



飯山市民館 Instagramを
始めました。
フォローを
お願いします

0269-62-3342 (飯山市民館)
0269-62-5940 (代表)

令和6年度 受講生募集 前期成人講座

問 飯山市民館 Tel. 62-3342

飯山市民館では、市内に在住またはお勤めされている成人の方を対象に成人講座を開催します。趣味作りや健康増進、交流の場作りなど目的はさまざまですが、みんなで楽しく学びませんか。前期成人講座第2弾も準備中です。5月号に掲載します。

受付期間 :4/22 (月) ~ 5/10 (金)

夏のシーフード料理

家庭でも手軽にできる、夏にぴったりのシーフード料理を作ってみましょう。

【講師】藤澤芳彦 さん
(Kitchin Fujine)

- ◆日程 6/25 (火)
- ◆時間 18:30 ~ 20:30
- ◆場所 飯山市民館 料理実習室
- ◆定員 10名
- ◆受講料 200円
- ◆材料費 1,500円
- ◆持ち物 エプロン、マスク



やさしい英語で おもてなし

言葉が出てこなくても伝わるコツがあります！まちなかの外国人観光客におもてなしの心で道案内してみませんか？

【講師】チョウ・グロリア さん
(国際交流員)

- ◆日程 6/13 (木)、6/20 (木)、6/27 (木)
- ◆時間 18:30 ~ 19:30
- ◆場所 飯山市民館 101 会議室
- ◆定員 10名
- ◆受講料 600円 (3回分)
- ◆持ち物 筆記用具、ノート



簡単・時短！料理教室

毎日の食事を少しでも手軽に、美味しく作りたい！仕事終わり、家事の合間に手軽に作ってみませんか。

【講師】高橋美佐子 さん

- ◆日程 6/15 (土)
- ◆時間 9:30 ~ 12:00
- ◆場所 いいやま女性センター未来料理講習室
- ◆定員 8名
- ◆受講料 200円
- ◆材料費 1,000円
- ◆持ち物 エプロン、マスク



はじめてでもできる つまみ細工

つまみ細工の基礎と、ブローチづくりをしてみませんか。ブローチは赤・黄・水色から選べます。公民館に見本を展示しています。

【講師】一木昌子 さん
(つまみ細工 結華)

- ◆日程 6/7 (金)、6/21 (金)
- ◆時間 19:00 ~ 21:00
- ◆場所 飯山市民館 101 会議室
- ◆定員 10名
- ◆受講料 400円 (2回分)
- ◆材料費 1,500円
- ◆持ち物 ウェットティッシュ、(お持ちの方は) 目打ち、(必要な方は) メガネ



多肉植物を楽しむ

室内でも育てやすく、インテリア性があることでも人気の「多肉植物」の寄せ植えを作り、育ててみませんか。かわいいリメイク缶へ植えてみましょう。

【講師】西堀祥子 さん
(みありーの多肉屋さん)

- ◆日程 6/8 (土)
- ◆時間 18:30 ~ 20:00
- ◆場所 飯山市民館 101 会議室
- ◆定員 15名
- ◆受講料 200円 ◆材料費2,000円
- ◆持ち物 (お持ちの方は) 剪定鋏 (小)、汚れてもいい服装、エプロン、手袋



講座のお申し込みについて

- ◆右のQRコードもしくは電話でお申し込みください。
- ◆各講座は先着順ではありません。申込数が定員を超えた場合は抽選となります。
- ◆講座のお申し込みは最大3講座までです。
- ◆対象は、飯山市民館内住もしくは市内にお勤めの方です。



成人講座の申込フォームはこちら (全講座共通)

参加者募集 「食のチカラ ~頭で食べて強くなる~」

問 飯山市民館 Tel. 62-3342

パフォーマンスを最大限に上げるために「何を、いつ、どれだけ、どのように摂取したらよいか」スポーツ栄養学の観点から効果的な体づくりを学びます。

- ◆日時 5月2日 (木) 18:30 ~ 20:00
- ◆場所 飯山市民館 講堂
- ◆講師 株式会社田中マネージャー 管理栄養士・日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士 高橋和子先生
どなたでもご参加いただけます。(小学校5年生以上、中・高生の方は、保護者と一緒にご参加ください。)
- ◆持ち物 筆記用具
- ◆お申込み 下記 QR コード、もしくは飯山市民館へ電話でお申込みください。
- ◆申込締切 4月24日 (水)



