



お菓子作りに挑戦！

2月11日（土）に上山田育成会と共催し、上山田公民館主催の「親子料理教室」が戸倉創造館で開催されました。

当日は、親子8組20名が参加し、協力をしながらカップケーキを作りました。手作りのおいしそうなカップケーキが出来上がりました。

《主な掲載記事》

公民館学習活動実績発表会・ 地区文化祭	2～3
公民館からのお知らせ	4
令和5年度各公民館行事紹介	5
成人講座受講生募集	6～7
もっと知りたいふるさと (上山田地区)	8

学習活動実績発表会が 開催されました!!



目標は、腰痛・膝痛の克服です (太極拳)



木彫の作品です



普段使えるものから、置物までの陶芸作品



会場のみなさんも一緒に! (ヨガ)



仙石分館のダンス



見慣れた風景も写真で見ると違うね



ずらりと作品が並びました (絵手紙教室)



パッチワーク作品



いきいきサロン三滝会の皆さんの「あん姪体操」



息の合ったアンサンブル演奏



区刊行「倉科の里」を題材にした昔懐かしい紙芝居



心を込めた作品が並びます



引き継がれている謡曲の発表



本格的! インド舞踊



ハワイアンに合わせて優雅に

地区文化祭を開催

倉科分館 (屋代公民館)

2月5日(日)、第43回倉科区文化祭が3年ぶりに行われました。展示の部では、手芸・洋裁・書道・絵画等の丹精込めた作品が約50点、さらに発表の部では16の多彩なステージが入場者の目を楽しませてくれました。

戸倉公民館 (展示と舞台発表) 3月4日(土)~3月5日(日)



習字教室の成果 (毛筆・硬筆)



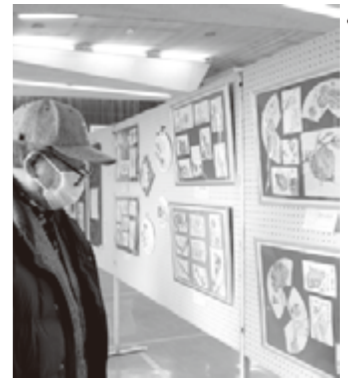
粘土で作った素敵な作品です



力作が並んでいます (治田小学校)



春のお花、いい匂いがするね



絵手紙に心がなごみますね



羽織や帯が生まれ変わりました



見て! 僕の絵、これだよ!

稲荷山公民館 (展示のみ) 1月30日(月)~2月4日(土)



年長さんたちの将来の夢はなあに?



山から採ってきたついでに編みました

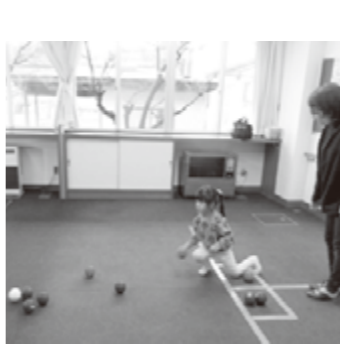


色がわからなくて残念! カラフルな木彫り作品です

八幡公民館 (展示と健康講座) 3月1日(水)~3月4日(土)



健康講座 「睡眠」と「健康」の知恵袋



ポッチャ体験コーナー おばあちゃんとチャレンジ!



大池の公民館では毎年干支を楽しく編んでいます



河川敷の石。形や模様が面白い

～語り継ごう～

戦争体験記を募集!!

毎年8月号に掲載の「戦争体験記」を募集します。

戦争及び戦争時の暮らしの体験や、家族や人から聞いた戦争体験など、次の世代へ伝えていきたい内容を書いて応募してください。400字詰原稿用紙2～3枚程度にまとめ、写真などがありましたら付けて最寄りの公民館にお出しください。取材させていただきます、文章を作成することも可能です。応募の締め切りは **5月19日(金)** です。



