

# 生涯学習に参加してみませんか

～下半期(10月～3月)に教育委員会が行う事業・行事計画～

## ◆ 実施機関および問い合わせ・申込み先 ◆

下諏訪町公民館・下諏訪町勤労青少年ホーム(下諏訪総合文化センター内) ☎28-0002

**申込受付：9月15日(金) 午前9時～ 文化センター小ホール(1階)**

※申込受付初日は窓口受付のみ、その後は電話予約が可能です。(土・日・祝日は受付不可)

## ◆講座等の申込みをされる皆さんへ◆

町民すべてが「一生涯学習」を目指していますので、新しく受講される方を優先とさせていただきます。

- ・申込みは町内在住在勤の方で先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。
- ・申込受付初日は窓口受付のみ、その後は翌日から電話予約が可能です。(土・日・祝日は受付不可)
- ・申込み受付初日の午後1時以降より代筆での申込みが可能です。(午前中の受付は本人に限り)
- ・講座ごとの受講料は、教材費・保険料等で全日程分です。(受付時に前納していただきます)
- ・講師の都合、または受講者が少人数の場合は、中止になることがあります。

## 平日昼間の講座

講座名	講座内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
★できることから始めませんか				
<b>new</b> 食育応援隊出張講座 お弁当のおかず講座	お弁当の具として使える料理を紹介します。 講師：笠原 邦子	10月18日 10:00～12:00 水曜日 全1回	文化センター 料理実習室	一般 12人 受講料：600円
<b>new</b> 食育応援隊出張講座 郷土料理 & おもてなし講座	みんなで一緒に交流を深めることを目的に、集いのための持ち寄り料理を紹介します。 講師：吉澤 すえ子、小口 夏美	10月～11月 10:00～12:00 木曜日 全2回	文化センター 料理実習室	一般 8人 受講料：1,200円
食育応援隊出張講座 持ち寄り料理 & お菓子講座	ちょっとしたおでかけのお伴にぴったりなお料理やお菓子の作り方を学びます。 講師：高木 千代子、高木 寛子	10月 10:00～12:00 金曜日 全2回	文化センター 料理実習室	一般 8人 受講料：1,300円
超初心者のための パソコン講座	ご自宅のパソコンを使うこと、便利になること、メリットについて考え、学びます。(毎回簡単な課題が出ます。) 講師：河西 達雄	10月～12月 9:30～11:30 火曜日 全7回	文化センター 視聴覚室	パソコンをお持ちの方 一般 10人 受講料：1,200円
季節の薬膳講座	薬膳の理論で、和の食養生を学びましょう。薬膳料理の試食もあります。 講師：小平 紀子	10月～12月 13:30～15:00 木曜日 全3回	文化センター 工作学習室	一般 10人 受講料：1,500円
<b>new</b> 初歩の中国語講座	初歩の中国語と中国文化について学びます。 講師：王 広新	10月～12月 13:30～15:00 火曜日 全6回	文化センター 会議室	一般 15人 受講料：1,600円
はじめての写経講座	初めての方でも安心！字形説明の後、小筆を使ってゆったりと写経(般若心経)を行ないます。 講師：古屋 典子	10月～11月 13:30～15:00 木曜日 全5回	文化センター 視聴覚室	一般 10人 受講料：1,800円
脳トレいきいき体操	認知症予防にも効果的な頭を使った体操を行います。 講師：長矢 良子	10月～11月 13:30～15:00 月曜日 全6回	文化センター 軽体育室	一般 20人 受講料：100円
<b>new</b> スマホの使い方講座	現在普及してきたスマートフォンの使い方について学びます。 講師：押塚 真理子	11月8日 13:30～15:00 水曜日 全1回	文化センター 視聴覚室	一般 20人 受講料：100円
★体を動かして健康になろう				
<b>new</b> ピルビスワーク講座	自分でできる骨盤体操を教わります。体のゆがみ、体調不良を改善させます。 講師：有賀 かおり	10月～12月 10:30～11:30 火曜日 全6回	文化センター 軽体育室 リハーサル室	一般 15人 受講料：100円

