



家族や仲間と走る 初夏の安曇野

信州安曇野ハーフマラソン・ファミリーラン
(6月12日)

contents

信州安曇野ハーフマラソン	2
市消防団ポンプ操法大会	4
夏本番！イベントが盛りだくさん	26
安曇野花火	32



①豊科南部総合公園での開会式 ②号砲と共に約5,000人のランナーが一斉にスタート ③拾ヶ堰沿いをそれぞれのペースで走るランナー ④折り返し地点、小旗を手に市民がランナーにエールを送る ⑤応援する皆さんとハイタッチするランナー、コース一帯が一体感に包まれる ⑥約21キロを走り切りフィニッシュしたランナーに拍手が贈られた ⑦完走したランナーを迎えるボランティアの皆さん ⑧ファミリーランでは、仲良くフィニッシュ ⑨完走記録を手に笑顔のランナー ⑩おにぎりや、玉ねぎスープ、新宿中村屋のカレーがランナーに振る舞われた

「おもてなしの心」で支えました。
さんが小旗を振ってランナーを応援。このほかコース途中に設けられた応援ポイントでは太鼓やオカリナ、吹奏楽の演奏、YOSAKOI踊りが行われ、初夏の日差しの中を走るランナーを励ました。また、運営ボランティアとして市民など約560人の皆さんが、コース整理や給水などを行い、安曇野を走るランナーの皆さんをそれぞれが支えました。

第2回

信州安曇野 ハーフマラソン

初夏の安曇野を約5700人が疾走
第2回信州安曇野ハーフマラソン(市、市商工会など実行委員会主催・信濃毎日新聞社共催)が6月12日、豊科南部総合公園を発着点とする約21キロメートルのコースで行われました。
大会には、県内外から5150人が参加。午前9時の号砲と共にスタートしたランナーは、雄大な北アルプスを背景に、のどかな田園風景や、街並みの中をそれぞれのペースで駆け抜けました。
また、本年は小学生が家族などと一緒に走る「ファミリーラン」の部が新設され、261組589人が2キロのコースをそれぞれのペースで走りました。
沿道からは大勢の市民の皆



ボランティア、沿道応援にランナーを支えた「おもてなしの心」

ボランティア



つじ ましろう
辻 真白さん
(穂高東中1年)

給水所のボランティアに参加しました。たくさんのランナーと交流ができ、近くで応援もできて楽しいです。来年も参加したいです。

沿道応援



いいぬまれい とんじゃゆえ
飯沼 稔くん・佟佳 岳くん
(豊科北小5年)

たくさんのランナーとハイタッチをして楽しかったです。(飯沼くん) 来年はファミリーランに出てみたいです。(佟くん)



かとうときこ
加藤 時子さん
(穂高柏原) 写真左

頑張っているランナーを応援するのは楽しく、応援する度に選手から自分も元気をもらっています。

大会ゲスト



ありもりゆうこ
有森 裕子さん

バルセロナ五輪、アトランタ五輪女子マラソンメダリストの有森裕子さんがスタート・フィニッシュ地点や沿道でランナーに声援を送り、力づけました。



ファミリーラン 優勝
とみながこういち だいすけ
富永 浩一さん・大輔くん (松本市)

親子で一緒に走り、トップでゴールでき良かったです。(浩一さん) 将来は、全国大会で走りたいです。(大輔くん)

大会結果

ファミリーランの部では、261組の子どもたちが元気に駆け抜けました。ハーフマラソン男子では、牛山純一さんが連覇を達成しました。



ハーフマラソン 男子優勝
うしやまじゆんいち
牛山 純一さん (茅野市)



ハーフマラソン 女子優勝
きのした ゆみこ
木下 裕美子さん (東京都)

順位	ハーフマラソン		ファミリーラン
	男子	女子	
1	牛山純一 (茅野市)	木下裕美子 (東京都)	富永浩一・大輔 (松本市)
2	松野淳司 (塩尻市)	安川沙弥香 (石川県)	矢ヶ崎宏紀・圭悟 (松本市)
3	村澤智啓 (千曲市)	浅田志帆 (上田市)	田代晋逸・あい (松川村)
4	松村健一 (豊丘村)	中田弘美 (静岡県)	大野法章・朝陽 (山梨県)
5	田畑幸司 (岡谷市)	小林美香 (長野市)	川口正博・智崇 (安曇野市)
6	松村博文 (飯島町)	三井由香里 (山梨県)	降旗美博・夢佳・海智 (安曇野市)
7	清沢創一 (岡谷市)	光田理子 (愛知県)	野口渉・茉優・輝 (大町市)
8	青木雅史 (長野市)	小林優衣 (長野市)	宮脇勝洋・怜雅 (高森町)

大会結果

ポンプ車操法の部



優勝 第11分団(穂高)
準優勝: 第14分団(三郷)
敢闘賞: 第15分団第1部(三郷)

小型ポンプ操法の部



優勝 第4分団(豊科)
準優勝: 第13分団第1部(堀金)
敢闘賞: 第13分団第2部(堀金)

松本消防協会大会

3チームが入賞

松本消防協会主催のポンプ操法・ラッパ吹奏大会が7月3日、松本市公設地方卸売市場を主会場に行われました。市からは市大会を勝ち抜いた4チームと音楽喇叭隊が出場。結果、次の3チームが入賞を果たしました。

大会結果

【ポンプ車操法の部】

3位: 第11分団(穂高)

【小型ポンプ操法の部】

準優勝: 第4分団(豊科)

【ラッパ吹奏の部】

3位: 音楽喇叭隊(各分団選抜)



家族と仲間の声援を受け
固い^{きずな}絆で結ばれた
各チームが技を披露



市消防団 訓練成果を競う ポンプ操法大会

V4
達成

小型ポンプ操法
第4分団が4連覇

V2
達成

ポンプ車操法
第11分団が連覇

市消防団ポンプ操法大会が6月5日、防災広場(豊科南穂高)で開催されました。この日はポンプ車操法の部に5チーム、小型ポンプ操法の部に10チームが出場し、操作の迅速さ・正確さなど日ごろの訓練成果を競い合いました。

結果は、小型ポンプ操法の部では、豊科南穂高地域を管轄する第4分団が4連覇を達成。また、ポンプ車操法の部では、穂高有明地域を管轄する第11分団が連覇を果たしました。

地域防災の要である消防団員を募集しています。活動内容、入団方法など詳細は危機管理課(TEL72・6769 FAX72・6739)へ問い合わせください。



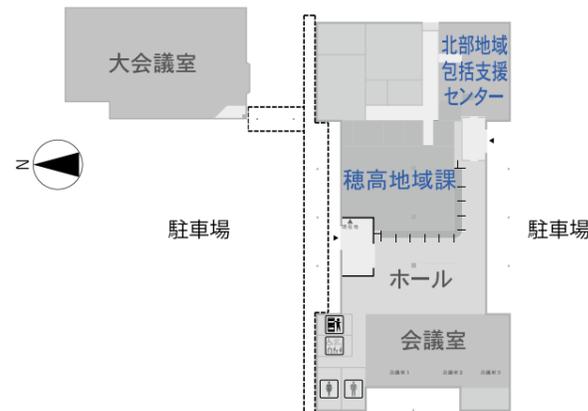


新穂高支所ホール

穂高支所
建て替えを進めていた穂高支所が完成します。
新しい支所は、市民サービスの窓口である穂高地域課と、高齢者の総合相談窓口となる北部地域包括支援センターが入ります。
敷地内には63台の駐車スペースが出来ます。
新たなまちづくりの拠点として活用いただくとともに地域防災拠点の役割も担う地域の身近な施設となります。

穂高支所

8月1日(月)
オープン



穂高支所
〒穂高地域課地域担当 (TEL71・2000代 FAX82・6622)
●開庁時間 午前8時30分～午後5時15分
●閉庁日 土日曜日・祝日・年末年始
北部地域包括支援センター (穂高担当)
保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員が、介護予防や高齢者への総合的な支援や相談を行います。
〒北部地域包括支援センター (TEL81・0760 FAX82・6622)

- 施設概要
- 場所 明科七貴9334・1
- 日時 8月7日(日)
- 午前9時 オープン式典
- 午前10時 市民施設見学会
- ▽農産加工施設(味噌・豆腐等)
- ▽交流ひろば(伝統文化等の体験講座定期開催・談話ルーム)
- ▽食品製造販売(予約弁当・お

- 施設利用方法(予約注文含む)
- 施設受付・利用開始 8月9日(火)から
- 新規開設の施設
- 各支所および公民館▽穂高会館▽豊科交流学習センター「さほう」▽穂高交流学習センター「みらい」▽明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」▽アルプス安曇野ほりがねの里(道の駅)
- 情報統計課情報政策係

9月4日(日)
7:00～

市シェイクアウト訓練の参加者を募集

本年4月に熊本県で震度7という大規模な地震が発生し、大きな被害を受けました。市でも「糸魚川-静岡構造線断層帯」による地震の発生が懸念されていることから、地震発生時に市民の皆さんが自分の身を守るための訓練として、シェイクアウト訓練を実施します。

シェイクアウト訓練とは?

2008年にアメリカで始まった、地震に備えるための防災訓練です。地震が発生したという想定で、その場で各自が身を守るための3つの安全行動 ①ドロップ(低い姿勢) ②カバー(頭・体を守る) ③ホールド・オン(揺れが収まるまで)を1分程度実施する訓練です。

安全行動の1-2-3



- ①ドロップ: まず低く!
- ②カバー: 頭を守り!
- ③ホールド・オン: 動かない!

- 内容 マグニチュード8.0、震度6弱の地震発生を想定して行います。
①午前7時にデジタル同報系防災行政無線、市メール配信サービス、あづみ野エフエムを通じて、訓練開始の合図をします。②合図に従い3つの安全行動を1分間程度とります。
※防災行政無線は屋外スピーカーにより最大音量で放送します。
- 対象者 どなたでも参加可能ですが、参加人数の把握のため、「事前登録」をお願いします。
- 事前登録 下記の参加登録申込書に必要事項を記入の上、危機管理課までメール、ファクスまたは郵送で送付するか、市ホームページから登録してください。
※参加登録申込書は市ホームページでも入手できます。
- 登録締切 8月26日(金)午後5時 必着
- 登録先・問い合わせ 危機管理課危機管理担当(2階東側窓口) TEL71・2119 FAX72・6739
〒399-8281 市役所危機管理課(住所は記入不要です)
✉kikikanri@city.azumino.nagano.jp URLhttp://www.city.azumino.nagano.jp/

市防災訓練(シェイクアウト訓練)参加登録申込書

申込日(必須)	月 日	
住所	<input type="checkbox"/> 安曇野市内在住・在勤	<input type="checkbox"/> 安曇野市外在住・在勤
参加予定人数と参加予定単位(必須)	人 ※団体で参加する場合は、以下の該当箇所にチェックしてください。 <input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> 区・自主防災組織等の地域団体 <input type="checkbox"/> 企業 <input type="checkbox"/> 医療・福祉関係 <input type="checkbox"/> 学校関係者(保育園・幼稚園を含む) <input type="checkbox"/> 任意のグループ(友人等) <input type="checkbox"/> その他()	
名前(任意)		
団体名・代表者名(任意)	団体名: _____ 代表者名: _____	
団体名の記載(団体は必須)	ホームページ、その他の資料上に、参加者として団体名を記載してもよろしいでしょうか? <input type="checkbox"/> はい(掲載しても構わない) <input type="checkbox"/> いいえ(掲載を希望しない)	

8月から
スタート



明科農産物加工交流
ひろばEbeya(えべや)
〒TEL88・6275
●営業時間 午前8時30分～午後5時
●定休日 毎週月曜日

明科農産物加工交流

「旧あかしな夢いちば」が交流・農産物加工活動の拠点として新しくスタートします。
食品加工や食体験等しながら学び、交流できる施設です。

- 施設概要
- 施設利用方法(予約注文含む)
- 施設受付・利用開始 8月9日(火)から
- 新規開設の施設
- 各支所および公民館▽穂高会館▽豊科交流学習センター「さほう」▽穂高交流学習センター「みらい」▽明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」▽アルプス安曇野ほりがねの里(道の駅)
- 情報統計課情報政策係

