



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
夏休み将棋教室 子どもからおとなまで、初心者から上級者まで楽しめる教室です。1日だけの参加も可能です。 講 安曇野市囲碁・将棋実行委員会委員	8月4日(月)・5日(火) 10:00~16:00 場 明科公民館講義室	費無料	7月28日(月)・29日(火)に電話で 明科公民館 Tel.62-4605
夏休みカヌー教室 公園の池で安全にカヌーやサップを楽しみます。 講 大沢勇治さん(安曇水群代表)	8月15日(金) 10:00~12:00 場 龍門湖公園	費無料 定20人	8月7日(木)・8日(金)に電話で 明科公民館 Tel.62-4605
スマホ相談室 基礎編第3回 スマートフォンの基本的な操作やアプリの使い方などを個別に説明します。 講 公民館職員	8月21日(木) 10:00~12:00 場 明科公民館講堂	費無料 定15人(先着順) 持 スマートフォン	8月12日(火)・13日(水)に電話で 明科公民館 Tel.62-4605
自然体験講座 中房温泉自然観察会 中房温泉と国天然記念物 膠状珪酸と珪華を学び、普段は体験できない焼山散策や地熱料理体験、温泉を楽しみます。 講 那須野雅好さん、百瀬孝仁さん(中房温泉社長) 高山裕司(市職員)	9月11日(木) 7:30~16:30 場 穂高公民館駐車場(集合・解散) 予備日:9月16日(火)	費2,500円(昼食、入浴料込) 定20人(抽選) 持 卵、ジャガイモなど(地熱体験調理用)	8月18日(月)・19日(火)に電話で 穂高公民館 Tel.82-5970
夏休み親子料理教室 スイーツをつくろう! フォンテーヌブロー、レアチーズゼリーなど暑い夏に食べたいスイーツを作ります。 講 安井邦夫(明科公民館長)	8月6日(水) 9:30~12:00 場 明科公民館調理実習室	費1,000円 定5組(先着順) 持 スイーツを入れる容器	7月28日(月)・29日(火)に電話で 明科公民館 Tel.62-4605
明科ヒューマン講演会 演題 心のユニバーサルデザインのすすめ 誰もが暮らしやすい社会を作るためのポイントを、一緒に考えます。 講 廣瀬豊さん(松本大学准教授)	8月7日(木) 10:00~11:30 場 明科公民館講堂	費無料	申不要 明科公民館 Tel.62-4605
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ラーづくり、和紙染などのものづくり体験をします。 講 いいまちつくりスタッフの皆さん	8月8日(金) 10:00~15:00 場 明科公民館講堂 ほか	小学生以上 費500円 定20人(先着順)	7月30日(水)・31日(木)に電話で 明科公民館 Tel.62-4605
松枯れ材を使ったアイス作り 松枯れ病について学んだ後、親子で松枯れ材を使った30cm四方のアイスを作ります。 講 安曇野里山木工倶楽部の皆さん、耕地林務課職員	8月9日(土) 9:30~12:00 場 穂高公民館講堂	小学生以下の子どもと保護者 費500円 定10組(先着順)	7月30日(水)・31日(木)に電話で 穂高公民館 Tel.82-5970
長編童話朗読会 長編童話「南へ飛んだポー」を通して、戦争の悲惨さと平和の尊さを考えます。 講 ハテルマシキナ朗読会のみなさん	8月23日(土) 13:30~16:00 場 三郷公民館講堂	費無料 定150人(先着順)	申不要 三郷公民館 Tel.77-2109
三郷の宝教室① 冊子三郷の宝をもとに、中世の住吉荘をめぐる争いと西牧氏とのかわりを学びます。 講 逸見大悟(市職員)	8月27日(水) 10:00~11:30 場 三郷公民館講堂	費無料 定50人(先着順) 持 筆記用具	申不要 三郷公民館 Tel.77-2109
拾ヶ堰めぐり 拾ヶ堰をバスで巡り、その歴史と仕組みを学びます。 講 青柳和義さん(元長野県拾ヶ堰土地改良区事務局長)	8月27日(水) 8:00~12:00 場 堀金公民館集合	費無料 定20人(先着順)	8月1日(金)から8日(金)に電話で 堀金公民館 Tel.72-5796

