

No.87 平成 30 年 11 月だより② 長岡京市教育委員会 生涯学習課発行

#### 生涯学習推進活動便り



じゆうがく

≪今回のお便り≫ ·北開田自治会 ・エスリード長岡天神自治会

·高台自治会 ・滝ノ町自治会 •神足小校区

≪地域推進活動紹介≫

•長法寺小校区 •田内自治会

#### 第 32 回北開田文化祭」 北開田自治会

11月2日(金)から4日にわたって 「第 32 回北開田文化祭」が開催さ れました。玄関の子ども御輿を過ぎ ると、階段には深田保育所の子ども たちの夢いっぱいの素敵な共同作品

が2階の展示会場に誘ってくれました。展示会場には今年も地 域や関係の皆さんの絵画や写真、編み物や手芸品、木工・エ 作、陶芸、サークルや自治会、キッズナなどでの作品や取り組 みの説明などの力作がずらりと展示されていました。また和室 では、サークルや個人、子ども達の書、個人の盆栽などが所狭 しと展示されていました。1階には、長六小学校に通う子ども達

の作品や長岡中学校の生徒のクラブ活 動の作品などが展示されていました。4 日(日)は、北開田児童館で深田保育所 園児の発表や児童館ヒップホップ教室 のダンス、ポッポバンドの「ハーモニカ演 奏」、響太鼓の和太鼓演奏、お楽しみ抽 選会とたくさんの人で賑わいました。ま た北開田会館の駐車場では、たくさんの 模擬店が用意され、地域の方だけでなく 地域以外からも人出があり、北開田で は文化祭で大いに盛り上がりました。













11 月4日(日)午前9時 30 分からマンション めに、これまで花壇を綺麗に飾ってくれていた花を抜いて、土 を耕しました。土を掘り起こしていると、眠っているいたずら虫 や良い土をつくってくれるミミズなどが出てきました。それを見

て騒ぐ子ども達の姿に、大人も和みました。ワイワイと話しな がら肥料を混ぜ、土づくりが完了する と、生涯学習推進委員(大藪)が花苗

> た。植えた花苗は、パンジー、アリッ サム、チューリップで、花壇の中心に

> は背丈が高くなるチューリップの球根

や球根の配置、植え方の説明をしましえを置きました。最後 のが楽しみです。

を配置しました。子ども達もたくさん参加してくれた 駐車場の花壇を冬春バージョンにしました。はじ ので大人と一緒にグループに入り、「花配置図」を もとに冬春バージョンの花苗を植えました。またプ ランターにも土を入れ、パンジーやジュリアン、アリ ッサム、カルーナなどを寄せ植えし、マンションの入 口付近などに配置しました。ハーブを地植えした花 壇は、伸びた枝を剪定し、コニファーや赤い実のつ

いた苗などの寄せ植 に水やりをして終了 です。花壇が賑わう







# 長法寺小校区

地域 推進 活動 報告

10月28日(日)午前9時から校区一斉避難 訓練を行いました。長法寺小学校に各地域 から集合し、体育館への避難。人数確認の後 や台風などの災害が多かった 10 時から体育館横で「マンホールトイレ」の掘 り出し作業。掘り出したら、仮設トイレの設置・

えた訓練に、参加者は、真剣に 取り組みました。今年は、地震

ので、そのせいもあってか、参加者も多く、災 害への意識がより高まっていたように感じま す。今後もより精度を高めたいと思います。



組み立てをして完了。いつ起こるか分からない災害に備

### 田内自治会

地域 推進 活動 紹介

11月1日(木)午前10時から 「第 15 回オープンサロン:ヨー ガ」を実施しました。朝晩の冷え 込みに、高橋先生から「風邪の予 防には手洗い、うがいは勿論、ウイ

ルスを死滅させるために、体を温かくし、のどを潤して、部屋 を暖めることが大切です。またこまめな換気も大切ですよ」とお

その後、「寒い時はこんなこともして みましょう」ということで、長座したま



ま、前後、左右横へ 10 歩(尻)ずつ動き、体を温めました。そし て、足の運動をしたり、首の動きを確認しました。次に、「花輪のポ 一ズ」から膝を伸ばしながら立ち上がりました。その姿勢のままで 「内臓の強化」の動きをしたり、「足やふくらはぎ、踵の状態」を確 認したり、「山のポーズ」で膝の曲げ・開きをしました。金剛座での 話がありました。その後、呼吸を整え心を集中し、瞑想しました。「鳩のポーズ」から体側を伸ばし、体のメッセージを確認しました。