東京五輪・パラリンピック オーストリア共和国のホストタウンに決定

平成32年の東京五輪・パラリンピックの「ホストタウン」に6月14日、安曇野市など47件が2次登録されました。「ホストタウン」は、国が大会に合わせ、スポーツ立国、グローバル化の推進、地域の活性化などを目的に、海外の参加選手と地域住民が交流することなどを計画しているものです。

安曇野市の対象となる相手国は、オーストリア共和国で、本市が同国クラムザツハ町と姉妹都市であることや、明科龍門測公園内の前川カヌースラロームコースが北信越国民体育大会でも利用されていることから、市では同国のカヌー競技出場選手を招くことを想定しホストタウン申請をしていました。

今後市では、大会に合わせて、オリンピック出場選手等の前川での公開競技や、一般向けのカヌー教室などの開催など、具体的な交流内容の検討を進め、カヌー競技の普及と国際交流を推進していく予定です。



前川でのカヌー競技の様子

アルプス保育園・穂高幼稚園がしゅん工 おひろめ式開催

アルプス保育園の移転新築工事と穂高幼稚園の大規模改修工事が完了し6月2日、おひろめ式を各園で行いました。式典で宮澤市長は「子どもたちが伸び伸びと歓声の鳴り響く園舎になつてほしい」とあいさつしました。

市内唯一の市立幼稚園である穂高幼稚園は、現在の園舎が昭和48年に完成。老朽化した現在の園舎の長寿命化を図るため、耐震補強と共に施設全体の改修工事を進めてきました。事業費は約3億6千万円で、耐震補強と合わせ、絵本などの図書コーナーや子育て相談に対応できる会議室などを設けました。



完成したアルプス保育園(上)と穂高幼稚園(右)

体の老朽化や、昨今の保育への多様な要望にこたえるには手狭な施設になっていました。新園舎は旧園舎の東側に新築し、鉄骨平屋建て延べ床面積1250平方メートル、敷地面積は約7130平方メートルで、未満児保育や長時間保育などに対応します。事業費は、約4億6千万円です。

行政改革推進委員会 公立保育園の運営に民間の力活用を答申

市行政改革推進委員会（降旗富雄会長）は、昨年10月に「公立保育園の民営化に関する基本的な考え方について」諮問を受け、9回に渡る審議により意見をまとめ、6月30日に市長へ答申しました。

今回の答申では、多様な保育ニーズへの対応、行財政改革の観点から保育園運営へ民間活力を導入することにより、質の高い保育行政の実践が期待できるとことや、保育士不足に対応するための「(仮称)保育士人材センター」の設置が提案されたほか、民営化の手法として民設民営ではなく、運営に指定管理者制度を導入して民間に委ねるといった意見が添えられています。

宮澤市長は「多様化する要望の中で保育園に求められていることも変化しています。委員会の意見を基に、官民それぞれの長所を生かし、安心して子どもが預けられる施設となるよう答申を尊重していきたい」とあいさつしました。

市では今後、答申の内容に基づき、民営化に関する基本的な方針を決定する予定です。



宮澤市長に答申する降旗会長 (中央)

熊本地震被災地支援 熊本県益城町に職員を派遣

熊本地震による被災地支援派遣職員の出発式を6月17日、市役所で行いました。宮澤市長は「被災地のため、市職員として期待に応えられるよう、力を十分発揮してほしい」と職員を激励しました。今回の職員の派遣は、全国市長会などを通じ被災市町村からの要請に基づき行うものです。派遣された職員は6



被災家屋を調査する職員 (左)

月19日から7月16日まで、2人一組3回に分けて、述べ6人が最も被害が大きかった熊本県益城町へ派遣されました。派遣先では、被災した家屋の「り災証明書」の発行に必要な家屋被害認定調査業務のうち、より詳細な調査にあたる「2次調査」に携わりました。

今後市では、熊本市にも職員

を派遣し、7月14日から8月23日まで6人が家屋被害認定調査業務にあたる予定です。



益城町の様子

子ども自然体験講座参加者募集!

園穂高公民館内穂高地域課地域担当
TEL82・5970 FAX82・3990

アカゲラの巣箱づくりと巣箱掛け体験会

松くい虫の天敵であるキツツキ（特にアカゲラ）の巣箱を作り、巣箱掛けの体験をします。夏休みの研究にもなります。

- 日時 8月3日（水）午前9時～正午
- 会場 穂高有明「鐘の鳴る丘集会所」および周辺の山林（穂高有明松尾寺山公園駐車場集合・解散）

●内容 ▷アカゲラの巣箱づくり（3年生以下は親子で作る）

▷会場周辺の山林で巣箱掛け

●対象 市内在住の小学生と参加を希望する保護者。ただし、3年生以下は必ず保護者同伴。

●講師 「あづみの再活の松プロジェクト」からの派遣講師

●費用 無料
●定員 20人（先着順）



夏の国営アルプスあづみの公園大町・松川地区で自然体験や食体験等をして楽しく過ごそう!

●日時 8月18日（木）午前8時30分～午後4時

●場所 国営アルプスあづみの公園大町・松川地区（穂高会館駐車場集合・解散）

●内容 ▷河畔広場を中心に自然観察会
▷小麦粉・米粉・牛乳等材料のピザ作り体験と昼食▷クラフト体験「サンドアート作り」か「小枝のクラフト作り」など
▷林間アスレチック・アルプス広場等で自由遊び

●対象 市内在住の小学生と参加を希望する保護者。1年生は必ず保護者同伴。

●費用 ▷児童 入園料・体験料等750円
▷大人 入園料・体験料等790円（クラフト体験をする場合は、200円追加）

●定員 30人（先着順）

【両講座共通事項】

●持ち物等 参加者に後日、通知します。

●申し込み 7月25日（月）から27日（水）に、穂高公民館に電話で申し込みください。（受付時間は午前9時～午後5時）

スポーツ教室等参加者募集

生涯学習課スポーツ推進担当
TEL71・2467 FAX71・2338

わんぱくGYM教室

マットやボールなどの道具を使って、楽しく遊びましょう!

●日時 9月5日から11月21日までの月曜日 午後4時30分～5時30分（全10回）

●場所 豊科勤労者総合スポーツ施設体育館

●対象 幼稚園・保育園年中児

●参加費 1800円（参加料と保険料）

●定員 25人（抽選）

●講師 水口朋巳さん、山縣美智代さん

●申し込み 7月25日（月）から電話で生涯学習課スポーツ推進担当に申し込みください。（受付時間は午前9時～午後5時）

第7回市民スポーツ祭ゴルフ大会

●期日 9月29日（木）

●場所 穂高カントリークラブ

●参加資格 市内在住・勤務または市出身者

●種目 男子一般の部、男子シニアの部（満70歳以上）、女子の部
●定員 200人・50組（先着順）

日本語教室 ボランティアスタッフ募集

生涯学習課社会教育担当
TEL71・2466 FAX71・2338

外国人を対象とした日本語教室のボランティアスタッフを募集します。高校生から70歳代の人まで幅広く参加しています。

●開催日時・場所

▽豊科教室 毎週日曜日 午前10時～正午・豊科ささえあいセンター にじ

▽穂高教室 毎週土曜日 午後2時～4時・穂高公民館

▽三郷教室 毎週土曜日 午後7時～9時・三郷公民館

▽堀金教室 毎週日曜日 午後7時～9時・堀金公民館

●料金 ▽プレー料金 1万1800円（乗用カート料金含む）
▽参加料 1500円

●申し込み 各公民館や市体育協会事務局に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、8月1日（月）～31日（水）までに、市体育協会事務局へ持参もしくは郵送にて申し込みください。（電話での申し込みは不可）

●申し込み先・問い合わせ

〒399・8211堀金烏川2662 堀金総合体育館内市体育協会事務局TEL88・3516

第3回安曇野ファミリースポーツフェ

スポーツを行う機会を増やすため、ファミリースポーツカフェを開催しています。第3回目は、「安曇野夕涼みグラウンドゴルフ大会」です。

●日時 8月20日（土）午後6時30分～8時ごろ

●内容 グラウンドゴルフ大会

●会場 堀金小学校グラウンド

●対象および定員（先着順）
▽一般の部（中学生以上）30人
▽ファミリーの部（小学生以下と中学生以上）25組50人

●参加費 1人500円（保険料含む）

※各教室休講日がありますので生涯学習課社会教育担当に問い合わせください。

●対象

運営に携わり、指導やサポートをする人。経験・資格等は問いません。

●申し込み

随時、受け付けています。生涯学習課に電話で申し込みください。（受付時間は、午前9時～午後5時）

堀金公民館講座「拾ヶ堰めぐり」受講者募集

堀金公民館内堀金地域課地域担当
TEL72・5796 FAX72・4900

開削200年を迎えた拾ヶ堰をバスで巡り、歴史を学びます。

●日時 8月28日（日）午前8時15分～午後0時30分

●申し込み 7月27日（水）から堀金総合体育館に備え付けの用紙に必要事項を記入の上、窓口へ申し込みか、スポーツネット常設事務局、または生涯学習課スポーツ推進担当へ電話ください。（TEL72・6340）

穂高商業高等学校開放講座

生涯学習課社会教育担当
TEL71・2466 FAX71・2338

エクセル中級講座

表計算ソフトExcelの講座を開催します。

●日時 8月27日（土）、9月4日（日）午前9時～正午

●場所 穂高商業高等学校 南校舎第3パソコン教室

●講師 松田康祐さん

●定員 20人（先着順）

●受講料 無料

●申し込み 7月25日（月）午前8時30分から、ファクスまたは電子メールで申し込みください。

●申し込み先 FAX81・1066

hotakach@nagano-ed.jp

●場所 堀金公民館会議室1（堀金支所3階）

●講師 百瀬新治さん（豊科郷土博物館館長）・青柳和義さん（県拾ヶ堰土地改良区事務局）

●対象 市内に在住もしくは通勤・通学している人

●定員 20人（先着順）

●申し込み 7月25日（月）から8月10日（水）の間に、堀金公民館に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）

明科の海野氏と真田丸の時代 海野氏の山城めぐり

明科公民館内明科地域課地域担当
TEL62・4605 FAX62・5894

中世・戦国時代の海野氏の足跡

をたどり、明科地域を中心とした寺院、城址等をバスで巡ります。

●日時 8月18日（木）午前8時30分～午後3時

●場所 明科公民館集合・解散

●日程 古殿屋敷跡→こや城址→塔ノ原城址→光久寺→長峰荘（昼食）→光城山（古峰城）→

豊科郷土博物館→明科公民館

●講師 市文化課 逸見大悟主査

●参加費 1200円（昼食代、入館料含む）

●定員 20人（先着順）

●申し込み 8月8日（月）、9日（火）に明科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）

スポーツで活躍！功労者を表彰

市体育協会では6月1日、平成27年度中に市のスポーツ発展に功績があった皆さん11人を表彰しました。奨励賞には市内中学校の在校生および市内中学校出身の高校生で、全国大会等に

- 受賞した皆さん（敬称略、所属は平成27年度当時）
- ▷功労賞 太田茂男さん（市剣道連盟）、猿田一彦さん（堀金地域体育協会）
- ▷栄光賞 武藤美羽さん（安曇野空手道連盟）
- ▷奨励賞 【中学生】陸上…小林叶音さん（豊科北）穂苅康人さん（三郷）



受賞者の皆さん

- 【高校生】陸上…増子良平さん、小野寛貴さん（松商学園）卓球…川上栞晴さん（松商学園）
- バドミントン…尾澤梨緒さん（松商学園）体操…上野広夢さん、森田直生さん（大町北）

園生涯学習課スポーツ推進担当 TEL71・2467 FAX71・2338

貞享義民記念館の催し

貞享義民記念館
TEL77・7550 FAX77・7551

義民をたずねて⑩ (臨地講座)

