

塩尻東公民館

活動報告・チラシ集

令和6年度 塩尻東公民館 事業報告書 (2024.4/1～2025.3/31まで)

1	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
	塩尻東みてるき	主催	4/20～3/29	塩尻東地区全域	継続	39	なし	333	333
	概要・結果・今後の展望など								
運動不足の解消と地域の歴史を伝承することを目的に週に1回程度のウォーキングをしながら地元の史跡を回る講座を開催した。									
2	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
	おやつづくり教室	主催	6/1～2/1 (10月除き 月に1回)	塩尻東地区センター	継続	8	40	30	84
	概要・結果・今後の展望など								
小学3年生～6年生を対象に塩尻東地区の郷土のおやつを作る講座を開催した。 講師は塩尻東地区のボランティアの方々を担当してくれ、定員を超える申込みがあった。									
3	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
	子育てひろば	主催	5/30～2/6	塩尻東地区センター	継続	10	なし	62	276
	概要・結果・今後の展望など								
塩尻東地区に住む未就学児の親子を対象に、軽運動、紙芝居、歌などの教室を行った。 講座の運営には塩尻東地区のボランティアの方々に協力していただいた。									
4	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
	ほたと音楽のタベ	共催	6月22日	塩尻東地区センター	継続	1	なし	460	460
	概要・結果・今後の展望など								
塩尻東地区地域づくり連絡協議会と共に開催した。地域の音楽イベントとして大勢の参加者が集まり合唱や楽器の演奏を聴きながら地域の方々の交流の姿が見られた。									
5	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
	塩尻東キャンプめし	主催	6月8日	塩尻東地区センター	新規	1	20	21	21
	概要・結果・今後の展望など								
塩尻東地区在住の小学生の子を持つ親子を対象に防災にも役立つキャンプ飯講座を開催した。 マッチを使って火をつけるなど、普段の生活では行わないことを体験した。									
6	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
	塩尻東夏休み学習ひろば	主催	7/24～8/22	塩路東地区センター	継続	16	なし	116	655
	概要・結果・今後の展望など								
小・中学校の夏休み期間中に公民館を開放し、子どもの居場所づくり事業として実施した。 昼食の提供も行い、塩尻東地区ボランティア連絡会の皆様に御協力いただいた。									

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
	シバザクラ花植え体験会	主催	6月17日	塩尻東地区センター	新規	1	20	15	15
	概要・結果・今後の展望など								
	地域住民の方からお声がけいただき今年度初めて公民館周辺の美化活動に関する講座を開催した。今後も講座を継続していき、								
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
	いきいき貯筋クラブ	共催	5/16～7/25 10/1～12/24	東地区センター	継続	20	なし	30	211
	概要・結果・今後の展望など								
	介護保険課と共催で開催、健康増進のため体操の講座を中心に実施した。								
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
	田んぼでお米づくり	共催	6月9日 9月28日 11月23日	塩尻東柿沢地籍	継続	3		40	150
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻市中央公民館と共催。参加者20組であったため大勢で賑やかな雰囲気の中で田植えや稲刈りを実施。最終回はわらを使ったしめ縄体験を行いつつ、収穫したお米を渡した。次年度はターゲット層（移住者など）を絞って実施予定。								
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
	田んぼで農コン	共催	6/9～11/16	塩尻東柿沢地籍	新規	5	10	6	28
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻市中央公民館と共催。年間通して、米作りを題材とした男女の出会いの場や交流の場として新規事業を開催。田植え、除草作業、稲刈りの他に、親睦会としてピザづくりや餅つきを行った。								
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
	いてうやサロン	主催	6/12・9/7・ 11/30・12/7・ 2/1・3/8	小野家住宅	継続	6	なし	139	139
	概要・結果・今後の展望など								
	国重要文化財の小野家住宅を会場に、地域文化の再発見を目的に実施、多くの方に御参加いただいた。今年度はワイン会を2回開催し地域の枠を超えた交流の機会を創設した。								
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
	図書館工作教室 ふわふわ浮き球を作ろう	共催	6月22日	塩尻東地区センター	継続	1	なし	138	138
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地区のイベント「ほたと音楽のタベ」に合わせて開催した。非常に多くの親子に参加していただき、イベントの盛り上がりにも貢献した。								
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
	図書館夏休み工作教室	共催	8/7～10	塩尻東地区センター	継続	4	なし	122	122
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻市立図書館塩尻東分館が主催した地区住民を対象に開催した工作教室。								

14	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
	図書館講座・どんぐりの小物入れを作ろう	共催	10/19・20	塩尻東地区センター	継続	2	なし	106	106
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地区公民館まつりに合わせて開始した。非常に多くの親子に参加していただき、イベントの盛り上げりに貢献した。								
15	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
	図書館講座・クリスマスクリップを作ろう	共催	11/23～12/24	塩尻東地区センター	継続	1	なし	428	428
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻市立図書館塩尻東分館が主催した地区住民を対象に開催した工作教室。								
16	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
	図書館講座・書道に親しましましょう	共催	3月1日	塩尻東地区センター	継続	1	20	18	18
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻市立図書館塩尻東分館が主催した地区住民を対象に開催した書道教室。								
17	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
	図書館講座・春のつるし飾りづくり	共催	2/8～3/15	塩尻東地区センター	継続	1	なし	112	112
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻市立図書館塩尻東分館が主催した地区住民を対象に開催した工作教室。（参加者数3/5時点）								
18	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
	空き家対策講座 相続登記について知ろう	主催	12月12日	塩尻東地区センター	新規	1	なし	22	22
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地域づくり連絡協議会・塩尻市建築住宅課・塩尻東公民館の3者で開催した講座。相続登記の基本的な知識から、今後の空き家に対してどのような対策をするべきか学んだ。								
19	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
	スマホの使い方講座	主催	10/23・10/30・11/6	塩尻東地区センター	継続	3	20	9	25
	概要・結果・今後の展望など								
	主に高齢者を対象にスマートフォンの使い方の講座を実施した。電源の入れ方などの基礎的な内容から、のりーとの予約方法といった実践的な内容まで丁寧に教えていただいた。								
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
	しめ縄教室	主催	12月22日	塩尻東地区センター	継続	1	30	24	24
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地区在住の方を講師に招き、しめ縄教室を開催した。								

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
	LPレコード鑑賞会	主催	1月28日	地域住民宅	継続	1	15	5	5
	概要・結果・今後の展望など								
	地域住民のご自宅をお借りして、LPレコード鑑賞会を行った。参加者からは久しぶりにレコード聞くことができ感動したなどの声が聞かれた。								
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
	「Jisaku and Jizake」自作のおつまみで地酒を楽しむ会	共催	10月5日	塩尻東地区センター	新規	1	20	11	11
	概要・結果・今後の展望など								
	高出公民館と共催し、各地区の地酒「高波酒造」・「和饗酒造」を持ち寄り、おつまみを自作しながら地区を超えた住民の交流の場を作った。								
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
	塩尻東地区公民館まつり	主催	10/19・20	塩尻東地区センター	継続	1	なし	577	577
	概要・結果・今後の展望など								
	各地区の役員の方の御協力のおかげで大きな問題もなく盛況のうちに終えることができた。 (1日目119人・2日目458人)								
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59回塩尻東地区ふれあい運動会	共催	10月13日	塩尻中学校	継続	1	なし	680	680
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地区スポーツ協会主催で塩尻東地区の運動会を実施した。多くの区民の方の参加はもちろん、地域役員の方の協力により大きな問題もなく開催することができた。								
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
	卓球・ソフトバレーボール・ポッチャ教室	共催	5/11・6/9	塩尻東小学校	継続	2	なし	56	56
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地区スポーツ協会主催でスポーツ教室を開催した。								
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
	ニューススポーツふれあいDAY	共催	11月24日	塩尻東小学校	継続	1	なし	25	25
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東スポーツ協会主催でニューススポーツに関する教室を開催した。								
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
	健康体づくり教室	共催	2月9日	塩尻東小学校	継続	1	なし	27	27
	概要・結果・今後の展望など								
	塩尻東地区体協主催でニューススポーツのポッチャを体験する教室を実施した。								

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
	普通救命講習会	共催	2/9・2/15・ 2/16	塩尻東地区センター	継続	3	20	12	26
	概要・結果・今後の展望など								
	日赤救護班主催の救急法講座を開催した。								
令和6年度合計		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				
		136	3,612	4,774	昨年度よりも多くの方が公民館の講座に参加をいただいた。 来年度に向けて、子供だけでなく大人も楽しく公民館で交流できる講座や行事を開催していきたい。				

