

夏の節電.....	2
次世代育成支援 委員の募集 ...	4
催し	9
夏の交通安全やまびこ運動 ...	12

穂高交流学习センター みらい

あづみの新進音楽家演奏会

市内で活動を希望する才能ある若手音楽家の育成と、市民の皆さんに気軽に音楽に親しんでもらうことを目的にした演奏会です。演奏はピアノ、ヴァイオリン、フルート、声楽、サクソフォン、マンドリンと多岐に渡ります。この演奏会は、12月に予定しているコンサートの出演者の選考を兼ねています。入場は無料ですが整理券が必要です。

アンサンブル藝弦コンサート

東京音楽大学教授の井上将興さんがコンサートマスターを務める弦楽合奏団「アンサンブル藝弦」のコンサート。小夜曲（セレナーデ）の作曲、チャイコフスキーの「弦楽セレナーデ」をメインに演奏します。秋の始まりの予感が漂う夕べ、弦楽器が奏でる調べをご堪能ください。

● チケット発売 7月13日（金）

● チケット代 1枚1000円

● 定員 200人（先着順）

● 場所 みらい多目的交流ホール

必要です。

7/22(日)

開演:13:30~
(約2時間30分)



● 場所 みらい多目的交流ホール
● 定員 160人（先着順）
● 入場整理券 7月8日（日）～20日（金）の開館時間内に、みらい窓口で受け取るか、電話で予約してください。（1人4枚まで）

9/1(土)

開演:19:00~
(約2時間)

藝弦ロビーコンサート

（8月29日（水）の開館時間内に、みらい窓口で販売します（全席指定）。電話予約も可能です。

● 日時 8月29日（水）▽1回目 午後3時～▽2回目 午後7時～（各回45分程度）

● 申込 穂高交流学习センター みらい（TEL 81・3111 FAX 82・0966）

豊科交流学习センター きぼう



等々力巳吉の自画像

安曇野ゆかりの芸術家② 等々力巳吉展

穂高柏原出身の等々力巳吉は、昭和初期に絵画の勉強のためパリへ渡りました。帰国後は中央画壇で活躍し、戦時中は従軍画家として活動したことで知られています。この優れた洋画家等々力の独特な風景や人物を描写した油彩画、水彩画、デッサンなどをご鑑賞ください。入場は無料です。

● 期間 7月7日（土）～8月5日（日）9:00～18:00

休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）

● 場所 きぼう多目的交流ホール

● 申込 豊科交流学习センター きぼう（TEL 71・4033 FAX 73・1802）

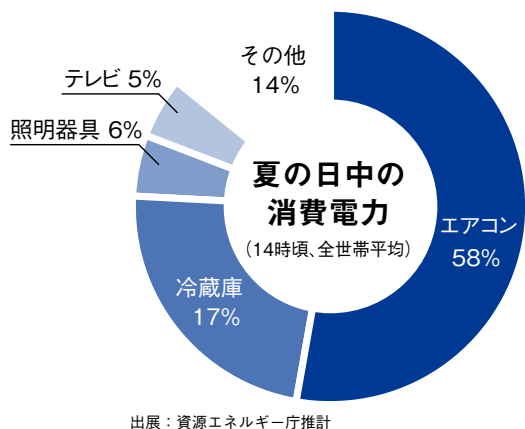
夏の消費電力の75%を占める エアコンと冷蔵庫。 上手に使って節電を！

電 力の3割以上は家庭で使われています。その中でも特に電力消費量が多いのは、エアコン、冷蔵庫、照明、テレビの4つです。（下図）これらをはじめとする家電製品を上手に使うことで、効果的に節電や省エネをすることができます。

こまめにスイッチオフ！

エアコン タイマーを使いこまめにスイッチを切る、外出する場合は直前でなく早めにスイッチを切る、長時間使わない時はプラグを抜くなどしましょう。室外機の周りも整頓し、フィルターはこまめに掃除しましょう。

冷蔵庫 庫内を冷やしすぎると無駄な電力を消費するので設定は適



温に。また、扉の開閉回数が多くなれば、その分、温度を保とうとして電力を消費します。開閉回数は少なく短くしましょう。庫内に食べ物を入れすぎないようにし、熱いものは冷ましてから入れましょう。

