

広  
報

# あづみの

安曇野市

Azumino City  
Public Relations  
No.348

9

2022. 9. 21

主な内容

- ⑥ 新型コロナワクチン情報
- ⑦ 入園申し込みが始まります

知ろう 守ろう 安曇野の水

10/8・9

安曇野環境フェア

(20 ページ)

特集

秋の長雨シーズン到来!!

## 水害時の命綱は 情報収集

**秋** は雨が多くなる季節。安曇野の水害の歴史を振り返りながら、家庭での備えや避難計画の作成方法を紹介します。



安曇野市「みずん」

信州ブルーウォリアーズ「ブレアー」

## ANCアリーナで プロバスケ 1,890人観戦

**バ** スケットボール男子Bリーグの信州ブルーウォリアーズのプレシーズン試合が9月10日、ANCアリーナで開かれました。(24ページ)

# 特集

秋の長雨シーズン到来!!

# 水害時の命綱は、情報収集

**近年**、日本各地で水害が発生しています。安曇野市でも

昨年8月14日の記録的大雨で明科地域の一部で土砂災害の危険が高まり、市が発令する警戒レベルで最も高い「緊急安全確保」を発令。内水氾濫や林道の崩落などの被害が発生しました。

今月号では、台風や長雨が多くなるシーズンを前に、市内で起きた水害の歴史を振り返りながら家庭での備えや避難計画の作成方法を紹介します。

## 市内自然災害の8割が水害

犀川をはじめ大小さまざまな河川や水路が流れる安曇野市には多くの水害の歴史があります。明治以降の市内の自然災害の8割は水害であり、昭和32年から41年までの10年間で25回の河川氾濫が発生しています。近年は、限られた範囲に短時間で大量の雨が降る短時間的強雨(ゲリラ豪雨)が多く発生し、大きな災害をもたらしていることから、水害は私たちの身近な場所でもつても起こり得る災害といえます。

1999年 平成11年6月29日

### 【6月豪雨】

豪雨の影響で万水川をまたぎ矢原堰の水路を支えてきた「めがね橋」が崩壊。また、烏川富田橋下流の堤防が崩落するなど大きな被害が発生しました。



▲崩壊前のめがね橋



### 【6月豪雨】

梅雨前線の豪雨の影響により、高瀬川、烏川(穂高自動車教習所付近)が増水、堤防が決壊しました。

▲高瀬川右岸決壊の様子

1970年 昭和45年6月15日

1980年  
昭和55年

1960年  
昭和35年

1983年 昭和58年9月28日

### 【台風10号】

豊科田沢で国道19号の路肩が崩壊。明科地域では警戒水位を突破し、床上浸水13世帯、床下浸水72世帯、穂高地域でも床下浸水33世帯の被害が発生しました。



▲大雨で警戒水位を越水した水路

1959年 昭和34年8月13日

### 【台風7号】

戦後最大の洪水となり、県内の被害は死者71人、家屋の全壊1,391世帯、床下浸水10,959世帯に達しました。



▲明科地域の会田川増水の様子

1959年 昭和34年9月26日

### 【伊勢湾台風】

旧穂高町では烏川橋が流されるなど大きな被害が発生。災害救助法が適用されました。



▲烏川橋が流出

## 過去の経験を今に活かすために

過去の災害を振り返り、自分が住んでいる付近ではどんな被害があったのかを知り、イメージすることで、いざという時の避難計画の手助けになります。過去の記録を風化させることなく、今できる準備を行い、災害に備えることが大切です。

2006年 平成18年7月19日

### 【7月豪雨】

梅雨前線の長雨により、市内全域で道路の冠水や林道の土砂崩落などの被害が発生。明科地域（小泉・荻原・木戸地区28世帯・88人に避難勧告。大雨により中房線、国道403号が通行止めになりました。



冠水した明科御宝田遊水池

### 【台風23号】

明科地域では、総雨量161ミリを記録。床下浸水、国道403号で土砂崩落が発生しました。穂高地域では、小岩嶽地区50世帯に避難勧告が出されました。



▲豪雨により浸食した道路

### 【8月豪雨】

前線の影響で記録的大雨となり明科地域の一部に「緊急安全確保」が発令され、内水氾濫や林道の崩落などの被害が発生しました。



▲内水氾濫を排水する市消防団



▲崩落した林道城山線

2004年 平成16年10月20日

2000年  
平成12年

2020年  
令和2年

2021年 令和3年8月14日

(資料：安曇野市文書館「安曇野の災害」、市HP「近年の主な災害」)

## Interview

### 「どこへ逃げるのか」・「どこから情報を得るのか」を事前に知る

#### まずは、防災マップを確認

河川氾濫等の危険が高まり、避難指示が発令された場合に重要なのが、最も安全と思われる場所に避難するという事です。避難場所に向かうまでに河川に近い場所を通るのか、橋を渡るのか、避難場所は自分のいる所より高い場所なのかといったことを踏まえ判断することが大切です。

そのためには、自分が住んでいる場所にどんな危険があるのか防災マップで確認し、いざという時に危険な場所を避ける経路を想定しておくことが大切です。

#### 必要な情報をどこから得るか

避難時や災害時には、たくさんの情報が発信されます。ありとあらゆる情報の中から、いち早く「自分に必要な情報をどこから得るか」が求められます。

大半の人がスマートフォンを所有する現在、インターネットから

情報を得る人が多いと思います。

大雨や洪水など、事前に予想できる災害に対しては、インターネットなどで事前に情報を得て、今後の動向を注視することができます。

一方、子どもや高齢者といった災害弱者や地震のように突然起こる災害に対しては、行政が発信する情報を受信できる防災行政無線や防災ラジオの存在が欠かせません。

日頃から災害時に必要不可欠な情報を取りに行く手段を確立するとともに、情報を受け取ることでできる防災ラジオなどの準備をしておくことで安心です。

#### シミュレーションは大勢で

避難経路の確認や防災グッズの準備のほかに、避難訓練などで大勢の人と災害発生時のシミュレーションをすることも重要です。

避難訓練では、自分が知らない危険箇所や安全な場所などの有益な情報が共有できます。また、災害対策用品を自分で使うと、道具の使い方を覚えることができ、防災グッズの代替品として使えるものなどのアイデアも共有できます。

コロナ禍の現在、大勢の人が集まって訓練を行うことは難しい状況ですが、家族でもう一度、危険箇所や情報の入手先などを話し合い、共有してみたいかがでしょうか。

市区長会長 / 防災士  
土肥 三夫さん



# 警戒レベル4で迷わず避難!

早めに情報を入手 安全に避難

固危機管理課 Ⅸ71・2119



水害は事前情報を確認できる

台風などによる水害は、予測ができない地震とは違い、気象や河川の情報などから洪水や土砂災害の危険性を事前に知ることができ、適切な避難ができれば自身や家族の身を守ることができます。

