



特集◎

広げよう。

オレンジの輪

「認知症の人と家族を支える地域づくり」

主な内容

- 10 オーストリアカヌー連盟来訪
- 19 信州安曇野ハーフマラソン ランナー募集
- 27 ごみ処理と清掃にかかわる条例改正
- 30 写真で振り返る 2017年

写真：豊科北中学校生徒の福祉体験

広げよう。

オレンジの輪

認知症の人と家族を支える地域づくり

「認知症」は、誰にでも起こりうる脳の病気によるものです。そして、その発症によって家族や周囲との関係性が崩れてしまう悲しい事例もあります。住み慣れた安曇野で、最期まで尊厳を持ちながら、自分らしく生きるために——

認知症の人とその家族を支えるために——

必要なことは一体何でしょうか。

今月は、認知症にかかわる市や地域の取り組みを特集します。



オレンジリングとは…

認知症の人やその家族の「応援者」である認知症サポーター（8ページ参照）の証し。温かさを感じるオレンジ色は、「手助けします」という意味を持ちます。

認知症？ いやいや年のせいだ

「認知症は早く気が付くことが大切といわれますが、実際には見落とすしてしまいがちです」。

そう話す菱川晃基さん（88・三郷明盛）。認知症を患う妻・清美（81）さんの介護をしています。

晃基さんが最初に清美さんの変化に気が付いたのは、今から6年程前。県外で暮らす娘夫婦の家に行った時のことです。清美さんは昔から方向感覚が良く、道に迷うことはありませんでした。しかし、その日は足取りが悪く、待ち合わせ場所と全く違う場所に行っていました。

「その時は、年を取ればありがちなことだと思っていました」と晃基さん。数年後、病院で診察を受けると、レビー小体型認知症（認知症の約15%を占める病気）と診断されました。

おばあちゃんを抱き寄せ、 背中をなでた

菱川さん夫婦は、二人暮らし。清美さんの認知症が進行し、徘徊や記憶障害などの症状が出ると、目が離せない日々が続きました。

「こちらはまともだと思っても、



晃基さん自身も認知症カフェ（7ページ参照）などの交流会に出かけ、スタッフとしての役割を担っています。

ご近所の温かい目が支えに



晃基さんは27歳のころ、岡山県に住む叔父の紹介で、清美さんと出会います。2人は意気投合し、当時20歳の清美さんは信州に嫁ぎました。「仕事はなく、慣れない寒い土地に来たので、本当に苦勞をかけた」と当時を語ります。今でも清美さんと共に苦勞した思い出を忘れることはありません。

あちらから見れば逆。否定をすると我慢できなくなるのか激高する。それをなだめようと、おばあちゃんを抱き寄せ、背中をさすりながら、『悪かった。悪かった』と俺が謝ったりしてね。晃基さんは戸惑いながらも、長年連れ添った清美さんの介護を続けました。

認知症を語る地域に

そんな中、晃基さんの心の拠り所となったのは、ご近所の温かい目や地域での交流だったと言います。

「やはり家族だけで抱えてしまうと悲惨。自分さえ頑張っていれば何とかなると思いがちですが、実際は困難です。私は妻の認知症を隠さなかつた。それによって、ずいぶん周囲に助けられました。何よりも気持ちの面で楽になりました」。

晃基さんは現在も積極的に福祉施設やご近所との交流を重ね、清美さんのありのままを受け入れるようにしています。

「温かく見守ってくれる人が増えれば、気持ちの余裕も生まれ、生活の中でできることも増えると思います」。

認知症を正しく知り、よき理解者になることが、支援の第一歩になりそうです。



認知症看護認定看護師
くにえ
飯島 久仁絵さん

安曇野赤十字病院に勤務。2016年、同病院で認知症ケアチームの立ち上げにかかわる。市民公開講座「認知症市民フォーラム」の講師を務めるなど、地域住民や医療関係者に認知症の人への対応を広く伝える活動を行っている。

以上に孤独で不安な状態です。そのため、不可解な行動をとることがあり、困った行動をとる人と誤解されることがあります。認知症を抱える人が、どんな想いで苦しみ、辛さを感じているのか、周りで生活している私たちが想像し、理解し、安心して過ごせる環境を整えることが必要になります。

認知症の人が感じている「点」と「線」を、周りにいる私たちが一つ一つ結び、一本の「線」につなげることで、安心して過ごせる生活の支援ができるのではと考え

今という「点」しかない状態

普段の生活の中で、さっきまでしようとしていたことが思い出せなかったり、昔好きだった芸能人の名前が出てこなかったりすることはあります。これは一時的な物

忘れないので、何かヒントがあったり、考え直すうちに思い出すことができます。しかし、認知症になると、たった今やっていたことすら覚えられませんか。思い出すことも困難です。そして、物事を順序立てて計画したり、実行したりすることが難しくなります。

認知症の人にとっては、記憶の障がいがあるために少し前のことも忘れてしまう「過去の喪失」と、これからやりたいことをどうやっていいのかわからない「未来の喪失」の世界で、「今」という点でしか自分を感じる事ができない状態が続くのです。これは、想像

以上を踏まえて、何かヒントがあったり、考え直すうちに思い出すことができます。しかし、認知症になると、たった今やっていたことすら覚えられませんか。思い出すことも困難です。そして、物事を順序立てて計画したり、実行したりすることが難しくなります。

認知症の人にとっては、記憶の障がいがあるために少し前のことも忘れてしまう「過去の喪失」と、これからやりたいことをどうやっていいのかわからない「未来の喪失」の世界で、「今」という点でしか自分を感じる事ができない状態が続くのです。これは、想像

以上を踏まえて、何かヒントがあったり、考え直すうちに思い出すことができます。しかし、認知症になると、たった今やっていたことすら覚えられませんか。思い出すことも困難です。そして、物事を順序立てて計画したり、実行したりすることが難しくなります。

認知症の人にとっては、記憶の障がいがあるために少し前のことも忘れてしまう「過去の喪失」と、これからやりたいことをどうやっていいのかわからない「未来の喪失」の世界で、「今」という点でしか自分を感じる事ができない状態が続くのです。これは、想像

早い対応と支援が大切

ています。

認知症の人の推計人数

団塊の世代が75歳以上となる2025年には、65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症であると予想されます。(下表：厚生労働省で示された推計人数を安曇野市に当てはめた場合の人数)

2012年		2025年	
割合	高齢者の約7人に1人	割合	高齢者の約5人に1人
国	約462万人	国	約700万人
安曇野市	約4,000人	安曇野市	約5,800人

「加齢による物忘れ」と「認知症による記憶障害」の違い

認知症は早期発見がとても大切です。現在はさまざまな支援体制があり、本人や家族にかかる負担を減らすことができます。異変を感じたら、かかりつけ医や地域包括支援センターへご相談ください。

加齢による物忘れ

- ・体験の一部を忘れる
- ・忘れていた自覚がある
- ・ヒントをもらえば思い出すこともある



認知症による物忘れ

- ・体験したこと自体忘れる
- ・忘れていた自覚がない
- ・答えを聞いてもピンとこない

抱え込まずに ご相談ください

認知症に関することで困ったことや心配なことは、お近くの地域包括支援センターへご相談ください。適切な機関と連携を図り、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面からサポートします。

例えば、こんな支援・・・

- 「チェックシート」などを用いて現状を把握し、状態に応じた対応方法をご案内します。
- 認知症の人や家族に対して、「認知症初期集中支援チーム」が、初期支援を集中的に行い、自立生活をサポートします。

相談内容	主な窓口	電話番号
認知症に関する相談 ●症状に関すること ●介護全般に関すること ●権利擁護に関すること	中央地域包括支援センター (市役所本庁舎1階西側) ★豊科・明科地域担当	72・9986
	北部地域包括支援センター (市役所穂高支所内) ★穂高地域担当	81・0760
	南部地域包括支援センター (市役所三郷支所内) ★三郷・堀金地域担当	77・4007

誰にでも起こりうる脳の病気

認知症は、生活の場である家庭や地域でも症状が表れます。その特性を知ること、周囲の混乱は抑えられ、身近な人の変化に早く気付く、適切な対応も可能になります。医療の現場で認知症と向き合う飯島さんに話を聞きました。

認知症を正しく知る

支え合いの地域づくりを目指して



安曇野市長 宮澤宗弘

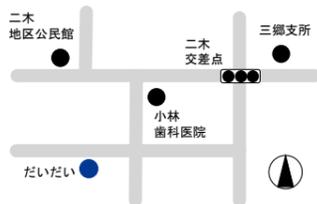
認知症になっても住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けられる市を目指し、医療、介護、地域と連携し、さまざまな取り組みを進めています。その一つとして、本年2月には関係する市内13団体と高齢者などの見守り活動に関する連携協定を締結しました。皆さまと共に、支え合いの地域づくりを進めてまいります。

地域に広がる「認知症カフェ」

市内には6つの「認知症カフェ」があります。本人や家族はもちろん、一般の皆さんの参加も多くあり、ボランティアを募っているカフェもあります。興味のある人は、ぜひご参加ください。詳しくは各カフェまで問い合わせください。

だいだい (二木)

場所 縁側処だいだい
三郷明盛 4633 番地
開催日 月1回 (日曜日)
午後2時～4時
費用 参加費 300円
☎デイホーム楓 (TEL77・9290)



