



2023
2月号

February Vol. 94

■発行/水窪協働センター 生涯学習グループ・水窪図書館
地域活性化団体 よかつつらみさくぼ（管理受託者）
■問合せ/☎ (053) 982-0013 FAX (053) 982-0022

文化会館だより

みさくぼカレンダー展を開催中！

あの日あの時がよみがえる…

1985年～1994年までの10年間分の「みさくぼカレンダー」を、水窪文化会館のロビーに展示しています。懐かしい写真や今は行われていない行事などが記載されたカレンダーです。また、その年の水窪の出来事、世の中の出来事を合わせて掲示しています。昔のことを振り返って、お楽しみください。

当時のカレンダーは今では貴重なものとなっていますが、展示しているのは複製品ですので、どうぞ、めくって見てください！



ぜひ、めくって見てください！



ひな祭りの 土人形を展示しています

草木出身・繁高さん寄贈

草木出身の繁高さんから寄贈された土人形を3月のひな祭りに合わせて水窪文化会館で展示しています。寄贈された土人形のうち、一部は浜松市博物館に収蔵されましたが、その他のものを水窪文化会館で活用させていただくことになりました。また、土人形についてまとめた資料も用意していただきました。

華やかな雰囲気飾られた伝統を伝える土人形たちをどうぞ、ご覧ください！



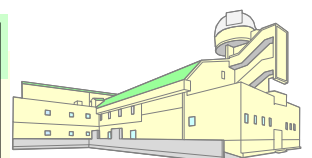
ホームページでも公開中！

写真などをフルカラーでご覧いただけます。
(☞右のコードからもアクセスできます。)

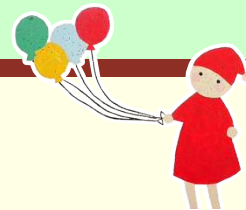


水窪文化会館だより

で検索！



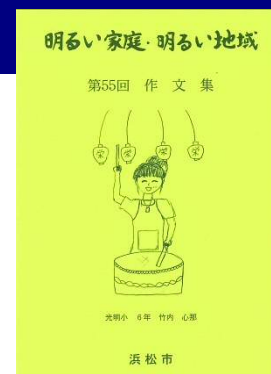
文化会館からのお知らせ



第55回 明るい家庭・明るい地域 作文集を配布しています。

明るい家庭・明るい地域作文は、明るく健全な家庭づくり、地域とのあたたかな交流、また、地域を見つめなおすことを目的として昭和44年から半世紀以上、続いている作文コンクールです。

応募総数810点の中から水窪小学校・中学校の児童・生徒の作品も入賞・入選しています。作文集に掲載されていますので、ぜひ、ご覧ください！



ツゴノ沢の大滝 氷結

自然が生み出す氷の芸術

足神神社から北に向かった山中にある「ツゴノ沢」の大滝が1月下旬から2月上旬にかけて、連日の冷え込みで氷結しました。

滝の全体の高さはおよそ50メートル、見えているところで25メートルほどですが、氷柱が連なる迫力のある様子となっていました。

まさに大自然が生み出す氷の芸術と言える光景が見られました。

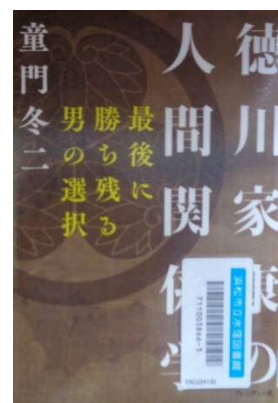


水窪図書館に 徳川家康 関連本 入荷しています。

「徳川家康の人間関係学」

童門冬二／著 発行: プレジデント社

人は常に「腹八分目」にする。名将の欠点を逆用。諫言の秘訣…。天下を奪い取った「人間通」徳川家康は、どのように敵・味方を見定め、動かしたのか？家康流「人間関係学」をシンプルでわかりやすい表現で解説する。





イベント情報 2月・3月



ピアノ・ホール 無料開放

水窪文化会館ホールの
ピアノとステージを無料開放します。

3月の開放日

毎週月曜日

(6日・13日・20日・27日)

