



西部公民館だより

子育て講座

プレ親子のびのび広場 & 親子のびのび広場



赤ちゃんとお母さんを対象とした「プレ親子のびのび広場」、就園前(1～3歳まで)のお子さんとお母さんを対象とした「親子のびのび広場」を開講しています。

令和4年度も完全予約制で、メールのみの申込受付とします。日程等を含めた詳細はホームページをご覧ください。【HP:上田市西部公民館で検索→講座情報→プレ親子のびのび広場・親子のびのび広場】

ちょこっと☆ 西部公民館まつり

ただ今 展示中
もくちょう
木彫の会

ぜひ ご覧ください！



急げ！！！！

【西部米づくり体験実行委員会】

米づくり体験ボランティア募集

西小学校と清明小学校5年生の米づくり体験授業の支援を行います。

詳しくは、西部公民館へお問い合わせください。

6月 田植え準備・田植え

9月 稲刈り準備・稲刈り

10月 脱穀 を予定しています。

1日だけの参加も大歓迎です！！



Facebookでも
作品紹介しています

認知症介護相談会



【日時】 5月2日(月)、6月6日(月)
午前9時、10時、11時～

【場所】 西部公民館

【問い合わせ・予約】

西部地域包括支援センター ☎71-5712

西部公民館 ☎27-7544



花壇に花が咲きました！

西部公民館(左)、塩尻地区公民館(右)ともに色とりどりの花が、皆さんをお迎えしています。



第21回ファミリービーチボール大会 中止のお知らせ



5月8日(日)に開催を予定しておりました「第21回ファミリービーチボール大会」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止を決定しました。

参加を予定していた皆さんには大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

西部公民館・塩尻地区公民館 利用者団体一覧表

公民館は、多くの市民が集い、学び合う場として、様々な団体が活動しています。
令和4年度に、西部公民館と塩尻地区公民館で活動している利用者団体(グループ)を紹介します。
見学や体験、加入を希望する方は、西部公民館までお気軽にお問い合わせください。

西部公民館の利用者団体

★声や音で表現活動をする団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
カラオケ	しゃくやく西部	金	午後	1・3
軽音楽	楽団シルバーフレンド	日	午前	1・2・3
合唱・コーラス	このみコーラス	月	午前	1・3
	コーラスまどか	月	午前	2・4
	西部合唱倶楽部	火	夜間	1・3
詩吟	上田岳風会	木	午後	2・4
	おもい川	土	午後	1・3
	詩吟籟洲琉籟風会	水/木	午後	2・4/3
仕舞・謡曲練習	上田観世九臈会	金	午後	1・2・3
大正琴	西部みどり会	水	午前	2・4
	虹	火	午後	1・3
	城北ユリノキ会	火	午前	1・3
ハーモニカ練習	楽しいハーモニカ A	木	午前	2
	楽しいハーモニカ B	木	午後	2
コカリナ	コカリナハーモニー	火	午前	3

★ゲームや学習をする団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
囲碁	碁を楽しむ会	金	午前	1・2・3
英会話	ケアンズ	火	午後	1・2・3
パソコン学習	ぷらっとパソコン	水	午前	1・3
韓国語(ハングル)会話	ハナ・トゥル・セツ	水	午後	1・3
健康マージャン	健康マージャンを楽しむ会	木	午前	1・2・3

★親子や子ども向けの活動を行う団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
演劇鑑賞・親子レク	上田子ども劇場 西北ブロック		不定期	
けん玉	上田けん玉クラブ	土	午後	4
筒けん	エンジョイ筒けんクラブ		不定期	
子ども英会話	こども英語サークル	月	午後	1・3・5
障がい児の仕事体験	ぷれジョブ サンライン	月	夜間	4・5
親子リズム体操	親子リズム チェリッシュくらぶ	金	午前	1・2・3
子育てサークル	ペルメルベーブ	水	午前	4

