



謹んで新春の祝詞を申し上げます
本年もどうぞよろしくお願ひいたします

公民館職員一同



仲間と再会!

「上田市二十歳を祝う式」を開催しました



「二十歳を祝う式(旧:成人式)」が、1月7日(日)塩田公民館で開催されました。

コロナ禍の間、令和3年から5年までは塩田中学校やサントミューゼでの開催となりましたが、今回はコロナ前に戻し、塩田公民館での開催となりました。

実行委員長の赤羽君を中心に10名の実行委員が心のこもった式典となるよう昨年の秋から準備を重ねてきました。

幸い天候に恵まれ、温かい日差しが降り注ぐ中、美々しい振袖着姿の人や、スーツをびしっと着こんだ人と、思い思いに着飾った143人が式典に参加しました。

式典は第一部アトラクションで塩田中学校吹奏楽部の演奏、市長ビデオメッセージ、思い出のスライドショー、恩師のこぼ、続く二部で祝賀式典と、厳肅な中にも和やかな雰囲気の中となりました。

みなさん、おめでとうございます!



↑実行委員の皆さんに頑張ってくださいました。ありがとうございました。

←コロナ禍ではビデオメッセージだった恩師のこぼも今回は先生方から直接いただくことができました。



テレビ放送のお知らせ

二十歳を祝う式の様子が、上田ケーブルビジョンで放映されます。ぜひご覧ください。

放送日時 1月24日(水) 10時～、23時～ チャンネル 地上121ch

塩田歩こう会2月の予定

早春の東塩田 猫山からいちご園へ!

健康づくりチャレンジ
ポイント対象事業



北ノ入池から猫山を巡り、東山観光農園でいちご狩りを楽しみませんか!
緑と赤のコントラストに彩られるいちご園は、春待つ気持ちを高めてくれるはず。



日時 2月9日(金) 予備日 2月16日(金)
集合 8時45分 出発 9時 解散 12時30分頃
集合場所 JA信州うえだ富士山店駐車場
参加対象 どなたでも
定員 20名
参加料 1,600円(いちご狩り・保険代)
JA様の御協力での割引(塩田東山観光農園)
持ち物 飲み物、雨具
受付 1月22日(月)から公民館窓口、または電話で

荒天が予想される場合は、前日に延期連絡をさし上げます。



平和を考える講座 第1回 ウクライナ侵攻と私たち

～今まさに起きている戦争について考える～

塩田公民館では、戦争を体験された方が少なくなり、その記憶が薄れつつある中、平成 29 年から「平和を考える講座」を開催し、平和の尊さについて学び、考えてきました。一方、世界では、ロシアがウクライナに侵攻し、昨年にはイスラエルがガザに侵攻するなど、今もなお、紛争や戦争が起きている。今回、公民館では、50 年近くにわたり、世界の紛争地や戦争取材し、日本で初めてウクライナの反転攻勢の現場取材した国際ジャーナリストの遠藤正雄さんをお迎えし、「ウクライナ侵攻と私たち」というテーマで、今まさに起きている戦争について学ぶとともに、私たちに何ができるのか考えてみたいと思います。



日 時 2月24日(土)14:00～16:00
場 所 塩田公民館大ホール
講 師 遠藤正雄さん(国際ジャーナリスト・佐久穂町在住)
対 象 だなたでも
定 員 30名
受 講 料 100円
申し込み 1月22日(月)から窓口、電話で受け付けます

なお、平和を考える講座の第2回、第3回を次のとおり予定しています。受講者の募集等の詳細につきましては、次号(2月16日号)の公民館だよりでお知らせします。

回	日時	内容	講師
第2回	3月9日(土)13:30～14:30(予定)	軍事郵便調査から見える戦争の実相(仮)	桂木恵さん
第3回	3月23日(土)13:00～16:00(予定)	現地研修 松脂採取の松、遊佐准尉妻子慰霊碑 他	村山隆さん

第36回 いのち・愛・人権展 うえだ人権フェスティバル

2015年に公開され、大反響を呼んだ映画「みんなの学校」の舞台となった大阪市立大空小学校は、「すべての子どもの学習権を保障する」という理念のもと、「不登校ゼロ」を実現。誰一人取り残さない学校づくりに情熱を注がれた初代校長の木村泰子さんをお招きし、講演会を行います。ぜひご来場ください。

