

小学生対象 夏休み しおだっ子講座 参加者募集中!! 申し込みは塩田公民館まで

しおだっ子講座

## ため池でカヌー遊び in 舌喰池

ため池をカヌーに乗って探検♪

- 日時 7月30日(土)9:00~12:00(雨天中止)
- 場所 舌喰池、塩田の里交流館(とっこ館)
- 講師 今井正樹さん(うおぬまネイチャーラヴァーズ)
- 対象 小学生(低学年のお子様は要保護者同伴)
- 定員 先着15名
- 参加費 100円(同伴の保護者も1名100円)
- 服装 水にぬれても良い服装、運動靴、帽子(あご紐付きがベスト)
- 持ち物 タオル、着替、筆記具、ゴミ袋、雨具、マスク、飲み物 他



しおだっ子講座

## 「大宇宙とフラネタリウム」~私たちの夢を星に祈ろう~

- 日時 8月3日(水)19:00~20:00
- 場所 とっこ館(塩田公民館大ホールから変更)
- 講師 小菅 毅さん(東御市教育委員会)
- 定員 先着50名
- 対象 上田市内の小学生(要保護者同伴)
- 参加費 100円(当日徴収)
- 持ち物 懐中電灯、マスク、あれば星座早見盤

夏休みの夕方、プラネタリウムと実際の星空を見ながら宇宙についてのお話を楽しもう♪



しおだっ子講座

## 産川生きもの探偵団(※魚のつかみ取りと同時応募はできません)

- 日時 8月4日(木)9:00~11:00 小雨決行、荒天・増水時は公民館で学習会を行います。
- 場所 産川落合橋上流(産川・尾根川合流地点) 集合場所については参加者へ連絡します。
- 講師 満尾世志人さん(長野大学環境ツーリズム学部准教授)
- 対象 小学生(要保護者同伴)
- 定員 先着20名
- 参加費 100円(当日徴収)
- 服装 水にぬれても良い服装、滑りにくい靴(サンダル・長靴は不可)、帽子
- 持ち物 飲み物、バケツ、網、軍手、マスク、筆記用具、タオル、着替え、履き替え靴など

塩田を流れる産川には、どんな魚や生きものが住んでいるのかな?



しおだっ子講座

## 魚のつかみ取り(※産川生きもの探偵団と同時応募はできません)

- 日時 8月6日(土)9:30~11:50(雨天・増水時は翌日に順延)
- 場所 武石川河川公園(武石小学校下)  
車は武石体育館駐車場に停めてください
- 定員 先着30名(塩田地域小学校)
- 対象者 塩田・武石の小学生
- 服装等 水にぬれても良い服装・帽子・マスク・軍手(必要なら)・ビニール袋・着替え  
※網は小1~小3のお子さんまで使用できます。

武石公民館の魚のつかみ取りに誘っていただきました。一緒に魚を捕まえて、交流しましょう。



掲載している事業は、コロナの感染状況等により中止になる場合があります。

事業の変更・中止については「塩田公民館主催事業変更・中止のお知らせ」のページをご確認ください→



## 寄せ植え講座 第2弾

### 暑さに負けない元気が出る寄せ植え

寄せ植え講座の第二弾を開催します。おうち時間で気軽にできる寄せ植えについて学びませんか。

今回は多肉植物の寄せ植えを作ります。ぷっくりかわいくて、眺めているだけで癒されます。

日 時	8月30日(火) 13:30~15:00
場 所	塩田公民館大ホール
講 師	児玉 せつ子 さん
対 象	上田市内在住
定 員	定員20名(先着順) (定員になり次第締切ります)
持 ち 物	マスク、手袋(作業用)
参 加 費	2,100円(受講料100円、材料費 2,000円当日徴収します)
申 込 み	7月25日(月)から塩田公民館窓口 または電話で



## 小さな子どものための 家庭の救命講座

家族の誰かが体調を崩し、ケガをする。それがもし大切な我が子だったら、親はパニックに...こんなとき適切な応急処置を行うことで、命を救う確率が上がります。今回は特に小さな子どもの救命に力点を講座を開催します。

日 時 8月28日(日)9:00~12:00  
会 場 塩田公民館大ホール  
定 員 家族10組(親子連れ、または保護者のみの参加も可能です。)

受講料 家族1組100円  
服 装 動きやすい服装でお願いします。  
講 師 南部消防署職員  
申 込 み 塩田公民館まで

※講座中、親子ふれあい広場ネットワークが別室で託児をします。

## 「夏休み学習室」開放のお知らせ

~学校の夏休み期間に合わせ、児童・生徒を対象に学習室を開放します~

期 間 7月26日(火)から8月19日(金)の平日  
※8/12、15、16は除く

時 間 午前9時から午後5時まで  
場 所 塩田公民館 第1学習室ほか  
対 象 小・中学生



### ☆夏休み子ども学習サポート週間☆

・期 間 7月26日(火)から8月1日(月)  
・時 間 午前9時から正午、午後1時から4時まで  
・対応科目 小学生は全科目、中学生は数学のみ

### 【学習室を使用する上での注意事項】

・公民館事務室前の受付簿に氏名ほか必要事項を記入してください。帰宅時は、この受付簿に退出時間の記入をお願いします。  
・マスクを着用し、手指のアルコール消毒をしてください。  
・かぜ症状がある方は自宅学習をお願いします。  
※現在、感染対策のため水分補給を除き館内での飲食ができないので、昼食スペースはありません。

