

# 中央公民館だより

かいらん

令和7年7月16日号

8月10日は焼き鳥の日!

受講者募集

## プロ直伝! 「美味だれ作り講座」

上田のソウルフードである美味だれ焼き鳥は、文化庁の「100年フード」に認定されており、「美味だれ」は、焼き鳥以外の様々な料理に合う万能だれです。

プロ直伝の美味だれを一緒に作り、地元の食文化への理解を深めましょう。



- ◆日時 8月10日(日) 13:30~15:30
- ◆場所 中央公民館 2階 料理実習室
- ◆講師 小林 誠さん (やきとり番長 代表)
- ◆対象 どなたでも
- ◆定員 先着 20名
- ◆持ち物 エプロン、バンダナ、空き瓶(500ml程度、美味だれ持ち帰り用)
- ◆受講料 1,500円(材料費 焼き鳥2本含む)
- ◆申し込み 7月22日(火)10:00以降、市ホームページの申込フォームまたは中央公民館へお電話にて。



はお申し込みはコチラ!

## 心と体を癒す

受講者募集

## 「ハワイアンフラ講座」

託児付!

初心者の方も大歓迎! ハワイアンフラの基本から学び、3回で1曲のマスターを目指します。

南国の雰囲気を感じながら、楽しく踊ってみませんか? (3回連続講座です。)



- ◆日時 9月3日(水)、9月16日(火)、10月1日(水)3日間  
時間はいずれも 10:00~11:30
- ◆場所 中央公民館 3階 大会議室
- ◆講師 吉原 千枝美さん(ヨシコフラスタジオ 上田スクール ヴェリナフラ コーナネインストラクター)
- ◆対象 どなたでも
- ◆定員 先着20名(託児が必要な方は、申込時にお伝えください。定員があります。)
- ◆持ち物 ノート、筆記用具、飲み物(託児希望者は、お子さんのおやつ・飲み物・着替え・オムツなど)
- ◆服装 動きやすい服装またはパウスカート(タイトスカート不可)
- ◆受講料 300円(3回分)
- ◆申し込み 8月5日(火) 10:00以降、市ホームページの申込フォームまたは中央公民館へお電話にて。

お申し込みはコチラ!



参加者募集

## レコード鑑賞会♪

レコードのやわらかな音を皆で楽しみましょう! ご自宅に聴きたいレコードがある方は、お持ちください。

- ◆日時 8月24日(日) 14:00~16:00
- ◆場所 中央公民館 3階 大会議室
- ◆対象 どなたでも ◆申し込み 不要 ◆問合せ先 中央公民館



日々の暮らしの中で感じたことを表現してみませんか

第65回

## 上田市短詩型文学祭

作品募集!!

### 応募規定

部門	投稿制限	応募規定
短歌	2首 (小・中学生は1首)	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 応募対象者: 上田市のほか東信地区及び千曲市・坂城町の在住者</li><li>○ 投稿用紙: 各公民館に設置してある用紙を使用してください。(市のホームページからダウンロードも可。投稿用紙以外でも応募可。)</li><li>「詩」は400字詰め原稿用紙を使用してください(題名・氏名を含めて2枚以内)。欄外に部門名を赤字で書いてください。</li><li>○ 題材は自由で、未発表作品に限ります。また、二重投稿はご遠慮ください。</li><li>○ 郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、ペンネーム、電話番号を楷書で記入してください。小中学生は学校名、学年、学級、氏名(フリガナ)を明記してください。</li><li>○ 個人情報は短詩型文学祭の連絡のみに使用しますが、作品集には氏名(ペンネーム)、住所(地番非掲載)、小中学生は氏名(本名)、学校名・学年を掲載します。</li></ul> <p>【賞(各部門ごと)】</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆一般の部…市長賞、教育委員会賞、中央公民館長賞 各1点 秀逸、佳作 ※佳作には表彰状の贈呈はありません。</li><li>◆小中学生の部…学童生徒奨励賞(表彰状)</li></ul>
俳句	2句 (小・中学生は1句)	
川柳	2句 (小・中学生は1句)	
詩 (ポエム)	1編	



(市ホームページ)

- ◆募集期間 7月17日(木)~8月29日(金)の間に中央公民館へ応募してください。(当日消印有効)
- ◆投稿料 1部門につき500円(小・中学生は無料)

※表彰は12月7日(日)に開催予定の短詩型文学祭で行います。

# 原爆パネル展

～平和の大切さを考える～

平和の大切さについて改めて考えていただくため、広島・長崎の被ばく状況のわかる写真パネルを展示します。映像(DVD)もご覧いただけます。

- ◆期間 8月1日(金)～8月15日(木)
  - ◆時間 9:00～17:00(ただし、初日は13:00から。最終日は15:00まで。)
  - ◆場所 中央公民館 1階 展示室
  - ◆問合せ先 中央公民館 (22-0760)
- ※映像(DVD)は、土・日曜日にはご覧いただけません。

