

広報

あづみの

 安曇野市

Azumino City

Public Relations

No.165

5

2013. 5. 22

contents

特集 春、安曇野に歌声が響く…2
あづみ野周遊バス……………6
市政トピックス……………10
松本山雅 FC ホームタウン安曇野デー……32

ふるさと安曇野を発信

市のふるさと観光大使に穂高出身
アルパ奏者 上松美香^{あげまつみか}さんが就任

(関連記事5ページ)

春、安曇野に歌声が響く

安曇野では、2つの唱歌「早春賦」と「めえめえ児山羊」が多くの人によって親しまれています。節目の年を迎え、歌の心は世代を越えて未来を担う子どもたちへと受け継がれています。



第30回早春賦まつり 穂高川沿いの早春賦歌碑前で開かれ、早春賦の合唱などが行われました。

早春賦

安曇野の春の情景を歌ったとも言われる
早春賦は、誕生100年を迎えました。

100年

誕生から100年
多くの人に歌い継がれる早春賦

安曇野では4月から5月にかけて早春賦にちなんださまざまな催しが行われます。

大正2年に発表された早春賦は、本年度誕生100年を迎えました。この歌は、作詞者・吉丸一昌さんが、安曇野周辺を訪れた際、安曇野の遅い春を待ちわびる人々の心を詩にしたものとも言われています。また、内容から人生のいろいろな試練や苦難を乗り越えて、人生の春を待つ人々の応援歌として、全国の多くの人に歌い継がれてきました。

昨年、開催された「第2回安曇野に寄せる心の詩・作詞コンテスト」では、全国から約700点の応募があり、ふるさと安曇野に思いを込めた、市内の若い皆さんによる作品が入選しました。



作詞者
よしまるかずまさ
吉丸一昌 (1873 - 1916)
現在の分県白杵市出身。国文学者。東京音楽学校（現東京藝術大学）教授。文部省唱歌編纂委員に任命され数多くの童謡を発表。



作曲者
なかだ あきら
中田章 (1886 - 1931)
東京都出身。東京音楽学校（現東京藝術大学）教授。音楽理論、オルガンを指導。数多くの学校校歌を作曲。

誕生から100年、ここ安曇野では、ふるさとを思い、未来への希望を込めた早春賦の心がこれからも歌い継がれていきます。

第28回 早春賦音楽祭＝本ステージ＝

日時 5月26日（日）
午後1時30分～
場所 穂高会館 ※要入場料
主催 早春賦誕生100年記念事業実行委員会・早春賦音楽祭実行委員会・早春賦愛唱会
園 早春賦愛唱会 ☎82・7290



第9回あつみの公園早春賦音楽祭 特別編成の合唱団による合唱と早春賦の歩みのパネル展示、市内外の子もたちによる合唱、演奏が行われました。（5月4日、国営アルプスあつみの公園）



第30回 早春賦まつり前夜祭
オカリナ奏者の宗次郎さんとアルパ奏者の上松美香さんのコンサートが行われ、会場の皆さんと早春賦を合唱しました。（写真右 4月28日、豊科公民館）
第12回 早春賦まつりコンサート
（写真左 4月29日、あづみ野コンサートホール）



第2回安曇野に寄せる心の詩・作詞コンテスト 入選者の声



安曇野の春を伝える姿を込めました

吉丸一昌賞
「おいでよ安曇野」
よねくら ほなみ
米倉穂奈美さん（高校1年）
（堀金三田）

渡り鳥が、安曇野の春を伝える姿を想像して作詞しました。詞の一番大切な部分には、曲がついた時にどんな感じの歌になるか気持ちを込めました。実際に曲と一緒にした時はとても感動しました。歌が好きなので、これからも音楽にかかわることができたらと思っています。



安曇野の良さを後輩に伝えたい

修養塾賞
「ここは安曇野 私のふるさと」
おくはら なみか
奥原奈実佳さん（高校1年）
（穂高北穂高）

学校の登下校時に、ふと気づいたふるさと安曇野の良さを歌詞に込めました。詞に曲がついて、学校で発表された時はとてもうれしかったです。この歌が、安曇野はとても良い所だと後輩に伝えたいと思います。これからも感動した気持ちを言葉で表現していけたらと思っています。

早春賦誕生100年を迎えて

市民の愛唱歌として歌い続けたい

早春賦誕生100年記念事業実行委員会
実行委員長
もちづきあきひこ
望月昭彦さん
（穂高柏原）



5月26日の早春賦音楽祭では、吉丸先生の出身地・分県白杵市の皆さんなどが訪れます。この機会に全国の多くの皆さんと交流を持てたらと思います。100年愛される早春賦。これからも安曇野市民の愛唱歌として歌い継がれ、人の絆や連帯感が深まることを願っています。

ふるさとを思う気持ちを育てたい

早春賦愛唱会
にしやまのりこ
西山紀子さん
（穂高）



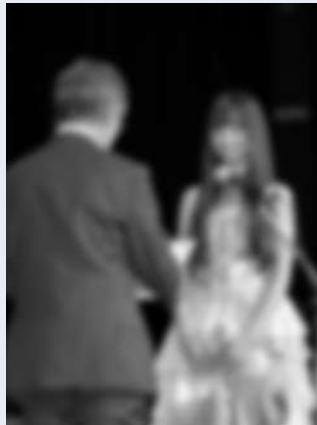
毎年、市内の小・中学生の皆さんと一緒に早春賦を歌っています。作詞コンテストでは若い皆さんの安曇野を愛する気持ちがとても伝わってきました。私塾・修養塾を開き、若い人の育成にも力を注いだ吉丸先生と同じように、これからも若者のふるさとを思う気持ちを育てていきたいです。

Topics

初のふるさと観光大使に

あげまつ み か

上松美香さんを任命



任命式（4月28日）

市では、初の「ふるさと観光大使」に、南米パラグアイのハープ「アルパ」の演奏家として国内外で活躍する、上松美香さん（穂高出身）を任命しました。任命式は4月28日、早春賦まつり前夜祭の冒頭で行われ、宮澤市長から上松さんに任命書が手渡されました。上松さんは「デビュー以来、ふるさと安曇野の景色や多くの皆さんに支えられてきました。少しでも恩返しできればと思っています」と話しました。

「ふるさと観光大使」は、各分野で活躍し、安曇野市に深い理解があり、市の魅力を多くの人にアピールしていただける人を任命するもので、本年度から始まりました。上松さんには、演奏活動などを通じ、市の観光・特産などを記載した名刺による宣伝活動が無報酬で行っていただきます。

上松美香さん 略歴

13歳でアルパを始め、15歳でパラグアイの音楽祭で日本人初の特別賞を受賞。1999年、「ラテンアメリカアルパフェスティバル」（メキシコ）出演。2000年、17歳でCDデビュー。国内外でアルパの演奏、普及活動を行っている。



