



特集

「シニアの力 地域と共に」

特集2

「伝統に革新的なアイデアを」

Silk Idea Competition-TENSAN-2024 in AZUMINO

# シニアの力パワー

## 地域と共に



岡高齢者介護課  
Tel 71-2474

**人** 生100年時代と言われる現在、地域の一人として自分らしく暮らしていたい。厚生労働白書によると、団塊の世代が全て75歳となる令和7年には、日本の人口の3人に1人は65歳以上と推計されています。本市の人口も平成22年をピークに減少しており、65歳以上の割合は令和2年時点ですでに3割を超えています。

市ではシニアの皆さんが住み慣れた地域で生きがいと役割を持ち、心も身体も健康に暮らすようにさまざまな取り組みを行っています。

今月号では、地域のために積極的に活動する団体や、元気に仲間と楽しみながら活動する皆さんを、市の取り組みと合わせて特集します。



雪の朝を迎えた3月6日、岩原豊葦会の皆さんがじゃぶじゃぶ池に集合。会の厚生事業の日帰り旅行を前にガッツポーズ



- 1\_ 岩原公民館前の花壇に花を定植
- 2\_ 山麓線沿線に広がる花壇
- 3\_ 会員が協力してじゃぶじゃぶ池を施工
- 4\_ 完成したじゃぶじゃぶ池
- 5\_ 夏に開かれたニジマスのつかみ取り大会

堀金烏川の岩原豊葦会。現在65歳から88歳までのおよそ60人の会員一人一人が若いころ培った知識や技能を生かし、地域の縁の下の力持ちとして活躍しています。代表の宮島千里さんに話を聞きました。

### 続けてきた活動に花が咲く

岩原豊葦会独自の活動は環境美化活動やマレットゴルフ、ボウリングなどのスポーツ、旅行などのふれあい活動です。特に環境美化活動では「岩原お花いっぱい大作戦」として、山麓線沿いの歩道約2kmの管理に力を入れています。長年雑草だらけで荒れていましたが、土を入れ替え、花を植え、当番で草取りや水やりをするように。花を植えることは誰でもできますが、生育を管理し、美しい景観を維持し続けることは時間も労力もかかります。気が付けば観光客からも好評をいただける地域になり、昨年行われた市シニアクラブの花壇審査会で見事金賞を受賞しました。

### じゃぶじゃぶ池をプレゼント

発足した翌年、「なかなか外で遊ぶ機会が少ない子どもたちに遊び場を」との思いから、岩原公民館に隣接する公園に「じゃぶじゃぶ池」を作りました。

シニアの持つ知恵や技術で若い世代を手助けし、代々受け継いできた伝統や活動を引き継いでいきたいですね。



岩原豊葦会  
代表 宮島千里さん

開催されています。今後は大人も楽しめるように、夏の夕涼みビール大会を計画中です。私たちが作ったじゃぶじゃぶ池が、地域住民のよりどころとなり、世代を超えた交流の場となっていることをとてもうれしく思います。

### 地域の縁の下の力持ち

岩原豊葦会は、独自の活動に加え市や社協、PTAなど、さまざまな団体の活動と協同しています。そのためか、地区の住民からは「岩原で一番元気がいい、縁の下の力持ち」と言われます。若い人と一緒に活動することは張り合いになります。それに、地域に若い人の声が響き渡らないと地域そのものが衰退してしまいます。年寄りだけでも、若い人のやりたいことを後押しできるような組織でありたいです。

### シニアの力を地域の架け橋に

どんな組織でも、新たな人材が入ってこないといくと衰退していきま。多くの人が組織の役割に就くことをためらうのも、会員が増えない理由の一つです。岩原豊葦会では、誰か一人に負

担がかかることをせず、役を分担しながら活動しています。会員一人一人に得手不得手がある中、その時々でやれる人がやれることをする。そうすることで、一会員として、また、地域の一人として負担なく貢献できます。働いているうちは、その人にとって職場は大切なコミュニティです。しかし、一線を退いた後や一人暮らしとなったとき、最後まで自分が属するコミュニティは、自分の暮らす地域だと思っています。さまざまな分野で活躍してきたシニアの皆さん。自分の力を地域のために生かし、一緒に地域をつなぐ架け橋になりましょう。

### DATA 岩原豊葦会のルーツ

平成27年の発足前は岩原老人クラブとして活動。会員の高齢化によって活動が衰退し、当時の会長から「もう少し若い人たちで——。」と相談を持ち掛けられたのをきっかけに、「老人」という名前を使わず、当時すでに解散していた岩原地区の青年団・豊葦会の名前を受け継ぎ発足。「地域の伝統や活動をつなぎたい」との思いで日々活動中。現在若い会員募集中。

体操・唱歌・麻雀…趣味が健康と自分らしさにつながる

# アクティブに仲間と過ごす

意欲的に仕事や趣味の活動に取り組み、健康を意識する活発な高齢者をアクティブシニアと言います。そのような皆さんが活動している団体が市内には数多くあります。その中から2つの団体の皆さんの活動を紹介します。



## INTERVIEW さわやかスポーツ吹き矢クラブ —真剣さの先のコミュニケーション—

**腹**式呼吸で精神を落ち着かせ、一吹きに集中して的を射抜くスポーツ吹き矢。性別や年齢を問わず誰でも手軽にできて、安全な健康スポーツです。さわやかスポーツ吹き矢クラブは毎週水曜日の午後、穂高公民館で活動しています。

吹き矢の筒は全長120cm、矢は樹脂製で長さは約20cm、矢の初速は、速い人で時速200kmほど。松本市では市民体育祭の一つの種目になっており、コロナ禍前には松本市市民体育祭に参加しました。矢を吹く時の真剣さと、吹き終えた後の談笑、このメリハリが吹き矢の良いところです。



さわやかスポーツ吹き矢クラブ  
代表 北澤 貞雄さん

## INTERVIEW こぶし会 —腹から声を出すことは健康につながる—



こぶし会  
会長 波田野 規英さん

**カ**ラオケを通じて健康の増進を行うこぶし会。約50人の会員が毎週金曜日の午後、豊科ふれあいホールで活動しています。毎月課題曲があり、月の前半2週は講師がピアノを弾いて班ごと練習を、後半2週は実際にカラオケで歌いながら講師から個別アドバイスを受けています。3月・7月・11月の末には発表会があり、それぞれが好きな曲を披露します。

こぶし会には「がんばろうと交わすこぶし」「演歌のこぶし」「こぶしの花言葉『友情』」の三つの意味があります。曲を覚えたり、思いきりおなかから声を出したり、歌うことを通して仲間とコミュニケーションをとることが健康につながっています。



## INFORMATION

### 活動団体を紹介します

紹介した2つの団体以外にも、市内には数多くのアクティブシニア団体が活動しています。その中には自分に合った活動がきっとあります。「どんなクラブがあるの?」「入会したいけどどうすればいいの?」という人は気軽に高齢者介護課へ問い合わせください。

### アクティブシニアがんばろう事業補助金

いつまでも元気で生活するために月1回以上定期的に活動する団体に補助金を交付しています。

- 対象団体** ①～④の条件を満たす団体  
 ①市民が団体の代表 ②40歳以上の市民が8人以上  
 ③5割以上が65歳以上の市民 ④他の補助金を受けていない

**補助金額** 活動が月2回以上の場合は上限12万円  
 (2回未満の場合は上限6万円)

**対象経費** 外部講師謝礼、会場使用料それぞれの半額  
 4月3日(水)から19日(金)に高齢者介護課へ直接  
 他予算を上回る申請があった場合は補助金額を調整します



# フレイル予防で 心も体も健康に暮らす

エンジョイシニア!実践おたっしや塾

**年**を重ね、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態を「フレイル」と言います。この状態のままにしておくと、さらに心身の機能が低下し、要介護状態になってしまふ恐れがあります。フレイルの進行が早まる要因は加齢だけではなく、いくつかの要因が重なることで、フレイルから要介護状態へ至るスピードが速くなると言われています。

いつまでも健康的に暮らすために幅広い知識を身に付け仲間と楽しみたい。体操と講話を組み合わせた心も体も元気にする教室「エンジョイシニア!実践おたっしや塾」が2月29日、明科総合福祉センター(あいりす)で開かれました。全12回の最終回となったこの日は14人が参加し、参加してよかったことや今後も取り組みたいことをみんなで共有した後、体操で体をほぐしました。

初回から参加している加々美典子さん(83)は、「この教室に参加してみんなで交流することが私の社会参加につながっている。音楽や体操は脳トレになるし、ウォーキング教室で学んだ方法で歩くことが毎日楽しい」と話し、同年代の参加者との時間を楽しんでいます。

フレイル予防に大切なのは「栄養」「身体活動」「社会参加」「健康管理」「口腔」の5要素と言われています。健康だから大丈夫、要介護だからもう遅いということではなく、自分の状態に合わせた取り組みを行うことで健康な状態を保つことができます。

皆さんを対象にフレイル予防に役立つ教室(右表)を開催しています。申し込み方法など詳細は問い合わせいただくか、「広報あづみの」をご覧ください。



詳しくはこちら

### 一般介護予防教室の予定 ★の数は運動レベル

教室名・内容	時期	場所
ステップアップ教室★★★ ストレッチやウォーキングを通じて体力や筋力の向上を目指します。	5月～8月	豊科
あづみのピンキラ体操教室★★★ 活動量計を活用し、毎日の運動や身体活動の成果を確認しながら、体力や筋力の向上を目指します。	6月～11月	堀金
頭と体の若返り!はつらつ脳活教室★	5月～9月	スポーツ施設
楽しく運動をしながら認知症予防を目指します。市内全域をバスが巡回し、会場まで送迎します。	10月～2月	三郷
らくらくチェアトレ教室★★ 椅子に座ってできる筋トレやストレッチで足腰を鍛えます。	6月～9月	穂高
	7月～10月	三郷
エンジョイシニア!実践おたっしや塾★	5月～8月	明科
体操やウォーキングの他、栄養や薬の話、認知症予防等の講座を通じて、年齢を重ねても心身ともに元気で健やかな生活を送るための秘訣を学びます。	6月～9月	豊科
	9月～12月	穂高
	12月～2月	堀金
おいきいきアップ教室	9月～11月	穂高・明科
「汁物でむせる」「口が渇く」「固いものが食べにくい」等の口腔機能の改善方法や口腔清掃方法等、口の健康について学びます。	10月～12月	豊科・堀金
	1月～3月	穂高・三郷

体操教室では、体操実技のほか、栄養や口腔のミニ講話、血圧測定などによる体調チェックを行います。

# 伝統に革新的な

# アイデアを



問観光課  
TEL 71・2053

「穂高天蚕系」を国内外のより多くの人に知ってもらおうプロジェクト「Silk Idea Competition-TENSAN-2024 in AZUMINO」。2月23日に県外の服飾系専門学校に通う学生が、天蚕の新たな魅力にせまる斬新な企画を提案しました。



## 安曇野の伝統に触れ発見した魅力

3回目をむかえた今回のプロジェクトには東京・愛知・大阪・京都・福岡の服飾系専門学校の学生10人が参加しました。

昨年8月に学生たちは、プレゼンテーションに先立ち3泊4日の日程で安曇野を訪れ、天蚕の歴史や特徴、課題などを学び、繭の収穫や糸の紡ぎ方を体験しました。さらに地元アーティストとの交流などを通じ、安曇野の魅力にふれ、ビジネスプラン作成のイメージを膨らませました。

