

★★★子育て中の「お母さん・お父さんを応援する講座」参加者募集★★★

あかちゃんとの意思疎通が高まります! **ベビーサイン講座①**

あかちゃんとジェスチャーでコミュニケーションをとる方法を学ぶ4回連続の講座です。

- ◆日時 4月22日、5月20日、6月17日、7月22日の4回、月曜日。各回10:30~11:30
- ◆申し込み 3月25日(月)10:00以降、市ホームページの申込フォーム、または、中央公民館へお電話(22-0760)にて。
- ◆場所 中央公民館3階学習室
- ◆講師 池田みさき氏((一社)ベビーサイン協会認定講師)
- ◆対象 6か月~1歳6か月児と保護者
- ◆定員 先着10組
- ◆受講料 400円(4回分)



お申し込みはこちらから!



育児のスキルアップとリフレッシュの場! **mama's にこにこセミナー**

育児でなかなか自分の時間がとれないママさん、たまには子育てから離れてママさん同士で簡単なおもちゃ作りやレクリエーションゲーム、料理、ヨガを楽しみながら学んでリフレッシュしませんか。

託児付きの4回連続講座です。

- ◆日時 5月31日(金)、6月28日(金)、7月31日(水)、8月23日(金)の4回。各回10:00~11:30
- ◆申し込み 3月27日(水)10:00以降、市ホームページの申込フォーム、または、中央公民館へお電話(22-0760)にて。
- ◆場所 中央公民館
- ◆対象 4か月~3歳未満のお子さんの保護者
- ◆定員 先着14組
- ◆受講料 400円(4回分)。別途材料費などがかかる場合があります。
- ◆持ち物 お子さん(託児)に必要なもの。その他、講座に必要なもの。



お申し込みはこちらから!



赤ちゃん楽しく運動! **あかちゃん広場**

赤ちゃんとのコミュニケーションをとりながら、「ベビードダンス、ベビーリトミック、ベビーヨガセラピー」をしましょう! 生後2か月~1歳までのお子さんと、お母さん・お父さんを対象とした講座です。

(参加申込み予約不要です。お気軽にお越しください。)

ベビードダンス

対象: 生後4か月~ 持ち物: 抱っこひも

ベビーリトミック

対象: 生後3か月~ 持ち物: バスタオル

ベビーヨガセラピー

対象: 生後2か月~ 持ち物: バスタオル

- ◆場所 中央公民館3階大会議室
- ◆時間 10:00~11:30
- ◆参加費 100円(1回)
- ◆問合せ先 中央公民館(22-0760)



月日	内容
4月17日(水)	ベビードダンス
5月22日(水)	ベビーリトミック
6月19日(水)	ベビーヨガセラピー
7月17日(水)	ベビードダンス
8月21日(水)	ベビーリトミック
9月18日(水)	ベビーヨガセラピー

季節の行事を取り入れた **親子ふれあい広場**

遊びを通して、季節の行事も学べる1歳~未就園児のお子さんを対象とした講座です。

(参加申込み予約不要です。お気軽にお越しください。)

- ◆場所 中央公民館3階大会議室
- ◆時間 10:00~11:30
- ◆参加費 100円(1回)
- ◆服装 親子で汚れても良い服装またはスモックを用意してください。
- ◆持ち物 内容によって裸足になる場合がありますので、必要な方は上履きをご持参ください。7・8月の水あそびの回は、お子さんの水着・水あそびパンツなどを用意してください。
- ◆問合せ先 中央公民館(22-0760)



月日	内容
4月24日(水)	こんにちは おともだち
5月29日(水)	新聞紙であそぼう
6月26日(水)	七夕かざりを作ろう
7月24日(水)	水であそぼう(しゃぼん玉)
8月28日(水)	水であそぼう(えのぐ)
9月25日(水)	ふれあいうんどうかい



※「あかちゃん広場」、「親子ふれあい広場」について、参加希望者が多数の場合は、御参加いただけない場合がありますので、御承知をお願いします。
※内容等が変更となる場合があります。

第40回 文化創造祭を実施! 2/17・18



(東小学校 管楽器班)



(東小学校 合唱班)



(清明小学校 合唱部)



(U-スマイル)



(アロハ・フラ HANA・花)



(真田つわもの隊)



(パドル体操 パラの会)



(ヴェリナ フラ コーナネ&フラ Aloha キッズ)



(アルパの会)



(フォークギター愛好会 くわの実)



(絵画作品)



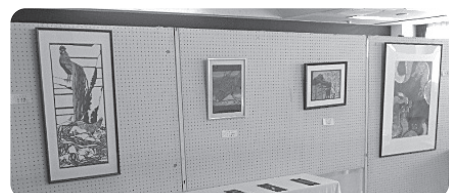
(木彫作品)



(写真作品)



(手作り甲冑)



(切り絵作品)



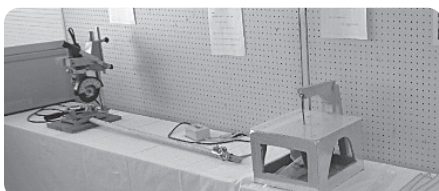
(川柳作品)



(着物をリメイクした洋服)



(陶芸作品)



(発明作品)

今回、中央公民館で開催している文化創造祭は、第40回の節目を迎えました。文化創造祭では、中央公民館を拠点として活動する利用者登録団体の皆さんが、作品の展示や舞台上で日ごろの成果を発表します。フラダンスでは、小さな子供たちも可愛らしく元気いっぱいに踊りました。また、東小学校と清明小学校の管楽器班や合唱班の皆さんが、地域交流の一環として演奏や合唱を披露し大勢の観客が聴き入りました。

四季折々

中央公民館には、ことぶき大学という高齢者学園があります。大学ということでクラブ活動もあり、4年ぶりにことぶき大学クラブ活動発表会が行われました。4年ぶりということは、現4年生が1年生の時にやって以来ということで、残りの学年は全く知らないということです。不安の中取り組みが始まりました。しかし、大人でも発表する場を設定するということは、1回1回のクラブ活動にも目的意識が高揚され、やる気を持って発表会に向けてできるということになりました。練習中の学生さんの目つきも違ってました。そして、当日自分たちの手で運営したクラブ活動発表会は大盛況で学生のみなさんは大満足の日でした。また、当日能登半島大地震への義援金が8万円超集められ、日本赤十字社に提供委託もできました。(関)

編集・発行 上田中央公民館

TEL 0268-22-0760

FAX 0268-22-1633

有線 2-0891

〒386-0014 上田市材木町 1-2-3

E-mail chuok@city.ueda.nagano.jp

上田中央公民館

市 中央公民館
ホームページ フェイスブック



印刷 一喜堂印刷株式会社 35-2624