

さあ始めよう

であい・ふれあい・まなびあい

学習のご案内

令和6年度

～中央公民館・社会体育館・図書館の講座や教室・行事のご案内～

だれもが生涯にわたり、自発的な意思に基づいて学習活動やスポーツ活動を行ない、知識や教養、技術を高め、心豊かで生き生きとした日々が過ごせることを目的に、中央公民館・社会体育館・原村図書館では今年度も教室や講座を計画いたしました。

興味や関心のある活動に参加し、豊かで充実した生活をお送りください。また、仲間づくりの機会としてご活用いただければ幸いです。



原村教育委員会

中央公民館講座・教室・行事のご案内

●魚のつかみ捕り大会（青少協共催）

日時 7月27日(土) 13:30～
場所 図書館南 阿久川
対象 小学生

●子ども映画会

日時 8月2日(金) 10:00～ 原村中央公民館
対象 小学生

●二十歳を祝う会

日時 1月3日(金) 13:30～（受付 13:00～13:20）
場所 原村中央公民館
対象：平成16年4月2日～平成17年4月1日生

●原村村民文化祭（文化協会共催）

開催日 11月9日(土)・10日(日)
場所 社会体育館

●芸能フェスティバル（文化協会共催）

日時 11月9日(土) 12:30～
場所 原村中央公民館 講堂

成人を対象とした講座

●目的 学習活動を通し、様々な分野の知識や教養、技術を高め、心豊かで生き生きとした日々が過ごせることを目指します。

●対象者 村内在住及び在勤の成人

●参加費 実習の材料代やテキスト、バスを利用した現地学習等の費用は実費負担です。

●受講申し込み 講座の第1回開催日の2週間前から1週間前まで中央公民館へ

※材料の手配等ある場合は、申し込みが変動する場合があります。



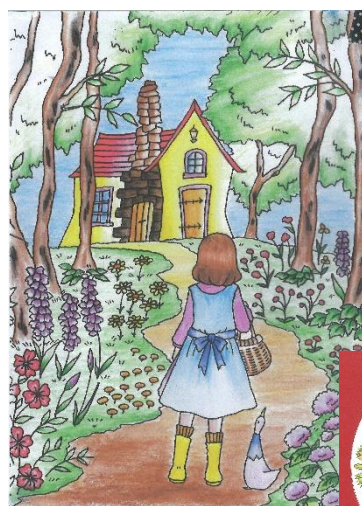
講座名	内容	日時	講師
山歩き講座	登山の基本的な技術を学びながら自然と触れ合い、心と体の健康づくりを目指します。コースは登山初心者向きです ○机上講習について○ 安全に山歩き講座を実施するうえで、山歩きの基本知識や装備、技術など大切な説明をします。実技に参加希望の方は登山経験に関わらずご参加ください	◇講習会◇ 4/17(水)登山に向けた机上講習 ◇実技◇ 5/21(火)身延山(山梨県身延町) 6/12(水)大城山(辰野町) 7/10(水)小富士(静岡県小山町) 8/ 6(火)八方池(白馬村) 9/25(水)横尾山(山梨県北杜市) ※実技は悪天候中止	信州登山案内人 石川 高明 
歴史講座	原始から近代までの基本的な歴史を解説していただきます。本物の土器を触ってみたり、現在の小中学校の歴史教科書をもとに最新の歴史を学びましょう。	①4/24 水曜日 ②5/24 金曜日 毎回 ③6/24 月曜日 10:00～ ④7/24 水曜日	原村生涯学習課 文化財係職員
大人の塗り絵	「塗り絵」には、リラックス効果、ストレス解消、自律神経を整える効果があると言われています。集中力を高め楽しく脳を活性化してみませんか？	①5/8 水曜日 毎回 ②5/15 水曜日 10:00～	現代童画会 松森 清昭
楽しいパン作り	ご自宅でも焼き立てパンを！ 	5/28 火曜日 10:00～	はらラボ 坂口 美保
身体の作り方 (全4回)	ヨガやピラティスを取り入れながら、体の縮みをとって軽くて疲れにくい体を作りましょう！	6/4・11・18・25 火曜日 13:30～	ｽﾀｼﾞｵ ｳﾞ 小林 生
渓谷歩き講座	日ごろのストレスを忘れ、清らかな水の流れや澄んだ空気に癒されてみませんか	①7/29(月)白駒池(佐久穂町) ②10/17(木)もみじ湖(箕輪町) ※どちらも悪天候中止	信州登山案内人 石川 高明