こまめにスイッチオフ！



照明 人のいない部屋や廊下はこまめに消灯しましょう。また、照明の間引きや照度の調整をして、必要最小限の明かりを心掛けましょう。

テレビ テレビを見ていない時はこまめに消しましょう。また、長時間見ない時は主電源を切りましょう。

今年の夏、西日本の各地域では深刻な電力不足が見込まれています。中部電力管内においては、昨年の夏ほど電力需給がひっ迫する状況にはないようですが、全国レベルでの電力不足に対応するため、国・県では今夏の節電目標を定め、家庭や企業に取り組みを呼び掛けています。そこで、この夏の節電について、市民、事業者のそれぞれのお話を紹介します。

みんなで節電アクション！

市役所各施設では、退庁時に事務機器の主電源を切る、必要のない箇所の照明を消灯するなどに取り組んでいます。また、地球温暖化対策と一層の節電・省エネのため、5月13日から10月末日までを「クールビズ」の期間とし、冷房設定温度28℃の徹底、服装の軽装化、待機電力の節減などの取り組みを行っています。特に事務室内の室温上昇を抑えるための緑のカーテンの普及に力を入れていて、本年も本庁舎や支所など10カ所以上の施設で「ゴーヤ」や「アサガオ」の苗を育てています。同時に温度を記録し、効果の測定も行います。

岡穂高総合支所内生活環境課
（☎82・3131（代）FAX82・6622）

レシート貼りで節電の効果がありません。



冷蔵庫の扉にレシートを貼る西垣さん。消費した品物の部分をマジックで消していきます。

テレビや雑誌などからの情報を基に、ご夫婦で節電に取り組んでいる西垣恭子さん（豊科）に、ご自宅の節電についてお話を聞きました。

我

が家の冷蔵庫は省エネ性能の高い新型ではありませんが、節電が呼び掛けられている時節柄、一生懸命工夫を始めてみました。まず、扉の開閉回数と扉の開いている時間を減らすことに取り組んでいます。食品の出し入れに扉を開く、この瞬間、冷蔵庫にとって最も冷気が漏れ出る機会となります。実際、しばらく扉を開いていた後に電動機が回転し始めることがよくあります。そ

こで我が家では、冷蔵庫の扉にレシートを貼っています。こうすることで庫内に何があるのあたりに入っているかが分かり、短時間に品物をすぐに取り出すことができます。レシート貼りは簡単な方法ですが、手間を掛けず在庫管理が上手にでき、開き時間の短縮に効果が認められます。

また、魔法瓶も大いに活躍してくれます。魔法瓶はお湯の保温が主に考えられがちですが、冷水の保冷にも有効です。冷水、冷たい飲料は魔法瓶に入れておいて飲むようにすれば、冷やす電力は変わります。魔法瓶は、いちいち取り出すための扉の開閉がなくなり、冷気の漏れを防ぐことができます。ただし、熱湯と異なり冷水には滅菌作用がないので、こまめな瓶の洗浄が必要になります。また、長時間におよぶ保存は避けるなどの配慮も求められます。

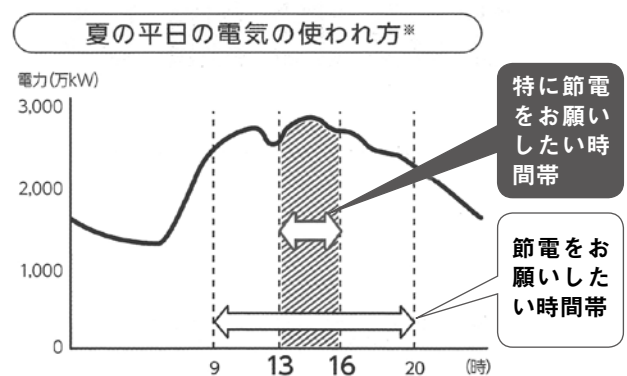
平日の午後1時から4時台の節電にご協力を！



「熱中症などに気を付けて、無理のない範囲で節電をお願いします」と話す中部電力安曇野営業所の担当者。この夏の節電について伺いました。

夏

の電力需要が最も大きくなるのは、午後1時から4時ごろの暑さの厳しい昼間の時間帯です。この時間帯にできるだけ電気製品の使用を控えたり、涼しく過ごす工夫をしたりすることが大切なポイントになります。具体的には、消費電力の大きいエアコンの節電方法として、設定温度は28度を目安にし、室温の上昇を抑えるために「すだれ」や「よしず」などで窓からの日差しを和



出展：中部電力

らげるのも効果的です。また、冷蔵庫の設定温度は、「強」から「中」に調節するなど、扉を開ける時間と回数は少なめにし、食品を詰め込みすぎないようにすることも効果的です。なお、過度な節電により熱中症にかかるなど、体調を崩さないよう十分ご注意ください。皆さまには、誠に不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

