



- ・福祉医療費給付方式の変更 …… 2
- ・海外ホームステイ参加者募集 … 4
- ・老人福祉計画・介護保険事業計画…10
- ・スポーツ教室参加者募集 ……18

お知らせ版



7

2018. 7. 4

当日予定のある人は、
期日前投票を忘れずに！



長野県知事選挙

8月5日(日)投開票

投票時間 午前7時～午後8時

※大口沢公民館は午後6時まで

◆投票ができる人は

安曇野市の永久選挙人名簿に登録されている人が投票できます。投票所入場券（ハガキ）は、7月中旬に郵送します。

◆不在者投票

不在者投票はそれぞれ事前に手続きが必要です。早めに申請を済ませましょう。

【郵便等による投票】

重度の身体障がいのある人は、在宅で郵便により投票ができます。事前に「郵便投票証明書」の交付を受けてください。

【病院や老人ホーム等での投票】

不在者投票可能な施設に指定されている病院や老人ホーム等に入院（入所）している人は、施設で投票することができます。日時は施設により異なりますので、詳細は施設へ問い合わせください。

【滞在地での投票】

投票日に仕事や学業などで他市区町村に滞在している人は、滞在先の選挙管理委員会で不在者投票ができます。

■問い合わせ

市選挙管理委員会事務局

TEL 71・2031 FAX 72・9266

■期日前投票

市役所本庁舎・穂高支所

7月20日(金)～8月4日(土)

三郷公民館・堀金支所・明科公民館

7月28日(土)～8月4日(土)

■時 間 午前8時30分～午後8時

■持ち物 投票所入場券

※期日前投票はどの期日前投票所でも投票できます。
※場所により投票期間が異なります。ご注意ください。
※入場券の裏面は期日前投票宣誓書（兼請求書）になっており、あらかじめ記入しておくことでスムーズに投票できます。（期日前投票所にも同じ用紙を用意しています）

皆さんの想いを県政へ
さあ、投票に行こう！



選挙のめいすいくん

みずん

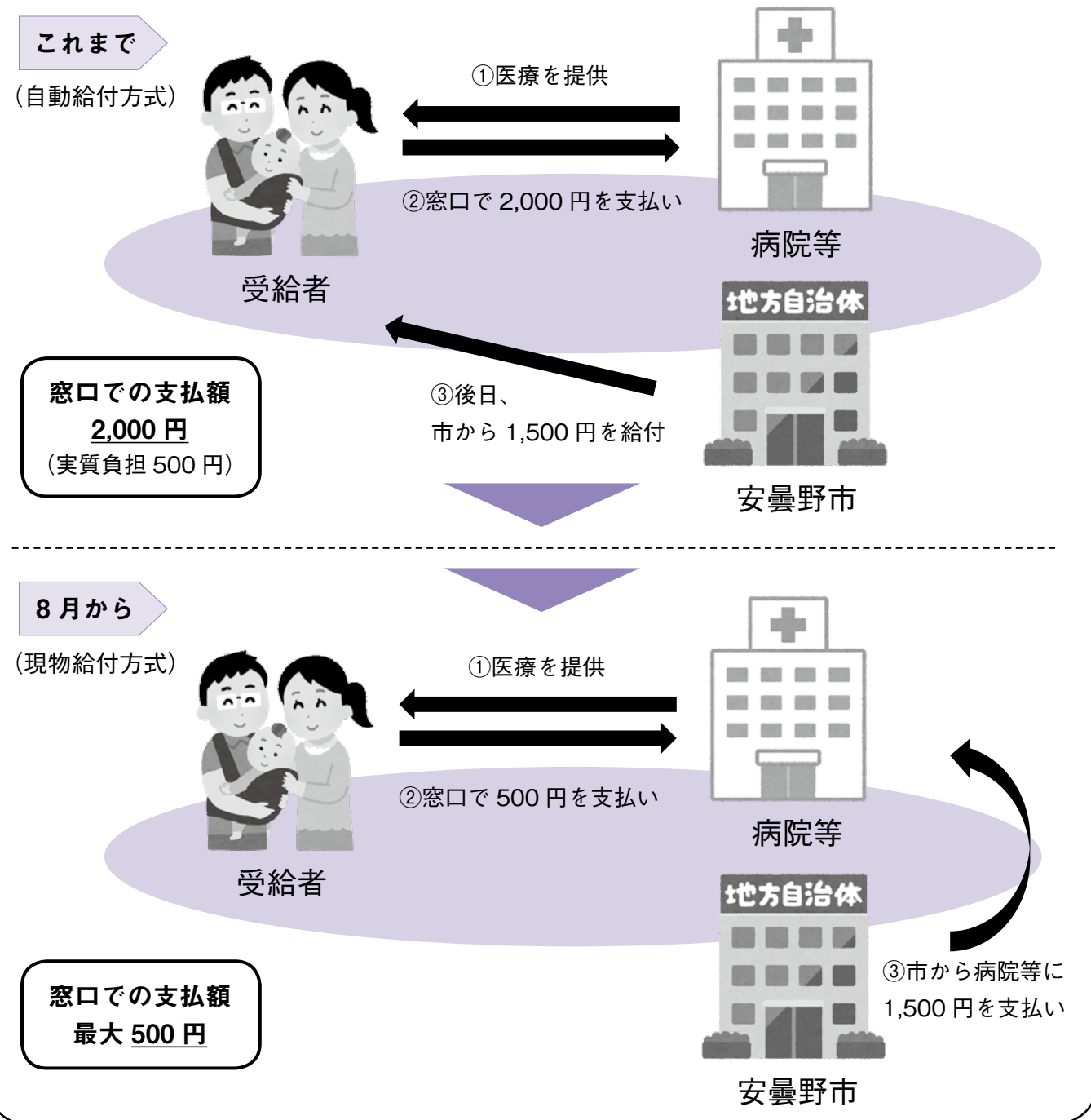
中学生までの福祉医療費が窓口支払い最大 500 円に — 平成 30 年 8 月 1 日から —

対 象 中学 3 年生までの子ども（満 15 歳に達する日以後の最初の 3 月 31 日までの受診分）

福祉医療費はこれまで、病院等の窓口で保険診療の一部負担金を支払い、後日市から自己負担金との差額を給付していました。8 月 1 日受診分から、中学 3 年生までの子どもは、保険証と新しい福祉医療費受給者証を窓口で提示すれば、最大 500 円の自己負担金を支払うことで医療を受けることができるようになります。

対象となるのは医科、歯科、院外薬局での調剤、訪問看護療養費です。

例：総医療費＝10,000 円、一部負担金＝2,000 円（未就学児 2 割負担）の場合



◎下記の医療費については新方式の対象となりませんのでご注意ください！！

福祉医療費給付の対象とならないもの

- ◇入院時食事療養費・生活療養費・部屋代
- ◇保険診療外のもの
(自費診療、健康診断、予防接種、文書料等)
- ◇学校や認定こども園内での負傷等（※）
- ◇交通事故等第三者行為による診療 など

一部負担金を全額支払い、
のちに市へ給付申請が必要となるもの

- ◇長野県外の病院等を利用した場合
- ◇整骨・接骨・鍼灸院を受診した場合
- ◇病院等で新しい受給者証を提示しなかった場合
- ◇病院等で新しい給付方式に対応できなかった場合
- ◇治療用装具(弱視用眼鏡など)の製作をした場合
- ◇未熟児養育医療の制度を利用した場合 など

※学校や認定こども園等内での負傷等は、スポーツ振興センターの災害共済給付が適用されます。一部負担金を全額病院等の窓口で支払った上、学校等を通じて災害共済給付の手続きをしてください。

◎自己負担金 500 円について

病院等の窓口で支払う 500 円の自己負担金を負担していただく単位は、レセプト（診療報酬明細書）ごととなります。レセプトは 1 人につき以下の項目ごとに作成されます。

- ① 1 カ月ごと ② 医療機関ごと ③ 加入医療保険ごと ④ 医療内容(通院、入院、歯科、調剤、訪問看護)ごと

※薬局では医療機関が発行した処方箋ごとにレセプトが発行されるため、同じ薬局でも 500 円×医療機関数の自己負担金をお支払いいただきます。

例

- ・ A 病院に 8 月から 9 月にかけて入院した場合 (①) 500 円×2
- ・ 同月内に A 病院と B 病院に通院し、C 薬局でそれぞれ調剤してもらった場合 (②、④) 500 円×4
- ・ 病院入院中、安曇野市国保に加入していたが、月の途中で社保に変更した場合 (③) 500 円×2
- ・ 同月内に A 病院に 3 日の通院と、一週間の入院をした場合 (④) 500 円×2

◎対象者へ 7 月末日までに新しい受給者証を郵送します

- ◇受給者証の左上に“現物”と記載されています。
- ◇8 月以降、中学 3 年生までは有効期間内であっても、現在の受給者証は使用できなくなります。新受給者証が届いたら、現在の受給者証は市に返却または破棄してください。
- ◇市から転出後は、安曇野市交付の受給者証を使用しないでください。
- ◇国や県の公費負担医療（小児慢性特定疾病など）の受給者証を持っている人は、公費負担医療が福祉医療費よりも優先されます。病院等の窓口で福祉医療費受給者証、保険証と一緒に公費負担医療の受給者証も提示してください。

