

川西公民館報 ひろば

令和8年5月16日号(第2号)回覧

編集・発行

上田市川西公民館

電話22-5004 FAX22-5014

E-mail: knisik@city.ueda.nagano.jp

ホームページ: <https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/knisik/>

公民館報「ひろば」
ホームページQRコード



親子 de ハグして1・2・3♪ 参加者募集!!

「走る」「ジャンプする」「転がる」など多様な動きを遊びの中で経験し、空間認知能力やバランス能力など身体感覚を高めながら親子で一緒に汗を流し、触れ合いながら心と身体の成長を楽しみましょう!

- ◇講師 安田 絵理子さん(スポーツインストラクター)
- ◇時間 午前10時00分から11時00分まで
- ◇場所 川西公民館(大ホール)
- ◇受講料 1家族 各回100円
- ◇対象者 歩けるようになった1歳半ごろからの未就園児と家族10組程度
- ◇持ち物 上はき、水筒、フェイスタオル(運動あそびに使用)
- ◇申込方法 各回とも事前申込制。参加可能な回だけでもOKです。
5月20日(水)から受付を開始します。電話またはメールでお申込みください。
メールでお申し込みの方は、①件名「親子 de ハグして1・2・3 申込み」
②お子さんの名前(ふりがな)と月齢 ③ご家族の方のお名前 ④電話番号 を入力し送信してください。



回	期日
1	終了
2	6月18日(木)
3	9月10日(木)
4	11月26日(木)
5	12月17日(木)
6	2月18日(木)

『川西歩こう会』6月は『川西紀行第1号』を片手に 「上室賀・室賀氏ゆかりの地を歩こう!」

- ◇日時 6月8日(月) 出発9時 帰着12時頃
- ◇集合 川西社会体育館 集合8時50分
- ◇コース 川西社会体育館(車で乗り合わせ移動) ~ 室賀温泉駐車場 ~ 原畑城跡 ~ 伍位塚の板碑 ~ 男女二神道祖神 ~ 原畑城跡 ~ 獄門坂 ~ 室賀温泉(トイレ) ~ 室賀水上神社 ~ ぜんこうじみち道標 ~ 前松寺(室賀氏の墓) ~ 毘沙門堂跡 ~ 室賀温泉駐車場 ~ 川西社会体育館
- ◇参加費 300円(保険料含む、移動の車代を含む)
- ◇持ち物 飲み物・タオル・帽子・雨具など ※しっかりした靴、歩きやすい服装でお集まりください。
(注)『川西紀行第1号』は、当日配布いたします。
- ◇その他 事前申し込み不要です。
雨天中止(当日の照会は、午前8時30分以降に川西公民館まで
~川西歩こう会は、会員制ではありませんので、どなたでもお気軽にご参加ください。~

川西剣道教室 団員募集中!

~ 剣道を通じて躰と心を鍛えよう!! ~

川西公民館の剣道教室で一緒に剣道をする仲間を大募集しています!!

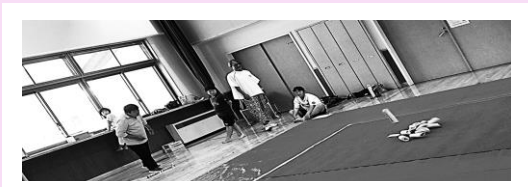
初めてでも基礎から習えます。お気軽にお問合せください。

日時:毎週土曜日 午後2時30分から5時まで

場所:川西公民館 大ホール、他



ソフトスポーツ体験会 参加者募集!



★モルック体験会

「めざせ、モルック大会優勝!」

(会場) 川西公民館大ホール

(日 時)

- ① 5月16日(土)
- ② 6月13日(土)
- ③ 7月12日(日)
- ④ 8月23日(日)

各回 午前9時30分から11時00分

川西地区スポーツ推進委員による

★ふらばーるバレー体験会

(会 場) 川西社会体育館

(日 時)

- ① 5月25日(月)
- ② 6月22日(月)
- ③ 7月27日(月)
- ④ 8月24日(月)
- ⑤ 9月28日(月)
- ⑥ 10月26日(月)

各回 午後7時00分から9時00分

ふらばーるバレーはおむすび型の柔らかいボールを打ち合うゲームです。ゆるゆるとした動きなので、初心者の方も楽しめます。

- 参加費 無料
- 申込不要
- 持ち物 上履き タオル 飲み物

新企画

★ダンス体験会

「レッツダンス!

ストリートダンスを楽しもう」

(会場) 川西公民館大ホール

(日 時)

- ① 9月5日(土)
- ② 10月17日(土)

各回 午前9時30分から11時30分

講師 dance studio PEEPS
中村真之さん

◎◎初めての方でもたいじょうぶ。
基礎から始めて、
かっこよく踊りましょう!!!
ダイエットにいいかも…。



【予告】川西地区ソフトスポーツフェスタ
【モルック大会】開催!!
★日時 10月4日(日) 午前
★場所 川西社会体育館
詳しくは、夏ごろ、発表します!

