

Link

No. 01

2026 春・夏号

「教えたい」と「学びたい」を結び
安曇野の学びと地域活動をつなぐ
新たな出会いの場

安曇野市生涯学習人財バンク
仕組みと利用方法の解説 2
サークル・団体の紹介 3
講師・指導者の紹介 6



安曇野市生涯学習 人財バンクとは

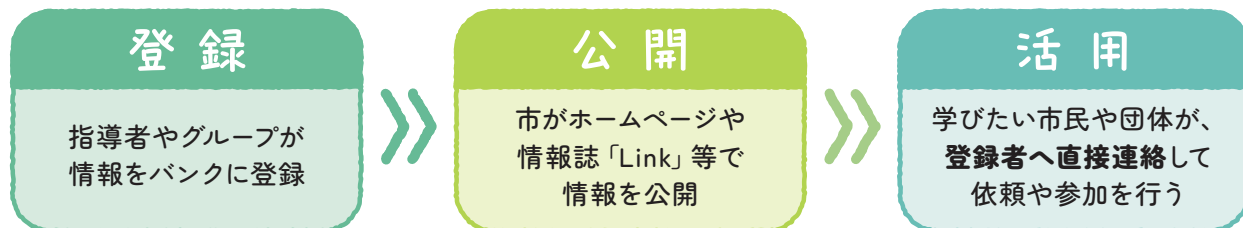
「教えたい人」と「学びたい人」をつなぐ仕組みです。

市民同士の学び合いや地域活動の活性化を目的とし

生涯学習に関する知識や技能を持つ方、地域で活動する団体などを登録し、

市民の皆さんへ広く紹介します。

市による連絡・調整は原則行わず、直接交渉となります。



ご登録
いただける方

- 安曇野市内を主な活動拠点としていること。
 - 指導者など：趣味や特技、資格、経験などを生かして、生涯学習活動に協力できる方
 - グループなど：地域で継続的に活動し、新しい仲間を歓迎している団体
- ※市民の皆さんが安心して学べる環境を守るため、営利目的、宗教・政治目的、公序良俗に反する活動を目的とする場合は登録できません。


登録方法

ご自宅から登録できてオススメ！

1 申請…**① デジタルで申請**
「ながの電子申請サービス」にアクセス。
Webフォームに沿って必要情報を入力してください。

② 書類で申請
「登録申請書とチェックシート」を記入、写真を添えて生涯学習課へ提出して下さい。
(窓口・郵送・メール)

ながの電子申請サービスはこちら→



※安心感を持ってもらうため、情報の掲載には「指導者の顔写真」や「グループの活動風景が分かる写真」の提出をお願いしています。

2 審査・決定…生涯学習課で内容を確認し、通知書を送付します

3 掲載・活用…各媒体に掲載され、市民の皆さんに利用されます

登録した情報は、非公開希望を除き、以下の媒体に掲載されます。

- 安曇野市公式ホームページ
いつでも検索可能に。7月から順次公開予定。
- 生涯学習情報誌・広報紙「Link」(年2回発行)
公共施設への設置(情報誌「Link」)や全戸配布(広報紙「Link」)

有効期間：登録から約2年間(翌々年の1月31日まで)。
自動更新：満了の1か月前までに「登録抹消」の申出がない限り、自動的に2年間継続されます。

人財バンクへ登録することで、自分の活動を広く市民の皆さんに知ってもらい、地域貢献や仲間づくりのきっかけになります。

お問合せ・お申込み

〒399-8281

安曇野市教育委員会 生涯学習課 (本庁舎3階7番窓口)

TEL: 0263-71-2466

MAIL: shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp

ホームページ: <https://www.city.azumino.nagano.jp/site/leader-bank/>

要綱・申請書類
はこちらから



生涯学習人財バンク
ホームページ

登録・申請
はこちらから



ながの電子申請
サービス

サークル・団体

内 活動紹介 人 構成人員 場 場所 日 曜日/時間 ★ 入会条件 電話 電話番号 メール

はつらつスポーツ教室

きょうしつ

スポーツ・レクリエーション

- 内 リズム体操などゆったりと身体を動かしています
 場 豊科勤労者総合スポーツ施設 人 20人
 日 木曜(月4回)/13:30~15:00
 ★ 60歳以上

電話 0263-82-3652 (小林さん)

