

檜川公民館

活動報告・チラシ集

令和5年度 檜川公民館 事業報告書 (2023.4/1～2024.3/31まで)

	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
1	檜川スポーツクラブ (バスケットボール)	共催	4月～3月	檜川小中学校 体育館	継続	111	無	12	1,332
	概要・結果・今後の展望など								
	地区体協と共催で檜川小中学校の児童生徒が、バスケットボールを通じて、体力の向上と仲間の輪を広げることを目的に平成27年度から実施している。少子化で参加者の増減はあるが今後も継続していく。								
2	いきいき貯筋倶楽部 (前期)	共催	5月～8月	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	12	30	19	143
	概要・結果・今後の展望など								
	日常の運動方法を学習し、参加者自身や地域の仲間継続することを目指す。毎年多数の参加者があり、人気のある講座である。								
3	第1回檜川マスターズ倶楽部 「講演会」	主催	5月12日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	1	43	36	36
	概要・結果・今後の展望など								
	檜川マスターズ倶楽部の開講式と合わせてコミュニケーションカウンセラーの山田千津子先生から「学びの知恵袋、学ぶ姿勢、心構え」の演題で講演会を実施した。今後の活動に大変参考になる講義内容であり、この講演で学んだ知識をこれからの活動に生かしていく。								
4	第2回檜川マスターズ倶楽部 「しいたけ駒打ち体験」	主催	5月23日	檜川公民館	新規	1	43	40	40
	概要・結果・今後の展望など								
	檜川森林(もり)のクラブが講師による、しいたけの種駒を打ち込む作業を体験し、栽培方法について学んだ。大変好評であった。								
5	第3回檜川マスターズ倶楽部 「園芸教室」	主催	6月5日	檜川小中学校 空き地	継続	1	43	40	40
	概要・結果・今後の展望など								
	今回も長野県園芸福祉ネットワークの藤田政良先生から「玄関先におく寄せ植えづくり」を指導いただき、出来上がった作品について意見交換をした。この教室で学んだ知識を今後活かしていく。								
6	第1回食文化体験講座 「朴葉もちづくり」	共催	6月13日	木曾漆器館	新規	1	15	10	10
	概要・結果・今後の展望など								
	4年ぶりに木曾漆器館と共催で、「朴葉餅づくり」を行った。参加者には檜川地区の食文化を伝えることができた。来年度も開催予定。								

7	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第4回檜川マスターズ倶楽部 「地域の自然学習& ウォーキングin鳥居峠」	主催	6月20日	鳥居峠	新規	1	48	10	10
	概要・結果・今後の展望など 鳥居峠にウォーキングで体力づくりをしながら、ガイドから道中生息する動物、植物等の説明を受けた。この講座で学んだ知識を今後の活動に活かしたい。								
8	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第5回檜川マスターズ倶楽部 「交通安全・特殊詐欺予防教室」	主催	7月11日	檜川公民館	継続	1	-	30	30
	概要・結果・今後の展望など 高齢者を対象に実施。参加者は、公道歩行中に交通事故に遭わないための基礎知識や特殊詐欺にあわないための対応を学んだ。								
9	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	塩尻市で一番高い山に登ろう！ 檜川茶臼山登山	共催	7月17日	茶臼山	継続	1	12	12	12
	概要・結果・今後の展望など 参加者の体力向上、健康増進並びに連帯感を強めることができた。								
10	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	宇宙人と遊ぶ夏休み	共催	7月22日 ～ 8月22日	図書館檜川分館	新規	22	-	140	140
	概要・結果・今後の展望など 図書館檜川分館によるイベントで、新聞紙やチラシ、不要な事務用品などを使って遊べる空間をつくり、数種類の遊び用具や工作を加えながら行った。子供たちにも大好評であった。								
11	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	ならゼミ2023！！ 「川中に学ぶ」	共催	7月22日	檜川小中学校 奈良井川・橋渡沢	新規	1	30	28	28
	概要・結果・今後の展望など 「川にはどんな役割があるの？川にはどんな生き物がいるの？川はどこが危険なの？」をテーマで屋内で川についての様子を学んだ。奈良井川の水源である「茶臼山」から犀川なるところまでの水の旅をスライドで見て、水の大切さや、川の危険なところがどこにあるのか？環境を守るといことがどういことなのかを学んだ。								
12	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第6回檜川マスターズ倶楽部 「地元の食材を使った料理教室」	主催	7月25・28日 8月2日	檜川保健福祉センター 調理室	継続	3	43	34	34
	概要・結果・今後の展望など 長野県農村生活マイスターの橋戸京子さんと森川純子さんを講師に、塩尻市唯一の伝統野菜「羽淵キウリ」と市の野菜生産率No.1の「レタス」を使って料理づくりを実施した。羽淵キウリ、レタスを使って様々な調理方法を習得することができた。								
13	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	ならゼミ2023！！ 「林中に学ぶ」	共催	8月3日	檜川小中学校 付近の広場	新規	1	30 家庭	57	57
	概要・結果・今後の展望など 学校近くの森や林に親しみ、そこには私達の命を支える植物の営みや生活を豊かにするためのものがあることを知る。ネイチャーゲーム、火起こし体験等を実施。来年も参加したいという意見が多かった。								

	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
14	夏の夜の奈良井宿ウォーキング	共催	8月6日	奈良井宿内	継続	1	-	18	18
	概要・結果・今後の展望など								
	地区ヘルスアップ委員会と共催で毎年実施している。夏の夜に奈良井駅から鎮神社までのコースを往復した								
15	グランドゴルフを楽しみませんか	共催	8月8・22日 9月5・19日 10月3日	檜川運動場	継続	5	-	12	51
	概要・結果・今後の展望など								
	贅川福寿草クラブと共催で実施。今後も定期的を開催していきたい。								
16	第7回檜川マスターズ倶楽部「環境学習&ウォーキング」	主催	8月22日	戸隠	継続	1	43	41	41
	概要・結果・今後の展望など								
	戸隠神社内をウォーキングで体力づくりをしながら、環境学習を行った。この講座で学んだ知識を今後の活動に活かしたい。								
17	第8回檜川マスターズ倶楽部 体力づくり教室「マレットゴルフ」	共催	9月2日	贅川の森マレットゴルフ場	継続	1	-	44	44
	概要・結果・今後の展望など								
	毎年、地区体協と共催で実施している。地元愛好会の指導により参加者は楽しく体力づくりができた。								
18	スマートフォン活用講座	共催	9月7・21日 10月5・19日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	1	15	8	25
	概要・結果・今後の展望など								
	講師が塩尻市振興公社によるスマートフォン活用の基礎講座、応用講座を実施。								
19	いきいき貯筋倶楽部(後期)	共催	9月~11月	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	12	30	15	135
	概要・結果・今後の展望など								
	日常の運動方法を学習し、参加者自身や地域の仲間と継続することを目指す。毎年多数の参加者があり、人気のある講座である。								