～地域で学ぼう～

学級生募集



＊ ＊ 各公民館の学級 ＊ ＊

屋代公民館	ゆうゆう学級
埴生公民館	すこやか学級
稲荷山公民館	さわやか教室
八幡公民館	いきいき学級
戸倉公民館	いきいき創造学級
上山田公民館	えびす学級

千曲市の各公民館では健康・福祉・教養・文化など幅広い内容を一年を通してどなたでも楽しく学べる学級を開設しています。講座は1回ごとなので内容やご都合に合わせて気軽に受講できます。募集は4月に各公民館で発行される公民館だよりをご覧ください。

令和5年度 更埴公民館運営協議会事業紹介

千曲市の6公民館と坂城町公民館で組織されている更埴公民館運営協議会の事業を紹介します。

開催日	会場	事業名	内容
5月27日(土)	上山田文化会館	分館役員研修会	分館役員対象の研修会
12月17日(日)	上山田文化会館	第28回更埴地区短詩型文学祭表彰式	短歌・俳句・川柳・現代詩の4部門

※短詩型文学祭の作品募集は7月ころから行います。



第19回フォトコンテスト 公民館活動の写真

大募集

長野県公民館運営協議会では、「第19回フォトコンテスト」を開催します。

日ごろ公民館活動の中でとらえたあなたの“ベストショット”をご応募ください。入賞者には賞状と記念品を差し上げます。

- 最優秀賞 1点：図書カード 5,000円
- 優秀賞 2点：図書カード 3,000円
- 入賞 7点：図書カード 1,000円

※応募の方法や要件については千曲市ホームページまたは、お近くの公民館でご確認ください。

応募締切 令和5年6月15日(木)

市民講座開講

どなたでも入場無料で参加できます。
詳細は館報6月号でお知らせします。

●日 時：7月2日(日)
午後1時30分～3時

●会場
「信州の幸(めぐみ) あんずホール」
(更埴文化会館)

各公民館の主な行事を紹介します

令和5年度

みなさんの参加をお待ちしています。

新型コロナウイルス感染状況等により日程は変更になる場合があります。

屋代公民館

体育・レクリエーション

- 分館対抗野球・ソフトバレー大会 (6月中旬)
- 夏山ハイキング (7月8日)
- 各地区運動会 (9・10月)
- ポッチャ体験会・大会 (8月26日)

文化行事等

- 小学生オセロ大会 (2月3日)
- サークル発表会 (3月9日)

学級・講座

- ゆうゆう学級 (5月～3月)
- 三滝水生生物教室 (7月28日)
- 子どもフラワーアレンジメント教室 (8月3日)
- 書き初め会 (1月4日)
- 春休み子ども科学教室 (3月22日)

埴生公民館

体育・レクリエーション

- 球技大会 (5月21日)
(野球・マレットゴルフ)
- 分館対抗ポッチャ大会 (9月24日)
- 埴生地区ハイキング (10月15日)
- 室内ゲーム大会 (2月4日)
(囲碁・麻雀など)

文化行事等

- 納涼音楽会 (8月6日)
- 菊と盆栽展 (10月30日～11月5日)

学級・講座

- すこやか学級 (5月～3月)
- 埴生子どもカレッジ (8月9日)
- 料理教室 (11月24日)
- 親子教室 (12月10日)

稲荷山公民館

体育・レクリエーション

- 球技大会 (6月4日)
- 夏のハイキング (9月10日)
- 稲荷山地区運動会 (10月1日)
- 桑原ふれあいまつり(ミニ運動会) (10月)

文化行事等

- 地域のふれあい事業 (12月2日)
- 第16回発表会
展示 (1月29日～2月3日)
発表 (2月3日)

学級・講座

- さわやか教室 (5月～3月)
- 各種講座 (6月～11月)
(教養・健康・福祉 全9回)
- 習字教室 (6月～2月)
- 子ども夏のゼミナル (7月27日)
- 書き初め教室 (1月4日)

八幡公民館

体育・レクリエーション

- 分館対抗球技大会 (6月11日)
- 夏山ハイキング (7月8日)
- 分館対抗ポッチャ大会 (10月15日)

