

生涯学習

おかや

No. 130

《各施設の連絡先》

岡谷市公民館
☎23571 ㊟23581
湊公民館
☎22300 ㊟231598
川岸公民館
☎232200 ㊟231681
長地公民館
☎278080 ㊟261317
博物館・美術館(月)
☎25854 ㊟25854
図書館(月)
☎22031 ㊟22031
婦人の家(日)
☎24149 ㊟24149
市民体育館(木)
☎28800 ㊟28808
() 内は休館日です



ぬくもりがぎっしりです

生涯学習

キックオフ!

平成14年度 働く親のための

乳 幼 児 学 級

～21世紀を生きる子の育ちを願って～

子育てに不安と、とまどいをいただきながら働いているみなさん方、この乳幼児学級に参加してみませんか。働いていない方々も歓迎いたします。

期日	内 容	講師・助言者（敬称略）
6/8 (土)	開講式・オリエンテーション 子育て悩みごと相談（講話と座談会）	市公民館長、社会教育指導員 飯田保健所長 黒田 育子
6/22 (土)	おいしいよ！ママのおやつ（婦人の家にて） ～手作りおやつレシピ～（実技）	市健康推進課栄養士
7/13 (土)	踊って、歌って楽しいな ～乳幼児のリトミック～（実技）	リトミックインストラクター 浜 美恵子
7/27 (土)	親と子の絆について ～子どもの心の安定をはかる～	松本児童相談所嘱託相談員 松沢 弥栄
8/24 (土)	自然観察と交流 ～やまびこ公園へハイキング～（交流）	前市公民館長 田口 慎
9/14 (土)	夢の世界を楽しむ（市立図書館にて） ～パネルシアターと読み聞かせ～（鑑賞）	前市立図書館職員 小松 令子 市立図書館職員
9/28 (土)	まるめて のぼして ほら、できた！ ～幼児のねんど遊び～（実技）	岡谷市教育委員長 宮坂 武男
10/12 (土)	童画に親しむ ～イルフ童画館訪問～（講話）	イルフ童画館名誉館長 二木 六徳
10/26 (土)	子育てを考えよう ～乳幼児期のしつけを中心に～（座談会）	若草保育園長
11/9 (土)	童謡をわが子に ～思いやりの心を育てる～（実技）・閉講式	市社会教育指導員 市公民館長

- ▷時 間 午前10時～11時30分 ▷会 場 岡谷市公民館ほか
 ▷対 象 市内在住の乳幼児（0～5才児）を持つ親・祖父母
 ▷定 員 20人 ▷主 催 岡谷市・湊・川岸・長地の各公民館
 ▷申込み 5月15日より各公民館にて受付けます（電話受付可能）
 定員になり次第締め切ります
 ※託児の用意があります。

- ▽日時 平成14年5月26日（日）
 午前7時15分 岡谷市公民館集合
- ▽見学場所
 麻績村 ・麻績神明宮（建物 国重文）
 ・法善寺（阿弥陀如来坐像ほか）
 ・福満寺（薬師如来坐像 国重文、
 不動明王立像ほか県宝）
- 坂北村 ・碩水寺（阿弥陀如来坐像ほか県宝）
 ・大日堂（大日如来坐像 国重文）
- 本城村 ・観音寺（馬頭観音像）
- ▽講師 元岡谷市史編纂委員 小口圭一先生
- ▽定員 40名 参加費6,000円（昼食、保険料を含む）
- ▽申込受付 5月13日（月）
 午後6時～6時15分
 参加費を添えて岡谷市公民館まで。
 （電話受付はいたしません）
 定員を超えた場合は抽選になります。