安曇野での行程を終えた学生は、各々の学校に通いながら、2人一組のペアに分かれて、ビジネスプランの考えを始めました。



リモートで打ち合わせを重ね、お互いの考えをまとめた渾身のプランを2月23日、再び安曇野の地でプレゼンテーションしました。

## 新たな視点でポテンシャルを再発見

今回のプレゼンテーションでは、衣服にこだわらず、天蚕で作った希少アイテムが登場するオンラインゲームや生糸にならない部分を活用した布ナプキンなどのビジネスプランが提案され

ました。ビジネスプランの審査は、11人の審査員に加え一般来場者35人の投票により行われました。最優秀賞に選ばれた岡未咲希さん(上田女子服飾専門学校・3年)と須田美咲さん(名古屋モード学園・4年)のペアは、「制作過程で触れた安曇野の人の優しさ」と豊かな自然風景を作品に盛り込むことが出来た。結婚やジュエリーの持つイメージを天蚕と絡めプランが完成した。天蚕の魅力をもっと多くの人に届きたい」と取り組みを振り返りました。



## ビジネスプラン ジュエリーに願いを込める 穂高神社

### コンセプト 穂高神社を中心に天蚕製品やサービスを展開

**提案概要**  
穂高神社とコラボレーションし、天蚕の独特な黄緑色と光沢を生かした限定のお守りジュエリーを販売する。購入時にはお清め、祈祷サービスを併せて展開し、安曇野への再来訪につなげる。普段から身に着けてもらえるファッションになじむアイテムとする。



写真左・・・岡未咲希さん(上田女子服飾専門学校(大阪))  
写真右・・・須田美咲さん(名古屋モード学園(愛知))

## ビジネスプラン -Tensan- with NATURAL

### コンセプト 天蚕の力を借りて人の悩みを解決する

**提案概要**  
資源を無駄なく利用したいとの願いから、天蚕系にならない部分を活用した、サステナブルで人に寄り添う商品の開発提案。  
女性向け：生理用ナプキン、ランジェリー等  
男性向け：天蚕系から抽出したAGA・ED治療サプリメント



写真左・・・三木茅乃さん(大阪文化服飾学院(大阪))  
写真右・・・仲辻美宥さん(国際ファッション専門職大学(大阪))

## ビジネスプラン AZUMINO アートプロジェクト

### コンセプト 天蚕と自然とアートの調和

**提案概要**  
天蚕の歴史や資料、アート作品などを展示する博物館と美術館を融合した施設を整備し、世代を問わず楽しめる空間を創造する。また天蚕を題材とした安曇野のアーティストによる作品制作や温泉施設等とコラボレーションした美容サービスや商品の提供・販売。



写真左・・・松本優美永さん(文化服装学院(東京))  
写真右・・・木村泰淳さん(国際ファッション専門職大学(大阪))

## ビジネスプラン Project-TENSAN

### コンセプト 安曇野市デジタルコンテンツ化計画

**提案概要**  
ゲーム制作会社と市がコラボレーション。オンラインゲーム上のフィールド「アヅミノシ」をゲームの舞台にして、天蚕等の安曇野に関するアイテムを登場させる。合わせてゲーム内に登場する天蚕アイテムを商品化し、実際にアパレルやグッズとして販売を展開する。



写真①・・・村田充生さん(文化学園大学(東京))  
写真②・・・堤美音さん(香蘭ファッションデザイン専門学校(福岡))

## ビジネスプラン cocoonfilm PROJECT

### コンセプト 天蚕と農業を結ぶ水耕栽培

**提案概要**  
天蚕で作られた膜で作物を包み込み、乾燥や温度・湿度をコントロール、室内で誰でも簡単、カジュアルに水耕栽培ができるキット「cocoon film」の製造・販売等の提案。



写真左・・・椋島那夏さん(香蘭ファッションデザイン専門学校(福岡))  
写真右・・・西出彩さん(バンタンデザイン研究所(京都))



日日時  
期期間  
場場所  
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

3月の納期限は4月1日(月)

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(豊科・堀金・明科地域)、下水道使用料(穂高・三郷地域)

戸籍証明の請求等が便利に

戸籍法が改正され、3月から次のことができるようになりました。詳細は問い合わせいただくか市HPをご覧ください。

▽本籍地以外の市区町村でも戸籍証明書等の発行が可能に

▽婚姻や転籍など、戸籍届出時の戸籍謄本の添付が不要に

問市民課  
Tel 71・2489



固定資産税 納税通知書を発送

令和6年度の固定資産税納税通知書を4月8日(月)から順次発送します。

課税明細書の内容を確認し、期限内の納入をお願いします。

課税明細書の確認例

土地 ▽住宅用地の場合、軽減特例が適用されているか

家屋 ▽主体構造は正しいか

▽取り壊した家屋や新しく建てた家屋の記載は正しいか

▽新築住宅の場合、新たに課税されたは5年度分、3階建以上の中高層耐火住宅は5年度分または7年度分  
に限り120㎡分の課税標準額が2分の1になっているか

問 課税課  
Tel 71・2482



帳簿の縦覧、台帳の閲覧

■土地・家屋価格等縦覧帳簿  
令和6年1月1日時点で市内に土地や家屋を所有している人は帳簿の縦覧ができます。

期 4月1日(月)～30日(火)  
場 税務課

固定資産課税台帳

4月1日(月)から令和6年度の課税台帳の閲覧ができます。

場 税務課・支所

費 1通300円(4月30日(火)までは無料)

特 ①来庁者の本人確認ができるもの

▽納税者本人以外①と委任状

▽借地借家人①と賃貸契約書など

問 税務課  
Tel 71・2482



三郷農村環境改善センター  
多目的ホール利用休止のお知らせ

天井耐震化工事のため、次の期間は多目的ホールの利用ができません。なお、他の部屋は利用できます。

期 6月～令和7年1月(予定)

問 耕地林務課  
Tel 71・2431

飼い主の義務をお忘れなく  
愛犬の狂犬病予防注射と登録

3月末時点で登録済の飼い主にはハガキを送付します。日程をご確認の上、都合の良い場所で接種をしてください。

問 場下表のとおり

お忘れなく 国民健康保険の手続き

就職・退職などで国民健康保険の加入・脱退がある場合は、2週間以内に届出てください。マイナ保険証を利用している人でも届出が必要です。国保年金課・支所・郵送で手続きをしてください。郵送の場合、持ち物などの詳細は市HPをご覧ください。

■国保に加入するとき

- ▽職場の健康保険をやめた証明書(資格喪失証明書、離職票など)
- ▽窓口に来る人の本人確認書類(運転免許証など)
- ▽口座振替を希望する場合は通帳と口座届出印
- 国保をやめるとき
- ▽職場の健康保険証(対象者全員分。コピー可)

▽国保被保険者証

▽窓口に来る人の本人確認書類

他 ▽別世帯の人が届出する場合は委任状が必要です。

▽職場の健康保険に加入した日以降は、国保被保険者証は使用しないでください。使用した場合、国保負担分の医療費を返還していただく場合があります。

問 国保年金課  
Tel 71・2029



「anosai」の名称と電話番号が変更

4月から障がい者総合支援センターあるぷの名称と電話番号が変わります。引き続き子どもから大人まで、障がいを抱えている人の相談やサービス利用などの支援を行います。

4月から相続登記の申請が義務化に

4月1日以降に不動産を相続した場合、取得を知った日から3年以内の相続登記申請が義務になります。4月1日以前に不動産を相続していた場合も対象ですので、相続未登記の不動産がないかご確認ください。詳細は法務省HPをご覧ください。長野地方法務局松本支局(Tel.32-2567)へ問い合わせください。

市内の道路交通情報

■三郷文化公園南交差点に信号機

三郷小学校南の県道と三郷文化公園の東の市道との交差点で、3月25日(月)正午から歩車分離式信号機の運用を開始します。

■富田橋が仮橋通行に

現在工事中の富田橋が3月末に仮橋へ通行を切り替えます。工期等詳細は安曇野建設事務所(Tel.72-8880)へ問い合わせください。

他 その他通行止め情報は随時市HPでお知らせしています。

問 建設整備課 Tel 71-2330



日赤活動資金 ご協力に感謝します

お寄せいただいた資金は災害の医療救護をはじめとする赤十字活動に役立てられます。

令和5年度納入額合計 1,233万1,200円

▷豊科地域: 319万2,817円

▷穂高地域: 322万226円

▷三郷地域: 226万5,400円

▷堀金地域: 186万4,800円

▷明科地域: 106万2,400円

▷本庁舎(法人会員含む): 40万3,057円

▷県支部受付: 32万2,500円

問 福祉課 Tel 71-2253

専門家に任せて安心!!

開催日時 令和6年  
4月12日(金) 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!!

※ご都合がつかない方はご相談ください。

経営革新等支援機関  
佐々木会計事務所  
〒399-8303安曇野市穂高5072番地(安曇野市穂高会館入口)  
TEL 0263-82-8210 URL https://www.sasakikaikai.co.jp

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。

新車の軽自動車が **1.1万円**から

オールメーカー 取扱い AWD 50K!

月々1万円から乗れる

松本店 0263-27-0003  
松本市南原 1-19-16

塩尻北インター店 0120-114-239  
松本市小屋南 2-8-10

株式会社 光洋 Koyo

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.88・5116) まで。

令和6年度戦没者慰霊巡拝

厚生労働省主催の令和6年度戦没者慰霊巡拝が行われます。日程や応募方法などの詳細は問い合わせいただくか、市HPをご覧ください。なお、旅費の3分の1相当を国が補助します。

【戦没者の遺族（配偶者、父母、子、兄弟姉妹とその配偶者、孫、甥、姪）※参加者は選考  
問福祉課  
Tel 71・2253



補助・助成

令和6年度就学援助制度

就学費用にお困りの小中学生の保護者を対象に、学校給食費や学用品費等の一部を援助します。

【子どもが市内に住所を有するか市立小中学校へ通学して、次のいずれかに該当する保護者  
▽生活保護費を受給している修学旅行実施学年の保護者（旅行費のみ）  
▽児童扶養手当を受給している保護者  
▽経済的理由で就学が困難な保護者（同一生計世帯員の所得審査あり）  
※住民票が別世帯でも、同居を共にしている場合や別居の配偶者等は同一生

計として審査します。  
【4月4日（木）から30日（火）に申請書を通学する学校へ提出。申請書は市内小中学校・学校教育課・市HPから入手できます。  
【他詳細は4月に市立学校で配布する案内または市HPをご確認ください。  
【問学校教育課  
Tel 71・2460

【4月4日（木）から30日（火）に申請書を通学する学校へ提出。申請書は市内小中学校・学校教育課・市HPから入手できます。  
【他詳細は4月に市立学校で配布する案内または市HPをご確認ください。  
【問学校教育課  
Tel 71・2460

物価高騰対策支援金を支給

物価高騰の影響を受け、一定の要件を満たす世帯へ給付金10万円を支給します。3月上旬に対象世帯へ通知した案内をご確認ください。

【問世帯員全員が令和5年度住民税所得割非課税の世帯  
※世帯員全員が、別世帯の住民税課税者の扶養となつている場合は対象外  
【問福祉課  
Tel 71・1500



地域子育て支援拠点事業実施支援補助金

子育て中の親子が気軽に集い、相互交流や育児相談ができる子育て支援の拠点施設を運営する事業者に対して、施設の運営費の一部を補助します。  
【問社会福祉法人

募集

令和6年度市民参画会議の委員

左表の会議委員を令和6年度に公募します。募集人数・時期は変更になる場合があります。なお、他の会議の公募委員に就いている人は応募できません。任期 委嘱の日から2年間

Table with 4 columns: 会議の名称・予定人数 / 話し合われる内容, 募集時期, 問い合わせ先, 備考. Rows include 図書館協議会, 緑の基本計画推進協議会, 健康づくり推進協議会, etc.

