



Life Long Study

2023. 9.20

# 生涯学習だより 秋冬

## 公民館講座案内 (申込者には後日詳細をお知らせします)

朝日村中央公民館 (TEL: 99-2004 / FAX: 99-3563 / mail: kyouiku@vill.asahi.nagano.jp)

※申込書の提出は直接又はFAX、メールでお願いします。(最少開催人数は5名です)  
※メールの場合は『住所、氏名、電話番号、希望講座、希望する連絡方法』を記入ください。  
※村内居住者、村内事業所通勤者優先となります。

☆参加費・受講料は、中学生以下無料です ☆小学生以下は保護者同伴

走らず無理なく楽しめます

### 「ウォーキングフットボール」

講師	松本山雅スタッフ
開講日	12月3日(日)
時間	午前10時00分～11時30分
場所	アリーナ
参加費	200円
定員	40名
対象	どなたでも参加できます



©2011 YAMAGA

伝説の箱根ランナー大村さんから走り方を学ぼう

### 「『走る』を学ぼう」

講師	大村 一さん
開講日	11月11日(土)・11月25日(土)
時間	午前8時30分～10時30分
場所	グラウンド(雨天時:アリーナ)
参加費	無料
定員	30名
対象	どなたでも参加できます

箱根駅伝の第75回～第77回大会を走った大村一さん(法政大卒)。箱根5区(山上)の激走は、今でも箱根駅伝ファンの語り草となっています。

フィンランド発祥のスポーツ年齢問わず楽しめます

### 「モルック教室」

講師	スポーツ推進委員
開講日時	10月31日(火) 午後7時00分～8時30分 11月26日(日) 午前10時00分～11時30分
場所	ゲートボール場
参加費	無料
定員	各回30名

ご都合のいい日をどちらか選んで参加できます。  
両方に参加することも可能です。

どなたでも参加できますので、お気軽にお申し込みください。

こんな講座やってみたい!こんな講座があったらうれしい!など、講座に関するご要望やご意見などがありましたら中央公民館までご連絡ください!

秋の星空・月と土星・木星を観察しよう

### 「秋の星空教室」

講師 天文同好会  
 開講日 10月21日(土)  
 時間 午後7時00分～9時00分  
 場所 星の丘天文台(旭ヶ丘)  
 参加費 無料  
 定員 無し  
 対象 どなたでも参加できます

映像を作って遊んでみよう!

### 「映像クリエーション」

講師 小林 聖人さん  
 開講日 11月26日(日)・12月10日(日)  
 1月14日(日)・2月4日(日)・2月18日(日)  
 時間 午後2時00分～4時00分  
 場所 中央公民館 講堂  
 参加費 無料  
 定員 10組  
 対象 どなたでも参加できます  
 パソコン、タブレット、スマートフォンなどの  
 端末をご持参ください

プロジェクトマッピング  
 のスロー・逆再生、動  
 画投稿、静止画・写真な  
 ど映像に関する様々なこ  
 とを学べます!

ただいま企画中!  
 Coming soon...

やりたいことを形にして自己実現!

副業・起業学べる講座 ※日程調整中 後日チラシ配布予定

### 「小商い講座」

講師 ☆スナバ 草野 絵理 さん  
 (ファシリテーター・コーディネーター)  
 ☆村内で副業・起業をしている方  
 ・雑貨と駄菓子「ららひかりや」小島 亜子さん  
 ・さとわ農園 舟生 里さん  
 ・Shiroki Nursery 白木 健太さん  
 ☆長野県商工会連合会 広域専門経営支援員  
 場所 中央公民館 講堂  
 参加費 無料  
 定員 10名  
 対象 どなたでも参加できます

各回1人ずつ3人の方  
 から事例発表フリートーク  
 商工会の講師からのアド  
 バイス付き♪

おにぎり3兄弟・スコップコロケをつくってみよう

### 「朝日ヘルスマイトの親子の食育教室」(住民福祉課共催)

講師 朝日ヘルスマイト  
 開講日 11月25日(土)  
 時間 午前10時00分～午後12時30分(受付9時50分)  
 場所 中央公民館 調理室  
 参加費 500円(材料費2人分) 定員 8組(先着順)  
 対象 保育園(幼稚園)年長～小学校2年生のお子さんと保護者  
 持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル  
 申込先 役場 住民福祉課 健康づくり係(0263-99-2540)  
 申込締切 11月15日(水)



朝日村公式ホームページにも  
掲載しています。

どの講座も、申込締切日は開講日  
 の10日前までです。  
 申込書に記載されている締切日を  
 ご確認の上、お申し込みください。

野菜だしのミ  
 ネストローネ  
 の試食あり!