

## 令和4年度 社会教育部関係 部課長等一覧表

部・課等の名称	職名	氏 名	電話番号	備 考
教育委員会事務局	教育長	吉 岡 道 明	62-3478	
社会教育部	部長	土 屋 孝	62-0671	
生涯学習課	課長	工藤 隆雄	62-0671	
文化振興課	課長	中沢 栄二	62-5535	
文化振興課 文化財事務所	企画幹	井 上 剛	63-5321	
スポーツ課	課長	内 藤 稔	62-4004	
中央図書館	事務長	高 橋 徹	67-2111	
近代美術館	事務長	戸 塚 幸 一	67-1055	
市民健康部 人権同和課	課長	増 田 直 美	62-3135	
社会教育指導員		吉 澤 隆	人権同和課	
社会教育指導員		伴 野 洋 子	生涯学習課	
社会教育指導員		浅 沼 芳 子	生涯学習課	
<b>※事務局</b>				
生涯学習課生涯学習係	係長	井 出 洋 平		
生涯学習係		清 水 美 月		
生涯学習係		春 山 陸		

## 令和4年度 社会教育部予算

項 目	予算額(千円)
<b>4 社会教育費</b>	<b>2,342,200</b>
(1)社会教育総務費	63,735
(2)青少年対策費	19,407
(3)ふるさと創生費	6,900
(4)文化振興総務費	1,388,523
(5)天体観測施設費	4,272
(6)臼田文化センター費	3,064
(7)五郎兵衛記念館費	6,920
(8)天来記念館費	12,731
(9)望月歴史民俗資料館費	8,737
(10)川村吾蔵記念館費	9,057
(11)公民館費	135,546
(12)市民会館費	107,437
(13)市民創錬センター費	11,576
(14)駒の里ふれあいセンター費	31,787
(15)文化財費	261,820
(16)図書館費	175,216
(17)美術館費	95,472
<b>5 保健体育費</b>	<b>710,100</b>
(1)保健体育総務費	67,277
(2)体育施設費	642,823
<b>6 人権同和教育費</b>	<b>26,126</b>
(1)人権同和教育費	26,126
<b>合 計</b>	<b>6,156,852</b>

# 佐久市社会教育の概要

(令和3年度教育要覧より抜粋のため省略)

# 令和4年度佐久市社会教育委員活動事業計画

区分	種別	会議名等	内 容	期 日	場 所	参集範囲	備考
佐久市	社会教育委員会議等	第1回佐久市社会教育委員会議	資料No.16 参照		佐久市役所南棟 大会議室	全社会教育委員	
		第2回佐久市社会教育委員会議			〃	〃	
		第3回佐久市社会教育委員会議			〃	〃	
		第4回佐久市社会教育委員会議			〃	〃	
		第5回佐久市社会教育委員会議			〃	〃	
		第6回佐久市社会教育委員会議			〃	〃	
	その他	佐久市教育委員並びに 社会教育委員 意見交換会			〃	〃	
	長野県生涯学習推進センター主 催講座への参加による資質の向 上	○センターの計画表により、社会教育委員全体とし ての参加、若しくは委員の自主的参加			資料No.15 参照		
佐久地区	総 会	令和4年度佐久地区社会教育委員 連絡協議会総会	○議事 ・令和3年度事業・決算報告について ・令和4年度事業計画・予算案について 他	令和4年6月21日	南牧村中央公民館	佐久地区社会教育委員	
	研 修 会 等	令和4年度佐久地区社会教育委員 連絡協議会研修会	○内容 講演会 講師 野辺山宇宙電波観測所長 立松健一	〃	〃	〃	
		令和4年度佐久・上小社教委連合 同研修会	○内容 研究発表 野沢北高校理数科3年生のみなさん 講演 NPO法人火山防災推進機構 理事／事務局長 新堀 賢志	令和4年7月4日	佐久平交流 センター(予定)	〃	
		令和4年度子どもが育つ地域共 育フォーラム(兼 学社連携・協働 意見交換会)	○内容 講演会 立命館大学文学部教授 西村拓生 分科会	令和4年10月17日	東御市 中央公民館	〃	
	理 事 会	佐久地区社会教育委員連絡協議 会第1回理事会	○内容 事業計画・予算案の検討、総会・研修会の役割分 担・準備、活動情報誌	令和4年4月15日	オンライン開催	佐久地区 社会教育委員理事 (各市町村の委員 長)	
		佐久地区社会教育委員連絡協議 会第2回理事会	○内容 総会・地区研修会の会場準備・打合せ	令和4年6月21日	南牧村ベジタポ ール・ウイズ	〃	
		佐久地区社会教育委員連絡協議 会第3回理事会	○内容 総会・地区研修会の反省、次年度の事業計画、活動 情報誌	令和4年11月24日	佐久合同庁舎	〃	
		佐久地区社会教育委員連絡協議 会第4回理事会	○内容 本年度の反省、次年度の事業計画及び予算、活動 情報誌の発行	令和5年2月9日	佐久合同庁舎	〃	
	その 他	令和4年度佐久地区社会教育委員 活動情報誌作成	「活動情報誌」の発行	令和5年 3月下旬発刊	各市町村に投稿依 頼し、事務局の東信 教育事務所で作成	—	
	全 県	総 会	令和4年度長野県社会教育委員 連絡協議会定期総会	○議事 長野県社会教育委員連絡協議会総会及び講演会	令和4年6月15日	長野県総合教育 センター(塩尻市)	県内各市町村社会教育委員
研 修 会		令和4年度長野県社会教育研究 大会	○内容 長野県社会教育研究大会南牧村実践発表(分科 会)	令和4年9月15日	長野県総合教育 センター(塩尻市)	〃	
関 東 ・ 全 国	研 修 会	第64回全国社会教育研究大会広 島大会	○内容 未定	令和4年10月26日 ～10月28日	広島県広島市	全国各市町村社会教育委員	
		第53回関東甲信越静社会教育研 究大会山梨大会	○内容 未定	令和4年11月10日 ～11月11日	山梨県甲府市	関東甲信越静各 市町村社会教育 委員	

令和4年度生涯学習関連講座・イベント 実施計画

【移住交流推進課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
第24回国際交流フェスティバルin佐久2022	国際交流団体等によるブース出展、ステージ発表など	未定 未定	なし 未定	無料
国際交流サロン	多国籍の市民同士が自由に交流できる場所を提供するため、各国の文化体験や交流イベントなどを開催	未定 未定	なし 未定	無料

【人権同和課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
「市民フォーラム」	男女共同参画社会の実現をめざし、パネル展示や講演会等を実施予定。(佐久市男女共生ネットワーク主催)	未定 未定	市民 100人	無料
人権同和教育講座	同和問題をはじめあらゆる人権問題の解決に向け、市民の正しい理解と認識を育むために、2回連続講座を開催。(今年度は野沢、望月、浅間地区) ①さまざまな人権問題について ②同和問題について	9/8～10/13の毎週(木) 野沢会館 駒の里ふれあいセンター 浅間会館	市民 なし	無料
人権・男女共生フェスティバル	【展示】小学校5年生人権啓発標語優秀作品・隣保館各種教室生の作品ほか 【アトラクション】男女共同参画朗読劇、手話ダンス、咲く・人KEN体操 【表彰】人権啓発標語優秀賞受賞者表彰(小学5年生) 【人権講演会】	11/20(日)10:00～ 佐久市コスモホール	市民 800名(仮)	無料
地域交流促進事業「実用書道講座」		第2・4(木)17:30～20:30 佐久市中央隣保館	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「古文書講座」		第2(木)13:30～15:30 佐久市中央隣保館	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「手芸教室」		第2(水)13:30～15:30 佐久市中央隣保館	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「絵手紙教室」①		第3(水)13:30～15:30 佐久市中央隣保館	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「絵手紙教室」②		第3(木)13:30～15:30 佐久市中央隣保館	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「手話教室」		第3(土)9:30～11:30 佐久市中央隣保館	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「初級パソコン教室」	初心者を対象にワードとエクセルの基礎を学ぶ。	6月～12月第1・3(火)13:00～16:00 佐久市中央隣保館	市民 16名	テキスト代500円
地域交流促進事業「ヨーガ健康教室」	ヨーガでゆっくり気持ちよく身体を整えます	6月～2月第2・4(月) 佐久市中央隣保館	市民 25名	年3000円
地域交流促進事業「絵手紙教室」		第1(土) 第3(月) 13:30～15:30 浅科人権文化センター	市民 各回15名	材料費実費
地域交流促進事業「成人書道教室」		毎週(月)19:30～21:00 浅科人権文化センター	市民(中学生以上) 15名	テキスト代実費
地域交流促進事業「児童書道教室」		毎週(木)15:00～17:00 浅科人権文化センター	市民(小学生) 14名	テキスト代実費
地域交流促進事業「手芸教室」		第1(木)13:30～15:30 浅科人権文化センター	市民 15名	材料費実費
地域交流促進事業「児童英語教室5年」		毎週(火)16:40～17:30 浅科人権文化センター	浅科小学校5年生 15名	テキスト代実費
地域交流促進事業「児童英語教室6年」		毎週(木)16:40～17:30 浅科人権文化センター	浅科小学校6年生 15名	テキスト代実費

地域交流促進事業 「中学英語教室1年」		毎週金17:00～20:00 浅科人權文化センター	浅科中学校1年生 15名	無料
地域交流促進事業 「中学英語教室2年」		毎週木17:35～20:00 浅科人權文化センター	浅科中学校2年生 15名	無料
地域交流促進事業 「中学英語教室3年」		毎週火17:35～20:00 浅科人權文化センター	浅科中学校3年生 15名	無料
地域交流事業 「地域交流会」	交流を目的に、料理教室や音楽教室を行います。	第4金9:30～14:00 浅科人權文化センター	市民 18名	料理:300円 音楽:無料
地域交流促進事業 「手話教室」		第2・4土9:30～11:30 望月人權文化センター	市民 なし	無料
地域交流促進事業 「初級パソコン教室」	初心者を対象にワードとエクセルの基礎を学び簡単な文書やハガキの作成をします。	6/10～12/ 第2・4金13:00～16:00 望月人權文化センター	市民 10名	テキスト代500円
地域交流促進事業 「ヨーガ健康教室」	心身の健康増進と世代間交流	6/2～2/ 第1・3木13:30～ 望月人權文化センター	市民 25名	年3000円
地域交流促進事業 「手芸教室」		6/6～12/第1月13:30～15:30 望月人權文化センター	市民 10名	材料費実費
地域交流促進事業 「和文化教室」	初心者向けのお茶と着付け	6/7～12/第1火13:30～15:30 望月人權文化センター	市民 10名	和菓子・お茶代1回500円
地域交流促進事業 「コーラス教室」		6/13～12/第2・4月13:30～15:00 望月人權文化センター	市民 20名	無料
地域交流促進事業 「大人のピアノ教室」		6/17～12/第3金13:30～15:30 望月人權文化センター	市民 10名	無料
地域交流促進事業 「切り絵教室」		8/25～11/第4木13:30～15:30 望月人權文化センター	市民 10名	無料
もちづき人權フェスティバル・こども人權フェスティバル	手話教室、解放子ども会などの発表、人權講演会・血圧測定・健康相談、もの作り体験、人權パネル等の展示など	12/3土9:00～ 望月人權文化センター	市民 なし	無料

### 【健康づくり推進課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
心の健康づくり講座 (全2回)	未定	6/16木 7/21木 14:00～15:30(原則2日間参加) 市民創錬センター	ストレス対処に 関心のある市 民 90名	無料
自殺予防ゲートキーパー 養成研修会「守ろう 大切なのち」～誰もが自殺予防のゲートキーパーになろう～【初級編】	研修Ⅰ「自殺の実態とゲートキーパーについて」 研修Ⅱ「心の健康の理解～うつ病・アルコール問題を中心に～」	9/26月13:30～15:30 市民創錬センター	一般市民 なし	無料
自殺予防ゲートキーパー 養成研修会「守ろう 大切なのち」～誰もが自殺予防のゲートキーパーになろう～【中級編】	研修:「～あなたもできる 気づき・傾聴・つなぐ・見守る～」	10/28金13:30～15:30 市民創錬センター	初級編参加経験者 90名	無料
ピンピン講座(ウォーキングステーション)	生活習慣の基本である食事と運動について学ぶ ①『ウォーキングステーション』のほか、各種健康測定、健康相談、栄養相談。②赤ちゃんとママのための運動教室③④未定	①6/11土 ②9/28水 ③10/下旬頃予定 ④2/下旬頃予定 ①駒の里ふれあいセンター ②あいとびあ白田 ③未定 ④未定	市民 なし	無料

生活習慣病重症化予防講演会	生活習慣病予防に関する講演会	7月中 未定	どなたでも 未定	無料
離乳食教室 はい あ～んして 「佐久市保健センター」	これから始まる離乳食の疑問や不安を少しでも解消していただくための教室。講話、試食、すりつぶし体験、手遊び紹介、個別相談など	毎月1回 時間は申込時お伝え 佐久市保健センター	生後3～4か月 児の父母、家族 14組	無料
離乳食教室 はい あ～んして 「あいとびあ日田」	これから始まる離乳食の疑問や不安を少しでも解消していただくための教室。講話、試食、すりつぶし体験、手遊び紹介、個別相談など	5月～隔月1回 時間は申込時お伝え あいとびあ日田	生後3～4か月 児の父母、家族 14組	無料
離乳食教室 はい あ～んして 「浅科保健センター」	これから始まる離乳食の疑問や不安を少しでも解消していただくための教室。講話、試食、すりつぶし体験、手遊び紹介、個別相談など	4月～隔月1回 時間は申込時お伝え 浅科保健センター	生後3～4か月 児の父母、家族 14組	無料
離乳食教室 はい あ～んして 「望月総合支援センター」	これから始まる離乳食の疑問や不安を少しでも解消していただくための教室。講話、試食、すりつぶし体験、手遊び紹介、個別相談など	5月～隔月1回 時間は申込時お伝え 望月総合支援センター	生後3～4か月 児の父母、家族 5組	無料
離乳食教室 もぐもぐできるかな 「佐久市保健センター」	離乳食が進み、出てきた疑問や不安を、実際に離乳食の試食をして解決しましょう。個別相談、試食、手遊びなど	毎月1回 時間は申込時お伝え 佐久市保健センター	生後8～9か月 児と父母、家族 なし	無料
離乳食教室 もぐもぐできるかな 「あいとびあ日田」	離乳食が進み、出てきた疑問や不安を、実際に離乳食の試食をして解決しましょう。個別相談、試食、手遊びなど	4月～隔月1回 時間は申込時お伝え あいとびあ日田	生後8～9か月 児と父母、家族 なし	無料
離乳食教室 もぐもぐできるかな 「浅科保健センター」	離乳食が進み、出てきた疑問や不安を、実際に離乳食の試食をして解決しましょう。個別相談、試食、手遊びなど	5月～隔月1回 時間は申込時お伝え 浅科保健センター	生後8～9か月 児と父母、家族 なし	無料
離乳食教室 もぐもぐできるかな 「望月総合支援センター」	離乳食が進み、出てきた疑問や不安を、実際に離乳食の試食をして解決しましょう。個別相談、試食、手遊びなど	5月～隔月1回 時間は申込時お伝え 望月総合支援センター	生後8～9か月 児と父母、家族 なし	無料
さく・さく食育応援隊養成講座（全5回）	健全な食生活を実践することができる人を育てるため、地域の乳幼児・学童に対し食に関する正しい情報や知識を伝承する食育応援隊を養成する。講座終了後、「さく・さく食育応援隊」として子育てサロン等で食育活動を行う。食生活改善推進員の養成講座も兼ねる。〈内容〉食から長野県・佐久市を知る、市の食育活動、食品表示や食中毒について、食と運動、運動の実践・バランスの良い食事やおやつ調理実習、食育方法	5/27(金) 6/10(金) 7/7(木) 9/7(木) 10/(未定) 9:30～ 佐久市保健センター 最終日:児童館	市民で食育活動に関心があり、受講後食育応援隊として活動が可能な方（性別不問）再受講も可。 20名	無料
「おやこの食育教室」	食生活改善推進協議会主催。調理を通しておやこで楽しい時間を過ごしてみませんか。		年中児～小学生と保護者 8組	無料
パパママ教室（平日コース1回目）	おなかの中の赤ちゃん、妊娠中の栄養、おなかをさわってみよう、フリートーク（感染症拡大防止のため家族の参加は不可）	5月～隔月1回 9:30～11:20 佐久市保健センター	妊娠4～8か月の妊婦 18名	無料
パパママ教室（平日コース2回目）	おっぱいの手入れ・授乳、妊婦体操、腹帯の巻き方、フリートーク（感染症拡大防止のため家族の参加は不可）	4月～隔月1回 9:30～11:20 佐久市保健センター	妊娠4～8か月の妊婦 18名	無料

パパママ教室(平日コース3回目)	出産後の育児、抱っこの仕方、栄養・減塩ワンポイント、妊婦体操、おむつの仕方、沐浴について(感染症拡大防止のため家族の参加は不可)	4月～隔月1回 9:30～11:20 佐久市保健センター	妊娠4～8か月の妊婦 18名	無料
パパママ教室(休日コース前期)	おなかの中の赤ちゃん、妊娠中の栄養、おなかをさわってみよう、フリートーク(感染症拡大防止のため家族の参加は不可)	4月～隔月1回 9:30～11:20 佐久市保健センター	妊娠4～8か月の妊婦 18名	無料
パパママ教室(休日コース後期)	出産後の育児、抱っこの仕方、栄養・減塩ワンポイント、妊婦体操、おむつの仕方、沐浴について(感染症拡大防止のため家族の参加は不可)	5月～隔月1回 9:30～11:20 佐久市保健センター	妊娠4～8か月の妊婦 18名	無料
2歳児歯っぴー教室	歯科健診、歯科相談、上の前歯のフッ素塗布(希望者)	毎月1回9:00～12:00のうち1時間弱 口腔歯科保健センター	佐久市民で2歳2か月児・2歳3か月児とその保護者 児と保護者 36組	無料
お口の相談日	お口の中で気になる事等、歯科衛生士にご相談ください。	毎月1回9:30～12:00(一人30分程) 口腔歯科保健センター	佐久市民のどなたでも 個別実施 1日最大5名	無料
幼稚園口腔衛生指導	う歯予防の話 ブラッシング指導 年長児の歯の染め出し	随時 幼稚園等	園児	
保育園口腔衛生指導	う歯予防の話 ブラッシング指導 年長児の歯の染め出し	随時 保育園	園児	無料
小・中学校口腔衛生指導	歯科講話 実技指導	随時 希望する小中学校	児童・生徒	無料
障がい者施設等口腔衛生指導	歯科衛生士による口腔衛生講話	随時 希望する障がい者施設等	施設利用者	無料
森林セラピー体験ツアー(9回開催)	森の中へ入り、森林環境を利用して心身の健康維持・増進、疾病の予防を目指す、森林セラピーを体験するツアーを実施。 ①森林セラピーとバードウォッチング体験 ②森林セラピーとヨガ体験 ③森林セラピーと手作りアロマ体験 ④森林セラピーとマインドフルネス体験 ⑤森林セラピーとクラフト(木工)体験 ⑥森林セラピーと植物観察 ⑦森林セラピーとおもしろ昆虫講座 ⑧森林セラピーとコーヒーの癒し ⑨森林セラピーと鹿・ジビエ	①5/14(土)9:00～11:30 ②6/3(金)9:30～13:30 ③6/25(土)9:00～12:00 ④7/15(金)9:00～12:00 ⑤8/6(土)9:00～12:00 ⑥8/26(金)9:30～13:30 ⑦9/10(土)9:30～12:00 ⑧10/7(金)9:30～13:30 ⑨10/29(土)9:30～13:30 ①平尾の森 ②春日の森 ③平尾の森 ④平尾の森 ⑤平尾の森 ⑥春日の森 ⑦平尾の森 ⑧春日の森 ⑨春日の森	市内在住の方 毎回10名程度	①無料 ②1000円(弁当代) ③500円(アロマ代) ④無料 ⑤無料 ⑥1000円(弁当代) ⑦無料 ⑧1500円(弁当代、コーヒー代) ⑨1000円(弁当代)



