

中之条大学 だより

6月号 NO.189

《発行》令和8年6月15日
中央公民館 公民館係
中之条町大字伊勢町 1005-1
(ツインプラザ内)
TEL 0279-76-3113
FAX 0279-76-3112
MAIL univ@town.nakanojo.gunma.jp

脳と心を活性化! 大人のための演技講座



	開催日	内容	
1	7月17日(金)	自己紹介	講師紹介・自己紹介・好きな作品など
2	7月24日(金)	本読み(脚本1)	脚本を声に出して読み、役になり切る楽しさを味わう
3	7月31日(金)	本読み(脚本2)	別ジャンルの脚本で、好きな役柄を演じてみる
4	8月7日(金)	本読み(脚本3)	別ジャンルの脚本で、意外な役柄にも挑戦する
5	8月21日(金)	稽古①	作品を決めて、稽古を始める
6	8月28日(金)	稽古②	それぞれの役を深掘りする
7	9月4日(金)	稽古③	違う役も試しながら配役を決定する
8	9月18日(金)	稽古④	舞台を想定した稽古を行う

時間 10:00~12:00 **会場** ツインプラザ 大会議室、研修室(7/31、9/4のみ)

内容 初心者の方でも基礎から演技を学ぶことができ、演劇の楽しさに触れる講座です。

講師 うえはら みゆき 上原 三由樹 先生(映画監督・脚本家) **定員** 先着 15名 **参加費** 無料

申込 6月23日(火) 10:00~ 中央公民館 公民館係にて電話受付



講師プロフィール

中之条町在住。2008年伊参スタジオ映画祭にてシナリオ大賞受賞後、映画制作を始める。現在は子育てをしながら、演技指導や脚本執筆を行なっている。

おもしろ科学教室 中之条町会場

おもしろ科学の館



日時 7月11日(土) 9:30~12:00 **会場** ツインプラザ 大会議室

対象 県内の小学生(小学3年生以下は保護者同伴) **講師** サイエンスインストラクターの会吾妻支部

内容 身近なものを使った科学実験・科学工作を行います(スライム作り・CDこま回しなど)。

定員 先着 30名 **参加費** 500円以内

申込 6月22日(月)10:00 ~ 6月26日(金)17:00まで 中央公民館 公民館係にて電話受付

町民限定

「できる」が増える！ 使う楽しさグッと広がるスマートフォン教室



	開催日	内容
第1回	7月29日(水)	【LINE応用編】 ごちゃつくトーク画面を整理しよう！無料スタンプでお得に楽しむLINE術
第2回	9月30日(水)	【趣味に活かせるYouTube(動画)と、脳トレゲームでフレイル予防】 無料ゲームと動画で脳をイキイキ！スキマ時間も楽しくすごそう
第3回	10月21日(水)	【Google Gemini (基礎編)】 あんしんサポートでAIデビュー！基礎を学んでAIとおしゃべり体験しよう！ ※LINEやインターネット検索ができればOK！
第4回	11月25日(水)	【Google Gemini (応用編)】 驚くほどカンタン！AIを使った写真加工と、生活・趣味に役立つ活用術 ※基礎編の参加者または生成AIを使ったことがある方向け

時間 ①午前の部 10:00～11:30 ②午後の部 13:30～15:00

場所 ツインプラザ 研修室、OA 学習室(11/25のみ)

講師 町デジタル推進専門官・携帯ショップスタッフ他

定員 各部 先着 10名 **参加費** 無料

その他
・申込時に希望する部(午前・午後)をお伝えください。
・1時間の講習の後に、個別相談の時間があります。

申込 7月1日(水) 10:00～ 中央公民館 公民館係にて電話受付

生成AIで写真から絵を作成



女性のための初心者健康麻雀教室

町民限定

健康麻雀とは

「飲まない・吸わない・賭けない」をテーマに、「生きがいづくり・健康づくり・仲間づくり」を目的とした麻雀です。

日時 8月5日、12日、19日 26日 9月2日、9日、16日、30日
10月7日、14日、21日、28日 (毎回水曜日) 13:30～16:30【全12回】

会場 ツインプラザ 研修室 **講師** 中之条大学講師

対象 麻雀初心者の女性(しばらくぶりの方・もう一度勉強したい方もどうぞ)

内容 健康麻雀の遊び方やルールなど、基本的なことから学びます。

定員 先着 8名 **参加費** 無料

申込 7月6日(月) 10:00～ 中央公民館 公民館係にて電話受付



少年教室

おちゃっぴ先生のねんど教室

町民優先

日時 7月26日(日) ①午前の部 10:00~11:30 ②午後の部 13:30~15:00

会場 バイテック文化ホール 大会議室 **講師** おちゃっぴ先生

内容 おちゃっぴ先生出版の絵本『恐竜ギャオッコ』に登場する、青いトリケラトプスの「トリンちゃん」(右写真)を作ります。

対象 幼児・小学生とその保護者(小学4年生以下は保護者同伴)

