

結ぶきずな、つながる仲間。安曇野市生涯学習情報誌

Link

リンク

2025年
春・夏号

市内で活動する
サークル・団体
講師・指導者
情報

みんなの
「学びたい！」
をお手伝い

公民館・図書館
講座・イベント
情報

文化・体育・学校
施設情報



～ふるさと安曇野をまるごと

この『Link(リンク)』は、「第2次安曇野市生涯学習推進計画」で掲げた基本理念「ふるさと安曇野をまるごと学びの場として生きる」を念頭に、市民のみなさんの“学びたい！”を支援するため、地域の公民館や交流学習センター、体育施設などの施設情報や、市内で活動しているサークルや団体の情報など、市の生涯学習に関する情報を一冊にまとめた情報誌です。

安曇野市には、いろいろな学びの場があります。あなたの“学びたい！”に応える「ひと」「もの」「場所」を、近くで見つけてみませんか。



と学びの場にして生きる～

Contents

巻頭特集	P4
講座編	P9
一般向け	P10
子ども向け	P24
人財編	P31
サークル・団体	P32
講師・指導者	P39
施設編	P47
穂高地域	P48
豊科地域	P52
三郷地域	P56
明科地域	P60
堀金地域	P64
施設料金一覧	P67
コラム	P8 生涯学習とは／P30生涯学習推進計画 P46 リーダーバンク

【データ表記】

〈講座情報〉

日:日程、時:時間、料:料金、場:場所

問:問い合わせ先、電:電話番号

〈人財情報〉

日:日時、費:費用、対:対象者、数:所属人数、連:連絡先

〈施設情報〉

料:料金、人:収容人数、用:用途

住:住所、時:開館時間、休:定休日、料:料金

電:電話番号、☎:FAX、✉:Eメールアドレス

おすすめ講座 体験してみた！



退かぬ、媚びぬ
まつろわぬ

安曇野市では、地域の公民館や図書館以外でも文化課や生涯学習課が、さまざまな講座や講演会を実施しています。今回は、生涯学習課で毎年実施している「安曇野アカデミー」をご紹介します。令和6年度の後半は「安曇野の伝説・民話」をテーマに開催。第4回で学んだ八面大王の伝説の舞台を巡り、民話の世界に飛び込んできました。

学んだ生涯学習講座はこちら！

安曇野アカデミー(第4回)

郷土の創世記「日光泉小太郎」、郷土の英雄「魏石鬼八面大王」、この安曇平を代表する伝説を読み解きます。

- 開催日 令和6年11月26日(火)
- 時間 19時～20時30分
- 場所 安曇野市役所4階 大会議室

八面大王は、朝廷に服従しない「まつろわぬ民」だったんです。



講師を務めた
巻山 さん
(安曇野市誌編さん専門調査員)



その1

ぎしき いわや 魏石鬼の窟(岩窟)



沖縄では「城塞」や「聖所」のことを、「グスク」と言います。その音が変わったのかもしれないですね。

八面大王が「ここが私の棲むべき地だ」と言って棲んでいたという岩屋。有明山神社の二の鳥居から300mほど東に行った山裾にあります。大正10年(1921)に考古学者・鳥居龍蔵氏がドルメン式という巨石を用いた特殊な構造の古墳として発表し注目されました。



体験してくれた人
ちゆき さん

松本市出身のため、八面大王のことはまったく知らなかったが、「安曇野のことを知りたい!」と思って参加した「安曇野アカデミー」で話を聞いて興味を持つように。素直で愛想が良く、初めての人ともすぐに仲良くなれる。「八面大王さんとは戦いますが、最後は仲良くなりたいです!」



魏石鬼八面大王と矢村の矢助

有明山麓の宮城というところに、お不動様のお堂があった、そこから東へ一〇〇メートルほど山裾を巻いて進んだつ山のなかに、**間口二メートル、奥行き五〜六メートルの岩屋**があります。この大きな岩屋のかなには魏石鬼という大鬼が、まわりの小さい岩屋には家来の小鬼が棲んでいました。
桓武天皇が治めていた時代に、魏石鬼は有明山に登り、中房温泉を見下ろして「ここが私の棲むべき地だ」と言っただけです。魏石鬼は自ら八面大王と名のり、神出鬼没の魔力で、雲を起こしたり霧を降らしたり、天地を飛行することもできました。村里に出ては盗みや乱暴を働いて、信濃の村々を悩ませておりました。

延暦一〇年(七九一)、**坂上田村麻呂**という都の將軍が信濃に来て、鬼退治の計画を立てました。討伐の兵をあげることに数回、ついに勝つことができませんでした。田村麻呂は信濃一円の神社やお寺に鬼退治の祈願をしたところ、ある夜、**松本の筑摩八幡**が夢枕に立ちました。「甲子の年、甲子の月の刻生まれの男子が、山鳥の三十三節の尾羽で作った矢を用いてみよ、鬼の魔力も通じないであろう」とのお告げだったので、田村麻呂は信濃一國に命令して山鳥の長い尾を探し求めました。

このころ、古厩村の矢村に、矢助という青年が住んでいました。矢助は矢村の生まれでしたが、幼いころ、父親を魏石鬼に連れ去られておりました。

矢助は、妻の持つてきた三十三節の尾で矢をつくり、將軍坂上田村麻呂に献上しました。田村麻呂は軍を**令戦沢**に進め、そこで山鳥の尾の矢を用いたところ、ついに魏石鬼を打ち取ることができました。

『つなく〜安曇野の伝説』(二〇一八年)より



三郷・住吉神社に立つ坂上田村麻呂の像。弓を携え、仁王立ちする視線の先には有明山がある



事物と結びついて語られるのが「伝説」。魏石鬼八面大王の「伝説」に、動物報恩譚である矢村の矢助の「昔話」が習合して、民話となったんですね。

その2 α 筑摩八幡(筑摩神社)



筑摩八幡は、松本市筑摩に鎮座する筑摩神社に祀られる八幡神のこと。坂上田村麻呂の夢枕に立ち、八面大王を倒すための知恵を授けたといわれています。また、田村麻呂が八面大王を成敗するために、京都の岩清水八幡宮を勧請し祀ったともいわれています。

諸説あり

その2 β 満願寺



坂上田村麻呂が祈願したのは、現在の満願寺だという説もあります。田村麻呂がこの地にあった観音堂に詣でて祈願すると、「満願の夜」に山鳥の矢の霊夢を感じたそうです。その後、山鳥の矢で八面大王を討ち取ったことから、満願寺と称するようになったともいわれています。

その3 合戦小屋



山鳥の尾の矢を手に入れた坂上田村麻呂が、軍を進めて八面大王を追い詰め、討ち取ったとされる「合戦沢」。その深い谷間の上には、燕岳の登山道である合戦小屋が建ち、戦いの伝説を今に伝えています。

その4 耳塚・首塚(飯塚)・大王神社



1.耳塚地区にある大塚神社 2.大王わさび農場にある大王神社 3.松本市の筑摩神社にある飯塚 4.祠の後ろには、首を埋めたとされる塚がある

矢によって討ち取られた八面大王は、蘇ることを恐れられ、五体を切り離されて別々の場所に埋められたといわれています。頭が葬られたのが松本市の筑摩神社、耳が穂高の耳塚、足は穂高の立足など。そして、胴体が埋められたのが、現在、「大王わさび農場」のある場所で、その地には大王神社が祀られています。



八面大王を倒した場所は、犀川の川島という説もあります。その場所には八面大王社が祀られ、「御宝田」とよばれるようになりました。また、頭を埋めたのは、明科の「塔(頭)の原」ともいわれています。

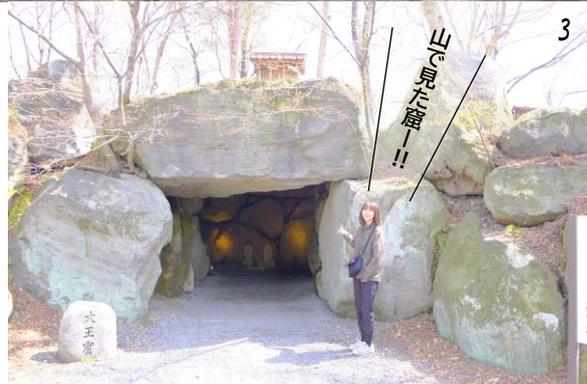
その5 郷土の英雄としての八面大王

地域に害をなしたとして、坂上田村麻呂に討たれた八面大王ですが、安曇野で語られている伝承では郷土の英雄としての八面大王が登場します。八面大王は、朝廷の勢力が伸びてくる以前にこの地を治めていた王で、朝廷の支配に対抗して戦ったといわれているのです。

大江山の酒吞童子(しゅてんどうじ)や戸隠の鬼女紅葉(きじょもみじ)など、朝廷に服従しない者は、朝廷からは「鬼」と称されました。一方で、郷土に目を向けると、一転して英雄としての存在が浮かび上がってきます。現在も安曇野で大切に伝えられ、祀られている八面大王は、そうした「鬼」のひとりなのかもしれません。



大王わさび農場には、P6の「大王神社」以外にも、八面大王にまつわるスポットが数多くある。1.「八面大王の見張台」 2.入口で来場者を迎える「八面大王像」 3.「大王窟」。八面大王が棲んでいた魏石鬼の窟を模して造られている



第4回の安曇野アカデミーでは、「八面大王」以外にも、郷土の創世記「日光泉小太郎」のほか、明科地域に伝わる「紅葉鬼神」や「龍門淵の白蛇」のお話もしました。

令和6年度 安曇野アカデミー実施概要はこちら▶

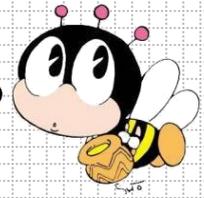


問:生涯学習課 社会教育係 ☎:0263-71-2466





生涯学習って、なに？



だれもが一度は耳にしたことのある「生涯学習」という言葉。具体的に、どんな学習のことなのでしょう。



生涯学習課長の財津です。生涯学習とは、子どもでも大人でも、自分から「よし、やろう！」と思っで行う学習全般のこと。スポーツや文化活動、趣味やレクリエーション、ボランティア活動など、生涯行うあらゆる学びが「生涯学習」です。

定義

「生涯学習」とは、乳幼児期から高齢期まで人生の各段階で、個人や家庭、職場、地域社会に生じる課題等に応じて、自己実現や社会貢献、地域の課題解決を目指し、自発的意思に基づいて行うことを基本とした学習活動です。

その活動内容は幅広く、学校や職場、行政や公民館活動などで意図的・組織的に行われる学習活動のみならず、個人や家族、仲間と日常的に行うスポーツ活動、文化活動、趣味・レクリエーション活動、さらにはボランティア活動、企業内教育なども含まれ、活動の場は、家庭や学校、職場から地域社会に至るまで広範囲に及びます。

役割

生涯学習は、何かを学ぶこと、楽しむことで一人ひとりの人生を生きがいのある充実したものにするだけでなく、学びを通じて人と人がつながり、お互いに尊重し合い、交流を深めながら、皆が幸せと誇りを感じられる、豊かで住みよい地域社会の構築に資する役割も期待されています。



講座 情報

広く市民に「学び」の機会を提供するため、各地域の公民館や図書館では、さまざまな講座やイベントを開いています。どの講座も、初心者の方が気軽に学べるものです。興味のある講座を見つけ、ぜひ参加してみてください。

- | | |
|----------------|----------------|
| ■ 教養……………10 | ■ 趣味・工芸……………20 |
| ■ 文化・芸術……………14 | ■ 園芸……………20 |
| ■ 暮らし……………17 | ■ 自然・環境……………21 |
| ■ 健康……………18 | ■ 情報……………23 |
| ■ 読書……………19 | ■ 子ども向け……………24 |

教 養



拾ヶ堰物語①「豊かな安曇野を潤す拾ヶ堰」

安曇野の堰の中でも最大規模で、江戸時代後期の文化13年(1816)に開削された拾ヶ堰についての講演。開削の歴史や先人たちの苦勞を学びます。

日 4月19日(土)
時 9時30分～11時30分
料 無料
場 堀金公民館 会議室1
間 堀金公民館
電 0263-72-5796



貞享騒動初心者基礎講座

「貞享騒動ってどんな一揆？」①・②

江戸時代の松本藩で起きた大規模な百姓一揆の「貞享騒動」をわかりやすく説明します。各回参加可。初めての方歓迎です。

日 5月17・31日(各土曜)
時 13時30分～15時30分
料 300円
場 貞享義民記念館 研修室
間 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



第32回 文書館講座

「公文書からたどる安曇野市の合併」

合併から20周年を迎えた安曇野市。文書館に収蔵されている公文書を用いて、旧5町村が合併し安曇野市となった経過をたどります。

日 5月18日(日)
時 13時30分～15時
料 無料
場 堀金公民館 講堂
間 文書館
電 0263-71-5123



松本城下町ウォーク

松本城下町の仕組みを学びながら、貞享騒動や水野家に関する史跡を中心に徒歩で巡ります。

日 5月28日(水)
時 9時30分～12時30分
料 未定(入館料、資料代等)
場 松本城大手門榭形跡広場(集合・解散)
間 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



出会い・ふれあい・生きがいセミナー ①～③(全4回)

その人ならではの人生観や生き様にスポットを当てた講座です。日時、内容は「広報あづみの」、市HPでお知らせします。

日 5月、7月、9月(未定)
時 8時30分～12時
料 無料
場 豊科公民館 大会議室
間 豊科公民館
電 0263-72-2158



ふるさと探訪講座 ①～③(全4回)

バスで実際にその場所を巡りながら説明を聞いて、郷土について学ぶ講座です。日時、内容は「広報あづみの」、市HPでお知らせします。

日 5月、7月、9月(未定)
時 8時30分～12時
料 無料
場 豊科公民館(集合・解散)
間 豊科公民館
電 0263-72-2158



貞享騒動日跡巡り

江戸時代の松本藩で起きた大規模な百姓一揆の「貞享騒動」の旧跡(安曇野市・松本市)をバスで巡ります。

日 6月14日(土)
時 8時30分~17時
料 500円
場 貞享義民館(集合・解散)
貞享義民記念館
問 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



拾ヶ堰物語③「紙芝居」

10カ村の農村の指導者によって立案され、延べ6万人以上の農民が参加した拾ヶ堰開削工事。その歴史を描いた「紙芝居」を観て学びます。

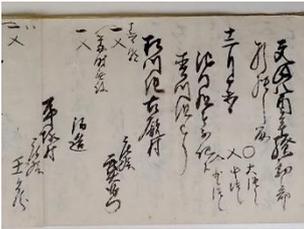
日 6月21日(土)
時 未定
料 無料
場 堀金公民館 講堂
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



安曇野から行く鉄道の旅

元高校教諭で地理を教えていた矢花和成さんを講師に迎え、安曇野の鉄道の歴史を学びます。

日 6月26日(木)
時 13時30分~15時
料 無料
場 明科公民館 講堂
問 明科公民館
電 0263-62-4605



古文書講座

「赤蓑騒動の資料を読む」①~⑦(全8回)

江戸時代の松本藩で起きた大規模な百姓一揆の「赤蓑騒動」に関する地元古文書を読み解いていきます。⑧は、11月8日の開催。

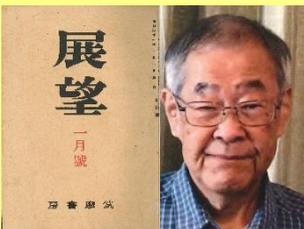
日 6月28日、7月12日、8月2・23日、9月6日、10月4・18日(各土曜)
時 13時30分~15時30分
料 300円
場 貞享義民記念館 研修室
問 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



『豊科の宝』講座 ①・②(全4回)

『豊科の宝』執筆者等を講師に、豊科の宝を再発見し、活かし伝えていく講座です。日時、内容は「広報あづみの」、市HPでお知らせします。

日 6月、9月(未定)
時 13時30分~15時
料 無料
場 豊科公民館 大会議室
豊科公民館
問 豊科公民館
電 0263-72-2158



臼井吉見れんげ忌講演会

昭和21年1月に発刊した筑摩書房雑誌「展望」の編集に、臼井吉見と一緒に関わった石井立の足跡を訪ねます。

日 7月11日(金)
時 14時~15時30分
料 無料
場 堀金公民館 講堂
臼井吉見文学館
問 臼井吉見文学館
電 0263-71-5123

生涯学習の豆知識

「れんげ忌」って、なに？

7月12日は、昭和62年(1987)に没した臼井吉見の命日です。この日は、臼井吉見が愛した初夏のれんげ田の風景から、「れんげ忌」と名づけられました。平成18年(2006)7月12日、第1回れんげ忌が執り行われ、今日に至っています。

講師の石井耕氏は、立の長男です。遠路札幌からお越しいただきます。



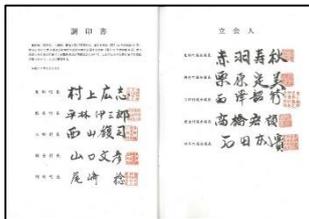
館長のおすすめ

第14回 文書館講演会

「自立のための合併を選んだ安曇野市」

安曇野市は、令和7年に市制施行20周年を迎えます。合併の経過やそれに関わった人たちの思いを振り返ります。

日 7月13日(日)
 時 13時30分～15時
 料 無料
 場 堀金公民館 講堂
 問 文書館
 電 0263-71-5123



明科ヒューマン講演会

温かな地域づくりの基本は、地域をつくる人です。だれもが生きる喜びを感じ、互いに支え合いながら、いきいきとした人生を送る。そんな地域づくりを願う講演会です。

日 7月(予定)
 時 未定
 料 無料
 場 明科公民館 講堂
 問 明科公民館
 電 0263-62-4605

夏季企画展

「日中戦争、太平洋戦争下の安曇野の人々」

安曇野から兵士、開拓民はどのように現地向かい、どのように還って来たのか。そして、郷土はそれをどのように受け止め、何をしたかを明らかにします。

日 8月2日(土)～10月5日(日)
 時 9時～17時
 料 入館料
 場 豊科郷土博物館
 問 豊科郷土博物館
 電 0263-72-5672



チャレンジ講座①

山岳講座「日本アルプスの登山の歴史」(仮題)

