



レッツちゃれん児2025 第1回「そば打ち体験」 5月17日(土)

武石観光センターで、4組7名の親子が「そば打ち体験」に挑戦しました。水回し、こね、たたむ、切るまでの工程をこなし、見事なそばを打ちました。最後は、自分たちで打った茹で立てのそばを親子で美味しく食べて、心もお腹も満たされました。



稲荷の信号の花壇 花の苗植え

5月31日(土)

毎年、七ヶ自治会の有志で稲荷の信号の花壇の整備を行っています。地域の花壇を地域みんなで彩る花壇にできたらと、武石保育園と武石小学校にもチラシを配布し参加者を募ったところ、有志のみなさん含め、17名の参加者が集いました。参加者のみなさんは、夏頃には花壇いっぱい咲き誇るお花を楽しみにしていました。



第31回 分館親善マレットゴルフ大会

6月1日(日)



武石森林公園マレットゴルフ場で、気持ちの良い晴れ空の下、第31回分館親善マレットゴルフ大会を開催し、20チーム77名の方が参加しました。初参加の方も多く、経験者からルールを教わったり、「ナイスショット!」などと声を掛け合いながら、各分館の垣根を越えて交流を深めました。

大会結果 (敬称略)

◆男子の部

優勝 北沢 篤(余里)
準優勝 近藤武次郎(片羽)
第3位 長尾 久幸(七ヶ)

◆女子の部

優勝 小松みえ子(七ヶ)
準優勝 清住 咲子(余里)
第3位 大沢五二子(堀之内)

第30回 ともしびの里ソフトバレーフェスティバル 6月8日(日)

武石体育館で「第30回ともしびの里ソフトバレーフェスティバル」が開催されました。

県内外から21チーム100人が参加し、粘り強い戦いを繰り広げました。



大会結果

◆フリーの部

優勝 があべら(佐久市)
準優勝 澤(東御市)

◆T240の部

優勝 リバティー(安曇野市)
準優勝 リバティー桃(安曇野市)

レッツちゃれん児2025 6月21日(土) 第2回「おやきファーム工場見学」

長野市にあるおやきファームで、おやき作り体験と工場見学をしました。

親子8名が参加し、長野の郷土料理を楽しく美味しく味わい、学ぶことができました。



武石公民館図書室だより

場 武石地域総合センター2階
固 武石公民館 TEL85-2030
開館時間▶平日9:00~17:00
休館日▶毎週土・日・祝日、本の整理日



新着図書情報



【小説・エッセイ・実用書】

- その復讐、お預かりします 原田ひ香/著
- 近畿地方のある場所について 背筋/著
- ニッポン縦断ほろ酔い鉄道紀行 大鶴倫宣/著
- 深淵のテレパス 上條一輝/著
- ホーローバットで作る焼き菓子とデザート 主婦と生活社/著

【児童書・絵本】

- ガリガリ君ができるまで 岩貞るみこ/著
- カッパーナ 森くま堂、いわさきさとこ/著
- くだものららん 金内織恵/著
- まてないの ヨシタケシンスケ/著
- りょうこう 麻生知子/著
- アンパンマンとおでかけ いってきます やなせたかし/著

令和7年度 武石地域人権講演会 6月28日(土)

2019年に起きた池袋暴走事故で妻の真菜さんとまだ3歳だった莉子さんを亡くした、被害者遺族の松永拓也さんを講師にお迎えし、武石地域総合センターコミュニティホールで、令和7年度武石地域人権講演会を開催し、123人が参加しました。

松永さんは、「1件でも交通事故を減らしたい。自分と同じような思いをする人を1人でも減らしたい」という強い想いから、日本各地で講演活動を行っています。

誰もが被害者・加害者になり得る可能性があること、誹謗中傷などの二次被害の苦しみ、被害者支援やそっと寄り添ってくれる存在のありがたさ、そして命の尊さについて語っていただき、参加者たちは深く聞き入っていました。



イベント

岳の湯温泉 雲溪荘 Tel.85-2263

▶小物作りワークショップ

話題のエコクラフトテープで小物作り。
作った小物はお持ち帰りいただけます。

- 日時 8月21日(木)
9月11日(木)
10:00～15:00
- 参加費 2,500円前後
(材料・昼食・入浴代込)
- その他 要予約。先着12名
内容等変更になる場合があります。