えむていしー

MTC こまくさ

スポーツ・レクリエーション

- 内 貸切バスを利用して、県内外の里山歩きを楽しむ会
 場 県内外の里山 人 30人
 日 毎月1回(土or日曜)/3~4時間
 ★ 近在の方、70歳未満。年会費30,000円、入会金2,000円

電話 0263-77-2903 (白木さん)

リズム体操

たいそう

スポーツ・レクリエーション

- 内 音楽に合わせ笑顔で楽しく運動して心身ともに健康に!
 場 ANCアリーナ 人 30人
 日 月曜/13:15~15:00
 ★ どなたでも

電話 090-4026-9946 (手塚さん)

安曇野市 テコンドー協会

あづみのし

きょうかい

スポーツ・レクリエーション

- 内 オリンピック正式種目WTテコンドー。初心者歓迎!
 場 穂高道場(穂高柏原久保田) 人 30人
 日 月・金曜/19:00~21:00
 ★ 幼児から参加可能

電話 090-1036-7971 メール mazdatkd@yahoo.co.jp (萩原さん)

脳とところと体の体操教室

のう

からだ

たいそう

きょうしつ

スポーツ・レクリエーション

- 内 運動が苦手な方大歓迎。体調に合わせて体を動かせます
 場 穂高会館 人 8人
 日 第1・第3水曜/10:00~11:30
 ★ 概ね60歳以上の方

電話 090-8280-6567 メール a.mitsuko@faozora.jp (秋山さん)

安曇野JVC

あづみの

スポーツ・レクリエーション

- 内 小・中学生が対象のバレーボールの総合地域クラブです
 場 安曇野市内体育館 人 17人
 日 木・金・土曜(休日は随時)/
 平日/19:00~21:30、土曜/9:00~12:00
 ★ 小学6年生~中学3年生

電話 090-3333-4815 メール azumino_jvc@yahoo.co.jp (中村さん)

社交ダンス堀金

しゃこう

ほりがね

スポーツ・レクリエーション

- 内 基本を重視し、楽しく踊れる身体作りを目指します
 場 堀金公民館講堂 人 10人
 日 土曜/14:00~16:00
 ★ どなたでも

電話 090-7199-2595 (河西さん)

合気道穂高道場

あいきどう

ほたか

どうじょう

スポーツ・レクリエーション

- 内 心身を鍛え自然な動きを学びます
 場 穂高総合体育館柔剣道場 人 30人
 日 木曜/19:30~21:00
 日曜/10:30~12:30
 ★ 指導者の指示に従い、いたづらに力で争わず稽古すること

メール dsk@azumino-hotaka.net (松尾さん)

Pua Laulele

スポーツ・レクリエーション

- 内 フラダンスの基本を学びつつ、健康維持増進を図ります
 場 指導者宅スタジオ、穂高会館 人 14人
 日 水曜/10:00~11:30、13:00~14:30
 土曜(月2回)/13:00~14:30
 ★ 75歳位までの方 | レッスン90分500円

電話 090-4130-6865 メール soyachansuzuki@gmail.com (鈴木さん)

三郷少年空手クラブ

みさと

しょうねん

からて

スポーツ・レクリエーション

- 内 空手を通して、礼儀と体力を身に付けよう
 場 安曇野市三郷温環境改善センター 人 11人
 日 土・水曜/18:00~20:00
 ★ 月謝2,000円

電話 090-9660-7868 メール misato.shonen.karate@gmail.com (下澤さん)

穂高フォークダンスクラブ

ほたか

スポーツ・レクリエーション

- 内 世界のフォークダンスをわかりやすい指導で楽しく踊ろう
 場 穂高会館 人 20人
 日 水・土曜/13:00~16:00
 ★ 会費月1,500円

電話 0263-82-2091 (清水さん)

にこにこサークル

スポーツ・レクリエーション

- 内 ピラティスで自分自身の心と身体に向き合しましょう!
 場 堀金公民館 人 15人
 日 木曜/10:00~11:00
 ★ どなたでも

電話 090-3807-3602、0263-88-2126 (鈴木さん)

健康サークル 朋の会

けんこう

とも

かい

スポーツ・レクリエーション

- 内 全身運動、筋トレ、エアロビクス、脳トレなど
 場 町区 穂高公民館 人 18人
 日 火曜/10:00~11:00
 ★ どなたでも

電話 090-4954-6527、0263-72-6164 (中出さん)

