

公民館講座

開館時間 9:00~21:00

受付時間 9:00~17:00 ※詳細は各公民館へお問い合わせください。

日日時 場場所 対対象 講講師 費費用 定定員 持持物 申申込 他その他 問問合せ

講座	日時・場所	費用・その他	申し込み	
歴史・文化	安曇野の道祖神 「道祖神て何歳?」「双体道祖神て夫婦なの?」道祖神の疑問や歴史、特徴などを学びます。 講師 巻山圭一さん(元明科高校校長)	7月1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	
	アンラーン(学びほぐし)の旅 木曾で学ぶ 木曾おもちゃ美術館、さとテラス三岳などで木曾の歴史や文化に触れ、現在の環境に応じた学び方を体験します。 講師 山田賢一(堀金公民館長)	7月23日(火) 8:00~16:30 場 堀金公民館集合	費 1700円(入館料・昼食代含) 定 25人(先着順)	申 6月27日(木)から7月5日(金)に電話で 問 堀金公民館 Tel.72-5796
音楽	夕涼みジャズコンサート 夏の夕方、モダン・ジャズとジャズ・ヴォーカルの演奏を楽しみませんか。 出演 ニュー・モダン・デュークス&Y's Gem	7月6日(土) 17:00~19:00 場 穂高公民館講堂	費 無料 定 100人(先着順) 申 不要 問 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合わせて、「霧の摩周湖」「涙そうそう」など懐かしい歌謡曲や童謡、唱歌を歌いましょう。 奏者 柴田勲さん	7月18日(木) 13:30~15:30 場 明科公民館講堂	費 無料 申 不要 問 明科公民館 Tel.62-4605	
	ICT講座 初心者向けスマホ教室 基礎編 スマホ操作で困っていることを事前にお聞きし、解決する方法を学びます。 講師 株ソフトバンク専任講師	7月18日(木) 13:30~16:00 場 穂高公民館第3会議室	費 200円 定 20人(先着順)	申 7月2日(火)・3日(水)に電話で 問 穂高公民館 Tel.82-5970
スマホ	ICT講座 初心者スマホ教室 午前の部 スマホ基本操作を学びます。 午後の部 LINE(ライン)の使い方を学びます。 講師 宮本鐵夫さん・嶋田敬二さん(信州ソフトウェア協会)	7月25日(木) 9:00~11:00 13:00~15:00 場 三郷公民館講堂	費 各200円 定 各10人(先着順)	申 7月8日(月)から電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
	らくらくチェアトレ教室(全12回) 椅子を使ったストレッチや筋力トレーニングを行います。 講師 赤羽美英さん(城西病院健康運動指導士)	7月19日~10月25日 金曜日、13:30~14:45 ※8月16日、9月20日、10月18日は休講 場 三郷公民館講堂	費 無料 定 30人(抽選) 持 飲み物	申 6月25日(火)から28日(金)に電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
くらし	水辺の安全・安心体験教室 カヌーやサップを体験しながら、水辺の事故の対処方法や救助の仕方・され方を学びます。 講師 大沢勇治さん(安曇水群代表)	7月23日(火) 10:00~12:00 場 龍門洲公園	費 無料 定 20人(先着順) 申 7月8日(月)・9日(火)に電話で 問 明科公民館 Tel.62-4605	

