

# しおじり

No.306

令和5年4月1日 発行  
発行 塩尻市中央公民館  
編集 館報編集委員会

ホームページ・各種 SNS は巻末よりご確認ください

塩尻市 中央公民館 検索

## TOPICS

▶中央公民館講座 参加者募集!

▶参加者募集講座



## 講座 特集号

### 塩尻市 中央公民館

### 公民館活動に 参加して みませんか?

紙面連動!新しい館報の読み方

スマートLook

講座予約が簡単!  
写真も動画も追加で見れる!



公民館での字びやつながらづくりが地域のみなさんの生きがいづくり、幸せづくりに繋がっているように、私たちは事業を進めてまいります。すべての人が心身ともに幸せであることを感じられる社会になっていくことを願っています。

今号は中央公民館の講座募集特集号になります。また中央公民館だけでなく市内公民館で様々な活動をスタートしていきますので、気軽にご参加ください!公民館活動を通じてみなさんにお会いできることを楽しみにしております。

## ぶどう棚

昨今ウェルビーイングという言葉が耳にすることがあります。みなさんはお聞きになったことがありますか?

世界保健機関

(WHO) 憲章の前文には「健康とは、病気ではないとか、弱っていないというだけではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、全てが満たされた状態 (wellbeing) にあること」と記載されています。このウェルビーイングの考え方は公民館や社会教育とも深い関係があります。

# 中央公民館講座



## 参加者募集!!

### 講座の申し込みについて

お電話、FAX、メール、あるいは中央公民館窓口でお申し込みください。定員を超えた場合は原則抽選となります。

お申込みの際に ①参加される方のお名前  
②住所 ③電話番号をお伝えください。

電話、窓口受付時間は平日午前8時30分から午後5時までとなります。(メール・FAXは随時受付しています。)

電話：0263-52-0899 (直通)

FAX：0263-53-7604

メール：kouminkan@city.shiojiri.lg.jp

またスマートLOOK(表紙QRコード)やLINE(巻末QRコード)からも申し込みできます。

## 2 俳句講座

兼題(あらかじめ決めておいた題)にそって、一人3句ずつ投稿し、選句を行い、感想を述べあいながら学びます。俳句は生活の一端を切り取るもの。五・七・五の拍からなる世界で最短の詩である俳句を楽しんでみませんか。

期 日 6月1日(休) 7月6日(休) 8月3日(休)  
9月7日(休) 10月12日(休) 11月16日(休)  
12月7日(休) 1月11日(休) 2月8日(休)

時 間 午後1時30分～午後3時30分

場 所 塩尻総合文化センター

講 師 長野県俳人協会 顧問 倉科 繁登さん

定 員 30名程度(参加費：無料)

申込締切 締切なし(随時募集。途中から参加でも構いません。)

備 考 投稿は講座開催日の10日前までに(必着)

## 4 古文書解読講座

市内の古文書を元に、当時の歴史や生活についてグループごとに解読し、発表し合うことを通して理解を深めます。古文書を解読し、塩尻市の歴史をたどってみませんか。初心者の方には、講師が基本知識から指導しますので、お気軽にお申し込みください。

期 日 6月3日(出) 7月1日(出) 8月5日(出)  
9月16日(出) 10月14日(出) 11月11日(出)  
12月9日(出) 1月14日(出) 2月10日(出)

時 間 午前9時30分～午前11時30分

場 所 塩尻総合文化センター

講 師 塩尻市文化財保護審議委員 太田 秀保さん

定 員 30名程度(参加費：無料)

申込締切 締切なし(随時募集。途中から参加でも構いません。)

備 考 グループごとに解読を進めていきます。

## 1 短歌講座

日常生活や感動したことを「五七五七七」の三十一(みそひと)文字にして短歌を詠んでみませんか。投稿された短歌を読み合わせ、感想を述べながら学びます。

参加者は短歌を楽しむことを重視した「ヒヨドリコース」、短歌を上達することを重視する「ハヤブサコース」を選んでいただき、「ヒヨドリコース」は感想や意見の共有をして、「ハヤブサコース」はそれに加えて添削をしていきます。申し込む際にどのコースが希望かお伝えください。

期 日	6月2日(金)	7月14日(金)	8月4日(金)
	9月8日(金)	10月13日(金)	11月17日(金)
	12月8日(金)	1月12日(金)	2月9日(金)

時 間 午前10時～正午

場 所 塩尻総合文化センター

講 師 塩尻短歌館指導員 藤森 円さん

定 員 30名程度(参加費：無料)

申込締切 締切なし(随時募集。途中から参加でも構いません。)

備 考 投稿は講座開催日の10日前までに(必着)

## 3 四季の星空観察会

天体観測ドームの31センチ反射望遠鏡で四季折々の天体観測を楽しめます。各回違ったテーマで観測対象を選び、天体の神秘的な姿を観察していただきます。また肉眼による星座の探し方についても学びます。

