

主な内容

- 6 あづみんをご利用ください
- 16 各種健診の申し込み
- 22 長峰荘・穂高プールの今後

節分の日に鬼に豆を投げる子どもたち
(写真：堀金認定こども園)

◎レポート

こども園に 鬼が来た。

地域を考える 研究集会

時代の変化とともに変わってきた地域課題。
安曇野の地域の“今”を考えます。



NPO 法人社会生活サポートチーム 風を詠む理事長
玉井 英男 さん

●プロフィール

須坂市出身。池田町在住。
日本福祉大学卒業後、旧豊科町の介護老人保健施設に就職し、豊科に移住。2008年に「NPO 法人社会生活サポートチーム風を詠む」を設立し、居宅介護とデイサービスを開設。NPO 法人として地域の成相区の活動にも積極的に参加している。

●プロフィール

須坂市出身。安曇野市豊科在住。
1962年、旧豊科町の民間企業への就職を
機に今日まで居住。現在は成相区長およ
び安曇野市区長会の会長として「地域の
課題は地域で解決する」を合言葉に市と
協働で持続可能なまちづくりを進めてい
る。

安曇野市区長会長・成相区長
重野 義博さん



我々のような地域資源を
上手く活かしてほしい

市は平成29年12月、区や各種団体だけでは解決できない地域課題を解決するため、さまざまな分野の有識者等が集まる「まちづくり推進会議」を設置しました。NP〇法人として地域密着型デイサービスを運営する玉井さんは、「一人ひとりは一生懸命やっているが、それを横につなぐ場がないと

広い視野で考える

後

半は「広い視野から見た地域課題の解決」をテーマに、地域で活躍する4人によるパネルディスカッションが行われました。

後

半は「広い視野から見た地域課題の解決」をテーマに、地

半は「広い視野から見た地域課

地域で

ネルデイス
した。

地域を考える研究集会

ライフスタイルや価値観が変化し、地域課題は複雑化しています。区では、より広い視野での課題解決の必要に迫られる中、支え合い、助け合う社会を考える「地域を考える研究集会」が開かれました。

問地域づくり課まちづくり推進係

安曇野の魅力とは

安曇野市はまとまらないと感じていた。まちづくり推進会議に参加させていただき、区長さんをはじめ多くの人と話す中で、一つの分野だけでは一方通行だった話が、さまざまな視点から意見が聞けて、とても参考になった。地域の暮らしが良くなるために、各区に散らばる我々のような社会資源を上手く使って欲しい」と話しました。

身近な地域の魅力を再発見して
まちづくりにつなげる活動をして
いる宮崎さんは、「改めて安曇野
の魅力とは何か?」という質問に、
同じくらい好きだという北海道を
引き合いに出し、「北海道は原生
の自然だが、安曇野は原生の北ア
ルプスの手前に屋敷林や田園や拾

自治会と他組織とが連携する仕組みが必要

重野会長は「少子高齢化が進み今後、地域が果たす役割はより大きくなる。一方で、区の役員は持ち回りで代わっていくので継続性の点では限界がある。自治会と他組織が連携して地域課題を解決する仕組みが必要ではないか」と話しました。

♪安曇野には原生の自然に
人の営みがあるのが魅力♪

安

曇野の地域づくりを考える
「地域を考える研究集会」

の役員など約200人が参加し、発表に耳を傾けました。この研究会会は、平成25年度に市内83区の役員が一堂に集まり地域課題を共有しようとし始まり、今回で6回目となります。

主催者である市区長会の重野義博会長は「社会環境は大きく変化し、人口減少と価値観の多様化が進んでいる。その中で地域の課題を解決す

さまざまな視点から見た安曇野

課題。今回は『さまざまな視点から見た安曇野』をテーマに議論し、区について多角的に考える機会としたい」と話しました。

移住して感じた安曇野

前半の事例発表では、昨年6月に東京から移住し、地域おこし協力隊として活動する土屋陽子さんが「移住して感じた安曇野」をテーマに発表しました。

移住した当初、都会育ちの夫が
馴染めるか不安だったが、四季

折々の景観に触れたり、畑で採れた野菜をおすそわけされた経験を話し、「安曇野には素晴らしい自然とおもてなしの心がある」と語りました。また、自身も安曇野歩こう会や安曇野太鼓保存会などのサークル活動に積極的に参加し、「知らない土地で知り合いができることはこんなにも安心感ができるものかと実感した」と話しました。

一方、自身が担当する市区長会

で自分の住む区がいくらになるか心配」といった不安の声や、市民から「高齢夫婦の二人暮らしなので役員ができない」、「区に加入しようとしても加入金が高くハードルが高い」などといった相談があることを紹介しました。

土屋さんは最後に、「区の皆さんの負担を軽減しつつ、これからも安全安心で、自然も人も豊かな安曇野であるために、皆さんの力を借りながら尽力したい」と抱負を語りました。



NPO 法人安曇野ふるさとづくり応援団事務局長
宮崎 崇徳 さん

●プロフィール

さいたま市出身。安曇野市穂高在住。
横浜国立大学で建築と都市計画を学び、
東京の不動産会社に就職。1995年に信州
へ1ターン。2006年に「NPO 法人安曇
野ふるさとづくり応援団」を有志により
立ち上げ、1ターン支援や地域ガイドの育
成、景観まちづくりなどに関わる。

●プロフィール

上伊那郡辰野町出身。安曇野市豊科在住。
東京の企業に就職し、2018年6月より
地域おこし協力隊として安曇野市地域づ
くり課に勤務。安曇野市市長会の事務局
を担当し、転入者へ区の説明や各区への
取材・コラム執筆などを通じて区と市民
をつなぐ役目を担っている。

安曇野市地域おこし協力隊
土屋 陽子 さん





住宅などを建築する際は 境界から壁面を後退しましょう

次世代に誇れる景観づくりのため、ゆとりのある建築計画を立て、壁面を道路・隣地境界から後退しましょう。
図建築住宅課建築景観係（☎71・2242 FAX72・3569）

景観づくりの推進

市では、次世代に誇れる景観づくりのため、平成23年から「安曇野市景観条例」を施行しています。地域によって景観の特徴が異なるため、市内を4つのエリアに分け（図1参照）、景観づくりの方針や建築物の色・配置などの基準を設定しています。

目安は推奨基準ですが、後退距離を満たせない場合は、隣地住民に説明を行い、同意を得ましょう。また、工事の着工前に近隣に建築計画の概略を説明するなど、トラブルを防止しましょう。

今回は景観条例の中から、建築物の壁面後退についてご案内します。

エリアによって 目安・基準が異なります

特に景観への影響の大きい「田園エリア」「山麓・山間部エリア」は、道路や隣地から壁面を後退する目安・遵守基準（表1、図2・3参照）を設定しています。

心地よい生活のために

ゆとりある空間を確保して建築物を建築することは、景観形成だけでなく、心地良い生活やプライバシーの保護にもつながります。建築物の壁面後退にご理解、ご協力をお願いします。

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

最終回は下水道事業の現状と課題について紹介します。

図経営管理課庶務担当（☎71・2271 FAX72・3176）

経営の安定化に向けて

下水道事業は、施設整備を短期間で急速に進めてきたことから、老朽化による施設の更新時期が集中するため、計画的に更新する必要があります。また、人口の減少により、下水道使用料収入の増加も期待できない状況です。

そのため、市では污水处理区域の見直しや処理場の統廃合を調査・研究し、経営の効率化を図っていきます。

また、単一事業での効率化には限界があることから、広域化や共同化の研究なども進めます。

下水道の水洗化率向上を

水洗化率は、下水道が整備されている地区で生活している人数に対し、下水道を利用している人数

の割合で表します。

市の平成29年度末の水洗化率は83・8％で、3年前の80・0％から増加傾向にあり、引き続き水洗化率の向上を目指します。

下水道への早期接続を

生活環境の改善と豊かな水環境を守るため、下水道未接続の場合は早期の接続をお願いします。

なお、市では平成30年度からの5年間、下水道接続工事費の一部を助成する補助金制度を新設しました。

この制度は、実施年度内に完了する下水道接続工事で、同一世帯の住民税の合計税額が5万円以下の場合に、工事費用の1割以内（10万円を限度）補助が受けられますので、ご利用ください。

