広報
あづみの
Azumino City
Public Relations
No.113
11
2010. 11. 17
安曇野市

Contents

おひさま撮影快調！ …… 2
市戦没者追悼式 …… 4
皆さまの声募集 …… 6
農業所得の申告 …… 8
青少年健全育成 …… 19

寒空に映える光の競演

市内各地でイルミネーションが瞬いています。今年は信州デスティネーションキャンペーン。それぞれ個性ある光で訪れる人を迎え入れています。関連ページ10ページ。写真は11月8日、国営アルプスあづみの公園。

来春放送の連続テレビ小説

「おひさま」撮影快調！

1次ロケが終了

来春から放送される連続テレビ小説「おひさま」。市内での撮影（1次ロケ）が行われ、10月24日には収録現場が報道陣に公開されました。

「おひさま」は、戦争をはさんだ昭和という激動の時代、人々をおひさまのように明るい希望で照らす女性の一代記です。舞台は安曇野・松本で、信州そばが物語の重要な役割を果たします。

撮影は、緑あふれる安曇野を撮影するために例年より1カ月早いスタート。この日は、自転車で女学校に登校する主人公・須藤陽子（井上真央）が、畑仕事をする幼なじみ・タケオ（柄本時生）に声をかけるシーンなどが、堀金烏川の国営アルプスあづみの公園事業用地で収録されました。

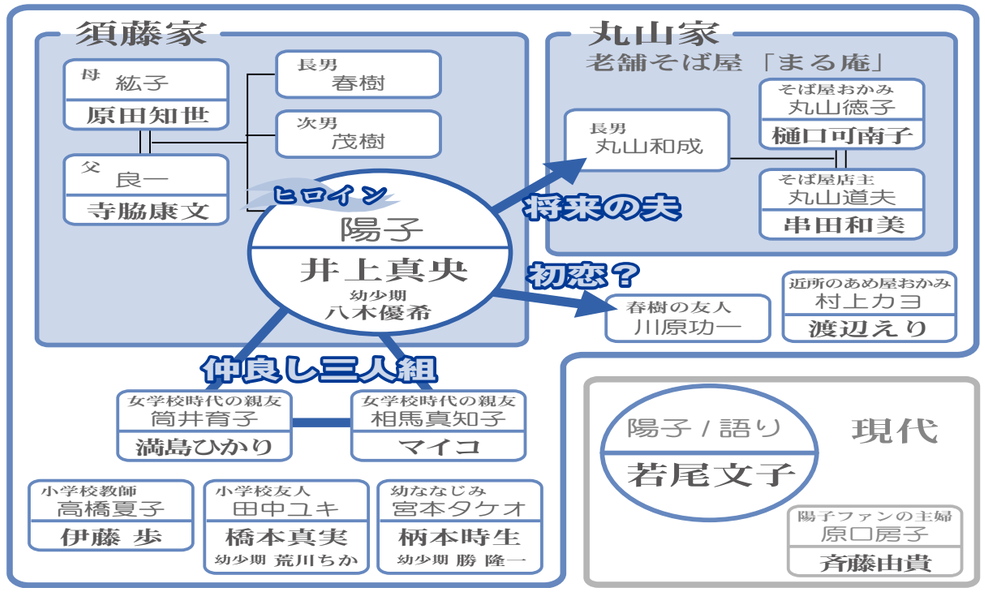
収録後の記者会見で、小松昌代チーフプロデューサーは、「これまでに多（く）

**皆さんの気持ちを
いただきながら、
話をつくっています。**

ロケの状況を説明する
小松チーフプロデューサー

市民エキストラから出演者の
２人に花束を贈呈

人物相関図



「おひさま」の主な共演者は上図のとおり。詳しくはＮＨＫホームページでもご覧いただけます。

くの地元の皆さんとお会いすることができました。いろいろな形、いろいろな時代を生きてきた皆さんの気持ちをいただきながら話をつくっています。あたたかな気持ちや自然に包まれると穏やかな気持ちになり、静かなるエネルギーをいただいていることを実感します。そんなことが画面に出せれば」と、安曇野での撮影に手応えを感じている様子でした。

県内のロケはこの翌日でいったん終了。11月から都内でのスタジオ収録が行われ、来年には再度、安曇野で撮影が行われる予定です。

市民エキストラが活躍

今回のロケでは、多くの地元の皆さんがエキストラとして出演しました。主人公・陽子の幼少時代の一場面を撮影したシーンには、公募による申込者のほか、演技が必要とするシーンでは、「あづみのアクターズアカデミア（河崎義祐塾長）」の塾生がレッスンの成果を発揮。また、市内の保育園児13人は、戦前の時代背景に合わせて髪型を丸刈りやおかっぱにするなどして撮影に協力しました。

エキストラのひとり、藤澤アシュリー美月ちゃん（5・穂高有明）の祖母・千代さんは、「本人は緊張していたようですが、よくがんばったと思います。番組を通じて、安曇野の自然を多くの皆さんに知っていただきたい」と来春の放送に期待を寄せています。

主人公・陽子の幼少時代のワンシーンに参加した市民エキストラの皆さん。
10 月 15 日、穂高有明の撮影地にて。

■都市計画審議会委員　19人に委嘱

都市計画審議会委員がこのほど決定し、19人の委員に委嘱書が交付されました。

この審議会は、都市計画法に基づいて設置される機関で、市が定めようとする都市計画案の審議、市長の諮問に応じて都市計画にかかわる調査や審議を行うほか、市などに対して、意見を申し出る場合もあります。委員は次の皆さん（敬称略）で、任期は、平成22年9月から2年間となります。

◇

会長・藤澤渡（豊科）、職務代理者・勝野利勉（穂高）、内川勝治（明科）、竹岡峰子（三郷）、宮川智江古（明科）、板花守夫（堀金）、斉藤正昭（豊科）、宇留賀元亮（穂高）、丸山賢治（豊科）、横川茂門（豊科）、布施稔（穂高）、水谷元美（豊科）、谷寛司（穂高）、宮崎崇徳（穂高）、小林紀之（市議会議員）、青嶋智隆（市議会議員）、宮下明博（市議会議員）、宇田暁生（松本地方事務所）、中山茂（安曇野建設事務所）

委員の委嘱が行われた都市計画審議会（9月28日）

■戦後65年　平和への誓いを新たに

市は10月8日、安曇野市戦没者追悼式を豊科公民館ホールで開催しました。

式には約250人が参加。祭壇に黙とうをささげ、献花を行い、戦争で亡くなった多くの人たちの冥福を祈るとともに、平和への思いを新たにしました。

式典で宮澤市長は、「たくさんの人々によって受け継がれてきた安曇野の地をさらに命あふれ、命が輝くまちにして未来につなぐことが責務」と誓いました。

市遺族会会長の千國温さんは、「戦後65年、国民の75％が戦後生まれとなった現在、単なる追悼と鎮魂の日にとどまらず、平和への祈りの日とし、みじめで悲しい戦争を二度と繰り返さないことを誓いたい」と述べました。

戦没者追悼式は、出征者、満蒙開拓団のほか、国内での戦災死没者など、戦争で亡くなったすべての人を追悼するために、3年に1度開催しています。

■信州まつもと空港　運行ダイヤを改正

信州まつもと空港で運行しているフジドリームエアライン（FDA）の運行ダイヤが10月31日に改正されました。

このダイヤでは、松本と静岡を結ぶ新しい路線が開設され、その機体は引き続き「静岡―鹿児島」間を運行するため、実質的に鹿児島への空路が開かれます。また、福岡から出発時間が早朝から午後に変わり、福岡での滞在時間が広がりました。詳しくは、FDAコールセンター（℡050・3786・0489）まで

新機体も導入されました。写真は10月26日のデモ飛行

来年4月
長野県地方税滞納整理機構がスタートします。

県内すべての市町村と県で構成する、地方税の滞納整理専門組織「長野県地方税滞納整理機構」の平成23年4月業務開始に向け準備を進めています。

機構では、市町村や県から大口・徴収が困難な滞納事案を引き受け、滞納者が所有する財産を徹底して調査し、差し押さえや公売等の厳格な滞納処分を中心とした滞納整理を行います。

問収納課（℡72・3111 FAX72・8340）

市の非常勤（臨時）職員の状況

平成21年度 市の職員数や給与などの状況は、10月20日発行の広報あづみのでお知らせしましたが、今回、常勤職員以外の非常勤職員についてお知らせします。なお、部署別の人数や健康保険等への加入状況などの詳細につきましては、ホームページをご覧いただくか下記までご連絡ください。
問人事課職員担当（℡71・2000 FAX71・5155）

◎非常勤（臨時）職員数

（単位：人）

区　分	H20.4.1	H21.4.1	H22.4.1
合　計	612	615	631

※代替登録職員等の各課管理の職員を除きます。

◎賃金等の状況

（単位：千円）

区　分	H19年度	H20年度	H21年度
賃　金　計（A）	1,041,406	1,073,089	1,084,167
社会保険料等事業主負担金額（B）	115,210	131,531	131,349
合　計（A＋B）	1,156,616	1,204,620	1,215,516

皆さまの声をお聞かせください。

■豊科交流学習センター愛称（案）に投票してください。

「安曇野市豊科交流学習センター」の愛称を募集したところ、1074点の応募があり、親しみやすい施設になるような願いを込めたものや、文化施設をイメージした愛称が多数寄せられました。選定委員会では、応募作品の中から次の5点を選考しました。

