

豊科農産物加工交流センター
こんにやく作り体験講習会

■料理教室 栗おこわ
日10月18日(日) 午前10時〜正午
費1800円
■料理教室 季節のおやき
日10月21日(水) 午前10時〜正午
費1800円
■共通事項
場えべや
講えべやスタッフ
定10人(先着順)
持エプロン、三角巾、マスク、炊事用の
手袋、持ち帰りの入れ物
申9月25日(金)・28日(月)・30日(水)の
午前9時から11時に同センター(Tel
73・9550)へ電話で。
問農政課
Tel 71・2427

三郷やすらぎ空間施設そば打ち体験教室

水回しからそば切りまで、おいしい
そばの打ち方のコツを伝授します。
日10月17日(土) 午前9時〜正午
場三郷やすらぎ空間施設
費2000円
定8人(先着順)
持エプロン、持ち帰る容器、タオル3
枚、頭髪を覆うキャップや手ぬぐい
申開催2日前までに小岩井啓一さん
(Tel 090・9665・8312)へ電
話で
問農政課
Tel 71・2427

あかしな農産物加工交流広場「えべや」
の催し

■料理教室 栗おこわ
日10月18日(日) 午前10時〜正午
費1800円
■料理教室 季節のおやき
日10月21日(水) 午前10時〜正午
費1800円
■共通事項
場えべや
講えべやスタッフ
定10人(先着順)
持エプロン、三角巾、マスク
申9月29日(火)から「えべや」へ電話で
(Tel 88・6275)。受付は月曜日除く
午前10時から午後4時。キャンセル
は2日前まで。
問農政課
Tel 71・2427

ハンギングバスケット講座

季節の花でハンギングバスケットを
作ります。完成品は持ち帰れます。
日10月22日(木) 午前10時〜11時30分
場碌山公園研成ホール、テラス
講竹下光重さん、岩本真美さん(県ハ
ンギングバスケット協会公認講師)
費2000円
定15人(先着順)
持エプロン、手袋、持ち帰り用ビニ―

ル袋

申9月28日(月)から10月9日(金)に電
話で
問都市計画課
Tel 71・2249

ゆる〜くつながる出会いの場！
ゆるるつな茶話会

誰でも自由に集まり、ゆる〜く交流
できるおしゃべりの場です。仲間の輪
を広げるため、自分のやりたいことを
伝えてみませんか。

日10月24日(土) 午前9時30分〜11時30分
場市民活動サポートセンター
内①こんなことやってます！やりたい
です！PRタイム
②ゆる〜くつながるおしゃべり会
問市民活動サポートセンター
Tel 71・2013

宝くじの助成金で備品を整備しました

■新田区

(一財)自治総合センターの「コミュニティ助成事業」で予備電源
他コミュニティ施設の備品

■大足区

(公財)長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」でカラオケ
セット他コミュニティ施設の備品
各助成事業は宝くじの社会貢献広報事業の一環で行われています。
問地域づくり課 Tel 71-2494

令和8年度スポーツ教室⑥

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、申し込みを延長する場合があります。期限後に申し込みを希望される場合、上記までお問い合わせください。なお、定員を超えた場合は抽選となります。

初めてのマウンテンバイク教室(全3回)

全日本選手権も開催されたコースで、初心者を対象に基本から練習します。

日11月8日(日)、14日(土)、21日(土) 10:00〜12:00

場市マウンテンバイクコース 講小林可奈子さん(一般社団法人MSJ)

対18歳以上の人(高校生を除く) 費750円 定10人 申10月9日(金)まで

ピラティス教室(全10回)

呼吸や体の正しい使い方を学びながら、体全体を整えるエクササイズです。

日11月6日〜1月29日 金曜日、19:30〜20:30

場堀金総合体育館柔道場 他 講古畑やよいさん

対18歳以上の人(高校生を除く) 費2,500円(全10回分)

定20人 申10月9日(金)まで 他抽選の場合、本年度同教室に参加していない人を優先

トレイルランニング教室

自然を体感しながら野山を駆けるトレイルランニング。初心者向けです。

日11月21日(土) 9:00〜12:00 場長峰山登山口〜長峰山山頂周辺

講岡田裕也さん(2025マスタースカイランニング世界選手権スカイウルトラ

OVER45優勝者) 対18歳以上の人(高校生を除く) 費250円 定15人

持運動靴、レインウェア、飲み物、ザック 申10月15日(木)まで

安曇野市アーバンスポーツフェスティバル

街中で楽しむアーバンスポーツを体験できます。体力測定や電動マウンテンバイクの試乗もできます。

日10月3日(土) 10:00〜15:00

場ANCアリーナ、多目的ひろば、スケートボードひろば

内3×3(3人制バスケットボール)、ピックルボール、スラックライン、インライ
ンスケート、パルクール・ウエイトリフティング・e-bikeの体験会・体力測定

費無料 申不要



ミズノスポーツフェスティバル1年に1回の大感謝祭 問Tel 73-1600

スポーツ、文化、健康関連など盛りだくさんのイベントを開催します。

ミズノ用品など素敵な商品が当たるお楽しみ抽選会も行います。詳細は下記2次元コードをご覧ください。

日10月24日(土) 10:00〜16:00

内・ダンス・演奏のステージ発表

・健康チェック、ミズノオリジナルのシセイカルテ

・クイックリラクゼーションマッサージ

・ニュースポーツ、忍者学校、ヘキサスロン

・ネームタグ作り、百人一首 など

他参加費無料(一部有料)、施設の無料開放もあります

申予約が必要なイベントは9月25日(金)14:00から

窓口へ直接・電話・WEBで

