

掲載イベント等は新型コロナウイルス感染症対策を講じた上で開催しますが、流行状況により、規模縮小や中止する場合があります。

8

2020. 8. 12

特集

広げよう。  
オレンジの輪

認知症を知り地域をつくる

主な内容

- 6 つくってみよう!マイナンバー
- 13 マウンテンバイク親子教室
- 22 ひとり親世帯臨時特別給付金

特別鼎談

26 安全・安心と心安らぐおもてなし

認知症サポーターの証 オレンジリング

認知症サポーターとは、認知症に関する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする人のことです。市では、地区公民館や団体、学校などを対象に「認知症サポーター養成講座」を開催しています。受講者の皆さんには、認知症サポーターの証である「オレンジリング」をお渡しします。詳しくは下記までお問い合わせください。

岡介護保険課介護予防担当 (TEL71・2474 FAX71・2503)



「認知症サポーターキャラバン」のマスコットのロバ隊長は「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」への道のりの先頭を歩いていきます。ロバのように一歩一歩着実に進んでいきます。また温かみのあるオレンジ（柿）色は「手助けします」という意味を持ちます。

# 今の状況だからこそ つながりを大切にしたい。

## 感染予防と交流の両立を

### 新

型コロナウイルス感染症の影響により、高齢者が外出を控え、活動量が低下したり、地域活動の機会が減っている状況です。

活動量が減ると筋肉量の減少につながり、転倒の危険性が高くなります。また認知症の方にとって交流の機会が減ることは刺激が少なくなり、意欲低下にもつながります。その状態が続くと次第に認知機能が低下し、症状が悪化することもあります。また、家族にとっても気が休まらない時間が続くなど、介護の負担が増えかねません。

新型コロナウイルス感染症の問題が長期化するほど、高齢者を「とじこもり」にさせない、社

## 求められる工夫

会とのつながりを持つといった取り組みと感染予防の取り組みの両立を図る工夫が必要になります。

### 高

齢者の支援にかかわる団体では感染症対策を講じながら、高齢者とのつながりが途切れないように工夫しています。

外出自粛要請の間、あるデイサービス（※1）では、職員が利用者宅を戸別訪問し、庭で生活機能の維持、向上に向けたプログラムを実施しました。

また、あるオレンジカフェ（※2）では休止の間、職員が利用者の自宅を訪問し、毎月発行している通信を手渡しつつ近況をお聞きしていました。

（※1）デイサービス：日常生活向上等のための支援を提供する介護保険サービスのひとつ  
（※2）オレンジカフェ：認知症カフェの別称。認知症の人や家族、地域の人などが集まり情報交換などの交流を行う場



## 「とじこもり」の悪循環

- ①外出の機会が減る→②食欲が落ちる→
- ③筋力が落ちる→④体力が落ち、風邪などをひきやすくなる→⑤転倒して骨折する→⑥安静のため横になる時間が増える→⑦衰弱が進む→⑧寝たきりなど、要介護状態

活機能を維持するためには、日頃から生活機能の低下に早めに気づき、改善することが大切です



脱！悪循環

### そ

の人が今持つ力を生かした生活が認知症の予防につながります。感染予防しながら交流の機会を持ち続けることが、今後より一層大切になってくるといえます。

今持つ力を生かした生活を



[特集] 広げよう。オレンジの輪

認知症の正しい理解を

認知症は誰にでも起る。

5人に1人の時代へ

**認** 知症は、老いにもなっ  
て増えてくる病気のひとつで

す。さまざまな要因で脳の細胞が死んだり働きが悪くなったりすることによって、記憶・判断力の障害などが起こり、社会生活や対人関係などを含めた日常生活において6カ月以上にわたり支障が出て

認知症の初期サイン

- すぐ前の出来事が思い出せない
- 身だしなみの乱れが目立つ
- 今までめめだった人が面倒くさがる
- 感情の起伏が激しくなった
- 外出や人と会うことをおっくうがる
- ぼんやりしていることが多いなど

一人で悩まず相談を

知症には、その兆候を示す初期サインが出る場合があります。症状が軽いうちに認知症であることに気づき、適切な治療を受けられれば、薬で認知症の進行を遅らせたり、場合によっては症状を改善したりすることができ  
る可能性があります。

自

分や家族の認知症について、一人で悩む必要はありません。あなたを支えてくれる人

早期発見と適切な支援

いる状態をいいます。高齢化が進むとともに認知症の人数も増加しており、2025年には高齢者の5人に1人程度になると予想されています。安曇野市に置き換えると、5年後には市内の約5800人が認知症として推計されます。

認

知症には、その兆候を示す初期サインが出る場合があります。

認知症でも私らしく！

は必ずいます。地域包括支援センターは介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。悩みや相談があれば、気軽にお近くの地域包括支援センター（4頁参照）へご連絡ください。

も

し認知症になったとしても、最後まで自分らしく生きられる地域、そして、その家族介護者を支えられる地域づくりがより重要になってきます。まずは、よき理解者として、認知症への理解を深めませんか。

認知症初期集中支援チーム

市では、認知症の方や認知症の疑いのある方、そのご家族に早期に関わり、医療機関受診や介護サービス利用につなげる支援を行います。対象は40歳以上の市民で、自宅で生活しており、認知症または認知症が疑われる人のうち、医療機関での診察や介護サービスにつながっていない人です。おおむね6カ月を目安に、医療・介護・福祉の専門職が自宅を訪問するなど、集中的に支援します。

医師 社会福祉士 保健師 ケアマネージャー



認知症の人の推計人数

2012年

割合	高齢者の約7人に1人
国	約462万人
安曇野市	約4,000人

2025年

割合	高齢者の約5人に1人
国	約700万人
安曇野市	約5,800人

(厚生労働省で示された推計人数を安曇野市に当てはめた場合の人数)

## 背負っている荷物を 少しずつ、降ろして。

「ど  
んな話を聞いてもびっく  
りしないから」。

そう話す堀内さん。認知症の親を介護している相談者にありのままの話を促します。

認知症と家族の会は、認知症の本人、専門職が互いに励まし合い、助け合って、認知症になっても安心して暮らせる社会を目指しています。松本地区会代表の堀内さんは、自らも家族の介護を40年近く経験しました。

「私もおばあちゃんにお金を盗んだと疑われたときは、一晩泣き腫らしました」。堀内さんは認知症の義母の介護をはじめて間もない頃の体験を思い起こします。

「今思えば、私も症状のことをよく知っていたら、うまくかわして心の負担も減ったかもしれない」と、認知症の患者に起こる特徴的な症状を学ぶことの重要性を話します。



認知症の人と家族の会  
松本地区会代表  
堀内 美保子さん

また、この会は松本市を中心に開催していますが、地元でない近隣市町村の介護者も多く参加しています。

「地元ではしゃべりたくないことも、ここなら話せるかもしれない。解決なんてことはなかなかないと思いますが、少しでも心がほぐれれば」。堀内さんは穏やかに語り掛けます。

### ご近所で支える「認知症見守りネットワーク」

認知症が進むと、外出時に道に迷ってしまい、家に帰れなくなってしまうことがあります。「認知症見守りネットワーク」は、本人の家族などの希望により、よく利用する店や周囲の人と病状などの情報を共有し、外出の際に見守っていただく取り組みです。ご近所の見守りで、徘徊の早期発見や事故防止を図ります。

### 民間事業者と協定結ぶ「地域見守り活動」

市では、市内の企業や団体などの民間事業者と協定を結び、高齢者や障がい者の孤独死の防止や徘徊による事故防止・徘徊時の発見等に取り組む見守り活動を実施しています。市は、協定者から異変察知の連絡を受けた場合には、安否確認のほか、必要な場合には、民生児童委員などと連携し、日頃からの支援を行います。



地域見守り活動協定者のステッカー

### 人と人をつなげる「オレンジカフェ(認知症カフェ)」

認知症が気になってきた人、認知症に関心のある人など、どなたでも集える場所です。ボランティアを募っている団体もあります。

- 市内のオレンジカフェ／オレンジカフェ花木（豊科）／ひだまりサロン（豊科）／からだ堂カフェ（豊科）／なかむらカフェ（穂高）／オレンジカフェだいたい（三郷）／オレンジカフェ山吹（三郷）／オレンジカフェきずな（堀金）／なないろカフェ（明科）

※新型コロナ予防の影響で中止の場合があります。



気軽に参加できます（H 29 撮影）

地域で支える。見守る。

[特集] 広げよう。オレンジの輪

オレンジカフェ（認知症カフェ）

楽しみながら、  
不必要な不安を和らげる。

人

と人をつなげる認知症カフェ。当事者と家族が集うだけでなく、地域の高齢者も、お茶を飲んだり、音楽を楽しんだりしながら、交流を深める場所となっています。

「なないろカフェ」は、小規模多機能型居宅介護ななきの家（明科七貴）が主催する認知症カフェです。

「世代を超えて自然な形で交流し、楽しんでもらえたら」と話すのは、管理者の飯沼さん。平成29年度にスタートしてから、参加者が少しずつ増えています。施設は、地域活動が盛んな明科・上押野区にあり、地域住民とも深い関わりを持つようになりました。

「高齢になれば、辛いことも知れませんが支えてもらうことを受け入れていく必要があります。支える経験をすることで、支えら

れることを受け入れやすくなるのでは」。

現在、コロナ禍の影響で、地域交流事業は、さまざまな課題を抱えています。当面は状況を見ながら開催を判断することになりますが、なないろカフェでは広い敷地を活用した活動が検討されています。「カフェでの交流を通して、老いに対する不必要な不安を和らげていただけたら」と飯沼さんは話します。



ななきの家 飯沼 みきさん

安曇野市オレンジキャンペーン！

**国**際アルツハイマー病協会は世界保健機構と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しました。また9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、様々な取り組みを行っています。市でも認知症への正しい理解を広めるため、各種イベントを9月中に開催します。

市役所をライトアップ！

- 日時 9月16日（水）18時～20時
- 場所 市役所南側

市役所ロビーでのパネル展示

- 日時 9月7日（月）～18日（金）
- 場所 市役所1階 東側ロビー

認知症に関わる図書コーナー

- 日時 9月8日（火）～22日（火）
- 場所 市内図書館特設コーナー

まずはご相談ください

**地**域包括支援センターは高齢者の方はもちろん、高齢者のご家族や近所にお住まいの方もご相談いただけます。保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員等が様々なご相談をお伺いしています。お気軽にご相談ください。

相談内容	主な窓口	電話
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症に関すること</li> <li>● 介護全般に関すること</li> <li>● 権利擁護に関すること</li> </ul>	中央地域包括支援センター （市役所1階西側） ★豊科・明科地域担当	72・9986
	北部地域包括支援センター （市役所穂高支所内） ★穂高地域担当	81・0760
	南部地域包括支援センター （市役所三郷支所内） ★三郷・堀金地域担当	77・4007

代表ファクス：71・2503

1人当たり最大5,000円分もらえる!

# 「マイナポイント」は申し込みが必要です

消費の活性化やキャッシュレス決済の普及促進を目的に、マイナンバーカード取得者を対象に、キャッシュレス決済で使える「マイナポイント」が付与されます。ポイントの取得には、申し込みが必要です。

☎マイナポイントの申し込みについて 政策経営課企画担当 (TEL71・2401 FAX71・5155)

**STEP 2**  
予約

マイナンバーカードは持っているが  
マイナポイントを予約していない方

マイナポイントは予約しましょう!

**STEP 3**  
申込

マイナンバーカード取得・  
マイナポイントを  
予約済みの方

マイナポイントを  
申し込んで取得しましょう!

▼ 次のいずれかの方法で予約・申込できます。

**オンラインで24時間予約・申込可能**

スマートフォン

NFC  
(近距離無線  
通信対応)



パソコン



別途  
カードリーダー  
ライタが  
必要です

市役所でも手続きをお手伝いしています!