岡長寿社会課福祉政策担当 TEL 71・2253 FAX 71・2328

現物	福祉医療費受給者証
公費負担者番号	
受給者番号	
住所	
氏名	
生年月日	年 月 日
自己負担金	円
入院時医療費	円
摘要	
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
交付年月日	年 月 日

凡例 日日時 場場所 内内容 対対象 期期間 講講師 費費用 定定員 持持ち物 申申し込み 提提出先 他その他 問問い合わせ

※特に記載のない場合、申込時間は開庁日の午前8時30分から午後5時15分まで。



中学生海外ホームステイ 交流派遣事業参加者

園学校教育課学校教育係

(TEL 71・2460 FAX 71・2338)

国際社会に対応できる人材育成と英会話能力の向上を目指し、市内中学生の海外ホームステイ交流派遣事業の参加者を募集します。
日平成31年3月16日(土)～25日(月)

対市内在住で市内中学校に在学する中学2年生

派遣先 オーストラリア

費15万円 定14人(選考有り)

申7月20日(金)までに申込書を記入の上、通学している中学校へ提出。募集要項・申込書・承諾書等は各中学校または市ホームページから入手できます。詳細は募集要項を確認ください。

学校給食調理員

園中部学校給食センター

(TEL 72・2674 FAX 72・1466)

学校給食調理員を募集します。

期7月9日(月)～20日(金)

内雇用期間 採用の日から平成31年3月31日まで

勤務条件 ▽時給900円

▽午前8時15分～午後4時

対調理・厨房機器取扱経験、対応可能な人

定若干名

申 申込書を中部学校給食センターへ提出。申込書は各学校給食センターまたは市ホームページから入手できます。

2018信州ねりんピック 参加者・出展作品

園長寿社会課長寿福祉係

(TEL 71・2254 FAX 71・2328)

(公財)長野県長寿社会開発センター

(TEL 026・226・3741)

スポーツや創作活動により、明るく活力ある長寿社会づくりを目指して開催される福祉の祭典「信州ねりんピック」の参加者と出展作品を募集します。

スポーツ交流大会参加者募集

日10月20日(土)

場 東御中央公園・海野マレットゴルフ場

対県内在住の60歳以上(昭和34年4月1日以前に生まれた人)

内競技種目 ▽グラウンドゴルフ

▽ダンススポーツ▽ゲートボール▽ソフトテニス▽ソフトバレーボール▽ベタンク▽ウォークラリー▽弓道▽テニス▽マレット

トゴルフ(10種目)

費1人500円(資料・保険料等)

※昼食代は含まれていません。各自で用意してください。

申8月17日(金)までに長寿社会課(1階13番窓口)に備え付け

の競技要領兼参加申込書に必要な事項を記入の上、長野県長寿社会開発センター松本支部へ。申し込みは受付順です。定員等詳細は申込書をご覧ください。

高齢者作品展・出展作品募集

対県内在住の60歳以上(昭和34年4月1日以前に生まれた人)のアマチュア

内募集部門 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真

※大きさなど出品規格があります。詳細は問い合わせください。

申8月31日(金)までに長寿社会課に備え付けの作品展出品票へ記入の上、同課に提出。

他作品は作品展出品票2枚目作品の裏へ貼りつけ、梱包後、9月14日(金)までに長寿社会課窓口へ搬入してください。

安曇野環境フェア2018 出展者・発表者

園環境課環境政策係

(TEL 71・2492 FAX 72・3176)

✉kankyou@city.azumino.nagano.jp

「安曇野環境フェア2018」の出展者・発表者を募集します。

ブース出展者募集

日10月6日(土)～7日(日)

▽6日午前9時30分～午後4時

▽7日午前9時～午後4時

場 堀金総合体育館 費 無料

内環境活動の取り組みの紹介や環境に配慮した商品の販売・提案。
環境活動発表会 発表者募集
日10月6日(土)午後1時～(予定)

内環境に関する課題や解決策、環境活動の成果等の発表・提案。(10分～15分程度)

【共通事項】

申8月16日(木)までに申込用紙に必要な事項を記入の上、環境課(2階5番窓口)へ持参・郵送・電子メールいずれかの方法で。申込用紙および募集要項は環境課、市ホームページまたは安曇野エコプラン・net(TEL http://www.azumino-ecoplan.net)より入手できます。希望者には郵送します。

〒399・8281(住所記載不要) 環境課宛て

庭園出展コンテスト作品

園都市計画課公園緑地係

(TEL 71・2249 FAX 72・3569)

緑化活動・造園や園芸の技能をPRするため、全国都市緑化信州フェアで開催する「庭園出展コンテスト」出展作品を募集します。
期平成31年4月25日(木)～6月16日(日)

場 松本平広域公園
内部門 ▽「あそびの森」10～30

平方メートル10区画▽「信州彩園」16平方メートル6区画▽「信州の庭」30

平方メートル30区画

対庭園の施工技術を有する、企業・団体・グループ・個人など
参加条件等 ▽出展無料▽制作経費・維持管理は出展者負担▽期間中専門家によるコンテスト審査を行い表彰

申7月18日(水)までに第36回全国都市緑化信州フェア事務局へ(TEL 88・1184 FAX 88・1187)※応募方法等詳細は、公式ホームページ(TEL http://shinshu-hanafesta2019.jp/news/)をご覧ください。

第21回長野県障がい者文化 芸術祭 出展作品

園福祉課障がい福祉担当

(TEL 71・2251 FAX 71・2328)

第21回長野県障がい者文化芸術祭への出展作品を募集します。

日9月15日(土)・16日(日)

午前9時～午後4時45分(16日は午後1時まで)

場 長野県障がい者福祉センター
対県内に住所を有する障がいのある人

内応募規定 ▽部門 絵画・手芸・

工芸・書道・写真・文芸

▽応募点数 文芸部門を除くいずれかの部門で、1人1点もしくは1グループ1点

▽作品の規格等 平成29年8月以降に制作した作品。各部門の規格等詳細は、市ホームページをご覧ください。申し込みは、市ホームページまたは各支所地域課で入手できます。作品搬入日程等は申込者に後日通知します。

暴力追放運動に活用するポスター・標語の募集

暴力団を許さない、暴力団を排除する意識の高揚を訴えるポスターおよび標語を募集します。

対県内在住者 内応募作品は自作未発表作品に限り、何点でも応募できます。

申9月7日(金)までに、ポスターはB3版の画用紙1枚につき1作品を郵送。標語は任意の様式に郵送、ファクス、電子メールいずれかの方法で。作品には住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、職業または学校名(学年・組)、電話番号を明記してください。※応募作品は返却しません。

〒380・8510(住所記載不要)(公財)長野県暴力追放県民センター宛て ✉botsui@mx2.avis.ne.jp

他▷最優秀作品、入選作品等を決定。入選者には直接連絡します。最優秀作品、入選作品、佳作はホームページで発表します。▷最優秀作品、入選作品を10月31日(水)に長野市ホクト文化ホールで表彰します。

園(公財)長野県暴力追放県民センター TEL 026・235・2140 FAX 026・233・3741

アクアピア安曇野「夏休み水の研究室」

下水道終末処理場「アクアピア安曇野」を見学し、微生物の観察や水をきれいにするしくみを学びませんか。

日①7月27日(金) ②8月3日(金) 午前9時30分～正午 ※どちらも同じ内容です

場アクアピア安曇野 内下水処理の見学体験、顕微鏡での微生物観察

対小学校4年生以上(できる限り保護者同伴で参加ください)

費無料 定各日20人

申7月23日(月)までに住所・氏名・電話番号・学校名・学年・保護者氏名・参加希望日を明記の上、郵便・ファクス・電子メールいずれかの方法で。

〒399・8203 安曇野市豊科田沢6709 長野県犀川安曇野流域下水道事務所宛て

園長野県犀川安曇野流域下水道事務所 TEL 73・6571 FAX 73・6572 ✉azuminoryuiki@pref.nagano.lg.jp

凡例 日日時 場場所 内内容 対対象 期期間 講講師 費費用 定定員 持持ち物 申申し込み 提提出先 他その他 問問い合わせ

※特に記載のない場合、申込時間は開庁日の午前8時30分から午後5時15分まで。

保険証等

保険証等が更新になります

保険証等が8月に更新になります。対象者には、新しい保険証等を7月末日までに郵送しますので、記載内容を必ず確認してください。また、現在の保険証等は8月1日以降に各自で破棄してください。

更新になる保険証等は次のとおりです。

①後期高齢者医療被保険者証

国保年金課国保年金担当
(TEL71・2475 FAX71・2503)

対75歳以上の人（65歳以上で障がい認定を受けている人）

内「長野県後期高齢者医療広域連合」と記載された、クリーム色の封筒で郵送されます。新しい保険証の色は「黄色」です。

【自己負担限度額の変更】

8月以降、1カ月の自己負担額の限度額が変更になります。対象者には新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」を送付します。変更内容の詳細は、6月下旬に郵送された通知を確認ください。

問長野県後期高齢者医療広域連合事務局業務課資格保険料係
(TEL026・229・5320)

②国民健康保険高齢受給者証

国保年金課国保年金担当
(TEL71・2029 FAX71・2503)

