

真田中央公民館だより



回覧

発行 真田中央公民館

〒386-2201 上田市真田町長7199-1

TEL 72-2655 FAX 72-8133

E-mail sanadak@city.ueda.nagano.jp



ホームページ



フェイスブック

公民館だよりは真田中央公民館や自治センターのロビーに置いてあります。お手元でご覧になりたい方はご自由にお持ちください。

学びの秋、食欲の秋、芸術の秋 各種イベントに参加しませんか？

「松本の有名店に学ぶ！スパイスを使ったカレー教室」

松本市内の著名なインド料理店の店主を講師に招き、スパイスを使ったキーマカレーを作ります。異文化の交流を体験しましょう！調理後、食事をします。

日時	令和5年11月5日(日) 午前10時～午後1時30分	申込み	10月20日(金)～11月2日(木)までに 真田中央公民館へ申込み
集合	真田中央公民館 (集合後、真田保健センターへ移動)	参加費	1,600円(受講料、材料費含む)
対象	どなたでも	持ち物	余ったカレーを入れる容器、 エプロン、三角巾、マスク、飲み物
講師	DOON食堂 印度山 店主 アシシュ・シルプカー氏		
定員	16人(先着順、定員になり次第締切)		



「松尾古城・遠見番所登山」



晩秋の松尾古城、遠見番所まで植物・生物等の自然観察をしながら登山をします。

真田保健センター→(バスで移動)登城口(横沢から)→松尾古城→遠見番所
→松尾古城→日向畑遺跡→安智羅神社→(バスで移動)真田保健センター

日時	令和5年11月18日(土) 午前8時30分～午後3時	定員	15名(先着順)
集合	真田保健センター前(集合後、バスで 登山口まで移動します)	服装	長そで、長ズボン、帽子、 登山靴またはトレッキングシューズ (運動靴は不可)
対象	健脚な人	持ち物	軍手、タオル、カップ、水筒、 お昼ご飯、おやつ、防寒着
講師	NPO法人やまぼうし自然学校	全長	約4km(標高840m→1400m)
申込み	10月23日(月)～11月15日(水)まで に真田中央公民館へ申込み	参加費	100円(受講料)



「スマホの便利な使い方教室」

スマートフォンを買ったけど、電話やカメラの機能くらいしか使っていない、初心者向けの便利な使い方を学ぶ講座です。機械に弱い中高年の方にもお勧めです。

日時	1回目 11月21日(火) 午前10時～12時 2回目 12月6日(水) 午後2時～4時	講師	ドコモショップ 上田店スタッフ
※1回目、2回目どちらも内容は同じです。		定員	各回20名(先着順)
両回に参加もOKです。		申込み	10月25日(水)～11月17日(金)までに 真田中央公民館へ申込み
場所	真田中央公民館 大ホール	参加費	無料
対象	スマートフォンの購入を検討中または 使いこなせていない初心者		



「ふれあい夢コンサート」

音楽の楽しさを感じていただくためのコンサートです。

日時	令和5年11月12日(日) 午後2時～3時(開場午後1時30分)
場所	真田中央公民館 大ホール
対象	どなたでも
演奏者	上田市民吹奏楽団
定員	150名
入場料	無料(申込み不要)



◆上田市民吹奏楽団とは
社会人、学生によるアマチュアバンドです。
年齢も幅広く、職業も様々ですが、演奏をと
おして音楽の楽しさを共有しています。真田中央
公民館をホームとして活動をしています。
今年は長野県吹奏楽コンクールで金賞を獲得し
ました。

長小・傍陽小・本原小三校PTA合同講演会

『オンラインゲーム、インターネット、SNSばかりして・・・うちの子は大丈夫!?!』
 今年は多くの皆様に聞いていただきたいことから、小学生のいるご家庭だけでなく、
 広く住民の皆様に参加を呼び掛けることとしました。多くの皆様の御参加をお待ちしています。

日 時 令和5年11月24日(金) 午後7時～8時(開場:6時30分)
 会 場 真田中央公民館 大ホール
 講 師 松島 恒志 先生(子どもとメディア信州代表、前佐久市野沢中学校長)
 演 題 『親はどうすればいいでしょう?』

～ 子どものゲーム・ネット・SNS依存が心配な方々へ ～』

参 加 費 無料(事前申込み不要)
 問い合わせ 真田地区PTA連絡会事務局(遠藤) TEL 090-9323-8323

第51回真田総合文化祭

作 品 展 10月28日(土)、29日(日) 午前9時～午後4時
 舞台発表祭 10月28日(土) 午前9時～12時

舞台発表祭プログラム ※文化祭の詳細は真田中央公民館で配布しているパンフレットをご確認ください。



	予定時刻	出演団体	発表曲等
1	9:00	オープニングセレモニー	信濃の国
2	9:05	大正琴 月琴会	古城、銭形平次
3	9:20	コーラス 真田	ゆりかご、小さな木の実、いのちの歌
4	9:30	木々笑会	皆の衆、さくら音頭
5	9:45	本原小学校 金管バンド	Me!a!、千本桜
6	10:00	真田町舞踊連合会 香織会	古城
7	10:10	藤本 頼貴次会	花笠音頭、お江戸日本橋
8	10:20	さなだスポーツクラブ太極拳	入門太極拳
9	10:25	真田町舞踊連合会 藤花会	真田ざくら
10	10:35	真田中学校 吹奏楽部 with 上田市民吹奏楽団	炎と森のカーニバル、夜に駆ける
11	10:50	さなだ太極拳サークル	太極功夫扇
12	11:00	六文銭太鼓保存会	宴、砥石攻め、ほか
13	11:15	紫苑の会	京の春、男護り船
14	11:25	上田市民吹奏楽団	リトルマーメイド メドレー
15	11:40	フォークダンスかりがね	アフリカ・ブン・ブン、ミヌエット
16	11:50	真田町舞踊連合会 君香社中	夢のうき橋
17	11:55	真田町舞踊連合会、 木々笑会、紫苑の会	真田ざくら
18	12:00	閉会	