

♪♪地域を元気に♪♪「つどう・まなぶ・つなぐ」みんなの公民館

LINE
公式アカウント



No.139
R7.9.25 発行

たざわ地区公民館だより

9月号

〒949-0303 系魚川市大字田海13番地2 ☎・📠 025-555-7575 ✉ tazawako@bz04.plala.or.jp

イベント ごあんない

参加者
募集中

必ず、お申込み連絡をお願いします。

電話、FAX または LINEやメールでも受付可能です。

※ 申込み時に①～⑤を明記してください。

- ① イベント名 ② お名前 ③ 年代（学年）
④ 住所 ⑤ 電話番号

メール



LINE



LINE
公式アカウント



チャット（1対1トーク）をご活用ください



共催：田沢まちづくりの会 たざわの輪／田沢地区公民館
協賛：たざわの輪 賛助会員

田沢地区公民館は
地域づくりを推進します

映画上映会 『最強のふたり』



© 2011 SPLENDIDO / GAUMONT / TF1 FILMS PRODUCTION /
TEN FILMS / CHAOCORP 113分

と き 11月9日（日）
13:30～16:00
（開場・受付 13:00～）

ところ 青海総合文化会館（きらら青海）

入場料
無料

定員
200名

申込メチ
11/4
（火）

**地域住民の交流の場として
映画上映会を開催します。**

※ 映画鑑賞にはお申込みが必要です。チケット
の配布やハガキ案内はいたしません。

「人と人とのつながりの力をぜひスクリーンで感じてください」

頸髄損傷の富豪フィリップと、スラム出身の青年ドリスが出会い、介護を通じて友情を育む。
立場も価値観も異なるふたりが、互いを人として尊重し合い人生を再び動かしていくユーモア
と誠実さが光る実話に基づく感動のフランス映画。

社会的なテーマを軽やかに描き、観る人の心に温かな余韻を残すの名作です。

申込み：田沢まちづくりの会 たざわの輪（事務局 田沢地区公民館 ☎ 025-555-7575）
たざわの輪は、より暮らしやすい田沢地区をつくるため、地域づくり活動に取り組む有志の団体です

大地の境界

フォッサマグナパーク

ジオ学習ツアー

案内人



フォッサマグナミュージアム
竹之内 耕 館長

フォッサマグナパークは、糸魚川ー静岡構造線を露出させた断層見学公園。東側の約1600万年前の岩石（右手）と、西側の約2億7000万年前の岩石（左手）が接している。大地の境界をよりダイナミックにわかりやすく見学できる。

10/25 (土)

8:30~12:00

※小雨決行

対象

青海地域在住の方

※小学3年生以下は保護者同伴

参加費

無料

定員

40名

※申込順

申込期限

10月14日(火) 17:00

バス運行予定

8:30 玉ノ木バス停
8:35 市振郵便局前
8:50 ピアパーク前交差点
8:55 親不知郵便局前
9:10 青海総合文化会館
9:15 田沢地区公民館



フォッサマグナパークを案内人の解説を聞きながら歩きます。

歩きやすい服装でお越しください。

お申し込みは、下記事務局または各地区公民館へご連絡ください。（氏名・住所・電話番号・バス乗車場所をお伝えください。）

お申込/お問い合わせ

田沢地区公民館 出発受付 8:50~9:10

青海地域地区公民館連絡協議会

（糸魚川市教育委員会事務局生涯学習課 青海生涯学習係）

〒949-0392 糸魚川市大字青海4648-11



025-562-2260



o.gaku@city.itoigawa.lg.jp

最寄りの地区公民館でもお申込みできます。

市からの お知らせ

青海地域ペタンク大会

団体戦(1チーム3名)および個人戦

- と き 10/20(月) 8:30~12:00(時間は予定)
- ところ 青海生涯学習センター体育室
- 参加費 500円/人(当日集金・参加賞あり)
- 持ち物 室内用運動靴
- 申込み締切 10月1日(水)
- 申込先 青海生涯学習係 ☎562-2260
田沢地区公民館 ☎555-7575
- 主 管 青海ニューススポーツクラブ
- その他 組み合わせは事務局で行います。



