

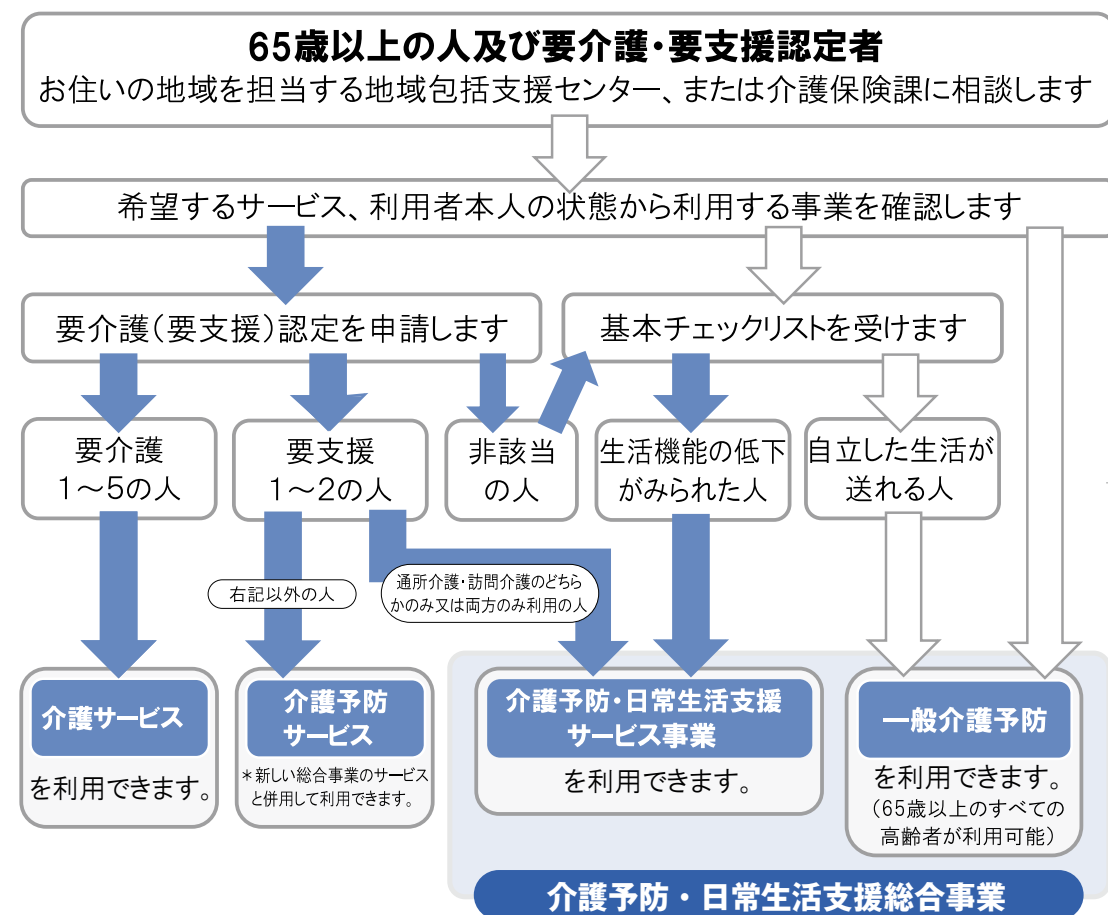
contents

介護予防に重点・総合事業がスタート……………	2
安曇平のお船祭りが国選択無形民俗文化財に ……	6
70歳以上の希望者に入浴割引券を配布……………	28
信州安曇野ハーフマラソンボランティア募集 ……	32

鬼を追い返せ

節分豆まき・西穂高保育園（2月3日）
関連記事 16 ページ

図2 総合事業 利用の流れ



利用するには
心身や生活の状況、これまでの要介護認定や基本チェックリストの確認により、総合事業のサービスを利

用することができます。(図2)
現在、要支援認定を受けている場合は、有効期間内は継続して同じサービスを利用することができます。

介護保険制度 介護予防に重点
4月から介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)が始まります。

介護保険制度改正により、4月から高齢者の介護予防と日常生活の自立支援のための「介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)」が始まります。

図 介護保険課 (TEL 71・2472 FAX 71・2503)

総合事業 介護予防に重点

新しい制度「総合事業」では、65歳以上のすべての人が対象となる一般介護予防事業と、これまでの介護保険制度の「要支援1・2」を対象にしてきた「介護予防訪問介護」と「介護予防通所介護」を「訪問型サービス」と「通所型サービス」に移行します。(図1)

また、総合事業では、地域に合った生活支援や介護予防の取り組みを進め、高齢者に必要なサービスや事業を展開していきます。

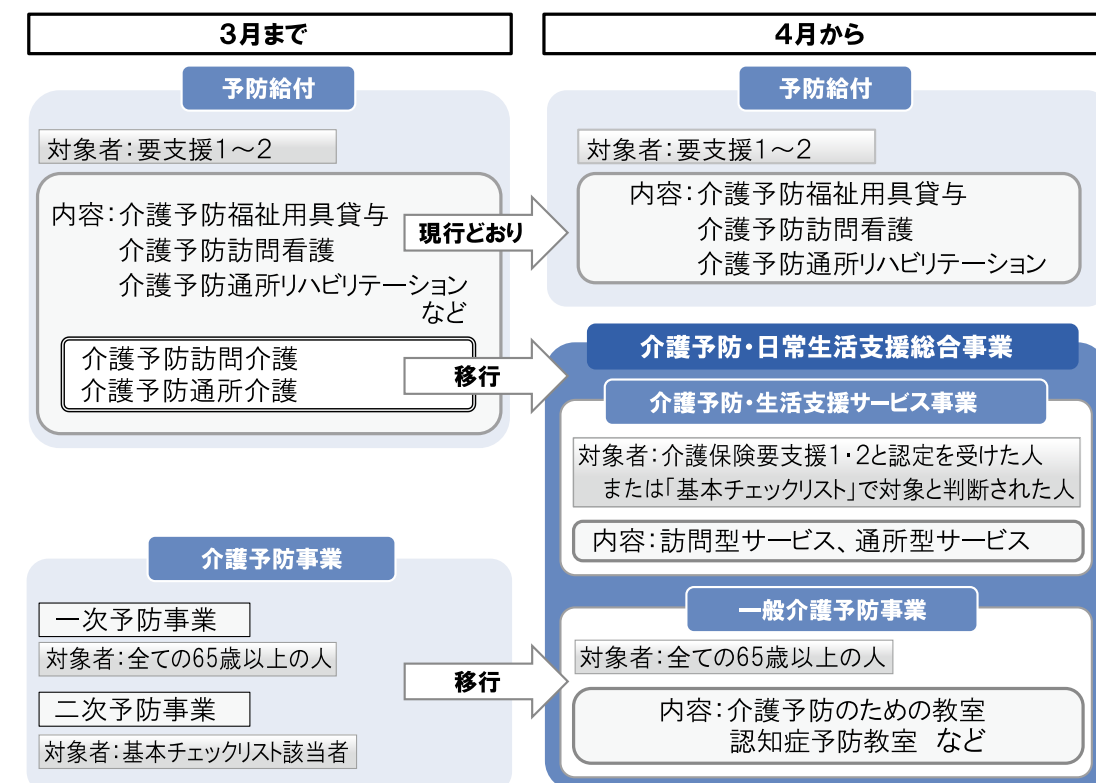
いつまでも自分らしい生活を
いつまでも元気に暮らすためには、高齢者自身が地域の中で役割や

生きがいを持ち、地域づくりや趣味の場に参加するなど活動的で張りのある生活を行い、介護が必要な状態にならないことが大切です。

総合事業では、対象者一人ひとりの状況に応じたサービスが利用できるよう、従来の介護事業所だけでなく、地域における多様な主体による効果的な取り組みを進めます。

また、地域で支え合う仕組みを支援し、元気な高齢者は支え手になるなど、人と人とのつながりや地域のつながりを通じて、生きがいや役割を持つて過ごし、できるかぎり介護の状態にならない「健康長寿のまちづくり」を目指します。

図1 総合事業が始まると (要支援1・2の人のサービス利用の変更点)



トピックス

要支援になる前の介護予防で介護保険料の負担減につなげます

少子高齢化社会を迎え、団塊世代が75歳以上となる平成37(2025)年までに、後期高齢者数がこれまで以上に急激に伸びることが予想されています。一方で支え手となる現役世代は減少をたどることが見込まれています。介護の給付と負担のバランスに影響を与え、現役世代の負担や、高齢者自身の負担も増えることが見込まれるなど、世代を超えた大きな課題となってきました。

市の高齢者数は28,876人(平成28年4月現在)で、総人口に占める高齢化率は、29.4%となっています。今後、平成37(2025)年に向け、高齢化率は30%前半で推移するものの、介護を必要とする75歳以上の高齢者は、ますます増えていくと予想されます。

また、市の介護認定者は年々増加しており、平

成27年度末には、高齢者のうち17.4%が介護認定を受けています。特に、軽度者といわれる要支援1、2の人は大きく伸びています。

介護保険制度は公費と40歳以上の皆さんの保険料から運営されています。保険料は、費用の負担と給付のバランスの中で決められるため、介護認定を受ける前の段階で介護予防に取り組むことが保険料の負担を抑えることにつながります。



インフォメーション

総合事業では介護予防教室や生活支援サービスを行います。「ぜひ介護予防に取り組みたい」場合や詳しい内容を希望する場合は、下記の問い合わせ先に相談ください。

■一般介護予防事業

対象者 65歳以上の人

内 容

①各種介護予防教室

運動機能や口腔機能の維持・向上、転倒予防や認知症予防を目指す教室です。運動強度メニュー別（筋トレや太極拳等）に複数の教室を開催します。

②拠点介護予防教室

市内施設を拠点に、介護予防に関する幅広い知識を身に付ける教室です。

③認知症予防教室

体を動かしながら脳トレ（頭を使って課題を解く）を行い、楽しみながら認知症予防を目指します。

④認知機能検査

「ファイブ・コグ」検査の体験を通じ、認知機能（注意力や記憶力、思考力等）を知り、認知症予防の方法を案内します。

問い合わせ

介護保険課介護予防担当（1階11番窓口）

☎71・2474 ☎71・2503

■介護予防・生活支援サービス事業

対象者

要支援1、2の認定を受けた人、または基本チェックリストによる生活機能の低下がみられ、サービスが必要と判断された人

内 容

①訪問型サービス

自宅での掃除、洗濯などのホームヘルプサービス、短期間の自宅でのリハビリなど

②通所型サービス

多彩な介護予防プログラムによる生きがい活動や仲間づくり、生活機能向上のための体操、短期間での運動機能向上など

問い合わせ

豊科・明科担当：中央地域包括支援センター

☎72・9986 ☎71・2503（市役所1階西側）

穂高担当：北部地域包括支援センター

☎81・0760 ☎88・3711（穂高支所内）

三郷・堀金担当：南部地域包括支援センター

☎77・4007 ☎77・4087（三郷支所内）

支え合いの地域づくりへ 生活支援コーディネーターをご活用ください

生活支援や介護予防の取り組みを推進する「生活支援コーディネーター」を市内5地域に配置し、5地域にある「協議体」で、生活支援や介護予防を行っている団体等の定期的な情報共有、連携強化を行っています。高齢者が元気で安心して暮らせる地域づくりに向け、一緒に活動を希望する場合や、新たに活動を始める場合は、各地域のコーディネーターへ相談ください。

