



春だ!

さあ

生涯学習を

始めよう!



国重要文化財

旧林家住宅

講演会と茶会のお知らせ

指定記念講演会

「建物に見る明治期製糸家の経営精神に学ぶ」

5月10日(土) 午後1時30分～4時30分

会場 イルフプラザ3階 多目的ホール 聴講無料

コーディネーター 吉沢政己 信濃建築史研究室代表

講師 大河直躬 千葉大学名誉教授

初田 亨 文化審議会文化財分科会

第2専門委員会委員

春の茶会

日本の伝統文化を体験しませんか

5月11日(日) 午前10時～午後3時

会場 旧林家住宅茶室

席主 笠原宗明 表千家流教授

入館料無料

お茶代 500円

主催 岡谷市教育委員会

問合せ 生涯学習企画課(文化財) ☎23-4811 内線1462

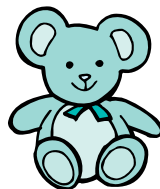
平成15年度

土曜乳幼児学級

～21世紀を生きる子の育ちを願って～

乳幼児を持つお母さんお父さん、働きに出ているみなさん、土曜日なら参加できるという方々のために、今年度から『土曜乳幼児学級』と名称を変えて開講します。子育てに不安ととまどいを抱いている方、友達を持ちたいと思う方、この乳幼児学級に参加してみませんか。

期日	内 容	講師等（敬称略）
6/7 (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)	生涯学習活動センター長 社会教育指導員 県福祉大学校講師 小林陸江
6/21 (土)	おいしいよ！ ママのおやつ ～手作りおやつレシピ～ (実技)	市健康推進課栄養士
7/12 (土)	たのしいうたとリズムあそび ～感性を育てる～	リトミックインストラクター 浜 美恵子
7/19 (土)	乳幼児の病気を考える ～子どもの心身の安全を～	市立岡谷病院小児科医師
8/23 (土)	自然観察の楽しみとふれあい ～やまびこ公園へハイキング～ (観察と交流)	元岡谷市公民館長 田口 慎
9/13 (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)	前市立岡谷図書館職員 小松令子 市立岡谷図書館職員
9/27 (土)	まるめて のばして ほら、できた！ ～幼児の粘土遊び～ (実技)	前岡谷市教育委員長 宮坂 武男
10/11 (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
10/25 (土)	消防車と仲良しになろう ～消防署の見学～	諏訪広域岡谷消防署職員 他
11/8 (土)	子育てを考えよう (座談会) ～乳幼児期のしつけ～ (実技) 閉講式	市内保育園長 生涯学習活動センター長 社会教育指導員



- ◆ 時 間 午前10時～11時30分
- ◆ 会 場 カルチャーセンター
- ◆ 対 象 市内在住の乳幼児
(0～5歳) を持つ親・祖父母
- ◆ 定 員 20名
(定員になり次第締め切り)
- ◆ 受講料 無料
(保険料 親子とも1人200円)
- ◆ 申込み 5月8日(木)～
カルチャーセンター・各公民館へ
(電話での仮受付も可能)
※託児あります。

説明会 5月14日(水)15日(木) 午後7時30分～9時
イルフプラザ3階カルチャーセンター第7研修室

平成15年度カルチャーセンター青年学級

新規メンバー
大募集！

きんくら
金・曜・ウ・ラ・フ

仲間を作り、体を動かし、頭をひねる
～探しませんか「新自分発見伝」～

若者が集い、スポーツや旅行、お料理、学習会などいろいろな講座を自ら企画し、「憩いの場」「学習の場」「仲間作りの場」として積極的に活動しています。メンバー自らが「講師」になることもあります。

昨日の他人が、今日の友になるかも？週末の夜を少し変えてみませんか。
お気軽にお越しください！

- 対 象 市内在住・在勤でおおむね18～35歳の独身の方
- 活動日 基本的に金曜日 午後7時30分～9時
- 会 場 イルフプラザ3階カルチャーセンター
- 受講料 無料 (講座により実費)
- 定 員 40名
- 申込み 5月7日(水)～ 会場へ直接または電話等で



