



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
お菓子づくり講座「柏餅」 食材にこだわった明科の老舗「笹屋」の味を再現します。 講師 依田増千さん(笹屋店主)	6月30日(金) 10:00~12:00 場 明科公民館調理実習室	費800円 定10人(当日先着順)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel.62-4605
スマホ相談室 基礎編第2回 スマホの基本的な操作やアプリの使い方などを個別に相談できます。 講師 明科公民館職員	7月4日(火) 10:00~12:00 場 明科公民館講堂	費200円 定15人(先着順) 持 スマートフォン	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel.62-4605
フラダンス教室 足・腰・肩の疲労を取り、柔らかさを回復し、若返った体をつくりまします。 講師 森島もも子さん(フラスタジオピキ代表)	7月4日・11日・25日 (火)13:30~15:00 場 三郷公民館講堂	対全日程参加できる人 費600円(200円×3回) 定30人(先着順)	6月27日(火)から電話で 場 三郷公民館 Tel.77-2109
包丁研ぎ教室 切れ味も味のうち、包丁の切れ味を良くする方法を学びます。草刈鎌などの砥ぎ方も学びます。 講師 奥村雅彦さん(越前かまや社長)	7月5日(水) 10:00~11:30 場 三郷公民館調理実習室	費200円 定18人(先着順) 持 研ぎたい刃物、タオル2枚、砥石(貸出あり)	6月28日(水)から電話で 場 三郷公民館 Tel.77-2109
スマートフォンのマップを使いこなそう 初心者を対象に、地図アプリ(Googleマップ)の使い方を学びます。 講師 スマホ販売ショップ店員	7月13日(木) 10:00~12:00 場 豊科公民館大会議室	費200円 定15人(先着順) 持 スマートフォン	6月28日(水)・29日(木)に 電話で 場 豊科公民館 Tel.72-2158
睡眠と健康の知恵袋講座 寝具選びのポイントや寝室の温度・湿度などの睡眠環境、睡眠に関する悩み別の解決方法を学びます。 講師 山口亜樹さん(明治安田生命松本支社)	7月21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)	7月3日(月)から7日(金)に 電話で 場 堀金公民館 Tel.72-5796
安曇野自然教室 市の天然記念物「オオルリシジミ」の模型を作りながら、生き物に優しい環境を学びます。 講師 那須野雅好(オオルリシジミ保護対策会議代表)ほか	7月9日(日) 10:00~11:30 場 三郷公民館講義室	対小学校3年生以上と保護者 費無料 定15組(先着順)	6月29日(木)から電話で 場 三郷公民館 Tel.77-2109
青少年・親子自然体験講座 国営アルプスあづみの公園(大町・松川地区)で食体験(ピザづくり)や自然体験をします。 講師 公園サポーターの皆さん	7月15日(土) 8:30~16:30 場 穂高公民館集合	費1200円 定15組・30人(先着順) 他 小学校1年生以下は保護者同伴	6月29日(木)・30日(金)に 電話で 場 穂高公民館 Tel.82-5970
夏休みフィールドチャレンジ教室 水生生物の観察やフィールドワークを通じて自然体験をします。 講師 那須野雅好(三郷昆虫クラブ世話人)	7月26日(水) 9:00~14:30 場 県営烏川深谷緑地、国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)	対小学生とその保護者 費子ども無料、大人450円(入園料) 定10組(先着順) 持 昼食、飲み物	7月10日(月)から14日(金)に 電話で 場 豊科公民館 Tel.72-2158
ふるさとたんけん隊② 長峰山たんけん 長峰山周辺で化石の採集や昆虫採集を行います。 講師 那須野雅好(三郷昆虫クラブ世話人) 中田光男さん(前穂高公民館長)	7月28日(金) 8:30~15:30 場 明科公民館集合	対小学生と保護者(小学校1年生は保護者同伴) 費無料 定20人(先着順) 持 昼食、飲み物、レジ袋 ほか	7月20日(木)・21日(金)に 電話で 場 明科公民館 Tel.62-4605
夏休み子ども公民館講座 選べる5つの講座。終了後、夏休みの宿題をする学習会を行います。 ①折り紙の達人になろう! 講師 山田賢一(堀金公民館長) ②棋士をめざそう! 講師 本郷大輔さん(高瀬中学校教諭) ③けん玉の達人になろう! 講師 高山万寿さん(けん玉愛好会安曇野支部長) ④ドローンを操縦してみよう! 講師 菅沼豊さん(ドローン愛好者) ⑤楽しく絵手紙を書こう! 講師 藤原美和子さん(日本絵手紙協会公認講師)	7月31日(月)、8月1日(火)・2日(水) <講座>9:00~10:30 <学習会>10:40~12:00 場 堀金公民館	対全日程参加できる市内小中学生 費600円、材料費別途 定各講座10人(先着順)	7月3日(月)から7日(金)に 電話で 場 堀金公民館 Tel.72-5796

