

高齢者事業『すこやか大学』受講生募集

高齢者の皆さんが学び合い、ここからでも元気に過ごすことを願い、「すこやか大学」を6回シリーズで開催します。一年間仲間と学び合って、明日へつなげる豊かな時間を過ごしましょう。

◇ 期日、内容 ◇ 場所 川西公民館（大ホール）他

回	開催日	内 容（テーマ）	講 師
1	6月21日（火）	「開講式、講座の年間計画の説明」 レクレーション『心も体もリフレッシュ』	町 季与子 さん
2	7月19日（火）	『民話の世界』に触れてみましょう	稲垣 勇一 さん
3	8月23日（火）	『簡単な工作をしてみましょう』	原 昭子 さん
4	9月13日（火）	『音楽鑑賞』でリフレッシュしましょう	大井俊恵さん他2名
5	10月11日（火）	レクレーション『ポッチャに親しもう』	塩澤 敏樹 さん
6	11月 8日（火）	『健康に役立つ簡単な体操を学びましょう』 「閉講式」	中村 崇 さん

◇ 時 間 原則として 午後1時30分～3時 ※講座の内容によって時間が変更になります。

◇ 定 員 30名（定員になり次第受付を終了します。）

◇ 受講料 無料（講座での材料費については実費が必要となります。）

◇ 申込み 受付を5月2日（月）から電話、有線または公民館窓口でご本人がお申し込みください。

◇ その他 当日は新型コロナウイルス感染防止のためのマスク着用の上、活動しやすい服装、上はき用靴、飲み水等をご持参ください。受講される方は、体調のすぐれない時を除き6回続けて受講をお願いします。

上田の歴史や人物を学ぶ講座 「上田市誌を語る」 が始まります!!

上田の歴史や人物を学び、地域への愛着と関心を高め、地域への意識を高める講座です。身近な歴史や人物を学ぶことで郷土の古の生活や社会を知り、「上田」の知識を深めましょう。

◇ 期日、内容等

回	開催日	内 容（テーマ）	講 師
1	6月28日（火）	東山道と浦野駅（うまや）	倉澤 正幸 氏
2	7月19日（火）	木曾義仲と鎌倉殿 国宝・重文絵巻に見る武士の時代	滝沢 正幸 氏
3	8月 9日（火）	上田小県の人々と戦争	桂木 恵 氏
4	9月27日（火）	上田築城・城下町形成についての再考 —「武田流」城郭としての見直しと併せて—	寺島 隆史 氏
5	10月25日（火）	現地視察	寺島 隆史 氏
6	11月15日（火）	上田城跡の整備計画	上田市立博物館 和根崎 剛 館長
7	12月13日（火）	二つの戦後開拓① 受講生佐々木忠綱と西富士開拓	長島 伸一 氏
8	1月17日（火）	二つの戦後開拓② 山越脩蔵と孺恋村中原開拓	長島 伸一 氏
9	2月14日（火）	第一次上田合戦の主戦場について	堀内 泰 氏

◇ 時 間 講義は毎回 午前10時～11時30分 ※第5回の現地研修（バス利用）の詳細は第4回講座でお知らせします。

◇ 場 所 川西公民館（多目的ホール） ◇ 定 員 20名（定員になり次第受付を終了します。）

◇ 受講料 100円 ※1回ごとに集金します。現地研修には別途費用が必要になります。

◇ 申込み 受講を希望される方は、4月25日（月）以降に電話または有線で川西公民館へお申し込みください。

4月の講座の御案内

- ◆ 「ハーブの効能や魅力を知って、使い方を学ぶハーブ講座」
第1回 4月28日（木）午前10時～

『みんなおいでよ かわにしわくわくひろば』
親子で聞くミニコンサートです 参加者募集中です
◇日時 5月26日（木）10：30～11：30
詳細は「ひろば」3月16日号をご確認ください。

