問 交流文化芸術センター ☎27・2000/市立美術館 ☎27・2300

劇場・ホール

第3回 サントミューゼ 新進演奏家リサイタルー出演者募集ー

東信地域にゆかりのある新進演奏家 の方々に日頃の成果を発表する場を 提供し、今後の活動へのステップと していただくリサイタルの開催に向 け、オーディションを行います。



ページをご覧 ください。

申込方法など

詳細はホーム

選考内容/期日

◆第1次選考(書類と音源) / 12月13日(土)締切(当日消印有効) ◆第2次選考(演奏)

/令和8年2月11日(水・祝) 小ホール

応募資格

①令和7年4月1日時点で、中学1年生~29歳の方

②東信地域にゆかりのある方(東信地域出身者、 同地域の小学校~大学・大学院の卒業者または在学者など)

③ジャンルはクラシック音楽に限る

ダンス作品兼演劇作品 『ダンスの審査員のダンス』

ダンス、演劇―――領域を超え、 舞台芸術の可能性を更新する

作・演出:岡田利規 出演:中村恩恵、酒井はな、

島地保武、入手杏奈、矢澤誠

音楽・出演:小林うてな

令和8年1月12日(月·祝) 14:00~(開場 13:30)

場 所 小ホール

料 金(全席指定) 一般4,000円(U-25 2,000円、高校生以下1,000円) プレイガイド サントミューゼ(Web・窓口)で発売中

■関連プログラム

①コンテンポラリーダンス ワークショップ(入門)

日 時 12月27日(土) 10:00~12:00(受付9:30)

対象 小学生以上の方(ダンス経験は問いません) ②コンテンポラリーダンス ワークショップ(経験者向け)

日 時 12月27日(土) 15:00~17:00(受付 14:30)

対 象 バレエ、ダンス、演劇など舞台経験者で、 小学校高学年以上の方

◆①②共通事項

場 所 大ホール 舞台上 講 師 島地保武

③バレエ特別レッスン(初級クラス)

日 時 令和8年1月10日(土) 10:00~11:45(受付9:30)

現役またはバレエの経験年数が3年以上で、 小学校高学年~高校生の女性の方

④バレエ特別レッスン(中級以上クラス)

日 時 令和8年1月10日(土) 15:00~16:45(受付14:30)

現役でバレエの経験年数が7年以上で、 18歳以上の女性の方

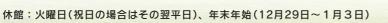
◆34共通事項

場 所 大スタジオ 講師酒井はな

◆1~4共通事項

20名程度(申込多数の場合は抽選) 料金 無料

10月20日(月)以降、電話またはホームページで



※劇場ホールの催しで特別な記載のない場合は、未就学児入場不可となります。 ※U-25(25歳以下の方)チケットは、サントミューゼ窓口・サントミューゼチケット 予約システムでのみ購入できます(入場時要年齢確認)

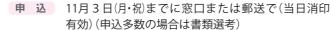




内藤さんとプロジェクト 市民参加公演 出演者オーディション

県内在住の劇作家・黒岩力也さんによる戯曲を、南河内万歳 一座の座長であり、俳優・劇作家・演出家として活躍している 内藤裕敬さんが演出します。関西の俳優を客演に迎え、オーディ ションにより選ばれた参加者と作品創作を行います。

- 日 時 12月6日生) 13:00~(受付 12:30)
- 場 所 大ホールホワイエ
- 対象稽古・公演に全日程参加でき、 演劇経験のある18歳以上の方



美術館

版画講座(2日間連続講座) 浮世絵の復刻版木で多色摺りを体験しよう





「木曾海道六十九次」の復刻版木を用いて、多色摺りを体験する 講座です。浮世絵に用いられている技法や色の重なりによって、 一枚の作品が完成するまでの様子を楽しみましょう。

日 時 11月2日(日)·3日(月·祝)

両日 10:00~16:00 ※見学も可

場 所 市民アトリエ・ギャラリー

講師 清野泰行氏(東京学芸大学教授)