日 時 2月23日(金・祝)14:00～15:30(開場13:30)
場 所 上田文化会館 ホール
講 師 木村 泰子氏(大阪市立大空小学校初代校長)
演 題 「みんなの学校」が教えてくれたこと
入場無料、申込不要 手話通話、要約筆記(UDトーク)あり
その他 人権作品の表彰式(10:45～12:00)や人権作品の展示もあります。
主 催 上田市教育委員会、上田市人権啓発推進委員会
問合せ 生涯学習・文化財課 人権同和教育係 ☎0268-23-5197



春を待つ折紙講座

塩田中学校の生徒さんや環境ボランティアの皆さんと一緒に季節の折り紙を楽しみませんか！

日 時 2月3日(土)8:45～11:00
場 所 塩田中学校塩のホール
講 師 日本折紙協会
折紙講師 鳴沢今日子さん
参 加 費 300円(内材料費200円)
定 員 20名
持 ち 物 ハサミ、赤黒のペン、定規
申 込 み 1月22日(月)から公民館窓口または電話で



2月の公民館講座予定

- ①親子ふれあい広場 10:30～11:30
・2月5日(月)
「運動あそび Lets! リトミック」
・2月19日(月)
「おひなさまをつくろう のびのび体を動かそう」
☆各回受講料100円
- ②パソコン相談会
・2月7日(水) 9:30～11:30
☆持ち物：パソコン(持込可能な方)
☆受講料：100円
※パソコン貸出希望の方は事前にご連絡ください。



2月のみんなのしおだ食堂 ～茶の湯を楽しもう！～

日 時 2月18日(日)10:00～14:30
場 所 塩田公民館
協 力 費 300円(中学生以下と高齢者は無料)
申 込 み 2月15日(木)15時までに
公民館窓口または電話で

消費喚起応援事業サポートデスク

買い物で最大20%割引になる「チケットQR」のアプリダウンロードや操作方法についてサポートいたします

日 時 1月25日(木)、29日(月)
2月1日(木)、5日(月)、8日(木)
各日9時～17時
場 所 塩田公民館地域交流コーナー



塩田公民館 印刷機の利用について

- 1 利用時間は平日9時～17時です。事前予約をお願いします（電話可）。
 - 2 印刷する紙は御持参ください。
 - 3 印刷機は白黒印刷です。印刷可能枚数は原紙（原稿）1枚につき40枚以上です。
 - 4 ゴミ（印刷に失敗した紙、包み紙など）の処分は公民館は対応していません。必ず持ち帰ってください。
- ☆ 料金 ①原紙(原稿)1枚につき50円 ②印刷代 1枚につき1円

サイバーセキュリティ月間について

塩田交番からのお知らせTel0268-38-2541

誰もが安心してITの恩恵を享受するためには、国民一人ひとりがセキュリティについての関心を高め、これらの問題に対応していく必要があります。



令和5年 人権同和教育&青少年育成活動報告

人権同和教育関係

1 自治会懇談会

すべての自治会で人権同和教育自治会懇談会を計画していただきました。

お忙しい中、懇談会を実施していただいた役員の方々と参加していただいた皆さまご協力ありがとうございました。

(1)実施状況

延べ人数 932人 延べ実施回数 57回

テーマ	回数
女性の人権	18
子どもの人権	8
インターネットの人権侵害	7
高齢者の人権	5
外国籍の人の人権	4
人権一般	15
総数	57

(2)共通テーマ「女性の人権」について

＜懇談会に参加した方の感想＞

- ・私はまだ古い考え方だと感じた。自治会役員も女性は男性の後ろにいる。災害時の話が合ったが、確かに女性の力は重要だと思う。普段の自治会運営から常に女性の活躍する場をつくらなければならない。
- ・長野県はまだ女性が働きやすい環境が整っていない。上田市が率先して男女参画をリードしてほしい。

2 研修会・講演会

第一回自治会人権同和教育指導者研修会

2月10日(金) 中止

第二回自治会人権同和教育指導者研修会

3月1日(水)

「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

人権教室 5月12日(金)

「女性の人権～性的な違いを尊重し、協働してよりよい社会を実現するために」

講師 長野県教育委員会事務局心の支援課

人権支援係指導主事 徳永 吉彦さん

人権を考える塩田地区市民の集い 12月1日(金)

「外国籍の人との共生・部落差別」

講師 上田市多文化共生推進協議会(AMU)

会長 安藤 健二さん

青少年育成関係

1 青少年育成推進指導関係

(1)青少年育成推進指導員会

・第1回青少年育成推進指導委員会 2月13日(月)

・第2回青少年育成推進指導員研修会 4月18日(火)