20	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第9回檜川マスターズ倶楽部 社協との共催講座「珈琲講座」	共催	9月26日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	新規	1	43	35	35
	概要・結果・今後の展望など 珈琲の淹れ方を学びながら、マスターズ倶楽部員同士が語り合うひと時を過ごしながら、仲間意識の向上を図るため実施した。								
21	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	檜川地区健康教室 「高血圧、放っておくと起こる こわいこと」	共催	9月29日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	新規	1	-	12	12
	概要・結果・今後の展望など 地区ヘルスアップ委員会と共催で、まつもと医療センターの外来診療部長 越川めぐみ先生による出前講座を実施。								
22	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	グランドゴルフ大会	共催	10月8日	檜川運動場	新規	1	-	27	27
	概要・結果・今後の展望など 賛川福寿草クラブと共催で実施。								
23	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第10回檜川マスターズ倶楽部 「環境学習&ウォーキング」	主催	10月17日	上高地	継続	1	43	26	26
	概要・結果・今後の展望など 上高地において、ウォーキングで体力づくりをしながら、塩尻市自然保護ボランティアから上高地に生息する動物、植物等の説明を受けた。この講座で学んだ知識を今後の活動に活かしたい。								
24	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第11回檜川マスターズ倶楽部 大人のクラフト講座 「きり絵教室」	主催	10月24日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	新規	1	43	32	32
	概要・結果・今後の展望など 昨年に引き続き、きり絵アーティストの柳沢京子先生から指導を受けた。来年度も開催予定。								
25	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	檜川地区栄養教室 「高血圧ってなぜいけない？」	共催	10月27日	檜川保健福祉センター 調理室	新規	1	-	13	13
	概要・結果・今後の展望など 地区ヘルスアップ委員会と共催で、健康づくり課の担当保健によるまつもと医療センターの外来診療部長 越川めぐみ先生による出前講座を実施。								
26	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	檜川公民館・平沢分館 合同文化祭	共催	10月29日	檜川公民館	継続	1	-	300	300
	概要・結果・今後の展望など 小中学校、保育園、地元サークル団体の作品展示のほか、今年度は、4年ぶりにおでん、そば等の飲食・販売を行った。大変盛りあがった内容の文化祭であった。しかし一般展示物は年々減少している。								

27	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	文化祭合同イベント	共催	10月29日	檜川公民館	継続	1	-	42	42
	概要・結果・今後の展望など 図書館檜川分館によるイベント（鬼ヶ島の探検）やりサイクル雑誌のお持ち帰り（雑誌ぐるぐるブックス）などを合同文化祭と併せて実施した。								
28	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第12回檜川マスターズ倶楽部「食文化再発見講座」	主催	11月1日	伊那商工会議所 他	継続	1	43	37	37
	概要・結果・今後の展望など 長野県調理師会料理コンクールを視察。一般者の展示品から高校生や専門学生の作品が展示されていた。調理実習が行われ参加者は熱心にメモをとっていた。								
29	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第13回檜川マスターズ倶楽部「講演会」	主催	11月24日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	1	43	33	33
	概要・結果・今後の展望など 檜川マスターズ倶楽部の閉講式と合わせてコミュニケーションカウンセラーの山田千津子先生から講演をしていただいた。この講演で学んだ知識をこれからの活動に生かしていく。								
30	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	スマートフォン活用復習講座	共催	11月9・16日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	2	8	8	13
	概要・結果・今後の展望など 4回にわたり実施したスマートフォン活用講座の復習講座。								
31	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	食文化体験講座「そば打ち体験」	主催	11月15日	檜川支所調理室	継続	1	8	8	8
	概要・結果・今後の展望など 塩尻産のそば粉を使って実施した。参加者は熱心に指導を受けていた。								
32	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	第13回檜川マスターズ倶楽部「講演会」	主催	11月24日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	1	43	33	33
	概要・結果・今後の展望など 檜川マスターズ倶楽部の閉講式と合わせてコミュニケーションカウンセラーの山田千津子先生から講演をしていただいた。この講演で学んだ知識をこれからの活動に生かしていく。								
33	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
	いきいき貯筋自主クラブ	共催	12月7・14日	檜川保健福祉センター いきいきふれあいルーム	継続	2	-	15	25
	概要・結果・今後の展望など 檜川地区いきいき貯筋倶楽部の参加者が募ったサークル団体。いきいき貯筋倶楽部の実施期間外に随時実施している。今後も参加者が増えるよう公民館もバックアップしていく。								

	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
24	親子スキー教室	共催	1月14日	やぶはら高原スキー場	継続	1	-	60	60
]								
毎年、奈良井分館と共催で実施。今回も奈良井スキークラブ員がインストラクターで丁寧に指導してくれた。									
	講座・事業名	主催/共催	実施日	会場	新規/継続	開催回数	定員	参加者	延べ参加者
25	どまん中交流事業	主催	2月3・4日	檜川地区内外	継続	1	無	54	54
	概要・結果・今後の展望など								
姉妹都市である静岡県袋井市の小学校児童20人、引率者等11人と塩尻市の小学校（檜川小中学校）児童15人、引率者等9人が、塩尻市で「どまん中交流」で交流を深めた。初日は、対面式・レリエーションを行ってから藪原スキー場でソリ遊びや雪遊びをして交流した。次に、奈良井公民館において両市の児童がカレーライスづくりで交流を行いその後、奈良井宿アイスクャンドル祭りに参加した。2日目は、奈良井宿でウォークラリーを行いその後、両市の郷土料理（檜川は五平餅・袋井はどまん中汁）づくりを体験した。短期間ではあったが双方の子どもたちの心の中に強い絆が育みました。									
		開催回数	参加者数	延べ参加者数	自己評価・今後の展望など				
令和5年度合計		160	604	2,053	新規・継続事業とも今まで公民館事業に関心が無かった者が積極的に参加された。今後も、住民からの要望を取り入れ魅力ある事業を展開していきたい。				

第2回 檜川マスターズ倶楽部

しいたけ 駒打ち体験

- 日 時 5月23日(火) 午前9時30分から
- 場 所 檜川公民館
- 講 師 檜川森林のクラブの皆さん
- 内 容 講義、原木の穴あけ、しいたけの駒打ち作業
- ・原木は、1人2本です。
 - ・駒打ち後の原木は、各自お持ち帰りいただきます。
- 参加費 1人500円(当日徴収します。)
- 服 装 駒打ち作業のできる服装
- 持ち物 軍手、こづち・かなづちなど
- その他 参加の有・無を5月17日(水)までに 担当 角田までご一報下さい。

檜川公民館(檜川支所)
電話 34-2001
担当 角田

令和5年5月12日

檜川マスターズ倶楽部員 様

檜川公民館長 本多 秀実

第3回檜川マスターズ倶楽部

園芸教室の開催について

今回の園芸教室は、「玄関先に置く寄せ植えづくり」を行います。
皆さん、ご都合をつけて是非ご参加下さい。

日 時： 6月5日（月） 午前10時～11時

集合場所： 檜川保健福祉センター（檜川支所）正面玄関前

講 師： 長野園芸福祉ネットワーク 顧問 藤田 政良先生

〃

田嶋 房代先生

内 容： 玄関先に置く寄せ植えづくりの実習

持 ち 物： ・ハサミ（小枝が剪定可能なもの）、移植ゴテ

・鉢の持ち帰り時に入れるビニール（水漏れに対応できるもの）

・鉢土入れ → （お持ちの方）、筆記用具

※植木鉢、植物は当方で用意します。

服 装： 園芸作業のできる服装

参加費： 1人 500円（当日徴収いたします。）



○ 参加の有無を5月23日（火）までに、（檜川支所34-2001）角田へ
ご一報ください。

第5回檜川マスターズ倶楽部

交通安全&特殊詐欺予防教室

全国的に高齢者の自動車事故や自転車・歩行中の事故が急増しています。交通安全の基礎知識を今一度確認してみましょう。

また、毎日のように新聞等で特殊詐欺関連の記事が掲載されています。

檜川地区内でも不審な電話が頻繁にかかって来ているのが現状です。

今回は、寸劇や腹話術等を観賞しながら、交通安全と特殊詐欺予防について学びます。部員の皆さん、都合をつけて是非ご参加ください。



開催日	令和5年7月11日(火曜日)
場所	<u>檜川公民館 大ホール</u>
時間	午後1時30分～午後2時30分
講師	NPO法人 「交通教育とらふいっくsisters」
参加費	無

