

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・申し込み先 ◆

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

◆ 申し込み方法 ◆

各講座の受付開始日(講座ごと異なります)以降に、窓口または電話にてお申し込みください。

- ・申し込みは町内在住在勤の方で先着順となりますので、定員に達し次第、募集を締め切らせていただきます。
- ・受講料のある場合は、前日までに支払いください。

◆ 受付時間 ◆ 平日 午前9時～午後7時 ※土曜日、日曜日、祝日は受付できません。

◆ 受講料 ◆ 講座ごとの受講料は、教材費で全日程分です。

※講師の都合、または受講者が少人数の場合、開催が中止になる場合があります。

詳しくは、下諏訪町公民館ホームページをご覧ください。→

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、講座・事業内容の変更や開催中止となる場合があります。



● 平日昼間の講座

講座名	講座内容	開催日時	対象・定員 参加方法	受付 開始日
シニアのスマホ入門講座	スマホは持っているけど、なかなかうまく使えていない…。そんな方のための講座です。安全で便利なスマホの使い方を学びましょう。講師:今井 草人	9/27、10/4、10/11 10:00～11:30 火曜日 全3回	一般 15名 受講料 無料	9/8 (木)
多肉植物で箱庭作り ～ハロウィンバージョン～	可愛くて癒される多肉植物にハロウィンアレンジも加えてオリジナルのミニ箱庭を作りましょう。寒くなると紅葉もします。色の変化もお楽しみに。講師:瀧 千草	10/4 10:00～12:00 火曜日 全1回	一般 12名 受講料 1,500円	9/8 (木)
New ソープカービング講座	石鹸を素材に、ナイフ1本で華麗な彫刻を施すタイの伝統工芸「カービング」を体験します。講座では毎回違う作品を制作します。講師:熊木 英二	10/4、10/11、10/18 13:30～15:30 火曜日 全3回	一般 10名 受講料 900円	9/8 (木)
New 香りの「花キャンドル」 アレンジ講座	プリザーブド・ドライフラワーを使って自由にアレンジしてキャンドルを作ります。毎月違ったタイプのキャンドルが作れますよ。お花と香りにつつまれて手作りを楽しみましょう。講師:浜 麻子	10/13、11/10、12/15 10:00～12:00 木曜日 全3回	一般 8名 託児若干名 受講料 3,500円 託児締切9/20(火)	9/8 (木)
ハロウィンとクリスマスの フラワーアレンジメント	秋、冬のイベント、ハロウィンとクリスマスをお花でお花でアレンジします。手作りアレンジにチャレンジして、お部屋に彩りを加えてみませんか。講師:瀧 千草	10/7、11/18 10:00～12:00 金曜日 全2回	一般 12名 受講料 3,000円	9/9 (金)
New リラックスヨガ講座	呼吸・心・体をととのえ、今のありのままの身体に親しんでいきましょう。一人ひとりの体験を尊重しながら身体の声に耳を澄ませます。講師:石垣麻衣子	10/17、10/31、11/14 11/28、12/12 10:00～11:30 月曜日 全5回	一般 15名 受講料 無料	9/12 (月)
脳トレいきいき体操	みんなでコミュニケーションをとって脳トレしながら、楽しく体を動かしましょう。講師:長矢 良子	10/31、11/7、11/14 11/21、11/28 10:00～11:30 月曜日 全5回	一般 15名 受講料 無料	9/14 (水)
New はじめての フラメンコ講座	スニーカーで気軽にフラメンコ!身近な曲でリズムに合わせて踊ってみましょう。講師:土屋さゆり	11/9、11/16、11/30 12/14、12/21 13:30～15:00 水曜日 全5回	一般 15名 受講料 無料	9/16 (金)

