

広
報

あづみの

 安曇野市

Azumino City

Public Relations

No.151

9

2012. 9. 26

contents

市総合防災訓練を実施	2
安曇野IC名称変更記念イベント	4
協働のまちづくり出前講座	6
減らそう 市税の滞納	8
あづみんが5周年	13

「水の精」舞う

新作能 犀龍小太郎

8月18日 第22回信州安曇野新能



市民の声 訓練に参加



三郷地域区長会長
七日市場代表区長
みさわこういち
三澤 一さん
三郷明盛

緊張感をもって
災害に備えたい

普段と違う大規模な訓練に、参加した区民全員が真剣に取り組むことができました。区の自主防災体制も整ってから日が浅く、準備することはたくさんあります。区民全員が緊張感をもって災害に備えて行きたいです。

若者の参加を

災害から大切な命を守るための訓練ですが私たち若い世代の参加が少ないのが気になります。

日ごろから消防団活動や自主防災訓練に参加することで若い人にもぜひ防災について関心をもってほしいと思います。



市消防団
第3分団 分団長
まるやまえいじ
丸山 栄一さん
豊科高家

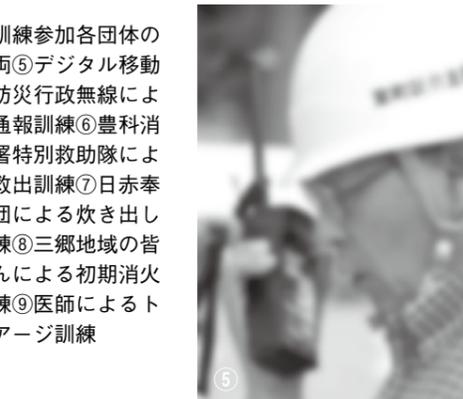
訓練を見学



家族で地震体験車を体験

かたぎりかずまさ
片桐 一正さん 三郷温

地震体験車に初めて乗ってみて、ものすごい揺れに驚きました。アパート住まいのため、災害時に避難場所などどうすればいいのか分からなく不安がありました。家族と確認し地震に備えたいと思います。



①三郷地域の皆さんによる救出訓練②消防団員による土のう作り訓練③松本広域消防局のはしご車を使った高所救出訓練

④訓練参加各団体の車両⑤デジタル移動系防災行政無線による通報訓練⑥豊科消防署特別救助隊による救出訓練⑦日赤奉仕団による炊き出し訓練⑧三郷地域の皆さんによる初期消火訓練⑨医師によるトリアージ訓練

市総合防災訓練を実施

◎大切なのは日ごろの備え

「糸魚川—静岡構造線断層帯」が縦断する安曇野市。市では、この断層を震源とする直下型大地震を想定し、防災週間（8月30日～9月5日）中の9月2日、三郷文化公園を主会場に総合防災訓練を行いました。

注目情報 1

整備した防災行政無線で
三郷地域内各区と訓練を実施

市総合防災訓練は、地域防災計画に基づいて行うもので、当日は、自主防災組織や市民の皆さんのほか、市消防団や市と災害協定を結ぶ医師会など計24の団体、企業約750人が参加し、避難訓練や救出訓練など34項目の訓練を行いました。また、昨年整備したデジタル移動系防災行政無線を使った通報・伝達訓練を初めて行いました。

30年以内に14%の確率で
M8.0の地震の可能性

市内には「糸魚川—静岡構造線断層帯」があり、国の地震調査研究推進本部によると、マグニチュード8程度の地震発生確率は30年以内に14%と公表されています。



ハザードマップで避難場所などを確認できます

東日本大震災の影響でその発生確率が高まった可能性も指摘されています。地震に対する正しい知識と日ごろからの備えが大切です。

日ごろの備えが大切
「自助」「共助」で
「防災力」を強化

災害の発生直後は救助活動・支援活動が始まるまでの間、家族や隣近所が協力し合う「自助」「共助」で自分自身の身を守る必要があります。できることから災害に備えておきましょう。

- ・ 避難方法や連絡方法の確認
- ・ 自主防災組織の訓練参加
- ・ 災害時危険箇所の確認

- ・ 非常持出品の準備
- ・ 住宅の耐震化
- ・ 家具などの固定

岡堀金総合支所内危機管理室
(TEL) 72・6769 (FAX) 72・6739

【前日祭】

10/6日(土) 7日(日)

- 時間 12:00～17:00 ●時間 9:00～17:00
- 会場 国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)
- ※6日(土)と7日(日)は無料開園日です。

ふるさと安曇野からの情報発信

第7回 安曇野フェスタ

「安曇野IC」名称変更を記念し第7回安曇野フェスタを2日間に拡大して開催します。秋の安曇野を満喫してください。
 園安曇野フェスタ実行委員会(市役所穂高総合支所観光課内)
 TEL82・3131(代) FAX82・6622

安曇野ICからはまるごと信州旅 日本アルプスエリア

まるごと大収穫祭!

信州・日本アルプスエリアの魅力为全国に発信する「安曇野IC」名称変更記念広域連携イベントです。
 園安曇野IC名称変更記念広域連携イベント実行委員会事務局
 (市役所穂高総合支所観光課内) TEL82・3131(代) FAX82・6622

10/7日(日)

- 時間 9:00～16:00
- 会場 信州安曇野スイス村「サンモリッツ」(大・中ホールおよび駐車場内 特設会場など)



「安曇野IC」名称変更記念イベント

信州・安曇野の魅力为全国に発信
 日本アルプスエリアまるごと大収穫祭! & 第7回安曇野フェスタ

「豊科インターチェンジ(IC)」は、中信地域へ観光客を導く最寄りのICとして、また地域の商業・工業を支える輸送拠点としての役割を担ってきました。昨年は、テレビドラマなどの影響から多くの観光客が安曇野を訪れました。安曇野が注目されるこの機会を逃すことなく、安曇野を全国に発信するとともに、道路利用者の一層の利便性を高めるため、「豊科IC」は、10月7日から名実ともに、安曇野市の高速道路の玄関口として「安曇野IC」に名称が変わります。これを記念して「第7回安曇野フェスタ」と「日本アルプスエリアまるごと大収穫祭」の2つのイベントを開催します。

サンモリッツ駐車場エリアの催事

●秋の味覚市場 日本アルプスマルシェ 採れたて野菜や果物など、農産物が盛りだくさんです。

サンモリッツ大ホール内の催事

●秋のドライブナビゲーションコーナー 参加各団体のPRや秋の観光見どころ情報をご案内します。

●秋の味覚 お土産・グルメスリート 山賊焼やおやき、円揚げなど参加市町村の魅力あるご当地グルメをご賞味ください。物産・加工品なども販売します。

広域連携イベントスタンプラリー

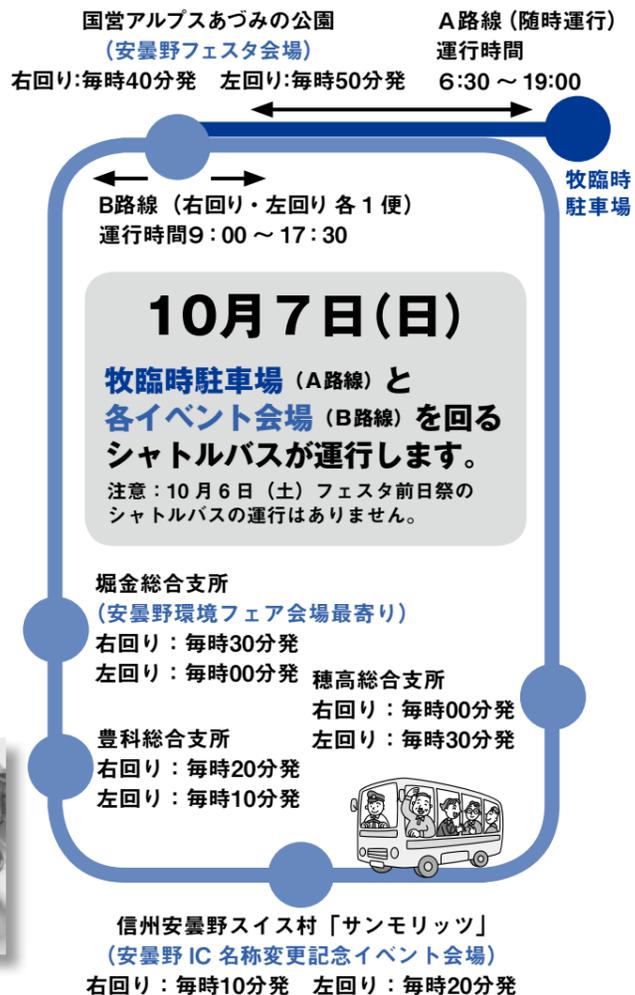
抽選で200人に参加13市町村の特産品が当たるスタンプラリーを行います。参加市町村のイベントを巡ってスタンプを集めよう! (11月9日まで実施)

サンモリッツ中ホール

●フードコート 中ホールは、式典終了後の正午以降、食事コーナーとして開放します。



円揚げ



10月7日(日)の催事

- 復興応援 ▽三陸石巻雄勝直送「海産物大網焼き会」▽東北・安曇野交流物産市場①三陸石巻雄勝等特産品市場②安曇野特産品市場(新宿中村屋信州・安曇野レトルトカーリ販売)③友好都市特産品市場
- 安曇野産新米とお漬物の試食
- 手仕事仲間によるマーケットの開催(6日・7日)

- 復興応援 ▽三陸石巻雄勝直送「海産物大網焼き会」▽東北・安曇野交流物産市場①三陸石巻雄勝等特産品市場②安曇野特産品市場(新宿中村屋信州・安曇野レトルトカーリ販売)③友好都市特産品市場
- 安曇野産新米とお漬物の試食

会と販売

- 安曇野豚の丸焼き実演コーナー
- 安曇野野菜スイーツ試食コーナー
- 国際交流多文化共生広場・ミニステージ・ストリートパフォーマンスをご観覧ください。
- 安曇野フェスタステージ 安曇野市農産物応援キャラクターの紹介/世界の民俗芸能/YOSAKOI安曇野ステージ/アルクマ・こてつ/安曇野ウェディング提案ステージなど
- 缶バッチ作り体験
- 安曇野産牛乳の試飲と骨密度測定会を行います。
- 国産車、外国車のノスタルジックカーが来場します。

あづみ野 野菜スイーツフェア開催

北アルプスのすそ野に広がる美しい田園のまち、信州安曇野。この清らかな大地がはぐくんだ野菜をふんだんに使ったスイーツを、下記期間中に市内16店舗で販売します。安曇野の大地がはぐくんだスイーツをご賞味ください。

- 開催期間 10月13日(土)～28日(日)
- 参加店舗 市ホームページと新聞折り込みでお知らせします。
- 園安曇野ブランド推進室 (TEL82・3131(代) FAX82・6622)



こてつ&アルクマがやってくる!