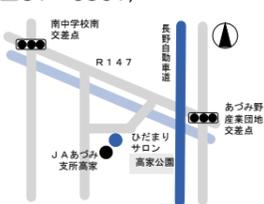
はなみずき (吉野)

場所 ささえあいセンターにじ
豊科 4030 番地 4
開催日 月1回 (第3土曜日)
午前10時～正午
費用 参加費 300円
☎安曇野オレンジカフェ
まちづくりネットワーク
(TEL87・8232)



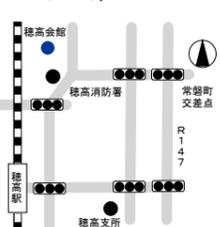
ひだまりサロン (下飯田)

場所 ほっとひだまり
豊科高家 798 番地
開催日 月3回 (第2～4水曜日)
午前10時～
費用 参加費 200～700円
☎NPO法人
コミュニティーケアサポート
(TEL31・0501)



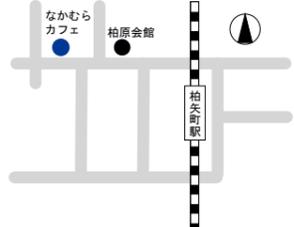
あづみ脳カフェ (等々力町)

場所 穂高会館
穂高 5047 番地
開催日 月1回 (第2日曜日)
午後1時30分～3時30分
費用 参加費 300円
☎古民家デイサービス有明郷
(TEL87・8443)



なかむらカフェ (柏原)

場所 宅幼老所なかむら
穂高柏原 1425 番地 1
開催日 月1回 (最終日曜日)
午前10時～正午
費用 参加費 100～300円
☎NPO法人なかむら (TEL82・3533)



きずな (扇町)

場所 鎌田さん宅
堀金烏川 5460 番地 2
開催日 月1回 (第3日曜日)
午後1時～3時
費用 参加費 200円
☎ケアサポートきずな (TEL87・8016)



人と人をつなげる「認知症カフェ」



妻でデイホーム楓の管理者の小澤真琴さんと。スタッフ一丸となって地域に根差した活動を行っています。(左写真)

認知症をテーマとした手作りの紙芝居。小さいことから認知症について考えてほしいと、地元の小学校などで読み聞かせをしています。(左下写真)



社会福祉士

ゆうい
小澤 悠維さん

デイホーム楓勤務。家族で祖母を在宅介護したことをきっかけに福祉の道を志す。認知症カフェの運営や紙芝居による啓発活動にも取り組む。



家族を、どう支えるか。

認知症の人を支える家族は、孤独にさいなまれ、疲れ切って共倒れしてしまうケースも少なくありません。家族の気持ちを理解し、孤独感を和らげてもらうことは、認知症の人を支える活動の一環として欠かせません。2年前に市内初の「認知症カフェ」を立ち上げた小澤さんに話を聞きました。

近い存在だからこそ

これまでデイサービスの仕事に携わってきた、施設・病院などへの入所や入院を余儀なくされるケースを数多く見てきました。その原因の大半は、認知症状の進行に伴う介護者の負担増大によるものでした。誰にも相談できないまま負担を抱え込み、孤独を感じて精神的に追い込まれることもあります。家族のように近い存在であるからこそ、認知症だと分かっているだけでも受け入れられ、

つながれる場所

れず、つい怒ってしまったり、それにより家族の関係が悪化してしまうこともあります。介護者である家族が体調を崩すと本人の在宅生活は難しくなってしまう。住み慣れた地域で暮らし続けるため、本人だけでなく、家族介護者のサポートの必要性を感じていました。

「自分だけではない」

そんな時、知ったのが「認知症カフェ」の活動でした。認知症カ

フェは、オランダが発祥で、その運営スタイルはさまざまですが、「当事者や家族が楽しめると共に、気軽に情報交換ができる場所」という趣旨で開かれています。

私たちの運営している認知症カフェは、家族にとつて、思いを吐き出せる場、気軽に相談できる場、仲間と楽しめる場を目指して活動しています。参加者からは、「苦しいのは自分だけじゃないと思った」、「仲間会いたくて毎月参加している」などの声がかかれ、参加者同士の心のつながりが生まれています。

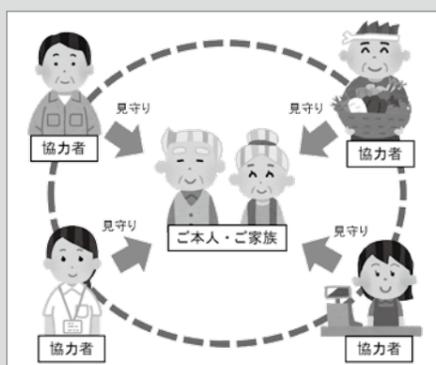
「認知症カフェ」

地域の介護力が必要

認知症の人の介護は、周りの人の理解が欠かせません。今後、高齢化が進むことで認知症の人も増加することが予想されます。地域で介護を支える力がないと、本人も家族も孤独に陥ることになってしまいます。「認知症カフェ」は、認知症を患っても、暮らしやすい地域を目指す第一歩だと思われ、皆さんに親しんでいただけたらと思います。

ご近所で支える「認知症見守りネットワーク」

認知症になると、外出時に道に迷い、家に帰れなくなってしまうことがあります。市では「認知症見守りネットワーク」を組織し、徘徊の早期発見や事故防止を図っています。この事業は、本人の家族など介護者の希望に応じて実施されるもので、よく利用する店や周囲の人に病状などの情報を提供し、外出の際に見守っていただく取り組みです。詳しくは、担当ケアマネジャーまたはお近くの地域包括支援センター（4ページ参照）までご相談ください。



中学生インタビュー

安曇野市の中学生は、さまざまな職場や福祉施設で体験学習を行っています。福祉施設で認知症の高齢者と触れ合った豊科北中学校2年生2人に感想を聞きました。



秋山 七海 さん

笑 顔で話すとニコニコと笑い返してくれて嬉しかったです。笑顔が通じた。言葉が出にくく、ちゃんと聞いていないと相づちが打てないと思いました。



窪田 桃香 さん

話 があまり理解できなくても、楽しそうに話を聞いてくれました。病気になっても心は穏やかであることを知りました。今日の経験を生かしたいです。

認知症の人に接する時に心掛けるポイント

心得

- 驚かせない
- 急がせない
- 自尊心を傷つけない

対処方法

- 見守る
- 余裕をもって対応する
- 声をかけるときは一人で
- 後ろから声をかけない
- 相手の目線に合わせる
- 穏やかに、はっきりと
- 相手の言葉に耳を傾け、ゆっくり対応する



温かな支援の輪を

人にはそれぞれ違いがあるように、認知症の人と家族への対応は一概ではありません。しかし、私たちが認知症の正しい知識を持ち、支える姿勢を示すことは、本人と家族の不安を取り除く一助となるはず。広げましょう。温かな支援の輪を。

何がでできるだろう。

認知症になっても地域で穏やかな生活を送るために、私たちができることは何でしょうか。「認知症サポーター養成講座」の講師で、自身も介護者である八田さんに話を聞きました。

辛い気持ちも、地域の人に知ってほしい

内的世界とのズレ

認知症の人がいる内的世界と私たちのいる世界にはズレがあります。83歳になる私の父も自分を35歳だと思っていて、私を自分の姉だと思っています。私たちは、現実世界に引き戻そうとしますが、本人は正しいと思って行動しています。本人たちは混乱し、かみ合

声を掛け続けて

また、認知症の人を支えている家族にも声を掛けていただきたいと思っています。自分から家族が認知症だとはなかなか言えません。地域の人が少ないでも気に掛けてくれると自分から話すことができず。私の場合も、私の家の状況を気に留めてくれる近所のおばちゃんがあります。家に来て面倒を見るわけではありませんが、私の辛い気持ちを知っているおばちゃんがいるだけで、私は父と向き合えます。ぜひ、地域で声を掛け続けて、友達や近所との関係が切れないようにしてほしいと思います。

介護支援専門員
はった けいこ
八田 桂子 さん

居宅介護支援事業所ほっとひだまり勤務。認知症のグループホームで管理者を務めるなど、長年、認知症ケアの現場に携わる。自身も認知症を患う父親の介護者。



認知症サポーターになりませんか？

● 認知症サポーターとは…

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、身近に認知症の人やその家族がいたときは、そっと手助けするなどして温かく見守る応援者のことです。「認知症サポーター養成講座」を受講することで、どなたでもなることができます。

● 受講するには…

市では、地区公民館や団体、学校などの集まりに合わせ「認知症サポーター養成講座」を開催しています。1時間半程度で認知症の基礎知識を学んでいただき、受講者の皆さんには、認知症サポーターの証である「オレンジリング」をお渡しします。講座開催の希望者は下記まで気軽にご連絡ください。また、広く市民の皆さんを対象にしたサポーター養成講座を来年3月に開催する予定です。詳しくは、今後発行する広報でお知らせします。

関介護保険課介護予防担当 (TEL)71・2474 (FAX)71・2503



地区公民館の学習会として開かれた認知症サポーター養成講座 (10/28 重柳公民館)