☎開庁日の午前8時30分～午後5時 (令和3年3月31日まで)

☀市役所1階市民課窓口隣に専用端末を設置

☑マイナンバーカード・キャッシュレス決済サービス情報の分かるもの (ICカード・スマートフォン・クレジットカードなど)

※一部システム上の仕様により、サポート対象外のキャッシュレス決済サービスがあります。

▼ スマートフォンでかんたん設定! (iPhone端末の場合)

1 「マイナポイントアプリ」をダウンロード  
しましょう。



マイナポイントアプリ

ダウンロード  
ページは  
こちらから!



アプリを起動し、「マイナポイントの予約」  
をタップします。

マイナポイントの予約  
(マイキーIDの発行)

2 マイナンバーカードの  
申請時or受取時に  
ご自身で設定した  
「数字4桁のパスワード」  
を入力しましょう。

入力後、**次へ進む** をタップします。



パスワードの入力を3回連続で  
間違えてしまうと、住民票のある  
市区町村窓口で、再設定を行う  
必要がありますので、ご注意ください。

3 スマートフォンの下へ  
マイナンバーカードを  
セットし、カード情報を  
読み取ります。



マイナンバーカードを  
セットしてください



カードのセット位置は機種に  
よって異なります。詳しくは  
ホームページをご覧ください。

読み取りを完了させ

**発行**

をタップしたら

**マイナポイント  
予約完了!**



詳しくはマイナポイントホームページ   をご覧ください!

▼ スマートフォンでの操作説明

1 マイナポイントアプリを起動し、  
「マイナポイントの申込み」をタップ。  
好きなキャッシュレス決済サービスを選んでください。

▼ 対象となるキャッシュレス決済手段

ICカード  
(電子マネー)



QRコード決済



クレジットカード



など



一度選択したキャッシュレス決済サービスは  
変更できませんので、ご注意ください。

2020年9月以降

2 選択したキャッシュレス決済サービスで  
チャージorお買い物。



2020年9月1日～2021年3月31日  
までのチャージorお買物が対象!

チャージや  
お買い物の際に  
マイナンバーカードは  
必要ありません

3 選択したキャッシュレス決済サービスのポイント  
としてマイナポイントが付与されます!

上限 **5,000円分**  
もらえる!

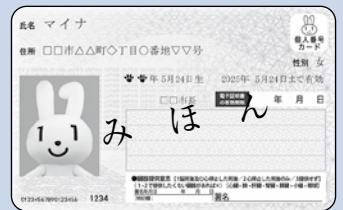
付与率は**25%**!





つくってみよう!

# マイナンバーカード



マイナンバーカードは申請して取得できる顔写真付きのプラスチック製のカードです。マイナンバーの他に、氏名・住所・生年月日・性別が記載され、本人確認の際の身分証明書として利用できます。また、令和3年3月(予定)からは、健康保険証として利用できるようになります。

☎マイナンバーカードの交付について 市民課市民担当 (TEL 71・2489 FAX 71・2503)

STEP  
1  
取得

マイナンバーカードを  
持っていない方

オンライン  
申請だと  
カード発行が  
早い!



マイナンバーカードを  
取得しましょう!

▼ 以下の4つの方法で申請できます。

スマートフォン	パソコン
証明用写真機	市役所で申請

▼ マイナンバーカード入手の手順

**1** 通知カードと一緒に送られてきたマイナンバーカード交付申請書をお持ちの方は、上記の方法で申請してください。

マイナンバーカード交付申請書をお持ちでない方  
市役所本庁舎もしくは各支所でマイナンバー交付申請書を無料で交付します。平日午前8時30分から午後5時15分までに運転免許証などの本人確認書類をお持ちください。

**2** 市役所から「交付通知書」が届きます。  
申請から約1か月後!

**3** 交付通知書に記載の必要書類を持参して、市役所本庁舎の交付窓口にマイナンバーカードを受け取りに行きましょう!

市役所本庁舎もしくは各支所窓口に申請者本人が来庁し、パスポートサイズの顔写真1枚・身分証明書類2点・個人番号通知カードを持参した場合には、個人番号カードを後日、本人限定郵便で受け取ることができます。

## 4つの申請方法の手順はこちら!



### スマートフォン

- ① スマホで顔写真を撮影
- ② スマホで交付申請書のQRコードを読み取る
- ③ 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ④ 申請専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了



半分近くの方がオンラインからの申請なんだって!



### パソコン

- ① カメラで顔写真を撮影
- ② 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ③ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了

### 証明用写真機

- ① タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択
- ② 撮影用の料金を投入して、交付申請書のQRコードをバーコードリーダーにかざす
- ③ 画面の案内にしたがって、必要事項を入力
- ④ 画面の案内にしたがって、顔写真を撮影して送信し、申請完了

### 市役所で申請

- ① 交付申請書に必要な事項を記入し、6か月以内に撮影した顔写真を貼り付けて、市役所本庁舎・各支所の窓口で申請

手軽に申し込みができる、スマホでのWEB申請がおすすめ



## マイナポイントとは?

- ① マイナンバーカードを取得し、
- ② カードでマイナポイントを予約した人を対象に、
- ③ 選択したキャッシュレス決済サービスで買い物に使えるポイントを国が付与する仕組みです。

国が実施する消費活性化策だよ!

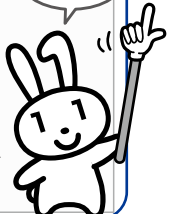


## どんな良いことがあるの?

🐰 キャッシュレスで2万円のチャージまたは買い物をする、1人あたり上限5,000円分のマイナポイントがもらえる!

マイナポイントのもらい方はこちら

🐰 使いたいキャッシュレス決済サービスを自分で選べる!



## 9月の各種相談

場…場所 問…問い合わせ 時…時間 定…定員

### 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

3日(木)・7・14・28日(月)  
場 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

10・17・24日(木)  
場 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

3日(木) 場 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

2・9・16・23・30日(水) 場 豊科保健センター 2階 集団指導室  
問 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。※2・16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)

7日(月) 時 13:00～16:00  
場 堀金憩いの里うらら (Tel73-5288・Fax73-5775)

8日(火)・\*20日(日) 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)

\*25日(金) 時 13:00～16:00  
場 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 ※21・22日は行いません  
場 問 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 ※21・22日は行いません  
場 問 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。

### 弁護士による無料法律相談 **要予約**

10日(木)→予約受付 3日(木) [予約受付時間:9:00～12:00]  
24日(木)→予約受付17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  
問 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。

### 司法書士による登記・法律無料相談 **要予約**

16日(水) 定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  
問 地域づくり課 市民相談室 (Tel71-2496・Fax72-3176)  
※予約受付9日(水)9:00～12:00

### 労働に関する相談

問 商工観光部商工労政課 (Tel71-2041・Fax72-1340)

中信労政事務所による労働相談 時 13:00～16:00

10日(木) 場 市役所2階 会議室205

ユニオンサポートセンターの相談会 **要予約** 時 18:00～20:00

10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。

わかもの就職サポート相談会 **要予約** 時 13:30～16:30

18日(金) 場 市役所2階 会議室202 ※40歳代前半まで  
※1回の相談時間50分で3枠。予約は開催日2日前の17時まで。

働き方改革相談窓口 **要予約** 時 13:30～16:00

16日(水) 場 市役所3階 相談室312

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**

15日(火) 時 10:00～15:00 場 市役所2階 会議室202  
申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。

### ひきこもりの相談 **要予約**

毎週月～金曜日 時 9:00～16:00 ※21・22日は行いません。  
場 問 福祉障がい福祉担当 (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。

### 区・自治会に関する相談 **要予約** 時 10:00～14:00

23日(水) 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10日(木)8:30～12:00(先着順)  
問 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

4日(金)・17日(木) 場 穂高保健センター (Tel81-0711・Fax81-0703)  
9日(水)・23日(水) 場 豊科保健センター (Tel81-0713・Fax81-0703)  
15日(火)・30日(水) 場 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 問 中央地域包括支援センター (Tel72-9986・Fax71-2503)  
場 問 北部地域包括支援センター (Tel81-0760・Fax88-3711)  
場 問 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 問 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**

17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  
問 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)

### 人権よろず困りごと相談 時 9:00～12:00

16日(水) 場 明科公民館会議室2 ※人権相談  
問 法務局松本支局 (Tel32-2571・Fax32-2572)

## 9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

6日(日)	13日(日)	20日(日)	21日(月) 敬老の日	22日(火) 秋分の日	27日(日)
堀内 医院 82-3324 [穂高]	古川 整形外科医院 82-8880 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	中田 医院 82-2339 [穂高]	村山 医院 82-2101 [穂高]
榎本内科医院 73-0616 [豊科]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	百瀬 医院 82-2205 [穂高]	高橋 医院 82-2561 [穂高]	石田 医院 72-2766 [豊科]
あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	米倉 医院 72-2354 [堀金]	白木 医院 77-2134 [三郷]	武田内科クリニック 88-6500 [穂高]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]
飯島 歯科医院 82-0306 [穂高]	赤羽 歯科医院 77-2114 [三郷]	内田 歯科クリニック 71-4711 [堀金]	ちかぞえ 歯科医院 88-7770 [豊科]	いさつ 歯科医院 73-0648 [豊科]	飯田 歯科医院 73-7618 [豊科]



# 9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

- みんなあつまれ 牛乳パックのいすづくり  
要予約 定員10組 持ち物:牛乳パック6枚 3日(木) 10:30～11:30
- 卓球の日 9日(水) 16:00～17:00  
対象:小学生以上 持ち物:上履き・飲み物・ラケット(ある人)
- 育児相談・身体測定 11日(金) 10:30～12:00
- 読み聞かせ 14日(月) 11:00～11:20
- みんなあつまれ 風船&新聞紙遊び  
要予約 定員10組 16日(水) 10:30～11:30

## ★高家児童館

TEL・FAX72-5685

- 読み聞かせ 4日・25日(金) 11:00～
- 育児相談・身体測定 11日(金) 10:30～12:00
- みんなあつまれ ヨガ 18日(金) 10:30～11:30  
要予約 定員10組 持ち物:ヨガマットまたは大きめのバスタオル・飲み物
- チャレンジタイム アロマ香るスライム  
要予約 対象:小学生 定員15人 26日(土) 10:30～11:30

## ★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152

- 読み聞かせ 定員10組 7日(月) 11:00～11:20  
チャレンジタイム おやつ作り 12日(土) 10:30～11:30  
要予約 100円 対象:小学生 定員10人 持ち物:エプロン・三角巾・飲み物
- にこにこスペシャルタイム 秋 14日(月)・15日(火) 11:00～11:20  
定員10組 内容:リズム遊びや体操など
- ファミリー・サポート登録会 15日(火) 10:30～  
持ち物:印鑑・身分の証明できるもの
- みんなあつまれ ママキッズピクス 17日(木) 10:30～11:00  
要予約 対象:1歳以上の乳幼児親子 定員10組 持ち物:運動のできる服装・上履き・飲み物
- 育児相談・身体測定 25日(金) 10:30～12:00

## ★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

- みんなあつまれ タオルで親子おそろいのエプロン作り 4日(金) 10:30～11:30  
要予約 100円 定員10組 持ち物:フェイスタオル2枚
- チャレンジタイム 毛糸のボンボンで素敵な小物作り♪  
要予約 100円 対象:小学生 定員15人 12日(土) 10:30～11:30
- 育児相談・身体測定 18日(金) 10:30～12:00
- 足形アート 18日(金) 10:30～11:30  
要予約 定員10組 持ち物:足をふくタオル
- みんなあつまれ カレンジュラのハンドクリーム作り  
要予約 200円 定員10組 25日(金) 10:30～11:30

## ★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

- 育児相談・身体測定&のんびりカフェ  
※のんびりカフェは11:15～ 4日(金) 9:30～12:00
- のんびりカフェ 18日(金) 11:15～  
チャレンジタイム ペットボトルで作る空気砲とダーツ  
要予約 対象:小学生以上 定員15人 26日(土) 10:30～12:00