【ペタンク大会・パターゴルフ大会共通問合せ】
生涯学習課 青海生涯学習係
電話 562-2260(青海事務所内)

青海地域パターゴルフ大会

団体戦(1チーム4名)および個人戦

今年度は初心者でも気軽に参加し、楽しめるように9ホールの隠しホール方式を取り入れ、スコアに関係なく大幅に順位結果が変わる、トリッキーなルールを採用します。

- と き 10/28(火) 8:30~12:00(時間は予定)
- ところ 須沢臨海公園パターゴルフ広場
- 参加費 500円/人(当日集金・参加賞あり)
※貸パター、貸靴は、別途50円が必要です。
- 申込み締切 10月8日(水)
- 申込先 青海生涯学習係 ☎562-2260
田沢地区公民館 ☎555-7575
- 主 管 青海ニューススポーツクラブ
- その他 組み合わせは事務局で行います。
少雨決行、荒天延期



令和7年度 4月~8月事業報告

青少年対象事業

はてな?君をつくろう!
8/4(月) 10名

講師: 靄本 千種さん

造形活動のおもしろさや楽しさを味わう



自分でちぎった障子紙と色付き和紙を紙皿に糊で自由に貼りました。紙皿が動いたり曲がったりするなかで頑張って作りました。



参加した子どもたちは、学年や男女関係なく着席し、真剣に考えながらも、楽しそうにお話したりしながら課題に取り組んでいたのが印象的です。

職員のお手伝いをしてくれる子もいて会話が弾みました。



夏休み映画上映会「はたらく細胞!!」
8/24(日) 125名

共催: 青海地区公民館
田沢地区公民館

夏休みのラストスパート! 家族や友達との楽しい思い出づくり



映画の選定は、小学生の意見を取り入れています。今回は、大人の申し込みもあり、世代を超えて関心を集めた作品でした。多くの方々が大画面で迫力ある映画を楽しみました。今後も夏休みに上映会を考えています。ご期待ください。



©清水茜/講談社・アニプレックス・davidproduction

成人対象事業

ヨガを楽しむ1ヶ月
～週替りヨガレッスン4回コース～
7/1・7/8・7/15・7/22（火）48名

講師：渡辺 和代 さん
ヨガインストラクター



普段使わない筋肉を動かし、心も体もリフレッシュ



働き盛りを対象にした夜開催のイベントです。
昨年のZUMBAに続いて、目的別の様々なヨガの体験プログラムを実施。親子やお友だち、ご夫婦など素敵な時間を過ごされたことと思います。最終回にはアンケートにもご協力いただき、貴重なご意見を伺うことができました。

アンケートから（一部抜粋）

- 楽しかった。自分の時間がとれた。
- 足のむくみがとれた、睡眠の質が高まったなど、身体の変化を実感できた。
- 初心者なのでいろいろな目的のあるヨガができて良かった。



講師考案プログラム

- デトックスヨガ
- リラックスヨガ
- 開脚前屈チャレンジ
- フローヨガ



文化教養事業

自然体験教室 タケノコ掘り体験
4/29（火・祝）天候不良のため延期
5/ 6（火・振）開催 10名



野外活動の楽しさと
自然の恵みを体験する

田海地区のハ木尚さんの竹林にて、「タケノコ掘り体験教室」を開催しました。今年は地震で中止となった昨年の分も含め、参加者の期待が高く、実施できたことを嬉しく思います。

ハ木さんご夫婦と公民館ボランティアによる整備のおかげで、安心して自然体験ができました。予想以上の収穫に、家族で協力する姿が印象的でした。来年も豊作を願っています。



社会体育事業

ポールウォーキング講習会
5/20(火) 12名

講師：福田 康之 さん
健康運動指導士
日本ノルディックフィ트니스協会BI



近年注目のポールウォーキングで 楽しみながら健康増進を目指す

ポールウォーキング講習会を開催しました。体育館を歩いて体をほぐした後、柔軟体操やストレッチを行い、歩幅の確認を実施。ポールを使った歩行では、腕の振り方や姿勢を学び、全身運動としての効果を体感しました。参加者の歩行姿勢は徐々に改善され、歩幅も広がり、健康づくりへの意識が高まる講習となりました。