カルチャーセンター ☎ 24-8401 FAX 24-8442 E-mail sgkc@city.okaya.nagano.jp

5/23	開講式・懇親会
5/30	ボウリング大会
6/6	七変化のロープワーク
6/13	定番ゲーム
6/20	辰野ほたる祭り
6/27	トップ経営者に聞く経営理念
7/4	バトミントン・ソフトバレー
7/11	トークディスカッション
7/18	スピーチ入門
7/25	ゴルフの基礎
8/8	環境問題とエネルギー
8/22～	須崎市青年学級
8/24	合同開催キャンプ
8/30	きれいな包装テクニック
9/5	中国語入門①
9/12	中国語入門②
9/19	後期日程編成会①
9/26	後期日程編成会②
10/3	冠婚葬祭の実際
10/10	食事とお酒のいい関係
10/17	中華料理
10/24	自主活動
11月	文化祭イベント参加

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みなさん、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

☎ 23-2200
FAX 23-1681

～心身ともに健やかな子どもを育てよう！～

期日	テーマ（内容）	講師等（敬称略）
5/28 (水)	開講式 オリエンテーションほか	公民館担当者
6/4 (水)	育児座談会…1 ー育児・生活等気楽に 話し合い互いを知り合うー	市社会教育指導員
6/11 (水)	今、お母さん方に考えて欲しい事	前市母子相談員 降旗 国春
6/18 (水)	親子で楽しむパネルシアターと 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
6/25 (水)	母親のためのリフレッシュ体操	フィットネス インストラクター 上條 宏栄
7/2 (水)	リトミックで楽しむ リズムに乗って	リトミック インストラクター 浜 美恵子
7/9 (水)	イルフ童画館見学 ー武井武雄・佐藤忠良の世界ー	イルフ童画館学芸員 ほか
7/16 (水)	粘土細工 ー乳幼児の最初の創造活動ー	前岡谷市教育委員長 宮坂 武男
7/23 (水)	絵本はこどもの心の栄養 ー選び方・読み聞かせ方等ー	日本こどもの本の会 県支部長 小口 明
7/30 (水)	交流保育 ー夏明保育園を訪ね保育園の 理解を深めるー	夏明保育園長・保育士 公民館担当者
8/27 (水)	育児座談会…2 ー育児の悩みを語り合おうー	市健康推進課保健士
9/3 (水)	やまびこ公園での交流会	市社会教育指導員
9/10 (水)	おやつ作り（実習） ーこどもに美味しい手作りおやつー	市健康推進課栄養士
9/17 (水)	こどものつまずきと親の心構え ー子の発達段階と親ー	フリースクール主宰 松沢 弥栄
9/24 (水)	秋・心に残る歌を楽しむ	前市社会教育指導員 降幡 智敏 アシスタント 茅野美江子
10/15 (水)	育児座談会…3 ー反省・これからの事ー 閉講式	公民館担当者

全 16 回 定員 30 名

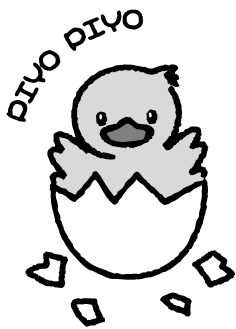
長地公民館

☎ 27-8080
FAX 26-1317

～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）	講師等（敬称略）
6/6 (金)	開講式・オリエンテーション 交流・写真撮影・講話等	公民館担当者
6/13 (金)	子育てを考える（講話） ～これからの家庭教育～	長野県福祉大学校講師 小林 陸江
6/20 (金)	不思議な世界へご案内（観賞） ～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
6/27 (金)	おうたの時間です（講話・実技） ～心を育てる歌唱指導～	前市社会教育指導員 降幡 智敏
7/4 (金)	ママと粘土で遊ぼう（実技） ～幼児の造形遊び～	元岡谷蚕糸博物館長 翠川 昭久
7/11 (金)	わたしの悩みを聞いて（座談会） ～グループ討議～	横川・東堀保育園長
7/18 (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～	公民館担当者
7/25 (金)	思いやりの心を（講話） ～のぞましい家族のあり方～	元辰野町公民館長 岩波 昭賢
8/29 (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
9/5 (金)	こんにちは いっしょに遊んでね （見学・交流） ～長地保育園訪問～	長地保育園長・保育士
9/12 (金)	日本の子育て、アメリカの子育て （講話） ～のぞましい子育ての願い～	信州大学・東京理科大学 講師 有賀 メアリー
9/19 (金)	親子で運動遊び（実技） ～心と体、のびやかに～	フィットネス インストラクター 上條 宏栄
9/26 (金)	自分たちで講座を作り上げよう （自主講座） ～自主企画講座～	学級生・運営委員会
10/3 (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～	市健康推進課職員
10/17 (金)	乳幼児の言語指導（講話） ～お母さんのかたかけ～	家庭相談員 伊藤 永子
10/31 (金)	閉講式・反省会（講話・懇親会）	公民館担当者

