



# プレスリリース

上田市

令和8年1月16日

報道機関 各位

## 上野が丘公民館だより1月号完成しました

毎月発行している上野が丘公民館だより「そよかぜ通信」の1月号が完成しました。公民館の行事や講座情報などを掲載しております。ぜひご覧ください。

### 《内容》

#### ◇募集

- ・頭も体も元気に！からだほぐし体操とちょっと脳トレ講座
- ・チエロ＆ハープコンサート

#### ◇おしらせ

- ・上田市誕生20周年記念事業「第38回いのち・愛・うえだ人権フェスティバル」  
渡辺哲雄さん講演会

#### ◇報告

- ・令和8年二十歳を祝う式
- ・【冬休み学習室開放】【書初め教室】を開催しました！

上田市は「SDGs 未来都市」です。

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS



上田市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

### 本件に関する問合せ先

上田市 上野が丘公民館  
館長 間宮

TEL0268-24-0659

回覧

上野が丘公民館報

# そよかぜ通信

令和8年1月16日号 (No. 10)

編集・発行

上田市上野が丘公民館

電話 24-0659

FAX 24-2300

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



ホームページ

フェイスブック

ホームページ・フェイスブックでも、そよかぜ通信がご覧になれますので御利用ください。



旧年中は、公民館の事業に温かい御支援と御協力を賜り、誠にありがとうございました。

皆様の御協力のもと、多くの公民館事業を実施することができました。

本年も地域の皆様方の御理解、御協力のもと多くの方に御参加いただき、楽しく「集い・学び・結ぶ」ことができる上野が丘公民館であるよう努めてまいります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

上野が丘公民館 職員一同

報告

## 令和8年二十歳を祝う式

二十歳を迎えた皆さん、ご家族の皆様、おめでとうございます

1月11日(日) 上野が丘公民館会場(五中通学区対象)で二十歳を祝う式が挙行されました。

多くの方が出席され、二十歳を迎えた124名の皆さんのが門出をお祝いしました。

実行委員の皆さんには、昨年秋から打ち合わせを重ねて、当日の企画運営に携わりました。

実行委員の皆さん、お疲れ様でした。

なお式典の模様は、上田ケーブルビジョン地上121にて放送されますので、ご覧ください。

放送日時：1月21日(水) 午前6時30分～、午後12時30分～の2回



報告

## 【冬休み学習室開放】【書初め教室】を開催しました！

お正月を挟んで5日間、公民館の1室を開放し学習室として30人を超える小中学生の皆さんに活用していただきました。

また1月6日には書初め教室を開催し、小学生6人・中学生2人が参加してくれました。午前と午後に分かれてボランティアの方から指導を受けながら書初めに取り組み、作品を書き上げました。



**募 集**

＼頭も体も元気に！／

## からだほぐし体操とちょこっと脳トレ講座

簡単な体操と、身近なものを使って脳トレをします。いきいきとした生活を送るために、楽しく体操&脳トレをしてみませんか。

◆日 時 2月2日(月)

午後1時30分から3時30分まで

◆定 員 10人

◆場 所 上野が丘公民館 大ホール

◆参加費 200円(受講料100円、材料費100円)

◆申込み 1月29日(木)までに

上野が丘公民館へ電話で

## 募 集 チェロ&ハープコンサート

太田陽子さん(チェロ)、入之内由紀さん(ハープ)、小川凌功君(チェロ)によるコンサートです。  
絶賛お申込み受付中です！

♪日 程 令和8年2月1日(日)

♪場 所 上野が丘公民館 2階 大ホール

♪参加費 500円(中学生以下は無料)

【午前の部】～親子・小学生向け～

♪時 間 午前10時半(開演)

♪楽器体験 午前11時10分頃から

【午後の部】～大人・中学生以上向け～

♪時 間 午後2時半(開演)

♪お申込み

・右のQRコードのHPから申込

・上野が丘公民館へ電話で



午前・午後どちらの部へ参加かお伝えください。

### おしらせ

上田市誕生20周年記念事業「第38回いのち・愛・人権展 うえだ人権フェスティバル」

## 渡辺哲雄さん講演会

誰もが知っている「サザエさんの磯野家」を例に、もし波平さんが高齢になり、認知症になったら？という場面を想定しながら、高齢者へのかかわり方と一緒に考えます。

認知症の方や家族、支援する人たちの気持ちに寄り添い、誰もが安心して生き生きと暮らすためのヒントについてお話しします。ぜひご来場ください。

●日時 2月21日(土) 14:00~15:30(開場13:30)

●場所 上野が丘公民館 大ホール

●講師 渡辺哲雄氏(日本福祉大学中央福祉専門学校特別顧問)  
わたなべつお



演題 認知症になった波平～高齢者の人権について考える～

●入場無料、申込不要

●手話通訳、要約筆記(UDトーク)あり

●その他 人権作品の表彰式(10:45~12:00)や展示(10:00~16:00)も行います。

■主催：上田市教育委員会、上田市人権啓発推進委員会

■お問い合わせ：生涯学習・文化財課 人権同和教育係 ☎0268-23-5197

渡辺哲雄氏

## 1~2月の上野が丘公民館事業

～参加される方はご確認ください～

■ 親子ふれあい広場

1/ 19 (月)

2/ 2 (月)

2/ 16 (月)

■ 折形講座

1/ 29 (木)

2/ 26 (木)

■ 古文書講座

2/ 19 (木)

■ はつらつカレッジ

2/ 21 (水)

2/ 18 (水)

■ 筋力アップ講座

1/ 27 (火)

2/ 24 (火)

■ チェロ&ハープコンサート

2/ 1 (火)