



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
<b>地域防災講演会</b> 「地域住民と考える防災減災」～白馬村の取組に学ぶ～ 平成26年に発生した神城断層地震で得た教訓から地域防災について学びます。 講 富山正明さん(白馬村社会教育委員長)	日5月30日(火) 19:00~20:30 場 穂高公民館第2会議室	費無料 定50人(当日先着順)	申不要 問 穂高公民館 Tel.82-5970
<b>世界を巡る料理教室①～エスニック料理～</b> トムヤンクンとスパイスからカレーを作ります。 講 安井邦夫(明科公民館長)	日6月13日(火) 9:30~12:00 場 穂高公民館調理室	費1,200円 定16人(抽選)	申5月29日(月)・30日(火) に電話で 問 穂高公民館 Tel.82-5970
<b>作って楽しむ 食卓にもう一品講座</b> 旬の食材を使った料理で食卓を豊かにしましょう。食卓を彩るコツを学びます。 講 高橋清美さん	日6月17日~2月17日 (偶数月の第3土曜日 ただし8月のみ第2土曜日・全5回) 17:00~18:30 場 堀金公民館調理実習棟	費各200円 (別途材料費) 定20人(先着順)	申6月5日(月)から9日(金) に電話で 問 堀金公民館 Tel.72-5796
<b>生きがい講座 コーヒー講座①</b> 豊潤な時を過ごすために、コーヒーの入れ方を学びます。 講 三澤優治さん(三澤コーヒー代表取締役)	日6月22日(木) 10:00~12:00 場 三郷公民館調理実習室	費1,900円 定20人(先着順) 持 エプロン・三角巾	申6月14日(水)から電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
<b>未来のための健康プロジェクト講座</b> 第2回:「ずっと元気に過ごすために」 健康寿命、認知症、介護の知識などを学びます。 第3回:「今から知る・今日から始める介護の備え」 公的介護保険、自助努力の必要性について解説します。 講 齋藤功子さん(明治安田生命保険相互会社)	日第2回:6月1日(木) 第3回:6月15日(木) 10:00~11:20 場 明科公民館講義室	費無料	申不要 問 明科公民館 Tel.62-4605
<b>くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋</b> 眠りたくても眠れないなどのお悩みはありませんか。良い睡眠をとるためのポイントを紹介します。 講 山口亜樹さん(明治安田生命保険相互会社)	日6月23日(金) 10:00~11:20 場 堀金公民館会議室1	費無料 定20人(先着順)	申6月5日(月)から9日(金) に電話で 問 堀金公民館 Tel.72-5796
<b>生きがい講座 けん玉チャレンジ</b> 子どもから高齢者まで楽しめる、新たな技や難しい技の攻略方法を紹介し、検定を行います。 講 高山万寿さん(日本けん玉協会安曇野支部長)	日6月25日~2月25日 (10月と12月を除く最終日曜日・全7回) 14:00~15:30 場 三郷公民館講堂	費小中学生200円 大人400円 定20人(先着順) 持 けん玉	申6月5日(月)から電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
<b>ふるさとたんけん隊①森の自然たんけん</b> 森の散策・自然観察クラフト体験、フィールドアスレチックなどを楽しめます。 講 国営アルプスあづみの公園ガイド	日6月3日(土) 8:30~16:00 場 国営アルプスあづみの公園大町・松川地区(明科公民館集合・解散)	費小学生200円 大人450円 定20人(先着順) 持 弁当・飲み物・タオル・雨具、敷物	申5月29日(月)・30日(火) に電話で 問 明科公民館 Tel.62-4605
<b>教養講座 自然教室①</b> 茎・葉・根の成長のメカニズムについて学びます。 講 吉澤國雄さん(日本植物生理学会会員)	日6月15日(木) 13:30~15:30 場 三郷公民館講義室	費200円 定20人(先着順)	申6月7日(水)から電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
<b>上高地自然観察会</b> 上高地の初夏の植物、地質について現地を歩きながら学びます。 講 松田貴子(豊科郷土博物館) 中田光男さん(前穂高公民館長)	日6月15日(木) 予備日:22日(木) 6:00~18:00 場 穂高公民館駐車場(集合・解散)	費1,000円 定24人(抽選) 他 山歩きに適した支度	申5月30日(火)・31日(水)に 電話で 問 穂高公民館 Tel.82-5970
<b>オオルリシジミとクララの生態</b> 市の天然記念物であるオオルリシジミの生態と食料であるクララとの相関関係を探ります。 講 那須野雅好(市文化課職員)	日6月20日(火) 10:00~12:00 場 明科公民館講堂	費無料	申不要 問 明科公民館 Tel.62-4605
<b>初夏のコンサート</b> 初夏のひとときを歌声とピアノのしらべでお楽しみください。(曲目:青い山脈、糸、花は咲く ほか) 出演:山縣清香さん(ピアノ) 飛山真利子さん(ボーカル)	日6月5日(月) 10:00~11:30 場 明科公民館講堂	費無料	申不要 問 明科公民館 Tel.62-4605