(2)塩田地区青少年育成関係団体連絡会

各ブロック代表の実践発表

・東塩田(6月7日)桜分館実践発表

・中塩田(6月14日)上本郷分館実践発表

・塩田西(6月20日)八舞分館実践発表

分館ごとの話し合いと発表

テーマ「地域活動にどのように子ども達を参画させたらよいでしょうか」

(3)第33回青少年育成推進大会 7月18日(火)

講演「子ども達のまなざしに答えるために」

講師 伴 美佐子先生(県教委信州型CSアドバイザー)

参加者 61名

(4)青少年育成自治会懇談会

懇談会は内容の変更はありましたが、全自治会で実施することができました。

懇談会実績 31自治会(参加者合計 558名)

2 しおだっ子応援団関係 (12月18日現在実績)

(1)学習支援…月～金の授業支援 延べ76日 99名

・公民館学習室の開放…7月25日～8月23日(延べ18日)

・夏休み学習支援…「夏休み子ども学習サポート週間」

7月26日～8月4日 延べ5日間 延べ参加児童生徒81名

(2)環境整備…花壇作りと草刈り作業 延べ25日 309名

例年どおり綺麗な花で学校を彩ることができました。

◇花壇コンクール

・FBC花壇コンクール…優良賞

◇苔玉作り(講座) 10月11日 中学生、一般の方と

◇クリスマスリース週間

12月6日 中学校贈呈分33個制作

12月7日 中学生、地域の方と制作(講座)

12月12日 中学校へ贈呈

(3)行事…塩田めぐり 10月12日 10名 ガイド 10名

交通安全街頭指導 9月26日～29日 10名

(4)スポーツ・文化

・冬の体幹トレーニング…1月末予定

(5)塩田地区ボランティア交流会 11月28日 出席者 40名

塩田中学校区の学校支援ボランティアを中心にした交流会

講師 伴 美佐子先生(県教委CSアドバイザー)

各自治会の役員並びにボランティアの皆様におかれましては、懇談会や各種事業を計画し、工夫を凝らして活動を展開していただき、誠にありがとうございました。

「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



2月の企画他、催し物のご案内

1 「里山を唄いましょう！」

2月8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」

2月8日・22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

2月4日・18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」

2月5日・19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

2月10日(土)までに当季句3句を投句して下さい

6 おりがみ教室

2月17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

2月1日(木) 19:00~21:00 総会

8 生花教室

2月9日(金) 14:00~15:30

講師:山崎睦子さん(草月流)

参加費:2,100円(材料費込)

9 とっこ館! からだも心もスッキリ体操

2月2日・16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

2月1日・15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

「炭酸水で作る鶏チャーシュー」

2月19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

12 とっこ館茶懐石勉強会

2月15日(木) 10:00~13:00

「あたたかい料理を楽しむ」

講師:齊藤宗和さん 定員:10名

参加費:1,000円(材料費は別途いただきます)

持物:エプロン・マスク・三角巾・タオル・風呂敷

展示

西塩田保育園りんご組卒園記念作品展

塩田西小学校6年生卒業記念作品展

2月17日(土)~2月25日(日) 予定

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/>

★ Excel/VBA 販売管理プログラム作成 2日間コース

内容 実践的なデータの抽出、印刷、入力などを取り入れた販売プログラムとユーザーフォーム作成をします。

日時 2月4日・11日(日) 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 16名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 1月28日(日)までに電話で

★ Illustrator 超入門カード編

内容 ドローデザイン系グラフィックソフト Illustrator(イラストレーター)を初めて使う方のための入門講座です。ガイドの使い方や画像と文字の配置、クリッピングマスクなどを学びながらカードを作ります。(CC2023 使用)

日時 2月17日(土) 13:30~16:00

対象 キーボード・マウス操作のできる方

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10日(土)までに、電話で

★ Access 入門講座じっくり 5日間コース

内容 Access の基礎をじっくり学びたい方のための講座です。データベース設計、クエリ(命令文)、フォームとレポートの作成を学び、業務プロセスを効率化させます。(Microsoft Office 365/2019 対応)

日時 2月17日・24日・3月2日・9日・16日(土) 9:30~12:00

対象 Access の基本的な操作を学びたい方で、Excel の基本操作ができる方

料金 5,500円(テキスト代別 2,200円) 計 7,700円

定員 16名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 2月9日(金)までに、電話で

★ PowerPoint 初心者講座

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 2月23日(金・祝) 9:30~12:00

対象 文字入力ができる方

料金 1,500円

定員 16名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 2月12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

★ Word 初心者 2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学びます。(Microsoft 365/2019 対応)

日時 2月9日・16日(金) 13:30~16:00

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 16名(申込多数の場合、抽選) 要事前申し込み

備考 2月2日(金)までに電話で