● 平日夜間の講座

茶道講座(表千家)	茶の道は奥が深く、生活の様々な要素が詰まっています。美味しい和菓子とお茶をいただきながら、伝統文化に触れてみませんか。講師:小口あつ子	10/12、10/26、11/2 11/16、11/30 19:00～21:00 水曜日 全5回	一般 8名 受講料 2,000円	9/9 (金)
-----------	---	---	---------------------	------------

◎諏訪湖博物館9月の休館日は、5・12・20・26日です。

	手話講座	手の動きや表情で意思を伝える手話を楽しみながら学び、手話での会話にチャレンジしてみましょう。 講師：森下 尚子	10/25、11/1、11/8、11/15、11/29 19:00～20:30 火曜日 全5回	一般 20名 (小学4年生以上) 受講料 無料	9/12 (月)
New	ナイトヨガ講座	呼吸にあわせて流れるようにゆったりポーズを行います。血行をよくし、むくみや1日の疲れを取り除き、心身を軽やかにしていきましょう。 講師：石垣麻衣子	1/23、2/13、3/13 19:00～20:30 月曜日 全3回	一般 15名 受講料 無料	9/22 (木)

● 土・日・祝日の講座

New	草木染め講座	1回目は藍でエコバックを、2回目は木の実でTシャツを染めます。身近な草木で色を楽しんでみませんか。 講師：久保 和枝	10/8、11/5 13:00～17:00 土曜日 全2回	一般 10名 受講料 2,000円	9/9 (金)
New	諏訪大社下社神宮寺の歴史と仏像の今	諏訪大社下社神宮寺の旧跡と下社神宮寺由来の仏像の今について、お話しします。 講師：石笠三千穂	10/16 10:00～11:30 日曜日 全1回	一般 30名 受講料 無料	9/9 (金)
New	きのこ採り講座	秋のいづみ湖周辺の町有林を歩きながらきのこ採りを楽しんでみませんか。※現地集合・現地解散となります。 講師：市川 浩久	10/1 10:00～12:00 土曜日 全1回	一般 15名 受講料 無料	9/12 (月)
New	イラスト講座	グラフィックデザイナー小平陽子さんに、こどもや動物のイラストの描き方を学びます。小平さんの創作活動についてのお話もあります。 講師：小平 陽子	11/6、11/20、11/27 10:00～11:30 日曜日 全3回	中学生以上12名 受講料 900円	9/12 (月)
	えいごであそぼう	ゲームや歌などの遊びを通して英語に親しみます。 講師：AtoZ	11/5、11/12、11/26 12/3、12/10 10:00～11:00 土曜日 全5回	2016.4.2～2018.4.1 生まれのお子さん10名 受講料 無料	9/14 (水)
	みんなと一緒に楽しもう！ ボードゲームひろば	ゴキブリポーカ、クアルトなど様々なゲームをプレイします。プレイヤー同士が集い自分で思考し、デジタルにはないアナログゲームの魅力を楽しもう。 講師：信濃むつみ高校 ボードゲーム部	10/9(日)、11/20(日) 12/3(土) 13:15～15:15 全3回	小学生以上 10名 受講料 無料	9/16 (金)