※ 当日参加できない方は、檜川支所 角田までご一報ください。

問い合わせ先

檜川支所 電話 34-2001

担当 角田まで



参加者募集中！

主催 檜川体育協会 山岳部

共催 檜川公民館

塩尻市で一番高い山に登ろう！

「檜川茶臼山登山」

今年も、奈良井川源流である茶臼山の登山を計画しました。
 ステイホームで運動不足の中、健康・体力増進も兼ねて、
 檜川地区の素晴らしい自然をみんなで満喫しませんか？
 夏の一日、ふるさとの自然の中で、楽しい思い出を作りましょう。

1. 期 日 令和5年7月17日（月）海の日 《日帰り》
2. 場 所 茶臼山（標高2652m、塩尻市で一番高い山になります。）
3. 集合場所 奈良井宿橋 道の駅駐車場
4. 集合時間 午前6時30分（各自集合）
5. 定 員 10名（成人の健康な方、先着順、定員になり次第締切ります。）
6. 参加費 1,000円（保険料他）
7. 持ち物等 参加者に後日連絡いたします。
8. 申込期間 6月1日（木）～ 定員に達するまで
9. 申込み先 奈良井 山崎 賢治 TEL 090-4966-8454
 奈良井 中村 活昭 TEL 090-2338-1710
 奈良井 中村 英一 TEL 090-1865-2652
10. その他 登山ルートにはトイレが1箇所しかありません。
 あらかじめご了承ください。



ならぜニ2023!!

楢川の自然に親しもう

川中

(せんせい)

に学ぶ

主催：楢川地区公民館

- 1 期日 7月22日(土) 8:30~12:00 少雨決行
予備日：7月23日(日) 順延になった場合は登録いただいたメールで通知します
- 2 場所 楢川小中学校および学校近く奈良井川
- 3 募集範囲 塩尻市内に在籍している小学校4~6年(4~6年生であれば複数の兄弟での参加可)とその保護者
 - ・保護者もウエットスーツを着用し活動に参加していただきます
 - ・学齢に合わせて活動を計画しております。安全確保のため未就学児及び中学生以上のお子さんの参加(参観)は不可とします。
- 4 募集定員 15家庭 先着順
参加の可否については登録いただいたメールでお知らせいたします。
- 5 内容 身近にあるけど身近に感じていない「川」。その「川」の役割や、良さを、体験を通して学びます。奈良井川を見る目がきっと変わります。
 - ・集合・受付 楢川小中学校体育館前駐車スペース
 - ①8:30~9:30 「私たちの奈良井川」を知ろう。
川にはどんな役割があるの?川にはどんな生き物がいるの?川はどこが危険なの?
まずは屋内で川についての様々を学びます。
場所：楢川小中学校 体育館
★学習終了後ウエットスーツ着用
男子：体育館アリーナ 女子：プール更衣室 保護者：体育館更衣室
 - ②9:40~10:20 生きた川で学ぶ
場所：橋戸沢合流地点(楢川小中学校西側奈良井川)
川の危険と安全確保について
(ウエットスーツ・ヘルメット・ライフジャケット)
・川の流るる特性を知り、身の守り方を学んだり、ヒューマンチェーン等川での安全確保の方法を学んだりします。
・川の楽しさを学びます
川流れ体験(川状況を判断し、安全確保を十分に図って実施します)
 - ③10:40~12:30 川で生物観察・リバーウォーク
場所：橋戸沢合流地点より上流部
川で石の裏や水草の影などに住む生物を採集・観察を行うことで生物多様性や水をきれいにする事の大切さを学びます。
また、沢をさかのぼり、沢遊びの楽しさを学びます
・体育館周辺で着替えて終了
- 6 費用 ウエットスーツやヘルメットなど装備代 + 保険 = 600円(1人当たり)
当日徴収(お釣りの無いようにご用意ください)
- 6 服装・持ち物
 - (川での活動時服装) 水着+化学繊維のTシャツ(かぶれ防止)・軍手
濡れてもよい運動靴・捨ててもよいような靴下
 - (貸与) ヘルメット・ウエットスーツ・ライフジャケット
 - (持ち物) 着替え・水筒・レジ袋・タオル
- 7 その他 ・体力を使う活動なので会場までの行き帰りは、各ご家庭の責任のもと、送迎をお願いいたします。

8 参加確認

①参加希望者は、申し込みサイトより必要事項を入力して応募してください。

②申し込み締め切り 7月10日(月)

③申込先 以下のURL又はQRコードよりお申込みください。

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfE3gZtP5REhmuMmjg9bnB-2fixZsc5-4SBXW4RN7pjRqg0IQ/viewform>



集合場所・会場



講師

リトルピークス

小峰 邦良 様



問い合わせ先

榎川小中学校教頭 二宮 聡志 0264-34-2004

講座についても学校見学についてもお気軽にお問い合わせください

榎川小中学校では様々な特色ある教育活動を進めております
ご興味のある方には
当日講座終了後、学校案内・個別相談をお受けしておりますので
申し込みの際の備考欄に「学校参観希望」とご記入ください

昨年度の活動紹介

①8:30~9:30「私たちの奈良井川」を知ろう。

「川にはどんな役割があるの？川にはどんな生き物がいるの？川はどこが危険なの？」というテーマで屋内で川についての様々を学びました。

奈良井川の水源である「茶臼山」から梓川と合流して犀川になるところまでの水の旅をスライドで見ながら、水の大切さや、川の危険なところがどこにあるのか、環境を守るということがどういうことなのかを学びました。



②9:40~10:20 生きた川で学ぶ

・川の流れの特性を知り、身の守り方を学びました。

川の危険と安全確保について、川の流れのどこが危険なのか、実際に川を渡ってみる活動を通して学びました。



・川の楽しさを学ぶ

ライフジャケットを着用して川流れ体験をしました。



・水生昆虫や、魚を採取してみました。

イワナの稚魚・カジカ・ヘビトンボ等きれいな川に住む生物をたくさん見つけることができました。



③10:40~11:40 川で生物観察・リバーウォーク

場所：橋戸沢合流地点より上流部

沢をさかのぼり、沢遊びの楽しさを学びました。

瀬を流れて下ってみたり、みんなの体でダムを作ってみたり、身近な川を十分に遊びきりました



ならぜニ 2023!!!

親子で楢川の自然に親しもう

りんぢゅう 林中に学ぶ

主催：楢川地区公民館

- 1 期日 8月3日(木) 8:30~12:00 少雨決行(雨天時カッパ上下必須)
中止の場合は事前登録したメールに連絡します
- 2 場所 楢川小中学校 体育館前 二子山付近
- 3 募集範囲 楢川市内に在籍している小学校1~6年とその保護者
 - ・児童のみの参加不可
 - ・小学生であれば複数の兄弟での参加可
 - ・小学校程度のお子さん対象の活動であるため、また、火おこし体験などの活動の安全確保のため未就学児及び中学生以上のお子さんの参加は不可とします。
- 4 募集定員 30家庭 先着順
参加の可否については登録いただいたメールでお知らせいたします。
- 5 内容 楢川地域の自然をゆったり味わいます
8:20 楢川小中学校 体育館前集合
①8:30~8:40 初めの会
②8:40~9:10 アイスブレイク
みんなでリラックスして楽しめるように心のウォーミングアップ
③9:20~11:20 ネイチャーゲーム・火起こし体験
いくつかのグループにわかれ順番にアトラクションを回りながら学習します
○火起こし体験・燻製作り見学
昔の人はどうやって火を起こしていたのでしょうか?
人と火のかかわりを学びます
○ネイチャーゲーム
身近にある自然についてゲームを通して見直します
④11:30~11:40 燻製を味わってみよう
人々はどうやって食料を保存したのでしょうか?
燻製にした「ちくわ」はどんな味がするかな?
ただの「ちくわ」と食べ比べてみよう
⑤11:40~12:00 まとめのお会
- 5 持ち物 軍手 水筒 タオル(ネイチャーゲーム:目隠し用)
服装 火を扱うので長袖・長ズボン・帽子・運動靴
参加費 無料です
- 6 その他 ・会場までの行き帰りは、ご家庭でお願いいたします。
- 7 申し込み・参加決定
①参加希望者は、申し込みサイトより必要事項を入力して応募してください。
・ちくわを食べます。アレルギーについての調査項目がありますのでご注意ください
②申し込み締め切り 7月18日(火)
・参加可否はメールにて連絡させていただきます。
③申込先 以下のURL又はQRコードよりお申込みください。



