



特集

「いつでも おいで」笑顔がつなぐ子育て支援

フォトスナップ

「第9回信州安曇野ハーフマラソン」



ぱおぱおサロン (三郷)

NPO 法人 子育て支援ぱおぱお TEL 77-1180



【施設情報】

時平日10時～12時(※園庭は18時まで利用可)

【特徴的な講座】

- ぱおぱおサロン・・・七夕まつり、お月見、焼き芋会、楽器の生演奏など
- 子育て学習会・・・救急法講座、幼児食講座など
- 食育講座・・・地域の食文化(郷土食)を作る
- その他・・・ママキッズエクササイズ、こちょこちょサロン

【利用方法】

要利用登録(登録方法など詳細HP参照)



子育てにおいて、親子で楽しみを共有することは、育児のストレスを軽減し、気分転換になります。親子の体験の共有と共感が育児を楽しむきっかけになります。スタッフと季節感があって、親子がワクワクする企画を考え、地域のシニアの方々と一緒に実施しています。

「どんなイベントがありますか？」

子育てにおいて、親子で楽しみを共有することは、育児のストレスを軽減し、気分転換になります。親子の体験の共有と共感が育児を楽しむきっかけになります。スタッフと季節感があって、親子がワクワクする企画を考え、地域のシニアの方々と一緒に実施しています。

「どんな施設ですか？」

保護者にとって、子どもの成長は大きな喜びです。子育てで、不安や悩みを誰かに相談したいときやママ友・パパ友をつくりたいときといった場面があると思います。同じ子育て中のパパ・ママ、子育ての先輩と話すことで、肩の荷を少しおろし、自然と笑顔があふれる交流と共感の場になればと思います。

「地域で支えるぱおぱおの子育て支援」

三郷一日市場で18年間地域の子育てサポートをしてきた「NPO法人子育て支援ぱおぱお」。急激に変化している子育て環境に合わせ、地域のボランティアスタッフと共に互いに支え合いながら開かれた子育て支援の場を展開しています。「いつでもおいで」と利用する親子に優しく声をかける同法人理事長の小口茂子さんに話を聞きました。

INTERVIEW (利用者の声)

広い室内で子どもがのびのびと自由に体を動かせるこの場所は大変ありがたい。親子で遊べ、気分転換ができ、ママ同士の交流もできているので、週2、3回は利用しています。



百瀬 裕太さん
千春さん
優生くん・1歳
(三郷明盛)

イベントを通して、地域の異世代交流も生まれています。子どもの「出来たー」を大切にし、パパ・ママには、たくさん褒めて、認めて、抱きしめてあげて欲しいと思います。



NPO 法人
子育て支援ぱおぱお
理事長 小口 茂子さん

特集

「いつでもおいで」笑顔がつなぐ子育て支援

✕ デイアやSNSなどで最近よく目にする「ワンオペ育児」。育児の担い手が1人であることを意味します。家事・育児を1人で行わざるを得ない家庭がまだまだ多いことを象徴する言葉といえます。

また共働き家庭が増えた現在、仕事と育児の両立に悩む家庭も多く、働く保護者へのサポート体制づくりが必要です。

4月1日現在、市内の3歳未満の子どものうち未就園の子どもは1105人と3歳未満の就園児童数が年々増加しています。3歳未満の就園児童数が年々増加しているとはいえ、多くの子育て世帯が家庭で保育を行っています。

市では、ファミリーサポートセンターや児童館、保育施設等での一時預かり保育といった育児サポートを行っています。また、経済的な支援として第2子以降の子どもが未就園(児童福祉施設等に入所していない)の場合、子育て応援手当として、対象児童一人につき月額3000円を支給するなど、総合的に子育て支援を行っています。

地域で支える子育てニーズ 多様化する子育てニーズに対応するため

には、市と民間や地域で連携して子育てを行っている必要があります。

市内には地域で子育てに取り組みさまざまな施設が工夫を凝らした魅力的なサポートを行っています。

子育ての悩みの相談や、年の近い子どもを持つ保護者同士の情報交換、ママ友・パパ友といった友達作りの場としてなど、複数の施設やサービスを組み合わせ利用し、子育てを楽しむ憩いの場としての役割を担っています。

「笑う門には福来たる」

「笑いの絶えない人の家には、自然と幸福が訪れる」という意味のことわざです。笑顔は人間関係を築く上で大切な要素と言われています。それは家庭でも同じで、良好な親子関係は笑顔によって築かれます。

市内には、親子で楽しめて、笑顔があふれる子育て支援の場がたくさんあります。子育ては家庭だけの問題ではありません。地域で子育てを行うことが少子化・核家族化といった課題解決につながります。今月号では、安曇野の子育てを地域で支える活動をご紹介します。





子育てサロン (穂高)

NPO 法人 momo 保育室モモ Tel 84-4560

日毎週日曜日
時9:00~12:00
内育児相談

POINT 子育てに悩んだら、ここにおいで

「子どもはかわいいけれど、育て方に自信が無い」、「最近、育児が楽しくない」など、子育てに悩んだら一人で抱え込まず、まずはご相談ください。ベテランスタッフが心に寄り添ったサポートを行います。



KID'S CAFÉ (明科)

NPO 法人響育の山里くじら雲 Tel 62-3954

日9/22、11/10、12/6、1/17、2/2
時10:00~11:30(受付9:30)
内散歩、クラフトなど

POINT ホットリラックスできる地域のリビングルーム

子どもの「ねえ、見てみて!」は、子どもとの絆を深めるチャンス! 自然の中で親子一緒に楽しみながら、まるでリビングルームのような、心がリラックスする空間を過ごせます。



園開放 (穂高)

自由保育所ひかりの子 Tel 090-9667-0197

日月4回 毎週水曜日
時9:00~14:00
内食育体験 (流しそうめん、焼きそば、チヂミなど)

POINT お腹も心も満たされる癒しのダイニング

皆で食を囲めば、笑顔の輪が生まれます。子どもとのくつろぎや保護者同士の楽しい会話、お腹も心も満たされる、そんな癒しの空間です。



園開放 (三郷)

認定やまぶきこども園 Tel 77-1230

日7/22(夏祭り)、8/8(パステルアート)、8/27(はづきコンサート)、9/13(手形アート)、10/4(英語教室体験)、11/14(誕生日会に参加しよう)、12/5(餅つき大会)
時9:30~11:30の間で自由参加

POINT 保育のことは、保育士に聞いてみよう!

親子で体験するイベントが盛りだくさん。同じ歳の友達と一緒に遊ぶ我が子を見ながら、保育の不安や疑問を保育の口口に聞くことが出来ます。市内外問わず大歓迎です。



ひまわりクラブ (三郷)

三郷公民館 Tel 77-2190

日毎週金曜日
時10:00~13:00(※昼食としておにぎり持参)
内公園遊び、季節のイベント など

POINT 保育園入園前の子どもと親の友達作り

利用するママ同士で企画・運営。親子が気軽に集まり、お互いの子どもの面倒を見合うから、安心! 保育園入園前に子どもと親の友達作りが出来ます。



まめもり (穂高)

NPO 法人野外保育森の子

✉morinoko.azumino.2002@gmail.com
日月2回(開催日は問い合わせください)
時10:30~12:00(受付10:00)
内森遊び、クラフト、散歩など

POINT 自然の中で、心を開放する非日常体験

森の中だと「やっちゃダメ〜」って気持ちにならないから不思議。自然の中で子育ての重圧から心を開放して、子どもと一緒に自然の恵みから新しい発見ができます。



花園教室 (豊科)

花園認定こども園 Tel 72-4645

内(体操) ①火曜日 9:30~10:00
②第2土曜日 10:00~11:00
(サッカー) 毎週水曜日 10:00~11:00

POINT 丈夫なカラダとやりぬくココロを育む

子どもが、のびのびと体を動かすための環境づくりをサポート。専門スタッフによる指導で、お子さんの丈夫なカラダとやりぬくココロを育みます。お子さんの「出来た!」に出会える場所です。



子育て広場 (穂高)

ニチイキッズ 穂高保育園 Tel 81-1031
ニチイキッズ 安曇野保育園 Tel 81-0601

日随時 時9:45~10:45
内保育相談・見学、リトミック、園庭開放(穂高園のみ) など

POINT 保育園入園までのステップに

お友達と遊べるかな? 保育園ってどんなところだろう? 保育園入園の不安や育児の悩みを気軽に相談ください。保育園入園までのステップに、気軽に遊べる空間です。



こびとクラス (穂高)

安曇野シュタイナーこども園 おひさま
Tel 090-4244-5108

日月1回 第2金曜日 (1学期:5~7月、2学期:9~11月)
時10:00~11:30
内リズム、行事と季節の体験、親子で手仕事(自然素材を使ったおもちゃ作りなど)

POINT 感覚体験による育ちあい、学びあいの場

乳幼児期の触れ合い遊びが愛着形成を助け、親子の絆を深めてくれます。多くの感覚体験を通して、「私」を育てる場所です。



※各施設の利用には、利用登録や料金がかかる場合があります。詳細は各施設に問い合わせください。

親子で楽しめる
子育て支援施設



令和5年度 区長の紹介

市内83区で本年度の区長が選出されました。
各地域の区長と市区長会役員の皆さんを紹介します。(敬称略)



市区長会役員



副会長(会計)
高橋 芳広
(堀金地域区長会長)



副会長(会長代理)
百瀬 陽子
(豊科地域区長会長)



会 長
土肥 三夫
(明科地域区長会長)



副会長(事務長)
高山 直樹
(穂高地域区長会長)



副会長
小木曾 進
(三郷地域区長会長)

市内83区の区長 ※三郷・堀金地域は代表区長のみ

豊科地域	光	堀内	安	柏矢町	小松	俊道	上	堀	伊藤	勝
上鳥羽 唐木 博夫	桜 坂 太田 成昭	島 新田 中村 明夫	中 堀 坪田 繁秋	下鳥羽 小岩井清志	穂高地域 青木花見	清水 均	下 堀 中村 吉保	扇 町 小穴 光利	竹内 孝夫	
本 村 坂内不二男	矢 原 高橋 忠昭	狐 島 高山 直樹	小田多井 竹内 孝夫	吉 野 小宮山 忠	白 金 北原 久雄	三郷地域	田 尻 高橋 芳広	田 多井 猿田 典宏		
成 相 寺田 一樹	等々力 望月 彰	北小倉 中村 文人	明科地域	新 田 藤倉 栄二	等々力町 白井 健司	南小倉 降幡 修二	大 足 瀧澤 清志	明 科 小山 良		
寺 所 細萱 美嗣	穂高町 降幡 成敏	東小倉 内野 敦	光	踏 入 林 光男	穂高 西村 康正	室 町 上兼 恒恭	宮 中 塩入 健一	町 増沢 伸一		
細 萱 細川 博水	橋 爪 胡桃 美幸	野 沢 樋口 真	平林 辰門	重 柳 田代 隆志	耳 塚 林 文彦	上長尾 渡辺 均	宮 中 塩入 健一	町 増沢 伸一		
真々部 藤原 陽子	富 田 中山 均	下長尾 小木曾 進	町 増沢 伸一	たつみ原 堀川 豊	豊 里 田中 博	楡 小穴 睦雄	明 科 小山 良			
飯 田 木船 潤一	小岩嶽 丸山 富夫	住 吉 小松 和久	関 憲之	下飯田 小西 正泰	嵩 下 松井 均	七日市場 永塚 邦男	潮 沢 小林 公男			
中曾根 内田 寿文	新 屋 曾根原善康	一日市場 宮坂 佳亨	小林 良清	熊 倉 丸山 正義	古 厩 匂坂 康男	二 木 古屋 顕一	上 生 野 望月 正雄			
アルプス 百瀬 陽子	立 足 手塚 敏徳	及 木 高山 秀	土肥 三夫	徳 治 郎 田近 恵壽	柏 原 等々力正彦	中 萱 胡桃澤 寛	下 押 野 木村 正明			
田 沢 平林 良人	久保田 古幡 光由	堀金地域 塩川原 堀内 運友		小瀬幅 宮下 裕一	塚 原 姜 智允	岩 原 宮島 世英	荻 原 小出 長幸			
大口沢 宮澤 貯治	牧 浅川 竹生	倉 田 丸山 豊	南陸郷 遠藤 照一							



「地域の交流 いざというときの助け合い」 区への加入を!

