



謹んで新春の祝詞を申し上げます
本年もどうぞよろしくお願いいたします

公民館職員一同



母校で仲間と再会！

塩田中学校で「上田市二十歳を祝う式」を開催

今年から「二十歳を祝う式」と名称を変えての式典が1月8日(日)に母校で開催されました。

塩田中学校の卒業生は、思い出深い学び舎で晴れやかな笑顔を弾けさせました。式典は当時の生徒会長を務めた小山君を委員長に、「塩田中学校ならではの式にしよう」と、心をつにする実行委員の皆さんが昨年の秋から準備を重ねてきました。

参加した皆さんは、慣れない草履や揺れ動く袂を気にしながらも、主催者による式辞や恩師からの祝福のメッセージに昂揚する気持ちを抑えられない様子でした。

「大好きな塩田中学校で、心のこもった式典でお祝いでいただけて嬉しいです。このスーツが似合うような大人になっていきたいです」と語る男子の姿が凛々しく映りました。



↑ 今回の式を開催した実行委員の皆さん。



← 感染対策のため、恩師からの祝辞はビデオメッセージになりました。先生が映ると若者たちに笑顔がとまりました。

塩田地域の小学5年生にアンケート、塩田に残してほしいものは？ 道祖神、どんど焼き、ささら踊り！

塩田公民館では、塩田地域内の小学校5年生に「私たちのまち、塩田でやりたいこと、残したいことを教えてください」という、アンケートをお願いし、127人から回答をいただきました。主な結果は以下の通りです。

○道祖神	31人	○餅つき大会	10人	○自然環境	3人
○どんど焼き	20人	○季節のお祭り	9人	○焼き芋大会	3人
○ささら踊り	15人	○あいそめの湯の足湯の復活	5人	○岳の幟	2人
○夏祭り・盆踊り	13人	○ため池祭り	3人	○注連縄作り	2人
○花市	13人	○花火大会	3人	○山登り	2人

アンケートから、自分の地域に愛着を感じていることが伝わってきました。ささら踊りや舌喰池の学習をしたいとか、地区行事の計画に参加したいというような声もありました。子どもたちの願いを受けとめ、コロナ禍において、どのように行事をつないで行ったらよいか、各自治会の青少年育成担当の方々を中心に話し合っていきたいと思います。

(塩田公民館 青少年育成担当)



岳の幟で舞う子どもたち

終活講座 前編

げんき・いきいき 未・楽・生 塾

～自分らしい生き方を考え準備する～



「終活」という言葉を聞いたことがありますか！？ 「終活」とは、残された家族が困らないよう、また、最後まで自分らしい人生を送るための準備のことです。

これからを「生きる」ために、自分の今後の人生について考えてみたいと思った今から準備を始めてみませんか。

回	日 程	内 容	講 師
1	2月2日(木)	初めての終活 終活は、もしもの備え！ ～あなたがまずすべき備えを知るために～	地域ケア総合研究所 所長 竹重 俊文 さん
2	2月8日(水)	誰も教えてくれなかった終活の必要性 人生後半の人生設計 ～エンディングノートのすすめ～	地域ケア総合研究所 所長 竹重 俊文 さん

時 間：13:30～15:30（2時間程度）

対 象：どなたでも参加できます

定 員：20人

受 講 料：無料

申込み先：1月23日(月)から塩田公民館窓口または電話で

共 催：塩田地域システム検討会、しおだ包括支援センター



塩田歩こう会2月の予定

健康づくりチャレンジ
ポイント対象事業



東塩田富士山（いちご狩り）約6km コース

- ・ 日 時 2月16日(木) (予備日2月20日(月))
- ・ 集合時間 8時45分 出発 9時 (解散予定 13時)
- ・ 集合場所 塩田構造改善センター (上田市富士山 3348-4)
- ・ 参加対象 どなたでも
- ・ 定 員 20名 (定員になり次第、締め切ります)
- ・ 参 加 料 1,300円 (1,200円/いちご狩り・100円/保険代)
- ・ 受 付 ※JA様の御協力によりいちご狩り代は通常より安くなっています (塩田東山観光農園)
- 1月23日(月)から公民館窓口または電話で

※雨天、雪の場合、またコロナの状況により中止の場合があります。曇りなどの時は、雨具をご用意して参加してください。
確認が必要な方は、塩田公民館までご連絡ください。再延期はありません。



