

# そよかせ通信

令和5年5月16日号 (No. 2)

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、そよかせ通信がご覧になれますので御利用ください。

お知らせ

## 公民館利用について

～新型コロナウイルス「5類」移行後の対応～

新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行に伴い、これまで公民館利用時にお願していた事項につきまして、以下のように変更となりました。なお、定期的な換気等、基本的な感染対策は引き続きご協力をお願いします。

- ◆施設利用時の感染対策チェックリストの提出は不要となります。
- ◆飲食を伴う活動の自粛は解除します。
- ◆マスクの着用は、これまでどおり個人の判断（職員含む）となります。
- ・体温測定器や手指消毒用のアルコール等の配置は継続しますので、ご自由にお使いください。



募 集



## えんぴつ散歩講座



～令和5年度テーマ 暮らしの中の水～

地域を訪ね、現地講師のお話を聞き、そこで感じたことを感想（800字程度）にまとめ、講座終了後に文集を発行します。今年は、私たちの生活に深く関わる「水」がテーマです。一緒に参加しませんか。

期 日	内 容
6/8(木)	開講式、文章作成の基礎学習
6/15(木)	座学研修① 神川水系の水事情
7/20(木)	現地研修② 菅平ダムほか
8/17(木)	現地研修③ 染屋浄水場
9/21(木)	現地研修④ 農業用水～吉田堰をたどる～
10/12(木)	現地研修⑤ 矢出沢川をたどる～地形から～
12/7(木)	閉校式、講座のまとめ

※開講式以降に引き続き月一回程度、3月まで編集会議が予定されています。

- ◇講 師 伊藤 文子さん（常任講師）  
NPO 法人上田図書館倶楽部
- ◇時 間 6/8（木）、6/15（木）、12/7（木）  
午前9時30分～11時30分頃  
現地研修：午前9時～12時頃  
（現地研修場所によって、時間変更の場合あり）
- ◇場 所 6/8、6/15、12/7は上野が丘公民館  
現地研修はマイクロバスで現地へ
- ◇定 員 12人程度（先着順）
- ◇参加費 受講料700円（初回納入）  
文集印刷負担金等約14,000円（後日）
- ◇申込み 上野が丘公民館へ**6月2日（金）**まで

募 集

イスに座ったままでもできる

## 筋力アップ講座



健康づくりチャレンジポイント制度対象事業

第2回

一緒に楽しくストレッチ、トレーニングをしませんか？  
日常の中に、トレーニングを取り入れられる方法なども  
お伝えします。気持ちも身体もリフレッシュしましょう。

- ◇日 時： **7月7日（金）**  
午前10時から11時頃まで
- ◇会 場： 上野が丘公民館 2階 大ホール
- ◇講 師： 中曽根 俊文 さん  
（KATAスポーツリハビリトレーナー）
- ◇申込み： **5月24日（水）午前9時から**  
上野が丘公民館へ電話で（定員45人）
- ◇受講料： 一人 100円

募 集

ボランティア大募集！！

## 上野が丘 夏休みわいわい塾

今年も地域の小学生を対象にわいわい塾を開催します。  
その際に、小学生の様々な体験活動を支援していただく  
ボランティアを募集します。

- ◇日時 **7月31日（月）～8月2日（水）**  
午前9時から午後4時まで
- ◇定員 30人程度  
（3日間通して参加できる方。1日でも可）
- ◇会場 上野が丘公民館、市民の森公園、地域巡り
- ◇申込 **6月5日（月）**までに上野が丘公民館へ
- ◇その他 小学生の参加申し込み・中学生ボランティア  
の申込みは、別途学校を通じて募集する予定  
です。



