

学都松本 木 木 木

学びの木

いんふおめーしょん

町内回覧

松本市広報 R7-9

NO. 111

2025年5月号



「松筑剣道連盟」(会員募集情報は5ページに記載)

- 新規情報(生涯学習ファイル)
 - 指導者.....2
 - グループ.....2
- イベント情報(2024年5月~2024年8月)
 - 芸術・文化.....2
 - スポーツ・レクリエーション.....2
 - 人文・自然.....3
 - 生活・健康.....3
 - 松本市から.....3
- 会員募集情報.....3

掲載写真募集!! みなさんの写真・作品・活動を紹介します。

NEW

生涯学習ファイル
新規情報

指導者

★星野 祐美子

指導内容 読み聞かせ・朗読の楽しみ方、発声・発音などの技術や表現方法、フレイル予防や健康法として「心と体が元気になる朗読」など、一人ひとりの個性を大切に楽しく指導します。

指導歴等 アナウンサーとして放送に従事。また朗読講座講師や高校放送部の指導等

希望地域 なし

希望時間 なし

対象者 なし

指導料 相談

連絡先 ☎090-1070-4561

E-mail: smallhoshino@gmail.com

★堀尾 由香理

指導内容 「未来マップ授業」未来マップは、全国の学校や企業研修でも活用されているコーチングスキルをベースにしたキャリア及びウェルビーイング教育プログラムです。小学生～大人の方が自分の理想を描き、言語化し、理想を叶えるためのアクションプランを考えます。このプログラムを通して、自己理解を深め、夢の叶え方を学び、自分や他人とのコミュニケーションの方法などを学びます。

資格等 中等学校教諭一種免許状、未来マップ(MIRAI Map) ファシリテーター等

希望時間 午後1時～5時

対象者 小学4年生～大人

指導料 相談(1人3,000円～)

グループ

★加賀ゆびぬき はにえの会

日時 第4日曜日 午後1時～5時

場所 第三地区公民館

内容 手縫いで使う「ゆびぬき」を絹糸でかがり、本来の用途や暮らしの彩りに展開しています。

連絡先 小林さん

E-mail: nizinosouen.hanie@gmail.com

★松本プルメリア

日時 第2、第4土曜日(変更あり) 午後1時～5時

場所 中央公民館(Mウイング)

内容 フラダンスレッスン

ボランティアで施設訪問しています。

連絡先 小澤さん ☎090-7184-0349

E-mail: teruyo822@i.softbank.jp

EVENT

イベント情報

芸術・文化

▶楽団ケ・セラ 第22回定期演奏会

A5月31日(土)

凡例 A:日時 B:会場 C:費用等 D:内容他 E:申込み・問合せ

※各イベントを中止(延期)する場合があります。ご了承ください。

開場 午後1時～ 開演 午後1時30分～

Bまつもと市民芸術館 主ホール

C(前売り券)一般1,500円、会員1,000円、中学生以下(座席使用する方)500円

D NHK 連続テレビ小説の主題歌を中心とした選曲で、ゲストに石丸幹さんをお迎えします。楽団ケ・セラと石丸さんの共演ステージもお楽しみに!

E NPO 法人ケ・セラ ☎0263-88-6276

E-mail: music@npo-que-sera.org

▶バーレンコール コンサート31

A6月14日(土)午後2時30分～4時

B松本市音楽文化ホール メインホール

C1,000円

D16世紀の宗教曲から20世紀のクリスマスモテまでアカペラの美しい合唱をお楽しみください。相澤直人編曲の「思い出のアルバム」や三善晃作曲五木寛之作詩の合唱曲もあります。

E上松さん(バーレンコール)

☎0263-30-8050(留守電のみ)