くらし

健康・レクリエーション

自然

音楽

講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
<b>安曇野市の交通網の歴史と今後 第1回</b> 市内を走る篠ノ井線・大糸線の歴史と今後の交通問題について話を聞きます。 講 矢花和成さん(元高校教諭)	日6月16日(金) 10:00~11:30 場 明科公民館講堂	費無料	申不要 問 明科公民館 Tel.62-4605
<b>堀金のお宝発見講座 養蚕労働における女性の働き</b> —安曇野の女性たちを中心に— 安曇野周辺は昭和40年代終わり頃まで養蚕の盛んな地域でした。女性たちの養蚕に関わる歴史と変遷をたどります。 講 倉石あつ子さん(元跡見学園女子大学文学部長)	日6月19日(月) 19:00~20:30 場 堀金公民館講堂	費無料 定80人(先着順) 他 ふるさと堀金を楽しむ会と共同開催	申不要 問 堀金公民館 Tel.72-5796
<b>文書館で何するところ?</b> 文書館の役割を説明し、疑問にお答えします。 講 平沢重人(市文書館長)	日6月28日(水) 13:30~15:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定70人(先着順)	申不要 問 豊科公民館 Tel.72-2158
<b>安曇野の屋敷林～歴史的なまちなみ～</b> 安曇野の原風景とも言える屋敷林をバスで巡り、あり方について考えます。 講 宗像章(NPO法人ふるさとづくり応援団代表)	日6月29日(木) 8:30~12:00 場 豊科公民館集合	費200円 定15人(先着順) 持 飲み物	申6月12日(月)から16日(金)に 電話で 問 豊科公民館 Tel.72-2158
<b>生きがい講座 陶芸教室</b> 湯呑やコーヒーカップなどの茶碗を製作します。 講 三原好清さん(三郷美術会会長)	日6月17日、7月8日・22日 (土曜日・全3回) 13:00~17:00 場 三郷公民館創作室	費1,200円 定10人(先着順) 持 タオル	申6月8日(木)から電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
<b>三郷まなび隊①プログラミング教室</b> 簡単なゲーム作りをしながら、いろいろなプログラミングを体験します。 講 濱田康さん(一般社団法人エンターキー代表)	日6月24日(土) 10:00~12:00 場 三郷公民館講義室	対 小学4~6年生 費200円 定20人(先着順) 他 保護者見学も可能	申6月15日(木)・16日(金)に 電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109

歴史・文化

工芸

パソコン

## 各種情報コーナー

他公共団体・後援団体などから寄せられた情報を掲載しています。詳細は主催者に問い合わせください。

<b>国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)</b> 愛犬との暮らし方教室 愛犬家向けの、犬との上手な暮らし方を学びます。飼い主の喜ぶ顔を見るために、愛犬が自ら考え行動できるようになる心の育て方が分かります。	日6月18日(日) ▷愛犬との心のつなぎ方 10:30~12:00 ▷上手なドッグランの使い方 13:30~15:00 場 園内 野の休憩所前	費 要入園料	問 国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター Tel.71-5511
<b>伝統文化 三味線親子教室</b> 伝統芸能と一緒に楽しみませんか。6月から11月まで、全13回の教室と演奏会を行います。	日6月25日(日) 10:30~11:45 場 穂高公民館視聴覚室	対 小学4~6年生と保護者 費 1,000円(別途三味線レンタル代) 定 17人(抽選)	申6月10日(土)15:00までに電話で 問 丸山さん Tel.090-2714-6009 (水曜日~日曜日の10:00~15:00)
<b>第16回京都市芸術大学甲信越会作品展</b> 陶芸、染織、洋画、日本画の作品を展示します。	期6月27日(火)~7月2日(日) 場 豊科近代美術館	費 要入館料	問 京都市芸術大学甲信越会 松澤さん Tel.080-5140-2216
<b>第2回豊科マレットゴルフ初心者講習会</b> マレットゴルフの基本的な技術やルールをA級公認指導員から学びます。	日7月3日(月) 8:40~12:00 場 豊科水辺公園マレットゴルフ場	定10人(先着順) 持 マレットゴルフ用具(貸し出しあり)・飲み物	申6月13日(火)~23日(金)に電話で 問 豊科マレットゴルフ協会・小林進さん(Tel.090-4820-0858) または 市スポーツ協会(Tel.88-3516)