スリムアップサークル

スポーツ・レクリエーション

- 内 健康維持や増進を目的に、音楽に合わせて運動します
 場 堀金公民館 人 22人
 日 水曜/10:00~11:30
 ★ どなたでも

電話 0263-82-5594 (倉島さん)

サークル・団体

ほたか
穂高さわやかクラブ スポーツ・レクリエーション

内 健康運動指導士の先生による指導で楽しく体を動かそう
場 穂高会館 27人
水曜/9:30~10:30
★入会費2,500円、前期3,000円、後期3,000円

☎ 090-7105-0753 (磯野さん)

UP♡ スポーツ・レクリエーション

内 音楽に合わせてエクササイズやストレッチを行います
場 堀金公民館 20人
木曜/9:30~10:30
★どなたでも

☎ 080-1351-7544 (嶺山さん)

わくわくバウンドクラブ7号 スポーツ・レクリエーション

内 大きいビニールボールを使ったニュースポーツです
場 穂高総合体育館 20人
月・金曜/9:00~11:30
★どなたでも

☎ 0263-82-7364 (高橋さん)

にほん
日本スポーツウエルネス吹矢協会 スポーツ・レクリエーション
あづみの しほ
スワン安曇野支部

内 的に矢を吹いて点数を競います。新会員募集中です
場 ANCアリーナ 23人
月曜(曜日変更あり)/13:30~15:30
★どなたでも(見学は予約をお願いします)

☎ 0263-73-2142 ✉ futcf.je47@dream.com (久保田さん)

スカイキッズ スポーツ・レクリエーション

内 ダンスの練習をし、大会等への出場します。見学自由!
場 穂高公民館 15人
水曜/17:30~18:30
★年中~中学生、月会費2,000円
(月によって諸費用がかかる場合があります)

☎ 090-4742-2045 ✉ yuko_snow1212@docomo.ne.jp (川上さん)

あづみの
安曇野ラグビースクール スポーツ・レクリエーション

内 ラグビー好きと一緒に和気藹々と活動しましょう
場 デンソーエアクルグランド、牧運動場 15人
水・日曜/水曜夜、日曜午前
★小、中学生

☎ 090-9666-1770 ✉ kouji13@au.com (細川さん)

しんしゅう うたごえかい ほり ろっぺい かい
信州かわせみ歌声会 堀六平うたごえ会 芸術・文化

内 なつメロ、童謡、唱歌、皆さん一緒に歌いましょう
場 穂高みらい講堂 7人
第2木曜/13:30~15:30
★どなたでも

☎ 090-3064-2133 (大野さん)

あづみのし きょうかい きゅうどうぶ
安曇野市スポーツ協会弓道部 スポーツ・レクリエーション
ふれあい

内 自分の体力に合わせた弓具で技能向上に向けて練習中
場 豊科弓道場 18人
水曜/13:00~16:00
★70歳未満の方(経験者は70歳以上OK)

☎ 090-3144-7034 (丸山さん)

NEWテニスクラブ スポーツ・レクリエーション

内 ビニール製のボールとジュニアテニスラケットで楽しく試合
場 穂高総合体育館 10人
水曜/9:00~11:30
★どなたでも

☎ 0263-72-0854 (西保木さん)

Lisa バーアスティエ スポーツ・レクリエーション

内 バレエのエクササイズを床上で。無理なく楽しく続けられます
場 穂高公民館 18人
木曜/10:30~11:40
★どなたでも

☎ 090-9146-0728 (秋山さん)

あづみのし れんめい
安曇野市ママさんバレーボール連盟 スポーツ・レクリエーション

内 バレーボール 160人 ★既婚女性、満30歳以上の独身女性
場 穂高地区 あおけみ 穂高西小 火・木・金曜のいずれか/19:30~21:00
場 穂高排球会 穂高西中 水曜/19:30~21:20、日曜/19:00~21:00
場 穂高クラブ 穂高会館 水・日曜/19:30~21:20
場 豊科クラブ 勤スポ 金曜/19:30~21:20
場 堀金地域 エンドレス 堀金中 火曜/19:30~21:20
場 三郷地域 ミネルバ 三郷文体中 火曜/19:30~21:20