E-mail: baren10@yahoo.ne.jp

▶実年ピアノ・サクスを楽しむ会 発表会

A5月29日(木)～31日(土) 午前10時～午後3時

B松本市音楽文化ホール 小ホール

C無料

D実年ピアノ・サクスを楽しむ会、「ピアノ de 脳活」合同の発表会です。ソロピアノ、キーボードアンサンブル、ソロサクス等、大人の皆さんがそれぞれの想いを音楽に乗せて、自由に演奏いたします。3日間、笑いあり、涙あり、人生のドラマをご覧ください。温かい会なので、どなたでもお越しください。

E黒崎さん(実年ピアノ・サクスを楽しむ会) ☎0263-26-9584

▶混声合唱団コール・シェーネ第7回定期演奏会

A5月18日(日) 開演 午後2時～

B松本市音楽文化ホール 小ホール

C一般1,000円、小中高生500円

Dプログラム: シューベルト宗教曲選、近代日本名歌抄、Greetings、ほらね、ぜんぶ、未来へ(指揮:清住真達、ピアノ:塚本敦子)

E野口さん(コール・シェーネ)

☎090-1423-6560

▶創立30周年記念演奏会

A7月21日(月・祝)午後1時30分～3時30分

B中央公民館(Mウイング)6階ホール

C1,000円

D本来、納涼会の時期と重なります。創立30周年記念で童謡の美しさを知ってもらう会です。全員(観客)で歌う時間も楽しみます。ゲストもくるかも…?

E藤澤さん(童謡唱歌・歌うモナミ)

☎090-4839-1186

▶松本混声合唱団第50回記念演奏会

A6月21日(土)午後3時～5時

B松本市音楽文化ホール メインホール

C一般1,000円、学生500円

D例年、開催している当団主催のコンサートの50回記念の演奏会です。今回は弦楽アンサンブルとのコラボレーションをお届けいたします。

E竹内さん(松本混声合唱団)

☎070-5540-9093

E-mail: matsumoto.mixed.chorus@gmail.com

スポーツ・レク

▶運動あそび教室「ジムキッズ ジュニア」対象:園児～小学生

A5月14日(水)～1年間(年間35回)

①午後3時25分～ ②午後5時10分～

③午後6時～ 各45分間

B南部体育館

C3,850円/月

Dマット・跳び箱・鉄棒を使いながら、楽しくカラダ作りをしています。小学校の体育で困らない基礎運動が中心です。定員25名/クラス

E小布施さん(ジムキッズ事務局)

☎090-1807-6978

▶大人の健康体操教室

A①月曜日(5月12・26日、6月9・23日、7月14・28日、8月25日)

②水曜日(5月7・14・21・28日、6月4・11・18・25日、7月2・9・16・23日、8月20・27日)

①午後1時30分～3時 ②午後1時～2時

B①白坂地区公民館

② NPO 総合体操クラブ Wing スタジオ(開智2-2-3)

C500円/1回

Dストレッチと軽い筋トレ・脳トレをしながら楽しく体を動かします。笑って動いて、心も体もほぐします。

E西沢さん(NPO 総合体操クラブ Wing)

☎090-7244-3912

事務所☎0263-50-7148(平日午前10時～午後4時)

▶古武術に学ぶ 女性のための護身術ワークショップ

A毎週火曜日 午後7時～9時

B第三地区公民館

C550円/1回(お茶・お菓子・資料代込み)

D古武術に伝わる身体操作を使って非力な女性や子どもでも、不当な暴力や危険な場面から逃げられる方法を体感・体験していただく、全年代の女性対象の講座です。但し、未成年の方は必ず保護者と一緒にご参加ください。初回のご見学・体験は無料です。

E太田さん(健武会Ⅱ) ☎090-4230-6523

▶スポーツ吹矢体験ひろば

A第1・3・5火曜日 第2・4金曜日 午後1時30分～3時30分

B第三地区公民館 大会議室

C500円/月、または200円/回

D腹式呼吸を基調とするスポーツウエルネス吹矢による健康増進と心身のリフレッシュを図る。常に初心者体験の場を提供しつつ、スポーツウエルネス吹矢の練習をし技術向上を図る。(用具は貸与可)