委員の募集

「市次世代育成支援対策推進協議会」委員の募集

園田児童保育課児童係
(TEL 81・0727 FAX 81・0703)

市では、次世代を担うすべての子どもが健やかに生まれ、育成される環境の整備を図るため、安曇野市次世代育成支援行動計画（後期計画・平成22年度～平成26年度）を策定しています。そこで、この計画の推進にご意見をいただく協議会の公募委員を募集します。

●**公募人数** 2人以内

●**委員の任期** 平成24年9月1日～平成26年8月31日（2年間）

●**応募資格** 市内に住所を有するか勤務する20歳以上で次の要件を満たす人。

（1）国および地方公共団体の議会議員でない人

（2）常勤の国家公務員および地方公務員でない人

（3）市の附属機関などの公募委員となっていない人

（4）市税の滞納がない人

おいしい・楽しい・懐かしい ポン菓子を作ってみませんか

園田産業建設課地域振興担当
(TEL 82・3131 代 FAX 82・6622)

穂高生活改善グループ連絡協議会では、米の消費拡大のためポン菓子作りを行っています。米1升で50×75^{センチ}のビニール袋くらいになります。申し込みは不要です。

●**期日** 毎月第1水曜日（1月除く）

8月以降の実施日▽8月1日▽9月5日▽10月3日▽11月7日▽12月5日▽2月6日▽3月6日

●**時間** いずれも午前9時～10時

●**場所** 穂高総合支所公用車駐車場内（穂高高校前倉庫）

●**費用** 加工料500円

●**持ち物** 米1升（1・5^{キロ}）
砂糖500^{グラム}

7月の納期

- 固定資産税** (2期)
- 国民健康保険税** (1期)
- 後期高齢者医療保険料** (4期)
- 介護保険料** (7月分)
- 水道料金** (豊科・堀金・明科地域)
- 下水道使用料** (穂高・三郷地域)

=納期限は**7月31日(火)**=

危険

スプレー缶の中身は 必ず使いきって！

「金物類」として出されるごみの中には、可燃性のガスが使われているカセットコンロのガスボンベや制汗スプレーなどのスプレー缶があります。これらの缶にガスが残ったままだと、収集車両の中で缶が破裂し、火災事故につながる恐れがあります。

市内でも6月、スプレー缶の破裂事故が2件ありました。大変危険ですので、ごみとして出す場合は、必ず中身のガスを使いきってから出してください。また、缶に穴を開ける場合は、必ず風通しの良い屋外で行ってください。

園田廃棄物対策課
(TEL 82・3131 代 FAX 82・6622)

住宅



三郷新規就農者住宅 入居者の募集

園田産業建設課地域振興担当
(TEL 77・3131 代 FAX 77・6060)

市では、新規就農者住宅の入居者を募集します。

●**募集内容** 三郷明盛4109番地6 及木1号 1棟

●**種別** 1階建て

●**間取り** 3K（バス・トイレ付）

暮らし

「家族や地域の大切さに関する作品コンクール」作品の募集

園田児童保育課児童係
(TEL 81・0727 FAX 81・0703)

●**募集内容** 「写真」（1）子育て

家族の力（子育て家族のきずな、子どもと深める家族のきずな）

（2）子育てを応援する地域の力（地域ぐるみで子育て支援）

【手紙・メール】募集区分（1）小学生の部（2）中・高校生の部（3）一般の部

子育てを家族みんなで支え合うことの大切さ、感謝などの思いを伝える内容のもの。子育てを社会も応援していくことの大切さを訴える内容のもの。

●**募集期間** 7月1日（日）～9月7日（金）

●**表彰** 募集テーマ、区分ごとに最優秀賞1点、優秀賞5点以内。いずれも、内閣府特命担当大臣（少子化対策）表彰と副賞。

●**応募方法** 詳しくは、内閣府ホームページ「家族の日」「家族の週間」をご覧ください。か、児童保育課へお問い合わせください。

URL <http://www.cao.go.jp/shoushi/kazoku/index.html>

終戦当時、引揚者からお預かりした通貨・証券等を返還

名古屋税関では太平洋戦争終結後、外地から引き揚げてこられた人が税関などに預けられた通貨や証券などをお返ししていますが、今なお、引き取り手がなく保管されたままになっているものが多数あります。返還請求・お問い合わせは、ご本人はもとよりご家族でも可能です。お心当たりの人は名古屋税関へお気軽にお問い合わせください。

【返還しているもの】▷上陸地の税関または海運局に預けられた通貨、証券等▷帰国前に在外公館や日本人自治会等に預けられた通貨・証券等のうち、その後日本に返還されたもの

