

「ながの電子申請サービス」による
申込が必要です。令和八年十月一
日付け回覧で申込方法をお知らせ
します。

参加方法

対象者

平成十八年四月二日から平成十九
年四月一日までに生まれた方で、
ご本人又はご家族が更北地区在住
又はかつて在住していた方



祝 成人の日

<R8 成人式日時>
令和9年1月9日(土)
13時開式
<会 場>
更北公民館多目的ホール

令和八年度更北地区成人式
の日程が決まりましたので、
お知らせします！

令和8年度 成人式に向けて大募集!!

実行委員 募集!!

☆私たちがやりたい成人式にしよう！
成人式を迎える皆様の中から、式典の内
容の検討や運営のお手伝いをしてもらう
実行委員を募集します！

ボランティア 募集!!

成人式の役員としてご活躍
いただくボランティアを募集します！
式典当日に運営をお手伝いいただける
方で成人する方のご家族もOK！
お子様の晴れ姿を会場でご覧になれま
すよ！

☆募集定員 各十名（先着順）

☆募集締切 八月二十八日（金）

☆ご希望の方は、

更北公民館

（二八四二〇四六）まで

☆ご連絡を是非ともお待ちしております！



発行所 長野市青木島大塚 880-5
長野市立更北公民館
TEL 284-2046
FAX 284-2206

発行人 市川 隆 道
制作 (株)一 兎 舎

更北地区の世帯数と人口
(6月1日現在)

世帯数総	14,593
人口	32,992
男	16,386
女	16,606
〈長野市〉	
世帯数総	166,734
人口	358,000
男	174,152
女	183,848



更北公民館HPは
こちらから！

もくじ

P1	令和八年度更北地区成人式 の日程が決まりました 親子講座『更公っ子広場』開催！
P2	いきいきサークル活動紹介 更北地区の地名～平地にある「山道」～
P3	令和八年度更北公民館分館長 公民館運営審議会委員 成人学校紹介
P4	作新大学の紹介 作新大学公開講座のお知らせ 新刊のご案内

これからの予定日

- ・ 7 / 29 水
- ・ 9 / 16 水
- ・ 11 / 10 火
- ・ 12 / 23 水

6月11日 1回目

読み聞かせ・音楽・体を動かすなどなど、全5回、毎回違う楽しい内容です。

作新大学の紹介

〇音楽講座

「童謡唱歌」～みんなで楽しく
歌いましょう！

五月十八日(月) 神谷ありこ
先生による音楽講座が開催さ
れました。

先生の素敵な歌声にうっと
りしたり、急遽ステージ前に集
められた男性陣による歌声披
露があったり、あつという間に
ありこ先生の世界に引き込ま
れ、日常を忘れとても楽しいひ
と時でした。



〇自然講座 ～長野盆地との付き合い方～

六月四日(木) 戸隠地質化石博物館研究員の田辺智
隆先生をお招きし楽しく長野の地質学、歴史を学ぶ
ことができました。長野周
辺は素晴らしい自然や歴
史を持つが災害を無くす
ことはできないので減災
を目指したい、先生の「土
地、地面は生きているんで
す。」という言葉が強く印
象に残りました。

作新大学公開講座
のお知らせ

開催日時

令和八年七月十六日(木)

午前九時三十分～十一時三十分

場 所

更北公民館多目的ホール

演 題

『百人一首』の和歌世界
～王朝和歌の輝き～

講 師

信州大学学術研究院
教育学系教授 西 一夫 先生

入場は無料です。

どなたでも参加でき、事前申込
不要です。お気軽にお越しくだ
さい。

駐車場が限られるため、徒歩や
自転車でお越しいただきますよ
う、ご協力をお願いします。



新刊のご案内



くつをぬいでゆっくりと
えほんが選べます。

一般図書

セイカツ
かえる生活

ハンニン
・犯人はキミが好きなひと

タイショク
・退職クロスロード

ヨウ
・寄せ植えのはじめかた

アシタ
・明日、あたらしい歌をうたう

・でんしゃくるかな？

・もうおきるかな？

・ねこのき

・かみさまのベビーシッター [4]

・かみさまのベビーシッター [5]

ムシ
群 ようこ

アツガワ
阿津川 辰海

アンドウ
安藤 祐介

シュフノ
主婦の友社編

カクタ
角田 光代

きくち ちき

ヤブウチ
藪内 正幸

カワチ レン

ヒロシマ
廣嶋 玲子

ヒロシマ
廣嶋 玲子

いきいきサークル活動紹介

和紙人形教室

私たちのサークルは、長野冬季五輪の時、世界中の方々に手作りの和紙人形を配りしたことをきっかけにスタートしました。ピーク時に大勢いた会員は現在女性七名で、中村きよ子先生のご指導をいただき、更北公民館で月三回、火曜午前に、おしゃべりを楽しみながら楽しく人形作りをしています。