■オーストリアカヌー連盟 ホストタウンの安曇野を視察



コースを試漕するプライスル会長（写真左）



21日には、ハイッス駐日大使(写真右)が来庁



園児たちとの交流（アルプス認定こども園）

東京オリンピック・パラリンピック出場選手と地域住民が競技を通じて文化交流などを行う「ホストタウン事業」で、市がホストタウンとなるオーストリア共和国の関係者がこのほど、市内視察を行ったほか、市民との触れ合いを楽しみました。

11月22日には宮澤市長とカヌー連盟役員が懇談し、同国選手らを招いたカヌー教室など、今後の交流について話し合いました。ヘルベルト・プライスル会長は、地域のカヌー愛好者や団体の活動が重要になることに触れ、「関係をさらに深めたい」と話しました。

11月23日には、明科の前川カヌーシラロームコースを視察。会長らは実際にカヌーに乗り、コースの特徴を確認するとともに、集まった子どもたちと熱心に技術指導を行っていました。

安曇野市は 2020年 東京オリンピック・パラリンピックで オーストリア共和国・カヌーチームを応援します



このたび、駐日オーストリア大使フーベルト・ハイッス氏、オーストリアカヌー連盟の皆さまをお招きし、現地視察と意見交換を行いました。いただいた意見を参考に、今後、オーストリア共和国・カヌーチームのホストタウンを良机として、さまざまな事業を計画してまいります。明科前川のカヌー競技場や当市の国際姉妹都市・クラムザッハがあるオーストリア共和国の文化について、広く皆さまに知っていただく機会を設け、国際交流の推進、地域のスポーツ振興を図り、多文化共生社会の実現を目指します。

安曇野市長 宮澤 宗弘

■新総合体育館 基本設計市民ワークショップを開催

新総合体育館の活用を考えるワークショップを11月5日、14日の全2回、市役所本庁舎などで開催しました。

ワークショップの参加者は両回ともグループに分かれ、「体育館で何をしたいか」、「体育館をどう使うか」をテーマに議論を進めました。

11月14日に開いた第2回会議

では、平面イメージ図を参照しながら、利用者の視点から体育館の使い方について話し合いました。

この日は「公式のバスケットコート・バレーコートが3面欲しい」、「プロムナードでは、雨天時に一時的にしのげるスペースが欲しい」、「防災倉庫には外からの搬出入口が必要」といっ



グループに分かれて意見集約が行われた

た意見が挙がりました。市では今回のワークショップで出された意見を参考に、本年度末までに基本設計をまとめる予定です。

新総合体育館は、豊科南部総合公園南側に建設を計画しており、平成32（2020）年度中の完成を目指しています。

■男女共同参画計画案を答申 来年3月に策定

市男女共同参画推進審議会（降旗幸子会長）は11月8日、第3次市男女共同参画計画の案を宮澤市長に答申しました。

計画案では、「こころ通い合う男女共同参画社会 安曇野」を目指すべき社会像に掲げ、女性の職業生活における活躍の推進を含めた31の施策を挙げてい

ます。また、これらの施策には平成34（2022）年度までの数値目標が定められています。具体的には、市の管理・監督職員に占める女性の割合を平成28年度実績の19・6％から22％に引き上げることや、市内事業所における女性の登用制度を41・3％から50％に引き上げること

などです。宮澤市長は「それぞれの分野において女性の豊かな能力を發揮していただきたい。答申の内容を尊重し活用したい」と述べました。この計画は、パブリックコメントを経て、来年3月に策定する予定です。



答申書を手渡す降旗幸子会長（写真右）と田中吉弘副会長（写真中央）

各委員の人事

任期満了に伴う監査委員、教育委員会委員、固定資産評価審査委員会委員が選任・任命されました。

監査委員（識見）は、川上則文さんが選任、山中崇さんが再任されました。任期は川上さんが平成33（2021）年11月26日、山中さんが同年11月24日までの4年間です。

教育委員会委員は、須澤真広さん、唐木博夫さんが再任されました。任期は平成33年（2021）年11月8日までの4年間です。

固定資産評価審査委員会委員は、長谷川幹男さんが再任されました。任期は平成32（2020）年11月8日までの3年間です。



代表監査委員（識見）
川上 則文



監査委員（識見）
山中 崇



教育委員会委員
須澤 真広



教育委員会委員
唐木 博夫



固定資産評価審査委員会委員
長谷川 幹男

平和への誓い新たに 平和のつどい・戦没者追悼式

第7回平和のつどい・戦没者追悼式を11月18日、豊科公民館で開催しました。

当日は、遺族会関係者や市内の小中学生、高校生など約400人が戦没者をしのび、追悼の祈りをささげました。

追悼式で宮澤市長は、「今の平和と繁栄は、亡くなられた方々の尊い犠牲の上に築かれて

いる。その記憶を風化させることなく、次世代に継承していくことが重要な使命である」と述べました。

平和のつどいでは、広島平和記念式典に参列した中学生の作文発表、小中学生の合唱のほか、穂高商業高校の演劇部と琴部の生徒による朗読劇「少年口伝隊一九四五」が上演されました。



広島平和記念式典参列の作文を市長に手渡した

朗読劇では、原爆で家族を失った3人の少年が過酷な環境の中を懸命に生きる姿が描かれており、来場者は劇を通して当時の広島の様状を目の当たりにしました。生徒たちの気迫のこもった表現で、戦争の悲惨さ、そして平和の大切さを改めて考える機会となりました。

参加・体験・実践型 高齢者交通安全教室

市では、主に高齢者を対象とした交通安全教室を11月18日、穂高自動車学校で開催しました。

この教室は、自動車学校の教習コースで、加齢による身体機能や判断力の低下を体験するなど参加・体験・実践を重視した内容で、年3回開催しています。この日は、小雨が降る中、三

郷・堀金地域の市民21人が参加。夜光反射材・自発光材の有効性を分かりやすく紹介する寸劇などが行われたほか、スピードを出した車の停止距離を測る実演の見学や、軽トラの運転席に座って死角を体感するなど、自動車学校ならではの実践的な体験講習が行われました。横断歩道に近づく車の速度を

体感できる装置を使った講習に参加した松岡玲子さん（三郷）は「安全に渡るには、意外と時間がかかることが分かった」と危険性を実感した様子でした。本年11月末までに、県内で発生した歩行者に関わる交通事故は25件、そのうち14件の事故で高齢者が亡くなっています。



横断歩道を渡るタイミングの講習を受ける参加者

18人が市政に提言 中学生議会

市では11月11日、市議会議場で5年目となる中学生議会を開催しました。

この事業は、市の将来を担う中学生の素直な目線から斬新な発想やアイデアを市政に反映させ、協働のまちづくりの推進に生かすことを目的としています。生徒たちは7月から全3回の

日程で、市政を学ぶため6つのグループに分かれ、市の仕事や市が抱える課題について学びました。

当日は市民の皆さんが傍聴する中、市内7中学校の2年生18人が宮澤市長や市の幹部職員に質問、提言しました。穂高東中の石井滯さんは質疑

を終え、「緊張したけれど、これまで学習した経験を生かしてしっかり話せた。今後は提言した災害時の備えができる安曇野市を目指して、自分たちのできることをしていきたい」と話してくれました。今回の中学生議員の提言内容は、来月号に掲載予定です。



質問・提言を行う中学生

※特に記載のない場合、申込時間は平日の午前9時から午後5時まで

凡例 日日時 場場所 内容 対象 期間 講師 費用 定員 持ち物 申し込み その他 問い合わせ

公民館



穂高公民館

TEL 82・5970 FAX 82・3990
小学生スキー教室
経験豊富な講師が楽しく安全に滑降できるように指導します。

日 1月27日(土)

午前6時45分～午後4時30分

ろ(穂高公民館集合・解散)

場 白馬さのさかスキー場

市内小学4年生～6年生(初心者～中級者)

関 市スポーツ推進委員ほか

定 30人(抽選)

費 1944円(リフト代・昼食代)

※スキーレンタルを希望する場合は別途1080円

申 12月25日(月)～27日(水)に、穂高公民館に電話で

明科公民館

TEL 62・4605 FAX 62・5894

健康づくり講座～健康体操で心も身体もシェイプアップ～

安曇野市歌体操を覚えて健康づくりを实践しましょう。

日 1月10日(水)

午後1時30分～3時

場 明科公民館講堂

関 横山みゆき(市健康運動指導士)

持 動きやすい服装、上履き、飲み物

文化施設

費無料 申不要

田淵行男記念館

TEL 72・9964 FAX 88・2010

1月は市民の入館料無料

田淵行男の業績を知っていただくため、1月中は市民の皆さんの入館料が無料となります。

開館時間 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

※新年の開館は1月5日(金)～他1月10日(水)～12日(金)は全ての来館者の入館が無料。

※10日(水)～12日(金)は施設修繕のため、1階展示室の写真展「田淵行男が愛した安曇野II」のみご覧いただけます。

豊科郷土博物館

TEL 72・5672 FAX 72・7772

第27回友の会水墨画展

第63回友の会書芸展

日 1月12日(金)～25日(木)

午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)

場 博物館2階展示室

費 大人100(80)円

(一)内は20人以上の団体料金

休館日 月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日

こんにやくづくり体験

日 1月20日(土)

午前10時～午後1時

関 えべや組合員 費 1000円

場 エプロン、三角きん

【共通事項】

場 「えべや」 市内内在住者

定 15人(先着順)