ゆがみ直し整体体操 (全4回)	体のゆがみを直して、健康的に体を動かしましょう	9/4・18、10/2・16 水曜日 10:00～	高田 結
アロマクラフト	アロマを使った小物を作って日常生活でも香りを楽しみましょう	10/29 火曜日 10:00～	宮坂 ユキエ
フレームの ツリー作り	かわいい額縁に入ったクリスマスツリーを作ります	11/19 火曜日 13:30～	上原 泰子
しめ飾り作り	無病息災、家内安全を願い、しめ飾りを作ります	11/30 土曜日 9:00～	茅野広域 シルバー人材 わら細工班
整理収納講座	新年にむけて大掃除を始める時期です。片付けの基本とコツを学びましょう	12/3 火曜日 10:00～	整理収納 アドバイザー 小口 飛鳥
こんにゃく作り	手作りのこんにゃくで新年を迎えてみませんか？	12/18 水曜日 10:00～	寺本 秀美
味噌作り 	おいしくて簡単な手作り味噌に挑戦！	1/22 水曜日 13:30～	百瀬 千代子
ピラティス& ストレッチ (全4回)	正しい骨格を意識しながら体のゆがみを矯正し、体幹を鍛えましょう！	1/29、2/5・12・19 水曜日 10:00～	 中原 千津
ちびっこクッキング	未就園児と保護者の方対象。親子で楽しみながら簡単お料理に挑戦！	3/5 水曜日 10:00～	栄養士
料理教室	計画中		
スマートフォン講座	計画中		

【作品イメージ】



フレームのツリー作り



大人の塗り絵

生涯学習アカデミー はらむら塾

- 趣 旨 学びを通じてセカンドライフを豊かにしてみませんか？自然、歴史、暮らし、文化、芸術など様々なテーマで学習します。教養を高め、仲間をつくりバラエティーに富んだ人生を送るための機会としましょう。
- 主 催 原村中央公民館・八ヶ岳美術館(歴史民俗資料館)
- 対象者 村内在住・在勤の概ね60歳以上の方(登録制)



回	講 座 名	内 容	日時・場所	講 師
	開講式	さあ始めましょう。		中央公民館職員
1	講演 「建築家 村野藤吾の世界」	八ヶ岳美術館の設計を手掛けた日本を代表する建築家村野藤吾の独特な世界観などをお話しいたします	5月16日(木) 13:30~15:00 八ヶ岳美術館	八ヶ岳美術館館長 小泉 悦夫
2	講演 「楽しいエコライフ」	誰でも実践できる「快適・楽しい・お得」なエコライフについてご紹介いただきます	6月6日(木) 13:30~15:00 中央公民館	東京大学先端科学技術 研究センター教授 小林 光さん
3	講演 「鳥学を支えた採集者たち・ 世紀を超えた 鳥類の標本を語る」	明治大正の鳥類学黎明期に研究のために多くの野鳥が採集された。その資料の貴重性を解説していただきます	7月4日(木) 13:30~15:00 八ヶ岳美術館	日本野鳥の会 諏訪支部名誉支部長 林 正敏さん
4	現地見学 「坂本養川汐を辿る」 ～ 富士見町編 ～	坂本養川汐を辿る現地見学の第三弾。今回は富士見町の汐を辿ります	8月8日(木) 8:00~12:00 中央公民館出発	NPO 地域学習セカ- 関 雅一さん
5	講演 「美術館に行こう！ ～造形芸術鑑賞のすすめ～」	清水多嘉示の彫刻を題材とし、造形芸術の鑑賞に役立つ情報を独自の視点を交えてお話しします	9月12日(木) 13:30~15:00 八ヶ岳美術館	八ヶ岳美術館学芸員 塚崎 美歩
6	講演「手織りの絵画 ～裂織の魅力～」	自然の心象をテーマに制作される野中ひろみさんの裂織芸術の魅力をご紹介します	10月10日(木) 13:30~15:00 八ヶ岳美術館	裂織作家 野中 ひろみさん
7	【バスハイク】 ※定員あり 別途申込要	場所・内容については未定	11月28日(木) 中央公民館出発	公民館職員
8	講演・実技 「寒さに負けない体づくり」	簡単なストレッチで心も体もポカポカに。寒い冬を乗り越えましょう！	12月12日(木) 13:30~15:00 中央公民館	たなか整骨院鍼灸院 田中 経義さん
9	講演 「シルク産業の今昔未来 ～シルクでいきいき すこやかライフ！～」	明治初期から諏訪地方の産業発展の礎となった蚕糸業の今昔、そしてシルクの魅力についてお話していただきます	1月23日(木) 13:30~15:00 中央公民館	岡谷蚕糸博物館館長 高林 千幸さん
10	講演 「諏訪“縄文王国”の 地学的背景」	縄文時代の諏訪はどんな場所だったのか、地学的見地から紐解いていきます	2月20日(木) 13:30~15:00 八ヶ岳美術館	諏訪湖博物館・ 赤彦記念館 研究員 小口 徹さん
11	講演コンサート 「知っておきたい Jazz の話と演奏」	ジャズミュージックの楽器、演奏家や曲のことを楽しいトークで学び、素敵な演奏を楽しみましょう！	3月9日(日) 13:30~15:00 中央公民館	s.b.c. Jazz orchestra の皆さん
	閉講式	1年の成果を振り返って。		公民館職員