夢と

岡谷市公民館

春の史跡巡り

まんた
曼荼羅の里

の文化財

…新緑の筑北路を訪ね、
古社の数々を

心静かに訪ねたい…

乳幼児学級

乳幼児の自主的意欲的な芽生えを育てながら、豊かな心とたくましさをもつための子育てを支援します。

子育てに不安や悩みをもち、友達を作って語り合いたい皆さん、どの公民館も託児の用意がありますのでお気軽にご参加ください。

川岸公民館

☎ 23 2 2 0 0
FAX 23 1 6 8 1

心身ともに健やかな子どもを育てよう

期日	テーマ (内容)	講師・助言者 (敬称略)
5/29 (水)	開校式 オリエンテーションほか	川岸公民館長ほか
6/5 (水)	外国と日本 ～視野を広げる～ —生活を通して感じたこと—	市国際交流員 エリック・ リンドブロム
6/12 (水)	よりよい親子の関わり・・・1	県福祉大学校講師 小林 陸江
6/19 (水)	乳幼児の心と体の発達 座談会 (お互いの経験の交流)	市保健士
6/26 (水)	親子で楽しむ・・・1 パネルシアターと読み聞かせ	前市立岡谷図書館職員 小松 令子 市立岡谷図書館職員
7/3 (水)	子どもの心を育てる読み聞かせ	日本子どもの本の会 長野県支部長 小回 明
7/10 (水)	親子で楽しむ・・・2 イルフ童画館見学	イルフ童画館学芸員 ほか
7/17 (水)	保育園体験入学と園長先生のお話	つるみね保育園長ほか
7/24 (水)	母親のためのリラックス体操	健康運動指導士 上條 宏栄
9/4 (水)	親子で楽しむ・・・3 粘土細工	市教育委員長 宮坂 武男
9/11 (水)	親子で楽しむ・・・4 ～リトミックなど～	リトミック インストラクター 浜 美恵子
9/18 (水)	親子で楽しむ・・・5 ～紙で動物を作る～	家庭教育学級講師 田村 みどり
9/25 (水)	よりよい親子の関わり・・・2	元養護教諭 飯山 郁子
10/2 (水)	おやつ作り (実習)	市健康推進課栄養士
10/9 (水)	よりよい親子の関わり・・・3	フリースクール主宰 松沢 弥栄
10/30 (水)	閉講式 来年度の要望など	川岸公民館長 川岸公民館担当者

全16回 定員 30名
申込開始 5月7日(火) 定員になり次第締切り

長地公民館

☎ 27 8 0 8 0
FAX 26 1 3 1 7

☆親として、健やかな子どもの成長を願って☆

期日	テーマ (内容)	講師・助言者 (敬称略)
6/7 (金)	開講式・オリエンテーション 交流・記念撮影・講話等	長地公民館長 市社会教育指導員
6/14 (金)	丈夫な子を育てる (講話) ～こんなことに心がける～	市立岡谷病院 第三診療部長 吉江 春人
6/21 (金)	不思議な世界へご案内 (鑑賞) ～パネルシアターと読み聞かせ～	前市立岡谷図書館職員 小松 令子 市立岡谷図書館職員
6/28 (金)	親子の絆 (講話) ～健やかな成長のために～	市保護司会会長 小林 聖仁
7/5 (金)	ママと粘土で遊ぼう (実技) ～幼児の造形遊び～	元市蚕糸博物館長 翠川 昭久
7/12 (金)	わたしの悩みを聞いて (座談会) ～グループ討議～	横川・長地保育園長 長地乳幼児学級託児員
7/19 (金)	楽しい親子ハイキング (見学・交流) ～やまびこ公園での 自然とのふれあい～	市社会教育指導員 長地公民館職員
7/26 (金)	心の広い子に育つために (講話) ～みんなでなかよく～	市教育相談員
8/30 (金)	ママと作って遊ぼう (実技) ～紙を使った造形遊び～	造形教室ひよこの森 アトリエ主宰 岩波 玉穂
9/6 (金)	保育園の皆さんこんにちは (見学・交流) ～東掘保育園訪問～	東掘保育園長・他職員
9/20 (金)	親子でリズム体操 (実技) ～心と体、のびやかに～	健康運動指導士 上條 宏栄
9/27 (金)	自分たちで講座を作りあげよう ～自主企画講座～	学級生・運営委員会
10/4 (金)	ママのおやつ大好き (実技) ～乳幼児のための手作りおやつ～	市健康推進課栄養士
10/11 (金)	その子らしさを育てたい (講話) ～子育てもジェンダーフリーで～	県男女共同参画専門員 小池 喜代
10/18 (金)	おうたの時間でず (実技・講話) ～心を育てる歌唱指導～	市社会教育指導員
11/15 (金)	閉講式・反省会 (講話・懇親会)	長地公民館長 市社会教育指導員

