

新型コロナウイルス感染症の影響により、施設の休止やイベントが中止される場合があります。最新の情報は市ホームページか電話でご確認ください。

主な内容

- 2 人口ビジョンと総合戦略
- 4 令和2年度予算・重点施策
- 24 新型コロナ関連情報
- 26 サイクリングコース設定

自宅でのちょっとした運動で  
動かない時間を  
減らそう!

フレイルを予防しよう(関連25ページ)

●座っている時間を減らそう!

外出機会が減少する分、立ったり歩いたりする時間を増やすことも重要です。テレビのコマーシャル中に足踏みしてみるなど身体を動かしましょう。

●筋肉を維持しよう!  
関節も硬くならないように気を付けて

ラジオ体操のような自宅でできる運動でも、筋肉の衰え予防に役立ちます。スクワットなど足腰の筋肉を強める運動も有効です。

●日の当たるところで  
散歩くらいの運動を心掛けよう!

天気が良ければ、屋外など解放された場所で身体を動かしましょう。散歩はおすすめです。ただし、人混みは避けましょう。



「しごと」が「ひと」を呼び、「ひと」が「しごと」を呼び込む。そして「まち」の活性化へ

# 「人口ビジョン」・「第2期まちひとしごと創生総合戦略」を策定

市では、少子高齢化による人口減少に歯止めを掛け、地域の活力を維持することを旨として、令和2年度～6年度の5カ年を計画期間とする「まち・ひと・しごと創生総合戦略」と「安曇野市人口ビジョン」を策定しました。その概要について、お知らせします。

☎政策経営課 TEL 71・2401 FAX 71・5155



市の将来推計人口は、近年の転入超過などを背景に、前回のビジョンよりも人口減少の速度が和らぐ見込みとなっています。ただし、人口減少に歯止めが掛かるわけではなく、20年後の人口は現在よりも2割減少し、約8万人となる見通しです。

人口ビジョンで示した 今後の目標人口と出生率	
2025年度	91,500人 (出生率 1.60)
2030年度	89,000人 (出生率 1.60)
2040年度	85,000人 (出生率 1.80)

市への転入は好調、  
合計特殊出生率の改善が課題

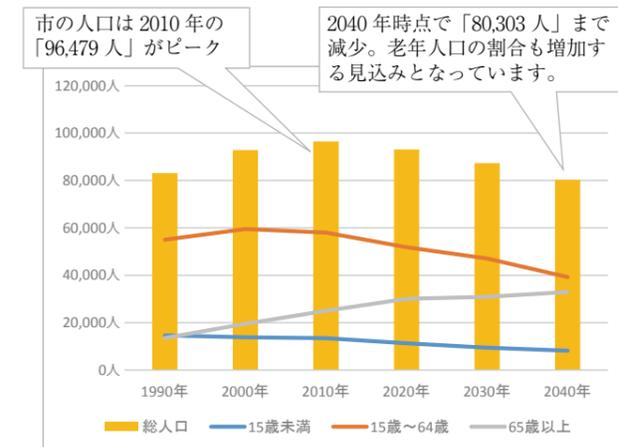
令和元年の市の社会増減数（転入者と転出者の差引）は県内19市の中で最も高く、プラス171人でした。

**総合戦略策定の背景と目的**

日本の人口は、2008年の約1億2800万人をピークとして減少局面に入り、2060年には約9300万人まで減少する見通しとなっています。

人口減少の問題は、地方にとっても大きな課題です。人口減少に伴う地域社会の担い手不足や地域経済の縮小は、さらなる人口減少を招く恐れがあり、結果として、地域の魅力や活力が損なわれていけば、日々の生活に必要な基本的なサービスの維持が困難になることが懸念されます。

こうした状況に陥ることのないよう、今のうちから市民の皆さんと共に課題に向き合い、総合戦略により体系的に取り組みを進めることで、人口減少を和らげ、人口減少に適応したまちづくりを目指します。



**人口ビジョン(市の人口分析)**

人口ビジョンは、総合戦略の基礎資料として、市の人口推移と将来の推計を示したものです。総合戦略の改訂と合わせ、新たに公表された政府統計や国立社会保障・人口問題研究所が公表している将来推計人口などを用いて、内容を見直しました。

## 4つの基本目標と主要施策

第2期総合戦略では、基本目標の実現に向け、11項目の「主要施策」、29項目の「目標値」を定めました。

### 目標1 新たな雇用を生み出す

◆主要施策 商工業の振興 / 観光の振興・戦略的な地域ブランドの創出 / 農林水産業の振興

### 目標2 移住定住の促進とともに、関係人口を拡大する

◆主要施策 移住・定住の促進 / 交流活動の推進

### 目標3 安心して出産し子育てできるまちをつくる

◆主要施策 出産・子育て支援の充実 / 仕事との両立

### 目標4 人口減少社会においても安心して暮らし続けることのできるまちをつくる

◆主要施策 協働によるまちづくりの推進 / 里山再生(さとぶろ。)の推進 / 秩序あるまちづくりの推進 / スポーツ活動の充実

## 持続可能な田園産業都市へ

第2期総合戦略からは、移住希望者向けのセミナーなどの移住につながるための直接的なアプローチだけでなく、「関係人口の拡大」を主要施策として掲げることとしました。関係人口とは、市と何らかの形で継続的に関わりをもっている人たちのことで、この取り組みにより安曇野ファンを増やし、将来的な移住・定住にもつながってまいります。

持続可能なまちづくりを推し進めていくためには、市民の皆さん、市内企業の皆さんとの連携、協働が欠かせません。心豊かで、活力のあるまちづくりに向け、確かな歩みを進めていきましょう。



安曇野市長 宮澤 宗弘

人口ビジョン、第2期まち・ひと・しごと創生総合戦略は、市ホームページ、政策経営課(2階11番窓口)、各支所などでご覧いただけます。



# 新年度予算 住んで安心。 将来基盤構築型予算

## 一般会計の予算額は

421億8千万円

昨年より10億3千万円の増額

### 歳入

市 税は、117億4705万円を計上しました。前年度比1511万円の増額を見込んでいます。

市民税は、法人市民税現年度課税分について税制改正により、一部減収となることから市民税全体として減収を見込みました。また、固定資産税は、家屋の新築・増築件数が伸びたことから増収を見込みました。

繰入金は、19億4759万円を計上しました。主な歳入は、財政調整基金5億9461万円、減債基金2億円、公共施設整備基金5億円、地域振興基金1億3080万円、ふるさと寄附基金3億200万円などとなっています。

各種交付金・地方譲与税は、29億6796万円を計上しました。法人事業税交付金は、税制改正による法

人市民税の減収分を財源補填するものとして令和2年度より新たに創設される交付金で1億1200万円を見込みました。また、環境性能割交付金は昨年度の消費税増税により創設され、令和2年度は年間を通して交付されることから増収を見込みました。

地方交付税は、102億5000万円を計上しました。普通交付税については、合併に伴う加算措置（合併算定替）の段階的縮減を見込んだ上で国が示す来年度の交付税総額における伸び率を加味し、前年度比3000万円の増額を見込みました。特別交付税は前年度と同額を見込んでいます。

市債は、61億1090万円を計上しました。前年度比4億9390万円の増額を見込んでいます。主な借り入れは、穂高広域施設組合新ごみ処理施設建設事業で23億9190万円、新総合体育館建設事業6億6980万円などです。また、臨時財政対策債は11億9500万円、前年度比2200万円の減額です。

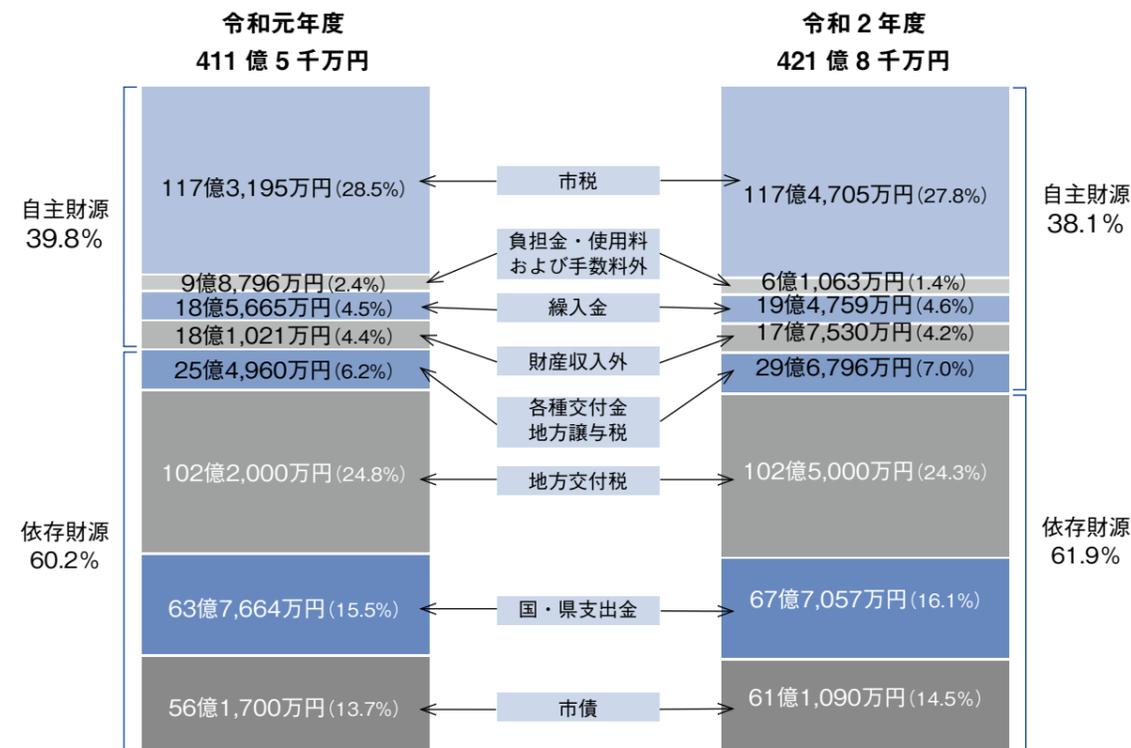
令和2年度安曇野市各会計予算額一覧

単位：千円

会計名	令和2年度	令和元年度	対前年度比	対前年度比率 %
<b>一般会計</b>	42,180,000	41,150,000	1,030,000	2.5
<b>特別会計</b>	21,714,374	21,084,597	629,777	3.0
国民健康保険	9,815,283	10,507,526	△ 692,243	△ 6.6
後期高齢者医療	1,347,221	1,167,317	179,904	15.4
介護保険	9,453,702	9,354,568	99,134	1.1
上川手山林財産区	1,582	1,825	△ 243	△ 13.3
北の沢山林財産区	883	2,656	△ 1,773	△ 66.8
有明山林財産区	1,192	3,626	△ 2,434	△ 67.1
富士尾山林財産区	1,021	1,125	△ 104	△ 9.2
穂高山林財産区	1,092	1,239	△ 147	△ 11.9
産業団地造成事業	1,084,696	32,412	1,052,284	3246.6
有明荘	7,702	12,303	△ 4,601	△ 37.4
<b>総計（一般会計+特別会計）</b>	<b>63,894,374</b>	<b>62,234,597</b>	<b>1,659,777</b>	<b>2.7</b>
<b>公営企業会計</b>				
水道事業会計	収益的収入 2,349,830	2,335,142	14,688	0.6
	収益的支出 1,910,760	1,887,465	23,295	1.2
	資本的収入 269,319	386,894	△ 117,575	△ 30.4
	資本的支出 1,738,950	1,843,520	△ 104,570	△ 5.7
下水道事業会計	収益的収入 4,396,348	4,304,266	92,082	2.1
	収益的支出 3,773,888	3,768,696	5,192	0.1
	資本的収入 777,699	797,227	△ 19,528	△ 2.4
	資本的支出 2,532,549	2,480,707	51,842	2.1

