



開館時間 午前9時～午後9時30分
 受付時間 午前9時～午後5時
 詳細は各公民館へお問い合わせください

講座	日時・場所	費用など	申し込み
出会い・ふれ合い・生きがいセミナー オオルリジミとの付き合い方～天然記念物指定から考える チョウを通して自然との関わり方を考えます。 副那須野雅好さん(オオルリジミ保護対策会議代表)	日 6月28日(火) 午後1時30分～3時 場 豊科公民館大会議室	費無料	用不要 場 豊科公民館 電話72・2158 ID 79217
堀金のお宝発見講座 環境・心・身体に優しいグリーンカーテンを育てよう 大きなゴーヤのグリーンカーテンの育て方を学びます。 副磯野康子さん(NPO法人あづみ野風土舎理事長)	日 7月19日(火) 午後7時～8時30分 場 堀金公民館講堂	費無料 定 60人 他「ふるさと堀金を楽しむ会」と共同開催	用不要 場 堀金公民館 電話72・5796 ID 92199
自然体験環境講座(環境) 初心者向け登山講座～乗鞍岳登山～ 登山口までバスで移動し、肩の小屋～剣ヶ峰(山頂)～畳平までの登山を楽しみます。	日 7月29日(金) 午前5時15分～午後6時 場 穂高公民館駐車場集合	費 1,000円 定 14人程度(抽選・初めての人優先)	用 7月4日(月)、5日(火)に電話で 場 穂高公民館 電話82・5970 ID 91831
生きがい講座 包丁研ぎ教室 切れ味も味のうち!切れ味が良ければ料理の腕も上がります。 副奥村雅彦さん(株式会社越前かまや取締役社長)	日 7月6日(水) 午前10時～11時30分 場 三郷公民館調理実習室	費 200円 定 18人(先着順) 副 タオル・研ぎたい刃物・砥石	用 6月30日(木)に電話で 場 三郷公民館 電話77・2109 ID 91830
盆踊り講習会 「堀金音頭」「佐渡おけさ」「きよしのズンドコ節」「炭鉋節」を踊ります。 副青柳文子さん、太田綾子さん、赤澤睦子さん	日 7月6日(水)、15日(金)(全2回) 午後7時～8時 場 堀金公民館講堂	費無料 定 30人(先着順)	用 6月27日(月)から7月1日(金)に電話で 場 堀金公民館 電話72・5796 ID 92251
豊科の宝 第1回 中世に開かれた堰 豊科地域を流れていた中曽根川からは堰が多く分岐し、中世から開発が進みました。江戸時代の堰開発に先行した身近な堰を紹介します。 副逸見大悟(文化課職員)	日 7月7日(木) 午後1時30分～3時 場 豊科公民館大会議室	費無料 副書籍「豊科の宝」(ない人には無料で配布します)	用不要 場 豊科公民館 電話72・2158 ID 92291
三郷公民館教養講座 安曇野人物誌① 井口喜源治が活躍した明治から昭和にかけての時代背景と人間関係・功績等について学びます。 副尾台鞆一(井口喜源治記念館館長)	日 7月10日(日) 午後2時～3時30分 場 三郷公民館講義室	費 200円 定 20人(先着順) 副 筆記用具	用 7月4日(月)から6日(水)に電話で 場 三郷公民館 電話77・2109 ID 92599
ふるさと探訪講座 安曇野の屋敷林～歴史的なまちなみ 屋敷林がつくる景観のこれからを考えます。 副宗像章章さん(NPO法人ふるさとづくり応援団代表)	日 7月22日(金) 午後1時30分～3時 場 豊科公民館大会議室	費無料	用不要 場 豊科公民館 電話72・2158 ID 92292
健康づくり講座 睡眠と健康の知恵袋 良い睡眠のためのポイントや環境を紹介し、自身にとって最適な「睡眠」を考えます。 副齊藤功子さん(明治安田生命保険松本支社チーフ・コンシェルジュ)	日 7月7日・14日(木) 午前10時～11時 場 穂高公民館第3会議室	費 200円/回 定 20人(先着順)	用 6月28日(火)、29日(水)に電話で 場 穂高公民館 電話82・5970 ID 91772
あなたは大丈夫?フレイル予防 フレイルの状態、予防に欠かせないチェック方法や、介護が必要になった場合の費用や備えを学びます。 副宮坂由実さん(明治安田生命保険松本支社 教育・育成課長) 《第1回》 人生100年時代 自分の人生自分で選ぶ! 創る! 《第2回》 フレイル予防のための行動計画を立てよう!	日 第1回:7月21日(木) 第2回:8月23日(火) 午前10時～11時30分 場 明科公民館講堂	費無料	用不要 場 明科公民館 電話62・4605 ID 92182・92184

