

広
報

あづみの



安曇野市

Azumino City
Public Relations
No.118

2

2011.2.16

contents

- 区長会がシティマップ配布…… 8
- 鳥インフルエンザに関する情報…… 10
- 北部給食センター起工…… 11
- 健診・予防接種の案内…… 14
- 民生児童委員等の紹介…… 30



特集◎
参上！
学校応援団



参上!

学校応援団

地域で支える 安曇野の子どもたち

昨年度からスタートした学校支援地域本部事業。未来を担う子どもたち、地域の拠点である学校をみんなの手で支えるこの取り組みは、いわば「地域の学校応援団」です。皆さんも取り組みに参加しませんか?

みんなで
はぐくむ仕組みを

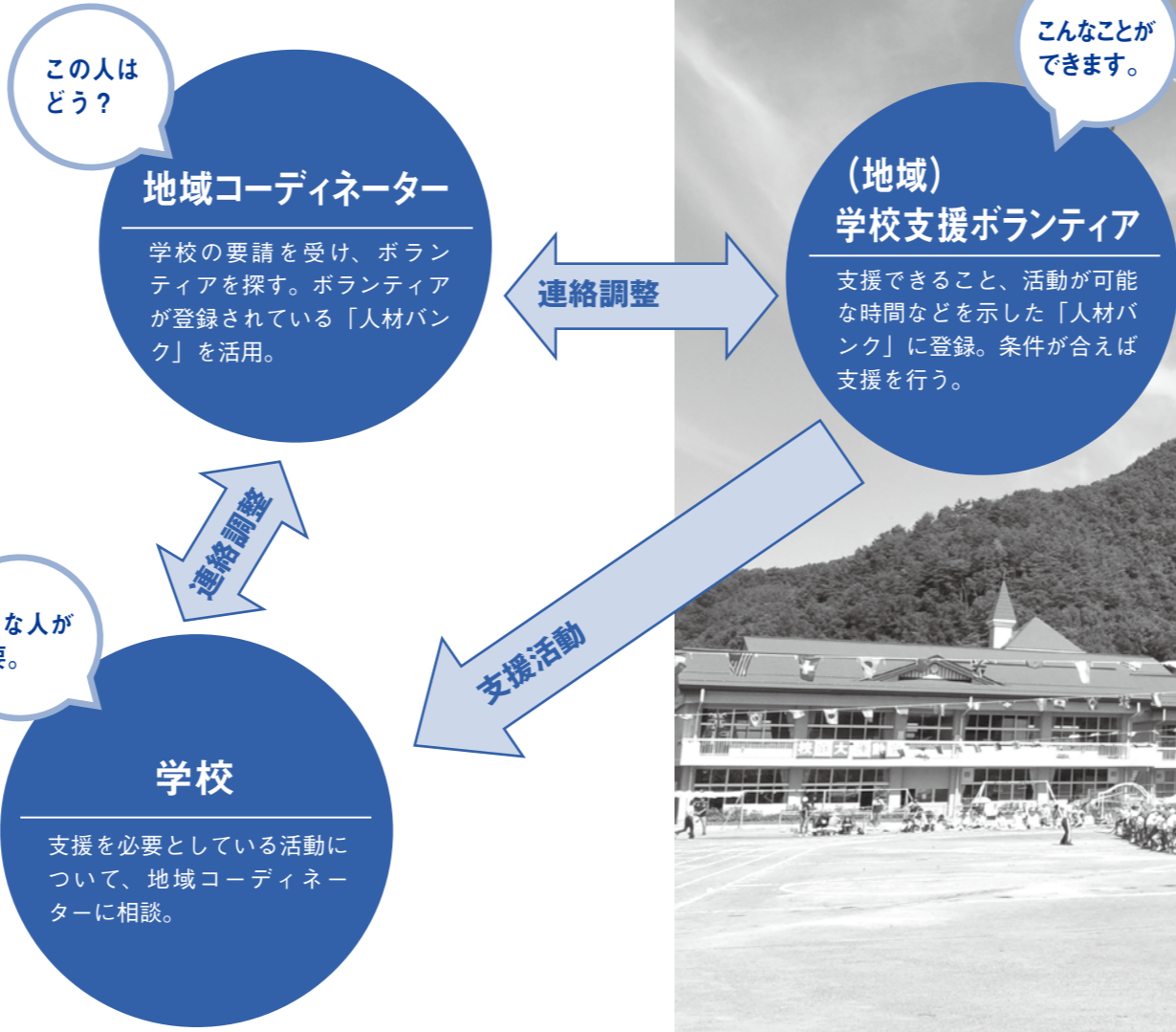
学校は、子どもを持つ親に身近な場所ですが、子どもとかわりがなくなると、遠い存在になってしまいがちです。しかし現在、学校は地域の大人とのかかわりを必要としています。

学校と地域がより強く、より上手に結びつくために――。市教育委員会では、その仕組みづくりに取り組んでいます。そのひとつが、昨年度からスタートした「学校支援地域本部事業」です。

この事業は、学校が必要としているさまざまな活動に地域の皆さんが「学校支援ボランティア」として参加します。各校には「地域コーディネーター」が配置されており、ボランティアの情報が登録されている人材バンクを活用しながら最適な人材を学校へ派遣します（上図参照）。



これまで多くの皆さんが、学校の教育活動を支えています。この仕組みを構築することで、学校が必要としていることと皆さんにしていただけることをより上手にかみ合わせることが出来ます。



さらに充実を

ボランティアの登録者数は、78個人・9団体となっています。支援内容は、子どもたちの見守りをはじめ、授業の補助、校内の環境整備、スポーツ、文化活動の支援などさまざまです。

ボランティアの登録者数が増えることは、それだけ子どもたちを支える力が強まることを意味しています。教育委員会では、ボランティアを随時募集しています。詳細は7ページをご覧ください。



明科中学校1年の教室で授業を補佐するボランティア (写真中央：1月26日)

教育現場の声

教職員だけではできないことも

堀金小学校 宮澤 純子 先生

「学校支援地域本部事業」は大変心強く、感謝するとともに期待をしています。

市内小中学校の現状や課題はそれぞれ異なりますが、子どもたちの笑顔と健やかな成長を願い、「楽しい学校」をめざして日夜奮闘中の教職員です。しかし、「子どもたち一人一人と向き合う時間がたつぷりと欲しい。子どもたちの『わかった、できた。やったあ』という歓声をたくさん聞きたい」と願いながらも、現実なかなかその時間が確保できず、悩む日々が続いています。

本事業では、まず各地域の小中学校ごとに「地域コーディネーター」が配置されています。地域と学校とをつなげ、温かく頼もしいパイプの役目をして下さっています。毎月連絡をとり、緊急時には即来校して下さり、親身になって相談にのっていただけるので、大変ありがたく頼りにしております。

実際に、外国籍児童転入時の日本語指導の支援ボランティア、特別な支援を必要とする児童の支援ボランティア、また総合的な学習の時間に行う各地域の特色ある活動の技術指導支援ボランティア等々の皆さまを派遣していただき、現場教職員だけではできないことを助けていただきました。

地域の皆さまに直接子どもたちにかかわっていただき、共に育てていただけることに感謝し、今後ご加入いただいた支援ボランティアの皆さまに、学校現場をご支援いただけることを心から期待しております。

学校の活動が パワーアップ!

特集 ◎ 参上! 学校応援団

田んぼの先生

11 / 26
豊科南小学校

11月26日に開かれた豊科南小学校の収穫祭。地域コーデイネーターの横川英子さん（豊科）の声かけで集まった農村女性学習会（学校支援ボランティア）の皆さんは、臼と杵、ぬかくどを設置し、手良く子どもたちと餅つきをしています——。

子どもたちから「田んぼの先生」と呼ばれているボランティアと豊科南小の5年生は、1年間を通じて米作りの授業を行いました。

同校では、以前にも学校とPTAを中心に米作りの授業に取り組んでいました。しかし、田んぼがあった場所に学校のプールが建設された事で、再開の見通しが立たないまま米作りの授業は中断されていました。市の農業委員も務める横川さんは「豊かな田園に囲まれて育った安曇野の子どもたちには、ぜひ米作りを経験してほしい」と、学校と調整を図り、米作り再開に向けて動きました。横川さんはまず、地域農業委員会に相談し、近くの荒廃田を耕作する準備を進めました。あわせて、生産者の仲間たちに声をかけ、学校の米作

りを支える人手を確保しました。そして一昨年、念願がかなって再開した米作りには、仲間のボランティアだけでなく、地元農業委員やPTAも加わっていました。この実績を見込まれ、横川さんは学校支援地域本部事業がスタートした際に地域コーデイネーターに就任。学校と地域をつなげる継続的な役割を担うようになりました。

横川さんは、「夏場の草取りは子どもたちだけでがんばってくれました。そのかいあって無農薬で育てることができましたよ」と笑みをこぼしながら一年を振り返ります。みんなで大事に育てたお米は、この日、ボランティアの皆さんが最後のお手伝いをして、おいしいあんころ餅へ。PTAの皆さんも手伝って収穫祭は無事終了しました。

「学校というPTAという事になりがちですが、学校でもPTAでも分からない事、できない事が最近増えていると感じます。もっと地域でも学校にかかわっていかないと、子どもたちに豊かな経験はさせられないと思います」と横川さん。

学校で収穫できたのは、お米だけではなく、お米だけではありません。



この日、主にお手伝いした豊科農村女性学習会の皆さんは、ぬかくどでお米を炊いている間、子どもたちのお正月の食生活について話していました。



言葉をはぐくむ

お話のローソクに願いを込め吹き消す子どもたち

穂 高絵本とお話の会（学校支援ボランティア）は、たくさんのお話の子どもたちに、絵本の読み聞かせ、すばなし、わらべうたなどを聞いてもらい、その楽しさを知ってもらおうと昭和59年ころから活動開始。穂高地域の図書館・保育園・小学校を中心に活動を続け、春秋の読書旬間中には各学校全学年でお話を聞いています。



11月24日、穂高南小学校で開かれた1年生のお話会は、パネルを使ったお話の主人公当てクイズでスタート。おなじみのピノキオ、花咲じいさん、かぐや姫などの昔話に、子どもたちからは「知ってる。知ってる」と大きな歓声があがりました。続いて「お話のローソク」に火が灯され、すばなしで、鼻先にソーセイジがくっついてしま

11 / 24
穂高南小学校

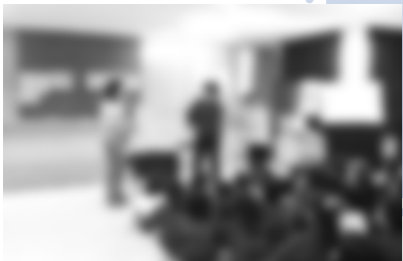
ったイギリスのお話「3つの願い」が始まりました。子どもたちはローソクの火に照らされた語り手の話に食い入るように聞き入っています。このほか、エプロンの上で人形がポケットを出入りしながらお話が進行するエプロンシアターの「北風と太陽」など、さまざまなお話が登場しました。すべてのお話が終わると、「お話のローソク」に願いを込めて吹き消され、会員の斉藤恵美子さん（穂高有明）は、「本を読むことで自分の知らない世界をたくさん知ることが出来ます。皆さんもたくさん本を読んでください」と授業を締めくくりました。

幼いころの言葉への接触は、まず聞くことから始まります。子どもたちは、大人が話した言葉、つまり「話し言葉」を何回も何回も繰り返し聞いていくうちに、少しずつ言葉を覚え話することができるようになると言われています。言葉の発達面から大人が子どもに「語りかける」「話しかける」ということは大きな意味を持ち、「お話素話」は、その中でもとても大切な体験であると言えます。

ボランティアの皆さんの着実な取り組みが、学校教育の大きな力となっています。



パネルを使ったお話の主人公当てクイズ。子どもたちの元気な歓声が響きます。



学ぶことの幅が広がる

内川レオナさん 明科中1年

英語の授業でクラスみんなの進み具合に目を配ってもらいました。私は途中でスペルを教えてもらいました。たくさんの大人に学校に入ってもらえば、学ぶことの幅も広がると思います。