区に加入することでお互いの顔がつながりやすくなります。これにより、災害時の助け合いや地域での交流などたくさんのメリットがあります。区への加入は任意ではありますが、近所づきあいの第一歩として加入をご検討ください。
区への加入手続きは各区で行っています。市では、お住いの地域の区長さん(自治会長さん)を紹介しています。詳しくは地域づくり課まで問い合わせください。
圃地域づくり課 Tel71-2494

注目情報①

あなたのアイデアをナンバーに!

安曇野ナンバーデザイン案を募集

令和7年5月からの導入を目指す安曇野ナンバーのデザイン案を募集します。手書き・電子データともに応募可能です。多くのデザインをお待ちしています。

●デザイン基準

- 安曇野の地域振興と観光振興につながるもので次の①または②の要件と募集要項に示す条件を満たすもの
- ①安曇野市・生坂村・池田町・松川村(安曇野地域)の特色をそれぞれ、最低1つは取り入れたもの
 - ②安曇野地域の特色を表しているもの
 - ③その他募集要項に示す条件を満たすもの

●応募方法

7月31日(月)までにながの電子申請サービスまたは、政策経営課・支所へ直接。応募書類・募集要項は同課・支所・市HPで入手できます。

●問い合わせ

政策経営課 Tel.71-2401



・安曇野599・
あ 20-46



市 HP



ながの電子申請サービス

注目情報②

ものを捨てずに大切に

リユース(再使用)をご検討ください



リユースは、「繰り返し使う」「再使用する」という意味です。リサイクルに比べてエネルギーの消費や排出物を抑えることができるため、環境にやさしい取り組みと言えます。例えば、まだ着られるのにサイズが合わなくなった衣類を不用品として捨てるのではなく、欲しい人に譲り使ってもらうことです。中古自動車や古本などもリユースです。
限りある資源を大切にするために、まだ使えるものは使い手を変えるリユースをご検討ください。



リユースには
どんな方法があるの?

- リユース(リサイクル)ショップを利用する
- インターネットオークションを利用する
- フリーマーケットやバザーなどを利用する
- 不用食器回収などを利用する

地域情報サイト「ジモティー」と協定を締結

市と株式会社ジモティーは持続可能な社会の実現に向け、県内初となるリユースに関する協定を6月8日に締結しました。
まだ使える不用品のリユースにジモティーを積極的にご利用ください。詳しくは下記まで問い合わせください。
圃環境課 Tel.71-2490

トピックス

ジモティーとは

無料で不用品をあげたり、人を募集したりできる個人間取引 Web サービス。
ご利用の際は、注意事項や規約をよく確認の上、トラブルに遭わないよう安全にご利用ください。
詳しくは市HPをご覧ください。



共生社会づくり講座
世界を知ろう、触れ合おう！
インドネシア編



インドネシア出身の講師から文化や習慣などを学び、インドネシアのごま団子「オンデオンデ」を作ります。

- 日時** 8月27日(日)15:00~18:00
- 場所** 三郷公民館
- 対象** 小中学生と保護者
- 定員** 15組(先着順)
- 費用** 1組600円
- 持ち物** エプロン、三角巾
- 申し込み** 6月28日(水)からながの電子申請サービス(上記2次元コード)で



講師
中野アナさん



オンデオンデ

あづみの国際 DAY！
出展者・出演者募集

あづみの国際DAYのブース出展者、ステージ出演者を募集します。応募方法など詳細は市HPをご覧ください。

- 日** 10月29日(日)
10:00~15:00
穂高交流学習センター「みらい」
- 日** 6月28日(水)から
8月9日(水)にファクス・電子メールで



◀応募方法・メールアドレスはこちら

7月3日から始まります
がいこくせきしみんなそうだんまどぐち
外国籍市民相談窓口



Azumino City Foreign Citizens Consultation Desk 安曇野市外国人相談窓口
Balcão de Atendimento ao Cidadão Estrangeiro da Cidade de Azumino

外国籍市民の皆さんが生活や手続きで困っていること、わからないことを相談できる窓口がスタートします。英語、中国語、ポルトガル語が話せる相談員と映像通訳などにより、20の言語と「やさしい日本語」で相談できます。

- 相談ができる日**
月曜日~金曜日 9:00~12:00
13:00~17:00
- 相談ができる場所**
市役所1階
- 電話でも相談できます**
Tel 0263-71-2088

私たちが相談に乗ります



フルシュ ラルス

竹内美夏

パネル展示 (共通事項) 場所: 市役所1階東ロビー

男女共同参画パネル展

6月23日~29日の男女共同参画週間に合わせた展示を6月30日(金)まで行います。

社会を明るくする運動パネル展

犯罪や非行のない安全安心な明るい地域社会を築くための運動に合わせて展示を行います。

- 日時** 7月1日(土)~18日(火)
- その他** 7月3日(月)7:00~市内11カ所の駅前街頭啓発を行います。

写真展示会「写信州」&
多文化共生パネル展



カントリーロード(中国・ガンブへさん)

県の多文化共生推進月間に合わせ、外国人県民から見た長野県の魅力を写した写真展とパネル展を開催します。

- 日時** 7月1日(土)~18日(火)

寄附寄贈のお礼(敬称略)

▷旭化成ホームプロダクツ(株) 15万円 わさび田湧水群の保全のため▷アルプスあづみのセンチュリーライド実行委員会 25万円 自転車にやさしい道路環境整備のため▷寺島茂幸 100万円 不妊治療支援のため▷(株)アイダエナジー 15万円 市内緑化活動の推進のため▷西村景子 2万円 入学・進学準備資金として▷濱田友助 木製銘板「柔能制剛」▷(有)かいたく 書籍「空より高く」「のいちごつみ」各19冊▷ハウスドゥ!あづみ野店・さくら不動産(株)あづみ野支店 ホワイトボード1基▷安曇野市シニアクラブ連合会穂高支部 手作り雑巾30枚▷信州メディビトネット「卓上版・信州健康かるた」190セット▷上條美香 共生社会づくり計画書用イラスト原画5点▷(公社)安曇野シルバー人材センター 門松1対▷(株)エイワ マシュマロ 7,752袋▷(株)松本山雅 ガンズくん交通安全かるた45セット▷ヘアーサロン本庄 エタノール消毒液 4ℓ 4本▷山本義文 アップライトピアノ1台▷(株)アソビズム「ゲームを改造しながら学ぶ Scratch プログラミングドリル:プロのゲームクリエイターが伝授!考えて遊んで面白くするゲーム作りの思考法」17冊▷農事組合法人旬の味ほりがね物産センター組合 図書カード16万円分▷市商工会明科支部青年部 絵本28冊▷松本法人会堀金支部・市商工会堀金支部工業会 図書カード5万円分▷安曇野自家用自動車協会 小冊子「まもろうね!6つのおやくそく」790冊▷エクセラン高等学校 花種子16種2000袋▷穂高新聞販売(株) プレーン食パン319個▷安曇野市明科地域青少年育成市民会議 図書カード3万円分

参加無料
共生社会づくりフォーラム



- 日時** 8月5日(土)13:30~16:15
- 場所** 市役所4階大会議室
- 内容**
 - 講演「心のユニバーサルデザインのススメ」 「女性活躍と多文化共生の取組」
 - 安曇野の共生社会づくりタウンミーティング テーマ「女性、高齢者、障がい者、外国人などさまざまな人たちが活躍するためには?」「どんな人も不自由に感じず、安心して過ごせるためには?」



廣瀬豊さん
松本大学
松商短期大学部
准教授



内川小百合さん
丸の内ビジネス
専門学校
理事長・校長

- 定員** 80人(先着順)
- 申し込み** 6月26日(月)から7月25日(火)に人権共生課へ電話・ファクス・ながの電子申請サービスで

日本語deスピーチ大会
&対話会



外国人の皆さんが日ごろ感じたことなどを日本語でスピーチします。ぜひご来場ください。

- 日時** 7月30日(日)
14:00~16:00
- 場所** 穂高交流学習センター「みらい」多目的ホール

オンラインモデル日本語教室
日本語交流員募集



外国籍市民向けのオンライン日本語教室の日本語交流員募集をします。応募には事前研修の受講が必要です。詳しくは市HPをご覧ください。

問生涯学習課 Tel 71-2466

日 日 時
期 期 間
場 場 所
因 内 容
対 対 象
講 講 師
費 費 用
定 定 員
持 持 物
申 申 込
提 提 出 先
他 他
問 問 合 せ



詳しくは
市ホームページで



無料アプリ
「マチイロ」
広報紙はスマホで



広報あづみの
朗読版

お知らせ

6月の納期限は6月30日(金)

市県民税、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(穂高・三郷地域)、下水道使用料(豊科・堀金・明科地域)

マイナンバーカード交付特別窓口

個人番号カード交付予定通知書を認の上、予約してください。
場市役所1階ロビー中央(入口は東側)
持本人確認書類、マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書、通知カードなど

開設日時	予約方法
6月25日(日) 8:30~11:30	窓口・電話
6月28日(水) 17:30~19:30	LINE
7月2日(日) 8:30~11:30	窓口・電話・LINE
7月9日(日) 8:30~14:30	窓口・電話・LINE
7月11日(火) 17:30~19:30	窓口・電話・LINE