**令和2年度は、新総合体育館および新ごみ処理施設の2つの大型事業が継続されることから、限られた資源の有効活用が一層求められます。そのため、前年度と同様に第2次総合計画の基本施策から重点化施策を設定し、そこへ「ひと・かね・知恵（工夫）」を集中投下することで、行財政のスリム化と、短期間での効果創出を目指した予算編成に取り組みました。**

## 歳入予算の増減



歳出

一般会計における歳出の性質別および目的別のグラフを、ページ下段に示しました。その主な内容は以下のとおりです。

●性質別にみる歳出

人件費(74億3602万円)

人件費は、前年度比16億7389万円の増額となります。会計年度任用職員制度の導入に伴い、今までの臨時職員賃金(物件費)を、新たに報酬、職員手当など(人件費)へ計上したことが、主な増額要因となります。

物件費(55億7647万円)

消耗品や業務委託などを盛り込む物件費は、前年度比14億3140万円の減額となります。小学校総務管理費の備品購入費で電子黒板等の購入6259万円が増額となりますが、会計年度任用職員制度の導入に伴い賃金(物件費)が廃止となったことにより全体では減額となります。

普通建設事業費(45億1633万円)

道路や施設など社会資本整備に必要な経費である普通建設事業費は、前年度比2億9856万円の減額となります。新総合体育館建設事業は7億393万円の増額となります。

扶助費(52億1577万円)

住民福祉を支えるための経費である扶助費は、前年度比4870万円の増額となります。生活保護費は7257万円の減額となりますが、児童福祉総務費3779万円、福祉医療費給付事業3657万円、子どものための教育・保育給付費2595万円の増額が主なものとなります。

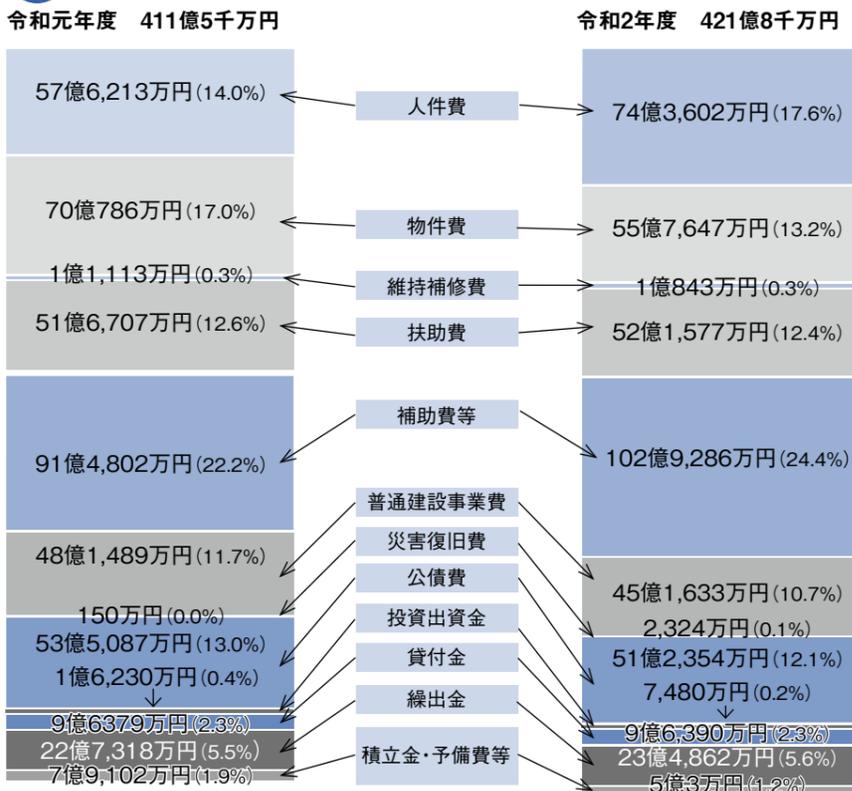
補助費等(102億9286万円)

各種団体等への補助金や負担金等の経費である補助費等は、前年度比11億4484万円の増額となります。各種団体等への補助金は見直し等により8705万円の減額となりますが、穂高広域施設組合新ごみ処理施設建設事業に対する負担金として14億321万円が増額となります。

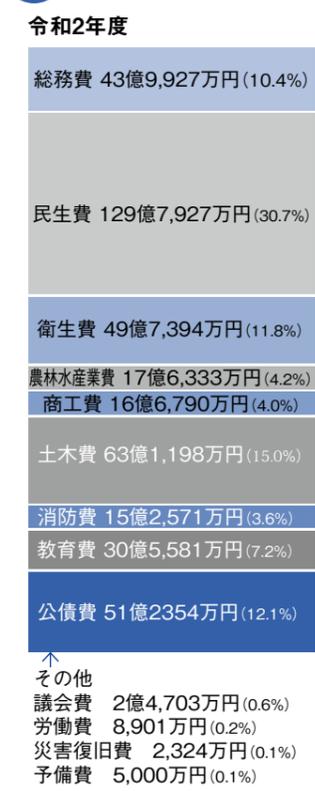
歳出予算

※端数処理のため内訳の計と合計が一致しない場合があります。  
※パーセンテージについては、小数点以下第1位までの表示のため0.0%となる場合があります。

性質別に見る歳出の増減



目的別に見る歳出



が、明科南認定こども園建設事業で4億7321万円、穂高認定こども園改修事業で2億4853万円、穂高南小学校施設改修事業で4億9643万円の減額が主なものとなります。

公債費(51億2354万円)

前年度比2億2734万円の減額となります。借入の償還を進めるとともに新たな借入を控えることにより償還利子は2504万円、償還元金は2億230万円の減額となります。

繰出金(23億4862万円)

前年度比7545万円の増額となります。後期高齢者医療特別会計繰出金5017万円、介護保険特別会計繰出金2537万円の増額が主なものとなります。

●目的別にみる歳出

総務費(43億9927万円)

前年度比1億9138万円の増額です。ふるさと寄附の返礼品など寄附採納事務に4億3612万円、区等交付金や地域おこし協力隊員によ

る区活動へのサポートなどを行う区等地域力向上事業に1億2053万円などです。

衛生費(49億7394万円)

前年度比11億6742万円の増額です。穂高広域施設組合新ごみ処理施設建設事業に28億1655万円、予防接種事業に2億6800万円、成人検診事業に8967万円、穂高墓地公園外周擁壁改修事業に6842万円などです。

農林水産業費(17億6333万円)

前年度比2125万円の増額です。農業費では、ほりでーゆー改修事業に1億2199万円、農産物等販路拡大事業に8423万円、林業費では、松くい虫防除対策事業に1億3067万円、森林経営管理等整備事業に1941万円などです。ま

た耕地費では、農地保全活動交付金に2億6739万円、農道舗装工事(公共施設等適正管理推進事業)に2998万円などです。

商工費(16億6790万円)

前年度比205万円の増額です。しごと創出事業に3287万円、企業助成事業に2億665万円、観光イベント事業(信州安曇野ハーフトラソン、安曇野花火、田んぼアートなど)に3569万円、かじかの里トイレ整備事業に3301万円などです。

土木費(63億1198万円)

前年度比6億562万円の増額です。新総合体育館建設事業に14億1377万円、市道新設改良事業(市単独・合併特例債・交付金)に8億3503万円、道路橋梁維持事業に2億8190万円、都市再生整備計画事業(明科駅周辺)に3億9893万円、また、下水道事業への繰出金が19億9289万円などです。

消防費(15億2571万円)

前年度比4606万円の増額で

す。広域消防等に係る常備消防負担金事業に11億673万円、消防団詰所更新・統廃合事業に3747万円、防災ラジオなど、防災用品購入補助金を含む防災啓発事業に1103万円などです。

教育費(30億5581万円)

前年度比4億8177万円の減額です。小中学校の施設改修事業に7805万円、学校支援員配置事業に1億7578万円、電子黒板導入などの経費を含む小学校の情報教育推進事業に1億769万円、スポーツ教室等開催事業に967万円などです。

※万円未満は、端数処理しています。  
※予算のより詳しい資料は、財政部 財政課窓口、市ホームページに設置・掲載しています。



市議会は3月19日、令和2年度予算を可決しました。

水環境の保全・強化・活用

水資源対策事業 1,305 万円

防災体制の充実

防災組織支援事業 575 万円

防災啓発事業 1,103 万円



防災マップに国、県が管理する河川が氾濫した場合の浸水区域と水深を示した浸水想定区域図に、最大想定規模の浸水想定区域図を加えるとともにユニバーサルデザインに配慮することで、見やすく、分かりやすい冊子に改訂します。

内水対策事業 2,309 万円

景観の保全と育成の推進

花のあるまちづくり推進事業 422 万円



第 36 回全国都市緑化信州フェア開催を契機に、花とみどりのシンポジウムの開催、緑化団体への花苗支給、栽培講習会の開催などを行うことで、花や緑のある潤いのまちづくりをさらに進めます。

良質な住環境の整備

空家対策等事業 1,186 万円



空家対策補助金制度を新規創設し、空家の適正管理、利活用の推進を図ります。特定空家（周辺への悪影響がある空家）の解消に向け、所有者に働きかけます。

花のあるまちづくり推進事業※ 422 万円

住宅・建築物耐震改修促進事業 2,851 万円

公営住宅整備事業 566 万円

移住・定住の促進

移住定住促進事業 513 万円

空家対策等事業※ 1,186 万円

新型コロナウイルス感染症の影響により、一部の事業で計画を変更する場合があります。

学校教育の充実

コミュニティスクール事業 811 万円

小学校情報教育推進事業 1 億 769 万円



パソコンやソフトウェア等の更新、小学校の全ての普通教室と一部の特別教室に電子黒板の導入を行うことで、ICT 機器を活用した分かりやすい授業の推進と教職員の業務に係る負担軽減を図り、子どもたちが高度情報化に適應できるような教育環境を整備します。

小学校通級指導教室事業 58 万円

生涯学習の推進

各地域公民館事業 2,440 万円

芸術教育普及事業 576 万円

（一財）地域創造のアウトリーチフォーラム、（公財）三井住友海上文化財団の「地域住民のためのコンサート」、長野県文化振興事業団の芸術監督団事業等を誘致、県と東京藝術大学の連携協定に基づいた事業の市内実施の支援など市民が芸術に触れるとともに、芸術家と交流する機会を創出します



市史編纂事業 97 万円



郷土に対する理解、関心、魅力を深め、今後の魅力あるまちづくりに資する「安曇野市史（仮称）」の編さん事業を開始します。収集した資料や情報を将来に向けて市民に広く公開し、まちづくりや生涯学習、学校教育などへの活用を図ります。