# 夏休み子ども教室開催!

お申し込みは  
電話または  
二次元コードから

すべて  
先着順

すべての募集の受付は7月15日(火)10:00から開始します

## 和菓子とお茶の体験教室

館を使った和菓子(ねりきり)を自分で2つ作ります。講師は千野菓子店の千野雅芳さんです。本格的な茶道体験(お茶を点ててみます)もできます。高校生がスタッフとなり和菓子の魅力をお伝えします。

- 日時 7月28日(月)9:30～12:00
- 場所 中央公民館 調理実習室+学習室 ●定員 16人 ●対象 4～6年生
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク・飲み物・手拭き用タオル・参加費500円
- 実行 上田染谷丘高校 和菓子のWAを広め隊

※アレルギーのある方はお知らせください。



## 高校生とわくわく工作教室

夏休みの課題の工作にピッタリ。牛乳パックでミニ扇風機を作ります。宿題も高校生に教えてもらえます。高校生と一緒に遊べる時間を用意しています。

- 日時 7月31日(木)9:30～11:30
- 場所 中央公民館 第1会議室 ●定員 12人 ●対象 1～3年生
- 持ち物 牛乳パック・ハサミ・宿題・筆記用具・飲み物
- 実行 上田染谷丘高校 子供と関わり隊



## UCVのお仕事体験教室

毎年大好評! 上田ケーブルビジョン(UCV)全面協力による本物のテレビ局でのお仕事体験です。キャスター・カメラマンになってみよう!

- 日時 8月7日(木)9:30～12:00
- 場所 中央公民館 第1会議室→歩いてUCVへ移動します ●定員 10人
- 対象 1～6年生 ●持ち物 筆記用具・飲み物



## ～上田市誕生20周年記念～

令和8年

# “上田市二十歳を祝う式” 実行委員を募集します

令和8年1月11日(日)に開催する二十歳を祝う式の実行委員を募集します。式典の企画を検討する実行委員会に4回程度参加していただき、当日は受付・司会などスタッフとして運営を行います。

### 二十歳を祝う式について

- ◆日時 1月11日(日)13:30～
- ◆会場 上田文化会館
- ◆対象通学区 第一・第二・第三中学校



### 実行委員について

- ◆対象 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれで、当日の運営および事前の実行委員会に出席できる方
- ◆申し込み 9月30日(火)までに住所・氏名・連絡先・出身中学校を生涯学習・文化財課へ電話またはメールでご連絡ください。
- ◆生涯学習・文化財課 (23-6375) Mail: ueda-seijin@city.ueda.nagano.jp

## 神川地区公民館ソフトボール大会を 開催しました 6/22

暑さには負けず劣らず、白熱した戦いが繰り広げられました。イキイキとしたプレーと声援で、大盛り上がり大会となりました。選手の皆様、ご協力いただいた神川リーグの皆様、分館役員の皆様、お疲れさまでした。



結果 優勝 大屋分館 準優勝 久保林分館  
3位 岩下分館、国分分館

地域の子ども活動を中央公民館から地域の方に伝えます



## 地域の人に知ってほしい、小学校のこと!

**2025.6月：神川小学校** 毎年5年生が1年かけて稲作に挑戦しています。田んぼは学校から歩いて10分かかる場所に地域の方が準備してくれています。

この田んぼでの代掻きは子どもたちの足ふみです。汚れても大丈夫なように水着姿の子どもたちが水を張った田んぼへ入り、とにかく歩き回ります。初めての泥の感触に子どもたちはおっかなびっくりでしたが、だんだん慣れてくると、泥の中で走り回る子、ダイブする子、泥を体中に塗る子など、本当に楽しんで代掻きをしていました。

代掻きの1週間後には田植えも行いました。

子どもたちが植えた稲が穂を付け、美味しいお米ができるのを地域でも見守っていきたいです。☺



中央公民館地区の活動はもつと左の二次元的な活動から、ぜひ、元々、この方の方を

## 編集・発行 上田市中央公民館

☎0268-22-0760

FAX 0268-22-1633 有線 2-0891

〒386-0014 上田市材木町1-2-3

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

印刷 一喜堂印刷所 ☎35-2624



市 ホームページ



中央公民館 フェイスブック

## 四季折々

かつて高校球児だった私。今でも、高校生たちの一球一球に全力を尽くすひたむきな姿、負けたら終わりの真剣勝負、予測不能な試合展開に魅了されます。今年もまた「暑い」夏がやってきます。どんなドラマがあるのか楽しみです! (田中)