講座	日時・場所	費用・その他	申し込み	
くらし	三郷まなび隊② 自然豊かな公園で昆虫の観察や採集をしたり、川原遊びをしたりします。 講師 那須野雅好さん(三郷昆虫クラブ世話人) 大浜崇さん(どあい冒険くらぶ)	7月20日(土) 8:30~15:00 場 黒沢洞合自然公園	対 小学生と保護者 費 200円 定 10組(先着順)	申 7月4日(木)から8日(月)に電話で 問 三郷公民館 Tel.77-2109
	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 那須野雅好さん(三郷昆虫クラブ世話人)	7月24日(水) 9:00~14:30 場 国営鳥川渓谷緑地、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	申 7月8日(月)から12日(金)に電話で 問 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 長峰山周辺で化石や昆虫の採集を行います。 講師 那須野雅好さん(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26日(金)少雨決行 8:30~15:30 場 明科公民館(集合・解散)	対 小学生と保護者(1年生は保護者同伴) 費 無料 定 20人(先着順) 持 昼食、飲み物、タオル、雨具、新聞紙、レジ袋 ほか	申 7月16日(火)・17日(水)に電話で 問 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楽しく絵手紙を書きましょう! 講師 藤原美和子さん(日本絵手紙協会公認講師)	7月30日(火)~8月1日(木) 講座:9:30~11:00 学習会:11:00~12:00 場 堀金公民館	対 3日間参加できる小学生 費 600円(材料費別) 定 各10人(先着順)	申 7月2日(火)から9日(火)に電話で 問 堀金公民館 Tel.72-5796
	作曲ワークショップ 第44回作詞作曲コンクールに向けて、作曲のコツを学びます。 講師 中島加恵さん(作詞作曲コンクール審査員)	7月31日(水) 9:30~11:30 場 豊科公民館大会議室	対 小学4年生~中学生 費 無料 定 10人(先着順) 持 自作の曲または詩	申 7月8日(月)から12日(金)に電話で 問 豊科公民館 Tel.72-2158

第1回安曇野市コーラスグループ交流発表会

市内で活動しているコーラスグループが一室に会し、練習の成果を発表します。

7月13日(土) 13:30~16:00

場 豊科公民館ホール

出演 ▷安曇野合唱団▷安曇野混声合唱団▷クリスタルハーモニー▷コーラスきら星▷コーラスこまくさ▷豊科唱歌の会▷とよしな女声合唱団▷ひいらぎコーラス

費 無料
申 不要
問 豊科公民館 Tel.72-2158



明科ヒューマン講演会

性被害サバイバーで歌手の講師から、歌と講話、ディスカッションを通して、命の大切さや誰もが生きる喜びを感じ、互いに支えながらいきいきと暮らせる地域づくりを考えます。

7月20日(土) 13:30~15:00

場 明科公民館講堂

演題 生まれてきてよかったと感じ合える地域づくりを目指して

講師 葦木啓夏さん(いのちを愛でる歌姫)

費 無料 申 不要
問 明科公民館 Tel.62-4605



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。

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たちに会える展示です。カエルグッズも展示します。	期 6月30日(日)まで 場 国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)	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
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、親子大歓迎。	7月7日(日) 9:30~12:00 場 穂高総合体育館メインアリーナ	費 無料 定 40人程度 持 ラケット(貸出あり)	申 7月5日(金)までに電話で(当日受付可) 問 安曇野卓球連盟・稲葉敦さん Tel.090-8034-9679 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講話「気もちが楽になるコミュニケーションとは」 ②お困り事相談	7月20日(土) ①13:00~15:00 ②15:00~16:00 場 豊科公民館2階大会議室	対 精神障がいをお持ちの人 費 無料	申 不要 問 三郷に八会 事務局 Tel.090-9664-7361
Welcome Baby ~体験をきっかけに、夫婦で産後の生活を考えよう~ 子どもが生まれると生活スタイルが一変します。沐浴・妊婦体験などを通して産後の生活をイメージし、具体的に話し合う機会を助産師がお手伝いします。	7月21日(日) 13:00~15:00 ※受付は12:30から 場 豊科保健センター	対 これから出産を迎える夫婦(1人でも可) 費 無料	申 不要(沐浴は先着24組) 問 長野県助産師会安曇野地区・内山さん Tel.070-4489-4503
藍染め体験講座「藍の生葉でパンダナを染めよう」 生徒たちと一緒に藍の生葉染めにチャレンジしませんか。	7月26日(金)・27日(土) 10:00~12:00 場 安曇養護学校高等学校あづみ野分教室(南安曇農業高校内)	対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 費 600円 定 各16人(先着順)	申 7月1日(月)から5日(金)に電話で 問 安曇養護学校高等学校あづみ野分教室 Tel.71-2190(9:00~17:00)
全国一斉不動産表示登記無料相談会 「土地の面積を知りたい」「隣の境界を確認したい」などの不動産に関する相談に、土地家屋調査士がお答えします。	7月27日(土) 13:30~16:30 ※受付は16:00まで 場 中町・蔵シック館(松本市)	費 無料 定 要予約	申 長野県土地家屋調査士会 中信支部 ・百瀬さんへ電話で Tel.36-1590(9:00~14:00) ※金曜日は12:00まで