園田財務省名古屋税関監視部監視通関部門 (TEL 052・654・4060)

就職面接相談会（安曇野会場）を開催

市とハローワーク松本・大町では、再就職を希望する皆さんを対象に「就職面接相談会（安曇野会場）」を開催します。当日は生活・福祉相談会も併せて行います。参加は無料。事前の予約は不要です。

●**日時** 7月26日（木）13:00～16:00（受付12:30～）

●**場所** 安曇野スイス村サンモリッツ大ホール

園田ハローワーク松本企画部門 (TEL 27・0111)

ご存知ですか？建退共制度

この制度は、建設現場で働く人のために「中小企業退職金共済法」という法律により国が設けた退職金制度です。事業主は、現場で働く労働者の共済手帳に働いた日数に応じて掛け金となる共済証紙を貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。詳しくは下記まで。

園田独立行政法人勤労者退職金共済機構建設業退職金共済事業本部事業推進室 (TEL 03・6731・2866)

サマージャンボ宝くじ

市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」が全国の宝くじ売り場で発売されます。収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます。

●**発売期間**

7月9日（月）～27日（金）

●**抽選日** 8月7日（火）

2000万サマーも同時発売！

催し

記号説明 日日時 期期間 時時間
場場所 内内容 対対象 費費用
定定員(先着順) 資資格 持持ち物
講講師 申申し込み 電電子メール
ホホームページ 提提出先 限期限
問問い合せ

開館 10 年記念 小山敬三と高橋節郎 文化勲章受章二人展

岡安曇野高橋節郎記念美術館
TEL 81・3030 FAX82・0551

高橋節郎は現代的な独自の漆芸術を創出した功績を称えられ、小山敬三（小諸市出身）は日本の洋画を飛躍的に向上させたとして、互いに文化勲章を受章しました。本展では、県内出身で日本の芸術の発展に大きな役割を果たした2人の美術家の作品を紹介します。

開7月14日（土）～8月26日（日）
9：00～17：00

休館日：月曜日（祝日の場合は翌日）
※7月13日（金）は展示替えのため臨時休館

観一般 600 円（500 円）、高校・大学生 400 円（300 円）、中学生以下・70 歳以上は無料（ ）内は 20 人以上の団体料金



小山敬三「紅浅間」茅ヶ崎市美術館蔵

企画展記念講演会

企画展「小山敬三と高橋節郎」の開催に合わせ、元長野県信濃美術館学芸員の星野良史さんを講師に迎え、「小山敬三とその作品」と題し、講演していただきます。参加無料で申し込みは不要です。

日7月29日(日)14:00～16:00(予定)

場安曇野高橋節郎記念美術館主屋

田淵行男記念館企画展 詩人の感性をもった写真家 田淵行男～生態写真名作30選～

岡田淵行男記念館
TEL72・9964 FAX88・2010

「傷心の女王たち」「金緑の真珠」「慈愛の扇風機」…。これらはすべて田淵行男の生態写真のタイトルです。想像力をかきたてるような詩情豊かなタイトルからは、昆虫や植物と親しみ、生活を共にし、その姿に一喜一憂する田淵の温かな視線を感じます。本展では田淵の代表的な生態写真作品を中心に紹介します。

開7月11日（水）～10月21日（日）

場田淵行男記念館

休館日：毎週月曜日（ただし祝日の場合は開館）、7月10日、17日、9月18日、10月9日

観高校生以上 300 円



田淵行男撮影《静かな生～ヒメギフチョウの蛹～》1955 年前後

豊科郷土博物館夏季特別展 写真が語る私たちの暮らし ～あぜ道の風景をとおして～

岡豊科郷土博物館
TEL FAX72・5672

安曇野に広がる水田や、その境を区切るあぜ道は、多くの生物を育み、私たちの暮らしにもさまざまな形でかかわってきました。本展覧会では、過去約 60 年間に市内で撮影された水田の写真を展示し、水田にすむ生き物や、あぜ道の植物と人々の生活とのかかわりを紹介します。昔懐かしい写真を眺めながら、水田やあぜ道の多様な表情を観察してみませんか。

開7月14日（土）～8月26日（日）
7月14日（土）10:00 から展示説明

場豊科郷土博物館展示室

休館日：月曜日（祝日の場合は翌日）

観大人 300（240）円（ ）内は 20 人以上の団体料金 小・中学生・市内在住の 75 歳以上は無料

貞享義民記念館 もろこしアートShizu教室展

岡貞享義民記念館
TEL77・7550 FAX77・7551

トウモロコシの皮を使って制作した人形・レリーフ・オブジェなど、教室の指導者と生徒の作品を多数展示します。捨てるはずのトウモロコシの皮から作られた夢のある楽しい作品をご覧ください。