知らないことをたくさん教わった

渡邊琉一さん 豊科南小5年

お米作りをやってみて、とても大変だと思いました。手で刈って、縛って、干した収穫の 때가特に大変でした。お手伝いに来ていただいて、分からない事や知らない事をたくさん教えてもらい、とても助かりました。



やさしいおばちゃん

等々力優衣さん 穂高南小1年 (右から2番目)

絵本が大好きです。おばちゃんたちはやさしい。面白い本を読んでもらって、とても楽しかったです。また、来てくれるといいな。



地 域と学校のパイプ役、地域コーディネーター。穂高北小学校のコーディネーターを務める内山房子さんに、学校支援ボランティアの活動の魅力について聞きました。

子どもたちに残せるものがあります。

「ご自身も、「わいわいランド」やお話の会で、学校とかかわってらっしゃいますね。」

私は長い間、保育の仕事に携わってきました。退職を機に違うことを始めようかとも思いましたが、子どもとのかかわりを最後まで私自身の生きがいのようにと考え、児童館や学校のボランティアに加わりました。

「学校とかかわるようになって、良かった点は？」

今を精いっぱい生きている子どもに会えることですね。目と目が合ってニコッとし合えた瞬間とか、お話をじつと聞いてくれている時とか。失敗ばかりでめったにありませんが、子どもの心にストーンと落ちる言葉がけのできた時は最高ですね。ボランティアの皆さんがよく「子どもから元気をもらっている」と言いますが、まさにその通りです。街中で「あっ、僕のこと分かる？」と話しかけてもらった時もうれしいですね。遠かった学校が近くなりました。

「子どもたちとかかわりたいけど、「特技がない」、「教えられるものがない」と考える人もいると思います。」

子どものところに「こんな楽しい思いをしていた」とか、仕事や生活の中で「こんなことを子どもたちに伝えていきたい」とか、皆さんが生きてこられた中に子どもとつながることがあると思います。それと、直接子どもたちに教えるようなものではなくても、登下校の見守りや、子どもたちのために草花の世話をするなど、教育現場を静かに支える取り組みも必要とされています。

ボランティア登録のお誘い



穂高北小学校・地域コーディネーター

内山房子さん (穂高有明)

ちの中に、少年期の良き思い出として残ると思います。私たちボランティアは1つの「点」でしかありませんが、その点が増えれば、子どもたちの住みやすい、育ちやすい地域になっていくと思います。

「最後に登録を検討している皆さんにメッセージを。」
先生と違う味を持った私たちが学校に入ること、子どもたちの人間関係は幅広くなると思います。そして、それが先生方の手助けとなるものであれば、学校のゆとりにもつながりますね。ボランティアとかかわった楽しい体験は、きっと子どもたち

特別な資格は必要ありません。気軽にご応募ください。

例えばこんな活動・・・

● 環境を支える！

花壇の水やりや草取り、落ち葉の掃除、植木のせん定など、学校の環境づくりをサポートします。子どもたちとの交流もあります。

● 安全を守る！

通学路での安全指導の声掛け、あいさつやパトロールなど、子どもたちの安全を守り、地域のコミュニケーションをはぐくんでいます。

● 特技・技能を生かす！

ミシンのサポートや英語の授業のサポート、部活動の補助など、職業や趣味での経験を生かし、子どもたちの体験の幅を広げます。

この他にも、さまざまな支援の仕方が考えられます。「あなたらしい」支え方が必ずあります。まずは、下記までご相談ください。個人情報責任を持って管理します。

市教育委員会学校教育課内
学校支援地域本部事務局

TEL 62・3001 FAX 62・5721



そば薫る「つみっこ汁」

2/6 穂高あめ市で振る舞い

穂高駅前通りで開かれた穂高あめ市で2月6日、伝統食「つみっこ汁」が振る舞われました。つみっこ汁は、米を節約しなければならなかった時代、「ツミッコ」、「ツミイレ」、「ハヤニ」となどと呼ばれ郷土に親しまれた汁物。今回振る舞った汁には、湯でこね手でちぎったそば粉を用い、ダイコンやゴボウなどと一緒に煮ています。商工会女性部穂高支部長の下里久代さん(穂高)は「作り方は簡単。そば打ちができる人は少ないと思うので、家庭で気軽にそばを楽しむ一品としてぜひ試してほしい」と話してくれました。



団員確保に 地域力を

1/9 安曇野市消防団出初め式

安曇野市消防団(小出博一郎団長)の出初め式が1月9日、穂高会館で開かれました。式典には団員や関係者約600人が出席。団員表彰などを終えた後、穂高の市街地約1.3キロを分列行進しました。

小出団長は式辞で「団員の確保は、団や行政ばかりでなく、地域社会全体がともに考え解決していくことが必要」と述べ、団員確保に地域の協力を求めました。



「安曇野は一つ」 拾ヶ堰の物語

2011年春公開予定「RYOと彩の安曇野水物語」

安曇野を潤す「拾ヶ堰」を題材にしたハイビジョンシネマ「RYOと彩の安曇野水物語」(河崎義祐監督)の製作が、今春公開に向けて進められています。

拾ヶ堰は、水争いの絶えなかった200年ほど前の安曇野地域の10の村が心を1つにして造りあげた壮大な用水路です。この作品では、拾ヶ堰開削の偉業をたどりながら、主人公となる中学生のRYOと高校生の彩の成長を描き、「安曇野は一つ」という願いを映し出しています。

製作を進めているのは、有志でつくる実行委員会(世話人代表・飯田正子)。安曇野に拾ヶ堰ができた「奇跡」を後世に伝えるため、市民の皆さんの協力を募っています。詳しくは、同実行委員会(TEL83・8898 FAX83・8898)まで。

市内83区を 地図で紹介

区長会が「あづみのシティマップ」を配布

安曇野市区長会(竹内秀太郎会長)はこのたび、市内83区、公共施設や医療施設一覧など暮らしに役立つ情報をまとめた冊子「あづみのシティマップ」を配布しました。

この冊子は、株式会社ゼンリン松本支店(松本市)が、市内約110社などから協賛金を集めて発行。市区長会では区の紹介ページなどの編集に協力し、市内各戸へ配布したものです。また、区への未加入世帯や転入者にも配布し、区への加入を勧める予定です。

竹内会長は、「市の一体感を醸成するには、他の地域の場所と名前に関心を持つことが大切。多くの人にこの冊子を手にとって活用してほしい」と呼びかけています。「あづみのシティマップ」は、カラー刷のA4判74ページ。市役所各総合支所にも置いてあります。

写真は左から小林章男会計(潮区)、勝野正道会長代理(等々力町区)、竹内秀太郎会長(飯田区)、松岡光正事務長(下長尾区)



全国3位、4位の快挙

全国障害者スポーツ大会「ゆめ半島千葉大会」

昨年10月に開かれた第10回障害者スポーツ大会「ゆめ半島千葉大会」。県代表として出場した池上猛さん(穂高北穂高)と曾山邦子さん(三郷明盛)が好成績を収めました。

出場したのはフライングディスク(円盤)の飛距離を競う種目で、池上さんが3位、曾山さんが4位に入賞。池上さんは、「銅メダルが取れて良かった。今年(の開催地)は山口県。金メダル取らなくちゃ」と、本年の大会に向けての意欲を話してくれました。



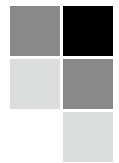
懐かしの牛乳瓶で乾杯!

1/9 平成23年安曇野市成人式

安曇野市成人式が1月9日、安曇野スイス村サンモリッツ(豊科南穂高)で開かれました。本年の新成人は1,028人(男性482人、女性546人)。出席者743人が人生の大きな節目をともに祝いました。

新成人代表の三郷温出身・中村亮太さんは、「感謝の気持ちを忘れず、優しく、たくましく、自分らしく生きていきたい」と式辞を述べ、決意を新たにしました。

また式終了後には、成人式の恒例メニューとなる「給食」が登場。新成人は懐かしの献立を囲みながら牛乳瓶で乾杯し、それぞれの近況などを語り合っていました。



■鳥インフルエンザ対策の強化 防疫対策本部を設置

市は1月28日、鳥インフルエンザなど家畜伝染病に対する体制を強化するため、家畜伝染病防疫対策本部を設置しました。対策本部の設置によって、関係機関との連携が強化され、市の組織を挙げての対応となります。皆さまには次の点についてご理解とご協力をお願いします。

●冷静な行動を

鳥インフルエンザウイルスは、感染した鳥との濃厚な接触等特殊な場合を除いては、通常では人に感染しないと考えられています。鶏肉や卵を食べることによる、鳥インフルエンザウイルスが人に感染することは世界的にも報告されていません（1月現在）。冷静な行動をお願いします。

告されています（1月現在）。冷静な行動をお願いします。

●死亡した野鳥を見つけたら
 昨秋以降、高病原性鳥インフルエンザウイルスが全国各地で確認されています。死亡した野鳥を見つけた場合は、素手で触らず、各総合支所または耕地林務課へご連絡ください。

●近づきすぎないで
 鳥の糞が靴の裏や車両に付くことにより、鳥インフルエンザウイルスが他の地域に運ばれる恐れがありますので、家きん飼養施設や野鳥に近づきすぎないで、市長と意見交換をしました。

■5地域に「移動市長室」を初開設

市ではこのほど、「移動市長室」を初の試みとして開設しました。この取り組みは「新市発足以降、市長との懇談や提案がしにくくなった」といった課題に対応するもので、市長が5つの総合支所を巡回し、市民の皆さまとの対話を深めることが狙いで

す。今回は1月13日に穂高、20日に三郷、2月10日に明科、17日に堀金、24日に豊科で市長室を開設しました。

このうち、三郷総合支所で開かれた移動市長室には、4件の申し込みがあり、その地域独自の課題や施策の提案などについて、市長と意見交換をしました。

黒沢川の排水路問題などで須野卯久さん（三郷温）は、「これまで区長会や総合支所を通じてお願いしてきたが、地域が現在抱えている問題をまとめて直接お伝えできる」と開設のメリットを話しました。



よりきめ細やかな対話を図るために

■北部給食センター着工 10月末完成予定

穂高等学校給食センターの移転新築工事である「安曇野市北部学校給食センター」建設工事の起工式を1月29日に開催しました。

移転新築する場所は、農免道路田中西交差点の北西側の5、991平方メートル。施設の規模は、延べ床面積2、091平方メートルを計画しています。

施設・設備は、国の設計・管理基準に従い最新式のものとし、アレルギー対応の調理室も完備。これまで以上に子どもたちに安心・安全な給食を提供できるようにになります。また、建物の高さを10メートル以内とし、切妻屋根にするなど、田園風景との調和を目指した設計となっています。



田園風景との調和を目指した外観

穂高等学校給食センターは昭和58年の建設。設備や厨房機器の老朽化が進んでいました。完成は本年10月末の予定です。穂高地域の小中学校に給食の提供が始まるのは来年1月からになる見込みです。

■国勢調査速報値 人口増加数は県内で8位

5年ごとに行われる国勢調査（昨年10月1日現在）の速報値が1月7日、長野県から公表されました。

安曇野市の人口は、前回調査に比べて195人増の9万6、461人となりました。長野県の人口は、215万2、736人で、前回調査に比べ、4万3、378人の減少となつてい

ます。県の人口は、昭和50年調査以降増加していましたが、平成12年調査をピークに減少となっています。

市町村別の人口では、県内77市町村のうち、13市町村で増加、64市町村で減少しています。安曇野市の人口増加数は、県内の市町村では多い方から8番目、市では松本市に次ぎ2番目とな

りました。また世帯数については、県が1万4、117世帯増の79万4、362世帯、市が1、420世帯増の3万4、163世帯でした。

男女・年齢別人口、産業・職業ごとの就業者数の速報は、6月に予定されています。調査への協力、ありがとうございます。

■国勢調査実施本部
 (TEL) 2000 FAX 72・1223

	人口(人)	前回比(人) (平成17年)	世帯(件)	前回比(件) (平成17年)
長野県	2,152,736	43,378 減	794,362	14,117 増
安曇野市	96,461	195 増	34,163	1,420 増

