

広報

あづみの



安曇野市

Azumino City
Public Relations
No.222

1

2016. 1. 20

正月の伝統行事 おんばしら 御柱立て

豊科・新田区 1月6日

contents

特殊詐欺ひとごとじゃない	2
市政トピックス	6
生涯学習	10
情報ボックス	16
防災用品購入補助金制度 申請期限迫る	28

特殊詐欺の件数・被害額（表1）

特殊詐欺認知状況（長野県警ホームページ）

区分	平成 26 年 11 月末		平成 27 年 11 月末		前年同期比			
	認知 件数	被害額（円）	認知 件数	被害額（円）	件数	増減率	被害額（円）	増減率
特殊詐欺合計	165	926,456,245	255	715,291,217	90	54.5%	−211,165,028	−22.8%
★オレオレ詐欺	42	223,105,896	115	253,672,000	73	173.8%	30,566,104	13.7%
★架空請求詐欺 （支払え詐欺）	50	239,385,224	75	319,002,214	25	50.0%	79,616,990	33.3%
融資保証金詐欺 （貸します詐欺）	5	3,940,362	7	11,807,236	2	40.0%	7,866,874	199.6%
★還付金等詐欺 （返します詐欺）	5	3,387,713	39	40,654,687	34	680.0%	37,266,974	1100.1%
金融商品等取引名目の詐欺 （もうかります詐欺）	33	299,402,000	11	70,914,000	−22	−66.7%	−228,488,000	−76.3%
ギャンブル必勝法情報提供名目の詐欺 （もうかります詐欺）	14	48,534,050	6	14,101,080	-8	−57.1%	−34,432,970	−70.9%
異性との交際あっせん名目の詐欺 （紹介します詐欺）	4	36,521,000	0	0	−4	0	−36,521,000	0
その他	12	72,180,000	2	5,140,000	−10	−83.3%	−67,040,000	−92.9%

（平成 27 年 12 月 10 日現在）

1 件あたりの被害額は減少も
現金自動預払機（ＡＴＭ）
を使用した詐欺が急増

発表の詳細から、いわゆる「オレオレ詐欺」の傾向を見ると息子や孫をかたるものが 85 パーセントを占め、1 件あたりの被害額は約 239 万円で前年比 219 万円減となっています。

被害者の傾向は、被害者全体の約 62 パーセントが女性で、年代では、60 歳以上の高齢者が全体の 77 パーセントを占めています。詐欺（送金等）の方法は振り込みが全体の 41 パーセントを占め、うち現金自動預払機（ＡＴＭ）を使用し

県警本部によると平成 27 年の県内の特殊詐欺の被害は、297 件で、前年比 1.5 倍（107 件増）となり、平成 21 年以降では過去最悪の件数になりました。（平成 28 年 1 月 7 日発表暫定値）

平成 27 年県警速報
県内特殊詐欺被害件数は
約 300 件、前年比 1.5 倍



た場合が 225 件となっています。

また、特殊詐欺の区分ごとの被害状況をみると平成 27 年 11 月末現在、前年度に比べ全体では被害額は減少していますが、いわゆる「オレオレ詐欺」、「還付金詐欺」、「架空請求詐欺」だけで見ると被害件数が増えている状況です。（表 1）

女性の高齢者をねらい、金融機関の窓口ではなく、ＡＴＭを使った手口が増えていると思われます。

平成 27 年中、安曇野警察署管内では、12 件・約 5990 万円の被害がありました。また、市消費生活センターにも特殊詐欺に関する相談が 27 件寄せられ、県警の発表と同様に「オレオレ詐欺」、「還付金詐欺」などの相談が増えています。

特殊詐欺ひびくどじやない

電話一本で高齢者などから巧妙にお金をだまし取る「特殊詐欺」。県内や市内でも高齢者を中心に被害が後を絶ちません。人の心理に付け入る卑劣な犯罪から被害を防ぐための方法などを紹介します。

固地域づくり課市民相談室（TEL 71・2496 FAX 72・3176）

【特殊詐欺の例（還付金等詐欺被害）】

「劇場型」特殊詐欺が増えています。「劇場型」とは、犯人グループが、さまざまな役割の人物となり、入れ替わり立ち替わり電話をかけ、現金を振り込ませる手口です。

例えば、ある日、市役所健康保険課を名乗る者から突然の電話が…

犯人 A 「市役所ですが、払いすぎた保険料を返金する還付の手続きが済んでいない。大至急手続きしてください。後日、連絡があります」

被害者「へえ、私にも還付金があるのか」（後日、健康保健組合を名乗る者から…）

犯人 B 「市役所から連絡があった保険料の還付金をお支払いしたい。近くのコンビニかスーパーの A T M に行ってください」

被害者「今すぐですか。銀行ではダメですか」

犯人 B 「今すぐです。銀行は混んで時間がかかります。A T M に着いたら携帯電話から連絡をください」

（スーパーの A T M について連絡すると）

犯人 B 「これからいう通りに手続きをしてください」

（言われたとおりに、A T M を操作）

被害者「番号×××××××か。これでヨシッと」

（数日後、自分の通帳を見ると…）

被害者「えっ、他人の口座にお金を振り込んでいる。しまった、だまされた！」

もし、自分だったら…。「絶対にだまされない」と言い切れますか？

特殊詐欺

振り込め詐欺

- ・オレオレ詐欺
- ・融資保証金詐欺
- ・架空請求詐欺
- ・還付金等詐欺

振り込め詐欺以外の特殊詐欺

- ・金融商品等取引名目の詐欺
- ・ギャンブル必勝法情報提供名目の詐欺
- ・異性との交際あっせん名目の詐欺
- ・その他の特殊詐欺

特殊詐欺とは
特殊詐欺は、被害者に電話をかけるなどして対面することなく欺き、指定した預貯金口座への振り込み、その他の方法により、現金等をだまし取る犯罪（現金等を脅し取る恐喝も含む。）の総称です。

詐欺という犯罪は、従来、相手と対面して金品をだまし取る手口がそのほとんどを占めていたことから、相手に対面しない「振り込め詐欺」や、「振り込め詐欺以外の特殊詐欺」は、従来型の詐欺とは異なる「特殊」な詐欺とされています。

長野県警ホームページより

振り込む前に まずは相談しましょう

「おかしいな」、「不安だな」と思ったら下記の番号に電話をしましょう。

市消費生活センター

TEL 71・2100（直通）
受付時間 午前9時～午後4時
※平日のみの受け付けです。

中信消費生活センター

TEL 40・3660
受付時間 午前8時半～午後5時15分
※平日のみの受け付けです。

消費者ホットライン

TEL 188「嫌や（イヤヤ!）」

安曇野警察署

TEL 72・0110

全国共通警察相談ダイヤル

「# 9110」（携帯電話からも通話可）

マイナンバー制度に 便乗した詐欺にも注意！

平成28年1月以降、社会保障や税、災害対策の分野で行政機関などに提出する書類にマイナンバーを記載することが必要になってきます。一方で、マイナンバーの本来の使い方ではない、マイナンバー制度に便乗した不審な電話に関する相談が全国の消費生活センターに寄せられています。

「口座番号を教えてください」、「個人情報を調査する」などといった電話があったらすぐに切り、来訪があっても断ってください。少しでも不安を感じた場合には近くの消費生活センターや警察にご相談ください。

マイナンバー制度に関する問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル

TEL 0120・95・0178

特殊詐欺の手口 こんな言葉に要注意！

被害が増加している代表的な3つの特殊詐欺。こんな言葉に注意しましょう。

オレオレ詐欺

電話で家族（子や孫）を装い、困っていると行って不安にさせ、借金返済や示談金などの名目でお金をだまし取る。

こんな言葉に注意！

- ・風邪をひいて声が変わった。
- ・今すぐに現金が必要！
- ・部下（同僚）がお金を取りに行くから渡して！
- ・カバンを落とした。無くした。

還付金詐欺

市役所などの名をかたり、医療費や税金の還付手続きと思わせ、電話で指示をして金融機関のATM（現金自動預払機）まで誘導し、送金させる。

こんな言葉に注意！

- ・税金や医療費を返します。
- ・携帯電話を持ってATMへ行ってください。
- ・指示するとおりにATMを操作してください。



架空請求詐欺

インターネットの有料サイトの使用料など身に覚えのない請求を、手紙やはがき、メールなどで送り付ける。

こんな言葉に注意！

- ・サイトの未納料金があります。
- ・サイト利用料金滞納者の調査会社です。
- ・至急、連絡がないと、法的手続きをとります。

特殊詐欺への対応策を 消費生活相談員に伺いました

特殊詐欺被害防止には 手口を覚え、家族や地域も 協力することが大切です



地域づくり課市民相談室
消費生活相談員 内田俊博さん

「オレオレ詐欺」に対する対処法を教えてください。

最近では、複数の人物が役割分担をして電話をかけてきて、巧妙に信じこませようとする手口が増えています。携帯電話番号が変わったと言われても、また電話口でどんなに急がされても、いったん電話を切り、自分から本人の今までの電話にかけて事実確認をしたり、ほかの家族に相談したりしましょう。

「還付金詐欺」に対する対処法を教えてください。

まず、現金自動預払機（ATM）操作で返金などはされません。公的機関が、機械を操作させて返金（還付）手続きをすることは絶対にありません。「ATM操作で返金の手続きをします」は絶対に詐欺です。電話が来てもすぐ切るようにしてください。

「架空請求詐欺」への対処法を教えてください。

身に覚えのないお金の請求は要注意です。メールなどに記載された番号に連絡することで、皆さん

だまされないための 「5つの対策」

- ①はっきり断る
- ②うまい話はまず疑う
- ③気軽に財産の内容を教えない
- ④署名、押印はうかつにしない
- ⑤迷ったら一人で悩まず、まず相談する

最後に、特殊詐欺被害に遭わないためのその他の対処法はありますか。

電話機の機能を使った対策が効果的です。留守番電話や非通知電話の拒否設定、ナンバーディスプレイ機能を利用したり、家族や親類の電話番号を登録したりするな

の情報が相手に伝わりやすくなります。絶対に連絡やお金を振り込まず無視しましょう。
また、1人で判断せず、必ず周囲の人に相談することも大切です。特殊詐欺の手口を覚え、だまされないための左に示した「5つの対策」に心掛けてください。

家庭や地域も協力し、 被害防止対策

特殊詐欺の被害に遭いやすい高齢者の皆さんに日ごろから隣近所で声を掛け合い、変化を見逃さないようにしましょう。

地域やグループで協働のまちづくり出前講座を受講し、特殊詐欺の手口を知りましょう。

そして、「特殊詐欺」の電話に出ないようにするのが一番です。
家族間では、遠方で普段なかなか連絡を取りにくい家族とも、こまめに連絡を取り合ったり、家族内でしか分からない「愛（合）言葉」を決めたりしておき、「特殊詐欺」を家族の絆で防ぎましょう。
市の「協働のまちづくり出前講座」のメニューに「消費生活講座」があります。詐欺被害を1件でも減らすため、ぜひ多くの皆さんに出前講座を利用していただけたらと思います。困った場合は一人で悩まず、消費生活センターにご相談ください。