多様性を尊重し合う共生社会づくり推進委員会

多様性を尊重し合う共生社会づくりの推進や施策に必要な事項を調査・審議する委員を募集します。  
【募集人員 若干名  
【任期 委嘱の日から2年間  
【報酬 半日3500円  
【対次を除き、平日の会議に出席できる18歳以上の市内在住・在勤者  
【問国・地方公共団体の議員▽常勤の公務員▽市の附属機関等の公募による委員▽市税の滞納がある人  
【申5月7日（火）までに必要書類を人権共生課へ提出。申込書の入手・小論文のテーマなど詳細は市HPをご確認ください。  
【問人権共生課  
Tel 71・2406



小・中学校「放課後学習室」指導協力者

小学校高学年や中学生の学習を手助けする指導ボランティアを随時募集しています。  
【日毎週水曜日午後3時30分から1時間程度  
【場市内小中学校  
【内小学校では国語や算数、中学校では主に数学や英語の個人学習支援  
【対小中学生の学習指導に関心がある人（各校20人程度。年齢、資格、経験等の有無は不問）  
【申登録カードを学校教育課へ郵送または持参。登録カードは同課・市HPから入手できます。  
【問学校教育課  
Tel 71・2461



【特定非営利活動法人  
【これらに準ずると認める団体等  
【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（食糧費等対象とならない経費があります）  
【補助金額 最大50万円  
【申4月1日（月）から30日（火）までに申請書を子ども家庭支援課へ直接または郵送（必着）で。要領・申請書は同課・市HPから入手できます。  
【問子ども家庭支援課  
Tel 71・2077



市入浴料金割引券の交付

対象者に200円の入浴料金割引券を年間12枚交付します。そのうち6枚は本人または同伴者1人が利用できます。対象者には3月末に申請書を送付します。  
【問令和6年4月1日現在で、70歳以上の入浴料が69歳以下で次の手帳を有する人  
▽身体障害者手帳1、3級  
▽療育手帳  
▽精神障害者保健福祉手帳  
【利用期限 令和7年3月31日（月）  
【申返信用封筒を投函。  
【問高齢者介護課  
Tel 71・2254  
【問障がい者支援課  
Tel 71・2251



補助金額を30万円に増額つなぐひろがる地域づくり事業補助金

市民活動団体が地域と共に取り組む事業に補助金を交付します。

【交付額 △対象経費の2分の1以内  
▽重点テーマに該当もしくは団体の構成員の3分の2以上が35歳未満の場合は4分の3（限度額30万円）  
【問市内に活動拠点を置き、5人以上の市民が構成員となっている団体  
【申4月1日（月）から30日（火）までに申請書を地域づくり課へ直接。申請書は同課・市HPから入手できます  
【問地域づくり課  
Tel 71・2494



ユニバーサルデザインパンフレットとガイドブックを発行

ユニバーサルデザインをわかりやすく解説したパンフレットとより具体的な内容を載せたガイドブックを人権共生課等で配布しています。また、市HPでもご覧いただけます。



【問人権共生課 Tel 71-2406

あぜ焼きからの山火事にご注意を
春はあぜ焼きを行う機会が増えます。例年3月から5月は山火事が多く発生しています。火の取り扱いには細心の注意を払うとともに、「忘れない 山の恵みと火の始末」を標語に、次の点に気を付けましょう。
▷枯れ草等ある場所でたき火をしない
▷風向きや時間帯に配慮する
▷その場を離れず、水バケツを準備するなど十分な対策をとる
お問い合わせ
屋外で火をたくときは、あらかじめ最寄りの消防署へ届出をしてください。また、森林等で火をたく際は耕地林務課へ申請してください。
問危機管理課 Tel 72-6769
耕地林務課 Tel 71-2432

お詫びと訂正
364号(1月17日発行)4頁 辰スポット1 泉福寺薬師堂の記事中「立川流作の見事な龍」ですが、作者は立川流ではありませんでした。お詫びして訂正します。

第38回ハーモニックコンサート Harmonic Concert
2024年4月20日(土) 開場▶16時30分 開演▶17時00分
会場/安曇野市豊科公民館
入場券/¥1,000 (全席自由/先着600名様まで)
場所▶◎安曇野市豊科公民館
◎株式会社ハーモニック・ドライブ・システムズ 穂高工場(総務部・餐室) 安曇野市穂高1856-1
チケット販売 詳しくはお問い合わせください。(平日の9時00分~17時00分まで)
新型コロナウイルス感染症対策を充分に行い開催致します。当日来場される方はマスクの着用をお願い申し上げます。
後援:安曇野市教育委員会・HDS調和会
お問合せ:TEL.0263-83-6800(事務局:総務部) https://www.hds.co.jp/

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 88・5116)まで。

「移住相談ができるお泊り施設リスト」掲載施設

移住に関わる相談ができる宿泊・滞在施設を募集しています。

▽市内の宿泊・滞在施設である  
▽30分程度の移住相談に無償対応できる  
▽市の用意する移住に関わる資料の配布ができる  
▽市が実施する「移住相談に関わる情報交換会」に参加・視聴ができる  
(開催日は別途案内)  
▽詳しい要件を確認の上、4月12日(金)までに市HPの申込フォームから  
移住予定地を推定  
Tel 71・2081



第10回記念信州安曇野ハーフマラソン 沿道応援団体

ランナーを応援し、第10回記念大会を熱く盛り上げる皆さんを募集します。

▽6月2日(日) 午前8時30分～正午頃  
場コース沿道各所  
▽楽器の演奏や踊りによる応援▽書画などによる応援メッセージの掲示など※内容は気軽に相談ください。  
対市内で活動する団体

拾ヶ堰景観形成プロジェクトメンバー

拾ヶ堰じてんしゃひろばのシバザクラの植栽や周辺の除草を一緒に行うボランティアを募集します。

▽4月11日・令和7年3月の第2・4日曜日 朝1時間程度(季節によって開始時間は異なります)  
間拾ヶ堰景観形成プロジェクト事務局 観光課  
Tel 71・2053



アルプス花街道参加者

安曇野を訪れる皆さんをおもてなしするため、マリーゴールドの植栽や周辺の草刈り、清掃を行うボランティアを募集します。

期5月～11月ごろ  
場安曇野スイス村ハイジの里周辺ほか市内各所沿道  
対地域で活動する個人・団体・事業所

「緑のカーテン広げよう」講座

琉球朝顔オーシャンブルーで作る、緑のカーテンの育て方のコツを学びます。

▽4月29日(月・祝) 午前10時30分～11時30分  
場市役所4階大会議室  
費500円(朝顔苗付) 定60人(先着順)  
期4月12日(金)・13日(土)の午前9時～午後5時にあづみ野風土舎へ  
電話で(Tel 82・4542)  
環境課  
Tel 71・2492



あかしな農産物加工交流ひろば「えべや」の催し

■体験教室 「五ヶ用水ウオーキング」  
期4月20日(土) 午前10時～正午 講幅えりさん 費1000円  
■料理教室 「おからを使ったパウンドケーキ」  
期4月24日(水) 午前10時～正午 講えべやスタッフ 費1500円  
持マスク、エプロン、三角巾  
■共通事項  
場えべや 定10人(先着順)  
期3月26日(火) から「えべや」へ電話で(Tel 88・6275 月曜日を除く午前10時から正午)  
他子ども同伴可  
問農政課  
Tel 71・2430



南安曇農業高等学校 学校開放講座 「青年と緑の中で」

生徒が学習の成果を生かして講師を務める体験講座を開催します。

期開講式・4月27日(土) 午後1時～2時 講座・4月～12月  
場南安曇農業高等学校  
期①食品加工を楽しもう!!  
②花を楽しもう  
③果物づくりを身近に感じよう  
④食を通じ、畜産を学ぼう!  
⑤アロマテラピーの基本と実践  
⑥キノコ栽培と野菜の漬物作り  
⑦ヒマワリ迷路を作ろう  
⑧ミニ浜垣作り(竹垣作り)  
⑨土木材料の有効利用とピザ釜作成  
※回数や日程等の詳細は申込書・同校HPをご覧ください。  
期4月19日(金) までに連絡します。  
期4月12日(金) までに申込書を同校へ郵送(アクセス持参(平日午前9時～午後5時)のいずれかの方法で。申込書は同校HPから入手できます)  
期〒399-18205 安曇野市豊科4537 南安曇農業高等学校農業クラブ「学校開放講座」係 宛  
Tel 72・2444 Fax 71・1150  
問生涯学習課  
Tel 71・2466

期4月10日(水) までに左記2次元コードから、または申込書を地域づくり課へ直接・ファクス・電子メールのいずれかの方法で。申込書は同課・市HPから入手できます。  
間地域づくり課  
Tel 71・2494  
Tel 72・3176  
Fax 72・3176  
chikizukuri@city.azumino.nagano.jp



鳥川体験農場の会員

種まきから収穫まで体験する農場の会員を募集します。

期4月～令和7年2月  
場JAあづみ水稲共同育苗ハウス東  
内▽自家用野菜の栽培▽学校給食への出荷▽野菜の育苗ほか  
栽培品目 レタス・玉ねぎ・サトイモ・ジャガイモ・アスパラ・野沢菜・陸ワサビ・ピーマン・キュウリ ほか  
費5000円  
期10人(先着順)  
期3月25日(月) から4月26日(金) にJAあづみ堀金地域営農センターへ電話で(Tel 73・2519)  
問農政課  
Tel 71・2429



講座

手話通訳・要約筆記を希望する時は気軽に担当者へご相談ください。

日本語教室 受講者・ボランティアスタッフ

外国籍の皆さんの日本語学習を手助けする日本語教室。受講者とボランティアスタッフを募集します。

期▽受講者・市内在住の外国籍の人▽ボランティア・日本語の指導やサポートができる人(資格経験等不問)  
費無料  
期受講者は不要。ボランティアスタッフは電話で  
期71・2466



教室名	日時・場所
豊科教室 Toyoshina class	期毎週日曜日 10:00～12:00 場豊科さえああいセンターにじ
穂高教室 Hotaka class	期毎週土曜日 14:00～16:00 場穂高公民館
三郷教室 Misato class	期毎週土曜日 19:00～21:00 場三郷交流学習センターゆりのき
明科教室 Akashina class	期毎週水曜日 19:00～21:00 場明科公民館

小説『安曇野』の登場人物を知ろう!