☎ 0263-73-4094 (倉田さん)

ビジョンヨガサークルたんぽぽ スポーツ・レクリエーション

内 簡単なポーズと指圧と呼吸でリラックスするヨガです
場 明科子どもと大人の交流施設ひまわり 9人
木曜/10:30~12:00、13:00~14:30
★どなたでも 会費月3,000円(午前枠は子ども連れ可)

☎ 070-3844-2147 (深澤さん)

じょうねんだいこ わらバ
常念太鼓 童 芸術・文化

内 心も体も健康で
感謝の心を持てる人になるをモットーに楽しく練習
場 堀金公民館講堂 12人
土曜/9:00~11:00
★未就学児から中学生 年会費(前期・後期)

✉ 0ps329151db5r2a@ezweb.ne.jp (山口さん)

げいぶん はくがかい
芸文 白岬会 芸術・文化

内 先生が自宅や教室で書いた書等を個性を大切に
指導して下さいます
場 豊科公民館 17人
木曜/14:00~16:00
★どなたでも

☎ 090-4930-8352、0263-72-1146 (隼田さん)

内 活動紹介 人 構成人員 場 場所 日 曜日/時間 ★ 入会条件 電 電話番号 電 メール

げいりんかい しまざきとうそん ぶんがく たの よ かい
芸林会 (島崎藤村文学を楽しく読む会) 芸術・文化

内 島崎藤村及びその作品について研究しています

場 穂高会館 13人

日 第1・第3水曜/13:30~15:30

★ どなたでも

☎ 0263-82-0588 ✉ yi9e-mzn@asahi-net.or.jp (水野さん)

はな かい
華の会 芸術・文化

内 舞踊、基礎から教えてもらえます

場 老人福祉センター他 14人

日 火曜、第2・第4土曜/2時間

★ どなたでも

☎ 0263-72-6435 (柳澤さん)

とよしな たんか あいこうかい
豊科短歌愛好会 芸術・文化

内 定期的に大会開催。高齢者が多く、新人の入会を待つ

場 踏入コミュニティセンター 11人

日 日曜/13:30~15:30

★ どなたでも

☎ 0263-72-4153 (矢花さん)

びき
3匹のこぶた 芸術・文化

内 ハンドベルの演奏を行います。明るく元気に楽しく活動中!

場 社協 穂高支所内 5人

日 月曜(月2回)/9:30~11:30

★ どなたでも

☎ 090-4956-5586 (耳塚さん)

ほりがね じょうねん たいこ めがみ
堀金常念太鼓 女雅美 芸術・文化

内 和太鼓でストレス発散! どなたでも大歓迎です

場 堀金公民館講堂 5人

日 金曜/10:00~12:00

★ 女性(子ども連れ可)、会費(月1,500円)

☎ 090-9359-3768 ✉ matu.take.ume280@gmail.com (小林さん)

トールペイント「ラ フルール ローズ」 芸術・文化

内 アクリル絵の具でお花を描き暮らしを彩りませんか

場 指導者アトリエ 7人

日 月1回 月曜クラス・火曜クラス・金曜クラス/
13:30~15:30

★ 月謝2,000円

☎ 090-4130-6865 ✉ suzukimamchan@docomo.ne.jp (鈴木さん)

あづみの ぶんげい かい
安曇野文芸の会 芸術・文化

内 年2回雑誌を発行。その他、合評会やイベント開催も

場 穂高交流学習センター 未来グループ学習室

40人

日 年間4~6日、不定期で日曜/9:00~12:00

★ どなたでも

☎ 0263-72-0497 (堀金さん)

みさと たの かい
三郷コーラスを楽しむ会 芸術・文化

内 歌うことが好きな人たちが集まっています。お気軽に!

場 三郷公民館 13人

日 第1・第3火曜/1時間

★ どなたでも

✉ chatomi_mama@yahoo.co.jp (小柴さん)

どうこうかい
フラワーアレンジメント同好会 芸術・文化

内 幅広い世代が和気あいあいと楽しんでいます

場 豊科公民館 10人

日 月末の火曜/16:00~19:00

★ 年会費1,000円~2,000円

時期によって変動有り

☎ 090-2328-3987 ✉ yurababa111@yahoo.co.jp (赤羽さん)

ミシンカフェ 家庭生活・趣味

内 大人も子どもも楽しいうれしい! ミシンカフェ。通園グッズなど作りましょう!