## ★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

- 育児相談・身体測定 11日(金) 10:00～12:00
- 読み聞かせ 11日(金) 11:00～11:20  
チャレンジタイム つやつやキラキラレジックラフト  
要予約 100円 対象:小学生 定員10人 12日(土) 10:30～12:00
- みんなあつまれ! 9月生まれ ハッピーバースディ♡ 18日(金) 10:30～11:30
- みんなあつまれ! びよびよほっとカフェ  
要予約 対象:1才未満の親子・マタニティの人 持ち物:飲み物 14日(月) 10:30～

## ★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

- みんなで学ぼう 鬼滅のマスク作り  
要予約 100円 定員10組 2日(水) 10:30～11:30
- 育児相談・身体測定 7日(月) 10:00～12:00
- みんなあつまれ 英語であそぼう with ダレン  
要予約 定員15組 15日(火) 10:30～11:30
- ちょこつたいむ 絵本と工作 16日(水) 11:00～
- みんなあつまれ だっこちゃんcafé 18日(金) 10:30～11:30  
要予約 対象:0～1歳未満の親子 定員10組 持ち物:赤ちゃんを寝かせるタオル
- みんなあつまれ ばくさんといっしょ♪いっばいおどろろ♪  
持ち物:動きやすい服装・飲み物 30日(水) 11:00～11:30

## ★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

- 育児相談・身体測定 7日(月) 10:00～11:45
- みんなあつまれ 読み聞かせ・手作りおもちゃづくり  
要予約 定員10組 18日(金) 10:30～11:30
- チャレンジタイム ピアノでドレミ① 26日(土) 10:30～11:30  
要予約 100円 対象:小学校低学年 定員5人 持ち物:筆記用具
- チャレンジタイム ピアノでドレミ② 26日(土) 14:00～15:00  
要予約 100円 対象:小学校高学年・中学生 定員5人 持ち物:筆記用具

## ★明科児童館

TEL62-2482・FAX62-1124

- チャレンジタイム クライミング教室 5日(土) 10:00～11:30  
要予約 対象:小学生 定員15人 持ち物:飲み物・汗拭きタオル・上履き
- 育児相談・身体測定 10日(木) 10:30～12:00
- 読み聞かせ 10日(木) 11:00～11:20
- お下がり会 18日(金) 10:30～  
出品者要申し込み。出品者は10時までにお越しください。
- お話の時間 ひばりの会さん 30日(水) 16:00～  
対象:小学生

凡例 日日時 場所 内容 対象 期間 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。

公民館

穂高公民館

TEL 82・5970 FAX 82・3990

里山トレッキング講座

「浅川山く冷沢く信濃坂トレッキングと自然観察会」

かつて中房方面へ行くには、穂高牧の北ノ沢を登り大峠を越えて、信濃坂へ出るのが一般的なルートでした。かつてのルート付近を自然観察しながら歩きます。

日 9月11日（金）

午前8時30分～午後4時30分

※予備日 9月29日（火）

場穂高会館駐車場（集合・解散）

内 浅川山山頂付近まで車移動。自然観察をしながら信濃坂まで徒歩。信濃坂から穂高会館まで車移動。

対 市内在住・在勤者

講 松田貴子さん（豊科郷土博物館）

費 2000円

定 11人（抽選。昨年参加していない人を優先）

申 8月19日（水）・20（木）に穂高公民館へ電話で



堀金公民館

TEL 72・5796 FAX 72・4900

ふるさと常念の里講座

①拾ヶ堰めぐり

拾ヶ堰の要所をバスで巡り、歴史と仕組みを学びます。

日 9月4日（金）

午前8時45分～正午

場堀金支所集合

講 青柳和義さん（長野県拾ヶ堰土地改良区事務局）

対 市内在住・在勤・在学者

費 無料

定 10人（抽選）

申 8月17日（月）から24日（月）

に堀金公民館窓口に直接または電話で



②拾ヶ堰サイクルツアー

拾ヶ堰沿い往復約30kmを自転車で行き、歴史と仕組みを学びます。

日 9月12日（土）午前7時30分～午後1時（雨天時は翌日に順延）

場堀金支所集合

対 市内在住・在勤・在学の小中学校・高学年以上の人

費 無料

定 10人（先着順）

申 8月17日（月）から31日（月）に堀

金公民館へ直接または電話で



各種情報コーナー

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。

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
【国営アルプスあづみの公園（堀金・穂高地区）】 ニジマスのつかみ取り	池に放されたニジマスをつかんで！焼いて！食べられる！ニジマスのつかみ取りを開催します。	日 8月16日（日）までおよび 8月22（土）・23日（日） 午前10時～正午 場水辺の休憩所前の池	費 1匹700円（別途入園料） 定 100人（先着順）	日 不要 問 国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター TEL 71・5511 FAX 71・5512
臨床心理士による不登校に関する講演会 （市教育委員会後援）	臨床心理士の上間春江さんによる、不登校の生徒やお子さんを持つ皆さんのための講演会を行います。	日 8月29日（土） 午後1時30分～3時35分 場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1	定 50人（要申込） 費 無料	申・問 学習支援センター実 帰舎 家田さん TEL FAX 57・6203
あづみ野発 みらい行き子育て～大人への道筋～Part1	県内在住で子育てや心の発達に関心のある皆さんを対象とした、育て直し・育ち直しアドバイザーの角田春高さんによる講演会です。	日 8月22日（土）午前9時30分～11時（受付：9時15分～） 場 安曇野市役所大会議室東	定 40人（要申込） 費 500円 備 レジャーシート	申・問 こちょこちょの会 赤沼さんへ電話またはショートメールで TEL 090・4153・9168

安曇野あかしな農産物加工交流ひろば「えべや」講座参加者募集

豆腐作り

日 9月12日（土）午前8時30分～正午  
費 600円（豆腐2丁持ち帰り） 定 6人（先着順）

防災グッズを手作りしよう

日 9月19日（土）午前10時～正午  
費 800円 定 8人（先着順）

フライパンピザを楽しもう

日 9月23日（水）午前10時～正午  
費 1200円 定 8人（先着順）

【講座共通事項】

場 えべや 講 えべや組合員ほか

対 市内在住者（子ども同伴可）

申 8月25日（火）から「えべや」へ電話で（TEL 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 農政課マーケティング担当

TEL 71・2430 FAX 71・2507

## 9月の図書館イベント

※新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、マスクの着用・イベント参加カードへの記入が必須となります。ご協力をお願いします。

### 中央図書館映画上映会 (入場無料・先着30人)

『検察官閣下』

上映時間：103分

- 日時 11日(金)開場18:00 上映18:30～
- 場所 穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

### ドキドキ・ワクワクおはなし会 (各回15分)

※直接会場にお越しください。定員は【 】のとおりです。

#### ◇中央図書館

おはなしのとびら【5組】おはなしのへや  
2・9・16・30日(各水曜日)  
10:30～(乳幼児対象)

おはなしとしゃかん【5組】おはなしのへや  
19日(土) 10:30～(幼児以上対象)

#### ◇豊科図書館

ちいさいたんぼぼ【10組】  
「きぼう」第1学習室  
18日(金) 11:00～(乳幼児対象)

おはなしたんぼぼ【10組】  
「きぼう」第2・3学習室  
18日(金) 16:30～(幼児以上対象)

#### ◇三郷図書館

おはなし会【10組】「ゆりのき」学習室  
29日(火) 11:00～(乳幼児以上対象)

ポケットの会【10組】「ゆりのき」学習室  
12日(土) 10:30～(乳幼児以上対象)

#### ◇堀金図書館

おはなしのへや【5組】絵本コーナー  
15日(火) 10:30～(乳幼児対象)

おりがみのへや【5組】絵本コーナー  
16日(水) 16:30～(幼児以上対象)

#### ◇明科図書館

子どもと大人のおはなし会【5組】  
おはなしのへや  
26日(土) 11:00～(乳幼児以上対象)

9月の休館日(全館共通)

7・14・23・25・28日

**明科公民館**  
TEL 62・4605 FAX 62・5894

明科歴史探訪講座  
『明科の宝 Part I』  
「おみやげを配りにきた神職」  
―伊勢神宮と戦国時代の明科地域―  
市の歴史文化遺産再発見事業実行委員会制作・刊行した「明科の宝」より、伊勢神宮の御厨(みくろ)など、中世の明科地域にあった荘園から荘園制度が崩壊した戦国時代までの様子を学びます。  
日 8月25日(火) 午前10時～正午  
場 明科公民館講堂  
講 逸見大悟(市文化課職員)  
初秋のコンサート  
『くつろぎのジャズ』  
Wissagem, モダン・デュークスによる、心地よいジャズの演奏

奏をお楽しみください。  
日 9月3日(木)  
午後2時～3時30分  
場 明科公民館講堂 費 無料 申 不要  
曲目 テネシーワルツ、クレオパトラの夢、枯葉ほか  
費 無料 申 不要

**三郷公民館**  
TEL 77・2109 FAX 77・6060

教養文化講座 安曇野人物誌③  
『清澤 冽の外交評論』  
郷土安曇野が育んだ偉人について全4回学習します。3回目は、清澤冽について、外交評論を中心に清澤の生き方を考えます。  
日 8月23日(日) 午後2時～4時  
場 三郷公民館講義室  
講 高坂邦彦さん(元穂高中学校長)  
対 市内在住・在勤者

費 500円(受講料・資料代)  
定 25人(先着順) 持 筆記用具  
申 8月17日(月) に三郷公民館へ  
電話で  
フォッサマグナミュージアム  
三郷まなび隊  
地震の多い日本の中で一番有名な断層・フォッサマグナについて学びます。  
日 9月5日(土)  
午前7時30分～午後5時  
場 新潟県糸魚川市(三郷公民館集合)  
対 市内在住の小学4年生以上(親子での参加も可)  
費 大人500円、子ども無料  
定 20人(先着順)  
持 昼食・筆記用具  
申 8月24日(月) に三郷公民館へ  
電話で

### 0歳からのミニコンサート

小さな子どもと一緒に楽しめるミニコンサートです。

日 9月4日(金)【全2回公演】

①午前11時～11時30分 ②午後2時～2時30分

場 三郷公民館講堂

費 大人のみ1人100円

出演 山極遥香さん(ピアノ)・俣平柚季さん(チェロ)

定 各回50人(要予約・先着順・全席指定) 持 マスク

申 8月26日(水) から文化課へ電話で

問 文化課文化振興担当 TEL 71・2463 FAX 71・2338



凡例 日日時 場所 内容 対象 期間 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、申込時間は開館(開庁)の午前8時30分から午後5時15分まで。

文化施設

貞享義民記念館

TEL 77・7550 FAX 77・7551

初歩から学ぶ古文書講座!!