暮らし・自然

子ども

地域文化

横綱トロンボーンカルテット 安曇野場所

東京芸術大学の学生などが結成した横綱トロンボーンカルテットによるコンサートを開催します。

8月10日(日)14:00~16:00 場 豊科公民館ホール 費無料 申不要

他前日にはメンバーによるレッスンが受けられます。希望者は豊科公民館へ8月7日(木)までに電話で申込を

問 豊科公民館 Tel.72-2158



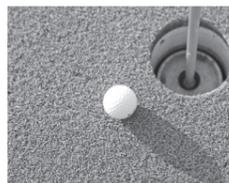
安曇野明科親睦ゴルフ大会

9月5日(金) 場 穂高カントリー倶楽部 対 市内在住・在勤者、安曇野市出身者

費13,100円(キャディー、カート、食事、税込) 定140人(先着順)

8月8日(金)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 Tel.62-4605



学校開放講座

市内の小中高校と連携した特色ある講座を開催します。



■穂高商業高校 ポスター作成

生徒がCanva(AIを活用したデザインアプリ)を使ってポスター作りのお手伝いをします。

8月30日(土)、9月6日(土)

両日とも9:30~12:00

場 穂高商業高校総合実践室

費無料 定10人(先着順)

7月28日(月)から8月22日(金)に電話または電子メールで

問 Tel.82-2162(穂高商業高校・川上さん)

✉ hotakach@m.nagano-c.ed.jp

■豊科高校

打って!投げて!ボールで遊ぼう!

9月1日(月)17:00~18:00

対 未就学児~小学生

場 豊科高校北グラウンド(雨天時は格技室)

費無料 定10人(先着順)

持 上履き(雨天時)

7月28日(月)から8月31日(日)に電話または電子メールで

問 090-1503-3932(豊科高校・関島さん)

✉ mskjm.18@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。

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ます。北アルプスの清流が流れ込む池で水遊びやマジックのつかみ取りも体験できます。	8月31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	場 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
パソコン教室開催 初心者でも安心! タイピングの基本から話題のchatGPTまで楽しく学べます。	8月24日(日)・31日(日) 9:30~11:00 場 三郷公民館	小学生 費無料 定10人(先着順)	電話にて要申込 場 (一社)穂高児童クラブ・横尾さん Tel.0263-82-0899 ✉ hotaka.jclub@gmail.com
戦後80年 平和のつどい安曇野 気軽に出かけてふれあいながら平和について考えたり、語り合ったりしませんか。	8月29日(金) 10:00~20:00 30日(土) 10:00~17:00 場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール&ギャラリー	費無料	戦後80年 平和のつどい安曇野 実行委員会事務局・谷山さん Tel.090-3350-1374 ✉ qqte8xh9k@royal.ocn.ne.jp
家族による家族教室(全5回) テキストに沿って、精神疾患患者の家族で学び合います。	8月~12月の最終土曜日(12月は第3土曜日) 13:30~16:30 場 安曇野市三郷温228番地	対 精神疾患を患った人の家族 費各回500円、テキスト代1,600円 定8人(先着順)	8月16日(土)までに電話で 場 三郷に八家族事務局 Tel.090-9664-7361
健康マージャン交流大会In安曇野 1回戦50分 4回戦行います。人と人との交流を目的に行います。	9月7日(日) 10:15~16:30 場 穂高公民館講堂	費(一般)2,000円(高・中学生)1,000円(小学生)無料 定100人(先着順) 持 昼食	電話または電子メールで 場 健康麻雀サークル「緑ジョイ」岡田さん Tel.090-7171-1227 ✉ feel.good.1227@gmail.com