塩尻東公民館だより

令和6年5月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話:0263-52-4748
FAX :0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東地区体育協会

初夏の過ごしやすい季節となりました。

一緒にウォーキングや寄せ植えなどを楽しみませんか。

(1) 5月22日(水)	○ 三嶽神社とでんでの地蔵尊 昨年のみてあるきの参加者が牛頭観音を発見しました。牛頭観音を一緒に見つけましょう！ 集合時間・場所：午前 9:30 塩尻東地区センター (現地集合の方は 10:00 三嶽神社駐車場)
(2) 6月1日(土)	○ 霧訪山登山 初夏の霧訪山登山を行います。 日時・場所：午前9時00分 下西条登山口駐車場集合 持 ち 物：飲み物、軽食、トレッキングシューズ、帽子、タオル、熊よけの鈴
(3) 6月5日(水)	○ 金井の三嶋山神社と薬師堂跡見学「廃仏毀釈を免れた薬師三尊の話」 集合時間・場所：午前10時00分 塩尻東地区センター
(4) 6月12日(水)	○ いてうやサロン「野あじさいと多肉植物(エケベリア種)の鉢植え」 集合時間・場所：午前9時30分 塩尻東地区センター ※徒歩で小野家住宅まで移動します 詳細については裏面をご参照ください

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。

※切り取り線

【塩尻東みてあるき 5月号 申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・4
	塩尻市		1・2・3・4

いてうや サロン

～野あじさいと多肉植物の寄植え作り～

主催：塩尻東公民館
協力：国指定重要文化財 小野家住宅

明治13年6月24日に明治天皇が巡幸された際に塩尻峠よりこの塩尻宿川上氏宅（本陣）にて昼食をとりました。随行者山田顕義は、小野家住宅（いてうや）にて昼食をとりました。この時山田氏はお礼に揮毫してくださりその額が現存します。今回はその掲額された書を見学します。

また、野あじさいと多肉植物（エケベリア種）の鉢植えづくりをします。また、昨年に同様の講座を実施しており、増えてきた鉢植えの交換会も実施します。

日 時：令和6年6月12日（水） 午前9時30分～ 塩尻東地区センター駐車場

※会場がわかる方は直接現地に集合していただいて構いません

場 所：小野家住宅 （塩尻市大字塩尻町39番地）

応募多数の場合は作業の会場を塩尻東地区センター駐車場に変更する場合がございます

対 象：塩尻東地区在住のみなさん

駐車場：塩尻東地区センター駐車場をご利用ください。（会場まで徒歩3分）

持ち物：飲み物、作業のできる格好

申込締切：人数把握のため令和6年6月5日（水）までに、下の申込書を提出していただければ幸いです。

電話又はFAXでもお申込み可能です。（受付：平日8：30～17：15）

提出・問い合わせ先：塩尻東公民館 TEL：0263-52-4748

（塩尻東地区センター内）電話52-4748 FAX54-1867

※切り取り線

いてうやサロン参加申込書 （令和6年5月号）

氏名（フリガナ）	住所	連絡先

塩尻ひがし子育てひろば

未就園児と保護者を対象とした「塩尻ひがし子育てひろば」を開催します。絵本や体操を楽しんだり、やさいも会やクリスマス会の行事もあります。お子さんと一緒に、たくさんのお友だちをつくりましょう！

1 開催日、内容など

5月30日（木）	親子でフィットネス （講師：西山知花さん）	○会場 塩尻東地区 センター
6月20日（木）	お人形とわらべ歌 （講師：おぼっこぼっこの皆さん）	
7月4日（木）	お母さんと一緒に手遊びを楽しみましょう！ （講師：ママチャレさくら組の皆さん）	
8月22日（木）	お母さんと一緒にバルーンアートを楽しもう!! （講師：輝きの皆さん）	○開催時間 各回共通 午前10時～ 午前11時頃まで ※年度の途中から 参加もOKです！
9月5日（木）	パネルシアターで楽しく遊びましょう！ （講師：おはなしボランティア・ぼ～れぼれの皆さん）	
10月3日（木）	「親子で工作教室」 （講師：子育てひろば・図書館塩尻東分館）	
11月9日（土）	「焼き芋大会」 ※雨天時は、地区センター内で“ふかしいも”	
12月5日（木）	「親子体操教室・クリスマスお楽しみ会」 （講師：塩尻市社会教育スポーツ課）	
1月16日（木）	「リトミック教室（音楽にのせて体を動かそう!）」 （講師：滝沢美和さん）	
2月6日（水）	「道化師（ピエロ）と遊ぼう」 （講師：上條吉直さん）	

2 対 象 塩尻東地区の未就園児と家族 ★お子さんと一緒にご参加ください

3 参加費 無料

4 持ち物 お子さんの飲み物、おやつ及びおむつ等は、必要に応じて各自ご用意ください

5 主 催 塩尻東公民館（協力：塩尻ひがし子育てひろばボランティア会、社協塩尻東支部）

◇ 申し込み：下の「参加申込書」を塩尻東地区センターへ提出するか、QRコードから
グーグルフォームにてお申込み下さい

◇ 問合せ先：塩尻東公民館（地区センター内） 電話：(0263)52-4748 FAX：(0263)54-1867

申込み用QR



令和6年度 『塩尻ひがし子育てひろば』 参加申込書

保護者氏名：		住所：	連絡先：
お 子 さ ん	名前：	平成・令和 年 月 日生まれ	アレルギー有り() ・ 無
	名前：	平成・令和 年 月 日生まれ	アレルギー有り() ・ 無

自然栽培体験 田んぼでお米作り

主催：塩尻市中央公民館 共催：塩尻東公民館 塩尻市社会福祉協議会

今年度、塩尻東地区で農業体験講座を開催します。お米を田植えから収穫、そして食べるところまで参加者の皆さんと一緒に体験します。午前は親子やご夫婦の一般の部、午後は若者の部と分けて開催します。農業に興味のある方はもちろん、親子や夫婦、お友達を誘って是非ご参加ください。

親子・一般の部

時期 6月田植え 10月稲刈り
11月調理・しめ縄づくり（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
対象 未就学児・小学生の親子
定員 親子10組
参加費 一組2,500円

（収穫した後にお米5キロをお渡しします）

申込み締切 5月24日まで

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。

申込み方法

右のQRコードから、グーグルフォームにてお申込みください。



若者の部

時期 6月田植え 10月稲刈り
11月調理・しめ縄づくり（予定）
時間 午後1時 ～ 午後4時まで
場所 塩尻東地区柿沢区にある田んぼ
対象 20代～40代の方
定員 10名
参加費 一組2,500円

（収穫した後にお米5キロをお渡しします）

申込み締切 5月24日まで

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。

申込み方法

右のQRコードから、グーグルフォームにてお申込みください。



塩尻東公民館だより

令和6年6月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話:0263-52-4748
FAX :0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

運動不足の解消にお仲間同士でウォーキングを楽しみませんか。
また、小野家住宅で豆盆栽をつくります。一緒にを楽しみませんか。

(1) 6月5日(水)	○ 金井の三嶋山神社と薬師堂跡見学「廃仏毀釈を免れた薬師三尊の話」 金井の薬師堂跡見学の折、地元のご好意により薬師三尊の見学ができるようになりました。良い機会ですのご都合のつく方は是非お出掛けください。 集合場所・時間 : 午前9時50分 塩尻東地区センター ※直接現地へ行かれる方は午前10時00分 金井公民館駐車場
(2) 6月12日(水)	○ いてうやサロン「野あじさいと多肉植物(エケベリア種)の鉢植え」 ・5月の公民館だよりにてお申込みの方は同様の内容ですので再度のお申込みは不要です。また、豆盆栽をつくりますので小鉢をお持ちの方はご持参ください。 ・準備の都合上、参加希望者は必ず事前に申込みをお願いいたします。 集合場所・時間 ; 午前9時30分 塩尻東地区センター
(3) 6月19日(水)	○ 常光寺紫陽花見学 お花が綺麗に咲いているお寺です。途中の景色も絶景です。 集合場所・時間 : 午前9時30分 塩尻東地区センター
(4) 6月29日(土)	○ 長畝と金井(峰原)の大六天碑見学 神様なのか? 仏様なのか? 像を表したものはないといわれております。仏教では他化自在天を指すといわれ神道では面足彦尊が天神六代であるので、大六天と呼ばれています。 集合場所・時間 : 午前9時30分 塩尻東地区センター
(5) 7月6日(土)	○ みどり湖駅と塩尻駅跡見学 みどり湖駅開業記念碑を見学した後、開業以前に使用していた塩尻東駅跡を見学します。 集合場所・時間 : 午前9時30分 塩尻東地区センター