古文書を基本から学び、3つの「赤藜談」を読み解きながら「貞享騒動」と「赤藜騒動」の相違点に迫ります。

日 8月22日、9月5日・26日、10月4日・31日、11月14日・28日、12月12日(10月4日(日)を除き土曜日、全8回)  
午後1時30分～3時30分

場 記念館研修室 定15人(先着順)

講 太田秀保さん(塩尻市文化財保護審議委員)

費 無料(別途資料代)

申 8月12日(水)から記念館へ電話で

豊科郷土博物館

TEL 72・5672 FAX 72・7772

秋季企画展 満願寺展I

「描かれた満願寺とその自然」  
「死出ノ山」とは何か

穂高牧の満願寺は、古くから安曇地方唯一の信濃三十三番札所として多くの参拝客で賑わった寺院です。江戸から大正にかけて描かれた満願寺の姿と、信仰によって守られてきた自然を紹介します。期間中には関連イベントを行います。  
日 9月5日(土)～11月8日(日)

午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

場 博物館2階展示室

休 月曜日(祝日の場合は翌日)

【関連イベント共通事項】

費 100円(資料代・保険料等)

定 20人(先着順)

申 8月18日(火)から前日までに博物館へ電話で

●秋季企画展関連イベント

関連イベント	日時	場所	講師
講座	描かれた満願寺からみえるもの 9月6日(日) ①午前10時30分～正午 ②午後1時30分～3時	博物館2階学習室	原明芳(豊科郷土博物館館長)
	満願寺が創建された時代の安曇野 9月19日(土) ①午前10時30分～正午 ②午後1時30分～3時		
現地見学会	満願寺の自然 9月27日(日) 午前9時～正午	現地(満願寺周辺)	博物館職員
	栗尾道から死出ノ山、そして満願寺 10月17日(土) 午前9時～正午		

※講座は①②とも同じ内容です。現地見学会はどちらかのみ参加できます。

文書館

TEL 71・5123 FAX 71・5127

文書館講座「小倉官林開塾100年」

本年は小倉官林の開塾が開始されて100年の節目の年です。国

有林の管理や払い下げに尽力した地域の人々の活動を紹介します。お出かけ図書館が開設されますので、図書カードをお持ちください。

日 9月6日(日)

午後1時30分～3時

場 堀金公民館講堂

講 青木弥保(市文化課職員)

費 無料 定 30人(先着順)

申 8月17日(月)から文書館へ電話・ファクス・電子メールで

田淵行男記念館

TEL 72・9964 FAX 88・2010

内藤明写真展 WORKS

東京工芸大学名誉教授で写真家である内藤さんは、田淵行男の縁者でもあります。心ときめいた風景を自身でモノクロームに焼きつけた作品を展示します。

日 8月25日(火)～10月25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(9月21日は開館)、9月23日



【suzumisaki,2018】

おすすめの1冊

『楽しく遊ぶ学ばせいかつの図鑑』  
流田直/監修



紹介する人  
小野千明さん(母)  
美月さん(娘)  
(三郷)

何でも自分でやってみたい!と思いは始める時期の子どもたちに、「衣食住」という生活の中での大切な知恵や技を写真や絵で楽しく教えてくれる一冊です。くつを洗う、布を縫う、野菜を切る方法といった知恵だけでなく、歯の磨き方や体の洗い方など、自分自身への関心や体を大切に丁寧に生活することにも目が向けられていて、子どもの好奇心や成長に寄り添う内容が盛りだくさんです。

娘は5歳の時にこの本に出逢い、やってみる!と好奇心いっぱいに取り組み、少しずつ自分で取り組めることが広がってきた様に感じます。特に、はがきの書き方を知り遠方の祖父母に手紙を書くのが楽しみの一つになりました。

大人にとっても知らなかった事がたくさんあり「そうだったんだね!」と親子で一緒にワクワク楽しめる本です。(母)

たのしくわくわくどきどきするよ。いろいろなおもしろいシリーズがあるので読んでみてください。(娘)

# MTB 親子教室



安曇野の森を吹き抜ける風を感じ、普段は経験できない  
デコボコ道の感触を自転車で味わってみませんか？

安全に、そして楽しく、次にかっこよく乗りこなすこと、最後にはゲームやミニレースを楽しめるよう、段階を踏んでスキルアップを目指します。自転車に乗ることが得意な子ども、そうではない子ども、みんなが楽しめる教室に参加しませんか。

☎生涯学習課スポーツ推進担当 ☎71・2467 ☎71・2338

◆ **日時**【いずれも土曜日・全5回】  
9月5日・12日・19日、10月17日・31日  
午前9時～正午

◆ **場所**  
啼鳥山荘周辺（雨天時は常念ドーム）  
※詳細は申し込み後に通知。現地集合。

◆ **対象・定員**  
小学3～6年生の自転車に乗れる子どもと  
その保護者（10組・先着順）

◆ **講師**  
小林可奈子さん  
（アトランタ五輪女子 MTB 日本代表）

◆ **参加費**  
2,500円（全5回分）

◆ **持ち物等**  
自転車・ヘルメット・自転車保険の加入  
※不整地を走る教室ですので、サイクルショップ等での点検をお願いします。マウンテンバイクを用意できない場合は要相談。

◆ **申し込み**  
8月17日（月）～21日（金）に生涯学  
習課へ電話で



## 能楽講演会「能役者が語る能・道成寺の魅力」

薪能でおなじみの青木道喜さんが、「道成寺」の秘話を語ります。

☎9月12日（土）午前10時30分～正午 場 穂高会館講堂

講 青木道喜さん（観世流能楽師）実演 立命館大学能楽部

費 無料 定 70人（事前申込・抽選・全席指定）持 マスク

申 8月19日（水）から26日（水）に、申込書（様式任意）を文化課（3階6番窓口）へ郵送・ハガキ・ファクス・電子メールいずれかの方法で提出（26日必着）。申込書には参加希望者氏名・代表者の電話番号・郵便番号・住所を明記してください。1回の申し込みで、2人まで受け付けます。

☎文化課文化振興担当 ☎71・2463 ☎71・2338







**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://machiiro.town/>



## 募集

**公立保育施設等自由見学会**  
 園子ども支援課保育担当  
 (TEL 71・2256 FAX 72・2065)

公立認定こども園および穂高幼稚園の園内を自由に見学できます。ただし、感染症予防のため、保育室内へは入れません。来年度入園をお考えの皆さん、ご参加ください。

**日** 9月3日(木)・4日(金)

①午前9時15分  
 ②午前9時45分  
 ③午前10時15分  
 ④午前10時45分

※混雑回避のため、時間指定のうえ、来園してください。

**場** 公立認定こども園・穂高幼稚園  
**定** 各園・各回10世帯程度(先着順)  
**持** 上履き(子ども・大人)、マスク

**申** 8月17日(月)から31日(月)に、ながの電子サービス(下記二次元バーコード)から



**他** 見学会への参加の有無は、入園審査には関係しません。私立保育施設等の自由見学会は、各施設に直接問い合わせください。

**エンジンイシニア!**  
**実践おたしや塾(明科会場)**  
 園介護保険課介護予防担当  
 (TEL 71・2474 FAX 71・2503)

年齢を重ねても、心も体も元気で、生き生きと健やかな生活を送るための秘訣について、体操や各種講話を通じて、楽しく学べる教室です。

**日** 9月1日から11月17日の間で、おおむね週1回、火曜日の午後1時30分～2時30分

**場** 明科総合福祉センターあいらす  
**対** おおむね65歳以上の市内在住者(医師から運動制限の指示がある人は参加できません)

**内** 軽体操、音楽療法、認知症予防やシニア世代の健康に大切な食事や栄養・お口の健康等の講話

**費** 無料

**定** 20人(先着順・新規優先)

**申** 8月17日(月)から21日(金)に介護保険課(1階11番窓口)へ直接または電話で

**他** 同豊科会場との併用参加は不可。今後、三郷でも開催予定。

**お口いきいきアップ教室**  
**(豊科会場・穂高会場)**  
 園介護保険課介護予防担当  
 (TEL 71・2474 FAX 71・2503)

口の渴きやむせなど、年齢と共に現れる口の機能低下の改善方法を含め、口の健康について学ぶ教室です。

**日** いずれも午後3時～4時

▽豊科【豊科ふれあいホール】  
 9月3日～12月16日(全8回)  
 おおむね木曜日

▽穂高【穂高健康支援センター】  
 9月4日～12月18日(全8回)  
 いずれも金曜日

**対** おおむね65歳以上の市内在住者(できる限り全日程参加可能な人)

**内** お口の健康チェック、口腔ケア方法、健康ミニ講座

**費** 無料 **定** 15人(先着順)

**持** 飲み物

**申** 8月17日(月)から21日(金)に介護保険課(1階11番窓口)へ直接または電話で

**他** 今後、三郷会場で開催予定

**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

専門家に任せて安心!!  
**相続 贈与 遺言**  
 ※ご都合のつかない方はご相談ください。  
 電話による「**相続**」**無料相談会**開催!!  
 昨今の新型コロナウイルスの影響を考慮して、お電話での相談に応じます。

開催日時 **9月4日(金)・10月12日(月)**  
 9:00～17:00  
 ※ご希望の方は事前にお電話にてご予約ください!

経営革新等支援機関  
**佐々木会計事務所**  
 〒399-8303 安曇野市穂高5072番地(安曇野市穂高会館入口)  
 TEL.0263-82-8210 URL https://www.sasaki-kei.co.jp

●関東信越税理士会 松本支部所属  
 税理士・行政書士・佐々木一夫 税理士・FP・戸澤康志 税理士・戸澤綾子

駐車場から所内全て(トイレ含む)車椅子でご利用頂けます。

**「障害年金」**をご存じですか?  
**障害年金を受給できるにもかかわらず、『受給していない方』が多くなってしまっています!**

障害年金とは、病気やケガなどで日常生活や仕事で制限を受けるようになった場合に支給される「公的年金」です。肢体障害の方だけでなく、がん・糖尿病・心疾患その他、内部疾患、精神疾患をお持ちの方、長期療養を必要とする方(原則65歳前の方)も対象となります。

もしかして...と思われた方は**ご相談ください。**  
 ご相談日は、お電話かHPのお問合せフォームからご連絡ください。ご支援の流れについてはHPをご覧ください。

**初回無料相談実施中!!**

**浅川社会保険労務士事務所**【代表/社会保険労務士 浅川 知己】  
 安曇野市穂高 5072 <https://asakawa-office.jp> TEL.0263-82-6739



## ファミリー・サポート・センター 協力会員養成講習会

子どものお預かり、保育施設（認定こども園等）の送迎を行う協力会員養成講習会を行います。地域の子育て支援に皆さんの力をお貸しください。講習会時には託児もあります。

**日** 9月29日（火）・30日（水）、10月5日（月）・6日（火）・13日（火）・14日（水）【全6回】

**対** 次のすべてに当てはまる人

- ▷ 20歳以上の市内在住・在勤者
- ▷ 働く若い世代を応援したい子どもが好きな人
- ▷ 全講座を受講し、受講後に協力会員として活動できる人

**定** 20人（抽選）

**申** 9月15日（火）までに事務局へ電話で

**問** 市ファミリー・サポート・センター事務局（市社会福祉協議会内）TEL71・1125 FAX73・5775

## 農と食のマーケティング講座

農産物や農産加工物のブランディング、情報発信等のノウハウを学ぶ講座です。

**日** 8月27日（木）・11月25日（水）

午後1時30分～4時30分

**場** 安曇野市役所 **対** 安曇野市に關係する農業者

**内** SNSやインターネット直販サイトの活用、農業のブランディング（デザイン、6次産業化等）、開講期間内での講義に関する受講者からの相談窓口対応

**費** 無料 **定** 10人（先着順）

**申** 8月14日（金）からながの電子申請サービスまたは電話で

**他** この講座は県の地域発元気づくり支援金を活用して開催します。

**問** 市農業再生協議会事務局（農政課農業政策係内）

TEL71・2427 FAX71・2507



**介護予防・日常生活支援総合事業  
におけるサービスA従事者研修**  
関介護保険課介護予防担当  
TEL71・2474 FAX71・2503  
hokatsushen@city.azumino.nagano.jp

介護予防・日常生活支援総合事業のうち、サービスA（緩和した基準によるサービス）従事者研修を実施します。

**対** 介護福祉士、介護職員従事者研修等修了者でない人で、サービスAへの従事を予定している人

**日** 次の2日間ともご参加ください  
▽10月7日（水）  
午前9時～午後4時30分  
▽10月8日（木）午前9時～正午

※従事には2日間の研修後、実務経験のある有資格者同伴の同行

実習（360分）が必要です。  
場 市役所3階共用会議室307  
**費** 無料 **定** 10人（抽選）  
**申** 9月25日（金）までに申込書を介護保険課（1階11番窓口）へ直接・郵送・電子メールいずれかの方法で。申込書は同課または市HPから入手できます。