他平日は予約不要ですが、午後5時までに受付を済ませてください。
問 市民課
Tel 71・2489



LINE 予約

第10回議会報告会

市議会議員が令和4年7月から令和5年6月までの議会活動を中心に報告します。皆さんからのご意見も伺います。
日 7月22日(土)
時 午後6時~(開場・午後5時30分)
場 市役所4階大会議室
申 不要

他オンライン参加もできます。詳細は市HPをご覧ください。
問 議会事務局
Tel 71・2156



日本赤十字社
活動資金募集にご協力を

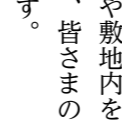
日本赤十字社が行うさまざまな活動は、会費や寄付金を合わせた活動資金によって支えられています。お寄せいただいた資金は全額、日本赤

十字社長野県支部を通して、災害等における医療救助活動や救済物資の配布といった赤十字活動に役立てられます。市内では、8月31日(木)まで活動資金を募集しています。皆さんのご理解と温かいご支援をお願いします。
問 福祉課
Tel 71・2253



サルの追い払い活動が開始

「ニホンザル追い払い隊」による追い払い活動が西山山麓で始まります。追い払い活動の際、林地や敷地内を通過する場合がありますが、皆さまのご理解ご協力をお願いします。
場 穂高・堀金・三郷地域
問 耕地林務課
Tel 71・2432



取引・証明用「はかり」の定期検査

商品の売買や計量、各種証明行為に使用する「はかり」は、2年に1回の定期検査を受けることが義務付けられています。次の日程で定期検査を行います。使用者は必ず定期検査が計量士による代検査を受けてください。な



水道メータの交換

有効期間が満了となる水道メータの交換作業を、市が委託した作業員(市の腕章を着用)が無料で行います。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。なお、メータボックスの上に乗車等の障害物がある場合は、あらかじめ移動をお願いします。
期 7月・明科地域、8月・三郷地域、9月・豊科地域、10月・穂高地域、11月・堀金地域

対平成28年度に交換した水道メータ
問 水道課
Tel 71・2268



無人航空機による農薬散布

6月から秋にかけて、水稻の病害虫防除等のための無人航空機による農薬散布が実施されます。散布を行う場合は、県への実施計画書の提出や近隣への周知など、国の示すガイドライン等を遵守してください。皆さんのご理解ご協力をお願いします。

問 農政課
Tel 71・2428



地震防災対策アンケートにご協力を

内閣府では、今後の防災対策に向けた避難意識等に関する調査を行います。

自動車などに貼って安曇野のPRにご活用ください。PRに協力いただける皆さんは左記窓口までお越しください。
場 移住定住推進課、支所
対 市民に限らずどなたでも。一世帯2枚まで(なくなり次第終了)
費 無料
問 移住定住推進課
Tel 71・2081



安曇野市PRステッカーを配布



アンケート



市HP

補助金・助成金

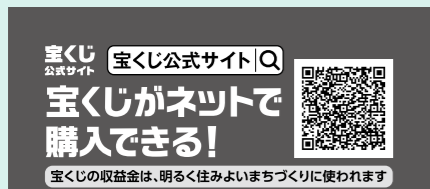
運転免許証自主返納者に「あづみん」乗車券を交付

運転免許証を自主返納した人にデマンド交通「あづみん」の乗車回数券9000円分を交付します。
対 自主返納時に市内に住所を有する人
申 返納から1年以内に、申請書と取消通知書(返納時に警察署が発行)を地域づくり課へ提出(本人以外が申請する場合は委任状が必要)。申請書は同課・HPから入手できます。
問 地域づくり課
Tel 71・2495



サマージャンボ宝くじが発売

宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。収益金は販売実績により配分されますので、県内の宝くじ売場でお買い求めください。
発売期間 7月4日(火)~8月4日(金)
抽せん日 8月18日(金)
販売価格 1枚300円
問 政策経営課 Tel 71-2401



お問い合わせ先
宝くじコールセンター

お詫びと訂正

356号(5月24日発行)4頁中央、吉田満男さんのお住まい
【誤】穂高北穂高 【正】穂高有明
お詫びして訂正いたします。

新車の軽自動車が 月々1.1万円から

オールメーカー取扱い

塩尻北インターより車で約2分

0120-114-239

長野県松本市小屋南2-18-10 FAX0263-57-8033

南松本 自衛隊松本駐屯地そば

0263-27-0003

長野県松本市南原1-19-16 FAX0263-28-7895

営業時間 AM10:00~PM6:00(水曜定休)

車検 自賠責 オイル交換 自動車税 諸費用

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。

お、家庭用のはかりは対象外です。
問 左表のとおり
持 はかり(おもり、分銅を含む)、検査手数料(計量検定所HP参照)
※ 付着したほり・粉などを落として持参してください。
他▽会場に持ち込むことが難しい大型のはかりや日程の都合がつかない場合は、計量士による代検査を受けてください。▽はかりが不要になった場合は検査対象になりませんので、商工労働課までご連絡ください。
※ 詳しくは、長野県計量検定所HPをご覧ください。
問 商工労働課
Tel 71・2041

検査日時	場所
7月11日(火) 10:00~12:00 13:00~14:30	明科支所 駐車場
7月12日(水) 9:30~12:00	三郷支所 北側駐車場
7月12日(水) 13:30~15:30	堀金支所 駐車場
7月13日(木) 10:00~12:00 13:00~15:30	穂高支所 南側駐車場
7月14日(金) 10:00~12:00 13:00~15:30	市役所 地下駐車場



防犯機能付き電話機の費用を補助

電話でお金詐欺を防ぐため、対策機能のある電話機器等の購入・借り上げ費用を補助します。

①65歳以上の市民
補助金額 購入・借り上げ・設置に要する費用の2分の1(上限5000円)

対象機器 ①通話内容を自動録音し、未登録の電話番号からの着信に対する注意を促す電話機

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

申請書 電話機等の購入・借り上げ前に、申請書を地域づくり課へ提出。申請書は同課・市HPから入手できます。

問地域づくり課
Tel 71・2495



つながりひろがる地域づくり事業補助金

より良いまちづくりのための事業に使える補助金の追加募集を行います。本年から制度が新しくなりました。

補助金額 ①重点テーマに該当または団体構成員の3分の2以上が35歳未満の場合、対象経費の4分の3(上限20万円) ②右記以外は対象経費の2分の1(上限20万円)

安曇野インスタフォトコン応募作品

安曇野インスタグラムフォトコンテスト2023が開催中。3部門の作品を募集しています。

応募期限 12月17日(日)

部門 ①安曇野暮らし部門 ②アウトドア部門 ③山岳部門

対令和5年4月1日以降に安曇野市・池田町・松川村で撮影された写真

他応募方法など詳細は左記2次元コードをご確認ください。

問観光課
Tel 71・2053



安曇野やさしいスイーツ参加店

やさしいスイーツプロジェクトの参加店舗を募集します。店の特色を生かし、安曇野の食をPRしませんか。

テーマ 夏秋イチゴ
スケジュール

商品発表会 8月下旬

プレイベント 9月下旬

フェア 10月1日(日)～31日(火) 対期間中に安曇野産野菜を使用したスイーツを販売できる市内事業者

費5000円

問7月7日(金)までに電話で
問やさしいスイーツプロジェクト
事務局(観光課内)

Tel 71・2053



対活動拠点が市内で、構成員に市民5人以上を含む団体

問7月14日(金)までに申請書を地域づくり課へ直接。申請書は同課・市HPから入手できます。

問地域づくり課
Tel 71・2494



対象の新婚世帯に補助金を交付

一定の要件を満たす新婚世帯の家賃や引っ越し費用等を補助します。

対次の要件をすべて満たす世帯
①令和5年3月1日以降に婚姻した

②婚姻日時時点で夫婦ともに39歳以下

③夫婦の合計所得が500万円以下

④対象経費 本年度に支払った次の経費
▽住宅取得費用
▽住宅賃貸費用
▽住宅リフォーム費用
▽引越費用

補助金額 ①最大30万円(婚姻日時時点で夫婦ともに29歳以下の場合)は最大60万円

問7月3日(月)から3月29日(金)に申請書を移住推進課へ持参。申請書は同課・市HPから入手できます。

要件や経費の確認のため、申請前にご相談ください。

問移住推進課
Tel 71・2081



新制度「空家及び空き屋跡地活用による地域活性化促進事業補助金」を開始

本年度から、空家や空家解体後の跡地を地域交流や地域活性化を目的に10年以上活用する場合に、その改修費用や整備費用を補助します。

問所有者または所有者と10年以上の賃貸借契約を締結した人(法人・任意団体の代表者も可)

補助金額 対象経費の3分の2(上限240万円)

活用例 宿泊施設、コワーキングスペース、創作活動施設、交流施設、パーク、避難場所など

問補助金の利用には条件があります。申請前にご相談ください。

問移住推進課
Tel 71・2011



ペレットストーブの購入費用を補助

補助金額 ストーブ本体の購入価格(税抜き)の2分の1以内(上限10万円)

問15人(先着順) ※1人1台

問7月3日(月)から8月31日(木)に耕林務課へ直接。ストーブの購入・設置前に申請が必要です。

交付要件等詳細は市HPをご覧ください。

問耕林務課
Tel 71・2432



常念フェスティバル出展者

ステージ発表や仮装行列、各種体験コーナー、フリーマーケットなどの出展者を募集します。

問8月26日(土)

場常念ドーム、堀金中央公園

問市内在住・在勤者

問出店希望者：7月28日(金)までに電話で

▽仮装行列・くつ飛ばし・紙飛行機飛ばしの参加者、川柳・アートの応募

募：8月3日(木)までに申込書を堀金公民館へ直接。申込書は堀金公民館・市HPで入手できます。

問常念フェスティバル実行委員会
(堀金公民館内)
Tel 72・5796



「緑のカーテン」写真展作品

本年中に育てている緑のカーテン写真を募集します。応募写真は、安曇野環境フェアでの展示や市HPへ掲載します。

問応募者には粗品を進呈します。

問市内で緑のカーテンに取り組んでいる個人、事業者、学校、団体等

問8月31日(木)までに応募用紙と写真を環境課へ提出。応募用紙は同課・市HPから入手できます。

問環境課
Tel 71・2492



募集

新宿駅で農産物等を販売する農家等

JR新宿駅で市が単独開催するルミネアグリマルシェで農産物を販売する皆さんを募集します。

問9月8日(金)～10日(日)

場JR新宿駅ミライナタワー改札外 対市内に住所を有する農家・事業者・団体等

問出店料不要(旅費や運搬費などは出店者負担。本年度新設の「マルシェ出店補助事業」の活用対象)

問定各日10者程度(連続参加も可)