E上條さん(松本市スポーツウエルネス吹矢協会) ☎090-4727-2680

E-mail: kamijosei1206@gmail.com

人文・自然

▶和田峠（古峠）越え

- A 7月13日(日) 午前10時20分～午後2時30分
- B 長和町男女倉 午前10時20分～和田峠～下諏訪町西餅屋 解散午後2時30分頃
- C 1,800円/人(保険料+資料代)
- D 信州峠会例会800回を記念して一般の皆さんを対象に「和田峠を歩く会」を開催致します。当日雨天の場合は、7月20日(日)に延期。定員30人程度。事前予約。峠会初参加者には参加記念品(オリジナルお手ぬぐい)進呈。集合解散地まで松本より往復バスの予定あり(運賃別途)。詳細、計画書はお問い合わせください。
- E 長岩さん(信州峠会) ☎0263-86-4171
E-mail: touge500@yahoo.co.jp

生活・健康

▶パソコン講習会

- A 5月1日(木)～7月31日(木) 午前9時～午後5時
- B 中央公民館(Mウイング)4-4会議室
- C 2,000円～3,500円
- D パソコン初心者、就業目的とする方を対象とした3コースを実施する。
①基礎コース：全くパソコンを使っていない方への指導コース

- ②ワードコース：文書の作成、画像、表の作成コース
- ③エクセルコース：表計算、データの操作(並べ替え他)、関数コース
- E 木口さん(もーるねっとオペラ) ☎090-2544-4464

▶夏休み子ども生活講習会

- A 8月3日(日) 午前10時～午後2時30分
- B 松本友の家(横田1-4-4)
- C 1,500円
- D 調理自習、おこぼかいの話
- E 栗田さん(松本友の会) ☎0263-35-9514

松本市から

▶信大連携サイエンスカレッジ1 「金属の樹を作ってみよう！」

- A 7月19日(土) 午前10時～正午
- B 教育文化センター
- C 無料
- D 信州大学の勝木先生を講師に迎え、大人も子どももわくわくしながら学ぶ楽しさを味わう連携講座です。今回は金属と金属イオンを含む溶液を反応させて、金属の周りに樹脂状のきれいな結晶(金属樹)を作ります。申込受付：6月19日(木) 午前8時40分～電話・FAXにて 定員：10名 対象：小学4年生～大人 ※小学生は保護者の付き添いをお願いします。
- E 教育文化センター ☎0263-32-7600

▶信大連携サイエンスカレッジ2 「宇宙地図を作ろう」

- A 8月2日(土) 午前10時～午後2時30分
- B 教育文化センター
- C 無料
- D 信州大学の三澤先生を講師に迎え、大人も子どももわくわくしながら学ぶ楽しさを味わう連携講座です。「世界最先端の望遠鏡」で取得された天体データを見て触って、データ解析にチャレンジし、宇宙地図を参加者全員で作ります。申込受付：7月2日(木) 午前8時40分～電話・FAXにて 定員：15名 対象：小学4年生～大人
- E 教育文化センター ☎0263-32-7600

▶サザンガク連携 「浮世絵の科学@城下町」

- A 8月31日(日) 午前9時30分～正午
- B サザンガク(大手3-3-9)・松本城周辺
- C 無料
- D 錦絵「筑摩県博覧会」をもとに、読み解いた明治初期の松本城下町の街並みや足あとは、本当にそこにあるのかを実際に街を歩いて自分で探索します。申込受付：7月31日(木) 午前8時40分～電話・FAXにて 定員：15名 対象：小学1年生～大人 ※小学生は保護者の付き添いをお願いします。
- E 教育文化センター ☎0263-32-7600