寄せ植え講座

第5弾 早春を告げる可憐な寄せ植えリース

春の使者プリムラを使って可憐な寄せ植えのリースを作ります。

春をおもい、心温まる優しい気持ちになれますように！

- 日 時 2月15日(水)
13:30～15:00
- 場 所 塩田公民館小ホール
- 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ます)
- 持 ち 物 マスク、手袋(作業用)
- 参 加 費 3,400円(受講料100円、材料費3,300円 当日徴収します)
- 申 込 2月7日(火)までに塩田公民館までお申し込みください



塩田交番からのお知らせ

TEL0268-38-2541



「防災とボランティアの日(1/17)」と

「防災ボランティア週間(1/15～1/21)」

平成7年1月17日に発生した阪神淡路大震災を契機に設けられた記念日と週間です。災害に備えて、準備を怠らないようにしましょう。

※用意品一覧(3日～1週間生活可能な量を用意)

食料	飲料水 (3L が1日分)、保存のきく食料
医療用品	常備薬、傷薬、ガーゼ・包帯等(ティッシュ使用可)、トイレットペーパー
貴重品	現金、通帳、印鑑、免許、健康保険証
衣類	軍手、帽子、雨具、マスク、ヘルメット等
その他	ラジオ、懐中電灯、タオル、筆記具、ビニール袋、ライター、ポリタンク、モバイルバッテリー他

令和4年 人権同和教育&青少年育成活動報告

人権同和教育関係

1 自治会懇談会

新型コロナウイルス感染症も3年目となり、自治会の皆様には工夫をしていただき、多くの自治会で懇談会を開催していただきました。形式としては、役員さんを中心とした人権勉強会が主でした。また、回覧物による家庭学習では、昨年同様の資料を使っただき、「認知症の理解」、「ハンセン病問題について」を学んでいただきました。御協力ありがとうございました。

(1) 実施状況(延べ653人が参加 43回実施、15回中止)

- ・講師を招いての懇談会 24自治会
 - ・DVD視聴による勉強会 17自治会
 - ・回覧物による家庭学習 2自治会(中止により)
- 懇談会テーマ内容(カッコ内は自治会数)
- ・高齢者問題(11) ・子どもの人権(16) ・外国人の人権(3) ・人権全般(2) ・インターネットに関わる人権(1) ・部落差別問題(1) ・LGBTについて(1) ・地域に関わる問題(8)

(2) 共通テーマについて

今年度は子どもに関わる問題を、共通テーマに据えさせていただきました。特に子どもの人権問題については、講師を招いて直接お話をしていただきました。昨年度に比べ、講師をお招きする機会が増え、現場での具体事例を通して学ぶことができて良かったです。

2 指導者会議・研修会

- (1) 自治会人権同和教育指導者会議〔中止〕
- (2) 自治会人権同和教育指導者研修会〔中止〕

3 人権教室〔中止〕

※5月13日(金)から延期をしましたが中止

4 人権を考える塩田地区市民の集い 12月2日(金)

- ・演題 「子どもの人権
～子どもの笑顔は地域の宝～」
- ・講師 元県人権啓発センター 人権啓発・相談員
宮島 範雄 先生
- ・参加者 40名(分館長及び推進員に参加を限定)



12月2日の市民の集いの様子

青少年育成関係

1 青少年育成推進指導関係

- (1) 青少年育成推進指導員研修会
 - ・第一回青少年育成推進指導委員会〔中止〕
(資料送付にて代替しました)
 - ・第二回青少年育成推進指導員研修会〔中止〕
- (2) 塩田地区青少年育成関係団体連絡会
各ブロック代表の実践発表
 - ・東塩田(6月8日)下之郷分館実践発表
 - ・中塩田(6月15日)中野分館実践発表
 - ・塩田西(6月22日)八木沢分館実践発表分館ごとの話し合いと発表
テーマ「ウィズコロナ時代の今、地域活動・行事をどのように伝承しますか」

(3) 第32回青少年育成推進大会 7月19日(火)

講演「子どもたちにわくわく感を」
講師 小菅 毅 先生(東御市教育委員会)
参加者 65名

(4) 青少年育成自治会懇談会

懇談会は計画どおり全て実施はできませんでしたが、31自治会の内20自治会で開催できました。
懇談会実績 年1回×20自治会(合計338名)

2 しおだっ子応援団関係(1月10日現在実績)

- (1) 学習支援・月～金の授業支援 延べ32日 40名
 - ・公民館学習室の開放…7月26日～8月19日(延べ15日)
 - ・夏休み学習支援…「夏休み子ども学習サポート週間」
7月26日～8月1日 延べ5日間 延べ10名
- (2) 環境整備・花壇作りと草刈り作業 延べ22日 322名
例年どおり綺麗な花で学校を彩ることができました。