全 16 回 定員 36 名



- 対 象 市内に在住の乳幼児（0～5歳）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、カルチャーセンターまで
（材料費等かかる場合がございますので詳しくは会場へお問い合わせください）
- 申込開始 5月8日（木）から（定員になり次第締め切ります）

イルフプラザ

カルチャーセンター ☎ 24-8401
FAX 24-8442

湊 公 民 館

☎ 22-2300
FAX 23-1598

～21世紀を生きる子の成長を願って～

～親子で学んで成長しよう～

期日	テーマ（内容）	講師等（敬称略）
5/30 （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～	生涯学習活動センター 職員 前年度乳幼児学級代表
6/6 （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人
6/20 （金）	親と子のきずなについて ～子どもの心の安定をはかる～ （講話）	フリースクール主宰 松澤 弥栄
6/27 （金）	幼稚園の皆さん こんにちは ～ヤコブ幼稚園訪問～ （交流・見学）	ヤコブ幼稚園長
7/11 （金）	おいしいよ！ ママのおやつ ～手作りおやつレシピ～ （実技）	市健康推進課栄養士
7/25 （金）	たのしいたとリズムあそび ～感性を育てる～ （実技）	リトミック インストラクター 浜 美恵子
8/22 （金）	諏訪湖遊覧を楽しもう ～竜宮丸にのって～ （交流・見学）	市社会教育指導員
8/29 （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
9/12 （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）	元岡谷市公民館長 田口 慎
9/19 （金）	まるめて のばして ほら、できた！ ～創造力を伸ばす粘土遊び～ （実技）	前岡谷市教育委員長 宮坂 武男
9/26 （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
10/3 （金）	童画に親しむ ～イルフ童画館にて～ （講話・鑑賞）	イルフ童画館名誉館長 二木 六徳
10/10 （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
10/17 （金）	絵本を楽しむ ～ことばの発達と読み聞かせ～ （講話・鑑賞）	茅野市読書アドバイザー 本間 佐男
10/24 （金）	童謡をうたおう ～心の結びつきを高める～ （講話・実技）	前市社会教育指導員 降幡 智敏 アシスタント 茅野美江子
11/7 （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～	生涯学習活動センター 職員

希望者による 第1回 11月18日（火）午前10時～11時30分…前半
救急救命法講習会 第2回 11月19日（水） " …後半

期日	テーマ（内容）	講師等（敬称略）
5/28 （水）	開講式 子育ての諸問題 （グループ会）	公民館担当者
6/4 （水）	あなたの子育てわたしの子育て （座談会）	家庭教育学級講師 田村 みどり
6/11 （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
6/25 （水）	子どもの発達と健康 （講話）	市立岡谷病院 小児科医師
7/2 （水）	子どもとともに② （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
7/9 （水）	将来を見通しての子育て （講話）	市教育相談員
7/16 （水）	童画と子どもの本 （イルフ童画館を訪ねる） （鑑賞）	イルフ童画館長ほか
7/23 （水）	子どもとともに③ （粘土を使って） （実技）	前岡谷市教育委員長 宮坂 武男
9/3 （水）	子どもとともに④ （やまびこ公園） （観察）	公民館担当者
9/10 （水）	保育園のみなさんこんにちは （観音保育園訪問）	観音保育園長ほか
9/17 （水）	よい親子関係のために （講話）	元養護教諭 飯山 郁子
10/1 （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
10/8 （水）	言葉の発達と読書 （講話）	茅野市読書アドバイザー 本間 佐男
10/15 （水）	のぞましい母へ （講話）	フリースクール主宰 松澤 弥栄
10/29 （水）	手作りおやつを子どもに （実習）	市健康推進課栄養士
11/5 （水）	育児とその仲間 （講話と座談会） 閉講式	乳幼児学級OG 公民館担当者