**2020信州ねんりんピック  
高齢者作品展作品**  
園長寿社会課長寿福祉係  
TEL71・2254 FAX71・2328

スポーツ、創作活動を通じて、生きがいや健康づくりを行い、明るく活力ある長寿社会の実現を目指す「信州ねんりんピック」の作品を募集します。

**対** 県内在住の60歳以上（昭和36年4月1日以前に生まれた人）のアマチュア  
**内** 部門 日本画・洋画・彫刻・手工芸・書・写真  
**申** 10月16日（金）までに作品展出品票を長寿社会課（1階13番窓口）へ直接または郵送で提出。出品票は同課窓口で入手できます。出品作品は出品票2枚目を作品裏面に貼り、梱包の上、10月30日（金）までに同課窓口へ搬入してください。  
**他** スポーツ交流大会は中止となりました。  
**問** 長野県長寿社会開発センター  
TEL026・226・3741

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

組合員・地域の皆様へ **故人のやすらかな旅立ちを  
精一杯の真心でお手伝いいたします。** 安心・真心・JA葬祭

JAは地域の一人として地域の皆様のお役に立ちたいと考えています。  
通夜・葬儀・告別式・会食～法事まですべておまかせください。

**JAあづみ 有明ホール** 安曇野市穂高有明1723-1 TEL.0263-83-8345  
●大・中・小規模葬（通夜室・キッチン・バス完備）

**JA虹のホールとよしな** 安曇野市豊科886 TEL.0263-73-6845  
●小規模葬（通夜室・宿泊室（キッチン・バス）完備）

**JA虹のホールあずさがわ** 松本市梓川楼702-4 TEL.0263-78-1050  
●中・小規模葬（通夜室・宿泊室（キッチン・バス）完備）

**0120-0120-721-047** 安心の年中無休 24時間受付!  
もしものときに大きな安心 セレモニー会員受付中!! 事前相談 随時受付中 | 寺院葬・自宅葬も承ります

**相続・遺言・贈与**  
大切な財産を大切な方にバトンタッチ!!

任意後見・農地転用・風営・古物許可申請・帰化・永住申請  
在留（在留資格認定書・在留期間更新等）  
自動車登録代行・出張封印・車庫申請等  
ご用命承ります!

東京出入国在留管理局長  
承認取次行政書士が対応

**大倉孝博行政書士事務所** 安曇野市三郷明盛2681-7  
TEL 090-4464-0137 FAX 77-7613  
大倉孝博行政書士事務所 検索

★広告掲載の申し込みは（株）日本広告（TEL33・6911）まで

凡例 日日時 場所 内容 対象 期間 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、申込時間は開館(開庁)の午前8時30分から午後5時15分まで。

## ●募集内容

試験の種類	試験区分	採用予定人員	受験資格
中級	保育士	2人程度	平成8年4月2日以降に生まれた人で保育士および幼稚園教諭の資格を有する人、または令和3年3月末までに同資格を取得見込みの人(採用決定者が令和3年3月末までに同資格を取得できなかった場合は採用を取り消します)
中級(経験者)	保育士	2人程度	昭和56年4月2日以降に生まれた人で、保育士および幼稚園教諭の資格を有し、保育園・幼稚園(ともに無認可を除く)または認定こども園において保育士または幼稚園教諭の職務経験が3年以上(令和2年8月1日現在)ある人
初級(高卒程度) ※4年制大学の卒業生および卒業見込み者は対象外	行政	3人程度	平成11年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人
	土木	2人程度	平成11年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、土木の専門課程を卒業または令和3年3月までに卒業見込みの人
	電気	1人程度	平成11年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、電気の専門課程を卒業または令和3年3月までに卒業見込みの人
障がい者を対象とする試験	行政	4人程度	身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人で次の要件をすべて満たす人 ●昭和56年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人 ●事務職として職務の遂行が可能であること ●活字印刷文による出題(筆記試験)に対応できること



## 令和2年度職員採用試験

職員課職員担当  
(TEL)71・2405 (FAX)71・5155

令和3年4月採用の市職員採用試験(中級・初級等)を行います。  
**日** 1次試験 9月20日(日)  
 ※感染症対策による日程等の変更は、市HPでお知らせします。  
**申** 8月17日(月)から27日(木)  
**内** 教養および専門試験

に申込書を職員課(2階10番窓口)へ直接または郵送で。詳細は受験案内をご覧ください。受験案内は、職員課または市HPから入手できます。



## さとぶろ。 「あつみの積木キャラバン隊」

園耕地林務課林務担当  
(TEL)71・2432 (FAX)71・2507  
kouchimuj@city.azumino.nagano.jp

松枯れ材を活用した積木ワークショップと里山に関する紙芝居を合わせて、認定こども園等で活動する「キャラバン隊」を新たに立ち上げます。まずは、積木ワークショップ体験会にご参加ください。子どもたちと一緒に楽しみましょう!

**対** 「さとぶろ。」事業に賛同し、ボランティアで参加できる人

**定** 15人(先着順)

**申** 8月17日(月)～31日(月)に

耕地林務課へ電話または電子メールで。電子メールには、氏名・住所・連絡先・年齢を明記してください。

## 【積木ワークショップ体験会】

**日** ①9月17日(木)

午後6時30分～8時

場所・市役所4階大会議室

②10月6日(火)

午前10時～11時30分

場所・堀金公民館講堂

**内** 積木キャラバン企画の説明、積

木ワークショップ体験



## 【松塩筑木曾老人福祉施設組合】特別養護老人ホームの職員を募集

**【随時募集中の嘱託員】**▷介護職員(若干名)

**対** 普通自動車免許があり、介護職に必要な資格を有する人

**申** 組合各施設に事前連絡の上、随時面接により選考

**【令和3年度採用の正規職員】**(いずれも若干名)

▷看護職員 ▷管理栄養士

▷介護職員(昭和50年4月2日以後に生まれた人)

**日** 1次試験 9月24日(木)

**対** 普通自動車免許があり、各職種に必要な資格を有する人(令和3年3月末までに取得見込みの資格を含む。学生

は令和3年3月末までに卒業見込みの人に限る)

**申** 9月14日(月)までに組合各施設、事務局(特別養護老人ホーム桔梗荘内)、組合HPから申込書入手・記入の上、本人が直接事務局へ提出。

**他** 勤務場所は松本市、塩尻市、東筑摩郡、木曾郡の各組合施設(詳細は組合HP(<https://aiohato.com/>))をご覧ください

**問** 松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局

TEL53・5000 FAX53・5001

## アドベンチャートラベル対応 英語ガイド養成講座

語学力を生かして観光ガイドができる人材を養成する英語ガイド養成講座を開催します。

**日** 10月～令和3年1月の間の原則土日（全8回）

**対** 次のすべての条件を満たすこと

- ① 県内在住・在勤であること
  - ② 心身ともに健康であること
  - ③ ①～④のいずれかの資格所持または条件を満たしていること。
  - ④ ③と同等以上の英語力を有すること。
- ①：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 TOEIC650 以上  
④：③と同等以上の英語力を有すること。

**費** 4万円(税込み。単発受講の場合は1万3,000円)

**定** 36人（抽選）

**申** 9月18日（金）までに申込書を市観光協会へ。  
申込書は市観光交流促進課（3階1番窓口）・市観光協会窓口および各HPから入手できます。

**問** 市観光協会 TEL82・3133 FAX87・9361

## 「安曇野林檎ナポリタン」提供店舗募集

安曇野のご当地グルメ「安曇野林檎ナポリタン」の提供店舗を募集しています。

**内**▷参加条件 「安曇野林檎ナポリタン」の条件は、安曇野産りんごを使用することだけ。レシピは自由です。うどんの麺を使ったり、林檎ナポリタンをパンにはさんだりした創作レシピでも可とします。

▷本年度の予定 10月にチラシおよびポスターを作成します。提供店舗には、のぼり旗とペナントをお渡しします。

**申** 観光交流促進課まで問い合わせください。

※本年度のチラシに掲載を希望する場合は、8月31日（月）までにご連絡ください。

**問** 観光交流促進課 TEL71・2053 FAX72・1340

## 子ども・子育て会議委員

子ども支援課児童担当  
(TEL71・2255 FAX72・2065)

「安曇野市子ども・子育て支援事業計画」の策定・進捗管理等について、市民の意見を反映させるため、公募委員を募集します。

**内** 任期 委嘱の日から2年間

**報酬** 市が規定する額

**選考方法** 申込書および小論文による書類選考

**対** 市内在住・在勤の20歳以上で、3カ月に1回程度、平日に開催する会議に出席できる人。ただし、次に掲げる人を除きます。

▽国および地方公共団体の議会の議員▽常勤の国家公務員および

び地方公務員▽市の附属機関等の公募による委員▽市税の滞納がある人

**定** 3人

**申** 9月11日（金）までに、申込書と小論文を子ども支援課（1階16番窓口）へ直接または郵送で。

応募書類は返却しません。申込書は同課および各支所地域課、または市HPから入手できます。  
●小論文テーマ（800字以内、様式自由）「今、安曇野市の子育て支援に必要だと思うこと」

## 県営住宅入居者

県営住宅供給公社松本事務所  
(TEL47・0240 FAX47・8902)

安曇野市、松本市、塩尻市内の県営住宅入居者を募集します。

**内**▽空き家募集（10月1日付入居の募集）

▽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）

**申** 8月19日（水）から28日（金）に必要書類を同事務所へ直接（22日（土）は受け付けません）  
**他** 詳細は県営住宅供給公社松本事務所へ問い合わせください。

## 【松塩筑木曾老人福祉施設組合】通所介護施設の貸与先を再募集

次の1施設または複数施設を貸与します。

**内**貸与する施設 ▷聖（麻績村）▷やまびこ（松本市）▷やまがた（山形村）▷そほく（木祖村）

募集期間 8月21日（金）まで 貸与する期間 令和3年4月1日（木）から3年間（更新有り）

選考方法 9月3日（木）にプロポーザルによる選考を行います

応募要件等 通所介護サービスを行うことができる社会福祉法人・民間法人等

貸与に係る費用 建物は無償貸与。事業に係る光熱水費等を負担していただきます。

**申** 「公募型プロポーザル参加申込書」に記入の上、組合事務局へ提出。詳細は公募要項をご覧ください。公募要項は事務局（特別養護老人ホーム桔梗荘内）窓口および組合HP（<https://aoihato.com/>）から入手できます。

**問** 松塩筑木曾老人福祉施設組合管理課 TEL53・5000 FAX53・5001



凡例 日日時 場所 内容 対象 期間 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、申込時間は開館(開庁)の午前8時30分から午後5時15分まで。

# お知らせ

ジェネリック医薬品を  
ご利用ください

国保年金課  
(TEL 71・2473 FAX 71・2503)

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は新薬(先発医薬品)の特許期間が過ぎてから作られた、厚生労働省に効果等が認められた薬です。薬価が低く、使用促進することで、医療の質を落とさず、医療費の軽減につながります。

医療費適正化のため、医師や薬剤師と相談し、ジェネリック医薬品をご利用ください。

## ロタウイルスワクチンの定期接種が始まります

国健康推進課健康推進担当  
(TEL 71・2470 FAX 71・2328)

予防接種法が改正され、ロタウイルスワクチンが定期接種になります。対象者には接種券を発行します。

## ◆ロタウイルス感染症とは：

人から人へ糞便を介して経口感染する、きわめて感染力の高いウイルスです。感染すると胃腸炎をおこし、嘔吐や発熱、頻回の下痢の症状がでます。2歳未満の乳幼児や初めての感染の際は重症化しやすいと言われ、5

歳までの急性胃腸炎の入院患者の40～50%前後はロタウイルスが原因です。その他、脱水による腎前性腎不全や急性脳炎・脳症などの合併症を起こすことがあります。

## ◆ワクチンについて

ワクチンには2種類あります。効果はどちらも同様です。医療機関と相談の上、同じワクチンを決められた回数接種してください。

令和2年8月1日以降に生まれた乳児

接種開始時期 10月1日から

接種券発行時期 9月下旬予定

対象者には個別通知をします。

無料

## 市議会9月定例会会期日程

国議会事務局  
(TEL 71・2156 FAX 71・2150)