● 食に関する講座

食育 応援 隊の 講座	餃子の皮を使った料理講座	餃子の皮でおいしい餃子を作るほか、皮が余った時の活用法などアレンジ術をご紹介します。 講師：笠原 邦子	10/18 10:00～12:00 火曜日 全1回	一般 8名 受講料 1,000円	9/9 (金)
	秋の炊き込みご飯レシピ	実りの秋！新米と秋の食材でつくる美味しい炊き込みご飯を紹介します。 講師：小口 夏美	10/27 10:00～12:00 木曜日 全1回	一般 8名 受講料 1,000円	9/14 (水)
	秋野菜のレシピ講座	秋が旬のおいしい野菜をつかった料理を紹介します。珍しい野菜も登場します。 講師：吉澤すえ子	11/4 10:00～12:00 金曜日 全1回	一般 8名 受講料 1,000円	9/14 (水)
	休日かんたんお菓子講座	料理初心者でも簡単にできるお菓子をご紹介します。休日はお菓子づくりでリフレッシュ。 講師：高木 恵理	11/5 10:00～12:00 土曜日 全1回	一般 8名 受講料 800円	9/16 (金)
	ケーキ寿司講座	ケーキ寿司に小鉢とデザートを添えて誕生日やお祝い事にオススメの献立を実習します。 講師：笠原 邦子	11/15 10:00～12:00 火曜日 全1回	一般 8名 受講料 1,000円	9/22 (木)
	世界の料理と食文化 ～イギリス焼き菓子講座～	イギリスのクリスマスケーキ(ドライフルーツ・ナッツ入り)、フラップジャック(オーツ麦の焼き菓子)を作ります。イギリスの食文化も紹介します。 講師：ジョン・ローパー	11/6 10:00～12:00 日曜日 全1回	一般 12名 受講料 1,000円	9/14 (水)
New	手作りこんにやく講座	こんにやく芋からこんにやくを作ってみよう。手作りの味は格別！こんにやく芋についてのお話もあります。 講師：矢澤 進一・久保田みすず	12/6 10:00～12:00 火曜日 全1回	一般 12名 受講料 400円	9/22 (木)

● 自主講座

	秋のチョークアート講座	ハロウィンも近いので、カボチャをメインに描きながらチョークアートを体験してみませんか。 講師：伊東 美和	10/8 13:00～16:00 土曜日 全1回	一般 10名 受講料 2,200円	9/9 (金)
New	中学生の科学講座	DNAの抽出やビーズを使って模型を作ることであじだDNAについて学んでみよう。 講師：御子柴佳子	10/16 9:30～、13:30～ 日曜日 午前午後 各1回	中学生・一般10名 受講料 無料	9/12 (月)

◎下諏訪総合文化センター9月の休館日は、6・13・20・21・26・27日です。

サークルの講座	フォークダンス講座	皆が知っているやさしく楽しいフォークダンスを踊ります。フレイル予防をしながら、元気に交流しましょう。衣装もお貸しします。 下諏訪フォークダンスクラブ	10/4、10/11、10/18、10/25 11/1、11/8 13:30~15:00 火曜日 全6回	一般 10名 受講料 無料	9/8 (木)
	糸かけアート	釘打ちから糸かけをし、糸かけアートの技術を学びます。美しい糸で幾何学模様の世界を描きませんか。糸かけアートaluma	11/7、12/5、1/16 13:00~16:00 月曜日 全3回	女性 2名 受講料 3,300円	9/16 (金)
	ジャズダンス講座	音楽に合わせてストレッチしながら、体幹づくりのエクササイズ。楽しく踊って日頃のストレスを一緒に発散しましょう。 N・ジャズ・ダンスサークル	11/29、12/13、1/17、1/31 2/14、2/28 19:00~20:30 火曜日 全6回	16歳以上 10名 受講料 無料	9/22 (木)
	B・S・E (ビューティ・ストレッチ・エクササイズ)	音楽に合わせてながら体を動かし、楽しくアンチエイジング!10歳若返るかも? B・S・Eサークル	12/1、12/15、1/19、2/9、3/2、3/16 19:15~20:15 木曜日 全6回	18歳以上 8名 受講料 無料	9/22 (木)

実施機関および問い合わせ・申込先 下諏訪町公民館

☎28-0002

事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
町民総合文化祭	1) 作品展 華道・茶道・書道・絵画・版画・写真・陶芸・盆栽などの展示	9/30(金)10/1(土) 9:00~17:00 10/2(日) 9:00~16:00	文化センター	入場無料
	2) 芸能祭 木遣り・大正琴・詩吟・踊り・ダンスなどの発表	10/2(日) 10:00 開演 (予定)	文化センター 大ホール	入場無料
	3) 音楽祭 合唱・合奏・吹奏楽・フルート・ギターなどの発表	10/23(日) 10:00 開演 (予定)	文化センター 大ホール	入場無料

