

# 1 公民館（本館）

館数 250 （市立 178 、町立 34 、村立 38 ）

（平成22.5.1現在）

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
<b>長野市</b>			
城山	長野市長野2462	380-0852	(026) 232-3111
篠ノ井	長野市篠ノ井御幣川281-1	388-8006	〃 292-2121
松代	長野市松代町松代4-3	381-1231	〃 278-3912
若穂	長野市若穂綿内7597	381-0101	〃 282-2082
川中島町	長野市川中島町今井1762-1	381-2226	〃 284-8222
更北	長野市青木島町大塚880-5	381-2205	〃 284-2046
七二会	長野市七二会丁151	381-3161	〃 229-2761
信更	長野市信更町氷ノ田3183-2	381-2351	〃 299-2619
朝陽	長野市北長池1640-2	381-0025	〃 243-7251
安茂里	長野市安茂里1777-1	380-0943	〃 226-4059
芹田	長野市若里2-8-18	380-0928	〃 228-3659
若槻	長野市若槻東条505-1	381-0084	〃 295-3355
中部	長野市緑町1596-13	380-0813	〃 234-1883
古牧	長野市西和田1-12-1	381-0037	〃 243-3524
小田切	長野市山田中2545	380-0876	〃 229-2782
芋井	長野市桜600-ト-3	380-0885	〃 235-5778
三輪	長野市三輪4-15-1	380-0803	〃 234-4430
吉田	長野市吉田3-22-41	381-0043	〃 241-6354
古里	長野市金箱635-16	381-0007	〃 295-9707
柳原	長野市小島804-5	381-0017	〃 269-8540
浅川	長野市浅川東条328-1	381-0064	〃 263-1001
大豆島	長野市大豆島1144-1	381-0022	〃 222-2888
長沼	長野市穂保941	381-0003	〃 295-9697
豊野	長野市豊野612-8	389-1192	〃 257-5875
戸隠	長野市戸隠栃原4789	381-4104	〃 252-2221
鬼無里	長野市鬼無里207-4	381-4301	〃 256-2055
大岡	長野市大岡乙252-1	381-2703	〃 266-2413
信州新町	長野市信州新町新町1000-1	381-2405	〃 262-2345
中条	長野市中条2383-1	381-3203	〃 267-2145
<b>松本市</b>			
中央	松本市中央1-18-1	390-0811	(0263) 32-1132
第一地区	松本市中央1-18-1 Mウヅク`4F	390-0811	〃 32-1550
中山	松本市中山3746-1	390-0823	〃 58-5822
島内	松本市島内4970-1	390-0851	〃 47-0264
島立	松本市島立3298-2	390-0852	〃 47-2049
神林	松本市神林1557-1	390-1243	〃 58-2039
笹賀	松本市笹賀2929	399-0033	〃 58-2046
芳川	松本市芳川野溝東2-10-1	399-0034	〃 58-2034
寿	松本市寿豊丘424	399-0021	〃 58-2038
寿台	松本市寿豊丘649-1	399-0021	〃 58-6561