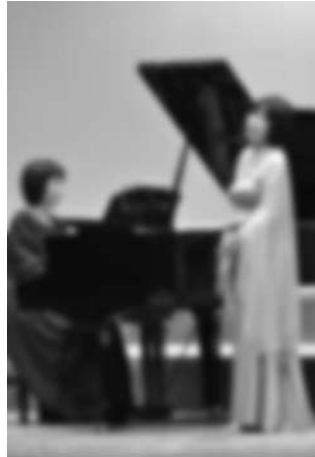
童謡・唱歌をうたう会の皆さんによる発表



最後に「めえめえ児山羊」を参加者全員で合唱



藤森さんの作品を紹介するパネル展示



声楽家の天羽明恵さん（ソプラノ）とピアニスト白田由香里さんによる招待演奏

第32回作詞作曲コンクール



最優秀賞 「銀河をぬけたら」
やまだゆうき **山田勇輝くん** そねはらしょう **曾根原唱くん**
もりかずま **森一馬くん** はたけやまたいせい **畠山大成くん**（豊科南小6年）

優秀賞 「ぼくらが旅立つ日」
さかいなみき **酒井並木さん**（穂高西小5年）

優秀賞 「かわいいあひるのさくらちゃん」
まさいしななみ **牧石菜々美さん**（堀金小2年）

※氏名写真右から、学年は応募当時

最優秀賞の「銀河をぬけたら」は4人で制作。畠山くんと森くんが作詞、曾根原くんと山田くんが作曲をそれぞれ担当。「銀河系の外を見てみたい気持ちを詞に込めました。制作途中、曲と詞とが合っているのがとても楽しかった」と話してくれました。



第2部では、これまでの作詞作曲コンクール最優秀作品の中から2曲が披露されました。（写真は、招待演奏の声楽家 太田直樹さん、豊科北小、穂高南小合唱部の皆さん）

幾世代にも愛される童謡
歌う喜びを子どもたちへ

第50回童謡祭り（実行委員会主催）が5月5日、豊科公民館で開催され、約700人が参加しました。この祭りは、昭和39年5月5日「子どもの日」に豊科出身の文学者・藤森秀夫さんを顕彰し、旧豊科中学校「思索の森」（現在の豊科近代美術館敷地内）に記念碑が建立されたのが始まりです。藤森さんは「めえめえ児山羊」をはじめ多くの童謡を作詞し、これらの作品は、世代を超え今も多くの人に歌い継がれています。

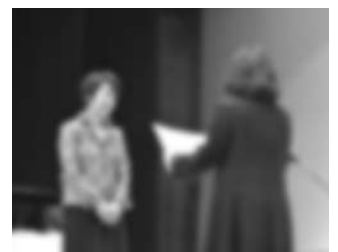
昭和56年からは、小中学生による作詞作曲コンクールも開催され、本年は75作品の応募の中から3作品が入賞し、最優秀作品には「銀河を抜けたら」が選ばれました。この作品は、審査した豊科出身の作曲家・飯沼信義さんが補作・編曲し、当日、発表されました。

これからも子どもたちがよい歌と曲に触れる機会をつくっていきます

童謡祭り実行委員長
やまもとひろこ **山本紘子さん**
豊科南穂高



これまでの作詞作曲コンクール入賞者の中には、国内外で音楽に携わり活躍している人がいます。これからも安曇野の子どもたちに詩や音楽を作る楽しさや「よい歌」と「よい曲」に触れる機会を作っていきたいですね。



開催にあたり、長年、協力いただいた、藤森秀夫さんの三女・佐野秀穂さん（東京都小金井市）に実行委員会から感謝状が贈られました。

ふじもりひでお **藤森秀夫（1892 - 1962）**

豊科出身。ドイツ文学者・詩人。慶応義塾大学・明治大学のほか、旧制高等学校などで教壇に立つ。ゲーテとハイネ研究の権威。詩人として「めえめえ児山羊」をはじめ数多くの民謡・童謡などを作詞した。これらの作品は現在でも多くの人に歌い継がれている。



童謡祭り

数多くの童謡を作詞した文学者・藤森秀夫さん（豊科出身）を讀えて始まった童謡祭りは、安曇野の子どもたちの感性を育み続けて50回目を迎えました。

Douyoumatsuri



東回り 大王わさび農場・安曇野の里 方面線

停留所名		区間時間	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便
フリー乗降	穂高駅 発		9:45	10:30	11:15	12:45	14:00	14:45	15:35	16:20
	穂高神社	0:01	9:46	10:31	11:16	12:46	14:01	14:46	15:36	16:21
	等々力家	0:03	9:49	10:34	11:19	12:49	14:04	14:49	15:39	16:24
	大王わさび農場	0:07	9:56	10:41	11:26	12:56	14:11	14:56	15:46	16:31
	安曇野の里	0:07	10:03	10:48	11:33	13:03	14:18	15:03	15:53	16:38
	穂高神社	0:08	10:11	10:56	11:41	13:11	14:26	15:11	16:01	16:46
	穂高駅 着	0:01	10:12	10:57	11:42	13:12	14:27	15:12	16:02	16:47

西回り アルプス公園線

停留所名		区間時間	1便	2便	3便	4便	
						(4月～10月)	(11月)
フリー乗降	穂高駅 発		9:05	11:05	13:20	15:50	15:45
	国営アルプスあづみの公園	0:13	9:18	11:18	13:33	16:03	15:58
	アートヒルズ	0:10	9:28	11:28	13:43	16:13	16:08
	Vif穂高	0:02	9:30	11:30	13:45	16:15	16:10
	天満沢	0:02	9:32	11:32	13:47	16:17	16:12
	松尾寺	0:01	9:33	11:33	13:48	16:18	16:13
	有明山神社	0:06	9:39	11:39	13:54	16:24	16:19
	夫婦岩	0:03	9:42	11:42	13:57	16:27	16:22
	鈴玲ヶ丘学者村	0:01	9:43	11:43	13:58	16:28	16:23
	安曇野ちひろ美術館	0:12	9:55	11:55	14:10	16:40	16:35
	穂高駅 着	0:20	10:15	12:15	14:30	17:00	16:55

西回り ちひろ線

停留所名		区間時間	1便	2便	3便	4便*	
						(4月～10月)	(11月)
フリー乗降	穂高駅 発		10:00	12:05	14:35	16:20	16:20
	安曇野ちひろ美術館	0:22	10:22	12:27	14:57	16:42	16:42
	鈴玲ヶ丘学者村	0:09	10:31	12:36	15:06	16:51	16:51
	夫婦岩	0:01	10:32	12:37	15:07	16:52	16:52
	有明山神社	0:06	10:38	12:43	15:13	16:58	16:58
	松尾寺	0:03	10:41	12:46	15:16	17:01	17:01
	天満沢	0:01	10:42	12:47	15:17	17:02	17:02
	Vif穂高	0:03	10:45	12:50	15:20	17:05	17:05
	アートヒルズ	0:02	10:47	12:52	15:22	17:07	17:07
	国営アルプスあづみの公園	0:10	10:57	13:02	15:32	17:17	↓
	穂高駅 着	0:13	11:10	13:15	15:45	17:30	17:15

※4～6月、9～10月は、国営公園の停留所は園外となります。11月は国営公園を通過します。

運行情報センター
運行日

5月							
日	月	火	水	木	金	土	日
			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	31		