対国民健康保険の70歳から74歳までの人

内有効期間は原則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75歳の誕生日の前日までです。自己負担額は高齢受給者証に記載された割合となります。75歳以上は後期高齢者医療制度に加入します。

③限度額適用認定証

国保年金課国保年金担当
(TEL71・2029 FAX71・2503)

対75歳未満の国民健康保険加入者
内7月25日（水）から申請を受け付けます。8月以降も必要なのは申請してください。また、所得区分が現役並みⅠ・Ⅱ（表1参照）に該当する人も新たに対象となり、申請が可能です。8月以降に入院や高額な外来診療を受ける予定があれば更新の手続きは必要ありません。入院等で認定証が必要になった場合、申請すれば、申請した月の

初日から有効な認定証を交付します。

【自己負担限度額の変更】
8月から70歳以上の被保険者の自己負担限度額が左表のように変更となります。

（表）70歳以上の被保険者の自己負担限度額（8月から）

所得区分	外来 (個人単位)	入院 (世帯単位)	4回目以降 ※2 (過去12カ月間)
現役並みⅢ (課税所得690万円以上)	252,600円 + (総医療費－842,000円) × 1%		140,100円
現役並みⅡ (課税所得380万円～690万円未満)	167,400円 + (総医療費－558,000円) × 1%		93,000円
現役並みⅠ (課税所得145万円～380万円未満)	80,100円 + (総医療費－267,000円) × 1%		44,400円
一般	18,000円 ※1	57,600円	44,400円
低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円	24,600円
低所得者Ⅰ	8,000円	15,000円	15,000円

※1 年間上限144,000円

※2 過去12カ月以内に3回上限に達した場合、4回目からの上限額が下がります。

退職金は国の制度を上手に活用しましょう

中退共制度（中小企業退職金共済制度）は、中小企業で働く従業員のための外部積立型の退職金制度です。国が掛金の一部を助成し、掛金は全額非課税で、手数料も不要です。また、パートの人も加入できます。詳しくは、独立行政法人勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部のホームページをご覧ください。

問独立行政法人勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部 TEL03・6907・1234
URLhttp://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/

サマージャンボ宝くじ

市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」が市内宝くじ売り場などで販売されます。

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。収益金は、販売実績により配分されますので、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

販売期間 7月9日（月）～8月3日（金）

抽選日 8月14日（火）

問政策経営課企画担当 TEL71・2401 FAX71・5155

熱中症に気をつけましょう

夏の強い日差しの下だけでなく、特に乳幼児や高齢者は暑い室内や車内に長時間いるだけでも熱中症になることがあります。

●熱中症予防のポイント

- ▷こまめに水分や塩分を補給する。
- ▷外出時には日傘や帽子を利用し、日陰等でこまめに休憩をとる。
- ▷室内では、扇風機やクーラーで、温度・湿度を調整する。

●熱中症が疑われたら

- ▷涼しい環境に避難し、水分と塩分を補給する。スポーツドリンクは水分と塩分を同時に摂取することができます。
- ▷衣服を脱ぎ、身体を冷やす。水のう等が用意できれば、首、脇の下、太もの付け根等に当てると効果的です。
- ▷反応が鈍くなり、自力で水が飲めないような状態の場合は、ただちに119番通報し、救急車を要請してください。

問お近くの消防署へ

夏の交通安全やまびこ運動 ～思いやり 乗せて信濃路 咲く笑顔～

この時期は、夏休みや行楽シーズンを迎え、県内外からの観光客が多く訪れるとともに、外出の機会も増えます。

交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、交通事故を防ぎましょう。

運動期間中、各地で啓発活動が実施されます。皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

期7月22日（日）～31日（火）

県下一斉街頭活動日

7月23日（月）・26日（木）

内▷子どもと高齢者の交通事故防止

▷生活道路の安全確保と歩行者保護の徹底

▷飲酒運転の根絶

問地域づくり課生活安全係

TEL71・2495 FAX72・3176



助成

ペレットストーブ導入補助金

園耕地林務課林務担当

(TEL71・2432 FAX71・2507)

地球にやさしい資源・信州産ペレットの消費を推進するため、ペレットストーブを導入する際の費用の一部を補助します。

期7月18日（水）～27日（金）

内市内に住居または事業所等を置く個人・事業者などで、交付決定後に設置工事を開始し、平成31年2月28日までにペレットストーブの設置工事が完了する人

補助額

ペレットストーブ本体

の購入価格（消費税抜き）の2分の1以内（上限10万円）

定13台（先着順）

申ストーブの購入・設置の前に申請が必要です。申請方法や必要な書類等詳細は耕地林務課（2階16番窓口）へ問い合わせください。

環境配慮型住宅助成金

園長野県建設部建築住宅課

(TEL026・235・7339)

基準に適合する省エネ住宅のリフォーム・新築費用の一部を助成します。

【リフォームタイプ】

省エネルギー化工事を対象に、住宅リフォームにかかる工事費の

2割（最大50万円）を助成します。

【新築タイプ】

最新の住宅省エネ基準に適合し、県産木材を活用した住宅を県内に新築する場合、30万円を助成します。

【共通事項】

子育て世帯や工事にあわせて自然エネルギー設備を導入する場合等は助成額が加算されます。

詳細は、県ホームページ「環境配慮型住宅助成金」をご覧ください。

URLhttp://www.pref.nagano.lg.jp/kenchiku/kankyohaiyo.html

～備えあれば 憂いなし～ 農業共済や収入保険で災害等に備えましょう

自然災害等に備え、農業共済や収入保険に加入しましょう。農業共済と収入保険等の類似制度のうち、どちらかを選択し加入することができます。詳細は問い合わせください。

農業共済…自然災害等により作物・家畜・園芸施設に損害が生じた場合等に共済金が支払われる保険

収入保険（青色申告を行っている人が対象）…品目の枠にとらわれず価格低下なども含めた収入減少を補てんする保険（平成31年1月開始）

問長野県共済組合

▷農業共済 TEL026・217・5800 ▷収入保険 TEL026・217・5918

凡例 日日時 場場所 内内容 対対象 期期間 講講師 費費用 定定員 持持ち物 申申し込み 提提出先 他その他 問問い合わせ

※特に記載のない場合、申込時間は開庁日の午前8時30分から午後5時15分まで。

お知らせ

不用食器回収・配布

●廃棄物対策課廃棄物対策担当
(TEL71・2490 FAX72・3176)

家庭で使わなくなった食器を無料で回収し、「もったいない市」で希望者に無償で配布します。

不用食器の回収

期7月22日(日) 午前9時～11時30分(雨天中止。中止時は会場に看板を設置します)

場県民豊科運動広場

回収するもの 食器(皿・丼・茶わん・湯飲み・小鉢・急須など) 回収しないもの △食器以外のもの(灰皿・花器・植木鉢など) △ガラス製、プラスチック製、金属製の食器 △事業所から出るもの

注意 点 次の点に注意してきれいに洗ってお持ちください。

▽一世帯、中箱ダンボール2箱程度までを目安に、割れないようにお持ちください。

▽割れ、欠け、ひびのあるものは、分別してください。

▽シールは剥がしてください。

▽未使用で箱に入った食器はそ

のままお持ちください。

申不要

食器の配布「もったいない市」

日7月22日(日)～23日(月)

▽22日 午前9時30分～正午

▽23日 午前9時～正午

※不用食器回収が中止の場合、もったいない市も中止します。

場県民豊科運動広場

問(回収と配布について) 実行委員会桜井さん (TEL090・4153・2019)

ギャンブル依存症講演会

●松本保健福祉事務所健康づくり支援課
(TEL40・1938 FAX47・9293)

ギャンブル依存症は本人に関わる人が病気を正しく知ることが大切です。ギャンブル依存症を病気として理解し、正しい対応を学ぶための講演会を開催します。

日7月17日(火) 午後2時～4時(受付 午後1時30分)

場松本合同庁舎2階測定室

内▽ギャンブル依存症とは

▽家族・支援者の対応方法

▽体験発表

対ギャンブル問題のある人の家族、ギャンブル問題に興味・関心のある人、支援に関わる関係者

費無料 定40人

合は、下水道課から連絡します。

期7月下旬から12月中旬

対明科東川手潮沢地区から豊科田

沢南原地区まで(犀川から東側の地域)

問(公財) 長野県下水道公社中信支社安曇野事務所

TEL73・6500

北城公園都市計画変更に関する公述の受付と公聴会

●都市計画課計画係
(TEL71・2246 FAX72・3569)

安曇野都市計画変更素案の閲覧と公述の受付を行います。また、公聴会を開催します。

変更対象の都市計画公園

北城公園(穂高地域)

【素案の閲覧および公述申出】

日7月18日(水)～8月14日(火)までの開庁日

場都市計画課(2階14番窓口)