- 全講座参加できなくても構いません。
- バスハイク、現地見学は定員があり別途申込が必要です。
- 諸般の事情により日程及び内容が変更、中止になる場合もありますので予めご了承ください。
- 会場が八ヶ岳美術館の場合は、塾生以外の方は入館料をいただきます。(講座参加は無料)



ジュニア教室

- 目的 子どもたちが自然体験や、ものを作る楽しさを通して創造する喜びを体験し、併せて家族や地域の人たちとの交流の機会とします。
- 対象者 村内在住の小学生または親子
- 会場 中央公民館 他
- 時間 講座により異なります
- 受講料 実習や工作は材料代が必要です。
- 参加者募集 講座ごとオクレンジャーにてお知らせいたします

回	講座名	内 容	期 日	講 師
1	ジュニア教室	計画中	7/30 (火)	公民館職員
2	寺子屋 坐禅体験	お寺で坐禅を体験！ 夏休みの気持ちを引き締めよう	8/1 (木)	深叢寺住職 須藤 行雄
3	ジュニア教室	計画中	8月中	公民館職員
4	自然探検隊	村民の森で自然体験！	10/5 (土)	村民の森 倶楽部
5	そば名人になろう！	そばの実を石臼で粉に挽き、そば打ちに挑戦！	12/7 (土)	村内そば名人
6	かんたん！ パン作り	生地をこねて、好きな形のパンを焼いてみよう！ おうちでも簡単にできるよ	2/1 (土)	はらうボ 坂口 美保
7	たこ焼きの達人	達人と一緒にたこ焼きを作ります	2/22 (土)	焼きたて屋 たこ焼き名人
8	ジュニア教室	計画中	3/24 (月)	公民館職員



知ろう！学ぼう！フーちゃんの文化財教室



- 目的 体験学習を通して地域の文化や歴史を学びます。
- 対象者 村内在住の小学生または親子 ●会場 原村文化財整理室・阿久遺跡・原村郷土館
- 参加申込 講座ごとオクレンジャーにてお知らせいたします。

回	講座名	内 容	期 日	会 場
1	おやき作り	郷土館の囲炉裏で本格おやき作り！	7/29 (月)	原村郷土館
2	裂き織り教室	伝統の裂き織りに挑戦！織物で素敵な作品を作ります	8/5 (月)	原村郷土館
3	水鉄砲作り	竹を加工して昔ながらの水鉄砲を作ります	8/7 (水)	原村郷土館
4	土器づくり① — 制作編 —	一度はやってみたい、縄文土器づくりに挑戦！ (※第1回/全2回講座)	9/7 (土)	文化財整理室
5	土器づくり② — 野焼き編 —	土器の野焼きとお楽しみ縄文食 (※第2回/全2回講座)	10/26 (土)	阿久遺跡
4	弓矢づくり	イチイと竹を使って、弓矢づくりに挑戦！ 阿久の森へ狩りに行きます	11/16 (土)	文化財整理室 阿久遺跡

※原村郷土館 開館：7/13 (土) ~9/29 (日)

【お問い合わせ先：文化財係 79-7930 (直通)】

放課後子ども教室

- 対象者 村内在住の小学生 ●時間 主に放課後 ●会場 原村中央公民館
- 参加申込 講座ごと学校を通してご連絡します。



○ 円盤型万華鏡を作ろう！

○ 切り絵教室 ○ 美術館わくわくこうさく

お問い合わせ先：生涯学習係 79-7940

○ まが玉づくり

○ めざせ1000個！光るどろだんご作り

○ 蓮の実であそぼう！ ○ 縄文模様のしおりづくり

お問い合わせ先：文化財係 79-7930

図書館行事のご案内

原村図書館 おたのしみ会

毎月1回子どもや親子を対象に、絵本の読み聞かせ、紙芝居の上演、工作などを行っています。自由に参加できますのでお出かけください。内容についてはその都度、有線放送、広報はらの図書館インフォメーションのコーナーでお知らせします。