定員 先着 各回 40名 **参加費** 800円

申込 町民の方 6月25日(木) 10:00~
町外の方 7月 1日(水) 10:00~ } 中央公民館 公民館係にて電話受付



中之条大学・食改推連携講座①

おやこ食育教室

町民限定

メニューはお楽しみ

日時 7月30日(木) 10:00~12:30

会場 中之条町保健センター 2階 栄養実習室 **対象** 4歳から小学生の親子

講師 町の管理栄養士とヘルスマイト(町食生活改善推進員)の皆さん

内容 親子で楽しく調理して食事の大切さをお伝えします。できた料理は参加者で昼食にします。

定員 先着 親子8組 **参加費** 無料

申込 7月2日(木) 10:00~ 中央公民館 公民館係にて電話受付



少年教室

「碓氷峠鉄道文化むら」と「県立自然史博物館」見学会

町民限定

日時 8月4日(火) 8:00 出発 17:15 帰着予定

集合 ツインプラザ北側駐車場 **対象** 小学生とその保護者

内容 午前に碓氷峠鉄道文化むらを見学し、昼食後、県立自然史博物館を見学します。

定員 先着 30名 **参加費** 1人 1,500円(昼食代)

その他 ・マイクロバスで移動し、現地では自由見学です。 ・昼食は荻野屋「峠の釜めし」です。

申込 7月7日(火) 10:00~ 中央公民館 公民館係にて電話受付



申込受付中の5月号募集講座

六合の自然を楽しむ講座~夏の巻~

町民限定

日時 7月10日(金) 8:30 集合 16:30 解散

集合 ツインプラザ北側駐車場 **講師** なかむら かすお 中村 一雄 先生(自然観察指導員)

内容 午前は野反湖でキスゲを観察し、午後は冬住みの里資料館を見学します。

定員 先着 12名 **参加費** 無料

申込 中央公民館 公民館係にて電話受付中

一面のキスゲの絶景と、普段は見られない冬住みの里の貴重な資料を見学できる、絶好のチャンスです



ノゾリキスゲ

陶芸体験教室

町民限定

日時 【作陶】 7月 4日(土) 9:30~15:00(12:00~13:30 昼休憩)
【色付け】 7月 18日(土) 9:30~12:00

「マイ〇〇」作ってみませんか
親子参加も可能です!

会場 ツインプラザ 工芸室 **講師** 美野原陶芸クラブ

内容 簡単な作り方で陶芸を体験できます。ごはん茶碗・コーヒーカップ・お皿・置物など、
おおむね2個、好きなものを作れます。

対象 小学5年生以上の町民 **定員** 先着 20名 **参加費** 500円

申込 中央公民館 公民館係にて電話受付中



中之条スポーツクラブ KEYAKI (けやき)

ソフトバレーボール交流大会

日時 7月 12日(日) 8:30~12:00
会場 総合体育館 アリーナ
対象 小学生以上
※小中学生のみのチームは20歳以上の責任者を付けること。
※原則1チーム4人以上(男女不問)
参加費 1チーム1,000円
(小中学生のみのチーム500円)
その他 ①レディース・初心者チーム
②経験者男女ミックスチーム
にコートを分けて試合を行います。
申込 KEYAKI事務局にて電話受付中



トレッキング教室

高地ならではの清涼な空気と心地よい自然を味わいながら、一緒にトレッキングを楽しみましょう。

日時 7月 26日(日) 7:00 集合 16:00 解散
集合 中之条町役場
場所 湯の丸高原 ^{ひがしかこのとやま} 東麓ノ登山(標高2,228m)
講師 春日 ^{かすが} 乙英 ^{おとひで} 先生(自然観察指導員)
対象 小学生以上で山歩きのできる健康な方
※小学生1名につき要保護者1名同伴
定員 先着 15名 **参加費** 2,000円
申込 KEYAKI事務局にて電話受付中
7月22日(水)申込締切



申込・問合せ KEYAKI事務局 TEL:0279-76-3111

図書館からのお知らせ

ねころびコーナーおはなし会

【乳幼児から3歳くらいまで】

日時 6月 17日・24日
7月 1日・8日・15日
(毎週水曜日)11:15~11:30

【3歳くらいから小学校低学年まで】

日時 6月 27日(土)10:30~11:00

6月の新着本案内

先月入荷した新着本の中から図書館職員がおすすめする本をリストアップしました。右のQRコードから「新着本案内6月号」がご覧いただけます。



中之条町お話の会によるおはなし会

日時 7月 11日(土) 10:30~11:00
会場 図書館シビックホール

問合せ ツインプラザ図書館 TEL:0279-76-3115