【環境政策課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
初心者向け グリーンカー テンの作り方講習会	夏の節電対策となるグリーンカー テンの作り方を学び、夏を涼しく 過ごしましょう。	未定	どなたでも (小学生以下は 保護者同伴)	無料
		未定	20名	
秋の植物観察会	専門の先生から、自然の中で植 物について学びましょう。	未定	どなたでも (小学生以下は 保護者同伴)	無料
		稲荷山公園	20名	
カブトムシの幼虫観察会	幼虫を掘り出して観察し、飼い方 を学びましょう。	未定	どなたでも (小学生以下は 保護者同伴)	無料
		昆虫体験学習館	20名	
冬の野鳥観察会	専門の先生と一緒に野鳥を観察 してみませんか。	未定	どなたでも (小学生以下は 保護者同伴)	無料
		野の鳥の丘公園	20名	
神社林で自然を観察しよう	専門の先生と一緒に神社林で自 然を観察してみませんか。	未定	どなたでも (小学生以下は 保護者同伴)	無料
		平賀神社	20名	

【生活環境課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
交通安全教室	市内小中学校、保育園、幼稚園 及びPTA等を対象にした交通安 全教室。交通指導員が交通ル ールやマナーを指導し、交通事 故の防止を図る。	年度中随時	園児、児童、生 徒	無料
		市内幼稚園、保育園、小中学校等	なし	
交通事故防止市民週間	交通安全に関するイベント等によ り、市民の交通安全意識の醸成 を図る。	未定	市民	-
		未定	-	

【福祉課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
佐久市社会福祉大会	これまで社会福祉の発展に功績 のあった方を顕彰し感謝の意を 表すことを目的として開催。	未定	市民	無料
		未定	無し	
第18回佐久市障がい者福 祉展	障がい者の作品展示、施設団体 等の資料展示、販売を行う。	未定(佐久市民総合文化祭と同時 開催)	市民	無料
		未定	無し	
障害者自立生活支援セン ター講座 「健康体操教室」	ミニゲーム等で楽しく体を動かし てリフレッシュ	4/7(木)13:30～14:30 市民創錬センター	障がいのある方 (付添が必要な 場合は補助者 も同伴可)	無料
障害者自立生活支援セン ター講座 「健康体操教室」	フィットネスフラ	6/2(木)13:30～14:30 交流文化館浅科	障がいのある方 (付添が必要な 場合は補助者 も同伴可)	無料
障害者自立生活支援セン ター講座 「健康体操教室」	フィットネスフラ	9/8(木)13:30～14:30 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な 場合は補助者 も同伴可)	無料

障害者自立生活支援センター講座 「健康体操教室」	フィットネスフラ	11/10(木)13:30～14:30 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な 場合は補助者 も同伴可)	無料
-----------------------------	----------	-----------------------------	---------------------------------------	----

障害者自立生活支援センター講座 「健康体操教室」	ミニゲーム等で楽しく体を動かしてリフレッシュ	1/12(木)13:30～14:30 あいとびあひ田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「エンジョイ・アート」	春を感じる絵手紙や、パステル画を描いて自由なアートを楽しみましょう	4/12(火) 13:30～15:00 あいとびあひ田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	100円(材料費)
障害者自立生活支援センター講座 「エンジョイ・アート」	絵を描いたり、粘土や工作など自分の好きな事で、アートを楽しみましょう	7/5(火)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	100円(材料費)
障害者自立生活支援センター講座 「エンジョイ・アート」	絵を描いたり、粘土や工作など自分の好きな事で、アートを楽しみましょう	10/11(火)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	100円(材料費)
障害者自立生活支援センター講座 「エンジョイ・アート」	絵を描いたり、粘土や工作など自分の好きな事で、アートを楽しみましょう	12/20(火)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	100円(材料費)
障害者自立生活支援センター講座 「エンジョイ・アート」	絵を描いたり、粘土や工作など自分の好きな事で、アートを楽しみましょう	3/14(火)13:30～15:00 あいとびあひ田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	100円(材料費)
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	4/20(水)13:30～14:30 あいとびあひ田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	5/25(水)13:30～14:30 市民創練センター	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	6/22(水)13:30～14:30 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	7/20(水)13:30～14:30 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	8/31(水)13:30～14:30 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	9/28(水)13:30～14:30 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「気功教室」	呼吸の方法を学び、心と動作を一致させ、体調を整えましょう	3/22(水)13:30～14:30 あいとびあひ田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「料理教室」	春のレシピ。調理実習で手順を学び生活に役立てましょう。	4/28(木)10:00～13:00 中込会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	400円(食材費)
障害者自立生活支援センター講座 「料理教室」	調理実習で手順を学び生活に役立てましょう。	6/9(木)10:00～13:00 中込会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	400円(食材費)

障害者自立生活支援センター講座 「料理教室」	調理実習で手順を学び生活に役立てましょう。	8/25(木)10:00～13:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	400円(食材費)
障害者自立生活支援センター講座 「料理教室」	調理実習で手順を学び生活に役立てましょう。	10/6(木)10:00～13:00 中込会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	400円(食材費)
障害者自立生活支援センター講座 「料理教室」	調理実習で手順を学び生活に役立てましょう。	12/15(木)10:00～13:00 中込会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	400円(食材費)
障害者自立生活支援センター講座 「料理教室」	調理実習で手順を学び生活に役立てましょう。	2/9(木)13:30～15:00 中込会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	400円(食材費)
障害者自立生活支援センター講座 「音楽を楽しむつどい」	季節の曲などを鑑賞して楽しみましょう。	5/13(金)13:30～15:00 あいとびあ白田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「音楽を楽しむつどい」	音楽でリフレッシュをしましょう	7/1(金)13:30～15:00 交流文化館浅科	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「音楽を楽しむつどい」	音楽でリフレッシュをしましょう	11/18(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「音楽を楽しむつどい」	音楽でリフレッシュをしましょう	1/20(金)13:30～15:00 あいとびあ白田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「音楽を楽しむつどい」	音楽でリフレッシュをしましょう	3/3(金)13:30～15:00 市民創錬センター	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「陶芸教室①②」	粘土であなただけの作品を作りませんか。全2回で作品を仕上げます。	①5/19(木) ②6/16(木) 13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	材料費粘土1玉 300円
障害者自立生活支援センター講座 「陶芸教室①②」	粘土であなただけの作品を作りませんか。全2回で作品を仕上げます。	①9/15(木) ②10/20(木) 13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	材料費粘土1玉 300円
障害者自立生活支援センター講座 「もの作り」	クラフト工芸	8/18(木)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	未定
障害者自立生活支援センター講座 「もの作り」	クラフト工芸	2/15(水)13:30～15:00 あいとびあ白田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	未定
障害者自立生活支援センター講座 「もの作り」	しめ縄づくり	12/1(木)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	未定
障害者自立生活支援センター講座 「ヨガ教室」	ヨガは心と体のリラックスに有効といわれています。癒しの時間を過ごしてみませんか。	10/28(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料

障害者自立生活支援センター講座 「ヨガ教室」	ヨガは心と体のリラクセスに有効といわれています。癒しの時間を過ごしてみませんか。	11/25(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「ヨガ教室」	ヨガは心と体のリラクセスに有効といわれています。癒しの時間を過ごしてみませんか。	12/23(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「ヨガ教室」	ヨガは心と体のリラクセスに有効といわれています。癒しの時間を過ごしてみませんか。	1/27(金)13:30～15:30 あいとびあ白田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
障害者自立生活支援センター講座 「ヨガ教室」	ヨガは心と体のリラクセスに有効といわれています。癒しの時間を過ごしてみませんか。	2/24(金)13:30～15:00 あいとびあ白田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	無料
手話体験(全3回)	一般市民向けの手話講習	①7/26(火) ②8/2(火) ③8/9(火) 10:30～12:00 野沢会館	どなたでも	無料
点字体験(全3回)	一般市民向けの点字講習	①7/26(火) ②8/2(火) ③8/9(火) 13:30～15:00 野沢会館	どなたでも	無料
研修旅行		10/21(金) 未定	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	未定
ピアのつどい	勉強会～介護保険サービス利用について～	5/27(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方、ご家族、支援者 15名	無料
ピアのつどい	未定	7/15(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可) 12名	未定
ピアのつどい	WRAP	9/16(金)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可) 12名	無料
ピアのつどい	未定	12/7(水)13:30～15:00 野沢会館	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	未定
ピアのつどい	未定	2/17(金)13:30～15:00 あいとびあ白田	障がいのある方 (付添が必要な場合は補助者も同伴可)	未定

### 【子育て支援課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
キッズキッチン (就学前児童)	料理という五感体験を通じて子どもの「たくましく生きる力」を育てる体験型教育プログラムによる食育講座	2回/年、日時未定 市民創錬センター	4～6歳 (年中・年長児) 各回16名	無料
キッズキッチン (小学生)	料理という五感体験を通じて子どもの「たくましく生きる力」を育てる体験型教育プログラムによる食育講座	2回/年、日時未定 市民創錬センター	小学校1～4年生 各回20名	無料

サングリモ中込 「つどいの広場」	保護者等の交流・つどいの場の提供 ※子育て相談は随時実施 ※子育てコーディネーター常駐	月・火・水・金・土(祝日・年末年始 休み)9:00～16:00	佐久市在住の 子育て中保護 者と就学前児 童(0歳～3歳程 度)	無料
		サングリモ中込	同時利用15組 まで	
あさしな保育園内 「つどいの広場」	保護者等の交流・つどいの場の提供 ※子育て相談は随時実施	月・水・金(祝日・年末年始休み) 9:00～14:00	佐久市在住の 子育て中保護 者と就学前児 童(0歳～3歳程 度)	無料
		あさしな保育園内「子育て支援室」	同時利用8組ま で	
もちづき保育園内 「さくらんぼ広場」	保護者等の交流・つどいの場の提供 ※子育て相談は随時実施	月～木(祝日・年末年始休み) 9:00～14:00	佐久市在住の 子育て中保護 者と就学前児 童(0歳～3歳程 度)	無料
		もちづき保育園内「さくらんぼ広場」	同時利用10組 まで	
うすだ健康館内 「つどいの広場」	保護者等の交流・つどいの場の提供 ※子育て相談は随時実施	月・水～金(祝日・年末年始休み) 9:00～14:00	佐久市在住の 子育て中保護 者と就学前児 童(0歳～3歳程 度)	無料
		うすだ健康館内「つどいの広場」	同時利用7組ま で	
子育てサロン 「佐久平浅間児童館」	子育て真っ最中の保護者のみな さんの子育てに関する相談の 場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30	就学前児童と 保護者	無料
		佐久平浅間児童館	同時利用15組 まで	
子育てサロン 「岩村田児童館」	子育て真っ最中の保護者のみな さんの子育てに関する相談の 場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30	就学前児童と 保護者	無料
		岩村田児童館	同時利用15組 まで	
子育てサロン 「中佐都児童館」	子育て真っ最中の保護者のみな さんの子育てに関する相談の 場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30	就学前児童と 保護者	無料
		中佐都児童館	同時利用15組 まで	
子育てサロン 「高瀬児童館」	子育て真っ最中の保護者のみな さんの子育てに関する相談の 場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30	就学前児童と 保護者	無料
		高瀬児童館	同時利用15組 まで	
子育てサロン 「小田井児童館」	子育て真っ最中の保護者のみな さんの子育てに関する相談の 場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30	就学前児童と 保護者	無料
		小田井児童館	同時利用15組 まで	
子育てサロン 「平根児童館」	子育て真っ最中の保護者のみな さんの子育てに関する相談の 場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30	就学前児童と 保護者	無料
		平根児童館	同時利用15組 まで	

子育てサロン 「東児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 東児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「佐久城山児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 佐久城山児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「中込児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 中込児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「野沢児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 野沢児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「泉児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 泉児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「岸野児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 岸野児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「あさしな児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 あさしな児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「望月児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 望月児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「臼田児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 臼田児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「切原児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 切原児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「青沼児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 青沼児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「田口児童館」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	毎月1～2回9:30～11:30 田口児童館	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
子育てサロン 「あいとぴあ臼田」	子育て真っ最中の保護者のみなさんの子育てに関する相談の場、情報交換、交流の場。 ※子育て相談は随時実施	夏季数回9:30～11:30 あいとぴあ臼田	就学前児童と保護者 同時利用15組まで	無料
児童館に集まれ	各種体験活動の実施	6回/年、日時未定 市内児童館	休日児童館を利用する小学生 定員未定	無料

#### 【高齢者福祉課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	4/11(月)13:30～15:00 佐久平交流センター	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料

オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	5/10(火)13:30～15:00 市民創錬センター	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	6/14(火)13:30～15:00 望月総合支援センター	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	7/12(火)13:30～15:00 野沢会館	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	8/16(火)13:30～15:00 あいとびあ臼田	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	9/13(火)13:30～15:00 シルバーサロン申込	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	10/11(火)13:30～15:00 佐久平交流センター	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	11/8(火)13:30～15:00 野沢会館	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	12/13(火)13:30～15:00 浅科会館	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	1/10(火)13:30～15:00 市民創錬センター	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	2/14(火)13:30～15:00 あいとびあ臼田	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
オレンジカフェ座談会	認知症の方ご本人や介護者の情報交換や交流の場。認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員による介護相談あり	3/7(火)13:30～15:00 シルバーサロン申込	認知症の方及びそのご家族、地域の方、専門職など なし	無料
認知症サポーター養成講座	認知症という病気を正しく理解し、認知症の方や家族をやさしく見守る応援者である認知症サポーターを養成。	随時 希望場所にて	市民および佐久市に在学・在勤の方 希望に応じて	無料
認知症サポーター養成講座(一般市民向け講座)	認知症という病気を正しく理解し、認知症の方や家族をやさしく見守る応援者である認知症サポーターを養成。	7/7(木)13:30～15:00 市民創錬センター	市民 40名	無料



認知症サポーターステップアップ講座	認知症サポーターの皆さんがさらに認知症の知識を深め、認知症の人やその家族を地域で支援する方法について学ぶ講座を開催	8月に2回予定 未定	認知症サポーター(市民、市内に在学・在勤の方)で両日参加できる方 30名	無料
認知症講演会(全2回)	誰もがなる可能性がある認知症。認知症について正しい知識を学び、認知症とどのように向き合えばよいかヒントになる講演会を2回開催	①9月初旬予定13:30~15:00 ②9/28(水) 13:30~15:00 ①未定 ②佐久平交流センター	どなたでも 各会場100名	無料
お達者応援団育成塾 基礎講座(全8回)	介護予防の取組を地域で実践するため、運動・レクリエーション・作業療法・栄養・口腔などの講座を開催。	①6/30(木) ②7/14(木) ③7/28(木) ④8/31(水) ⑤9/22(木) ⑥10/27(木) ⑦11/17(木) ⑧12/22(木) 13:30~15:00 ※①・②・⑧のみ13:30~15:30 市民創錬センター	市民 100名	無料
ほねぶと健康クラブ【前期】 「佐久平交流センター教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう!	①4/28(木) ②5/26(木) ③6/23(木) ④7/28(木) ⑤8/25(木) ⑥9/22(木) 13:30~15:00 佐久平交流センター	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可) 30名程度	1000円 (保険料、資料代)
ほねぶと健康クラブ【前期】 「浅間会館教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう!	①4/22(金) ②5/27(金) ③6/17(金) ④7/22(金) ⑤8/19(金) ⑥9/16(金) 14:00~15:30 浅間会館	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可) 30名程度	1000円 (保険料、資料代)
ほねぶと健康クラブ【前期】 「市民創錬センター教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう!	①4/26(火) ②5/31(火) ③6/28(火) ④7/26(火) ⑤8/29(月) ⑥9/20(火) 10:00~11:30 市民創錬センター	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可) 30名程度	1000円 (保険料、資料代)
ほねぶと健康クラブ【前期】 「シルバーサロン教室①」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう!	①4/20(水) ②5/18(水) ③6/22(水) ④7/20(水) ⑤8/3(水) ⑥9/21(水) 10:00~11:30 シルバーサロン中込	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可) 30名程度	1000円 (保険料、資料代)
ほねぶと健康クラブ【前期】 「シルバーサロン教室②」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう!	①4/19(火) ②5/17(火) ③6/21(火) ④7/19(火) ⑤8/9(火) ⑥9/20(火) 10:00~11:30 シルバーサロン中込	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可) 30名程度	1000円 (保険料、資料代)

ほねぶと健康クラブ【前期】 「中込会館教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/27(水) ②5/11(水) ③6/8(水) ④7/13(水) ⑤8/10(水) ⑥9/14(水) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		中込会館	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「農村環境改善センター教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/22(金) ②5/6(金) ③6/3(金) ④7/8(金) ⑤8/12(金) ⑥9/9(金) 14:00～15:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		農村環境改善センター	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「あいとびあ臼田教室①」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/21(木) ②5/19(木) ③6/17(金) ④7/11(月) ⑤8/4(木) ⑥9/12(月) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		あいとびあ臼田	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「あいとびあ臼田教室②」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/21(木) ②5/19(木) ③6/17(金) ④7/11(月) ⑤8/4(木) ⑥9/12(月) 14:00～15:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		あいとびあ臼田(ホール)	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「あいとびあ臼田教室③」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/18(月) ②5/23(月) ③6/27(月) ④7/25(月) ⑤8/22(月) ⑥9/26(月) 14:00～15:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		あいとびあ臼田	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「浅科会館教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/19(火) ②5/10(火) ③6/14(火) ④7/12(火) ⑤8/9(火) ⑥9/13(火) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		浅科会館	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「望月総合支援センター教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/20(水) ②5/18(水) ③6/15(水) ④7/20(水) ⑤8/17(水) ⑥9/21(水) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		望月総合支援センター	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【前期】 「春日交流センター教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①4/21(木) ②5/19(木) ③6/16(木) ④7/21(木) ⑤8/18(木) ⑥9/15(木) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		春日交流センター	30名程度	