場 久保田公民館 5人

日 火曜(月1・2回程度)/13:30~16:30

★ どなたでも(助産師さんによる託児&育児相談あり)

☎ 080-6939-6715 ✉ iroha.amt5@gmail.com (伊藤さん)

おのれしよこうざ
己書幸座 家庭生活・趣味

内 己書とは、自分自身を自由に表現する書や絵です

場 豊科公民館 5人

日 月曜/13:00~14:30

★ 1回2,500円

☎ 090-9946-1366 ✉ masaka.natsu0819@gmail.com (木村さん)

まつもと とも かい あづみの ちく
松本友の会 安曇野地区 家庭生活・趣味

内 衣・食・住・家計・環境・子どものことを学び、実践します

場 堀金公民館 16人

日 第4水曜/9:30~12:00

★ どなたでも

☎ 080-2013-0557 (阿部さん)

ながのけん どうぶつあいごかい あづみの しが
長野県動物愛護会 安曇野支部 家庭生活・趣味

内 愛犬のしつけ方教室を開催。その他育犬相談などが行えます

場 堀金公民館他 45人

日 日曜/1.5時間~2時間

★ どなたでも

✉ douai.azumino@gmail.com (宮下さん)

あづみの いご こども きょうしつ
安曇野囲碁子供教室 家庭生活・趣味

内 囲碁を通して交流と仲間づくりをしましょう

場 穂高地域福祉センター 10人

日 第1・2・3土曜/14:00~16:00

★ どなたでも

☎ 090-9017-7297 (磯野さん)

みさと きょうど けんきゅうかい
三郷郷土研究会 人文・社会科学

内 古文書や用水路・古道を研究。年1回専門家の講演会も
 場 三郷公民館 22人
 日 適宜/適宜
 ★ どなたでも

☎ 090-3093-9864 ✉ tohorikisi@tohoriki-mc.jp (等々力さん)

パソコン、スマホサークル 産業・技術

内 初心者、実務者、若年者からシニアまで、歓迎です
 場 穂高会館 8人
 日 都度/都度
 ★ どなたでも

☎ 090-3536-3546 ✉ k2smd2@gmail.com (嶋田さん)

ながのけん だい だん
ガールスカウト 長野県第38団 子育て・教育

内 体験活動を通して少女の生きる力を伸ばします
 場 堀金公民館 60人
 日 日曜/9:30~12:00
 ★ 年長以上、
 登録費16,900円/年、1,000円/月

☎ 090-7846-9488 ✉ alps-p@ymail.plala.or.jp (田中さん)

あづみの つた かい
安曇野でわらべうたを伝える会 子育て・教育


内 日本伝承音楽 わらべ歌を聴いて触れて歌って遊ぼう!
 場 穂高公民館交流学習センター みらい他 7~8人
 日 第2火曜/10:00~11:30
 ★ 月1回1人1,300円

☎ 090-9950-9504 ✉ waookuma3@gmail.com (田中さん)

講師・指導者 内 指導内容 対象者 場 希望地域 日 曜日/時間 ★ 指導料 ☎ 電話番号 ✉ メール

まきはら ちせこ
牧原 知聖子 スポーツ・レクリエーション

内 健康体操 (フレイル予防)
 場 穂高有明から車で30分以内 どなたでも
 日 いつでも
 ★ 1回1~5人(1,000円/1人)
 6人以上のグループ(500円/1人) ※15人以上要相談



✉ chiseko2013831@gmail.com

こいけ ひろゆき
小池 博行 スポーツ・レクリエーション


内 バレーボール、ソフトバレー
 場 安曇野全域 どなたでも
 日 月・火・木曜/19:00~21:00
 ★ 無料



☎ 090-4055-1886 ✉ koikekenchikushitsu@able.ocn.ne.jp

こいけ あきかず
小池 昭和 スポーツ・レクリエーション


内 けん玉
 場 安曇野市 どなたでも
 日 昼間
 ★ 無料



☎ 090-5562-7363 ✉ kendamatony@yahoo.co.jp

ふかさわ まゆみ
深澤 真弓 スポーツ・レクリエーション


内 ビオダンス(いのちの踊り)・ビジョンヨガ
 場 どこでも どなたでも
 日 土・日曜は不可の場合あり
 ★ 5,000円



☎ 070-3844-2147 ✉ mayumiik628@gmail.com

あきやま みつこ
秋山 美津子 スポーツ・レクリエーション


内 健康体操、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
 場 安曇野全域、近隣市町村 どなたでも
 日 1回1時間程度で平日の昼間希望、相談可能
 ★ 応相談