文化行事等

- 子どもしめ縄づくり (12月)
- ミニ門松づくり (12月)
- 書き初め会 (1月4日)
- 囲碁大会 (1月27日)
- 発表会 (2月28日～3月2日)

学級・講座

- いきいき学級 (5～3月)
- 夏休み親子教室 (8月3日)
- 脳と体の運動講座 (7月・9月・11月)
- 教養講座 (6・8月)
- ものづくり講座 (2月)
- 音楽を楽しむ (1月)
- 八幡っ子教室 (5～2月)

戸倉公民館

体育・レクリエーション

- 分館対抗400才野球大会 (7月9日)
- ハイキング (7月22日)
- 敬老の日祝賀記念事業 (9月3日)
- 戸倉運動会 (10月1日)
- ふるさとウォーク (10月29日)

文化行事等

- ふるさと俳壇 (年4回俳誌の発行)
- 学習活動実績発表会 (3月2日～3日)

学級・講座

- いきいき創造学級 (5月～11月)
創造カルチャー(男性向け講座・健康講座等)
(年3～4回)
- 親子de学ぶ教室(お味噌づくり・いけばな) (5月21日)
- 夏休みは創造館に集まろう!
(工作教室・ダンス教室等) (8月11日)
- 親子de学ぶ教室(味噌づくり) (11月12日)
- 子育て支援講演会 (2月3日)
- 親子de学ぶ教室(やしょうまづくり) (2月17日)

上山田公民館

体育・レクリエーション

- 球技大会 (6月11日)
- 市民ハイキング (7月22日)
- 上山田地区市民運動会 (10月1日)

文化行事等

- 盆栽・写真展示 (5月16日～5月23日)
- ふるさと探訪 (7月5日・10月14日)
- 上山田文化祭 (11月4日～11月5日)
- しめ飾り作り講習会 (12月17日)
- 書初め展 (1月20日～1月26日)
- わら馬作り講習会 (1月27日)

学級・講座

- えびず学級 (5月～3月)
- 上山田子ども未来塾 (4月～3月)
- 癒しのサロン「さんま」 (4月～3月)
- 親子地域学習 (8月8日)
- わくわく体験 (10月28日)
- 家庭教育学級 (1月12日)
- 親子料理教室 (2月10日)

学ぶ喜び 出会う楽しみ

成人講座 受講生募集

主催 千曲市公民館運営協議会

申込期間 4月4日(火)～14日(金) 午前9時～午後5時

受講資格 市内在住または市内事業所に勤務している方。在住地区以外の公民館の講座も受講可能です。ただし、同じ講座を継続して受講できるのは、3年までです。

受講料 1講座の回数が12回以下は年1,500円、13回以上は2,500円です。教材費は実費負担です。

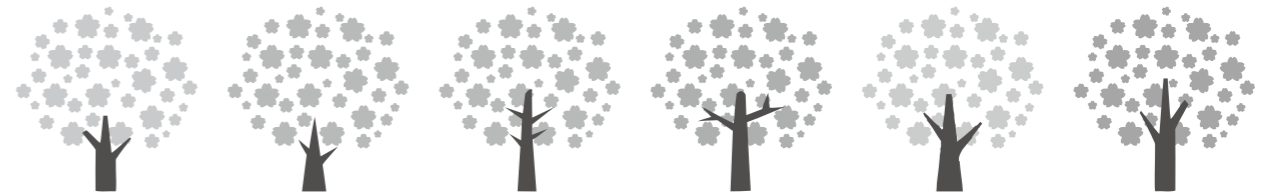
申込方法

希望の講座を開設する公民館へ受講料を添えて申し込んでください。先着順となりますので定員になり次第、締め切ります。ただし、各講座とも受講生が8人に満たない場合は開設しません。
 なお、塚田佳代子講師(屋代・埴生)、栗原薫講師(稲荷山・戸倉・上山田)、および西山木実講師(戸倉・上山田)の講座は、各講師につき1講座のみの申込みとなります。

問い合わせ	屋代公民館	埴生公民館	稲荷山公民館	八幡公民館	戸倉公民館	上山田公民館
	272-0234	272-0055	272-1009	272-1076	275-1490	276-5842

