

～図書館入門編～

図書館と聞くとどんなイメージを持ちますか。難しそうな本がいっぱい並んでいるところ？静かに勉強するところ？いやいやそれだけではありません。図書館の利用方法は様々です。ちょっと図書館に立ち寄ってみませんか。

下諏訪町立図書館について



町の文化センターの隣、機関車が目印のあすなろ公園の奥にある緑色の屋根の建物が図書館です。

図書・雑誌合わせて126,300冊以上、CD・DVDなどの視聴覚資料は8,400枚以上あります。（2019年3月現在）郷土資料や子ども向けの物までジャンルも幅広く所蔵しています。新しい本は毎週届きます！

6市町村にお住まいの方や、勤務、通学されている方であればどなたでも無料で利用カードを作ることができます。本・雑誌など10冊まで、CD・DVDなど視聴覚資料は4点までご利用いただけます。貸出期間は15日間です。

図書館でインターネット利用登録をするとご自宅のパソコンやスマートフォンからも本の予約や借りている資料の確認などができます。図書館で申込みができます。

開館時間

平日（火～金）9：30～19：00 土・日・祝祭日9：30～18：00

※休館日：月曜日、祝祭日の前後、各月第1金曜日、図書整理期間、年末年始

☆他館から本の取り寄せ☆

下諏訪にない本も6市町村内にあればすぐに取り寄せができ、下諏訪図書館で借りることができます！難しい手続きは必要ありません。もちろん無料でご利用いただけます。

☆デジタル資料閲覧サービス☆

館内にあるパソコンでインターネットに接続可能です。また、市民新聞の前身である湖国新聞、信毎のデータベース、国立国会図書館のデジタル資料も図書館内パソコンでご覧いただけます。調べ物だけでなく、昔の懐かしい新聞を見たいという方ももちろんOK！全て無料で閲覧できます。

☆障害者サービス☆

下諏訪町立図書館では音訳ボランティア「やまびこの会」の方々が製作した録音図書を所蔵しています。現在はデージーというCDが主ですが、昔ながらのカセットテープでの録音もあります。所蔵数は現在1,200冊分を超えています。視力に障害のある方や通常の読書が困難な方などが利用できます。図書館に申請していただければ利用できますのでいつでもご相談下さい。

生涯学習

No.541

かおり高い
文化のまち

発行 下諏訪町教育委員会
編集 生涯学習
編集委員会

〒393-8501
長野県諏訪郡下諏訪町4611-40
(下諏訪総合文化センター内)
☎ 0266-27-1111(内線718)
FAX 0266-28-0131
E-mail=syougai@town.
shimosuwa.lg.jp

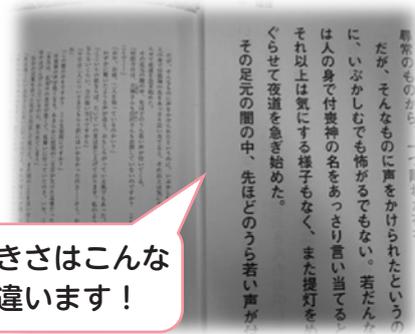
図書館へ行こう！

☆館内紹介☆

館内にはどんなところがあるのか紹介します。これらの場所以外にも、自動販売機のある飲食スペースや様々なイベントの会場となる会議室など、いくつものコーナーがありますので、図書館に来た際は1階から2階まで館内を探検してみてくださいね。

大活字本

大活字本は一般の本より文字が大きく読みやすくなっている本です。文字が小さくて本を読むのは…という方も是非！また、1階の南側には拡大機が常設してあります。文字の小さい本や新聞を読むのにとっても便利です。



大きさはこんなに違います！



ミニシアター

主に0歳～3歳の子どものための本と紙芝居が置いてあるコーナーです。靴を脱いでリラックスして本を楽しんでいただけます。

また、毎週木曜日と土曜日の11時から本の読み聞かせもしています。お気軽にご参加下さい♪

CD・DVD

専門的なクラシックや懐かしの作品だけでなく、有名なアーティストの作品や話題の最新作まで数多く取りそろえています。特に新着のDVDは予約でいっぱいになることも！図書館内の視聴ブースでもご利用いただけますので、是非ご利用下さい。