警戒レベルは5段階

市が発令する避難情報と気象庁が発表する防災気象情報は、左図

の5段階の警戒レベルで表されません。いざというときのため、それぞれのレベルに応じた避難行動を確認してください。

警戒レベルは、土砂災害警戒区域などの警戒区域にいる人に対して地域ごとが発令します。

水害が予想される場合は、テレビやインターネット、防災無線などで最新の情報を入手し、警戒レベルに合わせた避難行動ができるように準備しましょう。

警戒レベル	気象庁等の情報	取るべき行動
1	早期注意情報	災害への心構えを高める
2	大雨注意報 洪水注意報	自らの避難行動を確認 防災等で自宅等の災害リスクを再確認し 避難情報の把握手段を再確認する。
3	大雨警報 ※ 洪水警報	高齢者等避難 避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人は危険な場所から自主的に避難する。
4	土砂災害 警戒情報	緊急安全確保 危険な場所から全員避難する。
~~~~~ 警戒レベル4までに必ず避難! ~~~~~		
5	大雨 特別警報	緊急安全確保 すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。今の場所より安全な場所へ直ちに移動。

※夜間～翌日早朝に大雨警報（土砂災害）に切り替える可能性が高い注意報は警戒レベル3に相当します。

さまざまなツール  
で情報入手を!

市メール配信サービス、市HP、市公式twitter、テレビ(データ放送)、緊急速報サービス、各種河川情報サイト、防災行政無線、防災ラジオ(あづみ野エフエム)など

### メール配信サービス登録方法

右記2次元コード(login@azumino.mailio.jp)に空メールを送信して登録してください。火災・気象・地震などの防災情報をメールで受信できます。

### 防災行政無線・テレホンサービス

0120・27・1313 防災行政無線で放送した内容を電話で確認できます

メール配信登録▶



## Interview

### 雨の降り方に注意して早めの行動を ~ R3.8.14の豪雨での活動から~

私たち第8分団は、昨年8月14日の豪雨で内水氾濫などの災害対応に当たりました。

当日は、午前9時20分に消防団に事前準備の連絡があり、11時30分から地域の見回りを行いました。雨が降り続くにつれて、犀川に流れ込む多くの河川の内水氾濫や民家の敷地への雨水流入などの被害が発生し、ポンプでの排水や土のうを積むなどの作業を翌日の午後4時ごろまで行いました。団員と協力して雨の中で長時間活動しなければならなかったため無事に終えられた時はホッとしました。

特に最近では、過去にない雨の降り方をするので、今住んでいる場所が安全とは言いきれないと感じています。大雨の際は、迅速に情報を入手しやすい現代の利点を活かし、気象や河川の最新情報をインターネットでこまめに確認するようにしています。



市消防団第8分団  
分団長 宮下 拓郎さん

## 土砂災害特別警戒区域と土砂災害警戒区域とは？

土砂災害特別警戒区域・土砂災害警戒区域は、土砂災害から住んでいる皆さんを守るため、長野県が指定しています。各区域は防災マップ・市HP<sup>ホームページ</sup>で確認できます。

### 土砂災害特別警戒区域

急傾斜地の崩壊や土石流が発生した場合、建築物損壊の危険があり、住民の生命または身体に危害が生ずるおそれがある区域です。一定の開発行為の制限、建築物の構造規制などが行われます。

### 土砂災害警戒区域

急傾斜地の崩壊や土石流、地すべりが発生した場合、住民の生命または身体に危害が生ずるおそれがあると認められる区域です。危険の周知、警戒避難体制の整備が行われます。

## 災害危険住宅の住宅移転費用を補助します

土砂災害特別警戒区域内にお住まいの人が、安全な場所に住宅移転をする際に、費用の一部を補助します。

以下のすべての要件に該当する住宅（災害危険住宅）

- ▷土砂災害特別警戒区域に指定前から存する住宅
- ▷生活の本拠となっている住宅

### 補助メニュー

#### ①住宅の除却

災害危険住宅の除却費、動産移転費、跡地整備費、仮住居費、その他移転に伴う諸経費

#### ②住宅の移転・土地の取得

※①とあわせて実施する場合に対象となります。

災害危険住宅に代わる住宅の建設または購入（土地の取得を含む）の資金を金融機関から借り入れた際の利子相当額（利率に限度あり）

### 補助金額（上限）

①80万2000円

②住宅の移転319万円、土地の取得96万円

申 9月30日（金）までに建築住宅課へご相談ください。

問 建築住宅課 ☎71・2245 ID 68437

## スムーズな避難のためにマイ・タイムラインをつくろう！

マイ・タイムラインとは、一人一人の家族構成や生活状況に合わせて、「いつ」「誰が」「何をするのか」をあらかじめ整理した自分だけの防災行動計画です。災害が起きる前に作成しておくことでスムーズな防災行動につながります。

マイ・タイムライン記入用紙は市HP ID 68374 から入手できます。

### いつ 誰が 何をする？ わが家の行動計画

#### レベル1 事前準備

- (例) テレビやインターネットで天気予報を確認
- (例) 家族全員の今後の予定や居場所を確認

#### レベル2 情報収集

- (例) テレビのデータ放送や長野県河川砂防情報ステーションで雨量や河川の水位を確認

#### レベル3 避難準備

- (例) 家族に高齢者がいる場合や危険な区域に住んでいる場合は速やかに避難を開始する

#### レベル4 避難するタイミングや注意点

- (例) 避難を開始する（どこへ・経路・誰と・持ち物）
- (例) 離れている家族や知人に避難することを連絡する

#### レベル5 避難できなかった時

- (例) 万が一逃げ遅れたときにどうするか

#### ①自宅の災害リスク

- 浸水想定区域（洪水）→ 想定浸水：3～5m
- 土砂災害警戒区域 →  特別警戒区域（土石流）  
 警戒区域（土石流）  
 警戒区域（地滑り）

指定区域に該当しない → 在宅避難が可能ですが、想定外もあり得ることに留意しましょう。

#### ②避難する場所

- ①●●●公民館（移動手段：徒歩 移動時間：15分）
- ②▲▲▲小学校（移動手段：徒歩 移動時間：15分）

#### ③避難するタイミング 警戒レベル4 避難指示

#### ④防災気象・避難情報等の収集先

- 防災行政無線  安曇野市メール配信サービス  緊急速報メール
- 気象庁ホームページ  テレビ  安曇野市公式ツイッター
- 長野県河川砂防情報ステーション
- 安曇野市防災行政無線・テレホンサービス（☎0120・27・1313）

## 非常持ち出し品チェックリスト

避難所などで過ごすために必要なものを非常持ち出し品として準備しておきましょう。

- 飲料水（500mlのペットボトル3本程度）
- 非常食（缶詰・ビスケット・アルファ米など）
- 防災ヘルメット・防災ずきん
- 衣類・下着
- レインウェア
- 紐のない運動靴
- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ろうそく
- 救急用品



- 使い捨てカイロ
- ブランケット
- 軍手
- 洗面道具・歯ブラシ
- タオル
- ペン・ノート
- 感染症対策に！—
- マスク  体温計
- 手指消毒用アルコール
- 石けん・ハンドソープ
- ウェットティッシュ

#### 乳幼児がいる家庭なら

- 粉ミルク・離乳食
- 哺乳瓶
- 紙おむつ・おしり拭き など



#### 女性なら

- 生理用品
- 防犯ブザー など

#### 高齢者なら

- 老眼鏡
- 入れ歯・洗浄剤
- 持病の薬 など



# オミクロン株対応・5〜11歳追加接種等

(9月8日時点の情報)

# 新型コロナウイルスワクチン接種情報

国では、新型コロナウイルスのオミクロン株に対応するワクチンや5歳から11歳の接種の調整が行われるとともに追加接種の実施方針が示されています。詳細は市HPホームページなどでご案内します。

## ワクチンの見通し

現時点での国の方針は次のとおりです。市では、円滑に実施できるように準備を進めています。

### オミクロン株対応ワクチン

●対象者 1・2回目接種を完了した12歳以上の人

●接種期間 10月以降から令和4年度末まで(3・4回目未接種者から順次)

●接種券の発送 10月以降、接種開始時期に合わせて順次発送します。なお、現在お持ちの3・4回目の接種券・予診票はそのまま使用できます。

●使用ワクチン オミクロン株と従来株に対応した2価ワクチン

### 5〜11歳の追加接種

●対象者 1・2回目接種を完了

## 接種証明

接種証明書(ワクチンパスポート)を一部のコンビニで取得できます

●接種期間 10月以降から令和4年度末まで

●接種券の発送 9月中旬から接種開始時期に合わせて順次発送します。

●使用ワクチン ファイザー社小児用ワクチン(1・2回目と同様)

【共通事項】 ※前後に他の予防接種(インフルエンザの予防接種を除く)を行う場合は、原則して13日以上の間隔を空けてください。

※今後、国の方針により、変更となる場合があります

●発行料 120円

●必要なもの マイナンバーカード、マイナンバーカード交付時に設定した4桁の暗証番号

## 救急車の適正利用にご協力を

### その電話、救急?

救急出動件数は毎年増加傾向です。また、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い救急医療がひっ迫しています。「深爪して痛い」、「靴擦れが痛い」などの通報は、本当に緊急でしょうか。救急搬送を本当に必要とする、命に関わる傷病者が待っています。救急車の適正利用にご協力をお願いします。

### こんな時は迷わず「119」

- ▷ 突然の激しい頭痛、胸痛 ▷ 意識、反応がない
  - ▷ 息をしていない ▷ 大けが、大量出血
- ☎お近くの消防署へ



●利用時間 午前6時30分〜午後11時(土・日曜日、祝日を含む。ただし、システムメンテナンス日を除く)

●利用方法 店舗のマルチコピー機で「行政サービス」を選択し、画面の案内に従って操作してください。詳細は市ホームページをご確認ください。

☎ ワクチン接種コールセンター (☎31・0606)

# 認定こども園・保育園・幼稚園

# 入園希望の皆さんへ

令和5年度の市内認可保育施設の申し込みが始まります。  
 申込期日にご注意ください。

## 令和5年度申し込み

令和5年度に市内認可保育施設に入園を希望する人は、入園に関する書類を入手し、手続きをお願いします。

### ●市内認定こども園・保育園（公立私立）

【申】9月21日（水）から11月4日（金）にこども園幼稚園課に持参、または郵送で。

### ●穂高幼稚園

【申】穂高幼稚園を第1希望とする人は、11月9日（水）・10日（木）の午前9時から午後2時に穂高幼稚園に持参。（期間内に提出できない場合は穂高幼稚園（☎82・2053）にお問い合わせください。）

### 【書類の入手先】

こども園幼稚園課・市内認可保育施設の窓口、または市HP（ホームページ）ID 65297 からダウンロード

## 体験入園・入園相談

園での生活を体験し、集団生活に触れるとともに、お子さんの発達や園生活などについて相談できます。

【対】令和5年度に新たに入園を希望する児童のうち、年少から年長の児童（平成29年4月2日から令和2年4月1日に生まれた児童）  
 【申】9月21日（水）から28日（水）に、ながの電子申請サービスで（下表参照）。

【対】上履き（子ども・保護者）、体調チェックシート

【他】▽第1希望の園へお越しく下さい。▽私立保育施設については、各施設に直接問い合わせください。▽保護者が必ず一緒に参加してください。▽体験入園の参加は入園審査に影響しません。▽感染症の拡大により中止する場合があります。

対象園（公立）	日にち	時間	申し込み
上川手・北穂高・三郷西部・明科北認定こども園	10月18日（火）	午前10時～10時30分 （受付は午前9時30分～）	ながの電子申請サービスから 
豊科・豊科南部・南穂高・たつみ・アルプス・有明の森・有明あおぞら・西穂高・穂高・三郷北部・三郷南部・三郷東部・堀金・明科南認定こども園	10月18日（火）、19日（水）		
穂高幼稚園	10月13日（木）、14日（金）		
対象園（私立）	日にち	時間	申し込み
細萱保育園	10月18日（火）、19日（水）	午前10時～10時30分	不要
認定やまぶきこども園	10月27日（木）	午前10時～11時	前日までに電話で☎77・1230
花園認定こども園	随時実施		事前に電話で☎72・4645

※開催日が2日ある園の場合は、いずれかの日にご参加ください。

## ファミリー・サポート・センター（通称：ファミサポ） 協力会員養成講習会（後期）受講者募集

ファミサポは、外出や仕事、リフレッシュなどを含め、託児の援助を受けたい人と子育てを支援したい人が会員となり、地域で助け合いながら子育てをする相互援助活動です。協力会員（支援する人）を養成する講習会の受講者を募集します。

●日時 11月11日（金）・19日（土）・12月1日（木）・2日（金）・3日（土）  