6月							
日	月	火	水	木	金	土	日
						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	

7月							
日	月	火	水	木	金	土	日
	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	31				

8月							
日	月	火	水	木	金	土	日
							1
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	31	

9月							
日	月	火	水	木	金	土	日
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						

10月							
日	月	火	水	木	金	土	日
						1	
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	31			

11月							
日	月	火	水	木	金	土	日
						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	

岡市観光情報センター (TEL82・9363) 観光課観光振興担当 (TEL82・3131 代 FAX82・6622)



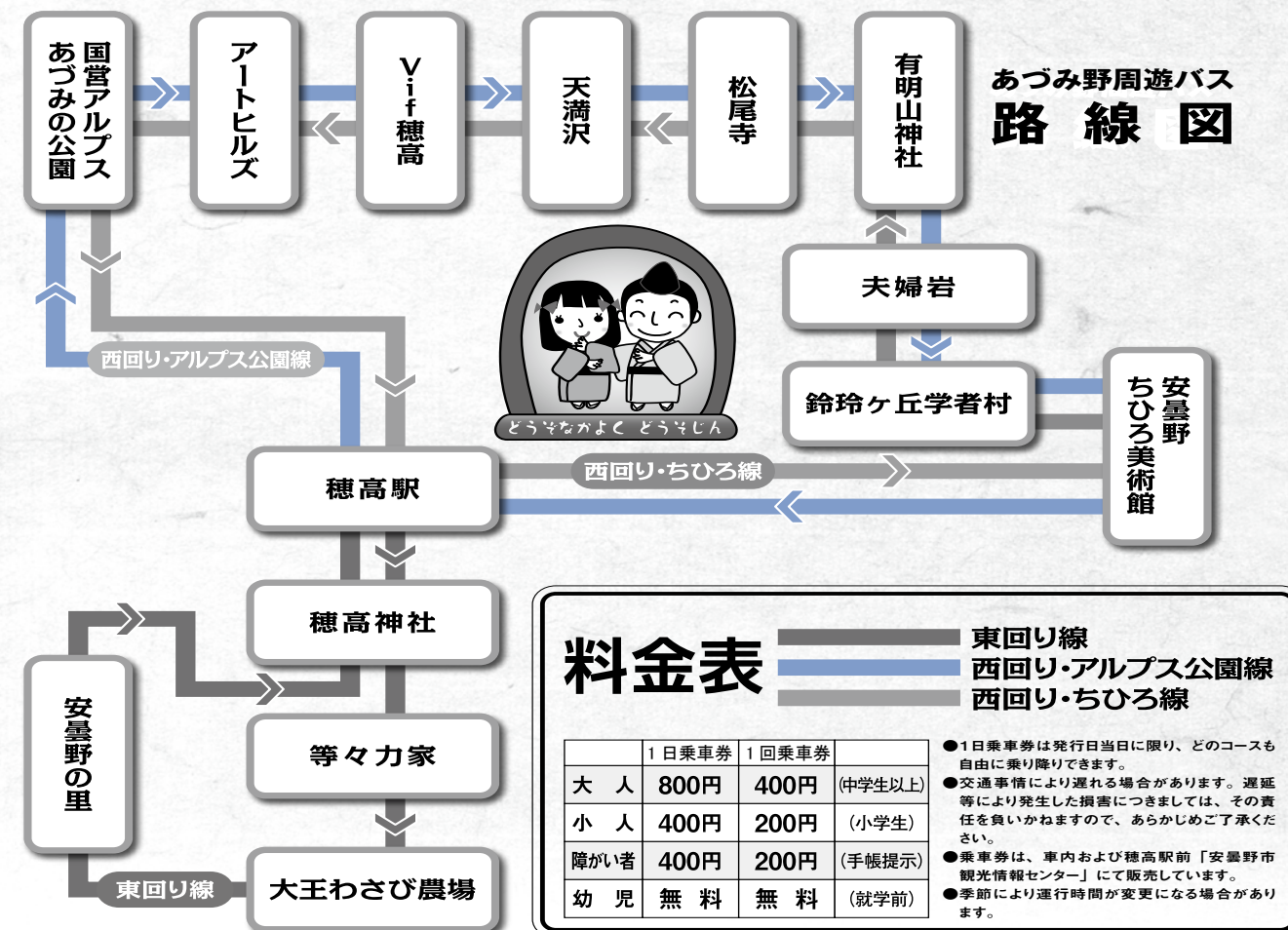
注目情報
1

観光拠点を巡る
あづみ野周遊バスが
運行されています。



あづみ野周遊バスは、主に観光で安曇野を訪れる皆さんの移動手段として、月初めまで運行しています。
この周遊バスは、市民の皆さんも利用できます。ルート上であれば乗降自由です。
運行路線は下記の3路線です。

2013 年



公的年金からの 市県民税の特別徴収

65歳以上で、公的年金を受給し、市県民税を納税する義務がある人は、公的年金から市県民税が天引き（特別徴収）されます。これは、市県民税全体のうち、公的年金所得にかかる部分を特別徴収する制度です。納付する1年間の税額は変わりありません。

Q 特別徴収の対象となる人は？

A 市県民税を納めている人のうち、次のすべてに該当する人が対象です。（本人の意思による選択はできない制度となっています。）

- ▽4月1日現在で65歳以上の人
- ▽前年中の公的年金の所得にかかる市県民税が課税される人
- ▽老齢等の基礎年金の受給額が年額18万円以上の人
- ▽介護保険料が公的年金から特別徴収されている人
- ※障害年金・遺族年金の年金の支払いのみを受けている人は対象になりません。

Q 公的年金のほかに農業や不動産などの事業所得がある場合、納付方法は異なりますか？

A 農業や不動産などの事業所得にかかる市県民税の納付方法は今までと変わりません。納付書または口座振替による納付をお願いします。（徴収方法については表3を参照）

表3 年税額をいくつかの方法に分けて納めます

項番	主なパターン	徴収方法
1	・公的年金などの所得のみ	・公的年金からの特別徴収のみ
2	・公的年金などの所得 ・給与所得（天引きの場合） ※注1	・公的年金からの特別徴収 ・給与から特別徴収
3	・公的年金などの所得 ・その他所得 （営業・農業・不動産など、または給与所得で天引きしていない場合）	・公的年金からの特別徴収 ・納付書または口座振替による納付
4	・公的年金などの所得 ・その他所得（営業・農業・不動産など） ・給与所得（天引きの場合）	・公的年金からの特別徴収 ・納付書または口座振替による納付 ・給与から特別徴収

Q 初年度と2年目以降の徴収方法は違うのでしょうか？

A 初年度（再開含む）の場合は表1のとおり、2年目以降継続の場合は表2のとおりになります。

初年度の場合は、年税額の半分を普通徴収（納付書または口座振替）により6月、8月に納付していただき、10月、12月、2月の3回で残額を年金からの特別徴収により納付していただきます。



※注1 年金からの特別徴収が初年度で、ほかに給与所得・市県民税を給与から天引き）がある人は、年金所得分の市県民税の年税額の1／2を納付書または口座振替で納付していただくため、徴収方法が3種類となります。