日 時	観測内容(テーマ)
期 日 開会時間	
4月22日(出) 午後7時	宵の明星と春の星座
5月27日(出) 午後8時	宵の明星と月面、春の大曲線
6月24日(出) 午後8時	宵の明星と火星が並ぶ、月齢6の月
7月22日(出) 午後8時	ヘルフレス座球状星団M13、月齢5の月
8月19日(出) 午後7時	夏の大三角と月齢10の月
9月23日(出) 午後7時	土星のリングと月齢8の月
10月21日(出) 午後7時	土星のリングと秋の星座
11月4日(出) 午後7時	木星、土星、アンドロメダ銀河

場 所 いこいの森公園(地球の宝石箱敷地内)天体観測ドーム  
塩尻市大字北小野4668番地(勝弦)

講 師 塩尻星の会のみなさん

定 員 30名程度(参加費：無料)

申 込 不要

(当日現地に集合してください。天候が悪い場合は中止となりますので、各自天気を判断してお越しください。)

## 6 自然栽培体験 田んぼでお米づくり

お米を田植えから収穫まで一年をかけて育てます。作業を通じて昨今の気候変動、虫、病気とうまくつきあっていく農法を体感していきます。本格的に農業を学びたい方や米作りを体験してみたい方におすすめの講座になります。

### 時期・内容

5月下旬から6月上旬 田植え 10月 稲刈り 11月 調理・しめ縄づくり(予定) 3回程度(基本土曜日曜の午前中)に活動予定

時 間 午前9時～正午頃まで

場 所 塩尻東地区柿沢区にある田んぼ

講 師 大塚 直剛さん

定 員 10組程度

内 容 田植え、草取り、稲刈り、調理など

参加費 1組2,500円(収穫した後にお米10キロをお渡しします)

申込締切 4月27日(休)まで

その他 基本的に一年間(全3回)通して参加いただける方に限ります。日程・内容の詳細は参加される方にお知らせします。

## 5 まなび庵絵画教室

絵画は初めてという人、また年齢に関係なく、どなたでも気軽に絵画を楽しめる教室です。画材は水彩画や油絵、自由に選択できます。月2回、年間通して開催していますので、途中からの参加でも可能です。

期 日	期日	内容	期日	内容	期日	内容
	4/22(土)	静物	8/19(土)	人物	12/9(土)	静物
	4/23(日)		8/20(日)		12/10(日)	
	5/20(土)	風景	9/2(土)	人物	1/13(土)	静物
	5/21(日)		9/3(日)		1/14(日)	
	6/3(土)	風景	10/21(土)	風景	2/17(土)	静物
	6/4(日)		10/22(日)		2/18(日)	
	7/15(土)	静物	11/11(土)	風景	3/2(土)	静物
	7/16(日)		11/12(日)		3/3(日)	

時 間 午前9時～正午

場 所 塩尻西部中学校 まなび庵

講 師 塩尻美術会 会長 小松 正弘さん

定 員 40名程度

参加費 無料(ただし絵具等は持参してください。)

申込締切 締切なし

(随時募集。途中から参加でも構いません。)

## 8 里山で過ごそう!

「里山で遊ぼう!」で会場となる場所を一般の方が入れるように開放日を設けます。どなたでもご自由にきていただいて、自然の中で各々お過ごしください。自然観察をしたり、イスをお持ちいただいて読書をしたり…過ごし方はみなさん次第です。開放日にはスタッフも何人か常駐しています。

またその回によってテーマを決めて開催します。

### 期日・テーマ

5月14日(日) 観察DAY(フィールド内の自然観察をします)

6月4日(日) 防災クッキングDAY(ポリ袋を使った料理づくり)

時 間 午前9時から正午まで

場 所 塩尻市片丘北熊井地籍  
ソヤノウッドパーク南側市有林

定 員 各回20人程度

参加費 5/14 無料、6/4 1人500円程度(食材費)

申込締切 5/14の回:5月8日(月)まで、6/4の回:5月15日(月)まで

その他 今年度はこの他に2回程開催予定です。詳細決まり次第館報やホームページでお知らせします。

## 7 里山で遊ぼう!夏のデイキャンプ

里山をフィールドとして、里山の魅力を感じ、全力で遊びます!外遊びをする機会が少なくなってきていますが、この機会に親子でいっしょに楽しみませんか。

期 日 7月15日(土)

内 容 里山デイキャンプ

時 間 午前10時から夕方頃まで

場 所 塩尻市片丘北熊井地籍  
ソヤノウッドパーク南側市有林

講 師 自然体験活動ボランティアグループ熊野井塾

定 員 30名

参加費 材料費・食材費等1人500円程度

申込締切 4月27日(休)まで

## 10 初心者向け手話講座

塩尻市では手話言語化条例が令和4年4月1日より施行されました。手話を多くの人に知ってもらうため初心者向けの手話講座を開催します。

期 日 5月27日(土)、6月24日(土)、7月29日(土)、8月19日(土)、9月23日(土) 全5回

時 間 午後1時30分から午後3時まで

場 所 塩尻総合文化センター 大会議室

講 師 手話指導員 森下 尚子さん

定 員 15名程度 参加費 無料

申込締切 4月27日(休)まで

その他 基本的に一年間(全5回)通して参加いただける方に限ります。都合により全5回参加できない場合はご相談ください。

## 9 街道を往く～塩尻峠～

塩尻峠を歩き、歴史的、文化的遺構等に触れることで、歴史的な学びをより深めます。新緑の景色を楽しみながら、講師の方の説明を聞きながら、山道をゆっくり歩くことで、心と体の健康増進につながります。