<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「佐久平交流センター教室」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/13(木) ②11/24(木) ③12/22(木) ④1/26(木) ⑤2/16(木) ⑥3/23(木) 13:30～15:00</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>佐久平交流センター</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「浅間会館教室」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/21(金) ②11/18(金) ③12/16(金) ④1/20(金) ⑤2/24(金) ⑥3/17(金) 14:00～15:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>浅間会館</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「市民創錬センター教室」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/25(火) ②11/22(火) ③12/27(火) ④1/24(火) ⑤2/28(火) ⑥3/28(火) 10:00～11:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>市民創錬センター</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「シルバーサロン教室①」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/19(水) ②11/16(水) ③12/21(水) ④1/18(水) ⑤2/22(水) ⑥3/15(水) 10:00～11:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>シルバーサロン</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「シルバーサロン教室②」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/18(火) ②11/15(火) ③12/20(火) ④1/17(火) ⑤2/21(火) ⑥3/14(火) 10:00～11:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>シルバーサロン</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「中込会館教室」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/12(水) ②11/9(水) ③12/14(水) ④1/11(水) ⑤2/8(水) ⑥3/8(水) 10:00～11:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>中込会館</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【後期】 「農村環境改善センター教室」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/14(金) ②10/28(金) ③11/11(金) ④11/25(金) ⑤12/9(金) ⑥12/23(金) 14:00～15:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>農村環境改善センター</p>	<p>30名程度</p>		
<p>ほねぶと健康クラブ【前期】 「あいとびあ白田教室①」(全6回)</p>	<p>「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！</p>	<p>①10/7(金) ②11/17(木) ③12/15(木) ④1/16(月) ⑤2/16(木) ⑥3/16(木) 10:00～11:30</p>	<p>市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)</p>	<p>1000円 (保険料、資料代)</p>	
		<p>あいとびあ白田</p>	<p>30名程度</p>		

ほねぶと健康クラブ【後期】 「あいとびあ臼田教室②」 (全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①10/7(金) ②11/17(木) ③12/15(木) ④1/16(月) ⑤2/16(木) ⑥3/16(木) 14:00～15:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		あいとびあ臼田	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【後期】 「あいとびあ臼田教室③」 (全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①10/24(月) ②11/28(月) ③12/26(月) ④1/30(月) ⑤2/27(月) ⑥3/27(月) 14:00～15:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		あいとびあ臼田	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【後期】 「浅科会館教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①10/11(火) ②11/8(火) ③12/13(火) ④1/10(火) ⑤2/14(火) ⑥3/14(火) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		浅科会館	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【後期】 「望月総合支援センター教室」(全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①10/19(水) ②11/16(水) ③12/21(水) ④1/18(水) ⑤2/15(水) ⑥3/15(水) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		望月総合支援センター	30名程度	
ほねぶと健康クラブ【後期】 「春日交流センター教室」 (全6回)	「健康の一步は足元から」 気軽に楽しくできる高齢者の皆さんの体操教室です。 6カ月の教室に参加し、体操を通じて転倒や骨折を防ぐコツを体験してみましょう！	①10/6(木) ②10/20(木) ③11/10(木) ④11/17(木) ⑤12/1(木) ⑥12/15(木) 10:00～11:30	市内在住の65歳以上で見守りや介助が不要な方(医師から運動制限指導のある方は不可)	1000円 (保険料、資料代)
		春日交流センター	30名程度	
はつらつ音楽サロン 「野沢会館」	大きな声を出して歌うことで右脳が刺激され、認知症を予防します。音楽を通して心や身体の疲れを癒し、はつらつと過ごしましょう。専門的な合唱ではありませんので、お気軽にご参加ください！	5月～12月 毎月1回(全8回) 13:30～14:30	市内在住65歳以上で、見守りや介助が不要の方(※介助が必要でも付添者同伴で参加可)	無料
		野沢会館	60名	
はつらつ音楽サロン 「中込会館」	大きな声を出して歌うことで右脳が刺激され、認知症を予防します。音楽を通して心や身体の疲れを癒し、はつらつと過ごしましょう。専門的な合唱ではありませんので、お気軽にご参加ください！	5月～12月 毎月1回(全8回) 13:30～14:30	市内在住65歳以上で、見守りや介助が不要の方(※介助が必要でも付添者同伴で参加可)	無料
		中込会館	50名	
はつらつ音楽サロン 「浅間会館」	大きな声を出して歌うことで右脳が刺激され、認知症を予防します。音楽を通して心や身体の疲れを癒し、はつらつと過ごしましょう。専門的な合唱ではありませんので、お気軽にご参加ください！	5月～12月 毎月1回(全8回) 13:30～14:30	市内在住65歳以上で、見守りや介助が不要の方(※介助が必要でも付添者同伴で参加可)	無料
		浅間会館	74名	

はつらつ音楽サロン 「市民創練センター」	大きな声を出して歌うことで右脳が刺激され、認知症を予防します。音楽を通して心や身体の疲れを癒し、はつらつと過ごしましょう。専門的な合唱ではありませんので、お気軽にご参加ください！	5月～12月 毎月1回(全8回) 13:30～14:30	市内在住65歳以上で、見守りや介助が不要の方(※介助が必要でも付添者同伴で参加可)	無料
		市民創練センター	80名	
はつらつ音楽サロン 「あいとびあ臼田」	大きな声を出して歌うことで右脳が刺激され、認知症を予防します。音楽を通して心や身体の疲れを癒し、はつらつと過ごしましょう。専門的な合唱ではありませんので、お気軽にご参加ください！	5月～12月 毎月1回(全8回) 13:30～14:30	市内在住65歳以上で、見守りや介助が不要の方(※介助が必要でも付添者同伴で参加可)	無料
		あいとびあ臼田	80名	
はつらつ音楽サロン 「駒の里ふれあいセンター」	大きな声を出して歌うことで右脳が刺激され、認知症を予防します。音楽を通して心や身体の疲れを癒し、はつらつと過ごしましょう。専門的な合唱ではありませんので、お気軽にご参加ください！	5月～12月 毎月1回(全8回) 13:30～14:30	市内在住65歳以上で、見守りや介助が不要の方(※介助が必要でも付添者同伴で参加可)	無料
		駒の里ふれあいセンター	80名	
脳の健康度測定 (ファイブ・コグテスト)事業 (各会場2回シリーズ)	いつまでもイキイキとした脳を保つため、今のうちから認知症予防が大切です。ファイブ・コグテスト(脳の健康度測定)で、脳機能を測定してみませんか。 〈内容〉 ①ファイブ・コグテスト(記憶・注意・言語・視空間・思考について)の実施 ②ファイブ・コグテストの結果報告、認知症予防の取り組みについての講義	I ①5/19(木) ②6/17(金) II ①5/13(金) ②6/13(月) III ①5/26(木) ②6/28(火) 10:00～11:30	65歳以上で要介護認定を受けていない方、認知症の診断・治療を受けていない方 (各会場、両日参加できる方)	無料
		I 市民創練センター II あいとびあ臼田 III 浅科会館	各会場40名	
佐久市在宅医療・介護の連携体制推進事業 市民公開講座	市民の皆さんと一緒に、市や地域の今と将来のすがたを人口構成や財政状況の視点からイメージしてもらい、互助の体制づくりの必要性、終末期の意思決定について関心をもち、介護や介護予防に関する知識を深めていただくことを目的とした講座を開催。	未定	どなたでも  なし	無料

#### 【臼田学園】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
第36回わかびな祭 (学園祭)開催	利用者が作製した作品販売、模擬店、喫茶、バザー、ゲーム・ビデオ鑑賞・ビンゴ大会等により利用者の日頃の活動や施設行事の一端を紹介し家族や地域の方々との交流を目的とする	9/24(土)10:45～14:00 開会式10:00～  臼田学園内	市民	無料

#### 【農政課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
野菜栽培講習会	出荷を目的とした野菜農家を育成するため、栽培技術に関する講習会を開催。	4/13(水)～1月頃(10回程度) 各回2時間程度 佐久市新品目導入試験ほ場	野菜の出荷希望者等 20名	無料
水田フナ養殖技術研修会	小ブナの生産拡大と技術の継承を目指し、水田フナ養殖の研修会を開催。	4月下旬～9月上旬(月1回程度) 佐久市内の水田および市内会議室	市内希望者 10名程度	無料

果樹・花き栽培アシスタント講習会	農家のお手伝いとして働きたい方に、作業に必要な知識・技術を習得するための講習会を開催。 ・果樹コース(リンゴ等) ・花きコース(カーネーション等)	4月～1月頃(各コース10回程度) 各回2時間程度 市内農家ほ場	農家のお手伝いとして働きたい方 なし	無料
カモミールの刈り取り体験会	市の試験ほ場で普及推進のため栽培しているカモミールの開花・収穫時期に合わせて、刈り取り体験会を開催。	5/25(水) 佐久市新品目導入試験ほ場	市民 15名	無料
山本麗子先生の料理セミナー	佐久市産農産物を活用したレシピを紹介してもらい、家庭での消費拡大に繋げる。	7月、10月 市民創錬センター	市民 各回24名	無料
佐久市新品目導入試験事業講演会	佐久市新品目導入試験ほ場で実施している試験栽培の結果報告と農業に関する講演を行う。	1月中旬 市民創錬センター	農業者等 70名	無料
楽しもう！親子食と農の体験教室(全4回)	市内の農業と食への理解を深めていただくため、親子を対象とした体験教室を開催。	7月中下旬～ 未定	佐久市在住の親子 30名(先着順)	実費負担
農業複式簿記セミナー	農業複式簿記の記帳方法や帳簿管理技術の習得のためのフリーソフトを用いた研修会	11月中旬～12月下旬(7回程度 1回3時間程度) ワークテラス佐久	佐久地域の農業者等 20名	無料 (別途テキスト代が必要)
佐久市農業祭2022 地産地消フェア	地元農産物の即売会や各農業者団体の活動紹介等、農産物イベント。フードドライブの開催。 ※友好都市物産と観光展と同時開催。	11/13(土)8:45～15:00 駒場公園	なし なし	無料

#### 【耕地林務課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
緑の教室	森林、林業の働き等についての学習、地元の間伐材を利用したクラフト作り	12月～3月 市内小学校	市内17小学校 4年生 なし	無料
わな猟狩猟講習会	わな猟の狩猟免許取得を目指す方、農林業被害にお困りの方、わな猟の技術向上を目指す方を対象にしたわな猟狩猟講習会 内容:くくりわなおよび箱わなの技術講習	2/18(土)13:00～14:30 佐久平国際射撃場	市民 30名	無料 (保険料は主催者が負担)
きのこ栽培教室	原木を利用したクリタケ、シイタケ栽培の指導及び植菌実習	3/19(日) ①9:00～ ②13:00～ ①千曲川スポーツ交流広場・望月支所 ②千曲川スポーツ交流広場・あいとぴあ日田	市民 160名 (各教室40名)	1000円/人

#### 【商工振興課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
友好都市物産と観光展	友好都市として交流している各市町村の特産品の販売及び観光PR(注)佐久市農業祭と同時開催	11/12(土)9:00～15:00 佐久駒場公園	市民 なし	無料
佐久市で働こう！就職面接会	佐久市内にある企業による学生等に向けた就職面接会	8月中旬 未定	市民、学生等 なし	無料

#### 【公園緑地課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
植栽講座	未定	未定 佐久平交流センター	どなたでも 100名	無料

#### 【生涯学習課】

講座・イベント名	内容	日時	対象	参加費
----------	----	----	----	-----

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
武論尊100時間漫画塾第4期生卒塾作品展	武論尊100時間漫画塾第4期生の作品を展示する。	9/17(土)～10/2(日) 近代美術館	なし	未定
佐久市ジュニアリーダー研修	生きる力を持った人間性豊かな子どもの育成と、地区子ども会等のリーダーとしての技能態度が身につくよう、様々な体験研修を実施。年15回程度開催予定	6月～1月の(土)(日)(祝) (午前の部)9:00～15:00(原則) (午後の部)13:00～16:00(原則) 市民創錬センターほか	市内小学校5・6年生 午前・午後 20名	6000円
佐久市子どもまつり	親子で体験・ものづくり！ 様々な手作りおもちゃ等を親子で一緒に作ろう！	7/3(日)9:50～14:00 市民創錬センター	市民 なし	無料
銀河連邦子ども留学交流	銀河連邦共和国の子どもたちと交流しながら様々な体験をする。	8/3(水)～5(金) 北海道大樹町	市内小学校5年生 4名	未定
佐久市青少年健全育成市民集会	青少年の健全育成推進を目指し市民集会を開催。 〈講演会〉 〈市内中学生の意見発表〉 〈アトラクション〉	11/23(水)祝13:00～16:00 市民創錬センター	市民 なし	無料

### 【公民館】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
乳幼児学級(全13回)	「子育て」について考える親の学習の場で、児と一緒に参加。歌遊び、運動会、遠足、救命救急、乳幼児の栄養など。中央・浅科・望月教室、浅間・東教室、中込・野沢・臼田教室の3教室。	5月～2月各教室毎回10:00～11:30 「中央・浅科・望月教室」第1・3(金) 「浅間・東教室」第1・3(火) 「中込・野沢・臼田教室」第2・4(木) 「中央・浅科・望月教室」市民創錬センター、浅科会館 「浅間・東教室」浅間会館、東会館 「中込・野沢・臼田教室」中込会館	佐久市在住、申込時点で未就園で1歳を過ぎた児と保護者 各教室親子25組程度	なし(材料費は参加者負担)
創錬の森 市民大学(全18回)	郷土を愛し、誇りをもって暮らしてこられた皆さんが心身ともに健康で、より豊かに生き甲斐ある生活を送るため、楽しい仲間作りを進めながら、生き方や役割を学ぶ。	5～2月の第1・3(水)10:00～15:00 市民創錬センター	市内在住で満65歳以上の方 令和3年4月2日現在) 150名程度	授業料は無料。ただし、創作実技、学生自治会活動、見学等に要する経費は学生負担。
創錬の森 市民大学院(全13回)	地域や団体活動のリーダーとして必要な知識や技能等を習得し養成する。	5～2月の第2(火)10:00～15:00 市民創錬センター	・佐久市高齢者大学を修了した者 ・高齢者等の社会参加活動のリーダーとして活躍できる者 ・大学院修了後「佐久市生涯学習リーダーバンク」に登録し、地域の要請に応えられる者 25名程度	授業料は無料。ただし、創作実技、学生自治会活動、見学等に要する経費は学生負担。
食と健康講座【仮称】	体力増進と食に関する知識を学ぶことを目的に4回講座を実施。	9月～12月 9:00～12:00 市民創錬センター	未定 未定	500円程度
第18回佐久市民総合文化祭	市民が制作した作品を展示することで市民の創作や文化活動への意識を醸成し意欲を高める。	11/5(土)、11/6日9:00～17:00 野沢会館、市民創錬センター	市内で文化活動をしている個人・団体 なし	なし
第20回わがまち佐久・市	市民が「佐久」への愛着や誇りを高め、自信を持って「佐久」を紹介でき、全国に誇れる特色あるまちづくりをする契機とするため、	12/10(土)13:30～15:30	市民	なし

民講座	佐久に関わりのある文化人や企業家等による講演会などを開催する。 ・講演会〈講師・演題未定〉	佐久平交流センター	なし	なし
第44回佐久市民コーラスまつり	佐久市民のコーラスグループが一堂に集まり、お互いの交流を深めるとともにコーラスを盛んにし、うるおいのある文化生活の向上を図り、豊かな文化都市の発展に資する。	9/4(日)12:30～16:00 コスモホール	佐久市に在住する者を主体として構成する団体 なし	1グループ2000円 (児童・生徒主体のグループは無料)
令和5年成人式	成人となったことを祝福し、大人の社会へ仲間入りすることを自覚してもらうために開催する。	未定 未定	平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ なし	なし
創錬の森 子ども公民館	作品を自らの手で作製し、物づくりの楽しさを味わってもらいながら学習し、夏休みの自由研究や自由工作へつなげる。	未定 市民創錬センター	小学生 各コース20名程度	500円程度
第18回佐久市短詩型文学祭	詩、短歌、俳句、川柳に親しんでいる皆さんが一同に会して、日頃の学習の成果を発表する場として開催。小中学校からも作品を募集している。特選に選ばれた作品の表彰式と記念講演を実施	1/28(土)10:00～16:00 市民創錬センター	佐久市、北佐久郡、南佐久郡に在住する方、児童、生徒 なし	一般投稿者1部門1000円(1部門追加につき500円増) 式典は参加無料
通信俳句	通信による俳句の学習。月末までに郵便ハガキで俳句3句を提出。翌月、選者の講評を添えて句集を送付する。	随時 自宅	なし なし	年会費2000円
家庭菜園教室(全6回)	4月から10月までの全6回講座で、植え付け計画から収穫まで学習する	①4/14(木) ②5/12(木) ③6/2(木) ④7/1(金) ⑤9/1(木) ⑥10/6(木) 9:30～11:30 浅間会館	市民 15名程度	100円
ストレッチ教室Ⅰ(全4回)	ストレッチを通して、自分の体や健康について考え、健康維持・向上させる知識や習慣を身につける	①4/12(火) ②4/19(火) ③5/10(火) ④5/24(火) 10:00～11:30 浅間会館	市民 40名	無料
楽しく脳トレ！健康麻雀Ⅰ(全4回)	公民館活動への参加が少ない男性に興味を持って意欲的に参加いただくとともに、指先と頭を使うゲームを行う事で健康長寿に資する。	①5/19(木) ②6/16(木) ③7/15(金) ④8/18(木) 13:30～15:30 浅間会館	市民 12名程度	無料
自然観察教室	石仏・岩壁・好展望の待つ里山、関伽流山で季節の植物や自然保護について学ぶ。	5/27(金)9:00～15:30 現地	市民 20名程度	100円(保険料)
ストレッチ教室Ⅱ(全4回)	ストレッチを通して自分の体や健康について考え、健康維持・向上させる知識や習慣を身につける	①6/7(火) ②6/28(火) ③7/12(火) ④7/26(火) 10:00～11:30 浅間会館	市民 40名	無料
伝えたい佐久の味①	地元でとれる食材を使った料理や地元の伝統料理を学ぶ。	6/21(火)9:30～12:00 浅間会館	市民 12名	500円程度 (材料費)
公民館体験学習	小学生を公民館に招き、地域の大人が多い学習グループを講師とした講座と一緒に体験することで、世代間交流を図る。	6/30(木)8:30～11:30 浅間会館	中佐都小学校4年生 児童数	無料
【子ども公民館】消しゴムハンコを作ろう	小学生とその保護者を対象に、親子で一緒に工作を行い、親子の触れ合いや趣味に活かしてもらう機会とする。	7/23(土)9:30～16:00 浅間会館	子どもと保護者 10名程度	500円程度 (材料費)