←こちらの QR コードからお申込みいただけます

参加者募集 『能登半島地震から考える「備え」とは? ~女性の視点の大切さと覚悟~』

問 飯山市民館 Tel. 62-3342

令和6年1月1日に発生した能登半島地震は甚大で過酷な大災害となってしまいました。1月から3月まで、防災士として珠洲市・能登町への避難所支援で3~4回現地入りして活動した中から学んだ大切なことをお伝えします。

二人の講師によるリレー形式の講演会。女性の視点からの防災をはじめ、実体験に基づいた防災に関する講演です。

- ◆期 日 6月1日 (土)
- ◆時 間 13:30 ~ 15:00
- ◆場 所 飯山市民館 講堂
- ◆講 師 日本防災士会 長野県支部 支部長 大久保隆志氏
日本防災士会 長野県支部 南信地区ブロック長 上野真由氏

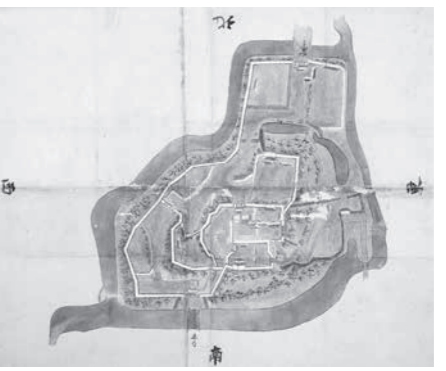
事前のお申込みは不要です。

シリーズ 絵図からみた飯山城

シリーズ「飯山城下町を歩く」では飯山城下町の概要について述べてきました。今回から絵図を中心に飯山城や城下町についてみていきます。

江戸時代の飯山城や城下町を描いた絵図は、当時の城内や町並みの様子などを知るのに役立ちます。城内を中心に描いた絵図には石垣の高さや建物の大きさ、堀の幅や深さ等を記したものがあり、当時の飯山城の規模を詳しく知ることができます。また描かれた年代ごとに絵図を見比べてみることで、石垣や建物等の改修の履歴をたどることもできます。

城下町絵図に目を向けてみると、現在の町並みを江戸時代の絵図でもたどることができ、意外にも大きな変化がなく当時の町並みが残されていることに気づきます。次回、このようにさまざまな情報を得



飯山城内が描かれた絵図 (江戸時代後期)

ることができる絵図をみながら、飯山城と城下町を探っていきたいと思います。



【三遊亭ときん】

東京都出身
平成15年4月 三遊亭金時に入門
平成15年7月 前座となる。前座名「時松」
平成18年5月 二ツ目昇進
平成29年3月 真打昇進「三遊亭ときん」と改名

木戸銭 各回500円（全席自由）

プレイガイド 飯山市文化交流館なちゅら（火曜休館）
電話予約可 TEL0269-67-0311

発売日 4月20日（土）

主催 飯山市／飯山市教育委員会

真打による
独演会！



5月25日(土) 開演午後1時30分(開場午後1時)
飯山市文化交流館 なちゅら小ホール

毎日の生活の中に、ほんの少し、文化的なゆとりと健全な笑いを取り入れるお手伝いをしたい。そんな思いから、ご好評をいただいておりますお馴染み「なちゅらる寄席」を今年も年4回お届けします。出演はすべて真打による本格派。各回ともワンコイン（500円）で1時間ほどの落語をお気軽に楽しみたい。お楽しみください。

三遊亭ときん

ワンコイン
落語

なちゅらる寄席

令和六年度4回シリーズ第1回

お知らせ 飯水教育関係者団体合同講演会
『教職に望むこと
～難病 ALS 闘病から
見つめて～』

問 飯水教育会 TEL 62-2531

日時 5月11日(土)
開演10:00(開場9:40)

会場 飯山市文化交流館なちゅら大ホール
(入場無料)

講師 有坂栄康先生

お問合せ先 飯水教育会



<有坂先生プロフィール>
1972年生まれ。松代東条小学校にて教員生活をスタート。
安曇野市立豊科北中学校教頭だった2016年12月ALSを発症。佐久市立高瀬小学校教頭を務めた後2022年8月に退職。現在自宅療養をしながらSNS等にて闘病生活の様子教諭時代の記録を基にした命のメッセージを発信中。