公民館名		所在地	郵便番号	電話番号	
大	手	松本市大手3-8-1	390-0874	(0263)	39-5711
城	北	松本市開智2-3-39	390-0876	〃	38-0120
安	原	松本市旭町2-11-13	390-0802	〃	39-0701
田	川	松本市渚3-2-7	390-0841	〃	27-3840
庄	内	松本市出川1-5-9	390-0827	〃	24-1811
岡	田	松本市岡田町517-1	390-0315	〃	46-2313
入	山	松本市入山辺1509-1	390-0222	〃	32-1389
里	山	松本市里山辺2930-1	390-0221	〃	32-1077
今	井	松本市今井2231-1	390-1131	〃	59-2001
新	村	松本市新村2179-7	390-1241	〃	48-0375
和	田	松本市和田2240-31	390-1242	〃	48-5445
内	田	松本市内田2203-1	399-0023	〃	58-2494
本	郷	松本市浅間温泉2-9-1	390-0303	〃	46-1500
北	部	松本市蟻ヶ崎4-6-5	390-0861	〃	35-7740
西	部	松本市両島5-50	390-0848	〃	26-0206
南	部	松本市芳野4-1	399-0002	〃	26-1083
第	二	松本市本庄2-3-23	390-0814	〃	39-3601
第	三	松本市中央4-7-28	390-0811	〃	36-7040
東	部	松本市女鳥羽2-1-25	390-0806	〃	36-8565
城	東	松本市元町3-7-1	390-0803	〃	34-0191
四	賀	松本市会田1001-1	399-7402	〃	64-3112
安	曇	松本市安曇1061-1	390-1592	〃	94-2305
奈	川	松本市奈川3301	390-1611	〃	79-2121
梓	川	松本市梓川梓2288-3	390-1792	〃	78-3001
松	原	松本市松原39-1	399-0022	〃	57-2322
波	田	松本市波田町4417-1	390-1401	〃	92-2268
<b>上 田 市</b>					
中	央	上田市材木町1-2-3	386-0014	(0268)	22-0760
塩	田	上田市中野20	386-1325	〃	38-6883
川	西	上田市小泉863-1	386-1106	〃	22-5004
西	部	上田市常磐城5-1-44	386-0027	〃	27-7544
上	野	上田市住吉378-1	386-0002	〃	24-0659
城	が	上田市中之条452	386-0034	〃	27-7618
丸	丘	上田市上丸子1592-2	386-0404	〃	42-3147
真	子	上田市真田町長7199-1	386-2201	〃	72-2655
武	田	上田市下武石740	386-0503	〃	85-2030
<b>東 御 市</b>					
中	央	東御市県288-4	389-0592	(0268)	64-5885
<b>岡 谷 市</b>					
長	地	岡谷市長地柴宮2-15-26	394-0083	(0266)	27-8080
	湊	岡谷市湊3-8-6	394-0044	〃	22-2300
川	岸	岡谷市川岸中3-1-29	394-0047	〃	23-2200

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
<b>飯 田 市</b>			
飯 田 市	飯田市吾妻町139	395-0085	(0265) 22-1132
座 光 寺	飯田市座光寺2535	395-0001	〃 22-1401
松 尾	飯田市松尾城4012-1	395-0825	〃 22-0091
竜 丘	飯田市桐林505	399-2565	〃 26-9303
三 穂	飯田市伊豆木5451-2	399-2434	(0265) 27-2032
山 本	飯田市山本3378	395-0244	〃 25-2001
伊 賀 良	飯田市大瀬木570-1	395-0157	〃 25-7311
下 久 堅	飯田市下久堅知久平118-1	399-2603	〃 29-8001
川 路	飯田市川路2363	399-2431	〃 27-2001
龍 江	飯田市龍江4517	399-2221	〃 27-3004
千 代	飯田市千代1170-1	399-2222	〃 59-2003
上 久 堅	飯田市上久堅3769	399-2611	〃 29-7001
東 野	飯田市宮の前4398-2	395-0082	〃 24-9144
橋 北	飯田市江戸町2-292-8	395-0015	〃 24-0310
橋 南	飯田市扇町35	395-0046	〃 24-0327
羽 場	飯田市羽場町2-14-9	395-0063	〃 23-9749
丸 山	飯田市今宮町4-5610-2	395-0071	〃 23-5872
鼎	飯田市鼎中平1339-5	395-0801	〃 22-1284
上 郷	飯田市上郷飯沼3092-9	395-0002	〃 24-7744
上 村	飯田市上村754-2	399-1403	〃 36-2211
南 信 濃	飯田市南信濃和田2596-3	399-1311	〃 34-5111
<b>諏 訪 市</b>			
諏 訪 市	諏訪市湖岸通り5-12-18	392-0027	(0266) 53-6219
豊 田	諏訪市豊田2591	392-0016	〃 52-1587
四 賀	諏訪市四賀804-3	392-0012	〃 52-0504
中 州	諏訪市中洲2847-1	392-0015	〃 52-1924
湖 南	諏訪市湖南4038-6	392-0131	〃 52-0553
<b>須 坂 市</b>			
須 坂 市 中 央	須坂市須坂747-イ	382-0013	(026) 245-1598
仁 礼 コ ミ ュ ニ テ イ セ ン タ ー	須坂市仁礼7-16	382-0034	〃 245-8118
井 上 地 域	須坂市幸高274-3	382-0047	〃 246-2488
南 部 地 域	須坂市臥竜2-4-2	382-0028	〃 245-0273
豊 洲 地 域	須坂市小島402-1	382-0062	〃 246-3232
日 滝 地 域	須坂市日滝897-4	382-0012	〃 248-1686
高 甫 地 域	須坂市八町1918	382-0044	〃 248-1925
豊 丘 地 域	須坂市豊丘1076	382-0022	〃 245-9768
<b>小 諸 市</b>			
小 諸 市	小諸市乙女甲1275-2	384-0801	(0267) 23-8880
(中央、大里、川辺、北大井、南大井、三岡、西小諸)			