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。

-----✕切り取り線-----

【塩尻東みてあるき6月号申込書】(②については必ず事前にお申し込みください)

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・4・5
	塩尻市		1・2・3・4・5

シバザクラ花植え体験会

主催 ; 塩尻東公民館

6月17日(月)(雨天時6月24日(月))

- ・時間:午前10時~12時 ・ 場所:塩尻東地区センター
- ・参加費無料です。
- ・御参加いただいた方には公民館のシバザクラを一部お分けします。是非ご自宅で植えてみて下さい。
- ・持ち物:汚れてもいい副・飲み物・軍手・草かき(持っている方)

講座の内容

○ 今回の活動では塩尻東地区センター周りにシバザクラを植えながら自宅での増やし方も学びます。

- 1 しろき園芸の今泉さんにシバザクラの生育方法・メンテナンス方法を教えてもらいます。
- 2 シバザクラの花植え体験
- 3 移植作業を行いシバザクラの面積を増やします

○ 問合せ・お申込み

塩尻東公民館(0263-52-4748)

電話いただくか又は公民館窓口にてお申込み下さい。

受付時間・平日8:30~17:15まで



主催 塩尻市立図書館 塩尻東分館
共催 塩尻東地区地域づくり連絡協議会
塩尻東公民館

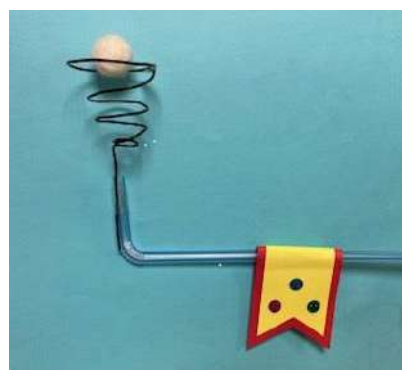


ふわふわ浮き玉を作ろう！

ストローを吹いて、ボールを浮かせて遊びましょう！

日時 6月22日（土） 午後3時～午後6時
場所 塩尻東地区センター 第2会議室

参加費・申し込みはいりません。
材料がなくなりしだい終わります。



「ほたと音楽の夕べ」の開催にあわせて

開館時間を延長します！

6月22日（土） 午前10時～午後7時

みなさまのご来館をお待ちしています！

問い合わせ

塩尻市立図書館 塩尻東分館 (代)0263-52-0280 (内線 5327) 日・月曜日・祝日休館
本館 0263-53-3365 毎週水曜日、5月27日休館

塩尻東公民館だより

令和6年7月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話:0263-52-4748
FAX :0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

7月には阿礼神社例大祭や狼煙上げリレーが開催されます。
その他にも霧訪山登山等を企画しています。お仲間をお誘いあわせのうえ是非御参加ください。

7月13日(土) 7月14日(日)	○ 阿礼神社例大祭 ・7月13日(土)午後から14日(日)にかけて、塩尻東小学校の校歌にも歌われる阿礼神社例大祭開催されます。このお祭りは江戸時代から続くお祭りになります。7つの集落の舞台が境内に集結し、本囃子を奉納します。土曜日は地域を巡り、日曜日の夕刻から阿礼神社を目指します。今年は3連休ですので是非お出掛けください。
(1) 7月17日(水)	○ 三州街道散策 ・三州街道を歩きます。うとう峠の石仏群めぐり、蔵造川水路橋(めがね橋)、日本土木遺跡の見学を行います。 ・集合場所・時間 : 午前9時30分 分水嶺公園駐車場
7月28日(日)	○ 塩尻東地区狼煙上げリレー ・塩尻東地区9箇所で行います。(最寄りの地区でも見ることができます。詳細につきましては後日回覧にて文書を回します。)塩尻東地区センターでも開催します。9時に集合していただければ、燃料の積み込み作業・点火の様子も見学できます。 集合場所・時間 : 午前9時00分 塩尻東地区センター
(2) 8月3日(土)	○ 霧訪山登山(うとう峠分水嶺登山口) ・8月11日山の日も近いということで霧訪山登山を実施します。前回、登山を行った時に話題に上がった、うとう峠分水嶺登山口からの登山です。少し時間がかかりますが、一番なだらかなコースになります。さわやかな林の中を歩きます。集合場所がわからない方は、駐車場に旗を上げますので目印にしてください。裏面に登山経路を掲載します。中央分水嶺コースを参照ください。 持ち物 : 飲み物、軽食、熊よけ鈴、帽子、タオル、トレッキングシューズ ※上記以外に各自熱中症対策をお願いします

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。

※切り取り線

【塩尻東みてあるき7月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1 ・ 2
	塩尻市		1 ・ 2

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

熱さの厳しい季節となりました。熱中症に気を付けながら一緒に楽しみませんか。

(1) 8月10日(土)	○きつねのかみそり群生地見学 塩尻市の歳時記にも掲載されている群生地です。ちょうど花が咲きだし見頃です。家族で鑑賞もよいものです。是非お出掛けください。 集合時間・場所：午前9時30分 東山グラウンド駐車場
(2) 8月13日(火) ※要事前申込	○首塚・胴塚法要供養 天文17年(1548年)7月19日柿沢から勝弦峠に丘陵で繰り広げられた「塩尻峠の合戦」は、武田晴信と小笠原長時双方一万の軍勢が相打つ壮絶な戦いが早朝短時間の間に行われ、小笠原軍の大敗に終わりました。この戦いで千余人が討ち死にしたと言われております。戦場に残された悲惨な亡骸に心を痛めた柿沢の住人が霊を弔い、丁寧に葬ったと言われているのが「首塚・胴塚」です。毎年8月13日には地元住民が僧侶を招き供養を行っています。 集合時間・場所：午前8時20分 柿沢公民館駐車場
(3) 8月24日(土) ※要事前申込	○松雨亭見学 近代俳句の先駆者荻原井泉水が奥様と共に訪れた松雨亭の内部をご当主より公開説明をしていただきます。70年程前の心温まる交流の一端がお聴きできます。 集合時間・場所：午前9時30分 柿沢公民館駐車場
(4) 8月31日(土)	○永福寺仁王像の見学 昭和11年(1936年)5月3日に開眼供養が行われた仁王像を見学しませんか。太田南海制作の仁王像は、松本から牛車2台に乗せて運ばれてきました。6時間半という長旅でした。今年は88年経過した8並びの縁起のいい年です。ちなみに東大寺や善光寺同じ阿吽配置であることはご存知でしょうか。 集合時間・場所：午前9時 塩尻東地区センター
(5) 9月7日(土) ※要事前申込	○小野家住宅でワイン会 旧暦9月29日は伊能忠敬が第7次九州測量で中山道を測量し銀杏屋に宿泊した日です。この歴史ある建物でワインを味わってみませんか。お家から徒歩でお出掛けください。当日はワインソムリエのお話を聴講します。 集合時間・場所：午前10時30分 小野家住宅 ※グラス持参でお願いします。また、お車での参加はお控えください。