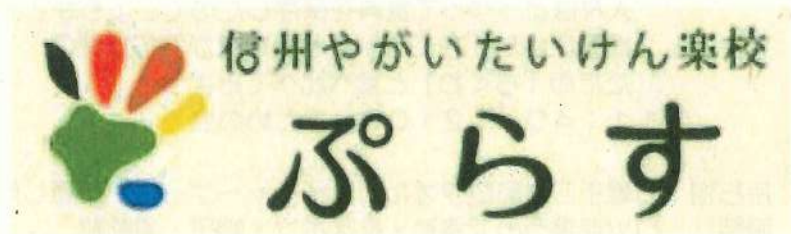
https://docs.google.com/forms/d/1XWwVpqrVMjPIYsFoUhwKsJ0IkGYURAKjhmXWcphK5Q/viewform?edit_requested=true

集合場所・会場



講師

野外体験楽校プラス
降幡 光幸 様



問い合わせ先

榑川小中学校教頭 二宮 聡志 0264-34-2004
講座についても学校見学についてもお気軽にお問い合わせください

榑川小中学校では様々な特色ある教育活動を進めております
ご興味のある方には
当日講座終了後、学校案内・個別相談をお受けしておりますので
申し込みの際の備考欄に「学校参観希望」とご記入ください

昨年度の活動紹介

①8:30~8:40 始めの会

- ・私たちの身の回りにはどんな働きがあるか
- ・私たちにどのような恩恵がもたらされるのか
自然についての概要を学びました



②8:40~9:00 アイスブレイク

じゃんけんゲームやフラフープを使ってアイスブレイク

③9:00~10:00 ネイ

チャーゲーム

3つのグループに分かれて2つのゲームを体験しました

・隠された人工物を探す体験

一定の範囲の中に仕込まれた人工物を探すゲームをしました

ひも・洗濯はさみ・昆虫の模型等を探しましたが、なかなか見つけることができないものもあり、みんな苦労していました。



・目隠して案内された木を自分で探す体験



目をつぶった人を木に案内します



案内してくれた木を探します

・学校の周りにおける木の観察



学校の周りの木の種類やその効果について解説してもらいました

④10:30~11:30

火起こし体験



雨降りのため体育館で実施
木が湿っているためなかなか火が付家内チームもありました

⑤11:30~11:40 燻製試食



木の活用方法の一つとして、ちくわの燻製を作っただき、試食しました。
おいしいだけでなく、昔からある食物の保存方法としての良さを勉強しました。

宇宙人と遊ぶ夏休み

日程 7月22日(土)~8月22日(火)

会場 檜川保健福祉センター内・檜川分館

いろんな宇宙人が待ってるよ、いっぱい遊びに来てね!



★★★こんな遊びができるよ★★★

- | | |
|-------------|-------------------|
| 1. 投げる遊び | 「宇宙人にオニギリをあげよう」 |
| 2. 跳ねる遊び | 「ジャンプして宇宙人とハイタッチ」 |
| 3. くぐるまたぐ遊び | 「ゴムゴム星の探検」 |
| 4. 釣り遊び | 「タコ星人を釣ってみよう」 |
| 5. 飛ばす遊び | 「紙飛行機でGO!」 |
| 6. 貼る遊び | 「宇宙人福笑い」 |
| 7. 空気遊び | 「空気砲で宇宙人を飛ばそう!」 |
| 8. 工作遊び | 「タンバリン・タコ星人を作る」 |

開館時間 午前10時~午後5時

休館日 日・月・祝日

*予約不要

お問い合わせ:塩尻市立図書館檜川分館 0263(52)0280

夏の夜の奈良井宿ウォーキング



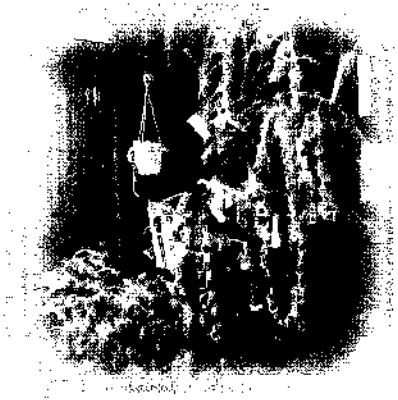
奈良井宿を歩きます。

日時

令和5年8月6日(日)

午後7時30分

奈良井駅集合



内容

七夕飾りを見ながら、
夜の奈良井宿を歩きます。

奈良井駅 → 鎮神社(折り返し) → 奈良井駅(約2.3km)

持ち物

タオル 飲み物 等

参加費

無料

その他

申し込み不要です。当日、運動ができる服装で、奈良井駅前にお出かけください。

※天候等の場合は中止に可能性があります。

主催

榎川地区ヘルスアップ委員会

共催

榎川公民館

問い合わせ先

榎川地区ヘルスアップ委員会事務局 塩尻市健康づくり課
TEL0263-52-0855 担当 巾

第8回檜川マスターズ倶楽部

スポーツ・レクリエーション

【マレットゴルフ】の開催

第8回檜川マスターズ倶楽部は、檜川体育協会事業の「第1回体力づくり教室」として開催されるマレットゴルフに参加します。

今回の会場は、贅川の森公園 マレットゴルフ場です。
部員の皆さん、ご都合つけて是非ご参加ください。

《マレットゴルフでリフレッシュしませんか》

期 日 9月2日(土) 雨天中止

時 間 午前8:45~11:30 (集合時間8:30)

場 所 贅川の森公園 マレットゴルフ場

参加費 無 料

持ち物等 マスク、タオル、飲み物等 運動ができる服装

マレットゴルフ用スティック、ボール (お持ちの方)



(会場図裏面)

◎不参加の方は8月25日(金)までに角田へご一報下さい。

(問い合わせ 檜川公民館 角田 TEL34-2001)

スマホを活用して暮らしを便利に!

スマートフォン活用講座

スマホを持っているけど使い方がわからない
もっと便利に使いたい... など
スマホが苦手な方も ぜひご参加ください
一緒にデジタル活用ははじめませんか?