INFORMATION

会員募集

団体名	内容・コメント	日時	会場	連絡先
-----	---------	----	----	-----

〈コーラス〉

松本中央コーラス	みんなと一緒に歌ってみたい方。歌うことで心身ともに元気になれます。見学もOK。ぜひ一度来てみてください。	第1、第3日曜日 午後1時30分～3時30分	田川公民館	小岩井さん ☎0263-33-7431
ちくまのコーラス	童謡唱歌、J-POP、合唱曲などいろいろな曲を練習しています。会費1,000円/月(楽譜代、団体登録費等別)	月2回 木曜日 午後7時20分～9時	芳川公民館、寿公民館、松原地区公民館	中谷さん ☎090-5430-9893
女声合唱「ドルチェ」	懐かしい歌心に響く歌、現代の歌など声を合わせ楽しい時間を過ごしませんか？きつと顔晴(がんば)れますよ♪	第2、第4水曜日 午前10時～正午	あがたの森教室	佐々木さん ☎0263-26-5303 ☎090-1212-8881
混声合唱団 コール・シエーネ	クラシックからポピュラーまで私たちと一緒に歌いませんか。あなたのお越しを心からお待ちしております。	木曜日 午後7時～9時30分	あがたの森文化会館 他	野口さん ☎090-1423-6560
ムメイ	歌うのが大好きなメンバーの集まりです。発声練習から思いっきりコーラスを楽しんでいます。	毎週水曜日 午後1時40分～3時20分	あがたの森文化会館	倉沢さん ☎0263-32-2302
コーラス・りんどう	歌が好きの方などなたでも大歓迎です。季節に合わせた歌と一緒に歌い楽しい時間を過ごしましょう。	第2・第4日曜日 午後1時～3時	中央公民館(Mウイング)レクリエーション室	丸山さん ☎0263-46-7074
amica コーラス	月2回金曜日に歌っています。Jpopや懐かしい歌謡曲も歌います。一緒に楽しみましょう。	月2回 金曜日 午後・夜間など	寿公民館、松南地区公民館、寿台公民館	高村さん ☎0263-86-6597
すみれ会	大好きな歌で健康を、仲間作りを、合唱を楽しんでいます。童謡唱歌や話題の曲と一緒に歌いましょう。	毎週木曜日 午後1時30分～3時	松南地区公民館(なんなんひろば)	立石さん ☎0263-87-0499
コーラス あい	歌唱指導の先生とピアノ伴奏の先生のご指導のもと混声合唱を楽しんでいます。一緒に楽しく歌いましょう。会費1,500円/月	第2、第4木曜日 午後1時30分～3時40分	第三地区公民館 大会議室	竹澤さん ☎090-9359-8611
コーラス花かんざし	腹式呼吸と発声練習。抒情歌謡など斉唱や合唱で楽しむ。会費は参加時に1,000円。欠席時は不要。お茶タイムあり。オペラ歌手の指導が好評	第1、第3水曜日 午前10時～正午	全久院 応接間	倉科さん ☎090-4393-6001

団体名	内容・コメント	日時	会場	連絡先
コーラス花みずき	クラシックからポピュラーな曲まで楽しく歌います。歌が好きな方どなたでも大歓迎です。会費2,000円/月	第2、第4土曜日 午前10時～11時30分	松南地区公民館(なんなんひろば)	青柳さん ☎0263-33-5711
童謡唱歌・歌うモナミ	今年は創立30周年で演奏会に向け、会員を募っています。とにかく楽しく歌い、子どもたちに好かれる団体です。会費1,500円	第1、第3金曜日 午後1時30分～3時30分	中央公民館(Mウイング)レクリエーション室	中澤さん ☎0263-57-7335
神林ひばりの会	これまで合唱団で歌っていた方が楽しく歌える童謡の会に見える人がおいでです。日本の童謡を心ゆくまで歌おう。会費1,500円	第1、第3火曜日 午後1時～2時30分	神林公民館 大会議室	上條さん ☎090-7636-2584
松本混声合唱団	ポピュラーからクラシックまで幅広いジャンルの曲を取り上げています。常時団員募集中。年齢経験不問です!	火曜日・金曜日(月2回ずつ) 午後7時～9時30分	松本市音楽文化ホール、あがたの森文化会館、本郷公民館など	竹内さん ☎070-5540-9093