大町山岳博物館の学芸員の方による講座です。「人はなぜ山に登るのか?」。今年度は、近代登山の歴史を振り返ります。

日 8月2日(土)
 時 10時～
 料 無料
 場 豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール
 問 豊科図書館
 電 0263-71-4022



長編童話朗読会

長編童話「南へ飛んだポー」の朗読の講演です。キジバトと少女と老人が織りなす出来事を通して平和の大切さが胸に迫ります。2時間余のドラマ。

公民館長のおすすめ



日 8月23日(土)
 時 13時30分～16時
 料 無料
 場 三郷公民館 講堂ほか
 問 三郷公民館
 電 0263-77-2109

今年は戦後80年。
 改めて平和の尊さについて考える
 機会にしていただければ幸いです。

冊子『宝』シリーズ(明科、穂高、豊科、三郷、堀金の宝)

『〇〇の宝』シリーズは、各地域の文化、歴史、自然、民俗を紹介する冊子です。編集・発行は「安曇野市の歴史文化遺産再発見事業実行委員会」。市HPでもご覧いただけます。



発行: 令和2年3月
 配布終了



発行: 令和3年3月
 配布終了



発行: 令和4年3月
 配布終了



発行: 令和5年2月
 配布終了



発行: 令和6年2月
 配布中



拾ヶ堰物語④「バスめぐり」

ほぼ標高570mの等高線に沿い、15kmにわたって安曇野の中央部を貫いて流れる拾ヶ堰。要所をバスで巡り、その歴史と仕組みを学びます。

日 8月27日(水)
時 8時45分～12時
料 無料
場 堀金支所(集合)
堀金公民館
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



三郷の宝教室①「住吉庄を巡る争いと西牧氏」

冊子『三郷の宝』をもとに、「住吉庄を巡る争いと西牧氏」という題目で中世の「みさと」について学びます。

日 8月27日(水)
時 10時～11時30分
料 200円
場 三郷公民館 講堂ほか
三郷公民館
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



第15回 文書館講演会

ひとつの価値観に固執しない多元主義者と評される清澤冽の生き方について、國學院大學准教授 柴田紳一氏が語ります。

日 9月21日(日)
時 13時30分～15時
料 無料
場 堀金公民館 講堂
問 文書館
電 0263-71-5123



穂高の宝②「信州サーモンを学び、食す」

安曇野が誇る信州サーモンを県水産試験場で学び、養殖の様子をマルチ水産で見学し、最後は、その味を幸楽家さんで堪能します。

日 9月29日(月)
時 8時30分～13時
料 昼食代
場 穂高公民館(集合)
穂高公民館
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



堀金のお宝発見講座「堀金の宝編」

佐藤嘉市、ウェストン、山口家など『堀金の宝』に掲載された人物等について学びます。12月以降も開催。

日 9月(未定)
時 未定
料 無料
場 堀金公民館ほか
堀金公民館
問 堀金公民館
電 0263-72-5796

人権平和研修

「無言館と塩田三重塔の見学」

本館のテーマ「生きる権利の主張」をもとに、上田市にある戦没画学生慰霊美術館 無言館の見学を通して、人権や平和について考えます。

日 10月10日(金)
時 8時30分～17時
料 未定(入館料、資料代等)
場 貞享義民館(集合・解散)
貞享義民記念館
問 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



第34回 文書館講座「7銭に載せた思い」

80年前、当時の葉書代金は7銭でした。その7銭に載せた出征兵士への思いを文書館収蔵の資料を通して探ります。

日 10月26日(日)
時 10時～11時30分
料 無料
場 堀金公民館 講堂
問 文書館
電 0263-71-5123



アンラーン講座(学びほぐし)の旅 「身近な戦争遺跡を巡る」

安曇野市内や松本市にある第二次世界大戦関連施設や跡地を巡り、戦争と平和について学びます。

日 10月(未定)
時 終日
料 昼食代ほか
場 堀金支所集合
問 堀金公民館
電 0263-72-5796

文化・芸術



公民館長のおすすめ



文化祭芸能発表会への参加も目指して、楽しく脳の活性化を図りましょう。



やさしく楽しいリコーダー講座【毎月】

だれもが小中学校で習ったリコーダー。家庭で眠っていませんか？皆でアンサンブルを楽しみましょう。4月～3月までの全11回。

日 毎月第2木曜(8月を除く)
時 10時～11時30分
料 各回200円
場 豊科公民館 大会議室
問 豊科公民館
電 0263-72-2158



映画上映会(穂高)【毎月】

中央図書館で所蔵している上映権付きDVDの上映会。懐かしの銀幕映画やドキュメンタリーなど、さまざまな作品を大画面で楽しめます。

日 毎月第2金曜
時 18時～
料 無料
場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール
問 中央図書館
電 0263-84-0111



歌声ひろば 春・夏・秋

アコーディオンの演奏にあわせて、皆で懐かしい歌謡曲、童謡、唱歌を歌いましょう。奏者は柴田勲さんです。

日 4月25日(金)、7月15日(火)、9月18日(木)
時 13時30分～15時30分
料 無料
場 明科公民館 講堂
問 明科公民館
電 0263-62-4605



子ども能楽教室(全12回)

青木道喜師の指導のもと、謡や仕舞を学びます。8月23日の信州安曇野薪能にて、発表会を行います。

日 5月2日(金)～8月23日(土)
時 金曜:18時～、土曜:9時～
料 無料
場 明科公民館ほか
問 文化振興担当
電 0263-71-2463



熊井啓記念館ミニシアター

熊井啓監督映画作品の上映会を行います。今回は、監督2作品目の映画「日本列島」を上映します。

日 5月15日(木)
時 10時～
料 無料
場 豊科交流学習センター「さぼろ」 多目的交流ホール
問 文化振興担当
電 0263-71-2463



長寿命化工事竣工記念 DVD上映会

長寿命化工事の竣工を記念し、三郷図書館との共催事業として、竣工となった講堂で「映像で綴るふるさと三郷村2005」のDVD上映会を開催します。

日 5月17日(土)
時 13時30分～15時
料 無料
場 三郷公民館 講堂
問 三郷公民館(0263-77-2109)
三郷図書館(0263-76-3078)



堀金のお宝発見講座 『『カーリーライス誕生』読み合わせ』①～③

昭和43年12月1日発行の演劇雑誌「東宝」に掲載された、新宿中村屋の相馬夫婦の物語、戯曲「カーリーライス誕生」の台本を読み合わせます。

日 5月17日、6月7日、7月5日(各土曜)
時 9時30分～11時30分
料 各回200円
場 堀金公民館 会議室1
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



鐘の鳴る丘集会所オープニングセミナー

鐘の鳴る丘集会所のリニューアルオープンを記念して、地域の芸術祭やアーティスト・イン・レジデンスに関するセミナーを行います。

日 6月8日(日)
時 13時30分～
料 無料
場 鐘の鳴る丘集会所
問 文化振興担当
電 0263-71-2463



深緑コンサート

ピアノとボーカルによる幅広いジャンルの演奏をお楽しみください。奏者は山縣静香さん他です。

日 6月上旬
時 10時～12時
料 無料
場 明科公民館 講堂
問 明科公民館
電 0263-62-4605



童謡唱歌 心の歌を歌いましょう ②～⑥

懐かしい童謡唱歌等を楽しく歌います。希望者で堀金文化祭に参加します。①は4月17日に開催しました。

日 6月19日、7月17日、8月21日、
9月18日、10月16日(各木曜)
時 13時30分～15時
料 各回200円
場 堀金公民館 スタジオ2
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



初夏のコンサート

初夏のひとときを心地よいジャズでお楽しみください。奏者はニュー・モダン・デュークスです。

日 6月27日(金)
時 15時～16時30分
料 無料
場 明科公民館 講堂
問 明科公民館
電 0263-62-4605



夕涼みジャズコンサート

11回目を迎える穂高公民館の名物企画です。ニュー・モダン・デュクスと歌手の皆さんが織りなすジャズの至福のひとときをお楽しみください。

日 7月5日(土)
時 17時~19時
料 無料
場 穂高公民館 講堂
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



第14回 あづみの新進音楽家オーディション

冬季に行うコンサートに出演するクラシック音楽家を、一般・ジュニアから募集し、公開オーディションを行います。

日 7月6日(日)
時 午前:ジュニアの部、午後:一般の部
料 未定
場 穂高交流学習センター「みらい」
問 文化振興担当
電 0263-71-2463



コーラスグループ交流発表会

安曇野市内で活動しているコーラスグループが一堂に会して日頃の練習の成果を発表します。ぜひ、その歌声を聴きにお越しください。

日 7月12日(土)
時 未定
料 無料
場 豊科公民館 ホール
問 豊科公民館
電 0263-72-2158



第34回 信州安曇野新能

明科出身で名誉市民の故・青木祥二郎師を顕彰して開催している新能。今年は、青木道喜師作で、安曇野の民話を題材にした能「犀龍小太郎」を上演します。

日 8月23日(土)
時 17時30分~
料 一般3,000円(詳細は要問合せ)
場 明科龍門洲公園(雨天:明科体育館)
問 文化振興担当
電 0263-71-2463



熊井啓監督作品上映会&トークショー

熊井啓監督作品「千利休 本覺坊遺文」の上映会と、主演俳優・奥田瑛二さんと妻・安藤和津さんによるトークショーを行います。

日 9月13日(土)
時 13時~(予定)
料 300円(予定)
場 豊科公民館 ホール
問 文化振興担当
電 0263-71-2463



ガラス工房40周年記念 工芸シンポジウム

ガラス工芸作家を目指す若者たちの創造の場として設立されたあづみ野ガラス工房の40周年を記念して多摩美術大学、あづみ野ガラス工房、東京藝術大学・京都芸術大学と連携したシンポジウムを行います。東京美術学校(現東京藝術大学)出身の山本安曇(金工)、高橋節郎(漆芸)をはじめ、現在も多くの工芸作家が活動する安曇野で、これからの工芸について語ります。

日 9月20日(土)
時 13時30分~
料 未定
場 安曇野市美術館
問 文化振興担当
電 0263-71-2463

学芸員のおすすめ



安曇野市美術館
リニューアルオープン
記念シンポジウム。
工芸について深く
トークします。

暮らし



春季企画展「食卓の風景 食と家族の80年」

食卓から家族を見た時、どんな風景が見えるだろう。献立は？ 座る場所は？ 戦後80年の食と家族の変化を見てみよう。

日 ~5月18日(日)
時 9時30分~13時
料 入館料
場 豊科郷土博物館
問 豊科郷土博物館
電 0263-72-5672



安曇野の豊かな粉文化より 「ぶっこみうどん」と「えご」

手打ちうどんを茹でずに味噌汁に投じた「ぶっこみうどん」と日本海から伝わった「えご」。安曇野食文化を楽しみましょう。

日 5月11日(日)
時 9時30分~13時
料 350円
場 三郷公民館 調理実習室
問 豊科郷土博物館
電 0263-72-5672



お菓子づくり講座 ①・②

笹屋店主の依田増千さんを講師に、①では柏もちを、②ではおはぎと黒糖まんじゅうを作ります。食材にこだわった明科の老舗笹屋の味を再現します。

日 5月29日(木)、9月12日(金)
時 10時~12時
料 各回700円
場 明科公民館 調理実習室
問 明科公民館
電 0263-62-4605



地域防災研修会

発災後に自分や地域の方々の命を守るための一時避難所の役割と、増加する災害関連死者の問題から、日頃からの支え合いの大切さを学びます。

日 5月30日(金)
時 19時~20時30分
料 無料
場 穂高公民館 第1・2会議室
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



食に親しむ料理講座 ①~③(全5回)

旬の食材を使った料理教室。実習後、料理を食べながらの懇親会も予定しています。④は12月20日、⑤は2月14日の開催。

日 6月14日、8月2日、10月4日(各土曜)
時 17時~19時
料 各回200円+材料費
場 堀金公民館 調理実習室
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



包丁研ぎ教室 ②

切れ味も味のうち、包丁の切れ味を良くする研ぎ方を学びます。包丁の他に、草刈鎌などの研ぎ方も学びます。

日 7月2日(水)
時 未定
料 200円
場 三郷公民館 調理室
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



これからの人生教室

自分のもしもの時、終末医療の考え方、財産処理の在り方等を整理するヒントとして、「エンディングノート」について学びます。

日 10月7日(火)
時 13時30分~15時
料 200円
場 三郷公民館 講義室ほか
問 三郷公民館
電 0263-77-2109

健康



健康麻雀教室 ①・②

明科公民館職員が講師となり、認知症に良いとされる麻雀を初心者、愛好者問わず楽しめます。

日 5月22日(木)、9月9日(火)
時 13時~17時
料 無料
場 明科公民館 講義室
問 明科公民館
電 0263-62-4605



健康長寿応援教室 ①・②

①はフレイルに関する学習や健康チェック等を行う「健康チェックフレイル教室」。
②は認知症の理解と接し方等を学ぶ「認知症サポーター養成講座」。

日 5月23日(金)、7月9日(水)
時 10時~12時
料 無料
場 三郷公民館 講堂
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



拾ヶ堰物語②「フットパス」

頭首工(取り入れ口)から堀金支所までの堰沿い9kmをウォーキングで巡り、烏川放水口までバスで移動しながら学びます。

日 5月24日(土)
時 7時45分~12時
料 無料
場 堀金支所(集合)
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



脳・心・からだの体操教室 ①~⑤

レクリエーションインストラクターの秋山美津子さんを講師に、40代から70代の方々を対象として、参加している方々と笑顔になれる活動を行います。

日 6月18・25日、7月2・9・16日(各水曜)
時 9時30分~11時
料 各回200円
場 穂高公民館 講堂
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



らくらくチェアトレ体操教室 ①~⑧(全12回)

自宅でも簡単にできる腰痛・ひざ痛予防の運動を学びます。身体機能の維持・向上のために運動する習慣づくりを目指しましょう。⑨からは11月以降に開催。

日 6月20日、7月4・18日、8月1日、9月5・19日、10月3・17日(各金曜)
時 13時30分~15時
料 無料
場 堀金公民館 講堂
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



アンラーン講座(学びほぐし)の旅「大芝高原」

今までの価値観や知識等の変容を促し、フレイル予防、健康寿命の延伸をねらいとする講座です。大芝高原でウォーキングなどの体験をします。

日 7月9日(水)
時 終日
料 200円+昼食代ほか
場 堀金支所(集合・解散)
問 堀金公民館
電 0263-72-5796



シニア向け「初歩のエアロビ教室」①～④

市内で活動するA.C.NAGANOの指導者を講師に、シニアの方々が楽しく、いい汗をかく運動を考えてくれます。④は10月22日に開催。

日 9月10・24日、10月8・22日(各水曜)
時 13時30分～15時
料 各回200円
場 穂高総合体育館 フィットネスルーム
問 穂高公民館
電 0263-82-5970

読書



短編小説を楽しむ会【毎月】

テキスト『1日10分のごほうび』から作品を読み合い、感想や意見を交換します。

日 毎月第1火曜(6月から)
時 13時30分～
料 無料
場 堀金公民館 会議室3
問 堀金図書館
電 0263-72-3602



図書館フェスタ

リサイクルフェアやビブリオバトル、おはなし会、ワークショップ、講演会などを行います。

日 9月6日(土)、7日(日)
時 開館時間中
料 無料
場 市内公共図書館全館
問 図書館係
電 0263-84-0111

生涯学習オンライン講座

未曾有の事態に見舞われたコロナ禍のなか、社会教育活動の拠点である公民館においても閉館したり、活動休止・縮小せざるを得ない状況に見舞われました。そこで生涯学習課では、「新しい生活様式」に対応したオンラインでの講座を提供することを目的に、令和3年度より、生涯学習講座の動画配信を実施してきました。YouTubeで見ることができますので、ぜひご覧ください。



明科廃線敷案内(全5回)



令和3年度安曇野
ゆかりの先輩に学ぶ特別授業
～浅野博亮さん～



漢の料理教室



信州安曇野明科ワイン

趣味・工芸



コーヒー講座

焙煎の違いによるコーヒーのいれ方の基礎を、講話や実習をとおして学びます。自焙煎のコーヒーを味わい、芳醇な時を過ごしましょう。

日 6月4日(水)
時 10時~12時
料 200円+材料費(約2000円予定)
場 三郷公民館 調理実習室
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



陶芸教室 ①~③

湯呑・抹茶・コーヒー等の茶碗を制作します(予定)。市内公民館で唯一、焼成窯があります。造形への憧れを実現させましょう。

日 6月14日、7月5・19日(各土曜)
時 13時~17時
料 1200円予定
場 三郷公民館 1階創作室
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



けん玉チャレンジ ①~④

けん玉の知識、技の攻略法、日常練習のコツなどが学べます。さらに、健康づくり、集中力増進にもうってつけ。老いも若きもチャレンジ!