問6月30日(金)までに申込書等を農政課へ提出。申込書は市HPから入手できます。

問他希望者多数の場合、選考の結果参加できない場合があります。

問悪天候などでイベントが中止・変更になった際の補償はありません。

問農政課
Tel 71・2430



住まいの安心相談窓口
修理 リフォーム 電気設備工事 など
『ちょっとした修繕』から『大きな工事』まで、住まいのお困りごとをお気軽にご連絡ください。
近くて安心、地元の専門業者をご紹介します!!
安曇野市商工会 安心相談窓口 ☎0263-72-2986
建設業部会 受付時間：平日 8:30～17:00(土・日・祝除く)
※土・日・祝はFAX受付のみで後日ご連絡となります。FAX72-8457

専門家に任せて安心!!
開催日時 令和5年 7月11日(火) 9:00～17:00
相続 贈与 遺言
ご希望の方は事前にお電話にてご予約ください。*ご都合がつかない方はご相談ください。
電話による「相続(初回)無料相談会」開催!!
新型コロナウイルスの影響を考慮して、お電話でのご相談に応じます。
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.sasakiikai.co.jp
駐庫から事務所内全て(トイレ含む)車椅子でご利用いただけます。

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。

東京都江戸川区花火大会参加者

友好都市・東京都江戸川区を訪問し、花火大会の観賞や周辺施設の散策などを行います。

◎8月5日(土)・6日(日)
 対小学生と保護者(2人1組)
 費1組2万円(定15組(抽選))
 申7月5日(水)までに申込書と子ども家庭支援課へ提出。申込書は同課・市HPから入手できます。

提 問 T399・8281(住所不要)
 子ども家庭支援課
 Tel 71・2078
 Fax 72・2065



きこ山オーナーの入札参加者

安曇野市・松本市山林組合所有の「きこ山」(豊科田沢地籍の組合林4区画)のオーナーを募集します。入札公告等詳細はHPをご確認ください。
 入札日 8月3日(木) 午前10時
 場市役所2階会議室201

対安曇野市民、松本市民
 販売対象 区内に自生するマツタケを主とする菌類

問安曇野市・松本市山林組合事務局(耕地林務課内)
 地林務課内)
 Tel 71・2434



平和の尊さを考える絵画展・展示会

平和憲法を活かす安曇野の会では、平和の尊さを考える機会として展示を行います。

■ウクライナの子どもの絵画展
 「ウクライナの心」

国内外に避難したウクライナの子どもの絵画作品を展示します。

期 6月23日(金)〜25日(日)

※最終日は午後5時まで

場穂高交流学習センター「みらい」
 問文化課

Tel 71・2465

■第23回 安曇野 戦争と平和展
 広島・長崎の原爆や安曇野の戦争遺跡等のパネルを展示します。

日 7月20日(木)〜22日(土)

午前9時から午後5時

※最終日は午後4時まで
 場市役所1階東側ロビー

問総務課

Tel 71・2408



第21回戦争と平和展

イベント・講座

水辺の外来生物学習会
 「気になる安曇野のウシガエル」

特定外来生物であるウシガエルについて、屋内と野外で学びます。

日 7月26日(水) 午前10時〜正午
 場自然体験交流センター「せせらぎ」
 対小学生以上(小学生は保護者同伴)
 講北野聡さん(長野県環境保全研究所)
 費無料(定20人程度(抽選))
 日 6月26日(月) から7月3日(月)
 にながの電子申請サービスで。サービスが利用できない場合は問い合わせください。

問環境課
 Tel 71・2492



第2回自然観察会

長峰山の草原で見られる生きものを観察します。

日 7月29日(土)
 午前9時30分から正午
 場長峰山展望台周辺
 対小学生以上(小学生は保護者同伴)
 講▽植物・森芳昭さん(NPO法人森倶楽部21)▽動物:中田信好さん(田淵行男記念館館長)

あかしの農産物加工交流ひろば
 「えべや」の催し

料理教室 「七夕饅頭と寒天スイーツ」
 日 7月9日(日)・19日(水)
 午前10時〜正午

費1500円
 体験教室 「アウトドア料理」
 日 7月15日(土) 午前10時〜正午
 費1800円

■共通事項

場えべや 講えべやスタッフ
 定10人(先着順) 特エプロンなど
 日 6月27日(火) から「えべや」へ電話で(Tel 88・6275) 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
 問農政課
 Tel 71・2430



豊科農産物加工交流センター
 体験講習会

しそジュース作り体験
 日 7月9日(日) 午後1時〜3時
 場豊科農産物加工交流センター
 講同センター管理運営委員
 費1本300円(1リットル瓶)
 定10人(先着順)
 日 6月23日(金)・26日(月)・28日(水)に同センターへ電話で(Tel 73・9550) 受付は午前9時から11時

費無料(定30人程度(抽選))
 日 6月26日(月) から7月5日(水)にながの電子申請サービスで。サービスが利用できない場合は問い合わせください。

一般介護予防教室
 足腰らくらく体操教室(三郷会場)

膝痛、腰痛予防に効果的な体操を通して、無理なく足腰を鍛え、体力・筋力アップを目指します。
 日 7月14日〜10月20日・金曜日
 全12回・午後1時30分〜3時
 場三郷公民館講堂

対おむね65歳以上の人(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参加できません)
 費無料(定20人(抽選・初めての人は優先))

日 6月27日(火) から30日(金)に電話で
 他運動強度は中程度。7月から開催する穂高前期・明科会場の追加募集を行っています。今後豊科・穂高後期・堀金地域で開催予定。
 問高齢者介護課
 Tel 71・2474



特エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用容器
 他毎月12日の午前9時から正午まで、安曇野産大豆で豆腐作りをしています。費用は1丁100円。申し込みは不要ですので、ぜひお越しください。
 問農政課
 Tel 71・2430



第23回
 豊科地域コーラスグループ交流発表会

豊科地域で活動するコーラスグループ7団体の交流発表会。日ごろの活動の成果をお楽しみください。
 日 7月15日(土) 午後1時30分
 場豊科公民館ホール

費無料(申不要)
 問豊科公民館
 Tel 72・2158



スポーツ教室② ポールウォーキング体験(第2回)

基本を学びながら廃線敷を歩きます。ポールを使ったレクリエーション「プロライフル」体験も行います。
 日 7月22日(土)9:30〜13:30
 場旧篠ノ井線廃線敷集合・解散
 講大塚寛美さん(日本ポールウォーキング協会マスターコーチ)
 費250円(高校生以下は150円) 定20人(抽選)
 持昼食、ポール(レンタル300円)
 日 7月3日(月)までに左記2次元コードまたは電話で
 問スポーツ推進課 Tel 71-2467



ANCアリーナ

共通事項 定先着順 特動きやすい服装、飲み物、タオル
 問ANCアリーナへ電話(Tel 73-1600)で

ヘキサスロン

日 7月29日(日)

①9:00〜、②10:30〜 各60分

場サブアリーナ

対①幼児、②小学1〜3年生

内運動発達に必用な基本動作を楽しみながら身に付ける遊びプログラム

費500円 定各20人

特上記に加え、室内用シューズ

ミズノ卓球スクール 初級クラス

日 毎週火曜日9:30〜10:55

場サブアリーナ

講中野和茂さん(松商学園高校卓球部元監督)

費4400円/クール 定15人

特上記に加え、室内用シューズ

うんどうのじかん

日 毎週火曜日10:00〜11:00

場柔剣道場 対未就園児の親子

内親子で遊べる運動教室

講中川菜成さん(特定非営利活動法人GRIT BASE)

費1回550円 定15組

学校開放講座



市内の学校と連携した特色ある講座を開催します。詳細は各校へ問い合わせください。 生涯学習課 Tel 71-2466

講座名・講師	日時・場所	費用・定員など	申し込み・問い合わせ
あづみのこども寄席 落語を学び、最終回に公演(口演)会を行います。11月のあづみのこども文化祭でも発表予定。 講師 小平伴紀さん	7月25日(火)・26日(水)、 8月1日(火)・2日(水) 18:00~19:30 ▷口演会 8月5日(土) 15:30~16:30(開場15:00) 場 堀金小学校視聴覚室	対小学4年生~19歳 費無料 定10人程度(先着順) 持上履き、筆記用具、飲み物	場 右記2次元コードから 場 堀金小学校 Tel72-2013
SDGsのゲームをしよう アイデアを出し合い、研修や学習を設定して手軽に遊べるゲーム作りをします。 講師 向角太さん	7月15日(土)13:00~15:00 9月10日(日)9:00~12:00 11月11日(土)14:00~16:00 12月16日(土)8:30~10:30 場 堀金中学校図書館	対小学5年生以上 費無料	場 7月1日(土)から各開催日の前々日17:00までに右記2次元コードから 場 堀金中学校 Tel72-2272
ボールパークであそぼう! ボールを投げたり捕ったり、打ったりして遊びます。 講師 松下聖軌さん	7月20日(木)、9月12日(火)、 10月17日(火)、11月9日(木) 17:00~18:30 場 明科高校グラウンド	費無料 定各回15人(先着順) 持飲み物	場 各実施日の1週間前までに右記2次元コードから 場 明科高校 Tel62-4388
初歩から学ぶ日商簿記3級取得を目指して 日商簿記3級の受験に必要な知識と技能を学びます。 講師 川上忠志さん	8月19日~10月7日 土曜日・全8回 9:00~12:00 場 穂高商業高校簿記室	対全日程に参加できる人 費2,300円(教材費) 定20人(先着順) 持筆記用具、電卓、上履き	場 6月30日(金)から7月21日(金)15:00までに電子メールで ✉t-kwkm@m.nagano-c.ed.jp 場 穂高商業高校 Tel82-2162

市民大学講座

安曇野市・信州大学連携事業



市民を対象とした生涯学習の場として、信州大学から講師を迎えた市民大学講座を開催します。

■共通事項

場 豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール 費無料 定各回70人(抽選。受講者には案内ハガキを送付)

場 7月21日(金)までに郵便番号・住所・氏名・電話番号・希望講座を生涯学習課へ。市HP から、ながの電子申請サービスもご利用いただけます。

場 399-8281(住所不要) 生涯学習課 宛て

Tel71-2466 Fax71-2338

✉shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp

第2回 「質量をつくる」Higgs粒子発見!

8月24日(木)19:00~20:30
講師 竹下徹さん(理学部特任教授)



第4回 印象派期における音楽と絵画 —ドビュッシーとモネ—

9月7日(木)19:00~20:30
講師 中島卓郎さん(教育学部教授)



第1回 ウクライナ危機の深層:冷戦後の戦争と平和

8月17日(木)19:00~20:30
講師 甘信吾さん(経法学部教授)



第3回 食と健康 一腹7分目は医者いらず

8月31日(木)19:00~20:30
講師 田中直樹さん(医学部教授)



第5回 カイコ研究の現在と未来

9月14日(木)19:00~20:30
講師 白井孝治さん(繊維学部准教授)



夏休み子ども体験ラボ



■共通事項

場 6月26日(月)から30日(金)に市HPまたは電話で
場 子ども家庭支援課 Tel71-2078

■ミニたみをつくろう!

