



主な内容

- 2 特集◎健康づくり推進員
- 14 青少年センターだより
- 20 穂高プール市民説明会
- 22 市役所職場説明会

1

2019. 1. 23



# 1,091人が 新成人に

本年、市では1,091人（男性532人、女性559人）が新成人となりました。1月13日、友人や家族と記念撮影をする姿が式典会場や玄関先で見られました。

（関連記事12ページ）



# 特集◎ ご存知ですか？ 健康づくり推進員



各地域ごとに行われる地域会などを通じて、健康づくり推進員を務める上での悩みや課題を共有するなど情報交換を行っています。

## 行政と地域をつなぐ

動がイメージしやすい「健康づくり推進員」と改め、現在もそれぞれの地域で活動を行っています。

**健康意識を高め地域に広める**

市には保健予防活動の専門職として、保健師や管理栄養士等が働いています。しかし、限られた人数の保健師や管理栄養士等だけでは、生活習慣病の予防方法などを市民に十分周知することが難しい現状があります。

そこで健康づくり推進員は次のような活動を通じて、市民の健康意識の向上を図っています。

- 市の健康課題や現状を知り、市等で開催される講演会、学習会へ参加する。（自らが学ぶ）
- 推進員が主体となり、地区で健康に関する講座を開催するなど、学んだことを各地区へ広める。（地域に還元する）

行政と地域をつなぐパイプ役として、自らの健康意識を高め、得た知識を地域に広めて、健康で明るい社会を築く役割を担っています。

### 健康づくり推進員とは ～地域の健康課題発見者～

**各** 地区から選出され、地区内における健康増進の推進者として市の保健師等と連携し、保健予防事業が地域全般に行き渡るよう活動します。

任期：2年 人数：89人（平成30年度）

#### 主な活動内容

- ・市全体研修会への参加（市の健康課題、効果的な運動実践法、健康と睡眠についてなど）
- ・地域での学習会の開催（地域課題、健診結果の見方等）
- ・地区活動の実施（糖尿病、高血圧予防、減塩、市歌体操等の内容で通年健康教室を開催）
- ・健康づくり講演会で学習（認知症予防についてなど）



11月8日（木）、認知症予防をテーマに全体研修会が行われ、認知症の初期症状や家庭で簡単にできる予防法などを学びました。

# ご存知ですか？ 健康づくり推進員



健康増進のための身近な存在、健康づくり推進員。安曇野市では現在 89 人が活動しています。「自らの健康は自らつくる」をモットーに、学習会への参加や地区活動の運営に取り組む推進員の皆さんを追いしました。

町報 ほたか 第77号 ④

### 「地域住民の健康管理は われわれで」 保健補導員の研修会

去る六月五日、新班となった保健補導員、衛生委員会、保健師、成人病の権威者吉沢国雄先生、関係団体の保健施設課長登内一氏を迎えて、熱心に講習を受けた。登内課長は地域住民の健康を守るには保健補導員が何故必要かを須坂市等の例をとって説明され、吉沢先生は長寿の秘訣という題で、如何に高血圧を予防するか、日常の生活は如何に注意すべきと熱心に講演されたため二時間の時間も短く感ぜられ、貴重な御指導を受けて受講者一同深い感銘を受けました。

この研修会は、住民の健康管理を行なう上で、保健補導員の活動にまつことろが大きいと、今後の保健補導員の活動に期待を込めて、地区組織としての活動が期待されています。

①皮膚粘膜炎が著白になります。

「町報ほたか」昭和48年8月号の記事

健康づくり推進員（旧保健補導員）は、昭和20年、旧高甫村（現在の須坂市）で一人奮闘する保健師を見た地元の主婦たちが「健康のため自分たちにできることは自分たちでやろう」と活動し始めたことが誕生のきっかけとされています。地域から脳卒中を防ぐため、食事の塩分濃度を減らす、冬季の室温測定を続けるなどの活動が行われました。こういった健康への意識が県内の市町村に広がっていき、現在の長野県長野を作る礎となりました。

**長野県の平均寿命（平成27年）**  
男性：81・75歳（全国2位）  
女性：87・67歳（全国1位）  
厚生労働省「都道府県別生命表」より

長野県として知られる長野県。しかし、最初から長寿県だったわけではありません。統計を取り始めた昭和40年の調査結果では、男性の平均寿命は68歳で全国9位、女性の平均寿命は72歳で全国26位と現在と比べて高くはありませんでした。加えて日本一の脳卒中多発県でもありました。

健康づくり推進員（旧保健補導員）は、昭和20年、旧高甫村（現在の須坂市）で一人奮闘する保健師を見た地元の主婦たちが「健康のため自分たちにできることは自分たちでやろう」と活動し始めたことが誕生のきっかけとされています。地域から脳卒中を防ぐため、食事の塩分濃度を減らす、冬季の室温測定を続けるなどの活動が行われました。こういった健康への意識が県内の市町村に広がっていき、現在の長野県長野を作る礎となりました。

脳卒中がトップ 村の死因順位

この写真は11月1日に農事センターに於いて医師会及び関係団体のもとに実施された成人病検診会の一コマであります。高血圧による動脈硬化、脳血管障害、糖尿病等の実態を明らかにし、大の医師が町民に説明をして居るところです。

「堀金公民館報」昭和43年10月号の記事

脳卒中 原因別死亡率第一位

この写真は11月1日に農事センターに於いて医師会及び関係団体のもとに実施された成人病検診会の一コマであります。高血圧による動脈硬化、脳血管障害、糖尿病等の実態を明らかにし、大の医師が町民に説明をして居るところです。

「町報ほたか」昭和38年1月号の記事

特集◎  
ご存知ですか？  
健康づくり推進員



**自分の健康をデータで比較**

「こんにちは！」部屋に入ると大きな声であいさつが聞こえてきます。七日市場区の健康教室は、健康づくり推進員と地区役員が地元の方に呼びかけて開催しています。

健康教室の参加者は、まず血圧・体組成測定、問診を受け、自分の健康状態を確認します。測ったデータを、前回の結果と比較して見ることが出来ます。

毎回参加しているという加藤忠男さんは「こういう機会がないとなかなか自分のデータを見ることはない。表になっているので見やすく、自分の健康状態を客観的に



# 健康の輪を地域に広げる。

## 健康づくり推進員 地区活動

活動レポート

三郷地域の七日市場区公民館で行われた健康づくり推進員の地区活動（健康教室）取材しました。この日は、保健師による健康チェックや腎臓の働きについての講話と、健康運動指導士による健康体操が行われました。この活動を通じて、健康づくりの輪を各地域に広げています。



保健師による講話

自分の健康状態を把握した後、市の保健師による腎臓の働きについての健康講話です。

腎臓は辛抱強い器官で、他の器官より自覚症状が出にくいいため、気づいた時にはすでに入院、人工透析が必要となることも珍しくないとこの事例を学びました。参加者は早期に気付く方法や、腎臓病の予防法などの話を熱心に聞き、メモをとっていました。



確認できるのが良い」と話してくれました。

参加者はとにかくみんな笑顔。笑うことも健康に良い効果があるとのこと

## 地域から健康を支える

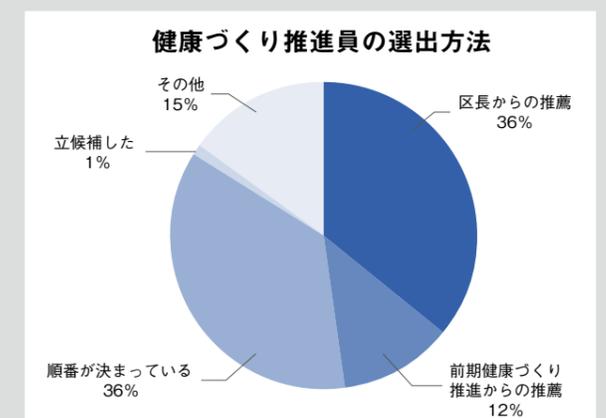
参加するのが楽しみに

最後はみんなで体を動かす健康体操です。市の健康運動指導士がお手本になり、参加者全員で椅子やゴムボールを使って体操します。今回で4回目の参加となるという丸山岩子さんは「教室で色々なことを覚えて家でやったりするのが好き。人と交流できるのも楽しみの一つです」と話します。

健康にかかわる知識を学ぶだけでなく、地域での交流の輪を広げることが、安曇野市の健康づくりに大きな役割を果たしています。

「役が回ってきたから…」 そんな人が地域を支えている

**市** 健康づくり推進員の選出方法を見ると、「区長や前任者からの推薦」が48%、「順番があらかじめ決まっている」が36%となっており、「自ら立候補した」は、わずかに1%しかありません。しかし、任期を終える頃のアンケートでは「やって良かった」という声が多く聞かれ、「推進員の活動が自身の健康の役に立ったか」という問いに96%の人が役に立ったと回答しています。推進員を経験することで少しでも健康の知識を持った人が地域に増え、家庭や地域において実践することで市の健康づくりを支えています。