「上田藩・百姓一揆の青木村」

受講者募集

江戸時代、最も多くの百姓一揆が起きた信濃の国の中でも藩別1位の上田藩。その多くが青木村を発端としていることに注目して、講師の講義を聴き、現地を見学します。

- 日時 9月7日(水) 午前8時～午後5時
- 集合場所 貞享義民記念館ロビー
- 見学地 青木村歴史資料館、宝暦義民の墓、上田城跡他
- 講師 青木村義民研究者
- 定員 20人(抽選)
- 参加料 1,500円程度(昼食代、入館料、資料代等)
- 持ち物 飲み物、雨具、資料等
- 申し込み 8月21日(日)までに、電話かファクスで申し込みください。抽選の結果は、8月25日(木)までに申込者全員に連絡します。

第9回楡フォトクラブ写真展

今年のテーマは「光と影」。13人の会員それぞれが、テーマにそって撮影した写真作品約30点をお楽しみください。

- 日時 8月2日(火)～28日(日)
- 時間 午前9時～午後5時(28日は午後3時まで)
- 場所 貞享義民記念館 企画展示室
- 入館料 無料(常設展は有料)
- 休館日 月曜日(祝日の場合はその翌日)

第5回田淵行男賞写真作品公募事業

田淵行男記念館 TEL72・9964 FAX88・2010

受賞作品展

公募作品88点の中から選ばれた田淵行男賞受賞作品および特別賞4作品を展示公開します。

- 日時 8月9日(火)～9月4日(日)
- 場所 田淵行男記念館地階展示室
- 時間 午前9時～午後5時
- 休館日 月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日
- 入館料 高校生以上300円、市内在住の70歳以上の人は無料

記念講演会

写真評論家の飯沢耕太郎さんによる記念講演会を行います。

- 日時 8月11日(木) 午後3時40分～4時40分
- 場所 ビレッジ安曇野 研修棟
- 演題 田淵行男と田淵行男賞
- 講師 飯沢耕太郎さん(写真評論家、第5回田淵行男賞写真作品公募選考委員長)
- 定員 90人(先着順)
- 入場料 無料
- 申し込み 不要

夏の企画展

豊科近代美術館の催し

TEL73・5638 FAX73・6320

「高橋貞夫木彫&彫彩展」および「師に学ぶ」木彫作家7人展

大田市出身の彫刻家高橋貞夫の作品を紹介します。同時に、手仕事屋さち兵衛・松田富行らによる7人展を開催します。

- 日時 8月2日(火)～30日(火)
- 開館時間 午前9時～午後5時
- 休館日 8月8日(月)、12日(金) 15日(月)、22日(月)
- 場所 美術館新館大展示室、本館2階展示室
- 観覧料 一般500(400)

「夕涼みセミナー」受講生募集

豊科公民館内豊科地域課地域担当
TEL72・2158 FAX73・6401

夕涼みを兼ねて、次のとおり講座を開講します。

- 日時 8月2日(火) 午後7時



上野隆幸さん

円、大学生・高校生300(200)円、中学生以下無料
※()は20人以上の団体料金
ナイトミュージアム
コンサートを聴きながら作品鑑賞しませんか。

- 日時 8月5日(金) 午後7時30分～9時
- 出演者 ピアノ福井悠大 パーカッション弓立翔哉(いずれも名古屋音楽大学大学院)
- 場所 美術館回廊
- 参加費 無料(別途入館券が必要です)

「ガラスのシルエット」

池内康祐によるガラスのインスタレーションをご覧ください。

堀金地域家庭教育講演会「ファミリーゼーション」

堀金公民館内堀金地域課地域担当
TEL72・5796 FAX72・4900

障がいをもった皆さんで結成された「楽団ケ・セラ」の演奏と講演会を行い、障がいの有無によつて分け隔てられることのない社会の実現について考える機会とします。

- 日時 8月20日(土) 午後1時30分～3時
- 場所 堀金総合体育館サブアリーナ
- 申し込み 不要
- 託児 希望者には託児(2歳児以上)があります。8月10日(水)までに、堀金公民館に申し込みください。

青少年育成講演会

穂高公民館内穂高地域課地域担当
TEL82・5970 FAX82・3990

目が見えないハンデイに負けず、夢を追いかける竹内昌彦さんの講演会です。

- 日時 8月23日(火) 午後1時30分～3時
- 場所 穂高交流学習センター
- 「みらい」多目的交流ホール
- 演題 私の歩んだ道～見えないから見えたもの～

- 講師 竹内昌彦さん(岡山県岡山盲学校講師)
- 定員 約200人
- 参加費 無料
- 申し込み 不要

人権教育講演会

三郷公民館内三郷地域課地域担当
TEL77・2109 FAX77・6060

働く人の人権とワークライフバランスについて講演を行います。

- 日時 8月5日(金) 午後1時30分～3時
- 場所 三郷公民館 講堂
- 対象 市内在住の人
- 演題 働く人の人権とワークライフバランス
- 講師 上野隆幸さん(松本大学総合経営学部教授)
- 参加費 無料
- 申し込み 不要

- 場所 豊科公民館大会議室
- 対象 市内に在住または通勤・通学している人
- 講義 「俳句の楽しさ」
- 講師 小林貴子さん(現代俳句協会会員、「岳」編集長)
- 参加費 無料
- 申し込み 不要



研成ホール美術講座 頭像・胸像の彫塑制作

碌山公園研成ホール
TEL82・0769

頭像・胸像の制作による生命表現と石膏取りの技術講習を行います。

- 日時 8月25日から9月22日の毎週木曜日 午後1時～4時
- ▽石膏取り 9月24日(土)～26日(月) 午前10時～午後4時
- 場所 研成ホール 研究室Ⅱ
- 講師 細萱美穂人さん
- 参加費 6,500円(モデル代含む)
- 定員 10人程度(先着順)
- 申し込み 7月25日(月)～8月20日(土)までに研成ホール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)

(一財)自治総合センターの助成で備品を整備しました!

宝くじ



明科地域の宮中区では、一般財団法人自治総合センターが実施している、「コミュニティ助成事業」を活用し、区民のコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。

この助成事業は、宝くじの受託事業収入を財源として実施されており、宝くじの普及広報を行うこと、コミュニティの健全な発展を図ることを目的に、自治会等のコミュニティ活動に必要な設備の整備に助成をしています。

関地域づくり課まちづくり推進係 TEL71・2494 FAX72・3176



整備された備品

8月の図書館イベント

中央図書館映画上映会(入場無料)

いwasakiひろ ~ 27歳の旅立ち~

<上映時間:96分>

●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 穂高交流学習センター「みらい」

多目的交流ホール

ドキドキ・ワクワクおはなし会

◇ 中央図書館

おはなしのとびら おはなしのへや

3・10・17・24・31日(各水曜日)

10:30~(乳幼児以上対象)

おはなしとしゃかん おはなしのへや

20日(土) 10:30~(乳幼児以上対象)

◇ 豊科図書館

ちいさいたんぼぼ 多目的室

19日(金) 10:30~(乳幼児対象)

おはなしたんぼぼ 多目的室

19日(金) 16:30~(幼児以上対象)

◇ 堀金図書館

おはなしのへや 絵本コーナー

16日(火) 10:30~(乳幼児以上対象)

16:30~(幼児以上対象)

おりがみのへや 絵本コーナー

24日(水) 16:30~

◇ 明科図書館

ひまわりおはなし会

ひまわりハーモニーホール

27日(土) 11:00~(乳幼児以上対象)

アンサンブル藝弦 げいげん
出前ミニコンサート

穂高交流学習センター「みらい」
TEL 81・3111 FAX 82・0966

堀金支所、三郷公民館しゅん工を記念して開催します。また、明科子どもと大人の交流学习施設「ひまわり」でも開催します。「ひまわり」のコンサートの後には、上映会も開催します。(上映会の詳細は、14ページをご覧ください。)

●日時・場所 ▽8月3日(水) 午後1時30分~2時・「ひまわり」2階ハーモニーホール
▽8月4日(木) 午前9時45分~10時15分・堀金支所1階市民ロビー
▽8月4日(木) 午前11時30分~正午・三郷公民館講堂

中央図書館の催し 中央図書館
TEL 84・0111 FAX 84・0116

夜のお話会

「穂高絵本とお話の会」の皆さんが日本や世界の昔話を語ります。こわい話、面白い話など語りの世界を楽しみましょう。

●日時 8月7日(日) 午後6時~8時頃

●場所 「みらい」展示ギャラリー

●対象 小学生以上

●読み手 穂高絵本とお話の会



入場料 無料

●申し込み 不要

●休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)

子ども映画上映会

●日時 8月20日(土) 午後1時30分~(開場午後1時)

●場所 「みらい」多目的交流ホール

●定員 200人(先着順)

●申し込み 不要(直接会場へお越しください)

●内容 「ユニコ魔法の島へ」(90分)



人骨 北村遺跡出土

この目で見たい! 4000年前の縄文人~里帰りした明科北村遺跡出土の縄文人骨~

豊科郷土博物館 TEL 72・5672 FAX 72・7772

長野県立歴史館から県内各地を回る巡回展「長野県の遺跡発掘2016」に先がけ、協賛展示として縄文時代の遺跡である明科北村遺跡から出土した人骨をテーマにした展示をします。市の宝ともいえる実物の「縄文人骨」や土偶などの重要な出土遺物を通し、安曇野における縄文時代の実際を紹介いたします。

●日時 7月23日(土)~11月6日(日)

●場所 豊科郷土博物館 1階エントランスホール

●入館料 大人 100(80)円()内は20人以上の団体料金

中学生以下・市内在住の70歳以上の人は無料

●休館日 月曜日(月曜が祝日の場合は開館)・9月20日(火)、10月11日(火)

※巡回展「長野県の遺跡発掘2016」の会期は9月3日(土)~10月16日(日)です。

高橋節郎記念美術館の催し 安曇野高橋節郎記念美術館
TEL 81・3030 FAX 62・0551

夜のミュージアム

延長無料開館&コンサート

ジャズコンサートを鑑賞した後、安曇野花火を見学します。当日は午後5時から入館無料、午後9時まで開館を延長します。

●日時 8月14日(日) コンサート開演 午後6時~7時

●場所 ▽コンサート 美術館中庭(雨天時 メディアフォーラム) ▽花火見物 美術館駐車場

●出演 モダン・デュークス(テナー・サクソ/宮坂宏一) ピアノ/中田光男 ベース/小澤孝太郎 ドラム/宮坂和憲)

●入場料 無料

●申し込み 不要 ※コンサート・花火見学のみ参加も可能。

●演奏曲目 『Summer Sanba』

「早春賦ボサノヴァ」ほか

企画展「高橋節郎の軌跡」出展と初期作品」記念講演会

開催中の企画展に併せて講演会を開催します。聴講は無料です。

●日時 8月21日(日) 午後2時~3時

●場所 美術館主屋

●講師 信濃美術館学芸課研究主

幹 瀬尾典昭さん

●演題 高橋節郎の周辺・東山魁夷と石井柏亭を中心に

●申し込み 不要

東洋古典読書会講演会 豊科図書館
TEL 71・4022 FAX 73・1801

「古事記にみる神話のまこと」(穂高神社と安曇族の関係)をテーマに講演会を開催します。

●日時 8月10日(水) 午前10時~正午

●場所 豊科交流学習センター「さぼう」多目的交流ホール

●講師 穂高神社権禰宜 等々力良勝さん

●参加費 無料

●定員 60人(先着順)

●申し込み 7月24日(日) 午前10時から豊科図書館窓口または電話で申し込みください。

堀金図書館 夏の上映会 堀金図書館
TEL 72・3601 FAX 72・3602

新しくなった堀金公民館のスタジオ2で初の上映会を行います。

●日時 8月21日(日) 午後3時~(開場午後2時45分)

●場所 堀金公民館(堀金複合施設3階) スタジオ2

●内容 『時空を超えた宇宙の絶景』ハッブル宇宙望遠鏡』(日本語版・50分)

●定員 50人(先着順)