お知らせ (仮称)『長谷川青澄没後20年展
開催に伴う情報提供のお願い』

問 飯山市美術館 TEL 62-1501 月曜休館(月曜祝日の場合は翌日)

飯山市美術館では、日本美術院同人を務めた画家で名譽市民の長谷川青澄(1916～2004)の没後20年を記念した企画展を今年秋ごろに計画しています。

長谷川青澄は能や狂言、歌舞伎などの古典を題材とした人物画を得意とし、日本の伝統的な美意識を現代によりみえらせた傑作を多く残しました。

あらためて長谷川青澄の絵画世界を振り返るにあたり、美術館所蔵の代表作だけでなく、施設や個人が所蔵する普段見ることができない作品もあわせて紹介したいと考えています。

つきましては、作品に関する情報等がありましたら飯山市美術館までお寄せいただきますようご協力をお願いします。



「桔梗」長谷川青澄

お知らせ さあ～！いよいよ、始まるよ！
『ふるさと館たいけん工房』一春～夏の講座のお知らせ

問 飯山市ふるさと館 TEL 67-2030 月曜休館(月曜祝日の場合は翌日)

ふるさと飯山の歴史や自然・文化をより身近に感じてもらうため、年間を通して開催している「ふるさと館たいけん工房」。春から夏のメニューを紹介します。

今年は「縄文時代」をテーマにした講座もあります！詳細な内容や申し込みについては、各回前月号の市報で随時お知らせしますので、どうぞお見逃しなく！！



- ① 5/11(土) 10:00～「縄文土器、作ってみよう！」
- ② 6/15(土) 10:00～「ぺったんぺったん 笹もち作り」
- ③ 7/6(土) 9:00～「縄文土器を焼いてみよう」
- ④ 8/10(土) 9:00～「わらそうり作り」
- ⑤ 9/14(土) 10:00～「石包丁、作ってみよう！」

※各回 200円～500円の材料費がかかります。
①と③は、両方参加できることが条件となります。
※都合により日程や内容が変更となる場合がありますので、ご了承ください。



飯山市ふるさと館へのメールでのお問い合わせはこちらへ→



参加者募集 寺子屋いいやま「古文書学部」
開講のお知らせ

問 飯山市ふるさと館 TEL 67-2030

昨年度に引き続き今年度も開催します。江戸時代の古文書を読むことを通して地域の歴史も学べます。今年から始めたい方も大歓迎です！

- ◆期 日 5/28(火)・6/25(火)・7/30(火)・9/24(火)・10/29(火)・11/26(火)
- ◆時 間 13時30分～15時
- ◆場 所 飯山市公民館 206教室
- ◆講 師 樋口和雄先生
- ◆定 員 20名
- ◆受講料 600円(6回分)
- ◆申込先 飯山市ふるさと館(月曜休館)
- ◆申込期間 4/23(火)～5/10(金)



昨年開催された講座の様子

参加者募集 ふるさと館たいけん工房①③
縄文土器、作って焼いてみよう！

問 飯山市ふるさと館 TEL 67-2030

縄文人になりきって粘土をこねこね。世界にひとつの土器を作ってみよう！

作った土器は7月に、地面の上で薪(まき)で焼く「野焼き」をします。ぜひ両方参加してください。

- ◆日 時 【土器作り】5月11日(土) 午前10時～11時30分
【野焼き】7月6日(土) 午前9時～11時30分
- ◆講 師 ふるさと館学芸員
- ◆対 象 市内小学生以上(大人・親子もご参加いただけます)
- ◆定 員 20名
- ◆材料費 500円
- ◆申込締切 4月30日(火)



「野焼き」で焼いた土器

公民館の専門部員を終えて

飯山地区 諏訪 博士

「公民館の専門部員に」

高校を卒業して県外の大学へ進学した私は、大学を卒業後、千曲市で3年間食品の衛生管理の仕事に就きました。家業を継ぐために飯山へ戻ったのはそのうちだったので、高校を卒業してから7年間も故郷を離れていたことになりました。その間、地域とのつながりは無いも同然だったので、飯山で暮らすことになって心の中に「大丈夫だろうか」「これでいいのだろうか」という思いが少なからずありました。

そんな時、区の役員の方から、公民館の専門部員をやってほしいと頼まれました。公民館活動はともかく、専門部員についての事前知識はゼロだったので、そんな役を担うことができるのだろうかという不安はありましたが、地域のことや地域の人を知る機会になれば