Q （2年目以降の人）申告時に非課税になると言われたが、4月、6月分が特別徴収されているのはなぜですか？

A 昨年度市県民税を特別徴収されていた人で、平成25年度の市県民税が非課税になった人も2月に徴収された額と同額を4月、6月、8月も引き続き仮特別徴収により納付していただきます。（ご本人の意思で停止することができない制度になっています。）仮特別徴収した4月、6月、8月分は後日還付となりますので、確認後に通知を送付します。

☎市県民税課市県民税担当
（TEL72・31111代）FAX72・8340）

所得証明書の発行は6月 10 日から

平成24年中の所得に関する所得証明書は、6月10日（月）から発行予定です。発行を希望する場合は、本人確認ができるもの（運転免許証など）を持参の上、各総合支所の地域支援課窓口で申請してください。平成25年度の所得証明書は、平成25年1月1日に市内に住所を有し、市県民税の申告などがある人を対象に発行します。同居の親族以外の方が申請する場合には、委任状が必要です。

●**交付手数料** 1通300円

※本庁舎と県安曇野庁舎では所得証明書の発行はできません。

市県民税の納付をお忘れなく

平成25年度分の市県民税の納税通知書は、6月10日（月）に発送予定です。市県民税は、平成25年1月1日現在で市内に住所があり、平成24年中に一定額以上の所得があった人に課税されます。納税通知書がお手元に届きましたら内容をご確認の上、納期限までに納付してください。金融機関や各総合支所の地域支援課窓口、コンビニエンスストアで納付できます。

口座振替をご利用の場合は、納期限までに預金残高の確認をお願いします。

●市県民税の納期限

第1期	7月1日（月）	第2期	9月2日（月）
第3期	10月31日（木）	第4期	平成26年1月31日（金）

市が認定した特定開発事業

事業者	認定日	事業地	事業の目的
安曇野市水道事業の管理者を行う者 安曇野市長 宮澤 宗弘	平成25年2月19日	三郷温852番1、小倉4496番1、小倉1917番	野沢水源ポンプ場、室町調整池、小倉ポンプ場
有限会社あづみ野宅建 代表取締役 松島 一雄美	平成25年3月6日	穂高8361番2ほか1筆	住宅分譲（5区画）
株式会社トーセン 代表取締役 幅 達人	平成25年3月6日	穂高有明5410番1ほか3筆	建売住宅（4戸）
医療法人仁雄会 理事長 古川 穰	平成25年3月8日	穂高4651番1	井戸施設の新設
安曇野エネルギー株式会社 代表取締役 百瀬 信吾	平成25年3月27日	穂高有明5753番1ほか7筆	太陽光発電所

☎建築住宅課開発調整係（TEL72・31111代）FAX72・3569）

表1 公的年金から市県民税が新たに特別徴収になる人（初年度）

徴収税額 (例) 年税額 12 万円の場合	普通徴収（納付書または口座振替）							
	第 1 期（ 6 月）		第 2 期（ 8 月）		第 3 期（10 月）		第 4 期（ 1 月）	
	3 万円		3 万円		0 円		0 円	
	特別徴収（年金から天引き）							
	4 月	6 月	8 月	10 月	12 月	平成 26 年 2 月		
	0 円	0 円	0 円	2 万円	2 万円	2 万円		
徴収方法	公的年金に係る市県民税は、納期ごとに納付書か口座振替で納付（年税額の半分为 2 回に分けて納付）			第 1、2 期に納付した分を差し引いた残りの額を 3 回に分けて公的年金の支払い月に特別徴収で納付				

表2 2年目以降の人

徴収税額 (例) 年税額 12万円の場合	特別徴収（年金から天引き）					
	4月	6月	8月	10月	12月	平成26年2月
	2万円	2万円	2万円	2万円	2万円	2万円
徴収方法	前年度2月分は2万円であったので同じ額を3回、公的年金の支払い月に仮特別徴収で納付					
	4月・6月・8月で仮特別徴収した分を差し引いた残りの額を3回に分けて公的年金の支払い月に特別徴収で納付					

市政トピックス

新本庁舎建設 ニュースNo. 1



基礎工事が始まりました

4月4日から基礎工事が始まりました。基礎は最も深い場所で深さ7メートルになるため、最初に重機で3メートル掘り、2次掘削としてさらに3.5～4.1メートル掘ります。現在は深く掘るために周囲の土を止める「山止め」工事を行っています。重機で204本のH型鋼を挿入した後、H型鋼の間に板を渡して土を押さえます。2次掘削の作業は5月中旬から約1カ月の予定で行います。



建設現場写真（5月2日）

●現場見学会

市民の皆さんを対象に現場見学会を開催します。日程等詳しい内容は、広報あづみのお知らせ版（6月5日発行）でお知らせします。

図本庁舎内庁舎建設推進課

TEL 71・2000 (代) FAX 71・5000

男女共同参画コミュニケーション に22人を委嘱

市男女共同参画コミュニケーションの委嘱式が4月19日、堀金総合支所で行われ、村上副市長から出席した13人に委嘱書が手渡されました。男女共同参画コミュニケーションは、男女共同参画に関する指導者養成講座などを修了した人など22人で構成さ



村上副市長から委嘱書が手渡された。

男女が共に支え合うまちづくりに向けて

れ、地域での男女共同参画啓発活動や行政と市民の皆さんとのパイプ役として活動します。また、この日は、5地域の男女共同参画推進団体の皆さんで構成され、市と連携して男女共同参画社会を目指す、市男女共同参画連絡協議会総会も開かれ、会長に臼井咲子さん（穂高）が再任されました。

第2次市男女共同参画計画を策定
市では本年3月に平成25年から29年度までの第2次市男女共同参画計画（ウイズ安曇野プラン）を策定しました。6月に概要版を各家庭へ配布する予定です。



第2次市男女共同参画計画

すべて安曇野産木材を使用 長峰山に新休憩展望台が完成

長峰山山頂（明科）の休憩展望台が完成し4月26日、しゅん工式が現地で行われました。完成した休憩展望台は、旧展望台が完成から17年が経過し老朽化したため、旧展望台と同じ場所に新たに建て替えしたものです。構造は、木造一部鉄筋コンクリート2階建て、高さ15・3

メートルで、2階には休憩用のベンチを備えています。部材には、ヒノキ、スギ、カラマツなど堀金地域の市有林間伐材と、松くい虫被害で伐採し提供された、明科地域南陸郷区の和泉神社のご神木だったアカマツで、すべて市内産の木材を使用しています。事業費は2131万5



完成した休憩展望台

000円で県の木造公共施設整備事業の助成を受けています。

宮澤市長はあいさつで、川端康成、井上靖、東山魁夷の3人の文化人が、昭和45年に長峰山を訪れ、山頂から見た安曇野の景色に感動したことに触れ「完成した休憩展望台が、訪れた多くの皆さんに感動を与えられる場所となることを願っています」と期待を込めました。