「あゆみ」…安曇野の「みらい」に向かい、みんなで一歩一歩、知恵や知識を出し合い、勉強し歩み続けることを願って。

「おひさま」…おひさまのようにあたたかく、にこにこが集まる場所になってほしいという願いと、連続テレビ小説に安曇野が舞台になる記念を込めて。

「きぼう」…市民活動をはじめ、子どもからお年寄りまで広く活用され、ここから新たな希望の光が見つけられる場、希望につなげる場となることを願って。

「こすも」…コスモポリタンに由来。国籍、民族にとらわれず全世界を自国と考え、芸術・文化の普及を担う市民を意味する。

「すずらん」…敷地内の武蔵野の小径に咲いているすずらんの花がきれいなので。（アイウエオ順）

この中からふさわしいと思う愛称を選び投票してください。最終選考のうえ決定します。

- **投票資格**　市内に在住しているか在勤、在学の人
- **投票方法**　専用の応募用紙、はがき、ファクス、電子メールに愛称、住所（学校名、学年、学級）、氏名、年齢、性別、電話番号、職業を明記のうえ投票してください。1人1票。
- **投票期限**　11月26日（金）必着
- **投票先**　▽**専用の応募用紙**　各総合支所、各図書館、各公民館、市民活動センターに備え付けの投票箱に投函してください。

▽**はがき**　〒399-7102　安曇野市明科中川手6824番地1　教育委員会文化課交流学習センター係

▽**ファクス**　62-3525

▽✉bunka@city.azumino.nagano.jp

問 明社会教育課交流学習センター係（TEL62-3090 FAX62-3525）

■市国土利用計画（素案）にご意見を！

市では、安曇野市国土利用計画の「素案」を取りまとめました。そこで、さらによい計画とするため、広く市民の皆さまのご意見を寄せていただくためのパブリックコメントを実施します。

- **対象者**　市内に在住しているか在勤、在学する人。または、市内で事業活動を行う法人・団体
- **閲覧方法**　各総合支所内地域支援課または、市のホームページでご覧いただけます。
- **応募方法**　任意の様式に、提出する人の住所・氏名・電話番号（団体は団体名・代表者名）を記入し郵送するか、企画政策課または各総合支所内地域支援課に持参してください。市ホームページから電子メールでも提出できます。
- **郵送先**　〒399-8205　安曇野市豊科4932番地46　安曇野市役所企画政策課企画担当
- **募集期限**　11月25日（木）～12月14日（金）必着
- **公表方法**　お寄せいただいたご意見は、市の考え方を整理したうえで意見募集結果として公表します。（住所・氏名・電話番号は公表しません）
- **国土利用計画**　国土利用の将来像を示す長期的な構想。国の定める全国計画をはじめ、県計画、市町村計画で構成されています。

問 本企画政策課企画担当（TEL71-2000 FAX71-5000）

■平和都市宣言（案）にご意見を！

【これまでの経過】

9月までに、平和都市宣言に向け市民の皆さんから「平和への思いや安曇野に寄せる思い」を多数お寄せいただきました。

市では、この内容を参考に、安曇野市平和都市宣言の宣言文案を作成しました。この宣言文案に対し多くの市民の皆さまのご意見を寄せていただくために、パブリックコメントを実施しています。

【パブリックコメントの要領】

- **対象者**　市内に在住しているか在勤、在学する人
- **応募方法**　任意の様式に、表題を「安曇野市平和都市宣言パブリックコメントについて」と記し、住所・氏名・電話番号を記入のうえ、本庁舎内総務課庶務係または各総合支所内地域支援課へ直接持参するか、郵送、ファクス、電子メールで提出してください。
- **提出先**　〒399-8205　安曇野市豊科4932番地46　安曇野市役所総務課庶務係　✉soumu@city.azumino.nagano.jp　ファクス　71-5155
- **募集期間**　10月28日（木）～11月26日（金）

※郵送の場合は当日消印有効

- **公表方法**　お寄せいただいたご意見は、宣言文案を検討する過程において参考にさせていただくもので、整理・集約したうえ、市の考え方と共に公表します。このため、個々のご意見に対して回答はしませんのでご了承ください。また、提出書類などの返却はできませんが適正に管理します。

問 本総務課庶務係（TEL71-2000 FAX71-5155）

●宣言文案とその意味

安曇野市平和都市宣言（案）

雄大な北アルプスの麓　清らかな水
緑かがやく　自然豊かな安曇野を
私たちは守っていきます

私たちはこの自然豊かな安曇野に暮らしていることに平和を感じています。自然豊かな安曇野を先人達が築いてくれたことに感謝し、未来へ受け継いでいく思いを示しています。

健康で幸せな生活のために
みんなで支え合い　差別のない社会を
私たちは築いていきます

平和であるためには、心が豊かでなければなりません。人々が健康で生活すること、相手を尊重し思いやりの心を持ち、差別のない社会を皆で築いていく思いを示しています。

みんなの笑顔が　子どもたちの明るい未来が
いきいきとした命の営みが続くことを
私たちは求めていきます

平和であるために、みんなの笑顔がいつまでも続く世界、子どもたちの明るい未来を自らが創り出し、いきいきとした命の営みを受け継いでいくという強い意志を示しています。

平和を願う人々と手を取り合って
全ての不安や争いをなくすために
私たちは行動します

「全ての不安や争い」には、市民の平和を脅かす核兵器、テロ、犯罪、飢餓、貧困、いじめ等に対するあらゆる不安が含まれています。また、戦争だけではなく、宗教間の衝突、地域ごとの争い等、あらゆる争いが含まれています。平和であるために、これらの不安や争いをなくし、世界中の人々が互いを理解し合い、手を取り合って安心して暮らせる世の中になるよう、語り継ぎ、行動することを示しています。

私たちは　美しい故郷　安曇野から
平和な社会の実現に向け
ここに「平和都市」を宣言します

安曇野市は「平和都市宣言」をし、平和な社会の実現に向けて、その思いを安曇野から発信します。

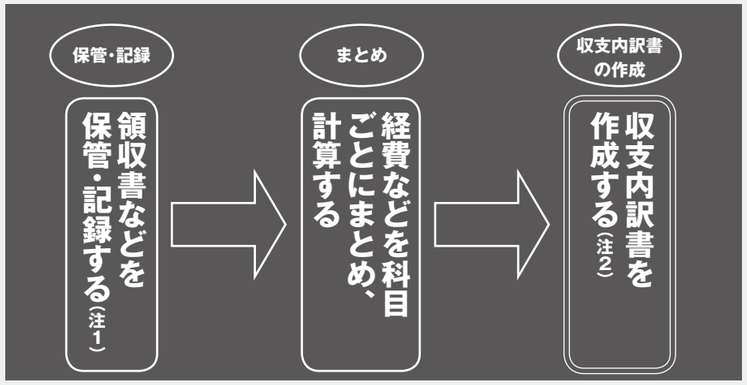
シリーズ2　今から準備！税の申告

農業所得の申告

年度末、大変混み合う税の申告。今から申告に備えておくのがおすすめです。
今回は、農業所得申告の収支内訳書の作成を中心にご説明します。

申告準備をしましょう！

農業所得の確定申告または市県民税申告をするには、ご自身で事前に収支内訳書を作成するなど準備が必要です。今からノートなどに記帳する、月ごとの収入や経費をまとめておくなど、スムーズに収支内訳書が作成できるように準備しておきましょう。



（注１）領収書は収支内訳書がありますので、申告の際は提出不要です。ただし、５年間はご本人で保管が必要です。
（注２）青色申告の人は収支内訳書ではなく、決算書の作成が必要です。

収支内訳書の作成

収支内訳書には「控用」と「提出用」があります。必ず「提出用」を申告書に添付してください。

市では、各月の収支をまとめるための簡易な表を各総合支所税務会計窓口に備え付けてあります。また、市ホームページに申告用の「農業収支計算ソフト」を掲載しています。パソコンにこのソフトをダウンロードし、収入や経費などを入力すると、収支内訳書を作成することができます。なお、減価償却費についてもデータを入力すれば自動計算されますので、農業所得がある場合は、ぜひご活用ください。

問豊科総合支所内市民税課（TEL72・3111 FAX72・8340）

扶養控除等（異動）申告書の様式が変わります

お勤め先へ提出する「給与所得者の扶養控除等（異動）申告書」と年金支払者へ提出する「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」の様式が、一部変更になります。

具体的には、平成23年分からの申告書に「住民税に関する事項」欄が設けられます。この欄には、16歳未満の扶養親族について記入していただきます。

平成22年度税制改正に伴い、16歳未満の扶養親族に対する控除が廃止となりますが、市県民税（住民税）額を計算する際には、扶養親族の人数により課税の判定を行うためです。適正な課税を行うためにも、正確な記入をお願いします。

問豊科総合支所内市民税課（TEL72・3111 FAX72・8340）

税務署からのお知らせ

相続又は贈与等に係る生命（損害）保険契約等に基づく年金の税務上の取り扱いの変更について

相続、贈与などにより取得した生命保険契約や損害保険契約などに係る年金の所得税の取り扱いを改めることとしました。この取り扱いの変更により、所得税の還付を受けることができる場合があります。詳しくは、国税庁ホームページ【www.nta.go.jp】をご覧いただくか、最寄りの税務署にお問い合わせください。

問松本税務署（TEL32・2790）

市政トピックス

Q 農地を有償で貸している場合の収入は？

農地の賃貸による収入は不動産所得になりますので、不動産所得用の収支内訳書を作成してください。農作物でもらっている場合は、買い取り価格などを参考に現金に換算してください。

Q 農業・自家用兼用の軽トラックのガソリン代は？

農業に使う分のみを経費として計上します。農業と日常生活との使用割合に応じて按分してください。

電気代や水道代なども同じです。

Q 農業用機械を18万円で購入しましたが、減価償却をしなければなりませんか？

通常、農業用機械などを購入した場合は、耐用年数により取得価格を何年かに配分して経費に計上します。

しかし、取得価格が10万円以上20万円未満のものは減価償却をせずに、使用した年から3年間かけて3分の1ずつの金額を経費に計上することができます。この場合は取得価格が18万円ですので、使用した年から6万円ずつを3年間、経費として計上します。

また、取得価格が10万円未満の場合は、一括して経費に計上します。

Q 農作物を自家消費した場合は？

収穫した農産物を家族で消費したり親族に贈答した場合や、米の種もみなどを自己の生産のために消費した場合は、その金額を見積もり、収入金額として計上します。

計算方法
（農産物の販売金額－出荷経費）÷販売数量
×自家消費などの数量

Q 収支内訳書の「専従者控除」とは何ですか？

一般的に生計を一にしている家族に支払った賃金は必要経費になりませんが、生計を一にしている配偶者や15歳以上の親族がその年中に6ヵ月以上、事業に専ら従事している場合のみ、その親族一人につき次のAとBのいずれか少ないほうの金額を専従者控除として必要経費にできます。

A　収支内訳書の⑮専従者控除前の所得金額（＝⑦収入金額計―⑭経費計）÷（事業専従者数＋1）

B　500,000円（配偶者の場合は860,000円）

ただし、専従者控除を受けた人の配偶者控除や配偶者特別控除、扶養控除は受けられません。

※青色申告者が青色専従者に支払った給与は必要経費となります（青色申告をするには税務署へ事前の届出が必要です）。

※申告期間後半は大変混み合いお待たせする場合があります。申告の相談はお早めにお願いいたします。

面白い！楽しい！怪しい!?