※この速報値は長野県の速報値であり、後日、総務省から公表される速報値と一致しない場合があります。

議会

市議会3月定例会会期日程

市議会3月定例会を次のとおり予定しています。どなたも傍聴できます。お気軽にお出掛けください。

地域づくり

つながりひろがる地域づくり事業

市では、支え合う地域社会を目指し、自主的で主体的な地域に根ざした市民活動事業を支援するため「つながりひろがる地域づくり事業補助金」を交付しています。

募集

文書の仕分け、配達を行う臨時職員の募集

市から区へ配布する回覧文書などを仕分けて配達していただく臨時職員を募集します。

- 募集人員 豊科・三郷・堀金・明科の総合支所で各1〜3人程度
勤務日数 毎月、2〜3日程度で、1日8時間以内
賃金 時給860円
募集期間 2月21日(月)〜平成24年2月28日(月)まで
応募方法 本庁舎内総務課および各総合支所地域支援課窓口へ

特定公共賃貸住宅入居者の募集

市では、中堅所得者向け特定公共賃貸住宅の入居者を募集します。募集内容 特定公共賃貸住宅 追分団地(穂高北穂高) 2戸(3LDK)家賃5万円から

本年度、この補助金の交付を受けた28団体の事業成果について、ステージ発表、パネル発表などを交え、各団体による発表会を行います。新たな出会いの機会、ネットワークの広がるの場とするため、多くの市民の皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日時 3月5日(土)
展示発表 午後1時〜
▽アトラクション 午後1時45分〜
▽発表会 午後2時〜
場所 三郷公民館講堂

市国土地利用計画(素案)に対するパブリックコメントの実施結果

平成22年11月25日(木)から12月24日(金)の間に実施した安曇野市国土地利用計画(素案)に対するパブリックコメントの結果がこの度まとまりました。市のホームページまたは各総合支所地域支援課で閲覧いただけますのでご覧ください。

県営住宅入居者の募集

長野県住宅供給公社では、県営住宅入居者の統一募集を行います。募集団地 松本地方事務所管内の県営住宅(詳細は2月中旬ころ決定します)

- 募集内容 (1) 空き家募集(4月1日付で入居可能な住宅の募集)
(2) 補欠募集(募集時に空き家はないが、6カ月以内に空き家が出た場合の募集)
応募資格 県内に在住するか勤務する人で、次の要件を満たす者
(1) 同居または同居しようとする親族(結婚予定を含む)がある

相談

司法書士による登記・法律無料相談

司法書士による登記・法律無料相談所を開設します。土地や建物の相続・贈与・売買などの不動産の権利の登記や、会社・法人などの設立・変更・解散などの登記、また裁判所への提言書類の作成など、関連するさまざまな相談に応じます。相談内容の秘密は厳守します。

- 日時 3月17日(木) 午前9時〜正午、午後1時〜4時
場所 豊科公民館2階小会議室
定員 12人(先着順)
申し込み 3月10日(木) 9時から電話で予約を受け付けます。

看護師の募集

市内保育園で看護および保育補助業務を行う看護師を募集します。募集人数 1人

- 応募資格 看護師免許を有し、市内の保育園に勤務できる者
雇用期間 平成23年4月1日〜平成24年3月31日
勤務時間 午前8時30分〜午後5時15分
勤務日 月〜金曜日(週5日)
賃金 月額17万5,600円
※一時金、交通費、社会保険あり
募集期間 2月16日(水)〜25日(金)まで
応募方法 穂高健康支援センター1内児童保育課窓口にある非常勤職員申込書に必要事項を記入のうえ提出してください。

広告欄 広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします

社員募集! 大倉開発興行 株式会社
世の為、人の為
建築事業部 松本店/統括本部
ライフオークラ TEL 0263-29-1955

あづみの住宅公園
全工法対応7社 8モデル 展示
これから暮らしを託せる 住まいづくりを実現します。
あづみの住宅公園 検索
TEL.0263(72)3021

広告欄 広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします

★「広報あづみの2月号」をお持ち頂いた方に特典です!!
餃子半額!!
餃子(1皿)無料!!または お子様ラーメン半額!!
2011年3月6日まで
安曇野店 店長/新井真文
TEL.0263-73-9890

開運堂あづみの菓遊庭
創業百二十余年、信州の風土に育てられた菓子店です。
毎月第2・4金曜日 10時より 出来たて「フワフワどら焼き」限定販売
安曇野市三郷温6956(広域農道沿い) 9時〜18時(毎日営業) TEL.76-5060

★広告掲載のお申し込みは、(株)共立プランニング(TEL34・2515)まで

健康づくり

妊婦一般健康診査にH T L V - 1抗体検査を追加します

成人T細胞白血病(ATL)は、H T L V - 1(ヒト白血病ウイルス・1型)というウイルスによっておこる病気です。お母さんがこのウイルスを持っていると、授乳などによって赤ちゃんに感染する可能性があります。(感染者すべてが発病するわけではありません)現在自己負担で行われているH T L V - 1抗体検査に対して、国の緊急経済対策の一環として、平成22年10月6日以降の検査について、公費助成を実施する決定がされました。4月1日以降の検査は、検査項目の中に追加されますが、平成22年10月6日から平成23年3月31日までの間に自己負担で行ったH T L V - 1抗体検査についても、費用の一部(上限2,290円)が申請により助成されます。該当される場合は、健康推

骨・歯科検診の受診者募集

市では、骨粗しょう症と歯周疾患予防を目的に骨・歯科検診を実施します。対象で検診を希望する方は申込み期間内に希望する検診会場の保健センターへ電話でお申込みください。定員になり次第、締め切りますのでお早めにお申込みください。

- 対象 20歳以上の市民
- 内容/料金
 - ▽骨検診(骨密度測定・栄養相談) 1,000円
 - ▽歯科検診(検診・相談) 無料
- 申込み期間 3月1日(火)～

健康づくり講演会

市健康づくり推進員会では、信州大学医学部付属病院循環器内科の池田宇一教授を講師にお迎えし、「循環器疾患の治療と予防」についての講演を行います。参加は無料。申し込みは不要です。お気軽にお出掛けください。

- 日時 3月5日(土) 午後2時～3時30分
- 場所 穂高健康支援センター
- 定員 200人(先着順)

進課または地域の保健センターにお問い合わせください。《申請に必要なもの》

1. 申請書兼請求書
2. 母子健康手帳
3. 振込口座の分かるもの・印鑑

※検査を受けた医療機関で「妊婦健診(H T L V - 1抗体検査)受診料支払い証明書」の必要事項の証明を受けてください。(証明手数料が発生する場合がありますのでご了承ください)

市では、骨粗しょう症と歯周疾患予防を目的に骨・歯科検診を実施します。対象で検診を希望する方は申込み期間内に希望する検診会場の保健センターへ電話でお申込みください。定員になり次第、締め切りますのでお早めにお申込みください。

市では、平成23年度成人検診の申込み受付を行います。2月中旬に各家庭へ申込み用のはがきを郵送します。内容をよくご確認のうえ必要事項を記入して、3月18日(金)までに投函するか、直接、最寄りの保健センターに提出してください。申込まれた人には受診券・検診票等をお送りします。申込みはがきに記載が無い、骨・歯科検診、肺がんC T検診はすべて予約で検診を行う予定です。骨・歯科検診については右ページでご案内しています。肺がんC T検診は6月に各保健センターで受付、

予防接種ごとの内容

ワクチン名	接種開始の対象年齢	回数	接種間隔
ヒブ(インフルエンザ菌b型)ワクチン	生後2カ月以上7カ月未満	4回	1回から3回までは4～8週間の間をあけ、3回目の1年後に追加1回
	生後7カ月以上1歳未満	3回	1回から2回までは4～8週間の間をあけ、2回目の1年後に追加1回
	満1歳以上5歳未満	1回	—
小児用肺炎球菌ワクチン	生後2カ月以上7カ月未満	4回	1回から3回までは27日間以上あけ、3回目終了後60日間以上あけて1歳～1歳3カ月の間に追加1回
	生後7カ月以上1歳未満	3回	1回から2回までは27日間以上あけ、2回目終了後60日間以上あけて1歳以降に追加1回
	満1歳以上2歳未満	2回	60日間以上の間隔をあけて2回接種
子宮頸がんワクチン(HPV)	満2歳以上5歳未満	1回	—
	中学3年生(15歳相当)～高校1年生(16歳相当)の女子	3回	初回の注射から、1カ月後に2回目、2回目から5カ月後に3回目を接種

※子宮頸がんワクチンについては、平成22年度に高校1年生相当の年齢の人は、平成23年2月1日から同年3月31日までに1回以上接種した場合に限り、平成23年度(平成23年4月1日～平成24年3月31日)の2回目以降の接種についても助成を受けることができます。

ヒブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がんワクチン接種費用の助成

ヒブ・小児用肺炎球菌・子宮頸がんの予防接種について、2月から接種されるお子さんの接種費用を公費負担することとなりました。対象となる皆さまへ個人通知を行っています。これらの予防

接種は予防接種法には定められていない任意予防接種ですので、接種するかどうかは保護者が判断してください。

- 実施期間 2月1日(火)～3月31日(木)
- 接種料金 無料
- 接種医療機関 指定医療機関での個別接種となります。

23年度各種検診申込み

検診会場	電話番号	検診予定日	受付時間	定員
豊科保健センター	72-9970	5月9日(月)午前・午後 5月10日(火)午前・午後	午前 9:30～11:30 午後 13:30～15:30 (30分ごとの時間指定)	180人
穂高保健センター	81-0711	5月11日(水)午前・午後 5月12日(木)午前		150人
三郷保健センター	77-9111	5月13日(金)午前		70人
堀金保健センター	73-5770	5月13日(金)午後		70人
明科保健センター	81-2251	5月12日(木)午後		70人

※骨検診は、手首からひじまでのレントゲン撮影で骨密度を測定します。
※妊娠中・妊娠の可能性のある人は、骨検診は受けられません。
※骨検診のみ、歯科検診のみの受付もできます。

健康づくり講演会

市健康づくり推進員会では、信州大学医学部付属病院循環器内科の池田宇一教授を講師にお迎えし、「循環器疾患の治療と予防」についての講演を行います。参加は無料。申し込みは不要です。お気軽にお出掛けください。

- 日時 3月2日(水) 午後1時30分～3時(開場12時45分)
- 場所 穂高学習交流センター
- 定員 200人(先着順)

調査票(はがき)の記入方法

名前を確認してください。送る時は名前が切り取られます。年齢などで対象外となる検診には、あらかじめ「×」が記入してあります。(ただしマンモグラフィ検診のみ「×」が記入してありませんので対象年齢を確認してください)

平成23年度検診申込み票	安曇野 太郎 65歳	安曇野 花子 30歳
740	0000019	0000027
特定健康診査 418101	市の検診を申し込む <input type="checkbox"/>	市の検診を申し込む <input checked="" type="checkbox"/>
胃検診 418201	市の検診を申し込む <input type="checkbox"/>	市の検診を申し込む <input checked="" type="checkbox"/>
乳房検診 418401	マンモグラフィ検診 <input checked="" type="checkbox"/>	マンモグラフィ検診 <input type="checkbox"/>
	視触診 <input checked="" type="checkbox"/>	視触診 <input type="checkbox"/>

希望する検診には、黒の鉛筆かボールペンで「○」を記入してください。

市では、平成23年度成人検診の申込み受付を行います。2月中旬に各家庭へ申込み用のはがきを郵送します。内容をよくご確認のうえ必要事項を記入して、3月18日(金)までに投函するか、直接、最寄りの保健センターに提出してください。申込まれた人には受診券・検診票等をお送りします。申込みはがきに記載が無い、骨・歯科検診、肺がんC T検診はすべて予約で検診を行う予定です。骨・歯科検診については右ページでご案内しています。肺がんC T検診は6月に各保健センターで受付、

はがきを開くと3面になり、その中央が調査票となります。対象が5人以上の場合、はがきが複数になります。



※平成22年度より子宮頸部検診、マンモグラフィ検診は、医療機関での検診となりましたが、このはがきによる申込みが必要です。

● 貸借料情報一覧

(10 a 当たり 単位:円)

Table with columns: 農地の区分, 豊科, 穂高, 三郷, 堀金, 明科. Rows include 水田 (20a以上の作業効率の良い水田, 上記以外の水田) and 畑 (20a以上の作業効率の良い普通畑, 上記以外の畑) and 樹園地.

