

交流スポーツ大会

※地区分館経由で参加者募集

◆ソフトボール大会

日時：8月30日(日) 午前7時30分～
場所：高遠スポーツ公園総合グラウンド

◆桜カップソフトバレーボール大会 リーグ戦・全6回開催

日時：10月3日(土)～毎月1回 午後7時～
場所：高遠スポーツ公園文化体育館

◆卓球大会

日時：令和9年2月21日(日) 午前8時30分～
場所：高遠スポーツ公園文化体育館

進徳館の日 記念少年剣道大会

日時：5月23日(土) 午前8時30分～
場所：高遠スポーツ公園文化体育館
対象：小中学生の剣道部
剣道クラブの方



進徳館 夏の学校

夏休み中の小学生が対象。高遠藩校だった進徳館を会場に、進徳館で武士の子供も行ったという「論語の素読」のほか、体験活動や演劇鑑賞などを通じて学びを深めます。高遠ならではの思い出を作りましょう。

日程：7月24日～29日の平日午前
※詳細は6月末に学校を通じてお知らせします。



伊那市高遠町公民館 令和8年4月号

高遠町公民館だより

書：泉石心

本年度の講座やスポーツ大会をご案内します。講座をきっかけに、学び・繋がり・支えあって、ゆたかで健康な生活を送りましょう。



第48回 高遠町桜大学講座

入場無料

第1講座 4月29日(水・祝) 午後1時30分～

講師 にしむら よしき 元NHKプロデューサー 西村 与志木 氏
テーマ 朝ドラ、大河、ドラマはこう生まれる

第2講座 6月28日(日) 時間未定

出演 いままき かの ソプラノ 今牧 香乃 氏・もり まなみ ピアノ 森 真実 氏
演奏曲 オペラ《ファウスト》より「宝石の歌」
オペラ《トスカ》より「歌に生き、愛に生き」
オペラ《イル・トロヴァトーレ》より「静かな夜」他
会場 信州高遠美術館 ロビー

第3講座 9月26日(土) 午後1時30分～

講師 きたはら いわお 日本東ティモール協会会長 北原 巖男 氏
テーマ 一団塊世代の高遠発、いろいろ行き

第4講座 11月28日(土) 午後1時30分～

講師 たかしま いさお オペラ演出家 高島 勲 氏
テーマ オペラ演出家への歩み
～オペラハウスの制作現場から～

第一線で活躍・研究している方を講師に招き、直接お話を聞くことを通じて学ぶ講演会です。生きる力や潤いを得て視野を広げる機会にしましょう。詳細は別途回覧するチラシをご確認ください。第1、3、4講座の会場は高遠町総合福祉センターやますそ。受講の申込みは不要です。



声楽家 今牧 香乃 氏

ふれあいスポーツ教室

笑顔でふれあう 軽スポーツ教室



伊那市内小中学校の生徒を対象にした講座です。伊那市スポーツ推進委員が講師をつとめます。詳細は学校を通じてお知らせします。

高遠そば そば打ち講座

毎年恒例!

全5回開催

年越しそばを自分で打とう！試食会あり。リピーターも歓迎です。参加者募集は10月の回覧チラシにておこないます。※申込者多数の場合は抽選になります。

日程：12月～1月の水曜日午前(予定)
場所：高遠閣(高遠城址公園内)



令和8年度高遠町の各地区分館役員

高遠地区分館	地区分館長 加藤 恵介	新・主事 奥田 一芳
長藤地区分館	地区分館長 伊東 基博	新・主事 佐久間 淳
三義地区分館	地区分館長 原 一穂	新・主事 北原 賢哉
藤沢地区分館	地区分館長 北原 隆一	新・主事 中田 敬介
河南地区分館	地区分館長 小松 浩明	新・主事 小松 慎

令和9年高遠町地区 二十歳のつどい

新しく二十歳を迎えた成人の門出を地域で祝います。

日時：令和9年1月2日(土) 午前10時～
場所：高遠町総合福祉センターやますそ
対象：平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの高遠中学校卒業生または高遠地区在住者。
※対象者には別途案内を送付します。

参加者募集中の講座など 1～9は参加募集中です ※4/24(金)〆切

NEW! ジビエ 料理教室

講義や鹿肉を使った調理を通して、地産地消の取り組みを学びます！
詳しい内容の告知と参加者募集は、5月の回覧チラシにておこないます。

日程：7月(予定)
協力：信州高遠ジビエ加工センター
場所：高遠町総合福祉センターやますそ
※材料費・定員ほか詳細は回覧チラシをご覧ください。

豊かな自然に囲まれ、文化と歴史の香りが漂う高遠町がさらに元気になるよう公民館活動を進めてまいります。どうぞよろしくお願ひします。高遠町公民館長 矢澤 淳 主事 小松 由以

1. 高遠おいさんずクラブ

初回日程：6月8日(月) (予定)
受講料：500円+材料費等

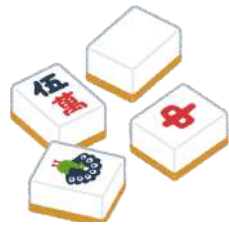
男性対象のなんでも講座。6月から毎月1回、視察研修や料理、運動、ボランティア活動などを通して仲間との交流を深めましょう。内容は参加者で話し合っ決めて決めます。

