

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

お悩み解決！ スマホ使い方相談会

普段みなさんが使っているスマホで操作の方法が分からないことはありませんか。
この講座では、スマホの基本的な使い方について、相談に乗ります！

日時 5月15日(水) 13:30~
場所 安原地区公民館 視聴覚室
講師 天白琥珀会
参加費 無料 ※要申込
定員 5~6名程度
持ち物 ご自身のスマートフォン



※申し込みについて

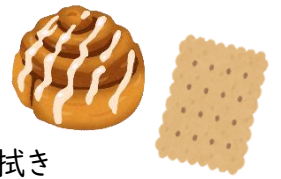
5月8日(水)~14日(火)平日 9:00~17:00
の間に、安原地区公民館(Tel39-0701)まで連絡をお願いします。

当日の待ち時間短縮のため、時間割りでのご予約とさせていただきますのでご了承ください。

大人気！ パンとスイーツ教室

おいしいパンとスイーツを一品ずつ作る教室です。
参加者のみなさんが和気あいあいとなってパンづくりを楽しめます！

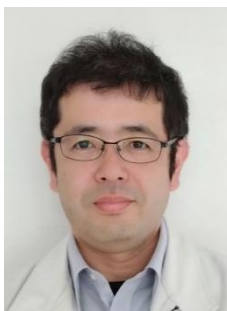
日時 5月31日(金) 9:30~
場所 安原地区公民館 料理実習室
内容 スタバ風チョコスコーン・ティラミス
講師 高梨 雅子 先生
参加費 600円
定員 12名 ※要申込
持ち物 エプロン、三角巾、手拭き



※申し込みについて

5月13日(月)~24日(金)平日 9:00~17:00
の間に、安原地区公民館(Tel39-0701)まで連絡をお願いします。

着任しました。 よろしくお願いします



安原地区公民館
主事 奥原 直弥

令和6年度から安原地区公民館の公民館主事を拝命しました奥原直弥と申します。

公民館がより一層地域の皆さまの集いの場となるよう努力してまいります。

今後ともよろしくお願い申し上げます。

図書コーナー本入れ替え ~お知らせと返却のお願い~

5月22日(水)に安原地区公民館図書コーナーの本の入れ替えを行います。図書委員選りすぐりの本が入りますので、みなさん是非ご利用ください。

今お手元に貸出本をお持ちの方は、
5月20日(月)までに安原地区公民館事務室まで必ず返却をお願いします。

※未返却の本が多数ありますので、
借りたことがある方は、
今一度確認をお願いします！



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 5月9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 (Tel39-0701) 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 5月13日(月) 13:30~
27日(月) 13:30~
場所 大会議室
講師 山田 美由紀 先生
持ち物 ヨガマット or バスタオル



※お問合せ、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、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 5月7日(火) 13:30~
21日(火) 13:30~
場所 視聴覚室
内容 第26回 Excelの基本操作
~書式設定とセルの結合~
講師 山川 豊 先生
持ち物 あればご自身のパソコン



※お問合せ、お申し込みは
安原地区公民館 (Tel39-0701) までどうぞ。

5月の講座や行事などの予定

7日(火) 13:30	パソコン教室
9日(木) 13:30	男のストレッチ講座
12日(日) 9:30	安原地区親睦春季マレットゴルフ大会
13日(月) 13:30	スローストレッチ教室
15日(水) 13:30	スマホ使い方相談会
17日(金) 13:30	歴史研究会
21日(火) 13:30	パソコン教室
22日(水) AM	図書コーナー本入れ替え
23日(木) 終日	館内清掃日
24日(金) 13:30	安原井戸端・デジカメ百景
27日(月) 13:30	スローストレッチ教室
31日(金) 9:30	パンとスイーツ教室

☆しなの木教室パン販売

毎週木曜日 11:50

☆ふれっ手いなり寿司・唐揚げ販売

5月24日(金) 11:30(毎月第4金曜日)

安原地区親睦春季マレットゴルフ大会

春爛漫です!体を動かして体力づくりをしながら楽しみましょう!多くのみなさんの参加をお願いします。

初めての方、用具のない方大歓迎です!!

日時 5月12日(日) 9:00~11:30頃
場所 松本市総合体育館附属マレットゴルフコース
参加資格 安原地区のみなさん(中学生以上)
参加費 無料
持ち物 筆記用具、マレットゴルフ用具一式(貸出可)
主催 安原地区スポーツ協会
申込 お住まいの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!

6月の主な予定

5日(水) 18:30	公民館運営委・文化委・まち協3役等合同会議
23日(日) 10:00	橋倉家住宅 読書会
27日(木) 終日	館内清掃日
28日(金) 終日	歴史研究会バス研修

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!