日 6月29日、7月27日、8月24日、
9月28日(各日曜)
時 14時~15時30分
料 200円(子ども無料)+資料代(200円)
場 三郷公民館 講堂
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



夏休み囲碁教室 ①~③

囲碁実行委員会が講師となり、初心者から上級者まで楽しめる教室です。

日 8月4日(月)、5日(火)、6日(水)
時 10時~16時
料 無料
場 明科公民館 講義室
問 明科公民館
電 0263-62-4605

園芸



楽しい菊づくり講座(豊科) ①~⑥

土づくりから大菊3本仕立ての基本を学び、秋に大輪菊を咲かせます。文化祭菊花展への出品も目指します。

日 4月25日(金)、5月13日(火)、6月6日(金)、
7月18日(金)、8月22日(金)、10月10日(金)
時 9時30分~11時
料 2,400円
場 豊科公民館 ホールホワイエ
問 豊科公民館
電 0263-72-2158



友の会 山草・サクラソウ展

山草部の皆さんが丹精込めて育てた山野草・サクラソウが100鉢ほど展示されます。部屋いっぱいの春を楽しんでください。

日 5月3日(土・祝)～5日(月)
時 9時～17時
料 入館料
場 豊科郷土博物館
問 豊科郷土博物館
電 0263-72-5672

館長のおすすめ



第41回目の開催。今回で山草部最後の展示会の予定。ぜひ、ご観賞ください。



家庭菜園サポート講座

図書館資料と地域の気候風土を踏まえた農業支援講座。日本最大級の農業情報データベース「ルーラル電子図書館」を利用します。

日 5月3日(土・祝)
時 13時30分～15時30分
料 無料
場 穂高交流学習センター「みらい」学習室
問 中央図書館
電 0263-84-0111



季節の寄せ植え教室 ①・②(全4回)

アルプガーデンの小林美樹代表を講師に、花を育てるときのポイントやアレンジの工夫を学び、寄せ植えの鉢を仕上げます。③は12月16日、④は2月24日に実施予定。

日 5月27日、10月7日(各火曜)
時 13時30分～15時
料 各回2,000円
場 アルプガーデン(集合・解散)
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



初心者向け菊づくり講座(堀金) ①～⑥

育てやすい「スプレー菊」、コンパクトな「福助づくり」を学びます。

日 5月29日、6月26日、7月24日、8月28日、9月11日、10月9日(各木曜)
時 9時30分～11時30分
料 各回200円+材料費
場 堀金支所
問 堀金公民館
電 0263-72-5796

自然・環境



バードウォッチング教室

信州野鳥の会の植松晃岳会長を講師に、春の安曇野に渡ってきたばかりの野鳥を観察します。双眼鏡の使い方やバードウォッチングの基礎を学びます。

日 4月26日(土)
時 6時30分～9時
料 無料
場 松尾寺、鐘の鳴る丘集会所周辺(集合・解散)(雨天:ガーデンあずみ野)
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



自然講座「シャクナゲの群生地巡り」

安曇野にあるシャクナゲの群生地(三郷地域から大町方面)を巡り、群生する特徴やその理由について学びます。

日 5月7日(水)
時 8時~16時30分
料 200円
場 三郷公民館(集合・解散)
三郷公民館
電 0263-77-2109



穂高の宝①「有明山山麓巡り」

穂高のシンボルでもある有明山の山麓を巡り、サワラ林やシャクナゲの群生を見学します。また、安曇野の成り立ちについて地質の面から学びを深めます。

日 5月14日(水)
時 8時~16時
料 無料
場 穂高公民館(集合・解散)
穂高公民館
電 0263-82-5970



那須野・中田のおもしろ虫談義 「語り尽くそう虫撮りの極意」

「身近な擬態昆虫写真展」(4月26日~6月1日)に合わせて、那須野雅好氏(「みどりの日」自然環境功労者環境大臣表彰受賞、三郷昆虫クラブ世話人)と中田信好氏(田淵行男記念館館長)が語ります。

日 5月24日(土)
時 13時30分~15時
料 無料
場 貞享義民記念館 1階ホール
貞享義民記念館
電 0263-77-7550

「身近な擬態昆虫写真展」では、4月27日にリアルな蝶の模型づくりワークショップも開催します!



館長のおすすめ



上高地自然観察会

穂高連峰や梓川の成り立ちと、そこに広がる植生について、春の新緑を楽しみながら、穂高神社奥宮のある明神池までゆったりとトレッキングします。

日 5月28日(水)
時 6時~17時
料 1,000円(駐車場・拝観料)
場 穂高公民館(集合・解散)
穂高公民館
電 0263-82-5970



環境教室

安曇野市の自然環境の現状と課題から環境保全について理解し、持続可能な環境についての考えを深めます。

日 7月12日(土)
時 10時~11時30分
料 400円
場 三郷公民館 講義室
三郷公民館
電 0263-77-2109



カヌー体験講座 ①~③

ウォーターアクティビティのプロフェッショナルである秋元悠佑さんを講師に迎え、龍門淵公園の池や前川でカヌー体験をします。

日 7月24日(木)、8月15日(金)、9月6日(土)
時 10時~16時
料 200円
場 龍門淵公園
明科公民館
電 0263-62-4605



中房温泉自然観察会

国の天然記念物に指定されている「中房温泉の膠状珪酸および珪華」と中房温泉の歴史について、敷地を巡りながら体験的に学びます。

日 9月11日(木)
時 7時30分～16時30分
料 昼食代+施設利用料金
場 穂高公民館(集合・解散)
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



拾ヶ堰物語⑤「クリーン大作戦」

コミュニティスクール事業の一環としての地域協働活動において、地域課題である拾ヶ堰の清掃を堀金小学校の児童と共に行います。

日 10月2日(木)
時 9時30分～11時30分
料 無料
場 堀金小学校付近の拾ヶ堰
問 堀金公民館
電 0263-72-5796

情報



初心者スマホ教室(三郷)①・②

①ではスマホの基本操作、インターネットの検索について、②では操作方法を中心としたLineの機能や特徴について実習します。

日 5月28日(水)
時 ①10時～12時、②13時～15時
料 200円
場 三郷公民館 講義室
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



スマホ教室①「安曇野市公式Lineを学ぶ」

安曇野市公式Lineの便利な機能(防災、申請、予約など)の説明と活用方法を行革デジタル推進課の職員を講師に学びます。

日 6月11日(水)
時 9時30分～11時30分
料 無料
場 穂高公民館 第3会議室
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



スマホ相談会(明科)②・③(全3回)

明科公民館職員が講師となり、スマホの基本的な操作、アプリの使い方などについて個別に説明します。①は4月10日に開催しました。

日 7月3日(木)、9月2日(火)
時 10時～11時30分
料 無料
場 明科公民館 講堂
問 明科公民館
電 0263-62-4605



ICT講座「スマートフォン相談会」(豊科)

初心者・初級者を対象に、スマートフォンの基本操作や便利な使い方、困りごと相談を中心とした講座です。

日 8月(未定)
時 10時～11時30分
料 無料
場 豊科公民館 大会議室
問 豊科公民館
電 0263-72-2158

子ども

教養



夏休み子ども講座(三郷) ①～③ (対象:小学4～6年)

夏休みの宿題を中心に学習を進める講座を3日間します。また、物作りや調べ学習など体験的な内容の学習も行います。

日 7月28日(月)、29日(火)、30日(水)
時 9時～12時
料 無料
場 三郷公民館 講義室ほか
間 三郷公民館
電 0263-77-2109



夏休み子ども公民館講座(堀金) ①・② (対象:小学生)

選べる5つの講座です。終了後、夏休みの宿題をする学習会も行います。

日 7月30日(水)、31日(木)
時 9時30分～12時
料 各回200円+材料費
場 堀金公民館 会議室1
間 堀金公民館
電 0263-72-5796



折り紙、将棋、けん玉、ドローン、絵手紙の5講座を予定しています。受講者に「修了証」もお渡しします。



夏休み調べ学習支援講座

(対象:小学3～6年)

夏休みの調べもの学習支援として、調べ方や、まとめ方を資料やデータベースを用いて案内します。

日 7月(未定)
時 未定
料 無料
場 市内公共図書館全館
間 図書館係
電 0263-84-0111

第33回 文書館講座

「わたしたちの安曇野」

(対象:小学生以上)

安曇野市が合併して20年。20年前と今の違いを、図や写真を使って探ってみましょう。

日 8月3日(日)
時 13時30分～15時
料 無料
場 堀金公民館 講堂
間 文書館
電 0263-71-5123



まなび隊③「松本城を学ぶ」

(対象:小学4～6年)

バスに乗って松本城に出かけます。松本城の仕組み、城下町の成り立ちなどを学びます。詳しい内容は今後のお楽しみ。

日 8月5日(火)
時 終日
料 無料
場 三郷公民館(集合・解散)
間 三郷公民館
電 0263-77-2109



第2回 ミライ部 「謎解きは閉館のあとで」

(対象:中高生)

中高生向けに閉館後の中央図書館内で謎解きゲームを行います。普段とは違った雰囲気図書館で楽しく交流しましょう！

日 8月23日(土)
時 17時45分～
料 無料
場 中央図書館
問 中央図書館
電 0263-84-0111



0才からのミニコンサート

(対象:乳幼児)

0才児から参加できる、親子向けのミニコンサートを行います。2回公演です。

日 5月30日(金)
時 ①10時～10時30分
②11時30分～12時
料 100円(大人のみ)
場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール
問 文化振興担当
電 0263-71-2463

文化・芸術



第1回 ミライ部「クールシェア上映会」

(対象:中学生以上)

中学生以上向けの映画上映会を行います。上映中は出入り自由。夏の暑い時間、映画を見ながら涼んでいきませんか。

日 7月27日(日)
時 13時～
料 無料
場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール
問 中央図書館
電 0263-84-0111



作詞作曲ワークショップ

(対象:小中学生)

作詞作曲コンクールへの応募に向けて、作詞作曲の基本を学びます。日時は「広報あづみの」、市HPでお知らせします。

日 7月(未定)
時 10時～12時
料 無料
場 豊科公民館 大会議室
問 豊科公民館
電 0263-72-2158



夏の映画上映会(堀金)

(対象:幼児以上)

堀金図書館所蔵の上映権付きDVDの上映会です。

日 8月1日(金)
時 13時30分～
料 無料
場 堀金公民館 スタジオ2
問 堀金図書館
電 0263-72-3601



夏の上映会(明科)

(対象:幼児以上)

明科図書館所蔵の上映権付きDVDの上映会です。

日 8月2日(土)
時 10時30分～
料 無料
場 明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」ハーモニーホール
問 明科図書館
電 0263-62-1122



映画上映会(豊科)

(対象:児童)

児童を対象に、豊科図書館所蔵の上映権付きDVDの上映会を行います。

日 8月8日(金)
時 13時30分～
料 無料
場 豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール
問 豊科図書館
電 0263-71-4022



ひまわりクラブ【毎週】

(対象:未就園児)

毎週金曜、未就園児の親と子の交流活動を行います。公園遊びや消防見学、クリスマス会等、みんなで行事を企画して活動します。初回は開講式あり。

日 毎週金曜(4月11日～)
時 未定
料 無料
場 三郷公民館 201ほか
間 三郷公民館
電 0263-77-2109



子育てサークル「常念っ子」【毎月】

(対象:未就園児)

未就園児親子の子育てサークルです。交流を深め、情報交換ができる場づくりとします。

日 第3水曜(5月21日～)
時 未定
料 500円
場 堀金公民館 講堂
間 堀金公民館
電 0263-72-5796



夏休み親子料理教室

(対象:小学生)

親子で一緒にスイーツを作ろう。プリンやヨーグルトムースなど暑い夏に食べたくなるスイーツを作ります。講師は、明科公民館職員が務めます。

日 8月1日(金)
時 9時～12時
料 1,200円(1組)
場 明科公民館 調理実習室
間 明科公民館
電 0263-62-4605



親子で学ぶ、プロが教える

夏休み親子餃子作り教室

(対象:小学生以上)

日高みゆきさん(山の中のぎょうぎ屋さん)を講師に餃子作りにチャレンジします。親子でも個人でも参加を受け付けます。

日 8月5日(火)
時 9時30分～12時
料 材料費
場 穂高公民館 調理実習室
間 穂高公民館
電 0263-82-5970



おはなしのとびら(穂高)【毎週】

(対象:乳幼児)

ボランティア「おはなしサポーター」と図書館職員によるおはなし会。絵本の読み聞かせや手遊びなどを行います。

日 毎週水曜
時 10時30分～11時
料 無料
場 中央図書館 おはなしのへや
間 中央図書館
電 0263-84-0111



おはなし会(三郷)【毎月2回】

(対象:乳幼児以上)

図書館ボランティア「ポケットの会」と図書館職員によるおはなし会。絵本・紙芝居の読み聞かせなどを行います。

日 毎月第2土曜、第4木曜
時 土曜:10時30分～、木曜:11時～
料 無料
場 三郷交流学習センター「ゆりのき」学習室
間 三郷図書館
電 0263-76-3078



おはなしのへや(堀金)【毎月】

(対象:乳幼児)

絵本、紙芝居の読み聞かせなどを行います。

日 毎月第3火曜
時 11時～
料 無料
場 堀金図書館 絵本コーナー
間 堀金図書館
電 0263-72-3602



おはなしたんぽぽ(豊科)【毎月】 (対象:乳幼児以上)

図書館ボランティア「おはなしたんぽぽ」と図書館職員によるおはなし会。絵本・紙芝居の読み聞かせ、パネルシアターなどを行います。

日 毎月第3金曜
時 11時～
料 無料
場 豊科図書館 多目的室
問 豊科図書館
電 0263-71-4022



おはなしとしょかん(穂高)【毎月】 (対象:乳幼児以上)

読み聞かせボランティアの皆さんによるおはなし会。絵本の読み聞かせや手遊び、パネルシアターなどを行います。

日 毎月第3土曜
時 10時30分～11時
料 無料
場 中央図書館 おはなしのへや
問 中央図書館
電 0263-84-0111



おはなしひまわり(明科)【毎月】 (対象:乳幼児以上)

絵本・紙芝居の読み聞かせ、手遊びなどを行います。

日 毎月第4土曜
時 11時～
料 無料
場 明科図書館 おはなしのへや 又は
明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」ハーモニーホール
問 明科図書館
電 0263-62-1122



春のこども読書月間

こどもの読書週間に合わせ、スタンプラリーなどのイベントや全館共通テーマでの展示を開催します。

(対象:幼児以上)

日 ~5月11日(日)
時 開館時間中
料 無料
場 市内公共図書館全館
問 図書館係
電 0263-84-0111



第4回ミライ部「体験！図書館司書(仮)」(対象:中高生)

中高生向けの図書館司書体験講座。本の貸出、返却だけじゃない、司書のお仕事に触れてみましょう！

日 10月18日(土)
時 未定
料 無料
場 穂高交流学習センター「みらい」グループ活動室
問 中央図書館
電 0263-84-0111



おりがみのへや(堀金)【毎月】 (対象:幼児以上)

季節の折り紙、工作を行います。

日 毎月第4水曜
時 16時30分～
料 無料
場 堀金図書館 絵本コーナー
問 堀金図書館
電 0263-72-3602

趣味・工芸



まなび隊②「子ども粘土教室」①～③ (対象:小学4～6年)

飾り物や入れ物などを形成し焼き上げます。形成、素焼き、本焼きと3日間の教室です。

日 7月31日(木)、8月18日(月)・30日(土)
時 未定
料 未定
場 三郷公民館 創作室
問 三郷公民館
電 0263-77-2109



三郷図書館講座

(対象:児童以上)

夏休み中の児童向け講座。木版画作家の小平彩見さんによる工作講座です。

日 8月7日(木)
時 10時30分～
料 無料
場 三郷交流学習センター「ゆりのき」学習室
問 三郷図書館
電 0263-76-3078



夏休みお楽しみ会

(対象:小学生)

「明科いいまちつろうかい」スタッフが講師となり、夏休みの宿題の支援や昼食づくり、ものづくり体験などを行います。

日 8月8日(金)
時 10時～15時
料 200円
場 明科公民館 講堂ほか
問 明科公民館
電 0263-62-4605



松枯れ材を使ったアイス作り教室

(対象:幼児以上)

安曇野市里山木工倶楽部と市耕地林務課の方々を講師に、松枯れ材についての学びのあと、枯れた松を再利用してアイスを作ります。

日 8月9日(土)
時 9時～12時
料 材料費(500円)
場 穂高公民館 講堂
問 穂高公民館
電 0263-82-5970



消しゴムハンコをつくろう ①・②

(対象:中学生以下)

篆刻家 望月信幸さんに教わりながら、オリジナルの消しゴムハンコを作しましょう！

日 8月9日(土)
時 ①9時30分～11時30分
②13時30分～15時30分
料 500円
場 貞享義民記念館 研修室
問 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



回る行灯づくり ①・②

(対象:中学生以下)

自由研究やお盆飾りにおすすめ！熱による空気の対流で行灯がぐるぐる回ります。

日 8月10日(日)
時 ①9時30分～11時30分
②13時30分～15時30分
料 500円
場 貞享義民記念館 研修室
問 貞享義民記念館
電 0263-77-7550



第3回 ミライ部

「アナログゲームで遊ぼう！(仮)」

(対象:中高生)

中高生向けのアナログゲーム体験会。みんなでわいわい盛り上がりましょう！

日 9月14日(日)
時 未定
料 無料
場 穂高交流学習センター「みらい」展示ギャラリー
問 中央図書館
電 0263-84-0111

自然・環境



ふるさとたんけん隊 ①～③

(対象:小学生)

明科公民館職員がガイドとなり森の散策、自然観察やクラフト体験、化石採集などを行います。

日 5月31日(土)、7月29日(火)、10月4日(土)
時 未定
料 未定
場 未定
問 明科公民館
電 0263-62-4605



親子ふれあい塾

「夏休みフィールドチャレンジ教室」 (対象:小学生)

水生生物の観察やフィールドワークを通じて、親子で自然を体験します。日時は「広報あづみの」、市HPでお知らせします。

日 7月(未定)
時 8時30分~15時
料 無料
場 豊科公民館(集合・解散)
問 豊科公民館
電 0263-72-2158



まなび隊④

「昆虫教室と川原遊び」

(対象:小学4~6年生)

夏休みのひと時、三郷小倉地区の洞合自然公園で昆虫教室と、黒沢川での川原遊びをします。日頃、できない貴重な経験をすることができます。

日 8月9日(土)
時 8時30分~15時頃
料 200円+材料費
場 洞合自然公園(三郷小倉)(集合・解散)
問 三郷公民館
電 0263-77-2109

情報



まなび隊①

「プログラミング教室」

(対象:小学4~6年生)