「春の山野草満喫ツアーに参加したくてポールウォーキング頑張っているのよ!」と嬉しいお声をかけていただきました。とても励みになります。

シニア対象事業

共催：市健康増進課/福祉事務所
骨コツフレイル測定会
6/24(火) 21名

フレイル予防の極意

- ・手軽な運動
- ・おかずもある食事
- ・ゆるやかな社会参加

今年度は、健康増進課と福祉事務所の連携により、従来の骨密度測定会とフレイル予防教室が一体化した「骨コツフレイル測定会」が開催されました。

参加者が自身の健康状態を振り返り、自ら積極的に健康を保持・増進していくためのきっかけづくりや継続意欲に繋げることを目的としています。

会場は、公民館でフレイルについての講話、田沢体育館では、各種計測と数値の見方や栄養指導を実施しました。骨密度測定や栄養指導に加えてフレイル測定(握力・咀嚼力・足趾力)と、講師の軽快なトークでフレイル予防のコツを楽しく学びました。

定期的に骨密度やフレイル測定をすることをおすすめします。



主催：青海地域地区公民館連絡協議会
「青海ふるさとウォーキング」
市振～玉ノ木周遊コース

5月31日(土)に予定していた青海地域地区公民館連絡協議会主催、「青海ふるさとウォーキング」は、天候不良のため中止となりました。

たざわの輪!

田沢まちづくりの会 たざわの輪/田沢地区公民館
共催 事業報告

田沢地区公民館は
地域づくりを
推進します

春の山野草満喫ツアー!
4/12(土) 11名

資源活用部会

回を重ねるごとにランチをバージョンアップしています。



毎朝天ぷらの食材を用意してくださる倉又部会長 たんぽぽイタドリが人気でした!



「今年もお待ちしております」と、ご挨拶ができる人気イベント。今年は雪が多かったですが、毎年の変化に応じて楽しみかたを知っている地元ベテランガイドが揃っているので多くの方に参加していただきたいおすすめイベントです。環境保全活動としてクリーン活動も行いました。



田沢まちづくりの会 たざわの輪／田沢地区公民館 共催 事業報告

田沢地区公民館は
地域づくりを
推進します

田海ヶ池 釣り大会 6/15(日) 16名

資源活用部会



アメリカザリガニを43匹釣りしました。

池の付近にはいろいろな水生植物があり、田海ヶ池の水も多く、自然が保護されています。

中学生の感想では、「釣りが好きで毎年参加している。この大好きな自然を守りたいと思う。日頃から環境にやさしい生活をしていきたい。」と話しました。



田海ヶ池の環境保全（外来種駆除、ゴミ拾い）を目的に開催している釣り大会は、今年で5回目となりました。中高生ボランティア6名、社会人ボランティア2名が運営に協力しました。釣りに詳しい生徒は、参加者にアドバイスする場面もありました。自然豊かな田沢地域の宝物を、若い世代に学んでもらう良い機会となりました。

第3回 たざわの輪 なぎさドームライブ 7/26(土)

交流促進部会

300名を超える幅広い世代が交流し、大いに盛り上がりました。



「おうみ祭り」と同日に、ドームなぎさでライブを開催。白嶺高校軽音楽部を中心に、社会人も出演しました。

今年も田沢小学校の矢野先生が社会人バンド「アカルミネ」で出演し、多くの子どもたちが応援に来ました。

たざわの輪は、田沢地区内の5つの地域（須沢・ハ久保・今村新田・田海・高畑）の公民館支館を核として、住民主体の地域づくり活動を行っています。

田沢まちづくりの会 たざわの輪 賛助会員 紹介

(有)荒井測量設計 / 系魚川デンカ生コン(株) / (有)伊藤組 / (株)伊藤建設 / (有)まいスポーツ系魚川店 / 青海運輸(株) / (有)青海ガス水道公社 / (有)小野崎電気工業所 / カネヨ運輸(株) / カネヨ福祉(株) / (株)上窪工務店 / (株)木村鉄工 / (有)頸城製作所 / (株)熊谷組青海作業所 / (株)三元化工機工業所 / (有)翠宝堂 / 田辺運輸(株) / 田辺運輸(株)自動車整備工場 / (株)田辺エージェンシー / 田辺商事(株)系魚川機材センター / (株)ツカダ運輸 / デンカ(株)青海工場 / (有)フジエダ / 明星セメント(株)系魚川工場 / 吉沢運送(株) 青海営業所 / (株)良貴庭苑