日程 4月17日、6月5日、7月3日、9月4日、11月6日、2月5日、3月5日
各水曜日 16:00~



原村図書館まつり

10月26日(土)・27日(日)
古本・古雑誌大放し・人形劇・ボランティアグループによるお話し会・映画上映会などを行います

図書館講座

初心者向けの簡単な講座を予定しています
夏の図書館講座
8月4日(日) 10:30~
冬の図書館講座
2月2日(日) 10:30~

村民文化祭(古本市)

11月9日(土)・10日(日)
場所: 原村社会体育館
古本・古雑誌を大放しします。



原村図書館クリスマス会

12月8日(日) 10:30~
ボランティアグループの皆さんと一緒にクリスマスのおはなし会を行います。

原村図書館 ボランティアグループのおはなし会

ボランティアグループによる絵本の読み聞かせやパネルシアター・紙芝居などを行います

紙芝居みちくさ

内容 紙芝居・絵本の読み聞かせなど
日時 9月28日(土) 10:30~
11月16日(土) 10:30~

パネルシアターおもちゃ箱

内容 パネルシアターの上演
日時 7月17日(水) 16:00~
2月19日(水) 16:00~

カントリーマアム

内容 絵本・紙芝居など
日時 6月15日(土) 10:30~
3月 8日(土) 10:30~

原村子どもの本の会 おはなし やまんば

内容 読み聞かせ、語りなど
日時 5月18日(土) 10:30~
1月18日(土) 10:30~

※日程が変更になる場合があります

■ 諏訪地域公共図書館情報ネットワーク「すわズラー」のホームページがリニューアルしました。この「すわズラー」で、パソコンやスマートフォンから岡谷市・諏訪市・茅野市・下諏訪町・富士見町・原村の公共図書館の蔵書検索ができて、利用者登録をさせていただくことで24時間いつでも本の予約ができます。また登録後のマイライブラリには、ご自身の図書館利用カードも表示され、スマートフォンなどで表示することで、各図書館窓口で利用できるようになります。

社会体育館スポーツ事業のご案内

社会体育施設利用者会議（登録団体）日程

社会体育館の有効利用とスムーズな管理運営のために通年活動するクラブは、団体登録をお薦めします。
 社会体育館の一般予約は、利用したい日の前月1日から受け付けます。
 合宿調整会議 5月31日（金）午前9：00 原村社会体育館（ミーティングルーム）



スポーツ教室・講習会

硬式テニス・バウンドテニス・バドミントン・少年スポーツ教室（バレー、バスケットボール、サッカー）等を予定しています。日程は有線放送等でお知らせします。

村内スポーツ大会日程

開催期日	大会・行事
6月14日（金）	第63回原村バレーボール大会
6月15日（土）	陸上記録会
6月22日（土）	第66回原村ソフトバレーボール大会
6月23日（日）	第45回原村卓球大会
7月13日（土）	第33回村民スポーツ祭
8月15日（木）	第59回原村野球選手権大会
8月18日（日）	第77回穂屋祭体育大会
8月24日（土）	卓球・バレー・マラソン・柔道
8月25日（日）	野球・剣道・バスケ
9月7日（土）	日付調整予定
10月14日（月）	第54回村内めぐり駅伝大会
10月18日（金）	第64回原村バレーボール大会
11月16日（土）	第67回原村ソフトバレーボール大会
1月1日（元旦）	第45回原村元旦マラソン
1月18日（土）	第23回冬季村民スポーツ祭
3月9日（日）	第45回原村バスケットボール大会

スポーツ保険に加入しよう

4人以上のグループであれば
 どなたでも加入できます

1. 掛け金（一人あたり）

- 中学生以下のグループと文化・ボランティア・地域活動のグループ 800円
- 子どもワイド保険 1,450円
- 64歳以下のスポーツ活動 1,850円
- 65歳以上のスポーツ活動 1,200円
- 大人の文化・ボランティア・地域活動のグループ 800円
- 危険度の高いスポーツ活動 11,000円