申 12月26日(火)から「えべや」へ電話(TEL 88・6275)で。(受付は火～日曜日の午前9時～正午。12月30日(土)～1月4日(木)は休業)

県鳥川溪谷緑地

「公開学習会」長野県のレッドデータ植物

長野県の貴重な植物の現状について学びます。

日 1月20日(土) 午前10時～正午

場 水辺エリア・環境管理事務所

関 尾関 雅章さん(県環境保全研究所研究員)

費 無料 定 30人(先着順) 持 筆記用具、飲み物

申 12月25日(月)から県鳥川溪谷緑地環境管理事務所へ電話・ファクス・電子メールいずれかの方法で。

場 県鳥川溪谷緑地環境管理事務所

TEL FAX 73・0203 関 karasu@anc-tv.ne.jp

ON AIR 情報 広報ラジオ番組

市からのお知らせ番組を あづみのエフエム 76.1MHz で放送中

- 広報あづみの 暮らしのガイド (1日2回・5分番組) 月曜日～日曜日 午前6時55分～午後6時55分～
● 広報あづみの ラジオ版 (1日2回・15分番組) 月曜日～金曜日 午後0時45分～午後2時45分～
● まちづくり多士済々 毎週水曜日 午前11時～正午 (「中柴香苗の水色の時間」内で放送)

各種情報コーナー

Table with 5 columns: 名称, 内容, 日時・場所, 定員・費用, 申し込み・問い合わせ. Includes information about book donations and university enrollment.

再発見!安曇野の文化

TEL 71・2464 FAX 71・2338

明治時代に誕生した村の名称

江戸時代までの村々が合併し、明治7年(1874)頃合併した村は個性的な村名が見られます。

高家村は、古代に安曇郡の南部にあつたとされた高家郷に因んだ名前です。歴史に詳しい人の発案でしょう。

成相の頭文字を取ったと言います。発想が面白いですね。明盛村の「明」は明治から取り、「盛」は村が盛んになることを願ったとも、筑摩県の権令(現代の県知事にあたる)の永山盛輝に因んだとも言われています。温壇に因んだ温村とともに、「明治」という新時代に向かって豊かな未来を願ったのでしよう。

平成30年(2018)は、明治元年(1868)から数えて満150年に当たります。政府では、「明治150年」関連施策として、地方公共団体や民間も含め、全国で取組を進めています。



詳細はホームページ http://www.kantei.go.jp/jp/singi/meiji150/portal/

第20回

みどりの 掲示板

ポインセチアの クリスマスツリーで華やかに

12月16日、イオンモール松本で、平成31年4月末に開幕する「信州花フェスタ2019」北アルプスの贈りもの〜の開幕500日前記念イベントが開催される予定です。

当日は、フェアのPRステージやバイオリニストによるクリスマスミニコンサートに加え、来場者によるポインセチアのクリスマスツリー制作が行われます。

都市計画課ではフェアに向けて、市民の皆さんとの協働による花壇整備や花とみどりに関するシンポジウムの開催、SNS(ソーシャルネットワークキングサービス)を使った情報発信などを計画しています。平成29年度内には市内に設ける催事会場の運営のための実行委員会を設立し、より本格的な準備に入ります。

今後市民の皆さんにも協力いただきながら、フェアの成功に向けて準備を進めていきます。



ご近所から 南極観測隊に

11/18 観測隊・岡江さん壮行会 隣組で企画

12月下旬に南極観測隊員として昭和基地に派遣される岡江真一さん（穂高）の壮行会が本郷公会堂で開かれました。壮行会は穂高区の隣組が企画。末娘の手紙の朗読や防寒着の進呈などで岡江さんを激励しました。岡江さんは「地域のつながりの希薄化が危惧される中、これだけの人が来てくれてうれしい。チームの潤滑油として任務をやり遂げたい」と話しました。岡江さんの派遣は2度目。環境保全の仕事のほか、隊員を指導する生活主任の立場も任されます。



未来につなぐ 60本の桜

11/25 光城山1000人 SAKURAプロジェクト

市民と市が協働で組織する「光城山1000人SAKURAプロジェクト」では、60本の桜の苗木を光城山（912㍍・豊科光）に植樹しました。光城山の桜は老木化しており、桜の補植は重要な課題となっています。このため、同プロジェクトで平成26年から合計で420本の桜を植樹してきました。この日は約100人が参加。初めて参加した齋藤千晃君（豊科東小3年）は「小さいころから登っている大好きな場所。大変だったけど、きれいに咲いてほしい」と話してくれました。

健康長寿の地域づくり 目指して

11/23～25 老人クラブ芸能大会・作品展

市老人クラブ連合会が主催する芸能大会と作品展が豊科公民館で開かれました。

作品展では、会員145人が制作した絵画や工芸品など約260点が展示されました。作品の中には、つまようじを約3,800本使用して作った水車小屋や、松本山雅をモチーフにした甲冑など創意工夫を凝らした作品が並び、来館者は一つ一つの作品をじっくりと鑑賞していました。

芸能大会では、27団体の踊りや歌が披露され、それぞれの円熟した表現に会場から大きな拍手が送られていました。会長の山田高久さん（豊科高家）は「老人が元気になれば市も元気になると激励し合っています。健康長寿の地域づくりの一環として、さらに仲間づくりを進めていきたい」と今後の活動について抱負を語りました。



幻想的に灯る 神竹灯

12/1～3 第7回安曇野神竹灯

第7回安曇野神竹灯（実行委員会主催）が穂高神社で開かれました。7回目を迎えた今回は、過去最多の約1万本の竹筒が並び、暗闇に幻想的な灯りが浮かび上がりました。

初日となった1日、辺りが暗くなり始めた午後4時には、実行委員や来場者が協力し、配置された竹筒1本1本に点火。来場者は、ゆっくりと散策したり、写真を撮ったりして楽しんでいました。日没後は、神楽殿でコンサートが開かれ、厳かな雰囲気の中で奏でられる音楽に耳を傾けていました。

第1回から毎年来場している大島薫さん（穂高有明）は「竹筒の中で揺れる優しい光とコンサートの美しい音楽が、神社の雰囲気にぴったり。毎年楽しみにしているイベントです」と笑顔で話しました。



高校生のパワー 感じて

11/16 信州総文祭プレ大会 写真部門

全国高等学校総合文化祭（総文祭）写真部門のプレ大会が豊科近代美術館で開かれました。総文祭は全国の高校生が集う文化芸術活動の祭典。来年8月に県内各地で開かれる予定で、安曇野市は写真部門の主会場となります。この日は県内高校生が出展した240点が展示され、各校の写真部員が来年の開催に向けて展示方法などを確認しました。出展者の富永萌さん（伊那西高3年）は来年の全国大会について、「作品を通じ、全国高校生のパワーを感じてほしい」と話してくれました。



年末の事件・事故を防げ！

12/1 年末特別警戒・年末交通安全運動出発式

年末の犯罪や交通事故を防ごうと、年末特別警戒・交通安全運動の出発式と注意喚起のパレードが行われ、関係者約150人が参加しました。

出発式で宮澤市長は「年末に被害に遭う市民を一人も出さないよう、力を貸してほしい」と参加者に呼び掛けました。その後に行われたパレードでは、パトカーなどの車両が一斉に出発し、参加者は市役所から防災広場までをのぼり旗などを持って行進しました。特別警戒および交通安全運動は12月31日まで行われます。

平成30年6月3日(日)午前9時～ 第4回信州安曇野ハーフマラソン開催決定 安曇野FUN RUN ～人と自然で安曇野流おもてなし～



安曇野の美しい景観と地域の皆さんの温かい応援で、全国的にも人気の大会となった「信州安曇野ハーフマラソン」。第4回大会の開催が決定しました。
大会コンセプトは「安曇野 FUN RUN ～人と自然で安曇野流おもてなし～」。安曇野の魅力を全国に発信するため、市民の皆さんのご参加とご協力をお願いします。

●コースマップ



大会概要

- 日時 平成30年6月3日(日)
- スタート・フィニッシュ会場 豊科南部総合公園
- ハーフマラソンの部(21.0975*₀) 制限時間3時間
午前9時スタート
- ファミリーランの部(2*₀) 制限時間20分
午前9時15分スタート

ランナー募集

ハーフマラソンの部(一般男子・一般女子)

●参加資格 大会当日18歳以上、制限時間内に完走できる人

- 参加料 5,500円(税込)
- 定員 5,000人(市民枠500人)・先着順

ファミリーランの部

- 参加資格 大会当日18歳以上の人と小学生のペア
※小学生のみ1人まで追加申し込み可能(合計で3人)
- 参加料 3,000円(税込)
※3人組の場合は4,000円(税込)
- 定員 300組600人・先着順

●申し込み 1月13日(土)～3月16日(金)に次の方法で申し込みください。

- ①ランネット(インターネット) [URLhttp://runnet.jp/](http://runnet.jp/)
- ②郵便振替用紙(募集要項に添付)にて最寄りのゆうちょ銀行または、郵便局窓口で申し込みください。

募集要項は観光交流促進課(3階1番窓口)および各支所地域課で入手できます。

●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(市役所観光交流促進課内)

TEL72・2239 FAX72・1340

※大会の詳細は、大会公式ホームページを確認ください。 [URLhttp://azumino-marathon.com/](http://azumino-marathon.com/)



information

凡例 日日時 場所 内容 対象 期間 講師 費用 定員 持ち物 申し込み その他 問い合わせ

1月の図書館イベント

中央図書館映画上映会(入場無料)

