

中央公民館だより

かいらん

令和8年3月16日号

あかちゃんと楽しくスキンシップ! あかちゃん広場

あかちゃんとコミュニケーションをとりながら、「ベビーダンス、ベビーリトミック、ベビーヨガセラピー」をしましょう! 生後2か月～1歳までのお子さんと、お母さん・お父さんを対象とした講座です。

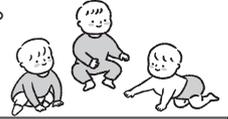
《ベビーダンス》対象: 生後4か月～ 持ち物: 抱っこひも

《ベビーリトミック》対象: 生後3か月～ 持ち物: バスタオル

《ベビーヨガセラピー》対象: 生後2か月～ 持ち物: バスタオル

- ◆場所 中央公民館 3階 大会議室
- ◆時間 受付 10:00～10:15
活動 10:15～11:20
- ◆参加費 100円(1回)
- ◆申込 不要
- ◆問合せ先 中央公民館(22-0760)

詳細は
コチラ!



月日	内容
4/8(水)	ベビーダンス
5/13(水)	ベビーリトミック
6/17(水)	ベビーヨガセラピー
7/8(水)	ベビーダンス
8/5(水)	ベビーリトミック
9/9(水)	ベビーヨガセラピー

季節の内容を親子で楽しもう! 親子ふれあい広場

大きなお部屋やお外で楽しく元気に遊びましょう! 遊びを通して、季節の行事も学べる1歳～未就園児のお子さんを対象とした講座です。

- ◆場所 中央公民館 3階 大会議室
- ◆時間 受付 10:00～10:15 活動 10:20～11:30
- ◆参加費 100円(1回)
- ◆服装 親子で汚れても良い服装またはスモックを用意してください。
- ◆持ち物 内容によって裸足になる場合がありますので、必要な方は上履きをご持参ください。7・8月は水遊びをしますので、お子さんの水着・水あそびパンツなどを用意してください。
- ◆申込 不要
- ◆問合せ先 中央公民館(22-0760)

詳細は
コチラ!



月日	内容
4/22(水)	こんにちは! おともだち。
5/27(水)	もぐもぐピクニック
6/24(水)	星に願いを 七夕まつり
7/22(水)	水であそぼう(シャボン玉)
8/26(水)	水であそぼう(えのぐ)
9/30(水)	やきいもゴロゴロ

あかちゃんとの意思疎通が高まります! ベビーサイン講座① 受講者募集

あかちゃんとジェスチャーでコミュニケーションをとる方法を学ぶ6回連続の講座です。

- ◆日時 4月21日、5月19日、6月23日、7月21日、8月18日、9月15日の6回、火曜日。各回、10:30～11:30。
- ◆場所 中央公民館 3階 学習室
- ◆講師 池田みさきさん((一社)ベビーサイン協会認定講師)
- ◆対象 6か月以上の乳幼児とその保護者
- ◆定員 先着15組程度 ◆受講料 600円(6回分)
- ◆申込 3月24日(火)10:00以降、市ホームページの申込フォームにて。
- ◆問合せ先 中央公民館(22-0760)

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 4月19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
- ◆申込 不要
- ◆問合せ先 中央公民館(22-0760)



第42回 文化創造祭を開催しました! 2/21・22

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や地域の子どもたちが、作品の展示や舞台発表で日ごろの成果を発表しました。公民館全体に参加者や来場者の談笑が響き渡り、多くの交流が生まれました。2年目となる、高校生と小学生のコラボ企画「わくわくカフェ」も大盛況。さらに今回は東小2年生と4年生が描いた窓ガラスアートが公民館を明るく彩りました。春らしい陽気も追い風となり、あたたかな文化祭を開催することができました。



(わくわくカフェ)



(上田自然に親しむ会)



(東小学校による窓ガラスアート)



(東小学校 管楽器班)



(東小学校 合唱班)



(フォークギターくわの美)

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!



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

2025.11月：清明小学校 少し前の話になってしまいますが、地域の方と一緒に防災について学べるよう、土曜日を登校日として、初めての「地域一体型防災訓練」を実施しました。子どもたちと地域住民が校庭へ避難。その後、体育館へ移動し、災害時の避難所生活をイメージしました。

その後は学校施設を存分に利用し、様々な体験が行われました。校庭では消防団による放水や煙の体験、駐車場には地震体験車を設置、プールの水を生活用水にする体験なども行われました。

子どもたちはもちろん、地域の方にも貴重な体験の場となったと思います。多くの関係機関のご協力と、地域の方の温かいご支援に感謝申し上げます。

来年度も実施予定ですので、ぜひ次回も多くのみなさまの参加をお待ちしています。☺



神川小



清明小



東小



北小



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

上田中央公民館

市 ホームページ



中央公民館 フェイスブック



印刷 一喜堂印刷株式会社 ☎ 35-2624

四季折々

酒蔵の軒先に吊るされた、丸く大きな「杉玉(すぎだま)」をご存じですか。杉の葉を束ねて作られたこの玉は、新酒の完成を知らせる合図です。冬に飾られた鮮やかな緑の杉玉が、少しずつ茶色く色づく様子は、お酒が美味しく熟してきた証です。

今年は春の訪れが早く、桜の開花も早まりそうな気配。杉玉を見上げながら、満開の桜の下で美味しいお酒を酌む日を今から楽しみにしています。

(矢沢)