【子ども公民館】親子DEおやつをつくろう！	親子で一緒におやつ作りに挑戦してみよう。	7/29(金)9:30～16:00 浅間会館	子どもと保護者 16名程度	300円程度 (材料費)
【子ども公民館】親子DEパンをつくろう！	親子で一緒にパン作りを体験する。	8/5(金)9:30～16:00 浅間会館	子どもと保護者 16名程度	300円程度 (材料費)
【子ども公民館】繭玉アートで動物を作ろう	親子で一緒に工作を行い、親子の触れ合いや趣味に活かしてもらおう機会とする。	8/6(土)9:30～15:00 浅間会館	子どもと保護者 10名程度	300円程度 (材料費)
防災講座	災害に対する備えと対応について学習する	8/25(木)10:00～11:30 浅間会館	市民 20名程度	無料
ストレッチ教室Ⅲ(全4回)	ストレッチを通して自分の体や健康について考え、健康維持・向上させる知識や習慣を身につける	①9/6(火) ②9/20(火) ③9/27(火) ④10/11(火) 10:00～11:30 浅間会館	市民 40名	無料
楽しく脳トレ！健康麻雀Ⅱ(全4回)	公民館活動への参加が少ない男性に興味を持って意欲的に参加いただくとともに、指先と頭を使うゲームを行う事で健康長寿に資する。	①9/22(木) ②10/20(木) ③11/17(木) ④12/2(金) 13:30～15:30 浅間会館	市民 12名程度	無料
伝えたい佐久の味②	地元でとれる食材を使った料理や地元の伝統料理を学ぶ。	9/13(火)9:30～12:00 浅間会館	市民 12名	300円程度 (材料費)
洋風クッキング①	若い世代を対象に、オシャレだけれど、簡単に作れる洋風料理を学ぶ。	10/13(木)9:30～12:00 浅間会館	市民 12名	800円程度 (材料費)
親子あそび&リトミック①	音楽教育「リトミック」によって、歌って、動いて、親子のスキンシップを楽しむ	10/25(火)10:00～11:30 浅間会館	子どもと保護者 10名程度	100円(保険料)
スマートフォン使い方教室(全2回)	初心者やシニアの皆さんを対象に基本的な使い方などを学ぶ。	①11/15(火) ②12/13(火) 10:00～11:30 浅間会館	市民 10名程度	無料
洋風クッキング②	若い世代を対象に、オシャレだけれど、簡単に作れる洋風料理を学ぶ。	11/24(木)9:30～12:00 浅間会館	市民 12名	800円程度 (材料費)
伝えたい佐久の味③	地元でとれる食材を使った料理や地元の伝統料理を学ぶ。	12/8(木)9:30～12:00 浅間会館	市民 12名	300円程度 (材料費)
親子あそび&リトミック②	音楽教育「リトミック」によって、歌って、動いて、親子のスキンシップを楽しむ	12/6(火)10:00～11:30 浅間会館	子どもと保護者 10名程度	100円(保険料)
書初め教室	正月の伝統行事である書初めで、新年の目標や決意を書き、伝統や書に親しむ	1/5(木) 9:30～11:30 浅間会館	市民 15名程度	無料
クラフト教室(全2回)	身の回りにある雑貨を作り、趣味の充実や参加者同士の交流を図る。	①1/17(火) ②1/24(火) 13:30～15:30 浅間会館	市民 8名程度	500円程度 (材料費)
伝えたい佐久の味④	地元でとれる食材を使った料理や地元の伝統料理を学ぶ。	2/8(火)9:30～12:00 浅間会館	市民 12名	300円程度 (材料費)
人権同和教育学習会	公民館のつどいの日に開催	2/18(土)13:30～14:30 浅間会館	市民 なし	無料
第40回浅間地区公民館のつどい	展示・ステージ発表 浅間地区・地域公民館 浅間地区学習グループほか	2/18(土)～2/19(日) 浅間会館	市民 なし	無料
ママと子どもの3B体操(全2回)	ボール、ベルなどを使って、親子で一緒に体操を楽しむ。	①3/10(金) ②3/17(金) 10:00～11:30 浅間会館	子どもと保護者 10名程度	無料
家庭菜園教室～土づくり編～	美味しい野菜づくりを目指して土づくりについて学習します	3/7(火)9:30～11:30 浅間会館	市民 15名程度	無料
家庭菜園教室(全10回)	地産地消！！安心・安全でおいしい野菜づくりの基本を学ぶ	①4/7(木) ②5/9(月) ③6/6(月) ④6/15(水)※圃場 ⑤7/4(月) ⑥8/4(木) ⑦9/5(月) ⑧10/4(火) ⑨11/7(月) ⑩3/6(月) 9:30～11:30 野沢会館 圃場(1回のみ)	市民 25名程度	100円(初回のみ資料代)
楽しく歌おう(春)	季節の歌やなつかしい歌を、ピアノの生演奏でみんなで楽しく歌う	4/12(火)13:30～15:30 野沢会館	市民 40名程度	無料

ふるさとウォッチング (2回)	身近な史跡や文化財を訪ね歴史を学びながら、地域を再発見しよう	①5/27(金)9:30～14:00 ②9/9(金)9:30～12:00 ①虚空蔵山 ②野沢宿	市民 15名程度	300円(保険料)
酵素ドリンク作り料理	旬の梅を使った酵素ドリンクを作ろう。	6/24(金)9:00～13:00 野沢会館	市民 12名程度	2000円程度
身近な薬草	いろいろな薬草を知り、育て方を学びましょう	7/15(金)9:30～12:00 薬草の里「榛名平公園」	市民 15名程度	100円(保険料)
ポッチャ体験教室	パラスポーツでもある「ポッチャ」を様々な世代で体験し交流しましょう	7/23(土)13:30～16:00 野沢会館	市民 子どもと保護者 親子含む15名程度	未定
【子ども公民館】 親子で登ろう！登山教室	親子で一緒に身近な山に登りましょう	8/20(土)8:30～16:00 高峰山	子どもと保護者 5組10名程度	300円程度 (保険料)
【子ども公民館】 親子防災体験教室	マッチ使えますか？災害時生き抜く知識を学ぶ	8/27(土)9:00～12:00 野沢会館	子どもと保護者 8組16名程度	無料
薬膳料理教室	身近にある薬草で薬膳料理を作る	8/31(水)9:30～12:00 野沢会館	市民 12名程度	1000円程度 (材料費)
マネー講座(全2回)	これからの厳しい時代を生きるためのお金の使い方を学ぶ	①9/3(土) ②9/17(土) 9:00～11:30 野沢会館	市民 20名程度	100円程度 (資料代)
佐久の先人	佐久の先人について、ゆかりの地を巡りながら学習する	9/13(火)13:30～15:00 野沢会館	市民 20名程度	100円程度 (資料代)
学生と地域を学ぶ	佐久大学の学生と一緒に佐久の歴史を学ぶ	9/27(火)9:00～13:00 未定	市民 20名程度	300円程度 (資料代)
老後を自分らしく(全4回)	誰もが迎える老い。自分のために老い方を学んでみませんか。	①10/7(金) ②10/13(木) ③10/19(水) ④10/26(水) 14:00～15:30 野沢会館	市民 30名程度	無料
男性料理教室	男性を対象とした料理教室です。男性が簡単に取り組める料理を作ります	10/18(火)9:30～13:00 野沢会館	市民 12名程度	1000円程度 (材料費)
人権講座	人権について学習し、意識の向上を図りましょう。	10/30(日)9:00～10:00 野沢会館	市民 40名程度	無料
キムチを作ろう	本場のキムチの素を作りましょう	11/10(金)9:30～13:00 野沢会館	市民 12名程度	1000円程度 (材料費)
野沢地区公民館のつどい	地域で活動しているグループや、公民館活動における学習グループの1年間の成果を一堂に集め、作品の展示発表を行います	11/19(土)13:30～16:00 11/20(日)9:00～16:00 野沢会館	市民 なし	一部有料 (体験コーナー)
野沢地区公民館のつどい	つどい舞台発表を行います	3/12(日)10:00～16:00 野沢会館または他の会場	市民 なし	無料
大人の陶芸教室(全2回)	ひとつのテーマに沿って作品を作り、陶芸の楽しさを知る ①成形 ②釉薬付け	11/26(土) 12/18(日) 13:30～16:00 野沢会館	市民 15名程度	1000円程度 (材料費)
おにかけうどん講習会	おにかけうどん作りを学ぶ	11/29(火)9:30～13:00 望月観音峯活性化センター	市民 10名程度	1000円程度 (材料費)
クラシック音楽入門	秀吉も聴いた！弦楽器ピオラ・ダ・ガンバの演奏を聞いてみませんか？	12/3(土)13:30～16:00 野沢会館	市民 35名程度	無料
季節の味料理教室	旬の野菜などを使った料理を作る	12/8(土)13:30～16:00 野沢会館	市民 12名程度	800円程度 (材料費)
佐久鯉料理教室	伝統料理である鯉料理を学びましょう。(メニュー)鯉のうま煮、鯉のあら汁、鯉の唐揚げ	12/16(金)9:00～13:00 野沢会館	市民 12名程度	1000円(材料費)
おしゃれに飾る！お正月のお花教室	自分で作ったフラワーアレンジメントを飾り、新しい年を迎えましょう(初心者大歓迎です)	12/25(土)13:30～15:30 野沢会館	市民 15名程度	3000円程度 (材料費)
初心者茶道教室(全3回)	お茶の作法・流れ(お点前)を学びましょう	①3/2(木) ②3/9(木) ③3/16(木) 13:30～15:30 野沢会館	市民 10名程度	500円/回 (菓子代含む)
ボディメイク講座～あなたの身体と心を満たします～(全4回)	体幹を鍛える筋トレ・ストレッチ、脂肪燃焼プログラム、美姿勢トレーニング、ウォーキングなど、運動を通して、健康ライフを満喫しませんか。男女問わず参加できます。	①5/17(火) ②5/31(火) ③6/7(火) ④6/21(火) 10:00～11:30 中込会館	市民 30名程度	無料

子育て楽しみ隊・和ヨガ教室(全2回)	子どもと一緒に参加できます。子育て中の皆さん、ヨガでリフレッシュしましょう。	①5/25(水) ②6/22(水) 10:00～11:30 中込会館大会議室	市民 20名程度	無料
高原鉄道小海線の魅力(全2回)	小海線の歴史や沿線の魅力を、座学や現地実習などで再発見します。	①6月中旬10:00～ ②10月下旬 一日 中込会館/現地	市民 25名程度	①無料 ②2000円程度
なつかしの歌こころの歌(全4回)	昔懐かしい歌、思い出の歌、四季折々の歌を楽しみましょう	①6/30(木) ②9/28(水) ③12/22(木) ④3/16(木) 9:30～11:30 中込会館	市民 30名程度	歌集代100円 (持っていない人のみ)
【子ども公民館】 トレジャーハンター！川で宝石を探そう！	身近な河原に眠る鉱石を探してみよう！	7/28(木)9:00～11:30 中込会館集合	子どもと保護者 親子8組程度	200円(保険料)
【子ども公民館】 トレジャーハンター！川で宝石を探そう！	身近な河原に眠る鉱石を探してみよう！	7/28(木)9:00～11:30 中込会館集合	子どもと保護者 親子8組程度	200円(保険料)
【子ども公民館】 おやこでつくろう！パン教室	おいしくかわいいパンをつくるよ！	8/2(火)9:30～11:30 中込会館	子どもと保護者 親子6組程度	300円(材料費)
【子ども公民館】 どうぶつに大変身！木の実に工作教室	いろいろな木の実に自由に組み合わせたらいったい何ができるかな？	8/3(水) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00 中込公民館	子どもと保護者 各回親子8組程度	300円(材料費)
【子ども公民館】 さがしてみよう！海の化石	3000万年前の古代の地層から、貝などの化石を探してみませんか？	8/9(火)9:00～11:30 中込会館集合	子どもと保護者 親子8組程度	500円(保険料他)
中込地区歴史講座 長野種馬所への海軍飛行場建設	市民の憩いの場として親しまれている長野牧場に戦時中、飛行場の建設が進められていたことをご存じですか？	8/12(金)10:00～12:00 中込会館	市民(小学校高学年～) 40名程度	無料
子育て楽しみ隊・ベビーマッサージ(全2回)	赤ちゃん和妈妈のコミュニケーションに。赤ちゃんの便秘解消や発達を促すマッサージ法を教わります。着衣のままできます。	①8/24(水) ②9/14(水) 10:00～11:30 中込公民館	生後6か月までの赤ちゃんとそのお母さん 7組程度	無料
カラダいきいき健康講座(全5回)	医師、栄養士、理学療法士など、その道のプロから健康の秘訣を学ぶ。男女問わず参加できます。	①9月中 ②10月上旬 ③10月下旬 ④11月中 ⑤12月中 13:30～15:00 中込会館	市民 30名程度	無料
包丁の研ぎ方講座	おいしい料理は良く切れる包丁から。正しい研ぎ方をマスターしましょう。	9月下旬 中込会館	市民 20名程度	無料
高原を歩こう	蓼科山登山を楽しみませんか。	9月上旬 中込会館/現地	市民 15名程度	200円(保険料他)
家庭で本格中華	お店の味をお家で再現！	11月中旬 中込会館	市民 12名程度	800円程度(材料費)
そば打ち体験講座	1人一鉢そば打ちに挑戦してみませんか。打ったそばはご自宅でゆでてお楽しみください。	11月下旬 信州そばがき隊道場(中込)	市民 10名程度	1000円程度(材料費)
家庭でクリスマスパーティを	クリスマス料理を作ってパーティを開いてみませんか	12/14(水)9:30～12:00 中込会館	市民 12名程度	800円程度(材料費)
しめ縄づくり講習会	古代米を使った手作りの前掛け飾りで新年を迎えましょう。	12月下旬 中込会館	市民 12名程度	800円(材料費)
親子書初め教室	書き初めをして新年を祝いましょう。	1/4(水)9:30～11:30 中込会館	子どもと保護者 親子15組程度	無料
癒しの和ヨガ(全2回)	ヨガで心も身体もリフレッシュしましょう。	①1月中 ②2月中 10:00～11:30 中込会館	市民 30名程度	無料
編み物教室(全3回)	家で眠っている毛糸であったか小物を編んでみましょう。	①1月中 ②2月上旬 ③2月下旬 10:00～12:00 中込会館	市民 30名程度	無料
家庭で本格フレンチ	身近な食材を使ってフレンチに挑戦！今回のテーマはバレンタインデーのディナーです。	2月上旬9:30～12:00 中込会館	市民 12名程度	800円程度(材料費)
【子ども公民館】 アロマバスオイル作り	身体にやさしい天然のオイルを使ってアロマストーンづくり！好き	未定	子どもと保護者	参加費500円

ロマストーンをつくろう!	な香りをつけてお部屋に飾ろう!	中込会館	親子8組程度	(材料費)
第40回中込地区公民館の つどい	展示・ステージ発表・体験会等	未定 中込会館 他	市民 なし	無料
家庭菜園教室(全7回)	土づくりから収穫まで、おいしい 野菜づくりの基本を学ぶ	①4/4(月) ②5/9(月) ③6/6(月) ④7/4(月) ⑤8/8(月) ⑥9/5(月) ⑦10/3(月) 9:30~11:30 東会館	市民 20名	200円(初回の み)
衝立教室(全5回)	衝立(袖垣)を作成する	①5/13(金) ②5/27(金) 9:00~16:00 ③6/10(金) ④6/24(金) ⑤7/8(金) 13:30~16:00 東会館	市民 6名	30000円程度
初めての茶道教室(全4 回)	茶道を学ぶ	①5/17 ②8/25 ③11/18 ④1/24 10:00~12:00 東会館	市民 10名	各回500円程度 (材料費)
キッズヘアアレンジ(全3 回)	子どものヘアアレンジを学ぶ	①5/21 ②6/18 ③7/2 10:00~11:30 東会館	市民 8名程度	500円程度 (材料費)
自然散策①	高峰山を散策する	6/2(木)9:00~16:00 高峰山	市民 12名程度	200円(保険料)
料理教室①	家庭料理のメニュー、作り方を学 ぶ	6/15(水)9:30~13:00 東会館	市民 10名程度	800円程度 (材料費)
【子ども公民館】 恐竜(タイトル未定)(全2 回)	恐竜について学ぶ	①7/16(土)0:00~11:30 ②8/6(土)8:30~16:00 東会館ほか	市民 親子12組程度	未定
【子ども公民館】 陶芸教室(全2回)	陶芸作品を作る	①7/30(土) ②8/12(金) 9:30~11:30 東会館	市民 親子12組程度	600円程度 (材料費)
【子ども公民館】 作って遊ぼう	工作をして、その作品で遊ぶ	8/3(水)9:30~11:30 東会館	市民 親子12組程度	300円程度 (材料費)
東地区を知る①	明泉寺	9/8(木)9:00~12:00 明泉寺	市民 12名程度	100円(保険料)
佐久の魅力再発見(全2 回)	佐久の民俗などについて学ぶ	①9/14(水) ②9/28(水) 9:30~11:30 東会館ほか	市民 20名	100円(資料代)
自然散策②	八島ヶ原湿原を散策する	9/22(木)9:00~16:00 八島ヶ原湿原	市民 12名程度	200円(保険料)
絵手紙教室(全3回)	季節の絵手紙の描き方を学ぶ	①10/5(水) ②11/2(水) ③12/7(水) 9:30~11:30 東会館	市民 10名程度	300円程度 (材料費)
料理教室②	家庭料理のメニュー、作り方を学 ぶ	10/12(水)9:30~13:00 東会館	市民 10名程度	800円程度 (材料費)
東地区を知る②	五本松城	10/18(火)8:30~12:00 五本松城	市民 12名程度	200円(保険料)
人権講座	人権について学ぶ	11月中 東会館	市民 定員なし	無料
くん製教室	くん製の作り方を学ぶ	12/2(金)9:30~13:00 東会館	市民 12名程度	700円程度 (材料費)
そば打ち教室	そばの打ち方を学ぶ	12/14(水)9:30~13:00 東会館	市民 12名程度	700円程度 (材料費)
華道教室	正月用の花の生け方を学ぶ	12/27(火)10:00~11:30 東会館	市民 12名程度	未定
書初め教室(全2回)	書初めの書き方を学ぶ	①1/4(水) ②1/5(木) 9:30~11:30 東会館	市民 12名程度	無料
ヨガ教室(全3回)	ヨガを学ぶ	①1/12(木) ②2/9(木) ③3/9(木) 13:30~15:00 東会館	市民 14名	無料
きのこ栽培教室	きのこの栽培について学び、駒 打ちをする	3/4(土)9:30~11:30 東会館	市民 16名	2000円程度 (材料費)
手芸教室	家にあるものを使ってリメイクしま す	未定 東会館	市民 15名程度	未定
防災教室	防災について学ぶ	未定 東会館	市民 25名程度	無料
SDGsについて(タイトル未 定)	SDGsについて学ぶ	未定 東会館	市民 20名程度	未定

