



今年も猛暑が続いている中、八月十四日（水）に「諏訪形夏祭り」が行われました。昨年に続いてお盆中の開催となり、たくさんの方たちや自治会員の皆さんにご参加いただき、午前はゲーム大会、夕方には夕涼み会を行いました。

諏訪形公民館主催

令和
かわら版

第25号
諏訪形自治会
会長山越敏雄

実行委員会ではゲーム大会の内容について積極的な提案があり、委員の皆さんにそれぞれの役割をしつかりと果たしていただきました。当初考えていた輪投げ、ストライクナインに代わって、小林美紀さんからスイカ割りの提案があり、三木恵利香さん、佐々木多恵子さんを加えた三人にすべてお任せしました。その結果、夏らしい風情のあるブースができあがりました。抽選会などの景品は加藤千恵さんが、子どもたちへの菓子などは稻垣謙彦さんがすべて手配してくれました。

夕涼み会ではオーストラリアからフランスからヤンが参加し、国際色豊かな屋台となりました。ふたりとももちろん初めての体験でしたが、焼き鳥を手際よく焼いていました。懇親会では北沢武司さんや柳澤公一さんとも仲良くなり、すっかり「諏訪形の住人」となっていました。

ゲーム大会では小中P.T.A.（誠訪形支部）育成会から十一人の皆さん、夕涼み会では自治会役員と分館協力員十三人の皆さんにご協力いただきました。昼夜通しての作業となつた分館役員の皆さん、実行委員会からご参加いただいた協力員の西條和男さん、柳澤公一さん、稻垣敦史さん、稻垣美恵さん、プロパンガスの手配や交通整理、フランクフルトの販売までやつていただき大平英明協力員ほかたくさんの方々にご支援いただきました。そして、当日盛り上げてくれた子どもたちやご参加いただいた皆さんに感謝申し上げます。また、夏祭り開催に際して信濃合金様から麦茶三箱、神田勲様から清酒、準備作業中には玉木晶子様から激励の飲み物とお花をいただきました。温かいご支援、ありがとうございました。



云々涼み会)が
盛大に行われました

•初めての試みとして、飲食の引換券を一枚五十円で販売しました。それほど多くは必要ないだろう、ということで、予備も含めて二万円分、四百枚を用意したのですが、たいへんな売れ行きとなり、予備どころかまったく足りなくなつてしましました。稻垣諒彦会計部長が何回も各ブースを走り回つて引換券を回収しなくてはならなくなつていきました。多くの皆さんのご参加いただき、約六万五千円という予想以上の売り上げとなりました。ご参加いただいた皆さん、たいへんありがとうございました。

日ごとの成果を競つ
グラウンドゴルフ同好会 上期大会

投稿 .. 諏訪形公民館長 稲垣康史さん

七月十九日(金)に諏訪形グラウンドゴルフ同好会による上期大会が
昨年新しく作られた千曲川河川敷第一グラウンドで行われました。

当日は、都合のつかない方を除く十一名で三名ずつ四組に分かれ熱戦を繰り広げました。ホールインワンが出たび喚声が上がりります。ホールを四回まわってその合計点で競います。最少得点で上がった人が優勝です。ホールインワンの場合は、得点から三点を引きます。



大会終了後、皆で記念撮影をして健闘をたたえ合いました。

周りの山には行っているのに、一番身近な小牧山に行っていないのが心残りで、このイベントを楽しみにしていました。朝八時、諏訪形公民館を出発、昔の須川の皆さんはこの道を本通りとして使つていたのかと思うと、歩きが楽しくなりました。帰りは慣れて楽でした。

今回のイベントは手塚自治会長さんをはじめ、須川の皆さんのご協力をいただいて実施することができます。した。ありがとうございました。なお次回は、九月下旬に「石尊山(三本松)から諏訪形・上田を眺める(仮)」を予定しています。たくさんの方のご参加をお待ちしています。



訪問形誌活用委員会主催
ウォーキングイベントがありました

七月二十八日（日）、活動が四年目となつた諏訪形誌活用委員会の主催で第十四回のウォーキングイベントが行われました。今回は、須川地区の散策で前回行かれなかつた場所を回り、その後、小牧山の頂上をめざしました。今回も講師は諏訪形誌活用委員会顧問の北沢伴康さんにお願いしました。

記録的とも言われる強烈な暑さが続く中でしたか、諏訪形の皆さんと、須川地区からご参加いただいた皆さん、二人の子どもたちも含めて二十五人の皆さんにご参加いただきました。須川は諏訪形と比べてだいぶ標高が高いこともあって、(日向はともかく) ちょっと木陰に入ると吹き抜ける風も爽やかに感じられました。

朝ハ時、「健脚チーム」の皆さんは諏訪形公民館に（時間前に！）集合し、旧道を通つて須川をめざしました。須川公民館で「一般コース」の皆さんや須川の皆さんと合流し、須川地区の歴史について北澤さんからお話を伺つた後、伊勢神社へ向かいました。「番所跡」や「観応の擾乱の古戦場」についても北沢さんからお話を伺い、「女学生が開拓した農園跡」を経て、小牧山の山頂に立ちました。ハイキングコースは須川自治会の皆さんのが手入れしてくださつてあり、快適に歩くことができました。