※表は平成22年中の貸借料データに基づく実勢額ですが、状況に応じて双方の話し合いで決めてください。

※平均額は各区分の平均値(四捨五入前)をデータ数により加重平均した値です。

※空欄は貸借料データがありません。

※水利費などは双方で話し合ってください。

※樹園地は果樹の状況により変わりますのでご承知おきください。

「農地法等の一部を改正する法律」が平成21年12月15日に施行され、標準小作料制度が廃止されました。これに伴い、農業委員会は農地の貸借料決定の目安とな

農地の貸借料情報 農業者の皆さまへ 農地委員会事務局 (TEL 77・3111 FAX 77・6060)

るよう、過去1年間に公告された農用地利用計画(利用権設定)の貸借料データを基に、実勢の貸借料情報をお知らせします。新たな農地の貸借に当たっては、この情報を基に農地の面積、形状などの状況を考慮し、当事者間で十分協議したうえで農地の貸借料を決定してください。平成22年の貸借料データを基にまとめた貸借料情報は左記のとおりです。

長野県内の最低賃金 693円

(効力発生日平成22年10月29日)

長野県最低賃金は、県内の事業場で働くすべての労働者に適用されます。なお、下記の産業で働く労働者にはそれぞれの特定(産業別)最低賃金が適用されます。

Table with columns: 特定(産業別)最低賃金, 時間額, 効力発生日. Rows include 電子部品・電気機械器具・情報通信機械器具等製造業 (783円), はん用機械・自動車・同付属品等製造業 (794円), 各種商品小売業 (751円), 印刷・製版業 (746円).

●詳しくは、松本労働基準監督署(TEL48・5693)または、長野労働局労働基準部賃金室(TEL026・223・0555)へ問い合わせるか、長野労働局ホームページhttp://www.nagano-roudoukyoku.go.jpをご覧ください。

- (1) 契約を締結する能力を有する者および破産者でない者
(2) 市建設工事等入札参加資格者名簿(土木)に登録されている者。ただし、平成22年度市道除雪受託者はこの限りではない。
(3) 希望業種の履行に必要な資格、許可等を有する者

- 登録有効期間 4月1日〜平成25年3月31日までの2年間
●申請方法 市小規模土木工事登録制度要領に基づき申請してください。所要領は、市ホームページからダウンロードするか豊科総合支所内建設課維持係までお問い合わせください。

平成23年度市小規模土木工事登録業者の募集 豊科建設課維持係 (TEL 72・3111 FAX 72・3569)
市では、平成23年度の工事費100万円未満小規模土木工事登録業者を募集します。平成21・22年度登録業者も再申請が必要です。
●登録要件 市内に本社を有し、次の各号に該当していること
(1) 契約を締結する能力を有する者および破産者でない者
(2) 市建設工事等入札参加資格者名簿(土木)に登録されている者。ただし、平成22年度市道除雪受託者はこの限りではない。
(3) 希望業種の履行に必要な資格、許可等を有する者

- (4) 自社において施工能力を有する者(一括下請の禁止)
市内全域施工が可能な者
(5) 夜間、緊急、災害時に出勤できる者
●受付日時 3月1日(火)〜10日(木)午前9時〜午後5時(土・日を除く)
●受付場所 豊科総合支所建設課
●選考結果 3月末までに、郵送で通知します。
●登録有効期間 4月1日〜平成25年3月31日までの2年間
●申請方法 市小規模土木工事登録制度要領に基づき申請してください。所要領は、市ホームページからダウンロードするか豊科総合支所内建設課維持係までお問い合わせください。

● シートベルト着用状況(4月〜12月調査)(表1)

Table with columns: 内容, 運転席, 助手席, 後部座席. Rows include 調査台数, 着用台数, 着用率.

● チャイルドシート着用状況(9月実施)(表2)

Table with columns: 内容, 前席, 後席, 全席(合計). Rows include 調査数, 着用者数, 着用率.

● 過去5年間の市内交通事故状況(表3)

Table with columns: 内容, H18, H19, H20, H21, H22. Rows include 件数, 死者, 傷者.

市では、安曇野警察署および安曇野交通安全協会の協力を得てシートベルト着用調査を毎月実施しています。シートベルト非着用者の致死率は、着用者と比較すると

ご注意ください 毎月4日、14日、24日はシートベルト着用啓発日 豊科生活環境課交通安全防犯係 (TEL 82・3131 FAX 82・6622)

約17倍と極めて高い現状です。シートベルトは命を守るためのものです。車に乗る時は必ずシートベルトを着用する習慣をつけましょう。(表1)
チャイルドシートの着用は大人の責任
チャイルドシートの誤った使用は効果がありません。交通事故から子どもを守るためにも、正しく着用しましょう。(表2)
緊急事態! 交通死亡事故が5件
平成22年度中、市内では交通死亡事故が5件発生し、5人が亡くなりました。県内での事故件数・死者数・負傷者数が減少している中で、市では増加しました。(表3)
加害者にも被害者にもならないために
▽道路の横断は信号機や横断歩道を利用し、十分な安全確認をしましょう。
▽暗くなつてからの外出は反射材を身に付けましょう。ドライバ―は早めにヘッドライトを点灯しましょう。
▽飲酒運転は絶対にやめましょう。
▽運転者も歩行者も、ゆとりを持った行動をしましょう。

申告はお早めに!

所得税・市県民税の申告は 3月15日(火)まで

市では、昨年の申告状況をもとに市県民税の申告書を発送しました。申告書がお手元に届かなくても、申告が必要な場合があります。各総合支所地域支援課税務会計窓口にて申告書がありますのでご利用ください。

- 平成22年中に収入がない人でも、次の①〜⑤に該当する場合は申告が必要です。
①国民健康保険加入者およびその世帯主
②後期高齢者医療保険加入者とその世帯員
③介護保険加入者および世帯員
④市外に住んでいる親族の扶養になっている人
⑤所得証明書などが必要な人
●市県民税のお問い合わせ 市民税課 (TEL72・3111 FAX72・8340)
●所得税のお問い合わせ 松本税務署 (TEL32・2790)

春の火災予防運動

豊科消防署(TEL72・3145)
穂高消防署(TEL82・3262)
梓川消防署(TEL78・2090)
明科消防署(TEL62・2992)

3月1日から7日まで「消したかな あなたを守る 合言葉」を統一標語に春の火災予防運動が実施されます。空気が乾燥し、火災が起こりやすい季節が続きます。「ちよつとなら」の気持ちで火災を起こします。火を使うときは、その場を絶対に離れないようにしましょう。また、火災による犠牲者の多くは火災時に発生する煙によるものです。住宅用火災警報器の設置がお済みでない場合は至急設置してください。

普通救命講習会

豊科消防署(TEL72・3145)
または穂高消防署(TEL72・3262)
穂高健康支援センター(TEL72・6769 FAX72・6739)

豊科消防署では、救命に必要な基礎知識、AEDを使用した心肺蘇生法などを学ぶ普通救命講習会を開催します。心臓や呼吸が止まってしまった時、救急隊が到着するまでの間に、居合わせた人が心肺蘇生法を行うことが救命のカギとなります。大切な人のために、講習会に参加してみませんか。希望者は豊科消防署へお申し込みください。
●日時 3月5日(土) 午前9時〜正午
●会場 豊科消防署
●募集人員 30人
●受講料 無料

市の宅地分譲地のご案内

市土地開発公社では、現在4分譲地の5区画を販売しています。購入希望者は現地をご確認のうえ、市土地開発公社備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、お申し込みください。申し込みは、先着順となりますのでご了承ください。建築条件などはありません。

安曇野市土地開発公社
 (TEL71・2000 FAX71・5000)

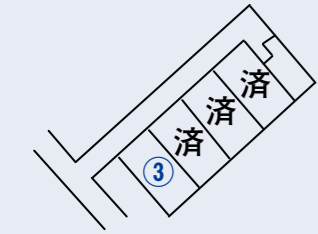


③野花見分譲地

[所在地] 明科七貴5937-18
 [面積] 340.34㎡(約103坪)
 [価格] 7,312,000円



●用途地域/都市計画区域内(無指定) ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●設備/電気:中部電力・水道:市営水道(加入金要)・下水道:農業集落排水下水道(加入分担金含む) ●交通/JR明科駅約2.1km、明南小学校約1.4km、明科中学校約1.4km、明科南保育園約1.1km



⑤新田神社東分譲地

[所在地] 豊科4985-8
 [面積] 294.66㎡(約89坪)
 [価格] 12,295,000円



●用途地域/市街化区域 第1種住居地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●設備/電気:中部電力・水道:市営水道(加入金要)・ガス:個別プロパン・下水道:市公共下水道(受益者負担金不要) ●交通/JR豊科駅約0.6km、豊科北小学校約1.5km、豊科北中学校約1km



①荻原分譲地

[所在地] 明科七貴8830-46
 [面積] 338.35㎡(約102坪)
 [価格] 6,133,000円

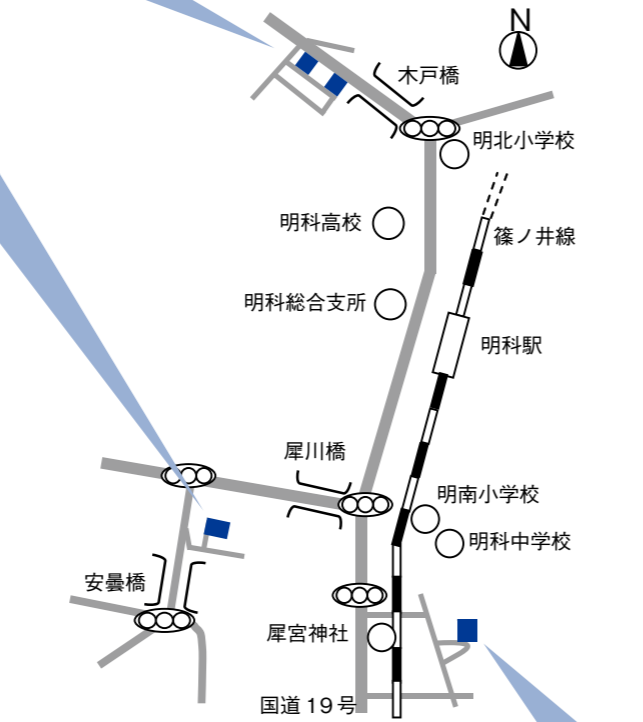
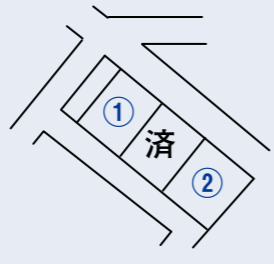


②荻原分譲地

[所在地] 明科七貴8830-48
 [面積] 334.71㎡(約101坪)
 [価格] 6,067,000円



●用途地域/都市計画区域内(無指定) ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●設備/電気:中部電力・水道:市営水道(加入金要)・ガス:各戸LPガス(加入分担金含む) ●交通/JR明科駅約2km、明北小学校約0.7km、明科中学校約2.7km

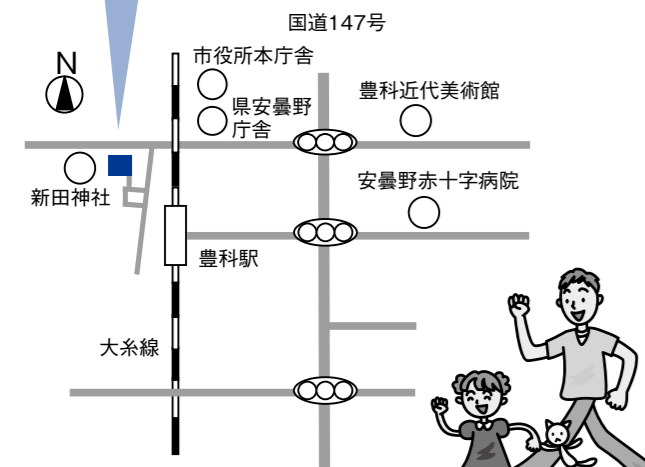


④宮本分譲地

[所在地] 明科中川手1181-1
 [面積] 394.72㎡(約119坪)
 [価格] 8,330,000円



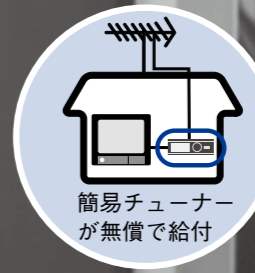
●用途地域/都市計画区域内(無指定) ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●設備/電気:中部電力・水道:市営水道(加入金要) ガス:戸別プロパン・下水道:市公共下水道(受益者負担金売主負担) ●交通/JR明科駅約2.5km、明南小学校約1.8km、明科中学校約1.7km



市町村民税非課税世帯への

地上デジタル放送受信のための支援

2011年7月24日までに地上アナログテレビ放送は終了し、地上デジタルテレビ放送に完全移行します。



簡易チューナーが無償で給付

対象となるのは?

