

みよちゃん

「みよちゃん」は皆様の社協会費、共同募金で発行されています



マレットゴルフ健康長寿

御代田町シニアクラブ連合会

副会長 尾台吉助

御代田町シニアクラブ連合会主催のマレットゴルフ大会を、八月二十三日（火）にやまゆり公園マレットゴルフ場にて行いました。

コロナ感染症収束の兆しが見えない現況において、大会を行うべきか中止とすべきか役員一同戸惑いの日々が続きましたが、ちょっと待てよ、ここ二年間各種の競技や行事の中止、外出制限などにより自宅での引き籠りのような生活が多くなりましたね。

これではいけない、マスクの完全着用などコロナ感染予防対策の徹底を図るとともに、来賓の皆様にもご迷惑のなきよう、今回はご辞退を申し入れ、ご理解をいただきました。

よしこれで、万全ではないけれど大会を行いますよという事になりました。

ご存じのとおりマレット（木槌）ゴルフとは、スティックボールを使って決められた打出し地点からホールにできるだけ少ない打数で入れることを競うスポーツです。

自然を相手に広い場所でのびのびと打ったり、仲間と語らいながら親睦を深め、日々のストレスの解消と運動不足の解消、および認知症予防など大いに役立つスポーツと言われている。また、年齢や性別に関係なく一緒に楽しむことができます。

今大会において皆楽しく事故もなく終了したことは、何よりの喜びでありました。今後もシニアクラブ連合会のマレットゴルフ大会の存続を心から願うものであります。

御代田町 少年少女合唱団 つばさ

地域の宝は
こんなにも一生懸命歌い
元気に育っている
素晴らしい子ども達を
自慢してほしい



▲コロナ禍でコンサートはもちろん、練習すらできない日々が続いたそうです。そんな中2021年3月、ようやくコンサートを開催。この年のテーマは、団名でもある「つばさ」。歌いやすいように工夫されたマスクは、内田先生のお手製です。

御代田町に、少年少女合唱団があることをご存知でしょうか。団名は「つばさ」。

少年少女合唱団と聞くと、お揃いの制服を着て、お行儀よく並んだ子ども達を想像するかもしれないと思いますが、「つばさ」は違います。聞こえてくる歌は、ポップス、童謡、洋楽、時には演歌と、ジャンルはさまざま。団のコンセプトでもある「歌いたい歌を、歌いたいように歌う」の通り、どんな歌も自由にのびのび歌います。

今回は、社会福祉協議会のイベントにも時折参加してくれる「つばさ」の人気の秘密に迫ります。

お話をうかがったのは、団の指導者でもある内田満先生です。こんなに自由で魅力的な合唱団を、どのように育てているのか、お話を聞いてみました。

「つばさ」が生まれたきっかけを教えてください。

2002年、エコールみよたの開館を御代田町の子どもたちの歌声で祝おうと、開館セレモニーのための合唱団を結成しました。一旦解散をしたのですが、

これから歌っていきたいという希望者が集まり、「御代田町少年少女合唱団」が誕生しました。レパートリーの中に武満徹の『翼』があり、縄文ミュージジアム前館長のアイディアで、団の名称が「つばさ」になりました。

武満徹は、小澤征爾と並ぶ世界的に有名な音楽家で、御代田にアトリエを構えて作曲活動に励んだ方です。谷川俊太郎とも親交が厚く、夏の間に家族ぐるみで御代田に滞在していたという逸話も残っています。『M・I・Y・O・T・A』という楽曲も存在します。『翼』も武満と谷川の作品で、合唱団「つばさ」が、今でも大切に歌い継いでいます。



▲写真左が内田満先生。コンサートはピアノ、パーカッション、チェロの本格的な伴奏で。テーマに沿った小道具や、凝った演出も見もの。

子ども達に、何を学んで欲しい
と思う指導をされているの
ですか。

楽しさは与えられるものではなく、自分たちで追究するものだということ。聴いてくれる人を意識し、歌を通して人に喜んでもらえる時、それが自分の喜びになる。それには、どんなプログラミングや構成の工夫が必要なのか、自ら考えることができるようになってほしいと考えています。そのため、出来るだけ子ども達の希望や発想を取り入れた活動を心がけています

「つばさ」との関わりの中で、
先生の喜びは何ですか。

子どもたちの歌声が生き生きしている瞬間、その歌声の中に身を置くことができることは、何よりの喜びです。毎年メンバーが少しずつ変わっていくのですが、毎年毎年が、かけがえない精一杯の活動です。小、中、高、あるいは大学社会人になってもつながりを持っていること、長い目で子どもたちの成長を見ていけることも、