 午前9時～午後3時（2日は午前10時開始・3日は午後3時30分終了）

●会場 堀金老人福祉センター（憩いの里うらら内）

●応募条件 ①市内在住・在勤の20歳以上の人②子育て世代を応援したい子どもが好きな人③受講後に協力会員として活動できる人 ●定員 20人（先着） ●費用 無料 ●申込締切 10月31日（月）

●問合せ・申し込み 安曇野市ファミリー・サポート・センター（社会福祉協議会堀金支所子育て支援係内）

☎71-1125 ☎73-5775 ✉pokkapoka-famisapo@azuminoshakyo.or.jp



## 凡例

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

お問い合わせ（市外局番「0263」）

## ID記事 ID

※市ホームページの「記事 ID 検索」に番号を入力すると詳しい内容をご覧になれます。



市 HP

特に記載がない場合、問い合わせや申し込みは開庁（開館）時間内です。入館料等詳細は各施設まで。

## ◆ 開庁・開館時間 ◆

市役所	8:30~17:15
図書館	10:00~18:00

## 市役所代表番号

TEL71・2000 FAX71・5000

## 9月の納期限は9月30日(木)

国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金（豊科・堀金・明科）下水道料金（穂高・三郷）

## お知らせ

### 穂高支所内八十二銀行 派出所の閉鎖

令和5年3月末で、穂高支所内の八十二銀行派出所を閉鎖します。市税や各種料金は引き続き支所窓口でお支払いできますが、混み合いますので、今後は口座振替や電子決済の利用をご検討ください。

### 「デマンド交通」あづみん 利用説明会

11月に開始する新サービスの説明会を行います。アプリを使った予約方法や便利な機能・運用の変更点を紹介します。なお、今までどおり電話予約も利用できます。

## ●説明会の日時・場所

10月	10:00~	13:30~
12日(水)	市役所会議室301	穂高支所大会議室
15日(土)	明科公民館講堂	三郷公民館講堂
19日(水)	三郷公民館講堂	堀金公民館会議室1
21日(金)	穂高支所大会議室	
22日(土)	堀金公民館調理実習棟	市役所会議室301
26日(水)	市役所共用会議室307	明科支所会議室3
29日(土)	穂高支所大会議室	

ID 95551  
ID 95578

ID 95551  
ID 95578

### マイナンバーカード 出張申請窓口のご案内

マイナンバーカードの申請手続きをお手伝いします。通知カードと本人確認書類2点を持参し、お出掛けください。

ID 95551  
ID 95578

ID 95551  
ID 95578

### 下水道の接続にご協力

下水道を使用できる区域にお住まいの皆さんは、供用開

ID 92162  
ID 62705

ID 92162  
ID 62705

### 水道メータの交換

平成27年度に取り付けた水道メータの無料交換を行います。市の腕章を付けた作業員が敷地内で作業を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

ID 62705  
ID 62705

ID 62705  
ID 62705

### 無料アプリ「マチイロ」

広報紙をスマホでいつでも簡単に確認できます。2次元コードからダウンロードできます。



### 広報あづみの朗読版

音訳ボランティアによる広報あづみの朗読版を市HPに掲載しています。



厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業

## シニア活躍応援講座 ココロときめく♪ 「好感度アップのおしゃれ術」

同時開催

### 安曇野シルバー人材センター入会説明会

【講師】イメージコンサルタント 田中 真弓先生  
【日時】令和4年11月17日(木) 9:30~12:15  
【場所】豊科ふれあいホール

元気で、さらに輝きたいシニア世代に向けたアドバイス(男性向けの話もあります)



参加費:無料

\*新型コロナウイルス感染症予防対策に十分配慮して開催いたしますが、場合によっては変更になる場合がございます。

(公社)長野県シルバー人材センター連合会 〒380-0841長野市大門町51-1柏与ビル3階 TEL.026-237-4680

## 参加者募集!! 定員 20名

申込期間:10月3日(月)~11月4日(金)  
当日の持ち物:マスク、筆記用具、飲料水  
対象者:60歳以上でシルバー人材センターに未入会で興味のある方

申込・問い合わせ先

(公社)安曇野シルバー人材センター

☎0263-72-5800



## 河川整備計画(変更原案)意見・回答の閲覧

信濃川水系河川整備計画(変更原案)に対する意見と回答をHPに掲載しています。また、10月31日(月)まで市建設整備課でも閲覧することができます。

国土交通省千曲川河川事務所  
TEL 026・227・9434



信濃川水系  
河川整備計画  
HP

## ハロウィンジャンボ宝くじ・クイックワン発売中

ハロウィンジャンボ宝くじが発売されます。宝くじの収益

## 狂犬病予防注射

いずれも会場でも新規登録・注射ができます。都合の良い会場へお越しください。

日・場 10月30日(日)

- ▷市役所東側駐車場 13:00~13:20
- ▷三郷支所 13:40~14:05
- ▷堀金支所 14:20~14:40
- ▷穂高支所南側駐車場 15:00~15:25
- ▷明科支所 15:45~15:55

費▷予防注射料金・手数料 3,600円

▷新規登録手数料 3,000円

※お釣りのないようご協力ください

他 10月中旬に送付するハガキを持参してください。健康状態に不安がある場合は動物病院などで診察・接種を受けてください。

問環境課 TEL 71・2491 ID 31734

## 守れていますか ペットの飼育マナー

ペットが原因で思わぬトラブルに発展するケースがあります。ペットの種類に応じた適切な飼育を心掛けましょう。

▷犬には首輪やリードを装着し、

放し飼いはしない

▷無駄ぼえの原因を考える

▷猫は室内飼育に努める

▷野良猫に餌をあげない



問環境課 TEL 71・2491 ID 92969



上鳥羽地区公民館に設置されたエアコン

ID 80391

## 希少な動植物の情報をお寄せください

市では、絶滅の恐れがある動植物や重要な自然環境の情報をまとめた「安曇野市版レッドデータブック」の改訂作業を進めています。希少な動植物の情報をお持ちの方は、右記2次元コードから情報をお寄せください。なお、対象等詳細は市HPをご覧ください。

問環境課 TEL 71・2492 ID 62911



ながの電子  
申請サービス

## ごみの野焼きは禁止です

例外的に認められているあぜ焼きやせん定枝の焼却などを行う場合は、洗濯物への臭い移りなど、ご近所の生活環境に悪影響を与えないよう配慮してください。

▷近隣住民に声をかけて理解を求める

▷風向きや時間帯などを考慮し、少量ずつ短時間で燃やす

▷灰が飛散する、煙が拡散する場合は中止する

問環境課 TEL 71・2490 ID 75523

広告欄 広告内容についての問い合わせは広告主までお願いします。広告掲載の申し込みは、アド・コマーシャル(株) (TEL 29・0212) まで。

専門家に任せて安心!!

開催日時 令和4年  
10月7日(金)・11月10日(木)  
9:00~17:00

相続 贈与 遺言

※ご都合がつかない方はご相談ください。ご希望の方は事前にお電話にてご予約ください!

電話による「相続(初回)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。

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.sasakikaikei.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

駐車場から事務所内全て(トイレ含む)車椅子でご利用いただけます。

「障害年金」をご存じですか? 手帳の有無は問いません

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」が多いらしいですよ!

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!!

障害年金とは、原則65歳までの病気や障害をお持ちの方に支給される「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も対象となります。

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

## 医療・福祉

### 高齢者インフルエンザ 予防接種

予防接種法に基づき、高齢者を対象にインフルエンザ予防接種を実施します。

期10月1日(土)～12月31日(土)

対接種時に65歳以上の人

費自己負担額1200円

他接種券は9月下旬に発送します。同封の実施医療機関

一覧から、直接医療機関へ予約してください。

健康推進課 ㊧71・2470

ID 64958

### 日常生活用具(ストマ用具) の給付申請

10月から令和5年3月分のストマ用具(消化器系・尿路系)の給付申請を受け付けます。購入前に見積書を添えて申請してください。

対ぼうこうまたは直腸・小腸機能障がいにより身体障害者手帳の交付を受けている人(所得制限有り)

### 基準額(月額)

▽消化器系 8858円

▽尿路系 1万1639円

※世帯所得により自己負担額

が異なります。基準額を超えた分は自己負担となります。

印申請書に業者が作成した見積書を添えて障がい者支援課・支所へ直接または郵送

で提出。申請書は同課・支所窓口、市HPから入手できます。

他▽申請は随時受け付けています。▽申請した物品以外の購入はできません。▽決定後の内容変更・キャンセルは、業者に相談してください。変更がある場合は見積書の再提出が必要です。

障がい者支援課 ㊧71・2083

ID 34936

## 相談

### 司法書士による 無料電話相談

司法書士による「全国一斉子どものための養育費相談会」を開催します。

日9月25日(日)

午前10時～午後4時

因養育費に関する困りごと

専用電話番号(当日のみ)

0120・567・301

岡長野県司法書士会

026・232・7492

### 県下一斉 司法書士無料法律相談

土地や建物、会社(法人)の登記、成年後見などの無料法律相談会を開催します。

日10月3日(月)

午後1時～4時(1人30分)

場・定( )内は定員。先着順。

①市役所(12人)

②穂高支所(12人)

③三郷公民館(6人)

④堀金公民館(6人)

⑤明科公民館(6人)

日9月26日(月)から長野県

司法書士会松本支部安曇野区会うちかわ司法書士事務所へ電話(㊧31・0918)で。(受付は平日の午前9時～午後5時)

岡地域づくり課 ㊧71・2495

### 行政相談員無料相談

行政に対する苦情・意見・要望等を行政相談員がお聞きします。

日10月17日(月)

午前10時～午後3時

※受付は午後2時30分まで

場市役所2階会議室203、

205

印不要

岡地域づくり課 ㊧71・2495

ID 92814

### 借金問題に関する相談会

多重債務など借金に関する相談会を開催します。

日10月24日(月)

午前10時～午後5時

場中信消費生活センター

(県松本本庁舎4階)

日10月3日(月)から20日(木)

の平日午前8時30分から午後5時に中信消費生活セン

ターへ電話(㊧40・366

0)で

岡長野県くらし安全・消費生活課

026・235・7286

### 中小企業・小規模事業者の 働き方改革を無料支援

長野働き方改革推進支援センターでは、働き方改革に関する無料相談を行っています。

社会保険労務士等の専門家が、「生産性をあげて労働時間を減らしたい」、「使える助成金がないか聞いてみたい」、「就業規則を見直したい」など、困りごとの解決を支援します。お気軽に相談ください。

岡長野働き方改革推進支援センター

0120・088・703

0120・088・703

0120・088・703

0120・088・703

0120・088・703

### 10月1日から7日は公証週間

公証制度は、法律上の権利や義務を明確にすることを目的として、一定の事項を公証人に証明させる制度です。

遺言、不動産の売買や貸し借り、離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払いのような約束事には公正証書の作成をご検討ください。

岡松本公証役場 ㊧35・6309

### 不動産鑑定士無料相談会

不動産評価などに関する無料相談会を行います。新型コロナウイルス感染警戒レベル5以上の場合は電話相談になります。

日10月7日(金) 午前10時～午後4時

場松本市役所本庁舎4階第2応接室

印不要

岡(一社)長野県不動産鑑定士協会 ㊧026・225・5228

