

みんなの街まち通信 Vol.39

発行：2025年7月1日



てとて キッズ広場 in 千曲市市民交流センター



長野高専サイエンス・ツアー 「親子でつくる小学生ロボコン工作教室」



「考える・作る・実践する」を体験！長野高専の先生と学生が教える、ロボット工作教室。自分だけのオリジナルロボットを作って、動かしてみよう！

日 時 7月26日(土) 9:30～12:00

参加費 1,600円/1組

定 員 20組(親子2人1組・先着順)

講 師 長野工業高等専門学校 講師・学生

持ち物 ペットボトル・牛乳パックなどロボットの素材



詳細・お申込みは
QRコードから↑↑

お申込フォームが上手く機能しなかった場合は、市民交流センター(TEL:026-273-8000)までお問合せください。



学びのおとな塾 in 千曲市市民交流センター



人生会議 ～ 人生の最期にどう在りたいか ～



普段考えない生と死について考えてみませんか？「もしバナゲーム」で自分の人生観について見つめなおします。

日 時 9月25日(木) 13:30～15:30

参加費 無料 **定 員** 12名(先着順)

講 師 宮坂 仁美
(看護師・iACP もしバナマイスタープログラム修了者)



詳細・お申込みは
QRコードから↑↑

お申込フォームが上手く機能しなかった場合は、市民交流センター(TEL:026-273-8000)までお問合せください。

NEW 7月スタート

てとて子育てルーム「親子で笑顔になるベビーマッサージ教室」

ベビーマッサージは赤ちゃんとの最高のコミュニケーション手段です。マッサージを通して親子の絆を深めましょう。赤ちゃんのリラックスと安眠・便秘の解消などの効果が期待されます。1～12ヶ月の赤ちゃん対象です。



日 時 7月9日・8月6日・9月10日(水) 10:00～11:00

定 員 6組/1回 **受講料** 各500円/お子さん1人

持ち物 バスタオル・オムツ・お尻ふき・お気に入りのおもちゃ
お手持ちのオイル(購入も可能) or 保湿剤



詳細・お申込みは
QRコードから↑↑

みんなの街まち活動

イベント

千曲市男女共同参画推進連絡協議会
平和のつどい 戦後80年記念上映会「荒野に希望の灯をともし」



医師・中村哲の現地活動35年の軌跡。なぜアフガニスタン・パキスタンで井戸を掘り、水路を建設したのか？医師中村哲の生き様を追うドキュメンタリーの完全版を上映します。21年以上彼を撮影し続けた谷津賢二監督のトークもあります。

日時 7月19日(土) 1回目12:30～ 2回目15:30～
場所 信州の幸あみずホール 大ホール
参加費 前売券 1,200円 (小学生以下無料)
当日券 一般1,500円 中高生800円
問合せ先 千曲市男女共同参画推進連絡協議会 090-9294-5003 (池田)

イベント

けいあい地域子育て支援相談室
わくわくスペースけいあい



お寺にあつまれ～
みんなで夏休みの宿題をしよう！その後はかき氷を食べたり、遊んだりしよう！
事前申し込みが必要です(※応募多数の場合、締め切りを早める場合もありますのでご了承ください。)

日時 7月29日(火)・30日(水) 13:00～16:30
場所 宗安寺(7/29)・勝徳寺(7/30)
参加費 無料
申込先 詳細・お申込み方法はチラシをご覧ください
(けいあい地域子育て支援相談室 026-214-1165) <チラシはこちら>



イベント

千曲市連合婦人会
くらしのフォーラム2025「家族の困りごと、行動・心理症状」



-笑う介護に福来る- みんなが笑顔になる方法
認知症の軽い初期から「同じことを繰り返す、怒りっぽくなる」など、本人や家族は、困りごとに直面します。皆が心軽く笑顔で暮らせるよう、その対処方法を具体的に学び合います。

日時 9月28日(日) 13:30～15:00 (開場13:00)
場所 戸倉創造館 大ホール
参加費 無料(申込不要)
講師 永井 一子 (JA長野厚生連 長野松代総合病院 認知症看護認定看護師)
問合せ先 千曲市連合婦人会 090-8490-2450 (鎌田)

団体紹介

NPO 法人千曲ねこの会



一緒に人と猫が共生できる街づくりをしませんか？飼い主のいない猫の繁殖抑制、自治会様との地域猫活動(地域の飼い主のいない猫を不妊化手術・管理し、生活環境被害を軽減する)、イベント出店、写真展をはじめとする啓発活動、住民の保護活動支援をしています。会員一人一人が人と猫のためにできることを、考えています。
(猫の引取りは行っておりません)

問合せ先 NPO法人千曲ねこの会 090-1614-9792 (平田)
✉ chikuma.nekonokai@gmail.com <ホームページ>



てとての教室

ベビー＆キッズ教室

- ★ キッズダンス教室 (低学年・高学年コース 火曜日・月3回)
- ◆ てとて子育てルーム
大きなおもちゃで遊ぼう！& 芽里先生の親子 de プチヨガ
親子で笑顔になるベビーマッサージ教室 (NEW) / リトミック

大人の教室 (教養&趣味&健康)

- ★ スチヨガ (火曜日・土曜日コース 各月2回)
- ★ 楽しくリズム体操 (ゆったり・かろやかコース 木曜日)
- ★ リボンアートフラワー (金曜日・土曜日コース 各月2回)

パソコン・スマホ教室

- ◆ パソコン・スマホ個人レッスン (火～土曜日の午後 事前予約)
- ★ パソコン倶楽部 (火曜日・木曜日コース 各月2回)
- ★ スマホ倶楽部 (金曜日 各月2回)

団体紹介

姨捨そば道場



姨捨そば道場は千曲市八幡にあります。道場のモットーは「そばを学び、楽しく、美味しいそばを打つ」です。半数が女性でとにかく明るく、楽しいそば道場です。見学、体験歓迎しておりますので、興味がある方はお越しください。

日時 木曜日(毎週) 13:00～16:00
土曜日(第2・第4) 14:00～17:00
場所 千曲市大字八幡 3089-2 J A八幡支所北側ビル2階
(※常設のそば打ち台 8台)
問合せ先 姨捨そば道場 090-9664-7584 (中條)

「てとての教室」の詳細・お申込みはこちら▶
★の教室は体験を実施しています。



お申込み & お問い合わせ

千曲市市民交流センター「てとて」

千曲市屋代 128-1 (旧 ふれあい情報館)
TEL : 026-273-8000
Mail : shimin-net@areanet.or.jp
URL : https://chikuma-shimin.net

各教室のお申込みはお電話またはフォーム(下記 QR)をご利用ください
※みんなの街まち活動のお申込み・お問合せは各主催団体へご連絡ください

てとてHP



お申込み



公式LINE

