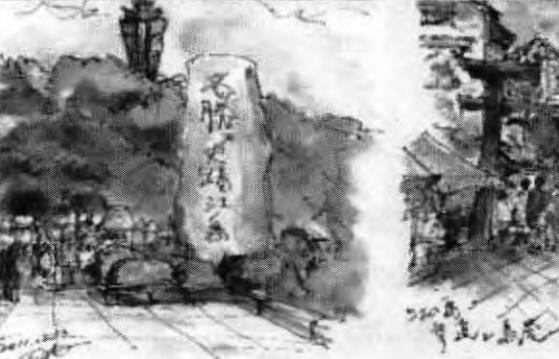


香川公民館 館報

# こもれび通信

第59号



—目次—

- 特集 第30回香川公民館まつり…………… 2～3ページ
- 香川健康ウォーク～江の島を歩こう～…………… 4～5ページ
- 講座レポート「かがわ健康講座～森林セラピー」…………… 6～7ページ
- 公民館からのお知らせ・館長のつぶやき…………… 8ページ



ロビーでは子どもたち向けの体験コーナー



前夜祭、たくさん歌いました



講義室ではサークルの発表、日ごろの練習の成果を発揮します。



模擬店はすべて売り切れでした。

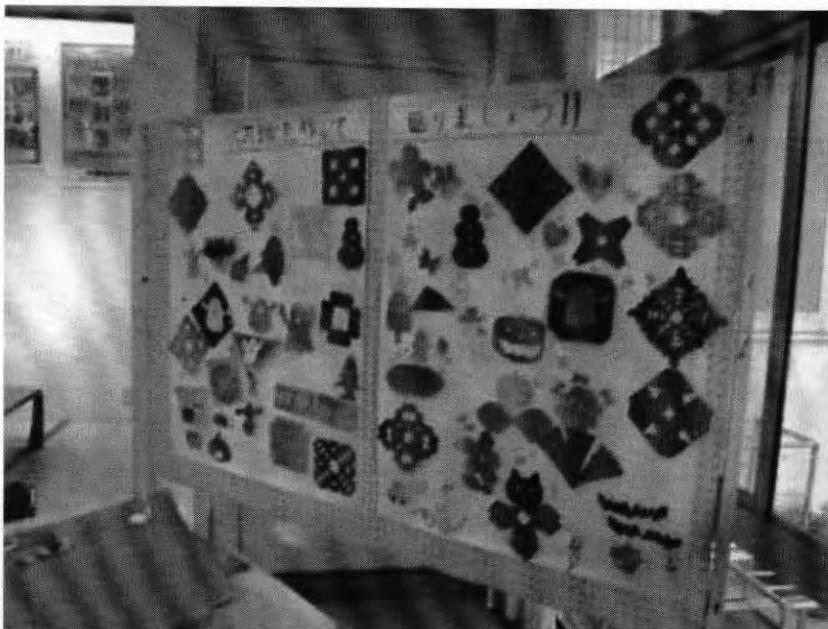
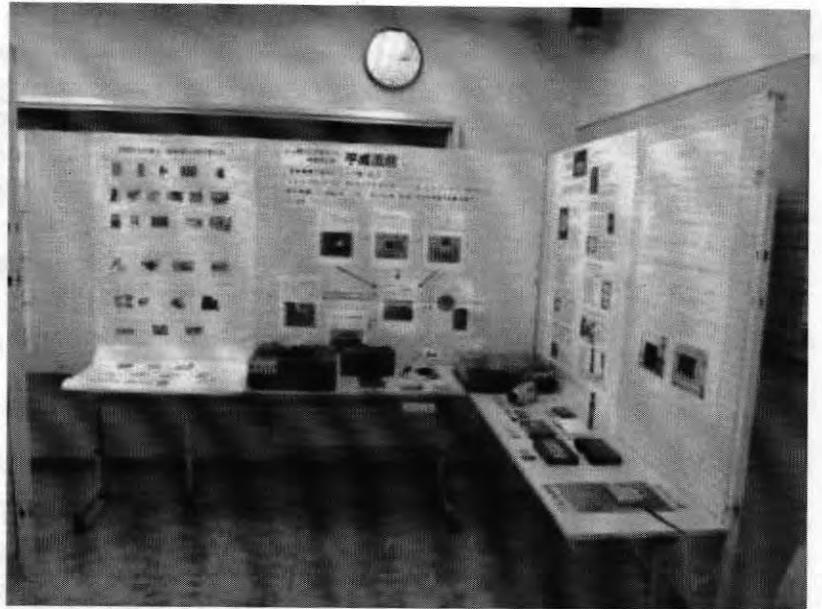
## 第30回香川公民館まつり

