



# 高遠町公民館だより



書：泉 石心

本年度の講座やスポーツ大会をご案内します。

講座をきっかけに、学び・繋がり・支えあって、ゆたかで健康な生活を送りましょう。

## 第46回高遠町桜大学講座

入場  
無料

第一線で活躍・研究している方を講師に招き、直接お話を聞くことを通じて学ぶ講演会です。生きる力や潤いを得て視野を広げる機会にしましょう。詳細は別途回覧するチラシをご確認ください。会場はいずれも 高遠町総合福祉センター やますそ です。

第1講座：4月29日（月・祝）午後1時30分～

講師：土津神社 氏子会会長 安藤 孝一<sup>こういち</sup>氏

演題：「磐梯山麓の地に祀られる正之公」

第2講座：6月1日（土）午後1時30分～

講師：芸人/画家/俳優/ヨーギー

片岡 鶴太郎氏

演題：仮題「高遠とわが人生」

第3講座：11月30日（土）午後1時30分～

講師：島村利正研究第一人者

長野吉田高校教諭 六川<sup>ろくがわ</sup> 宗弘<sup>むねひろ</sup>氏

演題：「島村利正作品とその風景」

第4講座：未定



片岡 鶴太郎 氏

NEW

## 第1回 正之公カップ 高遠町ゴルフ大会

会津の殿・松平保久氏（保科正之公ご後裔、会津松平家 14 代当主）とゴルフを楽しみませんか？定員80名。詳細は7月ごろ回覧するチラシによりご確認ください。

■日程：10月19日（土）8時開会式、8時30分スタート

■会場：中央道晴ヶ峰カントリークラブ



令和6年度 高遠町の各地区分館役員は次のとおりです。★は新任。

	高遠地区分館	長藤地区分館	三義地区分館	藤澤地区分館	河南地区分館
地区分館長	丸山 宏一	高嶋 賢次	原 一穂	北原 辰男	渡邊 達男
主 事	伊藤 正幸 ★	細野 剛司 ★	高島 昌広 ★	北原 敏樹 ★	北村 ユミ ★

# 参加者募集中の講座

- 申込先：高遠町公民館（高遠町総合支所高遠教育振興係内） 電話：94-2557
- 申込方法：高遠町公民館までお電話でお申し込みください。
- 締切：4月19日（金）定員のあるものは先着順。定員未達の場合は原則随時受付します。
- 受講料：講座によって、参加料・受講料（初回のみ）のほか材料費等がかかります。
- その他：申し込み受付後、開催通知を送付します。講師の都合等により日程が変わる場合があります。  
公民館報等掲載用に写真を撮影させていただきますのでご承知おきください。

1～12の講座は参加者募集中です

## 1.「美術館・歴史博物館・創造館」特別展講座

受講料：500円

3館の特別企画展を学芸員さん等の解説付きで鑑賞できるまたとない機会です。

第1講座	信州高遠美術館	午前10時～	「池上秀畝生誕150年展」
5月15日（水）	講師：信州高遠美術館学芸員 小松 由以 氏		
第2講座	伊那市創造館	午前10時～	「仮）池上秀畝生誕150年記念展」
5月22日（水）	講師：伊那市創造館 館長 捧 剛太 氏		
第3講座	高遠町歴史博物館	午前10時～	「池上秀畝生誕150年展 秀畝の画業」
5月29日（水）	講師：高遠町歴史博物館学芸員 福澤 浩之 氏		
第4講座	伊那市創造館	午前10時～	「仮）高木東六生誕120年記念展」
9月4日（水）	講師：伊那市創造館 館長 捧 剛太 氏		
第5講座	高遠町歴史博物館	午前10時～	山の恵みで生活を豊かにした人々の紹介
11月20日（水）	講師：高遠町歴史博物館学芸員 福澤 浩之 氏		
第6講座	信州高遠美術館	午前10時～	「地域のお宝展Ⅱ」
R7. 1月22日（水）	講師：信州高遠美術館学芸員 小松 由以 氏		