高校生以上の方 ※両日参加できる方

定員 12名(申込多数の場合は抽選)

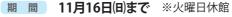
料 金 2,000円(材料費込み)

申 込 10月18日(土)~24日(金)に ホームページ内の申込フォームで



市立美術館 コレクション展 II(後期)

山本鼎、石井鶴三、ハリー・K・シゲタなど上田市ゆかりの 作家の作品を中心に、当館所蔵品を紹介します。企画展示室で 展示中の川瀬巴水の「新版画」と同時代に生まれた山本鼎による 「創作版画」をご覧いただけます。



場所 2階常設展示室

料金 一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円 ※川瀬巴水展のチケットでもご鑑賞いただけます。

学校給食」は未来を育てる食事のお手本人

学校給食では、1日に必要な栄養素の約3~4割が摂れる ように、学年ごとの適正量や好みを考えながら、主食・ 主菜・副菜を基本としたバランスの良い献立を立てて います。

また、地元や国産の旬の食材の使用や、行事食・郷土食 を取り入れ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を 身に付けられるよう、食育の推進に取り組んでいます。 ご家庭でも学校給食を参考に、主食・主菜・副菜を意識 して、家族の健康に役立ててください。

主食をしっかり食べよう!

健やかな成長には、年齢に合った量の食事と適度な運動 が大切です。特に主食は、脳や筋肉のエネルギー源となり、 体温を保ち、考え、身体を動かすために必要です。 学校給食では、学年に合わせて主食の量を少しずつ増や しています。ご家庭でも主食をしっかり食べましょう。

| 小学1~2年生 | /] |
|---------|----|
| 約 150a | |

約 170g

約 190g

中学生 約 220g



体(血や肉)をつくる「たんぱく質」「無機質」 牛乳 肉や魚、卵、大豆製品などのおかず 体の調子を整える 60g 「ビタミン」 副菜 「食物繊維」 野菜や海藻、きのこ 50~60g などのおかず 体の熱や力になる 主食 「炭水化物」

主食・主菜・副菜をそろえて バランスをよくしよう!

給食と食育・運動を体験してみませんか?

学校給食試食&食育・運動講座のご案内

日時 ●第1回 11月11日以 ●第2回 11月14日金

両日 9:10~12:20 場所 第二学校給食センター

ごはん、パン、めん

対象 市内在住の方

定員 各日先着30名 料金 340円(試食代) 申込 10月23日休 9:00~開催日8日前までに市ホーム ページ内のLINE予約、電話または窓口で(電話・窓口

は平日 9:00~17:00)

周 学校保健給食課 **☎**23·5173



市ホーハページ

さなだ野外映画祭

9月14日(日)

9月14日(日)

真田運動公園芝生広場で 野外映画祭が開催され、 「野生の島のロズ」が上映され ました。さとのわマルシェ も同時開催され、約200人 の親子連れが楽しんでいま した。





上田市誕生20周年記念事業

第9回武石仮装大賞

武石地域のにぎわいを 取り戻そうと、地元住民 有志で発足され、今年で 9回目となる武石仮装 大賞が開催されました。 県内外から10組の参加者



が集まり、手作りの衣装や小道具を使った演出で、会場は 笑顔と笑い声で和やかな雰囲気に包まれました。

上田市誕生20周年記念事業



フォトフレームで写真撮影を

上田市誕生20周年を記念し、市内各所に全7色のフォト フレームを設置しています。撮影した

写真は、『#上田市20周年』をつけてSNS に投稿してください!

一緒に20周年をお祝いしま しょう。設置場所は市ホーム ページをご覧ください。





信州国際音楽村で「親子で遊ぼう グーチョキパ」を開催 9月10日(水)

丸子公民館主催の親子ふれあい 広場を開催しました。体を動か して遊んだり、お月見をモチーフ にしたオーナメントを作ったり、 親子で楽しい時間を過ごしました。 11月5日泳には丸子保健セン



ターで「簡単なおやつづくり」を開催します。