と思い、引き受けました。実際、専門部員の活動を通じて、公民館のさまざまな事業のお手伝いをしたり、広報紙の編集などを行いながら、地域とのつながりができていくことを実感しました。また、公民館の行事は、行くまでは「めんどろだな」という思いがあっても行くとなんか楽しいものだ、とも感じました。「来てよかった」という感想もよく聞きました。人のつながりは、そんななかから生まれるのだと思います。

「人と人とのつながり」

これこそが公民館の役割ではないでしょうか。人と人とのつながりは、災害時の安否確認や支え合いにもきっと役立つはずで、地域の皆さんにおかれましては、公民館からのチラシやこの広報紙の「ゆきがた」のコーナーを見たら、ぜひ

参加を考えてみてください。私は、3月末をもって、任期が満了し専門部員を退任しましたが、任期中に公民館活動に前向きに取り組むことができたのは、地区の皆さんや他の専門部員の仲間たちの温かみに助けられたからと感じています。皆さん、お世話になりました。

【筆者紹介】

輝く笑顔の好青年諏訪さんは2年間飯山公民館の専門部員を務められ、このほど惜しまれながら退任。在任中は主に広報担当として写真撮影や公民館報の編集に尽力されました。(飯山公民館)



地区館情報

飯山公民館

Tel 62-33342

令和6年度も老燃教室を開設します

「年齢を重ねても、なおさまざまなことをみんなでき、身体を動かし、仲間との交流を図り、さらに元気に燃え上がる」。こんな目的の飯山地区老燃教室を、令和6年度も開催します。

時 4月23日から10月22日までの毎月第2・第4火曜日(会場の都合上、第2・第4でない場合もあります)
午後1時30分～3時
場 飯山市公民館2階講堂
内容 ①その時期にふさわしい講話等、②童謡・唱歌、③レク・軽運動(各30分単位)
※詳しい内容は、新聞折り込みで配布するチラシをご覧ください。

外様公民館
Tel 62-1029

外様公民館

Tel 62-1029

ギフチョウ・ヒメギフチョウ・カタクリの花

観察会

春の訪れとともに、黒岩山にはカタクリの花が咲きギフチョウたちが飛び交うようになります。そんな春の使者たちに会いに行きませんか?
時 4月27日(土)午前9時
場 外様公民館出発
※詳しくはチラシなどを通してお知らせします。

常盤公民館

Tel 62-3200

囲碁・将棋・麻雀・卓球・ボードゲーム

大会

3月16日、5年ぶりの開催となる大会は予定した参加人数に達せず、囲碁大会のみの開催となりました。囲碁大会には14名が参加し熱戦を繰り広げました。
◇ときわ寺子屋春休み編
3月21日・22日の二日間

にわたり、のべ92名の児童が参加し春休みの宿題に取り組みました。

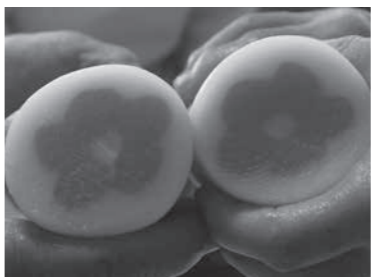
秋津公民館

Tel 62-23330

◇やしようま作りました!

秋津公民館では3月3日、やしようま作り講習会を開催しました。当日は、地区内外から20名を超える皆さんが参加し、秋津地区更生保護女性会の指導のもと、和気あいあいと伝統の郷土食作りに取り組みました。

黒豆やゆかりなどは混ぜてこね、菜箸を使って形を整えました。梅の花やスイカ模様は糸で切ると断面が美しく、参加者からは「わく、すごい!」と歓声が上がりました。



梅の花模様のやしようま

木島公民館

Tel 62-0555

◇第68回木島地区市民運動会



1日目終了!頑張ったぞー!