会場	講座名	開設日	時間	定員	回数	講師(敬称略)	備考
屋代公民館	Go Toシェイプアップやしろ!! ～ミニボールトレーニング～	4月26日開講式 第2・4水曜日	13:30～15:00	20	15	長野市 塚田 佳代子	塚田講師の成人講座を2回以上受講の方が対象 ミニボールを使ってお腹周りの脂肪を解消しましょう!
	運動ははじめの一步 ～足ぶみ・リズム体操～	5月19日開講式 第3金曜日	13:30～15:00	15	10	長野市 塚田 佳代子	塚田講師の成人講座受講を初回または1回の方が対象 運動を始めたい方のスタートをサポートします!
	Let's sing a song. みんなで歌いましょう!	5月17日開講式 第1・3火曜日	13:30～15:00	16	15	稲荷山 内山 由香	童謡、唱歌、昭和歌謡、世界の民謡、そしてオペラアリアまで!
埴生公民館	マッスル& リフレッシュ体操	5月9日開講式 第2・4火曜日	13:30～15:00	25	15	長野市 塚田 佳代子	筋トレ・有酸素運動・ストレッチで体を作っていきます。筋力アップで心も体もリフレッシュ!
	折り紙	5月17日開講式 第1水曜日	9:30～11:00	15	8	杭瀬下 青木 百合子	折り紙で身近な人を笑顔に...
	なつかしの愛唱歌	5月16日開講式 第3火曜日	10:00～11:30	40	12	上山田 田島 仁	心に残る「愛唱歌」の時代背景や歌にまつわるエピソードに触れながら、楽しく学びましょう
稲荷山公民館	リンパ体操	5月15日開講式 第1・3月曜日	13:30～15:00	40	17	坂城町 栗原 薫	リンパマッサージと筋トレで元気な体を作りましょう
	笑和ビクス!	5月17日開講式 第3水曜日	13:30～15:00	40	10	稲荷山 小山 待子	懐かしの昭和の名曲を口ずさみながら楽しく体を動かしましょう
	心に太陽を くちびるに・歌を	5月23日開講式 第4火曜日	13:30～15:00	30	10	稲荷山 内山 由香	思い出の流行歌、歌謡曲、童謡、唱歌を歌い、元気になりましょう
八幡公民館	筋トレ体操教室	5月10日開講式 第2・4水曜日	19:00～20:00	20	15	長野市 太田 靖子	ゆっくりとした動きの中で、しっかりと筋肉を動かし、筋力と柔軟性を上げて体力の維持と向上を目指します
	楽しい初歩からの 大人の習字教室	5月16日開講式 第1・3火曜日	13:30～15:30	12	15	八幡 杉浦 玉雪	習ったことのない方でも大丈夫。書道を基礎から学びましょう
	男の料理教室 ～夕飯はまかせて!～	6月7日開講式 第1水曜日	14:00～16:30	10	7	千曲市食生活改善推進協議会八幡支部	メニューはおなじみの家庭料理からヘルシーなものまで。初めての方でも大丈夫です。女性もOK!