問い合わせ

豊科地域 JA あづみくらしの助け合いネットワークあんしん（☎71・2828）

穂高、三郷、堀金、明科地域 市社会福祉協議会（☎72・1871）

総合事業サービスA 従事者研修を実施します

総合事業サービスA（緩和した基準によるサービス）の従事者研修を3月7日・8日に実施します。従事予定の場合は、2月28日（火）までに介護保険課まで申し込みください。



介護予防教室（1月26日穂高勤労者福祉センター）

介護予防 地域の取組事例 等々力町区・美岳町常会

一人では難しい介護予防。
身近な隣近所で活動を始めた
等々力町区美岳町常会の
取り組みを紹介します。



美岳町ふれあいサロン
会長 小林嘉久さん
（穂高・等々力町区）

等々力町区的美岳町ふれあいサロンでは、介護予防教室を月1回開催しています。毎回30人程が参加し、1時間30分程度体を動かします。会長の小林嘉久さんは「美岳町常会には130世帯約390人が暮らしています。常会の役員を務めた際、高齢化率が約4割と知り驚きました。元々新興住宅地のため、常会長とも話し、高齢者対策などに、人との絆を深め、地域の連携を強めていく必要性を感じました」と活動のきっかけを話します。

平成27年7月に近くの穂高勤労者福祉センターを会場にサロンを始め、たところ、利便性も良く、自然と人が集まったそうです。現在、介護予防を継続した活動にするため、若い世代との交流を計画するほか、4月からは、声掛けを通じ、高齢者の要望に沿った活動も準備していくそうです。小林さんは「顔が分かり、日常生活で困った時には隣近所で助け合える地域にしたい」と意気込みを話してくれました。

基本チェックリスト 生活機能の低下の有無を チェック

基本チェックリスト

基本チェックリストでは、生活機能の低下の有無を確認することができます。現在の生活状況や健康状態について、25の質問に答えます。

判定の結果、介護が必要な状態につながるような機能の低下があれば、総合事業のサービス利用を提案し、介護予防に取り組めるようにします。

質問項目例

運動に関すること

- ①階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか？
- ②椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか？
- ③15分くらい続けて歩いていますか？
- ④この1年間に転んだことがありますか？
- ⑤転倒に対する不安は大きいですか？

このうち、3つ以上に
当てはまったら、ぜひ
介護予防を！



ご協力
ください

地域に伝わる オフネの調査

市教育委員会では、今後、記録作成のため市内で行われているお船祭りを対象に、詳細な調査を行います。

調査は、各地区での聞き取りなどを予定しています。方法、時期などの詳細は、各お船祭りの保存団体への依頼、広報などでお知らせします。

調査の内容（予定）

- 1 現在も行っている地区
▷飾り物（場面の決定、人形等の制作、背景の制作、飾り付け）
▷お船の制作（材料、組み立てなど）
▷お囃子（曲名、メロディー、テンポの変化、演奏者など）
▷祭りの概要、曳行経路など
▷祭りの変遷
▷保存会等の現状
- 2 今は廃絶してしまっている地区
▷聞き取り調査（祭りの様子、行っていた時期など）
- 3 市民の皆さんからの情報提供
▷各家庭で撮影した祭りの写真・映像データなどの収集



安曇平のお船祭りの特徴

お船祭りは長野県一円にみられ、内陸部であるにもかかわらず、船形の山車を曳き出します。安曇平のお船祭りでは、中央に人形飾り物を配した巨大な船が、曳き回されます。神社に到着後は、「オフリヨウをわたす」と称し、境内を巡回するといった特徴があります。

※人形飾り物は、過去には飾っていたが、人手不足等で、現在では飾りをしない船もあります。



境内を曳行されるお船
（三郷・住吉神社）



地区内を曳行されるお船
（豊科・重柳八幡宮）



お船の組み立て作業
（明科・荻原神社）



人形飾り制作
（穂高・穂高神社）

安曇野のお船 後世へ 国選択無形民俗文化財に選択

市内を中心に継承されている「お船祭り」が、国選択無形民俗文化財に選択される見込みとなりました。今後、市内に残るお船祭りを、後世に伝えるため、調査などが行われます。



穂高神社御遷宮祭に合わせた市内お船の特別展示（昨年5月）



三郷・熊野神社のお船

市内を中心に行われる
「安曇平のお船祭り」

今回の国の選択無形民俗文化財への選択は、国の文化審議会が1月27日に文化庁長官に答申したものです。答申では「安曇平のお船祭り」として、市内や隣接する松本市、北安曇郡池田町一帯で継承され穂高神社に代表される「穂高型」によるお船祭りが対象になっています。地区ごとに大きさや形も異なりますが、船上に軍記物などの人形飾りを乗せ、毎年、祭りごとに作り直すなどの特徴があり、現在分かっている最古の記録は、1689（元禄2）年の穂高神社のお船祭りです。

記録作成が必要な文化財
来年度から調査を実施

国の選択無形民俗文化財は、国の重要無形民俗文化財以外の無形民俗文化財のうち、特に必要のあるものを選び、記録を作成し、保存するものです。

市教育委員会では、文化庁や専門家の意見を聞きながら、松本市や池田町などと協力し、来年度か

ら数年間かけて、各地区に残るお船の特徴やお祭りの運営方法などの調査を行います。併せて今は廃絶になっているお船祭りについても聞き取り調査をします。

後継者育成や
地域の魅力の再発見に

現在、市内各地区に伝わる「お船祭り」も、少子化、地域のつながりの希薄化など、さまざまな社会的要因により「お船制作」「飾り物制作」「お囃子」など技術の継承が難しくなり、後継者不足も顕著になってきています。昭和中期までは、市内の各所で行なわれていたお船祭りも、現在は半数近くに減ってきています。

今回の選択により、お船祭りを継承し支えている団体の後継者育成への好影響や、市民の皆さんが、地域の伝統文化を再発見し、地域づくりの活性化につながるなどの効果が期待されます。このほか安曇野の魅力を全国に向けて発信するきっかけとなり、観光面での効果も期待できます。

文化庁文化財保護課

TEL 71・2464 FAX 71・2338

■三郷交流学習センター起工

三郷交流学習センターの起工式を1月17日、旧三郷支所跡地で行いました。当日は、市や市議会などの関係者70人が出席しました。

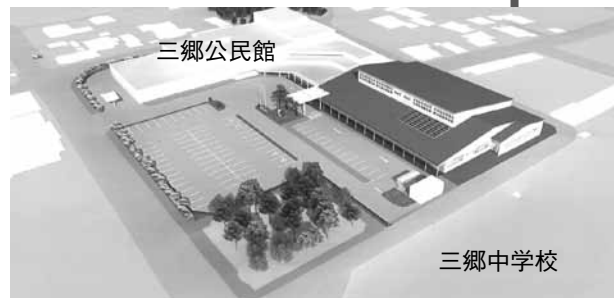
宮澤市長は「市民が交流し、活気に満ちた三郷地域の教育文化の中核的な拠点となるよう期待したい」とあいさつしました。

三郷交流学習センターについては、旧三郷村時代の図書館整備構想を経て、合併後は、図書館を核とした複合施設として検討が進められてきました。

施設は鉄骨平屋建て、述べ床面積約1846平方メートルで、三郷図書館のほか市民交流や展示スペースにも利用できる

交流ラウンジや学習、各種講座などに利用できる学習室を備えています。工事費は9億2100万円で、主な財源として合併特例債を活用します。

建物は本年12月に完成予定で、仮開館中の三郷図書館の移転作業後、平成30年4月までの利用開始を目指します。



三郷交流学習センター完成予想図

■安曇野の地下水の仕組みを可視化

市が策定を進める「水環境基本計画」の実効性、実現性を高めるため、「安曇野市水循環の可視化および資金調達等に係る研究成果報告会」を1月16日、市役所で開催しました。

この報告会は、科学データをもとに地下資源を可視化し、現状と将来について解析を行うことで、地下資源の効果的な活用を検討することを目的に開催したものです。



信州大学工学部による研究業務の発表

当日は、市や地下水に係る団体関係者など約100人が参加。信州大学工学部の中屋真司教授が安曇野わさび田湧水群から湧き出ている水は、約10年の年月をかけて流動してきたことなど地下水の仕組みを説明したほか、大阪府立大学大学院の遠藤崇浩准教授は、地下水保全に必要な資金調達・管理方法の先進事例を紹介しました。参加者は、地下水を有効に増やすため

の取り組み事例や、管理資金の調達方法などの説明に熱心に耳を傾けました。

宮澤市長は「暮らしに欠かすことのできない地下水の構造や実態を把握し、効果的な施策立案につなげたい」とあいさつしました。

市では、今回の研究報告をもとに、持続可能な水環境の確保と地下資源の保全を目指して、水環境基本計画の策定を進めます。

■地域の課題解決へ 83区の取り組み共有

市と協働のパートナーである市区長会では「地域を考える研究集会」を1月21日、市役所で開催しました。

この催しは、地域コミュニティとしての区の役割を考え、区が抱える課題を市民自ら解決し、地域力を向上するため開催したものです。市区長会熊井深男会長は、あいさつで「地域力向上へ、情報を共有して欲しい」

と参加者に呼び掛けました。

当日は、83区の役員など約250人が参加。市の地域力向上事業交付金の活用事例や、区内の諸団体が横断的に連携する「部」制度の導入などについて発表が行われました。その後、4つのテーマでワークショップも行われ、各区の抱える課題への問題提起や解決に向けて意見交換が行われました。



地域力向上事業交付金の活用事例発表

■県内市町村で初 県柔道整復師会と災害時協力協定締結

市と（公社）長野県柔道整復師会（内山富之会長）は、県内市町村との協定では初めてとなる災害時における協力協定を1月20日、市役所で結びました。

この協定は、災害発生時などの際、市の要請に基づき、同会所属の柔道整復師が、柔道整復師法に定める範囲で骨折や捻挫などの負傷者の応急手当をするものです。医療救護所や避難所



協定締結後、握手をする宮澤市長と県柔道整復師会内山会長（右）

で、応急手当に迅速に対応でき、医療救護体制の充実を図ることができま

す。締結を終え、内山会長は「持てる力を発揮し、救護にあたりたい」と述べ、宮澤市長は「連携を深め、市民の安全安心を守っていききたい」とあいさつしました。

表敬訪問 社会を明るくする運動 長野県作文コンテスト 入賞者

思いやりの心や感謝の気持ちなどを作文にする、第66回“社会を明るくする運動”長野県作文コンテストで入賞した皆さんが1月26日、宮澤市長に受賞を報告しました。本年は、県内の小中学生から1万2875点の応募があり、最優秀賞6点、優秀賞13点などが選ばれました。