友好都市 真鶴町の宇賀町長が宮澤市長を表敬訪問

友好都市である神奈川県真鶴町の宇賀一章町長が、4月25日、就任あいさつを兼ねて、宮澤市長を表敬訪問しました。

同町との交流は、旧堀金村が海の町との交流を行ったことから始まり、市発足後、平成18年に市としてあらためて友好都市提携を結びました。毎年、青少

年交流などを通じて海と山のまちの友好を深めています。

本庁舎で懇談した宮澤市長と宇賀町長は、お互いのまちの沿革などを紹介しました。この中で宮澤市長は、建設中の本庁舎や昨年の安曇野インターへの名称変更など、本市の状況を説明しました。宇賀町長は「お互い

の顔を知ることが大切」と訪問の目的を説明し、真鶴町の産業、文化などを紹介しました。

その後、宇賀町長は長峰山など市内を視察しました。



宮澤市長と懇談する宇賀町長（右）



高齢者の交通安全に尽力

4/17 県交通安全運動推進本部顕彰受賞報告

交通安全に尽くした個人、団体を表彰する平成 24 年度長野県交通安全運動推進本部顕彰が県庁で行われ、市内では新屋区老人クラブ「新屋三ツ矢会」（穂高有明）が受賞しました。昨年度会長の征矢野茂門さんが 4 月 17 日、本庁舎を訪れ、宮澤市長に報告しました。同会では、高齢者の事故防止のため、交通安全教室などを長年行っています。征矢野さんは「続けてきて当たり前の活動だと思っています。今後も仲間と共に続けていきたい」と話しました。



飯沼飛行士の功績を讃えて

4/14 第14回安曇野紙ヒコーキ競技大会

安曇野紙ヒコーキ競技大会（同実行委員会主催）が 4 月 14 日、穂高会館で開かれました。この大会は、1937（昭和 12）年に東京－ロンドン間を飛行し、当時の世界記録を作った豊科南穂高出身の飯沼正明飛行士を顕彰するため、旧豊科町時代から毎年、行われています。この日は 3 種目の競技に県内外から 33 人が参加し、飛行時間を競いました。参加者の小柏陽大朗くん（中 1・川上村）は「今回は記録が良くなかったけれど、紙飛行機を飛ばすことがとても楽しいです」と話してくれました。

13 広報 あづみの 2013.5.22

全力を尽くし、たすきをつなぐ

4/29 第 23 回長野県市町村対抗駅伝競走大会ほか

第 23 回長野県市町村対抗駅伝競走大会（長野陸上競技協会等主催）が 4 月 29 日、松本平広域公園陸上競技場を発着点とする 8 区間 38.545 キロメートルのコースで行われました。

この大会には、県内各市町村から 57 チームが参加。1 区と 2 区は中学生が、3 区から 8 区は一般男女がたすきをつなぎました。今回で 8 回目の出場となる安曇野市は、それぞれの選手が全力を出し切り 11 位の成績でした。また、この日は、第 9 回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会も同競技場周辺、4 区間 6 キロメートルの周回コースで行われ、安曇野市は見事 7 位に入賞しました。

県市町村対抗駅伝競走大会に出場した選手たちは、今後も練習を継続し、本年 11 月に開催される長野県縦断駅伝競走大会などへの出場を目指します。



茶席を楽しみながら百楽桜を満喫

4/13 田淵行男記念館百楽桜まつり

百楽桜まつりが 4 月 13 日、田淵行男記念館で開催されました。百楽桜は、田淵行男が遺した言葉「一山百楽（一つの山にもいろいろな楽しみ方がある）」にちなんで名付けられた桜で、百楽桜まつりは 4 年前から桜の開花時期に合わせて開催されています。記念館ワサビ田テラスには、裏千家の西村社中による茶席が設けられました。

会場では、桜の研究家で、百楽桜の寄贈者の草間勉さん（大町市）が「記念館から向かって右の桜の枝ぶりや雰囲気は、田淵先生を思わせる」と、田淵行男とのエピソードや桜について話し、茶席を賑わせました。

友人と今回初めて記念館を訪れたという二宮尊子さん（穂高有明）は「きれいな景色を眺めながらいただく抹茶は格別でした」と抹茶と桜やワサビ田が作る春の風景を楽しんでいました。



清沢瀏「暗黒日記」の原本を寄贈

5/2 清沢瀏の遺稿 119 点を寄贈

穂高北穂高出身の外交評論家・清沢瀏（1890－1945 年）の「暗黒日記」の遺稿など 119 点が 5 月 2 日、次女の池田まり子さん（東京都渋谷区）から市に寄贈されました。清沢瀏は、新聞記者を経て、外交評論家として活躍し、第 2 次大戦時下で当時の日本の政治、戦争政策を自由主義の立場から批判しました。寄贈された資料は、当時の状況を記し、戦後出版された「暗黒日記」の原本や吉田茂、石橋湛山などの当時の有力政治家と交わした書簡などです。市では、今後の一般公開に向け、資料整理を進めていきます。



新社会人 決意を新たに

4/22 新規学卒就職者研修会

市と市商工会は 4 月 22 日、新規学卒就職者研修会を安曇野スイス村サンモリッツで開きました。本年度は市内 34 社に 102 人が入社。研修会には 63 人が参加しました。宮澤市長は「何事にも挑戦し、企業の発展や地域活動に力を発揮してほしい」と激励しました。

市内の精密機械工場に就職した小坂啓さん（穂高柏原）は「部品ができあがるのが楽しく、将来は一人で何でもできるようになりたいです」と話してくれました。また、式の後には、交流会や市内企業の人事担当者による講演も行われました。

2013.5.22 広報 あづみの 12

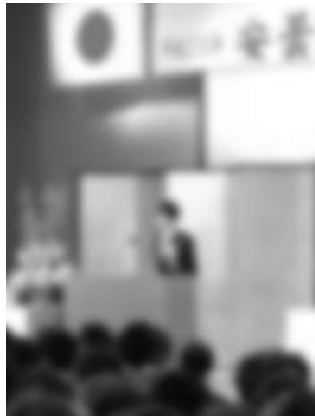
平成26年成人式実行委員・サポースタッフの募集

TEL 62・4565 FAX 62・3525
社会教育課社会教育係

平成26年の成人式を次の日程で開催します。そこで、成人を迎える人の中から実行委員を募集します。思い出に残る成人式を自らの手で企画・運営しましょう。また、20歳前後で成人式を支援するサポースタッフも同時に募集します。

●日時 平成26年1月12日(日)午後2時～

●場所 安曇野スィス村サンモリッツ
●対象 平成5年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人で、市内の中学校を卒業している人、もしくは他市町村の中学校を卒業後転入し、平成25年10月1日現在、市内に住所を有する人。対象者には、11月上旬に案内状を発送します。



平成25年成人式

インターネットを安全に使う

TEL 62・4565 FAX 62・3525
社会教育課社会教育係

インターネットの基本操作やセキュリティ対策について学習します。

●日時 6月25日(火)、7月9日(火) 各回午後1時30分～4時30分

※講座2回の内、どちらかを選択
●場所 穂高総合支所 IT研修ルーム

●対象 市内在住で、パソコンのマウス操作とキーボード入力ができる人

●参加料 200円(テキスト代)
●定員 各回15人

※定員を超えた場合は抽選し、結果は後日通知します。

●講師 NPO法人グループHIYOKO(ひよこ)

