

特集

「届けたい！安曇野の農産物のおいしさと「RO」」

特集2

「令和4年度決算公表」



# 届けたい！ 安曇野の農産物の おいしさとココロ

聞農政課 TEL 71・2430

**安** 曇野の魅力ある農産物を生産者の気持ちとともに消費者に届ける。その良さを伝え、安曇野の魅力アツプにつなげたい――。

市では、すべて安曇野産の食材を使った安曇野フルコースメニューの考案や首都圏でのPRイベントなどを行い、安曇野の農産物の知名度アツプに取り組んでいます。同時に、ここ安曇野で作りたいと思える環境づくりを進めることで、農家の所得向上と新たな就農者の確保を目指しています。

その背景には、担い手の高齢化や担い手不足の課題があります。5年ごとに行われる統計調査の農林業センサス2022によると、市の基幹的農業従事者はこの10年（H

22～R2年）で約35%も減少しています。また65歳以上の割合は77.2%となっており、このままの状態が続くと安曇野らしい農と暮らしがともにある風景が失われていきかねません。

就農者だけでなく、家庭菜園を営む皆さんを含め、すべての生産者が安曇野で農業や農のある暮らしをして良かったと思えることを目標に、より多くの消費者に安曇野の農産物の魅力を知ってもらう仕掛けづくりを行っています。

今月号では、その取り組みのうち、安曇野フルコースとあざさマルシェ in LUMINE AGRIMARCHEを中心に取り上げ、安曇野から届ける農産物と食の魅力を紹介します。

# 1

## 安曇野フルコース オール安曇野産食材で地産地消を全国へ届ける

オール安曇野産食材で作るフルコース。昨年の和食・フレンチに引き続き、第3弾中華、第4弾イタリアンを考案し、お披露目会を開きました。これにより春夏秋冬それぞれ旬の食材を使ったフルコースがそろいました。



### 春 中華編

レシピ考案者は、安曇野調理師会会長でビレッジ安曇野料理長の田島修二さん。春の安曇野を代表するタマネギやセロリと特産の信州サーモンやワサビが使われ、「食の三原色」を意識した彩り豊かなフルコースになりました。

### 夏 イタリアン編

夏秋イチゴやトムモロコシ、トマトなどの夏野菜を使ったイタリアンのフルコースは、旬彩ダイニング ばんびの店主兼シェフの金井美和さんが考案。旬を大切にしたい家庭でも作りやすいレシピとなっています。



次ページ 考案者の2人と生産者にインタビュー



### コラム 三郷の栗 皇室へ

三郷地域では昔から皇室へ献上する栗の生産が行われています。献上栗は特定の畑で収穫したもののうち、粒の大きさが14g<sup>2</sup>から16g<sup>2</sup>で形が良いものと決まっています。

小林英樹さん（三郷小倉）の自宅兼作業場では9月26日、栗の生産者で作る「和恵栗の会」の皆さん（右上写真）が献上栗の選別を行いました。惜しくも選別されなかった栗は、地産地消にしてほしいという同会の意向で翌日南部学校給食センターへ届けられ、給食に栗ご飯が提供されました。

選別された栗は10月1日、宮内庁へ献上され、11月23日に行われる新嘗祭<sup>にいなめさい</sup>で使われます。

## 2 身近な食卓へ身近な食材を届ける 園庭マルシェ



市では認定こども園等の園庭で降園時間に合わせて、地元生産者の皆さんによるマルシェを開催しています。園児と保護者に地元の農産物をPRし、地産地消を肌で感じていただく取り組みです。市では、マルシェに出店いただける生産者を募集しています。詳しくは市HPをご覧ください。



市HP

## INTERVIEW

### 安曇野フルコース 一地元から応援 本当の産地に—

私の夏秋イチゴは、イタリアン編で、「夏秋いちごとじゃがいものポターージュ」に使われました。イチゴはデザートに使われるのだろう思い込んでいた

現在、4品種の夏秋イチゴを作っていますが、品種ごとに異なる培地管理に苦労しています。また、最近は暑い日が多いのが悩みの種ですが、毎日試行錯誤しながら喜んでいただけるものを作れるよう日々奮闘しています。

め、出されたメニューを見て驚きました。食べてみるとイチゴの酸味とジャガイモのうま味がバランスよく合っていて夏秋イチゴの特徴を生かしたメニューだと感じました。農業をしていると他の品種を作っている人と関わる機会がほとんどありません。しかし、今回のフルコースで幅広い生産者の皆さんと知り合うことができ、とても有意義な時間を過ごせました。

安曇野の夏秋イチゴが産地としてもっと大きくなるには、まず地元の皆さんに知っていただき、応援していただけるようにならなければと思っています。今回のような企画で多くの人に知っていただくきっかけになれば嬉しく思います。そのために今後も生産者として、消費地に積極的に安曇野と農作物の魅力をもPRしていきたいと思っています。



夏秋イチゴ農家  
山田 太一さん

#### ○プロフィール

20年勤めたサラリーマンを辞め、安曇野へ移住。2018年からなないろ農園で夏秋イチゴを生産。全国の菓子店などに販売。ジャムやアイスの生産も手がけている。



安曇野調理師会会長  
ビレッジ安曇野料理長

#### 田島 修二さん

##### ○プロフィール

10代から東京の老舗ホテル、松本東急インで腕を磨いたのちビレッジ安曇野に勤務し、2001年から料理長を務める。2018年安曇野調理師会会長に就任。

**信** 州サーモンの骨やタマネギの皮など余すことなく使い、食品ロスをなくすことをテーマにコースを考えました。また、飾り切りをふんだんに使い、味の第一印象である見た目のインパクトにもこだわり、誰でも親しめるやさしい味に仕上げました。今回のメニューの一部は季節のコースで素材を変えながら提供しています。また幼稚園や公民館での料理教室の依頼もあり、広がりを感じています。

安曇野調理師会  
旬彩ダイニングばんび

#### 金井 美和さん

##### ○プロフィール

安曇野や松本の和食店で修業を重ねた後、イタリアンを独学で習得。2011年旬彩ダイニング ばんびを安曇野にオープン。安曇野調理師会会員。



**旬** の素材を使いながら、手軽だけどちょっと贅沢なイタリアンを目指して作りました。農家の皆さんがこだわって作る多彩な野菜を使うのが本当に楽しく、地元のハーブなど新たな発見がありました。この取り組みを通して安曇野から全国へ食と農の魅力が広がっていくとうれしいです。現在このコースを、季節の野菜が楽しめる料理として11月ごろからアレンジし、提供できるように準備を進めています。



#### ■安曇野フルコース パンフレット・中華編動画

フルコースの詳細やレシピが載ったパンフレットは市HP（右記2次元コード）・農政課で入手できます。中華編の動画は市公式YouTubeでご覧いただけます。イタリアン編のパンフレットは11月以降の配布を予定しています。



3

安曇野の魅力ある農産物を首都圏に届ける  
あずさマルシェ in LUMINE AGRI MARCHE



特急あずさ号で運んだ新鮮な農産物を販売する「安曇野市×あずさマルシェ in LUMINE AGRI MARCHE」を9月8日から10日の3日間JR新宿駅ミライナタワー改札外で開催しました。今回は、3日間で計12事業者が出店し、多くの駅利用者や買い物客でにぎわいました。9日には太田市長とJAあづみ千國組合長も応援に駆け付け、スイートコーンやナガノパープルなど旬の農産物をトップセールスしました。

利用者の声

昨年のマルシェで買ったスイートコーンがおいしくて、安曇野の農産物のファンになりました。今回もマルシェがあると知り、買いに来ました。都会の人からすると、身近にこんなにすばらしい食がある安曇野がうらやましいです。

INTERVIEW

あずさマルシェ in LUMINE AGRI MARCHE

一手塩にかけた農産物 嫁ぎ先で笑顔を作ってほしいー

飲

食店で働く中で、サラダを彩る珍しい野菜に魅了され、それらを作りたいと農業を始めました。畑は主に私が1人で切り盛りし、現在は主力のカシスの他、生産量は少ないですが、ブルーベリーなどの果樹や加工用トマト、サラダリーフやヘーゼルナッツなど多種多様な作物を栽培しています。試行錯誤の日々ですが、いろいろな発見があり楽しんでいます。

収穫したカシスやブルーベリーはジャムにして販売しています。あずさマルシェには、自分のジャムが都会でも売れるのか、将来的な販路拡大を目指して参加しました。当日は、取れたての野菜の他にジャムを持って行きました。すると、小売店のバイヤーから商談を持ちかけられたのです。それ自体はうれし

かったのですが、一方で「生食用はないの?」と言われることもあり、都会では直売所で売られている新鮮な農産物のニーズが高いことも新たな発見となりました。

あずさマルシェを通して、商品の売り込み方・見せ方を学んだ一方、課題も見えてきました。それは、主力のカシスの生産量を増やすこと。そして、料理を作る側の声を聞いて新たな野菜作りにチャレンジし、いろいろな飲食店に自分が作った農産物を提案できるようにしたいと思います。

私たち生産者は、日々心を込めて農産物を育てています。結婚に例えると、出荷は嫁がせること。手塩にかけたわが子たちが、嫁ぎ先で食べる人の笑顔を作ってほしいと願っています。



カシス農家  
平倉 悦子さん

○プロフィール

「土地は日本の株」をモットーに、みいまあ工房で果樹や野菜を生産。スーパーマーケットに出回らない珍しい農産物の生産に、日々試行錯誤しながらチャレンジ中。

## 令

和4年度の一般会計の決算額は、歳入481億3700万円、歳出466億4000万円となりました。コロナ禍の影響で500億近くの大規模な決算額となった令和3年度と比較すると、比較的その関連事業も落ち着いたことから、歳入で3.8割、歳出で4.5割の減少となりました。歳入から歳出を引いた形式収支は14億9700万円となり、翌年度に繰り越すべき財源1億6500万円を除いた実質収支は、13億3200万円の黒字となりました。

## 市の借金は減っているの？

## 市

の借金（市債）は、公共事業などの財源として国などから借りるお金です。市債発行の方法には多くのメニューがあり、有利なものは償還金の一部を地方交付税で補填してくれるものもあります。

市では、①整備を行うハード事業の厳選②有利な市債メニューの積極的な活用③後年度の返済にかかる負担の3点に重点において財政計画を作成し、市債を発行しています。こうした取り組みにより、令和4年度の市債残高（企業債を含む）は令和3年度に比べ53億9500万円減少しました。（左ページ下グラフ参照）この数年減少傾向が続いており、良い傾向であると言えます。今後も借入と償還

のバランスを調整し、年度間の負担均衡に努めます。

## 貯金はしているの？

## 市

の預金を基金といいます。財政調整基金（財源調整）、減債基金（市債償還）、公共施設整備基金（ハード事業）の3基金を柱とした一般会計の令和4年度末基金残高は192億3000万円となり、令和3年度に対し10億600万円の増加となりました。（左ページ下表参照）基金は、将来お金が必要となる時期に合わせて計画的に用意していく必要があります。基金は財政計画に基づき管理していきます。

# 令和4年度 決算公報表

## 市の財政は健全なの？

## 市

債の残高や基金の残高などから市の借金がどの程度あるかを計る指標を実質公債費比率・将来負担比率といいます。実質公債費比率は単年度の借金返済額の割合を、将来負担比

## 令和4年度 主な新型コロナウイルス感染症対策 物価高騰対策事業費

国・県の交付金を活用しました。

公立認定こども園、穂高幼稚園、小中学校給食食材の物価高騰分負担	2200万円
低所得の子育て世帯への生活支援特別給付金	2億1200万円
畜産農家、養魚事業者へ飼料価格高騰分の支援	2100万円
市内事業者へ燃料費高騰分の支援	1億2500万円
低所得世帯への物価高騰支援給付金	6億6000万円
飲食店等へ応援給付金	1億円
プレミアム付商品券の発行	1億9600万円
宿泊施設応援券の発行	1億1500万円

図財政課

TEL 71・2005



## 市民一人当たりに使ったお金は

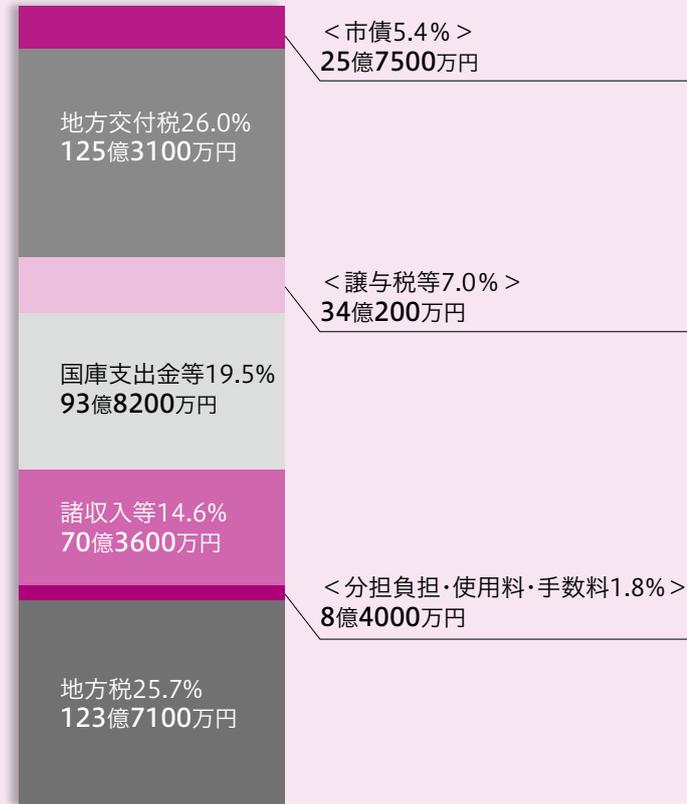
令和5年4月1日  
現在の人口  
歳出決算額  
466億4000万円 ÷ 9万6455人  
= **48万3541円**でした。