# 募集

## 公営住宅の入居者

### 市営住宅

因▽田沢団地（豊科田沢）

【2LDK・2階・3戸】

【2LDK・2階・1戸】

▽追分団地（穂高北穂高）

【2LDK・2階・1戸】

▽三田団地（堀金三田）

【3LDK・1階・1戸】

▽一日市場団地（三郷明盛）

【2LDK・2階建メゾネットタイプ・1戸】

▽ファミリーユ柳瀬団地（明科中川手）

【2LDK・1階・1戸】

入居開始日 12月1日（木）

## 寄附寄贈のお礼（敬称略）

▷西村景子 1,000円 図書購入のため  
▷匿名の男性 4,500万円 生活困窮者支援のため▷アドコマーシャル(株) 社会教育用冊子「わたしたちの街の社会見学2022年度 安曇野・大北版」1,686冊▷JA松本ハイランド「農業とわたしたちの暮らし」図書80部、DVD2枚▷南安曇農業高等学校同窓会 創立百周年記念誌14冊▷(公財)日本公衆電話会長野支部 教育用冊子「ネット安全Guidebook」1,790冊、こども手帳365冊▷安曇ライオンズクラブ 新聞閲覧台9台▷穂高商業高等学校・(株)大王 アロマアルコール（檸檬×山葵）5ml 600本、60ml 200本

## 9月21日から30日は「秋の全国交通安全運動」

### ドライバーの皆さん

秋は日没が早くなり、夕方から夜間にかけての交通事故が発生しやすくなります。早めのライト点灯とスピードダウンを心掛けましょう。

### 歩行者の皆さん

夕暮れ時や夜間に外出する時には、明るい色の服を着たり、夜光反射材やLEDライト等を活用しましょう。

問地域づくり課 電話71・2495 ID 55483



受付期間  
10月11日（火）～19日（水）  
特定公共賃貸住宅

因▽追分団地（穂高北穂高）

【3LDK】75・85㎡

家賃 5万円～7万2000円（所得に応じて変動）

### 【共通事項】

入居資格・連帯保証人

入居条件など詳細は入居申込案内をご覧ください。

因申込書等を建築住宅課へ提出。申込書および入居申込案内は同課・支所窓口、市HPから入手できます。

※郵送で申し込む場合は必ず事前にご相談ください。

問建築住宅課 電話71・2245

ID 64593

## 過疎地域持続的発展計画（案）に対する意見

明科地域が一部過疎地域に指定されたことを受け、市では「安曇野市過疎地域持続的発展計画」の策定に向け準備を進めています。

令和5年度から5年間の計画（案）に対する市民の皆さんの意見などを募集します。

問9月27日（火）～10月26日（水）

問閲覧方法 政策経営課、支所、市民活動サポートセンター情報コーナー、市HPに掲載

※意見の提出方法は各閲覧場所・市HPで確認ください。

問政策経営課 電話71・2401

ID 93357

## 外国人市民会議の参加者

外国人にとっても暮らしやすい安曇野市について話し合う会議の参加者を募集します。

因▽第1回：10月16日（日）

▽第2回：11月20日（日）

午後2時～4時30分

問市役所4階大会議室

因市内在住の外国人20人（先着順）

問10月10日（月）までに申込書

書を人権共生課へ提出。申込書は同課窓口、市HPから入手できます。

問人権共生課 電話71・2406

ID 95228



## 自衛官等の募集

防衛省では特別国家公務員「自衛官等」の受付・試験を実施します。 問自衛隊広報センター信濃 電話36・2787

試験種目	応募資格	受付期間	試験日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満	年間を通じ募集	受付時にお知らせ
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦 中卒（見込含）17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる男子	10月1日（土）～12月2日（金）	1月5日（木）～7日（土） ※いずれか1日を指定されます
	一般 中卒（見込含）17歳未満の男子	10月1日（土）～1月6日（金）	1次試験：1月14日（土）・15日（日） 2次試験：1月26日（木）～29日（日） ※いずれか1日を指定されます

# イベント

## 市消防団音楽喇叭隊 吹奏楽と消防ラッパコンサート

市消防団音楽喇叭隊の日ごろの訓練成果を発表します。コンサートに併せて、消防団活動を紹介するパネル展示も行います。

日10月9日(日)午後2時〜3時30分(開場午後1時30分)  
場豊科公民館ホール

### 曲目

鎌倉殿メインテーマ、童謡アソート「虫の集い」、NHK「小さな旅」テーマほか  
関危機管理課 画72・67669

ID 95154



## 信州歴史的まちなみ フォーラムN安曇野

屋敷林と歴史的まちなみに触れる見学会と、県内の先進事例に関する基調講演などを行います。

日・場10月22日(土)

▽見学会：午前9時〜正午、豊科交流学习センター「きぼう」駐車場集合

▽フォーラム：午後1時30分〜5時、「きぼう」多目的交流ホール

費・定(一) 内定員。先着順。

▽見学会：500円(30人)

▽フォーラム：無料(80人)

日9月26日(月)から電話で

関屋敷林と歴史的まちなみプロジェクト事務局(観光課内)

画71・2053

ID 95377



## ひきこもり対応 推進啓発講演会

ひきこもり対応の支援者や当事者家族と共にひきこもりについての理解を深め、支援方法を具体的に学びます。

日10月28日(金)

午後1時30分〜3時30分

場市役所4階大会議室

演題 ひきこもり当事者の

支援〜親と子の生活、お金、

生き方(実践編)

日ひきこもり対応の支援者や

当事者家族

関阿部達明さん(ライフプランニング・リレーシヨンス代表)

費無料 日50人(先着順)

日9月26日(月)から10月14

日(金)に電話で

関子ども家庭支援課 画71・2265

ID 75827

## 講座・教室

### 安曇野あかしな農産物加工 交流ひろば「えべや」の催し

#### 料理教室

中華おこわと杏仁豆腐

日10月2日(日)・19日(水)

午前10時〜正午

関えべやスタッフ

体験教室 石のはんこ作り

日10月22日(土)

午前10時〜正午

関望月信幸さん(篆刻家)

#### 【共通事項】

場えべや 費各1500円

日各10人(先着順) 関エプロン

日9月27日(火)から「えべ

や」へ電話で(画88・62

75。受付は月曜日を除く

午前10時から正午。キャン

セルは2日前まで)

他子ども同伴での参加も可

関農政課 画71・2430

ID 63733

6杯目



## 連載 ごはんを食べよう! ごはんと食べよう!!

### 9月のお題「ナス」

最盛期は夏。でも、肉厚でおいしくなるのは秋。

最近では直売所でも白や緑、白と紫のしま模様のもの、形も小さなもの、丸いもの、長いものなど、種類も豊富になりました。



### ナスの調理アドバイス

ガクの下部分は、ナスが一番新しく成長したところ。やわらかく甘みがあるので、ヘタだけを切るようにしましょう。



「今月のレシピ紹介者」  
農村生活マイスター  
丸山 多江さん(三郷明盛)

関農政課 画71・2427

### ごはんのおとも「ナスのサンラータンスープ」

酸味が食欲をそそります!

#### 《材料》

- ・ナス 中2個
- ・カニカマ 3本
- ・キノコ 100g
- ・卵 1個
- ・鶏がらスープの素 小さじ2
- ・片栗粉、酢 各大さじ1
- ・しょうゆ、ラー油 各適量



#### 《作り方》

- ①ナスを5mm程度の半月切りにする。
- ②片栗粉に同量の水を足し、水溶き片栗粉を準備する。
- ③鍋に水2カップと鶏がらスープの素を入れ、強火にかける。煮立ったら、ナス、カニカマ、キノコを加えさっと煮る。
- ④水溶き片栗粉を加え、1分ほど煮てとろみをつける。塩加減を見て、しょうゆを加える。
- ⑤溶き卵を少しずつつ回し入れ、ふわっと浮いたら盛り付け、お好みでラー油やミツバ、パクチーなどを添えて完成!

## 豊科農産物加工交流センター体験講習会

すあまづくり体験

日10月15日(土)

午前9時～11時40分

場豊科農産物加工交流センター  
市内在住者

講師センター管理運営委員

費1000円

定10人(先着順)

持エプロン・三角きん・マスク

申9月23日(金)・26日(月)・

28日(水)の午前9時から

11時に豊科農産物加工交

流センターへ電話(☎73・

9550)で

安曇野産大豆で豆腐づくり

日毎月12日(3月を除く)

午前9時～正午

## 長野県技術専門学校 入校生募集

電気・設備科、自動車整備科、建築科の  
令和5年度入校訓練生を募集します。

### 受付期間

#### ①普通課程

推薦入校 9月26日(月)～10月13日(木)

一般入校10月31日(月)～11月15日(火)

#### ②短期課程12月12日(月)～1月30日(月)

### 選考日

#### ①普通課程

推薦入校 10月24日(月)

一般入校 11月28日(月)

#### ②短期課程2月16日(木)

他定員、応募方法など詳細は  
右記をご確認ください。

☎長野県産業人材育成課

☎026・235・7199



長野県HP

費1丁100円 印不要  
閏月・水・金曜日の午前9時  
から11時に同センターへ電  
話(☎73・9550)で  
閏農政課 ☎71・2430  
ID 63305

### 一般介護予防教室参加者

下表のとおり介護予防教室  
を開催します。

※おおむね65歳以上の市内在  
住者

費無料

定①②各20人(抽選)

③15人(先着順)

申9月27日(火)から30日(金)  
に電話で

☎高齢者介護課 ☎71・2474

ID 68062

教室名	日時・場所	内容	その他
① 足腰らくらく体操教室 (三郷会場) 〈運動強度中程度〉	日11月2日～2月15日 水曜日・全12回 13:30～14:30 場三郷農村環境改善センター	椅子を用いたストレッチや筋ト レを実践し、足腰を鍛えて運動 機能の維持、向上を目指します。	関節疾患等のある人は要相談。医師から 運動制限の指示がある人は不可。 今後、穂高・堀金会場で開催予定。
② 頭と体の若返り! はつらつ脳活教室 (明科コース) 〈運動強度やや弱め〉	日10月17日～3月6日 月曜日・全12回 10:00～11:00 場市外スポーツ施設	体操や脳を活性化するプログラ ムを通して、認知症予防を目指 します。	関節疾患等のある人は要相談。医師から 運動制限の指示がある人は不可。 龍門淵公園から送迎バスあり。詳細は申 込者に別途通知。
③ お口いきいきアップ教室 (豊科会場)	日10月17日～1月30日 月曜日・全8回 13:30～14:30 場豊科ふれあいホール	口の渇きやむせなど、加齢と共 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 びます。	今後、堀金・明科会場で開催予定

つながろう!  
ひろげよう!  
楽しもう!

## あづみの市民活動フェスタ

会場には  
キッチンカーも  
来ます!

「まちをもっと良くしたい!」と、さまざまな分野で活動する皆さんが  
ブース出展やステージ発表、パネル展示をします。

**日時** 10月23日(日) 10:00～15:00

**場所** 穂高交流学习センター「みらい」交流広場・多目的交流ホール

### 出展ブース

【ワークショップ】 ●木に触れて遊ぼう!ニュースポーツ「モルック」 ●身近なところから始めるSDGs体験

●親子で楽しむフラワーアレンジメント・ステンシル ●天蚕でコサージュづくり ほか

【展示販売】 ●安曇野産木材を使った食器やボールペン ●自然農法で育てた野菜 ●手作りおもちゃ

●障がい者就労施設による展示販売 ほか

【フードドライブ】 ご家庭で余っている食品をお寄せください。

### ステージ発表

●地球温暖化とSDGsについて考えよう ●国際NGOでの活動紹介

●イングリッシュハンドベル・箏・バンドの演奏/フラダンス

**問い合わせ** 市民活動サポートセンター ☎71・2013 ID 96090



気軽にスポーツに親しんでいただくため、下記のとおりスポーツ教室を開催します。右記2次元コードまたは電話で申し込みください。なお、申込期間を過ぎても、定員に達していない場合は申し込みを受け付けます。  
【共通事項】申し込みは10月3日（月）まで。定員を超えた場合は抽選となります。



《《こども向け》》

<b>わんぱくジム教室</b>	日時	10月25日～2月21日 火曜日 16:30～17:30【全15回】		
リズム体操や器具を使った運動を行い、さまざまな体の動きを身に付け、運動に親しむきっかけを作ります。	場所	穂高総合体育館	対象	年中児
	費用	2,250円(15回分)	定員	25人
	講師	山縣美智代さん・沢渡みゆきさん・西原 由起子さん		

<b>動き作り運動あそび</b>	日時	10月26日～3月8日 水曜日 17:00～18:30【全15回】		
遊びやゲーム要素を含んだ運動で、さまざまな種目に役立つ運動能力を身に付けます。	場所	豊科勤労者総合スポーツ施設体育館	対象	小学1～3年生