●参加費 無料

●申し込み 不要



明科図書館 夏の上映会 明科図書館
TEL 62・1122 FAX 62・1124

明科子どもと大人の交流学习施設「ひまわり」で夏の上映会を行います。

●日時 8月3日(水) 午後2時15分~3時15分

●場所 「ひまわり」2階ハーモニーホール

●内容 アニメ『あらしのよるに』ひみつのともだち』(2014年・日本・50分)

●定員 60人(先着順)

※未就学児は保護者も一緒に参加ください。

●参加費 無料

●申し込み 不要



産着に刺繍された背守り(北穂高 昭和29年)

再発見! 安曇野の文化

その52 文化課博物館係 TEL 71・2465 FAX 71・2338

背守り

その昔、生まれたばかりの幼児は、生死の淵にいる弱い存在と考えられていました。

そのため、肉体も魂もこの世に定着させるためのさまざまな儀礼が行われてきたのです。例えば、魔物は背中から来ると考えられていたため、無防備な背中には、着物の縫い目の「目」が必要でした。幼児の着物には縫い目がないため、それに代わる「背守り」を縫い付けて悪霊から守ろうとしました。

背守りには、麻の葉・目籠などの模様や、布を三角形に縫ってその中にお守りを入れるものなど、さまざまな形態がありました。



「すべてを力に」自分を変えて

6/11 市体育協会設立10周年記念講演会

市体育協会設立10周年記念講演会が6月11日、堀金総合体育館で開催され、市民など約200人が聴講しました。この日は、元女子マラソン選手で五輪メダリストの有森祐子さんが「よろこびを力に」と題して講演。有森さんは、無名の中高生時代などを振り返り、「才能に恵まれていないからこそ、さまざまな苦難や周囲の励ましを喜びにし、力に変えて自分の可能性を引き出すことができた」と話しました。また、「物事の見方を変えて、年齢に関わらず、挑戦してほしい」と会場に呼び掛けました。



おいしい玉ねぎ 袋いっぱい

6/18・19 第19回安曇野玉ねぎ祭り

第19回安曇野玉ねぎ祭り（実行委員会主催）が6月18日、19日の両日、豊科と堀金地域の14会場で行われました。このうち熊井和雄副実行委員長（豊科）の47アールの畑では、来場者が、20キログラム入りの袋いっぱいに収穫した玉ねぎを詰めていました。家族と訪れた高橋拓くん（豊科）は「玉ねぎを土から抜く感触が楽しい」と感想を述べ、熊井さんは「来場者と会話しながら販売できるのが生産者としてうれしい」と話しました。

初夏の風物詩ハナショウブを楽しむ

6/19 第32回信州安曇野あやめまつり

第32回信州安曇野あやめまつり（実行委員会主催）が、6月17日から26日まで明科あやめ公園と龍門淵公園で開催されました。地域の皆さんが手入れをした多種多様なハナショウブの花が色鮮やかに咲きそろう、訪れた人の目を楽しませていました。

6月19日にはメインイベントが行われ、あやめ公園の特設ステージでは、市消防団音楽喇叭隊や地元の児童・生徒による演奏、キッズダンスなどが披露され、多くの人でにぎわいました。



安曇野の里山の自然と文化を体験

6/18 国営アルプスあづみの公園全面開園

国営アルプスあづみの公園（堀金・穂高地区）の「里山文化ゾーン」が完成し6月18日、堀金烏川の「堀金口」で開園式が行われました。式典には、国や県、市などの関係者約100人が出席。開園を祝い、くす玉割りや市の木「ケヤキ」などの記念植樹が行われました。会場では来場者へ振る舞い餅が配られ、昔ながらの農具の展示や安曇野の特産である天蚕を紹介するブースも設けられていました。

開園した部分は、約49ヘクタールの広さで、絶滅危惧種の蝶「オオルリシジミ」の保護区のほか、昔ながらの古い田を活用した農業体験など安曇野の里山の自然や文化を体験できるようになっています。

この日は、大町市・松川村にまたがる同公園（大町・松川地区）の「自然体験ゾーン」も同時開園し、2つのゾーンの開園により、全面開園しました。



大きく育て 信州サーモン

6/10 信州サーモン稚魚初出荷

県水産試験場では、県のオリジナル食材の一つ、信州サーモンの稚魚の初出荷を6月10日、明科七貴の押野試験池で行いました。この日は、県内の養殖業者4社に計4万7,500匹の稚魚を出荷。体長7センチほどの稚魚は養魚場で約2年から3年掛けて育てられた後、県内外へ出荷されます。佐久市で養殖業を営む菜花徳さんは「知名度が年々上がってきており、安定して供給できるように大切に育てたい」と話してくれました。



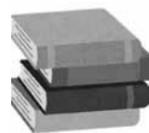
参議院選挙 高校生が立会人

6/26 参議院議員通常選挙期日前投票

18歳まで選挙権が拡大されたのに合わせ、穂高商業高校の3年生14人が参議院議員通常選挙期日前投票所の立会人を務めました。

このうち6月26日には市役所本庁舎で木下真也菜さんと坂巻優美さんが投票に立ち会いました。木下さんは「若い人の投票が少ないと感じた」と話し、坂巻さんは「投票所の運営を知り、責任を持って投票したい」とそれぞれ感想を述べました。また、19歳で有権者となり、投票した大学生の山口潤子さん（穂高有明）は「自分の義務と思い投票に来ました。比例区は政党名や候補者名が多く戸惑いました」と話しました。

図書館フェスタ開催!!



図書館では、さまざまな楽しいイベントを計画した図書館フェスタを開催します。あづみくずや松本山雅オフィシャルマスケットボールズくんも登場します。この機会に図書館へ足を運び、本を読むきっかけにしませんか。

- 日時 9月10日(土)・11日(日)
- 場所 穂高交流学习センター「みらい」

- 各種催し申込方法 7月26日(火)午前9時から市内図書館 備え付けの申込書、もしくははがきなどに郵便番号・住所・氏名・電話番号を記入し郵送かファクス、または窓口へ持参してください。申込書は市ホームページからも入手できます。
- 郵送先 〒399-8303 穂高6765-2 中央図書館

【図書館プレイベント】

- 9月1日(木)～11日(日)に図書館に来館した人にカードケースをプレゼント。(数量限定)
- 対象会場 市内図書館

9月10日(土)の催し

ピプリオバトル

お勤めの本を5分で紹介し合い、観戦者の投票で読みたくなった本を決める「ピプリオバトル」を開催します。

- 【中学生の部】
 - 時間 午後1時30分～3時
- 【一般の部】
 - 時間 午後3時～5時
- 申し込み 市内図書館で受付中
- 天蚕コースター作り
 - 時間 午後1時30分～2時30分
 - 会場 展示ギャラリー
 - 定員 20人程度(先着順)
 - 参加費 無料
- 申し込み 各種催し申込方法のとおり
- 天蚕キーホルダー作り
 - 時間 午後3時30分～4時30分
 - 会場 展示ギャラリー
 - 定員 20人程度(先着順)
 - 参加費 300円(材料費)
 - 申し込み 各種催し申込方法のとおり



天蚕キーホルダー

人気キャラクターたちもやってくる!

「あづみくず関連イベント」

- 開会式およびあづみくずキャラクター中央図書館長任命
- 時間 午前8時50分～
- 場所 エントランスホール



【松本山雅関連イベント】

- 松本山雅連携事業「ガンズくんと元松本山雅選手と一緒に健康講座」
- 松本山雅FCのタオルマフラーを使ったリズム体操やゴムボールを使ったストレッチ運動を紹介します。
- 時間 午前10時30分～正午(開場10時)
- 場所 多目的交流ホール
- 定員 50人(応募多数の場合は抽選)

9月11日(日)の催し

夢のコラージュづくり

雑誌をめくりながら、気に入った写真を切り抜いて貼っていくだけのコラージュ。夢のようなお気に入りのコラージュと一緒に作ってみませんか。

- 時間 午前9時30分～
- 場所 多目的交流ホール
- 定員 20人(先着順)
- 講師 加藤史子さん(メンタルトレーナー)
- 申し込み 各種催し申込方法のとおり



あなたの夢をコラージュに

- まるやまあやこさん講演会
 - 時間 午後1時30分～(開場午後1時)
 - 場所 多目的交流ホール
 - 講師 まるやまあやこさん(絵本作家)
 - 申し込み 市内図書館で受付中

- 持ち物等 運動できる支度、室内靴、水筒等
- 講師 NPO法人CFMインストラクター、ホームタウン担当小林陽介さん(元松本山雅FC選手)、松本山雅FCアンバサダー柿本倫明さん(元松本山雅FC選手)、オフィシャルマスケットボールズくん
- 申し込み 各種催し申込方法のとおり



松本山雅のタオルを使った健康講座の様子

- オフィシャルマスケットボールズくん写真撮影会
- 時間 午後1時～1時30分
- 場所 交流広場



©松本山雅FC

両日開催の催し

生活習慣病を知ろう!

体験・おもしろ健康測定
さまざまな測定器を使って、健康状態を調べられます。歯科相談もあります。

- 【保健医療部ブース】
 - 時間 午前9時～午後4時
 - 場所 交流ギャラリー
 - 内容 姿勢測定、血流測定、自律神経機能測定、血管年齢測定、体成分測定、セーフティ・ウォークナビ、小学生向けステッピングカウンタ、歯科相談(10日の午後のみ)
 - 参加費 無料
 - 申し込み 不要
- おはなし会
 - 時間 ①午前10時～②午前11時③午後2時(10日のみ)
 - 会場 おはなしのへや
 - 申し込み 不要



おはなし会の様子

おすすめの二冊

ピン・ボン・バス

竹下 文字/作 鈴木 まもる/絵



紹介する人
みやじま えりこ
宮嶋 枝里子さん(写真左)
(三郷・明盛)

乗り合いバスの日を描いた絵本です。「運転手さんがいろいろな人を通して走ります。ブルン、ブルン。」降りる方はボタンを押してお知らせください。ピンボンとなるたびに、バスは止まります。いろんな人が乗って、いろんな人が降りていきます。

子どもたちは、「みんなが乗ってくるところが好き」「どんな所へ行くのかなって考えるのが好き」と言います。運転手さんの目や仕事を通して、人への思いやりが描かれているこの本に惹かれたようです。保育園に行くようになり、友達や外の世界に興味を持ち、心が豊かになっていく子どもたち。ちよっとした心遣いがみんなを笑顔にさせてくれる本です。私もお気に入りの一冊となりました。

ピコピコカプセル作り

まるで生きているかのような動きをする「ピコピコカプセル」を作ります。

- 時間 ①午前9時30分～②午前11時③午後1時30分～④午後3時～(各回1時間程度)
- 場所 展示ギャラリー
- 参加費 無料
- 定員 各回10人程度(先着順)
- 申し込み 午前9時から受講申し込みを受け付けます。
- カードケースを作ろう!
- 図書館利用者カードも入れられるカードケースを作ります。
- 時間 午前9時～午後4時
- 材料費 無料
- 申し込み 不要
- 図書リサイクルコーナー
- 図書館で所蔵しなくなった本や、利用者から提供された本を無料で希望者にお譲りします。(一人10冊まで)
- 時間 午前9時～午後4時
- 場所 展示ギャラリー他
- 持ち物 本をいれる袋

試験の種類	試験区分	採用予定人員	受験資格
経験者	土木	1名程度	昭和52年4月2日以降に生まれた人で、民間企業等において土木関係の設計、施工等に関する職務経験が5年以上（平成28年8月1日現在）あり、一級土木施工管理士の資格を有する人
	保育士	1名程度	昭和52年4月2日以降に生まれた人で、保育士および幼稚園教諭の資格を有し、保育園（無認可を除く）、幼稚園（無認可を除く）または認定子ども園において保育士または幼稚園教諭の職務経験が3年以上（平成28年8月1日現在）ある人
初級（高卒程度）	行政	若干名	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人。ただし、4年制大学の卒業生および卒業見込み者は受験できません。
	土木	1名程度	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、土木の専門課程を卒業または平成29年3月までに卒業見込みの人。ただし、4年制大学の卒業生および卒業見込み者は受験できません。
障がい者を対象とする試験	障がい者を対象とする試験	若干名	身体障害者手帳の交付を受けている人で次の要件をすべて満たす人 ①昭和52年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人。②自力により通勤ができ、かつ、介護者なしで職務遂行が可能である人。③勤務時間を通して業務の遂行が可能である人。（通常午前8時30分から午後5時15分まで）