スポーツ活動の充実

新総合体育館建設事業 14 億 1,377 万円

スポーツ教室等開催事業 967 万円

聖火リレー実施運営事業費 596 万円

交流活動の推進

ホストタウン事業 770 万円

国際友好交流事業 295 万円

※は複数の重点化施策に含まれます。

新年度

重点的に取り組む施策・事業

令和 2 年度予算の編成に当たっては、前年度に引き続き第 2 次総合計画の基本施策の中から重点化施策を設定し、「ひと・かね・知恵（工夫）」を集中投下するとして実施計画と歩調を合わせ編成に取り組めました。そこで、実施計画に掲げる重点化施策と重点事業を紹介します。

健康づくりの推進

自転車活用推進事業 239 万円



自転車による健康づくりの実証実験（3 年計画の 2 年目）と、サイクリングコースの整備を進めます。

健康づくり事業 260 万円

健康増進事業 1,276 万円

高齢者福祉の充実

特定健康診査等事業費 2 億 1,553 万円

フレイルの予防のため、主に 74 歳以下の市民に対し、検査結果を踏まえた生活習慣病重症化予防の保健指導を実施します。また、市民に対する啓発は健康づくり推進委員会地区活動等で行います。※フレイルとは、心と体の働きが弱くなる（虚弱）状態のこと。



健康増進事業※ 1,276 万円

一般介護予防事業 1,831 万円

出産・子育て支援の充実

子ども学習支援事業 334 万円

児童発達支援事業 1,543 万円

里山再生計画推進事業 666 万円



里山再生計画の新たな取り組みとして、認定こども園への積木キャラバン（積木の配布）を行うことで、木の良さや温もりを、子どものころから感じられる環境を創り、将来にわたって里山への関心につなげる取り組みを実施します。

農業の振興

担い手・集落支援事業 2,389 万円

農業生産振興事業 1,341 万円

ファインビュー空山・ほりでーゆ〜改修事業（運営事業） 1 億 5,950 万円

農地保全活動交付金 2 億 6,739 万円

観光の振興

来訪者受入環境整備事業 1,220 万円

観光推進組織支援等事業 5,664 万円

燕岳テント場トイレ整備事業 184 万円



燕岳にある公衆トイレを環境対策型処理方式の導入と洋式化を行い、自然資源の保全と施設快適化を図ります。

安曇野ブランド発信の強化

インターネット広報事業 682 万円

地域・行政情報化推進事業 650 万円

企業サポート事業（食品流通系） 477 万円

安曇野ブランド創出事業 249 万円

天蚕振興事業 152 万円

観光プロモーション事業 2,865 万円

発信力強化のため、公募型企画提案方式による情報発信を新たに導入するとともに、Web や SNS の積極的な活用を図ります。また、若い世代や外国人を対象に、北アルプス、天蚕、ワサビなどの魅力ある素材を用い、情報発信と安曇野ならではの体験プログラムを提供していくことで安曇野市への来訪を促します。



地域史研究と文化財保存活用 150 万円

## 市役所の組織が一部変わりました

市では、組織体制の強化と効率化等の観点から、令和2年4月1日から市役所の組織を一部変更しました。

### 空家対策室を設置

● 市民生活部環境課内に空家対策室を設置しました。

● これまで複数の部署で扱ってきた空家対策関係の事業や相談業務の取扱いを一本化し、市民の皆さんによりわかりやすい組織にしました。

### 係名等の変更

● 総務部人権男女共同参画課の人権男女共生担当を人権男女共生係に変更しました。

● 市民生活部環境課の環境保全担当を環境保全係に変更しました。

● 福祉子ども支援課の児童係を児童担当に変更しました。

● 上下水道部下水道課の維持管理担当を維持管理係に、下水道整備担当を下水道整備係に変更しました。

### ● 課・係名等に変更のあった部署

部の名称	今までの名称		新しい名称		
	課の名称	係等の名称	課の名称	係等の名称	電話番号
総務部	人権男女共同参画課	人権男女共生担当	人権男女共同参画課	人権男女共生係	71-2406
市民生活部	環境課	環境政策係	環境課	環境政策係	71-2492
		環境保全担当		環境保全係	71-2491
福祉部	子ども支援課	児童係	子ども支援課	児童担当	71-2255 (児童手当・給付) 71-2265 (家庭児童相談)
				保育担当	保育担当
		維持管理担当		維持管理係	71-3182
上下水道部	下水道課	下水道整備担当	下水道課	下水道整備係	72-2861

※青字部分が、変更のあった課・係等です。

## 空家に関する相談

市は、4月1日付で環境課に空家対策室を設置しました。空家に関する制度など、気軽に相談ください。

今の時代、空家問題は他人事ではありません。

新たに誕生した空家対策室をよろしくお願いします。



空家対策室 主査 幅拓哉

空家対策室 室長 内川功

## 職員人事異動

(令和2年4月1日付部長・課長級以上)



財政部長 宮澤 修



市民生活部長 山田 真一



都市建設部長 坪田 浩昭



議会事務局長 細田 昌伸



教育部長 平林 洋一



都市建設部参事兼監理課長 藤原 聖士



会計管理者 兼 会計課長 水谷 一郎

【部長級】▼都市建設部長 (長野県から派遣) 坪田浩昭

【部長級昇格】▼財政部長 (同部財政課長) 宮澤修▼市民生活部長 (同部地域づくり課長兼消費生活センター所長) 山田真一▼議会議務局長 (同局長併任公平委員会事務局長) 細田昌伸

▼教育部長 (同部学校教育課長) 平林洋一▼都市建設部参事兼監理課長 (同部監理課長) 藤原聖士▼会計管理者兼参事兼会計課長 (監査委員事務局局長併任選挙管理委員会事務局書記長) 水谷一郎

【課長級】▼総務部人権男女共同参画課長兼人権男女共生係長 (同部同課長) 平倉秀一▼市民生活部明科地域課長兼地域担当係長兼明科支所長 (保健医療部国保年金課長) 小林敬治▼福祉部

子ども支援課長 (都市建設部都市計画課長兼計画係長) 久保田薫▼教育部学校教育課長 (上下水道部経営管理課長) 沖雅彦

【課長級昇格】▼総務部総務課長 (同部職員課長補佐兼職員担当係長) 丸山一弘▼総務部職員課長 (同部総務課長補佐兼行政管理局係長) 甕直紀▼総務部危機管理課長 (市民生活部廃棄物対策課長補佐兼廃棄物対策担当係長) 二木正▼政策部情報統計課長 (同部同課長補佐兼情報政策係長) 飯田弘一▼財政部財政課長 (政策部政策経営課長補佐兼企画担当係長) 児林信治▼財政部税務課長 (同部同課長補佐兼諸税係長) 大澤明彦▼市民生活部地域づくり課長兼消費生活センター所長 (財政部収納課長補佐兼管理係長) 高橋延行▼市民生活部穂高地域課長兼地域担当係長兼穂高支所長 (保健医療部介護保険課長補佐兼介護保険担当係長) 丸山知子▼保健医療部健康推進課長 (福祉部子ども支援課長補佐兼保育担当係長) 黒岩

一也▼保健医療部介護保険課長 (福祉部福祉課長補佐兼障がい福祉担当係長) 西澤弘修▼保健医療部国保年金課長 (市民生活部三郷地域課長補佐兼地域担当係長) 上條貴芳▼都市建設部都市計画課長 (同部同課長補佐兼都市整備係長) 横山佳久▼上下水道部経営管理課長 (会計課長補佐兼出納係長) 奥村実▼議会議務局長併任公平委員会事務局局長 (同局長補佐兼議事係長) 青木規素▼教育部文化課長 (同部同課長補佐兼文化財保護係長) 山下泰水▼監査委員事務局局長併任選挙管理委員会事務局書記長 (総務部総務課長補佐兼法務コンプライアンス係長) 高橋秀行▼農業委員会事務局局長 (同事務局局長補佐兼同事務局長) 高木淳▼保健医療部健康推進課副参事兼穂高健康支援センター長兼健康支援担当係長 (同部同課長補佐兼健康支援担当係長) 久保田弥生▼教育部学校教育課副参事兼学校給食センター長兼学校給食担当係長兼中部学校給食センター所長 (総務部人

権男女共同参画課長補佐兼人権男女共生担当係長) 小笠原正明

【退職者】令和2年3月31日付▼百瀬秀樹 (財政部長・長野県帰任)▼宮澤万茂留 (市民生活部長)▼西沢剛 (都市建設部長)▼望月利彦 (議会議務局長)▼西村康正 (教育部長)▼関欣一 (総務部参事兼総務課長)▼長崎孝仁 (総務部参事兼職員課長)▼古幡彰 (総務部危機管理課長)▼上角久仁夫 (政策部情報統計課長)▼丸山仁一 (財政部税務課長)▼高山一郎 (市民生活部穂高地域課長)▼飯島初枝 (市民生活部明科地域課長)▼牧石正明 (福祉部子ども支援課長)▼古畑英子 (保健医療部健康推進課長)▼藤原英晃 (保健医療部介護保険課長)▼細萱賢 (会計管理者兼会計課長)▼那須野雅好 (教育部文化課長)▼平川嘉幸 (農業委員会事務局局長)▼中澤弘子 (保健医療部健康推進課副参事)▼有賀啓多 (教育部学校教育課副参事)

【課長級昇格】▼市民生活部環境課長 (環境政策係長) 高橋延行▼市民生活部穂高地域課長兼地域担当係長兼穂高支所長 (保健医療部介護保険課長補佐兼介護保険担当係長) 丸山知子▼保健医療部健康推進課長 (福祉部子ども支援課長補佐兼保育担当係長) 黒岩

凡例 日 日時 期間 場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 問い合わせ 休館日

※特に記載のない場合、申込時間は開館(開庁)日の午前9時から午後5時まで。入館料等詳細は各施設まで。

### 新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意!

現在、新型コロナウイルス感染拡大に関連した相談が全国の消費生活センター等に寄せられています。市役所などの公的機関や携帯電話会社などになりすまして、個人情報や口座情報を詐取しようとする事例が発生しています。

不審に思った場合や、トラブルにあった場合は、最寄りの消費生活センター等に相談しましょう。

#### 〈なりすまし事例1〉

市の新型コロナウイルス対策室を名乗り、個人情報を聞き出す不審な電話を受けた。

#### 〈なりすまし事例2〉

携帯電話会社名で、新型コロナウイルス関係の助成金を配布するとのメールが届いた。

#### 〈なりすまし事例3〉

自宅の固定電話に「新型コロナウイルスの検査が無料で受けられる。マイナンバーが必要。これから自宅に行く」という電話があった。

#### 【不審な電話等にご用心!】

- 怪しい電話はすぐに切り、メールは無視してください。
- 絶対に口座情報や暗証番号等を教えたり、キャッシュカード、現金等を渡さないでください。

市消費生活センター  
TEL71・2100 FAX72・3176

### 4月の納期

- 固定資産税 (1期)
- 国民健康保険税 (1期)
- 後期高齢者医療保険料 (1期)
- 介護保険料 (1期)
- 水道料金 (穂高・三郷地域)
- 下水道料金 (豊科・堀金・明科地域)
- 霊園管理料

=納期限は4月30日(木)=

### 公民館

#### 明科公民館

TEL62・4605 FAX62・5894

#### 月いちワンバウンドマッチ

参加者でチームを作り、「ワンバウンドふらばるバレーボール」を試合形式で楽しみましょう。

6月から令和3年3月の第1水曜日(初回6月3日)  
午後7時〜9時

※11月と1月は第2水曜日

場明科体育館 函どなたでも  
持運動靴、タオル、飲み物など  
申不要(直接会場へ集合)