●申込期間 5月27日(月)～28日(火)

●申込方法 午前8時30分から午後5時までに電話かファクスで



住所、氏名、電話番号、参加日(どちらか1日)をお知らせください。

穂高公民館健康講座「フラダンス教室」

TEL 82・5970 FAX 82・3990
穂高公民館

フラダンスを踊り、軽く体を動かしましょう。手話でストーリーを語るフラダンスは、感性・頭脳・身体を活性化させてくれます。

●日時 6月14日(金)、21日(金)、28日(金)、7月12日(金)、19日(金) 午前10時～正午

●場所 穂高会館トレーニングルーム

●講師 明楽 佳子さん

●定員 30人(先着順)

●受講料 1回200円

●持ち物 飲み物、タオル、Tシャツ、スカート、筆記用具

●申込方法 5月27日(月)から受け付けます。午前9時から午後5時の間に電話でお申し込みください。



「第1回ロビーコンサート」開催

TEL 81・3111 FAX 82・0966
文化課文化振興係

松本市内のすべての保育園と幼稚園で演奏したというチェロ奏者の嘉納雅彦さんをお招きし、子どもにも楽しめるコンサートを開催します。

●日時 6月5日(水) 午前11時～11時40分

●場所 穂高交流学习センター「みらい」エントランスホール

●出演 嘉納雅彦さん(チェロ奏者)

●その他 申し込みは不要で、観覧は無料です。



嘉納雅彦さん

穂高交流学习センター「みらい」ロビーコンサート出演募集

TEL 81・3111 FAX 82・0966
文化課文化振興係

市内で活躍する音楽家の皆さんの応募をお待ちしております。プロ・アマは問いません。
●応募資格 現在、演奏活動をされている市内在住、または在勤の個人、およびその個人を含む団体

●応募人数 各回1個人または、1団体
●演奏日時 (各回、観覧無料)
第2回 8月3日(土) 午後6時～7時
第3回 10月5日(土) 正午～午後1時
第4回 平成26年1月15日(水) 正午～午後1時
第5回 平成26年3月8日(土) 正午～午後1時
※アンプ等の増幅器の使用はご遠慮ください。
※当館のピアノは使用できません。電子ピアノ等、楽器は持ち込みをお願いします。
●申込み締切日 各演奏予定日の1カ月前まで(締切日必着)
●申込方法 申込書を穂高交流学习センター「みらい」へ郵送(フアクス可)またはご持参ください。
※申込書は、穂高交流学习センター「みらい」で配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます。
●その他 審査結果は、申込み締切日後ご連絡します。出演いただいた人(団体)には、記念品として図書カードを進呈します。

インターバル速歩体験会

社会教育課社会教育係 TEL 62・4565 FAX 62・3525

インターバル速歩とは、「ゆっくり歩き」と「はや歩き」を交互に繰り返すトレーニングで筋力・体力をつける効果があります。

●日時 5月30日(木) 午後2時～4時
●場所 穂高総合体育館
●服装 運動ができる服装、屋内用運動靴
●申し込み 5月28日(火) 午後5時までに社会教育課社会教育係へ電話かファクスでお申し込みください。



再発見! 安曇野の文化

TEL 62・3090 FAX 62・3525
文化課文化財保護係

古厩・大宮神社の茅の輪くぐり

(穂高有明・古厩区)
古厩区の大宮神社では、12月と6月に茅の輪くぐりが行われます。輪の大きさは、直径1.8メートルほどです。竹の束を芯にして、冬は笹の葉、夏はヨシやススキを巻き付けて神社の境内に置かれます。

参詣に来た人々は御幣(ごへい)を持つて茅の輪をくぐり、身を清めて無病息災を祈ります。
寒さと暑さが厳しい季節を、健康で暮らせるようにという昔の人の祈りの現れでしょう。

古厩区の大宮神社の夏の茅の輪くぐりは、6月23日午後1時30分から行われます。
なお、茅の輪くぐりは、穂高神社などでも6月下旬に行われます。



大宮神社の茅の輪くぐり

図書館映画上映会（入場無料）

「第三の男」

1949年 イギリス 上映時間 100分

- 日時 14日（金）
開場 18:30 上映 19:00～
- 場所 穂高交流学習センター「みらい」
多目的交流ホール

えほんとうのじかん

- 中央図書館 ●日時 19日（水）16:15～
●場所 中央図書館
おはなしのへや

おりがみの部屋

- 堀金図書館 ●日時 26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
5・12・19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
15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
豊科図書館多目的室
21日（金）11:00～（乳幼児対象）

- ◇豊科図書館 おはなしたんぼ
豊科図書館多目的室
21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
8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
18日（火）10:30～（乳幼児対象）
18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
15日（土）11:00～
（乳幼児以上対象）



- 日時 6月20日・7月18日・
9月19日・10月24日（各木曜日）
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 野外実習 9月19日に野外ス
ケッチを予定しています。
- 開催場所 三郷公民館 実習室
ほか
- 対象 市内在住の人
- 定員 20人（先着順）
- 講師 日本絵手紙協会会員
堀内 征二さん
- 三郷図書館絵たより講座
- TEL 76・3078 FAX 76・3077
- 三郷図書館
- 絵たより講座を開催いたしま
す。初心者大歓迎です。気軽にこ
参加ください。



- 申し込み 6月4日（火）午前8
時30分から電話で受け付けます。
- 中央図書館講座「エコロジ
メモパッドを作ろう！」
- TEL 84・0111 FAX 84・0116
- 中央図書館
- 毎日の生活で出る使用済みの紙
の中から、裏のきれいな紙、楽し
い絵柄の紙を選び、自分の手と
じて、裁断しメモパッドとして作
り直します。
- 日時 6月8日（土）
午前10時～
- 場所 穂高交流学習センター
「みらい」グループ研究室
- 講師 田中 正也さん（エコ・
クラフト・ステーションナリー・
ショップ主宰）



- 対象者 一般（中学生以上）
大きめのカッターを使用しま
す。小さな子どもとの参加は、
ご遠慮ください。
- 定員 15人（先着順）
- 参加費 無料
- 持ち物 表紙用・好きな絵柄の
厚手の紙。中身用・包装紙、コ
ピー用紙等使用済みで裏面が白
または淡色のもの。裏台紙用・
ケーキの箱など厚手の紙
- 申込み方法等 5月27日（月）
午前9時から午後5時までに中
央図書館へ電話
でお申し込みく
ださい。定員に
なり次第締め切
ります。
- メモパッド