※郵送を希望する場合は、14
口）か市ホームページから入手
できます。

● 平成29年度職員採用試験

平成29年4月採用の市職員の採用試験を次のとおり行います。

● 1次試験 9月18日（日）

受験案内・受験申込書

市役所職員課窓口（2階10番窓口）か市ホームページから入手



平成28年度職員採用試験

園職員課職員担当

(TEL 71・2405 FAX 71・5155)

0円切手を同封の上、請求してください。

● 申し込み 受験申込書に必要事項を記入の上、市役所総務部職員課に持参または郵送（特定記録郵便等、8月25日必着）で提出してください。

● 受付期間 8月10日（水）から25日（木）（土・日・祝日を除く、午前8時30分から午後5時まで）

7月の納期

- 固定資産税 (2期)
- 国民健康保険税 (1期)
- 後期高齢者医療保険料 (4期)
- 介護保険料 (4期)
- 水道料金 (豊科・堀金・明科地域)
- 下水道使用料 (穂高・三郷地域)

=納期限は**8月1日(月)**=

URL <http://www.ouj.ac.jp>

センター 1 圃 (0266) 58

2 3 3 2 (月曜日、祝日は休み)

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

● 問い合わせ 放送大学長野学習センター

放送大学では本年度10月入学の学生を募集中です。放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを利用して学ぶ通信制の大学です。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。

● 出願期間

▽第1回 8月31日（水）まで

▽第2回 9月20日（火）まで

市役所の問い合わせ先
TEL 71・2000(代) FAX 71・5000
(穂高健康支援センターを除く)



8月から保険証が更新されます

● 8月から保険証が更新されます
● 国保年金課国保年金担当
(TEL 71・2475 FAX 71・2503)

保険証が8月更新になります。対象者には、新しい保険証を7月末日までに郵送しますので手元に届きましたら、記載内容を必ず確認してください。また、現在の保険証は有効期限を迎えますので、8月1日以降に各自で破棄してください。

75歳以上の人（65歳以上で障がい認定を受けている人）

後期高齢者医療被保険者証

保険証は「長野県後期高齢者医療広域連合」と記載された、クリム色の封筒で郵送されます。新しい保険証の色は「桃色」です。※「限度額適用・標準負担額減額認定証」も8月に更新されます。対象の人には新しい認定証を送付します。

● 問い合わせ 国保年金課国保年金担当

国民健康保険の70歳から74歳までの人

高齢受給者証

高齢受給者証（保険証）が8月から更新されます。高齢受給者証の色は「緑色」です。
● 受診時のお願い
70歳の誕生日の翌月「月の初日（1日）生まれの人はその月」から75歳になるまでの間、医療機関で受診する際に国民健康保険被保険者証（保険証）と一緒に



後期高齢者医療被保険者証

金担当または長野県後期高齢者医療広域連合事務局資格管理課
資格保険料係 (TEL 026・229・5320)

に提示してください。医療機関での自己負担額は、総医療費のうち高齢受給者証に記載された割合となります。有効期間は、原則1年間（翌年の7月31日まで）ですが、有効期限前に75歳になる人は誕生日の前日です。75歳になると後期高齢者医療制度に加入します。

● 「限度額適用認定証」をお持ちの人は更新手続きが必要で

国保加入者が通院や入院をして、医療機関での負担が高額になるときは、窓口で「限度額適用認定証」を提示すると、医療費の支払いが自己負担限度額までとなります。この認定証の有効期限は7月31日です。

8月1日以降も必要な人は保険証と印鑑をお持ちになり更新手続きをお願いします。70歳〜74歳の人は、平成28年度の市県民税が非課税世帯である人が対象です。ただし、8月以降に入院や高額な外来診療を受ける予定がなければ更新の手続きは必要ありません。

広告欄 広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします

法祥苑 いろいろな疑問をスッキリ解消! ●お見積り・資料無料進呈! ●ご来場された方へBOXティッシュプレゼント!

お葬式の相談会 無料 予約不要

私たち専門の相談員と一緒に「あなたの本当に望むお葬式の形」を見つけ出しましょう。

7月24日(三) 郷 法祥苑 開催時間 10:00~14:00
7月30日(土) たかせ川 法祥苑 時間内であれば、いつでもお越しください

冠婚葬祭互助会 株式会社 アステップ信州 松本市理橋2-6-1 http://www.astep-s.com/

お問い合わせ: 葬祭事業部 ☎(0263)26-3211

信濃毎日新聞 ■信毎Web <http://www.shinmai.co.jp/>

暮らしに仕事に役立つ信毎
地域の話から世界のニュースまで一紙で分かる

県内の経済記事たっぷり詳しく生活防衛豊富なチラシでお得情報ライフスタイルを彩る 週刊まつもとは金曜日タウン情報は週3回

購読のお申し込みは ☎0120-81-4341 又は 最寄りの信毎販売店へ

★広告掲載のお申し込みはエービーシー（株）(TEL 36・2111)まで

広告欄 広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします

— お寺様でのご葬儀は —

株式会社 **儀礼センター**

フリーダイヤル **0120-69-2929**
(365日・24時間対応)

あづみ野営業所 / 安曇野市明科中川手102-2 TEL.0263-62-6645

G7長野県・軽井沢交通大臣会合50日前記念イベント

未来へ発進! 『夏休み! 家族で楽しめる!』

ふれあい交通フェスタ

日程 / 2016年8月12日(金) 10:00~16:00
会場 / 安曇野スイス村サンモリッツ

夏休みのお子様必見! ミニ新幹線かがやき・アルクマふわふわがやってくる!

救命講習会開催

図危機管理課消防防炎係
(TEL72・6769 FAX72・6739)

普通救命講習会
応急手当普通救命講習会を開催します。子どもや大人への心肺蘇生法とAEDの使用方法、けが等の応急手当を幅広く学びます。初めて参加する人でも応急手当が身につきます。

- 日時 8月28日(日) 午前9時～正午
- 場所 豊科消防署
- 定員 30人(先着順)
- 受講料 無料
- 申し込み 7月25日(月)から8月23日(火)の間に豊科消防署(TEL72・3145)または穂高消防署(TEL82・3262)に電話で申し込みください。

上級救命講習会

救急隊が到着するまでの間に出来る、応急手当に必要な基礎知識、AEDを用いた心肺蘇生法等について講習します。

- 日時 8月21日(日) 午前9時～午後6時
- 場所 三郷公民館 1階講堂
- 定員 30名(先着順)
- 受講料 無料

「エンジョイシニア!実践おたっしや塾(穂高)」開催

図介護保険課介護予防担当
(TEL71・2474 FAX71・2503)

運動と介護予防や健康に関する幅広い知識を身につけ、実践することを目的とした教室です。

- 日時 9月7日(水)から11月30日(水)の間で、週1回、概ね水曜日の午後1時～3時
- 会場 穂高地域福祉センター
- 対象 市内在住の概ね65歳以上の市民(関節疾患のある人は要相談。医師から運動制限の指示がある人は参加できません。)
- 内容 運動実技・認知症予防や生活習慣病予防・口の健康など、介護予防や健康に関する学習会
- 定員 20人(先着順)
- 持ち物 飲み物・タオルなど
- 参加費 無料
- 申し込み 7月25日(月)から8月5日(金)の間に、電話もしくは、介護保険課(1階11番窓口)で申し込みください。(受

市民公開講座 認知症市民フォーラム開催

図介護保険課介護予防担当
(TEL71・2474 FAX71・2503)

認知症の専門医と看護師が、地域での認知症対策について講演します。

- 日時 7月30日(土) 午後1時～3時
- 場所 豊科ふれあいホール
- 演題および講師
▽1部 「認知症の人が住みやすい地域を目指して」～認知症の人の世界を考えよう～
飯島久仁絵さん(安曇野赤十字病院認知症看護認定看護師)
▽2部 「認知症への対応」～様々なアプローチ～
鷺見幸彦さん(国立長寿医療研究センター副院長)
- 参加費 無料
- 申し込み 不要
- 問い合わせ 安曇野市医師会 TEL72・2347

※駐車場が限られているため、乗り合いでお越しください

人権擁護委員の交代について

人権擁護委員の勝山孝子委員・高山正宣委員の任期満了に伴い、7月から、新たに斉藤康子委員(豊科)・小川里恵子委員(穂高)が委嘱されました。

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、問題解決のお手伝いを行っています。

お互いに相手を思いやり、自分の人権も相手の人権も大切に守りながら、共に幸せに暮らせる社会にしましょう。

図法務局松本支局 (TEL32・2751 FAX32・2752)
人権男女共同参画課 (TEL71・2406 FAX71・5155)



募集

松本広域連合消防 職員採用資格試験(初級)
図松本広域連合事務局総務課
(TEL87・5460)

平成29年4月に採用予定の松本広域連合消防職員(初級)の採用資格試験を行います。

- 第1次試験 9月18日(日)
- 内容 教養、適正、体力試験
- 場所
▽教養試験：松本広域消防局
▽体力試験：松本市中央体育館
- 試験案内・申込書 試験申込書は松本広域連合事務局・消防局・各消防署出張所・松本広域連合関係8市村の窓口にあります。郵送希望の場合は、住所・氏名を記載した角2の返信用封筒に140円切手を貼り付け、同封の上、赤字で「試験案内希望」と明記して請求してください。
- 請求先 〒390・1401 松本市波田4417番地1
- 申し込み 8月24日(水)～28日(日)に松本広域連合事務局へ本人が直接、試験申込書を持参してください。(土・日も受付可)



暴力団追放運動に活用するポスター・標語の募集

図総務課庶務法規担当
(TEL71・2408 FAX71・5155)

暴力団追放運動に活用するポスター・標語を募集します。

- 応募内容 暴力団を許さない、暴力団を排除する意識の高揚を県民に訴えるもの。
- 応募方法等 ポスターはB3版の画用紙1枚につき1作品、標語はメール、はがき、ファクスいずれの方法で何点でも可能。作品には必ず住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢を明記。
- 応募資格 県内在住の人
- 応募締切 9月9日(金)当日消印有効
- 問い合わせ 長野県暴力団追放県民センター(TEL026・235・

三角島の緑と水に親しむ集い

図観光交流促進課ブランド推進担当
(TEL71・2053 FAX72・1340)

万水川などに囲まれた緑あふれる場所「三角島」の魅力と現状を多くの皆さんに知っていただくため、自然観察会を開催します。

- 日時 7月31日(日) 午前9時30分～正午
- 内容 水生昆虫観察、特定外来種の駆除
- 集合場所 三角島の橋の上
- 定員 25人(先着順・小学3年生以下は保護者同伴)
- 持ち物 軍手、長靴
- 参加費 大人200円(子どもは無料)
- 申し込み 7月27日(水)までに、観光交流促進課に氏名、住所、電話番号を電話かファクスで連絡ください。(受付時間は、午前9時～午後5時)

〒2140 FAX026・233・3741 長野市南長野幅下6-92番地2
boutsui@mx2.avis.ne.jp

平成28年度自衛官等募集

防衛省では特別職国家公務員「自衛官等」の受付および試験を実施します。

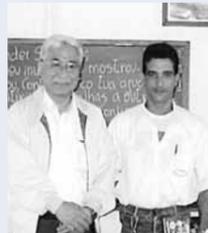
試験種目	応募資格	受付期間	試験日
自衛官候補生	男子 18歳以上27歳未満	年間を通じ募集 8月1日(月)から9月8日(木)まで	受付時にお知らせ
			9月23日(金)～27日(火)
一般曹候補生	男女 18歳以上27歳未満	8月1日(月)から9月8日(木)まで	1次 9月16日(金)・17日(土)
			2次 10月6日(木)～12日(水)
航空学生	男女 高卒(見込含) 21歳未満	8月1日(月)から9月8日(木)まで	1次 9月22日(木)
			2次 10月15日(土)～20日(木)
			3次 11月12日(土)～12月15日(木)

