



2025年9月1日発行 生涯学習推進期間特別号（2025年9月～2025年12月初旬）

まなびーず情報



▲ダウンロードすると
いつでもご覧いただけます

※気になる情報がありましたら、スマホ等で写真を撮ってご利用ください
※申込や詳細につきましては、主催者（問合せ先）へ直接お問い合わせください

表示のない市外局番はすべて026です

文化祭情報

事業名	日時	内 容	場 所	問合せ先
第63回 須坂市民文化祭	10/11(土) 10:00 ～16:00 10/12(日) 10:00 ～16:00	展示会 生花、書道、フラワーアレンジメント、レカンフラ ワー、絵画などの作品展示	メセナホール小ホール ホワイエ	須坂市文化芸術協会 (花房) ☎245-1380
	10/12(日) 10:00 ～16:30	芸能音楽祭 バレエ、日本舞踊、詩吟、剣詩舞、木遣り、フラダン スなどの芸能発表と民謡三味線、オカリナ、和太 鼓、アンサンブルオーケストラ、昔語りなどの音楽発 表による多彩な合同舞台。	メセナホール大ホール	
	10/12(日) 13:30 ～17:00	謡曲会 観世・宝生両派、日本最古の伝統芸能	生涯学習センター 3階ホール	
第43回 第5ブロック 日滝地域文化祭	10/4(土) 13:00 ～19:00	作品展示、 舞台発表 等	日滝地域公民館	日滝地域公民館 ☎248-1686
第48回 旭ヶ丘地域合同文化祭	10/18(土) 9:00 ～17:00 10/19(日) 9:00～正午	10/18(土)・10/19(日) 展示発表 10/18(土)14:00～15:30 ホールコンサート 10/18(土)10:00～売切れ迄 4ヶ町ふれあい市	旭ヶ丘ふれあいプラザ	旭ヶ丘ふれあいプ ラザ ☎246-3783
とよす文化祭	11/8(土) 13:00 ～16:00 11/9(日) 9:00～正午	11/8(土)・11/9(日) 展示発表 11/9(日)10:00～正午 健康チェック	豊洲地域公民館	豊洲地域公民館 ☎246-3232
第36回 南部地域文化祭	11/8(土) 11/9(日) ※時間未定	作品展示等 (内容検討中) *決まり次第別途告知	臥竜山公会堂 南部地域公民館	南部地域公民館 ☎245-0273
井上ブロック文化祭	11/9(日) 9:00 ～15:00	屋内:作品展示、舞台発表(コーラス)、健康体操 屋外:ゲームコーナー(輪投げ等) ※予定	井上地域公民館	井上地域公民館 ☎246-2488
第41回 高甫ブロック文化祭	11/16(日) 9:00 ～14:00 (予定)	作品展示、舞台発表、健康コーナー、地場産直等物 品販売	高甫小学校	高甫地域公民館 ☎248-1925

