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。



					E-1-24/04/Pe-24
		講座	日時·場所	費用・その他	申し込み
	子ども	夏休み子ども講座 夏休みの宿題の見直しや、体験・制作活動を行います。 ①まが玉制作 講藤松伸二郎(三郷公民館長) ②折り紙教室 講藤松伸二郎(三郷公民館長) ③けん玉体験 調高山万寿さん(日本けん玉協会安曇野支部長)	回①7月31日(水) ②8月1日(木) ③8月2日(金) 9:00~12:00 陽三郷文化公園体育館 会議室、剣道場	対3日間参加できる小 学4〜6年生 費無料 定10人(先着順)	<ul><li>■7月22日(月)から電話で</li><li>■三郷公民館 TEL77-2109</li></ul>
		夏休み親子料理教室 スイーツをつくろう! 杏仁豆腐やミルクセーキなど、夏に食べたくなるスイーツを作ります。 調安井邦夫(明科公民館長)	□8月6日(火) 9:30~12:00 陽明科公民館調理実習室	図小学生と保護者 費1組1,000円 定5組(先着順) 時スイーツを入れる 容器	■7月29日(月)、30日(火)に 電話で 間明科公民館 Tel62-4605
		明科いいまちサロン夏休みお楽しみ会夏休みの宿題の支援やカレーづくり、和紙染などのものづくり体験をします。園いいまちつくろうかいスタッフ	□8月9日(金) 10:00~15:00 陽明科公民館講堂ほか	对小学生以上 費200円 定20人(先着順)	■7月30日(火)・31日(水)に 電話で 間明科公民館 Tel62-4605
		松枯れ材を使ったイス作り 松枯れ病について学んだ後、親子で松枯れ材を使ったイス1脚を作ります。 調安曇野里山木工倶楽部の皆さん、耕地林務課職員	□8月10日(土) 9:30~12:00 場穂高公民館講堂	対小学生以下の子ど もと保護者 費700円 定10組(先着順)	申7月25日(木)・26日(金)に 電話で 問穂高公民館館 Tel82-5970
	喜	自分の作った野菜で本場のキムチ作りに挑戦! 白菜と野沢菜を育てます。収穫後、本場韓国のキムチ作りを学びます。  講上松林銀さん(ゲストハウスソウル)	□▷農業体験 8月17日、9月7日・28 日、10月26日 土曜日、8:30~10:00 ▷キムチ作り 11月23日(土)・24日(日) 場畑金公民館集合	費200円 定10人(先着順)	<b>囲7月25日(木)から8月2日</b> (金)に電話で 問堀金公民館 IE172-5796
	•	高齢者向けスマートフォン講座 基本操作やアプリの使い方などの個別相談に応じます。 講ソフトバンク(株)専任講師	□8月21日(水) 10:30~12:00 陽豊科公民館大会議室	費200円 定15人(先着順) 時スマートフォン	■8月7日(水)から9日(金) に電話で 問豊科公民館 Tel72-2158
	自然	スマホ相談室 基礎編第2回 基本操作やアプリの使い方などの個別相談に応じます。 講明科公民館職員	回8月22日(木) 10:00~12:00 陽明科公民館講堂	贋200円 定15人(先着順) 時スマートフォン	■8月8日(木)・9日(金)に電話で 問明科公民館 Tel62-4605
		浅川山トレッキングと自然観察会 自然観察と地質について学びながら、松本の殿様が 通った道筋をたどります。	□8月30日(金) 8:00~16:00 陽穂高公民館駐車場	<b>賈</b> 200円 定13人(抽選)	■8月8日(木)・9日(金)に電話で 問穂高公民館 Tel82-5970
		現代社会・政治講座「中東情勢とこれからの世界」 イスラエルとパレスチナの紛争の今後を解説します。 講:中西寛さん(京都大学大学院法学研究科教授)	□8月1日(木) 10:00~11:30 陽明科公民館講堂	費200円	● 用不要 ● 間明科公民館 Tel62-4605
	•	明科いいまちサロン8月例会 「歴史から学ぶ戦争と平和について」 戦争、紛争が起きる原因や戦時下の生活状況などを 学びます。  講幅国洋さん(元高校教諭)	□8月23日(金) 13:30~15:00 陽明科公民館会議室 2	費200円	匣不要 - 問明科公民館 Tel62-4605
		三郷の宝教室① 冊子「三郷の宝」を使い、三郷地域の理解を深めます。 今回は日本の林業の父、太陽の人と呼ばれた白澤保 美について学びます。 園松田貴子(豊科郷土博物館学芸員)	□8月28日(水) 10:00~11:30 陽三郷交流学習センタ ー「ゆりのき」学習室 1、学習室 2	<b>費無料</b> 定30人(先着順) 時冊子「三郷の宝」(無 い人にはお貸しし ます)	<b>囲</b> 不要 問三郷公民館 1€177-2109
		<ul><li>穂高の宝② 穂高の古墳巡り</li><li>①國學院大学の現地調査の様子を見学し、説明を聞きます。</li><li>②穂高地域にある古墳をバスで巡ります。</li><li>講市文化課職員</li></ul>	回①8月9日(金) 9:30~12:00 ②9月5日(木) 9:00~16:00 陽①国営アルプスあづ みの公園 ②穂高公民館駐車場	対2回とも参加できる人 費200円(①は別途入 園料) 定20人(先着順)	囲7月29日(月)・30日(火)に 電話で 問穂高公民館 TEL82-5970
		拾ケ堰めぐり 拾ケ堰をバスで巡り、その歴史と仕組みを学びます。  調青栁和義さん(元長野県拾ケ堰土地改良区事務局)		<b>賈</b> 200円 定15人(先着順)	<b>■7月25日(木)から8月2日</b> (金)に電話で <b>週</b> 堀金公民館 Ia72-5796