◇花壇コンクール

- ・FBC花壇コンクール…優良賞
- ・上田市“花と緑の街づくり花壇パネル展”参加

◇クリスマスリース 12月に制作し、中学校へ寄贈

- (3) 行事・塩田めぐり 延べ1日12名
- (4) スポーツ文化
 - ・特別講演会 令和5年1月6日
演題「子ども達のスポーツ環境を学校×地域で考えよう」
講師 畑 喜美夫 先生(サッカー指導者・ボトムアップ理論を提唱)
 - ・冬の体幹トレーニング…1月末計画
- (5) 塩田地区ボランティア交流会 2月2日実施予定
塩田校区の学校支援ボランティアを中心にした交流会
基調講演 伴美佐子 先生(県教委コミュニティスクールアドバイザー)

各自治会の役員並びにボランティアの皆様におかれましては、懇談会や各種事業を計画し、工夫を凝らして活動を展開していただき、誠にありがとうございました。



「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

1 「里山を唄いましょう！」

2月9日(木) 10:30～11:30

講師:平林美香さん 参加費:500円

事前に電話で申し込みをお願いします

2 「ステップで転倒防止や体力作り」

2月9日・23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」

2月5日・19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」

2月6日・20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

※2月10日(金)までに、当季句3句を投句

6 おりがみ教室

2月18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)

7 塩田平ボランティアガイドの会

2月2日(木) 19:00～21:00

※ 総会

8 生花教室

2月10日(金) 14:00～15:30

講師:山崎睦子さん(草月流)

参加費:2,000円(材料費込)

9 とっこ館! からだも心もスッキリ体操

2月3日・17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

2月2日(木) 10:00～11:00

講師:坂田洋子さん 参加費:500円

11 とっこ館茶懐石勉強会

2月9日(木) 10:00～13:00

「春の食材を楽しむ」

講師:齊藤宗和さん

参加費:1,000円 材料費は別途いただきます

定員:10名 申込締切:2月6日(月)

持物:エプロン・マスク・三角巾・タオル・風呂敷

12 炊飯器を使った地元食材の料理教室

2月13日(月) 9:30～12:00

講師:北原百合子さん 参加費:2,000円(材料費込)

定員:10名 申込締切:2月9日(木)

持物:エプロン・マスク・三角巾・持帰り用容器

13 新聞紙でエコバックを作ってみませんか

＜おしゃれなバックに変身します＞

2月21日(火) 13:30～15:00

講師:小林路子さん 参加費:500円

持ち物:新聞紙2枚、のり(液状の物)、はさみ

定規(30cm位)、ハンドタオル

14 ステンドグラス体験

2月12日(日) 10:00～12:00

講師:中野稔さん

参加費:500円 材料費:1,000円

持ち物:ビニール手袋・古タオル

3つのパーツを組合せてアクセサリを作ります

定員:10名

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仕組みや用語解説、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日をお選びください。

日時 2月9日(木)・13日(月) 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 各日 10名(申込多数の場合は抽選) 要事前申し込み

備考 1月29日(日)までに、電話で

★ Word 初心者2日間コース(Microsoft365/2019 対応)

内容 文書作成ソフト Word の基本操作を学ぶセミナーです。文字入力の基本からビジネス文書の作成、表や画像のある文書の作成までを学びます。(Microsoft Office365/2019 対応)

日時 2月10日・17日(金) 13:30～16:00

対象 文字入力ができる方

料金 2,500円、テキスト代別 1,320円(計 3,820円)

定員 10名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 2月3日(金)までに、電話で

★ Excel マクロ VBA 入門 4 日間コース

内容 マクロの記録と編集や VBA のプロシージャ・変数・制御構造について学びます。

日時 2月11日、18日、25日、3月4日(土) 9:30～12:00

対象 エクセル中級者でこれから VBA プログラミングを学びたい方

料金 4,500円 テキスト代別 2,860円(計 7,360円)

定員 先着 10名 要事前申し込み

備考 1月28日(土)から、電話で

★ Illustrator 超入門イラスト編

内容 ドロー系グラフィックソフト Illustrator(イラストレーター)を初めて使う方のための講座です。オブジェクトや選択ツールの扱い方、色の設定の仕方など基本的な操作を学び、簡単なイラストを描きます。(CC2022 使用)

日時 2月16日(木) 13:30～16:00

対象 Illustrator に興味があり、パソコン操作に慣れている方

料金 1,500円

定員 先着 10名 要事前申し込み

備考 2月2日(木)から、電話で