『はたちのクス』

＜上映時間：64分＞

- 日時 12日(金) 開場18:30 上映19:00～
- 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
10・17・24・31日(各水曜日)
10:30～(乳幼児以上対象)

- ◇豊科図書館
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) 11:00～(乳幼児対象)
- ◇豊科図書館
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)

- ◇明科図書館
おりがみのへや 絵本コーナー
24日(水) 16:30～

- ◇明科図書館
おはなし会 おはなしのへや
27日(土) 11:00～(乳幼児以上対象)

1月の休館日

1～4・9・15・22・26・29日

図書館

各地域図書館

中央図書館
TEL84・0111 FAX84・0111

大人気！新年「本のお年玉」

中身が見えないように包んだ2冊の本のセット「本のお年玉」を貸し出します。数に限りがありますので、早めにお越しください。
場内図書館(三郷図書館を除く) 1月5日(金)より用意したセットがなくなり次第終了
セット数(1人1セット限定)
※大人用・子ども用の合計
▽中央図書館100セット
▽豊科図書館50セット
▽堀金・明科図書館各30セット
図書館職員が選んだおすすめ本

中央図書館

TEL84・0111 FAX84・0111

第2回おいしい安曇野塾

「食べるってどんなこと？」
週刊まつもと「私のため、誰かのため、心とからだが好き日々のごはん」を連載中の講師から、日々の活動や食べることの大切さをお聞きます。
日1月20日(土) 午後1時30分
場穂高交流学習センター「みらい」
展示ギャラリー
関後藤和美さん(おひさまキッチン講師)
親子育て中のお母さん
定50人(先着順) 費無料

明科図書館

TEL62・1122 FAX62・1124

冬の上映会

日1月5日(金) 午前10時～11時
場明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」2階ハーモニホール
内新美南吉 傑作童話集(51分)
※作品は児童向けです。
内乳幼児、小学生以上(未就学児は保護者同伴)
費無料 定60人(先着順) 申不要

おすすめの1冊 おまえうまそうだな

宮西達也/作・絵



紹介する人
とどろき 睦子さん
等々力 睦子さん
(穂高)

孫が恐竜に興味を持ち始めた小学1年生の頃、この絵本が目に入り買ってみました。
肉食恐竜・ティラノサウルスの「ハート」はある日草食恐竜・アンキロサウルスの赤ちゃんを見つけ、思わず「お前うまそうだな」と食べようとしています。ところが食べられそうになった赤ちゃんは「お父さんでしょ、ボクの名前ウマソウだって知っているんだから」とハートにしがみつきます。それから二頭のふしぎな、心温まる生活が始まります。本来なら食べられてしまう立場の草食恐竜のウマソウの無邪気で純真な心がハートの心を変えていくのです……。
宮西達也さんのティラノサウルスシリーズは他にも沢山ありますがどれも感涙してしまいました。ぜひ家族で読んでほしいシリーズです。



無料アプリ「マチイロ」アプリをダウンロードすると市の情報や広報紙をいつでも確認できます。



お知らせ

「緑の募金」へのご協力ありがとうございました

緑の募金運動に募金いただいた皆さん、募金活動に尽力いただいた皆さん、ありがとうございます

寄せられた募金は、地区の公民館公園などの公共施設の緑化や、環境学習などを行うみどりの少年団の育成に活用されます

特定(産業界)最低賃金の改定
長野労働局労働基準部賃金室
(TEL026・223・0555)

長野県の最低賃金は10月1日から795円に改定されました

相談講座

空家相談会
環境課環境保全担当
(TEL71・2491 FAX72・3176)

市空家等対策協議会では、空家に関する相談を受け付ける「空家相談会」を、県建築士会安曇野支部の協力により開催します

①午後1時②午後2時③午後3時
(各回1時間程度)
場内空家に関する管理、売買・賃貸

長野県クローン病市民公開講座

①1月20日(土)午前10時~午後3時
場松本市中央公民館「Mウイング」
調理実習・試食会(午前10時~午後1時)
講師 斎藤恵子さん(東京医科歯科大学附属病院)

調理実習希望者は1月10日(水)までに県立信州医療センターに電話、ファクス、または電子メールで。講演会だけの参加は申し込み不要。
申込先 県立信州医療センター赤松泰次さん
健康推進課健康支援担当

県立高校「学びの改革」第2回地域懇談会

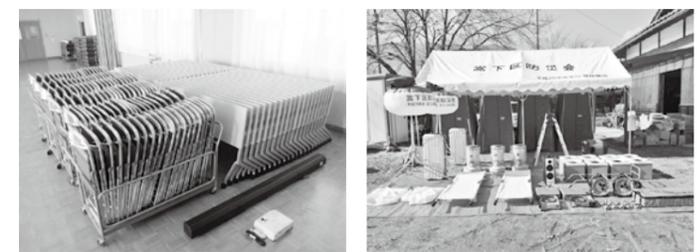
「高校改革~夢に挑戦する学び~実施方針(案)」について皆さんの意見を伺います。
会場▷旧第11通学区(まつもと市民・芸術館)
1月15日(月)午後6時30分~8時30分
▷旧第12通学区(大町市文化会館)
1月16日(火)午後6時30分~8時30分

詳細は、厚生労働省特設サイト
(TELhttp://pc.saitchin.gin.info/)

11月27日から
電子部品、電気機械器具、情報通信機械器具等の製造業:854円
はん用機械器具、自動車、同附属品等の製造業:865円



宝くじ助成金で備品等を整備
嵩下区防災会(穂高地域)
(公財)長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、テント・発電機等防災備品を整備しました。



嵩下区防災会(写真右)と熊倉区(写真左)で整備された備品

ひきこもり家族教室
福祉課障がい福祉担当
(TEL71・2251 FAX71・2328)

ひきこもりの状態にある人への対応について、同じ悩みを持つ家族と学んでみませんか。
場内役所会議室(申し込み時にお伝えします)

Table with 3 columns: 開催日, 講師, 内容. Includes dates like 1月13日(土) and 2月10日(土).

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

JA虹のホールとよしな JAあづみ 有明ホール
JA虹のホールあずさがわ
0120-721-047

テレビもネットも電話も
ANC あづみ野テレビ
0120-353-055 http://www.anc-tv.co.jp

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

信濃毎日新聞
ご友人・ご家族ご紹介キャンペーン
ご紹介者には ¥2,000 GIFT CARD プレゼント

落ち葉拾い・家廻りの清掃・襖・障子張替など
お仕事 承ります!
(公社)安曇野シルバー人材センター
TEL.72-5800 FAX.73-6484

今から準備！税の申告

税務課市民税担当 TEL71・3111 FAX72・2065
平成29年度の市県民税・所得税の申告期間は平成30年2月16日(金)～3月15日(木)です。

申告期間に先立ち、市では2月1日(木)から申告受付を行います。営業、農業、不動産の所得がある人は、必ず事前に収支内訳書を作成し、申告の時に持参してください。

申告受付の詳細は、「広報あづみの」1月号に掲載します。

農業所得のある人は

農業収支計算ソフトを活用ください

農業所得を申告する場合、市ホームページに掲載している申告用「農業収支計算ソフト」で収支内訳書を作成できます。

農業収支計算ソフトに収入や経費などを入力すると、収支内訳書が作成でき、減価償却費の計算も簡単です。

パソコンを使用しない人は、月ごとの収支をまとめるための簡易表を税務課(1階17番窓口)および各支所地域課に備え付けてありますので利用ください。

申告手続きは「e-Tax」が便利です

申告などの手続きは、インターネットを利用して電子的に手続きができる「e-Tax」が便利です。

使用方法などに困ったら

e-Tax・作成コーナーヘルプデスク

(TEL0570・01・5901)

12月の納期

- 固定資産税 (3期)
- 国民健康保険税 (6期)
- 後期高齢者医療保険料 (9期)
- 介護保険料 (9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**12月25日(月)**=

市新年祝賀会

皆さんと新年を祝います！
●秘書広報課秘書広報担当
(TEL71・2400 FAX71・5000)

市民の皆さんとともに新年を祝い、市のさらなる発展を願うため新年祝賀会を開催します。大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

日1月4日(木) 午後3時30分
(受付午後3時)

場安曇野スイス村サンモリッツ

平成30年市消防団出初式

●危機管理課消防係
(TEL72・6769 FAX72・6739)

団員・消防車両が分列行進を行います。分列行進の間、交通規制を行いますのでご協力をお願いします。迂回路等は誘導員の指示に従ってください。

日1月7日(日)
午前8時30分～正午

場式典 豊科公民館(午前8時30分)

分列行進

豊科公民館駐車場から豊科消防署・豊科郷土博物館を経由し、豊科公民館駐車場までの市道(午前10時30分～11時30分)

昨年の分列行進

測定結果 11月分の空間放射線量

本庁舎で測定された値は健康に影響のないものでした。詳しくは市ホームページをご覧ください。
●環境課環境保全担当 TEL71・2491 FAX72・3176

測定地点	(マイクロシーベルト/時間)			
	11/6(月)	11/13(月)	11/20(月)	11/27(月)
本庁舎(豊科)	0.07	0.07	0.07	0.07