東地区公民館のつどい	地域で活動しているグループや、公民館活動における学習グループの1年間の成果を一堂に集め、作品の展示や舞台発表を行います。	2/25(土)～2/26(日) 東会館	市民 なし	無料
家庭菜園教室(全9回)	地産地消!!安心・安全でおいしい野菜づくりの基本を学ぶ	①4/5(火) ②5/10(火) ③6/7(火) ④7/5(火) ⑤8/3(水) ⑥9/6(火) ⑦10/5(水) ⑧11/1(火) ⑨3/9(木) 9:30～11:30 あいとびあ白田	市民 15名程度	100円(初回のみ資料代)
ステンドグラス講座	ステンドグラスの兜を作ります	4/17(日)13:00～16:00 あいとびあ白田	市民 12名	2000円(材料費)
いざというときの防災教室	災害に備え、緊急時に役立つ防災知識を学ぶ。	未定 あいとびあ白田	市民 15名程度	未定
【子ども公民館】 親子ふれあい陶芸教室 (全2回)	親子で楽しく陶芸の作品を作ります。①成形 ②釉薬付け	①7/2(土) ②7/23(土) 9:30～11:30 あいとびあ白田	子どもと保護者 10名	700円程度 (材料費)
高山植物ウォッチング	夏山に可憐に咲く花を観察します。	7/21(木)8:30～16:30 未定	市民 15名程度	100円程度 (保険料)
【子ども公民館】 飯ごう炊さんと星の教室	飯ごうで夕食作りに挑戦し、夜は花火と星の観望を楽しみます。	7/30(土)15:00～20:00 うすだスタードーム	子どもと保護者 10組程度	実費
【子ども公民館】 親子化学マジック教室	ゲーム感覚で化学を楽しみ親子でふれあう	8月中 9:30～11:30 あいとびあ白田	子どもと保護者 15組程度	未定
【子ども公民館】 子どもステンドグラス教室	ステンドグラスでヨットのキーホルダーを作ります。	8月10(水) あいとびあ白田	子どもと保護者 10名程度	800円程度 (材料費)
【子ども公民館】 キッズヘアアレンジ教室	ヘアアレンジを習い親子で楽しむ	①8/20(土) ②9/10(土) 9:30～11:30 あいとびあ白田	子どもと保護者 10名程度	200円程度 (材料費)
元気長生き健康講座(全3回)	いきいきとした生活を送るための知識や、身体の不調を予防・改善するための体操を学ぶ。	8月～10月まで3回 13:00～15:00 あいとびあ白田	市民 20名程度	無料
子ども小満太鼓教室	伝統芸能「白田小満太鼓」の入門教室です。最後は公民館のつどいで発表します。	8月～2月まで10回程度 コスモホール	小学2年生～6年生 20名程度	無料
大人のための体験陶芸 (全3回)	オリジナルの陶芸作品を作ります。①成形 ②釉薬付け ③作品鑑賞	9月～10月まで3回 9:30～11:30 あいとびあ白田	市民 10名程度	700円程度 (材料費)
ふるさと写生大会	稲荷山公園とその周辺の風景を描いてみませんか	11/3(木)9:00～12:00 雨天中止 稲荷山公園	市民 なし	無料
年賀状パソコン教室(全3回)	パソコンで素材集から選んで年賀状を作成します。	11月中3回 9:30～11:30 あいとびあ白田	市民 10名程度	700円程度 (テキスト代)
キッズinあいとびあ ～親子でGood day～ 作って遊ぼう親子のつどい	親子で遊びや物作りを体験しましょう。(リースづくり、木工作、プラ板、スライム、折り紙、ぶんぶんゴマ、竹とんぼ など)	未定 あいとびあ白田	市民 なし	無料
お正月料理教室	簡単で喜ばれるお正月料理作りを学ぶ。	未定 あいとびあ白田	市民 10名程度	未定
そば打ち体験教室	そばの打ちから茹で上げまで、基本を学ぶ。	12/9(金)9:00～13:00 あいとびあ白田	市民 10名程度	800円程度 (材料費)
しめ縄づくり	正月用のお飾り、ごぼう締め作りなどを学ぶ。	12/20(火)13:30～15:30 あいとびあ白田	市民 10名程度	300円程度 (材料費)
ステンドグラス体験	ステンドグラス初心者向けの作品を作ります。	12月中1回 1月～2月まで2回 あいとびあ白田	市民 12名	未定
切り絵教室(全4回)	切り絵の技法を学び、作品を作成します。	1月～2月まで4回 13:30～15:30 あいとびあ白田	市民 10名	300円程度 (材料費)
書初展	白田地区の小中学校や書道会などから出品された書き初め作品を展示します。	1/19(木)～1/25(水)※審査は1/19(木) 8:30～17:00(最終15:00) あいとびあ白田	市民 なし	無料

体操教室(全4回)	筋力強化のための体操やストレッチの方法を学ぶ。	2月中に4回 13:30~15:00 あいとびあ白田	市民 20名程度	無料
星空ウォーキング~星の教室(5回)	季節ごとの星空観察と星の教室	未定 あいとびあ白田	市民 15名程度	無料
白田地区公民館のつどい	地域で活動しているグループや、公民館活動における学習グループの1年間の成果を一堂に集めた、作品の展示や舞台発表	3/4(土)~3/5(日) あいとびあ白田	市民 なし	無料
タペストリー講座(全4回)	パッチワークの技法でタペストリー(壁飾り)を作りましょう	①5/13(金) ②5/27(金) ③6/10(金) ④6/24(金) 9:30~11:30 浅科会館	市民 8名	5000円程度 (材料費)
姿勢改善ヨガ教室(全3回)	筋膜リリース&姿勢改善エクササイズヨガに挑戦!!	①5/16(月) ②5/30(月) ③6/13(月) 10:00~11:30 浅科会館	市民 16名	無料
簡単!くんせい講座	煙をかけた保存食。一緒に作ろう♪	6/22(水)9:30~12:30 浅科会館	市民 12名	1000円程度 (材料費)
【子ども公民館】 みんなで楽しむ陶芸教室 (全2回)	親子や家族で協力して、陶芸を体験。作品づくりと色付けで2回ともご参加ください。 ①作品作り ②色付け	①6/26(日) ②7/24(日) 【午前の部】9:30~11:30 【午後の部】13:30~15:30 浅科会館	子どもと保護者 各16名	一家族800円程度
浅科音頭講習会(全2回)	浅科音頭やミナコイ賛歌などの踊りを練習して8月の「どんどん祭り」で一緒に踊りましょう。	①7/6(水) ②7/13(水) 19:00~20:30 浅科会館	市民 なし	無料
炭酸まんじゅう教室	昔ながらの「まんじゅう」を作ってみませんか	7/20(水)9:30~12:30 浅科会館	市民 12名	500円程度 (材料費)
【子ども公民館】 水源地に出かけよう!	水道の水はどこから来るのか見に行こう。水資源のSDGsについて学ぶ	7/27(水)9:00~15:00 浅科会館(集合)	子どもと保護者 14名	200円程度 (保険料等)
【子ども公民館】 防災とラジオ工作教室	身近な防災を学び、災害時に役立つラジオを作ってみよう。	8/6(土) 【午前の部】10:00~12:30 【午後の部】13:30~16:00 浅科会館	小学4年生以上 (保護者等同伴可) 各12名	200円程度 (保険料等)
浅科地域公民館対抗野球 対抗大会	地域住民の交流と親睦を兼ね、9地域公民館が野球と排球の部で対戦します	8/21(日) 浅科総合グラウンド 浅科中学校体育館	市民 なし	1グループ 1000円 (参加負担金)
草木染教室	草木(なまば)でハンカチやスカーフ染めに挑戦しませんか。	①8/24(水) ②11/9(水) 13:30~16:00 浅科会館	市民 12名	500円程度(材料費)
【子ども公民館】 体験!デッサン教室	絵の基本はデッサンから、見て感じて、描きましょう♪	9/3(土)10:00~16:00 浅科会館	子どもと保護者 30名	大人1000円 小中学生無料
初心者切り絵講座 (全2回)	シルエットを楽しむ切り絵に挑戦しましょう!	①9/12(月) ②9/26(月) 9:30~11:30 浅科会館	市民 8名	600円程度 (材料費)
障がい者ふれあい講座 (全2回)	障害者支援施設「緑の牧場学園」等の利用者と交流しましょう。	①9/14(水) ②10/1(土) 9:30~12:30 浅科会館(集合)	市民 6名	無料
水と酒の素敵な関係 ~美味しい酒は美味しい 水から~	水について学び酒造りの現地を訪ねます。水資源のSDGsについて考える。	9/21(水)9:00~12:30 未定	市民 12名	200円程度 (保険料等)
初心者茶道教室 (全3回)	お茶を楽しく、おいしくいただきます	①10/13(木) ②10/20(木) ③10/27(木) 13:30~15:30 浅科会館	市民 10名	600円程度 (お茶菓子等)
ママの料理教室 (託児付き)	育児をしばし忘れて、楽しく美味しい料理を作ろう	10/26(水)9:30~12:30 浅科会館	市民 9名	800円程度 (材料費)
人権講座	身近な人権について学ぶ	11/12(土)13:30~14:45 浅科会館	市民 なし	無料
切り絵講座(全2回) ~年賀状編~	年頭のあいさつに切り絵の手作り年賀状を送ってみてはいかがでしょうか。	①11/14(月) ②11/28(月) 9:30~11:30 浅科会館	市民 12名	600円程度 (材料費)
クラフト講座(全3回)	クラフトテープを編んで、素敵な手提げバックを作りましょう	①11/16(水) ②11/30(水) ③12/14(水) 9:30~11:30 浅科会館	市民 12名	1000円程度 (材料費)
そば打ち教室	自分で作ったそばの味は格別です。チャレンジしてみませんか。	11/25(金)9:30~12:30 観音峯活性化センター	市民 14名	700円程度 (材料費)
おやつDIY料理	親子で楽しむ時間をお過ごしください	12/17(土)13:30~16:30	子どもと保護者	1000円程度

お楽しみ会 (託児付き)	親子で楽しい時間を過ごしましょう！クリスマス料理を作ります。	浅科会館	6組(15人程度)	1000円程度 (材料費)
飾り巻き寿司教室	見た目が可愛く食べるのがもったいない飾り巻き寿司に挑戦！	12/21(水)13:30~15:30 浅科会館	市民 8名	1000円程度 (材料費)
草月流「生け花教室」	お正月の花と「公民館のつどい」に展示する花を作り上げましょう。	①12/27(火) ②2/24(金) 13:30~15:30 浅科会館	市民 各8名	3000円程度 (花材代)
チャレンジ！囲碁・将棋体験講座	囲碁と将棋の基礎を学ぶ	1/6(金)9:30~11:30 あさしな児童館	小中学生 12名	無料
さわやか3B体操(全3回)	ボール、ベル、ベルターを使って音楽に合わせて体を動かしましょう。	①1/18(水) ②2/1(水) ③2/15(水) 9:30~11:30 浅科会館	市民 14名	無料
囲碁・将棋大会	日頃の練習の成果を発揮し、上位目指して頑張ろう！	1/29(日)13:00~17:00 浅科会館	市民 30名	無料
浅科地区公民館のつどい	地域で活動しているグループや、公民館活動における学習グループの1年間の成果を一堂に集め、作品の展示や舞台発表を行う	2/25(土) 2/26(日) 9:00~17:00 未定	市民 なし	舞台発表出演 1グループ 1000円 (参加負担金)
桜もち教室	フライパンで手軽な「桜もち」を作ってみませんか	3/1(水)13:30~15:30 浅科保健センター	市民 15名	500円程度 (材料費)
手打ちうどん教室	昔ながらの「うどん」を粉から打ち、切るまでの行程を学ぶ	4/13(水)9:30~12:30 望月観音峯活性化センター	市民 10名	700円程度 (材料費)
家庭菜園教室(全6回)	菜園の土づくり、夏野菜の植え付けや野菜苗の選び方などを学ぶ	①4/7(木) ②4/28(木) ③6/2(木) ④7/7(木) ⑤8/4(木) ⑥10/6(木) 9:30~11:30 望月観音峯活性化センター	市民 10名	100円(初回のみ)
家族の笑顔が一番 しあわせクッキング(全6回)	簡単で手軽にできる料理を学び食卓を豊かにする。	①5/12(水) ②7/14(水) ③9/15(水) ④11/10(水) ⑤2/16(水) ⑥3/10(金) 9:30~13:00 駒の里ふれあいセンター	市民 8名程度	各回800円程度 (材料費)
愛唱歌合唱講座うたごえ ホール(全8回)	童謡、唱歌などなつかしい歌をみんなで楽しく歌い、心と身体ともにリフレッシュしましょう。	①5/18(水) ②6/15(水) ③7/20(水) ④8/17(水) ⑤9/21(水) ⑥10/19(水) ⑦11/16(水) ⑧11/20(日) 13:30~15:00 駒の里ふれあいセンター	市民 なし	無料 ※歌集購入の方は別途660円
気軽にらくらくストレッチ (全8回)	気軽に楽しくストレッチ体操を行う	①6/8(水) ②6/22(水) ③7/6(水) ④7/20(水) ⑤9/14(水) ⑥9/28(水) ⑦10/12(水) ⑧10/26(水) 10:00~11:30 駒の里ふれあいセンター	市民 25名程度	無料
繭クラフト講習会(全2回)	繭の風合いを生かした作品づくりを学ぶ。	①6/10(金) ②2/28(火) 13:30~16:00 駒の里ふれあいセンター	市民 10名程度	500円程度 (材料費)
「七タコンサート」	一緒に七タロマンの音色を楽しみましょう。小さいお子さんから大人も楽しめるコンサート	7月中旬 駒の里ふれあいセンター	市民(小学生以下は保護者同伴) 150名程度	無料
子供書道教室(全4回)	書の基礎を学び、書道に親しむ。	①7/27(水) ②8/3(水) ③8/10(水) ④8/17(水) 9:30~11:30 駒の里ふれあいセンター	市民 15名程度	各回100円 (資料代)
もちづき子ども祭り	からだを使った体験ゲームや水遊びなど楽しいお祭り。	7/31(日)9:30~12:00 駒の里ふれあいセンター	市民(小学生以下は保護者同伴) 50組程度	無料
望月小唄民踊流し講習会	望月小唄を学び、榊祭りの民踊流しに参加しよう。	8/3(水)19:00~20:30 駒の里ふれあいセンター	市民 なし	無料
榊祭り望月小唄民踊流し	民踊流し連をつくり、榊祭りに参加しましょう。	8/15(日)19:00~21:00 望月地区内	市民 なし	無料
初心者デジカメ教室 (全2回)	基本となる写真の取り方、野外撮影の技術を学ぶ。	①8/25(木) ②9/2(金) 10:00~14:00 駒の里ふれあいセンター/野外	市民 10名程度	1100円程度 (現像費等)
書道入門講座(全4回)	書の基本を学ぶ	①9/3(土) ②10/1(土) ③11/5(土) ④12/3(土) 9:30~11:30 駒の里ふれあいセンター	市民 15名程度	各回100円 (資料代)
歴史講座「この石仏って何！」	路傍の石造物の名称、姿、神仏、信仰などを参加者が自ら探求する。	9月9(金)9:00~14:00 駒の里ふれあいセンター/野外	市民 15名程度	300円程度 (資料代等)

救命救急講習会	心肺蘇生法、AEDの使用について学ぶ。	9/29(木)9:00～12:00 駒の里ふれあいセンター	市民 20名程度	無料
歴史講座	江戸時代後期から巡礼が行われている佐久三十三番所観音札所について学習します。	10/14(金)9:00～12:00 駒の里ふれあいセンター	市民 10名程度	無料
ロケットストーブ講習会	災害時にも役立つ調理用ストーブを学ぶ。	10/29(土)9:00～12:00 駒の里ふれあいセンター	市民 10名程度	200円程度 (資料代)
竹細工教室	竹ひごを使って小物入れ等を作ります。	11/12(土)9:00～16:00 駒の里ふれあいセンター	市民 15名程度	1000円程度 (材料費)
望月地区公民館のつどい	地域で活動しているグループや、公民館学習グループの1年間の成果を一堂に集め、作品の展示や舞台発表を行います	11/19(土)13:00～17:00 11/20(日)9:00～15:00 駒の里ふれあいセンター	市民 なし	無料
そば打ち体験教室	そば打ちを基本から学ぶ。	11/30(水)9:00～12:00 望月観音峯活性化センター	市民 10名程度	1000円程度 (材料費)
人権講座	「相手の気持ちを考えること」の大切さなど人権について学び合ひましょう。	12/15(木)18:30～19:30 駒の里ふれあいセンター	市民 なし	無料
しめ縄づくり教室	手作りのしめ縄で新年を迎えましょう。前掛け締め、ごぼう締めを作ります。	12/17(土)9:00～16:00 駒の里ふれあいセンター	市民 10名程度	1500円程度 (材料費)