わからないことや、調べ物でお困りの際はお気軽に図書館カウンターにお声がけください。

図書館で素敵なひとときを♪

お問い合わせ

下諏訪町立図書館 〒393-0086

諏訪郡下諏訪町4562-41

TEL 27-5555 FAX 27-6610

～お知らせ～

現在下諏訪町立図書館では地域の方からいただいた昔の下諏訪の写真をデジタル化し、保存する事業を行っています。古い写真をお持ちの方は是非図書館にお持ち下さい。

図書と私

川村 康恵

電子書籍というものが出回り、気軽に持ち運べ、ページは指でポチッとしたりスライドしたりという新しい時代の風が吹いている今でも、私にとつての読書は少し持ち重りのする本を、ペラペラと自分の指でめくっていくというのがしつくりきます。本の重さや匂い、表紙やページをめくった時の紙の質感などが読んだ本の記憶とともに蘇ります。

今も昔も大好きな、香ってきそうな大きなホットケーキが描かれた『ぐりとぐら』シリーズでは、少し細長い本のページをワクワクしながらめくったり、小学生の時に読んだ『アンネの日記』は、ヒヤリとした重い本の感じと哀しい物語が重なり、とても寂しくなってしまうのを鮮明に今でも覚えています。そんな色々な図書と出会える図

書館は、私の中でいつの時代もワクワクする場所です。読書なんて難しい言葉を知るより以前から、足繁く通う「行きつけ」の場所なのです。幼い時代は気軽に通えるテーマパークでしたし、少女時代には知りたいうことやワクワクする物語の宝箱でした。青年期には足が遠のき、母親になるとまた「行きつけ」に子どもとともに戻ってきました。そんな私たちに、図書はまた夢と創造力を与えてくれました。孫の手を引いて図書館に通い、絵本と一緒にめくるなんて、楽しい未来の夢も与えてくれます。



※本文とは関係ありません

下諏訪町立図書館貸出ベスト(2018年版)

昨年一年間の貸出数が多かった資料をご紹介します♪



一般書貸出ランキング

第1位 東野圭吾「危険なビーナス」

第2位 東野圭吾「人魚の眠る家」

第3位 若竹千佐子「おらおらでひとりいぐも」

第4位 東野圭吾「ラプソディの魔女」

第5位 村上春樹「騎士団長殺し」



CD貸出ランキング

第1位 井上陽水「井上陽水ベスト・コレクション」
フルーノ・マーズ「24K・マジック」
尾崎亜美「レシピ・フォー・スマイル」

第2位 中島みゆき「大吟醸」
SMAP「SMAP 25 YEARS」
「ザ フォーク ベストセレクション 青」
などなど

DVD貸出ランキング

第1位 「ルパン三世 風魔一族の陰謀」
第2位 「信長協奏曲」
第3位 「サバイバルファミリー」
第4位 「ステキな金縛り」
「スペクター」
第5位 「ルパン三世 バビロンの黄金伝説」
「ダイ・ハード/ラスト・デイ」

町民大学のお知らせ&講師による自著紹介

『発達障害のある子と家族が幸せになる方法』

(2018年学苑社 原 哲也)



「あるがままに」因子…自分らしいペースや自分らしさを感じることが出来る経験。

これらが幸せを構成すると前野教授は分析します。そして大事なのは、これら4つの因子が人と人との関わりの中で生まれ、育まれていくということです。

私は専門職として二十三年間、発達特性のある子どもとの関わりを通して「子どもの豊かな生活のために、子どもの幸せをめざそう、そのために幸せの因子を育てよう」と考えるようになりました。

そのためにはどうしたらいいか。繰り返ししますが、幸せの因子は人と人との「関わり合い」の中で育ちます。だから子どもだけではなく、子どもと家族、子

どもと支援者、子どもと地域社会を構成する人たちなど、様々な人間関係の中でそれぞれが刺激し合い、それぞれの価値を確かめ合い、成長し合える関係に整える。そうやって初めて子どもの中に幸せの因子を育てることが出来る、私はそう考えます。

そしてその時、子どもだけでなく家族や周りの人たちそれぞれの幸せの因子も育つのです。

今回、子どもと家族、子どもと支援者、子どもと地域社会を構成する人、という関係の中で、幸せの因子をどう育ててればいいのかについて、関わり方のコツについて具体例を交えて書いたのが本著です。