図自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所・広報センター『信濃』TEL36・2787

人権コラム

保護司雑感

安曇野地区保護司会副会長 望月 隆さん (写真左)



私が保護司を拝命してから早いもので10年が経った。長く技術畑の仕事をしてきた。そんな武骨者の私が保護司になって大丈夫かと大いに不安になったのを覚えている。

さて、最近麻薬や覚醒剤などの薬物問題が大きな社会問題として取り上げられている。私事で恐縮だが、今から十数年前、私は技術指導でブラジルの小さな田舎町のアラシャという町を訪れた。そこにある鉱山会社で約2週間程滞在したが、オーナーさんが熱心なカトリック教徒で、月に一回は会社全体で社会奉仕活動を行っていた。偶然私が滞在中に社会奉仕の日があった。「望月さん麻薬中毒患者の施設訪問をお願いします」という依頼を受け、密林の奥深い場所にある更生施設に行くことになった。そこで見た光景は問題の深刻さが一目でわかるものであった。私を案内してくれた医師(写真右)は薬物患者について詳しい説明をしてくれた。私が行った会社はこの麻薬更生施設の他、病院や老人ホーム、学校などもオーナーが私財を投げうって営んでおり、麻薬中毒患者や病人などはほとんど無償で面倒を見ているそうである。アラシャは人類愛、良心に満ち溢れた小さな町であった。

同時に行政が行き渡らない小さな町では、自分達のことは自分達で処理するという地方自治の原点を見たような気がした。

私は「皆さん頑張ってください」しか言えなかった。今でもあれで良かったのかなと思っている。

就職面接会 in 安曇野

再就職を希望する人を対象に就職面接相談会を開催します。

- 日時 8月9日(火) 午後1時～3時30分(受付開始 午後0時30分)
- 場所 市役所4階大会議室
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具(雇用保険受給資格給中の人は、雇用保険受給資格証を持参ください)

就職面接会 in 安曇野
電話 71・2041 FAX 72・1340

就職面接会 in 松本

ハローワーク松本では、平成29年3月に大学・短大・専修学校等卒業予定の人および卒業後概ね3年以内の人を対象とした就職面接会を開催します。

- 日時 8月19日(金) 午後1時～4時(受付は午後0時30分)
- 場所 ホテルブエナビスタ

就職面接会 in 松本
電話 71・2041 FAX 72・1340

若者および女性の起業支援

市内で積極的に事業を起こしたい、または起業から1年未満の若者および女性を対象に運営費用を支援します。

- 参加費 無料
- 申し込み 不要
- 問い合わせ ヤングハローワーク松本(電話31・8600)

若者および女性の起業支援
電話 71・2041 FAX 72・1340

6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。

環境課環境保全担当 電話 71・2491 FAX 72・3176

測定地点	(マイクロシーベルト/時間)			
	6/6(月)	6/13(月)	6/20(月)	6/27(月)
本庁舎(豊科)	0.07	0.06	0.06	0.07

要注意!

1人で悩まず相談を!

インターネット被害110番

インターネット関連の相談に、県内の弁護士が電話で応じます。相談は無料です。

- 日時 8月24日(水) 午前10時～午後3時
- 受付電話番号 電話35・8501
- 問い合わせ 消費者問題対策委員会委員長 上條剛弁護士 電話34・4466

長野財務事務所の相談窓口

関東財務局長野財務事務所では地域の皆さんからの相談を無料で受け付けています。

- ▷悪質な投資勧誘相談 電話026・234・5125
- ▷電子マネー詐欺相談 電話026・234・5125
- ▷多重債務相談 電話026・234・2970
- 日時 月曜日～金曜日(祝祭日除く)
 - ①午前8時30分～正午 ②午後1時～4時30分
 - ※電話、面談 どちらでも可能です。

電話 地域づくり課市民相談室 電話71・2496 FAX 72・3176

成年後見制度に関する無料相談会

成年後見制度に関する無料相談会を開催します。

- 日時 8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がある人、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 7月25日(月)から8月5日(金)までに、中央地域包括支援センター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15分)

電話 中央地域包括支援センター 電話72・9986 FAX 71・2503

各種情報コーナー

日=日時 場=場所 定=定員 対=対象者 費=費用 持=持ち物 申=申し込み 問=問い合わせ 受=受け付け

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
全国一斉養育費相談会	長野県青年司法書士協議会と全国青年司法書士協議会では、養育費に関する無料電話相談会を開催します。	日: 8月7日(日) 午前10時～午後4時	費: 無料	日: 0120-567-301 (フリーダイヤル) 問: 長野県青年司法書士協議会 電話026・274・5641
あづみ野ランド 水中健康教室	プールが苦手でもできる、音楽に合わせてバランスよく全身運動ができる教室です。各コース45分、9月から12月まで全13回行います。詳しい日程は問い合わせください。	日: ○アクアビクスコース ①毎週火曜日 午後3時～ ②毎週金曜日 午後1時45分～ ○ウオーキングコース 毎週火曜日 午後1時45分～ 場: あづみ野ランド	対: 各コース45人(継続者含む) 費: 2,600円(13回分) ※初回にまとめて費用を集めます。別途施設使用料が毎回600円必要(入浴可)	日: 8月18日(木) 午後1時30分～あづみ野ランド受付備え付けまたはホームページ掲載の申込用紙を窓口に出してください。*定員に満たない場合は教室開始後も随時募集します。 問: あづみ野ランド 電話82・0256 電http://www.anc-tv.ne.jp/a-land
太極拳・氣功八段錦(秋季教室)	ロコモ・メタボ予防と治療に大変有効な太極拳を始めてみませんか。体幹を整えることで正しい姿勢が保たれ、柔軟性・バランス能力が向上し、健康増進に役立ちます。基本から指導します。	日: 8月30日(火)～9月27日(火) 毎週火曜日(全5回) 午前9時40分～11時30分 場: 豊科保健センターふれあいホール	対: 一般初心者 定: 10人 費: 5回で1,000円	日: 飯島重男(穂高地域体協健康太極拳同好会) 電話82・9091(携帯090・8329・1048)または市体協事務局(電話88・3516) 日: 8月4日(木)～12日(金)
公共職業訓練受講生(10月生)募集～再就職のためのスキルアップ～	CAD/NCオペレーション科・金属加工科・電気設備科の訓練受講生を募集します。	日: 10月4日(火)～平成29年3月27日(月) 場: ポリテクセンター松本	対: 求職者(ハローワークに求職申し込みをしている人) 費: 受講料無料(教科書・作業服などは除く)	日: ハローワークに設置している申込書を8月25日(木)までにハローワーク松本に提出ください。 問: (独)高齢・障害・求職者雇用支援機構長野支部 松本訓練センター(ポリテクセンター松本) 電話58・2095
信濃教育会生涯学習講座	【講座I】●講演「西田幾多郎 生きることと哲学」を読む～「芸術」と「場所」をめぐる～ ●講師 京都大学教授 藤田正勝さん【講座II】●講演 信州心の詩7「物が心に映る処…詩と哲学」●講師 姫路獨協大学教授 岡田勝明さん	日: 【講座I】8月2日(火)【講座II】9月3日(土)両日とも午前9時10分～正午(受け付け8時50分～) 場: 信濃教育会生涯学習センター(豊科高家796-3)	対: どなたでも参加できます。 定: 100人 費: 無料	日: (公社)信濃教育会生涯学習センターに電話・ファクス・e-mailで申し込みください。(日曜日・月曜日は休館) 電話72・9991 FAX 72・9985 電center@shinkyo.or.jp
森の恵みふれあい祭り	夏休み子ども向け木工教室、板材販売、木材市場見学バスツアー等、木材にふれあうイベントです。当日は安曇野菜園トマトを先着100人にプレゼント。太鼓や吹奏楽の演奏も行います。	日: 8月6日(土) 午前9時～午後3時 場: 長野県森林組合連合会中信木材センター(三郷温4000番地)	対: 一般 費: 無料	問: 長野県森林組合連合会中信木材センター 小林敏樹さん 電話77・2347 FAX 77・2349

夏本番！安曇野はイベント盛りだくさん！

8月20日(土) 第26回 信州安曇野能楽鑑賞会

場所 豊科公民館大ホール

名誉市民である故青木祥二郎さんのご子息、青木道喜さんのほか、人間国宝の野村萬さん(狂言師)をはじめとした一流の出演者を迎えて上演します。公演の前に、市内の子どもたちによる能楽発表があります。これまで明科龍門測公園で薪能を行ってきましたが、会場の都合により、豊科公民館大ホールで開催いたします。

- 日時 8月20日(土) 午後3時30分～7時(開場午後1時30分開場)
※午後1時から会場受付にて入場整理券を配布します。

- 演目・出演者 ▶舞囃子「天鼓」青木真由人 ▶能「融とある酌しやくの之舞」青木道喜・宝生欣哉 ▶狂言「鐘かねのねの音」野村萬・野村万蔵 ▶能「紅葉狩もみじがり 鬼揃おにぞろえ」片山九郎右衛門・宝生欣哉



- 入場券 一般前売 3,000円・一般当日 3,500円、大学生等 1,000円、高校生以下 500円
- 入場券取扱い所 穂高交流学习センター「みらい」、豊科交流学习センター「きぼう」等
- 交通 JR大糸線豊科駅より徒歩8分、JR豊科駅・JR田沢駅から無料送迎バスを運行します。
▶JR豊科駅発 ①午後2時35分 ②午後3時00分 ▶JR田沢駅発 ①午後1時55分 ②午後2時40分
※帰りのバスは当日お知らせします。
▶車でお越しの場合は豊科公民館北駐車場、イオン駐車場、市防災広場を利用ください。
- 問い合わせ 信州安曇野薪能実行委員会事務局(文化課文化振興係内) TEL71・2463 FAX71・2338

信州まつもと空港大阪便の就航

本年も8月の1カ月間、JALの信州まつもと空港と大阪国際空港(伊丹)便が夏期運行します。1日1往復片道わずか約55分!この機会にぜひ利用ください。

- ダイヤ
【松本発午前10時15分→大阪着11時10分】
【大阪発午前8時50分→松本着9時45分】



- 料金 大人普通運賃(片道)25,900円
※28日前の予約なら「先得割引タイプA」で15,000円～19,800円
- 問い合わせ JALお問い合わせ窓口(Tel0570・025・071)
観光交流促進課ブランド推進担当(Tel71・2053 Fax72・1340)

友好都市「東金市」青少年交流

千葉県東金市の子どもたちと相互交流を行います。8月には東金市の子どもたちが安曇野を訪れ、11月には、安曇野から東金市を訪ね交流を深めます。

- 日時 ▶8月28日(日) 国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)で体験交流を行います。
▶11月26日(土)～27日(日) 東金市で各種体験を行います。(予定)
- 対象 市内に居住する小学4年生から6年生で、すべての日程・事前説明会に参加できる人
- 定員 20人(定員を上回った場合は抽選)
- 費用 両日で 2,500円
- 事前説明会 8月19日(金) 午後6時30分～市役所4階大会議室西
- 問い合わせ 政策経営課都市交流係 TEL71・2401 FAX71・5155

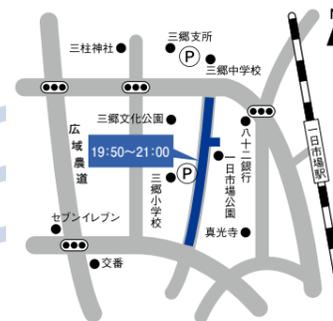
7月30日(土) 第37回 あづみ野祭り

場所 豊科駅前通周辺

地域の活性化、市民の心のふるさとづくりを目的に開催します。あづみ野ばやし踊りでは、地元の区や企業から約45連3,000人が参加します。
▶オープニング 午後5時20分～ ▶あづみ野ばやし踊り 午後6時15分～
▶踊りコンテスト結果発表 午後8時15分～