10/18　第１回地域資源活用人材育成セミナー

富士宮やきそば学会会長の渡辺英彦さんを招いたセミナーが10月18日、穂高総合支所で開かれました。渡辺さんは、安くておいしいB級ご当地グルメを全国に発信し、有志による活動のみで富士宮の名を知らしめました。講義では「市民活動で、面白く、楽しく、怪しく情報発信することが効果的なPRにつながる」と、話題づくりの重要性を強調しました。このセミナーは、全5回の地域資源活用人材育成セミナー（安曇野ブランドデザイン会議黒豆プロジェクト・市共催）の第1回として開かれたもので、商店主や団体の地域振興担当者など40人が参加しました。

信州DC　イメージソングに

10/1　「愛する君へのひとりごと」発表会

市が製作したビデオエッセイ「夢への旅」のオリジナル楽曲「愛する君へのひとりごと」が、信州デスティネーションキャンペーン（信州DC）のイメージソングに採用されました。この曲は、カレッジ・ポップスの草分け的存在「フォー・セインツ」が市のために無報酬で製作したもので、わが子の人生に暖かく語りかけるバラード曲です。ボーカルの上原徹さんは10月1日の記者会見で、「都会を離れ家族と共に過ごす中で思いをつづった曲。多くの皆さんに親しんでいただければ」と話しました。

知ろう　そして行動しよう

10/9、10　あづみ野環境フェア2010

今年で3回目となる「あづみ野環境フェア」が10月9日と10日の両日、堀金総合体育館で約1,500人の来場者を迎えて盛会に行われました。ブース展示やミニ講座、各種体験コーナーや人形劇などもあり、来場者は思い思いに各コーナーに足を止めていました。9日にはお天気キャスターとしておなじみの森田正光さんの講演会、10日にはアカゲラの巣箱づくり講座、また同時開催した市民大学講座ではテレビ信州の伊東秀一さんによる講演会も開催されるなど多彩な催しが行われました。

このうち、市内で多く発生している松くい虫の被害を減らすため、くるりん講座として行われたアカゲラの巣箱づくりには、親子連れなど28組の皆さんが参加。手際良く巣箱を完成させていました。お母さんと参加した村山由唯（ゆい）ちゃん（小2･豊科）は、「くぎをたたくのが面白かった。鳥が来てくれるととてもうれしいです」と話してくれました。この巣箱を11月には実際に設置し、12月には観察会も行われる予定です。

冬を彩る　3つの光

あづみ野光物語始まる

国営アルプスあづみの公園・ビレッジ安曇野・穂高温泉郷入口の八面大王の足湯周辺の3カ所を結ぶトライアングルイルミネーションが今冬も行われます。このイベントは、安曇野の冬を大勢の皆さんに楽しんでもらおうと、あづみの光物語実行委員会（宇留賀元亮・委員長）が企画。合同でＰＲなどを行い、３つのイルミネーションのほか、応募があった家庭や企業などのイルミネーションも掲載したマップを作成しています。すでに始まっている国営アルプスあづみの公園のイルミネーションイベントには、7日現在で5,635人が来園。6日の夜は、親子連れなどでにぎわい、展望テラスには青や白に瞬く光をカメラに収める大勢の人の姿が見られました。同園のイベントは12月30日まで。また、ビレッジ安曇野と穂高温泉郷入り口のイルミネーションは11月20日から来年1月末まで行われます。

野菜スイーツで　高め合う

10/19　安曇野産野菜スイーツ　試食会

地元産野菜を使ったスイーツ（菓子）づくりに取り組む安曇野ブランドデザイン会議料理開発プロジェクトは10月19日、18店が試作したスイーツの試食会を開催しました。この日は、軽井沢プリンスホテルの飯塚喜隆・総料理長と木曽駒旬彩工房の大澤孝浩・工場長がそれぞれの試食品を試食し、野菜の風味を生かす香辛料の使い方などについて、具体的にアドバイスしました。飯塚さんは、「どれもレベルが高い。情報交換を積極的に行って、さらに全体のレベルを上げてほしい」と話しました。完成したスイーツは12月26日（日）まで、参加店で販売しています。詳しくは市ブランド推進室（TEL82・3131 FAX82・6622）まで。

秋雨なんの　45頭が疾走

10/9　第42回安曇野観光草競馬大会

恒例の安曇野観光草競馬大会（安曇野競馬愛好会主催）が10月9日、市営牧運動場で開かれました。秋雨の降る中、45頭の競走馬やポニーが、1周400㍍のトラックを最大8周して競い合いました。また、初企画として、南房総市の道の駅や市内業者が出店。戦後の日本を代表する独創的な芸術家・飯田善国の作品を展示するIIDA・KANにも多くの人が訪れました。この日の観戦者は約1,500人。それぞれにスポーツ、食、芸術の秋を満喫している様子でした。

お知らせ

給与支払報告書の提出はお早めに！

問豊科市民税課市民税担当（TEL72・3111 FAX72・8340）

平成22年中に給料・賃金・報酬など、給与等を支払った事業主は、給与等を受け取った人の平成23年1月1日現在の住所地の市町村に、給与支払報告書を提出しなければなりません。（事業専従者分も提出が必要です）給与支払報告書は市県民税の課税に必要な資料です。早めの提出をお願いします。

●**提出先**　豊科総合支所内市民税課市民税担当

●**提出期限**　平成23年1月31日（月）まで

※特別徴収を行っている事業所は、1月以降に退職する人の市県民税の一括徴収にご協力ください。

―普通救命講習会―心肺蘇生法を身につけませんか

問穂高消防署（TEL82・3262）または堀危機管理室消防防災担当（TEL72・6769 FAX72・6739）

救急隊が到着するまでの間、あなたができる応急手当について講習します。救命に必要な基礎知識として、AEDを用いた応急手当（心肺蘇生法）などを3時間で学びます。大切な人を救命することができるよう、多くの皆さんの受講をお願いします。

●**日時**　11月27日（土）午前9時～正午まで

●**会場**　穂高会館2階講義室

●**募集人員**　30人（先着順）

●**申し込み・問い合わせ先**　受講を希望する人は、穂高消防署までお申し込みください。

◇お詫びと訂正◇

広報あづみの（11月3日発行）112号●4ページ　いきいきシニア講座

【誤】TEL81・3131

【正】TEL81・0731

お詫びして訂正します。

勤労感謝の日は労働トラブル電話無料相談会

問本総務課庶務係（TEL71・2000 FAX72・8340）

県司法書士会では、11月23日（火）の勤労感謝の日に合わせ、働く人が抱える職場内や会社とのトラブルに関する電話無料相談会「労働トラブル110番」を実施します。予約は不要です。賃金・残業代の未払いや、不当解雇などの問題でお困りの人はお気軽にご相談ください。

詳しくは、司法書士総合相談センター（TEL026・232・7492 FAX026・232・6699）へお問い合わせください。

相談

労働トラブル110番

026・232・7499

11月23日（火）
13:00～17:00

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

ゴルフトレインコート松本 1周年特別企画　Golf Train Court MATSUMOTO
ゴルフを始めてみたい方、初心者の方…。なかなか上手くならない方…。
ゴルフの基本をマスターしよう！ ほんのわずかなアドバイスでも格段に違いが出ます！
全4回シリーズの「体験レッスン」開催!!
期間中、あなたのご都合に合わせてご予約頂けます。2時間（1名様より実施・同時レッスンは最大4名様まで）
12月15日(水)まで
4回セット料金　[会員]8,000円　[一般]10,000円
お問い合せ・ご予約は下記までお気軽にお電話ください！　安曇野市明科中川手91-1（R19号沿い）
ゴルフトレインコート松本　TEL.0263-62-6551
営業時間 10:00～21:00 ※曜日により異なる場合がございます。　http://www.golf-tc.jp

御菓子司 開運堂 あづみの菓遊庭
創業百二十余年、信州の風土に育てられた菓子店です。
毎月第2・4金曜日 10時より
出来たて「フワフワどら焼き」限定販売
安曇野市三郷温6956（広域農道沿い）
9時～18時（毎日営業）TEL.76-5060

人権

12月の人権週間 ～すべての人が人間らしく生きるために～

問本人権男女共同参画課（TEL71・2000 FAX71・5000）

12月4日から10日までは「人権週間」です。「人権週間」は、昭和23年12月10日に国際連合総会で世界人権宣言が採択されたことを記念して行われています。私たち一人ひとりが他人の人権を尊重する意識を持ち、身近な差別や偏見について考えましょう。お互いが心と心で触れ合い、人権尊重の輪を広げてすべての人の人権が尊重される社会を実現させましょう。

【今後の予定】

▽12月1日～10日「ちがい」を愛する県民運動強調旬間

※初日の12月1日（水）午前10時30分からベイシア堀金店にて人権擁護委員による啓発活動

▽人権のつどい講演会（教育委員会市民大学特別講座）

市は、松本・木曽・大町地域人権啓発活動ネットワーク協議会との共催で講師に落合恵子さんを迎え、「いのちの感受性」と題して講演いただきます。入場は無料、事前の申し込みは不要、手話通訳があります。

