2026年11月1日発行

おもちつき
参加者募集

12月5日(土)

午前10時～(受付)
10時30分～12時

主 催：地域づくり須坂未来塾 ＆ 中央地域づくり推進委員会
会 場：生涯学習センター　　対 象：中学生以下(小学3年生以下は保護者同伴)
定 員：40人(申込順)　　**申し込み期間：11月9日(月)～27日(金)**
参加費：300円/人(**事前集金 11月9日(月)～27日(金)まで**)

※キャンセルの場合…返金は11月27日(金)まで。それ以降のキャンセルは返金できません。
当日の欠席についても返金できませんのでご了承ください。

持ち物 ： おとな用の大きさのお弁当箱、おはし、飲み物

中央地域づくり推進委員会

「重伝建 町並みウォーク」

**須坂重要伝統的建造物群保存地区を散策し
長い歴史を経て今もなお残る建物や
町並みを歩いて見学します**

中央地域づくり推進委員会では「重伝建 町並みウォーク」と題して重伝建に選定された地域の歴史的な町並みを巡る地域学習会を開催します。今年は「曳家」をテーマに巡る予定です。普段見学できない所が見れるかも？！ぜひご参加ください。

【日　時】11月28日(土)★雨天決行
受付8時50分～正午(解散予定)
【集　合】生涯学習センター
【参加費】300円(保険代ほか)
【定　員】20名(申込順)
【申込期間】11月9日(月)～20日(金)
【申　込】中央地域公民館

回 覧

中央地域公民館だより

第76号
【発行】
須坂市
中央地域公民館

中央地域17町
人口6,871人
世帯数
3,286世帯
10月1日現在

中央地域公民館

ホームページ
公民館だよりカラー版も閲覧できます。

Instagram
生涯学習推進課

@SUZAKASHOGAIGAKUSYU

生涯学習推進課の事業や各地域公民館のイベントを発信中

2026年11月1日発行

各町の公民分館活動

穀町　高齢者交流会

穀町区で１０月４日(日)に「高齢者交流会」を開催しました。80歳以上（対象者７名中５名参加）最高齢は97歳。須坂市博物館長による講話「昔の生活を振り返るお話」。昔懐かしい道具（電話機・アイロン・ワープロなど）を紹介していただいたりスライドの上映会をしていただきました。
その後社会福祉協議会上部ブロックから記念品と松栄寿司のお弁当を。保健補導員会から汁物を準備いただいて豪華なお食事会となりました。

▶ 松栄寿司二段寿司弁当「潮風」。お汁は保健補導員会の手作りです！

◀ 手回しでかける黒電話。いまでは各家庭の固定電話も少なくなりましたね

懐かしい道具や、映像(昔の須坂駅や寿泉院の遊具など)をみて皆さんとても懐かしいご様子でした。

そのほか、穀町ふれあいサロン開催のご紹介や、区長から防災に対する心構えや、オレオレ詐欺の被害にあわないポイントなどの説明もありました。
最高齢97歳の方は「100歳を目標に病気をしないように暮らしています」とお話されました。

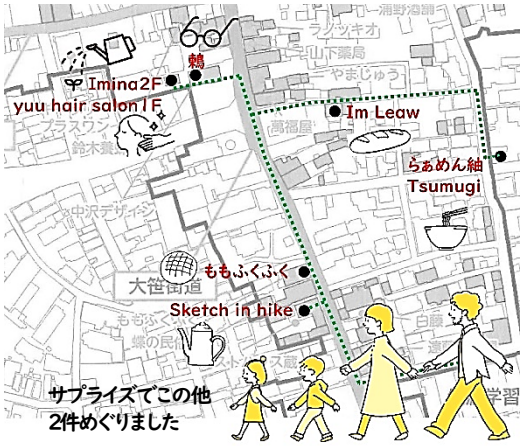
中央地域づくり推進委員会 主催

町並み小散歩

～重伝建エリアの素敵なお店めぐり～

実施しました

中央地域・重要伝統的建造物群保存地区エリア内外（近郊）のお店をガイドさんにご説明いただきながら散策しました。「こんなところにこんな素敵なお店が！」新発見がたくさんあった今回の町歩き。歴史的な学習会だけでなく新たなお店をめぐるのも楽しいですね。おやつのプリンも美味しかった～。ご参加頂いた皆さん、ご協力いただいた皆さん、ガイドさん。ありがとうございました。



中央地域公民館　講座のお知らせ

●ゆったりヨガ教室《全５回》

身体がかたくても体力に自信がなくても誰でもできるゆったりヨガです。

日　程:11月26日、12月3日、10日、17日、24日　すべて木曜日
時　間:午後1時30分～2時30分
場　所:生涯学習センター3階ホール
定　員:20名程度　　申込期間:11月2日(月)～
参加費:無料　　講師:跡部奈美さん
持ち物:ヨガマット又は大きめのタオル、飲み物

【お知らせ】地域のイベントなど載せたい情報がありましたら、中央地域公民館までご連絡ください

＊＊＊　お申込み・お問合せ　＊＊＊（平日９時～１６時３０分）
中央地域公民館　〒382-0911　須坂市大字須坂747-イ（常盤町）
TEL　026-214-6086　FAX　026-246-3906
メールアドレス：c-chuo@city.suzaka.nagano.jp