#### 三郷公民館

TEL77・2109 FAX77・6060

#### 陶芸教室

湯呑や茶わん・コーヒーマグ等を作成します。

#### 回(形成) 6月13日(土)

【粮油】7月4日(土)

【鑑賞と茶話会】7月8日(水)

※時間はいずれも午後1時〜5時

場三郷公民館創作室など

函全日程に参加できる市内在住・在勤者

関三原好清さん

費1000円 定16人(先着順)

場タオル・エプロン・筆記用具

申5月13日(水)・14日(木)に三郷公民館へ電話で

#### 穂高公民館

TEL82・5970 FAX82・3990

#### 里山トレッキング講座

#### 乗鞍高原滝巡り

乗鞍高原の「番所大滝」「善五郎の滝」「三本滝」を巡ります。春の高原の自然を満喫しませんか。

#### 日6月2日(火)

午前6時20分〜午後5時

※予備日6月12日(金)

場穂高公民館駐車場(集合)

内番所大滝までと善五郎の滝から三本滝レストハウス間はバスで移動。山道の徒歩時間は約3時間。

対市内在住・在勤者

費200円 定15人(抽選)

申4月28日(火)・30日(木)に穂高公民館へ電話で。参加者には詳しい案内を送付します。

### 市広報ラジオ(あづみ野エフエム)番組を放送中

■広報あづみの暮らしのガイド(5分番組)  
月曜日から日曜日まで毎日計3回  
午前7時55分〜/午後0時55分〜/午後6時55分〜

■まちづくり多士済々(60分番組)  
毎週水曜日 午前11時〜  
(再放送 毎週水・土曜日 午後7時〜)

関秘書広報課 TEL71・2400 FAX71・5000

## 市政トピックス

### ■明科南認定こども園 新園舎が完成

明科南認定こども園の新園舎が3月27日、龍門湖公園南側の旧明科公民館跡地に完成し、3月30日から供用を開始しました。新園舎は遊戯室を中心に窓などを広く設けて風通しを良くし、た設計で、3歳児などの保育室を増やしたほか、図書室や相談室も設けられています。園舎の建築工費は約8億6250万円、主な財源として合併特別債、施設整備事業債、合併特別交付金を活用しています。



明科南認定こども園新園舎

### ■商工業振興審議会 ビジョン案など答申

市から諮問を受け、第2次安曇野市工業振興ビジョンおよび工業振興事業の見直しを協議した安曇野市商工業振興審議会(高橋秀生会長)は3月25日、「原案通り進めることが望ましい」との答申を行いました。

答申では、それぞれの案に付帯意見を添えました。製造業の振興に向けて施策や目標を盛り込んだ第2次安曇野市工業振興ビジョン案に対しては、評価・検証の結果を上位計画である市総合計画にも反映させることなどを要望しました。企業の生産設備取得に関する助成制度の見直し案に対しては、補助金の交付実績の適切な管理や中小企業の利用拡大に寄与するような制度となることを求めました。



答申を行う高橋会長(写真左)

### ■長野県民の消防員表彰 市消防団が初受賞

安曇野市消防団が「長野県民の消防員表彰」(NBS長野放送主催)を受賞し、4月1日、二木弘消防団長が宮澤市長に報告しました。この表彰は、長野県民の生命と生活を守るため、積極的に消防活動に尽力し、地域の文化の維持、向上に努め顕著な功績のあった消防団を表彰するものです。各種訓練や特別警戒、火災予防広報などの活動に加え、ホームページの新設や消防団広報紙を創刊したことなどが評価さ



受賞を報告する二木団長(写真左)

れ、初受賞となりました。二木団長は「受賞は団員の励みになる。今後も団員一人ひとりが意識を高め、消防・防災活動を続けていきます」と受賞を喜びました。

凡例 日日時 期期間 場場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 問い合わせ 休館日

※特に記載のない場合、申込時間は開館(開庁)日の午前9時から午後5時まで。入館料等詳細は各施設まで。

### 安曇野あかしな農産物加工交流ひろば「えべや」の催し(5月)

- ①料理教室 みんなで楽しみ行楽弁当
 

日 13日・27日(水) 午前10時～午後1時  
費 1,500円 定 15人(先着順)
  - ②体験講習 松枯れ材を使った椅子づくり
 

日 16日(土) 午前10時～午後1時  
費 1,000円 定 10人(先着順) 持 軍手
  - ③豆腐作り体験
 

日 9日(土) 午前9時～正午  
費 600円 定 10人(先着順)
- 【共通事項】**  
場 「えべや」 備 えべや組合員ほか  
市内在住者(子ども同伴可)  
申 4月28日(火)から「えべや」へ電話で  
(電88・6275 受付は火～日曜日の午前9時～正午。キャンセルは2日前まで)  
問 農政課 電71・2430 電71・2507
- 【令和2年度年間講座】**  
毎月1回、下記講座を行っています。参加希望者は気軽に問い合わせください。
- ①切り絵教室
 

日 毎月第2土曜日 費 1,200円
  - ②サンキャッチャー教室
 

日 毎月第1土曜日 費 1,000円

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため文化施設を休館します。

### 美術館・博物館・図書館等

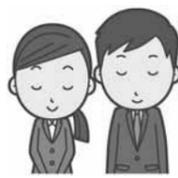
文化課文化振興担当  
電71・2463 電71・2338

### 臨時休館のお知らせ

**文書館**  
電71・5123 電71・5127

企画展「来た道」  
すべての子どもたちが安全で安心して教育を受ける権利が保障されています。しかしその道は厳しいものでした。そのあゆみを追います。

日 5月10日(日)～8月31日(月)  
場 文書館閲覧コーナー  
費 無料  
休 土曜日、祝日



今後の状況によっては休館期間を延長する可能性があります。最新の開館状況については、各館または市HPをご確認ください。

休 5月6日(水)まで  
▽文書館▽白井吉見文学館

休 5月7日(木)まで  
▽豊科郷土博物館▽穂高郷土資料館▽貞享義民記念館▽豊科近代美術館▽田淵行男記念館▽安曇野高橋節郎記念美術館▽穂高陶芸会館▽飯沼飛行士記念館▽中央図書館▽豊科図書館▽堀金図書館▽三郷図書館▽明科図書館

他公共団体・後援団体などから寄せられた情報を掲載しています。詳細は主催者に問い合わせください。

### 各種情報コーナー

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
【市体育協会】 初心者向け太極拳教室 (春季教室)	頭も体も使う太極拳を始めませんか。心身共に健康づくりに役立ちます。	日 5月20日～6月24日 毎週水曜日(全6回) 午後1時～2時 場 豊科武道館剣道場	初 初心者 定 20人程度(要申込) 費 2,000円(全6回分) 備 運動のできる服装、上履き(底が柔らかい物)、飲み物、タオル	日 5月9日(土)までに 小林通江さん(電72・2006)または市体協事務局(電88・3516)へ
【市体育協会】 穂高マレットゴルフ初心者講習会	年齢に関係なく、同好者との交流を楽しみながら体力の向上を図れるマレットゴルフを始めませんか。	日 6月1日(月)・3日(水)・4日(木)【全3回】 午後1時～3時30分 場 穂高会館第3会議室(1日)、権現宮マレットゴルフ場(3日・4日)	初 初心者 定 20人程度(要申込) 費 1,000円 備 筆記用具、マレットゴルフ用具(無料貸し出し有り)	日 5月1日～31日午前中に権現宮マレットゴルフ場(電82・0097)または市体育協会事務局(電88・3516)へ 問 山本尚武さん 電82・7124

### 文化施設

#### 穂高郷土資料館

文化課博物館係  
電71・2465 電71・2338

企画展示「鐘の鳴る丘」と主題歌「とんがり帽子」  
「鐘の鳴る丘集会所」落成式前日の1980年6月に作曲家の古閑裕而氏が記した色紙やNHKラジオドラマの舞台となった「有明高原寮」で使用された部材を使用した鐘の鳴る丘集会所(市有形文化財)の歴史等を紹介する展示を行います。

日 5月8日(金)～  
場 穂高郷土資料館  
費 要入館料  
休 月曜日、祝日の翌日



#### 田淵行男記念館

電72・9964 電88・2010  
槍ヶ岳 彩り

5つの山小屋を率いる槍ヶ岳山荘グループの代表・穂高康治さんとその息子さん、小屋の支配人の皆さんによる写真展です。

日 5月8日(金)～8月23日(日)  
午前9時～午後5時  
場 記念館地階展示室  
費 要入館料  
休 月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日(7月24・25日は開館)



清朝の槍ヶ岳(穂高康治撮影)

#### 貞享義民記念館

電77・7550 電77・7551  
人権ボスター展

長野県人権啓発センターが長野美術専門学校と連携して制作した人権ボスターを展示します。

日 5月12日(火)～24日(日)  
午前9時～午後5時(初日は正午～、最終日は正午まで)  
場 記念館企画展示室

#### 豊科郷土博物館

電72・5672 電72・7772  
休 月曜日

『博物館ブックレット1人の一生 安曇野子育て日記』を刊行  
企画展のテーマに取り上げてきた「人の一生」。内容を再構成し、ブックレットとして刊行します。

第一弾の本書は、子どもの誕生から小学校入学までを親の目線で語ります。市民からの聞き取りをまとめ、安曇野に伝わる習俗を織り交ぜて書き上げました。

◆『安曇野市豊科郷土博物館 紀要 第7号』  
昨年度の秋季企画展「絹の道」の講演記録を収録。また旧豊科町出身の飛行士・長谷川清登と佐々木武を取り上げた報告や、満願寺に伝わる古文書の考察など、博物館職員らがまとめた研究報告5本もお楽しみいただけます。

※「人の一生 安曇野子育て日記」と「紀要 第7号」はどちらも税込500円で、5月8日(金)から豊科郷土博物館窓口にて発売を予定しています。

#### 臨時休館のお知らせ

館内の燻蒸(収蔵資料の防虫)作業のため、臨時休業します。

日 5月25日(月)～27日(水)

#### 再発見!安曇野の文化

文化課文化振興担当  
電71・2465 電71・2338

#### 古閑裕而と鐘の鳴る丘集会所

朝の連続テレビ小説「エール」の主人公のモデル、古閑裕而をご存じでしょうか。

戦後のまだ日本が貧しい時代に人々を勇気づけたラジオドラマ「鐘の鳴る丘」の音楽と主題歌「とんがり帽子」の作曲家です。古閑さんの作品は、弾むように元気づけられる曲調が多く、特に「とんがり帽子」は30年以上にわたり、地域の合唱団も大切に歌い続けています。その他にも「長崎の鐘」「六甲おろし」「高原列車は行く」などの作曲もしています。

昭和23年から3年半放送されたラジオドラマ「鐘の鳴る丘」は「有明高原寮」が舞台となりました。この建物は昭和54年に解体され、翌55年に「鐘の鳴る丘集会所」として移築されました。隣接の穂高郷土資料館には直筆の色紙が展示されています。



古閑裕而 直筆の色紙

#### おすすめの1冊

『とつきとおか 赤ちゃんが生まれるまで』

ミランダ・ポール/著 川合清考/訳



紹介する人 須田 里美さん 帆風 ちゃん(堀金)

私と娘のおすすめの本は『とつきとおか 赤ちゃんが生まれるまで』です。娘が夜眠るときに、毎晩本を読んであげているのですが、何度も繰り返し「読んで!」とせがんできた一冊です。