8月1日(火) 9:30~11:30
場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1
講師 堀内秀一郎さん(豊職人) 対小学生 費500円 定15人(抽選)

■爆発型ペットボトルロケットを打ち上げよう!

8月3日(木) 9:00~12:00 場 堀金公民館講堂、堀金中央公園
講師 門崎克典さん(元高等学校理科教諭) 対小学3~6年生 費無料
定15人(抽選) 他実験時に大きな爆発音が出ます

■飾れる書道作品をつくろう!

8月17日(木) 10:00~11:30
場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室2・3
講師 山縣美智代さん(書道教室主宰)
対習字をやったことのある小学生 費無料 定10人(抽選)



第4回

小説『安曇野』の登場人物を知ろう!



そうま あいぞう 相馬 愛蔵

故郷の穂高から上京し、妻の良とパン屋「中村屋」を創業。先を見据えた経営手腕で中村屋を大きく繁盛させた。一流商人としてだけでなく、社会的な弱者たちを支えたことでも有名です。

1901年に上京した愛蔵と良は、1日のうち2食をパン食にする生活を3カ月間続け、パン食は便利で将来性

邂逅と対話の安曇野紀行 「相馬家の洋館」

相馬の洋館で、幾晩も議論と協議をくりかえした末の結論はこうであった。喜源治は転任を拒否すること。禁酒会が中心になって、村びとに呼びかけ、官学に対抗して私学をつくること。

(小説『安曇野』第一部 その一より引用)

穂高白金(当時の白金村)にある相馬家の洋館は、第一部の舞台として何度か登場します。序盤では、愛蔵の仲間たちが洋館に集い、私塾「研成義塾」の創設に向けて議論を重ねた様子が描かれています。その洋館は現在も残っており、当時の面影を感じることができます。



があると判断してパン屋を開業。愛蔵は支店を出す際、殺風景だったが「将来の発展の上から市内電車の終点以外に適地はない」と、新宿に目を付けました。その考えは的中し、1909年には新宿の支店を本店にするほどの好調ぶりでした。

関東大震災が起きた際はパンなどを夜通しで作り、原価に近い価格で被災者に販売。中村屋の信用が大きく高まるきっかけとなりました。愛蔵は自著「二人として」の中で、「金を儲けようとして商売をしなかった」と振り返っています。

1954年に83歳で亡くなりますが、その経営手腕で発展させた中村屋は、現在も多くの人が愛され続けています。



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「ほぼん」

7 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 24 ⑳ 25 26 27 ㉑ 29

●全館共通休館 ○中央図書館特別整理期間

7月の図書館イベント

日 日時 場所 対象 講師 費用 定員 持物 申込

調べ学習支援講座 \ 夏休みの調べもの、研究を応援! /

日時	場所	定員	問い合わせ
7月22日(土)14:00~	穂高交流学習センター「みらい」	15人	中央図書館 Tel.84-0111
7月22日(土)14:00~	豊科図書館 多目的室	5人	豊科図書館 Tel.71-4022
7月22日(土)13:30~	明科大人と子どもの交流学習施設「ひまわり」 講義室		明科図書館 Tel.62-1122
7月23日(日)10:30~	三郷交流学習センター「ゆりのき」		三郷図書館 Tel.76-3078
7月25日(火)10:30~	堀金図書館 郷土コーナー		堀金図書館 Tel.72-3601

小学3~6年生と保護者

7月4日(火)から各館へ直接

大人のための朗読会

朗読協力が選定したエッセイ・小説などの朗読会です。

7月8日(土)13:30~15:00(開場13:00)

場「みらい」多目的交流ホール 対 中学生以上

定50人(当日先着順) 問 中央図書館 Tel.84-0111

明科図書館 開館20周年記念イベント
「音楽と本のハーモニー」

7月15日(土)13:30~15:00(開場13:00)

場「ひまわり」ハーモニーホール

出演 新井美那子さん(ピアノ)、飯田朱音さん(バイオリン)、ひまわりボランティアの皆さん

定40人(当日先着順・未就学児は保護者同伴)

問 明科図書館 Tel.62-1122

キラキラマリンドームを作ろう!

使用済みペットボトルでマリンドームを作ります。

8月3日(木)10:30~12:00 場「ゆりのき」学習室

対 園児・小学生(小学3年生以下は保護者同伴)

定15人(先着順) 問 三郷図書館 Tel.76-3078

映画上映会

不要(当日先着順) 費無料

北アルプスドローン大縦走
黒部源流の山々
(上映時間49分)

北アルプスー美しい山容と称される薬師岳、カールと巨大な奇岩が魅力の黒部五郎岳など、登山者憧れのエリアの絶景スポットで、最も美しい瞬間をドローンで狙う。

7月14日(金) 開場18:00 上映18:30

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

定100人 問 中央図書館 Tel.84-0111

小さなバイキング ビッケ
(上映時間82分)

魔法の剣によって黄金の姿に変えられてしまった母を救うため、「秘密の島」を目指して大海原へ立った海賊ビッケと仲間たちの海洋冒険アドベンチャー。

7月30日(金) 開場13:00 上映13:30

場 豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール

定50人 対 園児以上 問 豊科図書館 Tel.71-4022

国民健康保険 後期高齢者医療 保険証等が8月に更新されます

国民健康保険 本年は空色



水色の封筒で郵送

後期高齢者医療保険 本年はだいたい色



クリーム色の封筒で郵送

74歳までの人

藤色の保険証をお持ちの人に新しい保険証(空色)を郵送します。

有効期限 令和6年7月31日

※次のような場合、有効期限が異なります。

令和6年7月31日までに70歳になる場合

有効期限は誕生月の末日(1日の場合はその前月末日まで)。有効期限前までに新しい保険証を郵送します。

令和6年7月31日までに75歳になる場合

有効期限は満75歳の誕生日の前日です。75歳からは後期高齢者医療保険となります。

8月以降分の限度額適用認定証の申請は7月18日から

現在の認定証の有効期限は7月31日です。8月1日以降に入院や高額な医療を受ける予定がある人は申請ください。(8月以降は、申請月の初日から有効な認定証を交付。)

75歳以上の人

桃色の保険証をお持ちの人と、8月に75歳になる人に新しい保険証(だいたい色)を郵送します。

有効期限 令和6年7月31日

令和6年7月31日までに75歳になる場合、誕生日の前月に新しい保険証を郵送します。

限度額適用・標準負担額減額認定証または限度額適用認定証をお持ちで、負担区分等の変更がない人には、保険証とは別の郵便で認定証をお送りします。

問い合わせ

- 国民健康保険に関すること
国保年金課 Tel.71-2029
- 後期高齢者医療保険に関すること
国保年金課 Tel.71-2475 または
県後期高齢者医療広域連合 Tel.026-229-5320

福祉医療費受給者証・介護保険負担割合証の更新

福祉医療費受給者証

ひとり親家庭・障がい者資格の福祉医療費受給者証をお持ちの方は、8月1日で福祉医療費受給者証が更新になります。資格継続者には新しい受給者証を7月下旬に郵送します。

他障害者手帳の有効期間が切れている場合、障害者手帳の更新手続きが必要です。

問 福祉課 Tel.71-2253

介護保険負担割合証

要介護(支援)認定を受けている人へ、8月1日から令和6年7月31日までの負担割合を記載した「介護保険負担割合証」(ピンク色)を7月中旬に郵送します。介護保険サービスの利用者負担割合は所得に応じて決まります。介護保険被保険者証と一緒にサービス利用時に提示してください。

問 高齢者介護課 Tel.71-2472



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
お菓子づくり講座「柏餅」 食材にこだわった明科の老舗「笹屋」の味を再現します。 講師 依田増千さん(笹屋店主)	6月30日(金) 10:00~12:00 場 明科公民館調理実習室	費800円 定10人(当日先着順)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
スマホ相談室 基礎編第2回 スマホの基本的な操作やアプリの使い方などを個別に相談できます。 講師 明科公民館職員	7月4日(火) 10:00~12:00 場 明科公民館講堂	費200円 定15人(先着順) 持 スマートフォン	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
フラダンス教室 足・腰・肩の疲労を取り、柔らかさを回復し、若返った体をつくりまします。 講師 森島もも子さん(フラ スタジオ ピキ代表)	7月4日・11日・25日 (火)13:30~15:00 場 三郷公民館講堂	対全日程参加できる人 費600円(200円×3回) 定30人(先着順)	6月27日(火)から電話で 場 三郷公民館 Tel77-2109
包丁研ぎ教室 切れ味も味のうち、包丁の切れ味を良くする方法を学びます。草刈鎌などの砥ぎ方も学びます。 講師 奥村雅彦さん(越前かまや社長)	7月5日(水) 10:00~11:30 場 三郷公民館調理実習室	費200円 定18人(先着順) 持 研ぎたい刃物、タオル2枚、砥石(貸出あり)	6月28日(水)から電話で 場 三郷公民館 Tel77-2109
スマートフォンのマップを使いこなそう 初心者を対象に、地図アプリ(Googleマップ)の使い方を学びます。 講師 スマホ販売ショップ店員	7月13日(木) 10:00~12:00 場 豊科公民館大会議室	費200円 定15人(先着順) 持 スマートフォン	6月28日(水)・29日(木)に 電話で 場 豊科公民館 Tel72-2158
睡眠と健康の知恵袋講座 寝具選びのポイントや寝室の温度・湿度などの睡眠環境、睡眠に関する悩み別の解決方法を学びます。 講師 山口亜樹さん(明治安田生命松本支社)	7月21日(金) 10:00~11:20 場 堀金公民館会議室1	費無料 定20人(先着順)	7月3日(月)から7日(金)に 電話で 場 堀金公民館 Tel72-5796
安曇野自然教室 市の天然記念物「オオルリシジミ」の模型を作りながら、生き物に優しい環境を学びます。 講師 那須野雅好(オオルリシジミ保護対策会議代表)ほか	7月9日(日) 10:00~11:30 場 三郷公民館講義室	対小学校3年生以上と保護者 費無料 定15組(先着順)	6月29日(木)から電話で 場 三郷公民館 Tel77-2109
青少年・親子自然体験講座 国営アルプスあづみの公園(大町・松川地区)で食体験(ピザづくり)や自然体験をします。 講師 公園サポーターの皆さん	7月15日(土) 8:30~16:30 場 穂高公民館集合	費1200円 定15組・30人(先着順) 他 小学校1年生以下は保護者同伴	6月29日(木)・30日(金)に 電話で 場 穂高公民館 Tel82-5970
夏休みフィールドチャレンジ教室 水生生物の観察やフィールドワークを通じて自然体験をします。 講師 那須野雅好(三郷昆虫クラブ世話人)	7月26日(水) 9:00~14:30 場 県営烏川深谷緑地、国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)	対小学生とその保護者 費子ども無料、大人450円(入園料) 定10組(先着順) 持 昼食、飲み物	7月10日(月)から14日(金)に 電話で 場 豊科公民館 Tel72-2158
ふるさとたんけん隊② 長峰山たんけん 長峰山周辺で化石の採集や昆虫採集を行います。 講師 那須野雅好(三郷昆虫クラブ世話人) 中田光男さん(前穂高公民館長)	7月28日(金) 8:30~15:30 場 明科公民館集合	対小学生と保護者(小学校1年生は保護者同伴) 費無料 定20人(先着順) 持 昼食、飲み物、レジ袋 ほか	7月20日(木)・21日(金)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
夏休み子ども公民館講座 選べる5つの講座。終了後、夏休みの宿題をする学習会を行います。 ①折り紙の達人になろう! 講師 山田賢一(堀金公民館長) ②棋士をめざそう! 講師 本郷大輔さん(高瀬中学校教諭) ③けん玉の達人になろう! 講師 高山万寿さん(けん玉愛好会安曇野支部長) ④ドローンを操縦してみよう! 講師 菅沼豊さん(ドローン愛好者) ⑤楽しく絵手紙を書こう! 講師 藤原美和子さん(日本絵手紙協会公認講師)	7月31日(月)、8月1日(火)・2日(水) <講座>9:00~10:30 <学習会>10:40~12:00 場 堀金公民館	対全日程参加できる市内小中学生 費600円、材料費別途 定各講座10人(先着順)	7月3日(月)から7日(金)に 電話で 場 堀金公民館 Tel72-5796

