



# 館報 まつかわ

松川町公民館報  
第672号  
令和元年10月15日

町の川 ⑮ 弥太沢川（桑園中部）

苔むした木に、遡上を阻ま  
れました

# スポーツ 験！！



いよいよ来年に迫った、東京2020オリンピック、東京2020パラリンピック。なんとなく知っているパラスポーツですが、「体験できるスポーツってあるの？」  
使用する道具が用意できた3種類のスポーツを実際に体験してみました。

## ブラインドサッカー

ゴールキーパー以外は全盲の選手がプレーする。転がると音が出るボールを使って、ガイド（コーラー）の指示でプレーする。コーラーの音が選手に聞こえるよ



うに静かな環境でプレーする。「音」と「声」のコミュニケーションが重要なスポーツ。



ボールに入った鈴の音でボールを探す。



ゴールは正面。うまく入るかな。



# パラ を 体



ジャックボールを投げる

## ボッチャ

ジャックボールと呼ばれる白いボール（目標球）を投げた後、対戦する両者がそれぞれ赤と青の6球を投げ合い、自球をよりジャックに近づけたチームまたは個人が勝者となる。（ペタンクを経験したことのある人は、ルールが似ているのでわかりやすいと思う。）

ジャックボールを基準に得点を数える



メジャー

ジャックボールの近くをねらって投げる



ボール



# シッティング バレーボール



下肢などが不自由な選手が座ってプレーするバレーボール。  
でん部が床についたまま競技を行う。(ファーストレスリーブは浮いてもよい)  
スピード感あふれるラリーやコンビネーションを駆使した戦略的な戦い方が魅力。

## ブラインドサッカー

### の感想

本当にこんなスポーツをやっている人がいると思うと、その研ぎ澄まされた感覚に驚かされます。音が鳴るボールですが、プレー中、ボールがどこにあるのか全くわからないままでした。また、周りから声をかける役割を持った人の重要性もわかり、信じる心と恐怖に打ち勝つ心を養うスポーツでした。

目が見えず耳で鈴の入ったボールの音を聞き取るのはとても大変どこにボールがあるかはさっぱりわからず、何もできなかった気がしました。

今日やった中で一番難しい競技でした。目が見えないのはとても大変なことだなと感じました。

初めは周りで何が起きているかも、自分がどこにいてどこを向いているかもわかりませんでした。日常生活で常に目をたよっている私たちには本当に難しいスポーツでした。ボールの音を聞きながら、指示をしてくれる人を信じて動かないといけないので信頼関係がとても大切なスポーツだと感じました。

## ボッチャの感想

一見、単純なスポーツでしたが、点を取ろうとすると戦略と正確性がとても重要で、奥が深いスポーツだと思いました。なかなか狙ったところにボールを投げるのが難しかったです、うまくいくととてもうれしく、はまってしまいました。

案外投げるボールが重く、距離やどのぐらい弾むのかを計算して投げるのが難しかったです。ルールはとても簡単でやりやすいスポーツでした。

## シッティングバレー

### の感想

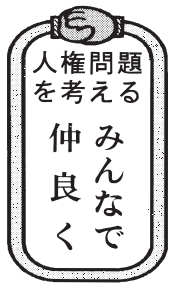
普通のバレーも苦手なので、座ってのバレーはとても難しかったです。健常者でも難しいのに障害者の方がシッティングバレーをしていることにとても驚きました。健常者も障害者も一緒になってできるとても魅力的なスポーツでも楽しく行うことができました。

お尻だけで動くのが難しく、思っていた以上に自分の手が届く範囲しか動けずとても苦労しました。

## 知ってますか？

### パラリンピックの「パラ」の意味

はじめは、下半身不随で車椅子に乗った人だけが出場している大会でした。そして下半身不随を意味する「paraplegia (パラプレジア)」とオリンピックを合わせて「パラプレジックオリンピック」などと呼ばれていました。「パラリンピック」という名前が初めて使われたのは、なんと前回の東京大会だそうです(のちになって1つ前のローマ大会が第1回パラリンピックと位置付けられた)。その後、すぐに定着したわけではありませんが、現在は並行を意味する「parallel (パラレル)」という意味になり「もう一つのオリンピック」(オリンピックと並列の大会)になっています。



松川北小学校 6学年

松川北小学校六年生は、道徳の学習を通して、友達とよりよい関係を築くにはどうすればよいかを考えてみました。

友達がいじめられていたら

大場 由日里

私は「いじめについて考えよう」を読んで、いじめのことをよく知りました。私は、実際にいじめをされたことはないし、したこともないけれど、もし私がそういうところにいるとしたら、いじめられている人をそばで見ていて、あまり話さないだろうと思います。でも、この話には、勇気を出して、「おはよう」などと声をかけてあげよう」と書いてありました。なので、私も、友達がいじめられていたら、自分からたくさん話しかけたり、いじめられないように近くにいたり、先生に言ったりしたいです。そして、私は絶対にいじめをしないようにしたいです。