- 問い合わせ 商工会豊科支所内実行委員会事務局 TEL72・2986 FAX72・8461
または豊科地域課 TEL72・3111 FAX72・8340

交通規制



8月6日(土) 第31回 ふるさと夏まつり

場所 三郷文化公園

「みんなでふれあう楽しいひととき」をテーマに開催します。花火大会をはじめ、楽しいイベントが盛りだくさんです。

- ▶開会式・各種イベント 午後4時～
- ▶花火大会 午後8時～※雨天の場合はイベント中止
花火のみ7日(日)もしくは8日(月)に順延

- 問い合わせ 商工会三郷支所内実行委員会事務局 TEL77・3170 FAX77・6660
または三郷地域課 TEL71・2000(代) FAX77・6060

8月6日(土)・7日(日) 第33回 信州安曇野わさび祭り

場所 穂高駅前通り・穂高神社

納涼祭では穂高地域の踊り連を中心に熱気あふれる踊りで、穂高の夜を盛り上げます。

- YOSAKOI 安曇野では、県内外から約40チーム1,500人が参加します。
- ▶納涼祭 6日(土) 午後5時30分～8時30分
- ▶YOSAKOI 安曇野 7日(日) 午前9時15分～午後7時30分

- 問い合わせ 観光交流促進課内信州安曇野わさび祭り実行委員会事務局 TEL71・2054 FAX72・1340

8月5日(金)～11日(木) 北アルプスパノラマ銀座山岳フィルムウィーク

場所 穂高交流学习センター「みらい」多目的ホール

- 国民の祝日「山の日」の施行を記念して山岳関連の映画や秘蔵映像を日替わりで上映します。
- 日時 5日(金)から11日(木) 各日とも午後6時30分～ ※8日(月)は休館日。
- 上映スケジュール(予定) ▶5日(金)「雪の薬師、槍越え」「燕岳の四季」「燕から槍」(約1時間30分)
▶6日(土)「植村直己物語」(約2時間20分) ▶7日(日)「マナスルに立つ」(約1時間40分)
▶9日(火)「白き氷河の果てに」(約2時間) ▶10日(水)「ヒマラヤ 運命の山」(約1時間40分)
▶11日(木)「クライマー パタゴニアの彼方へ」(約1時間40分)

- 申し込み 不要 ●入場料 無料
- 問い合わせ 観光交流促進課ブランド推進担当 TEL71・2053 FAX72・1340



交通規制



健康 プラス 環境

妊娠と体調の変化

妊娠中にはさまざまな体調の変化が起こります。今回は妊娠中に体の中で起こる変化と対応策等を紹介します。

コミュニケーションを大切に

妊娠期の不安が強いと子どもの発達に影響するといわれています。妊娠中から産後にかけてホルモンバランスの変化で不安定になりやすく、深刻な状態になる「産後うつ」を発症することがあります。妊娠中から夫婦間のコミュニケーションをとり、一人で抱え込まずに周りの人といろんな話をしましょう。

健康推進課健康支援担当
TEL 81・0711 FAX 81・0703

妊娠中に起こる体調の変化と対応策

①睡眠

仰向けで寝ていると子宮に太い血管が圧迫されて血圧が下がることがあります。左側を下にして横になると血管を圧迫しにくくなります。こだわりすぎず、楽な姿勢で過ごしましょう。

苦しくなければ左側を下にする
(こだわらず、楽な姿勢で)

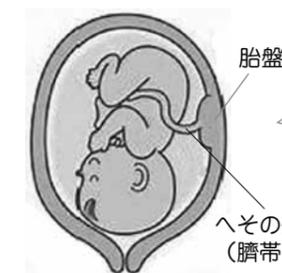


②アルコール・たばこ

アルコールやニコチンは胎盤を通り抜けて赤ちゃんの発達・発育に影響します。妊娠中の飲酒や喫煙は控えましょう。また、周りにたばこを吸う人がいる場合、受動喫煙にも気を付けましょう。

④血圧

妊娠中は赤ちゃんに栄養を送るため、血液量が約1.5倍に増加します。そのため、高血圧や貧血になりやすくなります。高血圧が続くと血管が傷みやすく、胎盤への血流が悪くなり、赤ちゃんへ送る栄養や酸素が減ってしまいます。脳・心臓・腎臓の血管が傷みやすい為、健診ではたんぱく尿で腎臓の血管の状態を見えています。



③便秘

腸が子宮に圧迫されて便秘になりやすくなります。たくさんの水分摂取、食事管理、散歩や腸を動かす体操などしてみましょう。つらい時は医師に相談して薬に頼ることも一つの方法です。

両親学級の開催に参加しませんか

両親学級は、毎回20人の定員で先着順です。電話で申し込みを受け付けています。申し込み先は各期で異なりますので、母子手帳交付時の案内をご覧ください。

▽1回目

◎妊娠中の過ごし方(助産師)

◎栄養の話(管理栄養士)

おなかの中の赤ちゃんとお母さんのための食事について、何をどう食べたらいいか、フードモデルを使って考えてみます。

▽2回目

◎歯の話(歯科衛生士)

妊娠中の口の話と赤ちゃんの歯や口を健全に発達させるためのお話です。早産や低出生体重児出産に関与するといわれる歯周病の予防のため、歯磨きの練習もします。

◎お産の話・妊婦体操(助産師)

体操をしたり、お産が進む様子を模型を使って学びます。

▽3回目

◎育児の話・沐浴(助産師)

出産に向けて育児用品の準備や子育てについてお話しします。

緑のカーテン写真展作品募集



緑のカーテン写真展の作品を募集します。「緑のカーテン」は、ヘチマやゴーヤなどを育てることで、夏の日差しを避け、エアコンなどの電力消費を抑えます。

- 対象 次の要件を満たすこと。①市内在住の人や市内の事業者、学校、団体など②市内にある住宅、学校または事業所などに「緑のカーテン」を設置していること③平成28年4月1日以降に育てた緑のカーテンであること
- 応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入し、育成状況・効果・育成に関する創意工夫などが分かるような写真を添付の上、郵送・メール、持参のいずれかで申し込みください。応募用紙は環境課(2階5番窓口)か市ホームページから入手できます。
- 写真の注意点 ▷電子データの場合はメールで送付するか、CD-Rなどに保存し、郵送または窓口を持参ください。データ容量が5メガバイトを超える場合は、メールでの送付は遠慮ください。▷印刷写真の場合は、L版サイズ(8.9cm×12.7cm)にカラーで印刷してください。▷ホームページ等で公開することがありますので、人物が撮影されている場合には必ず本人の許可を得てください。
- 募集期間 8月1日(月)～31日(水)(窓口持参は、土日、祝日を除く)
- 公表 安曇野環境フェア2016(10月8日(土)・9日(日)開催)会場および市ホームページで紹介します。
- その他 ▷応募用紙や写真・CD-Rなどは返却しません。▽応募作品の諸権利は市に帰属し、「緑のカーテン」の普及促進に役立ちます。▷応募者には粗品を進呈します。
- 問い合わせ・応募先 環境課環境政策係 TEL71・2492 FAX72・3176 kankyouty@city.azumino.nagano.jp 〒399・8281 (住所不要) 安曇野市役所環境課宛

環境講座 歩いて楽しいまちづくりプロジェクト 「明科岩洲山 善光寺裏街道を往く」開催

明科地域潮沢地区の生活環境を支えた古道の歴史をひも解きます。道にまつわるさまざまな言い伝えや昔のくらしとの関わりを学びます。

- 日時 8月6日(土) 午前9時30分～11時
- 場所 明科公民館 講義室
- 講師 潮沢ロマンの会の皆さん
- 定員 50人(先着順)
- 申し込み 不要(直接会場にお越しください)
- 問い合わせ 環境課環境政策係 TEL71・2492 FAX72・3176

不用食器リサイクル活動スタッフ募集

食器の再使用・再生利用等を目的に、不用食器を無料で回収します。回収当日の分別や案内などの活動に協力していただけるボランティアスタッフを募集します。

- 日程・場所 ▷不用食器回収日 9月25日(日) 午前9時～11時30分・穂高プール駐車場 ▷スタッフ説明会 9月15日(木) 午後7時～9時・市役所4階大会議室
- 申し込み 市不用食器リサイクル実行委員会(桜井さん TEL090・4153・2019)に8月31日(水)までに申し込みください。
- 問い合わせ 廃棄物対策課 廃棄物対策担当 TEL71・2490 FAX72・3176

第4回

みどりの 掲示板

祝! 国営アルプスあづみの公園全園開園! たくさんのお花でお出迎え! 岩原ひまわりクラブA・B

6月18日、国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)が全園開園を迎えました。これを機に安曇野を訪れる人がさらに増えることが期待されます。来訪者に喜んでいただくようと、地元岩原のひまわりクラブA・Bでは、入園口や主要アクセス道路の沿道に、花でいっぱい飾ったプランターを設置しました。

色とりどりのペチュニア・ベゴニアなど約700株の花の苗の植え替えを行いました。花苗やプランターなどの資材は県のアダプト制度を活用し、国や市も関係した「官民連携」の事業として実現しました。国営公園にお出掛けの際は、園内に入る前にも、美しい花をお楽しみください。



植え替え作業の様子

8月の児童館の予定

…乳幼児対象
 …参加費
 休館日…日曜・祝日・13・15・16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。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親子の皆さんが対象の登録制サークルです。

★穂高中央児童館

Tel.84-0762 Fax.82-9621

- ふれあい農園** 野菜の収穫 5日(金) 10:30～11:00
予備日8日(月) 100円 持ち物: 帽子、軍手、野菜を入れる袋
- チャレンジタイム** 10日(水) 10:30～11:30
わくわく工作  対象: 小学生
-  **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10:00～11:30まで。

★穂高北部児童館

Tel・Fax.83-5494

-  **わらべうた** 1・8・22・29日(月) 11:10～
-  **読み聞かせ** 5・12・19日(金) 11:00～11:20
-  **育児相談・身体測定** 12日(金) 10:30～12:00
-  **みんなあつまれ！** 26日(金) 10:30～11:30
8月生まれハッピーバースディ♡

★穂高西部児童館

Tel・Fax.82-2527

-  **育児相談・身体測定** 5日(金) 10:30～12:00
身体測定は10:00～12:00
-  **読み聞かせ** 22日(月) 11:00～11:20

★三郷児童館

Tel.76-0185 Fax.76-0186

- 夏休みお楽しみ企画** 3日(水) 14:00～16:00
発見！体験！科学プログラム 対象: 小学生
-  **読み聞かせ** 5・19日(金) 11:00～11:20
-  **育児相談** 12日(金) 10:00～12:00

★豊科中央児童館

Tel・Fax.72-0122

- 夏まつり** 3日(水) 10:00～11:30
100円 持ち物: マイバック
- 卓球教室** 対象: 小学生 5日(金) 14:00～15:00
- 育児相談** 19日(金) 10:30～12:00
-  **読み聞かせ** 22日(月) 11:00～
- チャレンジタイム** シャボン玉遊び 25日(木) 10:30～11:30
対象: 小学生
- ファミリーサポート登録会** 30日(火) 10:30～
登録料無料 持ち物: 印鑑

★南穂高児童館「にこにこランド」

Tel.71-5150 Fax.71-5152

- 夏休みお楽しみ企画** 2日(火) 15:00～16:00
ミニミニ夏祭り 50円 対象: 小学1～3年生 定員: 20人 持ち物: 飲み物
- チャレンジタイム** 6日(土) 14:00～14:30
集団遊び&流しそうめんを楽しもう
100円 対象: 小学生 定員: 30人 持ち物: タオル、飲み物
- 読み聞かせ** 対象: 小学生 8日(月) 10:30～10:50
-  **育児相談** 26日(金) 10:30～12:00
-  **読み聞かせ** 29日(月) 10:30～10:50

★高家児童館

Tel・Fax.72-5685

-  **読み聞かせ** 18・25日(木) 10:30～
- 育児相談** 19日(金) 10:30～12:00
- 高家・ミニミニ夏祭り** ♪ 24日(水) 10:30～11:30
 持ち物: 手さげバック、飲み物(水筒)
- チャレンジタイム** 流しそうめん 27日(土) 10:30～12:00
100円 対象: 小学生 定員: 20人 持ち物: 帽子、飲み物、おわん、箸