会場	講座名	開設日	時間	定員	回数	講師(敬称略)	備考
戸倉公民館	木彫	6月6日開講式 第1・3火曜日	13:30～15:30	20	17	上田市 谷井 一雄	木彫は指先を使い、考えながら彫ることで脳の活性化に繋がります。認知症予防になります
	リンパケアと健康体操	6月6日開講式 第1・3火曜日	10:00～11:30	20	16	坂城町 栗原 薫	痛みやムクミをなくし楽なカラダを作ります。始めた日から筋肉が育ちますよ
	はじめての囲碁	6月13日開講式 第2・4火曜日	10:00～12:00	20	17	若宮 宮城 靖夫	関心があったら参加してみよう。易しく囲碁を始め、右脳の働きを良くし楽しめよう
	絵手紙	6月7日開講式 第1・3水曜日	10:00～12:00	20	17	土口 青柳 むつ子	季節の花や野菜、好きなものを書いて、大切な方に感謝や日頃の思いを伝えてみませんか
	誰でも簡単ストレッチ ヨガ	6月7日開講式 第1・3水曜日	13:30～15:30	20	17	新田 西山 木実	誰にでもできる簡単なストレッチヨガです。楽しく体を動かし健康になりましょう
	太極拳	6月7日開講式 第1・3水曜日	13:30～15:30	22	17	磯部 小出 義宗	太極拳の基礎。站つ事で芯(真)の健康を学びます。腰・膝痛など克服したい方、歓迎!
	茶道	6月7日開講式 第1・3水曜日	13:30～15:30	10	17	茶道なごみ会	一服を美味しく召し上がっていただけるよう、共に学びましょう
	新しい陶芸	6月7日開講式 第1・3水曜日	13:30～15:30	16	17	屋代 石坂 徳平	古窯や窯元の特徴等を学びながら、土を練り釉薬を作り、自分の作品を作ってみませんか
	夜の陶芸	6月7日開講式 第1・3水曜日	19:30～21:30	16	17	屋代 石坂 徳平	お仕事帰りに陶芸を始めてみませんか。初心者の方、大歓迎です。内容は「新しい陶芸」と同じです
	立って行う リズムフィットネス	6月14日開講式 第2・4水曜日	13:30～15:30	20	17	八幡 宮澤 君衣	人生100年時代、自分のことは自分で!音楽に合わせて関節の動きをよくし、疲れにくい体を作ります
上山田公民館	パッチワーク(手芸)	6月1日開講式 第1・3木曜日	10:00～12:00	15	17	磯部 竹内 道枝	指先を動かすパッチワークは、脳トレにも最適。世界に一つだけの作品を作りませんか
	洋菓子	6月8日開講式 第2・4木曜日	19:00～21:00	8	17	桜堂 小池 勇吉	楽しいやさしい菓子作り、失敗しないコツを教えます
	大人の音楽教室	5月25日開講式 木曜日	9:30～11:00	30	12	上山田 田島 仁	音楽について楽しく学んでみませんか
	茶道	5月9日開講式 火曜日・土曜日	9:30～12:00	25	12	上山田温泉 飛田 民子	笑顔と一服のお抹茶でおもてなし
	ヨガ	5月19日開講式 第1・3金曜日	10:00～11:30	35	12	新田 西山 木実	心と体の健康をキープしましょう
	かんたんダンス・ はつらつ体操	5月12日開講式 第2・4金曜日	10:00～11:30	20	12	カ石 酒井 美代子	楽しく身体を動かし、いつまでも若々しく、はつらつとした生活を♡
	水墨画	5月13日開講式 土曜日	10:00～12:00	15	12	千本柳 竹内 せつよ	心落ち着けるひと時を過ごしませんか
	リンパケアと健康体操	5月11日開講式 第2・4木曜日	10:00～11:30	30	12	坂城町 栗原 薫	気持ちよくカラダを動かして元気になりましょう
	楽しく手習い(書道)	5月8日開講式 第2月曜日	10:00～11:30	15	12	長野市 橋詰 辰男	楷書・草書の基礎を学びます
	楽しく俳句(基礎)作り	5月1日開講式 月曜日	13:30～15:30	20	12	屋代 青木 美子	俳活を始めてみませんか?
お手軽クッキング	5月9日開講式 第2火曜日	12:00～15:00	15	12	内川 田中正朝	家族が喜び、アレンジしながら使えるような料理を作ります	



※「館報ちくま」及び「もっと知りたいふるさと」は千曲市ホームページでご覧になれます。

もっと知りたいふるさと

91

学童疎開を受け入れた 上山田温泉

上山田温泉の上山田ホテルには太平洋戦争末期から戦後にかけての4年間、日本初の体が不自由な子ども
の学校「東京都立光明国民
学校」の学童疎開を受け入
れた記念碑があります。