吉本興業の「長野県に住みます芸人」[こてつ](信州観光宣伝部長)と長野県観光PRキャラクター「アルクマ」がやってくるよ。

- 日時 10月7日(日)
- こてつ まるごと大収穫祭 9:00～11:00
安曇野フェスタ 12:30～17:00
- アルクマ 安曇野フェスタ 9:30～12:30
まるごと大収穫祭 13:30～16:00



アルクマ



こてつ

安曇野インターチェンジ名称変更記念式典

- 日時 10月7日(日) 10:00～11:00
- 場所 信州安曇野スイス村「サンモリッツ」(中ホール)
- 園都市建設部監理課 (TEL72・3111(代) FAX72・3569)



協働のまちづくり出前講座 (全 77 メニュー)

講座メニュー	時間	講座メニュー	時間
1 地下水保全講座 「安曇野の水資源を次世代へ」	60分	40 安曇野市の土地利用制度について	45分
2 安曇野自然環境保護講座 「特定外来生物の拡大を防ぐために」	60分	41 地域の景観づくり	45分
3 資源物の分別とそのゆくえ	60分	42 次世代に誇れる景観づくり	45分
4 障害者福祉制度について	60分	43 わが家の震災対策	45分
5 災害時支え合いマップについて	60分	44 安曇野観光への取組み (平成 25 年 4 月から)	45分
6 介護予防について	60分	45 商店街振興施策について	45分
7 認知症予防について	60分	46 就職・就労に関する各種支援機関のご案内	45分
8 高齢者虐待防止について	60分	47 安曇野市の工業振興ビジョンの推進と産業振興施策	45分
9 成年後見制度について	60分	48 農作物等を被害から守る有害鳥獣対策	60分
10 介護保険制度について	60分	49 農地・水保全管理支払交付金について	60分
11 高齢者のための在宅福祉サービス	60分	50 松くい虫対策について	60分
12 住民基本台帳法の一部改正に伴う外国人登録法廃止について	60分	51 モンキードックを活用した獣害対策	45分
13 国民健康保険制度について	60分	52 農地・農村環境を保全する荒廃農地対策	45分
14 後期高齢者医療制度について	60分	53 環境にやさしい農業の推進について	45分
15 安曇野市の子育て支援事業について	60分	54 畜産悪臭対策について	45分
16 児童虐待防止について	60分	55 加工施設を利用してもっと楽しく、おいしく食べてみませんか	45分
17 子どもの発達とあそび	60分	56 農業委員会の仕事とは	60分
18 健診結果を 100%生かすコツ	60分	57 情報公開制度の利用方法等について	90分
19 危ない食後の血糖値！～糖尿病予備軍について～	60分	58 協働のまちづくりについて	60分
20 血管元気！バランス食～食べ物と血液の深い関係～	60分	59 市民活動について	60分
21 歯・口の健康について	60分	60 NPO ってなあに？	60分
22 消費生活講座「私たちは狙われている」	60分	61 安曇野市総合計画について	60分
23 これからの安曇野らしい公民館活動のあり方を求めて	60分	62 市の行政評価について	60分
24 安曇野市生涯学習推進計画について	45分	63 市の公共交通について	60分
25 インターバル速歩を実施して	45分	64 安曇野市の財政状況について	90分
26 安曇野入門	45分	65 新本庁舎建設について	90分
27 家庭教育支援について	45分	66 安曇野市の組織と仕事について	45分
28 「文化のかおるまち」を築くために	60分	67 安曇野市の行財政改革について	45分
29 もっと知りたい！ 名誉市民の人と業績	60分	68 固定資産税のしくみ	60分
30 虫の眼でみた安曇野の自然	90分	69 市税講座 住民税特別徴収編	60分
31 安曇野市図書館をご案内します。	60分	70 市税講座 暮らしと市税 (住民税編)	90分
32 安曇野市の防災対策	60分	71 市税講座 暮らしと市税 (申告編)	90分
33 自主防災組織の役割	60分	72 親子で租税教室	60分
34 家庭の備えと地域の連携	60分	73 インターネットのたのしい利用について	90分
35 安全でおいしい水道水ができるまで (基本講座に選択 8 講座から希望講座を選択)	120分	74 子供のインターネット利用にひそむ危険性について	60分
36 安曇野市の上水道事業について	45分	75 選挙のはなし	60分
37 安曇野市幹線道整備計画について	60分	76 安曇野市の会計業務について	60分
38 安曇野市橋梁長寿命化修繕計画について	45分	77 議会のしくみ	60分
39 安曇野市の都市計画について	45分		

※時間は講座 1 回あたりの目安です (質疑時間を含みます)。

注目情報

3

10 月から開講！

協働のまちづくり出前講座

市では、市民の皆さんが市政への関心を高め、これからのまちづくりを市と共に考えていただくきっかけづくりとして、10 月から「協働のまちづくり出前講座」を開講します。市の施策や制度について、担当職員が市民の皆さんに分かりやすく説明させていただきます。地域の集会やご近所の集まりの機会などにご活用ください。

お問い合わせ・申し込み
〒399-8205 安曇野市豊科 4932 番地 46
安曇野市役所 企画財政部 まちづくり推進課 (県安曇野庁舎内)
TEL 71・2000 (代) FAX 71・5000
✉ machizukuri@city.azumino.nagano.jp



土日・祝日でもOK

受講可能日
年末年始 (12月29日から1月4日)を
除く平日・土日・祝日

受講可能時間
午前 9 時から
午後 9 時まで



10人以上から受講可能

市内に会場を確保いただける、市民、または市内に通勤、通学する 10 人以上が参加する団体、グループなどです。ただし、公序良俗に反したり、政治・宗教・営利を目的としたりする場合と判断されるときは受講できません。

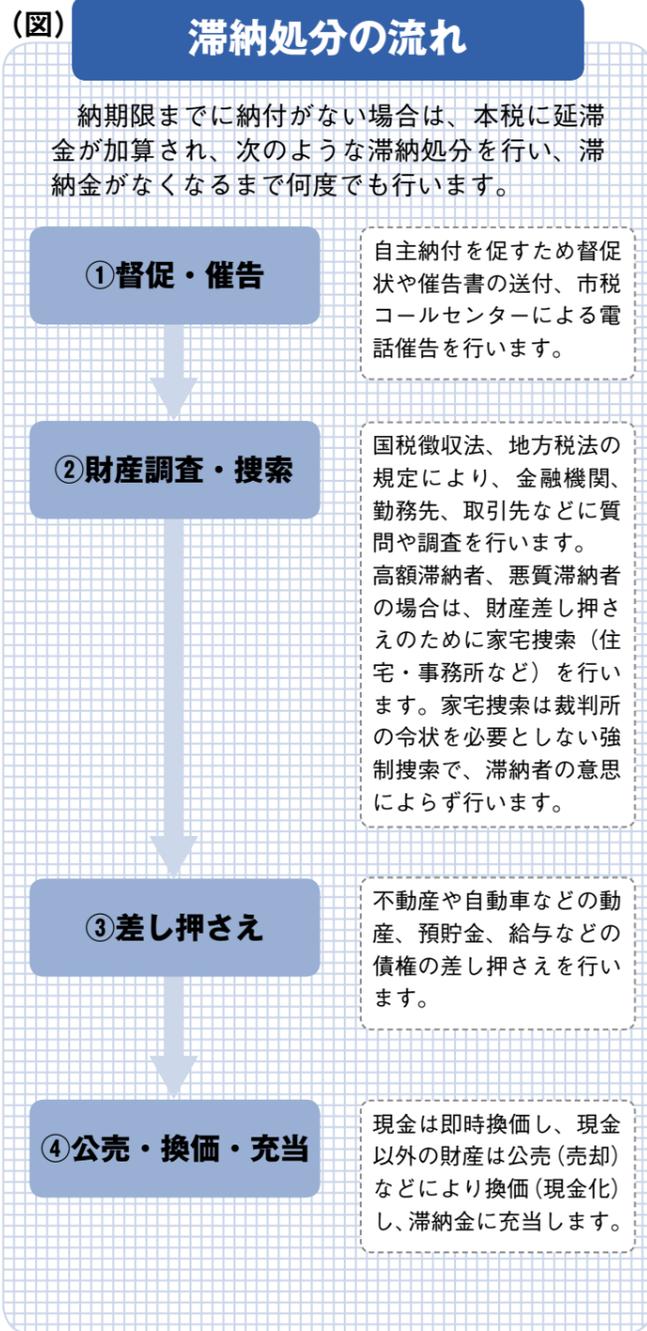
謝礼は必要ありません

説明は市の職員。謝礼や交通費など職員派遣に関する費用は必要ありません。ただし、会場使用料や資料印刷代などは、申込者でご負担ください。

1カ月前までに申込

開催希望日の1カ月前までに、申込書を、まちづくり推進課へ提出してください。(郵送、ファクス、電子メールでも申し込み可) 担当部署と調整の上、派遣の可否をご連絡します。申込書は、各総合支所、各地域公民館、各図書館、市民活動センターなどにあります。

※この出前講座は、皆さんに市政について理解を深めていただくためのものです。説明に関する質疑やご意見はお受けしますが、苦情や要望などはお受けできません。



差し押さえた財産は、公売などで現金に換価し、滞納税に充当します。昨年度の売却総額は24万8,250円になりました。写真：県との合同公売会



ローンの支払いより優先される税の納付

市では、納期限までに市税を納めていただけなかった場合、左図のような滞納処分を行います。市税の徴収には、ローンなどの私債権に対して優先権が定められており、裁判所の令状によらずに差し押さえなどの滞納処分を強制執行できる権限が認められています。

差し押さえた現金以外の財産は、県との合同公売会やインターネット公売などを通じて現金化し、滞納金に充当します。徴収困難な事案などは、滞納整理専門組織「長野県地方税滞納整理機構」へ移管し、滞納額の縮減に努めています。税金はさまざまな市民サービスを提供するために欠かせないものです。市では今後も市税の収納率向上と税負担の公平性の確保に努めていきます。

納税が困難な場合は、収納課にご相談ください

経済状況の急激な変化などから、今まで納期限内に納税していた人でも滞納者になってしまう場合があります。滞納税には、延滞金の加算や財産の差し押さえなど、経済的な不利益ばかりでなく、滞納処分の際には、勤務先への給与調査や、金融機関への預貯金調査などを行うため、社会的な信用も失うことになる恐れがあります。納期限内の納付が困難となった場合は放置せず、まずは収納課にご相談ください。

相談窓口 豊科総合支所内収納課 (TEL) 72・3111 (代) (FAX) 72・8340



◎減らそう 市税の滞納

期限を守り市税を納めましょう

市では、税負担の公平性と公共サービスの充実を図る財源をそれぞれ確保するため、滞納整理に積極的に取り組んでいます。悪質な滞納者には財産の差し押さえなどの処分を厳正に行っています。

滞納8千5百万円減少
なお8億円が残る

市民の皆さんが納める市民税や固定資産税、軽自動車税などの市税は、福祉や子育て、市道の整備など、市のさまざまな事業を行うための財源となっています。

昨年度の市税の滞納額は総額8億2千7百万円余りで、滞納処分などの結果、平成22年度に比べ約8千5百万円近い縮減を図ることができました。(下表参照)

しかし、このうち1年以上納付がない過年度分の滞納額が6億4千8百万円余りを占めており、昨年度の市税約1億8千万円が、本年新たな滞納税となつて

まいりました。納期限内に納められず滞納期間が長期化すると納付が難しくなることが分かります。滞納が続くことは、市の適正な財政運営を妨げ、納期限内に納めている多くの市民の皆さんとの公平性を欠くこととなります。市では、滞納をなくすため、市納税コールセンターから早期納付を呼び掛けています。

一方で、納付できるのに納付しない悪質な滞納者には、き然と対応し、法律の規定に基づく財産の差し押さえなどを行っています。大切な税を確実に納めていただくため、便利な口座振替やコンビニエンスストアでの納付などをご利用いただき、「納期限内納付」にご協力をお願いします。

滞納額が減少した一方で、納付できないのに納付しない悪質な滞納者には、き然と対応し、法律の規定に基づく財産の差し押さえなどを行っています。大切な税を確実に納めていただくため、便利な口座振替やコンビニエンスストアでの納付などをご利用いただき、「納期限内納付」にご協力をお願いします。

(表) 市税滞納額などの状況

●収納率の推移 単位：%

年度	21	22	23
現年度分	97.80	98.23	98.46
過年度分	19.84	23.17	26.39

●滞納額の推移 単位：千円

年度	21	22	23
現年度分	255,949	200,433	178,570
過年度分	717,411	712,271	648,593
合計	973,360	912,704	827,163

●差し押さえによる徴収金額と件数の推移

年度	21	22	23
差押件数(件)	863	1,012	1,189
強制徴収(円)	44,882,888	48,642,426	48,508,695
自主納付(円)	14,443,541	16,516,935	24,554,006
合計(円)	59,326,429	65,159,361	73,062,701

※市税とは、「市民税」、「固定資産税」、「軽自動車税」などです。
※「現年度分」はその年度に課税された税を指し、「過年度分」は、1年以上前に課税された税金を指します。
※差押件数・徴収金額には国民健康保険税を含みます。
※介護保険料、保育料、水道料金などは含まれません。



督促状・催告書(写真)は必ず内容をご確認ください。

■安曇野の地下水は市民共通の財産 保全に向け指針を報告

安曇野の地下水の保全と適正利用について検討する市地下水保全対策研究委員会（会長 藤縄克之信州大学教授）は8月24日、安曇野市地下水資源強化・活用指針をまとめ、宮澤市長へ報告しました。

