

令和8年3月25日

第144号



朝陽地区別世帯数

南屋島	349世帯	石 塚	1,112世帯
北屋島	184世帯	南 塚	1,218世帯
北長池	1,083世帯	北 塚	1,132世帯
北尾張部	1,097世帯	桜新町	356世帯

合計 6,531 世帯
14,781 人
(令和8年3月1日現在)

☎ 026-243-7251

発行所 長野市立朝陽公民館

発行者 常 田 宗

制作 (株)一 兎 舎

『2026 学びフェスタ朝陽』開催

〈 展示とステージ発表 〉



大勢の来場者の中で軽妙に南京玉すだれを披露する「南京玉すだれシスターズ」の皆さん。

3月6日と7日の2日間、朝陽公民館体育館を会場に開催し、240名余の方にお越しいただきました。展示発表では成人学校のボールペン字をはじめ、クラフトバンド、手芸、子ども生け花、陶芸サークルの作品のほか、朝陽地区の皆様から己書、一閑張り、麦わら細工、絵画、写真、書道など会場を埋め尽くす数多くの作品をお寄せいただき、来場者には作品の一点一点を熱心にご覧いただきました。

ステージ発表では、グランドピアノの演奏会で6名のピアニストの演奏を楽しみました。また、成人学校の英語教室とサークルから10団体が出演され、よさこい踊り、コーラス、南京玉すだれ、太極拳、ハンドベル、詩吟、スポーツ吹き矢と「一年間の学びの成果」を披露していただき、大きな拍手や手拍子で出演者と客席が一体となり、会場を盛り上げていただきました。

他にも体験イベントとして、イスヨガ体験やクラフトバンドを使った小物作り、健康測定、障害者施設と養護学校高等部からの出店があり、春の訪れを予感させる熱気あふれる学習発表会となりました。



昨秋に公民館講座を開催して参加者も上手に書けました、「己書（おのれしよ）」作品。



今年2月に公民館講座を開催して好評をいただいた「ニットカフェあさひ」の編み物作品。



会場を色鮮やかに飾っていただいた「伝統文化いけばな子供教室」の生け花作品。



アカペラのコーラスでステージ発表のラストを飾っていただいた「アンサンブルヴィ・ヴォーチェ」の皆さん。



グランドピアノ演奏会にご参加いただいた6名のピアニストの皆さん。



朝陽公民館へも何点も寄贈いただき飾らせていただきました、「麦わら細工」作品。

令和7年度 朝陽地区二十歳の成人式

1月10日(土) 東部文化ホールで開催

お知らせ
令和8年度「朝陽地区二十歳の成人式」は令和9年1月9日(土)に同会場で開催予定です。



二十歳の成人者 80名参加



新成人代表挨拶

北屋島区
横田莉佳さん



本日は、私たち新成人のために、このような晴れやかな式典を開催していただき、誠にありがとうございます。また、ご来賓の皆様より、温かいお祝いと、励ましのお言葉を頂戴し、新成人を代表して、心より御礼申し上げます。
私たちは本日、成人という人生の大きな節目を迎えました。これまでの歩みを振り返ると、決して平坦な道のり

ではなく、多くの経験を重ねながら今日に至ったことを実感します。迷いや不安に向き合いながらも前に進むことができたのは、共に歩んできた友人の存在、幼い頃より導いてくださった先生方や地域の皆様、そして何より、変わらぬ愛情で私たちを支え続けてくれた家族があったからこそです。ここに深く感謝申し上げます。

成人となった今、私たちは自らの選択に責任を持ち、社会の一員として行動していくことが求められます。私自身、医療や看護という、人の命や生活に向き合う道を志しております。私たち一人ひとりが、それぞれの立場で相手の思いに寄り添い、支えることの意味を考えながら行動していくことが、これからの社会に必要なと感じています。

これから先、迷い、立ち止まることもあると思いますが、その一つ一つの選択が未来の自分をつくっていくのだという自覚を胸に、周囲の人への思いやりを忘れず、誠実に歩んでいきたいと思えます。

