

Life Long Study 生涯学習だより

2026. 9.18

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)

※最少開催人数は5名です。※村内居住者、村内事業所通勤者優先となります。

☆学習費・受講料は、無料です ☆小学生以下は保護者同伴



※申込書の提出は
直接又はFAXをお願いします。



※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。
※朝日村公式LINEより一問一答方式もあります。



文化講座



世界のおいしい料理

申込×切 11月11日



世界の色々な料理と一緒に作って学んでみませんか？

開催日時 ①白菜中華サラダ 11月21日(土)
②メキシカンタコス 2月13日(土)
時 間 10時～正午
集合場所 中央公民館 調理室
講 師 ①藤代 恵理さん
②村松 園実さん
定 員 15名 対 象 者 大人向け
材 料 費 お申込みいただいた方へお知らせ

郷土食をつくろう

申込×切 11月26日



春とは少し違うおやきと一緒に作って食べましょう。

開催日時 12月6日(日)10時～12時
集合場所 中央公民館 調理室
講 師 朝日ヘルスメイト
定 員 15名
対 象 者 どなたでも
材 料 費 お申込みいただいた方へお知らせ

今回は
切干大根など違う
食材で作ります

初めての編み物

申込×切 11月8日



中学生も大歓迎！

学校帰りの時間や夕方にゆっくりカギ編みや
指編みの基礎を学んで作品を作ってみませんか？

開催日時 ①11月18日(水) 16時～17時
②11月25日(水) 16時～17時
③12月25日(金) 13時～15時
場 所 中央公民館 第一会議室
講 師 編み物クラブ
定 員 15名 対 象 小学生以上
持 ち 物 かぎ針+毛糸代 (220円)

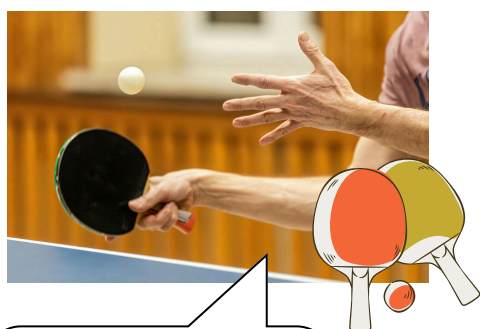
裏面に続く

運動講座

みんな大好き

卓球講座

申込×切 10月25日



中学生も大人也大歓迎！

「あら、上達した？」コツを覚えてラリーも続く

開催日時	①11月 4日(水)	19時～20時
	② 11月11日(水)	19時～20時
	③ 11月18日(水)	16時～17時
	④ 11月25日(水)	16時～17時

場所 朝日村トレーニングセンター 北研修室

講師 アンカー卓球スクール 望月龍大さん

定員 30名 対象 小学生以上

走る趣味を応援！

初めてのジョギング講座

申込×切 12月2日



「正しい走り方」でもっとラクにもっと楽しく！

30代～40代の運動不足解消からシニア世代まで！
小学生は市町村対抗駅伝目指してみない？

開催日時

①	12月12日(土)	9時30分～11時00分
②	3月 6日(土)	9時30分～11時00分

場所 朝日村ゲートボール場ほか

講師 金澤 拓則さん

対象 どなたでも

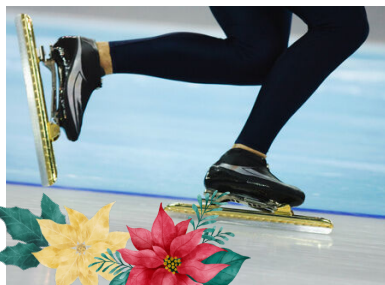


ジョグウォークでも
教えてくれたよ♪

ある程度すべれる人の

中級者からのスケート講座

申込×切 1月4日



塩尻朝日スケート大会前に

選手候補たちと一緒にスケートを練習してみませんか

開催日 1月14日、21日、28日、2月 4日

集合時間 申込者へご連絡いたします。

集合場所 朝日村スケート場

講師 羽多野 美映さん

定員 30名

対象 小学生以上