【公聴会】

日8月22日(水) 午後2時～

場市役所会議室201

※公述人がいない場合、公聴会は中止します。公述や公聴会の傍聴を希望する人は都市計画課まで問い合わせください。

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
信州の若者とハリウッド映画・ビートルズ(昭和30年代・40年代)	かつて若者に大きな影響を与えた、ハリウッド映画とビートルズを題材に、日本の文化の変容について考察します。講師：第1回 飯岡詩朗さん(信州大学人文学部) 第2回 小松芳朗さん(松本市文書館)	日：8月2日(木)・30日(木) 午後2時～3時30分【全2回】 場：豊科交流学习センター「きぼう」多目的交流ホール	定：80人(先着順・要事前申込) 費：全2回分【八十二文化財団友の会会員】1,000円【一般】2,000円	問・場：公益財団法人八十二文化財団 TEL026・224・0511 FAX026・224・6452
あづみ野シネマフェスタ	安曇野市で初めてのシネマフェスタ。世界の感動を生んだインド映画「きっと、うまくいく!!」を上映します。	日：7月29日(日) 午後1時～5時40分 場：穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール	定：200人(先着順・直接会場にお越しください) 費：1,000円	問：あづみ野アクターズアカデミア岡村さん TEL090・2481・6999 FAX77・4610 ✉okamura.yodaka.4610@docomonet.jp
穂高西小学校 PTAバザー	子ども達の教育環境の充実のため、収集した日用品、雑貨、農産物等を出品します。たくさんの方の皆さんの来場をお待ちしています。	日：7月8日(日) 午前9時30分～ 場：穂高西小学校講堂	定：なし	問：穂高西小学校 PTA 事務局 TEL82・8100
信濃教育会生涯学習講座「哲学の道」	西田幾多郎が宗教問題や政治・国家の問題などについてどのように考えたのかをお話します。講演：「西田幾多郎 生きることと哲学」を読む～「宗教」と「政治・歴史・文化」の問題を巡って～講師：藤田正勝さん(京都大学名誉教授)	日：8月2日(木) 午前9時10分～正午(受付 午前8時50分～) 場：信濃教育会生涯学習センター(安曇野市高家796-3)	定：100人 費：無料	問：公益社団法人信濃教育会生涯学習センター TEL72・9991 FAX72・9985 ✉center@shinkyo.or.jp
「世界にやさしい安曇野へ」～日本語 de スピーチ大会 & 多文化共生クイズ～	在住外国人住民によるスピーチをお楽しみください。外国人住民が何を考え、驚き、迷っているのか日本語でスピーチします。併せて、会場全体で「多文化共生クイズ」を行い、お互いの理解を深めます。	日：7月29日(日) 午後1時30分～4時30分 場：安曇野市役所4階大会議室	定：安曇野市民 費：無料	問：あづみの国際化ネットワーク(AIN) TEL090・1869・9547 FAX82・2931 ✉azuminokokusaikanet@yahoo.ne.jp

申7月12日(木) までに松本保健福祉事務所健康づくり支援課保健衛生第1係へ電話またはファクスで

中島副知事による男女共同参画フォーラム

●人権男女共同参画課人権男女共生担当
(TEL71・2406 FAX71・5155)

男女がともに個性と能力を発揮できる市を目指し、男女共同参画フォーラムを開催します。中島副知事をお迎えし、女性が社会で活躍するために必要なことを探ります。

日7月21日(土)

午後1時30分～3時30分

場市役所4階大会議室

内▽講演会(午後1時40分～) 演題 「女性が活躍する環境づくりにむけて」

講師 中島恵理さん(県副知事)

▽パネルディスカッション(午後2時30分～)

費無料 申不要



中島副知事

家電4品目の処分を適切に行いましょう

家電4品目(エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機)は家電リサイクル法の対象のため、廃棄にはリサイクル料金が必要です。家電4品目の無料回収業者は無許可の場合が多く、高額な請求をされる場合もあるため、利用しないでください。引越業者や解体業者に処分を依頼する場合、収集運搬の許可を得ているかを確認しましょう。事業所で使用している家電4品目も、家庭用機器であれば家電リサイクル法の対象です。購入先の小売業者に引取りを依頼するか、郵便局で家電リサイクル券の支払いを済ませ、産業廃棄物収集運搬許可業者に指定引取場所へ運搬を依頼しましょう。

問廃棄物対策課廃棄物対策担当 TEL71・2490 FAX72・3176

ねこのニャンでも相談

市と動物愛護会安曇野支部では、ネコに関する相談会を開催しています。

日奇数月の第3金曜日

午後1時～3時

場市役所3階306共用会議室

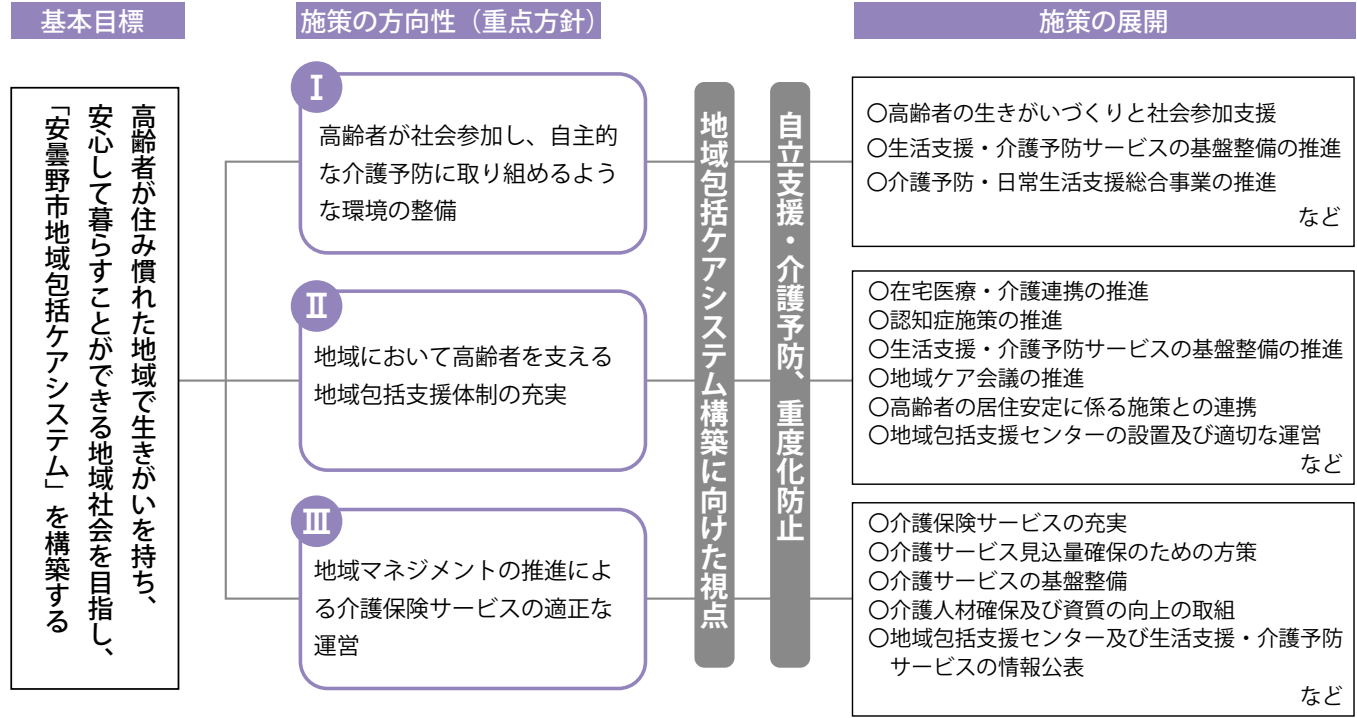
費無料 申不要

問環境課環境保全担当

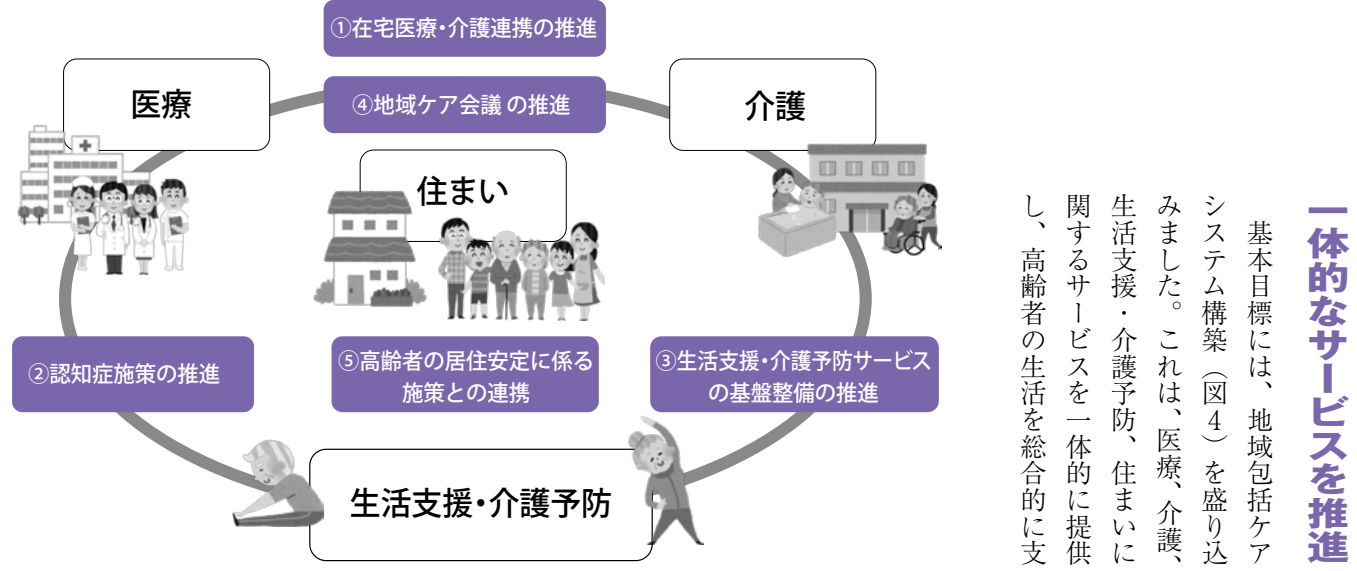
TEL71・2491 FAX72・3176



【図3】 基本目標と重点方針



【図4】 地域包括ケアシステムの構成



【図5】 2025年に向けた施設整備

サービス名	床数	開設時期	備考
認知症対応型共同生活介護	18	H33. 4	新設
	2	H32. 4	増床
介護老人福祉施設	70	H33. 4	新設
	3	H32. 4	増床（転換）
特定施設入居者生活介護	40	H33. 4	新設（転換）
特定施設入居者生活介護（ケアハウス）	30	H33. 4	新設