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

事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
子ども映画会	家族で楽しめる映画会を予定しています。	令和5年2/5(日) 時刻未定	文化センター 大ホール	中学生以下 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)

事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
二十歳を祝う会 (旧成人式)	令和4年4月から成人年齢が18歳に引き下げられましたが当町では20歳を迎えた方を対象に、お祝いと応援の式典「二十歳を祝う会」を開催します。	令和5年 1/8(日) 12:00~	文化センター 大ホール	平成14年4月2日から 平成15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

事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
企画展 「下社神宮寺展」(仮)	諏訪神社にはかつて上社・下社にそれぞれ神宮寺をはじめ多くの寺院が立ち並んでいました。明治時代に全国各地で「廃仏毀釈」が起こり、貴重なお堂は壊され多くの仏像などは諏訪地域の各寺院に移されました。本企画展では、廃仏毀釈の難を逃れ、大切に守り伝えられてきた下社神宮寺ゆかりの関係資料を公開します。	10/1(土)~ 11/27(日)	諏訪湖博物館・ 赤彦記念館	入館料:大人350円 (各種割引あり) 高校生以下無料
史跡散歩 「和田峠ウォーキング」	江戸と京都を結ぶ中山道、その最大の難所であった和田峠、江戸時代の人々が往来した道を歩いてみませんか?ツアーでは、バスで和田峠まで移動し、頂上付近から下諏訪町側の西餅屋までを歩きます。	11月頃を予定	諏訪湖博物館・ 赤彦記念館 集合	小学生以上 15名程度 要事前申込
第22回 島木赤彦童謡コンクール 表彰式	身近な暮らしや風土などを題材とした童謡作品の入賞者表彰式。 応募期間は10月5日(水)まで、入賞作品発表は12月中旬ごろ。	令和5年 1/21(土) 14:00~	諏訪湖博物館・ 赤彦記念館	詳細は決定次第 ホームページ等 でお知らせいたしま す。
第36回 赤彦忌	日本を代表するアララギ派歌人島木赤彦を偲び、功績を伝えていくことを目的に、式典及び講演会等を行います。	令和5年 3/27(月) 13:30~	諏訪湖博物館・ 赤彦記念館	

◎下諏訪体育館9月の休館日は、6・13・20・21・26・27日です。

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪体育館		☎27-1455
事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
第21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	10/2(日) 8:30～	下諏訪 体育館アリーナ	参加無料(要申込み) 1チーム5人構成
早朝ラジオ体操閉会式	下諏訪町全9会場で行われていた早朝ラジオ体操の閉会式	10/10(月) 6:30～	あすなろ公園 (雨天時は下諏訪 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、各種スポーツ教室を開催	10/10(月) 8:30～	下諏訪町 総合運動場ほか	詳しくは スポーツ振興係まで
氷上祭	ふれあい広場秋宮スケートリンクにて氷上の大運動会を行います。	1/15(日) 9:00～	ふれあい広場秋宮 スケートリンク	参加無料 (申込み不要)