受賞した皆さん

中学生の部・優秀賞

しかがわしゅんすけ とうじょうこうき
鹿川峻輔さん（穂高東中1年）、東條晃季さん（三郷中3年）

小学生の部・優秀賞

よこやまにこ あべゆりん
横山笑心さん、阿部由凜さん（豊科南小6年）



受賞者の皆さん

スポーツ指導者講習会

生涯学習課スポーツ推進担当

TEL 71・2466 FAX 71・2338

●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

●対象 スポーツ指導者等（一般の人も参加可能）
●講師 渋谷崇行さん（一般社団法人スポーツフォーキッズジャパン代表）

●演題 『ジュニアスポーツ指導者のための役に立つスポーツ心理学セミナー』～目指せグッドコーチ～
●定員 50人
●参加費 無料
●申し込み 不要

ボランティア等募集

生涯学習課社会教育担当

TEL 71・2466 FAX 71・2338

日本語教室
ボランティアスタッフ募集

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。現在、高校生から70歳代の

美的カレッジ パンづくり講座

生涯学習課社会教育担当

TEL 71・2466 FAX 71・2338

春を祝うメニューを手作りしてみませんか。託児サービスもあります。

●日時 3月11日（土）午前10時～午後2時
●場所 堀金公民館 調理実習室
●対象 市内在住または在勤の20歳から50歳以下の女性

●講師 後藤 和美さん
●内容 桜あんパン、桜ゼリー
●定員 20人（抽選）
●参加費 1000円（材料費）
●持ち物 エプロン

●申し込み 3月1日（水）までに生涯学習課社会教育担当へ電話または、ながの電子申請サービスで申し込みください。

●その他 託児（無料）希望の人は、申し込みの際にお知らせください。



ながの電子サービス
QRコード

安曇野文化講演会

文化課文化振興係

TEL 71・2463 FAX 71・2338

『生物と無生物のあいだ』『動的

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

●対象 運営に携わり、日本語の指導やサポートをする人。資格等は問いません。

●申し込み 2月20日（月）から3月8日（水）の間に、電話で申し込みください。（受付時間は、午前9時～午後5時）

リーダーバンク登録者を募集

リーダーバンクは、技能や知識等の得意分野を持った市民の皆さんが登録している人材バンクです。スポーツや芸術など、13の分野で構成しています。各分野に精通した人が、公民館活動や個人・サークル活動といった生涯学習の場をサポートしています。

「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。

平衡」などの著作でも知られる生物学者、福岡伸一さんの講演会を行います。「昆虫」「生物」そして福岡さんが一ファンと慕う「田淵行男」をキーワードに講演します。

●日時 3月4日（土）午後1時30分～3時
●場所 三郷公民館 講堂
●講師 福岡伸一さん（生物学者）
●演題 「福岡ハカセの生き物バナシ」

●定員 200人（先着順）
●入場料 無料
●申し込み 不要



福岡伸一さん

豊科公民館 出会い・ふれあい・生きがいセミナー受講生募集

豊科公民館内地域課地域担当

TEL 72・2158 FAX 73・6401

幅広い人生体験を聞きながら、豊かな人生の送り方、楽しみ方を見つける講座を行います。

●日時 2月28日（火）午後7時～8時30分
●場所 豊科公民館 大会議室

●対象 市内在住・在勤・在学者

登録方法

①登録申込み 2月28日（金）の間に、所定の登録申請書に記入の上、生涯学習課（3階5番窓口）まで持参、または郵送にて提出してください。

※登録申請書は、生涯学習課、または市ホームページから入手できます。

▽郵送先 〒399-8281（住所記載不要）生涯学習課

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について掲載します。※住所、生年月日、連絡先については公開しません。

③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付します。



生涯学習のイメージキャラクター マナビィ

●講師 西村紘文さん（元高校教諭、信州松本相撲甚句会師範）
●講義 「相撲にかけた青春と大相撲の楽しみ方」（3回講座）
▽第1回 「今、相撲が面白い、相撲の魅力を探る。県内出身力士と郷土とのつながり」
※第2、3回は5～6月開催予定
●申し込み 不要（直接会場にお越しください。）

堀金公民館 学びのつどい・春の筝コンサート

堀金公民館内地域課地域担当

TEL 72・5796 FAX 72・4900

邦楽・筝の魅力を知る機会として、演奏会を行います。

●日時 3月4日（土）午後1時30分～3時（開場 午後1時）
●場所 堀金総合体育館 サブアリーナ

●演奏 石川憲弘さん・横山裕子さん
●参加費 無料
●申し込み 不要



安曇野高橋節郎記念美術館 企画展

TEL 81・3030 FAX 82・0551

加藤恵子 ハワイアンキルト作品展 ～手染め OSANAI に魅せられて～

●日時 3月1日（水）～12日（日）午前9時～午後5時 ※最終日は午後3時まで
●場所 美術館内 南の蔵
●入館料 無料
●休館日 月曜日

田淵行男記念館 友の会写真部会作品展～自然へのまなざし～

TEL 72・9964 FAX 88・2010

会員が撮影した風景や山岳写真の他、講師の小口和利さんの作品と、田淵行男作品も展示します。

●日時 3月7日（火）～12日（日）午前9時～午後5時 ※最終日は午後4時まで
●場所 穂高交流学習センター「みらい」展示ギャラリー
●観覧料 無料
●その他 3月11日（土）午後4時～5時に講師による作品講評会を行います。どなたでも参加できます。

豊科農産物加工交流センター味噌づくり体験教室

TEL 71・2430 FAX 71・2507

豊科農産物加工交流センター管理運営委員会では、味噌加工技術普及のため、安曇野産の大豆とコシヒカリで作った麴を使った味噌づくり体験教室を開催します。

●日時 ①3月13日（月）午後0時30分～4時 ②3月14日（火）午前9時～午後4時 ③3月15日（水）午前9時～11時 ●場所 豊科農産物加工交流センター
●講師 豊科農産物加工交流センター管理運営委員 ●対象 市内在住で3日間続けて参加できる未経験者
●定員 15人（先着順） ●参加費 持ち帰りの味噌10kg当たり約2,500円（20kgまで、最終日に集金）
●持ち物 エプロン・三角きん・マスク・味噌持ち帰り用段ボール箱、作業しやすい服装、昼食（14日のみ）
●申し込み 2月20日（月）・21日（火）・22日（水）の午前9時～正午までに豊科農産物加工交流センターへ電話（TEL 73・9550）で申し込みください。

松本広域連合・生坂村共催
いくさか村・おやきロゲイニング

園政策経営課企画担当

TEL71・2401 FAX71・5155

渡された地図を手に、史跡や名所等の指定されたポイントで写真を撮り、得点を競うスポーツ「ロゲイニング」を開催します。フィニッシュ後はおやきの振る舞い、「やまなみ荘」での入浴ができます。

●日時 3月25日（土） 午前10時30分～午後4時30分

●集合場所 生坂村B＆G海洋センター（生坂村6002-1）

●内容 制限時間3時間、通過証明はデジタルカメラ等による撮影

●定員 200人

●参加費 一般3,500円（一人）、大学生以下1,500円

●送迎バス JR松本駅から無料送迎バスを運行（列車の時刻に合わせて送迎します）。

●申し込み 3月9日（木）までに「スポーツエントリー」<http://www.sportsentry.ne.jp/event/t/67836> から申し込みください。

●その他 大会終了後、交流会を開催します（会費4000円、当日支払い）。また、翌日にはトレイルランニングツアーを開催します（会費1000円、当日支払い）。希望者は併せて申し込みください。

※長野県地域発元気づくり支援金活用事業

●問い合わせ 松本広域連合事務局 福祉・地域課ふるさと担当（TEL87・5461 FAX87・5462）

公共施設予約システムによる文化施設の仮予約開始と各種受付期間の変更

図書館交流課図書館交流担当
TEL81・3111 FAX82・0966

平成29年度から公共施設予約システムで文化施設の仮予約ができるサービスが始まります。

●対象施設
▽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」
▽明科大人と子どもの交流学习施設「ひまわり」

●仮予約受付開始日 4月2日（日）

●利用方法 ▽窓口予約受付開始日の翌日から使用10日前まで仮

予約ができます。▽利用者登録が必要です。3月1日（水）から登録受付を開始します。

各種受付期間の変更

●予約受付期間 表1のとおり

●使用変更・取消受付期間 使用30日前まで（みらい・きぼうのみ）

事前説明会

システムの変更部分を説明します。

●日時 3月1日（水）午前10時～11時

●場所 ①穂高交流学习センター「みらい」グループ研究室②豊科交流学习センター「きぼう」学習室1 ※どちらの会場にお

●表1 予約受付期間

施設	予約受付期間
みらい	多目的交流ホール、展示ギャラリー、交流広場
きぼう	多目的交流ホール
ひまわり	ハーモニーホール、屋外ホール
みらい	グループ研究室
きぼう	学習室1～6
ひまわり	学習室、講義室A・B、実習室、和室

越しいただいても内容は同じです。

明科公民館の催し

明科公民館内地域課地域担当
TEL62・4605 FAX62・5894

明科の魅力再発見講座（第2回）
信州サーモンとニジマスをおいしく食べよう

明科特産の信州サーモンとニジマスを使った料理講座です。

●日時 2月23日（木）午前9時30分～正午

●場所 明科公民館 調理実習室

●講師 瀧澤佳洋さん（株）辰巳開発責任者）

●対象 市内在住・在勤の人

●定員 20人（先着順）

●参加費 1000円（講座受講料200円、材料代800円）

●持ち物 エプロン、三角布

●申し込み 2月20日（月）・21日（火）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）

健康づくり講座 健康体操で心も身体もシェイプアップ

冬の運動不足解消に健康体操教室を開催します。市歌体操を覚えて毎日を健康で暮らしましょう。

●日時 3月14日（火）午後1時30分～3時

●場所 明科公民館 講堂

●講師 横山みゆきさん（健康推

進課・健康運動指導士）

●参加費 無料

●申し込み 不要

穂高公民館 季節の料理教室
家庭で簡単にできるおやきづくり

穂高公民館内地域課地域担当
TEL82・5970 FAX82・3990

地元産の野菜を材料に、ホットプレートやフライパンを使っておやきを作り、調理後は昼食を兼ねて試食します。

●日時 3月8日（水）午前11時～午後1時

●場所 穂高会館 調理実習室

●対象 市内在住、在勤の人

●講師 Vif穂高職員

●参加費 1250円（おやき4個分の材料費含む）

●定員 24人（抽選）

●持ち物 エプロン、三角さんやバンダナ等、タオル、持ち帰りのタッパー

●申し込み 2月20日（月）・21日（火）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）※参加決定者には、後日文書で通知します。



穂高交流学习センター「みらい」の催し

穂高交流学习センター「みらい」
TEL81・3111 FAX82・0966

第2回あづみのジュニアクラシック音楽会

昨年7月に開催した、「第6回あづみの新進音楽家公開オーディション」ジュニアの部で選ばれた6組7人の小・中学生による音楽会を開催します。

●日時 3月18日（土）午後1時30分～3時（予定）

●場所 穂高交流学习センター「みらい」

●対象 一般（3歳以下は入場できません）

●入場料 無料

●申し込み 不要

●休館日 月曜日、祝日の翌日

交流ギャラリー展示のご案内

昨年12月18日（日）に開催した、「音をかたち」に、かたちを音に「ちくちくワークショップとクラシックコンサート」の成果物と当日の様子等を、写真や映像を交えながら展示しています。事前ワークショップ「かたちたち」で作成したのも展示しています。

