

塩田公民館だより

令和5年(2023)7月16日号
発行 上田市塩田公民館
TEL 0268-38-6883
FAX 0268-38-7013
siodak@city.ueda.nagano.jp

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

「大宇宙とプラネタリウム」～ロマンあふれる星の世界～

- 日 時 8月1日(火) 19:00～20:00
- 場 所 とっこ館
- 講 師 小菅 毅さん
- 定 員 先着 50 名
- 対 象 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、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
についてのお話をしよう♪



しおだっ子講座

ため池でカヌー遊び in 舌喰池

- 日 時 8月5日(土) 9:00～12:00 ※雨天中止
- 場 所 舌喰池
- 集合場所 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(3年生以下は要保護者同伴)
- 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、運動靴(かかと固定のサンダルも可)
帽子(あご紐付きがベスト)
- 持ち物 タオル、飲料、着替え、筆記具、ゴミ袋、雨具、他

ため池をカヌーに
乗って探検♪



しおだっ子講座

産川生きもの探偵団

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?

- 日 時 8月6日(日) 9:00～11:00
※小雨決行、荒天・増水時は公民館で先生のお話を聞きます。
- 場 所 産川落合橋上流(産川・尾根川合流地点)
- 集合場所 上田電鉄別所線大学前駅無料駐車場
- 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、筆記用具、タオル、着替え、履き替え靴など



しおだっ子講座

おかしな話 ～こわいぞお…怖いぞお…!!～

どんなお話が
きけるかな?

- 日 時 8月8日(火) 19:00～19:45(途中休憩あり)
- 場 所 塩田公民館 第3学習室
- 定 員 先着 15 名(保護者同伴可)
- 対 象 小学生
- 参加費 無料
- 講 師 塩田平民話研究所の皆さん

くら～い部屋で
こわ～い話を聞いて涼もう



8月11日開催の「親子クジラ化石講座」は定員に達しました。

たくさんのご応募ありがとうございました。

掲載中のしおだっ子講座につきましても、回覧時点では受付終了となっている場合もありますので、受付状況については、公民館(電話・窓口)までお問い合わせください。

「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25日(火)から8月23日(水)の平日

※8/14、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、高校生

【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、退出時間の記入をお願いします。
- ・かぜ症状がある方は自宅学習をお願いします。
- ・館内で昼食をとることもできます。

☆夏休み子ども学習サポート週間☆

学習サポーターの先生方が皆さんの質問に答えます！

期 間 7月31日(月)から8月4日(金)

時 間 午前9時から正午、

午後1時から午後4時まで

対応科目 小学生は全教科、中学生は数学のみ

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



湯ノ丸高原池の平湿原コース(三方ヶ峰の火口原、高山植物の宝庫)

・コース 三方ヶ峰・池の平湿原コース(約3.2 km)

池の平駐車場→雷の丘→雲上の丘→見晴コマクサ園→三方ヶ峰→鏡池・湿原周回→池の平駐車場



日 時 8月22日(火) 集合時間 8時 出発 8時15分 解散 14時30分ごろ

※雨天中止の場合は、予備日として8月24日(木)

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

参加対象 上田市内在住の方 20名まで

参加料 300円(保険代、駐車代負担金)

持ち物 昼食、飲み物、雨具、防寒具

受付 7月24日(月)から公民館窓口または電話で

※注意事項

- 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。
- 天候状況によっては中止となることがあります。



8月の自治会懇談会



人権同和教育懇談会

青少年育成自治会懇談会

日時	分館名	内容
8月 1日(火) 19:00	別所温泉	昔の思い出懇談会
8月25日(金) 19:00	中 組	外国籍の方の人権
8月30日(水) 13:00	下本郷	悪質商法の被害を防ぐ