メモパッド



紹介する人
内川久美子さん
（明科・中川手）

おすすめの1冊
それはだかんぼ！

五味 太郎 著



ライオンくん！おふろですよ
だかんぼになりなさい
ライオンくんが服を脱いで、はだ
かんぼになっていきます。シャツに
くつしたにパンツ。さあ、はだかん
ぼ、おふろに入ろう！と思ったら
…？
2歳の娘は絵本が大好きですが、
飽きるのも早いので、よく図書館を
利用します。長いお話はまだあまり
集中して読めないのですが、内容に加え
言葉のリズムが楽しいものをよく選
びます。
この絵本も「ずるっ」「すぽっ」な
どの表現が面白く、すぐに覚えて真
似をしていました。嫌な着替えが楽
しくなる一冊です。
図書館でたくさん本のなかからい
ろいろ借りるうちにお気に入りの本
が増えました。これから子どもの
成長に合わせて、楽しい絵本を探し
たいと思います。

薪能に出演する
小・中学生を募集

文化課文化振興係
TEL 62・3090 FAX 62・3525

第23回信州安曇野薪能が8月17
日（土）に、明科龍門公園多目的
広場で開催されます。実行委員会
では、連吟（れんぎん）一緒に謡曲（うた）をうたうこ
と・仕舞（しまい）（舞を舞うこと）に出
演する小・中学生を募集します。

●応募資格 市内在住の小・中学
生で、練習日の全日程に参加で
きる。練習の参加には保護
者の送迎が可能であること。

●練習日 6月28日（金）・29日
（土）・7月20日（土）・8月5
日（月）・9日（金）・10日（土）
土曜日は午前9時30分から。金
曜日は午後6時から。月曜日は
午後1時30分から。8月16日
（金）の夜は、リハーサルを行
います。

●練習場所 明科公民館

●講師 青木道喜さん

●その他 出演者には、薪能の招
待券を2枚提供します。当日の
衣装（浴衣等）は参加者負担と
なります。

●申し込み 6月10日（月）必着
で文化課に備え付けの申込書に
必要事項を記入の上、お申し込

みください（電話、ファクスで
も申し込みます）。



昨年出演した小・中学生

文化財を無料公開します

文化課文化財保護係
TEL 62・3090 FAX 62・3525

重文「曾根原家住宅」

国の重要文化財である「曾根
原家住宅」を無料公開します（通
常は300円）。曾根原家住宅は、
中信地区に特有の本棟造で最古級
の建造物として、昭和48年（19
73）に重文に指定されていま
す。見学を希望する人は、直接「曾
根原家住宅」（穂高有明1632）
へお越しください。

●公開日 毎月第2水曜日 6月
12日（水）、7月10日（水）、8
月14日（水）、9月11日（水）、
10月9日（水）、11月13日（水）、
12月11日（水）、3月12日（水）

※開館時間 6～9月は午前9時
～午後5時、10～3月は午前9
時～午後4
時
※1～2月は
冬季休館で
す。



曾根原家住宅

光久寺の県宝

光久寺の県宝「木造日光菩薩立
像・月光菩薩立像」と県宝「光久
寺薬師堂」を公開します。県宝「木
造日光菩薩立像・月光菩薩立像」
は室町時代の作で、善光寺仏師妙
海によって造られたといわれてい
ます。見学を希望する人は、公開
日の1週間前までに、文化課文化
財保護係までお申し込みくださ
い。

木造日光菩薩立像・
月光菩薩立像

豊科図書館 「読み聞かせスキルアップ講座」

豊科図書館 TEL 71・4022 FAX 73・1801

選書・プログラムのポイントを絵本・詩・紙芝居などの実演を交えて行います。

- 日時 6月1日（土）午前10時～正午
- 場所 豊科交流学習センターきぼう 学習室
- 講師 JPIC 読書アドバイザー 豊嶋さおりさん
- 参加費 無料
- 定員 30人
- 募集対象 図書館・小学校などで読み聞かせ活動をしている人や経験のある人
- 申し込み 5月28日（火）から31日（金）までにお申し込みください。



豊科公民館

まちづくり推進課 TEL 71・2000 FAX 71・5000

～自分が変われば周りが変わる!!
周りが変われば地域が変わる!～
「協働のまちづくりフォーラム」

安曇野に住むすべての皆さんが生き生きと笑顔で心豊かに暮らし、助け合い、支え合う地域社会を目指し、市民の皆さんと共に考える、「協働のまちづくりフォーラム」を開催します。

フォーラムには、テレビなどでおなじみの、前リッツ・カールトン日本支社長の高野登さん、メンタルトレーナーで執筆家の加藤史子さんをお招きし、講演会とディスカッションを行います。

入場は無料で、事前の申し込みは必要ありません。大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

●日時 6月2日(日)午後1時30分～

午後4時(開場 午後0時20分)

●場所 豊科公民館ホール

●プログラム

▷豊科北中学校吹奏楽部のアトラクション

▷講演 演題「未来は選べる!」

講師 加藤 史子さん(かとうふみこ)



メンタルトレーナー・執筆家。千葉大学大学院や社会産業教育研究所で心理学を学ぶ。全国の学校・企業で講演を行っている。東日本大震災をきっかけに安曇野に移住。

▷講演 演題 「ホスピタリティという生き方 ～心をつくる～」

講師 高野 登さん(たかののぼる)

長野県戸隠生まれ。前リッツ・カールトン日本支社長。退社後「人とホスピタリティ研究所」を設立。信州、東京をベースに人材、組織、地域づくりのサポートを行っている。



▷ディスカッション

・テーマ 「安曇野はもっとよくなる!もし…すれば」

・コーディネーター

高野 登さん 加藤史子さん

豊科公民館

TEL 72・2158 FAX 73・6401

第15回豊科地域コーラスグループ交流発表会

豊科地域で活動するコーラスグループの交流発表会です。皆さんお誘い合わせの上、お出掛けください。

●日時 6月15日(土)

開場 午後1時 開演 午後1時30分

●場所 豊科公民館ホール

●内容 コーラスグループ発表(8団体)

特別出演 豊科北小学校合唱部

全員合唱(花の街、花は咲くなど)

●入場料 無料



前年度の発表会の様子

貞享義民記念会館

TEL 77・7550 FAX 77・7551

「前期古文書歴史講座」
参加者の募集

本年度の前期講座(全4回)を次のとおり開講します。テーマは「江戸時代の農民の生活はどのようなだったか」です。古文書の読み解きとともに、江戸時代の社会や人々の考え方も学んでみませんか。

●日時 ①5月30日 ②6月13日

③6月27日 ④7月11日

各木曜日で、いずれも午後1時30分～3時30分

●場所 記念館研修室

●講師 中川 治雄さん(歴史研究家)

●受講料 無料(資料は館で用意します。)

●持ち物 筆記用具

●申し込み 事前の申し込みは不要です。開講時刻前に来館してください。2回目以降からの参加もできます。

企画展 さつき盆栽展

毎年恒例となっている季節展示です。地区在住の人々の丹精込めたさつき盆栽を鑑賞してください。

●期 日 5月下旬～6月中旬

※電話で確認後にご来館ください。

●時 間 午前9時～午後5時

※最終日は午後3時まで

●場 所 1階の企画展示室

●入館料 無料(常設展は有料)