〈楽器・音楽〉

木村流大正琴	基本から応用までさまざまなジャンルの曲を大正琴で奏でます。どなたでも楽しく、仲間の輪が広がります。	随時(都合のよい会場をご案内します)	木村流本部ホール、各地区公民館 他	窪田さん ☎0263-27-7710
--------	---	--------------------	-------------------	-----------------------

〈短歌・川柳・俳句〉

あがたの森ヒマラヤ杉句会	月1回降旗牛朗先生のもと俳句を学び句会を楽しんでいます。お気軽にお立ち寄りください。会費1,500円	第1木曜日 午前10時～正午	あがたの森 教室	栗崎さん ☎080-1081-6341
--------------	--	-------------------	----------	------------------------

〈書道・習字〉

筆ペン美文字クラブ	先生のお手本をもとに練習する。添削していただく。仲間作りも楽しむ。会費500円/月	第2火曜日 午後1時30分～3時	寿台公民館	坂井さん ☎0263-58-6539
手書きを楽しむ会	ボールペン、万年筆、筆ペンなどで文章を書く。形よく書くコツがわかり楽しく書けるようになる。見学においでください。	第1、第3月曜日 午前10時～11時30分	第三地区公民館	斉藤さん ☎090-5196-2911 (ショートメッセージ可)
あかね会	日常生活に役立つひらかな、漢字を基礎から学んでいます。万年筆、ボールペン、筆ペン等個別指導。見学大歓迎	第1、第3木曜日 午前10時～11時30分	第三地区公民館 1階教養室	松永さん ☎0263-34-2191 (メッセージに連絡先を教えてください)
五月会(ペン習字)	綺麗な字を書くためのポイントを基礎から学び書くことが楽しくなるように一緒に練習しましょう。見学大歓迎	第1、第4水曜日 午前10時～11時30分	松南地区公民館(なんなんひろば)	小山さん ☎0263-58-6407

〈木彫〉

あがたの森木彫クラブ	日展作家の指導の下で木彫(仏像・レリーフ・立体)を学び、会員相互の親睦を図ります。いつでも見学大歓迎。会費5,000円/月	第2、第4金曜日 午前9時30分～正午: 仏像、午後1時30分～4時: レリーフ・立体	あがたの森文化会館	丸山さん ☎090-4161-8892
松本仏彫会	各人の技量に合わせて仏像彫刻を基礎から学びます。彫りあげた仏像に作者の心が宿ります。見学・入会大歓迎	第1、第3水曜日 午後1時～4時	本郷公民館 工作室	二木さん ☎090-7837-5013
寿きつつき会	一彫り一彫り気持ちを込めて作った作品は、世界で2つとない宝物です。一緒に木彫りを楽しんでみませんか。	第2、第4月曜日 or 火曜日 午前10時～正午	寿公民館	元木さん ☎090-1869-6389

〈制作〉

加賀ゆびぬきはにえの会	金沢の伝統工芸である加賀ゆびぬきです。絹糸が奏でる色の美しさをご自分で作ってみませんか?	第4月曜日 午後1時～4時	第三地区公民館	小林さん E-mail: nizinosouen.hanie@gmail.com
波田草画会	草画会では、植物が好きな人が集まりポタニカルアートに取り組んでいます。庭に咲く草花を持ち寄っています。(会費2,000円/月)	第2、第4水曜日 午後1時30分～3時30分	波田公民館	平林さん ☎0263-92-5596

〈踊り〉

琉球國祭り太鼓長野支部	メンバー大募集!一緒に創作エイサーをやりませんか?沖繩が好き、体を動かしたい方、お問い合わせください。	火曜日・金曜日 午後7時～9時 日曜日 午後1時～5時(変更になる場合もあります)	高綱中学校	伊藤さん ☎090-8016-0015
-------------	---	--	-------	------------------------