指針では、基本理念に地下水は「市民共通の財産」と位置付け、市民・事業者・行政一体での取り組みを示し、保全に休耕地など農地を利用する事や、取水の届出制、保全の経費を地下水利用者へ負担を求める独自の方法を盛り込んでいます。

藤縄会長は「全国に誇れる独創的で立派な指針ができました。全国の先進例になればうれ

しい」と指針完成の手ごたえを話しました。宮澤市長は「大切な地下水を次代に引き継ぐため、この指針を生かしていきたい」と話しました。



宮澤市長へ指針の内容を説明する藤縄会長

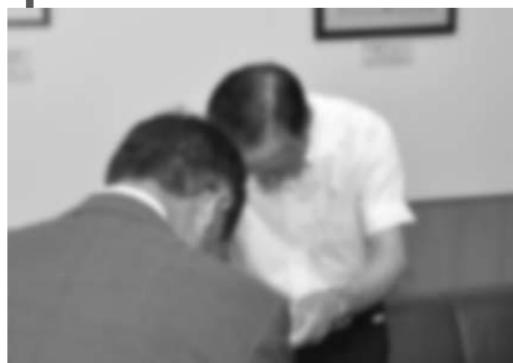
■豊科地域の児童館2館の統合を検討会が報告

市豊科地域児童館建設検討会（三原壽雄^{としお} 会長）は、豊科地域の児童館の建設検討報告書をまとめ8月22日、宮澤市長へ報告しました。

豊科地域南部の子どもたちが主に利用する豊科中央・高家の2つの児童館は、昭和53年にそ

れぞれ建設され、施設の老朽化や、利便性などの面から今後の施設の整備のあり方について同検討会で検討してきました。

報告書では、児童館内にある放課後児童クラブを分け、児童館と児童クラブ室を別々に整備すること。児童館を現在の豊科



三原会長から宮澤市長へ報告書が手渡された

中央児童館の付近に建設し、児童クラブ室は子どもたちが利用しやすい豊科南小学校付近に建設することなどが報告されました。

宮澤市長は、「検討結果を尊重しながら、地域の子育てを第一に検討したい」と話しました。

■地震被害を想定 上水道事業関係者が災害時の対応を訓練

市では、地震災害を想定した上水道災害時対応訓練を豊科高家配水場で8月10日、行いました。

訓練には、市上下水道部、管工事事業協同組合など関係機関から60人が参加。市内が震度6強の地震に見舞われ、上水道配水管の一部を破損する被害を想定した情報伝達訓練に始まり、

続く停電対応では、非常用自家発電機を始動し、取水・送水ポンプの操作方法を訓練しました。このほか、緊急遮断弁の手動操作の訓練や給水車・給水タンク搭載車への水搭載訓練、断水地域への給水訓練などが行われました。

講師で中野純上下水道部長は、「災害が起きると気が動転

しがちですが、訓練を生かし落ち着いて対応してほしい」と参加者に呼び掛けました。

市では今回の訓練結果をもとに、災害時における一層の対応・復旧能力の向上に努めます。



模擬配管による破管箇所の修理訓練の様子

■JA全農長野・(株)マイパール長野と市が「森林の里親契約」を締結

市と全国農業協同組合連合会長野県本部（JA全農長野）および(株)マイパール長野は、堀金烏川の森林約54haを対象にした「森林の里親契約」を締結し、9月10日、調印式を市内で行いました。

この契約は、県が仲介し、企業などが市有林など森林の「里親」となり、間伐や枝打ちなど



里親の2社と契約調印を行う宮澤市長（写真左）

の森林整備のほか、資金面での支援を行う取り組みです。市内では3件目の契約となります。

里親の2社は、市内で収穫された長野米を取り扱っており、森林保全により稲作に必要な水を確保し、良質な長野米を育てると市と契約したものです。

当日は里親のJA全農長野の埋橋茂人本部長、(株)マイパール

長野の大澤一夫社長、仲介役の県林務部の塩入茂部長が出席。大澤社長は「森と水を守り、安心・安全な安曇野産長野米を全国に届けたい」と話しました。

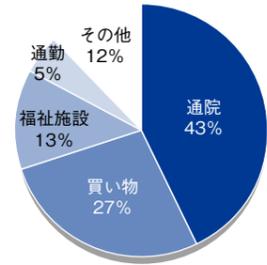
契約期間は3年。JA全農長野は年間50万円、(株)マイパール長野は市内で収穫された「長野米」の売り上げの一部など18万円を森林整備費として支援します。

利用者アンケート

昨年12月に行った「あづみん」利用者アンケートの一部を紹介します。

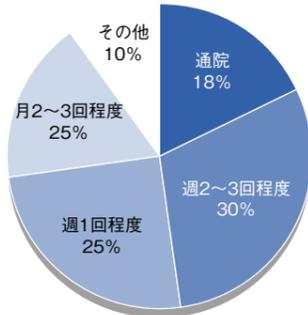
Q. 利用目的は

通院と買い物で7割を占めています。金融機関、美容院、知人宅訪問、会合などで利用している少数回答もありました。



Q. どの程度利用する

ほぼ毎日、週2~3回程度という利用者が多いのは「通院」「買い物」の利用者が多いことに関連していると思われます。



ご利用の前に 利用登録が必要

「あづみん」を利用いただくには、あらかじめ利用登録をしていただきます。登録は各総合支所地域支援課の窓口にて備え付けてある登録用紙か電話、ファクスなどで、住所・氏名・電話番号などの登録をしてください。登録用紙は市のホームページからもダウンロードできます。登録料・更新料は掛かりません。詳しくは下記へお問い合わせください。

市社会福祉協議会本所

TEL 71-1233 FAX 73-1114

または市役所企画政策課

TEL 71-2000(代) FAX 71-5000



■土地利用・景観に関する3つの条例が整う

県内では6番目となる「安曇野市屋外広告物条例」が10月1日から施行されることにより、市では合併以降検討してきた「土地利用（豊科地域は線引き制度を廃止した日から条例適用）」「景観形成」のルール作りが整い、全市統一の土地利用・景観制度が本格的にスタートします。

市では全市統一の土地利用・景観制度へ向け「目指すべき土地利用制度」「実現のための制度の詳細化」について、市民アンケートなどを参考に平成18年から検討してきました。土地利用については、市独自の条例として「安曇野市の適正な土地利用に関する条例」、景観づくりについては「安曇野市景観条例」をそれぞれ定め、平成23年4月から運用しています。



条例や計画の概要をまとめた冊子やガイドライン

する時には所定の手続きが必要になる場合があります。条例の内容や必要な手続きの方法をまとめた冊子やガイドラインを建築住宅課窓口や市ホームページでご覧いただけますのでご利用ください。

豊科総合支所内建築住宅課

(TEL 72-3111(代) FAX 72-3569)

●3つの条例の概要

条例名	安曇野市の適正な土地利用に関する条例	安曇野市景観条例	安曇野市屋外広告物条例
施行期日	平成23年4月1日	平成23年4月1日	平成24年10月1日
概要	市の土地利用の基本となる計画、開発事業を行う際の手続き等を定め、適正かつ合理的な土地利用を図ります。	宅地造成や住宅の新築、増改築、移転、外観の変更を行う場合、開発許可や建築確認申請を行う前に届出を義務付けることで、市内の景観を守り、暮らしやすさと産業発展のバランスが取れた田園産業都市の実現を目指します。	屋外広告物等の表示方法や設置時の安全の確保、地域の景観との調和を図るための手続きや禁止行為を定め、次世代に誇れる景観づくりを推進します。
まちづくりの方向性を示す計画	安曇野市総合計画 安曇野市都市計画マスタープラン	安曇野市国土利用計画 安曇野市農業振興地域整備計画	
手続や基準を規定する計画	安曇野市土地利用基本計画 特定開発事業の認定指針	安曇野市景観計画	
手続や基準を解説する手引	安曇野市土地利用ガイドライン 安曇野市土地利用ガイドライン(概要版)	安曇野市景観づくりガイドライン 安曇野市景観づくりガイドライン(住宅版)	安曇野市屋外広告物条例のしおり

■おかげさまで5周年 乗り合い公共交通システム「あづみん」

「あづみん」は、平成19年9月の運行開始以来、延べ40万人の皆さまにご利用いただきました。これからも市民の皆さまに愛され続ける公共交通を目指して走り続けます。

もっと身近に「あづみん」を

「あづみん」は、市域域公共交通協議会と市社会福祉協議会、市内タクシー会社4社が共同で運営している乗り合い公共交通システムです。ワゴン11台、セダン3台の合計14台の車両が、土日、祝祭日、年末年始を除く平日の午前8時から午

後4時台まで約1時間間隔で市内を運行しています。

約8割が女性、約6割は70歳以上

1日の平均利用者数は約360人で、昨年行った利用者アンケートによると、利用者の約8割は女性、約6割は70歳以上という結果でした。この数字は以前から変わらず「あづみん」は移動手段がない高齢者の皆さんにとって貴重な交通手段であると言えます。

玄関から玄関をつなぎます

「あづみん」は、電話予約した乗客を原則として自宅前から目的地まで乗り合い車両で送迎します。したがって停留所がなく時刻表もありません。ただ、複数の利用者と相乗りになるため、予定している到着時刻が多前後します。時間に余裕を持ってご利用ください。

一度の乗り継ぎで市内全域へ

市内5地域の運行エリア内や豊科共通乗り合いエリアと他のエリア間、穂高と明科地域の運

行エリア間は1乗車300円で移動できます。共通乗り合いエリアで乗り継ぎをすれば1乗車300円の追加料金で他の地域へも移動することができます。

利用者の満足度向上のために

昨年度から、市社会福祉協議会による受付センターのオペレーターおよび運行会社のドライバーを対象とした「接客マナー研修会」を行っています。これからも利用者の皆さまに気持ちよく乗車していただけるよう努めていきます。



安曇野の夜空へ1万1千発

8/14 第6回安曇野花火大会

6回目となる安曇野花火大会（実行委員会主催）が8月14日、明科御宝田遊水池で行われました。本年は「輝け安曇野」をテーマに1万1千発の花火が打ち上げられました。

市消防団音楽喇叭隊のファンファーレに合わせ、オープニング花火が一斉に打ち上げられた後、「錦」や「菊」など7つのテーマに沿って、色とりどりの花火が打ち上げられると集まった約2万人の観客から大きな拍手と歓声が上がっていました。



いにしえ

古の安曇野の姿を巡る

8/11 古墳発掘調査見学会

市の史跡「穂高古墳群」のうち、代表的な古墳を巡る古墳発掘調査見学会（豊科郷土博物館主催）が8月11日に行われました。このうち国営アルプスあづみの公園内のF9号古墳では、國學院大学による発掘調査を見学し、石室の様子などの説明を受けました。当日は19人が参加。参加者の北野のぞみさん（豊科北中1年）は「発掘作業がとても楽しそうでした。見学した古墳の様子は学校の授業で発表してみたいです」と話してくれました。



青空の下に子どもたちの歓声

9/1 あづみっ子祭り

あづみっ子祭り（市教育委員会主催）が9月1日、豊科南部総合公園で行われました。この催しは、市内の幼児から小学生までの子どもたちが野外での遊びを通じて交流するもので、当日は2,000人を超える参加者が来場しました。会場には紙飛行機やシャボン玉などの体験あそび、めんこ、お手玉などの伝承あそびコーナーなどが設けられ、遊びを満喫する子どもたちの元気な声が会場に響きました。参加者の義見風醒くん（小1）は「巨大迷路で弟と友達とで遊んだのが一番楽しかったです。来年も来たいです」と話してくれました。



たきぎ

新能・幽玄の世界を堪能

8/18 信州安曇野薪能

第22回信州安曇野薪能（実行委員会主催）が8月18日、明科龍門湖公園多目的広場の特設能舞台で開催されました。

この薪能は、観世流能楽師であった名誉市民の故青木祥二郎さんが旧明科町の名誉町民に選ばれたことがきっかけで始まったものです。

第18回薪能以来の再演となる新作能「犀龍小太郎」は、松本平の誕生にまつわる民話をもとに青木道喜師が創作したもので、小太郎たちが岩山を砕いて湖の水を抜き、豊かな平野をもたらすという物語です。親しみやすい内容と、ユーモアのある演出に会場は大いに盛り上がりました。