期 日 4月29日(土) 午前8時から午後1時頃まで

内 容 市立体育館に集合しバスで移動し、ガイドの方の説明を聞きながら塩尻峠を散策。

定 員 10名程度

参加費 無料

申込締切 4月18日(休)まで

その他 どなたでも参加できますが、塩尻峠を歩いて散策できる体力のある方のご参加をお願いします。約6km、3時間ほど歩きます。

## 12 カゴを使った寄せ植え講習会

昨年から市民活動団体hana-tomoのみなさんを講師にお迎えして開催している園芸講座。今年も3回開催予定です。第1回目は「カゴを使った寄せ植え講習会」を開催します。

期 日 5月28日(日) 午前10時から正午まで  
会 場 塩尻総合文化センター 陶芸絵画室  
講 師 市民活動団体 hana-tomo  
定 員 15名  
参加費 1人1,500円  
申込締切 4月27日(木)まで

## 11 しおじり数珠つなぎ

塩尻市内在住の方や塩尻に馴染みのある方を毎回ゲストにお迎えして、対談形式のトークショーを行います。みなさんに地域に素敵な人がいることを知ってもらうための企画です。そして次のゲストは、その回のゲストに紹介してもらい、「数珠つなぎ」で輝いている人をこの企画にお迎えします。

日 時 6月18日(日) 午前10時から正午まで  
会 場 えんてらす101・102会議室  
ゲ ス ト ソトイクプロジェクト グレイコさん  
定 員 50名 (先着順)  
参加費 無料  
申込締切 6月14日(木)まで  
そ の 他 7月以降も3ヶ月に1回のペースで開催予定です。

## 明日へ伝える昭和の戦争

### ～ 戦後80年に向けて ～

2025年に戦後80年を迎えるにあたって、戦争の悲惨さを記録し、次世代に受け継いでいくため、戦争にまつわる体験談等（戦争時の様々な体験、学童疎開、親や祖父母から聞いた話等）を募集します。応募していただいた方には、公民館から聞き取りをさせていただきます。集まった体験談等は公民館広報媒体へ掲載するなど、平和啓発のために使用します。

また戦争を知らない世代の方で、いっしょに戦争にまつわる体験談等聞き取りをしたい方や平和学習をいっしょに進めてくれる方も募集しています。

### 募集内容

- ①戦争にまつわる体験談をお話してくれる方
  - ②戦争にまつわる体験談をいっしょに聞き取りしてくれる方、戦争の悲惨さや平和の尊さを後世に伝える意欲のある方
- その他 期日は設けませんので、いつでもご連絡ください。

### 令和5年度中央公民館年間予定

講座名	日 程	内 容
しおじりキャンプめし	秋頃	市内各地で火起こし方法やアウトドア料理を学びます
サマースクール公民館	7月26日(水) 8月2日(水)	子どもたちの夏休みの学びの場として様々な講座を2日間（2会場で）開催します
つりしのぶ講習会	7月	つりしのぶ（しのぶ玉を軒先などに吊るしたもの）づくり
ハンギングバスケット講習会	11月	葉牡丹を使ったハンギングバスケットづくり
里山で炭焼き体験	11月土曜日	里山で炭焼き体験をして炭づくりをします
世界の料理と文化いろいろ	7～12月	世界各国の料理と文化を学びます
聴覚障がい者と学ぶ教養講座	9～12月 全4回	聴覚障がい者といっしょに学べる講座を開催します
しおじり数珠つなぎ	3か月に一回	ゲストを数珠つなぎで紹介してもらいます
ゆる活	随時	各テーマについてみなさんでゆるーく語り合います。

- ・各講座は詳細が決まり次第塩尻市ホームページやフェイスブック、公民館報などでお知らせします。
- ・予定ですので、内容や時期が変更になる場合があります。

※各種講座の詳細はスマートLOOK、ホームページ等をご覧ください。中央公民館までお問い合わせください。

**申込み・お問い合わせ** 電話 **0263-52-0899** メール **kouminkan@city.shiojiri.lg.jp**

中央公民館までお問い合わせください。総合文化センター窓口・お電話・メールにて受付いたします。

ホームページ・フェイスブック  
も是非ご覧ください。  
LINEの友だち登録・Twitterの  
フォローもお願いします

🔍 ホームページ

<https://www.city.shiojiri.lg.jp/soshiki/61/>

🔍 フェイスブック

<https://www.facebook.com/shiokominkan/>

🔍 LINE

「友だち追加」から ID[510hslt] で検索

🔍 Twitter

「塩尻市中央公民館」で検索

塩尻市 中央公民館 検索