日時	分館名	内容
8月 5日(土) 10:00	西前山	陶芸教室
8月下旬	八木沢	そばまき体験

7月12日現在

原爆パネル展

～被爆の実相から核兵器廃絶への思いを強く～

平和の尊さと戦争の悲惨さを改めて考える機会となるよう、原爆パネル展を開催します。

日 時 8月1日(火)～8月17日(木)
9:00～17:00(土・日曜、祝日を除く)

場 所 塩田公民館 地域交流コーナー

内 容 原爆パネル展示
折り鶴コーナー、署名コーナー
DVD「上田市の戦争遺跡」放映など

親子ふれあい広場

8月の予定

①8月 7日 七夕飾り 星に願いを…

②8月21日 水あそび まだまだできるかな？！
(いずれも月曜日)

場 所 塩田公民館第3学習室

時 間 午前10:30～11:30

(受付10:00～10:30)

参加費 各回100円

申込み 塩田公民館窓口または電話で
開催日ごとの申し込みとなります。
開催日前の金曜日までにお申込み
ください。※要予約、先着8組



8月のパソコン相談会

パソコンの操作で分からないことがあればお手伝いします。予約不要。

日時 8月2日(水) 9:30~11:30

場所 塩田公民館第1学習室

講師 パソナビ塩田 講師

受講料 100円

持ち物 パソコン(持込可能な方)

作りたいものとその原稿

※パソコンの無い方も参加できます。

※パソコンの無い方は事前にご相談ください。

8月のみんなのしおだ食堂

・夏休みの宿題学習(宿題持ってきてね)

・皿回し、他遊び

日時 8月6日(日) 10:00~14:30 まで

場所 塩田公民館

申込み 塩田公民館まで

開催日前の木曜までにお申込みください

協力費 300円(中学生以下、高齢者の方は無料)

※コロナ予防として、換気、手洗い、三密回避等は継続して行います

第40回塩田ファミリースポーツ ビーチボール大会結果

6月18日(日)に、ファミリースポーツ大会を開催しました。23チーム、128人の方にご参加いただきました。各リーグの優勝チームは以下の通りです。たくさんのご参加ありがとうございました。

部 門 名	チーム名	部 門 名	チーム名
一般男子 S1 リーグ	中組 A	一般男子 S2 リーグ 3 組	中組 B
一般男子 S2 リーグ 1 組	石神 A	一般女子 S2 リーグ 1 組	手塚
一般男子 S2 リーグ 2 組	保野	一般女子 S2 リーグ 2 組	下之郷 C

参加者インタビュー

ビーチボール大会の中でも異彩を放っていたのが、小学生のみで結成された上本郷 C チーム。選手の皆さんに、感想をお聞きしました。

古平さん(小5)「あまり練習はできなかったけど、楽しかった」
竜田さん(小4)「パパに誘われて初めて出たけど、楽しくできた」
綱島さん(小4)「大人ばかりだったけど、一回勝てて嬉しかった」
高橋さん(小4)「お父さんから誘われて出た。大人ばかりで少し緊張した。」

大人顔負けのプレーで注目を集めた小学生チームの皆さんですが、来年も出場したいとお話してくれました。

来年のファミリースポーツ大会が楽しみです！



令和6年塩田会場二十歳を祝う式実行委員募集！

上田市では二十歳の皆さんから実行委員を募り、二十歳を祝う式の企画と運営をお願いしています。中学時代の友達と誘い合って、参加しませんか。

○開催日 令和6年1月7日(日)

○会場 塩田公民館

○対象者 平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれの方
事前の実行委員会および当日の式典に出席できる方

○申込期限 令和5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。

【電話 38-6883 ☒ siodak@city.ueda.nagano.jp】

○その他 今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容を変更する場合があります。

【実行委員会について】

- ・実行委員は、二十歳を祝う式の企画・運営を行います。会議は当日まで5回程度です。
- ・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に参加していただきます。



塩田交番からのお知らせ ☎0268-38-2541

スマホから110番への誤発信が急増しています

- ・バッグに入れて持ち歩いていたらつながった ・電源を入れようとしてボタンを長押しした。
- ・ポケットに入れて作業をしていたらつながった ・指紋認証をしようとして電源ボタンを触っていた。

