川　西　公　民　館　報

ひろば

令和７年４月１６日号（第１号）回　覧

編集・発行

上 田 市 川 西 公 民 館

電話２２－５００４　FAX２２－５０１４
有線　川西３０３３・上田３－１７６８
E-mail：knisik@city.ueda.nagano.jp
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ：https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/knisik/

公民館報「ひろば」
ホームページ QR コード

一つ一つの日本民話を深く読む講座

日本民話の一つ一つを丁寧に読み、物語の奥にある人々の思いも含めて、象徴の口承文芸である民話の力をできるだけじっくり読みといていきます。

◇講　　師　　稲垣　勇一さん（塩田平民話研究所所長）
◇時　　間　　午前１０時００分から１１時３０分まで
◇場　　所　　川西公民館（多目的ホール）
◇受 講 料　　各回１００円
◇対 象 者　　基本的に続けて参加できる方
◇申込方法　　４月２１日(月)から受付開始します。
　　電話でお申込みください。

回	期　日
1	５月２２日（木）
2	６月２６日（木）
3	７月２４日（木）
4	９月２５日（木）
5	１０月１６日（木）

親子 de ハグして1･2･3♫　を開催します!!

「走る」「ジャンプする」「転がる」など多様な動きを遊びの中で経験し、空間認知能力やバランス能力など身体感覚を高めながら親子で一緒に汗を流し、触れ合いながら心と身体の成長を楽しみましょう！

◇講　　師　　安田　絵理子さん（スポーツインストラクター）
◇時　　間　　午前１０時００分から１１時００分まで
◇場　　所　　川西公民館（大ホール）
◇受 講 料　　１家族　各回１００円
◇対 象 者　　歩けるようになった１歳半ごろからの未就園児と家族 10 組程度
◇持 ち 物　　上はき、水筒、フェイスタオル（運動あそびに使用）
◇申込方法　　各回とも事前申込制。参加可能な回だけでもＯＫです。
　　４月２１日(月)から受付を開始します。電話またはメールでお申込みください。
　　メールでお申し込みの方は、①件名「親子 de ハグして 1･2･3 申込み」
　　②お子さんの名前(ふりがな)と月齢　③ご家族の方のお名前　④電話番号　を入力し送信してください。

回	期　日
1	5月15日（木）
2	6月19日（木）
3	9月18日（木）
4	11月20日（木）
5	12月18日（木）
6	2月19日（木）

人権同和教育講座のご案内

7年度の人権同和教育講座を下記のとおり計画しています。この講座は真に人権が尊重され、誰もが安心してせいかつできる地域づくりを目指して、川西地区で大事に取り組んでいる講座です。地域の皆様にも参加していただきたいと考えておりますので是非お越しください。

◇ 日 時　5月21日（水）～8月27日（水）までの計4回　午後7時00分から8時30分まで
◇ 場 所　川西公民館　大ホール
◇ その他　申し込み不要です。

回数	期　日	内 容 ・ テ ー マ	講　　師
1	5月 21 日（水）	同和問題 「部落の歴史、南沢恵美子さんの想いをつなぐ」	塩澤　敏樹　さん 前川西公民館社会教育指導員
2	6月 11 日（水）	同和問題 「同和問題ミニ講座」	荻原　忍　さん 東信教育事務所学びの共創課指導主事
3	7月10日（木）	高齢者の人権 「新しい認知症観」から考える	高齢者介護課
4	8月 27 日（水）	子どもの人権	土屋　彰　さん 人権同和教育サポート隊

分館からのメッセージ

各館の分館長の皆さんから一言メッセージをいただきました。地域の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

藤之木分館　島田分館長

昨今のよく出てくるキーワードは高齢化、少子化、人手不足、物価高等望まないワードが多い・・・そんな情勢の中で当自治会の少子・高齢化の程度は甚だしい。が、悪いと思うのではなく環境の中でどうするか考えて、行事のスケールは小さくとも生き生きとした活動、みんなで元気に地域活動をし、多くの住民が参加しやすい活動、雰囲気づくりができればと思います。