●展示期間 3月24日（金）まで

烏川溪谷緑地 しいたけ原木コマ打ちと花炭づくり体験

園都市計画課公園緑地係 TEL71・2249 FAX72・3569

烏川溪谷緑地の間伐作業で発生した木材を活用し、「しいたけ原木栽培のコマ打ち体験」と松ぼっくり等の自然素材で簡単にできる「花炭作り」を行います。しいたけの原木（50センチ程度）と花炭は、持ち帰りいただきます。

●日時 3月18日（土）①午前10時～ ②午後2時～

●場所 長野県烏川溪谷緑地 環境管理事務所（水辺エリア）

●参加料 500円

●定員 各回20人

●持ち物 軍手

●申込受付 2月18日（土）から電話、ファクス、Eメールで受け付けます。（受付時間は、午前8時30分～午後5時30分）

●申し込み・問い合わせ 県烏川溪谷緑地 環境管理事務所 TEL FAX0263・73・0203

✉karasu@anc-tv.ne.jp



第11回

みどりの
掲示板

全国都市緑化フェアに合わせて
庭先で春の花を咲かせましょう

平成31年春に、長野県で初めて「全国都市緑化フェア」が開催されることが決定しました。松本平広域公園をメイン会場に、国営アルプスあづみの公園もサブ会場として来訪者を迎えます。

庭先で春の花を咲かせ、美しい花のある景色を創り出すことは、来訪者を迎えるために私たちができることのひとつです。春に咲く花で人気のあるチューリップ。色とりどりの花を咲かせるには、前年の秋に球根を植え付けます。一緒にスマイルを咲かせるとより一層賑やかになります。「虹の花（レインボーフラワー）」と呼ばれるジャーマンアイリスも安曇野ではよく見かけます。5月から6月にかけて、さまざまな色の花を咲かせ鮮やかに春を彩ります。

美しく咲いた花を観ることで、私たちの心も癒されます。日に日に近づく春の訪れを、庭先で感じてみませんか。

3月の図書館イベント

中央図書館映画上映会(入場無料)

『麦の穂をゆらす風』(吹替)

<上映時間:126分>

●日時 10日(金) 開場18:30 上映19:00～

●場所 穂高交流学习センター「みらい」
多目的交流ホール

ドキドキ・ワクワクおはなし会

◇ 中央図書館

おはなしのとびら おはなしのへや

1・8・15・22・29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

18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

10日(金) 11:00～(乳幼児対象)

おはなしたんぼぼ 多目的室

10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

11日(土) 10:30～(乳幼児以上対象)

◇ 堀金図書館

おはなしのへや 絵本コーナー

14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

22日(水) 16:30～

豊科郷土博物館 企画展
安曇野市レッドデータ展Ⅱ
失われゆく植物たちTEL 72・5672 FAX 72・7772
豊科郷土博物館

レッドデータ展の第2弾として植物をテーマにした企画展です。豊かな自然を誇る安曇野市ですが、自然環境は変化し続けています。絶滅危惧種の植物はどんなところに暮らしているのでしょうか。安曇野の植物について、さまざまなテーマで紹介します。

●日時 3月4日(土)～4月9日(日) 午前9時～午後5時

●場所 郷土博物館 2階展示室

●展示内容 ▽絶滅危惧種の植物たちとその生育環境 ▽安曇野にゆかりのある種名がつけられた植物たち ▽受け継がれる植物標本 ▽市内における自然に関わる活動の紹介等

●入館料 大人 100(80)円

(一)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(月曜日が祝日)



の場合は翌日)

企画展関連イベント参加者募集
自然講座1

安曇野の自然の魅力～北アルプス常念山脈とその山麓一帯で出あった植物たち～

●日時 3月4日(土) 午前9時30分～11時

●講師 橋渡勝也さん(市教育長)

●申し込み 2月21日(火)～3月3日(金) までに郷土博物館へ電話で申し込みください。

●自然講座2

生きものたちが歩んできたはるかなる道を探る～植物系統地理という世界～

●日時 3月18日(土) 午前9時30分～11時30分

●講師 東城幸治さん(信州大学理学部)、津田吉晃さん(筑波大学菅平実験センター)

●申し込み 2月21日(火)～3月17日(金) までに博物館へ電話で申し込みください。

【自然講座共通事項】
●場所 郷土博物館 2階学習室
●参加費 無料(入館料が必要です)

●定員 50人(先着順)

早春の野鳥観察会

●日時 3月25日(土) 午前9時

申し込みください。(受付時間は、午前10時～午後6時)

豊科図書館チャレンジ講座
牛乳パックで作る星形皿TEL 71・4022 FAX 73・1801
豊科図書館

和紙を使って牛乳パックを星形のお皿にします。

●日時 2月25日(土) 午前10時～正午

●場所 豊科交流学习センター「きぼう」学習室

●講師 横内恵子さん

●対象 小学生以上・一般

●定員 20人(先着順)

●参加費 無料

●申し込み 2月18日(土) から豊科図書館窓口、または電話で申し込みください。(受付時間

～11時30分

●場所 早春賦の碑～三角島周辺

●講師 丸山隆さん(前信州野鳥の会会長)

●定員 20人(先着順)

●参加費 150円(保険料等)

●申し込み 2月21日(火)～3月22日(水) までに博物館へ電話で申し込みください。

中央図書館
大人のための朗読会TEL 84・0111 FAX 84・0116
中央図書館

小説やエッセイ、詩などさまざまなジャンルから朗読します。

●日時 3月11日(土) 午後1時30分～3時

●場所 穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

●朗読 中央図書館朗読協力者の皆さん

●対象 一般(中学生以上)

●定員 100人

●申し込み 不要(直接会場にお越しください)

は、午前10時～午後6時)

明科図書館
やよい3月おはなし会TEL 62・1122 FAX 62・1124
明科図書館

絵本や紙芝居、手あそびで楽しいひと時を過ごしましょう。大人も子ども楽しめる内容です。

●日時 3月11日(土) 午前11時～正午

●場所 明科子どもと大人の交流学习施設「ひまわり」2階ハーマニールホール

●対象 乳幼児、小学生以上(乳幼児は保護者同伴)

●定員 60人(先着順)

●参加費 無料

●申し込み 不要(直接会場にお越しください)

再発見! 安曇野の文化 その59

文化課文化財保護係
TEL 71・2464 FAX 71・2338

文化財を守れ! 防火訓練の様子

1月26日は、文化財防火デーです。市内では、この日の前後に2件の国指定重要文化財「松尾寺本堂」「曽根原家住宅」をはじめとした文化財の防火訓練が行われました。

松尾寺での訓練は、1月24日に、松尾寺の住職と家族、檀家の皆さんが集まり、消防署の指導の下で行われました。文化財本体である本堂から出火した仮定のもと、「火事だ! 火事だ!」と大きな声で周囲に知らせ、実際に119番へ通報しました。そして火元に見立てた目印へ消火器から消火剤を噴き付け、初期消火の流れをしっかりと確認しました。

しかし、火事になったとき訓練の参加者が集まれるとは限りません。市にはこの他にもたくさん文化財があります。ふるさとの文化財を守るために、常日頃から市民の皆さんの心配りと協力をお願いします。



消防署員の説明を聞く参加者

おすすめの1冊

命をつなげ! ドクターヘリ

岩貞 るみこ/作

紹介する人 ゆいきさん
百瀬 唯希さん
(堀金小2年)

僕が紹介するのは、ドクターヘリでの救助の様子を書いた「命をつなげ! ドクターヘリ」です。

ドクターヘリは、ケガや病気の患者を迎えに行き、病院まで運びます。でも、ドクターヘリ1台だけでは患者を助けることができません。救急隊や消防隊、ドクターヘリの中の機長、整備士、運行管理などいろいろな人の力があって助けることができます。

ドクターヘリに乗っている人たちは、お昼ご飯を食べている時間が全然ないところが大変だと思いました。また、ドクターヘリは狭いところでも着陸出来るように、小さく作られていて、ヘリの中が必要な機械で埋め尽くされているところが大変だと思いました。

ぜひこの本を読んでケガをするとかくさんの人たちが、その人を助けるために頑張っていることを知って欲しいです。



古代の安曇野に触れる

1/22 豊科郷土博物館こたつ講座

こたつで語らうように気軽に地域の歴史や文化などについて学ぶ、豊科郷土博物館のこたつ講座（全6回）が1月22日、同館で開催されました。この日は、市民など約60人が聴講。伝説「八面大王」の紙人形劇を鑑賞した後、関わりがあるとされる穂高有明の魏石鬼窟、耳塚両古墳について、百瀬新治館長が、史実や発掘調査の状況、他の遺跡との関わりなどを交え話しました。百瀬さんは「古墳の謎解きも含め、伝説を楽しみ、後世に伝えていきませんか」と参加者に呼び掛けていました。



家族で楽しく体を動かす

1/22 ファミリースポーツレストラン

誰でも気軽に軽スポーツを楽しむことができる「第11回ファミリースポーツレストラン」（スポネット常念主催）が1月22日、堀金総合体育館で行われました。当日は23チーム55人が参加。囲碁ボールや輪投げなどさまざまなメニューを家族で一緒に楽しみました。

初めて参加した牧野新太くん（堀金烏川）は「ボウリングでうまく倒せたのが楽しかった。来年も参加したいです」と話してくれました。

地元食材を使い 世代を超えた交流

1/20 農業女子会 in 安曇野

安曇野の農業に関わる女性たちが、地元の農産物を使用した料理を作りながら交流する「第12回安曇野の農業とともに生きる女性たちの交流会～農業女子会 in 安曇野～」(農村生活マイスター協会安曇野支部主催)が1月20日、堀金公民館で開催されました。

当日は、初めて南安曇農業高校の生徒も参加し、会員が作った干し柿を素材にした料理や生徒が考案した安曇野りんごのスイーツなどを協力して調理しました。完成後は、料理を囲みながら調理のコツや活動内容について意見交換し、世代を超えた交流を楽しみました。

参加した南安曇農業高校2年の藤森ひかるさんは「調理方法のアドバイスやメニューのアイデアをもらい参考になりました。今後の活動に生かしていきたいです」と話しました。



街ににぎわい 各地で恒例のあめ市

1/22 明科「あめ市」・2/5「穂高あめ市」

恒例のあめ市が市内各地で行われました。

このうち明科地域では、「あめ市」（明科区など主催）が1月21日と22日の両日、明科駅前公園で行われ、福だるまなどが販売されました。22日には餅つきや、上押野区の獅子舞も奉納され、奉納後は、一年の無病息災を願い、訪れた皆さんの頭を獅子が噛んで回る姿も見られました。

また、穂高地域では、「穂高あめ市」(穂高地区活性化総合プロジェクト主催)が2月5日、穂高神社北神苑を主会場に開催されました。会場では、ふるまい餅や福あめ投げなどの催しのほか、地元の若者たちによる「健壯団」が神輿を担ぎ、商売繁盛などを願い、穂高地域の等々力町区、穂高町区の区内を練り歩きました。



大きな声で「鬼は外、福は内」

2/3 西穂高保育園・豆まき

1年の無病息災を祈る豆まきが節分の2月3日、西穂高保育園で行われ、214人の園児たちの元気な掛け声が響きました。

園児たちは、遊戯室に集まり園長先生から節分にちなんだ話を聞いたり、ダンスをしたりした後、クラスに戻り各自の升に炒った豆を分けて鬼退治の準備をしました。年長組のテラスから鬼が現れると、大きな声で「鬼は外、福は内」と言いながら豆を鬼に投げつけ、鬼が帰っていくと喜びや安堵の声が上がりました。田中樹生くんは「鬼は怖かったけれど、やっつけることができて良かったです」と話してくれました。