世帯全員が「市町村民税非課税」で、まだ受信機器が地デジに対応していない世帯が対象となります。詳しくは下記へお問い合わせください。
 ※NHK放送受信料全額免除世帯は除きます。
 ※NHKと放送受信契約を結んでいない場合は、申し込み後、速やかにNHKと放送受信契約を結んでください。
 ※すでに地上デジタル放送を視聴できる世帯は、支援を受けられません。

支援の内容は?

①簡易なチューナー(1台)を無償で給付します(テレビは給付しません)。チューナー1台をアナログテレビ1台につなぐことで、地上デジタル放送を受信することができます。
 ※簡易なチューナー1台はご自身で設置してください。
 ※アンテナ工事が必要な場合は、支援対象外ですので、ご自身で行ってください。
 ②簡易なチューナーの設置方法と操作方法を電話でサポートします。

申込期限

平成23年7月24日まで(消印有効)
 ※平成23年4月1日以降の支援については、平成23年度予算の成立が前提となります。

支援に関するお問い合わせ

総務省 地デジチューナー支援実施センター
<http://www.chidejishien.jp>

ナビダイヤル 0570・023724
 ファクス 043・302・0284

上記の番号が利用できない場合(TEL043・332・2525)
 【受付時間】平日9:00~21:00(土・日・祝日9:00~18:00)

NHK放送受信料全額免除世帯への支援

申し込み期限が7月24日まで延長されました。詳しくは、下記へお問い合わせください。

ナビダイヤル 0570・033840

申し込み方法は?

支援の申込書に必要事項を記入のうえ、下記の書類を添えて「総務省 地デジチューナー支援実施センター」に送付してください。

①支援の申込書の入手方法

各総合支所内地域支援課でお受け取りいただくか、または、総務省 地デジチューナー支援実施センターへご連絡ください。

②添付書類

支援対象世帯の確認のため、世帯全員が記載されている住民票の写しと世帯員全員の非課税証明書の添付が必要です(住民票の写しと非課税証明書の発行手数料は、本支援の対象外です)。

【世帯員全員の市町村民税非課税証明】

- 手続き場所 各総合支所地域支援課の窓口
- 必要部数 世帯全員分
 ※平成3年4月2日以降に生まれた人の分は不要です。
 ※世帯単位で同一年度(平成22年度または、平成23年度)の非課税証明が必要です。
 ※平成22年度非課税証明書の場合、平成22年1月1日現在で当市以外に住所のあった人は、以前の住所地の市町村へ証明書の発行を申請してください。
 ※平成23年度非課税証明書の場合(6月10日以降の発行予定)、平成23年1月1日現在で当市以外に住所のあった人は、以前の住所地の市町村へ証明書の発行を申請してください。
 ※所得の申告がない人は、非課税証明書の発行ができませんので、市県民税の申告をしてください。

【世帯員全員の住民票の写し】

- 手続き場所 各総合支所市民福祉課の窓口
- 必要部数 1部
 ※現在の住所が記載されているもので、発行日から1年以内のものがが必要です。
 ※外国籍の人は、住民票の代わりに外国人登録原票記載事項証明書を添付してください。

情報政策課情報政策係 (TEL77・3111 FAX77・6060)

市町村対抗駅伝競走大会
出場者募集

社会教育課スポーツ振興係
TEL 62・4565 FAX 62・3525

市では4月29日(金)に開かれる「第21回長野県市町村対抗駅伝競走大会」と「第7回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会」の出場者を募集します。希望者は、3月4日(金)までに社会教育課スポーツ振興係へ、お電話などでお申し込みください。

なお、希望者多数の場合、選考会(3月下旬ごろ予定)を実施します。

市町村対抗駅伝競走大会

期日 4月29日(金・祝)

午前9時00分スタート予定

コース

長野県松本平広域公園陸上競技場発着 42・195⁺。

区間と距離

第1区 2・7⁺ (中学生女子)

第2区 4・4⁺ (一般男子)

第3区 3・1⁺ (中学生男子)

第4区 5・8⁺ (一般男子)

第5区 6・2⁺ (一般男子)

第6区 4・4⁺

(一般女子・中学生女子可)

第7区 3・1⁺ (中学生男子)

第8区 5・8⁺ (一般男子)

第9区 6・695⁺ (一般男子)

参加資格

①平成23年度長野陸上競技協会登録

競技者(大学生ならびに高校生は同協会へ登録を済ませた者)

②未登録者は所定の登録手続きを必ず済ませること。

③平成23年4月1日現在で市内居住者であること。(大学生ならびに高校生は現住所または出身地のうち、いずれか一つの市町村から参加可能)

市町村対抗小学生駅伝競走大会

期日 4月29日(金・祝)

午前9時45分スタート予定

コース

長野県松本平広域公園陸上競技場発着 6・0⁺。

区間と距離

第1区 1・5⁺ (女子)

第2区 1・5⁺ (男子)

第3区 1・5⁺ (女子)

第4区 1・5⁺ (男子)

参加資格

①平成23年4月1日現在で市内居住者であること

②選手は小学4・5・6年生とする。



スポーツ常念
「早春常念ウォーキングリニック」参加者募集

堀金総合体育館
TEL FAX 72・6340

スポーツ常念では健康づくりに欠かせない「歩く」ことをテーマにウォーキングリニックを開催します。体に負担をかけない理想的な歩き方身につけてみませんか。

期日 3月20日(日)

午前9時～正午

場所 堀金総合体育館および周辺ウォーキングコース

講師 原義美さん(元世界陸上日本代表、日本スルウオーク協会会長)

定員 100人(先着順)

対象 大人

参加費 1人200円(保険料含む)

スポンサー 常念会員は100円

服装・持ち物 運動のできる服装、運動靴、タオル、ドリンクなど

申し込み 3月14日(月)までに、市内の体育施設および地域公民館窓口にて備え付けの所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて堀金総合体育館窓口へお申し込みください。

家庭教育ひまわり講座講演会

社会教育課子ども支援係
TEL 62・4565 FAX 62・3525

「今、この時期に大切なこと」
子どもの発達とかわり方

本年度のまとめとなる今回は、子どもとのやりとりの場面を通して、具体的に大人はどうしたら良いのかを、子どもの発達の視点からお話しいただきます。参加費は無料で申し込みは不要です。保護者はもちろん、祖父母のみならず、興味のある皆さんどなたもお気軽にご参加ください。

期日 3月6日(日)

午前10時～正午

場所 穂高会館2階講義室②

講師 角田春高さん

授・臨床心理士

その他 託児あります。(無料)希望する人は2月25日(金)までにご連絡ください。



穂高公民館講座

穂高公民館
TEL 82・5970 FAX 82・3990

健康ヨーガ教室

寒いと、どうしても運動不足になりがちです。体にやさしい健康ヨーガで、ゆったりした時間を過ごしませんか。

日時 3月1日(火)・8日(火)・15日(火)

各日共午後1時30分～3時

場所 穂高会館 講義室

講師 小畑郁代さん(インストラクター)

定員 15人(先着順)

対象 市内在住の人

参加費 1回200円

持ち物 バスタオルかマット(ある人)・飲み物

申し込み 2月21日(月)より、電話でお申し込みください。(受付時間は午前9時～午後5時15分まで)

大人のデザート教室

手作りデザートを地元産の食材を使って作ってみませんか。春向きのデザート、和と洋を予定しています。

日時 3月11日(金)・18日(土)

各日共午前10時30分～正午

場所 穂高会館 調理室

講師 後藤和美さん(管理栄養士)

定員 12人(先着順)

対象 市内在住の人

参加費 1回200円

材料費 1回500円

持ち物 エプロン・三角せん

申し込み 2月25日(金)より、電話でお申し込みください。(受付時間は午前9時～午後5時15分まで)



ソープ・カービング

タイの伝統工芸であるナイフ一本で作る石けん彫刻です。さわやかな香りとあなただけのバラの花を作ってみませんか。

日時 3月10日(木)・16日(水)

各日共午後1時30分～3時30分

場所 穂高会館 児童室

講師 湯川佳美さん(フラワーコーディネーター)

定員 10人(先着順)

対象 市内在住の人

参加費 1回200円

材料費 700円～1000円

持ち物 綿の白い手袋

その他 彫るカッターは先生からお借りします。

申し込み 2月24日(木)より、電話でお申し込みください。(受付時間は午前9時～午後5時15分まで)

ひまわり子ども支援事業
子ども体験講座

豊科公民館
TEL 72・2158 FAX 73・6401

小中学生向けの体験講座です。お友達と誘いあってご参加ください。

開催日 2月26日(土)

場所 豊科公民館

1部「マクラメ体験講座」

いろいろな色のひもを結びながら作品を作るマクラメで、ストラップを作ってみよう。

時間 午前10時～11時

会場 大会議室

講師 丸山令子さん(マクラメ結女の会主宰)

2部「お茶(抹茶)体験講座」

日本のお茶(抹茶)をたてて、飲んでみましょう。お菓子つきです。

時間 午後1時30分～3時

会場 和室

講師 長谷川美代さん(大日本茶道学会茶道教授)

対象者 市内小中学生

定員 各部共20人(先着順)

費用 無料

申し込み 2月21日(月)午前8時30分から受け付けを開始します。豊科公民館窓口または電話でお申し込みください。1部2部両方の申し込みもできます。

日本語教室
参加者ボランティア募集

社会教育課社会教育係
TEL 62・4565 FAX 62・3525

市内在住の外国人の皆さんを対象に、日本語教室を4月9日から1年間開催します。教室参加希望者と、教室開催にご協力いただけるボランティアを募集します。

期間 4月9日(土)

～平成24年3月25日(日)

教室

①豊科教室・毎週日曜日午前10時～豊科ささえあいセンターにじ

②穂高教室・毎週日曜日午後7時～穂高会館

③三郷教室・毎週土曜日午後7時30分～三郷公民館

対象 【教室参加希望者】市内在住外国人【ボランティア】教室に携われる人(日本人外国人を問いません)

参加費 無料

申し込み 2月21日(月)午前8時30分から電話で受け付けます。

その他 小学校3～4年生程度の日本語理解度を目指します。



体験学習

味噌づくり体験教室参加者の募集

豊科女性研修センター利用運営委員会では、味噌加工技術の普及のため、「味噌づくり体験教室」を開催します。安曇野産の大豆とコシヒカリの麴こうじを使った手づくりの味噌を仕込んでみませんか。