浦野分館　池田分館長

昨年は皆様のご支援を賜り、誠にありがとうございました。おかげさまで、分館長として２年目を迎えることができました。

１年目は不慣れなことも多く、まさに霧の中を手探りで進むような日々でしたが、皆様の温かいご指導とご協力に支えられ、少しずつ公民館の役割や地域の皆様のニーズを理解しながら活動を進めることができました。

２年目は昨年の経験を活かし、さらに地域の皆様に愛される公民館づくりを目指して努力してまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

仁古田分館　竹内分館長

今年２年目の分館長となります。区民のため役員一同力を合わせて取組みますので、皆様の御理解、御協力をお願いします。

新型コロナは免疫回避能力の高い「XEC」等に変異しており、飲食を伴う行事は行いません。新規事業として、「再発見、仁古田」、主な事業として、マレットゴルフ、ゴルフ、敬老事業、文化祭は昨年と同様に実施。スマイルボーリング大会時にモルックの体験も行います。青少年育成事業も重視します。宜しくお願いします。

岡分館　水沢分館長

今年分館長を務めさせてさせて頂くことになりました。昨年は新型コロナが第５類となった中、前分館長の下、副分館長として公民館活動、公民館行事はほぼすべて再開することができました。しかし、コロナ後の活動や行事は久しぶりであり、手探り状態での再開でした。

今年は昨年の経験を活かし、変化してきた社会活動や生活様式に則し、内容を充実できればと思っております。住民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

下室賀分館　土屋分館長

昨年は皆様のご支援をいただき、コロナ禍で縮小されてきた事業の再開ができました。特に夏祭り、敬老会、元旦登山は大勢の区民が参加され、素敵な笑顔、元気と勇気をいただきました。

さて今年の分館は、自治会改革に伴い、６名減体制となります。一方、事業は昨年同様の計画をしております。現在、他団体との共催やご支援を頂いての開催を模索中です。ぜひ皆様のご意見とご協力を賜りたくお願いいたします。

元気で笑顔溢れる室賀の里にしましょう。

上室賀分館　北澤分館長

分館役員として２年目に入り、活動内容を振り返り、皆様方にはご協力頂きまして、感謝申し上げます。
今年度も地域の皆様方の心に残るような活動を進めて参りたいと思います。ご意見、ご希望がありましたら分館役員にお伝えいただき、ご協力をお願いいたします。

小泉分館　小松分館長

今年２年目を迎えた分館活動となります。コロナ自粛から平常な生活形態に変わりつつ「学習、ふれあい」の活動の参加で地域の方々の繋がりになればと思いますし、小学生から高齢者の参加活動を分館委員で進めてまいりますので、多くの地域の方々の参加をお願いします。

越戸分館　関分館長

昨年、何年振りかで分館事業を担当させていただきました。「住民の一体感」の醸成を大切にとの思いで活動してきましたが、思うように参加者が集まらず、特にこどもを対象とした事業は役員が中心の開催となってしまいました。少子化や高齢化の影響もあるのか、地域全体が忙しく、余裕がなくなっているように感じています。地域での繋がりを大切にして、地域の皆さんが気軽に交流できる場となるような活動にしたいと思っています。

ひばりヶ丘分館　佐藤分館長

今年度より２年間、ひばりヶ丘分館長を務めさせて頂く事になりました。昨年は、様々な感染症の中で予防対策を取りながら事業を取りまとめてくださった全役員の皆様方ありがとうございました。今年も分館委員一同頑張っていきます。区民の皆様には、ご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い致します。役員一同、皆様との交流を心待ちしております。

すこやか大学はじまります　受講生募集！！

高齢者の皆さんが学び合い、こころもからだも元気に過ごすことを願い、「すこやか大学」を今年も６回シリーズで開催します。一年間仲間と学び合って、明日へつなげる豊かな時間を過ごしましょう。