2. 高遠町健康麻雀教室

日程：毎月第3水曜日午後を基本に開講予定
※初回6月17日(水) 午後1時30分～5時ごろ

会場：総合福祉センターやますそ4階
受講料：1,000円(教材費込)

吸わない・賭けない・飲まない健康麻雀で健康的な交流をしませんか。初心者や女性でも安心。対局が中心です。他地区との交流戦も予定しています！



3. 高遠石工の石仏を巡る講座

日程：① 9月9日(水)、② 9月16日(水)
③ 9月30日(水)、④ 10月14日(水)
※①、③は座学 ②、④は現地見学

時間：①、③… 午前10時～正午(予定)
②、④… 午前8時30分～午後4時(予定)

講師：熊谷友幸氏
(一般社団法人高遠石工研究センター 事務局長)

受講料：500円+実費(昼食代等)
定員：22名

4回連続講座。今年は木曾・駒ヶ根地域の石仏を巡ります。歴史背景から石仏の表情まで、高遠石工を中心に据えて学びます！



※原則、全講座に参加できる方の申込みをお願いします。

4. 名勝・名所を訪ねる講座

第1講座 【木曾方面】

日程：9月6日(日)
時間：午前8時30分～午後4時(予定)
見学地：御岳ロープウェイ・味噌川ダム

第2講座 【上田方面】

日程：10月18日(日)
時間：午前8時30分～午後4時(予定)
見学地：戦没画学生慰霊美術館 無言館・北向観音

受講料：500円+実費(入館料・昼食代等)
定員：22名



バスハイクであちこちの名勝・名所を訪ねます。専門家にガイドしてもらうなど、見聞を広めます。
※原則、全講座に参加できる方の申込みをお願いします。

5. 高遠の山 守屋山 を登ろう

日程：7月18日(土) 午前7時30分～午後3時(予定)
講師：北原 滋夫氏 (ジオパークガイド)

参加料：200円+実費
定員：22名

登山を通して高遠の山と自然に親しみましょう！今年は守屋山に挑戦します。



6. コーヒー道へようこそ

日程：5月29日、6月5日、12日 いずれも金曜日
午後6時30分～8時(予定)

会場：高遠町総合福祉センターやますそ
講師：伊藤 まゆみ氏 (風雲 Coffee Roastery & Books)

受講料：500円+材料費2,800円
定員：10名

3回連続講座。コーヒーの「豆」知識や淹れ方のコツを学びながら、味の違いを楽しみましょう。



7. 美術館・歴史博物館・創造館 特別展講座

受講料：500円 / 定員：20名程度

第1講座 5月27日(水) 午前10時～
「藝大卒展 サテライト」
会場：信州高遠美術館

第2講座 6月10日(水) 午前10時～
「高遠藩士の仕事と暮らし」
会場：高遠町歴史博物館

第3講座 6月24日(水) 午前10時～
「伊那谷フィルムコミッションの
しごと(仮称)」
会場：伊那市創造館

第4講座 8月22日(土) 午後(予定)
「若手アーティスト展(仮称)」
会場：信州高遠美術館

第5講座 11月11日(水) 午前10時～
古文書デジタル化事業関連展示
「近世高遠町の暮らし(仮称)」
会場：高遠町歴史博物館

第6講座 12月2日(水) 午前10時～
「宇宙に関する展示(仮称)」
会場：伊那市創造館

伊那市文化施設3館の特別企画展を、学芸員さん等の解説付きで鑑賞します。作家さんご本人によるギャラリートークもあるかも！

※日程等は変更になる可能性があります。
※原則現地集合です。



お申込み・お問い合わせ
高遠町公民館(高遠教育振興係内)
〒396-0211
長野県伊那市高遠町西高遠1644
高遠町総合福祉センターやますそ内
※高遠町公民館は令和7年4月1日から上記所在地に移転しました。

▼お電話でお申し込みください▼ ※1～9の講座のみ受付中です
☎0265-94-2557 4月24日(金) 申込み必切
■定員のあるものは先着順。定員未達の場合は原則随時受付します。
■講座によって、参加料・受講料(初回のみ)のほか材料費等がかかります。
■申し込み受付後、開催通知を送付します。
■講師の都合等により日程が変わる場合があります。
■公民館報等掲載用に写真を撮影させていただきますのでご承知おきください。

8. マレットゴルフ大会

日時：5月31日(日) 午前9時～
場所：花の丘マレットゴルフ場
参加料：200円

9. パターゴルフ大会

日時：6月6日(土) 午前9時～
場所：高遠グリーンパーク
参加料：500円



正之公カップ 高遠町ゴルフ大会



日程：10月10日(土)
時間：午前7時～受付
午前8時～OUT/IN 1組目同時スタート
場所：中央道晴ヶ峰カントリークラブ
定員：80名



高遠ゆかりの皆さんによるゴルフ大会です。詳細は7月ごろ回覧するチラシによりご確認ください。

※本年度より開会式は行いません。



未就園児が対象。親子で集まって「泣いたり笑ったり」にぎやかに交流します。他地区からのご参加も大歓迎です！見学やお申込みなど、高遠町公民館へお気軽にお問い合わせください。

初回日程：6月中旬～下旬予定

※受講対象の皆さんへ随時
チラシを送ります。