事業名	日時	内容	場所	対象・定員	参加費	問合せ先
アクティブ☆キッズ ☆プログラム バレーボール教室	9/6(土) ～9/27(土) 全4回 15:00 ～16:30	初心者を対象に、基本姿勢や技術の習得を目指す	勤労青少年体育センター ほか	小学1～6年生 20人	2,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
信州須坂 まち歩きツアー	9/7(日) 10:00 ～12:00	まちなみに刻まれた歴史をディープに訪ねます。	集合:文化財活用倉庫	要事前申込 20人	無料	須坂市立博物館 ☎245-0407
令和7年度 須坂市区対抗 マレットゴルフ大会	9/7(日)	須坂市区対抗マレットゴルフ大会	百々川マレットゴルフ場	須坂地区 一般 144人	1チーム4名 4,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 (マレットゴルフ協会) ☎248-0892
第71回 須坂市民 ソフトテニス大会	9/7(日) 予備日 9/14(日) 9/21(日)	個人戦、トーナメント方式またはリーグ戦方式7ゲーム(参加組数により変更あり)	臥竜公園庭球場	北信北部地区 在住・在勤・在学者 200名	一般 1,200円 高校 800円 中学 600円	(一社) 須坂市スポーツ協会 (ソフトテニス協会) ☎248-0892
アクティブ☆キッズ ☆プログラム ソフトテニス教室	9/9(火) ～11/4(火) 全8回 19:00 ～20:30	初心者を対象に、基本姿勢や技術の習得を目指す	北部体育館	小学3～6年生 30人	3,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
リトグラフ教室	9/13(土)、 9/14(日) 全2回 10:00 ～16:00	アルミ板を使った水と油の反作用を利用した凹凸のない版画の技法。初心者は単色、経験者は多色刷りに挑戦できます。	須坂版画美術館 アトリエ	7名	3,000円 (入館料別)	須坂版画美術館 ☎248-6633
令和7年度 第52回 須坂市長旗争奪 ソフトボール大会	9/14(日) 9/21(日)	トーナメント方式 3位決定戦は行わない	須坂県民運動広場	市ソフトボール協会登録チーム及び選手	1チーム 3,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 (ソフトボール協会) ☎248-0892
秋から冬のアクティブ ライフ 硬式テニス教室	9/24(水) ～12/3(水) 全8回 予備日含む 19:30 ～21:00	基本をベースにした実践編の練習。基本も学びます！	臥竜公園 庭球場	市内に居住または勤務している40歳までの勤労青少年 ほか	1,100円 (ボール代含む)	(一社) 須坂市スポーツ協会 創造の家 ☎248-0393
アクティブ☆キッズ ☆プログラム 特別講座 親子で陸上体力作り	9/28(日) 9:00 ～11:00	信州須坂ランニングフェス2kmコースを走ってみよう	百々川緑地帯	小学1～3年生 親子30組 (子どものみ参加可)	500円 ※保護者無料	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
語りと紙芝居	9/28(日) 14:00～	須坂市の歴史、偉人伝、伝説を語りや紙芝居で口演	旧越家住宅 (山丸一番館)	どなたでも	無料	蔵の町すざか昔を語る会 (佐藤) ☎245-0996
	11/30(日) 14:00～					
秋から冬のアクティブ ライフ 目指せ！美☆Body	9/29(月) ～12/22(月) 全10回 19:15 ～20:15	ヨガで心と身体を整え、体幹トレできれいな姿勢を作り、ムエビートで楽しく身体を動かそう！	須坂市勤労青少年ホーム創造の家	市内に居住または勤務している40歳までの勤労青少年 ほか	1,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 創造の家 ☎248-0393
秋から冬のアクティブ ライフ ダンスワークアウト	10/1(水) ～11/19(水) 全8回 19:00 ～20:00	ダンスで体を動かして楽しく有酸素運動。2曲マスターしよう!!	須坂市勤労青少年ホーム創造の家	市内に居住または勤務している40歳までの勤労青少年 ほか	800円	(一社) 須坂市スポーツ協会 創造の家 ☎248-0393
アクティブ☆キッズ ☆プログラム ベースボール教室	10/4(土) ～10/25(土) 全4回 10:00 ～11:30	初心者を対象に、基本姿勢や技術の習得を目指す	市内小学校運動場	小学1～4年生 20人	2,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892