〈その他〉

松菊会 大菊部会	大菊 ダルマ作り・福助作り・スプレー菊の菊作りを始めます。一緒に楽しみませんか!松本城菊花展に出品!	5月～10月 第3日曜日 午前9時～11時	第三地区公民館	横山さん ☎0263-26-5566
松菊会 小菊盆栽部会	小菊で盆栽作り楽しんでやっています。興味のある方、ぜひお出掛けください。秋には松本城菊花展に出品します。	月2回 木曜日	白板地区公民館	北澤さん ☎090-1865-4414
日本吟詠学院 清流会	詩吟、剣舞、詩舞を楽しく明るく、待ち遠しい教室を理想に和気あいあいと練習しています。	月曜日～金曜日 午後2時～4時 or 午後7時～9時	第二地区公民館、松南地区公民館 他	木戸さん ☎090-4629-6144 E-mail: kidos@sky.plala.or.jp
松本深志岳風会	誰でも参加できます。仲間と一緒に声を出して詩吟(漢詩、短歌、俳句等)を吟じていると活力が湧いてきます。	月2回(各教室により異なります)	中央公民館(Mウイング)をはじめ各公民館、児童センター	阿部さん ☎090-1423-4339

スポーツ・レクリエーション

団体名	内容・コメント	日時	会場	連絡先
<空手・合気道・剣道・薙刀>				
旭町空手道場	空手道の稽古、昇級・昇段審査の練習をみんなで楽しく活動しています。園児から大人まで、男女問わず参加できます。	毎週火曜日、木曜日 午後7時30分～9時(8時30分でも上がれます)	旭町中学校 柔剣道場	征矢野さん ☎090-3403-0699/ 0263-35-7166(征矢野整骨院)
旭町合気道道場	合気道の稽古及び定期的に昇級・昇段審査会を開催。木剣や杖もやっています。怪我をしない身体作りを受け身等で学習します。	毎週水曜日 午後7時30分～9時(8時30分でも上がれます)	旭町中学校 柔剣道場	征矢野さん ☎090-3403-0699/ 0263-35-7166(征矢野整骨院)
き合気塾	年中さんから90代の方まで楽しく稽古しています！文武両道を目指し、学習塾もやっています！	子ども ①水・金曜日 午後6時～7時 ②土・日曜日 塩尻道場 大人 ①月・水・金曜日 午後7時30分～9時 ②木曜日(呼吸法クラス) 午前11時～午後12時30分 ③土・日曜日 塩尻道場 ☆木曜夕方～夜：学び塾(小中学生)	松本市小屋南道場(小屋南1-15-4) 塩尻市体育館柔道場(土・日)	中島さん ☎080-6995-9190 E-mail: sentennokii@wh.comufa.jp 「き合気塾」←検索
直心影流薙刀術	古武術の薙刀流派です。やさしい基本技法からはじめ薙刀の形や短刀の形及び剣対薙刀を学びます。見学もできます。	毎週火曜日 午後7時～9時	松本市柔剣道場1階第2トレーニングルーム	大塚さん ☎090-9664-6355
松筑剣道連盟 松本中央支部	剣道の稽古／昇級昇段審査の練習可／小学生から高校生男女不問。礼節や忍耐力、集中力が養えます。	毎週月・金曜日(祝日除く) 午後7時～8時	松本市柔剣道場3階	千國さん ☎090-4701-8553
<太極拳>				
松本太極拳交流会	緩やかな動きの中にも重厚な風格をもつ武術。適応範囲の広い生涯スポーツ。リラクゼーションに有効です。	①毎週月曜日 午後7時～ ②毎週木曜日 午前10時～ ③毎週火曜日 午後5時30分～9時(男性のみ) ④毎週金曜日 午後7時30分～9時	①②大手公民館 ③中央公民館 ④山辺上金井公民館	①④富田さん ☎0263-39-1449 ②日野さん ☎0263-34-9743 ③青木さん ☎090-9302-4353