●**場所**　豊科公民館ホール

●**日程**　12月5日（日）

・オープニング　午後1時20分～安曇野市内小学校の児童による「人権の花・作文発表」

・講演会　午後2時～3時30分

・パネル展　午後1時～3時30分

※託児有（対象1歳以上）。11月26日（金）までに人権男女共同参画課へお申し込みください。

▽12月10日～16日　北朝鮮人権侵害問題啓発週間、また、12月は人権特設相談所（無料）が3回開設されますのでお気軽にご利用ください。（22ページ参照）

人権コラム

人が幸せに生きる為に

人権擁護委員
藤原 和子

人権擁護委員活動の一つの柱は人権尊重の啓発であり、もう一つの柱は人権侵害被害者の救済にあります。この被害者救済の端緒となる主なものに「人権相談」があります。相談には市の広報等でお知らせする特設人権相談と、松本法務局の1室で平日に開設されている常設相談所があり、「人が幸せに生きる権利」に関わる種々雑多で広範囲にわたる相談事を受けています。その中で人権擁護委員が最も心しなければならない事は「人権侵害を見逃さない人権感覚」です。相談者が自分で解決方法を見つけ出すための、より多くの選択肢を提供できるよう努力しなければなりません。また相談内容に人権侵害の疑いがあり、かつ相談者が望む場合は、法務局の職員とともに事実関係を調査し、その事実があれば相手方に啓発し被害者救済に努めなければなりません。

日常に目を移すと、いじめ・虐待・育児放棄等々、目や耳を覆いたくなるニュースが毎日のように報道されています。私は特に子どもたちには「自尊心を高く持つ大人」「恥じる事を知る大人」になってもらいたいと思っています。自尊心の高い人は、いじめ･差別･ルール違反等の加害者となる事など、自分の自尊心が許さないはずだと思うからです。他人の悩みを､真に理解することはできないかもしれませんが､せめて私たち大人は、子どもたちに、父母に、先祖たちに恥ずかしくない生き方をしたいものです。「君は君、我は我なり、されど仲良き」私の好きな言葉の一つであります。

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

ご法事プラン
故人の恩愛を追悼する会食のお席をご用意させていただきます
◆料理は5500円と5250円の2コースがございます。ご予算に応じてのご用意もできますのでご相談下さい。（お飲み物は別料金です）
◆影膳はサービスさせていただきます。（故人のお写真をお持ち下さい）
◆お墓から直接来られる場合のお清めセットもございます。
◆無料送迎バスもご利用いただけます。（10名様以上）
◆テーブル席をご希望のお客様はお問い合せ下さい。
おこしん承ります
お問い合せ・ご予約 ビレッジ安曇野 安曇野市豊科南穂高6780 TEL.0263-72-8568 http://www2.dango.ne.jp/villagea/

★広告掲載のお申し込みは、（株）共立プラニング（TEL34・2515）まで

健康

第6回 こころの健康を考えるつどい

問健 健康推進課健康推進係（TEL81・0726 FAX81・0703）

市では、「ライフサポートりんどう」施設長の龍野由子さんを講師に迎え、「こころを病むということ」と題した心の健康を考えるつどいを開催します。市内社会復帰施設などの作品展示販売も合わせて行います。入場は無料でどなたでも参加できます。

●**日時** 12月4日（土） 午後1時30分～3時

●**場所** 豊科ふれあいホール

健康器具で健康維持

問男 社会教育課社会教育係（TEL62・4565 FAX62・3525）

自然体験交流センター「せせらぎ」では、来館された皆さまの健康推進、体力増進に活用していただくため左記の健康器具を設置しました。ホールに出ていない場合は管理人にお申し出ください。

設置された健康器具

1．レッグマジックX 脚の左右、開閉により、腿の内外側の筋肉増強に効果が期待できます。

2．エアロマグネティックバイク（トレーニング用固定自転車） 体力測定ができ、ダイエット、体力増強に効果が期待できます。

3．エアロウォーカー 前後開脚（歩行）により歩行機能アップ・ダイエット・体力増強に効果が期待できます。

日本脳炎予防接種が再開

問健 健康推進課健康推進係（TEL81・0726 FAX81・0703）

日本脳炎予防接種は、平成17年5月から積極的な接種勧奨を差し控えていましたが、新ワクチンの「乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン」の安全性や有効性が確認されたことから、第2期（9歳から13歳未満）について接種を再開することとなりました。これにより、接種機会を逃してしまった人への特例措置がとられることになり、第1期（生後6カ月から7歳6カ月未満）を未接種のまま対象年齢を超えてしまった人でも第1期の未接種分を接種することができるようになりました。接種を希望する場合は予診票を発行しますので、健康推進課または各保健センターまでご連絡ください。

インフルエンザの予防接種ができる医療機関名

問健 健康推進課健康推進係（TEL81・0726 FAX81・0703）

左記の医療機関以外にも自院の入院・かかりつけ患者のみを接種する医療機関や、小児・妊婦・高齢者の接種を実施していない医療機関もありますのでご確認ください。

●**インフルエンザの予防接種ができる市内の医療機関名**

医療機関名	地域	電話番号	医療機関名	地域	電話番号
楢本内科医院	豊科	73・0616	穂高病院	穂高	82・2474
こうの内科循環器科	豊科	71・5881	根津内科医院	穂高	82・8382
丸山整形外科医院	豊科	72・7000	信濃内科循環器科医院	穂高	82・7722
こばやし内科クリニック	豊科	71・1117	高橋医院	穂高	82・2561
あおぞら産婦人科	豊科	71・4915	百瀬医院	穂高	82・2205
あづみ野レディースクリニック	豊科	71・2666	中田医院	穂高	82・2339
安曇野赤十字病院	豊科	72・3170	古川医院	穂高	82・4385
小林医院	豊科	72・2717	古川整形外科医院	穂高	82・8880
神谷小児科医院	豊科	72・5162	堀内医院	穂高	82・3324
さかき皮膚科	豊科	73・1167	山本耳鼻咽喉科	穂高	82・7525
ふじもり医院	豊科	72・2011	柏原クリニック	穂高	82・7222
土屋クリニック	豊科	71・1811	赤津整形外科クリニック	三郷	76・3133
長瀬内科医院	豊科	72・7286	白木医院	三郷	77・2134
小穴クリニック	豊科	72・2150	池田医院	三郷	77・2055
丸山内科クリニック	豊科	72・6188	中萱医院	三郷	77・2130
石田医院	豊科	72・2766	たかはしクリニック	三郷	77・7880
山田医院	豊科	72・3207	木暮医院	三郷	77・2119
中村内科医院	豊科	72・2460	三郷小倉診療所	三郷	77・8711
安曇野ストレスケアクリニック	穂高	31・3107	和田医院	堀金	72・2047
穂高ハートクリニック	穂高	50・6731	米倉医院	堀金	72・2354
小田切医院	穂高	83・6025	平林医院	明科	62・2227
飯田医院	穂高	83・5061	伊藤医院	明科	62・2051
京島クリニック	穂高	83・8567	やざき診療所	明科	62・2360
清沢医院	穂高	82・7600	宮澤医院	明科	62・2052
追分クリニック	穂高	82・2129	塔の原内川医院	明科	81・2121
内山皮膚科クリニック	穂高	82・8050	上條内科医院	明科	62・2050
須澤クリニック	穂高	82・2993	下里医院	明科	62・2061
せき泌尿器科クリニック	穂高	82・0666			

（11月1日現在）（敬称略・順不同）

接種費用の助成事業があります

市では、所得の少ない世帯（生活保護世帯、非課税世帯）に対して接種費用（自己負担分）の助成金を交付します。すでに接種をされた人も申請ができます。詳しくは健康推進課へお問い合わせください。

福祉

松本圏域自立支援協議会シンポジウムの開催

問健 社会福祉課障害福祉係（TEL81・0724 FAX81・0703）

松本障害保健福祉圏域自立支援協議会では、「私が私らしく生きるために〝つながる〟地域づくりを目指して」と題したシンポジウムを開催します。参加は無料で、申し込みは不要です。当日は、手話通訳・要約筆記を用意します。

●**日時** 12月4日（土） 午後1時30分～4時30分

●**場所** 松本合同庁舎講堂

●**内容** **《寸劇》**午後1時35分～ **《シンポジウム》**午後1時50分～

シンポジスト ▽当事者家族▽市社会福祉協議会「ほっぷライフ」管理者丸山律子さん▽松本圏域自立支援協議会 レスパイト部会 医ケア支援チームリーダー笛木利恵子さん

アドバイザー 県障害者相談支援体制整備推進特別アドバイザー福岡寿（ひさし）さん

コーディネーター 松本圏域自立支援協議会幹事長百瀬公章さん

《講演会》午後3時～

「自立支援協議会を足場とした地域の体制作り～地域作りは バームクーヘン作り～」県障害者相談支援体制整備推進特別アドバイザー福岡寿さん

●**お問い合わせ** 詳しくは松本圏域障害者総合相談支援センター Wish（TEL26・1313 FAX26・2345）

精神障害者家族教室

問健 社会福祉課障害福祉係（TEL81・0724 FAX81・0703）

心の障害を持つ人が回復するうえで家族が果たす役割はとても重要です。「心の病気とは何なのか」「治療はどうすればいいのか」「家族としてどう接していったらいいのか」など、日ごろ考えたり、悩んだりすることはありませんか。同じ悩みを持つ家族と心の病気について学びます。

●**参加条件** 精神障害者家族で4回の講座を通じて受講できること

●**定員** 15人程度（先着順）

●**受講料** 無料（昼食代自己負担）

●**申し込み** 11月26日（金）までに社会福祉課へ電話でお申し込みください。

●**日程**

	日時	場所	内容
第1回	12月6日(月) 13:30～15:30	穂高保健センター	病気の理解Ⅰ
第2回	12月20日(月) 13:30～15:30	穂高保健センター	病気の理解Ⅱ
第3回	平成23年1月14日(金) 9:00～16:00	飯田市いずみの家	地域の暮らし・家族交流（視察研修）
第4回	平成23年1月31日(月) 13:30～16:00	穂高保健センター	いいとこ探しをしよう!