このほか能「菊慈童 遊舞之楽」や狂言「六地藏」なども上演され、会場に詰め掛けた約700人の観客は、夕闇に迫るアルプスの山々を背景に、かがり火が映し出す幽玄の世界を心行くまで楽しみました。また、開演前には市内の小・中学生の皆さんによる連吟・仕舞が披露されました。



スタジオ完成 開局準備着々

8/25 あづみ野エフエムスタジオ見学会

市内を主な放送エリアとするコミュニティーFM局、あづみ野エフエム放送（花村薫社長）のスタジオが完成し8月25日、関係者などに公開されました。当日は、スタジオでの模擬放送や、11人のパーソナリティー、番組審議委員などの紹介が行われました。同局では1日3回、2時間程度の生放送による自主製作番組のほか、外部からの番組配信を受け24時間放送を行う予定です。花村社長は「市民参加型の安曇野が元気になる番組づくりを目指したい」と話しました。周波数は76.1MHz。11月中旬の開局を目指します。



健康一番 長寿の秘訣

9/5 市内最高齢者などに祝い品伝達

市では、敬老の日の高齢者祝賀事業として、9月5日、市内で男性の最高齢者となった嶋崎巖さん（102歳）を村上副市長が訪問し、祝い品を手渡しました。嶋崎さんは、目標の100歳に到達してあらためて健康が一番と感じ「孫やひ孫の成長が楽しみ」と話しました。また、長寿の秘訣は「規則正しい生活と3度の食事。頭を使うこと。そして毎日を悔い残さずに生きること」と話してくれました。

このほか、市内で女性の最高齢者の三枝つるさん（106歳）をはじめ、本年度88歳を迎える男女512人と100歳を迎える男女28人にも祝い品を贈り、長寿を祝いました。

市民運動会

スポーツの秋運動会に行こう!

社会教育課社会教育係
TEL 62・4565 FAX 62・3525

本年も市民運動会を各地域で開催します。当日、参加を受け付ける競技もあります。大勢の皆さんの参加をお待ちしています。詳細は各公民館・体育館へお問い合わせください。

市民運動会日程 (いずれも日曜日)

Table with 4 columns: 期日, 地域, 名称・問い合わせ先, 会場. Rows include 穂高, 豊科, 三郷, 堀金, 明科.



昨年行われた堀金地域の運動会

安曇野市民スポーツ祭 9人制女子バレーボール参加者の募集

社会教育課スポーツ振興係
TEL 62・4565 FAX 62・3525

9人制女子バレーボールの競技会を開催します。多数の皆さんの参加と観覧をお待ちしています。日時 11月18日(日) 午前8時40分〜開会式 午前9時〜競技開始 場所 堀金総合体育館ほか 参加資格 ①市内に在住し、日ごろ練習を共にしていること。②大会当日20歳に達していること。(学生を除く) 定員 24チーム(先着順) 参加料 1チーム2000円 申込期日・方法 各地域公民館や体育館に備え付けの参加申込書に必要事項を記入の上、10月

安曇野市民スポーツ祭 種目別競技会の結果報告

社会教育課スポーツ振興係
TEL 62・4565 FAX 62・3525

18日(木)までに市体育協会事務局(堀金総合体育館内)へお申し込みください。詳しい内容は、開催要項をご覧いただくか市体育協会事務局(TEL 88・3516)へお問い合わせください。

《マレットゴルフ》

市民スポーツ祭で、終了した競技会の結果を報告します。大勢の皆さんのご参加、ありがとうございました。 開催日 7月1日(日) 場所 御宝田マレットゴルフ場 男子 優勝 小林和成 2位 松澤達 3位 小口寛次 女子 優勝 小須田勝子 2位 丸山悦子 3位 丸山美代子 《硬式テニス》 開催日 7月16日(月) 場所 豊科南部総合公園テニスコート 男子ダブルスA 優勝 田中智教・太田潤 2位 恩田雄介・伊東誠 3位 杉谷繁行・須崎三晃 中村晃仁・金田輝哉

親子料理教室参加者の募集

堀金公民館 TEL 72・5796 FAX 72・5801

小学生でも手軽に楽しみながらできる料理を親子で学んでみませんか。

- 内容・日程 第1回 10月20日(土) コンニャクづくり 第2回 11月17日(土) きのコスパゲティ・コンソメスープ 第3回 12月15日(土) 洋風薄焼き・トン汁 ※時間はいずれも午前9時〜正午まで ●場所 堀金小学校 調理室 ●講師 堀金食生活改善グループ・市食生活改善推進協議会 ●対象 市内小学校3〜6年生と保護者(小学生のみの参加も可能) ●費用 材料費1人1回あたり200円〜300円程度 ●定員 各回15組(30人)先着順 ●申込受付 10月2日(火)午前9時〜電話で受付



男子ダブルスB

優勝 布田正敏・片山裕士 2位 小松伸吉・宮阪利明 3位 大浦雅史・小林敏聡 吉原一彦・関口明広

女子ダブルスA

優勝 高島里加・小林可奈 2位 西里弥生子・丸山聡子 3位 横尾恵里奈・岩淵多恵子

女子ダブルスB

優勝 藤原まゆみ・高橋真紀 2位 蔵当範子・斎藤香代 3位 唐澤瑞貴・山岸美香 泉田千夏・上條恵里香

穂高公民館趣味の講座

松本山雅元エースストライカーが語る「チームワークについて」 穂高公民館 TEL 82・5970 FAX 82・3990

松本山雅のエースストライカーとして活躍され、Jリーグ昇格の原動力となった、柿本倫明さん(現松本山雅アンバサダー)を迎え、サッカーを通じたスポーツの魅力などをお話しいただきます。受講料・参加申し込みは不要です。受講料にお出掛けください。

日時 10月19日(金) 午後7時〜9時

場所 穂高公民館 講堂



柿本倫明さん



第3回ロビーコンサート開催

教育委員会文化課文化振興係(穂高交流学習センター「みらい」内) TEL 81・3111 FAX 82・0966

市内で活躍する音楽家の演奏を気軽に楽しめる人気の「ロビーコンサート」。今回は、ジャズサクソファンサンプルの SAXONION(サキソニオン)の皆さんのステージです。 ソプラノ・アルト・テナー・バリトンサクソとドラムスで、ジャズや歌謡曲など、皆さんに親しみのある曲をお届けします。 芸術の秋を彩る素敵なハーモニーをゆつくりとお楽しみください。

日時 10月6日(土) 正午〜午後1時

場所 穂高交流学習センター「みらい」エントランスホール

出演 SAXONION(サキソニオン) 曲目 「LOVE」「ルパン三世」のテーマほか

※演奏曲目は変更になる場合があります。 その他 申し込み不要・観覧無料

市総合芸術展 作品募集

社会教育課社会教育係 TEL 62・4565 FAX 62・3525

市中央公民館では、第2回市総合芸術展を平成25年2月15日(金)から24日(日)まで豊科交流学習センター「さぼう」多目的交流ホールで開催します。気軽にご出展ください。

●募集要項

- 第1部 平面作品展 ・分野 写真、絵画、水墨画、版画など(募集点数・約80点) ・展示期間 2月15日(金)〜17日(日)、19日(火)
- 第2部 立体作品展 ・分野 彫塑(木彫石彫全般)、陶芸、手芸、模型など

・展示期間 2月21日(木)〜24日(日)(募集点数・約65点)

●応募資格 市内在住の人で、自身で搬入・展示・搬出のできる人(応相談)。年齢は問いません。搬入・搬出の日時等詳細は、後日連絡します。

●応募期間 10月1日(月)〜11月30日(金)

●申し込み方法 社会教育課・各公民館に備え付けの用紙に記入の上、お申し込みください。

再発見!安曇野の文化

文化課文化財保護係 TEL 62・3090 FAX 62・3525

ヒョウモンモドキの標本

明科歴史民俗資料館の資料の中に古いチョウの標本があります。市民の方から寄贈されたもので、昭和30年代の明科周辺のチョウ相を知ることができます。

この中に、ヒョウモンモドキという美しいヒョウ柄のタテハチョウが収められています。このチョウは日本産チョウの中でも特に衰亡が著しく、長野県でも1990年代を最後に記録が途絶えています。

標本のラベルには「長峰」とあります。長峰山頂付近には今でもこのチョウの幼虫の餌となるタムラソウが生じていて、かつてこの草原にヒョウモンモドキが舞っていたことを知るよすがとなっています。



「長峰37年7月7日」のラベルが付くヒョウモンモドキの標本

平成24年度安曇野市図書館カレンダー（後期）

AZUMINO PUBLIC LIBRARY
安曇野市図書館

※システム更新のため、11月7日（水）・8日（木）は全館臨時休館となります。

は休館日、館内整理日 は特別整理期間 ※祝日は開館します。

●中央図書館 tel 84-0111	●豊科図書館 tel 71-4022	●三郷図書館 tel 76-3078	●堀金図書館 tel 72-5796	●明科図書館 tel 62-1122
10月	10月	10月	10月	10月
11月	11月	11月	11月	11月
12月	12月	12月	12月	12月
1月	1月	1月	1月	1月
2月	2月	2月	2月	2月
3月	3月	3月	3月	3月
開館時間	館名	月曜日～金曜日	土曜日・日曜日・祝日	
	中央図書館	午前9時～午後8時まで	午前9時～午後6時まで	
	豊科・三郷・堀金・明科図書館	午前10時～午後6時まで		

10月のイベント

図書館映画上映会（入場無料）

「チャールズ・チャップリン」
〈ミュージカル社時代2〉
2007年 アメリカ 字幕

●日時 12日（金）
開場 18:30 上映 19:00～

●場所 穂高交流学习センター「みらい」
多目的交流ホール

おりがみの部屋

中央図書館 ●日時 17日（水）16:15～
●場所 中央図書館
おはなしのへや

堀金図書館 ●日時 24日（水）16:15～
●場所 堀金図書館
児童コーナー

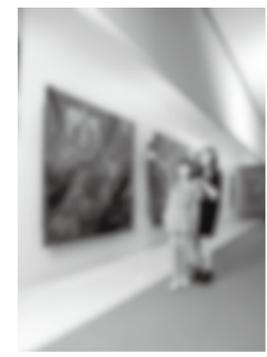
ドキドキ・ワクワクお話の世界

- ◇ 中央図書館 おはなしのとびら
中央図書館おはなしのへや
3・10・17・24日（各水曜日）
10:30～（乳幼児対象）
- ◇ 中央図書館 おはなしとしゃかん
中央図書館おはなしのへや
20日（土）10:30～（乳幼児対象）
11:20～（幼児以上対象）
- ◇ 豊科図書館 ちいさいたんぼぼ
豊科図書館多目的室
19日（金）11:00～（乳幼児対象）
- ◇ 豊科図書館 おはなしたんぼぼ
豊科図書館多目的室
19日（金）16:30～（幼児以上対象）
- ◇ 三郷図書館 ポケットの会
三郷公民館児童室
13日（土）10:30～（乳幼児以上対象）
- ◇ 堀金図書館 おはなしのへや
堀金図書館児童コーナー
10日（水）10:30～（乳幼児対象）
16日（火）16:20～（幼児以上対象）
- ◇ 明科図書館 ひまわりおはなしの会
明科図書館内おはなしの部屋
27日（土）11:00～（乳幼児以上対象）

「美術館や博物館に入館してみたいものの、その展示物の意味や魅力が良くわからない…」といった経験はありませんか。

このイベント（安曇野市美術館・博物館連携事業実行委員会主催）では、各施設のスタッフが作品の解説や作家のエピソードを交えながら、施設をご案内するギャラリートークを行います。各施設独自にギャラリートークを行うのではなく、各施設が連携し実施時間を調整することで皆さんに多くの施設をご覧いただくという試みで