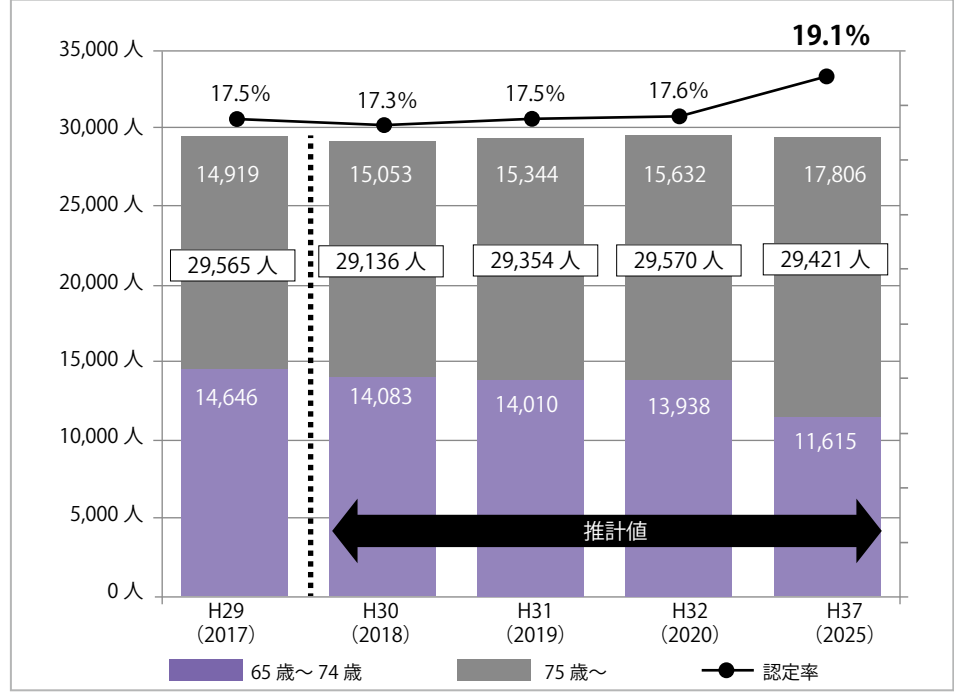
計画では、介護サービスの基盤整備も盛り込んでいます。特別養護老人ホーム入所待機者の減少を図るほか、高齢者それぞれの状態に応じた介護施設の整備を進めます。

計画されている整備床数等は（図5）のとおりです。

施設整備

える仕組みづくりを進めるものです。また、高齢者の社会参加の推進、自主的な介護予防に取り組める環境づくり等にも重点的に取り組みます。

【図1】 高齢者数と要介護認定率の推計



【図2】 市が目指す2025年の将来像

- ☑ 高齢者が健康長寿に向けて介護予防・健康づくりの必要性を感じ、積極的に活動をしている
- ☑ 高齢者が地域の中で自分の有する能力を発揮して役割をもって、活動をしている
- ☑ 高齢者が地域のつながりの中で世代を超えて支え合うことで、自立した生活をおくることができている
- ☑ 高齢者が、介護が必要になっても住み慣れた地域や望む場所で安心して生活できるよう、医療・介護における必要なサービスの提供が受けられている
- ☑ 高齢者が自分の意志で（生活のスタイルを）選択でき、人生の最期まで自分らしい生活をおくることができている

団塊の世代の高齢化

住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることは誰もが願うことです。

団塊の世代が75歳以上になる2025年、要介護認定率は2018年から1・8ポイント増の19・1%となり、超高齢化社会に進展することが見込まれます（図1）。これを見据え、市が目指すべき「2025年の将来像（図2）」を示し、基本目標と3つの重点方針（図3）を定めました。

地域とつながり、自分らしく暮らす2025年を目指して、高齢者が生きがいと役割をもって活動できる場、そして、高齢者を支える地域づくりを市民の皆さまとともに進めます。

地域とつながり
自分らしく暮らす
2025年を目指して

老人福祉計画・第7期介護保険事業計画を策定

市では、高齢者福祉と介護に関する総合的な計画「老人福祉計画・第7期介護保険事業計画」を策定しました。計画期間は本年度から3年間。団塊の世代が後期高齢者となる2025年を見据えた計画としました。

関介護保険課（TEL 71・2472 FAX 71・2503）

※特に記載のない場合、申込時間は開館(開庁)日の午前9時から午後5時まで。入館料等詳細は各施設まで。

平成30年度から65歳以上の介護保険料を改定します

●介護保険料段階別金額（平成30年度～32年度）

所得段階	対象になる人		計算方法	年間保険料
1	本人が市民税非課税	世帯全員が市民税非課税	生活保護の受給者（※市民税課税の場合あり） 老齢福祉年金の受給者 本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人	基準額×0.45 30,780円
2			本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円以下の人	基準額×0.65 44,460円
3			本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える人	基準額×0.75 51,300円
4		世帯に市民税課税の人がいる	本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人	基準額×0.90 61,560円
5			本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える人	基準額 (5,700円×12ヵ月) 68,400円
6	本人が市民税課税	前年の合計所得金額が120万円未満の人		基準額×1.20 82,080円
7		前年の合計所得金額が120万円以上200万円未満の人		基準額×1.30 88,920円
8		前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満の人		基準額×1.50 102,600円
9		前年の合計所得金額が300万円以上400万円未満の人		基準額×1.70 116,280円
10		前年の合計所得金額が400万円以上600万円未満の人		基準額×1.80 123,120円
11		前年の合計所得金額が600万円以上の人		基準額×1.90 129,960円

基準額月額5700円

介護保険料は、高齢者人口の増加、介護報酬の改定などにより、3年に1回の計画策定時に変動します。

これから3年間に必要となる介護サービス費用の見込みに基づき算出した結果、65歳以上の介護保険料の基準額を月額5400円から5700円に改定（上表）しました。

本年度の介護保険料は、7月中旬に送付する納入通知書でお知らせします。また、年金からの天引きで保険料を納める人には、8月下旬に納入通知書を送ります。

3割負担の新設

利用者負担割合の見直しが行われ、平成30年8月から65歳以上で本人の合計所得金額が220万円以上の人は3割負担となります。

ただし、同一世帯内の65歳以上の人の「年金収入＋その他の合計所得金額」が単身で340万円、2人以上で

463万円未満であれば2割負担、または1割負担となります。

出前講座のご案内

介護保険制度や地域包括ケアシステムの仕組みについて、職員が集会などに出向いて説明する「まちづくり出前講座」を実施しています（要71・2494）。また、今回掲載した計画は、市役所・各支所と市ホームページでも閲覧できます。ぜひご利用ください。

要介護保険課介護保険担当

（要71・2472 要71・2503）



厚生労働省の北波孝・総務課長を招いた市民講演会。介護保険の関係者など約200人が参加しました。北波課長は地域包括ケアについて「地域にある取り組みを活かした体制づくりが重要」と述べました。（5月21日 市役所）

美しい演奏をお楽しみください

要図書館交流課 要81・3111 要82・0966

アンサンブル藝弦コンサート
～箏と弦楽の協演～

弦楽合奏団「アンサンブル藝弦」のコンサートを開催します。コンサートマスターは、市内で学生への音楽指導を行ってきた井上將興さん（ヴァイオリニスト・元東京音楽大学教授）です。

ゲストには箏奏者・篠塚綾さんをお招きします。和洋の弦の音色をお楽しみください。

要8月25日（土）午後6時～8時
要穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

要1,500円（全席指定）
要200人（先着順・未就学児入場不可）

要チケット販売は、7月14日（土）から「みらい」窓口で（受付は午前9時～午後9時30分）



第8回あづみの新進音楽家
公開オーディション

安曇野を拠点に活躍したい音楽家の発掘を目的に、公開オーディションを開催します。

要7月28日（土）
▷ジュニアの部
午前9時30分～
▷一般の部 午後2時～
※開場はいずれも開演30分前
要穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