水環境保全に欠かせない下水道処理

下水道は、バクテリアなどの微生物が、し尿や雑排水などの汚水の汚れを食べることを利用して、きれいな水へ処理しています。汚水を処理せずに河川に流すと、水中に栄養分などが増えることでアオコが発生し、悪臭や魚などの死滅を招くほか、害虫が大量に発生するため伝染病を流行させる原因にもなります。

下水道を利用することは、河川をきれいにして生態系を保全すると共に、悪臭などの発生抑止や、公衆衛生の役割を担っています。また、下水処理により発生する汚泥などを資源として活用することで、汚泥自体の量が減り、処分費用も削減でき、処理施設を運用するエネルギーとしても活用しています。

●下水道処理フロー

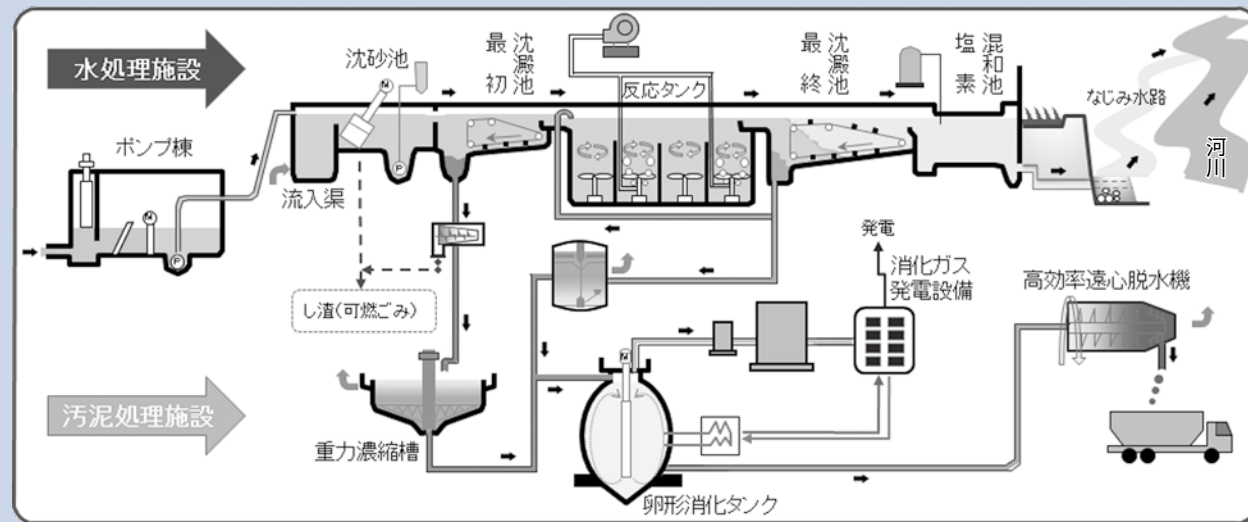


図2 田園エリアの目安

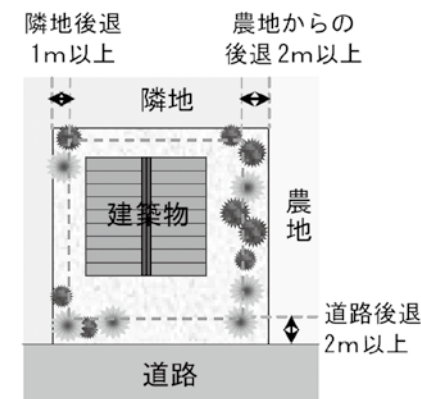


図3 山麓・山間部エリアの目安

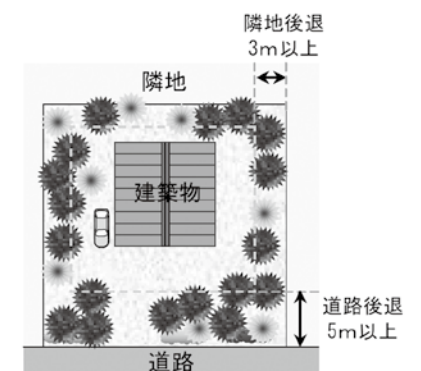


図1 景観計画のエリア区分

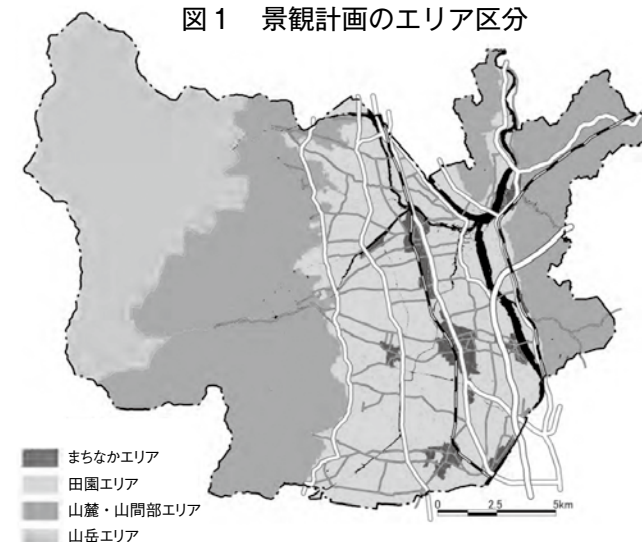


表1 壁面後退エリアの目安・基準

エリア	目安・基準	壁面後退距離
田園エリア	目安(推奨基準)	・道路・農地境界から2m以上 ・隣地境界から1m以上
山麓・山間部エリア	目安(推奨基準)	・道路境界から5m以上 ・隣地境界から3m以上
山麓保養区域	遵守基準	・道路境界から5m以上 （主要幹線道路から10m以上） ・別荘・住宅は隣地境界から3m以上 （隣地同意があれば1m以上） ・専用住宅以外は隣地境界から10m以上 （隣地同意があれば5m以上）

こつしょうしょう「骨粗鬆症」を予防しましょう！

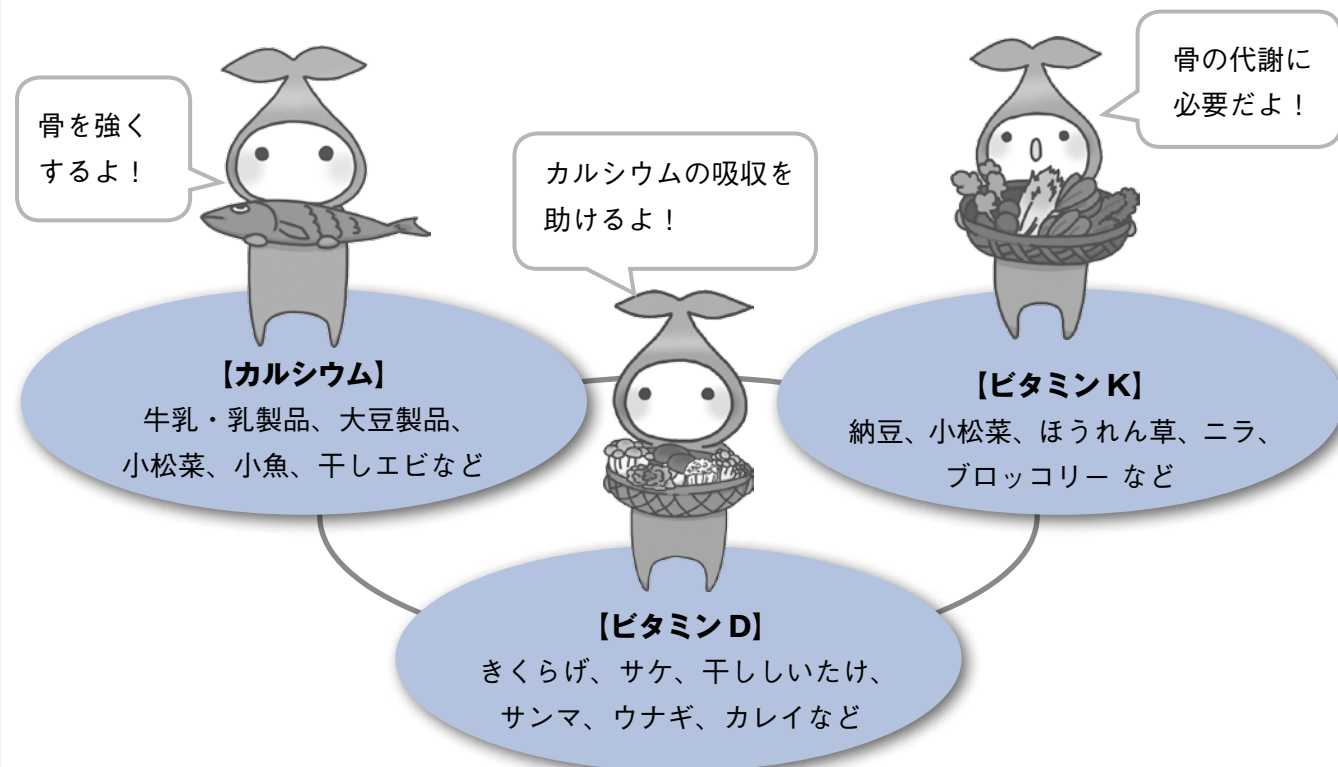


骨粗鬆症とは、骨の強度（骨密度と骨質）が低下して、転倒などの軽い衝撃でも骨折しやすくなる病気で女性や高齢者に多くみられます。骨の強度が低下する主要因として、加齢や女性ホルモン（エストロゲン）の減少、生活習慣（運動不足、ダイエット、喫煙、アルコール・コーヒーの多飲など）が挙げられます。

