

# みんなの街まち通信 Vol.41

発行：2026年1月1日

## てとて 親子で楽しむ新春コンサート

2026.1.25 (日) in 千曲市市民交流センター

申込開始日：1月4日(日) 10:00～

右記フォームより、お申込みをお願いします  
てとてホームページからも、お申込みが可能です  
※ホームページ、QRコードからのお申込みが難しい  
場合は下記までお電話ください  
千曲市市民交流センター TEL:026-273-8000 <申込フォーム>



越 敬一  
(ギター)

鵜沢 志帆  
(フルート・リコーダー)

西澤 章子  
(フルート)

富田 由香子  
(ピアノ)



参加費  
無料

時 間 11:00開演(40分程度)  
対 象 小学生以下のお子さんご家族  
定 員 60名(先着順)

<プログラム>

♪ となりのトトロ  
♪ 君をのせて  
♪ ハイ・ホー  
♪ いつか王子様が  
♪ 夢をかなえてドラえもん ほか

### Baby & Kids てとて子育てルーム

#### 親子で笑顔になるベビーマッサージ教室

ベビーマッサージは赤ちゃんとの最高のコミュニケーション手段です。

日にち 1/21 2/25 3/11 (水曜日)

時 間 10:00～11:00

受講料 各500円/お子さん1人

定 員 6組/1回

#### リトミック

音楽を通して、親子でふれあったり、体を動かして楽しもう♪

日にち 1/22 2/19 3/12 (木曜日)

時 間 10:00～11:00

受講料 各500円/お子さん1人

定 員 7組/1回

企画者  
募集

てとての子育てルームでは、お子さんとパパやママとのふれあいやコミュニケーションを深めたり、参加者同士が交流できる企画を募集しています。自分の経験や技術を活かしたい方は、まずはお試し開催もできますので、お気軽にご連絡、お問合せください。

#### 第13回 遊びで育てるパパママ教室



「元気な心と体を育む」をテーマにパパとママと一緒に遊べるブースを準備しています。

おんぶでパン食い競争、段ボール遊び、ビーズ遊び、新聞紙ビリビリ遊びと豆まき、エコバック作り、赤ちゃん遊びコーナー、一杯の味噌汁プロジェクト等がたのしめるよ♪

日 時 1月31日(土) 10:00～13:00

場 所 信州の幸 あんずホール

参加費 1人300円(0歳児無料) お子さま3人以上100円

対 象 乳幼児～小学生

問合せ先 遊びで育てるパパママ教室実行委員会  
026-274-1224 (FAX兼用)

問合せ先 千曲市市民交流センター

TEL: 026-273-8000

Mail: shimin-net@areanet.or.jp



# 学びのおとな塾 in 千曲市市民交流センター



## 人生会議 ～ 人生の最期にどう在りたいか ～

「もしもの時」の話し合いをしませんか？



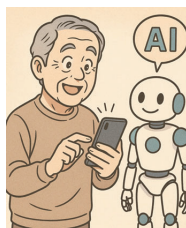
普段考えない生と死について考えてみませんか？「もしバナゲーム」で自分の人生観について見つめなおします。

日時 2月26日(木) 13:30～15:30

参加費 無料 定員 8名(先着順)

講師 宮坂 仁美(看護師・iACP もしバナマイスタープログラム修了者)

## いまさら聞けない？話題の生成 AI とは何か？ 身近な活用事例を試してみようセミナー 初級編



ちまたで話題の生成 AI について、周りに聞くことができる人がいなかったりしませんか？そんな方のための初歩の初歩から丁寧にお伝えする生成 AI セミナーです。

日時 2月8日(日) 14:00～16:00

参加費 500円 定員 15名(先着順)

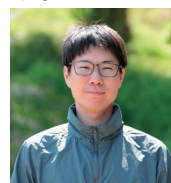
持ち物 スマホまたはタブレット

※可能であれば、参加当日までに「Chat GPT」アプリのインストールをお願いします。不明な方は市民交流センターまでお問合せください。

講師

神林 瑛治

(合同会社ヒバナ 代表社員)



## SDGs de 地方創生 ～ 持続可能な地域づくりをゲームで体験 ～



SDGs の考え方と地域づくりの結びつきをテーマにしたカードゲーム参加者がお互いに協力し持続可能な地域づくりを学びます。

日時 2月11日(水・祝) 13:30～16:00

参加費 大人 1,000円 学生 無料(要学生証) 定員 24名(先着順)

講師 田中 一樹(認定 NPO 法人エリアネット)



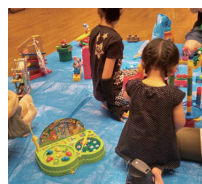
詳細・お申込みは  
QRコードから↑↑

お申込フォームが  
機能しなかった場合は  
市民交流センターへ  
(TEL: 026-273-8000)

## みんなの街まち活動

団体紹介

### 福祉のおもちゃ箱 どんぐり



『福祉のおもちゃ箱どんぐり』は、障がいのあるお子さんも健常のお子さんも、おもちゃで遊ぶことを通じて、人と関わりながら楽しく豊かな時間を過ごすことを願って設立されたボランティアグループです。

福祉関係のイベントに参加して、子どもたちにおもちゃで遊ぶ場を提供したり、福祉施設や学校におも

ちゃを持って訪問、交流したり、クリスマス会を開催するなどの活動を行っています。

問合せ先 福祉のおもちゃ箱 どんぐり TEL: 026-274-3075 (川久保)

✉: yk09024669704@gmail.com

団体紹介

### ここはなパズル

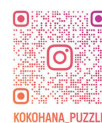


いま「ここ」にいるあなたを大切に、笑顔の「花」を咲かせよう！ママたちの「好き・得意・やってみたい」をパズルのピースのように持ち寄り、子育てしやすいまちを描こう！そんな想いから、2025 年結成した団体です。孤独な育児・屋内の遊び場不足の解消や、ママたちの活躍の場づくりを目指して活動しています。

現在は千曲市市民交流センターにて月2回イベントを開催しており、来年度は子どもの見守りを行うカフェをオープンする予定です！

問合せ先 ここはなパズル (西野)

✉: Instagram のメッセージへ <Instagram>



KOKOHANA PUZZLE

## 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

