



茅野市中央公民館 ☎72-3266
茅野市宮川 4 5 5 2-2

Chino Cultural Community 茅野市公民館報

No.699 発行:長野県茅野市中央公民館 編集:広報専門委員会 印刷:株中央企画 発行日:2025年(令和7年)11月1日



- ゆきどけ..... 1
- 高齢者大学冬の講座のご案内..... 2
- 公民館講座受講生募集..... 3
- 伊勢原市文化交流展・諏訪ことば..... 4

公立諏訪東京理科大学で学ぶ高齢者大学



『ポップコーン脳』という言葉をご存じだろうか。頭の中で次々と考えることが変わり、一つのことをじつくりと考えることができない状態を表すために、アメリカの研究者が

加熱されたフライパンの中でポップコーンの粒が急速に弾ける様子に喩え名付けたそうだ。デジタル機器の普及により、情報を得ることが簡単にできるようになったが、情報が多すぎるため意識が散漫になり、物事に集中して取り組みづらい環境になってしまったとも言える。20年前と比べて注意力の持続時間は平均150秒から、47秒と1/3にまで減少しているという研究結果もあるようだ。

この状況を改善するには、デジタルデトックスが有効だという。デジタル機器から距離を置き、多くの情報に惑わされずじっくり考える時間を意識的に作る必要があるとは、世の中便利になったのか、不便になったのか。ライティングが有効であるとしている記事もある。自分で考えたことを白紙に書き出す行為が脳にとって良いことだと。

ここで自分を省みると、ネットでいろんな記事を読み漁り、ワープロソフトを使って原稿を書いている。自分もポップコーン脳なのか？ 汚い字の原稿でも受け付けてくれるかな。

(小林 洋一)



令和7年度 茅野市高齢者大学「冬の講座」学生募集

募集定員 技能講座各 20 名（先着順）

募集期間 10月23日（木）～11月10日（月）

入学資格 茅野市内在住の概ね 60 歳以上で、主体的に学ぶ意欲を持ち、ほぼ全ての開講日を受講できる方。

申込方法 中央公民館等で配布する募集要項をご確認のうえ、募集期間中に「入学願書」を茅野市中央公民館窓口に提出してください。

電話での申し込みの場合は、「入学願書」を郵送します。
必ず、本人が正確に記入してください。
全てが記入されているか確認のうえ、募集期間中に入学願書を茅野市中央公民館窓口提出してください。（初回講座日に受講料とともにご提出いただいても結構です）
（※受付は、平日の午前 9 時～午後 5 時まで）

受講料 1,000 円（11 月 25 日の初回講座日に集金）



学習内容

(1) 教養講座 【全員受講】

日 程 12 月 2 日（火） 午後 1 時 30 分～3 時 30 分（予定）
会 場 茅野市中央公民館 2 階 学習室
内 容 未定

(2) 技能講座（各回 午後 1 時 30 分～3 時 30 分 初回は開講式あり）

【水墨画・書道・俚謡・手あみ・絵手紙から 1 講座を選択】

※各講座の内容・持ち物等は募集要項をご覧ください。

開講日 ① 11 月 25 日（火）

（※受付午後 0 時 45 分～、開講式午後 1 時 15 分～）

② 12 月 9 日（火） ③ 令和 8 年 1 月 6 日（火）

④ 1 月 20 日（火） ⑤ 2 月 10 日（火）

会 場 茅野市中央公民館

そ の 他 詳しくは中央公民館または各地区公民館（各地区コミュニティセンター）で配布する募集要項をご覧ください。
（市ホームページからもダウンロードできます）
技能講座の申込人数が極端に少ない場合には、その講座は開講できないことがあります。



公民館講座受講生募集

(キャンセルする場合はできるだけ早めに茅野市中央公民館担当までお申し出ください)

※ 講座を受講するにあたり、手話通訳などを希望される方は申込時にお知らせください。

はじめての囲碁講座

紫式部も嗜んだと言われる囲碁を、初歩からていねいに教えます。
楽しみながら思考力が身につく、盤上の格闘技にチャレンジ♪
子どもも保護者も一緒に！ 未経験者、女性の参加者大歓迎！



