



### てとてキッズ広場 in 千曲市市民交流センター



#### 夏のおもいで工作 ①クラゲの風鈴 ②木のお家の貯金箱



夏休みの思い出を作品にしてみよう☆ 自由工作にも最適！  
夏にピッタリのひらひらかわいいクラゲの風鈴。拾った貝殻や自分で作った昆虫など、木で組み立てたお家を夏の思い出ですてきに飾ろう！

- 日時** 8月3日(土) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00
- 参加費** ①700円 ②1,000円
- 定員** ①15名 ②10名 ※①②各先着順・小学生対象
- 持ち物** 貝殻やおもちゃなど作品に飾りたいものがあればお持ちください
- 講師** I'po maru



#### 家族で楽しい！ キッズわくわくコンサート



0歳から小学生まで家族といっしょに楽しもう☆  
“音楽にのってわくわく” “知っている曲にうきうき” 楽しいコンサート♪

- ♪となりのトトロ ♪赤とんぼ ♪虫の声 ♪大切なもの ♪ぼよん行進曲
- ♪ありがとうの花 ♪ガヴァット(ヴァイオリン演奏) ほか

- 日時** 9月15日(日) 11:00開演(40分程度)
- 参加費** 無料 **定員** 60名 ※先着順・0歳~小学生とその家族対象
- 演奏** こもちこんぶ

#### お申込み

各教室のお申込みは、お申込フォーム(右QRコード)よりお願いします。  
※キャンセルの場合は、前日までにご連絡をお願いいたします。



#### 第14回 みんなで"街まちミーティング" 参加者募集 !!

5年ぶり開催!

市民活動団体のつながりを目的としたミーティングです。いろいろな団体の活動や思い、目的をみんなで共有しよう。発表のあとは、美味しいコーヒーで交流の輪を広げよう！

- 演奏** 8月3日(土) 14:00~16:00 **参加費** 無料
- 内容** 活動発表：NPO法人千曲ねこの会・堂の山復活プロジェクト実行委員会  
ちくままちづくり文化祭実行委員会・屋代高校家庭科班  
制度説明：千曲市指定NPO法人制度について(千曲市市民生活課市民協働係)
- 申込み** 申込不要 どなたでも参加できます！

## ベビー&キッズ教室

★キッズダンス教室（高学年コース）  
リズムに合わせて楽しくダンス  
（火曜日 月3回）

### ◆てとて子育てルーム

- 大きなおもちゃで遊ぼう！  
& 芽里先生の親子 de プチヨガ
- ABCで遊ぼう！  
英語のお歌遊び・英語の絵本など、  
いろいろなアクティビティを親子で！
- リトミック  
音楽を通して親子でふれあおう！  
レッスン後ヴァイオリンなどの演奏も

## 大人の教室（教養&趣味&健康）

★リボンアートフラワー（2コース）  
リボンで作るフラワー・コサージュ  
& インテリアアクセサリー  
（金曜日・土曜日コース 各月2回）

★楽しくリズム体操（2コース）  
音楽・リズムに合わせて楽しく体操  
しましょう！  
（ゆったり・かろやかコース 木曜日）

◆痛みのセルフケア  
腰・ひざ・肩など、体の痛みをセルフ  
ケア&楽々トレーニング！  
（金曜日 月1回）

## パソコン・スマホ教室

◆パソコン・スマホ個人レッスン  
パソコン・スマホの操作などに関  
する個人レッスン  
（火～土曜日の午後 事前予約制）

◆パソコン倶楽部（2コース）  
もっとパソコンライフを楽しもう！  
そして仲間と共にスキルアップ！！  
（火曜日・木曜日コース 各月2回）

◆スマホ倶楽部  
日常使える便利なアプリや脳トレア  
プリなどいろいろみんなで楽しもう！  
（金曜日 月2回）

各教室の詳細  
お申込みはこちら




<教室の体験>

★の教室は体験を実施  
しています。

## みんなの街まち活動

**イベント**

ひまわりの会  
**第2回 家庭菜園セミナー「秋野菜の育て方」**




「農業や化学肥料」に頼らない自然農法による  
有機野菜の育て方を皆さんで勉強しませんか！  
年4回の「家庭菜園セミナー」を開催しています。  
市内の共同園場「ひまわり農園」での現地研修  
も予定しています。




日 時 7月20日(土) 13:30~15:30  
場 所 千曲市市民交流センター「てとて」(旧ふれあい情報館)  
参加費 各回500円(資料代含む) 定員 40名 <申込フォーム>  
講 師 三山 晋 (一般社団法人 MOA 自然農法文化事業団 中部支所)  
申込先 090-9668-2169 (青木) / 7337aoki@gmail.com

**イベント**

社会福祉法人八葉会 けいあい地域子育て支援相談室  
**わくわくスペースけいあい**




千曲市のお寺で、放課後のこどもの居場所づく  
りをしています。  
小学生から中学生どなたでも参加可能です。ふ  
らっと立ち寄ってみませんか。  
※開催日時・場所等の詳細はQRコードをご確認ください。



日 時 月3回 15:00~17:00  
場 所 千曲市内3寺院 (宗安寺・法輪寺・勝徳寺)  
参加費 無料 (ボランティア保険加入済み)  
対 象 千曲市内の小学生~中学生  
申込先 けいあい地域子育て支援相談室 026-214-1165  
<場所等の詳細>

**団体紹介**

**姨捨の棚田オオルリシジミ保存会**




姨捨の棚田から絶滅してしまった“オオルリシ  
ジミ (チョウ)”を復活し、希少種の保護並び  
に生物多様性の保全、自然豊かな里山「姨捨の  
棚田」景観の保全を図ることを目的に、2020  
年に棚田耕作者や愛蝶家などの有志により保存  
会を設立しました。希少野生動植物保護回復事業の長野県知事認定を  
受け、東御市「北御牧のオオルリシジミを守る会」より飼育個体の提  
供をいただき、保護活動を行っています。


問合せ 姨捨の棚田オオルリシジミ保存会 会長：小林千春 事務局長：矢島宏雄  
090-5493-2021 (矢島)

**団体紹介**

**NPO法人千曲ねこの会**



一緒に人と猫が共生できる街づくりをしません  
か？飼主のいない猫の繁殖抑制、自治会様と  
の地域猫活動（地域の飼主のいない猫を不妊  
化手術、管理し、生活環境被害を軽減する）、  
イベント出店、写真展をはじめとする啓発活動、  
住民の保護活動支援をしています。会員一人一人が人と猫のためにで  
きることを、考えています。  
※猫の引取りは、行っておりません



問合せ NPO法人千曲ねこの会 090-1614-9792 (平田)  
※留守番電話にメッセージをお残してください <ホームページ>

## お申込み & お問い合わせ

### 千曲市市民交流センター「てとて」

千曲市屋代 128-1 (旧 ふれあい情報館)  
TEL : 026-273-8000  
Mail : shimin-net@areanet.or.jp  
URL : https://chikuma-shimin.net

各教室のお申込みはお電話またはフォーム(下記 QR)をご利用ください  
※みんなの街まち活動のお申込み・お問合せは各主催団体へご連絡ください

てとてHP



お申込み



公式LINE