開8月1日（水）～31日（金）
9:00～17:00

※最終日は 16:00 まで

休館日：月曜日（祝日の場合は翌日）

場貞享義民記念館企画展示室

観無料（常設展は有料）



もろこしアート・ワークショップ 《体験講座》

トウモロコシの皮を使って人形・レリーフ・オブジェなどを作ってみませんか。

開：開▷8月11日（土）お掃除をする人形 ▷8月12日（日）一輪挿し用のバラの花 ▷8月18日（土）魔女

各回とも 10：00～12：00

場貞享義民記念館ロビー

観各回 1,500 円

日教室展の開催時各回の 1 週間前までに、講師の金井静代さん（TEL82・8418）まで電話でお申し込みください。



畦と子ども

講座

「おこづかい」が子どもの人生を変える おこづかい教育講座

岡社会教育課穂高生涯学習係
TEL 82・5970 FAX82・3990

家庭での「おこづかい教育」の秘訣を学べる講座です。子どもの「お金力」を高め、賢く生きる力を養います。参加者同士の楽しい話し合いの場もあります。お父さん、お母さん、未来を担う子どもたちのために一緒に学んでみませんか。受講は無料です。

日7月25日（水）午後の部 13:30～夕涼みの部 17:30～ 各回とも 1 時間 30 分の予定

場穂高会館会議室

観各 20 人（先着順）

開藤貫英司さん（金融知力普及協会認定インストラクター）

日7月10日（火）から電話またはファクスで氏名、電話番号、希望時間をお申し込みください。

日本語教室 参加者とボランティアの募集

岡岡社会教育課社会教育係
TEL 62・4565 FAX62・3525

市内在住の外国人の皆さんを対象に、8 月から明科公民館において日本語教室を開催します。参加は無料です。小学校 3～4 年生程度の日本語理解度を目指します。また、教室の運営にご協力いただけるボランティアを合わせて募集します。

開8月5日（日）～平成 25 年 3 月 31 日（日）毎週日曜日 13:00～15:00

場明科公民館

日【教室参加希望者】市内在住外国人【ボランティア】日本語の指導やサポートを行っていただきます。日本人、外国人を問いません。（資格不要）

日7月20日（金）までに、社会教育課社会教育係まで電話でお申し込みください。

豊科郷土博物館講座

岡豊科郷土博物館
TEL FAX72・5672

古墳発掘調査見学会

穂高・堀金地区の北アルプス山麓には古代に造られた古墳が多数確認されています。このうち、国営アルプスあづみの公園内に残されている「F9 号墳」では、8 月に國學院大學による学術調査が行われます。博物館では、この発掘調査に合わせて「古墳発掘調査見学会」を開催します。博物館での事前学習会と、発掘現場見学の 2 日にわたり安曇野の古代史についてより深く理解し、楽しむ機会としてみませんか。

日7月21日（土）13:30～15:00
穂高古墳群学習会（博物館での座学）

日8月11日（土）9:00～15:00
古墳発掘調査見学会（発掘調査現場などの見学）

場百瀬新治 豊科郷土博物館長

観20 人（先着順）

観学習会：100 円、見学会：50 円（保険料など）および、国営アルプスあづみの公園への入場料が別途必要です。

日7月8日（日）～20日（金）の間に、郷土博物館まで電話でお申し込みください。（受付時間 9:00～17:00）

研成ホールの催し

岡研成ホール
TEL FAX82・0769

夏休み子ども美術講座

粘土に親しむテラコッタ作り

日8月2日（木）、3日（金）、4日（土）9:00～12:00

場研成ホール研修室

日2日：3 歳児～小学 2 年生、3 日：小 3～小 6、4 日：中学生以上～一般

観500 円 観各日とも 30 人

場県内美術講師

日碌山美術館（TEL 82・2094）まで

美術制作講座「彫塑制作Ⅰ」

全身像または胸像の制作をします。

日8月5日（日）～13日（月）9:00～17:00

※8日は休み。モデルは 10 日まで。11 日～13 日で石膏取りを行う

場研成ホール研修室 場柳沢 廣さん

観7,000 円(モデル代含む)材料費別途

観10 人

日碌山美術館（TEL 82・2094）まで

「昔の暮らしを体験しよう！」

かつて安曇野には、土間や囲炉裏、かまどのある民家が数多くありました。現在ほとんど見られなくなりましたが、自然のものを生活の中で循環させる知恵には、今なお学ぶべきところが多くあります。この講座では、国重要文化財に指定されている「曾根原家住宅」で、実際に囲炉裏に火を起し、囲炉裏端で太平洋戦争のころの子どもの暮らしについてお話を聞きます。他にも大麦を使った虫かごを作ります。囲炉裏を囲んで昭和の子どもの暮らしを体験してみませんか。小中学生を対象としますが、親子や大人の参加也大歓迎です。