特集◎  
ご存知ですか？  
健康づくり推進員

# やってみよう！ あづみの健康体操



ラジオ体操と同じ  
くらい体を動かす  
効果があるよ！

市民の皆さんの健康づくりに役立てていただくため、市歌に合わせたオリジナル体操を平成28年に制作しました。ここでは“安曇野らしさ”を表現した体操の一部を紹介します。ぜひ皆さんも覚えてやってみてください。

## りんご狩りを表現



1  
左右に1歩ずつステップを踏みながら、りんごをもぐように片手を伸ばす。2回繰り返す。



2  
左右に1歩ずつステップを踏みながら、りんごをもぐように両手を伸ばす。2回繰り返す。



振付：健康運動指導士 横山 みゆき

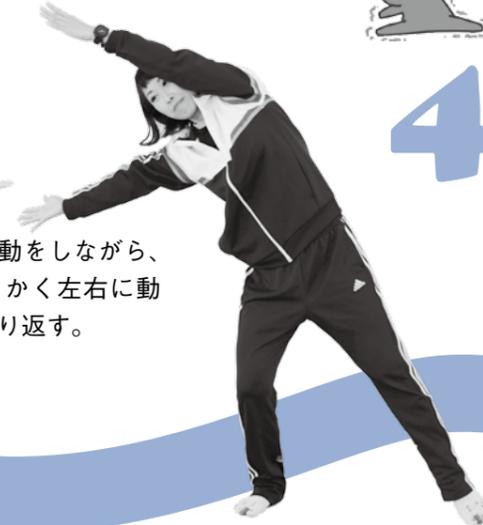
全編を収録したDVDを  
各図書館で貸し出し中！  
ぜひご利用ください。



## 揺れる稲穂を表現



3  
左右に重心移動をしながら、両手をやわらかく左右に動かす。4回繰り返す。



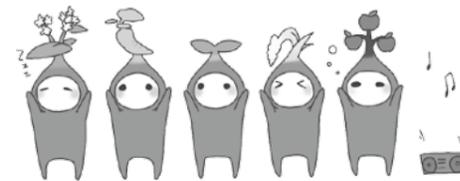
4  
両手を大きく開きながら、1歩前に踏み込み下肢筋肉を刺激する。2回繰り返す。

## 健康づくり推進員の皆さんも出演しています！



誰でも気軽に運動  
できます！

あづみの健康体操は立位版と座位版があり、誰でも気軽に運動できます。DVDの貸し出しもありますので地区や団体の集まりでぜひご利用ください。



詳しくは Youtube で  
あづみの健康体操 検索

## 地域の絆と健康をはぐくむ



市長 宮澤 宗弘

市は「健康長寿のまちづくり」を重点目標に掲げ、特定健診や健康増進事業等の推進、アクティブシニアがんばろう事業の普及、朗人大学講座やシルバー人材センターへの支援、公共交通の充実化に向けた取り組みなど、市民の皆さまが安心していきいきと暮らせる地域づくりを進めています。健康づくり推進員の皆さまは、市と共に、市民の健康課題と向き合い、その対策を地域に広めるという大変重要な役割を担っていただいています。ぜひ、多くの皆さまにこの活動に関わっていただき、ご自身の健康と共に、地域の絆をはぐくんでいただくようお願いいたします。

## 安曇野健康 O×クイズ！

1. 安曇野市は全国に比べて脳梗塞で死亡する人が少ない
2. 平成29年度の安曇野市国保特定健診受診率は60%を超えている
3. 安曇野市はメタボリックシンドロームと判定される人の割合が県より高い
4. 安曇野市の人工透析者は年々増加傾向にある
5. 人工透析者の内、糖尿病がある人が半数である



正解は9ページにあるよ！

特集◎  
ご存知ですか？  
健康づくり推進員

推進員  
インタビュー

# 健康づくり推進員を やってみて。

2017年から2年間健康づくり推進員を務めた3人に、  
経験から得たことを伺いました。

健康づくり推進員（等々力町）

もとい  
古幡 基 さん



## 市と地区を繋ぐパイプ役

**健** 健康づくり推進員として2年近くが経過し、研修会や学習会、また地区における健康教室の開催などさまざまな経験をしました。活動を通じて、健康の尊さを再認識するとともに推進員は本当にやりがいのある活動だと実感しました。私たち推進員の役割は、健康づくりに関して市と地区をつなぐパイプであり、地区の皆さんが健康で長生きするためのお手伝いをさせていただくことだと考えています。今後も推進員活動で培った経験を活かし、地区における健康づくり事業に関わっていきたいと思います。

健康づくり推進員（住吉）

小松 純子 さん



## まず自分が健康であること

**互** 選により2年間健康づくり推進員の会長職を引き受けました。不安な状態でのスタートではありましたが、各地域長さんをはじめ二人の副会長さんにサポートしていただき、無事に任期を終えようとしています。就任当初は、何もかも手探り状態でしたが、市の保健師さんから健康推進について学んでいく中で各推進員の結束も固まってきました。2年目からは主体的に企画運営することで積極的な保健予防活動ができた

した。これもひとえに皆さんのおかげだと感謝しています。健康づくり推進員は、積極的に参加された人や、仕方なく引き受けた人もおられるかもしれませんが、現在は皆さんの健康に対する意識も高まったと思います。何より何かを成し遂げようと全員が同じ方向を向いて一致団結したからこそ、私たちのスローガンでもある、「自分の健康は自分で守りましょう」を少しでも地域に広めることができました。と思います。安曇野市でも健康長寿のまちづくりを目指していく中で、私自身もまず自分が健康でいなければと思ひ、ダイエットを始めました。まもなく還暦を迎えますが人生100年時代、あと40年あまり健康で認知症に気を付けながら、穏やかに生活していきたいと思っています。一緒に2年間活動していただいた地区推進員の皆さんへ感謝の気持ちでいっぱい입니다。

## 地域に必要なつながりの力

健康づくり推進員は地域の健康づくりのために欠かせない存在です。市と推進員のつながりが健康づくりを地域に広げ、推進員と地区とのつながりがさらに市民へと輪を広げていきます。また、人と人とのつながりの力がお互いの信頼を築き、豊かな地域づくりにつながっていくのではないのでしょうか。市では健康づくり推進員を各地区から選出しています。ぜひ推進員と一緒に活動に参加してみませんか。固穂高健康支援センター内健康推進課（TEL81・0711 FAX81・0703）

### 健康〇×クイズの答え

1. × (多い)
2. × (市は 48.2%)
3. ○ (H29 県 16.4% / 市 18%)
4. ○
5. ○



健康づくり推進員（寺所）

細萱 繁 さん



## 仲間に出会い、 地域に貢献できた

**健** 康とは、自らの心身が良好であって、社会活動も支障なく行える状態にあることです。「自分の健康は自分でつくる」とことよって、健康寿命の延伸に努め、豊かな人生を築かねばなりません。そのためにはバランスの良い食事と運動をして、生活習慣を改善することが大切です。私は健康づくり推進員として、自ら学ぶことで仲間が増え、健康格差を解消させる活動を通じて、地域事情にも精通し、地域貢献ができた実感しています。

■市功勞表彰 13人・1団体・2企業を表彰



後列左から中山栄樹副市長、内川集雄市議会副議長、平倉儀明、鳥羽昌弘、矢花幸雄、山越優一、山崎守豊、犀川水系水のネットワーク連絡協議会（前会長 望月正男）、グローリアス・ジャパン株式会社（代表取締役 金井田平）、橋渡勝也教育長  
前列左から清澤晴治、浅川文彬、板花守夫、宮澤宗弘市長、小松洋一郎市議会議長、中田正志、河上幸雄、中澤将文（受賞者は敬称略）  
※当日欠席された受賞者の皆さんには後日伝達しました。