◆体育施設無料開放日は、9月19日(月)、10月9日(日)、11月3日(木)、1月9日(月)、2月23日(木)です。

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
事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象
おはなしのへや	手遊び、絵本の読み聞かせ、紙芝居、パネルシアターなど	毎週土曜日 11:00～11:30	町立 図書館	参加自由 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 概ね3歳以下
「セカンドブックのつどい」での読み聞かせ	感性や想像力が育ち、読書が習慣になるよう、絵本の読み聞かせを行い、2歳を迎えた子どもさんに2冊目の絵本をプレゼントします。	月1回 木曜日 10:30～ 10/6、11/3、12/1 1/12、2/9、3/2		2歳を迎えた 子どもと親
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、本等の紹介をします。	毎月第2日曜日		子どもから 大人まで
図書館まつり	週末に分散して、おはなし広場、朗読会など図書館に親しんでもらえるような様々な企画を開催します。	10月土曜日 を予定		自由参加
古本市	図書館で除籍した本・雑誌、町民から提供された本などを無料でお持ち帰りいただけます。	11/6(日)		自由参加
おたのしみパック	何の本が入っているかは借りてからのお楽しみ♪2冊1パックで、通常貸出数のほかに借りられます。	12/10(土)、11(日)		子どもから 大人まで
クリスマス工作教室	クリスマスにちなんだ簡単な工作を行います。	12/4(日) 10:30～11:30		自由参加 概ね5歳以上
おはなしのへやクリスマス会	子どもたちにお話のプレゼント！クリスマスの楽しいおはなし会です。	12/17(土) 10:30～11:30		幼児から小学生
図書館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月中		大人
図書館懐かしのゲーム大会	百人一首やボードゲームなど様々な遊びを皆で楽しめます。	1/7(土)		自由参加
親子工作教室	親子で工作を楽しみましょう。	2/19(日) 10:30～11:30		自由参加 概ね5歳以上
春休み一日図書館司書	図書の貸出、返却、書架整理など図書館の仕事を体験できます。	3/23(木)、24(金) 28(火)		小学生4年生以上
春休み子ども映画会	春休みに皆で楽しめる図書館所蔵のDVDを上映します。	3/26(日) 午前の部10:30～ 午後の部13:30～		午前：保育園児 午後：小学生

◎下諏訪図書館9月の休館日は、2・5・12・20・26・27日です。

— 今年度下半期の町内各校の主な行事等 —

※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。

※新型コロナウイルス感染防止のため一般公開できない場合もあります。詳細は学校により、HP等でご確認ください。

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)および内容
家族祖父母参観日	9/16(金)	9:30~11:25	全学年授業参観
校内音楽会	10/21(金)	8:40~12:10	全校 合唱・合奏の発表(予定)
学年別参観日	2/10(金)	13:55~16:00	5・6年 授業参観・学級懇談会
	2/16(木)		3・4年 授業参観・学級懇談会
	2/22(水)		1・2年 授業参観・学級懇談会
 下諏訪町立下諏訪北小学校 ☎27-2288			
校内音楽会	10/28(金)	9:00~11:30	全校 合唱・合奏の発表
人権教育参観日	11/11(金)	13:30~16:00	全学年 授業参観・人権講演会・学級懇談会
学年別参観日	2/3(金)	13:55~16:00	3・4年 授業参観・学級懇談会
	2/9(木)		5・6年 授業参観・学級懇談会
	2/14(火)		1・2年 授業参観・学級懇談会
 下諏訪町立下諏訪中学校 ☎27-3000			
なぎがま祭(文化祭)	9/30(金)	9:00~16:00	全校 限定公開 詳しい問い合わせは学校へ
音楽会	11/2(水)	午前中	全校 会場:下諏訪総合文化センター
地域公開参観日	10/14(金)	8:45~16:00	全学年 公開授業・文化講演会
	2/13(月)		公開授業・PTA総会
2年職業体験	9/1(木) 9/2(金) (予定)		2学年 職業体験
 下諏訪町立下諏訪社中学校 ☎28-7600			
絆祭(文化祭)	10/1(土)	8:40~12:50	全校 限定公開
地域公開参観日	10/7(金)	8:40~14:20	全学年 公開授業
	2/3(金)		公開授業 PTA後期総会
音楽会	10/27(木)	14:00~16:00	全校 会場:下諏訪総合文化センター(限定公開)
2年職業体験	10/17(月) 10/18(火) (予定)		2学年 職業体験
 長野県花田養護学校 ☎28-3033			
第17回学校祭 花はな祭	10/13(木)	午前中 (一般公開なし)	全校 展示見学・体験・音楽のつどい等
	10/14(金)		
参観日(保護者のみ)	11/25(金)	12:30~13:40	全校授業参観
	1/27(金)		全校授業参観
	2/24(金)		全校授業参観
 長野県下諏訪向陽高等学校 ☎28-7582			
地域公開授業	10/13(木)	10:05~10:55	全校授業参観 (希望される方は教頭まで事前連絡をお願いします)
学校説明会	10/13(木)	11:05~11:55	中学3年生に対する学校説明会