日7月28日（土）9:00～15:00

場豊科郷土博物館と曾根原家住宅

※集合および解散は郷土博物館前（バスで移動）

場矢口健陽児さん

日小学 3 年生以上（幼児の場合は保護者同伴）

観20 人（先着順）

観大人 450 円、子ども 200 円（保険料など）

日7月8日（日）～26日（木）の間に、豊科郷土博物館窓口へ参加費を添えてお申し込みください。（受付時間 9:00～17:00）

第 53 回からすの学校 水生生物観察会

岡長野県烏川溪谷緑地環境管理事務所
TEL FAX73・0203

写真家であり、「水生生物ハンドブック」などの著者である刈田敏三氏を講師にお招きし、採集をとおして水生生物について学びます。参加は無料。

日8月5日（日）9:30～12:00

場長野県烏川溪谷緑地環境管理事務所

観30 人 ※小学生以下は保護者同伴

日7月8日（日）から受け付けを開始します(8:30～)。電話かファクスまたは電子メールでお申し込みください。

✉karasu@anc-tv.ne.jp

体験

記号説明

日日時

期期間

時時間

場場所

内内容

対対象

費費用

定定員(先着順)

資資格

持持ち物

講講師

申申し込み

電電子メール

ホホームページ

提提出先

限期限

問問い合せ

夏休み親子陶芸教室

問穂高陶芸会館
℡ 穂 82・6750

親子でひんやり冷たい粘土をこねて、ちぎって、楽しく陶芸体験をしませんか。穂高陶芸会館では、中学生以下の子どもとその保護者を対象とした夏休み親子陶芸教室を開催します。夏休みの自由研究や宿題にもお勧めです。

日7月28日（土）9:00～（2～3時間程度）
場穂高陶芸会館
定40人（先着順）
費大人1,000円、子ども800円（粘土500[㍿]と指導料含む）
申穂高陶芸会館へ電話かファクスでお申し込みください。(毎週月曜日休館)
 定員に達するまで随時受け付けます。



好きなものを粘土で形にしてみましょう。

明科みつけ隊
長峰山たんけん

問明科公民館
℡62・4605 穂 62・5894

明科公民館主催の青少年自然体験講座明科みつけ隊では、「長峰山たんけん」の参加者を募集します。豊かなみどり、さわやかな風、自然豊かで安曇平が一望できる長峰山で、昆虫採集をしたり松本盆地の生い立ちについて学んだりします。また、長峰山が大昔海の底にあった証拠である化石の採集もします。昼食は「天平の森」で、「ホットドック」と「やきそば」の楽しい野外クッキングです。

日8月2日（木）8:30～15:30
場長峰山山頂（明科公民館集合・解散）
費一人1000円（食材費、施設利用料）
対市内小学生および同伴希望の保護者（但し、1年生は必ず保護者同伴でお申し込みください）
定20人（先着順）
日7月19日（木）～20日（金）の間に、明科公民館へ電話でお申し込みください。（8:30～17:15）

手作り石けんづくり
参加者の募集

問穂廃棄物対策課
℡82・3131(代) 穂 82・6622

市消費者の会では、環境保全活動の一環として廃食用油から石けんを手作りしています。皆さんも環境にやさしい石けんを作ってみませんか。男性の皆さんの参加也大歓迎です。

日7月21日（土）9:00～
場豊科まちづくり会館
定8人（先着順）
持マスク、帽子（手拭い）※汚れてもよい服装でお出掛けください。
電電話でお申し込みください。

《廃食用油の回収にご協力を》

市では、家庭で不要となった廃食用油をリサイクルしています。天ぷらかすなどを取り除き、密閉のできる容器（油の入っていたボトルなど）に入れ、各総合支所地域支援課地域担当までお持ちください。