安曇野ミュージアム
ギャラリートークシリーズ2012
文化課文化振興係
TEL 62・3090 FAX 62・3525



高橋節郎記念美術館

す。紅葉で色付く山々を眺めながら、安曇野の魅力を「観て」「感じて」「発見して」ください。

●期間 10月1日（月）～31日（水）

●参加方法 各施設で入館料が必要ですが、入館料、開館時間、休館日、実施時間などは、市ホームページでご確認いただき、各館または、市教育委員会へお問合せください。

●特典 複数の施設のギャラリートークに参加し、スタンプを集

明科図書館ひまわり講座④ 地域の歴史を学ぶ

「柏尾の御嶽社の歴史」
江戸時代末期から御嶽信仰が盛んであった明科東川手潮沢区の柏尾地区。柏尾の山中に建てられた「御嶽社」には、2メートル以上の2体の木像が安置されています。「御嶽社」を「御嶽様」と呼ぶ地域の人々が信仰してきた歴史を地元の皆さんから学びます。入場無料・申し込みは、不要です。

●日時 10月20日（土）

午後1時30分～3時

●講師 唐沢良英さん
●氏子総代 山崎歌清さん
●場所 明科子どもと大人の交流学習施設「ひまわり」ハーモニール
●対象 中学生以上
●定員 60人



御嶽社（明科潮沢区柏尾地区）

おすすめの1冊 ハグくまさん



紹介する人
宮沢京子さん
（豊科高家）

ニコラス・オールドランド著
落合恵子訳

私は朗読ボランティアで、デイサービス施設を月2～3回訪問させていただいています。どんな本を選んだらいいか、いつも心を砕いています。先日、落合恵子さんがテレビで「ハグくまさん」という絵本を紹介していました。

ロシアの森に住む外見は大きくてこわそうなハグくまさん。でも本当は獲物にしたいような小さな動物から自分より大きなヘラジカ、森の木々までハグ（抱きしめて）してしまいます。ある日、大好きな森の木を切ろうと木こりがやってきました。ハグくまさんは、心が乱れ木こりに襲いかかろうとしますが…

この絵本は小さな子どもから大人まで読める本です。ロシアの奥深い森の中、ハグくまさんの暖かくて、すべてを包み込んでくれる大きな心は、なぜか心がほっこりして、ハグくまさんのような心でいたいと、自分を見つめ直し豊かな気持ちにしてくれた一冊でした。

白井吉見文学館

TEL FAX 72・6743

友の会研修旅行

「木曾路文学の旅」参加者の募集

文学館友の会では、本年で第4回となる研修旅行を計画しました。秋の1日、信州が生んだ文豪・島崎藤村の出身地で、長編歴史小説「夜明け前」の舞台ともなった馬籠など木曾路を巡ります。島崎藤村学会理事の水野永一さんが同行され、案内や解説を聞きます。

- 日 程 10月13日(土) 7:00 文学館前出発
- 見学場所 中山道歴史資料館、馬籠宿・藤村記念館、高瀬家資料館など
- 募集人員 44人(先着順)
- 参加費 友の会会員4,000円 一般5,000円
バス代、入館料、昼食代、保険料等を含みます。(当日集金)
- 申し込み他 9:00から17:00までの間に文学館窓口または電話でお申し込みください。休館日(月曜日、祝日と重なる場合はその翌日)を除きます。参加決定者には後日詳しい資料をお送りします。お申し込みの際に、郵便番号・住所・氏名・電話番号・生年月日(保険に必要)をお知らせください



第44回

安曇野観光草競馬大会



当大会も数えること第44回を迎え、当日は県内外から約50頭の競走馬・ポニー・中間種・農耕馬・速歩馬などが出走し、白熱したレースが展開されます。

アトラクションとして、来場した子どもたちにはポニーの乗馬や馬車などの体験をお楽しみいただけます。また、物産の販売などもあります。草競馬を見られるのは全国でも珍しく、県内では塩尻市、大町市、佐久市(望月)、安曇野市の4市だけです。皆さんお誘い合わせの上、お出掛けください。

- 日 時 **10月13日(土) 雨天決行**
予選レース・9:30～
開会式・決勝レース・11:30～
- 場 所 **安曇野市営牧運動場**
- 問い合わせ 穂高総合支所内商工観光部観光課
電話 82・3131(代) ファクス 82・6622

貞享義民記念館

TEL 77・7550 FAX 77・7551

「岐阜大原騒動上宝村の善九郎を訪ねて」

参加者の募集

大原騒動の一つ、安永騒動で「徒党・強訴の頭取の罪」を問われ、弱冠18歳で獄門の刑に処せられた、本郷善九郎について学習します。

善九郎は処刑される4日前に、妻の「おかよ」に遺書をしたためています。遺跡を巡ったり遺書を読んだりしながら、善九郎の生き方について考えてみませんか。

- 日 時 10月4日(木)
- 募集人員 30人(先着順)
- 訪問場所 上宝ふるさと歴史館、本覚寺、善九郎の墓と寒念仏供養塔、喜十郎の生家と墓、発願同死霊光塔、善九郎の生家と墓
- 集合時間 7:50(厳守) ※解散18:30ごろ
- 集合場所 記念館ロビー
- 参加費 2,000円(昼食と資料・見学代等)
- 持ち物 飲み物や雨具等は、各自でご用意ください。※昼食は用意します。
- 申し込み 9月30日(日) 8:30から申し込みを受け付けますので、電話か記念館窓口でお申し込みください。

安曇野高橋節郎記念美術館

TEL 81-3030 FAX 82-0551

第7回高橋節郎賞
少年少女安曇野の風景画展

美術館友の会では、9月30日に小中学生を対象とした少年少女絵画教室を開催します。そこで制作された作品を美術館南の蔵で展示します。

- 会 期 10月6日(土)～21日(日)
9:00～17:00 ※最終日15:00まで
- 会 場 南の蔵(入場無料)
- 休館日 10月9日(火)、15日(月)



「日展を観る会」参加者の募集

美術館友の会では、日本最大の美術公募展「第44回日展(日本美術展覧会)」を鑑賞するツアーを計画しました。美術や工芸などに関心・興味のある人や一度は日展を見てみたい人は、この機会にご参加ください。

- 日 程 11月17日(土) 6:00 美術館前出発
- 場 所 国立新美術館(東京都)
- 参加費 8,000円(交通費、入場料、昼食代を含む)
- 定 員 40人(先着順)
- 申し込み 10月2日(火)から11月8日(木)の間(9:00～17:00)に電話でお申し込みください。(休館日は除きます)参加者には後日詳しい資料をお送りします。

豊科近代美術館

TEL 73・5638 FAX 73・6320

アート・クラフトフェスティバル IN 安曇野 2012

アート・クラフトのオリジナル性・技術力の高い作品を柱とした、自由な展示の作品発表を行います。ホソカワマサヒコ(漆平面、造形)、久保田裕美(ライブペインティング)、渡辺雅夫(木象画)、カミジョウミカ(平面)が新作を発表するほか、若手作家6人による「Photo 6 days gallery」を同時開催します。10月6日、7日の2日間は交流学習センター「きぼう」の会場でもっと身近な作品展・クラフト村も開催します。

- 会 期 10月3日(水)～8日(月)
- 開館時間 9:00～17:00 ※入場は16:30まで
※最終日は15:00まで
- 会 場 豊科近代美術館2階 交流学習センター・きぼう(10月6日、7日のみ)
- ◆入館料 大人500(400)円 高大生300(200)円
※()は20名以上の団体料金

墨で絵を描こう
水墨画講座参加者の募集

美術館では、水墨画の制作講座を行います。基本的な技術を習得して、オリジナル作品を制作します。

- 日 時 10月20日(土)・21日(日)
9:30～16:00
- 会 場 美術館メディアフォーラム
- 指 導 安曇野水墨画研究会主宰
小林紀美子さん
- 対 象 住所年齢不問(付き添いがなくても1人で参加できる人)
- 定 員 両日それぞれ10人(先着順)
- 参加料 300円
- 持ち物 昼食、飲み物、筆記用具、参加費、直径15cm程度の白い平皿2枚
- 申し込み 10月2日(火)から10月18日(木)の間(9:00～17:00)に電話でお申し込みください。(休館日は除きます)



墨の濃淡とタッチを使い描きます。

そば猪口アート公募展

「そば猪口アート公募展」の入選作品50点を展示します。日本全国の78人の芸家から寄せられた104点のそば猪口の中から、厳正な審査により選ばれた作品は、手のひらサイズのアート作品とも呼べそうです。個性豊かなそば猪口たちをご覧ください。

- 会 期 10月2日(火)～28日(日)
- 会 場 安曇野高橋節郎記念美術館 主屋
- 開館時間 9:00～17:00
- 入場無料(高橋節郎作品展示室は有料)
- 休館日 10月9日、15日、22日



講演

信州大学人文学部 委託調査報告会および 協働のまちづくり講演会 図章まちづくり推進課 (TEL71・2000(代) FAX71・5000)

市は、信州大学人文学部と地域文化の振興・生涯学習・学術研究などの分野で連携協定を結んでいます。昨年度、同学部に委託した調査研究の報告会と、協働のまちづくりに関する講演会を合わせて開催します。入場は無料で、どなたでもご覧いただけます。

調査研究報告会



「安曇野地域における住民活動の歴史(予定)」 信州大学人文学部 大串潤児 准教授

協働のまちづくり講演会



「地域住民組織の役割と協働の課題について」 信州大学人文学部 村山研一 教授

宝くじ助成

長野県市町村振興協会の助成で 防災資機材を整備

図章地域支援課地域担当 (TEL82・3131(代) FAX82・6622) 三郷地域支援課地域担当 (TEL77・3111(代) FAX77・6060)

(公財)長野県市町村振興協会では、「市町村振興宝くじ」の収益金を基金として運用し、災害時の復旧費用や、公共事業等の資金の貸し付けを行っています。これにより、市町村の財政運営を支援するほか、地域住民活動の振興を行っています。この事業を活用し、次の地域で備品などが整備されました。なお、牧区防災会では9月9日(日)に、整備された防災資機材を使用して防災訓練が行われました。また、上長尾区自主防災会では10月7日(日)に、白金区自主防災会では10月28日(日)に防災訓練が行われる予定です。



穂高地域 白金区自主防災会 投光器・発電機・担架などを整備しました。

日時 10月16日(火) 午後7時～9時 場所 豊科ふれあいホール

講習

普通救命講習会

図章危機管理室 (TEL72・6769 FAX72・6739)

明科消防署と麻績消防署では、AED(自動体外式除細動器)を使用した心肺蘇生法や、けが人が発生した時の応急手当の講習会を次のとおり開催します。

日時 10月14日(日) 午前9時～正午

場所 麻績消防署2階会議室

募集人数 20人(先着順)

受講料 無料

申込期限 10月11日(木)までに

明科消防署(TEL62・2992) または麻績消防署(TEL67・2992)へ電話でお申し込みください。

都市計画

各種都市計画決定の変更に 関する縦覧

図章都市計画課計画係 (TEL72・3111(代) FAX72・3569)

県と市では、安曇野都市計画区域への変更に伴い、都市計画法に基づく計画案の縦覧を行います。縦覧期間満了の日までに県知事、市長宛てに意見書を提出することができます。

変更内容

▽安曇野都市計画都市計画区域の



三郷地域 上長尾区自主防災会 ヘルメット、トランシーバー、テント、発電機などを整備しました。



穂高地域 牧区防災会 投光器・発電機・担架などを整備しました。

募金

結核のない明日をつくるために 複十字シール募金にご協力を

図章健康推進課保健予防係 (TEL81・0726 FAX81・0703)

複十字シール運動は、結核や肺がん、その他の胸部疾患をなくして健康で明るい社会を目指し行われている募金活動です。この運動は、現在約80カ国で行われ、結核撲滅の意識を広めるためのシールが発行されています。皆さんのご協力をお願いします。

募金期間 9月26日(水)～10月26日(金)

募金箱設置場所 各総合支所および各保健センター

複十字シールとは、結核撲滅の事業資金を集めるため作られた切手型のシールです。1904年にデンマークで始まり、現在は80カ国以上が発行しています。手紙・小包などの封印に、また年賀状・暑中見舞いなど、はがき文面に貼ることによって、友人・知人に健康への願いを伝えます。

複十字シール運動 キャンペーンキャラクター シールぼうや

整備、開発及び保全の方針(区域マスタープラン)の決定変更 変更 豊科都市計画区域 区域区分の変更

▽都市計画区域統合に伴う都市施設等の名称変更

縦覧場所 県庁建設部都市計画課、安曇野建設事務所、豊科総合支所内都市計画課

※県庁と安曇野建設事務所では区域マス、区域区分の変更等、一部の図書のみ縦覧できます。

縦覧期間 10月11日(木)～25日(木)(土日・祝日を除く)