平成30年度安曇野市功勞表彰式と新年祝賀会が1月4日、安曇野スイス村サンモリッツ（豊科南穂高）で行われました。

■功勞表彰式

功勞表彰式では13人・1団体・2企業の皆さんに宮澤市長から表彰状・感謝状が贈られました。受賞者は次の皆さんです。（順不同）

【表彰状】

●自治功勞

市農業委員会会長・市選挙管理委員会委員長として、多年にわたり、地方自治の振興発展に貢献されました。

板花守夫様（堀金）  
中田正志様（三郷）

●社会教育功勞

市文化財団理事長を歴任されるなど、多年にわたり、社会教育の推進と文化の振興に貢献されました。

浅川文彬様（豊科）  
社会体育功勞

指導者として、多年にわたり、

青少年健全育成とスポーツの振興に貢献されました。

●消防功勞

消防業務に多年にわたり従事され、消防団活動に貢献されました。

鳥羽昌弘様（明科）  
平倉儀明様（堀金）  
小林正和様（穂高）

●社会福祉功勞

保護司として、多年にわたり、更生保護活動と明るい社会づくりに貢献されました。

河上幸雄様（穂高）  
中澤将文様（明科）

●善行功勞

河川愛護活動を、多年にわたり続けられ、水環境の保全と良好な河川環境づくりに貢献されました。

犀川水系水のネットワーク連絡協議会 様（明科）

三田村有純様（埼玉県比企郡）

活力あるまちづくり資するため多額の金員を寄附されました。

善如寺精一様（群馬県高崎市）

登山者誘客のための山岳環境整備事業に多額の金員を寄附されました。

（平成30年6月28日贈呈）  
有限会社蝶ヶ岳ヒュッテ様（松本市）

高齢者福祉施設の改修費として多額の金員を寄附されました。

（平成30年9月27日贈呈）  
高橋誠様（松本市）

高橋誠様（松本市）

●公益功勞

武蔵野市民を中心に玉ねぎツアーを企画運営されるなど、多年にわたり、本市との友好交流と地域産業の振興に寄与されました。

（平成30年6月22日贈呈）  
露木サヨ子様（東京都武蔵野市）

●寄贈・寄附

貴重な作品や資料を寄贈され、収蔵作品の充実と文化の向上に寄与されました。

（平成30年4月15日贈呈）  
高橋千笑様（東京都練馬区）

【感謝状】

統計調査員として、多年にわたり職務に精励され、統計行政の推進に貢献されました。

相原世津子様（穂高）  
寄贈・寄附

災害時の応急対応に有益な防災用備品を多数寄附され、防災体制の充実に寄与されました。

（平成30年7月30日贈呈）  
柳島皇瑤様（三郷）

【表彰状】

国際的なバレエコンクールで金メダルの輝かしい成績を収められ、芸術文化の向上に寄与されました。

（平成30年7月30日贈呈）  
柳島皇瑤様（三郷）

株式会社アートアーツ様（東京都新宿区）

【感謝状】

なお、本年度次の皆さんにも表彰状・感謝状を贈呈しました。

株式会社アートアーツ様（東京都新宿区）

表敬訪問

全国大会等出場や表彰を受け、宮澤市長を表敬訪問した皆さんを紹介いたします。（敬称略）

平成30年12月20日

第35回全国商業高等学校英語スピーチコンテスト出場（東京都）

諫山ありさ（穂高商業高）

第37回全国高等学校弓道選抜大会出場（岡山県）

林寛人（穂高商業高）



JOCジュニアオリンピックカップ

第32回全国都道府県対抗中学バレーボール大会出場（大阪府）

百瀬美幸（堀金中）



平成30年12月27日

長野県農村女性きらめきコンクールで最優秀賞（知事賞）を受賞

豊科農村女性学習会の皆さん

※発足から25年間、食育活動を中心に活発な活動に取り組み、その成果をまとめた「伝」「続伝」を発刊するなど、地域に広く影響を与えたことが評価されました。





## 激闘のシーズンを振り返る

12/20～1/6 松本山雅 FC 写真展

サッカー J2 松本山雅 FC の J2 優勝と J1 昇格を記念した写真展が、穂高交流学習センター「みらい」で開かれました。

会場には今シーズンを振り返る写真が展示されたほか、選手のサイン入りボールや歴代のユニフォームも展示され、訪れた人たちは写真を撮るなどして楽しんでいました。

12月22日にはオフィシャルマスコットキャラクターのガンズ君が駆けつけ、子どもたちと一緒に写真を撮ったり、サインに応じるなどして交流しました。



## 地域の安心安全へ団員一丸

1/13 安曇野市消防団出初式

市消防団出初式が豊科公民館大ホールを主会場に開かれました。式典には約370人の団員が参加し、団員表彰や退団者表彰が行われました。二本弘団長は式辞の中で、「地域防災の中核的存在として、予防消防活動を推進していきたい」と話しました。式典後には分列行進が行われ、豊科公民館から音楽喇叭隊の行進曲に合わせ、周回しました。



## 1,091人が新成人に

1/13 安曇野市成人式

市成人式がスイス村サンモリッツで開かれました。本年、市では1,091人（男性532人、女性559人）が新成人となり、式典には783人が参加。晴れ着姿で恩師や友人との再会を喜んだり、記念撮影をする姿が見られました。新成人代表としてあいさつした小穴純豊さんは「自分が学んでいることを社会に生かし、人々を豊かにできる仕事がしたい」と夢を語りました。



## パラスポーツを身近に

12/15 安曇野わくわくスポーツ体験会

誰でも楽しくパラスポーツを楽しむことができる「安曇野わくわくスポーツ体験会」が、堀金総合体育館で行われました。パラスポーツを身近に感じてもらう、パラスポーツや障がい者への理解を深めてもらう機会として、初めて開かれました。

当日は子どもから高齢者まで約80人が参加。目標となる白のボール（ジャックボール）に、赤・青のボールを投げ、ジャックボールにいかにか近づけるかを競う「ポッチャ」や、ネットを外した卓球台2台を合わせて4つに分けたコートに、4チーム16人がボールを転がして打ち合う「4面卓球バレー」などさまざまなパラスポーツが行われました。

車椅子バスケットや4面卓球バレーなどを体験した岡野広夢さん（三郷小）は「車椅子を操作しながら上半身だけでシュートをするのが難しかった。4面卓球バレーは協力してコートを守るのが楽しかった」と笑顔で話してくれました。



## 若手音楽家を発掘！

12/22 ホリデーコンサート in みらい

安曇野で活動する若手音楽家によるコンサートが穂高交流学習センター「みらい」で開かれ、約150人の観客の前で練習の成果を披露しました。このコンサートは、地域の若手音楽家の発掘と市民に身近な場で音楽に触れてもらいたいと毎年開かれているもので、7月に行われたオーディションで選ばれた3人が演奏しました。

フィナーレは観客と一緒にジングルベルやきよしこの夜を合唱し、会場は少し早いクリスマスの雰囲気に包まれていました。



## 不要な食品を有効活用

12/15・16 安曇野フードドライブ

家庭で余っている缶詰などの食品を、福祉施設や食べ物を必要としている人に提供すること、食品ロスを減らすことを目的とした「安曇野フードドライブ」が開かれました。

実行委員会の主催で毎年行われ、今年で3回目となります。市役所に設けられた特設会場には2日間で計1,081点、1,833kgの米や缶詰などが寄付されました。

寄付された食品は実行委員会を通じてフードバンクに寄付され、食べ物を必要としている人に送られます。

# インターネットトラブル事例集

総務省総合通信基盤局消費者行政第一課青少年担当発行

普段の何気ない行動が……

## ② 無料通話アプリなどでの悪口や仲間外れ

うっかり「？」をつけ忘れたために

一方的にグループから外されてしまった



クラスの仲良し数人でやっているグループトーク。Bさんは、書き込みの最後に「？」をつけ忘れたまま、スマホを置いてお風呂に入ってしまった。

お風呂上りにスマホを見ると、「ひどい！」などの書き込みが、誤解を解こうとしても、反応なし。Bさん以外のメンバーは別グループを作り、Bさんを外したのです。

### 考えてみよう！

会話の流れが速いために、ちょっとしたことで誤解や感情の行き違いが生じやすいグループトーク。いじめやトラブルが起きないために、できることはありませんか？

#### A. 文字だけの会話だから

「？」と「！」では意味が真逆になることもある文字の会話。こういった記号、スタンプ、(^\_^)のような顔文字などを巧みに使って、みんなに正しく伝わるようにすることが大切です。

#### B. 早く複雑な会話だから

グループトークはテンポが速く、複数の会話が並行して飛び交います。途中参加をすると、流れをつかむのは至難の業。でも、曖昧な状態での会話はトラブルの火種になるのです。

#### C. ムカツ！イラッ！としたら

どんな会話でも、嫌な気持ちになることはあります。そんなときは感情をすぐにぶつけず、一呼吸して考えて、文字だとケンカになりそうなら、電話で話してみるのも良い方法です。

### 解説 グループトークに起因するトラブルも、パターンはさまざま

無料通話アプリのグループトークで生じる「いじめ」や「仲間外れ」は、地域を問わず課題となっています。特定の子に対し、その子の発言だけ無視する、その子にとって不快な写真や動画をグループで共有する、その子以外とグループを作り悪口を言う、その子をグループから突然外すなどが、何気ない出来事からいじめに発展することも少なくありません。メンバーでなければ会話の内容を読むことができないため、トラブルの発見が遅れがち。日々の様子や会話から子供の変化に気付くこと、これが早期発見や解決につながります。

#### ワンポイントアドバイス

周囲と違う意見が言いつらい雰囲気(同調圧力)が、いじめに発展するケースも。「空気を読む」ことの功罪を考え、思いやりの心を育てましょう。

## 青少年相談窓口をご利用ください

誰にも相談できず一人で悩んでいる児童・生徒の皆さん、子どものことで悩んでいるご家族等、気軽に青少年センターへ電話ください。メールでの相談も受け付けています。一緒に解決の糸口を見つけてみましょう。

青少年センターでは、引きこもり、学校での交友関係やネットいじめ、不登校、万引きや家庭内暴力等の問題行動、自分自身のことなど、青少年に関する相談を受け付けています。