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
<b>伊 那 市</b>			
伊 那	伊那市中央5053	396-0011	(0265) 78-3447
富 県	伊那市富県6393-1	396-0621	〃 72-2318
美 篤	伊那市美篤4999-1	396-0111	〃 72-2360
手 良	伊那市手良野口260-1	396-0003	〃 72-2755
東 春 近	伊那市東春近1826	399-4432	〃 72-3202
西 箕 輪	伊那市西箕輪6700-2	399-4501	〃 72-2319
西 春 近	伊那市西春近5138-1	399-4431	〃 72-4178
高 遠 町	伊那市高遠町西高遠1806	396-0292	〃 94-2557
長 谷	伊那市長谷溝口1188-1	396-0402	〃 98-2009
<b>駒ヶ根市</b>			
赤 穂	駒ヶ根市上穂南2-11	399-4114	(0265) 83-4060
中 沢	駒ヶ根市中沢4036-1	399-4231	〃 83-5125
東 伊 那	駒ヶ根市東伊那2398-20	399-4321	〃 82-4664
<b>中 野 市</b>			
中 央	中野市三好町1-4-27	383-0025	(0269) 22-2691
北 部	中野市赤岩1447	383-0004	〃 26-0677
西 部	中野市安源寺666-1	383-0052	〃 23-1024
豊 田	中野市豊田豊津2509	389-2101	〃 38-2922
<b>大 町 市</b>			
大 町	大町市大町1601-2	398-0002	(0261) 22-9988
平	大町市平10352-1	398-0001	〃 22-0694
常 磐	大町市常磐3601-18	398-0004	〃 22-0321
社	大町市社3945-2	398-0003	〃 22-0378
八 坂	大町市八坂1133-1	399-7301	〃 26-2380
美 麻	大町市美麻11810-イ	399-9192	〃 29-2311
<b>飯 山 市</b>			
飯 山 市	飯山市飯山1436-1	389-2253	(0269) 62-3342
飯 山	飯山市飯山1436-1	389-2253	〃 62-3342
秋 津	飯山市静間2598-1	389-2255	〃 62-2330
木 島	飯山市木島1011	389-2234	〃 62-0555
瑞 穂	飯山市瑞穂4174	389-2322	〃 65-2501
常 磐	飯山市常磐1498	389-2414	〃 62-3200
柳 原	飯山市小佐原6832	389-2252	〃 62-5562
富 倉	飯山市富倉1769	389-2258	〃 67-2136
外 様	飯山市中曾根50-1	389-2417	〃 62-1029
太 田	飯山市常郷405-イ	389-2413	〃 65-4579
岡 山	飯山市照岡497-6	389-2601	〃 69-2010
<b>茅 野 市</b>			
茅 野 市	茅野市宮川4552-2	391-0013	(0266) 72-3266