## 2.コーヒー道へようこそ

3回連続講座。コーヒーの「豆」知識や淹れ方のコツを学びながら、味の違いを楽しみましょう。

日程：5月9・16・23日 いずれも木曜日  
午後6時30分～8時

会場：高遠町総合福祉センターやますそ

講師：風雲 Coffeeroastery & Books 伊藤 まゆみ氏

受講料：500円+材料費2000円/定員10名

## 3.マイ表札を作ろう(刻字)

表札サイズの木板に字などのデザインを描いて、彫刻刀やノミで削ります。

日程：5月10・17・31日 いずれも金曜日  
午後6時～午後8時

会場：高遠町総合福祉センターやますそ

講師：石川 博（三峰）氏、森 一義（一徑）氏

受講料：500円+材料費1500円/定員10名

## 4.マレットゴルフ大会

日時：5月31日（金）午前9時～

場所：花の丘マレットゴルフ場

参加料：200円



## 5.パターゴルフ大会

日時：6月8日（土）午前9時～

場所：高遠グリーンパーク

参加料：200円

## 6.高遠の山を登ろう



南アルプス林道バスを利用して、こもれび山荘付近のフィールドワークを行います。

日程：7月13日（土）午前7時30分～

午後3時ごろ

講師：ジオパークガイド 北原 滋夫 氏

参加料：200円+実費/定員22名

参加  
無料

## ふれあいスポーツ教室 —笑顔でふれあう軽スポーツ教室—

軽スポーツで気持ちのいい汗を流しましょう。伊那市スポーツ推進委員が講師をつとめます。

### 7.ケアウォーキング 楽に歩くコツと簡単なストレッチ

気持ちよく歩くにはコツがあった。体操で体をほぐして、歩き方を学びましょう。

日程：5月20・27日、6月3・24日、7月1日 いずれも月曜日 午後6時～午後8時

場所：高遠町文化体育館2階トレーニングルーム

### 8.みんなで楽しむニュースポーツ

ポッチャなど。ルールはシンプルでも奥深い、初めてでも安心のニュースポーツをやってみましょう。

日程：9月4・11・18・25、10月2日 いずれも水曜日 午後6時～午後8時

場所：高遠町文化体育館2階トレーニングルーム

### 9.名勝・名所を訪ねる講座



バスハイクであちこちの名勝・名所を訪ねます。専門家にガイドしてもらうなど、見聞を広めます。

第1講座：9月8日（日）午前9時～午後3時 「木曾山脈の向こう側を訪ねて」

日本3大美林である赤沢自然休養林（赤沢森林鉄道）と寝覚ノ床見学

第2講座：11月10日（日）午前9時～午後3時 「松本城と松本市立博物館」

国宝・松本城と松本市立博物館（R5年10月オープン）の見学

受講料：500円+実費 定員22名 ※入館料・昼食代等がかかります。

### 10.高遠石工の石仏を巡る講座



今年は上伊那北部の石仏を巡ります。歴史背景から石仏の表情まで、高遠石工を中心に据えて学びます！

日程：9月18日（水）、9月25日（水）、

10月2日（水）、10月9日（水）

時間：午前8時30分～正午（昼をまたぐ場合もあります）

講師：一般社団法人高遠石工研究センター

事務局長 熊谷 友幸 氏

受講料：500円 定員22名



【宮田村中越の石造物群】

### 11.高遠おいさんずクラブ

男性対象のなんでも講座。6月から毎月1回、視察研修や料理、運動などで仲間との交流を深めましょう。

内容は初回に参加者で話し合っ決めて。初回6月7日（金）午後2時～ 受講料：500円+材料費等

### 12.高遠町健康麻雀教室

頭と手を使うスポーツ・麻雀の教室を毎月1回開講します。吸わない・賭けない・飲まない健康麻雀で健康的な交流をしませんか。初心者や女性でも安心。対局が中心です。他地区との交流戦もあるかも？

日程：初回6月19日（水）午後1時30分～午後4時ごろ 毎月第3水曜日午後を基本に開講します。

会場：総合福祉センターやますそ4階 受講料：1000円（教材費込） 定員20名

## さくらんぼきっず

未就園児が対象。親子で集まって「泣いたり笑ったり」にぎやかに交流します。子供の成長に欠かせない五感を使った体験や長谷「くじらくらぶ」との合同講座もあります。※受講対象の皆さんへ随時チラシを送ります。

日程：随時連絡します。

## 進徳館夏の学校

夏休み中の小学生が対象。高遠藩校だった進徳館を会場に、進徳館で武士の子供も行ったという「論語の素読」のほか、体験活動や高遠高校生の発表を通じて学びを深めます。高遠ならではの思い出を作りましょう。※詳細は6月末に学校を通じてお知らせします。

日程：7月26日～31日の平日午前

## 令和7年高遠町地区二十歳のつどい



新しく二十歳を迎えた成人の門出を地域で祝います。

日時：令和7年1月2日（木）午前10時～

場所：高遠町総合福祉センター やますそ

対象：平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの高遠中学校卒業生または高遠町地区在住者。

※対象者には別途案内を送ります。

## 浴衣 de まつり ～浴衣の着付け教室～

高遠城下まつりと同日に開催。浴衣を着こなしましょう。8月にチラシ等で詳細をお知らせ予定。日時：9月7日（土）10時～12時。

## 交流スポーツ大会（地区分館経由で募集）

### ■ソフトボール大会

日時：8月25日（日）午前7時30分～

場所：高遠スポーツ公園総合グラウンド



### ■桜カップソフトバレーボール大会（リーグ戦：全6回）

日時：10月5日（土）～毎月1回 午後7時～

場所：高遠スポーツ公園文化体育館



### ■卓球大会

日時：令和7年2月23日（日）

午前8時30分～

場所：高遠スポーツ公園文化体育館

## 進徳館の日記念少年剣道大会

小中学生の剣道部ならびに

剣道クラブ対象。

日時：5月25日（土）

午前8時30分～

場所：高遠スポーツ公園文化体育館



## 高遠そば・そば打ち講座

毎年恒例のそば教室。年越しそばを自分で打とう！試食会あり。リピーターも歓迎です。

※10月の回覧チラシで詳細お知らせ予定

日程：12月～1月の水曜日午前 全5回

場所：高遠城址公園内の高遠閣

■豊かな自然に囲まれ、文化と歴史の香りが漂う高遠町がさらに元気になるよう公民館活動を進めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

高遠町公民館長 矢澤 淳 主事 原 健