講座 日時·場所 費用・その他 申し込み 夏休み将棋教室 □7月29日(月)·30日(火) **甲7月22日(月)・23日(火)**に 子どもから大人、初心者から上級者まで将棋を楽し 10:00~16:00 費無料 電話で みます。 場明科公民館講義室 間明科公民館 Tel62-4605 調市囲碁・将棋実行委員会の皆さん 夏の百人一首大会 ~めぐりあひて~ 对小学生以上 甲7月29日(月)・30日(火)に 日8月8日(木) 百人一首の楽しみ方を学び、ゲーム形式でかるたと 13:00~15:00 費200円 りを楽しみます。 場明科公民館和室1.2 定20人(先着順) 間明科公民館 Tel62-4605 講公民館職員

#### 安曇野明科親睦ゴルフ大会

旧8月29日(木) 場豊科カントリー倶楽部

对市内在住·在勤者、安曇野市出身者

**費13,580円(キャディー、カート、食事、税込) 定160人(先着順)** 

申7月31日(水)までに明科公民館へ申込用紙を直接。申込用紙は同館で入手できます。

問明科公民館 Tel62-4605



## 三郷公民館の利用方法が変わります

長寿命化工事(令和7年3月まで)のため、 利用方法が下記のとおり変更になります。 問三郷公民館 TeL77-2109

変更①:開館時間と休館日

開館時間…8:30~17:15

休館 日…土曜日、日曜日、祝日

変更②:講堂は10月末まで利用可

貸館受付日…7・8・9月は受付中、

10月分の貸館予約…8月1日(木)から

平日の9:00~17:00まで





### 第2回ミズノ杯バトミントン大会in安曇野

初級、中上級、シニアの部による男女ダブルスにより行 います。入賞者には景品を贈呈、入賞を逃した方でも全 員に抽選景品が当たります。

**田8月11日(日)** 7:45~17:00

場ANCアリーナ 費1ペア3,000円

**申7月31日(水)までにメールで** 

問ANCアリーナ 担当:佐々木

Tel0263-73-1600

⊠mizunohai@gmail.com

# △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。

Tel71-5511

#### 夏のアルプス大冒険 ヒンヤリ爽快! 「ウォーターパーティー」

夏にピッタリな本格水上アスレチックが楽しめ 場国営アルプスあづみの公園 ます。北アルプスの清流を引き込んだ池での水 遊びやニジマスのつかみ取りも体験できます。

自己分析セミナー プロのカウンセラーが自己分析の方法を教えます。

①遺伝的な性格

②遺伝的なストレスの感受性

③自分の常識とは

④自分の癖とは

⑤自分の見えている世界とは

⑥本当の自分の姿とは

11月まで全11回の稽古と舞台です。伝統芸能 の三味線を一緒に楽しみませんか?

竹の水鉄砲で川遊びしよう!

竹を使った水鉄砲を作り、完成した水鉄砲で川 9:30~11:30 遊びをします。

ウェーブリング体験会

日常生活のパフォーマンス向上、むくみの改善木曜日・19:30~20:45 などの効果が期待できるストレッチです。

期7月20日(土)~8月25日(日)

場豊科交流学習センター「きぼう」

□7月28日(日)

□7月28日(日)

場中房川の河原

陽堀金公民館

□8月8日・22日、9月12日

10:30~12:00

陽穂高会館視聴覚室

費要入園料 ※一部の体験には 費用がかかります。 堀金·穂高地区

□①7月27日、②8月24日 ③9月28日、④10月26日 ⑤11月16日、⑥12月21日 いずれも土曜日、2部制 理論コース10:00~ 実践コース15:00~

費1,000円/コース

**対小学4~6年生** 費初回のみ1.000円 定10人(先着順)

対親子(小学生まで) 置大人1,000円、 子ども500円(3歳未 満無料)

定6人(先着順)

定10組(先着順) 費各500円

**甲氏名・住所・連絡先・参加希望日時** -を電話または電子メールで 間メンタルカウンセリング・ブレイ ンカウンセラー・田中 Tel070-2643-2516

問国営アルプスあづみの公園

堀金・穂高管理センター

⊠koto@brain-tanaka.com

問伝統文化三味線親子教室・丸山 Tel090-2714-6009 ⊠×.×819.chika@gmail.com

問あづみの森であそび隊·鈴木 ⊠playingforest.azumino@ gmail.com

問ウェーブリングサークル・遠藤 Tel090-1883-4824

**17** No.370 July . 2024 July . 2024 No.370 16