- 電話・面接での相談 ☎71・2462 (月曜日～金曜日：午前9時～午後5時)
- 電子メールでの相談 ✉seishonen@city.azumino.nagano.jp

**青少年に有害な地域環境実態調査**

11月の「子ども・若者育成支援強調月間」にあわせ、センターでは青少年に有害な地域環境実態調査を実施しました。

市内コンビニエンスストア、レンタルビデオ店、カラオケボックス、ス、インターネットカフェ、書店等を訪問し、青少年に有害な物品の販売の有無等、店舗の実態把握のための調査を行いました。

有害物品を販売している店では区分陳列し店員の目の届くところに配置したり、酒類・たばこの販売店では購入時に年齢確認により、未成年者への酒類・たばこの販売

ス、インターネットカフェ、書店等を訪問し、青少年に有害な物品の販売の有無等、店舗の実態把握のための調査を行いました。

有害物品を販売している店では区分陳列し店員の目の届くところに配置したり、酒類・たばこの販売店では購入時に年齢確認により、未成年者への酒類・たばこの販売

売を徹底していました。また、児童・生徒のみの夜間利用や授業時間利用時の声掛けなどを行っていることを確認しました。

そして、市内には有害自動販売機が設置されている場所が1カ所あり、撤去が望まれます。

# 安曇野市

# 青少年センターだより

第13号

平成31年1月

編集発行

安曇野市青少年センター  
安曇野市教育委員会生涯学習課  
事務局：生涯学習課社会教育担当  
〒399-8281 安曇野市豊科6000番地  
☎0263・71・2000 ☎71・5000

### 子ども・若者 育成支援強調月間

11月は「子ども・若者育成支援強調月間」でした。重点課題として若者の社会的自立支援の促進、子どもを犯罪や有害環境から守るための取り組みの推進、児童虐待の予防と対応、子どもの貧困対策の推進、生活習慣の見直しと家庭への支援を掲げ、子ども・若者育成支援に関する県民運動の一層の充実を図りました。

1日には「長野県子どもを性被害から守るための条例」の周知のため、県下一斉街頭啓発活動が行われました。市内ではJR豊科駅・穂高駅・明科駅前青少年サポーターである青少年センター運営委員があいさつをしながらティッシュを配布しました。



### 長野県 青少年健全育成県民大会

11月10日、諏訪市文化センターで長野県青少年健全育成県民大会が開催されました。

県知事、諏訪市長のあいさつの後、青少年健全育成表彰が行われました。市では、市少年警察ボランティア協会に所属し、明科地域青少年育成市民会議の一員でもある山口登さんが、長野県将来世代応援県民会議会長表彰を受賞しました。山口さんは、長年に渡り地域の補導活動や防犯活動、青少年の非行防止の啓発活動などに尽力されています。



アトラクションでは諏訪清陵高等学校ダンス部の「清陵ダンスショー」が行われ、よさこいやハ

ロウインダンスを披露しました。続いて、「スマホ時代の子どもたちのために」と題し、兵庫県立大学環境人間学部准教授の竹内和雄さんが司会を務め、岡谷南、諏訪二葉、岡谷東高等学校2年生の3人とパネルディスカッション形式の講演会が開催されました。竹内さんは、内閣府が行った2016年度「青少年のインターネット利用環境実態調査」の結果から、「小学生の27%、中学生の51.7%、高校生の94.8%がスマートフォンを利用しており、子どもたちにスマートフォンを使用するなど言うことは難しく、どう付き合っていくかを考えていかななくてはいけない現状にある。スマホとの付き合い方を親子でしっかり話し合い、利用のルールを決めることや利用を制限する機能を使うのも長時間利用を防ぐ一つの方法である。そして、子ども自身がスマートフォンと上手に付き合い、自己管理していけるようにしていくことが大切で、大人は子どもの相談に乗れるようになることが大事である」と話されました。

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

※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。

スポーツ指導者講習会

松本山雅FCから高橋耕司取締役と鐵戸裕史さんを講師に迎え、「リスペクト～人とのつながり」と題した講習会を行います。



ガンズくん ©2011 YAMAGA

日 2月24日(日) 午前9時30分～11時30分

場 穂高会館講堂

演題「地域から信頼されるクラブ・選手・指導者となるために」

※運動を取り入れた講習を行います。運動のできる服装でお越しください。

対 市内スポーツ指導に携わる人(体育協会、スポーツ少年団、スポーツ推進委員、教員など)

費 無料 申 不要

問 生涯学習課スポーツ推進担当

TEL71・2467 FAX71・2338

第4回くるりん講座

明科地域の活性化と、楽しく安心・安全なまちづくりのため、さまざまな活動を行っている団体からお話を伺います。

日 2月23日(土) 午前10時～11時30分

場 市民活動サポートセンター「くるりん広場」

講 内川勝治さん(明科いいまちづくりukai!!代表)

対 どなたでも 費 無料 申 不要

問 地域づくり課まちづくり推進係

TEL71・2494 FAX72・3176

安曇野あかしな農産物加工交流ひろば「えべや」の催し

「サンキャッチャー作り」講座

日 2月2日(土) 午後1時30分～3時

費 1,000円 定 10人(先着順)

「中華まんじゅうに挑戦」講座

日 2月13日(水)・27日(水) 午前10時～午後1時

費 1,200円 定 15人(先着順) 持 エプロン、三角きん

お茶にえべや「お抹茶体験」

日 2月15日(金) 午後1時30分～3時

費 500円 定 8人(先着順) 持 ふくさ(ある人)

「簡単燻製づくり」講座

日 2月23日(土) 午前10時～午後1時

費 1,200円 定 15人(先着順) 持 エプロン、三角きん

【共通事項】

場 「えべや」 対 市内在住者(子ども同伴可)

講 えべや人材バンク登録者

申 1月29日(火)から「えべや」へ電話で(TEL88・6275 受付は火～日曜日の午前9時～正午)

問 農政課マーケティング担当 TEL71・2430 FAX71・2507



友の会 手仕事くらぶ おひなさまづくり 古布で一对のおひなさま(希望により三人官女)を作ります。 日 2月13日(水) 午前9時30分～正午 場 美術館オリエンテーションルーム 講 平田米子さん 定 15人(先着順) 費 一般1,200円、友の会会員1,000円(三人官女の場合は別途費用が必要です。希望者は受付時にお伝えください) 持 裁縫道具 申 1月29日(火)から美術館窓口へ直接または電話で

豊科近代美術館 安曇野市中学高校美術部展 10周年記念展

TEL73・5638 FAX73・6320

市内の中学・高校美術部による合同作品展を開催します。10周年記念展となる今回は、市内中高11校、市外から3校が賛助出品します。また、関連ワークショップや現在も造形活動を続ける卒業生の作品展示なども企画しています。 日 2月5日(火)～2月24日(日) 午前9時～午後5時(最終日は午後1時まで。入場は閉館の30分前まで) 場 美術館2階展示室・新館大展示室 費 無料(常設展は有料) 休 2月12日(火)・18日(月)

喫茶でワークショップ ひなまつりアレンジ

TEL82・5970 FAX82・3990

ブリザーブドフラワーを使ってひなまつり向けのアレンジを作ります。喫茶ロザースのケーキセット付きです。 日 ①2月15日(金)午前10時～正午 ②2月17日(日) 午後1時30分～3時30分 場 美術館喫茶ロザース 対 中学生以上 費 3,300円(受講料、材料、ケーキセット代) 定 各10人(先着順) 持 はさみ、エプロン、作品を入れる箱 申 1月29日(火)～2月11日(月)に美術館に電話の上、受講料を添えて美術館へ直接。

生涯学習 三郷地域体育施設予約受付場所が三郷文化公園体育館に変更

TEL71・2467 FAX71・2338 生涯学習課スポーツ推進担当 三郷文化公園体育館改修工事の終了に伴い、3月1日から三郷地域体育施設の予約受付場所が三郷文化公園体育館に戻ります。電話番号の変更はありません。なお、体育館の利用開始は4月1日からとなります。

安曇野市高校演劇合同発表会 豊科公民館

TEL72・2158 FAX73・6401 市内内外6校の高校演劇部が、役者をはじめ音響や照明などすべて生徒が分担して発表を行います。 日 2月11日(月) 午前9時30分～午後4時30分 場 豊科公民館大ホール 費 無料 申 不要 安曇野の魅力再発見講座 万水川と萩原礫山(守衛) 萩原礫山が万水川を舟で下り、初めて東京に出てから今年で120年になります。安曇野が生んだ芸術家の足跡を辿り、故郷の魅力を見つめ直してみませんか。 日 1月27日(日) 午後4時～5時30分 場 明科公民館講堂 講 萩原義重さん(市社会教育委員、礫山美術館評議員、萩原守衛実兄の孫) 費 無料 申 不要

文化施設 文書館

TEL71・5123 FAX71・5127 明治から戦前までの教科書を展示。文書館所蔵の明治から戦前までの教科書を展示しています。尋常小学校・高等小学校・国民学校などで使用された教科書をご覧ください。 日 3月31日(日)まで 午前9時～午後5時 場 文書館閲覧コーナー 内 国語読本▽算術教本▽博物教本▽修身▽女子教本など 費 無料 休 土曜日、祝日