簡単なゲームを作りながら、プログラミングの基礎を体験します。パソコンは、講師が準備します。ペアで教えながらやるので、心配いりません。

日 6月21日(土)
時 10時~12時
料 無料
場 三郷公民館 講義室
問 三郷公民館
電 0263-77-2109

学校開放講座

安曇野市では、多くの市民に学びの機会を提供するため、市内の小中学校及び高等学校に呼びかけ「学校開放講座」を実施しています。この学校開放講座では、地域に開かれた学校として、学校の教育力を市民に還元するとともに、講座への参加を通じて市民に学校の教育活動を理解してもらうことを目的としています。

令和7年度



令和6年度の実施概要

4月



■食品加工を楽しもう (南安曇農業高校)



■アロマテラピーの基本と実践 (南安曇農業高校)



■花を楽しもう (南安曇農業高校)

- 果物づくりを身近に感じよう
- 食を通じ、畜産を学ぼう!
- キノコ栽培と野沢菜の漬物作り
- ミニ浜垣造り
- 土木材料の有効利用とヒザ窯製造 (南安曇農業高校)

7月



■目指せ! ネイティブ風発音 (穂高商業高校)



■こども落語教室 (堀金小学校)

令和6年度は、19の講座を開講し、69回実施。延べ377名の方にご参加いただきました。詳しい情報や参加者の声は市HP(下のQRコード)にてご覧いただけます。

令和6年度



8月



■SDGsゲームを開発しよう (堀金中学校)



■わくわくダンス (穂高商業高校)



■初歩から学ぶバスケットボール (穂高商業高校)



■打って! 投げて! ボールで遊ぼう (豊科高校)

9・10月



■茶道 初心者講座 (穂高商業高校)



■体操・体幹・ストレッチ (穂高商業高校)



■ドキドキわくわくバスケット (穂高商業高校)



■映画「タイタニック」で味わう英語 (穂高商業高校)



■ハードカバー製本 (豊科高校)

12月



生涯学習の

安曇野市の取り組みは？



安曇野市では、「安曇野市生涯学習推進計画（現在、第2次・後期）」を策定し、生涯を通じた学びの創出に向けて取り組んでいます。



生涯学習課の大蔵です。安曇野市では、「～ふるさと安曇野をまるごと学びの場にして生きる～」を基本理念に掲げ、ライフステージごとの特徴を踏まえて各世代に向けてスローガンを定め、全世代に生涯学習の取り組みを広げています。

基本理念

～ふるさと安曇野をまるごと学びの場にして生きる～

24
歳
以下

夢・未来へ 学びで新しい自分や仲間と出会おう

主な対象施策	「電子申請サービス」の活用	子どもの読書活動の推進
	子ども文化祭の開催	青少年体験事業の実施
	ジュニア・リーダー養成講座の開催	
	博物館・美術館の展示環境の改善	

25
～
44
歳

家族も地域も みんなで楽しく学び合おう

主な対象施策	「電子申請サービス」の活用	講座開催日時の工夫
	子どもの読書活動の推進	託児サービスの提供
	スポーツ指導者講習会の開催	
	日赤奉仕団活動に伴う訓練、講習会等の開催	

45
～
64
歳

学びでリフレッシュ！ 自分を磨き、社会に役立てよう

主な対象施策	講座開催日時の工夫	託児サービスの提供
	地域文化祭の開催	
	スポーツ指導者講習会の開催	自主防災会長・自主防災リーダー研修会の開催
	日赤奉仕団活動に伴う訓練、講習会等の開催	自主サークル活動支援

65
歳
以上

学びながら生きる 次代の安曇野人を育もう

主な対象施策	ICT関連講座の開催	「朗人大学」の開催
	地域文化祭の開催	
	リーダーバンク制度の活用	安曇野市コミュニティスクール事業の実施
	自主防災会長・自主防災リーダー研修会の開催	自主サークル活動支援

全
世
代

主な施策	冊子『安曇野市生涯情報「Link(リンク)」』	公民館報の発行
	公民館講座の開催	
	インターネットを活用した情報発信	SNS上でのコミュニティ創出のきっかけづくり
	共生社会づくりのための講座の開催	芸術公演・講習会の開催
	スポーツ教室の開催	

人財 情報

「学びたい！」と思っても、ひとりではなかなか始められないもの。一緒に学び合う仲間や、教えてくれる講師がいれば、「学び」に一步踏み出すことができるはず。そんな手助けとなる「人財」をご紹介しますので、ぜひ、ご活用ください。

【サークル・団体】

■ 健康づくり・フィットネス	32
■ ダンス	34
■ スポーツ	35
■ 暮らし・趣味	36
■ 芸能・音楽	37
■ 読み聞かせ・文芸・文学	38

【講師・指導者】

■ 哲学・倫理・思想/政治・経済・社会/ 歴史・地理・民俗/文芸・語学/美術・工芸	39
■ 音楽・演劇・舞踊/趣味・生活文化	40
■ 産業・技術/健康・安全	42
■ スポーツ	43
■ 福祉・奉仕・地域づくり/複数分野	44

サークル・団体

主に市内公共施設等で活動しているサークルや団体をご紹介します。同じ目的をもって学ぶ仲間を見つけ、一緒に学び合しましょう。

サークルの紹介を『Link』で紹介してみませんか？

本誌へ掲載を希望するサークル・団体を募集中！活動のPRやメンバー募集にご活用ください。詳細・注意事項等は市HP等をご確認ください。

- 次号予定 令和7年10月中旬
- 申込期限 令和7年8月8日(金)
- 申込方法 ながの電子申請 or 掲載申込書を提出

電子申請



市HP(掲載申込書)



健康づくり フィットネス

穂高ピラティスサークル

インナーマッスルを鍛えて姿勢を整え、心と身体と精神を一体にして、呼吸とともに代謝を上げましょう。気持ちの良い生活を送れる身体づくりが目的です。

- 日** 毎週金曜 11時～12時
- 場** 穂高会館
- 費** 3,500円(月)又は1,300円(回)
- 対** 女性
- 数** 10人
- 問** 高嶋 真由美、神谷 敦子
- 連** 080-5145-7468(高嶋)、
090-5796-2120(神谷)

リズム体操

懐かしい曲や流行の曲など、だれもが知っているメロディーに合わせて、楽しみながら全身を動かします。無理なく運動不足を解消でき、体力アップ、免疫力アップ！

- 日** 毎週月曜 13時15分～15時
- 場** ANCアリーナ
- 費** 1,500円(月)
- 対** どなたでも
- 数** 20人
- 問** 手塚 京子
- 連** 0263-73-8568、
090-4026-9946

はつらつスポーツ教室

高齢者が多く、ストレッチ・ウォーキング・リズム体操等でゆったりと身体を動かしています。

- 日** 毎週木曜(月4回) 13時30分～15時
- 場** 豊科勤労者総合スポーツ施設
- 費** 1,000円(月)
- 対** 成人
- 数** 20人
- 問** 村松 幸子
- 連** 0263-73-6390

UP

体力向上と健康促進のため、週1回骨盤体操を中心に運動しています。

日 毎週木曜 9時30分～10時30分
場 堀金公民館
費 2,000円(月)
対 どなたでも
数 20人
問 小林 和子、近藤 みか
連 090-6921-0832(小林)、
090-9666-8742(近藤)

スリムアップサークル

音楽に合わせて楽しく身体を動かします。健康の維持・増進を目指して、筋トレやストレッチも行います。ストレス解消・気分転換にピッタリです！

日 毎週水曜 10時～11時
場 堀金公民館
費 2,000円(月)
対 どなたでも(子連れ可)
数 24人
問 菅沢 廣美
連 080-2017-3547



にこにこサークル

ピラティスは自分自身の心と身体と向き合い、自分で身体の内側からバランスをコントロールするエクササイズ。腰痛・肩こり・猫背など、身体のゆがみを整えます。

日 毎週木曜 10時～11時
場 堀金公民館
費 2,000円程度～(月)
対 女性(子連れ可)
数 15人
問 鈴木 敦子
連 090-3807-3602



MIDORI ヘルスアップクラブ

健康増進のため、有酸素運動のエアロビクスに加え、ストレッチや筋トレ、ヨガなど多彩なメニューで、仲間と楽しく元気になれるサークルです。

日 毎週土曜 10時～11時30分
場 堀金公民館
費 2,000円(月)
対 どなたでも
数 15人
問 原 美和子
連 090-4158-3994



フライデーヨガ

幅広い年齢層の会員が、自分のペースで無理なくヨガを楽しんでいます。

日 金曜(月3～4回) 14時～15時
場 堀金公民館
費 1,500～2,000円(月)
対 市内在勤・在住の方
数 21人
問 立澤 祥則
連 090-4230-9506



ウェーブリングストレッチ

ボディリメイク、むくみ改善、機能改善を目的に活動しています。日常生活のパフォーマンスを上げて、動く身体のためのストレッチを！ 老若男女参加中です！

日 毎月第2・4木曜 19時30分～20時30分
場 堀金公民館
費 2,000円(月)
対 成人(子連れ可)
数 13人
問 遠藤 幸子
連 090-1883-4824



ビジョンヨガサークル・たんぽぽ

空調完備、冬は床暖のある広々としたホールで、ぎゅっばらんなおしゃべりで心をほぐし、インストラクターの誘導で簡単なポーズや指圧でコリをほぐし、心も身体もほっとするゆったりヨガです。

日 毎週木曜 10時30分～12時(子連れ可)、
13時～14時30分

場 明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」

費 3,000円(月)

対 どなたでも(妊産婦・高齢者可) **数** 10人

問 召田 三枝子、島岡 多恵子

連 090-1866-4181(召田)、
090-7013-4823(島岡)

明科太極拳

ゆったりとした太極拳の動きで、無理なくバランス感覚や足腰等を鍛えます。講師は楊巧鳳先生です。

日 毎月第1～3土曜 10時～11時30分

場 明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」

費 4,000円(月)

対 どなたでも

数 13人

問 重野 恵理子

連 090-7252-7719



ダンス

穂高フォークダンスクラブ

日本フォークダンス連盟公認指導者による指導のもと、世界のフォークダンスを毎回10曲ほど踊ります。ひとりで踊れるラインダンスやレクダンスも踊ります。

日 毎週水曜 13時～16時(初級・中級)
毎週金曜 19時～21時30分

場 穂高会館

費 1,000円(月)

対 どなたでも

数 21人

問 清水 晴子

連 0263-82-2091



フラハラウナペアハウオリ

(ペアリリレファ)

ハワイの文化であるフラを楽しんでいます。どなたでも年齢関係なく始められるので、ぜひ一緒に踊りましょう。年に数回、文化祭などのイベントやデイサービスへ訪問しています。

日 月2～3回 平日10時～12時

場 穂高公民館、明科公民館

費 2,500円(月)

対 どなたでも(子連れ可)

数 13人

問 中島 日和

連 hula.hauoli23@gmail.com



フラサークル ポーマイカイ

フラダンスでいきいきとした毎日を。仲間と一緒に楽しく、健康と体力づくりをしましょう。

日 月2回(水・土曜)

水曜:19～20時、土曜:昼間

場 堀金公民館

費 3,000円(月)

対 どなたでも

数 10人

問 堀川 美緒

連 080-5109-1448



社交ダンス堀金

社交ダンス未経験者から中級者まで、それぞれのレベルに対応して活動しています。仲間と交流しながら、音楽に合わせて身体を動かし、頭も身体もリフレッシュ！

- 日** 毎週土曜 14時～16時
- 場** 堀金公民館
- 費** 500円(回)※会場費含む
- 対** 未経験者～中級者
- 数** 10人
- 問** 佐々木 静江
- 連** 090-9242-1097、
0263-72-4255



スポーツ

テニス同好会

テニスの練習やゲームを行っています。

- 日** 毎週火・金曜 10時～12時
- 場** 穂高会館
- 費** 5,000円(年)
- 対** 市内在住の方(学生・生徒除く)
- 数** 32人
- 問** 戸澤 芳子
- 連** 0263-82-7555

ビギナーズ硬式テニススクール

硬式テニスやテニスが初めての方も、昔やっていた方も大歓迎。楽しい仲間と基本練習やゲームを行い、身体をリフレッシュさせましょう！ コーチ(3人)も在籍。

- 日** 毎週土曜 8時～9時30分
- 場** 堀金常念ドーム
- 費** 6,500円(2か月)
- 対** 高校生以上
- 数** 15人
- 問** 北林 俊和
- 連** 0263-72-4403

あづみ野キッズ 硬式テニススクール

硬式テニスの基本から、その子どもにあった練習まで、コーチ3人が指導を行います。テニスを通じて体力向上のほか、マナーも育てていきたいと思っています。

- 日** 毎週金曜 16時20分～、17時20分～、
18時20分～(各回1時間)
- 場** 堀金常念ドーム
- 費** 2,500円(月)
- 対** 幼児～中学生
- 数** 18人
- 問** 臼井 敬子
- 連** 090-2622-7955

さわやかスポーツ吹き矢クラブ

市主催のスポーツ吹き矢教室に参加したメンバーを中心に、健康増進や会員相互の親睦を図るため、毎週1回練習を行っています。

- 日** 毎週水曜 13時～15時
- 場** 穂高会館
- 費** 500円(月) ※年2回半年分前納
用具代(入会時)
- 対** どなたでも
- 数** 11人
- 問** 松苗 紀彦
- 連** 090-1468-9747



日本スポーツウェルネス吹矢協会 スワン安曇野支部

吹矢協会にスワン安曇野支部として加入後、大会等に参加し、健康増進、技術向上(希望者は級・段位の取得)を目指すほか、会員相互の親睦を図り楽しく活動しています。

- 日** 毎月4回(月曜) 13時30分~15時30分
- 場** ANCアリーナ
- 費** 500円(月)※4・10月に半年分前納
- 対** どなたでも
- 数** 25人
- 問** 久保田 和明
- 連** 0263-73-2142、
090-7207-5902



MTCこまくさ

貸切バスを利用し、市内はじめ県内外の里山歩きを楽しむ会です。シニアでも楽しめるコース設定で、6割が女性です。年会費には一年間のバス代や保険代等も含まれます。

- 日** 月1回(土or日曜)で年11回
- 場** 県内外の里山
- 費** 年会費30,000円、入会金2,000円
- 対** 近在の方
- 数** 30人
- 問** 白木 晃史
- 連** 0263-77-2903



暮らし 趣味

長野県動物愛護会 安曇野支部

人と犬との良い関係を築き、安全で快適な暮らしをするために、「愛犬のしつけ方教室」を春と秋に年2回開催しています。また、繁殖制限啓発活動として、手術の補助や地域猫活動を支援しています。

- 日** 春季・秋季(全6日、基本的に日曜)
2時間程度
- 場** 堀金公民館、三郷文化公園ほか
- 費** 参加費5,000円(年)、
長野県動物愛護会会員年会費1,000円
- 対** 長野県動物愛護会会員
- 数** 38人 **問** 宮下 直樹
- 連** 080-6936-4374



ガールスカウト長野県第38団

キャンプやさまざまな体験を通し、少女の企画実行力やリーダーシップなどを伸ばします。年長~80代まで元気に活動しており、社会貢献もしています。子どもの力が欲しい時にぜひお声がけください。

- 日** 不定期(月2~4回)
主に日曜9時30分~12時
- 場** 堀金公民館
- 費** 25,800円(年)
- 対** 年長以上、女性
- 数** 67人
- 問** 田中 祐見子
- 連** 090-7846-9488, alps-p@ymail.plala.or.jp



松本友の会安曇野地区

衣・食・住・家計・環境・子どものことなどを学び合い実践し、講習会や「あづみの市民活動フェスタ」などを通して、社会へ向けて発信しています。

- 日** 毎月第4火曜 午前中
- 場** 堀金公民館
- 費** 1,300円(月)
- 対** どなたでも
- 数** 16人
- 問** 阿部 百合子
- 連** 080-2013-0557



フラワーアレンジメント同好会

和やかな雰囲気の中で、季節感あふれるフラワーアレンジメント作りを楽しんでいます。

- 日** 毎月第2・4火曜 16時～19時
- 場** 豊科公民館
- 費** 会費2,000円(年)、月謝2,000円、材料費実費
- 対** どなたでも
- 数** 9人
- 問** 赤羽 敦子
- 連** 090-2328-3987



芸能・音楽

かわせみの会(わさびーず)

「笑顔で歌えるは平和の証」「大声で歌えるは健康の証」堀六平のお話音楽会です。皆さんと一緒に、かわせみ音頭を歌って踊って、楽しいひとときを過ごしましょう。

- 日** 毎月第2木曜(会場都合で変更あり) 13時30分～15時30分
- 場** 穂高交流学習センター「みらい」
- 費** 1,500円(月)
- 対** どなたでも **数** 10人
- 問** 中垣 輝美、大野 恵子
- 連** 080-8886-9865(中垣)、090-3064-2133(大野)



キーボード教室(鍵盤楽器)

童謡唱歌からJ-POP、クラシックまでなんでも演奏しています。初めての方は基本から丁寧に指導します。楽器は貸し出しも数台あるので、気軽に見学に来てください。新規クラス開講予定。

- 日** 毎月第1・3水曜 10～12時
- 場** 堀金公民館
- 費** 4,500円(月)
- 対** どなたでも
- 数** 8人
- 問** 神谷 敦子
- 連** 090-5796-2120

常念太鼓 童

「身体も心も健康で感謝の心を持てる人になる」をモットーに、小さい子どもから小学6年生まで、ワイワイ練習しています。福祉施設やお祭りなど、年数回発表があります。

- 日** 毎週土曜 9時～12時
- 場** 堀金公民館
- 費** 会費12,000円(年)
- 対** 小学生以下
- 数** 10人
- 問** 山口 里恵
- 連** 080-9214-3092

民謡 駒の会

三味線、尺八、笛、太鼓等の楽器も扱いながら、全国の民謡の勉強会を月2回行っているほか、県内の発表会や市内各施設等の慰問、イベント等へも出演しています。

- 日** 毎月第1・3木曜 19時～21時
- 場** 堀金公民館
- 費** 3,500円(月) ※児童・生徒・学生は無料
- 対** 市内在住の方(児童・生徒・学生歓迎)
- 数** 11人
- 問** 高橋 清美
- 連** 090-2778-4487、0263-73-2477