時間 午前9時～午後5時



星空観望会

日時 3月7日(火)
午後7時30分～9時

会場 水窪文化会館 天体観測ドーム

※小学生以下の参加は保護者同伴で
お願いします。

みさくぼミュージックフェスティバル

入場無料

地元の音楽愛好会などによる演奏会！幅広い年代の方が楽しめるイベントです。
ぜひ、お気軽にご来場ください！

日時:2月26日(日) 12:30開場 13:00開演

会場:水窪文化会館 ホール

出演:貴&昌(山香)、宮地俊晴(浜松)、戦鬨魔Ⅱ(佐久間)、水窪中学校クリエイ
ティブ部吹奏楽、ウラカワオールディーズクラブ(浦川)、Jagerta(水窪)



映画「果てぬ村のミナ」上映会

入場無料

水窪町で撮影が行われた映画「果てぬ村のミナ」の上映会を
開催します。2日に分けて上映しますので、ご都合に合わせてぜ
ひ、ご来場ください！

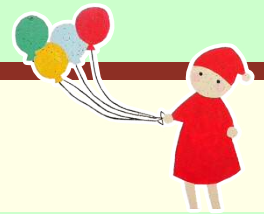
日時:3月3日(金) 19:00～
5日(日) 13:30～

会場:水窪文化会館 ホール

※5日(日)は、出演した町民による舞台挨拶を予定。



水窪図書館からのお知らせ



新入荷本の紹介

気になる本がありましたら、ぜひ図書館でチェックしてみてください！

「70歳からの感情的にならない生き方」

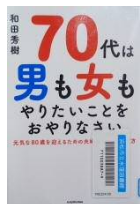
和田秀樹／著 発行:コスミック出版



振り込め詐欺。認知症、暴走老人…。「自分は大丈夫だ」というメンタリティこそ危険です！感情的にならず、幸せに暮らすためには？高齢者専門の精神科医が、心を整える術を伝えます。

「70代は男も女もやりたいことをおやりなさい」

和田秀樹／著 発行:KADOKAWA



70代の夫と妻が、より楽しく幸せな後半生を生きるためには。高齢者の「心と体の健康」と向き合ってきた経験や知識をもとに、熟年夫婦のストレスをゼロにする方法を解説する。

「80代からのいきいきライフ」

健康・生きがい開発財団／著 発行:文芸社



人生100年時代、どのような生き方をイメージすればよいのか。80・90代の健康生きがいづくりアドバイザーが、実践的に学んできた中で、当事者の立場から研究成果をまとめる。

「85歳、「好きなこと」を続けるごきげん暮らし」

小畑滋子／著 発行:大和書房



おしゃれで気持ちを上げる、本当に気に入ったものにお金をつかう、きげんよく暮らす…。ミナペルホネン[call]のスタッフとして働く85歳の著者が、好きなことを続けるシンプルな暮らし方を紹介。

「認知症と言われたら自分と家族が、いまできること」

繁田雅弘／監修 発行:講談社



認知症になっても、心身の状態が急に悪化するわけではありません。認知症の進み方、これまでの暮らしの続け方、困りごとへの対処法など、認知症のある人自身とその家族に役立つ情報を図解。

「100歳まで健康に生きるための25のメソッド」

ルイーダ・フォンタナ／著 発行:東京大学出版会



40歳の体力と気力を維持しながら、人生100年時代を最後まで楽しむためには？「食事・栄養」「運動」「認知トレーニング」といった広範囲にわたるメソッドを、第一人者が科学的根拠も含めて解説。

「認知症のわたしから、10代のあなたへ」

さとうみき／著 発行:岩波書店



43歳で若年性認知症と診断された著者。障害のある息子の子育て経験からも培った「ひとりでは抱え込まない」を大切に、どんな日々を過ごしているのか。さまざまな出会いや活動の日々を描く。

「100歳足腰のつくり方」

笹原健太郎／著 発行:主婦と生活社



100歳になっても自分の足で歩いて暮らそう。簡単な準備運動からマッサージ、ストレッチ、エクササイズまで、100歳足腰を手に入れるためのからだづくりを紹介する。

「100歳まで生きるための習慣100選」

伊賀瀬道也／著 発行:飛鳥新社



まずは一つの習慣から始めよう。食事、運動、生活習慣、脳/メンタル、医療の5つのカテゴリで、100歳までい元気に生きるのに有効な100の習慣を紹介。健康長寿のための実践バイブル。

「長寿脳 120歳まで健康に生きる方法」

白澤卓二／著 発行:ダイヤモンド社



人が120年生きるには、何をすればいいのか？最先端の認知症治療を実践する脳のカリスマが、30年超の長寿研究から導いた、脳を若返らせる寿命を延ばす人生戦略を伝授する。