生涯学習リーダーバンク登録者の募集

スポーツや芸術など、各分野に精通する皆さんを登録している人材バンクです。公民館活動や個人・サークル活動など、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」をつなぐ人材を募集します。 ①登録申込 2月28日(木)までに登録申請書に記入の上、生涯学習課(3階5番窓口)に持参、または郵送で提出。申請書は生涯学習課、市HPから入手できます。 ②登録 登録が適当と認められた場合は、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HPに登録事項を掲載します。(住所、生年月日、連絡先は公開しません) 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を送付します。 他登録分野等詳細は、市HPをご覧ください。 問生涯学習課社会教育担当 TEL71・2466 FAX71・2338



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

※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。

### 2月の図書館イベント

#### 中央図書館映画上映会 (入場無料)

『パリ ルーヴル美術館の秘密』

<上映時間: 85分>

●日時 8日(金)開場18:00 上映18:30~

※上映時間にご注意ください

●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

6・13・20・27日(各水曜日)

10:30~(乳幼児対象)

おはなしとしゃかん おはなしのへや

16日(土)10:30~(幼児以上対象)

#### 豊科図書館

ちいさいたんぼぼ 多目的室

15日(金)11:00~(乳幼児対象)

おはなしたんぼぼ 多目的室

15日(金)16:30~(幼児以上対象)

#### 三郷図書館

ポケットの会 おはなしコーナー

9日(土)10:30~(乳幼児以上対象)

おはなしの会 おはなしコーナー

26日(火)11:00~(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

19日(火)10:30~(乳幼児対象)

おりがみのへや 絵本コーナー

27日(水)16:30~(幼児以上対象)

#### 明科図書館

おはなし会 おはなしのへや

23日(土)11:00~(乳幼児以上対象)

2月の休館日(全館共通)

4・12・18・22・25日

#### 中央図書館

☎84・0111 FAX84・0116

#### 大人のための絵本講座

#### 「絵本で楽しむ宮澤賢治」

大人が自分のために絵本を楽しむ講座です。絵本を通して、宮澤賢治の世界に触れてみませんか。

日 2月28日(木)

午前10時30分~正午

場 穂高交流学習センター「みらい」

展示ギャラリー

講師 酒井倫子さん(絵本美術館「森のおうち」館長)

対象 大人 費 無料

定 30人(先着順)

申 2月1日(金)から中央図書館

窓口へ直接または電話で

#### 中央図書館

☎84・0111 FAX84・0116

#### 第5回中央図書館講座

#### 「お片づけ講座」

すっきり部屋を片付けるテクニックを学びます。

①毎日ラクになる  
ママと子どものお片づけ講座

日 2月26日(火)

対象 子育て中の保護者

②安心して過ごすための  
シニア世代の家の整理術

日 3月5日(火)

対象 一般

【①②共通事項】

時間 午後1時30分~3時

場 「みらい」展示ギャラリー

講師 村仲なおこさん(クラシックル)

費 無料 定 50人(先着順)

申 2月5日(火)から中央図書館

窓口へ直接または電話で

#### 豊科図書館

☎71・4022 FAX73・1801

#### おひなさまを作ろう

折り紙などを使ってひな人形を作ります。

日 2月23日(土)午前10時~正午

場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室

対象 小学生以上 費 無料 定 20人(先着順) 1家族3人まで

申 1月29日(火)から豊科図書館

窓口へ直接または電話で(受付は午前10時~午後6時)



### 文化施設

#### 安曇野高橋節郎記念美術館

☎81・3030 FAX82・0551

ミュージアムサポーター活動レポート

蔵の中には何がある?!

高橋節郎の生まれた家の一角に残る土蔵。今年度発掘したミュージアムサポーターによる土蔵の調査結果を展示します。

日 2月16日(土)~24日(日)

午前9時~午後5時

場 美術館主屋 費 無料

休 2月18日(月)

#### 冬期企画「岡本諒一アクリル画展」

市内在住の岡本諒一さんによる作品展です。アクリル画、水彩画など約30点を展示します。

日 2月6日(水)~17日(日) 午前

9時~午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後3時まで)

場 美術館南の蔵 費 無料

休 2月12日(火)

#### 冬期企画「擬態展」

「旬の自然観察の会(中田信好代表)」の皆さんによる写真展です。昆虫や野鳥のさまざまな擬態の写真約30点を展示します。

日 2月20日(水)~3月3日(日)

午前9時~午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後3時

まで)

場 美術館南の蔵 費 無料

休 2月12日(火)

場 美術館南の蔵 費 無料

休 2月25日(月)

#### 豊科郷土博物館

☎72・5672 FAX72・7772

「第35回白鳥写真展」作品募集

安曇野の冬の使者である白鳥の写真を募集します。

募集作品 今シーズン市内で撮影した白鳥や白鳥に関する写真。

サイズは四つ切以上。カラーは白黒不問。一人2点以内。

費 無料

申 3月20日(水)~31日(日)に

博物館窓口へ直接。作品には展示用のヒモをつけ、氏名・住所・電話番号・作品名・を明記してください。詳細は博物館へ問い合わせください。

他 作品の審査はありません

休 月曜日、祝日の翌日

展示期間(予定)

4月6日(土)~5月26日(日)

#### 田淵行男記念館

☎72・9964 FAX88・2010

田淵行男写真展「日本アルプス」

1975年に発表された写真集から、迫力ある山岳風景をカラーで紹介いたします。

日 5月26日(日)まで

午前9時~午後5時

場 田淵行男記念館

休 月曜日、祝日の翌日

場 記念館1階 費 要入館料

休 月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日

#### 友の会 写真部会作品展

「自然へのまなざし」

田淵行男記念館友の会の皆さんによる作品を展示します。

日 2月19日(火)~24日(日)

午前9時~午後5時(最終日は午後4時まで)

場 穂高交流学習センター「みらい」

展示ギャラリー

講師 小口和利さん 費 無料

【作品講習会】

日 2月22日(金)午後4時~5時

休 日などでも 申 不要

#### 貞享義民記念館

☎77・7550 FAX77・7551

#### 瀧澤伸介絵画展

安曇野で生まれ育った画家・瀧澤伸介さんの作品を展示します。「身近なもの」をテーマに、柔らかなタッチと優しい色彩で描かれた、水彩画約25点を展示します。

日 1月29日(火)~2月24日(日)

午前9時~午後5時(初日は正午から、最終日は正午まで)

場 記念館企画展示室

費 無料(常設展は有料)

休 月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日

### 再発見!安曇野の文化

☎72・5672 FAX72・7772

#### 安曇野の屋敷林

豊科郷土博物館では2月9日(土)~3月31日(日)まで、春季企画展「安曇野の屋敷林」を開催します。

市内8カ所の屋敷林の樹木調査を行ったところ、常緑針葉樹が約7割を占め、最も多かった樹種はヒノキ、2位はイチイ、3位はスギでした。樹木のなかには、幹の直径が50cm以上の大きな木も少なくありません。樹齢が高いと思われる巨樹が民家に点在していることに驚かされます。

過去の空中写真からはひと昔前の安曇野の景観が浮かび上がりました。企画展ではこれらの屋敷林にまつわる自然と暮らしを紹介します。



三郷地区に残る屋敷林

#### おすすめの1冊

みつけた!おもしろ虫

谷本雄治/著 石森愛彦/イラスト



紹介する人は 太田晴教さん(豊科)

3歳の息子がとても気に入っている本が「みつけた!おもしろ虫」です。

身近にいる虫がイラストで親しみやすく紹介されています。写真は使われていないので、虫が苦手な人でも楽しく読むことができます。

図書館で何度も借りていて、まだ字を読めない息子が、目次に書かれている虫の名前をすべて言えるようになりました。

ダンゴムシやテントウムシなど、身近でよく見かける虫の知っているようで知らないことが紹介されており、読んであげる親も「そうなんだ!」と勉強になる本です。何より、「この本がいい!」と大好きな本に息子が出会えたことがうれしです。

子どもでも大人でも楽しめる一冊だと思うので、ぜひ読んでみてください。

# 豆知識

## 消防車はなぜ赤色なの？

「道路運送車両の保安基準」で「緊急自動車の車体の塗色は、消防自動車にあっては朱色（一般的にいう赤色）とし、その他の緊急自動車にあっては白色とする」と決められています。ではなぜ赤色になったのでしょうか。

日本で最初の消防車は、外国から輸入されたものでたまたま赤色のものでした。その後、赤色は注意を引く色であること、炎を連想させ警火心（火を警戒する気持ち）を呼び起こすことから、消防車は赤色が定番となったようです。外国の消防車は、イギリス、フランス、スイス、オーストリアなどでは日本と同じ赤色。ドイツは赤または紫色、アメリカでは各消防局で採用している色が異なります。