■新年祝賀会を開催

平成28年新年祝賀会を1月4日、安曇野スイス村サンモリツ（豊科南穂高）で行いました。当日は、県・市議会議員、区長、地区公民館長など約300人が出席。式典冒頭には、昨年制定した市歌「水と緑と光の郷」を出席者全員で歌い、新しい年を共に祝いました。

宮澤市長はあいさつで昨年の



全員で市歌を斉唱する様子

市制施行10周年記念事業や人口減少など市を取り巻く課題に触れ「これまでの歩みを礎に、新たな安曇野市の創生と、地域の声に耳を傾け、共に汗をかき、誰もが安心して暮らすことができる、持続可能な田園産業都市安曇野を目指します」と決意を述べました。



式辞を述べる宮澤市長（左）新年を祝い万歳をする市区長会・中田喜夫会長（右）

■自治基本条例制定に向けて市民会議を設置

住民自治の理念やルールを定める「市自治基本条例」の制定に向け、第1回市自治基本条例制定市民会議を12月22日、市役所で開催しました。

当日は、同条例制定市民ワークショップ参加者による公募委員や、市区長会などから選出された委員など21人が出席。宮澤市長から各委員に委嘱書が手渡



宮澤市長から委員に委嘱書が手渡された

ワークショップで会長を務めた田村浩さん（豊科高家）が会長に選出されました。今後、7月に提出された市民ワークショップの報告書や市民アンケートの結果などを基に条例の構成や、市民、区、議会、行政の役割など、各項目の内容について研究を進めます。会議の概要は市ホームページに掲載するほか、条例への意見は地域づくり課で募集しています。

■障害者週間 車いす陸上競技・樋口政幸選手が講演

障がいのある人の福祉について、関心を深める機会として12月12日、「障害者週間講演会」を豊科交流学習センター「きぼう」で開催しました。当日は、市民など約60人が参加。市内在住で車いす陸上競技の第一人者、樋口政幸選手が「安曇野市から世界へ」と題し、陸上競技への思いや大会の様子など、写真を交えて講演しました。

オートバイ運転中の事故で車いす生活となった樋口さんは「助かった命に感謝すること、障がいを受け入れ、社会復帰に向け、リハビリに前向きに取り組めた」と当時の心境を語り、車いす陸上競技との出会いは「自分にとって新たな生き方を示してくれた」と話しました。

また、応援してくれる皆さんに感謝しながら、日本でも障が



競技の様子を説明する樋口さん

全国大会出場者

表敬訪問

全国大会の出場を控え、市長を表敬訪問した市民の皆さんを紹介します。（敬称略）

12月22日
●サッカー

第24回全日本高等学校女子サッカー選手権大会（兵庫県）

近藤真里奈、矢野口弘乃、横田靖可（松商学園高）



表敬訪問した皆さん

市制施行10周年記念事業

■記念事業ピックアップ



新春さわやか元旦マラソン（スポネット常念主催）が1月1日、堀金地域の拾ヶ堰沿いで行われました。この日は、市内外から158人のランナーが参加。2キロ・3キロ・5キロのコースを、各々のペースで走りまわりました。参加した黒岩優斗くん（堀金中2年）は「部活のトレーニングを兼ねて走りました。年の初めに完走できて良かったです」と話してくれました。

■記念事業（2月の予定）

開催時期	事業名	開催場所等
2月14日	穂高地域地区公民館対抗球技大会（ソフトバレーボール）（市）	穂高会館（体育館）他
2月14日	堀金地域冬期スポーツ大会（ニュースポーツなど）（市）	堀金総合体育館他
2月27日	市民で歌うふるさとの校歌（市民提案）	堀金総合体育館（サブアリーナ）
2月28日	あやめ杯ワンバウンドマッチ（ワンバウンドふらば〜るバレーボール）（市）	明科中学校 明南小学校

（市民）市民の皆さんが、開催する事業に「市制施行10周年記念」の冠を付けて行う事業、（市）市が開催する事業に「市制施行10周年記念」の冠を付けて行う事業、（市民提案）市民の皆さんが自主的に行う活動を補助金により支援する事業（上限50万円、100%補助）や市民の皆さんと協働で行う事業



人気投票 1 位の作品を市へ

12/16 あづみ野ガラス工房30周年記念展作品寄贈

あづみ野ガラス工房（豊科南穂高）のスタッフ・三好愛音さんの作品「イキ息生き物」が12月16日、市に寄贈され、市役所1階に展示されました。この作品は、9～10月に豊科近代美術館で行われた同工房30周年記念展で市役所に飾る作品の人気投票を行い1位となったもので、猫をモチーフに吹きガラスの技法で、硬いガラスに生き物の柔らかさを表現しています。三好さんは「見た人の感性で作品を楽しんでほしい」と話しました。



教員経験を南米で生かす

12/21 青年海外協力隊員が表敬訪問

国際協力機構（JICA）の青年海外協力隊員として2年間、南米パラグアイに派遣される宮下智織さん（豊科田沢）が12月21日、市役所を訪ね村上副市長に出発前のあいさつをしました。

赴任先の同国第二の都市マジョルキン市内の小学校では、教員経験を生かして、同国でなじみがない課外授業などの研究支援にあたる予定です。隊員経験がある父の話が志望のきっかけと話す宮下さんは「父のように現地の人に喜ばれる活動をし、海外で学んだことを日本の子どもたちにも伝えたい」と抱負を語りました。

明科高校で映画のロケ風景を展示

12/17 明科高校・映画「orange-オレンジ-」ロケ風景展示

公開中の映画「orange- オレンジ -」（出演：土屋太鳳・山崎賢人ほか、配給：東宝）のロケ地のひとつになった明科高等学校（明科東川手）で12月17日、映画の公開に合わせ、ロケの写真やエキストラに配布された記念品などが校内に展示されました。当日は、企画した同校生徒会図書委員会の皆さんが図書館前に展示しました。

映画「orange- オレンジ -」は、松本市出身の漫画家高野莓さんの作品を原作にした高校が舞台の物語で、撮影はすべて県内で行われました。明科高等学校では、9～10月にかけて文化祭や体育祭のシーンなどが撮影され、同校生徒もエキストラとして参加しました。このほか、穂高や豊科の民家でもロケが行われました。

自らもエキストラで参加した図書委員長の西山葵さん（2年）は「見やすくなるよう工夫しました。ロケの様子などを全校の皆さんに思い出してもらえたらうれしいです」と話しました。



子どもたちの心と体を鍛え57年

12/11 堀金少年剣道クラブ・少年剣道教育奨励賞受賞

堀金少年剣道クラブが全日本剣道連盟「2015年度少年剣道教育奨励賞」を受賞し12月11日、指導者やクラブで学ぶ小中学生の皆さん16人が宮澤市長を表敬訪問しました。同クラブは、昭和33年に堀金中学校に指導者の高橋利夫さんが赴任したのを機に発足。保護者会の皆さんと協力しながら現在、堀金総合体育館を拠点に活動しています。今回、長年にわたり、剣道を通じ、子どもたちの体を鍛え、礼節の大切さなど、心身両面から指導してきたことが評価されました。指導者の藤原光弘さんは「武道が中学の必修科目にもなり、受賞を機にこれからも剣道の良さを伝えていきたい」と話しました。



新進音楽家 奏でる美しい音色

12/19 みらいから送るクリスマスのタベ

「あづみの新進音楽家公開オーディション」で高い評価を得た若手音楽家によるジョイントコンサートが12月19日、穂高交流学習センター「みらい」で開催されました。プログラムは2部構成で行われ第2部には、市内穂高出身の植田さや香さんが出演。A・ピアソラの「リベルタンゴ」では、観客約150人の手拍子に合わせて演奏し、会場が一体となっていました。

出演した皆さん（敬称略）

ヴァイオリン 古川愛（松本市）

ピアノ 植田さや香（松本市）

ファゴット 白澤春奈（松川村）

安曇野の夜を彩り10周年

12/17 Azumino.光のページェント2015

安曇野の里（豊科南穂高）一帯で行われている「Azumino. 光のページェント」（同実行委員会主催）のイルミネーションが10周年を迎えました。

平成17年に地元重柳区の若者などが1万5千球から始めた電飾は、現在、10倍の15万球に増え、冬の安曇野の風物詩になっています。

本年度は、12月5日から点灯が始まり、会場には、市制施行10周年を記念して白鳥や安曇野花火など安曇野の四季を表現したものや、記念植樹のモミに市内の小中学生のメッセージを添えたアクリル板も飾り付けられました。

12月17日には、親子連れなどが次々と訪れ、色とりどりの光に、記念写真を撮る姿も見られました。

なお、同イルミネーションは1月31日まで点灯しています。



コオーディネーショントレーニング(COT)の参加者募集

生涯学習課スポーツ推進担当
TEL 71・2467 FAX 71・2338

キッズ体験会

「運動学習能力(学ぶ力)」を得ることを目的としたキッズ体験会です。運動が苦手な子どもも楽しむことができます。

- 日時 2月27日(土) 午前9時30分～2時間程度
- 場所 穂高総合体育館
- 対象 幼稚園・保育園年長児・小学校2年生の児童
- 内容 タオルを使ったトレーニング(激しい動きは、ありません)
- 服装 運動できる服装、運動用上履き
- 持ち物 飲み物、筆記用具、フェイスタオル
- 講師 NPO法人日本コオーディネーショントレーニング協会公認講師
- 参加費 134円(保険料込み)
- 定員 25人(先着順)
- 申し込み 1月25日(月)から生涯学習課へ電話で申し込みください。(受付時間は、午前8時30分～午後5時)

COTを学ぶ会

- 日時 2月27日(土) 午後1時30分～5時
 - 場所 穂高総合体育館
 - 対象 市在住・在勤で、スポーツ指導や教育に関わっている、また興味や関心がある18歳以上の人(教員・保育士・スポーツ少年団指導者など)
 - 服装 運動できる服装、室内用シューズ
 - 持ち物 飲み物、筆記用具、フェイスタオル
 - 講師 NPO法人日本コオーディネーショントレーニング協会公認講師
 - 参加費 134円(保険料込み)
 - 定員 30人(先着順)
 - 申し込み 1月25日(月)から生涯学習課へ電話で申し込みください。(受付時間は、午前8時30分～午後5時)
- 『夢の実現のために』
『諦めない心を育てる』
スポーツ指導者を対象に、ジュニア期の指導方法・育て方、保護者の役割、選手のケガの予防をテーマにスポーツ指導者講習会を開催します。



青少年センター講演会
子どもとのコミュニケーションを考える

- 生涯学習課社会教育担当
TEL 71・2466 FAX 71・2338
- 日時 2月6日(土) 午後2時～1時間30分程度
 - 場所 堀金総合体育館 サブアリーナ
 - 講師 橋爪みずずさん(伊那西高校教諭、新体操部監督)
 - 参加費 無料
 - 申し込み 不要
- 子どもとコミュニケーションが上手くとれない。話をしようとする、すぐけんかになってしまうなど、子どもとの関わりをコミュニケーションやカウンセリングの視点から見直し、対応のポイントを探ります。
- 日時 2月6日(土) 午前10時～11時30分
 - 場所 市役所4階 大会議室
 - 講師 上村恵津子さん(信州大学教育学部教授)
 - 参加費 無料
 - 申し込み 不要

生涯学習リーダーバンク登録者を募集

生涯学習課社会教育担当
TEL 71・2466 FAX 71・2338

リーダーバンクとは?