くらし

こども

講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
夕涼みジャズコンサート モダン・ジャズとジャズ・ヴォーカルの演奏を楽しみます。 出演:ニュー・モダン・デュークス & Y's Gem ほか	7月8日(土) 17:00~19:00 場 穂高公民館講堂	費無料 定150人(当日先着順)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
夏の歌声ひろば アコーディオンの演奏にあわせて懐かしい歌謡曲や童謡、唱歌を歌います。 出演:柴田勲さん	7月18日(火) 13:30~15:00 場 明科公民館講堂	費無料	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
真夏のコンサート くつろぎのジャズ 心地よいジャズの演奏を楽しみます。 出演:ニュー・モダン・デュークス	7月20日(木) 14:00~15:30 場 明科公民館講堂	費無料	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
堀金のお宝発見講座 堀金の古墳に見る安曇野の古墳・奈良時代 安曇野の人々が古墳を築造した背景について、近年の調査成果と合わせて学びます。 講師 白居直之(市文化課職員)	7月17日(月) 19:00~20:30 場 堀金公民館講堂	費無料 定80人(当日先着順) 他 ふるさと堀金を楽しむ会と共同開催	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
ふるさと探訪講座② 道祖神と大黒天の宝庫・安曇野 安曇野は道祖神と大黒天の像碑が混在する特異な地域。招福の神同士のせめぎあいの結果を学びます。 講師 窪田雅之さん(松本市文書館)	7月19日(水) 13:30~15:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定70人(当日先着順)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
豊科の宝① 転変する真鳥羽堰 真々部から鳥羽へ流れる真鳥羽堰を巡る村々の近世から近代までの歴史をたどります。 講師 逸見大悟(市文化課職員)	7月21日(金) 13:30~15:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定70人(当日先着順)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605
里山トレッキング講座「富士尾山登山」 身近な山を散策し、山頂からの景色を楽しみます。 講師 中田光男さん(前穂高公民館長)	7月27日(木) 7:15~13:30 場 満願寺下駐車場集合	費200円 定30人(抽選)	6月26日(月)・27日(火)に 電話で 場 明科公民館 Tel62-4605

音楽

歴史・文化

自然

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てください。

あづみの学校理科教室特別展示「あめあめふれふれカエル展」 梅雨の季節にピッタリ!雨降りが大好きなカエル達に会える展示です。カエルグッズも展示します。	7月2日(日)まで 場 国営アルプスあづみの公園(穂高・堀金地区)	費無料(要入園料)	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 穂高・堀金管理センター Tel71-5511
安曇野卓球講習会 体力や技術のレベルに応じて、硬式とラージボールの講習を行います。初心者やお子さん大歓迎です。	7月2日(日) 8:30~12:00 場 堀金総合体育館メインアリーナ	費無料 定40人程度 持 ラケット(貸出あり)	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel88-3516
公務員(警察・消防・自衛隊・法務省刑務官)合同説明会 採用制度の説明会と個別相談を実施します。学生・転職希望の方は必見です。	7月16日(日) 13:00~16:00 場 豊科交流学習センターきぼう多目的交流ホール	費無料	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel88-3516
高森信子先生による精神保健福祉講座 ①精神の病による生きづらさを抱える当事者に対する暮らしのセミナー ②当事者に対し、家族や支援者がどう向き合うか学ぶセミナー	①当事者講座 7月8日(土) 14:00~16:00 ②家族・支援者講座 7月9日(日) 10:00~16:00 場 豊科公民館大会議室	費無料 定①30人 ②70人	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel88-3516
藍染め体験講座「藍の生葉でパンダナを染めよう」 生徒達と一緒に藍の生葉染めにチャレンジしませんか。	7月28日(金)・29日(土) 10:00~12:00 場 南安曇農業高校内安曇養護学校あづみ野分教室	対小学生以上 小学生は保護者同伴 費500円 定各16人	6月21日(水)から29日(木)に 電話で(当日受付可) 場 安曇野卓球連盟・宮島哲広さん Tel090-4599-3164 または市スポーツ協会 Tel88-3516

施設名	展覧会・イベント	日時・場所	費用・定員・申し込み
貞享義民記念館 Tel.77-7550	三郷陶芸クラブ 絆～津留氏遺作展～	6月28日(水)～7月2日(日) 9:00～17:00 1階企画展示室	無料(常設展は有料)
	楡フォトクラブ写真展	7月9日(日)～23日(日) 9:00～17:00 1階企画展示室	
田淵行男記念館 Tel.72-9964	田淵行男写真展 「黒の造形」	6月27日(火)～10月15日(日) 9:00～17:00 1階企画展示室	要入館料
穂高交流学習 センター「みらい」 Tel.81-3111	～MIRAI～グランドピアノ無料開放 (参加者募集)	8月12(土)・13(日) 10:00～20:45 多目的交流ホール	市内在住のピアノ経験者 無料 定6～11組/日 45分～105分/組(先着順) 7月26日(水)から電話で (受付時間10:00～17:00)

■休館日、開館時間などは各施設へお問合せください



▲穂高塚原中上御柱たての準備 (2021年)

コロナ禍の3年間、地域の行事や祭りはその都度、開催中止かの判断を迫られました。例えば、例年1月に行われる穂高塚原中上の御柱は、子どもたちが御柱に飾り物をしたり、前年に祝い事があった家に福俵を届けるなど地域で欠かせない役割を担っていました。しかし、2021年は子どもたちの参加を取りやめ、保存会のメンバーだけで実施しました。保存会のメンバーは「大人だけで全て行うことは寂しいですが、絶やさずに続けていくことが自分たちの役目」と話します。

一方、その傍らでは、松飾りやだるまなどが次々と持ち込まれ、絶えることなく燃え続けていました。正月飾りはコロナ禍でも変わらず飾られます。そして、正月が過ぎるとそれを処分する場が求められます。本年5月、4年ぶりに開催された三郷の黒澤不動尊の例祭でも同様に、中止の期間にも卒塔婆などのお焚き上げは続けられました。これらの例からも、地域の行事や祭りは、伝統を受け継ぐ担い手の思いと、そこに住む人たちのニーズの両方により成り立っているのです。

「コラム」市誌編さんだより 第12回
生活とともに続く伝統行事

市誌編さん専門調査会民俗部会
調査員 白井 ひろみ



穂高陶芸会館×豊科近代美術館コラボ企画 マイカップ作り&コーヒータイム

アジサイが見ごろとなる陶芸会館でカップとソーサーを作り、完成した器を使って近代美術館のカフェでドリンク・パウンドケーキを楽しみます。

7月8日(土)
①9:30～②13:30～
対18歳以上
(グループ参加最大3人)
費1,200円 定各回18人(先着順)
6月30日(金)から参加費とともに
陶芸会館へ直接
穂高陶芸会館 Tel.82-6750



穂高古墳群 C2号石室

7月22日(土) ▶ 9月18日(月) 開館時間 9:00 ▶ 17:00

AZUMINO CITY TOYOSHINA LOCAL MUEUM
安曇野市豊科郷土博物館 入館料 一般100円
問い合わせ Tel.72-5672

関連企画

シンポジウム 安曇野の古墳をめぐって ～群衆墳て何?～

《パネラー》
風間 栄一さん(長野市埋蔵文化センター)
関沢 聡さん(松本市教育委員会)
白居 直之(市教育委員会)
《進行》原 明芳(館長)
7月22日(土) 13:30～15:30
豊科公民館2階大会議室
費100円
定70人(先着順)
7月1日(土)から電話で

講座 古代・中世の墓は何を語るのか

9月2日(土) 13:30～15:30
豊科公民館2階大会議室
原 明芳(館長)
費100円 定70人(先着順)
8月19日(土)から電話で

ギャラリートーク

8月5日(土) ②9月9日(土)
10:00～、14:00～(両日とも)
博物館2階展示室
要入館料
不要

現地見学会 黄泉の国を覗(のぞ)いてみよう ～魏石鬼岩窟・陵塚の見学～

9月16日(土) 9:00～12:00 場有明山神社駐車場集合 原 明芳(館長)
費100円 定20人(先着順) 9月6日(水)から電話で

豊科郷土博物館夏季企画展
古代・中世の墓を覗(のぞ)く
人は死者をどう扱ってきたか
市内で発見された古代・中世の墓とそこに納められた副葬品から、墓がなぜ造られたのか、人々は死をどのように扱ってきたのかをテーマに展示します。



豊科郷土博物館 ブックレット刊行記念自然講演会「海の向こうから見る日本の草原」



長峰山山頂の草原

博物館ブックレットの第4弾となる「安曇野自然観察フィールドガイドvol.1」が刊行。これを記念して、植物写真家のいがりまささんの講演会を開催します。植物の旅で全国・世界を訪れた豊かな経験と知識をもとに、日本の草原の植生について時間と空間のスケールを大きく広げて、その魅力に迫ります。

7月8日(土) 13:30～15:00
豊科交流学習センター「きぼう」
多目的交流ホール
いがりまささん(植物写真家)
費100円
定50人(先着順)
博物館に電話で
穂高郷土博物館 Tel.72-5672