	費用	2,250円(15回分)	定員	20人
	講師	細野築三さん		

《《大人向け》》

<b>市民体力測定会</b>	日時	10月10日 月曜日 8:30～12:00 【受付】65歳以上:8:30～8:45 64歳以下:9:30～9:45		
体力年齢や全国平均と比較を行った測定結果が分かります。所要時間は1時間程度。当日受け付けもできます。	場所	穂高総合体育館	対象	市内在住の20歳～79歳
	費用	無料	持ち物	上履き、飲み物、タオル
	測定項目			
	64歳以下	・握力・上体起こし ・長座体前屈・反復横跳び ・20m シャトルラン ・立ち幅とび	65歳以上	・ADL(日常生活活動テスト) ・握力・上体起こし ・長座体前屈・開眼片足立ち ・10m障害物歩行・6分間歩行

<b>姿勢改善エクササイズ教室</b>	日時	10月13日～12月22日 木曜日 19:00～20:30【全10回】		
関節への負担が少ない負荷で、ゆっくりとした動作の筋力トレーニングを行います。	場所	三郷公民館	対象	18歳以上(高校生は除く)
	費用	2,500円(10回分)	定員	20人
	講師	(株)ZERO		



**共通事項**

☎事前にANCアリーナへ電話または直接。  
空きがあれば当日参加も可能です。 関☎73・1600 FAX73・1610



ANCアリーナ

**ラララサーキット**

音楽に合わせたステップ運動に、脳を刺激する動作と筋力トレーニングを組み合わせたプログラムです。

☎10月6日・13日・20日(木)  
①9:00～9:45 ②10:00～10:45  
☎60歳以上 費1回330円 定各15人(先着順)

**親子スポーツ教室**

親子で運動あそびを行いながら、基礎運動能力の向上を目指すプログラムです。

☎10月6日・13日・20日(木)  
10:00～11:00  
☎2～4歳の親子 費1回550円 定15組(先着順)



**ウォーキング教室**

歩行動作を極め、身体機能の向上を目指します。

☎10月9日(日) 9:00～10:30  
関原義美さん(世界陸上元日本代表)  
☎高校生以上 費1,000円 定50人(先着順)



**個人参加型バスケットボール**

参加者でチームを作り、ゲームを行います。

☎10月22日(土) 19:30～21:00  
☎高校生以上 費500円 定20人(先着順)



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	費用・定員等	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）】 アウトドアパーク	充実のマーケットやアクティビティで、アウトドアを思いっきり楽しめるイベントです。	日10月1日(土) ・2日(日) 10:00~16:30 場園内	費無料開園日のため入園無料（参加費一部有料）	日国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター ☎71・5511
第31回 ふるさとウォッチング in 安曇野	安曇野の原風景を巡る「ふるさとウォッチング」。安曇野の歴史・文化・自然を学びながら、堀金の中堀地区を散策します。	日10月2日(日) 8:30~12:00 場中堀公民館集合 (堀金烏川3592-3)	費1000円（中学生以下無料） 定40人（先着順）	日下記2次元コードから 日NPO法人安曇野ふるさとづくり応援団 ☎81・1325 
10月子どもカフェむぎむぎ 	畑で作った小麦を小麦粉にし、手打ちうどんを作って食べます。また、リユース・季節に合わせた遊び（10月はハロウィン）のコーナーなどで交流します。	日10月2日(日) 11:00~14:00 場お野菜懐石 & Organic Cafe manaya (堀金烏川1528-1)	定3歳以上の子どもと大人 費中学生以上500円 中学生未満300円 定50人（先着順）	日氏名、年齢、連絡先を9月26日(月)から電子メールで ✉himari0088@gmail.com 日むぎむぎクラブ太田さん ☎090・1119・5105
香害のない暮らし方を考える会	化学物質過敏症に関する情報交換、香害リスクと予防を分かりやすくまとめたリーフレットの作成を行います。	日10月17日、11月21日(毎月第3月曜日) 10:00~12:00 場代表者宅など	費無料 日オンライン (Zoom) 参加可	日開催日の前日までに電話で 日エコライフあづみの 濱綾子さん ☎090・1530・7651 ✉ikiterudakedekanpeki@docomo.ne.jp
井口喜源治記念館 定期講演会「島崎藤村と小諸義塾」	島崎藤村が招かれ、教鞭をとった小諸義塾。藤村作品を通じて義塾の学びの様子などの話を聞きます。	日10月22日(土) 14:00~ 場碌山公園研成ホール	費無料 定70人（当日先着順）	日不要 日井口喜源治記念館 ☎82・5570
ポッチャ体験会 	パラリンピックで注目されたポッチャを体験します。障がい、年齢に関わらず誰でも楽しめる軽スポーツです。	日10月29日(土) 13:30~15:30 場豊科公民館大会議室	定身体障がいのある人・家族・支援者（20~70歳） 費無料 定10人（先着順）	日10月10日(月)までに 日サンスポートまつもと（☎88・6826）に電話で 日つむぐ広場ココクル 松永さん ✉hirobakokokuru@gmail.com
安曇野テニス 火曜日ナイトスクール (初・中級)	安曇野テニス協会が開くナイトスクールです。ある程度打つことができる初級者、中級者が対象です。	日11月8日~1月10日 (1月3日除く) 火曜日・全9回 19:00~21:30 場常念ドーム	費6,000円（9回分） 定12人（先着順） 日硬式用テニスラケット、テニスシューズ	日10月8日(月)から23日(日)に安曇野テニス協会HP掲示板から 日太田稔さん ☎090・8329・6991

## 安曇野総合型地域スポーツクラブ スポネット常念 ☎☎72・6340

### 安曇野ファミリースポーツカフェ 実践ウォーキング

北アルプス山麓の雄大な自然の息吹を感じながら歩きます。

日10月23日(日)8:00~12:30 場国営アルプスあづみの公園大町・松川地区(堀金支所集合・解散)

定18歳以上(高校生は除く) 費1,000円(入園料含) 定30人(先着順)

日10月11日(火)までに、申込用紙と参加費を堀金支所1階市民活動室へ。申込用紙は同窓口で入手できます。





	講座	日時・場所	費用など	申し込み
生活	<b>健康長寿講座 エンディングノート教室</b> エンディングノートについて学び、幸せな老い支度への生かし方を考えます。 講師 依田麻衣子さん（行政書士）	<b>日</b> 10月6日(木) 13:30~15:00 場 三郷公民館講義室	<b>費</b> 200円 <b>定</b> 30人(先着順) <b>持</b> 筆記用具	<b>申</b> 9月28日(水)から電話で 場 三郷公民館 電77・2109 <b>ID</b> 95509
	<b>スマホ講座</b> 初歩的なスマホの使い方を学びます。 <b>①インターネットを使おう</b> <b>②Wi-Fiとオンラインサービスを使おう</b> 講師 スマートフォン販売店スタッフ	<b>日</b> 10月13日(木) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 場 明科公民館講堂	<b>費</b> 各回200円 <b>定</b> 15人(先着順) <b>持</b> スマートフォン(貸出あり)	<b>申</b> 10月3日(月)・4日(火)に電話で 場 明科公民館 電62・4605 <b>ID</b> 95285
	<b>干し柿づくり講座</b> 明科地域で収穫した柿を使った干し柿づくりを行います。 講師 あかしな農業塾	<b>日</b> 10月27日(木) 9:30~12:00 場 明科公民館調理実習室	<b>費</b> 700円(材料代) <b>定</b> 15人(先着順) <b>持</b> エプロン、三角巾	<b>申</b> 10月17日(月)・18日(火)に電話で 場 明科公民館 電62・4605 <b>ID</b> 95284
音楽	<b>実りの秋のコンサート</b> ピアノ、バイオリン、カホンによる演奏をお楽しみください。 <b>奏者</b> 新井美那子さん(ピアノ)、飯田朱音さん(バイオリン)、三澤隆志さん(カホン)	<b>日</b> 10月10日(月) 13:30~15:00 場 明科公民館講堂	<b>費</b> 無料 <b>他</b> 曲目 エトピリカ、リベルタンゴ、川の流れるように ほか	<b>申</b> 不要 場 明科公民館 電62・4605 <b>ID</b> 95290

### 子ども文化祭出演・出展者を募集

ステージ発表の出演者、絵画・書道・手芸などの作品出展者を募集します。

**期**11月12日(土)~26日(土) **ステージ発表** 26日10:00~15:00 場 穂高交流学习センター「みらい」

**対**年少児から18歳未満の市内在住・在学者(社会人除く)

**申**9月21日(水)から10月7日(金)に申込書を子ども家庭支援課へ提出。申込書等詳細は同課・市HPで入手できます。

場 子ども家庭支援課 電71・2078 **ID** 95410



## 市民運動会

堀金地域では規模を縮小して運動会を、豊科地域では代替イベントとしてロゲイニングを開催します。三郷地域・明科地域市民運動会は中止です。

### 堀金地域市民運動会

**日**10月16日(日)9:00~12:00  
(受付8:30~)

場 堀金小学校校庭 対 堀金地区在住者

**他**10月1日時点で感染警戒レベル5以上の場合、中止します。競技種目・時間など詳細は市HPをご覧ください

場 堀金公民館  
電72・5796

**ID** 64437



### とよしなde ロゲイニング

地図をもとに制限時間内にチェックポイントを回り、得点を競います。

**日**10月16日(日)8:30~12:30終了予定(受付8:00~)

場 ANCアリーナ(スタート・ゴール)

対 豊科地区在住者で構成するチーム

**一般チーム**:16歳以上の2~5人

**ファミリーチーム**:15歳以下のメンバーを含む2~5人

**費**無料 **定**なし **持**スマホ、飲み物、補給食など

**申**9月30日(金)までに右記2次元コードから

場 豊科公民館 電72・2158 **ID** 95916



ながの電子  
申請サービス







	講 座	日時・場所	費用など	申し込み
自然	<b>青少年体験講座 ふるさとたんけん隊③</b> <b>たかせ川たんけん</b> 高瀬川を上流に向かってバスでたどり、大町エネルギー博物館で水力発電やダムの仕組みを学び、プラネタリウム鑑賞をします。	日10月1日(土) 9:00~16:00 場明科公民館集合	小学生と保護者 小学生 500円 保護者 700円 20人(先着順) 弁当、水筒、雨具	9月26日(月)・27日(火)に 電話で 場明科公民館 62・4605 ID 95283
	<b>自然体験・環境講座 中房温泉自然観察会</b> 中房温泉と国天然記念物「 <b>膠状珪酸と珪華</b> 」を学び、普段は体験できない焼山散策や地熱料理体験をします。 百瀬孝仁さん(中房温泉社長)、 那須野雅好・高山裕司(市職員)	日10月14日(金) 予備日20日(木) 8:30~15:30 場穂高会館駐車場集合解散	2,200円(昼食の地鶏カレー代、入浴料) 14人(抽選) 卵、ジャガイモ、入浴用タオルなど	9月27日(火)・28日(水)に 電話で 場穂高公民館 82・5970 ID 95277
	<b>教養講座 第4回自然教室</b> <b>植物の知恵「紅葉・黄葉」のメカニズム</b> 慣れ親しんだ植物の不思議な知恵を学ぶことで、見方が一層深まります。 吉澤国雄さん	日10月27日(木) 13:30~15:30 場三郷公民館2階講義室	200円 20人(先着順) 筆記用具	10月19日(水)から電話で 場三郷公民館 77・2109 ID 95157
文化	<b>豊科の宝③</b> <b>二人の飛行士 長谷川清登と飯沼正明</b> 飯沼成昭さん(飯沼飛行士記念館職員)、財津達弥(市職員)	日10月4日(火) 13:30~15:00 場豊科公民館大会議室	無料 書籍『豊科の宝』(ない人には無料で配布)	不要 場豊科公民館 72・2158 ID 96068
	<b>明科から見た</b> <b>古代における西山山麓堀金の姿</b> 7~8世紀ごろの安曇野・堀金について学びます。 大澤慶哲さん(給念寺住職)	日10月17日(月) 19:00~20:30 場堀金公民館講堂	無料 60人(先着順) 「堀金を楽しむ会」と共同で開催	不要 場堀金公民館 72・5796 ID 95492
	<b>文化教養講座 古文書公開講座</b> <b>古文書を学ぶ、古文書で学ぶ</b> 古文書の学び方と活かし方について考えます。 後藤芳孝さん(元松本城管理事務所研究専門員、信濃史学会会長)	日10月19日(水) 13:30~16:00 場穂高公民館第2会議室	無料 20人(先着順)	9月29日(木)・30日(金)に 電話で 場穂高公民館 82・5970 ID 95318