技能や知識などの得意分野を持った市民の皆さんが登録する人材バンクです。スポーツや芸術など、13分野で構成。各分野に精通した人が、公民館活動や個人・グループ活動といった生涯学習の場をサポートする制度です。

登録分野の紹介

「教育」、「政治・経済・社会」、「文芸・語学」、「美術・工芸」、「音楽・演劇・舞踊」、「趣味・生活文化」、「自然科学」、「産業・技術」、「健康・安全」、「スポーツ」の10分野に現在登録があります。その他、「哲学・倫理・思想」、「歴史・地理・民俗」、「福祉・奉仕・地域づくり」があります。

リーダーバンクに登録するには?

- ①登録申し込み 2月1日～29日の登録期間に、所定の登録申請書を生涯学習課に提出してください。※申請書は、生涯学習課窓口、もしくは市ホームページから入手できます。
- ②登録 登録が適当と認めた場



合は、登録者台帳に登録し、生涯学習リーダーバンク登録証明書を交付します。また、市ホームページに登録事項を掲載します。※住所、生年月日、連絡先については公開しません。

登録更新

2年に1回、登録更新を行います。対象者には登録更新申請の案内通知を送ります。「学びたい」と「教えたい」をつなぐ生涯学習リーダーバンクにぜひ、登録ください!

明科公民館の催し

- 明科公民館内明科地域課地域担当
TEL 62・4605 FAX 62・5894
- 市制施行10周年記念 あやめ杯ワンバウンドマッチ参加者募集
 - 種目 ワンバウンドふらばるバレーボール
 - 日時 2月28日(日) 受付午前8時30分～(開会式午前9時)
 - 場所 明科中学校体育館・明南小学校体育館
 - 出場資格 市在住、在勤、通学者で中学生以上の人
 - チーム構成 1チーム最大10人、試合は5～8人(原則 男性3人以内)
 - 参加費 無料
 - 申し込み 2月19日(金) 午後

明科公民館講座

明科の海野氏と「真田丸」の時代

戦国時代の市内(明科地域ほか)における海野氏の足跡を探る講演会を開催します。

- 日時 2月16日(火) 午前10時～11時30分
 - 場所 明科公民館 講義室
 - 講師 豊科郷土博物館 逸見大悟 学芸員
 - 申し込み 不要
 - 参加費 無料
- 笑いと健康講座
- 健康に密接な関わりのある「笑い」をテーマにした楽しく、愉快になる健康講座です。
- 日時 2月23日(火) 午後1時～3時
 - 場所 明科公民館 講堂
 - 講師 塚原成幸さん(臨床道化師)
 - 内容 笑いと生き方についての講演、道化パフォーマンス
 - 参加料 無料
 - 申し込み 不要

豊科公民館 ホール(劇場)の予約受付

豊科地域課 豊科公民館 TEL 72・3111 FAX 72・3176

- 4月からの豊科公民館業務の再開に伴い、平成28年度の公民館ホール(劇場)の予約を受け付けます。
- 予約期間 4月1日(金)～平成29年3月31日(金)
 - 予約方法 2月22日(月) 午前9時から受付を開始します。豊科地域課窓口または電話で申し込みください。(受付時間は午前9時～午後5時)
- ※注意事項 ホール以外の会議室の予約受付は、使用日の前月の1日からです。
- 【ホール使用に伴う会議室予約は除きます。なお、4月分の豊科公民館会議室の予約受付は、3月1日(火) 午前9時から豊科地域課で行います。】

穂高公民館 健康づくり講座「軽体操とセルフマッサージ」

穂高公民館内穂高地域課地域担当 TEL 82・5970 FAX 82・3990

- ゲーム感覚で体を動かし、脳を生き生きと若返らせませんか。併せてセルフマッサージのコツも学びます。
- 日時 2月9日・16日・23日、3月1日・8日(全5回 各火曜日) 午後1時30分～2時30分
 - 場所 穂高会館 講堂
 - 対象 市内在住の人
 - 講師 小林美穂さん
 - 受講料 1回 200円
 - 定員 20人(先着順)
 - 持ち物 タオル・飲み物・運動用上履きなど
 - 申し込み 1月28日(木)から穂高公民館へ電話で申し込みください。(受付時間は午前9時～午後5時)



豊科郷土博物館の催し

TEL 72・5672 FAX 72・7772 豊科郷土博物館

博物館こたつ講座（全4回）受講者募集

博物館でこたつにあたりながら、気軽に学芸員と話す感覚で参加していただける講座です。一緒に話しながら互いに学びます。気軽にお出掛けください。1回のみの受講でも構いません。

▽第1回 2月13日（土）

「―安曇野の戦争実像から―」

▽第2回 2月20日（土）

「安曇野で生まれて生きるとは―人生儀礼からわかること―」
宮本尚子 学芸員

▽第3回 2月27日（土）

「江戸時代の安曇野を行き来したものの―貞姫御膳を食材から見る―」
矢口友美 学芸員

▽第4回 3月5日（土）

「拾ヶ堰のみどころ―風景今と昔―」
逸見大悟 学芸員

【各講座の共通事項】

●時間 午前10時～11時
●場所 郷土博物館展示室（予定）
●講師 各回とも博物館職員
●資料代 200円 ※要入館料

●定員 15人（先着順）

●申し込み 1月26日（火）から開催前日までに郷土博物館へ電話で申し込みください。（受付時間は午前8時30分～午後5時）
●休館日 月曜日（月曜日が祝日の場合は翌日）

【第32回白鳥写真展】作品募集

第32回白鳥写真展で展示をする作品を公募します。毎年、白鳥のさまざまな姿を撮影した作品を応募いただいています。応募作品はすべて展示します。



●受付期間 3月1日（火）～31日（木）午後5時までに郷土博物館窓口へ持参ください。（3月7・14・22・28日は休館日です。）

●審査 なし
●出品料 無料
●注意事項 サイズは四つ切以上。額かパネルに入れ、展示用のヒモを必ず付けてください。応募点数は、一人2点以内。カラー白黒不問。詳しくは郷土博物館へお問い合わせください。

物館へ問い合わせください。
※今シーズン、市内で撮影した白鳥や白鳥に関する写真

●展示期間（予定） 4月16日（土）～5月22日（日）

●第61回友の会書芸展
豊科郷土博物館友の会書道部の皆さんによる展覧会です。

●会期 1月27日（水）～2月14日（日）

●ギャラリートーク 2月4日（木）午後2時から千野秀濤さんによる作品解説を行います。※参加無料（別途入館料が必要です）

●第10回友の会ボタニカルアート展
豊科郷土博物館友の会植物画部の皆さんによる展覧会です。

●会期 2月17日（水）～3月6日（日）

●開館時間 午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで）

●入館料 大人 100（80）円（―）内は20人以上の団体料金

●休館日 月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌日）

豊科近代美術館の催し

TEL 73・5638 FAX 73・6320 豊科近代美術館

平成27年度市中学高校美術部展

市内の中学校・高校美術部による合同作品展を開催します。部活動で制作した水彩画、デッサン、アクリル画、油彩画など多彩な作品が並びます。

●日時 2月9日（火）～28日（日）

午前9時～午後5時（最終日は午後1時まで）

※入場は閉館の30分前まで

●場所 美術館2階展示室・新館大展示室

●休館日 2月12日（金）・15日（月）・22日（月）

●入館料 無料（常設展は有料）

友の会の催し

●手仕事くらぶ「かわいいうさぎのお雛様を作りました」

●日時 2月9日（火）午前9時30分～正午

●会場 豊科近代美術館オリエンテーションルーム

●参加費 一般 2000円 友の会員 1800円

●講師 小澤秀子さん 平田米子さん

●持ち物 裁縫道具（糸・針・ハサミ）

●定員 20人（先着順）
●申し込み 1月27日（水）から豊科近代美術館へ電話で申し込

みください。（受付時間は午前8時30分～午後5時）

安曇野高橋節郎記念美術館の催し

TEL 81・3030 FAX 82・0551 安曇野高橋節郎記念美術館

平野まり子木彫展 花山里

池田町在住の平野まり子さんによる作品展です。木彫作品約15点を展示します。

●日時 2月18日（木）～28日（日）

午前9時～午後5時

●場所 安曇野高橋節郎記念美術館 南の蔵

●観覧 無料

●休館日 22日（月）



平野さんの作品

poco apoco 森本啓子絵展



森本さんの作品「秋の小譜詩」

市内在住の森本啓子さんによる作品展です。アクリル画作品約20点を展示します。

●日時 2月3日（水）～14日（日）

午前9時～午後5時

●会場 安曇野高橋節郎記念美術館 南の蔵

●観覧 無料
●休館日 8日（月）、12日（金）

QUIZ No.20

ためして安曇野検定 クイズ

問題1 安曇野市内にある神社仏閣の名称と場所（地域）の組み合わせとして、間違っているものはどれでしょうか。

- ①法蔵寺・豊科地域
②有明山神社・穂高地域
③住吉神社・堀金地域
④宗林寺・明科地域

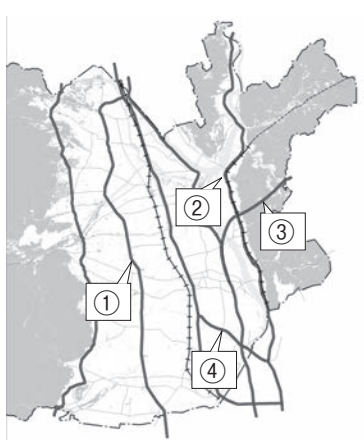
問題2 明治42年（1909）に、ある駅の近くに国営の製材所がつくられました。犀川の近くにあるその駅はどれでしょうか。