◇第14回常盤ロードレース

大会

時 5月19日(日)午前
※詳細はチラシでお知らせします。

岡山公民館

Tel 69-2010

◇囲碁・将棋・麻雀

交流会

勝負にあまりこだわらず、和気あいあいと地区住民間の交流を深めることを目的に、3月3日交流会を開催しました。

囲碁・将棋については人数が揃わず、残念ながら麻雀のみの交流会となりました。いざはじまると参加者は真剣モードでしたが時折、笑い声も聞こえ、良い交流会となりました。

初めて開催され、31人の子どもたちが参加しました。寺子屋は2部構成で、「春休み帳を進めよう」の時間では、春休みの宿題帳を地元の元教諭の方々に見てもらいながら進めました。

続く「英語であそぼう」の時間では、飯山市国際交流員のチョウ・グロリアさんの指導で、体を動かしながら英語の歌を歌ったり、本の読み聞かせを聞いたり、ジェスチャーゲームをしたりして、楽しく英語に触れました。

◇路傍の石仏・石神

(その3) 現地見学会

時 5月3日(金・祝)

午前9時

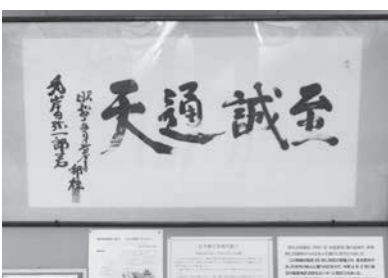
場 柳原公民館(柳原地区活性化センター)
今回を最終回として五郷方面等(大川・堰口・関屋)を回ります。参加をご希望の方は、柳原公民館までご連絡ください。(定員20名)

富倉公民館

Tel 67-2136

◇富倉地区下ローン教室

地域課題の解決のヒントとなる、物資を運ぶドロンの見学を考えています



活性化センターへぜひお越しください

瑞穂公民館

Tel 65-2501

◇ノルディックウォーキング

グ北竜湖方面

5月12日(日)に開催を予定しています。前年度に要望があった文化財の学習会について、ノルディックウォーキング終了後か、秋の文化財看板撤収作業の際に現地学習会の開催を計画しています。

◇鉢植え菊づくり講習会

地区の盆栽会のご協力で、秋の文化祭の菊花展への出品を目指します。

時 6月8日(土)

場 瑞穂公民館玄関前

柳原公民館

Tel 62-5562

◇春休みの寺子屋開催

3月19日、外様公民館との共催による「春休みの寺子屋」が、柳原公民館で

◇ 5月図書館カレンダー ◇

1	水	移動図書館車①北原・常盤
2	木	10:30～絵本とわらべうたの会
3	金	
4	土	10:30～おはなしひろば
5	日	おでかけとしょかん@菜の花まつり
6	月	
7	火	休館日(祝日振替)
8	水	移動図書館車③温井・秋津
9	木	10:30～絵本とわらべうたの会
10	金	移動図書館車②戸狩・西大滝
11	土	11:00～ブックスタート
12	日	
13	月	休館日
14	火	
15	水	移動図書館車①北原・常盤
16	木	10:30～絵本とわらべうたの会
17	金	移動図書館車④太田・富倉
18	土	10:30～おはなしひろば
19	日	
20	月	休館日
21	火	
22	水	移動図書館車③温井・秋津
23	木	10:30～絵本とわらべうたの会
24	金	移動図書館車②戸狩・西大滝
25	土	10:30～おはなしひろば
26	日	
27	月	休館日
28	火	
29	水	蔵書点検に伴う休館日 5/28～6/6
30	木	
31	金	

□の日は休館です

開館時間と休館日

【開館時間】
火～金 9:30～18:00
土・日・祝 9:30～17:00
【休館日】
月曜(祝日の場合は翌平日)
年末年始・蔵書整理期間等

Web OPAC(蔵書検索・予約)



【スマホの方】 【ガラケーの方】

Instagram

随時更新中!



絵本で育てるまちづくり

おでかけとしょかん ～いい山えほんマルシェ～

いいやまの自然の中で絵本文化に触れてみませんか

第41回 いいやま菜の花まつりに 図書館がおでかけします!

日程：5月5日(日・こどもの日)
10:00～15:00(雨天中止)

場所：飯山市 菜の花公園
(管理棟横)

菜の花まつりの会場に、楽しい絵本をたくさん持って行きます!
図書館司書によるおはなし会も行います。
ぜひ、皆さまでお気軽にお立ち寄りください!
美しい菜の花を楽しみながら、のんびり絵本を読んでみませんか?

- 図書館の絵本は自由に手に取ってご覧いただけます。
- どなたでも大歓迎! 事前申し込みは不要です。

お待ちしております!

