



初心者向け！登山講座

今回、「北横岳」を登ります。北横岳は標高2,500mほどの山ですが、ロープウェイを利用し2,237mまで登り、そこから1時間半程かけ、山頂を目指します！

傾斜が厳しくない山なので、登山が初心者の方や登山を再開しようと思っている方など、大歓迎です☆

日 時：8月21日（月）午前8時～午後4時30分

場 所：「北横岳」（茅野市と佐久穂町の境に位置するハヶ岳連峰北部の山）

講 師：中原勝也さん（森林インストラクター）

受講料：3,150円（受講料+ロープウェイ乗車料金等） 定員：15名（先着順）

持ち物：昼食、飲み物、カップ、帽子、防寒対策用の重ね着、トレッキングポール（使用される方）

申 込：7月26日（水）午前9時から電話でお申込みください。備考：雨天の場合は中止となる場合もあります。



自然観察会～志賀高原～

今回は、「志賀高原」を2時間半ほどかけて散策し、様々な高原植物の観察を行います！

日 時：事前学習：8月23日（水）午前10時～11時 城南公民館 2階多目的ホール

現地学習：8月28日（月）午前8時30分～午後4時30分頃

※現地学習の詳細は事前学習の日にお知らせします。

講 師：霜田芳武さん（自然観察インストラクター）

受講料：1回につき100円+現地学習のみ別途実費がかかります。 定員：15名（先着順）

申 込：7月24日（月）午前9時から電話でお申込みください。定員数が限られているため1回の電話で、2名以上の申込は受付できません。※現地研修のみの参加はできません。



～信州の郷土料理を訪ねて（須坂市編）～

郷土料理は各地域に根付いた産物を上手に活用して、風土にあった食べ物として調理され、食べられているものです。長野県のような郷土料理を後世に残していくためにも、上田市食生活改善推進協議会城南ブロックの皆さんと一緒に学んでみませんか？今回は3年ぶりの開催となり、須坂市の郷土料理を学びます！！

日 時：8月30日（水）午前8時30分～午後5時

メニュー：笹寿司、伝統野菜を使った料理 参加費：1,400円（受講料+材料費等）

講 師：須坂市食生活改善推進協議会の皆さん 定 員：15名（先着順）

持 ち 物：エプロン、三角巾、フキン、飲み物、持ち帰り用タッパー、筆記用具

会 場：須坂市生涯学習センター2階 料理実習室

集合場所：城南公民館（バスに乗って会場まで向かいます。車は第2駐車場へ駐車してください。）

備 考：漬物等の持ち込みはご遠慮ください。

申 込：7月28日（金）～8月18日（金）午前9時から電話でお申込みください。



★親子すくすく広場 8・9月の予定 ★

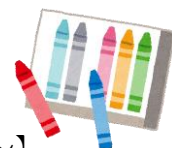
☺概ね1歳～3歳の未就園児対象

広場予定日	活動内容	定員
8/22（火）	小麦粉ねんど	15組
9/5（火）	大きなお絵かき	15組

*活動時間【午前10時～11時半
受付9時45分～】

*事前申込【活動日1週間前の9時より受付】

*持ち物【上履き、飲み物、ハンカチ、入場料
100円（毎回）材料費100円（初回のみ）】



令和6年二十歳を祝う式実行委員を募集します

令和6年1月7日(日)に市内7会場で開催する二十歳を祝う式の実行委員を募集します。
式典の企画を検討する実行委員会に4回程度参加していただき、当日は受付・司会などスタッフとして運営を携わっていただきます。

会場：上田創造館 中学校通学区域：第四・第六中学校
対象：平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方で、
当日の運営および事前の実行委員会に出席できる方
申込：9月29日(金)までに住所、氏名、連絡先、出身中学校を
電話またはメールでご連絡ください。
問：生涯学習・文化財課 TEL23-6375
✉ ueda-seijin@city.ueda.nagano.jp



原爆パネル展を開催します

城南公民館では、「原爆パネル展」を開催します。
原爆の被害、核をとりまく現状について学び、
みんなで改めて平和の尊さについて考えてみま
しょう。

期間：7月25日(火)～8月17日(木)
会場：城南公民館1階交流スペース
内容：パネル展示(原爆被害の悲惨さと
現在の核兵器の状況について)

青少年育成市民会議が開催されました

7月5日(水)、こころ、性などに関する相談を受ける場
である「川中島の保健室」を開設している白澤章子さん
をお迎えして「子どもの心に寄り添って～聴き取られる
よろこび～」と題して講演会を開催しました。

乳児期、幼児期、児童期、
思春期における性の成長
の変化と揺れ動く子ども
の心に対する接し方は、
大人も子どもも対等に共感
し合うことが大切とお話
されました。参加者間の
意見交換も行われました。



池波正太郎真田太平記館 「真田太平記」シアター上映会

池波正太郎生誕100年・池波正太郎真田太平記館開館25周年を記念して、昭和60年から61年に放映され
たNHK新大型時代劇「真田太平記」の第1話・第45話(最終話)の上映会を開催します。

日時：①第1話の上映 8月2・3・4日 いずれも午後7時から
②第45話の上映 8月8・9・10日 いずれも午後7時から

場所：池波正太郎真田太平記館 シアター

※定員が27名のため、多数お越しの場合は日付を変更していただく場合があります。

備考：車でお越しの場合は、最寄りの有料駐車場をご利用ください。 問：池波正太郎真田太平記館まで

観覧料：無料

城南地区学童野球大会 参加チーム募集

○ 期日 1日目:9月9日(土) 2日目:9月10日(日)

○ 会場 自然運動公園多目的グラウンド

～お問合せは城南公民館へ～

7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」です！

今月は、夏休み前に全国一斉に行われる、「青少年の非行や被害を防止する強調月間」です。
最重点課題は、「インターネット利用におけるこどもの犯罪被害等の防止」です。不適切な
利用に起因する犯罪被害に遭った青少年の数が増加しています。インターネットの正しい
利用を呼びかけ、地域一体で未来を担う青少年の育成に努めましょう。



本の貸出方法を下記のとおり変更させていただきました。

【借りる際の手続き】図書コーナー備え付けの用紙に氏名・電話番号・貸出日・書籍名を記入のうえ、公民館
提出用をボックスに入れてください。なお、返却の際に使用しますので控えをお持ちください。

【返却の際の手続き】控え用紙をボックスに入れ、借りた本は、借りた場所へお戻しください。

※1人3冊まで借りられます。貸出期間は、新刊は2週間、そのほかの本は1か月です。