### ピアノリレーコンサートの参加者を募集

広々としたホールでコンサート用ピアノを弾いてみませんか。独奏、連弾、他の楽器とのアンサンブルなどの演奏もお待ちしています。

日11月13日(日)9:30~12:30 場豊科公民館ホール 小学生以上 無料 20組(先着順)  
 9月28日(水)から10月19日(水)に申込書を豊科公民館へ直接またはファクスで。

申込書は各公民館または市HPから入手できます。

演奏時間は入退場を含み小学生5分以内、中学生以上7分以内  
 場豊科公民館 TEL 72・2158 FAX 73・6401 ID 81878





高嶋青海さん・井口花菜さん



佐々木由衣さん



モデトロ・サクソフォン・アンサンブル



齊藤涼花さん

## あづみの新進音楽家コンサート

新進音楽家公開オーディション10周年記念

安曇野を拠点に活躍する若手音楽家を紹介するあづみの新進音楽家オーディション。10周年を記念して4組の演奏家によるコンサートを開催します。

11月26日(土) 午後1時30分～3時50分 (開場 午後1時)

●場所 豊科公民館ホール ●定員 500人 (未就学児入場不可・自由席)

《出演》佐々木由衣さん (ピアノ)、高嶋青海さん・井口花菜さん (フルートデュオ)  
齊藤涼花さん (ハープ)、モデトロ・サクソフォン・アンサンブル

**チケット** 10月1日(土)から豊科公民館・穂高交流学習センター「みらい」で500円で購入できます

**問い合わせ** 文化課 ☎71・2463



### 文化施設 展覧会・イベント情報

休館日、開館時間などは各施設へお問い合わせください

10月1日(土)、2日(日)は下記施設を無料開放します

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、飯沼飛行士記念館、穂高陶芸会館、豊科郷土博物館、穂高郷土資料館、貞享義民記念館

施設名	展覧会・イベント	日時・場所	費用・定員・申し込み等
田淵行男記念館 ☎72・9964	田淵行男写真展 常念岳	回9月21日(水)～12月27日(火) 9:00～17:00 場1階展示室	費要入館料
貞享義民記念館 ☎77・7550	ポテトプリント展示会 草花のふるさとめぐり	回10月1日(土)～16日(日) 9:00～17:00 場1階企画展示室	費無料(常設展は有料)
	人権・平和の研修会 松代象山地下壕 松代藩文武学校見学  松代大本営	回10月19日(水)8:30～17:00 場市役所東駐車場集合	費1,500円 (資料代・拝観料・保険料) 持昼食、飲み物、雨具など 定20人(先着順) 申9月27日(火)に電話で
豊科郷土博物館 ☎72・5672	裂き織体験ワークショップ 副博物館友の会自然と暮らしの文化部  機織り体験	回10月9日(日) ①10:00～12:00 ②13:00～15:00 場鐘の鳴る丘集会所	費300円(別途入館料) 回各回3人 (小学3年生以下は保護者同伴) 申9月30日(金)から電話で



## ぽぽんの庭 ～図書館だより～

## 開館時間

- 中央図書館 平日 9:00～20:00／土日祝 9:00～18:00
- 豊科・三郷・堀金・明科図書館 10:00～18:00

安曇野市図書館キャラクター「ぽぽん」

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

■ は休館日

## 10月の図書館イベント

## 大人のための図書館塾

電子図書館 デジとしょ信州を使おう

ID 95902

市町村と県による協働電子図書館の使い方を学びます。

日 10月18日(火)10:00～11:00

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

対 18歳以上 費 無料 定 5人(先着順)

申 9月28日(水)から中央図書館へ直接または電話で

問 84・0111

## 図書館講座

「上長尾の歩み」

ID 53707

上長尾地区の歩みを、遺跡・文化財・産業などを基に振り返ります。

日 11月5日(土)10:30～12:00

場 三郷交流学習センター「ゆりのき」学習室

費 無料 定 15人(先着順)

申 10月25日(火)から三郷図書館へ直接または電話で

問 76・3078

かるたで遊びながら本に親しもう！  
「本かるた」

ID 95239

郷土を知る「安曇野かるた」と本に親しむ「おはなしかるた」で遊びます。

日 10月22日(土)10:00～11:00

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

対 小学1～3年生 費 無料 定 10人(先着順)

申 9月28日(水)から中央図書館へ直接または電話で

問 84・0111

東京子ども図書館「語り手」による  
子どもも大人も一緒に楽しむおはなし会

ID 96097

絵も文も使わない純粋な「語り」を楽しむおはなし会です。

日 11月6日(日) 一部(小学3年生以下向け)10:00～11:00

二部(小学4年生以上向け)11:30～12:30

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

対 小学生以上 費 無料 定 各50人(先着順)

申 9月21日(水)から中央図書館へ直接または電話で

問 84・0111

## ワクワク・ドキドキおはなし会（定員あり）申込不要

- ◇ 中央図書館 おはなしのとびら 5・12・19・26日(水)10:30～ おはなしとしょかん 15日(土)10:30～ ID 68815
- ◇ 豊科図書館 ちいさいたんぽぽ 21日(金)11:00～ おはなしたんぽぽ 21日(金)16:30～ ID 58401
- ◇ 三郷図書館 ポケットの会 8日(土)10:30～ おはなし会 25日(火)11:00～ ID 86955・42607
- ◇ 堀金図書館 おはなしのへや 18日(火)10:30～ おりがみのへや 26日(水)16:30～ ID 29719・29718
- ◇ 明科図書館 子どもと大人のおはなし会 22日(土)11:00～ ID 68209

中央図書館 映画上映会 「≡草間彌生 わたし大好き」 上映時間:55分 ID 68889

日 10月14日(金) 開場18:00 上映18:30～ 場「みらい」多目的交流ホール 定 50人(当日先着順)

開催  
レポート

豊科図書館チャレンジ講座 山岳講座

## 高山植物のものがたり

豊科図書館では8月6日(土)、大町山岳博物館の学芸員・千葉悟志さんを講師に招き、山岳講座「高山植物のものがたり」を開催しました。

高山植物の種類や植生、ハチなどの虫と高山植物の関わりなど、貴重なお話をいただきました。研究しているからこそ得ることができる画像や映像で、コマクサの花に穴が開く理由やマルハナバチの賢さ、似た花の見分け方法など、本だけでは学べない「生きた知識」に触れることができた充実した時間でした。



# 募集します！

まだ使える食器を有効活用！

## 不用食器回収・配布

ご家庭で不用になった食器を回収し、希望者に無償配布します。資源の有効活用にご協力ください。

### 不用食器の回収

日10月2日(日)9:00～

(雨天中止。中止の場合は会場に案内看板を設置します)

場県民豊科運動広場

費無料 用不要

●**ご注意ください**▷当日は食器回収のみで先着100台まで▷持ち込みは車両1台につき中箱段ボール2箱まで▷きれいに洗ってください▷割れ、欠け、ひびがあるものは分別してください▷シールは剥がしてください。箱入りの未使用品は、そのままお持ちください

●**回収するもの** 皿・丼・茶わん・湯のみ・急須などの食器(事業所から出るものや、ガラス製・プラスチック製・金属製の食器は回収しません)

### 食器の配布「もったいない市」

日8日(土)9:30～16:00

9日(日)9:00～16:00

(食器がなくなり次第終了)

※不用食器回収が中止の場合は、配布も中止となります。

場穂高会館2階テラス(事務室前)

用不用食器リサイクル実行委員会

桜井さん(電話:090・4153・2019)

環境課 資源循環推進担当

☎71・2490

ID 80668

環境省企画「水」×SDGs体験教室

## ペットボトルろ過装置で水のみめぐりを考えよう！

湧き水・地下水が天然のろ過により澄んだおいしい水になっていることや浄水場での砂ろ過の仕組みを動画やクイズを交えながら学びませんか。環境省と長野県・信州豊かな環境づくり県民会議(松本地域会議)が協同で開催します。

日9日(日)

【午前の部】10:30～12:00

【午後の部】14:00～15:30

場体育館アリーナステージ

用小学3～6年生(保護者同伴)

費無料

定各回20人(先着順)

日9月22日(木)から30日(金)に環境課へ電話で。

用空きペットボトル

(500mlサイズ)2個

用環境課 ☎71・2492

ID 95640



手づくりろ過装置(写真提供:東京都下水道局)

環境フェアと同日に開催！

## 安曇野「水めぐり」

私たちの暮らしに欠かせない地下水・湧水に関連するスポットを巡りま。参加特典は、安曇野産わさびです。安曇野わさび田湧水群、そこに生息する水生生物、湧水とわさび栽培にまつわる歴史を学びませんか。

日9日(日)12:45～15:40

場穂高会館玄関前発着

用市内の小中学生優先。高校生以上も申込可(小学生は保護者同伴)

費500円(わさび収穫体験費用)

定20人程度(先着順)

場【コース】穂高会館発→安曇野わさび田湧水群「憩いの池」→田淵行男記念館遊水地→安曇野の里「水汲み場」→わさび栽培農家→穂高会館着

日9月22日(木)から30日(金)までに、環境課へお電話で。

用長靴

用環境課☎71・2492

ID 95083



日量70万トン誇る安曇野わさび田湧水群

●環境フェアの詳細は市ホームページ内「安曇野エコプラン.net」ID 67663でご確認いただけます。

●当日の天候や感染症の流行状況により各イベント、展示を変更する可能性があります。

お問い合わせ:環境課 TEL 71・2492



# 第15回 安曇野環境フェア 2022

知ろう 守ろう あづみ野の水

今年のテーマは「知ろう 守ろう あづみ野の水」。水を守り育み、安定的に活用していくために、環境フェアを通して私たちにできることを見つけ、身近な取り組みにつなげてみませんか。

入場無料

10/8土・9日

9:30~16:00

9:00~16:00

会場 安曇野市穂高会館

【主催】安曇野市・安曇野環境フェア2022実行委員会

【共催】安曇野環境市民ネットワーク

## プログラム

### パネル展示・体験ブース

環境活動団体・企業の展示と体験ブースがずらりと並びます。新たな発見に出会えるかも！

場 体育館アリーナ



### さとぷろ。けもの塾

けものを通して、里山の魅力を伝える企画です。狩猟（ハンター）の楽しみ方やけもの被害の紹介、里山の動物写真展示、ハンティングシミュレーターなど、企画が盛りだくさんです。

日 8日（土）9:30～16:00

9日（日）9:00～16:00

場 穂高公民館講堂

### 環境活動発表会

日 8日（土）13:00～14:00

【発表1】

◎未来につなげよう

～水辺観察したデータ～

（信水環境マップ・ネットワーク）

【発表2】

◎角藤×地中熱

地中熱は再生可能エネルギー

（㈱角藤 環境ソリューション室）

【発表3】

◎「2050ゼロカーボン」について

（安曇野地球温暖化協議会）

日 9日（日）13:00～14:00

【発表4】

◎市内小中学校による発表

場 体育館アリーナ

（ミニ講演スペース）



### リサイクル自転車 販売

使われなくなった自転車で状態の良いものを修繕・展示し、市内在住者を対象に抽選販売します。

日 8日（土）【展示】9:45～

【販売】11:00～12:00

場 体育館アリーナ（ステージ周辺）

### 人形劇

子どもたちに大人気のホーボーズ・パペットシアターによる人形劇です。

日 8日（土）10:30～11:30

「いなかねずみとまちなずみ」

9日（日）10:30～11:30

「おじいちゃんとたぬき」

場 体育館フィットネスルーム



HOBO'S PUPPET THEATER

## 10月の各種相談

場…場所 間…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

6日(木)、3・17・24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

13・20・27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

6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

5・12・19・26日(水) 場 豊科保健センター 2階 集団指導室  
間 健康推進課 (Tel81-0711・Fax81-0703)  
※体験を語り合いながら断酒を目指します。※5・19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)