読み聞かせ 文芸・文学

穂高絵本とお話の会

月に数回、絵本の読み聞かせや素話による、読み聞かせ・おはなし会を開催しています。

- 日** 毎月第2金曜、第4水曜
- 場** 穂高地区の図書館、保育園、小学校
- 費** 1,000円(年)
- 対** どなたでも
- 数** 15人
- 問** 竹内 悦子
- 連** 0263-82-3040



安曇野文芸の会

総合文芸誌『安曇野文芸』を年2回発行するほか、会員だけでなく、だれでも自由に参加できる「文芸サロン安曇野」の活動を行っています。※「文芸サロン安曇野」は当分休み

- 日** 毎月第3土曜
13時30分～15時30分(文芸サロン安曇野)
- 場** 穂高交流学習センター「みらい」
- 費** 5,000円(文芸誌発行ごと)
- 対** どなたでも
- 数** 45人
- 問** 中島 博昭
- 連** 080-9646-0999



宮沢賢治読書会

宮沢賢治の作品を読み、内容理解を深めています。この会に興味を持たれた方なら、他の市町村の方でも参加自由です。

- 日** 毎月第1木曜 10時～12時
- 場** 豊科交流学習センター「きぼう」
- 費** コピー代
- 対** どなたでも
- 数** 11人
- 問** 吉田 昭江
- 連** 090-3558-4708



東洋古典読書会

日本の古典を中心に、全員が互いに担当者となり、読み合わせを行っています。ひとりでは読み切れないテキストも、より深く学びながら最後まで読み切ることができます。

- 日** 毎月第2火曜 10時～12時
- 場** 豊科図書館
- 費** コピー代
- 対** どなたでも
- 数** 7人
- 問** 山崎 國三
- 連** 0263-82-0165(留守電)、
中央図書館を通じて

児童文学を読む会

児童(少年少女)が物語の中心となっている文学をテキストとして、テキストに沿って音読し、考えて感想などを話し合っています。

- 日** 毎月第3水曜 10時～12時
- 場** 豊科交流学習センター「きぼう」
- 費** なし
- 対** どなたでも
- 数** 12人
- 問** 丸山 和子
- 連** 090-2670-4016、
0263-72-4327

講師・指導者

スポーツや芸術、学術など、各分野に精通している人財として「生涯学習リーダーバンク」に登録されている方々をご紹介します。ぜひ、講師や指導者としてご活用ください。

下川 完平

しもかわ かんぺい

指導内容

心理学

人間関係の改善法、コミュニケーションスキルの向上、職場のメンタルヘルス、ハラスメント対策等

活動場所

安曇野市近郊

関連資格等

公認心理師
心理カウンセラー(あづみ野カウンセリングルーム主宰)

指導条件

有償。内容や依頼先によっては無償も可。要相談

哲学・倫理・思想

依田 麻衣子

よだ まいこ

指導内容

終活

家族信託、エンディングノート、後見制度、遺言、相続、親なき後問題など

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

行政書士、家族信託専門士、2級FP技能士

指導条件

応相談。5人以上のグループでの申し込みを希望。

政治・社会・経済

高橋 光男

たかはし みつお

指導内容

松本城の歴史解説

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

松本城のボランティアガイド約5年

指導条件

無償

地理・歴史・民俗

鈴木 有斗

すずき ゆうと

指導内容

本の紹介ゲーム

ビブリオバトル

活動場所

図書館・公民館の会議室

関連資格等

長野県内の図書館、大学・高等学校での体験会実績あり

指導条件

無償

文芸・語学

水野 永一

みずの えいいち

指導内容

島崎藤村文学、土蔵文化、人権啓発

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

島崎藤村学会理事

指導条件

無償

安曇野高橋節郎
記念美術館

あづみのたかはしせつろう
きねんびじゅつかん

指導内容

かんたん沈金体験

活動場所

安曇野市全域(公民館、会議室など)

関連資格等

安曇野高橋節郎記念美術館で基本的な沈金技法を習得しています

指導条件

2,500円/回、所要時間2時間、1か月以上前に要申込

美術・工芸

中村 知香

なかむら ちか

指導内容

お習字教室(筆・毛筆・硬筆・ペン字)

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本習字教授師範免許五段位
言語聴覚士(国家資格)

指導条件

有償 1,000円/回~(要相談)
幼児から成人まで指導可・体験可

本間 友幸

ほんま ともゆき

指導内容

陶芸

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

陶歴30年
陶芸教室講師として10年勤務

指導条件

有償 5,000円/回~
材料費・焼成代は別途(応相談)

田中 久美

たなか くみ

指導内容

リトミック教育

活動場所

大町~松本エリア

関連資格等

リトミック研究センター会員、指導資格認定証ディプロマB、幼稚園・保育園のための指導資格認定証1級、1歳児指導法研修受講証取得、幼稚園教諭第1種免許、カワイ音楽教育研究会会員

指導条件

有償

松岡 寛

まつおか ゆたか

指導内容

謡曲(観世流)

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

許状:九番習 神歌(重習) 砦(重習)

指導条件

無償(テキスト代要相談)。年齢、性別は問いません

耳塚 知美

みみづか ともみ

指導内容

ハンドベル イングリッシュハンドベル、ミュージックハンドベル

活動場所

安曇野市全域とその周辺

関連資格等

全日本イングリッシュハンドベル愛好会認定講師
全日本ミュージックベル連盟講師資格取得

指導条件

有償(要相談)

安藤 登志子

あんどう としこ

指導内容

小中学校の授業の邦楽、13弦・17弦の琴、地唄(琴・三弦)

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

箏曲(宮城流)大師範
地唄三味線大師範

指導条件

有償。会場費他(1,000円程度)

西川 喜優

にしかわ きゆう

指導内容

日本舞踊、民謡舞踊、新舞踊

活動場所

豊科全域

関連資格等

正派西川流師範名取免許

指導条件

有償(要相談)

寺島 裕美

てらしま ひろみ

指導内容

フラワーアレンジメント、
プリザーブドフラワーアレンジメント

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

NFD2級・装飾技能士

指導条件

無償。材料費は別途必要

山本 富美子(宗富)

やまもと ふみこ

指導内容

裏千家茶道

活動場所

主に豊科地域。自宅稽古場を希望

関連資格等

国営公園・文化祭等での呈茶・抹茶体験イベント参加

指導条件

有償(1,500円/回)、お抹茶・お菓子諸経費(500円/回)

大日向 峻

おびなた たかし

指導内容

麻雀

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

指導条件

無償。午後の活動を希望

黒木 幸子

くろき さちこ

指導内容

フラワーアレンジメント

活動場所

安曇野市・木曽地方全域。公民館の会議室等を希望

関連資格等

池坊生花教授
ローヤルフลาวースクールインストラクター

指導条件

有償(5,000円/回~)

竹村 聡美

たけむら さとみ

指導内容

裏千家茶道

活動場所

三郷地域。自宅稽古場を希望

関連資格等

茶道裏千家準教授資格
茶名:宗聡

指導条件

有償(2,500円/回~、お抹茶・お菓子諸経費込み)

小池 昭和

こいけ あきかず

指導内容

けん玉、けん玉ゲーム

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

活動歴45年

指導条件

無償

川上 文江

かわかみ ふみえ

指導内容

華道

活動場所

安曇野市全域、講師自宅

関連資格等

華道家元池坊 華道教授

指導条件

応相談

高橋 久見子

たかはし くみこ

指導内容

華道

活動場所

市内公民館

関連資格等

池坊

指導条件

応相談

山口 千加子

やまぐち ちかこ

指導内容

ハンドメイド・クラフト

活動場所

安曇野市内と近隣の学習センター・公民館・
ギャラリーカフェ・室内でのフェスティバル

関連資格等

ファブリックフラワー講師、ママフラワーデザイン卒 フラ
ワーアーティスト、マンダラぬり絵カラーセラピスト

指導条件

有償。3~5名以上のグループ希望。1回2時間。3日前
連絡

能戸 由佳

のと ゆか

指導内容

自分史ワークショップ

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

フリー編集者

指導条件

有償。謝金・日時応相談

神山 松枝(宗翠)

かみやま まつえ

指導内容

茶道全般

活動場所

堀金地域。自宅稽古場を希望

関連資格等

表千家講師

指導条件

有償 2,000円/回(茶菓子等経費含む)

太田 貴美子

おおた きみこ

指導内容

そば打ち体験、おやきづくり体験

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

調理師
そば打ち2段

指導条件

有償(要相談)

尾身 佐代子

おみ さよこ

指導内容

・つまみ細工、手まり、パッチワーク、編み物、折り紙等
・おやき、飾りまき、やしよま等の料理

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

調理師、各種工芸教室を各地で場所で開催
NHK文化センター講師

指導条件

有償
材料費・会場費等応相談

産業・技術

高田 真由美

たかだ まゆみ

指導内容

パソコン・スマホ講座

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日商マスター(日本商工会議所)
Microsoft Certified Trainer

指導条件

有償(要相談)

村中 哲

むらなか さとし

指導内容

パソコン、インターネット

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

MOT(Microsoft Official Trainer)他

指導条件

無償。パソコン講習のテキスト料金等は要相談

健康・安全

飯森 美代子

いいもり みよこ

指導内容

介護セミナー

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

社会福祉士、行政書士、2級FP技能士

指導条件

有償(5,000円/回)。時間・人数により要相談

小嶋 恵美子

こじま えみこ

指導内容

練功十八法、仙遊功、大極柔力球

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

JSCAインストラクター、練功十八法指導員、気功
健康クラブJAPAN指導員

指導条件

無償

折井 幸司

おりい こうじ

指導内容

パーキンソン病予防に特化した
運動療法

活動場所

安曇野市内全域

関連資格等

理学療法士
LSVTBIG認定療法士

指導条件

有償(1,000円/回)。会場費は別途

佐藤 貴子

さとう たかこ

指導内容

健康体操、エアロビクス、ヨガ、
リンパケア

活動場所

安曇野市

関連資格等

健康運動実践指導者、ヨガインストラクター、
リンパケアセラピスト

指導条件

有償

牛越 浩司

うしこし こうじ

指導内容

フレイル予防

活動場所

長野県内

関連資格等

理学療法士、骨粗鬆症マネージャー、
3Mテーピングマイスター

指導条件

有償(応相談)

丸山 亜希

まるやま あき

指導内容

ウォーキング

活動場所

安曇野市、松本市

関連資格等

ウォーキングインストラクター
バランスボールインストラクター

指導条件

有償(応相談)、松本市波田スタジオでのレッスンも可能

秋山 美津子

あきやま みつこ

指導内容

身のこなしを高める運動・運動遊び(コーディネーショントレーニング)、レクリエーションゲーム、人間関係づくりのための体験型ワーク

活動場所

安曇野市全域、近隣市町村

関連資格等

養護教諭1種、JACOT(日本コーディネーショントレーニング協会)認定指導員、レクリエーションコーディネーター、初級発達支援コーチ、保健室コーチングトレーナーアシスト、ハートマッスルレジリエンスコーチ、グループワークトレーニング初級アドバイザー

指導条件

有償(応相談)

山本 暢

やまもと とおる

指導内容

ヨーガ療法

医療、福祉、矯正施設において、個別のニーズに合わせたヨーガを指導しています。

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
公認心理士
柔道整骨師

指導条件

有償(応相談)

小澤 のり子

おざわ のりこ

指導内容

園芸療法、木の実を使ったリースやクラフト作り

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

園芸療法コーディネーター
木の実アートインストラクター
アロマコーディネーター

指導条件

有償(5,000円/回)、場所等は要相談

舟橋 嘉奈子

ふなばし かなこ

指導内容

ヨガ

呼吸法、動き、意識を三位一体にし、インドのヨガに基づいた日本人に合わせたハタヨガ。

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本フィットネスヨガインストラクター、東山ヨガ道場ヨガ講師認定、Babyoga Associates 骨盤調整ヨガインストラクター認定講師

指導条件

有償(5,000円/回~)、応相談

中出 房子

なかで ふさこ

指導内容

健康体操、ウォーキング指導、認知症・介護予防体操、ストレッチ、ウエーブリングストレッチ

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

健康生きがいを作りアドバイザー認定員、健康運動指導員、調理師 その他

指導条件

有償(4,000円/回)

柳原 和男

やなぎはら かずお

指導内容

日本スポーツウエルネス吹矢

活動場所

安曇野市近郊

関連資格等

上級公認指導員(5段)

指導条件

有償(会場利用料金程度、1人300円以内)

小池 博行

こいけ ひろゆき

指導内容

バレーボール、ソフトバレー

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

公認バレーボール指導員(バレーボールコーチ1)

指導条件

無償

鳥羽 幸恵

とば ゆきえ

指導内容

チェアヨガ体操

活動場所

明科地域

関連資格等

チェアヨガインストラクター

指導条件

有償(お茶・お菓子代 300円/回)。午後の活動を希望

松田 久雄

まつだ ひさお

指導内容

ニュースポーツ等

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

地区公民館主催のさまざまな教室のお手伝い

指導条件

無償

小林 玲奈

こばやし れな

指導内容

操体法、沖ヨガ

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本総合ヨガ協会二段
操体法指導員

指導条件

有償(時間・人数により応相談)

久保田 和明

くぼたかずあき

指導内容

日本スポーツウエルネス吹矢協会に準じた指導

活動場所

安曇野市内、近隣市町村

関連資格等

日本スポーツウエルネス吹矢協会 公認指導員

指導条件

有償(300円/回)

玉井 成男

たまいしげお

指導内容

バスケットボール

(小学生から一般の方まで)

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本バスケットボール協会公認D級コーチ
日本バスケットボール協会公認E級審判員
高校生を対象に約20年コーチとして指導

指導条件

無償、平日・休日とも対応可

福田 タエ子

ふくだ たえこ

指導内容

暮らしの楽しみいきいき講座

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

(料亭)おばんざい料理講師
演歌プロ歌手

指導条件

無償、平日

福祉奉仕地域づくり

複数分野

教育 哲学・倫理・思想 政治・経済・社会 歴史・地理・民俗 文芸・語学
 美術・工芸 音楽・演劇・舞踊 趣味・生活文化 自然科学 産業・技術
 健康・安全 スポーツ 福祉・奉仕・地域づくり

複数の分野に精通し、多彩な技能を持った講師をまとめてご紹介します。

教育

哲学・倫理・思想

健康・安全

スポーツ

西澤 克昌

にしざわ かつまさ

指導内容

- ① 幼児教育
- ② 人生論、愛情論
- ③ 健康・体力づくり、スポーツ医学
- ④ 陸上競技

活動場所

- ①・②:どこでも、③:安曇野市近郊、④:安曇野市

関連資格等

NPO法人長野県子どもサポートセンター子育て支援サポーター認定証
安曇野市社会福祉協議会ファミリーサポートセンター協力会員養成講習会修了
元財団法人日本陸上競技連盟公認審判員
元大北陸協中長距離指導者、コーチ
日本傳講道館柔道初段 形受講修了証

指導条件

無償

教育

福祉・奉仕・地域づくり

塚田 ゆき

つかだ ゆき

指導内容

- ① 旅行で使えるフランス語(初級～中級者)
- ② 大人の発達障害(SST)

活動場所

安曇野市近郊

関連資格等

実用フランス語技能検定試験3級
社会福祉士
就労継続支援B型施設にて指導

指導条件

- ① 有償(~2,500円/回、応相談)
- ② 有償(~1,500円/回、応相談)

哲学・倫理・思想

趣味・生活文化

古幡 深志

ふるはた ふかし

指導内容

- ① 精神衛生、心理学
- ② 造園、園芸全般

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

セルフカウンセリング講師養成指導員
メンタルケアアドバイザー
食育インストラクター
生涯学習上級コーディネーター資格
庭園技能学習指導員
ガーデンコーディネーター、野菜栽培士

指導条件

無償。午後の活動を希望。

美術・工芸

趣味・生活文化

隼田 和子

はやた かずこ

指導内容

- ① 書道(隼田 湖舟)
- ② 茶道(掬月庵仙和宗明)

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本教育書道連盟教育部師範
白岬会公民館書道部々長
豊科郷土博物館友の会書道部副部長
書道研究白岬会 師範
長野県書道協会出品委嘱作家・安曇地区役員
公益財団法人三徳庵 大日本茶道学会教授

指導条件

応相談

美術・工芸

スポーツ

鈴木 涼子

すずき りょうこ

指導内容

- ① トールペイント
(アクリル絵の具を使用し、ワンストロークで花を描く)
- ② フラダンス

活動場所

安曇野市内公民館等と自宅アトリエ・スタジオ。②は鏡が必要

関連資格等

オランダダンスフォークアート会トールペイント認定講師
フリーラインストラクター、フラダンサー、フラスタジオ「ブア ラウレレ」代表

指導条件

有償(応相談)

趣味・生活文化

スポーツ

逢澤 玲子

あいざわ れいこ

指導内容

- ① ハーバリウム
- ② エアロビクス ニュースポーツ
レクリエーション

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

日本ハーバリウム協会ハーバリウムデザイナー
日本スポーツ協会エアロビクスコーチ
日本レクリエーション協会レクリエーションインストラクター
日本ボールウォーキング協会ベーシックコーチ
安曇野市スポーツ推進委員
介護士

指導条件

有償。①は材料費。所要時間1～2時間

趣味・生活文化

自然科学

産業・技術

門崎 克典

かどさき かつのり

指導内容

- ① 新聞紙エコバッグづくり
- ② 科学実験教室
- ③ 初級者向けパソコン教室

活動場所

市内公民館・学校等の公共施設

関連資格等

高等学校教員免許(理科・情報科・工業科)
甲種危険物取扱者、毒物・劇物取扱者、2級ボイラー技士、第2種電気工事士、甲種火薬類取扱保安責任者、4級アマチュア無線技士、無人航空機操縦技能証明証、無人航空機安全管理者証明証
長崎県で情報科の授業で指導