要無料
要200人（先着順。当日配布の入場券がなくなり次第締め切り）

要不要



第10回図書館フェスタ 山口マオさん講演会&原画展

要中央図書館 要84・0111 要84・0116

講演会「絵本作りの舞台裏」

味わいのある木版画で製作された絵本「わにわに」シリーズで大人気！

絵本にとどまらず多彩な分野で活躍中の山口マオさんをお迎えし、講演会を開催します。

要9月9日（日）午後1時30分～3時（開場 午後1時）

要穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

要5歳以上（入場券は1人2枚まで） 要山口マオさん（絵本作家） 要無料

要200人（抽選・全席指定。入場券の発送をもって当選発表とします。8月下旬までに発送）※託児あり（定員5人程度・多数の場合は抽選）

要7月10日（火）から8月19日（日）に申込書・ハガキなどに郵便番号・住所・氏名・電話番号・必要枚数を記入の上、市内各図書館窓口へ直接または郵送・ファクスで。申込書は市内各図書館または市ホームページから入手できます。

原画展

講演会プレイベントとして、山口さんの原画展を開催します。原画のほか、貴重な版本なども展示予定です。

要8月7日（火）～9月30日（日） 要「みらい」 展示スペース 要無料



山口マオさん



『わにわにのおふろ』
小風さち 文／山口マオ 絵
福音館書店

※特に記載のない場合、申込時間は開館(開庁)日の午前9時から午後5時まで。入館料等詳細は各施設まで。

生涯学習・施設
催し講座

凡例

内容

定員

提出先

休館日

日時

対象

持ち物

他

電子メール

期間

講師

申し込み

問い合わせ

場所

費用

豊科公民館

72・2158 73・6401

豊科公民館講座

「暮らしとともに歩んできた
安曇野の建物」

暮らしを支え、歴史の息づかい
を感じる市内の建造物をバスと徒
歩で訪ねます。

7月25日(水)

午前8時30分～11時30分

豊科公民館 午前8時集合(行程
等は後日受講者にお知らせ)

一定距離の歩行ができる人

高原正文さん(長野県文化財保
護協会常務理事)

200円(別途、入館料等実費を
要する場合があります)

18人(先着順)

7月9日(月)から豊科公民館
へ電話で

出会い・ふれあい・生きがい
セミナー

幅広い人生体験をお聞きしなが
ら、豊かな人生の送り方、楽しみ
方を考えてみませんか。

7月31日(火)

午後7時～8時30分

豊科公民館大会議室

「弥次喜多道中 in 安曇野」【全2
回】

▷第1回 「弥次さん喜多さん満
願寺へ」

※第2回は9月開催予定

丸山英二さん(安曇野十辺舎
一九に親しむ会会長)

無料 不要

穂高公民館

82・5970 82・3990

初心者向け登山講座

「安全な登山のために」

安全で有意義な登山をするため
の基礎的な知識を学びます。

7月25日(水)

午後7時～8時30分

穂高会館第2会議室

▷夏山登山の基礎的知識

▷登山計画の重要性

▷歩き方の基礎・服装・装備

市内在住・在勤者

秋田敬典さん(元長野県山岳総
合センター専門主事・信州登山
案内人)

200円(講座受講料) 不要



タ涼みジャズコンサート

夏の夕べをモダン・ジャズの軽
快な演奏で楽しみませんか。スタ
ンダード曲を中心に演奏、大人の
ジャズを気軽に楽しんでください。

7月14日(土)

午後6時～7時30分

穂高会館講堂

出演 モダン・デュークス

曲目 ナイト・アンド・デイ、ハウ・
ハイ・ザ・ムーン ほか

無料 不要

臼井吉見文学館

72・6743

友の会 第13回臼井吉見れんげ忌

臼井吉見を偲び、臼井家墓地を
訪れた後、講演会を開催します。

7月12日(木)

午後1時～3時30分

▷墓地訪問 午後1時～

▷記念講演 午後2時～

演題 「臼井吉見先生の思い出」

講師 持田鋼一郎さん

貞享義民記念館

77・7550 77・7551

白鳥写真愛好会第7回写真展

テーマ「白鳥たちの安曇野」に
そって、飛来する白鳥たちのさま
ざまな姿を撮影した約35点の愛好
会会員の写真作品を展示します。

7月18日(水)～29日(日)

午前9時～午後5時(初日は正
午から、最終日は午後4時まで)

貞享義民記念館企画展示室

無料(常設展は有料)

月曜日(祝日の場合は開館)、祝
日の翌日



小学生のための

「じょうきょうそうどうと加助」

義民の多田加助とその歴史舞台
を紹介する学習会を開催します。
夏休みの課題研究の一例として、
一緒に学んでみませんか。

7月28日、8月4日・11日・
18日(いずれも土曜日)

午前10時～正午(松本城、松本
市立博物館見学日は午前8時～
正午まで)

▷第1回 貞享義民記念館内見学

▷第2回 松本城、松本市立博物
館見学(現地集合・解散)

▷第3回 貞享義民記念館付近の
旧跡巡り

▷第4回:学習のまとめ

※2回目を除く各回は、記念館
集合・解散となります。

第2回を含め2回以上参加可能
な市内在住の小学4～6年生(第
2回は必ず保護者同伴)

小穴金三郎さん(市文化財調査
委員)

入場料(松本城、松本市立博物館)
の他、保険料・資料代(4回を
通して300円程度)

10人(先着順)

7月10日(火)から記念館に電
話で

穂高陶芸会館

82・6750

夏の親子陶芸教室

親子を対象にした陶芸教室を開
催します。世界でたった一つの自
分の作品を作りましょう。

8月4日(土)

午前9時30分～11時30分

穂高陶芸会館

小学生以下の子どもと保護者

20人(先着順)

子ども800円、保護者1,000円
(材料費込み)

7月10日(火)から穂高陶芸会
館へ電話またはファクスで

他約1カ月後に作品が完成します
ので、受け取りに来てください。

月曜日(祝日の場合は開館)、祝
日の翌日

豊科近代美術館

73・5638 73・6320

友の会作品展

「金魚の吊るし飾りづくり」

金魚をモチーフとした吊るし雛
をつくります。見本は美術館受付
に展示してあります。

7月10日(火)

午前9時30分～正午

オリエンテーションルーム

一般1,100円、友の会会員900
円

15人 裁縫道具・赤い糸

美術館へ直接または電話で

安曇野涼風扇子展ワークショップ

簡単な扇子絵を描くワークショ
ップを行います。自分だけの扇子
を完成させましょう。

7月21日(土)午前10時～正午

美術館内オリエンテーションルーム

小学生以上

500円 20人(先着順)

美術館へ直接または電話で

《関連イベント》

第1回安曇野涼風扇子展

7月21日(土)～29日(日)

美術館2階展示室

無料(常設展の観覧は有料)

7月23日(月)

主催 安曇野涼風扇子公募展実行
委員会

豊科郷土博物館

72・5672 72・7772

企画展特別講演会

「どのように死と向き合うのかー
死と葬儀の民俗をみつめながら」

人が死の恐怖を乗り越えるため
に行ってきた、さまざまな儀礼等
から、講師が読み解く日本人の死
生観について講演いただきます。

8月4日(土)

午後1時30分～3時

豊科交流学习センター「きぼう」
多目的交流ホール

山田慎也さん(国立歴史民俗博
物館准教授)

100円(資料代等)

150人(先着順)

8月3日(金)までに博物館へ
電話で



山田慎也さん
(国立歴史民俗博物館准教授)

夜の博物館 ろうそく作りと
ナイトミュージアムで肝試し

自分好みのろうそく作りと、夜
の博物館で肝試しを行います。

8月10日(金)

午後5時30分～7時

豊科郷土博物館

100円(別途要入館料)

30人(小学校3年生以下の場合
は保護者同伴)

8月8日(水)までに博物館へ
電話で

月曜日(祝日の場合は開館)、祝
日の翌日



田淵行男記念館

72・9964 88・2010

田淵行男細密画展「安曇野の蝶
～レッドリストの蝶たち～」

田淵行男が描いた細密画の中か
ら、「安曇野市版レッドデータブッ
ク」掲載の蝶を紹介します。

7月18日(水)～9月17日(月)

午前9時～午後5時

田淵行男記念館地階展示室

月曜日(祝日の場合は開館)、祝
日の翌日(8月12日は開館)



ツマグロキチョウ(1948年制作)

ナイトミュージアム

手回しオルゴールの演奏を聴き
ながら、夏の夕べの記念館をお楽
しみください。

7月22日(日)午後6時～7時

田淵行男記念館地階展示室

出演 臼井則孔さん

演奏曲(予定) アメージンググ
レイス、山の歌メドレー ほか

無料

40人(申込不要・先着順)

インターネット
スマホで手軽に行政情報を入手

スマートフォン、
タブレット向けの無
料アプリ「マチイロ」
で「広報あづみの」
を配信しています。

マチイロ

http://machihiro.town/

市公式ツイッター
アカウント
@Azumino_city



※特に記載のない場合、申込時間は開館(開庁)日の午前9時から午後5時まで。入館料等詳細は各施設まで。

生涯学習・施設
催し講座

凡例

内容

定員

提出先

休館日

日時

対象

持ち物

その他

電子メール

期間

講師

申し込み

問い合わせ

場所

費用

家庭で簡単! そば粉スイーツ作り

農政課農業政策係

71・2427 71・2507

7月19日(木) 午後2時～4時

信州安曇野そばの郷(安曇野市三郷温6725-1)