- 日時 3月11日(金) 午後0時30分～午後4時▽3月12日(土) 午前9時～午後4時▽3月13日(日) 午前9時～正午
- 場所 豊科女性研修センター
- 対象 市内在住で3日間続けて参加できる人
- 定員 15人(先着順)
- 講師 豊科女性研修センター利用運営委員
- 材料費 持ち帰りの味噌10キロ当たり2,500円(最終日に徴収)
- 持ち物 持ち帰りは20キロくらいまで ※作業しやすい服装。12日の昼食は各自で用意
- 申し込み 2月22日(火)～25日(金)までの間に電話でお申し込みください。



約800人の収容が可能です

豊科公民館 ホール(劇場)の予約受付

TEL 72・2158 FAX 73・6401

平成23年度の豊科公民館ホール(劇場)の予約を受け付けます。

- 予約可能期間 平成23年4月1日～平成24年3月31日
- 予約方法 2月28日(月) 午前8時30分から受け付けを開始します。豊科公民館窓口または電話でお申し込みください。
- 注意事項 ホール以外の予約受付は、現状とおり一カ月前からです。

親子で参加 シイタケのこま打ち体験

園 耕地林務課林務担当 (TEL 77・3111 FAX 77・6060)

こま打ちの仕方や栽培方法を学び肉厚のおいしいシイタケを育ててみませんか。こま打ちした原木は各自で持ち帰ることができます。

- 日時 3月12日(土) 午前10時
- 場所 三郷総合支所北側駐車場
- 費用 無料
- 定員 親子20組(先着順)
- 持ち物 手袋
- 申し込み 3月8日(火)まで電話でお申し込みください。

からすの学校 烏川流域の里山の歴史

園 烏川渓谷緑地環境管理事務所 (TEL FAX 73・0203) karasu@anc-tv.ne.jp

人と山が昔からどのように関わってきたのか、様々な角度から「里山」について学びます。

- 日時 3月12日(土) 午前9時30分～正午
- 場所 烏川渓谷緑地環境管理事務所
- 参加料 無料
- 定員 20人(先着順)
- 申し込み 電話、ファクス、電子メールでお申し込みください。

Library Event 図書館の催し

3月の映画上映会

3月11日(金)「イキングット」 2000年アイスランド映画
25日(金)「楽しいムーミン一家」 1990年日本映画

- 開場：18:30 上映：19:00～
- 場所：穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール(入場無料)

園中央図書館 TEL 84・0111 FAX 84・0116

名称	内容	日時・場所	定員・費用	備考
運動免許更新 特定任意講習会	安曇野交通安全協会では、運転免許更新者を対象に特定任意講習会を開催します。この講習を受けると、更新時の講習は免除されます。なお、70歳以上の方・更新時に70歳になる方は、別講習が必要のため受講できません。また、優良運転者は受講する必要はありません。	時：3月8日(火) 受付18:30～19:00 講習19:00～21:00 所：三郷公民館2階講義室 ※自動車運転免許証・筆記用具を持参してください。	料：1,700円 対象者：3月9日～9月8日までの間に運転免許を更新する人。	園：安曇野交通安全協会 (TEL 72・2263)
長野県安曇養護学校 校外販売	作業学習の時間に、販売を目指してかわいい雑貨や布製品を作りました。陶芸品や木工品、レザー製品もていねいに仕上げています。パウンドケーキやクッキーもあります。大勢お出掛けください。	所：時：▽ほりがね物産センター2/18(金)・19(土) 9:00～14:00 マコープながの安曇野豊科店2/18(金)・19(土) 10:00～17:00 ▽坊市場ハーブセンター2/18(金) 10:00～14:00	—	園：長野県安曇養護学校高等部小池さん (TEL 0261・62・4920) (FAX 0261・61・1019)
ほたか野の花主催 精神保健福祉相談会	NPO法人、ほたか野の花では、精神疾患、引きこもり、不登校などでお困りの人、ご家族のための相談会を開始します。プライバシーに配慮し秘密は厳守します。	時：2月25日(金) 14:00～16:00 所：市民活動センター(くるりん広場)	料：無料	園：市民活動センター内「ほたか野の花」 (TEL FAX 82・1922) ※予約不要
第30回鐘の鳴る丘コンサート	声と心を合わせ少年を応援する「鐘の鳴る丘コンサート」。昭和57年の第1回開催から30回目を迎える今回をもって区切りをつけることになりました。皆さんの参加をお待ちしています。	時：2月27日(日) 13:00～16:00 ※当日、直接開場へお越しください。 所：有明高原寮	料：無料	園：有明高原寮 (TEL 83・2204 代表)
堀金中学校吹奏楽部 卒業記念コンサート	堀金中学校吹奏楽部では、日頃の活動を支えてくれる地域の皆さまに感謝の気持ちを音楽に込めて、卒業記念コンサートを開催します。部員21人が本年度演奏した全ての曲を演奏します。フレッシュな演奏をお楽しみください。	時：3月13日(日) 開場13:00～開演13:30～ 所：堀金総合体育館サブアリーナ	定：200人 料：無料	園：堀金中学校吹奏楽部顧問曾根原さん (TEL 72・2272 FAX 72・6510)



おすすめの1冊
島田ゆか 作・絵

紹介する人
みぞがみ ちさき
溝上 智咲ちゃん(6歳・明科光)

森でバムとケロが見つけた不思議な小屋を、二人でこっそり直します。こっそり直して秘密の部屋にするはずだったのにいつの間にかうわさが広がって…。

「森のこやがとってもたのしそうです。ほかのおはなしに出てくるおともだちもどこかに出てきて、さがすのがおもしろいです」(智咲ちゃん)

「人気シリーズの最新作で、絵がカラフルで見ただけでも楽しくなります。絵を見て会話を想像していて、それを考えるのも楽しそうです」(お母さん)

ドキドキ・ワクワクお話の世界 3月のおはなし会

中央 おはなしのとびら
中央図書館おはなしのへや (TEL 84・0111)
2・9・16・23日(各水曜日) 10:30～(乳幼児対象)

中央 おはなしとしょかん
中央図書館おはなしのへや (TEL 84・0111)
19日(土) 10:30～(乳幼児対象)
11:20～(幼児以上対象)

豊科 ちいさいたんぼぼ
豊科図書館多目的室 (TEL 72・4022)
18日(金) 11:00～(乳幼児対象)

三郷 ポケットの会
三郷公民館児童室 (TEL 76・3078)
12日(土) 10:30～(乳幼児以上対象)

堀金 おはなしのへや
堀金図書館児童コーナー (TEL 72・5796)
15日(火) 10:30～(乳幼児対象)
16日(水) 16:15～(幼児以上対象)

明科 ひまわりおはなしの会
子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」(TEL 62・1122) ハーモニーホール
26日(土) 11:00～(乳幼児以上対象)

田淵行男記念館

TEL 72・9964 FAX 88・2010

田淵行男 安曇野回想
～「安曇野」「山の紋章・雪形」
掲載作品を中心に～

田淵行男（1905～1989）は、終戦の年の1945年7月、40歳の時、安曇野に一家で疎開して以来83歳でこの世を去るまで、安曇野で生活し、安曇野を題材とした数多くの写真集を発表し続けました。

田淵の安曇野への想いが込められた晩年の大著『安曇野』と『山の紋章・雪形』の所載作品約30点を紹介します。

- 会期 3月9日(水)～7月3日(日) 9:00～17:00
- 入館料 大人300円
小中学生200円
- 休館日 月曜日、祝日の翌日(4月29日～5月5日のゴールデンウィーク期間中は開館)、3月8日(火)は展示替え作業のため休館します。



田淵行男撮影「安曇野の春」1963年頃

同時開催の企画展「穂高三寿雄写真展～大正期から昭和初期の北アルプス～」は4月24日まで
【穂高康治さん(槍ヶ岳山荘オーナー)によるギャラリートーク】
3月5日(土)10:00～、14:00～
事前申込不要、要入館料

友の会写真部作品展
「自然へのまなざし」

半切サイズによる風景、山岳写真展です。特別出展として田淵行男作品2点と小口和利(NHK松本支局文化講座講師)作品3点を展示します。

- 会期 2月18日(金)～29日(水) 9:00～17:00
- 最終日は16:00まで、入場無料
- 会場 穂高交流学習センター「みらい」
- 【小口和利さんによる展示作品講評会】
2月19日(土)14:00～みらい展示会場にて。どなたでも参加できます。

豊科郷土博物館

TEL FAX 72・5672

「第27回白鳥写真展」作品募集
白鳥をテーマとした写真作品を公募して
展覧会を開催します。

あなただけがとらえた白鳥のベストショットをぜひご応募ください。応募された写真はすべて展示します。

- 作品受付期間 2月26日(土)～3月27日(日) 17:00まで
窓口へ直接お持ちください。(2月28日、3月7・14・22日は休館)
- テーマ 今シーズン安曇野市内で撮影した白鳥および白鳥に関する写真
- 審査、出品料 なし
- 注意事項 サイズは四つ切以上。額かパネルに入れ展示用のヒモをつけてください。応募点数は1人2点以内。カラー白黒不問。

【作品展示予定】
4月2日(土)～5月8日(日)

豊科近代美術館

TEL 73・5638 FAX 73・6320

春を呼ぶコンサート

恒例イベント「春を呼ぶコンサート」を今年も開催します。今回は、ソプラノ歌手の上條千奈美さんと、ピアノ奏者の塚本敦子さんの共演です。美術館でひと足はやく春を感じてみませんか。

- 日時 3月5日(土)
開場 13:30
開演 14:00～
- 定員 100人
- 観覧料 無料(ただし入館料が必要)
- 出演 上條千奈美さん(ソプラノ)
塚本敦子さん(ピアノ)

●曲目
「喜べ歓声をあげて」モーツァルト
「春へのあこがれ」モーツァルト
「からたちの花」など

- 申し込み 不要(直接美術館にお出掛けください)

第12回友の会絵画部作品展

友の会絵画部で学んだ会員によるデッサン、水彩画、油彩画などおよそ100点を展示します。月2回、美術館にて楽しく活動している絵画部は年2回のスケッチ旅行をはじめ、精力的な制作活動を行っています。

- 会期 3月12日(土)～27日(日)
- 時間 9:00～17:00
※最終日は16:00まで
- 入場料 無料(常設展は有料)
- 休館日 3月14日(月)・22日(火)

友の会ボタニカルアート展

ボタニカルアートとは植物の姿を正確に描いた細密画です。写真の技術がまだ無かった時代にヨーロッパで生まれたボタニカルアートは、大航海時代には人々に遠い異国の地の植物の姿を鮮やかに伝えました。観察を重ねて描いたボタニカルアートをぜひご覧ください。

- 会期 3月10日(木)～27日(日)
- 入館料 大人100(80)円
小中生50(40)円
()内は20人以上の団体料金

講座「安曇野の絵馬を訪ねる～真々部・上鳥羽～」受講者募集

安曇野の寺社には江戸時代から明治にかけて奉納された絵馬が数多く残されています。

今回は豊科地域の2カ所を訪ね、普段見る事のできない拝殿の内側にある絵馬もご覧いただけます。この機会に絵馬を間近に見て当時の人びとの素朴な願いを感じてみませんか。博物館職員がご案内します。

- 日時 3月19日(土)
13:30～15:00
- 場所 真々部諏訪神社・上鳥羽諏訪神社(豊科)※現地集合・解散
- 定員 20人(先着順・定員に達し次第締め切り)
- 受講料 200円
- 申し込み 3月1日(火)～17日(木)までに博物館窓口へ参加費を添えてお申し込みください。

自然体験交流センター「せせらぎ」

TEL FAX 62・6667

わさびの花芽の調理体験会参加者募集

春を告げるわさびの花芽をおいしく味わいませんか。

- 日時 3月16日(水)
12:30～14:00
- 場所 自然体験交流センター「せせらぎ」ホール・調理室
- 対象 市内在住者
- 募集人数 30人(先着順)
- 費用 300円(材料代および持ち帰り用わさびの花芽代)
- 持ち物 前掛け・頭巾(手ぬぐい)・レジ袋小(持帰り用)
- 申し込み 3月10日(木)までに次へ電話またはファクスでお申し込みください。(住所・氏名・電話番号をご連絡ください)
教育委員会社会教育課
TEL 62・4565 FAX 62・3525