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。

各自熱中症対策をしていただくようお願いいたします。

※切り取り線

【塩尻東みてあるき8月号申込書】2・3・5は必ず事前にお申し込み下さい

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・4・5
	塩尻市		1・2・3・4・5

なつやす こうさく
夏休み工作

ぷにぷに

クリアストラップをつくろう！

とうめい 透明なゲルテープを使って夏のストラップを作しましょう。

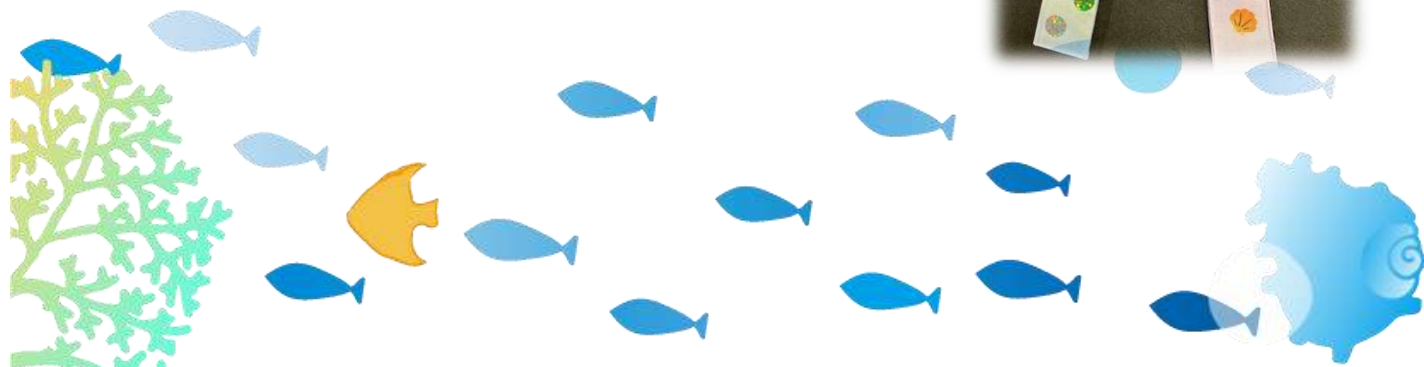
にち じ がつ にち すいようび にち どうようび
日 時：8月7日（水）～ 10日（土）

ご ご じ ぶん じ
午後 1 時 30 分 ～ 4 時

ば しょ しおじりひがし ち く だい かい ぎ しつ
場 所：塩尻東地区センター 第2会議室

さんか ひ もう こ ひつよう
※参加費・申し込みは必要ありません。

ざいりょう お
※材料がなくなりしだい終わりです。



と あ
問い合わせ

しおじりしりつとしょかん
塩尻市立図書館

しおじりひがしぶんかん
塩尻東分館

52-0280 (内線5327)

にち げつようびきゅうかん
日・月曜日休館

ほんかん
本館

53-3365

すいようび きゅうかん
水曜日、7月22日休館

塩尻東公民館だより

令和6年9月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電話:0263-52-4748
FAX:0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

残暑の厳しい折ですが熱中症に気を付けながら一緒に楽しみませんか。

(1) 9月7日(土) ※要事前申込	○ 小野家住宅でワイン会 旧暦9月29日は伊能忠敬が第7次九州測量で中山道を測量し銀杏屋に宿泊した日です。 この歴史ある建物でワインを味わってみませんか。お家から徒歩でお出掛けください。大山博さん(高出公民館職員:ワイン検定シルバークラス)のお話を公聴します。 集合時間・場所 : 午前10時30分 小野家住宅 ※先月の募集記事と同じ内容になりますので、既にお申込みの方は申込書の提出は不要です。グラス持参でお願いします。また、お車での参加はお控えください。
(2) 9月14日(土)	○ 柿沢の小宮阿礼神社と立川流彫刻柿沢八幡社の見学 地元の方にもあまり知られていない「柿沢の阿禮神社」を見学します。また、当日は運が良ければフジバカマとアサギマダラを見ることができのかもしれない。 集合時間・場所 : 午前9時00分 柿沢公民館駐車場
(3) 9月21日(土)	○ 三州街道をあるく(峰原公民館共催) 峰原公民館を出発して、みどり湖駅開業記念碑や塩尻東駅跡、蔵造川水路橋(日本土木遺産)などを見学します。 集合時間・場所 : 午前9時00分 峰原公民館
(4) 9月28日(土)	○ 塩尻中学校塩嶺祭展示作品見学 塩尻中学校の生徒が塩嶺祭に展示した作品の見学会を行います。塩尻東公民館から塩尻中学校へ歩いて向かいます。 集合時間・場所 : 午前9時00分 塩尻東地区センター

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。
各自熱中症対策をしていただくようお願いします。

※切り取り線

【塩尻東みてあるき9月号申込書】 1は必ず事前にお申込み下さい

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・4
	塩尻市		1・2・3・4

主催 唐楓の会
共催 塩尻東公民館

令和6年9月

工作好きの小学生のみなさんへ



つく

タイルコースターや水中花を作ろう！

～自由工作クラブのおしらせ～



材料に限りがあり先着順

前回作った「パタパタ鳥」や「ストーンアート」の材料もあるよ



日時 9月14日(土) 午後1:30～3:30

場所 塩尻東地区センター 第1会議室

持ち物 ハサミなど工作用具、水中花を入れるボトル(ある人)

水とう、ごみ袋

参加費 無料です。

※参加申し込みは必要ありません。

作りたい工作がある人は、それを作ってもいいよ！

「唐楓の会」は、月に2回地区センターで木彫りの鳥を作っている、工作好きの大人3人組です。



今が旬！地元酒蔵の
ひやおろしを、
自分で作ったおつまみと愉しみますか？



Jisaku de Jizake

自作のつまみで地酒を楽しむ会

2024年10月5日(土) 午後3時～7時（予定）

内 容：おつまみ数種の作成、地元酒造の「ひやおろし」など試飲

会 場：塩尻東地区センター（塩尻市塩尻町648-1）

参 加 費：1,000円

定 員：10人（先着順）

申込方法：9月20日（金）までに、塩尻東公民館へお越しいただくか、
電話（52-4748）で名前、住所、電話番号、参加人数
をお知らせください。（受付：平日8時30分～午後5時15分）

問合せ先：塩尻東公民館（TEL：52-4748）

共催：高出公民館・塩尻東公民館

飲酒を伴う講座となりますので、車の運転にはご配慮ください。

塩尻東公民館だより

令和6年10月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話:0263-52-4748
FAX :0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

熱さも落ち着きをみせ、過ごしやすい気候となりました。一緒にウォーキングを楽しみませんか。また、塩尻東地区のイベントにもぜひご参加ください。

(1) 10月6日(日)	○ 初期中山道ハイキング 岡谷駅から三澤峠を越え小野駅まで歩きます。 集合時間・場所 : 午前8時30分から9時30分受付 岡谷駅前 持ち物 : 昼食、飲み物、熊鈴
(2) 10月11日(金)	○ 霧訪山ハイキング 小野側から出発し下西条の山の神自然園へ向かうコースです。 集合時間・場所 : 小野登山口駐車場 : 9時00分 解散場所 : 下西条山の神自然園駐車場 (午後2時半解散予定) 持ち物 : 昼食、飲み物、熊鈴
※イベント紹介 10月13日(日)	○ 第59回塩尻東地区ふれあい運動会に参加しよう 塩尻東地区ふれあい運動会が開催されます。日ごろの運動不足の解消や様々な地区の方々と交流しましょう。詳細につきましては、9月に配布した運動会パンフレットを参照してください。
※イベント紹介 10月19日(土) 20日(日)	○ 第49回(令和6年度)塩尻東地区公民館まつり 今年は10月19日(土)、20日(日)の2日開催です。19日から作品展示を行い20日には開会セレモニー、ステージ発表を行いますので皆様ご参加ください。 詳細につきましては別紙、公民館まつりのお知らせを参照ください。

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。
各自熱中症対策をしていただくようお願いいたします。

※切り取り線

【塩尻東みてあるき10月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2
	塩尻市		1・2

令和6年度塩尻東地区公民館まつり ふれあいバザー献品のお願い

収益金は、児童、生徒への支援に活用させていただきます。皆様の温かいご理解、ご協力をお願いいたします。

【献品の受付詳細】

期間:10月1日(火)～10月16日(水)

受付時間:平日のみ・午前9時から午後4時まで

場 所:塩尻東地区センター 第一会議室

◆お願いしたい品物

- ・ 日用雑貨、石鹸類、家庭用雑貨、文具
- ・ 小学校の運動着、中学校の学生服、運動着
- ・ 野菜、果物、食品(賞味期限・消費期限が切れていないもの)
- ・ おもちゃ(美品)、絵本



◆注意事項

- ・贈答品等の中で名前が記載されている物、使用したもの、古すぎるもの、賞味期限が切れている食品などは、取り扱えませんのでご遠慮ください。
- ・献品者のお名前、住所、連絡先を記録させていただきます。お預かりした個人情報につきましては今回の活動以外では使用しませんのでご協力をお願いいたします。