講座名	講座内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
<b>★体を動かして健康になろう</b>				
<b>new</b> ZUMBA講座	ダンスやエアロピクスの動きを取り入れたフィットネスで体を動かし、寒い冬を乗り切りましょう。 講師：唐木田 由紀	10月～12月 10:30～11:30 木曜日 全5回	文化センター 小ホール	一般 15人 受講料：100円
<b>new</b> 冬の養生 リラックス気功講座	寒い冬を乗り切るための身体を暖める体操を行います。 講師：天野 美恵子	10月～11月 10:00～11:30 月曜日 全5回	文化センター 和室	一般 15人 受講料：100円
<b>平日夜間の講座</b>				
講座名	講座内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
<b>★できることから始めませんか</b>				
<b>new</b> 食育応援隊出張講座 ワンプレート献立講座	大皿に主食・主菜・副菜を盛りつけて、栄養バランスも彩りも良い一皿を作ります。 講師：笠原 邦子	11月15日 19:00～21:00 水曜日 全1回	文化センター 料理実習室	一般 12人 受講料：700円
食育応援隊出張講座 バッククッキング講座	ポリ袋に材料を入れて茹でるだけ！手軽においしく作れるバッククッキングのレシピを学びます。 講師：高木 寛子、高木 恵理	11月 19:00～21:00 水曜日 全2回	文化センター 料理実習室	一般 8人 受講料：1,300円
<b>new</b> 手作り雑貨講座	消しゴムはんこやポチ袋作りを体験しましょう。 講師：伊東 彩	11月～12月 19:00～21:00 水曜日 全3回	文化センター 工作学習室	一般 6人 受講料：1,500円
<b>new</b> コーヒーの淹れ方講座	コーヒーの美味しい淹れ方、豆の知識を学びます。 講師：三澤 顕介	10月～11月 19:00～20:30 火曜日 全3回	文化センター 料理実習室	一般 15人 受講料：1,600円
<b>new</b> 将棋入門講座	基本的な駒の動かし方からゆっくりと学んでいきます。 講師：高山 文孝	10月～12月 18:30～20:30 水曜日 全8回	文化センター 会議室	一般 16人 受講料：200円
<b>new</b> ギター入門講座	はじめての方でも丁寧に教えていただけます。 講師：柳沢 広勝	10月～11月 19:00～21:00 木曜日 全4回	文化センター 音楽室	ギターをお持ちの方 一般 7人 受講料：100円
リンパマッサージ& メイクセラピー	自分でできるリンパケアとメイクアップについて学びます。 講師：藤森 綾子	10月～11月 19:00～21:00 月曜日 全3回	文化センター 和室、講習室	一般 10人 受講料：500円
<b>new</b> カルトナージュ講座	トレイや鏡を布で飾りつけます。小物をおしゃれにアレンジしましょう。 講師：堀 美智子	10月、12月 19:00～21:00 金曜日 全2回	文化センター 会議室	一般 12人 受講料：4,100円
<b>new</b> パステル和アート講座	粉末状のパステルを使用し、指で描くアートを学びます。心の安定、自己肯定感を引き出すアートセラピーです。 講師：武居 香歩	11月～12月 19:00～21:00 金曜日 全3回	文化センター 講習室	一般 8人 受講料：1,500円
ワード、エクセルの あれこれ	ワードとエクセルの基礎を学びます。 講師：新聞 寛之	10月～11月 19:00～21:00 月曜日 全10回	文化センター 視聴覚室	一般 10人 受講料：2,400円
<b>★古き良き日本の伝統文化を</b>				
着物の着付け講座	お正月に向けて、自分で一から着物を着付けられるように学びます。 講師：篠原 和子	10月～12月 19:00～21:00 木曜日 全7回	文化センター 和室	一般 10人 受講料：200円
煎茶道体験講座	伝統的な煎茶の世界を体験します。 講師：河西 とよ子	11月～12月 19:00～20:30 月曜日 全5回	文化センター 和室	一般 10人 受講料：1,500円
茶道講座（裏千家）	茶道の裏千家の所作やお点前の基本を学びます。おいしいお茶とお菓子をいただきながら、楽しく学びましょう。 講師：徳武 友晴	10月～11月 19:00～21:00 水曜日 全6回	文化センター 和室	一般 10人 受講料：1,900円
クリスマス飾ろう 生け花体験講座 (利休古流)	利休古流の生け花を学び、クリスマスのお花を生けます。 講師：田中 美登里	12月22日 19:00～21:00 金曜日 全1回	文化センター 工作学習室	一般 5人 受講料：2,000円
<b>土・日曜日の講座</b>				
講座名	講座内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
<b>★小・中学生を対象とした講座</b>				
こども工作教室	電池を使わないラジオ「鉱石ラジオ」を作ってみましょう！ 講師：山本 祐二郎	11月～12月 10:00～12:00 土・日曜日 全4回	文化センター 工作学習室	小・中学生 15人 受講料：1,600円

