



塩田の写真×ピアノ×箏×アロマの香り

五感で楽しむスプリングコンサート

塩田の写真家、岡田光司さんの写真を上映しながら、写真のイメージにぴったりの語りと演奏をアロマの香りに乗せて、ぼかぼかする癒しの時間を過ごしませんか。皆様のご来場をお待ちしています。



日 時 3月12日（日）午後2時～3時
（開場 午後1時30分）
場 所 塩田公民館大ホール
定 員 先着70名
入 場 無料
申し込み 2月24日（金）から塩田公民館窓口
または電話で

出演者（敬称略）

ピアノ



清水裕美

箏



三井由香

ナレーション



岡田康子

アロマ



山崎あき子

※出演者プロフィールや曲目等の詳細については、「塩田公民館フェイスブック」に随時更新しながら掲載します。
（塩田公民館フェイスブックは下のQRコードから）



受講者募集!!!

やぐら 上田城 櫓と武者溜り復元構想について ～ どうなる上田城跡の未来 ～



現在、上田城は櫓と武者溜りの復元に向け、発掘調査や保存活用計画の策定などの取り組みが進められています。今回、公民館では、人気テレビ番組で上田城の案内人などを務めている和根崎さんを講師にお迎えし、上田城跡の未来についてお話をお聞きします。

日 時 3月28日（火）13:30～15:00
場 所 塩田公民館大ホール
講 師 和根崎 剛 さん（上田城跡整備担当政策幹）
参加対象 どなたでも
定 員 30名（定員になり次第、締め切ります）
参加料 100円
申込み 2月24日（金）から塩田公民館窓口または電話で



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→



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～



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。前編に引き続き後編を開催します。

回	日程	内容	講師
1	3月2日(木)	相続(認知症)で困らないための生前対策 ～遺産トラブルを回避しよう～ ・相続と遺言書の書き方について ほか	司法書士・行政書士 宮原 恵子 さん
2	3月9日(木)	これからの人生をどう生きるか ・法話：弔うこと供養	東昌寺住職 横澤 敬雄 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(※引き続き受講の前編受講者有り)

募集人員：5名程度

受講料：無料

申込み：2月24日(金)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



参加者募集中!!

帰ってきた!

第53回塩田バドミントン大会



新型コロナウイルスの感染拡大により、塩田バドミントン大会は3年連続で中止となっていました。今年、感染拡大防止と社会経済活動の両立が進む中、地域住民の親睦と交流、健康づくりを目的に、感染対策を講じた上で、特別バージョンのバドミントン大会を開催します。参加を希望される方は、下記の参加資格によりチームを作り、2月20日(月)までに各分館の体育部長さんへお申し込みください。

日時 3月5日(日) 午前8時30分集合

午前9時開始～12時30分終了予定

場所 自然運動公園総合体育館

参加資格 塩田地区に居住する方(小学生以上)で以下の要件で

構成されたチーム(各分館2チーム以内)

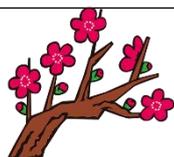
構成区分	1チームの構成要件
女子ダブルス	女子2人
男子ダブルス	男子2人(男女混合や女子ダブルスでの参加も可)



前回大会の様子

大会方法 1リーグ制分館対抗戦

その他 大会の詳細につきましては、塩田公民館までお問い合わせください。



塩田中学校学校支援ボランティア

「しおだっ子応援団」参加者募集!

しおだっ子応援団は、塩田中学校で、下表の支援活動をボランティアで行っています。発足から16年目を迎える活動です。この活動に協力していただける方を募集します。「できる人が、できるときに、できることを」未来を支える子どもたちを応援しましょう。

学習	授業(数学)への支援、個別指導(授業日の午前中、週1回2～3時間程度)
環境	花壇の土作り、苗の栽培、草取り、花の片付け等(年に数回は緑化委員会と共同作業)
行事	塩田めぐり(見学場所の説明等)
スポーツ・文化	体幹アップ運動や講演会を中学校と協議して開催

【問い合わせ】塩田公民館(Tel.0268-38-6883)



東前山(無言館見学)コース 約6km

日 時 3月15日(水)(予備日17日)
 集合時間 8時45分 出発 9時
 集合場所 塩田公民館第二駐車場 解散 12時
 参加対象 どなたでも
 定 員 20名
 参加料 1,100円(入館料/保険代)



※ 無言館について

志半ばで戦場に散った画学生たちの残した絵画や作品、イーゼルなどの愛用品を収蔵、展示している戦没画学生慰霊美術館です。無念の死を遂げた戦没画学生の作品からは、感慨深いものが伝わってきます。

※雨天時は中止、またコロナの感染レベルにより中止とする場合があります。尚、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。

第2回人権同和教育推進委員会(研修会)

日 時:3月1日(水)19:00から20:30
 場 所:塩田公民館 大ホール



- 内 容
- ①講演:「長野県人権政策の基本方針」について
講師:東信教育事務所 指導主事 中村 哲さん
 - ②協議:「自治会人権同和教育懇談会」の企画運営について
(テーマの選定、懇談会の日程、講師選定など)

令和5年度 中塩田小「子どもみまもり隊」 隊員募集

目 標 地元の方々と中塩田小学校児童がお互いに声かけや挨拶ができる街にします。中塩田小学校児童の登下校時の環境をより安全にします。

隊員資格 中塩田小学校児童の登下校時に、散歩やゴミ出しなど、事のついでに通学路で見守っていただける方とします。

活動内容 中塩田小学校PTA作成の名札を首から下げるか、ベストを着用していただきます。
横断歩道で子どもたちの横断を手助けしていただきます。

(4月になりましたらボランティア保険に加入し、ベストや腕章、名札とともに対応マニュアルをお配りします。)