くらし

こども

講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
夕涼みジャズコンサート モダン・ジャズとジャズ・ヴォ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 ほか	7月8日(土) 17:00~19:00 場 穂高公民館講堂	費無料 定150人(当日先着順)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 穂高公民館 Tel.82-5970
夏の歌声ひろば アコーディオンの演奏にあわせて懐かしい歌謡曲や童謡、唱歌を歌います。 出演:柴田勲さん	7月18日(火) 13:30~15:00 場 明科公民館講堂	費無料	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel.62-4605
真夏のコンサート くつろぎのジャズ 心地よいジャズの演奏を楽しみます。 出演:ニュー・モダン・デュークス	7月20日(木) 14:00~15:30 場 明科公民館講堂	費無料	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel.62-4605
堀金のお宝発見講座 堀金の古墳に見る安曇野の古墳・奈良時代 安曇野の人々が古墳を築造した背景について、近年の調査成果と合わせて学びます。 講師 白居直之(市文化課職員)	7月17日(月) 19:00~20:30 場 堀金公民館講堂	費無料 定80人(当日先着順) 他 ふるさと堀金を楽しむ会と共同開催	6月28日(水)から電話で 場 三郷公民館 Tel.77-2109
ふるさと探訪講座② 道祖神と大黒天の宝庫・安曇野 安曇野は道祖神と大黒天の像碑が混在する特異な地域。招福の神同士のせめぎあいの結果を学びます。 講師 窪田雅之さん(松本市文書館)	7月19日(水) 13:30~15:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定70人(当日先着順)	6月28日(水)・29日(木)に 電話で 場 豊科公民館 Tel.72-2158
豊科の宝① 転変する真鳥羽堰 真々部から鳥羽へ流れる真鳥羽堰を巡る村々の近世から近代までの歴史をたどります。 講師 逸見大悟(市文化課職員)	7月21日(金) 13:30~15:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定70人(当日先着順)	6月28日(水)・29日(木)に 電話で 場 豊科公民館 Tel.72-2158
里山トレッキング講座「富士尾山登山」 身近な山を散策し、山頂からの景色を楽しみます。 講師 中田光男さん(前穂高公民館長)	7月27日(木) 7:15~13:30 場 満願寺下駐車場集合	費200円 定30人(抽選)	7月3日(月)・4日(火)に 電話で 場 穂高公民館 Tel.82-5970

音楽

歴史・文化

自然

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てください。

あづみの学校理科教室特別展示「あめあめふれふれカエル展」 梅雨の季節にピッタリ!雨降りが大好きなカエル達に会える展示です。カエルグッズも展示します。	7月2日(日)まで 場 国営アルプスあづみの公園(穂高・堀金地区)	費無料(要入園料)	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 穂高・堀金管理センター Tel.71-5511
安曇野卓球講習会 体力や技術のレベルに応じて、硬式とラージボールの講習を行います。初心者やお子さん大歓迎です。	7月2日(日) 8:30~12:00 場 堀金総合体育館メインアリーナ	費無料 定40人程度 持 フラケット(貸出あり)	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel.090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel.88-3516
公務員(警察・消防・自衛隊・法務省刑務官)合同説明会 採用制度の説明会と個別相談を実施します。学生・転職希望の方は必見です。	7月16日(日) 13:00~16:00 場 豊科交流学習センターきぼう多目的交流ホール	費無料	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel.090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel.88-3516
高森信子先生による精神保健福祉講座 ①精神の病による生きづらさを抱える当事者に対する暮らしのセミナー ②当事者に対し、家族や支援者がどう向き合うか学ぶセミナー	①当事者講座 7月8日(土) 14:00~16:00 ②家族・支援者講座 7月9日(日) 10:00~16:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定①30人 ②70人	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel.090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel.88-3516
藍染め体験講座「藍の生葉でパンダナを染めよう」 生徒達と一緒に藍の生葉染めにチャレンジしませんか。	7月28日(金)・29日(土) 10:00~12:00 場 南安曇農業高校内安曇養護学校あづみ野分教室	対小学生以上 小学生は保護者同伴 費500円 定各16人	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel.090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel.88-3516