第11回 荻原碌山と出逢い彫刻家に転向

なかはら ていじろう  
中原 悌二郎



「出逢い」が大きなテーマの小説『安曇野』。中原悌二郎は日本近代彫刻の先駆者である荻原碌山(守衛)との出逢いを通じて、彫刻家に転向します。中村屋サロンを代表する芸術家として活躍。碌山と同じように、短命ながらも優れた彫刻作品を世に残しました。釧路に生まれた中原は、小さい頃から絵画が好きでした。道内の難関学校に進学しますが、画家への気持ちは強くなり、17歳で上京。生涯の友である洋画家の中村彝(いづみ)と出逢い研鑽を深めました。1908年、画家の中村不折を通じて初めて碌山と会い、碌山も師事したロダンの話を聞いたり作品の写真を見たりして彫刻へ興味を示すようになりました。2年後に碌山が急逝すると、本格的に彫刻家の道に進みました。新宿中村屋を訪れたロシア人青年のニンツァをモデルにした「若きカフカス人」(1919年制作)は、傑作の一つです。作家の芥川龍之介はこの作品を見て、「誰かこの若者に恋する者はいないか。この若者はまだ生きていないぞ」と、作品の力強さを評価したことも知られています。

邂逅と対話の安曇野紀行

碌山美術館の「若きカフカス人」

その魅力にひかれて、守衛を訪ねる青年美術家は少なかったが、悌二郎と彝は、彼らの中で最も熱烈な崇拜者であった。悌二郎などは、曾(かつ)て守衛がそうしたように、筆を捨てて、鑿(のみ)をとりとうとするけはいさえ示つつあった。

(小説『安曇野』第2部 その一より引用)

第2部冒頭は、荻原碌山が自身のアトリエで記者から取材を受けている所に、中原悌二郎と中村彝が顔を出す場面から始まります。碌山から影響を受けた中原による「若きカフカス人」(写真)などは、碌山美術館で見ることができま



## 口座振替は次の事項にご注意ください

- 口座振替の開始（解約）は金融機関等の受付から1カ月～2カ月後となります。
- 残高不足によって振替できなかった場合は、翌月15日以降に再度振替を行います。  
※料金の種類によっては再振替を行わないものもあります。
- 市税・料金等の口座振替を利用している人で、次の変更等があった場合は変更・解約の手続きが必要です。  
収納課までご連絡ください。
  - ・口座名義人が死亡した場合や婚姻・離婚等で氏が変わった場合
  - ・相続・贈与等により固定資産の所有者（納税義務者）が変わった場合
  - ・国民健康保険に加入している世帯で、世帯主が変わった場合
  - ・口座名義等を変更した、または、口座を解約した場合

## 納付書の場合の支払い

市税・料金等は、金融機関、市役所・支所の窓口、コンビニエンスストアで支払いができます。また、2次元コードが記載されている納付書は、インターネット上での支払いも可能です。

## コンビニエンスストア・スマホアプリで納付ができる市税・料金

- 市県民税（普通徴収） ●固定資産税 ●軽自動車税（種別割） ●国民健康保険税（普通徴収）
  - 後期高齢者医療保険料（普通徴収） ●介護保険料（普通徴収） ●水道料金 ●下水道使用料
- 上記以外の市税・料金はコンビニエンスストア・スマホアプリで納付できませんのでご注意ください。

## お取り扱いできるコンビニエンスストア

- MMK 設置店 ●暮らしハウス
- スリーエイト ●生活彩家 ●セイコーマート ●セブン-イレブン ●タイエー
- デイリーヤマザキ ●ニューヤマザキデイリーストア ●ハセガワストア ●ハマナスクラブ
- ファミリーマート ●ポプラ ●ミニストップ ●ヤマザキスペシャルパートナーシップ
- ヤマザキデイリーストア ●ローソン ●ローソンストア100(50音順)

## スマホアプリでも納付できます

- PayPay 請求書払い ●LINE Pay 請求書支払い ●d払い請求書払い ●auPAY（請求書支払い）
- 利用可能なスマホアプリについては、市HPをご覧ください。

問い合わせ 収納課 TEL71-2000(代)・71-2480(直)



## 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。

フラダンス無料講習会 健康の維持増進のため、心地よい良いハワイアンミュージックにのせて楽しく踊ります。	日3月27日、4月3日、4月17日 水曜日・13:00～14:30 場スタジオ(穂高有明988)	費無料	団・團フラスタジオ「ブアラウレレ」・鈴木さんへ電話または電子メールで TEL090-4130-6865 ✉soyachansuzuki@gmail.com
国営アルプスあづみの公園 絵本の広場 「おでかけ」をテーマにした国内外の絵本が楽しめます。土日にはフルート演奏や人形劇もあります。	日4月7日(日)まで 9:30～17:00 場国営アルプスあづみの公園堀金・穂高地区 あづみの学校多目的ホール	費要入園料	団国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター TEL71-5511
花のさとやまさんぼ(戦国山城探訪Ⅲ) 華やかな桜に彩られる里山に静かに眠る戦国時代の山城を、ガイドとともに巡ります。	日4月9日(火) 9:00～12:00 場光城山登山口～田沢城跡～光城跡	費1,000円 定20人	団・團3月31日(日)までに安曇野家人倶楽部・手塚さんへ電話で TEL090-1883-6867(9:00～18:00)
家族による家族教室 精神疾患を患った人の家族がお互いに学び合う学習会です。一人で抱え込まず語り合いませんか？	日4～8月の第4土曜日(全5回) 13:30～16:30 場三郷にに八拠点(三郷温)	費初回テキスト代 1,600円 定8人	団・團4月13日(土)までに三郷にに八事務局へ電話で TEL090-9664-7361
ぴかっ人マルシェ 美味しい食べ物、楽しいステージ、ここでしか達えない、スキと得意を売るマルシェです。	日4月20日(土) 10:00～15:00 場ビレッジ安曇野	費入場無料 各店500円で購入可能なものを販売	団TEAMぴかっ人・長坂さん TEL090-1355-1357 ✉mei.sou646@gmail.com
太極拳、気功八段錦講習会(春季教室)★ 口コモ・メタボ予防や治療に有効な太極拳を始めませんか。体幹や柔軟性、バランス力が鍛えられます。	日4月2日～30日の火曜日(全5回) 9:30～11:30 場豊科保健センター	費1,000円 定15人 持運動靴・ヨガマット	団・團4月1日(月)までに日本健康太極拳同好会・飯島さんへ電話で TEL090-8329-1048
グラウンド・ゴルフ初心者講習会★ 簡単なルールで、体力に関係なく気軽に楽しみ、適度な運動になります。	日4月20日(土) 8:00～12:00 場豊科中央公園運動場	費100円 定10人 対18歳以上	団4月14日(日)までにグラウンドゴルフ協会・薺さんへ電話で TEL080-1153-0632
第1回豊科マレットゴルフ初心者講習会★ 基本的な技術・ルールを日本マレットゴルフ協会のA級公認指導員が指導します。	日5月1日(水) 8:30～12:00 場豊科水辺公園マレットゴルフ場	定10人 持マレットゴルフ用具(貸出あり)・筆記用具	団・團4月10日(水)～21日(日)に豊科マレットゴルフ協会・小林さんへ電話で TEL090-4820-0858
弓道教室★ 年齢や性別を問わず自分の体力に合わせた弓具を使って楽しめます。初心者経験者どちらも大歓迎。	日5月10日～6月28日の火・金曜日(全15回)19:00～21:00 場豊科弓道場	費4,000円 定15人 持弓具(貸出あり)	団・團4月17日(水)～26日(金)に県弓道連盟安曇支部・荒川さんへ電子メ-ル(keepara910@yahoo.co.jp)で
アーチェリー教室★ 単純だけど奥が深いスポーツ。体力や体格に合った道具を使い、年齢や障害の有無を問わず楽しめます。	日5月12日～6月9日の日曜日(全5回) 13:30～15:30 場高家スポーツ広場アーチェリー場	対小学4年生以上 定15人 持雨具(雨天の場合)	団・團4月30日(火)までにHPで問合せまたは安曇野アーチェリークラブ・石井さんへ電話で TEL070-5564-2039

★付きの内容は、市スポーツ協会(Tel88-3516)でも申込みや問い合わせを受け付けます。



安曇野ならではの手話を紹介

手話を知ろう！ やってみよう！

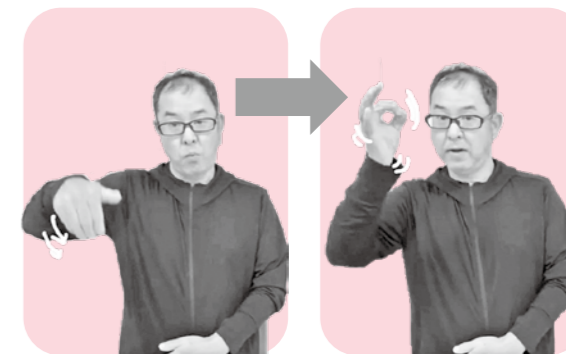
簡単な手話を紹介します。家族や友達同士でやってみましょう。右記2次元コードから動画でも確認できます。



### 手話のポイント

「堀」は熊手で土を掘るような動作を2回繰り返します。「金」は親指と人差し指で輪を作り、軽く2回振ります。

## 第5回目 「堀金」





# 令和6年度安曇野市 市税・料金

# などの納期・納期限一覧表

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和7年 1月	2月	3月	担当課・問い合わせ
市県民税 (普通徴収分)			1期 7月1日(月)		2期 9月2日(月)		3期 31日(木)			4期 31日(金)	随期 28日(金)	随期 31日(月)	税務課 市民税担当 TEL71-3111
固定資産税	1期 30日(火)			2期 31日(水)					3期 25日(水)		4期 28日(金)		税務課 家屋担当 TEL71-2482
軽自動車税(種別割)		1期 31日(金)											税務課 諸税係 TEL71-2484
下水道事業受益者 負担金(分担金)					1期 9月2日(月)		2期 31日(木)		3期 25日(水)		4期 28日(金)		経営管理課 TEL71-2271
霊園管理料	1期												環境課 TEL71-2491
道路占用料・公共物占用料	30日(火)												維持管理課 TEL71-2331
国民健康保険税 (普通徴収分) 後期高齢者医療保険料 (普通徴収分)	1期 30日(火)	2期 31日(金)	3期 7月1日(月)	4期 31日(水)	5期 9月2日(月)	6期 30日(月)	7期 31日(木)	8期 12月2日(月)	9期 25日(水)	10期 31日(金)	11期 28日(金)	12期 31日(月)	国保年金課 TEL71-2475
介護保険料 (普通徴収分)													高齢者介護課 TEL71-2472
保育料	4月分	5月分	6月分	7月分	8月分	9月分	10月分	11月分	12月分	1月分	2月分	3月分	こども園幼稚園課 TEL71-2256
住宅家賃 駐車場使用料	30日(火)	31日(金)	7月1日(月)	31日(水)	9月2日(月)	30日(月)	31日(木)	12月2日(月)	25日(水)	31日(金)	28日(金)	31日(月)	建築住宅課 TEL71-2245
教職員住宅貸付料													学校教育課 TEL71-2224
水道料金 偶数月:穂高・三郷地域 奇数月:豊科・堀金・明科地域	4月請求分	5月請求分	6月請求分	7月請求分	8月請求分	9月請求分	10月請求分	11月請求分	12月請求分	1月請求分	2月請求分	3月請求分	上下水道料金センター (堀金支所内) TEL72-4333
下水道使用料 偶数月:豊科・堀金・明科地域 奇数月:穂高・三郷地域	30日(火)	31日(金)	7月1日(月)	31日(水)	9月2日(月)	30日(月)	31日(木)	12月2日(月)	25日(水)	31日(金)	28日(金)	25日(火)	
学校給食費		1期 31日(金)	2期 7月1日(月)	3期 31日(水)	4期 9月2日(月)	5期 30日(月)	6期 31日(木)	7期 12月2日(月)	8期 25日(水)	9期 31日(金)	10期 28日(金)		学校給食課 TEL72-2674

- 各月の納期の下の日付が納期限および口座振替日です。
- 口座振替を利用している人は各納期の口座振替日に登録口座より振替を行いますので、前日までに残高の確認をお願いします。また、残高不足により振替不能になった場合は、翌月の15日以降に、再振替となります。道路占有料、公共物占有料は再振替を行いません。

- 下水道使用料には、豊科地域の一部の合併浄化槽使用料および明科地域の一部の農業集落排水施設使用料が含まれます。
- 問い合わせは各担当課にご連絡ください。

## こころの相談

### 精神保健相談 要予約

回 第2～4月・第1木  
14:00≫16:00

### 児童・思春期精神保健相談 要予約

回 第2,3,4木 14:00≫16:00

### 依存症相談 要予約

回 第1木 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。  
回 毎週水 19:00≫21:00  
場 豊科保健センター-集団指導室  
問 健康推進課 TEL 81-0711

## 子ども・ひとり親家庭・女性の相談

回 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。  
回 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。ほかに相談先があります。市ホームページでご確認ください。  
回 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