- ①明科駅 ②田沢駅
③穂高駅 ④一日市場駅

問題3 昭和56年（1981）に、三郷地域から堀金地域を介して穂高地域まで結ぶ道路が全通しました。その後、以前はほとんど農地だったこの道沿いに、大型店のスーパーやコンビニエンスストア、飲食店などの商業施設が数多くつくられてきました。

下の地図に番号で示す道路のうち、上記の道路に該当するのはどれでしょうか。

- ①安曇広域農道
②国道19号
③長野自動車道
④国道147号高家バイパス



答えは19ページ
園生涯学習課社会教育担当（TEL 71・2466）

研成ホール美術講座「人物デッサン入門」

都市計画課公園緑地係 TEL 71・2249 FAX 72・3569

モデルを使ってデッサンの基本から着色までを学びます。

- 日時 2月19・26日、3月4日、（全て金曜日）午後1時30分～4時30分
●場所 礪山公園研成ホール 研修室Ⅱ
●講師 中村次郎さん
●費用 2,000円（モデル代含む）
●定員 30人程度（先着順）
●申し込み 2月16日（火）までに礪山公園研成ホール（TEL 82・0769）へ電話で申し込みください。（受付時間は午前9時～午後5時）

2月の図書館イベント

図書館映画上映会（入場無料）
「神秘の北極圏―光と闇の旅―」

2014 年 日本作品 <上映時間 117 分>
NHK BSプレミアムで放送

- 日時 19日(金)開場18:30 上映19:00～
※第3金曜日の上映です。
- 場所 穂高交流学习センター「みらい」
多目的交流ホール

えほんとうそうのじかん

- 中央図書館 ●日時 17日(水) 16:30～
- 場所 おはなしのへや

おりがみのへや

堀金図書館 閉館中（4月開館予定）

ドキドキ・ワクワクお話の世界

- ◇中央図書館 おはなしのとびら
おはなしのへや
3・10・17・24日（各水曜日）
10:30～（乳幼児対象）
- ◇中央図書館 おはなしとしょかん
おはなしのへや
20日(土) 10:30～（乳幼児以上対象）
- ◇豊科図書館 ちいさいたんぽぽ
多目的室
19日(金) 11:00～（乳幼児対象）
- ◇豊科図書館 おはなしたんぽぽ
多目的室
19日(金) 16:30～（幼児以上対象）
- ◇三郷図書館 ポケットの会
三郷文化公園体育館 1階会議室
13日(土) 10:30～（乳幼児以上対象）
- ◇堀金図書館 おはなしのへや
児童コーナー
閉館中(4月開館予定)
- ◇明科図書館 ひまわりおはなしの会
おはなしの部屋
27日(土) 11:00～（乳幼児以上対象）



- 日時 2月27日(土) 午前10時
～正午
- 場所 長野県烏川溪谷緑地 環
境管理事務所（水辺エリア）
- 講師 東城幸治さん（信州大学
理学部准教授 生物科学科進化
生物学）
- 参加料 無料

安曇野地域は生物多様性の世界
的な宝庫と言えます。そんな日本
列島における最も重要な地域、安
曇野での生物の多様性や特徴を学
びます。

長野県烏川溪谷緑地
第84回からの学校 安曇野
地域の生物多様性とその特徴
長野県烏川溪谷緑地 環境管理事務所
TEL 0263・73・0203
FAX 0263・73・0203
✉ karasu@anc-tv.ne.jp

- 定員 30人（先着順）
- 申し込み 1月25日(月) から
電話かファクス、メールで県烏
川公園緑地環境管理事務所へ申
し込みください。（受付時間は
午前8時30分～午後5時30分）
- 日時 2月13日(土) 午前9時
30分～
- 場所 穂高交流学习センター

第5回 中央図書館講座
「羊毛フェルトのキーホルダー」

羊毛フェルトを使ってかわいい
リングのマスケットキーホルダー
を作ります。親子で参加して、お
そろいのキーホルダーを付けま
しょう。

- 「みらい」内 グループ研究室
- 講師 図書館職員
- 対象 小学校3年生以上とその
保護者
- 定員 先着10組（2人1組）
- 参加費 無料
- 持ち物 裁縫セット
- 申し込み 1月26日(火) から
中央図書館へ電話か窓口にて申
込みください。（受付時間は午
前9時～午後5時）

市博物館協議会委員募集

文化課文化振興係
TEL 71・2463 FAX 71・2338

美術館・博物館の運営や実施す
る事業等について協議する博物館
協議会委員を募集します。

- 応募資格 市内に住所を有す
る、または勤務する20歳以上の
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
務員および地方公務員▽本市の
附属機関等の公募による委員で
ある人▽市税の滞納のある人
- 募集人数 2人
- 任期 4月1日から平成30年3
月31日まで
- 応募期限 2月10日(水) 必着
- 応募方法 文化課（市役所3階
6番窓口）、各支所地域課に備
え付けの応募申込書に必要事項
を記入し、小論文を添えて、持
参・郵送のいずれかで応募して
ください。申込書は市ホーム
ページからも入手できます。関
係書類は返却しませんのでご了
承ください。
- 小論文テーマ 「これからの博
物館・美術館について」（800
字以内、書式自由）

安曇野文化講演会
平坂寛講演会

文化課文化振興係
TEL 71・2463 FAX 71・2338

問い オオクチバス・ウチダザ
リガニ・アレチウリ…これらの生
物の共通項は何でしょう？

答え 安曇野市内で生息が確認
されている特定外来生物。

特定外来生物とは法で指定され
た、在来生物を捕食したり生態
系に害を及ぼしたりする可能性が
ある生物のことです。安曇野にす
んでいる外来生物を通して「豊か
」と言われることが多い安曇野の自
然について考えてみませんか。

- 日時 2月13日(土) 午後1時
30分～3時
- 場所 豊科交流学习センター
「さぼう」多目的交流ホール
- 演題 「珍生物を通して知る身
近な自然」
- 講師 平坂 寛さん（生物ライ
ター）



平坂 寛さん

定員 200人（先着順）
申し込み 不要（入場無料）
田淵行男記念館の催し

TEL 72・9964 FAX 88・2010
田淵行男記念館

田淵行男写真展

「田淵行男が愛した安曇野」

田淵行男の未発表作品を中心
に、安曇野の風景や山岳のモノク
ローム写真を展示します。

- 日時 2月2日(火)～6月5
日(日) 午前9時～午後5時
- 場所 田淵行男記念館1階
- 休館日 月曜日（月曜日が祝日
の場合はその翌日）
- 入館料 高校生以上300円、
中学生以下および市内在住の70
歳以上の人は無料



安曇野田園風景
レンゲ田／豊科 1960年代

田淵行男記念館臨時休館

展示室改修および展示替えのた
め、次のとおり臨時休館します。

- 日時 2月16日(火)～18日(木)

再発見！安曇野の文化 その46

文化課博物館係
TEL 72・5672 FAX 72・7772

庚申塔

路傍に佇む石造物に庚申塔と呼ばれ
るものがあります。庚申塔は、「おとし
ん」などと呼ばれる庚申講に基づいて
造られたものです。庚申塔には文字の
ほかに青面金剛像が多く刻まれ、その
周りに猿や鶏が刻まれていることがあ
ります。猿は申を使いとする山王権現
信仰と庚申信仰が結びついたもので、
鶏は申の晩が明けると酉になるからな
どといわれます。猿が3匹のものや2
匹のもの、猿2匹と鶏2羽のものなど
さまざま日本人のゆたかな想像力が
本来の庚申信仰にいろいろな解釈を加
えてきたことが垣間見えます。実は安
曇野では「おとしん」仲間は葬儀を行
う仲間であることもあります。現代に
比べかつての葬儀は人手のかかるもの
でした。庚申講は困ったときに互いに
助け合うためのものでもあったのです。



穂高上原の庚申塔

おすすめの1冊

こぶたのプーと青いはた

カラ・スティーン・ブンズ／作
レイニイ・ベネット／絵 代田昇／訳



紹介する人
原田 穂波さん
(三郷小1年)

私が紹介する本は、『こぶたのプー
と青いはた』という本です。プーは
学校の体育が嫌いで、いつも木の下
で座っていました。次の日も体育が
ありました。プーは嫌だったけれど、
行ってみました。みんなは旗取り競
争をしていました。プーは赤組です。
友達のリクーンが先に走ってふくろ
ねずに自分を追いかけさせて、そ
の間にプーが相手の陣地に行って旗
を取ってくるという作戦を考えてく
れて、なんとプーは旗を取り、赤組
が勝ちました。リクーンは優しい子
だと思えます。リクーンは「一生懸
命やればできるよ」と教えてくれま
した。私はプーがふくろねずにし
かまりそうだったから、ドキドキし
ました。でもつかまらなかったから、
ほっとしました。プー、よかったね。

環境



環境基本計画推進会議委員の公募

環境課環境政策係

(TEL 71・2492 FAX 72・3176)

環境を取り巻く問題や市の現状を踏まえ、環境基本計画の推進および取り組み状況の点検・評価を行う推進会議の委員を募集します。

●募集人員 4人以内

●応募資格 市内に住所を有する人または勤務する20歳以上の人で、月1回程度、平日に開催する会議に出席できる人。ただし、次に該当する人を除きます。

▽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

●任期 平成28年4月1日～平成30年3月31日

●報酬 市が規定する謝礼金を支給

●申込期限 2月15日(月)当日消印有効

●申し込み 申込書に必要事項を記入の上、環境課(2階5番窓口)へ持参、または郵送で提出してください。申込書は環境課、各支所地域課または、市ホームページから入手できます。また、次のテーマに関する小論文(800字程度。様式は問いません)を申込書に添えて提出してください。提出された書類は返却できません。

●テーマ 「環境基本計画推進のため私にできること」

●選考方法 申込書による書類選考および小論文の内容選考を行い、後日結果を通知します。

●送付先 〒399・8281 (住所記載不要) 環境課環境政策係

緑のまちづくり地域別懇談会

岡都市計画課公園緑地係

(TEL 71・2249 FAX 72・3569)

「市緑の基本計画」の策定に向

け、地域の公園に関する意見、また各地域での緑化や緑地保全に関する取り組みや今後の課題、意向を伺う地域別懇談会を開催します。皆さんの意見や要望をお聞かせください。

●対象 市内在住の人、または市内で事業などを行う個人や団体

●参加費 無料

●申し込み 不要

●注意事項 各回とも参加いただけますが、懇談会でのテーマは各地域に関するものとさせていただきます。

日時および場所

地域	日時	場所
穂高	2月7日(日)	穂高支所 大会議室
明科	2月11日(木・祝)	明科公民館 講堂
堀金	2月13日(土)	堀金公民館 講堂
三郷	2月14日(日)	三郷支所 3階講堂
豊科	2月20日(土)	市役所 4階大会議室東

※時間はいずれも、午後1時30分～3時30分です。

畜産悪臭対策・三郷地域市民報告会

岡環境課環境保全担当

(TEL 71・2491 FAX 72・3176)