★堀金児童館

Tel.71-2122・Fax.71-2126

- 夏休みお楽しみ企画** 24日(水) 10:00～12:00
科学体験館 対象: 乳幼児、小学生
-  **育児相談・身体測定** 29日(月) 10:00～12:00

★明科児童館

Tel.62-2482 Fax.62-1124

- 育児相談** 1日(月) 10:30～12:00
-  **読み聞かせ** 1日(月) 11:00～
- 読み聞かせ** 4日(木) 16:00～16:30
対象: 小学生 持ち物: 飲み物
- 七夕まんじゅう作り** 6日(土) 10:00～11:30
100円 対象: 幼児親子、小学生 定員: 30人 持ち物: お皿、エプロン、三角巾、マスク、飲み物、タオル
- クライミング教室** 22日(月) 16:00～17:15
 対象: 小学生以上 定員 20人 持ち物: 飲み物・上靴
- 小学生と遊ぼう！** 23日(火) 10:30～11:30
 対象: 乳幼児、小学生 定員: 20人 持ち物: 飲み物
-  **サマーコンサート** 25日(木) 10:30～11:15
バイオリン&ピアノ
 対象: 小学生 定員: 50人 持ち物: 飲み物

8月の各種相談

場…場所 聞…問い合わせ 時…時間

♡ 心の相談

- 精神科医による精神保健相談  時 14:00～
1・8・15・22日(月)・4日(木)
場圃松本保健福祉事務所 (Tel.40-1938・Fax.47-9293)
- 児童・思春期精神保健相談  時 14:00～
18・25日(木)
場圃松本保健福祉事務所 (Tel.40-1938・Fax.47-9293)
- 精神科医による依存症相談  時 13:30～
5日(金) 場圃松本保健福祉事務所 (Tel.40-1938・Fax.47-9293)
- あずみ野断酒会 時 19:00～21:00

- 3・10・17・24・31日(水) ※3・17日は家族会
場豊科公民館 2階和室
圃健康推進課健康支援担当 (Tel.81-0711・Fax.81-0703)
※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)・*22日(月) 時 13:00～16:00
場堀金憩いの里うらら (Tel.73-5288・Fax.73-5775)
- 2日(火)・*23日(火) 時 13:00～16:00
場穂高地域福祉センター (Tel.82-2940・Fax.82-9621)
- 3日(水)・*24日(水) 時 13:00～16:00
場豊科ささえあいセンター「にじ」 (Tel.72-3013・Fax.72-5422)
- 4日(木)・*25日(木) 時 13:00～16:00
場三郷福祉センター (Tel.77-8080・Fax.77-8081)
- 5日(金)・*26日(金) 時 13:00～16:00
場明科総合福祉センター「あいりす」 (Tel.62-2429・Fax.62-5025)
- 圃心配ごと相談…上記へ
圃行政相談…市民生活部 市民相談室 (Tel.71-2496・Fax.72-3176)

👤 子ども・ひとり親家庭・女性の相談

- 毎週月～金曜日 ※11日は行いません。 時 8:30～17:00
場圃子ども支援課家庭児童相談室 (Tel.71-2265・Fax.72-2065)

📖 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。
場圃教育相談室 (豊科公民館内) (Tel.73-1624・Fax.72-2204)
- 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。
場圃教育相談室 (豊科公民館内) (Tel.72-2238・Fax.72-2204)
※電話相談可。まずはお電話ください。

🏠 人権よろずりごと相談 時 10:00～15:00

- 6日(土) 場圃明科公民館 ※子どもの人権相談
圃法務局松本支局 (Tel.32-2571・Fax.32-2572)

8月の休日当番医 (変更になる場合があります。)

長野県休日・夜間緊急医案内サービス 

7日(日)	11日(木・山の日)	14日(日・盆)	15日(月・盆)	16日(火・盆)	21日(日)	28日(日)
伊藤医院 62-2051 [明科]	小田切医院 83-6025 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	穂高病院 82-2474 [穂高]	鶴見医院 72-4500 [豊科]	やざき診療所 62-2360 [明科]	村山医院 82-2101 [穂高]
榎本内科医院 73-0616 [豊科]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	前角整形外科クリニック 82-1478 [穂高]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]
池田医院 77-2055 [三郷]	米倉医院 72-2354 [堀金]	和田医院 72-2047 [堀金]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]	あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	中萱医院 77-2130 [三郷]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]
内田歯科クリニック 71-4711 [堀金]	堀金歯科医院 72-6975 [堀金]	山本歯科医院 72-5748 [豊科]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	松本歯科医院 82-8205 [穂高]	赤羽歯科医院 77-2114 [三郷]	石田歯科医院 62-2688 [明科]

👤 労働に関する相談

- 圃商工観光部商工労政課 (Tel.71-2041・Fax.72-1340)
- ユニオンサポートセンターの相談会  時 18:00～20:00
※予約は前日の17:00まで
- 18日(木) 場圃市役所 4階 会議室 401 ※生活相談も含む
- 中信労政事務所の相談会 時 13:00～16:00
- 18日(木) 場圃市役所 3階 相談室 311

👤 わかもの就職サポート相談会 時 13:30～16:30

- 圃商工観光部商工労政課 (Tel.71-2041・Fax.72-1340)
- ※1回の相談時間50分で3枠。予約は前日の正午まで。
- 19日(金) 場圃市役所3階 相談室311 ※40歳代前半まで

🍼 母乳・育児相談 ※母乳相談は 時 9:30～11:00

- 4・18日(木) 場圃穂高保健センター (Tel.81-0711・Fax.81-0703)
- 9・23日(火) 場圃堀金保健センター (Tel.81-0714・Fax.81-0703)
- 10・24日(水) 場圃豊科保健センター (Tel.81-0713・Fax.81-0703)
- 25日(木) 場圃三郷保健センター (Tel.81-0714・Fax.81-0703)
- 30日(火) 場圃明科保健センター (Tel.81-0711・Fax.81-0703)
- ※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

- 場圃中央地域包括支援センター(市役所1階) (Tel.72-9986・Fax.71-2503)
- 場圃北部地域包括支援センター(穂高健康支援センター内) (Tel.81-0760・Fax.82-6622) ※8/1より、穂高支所へ移転します。
- 場圃南部地域包括支援センター(三郷支所1階) (Tel.77-4007・Fax.77-4087)

🛒 消費生活相談 時平日 8:30～17:15 ※電話相談可。

- 場圃消費生活センター(市役所2階) (Tel.直通71-2100、携帯090-5203-2011・Fax.72-3176)
- ※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

- 25日(木) (予約日:18日(木))
場圃市役所2階 相談室 211
時 13:30～16:30 ※ひとり20分
- 圃市民生活部 市民相談室 (Tel.71-2496・Fax.72-3176)
- ※電話予約…予約日の9時～12時
※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

- 18日(木) 時 13:00～15:00 (相続・遺言手続・成年後見など)
場圃市役所2階 相談室 211・212
圃長野県行政書士会松本支部 (Tel.33-7166・Fax.32-0151)
※開催日の2日前までにご予約ください。

8月14日
(日)

第10回

安曇野花火

時間・会場

午後7時～8時30分
※雨天決行（荒天中止）
明科犀川河川敷内
御宝田遊水池周辺

Information

観覧チケット [販売・申し込み] 8月14日までセブンイレブン各店マルチコピー機で販売、無くなり次第終了します。金額・観覧場所などの詳細は、安曇野花火実行委員会のホームページをご覧ください。

駐車場 [場所] 明科中学校、龍門湖公園、安曇橋北高瀬川河川敷各駐車場 [料金] 1台1,000円（安全対策施設協力費として）

交通規制 午後3時から会場周辺地域で行います。（交通規制図参照）

シャトルバス [料金] 500円（帰路は無料）[乗車場所] 各駐車場から利用できます。①豊科田沢・セイコーエプソン(株)豊科事業所 ②穂高北穂高・青木花見産業団地 (株)デンソーエアクル(旧GAC(株))、島新精工(株)、(株)ポテトデリカ、(株)サン工機

※御宝田グラウンドは駐車できません。会場までは、できるだけシャトルバスか公共交通機関をご利用ください。

安曇野花火実行委員会ホームページ

<http://sites.google.com/site/azuminohanabi/>

大会当日問い合わせ先 (8/12～14)

TEL 71・2000(代)

TEL 0180・99・3936 (自動音声案内)

※番号のかけ間違えにご注意ください。

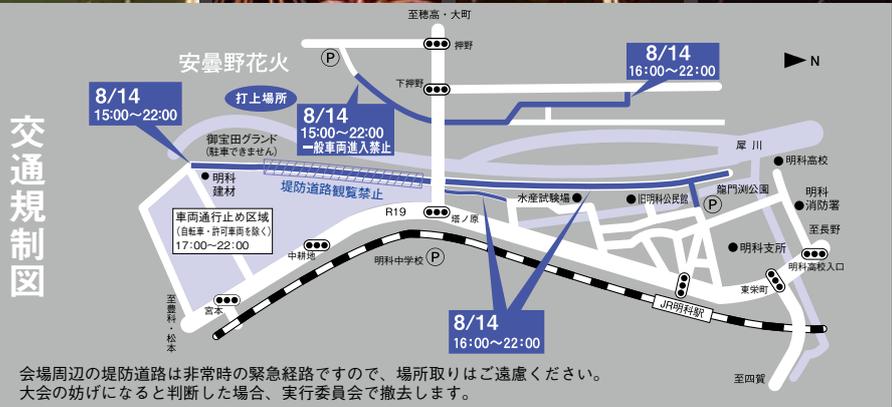
問 実行委員会事務局 (観光交流促進課内)

TEL 71・2000(代) FAX 72・1340

「安曇野はひとつ」をテーマに約1万2千発の色とりどりの花火が夏の夜空を彩ります

音楽に合わせて打ち上げられる音楽花火は圧巻の迫力！音楽と花火の共演をお楽しみください。

交通規制図



編集後記

◆夏本番。安曇野はイベントが盛りだくさんですが、日中は暑くなりますので熱中症対策を万全にしてお出掛けください。

◆テレビ番組の影響か、学生時代の歌など、懐メロがマイブームです。祖母や母が懐メロの歌番組を見ているのを不思議に思っていました。ようやく理解できる今日この頃です。

◆この時期になると、畑と庭の草取りに頭を悩ませます。畑の作物だけ成長して草は伸びない、そんな都合のいい話はないものかなと思いつつ。

◆今年はフィニッシュ地点で取材したハーフマラソン。新設のファミリーランでは、親子や家族で仲良く手をつないでフィニッシュする皆さんの笑顔がとても印象的でした。

本庁舎夜間・休日開庁日

時間延長窓口8月2日(火) (8月16日(火)は行いません)
(午後5時15分から8時まで)

休日開庁日8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7月20日

編集・発行 長野県安曇野市役所政策部

秘書広報課秘書広報担当

TEL 0263・71・2000 FAX 0263・71・5000

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

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

印刷 (有)安曇印刷

印刷経費1部24円

次回発行…8月17日(水)

古紙配合率 80%
再生紙を使用しています。



人口と世帯 2016.7.1 現在 () 内は対前月比

人口 98,261人 (-1) 男 47,666人 (+1) 女 50,595人 (-2)

世帯 38,775世帯 (+57)

本庁舎	〒399-8281	長野県安曇野市豊科6000番地
穂高支所	〒399-8303	長野県安曇野市穂高6658番地
三郷支所	〒399-8101	長野県安曇野市三郷明盛4810番地1
堀金支所	〒399-8211	長野県安曇野市堀金烏川2750番地1
明科支所	〒399-7102	長野県安曇野市明科中川手6824番地1

TEL 0263-71-2000

FAX 0263-71-5000

FAX 0263-82-6622

FAX 0263-77-6060

FAX 0263-72-4900

FAX 0263-62-4747

各支所への電話は本庁舎から転送します