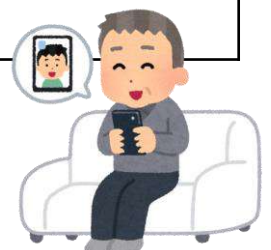


講座/回	日時	内容
基礎講座	① 9月7日(木) 午前10時~12時	スマホの端末操作に慣れる ・電源の入れ方・電話のかけ方 ・カメラの使い方・スマホノート作成 ほか
	② 9月21日(木) 午前10時~12時	インターネットを身近に ・2次元コード・インターネットの使い方 ・文字入力・データ通信量の確認 ほか
応用講座	③ 10月5日(木) 午前10時~11時30分	LINE(ライン)アプリを活用しよう ・LINEの使い方(初級~応用)
	④ 10月19日(木) 午前10時~11時30分	塩尻市サービス紹介 ・ゴミ分別アプリ マイナポータルの紹介 など

参加
無料

場所	檜川保健福祉センター(檜川支所)
定員	基礎:15名、応用:15名 (応募多数の場合は抽選) 基礎・応用講座を通して受講可能です。
申込先	檜川支所 電話:0264-34-2001
申込期間	8月1日(火)から8月25日(金)まで
その他	・申込時にお使いのスマホの機種を確認いたします。 事前に 裏面の画像 をご確認いただき、申込時に機種をお伝えください。 ・内容が変更になる可能性があります。
持ち物	・お使いのスマートフォン・筆記用具

主催: 檜川公民館/塩尻市デジタル戦略課
講師: 塩尻市振興公社 (KADDO)



第9回檜川マスターズ倶楽部



三澤珈琲監修 珈琲講座

～自分好みの一杯に出会いましょう～

共催：塩尻市社会福祉協議会

毎日何気なく口にする珈琲。自分好みの一杯に出会えていますか？

以外と知らない珈琲の雑学や、おいしく淹れるコツを

塩尻東地区人気店「三澤珈琲」から学びます。

【日 時】 9月26日（火）10時～正午

【講 師】 有限会社三澤珈琲

代表取締役 三澤 優治 氏

【会 場】 檜川保健福祉センター（檜川支所）

【参加費】 700円（珈琲の試飲・ケーキ付）

【その他】 参加の有無を9月15日（金）までに角田へ
連絡下さい。

檜川公民館（檜川支所） ☎ 34-2001 担当 角田

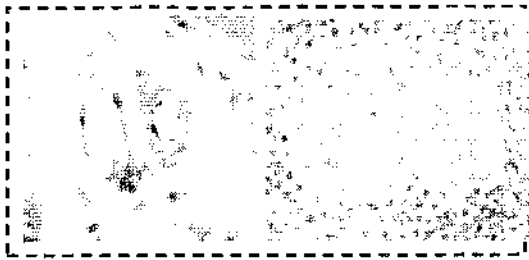
参加者に「健康づくり」を
呼びかけます。

檜川地区健康教室（まつもと医療センター出前講座）

高血圧、放っておくと起こるこわいこと

日時 令和5年9月29日（金） 午後2：00～

場所 檜川支所



これは、血管の写真です。
どうして血管がこんな形になる？

血圧が高くても自覚症状はありません。
このままでは、血管がこんな形になって
しょうか。



講師 まつもと医療センター 外来診療部長
越川めぐみ 先生

参加費 無料

参加希望者は、申込書の提出
までに、下記へお申し込みください。

健康づくり課 TEL0263-52-0855

主催 檜川地区ヘルスアップ委員会 塩尻市 **共催** 檜川公民館

裏面も御覧ください。→

皆様、血管の役割とは何なのですか、とよく聞きませんか。いったい、血管の役割とは何なのでしょう。

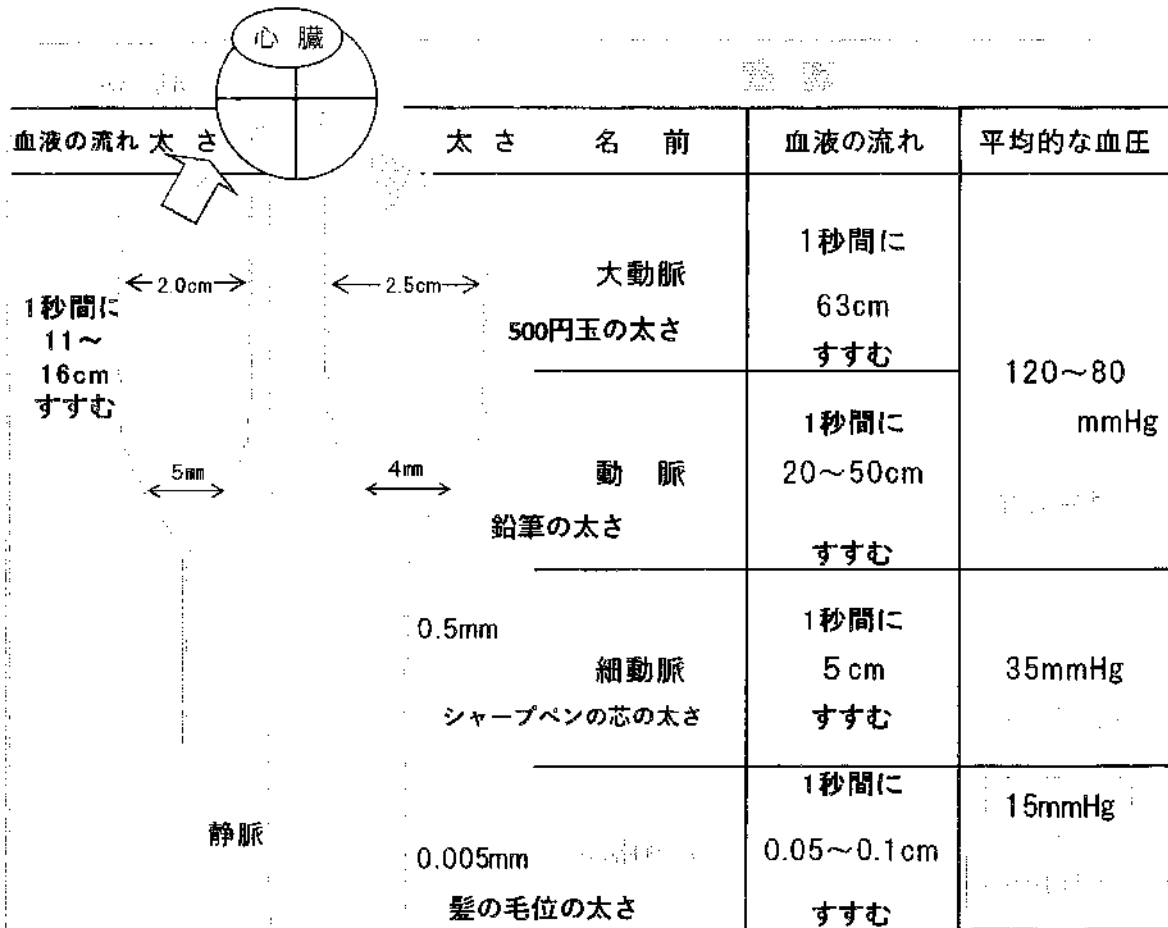
血液が全身に酸素や栄養を運ぶための血管です！

血管だけでは、細胞へ酸素や栄養を運ぶことができません。そこで必要になるのが、心臓の役割をするポンプです。

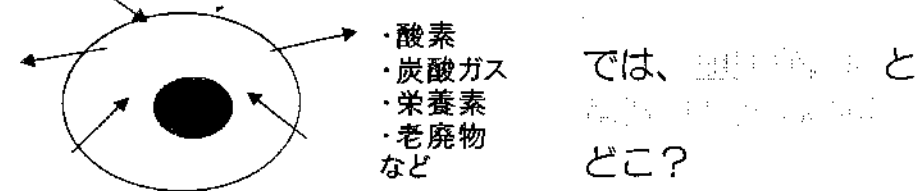
(全身には、約100kmの血管が巡っています。※60kgの人なら約100km)

