

“わたし”についての公民館 ～語りあおう！公民館でできること～

公民館ってなにををするところ？どんな人がどんな活動をしているの？
すでに公民館で活動をしている方も！これから始めたい方も！
公民館に限らず幅広く地域で活動されている方も大歓迎です！
世代・地域の枠を超えて、交流・活動の輪が広がるきっかけづくり
の場にしましょう！

- ◆日時 2月1日(日) 13:30～16:00 開場 13:00
- ◆場所 西部公民館 大ホール(上田市常磐城5丁目4番39号)
- ◆対象 どなたでも
- ◆定員 70名
- ◆参加費 無料
- ◆申し込み ①氏名(ふりがな) ②年代(例:10代、40代)
③お住いの地区(例:神川地区、真田地区)をメール・電話・
FAXで生涯学習・文化財課まで。

◆問合せ先
上田市教育委員会 生涯学習・文化財課
電話:23-6370 FAX:23-6368
E-mail:shogaku@city.ueda.nagano.jp

ホームページは
コチラ！



参加者募集

◆内容

第1部：活動発表会

「わたし」についての公民館」をテーマに、公民館での活動についての発表をしていただきます。(順不同)

●公民館とつながり、広がった探究活動

【子どものためのTANQ】塚原さん、保坂さん、山崎さん(高校生)

●だれにでも開かれた居場所づくり

【みんなのしおだ食堂】北野さん、中野さん(大学生)

●地域の子どもは地域で育てる

【夏休みわくわく体験学校】田畑さん(地域の方)

●楽しむ側から支える側へ

【夏休み上野が丘わいわい塾】遠田さん・油井さん(大学生)

第2部：参加者同士の交流会

「わたし」についての公民館」をテーマに語りあい、これから活動のヒントを得ましょう



「神川地区市民文化祭」を開催しました 11/9

公民館利用者団体や地域の皆様、神川小学校クラブ、神川・国分保育園の皆様による発表が行われ、多くの方にお越しいただき大変賑わいました。事前の準備から当日の運営まで、神川地区の分館役員の皆様をはじめ、利用者団体や小学校・保育園、地域の皆様にご協力いただき、無事に開催することができました。ご参加・ご協力いただきました皆様に改めてお礼申し上げます。



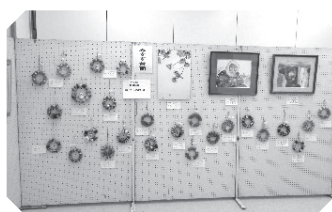
あかしやコーラス



国分分館



利用者団体作品



分館作品

地域の子どもの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、中学校のこと！

総合的な学習の時間を使い、第一中学校の1年生に公民館で行われている「親子ふれあい広場」のスタッフとして関わってもらいました。生徒たちは事前に「幼児・その親」について学び、自分たちに何ができるか考えました。生徒たちは手作りのおもちゃをたくさん準備してくれました。幼児のために作られたおもちゃは、柔らかく、口に入ったりしても大丈夫、気を引くように、音になる仕掛けなど、アイデアがたくさんつまった素晴らしい物でした。『幼児は可愛いけど関わるのは大変そう、不安』と思っていた生徒たちからは、『大変だったけれど、それ以上に楽しかった』、『もっと幼児と関わりたい』、『自分が成長できた』という感想がありました。この活動、これからも続けていけたらと思います。㊦



第一中学校
ホームページ



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 一善堂印刷製 ☎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

冬至が近づき1年で最も日の時間が短くなる時期になりました。日ごとに日が早く沈む夕方は、一抹の寂しさとともに、灯がともり始める街並みを見ると温かい気持ちになります。皆様も温かくしてお過ごしください。(横田)



中央公民館だより

かいらん

令和7年12月16日号



冬休みの宿題を楽しく学ぼう！

こども書初め講座 受講者募集

指導者のアドバイスを受けながら、お正月の伝統行事である「書初め」に取り組む講座です。きれいな字を書くコツを学び、お友達と一緒に気持ちの良い1年のスタートを切りましょう。お気に入りの1枚は学校に提出、もう1枚は1月末まで公民館に展示させていただきます。

- ◆日時 1月6日(火) 10:00～11:30
- ◆場所 中央公民館 3階 大会議室
- ◆講師 加藤 仁さん(ことぶき大学書道クラブ講師、香墨会会長、墨風会会長)
- ◆対象 上田市内の小学3～6年生
- ◆定員 先着10名
- ◆持ち物 習字道具、書初め用紙、自分の課題、新聞紙、500mlペットボトル、長下敷き(お持ちの方)
- ◆受講料 100円
- ◆申し込み 12月22日(月)10:00以降、市ホームページの申込フォームにて。