### じ ゆう がく **自 遊 学**

### 高台自治会

# 「第2回高台文化祭」

高台 文化

祭

11 月4日(日)午前 10 時から 「第2回高台文化祭」を開催し ました。地域の皆さんが日頃から取り組まれた作品が、会館の 中にずらりと展示されました。ど の作品も力作ぞろいで、絵画や 写真、木彫、俳句、書、陶器、押

し絵、絵手紙、掛け軸、立体絵、トールペイン ト、刺繍などのほか、骨董品、陶器、銅鐸など

11 月4日(日)午前 10 時から のコレクションがありました。作者ひとり一人から作品第2回高台文化祭」を開催し づくりの苦労や工夫についてのコメントをしてもらうのました。地域の皆さんが日頃か も「高台文化祭」の特徴です。また今回 10 時 30 分か

ら30分刻みでイベントを行い、落語、洋楽などのビデオ放映や生涯学習推進委員(後藤)による「幻の弟国宮」の講演、西田博美さんの「ハンドセラピー」、川瀬裕子さんによる「皆で歌おう」など、楽しい企画を並行して行いました。玄関のところには読み終えた書籍やいらなくなった書籍を置き「古書交換会」を行い、自由に持ち帰ることが出来るコーナーも設けました。地域の良さを感じ、たくさんの人が集えた「高台文化祭」となりました。





## 滝ノ町自治会「滝ノ町祭り」

11 月 4 日(日)午前 10 時 30 分から平成を飾る「滝ノ 町祭り」を開催しました。祭 りに先立って「子ども御輿」

の町内巡行がありました。祭り開会の会長挨拶が終わると、お待ちかねの「ビンゴ」がありました。会場が一気に盛り上がり、コーナーも始まりました。受付では「焼き芋」、入り口付近には「飲み物」「うどん」「たこ焼き」の販売コーナー、社会福祉協議会の「綿菓子」杵による「餅つき」コーナー、その横には、「黄な粉餅」の振る舞いもありました。「餅つき体験」では、市長さんも一臼ついていただきました。それぞれのコーナーには長蛇の列が出来て、ワイワイガヤガヤと楽しい声が響き、美味しく食べる姿がありました。自治

会館内では、地域の皆さんの「編み物」や「川柳」「書」「生

け花」「絵画」「小物」など がずらりと展示され、どれ もこれも力作でした。午後

からは、西アフリカのブルキナファソのベノワミロゴさん達の演奏がありました。3年前にもお越しいただき賑やかに演奏していただいたのを記憶しています。今年はお子さんも一緒で、民族楽器のバリジャンベという太鼓を器用に打ち鳴らし、会場から大きな拍手が起こりました。平成を締めくくる祭りとなりました。





## 神足小校区 5年生「ようこそ!赤ちゃん ふれあい交流」

11 月9日(金)午前9時 35 分から神足小学校 で、「ようこそ!赤ちゃん ふれあい交流」が行わ れました。交流したのは5年生 80 名で、18 組の赤

ちゃん親子が協力してくれました。はじめに、体験の心構えについて、子育て支援センターエンジェルの松浦所長さんから「赤ちゃんが泣く時のわけを考え、理解してほしい」「赤ちゃんは菌に弱いので、しっかり消毒をしてほしい」というお話がありました。グループ毎にお母さんと赤ちゃんがやってくると、子ど

も達は少し緊張気味で、民生委員さんたちがそこをサポートしてく れました。赤ちゃん誕生の話を聞いたり、妊娠中の写真や出産時 の写真、母子手帳を見せてもらったり、ひとり一人抱っこさせてもら

ったりと、赤ちゃんとふれあい、たくさんのことを学んだ 貴重な体験となりました。命 の大切さを直に肌で感じな がら終了しました。



地 進 強 動 告

## 田内自治会 第 16 回「ヨーガ」実施

11 月8日(木)午前 10 時から 「第 16 回オープンサロン:ヨー ガ」を開催。立冬になり、冬が始 まる時期。高橋先生から「人も春

に備えて、心も体も備える時期です。寒くな

■ るので体を温め、「五味五性表」をもとに、時期に合った 食物を摂取して、腎臓をいたわりながら生命エネルギーを 蓄えていきましょう」とお話がありました。その後、呼吸を整

え、瞑想して、はじめの挨拶をしました。呼吸のところでは「1分間に 18 回くらいの長い息が良い」ことを学び

ました。そして、足の確認をして、足と手の体とのつながりについてもお話しいただきました。今日は、ハトのポーズや若鳥のポーズなど4つの手の基本動作を教えてもらい、不快部がないかを確認しました。ヒップアップやこしわりなどの動作では、筋肉痛になりそうなところもありました。「時短や工夫をしながらやってみましょう」とのお話でした。