骨を強くするために、摂りたい栄養素や食べ物

骨を強くするには、カルシウムとカルシウムの吸収を助けるビタミンDを多く含む食品を摂ることが大切です。食事に気を付けている人でも、日本人はカルシウムが不足しやすいと言われています。

また、骨の代謝を高めるビタミンKも一緒に摂ると効果的です。



適度な運動と日光浴も有効です

運動は、骨密度の維持・上昇に有効だと言われています。適度な運動負荷によって筋肉が鍛えられると、骨折の原因となる転倒予防への効果も期待できます。

また、ビタミンDは、紫外線を浴びることで体内で活性型となり、カルシウムの吸収を助けます。晴れた日は日光浴も取り入れてみましょう。

骨密度測定で早期発見を！

骨粗鬆症は静かに進行します。初期の段階では症状がなく、背中や腰に痛みが生じて、医師の診察で見つかることがほとんどです。

症状が無くても、女性は40歳を過ぎたら、定期的に骨密度測定（骨粗鬆症検診）を受け、自分の骨の状態を確認してみましょう。

2019年度の骨健診について

市では毎年骨健診を行っていますので、ぜひご利用ください。※詳細は3月上旬発行の2019年度版「健診こよみ」をご覧ください。

【健診日】10/24（木）、25（金）、28（月）

【健診会場】豊科保健センター

【電話申込期間】8/19（月）～9/6（金）

固健康推進課健康支援担当

TEL 81・0713 FAX 81・0703

明科から穂高や豊科へ行くときに利用しています。天候の悪い日は、あやめシティーや明科地域内の移動にも利用します。昨年の10月からは穂高の整形外科に直接行けるようになり便利になりました。乗り継ぎ料金がもっと安くなればありがたいですね。急いでいるときはタクシーを利用しますが、あづみは、料金も安く便利なので今後も利用したいです。

利用者Aさん（明科70代）



デマンド型乗り合いタクシー「あづみん」は自宅から希望の場所まで行ける移動手段として多くの皆さんに親しまれています。14台の車両により毎日300人以上の乗客を送迎しています。



「あづみん」は平成19年9月の運行開始以来、延べ98万人の皆さんにご利用いただいています。今回は、あづみんの魅力や要望について聞きました。

「あづみん」をぜひご利用ください

平日のお出かけには

利用者Bさん（穂高60代）
家族で利用しています。日常の買い物や病院への通院に週2～3回利用したり、銀行や図書館に行くこともあります。利用料が安いので気軽に利用できます。要望としては、待ち時間が分かるようになるとうれしいですね。



誰でも利用できます

年齢制限はなく、利用登録さえすれば、市外で暮らす人の帰省時や安曇野を観光する人など、誰でも利用できます。ただし、事前予約が必要で、1時間間隔の乗り合い運行のため、時間に余裕を持った利用が必要です。市民の身近な足として、お出かけの際にはぜひご利用ください。

利用料金

路線	利用者	種類	料金
あづみん	大人 (中学生以上)	1 回	300 円
		回数券 (11 枚)	3,000 円
	小学生・ 障がい者	1 回	100 円
		回数券 (10 枚)	1,000 円
	未就学児		
(定時定路線) 安曇野市バス	大人	1 回	200 円
		1 ヶ月通勤定期	4,000 円
	障がい者	1 回	100 円
		1 ヶ月通勤定期	2,000 円
	小・中・高 校生	1 回	100 円
		1 ヶ月通学定期	2,000 円
	未就学児		

お得な回数券は車内または社会福祉協議会本所・支所で販売しています。

安曇野市バス（定時定路線）のご案内

平日の朝夕は、①豊科駅と田沢駅②穂高駅と明科駅③明科駅と白坂口（明科スクールバス兼）の3路線で安曇野市バス（定時定路線）を運行しています。篠ノ井線と大糸線を乗り継ぐより、大変便利です。利用には事前登録・予約は必要なく、時刻表により運行している運賃定額のバスです。

通勤・通学定期もありますので車内または社会福祉協議会本所にて申し込みください。

※路線により運行時間は異なります。詳しくは問い合わせいただくか市HP等でご確認ください。

車の維持費は意外と高い？

移動に便利な自家用車ですが、車の維持は、税金、車検・点検料、保険料、燃料費、タイヤ代など、意外と費用が掛かります。年齢とともに車の運転が不安になってきた人は、お出かけのひとつの方法として「あづみん」の利用をご検討ください。

固政策経営課交通政策係（TEL 71・2401 FAX 71・5155）

150万円のコンパクトカーを12年使用した場合の車の維持費（月額）

費用項目	月額	算出内容
車両購入費	10,417円	150万円の車両を12年使用
自動車税	2,459円	年間29,500円
車検費用	2,917円	2年で7万円（重量税、工賃、自賠責保険など）
任意保険	2,500円	2年で6万円
ガソリン代	5,000円	
合計	23,293円	他にタイヤ代、オイル代、消耗品などもかかります

※この計算例はあくまで一例です

運転免許証自主返納の検討を

すべての免許を自主返納した人には、「あづみん回数券9000円分」を交付する支援制度もあります。詳しくは問い合わせいただくか市HP等をご覧ください。

固地域づくり課生活安全係（TEL 71・2495 FAX 72・3176）

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。

日本語ボランティアきっかけ講座

日本語教室のボランティアをやってみたい人、外国籍の皆さんと触れ合ってみたい人、活動について学んでみませんか。

日 3月13日(水)・20日(水)【全2回】

午後7時～8時30分

場 市役所3階会議室301

内 ▷第1回 日本語教室ボランティアとは?

▷第2回 日本語ってどんな言葉?

※日本語教室ボランティア未経験または始めて間もない人で、全2回参加できる人

費 無料 定 20人(抽選)

申 3月8日(金)までに生涯学習課に電話または電子メールで

問 生涯学習課社会教育担当

TEL71・2466 FAX71・2338

☑shogaigakushu@city.azumino.nagano.jp

日本語教室ボランティアスタッフ募集

外国籍の人を対象に開催している日本語教室のボランティアスタッフを募集します。

※運営に携わり日本語の指導やサポートをする人。資格・経験等は問いません。

※随時募集しています。生涯学習課へ電話で申し込みください。

他 日本語を学びたい外国人学習者も募集しています。気軽にご参加ください。

●日本語教室開催日程

	日時	場所
豊科教室	毎週日曜日 午前10時～正午	豊科ささえあいセンターにじ
穂高教室	毎週土曜日 午後2時～4時	穂高公民館
三郷教室	毎週土曜日 午後7時～9時	三郷公民館
堀金教室	毎週日曜日 午後7時～9時	堀金公民館

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 3月2日(土) 午後1時30分～3時

費 1,000円 定 10人(先着順)

お茶にえべや「お抹茶体験」

日 3月8日(金) 午後1時30分～3時 費 500円

定 8人(先着順) 場 ふくさ(ある人)・ベルト

「赤飯と切り干しの煮つけ」講座

日 3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) 場 エプロン、三角さん

「切り絵」体験講座

日 3月16日(土) 午前10時～午後1時

費 1,200円 定 15人(先着順) 場 カッター

【共通事項】

場 「えべや」 場 市内在住者(子ども同伴可)