この本の良いところはリアルなイラストです。お腹の中にいる赤ちゃんが実寸大で描かれていて、生まれるまでの間どのように育っていくのか、2歳の娘にも伝わる本です。へその緒で母親とつながりつつながっていたことが理解でき、実際に娘にへその緒を見せながら絵本を読んであげました。

物語を通して、生命の誕生を学ぶことができる素敵な一冊です。また、母親の私も妊娠中の時のことを思い出しながら読むことができ、娘のことをより愛しく思うことができました。

## 5月の児童館の予定

乳幼児対象 参加費 休館日…日曜・祝日  
 ※市内9つの児童館は、安曇野市社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。  
 ※キッズパークは就園前親子の皆さんが対象の登録制サークルです。

### ★豊科中央児童館 TEL・Fax72-0122

読み聞かせ 18日(月) 11:00～  
 卓球の日 20日(水) 16:00～17:00  
 要予約 対象:小学生 定員10人 持ち物:ラケット(ある人)・上履き・飲み物

### ★高家児童館 TEL・Fax72-5685

読み聞かせ 15日(金) 11:00～  
 チャレンジタイム 手打ちうどんに挑戦しよう!  
 要予約100円 対象:小学生 定員15人 持ち物:おわん・はし・エプロン・三角巾・飲み物  
 23日(土) 10:30～11:30

### ★南穂高児童館「にここらんど」 TEL71-5150 Fax71-5152

にここらタイム 季節のうた・体操・リズム遊びなど ※特別な行事日を除く  
 読み聞かせ 11日(月) 11:00～  
 育児相談・身体測定 22日(金) 10:30～12:00  
 チャレンジタイム 飯ごう炊さん&カレー会  
 要予約100円 対象:小学生 定員20人 持ち物:軍手・帽子 30日(土) 10:30～12:30

### ★穂高中央児童館 TEL84-0762 Fax82-9621

親子でびったんこ 11日(月) 10:30～11:30  
 要予約 対象:3カ月～1歳未満の親子 定員15組 持ち物:タオルケット  
 読み聞かせ 20日(水) 11:00～11:20  
 チャレンジタイム 羊毛フェルトで素敵な小物作り♪  
 要予約100円 対象:小学生 定員15人 23日(土) 10:30～11:30

### ★穂高西部児童館 TEL・Fax82-2527

ふれあい農園 きゅうりとトマトの苗を植えよう 18日(月) 10:30～11:30  
 要予約 定員20組 持ち物:長靴・軍手・帽子・飲み物 ※申込時に年間登録が必要です。

### ★のんびりカフェ 22日(金) 11:15～

チャレンジタイム おやつ作り 23日(土) 10:30～  
 要予約100円 定員15人 持ち物:エプロン・マスク・三角巾・飲み物  
 読み聞かせ 25日(月) 11:00～11:20

### ★穂高北部児童館 TEL・Fax83-5494

みんなあつまれ! 5月生まれハッピーバースディ♡ 15日(金) 10:30～11:30  
 みんなあつまれ! ひよびよほっとカフェ  
 要予約 対象:1歳未満の親子・マタニティの人 19日(火) 10:30～11:30

### ★三郷児童館 TEL76-0185 Fax76-0186

育児相談・身体測定 11日(月)・20日(水) 10:00～12:00  
 ちょこっとタイム☆絵本とかんたん工作 19日(火) 11:00～  
 みんなあつまれ だっこちゃんcafé 20日(水) 10:00～12:00  
 対象:1歳未満児 持ち物:赤ちゃんを寝かせるタオル  
 お下がり会 22日(金) 10:30～11:00  
 出品者要申し込み。※出品者は10:15までにお越しください。  
 みんなあつまれ ばくさんといっしょ♪いっばいおどろろ 29日(金) 11:00～11:30  
 持ち物:動きやすい服装・飲み物

### ①手洗い 正しい手の洗い方

手洗いの前に 爪は短く切っておきましょう 時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

### ②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう

- 何もせずに咳やくしゃみをする
- 咳やくしゃみを手でおさえる
- マスクを着用する(口・鼻を覆う)
- ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
- 袖で口・鼻を覆う

### ★堀金児童館 TEL71-2122 Fax71-2126

チャレンジタイム 野菜の苗の植え付け 9日(土) 10:30～11:30  
 持ち物:長靴・軍手・シャベル  
 育児相談・身体測定 11日(月) 10:00～12:00  
 みんなあつまれ 読み聞かせ・工作 15日(金) 10:30～11:30

## 5月の各種相談

### ♡こころの相談

精神科医による精神保健相談 要予約 時 14:00～16:00  
 7日(木)・11・18・25日(月)  
 場間松本保健福祉事務所(Tel40-1938・Fax47-9293)  
 児童・思春期精神保健相談 要予約 時 14:00～16:00  
 14・21・28日(木)  
 場間松本保健福祉事務所(Tel40-1938・Fax47-9293)  
 精神科医による依存症相談 要予約 時 9:30～10:00  
 7日(木) 場間松本保健福祉事務所(Tel40-1938・Fax47-9293)  
 あずみ野断酒会 時 19:00～21:00  
 6・13・20・27日(水) 場豊科保健センター 2階集団指導室  
 固健康推進課健康支援担当(Tel81-0711・Fax81-0703)  
 ※体験を語り合いながら断酒を目指します。※6・20日は家族会

### ?心配ごと相談(\*は行政相談委員による相談を同時開催)

10日(日)・\*27日(水) 時 13:00～16:00  
 場間豊科ささえあいセンター「にじ」(Tel72-3013・Fax72-5422)  
 11日(月)・\*25日(月) 時 13:00～16:00  
 場間堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・Fax73-5775)  
 12日(火)・\*26日(火) 時 13:00～16:00  
 場間穂高地域福祉センター(Tel82-2940・Fax82-9621)  
 14日(木) 時 13:00～16:00  
 場間三郷福祉センター(Tel77-8080・Fax77-8081)  
 \*29日(金) 時 13:00～16:00  
 場間明科総合福祉センター「あいりす」(Tel62-2429・Fax62-5025)

### 👤子ども・ひとり親家庭・女性の相談 要予約

毎週月～金曜日 時 8:30～17:15 ※4・5・6日は行いません  
 場間子ども支援課家庭児童相談室(Tel71-2265・Fax72-2065)

### ☎子どもと親の相談電話

毎週月～金曜日 時 9:00～17:00 ※4・5・6日は行いません  
 場間教育相談室(豊科公民館内)(Tel72-2238・Fax72-2204)  
 ※学校での交友関係やいじめ、ネットトラブル、不登校、発達障害など子育てや教育に関する相談など。まずはお電話ください。

### 🏠ひきこもりの相談 要予約

毎週月～金曜日 時 9:00～16:00 ※4・5・6日は行いません  
 場間福祉課障がい福祉担当(Tel71-2251・Fax71-2328)  
 ※おおむね15～64歳のひきこもりについて、ご家族・本人の相談に応じます。

### 👩弁護士による無料法律相談 要予約

14日(木)→予約受付日 7日(木) [予約受付時間:9:00～12:00]  
 28日(木)→予約受付日 21日(木) [予約はTel71-2496へ電話してください]  
 時 13:30～16:30 ※ひとり20分 場市役所2階 相談室211  
 固地域づくり課 市民相談室(Tel71-2496・Fax72-3176)  
 ※定員8人を超えた場合は抽選(先着順ではありません)  
 ※係争中の案件、既に弁護士へ相談中の案件はお受けできません。  
 ※同じ案件の再相談、複数回の相談はお断りさせていただきます。

## 5月の休日当番医 (変更になる場合があります。) 長野県休日・夜間緊急医案内サービス 0570-088199

3日(日)憲法記念日	4日(月)みどりの日	5日(火)こどもの日	6日(水)振替休日	10日(日)	17日(日)	24日(日)	31日(日)
小田切医院 83-6025 [穂高]	穂高病院 82-2474 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	武田内科クリニック 88-6500 [穂高]
根津内科医院 82-8382 [穂高]	石田医院 72-2766 [豊科]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	高橋医院 82-2561 [穂高]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]	村山医院 82-2101 [穂高]	榎本内科医院 73-0616 [豊科]
あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]	中萱医院 77-2130 [三郷]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	米倉医院 72-2354 [堀金]	和田医院 72-2047 [堀金]
アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	いさつ歯科医院 73-0648 [豊科]	田野歯科医院 82-7537 [穂高]	さとう歯科医院 81-5155 [穂高]	笠原歯科医院 72-2108 [豊科]	佐野歯科クリニック 82-2073 [穂高]	小山歯科医院 62-3080 [明科]	上月歯科医院 82-7530 [穂高]

### 👤労働に関する相談

固商工観光部商工労政課(Tel71-2041・Fax72-1340)  
 ユニオンサポートセンターの相談会 要予約 時 18:00～20:00  
 14日(木) 場市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む  
 ※予約は前日の16:30まで。  
 中信労政事務所の相談会 時 13:00～16:00  
 14日(木) 場市役所3階 相談室311  
 わかもの就職サポート相談会 要予約 時 13:30～16:30  
 15日(金) 場市役所3階 相談室312 ※40歳代前半まで  
 ※1回の相談時間50分で3枠。予約は前日の正午まで。  
 若年者引きこもりやブランクのある人向け就労相談 要予約  
 26日(火) 時 10:00～15:00 場市役所3階 相談室312  
 固しおじり若者サポートステーション(Tel54-6155・Fax87-1375)  
 ※15～39歳までの人とその家族が対象です。

### 🏠区・自治会に関する相談 要予約 時 10:00～14:00

19日(火) 場市役所2階 相談室211  
 ※1回の相談時間30分で3枠。予約は11日(月)8:30～12:00(先着順)  
 固地域づくり課まちづくり推進係(Tel71-2494・Fax72-3176)

### 🍼母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00

8日(金)・21日(木) 場間穂高保健センター(Tel81-0711・Fax81-0703)  
 13日(水) 場間豊科保健センター(Tel81-0713・Fax81-0703)  
 19日・26日(火) 場間三郷保健センター(Tel81-0714・Fax81-0703)  
 ※保健師・助産師・管理栄養士・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。  
 ※児童館の育児相談については、左ページをご覧ください。

### 👤介護相談 時 平日 8:30～17:00

場間中央地域包括支援センター(Tel72-9986・Fax71-2503)  
 場間北部地域包括支援センター(Tel81-0760・Fax88-3711)  
 場間南部地域包括支援センター(Tel77-4007・Fax77-4087)

### 🛒消費生活相談 時 平日 8:30～17:15 (相談受付は16:00まで)

場間消費生活センター(市役所2階)(Tel71-2100・Fax72-3176)  
 ※個人事業者、法人からの相談はお受けできません。  
 ※消費者ホットライン(局番なし)188番「嫌や!(イヤヤ!)」

### 👤行政書士による無料相談 要予約

21日(木) 時 13:00～15:00 (相続・遺言手続・成年後見など)  
 場市役所2階 相談室211・212  
 固長野県行政書士会松本支部(Tel33-7166・Fax32-0151)  
 ※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)

### 👤司法書士による登記・法律無料相談 要予約

20日(水) 固6人(先着順) ※申込多数の場合は初回申込者優先  
 時 13:30～16:40 ※ひとり30分 場市役所2階 相談室211  
 固地域づくり課 市民相談室(Tel71-2496・Fax72-3176)  
 ※予約受付13日(水)9:00～12:00