こころの相談

精神保健相談 要予約

回 第1～4月曜日・第1木曜日
※17日は行いません。
14:00≫16:00

児童・思春期精神保健相談 要予約

回 第2, 3, 4木曜日 14:00≫16:00

依存症相談 要予約

回 第1木曜日 9:30≫10:00
場 豊科交流学習センター学習室 2
TEL 40-1938

あずみ野断酒会

体験を語り合いながら断酒を目指します。
回 毎週水曜日 19:00≫21:00
場 豊科交流学習センター学習室 2
TEL 81-0711

子ども・ひとり親家庭・女性の相談

回 平日 8:30≫17:15
場 豊科家庭児童相談室
TEL 71-2265

学校や教育の相談

学校での交友関係やいじめ、進学や進路、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。
回 平日 9:00≫16:30
場 豊科教育相談室(豊科公民館内)
TEL 72-2238

ひきこもりの相談

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。他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。
回 平日 9:00≫16:00
場 豊科子ども家庭支援課
TEL 71-2265

区・自治会に関する相談 要予約

回 19日(水) 10:00≫14:00
場 市役所2階 相談室212
場 豊科地域づくり課 TEL 71-2494
※1回の相談時間30分で3枠。(先着順)
予約は開催日2日前の17:00まで

消費生活相談

※個人事業者・法人からの相談はお受けできません。
回 平日8:30≫17:15 ※受付は16:00まで
場 市役所2階 消費生活センター
TEL 71-2100

介護相談

回 平日8:30≫17:00
場 豊科中央地域包括支援センター
TEL 72-9986 FAX71-2328
場 豊科北部地域包括支援センター
TEL 81-0760 FAX88-3711
場 豊科南部地域包括支援センター
TEL 77-4007 FAX77-4087

心配ごと相談

※行政相談委員による相談を同時開催
回 11日(火) 13:00≫16:00
場 豊科穂高地域福祉センター
TEL 82-2940
回 13日(木) 13:00≫16:00
場 豊科三郷福祉センター
TEL 77-8080
回 21日(金) 13:00≫16:00
場 豊科明科総合福祉センター「あいりす」
TEL 62-2429
回 26日(水) 13:00≫16:00
場 豊科ささえあいセンター「にじ」
TEL 72-3013

弁護士 無料法律相談 要予約

回 13日(木)→予約受付 6日(木)
27日(木)→予約受付20日(木)
13:30≫16:30 ※予約受付9:00≫12:00
場 市役所2階 階相談室211
場 豊科地域づくり課 TEL 71-2496
※1回の相談時間20分で8枠(定員を超えた場合抽選)
※係争中の案件、既に弁護士へ相談中の案件、同じ案件の再相談、複数回の相談はお受けできません。

行政書士 無料相談 要予約

回 20日(木) 13:00≫15:00
場 市役所2階 相談室211・212
場 長野県行政書士会中信支部
TEL 87-3798
※予約は開催日の2日前まで(平日10:00≫16:00)

司法書士 登記・法律無料相談 要予約

回 19日(水) 13:30～16:40
場 市役所2階 相談室211・212
場 豊科地域づくり課 TEL 71-2496
※1回の相談時間30分で6枠(先着順)
※予約は12日(水)9:00≫12:00
※申込多数の場合は初回申込者優先

労働に関する相談

場 商工労働課 TEL 71-2041

中信労政事務所による労働相談会

回 13日(木) 13:00≫16:00
場 市役所2階 会議室204

わかもの就職サポート相談会 要予約

※おおむね44歳まで
※予約は開催日2日前の17:00まで
回 21日(金) 13:30≫16:30
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

※予約は開催日2日前の17:00まで
回 13日(木) 18:00≫20:00
場 市役所3階 会議室303

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

※15～49歳の人とその家族が対象
回 25日(火) 10:00≫15:00
場 市役所2階 会議室202
場 豊科しおじり若者サポートステーション
TEL 54-6155

休日当番医

長野県休日・夜間緊急医療サービス
050-3033-0665

2日	堀内医院	82-3324 [穂高]
	榎本内科医院	73-0616 [豊科]
	たかはしクリニック	77-7880 [三郷]
	とこしえ歯科医院	84-4618 [穂高]
	追分クリニック	82-2129 [穂高]
9日	石田医院	72-2766 [豊科]
	赤津整形外科クリニック	76-3133 [三郷]
	上月歯科医院	82-7530 [穂高]
	信濃内科循環器科医院	82-7722 [穂高]
16日	須澤クリニック	82-2993 [穂高]
	米倉医院	72-2354 [堀金]
	土居歯科医院	72-2462 [豊科]
17日	古川整形外科医院	82-8880 [穂高]
海の日	百瀬医院	82-2205 [穂高]
	あさひ内科クリニック	50-8075 [豊科]
	いさつ歯科医院	73-0648 [豊科]
	せき泌尿器科クリニック	82-0666 [穂高]
23日	高橋医院	82-2561 [穂高]
	こばやし内科クリニック	71-1117 [豊科]
	ちかぞえ歯科医院	88-7770 [豊科]
	村山医院	82-2101 [穂高]
30日	いけだ内科・脳神経内科クリニック	31-6773 [豊科]
	ヴェリタス堀金診療所	87-6700 [堀金]
	田野歯科医院	82-7537 [穂高]

地域ふれあい活動「春の植栽活動」 ～花で彩る地域貢献～



安曇野防犯協会と安曇野警察署は、5月30日豊科駅で地域ふれあい活動「春の植栽活動」を行いました。当日は、南安曇農業高校の生徒と同協会、少年警察ボランティアなど22人が参加し、駅前の花壇にサルビアやナデシコなどの苗250株を植えました。生徒たちは種から大切に育ててきた苗を、花の配置を考えながら一つ一つ丁寧に植えていました。この活動は毎年春と秋の2回、青少年の育成を目的

に行われ駅前を彩っています。参加した南安曇農業高校1年の横内葵さんは「通勤や通学で忙しく駅を利用する人たちに花を見てもらい、束の間の休息になれば」と話し、花の成長を楽しみにしていました。安曇野警察署生活安全課係長の矢口護さんは「この活動を通じて、将来積極的に地域社会に参加する大人になってもらえれば嬉しい」と、将来を担う子どもたちへの希望を込めていました。

コラム

最近のニュースから 水の事故に注意を

危険と隣り合わせ 川遊び

4月に犀川で川遊びをしていた中学生が死亡するという痛ましい事故が発生しました。川で水遊びや釣りをする機会が増えるこれからの時期、下記の点に気を付けましょう。また、必ず大人が同伴するなど、子どもだけで川に遊びに行くことがないようにしてください。

- (1) 出掛ける前に天気や川の情報をチェック
- (2) 危険を示す掲示板確認し、水流が速い・深みがあるところは避ける
- (3) 河原や中州、川幅の狭いところに注意する
- (4) 天気や川の変化に注意する
- (5) ライフジャケットを着用する

出典：政府広報オンライン

「水の事故、山の事故を防いで 海、川、山を安全に楽しむために」

青少年センター講演会 子どものサインが見えますか？



子どもは日頃からさまざまな形でSOSを発信しています。子どものストレス反応への理解とその対応を取り上げながら、子どもが気持ちを伝えやすい環境を作るためにできることを一緒に考えます。



講師 茅野理恵さん
(信州大学学術研究院
教育学系准教授)

回 7月22日(土)
10:30～11:30
場 市役所4階大会議室
回 7月19日(水)までに子ども家庭支援課へ
場 豊科子ども家庭支援課
TEL 71-2078
FAX 72-2065
✉ kodomoshien@city.azumino.nagano.jp



すくすくきッズ Photo



うい
羽衣ちゃん(1歳)
シナぷしゅが大好き!
人に沢山好かれて愛さ
れて大きくなってね!



なぎさ
渚沙ちゃん(5ヶ月)
初めて椅子に座ったよ!
ここで離乳食を食べる
の楽しみ!

自慢のお子さんの
写真を紹介! 投稿
方法は市 HP へ
(対象 3 歳以下)



7月の図書館 ワクワク・ドキドキおはなし会

場所	内容	日程	時間
中央図書館 TEL 84-0111	おはなしのとびら おはなしとしゃかん	5・12・19・26日(水) 15日(土)	10:30~
豊科図書館 TEL 71-4022	ちいさいたんぼぼ おはなしたんぼぼ	21日(金) 21日(金)	11:00~ 16:30~
三郷図書館 TEL 76-3078	ポケットの会 おはなし会	8日(土) 27日(木)	10:30~ 11:00~
堀金図書館 TEL 72-3601	おはなしのへや おりがみのへや	11日(火) 26日(水)	10:30~ 16:30~
明科図書館 TEL 62-1122	子どもと大人のおはなし会	22日(土)	11:00~



あづみの 子育て レポート

No.6 子どもと過ごす 憩いのひと時



わくわくキッズコンサート 5/30 (火) 穂高交流学習センター みらい

「ホッと」演奏ボランティア協会による無料のコンサートに、0歳から小学生の子どもと家族の約60人が参加し、バイオリンとピアノによる演奏を楽しみました。クラシックの名曲のほか、子どもが飽きずに楽しめるようにと「ミッキーマウスマーチ」「ねこバス」といったなじみのある曲が披露されました。明莉ちゃん(5ヶ月)と参加した村里洋輔さんは「子どもと参加できるコンサートは貴重で、近い距離で演奏を聞けて良かった。子どもも終始ご機嫌だった」と満足そうに話しました。



7月の母乳・育児相談

保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。
📄母子健康手帳
📞健康推進課 TEL81-0711 (母乳相談は要予約)

会場	穂高保健センター	三郷保健センター
日時	10日(月)・28日(金) 9:30~11:00	3日(月)・20日(木) 9:30~11:00

7月の児童館の予定

詳細は各児童館に直接お問い合わせいただくか、HPをご覧ください。

豊科中央児童館 TEL 72-0122	高家児童館 TEL 72-5685	南穂高児童館 TEL 71-5150	穂高中央児童館 TEL 84-0762	穂高西部児童館 TEL 82-2527	穂高北部児童館 TEL 83-5494	三郷児童館 TEL 76-0185	堀金児童館 TEL 71-2122	明科児童館 TEL 62-2482	ファミリー・サポート センター TEL 71-1125
1 (土) ニュース「7[モルック]を楽しもう! 14:00~15:00	7(金) おはなし会 10(月) 11:00~11:20 21(金)	6(木) たなばた 7 11:00~11:30 (金)	1 (土) ボッチャであそぼう 10:30~11:30	4 (火) 病児・障がい児ママ集 まれ おしゃべり会 10:00~12:00	7 (金) おはなし会 11:00~11:15	7 (金) 育児相談・身体測定 10:00~12:00	5 (水) 子育て小話 10:30~11:30	1 (土) ARフェスティバル 20周年記念児童館祭り 10:30~12:00	託児のお手伝いを必要とされる方に、託児をしてくださる協力会員をご紹介します。詳しくは、お問い合わせください。(相談は無料)
10 (月) おはなし会 11:00~11:20	14 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	7 (金) ツインズ広場 10:30~11:30	7 (金) セタまんじゅうを作ろう 10:30~11:30	7 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	14 (金) 育児相談・身体測定・おはなし会 9:30~12:00 おしゃべりタイム~ 7月で1歳になるお子さん集まれ!!~ 10:30~11:30	12 (水) 水遊びをしよう 10:30~11:00	10 (月) 育児相談・身体測定 10:30~11:45	8 (土) クライミング教室 10:00~11:30	
12 (水) 手作りフォトフレーム 10:30~11:30	1 (土) セタまんじゅう 10:30~12:00	14 (金) じゃがいもの収穫 10:00~11:00	8 (土) おさがり会 10:30~11:30	7 (金) ほっとカフェ 11:15~12:00	18 (火) 7月生まれ Happyバースデー 10:30~11:30	14 (金) ちょこっとタイム 10:30~11:00	21 (金) おはなし会 10:30~	13 (木) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	
14 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00		18 (火) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	19 (水) おはなし会 11:00~11:20			18 (火) だっこちゃん 10:30~11:30		13 (木) おはなし会 11:00~11:20 19 (水)	
26 (水) 夏だ! 水で遊ぼう! 10:30~11:30		19 (水) おはなし会 11:00~11:20	21 (金) へんしん!! 手形・足形アート 10:30~11:30						
		20 (木) ママキッズピクス 10:30~11:00	21 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00						