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
<b>塩尻市</b>			
中 央	塩尻市大門七番町4-3	399-0738	(0263) 54-1253
広 丘	塩尻市広丘野村2069-1	399-0702	" 52-0157
片 丘	塩尻市片丘4758-7	399-0711	" 52-0125
宗 賀	塩尻市宗賀2658-1	399-6461	" 52-0251
北 小 野	塩尻市北小野48	399-0651	(0263) 52-0552
洗 馬	塩尻市洗馬2550-2	399-6462	" 52-0053
塩 尻 東	塩尻市塩尻町648-1	399-0712	" 52-4748
大 門	塩尻市大門六番町3-10	399-0731	" 52-9194
吉 田	塩尻市広丘吉田2901-3	399-0701	" 86-8611
檜 川	塩尻市木曾平沢2221	399-6302	(0264) 34-2001
高 出	塩尻市広丘高出2114-20	399-0703	(0263) 53-8721
<b>安曇野市</b>			
中 央	安曇野市明科中川手6824-1	399-7102	(0263) 62-4565
明 科	安曇野市明科中川手2914-1	399-7102	" 62-4605
豊 科	安曇野市豊科4289-1	399-8205	" 72-2158
穂 高	安曇野市穂高5047	399-8303	" 82-5970
三 郷	安曇野市三郷明盛4810-1	399-8101	" 77-2109
堀 金	安曇野市堀金烏川2753-1	399-8211	" 72-5796
<b>千曲市</b>			
屋 代	千曲市屋代2184-3	387-0007	(026) 272-0234
埴 生	千曲市桜堂570	387-0012	" 272-0055
稲 荷 山	千曲市稲荷山2131-2	387-0021	" 272-1009
八 幡	千曲市八幡3311	387-0023	" 272-1076
上 山 田	千曲市上山田温泉3-1-1	389-0821	" 276-5842
戸 倉	千曲市戸倉2305-1	389-0804	" 275-1490
<b>佐久市</b>			
佐 久 市	佐久市中込2947	385-0051	(0267) 64-0551
浅 間 地 区	佐久市岩村田543	385-0022	" 67-2110
野 沢 地 区	佐久市取出町183	385-0043	" 62-0116
中 込 地 区	佐久市平賀1897	385-0034	" 62-0504
東 地 区	佐久市志賀6059-1	385-0006	" 67-2545
臼 田 地 区	佐久市下越16-5	384-0414	" 82-2106
浅 科 地 区	佐久市塩名田1338	384-2102	" 58-3957
望 月 地 区	佐久市望月303	384-2202	" 53-2548
<b>南佐久郡</b>			
佐 久 穂 町	南佐久郡佐久穂町海瀬2570	384-0503	(0267) 86-2041
小 海 町	南佐久郡小海町豊里798	384-1103	" 92-4391
川 上 村	南佐久郡川上村大深山348-9	384-1405	" 97-2000
南 牧 村	南佐久郡南牧村海ノ口1138-2	384-1302	" 96-2104
南 相 木 村	南佐久郡南相木村4435	384-1211	" 78-2433
北 相 木 村	南佐久郡北相木村2744	384-1201	" 77-2111

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
<b>北 佐 久 郡</b>			
軽井沢町中央	北佐久郡軽井沢町長倉2353-1	389-0111	(0267) 45-8446
御代田町	北佐久郡御代田町馬瀬口1901-1	389-0207	〃 32-2770
立科町中央	北佐久郡立科町芦田2523	384-2305	〃 56-2311
<b>小 県 郡</b>			
長和町	小県郡長和町長久保455	386-0602	(0268) 68-2127
青木村	小県郡青木村田沢3252	386-1601	〃 49-2224
<b>諏 訪 郡</b>			
下諏訪町	諏訪郡下諏訪町西鷹野町4611-40	393-8501	(0266) 28-0002
富士見町	諏訪郡富士見町富士見3597-1	399-0211	〃 62-7900
原村中央	諏訪郡原村12080	391-0104	〃 79-7940
<b>上 伊 那 郡</b>			
辰野町	上伊那郡辰野町中央1	399-0493	(0266) 41-1681
箕輪町	上伊那郡箕輪町中箕輪10291	399-4601	(0265) 79-2178
飯島町中央	上伊那郡飯島町飯島2489	399-3702	〃 86-5877
南箕輪村	上伊那郡南箕輪村4840-1	399-4592	〃 76-7007
中川村	上伊那郡中川村片桐4757	399-3802	〃 88-1005
宮田村	上伊那郡宮田村7021	399-4301	〃 85-2314
<b>下 伊 那 郡</b>			
松川町	下伊那郡松川町元大島3720	399-3303	(0265) 36-2622
高森町	下伊那郡高森町下市田2183-1	399-3103	〃 35-8211
阿南町	下伊那郡阿南町東条58-1	399-1511	(0260) 22-2270
大下条	下伊那郡阿南町西条2333-1	399-1504	〃 22-2270
和合	下伊那郡阿南町和合919	399-1611	〃 24-2333
新野	下伊那郡阿南町新野1495-1	399-1612	〃 24-2001
富草	下伊那郡阿南町富草4216	399-1505	〃 22-2501
阿智村	下伊那郡阿智村駒場468-1	395-0303	(0265) 43-2061
平谷村	下伊那郡平谷村354	395-0601	〃 48-2211
根羽村	下伊那郡根羽村1762	395-0701	〃 49-2111
下條村	下伊那郡下條村睦沢8413-1	399-2101	(0260) 27-1050
壳木村	下伊那郡壳木村915-2	399-1601	〃 28-2677
天龍村	下伊那郡天龍村平岡1234-1	399-1201	〃 32-3206
泰阜村	下伊那郡泰阜村3236-1	399-1895	〃 26-2750
喬木村	下伊那郡喬木村6664	395-1107	(0265) 33-2002
豊丘村	下伊那郡豊丘村神稻369	399-3202	〃 35-9066
大鹿村	下伊那郡大鹿村大河原391-2	399-3502	〃 39-2100