真享義民記念館

TEL 77・7550 FAX 77・7551

三郷美術会小品展

三郷美術会(会長高山寛)会員27人による小品展です。題材・表現方法とも多様で、個性豊かな作品をご鑑賞ください。

- 会期 2月22日(火)～3月27日(日)
※最終日は15:00まで
- 時間 9:00～17:00
- 会場 1F企画展示室
- 入場料 無料(常設展は有料)
- 休館日 月曜日、3月21日(春分の日)は開館、22日休館

碌山公園研成ホール

TEL FAX 82・0769

美術講座 彫塑制作

- 日時 3月19日(土)～27日(日)の連日 9:00～17:00
- 場所 碌山公園研成ホール
- 内容 人体全身像の制作講座
- 講師 二木 福治さん(彫刻家)
- 受講料 6,000円程度(モデル代含)材料費別途
- 申し込み 上記まで電話でお申し込みください。

穂高交流学習センター「みらい」

TEL 81・3111 FAX 82・0966

「安曇野水物語」開催

安曇野の豊かな水資源は、安曇野らしい自然と文化の源となっています。特に、先人による堰の開削はこの地に住む人々の期待を背負い、熱い思いと努力によって築かれ、現在も私たちの生活を支えています。

水を大切に思う思いを知り、語り継ごうと市民の方々が創作した物語・映画・かるたなどを「安曇野水物語」として展示します。

- 会期 2月25日(金)～4月26日(火)
- 時間 9:00～21:30
- 入場料 無料
- 休館日 毎週木曜日
- 【江戸時代の測量とサイフォン体験講座】
2月27日(日)14:00～14:50
事前申し込み不要



豊科交流学習センター「きぼう」

TEL 71・4033 FAX 73・1802

「安曇野ゆかりの芸術家」展

豊科交流学習センター「きぼう」の開館を記念し、安曇野ゆかりの芸術家の作品による企画展を開催します。

中央画壇で活躍した後、郷土に戻り後進を育てた画家、海外で活躍した画家、独学で独自の芸術を極めた画家…。安曇野は多くの芸術家を輩出してきました。

江戸時代に活躍した狩野派の画家から、現代の抽象画家まで、作家のプロフィールとともに展示します。

- 会期 2月15日(火)～3月11日(金)
- 時間 9:00～18:00
- 会場 豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール
- 内容 狩野梅玄・藤森桂谷・小室孝雄・小林章・小林邦・奥村光正ら市の公共施設に収蔵された物故作家の作品を集め展示。
- 入場料 無料
- 休館日 毎週月曜日

堀金公民館

TEL 72・5796 FAX 72・5801

ふるさと常念の里 学びのつどい

迫力ある生の津軽三味線の演奏とすてきな民謡を通じて、和の心を一緒に感じてみませんか。親子向けのゆかいな音楽コンサートも開催します。家族みんなで出掛けください。

- 日時 3月5日(土)
14:00～16:00
(開場 13:30)
- 場所 堀金総合体育館サブアリーナ
- 入場料 無料
- 内容
◇津軽三味線
橋本 泰洋さん・橋本 大輝さん
◇唄 山本 泉さん
◇歌のお姉さん&ピエロによるゆかいなコンサート

あづみ野ガラス工房

TEL FAX 72・8030

春休み 親子ガラス体験イベント

グラス、ぐいのみ、一輪挿し、クリーマーのいずれかを吹きガラスで制作する体験イベントです。親子でチャレンジしてみませんか。

- 日時 3月23日(水)・24日(木)
午前の部:9:00～
午後の部:13:30～
※日、時間の指定はできません。
- 対象 市内在住の小学生と、その保護者
- 参加料 小学生無料、保護者1,575円(通常の半額)
- 定員 100人(先着順)
- 申し込み 3月8日(火)～15日(火)の間に上記まで電話でお申し込みください。



明科公民館

TEL 62・4605 FAX 62・5894

春の訪れを喜ぶ音楽会

- 日時 3月5日(土)
17:00～20:00
開場 16:30

●会場 明科公民館講堂

●内容
第1部

～昔懐かしい日本の踊りと歌を～
民族舞踊集団 迦椋羅(ガルーダ)

いにしへの昔から日本の各地で、歌い踊り継がれてきた伝統音楽舞踊です。大人も子どもも見て聞いて、体で感じ、是非一緒に楽しんでください。ご家族おそろいでお出掛けください。

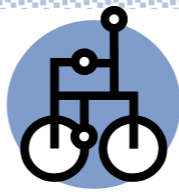
第2部
～心の安らぎを感じる二胡の演奏を～
二胡奏者 野田 裕子さん

二胡の優しい音色に心が癒されることでしょう。時には力強く、また透明で深い。そんな二胡の魅惑の世界を存分にお楽しみください。

- 定員 100人
- 料金 無料



暮らしの豆知識



なが〜く、大切に乘ってね！
自転車のリサイクル

●販売します

自転車整備士により修理、再生された自転車の販売を下記の日程で行います。約70台を予定していますが、販売は抽選により行います。販売される自転車は新品ではありませんので、趣旨をご理解のうえご参加ください。

●販売日時 3月6日(日) 10:00～(1時間程度で終了)

受付9:30～10:00まで(時間厳守)

●販売場所 豊科リサイクルセンター内リサイクル工房

●費用 自転車代金の他、防犯登録料500円とTSマーク料金(賠償責任保険付)1,000円が別途必要です。

●お譲りください

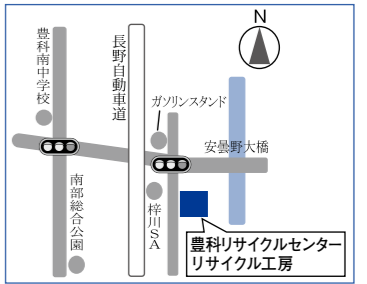
市では、リユース(再利用)の取り組みとして、自転車の修理、再生を行い、希望者に販売しています。まだ使えるもので不要となった自転車がありましたら、豊科リサイクルセンターのリサイクル工房へお持ちください。受け入れは次のとおり通年行っています。また、傷みがひどく再生に向かない自転車は受け入れできませんのでご了承ください。

●受入日時 毎月第4土・日曜日 9:00～15:00

●受入場所 豊科リサイクルセンター内リサイクル工房

☎地域支援課生活環境係(TEL72・3111 FAX72・8340)

または☎廃棄物対策課(TEL82・3131 FAX82・6622)



自転車のリサイクルの取り組みは、安曇野自転車モーター事業協会組合の協力をいただき行っています。

健康づくり 健康づくりに活躍している市民の皆さんや市の取り組みを毎月ご紹介します。

応援団 元気ですか！

⑪

市食育標語と「たべたくん」で食育推進！

昨年、市内中学生から「朝ごはん・「楽しい食卓」をテーマに食育標語を募集しました。朝ごはんの大切さや、食べ物に対する感謝の気持ち、みんなで食べるご飯の楽しさについてたくさんの方々が寄せられました。その中から、市食育標語に決定したのは、豊科北中学校1年松木健悟さんの「食べ物に感謝をこめていただきます」です。この標語には「いただきます」と言えることは身近な事だけれど、とつても幸せ

なことなんだ」という思いが込められています。市では、この食育標語と食育推進キャラクターの「たべたくん」を使用したポスターを作成し、市内に掲示しています。ポスターを見かけたら、毎日の食について考えてみてください。また、ポスターには、その他の入賞作品も掲載されていますので、ご覧ください。

☎健康推進課保健予防担当

(TEL81・0726 FAX81・0703)



市食育標語最優秀賞を受賞した松木健悟さん(豊科北中1年)1日3食しっかり食べることを心掛けていますと話します。



◎保存版 家庭ごみ・資源物出し方の手引き ◎平成23年度版 家庭ごみ・資源物収集カレンダー

平成19年3月に作成した『保存版家庭ごみ・資源物の出し方の手引き』の内容の見直しを行い、改訂版を作成しました。ごみの分別方法には今までと大きな変更はありませんが、市民の皆さまからいただいたアンケート結果を参考に細かい部分の修正をしました。また、ごみの品名から分類がわかる50音表を大幅に増やしました。出し方の手引きは『平成23年度版家庭ごみ・資源物収集カレンダー』とあわせて各ご家庭に配布します。豊科地域は2月17日以降、その他の地域は3月9日以降に各家庭へお届けする予定です。保存いただき、ごみ分別の参考にして

ください。万が一ご家庭に届かない場合や地区の集積所などで必要な場合は、各総合支所地域支援課生活環境係までお問い合わせください。また、ポルトガル語版、英語版、中国版のカレンダーも各地域支援課生活環境係窓口にありますので、お問い合わせください。

☎廃棄物対策課廃棄物処理対策担当(TEL82・3131 FAX82・6622) または各総合支所内地域支援課生活環境係



ごみカレンダーと出し方の手引きをお届けします。



デコレーションずし

材料(4人分)

ごはん……………	800g ^ア	とりひき肉……………	100g ^ア
合わせ酢		A 砂糖……………	小さじ2
酢……………	大さじ2と1/2	しょうゆ……………	大さじ1
砂糖……………	大さじ1	卵2個	
塩……………	小さじ1/2	B 砂糖……………	小さじ1
にんじん……………	60g ^ア	塩……………	少々
さやえんどう……………	40g ^ア	サラダ油……………	小さじ1

作り方

- ①: あつあつのごはんに合わせ酢を混ぜて酢飯をつくる。
- ②: にんじんは型抜きしてからゆで、残りはみじん切りにする。
- ③: さやえんどうはスジを取ってゆで、4枚はななめ半分に切り、残りは千切りにする。
- ④: フライパンを熱し、ひき肉とみじん切りにしたにんじんを入れて炒め、Aの調味料で味付けしてそばろをつくる。
- ⑤: 卵はよくほぐしてBの調味料を加える。フライパンに油を熱して薄焼きにし、千切りにする。
- ⑥: ケーキ型に半分の量の①をつめ、④を敷き、せん切りのさやえんどう、残りの①、最後に⑤の順に詰めてラップをして押す。
- ⑦: ラップをはずし、型から取り出し皿にのせ、型抜きしたにんじんと、さやえんどうを飾れば完成。

一口メモ: 日本人にとって代表的な主食である米は、炭水化物・たんぱく質が多く、脂質が少ない食品です。和風・洋風・中華風など、どんなおかずにも合わせることができ、食事のバランスを整えやすい食品です。

eQbK 健康はバランスのよい食事から

私のおすすめレシピ⑪



市食生活改善推進協議会会員の皆さんが開催している料理教室で教えていただいた、おすすめレシピを紹介します。



みんなで食べればおいしさアップ!
ひな祭りにいかがですか。



写真は4人分 一人分463kcal

児童館の予定 育児相談は右頁参照

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621
■休館日 / 日曜・祝日

育児相談 ※予約制(当日も可)	1日(火)	10:30~12:00
雛祭り ※予約 100円程度 ※親子20組	2日(水)	10:00~12:00
手作りおやつ ※予約 100円程度 ※親子20組	10日(木)	10:00~12:00
キッズリユース広場 ~お下がり会~ ※出品希望者は10:30までに来館ください。参加は自由です。	14日(月)	10:30~11:30
デイサービスとのふれあい週間	22日(火)~25日(金)	14:30~15:00
身体測定日	24日(木)	10:00~12:00
おはなしどりいむ(読み聞かせ)	第1・2・3水曜日	11:00~11:20

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527
■休館日 / 日曜・祝日

身体測定日	1日(火)	10:00~12:00
ひなまつり ※予約 100円 ※親子20組	4日(金)	10:15~11:30
育児相談 ※予約制(当日も可)	7日(月)	10:30~12:00
ありがとう会 ※予約 100円 ※親子20組	15日(火)	10:15~11:30
おはなしどりいむ(読み聞かせ)	第2・4月曜日	11:20~11:40

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494
■休館日 / 土曜・日曜・祝日

お雛様祭り ※予約 100円 ※親子20組	3日(木)	10:30~11:30
ボランティアさんとの交流会 ※予約 100円 ※親子20組	9日(水)	10:30~11:30
育児相談 ※予約制(当日も可)	14日(月)	10:30~12:00
身体測定日	18日(金)	10:00~12:00
おはなしどりいむ(読み聞かせ)	11日(金)・25日(金)	11:20~
わらべ唄・手遊び(内山房子先生)	毎週月曜日	11:10~11:30

穂高地域3館からのお知らせ

春休み企画 対象年齢は設けていません。大勢ご参加を!