意見書の提出 縦覧場所に用意してある用紙に必要事項を記入の上、縦覧期間内に提出してください。郵送の場合は10月25日(木)の到着分まで受け付け。なお、意見書を提出できる人は、市内在住の人および利害関係者に限ります。詳しくは、市役所都市計画課までお問い合わせください。

32ページ「ためして安曇野検定クイズ」の答え

- 問題1...③ 問題2...② 問題3...③ 問題4...③

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

協同組合 中央経友会は 新規農業法人設立を目指しています! 当組合では堀金烏川地区(扇町/下堀/倉田)・穂高柏原地区(久保田)で、カシス・ラズベリーなどの果樹栽培を行い、地域の商業や工業とも連携し、地元農業の活性化を図る活動を行っています。 信州農工商連携研究会会員 協同組合中央経友会 〒399-8211 安曇野市堀金烏川5064-7 TEL.0263-31-5105 担当/高木・田中まで

総合習い事スクール まんてんスマイル 生徒募集 勉強だけでなく学びや体験を通してお子様の感受性・創造力・コミュニケーション力を育む習い事テーマパークです。(入会金半額キャンペーン残りわずか!!(9/30まで) そろばん 将来の速算力を幼少期から習得 ノート速書き 速く正確に書いて集中力も養える 英語 聞く・話す・読む・書くがバランス良く身に付く そして何よりも お子様自身が楽しい! 無料体験レッスン随時受付中!! 24-0339 松本市梓川(松本市梓川313-2山上/ハウスはぎY101 株式会社ドマインド TEL.24-0339)

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

安いだけじゃない! 技術の高さ! SANPATSU-YA 私達はプロのヘアカット集団です。 GREAT VALUABLE CUTHOUSE SANPATSU-YA さんぱつ屋 カット&ブロー1,500円(税込) 安曇野店 安曇野市穂高770-3 新鮮市場内 TEL.0263-81-0380 イオン豊科店 安曇野市豊科4272-10 イオン豊科店内 TEL.0263-71-6050 STAFF募集 求人に関するお問合せは (株)フジミヤさんぱつ屋事業部 TEL.0263-47-3399(中) E-mail s_nakazawa@fujigrp-net.co.jp

あづみ野法祥苑 三郷法祥苑 たかせ川法祥苑 あなたの大切な方のご葬儀を心をこめてお手伝いします。もしものときは 冠婚葬祭互助会 株式会社アステップ信州 セレモニーセンター 年中無休24時間受付 松本市高宮中3-4 TEL.0263-26-3211

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

寄附・寄贈のお礼 【敬称略】(5/12～7/11)

▷GE富士電機メーカー株式会社 代表取締役 篠崎美調 60万円 「森林の里親」事業支援金として ▷有限会社滝沢新聞店代表取締役 滝澤博幸 100万円 豊科図書館・堀金図書館の蔵書購入費用として ▷黒沢光子 2万円【ふるさと寄附】水プロジェクト ▷吉川嘉彦 1万5千円【ふるさと寄附】重点プロジェクト▷(株)読売新聞松本広告社 図書カード千円券×10枚 1万円分(穂高西小学校へ5千円分、穂高東中学校へ5千円分)▷(社)日本禁煙友愛会豊科支部長 清水文男 鉛筆2本、画用紙四ツ切りをセットにして豊科南小学校へ115セット、豊科北小学校へ110セット、豊科東小学校へ60セット ノート1冊、画用紙四ツ切りをセットにして豊科南中学校へ125セット、豊科北中学校へ165セット▷飯沼千春図書「世界少年少女文学全集」全23冊 豊科北小学校へ▷豊かな学校給食を育てる会代表 中島こず江 栄村産白米 200*^{kg} 中部学校給食センターにおいて学校給食として▷(社)日本禁煙友愛会穂高支部長 宮島邦富 鉛筆2本:1892組、シャープペン:967本、ハンカチ:880枚穂高地域の小・中学校、幼稚園、保育園に▷田淵穂高 田淵行男蝶の細密画(ピエゾグラフ)5作品1組 田淵行男作品に親しんでいただくため

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、またはご家族の人はお気軽にご相談ください。

●日時 10月18日(木) 午後1時30分～3時30分

●場所 穂高健康支援センター

●申し込み 10月12日(金)(土) 日は除く午前8時30分から午後5時15分まで)までに電話で予約申し込みをしてください。

成年後見制度に関する無料相談
 穂高高齢者介護課介護予防係内
 地域包括支援センター
 (TEL81・0760 FAX81・0703)



法律・人権・調停・公証相談 穂高総務課庶務係 (TEL71・2000(代)FAX71・5155)

「法の日」週間実施委員会では「法の日」の週間行事として、金銭・土地・交通事故などに関する民事上の問題、成年後見・離婚・扶養・相続など家庭内のもめ事、差別・いじめなどの人権問題、遺言・任意後見契約などの公正証書に関する相談を行います。相談は無料で申し込みは不要です。来場の際には、相談に関する資料を持参してください。

●日時 10月3日(水) 午前10時～午後4時

●場所 長野地方・家庭裁判所松本支部

詳しくは、家庭裁判所松本支部内「法の日」週間実施委員会(TEL32・3043)へお問い合わせください。

不動産評価等の無料相談 穂高企画政策課企画担当 (TEL71・2000(代)FAX71・5000)

(社)長野県不動産鑑定士協会と(社)日本不動産鑑定士協会連合会の共同開催です。



市営住宅の入居者の募集 穂高建築住宅課住宅係 (TEL72・3111(代)FAX72・3569)

市営住宅の入居者を募集します。希望する人は内容をお確かめの上、お申し込みください。

●募集内容
 ▽ファミリーユ柳瀬団地(明科中川手)2戸【2DK】

●入居開始日 12月1日(土)

●入居資格 市内に住所を有するか勤務する人で、主に次の要件を満たす人。①同居親族がある②住宅に困っている③所得額が一定額以下である④申込者および同居者が暴力団員でないこと

「入居申込書」と、募集の詳細を記した「申込案内」を配布します。受付期間内に添付書類を添えて、穂高総合支所内建築住宅課住宅係へ提出してください。各総合支所では受け付けできません。申込者多数の場合は抽選となります。

●受付期間 10月15日(月)～23日(火)(土日除く) 午前8時30分～午後5時

毎年10月1日から7日までは 公証週間 穂高総務課庶務係 (TEL71・2000(代)FAX71・5155)

遺言、お金の貸し借り、不動産の売買や貸し借り、離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払い、任意後見契約等の約束事には公正証書の作成をお勧めします。

公証制度は、私たちの日常生活において紛争などを未然に防ぐため、法律上の権利や義務を明確にし、安定させることを目的として、証書を作成する方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。また、公証人は、判事・検事・法務事務官など

催により「不動産評価等の無料相談会」を開催します。売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借など不動産評価に関する事項について、不動産鑑定士がお答えします。

●日時 10月4日(木) 午前10時～午後4時

●場所 松本市役所本庁舎4階第2応接室

詳しくは、(社)長野県不動産鑑定士協会(TEL026・225・5228)へ電話でお問い合わせください。

障害者就職面接会 穂高福祉課障害福祉係 (TEL81・0724 FAX81・0703)

ハローワーク主催による、障害者の皆さんと企業の人事担当者との就職面接会が開催されます。就職を希望する障害者の皆さんは、履歴書を持参の上、直接会場へお出掛けください。

なお、詳細については、ハローワーク松本へお問い合わせをお願いします。

●日時 10月10日(水) 午後1時30分～4時

●場所 ホテルブエナビスタ(松本市)

詳しくは、松本公共職業安定所(ハローワーク松本)(TEL27・0111 FAX27・0041)へお問い合わせください。



8月分の空間放射線量

いずれの地点においても健康に影響のない値でした。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

穂高生活環境課環境保全係 (TEL82・3131(代)FAX82・6622)

測定地点	(マイクロシーベルト/時間)			
	8/7(火)	8/14(火)	8/21(火)	8/28(火)
本庁舎	0.12	0.12	0.12	0.10
豊科庁舎	0.09	0.08	0.09	0.08
穂高庁舎	0.09	0.09	0.10	0.09
三郷庁舎	0.09	0.09	0.09	0.09
堀金庁舎	0.09	0.09	0.09	0.09
明科庁舎	0.08	0.08	0.09	0.08
穂高健康支援センター	0.10	0.10	0.10	0.10

早い!簡単!便利! 自動交付機をご利用ください

豊科・穂高・三郷各総合支所に設置してあります「住民票・印鑑証明用自動交付機」の機器更新作業が終了し、ご利用できるようになりました。

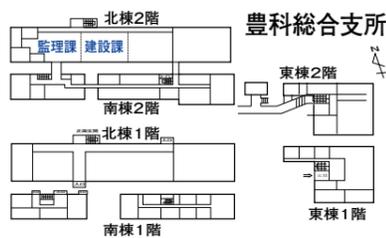
●稼働日 ▷穂高総合支所 9月21日(金)～
 ▷豊科・三郷総合支所 9月27日(木)～

穂高市民課市民係 (TEL82・3131(代)FAX82・6622)



◇お詫びと訂正◇

広報あづみの(9月5日発行)150号 ●10ページ 10月1日から変わる穂高総合支所内建設課と監理課の配置に誤りがありました。正しくは以下のとおりです。



10/28(日)
 平成25年
 ~3/30(土)

— 日本で一番空に近い空港 —

信州まつもと空港が冬ダイヤになります

「信州まつもと空港」発着の運行ダイヤが下記のとおり変更となります。

路線	出発	到着
札幌線 ()内は現在のダイヤ	松本発 12:15 (12:45) ⇒	札幌着 13:40 (14:10)
	札幌発 14:15 (14:40) ⇒	松本着 15:55 (16:10)
福岡線 ()内は現在のダイヤ	松本発 16:30 (16:35) ⇒	福岡着 18:15 (18:05)
	福岡発 10:30 (10:50) ⇒	松本着 11:50 (12:15)



※この期間を過ぎると、ダイヤ改正等による変更の可能性があります。

穂高県庁企画部交通政策課内信州まつもと空港利用促進協議会 (TEL026・235・7019 FAX026・235・7396)
 または穂高企画政策課企画担当 (TEL71・2000(代)FAX71・5000)

介護予防教室

高齢者介護課介護予防係
TEL 81・0760 FAX 81・0703

市では、65歳以上で介護予防を必要とする人を対象に6月から介護予防教室を開催しています。「足腰が弱った」「お茶を飲むとむせる」などと感じている皆さん、いつまでも自立した生活ができるように、10月以降開催の教室に参加し、介護予防に取り組んでみませんか。

対象者 ▽基本チェックリスト調査の結果で、運動器・口腔器機能に低下があると判定された人（介護保険の要支援・要介護

内容・日程

教室名	開催月	会場
いきいきアップ教室（全16回） 週1回の教室で健康運動指導士がストレッチ体操や認知症予防などを行います。	10月～ 2月	豊科・明科会場
元気アップ教室（全12回） 週1回の教室で柔道整復師がストレッチ体操などを行います。	10月～ 2月 12月～ 3月	豊科会場 三郷会場

※各教室とも歯科衛生士による「お口の健康について」の講話も合わせて行います。

●費用 無料

●申し込み 高齢者介護課介護予防係へお申し込みください。定員になり次第申し込みを終了します。

認定者は除く

《健康ワンポイントアドバイス》

運動機能

転倒、骨折の予防のためには筋力、柔軟性、バランス能力を鍛えることが必要です。また「姿勢」も重要です。

口腔機能

食べる（噛む・飲み込む）、話すためには、口の健康を保つことが大切です。また、口の中が清潔であると誤嚥性肺炎や動脈硬化などの病気の予防にもつながります。

栄養改善

元気に活動するためにには栄養を十分に摂取することが大切です。食事が偏らないように、主食・主菜・副菜を組み合わせ、バランスよく食べましょう。

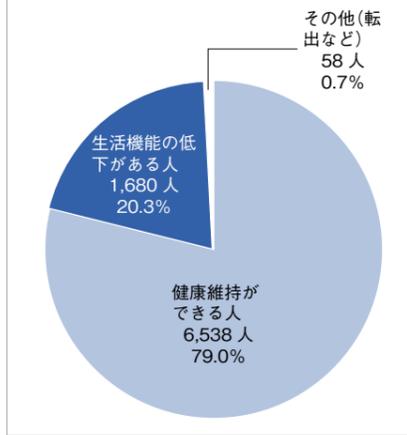
介護予防のための基本チェックリスト
65歳以上
2割の人が機能低下

本年4月に70歳代および65歳以上の希望者を対象に介護予防のためのチェックリスト調査を郵送で行い、結果がまとまりましたので、その一部をお知らせします。調査にご協力いただき、ありがとうございました。