全16回 定員 36人
申込資格 原則として長地地区在住で初回申込み者
申込開始 5月7日(火) 定員になり次第締切り

平成14年度

対象 市内に在住の乳幼児(0～5歳児)を持つ親、祖父母
 時間 午前10時～11時30分
 申込方法 傷害保険料(1人320円)を添えて各公民館まで

岡谷市公民館 ☎ 22 3 5 7 1
 FAX 22 3 5 8 1

21世紀を生きる子の成長を願って

湊公民館 ☎ 22 2 3 0 0
 FAX 23 1 5 9 8

「親子で学んで成長しよう」

期日	テーマ(内容)	講師・助言者(敬称略)
5/31 (金)	開講式、オリエンテーション 子育て座談会パート1 ～グループごとに～	岡谷市公民館長 市社会教育指導員 前年度乳幼児学級代表
6/7 (金)	おいしいよ! ママのおやつ 〈保健センターにて〉 ～手作りおやつのリシピ～(実技)	市健康推進課栄養士
6/14 (金)	子育て座談会パート2 ～乳幼児期に大切にしたいこと～ (座談会)	岡谷市内保育園長6名
6/28 (金)	踊って歌って 楽しいね! ～集中力を養うリトミック～ (実技)	リトミック インストラクター 浜 美恵子
7/5 (金)	乳幼児と読書 ～言葉の発達を読み聞かせ～	茅野市読書アドバイザー 本間 佐男
7/12 (金)	保育園のみなさん今日は ～小口保育園訪問～ (交流)	小口保育園長
7/19 (金)	病気にかからない子に ～乳幼児の健康～	市立岡谷病院 第三診療部長 吉江 春人
7/26 (金)	やまびこ公園へハイキング ～自然観察の楽しみとふれあい～ (観察と交流)	前岡谷市公民館長
8/30 (金)	プール遊びに挑戦! ～市民水泳小プールにて～ (実技)	スイミング インストラクター 小口美枝子 他
9/6 (金)	まるめて のびして ほら、できた! ～創造力を伸ばす粘土遊び～ (実技)	岡谷市教育委員長 宮坂 武男
9/13 (金)	童画に親しむ ～イルフ童画館にて～	イルフ童画館名誉館長 二木 六徳
9/27 (金)	お母さんのためのエアロビクス ～身も心もリフレッシュ～ (実技)	健康運動指導士 深沢 由子
10/4 (金)	童謡をわが子に ～やさしさ・思いやりを育む童謡～ (実技)	市社会教育指導員 アシスタント 茅野美恵子
10/11 (金)	しなやかな子育て ～わが子の自立を願って～ (講話)	長野県福祉大学校講師 小林 睦江
10/25 (金)	夢の世界を楽しむ 〈市立図書館にて〉 ～パネルシアターと読み聞かせ～ (鑑賞)	前市立岡谷図書館職員 小松 令子 市立岡谷図書館職員
11/8 (金)	閉講式、子育て座談会 パート3 ～受講のまとめとOG会の結成～	岡谷市公民館長 市社会教育指導員

全16回 定員40人
 申込開始 5月7日(火) 定員になり次第締切り

期日	テーマ(内容)	講師・助言者(敬称略)
5/29 (水)	開講式・子育ての諸問題 (グループ会)	公民館担当者
6/5 (水)	あなたの子育てを聞きたい (座談会)	家庭教育学級講師 田村 みどり
6/12 (水)	子どもとともに① ～リトミック～ (実技)	リトミック インストラクター 浜 美恵子
6/19 (水)	子どもの発達と健康 (講義)	市立岡谷病院医師
6/26 (水)	童画と児童図書にふれる (鑑賞)	イルフ童画館長ほか
7/10 (水)	子どもとともに② ～粘土を使って～ (実技)	市教育委員長 宮坂 武男
7/17 (水)	将来を見通しての子育て (講義)	市教育相談員
7/24 (水)	子どもとともに③ ～パネルシアターと読み聞かせ～ (鑑賞)	前市立岡谷図書館職員 小松 令子 市立岡谷図書館職員
9/4 (水)	子どもとともに④ ～やまびこ公園～ (観察)	公民館担当者
9/11 (水)	こんなことできるといいな (講義)	観音保育園長
9/18 (水)	よい親子関係のために (講義)	元養護教諭 飯山 郁子
9/25 (水)	子どもとともに⑤ ～紙を使って～ (実技)	家庭教育学級講師 田村 みどり
10/2 (水)	わたしは変わるか (講義)	フリースクール主宰 松沢 弥栄
10/9 (水)	保育園のみなさんこんにちは ～桃園保育園訪問～	桃園保育園長ほか
10/16 (水)	手作りおやつを子どもに (実習)	市健康推進課栄養士
10/30 (水)	わたしの育児仲間・閉講式 (講義と座談会)	乳幼児学級OG 公民館担当者