【公民館施設使用料の減免について】

公民館の施設使用料は、有料を原則としています。
ただし、公共的な活動や、社会教育の振興を目的とした活動を行っている団体については使用料を減免しています。
この4月から、減免基準の見直しを行い、全公民館で統一した事項により運用していくこととしました。各公民館の窓口で利用に関する受付を行っておりますので、詳しいお話をお聞きになりたい方はお問合せください

◆◆◆ 令和4年度 川西公民館登録利用者団体を紹介します ◆◆◆

川西公民館には多くの利用者団体が登録し、様々な生涯学習に関する活動をしています。

令和4年度は36団体が登録していますので紹介します。

参加してみたいサークルがありましたら、川西公民館までお問い合わせください。

～ 皆さんも一緒に参加してみませんか!! 体験参加や見学もできますよ。～



(掲載：50音順、令和4年4月1日現在)

No.	団体名	内 容	活動日	時間
1	アロハ・フラHANA花	フラダンス	第1・3木曜日	夜間
2	いけばな伝統文化教室小原流	生け花	第1・4土曜日	一日
3	上田子ども劇場川西ブロック	子どもを中心とした活動と遊びの研究	不定期	-
4	川西英会話クラブ	英会話学習	毎週月曜日	午後
5	歌謡サークルかわにし	歌唱	第2・4火曜日	午前
6	川西カラオケ教室	カラオケ	第2・4木曜日	午後
7	川西がんばる空手道	空手	毎週木曜日	夜間
8	川西郷土研究会	郷土の歴史の研究と文化財保護についての学習	不定期	-
9	川西憲法学習会	憲法の学習	不定期	-
10	川西古文書講座	古文書解説	第3木曜日	午後
11	川西写真クラブ光影会	写真	第3火曜日	午後
12	川西スポーツ吹矢クラブ	スポーツ吹矢	毎週1・2・3金曜日	午前
13	川西卓球クラブ	卓球	毎週火・金曜日	午後
14	川西陶芸クラブ	陶芸	第1・3水曜日	一日
15	川西フォークダンスクラブ	フォークダンス	第1・3火曜日、第2・4・5水曜日	午前
16	川西墨友会	水墨画	第2・4火曜日	午前
17	川西木彫クラブ	木彫づくり	第3木曜日	一日
18	川西料理クラブ	料理等を通じた健康学習（調理実習）	不定期	-
19	キャッツ	リズム&ステップ	毎週水曜日	夜間
20	コーラスグループすずかけ	コーラス	第1金曜日	午後
21	こっこ川西	フォークダンス	毎週金曜日	午後
22	こまゆみコーラス	コーラス	第1・3木曜日	午後
23	五行歌講座	五行歌	第4土曜日	午前
24	実用書道（親子書道含む）	実用書道	第2・4土曜日	午後
25	新樹俳句会	俳句	第2日曜日	午後
26	新日本歌人・上田短歌の会	短歌（歌会）	奇数月の第3月曜日	午後
27	すこやかパドル体操	パドル体操	毎週木曜日	午後
28	太極拳	太極拳	毎週火曜日	午後
29	籐工芸	籐工芸	第2・4木曜日	午後
30	ハーモニカアンサンブルののはな	ハーモニカ	第1・3火曜日	午前
31	発酵文化推進ネットワーク	食文化の学習（調理実習）	不定期	-
32	パッチワークを楽しむ会	パッチワーク	第4水曜日	夜間
33	ほのぼのクラブ	健康体操	毎週月曜日	午前
34	ヨーガ	ヨガ	毎週水曜日	午後
35	ラビット	健康体操	第2・4月曜日	午後
36	ローズスター・ダンスサークル	社交ダンス	毎週金曜日	夜間

※利用者団体の新規登録は、年に一回（募集時期：2月）に行っています。詳細は川西公民館までお問い合わせください。

※利用者団体の皆さんには、年に一度の全館清掃や避難訓練、消火訓練、救急救命研修会にご参加いただきます。