まだまだ未熟な私たちではありませんが、これまで受け取ってきた支えや学びを力に変え、それぞれの道で成長を重ねていくことを、ここに誓います。

結びに、本日の式典開催に改めて感謝申し上げますとともに、私たち新成人一同、未来に向かって力強く歩んでいくことをお誓いし、代表の言葉とさせていただきます。

本日はありがとうございました。

令和8年度 ~出会い・ふれあい・学びあいの場~ 成人学校 新規受講生募集のお知らせ

講座は午前(10時~12時) 午後(1時30分~3時30分)で行います。

開講日は原則と異なる場合があります。詳しい日程は、受付時に資料をお渡しします。

火曜日 AM 今こそ楽しもう! 中学英語

中学英語の基礎基本を丁寧に振り返りながら、人生を豊かに、そして仲間と楽しむ英語学習を目指しましょう。

講師：篠原 舞先生
開講日：毎月第2・4火曜日(年24回) **定員：12名**
1学期 4/14~9/29 2学期 10/13~3/16

水曜日 AM やさしいヨガ&ピラティス

様々な呼吸法とピラティスの動きで心も体もスッキリします。託児もあります。(託児は無料です)

講師：村山 陽子先生
開講日：毎月第1・3水曜日(年24回) **定員：13名**
(うち3名は、託児希望の方優先)
1学期 4/15~9/30 2学期 10/7~3/17

木曜日 AM みんなで楽しもう! コミュニケーション English

日本と世界のつながりを学んでみませんか? 「日本のことを英語で話してみる」をテーマに、聞く、読む、書く、話す力を楽しく磨きましょう。

講師：篠原 舞先生
開講日：毎月第1・3木曜日(年24回) **定員：12名**
1学期 4/16~9/17 2学期 10/1~3/11

木曜日 PM 楽しく書く ボールペン字

楷書・行書を丁寧に練習し、美文字を目指しましょう。託児もあります。(託児は無料です)

講師：上原 瑚雪先生
開講日：毎月第2・4木曜日(年24回) **定員：12名**
(うち2名は、託児希望の方優先)
1学期 4/16~9/24 2学期 10/8~3/18

講座が成立しましたらご連絡します。初回の受講日まで受講料をお支払いください。

ご参加お待ちしております！

令和8年度 朝陽公民館講座のご案内(予定)

※それぞれの講座の日程や詳細は、回覧や長野市ホームページを参考にしてください。

全ての講座についてのお問い合わせ 朝陽公民館 ☎ 243-7251

市民講座 あさひ大学 ~主に高齢者を対象とした生きがいづくりを応援します！~

資料準備の都合上、ご希望の講座毎に申し込みが必要です。各回の定員や申込開始日など、詳しくは4月回覧をご覧ください。

会場 朝陽支所2階集会室(現地学習以外) 午前と午後の講座がありますので、ご注意ください。

回	月日	内容	講師(敬称略)
1	6月9日(火)	現地学習「初夏のノルディックウォーキング」 大座法師池ウォーキングコース	信州ノルディックウォーキング協会 会長 清水 元雄
2	7月14日(火)	健康講座「快適な睡眠を考える」	明治安田生命保険相互会社社員
3	8月4日(火)	芸能鑑賞「たっぷり落語Ⅳ」	教師の落語家 快樂亭 狂志
4	9月8日(火)	現地学習「長野市立博物館とおやしきファーム」	長野市立博物館学芸員
5	10月8日(木)	現地学習「秋のノルディックウォーキング」 飯山七福神めぐり	信州ノルディックウォーキング協会 会長 清水 元雄
6	10月20日(火)	教養講座「気象予報・警報が出されるまで」	長野地方気象台職員
7	11月20日(金)	現地学習「須坂・蔵の街散策」	信州須坂観光ガイド
8	12月15日(火)	音楽鑑賞「フルートクリスマスコンサート」	フルート奏者 杉山 由一
9	1月19日(火)	文学講座「小林 一茶 -一茶200年忌-」	日本文学研究者 堀井 正子
10	2月26日(金)	音楽鑑賞「童謡・歌曲コンサート」	声楽：合唱指導者 池田 俊治

日程(予定)

子育て支援事業

かるかむ広場

わらべうたで遊ぼう

会場：朝陽公民館 本館2階 和室

対象：乳幼児とその保護者、妊婦さん 申込不要

日程：月1回火曜日

4月28日、5月26日、6月30日
7月28日、8月25日、9月29日
10月27日、11月24日、12月22日
1月26日、2月16日、3月23日
午前10時～11時30分