回 19日(金) 10:00≫14:00  
場 市役所2階 相談室212  
問 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

## 介護相談

回 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

回 5日(金) 13:00≫16:00  
場 明科総合福祉センター「あいりす」  
TEL 62-2429  
回 10日(水) 13:00≫16:00★  
場 豊科ささえあいセンター「にじ」  
TEL 72-3013  
回 11日(木) 13:00≫16:00★  
場 三郷福祉センター  
TEL 77-8080  
回 22日(月) 13:00≫16:00  
場 堀金憩いの里うらら  
TEL 73-5288  
回 30日(火) 13:00≫16:00★  
場 穂高公民館  
TEL 82-2940  
★の相談日は要予約

## 弁護士 無料法律相談 要予約

回 11日(木)→予約受付 4日(木)  
25日(木)→予約受付18日(木)  
13:30≫16:30 ※予約受付9:00≫12:00  
場 市役所2階相談室211  
問 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 相続・法務無料相談 要予約

回 18日(木) 13:00≫15:00  
場 市役所2階 相談室211・212  
問 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)

## 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。  
回 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

## 労働に関する相談

問 商工労政課 TEL 71-2041

### 中信労政事務所による労働相談会

回 11日(木) 13:00≫16:00  
場 市役所3階 会議室305

### 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  
回 16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  
回 11日(木) 18:00≫20:00  
場 市役所3階 会議室302

### 若年者引きこもりやブランクの 要予約

### ある人向け就労相談会

※15～49歳の人とその家族が対象  
回 23日(火) 10:00≫15:00  
場 市役所2階 会議室204  
問 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・夜間緊急医療内サービス  
050-3033-0665

7日	やざぎ診療所	62-2360 [明科]
	根津内科医院	82-8382 [穂高]
	山田医院	72-3207 [豊科]
	かえで歯科医院	82-4105 [穂高]
14日	古川医院	82-4385 [穂高]
	あづみ野平林整形外科	88-3322 [堀金]
	こばやし内科クリニック	71-1117 [豊科]
	アルプス歯科クリニック	77-8901 [三郷]
21日	村山医院	82-2101 [穂高]
	武田内科クリニック	88-6500 [穂高]
	あさひ内科クリニック	50-8075 [豊科]
	天野歯科医院	73-4182 [豊科]
28日	柏原クリニック	82-7222 [穂高]
	こうの内科循環器科	71-5881 [豊科]
	和田医院	72-2047 [堀金]
29日	飯島歯科医院	82-0306 [穂高]
	百瀬医院	82-2205 [穂高]
	榎本内科医院	73-0616 [豊科]
	白木医院	77-2134 [三郷]
	丸山歯科医院	82-7505 [穂高]

## 令和6年度 安曇野市

# 市税・料金などの納期・納期限

市税・料金などの令和6年度納期および納期限一覧表を作成しました。裏面に年間の日程が記載してありますので、ご利用いただき期限内の納付をお願いします。

## 市税・料金などの納付は口座振替が便利です

指定した口座から自動的に払い込まれるので、納期のたびに納付に出向く必要がありません。大変便利です。ご利用ください。

**振替日** 市税・料金などの納期限の日に登録口座から引き落としを行います。

## 口座振替ができる金融機関

八十二銀行・あづみ農業協同組合・長野銀行・長野県信用組合・松本信用金庫・松本ハイランド農業協同組合  
長野県労働金庫・みずほ銀行・りそな銀行・ゆうちょ銀行  
※みずほ銀行とりそな銀行は口座振替ができない料金があります。(下表のとおり)

### みずほ銀行・りそな銀行で口座振替ができない料金

駐車場使用料(市営住宅関係)・教員住宅貸付料・下水道使用料(合併浄化槽・農業集落排水)・下水道事業受益者分担金(明科地域)・道路占用料・公共物占用料・福祉各種サービス料・入学準備返済金・学校給食費

## 申し込み方法

市役所・支所または、上記金融機関に備えてあります「安曇野市市税等口座振替依頼書(自動払込利用申込書)」(3枚複写タイプ)に、必要事項を記入・押印の上窓口へ提出してください。申し込み時に通帳届出印と確認のために納税・納入通知書、通帳を持参してください。(ゆうちょ銀行の場合は直接ゆうちょ銀行へ提出してください)

次の市税・料金を現金で納めていただいている皆さんには、市から納税・納入通知書をお送りする際に、はがきタイプの「市税等口座振替依頼書」を同封しています。必要事項を記入・押印後ポストに投函してください。

○市県民税・固定資産税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料  
(全て普通徴収分)



△はがきタイプの「市税等口座振替依頼書」



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み	
音楽・芸術	<b>陶芸教室</b> 焼成窯で湯呑やコーヒークップなどの茶碗を製作します。 講師 三原好清さん(三郷陶芸クラブ「絆」主宰)	日4月6日・27日、5月11日 土曜日・13:00~17:00 場三郷公民館創作室	費1,200円(3回分) 定10人(先着順) 持タオル	申3月28日(月)から 問三郷公民館 Tel.77-2109
	<b>やさしく楽しいリコーダー講座</b> 誰もが小中学校で習ったリコーダーでアンサンブルを楽しみます。 講師 白井知(豊科公民館長)	日4月11日(木)から毎月 第2木曜日 10:00~11:30 場豊科公民館大会議室	費無料 定30人(先着順) 持リコーダー	申4月2日(火)から10日(水) に電話で 問豊科公民館 Tel.72-2158
くらし・園芸	<b>趣味の講座 草木染教室</b> 玉ねぎの皮や藍の葉を使った草木染の基本を学びます。 講師 鈴木智恵子さん	日①玉ねぎ:4月9日(火) ②藍染(たたき)9月10日(火) ③藍染(乾燥葉)11月19日(火) 8:00~12:00 場穂高公民館調理実習室	費各回200円(材料費別) 定10人(先着順)	申3月27日(水)・28日(木) に電話で 問穂高公民館 Tel.82-5970
	<b>超初心者向けスマートフォン講座</b> スマホの基本的な操作、アプリの使い方などを学びます。 講師 公民館職員	日4月10日(水) 10:00~11:30 場豊科公民館大会議室	費200円 定15人(先着順) 持スマートフォン	申3月27日(水)から3月29日(金)に電話で 問豊科公民館 Tel.72-2158
	<b>お菓子づくり講座</b> 食材にこだわった明科の老舗・笹屋のさくら餅を再現します。 講師 依田増千さん(笹屋店主)	日4月12日(金) 10:00~12:00 場明科公民館調理実習室	費600円 定10人	申4月4日(木)、5日(金)に電話で 問明科公民館 Tel.62-4605
	<b>季節の水彩画教室</b> 四季折々の安曇野の息吹を水彩画に描きます。 講師 川北卓史さん(画家)	日4月16日、6月18日、 8月6日、10月22日、 1月21日・火曜日 13:30~16:00 場穂高公民館第2会議室	費各回200円 定20人(抽選)	申4月2日(火)、3日(水)に電話で 問穂高公民館 Tel.82-5970
	<b>楽しい菊づくり講座</b> 大菊三本仕立ての基本を学び、土づくりからはじめ、秋に大輪菊を咲かせます。 講師 鈴木輝彦さん	日4月23日(火)、5月10日、 6月4日(火)、7月19日(金)、 8月20日(火)、10月9日(水) 9:30~11:00 場豊科公民館	費2,400円 定20人(先着順) 持移植ごて、軍手など	申3月27日(水)から4月12日(金)に電話で 問豊科公民館 Tel.72-2158
	<b>初心者向け・菊づくり講座</b> 育てやすい「スプレー菊」と、草丈がコンパクトな「福助作り」「ダルマ作り」を学びます。作品は堀金文化祭で展示します。 講師 黒岩宏成さん(全日本菊花連盟公認審査委員・信濃支部長)	日4月25日、5月30日、6月27日、 7月25日、8月29日、 9月26日、10月10日・31日・木曜日 9:30~11:00 場堀金公民館	費2,500円 定10人(先着順)	申3月27日(水)から4月10日(水)に電話で 問堀金公民館 Tel.72-5796
<b>農業体験講座(前期) 夏野菜作りの基礎を学ぼう!!</b> 夏野菜を中心とした作物の栽培と、育てた野菜を使った調理実習を行います。 講師 浅川利夫さん(専業農家)	日①作物栽培 4月27日~7月13日土曜日・全6回 ②調理実習 7月27日(土)8:30~12:00 場①堀金下堀区田甫集会所ほ場 ②堀金公民館調理実習棟	費各回200円(材料費別) 定10人(先着順)	申3月27日(水)から4月10日(水)に電話で 問堀金公民館 Tel.72-5796	
自然・歴史	<b>豊科の宝講座 近代教育の源流をつくり、画人として生きた藤森桂谷</b> 明治に安曇野で活躍した藤森桂谷(豊科)の生涯を豊富な史資料を用いて学びます。 講師 平沢重人(文書館長)	日4月16日(火) 13:30~15:00 場豊科公民館大会議室	費無料 定70人(当日先着順)	申不要 問豊科公民館 Tel.72-2158
	<b>明科の魅力再発見講座 時を刻む明科の景観とがたち</b> 犀川通航、篠ノ井線開通、ニジマスの養殖など、明科地域の変遷と将来像を学びます。 講師 宮下健司さん(元長野県立歴史館総合情報課長)	日4月18日(木) 10:00~11:30 場明科公民館講堂	費無料	申不要 問明科公民館 Tel.62-4605
	<b>バードウォッチング教室</b> 春の安曇野に渡ってきたばかりの野鳥を観察します。双眼鏡の使い方やバードウォッチングの基礎を学びます。 講師 植松晃岳さん(信州野鳥の会会長)	日4月24日(水) 6:30~9:00(少雨決行) 場穂高郷土資料館駐車場 集合・解散	費200円 定20人(抽選※初めての優先) 持双眼鏡(貸出あり)、雨具	申4月4日(木)、5日(金)に電話で 問穂高公民館 Tel.82-5970

講座	日時・場所	費用・その他	申し込み	
健康	<b>脳の健康教室</b> 脳の活性化や認知症予防などについても学び、脳の機能をチェックします。 講師 高齢者介護課職員	日4月18日(木)・5月9日(木) 10:00~11:30 場三郷公民館講堂	費無料 定25人(先着順)	申4月10日(水)から電話で 問三郷公民館 Tel.77-2109
	<b>健康づくり講座「コーディネーショントレーニング」</b> 「座ってできる!」「誰でもできる!」脳と身体が元気になる体操を行います。 講師 中川菜成さん(GRIT BASE代表理事)	日4月11日・25日、5月9日・23日、 6月6日・20日・木曜日 9:30~11:00 場穂高公民館講堂	費各回200円 定30人(先着順)	申3月28日(木)・29日(金)に電話で 問穂高公民館 Tel.82-5970
	<b>拾ヶ堰フットパス</b> 堰沿いの頭首工から堀金支所までの約9kmをウォーキングし、烏川放水口まではバスで移動しながら歴史を学びます。 講師 山田賢一(堀金公民館長)	日4月20日(土) 7:45~12:00 場堀金支所集合	費200円 定10人(先着順) 持軽食、飲み物	申3月27日(水)から4月10日(水)に電話で 問堀金公民館 Tel.72-5796
	<b>長峰山ウォーキング</b> 桜と北アルプスを眺めながら長峰山中腹から光城山まで歩きます。 講師 公民館職員	日4月23日(火) 9:00~14:00 場明科公民館集合	費200円 定20人(先着順) 持昼食、飲み物	申4月15日(月)、16日(火)に電話で 問明科公民館 Tel.62-4605