無料アプリ「マチイロ」  
アプリをダウンロードすると市の情報  
や広報紙をいつでも確認できます。  
http://machiro.town/



### 募集

#### 各委員募集

##### 【共通事項】

**任期** 7月1日から2年間  
**選考方法** 申込書および小論文による選考(結果は全員に通知)  
**市内に住所を有する20歳以上で平日開催の会議に出席できる人。**次に掲げる人は除きます。  
 ▽国および地方公共団体の議会議員▽常勤の国家公務員および地方公務員▽本市の付属機関などの公募による委員▽市税に滞納がある人  
**他**応募書類は返却しません。

#### ◆農業農村振興計画推進委員

**間**農政課農業政策係  
 (TEL71・2427 FAX71・2507)  
 農業と農村の抱える課題解決と着実な活性化を目指す「農業農村振興基本計画と振興計画」の点検・評価等を行う委員を募集します。  
**報酬** 市が規定する額  
**定**7人以内  
**申**4月23日(木)～5月22日(金)に申込書および小論文(書式自

由・800字以内)を農政課(2階17番窓口)へ持参・郵送(当日消印有効)・電子メールのいずれかの方法で。  
**小論文**テーマ「農業農村の持続的発展のために自分ができること」  
**提**399・8281(住所記載不要) 農政課宛  
 nousei@city.azumino.nagano.jp  
**市図書館協議会委員**  
**間**中央図書館  
 (TEL84・0111 FAX84・0116)  
 図書館の運営に関し、館長の諮問に応えるとともに、図書館の奉仕活動について協議する委員を募集します。  
**定**2人  
**申**4月28日(火)から5月29日(金)に申込書および小論文(書式自由・800字以内)を中央図書館へ持参または郵送(必着)で。  
**提**399・8303安曇野市穂高6765番地2 中央図書館宛  
**小論文**テーマ「これからの公共図書館に求められるもの」

#### 保育協力員(おじいちゃん先生)

**間**子ども支援課保育担当  
 (TEL71・2256 FAX72・2065)  
 市認定子ども園で園児と遊んでいただけの保育協力員(通称「おじいちゃん先生」)を募集します。  
**対**健康で子どもが好きな市内在住のおおむね60歳から70歳の人  
**内**▽協力園 たつみ認定子ども園・アルプス認定子ども園・堀金認定子ども園・明科南認定子ども園  
 ▽協力期間 6月1日～令和3年3月31日(月に20日程度。おおむね午前9時～正午)  
 ▽謝礼 1日2544円  
**定**4人(面接により決定。申込受付後に申込者へ連絡します)  
**申**5月12日(火)までに申込書子ども支援課へ直接または郵送で。申込書は同課窓口または市HPから入手できます。  
**提**399・8281(住所記載不要) 子ども支援課宛



広告欄 広告についての問い合わせは広告主までお願いします

### 住まいの安心相談窓口

**修理 リフォーム 電気・設備工事** など  
 「ちょっとした修繕」から「大きな工事」まで、住まいのお困りごとをお気軽にご連絡ください。  
**近くて安心、地元の専門業者をご紹介します!!**  
**安曇野市商工会 建設業部会** 安心相談窓口 ☎0263-72-2986  
 受付時間:平日 8:30～17:00 (土・日・祝除く)  
 ※土・日・祝は FAX 受付のみで後日ご連絡となります。FAX.72-8461

家族葬・密葬後のあと返しに選ばれています  
**心に響くカタログギフト**  
 各国のブランド品からこだわりのグルメまで業界トップクラスの掲載点数で大人気!!  
**無料** 便利でお得な宅配無料商品も充実  
 おかげさまで創業45周年  
 ギフトショップ **あだち** 有限会社  
 穂高本店 ☎0263-82-2428

**育メン・家事メンフォトコンテスト**  
**間**人権男女共同参画課  
 (TEL71・2406 FAX71・5155)  
 育事・家事をしている男性と子どもの写真を募集します。  
**期**5月18日(月)～6月5日(金)  
**内**市内在住・在勤の家事育児に積極的な父子(祖父も可)を撮影したもので未発表の作品  
 ▽1次審査:6月中旬に男女共同参画推進会議による審査  
 ▽2次審査:6月19日(金)～7月3日(金)まで市民投票  
 ▽7月18日(土)に入賞3作品を表彰します。  
**申**期間内に応募用紙およびA4又

#### 安曇野田んぼファンクラブ

**間**農政課農業政策係  
 (TEL71・2427 FAX71・2507)  
 地域農業のファンづくりと遊休農地の解消のため、農作業体験講座を開催します。

は6切サイズのプリントした写真を、人権男女共同参画課(2階8番窓口)へ持参または郵送により提出。  
**他**▽被写体の同意を得てください。  
 ▽応募は1人1作品まで。応募にかかる費用は出展者負担。  
 ▽応募作品はチラシ等へ利用します。作品は返却しません。

**場**明科高校北側の田んぼ  
**対**米づくりに興味があり、年4回の作業に参加可能な人  
**内**有機栽培のもち米の栽培とさつまいもやエゴマの栽培体験。収穫後、もち米の粉25kgお渡し。  
**費**1組1万円。別途作業時の実費負担あり(300円程度)。  
**定**10組(抽選)  
**申**4月30日(木)までに氏名・住所・電話番号・参加人数を記入の上、JA松本ハイランド明科支所へファクスまたは電子メール(TEL62・5327 FAX62・5327 @mh.nn-ja.or.jp)で。  
**場**明科高校北側の田んぼ

### 英語ガイド養成講座

市を訪れる外国人観光客に英語でガイドができる人材を養成する講座を開催します。  
**期**5月下旬～令和3年1月下旬  
**受**講コース(各回個別受講も可能です)  
 ①パノラマ銀座 英語登山ガイド(全10回)  
 ②安曇野市内 英語観光ガイド(全5回)  
**定**各コース20人(抽選)  
**対**20歳以上で心身ともに健康な次のいずれかの条件を満たす人  
 ①:英語全国通訳案内士  
 ②:英語地域通訳案内士  
 ③:英検2級以上またはTOEIC650以上  
 ④:③と同等以上の英語力を有すること  
 ※①の講座の場合は、上記条件に加え十分な登山歴を有すること  
 ※母国語が日本語ではない人は、上記に加え日本語能力試験N2級相当の語学力を有すること  
**費**①…10万円 ②…5万円  
 ※各回個別受講…1回1万3,000円  
**申**5月18日(月)までに申込書を市観光協会へ提出。申込書は市役所、市観光協会窓口および各HPから入手できます。  
**場**市観光協会 TEL82・3133 FAX87・9361

### 【松本税務署からのお知らせ】 振替日の変更

令和元年分の所得税および個人事業者の消費税の申告期限が延長されたことに伴い、振替日が次のとおり変更となります。  
 ▽所得税および復興特別所得税(確定申告分) …5月15日(金)  
 ▽消費税および地方消費税(確定申告分) …5月19日(火)  
**場**松本税務署管理運営部門 TEL39・3273

広告欄 広告についての問い合わせは広告主までお願いします

お寺様での葬儀は  
**株式会社 儀礼センター**  
 フリーダイヤル  
**0120-69-2929** 365日24時間対応  
 あづみ野営業所/安曇野市明科中川手102-2 TEL.0263-62-6645

**相続・遺言・農地・在留**  
 離婚・風俗・運輸等  
**相続・遺言** ~思いやりと真心を込めて承ります!~  
 相続法が改正(配偶者保護、自筆遺言の方法等)されました。サポートのご依頼は、当事務所まで!!  
**在留資格認定証明書申請** **在留期間更新** **永住申請**  
**入管局長承認 申請取次行政書士がサポート致します。**  
**大倉孝博行政書士事務所** 安曇野市三郷明盛2681-7(定休日 土日・祝日)  
 TEL 090-4464-0137 FAX 77-7613

★広告掲載の申し込みは(株)日本広告(TEL33・6911)まで

凡例 日日時 期間 場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 問い合わせ

※特に記載のない場合、申込時間は開庁日の午前8時30分から午後5時15分まで。

## お知らせ

### 市役所本庁舎閉庁日

図財産管理課庁舎管理係  
TEL71・2257 FAX72・1340

庁舎内設備の定期点検のため、市役所本庁舎の休日開放スペースは、次の期間利用できません。  
日5月16日(土)終日

### 証明書コンビニ交付サービスの一時停止

図市民課市民担当  
TEL71・2489 FAX71・2503

全国センターのシステムメンテナンスのため、証明書コンビニ交付サービスを一時停止します。  
日5月2日(土)～6日(水)終日

### 処理手数料の徴収業務を委託

図廃棄物対策課  
TEL71・2490 FAX72・3176

市では、処理手数料の徴収業務を次のとおり委託しています。

#### ◆一般廃棄物の処理手数料

図委託した事務 安曇野市廃棄物の適正処理等及び生活環境の保全に関する条例(平成29年安曇野市条例第15号)第25条及び別表に規定する木くず及び木質系粗大ごみの処理手数料徴収業務委託を受けた者 公益社団法人安曇野シルバー人材センター 理事長 佐々木胤明

委託期間 4月1日から令和3年3月31日まで

#### ◆可燃ごみの処理手数料

図委託した事務 安曇野市廃棄物の適正処理等及び生活環境の保全に関する条例(平成29年安曇野市条例第15号)第25条及び別表に規定する可燃ごみの処理手数料徴収業務委託を受けた者 ナルコ薬品株式会社代表取締役 百瀬利彦

委託期間 4月1日から令和3年3月31日まで

### 2020年工業統計調査

図情報統計課統計係  
TEL71・2469 FAX71・2336

経済産業省・市では2020年工業統計調査を行います。調査結果は中小企業施策や地域振興など、国や地域行政施策のための基礎資料として活用されます。  
日5月中旬から6月下旬まで

※令和2年6月1日現在を基準日に調査を行います。

図従業者4人以上のすべての製造事業所

図調査方法 調査員(顔写真入り)の調査員証を携行)が事業所の活動状態の確認を行い、対象事業所に調査書類一式(緑色の封筒)を配布します。一部の事業所には経済産業省より調査書類一式(灰色の封筒)が郵送されます。

### ねこのニャンでも相談

図環境課環境保全係  
TEL71・2491 FAX72・3176

市と動物愛護会安曇野支部では、ねこに関する相談会を開催します。本年度は5月、11月の2回を予定しています。

日5月15日(金)午後1時～3時  
場市役所3階共用会議室307  
費無料 図不要



### Jアラート 全国一斉情報伝達試験

図危機管理課危機管理担当  
TEL71・2119 FAX72・6739

「全国瞬時警報システム(Jアラート)」を使った全国一斉情報伝達試験を行います。当日は屋外スピーカー、戸別受信機、緊急告知機能付き防災ラジオから訓練放送が流れます。また、メール配信サービスでも訓練放送と同じ内容が配信されます。

日5月20日、10月7日、令和3年2月17日(いずれも水曜日) 午前11時ごろ

他市HPやメール配信サービスで事前通知します。災害等が発生した場合は実施しません。

## 守ろう！電波のルール

公共の電波を正しく使用するために、電波法というルールがあります。

しかし、ルールを守らない「不法無線局」から発射される不法な電波によるテレビ・ラジオの受信障害や消防・救急や航空など重要な無線通信への混信・妨害は後を絶ちません。また、日本では使用できない外国規格の違法な無線機器(技適マークが付いていないトランシーバーなど)が流通し、法令違反の認識がないまま、混信妨害の原因者となるケースが増えています。