参加方法 中塩田小学校の**大越**までご連絡ください。ボランティア保険登録終了後、帽子と名札、ベスト、腕章を隊員の皆さんへ配布させていただきます。来年度も活動して下さる方の申込は不要です。各支部 PTA 役員に継続する旨をお伝えいただくだけで結構です。

問い合わせ先

中塩田小学校 担当 大越 宗人
Tel 38-2515 FAX 38-2459

塩田公民館利用者団体

「塩田英語教室」会員募集

学校時代に学んだ英語を、基礎からもう一度学び直してみませんか?皆様の参加をお待ちしています。

- 1 活動日時 毎月第2・第4月曜日(変更の場合あり)
13:30~14:30(週2回)
- 2 活動場所 塩田公民館
- 3 内 容 基礎英語(英語を学び直したい人向き)
を少人数で楽しく学んでいます。
- 4 月 謝 2,000円
- 5 講 師 スコットさん(オーストラリア出身)
- 6 問 合 せ 戸高 きぬえ Tel 090-5578-0348
- 7 見 学 日 2/27(月)、4/10(月)、4/24(月)、5/8(月)、
5/22(月)

塩田交番からのお知らせ Tel 0268-38-2541

冬道の運転キーワード

『ふ ゆ と じ こ』

(日本気象協会:吉田友海)



冬道の運転は、『ふゆとじこ』に注意しましょう。

- 「ふ」 冬道装備をしっかりと
- 「ゆ」 ゆっくりと慎重に運転
- 「と」 時には迂回や出控えも
- 「じ」 時間に余裕をもって出発
- 「こ」 こまめに天気や道路情報を確認

- 1 冬道装備→雪用タイヤやタイヤチェーンの準備
バッテリーやウォッシャー液の確認も
- 2 ゆっくり運転→思わぬ箇所の凍結に注意
- 3 迂回や出控え→運転計画は天候に合わせて柔軟に
- 4 時間に余裕を持って安全運転をしましょう。
- 5 こまめに天気や道路情報を確認、対応しましょう。

「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！」

3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」

3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」

3月5日・19日(日) 13:00~16:00

講師:阿部ふさ子さん 参加費:500円

4 「脳活性化ゲームで楽しみましょう」

3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

*3月10日(金)までに、当季句3句を投句

6 おりがみ教室

3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

3月2日(木) 19:00~21:00 定例会

8 生花教室

3月10日(金) 14:00~15:30

講師:山崎睦子さん(草月流)

参加費:2000円(材料費込)

9 とっこ館!からだも心もスッキリ体操

3月3日・17日(金) 10:30~11:30

10 ゆったり体操

3月2日・16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

3月9日(木) 10:00~13:00

「弥生の節句によせて」

講師:齊藤宗和さん

参加費:1000円 材料費は別途いただきます

定員:10名 申込締切:3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

3月13日(月) 9:30~12:00

講師:北原百合子さん 参加費:2000円(材料費込)

定員:10名 申込締切:3月9日(木)

持物:エプロン・マスク・三角巾・持帰り用容器

13 味噌仕込み体験

第1回 3月18日(土)・第2回 4月1日(土)

第3回 4月15日(土)・第4回 5月20日(土)

いずれ回も10:00~12:00 定員:各20名

講師:武田晴太郎さん(武田味噌(株))

参加費:4200円(材料費込)

完熟までお預かりは4500円

持物:エプロン・マスク・三角巾・タオル

いずれの回も申し込みは2月25日~

14 昔ばなし語りの会

「春をよぶおはなし」

3月26日(日) 13:30~15:00 無料

塩田平民話研究所のみなさん

特別展示

卒園・卒業記念作品展

2月16日(木)~2月26日(日)

西塩田保育園年長組のみなさん

塩田西小学校6年生のみなさん

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/>



★ PowerPoint 初心者セミナー

内容 プレゼンテーションを作成するソフト PowerPoint の基本操作を学びます。文字の入力・画像や図形の挿入・アニメーションの使い方・作成のコツなど、基本の知識を学びます

日時 3月4日(土) 13:30~16:00

対象 文字入力ができる方

料金 1,500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24日(金)までに、電話で

持物 作ったファイルをお持ち帰りになりたい方はUSBメモリ

★ メディアランド UEDA サイエンスカフェ「ロボット工作体験」

内容 ロボットがどのように私たちの生活に関わっているかのお話をお聞きし、また実際にロボット工作を体験し、ロボットについて学んでいきます。

講師:春日 貴志先生(長野工業高等専門学校 電気電子工学科 教授)

日時 3月11日(土) 13:30~16:00

対象 興味のある方ならどなたでも(小学生3年生以下は保護者同伴)

料金 200円(飲み物はありません)

定員 16組 32名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 3月2日(木)までに、電話で

持物 作品を入れる袋

★ Excel VBA 販売管理プログラム作成 2日間コース

内容 データの抽出、印刷、入力を行うプログラム作成とユーザーフォーム作成

日時 3月11日・3月18日(土) 9:30~12:00

対象 Excel VBA の変数・制御構造の基本的な使い方がわかりこれから活用したい方

料金 2,500円 テキスト代別 2,860円(計 5,360円)

定員 先着 10名 要事前申し込み

備考 2月25日(土)から 電話で

★ Excel 初心者 1日集中講座

内容 表計算ソフト Excel の基本操作を学ぶセミナーです。数値の入力と計算の基礎、基本の関数、グラフの作成、データベースの基本操作を学びます。(Microsoft365/2019対応)

日時 3月21日(火・祝) 9:30~15:30

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 3月10日(金)までに、電話で