諏訪形シニアクラブかわら版

W.I.I.F.I.を使った講座

第一弾
が実施されました

「諏訪形シニアクラブかわら版」では、公民館にW.I.I.F.I.（スマートフォンなどを無線でインターネットに接続するシステム）が設置されたことから、これを使った講座を行いました。以前にご紹介した、七月十日の「スマホカフェ」に続いて、七月二十五日には「健康体操」と「諏訪形誌を学ぶ」を実施し、十七名の皆さんにご参加いただきました。

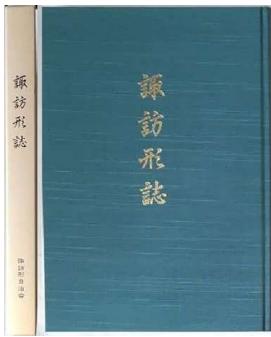


「健康体操」では、椅子に腰かけてできる高齢者向けの運動不足解消体操を、テレビ画面から流れるインストラクターの声や動作に従つて

- ①上半身体操
- ②猫背予防体操
- ③腰痛予防体操
- ④お尻浮かし体操
- ⑤上半身のストレッチ
- ⑥足の筋力体操



等を休まず二十分間続けました。かなりきつかったです。一緒に体操をした城下地域包括支援センターの水上所長は、「テレビを使った新しい形の体操で、私たちも今後この方式を採用してみたい」と話してくれました。一方「インストラクターの先生とのコミュニケーションができないので寂しい」との声もありました。「これからも体操の内容を吟味し、試行錯誤ながら実施したいと思っております。」



「諏訪形誌を学ぶ」ではまず、『諏訪形誌』をパソコンやスマートで検索できる方法の説明がありました。最近は検索する人が多いので、長いアドレス名を入力しなくてよい「上田市諏訪形誌」と入力すれば検索できる、と裏技も教えてくれました。『諏訪形誌』一冊が全て入っていると聞き、製作者には頭が下がる思いでした。

投稿

・諏訪形シニアクラブかわら版会長 大林正樹さん

ふれあいお茶会が開催されました

七月三十日(火)、諏訪形社会福祉協議会の主催で「七月のふれあいお茶会」が開催されました。猛暑が続く中、この日は珍しく曇り・雨模様でやや過ごしやすい日になりました。当小日は山越自治会長、稻垣公民館長はじめ、二十人以上の皆さんにご参加いただきました。

静かな音楽が流れる中、社会福祉協議会の皆さんに準備していただいたお茶とお菓子をいただきながら、ゆっくりと思いついおしゃべりをする時間が取れました。コロナの流行がたいへんだったころには考えられないような、和やかな日常が戻ってきた感じです。

西條社会福祉協議会長のお話では、本年はこのあと、八月、九月、十月にも同様の催しを行う予定で、回覧でお知らせすること。今回では圧倒的に女性の皆さんのご参加が多かったのですが、男性の皆さんもぜひお出かけください。

花火大会の翌朝、堤防をきれいに

四中諏訪形地区生徒会・PTA諏訪形支部が清掃活動

夏の夜空を彩る上田の花火大会、諏訪形は間近で見るの



とがで、迫力満点でしたね。

さて、その翌朝、関係する自治会、市や商工会議所の職員、協力事業所などの方々が、堤防を中心に清掃活動をしていることがご存知の方も多いと思います。諏訪形では、四中PTA諏訪形支部の生徒や役員の皆さんが毎年清掃活動に参加していることはご存知でしょうか。今年も生徒、役員の皆さん三十八名が朝六時に諏訪形グラウンドに集合し、堤防道路を中心にごみなどを拾い集めました。

少しでも地域の皆様に恩をお返しきるよう、毎年行っています。今後も、いろいろな地域貢献に取り組んでいかなければ、と思います。

四中PTA諏訪形支部の佐々木多恵子支



玄関から入った正面、西大広間南側の壁には依田行舟先生の刻字作品「周山盡紅葉」が飾られています。依田先生は一九三八(昭和十三)年小諸市生まれ。長野県下の公立高等学校でお仕事をされながら長野県書道展審査会員、日本刻字協会理事、毎日書道展審査会員などを歴任された方です。

この作品は、依田先生の奥様依田典子様から、依田先生門下の大林正樹さんの伝手でご寄贈いただきました。



前号の「かわら版」では伊那市諏訪形から贈られた「お宝」を紹介しましたが、それ以外にも諏訪形公民館にはいろいろな「お宝」があります。公民館に立ち寄られた際は、ちょっと目を向けてみてください。

諏訪形公民館の「お宝」紹介



西角先生は日本書道教育学会師範、香墨会会長、読売書法展会友、県書道協会理事などを歴任されておられ、諏訪形の書道クラブは四十年近くにわたって先生にご指導していただいていることがあります。また、「諏訪形誌」『諏訪形公民館のあゆみ』は、先生は「上手に書こうという意識がある」と字が硬くなる。今日習ったことは忘れて、日々新たな気持ちで取り組むことが大切。「原点に返りたい」と常に自分自身に言い聞かせています」と話しておられます(東信ジーナルブログより引用)。



なお、当記事の作成に当たっては大林正樹さんと諏訪形書道クラブの宮下範子さんからアドバイスをいただきました。ありがとうございました。





大会終了後、皆で記念撮影をして健闘をたたえ合いました。