問合せ先：塩尻東公民館 0263-52-4748

第49回塩尻東地区公民館まつり

開催日：10月19日（土）・20日（日）

会場：塩尻東地区センター

○作品展示の部 サークル・個人・公民館講座の作品展

19日・午後1時～4時 / 20日・午前9時～午後2時

○開会セレモニー 20日(日)午前9時00分～（塩尻五百渡太鼓出演）

○ステージ発表の部 20日(日)午前10時00分～（雨天中止）

出演 ① 塩尻東小学校金管バンド部 ② たの楽桔梗

③ くるみコーラス

④ フラ・ヒキヒキ



○地元の特産品販売

20日(日):午前10時～午後2時

※なくなり次第終了

・会場：地元企業による特産品の販売を行います。



○健康チェック

20日(日):午前11時～午後2時

・健康チェックしてみませんか？その場で簡単に血管年齢測定ができます。

協力：塩尻東地区ヘルスアップ委員会



○刃物研ぎ屋さん

20日(日):午前10時～午後2時

・シルバー人材センターの皆さんによる刃物研ぎを行います。

協力：シルバー人材センター



○抽選会

19日(土):午後1時～午後4時

20日(日):午前9時～午後2時

・塩尻東地区センター入り口にて抽選券を配布します

・来館者1名につき1日1回



○ポップコーン・綿あめサービス

（中学生以下対象）

19日(土)【午後1時～午後4時】

20日(日)【午前9時～午後2時】



○ふれあいバザー

19日(土)【午後1時～午後4時】

20日(日)【午前9時～午後2時】



ご案内：駐車場は(株)アルプス社員用駐車場をご利用下さい。

主催 塩尻市立図書館 塩尻東分館

共催 塩尻東公民館



どんぐりの小物入れを作ろう！



にち し 日 時 : 10月19日(土) 午後1時~午後4時

20日(日) 午前10時~午後2時

ば しよ としよかん しおじりひがしぶんかん
場 所 : 図書館 塩尻東分館

さん か ひ もう こ
参加費・申し込みはいりません

ざいりよう お
材料がなくなりしだい終わりです



図書館で使用しなくなった本を
お譲りする「ぐるぐるぶっくす」を
同日の午前10時~午後5時
開催しています！



【問い合わせ】

塩尻市立図書館 塩尻東分館
本館

(代) 0263-52-0280 (内線 5327)
0263-53-3365

月曜日休館
水曜日、9月30日休館

塩尻東地区ふれあいウォーキング

11月2日(土)「山梨 昇仙峡」

清流と水晶の秘境を散策！



主催 塩尻東スポーツ協会
共催 塩尻東公民館
東地区ヘルスアップ委員会

【距離】 ウォーキング距離 **約 2.6キロ** (階段を含む登りのコースとなります)

【コース】 **塩尻東地区センター** 8時15分発(バス) ⇒ 双葉S A (スマートインターチェンジ)
⇒ **グリーンライン県営駐車場** ウォーキングスタート ⇒ **天空乃杜** (0.6km)
⇒ **覚円峰** (0.4km) <休憩> ⇒ **石門** (0.6 km) ⇒ **仙娥滝** (0.4 km) <写真撮影>
⇒ **滝上エリア** (0.2 kmの階段) <休憩> ⇒ **昇仙峡ロープウェイ 着** (0.4 km)
※★ ロープウェイ周辺で昼食&自由散策 11時30分~13時55分※
昇仙峡ロープウェイ前 14時00分出発 ⇒ **塩尻東地区センター** 16時00分頃着

【集合時間】 午前7時45分 (小雨決行)
【集合場所】 塩尻東地区センター 7時45分より受付開始
【解散】 16時00頃の予定
【定員】 40名
【持ち物】 雨具・飲み物・マスク・昼食または昼食代・各自必要な物
【参加費】 1人 1,000円 (大型バス利用の為 当日集金します)
【申し込み方法】 往復はがきにより申し込み(1枚で2名まで可能)
※定員を超えた場合は抽選により結果をハガキでお知らせします。
【問い合わせ】 塩尻東地区センター内 塩尻東スポーツ協会事務局



【仙娥滝】

電話：52-4748

※天候の状況等により中止となる場合は、事前にご連絡いたします。

また、散策中は各施設の見学はありません。見学は自由時間にお願いします。

10月11日(金) 必着

「往復はがき」の記載方法

往信はがき(表面)

返信はがき(裏面)

返信はがき(表面)

往信はがき(裏面)



往信
〒399-0712
塩尻市塩尻町 648-1
塩尻東地区センター
「ふれあい
ウォーキング」係

※何も書かずに
お出し下さい



返信

ご自宅の
郵便番号
住所・氏名

- 1 郵便番号
- 2 住所
- 3 氏名
- 4 年代
- 5 性別
- 6 電話番号

※2名の場合は
他の参加者の
氏名、年代、性別

塩尻東公民館だより

令和6年11月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話:0263-52-4748
FAX :0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

過ごしやすい気候となりました。一緒にウォーキングを楽しみませんか。また、塩尻東地区の学生の発表会や作品展示も開催されます。

(1) 11月5日 火曜日	○ 街道を往く初期中山道・小野峠・三沢峠 塩尻東地区センターに集合しバスで小野神社へ向かいます。小野神社を出発して、初期中山道を歩き、街道沿いの歴史を学びます。山道をゆっくり歩いて、心と体の健康増進につなげます。帰りはバスで塩尻東地区センターに戻ってきます。 集合時間・場所 : 午前8時 塩尻東地区センター(12時頃終了予定) 持ち物 : 飲み物 雨具(カッパ) 熊鈴 参加費 : 無料
※イベント紹介 11月9日 土曜日	○ 奈良井灯明まつりを見学しよう 奈良井宿で奈良井灯明まつりが開催されます。塩尻東小学校全児童・塩尻中学校美術部員の作品が展示されます。防寒対策をして是非見学に来てください。(午後5時に点灯になります。) ※詳細につきましては塩尻市観光協会HPを参照ください。
(2) 11月16日 土曜日	○ 地域学習会発表会を見学しよう 東小と塩尻中の児童生徒が学習した阿禮神社や勝弦東照宮の紹介をします。 集合時間・場所 : コア塩尻(ウイングロード2階) 午後1時15分 ※現地解散になります。

裏 面 有

※切り取り線

【塩尻東みてあるき11月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2
	塩尻市		1・2

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

地元の国指定重要文化財の小野家にて、貴重な建物の風景を楽しみながら、皆さんが交流できる企画を開催します。今回はお茶会とワインの夕べを開催します。

(3) 11月17日 日曜日	○ 塩尻宿散策 小野家で長筒や刀剣の展示を見学後、塩尻宿中町・上町・裏町散策後塩尻東地区センターで解散となります。 集合時間・場所：小野家住宅 午後1時（2時半解散予定） ※車で参加の方は塩尻東地区センターに駐車して下さい
(4) 11月30日 土曜日 (事前予約が必要です。)	○小野家でお茶会 昨年好評いただいていた、お茶会を今年も開催します。お菓子やお茶等の頂き方から教えていただきます。机・イスも用意いたします。普段着で参加OKですのでお気軽にご参加ください!! 集合場所・時間:小野家住宅 午後2時 ※車で参加の方は塩尻東地区センターに駐車して下さい 参加費：500円
(5) 12月7日 土曜日 (事前予約が必要です。)	○ワインの夕べ 前回9月に開催し大好評いただいたワイン会の第2弾を開催します。今回も講師に大山博さん(ワインエキスパート)をお招きしお話を聞きながらワインを楽しみます。 集合場所・時間：小野家住宅 午後2時 参加費：1,000円 ※飲酒を伴う講座のため、お車での参加はお控えください

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。
各自熱さ寒さ対策をしていただくようお願いします。

-----✕切り取り線-----

【塩尻東みてあるき11月号申込書 ④⑤については必ず事前にお申し込みください】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		3・4・5
	塩尻市		3・4・5

