

表敬訪問 全国大会出場者

全国大会に出場、または出場を前に市長を表敬訪問した皆さんを紹介します。(敬称略)

7月21日
第34回全国小学生ソフトテニス選手権大会(滋賀県)

内藤慶介、高橋洸貴 (穂高北小)、古幡悠馬 (穂高西小)

平成29年度第16回全日本ビーチバレージュニア男子選手権大会(大阪府)

渡邊大聖、渡邊晃成 (東海大学付属諏訪高)



7月26日
第14回全国中学生弓道大会 JOC ジュニアオリンピックカップ大会(東京都)

井藤圭都 (堀金中)

第17回全日本少年少女空手道選手権大会(東京都)

竹野穂乃花 (山形村山形小)、富永笑歌 (堀金小)

第25回全国中学生空手道選手権大会(山梨県)

武藤美羽 (松本市梓川中)、山越星、寶愛弥心、神戸陽風、堀内希実 (明科中)



不法投棄は犯罪です!

不法投棄は犯罪です!
不法投棄は犯罪です!

市内の山林や河川などへ廃棄物を捨てる行為が後を絶ちません。「道に生ごみや空き缶が捨てられている」「山に粗大ごみが捨てられている」などの相談が多く寄せられています。不法投棄は景観を損なうだけでなく、悪臭や土壌汚染など環境にも悪影響を及ぼします。また、道路や河川へのポイ捨ても不法投棄となります。不法投

棄をした人には、投棄物の撤去を求められるほか、5年以下の懲役もしくは1000万円以下の罰金、または両方が科せられる場合があります。

野外焼却は周辺に配慮を

野外焼却は周辺に配慮を
野外焼却は周辺に配慮を

もみ殻や草木などを処分する機会が多くなる時期ですが、野外焼却の際は次の点に注意しましょう。▽十分に乾燥させ、時間帯・風向き・燃やす量などに注意し、周辺に声を掛けるなど、迷惑が掛からないように配慮しましょう。▽焼却せずに処分する方法

迷惑を感じたときは

迷惑を感じたときは
迷惑を感じたときは

も考えてみましょう。焼却をしている人が近所に迷惑を掛けていることに気づいていない場合もあります。被害や迷惑を感じたときは、早めにさりげなく理解を求めてみましょう。家庭ごみの野外焼却は法律により禁止されています。家庭ごみを小型焼却炉、ドラム缶、穴を掘るなどして焼却することは、一部例外を除き法律により禁止されています。違反すると5年以下の懲役、もしくは1000万円以下の罰金、または両方が科せられる場合があります。例外的

水路にごみや刈り草を捨てないでください

水路にごみや刈り草を捨てないでください
水路にごみや刈り草を捨てないでください

水路にごみや刈り草を捨てないでください
水路にごみや刈り草を捨てないでください



熱中症に注意しましょう

熱中症に注意しましょう
熱中症に注意しましょう

熱中症は、高温多湿な環境下で体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、吐き気等の症状を引き起こします。室内でも発症し、死亡する事例も報告されています。熱中症予防のポイント
▽こまめに水分・塩分を補給する
▽日傘や帽子を利用する
▽通気性の良い衣服を着用する
▽室内ではエアコン等を使用し、室温が28度を超えないようにする。

