

2026（令和8）年度

受講生募集

初夏から始めるアクティブライフ

アクティブライフは、躍動的な生活をおくり、一人ひとりが自分に合ったスタイルでカラダを動かすことを目指します。スポーツ・趣味などで新しいことにチャレンジし、活発な日常、人生をエンジョイしましょう！

硬式テニス教室

サーブ・スマッシュなどの基本を学び、ゲームを楽しもう。

定員20名 全8回

- 講師：須坂テニス協会さん
- 日程：5/15～8/21 隔週金曜日
19：30～21：00
予備日：9/4, 9/11, 9/18
- 場所：臥竜公園庭球場
- 受講料：3,000円（ボール代込）



ヨガの時間

じっくり・ゆっくりヨガを楽しんで
潤った気持ちとからだを作っていきましょう。

定員15名全8回

- 講師：内田 貴子 さん
日本ルーシーダットン普及連盟
インストラクター
- 日程：5/18～7/6 毎週月曜日
19：15～20：15
- 場所：勤労青少年ホーム
創造の家
- 受講料：2,400円



初めてのダンスワークアウト

未経験者・初心者を対象としたダンス教室です。
基礎から学んでダンスの楽しさを知ろう！

定員12名 全4回

中・高校生歓迎！

- 講師：lala さん
ダンスインストラクター
- 日程：6/3～6/24 毎週水曜日
18：00～19：00
- 場所：勤労青少年ホーム
創造の家
- 受講料：1,200円



プロ直伝!! オムライス&カルパッチョ風サラダ

オムライスの基本と簡単カルパッチョ風サラダに挑戦！
プロから教わります。

定員8名 全1回

- 講師：山岸 信幸 さん
カフェ・キャッチボール
- 日程：6/12 金曜日
19：00～21：00
- 場所：勤労青少年ホーム
創造の家
- 受講料：1,800円（食材費込）



※写真はイメージです

4月1日（水）午前10時から受付開始！

- ☆受講対象者：須坂市内に在住または勤務する40歳までの勤労青少年の方。
※対象以外の方も申込みできますが、人数に制限があります。
定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。
- ☆申込み方法：お電話または右記二次元コードからお申込みください。

詳細・申込はこちら



申込み締切は各教室開講10日前とさせていただきます。
なお、定員に満たない場合は引き続き募集をいたします。

電話：026-248-0393

お電話の場合は平日9時～21時まで

※やむを得ない状況によって中止になる場合があります。 ※会場・日程など変更になることもあります。



一般社団法人

須坂市スポーツ協会 須坂市勤労青少年ホーム創造の家

〒382-0028 須坂市臥竜六丁目25番1号 FAX: 026-248-0922 E-mail: suzakasouzou@stvnnet.home.ne.jp

須坂市スポーツ協会

検索

創造の家だより

創造の家とは…「学びの場」「仲間づくりの場」「憩いの場」を目的とした施設です。誰でも利用することができ、卓球・健康マージャン・楽器の練習・ダンス・ヨガ・料理・会議・研修など様々なサークル・団体・企業や個人の方も利用されています！

施設の利用料について

※冷暖房費別途

宿泊合宿できます！
ご連絡おまちしています



軽運動室730円～



音楽室520円～



料理実習室730円～



講習室520円～



会議室410円～



集会室520円～

重要なお知らせ

令和8年4月から土曜日の利用について職員が不在となります（宿泊合宿については対象外）。土曜日に利用をお考えの方は事前にご連絡、ご相談ください。

創造の家ポストカードを販売中



創造の家をたくさんの方に広めるお手伝いをぜひお願いします！売上げの一部を創造の家の維持管理費に使用させていただきます。1枚200円

コーヒーの販売をしています

ぶどうの家さんのコーヒーを委託販売しています。個包装タイプのもはその場で飲むこともできるので、ぜひ創造の家でコーヒータイムをどうぞ。桜を観ながらぜひどうぞ



春休み特別企画！

春休み限定で創造の家さくらひなまつりを開催します！期間中「西日本限定のあのおかし!!」を販売。なかなか手に入らない須坂市民には懐かしい商品をお買い求めください☆



創造の家がまちの駅に

傘の貸し出し
あります



- ①誰でもトイレが利用でき、無料で休憩できます
- ②「まちの案内人」が地域の情報を教えます
- ③地域の人と来訪者の出会いと交流をサポートします
- ④まちの駅間でネットワーク化します



クールシェアスポット

今年度もやります、クールシェアスポット！熱中症予防や一休みにぜひお立ち寄りください。

子ども学習室

予約のない空き部屋を開放し、学習室として無料で利用できます。対象は小・中・高校生。

※クールシェアスポット・子ども学習室の利用は土日祝を除く9時から16時30分まで

予告！第12回創造の家秋のフェスティバル

出店者を募集します

創造の家（026-248-0393）までご連絡ください。

※締切は8月10日（月）

今年は10月24日（土）に開催決定！



昨年の様子



秋フェスの案内

一般社団法人



須坂市スポーツ協会

お問い合わせ



☎026-248-0892

Instagram

WEBサイト



〒382-0028 須坂市臥竜六丁目25番1号

FAX：026-248-0922 E-mail：suzakasouzou@stvnnet.home.ne.jp