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
<b>木 曾 郡</b>			
木曾町木曾福島	木曾郡木曾町福島5787-3	397-0001	(0264) 22-2251
木曾町日義	木曾郡木曾町日義1600-1	399-6101	〃 26-2711
木曾町開田	木曾郡木曾町開田高原西野623-1	397-0392	〃 42-3331
木曾町三岳	木曾郡木曾町三岳6311	397-0101	〃 46-2001
上松町	木曾郡上松町小川1706	399-5607	〃 52-2111
南木曾町	木曾郡南木曾町吾妻52-4	399-5302	〃 57-3335
木祖村	木曾郡木祖村藪原1191-1	399-6201	〃 36-3348
王滝村	木曾郡王滝村2758-1	397-0201	〃 48-2134
大桑村	木曾郡大桑村殿1-24	399-5501	〃 55-1020
<b>東 筑 摩 郡</b>			
筑北村中央	東筑摩郡筑北村坂井5711-1	399-7711	(0263) 67-1161
筑北村本城	東筑摩郡筑北村西条3443	399-7501	〃 66-1021
筑北村坂北	東筑摩郡筑北村坂北2183-1	399-7601	〃 66-3657
筑北村坂井	東筑摩郡筑北村坂井5711-1	399-7711	〃 67-2064
麻績村	東筑摩郡麻績村麻3863	399-7701	〃 67-2240
生坂村	東筑摩郡生坂村5076	399-7201	〃 69-2087
山形村	東筑摩郡山形村2040-1	390-1301	〃 98-3155
朝日村	東筑摩郡朝日村古見1286	390-1101	〃 99-2004
<b>北 安 曇 郡</b>			
池田町	北安曇郡池田町池田3190-1	399-8601	(0261) 62-2058
松川村	北安曇郡松川村84-1	399-8501	〃 62-2481
白馬村	北安曇郡白馬村北城7025	399-9393	〃 72-5000
小谷村	北安曇郡小谷村中小谷丙131	399-9494	〃 82-2001
<b>埴 科 郡</b>			
坂城町	埴科郡坂城町中之条2468	389-0602	(0268) 82-2069
<b>上 高 井 郡</b>			
小布施町	上高井郡小布施町小布施1491-2	381-0297	(026) 247-3111
高山村	上高井郡高山村高井4972	382-8510	〃 245-1100
<b>下 高 井 郡</b>			
山ノ内町中央	下高井郡山ノ内町平穏4015-1	381-0401	(0269) 33-1120
木島平村	下高井郡木島平村往郷914-6	389-2302	〃 82-2350
野沢温泉村	下高井郡野沢温泉村豊郷9167	389-2592	〃 85-3115
<b>上 水 内 郡</b>			
信濃町	上水内郡信濃町柏原2645-1	389-1305	(026) 255-3135
野尻湖	上水内郡信濃町野尻303	389-1303	〃 258-2113
古間	上水内郡信濃町古間752	389-1313	〃 255-4127
富士里	上水内郡信濃町大井1372-1	389-1316	〃 255-2645

公民館名	所在地	郵便番号	電話番号
柏原	上水内郡信濃町柏原2645-1	389-1305	(026) 255-3135
飯綱町	上水内郡飯綱町牟礼1989	389-1211	〃 253-6560
小川村	上水内郡小川村高府8695	381-3302	〃 269-2077
<b>下水内郡</b>			
栄村	下水内郡栄村北信3433	389-2792	(0269) 87-3111