



令和8年3月3日

報道機関 各位

3月5日(木)開催 第1回「蚕都上田講座」

上田地域は江戸時代から蚕種の製造で栄えた地域です。蚕都上田講座では、その歴史や魅力を様々な視点からシリーズで学びます。第1回は「なぜ上田が蚕都となったのか」江戸時代の歴史と経緯を学びます。

つきましては、取材をよろしくお願い申し上げます。

※詳細は、添付の公民館だよりをご覧ください。

※参加者の写真や動画撮影の承諾については、当日の講座開始前に確認いたします。

上田市は「SDGs 未来都市」です。



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：

上田中央公民館

館長 田中 (担当者 関)

TEL 0268-22-0760

Mail chuok@city.ueda.nagano.jp

講演会 「認知症になった波平
～高齢者の人権について考える～」

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を一緒に考えます。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)
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

入場無料

申込不要



渡辺哲雄氏

あんかけ焼きそば講座を開催しました！ 12/11

料理講師の高橋順子さんに、あんかけ焼きそば等、中華料理の作り方を教えていただきました。和気あいあいと手軽においしく作ることができ、なじみの深いあんかけ焼きそばをより身近に感じる時間となりました。



あんかけ焼きそばなど

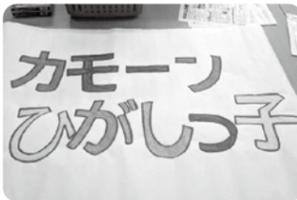
料理の様子

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、小学校のこと！

2025.12月：東小学校 コミュニティルームという地域の方が集える部屋が学校にできて早一年。「カモンひがしっ子！」を合言葉に月に2日ほど地域の方がここで子どもたちと一緒に遊びながら過ごしています。東小に集まってくる地域の方々はとにかく年齢層が広いです。10代～80代のみなさんが集います！Kさんの折り紙教室は大人気！これを作って！あれが欲しい！と子どもたちからお願いが殺到します。将棋でHさんに挑む子どもたちの姿もすっかり定着しました。

子どもたちも地域の方に会うのを楽しみにしていますが、大人たちも子どもたちからたくさんの元気をもらっています。様々な子どもたちが様々な大人たちと過ごすこの時間、とても豊かでステキな時間です。みなさんも参加してみませんか。☺



中央公民館地区の小学校の活動をもっと知りたい方は左の二次元コードから、ぜひ。

編集・発行 上田中央公民館

TEL 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 一喜堂印刷機 ☎ 35-2624

四季折々

新年あけましておめでとうございます。旧年中は、開館40周年記念事業をはじめ、防災講座やどれみファミリーコンサート等の新規事業にも取り組めました。今年の干支は丙午(ひのえうま)。挑戦することで大きな成長や飛躍が見込まれる年だそう。職員一同、チャレンジ精神を持って、皆様の交流と学びの場を創出してまいります。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。(館長 田中)

中央公民館だより

かいらん

令和8年1月16日号

第42回 文化創造祭を開催します！

中央公民館を拠点として活動する利用者登録団体の皆さんが、日ごろの成果を発表します。また、地域の学校の子どもたちによる舞台発表や展示も予定しています。ぜひご覧ください。

- | | |
|--|---|
| <p>展示部門</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆日時 2月21日(土) 9:00～16:00
22日(日) 9:00～15:00 ◆場所 中央公民館(上田市文化センター) ◆内容 絵画、木彫、写真、手芸、文芸、発明品など | <p>舞台部門</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆日時 2月22日(日) ◆場所 上田文化会館 ホール
(上田市文化センター) ◆内容 楽器演奏、合唱、フラダンス、演舞 |
|--|---|

上田ハングルの会

21日(土) 9:00～16:00
22日(日) 9:00～15:00

- ・ハングルにふれ名前を書いてみよう！
- ・韓服の試着体験

布工房

21日(土) 9:00～16:00
22日(日) 13:00～14:30(予定)

- ・布作品の展示・販売
- ・ファッションショー

舞台発表スケジュール(予定)

- | | |
|--|--|
| <p>午前の部
10:00～</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 東小学校 管楽器班 2. 東小学校 合唱班 3. アロハ フラ HANA・花 4. 真田つわもの隊 5. アンサンブル・アインザッツ <p>休憩</p> <p>午後の部
13:00～</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. ヴェリナ フラ コーナネ&フラ Aloha キッズ 7. アルパの会 8. フォークギター愛好会 くわの実 | |
|--|--|

高校生と小学生がおもてなし

大好評につき今年も開催!!

わくわくカフェ 22日(日) 11:00～売り切れ次第終了

飲食スペース 2階 第3会議室

地域のみなさんのために、高校生と小学生が一日限りのカフェをオープンします。カフェの店長は染谷丘高校生、店員は地域の小学生です！手作りのスイーツ、ドリンクなどを販売します。みなさんのお越しをお待ちしています。

※発表の内容の詳細は、中央公民館に置いてありますパンフレット、または、中央公民館ホームページをご覧ください。

くわしくはコチラ!



信州上田学 第1回「蚕都上田」講座 受講者募集!

上田地域は江戸時代から蚕種の製造で栄えた地域です。「蚕都上田」講座は、その歴史や魅力を様々な視点からシリーズで学びます。第1回目は「なぜ上田が蚕都となったのか」江戸時代の歴史と経緯を深堀します。

- | | |
|------------------------------|--|
| ◆日時 3月5日(木) 13:30～15:00 | ◆定員 先着40名程度 |
| ◆場所 中央公民館2階第1会議室 | ◆受講料 100円 |
| ◆講師 尾崎行也さん
(元長野県立歴史館 専門員) | ◆申し込み 2月4日(水) 10:00以降、市ホームページの申し込みフォーム、または中央公民館へお電話(22-0760)にて |
| ◆対象 どなたでも | |

お申し込みはコチラ!



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! やわらかな音色を皆で楽しみましょう。ご自宅に聴きたいレコードがある方は、当日お持ちください。

◆日時 2月15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	