令和4年度

# 一般会計の決算



**歳入 481億3700万円**  
(前年度比△3.8%)



**歳出 466億4000万円**  
(前年度比△4.5%)



## 用語解説（歳入）

- 地方税 市民税・固定資産税など市に納められた税金
- 分担負担・使用料・手数料 主に保育料・児童館使用料などの市の施設を利用する人から納められたお金
- 国庫支出金 市が行う特定の事業に対して国から交付されたお金
- 譲与税 地方消費税交付金など国・県から交付されたお金
- 地方交付税 市が平等に行政サービスを提供できるように、一定の基準により国から市に配分されたお金
- 市債 公共事業などの財源として国などから借りるお金

## 用語解説（歳出）

- 総務費 総務人事・財産管理・地域振興・税務事務などに使われたお金
- 民生費 高齢者や障がい者、児童福祉などに使われたお金
- 衛生費 ごみ処理や予防接種などに使われたお金
- 農林水産業費 農業・林業・畜産などに使われたお金
- 土木費 道路や公園、市営住宅の整備などに使われたお金
- 公債費 国などから借りた市債の返済に使ったお金

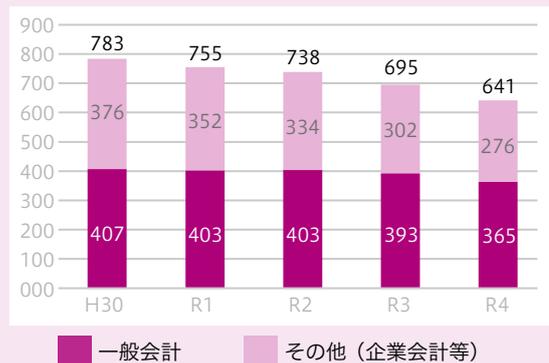
## 基金の残高（一般会計分）

令和5年3月31日現在

財政調整基金	53億6100万円
減債基金	31億2400万円
公共施設整備基金	43億9300万円
その他	63億5200万円
合計	192億3000万円

## 市債残高の推移

単位:億円



## 5. デマンド交通あづみんの 使いやすさアップ

決算額  
1770万円

AI 活用型予約システムを導入し、スマートフォンアプリからの予約ができるようになりました。加えて、予約時に乗車予定時刻や目的地到着予定時刻が確認できたり、キャッシュレス決済を導入するなど利便性の向上を図りました。



アプリであづみんがもっと便利に

## 6. 安曇野ナンバー導入の取り組み

決算額  
60万円

安曇野市・生坂村・池田町・松川村の4市町村で「ご当地ナンバー」の導入に向けて検討を開始しました。住民アンケートでは7割を超える賛同が得られ、ナンバー名称も「安曇野」に決定。今後は図柄デザインを決定し、令和7年度に予定される交付に向けて準備を進めていきます。



4市町村で安曇野ナンバー導入に向けて検討開始

## 7. マウンテンバイクコースが オープン

決算額  
1750万円

烏川渓谷に令和4年4月にオープンしました。コース設計はマウンテンバイクの元五輪代表の小林可奈子さん。スキルに合わせて楽しめるよう、ダウンヒルコース、クロスカントリーコース、初心者コースの3コースを整備。愛好家を中心に多くの人に利用いただいています。



自然の中を走り抜けるマウンテンバイクコース

## 8. アーティスト・イン・レジデンス 事業の実施

決算額  
50万円

金工作家の柴田早穂さんが市内に滞在し制作(8月23日～9月5日)をしました。期間中には、ワークショップを行い、展覧会(10月16日～30日)中にはギャラリートークを実施するなど、市民が新たな芸術に直接ふれる機会になりました。



ワークショップを開催 42人が参加



18歳まで対象を拡大した福祉医療費受給者証

## 1. 福祉医療費給付金 給付対象年齢を18歳まで拡大

決算額  
3340万円

中学修了時までが対象だった福祉医療費給付(=1レセプト当たり最大500円の自己負担で医療を受けられる)の対象年齢を18歳到達年の年度末まで拡大し、子育て世帯がより医療を受けやすい環境を整備しました。



多様性を認め合う社会を目指し計画書を答申

## 2. 多様性を尊重し合う 共生社会づくり計画を策定

決算額  
190万円

多様性を認め合う社会を実現させていくため「安曇野市多様性を尊重し合う共生社会づくり計画」を策定しました。それぞれが自らの意思で生き方を選択でき、相互に尊厳と生き方を認め合える社会を目指します。



令和4年12月5日にお披露目されたフレンチのフルコース

## 3. 安曇野フルコースの考案

決算額  
400万円

安曇野の食材を使った「オール安曇野産」の和食・フレンチのフルコースメニューの考案を行いました。農と食に精通した料理人がメニューを考案し、レシピを広く公表しました。お披露目会や料理教室など開き、安曇野産農産物等の魅力を市内外に発信しました。



安全・安心の避難環境の提供に向けて協定締結

## 4. 災害時等における宿泊施設の 提供に関する協定を締結

決算額  
0円

災害時に客室を避難場所として活用できるように、市内6つの宿泊施設と協定を締結しました。高齢者や障がい者などの避難行動要支援者等の利用を想定し、宿泊費の一部を市が負担します。今後も安全・安心で多様な避難環境の整備を進めます。

▼職員の経験年数別・学歴別平均給料月額

(令和4年4月1日現在)

区分	学歴	経験年数			
		7年以上 10年未満	15年以上 20年未満	20年以上 25年未満	25年以上 30年未満
一般 行政職	大学卒	245,709円	315,520円	353,376円	378,084円
	高校卒	217,900円	270,860円	332,075円	363,310円

職員の手当

▼期末手当・勤勉手当の支給割合(令和4年度)

区分	期末手当	勤勉手当
6月期	1.200月分	0.95月分
12月期	1.200月分	1.05月分
計	2.4月分	2.0月分

▼退職手当の支給割合(令和5年4月1日現在)

区分	自己都合	定年・早期等
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	47.709月分	47.709月分

▼その他の手当

区分	支給内容
扶養手当	○配偶者・父母等 月額6,500円(7級以下) 月額3,500円(8級) ○子 月額10,000円 (15歳~22歳の子は1人につき5,000円加算)
寒冷地手当 (11月~翌3月 に支給)	○扶養親族のある世帯主 月額 17,800円 ○扶養親族のない世帯主 月額 10,200円 ○その他の職員 月額 7,360円
通勤手当	○交通機関利用の場合 通勤に要する運賃相当額(月額55,000円限度) ○自動車等を利用の場合 (片道2km以上)月額2,000円~(片道60km以上) 月額31,600円
管理職手当	職制上の段階により支給
時間外勤務 手当	時間外の勤務1時間につき、給料月額を基 本とした時間単価の125%~160%を支給
特殊勤務手当	○感染症等防疫作業手当 日額500円 ○行旅死病人取扱手当 1件1,500円~2,500円 ○犬猫等死体処理作業手当 1件500円 ○野犬等処理作業手当 1件500円 ○福祉業務手当 日額300円または500円
住居手当	借家等の場合 月額28,000円限度

特別職の報酬等

(令和4年度)

区分	月額	期末手当支給割合
市長	928,000円	6月期 1.625月分 12月期 1.675月分 計 3.3月分 加算措置 有
副市長	768,000円	
教育長	654,000円	
議長	459,000円	
副議長	383,000円	
議員	360,000円	

報酬等の決算

区分	R2年度	R3年度	R4年度
報酬(A)	1,656,359千円	1,666,861千円	1,700,487千円
社会保険料 等事業主負 担金額(B)	237,777千円	241,902千円	242,867千円
合計(A+B)	1,894,136千円	1,908,763千円	1,943,354千円

職員の研修(令和4年度)

※職員課が行った研修の集計

区分	種類	人数
集合研修	採用年次別研修、ハラスメント防止研修等	3,252人
出張研修	中堅行政職員研修、説明力向上研修等	181人
派遣研修	国・県等への派遣研修	5人

職員の福祉および利益の保護

■健康診断などの実施状況

定期健康診断等受診者数 109人 人間ドック受診者数 492人

■安曇野市職員互助会の活動状況

職員の健康増進、体力向上、福利厚生事業を実施(会員695人)  
・職員互助会費 給料月額の3.5/1000  
・市負担金 給料月額の3.0/1000(市負担金総額771万円)  
・令和4年度決算額 収入3,531万円 支出3,338万円

■公務災害の認定状況

公務災害認定...1件 通勤災害...3件

職員の分限および懲戒処分

区分	人数	※1 職員が職責を十分に果たせない場合に、公務能率の維持を目的に行う処分。「病気休職」等
分限 処分 ※1	免職	0人
	休職	10人
	降任	0人
	降格	0人
	小計	10人
懲戒 処分 ※2	免職	0人
	停職	0人
	減給	0人
	戒告	0人
	小計	0人
訓告等※3	24人	※2 職員の義務違反などがある場合に、公務における規律と秩序の維持を目的に行う処分。 ※3 懲戒処分ではないが、自己の行為への責任を自覚させ、職務遂行に対する姿勢の改善等を目的に行う処分。(訓告や文書、口頭による嚴重注意等)

# 人事行政の状況をお知らせします

市の人事管理を市民の皆さんに理解していただくために、任用、給与、サービスなどの市職員に適用される基準や最新の状況を公表します。

職員課 TEL71-2405

## 職員の任免および職員数

■ 職員の採用および退職の状況（再任用職員は除く）

令和4年10月採用者6人 令和5年4月採用者21人  
令和4年度退職者21人

▼ 一般職員数

部 門	R4.4.1	R5.4.1	対前年 増減数	
一 般 行 政	議会	6人	6人	0人
	総務	173人	178人	5人
	税務	47人	43人	-4人
	民生	163人	165人	2人
	衛生	63人	65人	2人
	労働	1人	2人	1人
	農林水産	46人	44人	-2人
	商工	32人	30人	-2人
	土木	60人	57人	-3人
	小計	591人	590人	-1人
特 別 行 政	教育	76人	80人	4人
公 営 企 業 等	水道	18人	19人	1人
	下水道	11人	11人	0人
	その他	33人	34人	1人
	小計	62人	64人	2人
合 計	729人	734人	5人	

▼ 会計年度任用職員数

	R4.4.1	R5.4.1	対前年 増減数
	717人	726人	9人

## 職員の勤務時間その他勤務条件の状況

■ 勤務時間(原則)

午前8時30分～午後5時15分 ※休憩時間を除く  
休日は土日、祝日および年末年始(12/29～翌年1/3)

■ 年次休暇の取得状況 平均取得数9.2日(令和4年中)

■ 育児休業の取得状況 30人(令和5年4月1日現在)

## 職員の退職後の再就職状況 (令和4年度)

退職者数	再就職先			自営業・ 不明等
	本市再任用 職員	市会計年度 任用職員	民間企業等	
21人	8人	0人	2人	11人

## 職員給与

▼ 人件費 (令和4年度普通会計決算)

住民基本台帳人口 令和5年3月31日現在	96,455人
歳出額(A)	46,631,102千円
実質収支	1,332,312千円
人件費(B)	6,886,962千円
人件費率(B/A)	15.0%

※人件費には特別職(市長等、審議会委員など)に支給される給料、報酬等を含む。

▼ 職員給与費 (令和5年度一般会計当初予算)

区分	金額
給料	2,507,413千円
職員手当	322,881千円
期末・勤勉手当	975,620千円
計(A)	3,805,914千円
職員数(B)	707人
1人当たり給与費(A/B)	5,383千円

※職員手当には退職手当を含まない。

▼ ラスパイレス指数(給与水準)

安曇野市	全国市平均
97.7	98.7

※国家公務員の給料を100とした場合の給与水準を示す指数

▼ 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢

(令和5年4月1日現在)

区 分	令和5年4月	
一 般 行 政 職	平均給料月額	304,655円
	平均給与月額	346,665円
	平均年齢	42歳1カ月

※平均給与月額とは、給料月額に扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当を合計したもの

▼ 職員の初任給 (令和5年4月1日現在)

区分	月額	
一般行政職	大学卒	185,200円
	高校卒	154,600円

● テーマは「移住者に選ばれ続ける信州安曇野」 知事との県民対話集会

阿部知事との県民対話集会が9月9日、市役所で行われ、訪れた約60人の市民が阿部知事との対話に耳を傾けました。

阿部知事は「活発な意見を聞きながら議論することで、皆さんと同じ方向を向き、一緒に課題を解決していきたい」とあいさつ。対話では、移住者支援や交流事業を行うパネリストの5人を中心に、自身が行う活動や日頃感じていることなどについて議論を深めました。