お申し込み
はコチラ！



2026年のレコード初めに！

レコード鑑賞会

- レコードの魅力に触れて、心も身体もリフレッシュ！
- ◆日時 1月18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



初めての方でもご安心ください！

入園グッズ作成講座(3回連続講座) 受講者募集

託児付

裁縫に不慣れなお母さん・お父さんでも大丈夫！お子さんが登園に使う絵本袋などの入園グッズを作りましょう。絵本袋を仕上げた後に、コップ入れや布団カバーなど必要なものも作成できます。

※絵本袋の作成は必須ではありませんので、作成したいグッズがある場合は事前にご相談ください。

- ◆日時 【1月開始コース】：1月26日(月)、2月2日(月)・9日(月)
【2月開始コース】：2月24日(火)、3月2日(月)・9日(月)
各回 9:30～12:00
※両コースとも内容は同じです。どちらかに申し込みください。
- ◆場所 中央公民館 2階 第1会議室
- ◆講師 宮島真由美さん(子育て応援団オハナプロジェクト)
- ◆対象 来春入園されるお子さんの保護者
- ◆定員 各コース先着5名
- ◆受講料 300円(3回分)
- ◆申し込み 1月9日(金)10:00以降、市ホームページの申込フォームにて。

お申し込み
はコチラ！



持ち物

(絵本袋の作成のためにご用意いただく物)

- キルティングの布(1m)
- カラーテープ(2m)⇒2.5cmか3cm幅の物
- マジックテープ(1つ)
- 裁縫道具(布切バサミ、糸切バサミ、待ち針、チャコペン)
- 絵本袋の蓋裏に使うキルティングではない布(1m)⇒オックス、シーチングなどコットンプリント生地
- ひもを調整する金具(コキカン:2個)
- ミシン(お持ちの方)
- 託児をご希望の方は、お子さんの着替え、オムツ、おやつ、ゴミを入れるビニール袋など

令和7年度 第25回「ことぶき大学」クラブ発表会を開催します

入場無料

上田市では、生涯を通じた学び合いの場として、シニア世代を対象とした「ことぶき大学(中央公民館校、城南公民館校)」を開講し、教養学習に加え、ダンス・民謡・書道・俳画・カラオケ・ニュースポーツ・うたごえ・手芸の8クラブが、月1回活動しています。

このたび、日頃の活動の成果を発表する場としてクラブ発表会を開催しますので、ぜひお越しください。

- ◆日時 令和8年1月30日(金) 12:00～15:00
- ◆会場 ステージ発表…上田文化会館 ホール
展示発表……上田文化会館 1階 展示室

◆クラブ発表会の内容

ダンス・民謡・カラオケ・ニュースポーツ
うたごえクラブによるステージ発表
書道・俳画・手芸クラブによる作品展示



第65回

上田市短詩型文学祭入賞作品

応募結果 ●一般89人／169作品 ●小学生798人／798作品 ●中学生785人／785作品 ●合計1,672人／1,752作品

今年の夏に作品を募集したところ、短歌、俳句、川柳、詩(ポエム)の4部門合わせて、1,752作品の応募をいただきました。ご応募くださいました皆様、そして選者の先生方、ありがとうございました。12月7日(日)には、各賞の入選者を迎え、上田文化会館ホールで表彰式を開催しました。入選された皆様、本当におめでとうございます。応募いただいた全作品を掲載した作品集を作成し、中央公民館ロビーに設置しております。ぜひご覧ください。

上田市長賞

短歌の部

文字が読める^{ちから}気力があれば詠めようぞこの世に帰してもらったいのち 富士山 室賀文江

〔評〕大病のちに詠まれた歌なのでしょう。命に対する慈しみの視線が強く滲んでいると同時に、命に対峙する強さをも感じます。

俳句の部

夏草の野心あるごと生い茂る 諏訪形 坂口智恵子

〔評〕夏草が勢いよく成長し、野原一面に猛猛しく生い茂っている。そのさまを人が大きな望みや野心を持つているようだ。「野心あるごと」と捉えたことが、読む人にさもありなんと感じさせ、迫力がある。

川柳の部

ほどほどの雨量を祈る巫女の舞い 諏訪形 有賀利枝子

〔評〕例年の雨乞いも、近年の異常気象に起因する、線状降水帯による豪雨で土砂災害が多発する一方、渇水で成長期の水田が干し上がるなど、想像を超える激しいものがあり、神への祈りに手心を願う浅ましさも透ける、穿ちの利いた秀句です。