講 えべや人材バンク登録者

申 2月26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

豊科近代美術館

TEL73・5638 FAX73・6320

第20回友の会作品展

豊科近代美術館友の会絵画部の作品と手仕事くらぶで制作した作品を展示します。

日 3月2日(土)～20日(水) 午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで、入場は閉館30分前まで)

場 美術館2階第8展示室・新館大展示室

費 無料(常設展は有料)

春を呼ぶコンサート

春の訪れをピアノの音色とともにお楽しみください。

日 3月17日(日) 午後2時～3時

場 美術館多目的ホール

演奏者 門光子さん(ピアノ)

天皇陛下御在位30年記念

市美術館・博物館無料開館

文化課文化振興係

TEL71・2463 FAX71・2338

天皇陛下御在位30年記念式典が挙行されることを記念し、市美術館・博物館を無料開館します。

日 2月24日(日)

対象施設 豊科郷土博物館、豊科

近代美術館、田淵行男記念館、

飯沼飛行士記念館、高橋節郎記

念美術館、貞享義民記念館、

白井吉見文学館

第8回市総合芸術展

生涯学習課社会教育担当

TEL71・2466 FAX71・2338

各地域の文化祭で選ばれた絵画、水墨画、書道、写真、工芸、彫刻・彫塑などを展示します。

日 3月7日(木)～20日(水)

午前9時30分～午後6時(最終日は午後3時まで)

場 豊科交流学習センター「きぼう」

多目的交流ホール

費 無料 休月曜日

あつみ野ビデオクラブ作品上映会

総合芸術展に合わせて、作品上映会を行います。

日 3月9日(土)・10日(日)

午後1時～5時

場 「きぼう」2階ロビー 費 無料

碌山公園研成ホール

TEL82・0769

美術講座 全身像の彫塑制作

モデルを使って、全身像を制作する、中・上級者向けの講座です。

日 3月8日(金)～12日(火)【全

5回】午前9時～午後4時

▽石膏取り(受講者は参加自由)

3月14日(木)～16日(土)

午前9時～午後4時

場 研成ホール研修室Ⅱ

講 彫刻展の会員

費 9,000円(モデル代含む)

定 10人(先着順)

申 2月25日(月)から3月4日(月)

に研成ホールへ電話で

休 水曜日



豊科農産物加工交流センター

農政課マーケティング担当

TEL71・2430 FAX71・2507

味噌づくり体験教室

安曇野産大豆とコシヒカリで作った味噌を使った味噌作りです。

日 3月13日(水)～15日(金)

▽13日 午後0時30分～4時

▽14日 午前9時～午後4時

▽15日 午前9時～11時

場 豊科農産物加工交流センター

※市内在住で3日間連続で参加できる人(未経験者)

講 同センター管理運営委員

費 持ち帰りの味噌10kg当たり約2

5,000円(最終日に集金。20kg

まで持ち帰り可)

定 12人(先着順)

場 エプロン・三角さん・マスク・

味噌持ち帰り用段ボール、作業

用の服装、昼食(14日のみ)

申 2月25日(月)・27日(水)・3月1

日(金)に豊科農産物加工交流セ

ンターへ電話で(TEL73・955

0 受付は午前9時～正午)

休 月曜日

貞享義民記念館

TEL77・7550 FAX77・7551

第16回三郷美術会新春小品展

三郷在住の美術愛好者の皆さんによる作品展です。絵画、彫刻、工芸など個性豊かな作品約25点を展示します

日 3月3日(日)～21日(木)

午前9時～午後5時(最終日は

午後3時まで)

場 記念館企画展示室

費 無料(常設展は有料)

休 月曜日

て美術館へ直接

豊科郷土博物館

TEL72・5672 FAX72・7772

糸紡ぎ実演と体験ワークショップ

栽培した綿花を使って糸紡ぎを体験するワークショップを行います。当日はインドのチャルカ(糸車)も使用します。

日 3月9日(土) 午前9時30分～11時ごろ

場 博物館学習室

講 井浦和子さん(綿花栽培事業研

究会・高山村)

費 無料(要入館料)

定 20人(先着順)

申 2月26日(火)から3月8日(金)

に博物館へ電話で

休 月曜日

0歳からのミニコンサート

子どもから大人まで楽しめる、声楽の山本知佳さんとピアノの松田紫帆さんによるコンサートです。

日 3月6日(水) 午前11時～11時30分

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

費 保護者のみ1人100円 定 160人(先着順)

申 2月27日(水)から3月5日(火)に図書館交流課へ電話で

休 月曜日

問 図書館交流課 TEL81・3111 FAX82・0966

文化講演会「日本美術と文化財の保存と活用」

吉田茂の側近を務めた白洲次郎、文芸評論家の小林秀雄を祖父に持つ講師に、日本美術などについて、安曇野のことに触れながらお話いただきます。

日 3月16日(土) 午後1時30分～3時(開場 午後1時)

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

講 白洲信哉さん(文筆家) 費 無料

定 200人(先着順) 申 不要

他 手話通訳があります

問 文化課文化振興係 TEL71・2463 FAX71・2338

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 休休館日

※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。

安曇野高橋節郎記念美術館

TEL 81・3 0 3 0 FAX 82・0 5 5 1
冬期企画 吉江秀泰版画作品展

市内在住の吉江秀泰さんによる展示です。メデイウム剥がし刷り技法を使った版画作品約30点を展示します。

日 3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
メデイウム剥がし刷りに挑戦！

メデイウムという画材を利用し、プレス機を使わない新しい版画技法で、はがきサイズの作品を作ります。子どもから大人まで楽しめる簡単な技法です。

日 3月10日(日) 午前10時～正午
場美術館主屋 講吉江秀泰さん
費 7 0 0 円 定 15 人(先着順)
申 2月26日(火)～3月9日(土)に美術館に電話で

休月曜日



講座作品例

田淵行男記念館

TEL 72・9 9 6 4 FAX 88・2 0 1 0
山口大志写真展「塩場と生物」

第5回田淵行男写真作品公募で岳人賞を受賞した作者が、ライフワークとして取材する南米アマゾンの熱帯雨林の塩場を利用する動物たちの姿を紹介します。

日 2月26日(火)～4月21日(日) 午前9時～午後5時

場記念館地階展示室 費要入館料
休月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日

穂高陶芸会館

TEL FAX 82・6 7 5 0

春の親子陶芸教室

素材なそば猪口やぐい飲みを作ります。

日 3月9日(土) 午前9時30分～11時30分

場穂高陶芸会館

対市内在住の中学生以下の子どもと保護者
費保護者1000円、子ども800円(材料費込み)

定 20人程度(先着順)
申 3月1日(金) から穂高陶芸会館へ電話またはファクスで

他約1カ月後の焼き上がり後、作品を受け取りに来てください。
休月曜日(2月28日(木)まで冬

ZUMBA(ズンバ)講座

ラテンの音楽に合わせて楽しく体を動かす「ズンバ」を体験してみませんか。

日 3月7日(木)・14日(木) 午後7時～8時

※1回のみでも受講できます

場明科公民館講義室

対市内在住・在勤者

講上野千奈美さん(ZUMBAインストラクター)
費1回200円(受講料)

定各回20人(先着順)
持運動靴・運動の出来る服装・飲み物・タオル・着替え(Tシャツなど)

申 2月27日(水)・28日(木)に 明科公民館へ電話で

明科文学・歴史講座

『明科海野氏の足跡を訪ねる』

明科海野氏にゆかりの海野宿、上田城跡公園を訪れます。

日 3月12日(火)午前8時45分～午後4時(受付午前8時15分)

場明科支所集合

対市内在住・在勤者

講西村永明さん(元明科支所長)
費1000円(受講料・昼食代など)

定 20人(先着順)