### “未来満祭～行こう！やろう！これからも～”

10月27日(土)～28日(日)の2日間にわたり、第30回香川公民館まつりが開催されました。昨年度は台風で中止となってしまったため、2年ぶりの開催です。鶴が台中学校吹奏楽部のみなさんによるオープニングでまつりがスタートしました。広場では焼きそばや焼き鳥などおいしそうなバザー、館内では公民館で活動しているサークル・団体が発表や展示で一年間の活動成果を存分に発揮、また30回を記念して「平成遺産」など様々な催しが行われました。今年も大勢のお客さんで賑わっていました。

#### “前夜祭はおまつり恒例の歌声喫茶”

本番の前日夜には前夜祭が行われました。催しはおまつり恒例の「歌声喫茶」。今年度は小出を中心に様々なところで活動しているバンド「Breeze of Shonan」さんにお越しいただき、たくさんの曲を演奏していただきました。歌の合間には豪華商品をかけたゲームも行われ、みなさん盛り上がっていました。



### “平成遺産”

今年度は本部会企画は「平成遺産」。平成がもうすぐ終了するという事で、平成の時代に新しく生まれたもの、大きく変化したものを展示、紹介しました。みなさんは何を思い浮かべますか。今回の公民館まつりでは、携帯電話やCD・MDプレイヤー、テレビ・ビデオ、電子マネー、社会制度（消費税や保険の話）、乗り物、LED電球など7つの分野の紹介をしました。この企画には公民館利用者の方々にもご協力いただき、素晴らしい掲示物を作成していただきました。来場者は懐かしそうに眺めていました。

### “公民館利用のサークル・団体さんによるバザーや展示・発表も盛況”

公民館まつりは主に公民館を利用しているサークル・団体さんによる実行委員会によって運営されています。広場のバザーも完売続出、講義室での発表も満員、公民館2Fの展示、ロビーの体験コーナーも子どもたちが大勢でした。実行委員会の皆様お疲れ様でした。来場者は5000名程度でした。次回のまつりでも実行委員は募集しますので、みなさんで一緒にまつりを作り上げていきたいですね。

# かがわ健康ウォーク～江の島を歩こう～

名勝や日本百景にも選ばれる江の島は、人々から愛される湘南を代表する観光地です。

予定した7日が雨で順延となり、翌日は朝から雲一つない快晴になった。片瀬江の島駅に集合した参加者は6名。江の島・藤沢ガイドさんの案内に従い、右記のコースを歩きました。

江の島駅→地下道→弁天橋→江の島湘南ヨットハウス→聖火台→プロムナード→さざえ島→聖天島→モース臨海実験場跡地（推定）→青銅鳥居→仲見世通り→エスカー→辺津宮・奉安殿→花壇→エスカー→中津宮→エスカー→サムコッキング苑→展望灯台→山二つ→奥津宮→稚児が淵→江の島岩屋→解散

