



良いお年をお迎えください。

この一年、公民館活動に御理解、御協力をいただきありがとうございました。
来年もよろしくお願いいたします。

塩田公民館職員一同



祝



令和6年二十歳を祝う式のお知らせ



令和6年二十歳を祝う式を開催します。塩田会場は、4年ぶりに塩田公民館で開催いたします。
二十歳を祝う式実行委員会の皆さんが頑張って開催準備を進めています。大勢の御参加をお待ちしています。

日 時 令和6年1月7日(日)13:30~15:00
(受付 13:00~)

会 場 塩田公民館大ホール

●お問い合わせ

上田市教育委員会

生涯学習・文化財課 TEL:0268-23-6375

塩田公民館 TEL:0268-38-6883



参加者募集!!



塩田歩こう会1月の予定



健康づくりチャレンジ
ポイント対象事業

下之郷の名刹、長福寺を訪ねませんか!



下之郷コース(初詣 長福寺・生島足島神社) 約6km
冬のきりっとした空気の中、みんなで東塩田に歩みを進めませんか。
ご住職の奥深い法話をお聞きし、新しい年の健康と幸せをお祈りしましょう。



日 時	1月16日(火)	集合時間	8時45分	出発	9時	解散	12時頃
集合場所	公民館第二駐車場						
参加対象	どなたでも						
定 員	20名						
参加料	100円(保険代)						
持ち物	飲み物、雨具						
申込み	12月20日(水)から公民館窓口または電話で						

荒天が予想される場合は、前日に中止連絡を差し上げます。



年末年始期間の休館日



令和5年12月29日(金)から令和6年1月3日(水)まで塩田公民館は休館となります。
休館期間中は塩田地域自治センターを含めて館内に立ち入ることはできません。ご了承ください。

受講者募集!!

冬場に楽しく体を動かして心身をリフレッシュ

冬の健康づくり教室

健康づくりチャレンジ
ポイント対象事業



冬場はとかく運動不足になりがちです。

ストレッチやニュースポーツで体を動かし、心身をリフレッシュしましょう!!

- 日 程 1月16日、23日、30日、2月6日、27日、
3月5日、12日、19日(全8回)
※いずれも火曜日の13:30~15:00
- 場 所 塩田公民館 大ホール
- 講 師 スポーツ推進委員
- 対 象 どなたでも
- 定 員 20名
- 持 ち 物 運動のできる服装、上履き、飲み物
- 受 講 料 1回100円
- 申 込 み 12月20日(水)から塩田公民館窓口又は電話で



教室の様子

受講者募集!!

令和6年 前期 『古文書解読講座』

地域に伝わる古文書を読み込んで、かつて暮らしていた人々の生きた姿を感じ取りましょう。前期は1月から6月で行います。御興味のある方、ぜひ御参加ください。

- 日 時 ●本講座……毎月第一土曜日 13:30~15:00
1月6日、2月3日、3月2日、4月6日、5月4日、6月1日
- 初心者講座…本講座の一週間前の金曜日 13:30~15:00
12月22日、1月26日、2月23日、3月29日、4月26日、5月24日



- 講 師 尾崎行也氏
- 会 場 塩田公民館 小ホール(本講座)、第1学習室(初心者講座)
- 参加費 1,500円(受講料600円+資料代900円)
- 申込み 初回 1月6日(土) 13:00から塩田公民館小ホールにて受付(参加費1,500円をお持ちください。)

地域ふれあいコンサート Vol.87



石上真由子 ヴァイオリン・コンサート in 塩田地域

石上真由子さんの演奏を地域の公民館でもお楽しみください。



- ピアノ：北村明日人
- 日 時：12月22日(金) 19:00~20:00(開場18:30)
- 場 所：塩田公民館 大ホール
- プログラム：ベートーヴェン/ヴァイオリン・ソナタ
第9番「クロイツェル」ほか
- 料 金：500円(全席自由・高校生以下無料)

※未就学のお子さまもご鑑賞いただけます。

※前売券の販売はありません。

会場で当日券をお求めください。

※当日券の販売は18:30からです。

問合せ：サントミューゼ(上田市交流文化芸術センター) Tel.0268-27-2000



©Takafumi Ueno

1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 1/10(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)、
作りたいものの原稿



1月の親子ふれあい広場

予約が不要になりました。健康相談や手続き等の帰りにぜひお立ち寄りください！

①1月15日 お正月あそび 伝承あそび
②1月22日 わらべうたで
たっぷりあそぼう
(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



1月のみんなのしおだ食堂 ～紙しばいを楽しもう～

塩田手作り紙芝居の会の皆さんの上演です。
お正月あそびなども楽しみましょう！

日時 1月21日(日) 10:00～14:30
場所 塩田公民館
申込み 塩田公民館窓口または電話で
(開催日前の木曜日までにお申込み
ください)
協力費 300円
(中学生以下、高齢者の方は無料)
※高齢者の方は、車での送迎も
いたします(要事前申込)。