なんと、1リットルのペットボトルが1分間に約100回循環します。

- 心臓が収縮すると全身に血液を送り出す → 収縮期血圧(1回に送り出すときの血圧)
- 血液を送り出し心臓が元に戻った時にかかっている圧 → 拡張期血圧



各細胞へ酸素や栄養を運ぶことで、細胞の代謝を行うので、ある程度血圧を高く保つ必要があります。血圧の高い人も低い人も、適切な血圧を維持することが大切です。



裏面も御覧ください。→

令和5年9月26日

檜川マスターズ倶楽部員 各位

檜川公民館長 本多 秀実

第11回檜川マスターズ倶楽部

大人のクラフト体験 『きり絵教室』の開催について

第11回檜川マスターズ倶楽部は、きり絵教室を行います。
皆さん、ご都合をつけて是非ご参加下さい。

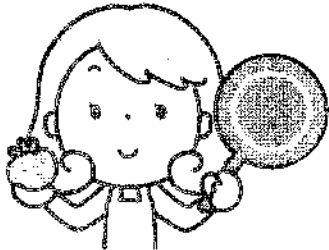
- 期 日 10月24日（火曜日）
- 時 間 午後1時～午後2時45分
- 場 所 檜川保健福祉センター（檜川支所）
- 講 師 きり絵アーティスト
柳沢京子さん（長野県在住）
- 参加費 1人500円（当日徴収します。）
- 持ち物
 - ・ 細めのカッター（家にある方）
 - ・ 作ってみたい物のサンプルがありましたら持参してください。



○参加の有無を10月13日（金）までに檜川支所（34-2001）角田へ連絡ください。

高血圧ってなぜいけない？

おいしいままで、
塩を減らしてみま
せんか！



日時

令和5年10月27日（金）
午前10：00～午後1：00頃

場所

檜川支所



内容

- ・栄養士のお話
- ・調理実習

鶏肉のみそヨーグルト焼き
ブロッコリーのナムル
パプリカの甘酢カレー風味

持ち物

エプロン 三角巾 手拭きタオル 筆記用具

※ 飲み物（水）ができます。お茶やコーヒーはご自分で
お持ちください。（100cc程度）

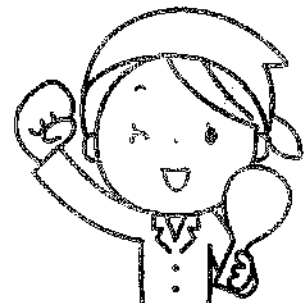
参加費

無料

定員

先着16名

参加希望者は10月20日（水）まで
までに、下記へお申し込みください。



健康づくり課 TEL0263-52-0855

主催

檜川地区ヘルスアップ委員会 塩尻市

共催

檜川公民館

裏面も御覧ください。→

減塩 知識

▶長野県民塩分摂取量

男性

- ▶摂取目標量：7.5g未満/日
- ▶平均摂取量：11.3g/日

女性

- ▶摂取目標量：6.5g未満/日
- ▶平均摂取量：9.8g/日

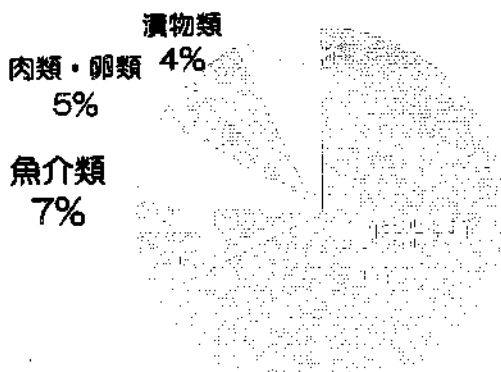


令和元年度国民健康・栄養調査

令和元年度国民健康・栄養調査

令和元年度国民健康・栄養調査、日本人の食事摂取基準 2020 より

▶何から塩分をとっていますか？



令和元年度県民健康・栄養調査

塩分の約9割は調味料からとっています。(漬物類、肉類・卵類、魚介類など)

○調味料に含まれる塩分量 (大さじ1)

塩	17.9g
しょうゆ	2.6g
みそ	2.2g
めんつゆ (3倍濃縮)	1.5g

▶減塩調味料や減塩食品を上手に利用してみませんか？

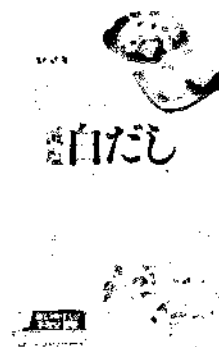
- ・しょうゆ、めんつゆなどの調味料や漬物、お茶漬け、お粥、お味噌汁など様々な減塩食品が開発されています。味も従来品と変わらない工夫がされていて、知らず知らずのうちに美味しく減塩ができます。
- ・半分を減塩食品に替えるなど、少しずつ舌を慣らしてみませんか。

本日お渡しした減塩食品と調味料



塩分を30%カット。
(塩分 100g あたり
1.28gから0.85gに
なりました。)

美味しさそのまま、
醤油のコクがアップ
しています。



かつお節粉末に粉末
醤油や粉末酒等を
配合しています。

おすすめ調理方法
炒飯、だし巻き卵、
野菜炒め、スープ、
和風パスタなど

使用の際の注意：腎機能障害がある人はカリウムを排泄する機能が低下している場合があります。ご使用の際は腎臓機能の確認をお願いいたします。

塩尻市立図書館 榎川分館
榎川公民館共催企画

令和5年10月

おにがしま たんけん 鬼ヶ島の探検

in ならかわこうみんかん ひらさわこうみんかんごうどうぶんかさい
榎川公民館・平沢公民館合同文化祭

【日時】 10月29日(日) 10:00~13:00

【会場】 ならかわこうみんかん
榎川公民館

【対象】 みしゅうがくじ しょうがくせい
未就学児・小学生

【その他】 もうこさんかひもものふよう
申し込み・参加費・持ち物は不要です

鬼のおヘソをとって来たら
「海苔巻きタオル」をやるう！
限定30枚じゃ！



ほか その他のイベント

・臨時出張図書館

(鬼の本・スタッフのお薦め本を借りることができます)

・雑誌ぐるぐるボックス

(リサイクル雑誌をお持ち帰りいただけます)

☐お問い合わせ☐ 塩尻市立図書館

榎川分館 TEL(代)0263-52-0280(内線5328)

本館 TEL 0263-53-3365

休館日 日・月曜日 祝日

休館日 水曜日

檜川地区館・平沢分館合同文化祭

～～ 期日：令和5年10月29日 会場：檜川地区公民館 ～～

《2階大ホール》

- ◎ 作品展示（9時～正午）
 - 公民館活動作品
 - 地域の方々の作品
 - 檜川保育園児の作品
 - 檜川小中学校児童生徒の作品
- ◎ 生活応援グッズ抽選会（9時00分～景品終了まで）
 - 三角くじ(先着100名様)
 - ・抽選券を持参のうえ、抽選会場までお越しください。
- ◎ 図書館檜川分館（10時～13時）
 - 鬼が島の探検(海苔巻きタオルがもらえるよ! 30名限定!)
 - 臨時出張図書館（鬼の本・スタッフのお薦め本貸出）
 - 雑誌ぐるぐるブックス（リサイクル雑誌のお持ち帰り）
- ◎ 「和太鼓 奏」の演奏（10時30分）

《1階フロア》

- ◎ 檜川体育協会による軽スポーツ実習（10時～随時）

切取り線

生活応援グッズ

(1回分)

抽 選 券

カラくじ無しです。

※先着100名

☆場所 檜川公民館 2階大ホール

※10月29日のみ有効

問合せ先 檜川公民館 0264-34-2001

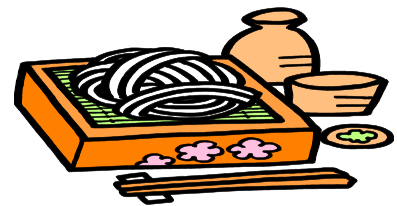
令和5年度食文化体験講座

そば打ち体験

～塩尻産の新そば粉を使ってそば打ちを体験しませんか!～

食文化体験講座『そば打ち体験』を開催します。
今回は、塩尻産のそば粉を使って行います。
初めての方、興味のある方は是非ご参加下さい。

- ☆日 時 令和5年11月15日(水)
午後6時～8時30分
- ☆場 所 榑川保健福祉センター(榑川支所)調理室
- ☆講 師 巢山 定一氏(木曾平沢 在住)
- ☆定 員 8名(先着順)
- ☆参加費 一人 300円
- ☆その他 詳細は申込者にご連絡いたします。