指導条件

応相談(材料費、消耗品は実費)

生涯学習リーダーバンクの講師についての詳細は市HPを！

本誌では、誌面の都合上、生涯学習リーダーバンクの講師について概要しか紹介することができませんが、市HPでは詳しい情報を紹介しています。



表の下にあるPDFファイルを開くと、各講師の資格や実績など、さらに詳しい情報を見ることができます。



趣味・生活文化

福祉・奉仕・地域づくり

田中 京子

たなか きょうこ

指導内容

- ① 身近な素材を生かした
工作教室
- ② 子育てサロンの開催、
高齢者アクティビティ

活動場所

安曇野市内全域(①は自宅可)

関連資格等

保育士、おもちゃコンサルタント、
木育インストラクター

指導条件

応相談(①は材料費300円)、
平日は午前希望、休日は終日可

健康・安全

スポーツ

二見 里香

ふたみ りか

指導内容

- ① 親と子の心と身体の健康
- ② スポーツ全般・運動遊び

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

保健体育教諭(中学、高校1級)、SAJスキー指導員、SAJ
スキーC級検定員、学校図書館司書、スポーツリーダー、日
本スポーツ少年団認定員、日本体育協会公認ジュニアス
ポーツ指導員、コーディネーショントレーニング普及員、レ
クリエーションインストラクター、日本カウンセリング学会カ
ウンセリング心理士、ガイドダンスカウンセラー、中級教育カウ
ンセラー、日本心理学会認定心理士

指導条件

有償

健康・安全

スポーツ

上野 剛汰

うえの こうた

指導内容

- ① ロコモ・フレイル予防教室、お家ででき
る筋トレ・ストレッチ教室、日常で起きや
すい肩こり・腰痛予防教室、正しい姿勢・
歩行教室、靴のお悩み教室
- ② 障害予防教室、正しい身体の作り方

活動場所

安曇野市全域

関連資格等

理学療法士(運動器認定理学療法士)
リウマチ財団登録理学療法士
DYMOCOインソール製作技術資格者ライセンス
終了

指導条件

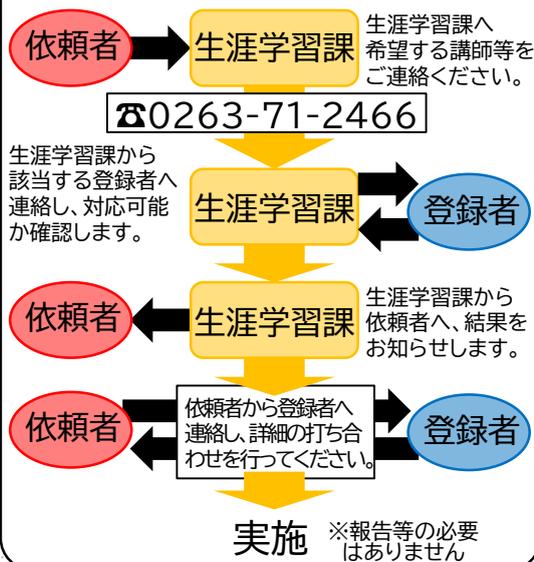
有償5,000~10,000円/回

生涯
学習

リーダーバンクって、なに？

安曇野市では、各分野における知識や技能を持つ方に対し、地域貢献など活躍する機会を提供するため、「生涯学習リーダーバンク制度」を運用しています。

活用したいとき



登録したいとき

- 登録申請書入手**
市HP(右のQRコード)からダウンロードしてください。生涯学習課の窓口でも配布しています。
 - 登録申請書の提出**
登録申請書を生涯学習課へ提出してください。
- 郵送 〒399-8281(住所記載不要)
安曇野市教育委員会 生涯学習課 宛
- 持参 安曇野市役所3階7番窓口
- Mail shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp
- 登録・更新**
認められた場合は、台帳に記載され、証明書が交付されます。また、市HPや生涯学習情報誌「Link」に掲載されます(※)。更新は2年に1回で、対象者には案内通知を送付します。※住所、生年月日、連絡先は非公開。

column

施設 情報

各地域で「学び」の拠点となっている公民館や交流学習センター、図書館。市民に利用していただくための貸館業務以外にも、地域づくりのためのさまざまな取り組みを行っています。市民の皆さんが「集う」ための施設です。ぜひ、気軽に立ち寄ってみてください。

■ 穂高地域	48
■ 豊科地域	52
■ 三郷地域	56

■ 明科地域	60
■ 堀金地域	64

穂高公民館



住 安曇野市穂高5047番地
時 9時～21時30分
休 毎月第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
電 0263-82-5970
☎ 0263-82-3990
✉ hotakakouminkan@city.azumino.nagano.jp

一緒に探そう！
穂高の魅力！

穂高公民館は穂高総合体育館と併設されている点が大きな特徴で、「穂高会館」として旧穂高町の頃から地元の人々に親しまれています。絵画や音楽、スポーツに、さまざまなサークルや個人が利用し、生涯学習の場として活躍しています。

公民館講座では、屋外で行う講座を多く実施し、浅川山や栗尾山満願寺、中房温泉等、現地に足を運び実際に目で見て学ぶことを大切にしています。時には上高地や乗鞍方面等、安曇野市を飛び出す講座も行っています。



穂高公民館長
早川 さん

貸館情報



第1会議室

料 260円(1時間)
人 30名程度
用 会議など



第2会議室

料 410円(1時間)
人 70名程度
用 会議など



第3会議室

料 410円(1時間)
人 50名程度
用 会議など



児童室

料 260円(1時間)
人 30名程度
用 会議など



講義室

料 410円(1時間)
人 40名程度(40畳)
用 講座・サークル活動など

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養						穂高の宝②	信州サーモンを学び、食す	
文化・芸術					夕涼み ジャズコンサート			
暮らし			地域防災 研修会					
健康				脳・心・からだの体操教室 ①～⑤			シニア向け初歩のエアロビ教室 ①～④	
園芸			季節の 寄せ植え教室 ①(全4回)					季節の 寄せ植え教室 ②(全4回)
自然・環境		バード ウォッチング 教室	有明山山麓巡り 上高地 自然観察会	穂高の宝①			中房温泉 自然観察会	
情報				安曇野市 公式Line を学ぶ	スマホ教室①			
子ども向け	暮らし					夏休み親子 餃子作り教室	親子で学ぶ、 プロが教える	
	趣味 工芸				松枯れ材を使った	アイス作り教室		

主な取り組み

その 1

穂高を学ぶ講座



本年度は、有明山麓のサワラ林やシャクナゲ等の自然環境、信州サーモン、相馬愛蔵を現地で学び、穂高の魅力を皆さんと体感します。

その 2

穂高納涼祭



今年で42回目を迎える穂高地域恒例の穂高納涼祭。穂高地域の皆さんが夏の夕べに集い、地域の方々のステージ発表と盆踊りを楽しめます。



調理実習室

料 840円(1時間)
人 30名程度
用 調理実習など



視聴覚室

料 840円(1時間)
人 30名程度
用 音楽など
※アップライトピアノあり



講堂

料 1,700円(1時間)
人 500名程度
用 講演会、発表会など
※グランドピアノあり



穂高交流学習センター「みらい」・中央図書館



穂高交流学習センター「みらい」

住 安曇野市穂高6765番地2
時 9時～21時30分
休 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、
 年末年始
電 0263-81-3111
☎ 0263-82-0966
✉ mirai@city.azumino.nagano.jp

開放感あふれる
 学びのフィールド



センター長兼図書館長
 宮澤 さん

「みらい」は、交流学习センターと図書館の複合施設です。`交流の場、`学習の場、として市民活動を支援し、学びと探求を市内外に発信する地域学習の拠点となっています。

北アルプスを代表する常念岳や燕岳などの山々が西に聳え、館内カフェや図書館からは交流広場が望め、施設を取り巻く景観はとても素晴らしいです。

200席の交流ホールに20万冊を超える蔵書を備えたミー・ライブラリー「みらい」を存分にご活用ください。

貸館情報



多目的交流ホール

料 P67参照
人 200名(可動席160席)
用 演奏会や上映会など
 ※グランドピアノあり



展示ギャラリー

料 4,810円～(1日)
面 150㎡(11×14)
用 美術作品の展示



学習室

料 P67参照
人 16名
用 会議や打合せなど



交流広場

料 5,230円～(1日)
面 3,964㎡
用 ワークショップ、講座など



令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	
文化・芸術		映画上映会(毎月第2金曜)							
読書								図書館フェスタ	
園芸		家庭菜園サポート講座							
子ども向け	教養				夏休み調べ学習支援講座	謎解きは閉館のあとで	第2回ミライ部		
	文化・芸術					第1回ミライ部	クールシェア上映会		
	読書	春のこども読書月間						第4回ミライ部	体験! 図書館司書(仮)
		おはなしのとびら(毎週水曜)							
	趣味・工芸						第3回ミライ部	アナログゲームで遊ぼう!(仮)	
		おはなしとしょかん(毎月第3土曜)							

中央図書館



住 安曇野市穂高6765番地2(「みらい」内)
時 9時～20時(土・日・祝日は～18時)
休 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、毎月最終金曜、年末年始、特別整理期間
電 0263-84-0111
☎ 0263-84-0116
✉ azumino-library@city.azumino.nagano.jp

穂高地域の美術館・博物館



安曇野高橋節郎記念美術館

漆の芸術家・高橋節郎による、安曇野の星空や山、古墳を題材にした幻想的な作品を紹介している。

住 安曇野市穂高北穂高408番地1
時 9時～17時
休 月曜(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日、年末年始
料 一般410円、高校・大学生310円
電 0263-81-3030



安曇野市穂高郷土資料館

市内の昔の暮らしがわかる資料館。かつての生活や仕事の道具、土器などを展示している。

住 安曇野市穂高有明7327番地72
時 8時30分～17時(入館は16時30分まで)
休 月曜(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日、冬期(12月28日～2月末日)
料 一般100円
電 0263-83-8844



安曇野市穂高陶芸会館

中信地方で江戸時代から使用された信斎焼など、貴重な民芸陶器を展示している。

住 安曇野市穂高8414番地17
時 9時～17時
休 月曜(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日、冬期(12月28日～2月末日)
料 一般200円(体験料は別途)
電 0263-82-6750

豊科公民館



住 安曇野市豊科4289番地1
時 9時～21時30分
休 毎月第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
電 0263-72-2158
品 0263-73-6401
✉ toyoshinakouminkan@city.azumino.nagano.jp

市内最大級のホール
がある公民館



豊科公民館長
白井 さん

安曇野市内最大級の収容人数(681人)を誇るホールを有する公民館です。ホールでは講演会・コンサート・映画会・演劇の公演等、年間を通してさまざまな催しが行われています。

また、70人規模の会議などが行える大会議室をはじめ、大小合わせて6つの部屋があり、地域のサークル活動や会議などに利用されているほか、教育相談室や教育支援センター「けやき」が併設されています。

貸館情報



小会議室

料 120円(1時間)
人 10名程度
用 サークル活動・会議など



中会議室

料 260円(1時間)
人 20名程度
用 サークル活動・会議など



大会議室

料 410円(1時間)
人 70名程度
用 セミナー・講演会など



研修室

料 120円(1時間)
人 10名程度
用 サークル活動・会議など



講座室

料 260円(1時間)
人 20名程度
用 サークル活動・会議など

※アップライトピアノ・プロジェクターあり

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養			出会い・ふれあい・生きがいセミナー① ふるさと探訪講座①	『豊科の宝』講座①	出会い・ふれあい・生きがいセミナー② ふるさと探訪講座②		出会い・ふれあい・生きがいセミナー③ ふるさと探訪講座③ 『豊科の宝』講座②	
	文化・芸術	やさしく楽しいリコーダー講座(毎月第2木曜日 ※8月を除く)				コーラスグループ交流発表会		
園芸		楽しい菊づくり講座①～⑤						楽しい菊づくり講座⑥
情報						ICT講座 スマートフォン相談会		
子ども向け	文化・芸術				作詞作曲ワークショップ			
	自然・環境	親子ふれあい塾			夏休みフィールドチャレンジ教室			

主な取り組み

その1

各種球技大会



「球技大会」や「運動会」、「ポッチャ大会」を開催し、地域づくりや仲間づくり、地域の絆を深める取り組みをしています。

その2

作詞作曲 ワークショップ



童謡祭り実行委員会が毎年行う、作詞作曲コンクールへの応募に向けて、作詞作曲の基本を学びます。



和室

料 260円(1時間)
人 30名程度(30畳)
用 サークル活動・会議など



ホール

料 P69参照
人 681名(固定席:502席)
可動席:179席
用 講演会、発表会など
※グランドピアノあり



豊科交流学習センター「きぼう」



発表会・集会・会議等利用に
お気軽にご相談を。

最大200名程度収容の多目的交流ホールのほか、学習室(少人数~40名程度)を6部屋備えており、皆さまのご利用をお待ちしています。また、映画監督で名誉市民の熊井啓の活躍を紹介する「熊井啓記念館」を併設していますので、ぜひご覧ください。



職員 馬庭さん、館長 清澤さん

住 安曇野市豊科5609番地3
時 9時~21時30分
休 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、
 年末年始
電 0263-71-4033
☎ 0263-73-1802
✉ info@azumino-kibou.com

貸館情報



多目的交流ホール

料 P68参照
人 200名
用 演奏会・発表会
 ※グランドピアノあり



学習室1

料 P68参照
人 40名
用 サークル活動・講座



学習室2・3

料 P68参照
人 20名
用 サークル活動・講座
 ※連結して使用可能



学習室4・5

料 P68参照
人 10名
用 サークル活動・講座
 ※連結して使用可能



学習室6

料 P68参照
人 10名(12畳)
用 着付・サークル活動
 ※ホールの楽屋等として利用可能

豊科図書館

市民の皆さまと
共に創る
学びの文化

豊科図書館は、豊科交流学習センター「きぼう」内の複合施設にあります。安曇野市役所、安曇野市美術館、南安曇教育文化会館等と隣接し、地域密着の観点から安曇野市の歴史や文化を知る郷土関連資料、山岳関連資料、美術関連資料、医療関連資料などを充実させています。市民の皆さまと共に創る、心温かな図書館に努めています。



図書館長
佐藤さん



住 安曇野市豊科5609番地3(「きぼう」内)
時 10時～18時
休 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、
毎月最終金曜、年末年始、特別整理期間
電 0263-71-4022
品 0263-73-1801
✉ toyoshina-library@city.azumino.nagano.jp

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養					日本アルプスの 登山の歴史(仮題)	チャレンジ講座① 山岳講座	
読書						図書館フェスタ	
子ども向け				夏休み調べ学習 支援講座			
					映画上映会		
	春のこども読書月間						おはなしたんぼぽ(毎月第3金曜)

豊科地域の美術館・博物館



安曇野市豊科郷土博物館

郷土安曇野に息づく自然・歴史・民俗について紹介する総合博物館。

住 安曇野市豊科4289番地8
時 9時～17時
 (入館は16時30分まで)
休 月曜(祝日の場合は翌日)、
祝日の翌日、年末年始
料 高校生以上100円
電 0263-72-5672



令和6年6月3日(月)～令和7年8月29日(金)は、
大規模改修工事のため休館

安曇野市美術館

ヨーロッパの中世修道院をイメージした重厚感ある建築で、彫刻や絵画などを常設展示している。

住 安曇野市豊科5609番地3
時 9時～17時
 (入館は16時30分まで)
休 月曜(祝日の場合は翌日)、
祝日の翌日、年末年始
料 一般520円、高校・大学生310円
電 0263-73-5638



田淵行男記念館

山岳写真家で昆虫の生態研究者・田淵行男が撮影した写真や蝶の細密画を中心に展示している。

住 安曇野市豊科南穂高5078番地2
時 9時～17時
休 月曜(祝日の場合は翌日)、
祝日の翌日、年末年始
料 一般310円
電 0263-72-9964



飯沼飛行士記念館

東京-ロンドン間を世界一の速さで飛行し世界新記録を樹立した、飯沼正明飛行士を紹介している。

住 安曇野市豊科南穂高3888番地
時 9時～17時
休 月曜日(祝日の場合は翌日)、
祝日の翌日、
冬期(12月15日～2月末日)
料 一般410円
電 0263-72-9045

三郷公民館



住 安曇野市三郷明盛4810番地1
時 9時～21時30分
休 毎月第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
電 0263-77-2109
☎ 0263-77-6060
✉ misatokouminkan@city.azumino.nagano.jp

三郷地域が好きになる
公民館を!