私たちの財産である電波の良好な利用環境を守るため、「不法無線局」をなくし、電波を正しく使しましょう。

図総務省信越総合通信局

※詳細は [総務省信越総合通信局](#) [検索](#)

▷無線設備への混信・妨害および違法な無線設備の情報に関すること…監視調査課 TEL026・234・9976

▷テレビ・ラジオなど放送の受信障害に関すること…受信障害対策官 TEL026・234・9991

▷その他、情報通信の行政相談に関すること…総合通信相談所 TEL026・234・9961

## 検針・調査にご協力ください

### 水道メーターの検針にご協力ください

市では2カ月に1度、水道のメーター検針を行っています。検針員が伺い、水道メーターを直接確認しますので、円滑に検針ができるよう次のことにご協力ください。

- ◆水道メーターボックスの上に駐車したり、物を置かないでください。
- ◆水道メーターボックス内に泥や砂、水が入らないようにしてください。
- ◆水道メーターボックスの近くに犬をつながないでください。

図経営管理課庶務担当 TEL71・2271 FAX72・3176

### 検針員の服装を変更

5月から上下水道料金センター職員および水道メーター検針員の服装が変わります。青色を主体とした服装から、灰色を主体とした肩が赤色の服装に変わります。

新しい服装は市HPから確認できます。



### 下水道公共ますの調査にご協力ください

市内に設置されて長年使用されていない公共ますの状態や下水道への接続状況を把握するため、下水道調査員が調査を行います。市が交付する身分証を身に付けた調査員が敷地内に立ち入り、確認を行いますのでご協力をお願いします。

【調査期間】 令和2年度内

【注意事項】 調査員には市が交付する身分証の携帯を義務付けています。この調査により販売を行ったり、費用を請求することは一切ありません。不審に思った場合は、身分証を提示するようお声掛けください。

図下水道課維持管理係 TEL71・3182 FAX72・3176

公共ますとは…宅地内の汚水排水管と道路に敷設した公共下水道管とを連絡する「ます」のことです。設置から一定期間経過後も使用されていない場合、埋められて位置が分からなくなったり、木の根等により損壊している場合があります。

回答方法 6月30日(火)までにインターネットから、または調査票を郵送してください。図記入内容を漏らすことや目的以外(税の資料等)に使用することはありません。



工業統計キャラクター  
コウちゃん

### 「長野地方法務局からのお知らせ」相続証明制度をご利用ください

図長野地方法務局  
TEL026・235・6611

相続の手続きには、故人の戸籍謄本や除籍謄本を各機関・会社ごとに提出する必要があり、手数料が負担になるほか、書類の束を持ち歩かねばならなくなります。相続証明制度は、法務局に戸籍・除籍謄本等の束と法定相続情報一覧図を提出することで、その一覧図に証明文を付した写しを無料で交付する制度です。その後は一覧図の写しが戸籍・除籍謄本の束と同じ効力となるため、機関ごとに書類の束を提出する必要がありません。大変便利です。ぜひご利用ください。詳細は法務局HPをご覧ください。くか、長野地方法務局へお問い合わせください。

### 寄附寄贈のお礼(敬称略)

▷安曇野卓球連盟 7万円▷東京安曇野会 10万円▷松本立正佼成会 5万円▷(株)中央工研 3万円▷(有)アルプス調査所 3万円▷東京アート(株) 10万円▷安曇野市ママさんバレーボール連盟 3万円▷本多通信工業(株) 18万円(上記8件いずれも)市総合体育館建設に係る事業費として▷(株)アイダエナジー 11万円市の緑化のため▷(公財)ハーモニック伊藤財団 68万2,000円市内小中学校の図書購入費として▷(公社)安曇野シルバー人材センター 理事長 佐々木胤明 門松1対(2個)安曇野市へ▷明科高等学校生徒会 絵本18冊 明科南認定こども園・明科北認定こども園へ(各9冊)▷(一社)松本法人会 川手部会 部会長 花村薫 図書カード1万円券12枚 明南小学校、明北小学校、明科中学校へ▷明科ライオンズクラブ 書籍「職人図鑑 私たちがつくっています。①スポーツ用品」他全7冊 明科中学校へ▷下鳥羽公民館下鳥羽の古文書を読む会 代表 西沢洋明 冊子「下鳥羽の文化遺産～お宮とお祭り～」6冊 市内図書館5館、安曇野市文書館へ各1冊

# 4月から新たな助成制度が始まります

市では、骨髄や末梢血幹細胞の移植をしたドナーとドナーが勤務する事業所、また、骨髄移植等により定期予防接種ワクチンの免疫が消失し、再接種が必要な20歳未満の人を対象に4月から新たな助成制度を創設しました。

☎健康推進課健康推進担当 ☎71・2470 ☎71・2328

## 造血細胞移植後の ワクチン再接種費用助成事業

小児がんなどの治療のための骨髄移植などにより、治療前に接種したワクチンの免疫が低下または消失することがあります。ワクチンの再接種が必要となった人の経済的支援や感染症の発生・まん延を予防するため、ワクチン再接種費用を助成します。

☎①小児がんなどの治療を目的とした造血細胞移植（骨髄移植、末梢血幹細胞移植、さい帯血移植）によって、移植前に接種した定期の予防接種ワクチンによる免疫が消失した可能性が高く、医師が再接種を必要と認める人

②令和2年4月1日以降、ワクチンの再接種を受ける日および補助金申請時において20歳未満であり、市内に住所を有する人

☎助成額 医療機関に支払ったワクチン再接種費用の全額

対象となる予防接種 予防接種実施規則の規定するワクチン

☎次の書類を健康推進課（1階12番窓口）に提出してください。申請書類は同課で配布する他、市HPから入手できます。

### 【再接種前に提出する書類】

▷市造血細胞移植後のワクチン再接種費用助成事業補助金交付申請書

▷市造血細胞移植後のワクチン再接種費用助成事業補助金に関する主治医意見書

▷母子手帳の写し

### 【再接種後に提出する書類】

▷市造血細胞移植後のワクチン再接種費用助成事業補助金実績報告書

▷ワクチン再接種費用の領収書



## 骨髄バンクドナー助成事業

骨髄ドナー登録者を増やし、一人でも多くの尊い命を救うため、骨髄または末梢血幹細胞の提供者（ドナー）とドナーが勤務する事業所に助成金を交付します。

☎①骨髄等の提供を完了した日に市内に住居登録がある人

②ドナーが勤務する国内の事業所（国・地方公共団体・独立行政法人・地方独立行政法人・ドナーが個人事業主の事業所は対象外。複数の事業所に勤務している場合は、主たる1事業所のみ対象）

☎助成額 次の骨髄等の提供のための通院、入院または面談に要した日数に応じ、ドナーは1日につき2万円（上限10日）、ドナーを雇用する事業所は1日につき1万円（上限10日）

①健康診断のため

②自己血貯血のための通院

③骨髄等の採取のための入院

④その他骨髄バンクまたは医療機関が必要と認める通院等

\*骨髄等の提供による健康被害のための通院等に要した日は対象外

☎骨髄等の提供を完了し、退院した日の翌日から1年以内に次の書類を健康推進課（1階12番窓口）に提出してください。申請書類は同課で配布する他、市HPから入手できます。

### 【ドナー・事業所共通書類】

▷市骨髄バンクドナー助成事業助成金交付申請書兼実績報告書（ドナー用・事業所用）

▷公益財団法人日本骨髄バンクが発行する証明書の写し

▷その他市長が必要と認める書類

### 【ドナー】

▷健康保険証の写し

### 【事業所】

▷登記事項証明書等の勤務事業所の所在を証明する書類

▷ドナーと雇用関係を証明する書類

凡例 日日時 期間 場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 問い合わせ

※特に記載のない場合、申込時間は開庁日の午前8時30分から午後5時15分まで。

## 補助金

### 住宅用雨水貯留施設設置補助金

☎環境課環境係 ☎71・2491 ☎72・3176

地下水涵養、雨水流出抑制、災害時の生活用水確保を図り、循環型まちづくりを推進するため、住宅用雨水貯留施設の設置に対し補助金を交付しています。

☎補助金額 設置費用の2分の1  
①100万円以上500万円未満の場合：1基あたり上限2万5000円  
②500万円以上の場合：1基あたり上限5万円

③合併処理浄化槽等から転用する場合：上限5万円

対象施設 雨水を貯留するための構造を持つ施設で、住宅の雨どい等に接続し、架台等に固定するもの

☎工事着工前に申請が必要です。詳細は環境課（2階5番窓口）へ問い合わせいただくか、市HPをご確認ください。



### 特殊詐欺等被害防止対策

#### 機器購入補助金

☎地域づくり課生活安全係 ☎71・2495 ☎72・3176

特殊詐欺等被害防止対策機能のある電話機等の購入費用を補助します。

☎65歳以上の市民

☎補助金額 対象機器の購入および設置に要する費用の2分の1（上限5000円）

#### 対象機器

①相手方に録音する旨を伝え、通話内容を自動録音し、未登録の電話番号からの着信に対する注意を促す電話機。

②電話機に接続する装置であって、通話内容を自動的に録音するもの。または、被害を引き起こす可能性のある着信を自動的に切断するもの。

☎電話機等の購入前に申請が必要です。申請書は地域づくり課（2階4番窓口）または市HPから入手できます。詳細は問い合わせいただくか、市HPをご確認ください。



## 軽自動車税（種別割）の減免

次の対象者は、申請により軽自動車税（種別割）が減免されます。昨年度減免を受けた人には、内容を確認する通知を送付しました。変更がない場合、申請は必要ありません。

申請期間 納税通知書到着後から6月1日（月）まで

申請場所 財政部税務課（1階17番窓口）、各支所地域課窓口

※下記②・③の要件の場合、税務課のみ

☎①身体障害者手帳等を所有し、障がいの程度や軽自動車の使用目的等、一定の要件に該当する場合

②車いす仕様車など、特別な仕様により製造または構造変更が加えられた軽自動車

③社会福祉事業を行う事業者が直接その本来の事業を行うために使用する軽自動車

※要件の詳細は税務課へ問い合わせください。減免できる車両は普通車を含めて、1人1台です。

☎運転免許証、印章、個人番号（マイナンバー）の通知カードまたは個人番号カード、身体障害者手帳等、車検証、納税通知書（5月上旬発送予定）

※②・③の要件の場合は税務課へ問い合わせください。

☎税務課諸税係 ☎71・2484 ☎72・2065

障がい名	障がい等級	
	身体障害者手帳等の所有者が運転する場合	生計を一つにする者または常時介護する者が運転する場合
視覚障がい	1級～4級	1級～4級
聴覚障がい	2級・3級	2級・3級
平衡機能障がい	3級	3級
音声機能障がい	3級 (咽頭摘出の場合のみ)	—
上肢不自由	1級・2級	1級・2級
下肢不自由	1級～6級	1級～3級
体幹不自由	1級～3級、5級	1級～3級
乳幼児期以前の非進行性脳病変による運動機能障がい	上肢	1級・2級
乳幼児期以前の非進行性脳病変による運動機能障がい	下肢	1級～6級
心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこうまたは直腸・小腸の機能障がい	1級・3級	1級・3級
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい	1級～3級	1級～3級
肝臓機能障がい	1級～3級	1級～3級
知的障がい	総合判定A	総合判定A
精神障がい	1級	1級