詩(ポエム)の部

心の渚 大屋 竹内 啓子

寄せてはかえす
もろもろの想い
海に渚があるように
心にも渚がある
心の渚に打ちあげられたもの
あつ それは
最初に私の心に宿った灯が
あなたであったように
永遠にその灯が
私の心に宿っていくくれるものと願っている
遠い日のように今も変わらない
あなたは私の心の波なのだ

〔評〕心という形のないものに海の渚をイメージして、その動きをふくらませていったのが新鮮です。「あなた」とは誰なのでしょう。きつと大切なひとですね。「寄せてはかえ」しながら、続いていくように願っているのが読む人によく伝わります。

上田市教育委員会賞

短歌の部

松尾町を曲がれば見える友の店サインポールが元気に回る 岡 遠藤義子

〔評〕作者はここを訪れるたびにサインポールが回っているのを確かめているのでしょう。友が元気なことに安心して通り過ぎる。松尾町の固有名詞も効果的です。

俳句の部

行合ひの空に誘はれ草を引く 長瀬 白井由美子

〔評〕「行き合ひの空」とは、夏の終りと秋の始まりの空模様をいい、その季節の移り変りに誘われるように草取りに励んでいる姿を描く。

川柳の部

孫が画く髪はサービス爺の顔 上田原 渡辺昌幸

〔評〕お孫さんが似顔絵を描いてから、ちよつとさみしくなったお爺ちゃんの髪を書き足してくれたんですね。お爺ちゃん嬉しかったことでしょう。日頃の和やかなご家族の様子が目に浮かんできます。

詩(ポエム)の部

病院の窓 中之条 石井紀代子

五階から見る風景
今日は早朝から雪だ
街の屋根が白くなっている
遠くに見える焼却場の煙突
白い煙が垂直に上ってる
病院の屋根の脇に
鳩が50、60羽
羽を休め何か物語っている
水場では10羽水遊びをしてる
隣りのビルは看護師の寮のようだ
足早に出勤してくる
白衣となり本館へと進む
一日の始まりだ
人は何を考えて行動してるのか
窓から眺めて想像する
空を見上げて考えた
病院の窓から見る風景は
いろんな姿、形がある
北信五岳の山々
学校、工場の建物
希望をもって
前向きに
病いの無事を祈って
新しい年を迎えよう

〔評〕入院されて快方に向かわれたのでしょうか。窓から見える風景を段落に区切り、淡淡と描写しているのが時間の経過を感じさせます。内省的になる入院の時間がよくとらえられています。

上田市中央公民館長賞

短歌の部

柿の葉の散り敷く軒の日だまりに生家の秋を去りがたく居り 中之条 山宮 孝

〔評〕秋たけなわの景色に引き込まれ四句目でそれが生まれ育った家であることを知る時に五句目の去りがたい気持ちがあぐつと高まります。

俳句の部

りんどうや反戦誓い父に供花 諏訪形 有賀利枝子

〔評〕反戦平和を願い、戦後を生き切った父。その父の墓前にりんどうの花を供え父を偲ぶ。作者の思いの深さが伝わる。

川柳の部

土と本シニアライフの拠りどころ 上田 伊藤文子

〔評〕厚労省が敬老の日を前に、百歳を超える高齢者が全国で十万人に達し、今後益々増加を続ける見込みと発表しました。長寿社会の到来により、老後が健康で充実した生活が求められる中、作者は晴れの日には家庭菜園や花壇を耕し手入れを行い、雨天には書籍に親しむという。晴耕雨読の充実したシニアライフを楽しんでいる姿は、まさしく「敬老」社会のお手本かも知れません。

詩(ポエム)の部

見守り 浦野 中澤清人

朝、7時15分、緑色の帽子と
見守り隊のタスキ、赤い交通指示棒を持ち
家を出る
地元小学校の子供を見守り、20年になる
今ではもう自分の生活の一部となっている
浦野の信号で子供の安全を見守る
「おはよう」「おはようございます」
「行つてらっしゃい」「行つてきます」
多くの子供達と明るく声を交わし、元氣をもらう
また地域の方も車の中から頭を下げて通過してくれる
小学校は地域の宝だ
そして、子供たちは日本の宝である
雨の日も風の日も子供たちを見守る
特に雪の日は通学路の確保が大変だ
雪かきをして汗をかき、腰は痛むが何とかがんばり、
学校までの道を確保する
月に1回校長室でその月の見守り隊振り返り会を開く
それぞれ子供の様子を伝え合いより良い安全を確かめる
学校から「いつもありがとうございます」
との言葉にやる氣をもらう
今日はさわやかな朝だ 新鮮な空気を吸ってがんばるぞ

〔評〕子供達を大切にし、安全を見守る活動が作者の元氣と優しい心とともによく描写されています。子供達との挨拶なども会話としてとり入れられて、いきいきとした感じが伝わってきます。