申 3月4日(月)・5日(火)に 明科公民館へ電話で

各種情報コーナー

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。

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
第105回ナイスハートバザール in 松本 ～障がい者施設等の製品展示販売会～	障がい者福祉施設作業所では施設利用者の社会参加と就労訓練のため自主製品を製作しています。中信地区の施設作業所の製品を一堂に集めた展示販売会を行います。	日：①2月23日(土)午前10時～午後5時 ②2月24日(日)午前10時～午後4時 場：東筑摩郡山形村アイシティ 21 1階モール中央イベント広場	定：なし	問：松本圏域障害者総合相談支援センターあるぷ TEL 31・5844 FAX 82・8864
第6回山里塾「これでバッチリ！災害対策！」 ～山里に住む、しか、さる、いのしし、はくびしん、くまの知られざる生態～	山里に住む動物の生態を知り、従来の災害対策とはひと味違うより効果的な災害対策を学ぶことができます。	日：2月24日(日) 午後1時30分～4時 場：明科公民館 会議室1・2	定：70人(先着順) 費：300円	問：不要 問：山里のくらし塾 安藤さん TEL 62・2232 (開催日当日) 斉藤さん TEL 090・4840・3751
【国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)】 《無料入園日》 ナノハナプレゼント	インドアガーデンで展示していたナノハナをプレゼントします。当日は「天皇陛下御在位30年慶弔行事」の一環として入園無料となります。	日：2月24日(日) 午後2時～4時 場：園内あづみの学校 多目的ホール	定：なし(無くなり次第終了) 費：無料	問：国営アルプスあづみの公園堀金・穂高管理センター TEL 71・5511 FAX 71・5512

測定結果

1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 TEL 71・2491 FAX 72・3176

測定地点	(マイクロシーベルト/時間)			
	1/8(火)	1/15(火)	1/22(火)	1/29(火)
本庁舎(豊科)	0.08	0.08	0.08	0.07

2月の納期

- 市県民税 (随期)
- 固定資産税 (4期)
- 国民健康保険税 (8期)
- 後期高齢者医療保険料 (11期)
- 介護保険料 (11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2月28日(木)=

再発見！安曇野の文化

TEL 71・2 4 6 5 FAX 71・2 3 3 8
文化課博物館係

ハイタカ

山間地の沢筋のできごとです。にわかには小鳥たちの警戒声が響いたと思つたら、止めたタクトのように一瞬にして静寂が訪れ、緊張感が辺りに漂いました。間を置かず鳥影一閃、一羽のタカが目線ほどの高さを滑るように飛んで行ったのです。小鳥を狙ったハイタカの狩りでした。

ハイタカはその高い飛翔能力を活かして森林内で活動する点で他の猛禽と一線を画しています。林の空間を縫って高速で小鳥を追いかける姿は、とてもタカの仲間とは思えません。

近年、森林は人の手が入らず荒廃が進んでいます。空間の無くなった森林は、ハイタカにとって棲みづらい環境となつていようです。

(写真はハイタカ雌 黒沢洞合自然公園で撮影)





第36回全国都市緑化信州フェア

信州花フェスタ2019

～北アルプスの贈りもの～



ハンギングバスケット・コンテナガーデン 出展作品募集

信州花フェスタ2019のメイン会場となる松本平広域公園へハンギングバスケットやコンテナガーデン作品の出展者を募集します。出展作品はコンテスト審査を行います。

募集内容 下表のとおり

募集作品	作品サイズ	募集数	作品テーマ
ハンギングバスケット (壁掛けタイプ)	幅 80cm 以内、上 下 100cm 以内、 重さ 15kg 以内 (背景含む)	80 作品	信州の春
コンテナガーデン (直置きタイプ)	90cm 四方以内	30 作品	



ハンギングバスケット



実行委員会HP

- 対象** どなたでも（作品は1人1作品）
- 費用** 参加無料（作品制作や出展に関わる費用は自己負担）
- 日程（予定）**
 - ▷作品搬入日：6月6日（木）午前10時～午後3時
 - ▷審査日：6月7日（金）
 - ▷展示期間：6月8日（土）～16（日）
 - ▷作品撤去日：6月16日（日）または17（月）

申し込み 4月30日（火）までに参加申込書を記入の上、第36回全国都市緑化信州フェア実行委員会事務局へファクスまたは電子メールで。申込書は長野県公式HPまたは信州花フェスタ公式HPから入手できます。詳細については、実行委員会へ問い合わせいただくかHPをご覧ください。

問い合わせ 第36回全国都市緑化信州フェア実行委員会事務局
TEL 88・1184 FAX 88・1187 E-mail hanafesuta2019@pref.nagano.lg.jp

安曇野おはなスイーツプロジェクト「スイーツbuffe」開催

信州花フェスタ2019の開催期間中、お花をイメージした「安曇野おはなスイーツ」をサテライト会場や市内協力店舗にて販売します。フェア開幕に先駆けて、このスイーツを試食できる「安曇野おはなスイーツbuffe」を開催します。コーヒー、紅茶を飲みながら甘いひと時を過ごしませんか？

日 3月23日（土）午後1時30分～ **場** 市役所4階パノラマラウンジ

内▷立食スタイルでの試食▷協力店舗（15店舗）の紹介、PR

費 2,000円 **定** 50人（先着順）

申 2月25日（月）から3月15日（金）に市実行委員会事務局へ電話で

問 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 FAX 72・3569



凡例 日日時 開期間 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 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。

3月の図書館イベント

中央図書館映画上映会（入場無料）

『アーティスト』
＜上映時間：101分＞

- 日時** 8日（金）上映18:30～
- 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）

おはなしとしょかん 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）
3月の休館日（全館共通）
4・11・18・22・25・29日

中央図書館

TEL 84・0111 FAX 84・0116

中央図書館★「さとぶろ。」
手作り本箱でオリジナルコー
ナーを作ろう

「あづみの里山材」を使った本
箱を作り、自分で決めたテーマの
本を集めたコーナーを本箱と一緒
に図書館内に展示します。

●第1回 本箱づくり

日 3月26日（火）

午後1時30分～3時30分

場 穂高交流学習センター「みらい」

多目的交流ホール

講 里山木工倶楽部の皆さん

●第2回 オリジナルコーナー作り

日 3月28日（木）

午後1時30分～3時

場 「みらい」学習室 講 図書館職員

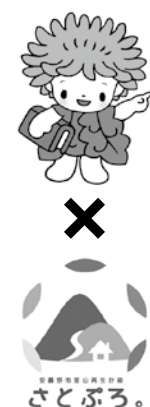
【共通事項】

中学生以上で全2回参加できる人

費 500円（材料費）

定 10人（先着順）

申 2月26日（火）から中央図書館
へ直接または電話で



大人のための朗読会特別編

「語り」を中心とした朗読会を
行います。趣向をこらした舞台を
お楽しみください。

日 3月9日（土）

午後1時30分～3時

場 「みらい」多目的交流ホール
中学生以上

朗読 あづみのアクトーズアカデ
ミアの皆さん

定 100人（先着順） 申 不要

堀金図書館

TEL 72・3601 FAX 72・3602

のるものであそぼう！

乗り物がでてくる絵本の読み聞
かせや、いろいろなものに乗って
楽しみましょう！

日 3月28日（木）午前10時～正午

場 堀金公民館スタジオ2

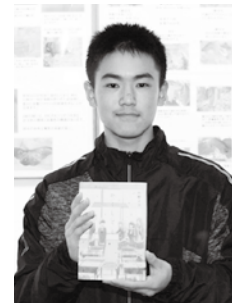
講 小学生以下（未就学児は保護者
同伴）

講 おはなしつむぎいと学生隊

費 無料 定 15人（先着順）

申 2月26日（火）から堀金図書館
へ直接または電話で（受付は午
前10時～午後6時）

おすすめの冊
か「く」し「ん」と「



紹介する人
とどきたかうみ
等々力空海さん
（穂高）

ぼくが紹介するのは住野よるさ
んの小説『か「く」し「ん」と「

と』です。
ぼくがこの本を読み始めたのは
『君の臍臓をたべたい』と同じ作者
で、他の作品が気になったからです。

この話は高校生5人が出てきま
す。ぼくはまだ中学生ですが、文
化祭や修学旅行など、高校生活を
思い浮かべながらこの本を読みま
した。

登場人物が5人で5章。各章
で登場人物の視点が変わり、その
時のそれぞれの気持ちや感情がわ
かって、それぞれのかくしごと、
各章の記号の違いの意味が分かっ
てなるほど！と思いました。

心で思っていることなどが素直
に文章に出ていて、人間性が伝わっ
てきて理解しやすかったです。
みなさんもぜひ読んでみてくだ
さい。

3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

育児相談・身体測定	8日(金)	10:30～12:00
みんなあつまれ 春のお茶会～抹茶＆桜餅～		
要予約 100円 定員 10組	13日(水)	10:30～11:30
読み聞かせ	18日(月)	11:00～
チャレンジタイム お好み焼き ～ボラさん1年間ありがとう!!～		
要予約 50円 対象：小学生以上 定員 10人	20日(水)	10:30～12:00
チャレンジタイム プラ板キーホルダー		
要予約 対象：小学生以上 定員 20人	22日(金)	11:00～11:30
卓球教室	27日(水)	10:30～11:30
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		

