

南部地域公民館だより がりゅう

第214号

発行 須坂市南部地域公民館

須坂市臥竜二丁目4番2号

TEL(FAX)026-245-0273

回 覧

【南部エリア】

7町人口: 9,788人

世帯数: 4,186世帯

(R8.8.1現在)



こちらから南部地域公民館・臥竜山公会堂のホームページをご覧ください。
「公民館だより」は過去のものも含めカラー版で掲載しております。



9月に入り、朝晩と涼しさを感じられる日が増えてきましたね。今年は、台風の発生率も高く、勢力も強いので、毎日のお天気を気にして過ごされている方も多いのではないのでしょうか。

まだまだ残暑厳しいと言われていますので、くれぐれも皆さまご自愛くださいませ。

第37回 南部地域文化祭

と き: 2026年11月8日(日)

時 間: 未定(詳細が決まり次第お知らせします)

会 場: 臥竜山公会堂大広間、あやめの間

早いもので、今年も秋の「南部地域文化祭」開催の時期が徐々に近づいてまいりました。

今年の文化祭の内容等につきましては、今後決まり次第順次詳細をお知らせいたします。

昨年同様、展示品や舞台発表など皆様にご協力をお願いすることもあるかと思ひます。

南部地域文化祭がよりよいものになるよう地域の皆様のご協力を宜しくお願いいたします。

文化祭

夏休み 子どもたちは元気一杯でした！



Enjoyed summer!



須坂市では、「子どもは『宝』プロジェクト」と名付け「地域の子どもは地域で育てる」「子どもを産み育てやすいまち」を目指しています。夏休み期間中、南部地域公民館及び臥竜山公会堂では、「子ども映画会」「みんなのワークショップ」「親子パステルアート」「ストリートダンス体験」など様々な子どもたち向けのイベントが開催されました。子どもたちの楽しみながら一生懸命に取り組む姿が印象的でした。暑期中参加してくださった皆様ありがとうございました。



みんなのワークショップ



親子パステルアート



ストリートダンス体験

2026年度 ウォーキング教室の開催について

須坂市では、生涯健康都市を目指して「いつでも、どこでも、だれでも」取り組めるウォーキングによる健康づくりを進めています。若い世代から高齢者まで健康づくりの普及を目的として、町や公民分館、育成会などで行うウォーキング教室開催に協力いたします。開催を希望される団体は、市健康づくり課までお申込みください。

- 1 実施予定数:10団体
- 2 実施日時:開催希望の団体と相談(土・日・祝日対応可)
- 3 内容:講義:ウォーキングの正しい姿勢や効果的な方法(40分～50分)
実技:ウォーキング(60分～90分程度)
- 4 講師:健康運動指導士 1名 ※講師料は市負担
- 5 申込方法:参加希望の団体は、実施予定日の1か月前までに、☎026-248-9023 健康づくり課 健康支援係までお申込みください。



秋のワークショップ「はじめてのゼンタングル®」



日 時: 10月9日(金曜日)

午前10時～12時

場 所: 南部地域公民館 実習室

内 容: ゼンタングルは、誰でも簡単に始められるアートメソッド“描く瞑想”と呼ばれています。小さな紙にペンで一筆一筆、丁寧に模様を描くことで、気楽にアートの時間が楽しめます。

講 師: いけがみ かずみ さん(ゼンタングル認定講師)

定 員: 8名(申込順)

参加料: 1,500円(材料費)

申込期間: 9月7日(月)～30日(水)

窓口または電話にて受付



秋のワークショップ「はじめてのポーセラーツ」10月・11月開催予定

ポーセラーツは、白磁器にシール感覚で使える転写紙で装飾を施すクラフトです。初めての方でも簡単に取り組むことができ、世界にひとつだけのオリジナル食器を作りませんか！詳細は、広報すざか10月号、南部地域公民館だより「がりゅう」次号にてお知らせします。

