

発行

2016

3/30

# まつもと 公民館報



シリーズ 受け継ぎ伝える松本のたから 24

## ＝ 季節の変わり目の前日・節分と豆まき ＝ 邪気(おに)を払い、福を呼び込む!!

### 節分は季節の 変わり目の行事

2月3日は節分。  
「鬼は外・福は内」と  
豆まきをしたことで  
しょう。季節の変わり  
目「立春・立夏・立秋・  
立冬の前日」が節分  
です。

昔は目に見えない  
邪気が、「おに」と考  
えられていました。  
災害、病、飢饉など、  
人間の想像力を超え  
た恐ろしい出来事  
は、鬼の仕業だと思  
われていたのです。

豆まきは、旧暦の  
新年(立春)を迎える  
前日に、鬼に豆をぶつ  
けて邪気を払い、福  
を呼び込むことです。

また鬼の嫌いな柀  
の枝に鰯の頭を刺し  
て、戸口に置き、鬼の  
侵入を防ぐ風習もあ  
りました。

こうして一年間の  
邪気を払い、晴れやか  
な立春を迎える行事  
として、現在でも親  
しまれていますね。

# 地域を学びでつなぎ「暮らし」を創る「公民館の可能性」 第31回 松本市公民館研究集会

2月14日に中央公民館で、約340人の市民・関係者が参加して、公民館研究集会が開催されました。地域を取り巻く現状や課題を、身近な「暮らし」の視点から捉え直しながら、暮らしと学習、学習と実践を結びつけ、地域と人をつなぐ公民館の役割や可能性についてのパネルディスカッションと、9つの分科会で熱心な意見交換が行われましたので、概略を掲載します。

## パネルディスカッション

### 「松本市の公民館の新たな可能性」

【パネリスト】  
信州大学教授  
尼崎市顧問  
【コーディネーター】  
松本市公民館運営委員会副委員長  
御子柴 宏氏

井上 信宏氏  
船木 成記氏



パネルディスカッション「松本市公民館の新たな可能性」

人口減少時代に入り、地域や家族の変化で、誰もが住み慣れた家や地域で安心して暮らし続けるという「ふつうの幸せ」が難しくなってきました。そこで、地域づくりは人づくり、人づくりは繋がりがづくり、づくりは学習+実践の考え方で、やる福祉を通じてつくる地域包括ケアシステムにより、健康維持から緊急対応まで網羅していきます。学習する地域の構築を目指し、一人一人のよかった・うれしい・ありがたの設計。自分たちのまちは自分たちでつくる。経験から学び行動するシチズンシップの育つまちへ。「地域づくりや公民館活動は嫌々やるのではなく楽しんでやるう」とのまとめがありました。



第6分科会の様子

## 第6分科会 「地域での防災と福祉」 被災の教訓を活かし 地域を見直し、ささえあう 仕組みをめざそう

高齢、過疎化による災害発生時等の自主防災力の低下、民生・児童委員の要援護者救助班の活動の様子、「ささえあいマップ」や「ささえ愛カード」の作成、つながりが大切な要援護者の把握等の発表がありました。

次にグループに分かれ「要援護者対象」「避難所運営」「情報の連携」の3つの課題から選り議論しました。終わりに「避難所運営」「被災者支援」については、弱者の目線で取り組んでほしいと助言者がまとめました。

## 第8分科会 「人材育成と担い手不足」 人材発掘と生きがいの 仕組みづくり

この分科会では、地域の活性化、人材の発掘を目的とした先進的な取り組みや事例の発表などがありました。中でも、芳川公民館長は、「資格の有無に関係なく、自分の体験したことを活かしてボランティア活動をすることで、生きがいを感じている人が多い。」と話しました。これを聞いたとき、これからの公民館活動に大きなヒントがあり、これまで町会などで悩んでいた人材の確保も解決されていく予感がしました。他の発表も素晴らしいアイデアばかりで、どれもが参考になりました。

## 第9分科会 「公民館のあり方」 つどい、まなび、むすぶ 公民館の学びが生み出す 地域の力

「自分たちのまちは、自分たちで考え、創る」をテーマに、行政主体ではなく、住民自らがまちづくりを実践している第三地区の事例の紹介がありました。地域の歴史、文化を知ることから始め、普段は歩かない小路を親子や地域の小中学校の先生方と一緒に歩き、町の魅力を感じました。その後は歴史に興味を持った子どもたちの授業に繋がりました。市の都市政策課ともまち歩きをしました。普段生活している住民でなければ分からない「側溝の段差をなくす」など、出来ることから協議されているようです。

これからの「公民館活動のあり方」は他の事例発表にもありましたが、公民館と一緒に、型にはまった考えではなく、まずは行動して解決することが大切だと学びました。住民の熱意を公民館主事、館長が自分の事として受け止め、地区を育てて欲しいとのまとめが印象的でした。



源池小学校のまち歩きの授業



啓発用コースター

会場の冒頭で進行役がコースターを掲

③ お開きの前10分間は、自分の席に戻って、再度料理を楽しましませう。

運動の推進役であるホテル・飲食店などの団体で組織する松本旅料飲食団体協議会によると、「店舗などで啓発用のコースターを置き普及に努めていただきます。宴の冒頭で進行役がコースターを掲

② 乾杯後30分間は席を立たず料理を楽しましませう。

飲食店から出る生ごみの約6割は食べ残しです。その削減対策として松本市は、次の3点を提唱しています。

① 注文の際には、適量を注文しましょう。

### 飲食店での30・10運動

松本市から全国に広がる さんまをいじまる **残さず食べよう！30・10運動**

食べられるのに捨てられている食品(食品ロス)は、全国で年間64.2万トン。これは国連が、食糧難の国々に援助している量の約2倍です。食品ロスを減らそうと、松本市が平成23年度から取り組んでいる30・10運動。農林水産省食料産業局長賞を受賞するなど実績が評価され、全国的にも注目されています。

