



# ぜんこうじみち

松本市旭 2-11-13 松本市安原地区公民館  
TEL 39-0701 FAX 39-0702

新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、状況に応じて公民館事業を急遽中止する場合がございます。ご了承ください。

## 復活！！安原の夏祭り サマーナイトフェスタ IN 安原を開催します！

コロナの影響により2年間開催できずにいた安原地区の大イベント「サマーナイトフェスタ IN 安原」を開催します。感染対策を講じるとともに、短時間の開催となっています。夏の夜のひととき、みんなで飲んで、食べて、楽しみましょう！！

日時 7月23日(土) 17:00~(2時間程度)  
会場 安原地区公民館・安原地区福祉ひろば  
主催 安原地区まちづくり協議会



あさひ学園太鼓演奏、ニューエバークリーン(ギターサークル)の公演、大抽選会を予定しています。食べものや飲み物もたくさん用意していますので、ふるって参加ください！！

※注意事項等、詳細については同時配布している別刷りのチラシをご覧ください。

## お悩み解決！ スマホ使い方相談会

普段使っているスマートフォンで操作の方法が分からないことはありませんか？

ここではスマートフォンの基本的な使い方について、相談に乗ります！

日時 7月13日(水) 13:30~  
場所 安原地区公民館 視聴覚室  
持ち物 ご自身のスマートフォン  
講師 天白琥珀会  
定員 10名程度

お申し込みは、安原地区公民館  
(TEL39-0701)までどうぞ。



## 大人気！ パンとスイーツ教室

季節ごとの食材を使って美味しいお菓子やパンと一緒に作りましょう！

日時 7月29日(金) 9:30~  
場所 安原地区公民館 料理実習室  
講師 高梨 雅子 先生  
内容 台湾カステラ、スイーツ1品  
参加費 500円  
定員 12名(先着順)  
持ち物 エプロン、三角巾

※お申し込みは安原地区公民館  
(TEL39-0701)までどうぞ。



## パソコン教室

普段使っているパソコンの基本操作から Word や Excel の使い方等、毎講座内容を変えて学んでいきます。

日時 7月 5日(火) 13:30~  
19日(火) 13:30~

場所 視聴覚室

内容 第4回 Wordの基本操作  
~用紙・印刷・レイアウト~

持ち物 あればご自身のパソコン

講師 山川 豊 先生



## 男のストレッチ講座

筋肉を伸ばす“ストレッチ”と筋肉を鍛える“トレーニング”を自分のペースでやってみましょう！

日時 7月14日(木) 13:30~

場所 安原地区福祉ひろば

講師 すがの鍼灸整骨院

高橋 達也 先生

参加費 無料



※お問合せ、お申し込みは

安原地区公民館(39-0701)までどうぞ。

## スローストレッチ教室

ゆっくりとした動きで体をほぐしながら軸を整えます。  
初めての方やご年配の方でも安心して運動できます。

日時 7月11日(月) 13:30~  
25日(月) 13:30~

場所 大会議室

持ち物 ヨガマット or バスタオル

講師 山田 美由紀 先生

※お問合せ、お申し込みは安原地区公民館  
(39-0701)までどうぞ。



## 7月の講座や行事などの予定

2日(土)	14:00	福祉を語るつどい(講演)
5日(火)	13:30	安原井戸端・デジカメ百景 パソコン教室
11日(月)	13:30	スローストレッチ教室
13日(水)	13:30	スマホ講座
	18:30	サマーナイトフェスタ IN 安原最終打合せ
14日(木)	13:30	男のストレッチ講座
18日(月)	9:00	安原地区親睦球技大会
19日(火)	13:30	パソコン教室
22日(金)	13:30	歴史研究会
23日(土)	17:00	サマーナイトフェスタ
25日(月)	13:30	スローストレッチ教室 IN 安原
28日(木)	終日	館内清掃日
29日(金)	9:30	パンとスイーツ教室
	11:30	ふれっ手いなり寿司販売

☆ しなの木教室パン販売毎週木曜日 11:45~

## 安原地区親睦球技大会 開催!

安原地区の皆さんの親睦・交流と健康増進のため、下記のとおり親睦球技大会を開催します。種目は、マレットゴルフと卓球です。

日時 7月18日(月) 9:00 ~ 12:00

場所 松本市総合体育館附属コース(マレット)

安原地区公民館 大会議室(卓球)

参加資格 安原地区のみなさん(小学3年生以上)

持ち物 飲み物、運動できる服装

主催 安原地区スポーツ協会

申込・問合せ 7月11日(月)までにご自身の住む  
町会の体育部長さんへご連絡ください。

※詳細は、別刷りの回覧をご覧ください!

## 8月の主な予定

10日(水)	18:30	公民館運営委、文化委、 まち協3役等合同会議
13日(土)	8:30	夏休みバス企画
26日(金)	13:30	歴史研究会

公民館だよりや公民館情報は市公式HPで随時更新しています!

ご興味のある方は **安原地区公民館** で検索!



左のQRコードを  
読み取るだけで簡単に  
アクセスできます!