



西部公民館だより

子育て講座

親子のびのび広場

【日時】 1月8日(木) 10時30分から正午
【内容】 お正月の遊び・伝承遊び
【申込み】 12月25日(木) から
令和8年1月6日(火) まで



親子のびのび広場

【日時】 ①1月22日(木) ②1月29日(木)
10時30分から正午(両日とも)
【内容】 ①お正月の遊び・伝承遊び
②鬼は外・福は内
【申込み】 ①1月16日(金)から1月20日(火)
②1月23日(金)から1月27日(火)

山岳講演会

「川中島の戦い」とその前後

～太郎山山系から北信濃の山城を歩く～

講師自らが上田市や北信濃の山城をめぐり、撮影した画像などを見ながら「川中島の戦い」と山城について解説していただきます。

2026.1.31(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・要予約

予約開始: 1月13日(火) 午前9時～

※西部公民館の窓口か電話で申し込みしてください。



「須山 千才 さん」

現 中野市立延徳小学校長
前 上田市立西小学校長

筒けん&箸タイム 脳活エクササイズ教室



楽しみながら体と頭を鍛えよう! 親子や三世代で楽しめる、運動×脳活×交流のゆったりプログラムです。動きやすい服装でお越しください。はじめての方大歓迎です。



【日時】 令和8年1月25日(日) 午前10時～11時30分

【場所】 西部公民館 大ホール

【内容】 ◆筒けん 筒けんを使ったレクやエクササイズ(椅子に座ってもできます。)
◆箸タイム お箸を使ったゲームで手先と脳をフル回転!

【講師】 清水 悟さん(筒けん考案者/国際箸学会箸タイマー)
丸山太夢さん(筒けんアンバサダー)

【定員】 20人 【受講料】 100円

【持ち物】 飲み物 ※筒けんや箸タイムの無料貸出あり

【申込み】 令和8年1月7日(水)～1月23日(金)に電話または直接西部公民館へ。

公民館利用者登録希望団体会議のお知らせ

西部公民館

【期 日】 令和8年1月28日(水)
【時 間】 午後2時～、午後7時～
(どちらかに参加してください)
【場 所】 西部公民館 大ホール
【申込み】 不要

令和8年度登録団体として、西部公民館及び塩尻地区公民館の利用を希望する場合は、申請書を提出するだけでなく、利用者登録希望団体会議への出席が必要です。

塩尻地区公民館

【期 日】 令和7年1月26日(月)
【時 間】 午前10時～11時30分
【場 所】 塩尻地区公民館 1階 大ホール
【申込み】 不要

西部地域 認知症介護相談会

西部・塩尻地区に関係する方の無料相談会です。
不安なことなどを認知症介護の専門家に相談してみませんか。

【日時】 1月5日(月)、2月2日(月)
午前9時～、10時～、11時～
【場所】 西部公民館 学習室

【申し込み・問い合わせ】
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

まちづくりフェスタ 報告

11月9日(日)西部地域まちづくりの会が主催で西部公民館を会場に「まちづくりフェスタ」が開催されました。「楽しみながら地域のつながりときずなを！」をサブタイトルに大勢の皆様にお越しいただきました。



分館三役

役員の皆様 お疲れ様でした！



今年は、4つの社会体育事業（ペタンク大会、卓球大会、ビーチボール大会&ファミリービーチボール大会、地域ふれあいレクリエーション）に、大勢の地域の皆さんにご参加いただき、そして、役員の皆様にご協力いただきながら、一つひとつの行事が無事開催することができ、たいへんお世話になり、ありがとうございました。

来年も地域の皆さんが笑顔溢れるような事業を、役員の皆さんと企画してまいりたいと思います。