お知らせ

お盆休業のお知らせ

★武石デマンドスマイル号

以下の日にちは運休します。御不便をおかけしますが、御理解と御協力をお願いします。

- 運休日 8月13日(水)～15日(金)
- 【申込・問】武石スマイル号受付センター
Tel.41-4555

★武石診療所

- 休診日 8月13日(水)から8月17日(日)
- 【問】武石診療所 Tel.85-3308

巣栗溪谷緑の広場

(武石観光センター) Tel.86-2003

▶そば打ち体験教室

自分で打ったお蕎麦(約4人前)をお土産として持ち帰っていただきます。
オプションとして、打った蕎麦を食べることも可能です(別途300円の料金がかかります)。

- 日時 7月21日(月・祝)・27日(日)
8月3日(日)・7日(木)・19日(火)
24日(日)・28日(木)
9月7日(日)・15日(月・祝)
23日(火・祝)・28日(日)
9:30～11:30

- 定員 各回6組(6鉢)
- 参加費 おひとり2,200円(税込)/1鉢
- その他 前日までに要予約
小学生以上(小学生は保護者同伴)

- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク



募集

楽しい会～!!&介護予防体操

奇数月の第3金曜日は午前介護予防体操を行い、昼食のお弁当をはさんで午後は交流会「楽しい会～!!」を開催いたします。9月19日の「楽しい会～!!」は鑑賞を楽しむ予定です。

- 開催日 8月1日(金)・22日(金)
9月12日(金)・19日(金)
- 時間 10:30～11:30
9月19日のみ10:30～14:00
- 場所 武石地域総合センター
- 対象 おおむね60歳以上の方
- 参加費 無料

9月19日のみ昼食代500円
キャンセルは3日前まで。開催の1週間前までに電話でお申し込みください。

【申込・問】

- ・社協武石地区センター Tel.85-2466
- ・武石地域包括支援センター Tel.41-4055
- ・高齢者介護課武石地域担当 Tel.85-2119

令和8年二十歳を祝う式実行委員募集!!

令和8年1月11日(日)に開催される、
二十歳を祝う式の実行委員を募集します!
一生に一度の式典を、自分たちで企画し
盛り上げませんか?



- 内容 実行委員会会議への参加、企画、当日の受付・司会進行等
- 対象者 平成17年4月2日から平成18年4月1日
生まれの、武石小学校の卒業生
※当日の運営及び事前の実行委員会に出席できる方
- お申込み方法 8月12日(火)までに、住所・氏名・連絡先を、
電話またはメールにてお知らせください。
- お申込み先 武石地域教育事務所 Tel: 85-2030
Email: tkyoiku@city.ueda.nagano.jp

上田市短詩型文学祭作品募集

日々の暮らしの中で感じたことを表現してみませんか
募集期間 令和7年7月17日(木)～8月29日(金)

- ※当日消印有効
- 応募資格 東信地区及び千曲市・坂城町の在住者
- 投稿料 1部門につき500円(小・中学生は無料)
- 応募規定 【短歌・俳句・川柳】部門
1人2首/句まで(小・中学生は1首/句)
【詩(ポエム)】部門
1人1編まで
- お問合せ 中央公民館(TEL:22-0760)まで
- 主催 上田市短詩型文学祭実行委員会

短詩型文学祭

- 日時 令和7年12月7日(日)
- 場所 上田文化会館、中央公民館(材木町)

特定外来生物を駆除しましょう 【問】市民サービス課 Tel.85-2312

アレチウリ・オオキンケイギクは、繁殖力が旺盛で、在来種の生育場所を奪い、周辺の環境を変えてしまいます。



アレチウリ

- 特性 白い産毛、五角形の単独の葉
- ※葉や茎には毛が、果実にはトゲがあるため、作業には革手袋等を着用する。



オオキンケイギク

- 特性
- ・細長いへら状の葉
- ・黄色いコスモスに似た花

駆除方法

- 根元から株ごとしっかり引き抜く。
- 種や根を落とさないように袋に入れ、密閉をして、その場で数日間天日にさらして枯らす。
- 「燃やせるごみ」として出す。

※刈り払いや野積みも有効です。