三郷公民館長
藤松さん

長寿命化工事が終了し、施設がリニューアルしました。会議室、和室、講義室、スタジオ、調理室、創作室、講堂とさまざまな学習形態に対応できる部屋が用意されています。さらに、市内公民館で最も広いロビーやホールが整い、その壁面を利用して文化行事や三郷地域、各種講座等を概観していただけるようにしています。また、ショーケースを活用して、地域の方々の作品の展示を行っています。なお、市内公民館唯一の焼成窯があり、意欲的な講座が実施されています。

貸館情報



会議室101

料 260円(1時間)
人 30名程度
用 会議など



会議室102

料 260円(1時間)
人 30名程度
用 会議など



会議室201

料 410円(1時間)
人 40名程度
用 会議など



和室

料 260円(1時間)
人 20名程度
用 会議・踊りなど



講義室

料 410円(1時間)
人 80名程度
用 会議・公演など

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養						長編童話朗読会 住吉庄を巡る争いと西牧氏	三郷の宝教室①	
	文化・芸術		DVD上映会	長寿命化工事竣工記念				
暮らし					包丁研ぎ教室②			これからの人生教室
健康			健康長寿応援教室①		健康長寿応援教室②			
趣味・工芸				コーヒー講座				
				陶芸教室①～③				
自然・環境				けん玉チャレンジ①～④				
			シャクナゲの群生地巡り	自然講座	環境教室			
子ども向け	情報		初心者スマホ教室①・②					
	教養				夏休み子ども講座①～③	松本城を学ぶ	まなび隊③	
	暮らし				ひまわりクラブ(毎週金曜)			
	趣味・工芸				子ども粘土教室(全3回)		まなび隊②	
	自然・環境					昆虫教室と川原遊び	まなび隊④	
	情報			プログラミング教室	まなび隊①			

主な取り組み

その1

三郷祭



①文化産業展、②地域運動会、③芸能発表会、④ふれあいコンサート、⑤菊花展を5本柱として開催される三郷祭を通して、地域コミュニティの活性化を図ります。

その2

ふるさとづくり支援事業



「ふるさとづくり支援事業」として、三郷地域を理解できるマップや冊子を整え、ホールに展示したり、紹介したりします(道祖神、道標、庚申塔、仏像、巨木、各地区の文化財、各地区ウォーキングコース図等)。



スタジオ1

料 260円(1時間)
人 20名程度
用 ダンス・演奏など
※アップライトピアノあり



スタジオ2

料 410円(1時間)
人 30名程度
用 ダンス・演奏など
※アップライトピアノあり



調理実習室

料 840円(1時間)
人 30名程度
用 調理実習など



創作室

料 330円(1時間)
人 30名程度
用 工作・製作など



講堂

料 1,270円(1時間)
人 260名程度
用 公演・会議など
※グランドピアノあり

三郷交流 学習センター「ゆりのき」・三郷図書館



貸館情報



展示ギャラリー

料 3,240円～(1日)
面 103㎡
用 美術作品の展示



学習室1

料 P69参照
人 20名
用 会議や打合せなど



学習室2

料 P69参照
人 20名
用 会議や打合せなど

みさとの
知識と学びの
出会いの場。

センター長兼
図書館長
富田 さん



じょう きょう ぎ じん 貞享義民記念館



貞享3年(1686)に、松本藩の増税に対し百姓たちを救うため、その撤回と減税を求めて大規模な百姓一揆「貞享騒動」が起きました。当館は、その首謀者(義民)らの業績と、精神を顕彰していくとともに、郷土の歴史や文化に触れることのできる場として建てられました。貫くテーマは「生きる権利の主張」。一連の展示と、立体的な仕掛けの映像で演出した『貞享義民物語』をシアターでご覧いただき、約340年前、この郷土の人々のために我が身を顧みず、訴えた義民の思いを心に刻んでいただけたらと思います。

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
文化・芸術		DVD上映会	長寿命化工事 竣工記念				
読書						図書館フェスタ	
子ども向け	教養			夏休み調べ 学習支援講座			
	読書	春のこども読書月間					おはなし会(毎月第2土曜、第4木曜)
	趣味・工芸					三郷図書館 講座	

「ゆりのき」は生涯学習の拠点となる複合施設です。5万3千冊の資料を収蔵できる三郷図書館、絵画や写真を展示できる展示ギャラリー、会議や講座開催に利用できる学習室、26席の自習室等が併設されています。

図書館は、若年層が多い三郷地域の特性を活かした資料収集に力を入れています。近接している小・中学校や公民館と連携したテーマ展示や企画、地域色豊かな図書館講座、月2回のおはなし会等の行事を開催しています。

三郷交流学習センター「ゆりのき」

住	安曇野市三郷明盛4810番地1
時	9時～21時30分
休	月曜(祝日を除く)、 祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、 年末年始
電	0263-88-3057
☎	0263-76-3077

三郷図書館



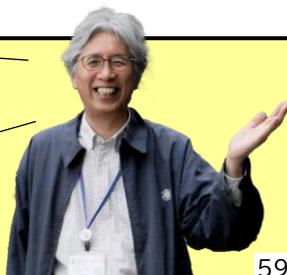
住	安曇野市三郷明盛4810番地1(「ゆりのき」内)
時	10時～18時
休	月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、 毎月最終金曜、年末年始、特別整理期間
電	0263-76-3078
☎	0263-76-3077
✉	misato-library@city.azumino.nagano.jp

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養	貞享騒動って どんな一揆?①②	貞享騒動 初心者基礎講座 松本城下町 ウォーク	貞享騒動 旧跡巡り			無言館と 塩田三重塔の見学	人権 平和研修
自然・環境		那須野・中田 おもしろ虫談義	語り尽くそう 虫撮りの極意				
子ども向け						消しゴムハンコ をつくろう①② 回る行灯づくり ①②	
趣味・工芸							

ご希望にあわせて
ご説明します!

館長
寺島 さん



住	安曇野市三郷明盛3209番地
時	9時～17時(入館は16時30分まで)
休	月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
料	一般310円
電	0263-77-7550

明科公民館



学び、憩いの場として
利用できる
地域密着型公民館

住 安曇野市明科中川手6824番地1
時 9時～21時30分
休 毎月第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
電 0263-62-4605
☎ 0263-62-5894
✉ akashinakouminkan@city.azumino.nagano.jp



明科公民館長
安井さん

平成25(2013)年9月に支所と公民館の複合施設として建設されました。公民館の面積は約2,000㎡とコンパクトですが、会議やサークル活動、調理実習などそれぞれの用途に応じた大小8つの貸室があります。

明科地域は高齢化率が約40%と市内で最も高いエリアであるため、高齢者の健康づくり、生きがいづくりなど、とくに高齢者に手厚い講座、行事を行っています。また、行政との協働組織「いいまちつくろうかい!!」との協働で、マルシェ、コンサート、まちづくり講座を開催しています。

貸館情報



講義室1・2(※)

料 410円(1時間)
人 90名程度
用 会議・研修会、舞踊・楽器演奏・ダンスなど



会議室2

料 260円(1時間)
人 20名程度
用 会議・研修会など



和室1・2(※)

料 330円(1時間)
人 70名程度
用 会議・研修、軽体操など



和室3

料 120円(1時間)
人 15名程度
用 会議など



調理実習室

料 840円(1時間)
人 30名程度
用 調理実習

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養				安曇野から行く 鉄道の旅	明科ヒューマン 講演会			
文化・芸術			歌声ひろば 春	深緑 コンサート 初夏の コンサート	歌声ひろば 夏		歌声ひろば 秋	
暮らし			お菓子づくり 講座①				お菓子づくり 講座②	
健康			健康麻雀教室 ①				健康麻雀教室 ②	
趣味・工芸						夏休み囲碁教室 ①～③		
自然・環境						カヌー体験講座 ①～③		
情報					スマホ相談会 ②		スマホ相談会 ③	
子ども向け	暮らし					夏休み 親子料理教室		
	趣味・工芸					夏休み お楽しみ会		
	自然・環境		ふるさと たんけん隊①		ふるさと たんけん隊②			ふるさと たんけん隊③

主な取り組み

その 1

地域住民参加型
イベント



文化祭、球技大会、運動会など地域住民参加型のイベントを開催し、地域コミュニティの醸成を図っています。「あかしなうまいもんいち」では、地域食材の販売やフリーマーケット、各種団体の交流会を行っています。

その 2

動画配信



スマホの普及活動、料理や特色ある地域の取り組みなどの動画を作成し配信しています。これまで、「漢の料理教室」や「信州安曇野 明科ワイン」などの動画を配信しています。



創作室

料 410円(1時間)
人 20名程度
用 会議、制作作業など



講堂

料 1,270円(1時間)
人 300名程度
用 会議・講演会・発表会など
※グランドピアノあり



※講義室1・2、和室1・2は、個別に使用可能。
個別使用の際の利用料・収容人数は、
・講義室1 : 330円、40名程度
・講義室2 : 330円、40名程度
・和室1 : 260円、30名程度
・和室2 : 260円、20名程度

明科
子どもと大人の
交流学習施設

「ひまわり」・明科図書館



明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」

住 安曇野市明科中川手6814番地1
時 10時～21時(日曜、祝日は18時まで)
休 月曜、年末年始
電 0263-62-2001
☎ 0263-62-1124

地域に密着した
明るい交流の場。



学習館長兼図書館長
徳原 さん

子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」は、学習館、図書館、児童館の3館併設の複合施設です。子どもたちも大人の方も一緒に触れあえる地域の交流の場となっており、ガラス張りの回廊がある特徴的な建物が「ひまわり」です。ハーモニーホールはグランドピアノ常設の、最大70名収容の移動観覧席を設備したホールで、使いやすさも好評です。図書館の蔵書も充実してきていますので、地域の交流と学習の拠点としてご活用ください。

貸館情報



ハーモニーホール

料 1,040円～(2時間)
人 70名(可動席50席)
用 演奏会や上映会など
 ※グランドピアノあり



講義室

料 520円～(2時間)
面 20名
用 会議や打合せなど



実習室

料 520円～(2時間)
人 20名
用 調理実習など



和室

料 520円～(2時間)
人 20名
用 サークル活動など



令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
読書							図書館 フェスタ	
子ども向け	教養				夏休み 調べ学習 支援講座			
	文化					夏の上映会		
	読書	春のこども読書月間		おはなし ひまわり(毎月第4土曜)				

明科図書館



住 安曇野市明科中川手6814番地1(「ひまわり」内)
時 10時～18時
休 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、
 毎月最終金曜、年末年始、特別整理期間
電 0263-62-1122
☎ 0263-62-1124
✉ akashina-library@city.azumino.nagano.jp

公民館の種類

「施設情報」で紹介した以外にも、市内には「公民館」とよばれる建物が数多くあります。どんな違いが、あるのでしょうか？

中央公民館

分館を統轄するとともに、全市的な公民館事業を行います。生涯学習課社会教育系の職員が公民館職員を兼ねています。

分館

合併前の町村(豊科・穂高・三郷・堀金・明科)の各地域にひとつずつあり、「施設情報」で紹介した公民館です。それぞれの対象地域において公民館事業を行い、各地域の生涯学習係が公民館職員を兼ねています。

地区公民館

各区などが独自に設置した公民館で、自治公民館ともよばれます。市の中央公民館・分館とは独立したものですが、市の公民館ではその支援や協力にあっています。

図書館の最新情報はこちらから！

図書館トップページ

<https://www.city.azumino.nagano.jp/site/tosho/>
 お知らせ・イベントはこちらから！



蔵書検索ページ

<https://lib.city.azumino.nagano.jp/WebOpac/webopac/index.do>



図書館公式SNS

<https://twitter.com/Azuminocity>
 図書館情報も発信中！



堀金公民館

堀金複合施設(堀金支所)1階に事務室、3階に会議室・スタジオ、及び別棟に講堂と調理実習棟があります。講演会や会議サークル活動での利用がありますが、特にスタジオや講堂は和太鼓など楽器の練習や、ダンス・健康体操などに多く利用されています。



開かれた風通しのいい
公民館を目指しています。



堀金公民館長
山田さん

住	安曇野市堀金烏川2750番地1
時	9時～21時30分
休	毎月第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
電	0263-72-5796
☎	0263-72-4900
✉	horiganekouminkan@city.azumino.nagano.jp

貸館情報



会議室1

料	410円(1時間)
人	100名程度
用	会議、研修会など



会議室2・3

料	260円(1時間)
人	20名程度
用	会議、サークル活動など



会議室4

料	260円(1時間)
人	15名程度
用	会議、サークル活動など



調理実習棟

料	840円(1時間)
人	調理室30名程度 飲食室50名程度
用	調理実習など



創作室

料	330円(1時間)
人	12名程度
用	創作作業など

堀金図書館

堀金図書館は、支所の2階にある外の眺めが良い図書館です。児童コーナーには授乳室やイクメン室があり、赤ちゃんづれも大歓迎。家族そろってゆっくりと過ごすことができます。調査研究や学習のためのスペースも用意されています。

たくさん
の絵本が
そろっています



図書館長 太田さん



住	安曇野市堀金烏川2750番地1(堀金支所2階)
休	月曜(祝日を除く)、祝日の翌日(土・日・祝日を除く)、 毎月最終金曜、年末年始、特別整理期間
✉	horigane-library@city.azumino.nagano.jp

時	10時～18時
電	0263-72-3601
☎	0263-72-3602

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養		拾ヶ堰物語①	豊かな安曇野を潤す拾ヶ堰	拾ヶ堰物語③「紙芝居」		拾ヶ堰物語④「バスめぐり」	堀金の お宝発見講座	アンラーン講座の旅
文化・芸術			堀金のお宝発見講座 『「カーリース誕生」読み合わせ』①～③		童謡唱歌心の歌をうたきましょう②～⑥		堀金の宝編	身近な戦争遺跡を巡る
暮らし				食に親しむ料理講座①		食に親しむ料理講座②		食に親しむ料理講座③
健康			拾ヶ堰物語②「フットパス」		アンラーン講座の旅	大芝高原		
園芸				初心者向け菊づくり講座①～⑥				
自然・環境							クリーン大作戦	拾ヶ堰物語⑤
子ども向け	教養				夏休み子ども公民館講座①②			
	暮らし		子育てサークル「常念っ子」(第3水曜 ※5月21日～)					

主な取り組み

その 1

各種スポーツ大会

「運動会」「駅伝大会」などのスポーツ大会を開催し、地区・地域住民の参加意識を高めるよう考慮しながら、仲間づくり・地域づくりに取り組んでいます。

その 2

拾ヶ堰クリーン大作戦

コミュニティスクール事業の一環としての地域協働活動において、地域から参加者を募り、堀金小学校の児童と共に地域課題である拾ヶ堰の清掃を行っています。



スタジオ1

料 260円(1時間)
人 15名程度
用 ダンス・楽器練習、会議など



スタジオ2

料 840円(1時間)
人 50名程度
用 ダンス、発表会など(アップライトピアノ有り)



講堂

料 1,270円(1時間)
人 150名程度
用 講演会、研修会、発表会、ダンスなど



※会議室4、調理実習棟、スタジオ1、スタジオ2は土足厳禁

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
読書				短編小説を楽しむ会(毎月第1火曜 ※6月から)				図書館フェスタ
子ども向け	教養				夏休み調べ学習支援講座			
	文化・芸術					夏の映画上映会		
	読書	春のこども読書月間			おはなしのへや(毎月第3火曜)			
	趣味・工芸					おりがみのへや(毎月第4水曜)		

安曇野市文書館・臼井吉見文学館



安曇野市文書館

住 安曇野市堀金烏川2753番地1
時 9時～17時
休 土曜、祝日、年末年始
料 無料
電 0263-71-5123



臼井吉見文学館

住 安曇野市堀金烏川2701番地
時 9時～17時(入館は16時30分まで)
休 土曜、祝日、年末年始
料 無料
電 0263-71-5123(安曇野市文書館)



過去を紐解き、
 未来へ活かす
 安曇野市文書館

安曇野市文書館は、歴史的もしくは文化的価値を有する公文書や古文書等の地域資料を収集、保存して、広くご利用いただくための施設です。公文書や古文書の他、古い地図や写真も収蔵しています。地域の歴史を調べたい人は、お気軽にご利用ください。

安曇野の名を
 世に広めた立役者

館長
 平沢さん



安曇野の名を世に広めた小説『安曇野』作者である臼井吉見の生原稿や写真等の資料を展示しています。また、執筆にあたった書斎も再現しており、臼井の足跡が肌で感じられます。

主な取り組み

その1

収蔵資料の概要 (公文書約68,000点
 地域資料約93,000点)
(令和6年4月現在)

その2

年2回の企画展と、
 企画展に関連する講演会・講座の開催

主な取り組み

その1

年2回の講演会 (れんげ忌(臼井吉見命日)7月12日
 春の講演会 3月第4日曜日)

その2

臼井吉見文学館友の会主催による
 読書会が毎月7講座開催

令和7年度前期スケジュール

講座ジャンル	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
教養	公文書からたどる 安曇野市の合併	第32回 文書館講座		臼井吉見れんげ 忌講演会 第14回 文書館講演会		第15回 文書館講演会	第34回 文書館講座
子ども向け			自立のための 合併を選んだ安曇野市		第33回 文書館講座	7月に載せた思い	わたしたちの安曇野

■穂高交流学習センター「みらい」

住 安曇野市穂高6765番地2
電 0263-81-3111

区分		使用料			
		9時～12時	13時～17時	18時～21時30分	9時～21時30分
多目的交流ホール	入場料を徴収しないで利用する場合	3,240円	5,130円	5,650円	13,300円
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	3,870円	6,070円	6,700円	15,920円
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	4,500円	7,120円	7,850円	18,540円
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	5,130円	8,170円	9,000円	21,260円
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	5,760円	9,210円	10,160円	23,880円
楽屋1、楽屋2及び楽屋3 (多目的交流ホールを利用する場合に限る。)		1室につき170円	1室につき280円	1室につき310円	1室につき740円
展示ギャラリー	入場料を徴収しないで利用する場合	1日につき4,810円			
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき5,760円			
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき6,700円			
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき7,640円			
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1日につき8,590円			
学習室	入場料を徴収しないで利用する場合	410円	520円	470円	1,620円
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	470円	620円	520円	1,930円
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	570円	730円	620円	2,250円
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	620円	830円	730円	2,560円
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	730円	940円	830円	2,880円
交流広場	入場料を徴収しないで利用する場合	1日につき5,230円			
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき6,280円			
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき7,330円			
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき8,380円			
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1日につき9,420円			