スポネット常念
ウォーキング教室

問堀金総合体育館内スポネット常念事務局
℡ 穂 72・6340

普段から、膝や腰に負担をかけずに歩けていますか？ウォーキングの技術を高める「スキルウォーキング」で理想的な歩き方を身につけましょう。3回続けて参加してください。

日：穂
【第1回】 7月22日(日)9:00～12:00
 集合：堀金総合体育館
【第2回】 8月26日(日)9:00～12:00
 集合：堀金総合体育館
【第3回】 9月16日(日)
 ※バスでウォーキングコースへ出掛けます。
 ※時間・場所は、後日お知らせします。
対大人（定員100人）
費【第1・2回】各300円（保険料込）（スポネット常念会員は100円）
【第3回】500円
講原 義美さん（日本スキルウォーク協会会長）
持運動のできる服装、タオル、運動靴(上履き、外履き) 水分補給飲料
日1回目は7月18日（水）までに、2回目および3回目は8月22日(水)までに堀金総合体育館窓口で所定の申込用紙に記入のうえ、参加料を添えてお申し込みください。

第7回 安曇野百選
ウォークラリーin土曜日

問穂安曇野ブランド推進室
℡ 82・3131(代) 穂 82・6622

安曇野百選プロジェクトでは、豊科商店街で行われる「土曜日」に合わせ、第7回安曇野百選ウォークラリーを開催します。コース図に従って体験・クイズを楽しみながら商店街を散策します。普段見慣れた町の魅力を再発見してみませんか。

日7月21日（土）18:00 受付開始
場豊科まちづくり会館受付
定先着200人（小学生以下は保護者の同伴が必要）
費100円

講演

健康づくり講演会
生活習慣病と運動

問穂健康推進課健康推進係
℡ 81・0726 穂 81・0703

健康づくり推進委員会では、城西病院‘S’ウエルネスクラブ松本の中野豪さんを講師にお迎えし、生活習慣病予防のための運動について、講演と実技を行います。参加料は無料。当日はタオルを持参の上、動きやすい服装でお出掛けください。

日7月7日（土）10:00～11:30
場穂高健康支援センター

こ
人権教育「**箒と語り**」の講演会

問三郷公民館 ℡ 77・2109

「箒と語りで伝える 金子みすゞの心」と題して、箒演奏家の横山裕子さんをお招きし、三郷地域の学社連携による人権教育の講演会を開催します。金子みすゞの詩は、“ちいさいもの よわいもの”への優しい眼差しにあふれています。その言葉と箒の音色が織りなす「みすゞの世界」をお楽しみください。

日8月7日（火）
 14:00～15:30
 ※受付13:30～
場三郷公民館講堂



募集

2012 信州ねりんピック
スポーツ交流大会参加者の募集

問(公財)長野県長寿社会開発センター
℡026・226・3741 または
穂高齢者介護課高齢者福祉係
℡81・0731 穂 81・0703

高齢者に適したスポーツを通して、生きがい・健康づくりや社会参加を促進するとともに、明るく活力ある長寿社会づくりを推進するために開催される「ねりんピック」への参加者を募集します。

日9月29日（土）
場大町市総合運動公園
覧県内にお住まいの60歳以上の人（昭和28年4月1日以前生まれ）
費1人500円（資料・保険料など）
 ※昼食は各自で用意してください。
競技種目▷ダンススポーツ▷グラウンドゴルフ▷ゲートボール▷ソフトテニス▷ソフトバレーボール▷ベタック▷マレットゴルフ▷ウォークラリー▷弓道▷テニス（10種目）
日7月31日（火）までに、高齢者介護課窓口に備え付けの競技要領兼参加申込書に必要事項を記入し、長野県長寿社会開発センターまでお申し込みください。
 ※申し込み期限内でも定員を超えた場合はお断りすることがあります。
 ※競技種目によって参加条件の規定があります。

放送大学10月入学生の募集

問穂社会教育課社会教育係
℡62・4565 穂 62・3525

放送大学では、本年度第2学期（10月入学）の学生を募集しています。テレビ放送などを利用し授業を行う通信制の放送大学では、「働きながら学び大学を卒業したい」「教養を深めたい」「仕事に生かしたい」など、さまざまな目的で幅広い世代、職業の人が生涯学習の場として学んでいます。詳しい資料は無料。お気軽にご連絡ください。放送大学のホームページでも受け付けています。

●募集する学生の種類

▷**教養学部** 科目履修生（6カ月在学し、希望する科目を履修）、選科履修生（1年間に在学し、希望する科目を履修）、全科履修生（4年以上在学し、卒業を目指します）

▷**大学院** 修士科目生（6カ月在学し、希望する科目を履修）、修士選科生（1年間に在学し、希望する科目を履修）

●出願期限 8月31日（金）まで

※インターネットでの出願は6月1日（金）から受け付け開始

●お問い合わせ・資料の請求先

〒392－0004
 放送大学長野学習センター
℡0266・58・2332（月・祝日休み）
 放送大学ホームページ
urlhttp：//www.ouj.ac.jp