小学生の春休み中に、子どもたちが楽しめるイベントを開きます。人形劇団「やまんば」による「どうなのプレッツェル」を上演します。

とき 25日(金)10:30~11:30 **ほしよ** 穂高中央児童館

親子サークル「キッズパーク」参加者募集

キッズパークは就園前のお子さんを対象とした1年間の登録制親子サークルです。月齢にあったお友達作り、集団生活のルールやマナーを学べるサークルです。詳しくは穂高の各児童館、または職員までお尋ねを!

受付日時 1日(火)~5日(土) 9:30~13:00(5日は8:30~)

受付場所 穂高地域の3児童館(北部は4日(金)まで)

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122
■休館日 / 日曜・祝日

いっしょにあそぼう~リズム遊び~	4日(金)	11:00~11:30
子ども会議 ~3/26(土) 子ども春祭りについて~	5日(土)	14:00~15:00
育児相談 相談員:小川原容子先生	11日(金)	10:30~12:00
パソコンの日	12日(土)	10:00~12:00
卓球教室 講師:西村佐保子先生	12日(土)	14:00~
プリザーブドフラワー教室 ※予約 150円 講師:山本深雪先生	24日(木)	14:00~
子ども春祭り チケット代200円 ※食べ物屋やゲーム等いろいろな企画を予定しています	26日(土)	10:00~12:30
読み聞かせ	7日(月)・14日(月)	11:00~11:30

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152
■休館日 / 日曜・祝日

ひなまつり ※予約 100円	1日(火)	10:30~
ママキッズ・ピクス 育児相談	3日(木)	10:15~11:00 11:00~12:00
子育て雑談会 ※予約	8日(火)	10:30~
おはなしムーンさんによる 読み聞かせ・紙芝居	第1・2・3水曜日	11:00~

★高家児童館

TEL・FAX72-5685
■休館日 / 日曜・祝日

ひなまつり~ちらし寿司作り~ ※申込 親子で150円 ※持ち物:皿・おわん・箸	3日(木)	10:30~11:30
おやきつくり ※申込 親子で150円・小学生以上100円	5日(土)	10:00~11:30
ママキッズ・ピクス 育児相談	10日(木)	10:15~11:00 15日(火) 11:00~12:00
絵本・紙芝居の読み聞かせ	毎週火曜日	10:30~11:00

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186
■休館日 / 日曜・祝日

育児相談	1日(火)	10:00~12:00
みんななかよし ~ひなまつり~ ※予約 ※乳幼児親子15組	3日(木)	10:30~11:30
お話いっぱい ~読み聞かせ他~	4日(金)	11:00~11:30

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124
■休館日 / 日曜・祝日

春休みお楽しみ会	23日(水)	13:00~15:00
ひまわりっ子クラブ 第1・2水、木、金曜日 (2・3歳・1歳・0歳) ※登録児対象、3月の内容~楽しい遊び・終了式	10:00~12:00	
ひまわりの日 (小学生対象:参加自由)		
おひなさま作り	2日(水)	15:45~16:30
おはなし玉手箱	9日(水)	15:45~16:30

各種相談 場…場所 圖…問い合わせ 時…時間

教育に関する相談

教育全般 **※予約** 時 10:00~16:00

毎週月~土曜日 ※21日は除く
場 園教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238・FAX62-5721)

親の会 時 13:00~15:00

15日(火) 場 園豊科公民館2階相談室 (TEL72-2238・FAX62-5721)

いじめ相談ホットライン 時 8:30~17:15

毎週月~金曜日 ※21日は除く
場 園学校教育指導員室(明科総合支所北庁舎内)
(TEL62-3521・FAX62-5721)

中間教室ねむの木 親の会 時 13:00~15:00

8日(火) 場 園中間教室ねむの木(新田神社南奥) (TEL・FAX73-1624)

子ども・母子家庭・女性の相談

平日 時 8:30~17:00 **※予約**
場 園児童保育課児童係 (TEL81-0727・FAX81-0703)

こころの相談

精神保健相談 **※予約** 時 14:00~

毎週月・木曜日(第5・祝日を除く) 場 松本保健福祉事務所
園松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

依存症相談 **※予約** 時 14:00~

4日(金) 場 園松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

自殺関連相談 こころの相談統一ダイヤル 時 9:30~16:00

平日 場 園県精神保健福祉センター(専用TEL0570-064556)

あづみ野懇話会 時 19:00~21:00

2・9・16・23日(水) 場 豊科公民館
園健康推進課保健予防担当(TEL81-0726・FAX81-0703)

消費生活相談 時 平日の8:30~17:15 ※電話相談も可。

場 園生活環境課消費生活係(穂高総合支所1階)
(TEL82-3131・FAX82-6622)
※毎週火・木曜日の午前中、水曜日の午後は相談員が在駐
消費者ホットライン(TEL0570-064-370)(ゼロ・ゴー・ナナ・ゼロ 守ろうよ、みんなを)

巡回労働相談 時 18:00~20:00

9日(水) 場 安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
園商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622)

3月の休日当番医 (変更になる場合があります。ご利用前に医療情報案内(☎0120-890-423)でご確認ください。)

6日(日)	13日(日)	20日(日)	21日(月・祝)	27日(日)
堀内医院 82-3324【穂高】	穂高病院 82-2474【穂高】	穂高ハートクリニック 50-6731【穂高】	宮澤医院 62-2052【明科】	やざき診療所 62-2360【明科】
百瀬医院 82-2205【穂高】	長瀬内科医院 72-7286【豊科】	高橋医院 82-2561【穂高】	柏原クリニック 82-7222【穂高】	神谷小児科医院 72-5162【豊科】
ここの内科循環器科 71-5881【豊科】	丸山内科クリニック 72-6188【豊科】	山田医院 72-3207【豊科】	鶴見医院 72-4500【豊科】	たかはしクリニック 77-7880【三郷】
みずほ歯科医院 77-7111【三郷】	丸山歯科医院 82-7505【穂高】	アルプス歯科クリニック 77-8901【三郷】	天野歯科医院 73-4182【豊科】	堀金歯科医院 72-6975【堀金】

心配ごと相談・行政相談 (※は行政相談を同時開催)

7日(月)・*22日(火) 時 13:00~16:00 場 堀金老人福祉センター(TEL73-5288・FAX73-5775)
8日(火)・*22日(火) 時 13:00~16:00 場 穂高地域福祉センター(TEL82-2940・FAX82-9621)
9日(水)・*23日(水) 時 13:00~16:00 場 豊科ささえあいセンター「にじ」(TEL72-3013・FAX72-5422)
10日(木)・*24日(木) 時 13:00~16:00 場 三郷福祉センター(TEL77-8080・FAX77-8081)
11日(金)・*25日(金) 時 13:00~16:00 場 明科総合福祉センター(TEL62-2429・FAX62-5025)
園心配ごと相談…上記へ 園行政相談…総務部総務課(TEL71-2000・FAX71-5155)

介護相談 時 平日の8:30~17:00

場 園市地域包括支援センター(穂高健康支援センター内)
(TEL81-0760・FAX81-0703)

場 園東部地域包括支援センター(豊科保健センター内)
(TEL72-9986・FAX72-9044)

子育てに関する相談

母乳・育児相談 ※母乳相談は ※予約 時 9:30~11:00
1日(火)・15日(火) 場 園明科保健センター(TEL81-2251・FAX81-2943)
3日(木)・17日(木) 場 園穂高保健センター(TEL81-0711・FAX81-0703)
8日(火)・22日(火) 場 園堀金保健センター(TEL73-5770・FAX73-5775)
9日(水)・23日(水) 場 園豊科保健センター(TEL72-9970・FAX72-9044)
10日(木)・24日(木) 場 園三郷保健センター(TEL77-9111・FAX77-9113)
※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。

結婚相談 時 13:00~16:00

6日(日) 場 園堀金老人福祉センター (TEL73-5288・FAX73-5775)

13日(日) 場 園明科総合福祉センター「あいす」 (TEL62-2429・FAX62-5025)

27日(日) 場 園市社会福祉協議会本所 (TEL72-1871・FAX72-9130)

弁護士会による無料法律相談 ※予約

10日(木) 時 13:30~16:30 ※相談時間は1人20分
場 堀金総合支所 相談室
予約・問 総務部総務課庶務係(TEL71-2000・FAX71-5155)
※予約受付…3月3日(木) 9:00~12:00(受付は電話のみ)
※相談者(定員8人)は抽選で決定(先着順ではありません)

「おひさま」第1回放送

連続テレビ小説

パブリックビューイング開催決定！

- 日時 3月28日(月) 12:30～(申し込み不要)
- 場所 穂高交流学习センター「みらい」多目的ホール
 園 安曇野ブランド推進室 (TEL82・3131 FAX82・6622)



安曇野が舞台となるNHK連続テレビ小説「おひさま」が3月28日(月)に、いよいよスタートします。おひさま推進協議会では、この第1回放送に合わせ、パブリックビューイング(上映会)を開催します。終了後は撮影関係者による講演会も開催予定。大きなスクリーンと迫力の音響を備えた「みらい」のホールで、記念すべき放送をともに楽しみましょう。

いっしょに見よう。

編集後記

◆子どもが家で卒園式の歌を無邪気に練習しています。聞けば聞くほど嬉しいやら切ないやら、まだ本番は先なのになんか「おひさま」の歌を聴くと涙がこぼれてきます。

◆ある市民の男性が「観光客や通学児の助けに」と自分の家とは無関係の歩道などを好意で除雪してくれていると話を知りました。人知れず尽力してくださる皆さまが、地域の大きな力になっているのだと感謝の気持ちを新たにしました。

◆E-TAX(国税電子申告納税システム)を使って初めての還付申告。電子証明書の手続きやパソコン関連の設定など、最初の労はあるけれど、空いている時間に作成でき、自宅から送信できる利便性は高いです。ご検討してみてください。

◆帰宅途中、あちこちから聞こえてくる「オニハント」の声。夜の大声は近所迷惑となりますが、この日の大声は微笑ましく、季節を彩っているようでした。来月号の特集は、お年寄りのよき相談窓口、「地域包括支援センター」です。

2011.2.1現在 ()内は対前月比
 人口—— 99,260人(-75)
 男 —— 48,127人(-35)
 女 —— 51,133人(-40)
 世帯—— 37,035世帯(-2)

広報 あづみの

発行日 平成23年2月16日
 編集・発行 長野県安曇野市役所総務部
 秘書広報課秘書広報担当
 TEL0263-71-2000 FAX0263-71-5000
 URL http://www.city.azumino.nagano.jp
 E-mail info@city.azumino.nagano.jp
 印刷 (有)安曇印刷 印刷経費1部25円

次回発行…3月9日(水)

2月の広報あづみのお知らせ版の発行はありません。

本 庁 舎	〒399-8205	長野県安曇野市豊科4932番地46	TEL 0263-71-2000	FAX 0263-71-5000
豊科総合支所	〒399-8205	長野県安曇野市豊科4340番地	TEL 0263-72-3111	FAX 0263-72-8340
穂高総合支所	〒399-8303	長野県安曇野市穂高6658番地	TEL 0263-82-3131	FAX 0263-82-6622
三郷総合支所	〒399-8101	長野県安曇野市三郷明盛4810番地1	TEL 0263-77-3111	FAX 0263-77-6060
堀金総合支所	〒399-8211	長野県安曇野市堀金烏川2750番地1	TEL 0263-72-3106	FAX 0263-72-4900
明科総合支所	〒399-7102	長野県安曇野市明科中川手6824番地1	TEL 0263-62-3001	FAX 0263-62-4747