■豊科交流学習センター「きぼう」

住 安曇野市豊科5609番地3
電 0263-71-4033

区分		使用料			
		9時～12時	13時～17時	18時～21時30分	9時～21時30分
多目的交流ホール	入場料を徴収しないで利用する場合	3,240円	5,130円	5,650円	13,300円
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	3,870円	6,070円	6,700円	15,920円
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	4,500円	7,120円	7,850円	18,540円
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	5,130円	8,170円	9,000円	21,260円
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	5,760円	9,210円	10,160円	23,880円
多目的交流ホール (展示場として利用する場合)	入場料を徴収しないで利用する場合	1日につき4,810円			
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき5,760円			
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき6,700円			
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき7,640円			
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1日につき8,590円			
学習室1	入場料を徴収しないで利用する場合	830円	1,040円	940円	3,240円
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	940円	1,250円	1,040円	3,870円
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1,150円	1,460円	1,250円	4,500円
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1,250円	1,670円	1,460円	5,130円
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1,460円	1,880円	1,670円	5,760円
学習室2 学習室3 学習室4 学習室5 学習室6	入場料を徴収しないで利用する場合	1室につき410円	1室につき520円	1室につき470円	1室につき1,620円
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1室につき470円	1室につき620円	1室につき520円	1室につき1,930円
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1室につき570円	1室につき730円	1室につき620円	1室につき2,250円
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1室につき620円	1室につき830円	1室につき730円	1室につき2,560円
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1室につき730円	1室につき940円	1室につき830円	1室につき2,880円

※付属設備・備品を使用する場合は、別途料金がかかります。

■豊科公民館ホール

住 安曇野市豊科4289番地1
電 0263-72-2158

区分	使用料				
	9時～12時	13時～17時	18時～21時30分	9時～21時30分	1時間当たりの冷暖房
入場料を徴収しないで利用する場合	13,200円	20,950円	23,150円	54,470円	4,920円
入場料を徴収する場合又は営利を目的とする場合	17,160円	27,230円	30,090円	70,810円	

※付属設備・備品を使用する場合は、別途料金がかかります。

■三郷交流学習センター「ゆりのき」

住 安曇野市三郷明盛4810番地1
電 0263-88-3057

区分		使用料			
		9時～12時	13時～17時	18時～21時30分	9時～21時30分
展示ギャラリー	入場料を徴収しないで利用する場合	1日につき3,240円			
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき4,190円			
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき5,130円			
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1日につき6,070円			
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1日につき7,010円			
学習室1 学習室2	入場料を徴収しないで利用する場合	1室につき410円	1室につき520円	1室につき470円	1室につき1,620円
	2,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1室につき470円	1室につき620円	1室につき520円	1室につき1,930円
	2,000円を超え3,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1室につき570円	1室につき730円	1室につき620円	1室につき2,250円
	3,000円を超え5,000円以下の入場料を徴収して利用する場合	1室につき620円	1室につき830円	1室につき730円	1室につき2,560円
	5,000円を超える入場料を徴収して利用する場合	1室につき730円	1室につき940円	1室につき830円	1室につき2,880円

※付属設備・備品を使用する場合は、別途料金がかかります。

■明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」

住 安曇野市明科中川手6814番地1
電 0263-62-2001

区分	2時間当たりの使用料	6時間以上の使用料
ハーモニーホール	1,040円	3,140円
講義室	520円	1,570円
実習室	520円	1,570円
和室	520円	1,570円

施設料金一覧（体育施設）

■穂高地域

問 穂高総合体育館
電 0263-82-5970

施設名	施設情報	区分	使用料(1時間あたり)				
			A	B	C	D	
			アマチュアスポーツで入場無料の場合	アマチュアスポーツで入場有料、スポーツ以外で入場無料の場合	スポーツ以外で入場有料の場合	営利又は営業を目的とする場合	
穂高総合体育館	住:安曇野市穂高5047番地 時:9時~21時30分 (テニスコートは6時~) 駐:230台+障がい者用8台 (穂高公民館と共用)	アリーナ	半面	800円	1,600円	2,400円	8,000円
			全面	1,600円	3,200円	4,800円	16,000円
			ステージ	200円	400円	600円	2,000円
			ステージ照明	400円	800円	1,200円	4,000円
			放送施設	500円	1,000円	1,500円	5,000円
		柔剣道室	400円	800円	1,200円	4,000円	
		卓球室	1,300円	2,600円	3,900円	13,000円	
		フィットネスルーム	700円	1,400円	2,100円	7,000円	
		プレイルーム	400円	800円	1,200円	4,000円	
		ミーティングルーム	200円	400円	600円	2,000円	
		控室	200円	400円	600円	2,000円	
		テニスコート	1面	500円	1,000円	1,500円	5,000円
牧体育館	住:安曇野市穂高牧1900番地1 時:9時~21時30分 駐:18台	アリーナ	全面	600円	1,200円	1,800円	6,000円
			放送施設	150円	300円	450円	1,500円
		研修室	200円	400円	600円	2,000円	
市営西穂高運動場	住:安曇野市穂高柏原2814番地5 時:5時~21時30分 駐:90台	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円	
		全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円	
		放送施設	100円	200円	300円	1,000円	
市営有明運動場	住:安曇野市穂高有明6003番地1 時:5時~21時30分 駐:70台(立足マレットゴルフ場と共用)	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円	
		全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円	
市営北穂高運動場	住:安曇野市北穂高2093番地2 時:5時~21時30分 駐:58台+障がい者用1台	全面	900円	1,800円	2,700円	9,000円	
市営牧運動場	住:安曇野市穂高牧1928番地 時:5時~21時30分 駐:38台	半面	1,600円	3,200円	4,800円	16,000円	
		全面	3,200円	6,400円	9,600円	32,000円	

■豊科地域①

問 豊科勤労者総合スポーツ施設
電 0263-73-3011

施設名	施設情報	区分		使用料(1時間あたり)			
				A	B	C	D
				アマチュアスポーツで入場無料の場合	アマチュアスポーツで入場有料、スポーツ以外で入場無料の場合	スポーツ以外で入場有料の場合	営利又は営業を目的とする場合
豊科武道館 <small>※令和7年5月中旬～令和8年3月の間、改修工事のため利用不可</small>	住:安曇野市豊科5670番地 時:9時～21時30分 駐:100台+障がい者用3台 (きぼう・市美と共用)	柔道場	全面	400円	800円	1,200円	4,000円
豊科弓道場	住:安曇野市豊科4027番地2 時:9時～21時30分 駐:64台+障がい者用3台 (児童館・中央公園と共用)		全面	600円	1,200円	1,800円	6,000円
市営県民 豊科運動広場	住:安曇野市豊科南穂高4985番地 時:5時～21時30分 駐:278台+障がい者用3台 +バス7台		半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円
			全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円
豊科 屋内ゲートボール場	住:安曇野市豊科278番地1 時:9時～21時30分 駐:約14台		全面	900円	1,800円	2,700円	9,000円
豊科勤労者 総合スポーツ施設	住:安曇野市豊科南穂高2866番地 時:9時～21時30分 (テニスコートは5時～) 駐:60台	体育館	半面	600円	1,200円	1,800円	6,000円
			全面	1,200円	2,400円	3,600円	12,000円
		テニスコート	1面	500円	1,000円	1,500円	5,000円
梓橋運動広場	住:安曇野市豊科高家梓川左岸 時:5時～日没 駐:20台		全面	800円	1,600円	2,400円	8,000円
高家スポーツ広場	住:安曇野市豊科高家2303番地4 時:5時～日没 駐:88台+障がい者用4台 +バス3台	多目的 グラウンド 東	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円
			全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円
			多目的 グラウンド西	900円	1,800円	2,700円	9,000円
			アーチェリー 練習場	600円	1,200円	1,800円	6,000円
高家公園	住:安曇野市豊科高家800番地1 時:5時～日没 駐:約20台		全面	800円	1,600円	2,400円	8,000円

施設料金一覧（体育施設）

■豊科地域②

問 安曇野市総合体育館「ANCアリーナ」
電 0263-73-1600

施設名	施設情報	区分	使用料(1時間あたり)				
			A	B	C	D	
			アマチュアスポーツで入場無料の場合	アマチュアスポーツで入場有料、スポーツ以外で入場無料の場合	スポーツ以外で入場有料の場合	営利又は営業を目的とする場合	
安曇野市総合体育館「ANCアリーナ」	住:安曇野市豊科高家4500番地1 時:8時30分～21時30分 駐:202台+障がい者用9台+115台(臨時駐車場)	メインアリーナ	1/4面	800円	2,000円	3,000円	10,000円
			半面	1,600円	4,000円	6,000円	20,000円
			全面	3,200円	8,000円	12,000円	40,000円
			1/4面照明	200円	400円	600円	2,000円
			半面照明	400円	800円	1,200円	4,000円
			全面照明	800円	1,600円	2,400円	8,000円
			冷暖房	2,000円	4,000円	6,000円	20,000円
			放送設備	600円	1,200円	1,800円	6,000円
		サブアリーナ	半面	700円	1,400円	2,100円	7,000円
			全面	1,400円	2,800円	4,200円	14,000円
			半面照明	200円	400円	600円	2,000円
			全面照明	400円	800円	1,200円	4,000円
			冷暖房	1,000円	2,000円	3,000円	10,000円
			放送設備	300円	600円	900円	3,000円
		柔剣道場	半面	400円	800円	1,200円	4,000円
			全面	800円	1,600円	2,400円	8,000円
			半面照明	300円	600円	900円	3,000円
			全面照明	600円	1,200円	1,800円	6,000円
			冷暖房	1,400円	2,800円	4,200円	14,000円
		会議室	半面	400円	800円	1,200円	4,000円
			全面	800円	1,600円	2,400円	8,000円
			放送設備	300円	600円	900円	3,000円
		応接室	300円	600円	900円	3,000円	
		器具等使用料(映像設備)	300円	600円	900円	3,000円	
豊科南部総合公園	住:安曇野市豊科高家4882番地 時:5時～21時30分 駐:80台+障がい者用4台+バス4台	テニスコート	1面	500円	1,000円	1,500円	5,000円

■三郷地域

問 三郷文化公園
電 0263-77-7521

施設名	施設情報	区分	使用料(1時間あたり)				
			A	B	C	D	
			アマチュアスポーツで入場無料の場合	アマチュアスポーツで入場有料、スポーツ以外で入場無料の場合	スポーツ以外で入場有料の場合	営利又は営業を目的とする場合	
三郷文化公園	住:安曇野市三郷明盛4775番地3 時:9時~21時30分 (グラウンドは5時~、テニスコートは5時~日没) 駐:102台+障がい者用4台+バス7台	体育館アリーナ	半面	600円	1,200円	1,800円	6,000円
			全面	1,200円	2,400円	3,600円	12,000円
			観覧席暖房	150円	300円	450円	1,500円
			トレーニング機器	1回 300円			
			放送施設	150円	300円	450円	1,500円
		柔道場	400円	800円	1,200円	4,000円	
		剣道場	400円	800円	1,200円	4,000円	
		健康相談室	400円	800円	1,200円	4,000円	
		会議室	400円	800円	1,200円	4,000円	
		グラウンド	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円
			全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円
テニスコート	1面	500円	1,000円	1,500円	5,000円		
三郷体育館	住:安曇野市三郷明盛1855番地1 時:9時~21時30分 駐:28台	半面	600円	1,200円	1,800円	6,000円	
		全面	1,200円	2,400円	3,600円	12,000円	
三郷競技場	住:安曇野市三郷小倉3483番地1 時:5時~21時30分 駐:24台(こども園・研修センターと共用)	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円	
		全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円	

■明科地域

問 明科公民館
電 0263-62-4605

施設名	施設情報	区分	使用料(1時間あたり)				
			A	B	C	D	
明科体育館	住:安曇野市明科中川手3167番地1 時:9時~21時30分 駐:83台	体育室	半面	600円	1,200円	1,800円	6,000円
			全面	1,200円	2,400円	3,600円	12,000円
		柔道場	400円	800円	1,200円	4,000円	
		剣道場	400円	800円	1,200円	4,000円	
市営明科農村広場	住:安曇野市明科七貴7980番地 時:5時~日没 駐:30台(墓地公園と共用)	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円	
		全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円	
龍門淵公園	住:安曇野市明科中川手2928番地1 時:5時~21時30分 (テニスコートは~日没) 駐:57台+障がい者用2台	運動広場	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円
			全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円
		テニスコート	1面	500円	1,000円	1,500円	5,000円

施設料金一覧（体育施設）

■ 堀金地域

問 堀金総合体育館
電 0263-72-6340

施設名	施設情報	区分	使用料(1時間あたり)				
			A	B	C	D	
			アマチュアスポーツで入場無料の場合	アマチュアスポーツで入場有料、スポーツ以外で入場無料の場合	スポーツ以外で入場有料の場合	営利又は営業を目的とする場合	
市営 堀金総合運動場	住:安曇野市堀金三田3570番地1 時:5時~21時30分 駐:90台	グラウンド	半面	900円	1,800円	2,700円	9,000円
			全面	1,800円	3,600円	5,400円	18,000円
			放送設備	100円	200円	300円	1,000円
		テニスコート	1面	500円	1,000円	1,500円	5,000円
			会議室	200円	400円	600円	2,000円
堀金総合体育館	住:安曇野市堀金烏川2662番地 時:9時~21時30分 駐:200台(道の駅・屋内運動場と共用)	メインアリーナ	半面	800円	1,600円	2,400円	8,000円
			全面	1,600円	3,200円	4,800円	16,000円
			放送施設	150円	300円	450円	1,500円
		サブアリーナ ※グラウンドピアノあり	全面	800円	1,600円	2,400円	8,000円
			放送施設	500円	1,000円	1,500円	5,000円
			移動観覧席	500円	1,000円	1,500円	5,000円
			ステージ	200円	400円	600円	2,000円
			ステージ照明	400円	800円	1,200円	4,000円
			柔道場	400円	800円	1,200円	4,000円
			剣道場	400円	800円	1,200円	4,000円
	体力相談室 (ミーティングルーム)	700円	1,400円	2,100円	7,000円		
堀金 多目的屋内運動場	住:安曇野市堀金烏川2697番地1 時:9時~21時30分 駐:200台(道の駅・総合体育館と共用)	半面	600円	1,200円	1,800円	6,000円	
		全面	1,200円	2,400円	3,600円	12,000円	

その他体育施設

施設名	施設情報	区分	使用料
安曇野市 マウンテンバイクコース	住:安曇野市堀金烏川11番地35 期:4月20日から11月30日の水・金・土・日曜、祝祭日 時:9時~16時(10月以降は~15時30分) 駐:20台 電:090-7027-0053(開場日のみ)	個人利用 (1人・1日)	200円
		専用利用 (1回・1日)	20,000円
		レンタルバイク (1台・1時間)	300円
豊科水辺マレット ノース18	住:安曇野市豊科田沢 犀川左岸 問:豊科勤労者スポーツ施設 電:0263-73-3011	—	無料
豊科水辺公園 マレットゴルフ場	住:安曇野市豊科田沢 犀川左岸 問:豊科勤労者スポーツ施設 電:0263-73-3011	—	無料
南部総合公園 マレットゴルフ場	住:安曇野市豊科高家4882番地 問:安曇野市総合体育館「ANCアリーナ」 電:0263-73-1600	—	無料

施設料金一覧（体育施設）

■学校施設

施設名	施設情報	問合せ先	使用料(1時間あたり)			
			体育館 時:9時~21時30分		グラウンド 照明あり: 5時~21時30分 照明なし: 5時~日没	その他 講堂: 9時~21時30分 柔剣道室: 9時~21時30分
			半面	全面		
穂高南小学校	住:安曇野市穂高7217番地1	問:穂高総合体育館 電:0263-82-5970	600円	1,200円	900円	—
穂高北小学校	住:安曇野市穂高有明943番地		600円	1,200円	900円	—
穂高西小学校	住:安曇野市穂高柏原2728番地		—	600円	900円	講堂600円
穂高東中学校	住:安曇野市穂高5119番地2		600円	1,200円	900円	講堂半面600円 講堂全面1,200円 柔剣道室400円
穂高西中学校	住:安曇野市穂高有明9525番地		600円	1,200円	900円	柔剣道室400円
豊科南小学校	住:安曇野市豊科2723番地	問:豊科勤労者 総合スポーツ施設 電:0263-73-3011	600円	1,200円	900円	—
豊科北小学校	住:安曇野市豊科南穂高2692番地		—	600円	900円	—
豊科東小学校	住:安曇野市豊科田沢5626番地		600円	1,200円	900円	—
豊科南中学校	住:安曇野市豊科1487番地		600円	1,200円	900円	—
豊科北中学校	住:安曇野市豊科5558番地		600円	1,200円	900円	—
三郷小学校	住:安曇野市 三郷明盛4742番地	問:三郷文化公園 体育館 電:0263-77-7521	600円	1,200円	—	—
三郷中学校	住:安曇野市三郷明盛1885番地1		—	—	900円	講堂600円
明南小学校	住:安曇野市明科中川手2694番地	問:明科公民館 電:0263-62-4605	600円	1,200円	900円	—
明北小学校	住:安曇野市明科東川手823番地		600円	1,200円	900円	—
明科中学校	住:安曇野市明科中川手2666番地		600円	1,200円	900円	—
堀金小学校	住:安曇野市堀金烏川3000番地	問:堀金総合体育館 電:0263-72-6340	600円	1,200円	900円	—
堀金中学校	住:安曇野市堀金烏川2126番地1		600円	1,200円	900円	—

施設名	施設情報	区分	使用料
権現宮マレットゴルフ場	住:安曇野市穂高8425番地1 問:事務所(午前のみ) 電:0263-82-0097	—	無料
穂高立足 マレットゴルフ場	住:安曇野市穂高有明6014番地1 問:スポーツ推進課 電:0263-71-2467	—	無料
高瀬川河川内緑地 マレットゴルフ場	住:安曇野市穂高北穂高1660番地1 問:スポーツ推進課 電:0263-71-2467	—	無料
三郷黒沢 マレットゴルフ場	住:安曇野市三郷小倉5484番地1 問:事務所(午前のみ) 電:0263-77-9638	—	無料
御宝田マレットゴルフ場	住:安曇野市明科中川手 犀川右岸 問:スポーツ推進課 電:0263-71-2467	—	無料



発行元

安曇野市教育委員会

〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000番地
安曇野市教育委員会 教育部 生涯学習課 社会教育係
☎ 0263-71-2466 FAX 0263-71-2338
✉ shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp

※掲載内容は、令和7年4月現在のものです。
諸事情により、内容が変更となる場合があります。