## ANCアリーナ

子どもたちの遊び場に  
ANCアリーナ柔剣道場を無料開放



日4月15日(月)から毎週月・木曜日(祝祭日を除く)  
10:00~15:00  
対子どもと保護者  
他開放日は、前月15日までにANCアリーナHP・館内掲示板に掲載します。  
問スポーツ推進課 Tel.71-2467



広くて快適な室内で、  
子どもたちが楽しく体を  
動かせます。

スポーツ推進課  
胡桃 茉奈

### 共通事項

年間を通して開催している教室をお知らせします。  
申ANCアリーナへ電話(Tel.73-1600)で  
持動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオル

### LAW バasketボールスクール(場所:サブアリーナ)

入会者にはスクールTシャツをプレゼントします。  
■基礎クラス(小学1年~6年生)  
日水曜日 18:00~19:00  
費7,700円(全4回+入会金)  
定20人  
■応用クラス(小学4年~中学1年生)  
日水曜日 19:10~20:40  
費8,800円(全4回+入会金)  
定30人

### ミズノ 卓球教室(初級クラス)(場所:サブアリーナ)

日火曜日 9:30~10:55  
費4,400円  
定15人(先着順)  
他ラケット(貸出有)

### ノルディックポール体操教室 (場所:会議室)

日水曜日 10:00~10:40  
対18歳以上(高校生除く)  
費500円  
定15人(先着順)



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

文字の読書が困難な方は、図書館へご相談ください

安曇野市図書館  
キャラクター「ぼぼん」

4	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				

●全館共通休館

## 4月の図書館イベント

日 日時 場 場所 対 対象 講 講師 費 費用 定 定員 持 持物 申 申込

### 全館共通 春の子ども読書月間



毎年恒例の春の子ども読書月間! 本年度もワクワクするイベントが盛りだくさん! ぜひ図書館へお越しください。  
期4月2日(火)～5月6日(月) ※閉館日を除く

2024「子どもの読書週間」標語  
「ひらいてワクワク めくってドキドキ」  
1959年(昭和34年)にはじまった、「子どもの読書週間」。  
第1回は、日本書籍出版協会児童書部会が中心となって開催した「子ども読書週間」(4月27日～5月10日)です。2000年の「子ども読書年」を機に、現在の4月23日～5月12日の約3週間に期間を延長しました。

### 1. ビブリアビンゴ!

本を借りてビンゴをしよう! 普段あまり読まないジャンルの本にもぜひ挑戦してみてください。2列ビンゴでプレゼントが! さらにすべてのマスを埋めた人には記念品を贈呈します。

### 2. 読書通帳デコレーション

期間限定! この機会に自分の読書通帳をデコレーションして、世界にひとつだけの特別な読書通帳を作りませんか? 期間中に100冊達成した人には普段とは違うプレゼントも用意しています。

### 3. 全館共通テーマ展示「本、だいすき!」

本や読書、図書館をテーマにした絵本を展示します。

### 市内在住絵本作家 まるやまあやこさん 「こどものとも」4月号 出版記念イベント



まるやまあやこさんの作品が福音館書店の「こどものとも」4月号として出版されることを記念してイベントを開催します。

#### 「こどものとも」とは?

「こどものとも」は1956年から福音館書店が発行している月刊絵本。4月号はその「顔」であり、福音館書店のカレンダーや、パンフレットなどにもその絵が使用されます。「こどものとも」で人気があった絵本は、同社から「こどものとも絵本」として単行本で出版されます。(例: ぐりとぐら はじめてのおつかい おおきなかぶ など)

### 出版記念トークイベント

まるやまあやこさんと福音館書店の編集者によるトークイベント。

日4月20日(土) 14:00～15:00  
対一般 費無料 定100人(先着順)  
場穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール  
申3月24日(日)から中央図書館へ直接または  
電話(84-0111)で

### 企画展示 まるやまあやこさん原画展

市の出版物などに使用している、まるやまあやこさんの作品の原画を展示します。

日3月30日(土)～4月25日(木)※閉館日除く  
費無料 場中央図書館ブラウジングコーナー

### 中央図書館 子ども読書の日ワークショップ!



おはなし会と絵本の内容をモチーフにした工作をします。絵本の世界を楽しみましょう。

日4月20日(土) 10:00～11:30

対未就学児～小学校低学年  
(未就学児は保護者同伴)

費無料 定15組(先着順)

場穂高交流学习センター「みらい」  
多目的交流ホール

申3月24日(日)から中央図書館へ直接または  
電話(84-0111)で



## 映画上映会

定100人 申不要(当日先着順) 費無料



アラヤシキの住人達 (117分)

「世界はたくさん、人類はみな他人。」北アルプスの山裾、車の通わない山道の向こうにふとあらわれる小さな村。そこに住む人たちの暮らしを映したドキュメンタリー。

日4月12日(金)開場17:00 上映17:30  
※今月から上演時間が30分早くなっています

場穂高交流学习センター「みらい」多目的交流ホール

日毎月第1火曜日 1回目:5月14日(火)  
13:30～15:00

対高校生以上 定15人 場堀金公民館会議室3  
費無料(テキストは各自で用意)

申3月26日(火)から堀金図書館へ直接または  
電話(72-3601)で

### 堀金図書館 短編集を楽しむ会 参加者募集



テキスト『ちいさな桃源郷』(池内紀/編 中央公論新社)から作品を読み合い、感想や意見を交換します。

## INFORMATION 問中央図書館 Tel. 84-0111

### 図書館読書会 会員募集



下記の読書会の参加者を募集します。詳細は中央図書館へ問い合わせください。

- 安曇野文芸の会 毎月第4土曜日 13:30～
- 東洋古典読書会 毎月第2火曜日 10:00～
- 西洋古典読書会 毎月第4木曜日 13:30～
- 宮澤賢治読書会 毎月第1木曜日 10:00～
- 児童文学を読む会 毎月第3水曜日 10:00～

### 図書館ボランティア募集



- ◆としょかんサポーター  
内書架の整理、図書の修理、清掃など  
参加条件: 2時間程度の研修への参加
- ◆おはなしサポーター  
内乳幼児向けのおはなし会で、絵本や紙芝居の読み聞かせ  
参加条件: 年間を通じて活動できる人  
月1回・30分程度、年1回の研修会へ参加
- ◆音訳者・編集者(朗読協力者)  
内読書が困難な方のために、広報・郷土資料を音声にして提供する作業や、対面朗読  
参加条件: パソコンの基本的作業ができる人  
月1回の研修会への参加  
申4月14日(日)までに申込書を中央図書館へ直接。  
申込書は同館・市HPから入手できます。

## 新規利用者登録の電子申請が始まります

4月2日(火)午前10時からインターネットで図書館の新規利用者登録ができるようになります。窓口での申込書の記入が不要となり、登録をしてすぐに図書館資料(図書、雑誌、視聴覚資料(CD、DVDなど))の貸し出し予約が可能となります。ぜひご利用ください。

### ■利用者登録のできる人

窓口での申請と同様です。ただし、過去に利用者登録をしたことがある人は電子申請の利用はできません。  
※利用者カードの有効期限が切れている人、住所・氏名などに変更がある人は図書館へ問い合わせください。



利用者登録はここから  
できるよ

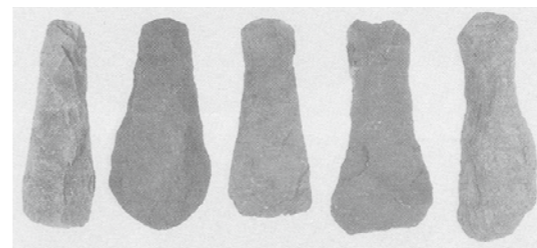
## 打製石斧の生産地

市誌編さん専門調査会  
考古部会 専門調査員 島田哲男

打製石斧は、石鏃（矢じり）と並んで縄文時代の代表的な石器です。「石斧」と書きますが、この名は形が斧に似ていることから付いた名で、使い方は斧ではなく、鋤や鍬のように土を掘るために使った石器であると言われています。

この石器の素材は、硬砂岩や粘板岩などの堆積岩や、ホルンフェルスなどの変成岩の平らな石が多く使われています。また、川の上流域より中流域で取れたものが表面の不純物などが洗い流されており、良い石器の材料になるため、市内では、平らな川原石がゴロゴロしている明科中川手から南陸郷の犀川で採取されたと推察されています。

このような条件の場所に隣接した所にほうろく屋敷遺跡があります。遺跡からは、打製石斧約3000点など数多くの種類の石器が出土しており、良質の石を背景にした石器製作が盛んに行われていたことが見て取れます。



ほうろく屋敷遺跡出土の打製石斧



## アルプスあづみの公園早春賦音楽祭出演者募集

アルプスあづみの公園早春賦音楽祭の公募ステージ出演者を募集します。プロ・アマ、ジャンルは問いません。



日5月12日(日) 10:00~16:00  
場国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区)  
費1グループ2000円  
日4月10日(水)までに申込書とデモ音源(CD)を郵送で。  
申込書は市HPから入手できます。  
日399-8295 安曇野市堀金烏川33-4  
国営アルプスあづみの公園堀金・穂高管理センター  
「あづみの公園早春賦音楽祭」係 宛て  
他申込多数の場合は、実行委員会にて選考します。  
日文化課 TEL71-2463

安曇野市誌ブックレット2  
『安曇野味ごよみ・生活ごよみ』  
を刊行

「安曇野の道祖神ものがたり」に引き続き、市誌ブックレットの第2弾「安曇野味ごよみ・生活ごよみ」を刊行し、下記の場所で販売します。安曇野の四季折々の郷土料理などを作りながら、食文化に触れられる1冊です。

期3月29日(金)から  
場豊科郷土博物館、文書館  
費500円

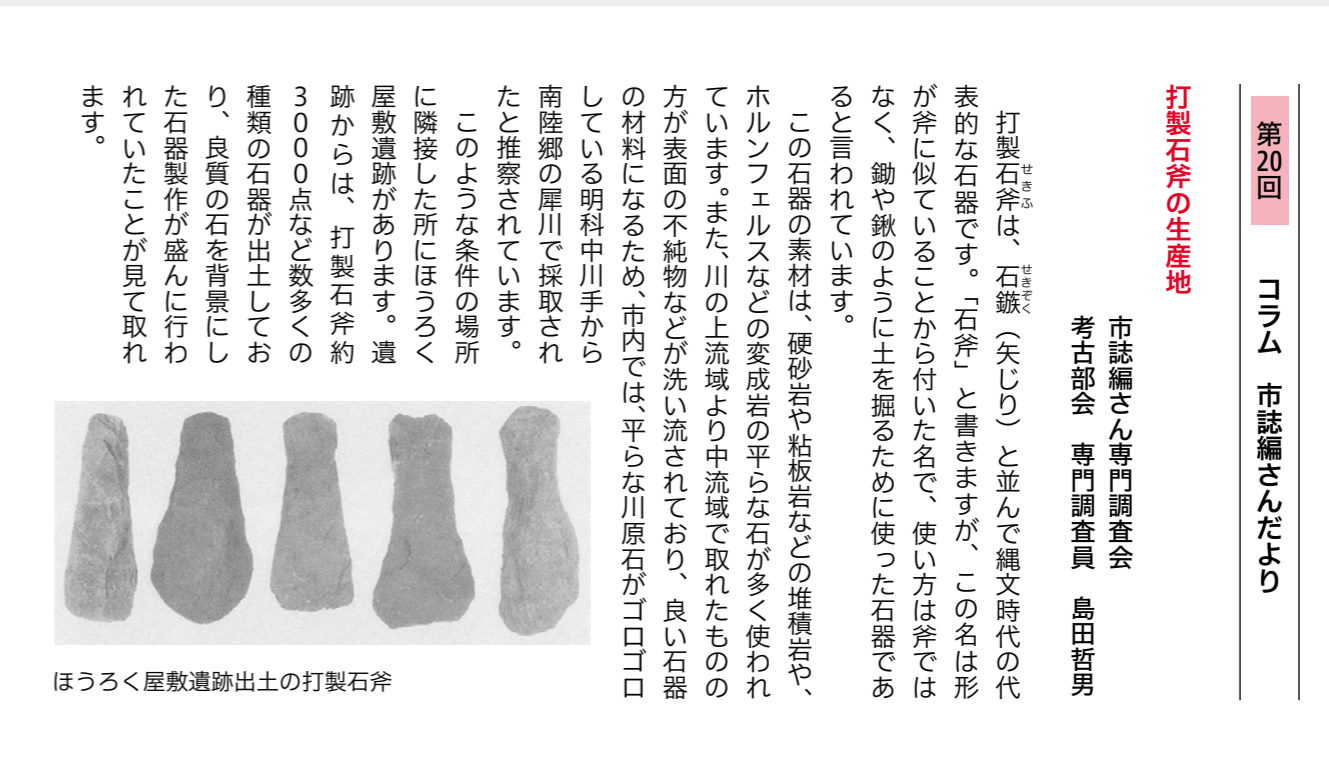


## 『堀金の宝』を刊行

これまで4冊を刊行してきた「宝」シリーズ最後の1冊、「堀金の宝」を刊行し、窓口で配布します。



期4月6日(土)から  
(無くなり次第終了)  
場豊科郷土博物館、穂高郷土資料館、貞享義民記念館、文書館、各交流学習センター・施設、堀金公民館、文化課  
費無料  
他市HPでもご覧いただけます。