町民大学		下諏訪町公民館 ☎28-0002	
町民大学講演会 一下諏訪を学ぶ一		〈下諏訪町を主にした諏訪地域の文化を学びます〉	
事業名	事業内容	開催日時	開催場所
④ 上社の御柱 一最前線レポート	講師：宮坂 清 (諏訪湖博物館・赤彦記念館 館長)	10月22日(日) 13:30~15:00	文化センター 集会室
⑤ メンデルの遺伝に 関する講演	講師：石浦 章一博士 (同志社大学教授、東京大学名誉教授) 馳澤 盛一郎博士(東京大学教授) (日本メンデル協会会員)	12月2日(土) 13:30~15:30	
対象・定員・参加方法 一般 50人 受講料 各100円			

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪総合文化センター ☎28-0018	
北欧音楽祭すわ2017	1) 親と子どものためのコンサート ①スズキ・メソードの子ども演奏 ②児童・生徒の演奏 ③諏訪ホルンアンサンブル設立記念演奏 ④子どもオーケストラ ⑤みんなで「ふるさと」合唱 指揮 保坂 俊正	10月7日(土) 14:00 開演	文化センター やまびこホール
	2) 渡邊康雄ピアノリサイタル 曲目 シベリウス、グリーグ、ニールセン・他	10月8日(日) 15:00 開演	
	講演会 「デンマークの魅力」 講師：近藤 誠一	10月9日(月) 15:00 開演	文化センター あすなるホール
子ども映画会	家族で楽しめる映画会を予定しています。	2月4日(日) 時刻未定	文化センター やまびこホール
入場無料 (要整理券)			
一般 1,000円 高校生以下 500円			
入場無料 (要整理券)			
こども 700円 大人 1,000円			

実施機関および問い合わせ・申込先		生涯学習係 ☎27-1111 (内線718)	
成人式	成人式式典 	1月7日(日) 12:00~	文化センター やまびこホール
平成9年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた方			

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪町立 諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627	
【地域研究講座】 「柿蔭山房と赤彦」	町指定文化財「島木赤彦住居」(柿蔭山房)の公開に合わせて、柿蔭山房のことや赤彦のことについて学習する講座を開催します。 第1回 「なぜ赤彦は柿蔭山房と名付けたのかな」 第2回 「柿蔭山房の庭にある木や古井戸や氏神様の話」 第3回 「赤彦はどんな父親だったのだろう」 第4回 「柿蔭山房でうまれたたくさんのお歌」 講師：小口 明	全4回 9月9日(土) 9月23日(土) 10月14日(土) 10月21日(土) 13:30~15:00	下諏訪町北高木にある町指定文化財「島木赤彦住居」(柿蔭山房)
第31回 赤彦忌	郷土の歌人「島木赤彦」を偲び、式典と記念講演会等を行います。	3月27日(火) 13:30~16:00	博物館講堂
*事前の申込みが必要です。 *定員20名 小中学生大歓迎 *無料			
一般 *申込み不要 *入場無料			