自分にとっての喜びです。

聴いている方に、何を感じて
ほしいと思っていますか。

「子どもは地域の宝」とよく言われますが、その宝がこんなに一生懸命歌い、元気に育っていることを知ってほしいのです。また、御代田町には、こんな素晴らしい子どもたちがいるんだという事を、世に自慢してほしいと思います。

今後の目標や展望を教えてください。

町内外にかかわらずもつと「つばさ」の存在を知らしめたいと思っています。この数年、コロナの影響で入団者が少なくなっていますが、もつと多くの子どもたちに参加してもらい、合唱を楽しんでほしいです。毎年3月に1年間の集大成として、その年のテーマに沿ったコンサートを実施しています。今年度のテーマは「飛行機」のつてどこへ行くかです。歌を通して世界旅行へと誘います。乞うご期待！



▲2018年のテーマは「つばさバスツアー」
バスガイド、運転手と共に、旅行先に
ちなんだ歌をうたい、全国を旅しました。



▲2017年のテーマは「つばさレストラン」
美味しそうな料理や食材の曲を歌い、
お客さんをおもてなししました。

つばさDATA

- 対象**▶ 御代田町および近隣市町村に住む小学校1年生～高校3年生
練習▶ 基本的に第1、2、4土曜日 午後2時～午後4時 エコールみよた
回費▶ 年間2,000円
活動▶ 龍神まつり、きなんしまつり等のイベントに出演。
不定期で土曜日の練習時間中の3時に、エコールみよたのホールで『3時のつばさ』と称するミニコンサートを開いています。
もしその時間にエコールにいるようならば、耳を傾けてみてください。
「つばさ」に関するお問い合わせは、御代田町教育委員会生涯学習係へ
0267-32-2770

あたらしい『食でつなげる支え合い』の仕組み

ファミマフードドライブが始まりました！

御代田町ボランティア地域活動支援センターでは、「食品ロスを失くし、必要な方に

使っていただくこと」を目的に令和二年六月一日から「フードバンクみよた」の活動が始まり、地元で採れたお米や野菜、企業町民からお菓子や食料等の多くの寄付をいただいています。

本年度より、株式会社ファミリーマートと協議し、全国的に取り組まれている『ファミマフードドライブ』を、御代田町でも令和四年九月より協力・実施することになりました。ご家庭で眠っている食品をファミリーマート店舗内にある回収ボックスにご寄付いただくと、御代田町社会福祉協議会を通じて、必要とされておられる方に届けられます。

本事業は、栄町二区の「ファミリーマート御代田ミネベアミツミ前店」で実施しています。

より身近な場所で、食でつなげる地域の支え合いの仕組みができましたので、ご家庭で眠っている食品がありましたら、ご協力をお願いします。

寄付をお願いする食品

- ・ 未開封、破損していないもの
- ・ 賞味期限2か月以上
- ・ 常温で保存できるもの



中学生サマーチャレンジ

ボランティア2022

二年ぶりの「中学生サマーチャレンジボランティア2022」を令和四年八月三日に開催しました。新型コロナウイルス感染が拡大している中でありましたが、長野県社協兼ミュージシャンの「川崎昭仁」さんを招き、ボランティアについての学習会を行いました。川崎さんには、「不幸＝不便じゃない」と題し、障がいを持っていても、個性として自身の夢に向かって歩んできた事を中学生に伝えていただきました。



御代田町遺族会だより

御代田町遺族会 会長 井出正孝

九月二十七日、龍神公園内に建つ戦没者慰霊碑「平和の礎」碑の清掃を、恒例秋の清掃として、遺族会員とボランティアの方々で行いました。

「平和の礎」碑は、御代田町内から出兵されて戦没者となられた二百二十九柱の慰霊碑です。

寒中には「平和の礎」碑の女神像に耳当てをしてくださる心暖かい方がいます。遺族会として感謝申し上げます。

これからも

平和な世の中が永遠に続くよう、心から祈らずにはいられません。御協力して下さったボランティアの方々、本当にありがとうございました。



サロンがもたらすもの

柳沢充夫

社協よりサロンの勧めを受けて十一年程が経つでしょうか。我が塩野区のサロンもお客様で毎回楽しく三十人以上の参加者でやります。参加者にとってサロンへ足を運ぶということは、日にちの確認、当日の天気や気温、何を着ていこうかなど、月一回のサロンでも色々な思いが沸いてきます。