★南穂高児童館「にここらんど」 TEL71-5150 FAX71-5152

囲碁・将棋を楽しもう	6・13・20・27日(水)	15:15～16:15
対象：小学生以上 定員 10人		
みんなで学ぼう 乳幼児救急法	8日(金)	10:30～11:30
要予約 定員 15組		
読み聞かせ	11日(月)	11:00～11:20
みんなあつまれ わらべ歌	13日(水)	10:30～11:30
要予約 定員 15組		
育児相談・身体測定	15日(金)	10:30～12:00
チャレンジタイム 餃子パーティーを楽しもう		
要予約 100円 対象：小学生 定員 15人 持ち物：エプロン・三角巾・ 16日(土) 11:00～12:00 必要な人はおにぎり		
春休み特別企画 マジックショーを楽しもう		
要予約 定員 80人	26日(火)	13:00～14:00

★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 プラ板で作るアクセサリ		
要予約 100円 対象：小学生 定員 15人	23日(土)	10:30～11:30

★穂高中央児童館 TEL84-0762 FAX82-9621

チャレンジタイム ボッチャを体験しよう		
要予約 対象：小学生 定員 15人	9日(土)	13:30～15:30
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

★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
みんなで学ぼう びよびよほっとカフェ		
要予約 対象：1歳未満の親子・マタニティの人	11日(月)	10:30～11:30
みんなあつまれ！	15日(金)	10:30～11:30
3月生まれハッピーバースディ♡		

★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
おさがり会	12日(火)	10:30～11:30
もぐもぐカフェ	14日(木)	11:15～12:00
持ち物：お弁当・水筒		
読み聞かせ	25日(月)	11:00～11:20

★三郷児童館 TEL76-0185 FAX76-0186

みんなで学ぼう 元気な口を育てるために		
要予約 定員 20組	1日(金)	10:30～11:30
育児相談・身体測定	4日(月)	10:00～12:00
読み聞かせ	8日(金)	11:00～11:20
ファミリーサポート登録会	11日(月)	10:30～
持ち物：印鑑		
みんなで学ぼう 乳幼児期に大切にしたいこと		
要予約 定員 20組	11日(月)	10:30～11:30
春休みお楽しみ企画 発見！体験！科学プログラム		
要予約 対象：小学生 定員 100人	19日(火)	14:00～15:30

★堀金児童館 TEL71-2122・FAX71-2126

育児相談・身体測定	11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	7日(木)	16:00～
対象：小学生以上		
育児相談・身体測定	11日(月)	10:30～12:00
読み聞かせ	11日(月)	11:00～
クライミング教室	23日(土)	10:00～11:30
要予約 対象：小学生以上 定員 20人 持ち物：運動靴・飲み物		
春休みお楽しみ企画 劇団こまねずみ		
要予約 定員 40人	26日(火)	10:30～11:30

3月の各種相談

場…場所 関…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・11・18・25日(月)・7日(木)
場関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・28日(木)
場関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) 場関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
関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)

4日(月)・*18日(月) 時 13:00～16:00
場関堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)
5日(火)・*19日(火) 時 13:00～16:00
場関穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)
9日(土)・*20日(水) 時 13:00～16:00
場関豊科ささえあいセンター「にじ」 (TEL72-3013・FAX72-5422)
7日(木)・*24日(日) 時 13:00～16:00
場関三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)
8日(金)・*22日(金) 時 13:00～16:00
場関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 ※21日は行いません
場関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 ※21日は行いません
場関教育相談室 (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 ※21日は行いません
場関教育相談室 (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
関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。

3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)	17日(日)	21日(木) 春分の日	24日(日)	31日(日)
古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	小田切医院 83-6025 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	村山医院 82-2101 [穂高]
榎本内科医院 73-0616 [豊科]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]
木暮医院 77-2119 [三郷]	石田医院 72-2766 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	白木医院 77-2134 [三郷]	米倉医院 72-2354 [堀金]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]
飯島歯科医院 82-0306 [穂高]	内田歯科クリニック 71-4711 [堀金]	赤羽歯科医院 77-2114 [三郷]	上月歯科医院 82-7530 [穂高]	かえで歯科医院 82-4105 [穂高]	上條歯科医院 82-2215 [穂高]

労働に関する相談

関商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)

ユニオンサポートセンターの相談会 要予約 時 18:00～20:00

※予約は前日の17:00まで
14日(木) 場市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む

中信労政事務所の相談会 時 13:00～16:00

14日(木) 場市役所3階 相談室311

わかもの就職サポート相談会 要予約 時 13:30～16:30

15日(金) 場市役所3階 相談室312 ※40歳代前半まで
※1回の相談時間50分で3枠。予約は前日の正午まで。

区・自治会に関する相談 要予約 時 10:00～14:00

19日(火) 場市役所2階 相談室212
※1回の相談時間30分で3枠。予約は12日(火)8:30～12:00(先着順)
関地域づくり課まちづくり推進係 (TEL71-2494・FAX72-3176)

母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00

7日(木) 場関穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
12日(火) 場関堀金保健センター (TEL81-0714・FAX81-0703)
13日(水) 場関豊科保健センター (TEL81-0713・FAX81-0703)
14日(木) 場関三郷保健センター (TEL81-0714・FAX81-0703)
19日(火) 場関明科保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
※保健師・助産師・管理栄養士・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。
※児童館の育児相談については、左ページをご覧ください。

介護相談 時平日 8:30～17:00

場関中央地域包括支援センター(市役所1階)
(TEL72-9986・FAX71-2503)

場関北部地域包括支援センター(穂高支所内)
(TEL81-0760・FAX88-3711)

場関南部地域包括支援センター(三郷支所内)
(TEL77-4007・FAX77-4087)

消費生活相談 時平日 8:30～17:15 (相談受付は16:00まで)

場関消費生活センター(市役所2階) (TEL71-2100・FAX72-3176)
※消費者ホットライン(局番なし)188番「嫌や! (イヤヤ!)」

弁護士による無料法律相談 要予約

7日(木)→予約受付日 2月28日(木)
20日(水)→予約受付日14日(木) [予約受付時間:午前9時～正午 時 13:30～16:30 ※ひとり20分 [予約はTEL71-2496へ電話してください]
場市役所2階 相談室211
関地域づくり課 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)
※定員8人を超えた場合は抽選(先着順ではありません)
※係争中の案件、既に弁護士へ相談中の案件はお受けできません。
※同じ案件の再相談、複数回の相談はお断りさせていただきます。

人権よろず困りごと相談 時 10:00～15:00

26日(火) 場穂高会館児童室 ※人権相談
関法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)



無料アプリ「マチロ」
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://machiro.town/



凡例 日日時 期期間 場場所 内容内容 対象対象 講師講師 費用費用 定定員 持ち持ち物 申込み申込み 提出提出先 その他 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。



各種健診の申し込み

平成31年度各種健（検）診の申し込みを受け付けます。
「がん検診など」の申し込みはがきと「市国保特定健康診査および後期高齢者健診」の申し込みはがきは別々になりますのでご注意ください。

詳細は、3月上旬発行の「2019年度健診こよみ」または市HPをご覧ください。

7/4/1				
集団健診	集団健診を申し込み	集団健診を申し込み	集団健診を申し込み	集団健診を申し込み
個別健診	個別健診を申し込み	個別健診を申し込み	個別健診を申し込み	個別健診を申し込み
市内通院検査	通院検査を申し込み	通院検査を申し込み	通院検査を申し込み	通院検査を申し込み
市外通院検査	検査結果を提出する	検査結果を提出する	検査結果を提出する	検査結果を提出する
人間ドック	人間ドック受診予定	人間ドック受診予定	人間ドック受診予定	人間ドック受診予定
職場健診等	健診結果を提出する	健診結果を提出する	健診結果を提出する	健診結果を提出する