2. 対象となる事故

グループの活動中やそのための往復途上の事故

3. 保険期間

毎年4月1日～3月31日まで

4. 補償内容


傷害保険、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険

お問い合わせは、社会体育館まで

期日	行事名	会場
4月27日（土）	第33回長野県市町村対抗駅伝競走大会 第19回 " 小学生駅伝競走大会	松本平広域公園陸上競技場
日程未定	第75回諏訪地方陸上競技選手権大会	茅野市運動公園陸上競技場
1月6日（月）	第53回南諏親善スケート大会	茅野市運動公園国際スケートセンター
2月11日（火）	第74回諏訪地方スケート大会	茅野市運動公園国際スケートセンター

社会教育施設の利用について

○中央公民館（原村 12080 番地 TEL79-7940）

利用時間	9:00～22:00	
使用料	一般は原則有料です。社会教育関係団体・利用登録団体は無料です。 夏期エアコン使用料、冬期間暖房使用料は別途ご負担ねがいます。	
利用申し込み	【予約制】 翌月の末日までの予約を受け付けます。使用の前日当日のお申込み不可。 利用登録団体以外（一般利用）は必ず電話で問い合わせのうえ、使用の10日前までに申込フォームにて申し込みの手続きをお願いします。 申し込みフォーム https://logoform.jp/f/cmNVj → → →	
部屋・会議室	講堂・講義室・料理実習室・和室・視聴覚室・第1会議室・工作室	



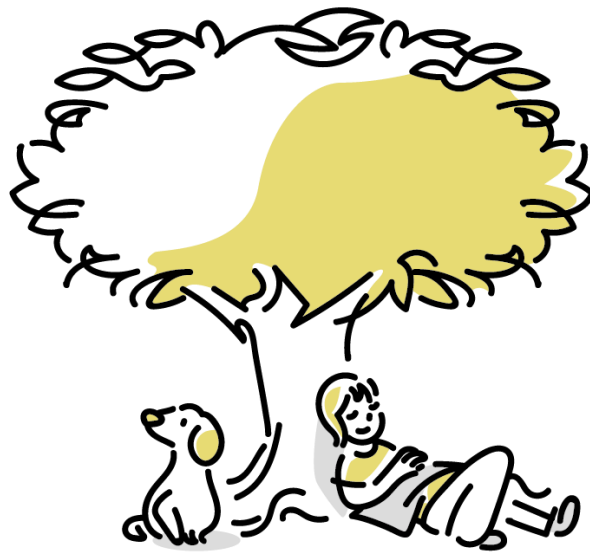
○図書館（原村 12079 番地 1 TEL70-1500）

開館時間	10:00～18:15
休館日	月曜日、国民の休日（この日が月曜日に当たるときはその翌日）、年末年始（12/29日～1/3日）、蔵書整理期間（10/8～10/11）、館内整理日（毎月最終金曜日） ※ 5/4土・7/16火・9/17火・1/14火 は開館します
貸し出しについて	一人につき 図書（雑誌・紙芝居含む）20冊まで 14日間 AV資料（CD・DVD） 合計3点まで 7日間
返却について	本はカウンターへお持ちください。閉館時間はブックポストに返却してください。 CD・DVDや、傷みやすい本はカウンターで返却してください。
インターネット検索	諏訪6市町村の図書館にある本の検索と予約ができます。（事前登録が必要） HP http://www.libnet-suwa.gr.jp/ 携帯版 http://www.libnet-suwa.gr.jp/mobile/



○社会体育館施設（社会体育館：原村 12087 番地 TEL79-7950）

施設名	社会体育館	弓振農村広場	御山マレットゴルフ場	原村庭球場
利用種目	バスケットボール・バレーボール・バドミントン・フットサル・剣道・柔道・卓球・会議 他	野球・ゲートボール 他	マレットゴルフ	硬式・軟式テニス
利用時間	9:00～22:00	7:00～18:00	6:00～日没	6:00～日没
使用料	使用料、電気料、暖房料（登録団体の使用料は免除）	原村に住所を有する方は無料です。		
利用申込み	社会体育館へ申込みください。 社会体育館利用については、毎月1日より翌月分の予約受けをします。 休館日：8/16金・17土、10/8火・10/9水、12/29日～1/3金、3/18火・19水	毎月1日より翌末日分を受付けます。	社会体育館へ申し込みください。	社会体育館へ申込みください。



《お願い・注意事項》

○こちらに掲載されている行事・講座・教室等のイベントは、中止または延期、内容が変更になることがあります。ご了承ください。最新情報は有線放送、電話等でご確認ください。

原村中央公民館 電話 79-7940 原村図書館 電話 70-1500

原村社会体育館 電話 79-7950 原村文化財整理室 電話 79-7930

原村の有線放送を電話で聞く ☎ 0800-800-6299 (通話料無料)