郵送数 10,215 通
回収数 8,276 通
(回収率 81.0%)

基本チェックリスト調査の結果

調査結果の中で、運動機能低下と口腔機能低下がある人で介護予防が必要な人と栄養改善が必要な人が1,680人(20.3%)となりました。



お詫び

下水道事業受益者負担金と分担金未収金の不納欠損について、市民の皆さまにご報告とお詫びを申し上げます。

受益者負担金と分担金は平成9年度に賦課が始まり、平成23年度までの収入総額は127億7千5百万円余となりました。同時に未収金も年々増加し、3億1千5百万円余が累積された未収金として計上されました。そのうち、5千2百万円余が徴収権の時効を迎えていることから、今後における会計処理において不納欠損が必要となりました。

今回、不納欠損をしなければならぬ状況に至ったことに対し、責任を強く感じており、市民の皆さまに心よりお詫び申し上げます。

【経過】

受益者負担金は、下水道事業の円滑な推進を図るため事業費の一部を負担していただくもので、これを20回に分割し、5年間にわたり徴収します。また、負担金の未収金における徴収権の時効は、5年間行わない時は時効により消滅します。

この確認事項に基づき、滞納者の1期ごとの債権について調査したところ、平成9年度の徴収開始当初から未収金が発生しており、平成17年度の合併時に引き継がれた額は、2

億3千7百万円と多額でした。

担当部局においては、滞納者を臨戸訪問して個別折衝を進め、分納誓約書をいただくなど、時効の中断を図ってまいりました。しかし、これに比べていただけない滞納者に対して、時効を中断する差し押さえなどの法的措置を講じてこなかったことから、このような多額の不納欠損が累積したものです。時効を迎えた未収金は平成14年度から毎年度発生しており、その年度ごとに不納欠損処理するのが原則ですが、その会計処理をせずに今日に至ったことにより、不納欠損額が生じてしまいました。

【今後の対策】

現在、未収金の時効を防止するため、該当者には順次催告書を発送しています。これは差し押さえなどの措置も念頭に置いたもので、今後は適正な人員配置を行い、決められた手続きによる徴収体制で未収金の回収に努め、二度とこのようなことのないように取り組めます。

【下水道課】

TEL 72・3111(代) FAX 72・2510

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
糖尿病公開講座	県栄養士会中信支部では、広仁堂医院の百瀬篤医師と穂高病院管理栄養士の塩原紀美江さんを講師に迎え、糖尿病の予防方法や、生活習慣病をわかりやすく理解していただくための講座を行います。栄養相談もあります。	日：10月27日(土) ▷栄養相談 12:00～ ▷医師講演 13:00～ ▷管理栄養士講演 13:30～(終了15:30) 場：穂高健康支援センター	定：60人程度 料：無料	申：不要 問：長野県栄養士会中信支部役員 柴田さん TEL 73・5770 FAX 73・5775 (堀金保健センター内)
高所作業車運転技能講習	市商工会では、日本技能教習所(有)の講師を迎え、高所作業車運転技能講習を行います。正しい知識を身に付け安全に作業を行うための講習です。講習会は建設教育訓練助成金の対象です。	日：▷10月27日(土) ▷28日(日)(全2日) 8:30～17:30 場：明科公民館、明科龍門湖公園広場	定：30人(先着順) 料：詳しくはお問い合わせください。	申：場：市商工会堀金支所 平川さん TEL 72・5123 FAX 72・8457 ※申込期限 10月19日(金)
大人のアロマセラピー教室	エッセンシャルオイルの注意点など基本的な説明から、自分でできるセルフケア、オリジナルの香水作り、お客さまをもてなす香り作りなど、アロマセラピーの魅力に触れる3回連続講座になります。普段、仕事や家事、そして育児にと忙しい人向けの趣味の講座です。	日：▷10月20日(土) ▷11月17日(土)▷12月15日(土)(全3回) いずれも10:30～11:30 場：豊科交流学習センター きぼう	定：10人(先着順) 料：1,500円×3回分(材料費込み)	申：場：増山さん TEL 090・8816・8649 ※子ども同伴不可
あづみ野寄席2012	市商工会青年部では、林家木久扇、立川談慶、ケーシー高峰の出演による公演を開催します。秋の夜長に落語と漫談はいかがですか。チケットのお求めはお早めです。	日：11月7日(水) 開場：18:30 開演：19:00 場：豊科公民館大ホール ※駐車場に限りがあるので乗り合わせをお願いします。	料：▷前売り券： (全席指定) S席 4,500円 A席 3,500円 ▷当日券： S席 5,500円 A席 4,500円	場：市商工会豊科支所 TEL 72・2986 FAX 72・8461 ※前売り券は9月30日(日)9:00～12:00まで商工会本所にて販売。 翌日以降は平日9:00～17:00の販売となります。

健康づくり応援団



介護予防にはストレッチ体操がおすすめ!

— いきいきアップ教室 —

穂高地域の介護予防教室が穂高健康支援センターで行われました。椅子に腰掛けて行うストレッチ体操では、柔軟性・バランス・膝伸展力などの測定をして個人の体力を確認しました。足や手の指を使った脳のトレーニングもあり、参加者からは「一人では運動は続かないが、教室で仲間とともに運動ができ、励みになる」「つまづくことが減った。家でも意識して体操をするようになった」などの感想が寄せられました。



昨年のような

TEL 81・0760 FAX 81・0703



緑のリサイクル事業

枝の太さは8センチ以下
せん定枝を出す時はルールを守りましょう。

市では、燃えるごみの減量化の取り組みの一つとして、家庭から出た庭木のせん定枝をチップ化する「緑のリサイクル事業」を毎年4月から11月までの間、市内にある6カ所の緑のリサイクルの専用収集場所（下表参照）で行っています。庭木や生垣などをせん定した時に出る枝を専用の破砕機で細かく碎き、庭木周りや花壇に雑草抑止材として再利用できるチップを作ります。ご利用は無料です。枝の太さは8センチ以下で、長さは持ち運べる程度に切りそろえ、ひもで束ねて出してください。できあがったチップは無料でお持ち帰りいただけます。

各総合支所内地域支援課地域担当または 徳廃棄物対策課廃棄物処理対策担当（TEL82・3131 代 FAX82・6622）

●緑のリサイクル専用収集場所〔毎年4月から11月までの間〕

地区	収集場所	収集日	時間
豊科	豊科リサイクルセンター	毎月 第2・4土日曜日	午前9時から 午後4時まで
穂高	穂高勤労者センター	毎週 土・日曜日	
	御法田北三角島 チップ置き場		
三郷	みさとプレジション(株)西	毎月 第2・4土日曜日	
堀金	三田工業団地東	毎月 1・3土日曜日	
明科	明科ストックヤード		



受入できないもの

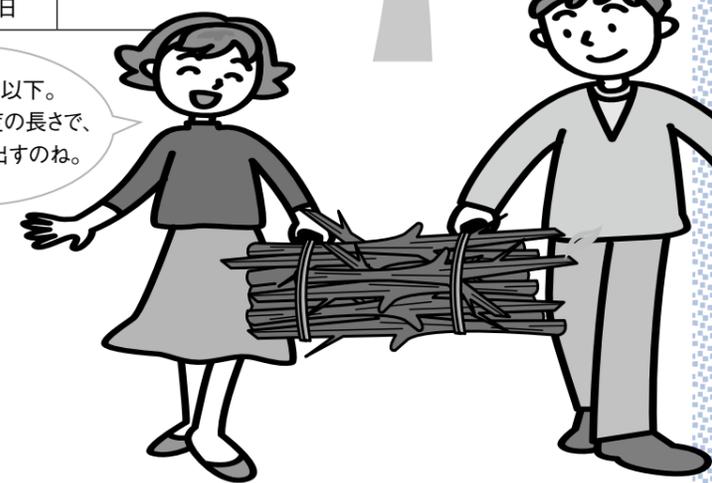


建築廃材、間伐材、竹、切り株、木の根などはチップ化できないので受け入れはできません（写真①）。



枝の太さは8センチ以下でないと処理できません（写真②）。「家庭ごみ・資源物の出し方の手引き」16ページをよくご覧になり、ルールを守って出してください。

太さは8cm以下。持ち運べる程度の長さで、ひもで束ねて出すのね。



できあがったチップは豊科リサイクルセンターと御法田北の三角島チップ置き場にあり。開場日に限り、自由にお持ち帰りいただけます。ご利用ください。



糖尿病を予防する

インスリン節約生活

NO.6（全12回）

昨年度シリーズ「糖尿病」に引き続き、本年度は「インスリン節約生活」を紹介。生活習慣病である2型糖尿病の予防のポイントは血糖を下げるインスリンが少量で済むような生活です。心筋梗塞や脳卒中の予防にもつながるインスリン節約のコツを12回にわたってお伝えします。

糖尿病と運動療法

インスリンを節約するには「運動」が効果的です。筋肉が動けばエネルギーが必要になり、体の中に貯えられている糖が使われます。まずは、日常生活の中で活動量を増やすことから始めてみませんか。

●身近なことから始めよう

- ▽駐車場まで車は遠くに停め歩く。
- ▽積極的に階段を利用する
- ▽テレビを見ながらのストレッチ
- ▽お風呂掃除や雑巾掛けなどは、少し身体を大きく動かす
- ▽歯磨きしながら「かかとの上げ下げ体操」など



体を動かすことに慣れてきたら手軽にできるウォーキングを始めませんか。続けていると筋肉で糖を取り込む感度が良くなって、筋肉で使われるエネルギーが増えます。

ウォーキングの方法については、次回にご案内します。

徳健康推進課保健予防担当
TEL 81・0726 FAX 81・0703

ウォーキングは自分に合った靴で!

ウォーキングを始める前にしたいのが靴の点検です。靴は地面からの衝撃を吸収し、足や身体を守る大切な役割をしています。自分の足に合わない靴を履いていると、外反母趾や靴擦れ、膝痛・腰痛などが起きて、運動ができなくなってしまうことがあります。健康はまず足元からです。靴を購入する時は必ず両足履いて、履き心地を確認することをお忘れなく。

かかとのクッション性が高く、靴底は手の指で自然に曲がるくらい柔軟性があるもの



締め付けの微調整ができる紐靴タイプが望ましい
つま先部分に十分な余裕があり、窮屈ではない幅広いもの

cqok 「食」で育む健康で豊かな人づくり

私のおすすめレシピ¹⁶



市食生活推進協議会穂高支部では、季節に合わせた地元の食材を使った料理教室を通年行っています。親子の料理教室で教えていただいたレシピを紹介します。



トマトライス

材料（4人分）

- 米……………2合
- とりもも肉…100g
- 食塩…小さじ2分の1
- こしょう…少々
- トマト……………80g
- 玉ねぎ……………60g
- ホールコーン……………40g
- 赤パプリカ……………80g
- グリーンピース(缶詰)…10g
- サラダ油……………小さじ1
- ケチャップ……………20g
- 塩……………4g

作り方

- ①：米をとぎ、30分間ほど水にひたしてから炊飯する。
- ②：とり肉を1センチ角に切り、調味料Aをもみ込む。トマト、玉ねぎ、赤パプリカも1センチ角に切る。
- ③：サラダ油を入れたフライパンを熱し、②を入れ炒める。ケチャップと塩を加え、味を調える。
- ④：③に①とホールコーン、グリーンピースを加え、よく混ぜ合わせる。器に盛り付けて完成。



徳健康推進課保健予防担当（TEL81・0726 FAX81・0703）

サッパリ味の洋風炊き込みごはん。
魚や肉料理との相性もいいですよ～!