地域の芸術・歴史に触れる

1/26 あづみの学校ミュージアム

美術館・博物館が所蔵する作品や資料を持ち寄り、小中学校に展示する「あづみの学校ミュージアム」（市美術館博物館連携事業実行委員会主催）が市内2校で行われました。1月26日に市内8施設の学芸員らが訪れた豊科北中学校では、生徒たちが学芸員から作品の解説を聞き、地域の歴史や芸術に触れていました。

宮下桂太朗くん（豊科北中3年）は、美術館や博物館に行く機会がなかったことに触れ、「作品に触れる良い機会でした。大胆な作品が印象に残りました」と話しました。

募集

花でまちに潤いを

アルプス花街道参加者

アルプス花街道実行委員会では、安曇野を訪れる皆さんを気持ちよくお迎えするため、市内の道路脇にマリーゴールドの植栽を行っています。4月から植栽や管理を行うボランティアを募集します。

- 期 間 4月～11月（予定）
- 場 所 市内の県道・市道沿線
- 対 象 個人または職場や地域で活動する団体
- 内 容
 - ▷マリーゴールドの植栽・管理（水やり等）
 - ▷植栽場所周辺の草刈り・清掃
- その他
 - ▷ボランティア保険に加入します。
 - ▷県道部分は、県のアダプトシステム（県道の里親制度）により活動します。

●申し込み

2月15日（水）から3月29日（水）の間に申込書を実行委員会事務局（市役所2階・豊科地域課）へ提出ください。申込書は市ホームページまたは、各支所地域課で入手できます。

問い合わせ

アルプス花街道実行委員会事務局
（豊科地域課内）
TEL71・2000（代） FAX72・8340



火 災 予 防

3月1日（水）～7日（火）
春の火災予防運動

春の火災予防運動が実施されます。

この時期は、空気が乾燥し、火災が起こりやすく、暖房器具等の火気を多く使う時期です。「つい」「うっかり」による火災を起こさないよう注意しましょう。

統一標語

「消しましょう その火その時 その場所で」

住宅用火災警報器の設置と点検

住宅用火災警報器を設置してあったおかげで「火災にならなかった」「小火で済んだ」といった事例が多数報告されています。

住宅用火災警報器の電池の寿命は約10年です。初期に取り付けたものは、10年が経過します。既に設置されている場合は、この機会に電池の交換や、機器の更新の必要がないか確認してください。詳しくは最寄りの消防署に問い合わせください。



住宅用火災警報器

問い合わせ

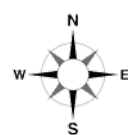
豊科消防署 TEL72・3145 穂高消防署 TEL82・3262
梓川消防署 TEL78・2090 明科消防署 TEL62・2992

お詫び

防災マップ内容の訂正

昨年2月に全戸へ配布しました【正】「市防災マップ」の方位記号に誤りがありました。お詫びして訂正致します。訂正後の防災マップは市ホームページに掲載しています。

図危機管理課危機管理担当
TEL71・2119 FAX72・6739



家族や地域を守る

消防団員募集



4月入団の 市消防団員募集

市消防団員を募集します。消防団員は、仕事を持ちながらボランティアとして活動しています。あなたも消防団活動に参加してみませんか。

●入団資格

市内に居住または勤務している18歳以上の健康な人（性別は問いません）。

●待遇

非常勤特別職公務員となり、公務災害補償、制服等貸与のほか、活動に応じ手当・退職報奨金の支給制度などがあります。

●主な活動内容

原則、入団者本人の居住地・勤務場所を管轄する分団に所属し、次の活動を行います。

- ・火災、風水害時の出動
- ・火災予防啓発、警戒活動
- ・各種訓練、行事

※その他、女性消防隊、音楽喇叭隊があります。女性団員は本部に所属し、主に予防啓発活動などを行います。

●問い合わせ・入団申し込み

活動内容の詳細や、所属先の分

団が不明な場合などは危機管理課へ問い合わせください。

地域貢献活動として 消防団サポートプロジェクト 登録店募集

地域の安全安心のために活動する消防団員を応援する「消防団サポートプロジェクト」サポート店を募集しています。

登録すると表示証が交付され、店舗に表示することができ、事業所の地域貢献活動の一つとして活用できます。申請書は、危機管理課または市ホームページから入手できます。

図危機管理課消防防災係
TEL72・6769 FAX72・6739



消防団サポート店登録表示証

● **対象者** 市内に住所を有するか通勤、通学する人。または市内で事業等を行う個人や法人。

● **閲覧方法** 情報統計課および各支所地域課、市民活動センター内「くるりん広場」、または市ホームページで閲覧できます。

● **応募方法** 任意の用紙に意見、提言事項を記載し、個人の場合は、住所（または勤務先、学校名）・氏名・電話番号を、法人の場合は、法人名・代表者名・所在地・電話番号を明記の上、郵送・持参・ファクス・電子メールのいずれかの方法で提出してください。

※必要事項の記載がない場合や、電話、口頭による受付はできません。

平成30年度からの新総合計画を踏まえ、新計画を策定するため、市の情報化の指針となる情報化計画のこれまでの検証・基本方針の改訂案について意見を募集します。

**情報化計画(案)へ意見を
お寄せください**
 情報統計課情報政策係
 (TEL71・2468 FAX71・2336)
 ☐johouseisaku@city.azumino.nagano.jp

● **応募結果の公表** お寄せいただいた意見等の応募結果は、内容を取りまとめ、市の考え方と共に公表します（提出者に関する情報は除く）。個々の意見に対して直接の回答はしません。

● **募集期間** 閲覧期間 2月15日（水）～3月16日（木）（必着）

● **応募先** 〒399・8281（住所記載不要）情報統計課情報政策係

● **地域包括支援センター運営協議会委員**
 介護保険課介護予防担当
 (TEL72・6986 FAX71・2503)
 ☐hokatsushien@city.azumino.nagano.jp

「市地域包括支援センター」が円滑・適正に運営されるよう協議する「市地域包括支援センター運営協議会」の委員を募集します。

● **定員** 若干名

● **対象** 市に住所を有する40歳以上の介護保険被保険者で、平日に開催される会議に出席可能な人。ただし、次に掲げる人を除きます。

①国および地方公共団体の議会の議員②常勤の国家公務員および地方公務員③市の附属機関等の公募による委員④市税の滞納

◆ **お詫びと訂正** ◆
 ○広報あづみの1月25日発行号(243号)10ページ「市民と市の協働プロジェクト」桜の名所・光城山で60本の苗木を植樹」
 【誤】光城山(豊科田沢)
 【正】光城山(豊科光)
 お詫びして訂正いたします。

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

故人のやさかな旅立ちを 組合員・地域の皆様へ
 精一杯の真心でお手伝いいたします。
 JAは地域の一人として地域の皆様のお役に立ちたいと考えています。
 通夜・葬儀・告別式・忌中払い・ご法要のすべてをおまかせください。

JA虹のホールとよしな JAあづみ **有明ホール**
 安曇野市豊科886 TEL.0263-73-6845 安曇野市穂高有明1723-1 TEL.0263-83-8345

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

0120-721-047 安心の年中無休 24時間受付!
 もしものときに大きな安心 セレモニー会員受付中!! **事前相談 随時受付中**

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
 地域の話題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

信毎毎日新聞の
 アスリートキャラクター
 はーのちゃん

購読のお申し込みは
 フリーダイヤル 0120-81-4341
 はやい よみよい 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）(TEL36・2111)まで

● 募集児童（各年齢若干名の募集）

募集児童	保育施設等
0歳児	あづみ野おとぎ、ニチイキッズ安曇野
2歳児	たつみ、細萱、有明の森、明科北、あづみ野おとぎ、ニチイキッズ安曇野
3歳児	上川手、細萱、有明の森、三郷西部、三郷南部、三郷東部、堀金、明科南、明科北、花園、穂高幼稚園
4歳児	アルプス・穂高認定こども園以外の施設
5歳児	穂高認定こども園以外の施設

● **対象** 3歳児未満の児童は、保

4月以降に保育施設等の利用を希望する児童の追加募集を行います。なお、4月から花園認定子ども園（豊科地域）が認定を受けて開園します。詳細は花園共同保育園（TEL72・4645）に問い合わせください。

保育施設等利用の追加募集
 園子ども支援課保育担当
 (TEL71・2256 FAX72・2065)



● **申し込み** 申込書と必要書類を子ども支援課（1階16番窓口）へ提出ください。申込書は子ども支援課で入手できます。申し込み多数の場合は保育の必要性の高い人を優先します。また、3歳以上の児童で、保護者が家庭内で保育できる場合は抽選を行います。

● **提出期間** 2月27日（月）～3月3日（金）（受付時間は、午前8時30分～午後5時15分）

● **平成29年度市小規模土木工事受注希望事業者**
 園建設課維持担当
 (TEL71・2425 FAX72・3569)

平成29年度の小規模土木工事受注希望事業者（工事費130万円未満）を募集します。

● **対象** 次の要件を全て満たす事業者

①契約を締結する能力を有する者および破産者でない者

● **任期** 4月1日から2年間

● **応募方法** 申込書に必要事項を記入し、小論文を添えて郵送・持参・電子メールのいずれかで応募してください。申込書は介護保険課予防担当（1階11番窓口）、各支所地域課地域担当（福祉）窓口、市ホームページから入手できます。

● **小論文** 「これからの高齢者福祉と介護予防について」をテーマに800字程度にまとめてください。

● **選考方法** 選考委員会で、申込書と小論文により書類選考を行います。結果は3月末までに、応募者全員に通知します。

● **応募期間** 3月3日（金）まで※当日消印有効

● **応募先** 〒399・8281（住所記載不要）介護保険課介護予防担当

● **申請方法** 平成29年度市小規模土木工事登録制度要領に基づき建設課維持担当2階13番窓口へ申請してください。同要領は、市ホームページから入手するか建設課維持担当に問い合わせください。

● **受付期間** 2月20日（月）～3月6日（月）午前9時～午後5時（土・日を除く）

● **選考結果** 3月末までに、郵送により通知します。

● **登録有効期間** 4月1日～平成34年3月31日までの5年間

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

2016年12月31日をもって閉店致しました。
 長らくご愛顧頂きましてありがとうございました。

菓子司
今笹屋菓子店
 安曇野市穂高北穂高2264-1 TEL・FAX 0263-82-2528

相続 贈与 遺言 **無料相談会開催!!**
 ※ご希望の方はお電話にてご予約下さい。

確定申告が始まりました
 土地等の譲渡・贈与・決算等
 お気軽にご相談下さい。

2月25日(土) 13:00~20:00
 3月17日(金) 13:00~17:00
 4月17日(月) 13:00~20:00

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 http://www.sasakikaiei.co.jp