主催 塩尻市立図書館 塩尻東分館

共催 塩尻東公民館

クリスマスクリップを作ろう！

木のクリップでクリスマスの飾り^{かざり}を作しましょう

日時 11月23日（金）～ 12月24日（土）

場所 図書館 塩尻東分館

対象 どなたでも

参加費・申し込みはいりません。

1日1つ、期間中1人4個作れます。

材料がなくなりしだい終わりです。



ガーランドとしても
飾れます



【問い合わせ】

塩尻市立図書館 塩尻東分館
本館

(代) 0263-52-0280 (内線 5327) 月曜日休館
0263-53-3365 水曜日、12月16日休館

しゅきい とうかえで かい
主催 唐楓の会
きょうさい しおじりひがしこうみんかん
共催 塩尻東公民館

れいお ねん がつ
令和6年11月

こうさく ず しやうがくせい
工作好きの小学生のみなさんへ



クリスマスランプを作ろう！



じ ゆ う こう さ く
～自由工作クラブのおしらせ～



さくねんさんか ともだち さくひん
※昨年参加してくれたお友達の作品です



にちじ がつ
日時 11月23日（土）午後1：30～3：30

ばしょ しおじりひがしちく だい かいぎしつ
場所 塩尻東地区センター 第1会議室

も もの
持ち物 ハサミ・のり・えんぴつ

さん か ひ むりよう
参加費 無料です。

さん か もう こ ひつよう
※参加申し込みは必要ありません。

とうかえで かい
「唐楓の会」は、月に2回地区センターで
きぼ とり つく こうさく ず おとな にんぐみ
木彫りの鳥を作っている、工作好きの大人3人組です。



いてうや サロン

～春のお茶会を楽しもう～

主催：塩尻東公民館
協力：国指定重要文化財 小野家住宅

地元の国指定重要文化財の小野家にて、貴重な建物の風景を楽しみながら、皆さんが交流できる「いてうやサロン」を開催します。今回は初心者の茶道レッスンです。お菓子やお茶等の頂き方を一から教えていただきます。お気軽に普段着でお出掛け下さい。

日 時：令和6年3月2日（土） 午前10時～午前12時頃

場 所：小野家住宅 （塩尻市大字塩尻町39番地）

対 象：塩尻東地区在住のみなさん

講 師：小林 幸子（裏千家）教授

駐車場：塩尻東地区センター駐車場をご利用ください。（会場まで徒歩3分）

申込締切：当日参加も可能ですが、人数把握のため令和6年2月26日（月）
までに、下の申込書を提出していただければ幸いです。

電話又はFAXでもお申込み可能です。（受付：平日8：30～17：15）

提出・問い合わせ先：塩尻東公民館 TEL：0263-52-4748

（塩尻東地区センター内）電話52-4748 FAX54-1867

国指定重要文化財 小野家住宅

主屋、文庫、隠居屋の三棟と敷地（中門、納屋を含む）が国の重要文化財。

主屋は、文政の大火の後、天保7年（1836年）に再建された。他もこの前後の建物。

平成21年～25年に保存修理工事が行われた。（納屋を除く。）

「幕末の華やかな旅籠建築」と「近世旅籠の屋敷構え」を今に伝える貴重な遺構。

※切り取り線

いてうやサロン参加申込書 （2月号）

氏名（フリガナ）	住所	連絡先

塩尻東公民館だより

令和6年12月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話:0263-52-4748
FAX :0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

寒さの厳しい季節となりましたが一緒にウォーキングや地域の行事に触れてみませんか。

(1) 12月14日	○ 建國神社の見学をしよう 集合時間・場所 : 午前10時 塩尻東地区センター
(2) 12月22日 日曜日	○ 全国高校女子駅伝・パブリックビューイング 塩尻東地区出身の窪田舞さん(長野東高校・3年生)が全国高校女子駅伝に出場します。公民館に集まって大きなテレビの前で一緒に応援しましょう!! 集合時間・場所 : 午前10時 塩尻東地区センター第2会議室
(3) 12月31日 火曜日	○ 阿礼神社に燈籠を飾ろう 塩尻東小全校児童と塩尻中学校美術部員が作成した燈籠100基の点灯式を行います。 集合時間・場所 : 午後4時 阿禮神社鳥居
※イベント紹介 1月4日 土曜日	○ 狼煙上げ 狼煙上げとは戦国事態に外敵からの侵入に備えて煙をあげて知らせる軍用通信です。地域づくり連絡協議会・歴史文化部では毎年1月4日に正月行事として行っております。今年も良き一年でありますようにと勢いよくあがる白い煙に願いを託し一緒に見上げませんか。 集合時間・場所 : 午前10時 塩尻東地区センター駐車場

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。
各自熱さ寒さ対策をしていただくようお願いします。

※切り取り線

【塩尻東みてあるき12月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3
	塩尻市		1・2・3

第49回塩尻東地区公民館まつり ふれあいバザーお礼

10月19日(土)・20日(日)に行われました第49回塩尻東地区公民館まつりでは、時節柄お忙しい時期にもかかわらずの大勢の皆様にご来館いただきました。両日とも大きなトラブルも無く、無事に終了できましたのも皆様のご協力の賜物と心より感謝申し上げます。また、2日間のふれあいバザー支援金総額が59,450円となりました。60,000円にして、塩尻東公民館まつりバザーボランティア代表者様より塩尻東小学校と塩尻中学校に30,000円ずつ贈呈していただきました。皆様方の温かなご支援に感謝申し上げます。ありがとうございました。



バザー会場



塩尻中学校ふれあい活動



東小金管バンド部の発表

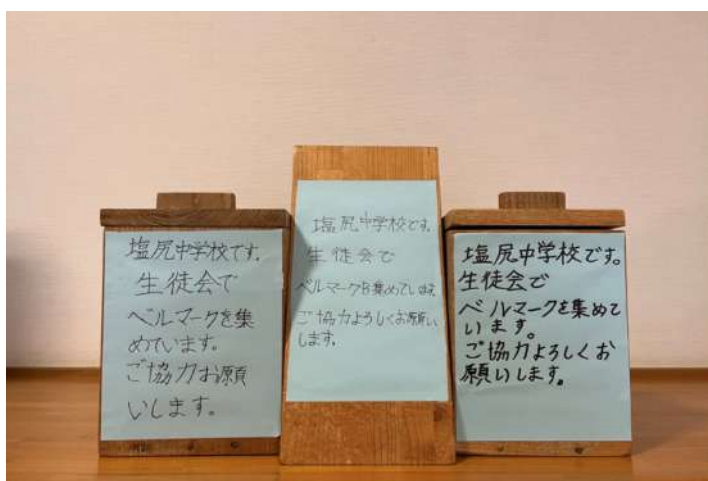
塩尻中学校福祉委員会から地域の皆様へ ベルマーク収集活動のお願い

塩尻中学校福祉委員会が行っている“ベルマーク収集活動”を地域にも広げようとのことから、この度、「塩尻東地区センター」と「大門地区センター」に回収ボックスを設置します。期間は12月1日から3月1日までとなります。集めたベルマークで地域の福祉施設や子ども食堂などに寄付します。地域の皆様の御協力よろしくお願いいたします。

塩尻中学校福祉委員会からのメッセージ

地域のみなさんへ
私たちは、年間を通して、ベルマークを集めています。集めたベルマークの点数で、地域の福祉施設に物品を寄付しています。
地域の方にも、ご協力をいただけるとお聞きしました。
ぜひ、ご協力よろしくお願いいたします。

ベルマーク回収箱



し め 縄 教 室

主催：塩尻東公民館

自分でつくった「玄関飾り」や「しめ縄」を飾り、新年を迎えてはいかがでしょうか？

- ◆ 日 時： 令和6年12月22日(日)午前9時から正午まで
- ◆ 対象者： 塩尻東地区在住の皆さん
- ◆ 場 所： 塩尻東地区センター 多目的ホール
- ◆ 講 師： 塩尻東地区在住のしめ縄制作経験者の皆さん
- ◆ 定 員： ①松飾り ②飾り 各15名(先着順)
- ◆ 持ち物： ハサミ(手バサミ、生け花用ハサミ等)
(藁(わら)は、公民館で用意します。)
- ◆ 参加費： 下記のとおり(制作する種類により金額が違います)
- ◆ 申込締切：令和6年12月16日(月)までに下の参加申込書を提出いただくか
電話またはメールにてお申込みください。
- ◆ お問合せ先：塩尻東公民館 電 話 ： 0263(52)4748
メール ： higashi@city.shiojiri.lg.jp

種 類	松飾り(玄関引き違い戸用) お猪口・下がりつき 	飾り(玄関ドア用) 
	参 加 費 100円／1個(御幣4枚代)	200円／1個(縁起飾り物代)
※ ①か②、どちらか制作したい方を選択してお申し込みください。		