三郷地域の畜産臭気の現状と対策、臭気指数規制による対応などについて報告会を行います。

●日時 2月13日(土)

午後7時～

●場所 三郷農村環境改善センター(丁Aあづみ温支所隣)

●申し込み 不要

農業



あづみ野農業塾 塾生募集

岡農政課マーケティング担当

(TEL 71・2430 FAX 71・2507)

食の安心・安全を目指し、実習を通して米の無農薬有機栽培、味噌、豆腐づくりの技術を習得します。

●対象 市内在住の人

●募集人数 80人(先着順)

●修業期間 1年

▽座学 実施月のいずれかの土曜日

▽実習 随時(土曜日または日曜日)

●場所 ▽座学 市内の公民館

▽米作り実習 豊科熊倉地区のほ場

●年会費 3000円

●申し込み 1月25日(月)から2月26日(金)までに、農政課へ電話で住所・氏名・連絡先をお知らせください。(受付は、平日の午前8時30分から午後5時まで) 詳細は、農業塾塾長の遊橋さん(TEL 73・2058)に問い合わせてください。

あかしな農業塾 塾生募集

岡農政課マーケティング担当

(TEL 71・2430 FAX 71・2507)

農業に取り組む意欲がある人に、講義と実習を行います。

●対象 市内に在住または勤務する20歳以上の人

●募集人数 30人(先着順)

●活動期間 4月から1年間(開講式は3月中) 実習は毎週水曜日半日(作付・収穫などの農繁期は変更あり)

●場所 明科地域内のは場

●内容 一般野菜の作付・施肥・防除・収穫・出荷作業や、JA主催の指導会および講習会への参加、視察研修など

●年会費 1万円

測定結果

12月分の空間放射線量

いずれの地点においても健康に影響のない値でした。詳しくは市ホームページまたは担当課まで問い合わせください。

岡環境課環境保全担当(TEL 71・2491・FAX 72・3176)

測定地点	(マイクロシーベルト/時間)				
	12/1(火)	12/7(月)	12/14(月)	12/21(月)	12/28(月)
本庁舎(豊科)	0.08	0.07	0.06	0.07	0.08

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。

相続・遺言べんきょう会開催 ランチ付
司法書士の先生と一緒に学びます。

お1人様
¥500
食事付き

1月30日(土) 三郷法祥苑
2月21日(日) あづみ野法祥苑
両日午前開催▶10時～12時

20名様限定(ご予約制) **株式会社 アステップ信州**
ご予約お問合せは…………… 北部エリア本部 ☎0263-82-0181

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
工事まで住まいの困りごとに…。

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 建設業部会 (堀金支所)
安心相談窓口 **0263-72-5123**
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。FAX 72-8457

★広告掲載のお申し込みは、(株) 共立プランニング (TEL 34・2515) まで

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。

地域のためにお役立ちできるよう
皆様に愛され親しまれるよう
がんばります!

あづみ野テレビ
0120-353-055

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます

新しい年、結・Azuminoと一緒に
人生のパートナーを探しましょう!!

真剣に結婚を考えている方。
出会うの機会が少ない方。
条件に合う方となかなか巡り会えない方。
ご心配の親御様、熟年、再婚の方。
お気軽にお問い合わせください。

認定相談員が個別にご相談・サポートいたします。
各種イベントやパーティーも開催。
個別相談は、完全予約制でプライベートも厳守してお手伝いさせていただきます。

長野県結婚相談事業協同組合
(県知事認可6中第17号の18)の正規加盟店

結 Azumino
ゆい・あずみの

TEL 82-1502
安曇野市穂高7157
受付時間/平日16:30～19:00・土日祝10:00～18:00(火・水曜定休日)

お知らせ

市役所職場説明会

園職員課職員担当

(TEL 71・2405 FAX 71・5155)

市役所の若手職員との交流を通して、市職員の仕事や魅力、やりがいなどをお伝えします。

●日時 3月11日(金)

▽午前の部 午前9時30分～正午
▽午後の部 午後1時45分～4時15分

※午前・午後とも同じ内容です。

●場所 市役所4階 大会議室東

●対象 市職員の仕事に興味があり、採用試験の受験を検討している人

●申し込み 1月20日(水)から2月26日(金)の間に、市ホームページにある参加申込フォームから申し込みください。当日、直接会場に来ていただいても参加できます。

●その他 詳しくは、市ホームページをご覧ください。なお、この職場説明会への参加の有無は採用試験の結果に一切影響しません。

市消防団音楽喇叭隊「吹奏楽と消防ラッパのコンサート」

園危機管理課消防防炎係

(TEL 72・6769 FAX 72・6739)

市消防団では、市民の皆さんに楽しみながら消防団活動を身近に感じてもらうため、吹奏楽と消防ラッパのコンサートを開催します。消防団活動パネルの展示なども行います。

●日時 2月21日(日) 午後2時～4時(午後1時30分開場)

●場所 堀金総合体育館 サブアリーナ

●入場料 無料

●演奏予定曲 「鷺の舞うところ」「日本昔ばなしセレクション」「見上げてごらん夜の星を」など

●申し込み 不要



昨年のコンサートの様子

創業実現セミナー

園商工労政課商業労政係

(TEL 71・2041 FAX 72・1340)

創業を計画、希望する人を対象に創業実現セミナーを開催します。セミナーを通じて必要な知識の習得と、創業まで支援します。

●日時 2月10日(水)・17日(水)、24日(水)、(全3回)

午後2時から5時まで

●場所 市商工会本所2階会議室(豊科4289・1)

●内容 ▽第1回 講演 経営者の体験談▽第2回 「ビジネスプラン作成」▽第3回 「資金計画書作成」▽支援施策と創業に向けた今後

●対象者 創業を検討している人、既に事業をしている人で、新たな分野を模索している人

●参加費 3000円

●定員 20人

●講師 三原不二夫さん(お茶元みはら胡蝶庵代表)、黒沢正行さん(中小企業診断士)、金融機関関係者

●申し込み 市商工会明科支所まで申し込みください。

●問い合わせ 市商工会明科支

穂高あめ市
タイアップイベント

園観光交流促進課ブランド推進担当

(TEL 71・2053 FAX 72・1340)

商売繁盛を願って行われる伝統行事「穂高あめ市」に併せて、松本山雅FC関係者によるトークショーや穂高神社探険ウオークラリーなど各種イベントを開催します。あめ市ではふるまい餅、福あめ投げ、福だるまの販売などが行われます。

●日時 2月7日(日)

午前10時30分～午後6時

●場所 穂高神社北神苑周辺

●その他 詳しくは、市ホームページまたは、観光交流促進課まで問い合わせください。

宝くじの助成でみこしを
修繕

園地域づくり課まちづくり推進係
(TEL 71・2494 FAX 72・3176)

新田区では、公益財団法人長野県市町村振興協会が実施している「地域活動助成事業」を活用し、地域の伝統行事である「あめ市祭り」で担ぐみこしを修繕しました。

この事業は、市町村振興宝くじ(サマージャンボ)の収益金を財

事業主の皆さんへ
職場定着セミナー

園商工労政課商業労政係

(TEL 71・2041 FAX 72・1340)

若手社員の仕事へのモチベーションを高め、意欲を持って仕事に取り組むことを目的としたセミナーを開催します。

●日時 2月10日(水) 午前9時30分～午後4時30分

●場所 市役所4階 大会議室東

●内容 職場の問題解決など

●対象 働き始めて5年目までの若手社員、新規採用予定者

●定員 50人

●持ち物 筆記用具、ノート

●服装 スーツ、またはそれに準じた服装

●申し込み 1月29日(金)までに商工労政課へ電話で申し込みください

●その他 受講料は無料です。昼食は各自準備ください。

●共催 平成27年度厚生労働省若年者地域連携事業(株)コミュニケーションズ・アイ

所(TEL 62・2317 FAX 62・5456)または商工労政課(TEL 71・2041 FAX 72・1340)

人権擁護委員の交代

園人権男女共同参画課人権男女共生係
(TEL 71・2406 FAX 71・5155)

清野昌訓委員の任期満了に伴い、平成28年1月から、二木一雄委員が新たに委嘱されました。人権擁護委員は、法務局と連携して地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決の支援や人権の啓発活動などを行っています。

●問い合わせ 法務局松本支局
(TEL 32・2751 FAX 32・2752)
人権男女共同参画課(TEL 71・2406 FAX 71・5155)

13ページの「ためして安曇野検定クイズ」の答え
問題1:③ 問題2:①
問題3:①

寄附・寄贈のお礼(9/28～12/9)【敬称略】

▷株式会社ノジマ代表取締役社長 野島廣司 LED デスクライト18個、シンプル電話機11個、USB 4ポートACチャージャー4個、LEDシーリング2個 安曇野市役所へ▷医療法人仁雄会理事長 古川穰 140,480円 市の保健福祉向上、特に子どもサポートへ協力のため▷株式会社エイワ 380,000円 保育園の図書購入費として▷明科高等学校校長 巻山圭一 絵本10冊 明科南保育園へ▷穂高西小学校PTA会長 佐々木良 二宮金次郎像 穂高西小学校へ▷アド・コマーシャル株式会社社長 赤羽悠一「安曇野市制施行10周年事業 わたしたちの街の社会見学2015 安曇野版」冊子1,860冊 市内小学校4・5年生へ▷明科ライオンズクラブ 書籍8冊 明科中学校へ▷一般社団法人長野県測量設計業協会会長 佐藤芳明 経緯度標1基 安曇野市役所へ

公園の施設を大切に

公園の施設は、大切に利用しましょう。落書きは景観を損ねるだけでなく、利用する人にも不快感を与えます。公園をきれいに利用し、美しく誇れる安曇野にしましょう。

園都市計画課
公園緑地係
TEL 71・2249
FAX 72・3569



平成28年度県シニア大学の受講生募集

生きがいと健康づくりを進め、仲間とともに地域で活動する人を養成するシニア大学の受講生を募集します。

- 募集期間 2月1日(月)～29日(月)
- 学習内容 教養講座、実技講座、実践講座
- 入学資格 おおむね60歳以上、学習意欲旺盛、積極的に地域活動を目指す人
- 学習時間 受講年限は2年間(年間学習日数16日間) 午前10時～午後3時(1日4時間程度)
- 募集定員 240人
- 受講料 年間1万円のほか教材費など
- 受講会場 県松本合同庁舎または松本市総合社会福祉センター
- 申し込み 長寿社会課(1階13番窓口)または各支所地域課に備え付けの入学願書に必要事項を記入し、入学可否決定通知用の52円切手を添えて申し込みください。

園松本学部事務局(松本保健福祉事務所福祉課内) TEL 40・1911 FAX 40・1803
市役所長寿社会課長寿福祉係 TEL 71・2254 FAX 71・2328



