



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
歴史	三郷の宝教室③・④ 冊子「三郷の宝」をもとに、③「三郷の芸術家たち」④「植原悦二郎 自由主義を貫いた憲法学者・政治家」について学習を深めます。 講師③塩原理絵子(文化課職員)、④平沢重人(文書館館長)	③3月6日(金) ④3月18日(水) 13:30~15:00 場三郷公民館講義室	費無料 定各50人(当日先着順) 申不要 場三郷公民館 Tel77-2109
	穂高の宝③ 相馬愛蔵 新宿中村屋の創業者であり、近代日本を支えた人物との交流も深い相馬愛蔵を、生家の近くで学びます。 講師山下泰永(文化課職員)	③3月6日(金) 13:30~16:00 場白金公民館	費無料 定20人(先着順) 申2月25日(水)から27日(金)に電話で 場穂高公民館 Tel82-5970
健康	健康麻雀教室 第6回 認知症予防に良いとされる麻雀を始めませんか。初心者、愛好者どなたでも参加できます。 講師安井邦夫(明科公民館長)	③3月10日(火) 13:00~17:00 場明科公民館講義室	費200円 定12人(先着順) 申3月2日(月)・3日(火)に電話で 場明科公民館 Tel62-4605
	生きがい講座 ズンパを踊ろう! 音楽に合わせて体を動かすフィットネスプログラム・ズンパを体験します。健康管理のきっかけにもなります。初心者大歓迎です。 講師中里みずほさん(ZUNBA GOLD指導者)	④4月7日~28日(全4回) 火曜日 9:30~10:30 場三郷公民館講義室	費200円 定20人程度(当日先着順) 申3月24日(火)から電話で 場三郷公民館 Tel77-2109
くらし・レクリエーション	三郷寄席 笑う門には福来る。みんなで笑って過ごしませんか。演目は当日のお楽しみ。 出演 まつかわ落語会 風まんだら	③3月15日(日) 13:30~15:00 場三郷公民館講義室	費無料 定50人(当日先着順) 申不要 場三郷公民館 Tel77-2109
	春休み将棋教室 子どもから大人まで、初心者から上級者まで将棋を楽しめます。1日だけの参加も歓迎。 講師安曇野市囲碁・将棋実行委員会委員	③3月24日(火)・25日(水) 10:00~16:00 場明科公民館講義室	費無料 申3月16日(月)・17日(火)に電話で 場明科公民館 Tel62-4605
	春休みお楽しみ会 スポーツ吹き矢、卓球、チェスなどのゲームを行います。お昼はいいまちつくろうかい会員の皆さんとどん汁とおにぎりを作ってランチを楽しみます。	③3月27日(金) 10:00~15:00 場明科公民館講義室、調理実習室	対小学生 費500円 定20人(先着順) 申3月16日(月)・17日(火)に電話で 場明科公民館 Tel62-4605

ひまわりクラブ会員の募集

未就園児親子の育児サークル・ひまわりクラブの会員を募集します。子ども同士の交流はもちろん、大人同士のおしゃべりやリフレッシュの場として、一緒に活動しませんか。

日時 金曜日 10:00~13:00 途中参加・帰宅可
場所 三郷公民館、市内公園 ほか
内容 公園遊び、児童館遊び、季節のイベント 他
対象 市内在住の未就園児と保護者
費用 子ども1人年額1,000円

開校式
④4月10日(金) 10:00~
場三郷公民館会議室201
④4月3日(金)までに申込書を三郷公民館へ提出。申込書は市HPでも入手できます。
場三郷公民館 Tel77-2109