自然の豊かさを伝える 作品に込めたメッセージ

芸術で表現することで
自然と向き合うアーティスト

降幡 好華 さん (明科)



左上:製作風景 右上:「言葉の樹」下:「かくれもり」

安曇野の自然をテーマに絵画や立体作品の制作活動をしている降幡さん。作品づくりを始めたきっかけや作品に込めた思いを聞きました。

自然と美術との出会い

高校時代に美術部に入学したことが芸術との出会いでした。小さい頃から好きだった自然や花を描いてみたいと思いついたのを決めました。そこで出会った顧問の先生に「デッサンなどの基本にこだわらず、好きなものを書いたらいい」と背中を押され、思うままに自分の表現を始めています。この言葉の後押しがあったからこそ自信を持って「かくれもり」を描くことができました。芸術を通じて自然とも

と向き合いたいと感じるようになり、宮崎県の大学に進学し自然環境と造園工学を学びながら制作を続けました。安曇野を出て暮らすことで安曇野の自然の豊かさや良さを改めて実感しました。
大学卒業後はUTインシの仕事の傍ら大学の学びから得た興

味と安曇野の自然をテーマに制作活動を行っています。学生時代は、「自分が好きなものを作ってそれを見てもらえればいい」という気持ちでしたが、徐々に「作品を通じて安曇野の環境の素晴らしさを伝えたい」と思うようになりました。

広がる地域とのつながり

環境をテーマにした立体作品に取り組みたいと思い、約半年間かけて絶滅危惧種のメダカをイメージした立体作品を段ボールと新聞紙で制作しました。3500枚のうろこは新聞紙のカラー部分でできており、インク資源の大切を表現しています。「Earth Fish」と名づけたこの作品はリサイクルアート展2020でグランプリを受賞しました。この作品が立体作品制作のきっかけになりました。

最近、デザインコンテストやイベントへの参加や個展などをきっかけに、地域の皆さんとつながり、活動の幅が広がってきていると感じています。そのつながりから企業のリーフレットや地域団体のTシャツデザインの依頼をいただくことも多くなりうれしく思っています。
現在は、8月2日、13日に行うミニマルシエの準備を進め、秋に開かれる環境フェアのポスターを手掛けながら

フェアで展示する作品を制作しています。今後は、安曇野の自然を伝えるアーティストとして、子どもが楽しめる絵本やお土産のパッケージの制作など地域に根ざした活動ができたらと思っています。また、壁画の制作にもチャレンジしたいと思っていますので、絵が描ける壁の情報があったら教えてください。

MEMO

〇かくれもり
高校時代に触れた生き物を想像の森の中に描いた作品。大学時代には「かくれもりII」を制作。

〇言葉の樹
主に新聞紙を使って紙の原材料である樹を表現。根や幹、葉一枚一枚に環境問題に関する言葉が貼り付けられている。環境フェアで展示予定。



明科で生まれ育ち、今も暮らしています。作品を作りながら自然を見つめると、決して当たり前ではないと感じます。この特別な安曇野の環境で子どもも触れて楽しめる作品づくりを大切にしていきたいと思っています。

Instagram
8月のミニマルシエ情報はこちら



前日祭

第9回信州安曇野
ハーフマラソン

安曇野スポーツ フェスティバル

2023.6.3 (Sat) ANC アリーナ



ランナーや市民にハーフマラソン大会前日から体を動かし、安曇野を楽しんでもらおうと、安曇野スポーツフェスティバル2023(実行委員会主催)が初めて開かれました。当日は、子どもに人気のケロポンズによるオーピングイベントでスタートし、市スポーツ大使の有森裕子

さんと篠原信一さん、大会ゲストランナーの福島和可菜さんによるトークショー、松本大学の学生が運営するニュースポーツ体験などが行われ、アリーナの外には飲食ブースが設けられました。約1000人の家族連れやランナーが、大会前日のひとときを思い思いに過ごしました。

Voice

蘇武 あずささん
岳くん
(豊科高家)



参加してみてどうでしたか？

4月に安曇野に移住して来ました。こういった思いっきり子どもが遊べるイベントがあるのは嬉しいです。広いスペースで走り回る子どものイキイキとした顔が見られたのと同時に、私もとても楽しかったので、ぜひまた参加したいです。



INTERVIEW



ハーフの部

門倉理恵さん (45・東京都) 左から2番目

山や水など景色がどれもきれいで気持ちよく走れました。かわいい絵が描かれた張り扇子で応援する沿道の声援が温かく最後まで頑張れました。



ファミリーの部

市川充洋さん(44) 歩夢さん(12) 直利さん(9) (穂高柏原)

1カ月前から3人で練習をしてきた成果が出せました。走っているときはきつかったけど、走り終わったらすっきりとした達成感がありました。



ボランティア

宮澤瞳さん (15・豊科) 2段目中央

たくさんのドリンクを渡すのは大変でしたが、ランナーを間近に見られたこと、ランナーからの「ありがとう」の言葉がうれしかったです。

■大会結果

順位	ハーフマラソン				ファミリーラン		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子
1	桃澤 大祐	中川村 安川沙弥香	石川県	吉川 伸二・銘二	千曲市		
2	牛山 純一	茅野市 藤本 麻里	山梨県	深澤 大樹・陽向	安曇野市		
3	下村 勇喜	塩尻市 矢澤 美紀	宮田村	小湊 和哉・暁葉	安曇野市		
4	米倉 健人	静岡県 山口 典子	小諸市	等々力 守・颯	安曇野市		
5	村澤 智啓	長野市 表 知史	松本市	澤村慎一郎・優奈	松本市		
6	鳥羽 大地	安曇野市 中川 真弓	静岡県	片桐 俊文・潤楽	塩尻市		
7	中村 孝樹	長野市 山下紀美子	安曇野市	岸本 俊朗・作	長野市		
8	代田 貴嗣	飯田市 深澤真由美	安曇野市	坂本直樹・由莉花	安曇野市		

快晴の安曇野を5784人のランナーが駆け抜ける

第9回信州安曇野ハーフマラソン(実行委員会主催・信濃毎日新聞社共催)が6月4日、豊科南部総合公園・ANCアリーナを発着点に行われました。本大会には県内外から5784人(ハーフの部5125人・ファミリーの部302組659人)が参加。8時30分の号砲とともに一斉にスタートしたランナーは、澄み渡った空気と残雪の北アルプスを背景にそれぞれのペースで初夏の安曇野を駆け抜けました。


また、当日は700人を超えるボランティアが大会を支え、ランナーを笑顔と安曇野流おもてなしで迎える姿が見られました。


あづみの


次回発行


No.358は7月19日発行です。

編集後記

◆おにぎりは焼きのりで包むのが普通だと思っていたら、関西出身の同僚に「味付けのりを添えるのが普通☺️」と言われ衝撃を受けています。自分の当たり前が相手の当たり前と思い込まないって大事なことですな。 

◆不思議と天候に恵まれる安曇野ハーフマラソン。雨上がりの翌日だった今年は朝の北アルプスが特にきれいでした！早起きは三文の徳ですね。(朝は苦手…)ランナー、大会を支える皆さんの表情を写真で見ながら徳をもう一文(残業…) 

◆スポーツフェスティバルで目にしたモルック。的に向かって木の棒を投げる光景が、扇を投げて得点を競う「投扇興」を連想させました。夏のオシャレアイテム・扇子を胸ポケットに、昼休みに投扇興に興じようとたくらんでいます。 

◆安曇野には、さまざまな子育て支援があると取材で実感しました。どの施設も魅力的な子育て支援に取り組み、子どもと保護者を一番に想う心強いサポーターがいます。その笑顔と子育てを楽しむパパ・ママと子どもの笑い声、笑顔がとても印象的でした。 

2023年6月1日現在の人口と世帯数

住民基本台帳に基づく()内は対前月比

人口96,399人(+29)

男46,816人(+14)

女49,583人(+15)

41,473世帯(+77)

本庁舎夜間時間延長窓口 7月11日(火)

17:15 >> 20:00

休日開庁日 6月25日(日)・7月23日(日)

8:30 >> 12:00

広報あづみの

2023年6月21日発行

編集・発行

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

TEL 0263-71-2000 FAX 0263-71-5000

E-mail info@city.azumino.nagano.jp

WEB サイト

https://www.city.azumino.nagano.jp/

印刷製本 (有)安曇印刷

熱中症の 予防行動を!



■扇風機やエアコンでこまめに温度調節を



■外出時には涼しい服装で、日傘や帽子の着用を



■のどが渴いていなくても、こまめに水分・塩分を補給する。



■熱中症患者の約半数は65歳以上。高齢者や子どもなどには積極的に声を掛け、水分補給や暑さを避けるよう促す。



厚生労働省HP



熱中症警戒アラートの活用を

熱中症警戒アラートが発表されたときは、市HPやツイッターでお知らせしていきます。アラート発表時にはいつも以上に予防を徹底しましょう。

■のどが渴く前に水分・塩分補給を

■不要不急の外出は避ける

■暑さ指数に応じ、屋外での運動等を中止・延期する



熱中症の症状と対応をチェック

- ・めまい ・立ちくらみ ・生あくび
- ・大量の発汗 ・筋肉のこむら返り
- ・筋肉痛 など

応急処置

- ・涼しい場所で安静にする
- ・体を冷やす(首や脇の下など)
- ・水分と塩分を補給する

応急処置をしても症状が改善しない場合や水分補給ができない場合は、医療機関を受診してください。

自力で水が飲めない、応答がおかしいときは、ためらわずに

119番 救急車を呼んでください!