5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)

7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)

24日(月)★ 時 13:00～16:00

場 間 堀金 憩いの里 うちら (Tel73-5288・Fax73-5775)

25日(火)★ 時 13:00～16:00

場 間 穂高 地域福祉センター (Tel82-2940・Fax82-9621)

### 子ども・ひとり親家庭・女性の相談 **要予約**

毎週月～金 時 8:30～17:15 ※10日は行いません

場 間 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 時 9:00～17:00 ※10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。

### 弁護士による無料法律相談 **要予約**

13日(木)→予約受付6日(木) 〔予約受付時間:9:00～12:00〕  
27日(木)→予約受付20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  
間 地域づくり課 (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。

### 人権よろず困りごと相談 時 9:00～12:00

12日(水) 場 穂高 会館 第3 会議室 ※人権相談  
間 長野地方方法務局松本支局 (Tel32-2571・Fax32-2572)

### 行政書士による無料相談 **要予約**

20日(木) 時 10:00～15:00(相続・遺言手続き・成年後見など)  
場 市役所 2階 相談室 211・212  
間 長野県行政書士会 中信支部 (Tel87-3798・Fax87-3794)  
※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)

### 労働に関する相談

間 商工労政課 (Tel71-2041・Fax72-1340)

中信労政事務所による労働相談会 **要予約** 時 13:00～16:00

13日(木) 場 市役所 2階 会議室 205

わかもの就職サポート相談会 **要予約** 時 13:30～16:30

19日(水) 場 市役所 2階 会議室 205 ※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17:00まで。

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

13日(木) 場 市役所 2階 会議室 202 ※生活相談も含む  
※予約は2日前の17:00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会 **要予約**

25日(火) 時 10:00～15:00 場 市役所 2階 会議室 202  
間 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 時 9:00～16:00 ※10日は行いません  
場 間 子ども家庭支援課 (Tel71-2265・Fax72-2065)  
※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。  
※このほかにも相談先があります。市ホームページでご確認ください。

### 区・自治会に関する相談 **要予約** 時 10:00～14:00

19日(水) 場 市役所 2階 相談室 212  
※1回の相談時間 30分で3枠。予約は11日(火)8:30～12:00(先着順)  
間 地域づくり課まちづくり推進担当 (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(火) 場 豊科保健センター  
11日(火)・28日(金) 場 三郷保健センター  
20日(木) 場 穂高保健センター  
間 健康推進課 (Tel81-0711・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。

### 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・Fax71-2328)  
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!)」

## 休日当番医

※診療時間：午前9時から午後5時まで(歯科医院は正午まで)  
※当番医は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  
050-3033-0665

2日(日)	9日(日)	10日(月) スポーツの日	16日(日)	23日(日)	30日(日)
信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	やぎき診療所 62-2360 [明科]	柏原クリニック 82-7222 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
石田医院 72-2766 [豊科]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]
丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	木暮医院 77-2119 [三郷]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	米倉医院 72-2354 [堀金]	ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]
アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	田野歯科医院 82-7537 [穂高]	飯田歯科医院 73-7618 [豊科]	布山歯科医院 77-6388 [三郷]	丸山歯科医院 72-2202 [豊科]	山本歯科クリニック 84-0004 [穂高]

# 10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が対象の登録制サークルです。

児童館情報



## ★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122

- 卓球の日 1日(土) 14:00～15:00  
対象:小学生以上 持ち物:上履き・飲み物・タオル
- みんなあつまれ 親子ヨガ～心とからだのリフレッシュ～  
要予約 定員:8組 持ち物:ヨガマット  
トまたは大きめのバスタオル 5日(水) 10:30～11:30
- 育児相談・身体測定 14日(金) 10:30～12:00  
※手形・足形もとれます。
- ファミリーサポート登録会 14日(金) 10:30～  
持ち物:身分の証明できるもの
- おはなし会 17日(月) 11:00～11:20
- お下がり会 27日(木) 10:30～11:00  
要予約 ※予約状況により入場制限をかける場合があります。

## ★高家児童館

TEL・FAX72-5685

- チャレンジタイム ハロウィンを楽しもう!  
要予約 100円 対象:小学生 定員:10人 持ち物:仮装できるもの 1日(土) 10:30～12:00
- 読み聞かせ おはなしムーン 7・21日(金) 11:00～
- みんなで学ぼう 子どもごはんとおやつ  
要予約 定員:6組 13日(木) 10:30～11:30
- 育児相談・身体測定 14日(金) 10:30～12:00
- 読み聞かせ 17日(月) 11:00～
- 地域の知恵袋 さわやかコンサート 22日(土) 10:30～11:30  
対象:どなたでも

## ★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152

- 読み聞かせ 3日(月) 11:00～11:20
- ふれあい農園 さつまいもの収穫 11日(火) 10:00～11:00  
要予約 100円 定員:5組 持ち物:汚れてもよい服装・飲み物・軍手
- ファミリーサポート登録会 11日(火) 10:30～  
持ち物: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 20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 21日(金) 10:30～12:00
- にこにこタイムスペシャル ハロウィン 26日(水)・27日(木) 11:00～11:30

## ★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

- 児童館まつり 7日(金) ① 10:30～11:00  
② 11:00～11:30  
要予約 100円 対象:乳幼児親子～小学生 定員:各20組
- チャレンジタイム スライムを作ろう!  
要予約 100円 対象:小学生 定員:10人 15日(土) 10:30～11:30
- おはなしの会 19日(水) 11:00～11:20
- へんしん!! 手形・足形アート 21日(金) 10:30～11:30  
要予約 定員:10組 持ち物:汚れてもよい服装
- 育児相談・身体測定 21日(金) 10:30～12:00

## ★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

- 育児相談・身体測定 14日(金) 9:30～12:00  
※身体測定は11:30まで、育児相談は10:30から
- チャレンジタイム さつまいもを収穫しよう!  
要予約 対象:小学生 定員:8人 持ち物:飲み物・帽子・軍手 18日(火) ① 16:00～16:20  
② 16:30～16:50
- おはなし会～読み聞かせ～ 24日(月) 11:00～11:20

## ★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

- お話し会 7日(金) 11:00～11:15
- みんなあつまれ! ぴよぴよおしゃべりタイム  
要予約 対象:1才未満の親子・マタニティの人 定員:8組 11日(火) 10:30～11:30
- 手形足形スクラップブック 13日(木) 10:30～11:30  
要予約 定員:5組 持ち物:お子さんの写真3枚程度
- 育児相談・身体測定 & 読み聞かせ 14日(金) 9:30～12:00  
※育児相談は10:30～12:00、読み聞かせは11:00～11:15
- チャレンジタイム 9館合同企画の練習(色水リレー&けん玉もしカメ)  
要予約 対象:小学生以上 定員:8人 持ち物:けん玉 15日(土) 10:30～11:30
- みんなあつまれ! 9月生まれ ハッピーバースディ♡ 21日(金) 10:30～11:30
- 秋のぴよぴよ縁日 29日(土) ① 9:30～10:30  
② 11:00～12:00  
要予約 50円 対象:乳幼児親子～小学生 定員:各10組

## ★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

- 育児相談・身体測定 7日(金) 10:00～12:00
- ちょこっとタイム 絵本と工作 14日(金) 10:30～
- みんなあつまれ ばくさんといっしょ♪  
要予約 200円 定員:10組 持ち物:動きやすい服装・飲み物 28日(金) 11:00～11:30

## ★堀金児童館

TEL71-2122 FAX71-2126

- チャレンジタイム クラフト教室 15日(土) 10:30～11:30  
要予約 100円 対象:小学生 定員:10組
- 育児相談・身体測定 21日(金) 10:00～11:30  
11:30～ミニコンサートを開催
- みんなあつまれ 読み聞かせと手作りおもちゃ  
要予約 定員:10組 21日(金) 10:30～11:30
- みんなあつまれ ツインズ広場 28日(金) 10:30～11:30  
要予約 対象:多胎児親子 定員:10組

## ★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  
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 15日(土) 10:00～11:30
- 読み聞かせ 18日(火)・20日(木) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定 20日(木) 10:30～12:00

## 幽玄の舞 3年ぶりの披露

8/20 第31回信州安曇野能楽鑑賞会

新型コロナの影響で中止が続き、3年ぶりの開催となった信州安曇野能楽鑑賞会（実行委員会主催）が豊科公民館ホールで行われました。能楽師の青木道喜さんや狂言師の野村萬さんらが出演し、舞囃子「熊坂」、能「松風」、狂言「茶壺」、半能「山姥」を披露。訪れた約430人が幽玄の世界を堪能しました。