### 【文化振興課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
機織体験講座(全12回)	昔の機織り機を操って、裂き織りによる創作作品を制作。	5月～11月※8月なし (第1・第3金) 5月は第3金のみ 午前の部 10:00～12:00 午後の部 13:30～16:00 望月歴史民俗資料館	午前の部は経験者対象 午後の部はどなたでも可 各回5名	510円/1回あたり (体験料等)
望月歴史民俗資料館講座	「郷土の史跡をめぐる春の散歩」	4/15(金)9:00～11:45 大伴神社・信永院	どなたでも 20名	100円 (資料代等)
望月歴史民俗資料館講座	「渋沢栄一と佐久～その足跡をたどる～」	5/21(土)13:30～15:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも 70名程度	無料
望月歴史民俗資料館講座	「古文書に見る江戸の暮らし」	6/18(土)13:30～15:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも 70名程度	無料
望月歴史民俗資料館講座	佐久地方の山城について	7/23(土)13:30～15:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも 70名程度	無料
望月歴史民俗資料館講座	香坂山遺跡からの出土品	8/20(土)13:30～15:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも 70名程度	無料
望月歴史民俗資料館講座	「近世後期佐久における農家家訓」	9/17(土)13:30～15:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも 70名程度	無料
望月歴史民俗資料館講座	「御牧の制度と望月牧」	10/22(土)13:30～15:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも 70名程度	無料
望月歴史民俗資料館講座	「茂田井宿を巡る秋の散歩」	11/19(土)9:00～11:30 茂田井宿・大澤酒造	どなたでも 20名程度	100円 (資料代等)
企画展 「旧中山道の今」 ～佐久市内4宿をたどる～	佐久市内にある中山道宿場の現在の様子等を写真により紹介する	8/3(水)～31(水) 望月歴史民俗資料館	どなたでも なし	入館料 一般310円/高校・大学生 260円/小中学生 150円
企画展 「郷土のひな人形展」	中山道望月宿本陣脇本陣に伝わる江戸時代のひな人形、昔の髪飾り等を展示。	2/18(土)～3/19(日) 望月歴史民俗資料館	どなたでも なし	入館料 一般310円/高校・大学生 260円/小中学生 150円
「かわいいおひな様」作り	布を使って男女一對の「かわいいおひな様」を制作。	2/5(日) 2/12(日) 駒の里ふれあいセンター	小学校中学年以上で両日参加できる方 10名	800円 (材料費等)
佐久市民の日 「昭和を見る、聴く」	昔の蓄音機で戦後の流行歌や文部唱歌を聞き、思い出を語る。	3/5(日) 望月歴史民俗資料館	どなたでも 20名程度	無料
押し花でつくろう	押し花を使いオリジナルデザインの小物を制作。	7/9(土)13:00～16:00 川村吾蔵記念館	どなたでも 10名程度	500円 (材料費等)
粘土でつくろう	吾蔵の作品を参考とし、粘土で人間頭部や動物等を制作。	8/6(土)9:30～16:00 川村吾蔵記念館	どなたでも 10名程度	1000円 (材料費等)



郷土の作家展Ⅰ 藤田 邦子木彫展	主に人物をモチーフに長年木彫に取り組んできた藤田邦子氏の作品を展示。	8/20(土)～9/4(日) 川村吾蔵記念館	どなたでも なし	無料
龍岡城跡を描こう	五稜郭公園や現存する龍岡城跡枅形等(写真使用)をモチーフに身近な風景をスケッチする。	9/18(日)9:00～12:00 川村吾蔵記念館・五稜郭公園	どなたでも 10名程度	無料
川村吾蔵記念館友の会展	川村吾蔵記念館友の会員の作品(絵画、版画、彫刻、写真、工芸等)を展示。	10/1(土)～10/16(日) 川村吾蔵記念館	どなたでも なし	無料
デッサンをしよう	吾蔵の作品を参考とし、組まれたモチーフを鉛筆や木炭等で素描する。	10/22(土)9:00～12:00 川村吾蔵記念館	どなたでも 5名程度	無料
兎の年賀状をつくろう	令和5年の干支である兎をデザインして年賀状を制作。	11/13(日)9:00～12:00 川村吾蔵記念館	どなたでも 10名程度	500円 (材料費等)
未来の巨匠展 保育・幼稚園児作品展	臼田・田口・切原・青沼地区の6保育園、1幼稚園の園児と保護者が互いに描き合った顔の絵を展示。	11/25(金)～12/8(木) 川村吾蔵記念館	どなたでも なし	無料
ふるさと デザイン展・卒業展	佐久平総合技術高等学校創造実践科2、3年生徒による絵画やデザイン、被服、工芸作品を展示。	2/11(土)～2/26(日) 川村吾蔵記念館	どなたでも なし	無料
郷土の作家展Ⅱ 依田直行作品展	佐久地区を中心に絵画教室の講師を務め、長年にわたり各種美術団体に絵画を発表してきた依田直行氏の作品を展示。	3/4(土)～3/19(日) 川村吾蔵記念館	どなたでも なし	無料
書道入門講座(全12回)	比田井天来の流れをくむ講師が、楽しく、やさしく初心者向けに指導する講座。	毎月第2(土)10:00～12:00 駒の里ふれあいセンター	高校生以上 20名程度	18000円 (年会費)
臨書にチャレンジ	天来記念館に来館された方に古典の臨書を体験していただくコーナーを設けました。	6・7・2・3月の月末の(土)(日) 天来記念館1階	どなたでも なし	無料
タイムカプセル 2022年 忘れられないことば色紙展	12年前に書かれた忘れられないことばの作品を展示。	8/18(木)～24(水)9:00～17:00 駒の里ふれあいセンター	どなたでも なし	無料
第13回 天来記念館書き 初め展	佐久市内の小学3年生から中学3年生の児童・生徒から出品された書き初め作品を展示。	1/28(土)～2/5(日) 天来記念館・望月支所	市内小中学校の児童・生徒 各クラス2名	無料
第10回 地元高校生書道 部作品展	佐久地域の高校書道部・生徒の作品を展示。	2/18(土)～3/5(日) 天来記念館	佐久地域高等学校の生徒 なし	無料
第11回 比田井天来・小 琴顕彰佐久全国臨書展	比田井天来・小琴を顕彰し、現代の書を原点から問い直すため「古典臨書」を基本とした全国規模の公募展覧会	展示:11/19(土)～ 12/11(日)10:00～16:30 授賞式:11/19(土) 佐久市立近代美術館	漢字:一般・小学生・中学生・高校生 かな:一般・高校生 なし	出品料 一般部6000円 高校生部1000円 小・中学生部 無料 観覧料:無料
企画展「桜と相撲を愛して」	浅科写真クラブ「関所破りの桜」写真展と、江戸時代信州が生んだ名大関雷電為右衛門と佐久について当館収蔵古文書の展示。	4/20(水)～5/5(木) 五郎兵衛記念館	どなたでも なし	無料
古文書を読む会(全12回)	ベテランから初心者までが共に学べる古文書の解読など勉強会。	初回・4月14(木) 毎月第2(木) 19:30～ 五郎兵衛記念館	高校生以上 20名	300円/年間 (資料代)
五郎兵衛用水を歩く会	世界かんがい施設遺産登録の五郎兵衛用水の現地見学会。用水開発の偉業や当時の工事についてそれぞれ現地にて解説。	7/31(日)7:40～16:00 五郎兵衛用水現地	どなたでも 20名	300円 (ガイドブック代)
五郎兵衛記念館古文書を 調査報告会	収蔵古文書調査活動の報告会。今回の報告会は刊行古文書調査報告書第14集から報告。	9/11(日)10:00～12:00 五郎兵衛記念館	どなたでも 20名	無料
こどもの日観望会	大型連休中の星空を楽しむ観望会。	5/5(木) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円/小 中学生260円(入館料)

第1回星座教室「北斗七星と春の星座を見つけよう！」	春の星座と天体観望	5/27(金) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも 30人	一般520円／小中学生260円(入館料)
スターウィーク観望会	スターウィーク(毎年8月1～7日)の星空を楽しむ観望会	8/3(水)～7(日) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
ペルセウス座流星群観望会	ペルセウス座流星群観望、流星群のお話	8/12(金) 21:00～24:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
第2回星座教室「天の川と夏の星座を見つけよう！」	夏の星座と天体観望	8/26(金) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも 30人	一般520円／小中学生260円(入館料)
おもしろ教室「望遠鏡を作ろう！」	小型望遠鏡キットの製作と天体観察	9/3(土)16:00～18:00 天体観測施設	どなたでも 30人	(入館料)+望遠鏡キット代金(1台2700円程度)
中秋の名月観望会	中秋の名月観望、お月見の歴史のお話	9/10(土) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
スマホで星を撮ろう!(土星)	スマホ・デジカメ等による土星撮影体験	10/5(水)～9(日) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
皆既月食観望会	皆既月食観望、日食・月食のお話	11/8(火) 18:30～22:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
第3回星座教室「木星・土星と秋の星座を見つけよう！」	木星・土星と秋の星座観望	11/18(金) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも 30人	一般520円／小中学生260円(入館料)
開館記念日無料開放	施設見学、天体観望会	11/26(土) 10:00～22:00 天体観測施設	どなたでも なし	無料
火星観望会	火星観望、火星接近のお話	12/1(木) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
ふたご座流星群観望会	ふたご座流星群観望、流星群のお話	12/14(水) 21:00～24:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
クリスマス観望会	クリスマスの星空を楽しむ観望会	12/24(土) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
スマホで星を撮ろう!(月面)	スマホ・デジカメ等による月面撮影体験	1/25 18:00～19:30、1/26～29 19:00～20:30 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
天体写真教室	①月面撮影 ②星座の写真 ③星雲の写真 ④星と風景	2/3(金)、10(金)、17(金)、24(金) 天体観測施設	どなたでも 20人	一般520円／小中学生260円(入館料)
冬の星空観望会	冬の星雲・星団観望	2/18(土) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
佐久市民の日無料開放	施設見学、天体観望会	3/11(土)、12(日) 10:00～22:00(終) 天体観測施設	どなたでも なし	無料
第4回星座教室「すばると冬の星座を見つけよう！」	すばると冬の星座観望	3/17(金) 19:30～21:00 天体観測施設	どなたでも 30人	一般520円／小中学生260円(入館料)
星空特別講座	長野県ゆかりの天文学者による講演会	10月 天体観測施設	どなたでも なし	一般520円／小中学生260円(入館料)
第5回児童・青少年のための舞台芸術フェスティバル〈キッズ・サーキット in 佐久〉2022ボランティアスタッフ募集	ボランティアスタッフとしてキッズ・サーキットin佐久の運営をお手伝いいただける方を募集。業務内容はホール受付・扉開閉・客席案内・場内誘導など。	8/5(金)～8/7(日) 市内各施設	高校生以上、舞台芸術やイベントに興味のある方 なし	無料
第5回児童・青少年のための舞台芸術フェスティバル〈キッズ・サーキット in 佐久〉2022	今年もキッズ・サーキットが佐久にやってきます!!	8/5(金)～8/7(日) 市内各施設	どなたでも 各公演ごと	①大人・子ども共通2000円②佐久市の子ども限定1500円③オールマイティバス所有者限定1000円

令和4年度文化振興事業 DRUM TAO公演		3/2(木) 佐久市コスモホール	どなたでも 600人	全席6500円 各種割引有
劇団四季ファミリーミュージカル「魔法をすてたマジョリン」佐久公演	未定	3月中旬 佐久市コスモホール	どなたでも 未定	大人5000円 高校生以下4000円

### 【文化財事務所】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
龍岡城跡お台所一般公開	龍岡城跡お台所を一般公開します。	5/3(火)～5/5(木) 10:00～15:00 龍岡城跡お台所	どなたでも	無料
旧大沢小学校一般公開	市有形文化財「旧大沢小学校」を一般公開します。	①5/2(月)～5/6(木) ②8/13(土)～8/16(火) 10:00～16:00 旧大沢小学校	どなたでも	無料
長野県立歴史館夏季企画展「山伏-佐久の修験-大井法華堂の世界-」共催関連講座・企画展現地見学	長野県立歴史館に寄贈された市指定有形文化財「大井法華堂修験関係文書」等を使用した企画展(市・市教委共催)に伴う関連講座及び企画展現地見学を実施。	①7/19(火)14:00～16:00 ②7/26(火)8:30～12:30  ①浅間会館ほか ②長野県立歴史館	30名	未定 (保険料ほか)
旧中込学校無料公開	明治6年9月27日の開校日にちなみ、重要文化財・国史跡「旧中込学校」を無料で公開します。当日は太鼓楼も見学できます。	9/24(土)9:00～17:00 旧中込学校	どなたでも	無料
市民講座	未定	未定 未定	どなたでも	無料
歴史講座	未定	未定 未定	どなたでも	無料
こども考古学教室	夏休み期間中に親子で勾玉づくりなどを行い、考古学に触れていただきます。	8/6(土) 文化財事務所	どなたでも	無料

### 【スポーツ課】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
スポーツ教室 「筋力トレーニング教室」 (全10回)	筋力アップのトレーニング方法を指導します	4/27(水)～7/1(金)(水・金) 9:30～11:00 佐久市総合体育館	18歳以上 20人	1500円
スポーツ教室 「新体操教室」(全7回)	フラフープを使用します	5/8(日)～6/19(日)(毎週日) 10:00～11:30 佐久市勤労者体育館	年長～小学4年生の女子 30人	3000円
スポーツ教室 「卓球教室」(全10回)	卓球の基礎	5月～7月(毎週木)19:00～21:00 佐久市総合体育館	小学生以上 30人	高校生以上2500円/中学生以下1500円
スポーツ教室 「スピードスケートローラー教室」(全10回)	スピードスケートの基礎(ローラー編)	5月～8月(毎週日)9:00～11:00 美笹ローラースケート場	年中～中学生 20人	1500円
スポーツ教室 「マレットゴルフ教室」 (全10回)	マレットゴルフの基礎	5/12(木)～7/14(木)(毎週木) 13:00～15:00 駒場公園マレットゴルフ場	18歳以上 40人	1500円
スポーツ教室 「ゴルフ教室」(全10回)	ゴルフの基礎	5月～6月(毎週火・木) 19:30～21:00 佐久平ゴルフ練習場	小学生以上 30人	高校生以上3000円/中学生以下2000円
スポーツ教室 「弓道(佐久)教室」 (全10回)	弓道の基礎	5月～7月(毎週金)19:00～21:00 駒場公園弓道場	中学生以上 20人	2500円
スポーツ教室 「ヨガ(夜間)教室」 (全10回)	ヨガのポーズで体幹を整え、全身の血行を良くします。	6月～8月(毎週月)19:00～20:30 あいとぴあ白田	小学生以上 30人	高校生以上1500円/中学生以下1000円
スポーツ教室 「スポーツクライミング(小学生)教室」(全6回)	スポーツクライミングの基礎	7月～8月(毎週火)18:00～20:00 佐久平ロッククライミングセンター	小学生 20人	2000円
スポーツ教室 「己道(白田)教室」	己道の基礎	8月～11月(毎週土)14:00～16:00	中学生以上	2500円

「弓道(弓道)教室」 (全10回)	弓道の基礎	臼田弓道場	20人	2500円
スポーツ教室 「バドミントン教室」 (全10回)	バドミントンの基礎	8月～10月(毎週水)19:00～21:00 佐久市総合体育館	18歳以上 20人	2500円
スポーツ教室 「硬式テニス教室」 (全10回)	硬式テニスの基礎	8月～10月(毎週火)19:00～21:00 駒場公園テニスコート	中学生以上 30人	高校生以上3500円/中学生以下2500円
スポーツ教室 「陸上教室」 (全6回)	陸上競技	9月～10月時間等未定 佐久総合運動公園陸上競技場	小学3～6年生 15人	1000円
スポーツ教室 「太極拳教室」(全5回)	太極拳の基礎	9月～10月(毎週水)19:00～21:00 あいとぴあ臼田	18歳以上 40人	1000円
スポーツ教室 「ポールを使ったウォーキング教室」(全6回)	ウォーキングの基礎	9月～11月(毎週土)9:00～11:00 市内コース	小学生以上 30人	1000円
スポーツ教室 「少林寺拳法教室」 (全6回)	少林寺拳法の基礎	9月～10月(毎週金)19:00～20:30 長野県立武道館	5歳以上 30人	高校生以上1500円/中学生以下1000円
スポーツ教室 「レスリング教室」(全6回)	レスリングの基礎	10月～11月(毎週土)14:00～15:30 佐久市総合体育館	5歳～小学生 20人	1500円
スポーツ教室 「ソフトテニス教室」 (全10回)	ソフトテニスの基礎	11月～2月(毎週火)19:00～21:00 佐久市総合体育館	18歳以上 40人	2500円
スポーツ教室 「ヨガ(昼間)教室」 (全10回)	ヨガの基礎	11月～2月(隔週水)10:30～12:00 浅間公民館	18歳以上 30人	1500円
スポーツ教室 「ソフトボール(ピッチング)教室」 (全5回)	ソフトボールの理想的な投げ方など	11月～2月(隔週日)9:00～13:00 浅科多目的屋内運動場	小学生以上 30人	2500円
スポーツ教室 「スポーツクライミング(中学生以上)教室」(全5回)	スポーツクライミングの基礎	11月～12月(金)18:00～20:00 佐久平ロッククライミングセンター	中学生以上 20人	中高生2000円 一般3000円
スポーツ教室 「テーブルボール教室」(全2回)	野球の基礎を学ぼう	12月(日)13:00～15:00 佐久総合運動公園野球場	5歳～小学3年生 20人	1500円
スポーツ教室 「少年少女スキー教室」 (全3回)	各人のレベルに合わせた教室を行います。	1月(毎週日)9:00～11:30 佐久スキーガーデンパラダ	小学3年生～中学生 40人	4000円 (リフト代別途)
スポーツ教室 「軽スポーツ(多種目)教室」(全6回)	ニュースポーツ、軽スポーツの紹介と体験	1月～3月(隔週金)10:00～11:30 佐久市総合体育館	18歳以上 30人	1500円
スポーツ教室 「ストレッチ教室」(全6回)	ストレッチの基礎	1月～3月 時間等未定 中込公民館	18歳以上 30人	1500円
スポーツ教室 「エクササイズ教室」 (全5回)	運動して脂肪を燃焼させよう	1月～2月 時間等未定 佐久総合体育館	18歳以上 20人	1500円

スポーツ教室 「コロナ禍での運動不足解消教室」(全5回)	開催しますが、日時等は全て未定	未定 未定	未定 未定	未定
スポーツ教室 「さわやかエアロビクス教室」(全10回)	エアロビクスで体を動かしましょう。	5月～7月(毎週(火))19:30～20:30 望月小学校体育館	小学生以上 30人	高校生以上2500円/中学生以下1500円
スポーツ教室 「フットサル教室」(全10回)	フットサルの基礎	4月～6月(毎週(月))19:00～21:00 望月総合体育館	小・中学生 30人	1000円
スポーツ教室 「ソフトバレーボール教室」(全10回)	ソフトバレーボールの基礎	4月～6月(毎週(月))19:30～21:30 望月総合体育館	小学2年生以上 30人	1000円
スポーツ教室 「エンジョイウォーキング教室」(全10回)	歩き方の基礎を学び、様々な場所を散策しましょう。	4月～10月(隔週(木))9:30～11:30 望月総合体育館集合	制限なし 30人	1000円
スポーツ教室 「お楽しみバスケットボール教室」(全10回)	バスケットボールの楽しさを体験しよう。	4月～9月(隔週(金))20:00～21:30 望月小学校	小学生以上 30人	1000円
スポーツ教室 「ピンポン教室」(全10回)	卓球の基礎	4月～9月(隔週(土))19:30～21:00 望月総合体育館集合	小学生以上 30人	1000円
スポーツ教室 「ファミリースポーツ教室」(全10回)	親子で様々なスポーツを楽しみましょう。	4/24(土)～9/25(土)(隔週(土)) 19:30～21:00 望月総合体育館	親子 30人	高校生以上1000円/中学生以下500円
第18回佐久市民ゴルフ大会	18ホールストロークプレー新ペリア方式で行います。	5/29(日) 望月カントリークラブ	佐久市民及び佐久市内企業勤務者 未定	〈参加費〉未定 〈プレー費〉
第17回佐久市少年野球大会	市内の小学生を対象とした野球大会です。	7/23(土)～7/24(日) (雨天予備日:7/30(土)～7/31(日)) 佐久総合運動公園野球場 千曲川スポーツ交流広場 ほか	市内に住む小学生で、行政区単位で編成されたチーム。一区で編成できない場合は合同可。 なし	1チーム1500円
第17回佐久市少女ミニバス大会	市内の小学生を対象としたミニバスケットボール大会です。	7/23(土) 佐久市総合体育館	市内に住む小学生で、行政区単位で編成されたチーム。一区で編成できない場合は合同可。 なし	1チーム1500円
第13回abnジュニアゴルフ大会	小学4年生～高校生を対象としたジュニアゴルフ大会です。	未定 未定	小学4年生～高校生 未定	未定
第17回佐久市マレットゴルフ大会	市民を対象としたマレットゴルフ大会です。	9/9(金) 開会式8:30～ 駒場公園マレットゴルフ場	佐久市民 未定	未定
第17回佐久市寿ゲートボール大会	市民を対象としたゲートボール大会です。	8/24(水) 雨天時予備日:8/25(木) 駒場公園多目的広場	令和3年4月1日現在60歳以上の方で編成した区単位のチーム なし	未定
第14回佐久市プラチナ寿ママさんバレー大会	65歳以上の女性対象のママさんバレーボール大会です。	10/5(水)9:00～ 佐久市総合体育館	令和3年10月6日現在65歳以上の女性で編成されたチーム。 なし	1チーム7000円