普段本を読みなれない方にも負担にならないように、平易なことばで書いています。是非、お読みいただければ大変嬉しいです。

「幸せとは何か？」は難しい問いですが、近年では科学的な「幸せ」研究が進められています。ポジティブ心理学や慶應義塾大学の前野隆司先生の「幸福学」などです。多岐にわたる研究の多くが示しているのは、「幸せとは人と人との関わりの中にある」ということです。

例えば、前述の前野教授は、幸せの因子を四つに分けています。

「やってみよう」因子…やりたいうこと、楽しいことを多くの選択肢の中から選び出せること。

「ありがとう」因子…感謝したり、されたりする経験や人間関係。

「どうにかなる」因子…楽天性。

長野県諏訪市湖岸通り五―十九―十五
発達特性がある子と家族の支援

『児童発達支援 WAKUWAKU すたじお』

一般社団法人 WAKUWAKU PROJECT JAPAN 代表理事 原哲也

町民大学

— 下諏訪で学ぶ ① —

演 題：「発達に専門家が伝える
子どもと家族が幸せになる方法」
講 師：原 哲也 WAKUWAKU PROJECT JAPAN 代表理事
日 時：6月30日(日) 午後1時30分～午後3時00分
会 場：文化センター2階 集会室 ※当日受付可(受講料100円)



コミュニケーションの考え方が変われば、子どもとの関係が確実に変わります。子どもとの関わりをもっと豊に幸せなものにしたい。そういう願いを持つ皆様に、発達に専門家が具体的な方法をお伝えします。

お問い合わせ 下諏訪町公民館 ☎28-0002

本棚と書を探しに、街に出よう・・・みたまち文庫

mee mee center Sumeba



地域おこし協力隊の拠点として一昨年御田町にオープンした「ミーミーセンタースメバ」。「みたまち文庫」ではありませんが、店内で本を読むことができます。



ここは、町営の「移住交流スペース」。町の魅力、観光情報、空き家物件情報など、様々な資料が盛りだくさん。

すてっぷカサイ



数年前、本と人がつながるお店にある小さな図書館をめざして発足した「みたまち文庫」。店先で手にとって読んだり、借りることもできる身近な「文庫」です。散歩ついでにそれぞれのラインナップを探すのも楽しいかも。

ショップ共益

今に残っているのはわずかですが、仲間もどこかで…。



厚仁薬局

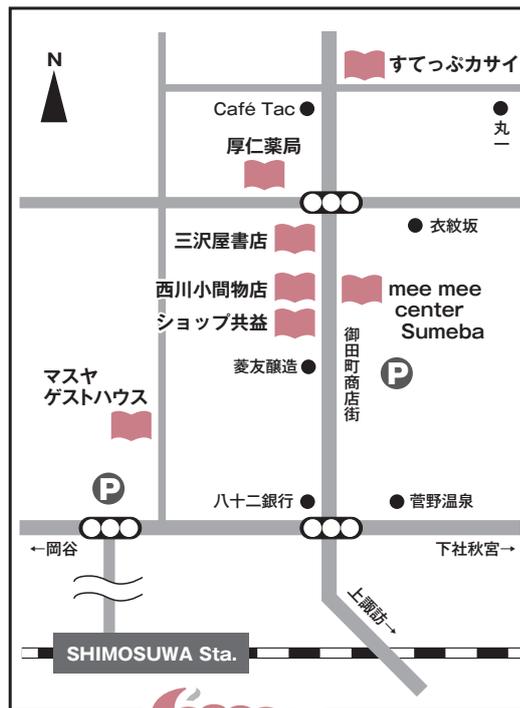
家にある読み終わった本を棚に並べてくださるお客さんも。それって、本棚が生きている証拠かも。



西川小間物店



「なぜ生きる」「異国の窓から」「風の記憶」…。知らない本に会いに来ませんか。



みたまち文庫のお店
(今回紹介したお店)

三沢屋書店



ここは新刊書店さん。今は雑誌の店頭販売が中心です。



街角に本棚のある風景・・・

ひとつぶの麦

新町御作田社の近く、一階から二階へ、そこかしこに本棚と本。オーナー夫妻の趣味の本に、最近息子さんの蔵書も加わり、ジャンルが広がりました。

数学の本、美術の本、それに哲学の本。やや硬め！なものも含めて、様々な本が一杯です。



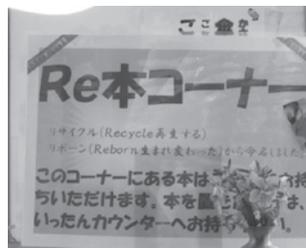
CAFE食堂 1093



赤砂の大きな交差点を諏訪湖に向かって突き抜けた先にある1093。ブラウンを基調にした店内。カウンターと店奥の本棚には、様々なジャンルの文庫本と山の本。店主さんと山歩きの話などいかが。