どなたでも

そば粉のパンケーキ、サクサクそばボーロなど(内容は一部変更になる場合があります)

木村雅子さん(王滝グループ管理栄養士)ほか

1,500円 定7人(先着順)

エプロン、三角きん、筆記用具、スリッパ(上履き)

7月9日(月)から15日(日)に信州安曇野そばの郷へ電話で(受付は午前10時～午後5時 31・5412)

安曇野あかしな農産物加工交流
ひろば「えべや」

農政課マーケティング担当

71・2430 71・2507

七夕まんじゅうとエゴづくり

7月11日(水)・25日(水) 両日とも午前10時～午後1時

1,200円 定15人(先着順)

エプロン、三角きん

お茶にえべや「お抹茶体験」

7月20日(金) 午後1時30分～3時

500円 定8人(先着順)

ふくさ(ある人)、紐

作って楽しいみそまと牛乳パックのホットドック

7月28日(土) 午前10時～午後1時

大人のみ・子どものみ参加も可

大人1,000円・子ども500円

15人(先着順)

エプロン、三角きん

【共通事項】

「えべや」 農えべや組合員

市内在住者(子ども同伴可)

7月10日(火)から「えべや」へ電話で(受付は火～日曜日の午前9時～正午 88・6275)

『北の国から』倉本聰 監修
46億年・地球の道in安曇野

環境課環境政策係

71・2492 72・3176

長野県で初開催のイベントです。46億年の地球の歴史を460mの距離に置き換えて、地球の壮大な物語と生物の進化を、イラストなどを使い、楽しく見ていきます。

8月18日(土)

①午前9時30分～11時 ②午後4時～5時30分

国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区

市内在住の人(小学生以上)

SMBC環境プログラム NPO法人 C・C・C 富良野自然塾

無料(別途入園料【団体料金】)

①②各40人(先着順)

※小学生は保護者同伴

※申込多数の場合、未成年者とその保護者を優先

飲み物、歩きやすい服装・靴、帽子、雨具、日傘等(適宜)

7月9日(月)から環境課へ電話で



市民大学講座 信州大学編 ～学びにリタイアはない～

市民を対象にした生涯学習の場として、信州大学から講師を迎え、市民大学講座を開催します。(全5回予定。第4回以降の詳細は7月25日発行の広報あづみのに掲載します)

【講座共通事項】

時間 午後7時～8時30分

豊科交流学習センター「きぼう」多目的交流ホール

市内在住者 無料 定各講座70人(先着順)

7月9日(月)～17日(火)に郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望する講座を明記の上、生涯学習課へはがき、ファクス、電子メールいずれかの方法で。

〒399-8281(住所記載不要)生涯学習課宛て

shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp

生涯学習課社会教育担当

71・2466 71・2338

【第1回】

「脳卒中と認知症」～どんな関係があるか、それぞれ予防は可能か～

8月2日(木)

日常生活でできる脳卒中や認知症の予防、治療法などについてお話しします。

本郷一博さん(医学部教授)

【第2回】

「ヨーグルトの健康機能」～乳酸菌科学の最前線～

8月23日(木)

身近な食品であるヨーグルトにスポットをあて、最先端の乳酸菌科学について解説します。

下里剛士さん(農学部准教授)

【第3回】

「長野県の火山と防災」～正しく知って、正しく恐れよう～

8月30日(木)

火山の種類や場所、起こりうる現象などを知り、火山災害から身を守る方法を考えます。

竹下欣宏さん(教育学部准教授)

堀金公民館

72・5796 72・4900

夏休み子ども公民館・拾ヶ堰サイクリング

小学生の皆さんで拾ヶ堰を自転車で巡り、その歴史を学びます。

8月8日(水) 午前8時～10時ごろ(雨天時は翌日)

堀金支所～平瀬橋(往復約15km)

市内小学生(2年生以下は保護者同伴)

15人(先着順)

7月9日(月)から18日(水)に堀金公民館に電話で



夏休み子ども公民館講座

3種類の小学生向け講座を開催します。各回の講座終了後、全員で夏休みの宿題などを行う学習会や料理教室を開催します。

3講座共通【全3回】

①8月3日(金) ②8月7日(火)▷講座 午前9時～10時30分▷学習会 午前10時40分～正午

③8月10日(金)▷講座 午前9時～10時30分▷料理教室 午前10時40分～午後1時

堀金公民館

囲碁将棋講座・科学実験講座・折り紙講座(いずれか1つを選択)

全3回に参加可能な市内小学生(科学実験講座は4年生以上のみ対象)

受講料1回200円(その他材料費等実費)

各講座10人(先着順)

7月9日(月)から18日(水)に堀金公民館に電話で



明科公民館

62・4605 62・5894

明科歴史講座 ～明科廃寺第5次発掘調査と今後の展望～

現在、発掘調査が進められている明科廃寺の概要にも触れながら、地域の歴史を学習します。

7月17日(火) 午前10時～正午

明科公民館2階講義室

大沢慶哲さん(市文化財保護審議会委員)

無料 不要

地域食材活用講座 ～安曇野放牧豚でフレンチ料理～

安曇野放牧豚を使って家庭でも簡単に調理できるフランス料理を作ります。

7月19日(木) 午前9時30分～正午

明科公民館調理実習室

豚もも肉と林檎のボービエット、旬野菜のガジュビュール、豚肩肉のロースト

市内在住・在勤の人

太田将治さん(ホテルアンビエント安曇野洋食料理長)

1,000円(材料費・受講料)

20人(先着順)

7月9日(月)・10日(火)に明科公民館へ電話で

ふるさとたんけん隊 「長峰山たんけん」

昆虫採集や化石採集をします。

7月27日(金) 午前8時30分～午後3時30分

明科長峰山山頂、長峰山森林体験交流センター天平の森(明科公民館集合・解散)

市内小学生と保護者(1年生は保護者同伴)

500円(施設使用料・昼食費)

25人(先着順)

リュックサック、水筒、タオル、雨具、ビニール袋、新聞紙、タッパー(採集した蝶を入れます)、虫よけ薬

7月17日(火)～19日(木)に、明科公民館に電話で

昼食はカレーを用意します

大月裕夫ピアノコンサート

夏のひとときに美しいピアノの調べで涼味を満喫してください。

7月31日(火) 午前10時～正午

明科公民館講堂

出演 大月裕夫さん(ピアニスト)

曲目 ベートーヴェン ピアノ・ソナタ第17番 ショパン 幻想曲へ短調 ほか

300円(お茶代)

市内在住・在勤者 不要

共催 明科いいまちつくりukai!!

安曇野明科親睦ゴルフ大会

8月30日(木)

穂高カントリークラブ

市内在住・勤務者または市出身者

参加料2,000円、プレー料金1万850円(食事・1ドリンク・消費税込。乗用カートを使用する場合は別途1,080円)

200人(先着順)

明科公民館に備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、7月31日(火)までに明科公民館窓口へ直接。

明科親睦ゴルフ大会実行委員会 岩淵義明さん

(090・4843・6258)



市政お知らせ番組を放送中
エフエムあづみの 76.1MHz

●広報あづみの暮らしのガイド 毎日 午前6時55分～午後6時55分

●広報あづみのラジオ版 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)

平成 30 年度【中期】
安曇野市スポーツ教室 参加者募集

- ・対象は市内在住または在勤・在学者です。
- ・掲載されている費用は参加料、保険料等の教室全体で必要となる金額です。
- ・申込期間を過ぎていても、定員に達していない場合は申し込みを受け付けます。気軽に問い合わせください。

(1) ～ (4)、(6) は下記いずれかの方法で申し込みください。

①ながの電子申請サービス（インターネット）を利用して申し込む場合
各教室申込用 QR コードを読み込むか、市ホームページからながの電子申請サービスへアクセスし、必要事項を入力してください。
ホームページ掲載場所：<暮らし>教育・文化・スポーツ>スポーツ>平成 30 年度中期 安曇野市スポーツ教室一覧
【広報発行日から各教室申込期間最終日までであればいつでも申し込み可能】

②電話で申し込む場合
安曇野市教育委員会 教育部 生涯学習課スポーツ推進担当 71・2467（直通）へ電話してください。
【電話受付期間：各教室申込期間中の月曜日～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時】

(5) ファミリースポーツカフェは記載の方法で申し込みください。

(1) ヨガ教室		期 日	8 月 31 日～ 10 月 26 日（金曜日）【全 9 回】
呼吸法とさまざまなポーズを通じて、心身の調整やしなやかな身体づくりを目指すエクササイズです。深い呼吸に合わせてゆったりと身体を動かし続けることで全身の筋肉を刺激し、基礎代謝と柔軟性を高めることができます。また、心のバランスを整え、リラックス効果も得られます。	申込用QRコード	時 間	午後 2 時～ 3 時
		場 所	豊科公民館（10 月 5 日のみ堀金公民館）
		対 象	18 歳以上（高校生を除く）
		定 員	30人(抽選)※過去参加経験の無い人を優先
		費 用	2,250 円
講 師	佐藤 貴子さん	申込期間	7 月 10 日（火）～ 17 日（火）