入札検査

平成29・30年度入札参加資格の中間審査申請の受け付け

●契約検査課契約係
(TEL71・2002 FAX71・5155)

平成29・30年度入札参加資格審査の中間申請を受け付けます。市が発注する建設工事、建設コンサルタント業務、業務委託および物品購入等の入札に参加を希望する事業者で、現在入札参加資格がない場合は申請が必要です。

日1月15日(月)～2月16日(金)
●申請部門 ▼建設工事▼建設コンサルタント業務▼物品・役務・その他業務委託

●市ホームページに掲載している申請要領および様式を確認の上、必要書類をA4版の無地のクリアフォルダーに入れて契約検査課契約係(2階7番窓口)へ持参または郵送。

郵送先 〒399・8281(住所記載不要) 契約検査課契約係
他詳しくは市ホームページ上段「しごと・産業」→「入札・契約」→「入札参加申請・登録・停止」を参照ください。

浄化槽は年1回の法定検査を

●環境課環境保全担当
(TEL71・2491 FAX72・3176)

浄化槽法では、生活環境の保全や公衆衛生の向上のため、浄化槽を使用する皆さんに保守点検、清掃のほか年1回の法定検査の受検を義務付けています。浄化槽法第11条に基づく定期検査が平成30年4月から変更になります。皆さんのご協力をお願いします。

浄化槽法の変更点

検査項目に新たに水の汚れを示す指標であるBODの検査が加わります。BOD検査を行うことにより、自らが排出する生活排水の汚れや浄化槽の調子を知ることができ、修理等の早急な対応が可能になります。

●詳細は公益社団法人長野県浄化槽協会(TEL026・234・7637 FAX026・233・4864)



防災

防災品のすすめ

●危機管理課消防係
(TEL72・6769 FAX72・6739)

出火防止や出火した際の拡大防止対策として、防災物品や防災製品の使用が有効です。

カーテンや布製ブラインドは火災が発生した際、天井付近まで炎が燃え移る材料となります。また、屋外に駐車してある自動車やオートバイ等のボディカバーは放火されやすい素材の一つです。防災品にはラベルの表示がありますので、購入時に確認ください。詳しくは、近くの消防署へ問い合わせください。

- 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



防災製品ラベル(画像上)と防災物品ラベル(画像下)

平成29年度自衛官等の募集

防衛省では下記日程で平成29年度各募集種目の受け付け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
予備自衛官補	一般	12月22日(金)～平成30年4月7日(土)	平成30年4月14日(土)～18日(水)の内指定される1日
	技能		
防衛大学校学生	一般(後期) 高卒(見込含)21歳未満の者(自衛官は23歳未満)	平成30年1月20日(土)～26日(金)	1次 平成30年2月17日(土) 2次 平成30年3月9日(金)

●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』 TEL FAX36・2787

健康づくり情報

意見募集

各種計画（案）意見募集

各種計画（表1①～⑨）に対する意見等を募集します。

市内に住所を有するか、通勤、通学する人。または、市内で事業を行う個人や団体など。

提出方法 任意の用紙に意見・提言を日本語で記載し、必要事項を明記の上、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・口頭による受け付けはできません。

必要事項 個人の場合は住所・氏名・電話番号、法人の場合は法人名・代表者名・所在地・電話番号を記載

募集結果の公表 受け付けた意見は、市の考え方とともに公表します。個々の意見に対して直接の回答はしません。



冬到来！予防と対策が重要

ノロウイルスの感染を防ぎましょう

感染力が強く、集団感染の恐れがあるノロウイルス。寒さと共に感染のピークを迎えます。感染経路や対策を理解し、感染の拡大を防ぎましょう。

主な感染経路と対策

●経路1「食品から人へ」

食品の十分な加熱で予防
 ・感染者が調理をして汚染された食品を食べて感染
 ・ウイルスの蓄積した加熱不十分な二枚貝などを食べて感染

▽対策

- 調理の前後、配膳時に流水、石けんで十分に手を洗う。
- 食品（特に貝類等）は中心まで加熱（85度以上で1分以上）
- 調理器具は流水、洗剤で十分に洗い、すぎぎ終わったら85度以上の熱湯に1分以上浸し、よく乾燥させる。

●経路2「人から人へ」

こまめな消毒で予防
 ・感染者のおう吐物や便、感染者が触れた箇所に触れて感染
 ・おう吐のしぶき、乾燥したおう吐物が空气中に漂い感染

▽対策

- おう吐物の処理は、使い捨てマスクや手袋等を着用し、ペーパータオル等で静かにふき取る。すぐにビニール袋に密封し、廃棄する（袋の中で塩素系消毒液に浸すと効果的）。
- 処理する人以外は3m以上離れ、十分に換気する。



問 健康推進課健康支援担当
 TEL 81・0711 FAX 81・0703

塩素系消毒液を作って、活用しましょう（ノロウイルスにはアルコール消毒は効きません）

次亜塩素酸ナトリウムを薄めて「塩素系消毒液」が作れます。家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。濃度により効果が異なりますので、正しく計りましょう。

市販製品の濃度（表示を確認）	食器、カーテンなどの消毒やふき取り 200ppmの濃度の塩素液		おう吐物などの廃棄 （袋の中で廃棄物を浸す） 1000ppmの濃度の塩素液	
	液の量	水の量	液の量	水の量
12%	5 m l	3 L	25 m l	3 L
6%	10 m l	3 L	50 m l	3 L
1%	60 m l	3 L	300 m l	3 L

厚生労働省HP
 「冬は特にご注意！
 ノロウイルスによる
 食中毒」より

●表1 意見募集する計画（案）

計画(案)名称	計画(案)概要	閲覧場所	募集期間 (当日消印有効)	問い合わせおよび提出先 【各課共通】 〒399-8281（住所不要）	市民説明会 (どなたでも参加できます)
①市災害廃棄物処理計画(案)	災害により発生した廃棄物の処理を適正かつ迅速に行うための計画	廃棄物対策課(2階6番窓口)、各支所地域課、市民活動サポートセンター内「くるりん広場」、市ホームページ	12月20日(水)～1月19日(金)	廃棄物対策課廃棄物対策担当 TEL71・2490 FAX72・3176 ✉haikibutsutaisaku@city.azumino.nagano.jp	—
②第2次市生涯学習推進計画(案)	新たな生涯学習環境の整備や、事業の充実を図るための計画	生涯学習課(3階5番窓口)、各支所地域課、各公民館、三郷を除く各図書館、市ホームページ	12月20日(水)～1月24日(水)	生涯学習課社会教育担当 TEL71・2466 FAX71・2338 ✉shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp	—
③市立認定こども園民営化中長期ビジョン(案)	市立認定こども園の一部民営化に係る中長期ビジョンの基本的な考え方やスケジュール	子ども支援課(1階10番窓口)、各支所地域課、市民活動サポートセンター内「くるりん広場」、市ホームページ	12月20日(水)～1月24日(水)	子ども支援課保育担当 TEL71・2256 FAX72・2065 ✉kodomoshien@city.azumino.nagano.jp	▷1月10日(水)市役所4階大会議室 ▷1月11日(木)穂高支所大会議室 ▷1月15日(月)三郷公民館講義室 ▷1月17日(水)堀金公民館講義室1 ▷1月18日(木)明科公民館講義室1・2 ※時間はいずれも午後7時～
④市文書館条例(案)	歴史的、文化的価値を有する公文書等を収集・保存、または広く利用することにより、市の教育、学術、文化および生活の発展に寄与するための条例	文化課(3階6番窓口)、各支所地域課、各公民館、三郷を除く各図書館、市ホームページ	12月25日(月)～1月25日(木)	文化課博物館係 TEL71・2465 FAX71・2338 ✉bunka@city.azumino.nagano.jp	—
⑤地域福祉計画・地域福祉活動計画(案)	地域で支え合い、安心して暮らせる地域共生社会を目指すための計画	長寿社会課(1階10番窓口)、各支所地域課、市ホームページ	12月25日(月)～1月26日(金)	長寿社会課福祉政策担当 TEL71・2253 FAX71・2328 ✉chojushakai@city.azumino.nagano.jp	1月18日(木)午後7時～市役所4階大会議室
⑥障害者基本計画(案)	障がい者施策の市の基本計画	福祉課(1階14番窓口)、各支所地域課、市ホームページ	12月25日(月)～1月26日(金)	福祉課障がい福祉担当 TEL71・2251 FAX71・2328 ✉fukushi@city.azumino.nagano.jp	—
⑦障害福祉計画(案)	障がい者福祉の市の具体的な施策	福祉課(1階14番窓口)、各支所地域課、市ホームページ	12月25日(月)～1月26日(金)	福祉課障がい福祉担当 TEL71・2251 FAX71・2328 ✉fukushi@city.azumino.nagano.jp	—
⑧障害児福祉計画(案)	障がい児福祉の市の具体的な施策	福祉課(1階14番窓口)、各支所地域課、市ホームページ	12月25日(月)～1月26日(金)	福祉課障がい福祉担当 TEL71・2251 FAX71・2328 ✉fukushi@city.azumino.nagano.jp	—
⑨第2次市図書館基本計画(案)	市民に計画的で充実した図書館サービスを提供し、本市の公立図書館の目指す姿を明らかにするための計画	図書館交流課(穂高交流学習センター「みらい内」)、各支所公民館、三郷を除く各図書館、各支所地域課、市ホームページ	12月26日(火)～1月24日(水)	図書館交流課図書館交流担当 TEL81・3111 FAX82・0966 ✉toshokankoryu@city.azumino.nagano.jp	—