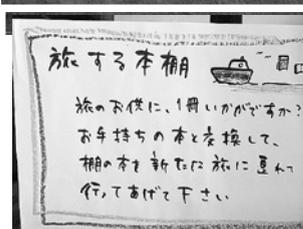
下諏訪図書館

図書館入口の知る人ぞ知る古書再生コーナー。お一人3冊まで自由にお持ち帰りいただけます。



Re本の下段に並べられた本。一冊いかが。

マスヤゲストハウス



平沢町のゲストハウスさん。お部屋の一角にある本棚には、ゲストさんからの寄贈本が一杯。世界と下諏訪をつないでくれる旅の本もあります。

歴史の町下諏訪。各区に眠っているお宝を、地元の方に解説していただきました。

村の鎮守「若宮神社」と絶景の「鎌倉街道」

富部（第十区） 今井 康

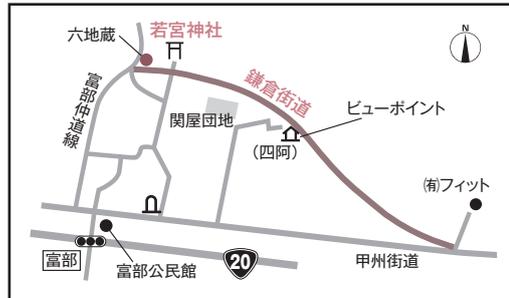
若宮神社

国道二十号の富部信号機を北へ、すぐ上の甲州街道を右に曲がり百メートル程行くと、左側に「若宮神社」の大きな石碑がある。そこを山手へ少し進むと新しい社が見える。富部の鎮守・若宮神社である。この神社には、諏訪大神の御子神、健御名方彦神別の神始め十三柱の神と天照皇大神が合わせて祀られている。参道の石段を八十段程登ると、細い横道、鎌倉街道がある。石



段の途中には古い石鳥居と新しくできた手水処、四阿もある。社殿は鎌倉街道のすぐ上に

あり、手前には新しい石鳥居もでき、両側には狛犬が置かれていた。旧社殿は大正三年に改築されたもので、老朽化したため、氏子崇敬者の浄財をえて、平成二十八年六月に新築造営された。



旧社殿は、その上の高所にあり、百段以上の急な石段をさけて、より親しみやすくするため、鎌倉街道の近くまで下げられた。社殿跡には小さな石の祠が安置されている。

この鎮座の起源は、つまびらかではないが、『和名類聚抄』（九二四年）には諏訪の七つの

郷名の一つに「土武」があり、若宮神社はその内に鎮座する旧富部村の産土神とされ創祠は古い。今でも五穀豊穰、地域の守護神として親しまれ、歴代の氏子会により、九月の例祭、元始祭、祈念祭、新嘗祭、式年御柱祭が行われている。

鎌倉街道

源頼朝が幕府を鎌倉におき、地方を治めるために鎌倉を中心にく筋かの道を造った。それを鎌倉街道と言い、それができから八百年余、現在その街道の面影が残っているところは数少ない。富部地籍では、甲州街道の富が丘、有限会社フィットの上り口から北へ、関屋団地の裏山を通り、若宮神社の前からすぐ下った富部仲道線（六地藏）までの約四百二十メートルの細い道が残っていた。

この道を、平成二十四年から二十五年にかけて第十区の有志により、土止めをし、ウッドチップを敷いて、歩きやすいように道が拡幅整備された。その中程から少し南の関屋地籍は山が迫り、急な傾斜地でその下が少し

平地となっている。鎌倉時代にはここに関屋があり、通行する人馬から関銭をとり、その一部は諏訪社の造営維持に当てられたと伝えられている。しかし、関所と言わず関屋と呼ばれたことは、関銭を取るばかりでなく、通行人馬の宿泊休息の場であったと考えられている。

この眺望は実に素晴らしく、諏訪湖はもちろん、諏訪盆地の隅々まで一望できる。街道の整備とともに、ここに四阿が建設されており、平成二十六年三月一日、信州ふるさと見える丘・第三〇二号に認定された。