全16回 定員 24名

全16回 定員 40名

高齢者セミナー・学級

カルチャーセンターでは、高齢者学級から高齢者セミナーへ名称を変えて開催します。(湊・川岸・長地公民館での名称は高齢者学級です)
みなさん、奮ってお申し込みください！

川岸公民館

☎ 23-2200
FAX 23-1681

～お互いの親睦を深め生きがいを求めていきましよう！～

期日	テーマ (内容)	講師等 (敬称略)
5/30 (金)	開講式 懐かしい歌を歌おう	公民館担当者 岡谷熟年歌唱会名誉会長 行田 敏一
6/6 (金)	駒沢区史編纂から見た へんさん 庶民の生きざま	駒沢区史編纂委員長 宮沢 広光
6/13 (金)	達者でくらす…① ふだんの食事で心する事	市健康推進課栄養士
6/20 (金)	達者でくらす…② 体を動かす	健康運動指導士 深沢 由子
6/27 (金)	達者でくらす…③ 高齢者の心の健康を考える	市立岡谷病院医師
7/4 (金)	旅の楽しみ方	旅行プランナー 小松 政行
7/11 (金)	東海地震に備える ー東海地震に係る 地震防災強化地域の備えー	市地域振興課職員
7/18 (金)	趣味を育てよう① 俳句作りの基礎を学ぶ	県俳人協会顧問 宮下 白泉
7/25 (金)	最近の教育の様子と 高齢者に期待する事	川岸小学校長 嶺 豊彦
9/5 (金)	新倉 びしゃもんどう 沙門堂の文化財と 木曾義仲にまつわる伝承や史実	前岡谷蚕糸博物館長 田中 泰治
9/12 (金)	趣味を育てよう② 俳句の観賞 ー川岸高齢者学級句集よりー	県俳人協会顧問 宮下 白泉
9/19 (金)	学級参加者の 体験・意見・生活等の発表会	市社会教育指導員
9/26 (金)	バスハイク ～北信を訪ねる～ ー善光寺・松代・県歴史館見学ー	公民館担当者
10/3 (金)	市町村合併について 理解を深め疑問に答える	市広域合併推進室職員
10/10 (金)	仏像・その造形と人々の願い	示現会会員 宮坂 昭吉
10/17 (金)	来年度の要望等 閉講式	公民館担当者

全16回 定員60名 午後1:30～3:00

長地公民館

☎ 27-8080
FAX 26-1317

～今年も仲間との学び合いで、生きがいを見いだそう～

期日	テーマ (内容)	講師等 (敬称略)
6/3 (火)	開講式・班づくり オリエンテーション 写真撮影・自主学習グループづくり	公民館担当者
6/10 (火)	心の残るあの歌この歌 (講話・実技) ～音楽教室～	岡谷熟年歌唱会名誉会長 行田 敏一
6/17 (火)	自主学習 班別学習発足 ① (実習) ～自己紹介・学習計画～	市社会教育指導員・ 学級生
6/24 (火)	健康体操で和気あいあい (講話・実技) ～短時間でリフレッシュ～	健康運動指導士 深沢 由子
7/1 (火)	自主学習 班別活動 ② (実習)	市社会教育指導員・ 学級生
7/8 (火)	長地の霊場 1 (講話) ～諏訪百番観音霊場～	生涯学習のボランティア 会会長 横内 達夫
7/15 (火)	長地の霊場 2 (講話) ～諏訪八十八番霊場～	生涯学習のボランティア 会会長 横内 達夫
7/22 (火)	ともに生きる (講話) ～助け合いの心～	前市社会教育指導員 降幡 智敏
9/2 (火)	自主学習 班別活動 ③ (実習)	市社会教育指導員・ 学級生
9/9 (火)	ジャーナリスト五十年を振り返り (講話) ～思い出の事件簿～	元新聞記者 元LCVテレビキャスター 広瀬 博人
9/16 (火)	自主学習 班別活動 ④ (実習)	市社会教育指導員・ 学級生
9/30 (火)	バスハイク (視察・研修) ～富士川文化と身延山久遠寺を 訪ねて～	公民館担当者
10/7 (火)	諏訪神社と御柱 1 (講話) ～上社・下社成立の背景から考察～	郷土史家 市川 一雄
10/14 (火)	諏訪神社と御柱 2 (講話) ～諏訪信仰の謎を巡って～	郷土史家 市川 一雄
10/21 (火)	合併とまちづくり (講話) ～六市町村の足並み～	市広域合併推進室職員
10/28 (火)	閉講式・班別活動発表会 (講話・懇親会)	公民館担当者