市議会9月定例会を次のとおり予定しています。傍聴の際は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、マスクの着用などご協力をお願いします。なお、本会議の様子は議会HPおよびあづみ野テレビでライブ中継を行っています。

9月1日(火)～29日(火)

午前10時～(予定)

場 市役所3階議場

## 日本年金機構「松本年金事務所」が9月23日に移転します

松本年金事務所は、松本市白板から松本市鎌田(鎌田中学校南側)に移転します。

【移転先所在地】

松本市鎌田 2-8-37 (JR松本駅徒歩19分)

【移転後電話番号】

TEL 31・5150 (9月23日から)

【受付時間】

午前8時30分～午後5時15分  
(土日祝日、年末年始を除く)

【業務内容】

### ●年金相談

年金相談および年金請求の手続きについては混み合う場合がありますので、事前予約をお願いします。

予約受付専用番号(ナビダイヤル) TEL 0570・05・4890

ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

### ●厚生年金・国民年金関係の届書の受付等

問 日本年金機構松本年金事務所 TEL 32・5821 FAX 32・1011



## 台風への備え、できていますか？

8月・9月は台風の発生回数が増える時期です。災害は「対岸の火事」ではありません。改めて災害への備えを確認してみてください。

### 【台風が来る前に】

- ▷非常用品を準備する
- ▷ハザードマップで危険個所を確認する
- ▷連絡先、避難所、集合場所等を家族で確認する
- ▷ご近所と交流し、いざという時の支援を考える

### 【台風が接近してきたら】

- ▷用水路や河川の見回りはしない
- ▷屋外での作業はしない
- ▷危険情報や避難情報に注意し、早めに避難する

☎お近くの消防署へ

## 2021年大糸線カレンダー掲載用の写真を募集

大糸線沿線の四季折々の風景写真を募集します。採用された人には、完成したカレンダーと地元特産品等をプレゼントします。応募方法等については、問い合わせいただくか市HP（政策経営課）をご覧ください。

☎9月25日（金）まで

☎大糸線利用促進輸送強化期成同盟会事務局（大町市情報交通課内）☎0261・85・0070 ☎0261・21・3801

## 8月の納期

- 市県民税 (2期)
- 国民健康保険税 (5期)
- 後期高齢者医療保険料 (5期)
- 介護保険料 (5期)
- 水道料金 (穂高・三郷地域)
- 下水道料金 (豊科・堀金・明科地域)

=納期限は8月31日(月)=

## 戦没者遺児による慰霊友好親善事業

☎長寿社会課福祉政策担当  
(☎71・2253 ☎71・2328)

先の大戦で父等をなくした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と親交を図る慰霊友好親善事業を行います。実施地域や日程等詳細は問い合わせください。

☎参加費10万円（集合場所までの交通費、帰国時宿泊代、渡航手続手数料等は含まれません）

## 対戦没者の遺児

※今回実施する地域（実施地域周辺の公海上にて戦没された人を含む）以外は参加できません。昨年度参加者以外は複数回の応募ができます。

☎一般財団法人日本遺族会事務局 ☎03・3261・5521 詳細は日本遺族会ホームページ (<http://www.nippon-zokukai.jp/>) をご覧ください。

☎長野県遺族会 ☎026・228・0334

## 悪疫退散 安曇野花火

☎観光交流促進課  
(☎71・2053 ☎72・1340)

安曇野花火実行委員会では、新型コロナウイルス感染症の終息、また、地域が元気になることを願い、例年の安曇野花火開催日に3分から5分程度、花火の打ち上げを行います。密集・密接を避けるため、打ち上げ場所は公表しません。ご理解をお願いします。

☎8月14日（金）午後7時30分（雨天時22日（土）に延期）  
☎場市内3カ所（中南部、西部、北東部を予定）

## 電波の再利用に伴うテレビ放送の受信障害について

スマートフォン普及に伴う通信量急増に対応するため、9月10日（木）に市内で試験電波が発射される予定です。

【予想される影響】古い受信設備を利用の場合、次のような受信障害が発生する可能性があります。

▷画像が映らない ▷画面が止まってしまう ▷ノイズが入る

【対応】携帯電話各社は「一般社団法人700MHz利用推進協会」を設立し、これら受信障害に対応します。

▷可能な限り事前に対応するため、協会から派遣されたテレビ受信障害対策員が調査や対応などで各家庭に伺うことがあります。対策員は協会発行の対策員証を身に付けています。詐欺行為等が不安な場合は問い合わせください。

▷調査の結果、対策が必要な場合には協会が無償で対応します。また事前調査の対象になっても同じ原因による受信障害であることが判明した場合は同様に無償で対応します。

☎700MHzテレビ受信障害対策コールセンター ☎0120・700・012 ☎044・833・6789

700MHz利用促進協議会

検索

凡例 日日時 場所 内容 対象 期間 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、申込時間は開館(開庁)の午前8時30分から午後5時15分まで。



## 自転車の まちづくり

# 自転車での健康づくり実証実験

**自** 転車に乗ることによる健康増進効果の検証を、市と松本大学が連携し、3年間検証を行う「実証実験」を実施しています。今回は第3回の教室の様子と参加者の声をお伝えします。

☎政策経営課企画担当 ☎71・2401 ☎71・5155

第3回目の自転車実証実験教室を7月18日・21日に開催し、運動指導と自転車指導を行いました。運動指導では、「運動前後のストレッチとマッサージ」をテーマに身体を動かし、自転車指導では、常念ドームで自転車での安全な曲がり方や止まり方を学んだほか、穂高山麓方面へサイクリングに出掛けました。

ふたき

### 二木しのぶさん (豊科)

子育てが一段落して、週末の時間が空いたので、「主人と一緒に身体を動かそう!」「自転車に乗れるようになりたい!」と思い参加しました。坂ばかりの木曽地域で育ったせいか、自転車に乗る習慣は全くなく、近所のポストにハガキを出すときも車で乗り付けて、窓から投函する始末でした。これからは、筋力をつけることを目的に自転車にたくさん乗りたいと思います。

教室に参加し、普段から正しい姿勢や歩き方を意識するようになりました。運動指導では、体力測定の数値から、自分が鍛えるポイントや運動の仕方などを分かりやすく教えていただけなので、毎日意識しながら取り組んでいます。どんな効果が出るのか最終回の体力測定が楽しみです。

また、自転車に乗ることで、安曇野の自然を肌で感じるできるようになりました。車では味わえない自然の空気や香りを楽しんでいます。



7月18日・25日・28日

市政トピックス

## 新型コロナウイルス感染症対策本部を開催

7月18日・25日・26日・28日に市内居住者の新型コロナウイルス感染症感染者が確認されました。これに伴い、市では新型コロナウイルス感染症対策本部会議(宮澤宗弘本部長)を開催し、市民への周知方法や今後の対処方針などを協議しました。

7月28日、宮澤市長は市民に向け「日常生活のあらゆる場面で、感染防止対策の徹底をお願いいたします。感染が拡大している地域との往来は控えていただくとともに、発熱や咳などの症状がある方は帰省や旅行などの移動を厳に慎んでいただくよう、ご協力をお願いします」と報道や市HP<sup>ホームページ</sup>などを通じて注意喚起しました。

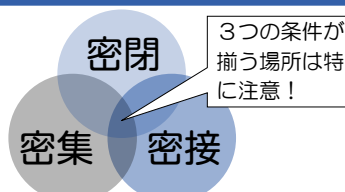


感染を防止するための行動を自ら考え実践しましょう!

### 3つの基本

- 身体的距離の確保
- マスクの着用  
(人混みの中、会話の際)
- 手洗い、手指消毒

### 3つの回避



### 3つの確認

- ☑ 体温確認
- ☑ 体調確認
- ☑ 行動歴確認





### 「松本糸魚川連絡道路」 安曇野市新設区間第7回説明会

国土管理課国県事業推進担当

☎71・2332 FAX72・3569

✉kanri@city.azumino.nagano.jp

5つの段階を踏み、ルート帯の検討を進めています。今回は第5段階の説明会です。皆さんぜひご参加ください。

**日** 8月30日(日) 午後2時～4時  
**場** 感染症予防のため会場を分け、受付順に各会場へご案内します。

①豊科公民館ホール  
②市役所4階大会議室  
(2会場同時中継)

### 「高校改革 実施方針」住民説明会

「旧第11通学区高等学校教育懇話会」での検討に向け、「高校改革～夢に挑戦する学び～実施方針」について県教育委員会が説明し、広く地域の皆さんの意見をうかがいます。

※令和2年3月に予定していた説明会です。

**日** 8月28日(金) 午後6時30分～8時30分

**場** 豊科公民館大ホール **対** どなたでも

**定** 342人(先着順) **持** マスク **申** 不要

**他** 公共交通機関等による来場にご協力ください。感染症対策のため、定員を超えた場合、入場できない場合があります。

☎長野県教育委員会事務局高校教育課高校再編推進室 ☎026・235・7452 FAX026・235・7488

### 特別定額給付金の申請は 8月25日(火)まで

申請期限までに申請を行わなかった場合、辞退をしたものとみなされ、給付金(1人10万円)を受け取ることができません。期限内に申請をお願いします。

#### 【給付状況(8月4日時点)】

申請内容の審査を行い、順次支払いを行っています。支払い状況は次のとおりです。

◆給付件数 39,695件

◆給付額 96億7,300万円(給付率…約98.7%)

☎長寿社会課福祉政策担当 ☎71・2253 FAX71・2328

### イベントの中止

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次のイベントを中止します。

◆「不用食器回収」および「もったいない市」

☎廃棄物対策課 ☎71・2490 FAX72・3176

**内** ▽ルート帯の決定▽今後の設計で配慮する対応策について  
**定** 220人(2会場計。事前申込)  
**申** 8月12日(水) から21日(金)に電話または電子メールで

☎安曇野建設事務所

☎72・8308 FAX72・8882

✉azumiken-matsuito@pref.nagano.lg.jp または市監理課

### 土地利用等、各種計画見直し に関する市民説明会

国土利用基本計画・都市計画マ

スタープラン・道路整備推進計画

の見直しにあたり、説明会を開催

☎71・2246 FAX72・3569

✉joshikeikaku@city.azumino.nagano.jp

します。見直し内容を示す中で、市民からの意見をお聴きし、各種計画等への反映を図ります。

**日** 内容はいずれの会場も同じです

▽9月9日(水) 午後7時～

堀金支所講堂

▽9月10日(木) 午後7時～

三郷支所講堂

▽9月11日(金) 午後7時～

明科支所講堂

▽9月13日(日) 午前10時～

穂高会館講堂

▽9月13日(日) 午後2時～

市役所4階大会議室

**申** 8月24日(月)から9月8日(火)に都市計画課へ電話または電子メールで

### 高齢者ヘルメット着用促進モニターの募集

交通事故ゼロチャレンジ実行委員会(事務局:長野県警察本部)では、自転車用のヘルメット着用促進モニターを募集します。約2カ月のモニター後、アンケートに答えたモニターには、使用したヘルメットをプレゼントします。

**対** 次の条件をすべて満たす人

▷市内在住の65歳以上(4月1日時点)の人 ▷週に3回は自転車を利用し、ヘルメットを持っていない人

▷モニター期間中のヘルメット着用の意見をアンケートで回答できる人

**定** 予算上限に達し次第終了

**申** 9月18日(金)までに応募申込書に記載の上、郵送で提出(期日必着)。申込書は長野県<sup>ホームページ</sup>H Pまたは市地域づくり課(2階4番窓口)で入手できます。

☎長野県県民文化部くらし安全・消費生活課交通安全対策係 ☎026・235・7174 FAX026・235・7374

# ひとり親世帯の皆さん 手当・給付金のご案内



**見** 児童扶養手当は父母の離婚などにより、子どもを養育しているひとり親家庭等へ支給される手当です。また、新型コロナウイルス感染症の影響による子育て負担の増加や収入の減少に対する支援の取り組みとして、臨時特別給付金を支給します。チェックシートを確認の上、ご相談ください。