切 り 取 り 線

しめ縄教室参加申込書 令和6年12月16日締切

氏 名	住 所	年代	連絡先	種 類
				①松飾り ②飾り
				①松飾り ②飾り

冬のスッキリ健康教室

塩尻東地区ヘルスアップ委員会では「冬のスッキリ健康教室」と題し、運動教室を開催します。1日のみの参加も可能です。ぜひお出掛けください。

※ 参加費は両日とも無料です

脂肪燃焼！

トレーニングマシン講座

定員20名

ふれあいセンター東部にある器具を使って運動にチャレンジしてみませんか？
自分に合った負荷でカラダを動かして、冬にためやすい脂肪を燃焼させましょう！

場 所：ふれあいセンター東部

時 間：18時～19時

講 師：健康運動指導士 永井 肇 先生



12月17日
(火)

姿勢・ゆがみ改善！

ピラティス 講座

定員30名

スマホ&パソコンの使用が増えて、体のゆがみがでていませんか？
ピラティスでインナーマッスルを鍛えて、日常生活の質&新陳代謝アップを目指しましょう♪

場 所：塩尻東地区センター 多目的ホール

時 間：19時～20時30分

講 師：健康運動指導士（CFM実行委員会）
山田 美由紀 先生



1月9日
(木)

持ち物：動きやすい服装・室内用の運動靴・タオル

水分補給用の飲み物・ヨガマット（ピラティス講座・お持ちの方）

【お申し込み・お問い合わせ先】

各日程の前日までに、下記へお申し込み・お問い合わせください。

(0263) 52-0858（ヘルスアップ委員会事務局 健康づくり課 間宮）

(0263) 52-4748（塩尻東公民館 大居）

塩尻東公民館だより

令和7年1月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電話:0263-52-4748
FAX:0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願いします。道路凍結等屋外を歩くことが少し困難な状況になってきました。そこで、地区センターで一緒に脳活や運動をしませんか。

(1) 1月12日 日曜日	○第43回全国都道府県対抗女子駅伝競走大会パブリックビューイング 塩尻東地区出身の窪田舞さん(長野東高校3年)が第43回全国都道府県対抗女子駅伝に出場します。公民館に集まって一緒に応援しよう。終了後希望者は脇本陣の見学を行います。
(2) 1月25日 土曜日	○脳トレとボッチャ お仲間と一緒に軽運動と頭の体操をしませんか。(1時間程度で終了予定) 集合時間・場所 : 午前10時 塩尻東地区センター
(3) 2月1日 土曜日	○昔のすごろくあそびをしよう 重要文化財の小野家にて脳活昔のすごろく遊びを開催します。 集合時間・場所 : 午前10時 小野家住宅
(4) 2月8日 土曜日	○脳トレとボッチャ お仲間と一緒に軽運動と頭の体操をしませんか。(1時間程度で終了予定) 集合時間・場所 : 午前10時 塩尻東地区センター

【申込方法】 申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。

各自熱さ寒さ対策をしていただくようお願いします。

【ご案内】 例年1月に行っている古文書の講座については2月下旬の開催予定です。来月のおたよりにて詳細を掲載します。

【訂正とお詫び】

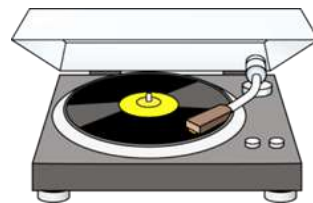
・公民館だより12月号の塩尻東みてあるき、12月14日開催の講座の案内にて神社の名称が間違っておりました。正しい名称は「健国神社」です。お詫びして訂正いたします。

-----✂切り取り線-----

【塩尻東みてあるき1月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・4
	塩尻市		1・2・3・4

LPレコード交流会



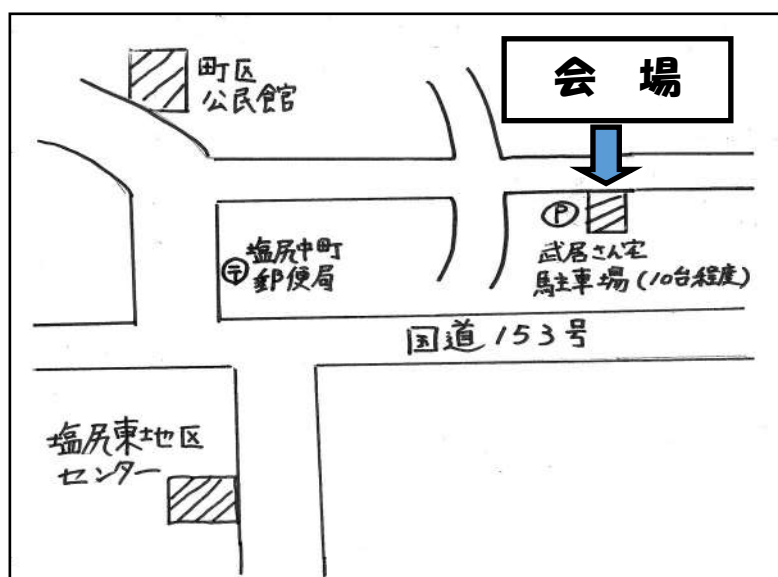
レコードで聴いた思い出のLPレコードを持ち寄って（要申込）一緒に楽しみませんか。曲のジャンルは問いません。この交流会は、LPレコードを聴きながら参加者同士の親睦と交流を目的に開催します。

◆対象および定員

- レコードを持参できる人 5名
○レコードを楽しみたい人 20名程度 ※どちらも先着順です

◆日時・会場

- 令和7年1月28日（火）
○13時30分から16時まで
○会場：武居博明さん宅
※会場がわからない方は塩尻東地区センター駐車場に13時15分にお集まりください。職員が会場まで歩いて案内します。



◆参加費 100円

◆お申込み

下欄の申込書を塩尻東公民館（塩尻東地区センター）に提出するか、電話、メールでお申込みください。申込み期限1月21日（火曜日）

◆主催・お申し込み先：塩尻東公民館 協力：武居博明

○電話0263(52)4748 ○メール higashi@city.shiojiri.lg.jp

○LPレコード交流会 申込書（申込期限1月21日（火））

氏 名	住 所	連 絡 先	参加方法
	塩尻市		レコード持参・鑑賞
	塩尻市		レコード持参・鑑賞

○レコードを持参される方へ

持参されるレコードのジャンル

レコードの名称

いざ！！というときのための 救急法基礎講習・養成講習会



主催：日赤奉仕団塩尻分団 共催：塩尻東公民館

いつどんな事故・病気・ケガ・災害が起こるかわからない世の中で、いざという時、大切な人を守るために講習を受けませんか？

- 1 開催日程 基礎講習 令和7年2月9日(日) 9:00 ～ 15:00
養成講習 令和7年2月15日(土)・16日(日) 9:00 ～ 17:00
※養成講習については、2日間受講していただきます。
- 2 会 場 塩尻東地区センター
- 3 講習内容 ①基礎講習:AED・心肺蘇生法・災害時炊き出し用「包装食」の実習
②養成講習:救急法・急病・三角巾を使った傷、骨折の手当・搬送
講習会の最後に「受講証・認定証」が交付されます。
※②養成講習は①基礎講習を受講済みの方のみ受けられます。
- 4 受講料 基礎講習：1,500円 養成講習：2,100円
- 5 講 師 日赤 救急法指導員
- 6 申込方法 切り取り線以下の申込書を塩尻東公民館へ提出してください。
- 7 申込期限 令和7年2月3日(月)
- 8 問合せ先 塩尻東公民館 TEL: 0263-52-4748

切 り 取 り 線

救急法講習申込書 ※提出期限・令和7年2月3日(月)

氏 名	住 所	地 区 名	連 絡 先
	〒		
	〒		

【 受 講 種 類 】 希望するところに○をお願いします

①基礎講習 ・ ②養成講習 ・ ③両方受講

塩尻東公民館だより

令和7年2月1日
発行：塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電 話：0263-52-4748
FAX：0263-54-1867
E-mail：higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願いします。道路凍結等屋外を歩くことが少し困難な状況になってきました。そこで、地区センターで一緒に脳活や運動をしませんか。