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪体育館 ☎27-1455		
体育施設無料開放日は、10月8日(日)、9日(月・体育の日)、3月21日(水)です。				
事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
早朝ラジオ体操閉会式	下諏訪町全9会場でおこなわれていた早朝ラジオ体操の閉会式	10月9日(月) 6:30~	あすなる公園 (雨天時は体育館アリーナ)	早朝ラジオ体操参加者
町民スポーツ祭	町民マラソン大会、各種スポーツ教室	10月9日(月) 8:30~	総合運動場ほか	詳しくは体育係まで
第16回チャンスボール大会	下諏訪町発祥のニュースポーツ「チャンスボール」の大会	10月9日(月) 9:00~	体育館アリーナ	参加自由 1チーム5人構成
第30回全国マシニング大会 ~長野大会~	ローイングエルゴメーターによる性別、年齢別記録会	12月3日(日) 8:30~		参加自由 参加費 無料
氷上祭	氷上の大運動会	1月28日(日) 9:00~	秋宮スケートリンク	参加自由

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪町立図書館 ☎27-5555		
おはなしのへや	絵本の読み聞かせや紙芝居、パネルシアターなど	毎週土曜日 11:00~11:30		参加自由 30人 概ね4歳以上
おはなしのへやプチ	手遊び、絵本の読み聞かせ、紙芝居、パネルシアターなど	毎週木曜日 11:00~11:30		参加自由 30人 概ね3歳以下
「セカンドブックのつどい」での読み聞かせ	家庭で絵本の読み聞かせの習慣が育つことを願い、2歳を迎えた子どもさんに、2冊目の絵本を手渡しで贈る。	月1回(木) 10:30~ 9/7、10/5、11/9、 12/7、1/11、2/1、 3/1	町立図書館	2歳を迎えた子どもと親
語りの夕べ	昔話の語りを聞く会。図書館職員が出演。	11/10(金)、 3/2(金) 19:00~		自由参加
館内「テーマBOOKS」の展示	季節にちなんだ本の紹介と展示	9月~3月		
家庭読書の日	家庭で読書に親しんでもらうため、毎月テーマを決め本等を紹介する。	毎月第2日曜日		
図書館シネマ	「経世済民の男 小林一三」「アラヤシキの住人たち」「道」の3本を上映します。	9月16日(土) ~18日(月) 14:00~16:00		中学生以上 定員30名
ムーミン・ピッケ映画会	北欧音楽祭にちなんでムーミンの映画を上映	10月1日(日) 10:30~14:00		自由参加
図書館まつり	お話し広場、マジックショー、音楽鑑賞、朗読会、ブックカフェなどの企画で図書館に親んでもらう。	10月21日(土) ~ 22日(日)		自由参加
古本市	図書館で廃棄する本・雑誌、町民から提供された本などを無料で持ち帰ってもらう。	11月5日(日)		自由参加
お話の部屋 クリスマス会	子どもたちにお話のプレゼント!	12月16日(土)		幼児から小学生
図書館 de JAZZ	JAZZのレコード・CDの鑑賞会です。篠原豊先生の選曲・解説で大人のJAZZを楽しみましょう。	12月17日(日)		大人対象
図書館カルタ大会	図書館所蔵の絵本カルタ、郷土カルタ、布カルタ、百人一首などで楽しめます。	1月5日(日) 11:00~、14:00~	幼児から大人	
図書館講演会	イルフ童画館の学芸員のおはなしを聞く。	2月12日(月) 14:00~	大人対象	
おやこ工作会	親子で紙飛行機を作ってあそびます。	2月18日(日) 10:30~11:30	5歳以上の方	
ワークショップ 「写真昔語り」	図書館でデジタル化した昔の下諏訪の写真、DVDを見ながら懐かしい思い出を語る。参加者の方にも所蔵する古い写真をお持ちいただく。	3月17日(土)	大人対象	
春休み 一日図書館司書	図書館の仕事を体験する。	3月27日(火) ~ 29日(木)	小学4年生以上	
春休みこども映画会	図書館所蔵のDVDを上映	3月30日(金) 10:30~13:30	幼児から小学生	