まだまだ寒い日が続きますので、暖房器具の取り扱いなどに注意しましょう。

☎お近くの消防署へ

**自宅のブロック塀は安全ですか？鉄筋探査機をご活用ください**  
☎建築住宅課建築景観係  
(TEL71・2242 FAX72・3569)

ブロック塀等の安全点検を行う際に、鉄筋の有無を確認する鉄筋探査機を無料で貸し出します。  
▽市内に住所を有する人または事業者▽市内に土地または家屋を有する人または事業者▽市内の区等、その他の団体（いずれも営利目的に使用する者等は除く）

**貸出手順（開庁日のみ対応）**  
①事前予約が必要です。貸し出しを受けようとする日の1カ月前から建築住宅課へ電話で申し込みください。



鉄筋探査機

②貸し出しの際は、印章と本人確認ができるもの（運転免許証など）を持参の上、建築住宅課（2階15番窓口）で借用願に必要事項を記入してください。  
③貸出期間は貸出日から起算して開庁日を除く2日以内です。期間内に建築住宅課へ返却してください。

他点検により鉄筋の無いことが判明した場合は「緑のまちづくり事業」の活用もご検討ください。

## 人権擁護委員の交代・新任

関恒明委員（三郷）・奥村雅彦委員（豊科）・二木一雄委員（豊科）の任期満了に伴い、1月から松岡信之委員（三郷）・宮澤雅明委員（豊科）・有賀朝一委員（豊科）が委嘱されました。人権擁護委員は法務局と連携し、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしています。

☎法務局松本支局

TEL32・2571 FAX32・2572

市人権男女共同参画課

TEL71・2406 FAX71・5155

**市消防団音楽喇叭隊 吹奏楽と消防ラッパのコンサート**  
☎危機管理課消防防炎係  
(TEL72・6769 FAX72・6739)

市民の皆さんに楽しみな消防防団活動を身近に感じてもらうため、コンサートを開催します。子どもも楽しめる曲目を中心に吹奏するほか、消防団活動のパネル展示等も行います。

日2月17日（日）午後2時～4時（午後1時30分開場）  
場豊科公民館大ホール  
内曲目 サウンド・オブ・ミュージック、ピリッヴ、宝島など  
費無料 申不要

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！  
**家族葬の相談会** 無料  
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！  
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。  
■1月26日④ ■2月24日④  
**あづみ野法祥苑**  
安曇野市穂高1816-1  
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 松本市理橋2-6-1 http://www.astep-s.com/  
お問い合わせ：葬祭事業部 ☎0120-400-733

家周りの清掃 など **お仕事 承ります！**  
ご家庭・地域でお困りの事ありませんか？  
経験と技能で、地域の皆さんに役立つ仕事をしています。まずはお気軽にお電話をください。  
新入会員も募集中!!(女性の方大歓迎)  
**(公社)安曇野シルバー人材センター**  
安曇野市豊科4155-1 (豊科保健センター内) TEL.72-5800 FAX.73-6484

\*広告掲載のお申し込みは（株）共立プランニング（☎34・2515）まで

凡例 日日時 期間 場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 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

## 穂高プール市民説明会

園生涯学習課スポーツ推進担当  
(TEL71・2467 FAX71・2338)

穂高プールの今後の運営方針について説明会を開催します。多くの皆さまの参加をお願いします。他全日程で託児があります。

### 開催日程

日	時	会場
2月2日(土)		穂高会館 第2会議室
2月5日(火)		市役所本庁舎 4階大会議室
2月8日(金)		
2月11日(月)		

※時間は午前10時～

## 商店街にぎわいイベント

園観光交流促進課ブランド推進担当  
(TEL71・2053 FAX72・1340)

**安曇野まちなかカレッジ2019**  
商店街活性化を目的に商店や文化施設のスタッフ等が講師となつて、専門知識やプロのコツを無料で教えるミニ講座を開催します。

日2月2日(土)～3月3日(日)  
他詳しいプログラムは安曇野まちなかカレッジ実行委員会HPおよび市商工会穂高支所設置のチラシなどをご覧ください。  
まちなかカレッジ 検索

## 穂高あめ市タイアップイベント

穂高地区活性化総合プロジェクトでは、穂高あめ市の開催に併せて、松本山雅FC応援企画、昔遊び体験ワークショップなど各種イベントを開催します。  
日2月3日(日) 午前10時～  
場穂高神社

## 安曇野屋敷林フォーラム

園観光交流促進課ブランド推進担当  
(TEL71・2053 FAX72・1340)

安曇野に残る屋敷林と歴史的なまちなみを通し、未来の生活を考えるフォーラムを開催します。  
日2月16日(土)  
午後1時30分～5時  
場穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール  
内▽長野県立歴史館長 笹本正治さんによる基調講演

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/



▽安曇野ふるさと遺産認定式・概要説明  
▽パネルディスプレイカクシオン  
費無料 申不要

## 安曇野インスタグラムフォトコンテスト作品展

園観光交流促進課ブランド推進担当  
(TEL71・2053 FAX72・1340)

本年度実施したフォトコンテストの入賞作品の展示を行います。また、審査員の写真家・佐藤大史さんの作品も展示します。  
日1月28日(月)～2月6日(水)  
初日は正午から  
場市役所1階東側ロビー

## 2月23日(土) 市役所本庁舎閉庁のお知らせ

園財産管理課庁舎管理係  
(TEL71・2257 FAX72・1340)

庁舎内設備の定期点検のため、市役所本庁舎の休日開放スペースは次の期間ご利用できません。ご理解、ご協力をお願いします。  
日2月23日(土) 終日

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

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** ご用命承ります！  
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  
**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

**住まいの安心相談窓口**  
修理、リフォーム、電気・設備工事  
などちょっとした修繕から大きな  
工事まで住まいの困りごとに…。  
**近くで安心、地元の専門業者をご紹介します！**  
安曇野市商工会 安心相談窓口 0263-72-5123  
建設業部会(支所) 受付時間 平日8:30～17:00(土日祝除く)  
※土日祝はFAX受付のみで後日ご連絡となります。FAX.72-8457

凡例 日日時 期間 場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 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。



市役所職場説明会

職員課職員担当
TEL71・2405 FAX71・5155

若手職員との懇談などを通して、市役所の仕事内容や魅力を紹介します。

日3月8日(金)

- ①午前9時30分～正午
②午後1時45分～4時15分

場市役所4階大会議室

市役所の仕事に興味がある人、採用試験の受験を検討している人
日3月1日(金) までに、市HP
参加申込フォームから。当日参加も可能です。

この説明会への参加の有無は採用試験結果に影響しません。詳細は市HPサイト内検索で。

職場説明会 検索

就職内定者向け職場定着セミナー「社会人としての基礎講座」

国商工労政課商業労政係
TEL71・2041 FAX72・1340
若年者地域連携事業推進センター
TEL27・5010 FAX29・2608

自信を持って社会人生活をスタートできるよう、社会人としてのルールなどを学びます。
日2月25日(月)

午前9時30分～午後5時

場市役所4階大会議室

就職内定者(44歳まで)

テーマ「学生脳から社会人脳にシフトチェンジ!」

社会人としての心構え▽ビジネスマナーの基本▽コミュニケーションの基本▽目標設定

費無料 定50人(先着順)

特筆記用具、ノート(昼食は各自) ※服装は制服、スーツ、またはそれに準じた服装

日2月22日(金)までに、商工労政課または若年者地域連携事業推進センターへ電話またはファクスで。ファクスの場合、(内定)企業名・企業所在地・連絡先・参加者名・年齢・性別・学生の場合は学校名を明記してください。

市外の人も参加できます。人事担当者の皆さんなど、オブザーバーとしての参加もできます(定員には含まれません)。

安曇野市勤労者互助会は市内企業の福利厚生を支援する団体です。3月22日まで加入促進キャンペーンを行っています。

勤労者互助会員募集

国商工労政課内勤労者互助会事務局
TEL71・2202 FAX72・1340

得により変動
▽塔の原団地(明科中川手)
【3LDK:77・25㎡】
家賃 6万2千円
※両団地とも空室あり。常時申し込みを受け付けます。

共通事項

入居資格・連帯保証人について
入居条件など詳細は「入居申込案内」をご覧ください。

日「入居申込書」に必要事項を記入の上、関係書類を添えて建築住宅課(2階15番窓口)へ提出(郵送の場合、事前に要相談)。

入居申込書と入居申込案内は建築住宅課、各支所窓口、市HPから入手できます。

司法書士による登記・法律無料相談

国地域づくり課市民相談室
TEL71・2496 FAX72・3176

土地や建物の相続・贈与・売買などの不動産登記に関すること、会社(法人)の設立・変更・解散などの登記に関すること、成年後見に関すること、裁判所への提出書類の作成など、相談に応じます。

日3月13日(水)
▽午前9時～正午
▽午後1時30分～4時30分
※相談時間は一人30分

場市役所2階相談室211
定12人(先着順)
日3月6日(水)に市民相談室へ
電話で(受付は午前9時～正午)