後援ナビ

日＝日時 場＝場所 定＝定員 料＝料金 申＝申し込み 問＝問い合わせ				
名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
安曇野に寄せる心の詩 作詞入門講座 (全2回)	早春賦愛唱会による「安曇野に寄せる心の詩 作詞入門講座（全2回）」です。講師に作詞・作曲家の古原さよ子さんを講師に迎え、作詞のコツを学びます。	日 ：7月14日（土）・28日（土）14:00～16:00 場 ：市民活動センター「くるりん広場」	定 ：なし 料 ：無料	問 ：問：市民活動センター（ ℡ 82・1922）
安曇養護学校高等部 作業学習製品の販売会	生徒たちが心を込めて作った、パウンドケーキやクッキーなどのお菓子や、陶芸品や木工品、レザー製品、縫製品、ハーブ製品などの販売会です。	日 ：7月13日（金）・14日（土） 場 ：▷ほりがね物産センター9:00～14:00▷コープながの安曇野豊科店 10:00～17:00▷てる坊市場ハーブセンター 10:00～14:00	—	問 ：長野県安曇養護学校高等部 赤澤さん（ ℡ 0261・62・4920 穂 0261・61・1019）
安曇養護学校あづみ野分教室 染め体験講座 藍の生葉でバンダナを染めよう！	夏は藍(あい)の葉が育つシーズンです。藍の生葉染めができるこの時期に、生徒たちと一緒に生葉染めにチャレンジしてみませんか。	日 ：7月27日（金）、28日（土）いずれも10:00～12:00 場 ：安曇養護学校高等部あづみ野分教室（南安曇農業高校内）	対象者 27日(金) 小学生(保護者同伴)、中学生 28日(土) 一般 定 各16人(先着順) 費 500円	問 ：7月20日(金)までに電話でお申し込みください。申し込み者に詳しい要領などをファクスまたは郵送でお送りします。 問 ：安曇養護学校高等部あづみ野分教室（ ℡ 71・2190）

信濃路は ゆとりの笑顔と ゆずりあい

7月19日(木)～25日(水)の間、夏の交通安全やまびこ運動が行われます。

運動の重点

○高齢者の交通事故防止

1月から6月までの間、県内の交通事故による死者のうち約5割が高齢者です。高齢歩行者の多くは自宅近くで交通事故に遭っています。また、高齢ドライバーによる事故も増えています。次の点に注意し、事故に巻き込まれない、事故を起こさないようにしましょう。

【歩行者の皆さんへ】

道路の横断は信号機や横断歩道を利用し、特に左から近づく車に注意して渡りましょう。



通り慣れた道路でも、安全をしっかりと確認して渡りましょう。

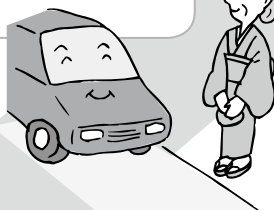


夕方や夜間の外出には反射材を活用し、運転者から発見されやすいように配慮しましょう！



【高齢ドライバーの皆さんへお願い】

運転者の皆さんは、歩行者を見かけたら「思いやり」の心を持って運転しましょう。



交差点では、徐行や一時停止と十分な安全確認をしましょう。



信号機や一時停止の標識の見落としに注意しましょう。



○自転車の安全利用の推進

○全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

○飲酒運転の根絶

— 街頭指導 —

7月19日(木)は県下一斉街頭活動日です。市でも期間中、主要な交差点などで街頭指導を行います。交通安全を心掛けましょう。

岡市交通安全推進協議会（穂生活環境課交通防犯係内）（TEL82・3131（代）FAX82・6622）

太陽光発電

今なら！ 安曇野市 太陽光補助金 1kW 当り 30,000円

実績豊富な専門家におまかせ下さい サンジュニア

設計見積無料！まずはお電話を 73-7481 松本営業所 安曇野市堀金烏川3894-3

相続 贈与 遺言 専門家に任せて安心!!

無料相談会 開催!! ※ご希望の方はお電話にてご予約下さい。

7月14日(土)9:00～17:00

7月31日(火)17:00～20:00

8月18日(土)9:00～17:00

会社設立・決算申告 佐々木会計事務所 社会保険・建設業登録等 〒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.sasakiikaiei.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
◎長野県社会保険労務士会 所属 社会保険労務士：浅川 知己

★広告掲載のお申し込みは、(株) 共立プランニング (TEL34・2515) まで