◎関東信越税理士会 松本支部所属
 税理士・行政書士：佐々木 一夫 税理士・FP：戸澤 康志 税理士：戸澤 綾子

証明書コンビニ交付サービスを利用しましょう

図市民課市民担当 Ⅷ71・2489 Ⅷ71・2503

例年、3月下旬から4月上旬にかけては、転入・転出の届け出等による窓口の混雑が見込まれます。利用者証明用電子証明書を搭載したマイナンバーカードをお持ちの人は、日本全国のコンビニエンスストアで住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍謄抄本・戸籍附票の写し（戸籍証明書は本籍が安曇野市の人のみ）の交付が受けられますので、証明書コンビニ交付サービスを利用ください。

●マイナンバーカードの交付申請

マイナンバーカードの交付申請書は、平成27年11月から12月にかけて簡易書留で送付された白色の封筒に同封されています。郵送・インターネット・窓口のいずれでも交付申請ができます。交付申請書が見つからない場合は、市民課または各支所地域課まで問い合わせください。なお、申請から受け取りまで1カ月程度掛かります。

●証明書自動交付機の運用を終了します

証明書自動交付機は、9月30日に運用終了となります。今後はマイナンバーカードによる証明書コンビニ交付サービスを利用ください。



4月からの変更点
堀金地域の「ガラス・陶器類・灰・新聞折り込み等で各家庭に配布します。配布日以降であれば、廃棄物対策課（2階6番窓口）および各支所で入手できます。

●**配布日** 3月1日（水）以降（新聞折り込み、ポスティングで配布）※豊科地域は今年度から配布方法が変更になります。

平成29年度ごみ・資源物収集カレンダーの配布と収集日変更
図廃棄物対策課廃棄物対策担当
Ⅷ71・2490 Ⅷ72・3176

お知らせ

蛍光管・電池類の収集日が毎月第4水曜日に変更になります。

リサイクル自転車の販売
図廃棄物対策課廃棄物対策担当
Ⅷ71・2490 Ⅷ72・3176

自転車整備士が修理再生した再利用自転車、抽選により販売します。

●**日時** 3月4日（土）
▽受付 午前9時～10時
▽抽選販売 午前10時～

●**場所** 堀金多目的屋内運動場（常念ドーム）

●**費用** 自転車代金500円～4500円、防犯登録料500円、TSマーク料金（賠償責任保険付）1000円の合計額

●**申し込み** 不要

●**注意事項** 自転車は新品ではありません。購入する際は車両をよく確認してください。購入後の返品はできません。

人権擁護委員の交代
図人権男女共同参画課人権男女共生担当
Ⅷ71・2406 Ⅷ71・5155

中村道子委員の任期満了に伴い、平成29年1月から松尾きく江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等を行っています。

●**問い合わせ** 法務局松本支局
Ⅷ32・2571 Ⅷ32・2572
または人権男女共同参画課

自衛官の募集

防衛省では下記日程で各募集種目の受付および採用試験を行います。

募集種目	応募資格	受付期間	試験日
幹部候補生（男女）	一般	3月1日（水）～5月5日（金）	●1次試験 5月13日（土）・14日（日） ●2次試験 6月13日（火）～16日（金） ●3次試験（海・空のみ） 【海】7月10日（月）～14日（金） 【空】7月15日（土）～8月3日（木）
	歯科・薬剤		
医科・歯科幹部	専門の大卒（見込含む）20歳以上30歳（薬剤は28歳）未満の者	4月21日（金）まで	5月12日（金）

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」 Ⅷ36・2787

農業



青色申告を始めましょう

図農政課農業政策係
Ⅷ71・2427 Ⅷ71・2507

政府の農林水産業・地域の活力創造本部において、収入保険制度（任意保険）の導入が決定されました。青色申告を行い、加入の準備を始めましょう。

●**対象** 青色申告を行っている農業者（個人・法人）※原則5年以上の青色申告実績がある人。ただし、新規就農者等でも、青色申告（簡易な方式を含む）の実績が1年分あれば加入可能です。

●**内容** 品目の枠にとられず、自然災害による収量減少だけでなく、価格低下なども含めた収入減少を補てんします。

▽当年の収入が基準収入の9割（5年以上の青色申告実績がある場合）を下回った場合に、下回った額の9割（支払率）を補てん。▽農業者は、保険料・積立金を支払って加入（任意）。

※新たに青色申告を始めるために

は、個人の場合、3月15日（水）までに、最寄りの税務署に「青色申告承認申請書」を提出ください。

●**問い合わせ** 関東農政局長野県拠点
Ⅷ026・233・2500

果樹共済に加入しましょう

図農政課生産振興担当
Ⅷ71・2428 Ⅷ71・2507

近年、凍霜害や台風被害をはじめ、深刻な自然災害が頻発しています。いつ起こるかかわらない大災害に備えて、果樹共済に加入しましょう。市では、平成29年度の加入者に対し、農家負担掛金等の3分の1を助成する予定です。詳細は問い合わせください。

●**加入申込期限** Ⅷりんご・梨・もも 2月28日（火）▽ぶどう 3月30日（木）まで

●**問い合わせ** N O S A I 中信安曇野支所
Ⅷ72・5192

説明会

松くい虫被害対策講演会

図耕地林務課林務担当
Ⅷ71・2432 Ⅷ71・2507

市内で拡大する松くい虫被害

は、個人の庭木にも及んでいます。メカニズムや防除方法等について理解を深めるため専門家を招き、講演会を開催します。

●**日時** 2月28日（火）午後7時～9時

●**場所** 市役所4階 大会議室

●**講師** 秋庭満輝さん（国立研究開発法人森林総合研究所 森林病理研究室 主任研究員）

●**参加費** 無料

●**申し込み** 不要

合同企業説明会in松本

図ハローワーク松本
Ⅷ31・8600

平成30年3月に大学・短大・専修学校等卒業見込みの学生を対象に「合同企業説明会」を開催します。事業所の人事担当者と直接話ができます。

●**日時** 3月14日（火）午後1時～4時（受付 午後0時30分）

●**場所** 松本東急R E I ホテル（松本市深志1・3・21／Ⅷ36・0109）

●**参加予定企業** 70社（予定）

●**申し込み** 不要

●**費用** 無料

測定結果

1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。

図環境課環境保全担当 Ⅷ71・2491 Ⅷ72・3176

測定地点	（マイクロシーベルト／時間）				
	1/4（水）	1/10（火）	1/16（月）	1/23（月）	1/30（月）
本庁舎（豊科）	0.09	0.07	0.06	0.09	0.07

2月の納期

- 市県民税（随時）
- 固定資産税（4期）
- 国民健康保険税（8期）
- 後期高齢者医療保険料（11期）
- 介護保険料（11期）
- 水道料金（穂高・三郷地域）
- 下水道料金（豊科・堀金・明科地域）

=納期限は**2月28日（火）**=

3月は自殺対策強化月間

 健康推進課健康支援担当 TEL81・0711 FAX81・0703

3月は自殺対策強化月間です。悩みを抱えた人の中には、人に相談できず、追い込まれてしまうことがあります。そんな人たちが「自殺」の道を選んでしまわないよう、身近な人の悩みに気づき、耳を傾けましょう。悩みを抱えている人は一人で苦しまず、身近な人や専門機関に相談しましょう。

くらしと健康の相談会

失業・倒産・家庭問題等について、弁護士による法律相談と、保健福祉事務所保健師による心の健康を含む健康相談を行います。

- 日時 3月1日・8日・15日・22日・29日（各水曜日）①午前10時～正午 ②午後1時～3時
- 場所 松本保健福祉事務所相談室（松本市大字島立1020松本合同庁舎内） ●参加費 無料
- 申し込み 事前申し込みが必要です。希望相談日の2日前までに電話で申し込みください。
- 申し込み・問い合わせ 松本保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第一係（TEL40・1938）

司法書士と精神保健福祉士によるこころ・いのちと法律の無料電話相談会

その悩み、一人で抱え込まずに専門家に相談しましょう。

- 日時 3月4日（土）午前10時～午後4時 ●費用 相談料無料 ●その他 秘密は厳守します。
- 専用電話番号 0120・448・788（フリーダイヤル）※当日のみの専用（臨時）の番号です。
- 問い合わせ 長野県司法書士会（長野市妻科399） URL <http://www.na-shiho.or.jp/>（TEL026・232・7492 FAX026・232・6699）
- 長野県精神保健福祉士協会（TEL72・8400 FAX72・9351）

松本あすなろの会（中信地域自死遺族交流会）

大切な人を突然失ったという、つらく苦しい気持ちを語り合い、支え合っていける場です。同じような体験をもつ仲間の中で、安心して気持ちを開くことによって、心が癒されていきます。

- 日時 3月25日（土）午後1時30分～3時30分 ●場所 申込時にお伝えします
- 対象 家族を自死で亡くされた人（親・配偶者・兄弟・子ども）※対象者以外の参加はできません
- 費用 100円（お茶代） ●その他 秘密は守られます。
- 申し込み・問い合わせ 松本保健福祉事務所健康づくり支援課保健師（TEL40・1938）

寄付・寄贈のお礼（7/13～9/23）【敬称略】

▷株式会社エイワ 470,000円 保育園の図書購入費として▷社団法人日本禁煙友愛会 豊科支部 ノート・画用紙・鉛筆セット各248組 豊科地域の小学4年生へ▷商工会明科支部青年部 部長 堀内秀一郎 絵本28冊 明科南保育園・明科北保育園へ各14冊▷株式会社テヅカ 代表取締役 手塚寿美子 CD1枚・英語の絵本3冊（CD：Wee Sing 絵本：Where's Spot?/Dear Zoo/Picture Dictionary（CD付））各10組 市内小学校10校へ▷株式会社ノジマ 代表取締役社長 野島廣司 ①ハイパワーアルカリ電池（単3・40本入、単4・40本入り）各1個②4K液晶モニタ43インチ1個③コンベクションオープン2箱④IHクッキングヒーター8個⑤500mlミネラルウォーター（24本入）7箱⑥ダンスステーション1個⑦洗濯機2個 安曇野市へ▷一般社団法人Earth Color Project 代表理事 塩野梨紗 ①『海の中のぞいた』10冊②『世界で一番美しい海の生き物図鑑』7冊③『The Shark』『アシカ日和』『SEVEN SEAS』『WAO!』各17冊 安曇野市内小学校10校、中学校7校へ

お知らせ

市議会3月定例会会期日程

市議会3月定例会を次のとおり予定しています。本会議や委員会等はどなたも傍聴できます。議会ホームページでは、本会議のライブ中継を行っていますので、ご覧ください。

- 時間 午前10時～
- 場所 市役所3階 議場
- 会期 2月17日（金）～3月17日（金）（予定）
- 詳細は問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

雪道の運転にご注意ください

雪道状態の道路は非常に滑りやすく、冬用タイヤでも安心できません。降雪（凍結）日は、普段よりも早めに行動し、余裕を持った運転を心掛けましょう。

- 時間 午前10時～
- 場所 市役所3階 議場
- 会期 2月17日（金）～3月17日（金）（予定）
- 詳細は問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

申請

第10回特別弔慰金

戦没者等の死亡時の遺族で、要件に該当する人に、特別弔慰金（記名国債）が支給されます。請求期間は平成30年4月2日までです。早目の申請をお願いします。

- 対象者 戦没者等の死亡当時の遺族で、平成27年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける人（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の順番による先順位の遺族一人に支給。
- （1）平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
- （2）戦没者等の子
- （3）戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹 ※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