## その他8月の塩田公民館の行事

### ①人権同和教育懇談会

8月24日(水)13:00~ 下本郷自治会「高齢者の人権~認知症の理解について~」(中澤純一さん)

8月26日(金)19:00~富士山中組自治会「子どもの人権~子どもを伸ばす親・つぶす親~」(宮島範雄さん)

### ②原爆パネル展

8月2日(火)~8月18日(木) 公民館交流スペース

## ゆるゆるウォーキング in 塩田平

誰でも参加できるゆっくりのんびりウォーキング教室です。塩田平の四季を楽しみながら3~4kmをゆっくり歩きます。

実施日 9月2日(金) 9月16日(金)  
10月7日(金) 10月21日(金)  
11月4日(金) 11月18日(金)  
12月2日(金) 12月16日(金)

※事前申込はいりません。

時間 9時45分~11時(9時半受付開始)  
集合場所 塩田自治センター第2駐車場  
持ち物 飲み物  
参加費 100円(保険代)

### ※雨天中止です

★ 歩きやすい服装、靴、ポールや杖もOKです。  
★ 体操は健康運動指導士が行います。

お問い合わせは...

NPO 法人 うえだミックススポーツクラブ  
☎0268-71-5392(平日9時~17時まで)  
E-mail:club@u-mixsports.com

塩田交番からのお知らせ ☎0268-38-2541

## 夏の交通安全 やまびこ運動 (7月22日~7月31日)

重点1 夏休みの子どもの事故防止  
重点2 自転車のルール遵守と安全利用  
重点3 高齢者と歩行者の交通事故防止  
重点4 飲酒運転を始めとする悪質・危険な運転の根絶  
交通ルールを守って、事故の無い楽しい夏を過ごしましょう。



参加者募集!! 塩田歩こう会8月の予定

健康づくりチャレンジ  
ポイント対象事業



## 車山高原・八島湿原コース(360°の山岳大パノラマは圧巻)約6km

・コース 霧ヶ峰外周満喫コース

車山展望リフト→車山山頂駅→物見岩→八島湿原



・日時 8月22日(月) 集合時間 8時45分 出発 9時 解散 16時ごろ

※雨天中止の場合は、予備日として8月31日(水)

・集合場所 塩田公民館(車は第二駐車場へお停めください。庁用バスにて現地車山まで移動します。)

・参加対象 上田市内在住の方 20名まで

・参加料 1,540円(リフト代、保険代)

・持ち物 昼食、飲み物、雨具、防寒具

・受付 7月25日(月)から公民館窓口または電話で(定員になり次第締め切り)

### ※注意事項

●車山コースは岩場も多いので、足腰に自信のある方のご参加をお願いします。

●ハイキングシューズなど滑り難い靴と雨具などの用意をお願いします。

●雨天または、コロナの感染状況等により、中止となることがあります。

## 上田でおトクにお買い物! デジタルチケットのスマホ講座

市内中小店舗でおトクに買い物ができる、デジタルチケットの仕組みや使い方について学ぶ講座です。

日時 9月2日(金) 15時~17時

会場 塩田公民館 大ホール

内容 コロナ禍や原材料価格高騰で大きな影響を受けている市内経済の活性化を目的に9月1日(木)から2か月間、市独自の消費喚起キャンペーンを実施します。

講座ではキャンペーン内容、スマホアプリ「チケットQR」のダウンロード、割引チケットの取得方法と使い方などを初心者にも分かりやすく説明します。昨年、同様の講座に参加した方の再度の参加も大歓迎です。

講師 (株)TicketQR 代表 宮嶋 晃 氏、上田市商工課職員

定員 40名 受講料 無料

持ち物 スマートフォン(お持ちの方)、飲み物、筆記用具、

申込 7月25日(月)から塩田公民館窓口または電話で。

おのの登録めかりなく!	対象金額	割引額
10,000円以上	2,000円	
5,000円以上	1,000円	
3,000円以上	500円	
2,000円以上	300円	
1,000円以上	200円	
500円以上	100円	

## 令和5年塩田会場成人式実行委員募集!

~あなたも成人式の企画・運営に参加してみませんか~



○開催日 令和5年1月8日(日)

○会場 塩田中学校(予定)