- **申し込み** 2月8日（月）～26日
- **参加費** 無料
- **定員** 20人
- **対象者** 松本市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村に在住で、次のいずれかに該当する人▽親族等の成年後見人、保佐人、補助人になっていない人▽成年後見制度の利用を検討している人▽成年後見制度に関心のある人
- **講師** 古川静男さん（司法書士）
- **内容** ①講演「親族後見人と専門職後見人の立場・役割について」②質疑応答、個別相談
- **日時** 3月5日（土）午後1時30分～4時
- **場所** 松本市松南地区公民館（なんなんひろば）2階会議室4
- **親族で成年後見制度を利用している人、これから利用を検討している人**を対象に、実際に成年後見人等を受任している司法書士が講演します。

成年後見人等のつどい

図 東部地域包括支援センター
TEL 72・9986 FAX 71・2503



- **申し込み** 2月1日（月）から10日（水）までに、東部地域包括支援センターへ電話で申し込みください。（受付は、平日の日（金）までに成年後見支援センターかけはしへ電話で申し込みください。（受付は、平日午前8時30分から午後5時15分まで）※個別相談を希望する場合は、申し込みの際にお知らせください。
- **申し込み・問い合わせ** 松本市社会福祉協議会 成年後見支援センターかけはし TEL 88・6699
- **成年後見制度無料相談**
図 東部地域包括支援センター
TEL 72・9986 FAX 71・2503
- **日時** 2月18日（木）午後1時30分～3時30分
- **場所** 市役所2階相談室215
- **対象** ▽お金の管理や契約などに不安のある人▽認知症や障がいのため今後の生活に不安のある人、またはその家族
- **相談員** 春原隆雄さん（一般財団法人 民事法律協会）
- **定員** 4人（先着順）
- **申し込み** 2月1日（月）から10日（水）までに、東部地域包括支援センターへ電話で申し込みください。（受付は、平日の日（金）までに成年後見支援センターかけはしへ電話で申し込みください。（受付は、平日午前8時30分から午後5時15分まで）※個別相談を希望する場合は、申し込みの際にお知らせください。
- **申し込み・問い合わせ** 松本市社会福祉協議会 成年後見支援センターかけはし TEL 88・6699

- **安全安心**
図 危機管理課消防防災係
TEL 72・6769 FAX 72・6739
- **阪神淡路大震災、東日本大震災における火災原因の6割以上が電気起因しています。地震による電気火災の予防には、避難時にブレーカーを遮断することが効果的です。**
- **地震ブレーカーは、地震を感じると自動的にブレーカーを落として電気を遮断します。そのため、地震の揺れにより電気機器が倒れて引き起こす火災や、停電の復旧に伴う電気機器の熱源による火災、また、地震で破損した電気コードが通電してショートする火災などの発生防止に効果があります。**
- **感震ブレーカーの設置については、各消防署へ問い合わせください。**
- **問い合わせ**
豊科消防署 TEL 72・3145
穂高消防署 TEL 82・3262
梓川消防署 TEL 78・2090
明科消防署 TEL 62・2992

行政書士による面接無料相談会

県行政書士会松本支部では、面接による無料相談を行います。

- **日時** 2月21日（日）午前10時～午後3時
- **場所** 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1
- **内容** 相続・遺言・贈与手続、成年後見、会社・法人設立手続、賃貸借・売買等各種契約書作成など

図 県行政書士会松本支部 TEL 33・7166



ギャンブル依存症家族講座

ギャンブル（パチンコ、スロット、競馬など）の問題を抱える家族を対象に、ギャンブル依存症を病気として理解し、正しい対応を学ぶための家族講座を開催します。

- **日時** 第1回 2月10日（水）午後1時30分～4時
第2回 17日（水）午後1時30分～4時30分
- **場所** 松本合同庁舎2階測定室
- **参加費** 無料
- **定員** 30人程度
- **申し込み** 2月2日（火）までに、松本保健福祉事務所健康づくり支援課へ電話で申し込みください。

図 松本保健福祉事務所 健康づくり支援課 TEL 40・1938



市営住宅および特定公賃貸住宅の入居者募集

図 建築住宅課住宅係
TEL 71・2245 FAX 72・3569

- ① **市営住宅の入居者募集**
● **募集内容** ▽追分団地（穂高北穂高）1戸（2DK 1階）
▽一日市場団地（三郷明郷）1戸（3DK 2階建）
▽三田団地（堀金三田）1戸（3LDK 1階）
▽ファミーユ柳瀬団地（明科中川手）1戸（2DK 1階）
- **入居開始日** 4月1日（金）
- **受付期間** 2月12日（金）～22日（月）（受付時間は、平日午前8時30分から午後5時まで）
- **申し込み** 1月20日（水）から「入居申込書」と募集の詳細を記した「入居申込案内」を建築住宅課住宅係で配布します。（市ホームページに掲載、各支所にも備え付け）受付期間内に添付書類を添えて、建築住宅課（2階15番窓口）まで提出してください。各支所では受け付けできません。

※各物件申込者多数の場合は抽選となります。また、入居申込書等を郵送で提出する場合は、必ず事前に相談ください。

② 特定公賃貸住宅

（中堅所得者向け）の入居者募集

- **募集内容** ▽特定公賃貸住宅「追分団地」（穂高北穂高）4戸（1階1戸・2階3戸 3LDK）家賃5万円から7万2千円（所得に応じて変動します。）
- **申し込み** 常時、建築住宅課（2階15番窓口）で受け付けています。各支所では受け付けできません。入居申込書と入居申込案内は建築住宅課または、市ホームページからも入手できます。
- ①・② **共通事項**
（入居資格および連帯保証人）
- **入居資格** 市内に住所を有するか勤務する人で、主に次の要件を満たす人①同居親族があること②住宅に困っていること③所得額が一定額以下であること④税金等の滞納がないこと⑤申込者および同居者が暴力団員でないこと
- また、入居手続きの際には、

次の要件を満たす連帯保証人2人の選定が必要です。

▽未成年者でなく、おおむね65歳以下であること▽成年被後見人または被保佐人でないこと▽連帯保証人それぞれが独立の生計を営み、入居者と同程度の収入があること（所得額でおおむね150万円以上）▽市内に住所を有すること（1人は市外でも可能）▽税金等の滞納がないこと



多重債務・消費者問題に関する無料法律相談

図 地域づくり課市民相談室
TEL 71・2496 FAX 72・3176

弁護士による無料法律相談を行います。



- **日時** 2月25日（木）午後1時30分～4時30分
- **場所** 市役所2階相談室214
- **定員** 8人（先着順）
- **申し込み** 2月15日（月）から電話で申し込みください。（時間は、平日午前9時から午後5時まで）

県営住宅の入居者募集

- **募集内容** ▽空き家募集（4月1日付に入居可能住宅の入居者）▽補欠募集（募集時には空き家はないが、6カ月以内に空いた場合の入居者）
- **申込資格** ▽県内に居住または勤務している人▽同居または同居しようとする親族（結婚予定含む）があること▽住宅に困っていること▽収入が一定以下であること▽申込者と同居者が暴力団員でないこと
- **募集団地** 松本地方事務所管内の県営住宅（詳細は、問い合わせください）
- **申し込み** 2月17日（水）から26日（金）までに、県住宅供給公社松本事務所の窓口へ申し込みください。（土・日曜日でも受け付け可能です）



図 県住宅供給公社松本事務所 TEL 47・0240

各種情報コーナー

 = 日時
 = 場所
 = 定員
 = 対象者
 = 費用
 = 持ち物
 = 申し込み
 = 問い合わせ

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
あさのたかを木壁画とタイルアートの世界	木壁画は、木の色、木目、厚さだけで描くぬくもりあふれる作品です。思わず笑ってしまうような楽しい動物などを中心に 50 点、タイルアートは新作も含めて 30 点を展示します。	日 ：1 月 14 日（木）～ 31 日（日） 午前 9 時～午後 5 時 ※ 31 日は午後 3 時まで 場 ：貞享義民記念館 企画展示室	費 ：無料 （常設展は有料）	持 ：不要 問 ：貞享義民記念館（ TEL 77・7550 FAX 77・7551）
放送大学 4 月入学生募集	放送大学は、テレビやインターネットを利用して授業を行う大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など幅広い分野を学べます。	日 ：（出願期間） 第 1 回 2 月 29 日（月）まで 第 2 回 3 月 20 日（日）まで	費 ：詳細は問い合わせください。	申・問 ：放送大学長野学習センター（ TEL 0266・58・2332 URL http://www.ouj.ac.jp ）
ちびっこ探険学校 ヨロン島参加者募集	全国から日本人・在日外国人小学生が参加し、沖縄に近い南の島ヨロン島の自然の中で、共同生活や野外活動などを楽しみます。ヨロン島（与論島）全土をボードにしたリアル人生ゲームも行います。	日 ：3 月 26 日（土）～ 4 月 1 日（金）6 泊 7 日 場 ：鹿児島県大島郡与論町 ※ 2 月 6 日（土）から全国 10 カ所で説明会を開催します。詳細は問い合わせください。	定 ：日本人小学生 200 人、在日外国人小学生 100 人（先着順） 対 ：小学 2 年生～6 年生（平成 28 年 2 月末現在） 費 ：78,000 円 ※ 旅費の詳細は問い合わせください。	申・問 ：3 月 4 日（金）までに公益財団法人 国際青少年研修協会（ TEL 03・6417・9721 FAX 03・6417・9724 URL http://www.kskk.or.jp ）へ申し込みください。

連載

ベランダ菜園のすすめ

問 農政課マーケティング担当
（**TEL** 71・2430 **FAX** 71・2507）

家族の団らんと健康維持にプランターを利用した家庭菜園に挑戦してみませんか。
今月は 1 月末～3 月に行う作業について紹介します。

①ソラマメ

草丈が 20^{センチ}程度になる 2 月中旬頃に 1 回目の追肥を施します。株から少し離し、化成肥料を 1 株あたり 5^{グラム}ほど撒いて、雪がなければ周囲の用土と軽く混ぜ合わせます。



②ニラ

3～4 年を目安に株分けを行います。株分けの適期は、芽が動き始める 2 月下旬～3 月上旬です。



豆知識 ～共栄植物（コンパニオンプランツ）～

作物には、一緒に植えることで、生育がよくなる組み合わせがあります。ウリ科やナス科の野菜の苗を定植する際、長ネギで挟み、根を絡ませるように混植することで病気の予防が期待できます。また、ピーマンやトマトなどナス科の作物の株間に、ラッカセイの苗を植えていき、グリーンマルチとして利用します。ラッカセイは根に根粒菌を共生しているため、空中の窒素を固定し、ピーマンなどの栄養分が豊富になり生育が良くなります。また、キャベツなどアブラナ科作物の定植の際は、サンチュ、レタス、サニーレタス、春菊などキク科の作物を 2 割ほど混植することで、アブラナ科作物へのモンシロチョウの産卵を抑える効果が期待できます。