### ◆「知らない」江の島を紹介◆

江の島には、多くの方が何回も行ったことがありお馴染みだと思います。そこで今回は「こんなところもあったのか!」と感心した場所や話題を提供することにします。

### ◆1日パスポートでお得に◆

四つの有料施設を出入り自由なお得な ENO-PASS を購入して、さあ江の島めぐりして出発です。



### ◆浮世絵に描かれた江の島◆

江の島への地下道の壁には、広重や北斎の浮世絵がタイルに描かれています。



弁天橋を渡る前に是非とも目にしておいて欲しいと思います。

### ◆名勝及史蹟を返上した?◆

「江の島」は昭和9年に国の史蹟に指定されたのですが、先の東京オリンピックのヨット競技会場のために指定を返上して、島の東浦を埋め立てたとのことです。



聖天島：ヨット競技会場をつくるため、島の周りは埋め立てられて江の島の一部になりました。



### ◆オリンピックの会場◆

島の入り口左手には、先のオリンピックを記念する遺構として聖火台があります。ちなみに聖火が江の島にリレーされた時に点火されたようです。今度のオリンピックでも、ここ江の島はセーリングの競技会場となりますのでふたたび賑わうことでしょう。



### ◆あのモースがきていた◆

大森貝塚の発見者として知られるエドワード・モース博士が、島の東浦に臨海実験場を開設し、滞在は僅か一ヶ月だったようですが、海洋生物の研究をしたとのことです。





◆鳥居の扁額の文字は◆

仲見世通りのスタートに建つ青銅の鳥居に掛かる額に書かれた文字は珍妙でなかなか読めませんが「江嶋大明神」と書いてあるそうです。



◆巾着型の賽銭箱があったが◆

江島神社の辺津宮に置かれた賽銭箱は昔は巾着型で洒落た相模彫りだったと思うのですが、今はごく普通の箱でした。何処かにしまっているのでしょうか？

◆島に「三重の塔」があった◆

徳川第5代将軍の綱吉の病気を治して関東總檢校の地位を得た杉山檢校が寄進したと言われています。

明治の廃仏毀釈運動で楼門と共に取り壊されて今はないです。



三重の塔：この浮世絵にも現在杉山檢校の墓がある場所（左上）に描かれています。

◆植物園に暖房完備の温室が◆

サムエル・コッキングの造った四棟の温室と池の遺構として、レンガの基礎部分が残っています。温室には暖房用の蒸気を送る構造になっていたようです。地下部分に通じる階段も見ることができます。

◆苑内に建つ展望灯台◆

島のランドマークとなる灯台は、高さ60メートル、海拔120メートルの展望台でもあります。

「シーキャンドル」と呼ばれ、昼はエレベータで昇る展望室とテラスからも360度の絶景を堪能できるのです。快晴ならば北に東京タワーはもちろんスカイツリーも、南には利島や新島も望

めます、また夜には灯かりが点くと文字通りロウソクになります。



◆岩屋は富士に通じる◆

稚児が淵を経由して、島の裏側にでると、波の浸食でできた洞窟は奥行き152メートルと56メートルの二本の岩屋洞窟が公開されています。源頼朝が必勝祈願に訪れたとも言われ、「天女と五頭龍伝説」がたえられています。

洞窟の奥から吹いてくる冷たい風は、富士山麓の鳴沢氷穴からでしょうか・

(こ)



