



奈川の人口	
平成 27 年 11 月 1 日現在	
総世帯数	349 世帯
総人口	775 人
男	366 人
女	409 人

発行 奈川公民館  
 発行者 勝山裕康  
 編集者 公民館報編集委員会  
 印刷 (株)プラルト

# 第56回 奈川地区文化祭



公民館講座「屋形太鼓」を披露する子どもたち

10月31日と11月1日、奈川地区文化祭が行われました。  
 様々な展示物、農産物が並び、公民館講座「押し花アート講習会」「プリザーブドフラワー講座」の力作が文字通り華を添えました。今年タイムカプセル開封式が行われ、奈川村閉村時に埋設された記念物品が10年ぶりに開封されました。大勢の関係者に見守られながら次々とお披露目された。



大人顔負けの演舞



どれも見事です



プリザーブドフラワー作品

品々。皆さん一様に懐かしさがこみあげた事でしょう。芸能祭では慣れた舞台とあってか、リラックスとして練習の成果を発表するグループが、それぞれの色を出しながら美しい音色や踊りを見せていました。



タイムカプセル開封式の様子

## 農産物特別賞

人参	奥原 昭江 (寄合渡)
ロマネスコ	八木千賀子 (小原)
ねぎみ大根	橋本 実嗣 (古宿)
キャンペラ	古畑 美津子 (古宿)
キャベツ(ビッグ)	宮野 威敏 (神谷)

## 農産物優秀賞

保平かぶ	奥原 勝由 (神谷)
	池田 清一 (古宿)
ブロッコリー	奥原 美喜子 (神谷)
大根	奥原 昭江 (寄合渡)
キャベツ	奥原 美喜子 (神谷)
花豆	奥原 勝由 (神谷)
じゃがいも	奥原 利子 (神谷)

(敬称略)

- ◆◆◆◆ 協賛団体 ◆◆◆◆
- ・奈川地区町会連合会
  - ・奈川地区福祉ひろば事業推進委員会
  - ・あづみ農協奈川支所
  - ・(財)奈川振興公社・奈川山菜株式会社

### 自熱地区ソフト

10月4日、第57回ソフトボール大会が木曾路原グラウンドで開催されました。熱戦の末、3試合を勝ち抜き、優勝を決めたのは「みよりB」チームでした。

## 結果

優勝	みよりB
準優勝	みよりA
第3位	入田
	黒川渡・湯の原

## ヨガでリラックス

9月から6回のヨガ講座が開催されました。講師はおなじみの名小路先生。無理をしないで自分のできる範囲でという先生の言葉で、参加者はリラックスしてポーズを取っていました。まず基本のあぐら

では「尾てい骨を立てて座る」ことを教えてもらい、背筋が伸びた姿勢で座ることから始めました。さらにいろいろなポーズを取っていくと、じわじわと腕や足が重くなってきたり下ろしたい、でもがまん！と葛藤しながら時間が過ぎていきました。終わる頃には肩や足が軽くなったり気持ちもすっきりしました。



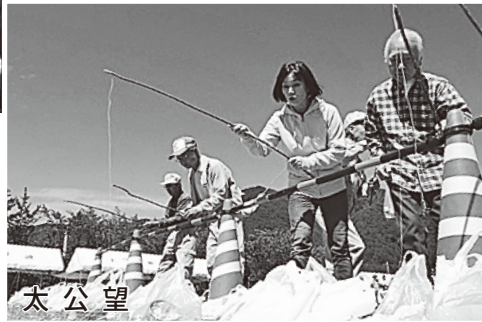
# 第12回 秋の大運動会

9月12日、奈川小中学校グラウンドにて秋の大運動会が行われました。奈川地区と小中学校・保育園合同の運動会とあって、大勢の方々が参加し歓声をあげていました。

前日までの長雨で、グラウンドでの練習がほとんど出来なかった子どもたちでしたが、当日は天候にも恵まれ、一人一人が主役となって活躍し、競技にのぞんでいました。



大玉送り



太公望

地区で行われる世代を問わない大きな行事の一つである運動会。これから先も大勢の方々と一緒に開催出来たらいいですね。



## 第12回 秋の大運動会結果

総合順位	
優勝	追金公民館
準優勝	入田公民館
第3位	みより公民館

公民館対抗種目 優勝	
カムオン	古宿公民館
力を合わせてヨイショ	みより公民館
お父さんの晩酌	追金公民館
いばらの道リレー	三和公民館

奈川小中学校 (得点)	
赤組	36点
白組	32点

## 梓川流域見学

## — 自然エネルギー講座 —

その後、梓川最上流にあたる上高地では、大正池の堆積土砂の除去などが行われ



釜ヶ淵堰堤工事の様子

9月29日に、梓川流域砂防施設の見学が行われました。最初に向かったのは金原砂防堰堤です。間近に見る堰堤は大きく立派なもので迫力があり、河川左岸に造られた魚道には、悠々と泳ぐ魚の姿が見られました。上高地にほど近い釜ヶ淵上流砂防堰堤では一般の立ち入りができない所を案内していただき、足のすくむような高さから下方に見える大規模な堰堤修復の現場の様子を見学しました。

## 体をほぐして 健康になろう

9月8日に福祉ひろばでウェーブリングストレッチの講座が開催されました。講師は、スポーツインストラクターの寺平美樹さん。体の痛みや故障のメカニズムを学んだあと、ウェーブリングという健康器具を使って足裏からひざの裏までをほぐしました。ほぐす時の予想外の痛みには涙が出そうになりましたが、正座が楽になる、爪先立ちが容易にできるなど、目に見える効果に参加したみなさん驚いていました。

先生の「少しでもやって、毎日継続すること大切」という言葉が印象的でした。



初めてのウェーブリング

## 野麦路



東京国立博物館は上野にある建物で、私が大好きな場所のひとつ。日本の始まりから今日までを、書物や仏像、刀の類、武士の鎧、兜、衣装などから読み取ることができる。

一番驚くのは仏像だ。ガラスケースに入れていないものがあり、大丈夫なのだろうかと心配になってくる。遠く千年以上も前の仏像と目を合わすと、不思議な感覚に包まれる。はるか昔を越え同じ空気を吸っている「今」という瞬間が、とても大切に思えてくるのだ。

世界中の人々が命をつなぎながら「今」を生きている。争いから逃れようと国を捨て安住の地を求め、武器を手にとる人々もいる。

あの仏像のような、穏やかな眼差しに皆がなれたら、平和で幸せな世界が実現するのだろうか。また上野に行き静かに問いかけてみたいと思う。

(竹田原 優子)