4月23日(火)から5月14日(火)までは「こどもの読書週間」です。今年の標語は「ひらいてワクワクめくってドキドキ」に決定しました。お子さんにとって読書は、成長や学習の助けになります。豊かな感性が育まれます。さまざまな能力を引き上げてくれたりします。図書館にはたくさんのお絵本や児童書がそろっていますので、本を身近に感じ、読書を習慣にする環境づくりに最適です。

この機会に、ぜひご家族で図書館に足を運んでみてください。お子さんがワクワクドキドキする本に出会えますように。

こどもの読書週間

こどもの読書週間イベント

「こどもの読書週間」の関連イベントとして、図書館ではポイントカードを実施します。期間は4月2日(火)から5月26日(日)までです。1冊借りるごとに、カードにスタンプを押します。5ポイントごとにお花のシールをお渡ししますので、ボードに貼ってお花を咲かせましょう! 20ポイントたまったらプレゼントがありますよ! たくさん借りて、ぜひプレゼントをゲットしてくださいね。



▲ポイントをたくさん集めよう!

春休み体験教室

くマイ読書手帳を作ろう

飯山市公民館主催の「春休み体験教室」が開催されました。図書館では3月22日に行われ、飯山市内の小学生9名が読書手帳づくりに挑戦しました。



▲どんな手帳ができて上がるかな?

読書手帳は、読んだ本の記録を残しておくことができるものです。細かい作業が難しそうでしたが、皆さん一生懸命に取り組み、オリジナリティあふれた自分だけの手帳ができて上がりました。実際に本を借りて、タイトルなどが記載されたラベルを印刷し、それを手帳に貼ってとてもうれしそうにしていました。読んだ本の感想などを書き込んだりして、読書の思い出が増えていくといいですね。

「全国訪問 おはなし隊」のキャラバンカーがやってきました!

4月20日(土)

☆ 15:00～15:30 キャラバンカー見学(図書館 駐車場)

☆ 15:40～16:10 おはなし会(図書館3階 多目的室)

事前申し込みは不要です。

絵本をたくさん載せたキャラバンカーが、皆さまの参加をお待ちしております。

当日、図書館の駐車場は終日ご利用いただけません。飯山市公民館の駐車場をご利用ください。

また、おはなし会の会場設営のため、多目的室も終日ご利用いただけません。学習室をご利用ください。土曜日に開催している「おはなしひろば」は、当日は休止いたします。

ご不便をお掛けしますが、よろしくお願いいたします。



旬の本☆話題の本☆意外な本

らいぶらいブックレビュー

『改訂版 東日本「御城印」徹底ガイド』

小和田哲男 監修 / メイツ出版

4月に入り、めっきり春らしくなりました。

近年、新しいお城めぐりの楽しみ方のひとつになってきている「御城印」。約30年前に松本城で販売されたことから始まったこの御城印も、現在200城近くのお城で製作され、飯山城の御城印も昨年度秋に仲間入りしました。春夏秋冬ごと、違った意匠を凝らしているところもあって、神社仏閣の「御朱印」のように集めたくくなりますよね。

北陸新幹線も、福井県の敦賀まで延伸しました。気分もウキウキどこかに出かけたくなる春に、お花見がてらお城めぐりはいかがですか?



新着図書案内

趣味・実用	よみもの
科学がときとめた「運のいい人」	殺める女神の島
新沢真田二代記上/下	碧空の音
なるようになる。	方舟を燃やす
秘湯野湯濃い温泉100	密書 島津の退き口異聞
るるぶ北海道'25	山の上の家事学校
るるぶ東京観光'24	夏空 東京湾臨海署安積班
女性の政治参画をどう進めるか	うまいダツツ
私の税金、どこへ行くの?	守護者の傷
老後の家がありません	うらはぐさ風土記
トランスジェンダーと性別変更	ヒポクラテスの悲嘆
命をつなぐ、献血と骨髄バンク	君を守ろうとする猫の話
休養学	板上に咲く
超!解毒スープ	捨てたい人捨てたくない人
大人の発達障害働き方のコツがわかる本	同じ星の下に
実践で差がつく「ゴミ・異物不良 改善術」	あきらめる
マシラ(霊主)の仕事と正体 なくわな本	
アニメーションの本	
アニメ6人の会	
	秋吉 理香子
	あさの あつこ
	角田 光代
	黒木 比呂史
	近藤 史恵
	今野 敏
	坂木 司
	堂場 瞬一
	中島 京子
	中山 七里
	夏川 草介
	原田 マハ
	群 ようこ
	八重野 統摩
	山崎 ナオコ