パネリストの1人、三郷小倉地区の大栗勲さんは「移住者と地元の人とのコミュニケーションが大切。住んでみないとわからないようなことをツアーや対話を通して行っている」と、移住者の呼び込みに地域ぐるみで力を入れていることを説明しました。阿部知事は「良い取り組みなので他の地域にも伝えたい。地域の協力がなければ移住施策はうまくいかない」と、移住施策における地域の重要性を語りました。



● 自然を楽しむ活用する黒沢洞合自然公園へ 住民へ整備計画案を説明

市が拡張整備を計画している黒沢洞合自然公園（三郷小倉）の基本計画案に対する住民説明会が10月1日、三郷公民館で行われ、周辺住民が参加しました。

同公園の整備検討には南安曇農業高校の生徒も加わっており、若者の発想を取り入れた計画案が事務局から説明されました。同公園整備検討委員会の浅川行雄委員長は「将来にわたり親しまれる公園の整備のため、いただいた意見を今後の計画に生かしたい」とあいさつしました。



計画の基本方針は、里山の自然環境に、子どもも大人も容易に触れ合い体験できる場を提供することとしています。拡張部分に新たな草原・湿地環境の整備やトイレの新設を計画しています。委員会では今後、参加者から出た水の供給や公園管理に対する意見を参考に、基本計画を策定していきます。説明会の内容や出された意見は市HPからご覧いただけます。



vol.3 アウトドア拠点通信 ～安曇野市東部アウトドア拠点整備基本構想の策定に向けて～

市では、東部アウトドア拠点整備基本構想策定に向け検討を行っています。これまでに2回の策定委員会と、水・里山・地域連携の3分科会を3回開催しました。9月9日の3回目分科会では、全ての分科会合同でワークショップを実施。各分科会でこれまでに議論した内容を踏まえ、「拠点の役割」「次世代・教育」「来た人が楽しめる」「住民の巻き込み」「ファンを増やす」の5つのテーマで意見交換を行いました。

各テーマの意見から、拠点は「川から里山・空までまち全体で点を線をつなぎ、誰もが楽しめる場であること」、「子どもや地域内外プレイヤーを巻き込んだ、

人材の発掘・育成・連携ができる場であること」が望まれており、「観光」と「教育」が両立する拠点が求められていることを確認しました。

この結果を受け、今後策定委員会でより具体的な構想案を検討していきます。なお、分科会の検討内容等は市HPからご覧いただけます。



9月9日の分科会の様子

## 注目情報①

買い物ついでに!

申請書不要!

写真撮影無料!



# 土・日・祝日マイナンバーカード出張申請窓口を開設

申請書がなくても、本人がお越しになれば申し込みができます。さらに今回、マイナンバーカードをお持ちの人は健康保険証としての利用申し込みのサポートも行います。

### 対象者

- ① 交付申請  
15歳以上の市民(15歳未満の人は保護者、成年被後見人は法定代理人が要同伴)
- ② 「健康保険証」利用申し込み  
マイナンバーカードを所有する人(本人のみ)

### 持ち物

- ① 交付申請  
本人確認書類(運転免許証など)、通知カード
- ② 「健康保険証」利用申し込み  
マイナンバーカード(交付時に設定した4桁の暗証番号が必要です)

### 問い合わせ

【休日出張サポート申請】市民課 Tel 71-2489

### 場所

いずれの店舗も10:00から16:00まで



イシアあづみの掘金店 南入口付近

11月1日(水)~12月17日(日)、1月6日(土)~  
2月25日(日)の土・日・祝日 (35日間)



イシアあかしの店 店舗入口付近

11月1日(水)~26日(日)の土・日・祝日 (10日間)



オン豊科店 3階イオンホール

12月1日(金)~24日(日)の土・日・祝日 (8日間)

【マイナンバー総合フリーダイヤル】Tel 0120-95-0178

## 注目情報②

申請・手続き

ごみ

子育て

# 安曇野市公式LINE新機能が追加



申請・手続き

次の手続きができるようになりました。

- ① 所得・課税(非課税)証明書、軽自動車税納税証明書の郵送請求
- ② 犬の各種申請(登録・死亡届など)



ごみ  
(分別・収集日の通知)

収集日の通知機能を追加しました。お住いの地域に合わせて、収集するごみ・資源物の種類をお知らせします。



子育て

次の手続きができるようになりました。

- ① 母子手帳交付時の面談予約
- ② 出産応援給付金などの申請

※妊娠届出時にLINE登録をした人のみ利用可



← 文字入力/メニュー開閉 →



新しいLINEのリッチメニュー

今後も機能を充実していきます。ぜひ友だち追加を!

同行革デジタル推進課

Tel 71-2079



日時  
期間  
場所  
内容  
対象  
講師  
費用  
定員  
持物  
申込  
提出先  
その他  
問合せ



詳しくは  
市ホームページで  
検索



無料アプリ  
「マチイロ」  
広報紙はスマホで



広報あづみの  
朗読版

お知らせ

10月の納期限は10月31日(火)

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

中学生議会

市内の中学校4校の代表が議員となり、地域に関わる探究的な学びの内容を発表・提言します。

日11月23日(木)午後1時~4時20分  
場市役所3階議場 定傍聴席60脚  
※4階大会議室のスクリーンで議会の様子を放映いたします。  
問 学校教育課  
Tel 71・2461



医療費通知の発送

国民健康保険・後期高齢者医療の医療費通知(下表のとおり)を発送します。国民健康保険の医療費通知は、令

●通知の発送予定

医療費の診断月	国民健康保険	後期高齢者医療
令和4年11月~12月分	令和6年2月上旬	令和6年1月下旬
令和5年1月~10月分		
令和5年11月~12月分	令和7年2月上旬	令和7年1月下旬
令和6年1月~10月分		

問 国保年金課  
Tel 71・2473



和4年11月診療分から年1回の発送となりましたのでご注意ください。  
■確定申告に使用できません  
医療費通知には10月までの診療分が記載されます。11月以降の診療分は、医療機関等が発行する領収書を用意し、確定申告をしてください。  
■後期高齢者医療で亡くなった人  
12月上旬までに亡くなった人の医療費通知は送付されません。必要な場合は、長野県後期高齢者医療広域連合(Tel 026・229・5320)へ直接ご連絡ください。

公用車の売却

使用しなくなった公用車を一般競争入札(※)により売却します。申込方法など詳細は市HPをご覧ください。  
問 10月27日(金)までに入札参加申込書等を財産管理課へ提出。申込書等は同課・市HPから入手できます。  
問 財産管理課  
Tel 71・2003



●公売予定車両

番号	車名	年式	形状
1	ニッサン アトラス	H14	消防車
2	ニッサン アトラス	H14	消防車
3	トヨタ ハイエース	H10	バン
4	いすゞ フォワード	H14	道路作業車

※一般競争入札とは、入札参加者が価格を競い合い、市があらかじめ定めた最低売却価格以上で、最も高い価格を付けた人が購入する方法です。

過年度分

障害者控除対象者認定書の発行

障害者手帳等を持っていないが要件認定を受けている人は、一定の要件

新能に宝くじの助成金を活用

問 高齢者介護課  
Tel 71・2254



市は本年、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業を活用し、第32回信州安曇野新能を開催しました。この助成事業は、宝くじの受託事業収入を財源とし、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。  
問 文化課  
Tel 71・2463



**ねこのニャンでも相談**

猫に関するお困りごとについてお気軽にご相談ください。

日11月17日(金) 午後1時30分～3時  
場市役所2階201会議室

問不要 費無料  
問環境課  
Tel 71・2491



**補助金・給付金**

**特定疾患患者見舞金**

11月1日(基準日) 現在、市内に引

き続き6カ月以上住所を有する人で、次の特定疾患患者へ見舞金1万2千円を支払います。

問▽特定疾患医療受給者証

▽ウイルス肝炎医療費受給者証

▽小児慢性特定疾病医療費受給者証

▽特定医療費受給者証

▽長野県特定疾病医療費受給者証

問受給者証、振り込み先の通帳

問11月2日(木)から2月29日(木)に障

がい者支援課または支所へ直接

※本人または看護者がお越しください。

問障がい者支援課

Tel 71・2251



**地域子育て支援拠点事業実施支援補助金**

子育て支援の拠点施設の運営費を補助します。

対象経費

対象事業を実施するために要する本年度分の経費(食糧費等除く)

補助金額

最大50万円

問▽社会福祉法人、▽特定非営利活動

法人、▽これらに準ずるものとして

市長が認める団体等

問11月10日(金)までに子ども家庭支援

課へ郵送もしくは直接、申請書類は

市HPから入手できます。

問子ども家庭支援課

Tel 71・2077



**空き家現地相談会**



所有する空き家の状態を現地確認し、専門家が利活用や解体などのアドバイスを行います。

問11月22日(水) 9:00～16:45

※午前・午後2件ずつ(1件90分)

問市内にある空き家所有者、空き家相続人(利活用にむけ他の相続人から同意を得られる人)

問建築士、宅地建物取引士

費無料 問4件(先着順)

問10月25日(水)8:30～11月10日(金)17:00に移住定住推進課へ電話または申込書をファクス・電子メールのいずれかの方法で提出。申込書は市HPから入手できます。

問移住定住推進課 Tel 71-2011

問akiya@city.azumino.nagano.jp

**人権デザインプロジェクトポスター展**



長野県人権啓発センターと長野美術専門学校が連携して制作した人権ポスターを展示します。

問生涯学習課 Tel 71-2466

**●展示期間・場所**

	期間	時間	場所
1	11月11日(土)～17日(金)	9:00～21:30 ※最終日は12:00まで	穂高交流学習センター「みらい」
2	11月19日(日)～30日(木)	9:00～18:00 ※最終日は12:00まで	市役所1階東ロビー
3	12月2日(土)	9:00～15:00	豊科公民館ロビー
4	12月4日(月)～15日(金)	9:00～21:00 ※最終日は12:00まで	三郷公民館ホール

**お詫びと訂正**

360号(9月20日発行)31頁、岡利謙さんの住所

【誤】穂高

【正】豊科

お詫びして訂正いたします。

**専門家に任せて安心!!**

開催日時 令和5年

**相続 贈与 遺言** 11月22日(水) 9:00～17:00

ご希望の方は事前にお電話にてご予約ください!

**初回無料「相続相談会」開催!!** 会社設立・決算申告・建設業登録等もお気軽にご相談ください。

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 https://www.sasakikaikai.co.jp

関東信越税理士会 松本支部所属 税理士・行政書士:佐々木 一夫 税理士:戸澤 綾子

駐車場から事務所内全て(トイレ含む)車椅子でご利用いただけます。



**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、住まいのお困りごとをお気軽にご連絡ください。

**近くて安心、地元の専門業者をご紹介します!!**

**安曇野市商工会 建設業部会** 安心相談窓口 ☎0263-72-2986  
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。FAX72-8461

広告欄 広告内容についての問い合わせは広告主までお願いします。広告掲載の申し込みは、アド・コマーシャル株(Tel 29・0212)まで。

募集

景観審議会委員

市の景観づくりに関する重要な事項を審議する景観審議会の委員を募集します。

任期

令和6年1月22日から2年間

対18歳以上（令和6年1月22日時点）

の市内在住・在勤者

定4人

申11月1日(水)から30日(木)に建築住宅課へ直接。詳細は同課・市HPをご確認ください。

問建築住宅課

Tel 71・2242



市営霊園（返還聖地）

市営霊園（45区画）の使用者・使用聖地を抽選で決定します。

日12月3日（日）午後2時～

（受付午後1時40分～）

場市役所4階大会議室

対次のすべてに該当する人

- ① 市内に本籍または住所を有する人
- ② 5年以内に墓石の建立ができる人
- ③ 現在、市営霊園を使用していない人
- ④ 使用許可決定後、2週間以内に使用料を一括納入できる人

※安曇野市に本籍を有し、住民票が市外にある人は市内に住所を有する人を代理人に選出してください。

申11月1日（水）から10日（金）までに環境課へ必要書類を提出

他環境課で配布する詳細要項を確認の上、抽選日までに必ず現地を確認してください。

問環境課

Tel 71・2491

問環境課

Tel 71・2491

問環境課



講座・教室

ファミリー・サポート・センター協力会員養成講習会（後期）

地域の皆さんの子育ての手伝いをするファミリー・サポート・センター協力会員の養成講習会を開催します。

期11月15日(水)・18日(土)、12月1日(金)・2日(土)・8日(金)

(金)・2日(土)・8日(金)

場堀金老人福祉センター（憩いの里うらら内）

対次のすべてに該当する人

- ① 20歳以上の市内在住・在勤者
- ② 子育て世代を応援したい人
- ③ 受講後に協力会員として活動できる人

費無料 定20人（先着順）

申11月10日（金）までに下記2次元コードまたはファミリー・サポート・センター（Tel 71・1125）に電話で他託児が必要な人は申し出てください。

詳細はHPをご確認ください。

問子ども家庭支援課

Tel 71・2077

問子ども家庭支援課

Tel 71・2077



ハンギングバスケット講座

季節の花を使いハンギングバスケットを作ります。

日11月15日（水）

午前10時～11時30分

場碌山公園研成ホール

講長野県ハンギングバスケット協会

費3000円 定15人（先着順）

持エプロン、手袋、防寒着

申10月23日（月）から11月2日（木）

に電話で

問都市計画課

Tel 71・2249



自衛官等の募集

防衛省では特別職国家公務員「自衛官等」の受付及び試験を実施します。  
問自衛隊広報センター信濃 Tel 36-2787

試験種目	応募資格	受付期間	試験日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満	年間を通じ募集	受付時または自衛隊長野地方協力本部HPで
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦 中卒(見込含)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる男子	10月1日(日)～12月1日(金)	令和6年1月6日(土)～8日(月) ※いずれか1日を指定
	一般 中卒(見込含)17歳未満の男子	10月1日(日)～令和6年1月5日(金)	【1次】令和6年1月13日(土)、14日(日) 【2次】令和6年1月25日(木)～28日(日) ※いずれか1日を指定。