成年後見制度の無料相談

地域包括支援センター（TEL81・0760 FAX81・0703）

市では、民事法務協会の協力により成年後見制度に関する無料相談窓口を開設します。お金の管理や契約などに不安のある人、認知症や障害のため今後の生活に不安がある人、また、ご家族の皆さんは、お気軽にご相談ください。相談内容の秘密は固く守ります。

●**相談日時・場所** 12月16日（木） 午後1時30分～3時30分 穂高健康支援センター

●**申し込み** 12月10日（金）までに電話でお申し込みください。（土日を除く午前8時30分～午後5時15分）

（財）自治総合センターの助成でコミュニティ設備を整備

宝くじは 豊かさ築く チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

堀金地域の田多井区では、財団法人自治総合センターの宝くじ助成事業を活用し、区民のコミュニティ活動の促進を目的に、発電機、照明器具、音響機材およびテントを整備しました。なお、この事業は、住民が自主的に行うコミュニティ活動を促進し、地域の連帯感に基づく自治組織を盛り上げることを目指すもので、コミュニティ活動に直接必要な施設または設備の整備に関することと、宝くじの普及広報を目的に行われています。

問堀 地域支援課まちづくり推進係（TEL72・3106 FAX72・4900）

穂高交流学習センター「みらい」

TEL 81・3111 FAX 82・0966

ランチタイムロビーコンサート出演者の募集

今夏開催して好評だった「ランチタイムロビーコンサート」の第２回を開催します。

「みらい」エントランスホールにおいて、平成 23 年１月８日（土）～10 日（月）の間のランチタイムに開催します。このミニコンサートに参加していただける出演者を募集します。

プロ・アマは問いませんので、是非多くの皆様のご応募をお待ちしています。

第１回ロビーコンサートの様子

- **応募資格**　現在音楽活動をされている個人もしくは団体
- **募集人数**　若干名
- **申し込み**
  ①出演申込書を郵送または持参してください（申込書は、穂高交流学習センター「みらい」などで配布、市ホームページからもダウンロードできます）。
  ②演奏する曲目をＣＤ‐Ｒ、ＭＤ、またはカセットテープに１曲だけ録音し、申込書に添付してください。
- **申込期限**　11 月 26 日（金）まで
- **審査結果**　12 月初旬に応募いただいた全員に通知します。
- **出演日程**　後日調整させていただきます。また、ご出演いただいた皆さんには記念品を差し上げます。
- **注意事項**　アンプなど増幅器を使用しての演奏はご遠慮ください。また、「みらい」のピアノはご利用いただけませんのでご了承ください。

田淵行男記念館

TEL 72・9964 FAX 88・2010

わさび田キャンドルナイト

12 月 22 日の冬至の夜は館内の照明をライトダウンし、記念館周辺のワサビ田にキャンドルを点灯します。当日は開館時間も午後８時まで延長します。館内（有料）では開館 20 周年記念収蔵コレクション展「田淵行男・私の山岳写真～山の美しさにひかれて～」と小笹純弥写真展「花と根～水のコスモロジー～」を開催していますので併せてお楽しみください。

《ワークショップ》クリスマスのペーパーオーナメント作り

「わさび田キャンドルナイト」当日の 12 月 22 日に、雪の結晶などをモチーフとした「クリスマスのペーパーオーナメント作り」のワークショップを開催します。

- **日　時**　12 月 22 日（水）
  ▷第1回17:00～　▷第2回18:00～
  ▷第3回19:00～
- **講　師**　いとう よしこ（児童絵画造形教室「アトリエむう」）
- **参加費**　（入館料のみ）高校生以上 300 円、小中学生 200 円
- **定　員**　各回 12 人
- **申し込み**　11 月 23 日（火・祝日）9:00 から電話にて受け付けします。

臼井吉見文学館

TEL FAX 72・6743

《特別企画展》臼井吉見と島崎藤村のコラボレーション

ここ数年間に文学館に寄贈いただいた臼井吉見の資料と、島崎藤村を研究した研究家の資料を展示します。

- **会　期**　12 月 15 日（水）まで
- **入館料**　大人　300（240）円
  小中学生　150（120）円
  （　）は 20 人以上の団体料金

市民活動センター くるりん広場

TEL FAX 82・1922

アカゲラ巣箱観察会

11 月に設置した巣箱にアカゲラが居付いているか観察に出掛けます。

- **日　時**　12 月 11 日（土）
  集合 9：30
  10：00 ～ 12：00（予備日 12 日）
- **集合場所**　くるりん広場
- **申し込み**　12 月４日（土）ころまでに電話でお申し込みください。

豊科近代美術館

TEL 73・5638 FAX 73・6320

《ワークショップ》木目込み人形で作る干支のウサギ

来年の干支のウサギを、「木目込み人形」で作ります。木目込み人形とは、桐の粉を糊で固めた胴体の筋に布の端をヘラで木目込んで作る人形です。松本在住で東京の浅草橋の田辺人形学院で教授も務める原香和（こうわ）さんから指導していただきます。持ち物は不要ですので、初めての皆さんもお気軽にご参加ください。

- **日　時**　11 月 27 日（土）
  【午前の部】　9：30 ～ 12：00
  【午後の部】13：30 ～ 16：00
- **講　師**　原 香和（こうわ）さん（田辺人形学院教授）
- **材料費**　3,200 円
- **定　員**　各回 15 人（先着順）
- **申し込み**　11 月 20 日（土）9：00 から電話にて受け付けします。

碌山公園研成ホール

TEL FAX 82・0769

《ワークショップ》テラコッタに触れよう

毎月第３日曜日に行うテラコッタの体験教室です。初心者（小学生以上）から参加頂けます。３時間で一作品を制作し、制作体験を通してテラコッタの魅力と粘土造形の楽しさを学びませんか。

- **日　時**　11 月 21 日（日）
  9：00 ～ 12：00
- **講　師**　柳沢 廣さん
- **受講料**　500 円（材料費）
- **定　員**　先着 15 人（小学生以上）

《展覧会》三澤芳房 回顧展

中信美術会やさまざまな展覧会で活躍した三澤芳房の回顧展を開催します。アクリル画を中心とした小品から 50 号までの作品約 50 点を展示します。

- **日　時**　11 月 30 日（火）～ 12 月５日（日）　9：00 ～ 17：00
  最終日は 16：00 まで
- **入場料**　無料

体験

「そば道場」参加者の募集

問 産業建設課産業振興係（TEL 77・3111 FAX 77・6060）

三郷生活改善グループ連絡協議会では「そば道場」を開催します。打ちたて「そば」は各自お持ち帰りいただき、昼にはグループ員の用意した「そば」を召し上がっていただきます。

- **日時**　12月11日(土)午前９時～
- **場所**　三郷農村環境改善センター（JAあづみ温支所の西続き）
- **参加料**　1、000円
- **持ち物**　エプロン、手ぬぐい、そば持ち帰り用容器
- **募集定員**　12人（先着順）
- **申し込み**　12月３日（金）までに電話でお申し込みください。

「山葵漬け作り」参加者の募集

問 明社会教育課社会教育係（TEL 62・4565 FAX 62・3525）

自然体験交流センターせせらぎで山葵漬け作り体験会を行います。

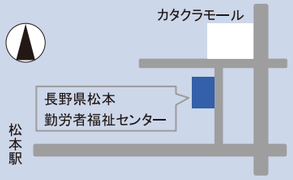
- **日時**　12月５日（日）午前10時～正午
- **場所**　自然体験交流センター「せせらぎ」ホール・調理室
- **対象者**　市在住者
- **持ち物**　包丁・まな板（お持ちの人）・前掛け・手ぬぐい・持ち帰り用容器
- **費用**　４００円（材料費）
- **募集人員**　30人（先着順）
- **申し込み**　11月30日（火）までに、「せせらぎ」に直接来館するか、電話またはファクス（兼用62・６６６７）にて氏名・住所・電話番号がわかるようにお申し込みください。