松本広域連合

信州ちくほく村ロゲイニング参加者募集

スポーツと観光を融合させたアウトドアアクティビティー「ロゲイニング」を開催します。渡された地図を手に、指定されたチェックポイントで写真を撮って得点を競うスポーツです。

今回は、善光寺街道沿いの山あいにある東筑摩郡筑北村で開催。長い歴史の中で育まれた農山村の美しい風景を楽しみながら巡りましょう。

日3月23日(土) 午前11時～午後4時20分

場筑北村役場集合(東筑摩郡筑北村西条4195)

制限時間3時間、通過証明はデジタルカメラによる撮影

費(1人)一般3,500円、大学生以下1,000円

定200人(先着順)

日2月28日(木)までにスポーツエントリーから

URLhttp://spoen.net/77057

問松本広域連合事務局福祉・地域課ふるさと担当

TEL87・5461 FAX87・5462

ガンズくんによる J2優勝シャーレ&トロフィー ホームタウンキャラバン

松本山雅FCでは、優勝シャーレとトロフィーを身近に感じてもらい、喜びを分かち合いたいという想いから、ホームタウン7市町村でシャーレとトロフィーの展示を行います。

安曇野市での展示

日1月28日(月)～2月3日(日)

午前8時30分～午後6時

場市役所1階中央ロビー

他初日の1月28日(月) 午前10時にガンズくんからの引き渡し式があります。

問政策経営課企画担当 TEL71・2401 FAX71・5155

1月の納期

- 市県民税 (4期)
国民健康保険税 (7期)
後期高齢者医療保険料 (10期)
介護保険料 (10期)
水道料金 (豊科・堀金・明科地域)
下水道使用料 (穂高・三郷地域)

=納期限は1月31日(木)=

測定結果

12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。

問環境課環境保全担当 TEL71・2491 FAX72・3176

Table with 5 columns: 測定地点, (マイクロシーベルト/時間), 12/4(火), 12/11(火), 12/18(火), 12/25(火). Row 1: 本庁舎(豊科), 0.1, 0.08, 0.08, 0.08

長野県シニア大学受講生募集

高齢者の生きがいと健康づくりを進め、仲間と共に地域で活動する人を養成するシニア大学の受講生を募集します。

日おおむね50歳以上で学習意欲旺盛・積極的に地域活動を目指す人。

※平成28年度以前に長野県シニア大学(老人大学)を卒業した人も入学できます。

日受講年限は2年間(年間学習日数16日間)、おおむね午前10時から午後3時まで。教養・実技・実践講座など。
日受講会場 松本合同庁舎、松本市松南地区公民館(なんなん広場)

日年間1万円のほか、教材費、自治会費などの経費。 日240人

日2月1日(金)から3月15日(金)までに長寿社会課(1階13番窓口)または各支所地域課に備え付けの入学願書に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出。(当日消印有効)

日松本合同庁舎(松本保健福祉事務所福祉課内) 松本学務事務局 TEL40・1911 FAX40・1803

長寿社会課長寿福祉係 TEL71・2254 FAX71・2328

第2回

図1 収益的収支(税抜き)

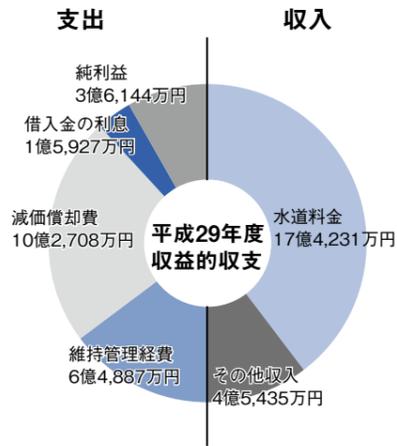
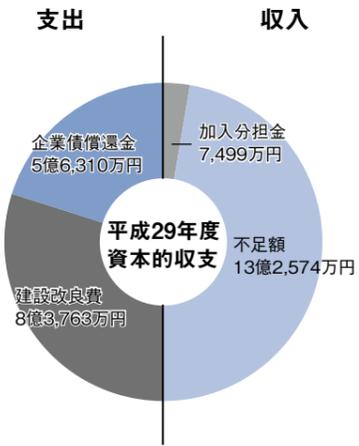


図2 資本的収支(税込み)



水道事業会計は収益的収支と資本的収支に区分し経理を行っている

水道事業の決算状況

水道・下水道の現状と課題を紹介し、第2回は水道事業の経営状況についてです。

信頼を未来へつなぐ安曇野の水道 清らかで良質な水をいつまでも

節水性に優れたトイレなどの節水機器の普及や節水意識の向上により、一人当たりの水道使用量は減少しています。

水道使用量の減少

収益的収支は皆さんからいただく水道料金などの収入と水道水を供給する経費の差額で、黒字となっています。

資本的収支は水道施設をつくるために要する経費とその財源で、不足額は収益的収支の利益や現金支出を伴わない減価償却費などの内部留保資金で補ってんでいます。

施設更新費用の増加

市が管理する配水池や水道管などの水道施設は昭和50年前後に投資のピークを迎え、すでに40年が経過しており、今後大規模な更新時期を迎えます。

経営健全化への取り組み

現在の水道料金は、10立方メートルを超える従量料金部分は地域毎に違いがありました。このたび、平成30年12月に経営審議会から水道料金統一について答申がありました。

水道料金の適正化

また、人口減少地域における消火施設の在り方を検討し、状況に合った施設に更新するなどのコスト削減を図っています。

現在の水道料金体系と答申内容

Table with columns for usage volume, fee type (basic, high, rural, etc.), and amount. It details the current system and proposed changes for different usage levels.

市では、この答申を踏まえ負担の公平性を図るため、水道料金の統一に向け取り組みます。

次回は「下水道の現状と課題」について、2月号(2月20日発行)で紹介いたします。

凡例 日日時 期間 場所 内容 対象 講師 費用 定員 持ち物 申し込み 提出先 その他 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。



募 集

保育施設等入園の二次募集 園子ども支援課保育担当

4月以降に保育施設等の利用を希望する児童の二次募集を行います。...

申込 2月12日(火)〜22日(金)に申込書と必要書類を子ども支援課へ提出。...

※申込受付の期間に提出できない場合は、事前受付も行います。

生きもの調査 結果報告会 環境課環境政策係

0件を超える情報が寄せられました。その結果をもとにした対象種66種類の生息・生育状況などの報告と専門家による生きものの観察をテーマにした講演を行います。

第3回環カフェ

環境課環境政策係

安曇野環境市民ネットワークでは、信州花フェスタを盛り上げることに、安曇野の生き物の現状を知ること環境保全の機運を高めることを目的に、どなたでも気軽に参加できる説明会を開催します。

申込 2月22日(金)午後3時〜4時 場市役所4階大会議室西



市議会3月定例会会期日程

市議会事務局

本会議や委員会などはどなたも傍聴できます。また、本会議の様子は議会HPでライブ中継を行っています。



他公共団体・後援団体などから寄せられた情報を掲載しています。詳細は主催者に問い合わせください。

Table with columns for name, content, date/venue, staff/fee, and application/contact info. Lists events like 'あづみ野寄席2019' and '日中友好春節祝賀会'.

# 2月(February)の予定

## 2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 14:00～16:00

4・18・25日(月)・7日(木)  
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

14・21・28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

7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

6・13・20・27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。※6・20日は家族会

### 心配ごと相談(\*は行政相談委員による相談を同時開催)

9日(土)・\*18日(月) 時 13:00～16:00  
場 岡堀金憩いの里うらら (Tel73-5288・Fax73-5775)  
5日(火)・\*24日(日) 時 13:00～16:00  
場 岡穂高地域福祉センター (Tel82-2940・Fax82-9621)  
6日(水)・\*20日(水) 時 13:00～16:00  
場 岡豊科ささえあいセンター「にじ」 (Tel72-3013・Fax72-5422)  
7日(木)・\*21日(木) 時 13:00～16:00  
場 岡三郷福祉センター (Tel77-8080・Fax77-8081)  
8日(金)・\*22日(金) 時 13:00～16:00  
場 岡明科総合福祉センター「あいりす」 (Tel62-2429・Fax62-5025)

### 子ども・ひとり親家庭・女性の相談 **要予約**

毎週月～金曜日 時 8:30～17:15 ※11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 ※11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 ※11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。

### 行政書士による無料相談 **要予約**

14日(木) 時 13:00～15:00 (相続・遺言手続・成年後見など)  
場 市役所 2階 相談室 211・212  
岡長野県行政書士会松本支部 (Tel33-7166・Fax32-0151)  
※開催日の2日前までにご予約ください。

## 2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

3日(日)	10日(日)	11日(月) 建国記念の日	17日(日)	24日(日)
古川 医院 82-4385 [穂高]	やざき 診療所 62-2360 [明科]	村山 医院 82-2101 [穂高]	堀内 医院 82-3324 [穂高]	平林 医院 62-2227 [明科]
武田内科クリニック 88-6500 [穂高]	石田 医院 72-2766 [豊科]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	高橋 医院 82-2561 [穂高]
こうの内科循環器科 71-5881 [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]	中萱 医院 77-2130 [三郷]	山田 医院 72-3207 [豊科]
山本 歯科医院 72-5748 [豊科]	有明 歯科 88-8689 [穂高]	丸山整形外科医院矯正歯科 72-7000 [豊科]	天野 歯科医院 73-4182 [豊科]	松本 歯科医院 82-8205 [穂高]