☎子ども支援課児童担当 TEL71・2255 FAX72・2065

## 児童扶養手当(児扶)について

【対象】 次のいずれかの条件を満たす児童を養育する父、母、養育者

- ▷父または母が死亡した児童 ▷父または母の生死が明らかでない児童
- ▷父または母が重度の障がいの状態(国民年金の障害等級1級程度)にある児童
- ▷父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童
- ▷父または母がDV保護命令を受けた児童 ▷母が婚姻によらないで生まれた児童
- ▷父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童
- ※父または母、養育者、児童が日本国内に住所を有しないときや、父または母が事実婚状態にある等の場合は、対象外となります。

【支給制限(表2)】

所得制限があります。受給者以外に、同居親族(扶養義務者)の所得も審査対象となります。

【受付期間】

通年受け付けています。新規認定で申請する場合は子ども支援課へご連絡ください。

### ◆児扶の認定を受けている人は毎年8月に現況届の提出をお願いします

受給資格の審査と前年の所得状況を確認するため、現況届を毎年提出する必要があります。所得超過のため、手当が支給停止になっている人も提出が必要です。提出が必要な人には、8月1日までに現況届を郵送しています。

期間中に必要書類を持参の上、必ず本人が手続きをしてください。代理人や郵送での提出はできません。届け出がない場合、8月以降の手当が受けられません。また、2年間届出をしないと受給資格がなくなりますので、ご注意ください。なお、該当者に送付している「児童扶養手当一部支給停止適用除外届出書」も提出してください。

【受付期間】 8月31日(月)まで(一部支給停止適用除外届の提出が必要な人は、提出期日を過ぎて提出した場合、手当額が2分の1に減額される場合があります)

【受付場所】 子ども支援課(1階16番窓口)、各支所

表1 支給金額

区分	月額	児童加算額	
		第2子	第3子以降1人につき
全部支給	43,610円	10,190円	6,110円
一部支給	所得に応じ 43,150~ 10,180円	所得に応じ 10,180~ 5,100円	所得に応じ 6,100~ 3,060円

表2 支給制限

扶養親族数	父、母、養育者		扶養義務者等
	全部支給	一部支給	
0人	49万円	192万円	236万円
1人	87万円	230万円	274万円
2人	125万円	268万円	312万円
3人	163万円	306万円	350万円
4人	201万円	344万円	388万円
5人	239万円	382万円	426万円

## ひとり親世帯臨時特別給付金について

23ページ(左上)のチェックシートを確認の上、対象となる皆さんは期間内に申請してください。

【給付金額】 ▷基本給付…1世帯5万円(2子以降1人につき3万円加算) ▷追加給付…1世帯5万円

【受付期間】 8月31日(月)まで

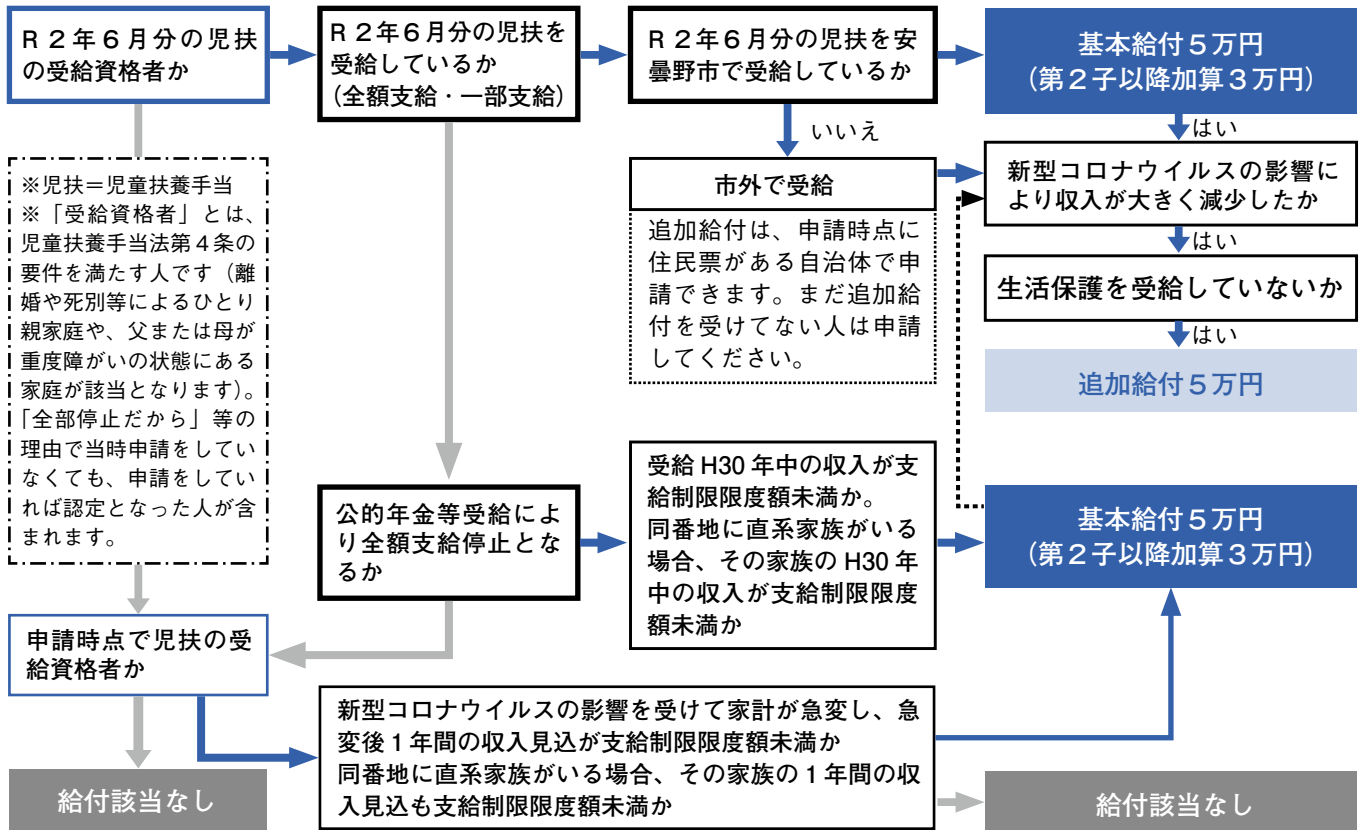
【受付場所】 子ども支援課(1階16番窓口)、各支所

※各支所による受付は、令和2年6月分の児童扶養手当受給者のみ受け付けできます。公的年金等受給者や児童扶養手当を受給していない家計急変者は、子ども支援課窓口へお越しください。

【その他】 制度の詳細や申請に必要な様式を市HP<sup>ホームページ</sup>へ掲載しますのでご確認ください。HPが閲覧できない場合は、子ども支援課へ問い合わせください。

# ひとり親世帯臨時特別給付金チェック表

→ はい  
→ いいえ



## 農業者の皆さん 交付金・補助金のご案内

農業者の皆さんの取り組みに交付金・補助金を支給します。補助条件など詳細は問い合わせください。

### 高収益作物次期作支援交付金

新型コロナウイルス感染症により影響を受けた、高収益作物について、次期作に前向きに取り組む生産者に交付金を支給します。国の事業のため、支援内容や交付単価が変更される可能性があります。

対 令和2年2月から4月の間に高収益作物について、出荷実績があるまたは廃棄等により出荷できなかった人で、収入保険・農業共済等のセーフティネットに加入しているまたは加入を検討する人。

#### 取り組み内容例

- ▷機械や品種等の導入、講習会の受講等
- ▷直販等を行うためのHPの整備、新品種の導入等に向けた取り組み
- ▷高品質なものを厳選して出荷する取り組みを行った人数・日数に応じて交付金を支給

※申請時期等詳細は次号の「広報あづみの」へ掲載予定です。

問 農政課生産振興担当 TEL71・2428 FAX71・2507

### 荒廃農地解消に補助金

市では荒廃農地を解消し、農地の再生利用および有効活用に取り組む農業者や農業団体に対し、補助金を交付しています。

補助額 1,000㎡当たり5万円(面積の増減により補助額も変動)

対 市内に住所を有する農業者(市内に法人登録のある農業を営む法人含む)、農業者の組織する団体

※農地所有者による解消は、交付対象外。また、解消中・解消後の申請も交付対象外となります。事前にご相談ください。詳細は問い合わせください。

問 農政課集落支援担当

TEL71・2429 FAX71・2507



# 策 善 改 境 の 環 境 票 投

## 説明会にご参加ください

### 投票所が抱える課題

現在投票所は、地区公民館を中心に市内75箇所<sup>※</sup>に設けられています。昨年夏の参議院議員選挙では、投票所の暑さ対策に関する要望が多く寄せられ、また、長時間従事する区の役員の負担軽減やバリアフリー化への対応なども課題となっています。さらに、同選挙では投票者の約4割が期日前投票を利用しており、制度の定着が進んでいます。

一方、高齢化の進展や新型コロナウイルス等の感染症対策といった急激な社会情勢の変化により、

### 投票所における感染症予防の一例

- ・記載台は間隔を開けて設置し、隣り合った区画を使用しないようにします。
- ・立会人等との間隔をできるだけ離すとともに、マスクを常に着用します。
- ・順番待ちが生じたときのため、間隔の目安として約2m置きにラインを引きます。
- ・天候を問わず定期的に換気します。
- ・消毒液など感染予防対策用品を備えます。

現状の投票所の環境では対応することが困難になりつつあります。これらを踏まえ、将来を見据えた投票環境を考え直す時期が来ています。

### 投票環境の具体的改善策の提案

市選挙管理委員会では、これらの課題に加え、地域の有権者の意向や地域の実情を考慮しつつ、有権者の皆さんが投票しやすい環境を整え、公正公平な投票が行われるよう整備するため、具体的な改善策を検討しています。

### 投票所を広い施設へ

投票日当日の投票所を現在の地区公民館などから、空調設備が整い、バリアフリー対策をした広い施設へ変更することを検討しています。施設が広くなることで、人の目が気になりにくくなる、駐車場が広く乗降車が楽になる、混雑時でも屋内で待つことができる、また、施設によつては土足のまま入場できる可能性などの利点があります。さらに、立会人等は、区から選

出する役員数を減らせるなどの利点があります。

### 移動期日前投票所の導入

期日前投票をする有権者が増えている現状を踏まえ、さらなる利便性を高める方法として移動期日前投票所の導入を検討しています。記載台と投票箱を備えた車両に投票立会人等が乗車し、山間部や有権者が少ない投票区などを数時間ずつ巡回します。これにより、投票の機会と場所の選択肢が広がります。

### あづみん乗車券を助成

今後、歩いて投票所に行くことが難しく、送迎を頼みにくい人が増えることが想定されます。そこで、自宅玄関から投票所入口付近まで送迎してくれるデマンド交通「あづみん」を利用して直接期日前投票所に行った人には、乗車券一回分を助成することを検討しています。

### 投票区内で説明会を開催

前述した内容を踏まえ、各投票区内の課題解決に向けた説明会を、新型コロナウイルス感染症の状況をみながら順次行っていきたいと思います。当日は、選挙管理委員が各投票所に伺いますので、有権者の皆さんの参加と率直な意見をお待ちしています。

開催日程は市HP、広報あづみのラジオ版（あづみ野エフエム）、会場（投票所）玄関付近に掲げる予告チラシを確認いただくか、市選挙管理委員会事務局へ問い合わせください。

なお、今回提案する内容は、令和4年7月執行予定の参議院議員選挙、または同年8月執行予定の長野県知事選挙からの実施を目標としています。



選挙管理委員会事務局  
TEL 71・2031 FAX 72・9266

# 紙面で友好を深めよう！ Part1



7つある安曇野市の国内友好(交流)都市。今月号から、それぞれの友好(交流)都市の職員の方々に各自治体の魅力を紹介してもらいます。 国政策経営課都市交流係 (TEL71・2402 FAX71・5155)