- （4）上記（1）～（3）以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等） ※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人に限ります。
- 支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債
- 請求期間 平成27年4月1日～平成30年4月2日
- 請求窓口 長寿社会課福祉政策担当（1階13番窓口）※請求者の住所地を管轄する市区町村が受付窓口となります。先順位の遺族が市外にお住いの場合は、該当者の住所地の市区町村に問い合わせください。

各種検診の申し込み

成人検診の申し込みを受け付けます。2月下旬に各家庭にはがきを発送します。申請者には、後日、受診券と検診票等を送付します。

- 申し込み はがきに必要事項を記入の上、3月17日（金）までに郵送または、穂高健康支援センターに提出してください。
- ※骨・歯科健診、肺がんCT検診、乳房超音波検診、若年者健診については、後日、電話で申し込み

みを受け付けます。

- その他 成人検診・母子保健事業の日程等の詳細は、3月上旬に発行する「平成29年度健診こよみ」で確認ください。



※はがきを開くと3面になり、その中央が調査票となります。対象が5人以上の場合、はがきが複数枚になります。

市制度資金等の融資を受けた事業主の皆さんへ

平成27年度中に、市制度資金（借換を除く）または、市経由で県制度資金の融資を受けた場合、融資実行から1年間の利子につき、一定の要件により利子補給（最大1％）を行います。対象者には、申請書類を2月上旬までにお送りしています。

- 申込期限 3月10日（金）必着 ※申込期限以降は受け付けできませんので、ご注意ください。

相談

専門家に相談して問題解決！

図地域づくり課市民相談室 図71・2496 図72・3176

簡易裁判所～民事トラブルを簡易迅速に解決～

簡易裁判所の簡易迅速な解決につながる4つの手続を紹介します。

①**通常訴訟手続** 原則として140万円までの請求について、判決による終局的な解決を図る手続です。

②**少額訴訟手続** 60万円までの金銭の請求に限り、原則として1回の審理で終了する訴訟手続です。

③**民事調停手続** 裁判官と民間から選ばれた2人以上の民事調停委員とで構成される調停委員会が、当事者双方の言い分を聴き、話し合いによる解決を図る手続です。

④**支払督促手続** 金銭等の支払を求める請求について、裁判所へ出頭することなく、書類の審査のみで、迅速に解決を図る手続です。

簡易裁判所の民事の手続についてもっと詳しく知りたい人は、裁判所ウェブサイトの「裁判手続の案内」ページの「簡易裁判所の民事事件Q&A」をご覧ください。

URL http://www.courts.go.jp/saiban/qa_kansai/index.html

●**問い合わせ** 長野地方裁判所事務局総務課庶務係 図026・403・2008

投資被害110番 無料電話相談

県弁護士会では、県内で多発している投資からむ消費者被害について、無料電話相談を行います。被害の対象は、株式・社債・生命保険・

先物取引等、どのような案件でも構いません。

●**日時** 2月24日（金）午前10時～午後5時

▷相談専用ダイヤル 図026・217・8477

●**問い合わせ** 上條 剛弁護士 図34・4466

県弁護士会 図026・232・2104

司法書士による相続登記無料相談月間

県司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記に関する無料相談を行います。

●**日時** 2月1日（水）～28日（火）午前9時～午後4時（土・日・祝日を除く）

●**場所** 県内各司法書士事務所

●**予約** 相談する事務所に問い合わせください。

●**問い合わせ** 県司法書士会 図026・232・7492

司法書士による登記・法律無料相談

土地や建物の相続登記や、会社・法人などの設立登記、裁判所への提出書類の作成など、司法書士が関連する相談に応じます。

●**日時** 3月15日（水）①午前9時～正午

②午後1時～4時

●**場所** 市役所2階 相談室211

●**定員** 12人（先着順）

●**申し込み** 3月8日（水）

から市民相談室に電話で

申し込みください。（受付

時間は午前9時～午後5時）



各種情報コーナー

図＝日時 図＝場所 図＝定員 図＝対象者 図＝費用 図＝持ち物

図＝申し込み 図＝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
茶のみ友だちよっといで!! ～じじばばが子どもたちに 伝えたいこと～	子どもたちに伝えたいことを テーマに、一緒にお茶を飲み ながらおしゃべりしませんか ?五十嵐千恵さんによる笑い ヨガもあります。	図：3月23日（木） 午後1時30分～3時30分 図：ささえあいセンタ ーにじ	図：どなたでも 図：200円	図：不要 図：茶のみ友だち よっといで!!中横さん 図090・7266・7196
第92回ナイスハートバザ ールin松本 ～障がい者施設等の製品展 示販売会～	中信地区の障がい者福祉施設 作業所の製品を一堂に集めた 展示販売会にお出掛けくだ さい。	図：①2月25日（土） 午前10時～午後5時②2月26日（日） 午前10時～午後4時 図：アイシティ21 イベント広場	図：なし	図：松本圏域障害者総合 相談支援センターあるぷ 図31・5844 図82・8864

税の申告

市県民税・所得税の申告は 3月15日（水）まで

市県民税に関する問い合わせ
図税務課市民税担当
（図71・3111 図72・2065）
所得税に関する問い合わせ
図松本税務署（自動音声案内）
（図32・2790）

昨年の申告状況をもとに市県民税の申告書を1月に発送しました。申告書が届いていない場合や平成28年中に収入がない場合も、次に該当する人は市県民税の申告をお願いします。市県民税の申告書は税務課（1階 図17番窓口）、各支所地域課窓口または市ホームページから入手できます。

●**申告が必要な人** ▽国民健康保険加入者およびその世帯主▽後期高齢者医療保険加入者およびその世帯員▽介護保険加入者およびその世帯員▽市外に住んでいる親族の扶養になっている人▽収入がない、または非課税収入のみで、税法上の扶養になっていない人▽所得証明書などが必要な人▽所得要件のある各種制度の申請をする人

所得税の確定申告をする 皆さんへ

自宅で申告書の作成ができます
3月15日（水）までの確定申告期間中、確定申告会場は大変混雑します。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すると、自宅で確定申告書の作成ができ、郵送等で提出できますので利用ください。

公的年金等を受給されている 皆さんへ

確定申告不要制度のお知らせ
公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には所得税の確定申告は必要ありません。

※所得税の確定申告が必要ない場合でも、市県民税の申告が必要な場合があります。

※所得税の還付を受ける場合や確定申告書の提出が要件となっている控除（例えば、純損失や雑損失の繰越控除等）の適用を受ける場合には、確定申告書の提出が必要となります。

※また、平成27年分以後は、外国

の制度に基づき国外において支払われる年金等源泉徴収の対象とならない公的年金等を受給されている人は、この制度は適用されません。

青色相談コーナーを開設

青色申告会の協力により「青色相談コーナー」を開設します。青色申告の特典や青色申告会等を説明しますので、利用ください。

●豊科会場

▽日程 3月1日（水）；3日（金）；6日（月）

▽場所 市役所1階 図17番窓口

●穂高会場

▽日程 3月2日（木）

▽場所 穂高支所別館2階 大会議室

【青色相談共通事項】

▽時間 ①午前9時30分～正午
②午後1時～3時30分



市県民税・所得税の申告相談会

申告相談会は豊科・穂高の2会場のみです。
右表のとおり申告相談会を開催しますので、都合の良い日に会場へお越しください。

●**開場時間** 午前8時15分
●**受付時間** ▷午前の部 午前8時30分～11時
▷午後の部 午後1時～4時
図税務課市民税担当（図71・3111 図72・2065）

●申告相談会の日程・会場

日程	会場	市役所 1階 17番窓口	穂高支所別館 2階大会議室
2月	16日（木） ～17日（金）	開催日	開催日
	20日（月） ～24日（金）	開催日	開催日
	26日（日） 27日（月） ～28日（火）	<休日相談会>	—
	1日（水） ～3日（金）	開催日	開催日
	6日（月） ～10日（金）	開催日	開催日
3月	13日（月） ～15日（水）	開催日	開催日

子育て中の 皆さんへ

ベビーマッサージで脳の成長を促しましょう



生後3カ月頃は赤ちゃんの脳が一生で一番成長する時期ともいわれています。日頃から声を掛けながらベビーマッサージで赤ちゃんに触れ合って、コミュニケーションをとりましょう。

☎健康推進課健康支援担当 ☎81・0711 ☎81・0703

育児教室は健診こよみで確認
生後2カ月～3カ月の赤ちゃんを対象に、育児教室を行っています。育児のお話やベビーマッサージも行います。
教室の日程等は、3月に配布する健診こよみをご覧ください。また、教室の対象の時期になりましたら、個別に通知します。ぜひ、お出かけください。

声掛けをしながら楽しくマッサーしましょう
赤ちゃんは生後3カ月頃になると、脳（視床下部）が働き始め、生活リズムをコントロールできるようになります。朝は自分の力で目覚め、夜はまとめて眠ることができるようになります。
この時期にたくさん赤ちゃんに触れ合ったり、声掛けをしたりすることは脳（視床下部）の発達にとっても重要です。ベビーマッサージで赤ちゃんに触れ合ってみましょう。
ベビーマッサージを行うときは楽しいことが始まるという雰囲気を作り、寒い時期には部屋とマッサーする人の手を十分に温めて行ってください。

●ベビーマッサージの例

① 肩から手先、肩から足先を大きなストロークでマッサージ。

② 両太ももの付け根から足先に向けて左右同時に包み込むようにシュウ。

③ 足を伸ばして片足ずつかかとを手で支えて、外側、内側を順番にシュウ。

④ 親指と人差し指で足の指を挟んでポンと抜きます。

⑤ 足を両手で温めてシュウ。（③～⑤を反対側の足もやりましょう。）

⑥ 赤ちゃんの肩に両手を置いて指先に向かってシュウ。

⑦ 親指でやさしく円を描くように手の平をもみます。

⑧ 胸はやさしく両手で描くように3本の指で外へくるとマッサージ。

⑨ ヘそを中心に片手で「の」の字を描くように。①をもう一度行い、前はおしまいの合図。

⑩ うつぶせにして、肩から手先、肩から足先までを大きなストロークでマッサージ。

⑪ くるくるリズムカルにらせんを描いて腰肩までマッサージ。

⑫ くるくる両方一緒にヒップアップ。⑩をもう一度。後ろもおしまいの合図をして、終了。

70歳以上 の皆さんへ

希望者に入浴割引券を配布 4枚の無料券から24枚の割引券へ

4月から、70歳以上の人や一定の障がいのある人で、申請を行った人に対して市内の保養施設で使える入浴割引券を配布します。これまで対象者全員に4枚配布していた無料入浴券に代わり、希望者に入浴料金から300円を割引する券を、年間24枚交付します。利用を希望する人は忘れずに申請してください。

☎長寿社会課長寿福祉係 ☎71・2254 ☎71・2328

割引券を利用する人はハガキが届いたら申請してください
対象者には2月中旬に案内と申請書を送付しますので、利用する人は記入例を参考に、必要事項を明記の上、申請してください。
●対象 ▽平成29年4月1日（基準日）現在で70歳以上の人▽身体障害者手帳1級から3級までの手帳を所有している人▽基準日現在で有効な療育手帳、または精神障害者保健福祉手帳を所有している人
●利用方法 ▽登録された市内の入浴施設の受付に割引券を渡し、300円割引いた料金を支払ってください。▽割引券は1回の入浴で1枚のみ利用でき、入浴料金以外の割引を受けることはできません。▽割引券は交付された人以外は利用することができません。
●割引券の利用期間 翌年3月31日まで
●利用できる施設 市内公共入浴施設のほか、民間の入浴施設で市に登録をした施設でも利用できます。
※割引券を交付する際に施設の一覧を同封します。