やさしい健康太極拳の会	明るい日常をサポートする運動です。日々の生活を健康に過ごせる身体づくりを目的とする楽しいクラブです。	毎週金曜日 午後1時～3時	第三地区公民館 2階大会議室	小澤さん ☎090-2300-8912
<体操等>				
総合型地域スポーツクラブ NPO 総合体操クラブ Wing	新体操を通して心と体を鍛え磨きましょう！友だちと楽しく動く要素が詰まった練習です。無料体験できます。http://www.npo-wing.com/	月曜日～土曜日 ※詳細についてはお問い合わせください	松本市内各地体育施設、一部安曇野市内	NPO 総合体操クラブ Wing(平日午前10時～午後4時) ☎0263-50-7148
<ダンス>				
スイスルソサエティ	スコットランドの踊り、スコティッシュカントリーダンスを踊ります。楽しく頭と体の運動に最適です！見学だけでも。	第2、第4、(第5)土曜日 午後6時30分～9時30分	第三地区公民館	中島さん ☎0263-92-4673
松本フォークダンスクラブ	世界の音楽にあわせて踊りも衣装も楽しんでます。一緒に笑いましょう。会費1,000円/月	毎週水曜日 午後1時30分～3時30分	安原地区公民館 大会議室	斉藤さん ☎090-4845-5137
アンダルシアクィーン	情熱的なフラメンコを始めませんか。基本テクニックを学び踊りを楽しみます。小学生から大人、初心者の方募集します。	月2回(1回90分)会場により異なります	中央公民館(Mウイング)、波田公民館他	小林さん ☎090-8110-4546
松本プルメリア	南国の風を感じながらフラダンス楽しみませんか。東京の講師より指導を受けます。どなたでも大歓迎。待っています。	第2、第4土曜日 午後1時～5時	中央公民館(Mウイング)	小澤さん ☎090-7184-0349
<その他>				
松本ボクササイズ教室	ソフトボクシングトレーニングで。1ダイエット 2体力強化 3ストレス解消 会費3,000円/月	毎週水曜日(月4回) 午後7時～9時	松本市柔剣道場	ダイグウジさん ☎090-4158-8437
女性のための護身術ワークショップ	古武術の身体操作に学ぶ女性のための護身術を体感・体験する講座です。1回550円(資料代お茶お菓子代込み)	毎週火曜日 午後7時～9時	第三地区公民館	太田さん ☎090-4230-6523 E-mail: sosui0111@gmail.com
松本市スポーツウェルネス吹矢協会	常に初心者へ体験の場を提供しつつ、スポーツウェルネス吹矢の練習をし健康増進を図る。料金は200円/回	毎週火曜日 or 金曜日 午後1時30分～3時30分	第三地区公民館 大会議室	上條さん ☎090-4727-2680
ユニサイクルチーム・ポリクローム	基礎から演技を学び平衡感覚・集中力・協調性を育みます。一輪車好きな仲間と共に大会や発表会を目指そう！	土・日曜日：全体練習(週1コースあり) 平日：自主練習	山辺小学校体育館および松本市内体育館	横山さん E-mail: hello.unicyc.le.poly@gmail.com HP: https://polychrome_matsumoto.jimdofree.
ドッジボールクラブ 寿(ライブ)	松本平で唯一の、公式ドッジボールチームです。小学1年生～6年生が元気に活動しています。興味のある方、電話ください。	毎週土曜日・日曜日 午前 or 午後	寿小学校、芳川小学校	戸谷さん ☎090-7240-1537