事業名	日時	内容	場所	対象・定員	参加費	問合せ先
アクティブ☆キッズ ☆プログラム たいそう教室	①10/4(土) ～10/25(土) ②11/1(土) ～11/22(土) 各全4回 13:30 ～15:00	初心者を対象に、基本姿勢や技術の習得を目指す	勤労青少年体育センター ほか	①年長 ～小学1年生 12人 ②小学2～3年生 12人	2,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
アクティブ☆キッズ ☆プログラム ドッジボール教室	10/5(日) ～11/9(日) 全4回 13:00 ～15:00	初心者を対象に、基本姿勢や技術の習得を目指す	市内小学校体育館	小学生 30人	2,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
秋から冬のアクティブ ライフ エンジョイ☆フットサル	10/6(月) ～1/26(月) 全8回 19:30 ～21:30	シュート・パスの基本を学び、ゲームを楽しもう。	須坂市市民体育館	市内に居住または勤務している40歳までの勤労青少年 ほか	800円	(一社) 須坂市スポーツ協会 創造の家 ☎248-0393
企画展 「音楽・版画・俳句を 愛した人たち ～文化・芸術へのま なざし～」	10/7(火) ～11/24(月・祝)	昭和に活躍した版画家、音楽愛好家などの足跡をたどり、今も親しまれ愛される文化・芸術活動の源流を探る	須坂市立博物館	どなたでも	200円	須坂市立博物館 ☎245-0407
第33回 須坂市長杯争奪 マレットゴルフ大会	10/11(土)	マレットゴルフ大会	百々川マレットゴルフ場	須高地区 一般 144人	1人1,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 (マレットゴルフ協会) ☎248-0892
臥竜山たんけん (歴史編) 「古代の火おこし体験会」	10/12(日)	古代の火おこしを体験し、その火で焼き芋を焼きます。	八丁鎧塚古墳公園	要事前申込 小学生以上その保護者 20人程度	300円 (保険料含む)	須坂市立博物館 ☎245-0407
太極拳交流大会	10/19(日) 10:00～	太極拳を楽しんで活動している愛好者の交流表演会です。	高山村YOU游ランド 屋内 ゲートボール場	どなたでも	観覧無料	須坂市太極拳協会 (山崎) ☎090-1829-7480
アクティブ☆キッズ ☆プログラム ヒップホップ教室	10/23(木) ～12/4(木) 全4回 19:15 ～20:30	初心者を対象に、基本姿勢や技術の習得を目指す	須坂市勤労青少年ホーム創造の家	小学3～6年生・ 中学生 16人	2,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
ベニヤ板のリトグラフ教室	10/25(土)、 10/26(日) 全2回 10:00 ～16:00	水と油の反作用を利用した凹凸のない版画の技法。自由な描画が可能です。木目を利用し、木版に近い表現もできます。	須坂版画美術館 アトリエ	7名	3,000円 (入館料別)	須坂版画美術館 ☎248-6633
きのこ鑑別会	10/26(日)	きのこの食毒を鑑別します。 須坂きのこの会 須高食品衛生協会 共催	須坂市立博物館 前駐車場	どなたでも	無料	須坂市立博物館 ☎245-0407
第11回 創造の家 秋のフェスティバル	10/26(日)	スポーツ体験 ステージ発表 体験教室 露店など	須坂市勤労青少年ホーム創造の家 一帯	どなたでも	入場無料 ※一部体験教室有料	第11回創造の家秋のフェスティバル実行委員会 (一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0393
きもの試着体験	10・11月 (木曜休館)	当館制作の「復刻銘仙」等アンティークきものを着て町へ出かけませんか。 (3週間前までの要予約)	須坂クラシック美術館	1日5人まで (詳細要問合せ)	4,000円 (着付け代込) 【別途要入館料】	須坂クラシック美術館 ☎246-6474
長野県立歴史館 「須坂市民の日」	11/8(土)	長野県立歴史館の入館料が無料 須坂市ゆかりの収蔵品を特別公開などを予定	千曲市 長野県立歴史館	先着200人	無料	文化スポーツ課文化財係 ☎248-9027