(五十音順・敬称略)

田沢地区管内の企業の皆様より、地域づくり活動に賛同いただき、温かいご支援、賛助金をご寄付いただきました。心よりお礼申し上げます。

田沢まちづくりの会 たざわの輪 会長 堀田岩吉

青海美術展に出展 9/6(土)・7(日) 会場：青海総合文化会館

パッチワーク サークル



己書サークル



10年目の出展です。
継続して出展されて
いる「パッチワーク
サークル」の一針一
針時間をかけて作製
した大作の数々。また、
今年度から活動され
ている「己書サーク
ル」の心に響く作品。
そして、公民館事業で
実施した「ハテナ？君
をつくろう！」で、夏休
みに子どもたちが、感
性豊かに作り上げた
作品を出展しました。

小学生造形活動 ハテナ？君を作ろう！



災害用テント配備

株式会社スノーピーク様から糸魚川市に寄贈され、各公民館に配備。
防災イベントなどにご活用ください。

寄贈製品①「エントリー2ルーム エルフィールド」

○製品概要

エントリー 2ルーム エルフィールド



サイズ



重量

15.5kg

収納サイズ

83×30×34(h)cm

セット内容

本体、インナールーム、ルーフシート、フレーム（×1）、フレーム（×2）、フレーム（×1）、リッジポール（×1）、ジュラルミン（21cm×22）、自在ポール（2.5m×8、1.5m×8）、キャリーバック、フレームケース、ベグケース

対応人数

4名

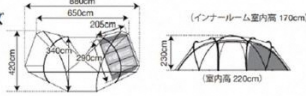
寄贈製品②「ゼッカ」

○製品概要

ゼッカ



サイズ



重量

30kg

収納サイズ

キャリーバック/92×35×40(h)cm、フレームケース/73×21×26(h)cm

セット内容

本体、インナールーム、シェルトーフ、グランドシート、クロスフレーム（×2）、Cフレーム（×2）、デントフレーム（×2）、リッジポール（×1）、ジュラルミン（21cm×34）、自在ポール（2.5m×8、2.5m×8、2.5m×8）、セーフティーベルト（×4）、シームクリップ、キャリーバック、フレームケース、ベグケース

対応人数

3-6名 ※インナールーム1つにつき利用人数3名

エントリー2ルーム エルフィールド 4張

ゼッカ 1張

地域交流

コミュニティ・スクール活動

【青海地域海岸一斉清掃】
小中学生が参加し、地域貢献

青海中学校

7/6 (日)
6:30~



今年も小中学生が、
地域の方々と一緒に
海岸清掃を行いました。
多くの子どもたちが参加
してくれることを願って
います。



海岸清掃しながらハマボウフウな
どの海浜植物にも
注目してみてね。



【4年生 総合学習】
自治会、たざわの輪、消防本部の
協力で防災学習を実施

田沢小学校

7/17 (木)
田沢小学校にて



子どもたちは、自治会・保護者・先生と一緒に
通学路を歩きながら、地震や津波時の危険
箇所を確認しました。消防訓練では、40mm
ホースや水消火器を使って初期消火を体験。
地図や段ボールジオラマを使って地域の避難
経路や安全な行動について考え、学びました。

行事予定表



実りの秋

10月												9月		月					
25	24		23	22	17		16	10		8	7	4	3		2	29	26		日
土	金		木	水	金		木	金		水	火	土	金		木	月	金		曜
ジオ学習ツアー	コーラスはな(サ)	気功(サ)	一般利用	パソコン(サ)	気功(サ)	パッチワーク(サ)	ぬりえ(サ)	コーラスはな(サ)	気功(サ)	パソコン(サ)	俳句はまなす(サ)	己書(サ) 楽寿道場	気功(サ)	パッチワーク(サ)	ぬりえ(サ)	館内定期清掃	コーラスはな(サ)	気功(サ)	行事・予定表
フォッサマグナ パーク	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	公民館	