

回覧 4月 真田中央公民館だより

令和7年4月16日号(No.1)

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

※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。

参加者
募集

公民館講座「春の自然探し のんびりデイキャンプ」

竹で作るバームクーヘンや地元で採れたジビエを使ったスープを一緒に作ります♪
高原で過ごす、ゆる～い、のんびりキャンプへご家族や友人と一緒に行かれますか？

【日 時】 令和7年5月17日(土) 9:00～14:30 頃まで ※悪天候予報の場合は中止

【集 合】 9:00 真田保健センター前
※集合後、バスで菅平高原へ移動します。

【場 所】 菅平 自然体験の森

【対 象】 小学生以上、家族での申し込み大歓迎

【講 師】 NPO法人やまぼうし自然学校

【定 員】 20名(先着順、定員になり次第締め切り)

【内 容】 〈午前〉・火おこし 〈午後〉 春探し散策
・竹クーヘン、ジビエスープ作り

【持ち物】 長袖、長ズボン、帽子、防寒着、カッパ、タオル、軍手(綿素材)、飲み物、主食(おにぎり等)
※衣類については、火を扱うため化学繊維でない物をお勧めします。

【費 用】 大人:1,500円、中学生以下:500円(材料費等含む)

【申込み】 4月21日(月)9:00 から 5月9日(金)17:00までに真田中央公民館へお申込みください。
※お申込みの際に、食物アレルギーのある方はお申し出ください。



参加者
募集

公民館講座「史跡巡り～ 真田氏関連 史跡巡り(群馬編) ～」 最終part

昨年から続く、群馬県内にある真田氏関連史跡を巡る研修もいよいよ最終回!!
今回は長源寺、箕輪城などを巡り、お昼には日本三大うどんである“水沢うどん”を
食べる、身も心もボリューム満点の行程となっております。

【日 時】 令和7年6月2日(月) 8:00～17:15 頃まで

【集 合】 8:00 真田保健センター前 ※集合後、バスで移動します。

【対 象】 どなたでも

【定 員】 10名(先着順、定員になり次第締め切り)

【内 容】 出発→〈菅平IC〉→長源寺→箕輪城跡→昼食(水沢亭)→
伊香保温泉の階段→榛名湖→大戸宿→道の駅 ハツ場ふるさと館→〈鳥居峠〉→帰着

【持ち物】 帽子、雨具、飲み物、タオル
※道中、坂道や階段等がありますので、動きやすい服装や運動靴をお勧めします。

【費 用】 2,500 円(昼食代等含む)

【申込み】 4月21日(月)9:00 から 5月19日(月)17:00までに真田中央公民館へお申込みください。
※お申込みの際に、食物アレルギーのある方はお申し出ください。

【事前学習会】 参加予定者を対象に5月26日(月)14:30 から真田中央公民館にて視察研修に向けた
事前学習会を開催しますので、できる限りご参加ください。《※参加は任意》
※事前学習会当日は、事前にお配りする“しおり”と筆記用具をご持参ください。



職員異動の
お知らせ

4月1日付人事異動にて、池田清純(所長兼公民館長)、三井純子(係長兼公民館次長)が異動となり、
後任として宮島剛(所長兼公民館長)、羽毛田久美子(課長補佐兼公民館次長)が着任しました。

これからも地域の皆様に親しまれる公民館を目指し様々な企画をして参りますので、引き続き公民館
活動へのご理解とご協力の程、よろしくお願いいたします。



令和7年度 「親子かるがもひろば」

保育園・幼稚園の入園前のお子さんと、その保護者を対象とした真田地域の自然を活かした子育てひろば

「親子かるがもひろば」では 5月～9月には“真田・菅平の自然の中で外遊び”
10月～3月には“室内で季節に合わせた物作りや運動”を中心に活動します!!

講師には、チャレンジママプロジェクト・東信レクリエーション・さなだスポーツクラブの皆さんをお迎えします。

～ 令和7年度 日程と内容 ～

回	日付	内容	場所	講師
1	5月16日(金)	はじめまして ～1年間よろしくね!～	真田中央公民館	チャレンジママ プロジェクト
2	6月13日(金)	遊びをつくろう!	真田中央公民館	
3	7月4日(金)	バスハイク ～菅平牧場に行ってみよう!～	菅平牧場	
4	8月29日(金)	楽しい水遊び ～水って気持ちいいね♪～	真田中央公民館 (さわやかひろば)	
5	9月12日(金)	公園でおさんぽ	御屋敷公園	
6	10月3日(金)	ミニ運動会	真田中央公民館	
7	11月7日(金)	物づくり ～何を作るかお楽しみ～	真田中央公民館	東信レクリエーション
8	12月5日(金)	親子運動あそび	真田中央公民館	さなだスポーツクラブ
9	1月21日(水)	バスハイク ～雪と遊ぼう!～	菅平(大松スキー場)	チャレンジママ プロジェクト
10	2月13日(金)	物づくり ～何を作るかお楽しみ～	真田中央公民館	東信レクリエーション
11	3月6日(金)	大きくなったね ～1年間ありがとう!～	真田中央公民館	チャレンジママ プロジェクト

※天候・状況等により中止や、内容・会場が変更になる場合がございます。

- ◆時間 10:15～11:30(受付開始10:00から)
- ◆場所 第1回目は真田中央公民館に集合
- ◆定員 15組(未就園児とその保護者)
- ◆受講料 毎回100円(親子1組) ※別途、材料費が必要な回があります。
- ◆申込み 4月21日(月)8:30から受付。真田中央公民館(Tel72-2655)へお申し込みください。〈※定員になり次第締め切ります。〉



↓昨年度の様子です



御屋敷公園へおさんぽ



親子で一緒にものづくり



雪遊び(菅平)



公民館に
集って楽しく
遊ぼう♪



楽しく運動遊び



段ボールで作る海の世界