教育委員会からのお知らせ

下諏訪町教育委員会主催

スポーツウエルネス吹矢教室

7月13日(土)、7月20日(土)、7月27日(土)

★8月3日(土)、8月17日(土)、8月24日(土) 全6回

- 時間 午前9時30分～午前11時30分
- 会場 下諏訪体育館 剣道場
- 講師 日本スポーツウエルネス吹矢 準師範 小平 はる美 先生
- 対象 下諏訪町在住または在勤の小学4年生以上
- 定員 先着30名
- 参加費 300円(全6回分保険料)
- 持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物
- 申込事項 ①氏名 ②年齢 ③住所 ④電話番号

★8月3日(土)は、下諏訪町スポーツ推進委員による「ニュースポーツ体験会」を行います!

申込締切
7月5日(金)



スポーツウエルネス吹矢って?



★5～10mはなれた円形的的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツで、子どもから大人まで気軽に楽しめます。

★腹式呼吸をベースとした「スポーツ吹矢式呼吸法」で、集中力と精神力を高めます。呼吸法により高血圧の予防や脳の老化防止、ストレス解消など様々な健康効果が期待できます。

お申込み・お問い合わせ先
教育こども課スポーツ振興係 TEL 27-1455
下諏訪体育館窓口または、電話にてお申込み下さい。

スポーツコミュニティセンターをご活用ください!

4月より利用が開始されました。スポーツコミュニティセンターの2階は誰でも利用できる「多目的室」となっております。ぜひお気軽にご活用ください。

★スポーツコミュニティセンター使用料

区分	午前 8:30~12:00	午後 12:00~17:00	夜間 17:00~21:00
多目的室1 予約して使用する場合	160円	270円	650円
多目的室2・3 予約して使用する場合	270円	450円	1,080円
多目的室全室 予約して使用する場合	700円	1,170円	2,810円

※エアコンを使用した場合、1台1時間あたり100円別の使用料がかかります。

使用料の詳細については町ホームページからご覧いただけます。予約方法等のお問い合わせは下諏訪体育館(27-1445)まで

会議やレクリエーションの会場、軽体操の教室など、様々な用途で使用いただけます。



下諏訪町総合運動場 陸上競技場

令和元年度 シーズン券使用のご案内

今年度より、陸上競技場の使用料に個人向けのシーズン使用料を新設いたしました。ぜひ、ご利用いただき、体力の向上、競技力の向上にお役立てください。

シーズン券使用にあたっての注意事項

- 使用料は1シーズン(年度)、1人につき2,000円
- 1シーズン(年度)ごと更新が必要です。
- 使用期間は、総合運動場の開場期間です。(4月中旬～11月中旬)
- 使用時間は、午前5時から午後9時までです。
- 専用使用がない場合に限り使用可能。予約により専用使用している場合は、予約を優先するため使用できません。

シーズン券の申し込みは、下諏訪体育館窓口にて随時受け付けております。ご不明な点は、下諏訪体育館までお問い合わせください。



ほのぼの まちかどで

梅雨の季節なのにも関わらず、自閉症をもつ息子は、折りたたみ傘を持ち歩くのを拒んでいった。「今日、雨が降るかもしれないよ」と言っても、持ちたがらない。ひよつとしてたたみ方がわからないから拒否するのもかまわずと、療育の時間にたたみ方を練習させたが受け入れない。「もしかしたら」という仮定の話を理解するのが難しいのだ。

ところがある時「雨はいつも、突然降ってきます」とイラスト付きで解説した瞬間、状況は変わった。雨とは、突然(予告もなく)降り始めるものだから、折りたたみ傘を持っていれば濡れないことを、イラストで解説してみたのだ。あんなにいやがっていたのに、持ち歩けるようになった。嫌がっていたというよりも、分らなかったただけなのかもしれない。

しかし喜びも束の間、今度は濡れたままの傘を、リュックの中に入れて帰ってきた。「濡れたままでしまうと、カビカビになってしまいます」とカビくんのイラストで解説したら、目を見張り「カビカビに」と復唱していた。

こんなささやかな支援が、彼の概念をつくってゆく。さて、次はどんな「想定外」が来るのか?思わず、ニヤッと微笑んでしまう母である。(宮尾ひかり)