塩田子ども書道教室 書初め展

塩田公民館で活動する「塩田子ども書道教室」
の子どもたちが書いた書初めを展示します。
皆様のご観覧をお待ちしています。

期間 令和6年1月9日(火)～
1月20日(土)
場所 塩田公民館廊下



公民館印刷室利用にあたってのお願い

- ・塩田公民館の印刷機使用の際は、必ず事前に予約をお願いいたします。特に12月～2月は自治会印刷物により混雑します。予約なしの場合使用できない可能性があります。
- ・原則として印刷する紙は各団体で持ち込んでください。
- ・個人での使用はできません。使用できるのは自治会、分館、利用者団体の資料等印刷の場合です。
- ・印刷代お支払いの際は、できるだけおつりが出ないようにお願いします。

塩田交番からのお知らせ TEL0268-38-2541



ためらわず正しく使う110番

～110番は緊急時のダイヤルです～

緊急性のない通報や届け出は 最寄りの警察署・交番・駐在所へ

警察に対する相談は

警察相談電話 #9110

(026-233-9110)

最寄りの警察署・交番・駐在所又は警察本部へ



「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月の企画他、催し物のご案内

1 「里山を唄いましょう！」

1月11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」

1月11日・25日(木) 14:00～15:00

講師:小林路子さん 参加費:500円

いつまでも足を軽やかに動かせることを目標にしています。是非ご参加ください

3 コカリナとっこサークル

1月7日・21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」

1月22日・29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

1月10日(水)までに当季句3句を投句して下さい

6 おりがみ教室

1月20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

1月の定例会はお休みです

※次回は2月1日(木) 総会予定19:00～21:00

8 生花教室

1月はお休みです

2月は2月9日(金)14:00～15:30

9 とっこ館! からだも心もスッキリ体操

1月5日・19日(金) 10:30～11:30

講師:石田久美子さん 参加費:500円

持物:タオル・飲物 *ある方はヨガマット

10 ゆったり体操

1月18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

「炊飯器でローストビーフを作ります」

1月22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)

持物:エプロン・マスク・三角巾・手拭き・筆記用具

持帰り用容器

田園空間展示

初春を祝う

1月5日～1月26日まで

とっこ館職員による飾りつけ

上田市マルチメディア情報センター

上田市下之郷 812-1 TEL 0268-39-1000

URL: <http://www.umic.jp/>

★ Photoshop で空の画像を星空に加工してみよう

内容 Photoshop の基礎を学び、最終日は画像内の空を星空に加工します。基礎(全4回)は画像データ、色補正、レイヤー、選択範囲、文字とペイント等を学びます。

日時 1月13日・20日・27日・2月3日(土曜日) 9:30～12:00

対象 PC 操作に慣れていて Photoshop や画像加工に興味がある方。

料金 4,000 円、テキスト代別 2,420 円(計 6,420 円)

定員 10 名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 1 月 5 日(金)までに電話で

持ち物 データを持ち帰りたい場合は USB メモリ

★ 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・制御構造など、より効率的なタスク処理や自動化について学びます。

日時 1月7日、14日、21日、28日(日) 9:30～12:00

対象 Excel の操作や関数を理解していて、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 15 名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 12 月 25 日(月)までに電話で

★ Filmora でカンタン動画編集!

内容 動画編集ソフト「Filmora(フィモーラ)」を使って動画作成を学びます。動画の切り抜き・切り替え効果・テロップ作成・音楽の挿入などをし、動画の書き出しまでを行います。

日時 1月8日(月・祝) 9:30～12:00

対象 パソコンで動画編集をしたい方で、文字入力ができる方

料金 1,500 円

定員 15 名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 12 月 25 日(月)までに電話で

持ち物 データを持ち帰りたい場合は USB メモリ

★ Excel 初心者ゆっくり 3 日間コース

内容 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 3 日間かけてゆっくり学びます。(Microsoft Office 365/2019 対応)

日時 1月12・19・26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 15 名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 1 月 4 日(木)までに電話で

★ お正月の工作教室「テクノ手芸」

内容 フェルトと LED で工作します。

日時 1月6日(土) 10:00～11:30

対象 小学 4 年生～中学生(小学 3 年生以下は保護者同伴で参加可)

料金 300 円

定員 20 名(申込多数の場合、抽選。結果をメールで連絡) 要事前申し込み

備考 12 月 23 日(土)までにネットのフォームから。

★ お正月工作教室「なわとびゲームを作ろう」

内容 LED で回るなわをジャンプするゲームをはんだ付け工作します

日時 1月6日(土) 13:30～15:30

対象 小学 4 年生～大人まで

料金 1,500 円

定員 20 名(申込多数の場合、抽選。結果をメールで連絡) 要事前申し込み

備考 12 月 23 日(土)までにネットのフォームから。