## ■東金市との友好の歴史■

東金市と安曇野市の交流は、平成7年に東金市の小学生が「青少年体験事業」として旧堀金村を訪れたことから始まりました。この青少年交流事業は、現在も「あづみの探検隊」という名称で実施され、毎年、東金市と安曇野市の小学生が交流しています。

他にも東金市の産業交流拠点施設「道の駅みのりの郷東金」と安曇野市の直売所がお互いの商品のやり取りを通じて交流するなど、さまざまな場面で親交が深まったことから、平成27年4月5日に友好都市締結を行いました。



## 人・自然ときめき交感都市 東金



とうがねし  
千葉県 東金市

- ▶市長 鹿間 陸郎
- ▶所在地 千葉県東金市東岩崎1番地1
- ▶人口・世帯数 58,102人・27,025世帯 (7月1日現在)
- ▶面積 89.12平方キロメートル
- ▶特産品 黒豆みそ、東金天門どう(銘菓)、米、ぶどう、プラムなど
- ▶観光名所 八鶴湖



### おススメ観光スポット 武将・徳川家康ゆかりの地【八鶴湖】

有名な戦国武将・徳川家康公が、鷹狩りの際の宿泊地として「東金御殿」を築造し、御殿からの眺望をよくするために造った庭池が、現在の「八鶴湖」です。

お花見の時期(3月下旬～4月上旬)には、約300本の桜並木が美しく咲き誇る大人気の桜スポットです。東金桜まつりは連日多くの観光客で賑わいます。夜には桜がライトアップされ、昼間とはまた違った幻想的な雰囲気が楽しめます。

### 両市の交流事業 信州安曇野ハーフマラソンへの参加

第1回大会からボランティアとして参加させていただいています。昨年の第5回大会では、東金市から鹿間陸郎市長、小倉治夫市議会議長をはじめ東金市職員が、給水所での給水ボランティアをさせていただきました。参加した職員からは「ランナーの皆さんの笑顔や『ありがとう』の声に毎回心が温まる」、「安曇野市の皆さんの温かいおもてなしにも感謝の気持ちでいっぱい」といった声が寄せられています。次回のハーフマラソンも楽しみにしています！



東金市マスコットキャラクター「とっちー」  
東金市秘書広報課「古内里佳さん(さとちゃん)」

### 「とっちー」と「さとちゃん」が、安曇野市の素敵なおとこ&東金市のココが自慢☆を紹介!

【安曇野市の素敵なおとこ】なんといっても空気おいしい!!安曇野市の澄んだ空気を吸い込んだら、移動の疲れも一気に吹き飛びました。また、山菜や信州サーモンなどのたくさんの美味しい名物や常念岳やわさび農園の美しい景色など、普段味わえないものばかりで、訪れるたびに心から癒され、元気をいただいています!

【東金市のココが自慢☆】東金市の名物のひとつ「黒豆みそ」。この黒豆みそを使った「東金黒豆みそ鍋」は、ニッポン全国鍋グランプリで3位に入賞したこともあります。ほんのりかおる香ばしさと深い甘みとココが魅力です。老化予防や血圧の抑制など、健康・美容効果もあります。ぜひ食べてみてください♪



# 安全安心、心安らぐ 地域をみんなの力で。

## 「WITHコロナ」の時代

### 観光、サービス業のあり方とは？

**藤澤** 長いスパンで考えれば、域内だけで観光業を回すには限界があると思います。やはり、よそから来てもらいお金を動かしてもらうことがどうしても必要で、感染予防対策と経済活動の両立は必要不可欠です。まずは、サービスを提供する側の私たちが感染しないことが大切です。私たちのホテルでは、朝礼で3安宣言を唱和するなど、従業員一人ひとりが意識するようにしています。一方で、お客さま自身にも感染対策を講じていただけるかという点は大きな問題です。私たちも、誰でも構わず来てほしいということではなく、感染対策にご協力いただけるお客さまを選ぶという視点も必要だと考えています。

**北林** 飲食業の中には、「お客さまには来てほしいけど、感染者数が多い県外客には来てほしくない」という声もありました。やはり、迎え入れる側も不安は大きいと思います。どこまで対策できるものか、個々のお店は悩みながら営業しています。また、市内では、少し緩みが出てきたのか、マスクの着用を守っていない人を見かけます。自身や安曇野の飲食店を守るためにも感染予防はしっかりとしてほしいと思います。

**鶴飼** 中には、持病があるなど、マスク着用が難しい方もいらっしゃると思います。人とうつさなことが絶対なので、熱や風邪症状がある場合などは人前に立たないなど、自己管理を必ず行ってほし

**コ** ロナ禍において、地域一体となった経済活動の継続を目指す「安曇野つなぐプロジェクト」。飲食業や観光業の最前線で働く皆さんに、「安曇野3安宣言」などの取り組み、テークアウトの可能性、市民の皆さんへのメッセージについてお聞きしました。（7月22日取材）

いと思います。みんなで感染予防に取り組むことで、安曇野の安全安心、そして安らぎが成立すると思います。地域の取り組みとして、みんなが「3安宣言」をPRしていったらいいですね。

### テークアウトの可能性

**鶴飼** 外出自粛の要請がなされたころ、市内の飲食店を応援しようとして「To Go Azumino」というテークアウトやデリバリーができるお店を掲載したサイトを立ち上げました。行政にも周知に協力してもらい、掲載店舗を増やすことができたので、うまく連携できたと思います。

**北林** 自分の店も掲載させてもらいましたが、常連さんだけでなく、今まで店に来たことがないお客さまもテークアウトを利用してくれるなど、新しい発見がありました。

**藤澤直樹さん**  
安曇野穂高ビューホテル支配人。安曇野での過ごし方を提案する「安曇野で暮らすように泊まる」実行委員会広報。



**北林智紀さん**  
食事処「美里」オーナーシェフ。県調理師会青年部長。ご当地グルメ「安曇野林檎ナポリタン」が全国入賞。



**鶴飼博将さん**  
北アルプスワークサイト運営。Webプロデューサー。カフェ「月とビスケット」をリモートワークの拠点として提供。







飲食店経営（食事処美里）  
北林 智紀 さん

迎え入れる側も  
不安は大きいです。



ホテル支配人（安曇野穂高ビューホテル）  
藤澤 直樹 さん

長いスパンで考えれば、  
域内だけでは限界。



北アルプスワークサイト運営  
鶴飼 博将 さん

出会ってないお店や  
場所を巡るきっかけに。

安曇野つなぐプロジェクト  
に参加しています。

地域をつなぐ 地域と来訪者をつなぐ そして、安曇野の未来へつなぐ

新型コロナウイルス感染拡大防止対策をしながら、  
活力あるまちづくりに地域一体となって取り組みます。

安曇野3安宣言

「安全・安心」のために  
長野県の「新型コロナウイルス対策推進型モデル」として感染拡大防止に取り組んでいます。

「心安らぐおもてなし」を忘れずに  
次のことに取り組んでいます。

- ① マスク着用でも伝わる笑顔。
- ② ビニールカーテン越しでも伝わるあたたかさ。
- ③ 対人距離があっても伝わる気持ち。
- ④ 気のおもてなし言葉。

「安曇野3安宣言」  
安全、安心のための感染防止対策と、安曇野ならではの心安らぐおもてなしを表明することで安曇野をPRする取り組み。

一人ひとりの感染予防が  
安曇野のお店を守ることにつながる

本当は、出来たてを提供できる店内で味わってほしいという想いもありますが、テークアウトが新しい広告媒体になったと感じています。

藤澤 サイトで飲食店がまとめられたことで、行ってみようという動機が生まれた。知らないお店でも、テークアウトだったらすんなり入れる気がする。いききっかけになったと思います。

鶴飼 移住者からみても、安曇野

はポテンシャル（潜在能力）が高い地域だと思います。また、地元でもまだ知らない、出会っていないお店や場所があると思うので、この機会に市内を巡るのもいいと思います。

藤澤 宿泊施設も泊まるだけでなく、飲食だけでも予約いただけるお店があります。地元の皆さまにも市内のお店の魅力や取り組みに触れていただき、ぜひ利用してほしいと思います。

北林 感染者発生の報道が、翌日のお客さまの入り込みに響いてしまうことを実感しています。お店で直接飲食を控えたいという方も、テークアウトを利用するなどして、家での料理だけでなく、お店の味も味わっていただけたら嬉しいです。

藤澤 地域全体で感染拡大防止に努めていただき、マスク越しであっても笑顔あふれるまちとなることは、地域の大きな魅力につながってくると思います。安全、安心、安らぎを提供する「3安宣言」にご理解とご協力をお願いします。そして、安曇野のお宿やお店をぜひ応援していただけたらと思います。

# 家の将来、家族の未来

～知っておきたい空家の基礎知識～



## 空家に関する

## 予防啓発講演会と 個別相談会

環境課では、今年も空家に関する予防啓発講演会と個別相談会を開催します。

講演会には、司法書士と建築士を講師に迎え、自宅が空家になる前やなった後、または相続したときの対処法等を解説してもらいます。

開催日: **8月29日(土)** 場所: **安曇野市役所** 申し込み: **不要** 費用: **無料**

### 予防啓発講演会

時間: 午前9時30分～11時30分 会場: 4階大会議室

内容: ①「新しい遺言のかたち」(講師: 大出 繁 司法書士)  
②「空家の管理と利活用」(講師: 中山卓史建築士、  
中嶋一恭建築士)

講師



大出 繁さん



中山卓史さん



中嶋一恭さん



### 個別相談会

時間: 午後1時～4時 会場: 3階会議室307

内容: 司法書士、建築士、市職員がそれぞれの相談内容に応じます。

混雑状況によって待ち時間が発生する場合や、相談時間を区切る場合があります。

環境課空家対策室 TEL 71・2011 FAX 72・3176

### 本庁舎夜間・休日開庁日

時間延長窓口9月8日(火)

(午後5時15分から8時まで)

休日開庁日8月23日(日)・9月27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8月12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 (有)安曇印刷 印刷経費1部26円

次回発行...お知らせ版9月2日(水)

古紙配合率60%  
再生紙を使用しています。

PRINTED WITH  
SOY INK

◆増税に伴い〇%還元で推奨されていたキャッシュレス決済。今はコロナ対策で接触の低減を図るため、注目されているし、マイナンバーカードをつくとポイントが貰えたりします。現金でいかに釣銭を少なくするか、頭の体操の機会は減りました。  
◆8月上旬に「新型コロナウイルス感染症対策 長野県民手帳」が配布されました。感染対策や相談窓口がまとめられているほか、体調や行動歴を記すことができます。誰が感染してもおかしくない感染症。感染の収束に向け、ぜひ活用ください。  
◆新型コロナウイルスの拡大により海水浴を断念。いつかの海釣りを思い出し、防波堤からサビキでアジ狙いでしたが、釣れるのは小さいボラばかり。友「おまえの着ているシャツが悪いんじゃないか?」「Y?え?なんぞ?」友「だって、(Volare(ボラー))って書いてあるよ」  
◆「子育ては先が見えるけど、介護は先が見えないから...」。経験した人にしか分からない重みのある言葉。本人の辛い気持ちを知っている人がいるだけでも問題に向き合えることがあると思います。「支援」は医療だけではないと感じました。(2頁) [TEL]

人口と世帯 2020.8.1 現在 ( ) 内は対前月比

人口 97,314人 (-31) 男 47,235人 (-13) 女 50,079人 (-18)

世帯 40,248世帯 (+23)

本庁舎 〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000番地  
穂高支所 〒399-8303 長野県安曇野市穂高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  
FAX 0263-82-6622  
FAX 0263-77-6060  
FAX 0263-72-4900  
FAX 0263-62-4747

各支所への電話は本庁舎から転送します

### 編集後記