★身体を動かす活動をする団体

内容	グループ名	曜日	時間帯	第何週目
卓球	わかば卓球クラブ	火	午後	1・2・3
	GFC	金	午前	1・2・3
	TWF	金	夜間	1・2・4
	Se-Laクラブ	土	夜間	1・2・3
	シルバークラブ	日	午後	1・3・4
ラージボール卓球	LBT	木	午後	1・2・3
山岳会	上田コマクサ山の会	木	夜間	1・2
ストレッチ体操	なずな	月	夜間	1・2・3
筋トレ・ストレッチ	バランストレーニング	水	午前	1・3
体操	楽々体操	木	午前	2・3・4
筋トレ	Y・H・Body	金	午後	2・3・4
バランスボール・体操・ウォーキング	バランスボールと健康づくりの会	木	午前	1
社交ダンス	社交ダンス 若草会	月	午後	1・2・3
フォークダンス	上田西部フォークダンスクラブ	火	午後	1・3・4
	こっこ西部	火	午後	2・4・5
	at-home(あつとほうむ)	土	午後	2・4
ハワイアンフラ	アロハフラ HANA 花	火	夜間	2・4
フラダンス	フラ ハナ レイ	水	午前	2・4
	ホクラニ・フラ・サークル	火/金	夜間	1/3
太極拳	太極拳クラブ	金	午後	1・2・3
太極柔力球	太極柔力球の会	金	午前	1・3
ヨーガ	げんきヨーガ月曜会	月	午後	2・4
	ヨーガA	土	午前	1・2・4
	ヨーガB	土	午前	1・2・4
ダンス	ルビー	月	午後	2・3・4
レクリエーションダンス	シャッセ	木	夜間	1・2・3
エアロビクス	エアロビクスサークル	水	夜間	1・3

★作品制作の活動をする団体

内容	グループ名	曜日	時間帯	第何週目
絵画	みち絵会	火	午前～午後	2
書道	清雲会常磐城支部	月	午後	1
	のびのび書道	水	午前	1・3
水墨画	親墨クラブ	木	午前	4
ちぎり絵	花水木の会	火	午前	1・3
古布で小物作り	やよいの会	火	午前	3
古布のリフォーム・リサイクル	リフォームの会	月	午前	2・4
	手づくな	水	午後	1・3
	針工房	木	午前～午後	1・2・3
和裁	早緑の会	金/火	午前～午後	1・3/4
クラフトバンド手芸	クラフト工房	水	午前	4
陶芸	陶遊会	月・火・木	午前～午後	2
木彫	木彫の会	水	午前～午後	2・4
フラワーアレンジメント	マムフラワーサークル	水	第2・午前/第3・午後	

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
健康増進、まちづくり推進	健康サポートまごの手	不定期		
地域のふれあい交流	おしゃべりサロン秋桜	木	午前	3
花いっぱいのおさんぽ道づくり	花いっぱいの会	不定期		

塩尻地区公民館の利用者団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
子供習字学習	子供習字クラブ	土	午前	毎週
合唱	ゆずり葉コーラス	不定期		
書道	桃心会	木	午後	2・4
詩吟	塩尻虚南会	火	午前	2・4
健康づくり	にわとこの会	火・第1・4・午後／水・第2・夜間		
バランスボール・体操	オオムラサキ	火	午後	2・3
体操・健康学習会	活元会	水	午前～午後	1
卓球	塩尻卓球クラブ	火・水	夜間	毎週
	上田レディース	木	夜間	毎週
ビーチボール	サクラ	月	夜間	毎週
	HFビーチ	金	夜間	毎週
	オリーブ	土	夜間	毎週
	侍ウーマン	日	夜間	毎週
マレットゴルフ	上塩尻マレットゴルフクラブ	不定期		

公民館利用案内

- ・公民館は、社会教育法と市の条例に基づいて設置されている社会教育施設です。
- ・公民館は、主に社会教育(学習・文化・青少年育成・健康づくり・社会福祉・地域づくり等)活動を行う団体が利用できます。
- ・営利・政治・宗教を目的とした活動は、公民館施設の利用は制限されます。
- ・施設の使用には、施設使用料、冷暖房使用料等が必要です。
ただし、一定の条件を満たすことで減免される場合があります。
- ・グループ活動や学習会等で公民館の利用を希望する場合は、お気軽に西部公民館までご相談ください。

※ この4月から、減免基準の見直しを行い、市内全公民館で統一した事項により運用していくこととなりました。



- ★ 3月31日付で、中部通男地域担当職員兼西部公民館主査が退職となりました。地域の皆様には大変お世話になりました。この場を借りて、心から御礼申し上げます。後任には、唐澤英一地域担当職員兼西部公民館主査(再任用)が4月1日付で着任しました。引き続き、まちづくり事業並びに公民館事業にご支援をお願いします。