○対象者 平成14年4月2日から平成15年4月1日生まれで、準備会議と当日の式に参加できる方

○申込期限 令和4年9月下旬

○申込み 住所、氏名、連絡先、中学時のクラスを電話又はメールで塩田公民館へご連絡ください。

### 【実行委員会について】

・実行委員は、成人式の企画を行います。会議は当日までに5回程度。

・式当日は、司会、誓いのことば、受付などのスタッフとして運営していただきます。

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により内容を変更する可能性があります。

# 「塩田の里交流館」

## とっこ館

〒386-1433 上田市手塚792 TEL 0268-39-7250 FAX 0268-39-7251

### 8月の企画他、催し物のご案内

- 1 「里山を唄いましょう！」  
8月はお休みします
- 2 「ステップで転倒防止や体力作り」  
8月25日(木) 14:00~15:00  
講師:小林路子さん 参加費:500円
- 3 コカリナアンサンブル「とっこサークル」  
8月7日(日)・21日(日) 13:00~16:00  
講師:阿部ふさ子さん 参加費:500円  
\*初心者の方、大歓迎です!
- 4 「脳活性化ゲームで楽しみましょう」  
8月1日(月)・22日(月) 10:30~12:00  
講師:ビックリ箱の会 \*持物:飲物・タオル  
参加費:500円(付添いの方は300円)
- 5 とっこ館俳句会(紙上俳句会)  
選者:若泉真樹さん  
\*8月10日(水)までに、当季句3句を投句
- 6 おりがみ教室  
8月20日(土) 10:00~12:00  
講師:とっこ館おりがみ研究会  
参加費:500円(材料費込み)
- 7 塩田平ボランティアガイドの会  
8月3日(水) 研修視察 8:00 とっこ館集合
- 8 生花教室  
8月はお休みします
- 9 とっこ館!からだも心もスッキリ体操  
8月5日(金)・19日(金) 10:30~11:30  
講師:石田久美子さん  
参加費:500円  
持ち物:タオル・飲物  
\*ある方はヨガマット(とっこ館でも用意あります)
- 10 ゆったり体操  
8月4日(木) 10:00~11:00  
講師:坂田洋子さん  
参加費:500円  
どなたでも楽しくできる体操です
- 11 アロマ塾  
8月2日(火) 10:30~12:00  
「ひんやりジェルクリームをつくる!!!」  
講師:竹内千恵子さん  
参加費:1,800円(材料費込み)

### 田園空間展示

◀ おりがみ展 ▶

恐竜や動物をおりがみで表現!!

竹内栄子さん

土屋ともひさ君(竹内さんのお孫さん小5)

期間:8月1日(月)~8月30日(火)

## 上田市マルチメディア情報センター

上田市下之郷812-1 TEL39-1000

URL: <http://www.umic.jp/>

### ★ 初心者向けスマホ用語解説講座

内容 スマートフォンが動くしくみや用語解説、使う上で気をつけることなどをわかりやすくお話しする講座です。講義の後、個別のご質問にもお答えします。いずれか1日をお選び下さい。

日時 8月8日(月)・9日(火)・11日(木・祝) いずれも 13:30~16:00

対象 スマホ用語がわからない、スマホがなんとなく怖いと感じている方

料金 500円

定員 各回10名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 7月31日(日)までに電話で。

### ★ 十勇士パソコンクラブ公開教室「マイコンビンゴマシンを作ろう」

内容 1~75の数字が出るビンゴマシンをはんだ付け工作して、動かすプログラムを作ります。

日時 8月11日(木・祝) 13:00~16:00

会場 まちなかキャンパスうえだ(海野町)

対象 小学4年生~大人まで

料金 2,000円

定員 10名 要事前申し込み

備考 サイトのフォームから <http://www.white.umic.jp/jypc/> 8/6(土)締切。申し込み多数の場合は抽選。

### ★ サイエンスカフェ「水のふしぎ 表面張力と撥水(はっすい)」

内容 水の表面張力や撥水性など、実験を通して水の性質を学びます。また、夏休みの自由研究のまとめ方もお話しします。講師:夏目雄平(なつめゆうへい)先生(千葉大学名誉教授・グランドフェロー)。

日時 8月13日(土) 13:30~16:00

対象 興味のある方ならどなたでも(小学校3年生以下は保護者同伴)

料金 200円 ※ドリンクはありません

定員 付き添いを含め18名 申込多数の場合抽選。要事前申し込み

備考 8月5日(金)までに電話で。

### ★ 夏の工作教室

内容 ①工作教室「いらいら棒ゲームを作ろう」(13日 13:30~) ②工作教室「LEDさいころを作ろう」(14日 13:30~) ほか、各種工作教室、ペーパークラフト、アニメ上映会など

日時 8月13日(土)・14日(日) 10:00~16:00

対象 ①②小学4年生~大人まで。

料金 ①②1,000円

定員 10名(応募多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 8月6日(土)までに申込フォームにて。

<https://www.umic.jp/umic/event/2022/813140701.html>

### ★ 初歩から学べる Photoshop

内容 Photoshop の基本操作と選択範囲、レイヤー、マスク、写真の色調補正などについて、4日間かけて学びます。CC2021 使用。講師:竹内浩司氏(デザイナー)。

日時 8月19日・26日、9月2日・9日(金) 13:30~16:00

対象 パソコン経験者で Photoshop 初心者の方

料金 4,000円、テキスト代別途2,420円(計6,420円)

定員 先着10名 要事前申し込み

備考 8月5日(金)から、電話で。