全16回 定員24名
 申込開始 5月7日(火) 締切日 5月22日(月)

女性学級



申込み 直接または電話等で各公民館へ
(材料費等かかる場合がございますので、詳しくは各公民館へお問合せください)

川岸公民館

☎ 23 2 2 0 0
FAX 23 1 6 8 1

～心身ともに健康な生活を送りましょう～

期日	テーマ (内容)	講師・助言者 (敬称略)
5/31 (金)	はじまるよ!女性学級 懐かしい歌を歌おう	川岸公民館長 岡谷熟年歌唱会名誉会長 行田 敏一
6/7 (金)	運動で健康を… ウォーキングと体操	健康運動指導士 深沢 由子
6/14 (金)	笑いで健康を… 健康落語でわっはっは!	医師 (芸名:直志亭かんだ) 伊藤 隆一
6/21 (金)	食事で健康を… おいしいヘルシー料理	管理栄養士 今井 郁乃
6/28 (金)	親指で健康を… つば押し体操①	指圧あんま マッサージ師 水上 英子
7/5 (金)	親指で健康を… つば押し体操②	指圧あんま マッサージ師 水上 英子
7/12 (金)	生活を考える…① 知って得する生活のマナー	禮法小笠原流教授 中山 勝博
7/19 (金)	やさしい着付け① 和を装う…ゆかた…	よそおい和装学院 学院長 島田美千子
7/26 (金)	やさしい着付け② お盆をゆかたで…	よそおい和装学院 学院長 島田美千子
9/6 (金)	生活を考える…② うまい話には… (悪質商法)	市環境安全課職員
9/13 (金)	フラワーアレンジメント お花で心も飾りましょう	ネイチャー フーリスト 島田美千子
9/20 (金)	川岸の歴史～小学校今昔～ 新倉学校から川岸尋常高等小学校 まで	蚕糸博物館・ 美術考古館長
9/28 (土)	自主企画講座 バスハイク	
10/4 (金)	懐かしい音色と共に アコーディオンで歌おう	アコーディオン奏者 堀向 雅夫
10/11 (金)	茶話会で振り返る 終わりだね!また来年	川岸公民館長 川岸公民館担当者

全15回 定員30名
時間 午後7時から8時30分
申込開始 5月7日(火) 定員になり次第締切り

長地公民館

☎ 27 8 0 8 0
FAX 26 1 3 1 7

～仲間と見つける新たなゆとり～

期日	テーマ (内容)	講師・助言者 (敬称略)
6/5 (水)	今年も開店!女性学級歌声喫茶	アコーディオン奏者 堀向 雅夫
6/12 (水)	わが家のエコライフ ～節約・リサイクルの知恵～	受講生
6/19 (水)	岡谷おすすめスポット紹介 ～あるあるある!岡谷の見所～	市商業観光課職員
6/26 (水)	親しき仲にも礼儀あり ～冠婚葬祭のマナー～	禮法小笠原流教授 中山 勝博
7/3 (水)	遺伝子組替え作物の現状 ～あなたの食卓は大丈夫ですか?～	農学士 花山 秀昭
7/10 (水)	古典に親しむ ～古典の時代を生きた女性たち～	松本短期大学非常勤 講師 小口 倫司
7/17 (水)	リサイクルで小物づくり ～古布でつくる ティッシュボックスケース～	手芸講師 笠原 國子
7/24 (水)	日本とアメリカを結ぶ ～どちらも私の国～	信州大学・ 豊南短期大学講師 有賀メアリー
9/4 (水)	フォークダンス ～笑顔で体を動かそう!～	諏訪湖フォークダン スクラブの皆さん
9/11 (水)	全国おすすめスポット紹介 ～あるあるある!日本の見所～	旅行代理店 藤原 正夫
9/18 (水)	身近で利用できる薬草 ～美味しく便利で体にいい～	県自然観察 インストラクター 武井 末子
9/25 (水)	長地の先人に学ぶ ～「一服16文」医聖 永田徳本～	郷土学習館研究員 浜 喜信
10/5 (土)	バスハイク ～戸隠忍法屋敷～	受講生
10/9 (水)	ソバ打ち ～自分のソバを打って食べる!～	全国麺類文化地域間 交流推進協議会二段 小田切明剛
10/16 (水)	マジックショーと閉講式	クラブMGCの皆さん