平成 27 年度税に関する作文・ポスター表彰

国 税庁、全国納税貯蓄組合連合会、市租税教育推進協議会などでは、次代を担う中高生の皆さんに税の役割や使い方について正しい知識と理解を深めてもらうため、税に関する作文とポスターを募集しました。

市内では作文に 1,068 作品、本年初めて高校生を対象に募集をしたポスターは 7 作品の応募があり、そのうち、40 作品（作文 38 作品、ポスター 2 作品）が入賞しました。市租税教育推進協議会では、12 月 2 日に市役所で表彰式を行いました。

受賞者は次の皆さんです。（敬称略）

松本税務署長賞〔作文〕 ^{みやざわ まい} 宮澤 舞（穂高商業高 1 年）

松本地区納税貯蓄組合連合会優秀賞〔作文〕 ^{えだ しょうご} 江田 渉吾（豊科南中 1 年） ^{てらさわ まろあ} 寺沢 稀有（豊科北中 2 年）
^{とくしま まみ} 徳島 真美（穂高東中 3 年） ^{かわさき} 川崎 このは（穂高西中 3 年） ^{わたなべ りょうや} 渡邊 凌也（穂高西中 3 年） ^{おおやま あかり} 大山 明莉（三郷中 3 年） ^{うすい かんた} 臼井 完多（堀金中 3 年） ^{かくや はるな} 角谷 遥奈（堀金中 3 年） ^{やまこし あかり} 山越 星（明科中 1 年）

関東信越税理士会松本支部長賞〔作文〕 ^{たなべ へいわ} 田邊 平和（穂高西中 3 年）

松本地区歴代国税モニター会長賞〔作文〕 ^{いまいぞり なこ} 今溝 莉菜子（穂高商業高 1 年）

安曇野市長賞〔作文〕 ^{いちはし さき} 一橋 咲希（穂高商業高 1 年） ^{みさわ かおり} 三澤 香織（南安曇農業高 2 年） ^{みやざわ のあ} 宮澤 乃愛（豊科北中 1 年） ^{ふやま たいき} 布山 泰輝（三郷中 2 年） ^{しろた あつひろ} 城田 温大（明科中 1 年）
〔ポスター〕 ^{はやかわりょう} 早川 涼（明科高 3 年）

安曇野市教育委員会賞〔作文〕 ^{くぼ た みずほ} 久保田 瑞帆（穂高商業高 1 年） ^{しおはら さおり} 塩原 早織（穂高商業高 1 年） ^{みなみさわ ゆい} 南澤 唯（穂高商業高 1 年） ^{やなぎさわ いっき} 柳澤 一輝（穂高商業高 1 年） ^{たかはし まみ} 高橋 真美（明科高 3 年） ^{あおき なほこ} 青木 奈歩子（豊科高 2 年）
^{ふるた きこ} 古田 葵子（豊科高 2 年） ^{や の ゆうだい} 矢野 裕大（豊科高 2 年） ^{おかざき ゆきや} 岡崎 友基也（南安曇農業高 2 年） ^{えま ちひろ} 江間 千裕（豊科南中 3 年） ^{いのうえ はるか} 井上 晴香（豊科南中 1 年） ^{やまぐち さつき} 山口 彩月（豊科北中 2 年） ^{まとう よしひろ} 間藤 義博（穂高東中 3 年） ^{かずま} 伊藤 和馬（穂高西中 3 年） ^{うすい かえで} 臼井 楓（穂高西中 3 年） ^{ふなさか まいこ} 船坂 舞子（穂高西中 3 年） ^{やまだ なお} 山田 菜緒（三郷中 1 年）
^{にしやま れいな} 西山 怜那（堀金中 3 年） ^{よねくら ゆうき} 米倉 悠貴（堀金中 3 年） ^{よしもと なおゆき} 葭本 直幸（堀金中 1 年） ^{はばきりん} 波場 麗麟（明科中 2 年）
〔ポスター〕 ^{おおた ゆうや} 太田 湧也（明科高 1 年）

全国納税貯蓄組合連合会感謝状 堀金中学校

問 市民税課諸税係 **TEL** 71・2484 **FAX** 72・2065

健康情報

健康推進課健康推進担当

TEL 81・0726 FAX 81・0703

健口生活で健康長寿に♪ 最終回

食事を味わったり、会話を楽しんで、笑顔でイキイキと生活するためには歯や口の健康が欠かせません。

最終回は、健口生活を送るためのポイントを、ライフステージごと紹介します。

乳幼児期

食べる、話すなど口の動き（口腔機能）を発達させる大事な時期です。

- ・口の成長に合わせて離乳食を進めましょう。
- ・むし歯になりにくい生活習慣（食生活・歯みがき）を身につけましょう。

【市の取り組み】
健診、教室、育児相談、保育園歯科相談



学齢期

生えたての歯はむし歯になりやすく、乳歯から永久歯への交換期のため、歯みがきが難しい時期です。歯肉炎も増え始めます。

- ・自分の健康は自分で守れるよう、ブラッシングの技術やより良い生活習慣を身に付けましょう。

【市の取り組み】
フッ化物洗口、学校歯科保健指導



成人期

歯周病になる人や、進行して歯を失う人が増える年代です。

- ・定期的に歯科健診を受けましょう。
- ・1日1回、丁寧な歯みがきで歯垢を落としましょう。

【市の取り組み】
妊婦歯科健診、歯科健診、教室



高齢期

年齢と共に衰える口腔機能の低下を予防することが大切です。

- ・歯や入れ歯を治療し、しっかり噛めるようにしましょう。
- ・健口体操などを取り入れ、口を動かすようにしましょう。

【市の取り組み】
歯科健診、介護予防教室、相談窓口



障がい者・要介護者

口腔清掃や口腔機能の維持、歯科治療が困難な場合があります。

- ・できる範囲で口腔ケアをしましょう。
- ・口のことで困ること、心配なことがあれば、市の歯科衛生士やかかりつけ歯科医院に相談しましょう。

【市の取り組み】相談窓口、訪問



ちよつと運動でいきいき生活♪

ロコモティブシンドローム（以下ロコモ）をご存じですか。骨や関節、筋肉などの運動器の機能が衰え、日常生活に支障をきたし、要介護になる危険性が高まる状態のことを言います。ロコモの予防には、運動が効果的と言われています。そこで今日はロコモを防ぐ運動「ロコトレ」を紹介します。

ロコモティブシンドロームは国民病！

症状が悪化すると要介護になってしまう危険性もあるという変形性膝関節症や骨粗しょう症に限っても、推計患者数は4700万人もいると言われています。

ロコモの怖いところは、症状が見た目に分かりにくく、水面下で症状が進行しているケースが多いことです。

日常生活で次のような経験がある場合は、ロコモの始まりかもしれませんので、日ごろから運動に取り組みましょう。

TEL 81・0726 FAX 81・0703



健康推進課
健康運動指導士
横山みゆき

日常生活チェック！こんな経験はありますか？

- 片足立ちで靴下をはけない
- 階段を上るのに手すりが必要
- 横断歩道を青信号で渡りきれない
- 家事(掃除や布団の上げ下ろし等)が困難
- 家の中でちょっとした段差につまずく
- 15分ほど歩き続けることができない
- 2キロ位の荷物を持って歩くのが困難

Original Exercise

「ロコトレ」・スクワット

vol.1



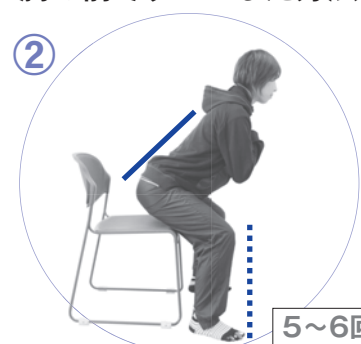
トレーニングでいつまでも丈夫な足腰を!!

歩行能力の鍵となる大腿四頭筋（太もも）の機能低下は著しく、70歳時では30歳時の約半分にまで低下と言われています。そのまま筋肉の機能低下が進行すると、膝や腰に痛みを感じるが増えます。関節痛を予防し、いきいきと活動的な生活を送るためにも大腿四頭筋を鍛えましょう。

絶対にやってはいけない例
×膝がつま先より前に出ていると膝を痛めます

胸の前でクロスした方法

立ちポーズ



5～6回を1日3セット

正面を向いたまま、上体を前傾気味にし（足元を見ない）イスに腰かける（お尻を後ろに突き出す）ように5秒かけてゆっくり膝を曲げていき、イスにお尻がつきそうになったらゆっくりと5秒かけて膝を伸ばし、立ちポーズに戻す。繰り返し

※膝を曲げる際に、つま先が浮かないように注意！

脚は肩幅に開き、つま先を少し外側(30度程度)に向ける。手は肩の高さで前に伸ばしても、胸の前でクロスしても良い

膝の曲げ伸ばしが痛い人のためのトレーニング方法



左右各20回を1日2セット

仰向けに寝て、片方の膝を曲げる。伸ばした脚のつま先を自分の方に向けて、そのまま10センチ程上げ、上げたまま5秒数える。5秒たったらゆっくりと脚をおろす。繰り返し（左右同様）

児童館の予定

※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。各事業の詳細は地域の児童館までお問い合わせください。
※キッズパークは就園前の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
チャレンジタイム 節分	3日(水)	16:00～17:00 対象：小学生以上
育児相談	5日(金)	10:30～12:00
読み聞かせ	15日(月)	11:00～
キッズパーク 郷土食	16日(火)17日(水)18日(木)	10:30～11:30 要予約 対象年齢:16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児、18日(木)は0歳児クラス
卓球教室	20日(土)	14:00～15:00 対象：小学生以上
チャレンジタイム 桜もち&お抹茶	27日(土)	14:00～15:30 要予約 対象：小学生以上 ☆桜もちを作って春を感じましょう。

★高家児童館		TEL・FAX72-5685
育児相談	12日(金)	10:30～12:00
読み聞かせ	18・25日(木)	11:00～
チャレンジタイム スポーツチャンバラ&豚汁会	27日(土)	10:30～ 要予約 対象：小学生以上 持ち物：飲み物、タオル

★南穂高児童館「にこにこランド」		TEL71-5150・FAX71-5152
読み聞かせ	1・8日(月)	11:00～11:20
キッズパーク ボランティアさんありがと会	16日(火)・17日(水)	10:30～12:00 要予約 対象年齢:16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児・0歳児合同 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
育児相談	26日(金)	10:30～12:00