誰にでも公正で公平な態度で

大蔵 海翔

ぼくは、友達とのよりよい関係を築くには、いじめなどの悪いことをしてはいけないという考えを全員に持つてもらうのが

大切だと思いました。よりよい関係をつくるには、誰にでも公正で公平な態度をとることが必要で、それには、言つてよいことと、言つてはいけないことを自分で考えて、だれにでも同じように接するという考えが必要だと思いました。

いじめというのは、やられている人も見ている人もどちらもいやな気持ちになつてしまします。でも、いじめられている人に声をかけるといふことだけでも、いじめを受けている人にとっては、大きな希望となるということが分かりました。いじめは無くすることはできないかもしれないけれど、一人一人の小さな勇気がいじめをなくすのにはとても大切だと思いました。

相手への思いやり

竹村 海恋

私は、友達とのよりよい関係をつくるためには、相手のことを考えてあげることが大切だと思います。なぜかというところ、いつも自分が思ったことばかり相手に言つていると、相手は困つてしまつたり、傷ついて関わりたくないなと思つてしまつたりするからです。友達と関わるときは、自分がされたらどんな気持ちになるかなと、行動する前に一度考えてみたいのです。さらに、友達がもし悪いことをしていたら、知らんぷりしないで教えてあげることもしたいです。

松川町今昔

資料館だより

◆第40回◆ 「名子有志学友会」 (その4)

名子有志学友会の史料を見ましたら、実際にやつたことのいくつかが新たにわかりました。

会費を集めないで、会員が働いてもらったお金を会のために使うことになつていまして、実際にどんなことをして働いたのか、「備忘録」という記録帳に書かれていました。

明治から大正までの記録を見ると、最も多かったのは縄まないでした。各自縄をなつて持寄り、それをまとめ必要な人に売つていました。縄をなう時期は、1月から3月までで、比較的仕事のない冬から春先にやつていたことがわかります。その次に多かったのは、草かき・草刈などで8月

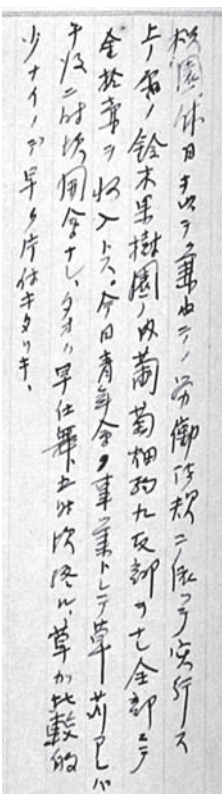
を中心とした作業で、人手の足りないところへの援助、だつたと思います。左の写真のように、大正8年(1919)7月に、鈴木果樹園で草刈をしたと書かれていました。今からちょうど100年前のことです。鈴木果樹園のぶどう畑で作業をしたようで、収入が10円あつたようです。ところで大正8年に鈴木果樹園があつたと言えば、みなさんご存知のように、大島村堤原を村で一番初めに開墾して果樹栽培を始めた鈴木源三郎の果樹園だと思ひます。その日は午前中名子青年会の草刈作業があり、名子有志学友会は午後二時から夕方までやつています。両方へ所属している人は、一日草刈をしたのかもしれない。

ほか畑耕作や薪伐り、もや伐りや道標作りなどやつています。

このようにいろいろやつていますが、毎年必ず作業を

やつたかというところ、予定を話し合う中で中止になつてしまつた年もありました。昭和に入ると会費徴収と同じことですが、貯金ということにして、一年に一人30銭ずつ入金していました。

次は図書部設置と図書の見聞です。明治41年(1908)7月会員からいろいろな本が寄付され、話し合つて図書部を作り、会員に回覧を始めた。ひとり何日と決めて回覧したようです。図書回覧と共に、明治44年から役員会で話し合つて、会の費用で雑誌を購入して回覧することになりました。みんなで読み合つて、話題を話し合つたのでしよう。雑誌は「実業少年」それから「武俠世界」というものでした。



松川町資料館

伊坪 達郎

スポーツ振興くじ助成事業  
**第5回 南信州まつかわ**  
**ハーフマラソン大会結果**  
 スポーツクラブ  
 GOGO BIG

〔総合〕

※太字は町内参加者

ハーフマラソン男子

- 第1位 中川 学
- 1時間12分38秒

- 第2位 原 謙二郎 (静岡県浜松市)