(2) スラックライン体験会		期 日	9 月 22 日・10 月 6 日・20 日（土曜日）【全 3 回】	
幅 5cm のベルト状のラインに立ち、歩いたり、ジャンプやトリックをしたりするスポーツです。国際大会が開かれるほど人気のスポーツで、実際にやってみるとライン上に立つだけでも難易度があり、バランス感覚や体幹を鍛えることができます。また、姿勢改善やシェイプアップにも繋がるスポーツです。	申込用QRコード	時 間	午後 1 時 30 分～ 3 時 30 分	
		場 所	豊科南社会体育館	
		対 象	小学生以上	
		定 員	30人(抽選)※過去参加経験の無い人を優先	
		費 用	中学生以下 450 円、高校生以上 750 円	
講 師	AZUMINO Slackline CLUB		申込期間	7 月 12 日（木）～ 19 日（木）

(3) アクティブスポーツ体験会			
夏休みの思い出づくりに、親子で一緒に今注目のスポーツを体験してみませんか。1 回ずつ申し込み可能です。 第 1 回 7 月 28 日（土） スポーツ吹矢 【場所：明科公民館】 第 2 回 8 月 4 日（土） スラックライン 【場所：明科中学校体育館】 第 3 回 8 月 11 日（土） クライミング 【場所：明科児童館】	申込用QRコード	対 象	小学生とその保護者
		定 員	各回 10 組 20 人（抽選）
		時 間	午後 2 時～ 4 時
		費 用	1 回につき 1 組 300 円
		申込期間	7 月 6 日（金）～ 12 日（木）

(4) わんぱく GYM 教室（年中児・1 期）		期 間	8 月 20 日～ 11 月 12 日（月曜日）【全 10 回】	
毎 回、リズム体操や柔軟体操を行い、主な活動ではかけっこ、ボールを使った運動、マットや跳び箱などの器具を使った運動を行います。楽しみながら色々な体の動きを覚え、運動に親しむきっかけを作ります。こちらは年中児を対象とした教室です。 ※ 10 月下旬以降にも年中児、年長児それぞれを対象とした同教室を開催します。	申込用QRコード	時 間	午後 4 時 30 分～ 5 時 30 分	
		場 所	豊科勤労者総合スポーツ施設	
		対 象	認定こども園、保育園、幼稚園の年中児	
		定 員	25 人（抽選）	
		費 用	1,500 円	
講 師	山縣美智代さん、水口朋巳さん		申込期間	7 月 9 日（月）～ 17 日（火）

(5) ファミリースポーツカフェ		期 日	8 月 4 日（土曜日）
【内容】 家族で吹矢 おみやげゲット！ 安全な矢を使い、棚に並べてある的を狙って矢を吹きます。参加者全員に、順位によって賞品をプレゼントします。狙いを定めて的に当て、お土産をゲットしよう！ 【申込方法】 堀金総合体育館窓口に備え付けの申込用紙に記入の上、申し込んでください。（参加料は受付時に支払いください。） 【問い合わせ】 スポネット常念事務局（堀金総合体育館内）☎72・6340	時 間	午前 9 時～正午	
	場 所	堀金小学校体育館	
	対 象	年中～小学校 6 年生とその保護者 障がい者とその介助者	
	定 員	30 組（先着順）	
	費 用	1 組 600 円	
	申込期間	7 月 5 日（木）～ 31 日（火）	

(6) 体力測定					
全国の市町村を対象に行われる体力テストです。体力年齢や全国平均との比較を行った測定結果がわかります。自身の今の体力をチェックしてみましょう！参加者にはドリンクをプレゼントします。 ※所要時間は1時間程度です。(ただし、混雑具合により時間がかかる場合があります) 【測定種目】 全世代共通 ⇒ 握力、上体起こし、長座体前屈 64歳以下 ⇒ 反復横跳び、立ち幅跳び、急歩または20mシャトルラン 65歳以上 ⇒ 日常生活活動テスト、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行	申込用QRコード		日 時	① 7月11日(水) 午後6時30分～8時30分 【受付時間】65歳以上:午後6時15分～6時30分 64歳以下:午後7時15分～7時30分	
					② 7月14日(土) 午前8時30分～11時 【受付時間】65歳以上:午前8時15分～8時30分 64歳以下:午前9時15分～9時30分
	場 所		堀金総合体育館		
対 象	市内在住の20～79歳の人				
費 用	無料				
持ち物	運動のできる服装、上履き、飲み物、タオル		申込期間	7月5日(木)～13日(金) ※当日受付可能	

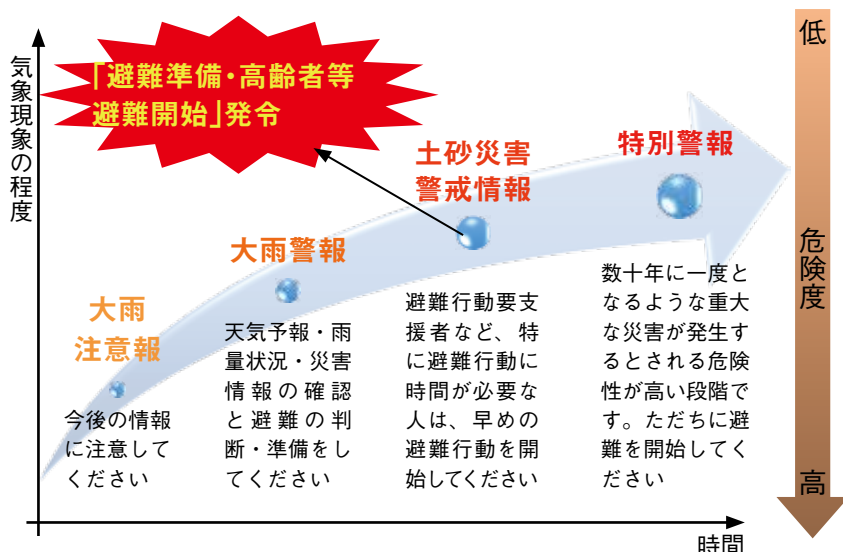
災害から身を守るために 早めの避難行動をとりましょう

市や気象庁等の情報をチェックしましょう

気 象庁は、大雨や強風など気象現象による災害のおそれがあるときに、「注意報」「警報」「特別警報」と、段階的に警戒情報を発表します。また、土砂災害のおそれがあるときは、長野県と気象庁が協議して「土砂災害警戒情報」を発表します。市では、「土砂災害警戒情報」が土砂災害特別警戒区域（防災マップ参照）に発表された場合、「避難準備・高齢者等避難開始」を発令します。テレビやインターネット等から、市や気象庁等の情報を入手し、各自で早めの避難準備と身を守る行動をとりましょう。

☎危機管理課危機管理担当 TEL71・2119 FAX72・6739

(図) 大雨に関する長野県気象情報



(表) 市が発令する避難情報

避難情報	発表される情報	皆さんの行動
避難準備・高齢者等避難開始	・人的被害の発生する可能性が高まった状態 ・災害時に援護を必要とされる人など、避難に時間を必要とする人が行動を開始しなければならない段階	・いつでも避難できるように準備を整え、災害情報に注意してください ・高齢者や子どもは避難所に避難させてください
避難勧告	・人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状態 ・避難行動を開始しなければならない段階	・避難の心得を確認し、家族、近所で助け合いながら避難所に避難を開始してください
避難指示(緊急)	・前兆現象の発生、現在の切迫した状況から人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況、または人的被害の発生した状況	・危険です。速やかに避難所に避難してください ・崖の周辺などを避け、あわてず落ち着いて行動してください

市メール配信サービス・防災マップをご利用ください

●市メール配信サービス

火災・気象・地震などの防災情報を電子メールで配信します。

下記アドレスへ「空」メールを送信し登録してください。

☐ipan@info.city.azumino.nagano.jp



●防災マップ

地域の土砂災害警戒区域や指定緊急避難場所などを把握し、いざという時に備えましょう。防災マップ希望者は、危機管理課、各支所窓口まで問い合わせください。



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

障害年金をご存知ですか？

障害年金を受給できるにもかかわらず受給していない方が多くいらっしゃいます。

障害年金とは、病気やケガなどで日常生活や仕事で制限を受けるようになった場合に支給される公的年金です。肢体障害の方だけでなく、がん・糖尿病・心疾患その他内部疾患、精神疾患をお持ちの方、長期療養を必要とする方も対象です。

もしかして…
と思われた方はご相談ください。

初回
無料相談
実施中

ご相談日は、お電話かHPのお問合せフォームからご連絡ください。ご支援の流れについてはHPをご覧ください。

長野県安曇野市穂高5072番地

浅川社会保険労務士事務所 TEL.0263-82-6739

代表 社会保険労務士 浅川 知己

http://asakawa-office.jp

相続 贈与 遺言

初回 無料相談会
開催!!

*ご希望の方はお電話にてご予約下さい。

専門家に任せて安心!!

7月 9日(月) 9:00~17:00

7月23日(月) 13:00~20:00

8月 4日(土) 9:00~17:00

*ご都合のつかない方はご相談ください。

会社設立・決算申告
建設業登録 等

SASAKI
ACCOUNTING OFFICE

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)
TEL0263-82-8210 URL http://www.sasakikaikai.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

★広告掲載のお申し込みは (株) 共立プランニング (TEL34・2515) まで