- ☆申込期間 11月1日(水)～11月10日(金)
受付時間：午前8時30分～午後5時(土・日曜・祭日を除く)
- ☆申 込 先 榑川公民館まで電話等でお申込みください。
(電話：榑川支所34-2001)

主催：榑川公民館 木曾漆器館

参加者募集！！

回 覧

親子スキー教室

やぶはら高原スキー場において親子スキー教室を開催します。
奈良井スキークラブのインストラクターが、参加者のレベルに
合わせ、丁寧に指導してくれます。
初心者の方大歓迎です。お気軽にご参加ください。

❄️ **開催日 令和6年1月14日（日曜日）** ❄️

- 集合時間 午前9時00分
- 会 場 やぶはら高原スキー場
- 集合場所 高原荘
- 集合方法 自家用車等で現地集合
- 申込期間 12月18日（月）～1月10日（水）まで
- そ の 他 昼食は各自用意して下さい。



- ☆中学生以下で事前に参加申込みをされた方は、リフト券が無料になります。
- ☆小学生低学年以下は、保護者同伴でお願いいたします。
- ☆高原荘に貸しスキーがあります。（各自で対応をお願いします。）

申し込み先 井口 秀明 TEL 090-3333-3836
古畑 進 TEL 090-3089-8950
檜川公民館（檜川支所） TEL 34-2001

※ 公民館は、土日祭日及び12/29～1/3は受付できません。）

主催 檜川公民館奈良井分館

共催 檜川公民館 奈良井スキークラブ 檜川体育協会スキー部

檜川小中学校4～6年生の皆さん！

「どまん中交流」に 参加しませんか？

静岡県袋井市と塩尻市は、姉妹都市提携を結んでおり、東海道・中山道の「どまん中の宿場を持つまち」として毎年小学生同士の交流が行われています。今回は、袋井市の児童が檜川地区を訪れ交流します。レクリエーションなどで楽しく遊び、友情を深めよう！



- ☆ と き 令和6年2月3日(土)～4日(日)
- ☆ と ころ 檜川小中学校、藪原スキー場、奈良井宿 他
- ☆ 交流時間 3日(11時～20時) 4日(9時～13時)
- ☆ 対 象 木曾檜川小学校4～6年生児童
- ☆ 定 員 31人 ☆ 参加費 無 料
- ☆ 内 容 スキー場で雪遊び、奈良井宿アイスキャンドル祭り参加、ウォークラリー、郷土料理づくり など
 - ※ 3日の昼食・夕食、4日の昼食は実行委員会で用意します。
 - ※ 天候などにより内容が変更になる場合があります。
 - ※ 詳細については、参加者に後日お知らせします。
- ☆ 受付期間 12月18日(月)～1月18日(木)
- ☆ 申込方法 申込み用紙に記入し学校か檜川支所へ提出してください。
- ☆ 問合せ先 どまん中交流実行委員会事務局(檜川支所)
電話34-2001 FAX34-3514

----- キリトリ線 -----

どまん中交流申込み用紙

(フリガナ)

氏 名

学 年

年

保護者名

住 所

電 話

令和5年

5月檜川公民館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1 ●図書館● 休館	2	3 (憲法記念日)	4 (みどりの日) ●図書館● 休館	5 (こどもの日) ●図書館● 休館	6
7 ●図書館● 休館	8 ○小中学校○ 読書週間 (~12日) ●図書館● 休館	9	10 ○小中学校○ 児童生徒会 ②	11 ■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部① ☆保育園☆ 避難訓練 ○小中学校○ 保小連絡会 ①	12 ■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部① ○小中学校○ 若菜給食	13
14 ●図書館● 休館	15 ○小中学校○ 運動会特別 時間割 (~26日) ●図書館● 休館	16	17 ☆保育園☆ 交通安全教室	18 ■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部② ☆保育園☆ 遠足 ○小中学校○ 児童生徒総会 ①	19 ●図書館● パッチワーク キルト講座	20 ○小中学校○ 中信小学生 陸上大会
21 ●図書館● 休館	22 ○小中学校○ 9年復習テスト ① ●図書館● 休館	23 ■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部②	24	25 ■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部③	26 ☆保育園☆ 誕生会 ○小中学校○ 運動会 前日準備 英語検定①	27 ○小中学校○ 運動会
28 ○小中学校○ 運動会 (予備日) ●図書館● 休館	29 ○小中学校○ 振替休日 ●図書館● 休館	30 ☆保育園☆ サッカー教室 ① ○小中学校○ 心電図検査 (1・4・7年生)	31			

☆・・・保育園

○・・・小中学校

●・・・図書館

■・・・檜川公民館

※ 行事、事業、講座については、予定で掲載してありますので変更することがあります。

※ 詳細は、各団体からの通知、毎月配布される回覧等を確認してください。

日	月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9	10
木曾漆器祭 奈良井宿場祭 ●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部③ ○小中学校○ 前期振替休業日 ●図書館● 休館	○小中学校○ 6年平出遺跡 見学	☆保育園☆ 避難訓練 ○小中学校○ 中体連壮行会 漆器体験学習 ①	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部④ ○小中学校○ 前期クラブ ①	木曾漆器祭 奈良井宿場祭	○小中学校○ 中信大会 卓球(個人)
11	12	13	14	15	16	17
○小中学校○ 中信大会 卓球(団体) ●図書館● 休館	○小中学校○ 家庭学習定着週間 (~16日まで) ●図書館● 休館	■檜川公民館■ 食文化体験講座 朴葉餅づくり ○小中学校○ なららクラブ①	○小中学校○ 児童生徒会 ③ 漆器体験学習 ②	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑤ ☆保育園☆ 参観日 ○小中学校○ プール開き	○小中学校○ なららクラブ ②	○小中学校○ 親子作業
18	19	20	21	22	23	24
●図書館● 休館	○小中学校○ 参観日② 地区懇談会 ICT活用週間 ① (~23日) ●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部④	○小中学校○ 漆器体験学習 ③	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑥ ☆保育園☆ サッカー教室 ② ○小中学校○ 前期クラブ ②	○小中学校○ なららクラブ ③	○小中学校○ 中信大会① 野球・卓球
25	26	27	28	29	30	
○小中学校○ 中信大会② 野球・卓球 ●図書館● 休館	○小中学校○ 4年社会見学 (ダム・浄水場) ●図書館● 休館	○小中学校○ 萌生の里交流 なららクラブ④	○小中学校○ 漆器体験学習 ④ 児童生徒会 ④	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑦ ☆保育園☆ 誕生会	○小中学校○ なららクラブ ⑤ 漆器体験学習 ⑤	