就職面接会 冬の陣

ヤングハローワーク松本では、平成 23 年３月の新卒者および卒業後おおむね３年以内の人を対象として「就職面接会 冬の陣」を開催します。

当日は 40 社が参加を予定しており、事業所の人事担当者と直接話ができます。事前予約は不要。参加は無料ですので是非ご参加ください。

- **日時**　12月10日（金）13:00 ～ 16:00（受付 12:30 ～）
- **場所**　長野県松本勤労者福祉センター



問ヤングハローワーク松本（TEL31・8600）

入札・契約結果（平成 22 年９～10 月）

（単位：円）

工事名	工事個所	請負者	請負代金
（交付金・市単）公共下水道島新田枝線第５工区管渠工事	穂高北穂高	㈱赤羽組	53,445,000
（国補・市単）特環公共下水道豊里 12 工区管渠工事	穂高有明	㈱イトウ	29,190,000
市道新設改良事業　市道穂高 0250・0255 号線　道路改良工事	穂高有明	㈱赤羽組	21,735,000
市道新設改良事業　市道明科 4182 号線　道路改良工事	明科中川手	㈱横内組	19,950,000
市道新設改良事業　市道穂高 2217 号線　道路改良工事	穂高	横山建設㈱	17,535,000
（国補・市単）特環公共下水道豊里 13 工区管渠工事	穂高有明	㈲赤羽建設工業	15,960,000
市道新設改良事業　市道豊科 1118 号線 道路改良工事	豊科	㈱ワークメイト	14,700,000
（国補・市単）特環公共下水道新屋 32 工区管渠工事	穂高有明	日東建設㈲	11,550,000
道路維持事業　市道豊科 1354 号線ほか　下水道舗装本復旧工事	豊科高家	㈱武井建設	9,765,000
道路維持事業　市道穂高 0816 号線ほか　下水道舗装本復旧工事	穂高有明	共和アスコン㈱	8,820,000
（市単）特環公共下水道古厩第５マンホールポンプ場設備工事	穂高有明	㈱メエップ	7,560,000
地域活性化・きめ細かな臨時交付金事業（繰越）真々部公園便所改築工事	豊科高家	㈲丸永建設	5,512,500
（市単）特環公共下水道豊里宅内汚水ポンプ設備設置工事	穂高有明	㈱メエップ	3,255,000
潮沢・前川活性化事業　龍門渕公園交流広場整備工事	明科中川手	山崎建設㈱	31,080,000
地方特定道路整備事業　市道穂高２級 23 号線　道路改良工事	穂高有明	㈱関組	28,035,000
（交付金・市単）公共下水道島新田枝線第３工区管渠工事	穂高北穂高	㈱寿建設	22,890,000
（交付金・市単）公共下水道関連道路占用路面復旧　たきべ産業団地その２工区工事	豊科高家	㈱振興建設	20,580,000
道路維持事業　市道豊科１級 29 号線ほか　下水道舗装本復旧工事	豊科高家	㈱佐原建設	15,960,000
ふるさと農道緊急整備事業豊科熊倉工事	豊科高家	㈱山本組	15,960,000
広域施設組合関連工事	穂高北穂高	㈱川上産業	15,015,000
(国補・市単）特環公共下水道牧９工区管渠工事	穂高牧	㈱中部水工	13,965,000
市道新設改良事業　市道三郷 0786 号線道路改良工事	三郷温	山共建設㈱	12,495,000
市道新設改良事業　市道穂高 4462 号線　道路改良工事	穂高	㈱松澤組	11,760,000
市道新設改良事業　市道穂高 0767 号線ほか　側溝整備工事	穂高有明	㈲丸正小林建設	11,340,000
（国補）特環公共下水道豊里第３マンホールポンプ場設備工事	穂高有明	㈱メエップ	8,820,000
（国補）特環公共下水道新屋 33 工区管渠工事	穂高有明	㈲赤羽建設工業	7,560,000
市道新設改良事業　市道明科 5160 号線　災害復旧工事	明科東川手	㈲竹内建設	3,360,000
（市単）等々力町第３号マンホールポンプ場制御盤移設工事	穂高	㈱メエップ	3,202,500
市道新設改良事業市道明科２級 13 号線災害復旧工事	明科東川手	㈲岩渕組	2,940,000
市道新設改良事業　市道堀金 1580 号線　道路改良工事	堀金三田	㈲大崎管業	2,845,500
地域活性化・きめ細かな臨時交付金事業（繰越）市道穂高 2378 号線　側溝整備工事	穂高	イブキ建設㈱	2,835,000

教養講座 パソコン基礎講座

豊科公民館 TEL72・2158 FAX73・6401

年賀状を作ろう

基本操作を覚えながら年賀状を作成します。

- **開催日**
  - **第1部** ▽11月30日(火) ▽12月1日(水) ▽12月2日(木)の3日間
  - **第2部** ▽12月7日(火) ▽12月8日(水) ▽12月9日(木)の3日間
  - ※第1部・2部ともに内容は同じ
- **時間** 午前9時30分～11時30分
- **場所** 豊科公民館大会議室
- **講師** 田中 さおりさん
- **対象者** 市内在住の人でウインドウズXP、Vista、7のいずれかのノートパソコンを持参することができ、文字入力操作がある程度できる人。3日間受講できることを基本とします。
- **定員** 各12人（先着順）
- **受講料** 600円
  - ※別途テキスト代500円
- **申し込み** 11月22日（月）8時30分から電話と窓口で受け付けを開始します。
  - ※ファクスでの受け付けはできません。

学校開放講座

社会教育課社会教育係 TEL62・4565 FAX62・3525

ワードで年賀状を作成しよう！

ネット上で配信されている無料イラストを使用して、ワードで年賀状の裏書き（文面）を作成します。

- **日時** 12月7日（火） 午後4時30分～6時30分
- **場所** 穂高商業高校 南校舎3階 第3パソコン室
- **講師** 藤原 慎吾 教諭
- **定員** 20人
- **受付期間** 11月18日～29日
- **申し込み** （電話不可）ファクス81・1066または、はがきでお申し込みください。（住所、氏名、年齢、電話番号、ファクス番号、質問ご意見を記入）
  - **郵送先** 〒399-8303 穂高6839 穂高商業高校 藤原 慎吾 教諭
- **注意事項** 定員を超えた場合は、抽選とさせていただきます。当選者にはその旨を連絡します。

Library Event 図書館の催し

おりがみのへや

- **日時**：12月15日（水）16:15～
- **場所**：中央図書館おはなしのへや
  問中央図書館 TEL84・0111 FAX84・0116

- **日時**：12月22日（水）16:15～16:45
- **場所**：堀金図書館児童コーナー
  問堀金図書館 TEL72・5796 FAX72・5801

映画上映会（入場無料）

- **日程・映画名** ▷12月10日(金)「ビリディアナ」1961年 メキシコ＝スペイン ▷12月24日(金)「NOEL ノエル-星降る夜の奇跡-」2004年アメリカ
- **開場**：18:30 上映：19:00～
- **場所**：穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール
  問中央図書館 TEL84・0111 FAX84・0116

ドキドキ・ワクワクお話の世界 12月のおはなし会

中央 おはなしのとびら
中央図書館おはなしのへや（TEL84・0111）
1・8・15・22日（各水曜日）10:30～（乳幼児対象）

中央 おはなしとしょかん
中央図書館おはなしのへや（TEL84・0111）
18日（土）10:30～（乳幼児対象）
11:10～（幼児以上対象）

三郷 クリスマス会
三郷公民館講義室（TEL76・3078）
11日（土）10:30～（乳幼児以上対象）

堀金 おはなしのへや
堀金図書館児童コーナー（TEL72・5796）
8日（水）16:15～（幼児以上対象）
9日（木）10:30～（乳幼児対象）

明科 「クリスマス」のお話会
子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」明科図書館おはなしの部屋（TEL62・1122）
18日（土）13:30～（乳幼児以上対象）

新豊科図書館に電話が設置されました。（開館は平成23年2月11日予定） 番号は**71-4022**です。

「おすすめの1冊」は、今回お休みします

11月は 全国青少年健全育成強調月間 有害環境浄化活動強化月間 です

期　間
11月1日～30日

未来をつくるたくましい青少年が、心豊かに成長していくことはみんなの願いです。

しかし、現在の社会はインターネットや携帯電話のメールなどで簡単に出回る有害な情報や、青少年による犯罪、また大人による青少年を対象とした犯罪など、青少年が直面している状況は深刻です。

大人自らが青少年の手本となり、健全育成に共通の理解と認識を深め、日常的に行動する必要があると言えます。

有害自動販売機をなくそう！

成人向けの雑誌やビデオなど、青少年たちに悪影響を与える恐れのある商品を売る「自動販売機」。

長野県は全国唯一、有害自動販売機設置を規制する条例を定めず、住民と行政が協働して健全な社会環境づくりを進めています。

市では、一部地域で組織している団体の取り組みが有害自動販売機設置の抑止力になっている現状から、広く地域の皆さんと共に撤去や設置させない活動を進めていきます。

地域の組織で活動！

市内には有害な自動販売機の撤去に地道に取り組んでいる地域もあります。

明科地域の市民有志で立ち上げた、明科地域青少年健全育成市民会議では青少年健全育成にかかわるのぼり旗を自動販売機設置箇所の周りに設置し、撤去に向けた啓発をしています。

夜中の青少年のたまり場をなくそう！

穂高地域では、市民有志が立ち上げた穂高地域青少年育成連絡会議が、毎年の夏休み期間中午後8時から、青少年の集まりやすいゲームセンターやJRの駅周辺などを交代でパトロールし、青少年への声かけなどを行う活動を継続してきています。

青少年の健やかな成長を願う思いがひとつの輪となり、少しずつ地域に広がりつつあります。

市民の力を合わせて 青少年健全育成環境づくり

県では、心身ともに未成熟で成長途上にある青少年の健全育成にとって有害と思われる地域環境の実態を把握し、青少年のためのよりよい環境づくりを推進するため、11月を地域環境実態調査期間として県内全域を対象に「有害図書等（書籍・ビデオ・パソコンソフト）取扱い店舗」「カラオケボックス」「漫画喫茶・インターネットカフェ」「有害自動販売機設置状況」等の調査を行っています。

地主の皆さんにお願い！

業者が自動販売機設置の話しを持ちかけてきた場合は、

- **どんな業者なのか？**
- **具体的に何を売るのか？**

など契約の内容をよく確認しましょう。

有害自動販売機設置の契約であった場合は、はっきり断り、水際での防止にご協力をお願いします。

一度設置されてしまうと、撤去はなかなか難しいのが現実です。

問社会教育課子ども支援係（TEL62・4565 FAX62・3525）

子どもの事故防止

子どもを事故から守る！PROJECT

～子ども安全メール from 消費者庁～

子どもは、交通事故や転落、転倒、窒息など、さまざまな「不慮の事故」に巻き込まれることが少なくありません。消費者庁では、予防の観点に立って、子どもを不慮の事故から守る取り組み「子どもを事故から守る！プロジェクト」を行っています。プロジェクトでは、子どもの事故予防にかかわる情報提供をサイトで行っているほか、子どもの事故防止や対処法に関する豆知識的な情報を毎月１回配信しています。ご利用は携帯電話・パソコンから下記のアドレスにアクセスしてください。メール配信の登録後にご利用いただけます。