ほうろく屋敷遺跡出土の打製石斧

## 文化施設

大規模改修工事のため豊科近代美術館の貸し出しは、6月1日から令和7年8月(予定)まで休止します。

## 地域発展と人材育成の連携を強化 松本看護大学・松本短期大学と協定締結



協定書を持つ太田市市長と上條学長(中央)、木内学長(右)

市と松本看護大学、松本短期大学は、医療・福祉・教育・学術研究等の分野で相互に連携し地域社会の発展を目指すことを目的とした包括的連携協定を締結しました。市役所で調印式が2月16日に開かれ、太田市市長と松本看護大学の上條節子学長、松本短期大学の木内義勝学長が協定書に署名しました。

両者とはこれまでも教育・保育実習生の受け入れや児童館交流などで連携をしてきましたが、この協定に

よってさらなる人材交流や連携事業が強化されます。

市が大学と協定を結ぶのは平成29年3月の信州大学、令和3年8月の松本大学・松本大学松商短期大学部以来3例目。太田市市長は、加速する人口減少と少子高齢化に対し、医療・福祉や保育・教育を支える人材の確保が重要とし、「連携を一層強化し、将来にわたって持続可能なまちづくりや人材育成を進めたい」と今後の期待を述べました。

## 魅力を仮想空間で体感 安曇野観光メタバース オープン

市が構築を進めてきたインターネット上の仮想空間で安曇野観光を体験できる「安曇野観光メタバース」が完成しました。

2月29日に開かれたオープニングイベントには、太田市市長と、実際に安曇野を訪れて旅のプランを空間内のルームで提案する「キャンパスラボ」の2人がアバター(空間上のキャラクター)で登壇し、市の魅力をPR。イベント開始の午後7時には、定員の上限となる約50人の参加者が北アルプスに囲まれたメタバース内のロビーに集まり、バーチャル空間の安

曇野を体感しました。

太田市市長はあいさつで「メタバース空間での体験や交流が、実際に安曇野に来ていただくきっかけになれば」と期待を込めました。

メタバースでは、ロビーの他にキャンパスラボの2人が旅行プランを提案するルーム、安曇野の地図の上に立ちながら旅行のプランを検討できるルームなどが楽しめます。

また、完成に合わせ3月には銀座NAGANOなどで多くの関連イベントを開催しました。市では今後、空間の内容を充実させ、移住や就職

相談などさまざまな分野でメタバースの活用を進めていきます。



ロビーでのオープニングイベントを楽しむ参加者(アバター)

## 寄附寄贈のお礼(敬称略)

▷(株)エイワ 37万円 小中学校図書購入のため▷安曇野市商工会堀金支部 5万6000円 小学校教育の振興のため▷(株)アイダエナジー 15万円 市内緑化活動推進のため▷(株)カクミズ 3万円 北アルプス及び里山の登山道維持のため▷一期生の会 図書カード3万円分▷ナイスモバイル(株) 電子黒板1台▷ヘアーサロン本庄 エタノール消毒液4% 4本▷(公社)安曇野シルバー人材センター 門松1対▷(株)松本山雅 ガンズくん交通安全かるた31セット▷(株)エイワ マシュマロ7,360袋▷(一社)松本法人会川手部会 図書カード12万円分▷NPO法人JAあづみ ぐらしの助け合いネットワークあんしん 食用菜種油15本、食用ひまわり油54本▷松本法人会堀金部会 安曇野市商工会堀金支部工業部会 図書カード5万円分▷(株)デンソーエアクール 1,000W出力ポータブル電源2台▷安曇野市商工会明科支部青年部 絵本28冊▷セキスイハイム信越(株)・(株)VC 長野クリエイトスポーツ JINRIKI(車イス避難補助具)2台▷旬の味ほりがね物産センター組合 図書カード20万円分



## すくすくきつず PHOTO



りと  
璃士くん(7ヶ月)  
ご飯まだ!



はじめ  
朔くん(1歳)  
ごはん大好き!  
たくさん食べて  
大きくなってね

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)



### 4月の図書館 ワクワク・ドキドキおはなし会

4月から豊科図書館のおはなし会は午前の1回のみとなります。

場所	内容	日程	時間
中央図書館 TEL 84-0111	おはなしのとびら	3・10・17・24日(水)	10:30~
豊科図書館 TEL 71-4022	おはなしたんぼぼ	19日(金)	11:00~
三郷図書館 TEL 76-3078	ポケットの会	13日(土)	10:30~
	おはなし会	25日(木)	11:00~
堀金図書館 TEL 72-3601	おはなしのへや	16日(火)	10:30~
	おりがみのへや	24日(水)	16:30~
明科図書館 TEL 62-1122	おはなしひまわり	27日(土)	11:00~



### No.15

あづみの  
子育て  
レポート  
誕生日おめでとう!  
みんなでお祝い  
楽しいね

3月生まれハッピーバースデー  
3/8(金) 穂高北部児童館



穂高北部児童館では毎月、誕生日を迎える子を利用者と一緒にお祝いしています。今回は誕生日を迎えた2人を祝い、8組の親子が大きなバースデーケーキの飾り付けや手遊び歌、季節に合わせたひな祭りの飾りづくりを楽しみました。

3月に誕生日を迎えたとあや悠弓くん(2)と参加した山越真由美さん(豊科)は、「想像していたより盛大で、みんなからにぎやかにお祝いしてもらえてうれしい」とほほ笑んでいました。



### 4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	豊科保健センター	穂高保健センター
日にち	12日(金)・30日(火)	19日(金)
時間	9:30~11:00	

## 4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	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
22 おはなし会 (月) 11:00~11:20	5 育児相談・身体測定 (金) 10:30~12:00	10 おはなし会 (水) 11:00~11:20	17 おはなし会 (水) 11:00~11:20	5 育児相談・身体測定 (金) 10:30~12:00	5 おはなし会 (金) 11:00~11:15	1 ジャガイモを植えよう (金) 10:00~10:30	20 アウトドア~ハーフ デイキャンプ~ 14:30頃~	19 おはなし会 (金) 11:00~11:20	13 ファミリー・サポ ート・センター登録会 9:30~11:30
26 育児相談・身体測定 (金) 10:30~12:00	8 12 19 おはなし会 11:00~11:20	12 ジャガイモの植付け (金) 10:00~11:00	18 ジャがいも植え (木) 10:30~11:30	5 ほっとカフェ (金) 11:15~12:00	12 育児相談・身体測定・ 読み聞かせ (金) 9:30~12:00	6 絵本と工作 (水) 10:30~11:00	22 育児相談・身体測定 (月) 10:30~12:00	23 ひるまえあそびス ペシャル 11:00~11:30	26 ふぁみPaセンサーボ トル作りとふれあい遊 び 10:30~11:30
<b>豊科中央児童館を 建て替え</b> 建て替え中は児童館向 かいの豊科老人福祉セン ターで営業します。 ※移転のため、4月1日 (月)~14日(日)は休館 期4月15日~ 令和7年10月(予定) ☎子ども家庭支援課 TEL71-2078	17 産前産後のママ集まれ (水) 10:30~11:30	18 ママキッズピクス (木) 10:30~11:00	19 育児相談・身体測定 (金) 10:30~12:00	22 おはなし会 (月) 11:00~11:20	16 4月で1歳になるお 子さんのスクラップ ブック 10:30~11:30	22 育児相談・身体測定 (月) 10:00~12:00	24 かめちゃんタイムス ペシャル ~春うらら~ 10:30~11:30	25 育児相談・身体測定 (木) 10:30~12:00	
		19 育児相談・身体測定 (金) 10:30~12:00	19 へんしん!! 手形・足形 アート 10:30~11:30	19 育児相談・身体測定 (金) 10:30~12:00	19 4月生まれ ハッピーバースデー 10:30~11:30	24 ベビーマッサージ (水) 10:30~11:30		27 クライミング教室 (土) 13:00~14:30	
		24 にこにこタイムス ペシャル 「こいのぼり」 11:00~11:30	24 3色団子を作ろう &春探し 10:30~11:30						

Info 1

# お家でカンタン 手続きがもっと便利に

市役所に行かずに、スマホやパソコンを使って申請できるようになりました。

## 児童手当



マイナポータルで児童手当の申請、登録情報の変更等ができます。



マイナポータル

## 軽自動車税



車検時、納税証明書が原則不要に。必要な場合、LINEで申請できます。



市公式 LINE

## 所得証明書



LINEで所得に関する証明書を申請できます。



市公式 LINE

延長・休日窓口の取り扱い業務が変わります

### 引き続き取り扱う業務

住民に関する業務（戸籍・マイナンバーなど）、国民健康保険・後期高齢者医療関係



上記の児童手当、軽自動車税、所得証明書に関連する業務は**平日のみ**取り扱いします。

日程は毎月裏表紙に掲載

### 延長・休日窓口について

問市民課 Tel71-2489

### 児童手当について

問子ども家庭支援課 Tel71-2255

### 税・所得証明について

問税務課 Tel71-2484

延長・休日窓口の日程や業務内容など詳細はHPで



Info 2

# 誰でも安心して 来られる窓口

4月から通訳アプリ「みえる通訳」を使える窓口が増えます。13の外国語と手話による通訳でご案内ができるようになります。通訳が必要な方は気軽に窓口でお伝えください。



希望言語を職員に伝える



通訳オペレーターに接続  
(所要時間15秒)



映像とともに  
随時通訳

### 対応できる言語

- ・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語
- ・タイ語・インドネシア語・ネパール語
- ・ヒンディー語・ベトナム語・タガログ語
- ・スペイン語・フランス語・ロシア語
- ・日本手話

### 対応できる窓口

市役所外国籍市民相談窓口

障がい者支援課

穂高・三郷・堀金・明科各支所

問人権共生課 Tel71-2406



この三角柱が目印



Info 3

市内の移動に ますます便利！

# あづみん・のるーと 土日祝日運行を開始

3月30日から、デマンド交通「あづみん・のるーと」が土日祝日にも利用できるようになります。電話・スマートフォンアプリ・LINEで予約できます。 ※要事前登録

予約の電話はあづみん受付センターへ Tel 71-1233

(平日:7:40~16:40 休日:8:00~16:30)