講座	日時・場所	費用など	申し込み
ス パラスポーツ講座 ゴールボールを体験しよう! 東京パラリンピックで女子チームが銅メダルを獲得したゴールボールをゲーム形式で行います。 副荻野孝志さん、山口博さん、加藤正さん(長野県障がい者スポーツ協会)	日 7月8日(金) 午後7時～9時 場 明科体育館	費無料	用 6月27日(月)、28日(火)に電話で 場 明科公民館 電話62・4605 ID 92189
音 夕涼みジャズコンサート モダン・ジャズとジャズ・ボーカルの演奏を楽しみます。 出演 ニュー・モダンデュークス&Y's Gem&shimada	日 7月9日(土) 午後5時～7時 場 穂高公民館講堂	費無料 定 100人(先着順)	用 6月30日(木)、7月1日(金)に電話で 場 穂高公民館 電話82・5970 ID 91829
社 現代社会・政治講座 ウクライナ情勢とこれからの世界 ウクライナ侵攻によって生じた欧米とロシアの対立で変貌する世界情勢を専門家が展望します。 副中西寛さん(京都大学大学院法学研究科教授)	日 7月24日(日) 午後3時30分～5時 場 明科公民館講堂	費 100円	用不要 場 明科公民館 電話62・4605 ID 92186
子 親子ふれあい塾 夏休みフィールドチャレンジ教室 親子で自然を体験する夏休み講座です。 副那須野雅好さん(三郷昆虫クラブ世話人)	日 7月26日(火) 午前9時～午後3時 場 県営鳥川深谷緑地、国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)	費 子ども無料、大人450円(入園料) 定 10組20人(先着順) 副 小学生と保護者	用 7月11日(月)から15日(金)に電話で 場 豊科公民館 電話72・2158 ID 79222
も 夏休み子ども公民館講座 選べる4つの講座。終了後、初日・2日目は夏休みの宿題をする学習会を、最終日は料理教室を行います。	日 8月1日(月)、3日(水)、5日(金)(全3回) 講座 午前9時～10時30分、 学習会(1・3日のみ) 午前10時40分～正午 料理教室(5日のみ) 午前10時40分～午後1時 場 堀金公民館	費 1回200円、料理教室材料費400円(その他材料費別途) 定 各講座10人(先着順)	用 7月4日(月)から15日(金)に電話で 場 堀金公民館 電話72・5796 ID 92195

市防災ラジオで定時放送「広報あづみの暮らしのガイド」を聞きますか?

市では、市政情報をお届けするため、地域密着型のコミュニティーFM「あづみ野エフエム」を活用し、「広報あづみの暮らしのガイド」を毎日3回放送しています。

放送時間 午前7時55分～8時/午前11時55分～正午/午後6時55分～7時

設定作業の対象

令和3年4月1日以前に市防災ラジオを購入した人
定時放送の自動起動には、設定作業が必要です!
※令和3年4月1日以降に購入した人は、設定は不要です。

◆作業日程◆市防災ラジオをお持ちください。予約不要で作業は無料。5分程度で終わります。

本庁舎(秘書広報課)	三郷公民館(会議室102)	堀金支所(3階 会議室1)	明科公民館(講義室)	穂高支所(大会議室)
7月4日(月) 午前9時～11時30分	7月4日(月) 午後1時～2時	7月4日(月) 午後3時30分～4時30分	7月5日(火) 午前9時30分～10時30分	7月5日(火) 午後1時～2時

副広報ラジオ番組の放送内容に関すること 秘書広報課 電話71・2400 ID 72140
 市防災ラジオの購入や設定について あづみ野エフエム放送(株) 電話62・0208