当日、世代間交流化センターに集まる皆さんの楽しそうな顔を見ると安心します。開始当時担い手さんだった方も月日が過ぎる中で



参加者となったり、新たな担い手さんが加入したりと、皆さん自分自身も一緒に楽しみながら参加しているため、自然と会話もはずみずみです。

コロナ禍でも同じ思いの中で続けられてきたことは、皆さんに感謝です。十一年も経てば当時八十歳の方も今は九十歳。何か大きい家族のような、この時の流れに改めて良い時を過ごさせて頂いているなと感じます。

サロン活動の継続がもたらしてくれるものは、同じ顔ぶれの中で生まれる安心感と信頼関係ではないでしょうか。



門松（かどまつ）は、一年の幸福をもたらしてくれる神様に、家に来てもらうための目印となる正月飾り。ご存知ですか？

門松とは

- ・お正月にやってくる歳神様が迷わず家に来ていただくための目印となるもの
- ・歳神様が降りてこられた後、宿る依り代（よりしろ）になるもの
- ・一年の幸せ（昔は五穀豊穡）を願うもの
- ・長寿を願うもの

このような意味を持っている正月飾りです。ちなみに門松は「松飾り」「飾り松」「立て松」とも呼ばれます。



門松をお正月に飾るようになったのは、平安時代の宮廷儀礼の「小松引き」という行事と考えられています。

平安時代には「初子（はつね）」と呼ばれる、一年の最初の「子の日」に野に出て宴をする文化がありました。

この日に子供が松を根ごと引っこ抜いて、その松を玄関に飾ったのが門松の由来とされています。

起源を見ると、今の門松の主演は竹のように感じますが、実は松が重要な素材であることがわかります。

ちなみに竹が門松に含まれるようになったのは室町時代とされています。

その後江戸時代に入ってから、武家も商家も農家も宮廷行事に倣い家の入り口に

門松を飾るようになったそうで、江戸時代にはかなり豪勢な門松も見られます。

紙の門松について

近年、次代の辺文神様への

信仰心が薄らぎ、迎えの時期・

方向が簡略化されてきた。

さらに、昭和四十年代から、

生活改善・山林愛護などにより、

ごぼう注連を玄関の左右に、

前掛け注連を真ん中に飾る家が

多くなってきた。門松を印刷した紙片が配布され、玄関や

門柱などに、「紙の門松」を張る家がほとんどになった。



門松の基本的な構成は松、竹が基本です。

門松の松

- ◇松は古来より神様が宿る木と考えられている
- ◇松は生命力が強く千代・千年の齡とされ、長寿の木と考えられている
- ◇松は神を祀る（まつる）という言葉につながる
- ◇松の葉は上を向き、さらに神様を「待つ」という言葉につながる

門松の竹

- ◇竹は万代をさぐるものとして長寿を願うもの
- ◇竹は成長が早く、生命力の象徴、繁栄の象徴とされる

（引用 神仏ネット）

「紙の門松」

この「紙の門松」は、皆様の共同募金で作成しました。
裏面に点線を引いてあるので、切ってお使いください。

賀正



社会福祉法人 御代田町社会福祉協議会
御代田町共同募金委員会

賀正



社会福祉法人 御代田町社会福祉協議会
御代田町共同募金委員会

「紙の門松」

切り取り線

切り取り線

生命保険協会 長野県協会様より 福祉巡回車両の寄贈を受けました

10月12日に、一般社団法人生命保険協会
長野県協会様より、会員各社の全職員の皆様か
らの愛の福祉募金による福祉巡回車両を1台
いただきました。この車は地域福祉・在宅福祉
に役立ててまいります。ありがとうございました。



ええっこ 協力会員さん募集中！

「ええっこ」とは、ちょっとした困りごとを地域の皆さんがお互いに助け合う住民参加の生活支援サービスです。平成19年度から実施していて、利用会員の希望により、病院や学校への送迎や買物、掃除、ゴミ出し等支援内容は多岐にわたり、昨年度の実績は616回でした。