健康安全運転講座

安全に運転を続けるための知識や運動機能維持のコツを学びます。

日11月9日(木) 午後1時30分～4時  
場長野ダイハツ販売(株)穂高店(穂高1377-1)

内▽安全運転講座(ＪＡＦ職員による安全運転のための説明等)

▽健康づくり講座(理学療法士による安全運転のための運動指導等)

▽高齢者免許講座(安曇野警察署員による運転免許更新時講習の説明等)

対おおむね65歳以上の人  
費無料 定20人(先着順)

申10月24日(火)から30日(月)に電話で

問高齢者介護課  
Tel 71・2474



精神障がい者家族教室

家族同士交話しながら悩みや困りごとを共有し、精神障がいについて学びます。教室終了後、希望者を対象に個別相談を行います。

日▽11月13日…心の健康について  
▽12月11日…関わり方の工夫

▽1月15日…様々な資源の活用  
月曜日・午後1時30分～3時30分

対10代～30代の精神障がい者および心の相談を必要としている人の家族

場市役所3階共用会議室307  
講二宮美和さん(精神保健福祉士)

費無料  
定12人(先着順。全日程出席者優先)

申10月23日(月)から11月8日(水)に電話で

問障がい者支援課  
Tel 71・2083



光城山周辺旧集落めぐり

旧集落(白牧・子ノ神・<sup>ネ</sup>蛸)を歩き、先人たちの生活の名残を垣間見て理解を深めます。

日11月12日(日) 8時30分～正午頃  
場市役所本庁舎駐車場集合

講逸見大悟(市文化課職員)  
費無料 定15人(先着順)

申10月27日(金) までに電話または電子メール(☐chikizukuri@city.azumino.nagano.jp)へ

問地域づくり課  
Tel 71・2494



建築物の省エネ改修サポート制度



「省エネ改修アドバイザー」が住宅の省エネ性能を無料で簡易診断し、改修の提案をします。冷暖房費の削減やヒートショック対策、リフォームを検討している人はご活用ください。

申申込書を(公社)長野県建築士会へ提出。申込書は県HPから入手できます。

問(公社)長野県建築士会  
長野市大字南長野字宮東 426-1  
Tel 026-235-0561  
市環境課 Tel 71-2492

表敬訪問

真武館(空手)  
2人が全国入賞

第65回小学生・中学生全国空手道選手権大会で入賞した2人が太田市長に結果を報告しました。(敬称略)

須澤<sup>みそら</sup>泉天 小5女子組手準優勝  
林原ニコラス大輝 中2男子組手敢闘賞



軽自動車新車の軽自動車が 見1.1万円から

オールメーカー取扱い 7年間リースプラン

塩尻北インターより車で約2分

フラット7 塩尻北インター店  
0120-114-239  
長野県松本市小屋南2-18-10 FAX0263-57-8033

南松本 自衛隊松本駐屯地そば

フラット7 松本店  
0263-27-0003  
長野県松本市南原1-19-16 FAX0263-28-7895

営業時間/ AM10:00~PM6:00(水曜定休)

車検 自賠責 交換 オイル 自動車税 諸費用 マット・ハイザー

広告欄 広告内容についての問い合わせは広告主までお願いします。広告掲載の申し込みは、アド・コマーシャル(株)(Tel 29・0212)まで。

足腰らくらく体操教室（介護予防）

日 11月17日～3月1日

金曜日・全12回、午後1時30分～3時  
場堀金公民館講堂

内膝痛、腰痛予防に効果的な体操を通して、無理なく足腰を鍛えます。

対おおむね65歳以上の市民

費無料 定20人（抽選）

申 10月24日（火）から27日（金）に電話で

問 高齢者介護課

Tel 71・2474



市民活動セミナー

イチから分かるInstagram活用セミナー

日 11月11日（土）…アカウント開設から投稿まで

② 12月16日（土）…有効な情報発信について

いずれも午後1時30分～3時30分

場 市役所4階大会議室

講 飯田諒さん

費 無料 定30人（先着順）

申 ①11月8日（水）、②12月13日（水）

までにながの電子申請サービスまたは電話で。単独受講可。

問 市民活動サポートセンター

Tel 71・2013



豊科高等学校開放講座  
ハードカバー製本

日 12月16日（土）

午前9時～午後0時30分

場 豊科高校美術教室

講 丸山恒治さん（同校職員）

費 500円 定6人（先着順）

申 11月1日（水）から氏名・電話番号を

電話（Tel 090・2175・4476）・

ファクス（FAX 71・1151）・電子メール

（imarutsu@gmail.com）のいずれかで

問 生涯学習課

Tel 71・2466



イベント

親子で楽しむ三角島探検

万水川・蓼川・欠川に囲まれた三角島を舞台に、親子で地図を片手に探検する謎解きウォークラリーを行います。

日 11月3日（金） ※雨天中止

午前9時30分～11時30分

費 500円（中学生以下無料）

定 親子15組（先着順）

申 10月23日（月）から31日（火）

に電話で

問 観光課 Tel 71・2053



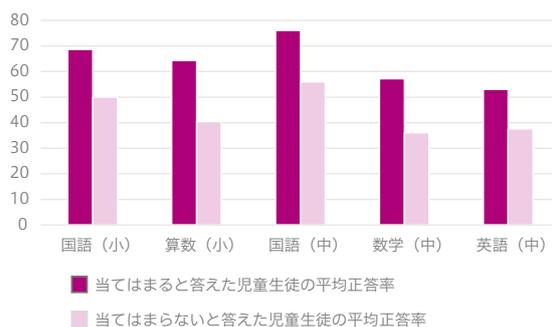
# 令和5年度 全国学力・学習状況調査の報告

全国学力・学習状況調査が4月18日に市内小・中学校で実施されました。調査対象は小学校6年生と中学校3年生で、教科は国語・算数（数学）・英語（中学3年生のみ）です。市ではこの結果を分析し、授業の改善に活かしていきます。以下は市全体の概要です。

市の児童生徒の平均正答率は、小学校の国語・算数は県とほぼ同じで全国をやや下回る結果となりました。中学校では、国語・数学・英語とも県・全国を上回る結果となりました。

児童生徒質問紙の調査結果からは、生活面では「朝食を毎日食べる」「起床・就寝時刻が一定している」など規則正しい生活をしていることや、地域や社会に貢献する意識が高いことなどが分かりました。学習面では、学習したことを活用したり、家庭学習では自分で計画を立てて勉強したりする児童生徒が多いことなどが分かりました。また、「人と違う意見について考えるのは楽しいと思いますか」や「学級の友達（生徒）との間で話し合う活動を通じて、自分の考えを深めたり、広げたりすることができていますか」についての

学級の友達（生徒）との間で話し合う活動を通じて、自分の考えを深めたり、広げたりすることができていますか



肯定的な回答が8割程度以上ありました。そうした児童生徒の各教科の正答率が比較的高い傾向にあることから、市の小・中学校で大事にしている「学び合い」の充実が学力向上につながっていると考えられます。

なお、今回の調査結果には中学校英語の「話すこと」は参考値のため含まれていません。調査結果の詳細は市HP・教育委員会で閲覧できます。



問 学校教育課 Tel 71-2461

第5回安曇野・クラムザッハ  
友好市民コンサート

チロル音楽や日本の童謡・唱歌、クラシック楽曲の演奏のほか、クラムザッハの風景映像の上映などを行います。

日11月11日(土)

午後1時30分～4時頃

場穂高交流学習センター「みらい」

多目的交流ホール

内出演▽アコーディオン奏者・ヤーコプ・シュタインケルナーさん △バトリオン歌手・松島誠治さん △ジュニアアンサンブル「チロル」ほか

費無料 定180人(先着順)

申10月25日(水) 午前9時から電話で問政策経営課

Tel 71・2401



あかしの農産物加工交流ひろば  
「えべや」の催し

■体験教室 そば打ち体験(初心者向け)

日11月15日(水) 午前10時～正午

費2500円 定5人(先着順)

■体験教室 野沢菜漬け体験

日11月25日(土) 午前10時～正午

費800円 定10人(先着順)

■料理教室 「そばガレット」

日11月26日(日) 午前10時～正午

費1500円 定10人(先着順)

■共通事項

場えべや 講えべやスタッフ

持エプロン、マスク、筆記用具など

申10月24日(火) から「えべや」へ電

話で(Tel 88・6275 受付は月曜

日を除く午前10時から正午。キャン

セルは2日前まで)

他子ども同伴での参加も可

問農政課

Tel 71・2430



人権のつどい

人間尊重経営と人材育成のしかた

12月4日から10日の人権週間に合わせ講演会を開催します。この機会に人権について考えてみませんか。

日12月2日(土) 午後2時～4時

場豊科公民館ホール

講湯本晴彦さん(春蘭の宿さかえや代

表取締役)

費無料

申11月22日(水) 正午までに左記2次

元コード・ファクス・電話のいずれ

かの方法で

他企業人権啓発講演会を兼ねて開催し

ます。また、同日に全国中学生人権

作文コンテスト松本地区大会入選者

表彰および作文発表も行います。

問人権共生課

Tel 71・2406



第7回

小説『安曇野』の登場人物を知ろう!



清澤 洸

井口喜源治が1898年に創設した私塾「研成義塾」の卒業生の中には、国内外で活躍した人も少なくありません。ジャーナリスト・評論家の清澤洸は、塾OBを代表する一人です。

旧北穂高村(現・安曇野市穂高)に生まれた洸は、13歳で研成義塾に入塾し、3年後の卒業とともに渡米。現地では政治経済学を学び、シアトルとサンフランシスコの邦字新聞社で

邂逅と対話の安曇野紀行  
「清澤洸の書簡」

先生の教えを守って、どんなことがあろうと、良心だけは失くしてはならないと思っています。そう言って、清沢は枕もとへ坐りこむと、むかしから喜源治の好物だった生菓子の包みをひろげるのであった

(小説『安曇野』第四部 その五より引用)

井口喜源治が創設した研成義塾で学んだ洸は、喜源治を先生と呼んで慕いました。引用部分は病床の喜源治を見舞った場面です。井口喜源治記念館では、洸が友人に宛てて書いた書簡を見ることができます。



記者になりました。10年余の渡米生活を終え、新聞記者を経てフリーの外交評論家としても活躍しました。洸の主張は、平和外交に立脚した経済交易の充実であり、そのための国際理解と協調の重要性でした。日本の対米戦争に警鐘を鳴らし、アメリカとの協調路線を訴え続けました。太平洋戦争開戦から翌年の1942年、『戦争日記』と題した日記を書き始めます。戦後に『暗黒日記』として刊行され、戦時下の軍国日本を痛烈に批判した著作として評価されています。そんな洸自身は戦後を見ることなく、1945年5月、病気のため55歳で亡くなりました。

第8回

あづみの里山市開催

安曇野産の木材や里山資源を暮らしにつなげる「あづみの里山市」を開催します。

日時 11月18日(土)  
開催場所 林友ハウス工業(株)敷地内(穂高8421)



**時間** A枠 10:00 ~ 11:00  
B枠 11:00 ~ 12:00  
C枠 12:00 ~ 14:00

**定員** A枠・B枠:各25組  
※先着順(1組4人まで)  
C枠:入場制限なし

**内容** 安曇野産の板材や薪など里山に関する品々の販売を行います。

- ▶安曇野産木材の販売(カラマツ2×4材やナラなど広葉樹の一枚板)
- ▶その他木材 ▶木工キット ▶薪・焚きつけ材
- ▶自家製酵母パン ▶狩猟・山仕事道具の販売 ▶図書の貸出 など

**申し込み** 10月23日(月)7:00から30日(月)12:00までに  
入場希望者全員の氏名、住所、連絡先、希望の時間帯をながの電子  
申請サービスで。※11月6日(月)に入場券を発送します。

ながの電子申請  
サービス



A枠:10~11時



B枠:11~12時



C枠:12~14時

**問い合わせ** 耕地林務課 TEL71-2432  
✉kouchirinmu@city.azumino.nagano.jp



令和5年度

信州安曇野  
食の感謝祭

おいしい安曇野を味わいつくす。

安曇野のスイーツ店やパン屋が大集合!さらに、安曇野林檎  
ナポリタンや信州サーモン、地酒・ワインなど安曇野を味わ  
うお店が勢ぞろいします。

**日時** 11/11(土)・12(日) 10:00  
~  
**開場** 穂高神社特設会場 16:00

**内容** やさいスイーツや地元食材を使った食品・加工品  
の販売、農業関連団体・友好都市の物販等

**問い合わせ** 信州安曇野新そばと食の感謝祭実行委員会  
(安曇野市商工会内) TEL 87-9750

# 減らそう！食品ロス

家庭からの食品ロスは、一般廃棄物の一部として焼却処分されます。食品は多くの水分が含まれており、焼却には多くのエネルギーを使うため、二酸化炭素が発生します。食品ロスの削減は二酸化炭素の削減にもつながります。