熱中症が疑われたら

熱中症が疑われたら
熱中症が疑われたら

- 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

各種情報コーナー

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
国営アルプスあづみの公園 ぎっちょよこづくり	麦わらを使って、キリギリスや鈴虫などの鳴く虫を入れる虫かご「ぎっちょよこ」を作ります。	日: 9月2日(土) ①午前10時~②午後2時~ (所要時間90分) 場: 国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)あづみの学校社会科教室	定: 各回5人(事前申込・先着順) 費: 200円(別途入園料)	日: 8月16日(水) 午前9時30分から国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センターへ電話またはファクスで。(TEL71・5511 FAX71・5512)
安曇野吹奏楽団 第6回定期演奏会	「四季」をテーマに、吹奏楽のオリジナル曲、昔懐かしい曲から最近の曲まで聴きなじみのある曲を演奏します。	日: 9月3日(日) 午後2時~ 場: 豊科公民館ホール	定: 一般 定: 300人(先着順) 費: 無料	日: 不要 問: 安曇野吹奏楽団 青島さん (TEL090・4460・2432) concert-info@az-wind.com
第6回地域で共に生きようフェスティバル	市内の障がい者を対象とした事業所等による物品販売やゲームによる交流体験を通して、障がい者への正しい理解を促進するためのフェスティバルを開催します。皆さんが楽しめる企画を準備していますので、ご参加ください。	日: 9月2日(土) 午前10時~ 場: 穂高交流学習センター「みらい」	費: 無料	問: 地域で共に生きようフェスティバル実行委員会 河原教史さん (TEL88・3955)
【市体協】養生法気功八段錦・太極拳講習会(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: 9月1日~29日 毎週金曜日(全5回) 午前9時30分~11時30分 場: 無極館道場(穂高柏原塚原)	定: 一般初心者 定: 10人(先着順) 費: 1,000円(全5回)	日: 8月17日(木)~25日(金)の午前9時~午後4時に市体協事務局 (TEL88・3516) または飯島重男さん(日本健康太極拳同好会) (TEL82・9091 携帯:090-8329-1048)
親子キャンプ	自然の中で、大人も子どもものんびりほっと一息しませんか。子どもたちはおうちの人と離れてちょっと冒険。スタッフと一日思いっきり遊びます。保護者の皆さんにはその間、自由に過ごしていただけます。	日: 9月23日(土) 午前9時~午後4時 ※雨天決行 場: 【子ども】国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区) 【大人】堀金公民館・ほりてーゆ〜四季の郷	定: こども20人(先着順) 定: 大人800円、子ども400円(昼食・保険料含む) ※入湯する人は別途必要。 定: 野外活動ができる服装、着替え(必要な人)、水筒、雨具、保険証、入浴用具(入湯する人) ※アレルギーのある子どもは昼食	日: 9月11日(月)までに参加者氏名・性別(親子とも)・年齢(子どものみ)・住所・連絡先を入力の上、子供を虐待から守る会・まつもとまでメールで申し込みください。 日: entry@hmpage.jp
あづみ野ランド 水中健康教室	プールが苦手な人にもおすすめの、音楽に合わせて有酸素運動と筋力アップでバランスの良い全身運動が出来る教室です。アクアビクスとウォーキングの2つのコースがあります。各コース45分、9月から12月まで全13回行います。	日: 【アクアビクスコース】 ①毎週火曜日 午後3時~(初回9月20日) ②毎週金曜日 午後1時45分~(初回9月22日) 【ウォーキングコース】 毎週火曜日 午後1時45分~(初回9月20日) 場: あづみ野ランド	定: 各コース45人(先着順) ※定員に満たない場合は教室開始後も随時募集します。 費: 2,600円(13回分) ※初回に支払い。別途施設使用料として毎回600円(入浴可)	日: 8月25日(金) 午後1時30分から受付。あづみ野ランドに来館して直接申し込みください。 日: あづみ野ランド (TEL82・0256)
第13回楽しもう妊娠・出産・育児	妊婦・分娩・沐浴・育児体験やアロマハンドマッサージ、育児相談、子連れで産後YOGAを行います。また、内田民子さんの写真展を行います。	日: 8月27日(日) 午前10時30分~午後0時30分 ▷分娩体験(午前10時30分~11時30分・正午) ▷産後YOGA(午前10時50分~11時20分・11時50分) 場: 明科公民館	定: 妊婦・子育て中の家族 定: 無料 定: 分娩体験のみ先着8組(会場受付)	日: 一般社団法人長野県助産師会安曇野地区 中山恵子さん (TEL090・1866・4565)