1944（昭和19）年、
米軍による空襲が激しくな
り、5月には国の政策で集
団学童疎開が始まりました。
光明学校の松本校長
（以下同校長）は、なんと
かしてより安全な町か村に
疎開させたいと願ひ東京都
や世田谷区に相談しました
が、国民学校の疎開だけで
手いっぱいひ光明学校の疎
開を考えることはしてくれ
ませんでした。

光明学校は、やむを得ず
世田谷本校に「現地疎開」
をしました。寄宿所で寝泊
まりし、空襲時は校庭の防
空壕に避難しました。戦況
が悪化する中でも、都や区
は光明学校の疎開先探しに
は動いてくれませんでした。
同校長は、自分で疎開
先を探すしかないひ決意
し、1945（昭和20）年
3月、長野市の東京都長野

出張所へ向かいました。長
野市に着くと、既にどの旅
館も健全者の疎開児童で満
杯。その時居合わせた役人
が「上山田温泉にあるかも
しれない」と教えてくれま
した。同校長は早速、上
山田村役場に向かいまし

た。上山田温泉は、当時約
1000人の豊島区の疎開
児童が各旅館で生活して
おり満杯の状態でしたが、相
談を受けた若林村長（上山
田ホテル主人）は、同校長
の熱意に押され上山田ホテ
ルで受け入れることを決め
ました。

5月15日に児童、付き添
い、職員など総勢148名（疎
開出発時人数）が上山田
ホテルに到着しました。

児童、職員の移動は校
長が当局と掛け合い、汽
車の車両とバスを貸し切
りにし、生活用品や医療
器具は陸軍がトラックで
輸送しました。軍事優先
の当時としては異例なこ
とでした。

上山田に着いた10日後
に東京の校舎は空襲で焼
失しましたが、子どもた

ちは間一髪、命拾いをしま
した。

大都市部の普通学校の学
童疎開は1946（昭和
21）年3月末で終了しまし
たが、肢体不自由児の教
育に必要な代替施設がな
く、光明学校の疎開生活は
焼失した校舎が再建された
1949（昭和24）年5月
までの約4年間続きました。

子どもが疎開しなければ
ならない時代が二度と来な
いひ欲しいとの願ひから
2017（平成29）年5月
に「肢体不自由児学童疎開
の地」の記念碑が、ホテル
玄関前に建立されました。



上山田ホテルに建てられた記念碑

同校長は、「疎開先
がなかなか決まらず、
上山田村の村長さん
が、私のところで引
き受けると言ってくだ
さったことは、いまさ
らながら命の恩人とし
て感謝してもしきれな
い」と第1期光明学校
卒業生の学童疎開記録
の中で語っています。

疎開に協力した鉄道
や輸送の関係者、ホテル関
係者、野菜の差し入れなど
地域の人々の善意が、肢体
不自由児学童たちの命を
守ったのです。

上山田 宮島 信明



引率の教師が描いた子どもたちの絵

参考文献

「信濃路はるか」光明学校の
学童疎開を記録する会議編
『信濃毎日新聞』『毎日新聞』
他

編集後記

春。厳しい寒さに耐えた
草木が芽生え花を咲かせて
いる。

新年度が始まった。入園・
入学や就職等と環境が変わ
る人たちは、希望と緊張を
胸に新しい世界に歩み出し
ていく。そんな姿に、終活
もしなくては思っている
私でも、エールを送りたい
し、そして逆に元気をも
らっている。

1月に古希を迎えた。こ
れまで健康で過ごせたこと

に感謝し、これからも当
り前のことを大事にして
きたいと思う。

今年にはコロナの感染対策
が緩和される。制限を受け
ていた公民館活動や地域の
行事も再開されて、皆に会
える機会が増え、地域に活
気が戻ってきそうだ。

特にすこやか学級や成人
講座は、「学ぶ喜び、出会
う楽しみ」とうたっている
だけあって得るものが多
い。自分が一歩前に進むた
めに今年も楽しみにしてい
るし、期待もしたい。

（埴生 M）

発行／千曲市公民館運営協議会 編集／千曲市公民館報編集委員会 電話0266-27210055 FAX0266-27217168

印刷／有限会社ナガト印刷