

令和 8 年度 地域文化祭

出展作品・出演者 募集中



10月から各地域で文化祭を開催します。現在、出展作品や芸能発表への出演者を募集しています。出展・出演の申込書は各公民館または市HPで入手できます。詳しくは各公民館へ問い合わせください。
問生涯学習課 Tel.71-2466

豊科地域文化祭 問豊科公民館 Tel.72-2158

申込期限 9月15日(火)

- 菊花展 陽豊科公民館前庭
10月30日(金)～11月8日(日)
- 華道展・書道展 陽豊科交流学习センター「きぼう」
10月31日(土)～11月1日(日)
- ピアノリレーコンサート 陽豊科公民館ホール
11月1日(日)
- 芸能発表会 陽豊科公民館ホール
11月3日(火・祝)
- 美術・一般作品 陽豊科公民館
11月6日(金)～8日(日)
- 短歌大会 陽豊科公民館大会議室
11月14日(土)

穂高地域文化祭 問穂高公民館 Tel.82-5970

申込期限 9月4日(金)

- 総合美術展 陽穂高総合体育館アリーナ
10月24日(土)～25日(日)
- 芸能まつり 陽穂高公民館講堂
カラオケ発表会:10月24日(土)
一部:10月24日(土) 二部:10月25日(日)
- 穂高人形飾り物展 陽穂高神社
10月25日(日)～11月15日(日)
- あづみ野菊花展 陽穂高神社
11月1日(日)～15日(日)



三郷地域文化祭 問三郷公民館 Tel.77-2109

申込期限 文化産業・芸能発表・菊花 8月28日(金)

- ふれあいコンサート 陽三郷中学校講堂
10月10日(土)
- 文化産業展 陽三郷公民館講堂
10月24日(土)～26日(月)
- 菊花展 陽三郷公民館ロビー
11月2日(月)～16日(月)
- 芸能発表会 陽三郷公民館講堂
11月7日(土)

堀金地域文化祭 問堀金公民館 Tel.72-5796

申込期限 短歌・俳句 9月4日(金)
個人出展 9月25日(金)

- 作品展 陽堀金総合体育館メインアリーナ
10月30日(金)～11月1日(日)
- 芸能祭 陽堀金総合体育館サブアリーナ
10月31日(土)

明科地域文化祭 問明科公民館 Tel.62-4605

申込期限 10月2日(金)

- 作品展示 陽明科公民館
10月30日(金)～11月1日(日)
- 歌声ひろば 陽明科公民館講堂
10月30日(金)
- お楽しみサロン 陽明科公民館講堂
10月31日(土)
- 芸能発表会 陽明科公民館講堂
11月1日(日)

令和 8 年度スポーツ教室⑤

問スポーツ推進課 Tel.71-2467



右記2次元コードまたは電話で申し込みください。期限を過ぎていても定員に達していない場合は申し込みを受け付けます。なお、定員を超えた場合は抽選となります。

姿勢改善エクササイズ(全10回)

正しい日常動作を身につけるために、柔軟性アップのストレッチと筋力トレーニングを行います。
日10月1日～12月17日 木曜日、9:30～11:00
場明科公民館講堂
講(株)ZERO
対18歳以上の人(高校生を除く)
費2,500円 定20人 用9月7日(月)まで

わんぱくジム教室(年中)(全15回)

リズム体操や柔軟で体をほぐした後、かけっこやボール運動、マットや跳び箱などを楽しめます。
日10月20日～2月16日 火曜日、16:30～17:30
場堀金総合体育館 対年中児
講山縣美智代さん・沢渡みゆきさん・曾根原智代さん・西原由起子さん・山本恵里菜さん
費2,250円 定25人 用9月14日(月)まで

安曇野ファミリースポーツカフェ ウォーキング健康教室

信州木曽路中山道道の駅木曽ならかわから奈良宿の6駅を歩きます。

日10月4日(日) 8:00～15:00頃
場堀金総合体育館北側駐車場集合
対18歳以上の人 費1,000円 定40人(先着順)
他昼食は持参または奈良井宿の飲食店で

呼吸と身体が整う自転車教室

心地よい暮らしにもつながる身体の動かし方を、自転車の乗り方を通じて学びます。
日10月18日(日)9:00～12:00頃
場堀金多目的屋内運動場(常念ドーム)
講堂城賢さん(元プロマウンテンバイク選手)
対18歳以上の人(高校生を除く)
費250円 定20人 用9月10日(木)まで

動き作り運動あそび(全15回)

遊びやゲーム要素を含んだ運動を楽しみながら、日常生活やスポーツに役立つ運動能力を身につけます。
日10月21日～2月24日 水曜日、17:00～18:30
場豊科勤労者総合スポーツ施設
講細野築三さん
対小学1～3年生
費2,250円 定20人 用9月14日(月)まで

ANC FIGHT

鉄棒教室

前回りや逆上がりを行う際のコツを学びます。
日9月26日(土)
①年中児～年長児 9:30～10:30 定16人(先着順)
②小学1～3年生 11:00～12:00 定16人(先着順)
③小学4～6年生 14:00～15:00 定8人(先着順)
場柔剣道場 費1,100円 持飲み物、タオル
用8月27日(木)14:00から直接・電話・WEBで

問Tel.73-1600

青空ヨガ

朝ヨガで自律神経を整え、穏やかな一日をスタートしませんか。
日9月26日(土) 7:30～8:30
場2階展望ひろば ※雨天時パーチャル室
対高校生以上 定30人(先着順) 費1,000円
持ヨガマット、飲み物、タオル
用8月27日(木)9:00から直接または電話で