平成30年～
条例改正

生活環境を保全するための 新しいルールが追加されます



廃 棄物の処理や清掃について定めた「安曇野市廃棄物の処理及び清掃に関する条例」の改正に伴い、1月1日から新たに「安曇野市廃棄物の適正処理等及び生活環境の保全に関する条例」が施行されます。施行にあたり、下記事項が新たに追加されます。安曇野の生活環境を保全し、きれいな安曇野を後世に残すために、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

図 廃棄物対策課 廃棄物対策担当 TEL 71・2490 FAX 72・3176

条例改正に伴う追加事項

1. 指定集積場所に排出された家庭系廃棄物の収集または運搬の禁止

市および市長が指定した者（市が委託した回収業者や集積場所の管理当番の人等）以外の指定集積場所からの持ち出しを禁止します。近年、都市部で資源物の持ち去りが問題になっており、今後地方でも同様の問題が生じる可能性があります。違反者には命令を出し、従わない場合、20万円以下の罰金と公表の対象となります。

指定集積所からの無断持ち出しは禁止だよ



2. 公共の場所の清潔の保持

公共の場所にペットのふん、紙くずやたばこの吸い殻等の放置（いわゆるポイ捨て）等を禁止します。また、公共の場所でチラシを配る際にはチラシの散乱を防ぐことや、工事を行う際に資材等が飛散・流出しないよう適正に管理する責任があります。公共の場所を汚した場合は、汚した本人が清潔の保持（片付け等）を行う必要があります。

犬のふんは責任をもって片付けよう



3. 土地または建物の適正管理

不法投棄の防止、周辺的生活環境を害さないために管理者は土地を適正に管理する責任があることを定めています。管理を怠り不法投棄が生じた場合は、管理者に投棄物の処分を行う責任が生じます。また、周辺的生活環境を著しく害している場合には、代執行の対象になることがあります。

不法投棄をさせないように管理しよう



4. 一般廃棄物収集運搬業および処分業における事前手続き

一般廃棄物の許可業者が、新たに一般廃棄物を保管して運搬する・処分業を行う等の際は、許可申請等を行う前に周辺地域に居住等をする住民に対し、事前に説明を行うことを定めています。

業者の事前説明を確認しよう



シリーズ 第1回

清らかで良質な水をいつまでも

水道水の安定供給に向けて

水道水の安定供給のための課題や取り組みを、今号から3回にわたり紹介します。第1回は水道事業の現状についてです。

図 経営管理課 庶務担当 (TEL 71・2271 FAX 72・3176)

安曇野市水道事業に統合 経営基盤を強化

市の水道事業は合併後も旧町村ごとに取得したそれぞれの認可計画により運営してきました。経営の安定化を図るため、平成24年度に豊科地域と三郷地域の水道事業を統合、平成28年度にはすべての事業を統合し、市の水道事業を運営しています。

市内の全水道事業を統合したことで、各地域の水を計画的に配水できるようになり、災害や大規模な事故など非常時での安定供給が可能になりました。

また、既存施設の有効利用と統廃合による維持管理費の軽減など経営の効率化を進めることができるようになります。

「おいしい水道水」の継承へ

経営基盤の強化や水道水の安定供給を進める市水道事業ですが、人口減少に伴う料金収入の減少や施設の老朽化など、検討が必要な課題も残されています。

市では、平成28年度に今後10年間を見据えた新たな「水道ビジョン」を策定しました。水道事業の理想とする将来像実現のため、ビジョンに定めた目標を着実に推進し、次世代へ安心・安全・信頼される「おいしい水道水」を継承していきます。



水道事業を取り巻く課題と今後に向けて

課題① 料金収入の減少

人口減少社会が到来し、市の人口も減少しています。このことにより水の需要も減少し、水道料金収入も減少していくことが見込まれます。

課題② 施設の更新費用

市の水源や水道管などの施設は昭和50年代に整備された施設が多く、老朽化が進んでいます。また、全国的に自然災害が多発しており、水道施設の耐震化など災害に強い施設整備も計画的に行う必要があるため、多額の費用が必要になることが見込まれます。

課題③ 各地域の水道料金の違い

水道事業は水道料金で運営していますが、各地域の認可計画で運営をしてきたため、超過料金の統一がされていません。

表1 水道基本料金と超過料金（1㎡あたり）

使用水量	豊科	穂高	三郷	堀金	明科
0 から 10	基本料金：1,540円（メーター口径13ミリの場合）				
11 から 30	155円	196円	155円	155円	222円
31 から 100	186円	211円	186円	175円	242円
101 以上					263円

◆今後に向けて

料金収入の減少や多額の施設の更新費用などが見込まれますが、市民の皆さんへ「安全でおいしい水道水を安定して供給する」ことが水道事業の責務です。今後、負担の公平性を図りながら適正な水道料金水準を検討していきます。

第2回は災害対策など具体的な事業について1月号（1月24日発行）で紹介します。

1月(January)の予定

1月の各種相談

場…場所 聞…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 14:00～16:00

4日(木)・15・22日(月)
場 岡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 14:00～16:00

11・18・25日(木)
場 岡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 9:30～10:00

4日(木) 場 岡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

10・17・24・31日(水)
場 豊科保健センター 2階和室
岡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。※17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)

9日(火)・*22日(月) 時 13:00～16:00
場 堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・Fax73-5775)

9日(火)・*23日(火) 時 13:00～16:00
場 穂高地域福祉センター(Tel82-2940・Fax82-9621)

10日(水)・*24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)

11日(木)・*25日(木) 時 13:00～16:00
場 三郷福祉センター(Tel77-8080・Fax77-8081)

12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」(Tel62-2429・Fax62-5025)

岡心配ごと相談…上記へ
岡行政相談…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 ※1・2・3・8日は行いません
場 岡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 ※1・2・3・8日は行いません
場 岡教育相談室(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 ※1・2・3・8日は行いません
場 岡教育相談室(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(水) 場 穂高会館 ※人権相談
岡法務局松本支局(Tel32-2571・Fax32-2572)

1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

1日(月)元旦	2日(火)	3日(水)	7日(日)	8日(月)成人の日	14日(日)	21日(日)	28日(日)
古川医院 82-4385 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	穂高病院 82-2474 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	小田切医院 83-6025 [穂高]	古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
中田医院 82-2339 [穂高]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	高橋医院 82-2561 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]
あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	米倉医院 72-2354 [堀金]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]	木暮医院 77-2119 [三郷]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	和田田医院 72-2047 [堀金]
けやき歯科 72-7272 [堀金]	松本歯科医院 82-8205 [穂高]	山本歯科クリニック 84-0004 [穂高]	布山歯科医院 77-6388 [三郷]	よこざわ歯科医院 82-2121 [穂高]	林歯科医院 62-2403 [明科]	矢島歯科医院 72-2163 [豊科]	飯田歯科医院 73-7618 [豊科]

1月の児童館の予定

…乳幼児対象 …参加費 休館日…日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)
※市内9つの児童館は、安曇野市福祉協議会が指定管理者として運営しています。
※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。

★豊科中央児童館

Tel・Fax72-0122

チャレンジタイム ボッチャボール教室
要予約 対象：小学生 定員10人 5日(金) 10:00～11:00

 育児相談 12日(金) 10:30～12:00

 読み聞かせ 15日(月) 11:00～

 キッズパーク おやつづくり
16日(火)・17日(水)・18日(木) 10:30～11:30

要予約 **100円** 対象：16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児、18日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物

卓球教室 20日(土) 14:00～15:00
要予約 対象：小学生以上 定員10人

 子育て勉強会 どうする?子どもの急病
要予約 定員20組 22日(月) 10:30～11:30

チャレンジタイム ボッチャボール大会
要予約 対象：小学生 定員15人 27日(土) 14:00～15:00

★南穂高児童館「にこにこランド」

Tel71-5150 Fax71-5152

チャレンジタイム 子ども手品教室～君もマジシャンになろう!～
要予約 対象：小学生以上 定員20人 6日(土) 10:30～11:30

 みんなあつまれ 餅つき会&観劇会
要予約 **100円** 定員50組 13日(土) 10:00～12:00

ファミリーサポート登録会 15日(月) 10:30～
持ち物：印鑑

囲碁・将棋を楽しもう 15・22・29日(月) 15:30～16:30
対象：小学生以上

 育児相談 19日(金) 10:30～12:00

 読み聞かせ 22日(月) 11:00～11:20

★高家児童館

Tel・Fax72-5685

読み聞かせ 5日(金) 11:00～

育児相談 12日(金) 10:30～12:00

地域の知恵袋 編み物&風づくり 13日(土) 10:00～12:00
100円 対象：小学生以上 定員20人

 みんなあつまれ ヨガdeリフレッシュ!
要予約 定員20組 持ち物：ヨガマット
か大きめのバスタオル ※託児あり要相談 19日(金) 10:30～11:30

★三郷児童館

Tel76-0185 Fax76-0186

 読み聞かせ 12日(金) 11:00～11:20

 育児相談 15日(月) 10:00～12:00

 子育て勉強会 家庭でできる感染予防と対策
要予約 定員20組 19日(金) 10:30～11:30

 お下がり会 24日(水) 10:30～11:00
出品者要申し込み。出品者は10:00までにお越しください。

★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10:00～12:00

チャレンジタイム バレンタインのお菓子作り
要予約 **100円** 対象：小学生 定員15人 20日(土) 10:30～12:00

 読み聞かせ 22日(月) 11:00～11:20

★穂高北部児童館

Tel・Fax83-5494

 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

 わらべうた 15・22・29日(月) 11:10～

 キッズパーク リズム遊び
16日(火)・18日(木) 10:30～11:30
対象:16日(火)は2歳児以上、18日(木)は1・0歳児合同

 みんなあつまれ!
1月生まれハッピーバースディ♡ 19日(金) 10:30～11:30

★穂高中央児童館

Tel84-0762 Fax82-9621

 キッズパーク まゆ玉作り
9日(火)・10日(水)・11日(木) 10:30～11:30
要予約 **100円** 対象:9日(火)は2歳児以上、10日(水)は1歳児、11日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物：エプロン・三角巾・マスク・手拭き