10月の児童館の予定



… 乳幼児対象



… 参加費

※豊科・穂高地域の児童館は、安曇野市社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621
■休館日 / 日曜・祝日

- 秋を描こう **要予約** 小学生対象 6日(土) 10:30～12:00
- 秋のおやつ作り **要予約**100円 ※20組 11日(木) 10:30～12:00
- 安曇野めぐり 13日(土) 10:00～12:00
～秋の光城山に登ろう～ **要予約** ※参加費なし 小学生対象 (年長親子 OK)
- 焼き芋会 **要予約**100円 ※30組 25日(木) 10:00～12:00
- 読み聞かせ ボランティアさんによる絵本・紙芝居 17日(水) 11:00～11:20
- 身体測定 ※自由測定 26日(金) 10:00～11:30
- 育児相談 26日(金) 10:30～12:00
- 親子で元気に運動あそび **要予約** ※20組 講師:柳澤友希先生 30日(火) 10:00～11:00

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494
■休館日 / 土曜・日曜・祝日

- 身体測定日 ※自由測定 5日(金) 10:00～12:00
- 育児相談 ※個別予約も可能 5日(金) 10:30～12:00
- 焼いも会 **要予約**100円 ※20組程度 26日(金) 10:00～12:00
- わらべ唄・手遊び 毎週月曜日 11:10～11:30
※内山房子先生 (講師・内容が変更となる日あり)

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527
■休館日 / 日曜・祝日

- 身体測定 ※自由参加 1日(月) 10:00～12:00
- 育児相談 1日(月) 10:30～12:00
- 戶外遊び《ミニ運動会》 **要予約**100円 ※親子20組 10日(水) 10:15～11:30
- 秋のおやつ作り **要予約**100円 ※親子20組 19日(金) 10:15～11:30

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126
■休館日 / 日曜・祝日

- わくわくデー 10日(水) 15:45～16:15
- おはなしワクワク ～読み聞かせと簡単工作～ 11日(木) 10:30～11:00
- 児童館まつり 27日(土) 10:00～12:00
※こどもから大人まで自由に参加できます。チケット代200円
- 親子ふれあい広場 ※登録児対象
0歳…2日(火) / 1歳…3日(水) / 2・3歳…4日(木)

★高家児童館

TEL・FAX72-5685
■休館日 / 日曜・祝日

- ホイルケーキ **要予約**100円 5日(金) 10:30～11:30
- 育児相談 16日(火) 11:00～12:00
- 親子で楽しむ ～ママキッズピクス～ 講師:佐藤貴子先生 持ち物:うわばき、水筒 18日(木) 10:15～11:00
- 児童館まつり 20日(土) 10:00～12:30
※チケット100円 有料、無料コーナーあり
- やきいも会 **要予約**100円 31日(水) 10:30～11:30
- 絵本・紙芝居の読み聞かせ 10:30～11:00
おはなしムーン…2・16日(火) / コロボックル…9・23日(火)

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152
■休館日 / 日曜・祝日

- ママキッズピクス 4日(木) 10:15～11:00
※講師:佐藤貴子先生・遠藤正美先生 持ち物:必要な方はおんぶ紐持参
- 育児相談 4日(木) 11:00～12:00
- おはぎ作り **要予約**100円 ※24組 13日(土) 10:30～11:30
- 入園の準備について 15日(月) 10:30～
※講師:南穂高保育園園長先生
- ぱくぱくらんど 23日(火) 10:30～12:00
～もちもちチーズパン～ **要予約**100円 ※24組
- リズム遊び 26日(金) 10:30～11:30
- 幼児救急法 30日(火) 10:30～
※講師:安曇野赤十字病院
- おはなしムーン (読み聞かせボランティア) 3・10日(水) 11:00～11:20

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122
■休館日 / 日曜・祝日

- 子育て勉強会 3日(水) 10:30～11:30
～色育について～ **要予約** ※講師:山本深雪さん
- チャレンジクラブ 6日(土) 11:00～12:00
～秋のおやつ作り～ **要予約**100円 ※対象:小学生以上
- 育児相談&おはなし会 12日(金) 10:30～12:00
- 卓球の日 13日(土) 14:00～15:00
- ぱくぱくらんど 17日(水) 10:00～11:30
～さつまいも茶巾～ **要予約**150円
- 絵心教室 ～マジックスクリーン～ 20日(土) 10:30～11:30
- 食の伝統文化子ども教室 27日(土) 10:00～12:00
～うどん作り～ **要予約**小学生以上100円、幼児50円
- 移動児童館 ～光地区～ 27日(土) 10:30～15:00
- キッズリユース広場 30日(火) 11:00～11:30

いっしょにあそぼう 11:00～11:30

- 秋さがし…1日(月) / リズム遊び…15日(月)
- 葉っぱ遊び…19日(金) / 新聞紙遊び…26日(金)
- 折り紙遊び…29日(月)

- 秋のおやつ作り 5日(金) 11:00～12:00
要予約100円

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186
■休館日 / 日曜・祝日

- 児童館まつり 20日(土) 11:00～14:30
- おひさま農園 ～さつまいも収穫・草取り～ ※登録制 6日(土) 9:30～11:30
- おはなしいっばい 11:00～11:30
- あづみのあのねの会…1日(月) / スマイル…12日(金)

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124
■休館日 / 日曜・祝日

- 運動遊び ※田中理恵先生 小学生対象 2日(火) 10:00～
- 児童館まつり 13日(土) 10:30～13:30
※こどもから大人まで自由に参加できます。エコバック持参 チケット代200円
- ひまわりの日 オリジナルキーホルダー作り 27日(木) 15:45～16:30
- ひまわりっ子クラブ ※登録児対象
- 0歳…23日(火) / 1歳…24日(水) / 2・3歳…25日(木)
※内容:クラフトパークで遊ぼう

10 October 月の予定

10月の各種相談

場…場所 回…問い合わせ 時…時間

教育に関する相談

教育全般(不登校・ひきこもり・発達障害など) 時 10:00～16:00

毎週月～土曜日 **要予約** ※8日は除く
場圃教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238・FAX62-5721)

親の会 時 13:00～15:00

16日(火) 場圃豊科公民館教育相談室 (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 ※8日は除く
場圃教育指導室(明科総合支所舎2階) (TEL62-3521・FAX62-5721)

心配ごと相談・行政相談 (*は行政相談を同時開催)

9日(火)・*22日(月) 時 13:00～16:00
場圃金老人福祉センター(TEL73-5288・FAX73-5775)

9日(火)・*23日(火) 時 13:00～16:00
場圃穂高地域福祉センター(TEL82-2940・FAX82-9621)

10日(水)・*24日(水) 時 13:00～16:00
場圃豊科ささえあいセンター「にじ」(TEL72-3013・FAX72-5422)

11日(木)・*25日(木) 時 13:00～16:00
場圃三郷福祉センター(TEL77-8080・FAX77-8081)

12日(金)・*26日(金) 時 13:00～16:00
場圃明科総合福祉センター「あいりす」(TEL62-2429・FAX62-5025)

場圃心配ごと相談…上記へ
場圃行政相談…総務部総務課(TEL71-2000・FAX71-5155)

生活労働相談 時 18:00～20:00

10日(水) 場圃安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
場圃商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622)
※メール相談も受付中。詳しくは以下のページへアクセスを。
www.pref.nagano.lg.jp/syokou/roko/mail soudan.htm

わかもの就職サポート相談会 時 13:30～16:30 要予約

19日(金) 場圃安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
場圃商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622)

弁護士会による無料法律相談 要予約

11日(木) 時 13:30～16:30 ※相談時間は1人20分
場圃豊科公民館 小会議室
予約・問 総務部総務課庶務係(TEL71-2000・FAX71-5155)
※予約受付…10月4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)
※係争中の事案についての相談はお受けできません。

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

26日(金) 場圃明科総合支所

10月の休日当番医

(変更になる場合があります。) 長野県休日・夜間緊急医療内サービス 0570-088199

7日(日)	8日(月・祝)	14日(日)	21日(日)	28日(日)
追分クリニック 82-2129 [穂高]	やざき診療所 62-2360 [明科]	平林医院 62-2227 [明科]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	古川整形外科 82-8880 [穂高]
赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	柏原クリニック 82-7222 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]
鶴見医院 72-4500 [豊科]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	木暮医院 77-2119 [三郷]
みずほ歯科医院 77-7111 [三郷]	クリーン歯科クリニック 72-3398 [豊科]	佐野歯科クリニック 82-2073 [穂高]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	丸山歯科医院 72-2202 [豊科]

ためして安曇野検定 クイズ

QUIZ No.1



松沢求策像（三枚橋公園：穂高
交流学習センター「みらい」東側）

問題1 【歴史・文化・伝統編】

松沢求策が尽力した活動のうち、当てはまらないものは、次のうちどれでしょう。

- ① 請願権の確立
- ② 多田加助を題材にした演劇脚本の創作・公演
- ③ 普通選挙運動
- ④ 国会開設運動

問題2

安曇野で養蚕の研究に打ち込み、パン食を推奨するため、上京して、苦労の末、新宿で中村屋を開業して成功させ、萩原碌山をはじめ、多くの芸術家を援護した人は誰でしょう。

- ① 小林喜作 ② 相馬愛蔵 ③ 藤森秀夫 ④ 田淵行男

問題3 【自然科学編】

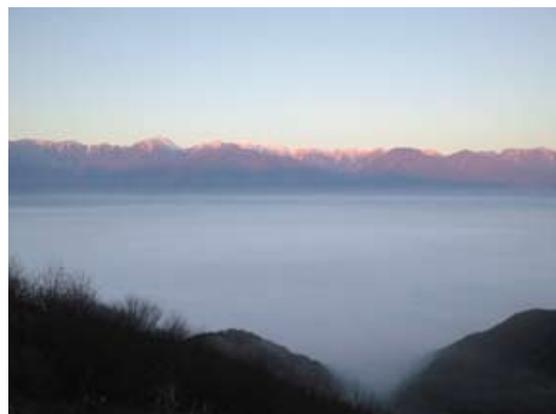
4つの活断層のうち、安曇野市にかかっていない活断層はどれでしょう。

- ① 松本盆地東縁断層 ② 鹿島一満願寺断層
- ③ 梓川断層 ④ 信濃坂断層

問題4

よく晴れて、冷え込んだ風のほとんどない穏やかな朝、上空ほど気温が高くなる逆転層が形成され、地表付近の水蒸気が凝固することにより発生する安曇野の秋の風物詩ともいえる霧の種類はどれでしょう。

- ① 滑昇霧 ② 蒸発霧 ③ 放射霧 ④ 移流霧



長峰山頂から見た〇〇霧

※来年1月27日に安曇野検定が行われます。シリーズで練習問題を掲載します。皆さんも腕試ししてみてください。答えは23ページ

2012.9.1現在 ()内は対前月比
人口 —— 99,392人(+24)
男 —— 48,231人(+11)
女 —— 51,161人(+13)
世帯 —— 37,640世帯(+24)

広報 あづみの

発行日 平成24年9月26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

TEL 0263-71-2000 FAX 0263-71-5000

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

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

印刷 (有)安曇印刷 印刷経費1部25円

次回発行…お知らせ版 10月10日(水)

古紙配合率 100%
再生紙を使用しています。



◆市の防災訓練に引き続き、地区の防災訓練に参加しました。大きな揺れを体験できる地震体験車では、震度7の縦揺れや横揺れを体験し、あらためて「巨毛から出られるかな」家族は守れるかな」と考えた一日でした。 Y

◆10月はインター名称変更関連イベントを始め、さまざまな催しが開催されます。安曇野の秋も本番、みなさんお出掛けください。 TS

◆今年は厳しい残暑のせいでコメの成長が早く、市の農政課も例年より早めの刈り取りを呼び掛けていました。この広報が出るころには涼しくなっているかしら？ KS

◆新シリーズの「ためして安曇野検定クイズ」。問題4の長峰山頂から眺めた〇〇霧はとても幻想的で、かつてJR東日本のCMポスターにも採用された風景です。10月・11月ごろ、早朝に条件を整えば眺めることができます。一度、訪れてみてはいかがでしょうか。 N

編集後記

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