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
●図書館● 休館	☆保育園☆ 避難訓練 ○小中学校○ 学校運営 協議会② ●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部⑤ ○小中学校○ 地区児童生徒会 ⑤ 9年三者懇談会 (~13日)	○小中学校○ 7年自然体験 学習①	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑧ ○小中学校○ 7年自然 体験学習② 前期クラブ③	○小中学校○ 4年社会見学 (クリーン センター) 7年休業日	1 8
9	10	11	12	13	14	15
●図書館● 休館	●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部⑤ ○小中学校○ 地区児童生徒会 ⑤ 9年三者懇談会 (~13日)	○小中学校○ 5年臨海学習 ①	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑨ ○小中学校○ 5年臨海学習 ②	○小中学校○ 5年休業日 ●図書館● 運動教室	○小中学校○ 中体連県大会 ① 6年ならにこ 漆器販売会
16	17(海の日)	18	19	20	21	22
○小中学校○ 中体連県大会② ●図書館● 休館	●図書館● 休館	○小中学校○ 6年振替 休業日	○小中学校○ 地区児童 生徒会	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑩ ○小中学校○ 8年中山道 キャリア研修	○小中学校○ 1学期終業式	■檜川公民館■ ○小中学校○ 川中に学ぶ 夏休み (~8月22日) 吹奏楽 コンクールB
23	24	25	26	27	28	29
■檜川公民館■ ○小中学校○ 川中に学ぶ (予備日) ○小中学校○ 吹奏楽コンク ールA(中信) ●図書館● 休館	○小中学校○ PTCA 救急講習会 ●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部⑥-1	☆保育園☆ 遊びの広場 ①	■檜川公民館■ いきいき貯筋 倶楽部⑪	■檜川公民館■ 檜川マスターズ 倶楽部⑥-2 ☆保育園☆ 誕生会	29
30	31					
●図書館● 休館	●図書館● 休館					

※ 行事、事業、講座については、予定で掲載してありますので変更する事があります。

詳細は各団体からの通知、毎月配布される回覧等を確認してください。

☆・・・保育園

○・・・小中学校

●・・・図書館

■・・・檜川公民館

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
●図書館● 休館	☆保育園☆ 元氣っ子相談 ◎小中学校◎ 振替休業 ●図書館● 休館	◎小中学校◎ 振替休業 (高学年)	☆保育園☆ 避難訓練 ◎小中学校◎ 総合テスト ② (9年)	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部⑤ スマートフォン 活用講座③ ◎小中学校◎ 1・2年地域探検 (寛川) 3年社会見学 (エブソン)	○小中学校○ ならからクラブ ⑥	○小中学校○ ならにこ 漆器会社 販売会 (高学年) ②
8	9 (スポーツの日)	10	11	12	13	14
●図書館● 休館	●図書館● 休館	◎小中学校◎ 振替休業 (高学年)	◎小中学校◎ 児童生徒会 ⑨	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部⑥ ◎小中学校◎ 前期クラブ ⑤	☆保育園☆ 秋の遠足 ○小中学校○ ならからクラブ ⑦ あおぞら 3校交流	
5 6	16	17	18	19	20	21
●図書館● 休館	●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスタース 倶楽部⑩	☆保育園☆ サッカー教室 ③	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部⑦ スマートフォン 活用講座 ④	☆保育園☆ 交通安全教室 ◎小中学校◎ 音楽会 ならからクラブ ⑧	
22	23	24	25	26	27	28
◎小中学校◎ 新人大会 卓球(個人) ●図書館● 休館	●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスタース 倶楽部⑪ ○小中学校○ ならからクラブ ⑨	○小中学校○ 避難訓練 ③	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部⑧ ☆保育園☆ 誕生会 ○小中学校○ 9年総合テスト ③	☆保育園☆ ○小中学校○ 園児と1・2年 生との交流 ○小中学校○ ならからクラブ ⑩	
29	30	31				
■檜川公民館■ 檜川・平沢公民館 合同文化祭 ●図書館● 休館	●図書館● 休館	○小中学校○ 6年修学旅行 ①				

※ 行事、事業、講座については、予定で掲載してありますので変更する事があります。

日	月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10	11
●図書館● 休館	◎小中学校◎ 家庭学習 定着週間② (~10日) ●図書館● 休館	☆保育園☆ 避難訓練	○小中学校○ 市合同音楽会 (1~6年)	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部⑩ ☆保育園☆ サッカー教室④	3 (文化の日) ◎小中学校◎ 新入中大会 卓球(個人) ●図書館● 休館	4 ■檜川公民館■ 檜川地区 サークル 発表会・音楽祭 費川地区文化祭
12	13	14	15	16	17	18
●図書館● 休館	●図書館● 休館	○小中学校○ 劇団四季 観賞 (6年)	○小中学校○ 焼き芋会 児童生徒会 ⑩	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部⑪ そば打ち体験 ◎小中学校◎ 前期クラブ⑤ (最終) 期末テスト (7・8年) 総合テスト④ (9年)		
19	20	21	22	23 (勤労感謝の日)	24	25
●図書館● 休館	●図書館● 休館		○小中学校○ 参観日③ コミスク フェスタ	●図書館● 休館	■檜川公民館■ 檜川マスタース 倶楽部 ⑬	
26	27	28	29	30		
●図書館● 休館	●図書館● 休館		☆保育園☆ 誕生会 ○小中学校○ 児童生徒会 選挙	■檜川公民館■ いきいき 貯筋倶楽部 ⑫		

詳細は各団体からの通知、毎月配布される回覧等を確認してください。

日	月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9	10
■檜川公民館■ どまん中交流 ② 贅川地区 アイス キャンドル 祭り ●図書館● 休館	●図書館● 休館	☆保育園☆ 保育参観② ○小中学校○ 来入児一日 入学	○小中学校○ 新児童生徒会 ②	○小中学校○ なららクラブ ⑭	○小中学校○ なららクラブ ⑬	3 ■檜川公民館■ どまん中交流 ① 奈良井宿 アイス キャンドル 祭り
36 11(建国記念の日)	12(振替休日)	13	14	15	16	17
●図書館● 休館	●図書館● 休館	○小中学校○ ならら ブレーク	○小中学校○ ならら ブレーク	○小中学校○ ボランティア お礼の会 学校運営 協議会④ 地域教育 協議会②	○小中学校○ ボランティア お礼の会 学校運営 協議会④ 地域教育 協議会②	23(天皇誕生日) ●図書館● 休館
18	19	20	21	22	23	24
●図書館● 休館	●図書館● 休館	○小中学校○ 地区児童 生徒会④	○小中学校○ 地区児童 生徒会④	○小中学校○ PTCA役員 引継会	○小中学校○ PTCA役員 引継会	●図書館● 休館
25	26	27	28	29		
●図書館● 休館	●図書館● 休館	☆保育園☆ 身体測定	☆保育園☆ 誕生会 ○小中学校○ 参観日④			

※ 行事、事業、講座については、予定で掲載してありますので変更する事があります。

☆・・・保育園 ○・・・小中学校 ●・・・図書館 ■・・・檜川公民館

日	月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	8	9
●図書館● 休館	☆保育園☆ 避難訓練 ●図書館● 休館	☆保育園☆ 誕生会	☆保育園☆ ありがとうの会 ○小中学校○ 新児童生徒会 ③	○小中学校○ 3学期終業式 6年生 修了証書授与	☆保育園☆ 身体測定	
10	11	12	13	14	15	16
●図書館● 休館	●図書館● 休館	☆保育園☆ 誕生会	◎小中学校◎ 9年生を送る会	○小中学校○ 卒業証書 授与式	○小中学校○ 卒業証書 授与式	○小中学校○ 年度末休業 (~31日) ●図書館● 春の工作 (~30日)
17	18	19	20(春分の日)	21	22	23
●図書館● 休館	●図書館● 休館	☆保育園☆ 年度末保育	☆保育園☆ 年度末保育	☆保育園☆ 年度末保育	☆保育園☆ 卒園式	
24	25	26	27	28	29	30
●図書館● 休館	☆保育園☆ 年度末保育 ●図書館● 休館	☆保育園☆ 年度末保育	☆保育園☆ 年度末保育 ○小中学校○ 新年度準備 新4~新9年登校	☆保育園☆ 年度末保育	☆保育園☆ 年度末保育	
31						
●図書館● 休館						

詳細は各団体からの通知、毎月配付される回覧等を確認してください。