# 主催事業レポート

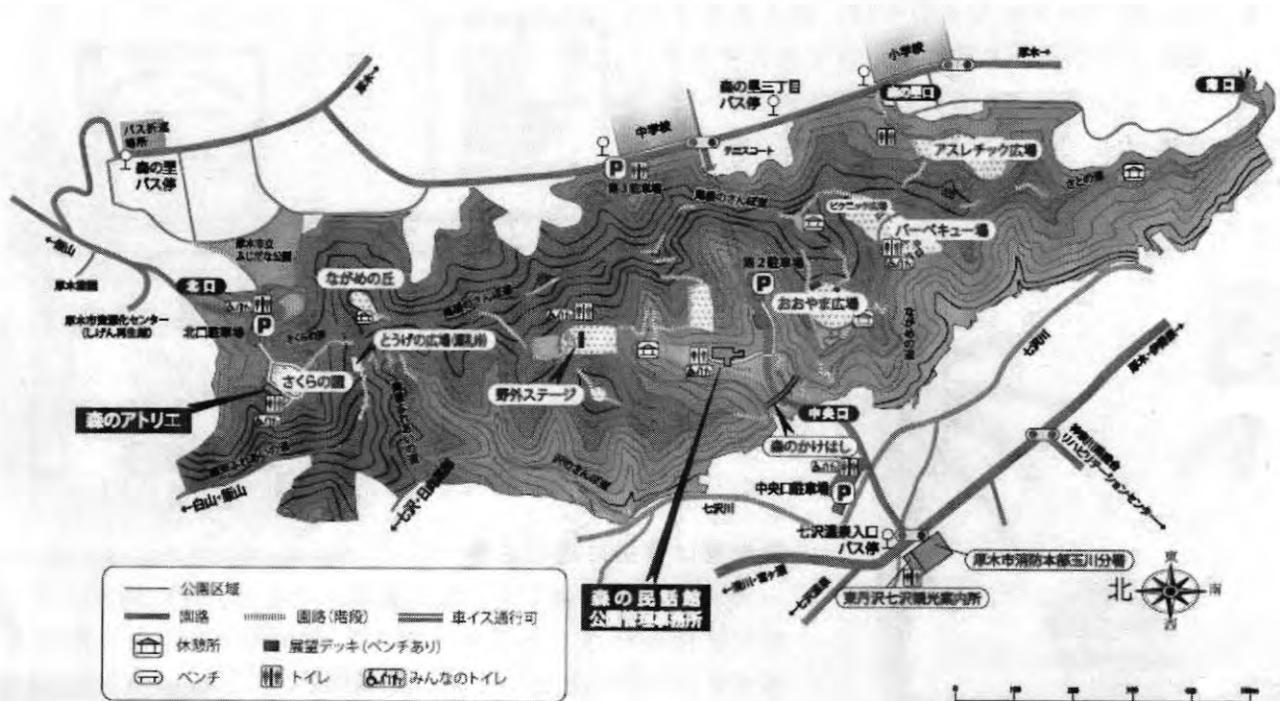
## かがわ健康講座～森林セラピー～ (平成30年12月10日)

森林セラピーは、科学的な根拠に裏付けられた森林浴のこと。森を楽しみながら健康維持・増進、病気の予防を目指します。

神奈川県屋根と呼ばれる丹沢山塊の東山麓に七沢森林公園があります。里山をまるごと整備した公園は、広さ約65ヘクタールにもなる県内最大級の都市公園です。園内は起伏に富んでおり健康作りのウォーキングや、園内を通る“関東ふれあいの道”を利用して飯山白山方面や日向薬師寺方面へとハイキングができます。ウォーキングコースは30分～2時間などのコースがあり、公園内の花々を見たり、野鳥の声をセラピーミュージックにお弁当や昼寝を楽しみながら、心身共に森林浴でリラックスすることが出来ます。

また、イベントで自然観察会、体験ウォーク、公園まつり（ななさわ緑のまつり4/22、あつぎ七沢森のまつり11/3）、楽焼体験などたくさんの催し物を行っています。

それでは出発です。であいの広場—おおやま広場—森のかけはし—野外ステージ—ななさわの丘への尾根道—野外ステージ—森のかけはし—であいの広場を回りました。案内はNPO法人かがわフィールドスタッフクラブの方々です。8：45に香川公民館からマイクロバスで出発。参加者10名です。バス車内で自己紹介をしながら、楽しく出発です。



9 : 2 5 七沢森林公園着 木々の紅葉が綺麗です。

・であいの広場で、フィールドスタッフクラブの方々3名と会い、ウォーキングに先立ち、準備運動をします。油断大敵なので、しっかり体を動かします。出発にあたり、スタッフの方々から、五感で感じながらリラックスして楽しんでくださいとの事でした。

・おおやま広場にて瞑想、呼吸法を習う。

背筋を伸ばして座り、ゆっくり鼻から息を吸う吐くを5分間行います。精神状態が良くなります。疲れなくなるなどの効果があるそうです。自然の中でのゆっくりした時間は、時を忘れさせリラックスできました。何より、この広場からの眺めは絶景です。

