



安原の いま	総人口 4,531人 (前年比-49人) 【男 2,196人 女 2,335人】 安原地区公民館 〒390-0802 松本市旭2-11-13 TEL 0263-39-0701
-----------	--

# 歓声響くドッジボール大会

## 4年ぶりに子ども育成会が開催

5月21日、青空の下で子ども育成会球技大会が4年ぶりに開催されました。朝早くから役員が旭町小学校の校庭に



ボールを待ち構える子どもたち

集まって準備し、安原地区の子ども92人が参加するにぎやかな大会となりました。

開会式とラジオ体操を行った後、低学年と高学年がそれぞれ4チームに分かれて、4つのコートでドッジボールの試合を繰り広げます。子どもたちの元気な声、保護者の声援が会場に響き渡りました。

5・6年生の一部を除いてほとんどの子どもが初参加。役員も初めての大会運営です。「前は2年生だったから力も弱かったけど、今日は思い切り投げられて楽しかった」と答える6年生や、「初

## いちよう並木

漢方薬として栽培歴史を持つバイカオウレンの紹介  
キンポウゲ科オウレン属の植物です。常緑の多年草で山地の湿った林に自生、湿気が多い日陰を好みます。

生息地は北海道から本州・四国と幅が広い。  
梅花黄蓮、漢字が示すように花は白い梅の花に似ている。

黄色根が漢方薬として使われるところから付いた名前です。胃の状態を整え整腸剤としても利用されています。

寒さに大変強く早春、残雪の中で開花、庭に植え楽しむ。自然に落ちた種子が発芽し増えます。

花の少ない時期に咲く花、可憐に愛らしく観賞価値は大、生臭い独特の臭いがあり室内に置くことはお奨めしません。昔から薬用植物として栽培



セリの葉と間違ふくらい似ているバイカオウレン

めでのメンバーでもチームワークが良い。相手の強さがわからないから、考えながら試合をする」と話す4年生など、みんなが楽しみ、「また出たい」という声が多く聞かれました。

参加賞や優勝賞品のお菓子を受け取った子どもたちは、嬉しそうに帰っていきました。

## 橋倉家住宅

### 「春の読書会」

#### 木下尚江小説「火の柱」を読む会

6月24日、安原地区まちづくり協議会文化部会主催の橋倉家住宅春の読書会が開催されました。午前の部8人、午後の部9人が参加しました。

三回目の今回は天白町生まれの木下尚江の小説「火の柱」を取り上げ、冒頭部分を音読し、文化部会長の澤柳清

一さんから明治37年戦争賛美のなか日露戦争に対して非戦論の反戦小説を新聞に連載したことなど小説が生まれた背景の解説がありました。その後参加者自身のお気に入りの絵本、田辺聖子・宮部みゆき・藤沢周平・木下尚江・藤子不二雄・宇佐野真理・呉勝弘への思いを紹介しあい和やかな

会となりました。これに先立つ5月13日、読書会有志により松本市歴史の



昔ながらの雰囲気を感じながら読書会を楽しむ参加者 (6月24日)

里・木下尚江生家(天白町から移築)を見学しました。歴史の里ボランティアガイドさんから木下尚江が生まれた松本の風土土壌のお話をお聞きしました。

安原地区にある県宝橋倉家住宅を「見るだけの文化財から使う文化財へ」の思いから読書会は企画されています。



松本市歴史の里ボランティアガイドから説明を聞く参加者 (5月13日)



# 「7つの選択肢は多いですか」 体操系講座はいかがでしょうか

現在、安原地区の公民館・福祉ひろばで定期開催されている運動系の講座は7つあります。

「時間」とは何なのか。それは、講座のスケジュールの終盤に解答がありました。それまで体操に使用したイスを片付け、14人は車座に座りました。そして一人ひとりが「こんな体操はどうでしょう」「今日は皆さんにこの体操を紹介します」「目のまわりの骨の部分を指で輪を作り押さえます」「耳を引つ張ります」「こんな運動を覚えてもらいました」「など」と順に提案をします、その提案を全員で行います。受講者が交互に運動のリーダーになる体操コーナーでした。

今回は、6月28日開催の、平成30年から始まったピンキラ安原を紹介します。

今日の参加者は14人、名前は「ピンピン」と元気に、気持ちも体もキラキラと輝けるように」と願い名付けられました。

講座案内の資料に「毎回ルーティーン」として、体操・筋トレ・ストレッチ(クールダウン)・情報交換の時間、と記載があります。「情報交換の

この講座のリーダー笹山順子さんは「この講座に参加して会話の機会も増えるのであれば良いですね」と講座の目的のひとつだと話しました。

「ピンピン」と元気に、気持ちも体もキラキラと輝けるように」と願い名付けられました。

あなたにフィット  
選べるフィットネス  
7つの講座は、開催日程・ストレッチ・ヨガ・筋トレ・脳トレ・指導者の有無・など、選ぶのも楽しいでしょう。



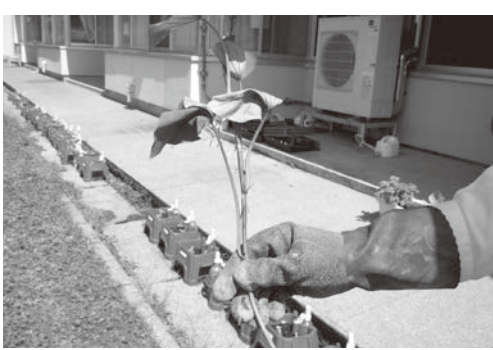
勇気を出して  
問い合わせください。

名称	日時	特徴
いきいき百歳体操	毎週(水) 9:30~	DVDを見ながらストレッチ
スローストレッチ	第2・4(月) 13:30~	講師の指導でストレッチ
ヨガ教室	第2・4(月) 10:00~	講師の指導でヨガ
体操サークル	第2・4(月) 13:30~	DVD・エルダーを使ってやさしい運動
男のストレッチ講座	第2(木) 13:30~	講師の指導で日常のケアと筋トレ
リズムで脳の活性化	第3(月) 10:00~	講師の指導で脳トレとストレッチ
ピンキラ安原	第4(水) 9:30~	DVD・エルダーを使ってストレッチ

## サツマイモの苗を植えたよ!



みんなで1本ずつ丁寧に植えました



下から3番目の節まで埋めます

梅雨の晴れ間に恵まれた6月13日、旭町小学校の1年生が、校舎の南側にある畑にサツマイモの苗を植えました。

まず、教えて下さる元城東公民館館長の佐藤さんが苗を見せながら、下から3番目の節まで土に埋めること、苗が十分に日の光を浴びるように葉っぱの表が上を向くように植えることという二つの点を分かりやすく話しました。

その後、マルチが敷かれた2列の畝に向かい合わせに並んだ子どもたち一人ひとりに苗が手渡されました。真剣な表情で節を数え、応援に入つた公民館関係者と一緒丁寧に植え込む姿が見られました。

きれいに植えられた苗の横に並んだ子どもたちは、先生から感想を聞かれると、「保育園でやったことがあるけど楽しかった」「大きくなるのが楽しみ」と収穫を楽しみにしています。佐藤さんにお礼の言葉をお伝え、授業が終わりました。

