



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。
http://machiiro.town/



凡例 日日時 期期間 場場所 内内容 対対象 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

穂高健康支援センター ※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。

松本平住宅耐震化フォーラム2018

住宅の耐震化について考えてみませんか。

日 12月22日(土)

▷講演 午後1時15分～3時45分

▷個別相談会(県建築士事務所協会所属建築士対応) 午後4時～5時

●開催概要

演題	講師
①次の震災について本当のことを話してみよう!	福和伸夫さん(名古屋大学減災連携研究センター教授)
②その時、あなたの家は大丈夫ですか?	五十田博さん(京都大学生存権研究所教授)
③松本の建築家が創る、民家の耐震改修リノベーション	児野登さん(株アーキデアック代表取締役)

場 豊科公民館大ホール

対 松本市・塩尻市・安曇野市・麻績村・生坂村・山形村・朝日村・筑北村在住の人(お住いの市村窓口へ申し込みください)

費 無料

定 個別相談会のみ最大20人(先着順。当日対応できない人は別途対応を検討)

申 11月26日(月)から講演は12月19日(水)まで、個別相談会は12月13日(木)までに、建築住宅課(2階15番窓口)または各支所にある申込用紙に必要事項を記入の上、各窓口へ提出。

固 建築住宅課住宅係 TEL71・2245 FAX72・3569

【総合的な問い合わせ】

松本建設事務所建築課 TEL40・1935

☑matsuken-kenchiku@pref.nagano.lg.jp

足腰らくらく体操教室冬コース
園介護保険課介護予防担当
(TEL71・2474 FAX71・2503)

無理なく足腰を鍛え、体力・筋力アップを目指す教室です。

日【水曜コース】
12月19日～3月27日の間で、おむね週1回水曜日 午後1時30分～3時

【木曜コース】
12月6日～3月14日の間で、おむね週1回木曜日 午後1時30分～3時

場 穂高健康支援センター
内 膝痛・腰痛予防や体力アップに効果的な体操、体力測定、歯科

相談ほか
市内在住のおおむね65歳以上の人(医師から運動制限の指示がある人は参加できません)
※現在、他会場に参加している人の申し込みはご遠慮ください。
費 無料
定 各40人(先着順。新規の人を優先)
申 11月26日(月)から30日(金)に介護保険課(1階11番窓口)または電話で



上級救命講習会
園危機管理課消防防炎係
(TEL72・6769 FAX72・6739)

子どもや大人への心肺蘇生法とAEDの使用法、けが等の応急手当を幅広く学びます。初めて参加する人でも応急手当を身につけられる内容です。

日 12月8日(土)
午前9時～午後5時

場 穂高会館 費 無料 定 30人
申 12月5日(水)までに豊科消防署(TEL72・3145)または穂高消防署(TEL82・3262)へ電話で

●意見募集する計画

計画(案)名称	計画(案)概要	閲覧場所	問い合わせおよび提出先
①安曇野市自殺対策計画	自殺対策を推進するための計画	健康推進課(1階12番窓口)、穂高健康支援センター、各支所地域課、市民活動センター内「くるりん広場」、市ホームページ	〒399-8281(住所不要) 健康推進課健康推進担当 TEL71・2471 FAX71・2328 ☑kenkousuishin@city.azumino.nagano.jp
②安曇野市食育推進計画(第3次)	食育を推進するための計画	健康推進課健康支援担当(第4係) TEL81・0714 FAX81・0703 ☑kenkousuishin@city.azumino.nagano.jp	〒399-8303 安曇野市穂高9181番地 健康推進課健康支援担当(第4係) TEL81・0714 FAX81・0703 ☑kenkousuishin@city.azumino.nagano.jp

左表の各種計画に対する意見等を募集します。

意見募集

各種計画(案)意見募集

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。

募集期間 11月26日(月)～12月25日(火) 当日消印有効

提出方法 任意の用紙に意見、提言事項を日本語で記載し、個人の場合、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書類や、電話、口頭による受け付けはできません。

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。



地域支え合い推進フォーラム
園介護保険課介護保険担当
(TEL71・2472 FAX71・2503)

いつまでも元気に暮らすために欠かすことのできない、地域のつながりについて考えてみませんか。

日 12月8日(土) 午後1時15分～4時(開場午後0時45分)

場 市役所4階大会議室

内▽基調講演「つながりからうまれる支え合い」講師 酒井保さん(近所福祉クリエーター)▽パネルディスカッション「地域とつながり、いきいきと暮らす」報告者 常田佐代子さん(アルプス区体操教室)、清水百合子さん(シルバークフェ安曇野)、下里秀人さん(踏入区)

対 なたでも 費 無料
定 200人(先着順) 申 不要
他 駐車場に限りがあります。乗り合わせなどにご協力ください。

募集

広告欄 広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします

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

家族葬の相談会

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

11月30日(金) 三郷法祥苑 安曇野市三郷温5815-1

開催時間 10:00～14:00 時間内であれば、いつでもお越しください

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

お問い合わせ: 葬祭事業部 ☎0120-400-733

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 条件 ◆新たに購読される方が長野県在住であること ◆購読期間が6ヵ月以上であること ◆信濃毎日新聞朝刊または朝・夕刊セットをご購読できること

新規ご購読者にも **¥1,000 GIFT CARD** プレゼント

ネットで 信毎 検索 http://www.shinmai.co.jp HPの「紹介キャンペーン」バナーをクリックし専用フォームからお申し込みください。 [対象外] ●ご本人自身の紹介 ●ご同居人の紹介 ●キャンペーン期間中の購読中止 ●他のキャンペーンとの併用

電話で ☎0120-81-4341 受付時間/平日・土曜 9:00～17:00 「紹介キャンペーンの広告を見た」とお伝えください。

★広告掲載のお申し込みは(株)共立プランニング(TEL34・2515)まで

広告欄 広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします

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

相続・遺言・贈与

大切な財産を大切な方にバトンタッチ!

取扱業務 成年後見・農地転用・離婚協議書(公正証書)・風営許可 帰化・在留(在留資格認定書、在留期間更新申請等) 自動車登録代行・出張封印・車庫申請

ご用命承ります!

大倉行政書士事務所 安曇野市三郷明盛2681-7 土日・祭日休み 大倉孝博行政書士事務所 検索

お問い合わせ ☎090-4464-0137・77-7613