環境課 Tel 71・2490



## 3つの食品ロス削減術

### 1. 無駄なく使いきる

- 買い物前に冷蔵庫にある食材を確認し、使う分だけ買う。
- 家にある食材を計画的に使いきる。
- 食べ物の特徴を理解し、適切な保存方法を心掛ける。

### 2. 作りすぎない

- 家族の予定・体調を把握する。
- 献立を決めて作る。
- レシピを確認しながら作る。

### 3. 食べ残さない

- 作った料理は、早めに食べきる。食べずに残った料理は、リメイクレシピを参考に再調理する。
- 30・10運動(※)を心掛ける。(※) 30・10運動とは、宴会や会食の最初の30分間と最後の10分間は、料理を楽しみ、食べ残しを減らす取り組みの事です。



環境課  
古田将輝

## スポーツ教室④参加者募集

問・用 スポーツ推進課 Tel 71-2467



右記2次元コードまたは電話で申し込みください。申込期間を過ぎていても、定員に達していない場合は申し込みを受け付けます。※定員を超えた場合は抽選。

<b>COTキッズ教室</b>	日時	11月18日～12月16日 土曜日・10:00～11:00【全5回】	
「くの字・Sの字」運動など、神経と運動能力の発達に沿って、楽しみながら体を動かします。 ※COT = コーディネーショントレーニング	場所	ANCアリーナ サブアリーナ	対象 年中・年長児
	費用	750円(全5回分)	定員 30人
	講師	特定非営利活動法人 GRIT BASE	
<b>バランスボールで身体づくり</b>	日時	11月24日(金) 14:00～15:30	
バランスボールの使い方を一から学べます。持っているけど、使いこなせていない人必見です。	場所	堀金公民館 スタジオ2	対象 18歳以上(高校生は除く)
	費用	750円	定員 10人
	講師	ポジマルラボ～歩き方の学校～	

## 寄附寄贈のお礼(敬称略)

▷株式会社ユニオン 60,000円 里山木材活用プロジェクトとして▷あづみ野の白風 200,000円 安曇野市中央図書館図書購入費として▷あづみ農業協同組合 JAバンク補助教材「農業とわたしたちの暮らし」児童用820冊 教師用80冊、DVD8枚▷アドコマース(株) 社会科教育用冊子「わたしたちの街の社会見学2023年度 安曇野・大北版」1,581冊▷(株)ライヴィング 砂場セット12セット▷宮下すずか 児童図書17冊▷日本装置開発株式会社 図書カード8万円分▷石毛良平 木彫り作品「有明山(信濃富士)」1点▷穂高ライオンズクラブ 図書カード10万円分▷有限会社かいたく 書籍「まゆとおおきなケーキ」「さわってごらん!ふしぎなふしぎなまほうの木」各19冊▷太田俊幸 卓球台1台、付属品一式▷株式会社エイアンドエフ A&FBOOKS 一部ラインナップ176冊▷株式会社しんえこ・株式会社アストコ 絵本「ばくの手は魔法の手」44冊▷株式会社ノジマ 蓄電池4個、iPad (iPad mini 256GB) 4個、スマートTV24型2台セット2個、スマートTV32型2台セット2個

## 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てください。

<p><b>第33回ふるさとウォッチングin安曇野</b> 安曇野の原風景を巡る「ふるさとウォッチング」の33回目。安曇野の歴史、文化、自然を学びながら、穂高柏原地区を散策します。</p>	<p>☐10月29日(日) 8:30~12:00 場 柏原会館集合(安曇野市穂高柏原1449)</p>	<p>費1,000円 (中学生以下無料) 定40人(先着順)</p>	<p>申右記2次元コードから ☎NPO法人安曇野ふるさとづくり応援団 Tel.81-1325</p> 
<p><b>太極拳・気功八段錦講習会(秋季教室)</b> 口コモ・メタボ予防などに有効な太極拳を基本から学べます。体幹を整え、柔軟性やバランス能力の向上などに役立ちます。</p>	<p>☐11月2日~12月7日 13:30~15:30、木曜日・全5回 場 穂高総合体育館フィットネスルーム</p>	<p>対初心者 費1,000円(5回分) 定15人程度 時 運動靴、ヨガマット</p>	<p>☎10月26日(木)までに日本健康太極拳同好会・飯島重男さん(Tel.090-8329-1048)または市スポーツ協会(Tel.88-3516)へ</p>
<p><b>Winter Illumination</b> 光の森のページェント2023 県下最大級のウインターイルミネーション。今年は星座と惑星をモチーフにした装飾を楽しめます。</p>	<p>☐11月3日(金)~1月8日(月) 16:30~21:00 場 国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区(中央口入場)</p>	<p>費 要入園料</p>	<p>☎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</p>
<p><b>茶のみ友だちよっといで!!</b> うたごえ広場 アコーディオンでみんなで歌いましょう!! 池田町にお住いの柴田勲さんを講師に迎え、アコーディオンの伴奏に乗せて懐かしの青春ソングなどを歌います。</p>	<p>☐11月16日(木) 13:30~15:30 場 豊科老人福祉センター</p>	<p>費300円</p>	<p>申不要 ☎中槇富美恵さん Tel.090-7266-7196</p>
<p><b>安曇野市シニアクラブ連合会</b> 作品展・芸能大会 年齢を重ねることのすばらしさが伝わる会員の力作約150点を展示します。芸能大会では、踊りや歌などを発表します。</p>	<p>☐【作品展】 11月21日(火)~24日(金) 9:00~17:00(最終日は15:00まで) 【芸能大会】 11月23日(木) 9:00~ 場 豊科公民館</p>	<p>費無料</p>	<p>☎安曇野市シニアクラブ連合会事務局 Tel.72-1871</p>
<p><b>臼井吉見と学ぶ会 第1回シンポジウム</b> Z世代と語る令和の愛国心 松本大学学長・菅谷昭さんによる基調講演と中高大学生と語り合うパネルディスカッションを行います。詳細は臼井吉見文学館HPをご覧ください。</p>	<p>☐11月25日(土) 【基調講演】13:30~14:30 【パネルディスカッション】14:30~15:30 場 堀金公民館講堂</p>	<p>費無料</p>	<p>☎10月23日(月)から文書館へ電話・ファクス・電子メールのいずれかの方法で ☎臼井吉見文学館友の会・平沢さん Tel.71-5123 Fax71-5127 ✉bunshokan@city.azumino.nagano.jp</p>

穂高青少年育成連絡協議会講演会

## 安曇野発、銀河宇宙の旅

~いちばん遠くの銀河を探そう~



個性的な銀河や人類が見つけた最も遠くの銀河を紹介します。広大な銀河宇宙の世界を巡り、安曇野から宇宙を旅してみませんか。

☐11月3日(金) 13:30~15:00

場 穂高交流学習センター「みらい」多目的交流ホール

対 どなたでも(小学生以下保護者同伴)

☎ 三澤透さん(信州大学全学教育センター教授)

費 無料

定 200人(当日先着順)

申 不要

☎ 穂高公民館 Tel.82-5970



第12回

## 安曇野市囲碁・将棋大会



**囲碁** 申告段級位による組分けをして対局します。

**将棋** A級(三段以上)、B級(初・二段)、C級(級位者)、D級(小学生)に組分けして対局します。

※プロ棋士による指導対局や囲碁入門講座もあります。

☐11月19日(日) 8:45~受付開始 9:40~対局開始

場 明科公民館講堂、講義室

費 一般1,000円、高校生以下500円  
(昼食希望者は別途600円)

定 囲碁64人、将棋50人(先着順)

☎10月23日(月)から11月10日(金)に申込書を明科公民館へ直接・郵送・ファクス・電子メールのいずれかの方法で提出。申込書は各公民館・市HPから入手できます。

☎明科公民館 Tel.62-4605 Fax62-5894

〒399-7102 安曇野市明科中川手6824-1

✉akashinakouminkan@city.azumino.nagano.jp



	講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
く ら し	<b>干し柿づくり講座</b> 明科地域で収穫した柿で干し柿を作ります。 講あかしな農業塾の皆さん	☐10月26日(木) 9:30~12:00 場明科公民館調理実習室	費700円(材料代) 定15人(先着順) 持エプロン、三角巾 他あかしな農業塾との共催	☐10月23日(月)・24日(火) に電話で ☎明科公民館 Tel.62-4605
	<b>読書のすすめ講座</b> 最近話題の本やおすすめ本の紹介、朗読、読み聞かせ、図書館をスムーズに利用する方法を話します。 講青木泰治(明科図書館長)	☐11月9日(木) 10:00~12:00 場明科公民館講堂	費無料	☐不要 ☎明科公民館 Tel.62-4605
	<b>趣味の講座 わらかご作り教室</b> わらを使い、古民具である「畚(ふご)」「わらかご」などを作り、昔の人の技術を学びます。 講鈴木由加利さん(薫や)	☐11月9日(木)・16日(木)・24日(金)・30日(木)、12月7日(木)・14日(木) 9:30~12:00 場穂高公民館第3会議室	費各回200円(初回のみ別途要材料費200円) 定6人(抽選)	☐10月30日(月)・31日(火) に電話で ☎穂高公民館 Tel.82-5970
	<b>いきがい講座 包丁研ぎ教室②</b> 切れ味も味のうち!包丁や草刈り鎌などの研ぎ方を学びます。 講奥村雅彦さん(株越前鎌屋社長)	☐11月29日(水) 10:00~11:30 場三郷公民館調理実習室	費200円 定18人(先着順) 持研ぎたい刃物、タオル2枚、砥石(貸出あり)	☐11月7日(火)から電話で ☎三郷公民館 Tel.77-2109
歴 史	<b>明科地域の神社の沿革</b> 古来から明科地域にある犀宮神社や光五社などの歴史、祭りや信仰などの特徴を解説します。 講巻山圭一さん(元明科高校校長)	☐10月30日(月) 10:00~11:30 場明科公民館講堂	費無料	☐不要 ☎明科公民館 Tel.62-4605
	<b>10月いいまちサロン例会 平和を願う集い(第4回)</b> 戦争体験者の話を聞きながら平和について考えます。 講横内恵子さん	☐10月31日(火) 13:30~15:00 場明科公民館会議室2	費無料	☐不要 ☎明科公民館 Tel.62-4605
	<b>穂高の宝② 大王わさび農場を巡る</b> なぜ穂高にわさび産業が根付いたのか。創業者の深澤勇市の功績をたどり、大王わさび農場を歩きながら学びます。 講濱重俊さん	☐11月8日(水) 13:00~16:30 場大王わさび農場駐車場(集合・解散)	費200円 定30人(先着順)	☐10月25日(水)・26日(木) に電話で ☎穂高公民館 Tel.82-5970
	<b>堀金のお宝発見講座 身近な堀金のお宝に触れてみよう</b> 初日は旧堀金歴史民俗資料館の保存資料見学を、2日目はその資料に関する講演会を行います。 講百瀬新治さん(前豊科郷土博物館長)	【現地見学会】 ☐11月19日(日) 9:00~11:00 場堀金支所集合 【講演会】 ☐11月20日(月) 19:00~20:30 場堀金公民館講堂	【現地見学会】 費200円 定20人(先着順) 【講演会】 費無料 定80人(当日先着順) 他「ふるさと堀金を楽しむ会」と共同開催	☐現地見学会は10月30日(月)から11月10日(金)に電話で ☎堀金公民館 Tel.72-5796
音 楽	<b>穂高の宝③ 穂高が生んだ彫刻家・小川大系</b> 穂高駅前の「登頂」のブロンズ像や穂高神社の「神馬」の制作者・小川大系の作品や業績を、地域を歩きながら学びます。 講塩原理絵子(文化課職員)	☐11月22日(水) 13:30~16:00 場穂高公民館第3会議室、穂高駅周辺	費200円 定20人(先着順)	☐11月6日(月)・7日(火)に電話で ☎穂高公民館 Tel.82-5970
	<b>秋の歌声ひろば</b> アコーディオンの演奏に合わせて、懐かしい歌謡曲や童謡、唱歌を歌います。 奏者:柴田勲さん 曲目:紅葉、里の秋、ブルーシャトー ほか	☐11月3日(金) 13:00~15:00 場明科公民館講堂	費無料	☐不要 ☎明科公民館 Tel.62-4605
	<b>晩秋コンサート</b> 昭和、平成の懐かしいヒット曲の数々を楽しみます。 奏者:MA B (マブ) 曲目:よこはまたそがれ、星影のワルツ ほか	☐11月4日(土) 10:00~12:00 場明科公民館講堂	費無料	☐不要 ☎明科公民館 Tel.62-4605
	P C ・ ス マ ホ	<b>初級スマホ講座①</b> 超初心者向け①「カメラを使ってみよう」と初心者向け②「インターネット、マップを使ってみよう」の2講座を行います。 講スマホ販売店専任スマホアドバイザー	☐11月8日(水) ①9:30~11:30 ②13:00~15:00 場堀金公民館会議室1	費各200円 定各15人(先着順)
<b>日本郵政・学校・公民館連携講座 パソコン初心者シニア向け年賀状作成講座</b> パソコンを使って日本郵政HPから年賀状を作ります。 講日本郵便職員、穂高商業高校の皆さん		☐11月28日(火) 13:00~16:30 場穂高商業高校	費200円 定10人(先着順) 持年賀状(最大20枚)、データ保存用メディア(USBメモリーなど)	☐11月13日(月)・14日(火)に電話で ☎穂高公民館 Tel.82-5970