生活・健康・その他

団体名	内容・コメント	日時	会場	連絡先
〈外国語〉				
国際交流研究会	米国人教師のもと簡単なスピーチと英会話の学習(初級)気軽にご参加ください。会費3,000円/月	第1、第2、第3木曜日 午後7時15分～8時30分	中央公民館(ウイング)視聴覚室4-C	佐々木さん ☎090-4610-2593
〈ボランティア〉				
無料こどもじゅく HATA・こみや	小中学生の学習支援と遊びの場所です。勉強を見てあげたり、一緒に遊んでくれるボランティアさん募集!※規定の交通費お支払いします	土曜日 or 日曜日(2時間)詳しくはお問い合わせください	波田公民館、ウッドタウン小宮公民館	久保田さん ☎090-4463-6182
〈自然〉				
松本自然観察会	年間計画に基づき月1回里山を散策し植物野鳥蝶などを観察しています。冬は室内講座を開催しています。会費4,000円/年	月1回(4～11月) ※1月は講座	野外(主として県内)	森山さん ☎0263-33-0965
植物の不思議を学ぶ会	植物の生きるため子孫を残すための知恵を学びます。今年度は3期目で会員も熱心に聴講します。年会費は無料です。	第2火曜日 午前10時～11時30分	中央公民館(ウイング)4-4会議室	吉澤さん ☎0263-77-6676
信州峠会	県内に点在する峠を主に、里山・街道・山岳等を歩く会です。年会費5,000円(保険料含む、入金金なし)	主に日曜日(月1～2回/4～11月頃まで)	県内各地	長岩さん ☎0263-86-4171 E-mail: touge500@yahoo.co.jp
〈その他〉				
ガールスカウト 松本市内団	さまざまな体験を通し自分で考え行動していく力を身につけます。自分のために、仲間のために、未来のために。	月1～2回(不定期)	市内の公民館	ガールスカウト長野県連盟事務局 ☎0263-71-1765 (※月・火・水・金 午前9時30分～午後2時30分)
朗読ふれあいの会	対面朗読のボランティアです。初心者大歓迎です。朗読勉強会を月1回行っていますので気軽にご見学ください。	5月28日、6月25日、8月27日 午後1時30分～3時	中央図書館	矢ヶ崎さん ☎0263-27-6841

「学びの森生涯学習ファイル」に登録しませんか

市民の方々の多様な生涯学習活動を支援するため、松本市や近隣市町村にお住まいの指導できる方、および学習活動を行っているグループのみなさまの情報を登録していただき、情報提供を行っています。

○指導者

知識、経験等を活かし、市民や地域に貢献したいという熱意のある方

○グループ

松本市や近隣地域で継続的な活動を行い、新たな参加希望者の加入が可能なグループ

登録していただいた情報は「学びの森生涯学習ファイル」に記載し、松本市公式ホームページや生涯学習課窓口、「学びの森いんふおめーしょん」等でご案内します。

登録情報については保護に努め、適正に管理するとともに、本制度以外の目的には使用しません。詳しくは右記のQRまたは生涯学習課・中央公民館(☎0263-32-1132)までお問い合わせください。



教育文化センター

教育文化センターでは、土日祝日には最新のプラネタリウム投映機で美しい星空と職員によるオールライブ解説を楽しむことができます。サイエンス講座や天体観測、プログラミング講座など様々な市民向け講座も開催しています。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



長野県生涯学習推進センター

各講座の詳細は、概ね1カ月前にホームページに掲載する講座案内(チラシ)をご覧ください。申込み・問い合わせ: 長野県生涯学習推進センター(☎0263-53-8822)



本誌の内容は、松本市公式ホームページでもご覧いただけます。

【掲載位置】トップページ→教育委員会→刊行物
→学びの森いんふおめーしょん



本誌へのご意見やご感想、また取りあげてほしい情報等ございましたら下記までお寄せください。

松本市教育委員会 生涯学習課・中央公民館 〒390-0811松本市中央1丁目18番1号(Mウイング2階)
TEL:0263-32-1132 FAX:0263-37-1153 E-mail:gakushu@city.matsumoto.lg.jp