

# 真田中央公民館だより

発行 真田中央公民館

〒386-2201 上田市真田町長7199-1

TEL 72-2655 FAX 72-8133

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



ホームページ

※公民館だよりは真田中央公民館や自治センターのロビーに置いてあります。お手元でご覧になりたい方はご自由にお持ちください。

## 参加者募集

### 公民館講座 「はんだごてを使った 電子工作教室」

にゃ、にゃんだこれは🐱 LEDネコ基盤を作っちゃおう！！

はんだごてを使った電子工作の初級編として、猫の形をした基盤にLEDライトを含む様々な部品をはんだ付けして電子回路を作っちゃいます！！普段、当たり前のように使っているスマホやテレビといった電子機器がどんな凄い技術でできているのか知るキッカケにもなる貴重な機会！

【日 時】 令和8年3月20日(金・祝) 10:00 ~ 11:30 頃まで

【場 所】 真田中央公民館 第3会議室

【講 師】 上田市 市民ICT推進センター 事業所長 斎藤 史郎さん

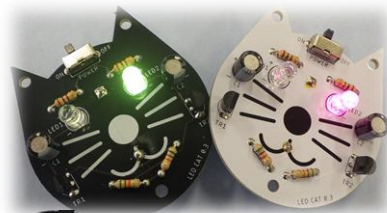
【対 象】 小・中学生

※小学3年生までは保護者の同伴が必要となります。

【定 員】 16名(先着順、定員になり次第締め切り)

【費 用】 600円(材料費、受講料含む)

【申込み】 2月24日(火)9:00 から 3月13日(金)17:00までに  
真田中央公民館へお申込みください。



科学ってすげえ～！



## 参加者募集

### 公民館講座 「～おもてなしの心を学ぶ～ 茶道体験 講座 𑌐」

真田中央公民館 初企画！！ お茶の心や歴史などに触れながら、一服のお抹茶を楽しみましょう♪  
今回は「椅子席でのお茶のいただき方」、「お菓子のいただき方」、「お抹茶の点て方」  
について学んでいきます。 ※美味しいお茶菓子もご用意しております♪

【日 時】 令和8年3月27日(金) 9:30 ~ 11:30 頃まで

【場 所】 真田中央公民館 第3会議室

【講 師】 塩沢 宗理さん【流派:裏千家(うらせんけ)】

【対 象】 どなたでも ※初心者大歓迎♪

【定 員】 12名(先着順、定員になり次第締め切り)

【持ち物】 ・茶碗(大人用のご飯茶碗で良い)

・丸いお盆(直径30cm程度)

※お持ちでない方は受付の際にお申し出ください。

【費 用】 500円(お抹茶、お茶菓子、受講料等含む)

【申込み】 2月24日(火)9:00 から 3月19日(木)17:00までに  
真田中央公民館へお申込みください。



## 分館対抗卓球大会を開催します！

3月1日(日) 午前9時から真田体育館にて分館対抗卓球大会が行われます。皆様の観戦・応援をお待ちしております！



# 『上田市公共施設予約システム』

## 公民館の施設予約がインターネットで簡単に！？

公民館を利用される皆さんの利便性の向上を図るため、新たに「上田市公共施設予約システム」の運用を始めます。利用予約や使用料の支払いが、これまでの窓口などに加え、オンライン上でも可能になります。

【利用開始時期】 令和8年3月1日(日)から 【便利ポイント】

【対象施設】 市内にある11の公民館



市ホームページ

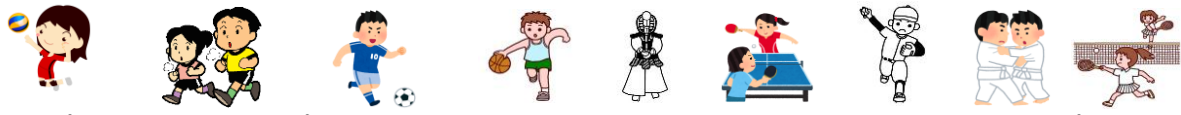
①公民館を使用したいと思ったら、自宅や外出先などからスマートフォンやパソコンで空き状況の確認や予約、取消ができます。

※事前に窓口での利用者登録が必要です。

②使用料のキャッシュレス支払い(クレジットカード、コード決済など)がオンライン上で完結し、一部を除き紙での手続きが不要になります。

◎利用方法の詳細は、市のホームページをご覧ください。公民館までお問い合わせください。

## 真田少年スポーツ教室に参加しませんか



真田少年スポーツ教室ではスポーツに親しむこと、楽しむことに重点をおき、ストレスなくスポーツに取り組めることを大切に考えています。この機会に運動習慣を身につけましょう。参加希望の方は 2月27日(金)までに学校で配布された申込書を各学校へ提出してください。

対象	種目	曜日・時間等		場所	代表指導者	内容
1年生以上	バレーボール (菅平)	金	19:00~20:30 4月~3月	菅平小中学校 体育館 他	宮原 青美	バレーボールの基礎技術、ルール、団体競技の楽しさを学ぶ
	剣道	土	13:00~15:00 4月~3月	真田体育館	田中 昌彦	各種剣道大会、交流試合級の取得、夏季合宿 体力測定、親子イベント
	柔道	土	13:30~15:30 4月~3月	真田体育館 柔道場	坂口 卓	礼節、全身運動 柔道の基本練習
	野球	日	8:00~11:00 4月~11月	真田運動公園 グラウンド 他	小河原 洋	基本練習 交流試合 各種大会参加
	硬式テニス	日	8:00~10:00 4月~11月	真田運動公園 テニスコート	本多 史明	基本練習、教室内での試合 ルールとマナーの習得
1~4年生	サッカー	日	8:00~9:20 4月~10月	真田運動公園 グラウンド 他	海瀬 文男	基礎練習 ミニゲーム
2年生以上	陸上	土	7:30~9:30 4月~3月	真田運動公園 グラウンド 他	堀内 拓也	陸上競技の基本動作(走る・跳ぶ・投げる)の習得 体力や記録の向上を目指す
	卓球	土	8:00~10:00 4月~11月	真田体育館	太田 秀次	基本技術の習得
	バレーボール	日	8:00~11:00 4月~3月	真田体育館 他	小山 洋介	基礎練習、夏季合宿、親子イベント、ルールとマナー大会参加
3年生以上	ミニバスケット	日	8:00~11:00 4月~3月	真田体育館	堀内 智夫	交歓大会 他地区スポ少との交流