開催日 ①2月15日(土) ②2月22日(土) ③3月1日(土)	○脳トレとボッチャ お仲間と一緒に軽運動と頭の体操をしませんか。 時 間： ①：午前10時から午前11時まで ②③：午後1時30分から2時30分まで ※実施時間が異なりますのでご注意ください。 会 場： 塩尻東地区センター 多目的ホール(各回共通) 持ち物： 上履き・タオル・飲み物
開催日 2月19日(水) 2月22日(土) 2月26日(水) 3月1日(土)	○古文書講座 地域に伝わる古文書を読み解きながら、当時の歴史や生活・ふるさとの出来事について一緒に学びましょう。 今年のテーマは塩尻宿の飯売り女についての古文書を読み解きます。講座に御参加の人はぜひ塩尻東地区センターまで歩いてきていただき健康維持につなげましょう。 集合時間・場所： 午前10時から午前11時30分まで 塩尻東地区センター 第2会議室 ※集合時間、場所については各回共通になります。 当日参加も可能ですが資料の準備の都合上、2月17日まで に御連絡をお願いします。

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。
各自熱さ寒さ対策をしていただくようお願いします。

-----✕切り取り線-----

【塩尻東みてあるき2月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・古文書
	塩尻市		1・2・3・古文書

主催 塩尻市立図書館 塩尻東分館

共催 塩尻東公民館

書道に親しみましょう

小さなお子さんから大人の方までどなたでも参加していただけます

3月1日（土）午前10時～午前11時30分

場 所 塩尻東地区センター 多目的ホール

講 師 三澤 正照（みさわ まさてる）さん

参加費 無料

持ち物 習字セットのある方はお持ちください。
ない場合はこちらで用意します。



申し込み 定員 20 人（先着順）

2月5日（水）から電話または分館カウンターで受け付けます。

お手本の用意がありますので申し込み時に

半紙に書いてみたい文字や言葉をお知らせください。

2/8(土)～3/15(土) 塩尻東分館で
「春のつるしかざり」が作れます。(開館時間中)
申し込み・参加費はいりません。



【申し込み・問い合わせ】

塩尻市立図書館 塩尻東分館 0263-52-0280（内線 5327）

日・月曜日休館

本館

0263-53-3365

水曜日休館

いてうや サロン

主催：塩尻東公民館

協力：国指定重要文化財 小野家住宅

～おいしい煎茶の入れ方～

地元の国指定重要文化財の小野家にて、貴重な建物の風景を楽しみながら、皆さんが交流できる「いてうやサロン」を開催します。今回は煎茶が趣味の御当主に美味しい煎茶の入れ方について教えていただきます。是非お気軽にご参加ください。

日 時：令和7年3月8日（土） 午後1時30分～午後2時30分頃

場 所：小野家住宅 （塩尻市大字塩尻町39番地）

対 象：塩尻東地区在住のみなさん

参加料：500円

駐車場：塩尻東地区センター駐車場をご利用ください。（会場まで徒歩3分）

申込締切：人数把握のため令和7年2月27日（木）までに、下の申込書を提出していただければ幸いです。

電話又はFAXでもお申込み可能です。（受付：平日8：30～17：15）

提出・問い合わせ先：塩尻東公民館 （塩尻東地区センター内）

電話52-4748 FAX54-1867

国指定重要文化財 小野家住宅

主屋、文庫、隠居屋の三棟と敷地（中門、納屋を含む）が国の重要文化財。

主屋は、文政の大火の後、天保7年（1836年）に再建された。他もこの前後の建物。

平成21年～25年に保存修理工事が行われた。（納屋を除く。）

「幕末の華やかな旅籠建築」と「近世旅籠の屋敷構え」を今に伝える貴重な遺構。

※切り取り線

いてうやサロン参加申込書 （2月号）

氏名（フリガナ）	住所	連絡先

塩尻東学校の児童が霧訪山の魅力をPR 自作ポスター掲示!!

塩尻東小学校4年1部の皆さんが、霧訪山の魅力を伝えるPR活動として、塩尻東地区センターにポスターを掲示してくれました。このポスターは児童の皆さん一人一人がデザインしたポスターでどれも力作ぞろいです!!

お時間のある時塩尻東地区センターにお立ち寄りいただき、児童の皆さんの学習の成果を是非見に来てください。

会館時間: 月曜～金曜・午前8時30分～午後5時15分 土曜日: 午前10時～午後5時

1月15日地区センターにポスターを掲示している時の様子



4年1部の皆さん(27名)



ポスター 45枚 ・ 1月15日から3月上旬まで掲載予定
(予定より早めに掲載を終了することもあります)



塩尻東学校の児童が霧訪山の魅力をPR 自作ポスター掲示!!

塩尻東小学校4年1部の皆さんが、霧訪山の魅力を伝えるPR活動として、塩尻東地区センターにポスターを掲示してくれました。このポスターは児童の皆さん一人一人がデザインしたポスターでどれも力作ぞろいです!!

お時間のある時塩尻東地区センターにお立ち寄りいただき、児童の皆さんの学習の成果を是非見に来てください。

会館時間: 月曜～金曜・午前8時30分～午後5時15分 土曜日: 午前10時～午後5時

1月15日地区センターにポスターを掲示している時の様子



4年1部の皆さん(27名)



ポスター 45枚 ・ 1月15日から3月上旬まで掲載予定
(予定より早めに掲載を終了する場合がございます)



塩尻東公民館だより

令和7年3月1日
発行:塩尻東公民館 塩尻町648番地1
電話:0263-52-4748
FAX:0263-54-1867
E-mail:higashi@city.shiojiri.lg.jp

塩尻東みてあるき

主催 塩尻東公民館
共催 塩尻東スポーツ協会

冬の厳しい寒さも落ち着きを見せ少しずつ春の訪れを感じる季節となりました。塩尻東地区の史跡や季節の花を見ながら一緒にウォーキングしませんか。

(1) 3月15日 土曜日	○信州塩尻宿脇本陣喜十郎敷地及び観音堂見学 塩尻宿脇本陣の敷地で工事が始まっています。屋敷図と見比べながら、正面及び裏側を見学し、その後川上家薬師堂を巡回します。敷地が大幅に変わりますので、是非その前の景色を目にしましょう。 集合時間・場所：午前10時 塩尻東地区センター駐車場
(2) 3月22日 土曜日	○みどり湖水芭蕉見学 みどり湖の水芭蕉と一緒に見学しましょう。水芭蕉見学後に、みどり湖の湖畔を一周します。 集合時間・場所：午前10時 みどり湖水芭蕉公園入口付近の駐車場
(3) 3月29日 土曜日	○長畝・吉江喬松生家跡及び墓地、水芭蕉の見学 金井と対になっている第六天見学後、孤雁生家跡・墓地・水芭蕉栽培地を巡回します。孤雁生家が古くなり更地となり、大ケヤキも剪定されました。墓地への路も樹木の伐採により明るい路になりました。 集合時間・場所：午前10時 長畝公民館
(4) 4月5日 土曜日	○小坂田公園水芭蕉・自然博物館見学 小坂田公園の水芭蕉を見学、自然博物館内見学、公園散策をします。 集合時間・場所：午前10時 小坂田公園マレットゴルフ場入口

【申込方法】申込書を塩尻東地区センターに提出していただくか、FAX(54-1867)又はメール(higashi@city.shiojiri.lg.jp)にてお申し込みください。
各自熱さ寒さ対策をしていただくようお願いします。

-----✕切り取り線-----

【塩尻東みてあるき3月号申込書】

氏 名	住 所	連 絡 先	講 座
	塩尻市		1・2・3・4
	塩尻市		1・2・3・4

主催 唐楓の会
共催 塩尻東公民館

令和7年3月

～自由工作クラブのお知らせ～

お気に入りの

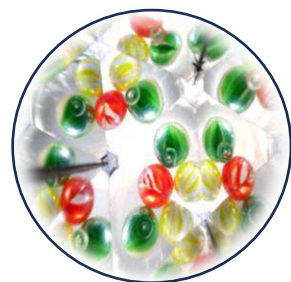
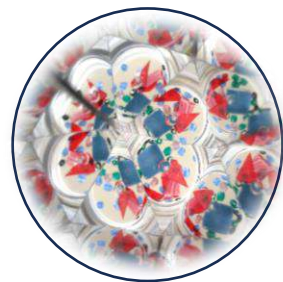
まんげきょう つく 万華鏡を作ろう！

★外側は自由にかざって・・・

★中に好きな色のパーツを
入れて作りましょう



★おりがみ・カラーペン・パーツはこちらで用意します



3月22日（土）午後1時～3時

場所 塩尻東地区センター 第1会議室

持ち物 ハサミ・のり・ふでばこ

参加費 無料です

※参加申し込みは必要ありません
材料がなくなり次第おわりです

「唐楓の会」は、月に2回地区センターで
木彫りの鳥を作っている、工作好きの大人3人組です。