## 2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。

### ★豊科中央児童館

Tel・Fax72-0122

 みんなあつまれ 豆まき 1日(金) 10:30～11:30  
**要予約** 定員 20組 持ち物: 飲み物

 育児相談・身体測定 8日(金) 10:30～12:00

ファミリーサポート登録会 15日(金) 10:30～  
持ち物: 印鑑

卓球教室 16日(土) 14:00～15:00  
**要予約** 対象: 小学生以上 定員 10人 持ち物: 持参できる人はラケット

 読み聞かせ 18日(月) 11:00～

 みんなあつまれ ひな祭りの押し寿司づくり  
**要予約**  100円 定員 20組  
持ち物: エプロン・三角巾・飲み物 21日(木) 10:30～11:30

### ★南穂高児童館「にこにこランド」

Tel71-5150 Fax71-5152

囲碁・将棋を楽しもう 6・13・20・27 15:15～16:15  
対象: 小学生以上 定員 10人 日(水)

チャレンジタイム ポップコーン&ギフトボックスづくり  
**要予約**  50円 対象: 小学生  
定員 12人 9日(土) 14:30～15:30

 みんなあつまれ ママキッズ・ピクス⑥  
**要予約** 定員 25組  
持ち物: 運動のできる服装 14日(木) 10:30～11:30

 育児相談・身体測定 15日(金) 10:30～12:00

 みんなあつまれ 観劇会パート3 28日(木) 10:30～11:30  
**要予約** 定員 20組 ※職員による劇です。

### ★高家児童館

Tel・Fax72-5685

読み聞かせ 1・15日(金) 11:00～

育児相談・身体測定 8日(金) 10:30～12:00

チャレンジタイム パレンティン大作戦!  
**要予約**  100円 対象: 小学生以上  
定員 10人 9日(土) 10:00～12:00

### ★穂高西部児童館

Tel・Fax82-2527

 育児相談・身体測定 1日(金) 10:30～12:00

 みんなあつまれ やししよう作り 5日(火) 10:30～11:30  
**要予約**  100円 定員 15組 持ち物: エプロン・三角巾・水筒  
※託児要相談

 もぐもぐカフェ 7日(木)・26日 11:15～12:00  
持ち物: お弁当・水筒 (火)・28日(木)

ファミリーサポート登録会 8日(金) 10:30～  
持ち物: 印鑑

豊科3館共通 みんなで学ぼう ほめると叱るにはコツがある ～今日から活かすコーチング～ 18日(月) 10:30～11:30 会場: 南穂高児童館

**要予約** 定員: 15組 ※申し込みは通学区内の児童館へ申し込みください。託児も受け付けます。

### ★穂高北部児童館

Tel・Fax83-5494

 読み聞かせ 1・8日(金) 11:00～11:20

 わらべうた 4・18・25日(月) 11:10～

 育児相談・身体測定 8日(金) 10:30～12:00

 みんなあつまれ!  
2月生まれハッピーバースディ♡ 15日(金) 10:30～11:30

チャレンジタイム クッキーづくり 23日(土) 10:30～12:00  
**要予約**  100円 対象: 小学生 定員 15人 持ち物: エプロン・三角巾・クッキー型

### ★穂高中央児童館

Tel84-0762 Fax82-9621

 育児相談・身体測定 15日(金) 10:30～12:00

 読み聞かせ 20日(水) 11:00～11:20

お下がり会 23日(土) 10:30～11:15  
出品者要申し込み。出品者は 10:15 までにお越しください。

### ★三郷児童館

Tel76-0185 Fax76-0186

 みんなあつまれ 節分～豆まき会～ 2日(土) 10:30～11:30  
**要予約** 定員 20組

 読み聞かせ 8日(金) 11:00～11:20

お下がり会 15日(金) 10:30～11:00  
出品者要申し込み。出品者は 10:15 までにお越しください。

 育児相談・身体測定 18日(月) 10:00～12:00

### ★堀金児童館

Tel71-2122・Fax71-2126

 みんなあつまれ 五平餅づくり 1日(金) 10:30～11:30  
**要予約**  50円 定員 15組 持ち物: お皿・はし・フォーク

育児相談・身体測定 18日(月) 10:00～12:00

### ★明科児童館

Tel62-2482 Fax62-1124

クライミング教室 2日(土) 10:00～11:30  
**要予約** 定員 15人 持ち物: 運動靴

 読み聞かせ ひばりの会さん 14日(木) 16:00～  
対象: 小学生以上

 みんなあつまれ 楽しく交通安全を学ぼう  
**要予約** 定員 20組 15日(金) 10:30～11:30

 育児相談・身体測定 18日(月) 10:30～

 読み聞かせ 18日(月) 11:00～

 地域の知恵袋 ちらし寿司 23日(土) 10:30～11:30  
**要予約** 対象: 乳幼児親子・小学生 定員 15人 持ち物: 飲み物

# 信州花フェスタ2019

～北アルプスの贈りもの～

## 市内サテライト会場出展者等募集

**信** 州花フェスタ 2019 の期間中、安曇野市内に設置される2カ所のサテライト会場へ出展していただける個人・団体を募集します。一緒にイベントを盛り上げましょう！

### ①展示出品

作品や活動紹介パネル等を展示します。

- 期間 2019年5月下旬～6月中旬
- 場所 市役所東側ロビー
- 募集内容
  - ▷生け花、フラワーアレンジメントなどの作品
  - ▷花やみどりに関連する絵画、写真、工作、ネイチャークラフトなどの作品
  - ▷個人または団体の取り組みを紹介するパネル
- 出展料 無料（出展経費等は出展者負担）

### ③パネルディスカッションパネリスト

記念シンポジウムの中で行うパネルディスカッションのパネリストを募集します。（謝礼有り）

- 期間 2019年4月28日（日）午後
- 場所 三郷文化公園体育館
- 内容
  - ▷テーマ「安曇野のみどり～この地に暮らす私たちとのつながり～（仮）」（パネリスト ガーデンデザイナー吉谷桂子さんほか）
- 募集対象（3人程度）
  - ▷花やみどりに関する活動や取り組みをしており、当日会場で発表できる人
  - ▷自身の活動を紹介する資料（パワーポイント）を作成し、提供できる人

### ②あづみの風景写真展

安曇野の四季の移ろい、花やみどりを撮影した写真を集めた写真展を行います。

- 期間 2019年4月下旬～5月上旬
- 場所 三郷文化公園体育館
- 募集内容
  - ▷市内で撮影した風景写真
  - ▷市内の花やみどりを撮影した写真
- 出展料 無料（フレーム等必要な備品は出展者用意）

### 共通事項

- 応募資格 市内在住または市内で活動している団体、個人
- 申し込み方法 まずは電話か電子メールでご連絡ください。申込期限：3月1日（金）午後5時
- 問い合わせ先 信州花フェスタ安曇野市実行委員会事務局（都市計画課内） TEL 71・2249 FAX72・3569



電子メールはこちらから



ホームページはこちらから

### 編集後記

◆今号では健康づくり推進員の特集を担当。昔から引き継がれてきたこの活動に、長野県が「長寿県」と言われるルーツがあるように感じました。ぜひ一読ください。

◆平成が終わる新しい元号が誕生する、変化のある一年の幕開けです。時代の流れに取り残されないように、世の中の動きに敏感でありたいな。充実した年にしたいです！

◆平成最後の年越しはテレビを見ながらゆっくり過ごしました。今年も交年。テレビで見たゆるいイノシシの干支ソングが頭から離れず、頭の中でリピート再生されてくるこの頃です。

◆信州花フェスタがいよいよ今春に開幕となります。市役所1階ロビーには、南安曇農業高校の皆さんが制作した「三庭園」が設置され、開催PRをしました。制作の過程は、市公式ツイッターで早送り動画（タイムラプス）をご覧くださいませ。

人口と世帯 2019.1.1 現在（ ）内は対前月比  
 人口 97,800人（+2）男 47,441人（-23）女 50,359人（+25）  
 世帯 39,692世帯（-2） ※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	FAX 0263-71-5000
各支所への電話は本庁舎から転送します	FAX 0263-82-6622
	FAX 0263-77-6060
	FAX 0263-72-4900
	FAX 0263-62-4747

**本庁舎夜間・休日開庁日**  
**時間延長窓口2月5日(火)・19日(火)**  
 (午後5時15分から8時まで)  
**休日開庁日1月27日(日)・2月24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31年1月23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 ㈱安曇印刷 印刷経費1部21円

次回発行…**広報あづみの2月20日(水)**  
 古紙配合率80%再生紙を使用しています。  
 PRINTED WITH SOY INK