申し込みはがきは開くと3面になり、中央が調査票になります。がん検診などは「ピンク色」、市国保特定健康診査および後期高齢者健診は「青色」の調査票です。

「がん検診など」

2月下旬に申し込みはがきを発送します。申込者には後日、受診券と検診票などを送付します。

申3月15日（金）までに必要事項を記入の上、健康推進課（1階

12番窓口）か穂高健康支援センターへ持参または郵送。

他骨・歯科健診、肺がんCT検診、乳房超音波検診および若年者健診については、後日、電話で申し込みを受け付けます。

健康推進課健康支援担当

TEL 81・0726 FAX 81・0703

【市国保特定健康診査および後期高齢者健診】

2月下旬に申し込みはがきを発送します。希望する健診の種類を選択してください。申込者には後日受診券などを送付します。

ただし、国保加入者で、34歳未満の人および国保以外の医療保険加入者には通知されません。

申3月15日（金）までに必要事項を記入の上、国保年金課（1階10番窓口）か穂高健康支援セン

ターへ持参または郵送。

国保年金課国保年金担当

TEL 71・2473 FAX 71・2503



市制度資金などの融資を受けた事業主の皆さんへ

国商工労政課商業労政係

TEL 71・2041 FAX 72・1340

平成29年度中に、市制度資金（借換を除く）または、市経由で県制度資金の融資を受けた事業主に対して、融資実行から1年間の利子につき、一定の要件により利子補給（最大1%）を行います。

対象者には、申請書類を1月下旬までに送付しています。

申請期限 3月11日（月）必着

日常生活用具（ストマ用器具）給付申請

福祉課障がい福祉担当

TEL 71・2251 FAX 71・2328

2019年度のストマ用器具（消化器系・尿路系）の申請を3月から受け付けます。

ぼうこうまたは直腸・小腸機能障がいにより身体障害者手帳の交付を受けている人（所得制限有）

給付内容 原則、基準額の1割を自己負担（世帯所得により自己負担額が異なります。基準額を

確定申告はパソコンやスマホからの申告が簡単・便利です

パソコンやスマートフォンなどでe-Tax（国税電子申告・納税システム）を利用することで、混雑する確定申告会場に出向くことなく、自宅で簡単に確定申告を行うことができます。

税務署でID・パスワードを取得しましょう！

2019年1月からe-Tax利用手続が簡便化され、国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成する際、IDとパスワードを入力すると、e-Taxで申告ができるようになりました。

マイナンバーカードやICカードリーダーライターを持っていないくても、これにより自宅等からパソコンやスマートフォンで簡単に申告することができます。

ID・パスワードはお近くの税務署において5分程度で発行を受けられますので、ぜひご活用ください。

※ID・パスワード取得の際は、運転免許証（写しでも可）などの本人確認書類をお持ちください。

問松本税務署 TEL 32・2790

e-Tax・作成コーナーヘルプデスク TEL 0570・01・5901

日赤活動基金へのご協力ありがとうございました

多くの皆さんのご協力により多額の活動資金が集まりました。いただいた資金は日本赤十字社長野県支部へ納入し、災害救護をはじめとする日赤の事業に役立てます。

平成30年度日赤活動資金納入額(合計1,326万3,030円)

▷豊科地域 345万3,860円 ▷穂高地域 358万6,300円
▷三郷地域 233万200円 ▷堀金地域 199万4,500円
▷明科地域 117万3,170円 ▷本庁受付分72万5,000円

問日赤安曇野市地区事務局（市長寿社会課）

TEL 71・2253 FAX 71・2328

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

組合員・地域の皆様へ 故人のやさかな旅立ちを 精一杯の真心でお手伝いいたします。 安心・真心・JA葬祭
JAは地域の一人として地域の皆様のお役に立ちたいと考えています。
通夜・葬儀・告別式 忌中払い・ご法要のすべてをおまかせください。

JAあづみ 有明ホール 安曇野市穂高有明1723-1 TEL.0263-83-8345
●大・中・小規模葬

JA虹のホールとよしな 虹のホールとよしな別館
安曇野市豊科886 TEL.0263-73-6845
●小規模葬（通夜室・宿泊室（キッチン・バス）完備）

JA虹のホールあずさがわ 松本市梓川4702-4 TEL.0263-78-1050
●中・小規模葬（通夜室・宿泊室（キッチン・バス）完備）

0120-721-047 安心の年中無休 24時間受付！
もしものときに大きな安心 セレモニー会員受付中!! 事前相談 随時受付中 寺院葬・自宅葬も承ります

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** 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

新規ご紹介者にも **¥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。

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。

【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 ●現在、信濃毎日新聞を購読中の方と購読予約をされている方

★広告掲載のお申し込みは（株）共立プランニング（TEL 34・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 贈与 遺言 無料相談会開催!!
※ご希望の方はお電話にてご予約下さい。

確定申告が始まります 3月18日(月)13:00~20:00
土地等の譲渡・贈与・決算等 お気軽にご相談下さい。 4月27日(土)13:00~17:00
※ご都合のつかない方はご相談ください。

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)
TEL 0263-82-8210 URL http://www.sasakikaiei.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

スプレー缶排出時の事故防止

昨年12月、札幌市で大量のエアゾール製品の内容物が屋内で噴射され、これに引火したことが原因とみられる爆発事故が発生しました。スプレー缶の排出による同様の火災や事故を防ぐため次のことに気を付けましょう。

●注意事項

- ①製品を最後まで使い切る。
- ②缶を振って音を確認するなど、充填物が残っていないことを確認する。
- ③ガス抜きキャップがある製品は、火気のない風通しの良い屋外でキャップを使用して充填物を出し切る。
- ④ごみ出しルールを守って廃棄する。

適切な取り扱いおよび廃棄方法は（社）日本エアゾール協会HPに掲載されています。

☎お近くの消防署へ

宝くじの助成金で備品を整備

豊科地域成相区自治会では、公益財団法人長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、初市で使用する神輿を修繕しました。

この助成事業は、市町村振興宝くじの収益金を財源とし、宝くじの社会貢献広報事業の一環として、市町村の明るく住みよいまちづくりの推進に役立っています。

☎地域づくり課まちづくり推進係

TEL 71・2494 FAX 72・3176



精神保健福祉講座「風とおしの良いコミュニケーションを！」

精神障がいのある人の家族会である「三郷にに八・芽吹きの家」による「風通しの良い会話」をしていくことの大切さと具体的方法を学ぶ講座を2日間に渡って開催します。

- ☎▷講座「暮らしのセミナー」 3月9日（土）午後2時～4時 対象 精神障がいのある当事者
▷講座「基調講演・お困りごと相談などの暮らしのセミナー」 3月10日（日）午前10時～午後4時
対象 精神障がいのある人の家族・支援者

☎豊科公民館中会議室（9日）、大会議室（10日）☎高森信子さん（SSTリーダー）

※SST（ソーシャルスキルトレーニング）…日常生活上のコミュニケーションの方法を集団で学習していくこと

費無料 申不要

☎福祉課障がい福祉担当 TEL 71・2251 FAX 71・2328、三郷にに八・水谷さん TEL 090・9664・7361

お知らせ

2019年度ごみ・資源物 収集カレンダー等の配布

☎廃棄物対策課廃棄物対策担当
(TEL 71・2490 FAX 72・3176)

2019年度「ごみ・資源物収集カレンダー」、「家庭用資源物・ごみ出し方の手引き」の改訂版を新聞折り込みやポスティング等で各家庭に配布します。また、配布日以降であれば廃棄物対策課（2階6番窓口）および各支所でも入手できます。

適正なごみの分別収集にご理解・ご協力をお願いします。

●配布日（1週間程度かかります）

▽出し方の手引き 2月20日（水）以降

▽カレンダー 3月6日（水）以降

リサイクル自転車の販売

☎廃棄物対策課廃棄物対策担当
(TEL 71・2490 FAX 72・3176)

自転車整備士が修理再生した再利用自転車を抽選販売します。

☎3月2日（土）

※受付（午前9時～10時）終了後抽選販売を行います
☎堀金多目的屋内運動場（常念ド

ーム）

費自転車代金500～7000円程度（幼児用のもの以外は防犯登録料およびTSマーク料金（賠償責任保険）を含みます）

申不要
注意事項 自転車は新品ではありません。購入時に車両を確認してください。返品はできません。

市里山再生計画 さとぶろ。フォーラム2019

☎耕地地務課地務担当
(TEL 71・2432 FAX 71・2507)