和紙人形は、手や足に紙粘土を使う以外はほとんど和紙を使用して制作し、大きさは十〜二十五センチくらいです。浮世絵の型紙で同じ人形を作っても、作り手によって個性が違ふ表情を見せてくれるのでそれが楽しくて心を込めて作っています。完成した和紙人形は公民館で展示発表したり、知り合いの方に差し上げたりして喜ばれています。これからも、ずっと続けていききたいですね。興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。



お問い合わせ先 更北公民館 TEL 二八四—二〇四六

公民館で活動する団体を順次掲載していく予定です。

更北地区の地名 「平地にある「山道」」

「更北地区の地名」という本が平成五年に地域の皆さんのご努力で発行されました。大変興味深い記述が多くあり、読むたびに小さい発見があったり、この地名の場所を歩いてみたい、という思いに駆られる本です。

中でも興味深かったのは「山道」という地名の存在です。地名といってもこの「山道」は俗称とのこと、大字小字のように地図に記載されるものではないようです。

：善導寺の裏を通り、明桂寺前に出る古道に保科道があった。往時の生活は保科に密着していた。保科村の入会山があって、馬の飼料や薪の採取にこの道が利用された。土台石や踏石として使われる大室石もこの道を運ばれてきた。こうしたところから、この道は山道と呼ばれ親しまれてきた：

地域の人々の生活に密着した大切な道路が「山道」と呼ばれ親しまれていたことは、千曲川を渡った先にある保科地区、大室地区と

の繋がりがいかに大切であったかを表しているように感じられます。

このたび、ご縁があって更北公民館に着任しました。「更北の郷土を知る会」会長山中宜本さんにお話を伺ったところ、地域の農家の方はご自分の田畑を「やまのみち」と呼んでいた方もいらっしゃったのだそうです。いつの頃からか山へ行かなくなっても、地名に山へ行っていた頃の記憶が残っているのかもしれない。大事にしたい地名です。（笠原）

参考資料「更北地区の地名」
更北地区地名調査委員会編



令和八年度 更北公民館分館長

稲里分館長 山崎 良
小島田分館長 湯澤 秀人
真島分館長 丸山 裕喜

公民館運営審議会委員

阿部 悦夫 青木島小学校長
佐藤 裕美 更北中学校長
鈴木 和代 丹波島区区長
和田 州平 民協小島田地区会長
中村 登 更北地区地公連会長
清水 良江 更生保護女性会会長
峯村 早苗 作新大学院生
三島 あけみ 作新大学院生
五明 良治 成人学校講師
芦澤 敬子 利用団体代表

成人学校紹介

更北公民館では、次のような成人学校を開催中です。
定員に余裕のある講座は、これから参加できます。
一年を通して専門講師が丁寧に指導しますので、着実に上達します。

初めの方、初心者の方こそ大歓迎！素敵な仲間にも出会えますよ！

- ・陶芸（火曜日午前）
- ・絵画入門（水曜日午前）
- ・陶芸（木曜日夜間）
- ・ヨガ（火曜日午後）定員メ切
- ・そば打ち道場 定員メ切
- ※年三学期制で一学期十二回八千円の受講料が必要です。

講座紹介

〇コミュニティガーデン講座

六年目突入の人気講座。家庭の緑の管理のコツを学びながら、地球規模の緑化へ広がっていきます。ガーデニング仲間との交流もできます！



〇からだの歪みを整える 操体法

毎年好評の講座。本年度は二回に分けて募集いたします。日常に行う簡単な動作を見直し一生歩ける身体が作れますよ！



2回目の募集は8月の
地区回覧をご覧ください。
男性大歓迎です！

R8.4.1～ 更北公民館職員

市川館長（写真前列左）
笠原専門員（写真前列右）
古川職員（後列左）
松木職員（後列中）
金箱職員（後列右）

令和八年度は、事務職員として新任の笠原を含め、合計五名で公民館活動を盛り立ててまいります。
本館や分館を日頃ご利用いただいている皆様には公民館事業へのご協力に感謝申し上げます。ご意見・ご要望をお待ちいたします。



ホームページ
もご覧ください！
最新のお知らせや、講座情報などを載せています。
写真も載せておりますので、ぜひご覧ください。

