

## 西部公民館だより

発行日 令和7年11月16日

編集/発行 西部公民館

住所 〒386-0027 上田市常磐城5-4-34

電話 0268-27-7544 /fax 0268-27-7522

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

子育  
講座

## 12月のフレ親子のびのび広場



- 【日 時】12月4日(木) 午前10時30分から正午まで  
 【場 所】西部公民館 第3学習室  
 【内 容】「クリスマスを飾ろう」  
 【対 象】1歳未満の赤ちゃんと保護者、妊婦さん  
 【定 員】先着15組 【受講料】100円  
 【申込み】11/28~12/2に電話・メール・直接西部公民館へ。



## 親子のびのび広場



- 【日 時】①12月11日(木) ②12月18日(木) ※両日とも午前10時30分から正午まで  
 【場 所】西部公民館 大ホール  
 【内 容】①「メリークリスマス！」 ②「もういくつ寝るとお正月」  
 【対 象】就学前1~3歳のお子さんと保護者 【定 員】各回先着15組  
 【受講料】①参加費:600円(子ども:100円+プレゼント代:500円(希望者のみ)) ②参加費:100円  
 【申込み】①12/5~12/9に電話か直接西部公民館へ。 ②12/12~12/16に電話・直接・メール可

塩尻地区・西部地区の皆様へのクリスマスプレゼント  
クリスマスコンサート

～クラリネットデュオとピアノの調べ～



澤村桜子（ピアノ）  
東京都出身・長野市在住  
東京都立芸術高等学校を経て、東京音楽大学卒業。



三井崇裕（クラリネット）  
長野県上田市出身  
上田高等学校卒業。武蔵野  
音楽大学を首席で卒業後、  
東京藝術大学大学院修士課  
程を修了。



安藤里真（クラリネット）  
長野県坂城町出身  
小諸高校音楽科卒業。武蔵  
野音楽大学音楽部器楽学科  
クラリネット専攻卒業。

プログラム：クリスマスマドレー、メンデルスゾーン作曲 演奏会用小品第2番  
ドヴォルザーク作曲 スラブ舞曲 ほか

2025.12.20 (土) 開場13:00 開演13:30  
上田市西部公民館 大ホール 入場無料・全席自由・申込不要



主催：西部公民館高齢者生涯学習学級事業実行委員会

## 親子わくわくクリッキング



## おうちの人と一緒にクリスマスケーキを作ってみよう♪

- 【日 時】12月7日(日)午前9時30分から午後1時30分まで(9時15分から受付)

- 【場 所】西部公民館 料理実習室

- 【内 容】「苺のクリスマスケーキ」

- 【講 師】関るみさん、高柳和加えさん

- 【定 員】8組 【対象】小学生以上と保護者(中・高校生も大歓迎！)

- 【参加費】受講料:一人100円、材料費:1家族 1,500円

- 【持ち物】エプロン、バンダナ、手拭きタオル、上履き(お子さん用)、マスク

- 【申込み】11月25日(火)午前10時から12月2日(火)に、電話か直接西部公民館へ。



## 認知症介護相談

認知症介護の専門家が、地域に関する方の相談に応じます③

【期　　日】 令和7年12月1日(月)  
【時　　間】 午前9時、10時、11時  
【場　　所】 西部公民館  
【申込み】 西部地域包括支援センター  
TEL 0268-71-5712  
西部公民館 TEL 0268-27-7544

## 令和8年度 利用者団体登録申請

学習、文化、健康づくり、地域づくり活動を目的とした団体で、西部公民館及び塩尻地区公民館の利用登録を希望する団体は申請してください。団体登録には条件があります。詳しくは西部公民館へお問い合わせください。

【申請書配付】 12月1日(月)～

【受付期間】 12月3日(水)から12月23日(火)まで

【提出場所】 西部公民館

【利用者団体会議】

西部公民館 令和8年1月28日(水) 14時～、19時～

## 地域における「人権・こどもまんなか社会」研修会開催のお知らせ (人権同和教育・青少年育成合同研修会)

子どもを取り巻く社会環境は、急速に変化し、人権同和教育に関する学習内容もずいぶん変わってきています。そこで新しい知見からの同和問題、人権問題を地域の皆さんと一緒に考えてみたいと思います。次とおり研修会を開催致しますので、大勢の方のご参加をお待ちしています。

### テーマ 「子どもから教わる人権教育」

講師 上田市人権教育サポート隊 安達 永眞 さん

(前 上田市立南小学校長、現 上田市教育委員会教育長職務代理者)



【日 時】12月4日(木)午後7時から(約2時間)

【会 場】西部公民館 大ホール

【参加範囲】西部・塩尻地区 自治会・分館役員様、同地区にお住いの方ならどなたでも

## 今年もやりました！地域ふれあいレクリエーション !!

10月19日(日)、上田市立西小学校で、今年で2回目となる「地域ふれあいレクリエーション」を開催しました。心配された天候も晴天とはいきませんでしたが、運動するには最高の天候であったと思います。

今年は、分館主事の中から企画・運営担当者を選出し、「綱引き」や「ひもつなぎリレー」を取り入れました。綱引きでは、大人の皆さんも、童心に戻り大健闘。ひもつなぎリレーは、なんと10年ぶりの競技開催となりました。来年度も心高鳴る内容を企画し開催したいと思います。お楽しみに！役員・参加者の皆さん、たいへんお疲れ様でした。また、関係者の皆さんに感謝申し上げます。ありがとうございました。(三井)