市里山再生計画の取り組み「さとぶろ。」の活動を紹介するフォーラムを開催します。「里山の達人」をテーマに、里山をフィールドに活動する皆さんにお話しいただきます。

☎3月9日（土）

午後1時～4時（開場正午）

☎市役所4階大会議室

☎▽「里山の達人」座談会

▽「ツミキノチカラ」建築士会
全国大会最優秀受賞受賞報告

▽さとぶろ。活動の紹介

▽積木ワークショップ

▽おでかけ図書館 ほか

費無料 申不要



連載

手話を覚えてみよう! 第3回「どうしましたか」「わかりました」

連載3回目のキーワードは「どうしましたか」「わかりました」の2つです。

困っている人を見かけたら手話で「どうしましたか」と積極的に話しかけてみましょう。

内容がわかったら「わかりました」と返事をする事で、耳の聞こえない人は安心できます。

☎福祉課障がい福祉担当 TEL 71・2251 FAX 71・2328

👉 どうしましたか（何）



「何」
人差し指を立て体の前で
左右に振ります。

👉 わかりました



「わかる」
手を胸にあて、そのまま
胸のつかえがおりるイメ
ージで手を降ろします。

📎 要約筆記をご存知ですか？

講演会や会議などの音声や、文字として書いて伝える方法です。スクリーンに文字を映し出す方法や直接パソコンに打ち込む方法、その他にノートに書いて伝えるノートテイクなどがあります。皆さんも講演会等で見かけたことがあるのではないのでしょうか。



人と違うものは 武器になる

1/14 有森裕子さん ランニング教室

市スポーツ大使の有森裕子さんを講師に迎えたランニング教室を穂高会館で開催しました。有森さんはバルセロナ五輪、アトランタ五輪のメダリストで、信州安曇野ハーフマラソンのゲスト参加をきっかけに市のPRなどにご協力いただいています。この日は約90人の小学生が参加。シューズの正しい履き方や走り方、練習方法などのアドバイスを受けた。

股関節が外れた状態で生まれたという有森さんは、小学校の陸上クラブの先生との出会いによって、陸上や運動に自信が持てたと話します。講義では、その恩師の言葉を紹介。「人と違うものは武器になる。あれがない、これがないでなく、『自分はこんなものを持っている』と考え、強みを生かしてほしい」と教えを子どもたちに伝えていました。



世代を超え 郷土料理で交流

1/17 農業女子会 in 安曇野

食育や食文化の継承を目的に料理を作りながら交流する農村生活マイスター安曇野支部主催の交流会が堀金公民館で開催されました。当日は南安曇農業高校の生徒から若手女性農業者、70代の農村生活マイスター会員など約40人が参加。

高校で農業クラブの副会長を務めているという荒井朔未さん（2年生）は「皆さんと一緒に料理を作って手際の良さに驚いた。普段はお菓子くらいしか作らないのでとても勉強になった」と話してくれました。

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します。（敬称略）

第35回全国商業高等学校英語スピーチコンテスト（東京都）
スピーチ種目 奨励賞受賞
いさやま 諫山ありさ（穂高商業高）



第68回“社会を明るくする運動”長野県作文コンテスト優秀賞受賞
（県内小学校から7,211作品の応募）
やまぞえ 山添みのり、わかかわあやの 鰐川彩乃（穂高南小）



第18回全国小学生ソフトテニス大会（千葉県）
ふるはたゆうま たけしたあおば なかじまあいななみさき
古幡悠馬、竹下青波、中島葵、中島咲（穂高西小）
たかはしこうき なかむらあはるや
高橋洸貴、中村暖矢（穂高北小）
いいぬまひかる
飯沼輝（穂高南小）



小さな鬼がいっぱい！

2/1 堀金認定こども園節分豆まき大会

無病息災を願う節分の豆まき大会が堀金認定こども園で行われました。当日は年長の園児たちが手作りの金棒や鬼のお面を被り、園内の各教室を廻りました。

「年長さんだから全然怖くないよ」と言って笑っていた園児たちも、太鼓を打つ音と共に本物の鬼が登場すると、「おにはそと！ふくはうち！」と叫びながら一生懸命に豆を投げていました。



市政トピックス



長峰荘の 今後の運営

長峰荘は、平成31年3月に指定管理期間が終了します。
今後の管理運営について、地元と協議を重ねた結果、民間譲渡に対して一定の理解をいただきました。今後は、民間事業者の自由な発想と創意・工夫により、長峰荘としての役割を継続させ、さらなる安曇野の観光の発展を目指します。
地元のご意見をお聴きしながら、優れた企画力と資本力を備え、具体的な運営方針がある事業者を選定する方針です。
☎ 観光交流促進課拠点維持整備係
（TEL 71・2055 FAX 72・1340）

穂高プールの 今後の運営

市では本年度を市民の皆さまに穂高プールの現状と課題をご説明し、ご理解をいただくための期間とさせていただきます。期間中に行なった市民説明会や利用者アンケートでは存続を願うさまざまなご意見、また、穂高プールの継続を希望する皆さまからは陳情書、署名をいただきました。これらを踏まえて検討した結果、穂高プールの運営を3シーズン延長し、2021年には運営を終了することとなりました。皆さまのご理解とご協力をお願いします。
運営期間
2021年9月30日まで



2月2日穂高会館で開催された市民説明会

ただし、機器の故障等が発生し、多額の修繕費用が必要となる場合や、安全性が確保されない場合は、運営を停止する場合があります。
利用制限
ウォータースライダーの運営は行いません。
利用料金（現行どおり）
16歳（高校生）以上500円、中学生以下300円
今後は、子どもが安全に水に親しむことのできる市内の公園等の有効活用する方法について検討していきます。
☎ 生涯学習課スポーツ推進担当
（TEL 71・2467 FAX 71・2338）



第5回記念信州安曇野ハーフマラソン

運営ボランティア募集!

～皆さんの「安曇野流おもてなし」で
大会を盛り上げましょう～

募集内容

日時

6月2日(日) ※活動時間は内容により異なります

場所

豊科南部総合公園(スタート・フィニッシュ会場)または市内コース沿道各所

内容

コース沿道整理、ランナーへの給水、各種ランナーサービス等

対象

大会当日に小学校4年生以上の個人・団体(小学生は保護者同伴、団体の場合は責任者が同伴)

その他

主催者で傷害保険に加入します。また、ボランティア用大会オリジナルTシャツを贈呈します。

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(TEL 72・2239 FAX 72・1340)



皆さんの参加をお待ちしています!

申し込み【申込期限: 5月8日(水)】

申込用紙に必要事項を記入の上、郵送・ファクス・電子メールで送付いただくか、ながの電子サービスから申し込みください。

申込用紙は市HP、市役所または各支所で入手できます。



ながの電子サービス
申し込み

送付先

〒399-8281(住所記載不要) 信州安曇野ハーフマラソン実行委員会事務局宛

FAX 72-1340 ☐ kankokoryu@city.azumino.nagano.jp



本庁舎夜間・休日開庁日

時間延長窓口3月5日(火)・19日(火)

(午後5時15分から8時まで)

休日開庁日2月24日(日)・3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2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

TEL 0263・71・2000 FAX 0263・71・5000

URL http://www.city.azumino.nagano.jp

E-mail info@city.azumino.nagano.jp

印刷 (株)安曇印刷

印刷経費1部20円

次回発行…お知らせ版3月6日(水)

古紙配合率80%
再生紙を使用しています。



編集後記

◆長野県広報コンクールの一枚写真の部で7月25日号の表紙が優秀賞(第2位)に選ばれました!この写真は足をケガした子どもを大学生がおんぶして遊んであげている微笑ましい場面です。今後も良い写真が撮れるよう精進します。☑

◆毎冬最低1回は身体が忘れないうちにスノーボードへ!ひとまず派手に転ぶこともなく滑れて一安心ですが、翌日、翌々日の身体の痛みが大変うれしくない今日この頃です。

◆豊科の福俵曳きを取材。地域の繁栄を願う伝統の祭事は、依頼りや奉納先での福俵の引き合いなど見どころ満載でした。スペースの都合で掲載できなかったのが残念!

◆春には順序があり、まずは光次に温度なのだそうです。凍てつく日が続きますが、確かに陽射しは春めいてきました。はるのよい!

人口と世帯 2019.2.1 現在()内は対前月比

人口 97,767人(-33) 男 47,419人(-22) 女 50,348人(-11)

世帯 39,712世帯(+20) ※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
穂高支所	〒399-8303	長野県安曇野市穂高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