✉ a.mitsuko@faozora.jp

なかで ふさこ
中出 房子 スポーツ・レクリエーション


内 健康体操
 場 どこでも どなたでも
 日 1回1時間~1時間半程度
 ★ 数名でのレッスン、1時間5,000円から



☎ 090-4954-6527

さとう たかこ
佐藤 貴子 スポーツ・レクリエーション


内 健康体操
 場 どこでも どなたでも
 日 昼のみ
 ★ 応相談



☎ 0263-77-6830 ✉ takako-suger@ezweb.ne.jp

くぼた かずあき
久保田 和明 スポーツ・レクリエーション


内 スポーツ吹き矢、協会の指導に準ずる
 場 安曇野市内及び近隣市町村
 どなたでも
 日 10:00~16:00
 ★ マウスピース代200円



☎ 0263-73-2142 ✉ futcf.je47@dream.com

もちづき
望月 あやめ スポーツ・レクリエーション


内 ベリーダンスの基本動作、
 ステップ、振り付け
 場 どこでも どなたでも
 日 要相談
 ★ 1人1時間2,000円



✉ mochimochiayame@gmail.com

しみず ゆりこ
清水 百合子 スポーツ・レクリエーション

内 高齢者フレイル予防
 場 どこでも
 日 介護認定前の元気な高齢者
 日 水曜/午前中、日曜/午後または夜
 ★ 応相談



☎ 0263-77-7007 ✉ smzhyk12@gmail.com

講師・指導者

内 指導内容 対象者 場 希望地域 曜日/時間 ★ 指導料 電話番号 メール

みずの えいいち
水野 永一

芸術・文化

内 島崎藤村文学を楽しく読む
場 安曇野全域 〓 どなたでも
⌚ 日中
★ 無料



☎ 0263-82-0588 ✉ yi9e-mzn@asahi-net.or.jp

はやた かずこ
隼田 和子

芸術・文化

内 茶道全般
場 応相談 〓 どなたでも
⌚ 応相談
★ 応相談



☎ 090-4930-8352、0263-72-1146

やまもと ふみこ
山本 富美子

芸術・文化

内 抹茶の点て方から裏千家茶道
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 応相談



☎ 090-8002-4514

ひげた ゆみこ
樋下田 裕美子

芸術・文化

内 脳トレピアノ・歌って倶楽部
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ 9:00~15:00
★ 1レッスン2,000円



☎ 090-7180-8487 ✉ yumiko.higeta329@docomo.ne.jp

にしかわ きゆう
西川 喜優

芸術・文化

内 日本舞踊 古典
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 応相談



☎ 042-482-9707 ✉ tokyonihonbuyoulife@gmail.com

あんどう としこ
安藤 登志子

芸術・文化

内 音楽 三弦(三味線)箏(こと)
場 市内全域 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 初心者5,000円、他6,000円/月



☎ 0263-73-2669、090-4158-1362

みみづか ともみ
耳塚 知美

芸術・文化

内 ハンドベル
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 応相談



☎ 090-4956-5586

かわかみ ふみえ
川上 文江

芸術・文化

内 華道(池坊)
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 回数等による



☎ 0263-82-0083 ✉ fumiesa8361@docomo.ne.jp

たけむら さとみ
竹村 聡美

芸術・文化

内 茶道裏千家 場 どこでも 〓 小学生以上
⌚ 火・木・金曜/午前、
水曜/午前・午後・夜、土曜/午前・午後
★ お稽古1回につき小学生は2,000円・
中学生以上は2,500円~(持っている許状により異なります)



☎ 0263-77-8954

さかわ ともこ
佐川 とも子

芸術・文化

内 フラワーアレンジメント
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 5,000円



☎ 0263-73-7485

くろき さちこ
黒木 幸子

芸術・文化 家庭生活・趣味

内 花の生け方、料理
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ いつでも
★ 1教室は10,000円以上
個人は相談に応じます