※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

～下諏訪町立図書館 開館20周年企画～

下諏訪町立図書館がリニューアルオープンしてから今年で20周年を迎えます！
20周年を記念して、図書館では様々な企画をご用意しています。

★20冊まで本をお借りいただけます！

20周年にちなみ、今年度は、1人20冊まで本をお借りいただけます。

★20周年記念講演会

図書館まつり期間中の10月15日（土）は折り紙作家の布施知子さんによる
講演会・ワークショップを予定しています！

他にもいろいろな企画がありますのでお楽しみに♪（いつものイベントもバージョンアップしているかも…!?!）

この機会にぜひ図書館にお出かけください。

■ 問い合わせ 下諏訪町立図書館 ☎27-5555



町人権教育研修会のお知らせ

本年度のテーマ：子どもを取り巻く様々な問題の現状や子どもの権利条約の理解を図り、
日常における子どもの理解や支援をさらに進める。

講演：子どもの人権を守るために大人ができることは何か

講師：きたがわ かずひこ 弁護士 北川 和彦 先生

日時：9月15日(木) 午後2時00分～午後4時00分

会場：下諏訪総合文化センター 小ホール

子どもの虐待やヤングケアラー、子どもの貧困など子どもを取り巻く様々な問題が言われているなか、その現状や子どもの権利条約についてなど法律的な理解を図り、日常における子ども理解や支援をさらに進めていくことを願っています。

■ 問い合わせ 教育こども課 生涯学習係 担当：林 ☎27-1111(内線)718

人権について考える ～徒歩通勤で思うこと～

私は、徒歩で通勤しています。日々歩いていると様々なことを感じます。寒い日もあれば猛暑の日もあります。晴れの日もあればひどい雨ふりの日もあります。良い時ばかりではありません。少し遠回りでも車の少ない道路を選んで通っていますが、車とすれ違うことがあります。雨天の日に通りかかった車がスピードを落として、泥のからからないようにしてくれることがよくあります。また、横断歩道のない交差点に立っていると、止まってくれる車があります。時には、近くの工場の方々が道路のごみ拾いをしていることに出会うこともあります。ありがたいと思います。

ちょっと気を配って、周りを不快にしない態度や言葉づかいを心がける。私には耳の痛い言葉ではありますが、そういう態度や言葉遣いを心がけると、逆に周りへの思いやりが育まれるとも思います。それがトラブルを減らし、みんなが不快な思いをしなくて、気持ちよく過ごすことにつながっていくと思います。以前は、食事のたびにお百姓さんの苦勞に感謝し、粗末にしないで食べなさいと言われました。今はどうでしょうか？

ネット環境の発達で、欲しいものを注文すればすぐに手元に届けられます。SNSなどコミュニケーションの手段も格段に進歩しました。しかし、他方でそれが仲間内の閉鎖的な環境をつくり、様々な人と人との関係を分断し、対立を引き起こしているとも言われています。様々な人と人とのつながりや働きが見えにくくなってきていると思います。このことが、不寛容な雰囲気や醸成し様々なトラブルにつながらないか気になります。私たちは違った考えに接するとそれが必要な助言であっても不快に感じ、現状維持・保身に走りがちだからです。そのところを乗り越えて、周りの人へ感謝や敬意の気持ちを持って行動すれば、何より自分自身が幸せな気持ちになれると思います。

幸せとは、みんなに支えられて今の生活が成り立っていると想像できることではないでしょうか。「いつも喜び、感謝する気持ちがあれば、どんなことにも対処できる道を脳は生み出すことができます。」と渡辺元という脳科学者は言っています。

(教育こども課 杉山 清)