川西小学校でボランティア募集！

❀ 1年生(学校生活)の見守りボランティア ❀

今年度41人の子どもたちが川西小学校に入学しました。

先生やお友達と楽しく学校生活を送っています。

その楽しい時間の1つでもある、2時間目の後の休み時間！元気いっぱい遊ぶ1年生の子たちを近くで見守ってくださる地域の皆さんを募集しています！

都合の良い日がありましたら、午前10時15分から約20分間、川西小学校で1年生の子たちと交流してみませんか？



❀ 「読み聞かせ」ボランティア ❀

川西小学校読み聞かせボランティア「シャボン玉」では、現在15名の地域の皆さんが月1回の読み聞かせの活動をしています。朝8時15分から15分間、1年生から6年生の各教室で絵本の読み聞かせ、紙芝居等をしています。

子どもたちのまっすぐな眼差しや素直な反応に、現在読み聞かせをされている方からは「素直に反応してくれる子どもたちから元気もらっています。」や、「お話を楽しく聞いている姿にやりがいを感じます。」などの感想をいただいています。興味のある方は一緒に活動してみませんか？！



ご協力いただける方やボランティアに関するお問い合わせについては、川西公民館(22-5004)か川西小学校(31-2014)までご連絡ください。

4月18日(土)・19日(日) 令和8年度川西学童野球大会を開催しました！

すがすがしい春の日差しのもと、自然運動公園多目的グラウンドで、川西と周辺地区の少年野球チームによる野球大会が行われました。2日間にわたる5チームによるリーグ戦の結果、川西学童野球クラブが見事3位を獲得しました！どの試合も接戦で、最後まで結果の読めないハラハラドキドキの大会となりました。選手の皆さん、指導者・保護者の皆さん、大変お疲れさまでした。来年は優勝をめざしてがんばりましょう！

～ 試合結果 ～

- | | | |
|----|-----------|------------|
| 1位 | 城下少年野球チーム | 3勝、1引き分け |
| 2位 | 上田川辺ジュニア | 2勝2敗 |
| 3位 | 川西学童野球チーム | 1勝1敗、2引き分け |
| 4位 | 神畑学童野球チーム | 1勝2敗、1引き分け |
| 5位 | 青木・中之条クラブ | 1勝3敗 |



◇◆◇ 令和8年度 川西公民館登録利用者団体を紹介します ◇◆◇

川西公民館には多くの利用者団体が登録し、様々な生涯学習に関する活動をしています。令和8年度は33団体が登録していますので紹介します。参加してみたいサークルがありましたら、川西公民館までお問い合わせください。

～ 皆さんも一緒に参加してみませんか!! 体験参加や見学もできます。～



(掲載：50音順、令和8年4月1日現在)

No.	団体名	内容	活動日	時間
1	アロハフラ ティアレ	フラダンス	第1・2・4金曜日	9時～12時
2	アロハフラ HANA・花	フラダンス	第1・3木曜日	19時～21時
3	いけばな伝統文化教室	生け花	第1・4土曜日	9時～15時
4	歌謡サークルかわにし	歌唱	第2・4火曜日	10時～12時
5	川西カラオケ教室	カラオケ	第2・4木曜日	13時～15時
6	川西がんばる空手道	空手	毎週木曜日	18時～20時
7	川西郷土研究会	郷土の歴史の研究と文化財保護の学習	不定期	-
8	川西憲法学習会	憲法の学習	不定期	-
9	川西写真クラブ光影会	写真	第3火曜日	13時～16時
10	川西スポーツ吹矢クラブ	スポーツ吹矢	第1・2・3金曜日	9時～12時
11	川西卓球クラブ	卓球	毎週火・金曜日	13時～15時
12	川西陶芸クラブ	陶芸	第1・3・5水曜日	9時～15時
13	川西フォークダンスクラブ	フォークダンス	第1・3火曜日、第2・4・5水曜日	9時～12時
14	川西墨友会	水墨画	第2火曜日	9時～12時
15	キャッツ	エアロビ	毎週水曜日	18時～21時
16	コーラスグループすずかけ	コーラス	第4金曜日	13時～15時
17	こっこ川西	フォークダンス	毎週金曜日	13時～16時
18	こまゆみコーラス	コーラス	第1・3木曜日	14時～16時
19	五行歌講座	五行歌	第4土曜日	9時～12時
20	実用書道(親子書道含む)	実用書道	第2・4土曜日	13時～16時
21	新樹俳句会	俳句	第2日曜日	13時～16時
22	新日本歌人・上田短歌の会	短歌(歌会)	奇数月の第3月曜日	13時～17時
23	すこやかパドル体操	パドル体操	毎週木曜日	13時～15時
24	太極拳	太極拳	毎週火曜日	13時～15時
25	籐工芸	籐工芸	第2・4木曜日	13時～17時
26	ハーモニカアンサンブルのはな	ハーモニカ	第1・3火曜日	10時～12時 19時～21時
27	発酵文化推進ネットワーク	食文化の学習(調理実習)	不定期	-
28	パッチワークを楽しむ会	パッチワーク	第4水曜日	13時～15時
29	プチ ホアロハ	フラダンス	第1・3火曜日	12時～15時
30	ほのぼのクラブ	健康体操	毎週月曜日	10時～12時
31	ヨーガ	ヨガ	毎週水曜日	13時～15時
32	ラビット	健康体操	第2・4月曜日	13時～15時
33	ローズスター・ダンスサークル	社交ダンス	毎週金曜日	19時～22時



【職員着任のお知らせ】

4月20日から、川西公民館山田愛子次長の後任に三井美代子次長が着任いたしました。引き続き、よろしくお願いいたします。

【お詫び】

4月16日号「分館からのメッセージ」の中でお名前に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

(誤) 仁古田分館 生田 英行 分館長
(正) 仁古田分館 生島 英行 分館長