 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

 キッズパーク 親子のできる運動遊び
23日(火)・24日(水)・25日(木) 10:30～11:30

要予約 対象:23日(火)は2歳児以上、24日(水)は1歳児、25日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物：動きやすい服装・飲み物

チャレンジタイム 凧作りとおしるこ会
要予約 **100円** 対象：小学生以上 定員20人 27日(土) 10:30～11:30

★堀金児童館

Tel71-2122・Fax71-2126

 育児相談・身体測定 15日(月) 10:00～12:00

チャレンジタイム レジンを使ったアクセサリー作り
要予約 **400円** 対象：小学生 定員15人 20日(土) 10:30～11:30

ファミリーサポート登録会 26日(金) 10:30～
持ち物：印鑑

 子育て勉強会 入園前の心構え・コップ袋作り
要予約 **200円** 定員10組 持ち物：裁縫道具 ※託児あり要相談 29日(月) 10:00～12:00

★明科児童館

Tel62-2482 Fax62-1124

読み聞かせ ひばりの会さん 11日(木) 16:00～
対象：小学生以上

 キッズパーク やしようまづくり
16日(火)・17日(水) 10:30～11:30

要予約 **100円** 対象：16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1・0歳児合同 定員各5組

 読み聞かせ 19日(金) 11:00～11:20

育児相談 19日(金) 10:30～12:00
中高生対象 クライミング教室 20日(土) 14:00～15:30
要予約 対象：中学生・高校生 定員10人 持ち物：運動のできる支度

 みんなあつまれ 野菜ソムリエによる煮込み料理
要予約 **300円** 定員15組 29日(月) 10:30～12:00

写真で振り返る

2017年



2017年は皆さんにとってどのような年だったでしょうか。安曇野でもたくさんのお出来事・行事がありました。本年、「広報あづみの」の紙面で取り上げた話題の一部を写真で振り返ります。

出来事

安曇野のお船祭りが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。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が行われる。

安曇野市自治基本条例を施行

自治の基本理念および市政運営の基本原則を定め、市民・市議会・市の役割や関係を示した自治基本条例を施行。

相次ぐ豪雨 土砂災害対策本部を設置

相次ぐ豪雨により、市は土砂災害対策本部や臨時避難所を設置。

選挙権年齢18歳以上に引き下げ後、初の市長・市議選

選挙権年齢が18歳以上に引き下げられてから初めての市長、市議会議員一般選挙が10月15日に行われ、新たな有権者が一番身近な選挙に一票を投じた。宮澤宗弘市長が3選、市議会議員は3人減の22議席に。

1月 県内で初めて県柔道整復師会と災害時協力協定締結
 「安曇野のお船祭り」国選択無形民俗文化財に選択：①
 2月 市区長会「コミュニティ・マニユアル」作成
 市内13団体と高齢者や障がい者の「市見守り活動に関する連携協定」締結：②
 3月 信州大学と包括的連携協定締結：③



7月 県市長会の副市長・総務担当部長会議が市内初開催
 穂高駅前広場改修工事がしゅん工：⑦
 環状交差点の普及のためラウンドアバウトサミットin安曇野を開催（28日）
 拾ヶ堰・世界かんがい遺産登録記念式典を開催：⑧
 市消防団第4分団小型ポンプ操法の部県大会出場：⑨
 8月 防災ラジオ運用開始。防災行政無線緊急割り込み放送が可能に

13日 市社会福祉協議会と「災害時等における福祉避難所の開設及び運営に関する協定」締結
 安曇野市空き家バンク開設
 4月 介護予防・日常生活支援総合事業開始
 自治基本条例を施行
 母子・子育て相談窓口開設：④
 市コミュニティスクール（ACS）事業開始
 ファインビュー室山リニューアルオープン：⑤



29日 旧豊科支所跡地に豊科公民館駐車場供用開始
 安曇野産リンゴを使用した安曇野林檎ナポリタンが「カゴメナポリタンスタジアム2017」入賞：⑥



6月 道路の不具合箇所をスマートフォン等で投稿できる「情報通報システムあづみの」運用開始
 10日 三郷出身の柳島皇瑤さん国際バレエコンクールで金賞受賞



22日 三郷中学校が全日本中学校陸上競技選手権大会・陸上女子共通4×100リレーで5位入賞
 9月 安曇野・筑北間を結ぶ新矢越トンネル・滝上大橋が完成：⑩
 10月 宿泊型産後ケア・母乳相談等助成事業開始
 選挙権年齢18歳以上へ引き下げ後、初の市長・市議会議員一般選挙：⑪
 11月 村上広志副市長が任期満了により退任
 15日 穂高墓地公園に市内初の合葬式墳墓がしゅん工：⑫
 23日 東京オリ・パラホストタウン事業、オーソトリアカヌー連盟が安曇野を視察：⑬
 12月 三郷交流学習センター「ゆりのき」建設工事がしゅん工（予定）

2018年（平成30年）



来年はどんな1年になるでしょうか？

目指せ!

健康寿命日本一 その八

身体が不自由な皆さんも、

家族で安心して利用できます。

安曇野しやくなげの湯 家族風呂「暖らんの湯」



利用者からの手紙 (抜粋)

謹啓

まだまだ秋の盛りと思いましたが安曇野は冬支度を始めている姿に驚きました。

さて、お礼を申し上げたいと思いましたが、新しくなった「しやくなげの湯」の家族風呂についてです。安曇野には別荘があり、今まで小さいころから何度となく訪れては、あちこちの温泉を楽しませてもらっていました。一緒に行く相手は祖母でした。しかし、その祖母も今年で90歳になります。1人で入浴するには転倒などを心配しなければならない年齢となりました。今回「しやくなげの湯」に家族風呂ができ、利用させていただくことで、孫としても祖母としてもゆっくりと楽しむ時間を持つことができました。そして介護用の椅子があったことで、祖母の体や頭も洗ってあげることができました。20年ぶりに祖母と一緒に入り、背中を流してあげられました。旅行先で介添えなしに家族でお風呂に入れた事、その事が何よりもうれしかったです。本当にありがとうございました。

謹言

平成29年11月13日

奈良市 Yさん

健

康増進と交流の場「安曇野しやくなげの湯」。11月に

は来館者30万人を達成し、多くの皆さんに利用いただいています。施設には、身体が不自由な皆さんもゆっくりとくつろげるよう、貸切風呂の「暖らんの湯」を設けて

います。この湯には、専用の脱衣所とトイレがあり、料金は1回1時間2000円です。また、入浴時に介助者が必要で、障がいがある市民を対象に割引券を交付しています(詳細は福祉課障がい福祉担当 当直71・2251 FAX71・2328)。
ご家族などの団らんのかたとして、ご利用ください。
安曇野しやくなげの湯 (TEL88・4126 FAX88・4127)
※暖らんの湯は要予約

食



食・心・体の3つのキーワードから、安曇野市が目指す「健康長寿日本一」のヒントを探ります。

編集後記

◆「皆さんのお役に立てるなら…」とご家族の認知症を語っていただいた菱川さん(3ページ)。今回の特集がお気持ちに伝わるものとなり、多くの皆さんに届くものとなるよう願うばかりです。 四
◆体から植物が生えたり、俳優さんに嫌がらせをされたり…。不思議な夢を見る日が続いています。夢占いではどのような運勢なのか気になるこの頃です。 四
◆常念岳も雪化粧を終え、晴れた朝の情景が最高ですね。だけど、いつ里に雪が降りつもるかソワソワ。雪対策グッズの用意だけは抜かりなく。 四
◆冬といえば温かい鍋ですが、シメもしっかり食べてしまいが家。体重計に乗るのが少し怖いこの時期です。 四

本庁舎夜間・休日開庁日

時間延長窓口1月16日(火)

(午後5時15分から8時まで)

休日開庁日1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29年12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

TEL0263・71・2000 FAX0263・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23円

次回発行…お知らせ版1月10日(水)

古紙配合率80% 再生紙を使用しています。



人口と世帯 2017.12.1 現在 () 内は対前月比

人口 98,068人(±0) 男47,586人(-5) 女50,482人(+5)

世帯 39,297世帯(+32) ※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
徳高支所 〒399-8303 長野県安曇野市徳高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