事業名	日時	内容	場所	対象・定員	参加費	問合せ先
カラダづくり みんなで鬼ごっこ！ 新☆遊び体験	11/9(日) 9:00 ～11:30 11/16(日) 9:00 ～11:30	・鬼ごっこで遊ぼう！ ・親子で正しい走り方を学ぼう！ ・道具を作って遊ぼう！	勤労青少年体育センター	・11/9(日) 年中・年長 親子 10組 ・11/16(日) 小学1、2年生 親子 10組	1,000円/組	(一社) 須坂市スポーツ協会 ☎248-0892
ドライポイント教室	11/15(土)、 11/16(日) 全2回 10:00 ～16:00	銅板に直接絵を彫る、主に銅版画に使われる技法。独特の柔らかいにじみのある線が表現できます。	須坂版画美術館 アトリエ	10名	2,500円 (入館料別)	須坂版画美術館 ☎248-6633
第58回 須坂市剣道大会	11/16(日)	団体戦(小中学生の部ほか)	市民体育館	須坂市中心 長野・中野ほか 200人	1チーム 3,000円	(一社) 須坂市スポーツ協会 (剣道連盟) ☎248-0892
水性凹版 木版画教室	11/29(土)、 11/30(日) 全2回 10:00 ～16:00	板目木版にニスなどを塗り、彫刻刀で彫った線にインクを詰めて刷ります。	須坂版画美術館 アトリエ	10名	2,800円 (入館料別)	須坂版画美術館 ☎248-6633
第16回 子どもわくわくフェスティバル	11/30(日) 13:30 ～16:00	須坂市及び近隣の芸術団体や学校などで活躍する子どもたちが日頃の練習成果を発表します(日本舞踊・バレエ・和太鼓・吹奏楽・合唱等)。これからの芸術文化を担う子どもたちの発表をお楽しみください。	メセナホール 小ホール	どなたでも	無料	須坂市文化芸術協会 (花房) ☎245-1380
秋から冬のアクティブライフ ミニクリスマスケーキを作ろう	12/5(金)	クリスマスの食卓に手作りケーキはいかがですか？	須坂市勤労青少年 ホーム創造の家	市内に居住または勤務している40歳までの勤労青少年ほか	1,600円 (食材費含む)	(一社) 須坂市スポーツ協会 創造の家 ☎248-0393
日本語教室	毎月第1～3 水曜日 13:30 ～15:00	市内在住・勤務で、日本語を話すことや、読み書きができない方を対象にした講座です。講師と1対1で行い、自分のペースで学習できます。講師は学習ボランティアの方です。	生涯学習センター	どなたでも	200円/回 ※3回受講は 500円/月	生涯学習推進課 ☎245-1598

事業名	日時	内容	場所	対象・定員	参加費	問合せ先
水彩画同好会	毎月第2・第4 火曜日 10:00 ～正午	経験あるなしに関係なく、自由に水彩画を楽しんでいます。	生涯学習センター	どなたでも	無料 冬期・夏期 (冷暖房費)	水彩画同好会 (田中) ☎090-6948-8088
全国6万人が実施の 健康体操「自彊術」 ジ ヨウジュツ	毎月第1・第3 火曜日 10:20 ～11:50	独特の呼吸法と31の動作によって血流を良くし、肩凝り、膝痛、腰痛、冷え性等の改善が期待できる100年以上の歴史をもつ日本で生まれた健康体操です。いつでも見学、体験できます。	日野地域公民館	どなたでも	750円/回 ※体験無料	ゆるり自彊術体操 (関崎) ☎090-4618-4399
colorful tones palette (カラフルトーンズパレット)	木曜(夜)または日曜午前中	邦楽、洋楽、ディズニーソングなど、歌って楽しく、聴いてくれる人にも楽しんでもらえるような歌を歌っているボーカルグループです。	須坂市	女性(中高音域)男性とも。長く続けてくれる方、イベントなどで歌える方	必要に応じて	colorful tones palette Email:ys8yukari8sy@gmail.com (インスタ、ブログからもOK)

生涯学習情報誌【まなびーず情報】(2025年9月1日) 発行 須坂市生涯学習推進課 印刷部数 3,000部(印刷経費1部あたり約24.4円)

〒382-0911 須坂市大字須坂747-イ 須坂市生涯学習センター 内
TEL 026-245-1598 FAX 026-246-3906 E-mail shogaku@city.suzaka.nagano.jp