全15回 定員30名
時間 午後7時30分から9時
申込開始 5月7日(火) 定員になり次第締切り

平成14年度

岡谷市公民館

☎ 22 3 5 7 1
FAX 22 3 5 8 1

心豊かに生きる…いまよりちょっと“かがやきたいネ”

期日	テーマ (内容)	講師・助言者 (敬称略)
5/23 (木)	開講式 歌いましょう♪ なつかしの歌、思い出の歌	公民館長 公民館主事 社会教育指導員
5/30 (木)	講話 泥沼に咲いた花 中村久子と益田小夜の生涯	元岡谷東部中学校校長 児平 敏郎
6/6 (木)	講話 変貌する中国 最近の経済成長と人々の暮らしぶり	市日中友好協会会長 海沼 知久
6/13 (木)	フォークダンスで体を軽く 音楽に合わせてステップ&ステップ	諏訪湖フォークダンス クラブ
6/20 (木)	季節の花をもっと身近に (1) 寄せ植えを楽しむ室内ガーデニング	農学士 花山 秀昭
7/6 (土)	旧 (イチヤマカ) 林家住宅見学 シルクと金唐紙の館で往時を偲ぶ	林家住宅ガイド 横田 幸子
7/7 (日)	バスハイク 城下町小田原見て歩き 歴史と文学・北条五代夢の跡を探訪	湊公民館と合同
7/18 (木)	筆ペン講座 (1) 芳名帳と祝儀袋の書き方	清雲会講師 秋山 映湖
7/25 (木)	学級親睦交流会	公民館長 公民館主事 社会教育指導員
8/22 (木)	ハーブのある生活 香りと素材の生かし方	ハーブ・芳香療法 萩尾エリ子
8/29 (木)	料理実習「おやき特集」 野沢菜、ひじき、ナス、など	岡谷市食改
9/5 (木)	受講記念のものづくり講座 自分だけのペンダントを作る	岡谷七宝会
9/12 (木)	やさしい短歌の作り方 (1) 作品鑑賞《物を見る目と心》	紫苑の会講師 由井しげ子
9/19 (木)	やさしい短歌の作り方 (2) 短歌を作る《生まれ出る言葉》	紫苑の会講師 由井しげ子
10/3 (木)	季節の花をもっと身近に (2) 寄せ植えを楽しむ室内ガーデニング	農学士 花山 秀昭
10/10 (木)	料理実習「寿司特集」 菊花寿司、かんぴょう寿司、花寿司	岡谷市食改
10/17 (木)	筆ペン講座 (2) 年賀状を毛筆で書く	清雲会講師 秋山 映湖
10/30 (木)	フランス料理 テーブルマナーと閉講式	

全18回 定員50名
時間 午後7時から8時30分
申込開始 5月7日(火) 定員になり次第締切り

湊公民館

☎ 22 2 3 0 0
FAX 23 1 5 9 8

「日本人のこころ～豊かで充実した生活のために～」

期日	テーマ (内容)	講師・助言者 (敬称略)
5/28 (火)	「古典文学の楽しみ」 ～名作つまみ食い～ (講義)	湊公民館担当者
6/4 (火)	「中国」と「ニッポン」 (講義)	在日外国人 方 媛(ホウ・エン)
6/11 (火)	「中国家庭料理入門」 (実習)	在日外国人 方 媛(ホウ・エン)
7/2 (火)	「日常の作法」 ～日常生活のマナー～ (講義)	禮法小笠原流教授 中山 勝博
7/7 (火)	バスハイク 城下町小田原見て歩き 歴史と文学・北条五代夢の跡を探訪	岡谷市公民館と合同
7/16 (火)	「日常の作法」 ～冠婚葬祭のマナー～ (講義)	禮法小笠原流教授 中山 勝博
7/30 (火)	「健康な身体づくり (体操)」 (実技)	体操教師 浜野きよ子
8/6 (火)	「日ごろの生活と警察」 (講義)	岡谷警察署署員
8/20 (火)	「美しい地球のために」 ～私たちができること～ (講義)	市環境清掃課職員
9/3 (火)	「暮らしの筆字」 (実習)	生涯学習 インストラクター 浜 善信
9/17 (火)	「ともに、幸せさがし」 (講義)	伊那教育事務所 指導主事 原 宏
10/1 (火)	「湊のあれこれ」 (講義)	郷土史家 小坂 了
10/8 (火)	「和菓子をつくろう！」 (実習)	和菓子店経営

全13回 定員20名
時間 午後7時から8時30分
申込開始 5月7日(火) 締切日 5月24日(金)