# 2023

## ミュージアム

### ギャラリートークリレー

作品の紹介や作家のエピソードを聞きながら、展示をお楽しみください。



市 HP



開催期間

10月21日(土) ▶ 11月5日(日)

場 豊科近代美術館、田淵行男記念館、飯沼飛  
行士記念館、豊科郷土博物館、穂高郷土資  
料館、高橋節郎記念美術館、安曇野市天蚕  
センター、貞享義民記念館、臼井吉見文学館、  
井口喜源治記念館、碌山美術館、絵本美術  
館 & コテージ森のおうち、安曇野山岳美術  
館、征矢野久水彩館、安曇野ちひろ美術館

申 不要

他 各施設ごと開催日時が異なり  
ます。

問 文化課 Tel 71-2463



第18回

## 安曇野スタイル

11月3日(金) ▶ 11月5日(日)



HP



Facebook



Instagram



ガイドブックを片手に安曇野のアート、  
クラフト、食、暮らし、自然、そして出  
展者と交流する周遊観光型のイベントで  
す。市の施設でも体験講座が行われます  
ので遊びに来てください。

それぞれの詳細は問い合わせください。

高橋節郎記念美術館

Tel 81-3030

・かんたん沈金講座

安曇野市天蚕センター

Tel 83-3835

・コースター織り体験

・コサージュづくり体験



微妙橋と地藏堂

栗尾山満願寺(穂高牧)は、  
江戸時代には高野山龍光院  
末、現在は真言宗豊山派に  
属する寺院です。寺伝によ  
ると、神龜年間(725頃)、  
観音池から出現した一寸八  
分の千手観音像を、堂宇を  
建てて安置したことが始ま  
りとされています。また、  
千手観音の霊験により八面  
大王を退治した坂上田村麻  
呂が開創したという言い伝  
えもあります。

満願寺と他界観

コラム 市誌編さんだより 第16回

民俗部会 市誌編さん専門調査会  
専門調査員 武井成美

満願寺は古くから精霊が  
集まる霊山とされ、新盆の  
精霊を迎えに行く「ホトケ  
ムカエ」という習俗が行わ  
れています。また参道入口  
に流れる川は、あの世とこ  
の世を隔てる「三途の川」  
に見立てられます。

その川にかかる「微妙  
橋」、別名「お経橋」は、  
橋裏には陀羅尼が書かれて  
おり、善男善女が極楽浄土  
へ渡る橋とされているよう  
です。そして橋を渡った先  
には、死後も救いの手を差  
し伸べてくれるという地藏  
菩薩が祀られています。  
満願寺周辺には、あの世  
にまつわる概念的な世界観  
が現実として落とし込まれ  
ており、他界観の変遷を探  
る上で大変興味深い場所  
です。

施設名	展覧会・イベント	日時・場所	費用・定員・申し込み
穂高陶芸会館 Tel82-6750	穂高陶芸クラブ プレゼントしたいマグカップ展	日11月3日(金)～5日(日) 9:00～17:00	費無料
	秋の親子陶芸教室	日11月11日(土) ①9:30～11:30 ②13:30～15:30	費大人1040円、中学生以下830円 定各7組(先着順) 申10月28日(土)から電話で
貞享義民記念館 Tel77-7550	くらふとのわ・笑・和展 關木村昌子さん	日11月3日(金)～12日(日) 9:00～17:00	費無料(常設展は有料) 申ワークショップの申込は前日までに 講師へ電話で(080-6939-6313)
	フォトサロンなかがや写真展	期11月15日(金)～12月1日(日)	費無料(常設展は有料)
鐘の鳴る丘集会所 Tel71-2463	ダンスパフォーマンス 「Dancer in the 鐘の鳴る丘集会所」	日11月11日(土)・12日(日) 13:00～17:00	費無料 他(出演者)...1(アマリイチ)斉藤綾子さん、益田さちさん
豊科郷土博物館 Tel72-5672	絵手紙展	日11月11日(土)～26日(日) 9:00～17:00 (最終日は16:00まで)	費要入館料
安曇野市文書館 Tel71-5123	在方から見た松本大変 ～松本藩主交代劇～	日11月19日(日) 13:30～15:00 場堀金公民館講堂	費無料 定100人(先着順) 申10月23日(月)から電話で

■休館日、開館時間などは各施設へお問合せください

### あづみの新進音楽家コンサート2023



「第12回あづみの新進音楽家公開オーディション」一般の部において選出されたクラシック音楽家4組によるコンサートを開催します。

(出演者)

ピアノ・・・滝沢友理恵さん  
ピアノデュオ・・・永井 知可子さん、宮下 絵美さん  
サクソ・・・飯田 有梨さん  
フルート四重奏・・・高嶋 青海さん、井口 花菜さん、  
鈴木 雄也さん、工藤 彩音さん

日12月9日(土)13:30～15:50

場穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

費500円 定200人(先着順)

申11月1日(水)から穂高交流学习センターでチケット販売開始

問穂高交流学习センター「みらい」 Tel81-3111

穂高陶芸会館

#### 秋のお茶会

陶芸会館講師が制作した抹茶茶碗を使用して、裏千家西村社中によるお点前を楽しみます。

日10月22日(日)12:30～15:30

費無料

定60人(先着順)

他当日は陶芸クラブ員の作品を展示します。

問穂高陶芸会館 Tel82-6750

おしゅん～加助騒動と少女～

#### マリンバの音色にのせて

森のおうちの「お話の会」が朗読劇「おしゅん」を制作し、朗読会を始めて10年。今年が最終公演です。

日11月23日(木)(開場は30分前)

①11:00～ ②14:00～

場貞享義民記念館2階シアター夢道場

費310円

定各30人(先着順)

申10月24日(火)から電話で

問貞享義民記念館 Tel77-7550

貞享義民記念館 臨地講座

#### 義民旧跡巡り(松本編)

松本市街地周辺の貞享騒動や水野氏にゆかりのある史跡や仏閣、松本市新市立博物館などを巡ります。

日10月29日(日)8:30～16:30

場貞享義民記念館

講後藤芳孝さん(信濃史学会会長)

費1,500円

定20人(先着順)

申10月22日(日)から電話で

問貞享義民記念館 Tel77-7550



安曇野市図書館  
キャラクター「ぼぼん」



### 開館時間

- 中央図書館  
平日 9:00~20:00  
土日祝 9:00~18:00
- 豊科・三郷・堀金・明科図書館  
10:00~18:00

11	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

文字の読書が困難な方は、図書館へご相談ください

●全館共通休館

## 11月の図書館イベント

📅日時 📍場所 🎯対象 🗣️講師 💰費用 📎定員 🎒持物 📄申込

### 本を読んでビンゴをしよう！ ビブリオ★ビンゴ

本にはジャンル分けのためにラベルが貼ってあります。ビンゴを目指し、いろいろなジャンルの本に出会いませんか。

📅10月24日(火)  
~11月12日(日)  
📍市内各図書館

### 松本山雅しおりの配布

期間中各館で本を借りた人に「松本山雅FC特製しおり」をプレゼント！10月28日(土)から配布開始！

# 秋の読書週間

安曇野市図書館

### 「読書マラソン」

スマホなどから図書館「蔵書検索」ページでログイン。「読書マラソン大会」の画面をチェックすると、期間中に読んだ冊数・順位がわかります。



蔵書検索はこちら

### 大人のための絵本展示

絵本は子どものためのもの？  
大人も楽しめるおすすめ絵本を集めて展示します！笑ったり癒されたり、お気に入りの一冊を見つけてみてください。



### 三郷図書館講座③ 七日市場の歩み



江戸時代から現在までの七日市場地区の生活の様子などを、堰や文化財などの写真や資料から振り返ります。

📅11月4日(土)10:30~12:00  
📍三郷交流学習センター「ゆりのき」学習室  
💰無料 📎40人(当日先着順)  
📞三郷図書館 Tel.76-3078

### 中央図書館 YA企画展示 「ゲームさんぽ×図書館」



専門家視点でゲームの世界を語る動画コンテンツ「ゲームさんぽ」にズーム。動画に登場する多彩な分野の専門家の著書や関連資料を展示します。

📅11月23日(木)まで  
📍中央図書館内特設コーナー  
📞中央図書館 Tel.84-0111

知識で世界はもっと面白くなる



動画出演者の著書、おすすめ本などいろいろ展示中！



『ゲームさんぽ』とは  
さまざまな分野の専門家と共にゲーム世界を「さんぽ」することで、自然に楽しみながら教養が身に付くYoutubeの動画シリーズ。

# 健口で歯ッピーな暮らしのために 歯のプロケアを受けましょう



歯や口の健康は、食事や会話を楽しめるなど、身体的な健康と同様に精神的・社会的な健康と密接に関係しています。健口には、歯のセルフケアも大切ですが、定期的なプロケアも重要です。ぜひ、定期的に歯科健診を受けましょう。



## 1. 妊婦歯科健診(通年実施)

【内 容】 妊娠してから出産までの間に1回実施

- 歯周病検査を含む歯科診察
- 結果説明 ●歯科相談

【費 用】 無料

【問い合わせ】 健康推進課 Tel 81-0711



## 2. 成人歯科健診(12月末まで)

【対 象】 40歳、50歳、60歳の人(年度末年齢)

【内 容】 ●歯周病検査を含む歯科診察  
●歯科保健指導等

【費 用】 500円

【問い合わせ】 健康推進課 Tel 81-0714



## 3. シニア歯科健診(12月末まで)

【対 象】 68歳、70歳、73歳の人(年度末年齢)、  
令和4年度の集団検診申込者で未受診の人

【内 容】 ●歯周病検査を含む歯科診察  
●口腔機能検査 ●口腔がん検診等

【費 用】 無料

【問い合わせ】 高齢者介護課 Tel 71-2474

## 令和4年度歯科健診等の結果から

●むし歯や歯周病がある  
妊婦歯科健診受診者 **65.5%**

口腔状況の変化で口のトラブルが起きやすいのが妊娠期。両親ともにきれいな歯や口で赤ちゃんを迎えましょう。

●むし歯がない3歳児 **89.4%**  
乳歯は口の発達にとっても重要！毎日の仕上げ磨き、甘味の取り方に注意しましょう。

●むし歯が全くない12歳児(中学1年生) **87.1%**  
国や県と比較しても優秀！引き続き永久歯を守りましょう。

●成人歯科健診受診者で  
要受診の歯周病の人 **40.7%**  
歯周病は気づかぬうちに進行します！歯だけでなく身体のさまざまな病気にも影響があります。

●1年に歯科受診をした20歳以上の割合 **48.2%**  
健康な歯を残すためには定期的な歯科受診が大切です！

●口腔機能の低下がある  
シニア歯科健診受診者 **83.7%**  
むせる、口が渇くなど、口の変化に注意！一生おいしく安全に食べ続けるために、口腔機能の低下防止に取り組みましょう。

## 歯の健康のために普段からできること

対象者には受診券を郵送してあります。受診券に同封の歯科医院を予約してください。当日は受診券と健康保険証、妊婦健診は母子手帳もお忘れなく！

受診券を紛失した人は再発行しますのでご連絡ください。



### ■うがいは強く、長めに

いつもより強く、長めにすることで頬、唇、舌が鍛えられます。

### ■よく噛んで食べる

唾液にはウイルスの侵入防止やむし歯・歯周病の予防効果などがあります。しっかり噛んで唾液の量を増やしましょう。

### ■年に1回は歯科受診・健康診断

歯科健診と健康診断は歯や口の健康のためにとっても大切。歯周病予防で身体の健康を、健康な身体の維持で歯周病予防を。

# 安曇野市青少年センター からみなさんへ

一人で悩まずご相談ください

誰にも相談できずに困っている児童・生徒の皆さん。子ども  
のことで悩んでいる保護者の皆さん。一人で抱え込んで  
しまう前に、まずはご相談ください。

●教育相談室 豊科公民館内(次ページ参照)

●安曇野市青少年センター

市役所1階子ども家庭支援課内 Tel.71-2078

✉seishonen@city.azumino.nagano.jp

## スマホの利用 ルールを決めて正しく便利に

スマホの所有率中学1年生で増加

県内の教員、医師、PTA代表などで作る「子どもとメディア信州」と県教育委員会は、中学1年生のスマホ所有率が昨年に比べ14ポイント増え46%であったことを発表しました。近年は中学1年生になると急激にスマホの所有率が高まる傾向もあることから、小学生のうちに家庭で使い方のルールを決め、正しい使い方を身につけておくことが大切です。スマホに限らず、インターネットを利用する機会がある場合も、ルールの再確認をお願いします。