期日、内容

回	開催日	内　容（テーマ）	講　師
1	６月１７日(火)	「開講式」・レク・心も体もリフレッシュ	町　季与子　さん
2	７月　８日(火)	食と健康・おいしい「シニアご飯」（材料費必要）	飯島　敦子　さん
3	８月１９日(火)	ものづくり〈クラフト〉（材料費必要）	原　昭子　さん
4	９月　９日(火)	音楽鑑賞	大井俊恵さん 他２名
5	１０月　７日(火)	認知症についての講座	高齢者介護課
6	１１月　４日(火)	効果のある体操講習　・「閉講式」	中村　崇　さん

◇ **時　　間**　原則として　午後１時３０分～３時
◇ **場　　所**　川西公民館（大ホール）　◇ **定　　員**　２０名
◇ **受 講 料**　無料（第２回と第３回は、材料費について実費が必要となります。）
◇ **申込方法**　受付を５月１２日（月）から行います。電話または公民館窓口でご本人がお申し込みください。
受講される方は、６回続けての受講をお願いします。
◇ **そ の 他**　第１回の講座で、開講式、講座の年間計画についての説明をしますので、ご出席ください。
なお、当日は活動しやすい服装、上履用の靴、飲み水等をご持参ください。

信州上田学
～うえだを知り、学び、楽しむ～

上田市誌を語る講座　はじまります！

上田の歴史や人物を学び、地域への愛着と関心を高め、地域への意識を高める講座です。身近な歴史や人物を学ぶことで郷土の古の生活や社会を知り、「上田」の知識を深めましょう。

回	開催日	内　容（テーマ）	講　師
1	６月２４日（火）	上田市ゆかりの美術家たち～美術史から見た上田～	滝澤　正幸 氏
2	７月１５日（火）	真田昌幸～その生涯と戦いの意味～	滝澤　正幸 氏
3	８月　５日（火）	軍事郵便は語る～小県出身兵士のみた日露戦争～	桂木　　惠　氏
4	９月１６日（火）	高野山よりの真田昌幸書状を見直す～附、昌幸の配流先での死と妻寒松院～	寺島　隆史 氏
5	１０月１４日（火）	現地研修　岡城（岡村城）跡を歩く	寺島　隆史 氏
6	１１月１１日（火）	現地研修　宗安寺所蔵文化財の見学	倉澤　正幸 氏
7	１２月９日（火）	川西地域の古代東山道と寺社の文化財	倉澤　正幸 氏
8	１月１３日（火）	中世の山城から上田城へ～上田城の復興に向けた整備事業とその課題～	生涯学習・文化財課
9	２月１０日（火）	寛保２年の「戌の満水（いぬまんすい）」と被害の状況～上田藩領の村々を中心に～	堀内　泰 氏

◇ **時　　間**　午前１０時～１１時３０分　※第５回、第６回の現地研修は別日程で行います。
◇ **場　　所**　川西公民館（多目的ホール）※現地研修を除く　◇ **定　　員**２０名　◇ **受 講 料**　１回１００円
◇ **申込方法**　受講を希望される方は、５月12日（月）以降に電話または川西公民館で直接お申し込みください。
◇ **そ の 他**　・毎回、受講前に受付をお願いします。
・欠席する場合は資料等の準備の都合上、川西公民館までご連絡ください。ご協力をお願いいたします。

『川西歩こう会』５月は「浦野氏の菩提寺　古刹東昌寺と江戸の面影を残す浦野宿を歩く」

◇ **日　時**　５月１５日(木)　出発９時　帰着14時頃
◇ **集　合**　川西社会体育館　集合８時５０分
◇ **コース**　川西社会体育館　（車で乗り合わせ移動）～浦野公民館～（浦野宿歩き）高札場～馬脊神社東之宮～皇大神宮～馬脊神社西之宮～天神山～大法寺～　東昌寺（境内見学・昼食・トイレ）～薬師堂・仁王門～浦野公民館～川西社会体育館
◇ **参加費**　３００円（保険料含む、移動の車代を含む）
◇ **持ち物**　飲み物・タオル・昼食など　※滑りにくい靴、歩きやすい服装でお集まりください。
◇ **その他**　・事前申し込み不要です。・雨天中止（当日の照会は午前８時３０分以降に川西公民館まで）
～川西歩こう会は、会員制ではありませんので、どなたでもお気軽にご参加ください～