携帯サイト http://www.caa.go.jp/m/

QR コードで、手軽に事故予防に役立つ情報を入手できます！

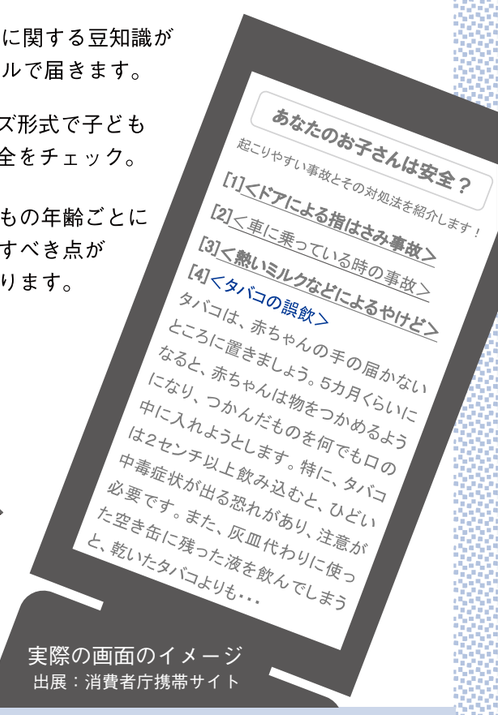
※QRコードは株式会社デンソーウエーブの登録商標です。

パソコン用　http://www.caa.go.jp/kodomo/

問消費者庁政策調整課（TEL03・3507・9185）
または穂生活環境課消費生活係
（TEL82・3131 FAX82・6622）

暮らしの豆知識

- 事故に関する豆知識がメールで届きます。
- クイズ形式で子どもの安全をチェック。
- 子どもの年齢ごとに注意すべき点がわかります。



実際の画面のイメージ
出展：消費者庁携帯サイト

お願い

お忘れなく！水道の凍結防止対策

例年、11月末から3月にかけて、凍結による水道メータの破損が多くなります。急な寒波などで、気温がマイナス４℃以下になると水道管が凍ったり、破裂したりします。冬期には必ず水道管などの防寒を心掛けてください。

水道メータは市が使用者に貸与し、日常の管理は使用者が行うことになっています。水道の凍結による破損を防ぐため、下記を参考に対策をお願いします。凍結防止対策を行わずに水道メータが破損した場合は、使用者の管理責任として弁償していただく場合がありますのでご注意ください。

問豊上水道課管理係（TEL72・3111 FAX72・3176）

●どんなところが凍結しやすい？

▽むき出しになっている水道管
▽建物の北側の水道管や蛇口
▽風当たりの強い箇所
▽水道メータなど

●おすすめの凍結防止対策は？

▽配管の露出部分に凍結防止帯や保温材を巻く
▽長期間使用しないときは、水道の蛇口を開いたまま不凍栓を閉じるなど

△水道メータボックス内に、ビニール袋に入れた発砲スチロール材などを入れるのも効果があります。（写真上）

11月５日に行われた10カ月児健康相談（三郷保健センター）

健康づくり 元気ですか！ 応援団 ⑧

健康づくりに活躍している市民の皆さんや市の取り組みを毎月ご紹介します。

栄養士の仕事ってどんなこと？

最近、「食」に関する話題が多く取り上げられています。栄養、食生活、食育、食文化、郷土食など、「食」は私たちにとって、とても身近なことです。

市では、管理栄養士・栄養士を保健センターなどに配置し、市民の皆さんに「食」を通じて、健康でいきいきとした生活が送れるよう支援しています。妊娠中の食事、乳児の離乳食、幼児の食事、生活習慣病を予防する食事、高齢者の食事など生涯にわたる「食」について、他職種の職員と連携を図りながら、教室・健康診査・個別相談などを実施しています。

「食」は命をはぐくむ源であり、心身の健康に欠かせないものです。各保健センターでは、「食」に関する相談を随時受け付けています。お気軽に栄養士にご相談ください。

問豊科保健センター（TEL72・9970 FAX72・9044）

eqbk 健康はバランスのよい食事から

私のおすすめレシピ⑧

市食生活改善推進協議会会員の皆さんが開催している料理教室で教えていただいた、おすすめレシピをご紹介します。

簡単でヘルシー！
抹茶の風味が豊かなデザートです。
温かい飲み物といっしょにいかがですか。

写真は1人分　76キロカロリー

凍り豆腐の抹茶かん

◎今月の注目素材：抹茶（まっちゃ）

抹茶は、茶の葉を蒸してから乾燥させた「てん茶」を茶臼でひいたものです。飲料として飲むほか、菓子の風味付けとしても使われます。お茶の渋み成分であるカテキンは、がん・動脈硬化・風邪などを予防する働きがあると言われています。

材料（4人分）

凍り豆腐 …… 1枚
水 …… 1カップ
抹茶 …… 小さじ2
水 …… 1/2カップ
A
粉寒天 …… 4グラム
水 …… 1/2カップ
砂糖 …… 60グラム

作り方

①：凍り豆腐を熱湯で戻し、水1カップを入れてミキサーにかけ、液状にしてなべに入れる。
②：抹茶を水1/2カップで溶き、網でこしておく。
③：①にAを入れて火にかけ1～2分沸騰させて火からおろし、②を入れ、濃度がつくまで混ぜながら水で囲って冷やし、型に流して固める。食べやすい大きさに切って完成。

【ポイント】：凍り豆腐をミキサーにかけるときは、細かくなるまでかけるとなめらかに仕上がります。凍り豆腐をちぎってからミキサーにかけるとやりやすいです。

各種相談

場…場所　問…問い合わせ　時…時間

教育に関する相談

教育全般 要予約　時 10:00 ～ 16:00

毎週月～土曜日　※23、29～31日は除く
場問教育相談室（豊科公民館内）（TEL72-2238・FAX62-5721）

親の会　時 13:00 ～ 15:00

21日(火)問場豊科公民館2階相談室（TEL72-2238・FAX62-5721）

いじめ相談ホットライン　時 8:30 ～ 17:15

毎週月～金曜日　※23、29～31日は除く
場問学校教育指導員室（明科総合支所北庁舎内）
（TEL62-3521・FAX62-5721）

中間教室ねむの木 親の会　時 13:00 ～ 15:00

15日(水)場問中間教室ねむの木(新田神社南奥)（TEL・FAX73-1624）

子ども・母子家庭・女性の相談

平日　時 8:30 ～ 17:00 要予約
場問児童保育課児童係(TEL81-0727・FAX81-0703)

こころの相談

精神保健相談 要予約　時 14:00 ～

毎週月・木曜日(第5・祝日を除く)　場松本保健福祉事務所
問松本保健福祉事務所(TEL40-1938・FAX47-9293)

依存症相談 要予約　時 14:00 ～

3日(金)場問松本保健福祉事務所(TEL40-1938・FAX47-9293)

自殺関連相談 こころの相談統一ダイヤル　時 9:30 ～ 16:00

平日　場問県精神保健福祉センター(専用TEL0570-064556)

あづみ野断酒会　時 19:00 ～ 21:00

1・8・15・22日(水)　場豊科公民館
問健康推進課保健予防係(TEL81-0726・FAX81-0703)

消費生活相談　時 平日の8:30～17:15 ※電話相談も可。

場問生活環境課消費生活係(穂高総合支所1階)
（TEL82-3131・FAX82-6622）
※毎週火・木曜日の午前中、水曜日の午後は相談員が在駐
消費者ホットライン(TEL0570-064-370)（ゼロ・ゴー・ナナ・ゼロ　守ろうよ、みんなを）

巡回労働相談　時 18:00 ～ 20:00

8日(水)場安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
問商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622)

心配ごと相談・行政相談　（★は行政相談を同時開催）

6日(月)・★20日(月)　時 13:00～16:00
場堀金老人福祉センター(TEL73-5288・FAX73-5775)
7日(火)・★21日(火)　時 13:00～16:00
場穂高地域福祉センター(TEL82-2940・FAX82-9621)
8日(水)・★22日(水)　時 13:00～16:00
場豊科ささえあいセンター「にじ」(TEL72-3013・FAX72-5422)
9日(木)・★24日(金)　時 13:00～16:00
場三郷福祉センター(TEL77-8080・FAX77-8081)
10日(金)・★24日(金)　時 13:00～16:00
場明科総合福祉センター(TEL62-2429・FAX62-5025)
問心配ごと相談…上記へ
問行政相談…総務部総務課(TEL71-2000・FAX71-5155)

介護相談　時 平日の 8:30 ～ 17:00

場問市地域包括支援センター(穂高健康支援センター内)
（TEL81-0760・FAX81-0703）
場問東部地域包括支援センター(豊科保健センター内)
（TEL72-9986・FAX72-9044）

子育てに関する相談

母乳・育児相談　※母乳相談は 要予約　時 9:30 ～ 11:00

7日(火)・21日(火)　場問明科保健センター(TEL81-2251・FAX81-2943)
2日(木)・16日(木)　場問穂高保健センター(TEL81-0711・FAX81-0703)
9日(木)　場問堀金保健センター(TEL73-5770・FAX73-5775)
8日(水)・22日(水)　場問豊科保健センター(TEL72-9970・FAX72-9044)
14日(木)　場問三郷保健センター(TEL77-9111・FAX77-9113)
※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。

人権相談所　時 10:00 ～ 15:00　問 法務局松本支局(TEL32-2571・FAX32-2572)

7日(火)　場 穂高会館　8日(水)　場 三郷公民館
10日(金)　場 豊科公民館

結婚相談　時 13:00～16:00

5日(日)場問豊科老人福祉センター　(TEL73-7143・FAX73-7147)
12日(日)場問穂高地域福祉センター　(TEL82-2940・FAX82-9621)
19日(日)場問三郷福祉センター　(TEL77-8080・FAX77-8081)

弁護士会による無料法律相談 要予約

9日(木)　時 13:30～16:30 ※相談時間は1人20分
場豊科公民館　小会議室
予約・問 総務部総務課庶務係(TEL71-2000・FAX71-5155)
※予約受付…12月2日(木) 9:00～12:00（受付は電話のみ）
※相談者(定員8人)は抽選で決定(先着順ではありません)