### ルール作りのポイント

Point1

「ルールがトラブルから自分自身を守ってくれる」ことをきちんと伝える

Point2

お互いに納得できるよう話し合って作る

Point3

子どもが守れるルールを作る

Point4

具体的なルールを作る

Point5

守れなかったらどうするか決めておく

Point6

トラブルがあったら保護者に相談するよう決めておく

出典：文部科学省情報モラル教育推進事業保護者用啓発教材

### SNS への投稿の前に再確認を

X (旧 Twitter)、Instagram、TikTok、YouTube などの子どもにとって身近にある SNS。自分の撮った写真や動画に「いいね」などの反応があるのはうれしく、もっと注目を浴びたいと思ったことはありませんか。しかし、その気持ちが優先してしまい過度な内容を投稿してしまうと炎上に繋がります。一度拡散された画像や動画をインターネット上から削除することはほぼ不可能です。投稿する前に、ルールやモラル違反になっていないか再度確認しましょう。また、保護者が自分の子どもを SNS に載せる時にも学校名や自宅周辺の写真を載せないなど、個人が特定できないようにすることが大切です。



### 冬季親子体験ラボ ヘアアレンジ講座



性別、髪の長さ問わず自宅で簡単にできるヘアアレンジを親子で学びます。

日時 12月3日(日) 10:00 ▶ 11:30

場所 三郷公民館スタジオ2

講師 宮沢佳江さん(美容師)

費用 無料

対象 小学生とその保護者

定員 10組(抽選)

申し込み 10月23日(月)から27日(金)に  
ながの電子申請サービスまたは  
電話で

問い合わせ 子ども家庭支援課 Tel.71-2078

## こころの相談

### 精神保健相談 要予約

日 第1~4月曜日・第1木曜日  
14:00>>16:00

### 児童・思春期精神保健相談 要予約

日 第2,3,4木曜日 14:00>>16:00  
※23日は行いません。

### 依存症相談 要予約

日 第1木曜日 9:30>>10:00  
場 松本保健福祉事務所  
TEL 40-1938

### あずみ野断酒会

体験を語り合いながら断酒を目指します。  
日 毎週水曜日 19:00>>21:00  
場 豊科交流学習センター学習室 2  
場 健康推進課 TEL 81-0711

## 子ども・ひとり親家庭・女性の相談

日 平日 8:30>>17:15  
場 家庭児童相談室  
TEL 71-2265

## 学校や教育の相談

学校での交友関係やいじめ、進学や進路、不登校、発達障害など子育てや教育に関する相談など。  
まずはお電話ください。  
日 平日 9:00>>16:30  
場 教育相談室(豊科公民館内)  
TEL 72-2238

## ひきこもりの相談

おおむね15~64歳のひきこもりについて、ご家族・本人の相談に応じます。他にも相談先があります。市ホームページでご確認ください。  
日 平日 9:00>>16:00  
場 子ども家庭支援課  
TEL 71-2265

## 区・自治会に関する相談 要予約

日 20日(月) 10:00>>14:00  
場 市役所2階 相談室212  
場 地域づくり課 TEL 71-2494  
※1回の相談時間30分で3枠。(先着順)  
予約は開催日2日前の17:00まで

## 消費生活相談

※個人事業者・法人からの相談はお受けできません。  
日 平日8:30>>17:15 ※受付は16:00まで  
場 市役所2階 消費生活センター  
TEL 71-2100

## 介護相談

日 平日8:30>>17:00  
場 中央地域包括支援センター  
TEL 72-9986 FAX71-2328  
場 北部地域包括支援センター  
TEL 81-0760 FAX88-3711  
場 南部地域包括支援センター  
TEL 77-4007 FAX77-4087

## 心配ごと相談

日 2日(木) 13:00>>16:00  
場 三郷福祉センター  
TEL 77-8080  
日 14日(火) 13:00>>16:00  
場 穂高地域福祉センター  
TEL 82-2940  
日 17日(金) 13:00>>16:00  
場 明科総合福祉センター「あいりす」  
TEL 62-2429  
日 22日(水) 13:00>>16:00  
場 豊科ささえあいセンター「にじ」  
TEL 72-3013

## 弁護士 無料法律相談 要予約

日 9日(木)→予約受付 2日(木)  
22日(水)→予約受付16日(木)  
13:30>>16:30 ※予約受付9:00>>12:00  
場 市役所2階 相談室211  
場 地域づくり課 TEL 71-2496  
※1回の相談時間20分で8枠(定員を超えた場合抽選)  
※係争中の案件、既に弁護士へ相談中の案件、同じ案件の再相談、複数回の相談はお受けできません。

## 行政書士 無料相談 要予約

日 16日(木) 13:00>>15:00  
場 市役所2階 相談室211・212  
場 長野県行政書士会中信支部  
TEL 87-3798  
※予約は開催日の2日前まで(平日10:00>>16:00)

## 司法書士 登記・法律無料相談 要予約

日 15日(水) 13:30~16:40  
場 市役所2階 相談室211・212  
場 地域づくり課 TEL 71-2496  
※1回の相談時間30分で6枠(先着順)  
※予約は8日(水)9:00>>12:00

## 人権なんでも相談

日 16日(木) 9:00>>12:00  
場 穂高会館児童室  
場 長野地方法務局松本支局  
TEL 32-2571 FAX32-2572

## 労働に関する相談

場 商工労政課 TEL 71-2041

### 中信労政事務所による労働相談会

日 9日(木) 13:00>>16:00  
場 市役所2階 会議室202

### わかもの就職サポート相談会 要予約

※おおむね44歳まで  
※予約は開催日2日前の17:00まで  
日 17日(金) 13:30>>16:30  
場 市役所2階 会議室204

### ユニオンサポートセンターの相談会 要予約

※予約は開催日2日前の17:00まで  
日 9日(木) 18:00>>20:00  
場 市役所2階 会議室202

### 若年者引きこもりやブランクのある人向け就労相談会 要予約

※15~49歳の人とその家族が対象  
日 28日(火) 10:00>>15:00  
場 市役所2階 会議室202  
場 しおじり若者サポートステーション  
TEL 54-6155

## 休日当番医

長野県休日・夜間緊急医案内サービス  
050-3033-0665

3日 文化の日	穂高病院	82-2474 [穂高]
	荻原内科クリニック	72-6188 [豊科]
	たかはしクリニック	77-7880 [三郷]
5日	飯島歯科医院	82-0306 [穂高]
	古川整形外科医院	82-8880 [穂高]
	須澤クリニック	82-2993 [穂高]
12日	木暮医院	77-2119 [三郷]
	土居歯科医院	72-2462 [豊科]
	堀内医院	82-3324 [穂高]
19日	古川医院	82-4385 [穂高]
	ももセクリニック	77-1188 [三郷]
	大谷歯科医院	72-8858 [豊科]
23日 勤労感謝の日	追分クリニック	82-2129 [穂高]
	ふじもり医院	72-2011 [豊科]
	赤津整形外科クリニック	76-3133 [三郷]
26日	丸山歯科医院	82-7505 [穂高]
	村山医院	82-2101 [穂高]
	石田医院	72-2766 [豊科]
	白木医院	77-2134 [三郷]
	市川歯科医院	72-2116 [豊科]
	小田切医院	83-6025 [穂高]
	高橋医院	82-2561 [穂高]
	とよしな内科クリニック	72-1047 [豊科]
	ありあけの森デンタルクリニック	84-4182 [穂高]

あづみの  
子育て  
レポート

No.10

こちょこちょで  
深まる親子の絆



## 心を育てるふれあいあそび「こちょ会」

9/27(水) 三郷農村環境改善センター

ふれあい遊びを通じて子どもの心と身体の発達を学ぶ講座(こちょこちょの会主催)が開かれ、3組の親子が参加しました。わらべ歌に合わせて親子でふれあいを楽しんだほか、声掛けのアドバイスを実践したり、日常生活での子育て相談をしたりしていました。また、ハンドマッサージでお母さんがリラックスする時間もありました。

滞<sup>みどり</sup>凛ちゃん(9ヶ月)と参加した白田由佳さんは5回目の参加で、「少し前まで人見知りをして泣くのであまり外出できなかったが、ここで『ちゃんと成長している証拠』と言ってもらえ、安心できた。継続的に成長の様子を見てアドバイスをもらえるのでありがたい」と話していました。

11月の母乳  
・育児相談

保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。

 母子健康手帳

 健康推進課 TEL81-0711(母乳相談は要予約)

会場	穂高保健センター	三郷保健センター
日にち	13日(月)・27日(月)	7日(火)・21日(火)
時間	9:30~11:00	

穂高北部児童館 TEL 83-5494	三郷児童館 TEL 76-0185	堀金児童館 TEL 71-2122	明科児童館 TEL 62-2482	ファミリー・サポート センター TEL 71-1125
10 おはなし会 (金) 11:00~11:15	10 育児相談・身体測定 (金) 10:00~12:00	4 ピアノでド・レ・ミ♪ (土) 10:30~11:30 11:30~12:30	9 育児相談・身体測定 (木) 10:30~12:00	15 協会員養成講習会 「保育の心」 (水) 10:30~12:30
おしゃべりタイム~11月 で1歳になるお子さんの スクラップブック〜 10:30~11:30	21 りんごちゃんタイム (火) 10:30~11:00	18 秋の児童館祭り (土) 10:00~11:30	9 おはなし会 (木) 11:00~11:20	協会員養成講習会 「子どもに多い病気と その対応」 (水) 13:30~15:30
17 育児相談・身体測定・ よみきかせ (金) 9:30~12:00	27 だっこちゃんcafé (月) 10:30~11:30	20 育児相談・身体測定 (月) 10:30~12:00	17 外活児童館 〜紅葉トレッキング〜 (金) 10:00~12:00	協会員養成講習会 「子どもの心の発達と 保護者の関わり」 (水) 9:30~12:30
24 11月生まれ ハッピーバースデー (金) 10:30~11:30	28 ファイル作り (火) 10:30~11:30		11 教えて美容師さん (土) 10:30~11:30	18 ほとcafe in クリスマス (土) 10:30~12:00 場所 社協穂高支所集会室
25 アツミンピック2023 みんなで運動会! (土) 9:00~12:30			18 クライミング教室 (土) 10:00~11:30	



市 HP  
子育て情報



児童館・  
ファミサポ  
情報



図書館  
イベント情報



## すくすくきッズ Photo



はるひと  
陽仁くん(1歳)  
お兄ちゃんたち  
大好き!



あおい  
碧くん(1歳)  
電車が大好き!  
いつか見たいな  
ドクターイエロー!

自慢のお子さんの写真を紹介しませんか!  
投稿方法は市 HP へ  
(対象3歳以下)



## 11月の図書館 ワクワク・ドキドキおはなし会

場所	内容	日程	時間
中央図書館 TEL 84-0111	おはなしのとびら おはなしとしょかん	1・8・15・22・29日(水) 18日(土)	10:30~
豊科図書館 TEL 71-4022	ちいさいたんぼぼ おはなしたんぼぼ	17日(金)	11:00~ 16:30~
三郷図書館 TEL 76-3078	ポケットの会 おはなし会	11日(土) 30日(木)	10:30~ 11:00~
堀金図書館 TEL 72-3601	おはなしのへや おりがみのへや	21日(火) 22日(水)	10:30~ 16:30~
明科図書館 TEL 62-1122	子どもと大人の おはなし会	25日(土)	11:00~



## 11月の児童館の予定

詳細は各児童館に直接お問い合わせいただくか、HPをご覧ください。

豊科中央児童館 TEL 72-0122	高家児童館 TEL 72-5685	南穂高児童館 TEL 71-5150	穂高中央児童館 TEL 84-0762	穂高西部児童館 TEL 82-2527
4 (土) ニュースポーツ「モルック」を楽しもう! 14:00~15:00	8 (水) 児童館まつり 10:30~12:00	1 (水) おはなし会 11:00~11:20	2 (木) やきいも会 10:30~11:30	7 (火) 病児・障がい児ママ集まれ おしゃべり会 10:00~12:00
8 (水) 焼きいも会 10:30~11:30	11 (土) 児童館まつり 10:00~12:00	10 (金) おさがり会 10:30~11:00	15 (水) おはなし会 11:00~11:20	10 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00
17 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	10 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	21 (火) にこにこベビーサロン 10:30~11:30	18 (土) 秋のフォトフレーム作り 10:30~11:30	10 (金) ほっとカフェ 11:15~12:00
21 (火) 幼児期の食事 10:30~11:30	13 (月) おはなし会 11:00~11:20 17 (金)	22 (水) 親子ふれあいあそび 10:30~11:30	20 (月) 助産師・外館さんに何でも聞いて 10:30~11:30	17 (金) なおさんと考えよう! スマホ社会と子どもの未来 10:30~11:30
27 (月) おはなし会 11:00~11:20		24 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00 30 (木) ママキッズピクス 10:30~11:00	24 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00 24 (金) へんしん!!手形・足形アート 10:30~11:30	27 (月) おはなし会 11:00~11:20

## 駅 利用者の思い出に 新駅スタンプ

9月23日 駅スタンプデザインコンテスト授賞式



10月1日から市内JR駅に設置している記念スタンプがリニューアルしました。新しい駅スタンプは市と市観光協会、JR豊科駅が共同で企画し、市内中高生からデザインを応募しました。309点の作品の中から各駅的最優秀賞に輝いた作者にこのほど、表彰状が贈られました。11駅的最優秀賞の中には共同制作の作品もあり、14人の制作者がデザインしたスタンプは今後、駅利用者の多くの人の思い出となります。