▲市HP Instagram▼

各種情報コーナー

ちびっ子あそび広場 ボールプールやプラレール、ジャンボだるま落としなど、天気が悪い日でも遊べる屋内遊具が楽しめます。	④4月5日(日)まで 9:30~15:45(3月以降16:45) 場あづみの学校玄関ホール	費要入園料 他ガイドセンターでは屋外遊具の貸し出しもあります	場国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター Tel71-5511
①親子で作ろう! 香るバスボム ②季節のアロマスプレーづくり 純粋100%のエッセンシャルオイルを使ったワークショップを開きます。	④①3月7日(土)、②3月11日(水) 10:00~11:30 場豊科交流学習センター「きぼう」	費①1,000円 ②1,500円 定各8人(要申込)	場望月千尋さんへ電子メールまたは電話で mochii4212@gmail.com Tel090-7190-8284
第3回初心者囲碁教室・指導対局会 ①午前の初心者教室は江戸川区の皆さんと交流します。②午後の指導碁は大澤健朗四段と櫻本絢子初段をお迎えします。	④3月8日(日) 9:30~16:30 場江戸川区立穂高荘	費・定①500円・10人 ②1,000円/局・25人 いずれも要申込	場右記から 大会実行委員会・別府さん Tel090-1277-9979
菊作り講習会 スプレー菊、大菊(三本仕立て・ダルマ・福助)の作り方を、初心者を対象に実演付きで説明します。	④①3月14日~10月10日(全9回) 毎月1回、土曜日 13:00~15:00 場穂高神社育館 他	費4,000円(テキスト代、栽培部材別) 定7人(要申込)	場3月7日(土)までにあづみ野秋香会・塩野さんへ電話で Tel080-5145-8322

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。

春のガーデン講座

宿根草をメインとしたガーデン作りと手入れの仕方を学びます。

③3月20日(金・祝)
午前10時~11時30分(雨天決行)
場三郷文化公園体育館
講師加部麻子さん(ガーデナー)
費無料 定30人(先着順)
申2月25日(水)から3月13日(金)に電話で
場都市計画課
Tel71-2249

あかしな農産物加工交流ひろば「えべや」体験講座 味噌作り

③3月28日(土)・29日(日)
①午前10時~正午 ②午後1時~3時
※両日午前と午後の2回開催
講えべやスタッフ
費2000円
定各10人(先着順)
持マスク、エプロン、三角巾
申2月27日(金)から「えべや」へ電話で
(Tel88-6275 受付は月曜日を除く午前10時~午後4時。キャンセルは2日前まで)。
場問農政課
Tel71-2427

豊科農産物加工交流センター体験講習会 味噌づくり体験教室

安曇野産大豆とコシヒカリで作った麴で味噌を作ります。作った味噌は持ち帰ります(20時まで)。

③3月13日(金) 午後0時30分~4時
③3月14日(土) 午前9時~午後4時
③3月15日(日) 午前9時~正午
対3日間参加できる市民
講師同センター管理運営委員会の皆さん
費味噌1詰500円(20詰まで)
定10人(先着順)
持エプロン、マスク、三角巾、持ち帰り用段ボール
申2月25日(水)・27日(金)に同センターへ電話(Tel73-9550 午前9時~11時)で
場問農政課
Tel71-2427

世界を知ろう、触れ合おう! ネパール編

食文化や生活習慣など、ネパールの文化等を学びます。

④4月19日(日) 午後1時30分~3時
場豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール
講師カルキ サラスワティさん(ネパール出身)
費無料 定80人程度(当日先着順)
申不要。託児・手話通訳・要約筆記を希望

望する人は3月31日(火)までに下記2次元コードまたは人権共生課へ直接・電話・ファックスのいずれかで。

人権共生課
Tel71-2406
FAX71-5155

令和7年度スポーツ教室(10) インラインスケート体験

水上を滑るような感覚で陸上を楽しく滑るコツを学びます。

③3月28日(土)
午前10時30分~11時30分
場ANCアリーナ スケートボードひろば
対小学3年生~中学3年生(小学生は保護者同伴)
講師原誠さん(CAインラインスケート代表) ほか
費150円 定5人(抽選)
持インラインスケート靴、ヘルメット、プロテクター(いずれも貸出有)
申3月9日(月)までに左記2次元コードまたは電話で。期限後でも定員に達していない場合は申し込みを受け付けます。
場問スポーツ推進課
Tel71-2467

ANCアリーナ

共通事項
対高校生以上 費1回400円
持身分証明書(高校生は加えて学生証)、室内用シューズ
申ANCアリーナへ直接または電話(Tel73-1600)で

■トレーニング室利用者講習会

体を鍛えたい人、健康を維持したい人、楽しく運動をしたい人など、どなたでもご利用ください。
時①9:30~ ②14:00~ ③19:00~(要予約)
場トレーニング室 定各3人(先着順)

■バーチャルレッスン

大画面のスクリーンを見ながらヨガやピラティス等のフィットネスプログラムがいつでも受講できます。
時9:00~20:50(最終受付20:20)
場バーチャル室 定各回20人(先着順)