問政策経営課 Tel 71-2401



①



②



④

(写真)①給水作業(羽咋市) ②避難所でのミーティング(輪島市) ③被災家屋の調査(羽咋市) ④災害廃棄物の受け入れ(羽咋市)

# 令和6年能登半島地震の 被災地支援を行っています

令和6年能登半島地震によりお亡くなりになられた方々に心からお悔やみ申し上げますとともに、被害を受けられた方々にお見舞い申し上げます。市では、被災地への職員派遣や災害義援金の受付などを行っています。 問危機管理課 Tel71-2119

## 1. 市営住宅などを無償提供

現地に住めなくなった被災者・二次避難者を受け入れるため、県と連携して市営住宅・教員住宅6戸を1年間無料で提供する体制を整えています。詳しくは県HPをご覧ください。



県HP

## 2. 職員を派遣しています

市では、長野県災害合同支援チーム(チームながの)の一員として、石川県羽咋市と輪島市へ職員を派遣し、災害廃棄物受入業務や住家被害認定調査・罹災証明書発行業務、避難所運営支援を行っています。また、日本水道協会等の要請で羽咋市や七尾市での給水活動のほか、下水道調査でも派遣を行っています。3月9日現在で、19人の職員が被災地で支援活動を行いました。今後も被災地の要請に基づき職員派遣を行っていきます。



市HP

## Report 災害派遣職員の活動から

市の最初の派遣職員として羽咋市で1月9日から5日間、給水活動を行いました。現地に向かう道中では、船が転覆している光景など被災直後の状況を肌で感じ身が引き締まる思いでした。羽咋市内のタンクから給水車で水を運び、羽咋すこやかセンターで一日約100人の皆さんに給水を行いました。被災者からの「遠くまで来てもらってありがとう」と感謝の声を掛けていただきうれしかったです。今回、水は命に関わる大切なインフラだということを改めて感じました。



上水道課  
係長 曾山裕之

水は命に関わる大切なインフラ

2月19日から6日間、輪島市の避難所で運営の支援を行いました。避難所には80人を超える皆さんが身を寄せられていました。私たちは、昼食や夕食時の炊き出しの配膳、夜間警戒等の運営補助を行い、被災者が少しでも快適に過ごせるよう努めました。この活動で、指定避難所の確認や防災用品の準備等、事前の備えが重要だと感じました。今後、この経験を多くの人と共有し、災害発生時の備えとして役立てたいです。



環境課  
主任 葉山武尊

事前の備えが重要と再認識

## INFORMATION

### ■災害義援金を受付しています



市役所・支所に義援金箱を設置しています。集まった義援金は日本赤十字社を通じて被災地の生活支援に役立てられます。 問福祉課 Tel 71-2253



市HP

### ■その他の支援

被災地でのボランティア活動を希望する人は、石川県の災害ボランティア特設サイトをご覧ください。

必要な支援は、状況によって変化します。正確な情報を確認して行動してください。



石川県HP

## やさしいお菓子は コップからあふれ出した幸せ

心の豊かさを見つけるきっかけを与える  
オーガニックパティシエ

押川 海香 さん(三郷)

昨年「ユタカナル」の敷地内にオープンしたオーガニック菓子喫茶「かまどのかみさま」。お菓子をを通して幸せのおすそ分けをしている押川海香さんに話を聞きました。

### やさしさのバトンをつなぐ場所

何不自由なく幸せな暮らしをしていながらも、何か足りない。満たされたい。そんな都会での生活をリフレッシュするため出掛けた安曇野旅行。時折、頬をなでる心地よい風と清らかな水や土に心を奪われました。偶然にも、その時宿泊した施設の隣の畑付き住宅が売りに出されるとい話を耳にし移住を決意。2022年10月に引越越し、翌年自宅を改修してオーガニック菓子喫茶「かまどのかみさま」をオープンしました。

移住前、育児に追われ心身ともに憔悴(しょうすい)しきっていた時、作り手の真心がこもった食事やお菓子が救われたことがありました。その時、心が豊かな人が作るものには、心を満たすエネルギーが宿っている。そして、人を笑顔にするには自分が心から幸せであることの大切さに気がきました。



安曇野の人々の優しい



さや風土に触れ、空っぽだった自身の心のコップから豊かさがあふれだすまでに至った今、クラウドファンディングで開店資金を支援してくれた多くの皆さんや、今まで受けた数えきれない恩を「返す」のみならず次の人へ「送り」たい。ユタカナルは「恩送り」というやさしさのバトンをつないでいきたいという願いを込め、さまざま体験やかまどのかみさまのお菓子で「豊かさとは」を体現できる場所です。

### 土と水を守りたい

子どもが生まれる前からオーガニック食材を中心としたお菓子を作ってマルシェやオンラインで販売していました。体は食べたものや吸った空気で作られているし、人の約60%は水分。もし選べるならば、食べ物も空気も水も、どれもきれいな方がいいと思っています。特に水は使った流れたら終わりではありません。蒸発して雲になり、そして雨となつて戻ってきます。だからこそ、栽培方法にこだわっている地元農家さんを応援したくて、減農薬リンゴや自家製無農薬スペルト小麦を使ったお菓子作りをしています。こうしたお菓子を通して、安曇野の土や水、そして地球や人々を守る循環の歯車の一つになれたらうれしいです。

心の余裕を持たせた時に初めて地球という大きなものへ関心が持てるようになる



高知県出身。2022年に夫、2人の子とも埼玉県川口市から移住。短大の製菓学科を卒業後パティシエに。「かまどのかみさま」のコンセプトは「世界でただ一人大切なあなたに贈る お菓子」。イベント企画やキッチン教室も主催している。

Instagram  
ユタカナル(左)  
かまどのかみさま(右)



**MEMO**  
○ユタカナル  
農業体験や木工クラフト、ナチュラルボデイよもぎ蒸しなどさまざま体験ができる(左記より要予約)  
○かまどのかみさま  
営業日・木・金・土曜日  
午前10時～午後4時(臨時休業あり)  
場所…三郷小倉4027

りますが、過去の自分がそうであったように、日々の生活に追われているとそんな余裕はありません。忙しいという字は「心を亡くす」と書きます。そうなったときはユタカナルに来て、心のこもったお菓子と優しい夫(豊さん)の入れるコーヒ―で満たされてほしいと思います。

## こだわりぬいた10品 商品化へ

2月19日 安曇野オリジナル商品案採用報告会



市と南安曇農業高校では、市の特産物などを使った安曇野オリジナル商品開発に取り組んでいます。これまでに14案が採用され、4年目となる本年は(株)辰巳、まちの駅安曇野BASE、旬の味ほりがね物産センターで計10案の商品化案が採用されました。

このほど報告会が行われ、商品を考案した9人の高校生が参加し、試行錯誤を繰り返したメニューをお披露目しました。有明カボチャを余すことなく使った牛乳寒天を考案した山口夏歩さん(18)は「食品ロスも考え、捨てられることの多い皮や種も使った栄養満点の牛乳寒天ができた。ターゲットの高齢者には特に食べほしい」と笑顔を見せていました。

## 手づくりのおいしさに麺くらう

2月17日 手作り麺のラーメンを作ろう!



地域の人を講師に迎え、親子で新しいことに挑戦する親子体験ラボの冬季講座が明科公民館で開かれました。今回は明科公民館の安井館長が講師を務め、麺やスープ、チャーシューなどの具材の手作りに挑戦。参加した親子3組が水加減を調整しながら生地を打ち、手作りのタレや油で味を調整したしょうゆラーメンを味わいました。なかには、もう一度生麺を切って替え玉をする参加者もいるなど、オリジナルの味と麺作りを楽しんでいました。

田坂瑞樹さんと参加した陽登さん(8)は「生地が硬くて打つのに苦労したけれど、お母さんと協力してうまくできた。今度は家でも作ってみたい」と話してくれました。

## 小倉をもっと元気に! 素敵なお店が勢ぞろい

2月25日 おぐらわくわくマルシェ



小倉地域に暮らす移住者とファインビュー室山が協力し、同施設ロビーでマルシェが開かれました。出店した8ブースはいずれも小倉地域に移住した皆さん。当日は大雪にもかかわらず、午前11時の開店から会場には大勢の人が訪れ、総菜や焼き菓子などを購入していました。家族でマルシェを楽しんでいた大山生幸さん(三郷明盛)は「この雰囲気と素晴らしい眺めを見ながら飲食できて満足」と笑顔を見せてくれました。

マルシェ発起人の嶋田湧さん(三郷小倉)は「今回の出店者は移住者のほんの一部。これをきっかけにもっと地元の人に知ってもらい、小倉を盛り上げたい。みんなでワクワクしたい」と話してくれました。





# あづみの

### 次回発行

No.367は4月18日発行です。  
※4月からは木曜日発行になります。

### 編集後記

◆運動不足解消のために散歩した時のこと。まだまだ寒いなぁと思っていましたが、鮮やかな梅の花が木々を彩り、足元ではオオイヌノフグリが可憐な花を咲かせていました。もうすぐ春。冬の間貯めた栄養を消費せねば… [A]

◆うどん、蕎麦、おやきなどなんでも手作りする言わば「粉もん王国」の安曇野。ついにラーメンも作ってしまう教室が！というわけで迷わず取材。麺を作る子どもたちの真剣なまなざしと、緩い雰囲気癒されたひと時でした。 [H]

◆3月は別れの季節。何年もの間、仕事ではいつも一緒でした。少し寂しいです。新たなパートナーとも徐々に慣れていくよう頑張ります。今まで本当にありがとうございました。取材時に雪でグチョグチョになった僕の革靴へ。 [Y]

◆穂高天蚕糸の取材では、学生たちの斬新なアイデアが印象的でした。取材しながら、幼いときに遊び場の一つだった実家の蚕室を思い出しました。蚕室に充滿する桑の葉の香りとそれを食む蚕の音、懐かしいなぁ…って蚕に懐古(笑) [M]

### 2024年3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96,048人(-92)

男46,645人(-53) 女49,403人(-39)

41,558世帯(+3)

本庁舎夜間時間延長窓口 17:15 >> 20:00  
4月9日(火)

休日開庁日 8:30 >> 12:00  
3月24日(日)・30日(土)・4月28日(日)

水道料金センター臨時営業 8:30 >> 12:00  
3月24日(日)・3月30日(土)

広報あづみの  
2024年3月20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

### 4月からさらに充実

# 安曇野市公式LINEの登録を！

市から受け取りたい情報を設定すると、ほしい情報だけが受け取れます。この機会にぜひ友だち登録と受信設定をお願いします。

### 基本メニュー

あづみん・のるーとの予約や出産・子育ての簡単手続きなど、暮らしをサポートする便利な機能が使えます。



### 公共交通(あづみん・のるーと)

### 予約・申込

### ごみ

and more!



※コロナワクチンは3月31日まで

### 配信カテゴリ

市内にお住いの人にはイベント・講座の情報やお住いの地域の情報などを、市外にお住いの人には観光や移住定住情報など、受信設定したカテゴリの情報だけ受け取ることができます。

イベント・講座 子育て・教育

健診・予防接種 道路・交通

お住いの地域の情報

行政情報 広報あづみの

and more!

- 災害に関する情報は友だち全員に配信します。
- 設定はいつでも解除・変更できます。

### 【受信設定をお願いします！】

基本メニュー右下「受信設定」から、1分ほどで完了します。4月に受信設定のお願いを配信しますので、すでに設定している人も改めて設定をお願いします。