※1 フレイルとは…「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態（フレイル診療ガイド2018年度版より引用）」と定義され、加齢により、心と体の動きが弱くなった状態をいいます。

## 健康維持のポイント

### ●運動

「動かない」（生活が不活発な）状態が続くことで、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが懸念されます。また、転倒などを予防するためにも、日頃の運動が大切です。

▷人混みを避けて、一人や限られた人数で散歩をする。

▷家の中や庭などでできる運動（ラジオ体操など）、家事や農作業で体を動かす。

### ●栄養・口腔

低栄養を予防し、免疫力を低下させないためには、しっかりと栄養をとること、お口の健康を保つことが大切です。

▷三食欠かさずバランスよく食べ、規則正しい生活を心掛ける。

▷毎食後、寝る前に歯磨きをする。

▷しっかりと噛んで食べる、一人で歌の練習や早口言葉を言うなど、お口周りの筋肉を保つ。

### ●人との交流

孤独を防ぎ、心身の健康を保つために、人との交流や助け合いが大切です。

▷家族や友人と電話で話す。手紙やメール、SNSなどを活用し交流する。

▷買い物や移動など困ったときに助けを呼べる相手を考えておく。

## 【フレイル予防にオススメ！自宅で簡単体操】

①背筋を伸ばして、イスに浅く腰掛ける。足の角度は90度にし、足幅はこぶし1つつ分。床にかかとはつけたまま、正面に座っている人に足裏を見せる様に、つま先を持ち上げて下ろす。15回～20回繰り返す。



脚の角度は90度

親指をしっかりとあげる

②足を肩幅に開き、つま先をやや外側に向ける。（膝とつま先は同じ向き）両手は胸の前でクロスをするか、前に伸ばす。上体をやや前傾気味にし（視線は正面）、お尻を後ろに突き出すように（つま先が浮かない、膝が内側に入らない、膝がつま先より前にならないように注意）4秒かけてゆっくり膝を曲げ、イスにお尻がつきそうになったら4秒かけてゆっくりと膝を伸ばし、立ちポーズに戻していく。15回繰り返す。



ゆっくりあげるがポイント

外出の機会や社会交流の機会により、特に高齢者の活動量の低下や孤独が心配されます。「フレイル（※1）」を予防し、健康を維持するため、次のことを意識した生活を心掛けましょう。

## 活動低下や孤独に陥らないために 自宅で簡単フレイル予防

## 貸付対象者

市内に工場等または事業所を有し、3カ月以上の操業実績のある中小企業者等で、次のいずれかに該当する人

- 1. セーフティネット4号**（最近1カ月の売上高等が前年同月と比べて20%以上減少しており、かつ、その後2カ月間を含む3カ月間の売上高等が、前年同期と比べて20%以上減少することが見込まれる）を利用する人
- 2. 危機関連保証**（最近1カ月の売上高等が前年同月と比べて15%以上減少しており、かつ、その後2カ月間を含む3カ月間の売上高等が、前年同期と比べて15%以上減少することが見込まれる）を利用する人
- 3. セーフティネット5号**（直近3カ月間の売上高が前年同期比で5%以上減少している）を利用する人

※各項目とも緩和要件があります。詳しくは、市HPをご確認ください。

## 融資の条件

資金の用途	設備資金又は運転資金（借換も可能）
限度額	4,000万円
貸付期間	10年以内（据置2年以内）
利率	年0.8%
利子補給	年0.8%で2年（但し、借換資金の場合は補給なし）
信用保証料	保証料全額補助
申込先	安曇野市商工会経由で安曇野市役所商工労政課
申込期限	融資実行日の期限を令和3年3月31日までとし、それに間に合うように申し込むこと
取扱金融機関	八十二銀行、長野銀行、松本信用金庫、長野県信用組合の市内各支店

## 問い合わせ

申し込みには、安曇野市制度資金あっせん申込書のほか決算書等、滞納がない証明書等の提出が必要です。提出書類は、市商工会または商工労政課（市役所3階2番窓口）、市HPから入手できます。制度の詳細は商工労政課まで問い合わせください。

商工労政課商工労政係 TEL 71・2041 FAX 72・1340

市では、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けた市内中小企業事業者の皆さんを支援するため、新たに「新型コロナウイルス対策特別資金」を創設しました。要件を満たせば、運転資金や設備資金のために最大で4千万円の融資を受けることができます。

# 事業者の皆さんへのご案内 『新型コロナウイルス対策特別資金』を創設

介護保険課介護予防担当

TEL 71・2474 FAX 71・2503



# 3つのサイクリングコースを設定



# 自転車で楽しく安曇野を走ろう！！

市では、自転車を活用したまちづくりの取り組みの一つとして、市内在住の元マウンテンバイクオリンピック代表の小林可奈子さんに協力をいただき、誰もが安曇野の良さを感じながら、安全に楽しく自転車に乗ることができるサイクリングコースの設定を進めています。

さまざまな年齢・体力・嗜好の方が自転車に乗ることを想定し、あづみ野やまびこ自転車道や既存の市道を活用して、市民や観光客の皆さんが安全で楽しく、何度でも走りたいと思えるようなコースを設定しましたのでご紹介します。今後、路面表示や看板設置等順次コースの環境整備を進めていきます。

企画政策経営課企画担当 TEL71・2401 FAX71・5155

## 自転車 Aコース

◆総距離 約 30km ◆想定所要時間 4～5時間

●あづみ野やまびこ自転車道を基本ルートとし、穂高の市街地から豊科地域の犀川沿いを走る高低差の少ないコースです。

## 自転車 Bコース

◆総距離 約 21km ◆想定所要時間 3時間

●三郷地域を中心とするルートで、東側の「じてんしゃひろば」から貞享義民記念館を走るルートと、西側の室山アグリパークから小倉の果樹園の中を走るルートを組み合わせたコースです。

## 自転車 Cコース

◆総距離 約 32km ◆想定所要時間 4～5時間

●あづみ野やまびこ自転車道から有明山神社を目指し、穂高山麓の観光スポットを巡り、国営アルプスあづみの公園から堀金へ抜けるコースです。

市民の皆さんも  
利用できます！

## 「シェアサイクル」で春の安曇野を散策しませんか

自転車は、自分のペースでゆっくりと散策することができるため、花々が咲き始める春を満喫するにはぴったりな乗り物です。4月1日から再開したシェアサイクルは、全台電動アシスト付きで上り坂もらくらく進むことができます。 ※最新の営業状況はアプリをご確認ください。

- 利用方法** (利用期間：4月1日～11月30日)
- ①下記QRコードからアプリをダウンロードし、利用者登録・予約をします。
  - ②登録したメールアドレスに送られる暗証番号を自転車のハンドルに付いているディスプレイに入力すると、解錠されます。
  - ③自転車はどのステーションからもレンタル可能で、他のステーションに返却することも可能です。
  - ④支払いは初回に登録するクレジットカードで簡単決済。一部携帯電話会社のキャリア決済も可能です。
- 問い合わせ**  
市観光協会 TEL82・3133 FAX87・9361

- ステーション** ( =左地図)  
穂高駅前/しゃくなげの湯/大王わさび農場/道の駅「アルプス安曇野ほりがねの里」/明科駅前ほか 全16カ所 (利用時間:24時間)
- 利用料金**  
15分100円 (12時間最大1,500円)

iOS



Android



# 安曇野市長から皆さまへのお願い

(令和2年4月14日)

県内における新型コロナウイルスの感染拡大は、予断を許さない状況です。安曇野市においても、小中学校の休校や事業の中止・延期など、市民生活にさまざまな影響を及ぼしています。今後、大型連休を迎えますが、市民の皆さまには、引き続き、次のことにご注意いただきますよう、お願い申し上げます。

- 人との接触を極力減らしてください。
- うがい・手洗いを徹底し、ご自身と大切な人を守ってください。
- 感染拡大地域の往来、また、3つの密「密閉」・「密集」・「密接」を避けてください。
- 感染が疑われる場合は、まずは電話でご相談ください。また、万が一に備え、行動記録を付けるように心がけてください。
- 不当な差別・偏見・いじめが生じないよう、冷静な行動をお願いします。
- 最新情報の収集に心がけ、国や自治体が発信する正確な情報に基づき行動してください。

市といたしましても、関係機関との連携を図り、市民の皆さまの健康と安全を守ることを第一に対策を進めてまいります。

未来ある安曇野を守り、一丸となってこの難局を乗り越えましょう。

安曇野市新型コロナウイルス感染症対策本部長  
安曇野市長

宮澤宗弘

## 感染が疑われる場合の相談窓口

松本保健所では、新型コロナウイルスの感染が疑われる場合の相談窓口を設置し、24時間、対応しています。相談される場合は、必ず、**医療機関を受診する前に電話**でご相談ください。

新型コロナウイルス感染症有症状者相談窓口（松本保健所）

TEL 0263 - 40 - 1939

### 本庁舎夜間・休日開庁日

時間延長窓口5月12日(火)

(午後5時15分から8時まで)

休日開庁日4月26日(日)・5月24日(日)

(午前8時30分から正午まで)

※転出入・転居等一部業務のみ取り扱います。事前に問い合わせください。

広報 あづみの

発行日 令和2年4月22日

編集・発行 長野県安曇野市役所政策部

秘書広報課秘書広報担当

TEL 0263・71・2000 FAX 0263・71・5000

URL <http://www.city.azumino.nagano.jp>

E-mail [info@city.azumino.nagano.jp](mailto:info@city.azumino.nagano.jp)

印刷 ㈱安曇印刷 印刷経費1部26円

次回発行…通常版5月20日(水)

古紙配合率60%  
再生紙を使用しています。

PRINTED WITH  
SOYINK

◆桜が咲いて北アルプスがくつきりと見えて…いいお天気♪の日には、写真を撮りに出掛けたい!!朝が苦手な私ですが、絶好のタイミングを逃すことのないよう早起きを頑張ったものの3連敗。雲、雪、晴(↑寝坊)そして、雨。桜頑張り!

◆テレビによると縄跳びは運動効果が高いとのこと。小学生の頃、好きだった縄跳び。これなら続けられそうなきがします。まずは、縄跳びを探すことから始めてみます。

◆4月から秘書広報課勤務となりましたY&Iです。みなさんよろしくお祈りします。着任早々、はやりのウイルスのおかげでイベントが中止、記事の差し替えの日々。まさにY&I(余裕がない、いそがしい)。

◆職場も家庭も新型コロナウイルスの影響で、生活が大きく変わりました。やがて来る終息を願い、持ち場をしっかり守りたいと思います。共に乗り越えましょう。

人口と世帯 2020.4.1 現在 ( ) 内は対前月比

人口 97,368人 (-71) 男 47,265人 (-17) 女 50,103人 (-54)

世帯 40,071世帯 (+113) ※住民基本台帳に基づく人口および世帯数

本庁舎 〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000番地  
徳高支所 〒399-8303 長野県安曇野市徳高6658番地  
三郷支所 〒399-8101 長野県安曇野市三郷明盛4810番地1  
堀金支所 〒399-8211 長野県安曇野市堀金烏川2750番地1  
明科支所 〒399-7102 長野県安曇野市明科中川手6824番地1

TEL 0263-71-2000 FAX 0263-71-5000  
各支所への電話は本庁舎から転送します  
FAX 0263-82-6622  
FAX 0263-77-6060  
FAX 0263-72-4900  
FAX 0263-62-4747

編集後記