日頃より協力会員の皆さんには感謝しております。

最近は依頼件数が増加し、登録している協力会員さんでは対応しきれない状況となっており、協力会員さんを募集しています。

ご興味のある方、詳しく知りたい方は御代田町社会福祉協議会 福祉係（電話：32-1100）までお問い合わせください。

生活に困っている方や
食料支援をご希望の方も気軽に
町社協福祉係までご相談ください。

フードバンクみよたでは常時食料品を募集しています

〈受け入れできる食品〉

- 賞味期限が一ヶ月以上あるもの
- 未開封であるもの
- お米（白米、玄米、アルファ米）※R3年度米まで可
- 常温保存ができるもの…乾麺（パスタ、素麺など）、缶詰、瓶詰、レトルト食品、インスタント食品、カップ麺、菓子、飲料、調味料（食用油、醤油など）
- 生野菜

※長期保存ができない為、事前に連絡をしてください

〈受け入れできない食品〉

- × 賞味期限が切れている又は一ヶ月を切っているもの
- × 賞味期限が明記されていないもの
- × 開封されているもの
- × 生肉、魚介類等の生鮮食品
- × 冷凍食品
- × 2年以上前のお米
- × アルコール飲料

【問合せ】御代田町社会福祉協議会 福祉係（電話：32-1100）

令和4年度日赤社費実績報告

合計加入戸数 3,412 件
合計収納額 2,737,800 円
ご協力ありがとうございました。



ご寄附御礼（令和4年1月～9月）

やまいし株式会社様 10,000 円
あたたかいご支援に感謝申し上げます。

社協だより みよちゃん No.96



発行日：令和4年11月10（木）
発行者：社会福祉法人御代田町社会福祉協議会
御代田町大字御代田 1772 番地 1
TEL:0267-32-1100
FAX:0267-32-1111
WEB: <https://miyota-shakyo.sakura.ne.jp/>

編集後記

先日、話す時に「ひ」が「し」になりがちだ、ということについて考えていました。変形が「ししがた」になってしまふ、という感じでしょうか。スマートフォンで音声入力をすると、正しく言葉を拾ってくれないことがあります。失笑することがあります。そんな中、個人的に「ひ」が「し」になっていることがありました。フライパンに油を「敷く」と「引く」はどっちが正解なんだろうと。調べてみたところ、どうやら「引く」が正しいようです。些細なことですが、スッキリしました。

今年も残すところあと少し。片付けや掃除とともに、日頃スルーしがちな些細なことにも気を配ってみようと思った秋の日でした。（長谷川）

とうもろこし

発行 御代田町ボランティア地域活動連絡協議会

No.80



友愛クラブ（仲間を愛する）

馬瀬口 古越敬房

年寄りになって介護を受けることとなると、旅行や食事会などが出来なくなり、制約された人生になってしまいます。

人生の総仕上げをと、健康で楽しい老後を目標にして、男女七名で友愛クラブを発足しました。

月一回の食事会や、月一回の旅行（長野割）で割安のホテルを利用して、楽しんでいきます。旅行で風呂に入るだけでなく、脳トレクイズとか、幸せな人生を送るためのポイントなどの催しをして教養を高めるなどを、楽しみながら行っています。

健康とは、身体と心の両方が健康でないと本当の健康とは言えないと思います。

健康長寿を維持し、自分の健康と幸せは自分で創り、家族や



地域、そして行政にもなるべくお世話にならないように、老後の人生を謳歌しています。

年を取ると、連れ添いも亡くなり、孤独になりがちです。孤独を解消するため仲間づくりをし、食事会などでおしゃべりをしながらストレスの解消をしたり、情報交換をしています。おしゃべりの時の目は輝いています。また冗談を言いながら大笑いをしています。一人暮らしでは、おしゃべりも大笑いも無いだけに、大変喜んでいきます。

今は会員が十七名に増え、大変賑やかになりました。人生には悲しい事、困った事など、楽しい事ばかりではありませんが、なるべく前向きにプラス思考で、老後の人生を楽しみたいと願っています。

春に珍しい花の苗をもらいました。「むぎせんとう」「ふうせんとうわた」の花です。面白い花だと言って買った「ふうせんとうわた」は、暑い夏が過ぎたころに風船を膨らませたようなつぼみをつけました。それから、こびと達が輪になって踊っているような可愛い花が咲きました。秋になって、毎日楽しませてもらった花達の種どりをしました。来年、この種を蒔いて、花友達の輪を広げたいなあと思っています。（上原）

（とうもろこし編集後記）

九月三十日、「たんぼぼ保育園」で稲刈りをしました。十一月にはこのお米で、お餅つきをします。今から楽しみです。