12月の休日当番医

（変更になる場合があります。ご利用前に医療情報案内(0120-890-423)でご確認ください。）

5日（日）	12日（日）	19日（日）	23日（木・祝）	26日（日）	29日（水・歳末）	30日（木・歳末）	31日（金・歳末）
追分クリニック 82-2129[穂高]	飯田医院 83-5061[穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731[穂高]	伊藤医院 62-2051[明科]	清沢医院 82-7600[穂高]	佐野歯科クリニック 82-2073[穂高]	塔の原内川医院 81-2121[明科]	小田切医院 83-6025[穂高]
石田医院 72-2766[豊科]	長瀬内科医院 72-7286[豊科]	高橋医院 82-2561[穂高]	百瀬医院 82-2205[穂高]	せき泌尿器科クリニック 82-0666[穂高]		樋之内科医院 73-0616[豊科]	須澤クリニック 82-2993[穂高]
中萱医院 77-2130[三郷]	丸山内科クリニック 72-6188[豊科]	池田医院 77-2055[三郷]	柏原クリニック 82-7222[穂高]	白木医院 77-2134[三郷]		こばやし内科クリニック 71-1117[豊科]	こうの内科循環器科 71-5881[豊科]
上月歯科医院 82-7530[穂高]	大谷歯科医院 72-8858[豊科]	さとう歯科医院 81-5155[穂高]	下條歯科医院 72-7433[堀金]	笠原歯科医院 72-2108[豊科]		アルプス歯科クリニック 77-8901[三郷]	いさつ歯科医院 73-0648[豊科]
							小山歯科医院 62-3080[明科]

児童館の予定

育児相談は右頁参照　・・・乳幼児対象　・・・参加費

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621
■休館日／日曜・祝日

ピザ作り 要予約 あり ※親子20組	1日(水)	10:00～12:00
お餅つき大会 要予約 あり	4日(土)	10:00～13:00
育児相談 ※予約制（当日も可）	6日(月)	10:30～12:00
親子体操 ～親子ピクス～ 要予約 ※3歳以上の幼児親子20組（講師：沖　由美子先生）	13日(月)	10:00～11:00
しめ縄作り 要予約	18日(土)	10:00～12:00
クリスマス会 要予約 あり ※親子20組	21日(火)	10:00～11:30
身体測定日	24日(金)	10:00～12:00
おはなしどりぃむ ～読み聞かせ～	第1・2・3水曜日	11:00～11:20

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494
■休館日／土曜・日曜・祝日

クリスマス会 要予約 100円 ※親子20組	17日(金)	10:30～11:30
身体測定日	20日(月)	10:00～12:00
育児相談 ※予約制（当日も可）	20日(月)	10:30～12:00
しめ縄作り 要予約 ※20組（小学生）	25日(土)	10:00～12:00
おはなしどりぃむ(読み聞かせ)	10・24日(金)	11:20～
わらべ唄・手遊び(内山房子先生)	毎週月曜日	11:10～11:30

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527
■休館日／日曜・祝日

おさがり会	2日(木)	10:00～11:30
リトミック 要予約 ※親子20組	3日(金)	10:00～11:00
身体測定日	7日(火)	10:00～12:00
育児相談 ※予約制（当日も可）	13日(月)	10:30～12:00
しめ縄作り 要予約 ※親子20組	18日(土)	10:00～11:15
クリスマス会 要予約 100円 ※親子20組	22日(水)	10:15～11:30
おはなしどりぃむ（読み聞かせ）	第2・4月曜日	11:20～11:40

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152
■休館日／日曜・祝日

ママキッズ・ビクス	2日(木)	10:15～11:00
育児相談	2日(木)	11:00～12:00
感染症の予防と対応について	6日(月)	10:30～
手作りおやつ作り ～キャロットチーズケーキ～ 要予約 100円 ※30組　募集期間：12/6(月)まで	7日(火)	10:30～12:00
クリスマス会 要予約 50円 ※各日30組　募集期間：12/10(金)まで	16日(木)・17日(金)	10:30～
親子クッキング ～肉まん作り～ 要予約 100円 ※24組　募集期間：12/11(土)まで	22日(水)	10:30～12:00
おはなしムーンさんによる 読み聞かせ・紙芝居	毎週水曜日	11:00～11:20

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122
■休館日／日曜・祝日

豊科高校吹奏楽部「ミニ演奏会」 場所：豊科老人福祉センター　入場無料	4日(土)	14:00～15:00
育児相談（相談員：小川原容子先生）	10日(金)	11:00～11:30
餅つき豚汁会 要予約 小学生以上150円、乳幼児親子200円 ※募集期間11/18(木)～12/6(月)	11日(土)	10:00～12:00
移動児童館（真々部区）	18日(土)	10:30～15:00
キッズ&マミーリユース広場	21日(火)	11:00～11:30
クリスマス会 要予約 200円 対象：小学生　※募集期間12/1(水)～12/18(土)	25日(土)	13:30～16:30
読み聞かせ	毎週月曜日	11:00～11:30
いっしょにあそぼう		
ゲーム遊び	3日(金)	11:00～11:30
リズム遊び	17日(金)	11:00～11:30

★高家児童館

TEL・FAX72-5685
■休館日／日曜・祝日

もちつき 100円 ※おもち3個	4日(土)	10:00～11:30
クリスマス会 要予約 親子で100円	10日(金)	10:30～11:30
育児相談	14日(火)	11:00～12:00
ママキッズ・ビクス	16日(木)	10:15～11:00
しめ縄作り	18日(土)	10:00～11:30
絵本・紙芝居の読み聞かせ	毎週火曜日	10:30～11:00

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186
■休館日／日曜・祝日

お正月準備 ～しめ縄作り～ 要予約	4日(土)	10:00～11:30
みんななかよし ～クリスマス会～ 要予約	4日(土)	10:30～11:30
チャレンジ小学生「クリスマス会」 ～ケーキ作り～ 要予約 ※材料費	18日(土)	10:00～12:00

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124
■休館日／日曜・祝日

折り紙の日	1日(水)	15:45～16:30
お話玉手箱	8日(水)	15:45～16:30
クリスマス製作	15日(水)	15:45～16:30
児童館感謝の大掃除	22日(水)	15:45～16:30
ひまわりっ子クラブ ※0～3歳の登録児対象　グループ活動、クリスマス製作、クリスマスお楽しみ会	第1・2・3水木金曜日	10:00～12:00

年末年始の休館について

市内の児童館は、12月29日(水)～1月3日(月)まで、年末年始のため休館となります。

助かる命が、あります。

受けてください、検診。

がんを早期発見できたKさん。現在の治療は薬の服用のみ。「毎年、検診を受けていたことが不幸中の幸いだった」と振り返ります。

Kさんの体験談（62・三郷明盛）

平成20年8月、保健センターの検診で乳がんが見つかりました。自覚症状はまったくなく、「まさか自分が」という思いでした。私のがんは、幸いにして小さく、手術後は重症化していません。乳がんは転移が早く、早期発見がとても大切です。そして早めに治療を行えば、それだけ治る確率も高くなる病気です。検診に足が遠のくという人も多いと思いますが、自分の体は自分で守るしかありません。皆さん、どうか検診を受けてください。

早期発見がカギ

若い年代で発病する確率が上がっている子宮頸がんと乳がん。市では節目となる年齢の対象者（注1）に、「無料クーポン券」をお送りしました。しかしながら、10月中旬までの受診率は、対象者の皆さんでも子宮7・1％、マンモグラフィ8・3％と、まだまだ低い状況にあります。子宮頸がん、乳がんは早期発見が最も有効な対策となります。この機会にぜひ受診をお願いします。

- 検診期間は来年2月28日までです。年度末は大変込み合いますので、なるべく12月末までの受診申し込みをお願いします。
- 新たに検診を希望する場合は、検診票などが必要となります。保健センターか健康推進課にお問い合わせください。
- 視触診による乳房検診を本年10月から来年1月に各保健センターで実施します（対象30歳以上）。同じ年度内にマンモグラフィ検診と両方をお受けになることはできませんのでご注意ください。

（注1）クーポン券対象年齢（年齢基準日22年4月1日）＝子宮頸がん検診・20、25、30、35、40歳　マンモグラフィ検診・40、45、50、55、60歳

問 健康推進課保健予防係（TEL 81・0726 FAX 81・0703）

編集後記

◆「おひさま」の撮影現場。ヒロインの幼なじみ役・柄本時生さんの存在感が光っていました。時生さんは名優・明さんの次男で、「ゲゲゲの女房」のスガちゃん役・佑さんの弟。ヒロインとの掛け合いが今から楽しみです。T

◆平日は座り仕事、休日も暇なら家でゴロゴロ…という生活に危機感を覚え、人生で初めてスポーツクラブに入会しました。昨年の健康診断で肥満気味だった体型に、今年こそおさらばするぞ！ S

◆冬の冷えた夜、我が家では湯たんぽが活躍します。あらかじめ布団の中ほどに入れておき、寝る時に少しずつ足元の方に移動させると、柔らかな温もりで体が温まり幸せな気分になれます。低温やけどに注意が必要です。Y

◆北アルプスが雪化粧を始め、冬はもうすぐそこです。子どもたちはいつスキーに行けるかと喜んでいますが、冷えてきたら今年痛めた腰の調子が悪く、すごーく不安です。M

2010.11.1現在　（）内は対前月比

人口	99,344人	（−29）
男	48,170人	（−17）
女	51,174人	（−12）
世帯	37,002世帯	（−14）

広報 あづみの
発行日　平成22年11月17日
編集・発行　長野県安曇野市役所総務部
秘書広報課秘書広報担当
TEL0263・71・2000 FAX0263・71・5000
URL　http://www.city.azumino.nagano.jp
E-mail　info@city.azumino.nagano.jp
印刷　㈲安曇印刷　印刷経費1部19円
次回発行…お知らせ版 12月1日(水)
古紙を配合した再生紙、
環境に優しい大豆油インクを使用しています。 PRINTED WITH SOY INK

本庁舎　〒399-8205　長野県安曇野市豊科4932番地46　TEL 0263-71-2000　FAX 0263-71-5000
豊科総合支所　〒399-8205　長野県安曇野市豊科4340番地　TEL 0263-72-3111　FAX 0263-72-8340
穂高総合支所　〒399-8303　長野県安曇野市穂高6658番地　TEL 0263-82-3131　FAX 0263-82-6622
三郷総合支所　〒399-8101　長野県安曇野市三郷明盛4810番地1　TEL 0263-77-3111　FAX 0263-77-6060
堀金総合支所　〒399-8211　長野県安曇野市堀金烏川2750番地1　TEL 0263-72-3106　FAX 0263-72-4900
明科総合支所　〒399-7102　長野県安曇野市明科中川手6824番地1　TEL 0263-62-3001　FAX 0263-62-4747