●申請方法 70歳以上の対象者には2月中旬に往復はがきで申請書を送付しますので、右記を参考に必要事項を記入の上、返信部を切り取り、申請書面に個人情報保護シールを貼ってポストに投函してください。69歳以下の対象者には封書にて案内します。

●記入例（69歳以下の対象者は申請書の内容が一部異なります。）

郵便往復はがき

※利用者と申請者が同じ場合は記入する必要はありません。

安曇野市入浴料金割引券交付申請書

（宛先）安曇野市長 平成29年〇月〇日

住所	安曇野市 豊科 6000
氏名	安曇野 太郎
生年月日	明治・大正（昭和）〇〇年 〇〇月 〇〇日
電話番号	71-2000
続柄	本人（家族）（ ）

以下のとおり、安曇野市入浴料金割引券の交付を申請します。
なお、交付を受けた割引券は、利用者のみが使用するものであり他人に譲渡、貸付、担保に供することはしません。

申請者と利用者が同じ場合は、記載不要です。	
住所	安曇野市 豊科 6000
氏名	安曇野 花子
生年月日	明治・大正（昭和）〇〇年 〇〇月 〇〇日
該当する要件の記入欄に○印をしてください。 （平成29年4月1日時点）	記入欄
・70歳以上である	○

割引券交付事業案内通知
の場合は、右側の申請書に個人情報保護シールを貼付し、個人情報保護シールの下に記載

3月の児童館の予定

… 乳幼児対象 … 参加費 休館日 … 日曜・祝日
※市内9つの児童館は、安曇野市社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。
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。

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

育児相談・身体測定 ★身体測定は10:00～12:00	3日(金)	10:30～12:00
読み聞かせ	27日(月)	11:00～11:20

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

チャレンジタイム ホワイトデーのクッキーづくり 要予約 対象:小学生・幼児親子 11日(土) 10:30～11:30 定員20組 持ち物:エプロン・三角巾・マスク・手ふき・クッキーの型(ある人)	
---	--

ファミリーサポート登録会 登録無料 持ち物:印鑑	14日(火)	10:30～
読み聞かせ	15日(水)	11:00～11:20
育児相談・身体測定	17日(金)	10:30～12:00

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

読み聞かせ	3・10・17日(金)	11:00～11:20
わらべうた	6・13・27日(月)	11:10～
みんなあつまれ! 3月生まれハッピーバースディ♡	10日(金)	10:30～11:30
育児相談・身体測定	17日(金)	10:30～12:00

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

育児相談	10日(金)	10:30～12:00
読み聞かせ	16日(木)	11:00～
春休み高家企画～パフォーマンスショー～		
出演者：軽業ばふぉーまー健山	24日(金)	10:30～12:00
予約不要 参加費無料		

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122



みんなあつまれ!

春を呼ぶお茶会

要予約



150円

定員 15組

2日(木)

10:30 ~ 11:30

育児相談

10日(金)

10:30 ~ 12:00



読み聞かせ

13日(月)

11:00 ~

チャレンジタイム

ドッジボール大会

対象: 小学生以上

22日(水)

10:00 ~ 11:00

卓球教室

対象: 小学生以上

25日(土)

14:00 ~ 15:00

チャレンジタイム

テープごま

要予約

対象: 小学生以上

29日(水)

10:30 ~ 12:00

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152

読み聞かせ	13日(月)	11:00～11:20
 みんなあつまれ! ママキッズピクス	14日(火)	10:30～11:30
要予約		
 育児相談	24日(金)	10:30～12:00
春休みお楽しみ企画 スライム・ブーメランを作って遊ぼう		
	28日(火)	14:00～16:00
要予約  100円	対象:小学生	定員 60人

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

子育て勉強会 アロマ講座 要予約 300円 定員15組 託児あり	1日(水)	10:30～11:00
ファミリーサポート登録会 登録無料 持ち物:印鑑	2日(木)	10:30～
読み聞かせ	3日(金)	11:00～11:20
育児相談	10日(金)	10:00～12:00
お下がり会 要予約	13日(月)	10:30～11:00

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124

読み聞かせ	3日(金)	11:00～
読み聞かせ 対象:小学生	9日(木)	16:00～
育児相談	10日(金)	11:00～12:00
子育てお話会	10日(金)	10:30～11:00
クライミング教室 要予約 対象:小学生以上 定員20組 持ち物:飲み物・運動靴	18日(土)	10:00～11:45
ひまわり3館お楽しみ企画 要予約 対象:小学生・幼児親子 定員70組	22日(水)	10:15～12:00

★堀金児童館

TEL71-2122 FAX71-2126



キッズパーク ありがとう会

要予約🔑100円

1日(水)・2日(木) 10:30～11:30

対象:1日(水)は1歳児、2日(木)は0歳児 定員:各5組



子育て勉強会 料理の基本

要予約🔑100円 定員15組 託児あり

7日(火) 10:30～12:00

チャレンジタイム そば打ち体験

要予約🔑100円 対象:小学生 定員:20人

11日(土) 10:30～12:00

育児相談・身体測定

13日(月) 10:00～12:00

3月の各種相談

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～

2日(木)・6・13・27(月)
場圃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～

9・16・23日(木)
場圃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～

3日(金)場圃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

1・8・15・22・29日(水)
場豊科公民館2階和室
図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。※1・15日は家族会

心配ごと相談・行政相談 (※は行政相談を同時開催)

6日(月)・★21日(火) 時 13:00～16:00
場堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)
7日(火)・★21日(火) 時 13:00～16:00
場穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)
8日(水)・★22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)
9日(木)・★23日(木) 時 13:00～16:00
場三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)
10日(金)・★24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)
図心配ごと相談…上記へ
図行政相談…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

毎週月～金曜日 時 8:30～17:00 ※20日は行いません
場園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 ※20日は行いません
場圃教育相談室(豊科公民館内) (TEL73-1624・FAX72-2204)

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 ※20日は行いません
場圃教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238・FAX72-2204)
※電話相談可。まずはお電話ください。

人権よろず困りごと相談 時 10:00～15:00

24日(金) 場穂高会館 ※人権相談
図法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

3月の休日当番医

(変更になる場合があります。)長野県休日・夜間緊急医案内サービス 0570-088199

5日(日)	12日(日)	19日(日)	20日(月)春分の日	26日(日)
古川医院 82-4385【穂高】	小田切医院 83-6025【穂高】	平林医院 62-2227【明科】	村山医院 82-2101【穂高】	古川整形外科医院 82-8880【穂高】
神谷小児科医院 72-5162【豊科】	根津内科医院 82-8382【穂高】	中田医院 82-2339【穂高】	前角整形外科医院 82-1478【穂高】	高橋医院 82-2561【穂高】
ももせクリニック 77-1188【三郷】	丸山内科クリニック 72-6188【豊科】	たかはしクリニック 77-7880【三郷】	あさひ内科クリニック 50-8075【豊科】	土屋クリニック 71-1811【豊科】
天野歯科医院 73-4182【豊科】	ちかぞえ歯科医院 88-7770【豊科】	アルプス歯科クリニック 77-8901【三郷】	かえで歯科医院 82-4105【穂高】	いさつ歯科医院 73-0648【豊科】

平成29年度 キッズパーク参加者募集

児童館では平成29年度キッズパークの登録受付を行います。
キッズパークは季節の行事や親子体操、おやつ作りなど楽しむほか、参加者の皆さんで計画し進めていただく自主活動もあります。保護者の皆さんの仲間作りやリフレッシュにもなるキッズパークにぜひご登録ください。

- 詳しくは、児童館に備え付けのチラシをご覧ください
- 対象 市内在住の就園前乳幼児親子
 - クラス分け 2歳児以上クラス、1歳児クラス、0歳児クラス
 - 実施期間 4月～翌年3月の期間で、25回程度
 - 申込期間 3月10日(金)～3月16日(木)
 - 申し込み お住まいの地域の児童館の窓口で申し込みください。



第3回信州安曇野ハーフマラソン ボランティア募集!

皆さんの支えが ランナーの力に!

5/9(火)
まで

本年6月4日(日)に開催する「第3回信州安曇野ハーフマラソン」の大会運営を支えるボランティアを募集します。皆さんの「安曇野流おもてなし」で大会と一緒に作り上げませんか。

募集内容

日時

6月4日(日) ※活動時間は内容により異なります

場所

豊科南部総合公園(スタート・フィニッシュ会場)または市内コース沿道

内容

▷コース沿道整理 ▷ランナーへの給水 ▷フィニッシュ後のランナーサービス ▷手荷物預かり等

対象

大会当日に小学校4年生以上であること(小学生は保護者同伴・団体の場合は責任者が同伴)

その他

主催者で傷害保険に加入します。また、ボランティア用大会オリジナルTシャツを贈呈します。

申し込み

申込用紙に必要事項を記入の上、郵送・ファクス・メールで送付いただくか、ながの電子サービスから申し込みください。申込用紙は市ホームページ、市役所または各支所で入手できます。

送付先

〒399-8281(住所記載不要)信州安曇野ハーフマラソン実行委員会事務局宛て
FAX 72-1340 ☑kankokoryu@city.azumino.nagano.jp

問い合わせ

信州安曇野ハーフマラソン実行委員会事務局(TEL 72・2239 FAX 72・1340)
大会ホームページ URL <http://azumino-marathon.com/index.html>



ながの電子サービスからの申し込みはこちら



スポーツ振興くじ助成事業(申請中)

本庁舎夜間・休日開庁日

時間延長窓口3月7日(火)・21日(火)

(午後5時15分から8時まで)

休日開庁日3月26日(日)

(午前8時30分から午後4時まで)

※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29年2月15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…お知らせ版3月1日(水)

古紙配合率 80%
再生紙を使用しています。



編集後記

◆新しい年がスタートしたと思っていたら、あっという間に一カ月が過ぎてしまいました。気を引き締めていかないと、あっという間に一年が終わってしまいうすです。T
◆休みの日はゆっくり眠りたい私ですが、愛犬はそんなこと構いなし。毎日同じ時間に起こされ、規則正しい生活を強いられるこの頃です。Q
◆古くからの信仰として伝える。お庚申さま(庚申講)で先ごろ、この集いで温泉へ行きました。ゆったりお風呂にお神酒を交わしながらの語らいの時間。たまにはゆっくり過ごすのもいいですね。R
◆国の選択無形民俗文化財に選択された安曇平のお船祭り。地区でお囃子を教えている自分にとってうれしいことです。大切な地域のお祭りを仲間と共にこれからも守っていききたいと思います。S

人口と世帯 2017.2.1 現在 () 内は対前月比

人口 97,997 人 (- 102) 男 47,509 人 (- 41) 女 50,488 人 (- 61)

世帯 38,852 世帯 (- 7) ※住民基本台帳に基づく人口および世帯数

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

各支所への電話は本庁舎から転送します

FAX 0263-71-5000

FAX 0263-82-6622

FAX 0263-77-6060

FAX 0263-72-4900

FAX 0263-62-4747