## 写真でつづる まつもとの今昔②7

～立ち食いそば～



(1975.12.28 写真提供：日本報道写真連盟)

1978年のやまびこ国体に向けて、松本駅前の再開発が急ピッチで行われていた。玉子そば140円、天ぷらそば160円、天玉そば190円で販売。



(2016.2.29 撮影)

現在の価格は玉子そば340円、天ぷらそば380円、天玉そば420円である。

げ、趣旨を説明のうえ実践しようと呼びかける光景も日常化し、この運動が浸透してきた実感があります。」と話していました。

**家庭での30・10運動**

食品ロスの約半分は家庭か

ら出るものです。平成25年度の松本市の調査によると、一般家庭における生ごみに占める食品ロスは約3割。このため、家庭版30・10運動として次の2点を提唱しています。

① 毎月30日は『冷蔵庫クリーンアップデー』期限の近い物、残り物を使い切り冷蔵庫を空にしよう。

② 毎月10日は『もったいないクッキングデー』今まで捨てていた野菜の茎などを使って調理してみよう。

松原地区公民館の「省エネ・エコを楽しまる会」では、どうすればもったいなくはない使い方ができるかをテーマに、キャベツや大根を丸ごと使い切るレシピなど、メインの食



キャベツ丸ごとと使い切り料理

材の残ったもので他のメニューを考え、無駄なく使い切るもったいないクッキングに取り組んでいます。また、残った料理をリメイクする工夫も食品ロスをなくすことに繋がっています。

**おこひる**

素人の気まぐれでリンゴ苗を2本植えて3年。そろそろ実がなっても良い頃らしい▼順調に育っていた夏場を過ぎ9月に入ると、葉の何枚かに茶色の円模様が出てきた。病気かと思ひ消毒したが、そのうちに実まで茶色の斑点が出るようになった。消毒しても効果はなく、斑点は大きさを増した。ついに実が落ち始め、10月中旬にはなんと数個になった▼斑点はあるが、実のりはなかなか良い。何としても1個ぐらいは霜に当て蜜入りにして食べたい▼鳥につつかれてしまう心配もあるが、霜が来るまではと我慢したものの、待ちきれずに切つてみると果肉はおいしそうでない。食べると水分が足りず、まずい！これでは鳥も来ないはずだ▼かくして最初の収穫は失敗した。次を期して調査開始、武器はインターネットだ。検査ボックスに「リンゴ茶色の斑点」とすると「リンゴの日焼け」という診断。長野県農政部「温暖化の影響による果実の日焼け障害」▼ありゃー私はあきらめればすむが、リンゴ農家には、TPPに加え地球温暖化、二重の外患だ。一つくらいは取り除きたいものだ。

地域探訪

歩まろう松本!

27

第一地区ウォーキングコース

第一地区は、市街地中心部にあり、松本城下の時代を見る  
ことができます。

第一地区は、せせらぎ・蔵の町コース2キロメートル所要時間約40分のコースと駅前コース2・6キロメートル約50分のコースがあります。今回せせらぎ・蔵の町コースを歩いてみました。スタート地点はMウイング手まり時計前。伊勢町通りは車道・歩道共に道幅が広くなり、電線などが地下に埋設され、町並がすっきりしています。本町通りとの角には、牛つなぎ石があります。本町通りから中町通りに入ります。この通りは蔵が並び城下町を再現しています。蔵シツク館前には、蔵の井戸。はかり資料館の前を通り大橋通りへ。この角には善光寺街道辻井戸があり、左折してまもなく本立寺小路をぬけると伊織霊水。農民一揆



▲Mウイングの手まり時計

「加助騒動」に際し、農民たちの助命と救済に奔走した鈴木伊織が眠る墓の入り口に伊織霊水があります。女鳥羽川に沿って下り、千歳橋を渡ります。時計博物館・旧開智小学校跡・浄林寺山門の西、せせらぎ公園を通ってMウイングへと戻ってきました。普段何気なく通り過ぎていたこのコースをのんびり歩いてきました。通りを振り返るとアルプスが見えるところもあります。湧水も何か所かあり、潤いと安らぎを与えてくれました。江戸時代末の旧町名の石標柱もあちこちにあります。見慣れた町並を再発見できるコースでした。

わがまち自慢 第10回

大手五丁目の「餌差町十王堂」再建される

十王堂は、城主石川数正が城下町の町割りに当たり、防衛と、各地への里程の基準とするために、東西南北の木戸に設置したと伝えられています。十王の像が現存するのは東の餌差町だけで、『閻魔堂』とも呼ばれています。西は分銅町に地蔵堂が、また南の博労町には石仏などが残り、北は安原町に標柱が建ち、名号塔が残っています。

cmの堂々たる像です。力強い顔と、漆箔で彩色された衣の文様は鮮明であり、大切に継承されています。保存会代表の小林崇泰さんは、幼い頃から遊び親しんできたお堂を、地域の宝として後世に引き継いでいきたいと話していました。

檜材を使い、明るくなった堂の中は、中央に放光庵のお地藏様が安置され、向かって右側に十王が並んでいます。大きな閻魔大王は寄せ木造りで、高さ110



地産地消のかんたんレシピ

食べすぎ注意の『レーズンバター』

ただ混ぜるだけでレシピって程じゃない!!

材料：バター、レーズン、ラム酒

- 1. バターを常温で柔らかくしておく
2. レーズンを器に入れ、ラム酒に浸けておく
3. 1に2を加えて混ぜ合わせる
4. ラップに形を整えながら包み、冷蔵庫で冷やす