# ● 学校へどうぞ気軽にお出かけください ●

— 10月～3月の町内各校の公開日時等 —

「いつでも・どこでも・どなたでも」町内4校の小中学校自由参観出来ます。

※来校の折には、事務室で受付を通していただくようお願いします。


学校名及び問い合わせ先		 下諏訪町立下諏訪南小学校		☎ 27-5000	
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容		
校内音楽会	10 / 20 (金)	8 : 40~12 : 30	全 校	合唱、合奏の発表	
家族祖父母参観日	11 / 22 (水)	8 : 40~12 : 15	全学年	授業参観・地域公開講座(なぎがまCS共催)	
学年別地域公開参観日	2 / 9 (金) 5・6年、2 / 14 (水) 3・4年、2 / 21 (水) 1・2年		授業参観・学級懇談会 14 : 15~15 : 00		

		 下諏訪町立下諏訪北小学校		☎ 27-2288	
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容		
校内音楽会	11 / 2 (木)	9 : 00~11 : 45	全 校	合唱、合奏の発表	
町英語公開授業	11 / 6 (月)	13 : 40~16 : 40	2学級	英語授業参観・授業研究会	
地域公開参観日	11 / 10 (金)	13 : 55~15 : 10	全学年	授業参観・意見発表会・学級懇談会	
学年別地域公開参観日	2 / 1 (木) 3・4年、2 / 14 (水) 5・6年、2 / 19 (月) 1・2年		授業参観・学級懇談会 13 : 55~14 : 40		

		 下諏訪町立下諏訪中学校		☎ 27-3000	
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容		
なぎがま祭	9 / 15(金)16(土)	8 : 30~16 : 00	全 校	展示見学・音楽会	
キャリア教育の日	10 / 19 (木)		1 学年 (職場見学)	3 学年 (進路講話他)	
	10 / 19(木)~20(金)		2 学年 (職場体験)		
地域公開参観日	11 / 2 (木)	8 : 45~16 : 45	全学年	公開授業・給食試食会	
	2 / 20 (火)			公開授業・PTA後期総会	

		 下諏訪町立下諏訪社中学校		☎ 28-7600	
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容		
絆祭	9 / 15(金)16(土)	9 : 00~16 : 00	全 校	展示見学	
校内音楽会	11 / 5 (日)	13 : 30~15 : 30	全 校	全校、合唱発表、PTAコーラス	
地域公開参観日	10 / 20 (金)	8 : 45~14 : 40	全学年	公開授業、給食試食会	
	2 / 13 (火)			公開授業、PTA後期総会	

		 長野県花田養護学校		☎ 28-3033	
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容		
第12回学校祭 花はな祭	11 / 10 (金)	一般公開 11日 (土) (9 : 00~13 : 50)	全 校	展示見学・体験、音楽のつどい、 製品の販売等	
	11 / 11 (土)				
校外バザー(製品販売)	9 / 7 (木)	10 : 00~13 : 30	高等部(下諏訪町イオン予定)		
	10 / 20 (金)		中学部(下諏訪町イオン予定)		
地域公開参観日	10 / 13 (金)	10 : 30~13 : 40	全校授業参観 小学部運動会		
	1 / 26 (金)		全校授業参観 高等部運動会		
	2 / 23 (金)		全校授業参観 中学部バザー 高等部まとめの会		