★穂高中央児童館		TEL84-0762・FAX82-9621
みんなあつまれ！羊毛フェルトで小物作り	12日(金)	10:30～12:00 要予約 定員：20組
キッズパーク リラックス・ヨガ	15日(月)16日(火)17日(水)	10:30～11:30 要予約 対象年齢:15日(月)は0歳児、16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児クラス 持ち物：ヨガマットまたはバスタオル
読み聞かせ	17日(水)	11:00～11:20
育児相談・身体測定	19日(金)	10:30～12:00 ☆身体測定は10時～11時30分

★穂高西部児童館		TEL・FAX82-2527
育児相談・身体測定	5日(金)	10:30～12:00 ☆身体測定は10時～12時
みんなあつまれ！手打ちうどん作り	10日(水)	10:30～12:00 要予約 定員：20組 持ち物：お椀、箸、フォーク
読み聞かせ	22日(月)	11:00～11:20

★穂高北部児童館		TEL・FAX83-5494
わらべうた	1・8・15・22・29日(月)	11:10～
育児相談・身体測定	5日(金)	10:30～12:00 ☆身体測定：10時から12時
読み聞かせ	5・12・26日(金)	11:00～11:20
キッズパーク リズム遊び	16日(火)17日(水)18日(木)	10:30～11:30 要予約 対象年齢：16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児、18日(木)は0歳児クラス
お年寄りの知恵袋 やしよま作り	19日(金)	10:30～12:00 要予約 定員：25人 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
みんなあつまれ！2月生まれ ハッピーバースディ	26日(金)	10:30～11:30

★三郷児童館		TEL76-0185・FAX76-0186
読み聞かせ	1日(月)・19日(金)	11:00～11:20
チャレンジタイム 囲碁・将棋に挑戦!!	6日(土)	10:30～11:30 要予約 対象：小学生
子育て勉強会 入園にあたっての心構えについて	8日(月)	10:30～11:30 要予約
育児相談	15日(月)	10:00～12:00

★堀金児童館		TEL71-2122・FAX71-2126
キッズパーク 五平餅づくり	2日(火)3日(水)4日(木)	10:30～11:30 要予約 対象年齢:2日(火)は2歳児以上、3日(水)は1歳児、4日(木)は0歳児クラス
育児相談・身体測定	8日(月)	10:00～12:00
みんなあつまれ！バレンタインクッキー作り	13日(土)	10:30～12:00 要予約 定員：20組 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
読み聞かせ あめんぼの会さん	15日(月)	11:00～
チャレンジタイム 肉まん作り	20日(土)	14:00～15:30 要予約 対象:小学生 定員:20人程度 持ち物:エプロン、三角巾、飲み物

★明科児童館		TEL62-2482・FAX62-1124
クライミング教室	15日(月)	16:00～17:30 要予約 対象：小学生以上 定員：20組 持ち物：運動できる支度、飲み物
読み聞かせ	18日(木)	16:00～ 対象：小学生
お楽しみまんじゅう	20日(土)	10:00～11:30 要予約 対象:幼児親子・小学生、定員:20組、持ち物:エプロン・三角巾・タオル・皿・飲み物
育児相談	22日(月)	10:30～
読み聞かせ	22日(月)	11:00～

各種相談

場…場所 間…問い合わせ 時…時間

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～
4日(木)・8日(月)・15日(月)・22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～
18・25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13:30～
5日(金)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

3・10・17・24日(水) ※3・17日は家族会
場 豊科交流学習センター「きぼう」2階
場 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。

心配ごと相談・行政相談 (★は行政相談を同時開催)

1日(月)・★15日(月)	時13:00～16:00
場 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)	
2日(火)・★16日(火)	時13:00～16:00
場 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)	
3日(水)・★17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)	
4日(木)・★25日(木)	時13:00～16:00
場 三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)	
5日(金)・★19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)	
場 心配ごと相談…上記へ 場 行政相談…市民生活部 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)	
子ども・ひとり親家庭・女性の相談	要予約
平日 時8:30～17:00 場 子ども支援課家庭児童相談室 (TEL71-2265・FAX72-2065)	

教育に関する相談

いじめ相談ホットライン	時8:30～17:15
毎週月～金曜日 ※11日は行いません 場 教育指導室(市役所3階) (TEL71-2461・FAX71-2338)	
教育全般 (子育て・学校生活・不登校・発達障害など)	時10:00～16:00
毎週月～金曜日 ※11日は行いません 場 教育相談室(堀金公民館内) (TEL72-2238・FAX71-2338) ※電話相談可。まずはお電話ください。	

人権特設相談所 時10:00～15:00

20日(土)場 三郷支所
27日(土)場 堀金公民館 ※女性のための相談日です。
場 法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

2月の休日当番医

(変更になる場合があります。)長野県休日・夜間緊急医療内サービス

0570-088199

7日(日)	11日(木・祝)	14日(日)	21日(日)	28日(日)
堀内医院 82-3324【穂高】	塔の原内川医院 81-2121【明科】	穂高ハートクリニック 50-6731【穂高】	小田切医院 83-6025【穂高】	村山医院 82-2101【穂高】
ふじもり医院 72-2011【豊科】	神谷小児科医院 72-5162【豊科】	石田医院 72-2766【豊科】	高橋医院 82-2561【穂高】	信濃内科循環器科医院 82-7722【穂高】
こうの内科循環器科 71-5881【豊科】	白木医院 77-2134【三郷】	中萱医院 77-2130【三郷】	土屋クリニック 71-1811【豊科】	たかはしクリニック 77-7880【三郷】
赤羽歯科医院 77-2114【三郷】	飯田歯科医院 73-7618【豊科】	上條歯科医院 82-2215【穂高】	石田歯科医院 62-2688【明科】	市川歯科医院 72-2116【豊科】

生活労働相談

時18:00～20:00

10日(水)場 市役所4階 会議室403
場 商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)
※メール相談も受付中。詳しくは長野県中信労政事務所ホームページにアクセスを。

わかもの就職サポート相談会 時13:30～16:30 要予約

19日(金) 場 市役所3階 相談室313
場 商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)
※40歳代前半までの自己分析や就職活動にお悩みの方、ご相談下さい。

母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時9:30～11:00

2・16日(火)	場 明科保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
4・18日(木)	場 穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
9日(火)	場 堀金保健センター (TEL81-0714・FAX81-0703)
10・24日(水)	場 豊科保健センター (TEL81-0713・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 北部地域包括支援センター(穂高健康支援センター内) (TEL81-0760・FAX81-0703)
場 東部地域包括支援センター(市役所1階) (TEL72-9986・FAX71-2503)
場 南部地域包括支援センター(三郷支所1階) (TEL77-4007・FAX77-4087)

消費生活相談 時平日9:00～16:00 ※電話相談も可

場 消費生活センター(市役所2階)
(TEL直通71-2100・携帯090-5203-2011・FAX72-3176)
※消費者ホットライン(局番なし)188番「嫌や! (イヤヤ!)」

弁護士会による無料法律相談 要予約

12日(金)(予約日:4日(木))
25日(木)(予約日:18日(木))
場 市役所2階 相談室211
時13:30～16:30 ※1人20分
場 市民生活部 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)
※電話予約…予約日の9:00～12:00
※定員8人を超えた場合は抽選(先着順ではありません)
※係争中のもの、すでに弁護士に相談中の事項はお受けできません。

行政書士による無料相談 要予約

18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
場 長野県行政書士会松本支部 (TEL33-7166・FAX32-0151)
※開催日の2日前までにご予約ください。

申請期限 迫る

防災用品購入補助金制度

申請は

3月31日(木)まで

**保存食＋飲料水で
最大 4,000 円 が
助成されます！**



災害発生時、素早く避難するため、最低限必要なものは非常用持ち出し袋にまとめておきましょう。市購入補助制度は3月末まで。この機会にご活用ください。

災害への備え、 万全ですか？

●補助対象となる防災用品

次の(1)と(2)の2品目は必ず購入してください。

- (1) 食料品（保存年数3年以上）
- (2) 飲料水（清涼飲料水を除く）

このほかに、次のような防災用品を追加して購入する場合も補助対象となります。

非常持ち出し袋・懐中電灯・応急手当用品・レジャーシート・ラジオ・軍手・防塵マスク・簡易トイレ・おむつ・生理用品・家具の転倒防止器具など

●補助対象額

購入費の3分の1、上限4,000円まで（100円未満の端数切り捨て）

●申請方法・申請先

防災用品購入後1カ月以内に、次の提出書類を市役所2階危機管理課または各支所地域課まで提出してください。（申請は同一世帯につき1回に限ります。平成27年3月31日以前に同補助金をご利用いただいた世帯も利用可能です。）

●提出書類

- (1) 補助金交付申請書
- (2) 領収書（レシート可）の原本
- (3) 購入品のすべての写真
- (4) 補助金交付請求書

※申請書類は各申請窓口、市ホームページから入手できます

※身分証明書（運転免許証など）と印鑑を持参ください。

関 危機管理課 TEL 71・2119 FAX 72・6739

本庁舎時間延長・休日窓口実施日

時間延長窓口2月2日(火)・16日(火)
(午後5時15分から8時まで)

休日窓口2月28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 平成28年1月20日

編集・発行 長野県安曇野市政策部
秘書広報課秘書広報担当

TEL 0263-71-2000(代) FAX 0263-71-5000

URL <http://www.city.azumino.nagano.jp>

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

印刷 (有)アルプス印刷 印刷経費1部22円

次回発行...**2月17日(水)**

re70 古紙配合率 70%
再生紙を使用しています。



◆大雪の度「もう雪は見たくない」と思いますが、あまりに降らないのも少し寂しい気がします。本号発行の頃には銀世界が見られるでしょうか。

◆阪神淡路大震災、東日本大震災の教訓を忘れないよう、我が家でも補助制度を利用して防災用品を揃えました。使うことのないよう、本年が穏やかな一年となりますように。

◆穏やかな天候が続いた年末年始。テレビで大学生や高校生がスポーツで躍動する姿を見て、今年は体を鍛え直そうと決意してから早くも2週間。明日こそは...

◆特殊詐欺を防ぐには、自身自身が注意するだけでなく、家族や地域の絆も大切。こたつを囲みながら家族で愛(合)言葉を決めたいと思います。

編集後記

人口と世帯 2016.1.1現在 ()内は対前月比

人口 98,514人(+10) 男 47,794人(+7) 女 50,720人(+3)

世帯 38,540世帯(+18)

本庁舎 〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000番地
総務課 〒399-8303 長野県安曇野市穂高6658番地
支所 〒399-8101 長野県安曇野市三郷明盛4810番地1
支所 〒399-8211 長野県安曇野市堀金烏川2750番地1
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
TEL 0263-82-3131 FAX 0263-82-6622
TEL 0263-77-3111 FAX 0263-77-6060
TEL 0263-72-3106 FAX 0263-72-4900
TEL 0263-62-3001 FAX 0263-62-4747