第35回佐久市望月駒道強歩大会	望月総合体育館を起点に、5km、14km、24km、特別コースがある強歩大会です。	9/11(日) ※雨天決行	小学生以上で体力に自信のある方(小学4年生以下は保護者等同伴)	未定
		望月総合体育館発着	未定	
第18回佐久市少年少女サッカー大会	市内小学生を対象としたサッカー大会です。	11/5(土)7:30～ (雨天時予備日:11/6(日))	市内の各小学校で編成された4年生以上のチーム(学年毎・男女別)	1チーム1500円
		佐久総合運動公園補助競技場	なし	
第18回佐久市小学生ドッジボール大会	佐久地域定住自立圏の小学生を対象としたドッジボール大会です。	11/19(土)8:00～	小学生で編成された3年生以上のチーム(学年単位・男女混合可)	1チーム2000円
		佐久市総合体育館 ほか	なし	
第16回佐久市小学生駅伝大会兼第18回市町村対抗小学生駅伝大会佐久市代表選手選考会	市内の小学生を対象とした駅伝大会です。	11/13(日)	未定	未定
		佐久総合運動公園クロスカントリーコース ほか	なし	
第56回佐久市スケート大会(第34回銀河連邦星のまちスピードスケート親善大会併催)	佐久地域定住自立圏内および友好都市の方が参加する、スケート大会です。 (種目) ・園児、小学生100m ・小学校1～2年生300m ・小学校3年～中学校及び一般男女500m ・小学校5年～中学校女子1000m ・小学校5年生～中学校男子1500m	1月または2月	佐久地域定住自立圏内の園児小中高校生及び市内在住または在勤在学者及び銀河連邦共和国(友好都市)相模原市民	1人1000円
		未定	なし	
第18回佐久市スキー大会	各年代別に分かれて競うスキー大会です。	2/26(日) 受付7:20～ 開会式8:05～ 競技開始9:20～	小学生以上 市内在住または小諸市東御市北佐久郡南佐久郡の住者及び、佐久市友好都市等在住者	250円(傷害保険料)
		佐久スキーガーデンパラダ	100名	

### 【中央図書館】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
おはなしの会	図書館職員による絵本や紙芝居などの読み聞かせ	毎月第2(土)10:30～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
ぼっけおはなしの会	ボランティア団体による絵本や紙芝居などの読み聞かせ	毎月第3(土)10:30～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
赤ちゃんのおはなし会	図書館職員による絵本や紙芝居などの読み聞かせ	毎月第3(木)10:30～ 中央図書館	乳幼児 なし	無料
ザ・フレンズ朗読会	ボランティア団体による朗読会	毎月第4(水)11:00～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
語りのおもてなし	ボランティア団体による昔話や民話などの語り	毎月第4(土)15:00～ 中央図書館	どなたでも なし	無料

子ども読書まつり おはなしの会	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせのスペシャル 版	5月7(土)10:30～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
夏休みおはなしの会 スペシャル	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせのスペシャル 版	8/6(土)10:30～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
おはなしの会 クリスマススペシャル	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせのスペシャル 版	12/10(土)10:30～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
赤ちゃんのおはなし会 クリスマススペシャル	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせのスペシャル 版	12/15(木)10:30～ 中央図書館	乳幼児 なし	無料
ぽっけおはなしの会 クリスマススペシャル	ボランティア団体による絵本や紙 芝居の読み聞かせのスペシャル 版	12/17(土)10:30～ 中央図書館	どなたでも なし	無料
ブック☆ブックお話の会	ボランティア団体による絵本や紙 芝居などの読み聞かせ	毎月第3(土)11:00～ 臼田図書館	どなたでも なし	無料
ちいさい子のおはなし会	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせ	5月から隔月第2(水)10:30～ 臼田図書館	乳幼児 なし	無料
星と宇宙のパネル写真展	星と宇宙のパネル写真をうすだ スタードームより借用し展示	7/23(土)～8/18(木) 臼田図書館内	どなたでも なし	無料
おはなしの会スペシャル	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせのスペシャル 版	7/24(土)10:30～ コスモホール	どなたでも なし	無料
おはなしの会 クリスマススペシャル	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせのスペシャル 版	12/10(土)10:30～ コスモホール	どなたでも なし	無料
ちいさい子のおはなし会	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせ	4月から隔月第3(木) 10:30～ 浅科図書館	乳幼児 なし	無料
おはなし会	図書館職員とボランティア団体 による絵本や紙芝居などの読み聞 かせ	毎月第3(土)11:00～ 浅科図書館	どなたでも なし	無料
おはなし会スペシャル	図書館職員とボランティア団体 による絵本や紙芝居などの読み聞 かせのスペシャル版	7/23(土)13:30～ 浅科図書館	どなたでも なし	無料
おはなし会 クリスマススペシャル	図書館職員とボランティア団体 による絵本や紙芝居などの読み聞 かせのスペシャル版	12/17(土)11:00～ 浅科図書館	どなたでも なし	無料
ものがたりふれあいトーク	図書館職員とボランティア団体 による絵本や紙芝居などの読み聞 かせ	毎月第4(土) 11:00～ 望月図書館	どなたでも なし	無料
ちいさい子のおはなし会	図書館職員による絵本や紙芝居 などの読み聞かせ	5月から隔月第2(金) 10:30～ 望月図書館	乳幼児 なし	無料
ものがたりふれあいトーク 子どもまつりスペシャル	子どもまつりの一環としてのおは なし会スペシャル版	8/7(日)時間未定 未定	どなたでも なし	無料
ものがたりふれあいトーク クリスマススペシャル	図書館職員とボランティア団体 による絵本や紙芝居などの読み聞 かせのスペシャル版	12/11(日)11:00～ 望月図書館	どなたでも なし	無料
読み聞かせ講習会(全3 回)	未定	未定 中央図書館	どなたでも 各回40名	無料
夏休みわくわく実験室	未定	8/2(火) 時間未定 未定	小学生 20名	無料
音読者養成講座 (全6回)	録音図書を、必要とする方々に 提供するため、音訳に携わる音 訳ボランティアを育成する講座。 元アナウンサーの講師から発 生、発音、読み方、録音の実技 について基礎から中級までを学ぶ。	①11/9(水) ②11/16(水) ③11/23(水) ④1/11(水) ⑤1/18(水) ⑥1/25(水) 中央図書館	音訳ボラン ティアに 意欲があ り6回す べての講 座を受講 できる 方 15名	無料

図書館講座	【講師】accototo 様(絵本作家)	①11/19(土)13:00～ 未定	どなたでも 未定	無料
ビブリオバトル	自分のおすすめ本を紹介しあい、参加したみんなが一番読みたい本を決める書評ゲーム	2月頃 中央図書館	中高生 なし	無料
製本講習会	作文や写真、資料などを製本し、本の構造や製本技術を学ぶ	3/6(日)13:30～ 望月図書館	一般(小学生は保護者同伴) 10人	材料費(実費)
秋の読書まつり	全国読書週間に合わせ、標語にちなんだ図書の展示や、職員のおすすめ本、貸出・予約ランキング等を紹介	10/27(木)～11/9(水) 市内各図書館	どなたでも なし	無料
雑誌リサイクル市	保存年数を経過した雑誌の譲渡	8/6(土) 8/7(日)開館～雑誌終了時 浅科図書館 望月図書館	どなたでも なし	無料
雑誌リサイクル市	保存年数を経過した雑誌の譲渡	10/29(土) 10/30(日) 開館～雑誌終了時 中央図書館 サングリモ中込図書館 臼田図書館	どなたでも なし	無料
佐久の先人を語る	各講座ごと各々の先人について講師の方等の講演	毎月最終(土)13:30～ 中央図書館	どなたでも 状況を見て設定	無料

### 【近代美術館】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
【企画展】 長野県立美術館交流名品展 佐久からひろがる信州の 近現代美術	佐久市出身の岡村政子、川村吾蔵、神津港人の作品を軸に、長野県立美術館が所蔵する近現代日本美術の名品を紹介します。	7/16(土)～8/28(日) 佐久市立近代美術館	どなたでも なし	一般600円、大学生410円 【18歳未満・高校生以下無料】
【企画展】 並木功展「一期一会」	佐久市出身在住で当館前館長でもある日本画家の並木功(1956-)氏の回顧展。大学卒業後から現在までの作品を一堂に展示	9/17(土)～11/6(日) 佐久市立近代美術館	どなたでも なし	一般600円、大学生410円 【18歳未満・高校生以下無料】
公募 第37回佐久平の美術展 佐久平の美術展第36回受賞者展	美術愛好家対象の美術作品公募展 【同時開催】 昨年度受賞者の作品展	1/7(土)～1/29(日) 佐久市立近代美術館	どなたでも なし	観覧無料
第18回佐久市児童生徒美術展日向裕・綾美術コンクール 第18回佐久市児童生徒写生大会作品展	令和2年度からコンクール形式で開催している、市内の小中学生対象の美術作品展	2/11(金)～2/26(日) 佐久市立近代美術館	どなたでも なし	観覧無料
【コレクション展】 「おはなし」をつくる 物語・伝説・神話の美術	物語や伝説、神話をテーマにした作品をコレクションから選んで展示	3/11(土)～5/7(日) 佐久市立近代美術館	どなたでも なし	一般600円、大学生410円 【18歳未満・高校生以下無料】
第18回佐久市児童生徒写生大会	写生大会	10月中旬 駒場公園他	市内小中学生と保護者・家族等 なし	参加無料

### 【文化事業団】

講座・イベント名	内容	日時 場所	対象 定員	参加費
打楽器とピアノによる室内楽 ～小菅優氏を迎え	国内外で活躍中の小菅優氏を迎え、スタンウェイとベヒシュタインのピアノ台にトス音色を奏し、	5/8(日)14:00～	市民	一般2500円 高校生以下1000円



日本舞踊の魅力を伝える て～	ワレノケムロにのみひる日とホレレ でいただきながら、珍しい編成 の”ソナタ”演奏を堪能いただく。	コスモホール	400名	同様に以下1000 円
鎌倉彫教室(全12回)	日本の伝統的漆工芸を初歩から 学び、お盆や額など自分だけの 作品作りに挑戦	毎月第2(土)10:30～15:30 鎌倉彫記念館 他	市民 20名	1回500円
トワイライトコンサート	黄昏時、音楽を通してちょっぴり 贅沢な時間を過ごしていただきま す。出入り自由のため小さなお子 さま連れでも気軽に鑑賞いただ けます。	6・8・10・12・1・3月 16:00～17:00 コスモホール	市民 150名	無料
平日「コスモ」 ～ディスコダンス～	ダンサー・振付師のKazui Suzuki 氏を講師に「懐かしのディスコダ ンス」を楽しんでいただきます。	5月～11月 計6回 コスモホール	市民 30名	無料
平日「コスモ」 ～リトミック～	乳幼児期の子どもたちが個々に 持っている「潜在的な基礎能力」 の発達を目的に乳幼児を対象と したリトミックを開催。	5月～3月 計9回 コスモホール	市民 親子15組	無料
PAS 歌舞伎体験講座	役者・俳優 帆之丞 氏、藤田孝 之 氏による実演と体験講座	7月～12月 計4回 コスモホール	市民 40名	1回500円
コスモホール佐久第九演 奏会 第20回記念関連事 業	指揮者 柳澤寿男講演会 & 映 画「ルートヴィヒに恋して」を開 催。	8/20(土)13:30～ コスモホール	市民 400名	無料
PAS おきなわの太陽	琉球舞踊や組踊などの実演と体 験講座を開催。	9/10(土)13:30～ コスモホール	市民 80名	500円
セプテンバーコンサート 佐久	「世界の平和を祈りながら街中を 音楽で満たそう」の趣旨のもと、 世界中で毎年9月に開催される “平和祈念コンサート”、その佐久 版を開催。	9/11(日)10:00～16:00 コスモホール	市民 —	無料
第14回こころのミュージカ ル	今年は佐久版大正浪漫祝祭笑 劇ロマンティック・ミュージカル 「真夏の夜の夢(仮題)」です。	11/12(土) 11/13(日) コスモホール	市民 400名×3回	前売券2000円 当日券2500円
第20回記念 コスモホール佐久第九演 奏会	佐久地域の合唱愛好家と佐久室 内オーケストラによる演奏会を開 催。	12/18(日)14:00～ コスモホール	市民 400名	一般2000円 高校生以下1000 円
佐久のハーモニーコン サート	プロオーケストラ、大人、児童・生 徒の合唱団、中・高校生とプロ奏 者による吹奏楽演奏で構成され た演奏会です。	12/11(日)13:30～ コスモホール	市民 400名	一般2000円 高校生以下1000 円
オーケストラコンサート	日本を代表する交響楽団のオー ケストラコンサートの開催。	1/8(日)14:00～ コスモホール	市民 400名	一般3000円 高校生以下1500 円
『ソング&ダンス&ミュージ カル落語』公演 ～ミュー ジカルと落語が融合した 究極のステージ～	ミュージカルと落語が融合した究 極のステージが誕生。新春お年 玉公演として驚愕のエンターテ イメントショーを公演します。	1/15(日)14:00～ コスモホール	市民 400名	一般2500円 高校生以下1000 円
佐久COSMO☆ジュニア合唱 団 第1回定期演奏会	コスモホール開館30周年を記念 し発足した「佐久COSMO☆ジュ ニア合唱団」の第1回定期演奏会 を開催。	2/19(日) コスモホール	市民 80名	無料
第15回 信州佐久 太鼓の共演	佐久市内太鼓4団体による合同 演奏会です。勇壮な太鼓の響き と華やかな照明のコラボレーシ ョンをご鑑賞ください。	2/26(日)14:00～ コスモホール	市民 400名	一般500円 小・中学生200円
COSMO ☆ アカデミア & アカデミー & ジュニア合	「COSMO☆アカデミア」(地域創 造集団)及び「COSMO☆アカデ ミア」(COSMO☆ジュニア合唱	3/4(土)5(日) コスモホール	市民	一般1000円 高校生以下500 円

合唱団 合同公演	「コスモホール」受講生による合同公演を開催。	コスモホール	80名	同様に1,000円
キッズ・サーキット in 佐久 ーオープニング公演ー	子ども創作活動プロジェクト「始ま りのIPPO」ミュージカル「日本昔 ばなし合戦(仮)」を上演します。	8/5(金) コスモホール	市民 400名	無料
キッズ・サーキット in 佐久 2022	感動の舞台を夏の佐久市に大集 合させる「児童・青少年のための 舞台芸術フェスティバル」を開 催。	8/5(金)~8/7(日) コスモホールほか市内6会場	市民 ー	パスポート2000 円/佐久の子ども 限定1500円/オー ルマイティパス所 有者1000円

# 令和4年度社会教育団体への補助金交付計画

## ※社会教育法第13条

国又は地方公共団体が社会教育関係団体に対し補助金を交付しようとする場合には、あらかじめ、国にあつては文部科学大臣が審議会等（国家行政組織法（昭和二十三年法律第二十号）第八条に規定する機関をいう。第五十一条第三項において同じ。）で政令で定めるものの、地方公共団体にあつては教育委員会が社会教育委員の会議（社会教育委員が置かれていない場合には、条例で定めるところにより社会教育に係る補助金の交付に関する事項を調査審議する審議会その他の合議制の機関）の意見を聴いて行わなければならない。

番号	R4 主管課	大事業名称	補助金等の名称	補助の目的及び目標	補助対象事業 及び基準額等の内容	補助金交付額		根拠法令等	備 考
						R3当初 予算額 (千円)	R4当初 予算額 (千円)		
01	文化振興課	臼田文化センター管理運営事業費	臼田文化協会補助金	臼田文化協会は、文化の香り高い郷土づくりを目指し、会員相互の文化的な教養を高めるとともに、地域文化の振興に寄与する目的で設立された。その臼田文化協会の育成と運営を支援する。	対象者： 臼田文化協会 基準額： 定額100,000円	100	100	予算の範囲内で交付	
02	文化振興課 (文化財事務所)	文化財保護事業費	文化財保護事業補助金	文化財の保護・保存と活用により後世への継承を図るため、文化財等の保存活動を行う団体の育成と活動を支援する。	対象者： 取出町百番出世観世音保存会ほか6件 基準額： 事業費の50/100以内	579	225	佐久市文化財保護事業補助金交付要綱	平尾大社総代長（平尾大社本殿管理者） 45,000円 岩尾城跡保存会 30,000円 貞祥寺三重塔保存会 30,000円 前山城跡保存会 30,000円 取出町百番出世観世音保存会 30,000円 大沢地区文化財保存会 30,000円 滝観音保存会 30,000円
03	文化振興課 (文化財事務所)	文化財保護事業費	民俗文化財後継者育成補助金	指定無形文化財の後世への継承を図るため、民俗文化財の後継者育成を行う保存会の育成と運営を補助する。	対象者： 跡部踊り念仏保存会ほか5件 基準額： 事業費の50/100以内	300	300	佐久市文化財保護事業補助金交付要綱	跡部踊り念仏保存会 100,000円 湯原神社式三番保存会 80,000円 根神社式三番叟保存会 30,000円 上原鳥追い祭り保存会 30,000円 春日本郷地区道祖神祭り保存会 30,000円 岩村田祇園祭お船様保存会 30,000円
04	スポーツ課	体育総務事務費	佐久市体育協会補助金	市民がスポーツを親しむ機会の提供と生涯スポーツの展開や競技スポーツの振興による幅広い普及を図るため、佐久市体育協会の育成と活動を補助する。	対象者： 佐久市体育協会 基準額： 4,570,000円	4,570	4,570	佐久市体育協会補助金交付要綱	
05	スポーツ課	体育総務事務費	スポーツ振興補助金	市内のスポーツ少年団の間で生じる施設使用料に対する助成の格差を緩和し、青少年のスポーツ活動を推進するため、市外の体育施設使用に係る入場料及び使用料を補助する。	対象者： 佐久市スポーツ少年団に所属する団体（市内に住所を有する者） 基準額： 補助対象経費に2分の1を乗じて得た額	300	300	佐久市スポーツ振興補助金交付要綱	

令和4年度

長野県生涯学習推進センター

# 研修講座計画表



センターでは、地域社会が抱えるさまざまな課題解決に向け、一步を踏み出す人材や、住民自身が主役となる実践活動をリードできる人材を養成するための講座を開催します。

## ● 地域づくり推進研修

- 地域活動の推進役、ファシリテーターの養成、地域活動に取り組む人材の育成
- 県内各地での活動者のネットワークづくり
- 災害に強い地域組織の育成
- 共生社会をつくる人材育成
- 公民館支援
- \*市町村等と共催し県内各地で講座を実施（小諸市・茅野市・御代田町・塩尻市など）

## ● 地域の教育力向上研修

- 感情のコントロールが苦手、ネットに依存してしまうなど、現代の子ども達が直面している問題の理解と対応
- 子どもの育て方や人権について学ぶ
- \*市町村等と共催し県内各地で講座を実施（佐久市・南箕輪村・千曲市など）

学びが支える  
地域づくり・人づくり



受講料 無料



オンラインでも受講できます!