昨年の様子

日時 11月26日、12月3日、10日、17日
(水曜日 全4回) 午後7時～8時30分

会場 茅野市中央公民館 3階 第3会議室

講師 井上 亮 先生 (第38期信州囲碁アマ棋聖)

受講資格 市内在住、在勤、在学者
(年長相当児以上のお子さんから対象です)

受講料 1,000円

定員 16名 **持ち物** 筆記用具



▲ 申込フォーム

受付開始

10月31日(金)
正午～
(電話またはインターネット
先着順)



終活にかかわる 税 の講座 “相続”と“贈与”について学ぼう

高齢化が進む中での“相続”や“贈与”についての学びは、自身の今後の生活を具体的にイメージするために必要なことです。
まだ先のことと思わずに、どこから考えたらよいか？
考えときのポイントは何か？などを一緒に考えたいと思います。

日時 12月3日、10日(水曜日 全2回)
午後1時～2時30分

会場 茅野市中央公民館 2階 学習室

内容 **第1回 相続税** について
・ 相続税はどんなときにだれにかかるか
・ 相続税のかかる財産とからない財産
・ 相続財産から控除できる債務とは
・ 相続税の計算の仕組み

第2回 贈与税 について
・ 贈与税はどんなときにどのくらいかかるか
・ 贈与しても贈与税がかからない特例

講師 諏訪税務署 資産課税部門職員

受講資格 市内在住・在学・在勤者

受講料 無料 **定員** 25名 **持ち物** 筆記用具

受付開始

11月6日(木)
午前10時～
(電話またはインターネット
先着順)



▲ 申込フォーム

お問い合わせ・申込先 茅野市中央公民館 ☎ 72-3266 (窓口受付は行いません)

姉妹都市伊勢原市文化交流展



令和5年の様子

会場 茅野市中央公民館

午前9時～午後9時30分

※16日(日)は休館

期間 11月11日(火)

～11月18日(火)

茅野市は、神奈川県伊勢原市と昭和61年に姉妹都市提携を結んでいます。茅野市と茅野市芸術文化協会では、伊勢原市及び伊勢原市文化団体連盟の皆さんと文化交流事業を毎年行っています。

今年は、茅野市中央公民館を会場に、茅野市、伊勢原市の両市の皆さんの芸術作品を一堂に集め、交流展を開催します。また、同時開催として茅野市美術協会による茅野市美術展受賞者作品展を開催します。

ご来館をお待ちしています。

宮川小5-3 姉妹都市伊勢原市おもてなしコンサート



持ち物 上履き

会場 茅野市中央公民館 2階 講堂

(開場午後2時)

日時 11月13日(木)

午後2時30分～3時

交流展にあわせて伊勢原市関係者の皆さんが来訪します。このときに、10月の市民音楽祭にも出演いただいた宮川小学校5年3部の皆さんによるおもてなしコンサートを開催します。

児童の皆さんは、「地域の人を喜ばせたい、元気になってもらいたい」という願いで、歌を通じた活動をしています。子どもたちの元気な歌声を、伊勢原市の方だけでなく、多くのの方に聞いていただけるよう、一般公開にて行います。暖かい服装でお越しください。

ロビー企画展

会場 茅野市中央公民館 1階ロビー

開館時間 月～土曜日 午前9時～午後9時30分

日曜日 午前9時～午後5時30分(第3日曜日休館)

水墨画展

期間 11月25日(火) 正午～12月4日(木) 午後3時

内容 水墨画約30点 主催 趣墨会

うちの息子、
ほんとこれ。



諏訪ことば知ってる？
使う？アンケート実施中

調子に乗る



危ないから調子に乗るな
(金ないから調子に乗るな)

ちんぷん

知らなかつた！
諏訪ことば

協力：八ヶ岳総合博物館、
国立国語研究所
「市民科学」プロジェクト