・もりの小道にてハンモック体験と樹林気功。

森の木々にかけられたハンモックに揺られながら、自然の風や気を感じます。また、自分と相性の良さそうな樹を見つけ、触ったり寄りかかったりしながら、自然と一体化した感じがしました。



気持ちよくハンモックに揺られています



参加者同士でストレッチ

1 2 : 4 5 野外ステージにて、整理運動

ここでスタッフの方々とはお別れです。ありがとうございました。参加した皆さんと並んで昼食です。その後、参加者全員で尾根のさんぼ道を1時間弱ウォーキングをして、心地良い汗をかきながら、森林ウォーキングを楽しみました。その後バスに乗り、15時に公民館へ戻りました。

短い時間でしたが、自然に親しむことで、気持ちがゆったりして疲れが軽くなったような気がしました。これが森林セラピーの効用だと思いました。この効果は遠くへ行かなくても、毎日生活する場所にこそ、自然に親しめる環境を整えることで得られるそうです。まずは、家の内外に緑を設けることから始めましょう！



紅葉がちょうど見ごろでした

## キッズデー

### ボランティア募集

キッズデー開催

香川公民館では、平成31年度に「キッズデー」を開催します。「あそびの広場」と「こもれびプラザ」が一緒にになり、さらに楽しい子ども向け無にイベントが増えます！「キッズデー」は原則第1土曜日です。工作やおはなしや将棋、クイズラリーなど様々な楽しいミニイベントがたくさん。そんなキッズデーで、簡単な工作や子どもの見守り、一緒に遊んでくれるボランティアを募集しています。お手伝いしてくださる方は香川公民館までご連絡ください。



## 講義室のイスが

### 新しくなりました

軽いイスにかわりました！

利用者のみなさまから重くて扱いづらいとのこと意見がでていた香川公民館講義室のイスが新しくなりました。30脚だけではありますが、軽量で持ち運びしやすいもの変わっています。きちんと積み重ねないと倒れそうになってしまつ場合もあるので、注意書きを読んで丁寧に扱っていただければ幸いです！使用後は所定の位置にお戻しください。



## 館長のつぶやき

3月20日に内示があり産業振興課

に異動という、まさかまさかの出来事が。昨年4月に香川公民館に配属してから、わずか一年で異動となってしまいました。

公民館の事業は楽しく、皆様が大変親切に、やさしく、時には厳しく接していただいたため、大変充実したあつという間の一年間でした。

先日、公民館事業の一つである「レットトライボランティア」に参加してくれた子どもから「かんちょう、いつもがんばっているね。これからも公民館でがんばってね。」というお手紙をいただきました。非常に嬉しくて何度も読み返しては、「レットトライボランティア」での出来事を思い出しています。「レットトライボランティア」は

年間を通して行っている事業ですが、事業の最終回に、子どもたちが「来年も参加するね!」と言ってくれました。「どうしよう、4月からは別の館長だ...申し訳ない気持ちでいっぱいです。しかし、どうするかもできません。ごめんなさい...」

また、りよごんの皆様からも「寂しい」「なんで異動なの?」といった言葉を

いただき、涙が出そうになりました。たった一年間でしたが、みなさまから有難く嬉しい言葉をかけていただきました。4月からは道の駅整備に向けた業務に携わりますが、気持ちを新たに全力を尽くして参ります。心が折れそうになっても、ならなくても、香川公民館には顔を出したいと思えますので、その際は、どうぞよろしくお願いいたします。

短い期間でしたが、皆様から暖かい言葉をいただき、寛大な心で接して下さったこと、楽しい時間をみなさんと過ごすことができたこと、心より感謝申し上げます。本当に、本当にありがとうございました(涙)

香川公民館報

かがわこもれび通信59号

発行日 平成31年3月31日  
発行 茅ヶ崎市立香川公民館  
〒253-0082



茅ヶ崎市香川1-11-1  
TEL・FAX 0467(54)1681