばすように6町会、23名の参加者が、和気あいあいと親睦を深めながらアルプス公園のマレットゴルフ場のからまつコースをラウンドしました。

日頃からの練習の成果か、皆さんアンダーパーの好成績を残す中、大村町会からご参加いただいたご夫妻が、同じ53打で、優勝・準優勝を獲得しました。

コロナで集まらない時代ではありますが、密にならない工夫をし、健康的に体を動かす、そういう機会を今後とも作っていききたいものです。



### 合併50周年特別企画

#### 原町会のおしゃべりサロン

町会の誰もが気楽に集まってお茶を飲みながらおしゃべりを楽しむ場を、との想いから平成28年9月にスタートした「おしゃべりサロン」。町会役員に加え15名のボランティアスタッフがの協力を得て、月1回の開催を重ねて5年が経過しました。

参加者は毎回20名前後。内容は、行政や各種団体からの協力による世の中の情勢や季節に合った出前講座や軽体操を柱に、コロナ禍の前は、手作りのお菓子や漬物・煮物を囲んでの茶話会を楽しんでいました。

#### 親子で水鉄砲を作ろう

洞町会小学校育成部のお楽しみ会を8月1日(日)に開催し、親子約30名が参加して水鉄砲作りを行いました。

昨年度までの2年間は新型コロナウイルスにより中止となりましたが、今年度は子供達に何か思い出とない行事ができないかと、育成部長が中心となって話し合い水鉄砲作



9月のサロンの様子をご紹介しますと、「いきいき百歳体操で介護予防」と題して、高齢者が要介護状態にならずに健康でいきいきと生活を送るために必要とされる動作(物を持つ、立つ、歩く等)の筋力アップを図る体操を約40分間行いました。今回は民生児童委員と生活支援員が他の自治体作成のDVDを用意しまし

たが、毎月の事ですのでスタッフの知恵の出どころです。生涯学習や地域の絆づくり、孤独への癒しなど、参加者の皆様には大変喜んでいただいていますので、今後も「居心地の良い居場所づくり」を継続していきたいとのことでした。

りをやることに決めました。コロナ防止対策をして親子が手伝いながら作品を完成させました。完成後は子供用プールに水を入れ、服をびしょぬれにして水鉄砲で飛ばしっこをして楽しみました。

現在は町会の子供達と一緒に遊ぶ機会が少なくなってきました。年1回はお楽しみ会を通じて集まり、子供達が思い出に残る行事を続けていきたいものです。



#### 大村町会文化祭

昨年に引き続きコロナ禍での開催となりました「第38回 大村町会文化祭」が10月30・31日の2日間にわたって行われました。選挙により公民館が使用できなくなったため、会場を大宮神社に変更して行われました。

感染症対策を取った神社社務所では絵画、書道、手作り品などの「作品展示会」を、各種活動の「発表会」は、拜殿をステージに、境内を観客席にして行いました。いずれにしても文化祭

#### 青空の下健康講座開講

10月23日(土)の暖かい秋空の下、大勢の受講者が集まり、湯けむり公園で今年度4回目の健康講座が開講されました。

昨年度は、同じ場所で浅間温泉第3町会が「貯筋体操」講座を開きました。今年度は、浅間温泉第1・2・3町会が合同して「太極拳」講座を本郷福祉ひろばで教授している庵先生と百瀬先生のご指導を得て行っています。



講座は、24式太極拳の前後に準備・整理体操

をお宮で行うことは初めてのことだと思えます。また、大村町会の名物「田園マレットゴルフ大会」も、広大な大村地区の田んぼを利用したコースに18ホールを設定して行われました。

コロナの影響で規模を縮小しての開催となりましたが、期間中は好天にも恵まれ、町会の皆さまも、文化祭を大いに楽しみました。



の要素もある「八段錦」を休みを取りながらやりますが、使わない筋肉を使うので痛いし、覚えることも多いのでみんなで愚痴りながら陽の光を一杯に受けて、月1回楽しんでいます。

11月13日(土)が今年度最後の講座ですが終了後、西宮恵比寿神社まで散歩を予定しています。

今回隣接する3町会が協力したことは、意義深いものではないでしょうか。



#### 浅間温泉文化センター 避難所運営委員会開催

本年8月、停滞前線による大雨で、本郷公民館でも避難所が開設され、延べ22名の方々が避難されました。災害の種類や危険度に応じて、避難所が開設されますが、災害時に自宅での生活が困難な方が一定期間滞在する場として指定避難所があります。本郷地区には6カ所の指定避難所があり、それぞれに避難所運営委員会が組織されます。

9月29日に、その指定避難所となる浅間温泉文化センターで、浅間温泉の5つの町会の代表者、市の避難所関係者、施設管理担当者からなる、浅間温泉文化センター避難所運営委員会が開かれました。

会議では、避難所開設・運営の仕組みについて説明があり、課題等について意見交換を行った後、避難所を見学、避難所で使用する備品等を保管する備品倉庫の確認をしました。