全16回 定員70名 午後1:30～3:00



平成15年度

■申込方法

直接または電話で各公民館、カルチャーセンターへ
(材料費等かかる場合がございますので詳しくは
各会場へお問い合わせください)

■申込開始

5月8日(木)から(定員になり次第締め切ります)

イルフプラザ

カルチャーセンター

☎ 24-8401

FAX 24-8442

～健康と生きがいを、求めて学ぶ 木曜日～

期日	テーマ(内容)	講師等(敬称略)
5/29 (木)	開講式・説明会 心に太陽、くちびるに歌	生涯学習活動センター長 岡谷熟年歌唱会名誉会長 行田 敏一
6/5 (木)	うまい話にご用心 ～新たな手口のあれこれ～	市環境安全課職員
6/19 (木)	古典文学の楽しみ	長野県林業大学校非常 勤講師 小口 倫司
6/26 (木)	健やかな人生をおくるために	岡谷病院内科医師
7/2 (水)	童画に親しむ (イルフ童画館見学)	イルフ童画館名誉館長 二木 六徳
7/10 (木)	イタリア見聞録	会社会長 小口 裕造
7/17 (木)	太極拳	太極氣功師範 長林 みどり
7/24 (木)	道祖神について	生涯学習のボランティ ア会会長 横内 達夫
8/21 (木)	伊沢修二の人生 ～音楽と教育～	前社会教育指導員 降幡 智敏
8/28 (木)	短歌入門	紫苑の会講師 由井 しげ子
9/4 (木)	合併について ～メリットと問題点～	市広域合併推進室職員
9/18 (木)	島木赤彦の作品鑑賞	島木赤彦研究会長野県 支部長 小口 明
9/25 (木)	バスハイク	生涯学習活動センター 職員
10/9 (木)	山城探訪	前岡谷市教育委員長 宮坂 武男
10/16 (木)	短歌添削発表・閉講式	生涯学習活動センター長 紫苑の会講師 由井 しげ子

全15回 定員120名 午前10:00～11:30

湊公民館

☎ 22-2300

FAX 23-1598

～楽しく学んで元気な毎日～

期日	テーマ(内容)	講師等(敬称略)
5/30 (金)	開講式・現代学生気質	公民館担当者
6/6 (金)	声高く歌いましょう	岡谷熟年歌唱会名誉会長 行田 敏一
6/13 (金)	市町村合併とわたしのくらし	市広域合併推進室職員
6/20 (金)	日本に生活して思うこと	(財)岡谷市国際交流協会 国際交流員 エリック・リンドブロン
6/27 (金)	諏訪信仰とおんばしら	諏訪市手長神社宮司 宮坂 清
7/4 (金)	たったひとりのために	作家・エッセイスト 柳谷 郁子
7/11 (金)	高齢者医療制度と医療費	市健康推進課職員
7/18 (金)	高齢者の心の健康	市立岡谷病院医師
9/5 (金)	わたしも今日から俳人	NHK学園講師 原 天明
9/12 (金)	しなやかな身体に	体操教師 浜野 きよ子
9/19 (金)	新倉毘沙門天立像と木曾義仲 ～その伝承と史実～	前岡谷蚕糸博物館長 田中 泰治
9/26 (金)	諏訪の方言を拾う ②	下諏訪町教育委員 小口 崇博
10/3 (金)	寺院の塔 ～信濃の塔を中心に～	示現会会員 宮坂 昭吉
10/10 (金)	バスハイク ～佐久市内の寺院めぐり～	公民館担当者
10/17 (金)	おふれがき 御触書にみる江戸時代 ～鳴り物停止令を中心に～	湊公民館主事
10/31 (金)	良寛の心にいる女性・閉講式	公民館担当者

全16回 定員50名 午後1:30～3:00