

いっしょに遊ぼう！！

親子ふれあい広場 子育てセミナー



総合学習センター
では、子育てに関
連する講座を開催
しています。

●親子のふれあい広場
保育園・幼稚園入園前
の1歳6ヶ月以上の子どもと
保護者の方が対象です。保
育士さんたちと一緒に色々
な遊びを学んでいきます。
近所に同年代の子どもが
いない、子どもとどのよう
に遊んでいいかわからない、
育児の悩みを話せる友達が
欲しいなどと思っている方
この広場に来てみんなと一
緒に遊びませんか。
お散歩・お遊戯・紙工作・
粘土遊び等季節にあった遊
びやお楽しみ会もあります。
子どもと一緒に遊んで
色々なことを体験し、子ど
もを理解し、その子の持つ
ている良さを伸ばしてあげ
ましょう。子育て中の色々
な不安も、ここに来れば少
しは和らぐかもしれません。
お友達を作って楽しい子育
てをしませんか。
おじいちゃん、おばあちゃ
ん、お父さんの参加も大歓迎
です。

●子育てセミナー
子育て中の保護者の方を
対象とした講演会を行うセ
ミナーです。
「育児は育自」ー子どもの
成長と共に親自身も成長し
ていこうーをテーマに平
成18年度は6回コースで行
いました。
子育てに伴う悩みや不安
や疑問を専門の先生方のお
話を聞いて、答えを探って
いきます。その他座談会を
したり、体を動かしてスト
レスを発散するなど月に1
回の講座なので、小さな子
どもを持つ方たちにとつて
は、いつもとちよつと違つ
た刺激を受けるチャンスで
す。ご希望の方には託児を
していますので、安心して
受講できます。
セミナーの企画・運営は
子育て中のお母さん方が運
営委員となつて行つていま
すのでタイムリーな話題が
盛り沢山です。
平成19年度は、6月から
募集を行い7月からスター
トの予定です。

公民館 報民 いையま

No.610

平成19年(2007)3月15日発行
発行・編集：飯山市民館
〒389-2253
飯山市大字飯山1436-1
電話：0269-62-3342
FAX：0269-62-5940

飯山雪国大学文化講演会開催

遠藤守信先生

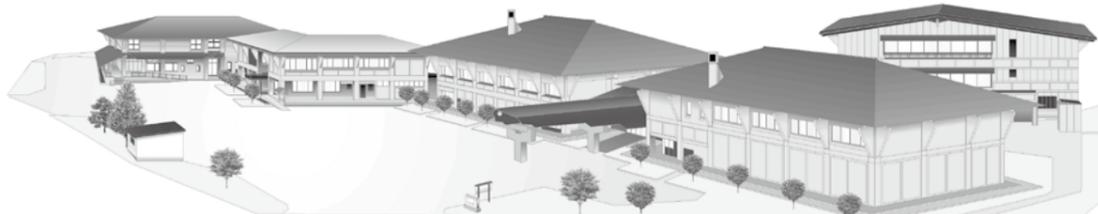
地域活性化を講演



3月3日(日)平成19年度
飯山雪国大学の締めくくりと
して、文化講演会を開催いた
しました。

講師にカーボンナノチュー
ブ等ナノテクノロジーの権威
で、ノーベル賞候補者として
世界で活躍しておられる信州
大学の遠藤守信教授をお招き
し、「地域が輝く創造性教育」
と題しご講演をいただきました。
予定の講演時間を大きく上
回る長時間の講演でありまし

また、化学を通じて世界で
活躍されている経験から、現
在我が国が置かれている立
場、世界的な視点で見た教育
の現状や、一見不利と思われ
る国の発展の様子等々をお話
いただき、同じく地域的条件
が経済文化の発展に不利であ
ると多くの人が考えている飯
山市にも参考となるお話でし
た。
受講者からは「こんなすば
らしい話をはじめて聞きました」
等絶賛の声が多数聞かれ
ました。



美術館発

『第27回飯山市民芸術祭』
開催のお知らせ

来月、恒例となつている飯山市民
芸術祭が開催されます。展示発
表の部の会場の一
部となつてい
る美術館では、
展示室や2階
ギャラリーに、
日本画・洋画・
水墨画・書道な
どが展示される
予定です。さわ
やかなこの季
節、ぜひお出
かけください。
■日時：4月14日(土)・15日(日)
午前9時から午後6時
(15日は午後5時まで)



第26回飯山市民芸術祭展示風景

図書館発

図書館整理のため休館に
ご協力をお願いします

4月10日(火)～20日(金)ま
で、「特別整理期間」として休館を
させていただきます。この間に蔵
書点検と館内整備を行います。皆
様にはご迷惑をおかけすることに
なり、たいへん申し訳ございません
が、より利用しやすく、便利な
図書館とするために、何卒ご協力
をお願いいたします。

女性センター 未来発

未来の講座に
ご期待ください！

女性センター未来では資格
取得講座、趣味を広げる生活
エンジョイ講座、健康づくり講
座など様々な講座を予定してい
ます。日程や申込み等は4月号
でお知らせします。
お気軽にお立ち寄りくださ
い！

ふるさと館発

「五束太々神楽」
芸能披露

3月25日(日)午後2時
飯山市ふるさと館開館一周年
を記念し、県の無形民俗文化財
である「五束の太々神楽」を披
露していただきます。
今回五束地区の皆様のご協力
により、
特別に実
現しまし
た。
皆様
ひふる
と館にお
越しく
さい。



公民館発

心と体のリフレッシュ
はつらつ！健康教室開催

「フットマッサージ」
講師に小林富美子先生を迎
え、家庭にある「すりこぎ
棒」を使い簡単
にマッサージす
る方法を教えて
いただきます。
参加者から
「マッサージ
するだけで足
裏の部位を通し
て自分の体調を確認でき健康
への認識を高めることができ
ました」「足の裏
で自分の調子が悪
いところがわかり
よかつた」など感
想が寄せられました。
「ヨガ」
講師に井出ふみ子先生を迎
え、ヨガは自分の体の声を迎
聞きながら無
理をしない範
囲で行い、体
に意識を集中
させた後は必
ずリラック
スを教えるこ
とを教えました。
参加者からは



最近のブームで目にしたこ
とがある参
加者もいて、
比較的早く
マスターで
きたよう
です。更に服
部先生の専
門的な指導
を受け、楽
しく学ぶこ
とができま
した。



「リラックスした雰囲気の中
で何も考えずヨガを楽しめて
よかつた」「心身共にリラッ
クスできてよかつた」など感
想が寄せられました。
「ルディックウォーキング」
講師に服部正秋先生を迎
え、ルディックウォーキン
グについて2回にわたり指導
を受けました。
通常のウォーキングとの違
いについて「2本の専用ポー
ルを使い膝関節等への負担が
軽減されるため、通常の歩行
に比べ気軽にトレーニングが
でき、リハビリにも活用でき
るなど」との説明を受け、実
際に歩き方を学んでいきまし

総合学習センター

飯山市民館
市立飯山図書館
飯山市美術館
女性センター未来
飯山市ふるさと館