一日市場駅のスタンプ図案で最優秀賞を受けた三郷中学校1年の金澤まちさん(13)は「学校から見える常念岳と三郷の特産品のリンゴをスタンプに込めた。まさか選ばれるとは思ってなかったので素直にうれしい」と話してくれました。

## 食 欲の秋 スイーツが勢ぞろい

9月28日・29日 やさいスイーツフェアイベント



安曇野産の野菜を使ったスイーツを販売する「安曇野やさいスイーツフェア」のスタートを前にイベントが大王わさび農場レストラン OASIS で初めて開かれ、訪れた買い物客や観光客は、彩り豊かなスイーツを品定めしていました。14回目となる今年のテーマは夏秋イチゴ。各店が試行錯誤の上、見た目や味の特徴を活かして開発したスイーツがショーケースに並びました。家族で訪れた塚原純子さん(穂高)は「いろいろなスイーツがチラシに載っていて楽しみにしていた。家族で食べるのが楽しみ」と話してくれました。フェアは10月31日まで、市内14店舗で行われます。

## くらしに工夫を 来場者がエコ体験

10月7日・8日 安曇野環境フェア2023

「ゼロカーボン 未来につなごう、安曇野の自然」をテーマに安曇野環境フェアが堀金総合体育館で開かれました。メインアリーナや屋外では市民団体や企業など57団体が展示や体験ブースを出展。多くの来場者がエコな暮らしの工夫などを学びました。また同日は、サブアリーナで県烏川溪谷緑地開園20周年記念イベントも開催され、来場者がシカの角のアクセサリー作りや切り絵のワークショップを楽しんでいました。

両親と一緒にアルクマのオリジナルエコバッグ作りを楽しんでいた和田彩希ちゃん(6)は「幼稚園に持って行くのが楽しみ。お着替えを入れて友達に見せたい」と話してくれました。



# 人生の初めの一步を踏み出す 多様な体験と出会い

子連れで安心して利用できる  
コワーキングスペース

鈴木 翔子 さん (豊科)



本年6月にオープンした子連れで利用できるコワーキングスペース「ライフホップ」。キャリアコンサルタントの資格を生かし学生から大人までキャリア相談に応じる鈴木翔子さんに話を聞きました。

## 海外生活で変わった価値観

20代のころは大企業で生涯現役でバリバリ働くことが夢でしたが、結婚して第1子の妊娠中に転職が訪れました。夫のフリーピン赴任が決まり初めての育児を1人ですること。次第に夫との子育てに対する溝に悩むようになり、会社を退職し渡航することを決めました。渡航直後は、会社員でも何者でもない自分に絶望し目標を見失っていました。しかし、現地の子育てサークルで同じ境遇の人と気持ちを共有したり、座談会を開くなどして多くの人と出会い、チャレンジしているうちに「いろいろな働き方や生き方がある、どれを選んでもいい。価値観は一つじゃない」と気付かれました。

帰国後は、この気持ちを大切に

ながらいくつかの企業でフリーランスとして働きました。スキルを身につけながら新たな環境で新たなものを生み出す楽しさを体感しているうちに「会社員でなくても自分で好きな仕事ができる」という価値観に変わってきました。

## 体験と出会いから踏み出す一歩

フリーランス時代にコワーキングスペースの必要性を感じたことと、かつての私のように育児と仕事の両立に悩む人が相談できる出会いの場を作りたと思うようになり「ライフホップ」をオープンしました。

フリーピンで経験したように利用者同士が、多様な体験や出会いを通じて「自分の人生を選ぶ一歩を踏み出す」場所になればと願いながら運営しています。また、帰国後に取得したキャリアコンサルタントの資格を生かして、起業を考える人や出産や退職でキャリアに悩む人のためにセミナーや座談会も行っています。コワーキングとセミナーを組み合わせ、やりたいことの発見や収入アップのサポートになればと思っています。

現在は、親子で安曇野を楽しんでもらえるワーケーション体験にも取り組んでいます。首都圏に住む人が、安曇野の暮らしを体験しながら、安曇野に住む人とそれぞれの良さや違いを感じ、

混ざりあうことで新たな芽を生む。その交流により人と人のイノベーション(技術革新)につながり、それがやがて新たな力や産業となり、安曇野が盛り上がりつついく。これが私の最終目標でもありません。今後この思いと価値観を大切にイベントやセミナーなどを充実させ「ライフホップ」から一歩を踏み出すサポートをしていきたいと思っています。

### MEMO

○コワーキングスペース  
(〇(共に) + WORKING (働く) の意味。場所の縛りがない環境で働く人たちのワークスタイル。

○ライフホップ

時間：平日午前9時～午後4時  
場所：穂高6073番地19  
利用料金、セミナー、イベント情報など詳細はHP・インスタグラムから

東京都出身。大学で地方創生などを学び地方の魅力に引かれ安曇野へ1ターン。本年6月にコワーキングスペース「ライフホップ」をオープン。キャリアコンサルタント、総合旅行業取扱管理者。



ライフホップ  
Instagram



ライフホップ  
HP

市内から最短！  
首都圏に1時間47分で行ける！※

生まれ変わった

安曇野・東の玄関口

明科駅

### 明科駅前広場整備 DATA

工事期間 令和元年～令和5年  
事業内容 トイレ棟改築、歩道への  
屋根設置、イベントスペース  
設置 他  
総工事費 6億円  
岡都市計画課 Tel 71-2248

市では、明科駅周辺地域の活性化を目指して、国の補助金を活用した再整備工事を進めています。これまでに市道の交差点改良、龍門淵公園のトイレ改修等を行い、今月末には明科駅前広場の工事が完了します。国による国道19号歩道整備やJR東日本による明科駅舎改修、周辺商業施設の新装開店と合わせ、駅前の雰囲気が大きく変わりました。

## ここが便利で快適！！明科駅



### POINT

#### 1 最短時間で首都圏へ

特急で長野駅へ向かい新幹線を利用すると、鉄道では市内から最短時間で首都圏に行けます。

※例 16:16 明科駅発→16:56 長野駅着  
17:05 長野駅発→18:03 大宮駅着



### POINT

#### 2 長時間の駐車ができる

最大料金設定のあるコインパーキングがあり、車から電車に乗り換えて目的地に行けます。(一般車11台、福祉車1台分)

料金 30分ごと100円(30分以内無料)  
24時間ごと最大1,000円



### POINT

#### 3 濡れずに乗り降りできる

駐輪場や送迎車停車スペース、バス乗り場から駅舎につながる歩道に屋根が設置され、雨の日にも濡れる心配がありません。

50年前、交通の要所だった明科駅前には人があふれ、19号沿いのほとんどが商店で、多くの人でにぎわっていました。今ではずいぶん減りましたが、スーパーや医院、公共施設が徒歩圏内にそろってコンパクトシティとして成り立っています。さらに50年後、明科駅が衰退するかにぎわいを取り戻すかは今が正念場で、住民と行政が協力し合ってまちの将来を考え、行動する必要があります。ハード面の整備がひと段落し、今後はそれらを活かしたイベントを開催するなどして明科駅前を盛り上げていきたいです。

### 50年後もにぎわいを



明科駅周辺まちづくり委員会  
委員長 松下 尚生 さん

平成26年の明科駅周辺の歩道整備をきっかけに、駅前の商店経営者や住民で委員会を立ち上げました。まちづくりの勉強会や住民から意見を聞く機会を作り、市と住民との懸け橋となる活動をしてきました。トイレ棟を駅舎の隣に改築するなど、住民の声が反映され、東の玄関口にふさわしい立派な駅前になったと思います。

## 写真で見る 明科駅前



▲ 1902年に明科駅ができたことで旅客貨物の集積地として発展し、地域経済の中心地になりました。[写真は1922年頃]



▲ 利用者数のピークである1965年頃には1日平均5,000人が利用し、大勢の通勤客でにぎわいました。



▲ 1985年から5年間かけて整備工事が行われ、ロータリーや駅の東西を結ぶ歩行者通路が新設されました。



**10.28 (SAT)**  
9:00 ~ 16:00

 **デリシアあかしな店**  
東側市道(歩行者天国)

歩行者天国となった駅横道路にキッチンカーなどの飲食ブースやフリーマーケットが並びます。  
(交通規制 8:00~18:00)

主催 明科駅前周辺まちづくり委員会  
共催 安曇野市 岡都市計画課 TEL 71-2248

### タイムスケジュール

10:00~11:00	完成記念式典 (明科公民館/駅前広場)
11:00~12:00	龍神太鼓演奏
12:00~13:00	キッズダンス
13:00~15:00	あづみ野エフエム 公開生放送



など17店舗  
が出店予定



JR 篠ノ井線沿線を巡る！

## ぶらり しののいなぞ巡り

篠ノ井線沿線を回りながら謎を解き、ゲームクリアを目指す体験型イベントです。地域の歴史や文化を「見て・触れて・感じて」知る旅に出かけませんか。

10月28日(土)

▶ 2月29日(木)



遊び方

- ① 篠ノ井線駅や沿線市町村窓口、観光案内所で謎解きキットを入手
- ② 駅やその周辺で謎を解く

岡篠ノ井線松本地域活性化協議会事務局  
(政策経営課内) TEL 71-2401

# あづみの

## 次回発行

No.362は11月15日発行です。

## 編集後記

◆広報担当になって1年。時の流れる速さが信じられません。一説によると身体の代謝が落ちると心理的な時間の進みが遅くなり、物理的な時間との差で相対的に短く感じるとか。そういえばこの1年あんまり運動してない…ちょっと走ってきます。 

◆「安曇野きらりびと」も今回で16回目。自分らしく暮らし、やりたいことを実現している皆さんの体験談や思いを聞くのは毎回楽しく、刺激になっています。目の前のスキルアップとやりたいこと探し。やってみたいと思います。 

◆多くの農家を取材させてもらい、多くのおすそ分けをいただきました。どれもおいしく、あらためて安曇野産農産物のファンになりました。これからはリンゴの季節。「もぎたてを丸かじり」。これが「いっちゃんうめー」食べ方なんですって。 

◆食欲の秋到来。リンゴに新蕎麦など安曇野には美味しい食べ物がたくさん。休日に市内をぶらぶら食探訪もいいですね。甘い物を食べたら、次は塩味のある物、その後は甘い物…ヤバいこのループ！この食欲誰かとめて～！ 

## 2023年10月1日現在の人口と世帯数

住民基本台帳に基づく（ ）内は対前月比

人口96,354人(-40)

男46,813人(-31) 女49,541人(-9)

41,569世帯(+31)

本庁舎夜間時間延長窓口 11月14日(火)

17:15 ≫ 20:00

休日開庁日 10月22日(日)・11月26日(日)

8:30 ≫ 12:00

本庁舎閉庁日 11月18日(土)

広報あづみの

2023年10月18日発行

編集・発行

安曇野市役所政策部秘書広報課秘書広報担当

〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000

TEL 71-2000 FAX 71-5000

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

WEB サイト

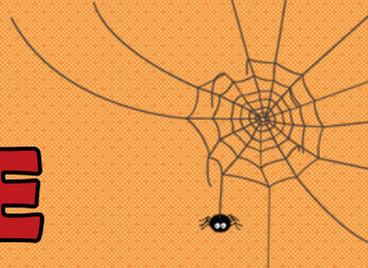
https://www.city.azumino.nagano.jp/

印刷製本 (有)安曇印刷



# 安曇野

# APPLE HALLOWEEN



## 2023.10.28(土)・10.29(日)



### in 旧国鉄篠ノ井線廃線敷 (遊歩道入口～三五山トンネル)

廃線敷がハロウィン一色に染まります。地元小学生と園児が製作したおばけカボチャの装飾で来場者をお出迎えします。

### 廃線敷マルシェ (10:00～15:00)

安曇野林檎ナポリタンやイベント特製スイーツなどを販売！

### なりきりJR社員 (10:00～15:00)

制帽やヘルメットで仮装して記念撮影をしよう！

### 「プルちゃんのいたずら」 探しゲーム(9:00～15:00)

全問正解した人にイベント限定りんごスイーツをプレゼント！(各日先着100人)



エキトマチケットでさらに楽しもう\*  
イベント満喫セット  
(10:00～15:00/500円)



- ・SLに乗って記念撮影
- ・安曇野産りんごを使ったジャック・オー・ランタンワークショップ
- ・オリジナルデザイン缶バッチワークショップ



仮装して来場するとプレゼントがもらえるよ！

非日常を体験しよう

### 駅からハイキング (受付9:00～11:30)

明科駅を起点に、アプリを使ってハロウィン一色に染まった廃線敷のスポットを巡ります。

オリジナルグッズ  
Get だけ

### モバイル スタンプラリー (受付9:00～15:00)

アプリを使って6つのキーワードを集めクイズに答えると、JRオリジナルグッズをプレゼント



\*エキトマチケットの購入には、JRE MALLへの会員登録が必要です。



問い合わせ 観光課 TEL 71-2054

【お願い】 駐車台数に限りがあります。できる限り公共交通機関をご利用ください。

エキトマチケット  
詳しくはHPで▶