◇◆◇　令和７年度　川西公民館登録利用者団体を紹介します　◇◆◇

川西公民館には多くの利用者団体が登録し、様々な生涯学習に関する活動をしています。令和7年度は33団体が登録していますので紹介します。参加してみたいサークルがありましたら、川西公民館までお問い合わせください。

～ 皆さんも一緒に参加してみませんか!!　体験参加や見学もできます。～

（掲載：５０音順、令和７年４月１日現在）

No.	団体名	内　容	活動日	時間
1	アロハフラ　ティアレ	フラダンス	第1･2･4金曜日	9 時～12 時
2	アロハフラ　HANA･花	フラダンス	第1･3木曜日	19 時～21 時
3	いけばな伝統文化教室	生け花	第1･4土曜日	9 時～15 時
4	歌謡サークルかわにし	歌唱	第2･4火曜日	10 時～12 時
5	川西カラオケ教室	カラオケ	第2･4木曜日	13 時～15 時
6	川西がんばる空手道	空手	毎週木曜日	18 時～20 時
7	川西郷土研究会	郷土の歴史の研究と文化財保護の学習	不定期	－
8	川西憲法学習会	憲法の学習	不定期	－
9	川西写真クラブ光影会	写真	第3火曜日	13 時～16 時
10	川西スポーツ吹矢クラブ	スポーツ吹矢	第1･2･3金曜日	9 時～12 時
11	川西卓球クラブ	卓球	毎週火･金曜日	13 時～15 時
12	川西陶芸クラブ	陶芸	第1･3･5水曜日	9 時～15 時
13	川西フォークダンスクラブ	フォークダンス	第1･3火曜日、第2･4･5 水曜日	9 時～12 時
14	川西墨友会	水墨画	第2･4火曜日	9 時～12 時
15	キャッツ	エアロビ	毎週水曜日	18 時～21 時
16	コーラスグループすずかけ	コーラス	第4金曜日	13 時～15 時
17	こっこ川西	フォークダンス	毎週金曜日	13 時～16 時
18	こまゆみコーラス	コーラス	第 1･3 木曜日	14 時～16 時
19	五行歌講座	五行歌	第4土曜日	9 時～12 時
20	実用書道（親子書道含む）	実用書道	第2･4土曜日	13 時～16 時
21	新樹俳句会	俳句	第2日曜日	13 時～16 時
22	新日本歌人･上田短歌の会	短歌（歌会）	奇数月の第3月曜日	13 時～17 時
23	すこやかパドル体操	パドル体操	毎週木曜日	13 時～15 時
24	太極拳	太極拳	毎週火曜日	13 時～15 時
25	籐工芸	籐工芸	第2･4木曜日	13 時～17 時
26	ハーモニカアンサンブルののはな	ハーモニカ	第1･3火曜日	10 時～12 時 19 時～21 時
27	発酵文化推進ネットワーク	食文化の学習（調理実習）	不定期	－
28	パッチワークを楽しむ会	パッチワーク	第4水曜日	13 時～15 時
29	プチ　ホアロハ	フラダンス	第1･3火曜日	12 時～15 時
30	ほのぼのクラブ	健康体操	毎週月曜日	10 時～12 時
31	ヨーガ	ヨガ	毎週水曜日	13 時～15 時
32	ラビット	健康体操	第2･4月曜日	13 時～15 時
33	ローズスター･ダンスサークル	社交ダンス	毎週金曜日	19 時～22 時

※利用者団体の新規登録は、年に一回（募集時期：2月）に行っています。詳細は川西公民館までお問い合わせください。
※利用者団体の皆さんには、年に一度の全館清掃や避難訓練、消火訓練等にご参加いただきます。

【職員着任のお知らせ】
　4月1日から、川西公民館大森敏弘館長の後任に春原透館長、小山喜博社会教育指導員の後任に佐藤知子社会教育指導員が着任いたしました。引き続きよろしくお願いいたします。