# 令和5年度 上野が丘公民館分館役員名簿 (敬称略)

本年度、各分館で事業を推進していただく役員の皆さんです。よろしくお願いいたします。



地区	分館名	分館長	副分館長	分館主事	人権同和教育推進員	青少年育成推進指導員	
神	畑山	清水 豊一	◎ 清水 浩視	清水 充成	久保 雅信	清水 健一	
	伊勢山	赤岡 定浩	赤岡 教男	塚原 康徳	▽ 池田 聖	◎ 清水 隆利	
	富士見台	稲田 健	平下 光明	寺島 潤平	吉橋 正憲	柳澤 啓介	
	住吉が丘	砥石 勝	山崎 みつ子	宮下 浩二	▽ 中嶋 寿	松澤 すみ子	
	神科新屋	◇ 山岸 玄斎	竹内 初江	木村 友美	尾崎 幸雄	矢野 忠史	
	野竹	沢田 正人	高木 有紀子	◎ 北川 祐己	北村 幸徳	佐々木 浩二	
	西野竹	工藤 恒	保科 江身子	井出 辰夫	傳田 都子	土屋 靖彦	
	笹井	松本 隆一	飯田 玲子	伊藤 嘉宏	○ 金澤 正明	飯田 智幸	
	川原	-	-	-	◇ 永本 明美	-	
	岩門	○ 金原 昌浩	小泉 里美	香山 崇弘	石川 浩美	倉島 美穂	
科	染屋	西澤 孝道	岡部 将太	片桐 勝美	淵野 満徳	宮崎 恵子	
	金井	別府 聡司	○ 柳町 はづき	関 慎也	山口 哲也	佐藤 智博	
	大久保	金井 健明	宮嶋 美由紀	飯田 秀直	簾田 弘	▽ 寺島 清美	
	長島	浅田 正人	山口 由紀子	○ 田玉 征士	本間 みね子	田中 真理	
	金剛寺	古市 祐也	倉島 郁美	倉島 稔生	宮原 宣一	倉島 和幸	
	豊	森	◎ 清水 洋一	清水 美和子	○ 七嵐 利幸	上野 武俊	柴 博志
		大日木	宮澤 豪	柄澤 富美恵	柄澤 卓也	西川 辰雄	▽ 赤尾 貴義
		長入	中村 大輔	-	-	三木 聡	中沢 正美
		宮之上	伊藤 功	吉橋 里美	宮之上 敏彦	○ 塩川 進	南村 明
		小井田	竜野 和幸	◇ 黒木 香代子	宮下 浩	中村 勇	箱山 徹
中吉田		富樫 勝己	宮原 真樹	小林 弘道	宮下 章	田中 千尋	
町吉田		小林 剛	六川 才子	春原 友紀	岡村 邦敏	山本 哲生	
桜台		野村 広志	青木 なおみ	-	▽ 羽鳥 勝義	-	
ひかり		武藤 隆幸	菊池 健久	飯島 和俊	◎ 岡村 和晴	古田 稔	
下吉田		小林 弘典	小林 貴和子	上野 修	小林 潤樹	池上 陽祐	
林之郷		○ 大久保 潔	○ 渡辺 明子	久田 政宏	滝澤 裕一	横田 真沙子	
下郷		神林 克彦	上原 心美子	神林 栄昭	上原 研一	◇ 大久保 慎太郎	
岩清水		松崎 弘司	金澤 育子	辻 新一郎	秋山 三葉	棚橋 拓哉	
矢沢		神林 晃	田中 澄香	山部 竜司	砥石 美枝子	池田 千鶴	
赤坂		佐藤 博之	関 三枝子	◇ 四方 孝徳	佐藤 元彦	宮下 栄余子	
漆戸	三井 祥一	三井 千恵	富澤 三千雄	▽ 三井 祥一	三井 千恵		

記号：◎会長 ◇副会長兼地区会長 ○地区副会長 ▽役員

## 報告 お宝発見!!上野が丘 里山歩き 2023

4月23日(日)の午前、気温が低く肌寒い日でしたが、お天気に恵まれ里山歩き2023を開催しました。2年ぶりの開催となった今年は、約30名の方が春の真田地域を歩きました。6つのグループに分かれて、景色、花、史跡、会話を楽しみながらベビーカーのお子さんから高齢の方まで、それぞれのペースでウォーキングをしました。自然の中で、地域の歴史に触れ、親睦も深めつつ、気持ちも身体もリフレッシュしていただけたのではないのでしょうか。

## 5~6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~

- はつらつカレッジ 5/17(水)、6/21(水)
- 親子ふれあい広場 5/22(月)、6/12(月)、6/19(月)
- 折形講座 5/25(木)、6/22(木)
- マレットゴルフ体験交流会 5/28(日)
- 古文書講座 6/ 1(木)
- 利用者団体清掃 6/ 3(土)
- 地域の偉人を学ぶ講座 6/10(土)
- ワンパウンドふらばーるパレー 審判講習会 6/12(月)
- 大会 6/25(日)