スマートフォンには、緊急時等に電源ボタンを複数回押すなどにより、登録された緊急通報先へ自動で通報する緊急通報機能があるものがあります。

バッグやポケットに入れておいた際、連続で電源ボタンが押されるなどにより、自動で通報(発信)してしまうことがあります。誤発信しないよう、機能の使用や緊急通報先などの設定を確認しましょう。

「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

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10日(木) 10:30～11:30

講師:平林美香さん 参加費:500円

2 「ステップで転倒防止や体力作り」

8月10日・24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6日・20日(日) 13:30～16:00

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7日・21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(木)までに当季句3句を投句して下さい

6 おりがみ教室

8月19日(土) 10:00～12:00

講師:とっこ館おりがみを楽しむ会

参加費:500円(材料費込)

7 塩田平ボランティアガイドの会

8月3日(木) 19:00～21:00 定例会

8 生花教室

8月はお休みです

9 とっこ館！からだも心もスッキリ体操

8月4日・18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

10 ゆったり体操

8月3日・17日(木) 10:00～11:00

講師:坂田洋子さん 参加費:500円

11 炊飯器を使った地元食材の料理教室

なすと青魚の佃煮を作りましょう

8月7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:8月3日(木)

持物:エプロン・マスク・三角巾・筆記用具・持帰り用容器

親子三代絵画展

期間:8月1日(火)～31日(木)午前まで

柳沢敏子さん・今は亡きお母様・娘さんの有紀さん

「どこか似ていてつながっているところを見て頂ければ嬉しいです」と敏子さん 水彩画他

恐竜・ゴリラ・キリン・ゾウなど、おり紙の世界

期間:8月5日～8月31日

竹内栄子さん(おりがみ教室の講師)

土屋ともひさ君(竹内さんのお孫さん小6)

夏季恒例の企画です

おり紙に興味のあるみなさん必見です

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/>

★メディアランド UEDA2023 夏休みイベント

内容 ① LED で光るレジックアクセサリ作り
(12日 10:00～)

② いらいら棒ゲームを作ろう
(12日 13:30～)

③ 卓上型モバイル作り
(13日 10:00～)

④ 野球ルーレットを作ろう
(13日 13:30～)

ほか、ペーパークラフト、アニメ上映会、
牛乳パック工作など

日時 8月12日(土)・13日(日) 10:00～16:00

対象 ①③小学4年生～中学生

②④小学4年生～大人

料金 ①③300円 ②500円 ④1,000円

定員 ①～④各20名(抽選後、結果をメールで
連絡) 要事前申し込み

備考 8月5日(土)までに、
ネットのフォームから

申込みフォーム QR はこちら→



★ Word 初心者ゆっくり3日間コース

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3日
間かけてゆっくり学びます。

日時 8月18日・25日・9月1日(金) 13:30～16:00

対象 文字入力ができる方

料金 3,500円、テキスト代別1,320円(計4,820円)

定員 10名(抽選後、結果を電話連絡) 要事前申し
込み

備考 8月8日(火)までに、電話で

★ 初歩から学べる Photoshop 講座(CC2023 使用)

内容 Photoshop の基礎、写真の色調補正、レイヤ
ー、文字、選択範囲などの基礎を学び、SNS
用の画像を作成します。講師:竹内浩司氏(デ
ザイナー)

日時 8月21日・28日・9月4日・11日(月)
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(税込)

定員 10名(抽選後、結果を電話連絡) 要事前申し
込み

備考 8月13日(日)までに、電話で

★ 初心者向けスマホ用語解説講座

内容 スマートフォンでよく聞く用語の解説や、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。
※この講座ではスマホの使い方の説明はあり
ません。

日時 8月29日(火)・31日(木)
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 10名(抽選後、結果を電話連絡)
要事前申し込み

備考 8月20日(日)までに、電話で