講師：原山 克江さん
町田 富美江さん

「わらべうた」で自然と笑顔になり、お子さんとの触れ合いはもちろん、お母さん同士の交流もはかれます。絵本の読み聞かせもありますよ。



フレイル予防講座

あさイチ健康体操

会場：朝陽公民館 体育館または2階和室

対象：どなたでもOK 申込不要

日程：毎月第2・3・4水曜日
午前9時～9時30分

朝陽音頭健康体操やラジオ体操で朝からリフレッシュ！脳トレにも挑戦します。みんなで楽しくゆっくりやっています。お気軽にご参加ください。



次世代育成支援事業

寺子屋あさひ

会場：朝陽公民館または現地

対象：小中学生とその保護者

日程：夏休みや冬休みに開催

夏休み ①7月31日(金)

「小川の庄のおやしき村」

でやしきづくり体験(仮称)

②ただいま企画中です

詳しくは7月1日の回覧でお知らせします。

冬休み これまで宿題もバッチリ！

「みんなで書き納め教室」

大豆づくり講座

大豆と玉ねぎを作ります。収穫した大豆で味噌づくり・豆腐づくりもします。個人家庭菜園も可能です。

場所：朝陽小学校の南東 徒歩約200mの畑

対象：成人で長野市内に 居住又は在勤・在学の方

開催日：4月から11月まで月1回程度

受講料：年間で1,000円程度

申込：朝陽公民館

2月16日～19日 味噌づくり



口のお豆を使い味噌づくりをすることができました。食べられるのは11月頃。とても楽しみですね。(13名参加)

朝陽公民館 講座の様子

(12月～3月)

ときめき講座

今年度最後の美習として味噌の仕込みを行いました。夏の暑さで収量は減

12月13日 ミニ門松づくり



講師に平井正一郎さんを迎えて開催しました。親子で楽しみながら土台づくりから仕上げまで取り組み、世代を超えた交流の場となりました。(13名参加)

3月9日・16日・23日 ウクレレ体験講座



講師に長谷川宗利さんを迎えて初めて開催しました。先生の楽しいトークに笑顔が広がる中、参加者の皆さんはウクレレの魅力に触れました。(10名参加)

12月16日 クリスマスワッグとヒンメリ飾り



季節の植物と北欧の伝統的な飾り「ヒンメリ」を使った素敵なクリスマスワッグが完成しました。水引き等をつければお正月飾りにもなります。(18名参加)

12月2日 フルートコンサート



年末恒例の杉山由一先生のフルート演奏を楽しみました。クラシック、クリスマスソング、朝ドラソングメドレーなどと軽妙なお話を堪能しました。(28名参加)

あさひ大学

1月16日 タイ王国本場の味



講師にタイ出身のタットさん、ワランボンさんとニシヤラさんを迎えて、初めて開催しました。スパイス香るマッサマンカレーと、酸味と辛味が絶妙なトムヤムクンをタイ文化とともに学びました。(16名参加)

1月20日 夏目漱石

～その作品と人生Ⅱ～



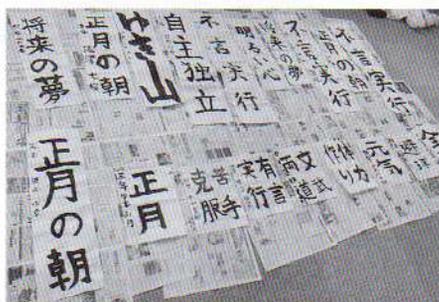
昨年に引き続き日本文学研究者の堀井正子先生から夏目漱石を解説していただきました。小説「三四郎」を基に漱石の人生と重ね合わせた講義となりました。(24名参加)

1月23日・2月6日・13日 ニットカフェあさひ



編み物初心者の方も経験者の方も、おしゃべりしたりお茶を飲んだりしながら一緒に編み物を楽しみました。(12名参加)

12月26日 みんなで書き納め教室



冬休みの書き納め教室には大勢の小・中学生が参加して、どれも力強い作品に仕上がりが、子供たちも指導者も満足した様子でした。作品は公民館のギャラリーに展示。皆さん、公民館で子供たちの力作をご覧ください。(19名参加)

寺子屋あさひ

次世代育成支援事業

わたげ

この冬は日本海側の大雪、太平洋側の少雨と、最近では異常気象にも慣れてきてしまいましたが、今年の春は例年通り穏やかな四季を感じることが出来る季節となるように願っています。

感謝

- 赤十字奉仕団朝陽分団様に館内の障子貼替をしていただきました。
- 北長池在住の藤倉善様からギョウ菊を提供していただきました。
- 長寿会連合会様からタオルを提供していただきました。