

情報ボックス

お知らせ

市区長会主催 熊井明子さん講演会



熊井明子さん

市区長会では、熊井明子さん（故・熊井啓監督夫人）を講師に迎えた講演会を開催します。熊井明子さんは、松本市出身で信州大学を卒業。エッセイスト、ポプリ研究者です。故・熊井啓監督の安曇野への思いも含めて語っていただきます。どなたでも参加できますので皆さんぜひお出掛けください。

■日時 12月9日（火）午後3時～4時30分
■場所 堀金総合体育館サブアリーナ

■演題 「安曇野の田園生活を豊かに〜英国の暮らしに学ぶ〜」
■岡本まちづくり推進課
（☎71・2000 FAX72・1223）

健康づくり講演会

「最近少し血圧が高くて・・・」。そんな会話を身近に聞きませんか？血圧は高い状態が続くことで動脈硬化を促進し、脳梗塞や心筋梗塞などの合併症を引き起こす要因となります。そこで脳血管疾患と予防についての講演会を開催します。講演会に先立ち、市の運動実践指導者による高血圧予防の軽い運動を合わせて行います。参加者はタオルを持参のうえ、運動のできる支度でお出掛けください。

■日時 12月7日（日）午後1時～3時30分
■場所 豊科ふれあいホール
■演題 脳血管疾患の予防と最

■新治療法について

■講師 信州大学医学部付属病院
脳神経外科堀内哲吉先生

■豊科保健センター
（☎72・9970 FAX72・9044）

プールに行こう あづみ野ランドで水中健康教室

あづみ野ランドでは、音楽に合わせてバランスの良い全身運動ができる水中健康教室を開催します。日ごろの運動不足解消やシェイプアップに、また、肩こりや腰痛の予防に、年齢に合わせた無理のない水中運動が行えます。

火曜日コース《全12回》

■日時 1月6日（火）～3月24日（火）午後1時45分～2時30分（初回受付午後1時30分）

金曜日コース《全12回》

■日時 1月9日（金）～3月27日（金）午後1時45分～2時30分（初回受付午後1時30分）
■場所 あづみ野ランド温水プール

■定員 各コース40人

■費用 ・受講料 各コースとも初回のみ2,400円・使用料 毎回600円（入浴料込み）

■申し込み 11月29日（土）までの午後1時30分～6時の間に、左記へ電話またはFAXでお申し込みください。

※申し込み多数の場合は11月30日（日）に抽選し、当選者の発表を12月5日（金）までに行います。当選に限り電話連絡をしますが、落選の場合は行いませんのでご了承ください。

■あづみ野ランド
（☎82・0256 FAX82・0257）

◇お詫びと訂正◇

広報あづみの「お知らせ版」（11月5日発行70号）
■9ページ絵手紙でつくる年賀状
【誤】13：00～12：00
【正】13：00～16：00
お詫びして訂正します。

普通救命講習会

救急隊が到着するまでの間にできる応急手当について講習します。救命に必要な基礎知識として、AEDを用いた応急手当（心肺蘇生法）など3時間の講習です。万が一の時、大切な人の命を救うことができるよう、多くの皆さんが応急手当を習得してください。

■日時 11月29日（土）午前9時～正午
■場所 穂高消防署
■定員 30人（先着順）
■申し込み 左記へ電話でお申し込みください。
■穂高消防署（☎82・3262）



もしかして詐欺!? あやしいと感じたら、まず相談を

県内の振り込め詐欺による被害が増加傾向にあります。すぐには振り込まない、相手に連絡しない、「携帯」「子ども」「金」の言葉に惑わされないなど、十分注意してください。

振り込め詐欺

- ケース1 還付金詐欺：社会保険庁などの職員をかたり、お金を返すと言ってATM(現金自動預払機)を操作させ、現金を振り込ませる
- ケース2 融資保証金詐欺：お金を借りたい人に、保証金などを名目に現金の振り込みを要求する。
- ケース3 架空請求詐欺：身に覚えのない架空の料金を請求し、現金の振り込みを要求する。
- ケース4 オレオレ詐欺：子や孫をかたり、事故や会社で金を使い込んだと言って現金を振り込ませる。



あやしいと感じたら、ひとりで悩まず、周りの人に相談するか、下記へ相談してください。

■安曇野警察署（☎72・0110） ■環境課交通防犯係（☎82・3131）

地デジ詐欺

近ごろ、テレビの地上デジタル対応やアンテナ交換などを口実とした詐欺が発生しています。身に覚えのない工事や代金の請求には十分注意してください。

- ケース1 総務省やテレビ局の名前が書かれた手紙が届き、地上デジタル放送切りかえ助成金が支給されるので、手数料の支払いをするように書かれている。
- ケース2 テレビ局職員、地上デジタルテレビ受信対策員などを名のる男が自宅にやってきて、受信工事やテレビの調整代金の支払いを求める。



地上デジタル放送に関する対応で、総務省やテレビ局、その他関係機関がお金を請求することは一切ありません。このような請求を受けた時は、すぐには支払わず下記へ相談してください。

■総務省信越総合通信局情報通信部（☎026・234・9990） 安曇野警察署（☎72・0110）
■松本消費生活センター（☎35・1556） ■環境課交通防犯係（☎82・3131）