- 第3位 高柳 佳央 (長野県飯田市)

- 第4位 伊藤 洸介 (愛知県豊橋市)

- 第5位 市原 翼 (長野県伊那市)

ハーフマラソン女子

- 第1位 井野 光子
- 1時間22分29秒

- 第2位 土屋 直子 (大阪府大阪市)

- 第3位 小田 恵梨 (静岡県富士市)

- 第4位 河合 さおり (愛知県大府市)

- 第5位 嶋田 富美子 (静岡県浜松市)

5 km男子

- 第1位 内藤 亜輝亜
- 16分37秒

- 第2位 関口 修 (静岡県浜松市)

- 第3位 牧田 蒼斗 (埼玉県川島町)

- 第4位 大滝 一輝 (長野県長野市)

- 第5位 岩岡 徹 (三重県四日市市)

5 km女子

- 第1位 保科 ゆり
- 21分03秒

- 第2位 金森 淑子 (長野県諏訪市)

- 第3位 後藤 充代 (岐阜県岐阜市)

- 第4位 杉浦 美由紀 (愛知県名古屋市中区)

- 第5位 石沢 千佳子 (愛知県蒲郡市)

3 km男子

- 第1位 小野 太陽
- 10分19秒

(愛知県江南市)

- 第2位 富永 大輔 (長野県松本市)
- 第3位 宮内 達矢 (長野県高森町)
- 第4位 満尾 朋貴 (愛知県日進市)
- 第5位 福島 圭亮 (松川町)



スタッフ、ボランティアの皆様、本当にありがとうございました！



- 3 km女子
- 第1位 佐藤 悠花
- 10分46秒 (松川町)
- 第2位 出澤 幸芽 (長野県駒ヶ根市)
- 第3位 佐藤 綾花 (松川町)
- 第4位 坂元 唯花 (長野県辰野町)
- 第5位 片桐 小春 (長野県駒ヶ根市)

〔部門別(町内参加者)〕

ハーフマラソン

40歳以下男子

- 第2位 松山 克敏

高校生29歳以下女子

- 第2位 湯沢 夏美
- 第3位 片桐 美那

3 km

- 中学生男子
- 第4位 福島 圭亮

- 中学生女子
- 第1位 佐藤 悠花
- 第3位 佐藤 綾花

- ファミリー
- 第2位 古沢 貴博・瑛翼



第43回 名子地区  
**区民演芸会**  
 会場：中央公民館 えみりあ  
 ●演芸会スタート…9:30～  
 ●クラブ展示……9日 13:00～  
 ●ダンス、舞踊、歌、演奏等

11月 10日(日)  
 9:30～14:30

第35回  
**松川町駅伝大会**  
 11/3日  
 9:10スタート

交通規制のご協力と応援をよろしくお願いいたします！



## 松川町在住のイラストレーター

アイカワ ケイさん



今回のひとは働きながらイラストレーターとして活動しているアイカワ ケイさんです。皆さんは7月に行われた人形劇のポスターを見たことがありますか？実は公民館社会部から依頼され、アイカワさんが描いたものです！アイカワさんは小さい頃から落書きばかりして、絵を描くことが大好き

いたとは思えないほどのアイデアと絵の描き方が多彩です。今は、社会福祉協議会のパンフレットなどの絵に加えて、11月に行われる県民コンサートにもポスターも作成しています。松川でもアイカワさんの絵を様々なところで見ることができるとですよ。アイカワさんはイラストを描いている人達へ「様々なところから絵の依頼もたくさんあるので、ぜひ絵で松川町を盛り上げてほしい。」と語って下さいました。皆さんも松川でアイカワさんの絵を探してみてくださいね。

## すぽっと

### 思い出の小八郎登山

8月25日(日)青空の最高のコンディションの中小八郎登山に行ってきました。



体育部員8人、参加者16人の計24人での挑戦となりました。午前10時みんなで鳩打峠からの出発。今年も猛暑の中、初参加の方、去年も参加してくれた方、元気いっぱいの子どもさん、楽しく軽快に登る方から、息を切らしながら登る方、約1時間ほどでの登頂となりました。

山頂では昨年と同様に、かき水をみんなで楽しみました。メロン、イチゴ、コーラ味とみなさんが楽しく様々な味を堪能していました。



自分自身も普段と違う達成感と景色の中で最高においしいかき水を楽しんできました。楽しい時間はあつという間、12時すぎには下山、13時半ごろにはえみりあにて解散となりました。

今年も夏の思い出の一ページを飾る楽しい小八郎登山となりました。  
本館体育部 川又嵩公

# 県民コンサート

2019 11/16(土) in まつかわ

場所: 松川中学校体育館  
(長野県下伊那郡松川町元大島3293)  
※駐車場は松川中学校グラウンドをご利用ください。

開場: 13時30分 開演: 14時00分  
入場料: 無料

出演: **松本交響楽団**

お問い合わせ: 松川町中央公民館 電話 0265-36-2622  
共催: 長野県県民文化部・松川町教育委員会

チケット無し! 入場無料です!