## ● 地域と学校の連携推進研修

- 多様化する社会の中で、学校と家庭・地域が連携して、子どもを育てることが不可欠であることを学ぶ
- ESDやSDGsの理念や内容を学び、実践例を通して学校・社会教育でできることを考える

## ● 施設開放

- 総合教育センターとの共催で行う「しののめ塾」（今年度は「ポッチャ体験」）
- 施設内の「天体観測室」を利用した「スターウォッチング」

\*ぜひセンターへお越しください♪

※開催地の記載がない講座は、長野県生涯学習推進センターで開催します。なお、講座により、オンラインでの受講も可能です。詳しい内容は、概ね1ヶ月前にホームページに掲載する講座案内(チラシ)をご覧ください。



## ★地域づくり推進研修 【共催】長野県公民館運営協議会

No.	講座名・募集定員・託児等	実施日・開催地	研修の概要・連絡等
1	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">手話通訳・要約筆記あり</div> <b>出会いと対話でつながる社会</b>	5月21日(土) 午後開催	<p>現代は少子高齢化やグローバル化、社会構造の変化などを背景に、価値観の多様化が叫ばれ、多様な人と対等に対話するコミュニケーション力が求められています。この講座では、多様性の理解を促すことを目指し活動する志村季世恵さんを講師に、対話によって、老若男女・障がいの有無・出身国や世代の違いを超え、地域社会や職場などで、コミュニケーションを円滑にするために何が大切か、考える機会とします。</p> <p>講義「出会いと対話でつながる社会」            講師 一般社団法人 ダイアログ・ジャパン・ソサエティ            代表 志村 季世恵 氏</p> <p>質疑応答</p>
	募集定員 200名		
2	<b>生涯学習推進者実践講座 【ぶらっと楽しむまちづくり】 ～茅野市のまちづくりに学ぶ～</b>	6月10日(金) 終日開催  開催地:茅野市	<p>県内各地では特色あるまちづくりが行なわれています。駅に隣接した商業施設に中高生の居場所や子育て中の保護者の相談場所、市役所の出張所などを配し、住民の利便性を考えた茅野市。この講座では、各担当課の職員の案内でまちづくりのノウハウを学ぶとともに、今後の駅周辺の開発構想、御柱についての歴史・伝統など、様々なものをテーマに駅周辺を歩きます。</p> <p>えきなかウォッチング            案内・説明 茅野市役所各担当課・茅野市中央公民館            講義・現地研修「諏訪神社と御柱祭」            講師 長野県歴史地理学会会長 関 雅一 氏</p>
	募集定員 30名		
3	<b>公民館・社会教育・生涯学習入門</b>	6月27日(月) 終日開催	<p>新型コロナの感染拡大は社会的孤立や格差の拡大など社会的な課題が顕在化しており、現代は、仲間とともに学び課題解決の取組につながる社会教育活動や、社会教育活動の拠点としての公民館の役割が試されている時代です。社会教育・生涯学習・公民館の歴史や活動、役割についての基本的な事柄を学ぶことをねらいとします。</p> <p>講義「社会教育・生涯学習の基礎」            「公民館入門～歴史と原点を学ぶ」            対談「社会教育の役割と魅力を語る」            「公民館の役割と魅力を語る」            講師 松本大学 総合経営学部 教授 松田 武雄 氏</p>
	募集定員 150名		
4	<b>防災！一瞬の判断と備え</b>	7月8日(金) 終日開催	<p>近年、経験したことのない自然災害が全国各地で発生しています。阪神・淡路大震災の体験をもとに、東京大学と連携し最前線の防災研究をされている講師をお招きし、日頃から備えておくべきことや、地域での人と人との繋がりの大切さを考えるとともに、演習を通じて学校を避難所に想定した災害時の対応について学びます。</p> <p>講義「一瞬の判断と備え～あなたは突発的な自然災害に対処できますか～」            演習・ワークショップ            「学校を避難所に想定した避難所運営ゲームHUG」(基礎編・理論編)・「HUG実践編」・「HUGの振り返り」            講師 兵庫県広域防災センター防災教育担当 田中 健一 氏</p>
	募集定員 120名		
5	<b>“ともに生きる”を目指して</b>	8月22日(月) 終日開催	<p>新型コロナの感染拡大は、私たちの暮らしに大きな影響を与えています。また、ふだんの暮らしのしあわせをつくるための「福祉教育」が注目されています。本講座では諏訪市出身の原田正樹先生をお迎えし、共に生きる力を育むための「福祉教育」の推進について、講義と事例発表等を通して考えます。</p> <p>講義「“ともに生きる”を目指して」            事例発表(社会福祉と社会教育の立場から)            パネルディスカッション            「(仮) コロナ禍の福祉教育をどうすすめる?～今だからこそできること～」            講師 日本福祉大学 社会福祉学部 教授 原田 正樹 氏</p>
	募集定員 80名		
6	<b>「人づくり・職場づくり・まちづくり」に生かす グループワーク ～豊かな関係づくりのためのスキルアップ～</b>	10月20日(木) 終日開催	<p>変化のスピードが増す現代社会に求められる「生きる力」を考えましょう。楽しく活動を進める中で表出される自分や仲間の姿に焦点を当て、気づきを起こすことで、“人間「ジンカン」”に生きる私たち人間に今必要なコミュニケーション力の人づくり・職場づくり・まちづくりに生かすために磨き合ひましょう。</p> <p>講義・演習「グループワークの中での気づき」            「合意形成(コンセンサス)演習」            講師 日本グループワークトレーニング協会            上級アドバイザー 犬飼 己紀子 氏</p>
	募集定員 40名		
7	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">手話通訳・要約筆記あり</div> <b>支援を必要とする子どもたちへの対応</b> ～「みんな違ってみんないい」という社会は実現できるのか?～ ■講師はオンラインとなります。会場にはお越しになりません。	11月16日(水) 午後開催	<p>精神疾患の親を持つ子どもの立場であり、自身も精神科に通院した当事者・現在は児童精神科医をしている講師の体験から、支援を必要とする子どもたちへ私たちができることは何かを皆で考えます。</p> <p>講義「支援を必要とする子どもたちへの対応～『みんな違ってみんないい』という社会は実現できるのか?～」            講師 児童精神科医・医学博士 夏苺 郁子 氏</p> <p>質疑応答</p>
	募集定員 200名		

No.	講座名・募集定員・託児等	実施日・開催地	研修の概要・連絡等
8	Withコロナ時代の公民館の在り方を考える	11月25日(金) 終日開催	長野県民にとって公民館は、集い、学び、つながる、地域に身近なよりどころとして、災厄下での助け合いの基盤の役割を果たしてきました。しかし2020年から広がりを見せているコロナ禍の中で、多くの公民館で事業の中止や見直しが行われています。そこでWithコロナ時代の公民館の在り方を改めて考える機会として開催します。 事例発表 長野県公民館活動アワード受賞団体より 講義「Withコロナ時代の公民館の在り方を考える」 座談会「私にとっての公民館、地域にとっての公民館」 講師 西九州大学 教授 上野 景三 氏
	募集定員 100名		
9	公民館基礎・社会教育講座 ※要望に応じて追加開催あり	小諸市 5月13日(金) 塩尻市 5月28日(土) 安曇野市 6月13日(月) 上松町 7月9日(土) 御代田町 7月23日(土) 東御市 9月30日(金) 東御市 10下～11中 茅野市 2月12日(日)	生涯学習・社会教育の意義や公民館の果たすべき役割といった公民館の職員として知っておきたい基礎的な知識を学ぶとともに、地域づくりを推進する中心的な役割を担う公民館職員の意識の高揚とスキルアップを図ります。県内各地区で開催して、公民館職員・公民館関係者の地域ネットワークの形成を支援します。 講義・演習・事例発表・情報交換等 講師 長野県生涯学習推進センター公民館支援専門員
	募集定員 各30名		※各会場の内容・参加対象はそれぞれ異なります。開催1カ月前までに掲載されるホームページの講座案内をご覧ください。
10	地域づくりの支え手元気アップ講座 【連続講座】	① 千曲市 10月7日(金) ② 塩尻市 11月26日(土) ③ 調整中 調整中 ④ 調整中 調整中	公民館職員等、地域づくりに関わるみなさんが、コロナ禍においてもできることを考え、地域連携や各種団体との連携を考慮に入れた講座づくりを進めるためのノウハウや方向性を見出し、自らの地域活動や事業につなげます。また、多様な立場の人の話を聞くことによって活動の視野の広がり、つながりを広げる機会とし、県内各地で開催し4回を予定しています。
	募集定員 各30名		※各会場の内容・参加対象はそれぞれ異なります。開催1カ月前までに掲載されるホームページの講座案内をご覧ください。
11	生涯学習推進者実践講座	東信:小諸市 7月4日(月) 南信:飯島町 6月9日(木) 中信:安曇野市 5月15日(日) 北信:長野市 10月6日(木)	「地域づくり」を推進する方々が、自ら取り組もうとする課題の解決に向け、地域との連携・協働、仕組みづくりなど、より具体的で実践的な方法を習得することを目的とします。県内4地区で開催し、身近な地域の課題解決を考えると同時に、受講者が課題の発見から活動の仕組みづくりまでの実践力を身につける研修を行います。
	募集定員 各会場による		※各会場の内容・参加対象はそれぞれ異なります。開催1カ月前までに掲載されるホームページの講座案内をご覧ください。

## ★地域と学校の連携推進研修 【共催】長野県公民館運営協議会

No.	講座名・募集定員・託児等	実施日・開催地	研修の概要・連絡等
12	地域と学校で取り組むSDGs	10月11日(火) 終日開催	地球的規模の環境問題など世界が直面する課題解決のためには、私たちひとりひとりの理解と身近なところからの行動が必要です。ESD(持続可能な開発のための教育)やSDGs(持続可能な開発目標)の理念や内容を学び、これからの学校教育や社会教育の場面で、私たちが「持続可能な社会」実現のためにできることを考えます。 講義「2030に向けたESD/SDGsの広がり(仮)」 講師 信州大学学術研究院人文社会科学域教育学系 准教授 安達 仁美 氏 事例発表 長野県富士見高等学校養蜂部・松本市寿地区学校応援団 ワークショップ「(仮)SDGs達成に向けて私たちにできること」 講師 安達 仁美 氏 質疑応答
	募集定員 100名		
13	令和時代の“学校を核とした地域づくり”	12月12日(月) 午後開催	人口急減・超高齢化に対し、地域の特徴を活かした持続可能な社会の実現を目指しています。この講座では魅力ある教育による地域創生に従事する岩本悠氏と望ましい教育制度のあり方をデザインする荒井英治郎氏との対談等から、これからの学校と地域が連携・協働した取組や地域資源を生かした教育活動を進める上でのポイントについて考えます。 対談「未来志向で考えるこれからの“学校を核とした地域づくり”」 講師 一般財団法人 地域・教育魅力化プラットフォーム 代表理事 岩本 悠 氏 講師 国立大学法人信州大学 教職支援センター 准教授 荒井 英治郎 氏 意見交換会
	募集定員 100名		

## ★地域の教育力向上研修

No.	講座名・募集定員・託児等	実施日・開催地	研修の概要・連絡等
14	子どもが見るネット端末の世界 ■講師はオンラインとなります。会場にはお越しになりません。	6月17日(金) 午後開催	GIGAスクール構想による1人1台端末環境となり、子どもとネットは切っても切れない関係となっています。便利なツールである一方、依存症などの健康被害やネットトラブルといった問題が懸念されています。子どものネット端末の安心・安全な活用を支援するために、私たち大人ができることを学びます。 講義・演習「子どもが見るネット端末の世界」 講師 静岡大学教育学部 准教授 塩田 真吾 氏 質疑応答
	募集定員 200名		

No.	講座名・募集定員・託児等	実施日・開催地	研修の概要・連絡等
15	子どもの不安をケアする 託児可	9月28日(水) 終日開催	子どもが抱える心の問題の深刻さが、さまざまな形で報告されています。この講座では、子育て支援のための認知行動療法を専門とする講師をお招きし、幼児期から思春期までの不安や緊張が高い子への支援、また、怒りをコントロールしストレスに負けない心と体について、講義と演習を通して学びます。 講義「子どもの不安の理解とアセスメント」 演習「子どものための認知行動療法入門」 講師 信州大学教育学部 准教授 高橋 史 氏 質疑応答
	募集定員 100名		
16	子育て支援に関する講座	東信:佐久市 9月3日(土) 南信:南箕輪村 6月19日(日) 中 信:松本市 12月14日(水) 北 信:千曲市 2月4日(土)	子育て、親育ち、親子の絆、あるいは子育て支援のあり方等について考え合う学習を進め、子どもや若者、家庭を支援するために地域の大人としてできることを考えます。  ※各会場の内容・参加対象はそれぞれ異なります。開催1カ月前までに掲載されるホームページの講座案内をご覧ください。
	募集定員 各50名		

## ★施設開放

No.	講座名・募集定員・託児等	実施日・開催地	研修の概要・連絡等
17	みんなでポッチャ♪	8月20日(土) 午後開催	ニュースポーツとして人気のポッチャは、年齢や性別、障がいの有無を問わず、誰でも気軽に参加できる競技です。昨年度開催されたパラリンピックでも日本選手が活躍したこの競技を体験し、楽しむ機会とします。 ポッチャ体験 講師 長野県体育センター 専門主事
	募集定員 50名		※総合教育センター・生涯学習推進センター 施設開放「チャレンジしのめ塾」の講座として開催します。
18	秋のスターウォッチング ～楽しく星を学ぼう～	10月22日(土) 夕方からの開催	普段体験することのできない50cm大望遠鏡での天体観測や、塩尻星の会のみなさんからの星空解説、子ども食堂のみなさんの絵本の読み聞かせなど、楽しみながら星空について学習する機会とします。天候が良い場合は、秋の星座や土星の環・木星の縞模様等を観測し、天候が悪い場合は、屋内で観測施設の見学や天体クイズなど、星に関する知識を深めます。 読み聞かせ 子ども食堂の皆さん 天体観測 (50cm大天体望遠鏡および8cm天体望遠鏡) 講師 「塩尻星の会」のみなさん 総合教育センター 教科教育部 専門主事
	募集定員 60名		・夜間および野外観察に適した服装 ・水筒など飲み物

### ☆研修講座受講の申込みについて

所定の申込書を使用してFAX、E-mailまたは郵送でお申し込みください。申込書は、当センターホームページからダウンロードできます。また「ながの電子申請サービス」で申し込むこともできます。(電話も可)  
※講座によっては参加対象が限定される講座もあります。(9・11・16)

公立学校の教職員の方で、「長野県総合教育センター連携」の講座(12・13・14・15)を受講される方は、長野県総合教育センターを通じてお申し込みください。私立学校の教職員の方は、当センターにお申し込みください。

### ☆研修講座受講に当たっての留意事項

生涯学習推進センターの講座は、表記のあるものを除き、9:45～16:00です。また、「託児可」と明記されている講座は、託児を受け付けます。所定の申込書で申請してください。

総合教育センターの食堂は、新型コロナ感染状況を考慮し、利用できませんので、昼食をご持参ください。

## 長野県生涯学習推進センター

〒399-0711 塩尻市大字片丘南唐沢6342-4  
TEL 0263-53-8822  
FAX 0263-53-8825



HPはコチラ

- お申込み・問合せは上記へお願いします。
- 休日：国民の祝日、土・日曜日



佐久市社会教育委員会議 活動計画

任期：R3.7.1～R5.6.30

年度	会議名等	期 日	ステップ	内容
令和3年度	第5回佐久市社会教育委員会議	令和4年3月10日	現状把握	○「居場所」に関する現状把握について ・グループ分け ・今後どのように情報収集を進めるか個人の活動計画を立てる  ～①現状把握のための情報収集(個人活動)～
	第1回佐久市社会教育委員会議	令和4年5月12日		○情報収集活動の報告 ・①の成果をグループ内で情報共有 ・今後のグループ活動計画を立てる ・活動計画をグループごと発表し、会議全体で共有  ～②情報収集&調査活動(グループ活動)～
令和4年度	第2回佐久市社会教育委員会議	令和4年7月上旬	研究調査	○中間報告(1) ・②の成果を報告し、全体で情報共有 ・他グループからアドバイスや意見をもらい活動のフィードバック →グループでの活動計画を見直す  ～③調査活動(グループ活動)～
	第3回佐久市社会教育委員会議	令和4年9月上旬		○中間報告(2)  ～④調査結果のまとめ(グループ活動)～
	第4回佐久市社会教育委員会議	令和4年10月下旬	提言案作成	○調査結果の報告 ○調査結果をもとに「教育委員会への提言(案)」を作成  ～⑤提言(案)を作成(グループ活動)～
	第5回佐久市社会教育委員会議	令和5年1月下旬		○教育委員と「教育委員会への提言(案)」について意見交換
	第6回佐久市社会教育委員会議	令和5年2月下旬	見直し	○教育委員との意見交換の成果を踏まえ、提言(案)を見直し
令和5年度	第1回佐久市社会教育委員会議	令和5年5月中旬	提言	○提言(案)について最終調整