☎ 090-2255-2402、0263-77-3346

おびなた たかし
大日向 峻

家庭生活・趣味

内 麻雀
場 どこでも 〓 どなたでも
⌚ 13:00~
★ 無料



✉ obt0710@waltz.ocn.ne.jp

こいけ えず
小池 こず枝

家庭生活・趣味

内 整理収納
場 豊科地区 〓 どなたでも
⌚ 9:00~15:00
★ 5,000円(交通費別途)



✉ treetop2005@gmail.com

おみ さよこ
尾身 佐代子

家庭生活・趣味

内 手芸、料理
場 安曇野市全域 〓 どなたでも
⌚ 昼間
★ 有(相談により材料だけの時も対応)




☎ 090-2317-5121 ✉ so.1968.5028@gmail.com

講師・指導者

内 指導内容 人 対象者 場 希望地域 日 曜日/時間 ★ 指導料 電話番号 メール

まつおか ゆたか
松岡 寛 家庭生活・趣味


内 謡曲
場 どこでも 人 どなたでも
日 いつでも
★ 無料



☎ 090-2437-9749 ✉ ymatsu1314@gmail.com

のど ゆか
能戸 由佳 家庭生活・趣味


内 自分史ワークショップ
場 どこでも 人 どなたでも
日 原則、曜日、時間帯を問わず対応できます
(月・木曜午前を除く)
★ 応相談



✉ info@wata-shi.com

しまだ けいじ
嶋田 敬二 産業・技術


内 パソコン・スマホ
場 安曇野市及び近隣市区町村 人 どなたでも
日 いつでも
★ 1,000円~/時間(応談)



☎ 090-3536-3546 ✉ k2smd2@gmail.com

むらなか さとし
村中 哲 産業・技術

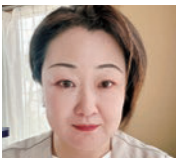
内 パソコン関連全般
場 どこでも 人 どなたでも
日 いつでも
★ 応相談



☎ 090-4461-4073

たかだ まゆみ
高田 真由美 産業・技術


内 パソコン、スマートフォン、タブレット操作、
Word・Excel・パワーポイント指導
場 どこでも 人 どなたでも
日 土曜
★ 1時間/3,300円(税込)



✉ pasokon.hotaka@gmail.com

たかはし みつお
高橋 光男 人文・社会科学


内 松本城歴史解説
場 どこでも 人 どなたでも
日 いつでも
★ 無料



☎ 090-1829-4153

しもかわ かんべい
下川 完平 人文・社会科学


内 心理学(交流分析を中心に)
場 どこでも 人 高校生以上
日 夜間には行いません
★ 1,500円~
講座の内容や受講時間によって変わります



☎ 090-4915-6083 ✉ ta.azumino@gmail.com

いとう ちえ
伊藤 千恵 子育て・教育


内 わらべ歌遊び
場 安曇野市内及び近隣市区町村 人 どなたでも
日 いつでも
★ 応相談



✉ inariel.hikari@icloud.com

かどさき かつのり
門崎 克典 自然科学


内 新聞紙エコバッグ作り、化学実験
場 どこでも 人 どなたでも
日 いつでも
★ 必要に応じた材料代と資料代など



✉ kacchan2454@gmail.com

うしろし こうじ
牛越 浩司 その他


内 フレイル、骨粗鬆症、腰痛予防などの研修会
場 どこでも 人 どなたでも
日 いつでも
★ 5,000円から応談



☎ 090-4395-1546 ✉ pikopiko53@icloud.com

たなか くみ
田中 久美 スポーツ・レクリエーション 芸術・文化 子育て・教育

内 リトミック、幼児、親子向け音楽イベント
場 どこでも 人 0歳~小学生
日 有(主に午前中)
★ 応相談。イベントは人数によります



✉ kumi-music@live.jp

今回は、2026年4月30日の一次締切までに「安曇野市生涯学習人財バンク」への登録をしてくださった皆さんの情報を掲載しています。誌面の都合上、省略させて頂いた情報も今後ホームページ等で公開予定です。また、人財バンクへの登録は、随時受け付けています。
次回第2号では、9月30日までに登録申請があった方々を掲載予定です。

生涯学習人財バンク
ホームページ