総勢60名を超えるオーケストラの演奏をお楽しみください!

## まつかわまつ

松川中央小学校

夏まつり きれいな花火 また見たい 林 優那

夏祭り 花火が上がって 空の花 矢澤 志織

おたがいに 全力出し切り もつごころ 鈴木 梨夏

夕立の 絵の具で空が トマト色 稲垣 百合愛

青い空 広がる雲に 夏思つ 谷川 みなみ

声

文化協会視察研修

# 岐阜県の山城と 城下町をぶらぶら

「すつこいなあ!! 戦国時代や江戸時代のお殿様も木曾川の流れやこの素晴らしい景色をここから見ていたんだろくなあ!」

「岩山という自然の地形を利用した城で、かなり大きな岩が次から次に出てくるのを見て驚いた。」

これらは、苗木城跡のつずら折の坂を上り、天守跡に設けられた展望台からあたりを見回した時に発せられた参加者の感想です。

文化協会は8月22日に文化や歴史を学ぶ研修事業を行いました。目的地は岐阜県中津川市にある苗木城跡と恵那市の岩村城跡とその城下町。



今は城ブームと言われているが、あちこち城巡りをしている人が多いと聞きます。その中でも苗木城はかなり有名な山城のひとつで、参加者はどんな城に興味津々。苗木城は戦国時代から江戸時代まで続いた苗木遠山家の城跡で、現在でも当時の面影を感じさせます。天守は自然の岩山という制約された土地の上にその天然の巨岩を削り建物を建てたという全国でも大変珍しい城で、国の史跡に指定されています。ボランティアガイドの方から丁寧な説明を受けながら資料館と城跡を見学しました。

1時間ほどの距離の所にこんなにも印象に残るお城があるとは知らなかったなあ。」  
次の目的地岩村城に移動。岩村城は奈良県の大和高取城、岡山県の備中松山城とともに日本の三大山城と言われている城で、江戸時代全国の城の中で一番高い所にある城でした。  
資料館で説明をお聞きし、各自入口に置かれてあった杖を持っていざ出発。資料館から本丸跡(頂上)までの800mの道のりで標高差180mを登るといふ急な坂にチャレンジ。  
「重い鎧兜よろいかぶとを身に付け、こんな急な坂を登りながら戦うなんてとてもできそうにない。」  
「資料館の入口にあった杖を持ってきて助かった。」  
「攻めるのに大変だから石段を高くしたのかな。それにしても登るのが大変!」

苗木城内にて  
本丸跡のベンチに座りそよ風を感じながら、戦国時代に織田・徳川の接点として幾多の戦乱の舞台になった難攻不落の岩村城に思いをはせています。

「癒されるなあ。ここで昼寝をしたら、さぞ気持ちがいいだろうなあ。」  
来年のNHKの大河ドラマは明智光秀が主人公になるとか。岐阜県には「明智」という地名もあり、光秀ゆかりの地で、恵那山トンネルを過ぎたところに歴史を感じる素晴らしい所があると実感した視察研修でした。



公民館報  
「まつかわ」  
第 672 号  
令和元年10月15日  
発行所 松川町公民館  
責任者 小 沢 誠  
編集人 公民館編集部  
Tel 36-2622  
e-mail: c.kouminkan@matsukawa-town.jp  
飯田市上郷黒田121  
印刷所 龍共印刷(株)  
再生紙を使用しています。

皆さんは「レオン」という映画をご存知でしょうか?  
1994年に公開された洋画なのですが、私はこの映画が大好きで、スマホケースも買ってしまったほど大ファンです。  
主演はジャン・レノ、ヒロインはナタリー・ポートマンで、見ていない方にネタバレになつてしまうので、あまりここでは詳しく書けませんが、一言で説明すると、殺し屋のレオンと少女マチルダの逃亡劇と純愛を描いた作品です。殺し屋の話と聞いて、最初は少し怖かったのですが、そのうちに見入つてしまい、怖い気持ちはなくなり、最後は柄にもなく号泣してしまいました。20年以上たった今でも多くの方に愛されている名作なので、あまり洋画を見ない方でも、これを見ればきっと洋画にはまつてしまうと思えます。この文章を読んで、少しでも興味が湧いた方がいらつしやれば、是非一度見てみてください!

増田 莉奈