		 下諏訪向陽高等学校		☎ 28-7582	
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容		
地域公開授業	10 / 12 (木)	10 : 05~10 : 55	全学年	2校時授業公開 中学生授業見学に合わせて公開 *事前に教頭まで電話で申込み。	

※紙面の関係上、記載されていない行事があります。ご了承ください。

# 教育委員会からのお知らせ

## 町民総合文化祭（民公協働事業）

作品展 日時：9月29日（金）～10月1日（日）  
29日・30日 午前9時～午後6時  
1日 午前9時～午後4時

場所：下諏訪総合文化センター  
内容：華道・書道・絵画・手芸・彫刻・陶芸などの展示

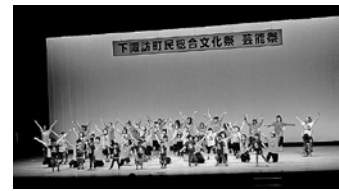
芸能祭 日時：10月1日（日）午前10時00分 開演予定

場所：下諏訪総合文化センター やまびこホール  
内容：木遣り・大正琴・詩吟・踊り・ダンスなどの発表

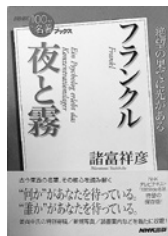
音楽祭 日時：10月15日（日）第1部 午前10時・第2部 午後1時 開演予定

場所：下諏訪総合文化センター やまびこホール  
内容：合唱・合奏・吹奏楽・フルート・オカリナ・ギターなどの発表

※ 開演時間等のお問い合わせ：下諏訪町公民館 ☎28-0002（下諏訪総合文化センター内）



芸能祭の一幕



## 町社会人権教育研修会のお知らせ

日時：9月26日（火） 午後2時00分～午後5時00分

会場：文化センター集会室他

内容：フランクル『夜と霧』に学ぶ

ナチスによるホロコーストを経験した心理学者フランクル。彼は強制収容所という過酷な状況に置かれ、絶望にあえぐ人間の様子を克明に記録しながら、それでも人生には意味があり、希望があることを訴え続けた。「あなたがどれほど人生に絶望しても、人生のほうがあなたに絶望することはない。」時として容赦なく突きつけられる“運命”との向き合い方を探る。

※ お問い合わせ：教育こども課 生涯学習係 担当：山田 ☎27-1111（内線）719

### 人権を考える

柔道の大会で取材に答える高校生の話を聞きました。  
「勝った時のことはあまり覚えていません。なのに負けた原因や悔しさは、いつまでも記憶に残っています。」  
私たちは柔道選手ではありませんが、この言葉のように挫折したことや失敗したことは強烈に心の奥に残ることがあります。例えば、任された役割や責任が完了できなかった時。また、見事にやり抜いて喝采を浴びるだろうと期待したのに失敗した時。そのような時に『悔しさや悲しさの涙』を味わうのです。

逆に、望みの達成が大変困難と思われる場面で望みが達成できた時には、周囲の皆さまと共に『感激の涙』を流すのです。当然ですが、『感激の涙』の体験こそが、成長の推進力になるのです。

勝利（成功）体験より、負けた悔しさ（失敗）体験が強烈に記憶に残るのは、なぜでしょうか。それは『感激の涙』を流す体験をしっかりと得たいという願いが、どなたの胸中にもあるからでしょう。

『感激の涙』を流す体験を得るためには、挫折や失敗を乗り越えねばなりません。だから、挫折や失敗は挑戦した証拠として【ナイストライ！（南小の合言葉）】と支え合うことが、他者を認め・円滑な人間関係を生むと想うのです。なぜなら、できれば体験したくない挫折や失敗は、挑戦したからこそ生まれる実感体験なのですから（挫折や失敗しない特效薬は、挑戦しないことなのです）。

（林 仁悟）