当日は、青木さんが指導する安曇野子ども能楽教室による仕舞やこども能「土蜘蛛」も発表され、土蜘蛛の役を演じた百瀬瑞羽さん（堀金小6年）は「家で何度も動画を見ながら糸の投げ方やタイミングを練習してきた。本番は緊張したけど、糸がうまく投げられた」と、共演した子どもたちと舞台での成功を喜び合っていました。



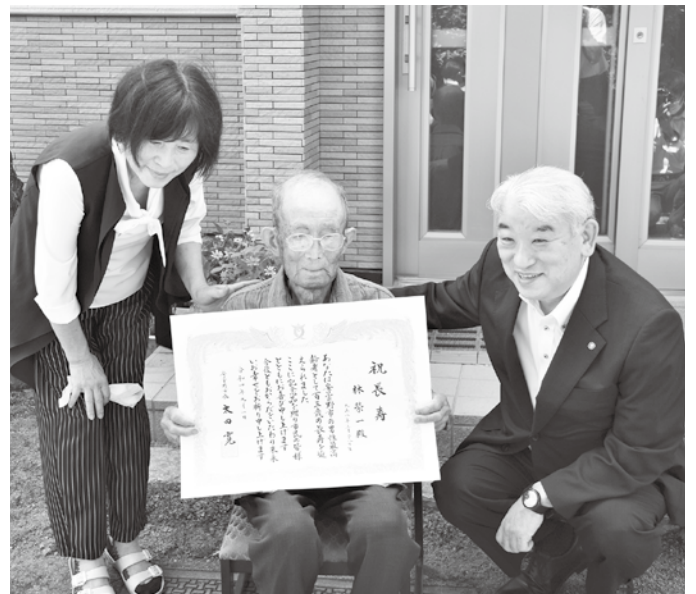
## 長寿の秘けつは「一日一日を大事に」

9/5 市内最高齢者2人に敬老のお祝い品を贈呈

9月19日の「敬老の日」を前に、太田市長は市内の男性最高齢の林榮一さん（103歳）と、女性最高齢の山口清子さん（108歳）のもとを訪れ、長寿を祝いました。

一昨年から男性最高齢となっている林さんは「105歳になることが目標。一日一日を大事に暮らし、今日より明日、明日よりあさってと頑張って生きていきたい」と思いを話してくれました。

市は、高齢者の皆さんのますますの長寿を願い、本年度88歳に達する637人と100歳に達する50人にも記念品を贈ります。



## Bリーグの迫カプレー 間近に体感

9/10 信州ブレイブウォリアーズ 対 横浜エクセレンス

ANCアリーナで、プロバスケットボール男子Bリーグの信州ブレイブウォリアーズと横浜エクセレンスのプレシーズンマッチが行われました。Bリーグの試合が市内で行われるのは2016年以来6年ぶりでANCアリーナでは初めて。当日は1,890人が来場し、プロ選手の迫力あるプレーに手拍子で声援を送っていました。また、コート上のモップがけを豊科高校バスケ部の皆さんが担当し、スムーズな試合運営を支えました。

松本市から観戦に訪れた百瀬邦幸さんと航聖くん（10歳）は「生で試合を見るのは初めて。大きな選手が打つスリーポイントシュートがたくさん入るところが見られてワクワクした」と話しました。







## 真夏の空の下 涼を求めて

8/5 豊科南部総合公園噴水広場

猛暑日が連日記録された今年の夏。豊科南部総合公園は、芝生で遊ぶ子どもたちや木陰で涼む家族連れなどでにぎわいました。人気を集めていたのは、3月にリニューアルした噴水広場。夏の日差しが照り付ける中、子どもたちが噴水内を自由に駆け回る姿が見られました。特に噴水から霧状の水が吹き出すタイミングには、子どもたちのまぶしい笑顔が水しぶきとともに輝いていました。

松本市から訪れた黒田芽衣さん・康史郎くん親子は「暑い夏に外遊びできる涼しい場所があって嬉しい」と話し、夏ならではのひと時を過ごしていました。

## 五感を使って 森を体感

8/20 ざんねんないきもの事典監修 今泉忠明先生フィールドワーク

明科潮沢にあるけやきの森自然園で自然観察会が行われ、県内をはじめ、首都圏などから13家族32人が参加しました。講師を務めたのは、児童書『ざんねんないきもの事典』の監修を手掛けた動物学者の今泉忠明さん。今泉さんは、「目だけでなく、森では足の裏、耳や鼻の感覚を使って、自然を感じてほしい」と子どもたちに声をかけました。その後、班に分かれてガイドの案内で山を歩き、葉っぱや花、虫などを自由に採取しました。

家族5人で参加し、昆虫が好きで普段から虫とりをしているという加藤春來くん(穂高南小3年)は、家族5人で参加。「セミを捕まえたり、ナナフシを見つけたりと楽しかった。動物が通るけもの道もたくさん見つけられた」と満足そうな表情で話してくれました。



## Info ①

### 文化課からお知らせ

# 【展覧会】 東京藝大 安曇野 AIR 柴田早穂 いとなみのかけら、つながる世界

10月16日(日)~30日(日)

[平日]9:00~20:00 [土日祝]9:00~18:00(月曜休館) 入場無料  
穂高交流学習センター「みらい」展示ギャラリー

**芸** 術家が滞在し、交流しながら制作活動を行うアーティスト・イン・レジデンス(AIR)。今年8月から安曇野の自然や文化を体感し作品を制作した鍍金作家・柴田早穂さんの展覧会を開催します。

#### ●柴田さんコメント

さまざまないとなみに目を凝らしたり耳を澄ましたりしながら安曇野市を巡りました。同時に採取・記録した「いとなみのかけら」たち。その小さなかけらの背後にひろがる物語を想像すると、それぞれが関係し合いながらひとつの大きな世界へとつながっていきました。安曇野市で採取した素材を金属に置き換えた作品や、溶かした金属に映り込んだ風景を記録した映像など、さまざまな方法で「いとなみのかけら」を展示します。

問文化課 画71・2463 ID 93032



©坪佐利治

**柴田早穂さん●プロフィール** 1986年大阪府生まれ・香川県小豆島育ち。東京藝術大学大学院博士後期課程修了。地元・小豆島の鍍金工房を拠点に創作活動を行っている。

## Info ②

### 危機管理課からお知らせ

# 【自主訓練】 シェイクアウト訓練にご参加ください

**地** 震が発生したという想定で、各自がその場で身を守るための行動を取る「シェイクアウト訓練」を行います。近年、各地で大規模な地震が発生しています。地震発生時の行動を身に付けるため、多くの皆様のご参加をお願いします。

#### ●訓練日時

10月2日(日) 8:30~

#### ●訓練手順

##### STEP1

防災行政無線、市メール配信サービスで訓練開始の合図をします。

##### STEP2

合図に従い、右記の安全行動を家庭や職場で1分程度行ってください。この訓練で安全行動を確認し、「いざ!」という時、「自らの命は自ら守る」第一歩としましょう。

### 3つの安全行動



まずひくく

DROP!



あたまをまもり

COVER!



うごかない

HOLD ON!

#### ●事前登録にご協力を

シェイクアウト訓練への参加人数把握のため、事前登録にご協力ください。10月1日(土)までに参加登録申込書を危機管理課へ提出してください。申込書は同課または市HPから入手できます。

問危機管理課 画71・2119 画72・6739 ID 38391

✉kikikanri@city.azumino.nagano.jp



◀パートナーの前田佳音さん（岡谷南高校1年）とは同い年。二人で高みを目指して、日々研さんを積んでいる。



安曇野☆きらりびと  
Interview  
Vol.3

## 優雅に 納得のいく表現を。

ダンススポーツの全国大会で優勝 小林 才時<sup>さいじ</sup>さん（豊科）

# 世界のしなやかな舞いに、 未来の自分を重ねた。

6月4日、ドイツ・ブレーメンで開催されたダンススポーツの世界大会に出場した豊科高校1年の小林才時さん。（公社）日本ダンススポーツ連盟の強化選手として、世界で活躍しています。

### ダンススポーツとの出会い

小さい時から踊ることが好きでした。小学2年生のとき、同じ地区に住むダンススポーツで有名な姉妹の練習を見学したことが、ダンススポーツとの出会いでした。当時、自分に打ち込めるものはありませんでしたが、姉妹のダンスに魅了され、ダンススポーツを始めました。

### 救われた言葉

小学6年生のころ、所属クラブを変え、パートナーがいなかった時期が苦しかったです。多くのダンサーは、大会出場を目標に練習していますが、パートナーがいないと大会にすら出場できません。同世代がジュニアの強化選手に指定され、順調に実力をつけていく中、みんなより遅れを

とっていると焦りを感じていました。目標が定まらず、練習に身が入らないという悪循環に陥り、違うスポーツをやってみようかと考えたこともありました。

そんな時、両親が掛けてくれた「才時は才時のペースで」という言葉に救われました。両親には、会場への送迎をはじめ、お金のかかる衣装・メイクなど、多くの面でサポートを続けてくれたことにとても感謝しています。

また、同じクラブに強化選手に指定された先輩がいたことで刺激を受けられたこと、そして今のパートナー・前田佳音さんと出会えたことが大きな転機となりました。そして本年5月、強化選手に指定されました。

### 世界を経験した今後の展望

社交ダンスが生活の一部になっているヨーロッパでは、動きの一つ一つがとてもしなやかで感銘を受けました。手を動かすタイミングや腕の伸ばし具合などを細かく研究し、練習を重ね、私のダンスで、見る人を魅了したいです。

### Memo

- ダンススポーツ 社交ダンスをベースとしつつ、スポーツ性を追求した競技スポーツ。
- 小林才時・前田佳音ペア 世界選手権代表選考会を兼ねて4月17日に行われた全国大会「ダンススポーツグランプリin京都」で、ジュニアスタンダード優勝、ジュニアラテン準優勝。6月4日にドイツ・ブレーメンで開催された「WDSF World Championship Latin Junior II Bremen」に出場後も、「第17回オールジャパン・ジュニアダンススポーツカップ2022in東京」（7月31日）、「GERMAN OPEN CHAMPIONSHIPS 2022」（8月9日～13日）など、全国・世界を駆け巡っています。





# 安曇野 やさい スイーツフェア

Azumino Vegetable Sweets Fair

2022 10/1(土) ▶ 10/31(月)

安曇野の豊かな自然が育んだ野菜を使用した「やさいスイーツ」を期間限定で販売します!

13回目となる今年は、プロジェクト発足の原点に立ち返り、「ウチの店自慢の安曇野産やさい」スイーツが登場。フェア期間中でしか味わえない商品を、ぜひご賞味あれ!

- 1 スイートポテトフロマージュ あづみ野菓子工房 彩香 0120・049・719
- 2 エピナール(キャバツ風) 安曇野 sweets パイサー樹 NOJIRI 082・3314
- 3 安曇野栗かぼちゃジェラート あづみ野バザール 若松屋 090・9008・6986
- 4 いちごとおからのマーブルケーキ ~ナカセナリから愛をこめて~ あったカフェ 071・2000
- 5 夏秋いちごのフレンチトーストカップ 有明のパン屋さん 088・3307
- 6 豆乳パンナコッタ~夏秋イチゴソースと秋茄子のコンポート~ 小柴屋 072・2201
- 7 安曇野かぼちゃのプディングムース サントウールムラカミ 082・5551
- 8 えごま&小豆シフォンケーキ Chiffon 073・3804
- 9 カボチャとさつまいもと夏秋いちごのレイヤードケーキ 松月堂 西村商店 062・2115
- 10 山葵と檸檬のレアチーズケーキ 大王わさび農場 レストラン OASIS 082・2118
- 11 かぼちゃのティラミス トリアノン洋和菓子店 082・6550
- 12 安曇野いちごシュー パティスリーアレグリア 088・3108
- 13 かぼちゃ塩バターどら焼き 丸山菓子舗 082・2203



◀ 安曇野  
やさいスイーツ  
Instagram  
はこちらから

**フェア直前イベント**

参加店舗がスイーツを販売します。

**日** 9月29日(木)・30日(金)

午後2時~ 売り切れ次第終了

**場** 市役所1階東側ロビー

**問** 観光課 071・2053 **ID** 79939

**本庁舎夜間・休日開庁日**

**時間延長窓口**  
10月11日(火) (午後5時15分~8時)

**休日開庁日**  
9月25日(日)・10月23日(日)  
(午前8時30分~正午)

※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。

**人口と世帯**

2022.9.1 現在の住民基本台帳に基づく人口および世帯数( )内は対前月比人口 96,656人(-19)

男 46,915人(-3) 女 49,741人(-16)

世帯 41,104世帯(+31)

**編集後記**

◆この辺では農作物を食い荒らす厄介者ですが、旅行者からは人気のサル。ふと、サルに追われて逃げ回る息子の姿を思い出しました。追い払い、たい気持ちも分かりますが、サル、怖いですよ。見かけても一人で戦おうとしないのでくだしい。

◆特集の水害時の情報収集歴史を振り返りながら、最新の情報と一緒に「川の中のもの石が見えなくなったら逃げた方がいい」などの昔からの言い伝えも情報として大切にしたいと実感。

◆満月となった中秋の名月。ふと思いつき、みんなが寝静まった深夜に庭先で星空とお月様を眺めました。眩い輝きを見せる月の横で一筋の光!流れ星!!信州の夜空は本当にきれいですね。

◆「3年ぶり」という見出しを多く目にするようになりました。一気に好転することはないまでも、少しずつ世界が戻ってきたのを実感しています。

**広報あづみの**

発行日 令和4年9月21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  
〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000 0263・71・2000 FAX 0263・71・5000

URL <https://www.city.azumino.nagano.jp> E-mail [info@city.azumino.nagano.jp](mailto:info@city.azumino.nagano.jp)

印刷 有限会社 安曇印刷

次回発行...10月19日(水) 古紙を配合した再生紙、環境に優しい大豆油インクを使用しています。