●休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

豊科近代美術館

TEL 73・5638 FAX 73・6320

第13回バラ祭り

美術館庭園に咲く約500種、1000本のバラが5月下旬から6月中旬に見ごろを迎えます。期間中はバラの苗の販売のほかコンサート、バラの手入れ講習会など各種イベントを行います。また、館内では春の特別展「飯沼信義画文集 懐かしの思い出バス120景」を開催中ですので、お楽しみください。

●会 期 5月25日(土)～6月2日(日)

バラの苗販売

●日 時 5月25日(土)、26日(日)午前9時～

●場 所 美術館庭園

バラの手入れ講習会

●日 時 6月2日(日)午後1時30分～

●講 師 造園家 進藤健さん

バラ祭りコンサート

恒例となったバラ祭りコンサートを開催します。花にちなんだ曲を演奏します。

●日 時 6月1日(土)開場 午後1時30分

開演 午後2時

●場 所 美術館多目的ホール

●料 金 入館券が必要で、申

し込み不要

●演奏者

樋口千奈美さん(ソプラノ)

塚本敦子さん(ピアノ)



碌山公園研成ホール

TEL FAX 82・0769

美術講座展

前年度に行った研成ホールの美術講座で制作された作品を展示します。

●日時 5月31日(金)～6月4日(火)

午前9時～午後5時(最終日は午後3時)

●入場料 無料

美術講座「手軽にできる 銅版画入門」
参加者の募集

気軽にできる銅版画の楽しさをみんなで味わいます。

●日 時 6月9日(日)・23日(日)・7月7日(日)・21日(日)の隔週日曜日(全4回) 午前9時～正午

●講 師 久保田一夫さん ●定 員 10人

●受講料 2,000円～3,000円(銅版代含む)

美術講座「テラコッタ制作」参加者の募集

テラコッタ粘土を使って人物の頭像を制作します。素材の持つ素朴さで表現します。

●日 時 6月11日・18日・25日、7月2日・9日・23日・30日(毎週火曜日)全7回午後7時～9時

●講 師 柳澤 廣さん ●定 員 10人

●受講料 5,000円(粘土・モデル代を含む)

※各講座は、碌山公園研成ホールで開催します。申し込みは、電話か窓口でお申し込みください。

豊科郷土博物館

TEL 72・5672 FAX 72・7772

「中房タイムトラベル～ひと・温泉・微生物～」

安曇野の代表的な温泉地「中房温泉」は、観光地としての歴史も古く、独特の自然環境が形成する「膠状珪酸^{こうじょうけいさん}および珪華^{けいか}」は、国の天然記念物に指定されています。

中房温泉の自然を観察しながら、安曇野の観光の歴史も学んでみませんか。当日はバスでご案内し、周辺を散策・学習します。

●開催日時 6月29日(土)

午前8時30分～午後4時30分

●集合・解散 豊科郷土博物館

●定員 20人(応募者多数の場合は抽選とし、昨年度参加されなかった人を優先します。)

●申し込み 5月25日(土)～6月9日(日)に豊科郷土博物へ電話でお申し込みください。

●講師 浅川行雄さん(地域環境研究室)

●受講料 1,500円程度(昼食代・保険料など)入浴を希望される人は、別途入浴料をお支払いください。

●服装・持ち物 歩きやすい服と靴・飲み物・雨具(カッパ)・筆記用具など

●日程 ▷午前8時30分 博物館出発 ▷午前10時～午後0時30分 中房温泉の敷地内を散策 ▷午後0時30分 昼食 ▷午後1時30分～2時40分 入浴・自由行動 ▷午後4時30分 博物館着

●その他 山歩きができる人の参加をお願いします。

安曇野高橋節郎記念美術館

TEL 81・3030 FAX 82・0551

「金で飾るそば猪口講座」参加者の募集

漆塗りのそば猪口を金で飾る制作体験講座を行います。金粉や金箔を使って、自分だけのそば猪口を制作します。また、東京藝術大学で漆芸を研究する講師や大学院生らとの交流の機会にもなります。どなたでも気軽にご参加ください。

●日時 6月23日(日) 午後1時～4時30分

●場所 記念美術館 主屋

●指導 東京藝術大学漆芸研究室

●定員 10人(先着順)

●参加費 2,000円

●持ち物 飲み物、作業着、筆記用具、参加費

●申し込み 5月28日

(火)～6月16日(日)

の午前9時～午後5

時に電話でお申し込

みください。(休館日

除く)





介護保険負担限度額認定の更新申請

介護保険負担限度額認定とは、介護保険施設に入所したり、短期入所サービスを利用したりした際の食費・居住費の軽減制度です。

現在お持ちの認定証の有効期限は平成25年6月30日までで、更新には申請が必要です。現在認定を受けていて7月以降も制度に該当すると思われる人には、6月上旬に更新案内を送付します。

更新を希望する場合は、7月31日（水）までに更新の申請をしてください。申請方法などは送付される案内でご確認ください。



市営住宅の入居者の募集

市営住宅の入居者を募集します。

募集内容

▼追分団地（穂高北穂高）
 2戸【2LDK】
 1戸【3LDK】

▼一日市場団地（三郷明盛）
 1戸【3DK】（身体障害者世帯用、身障者手帳1から4級をお持ちで同居親族のいる世帯が対象）

▼柳瀬団地（明科中川手）
 1戸【3DK】

申込者多数の場合は抽選

●入居開始日 8月1日（木）

●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

▼同居親族がある



市議会6月定例会会期日程

市議会6月定例会会期日程
 開議会事務局
 (TEL 71・2156 FAX 71・2150)

6月定例会の予定は次のとおりです。本会議や委員会などほなたでも傍聴できます。また、議会ホームページでは、本会議のライブ中継を行っています。詳しくは、お問い合わせいただくかホームページをご覧ください。

●会期 5月31日（金）～6月25日（火）（予定）

●時間 午前10時開会
 ●場所 堀金総合支所 3階



1日合同行政相談所

市では、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、またそのご家族は、気軽に相談ください。

不動産の登記、年金など役所の仕事について、また法律相談などを受け付けます。相談は無料で、秘密は守られます。事前の予約は不要です。なお、混雑状況により人数制限があります。

●日時 6月3日（月） 午前10時～午後3時（午後2時30分まで）

●場所 井上百貨店本館 7階大ホール（松本市）

成年後見制度に関する無料相談

市では、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、またそのご家族は、気軽に相談ください。

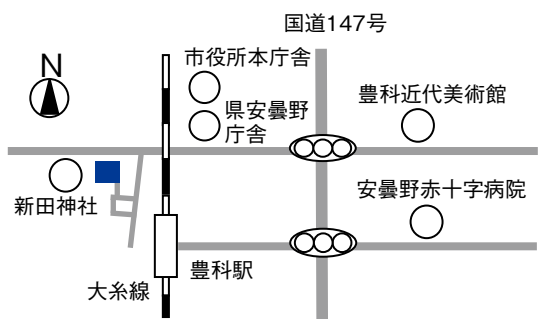
●日時 6月13日（木）
 午後1時30分～3時30分

●場所 穂高健康支援センター
 心電図室

●申し込み 6月7日（金）までに電話でお申し込みください。（時間は平日の午前8時30分から午後5時15分まで）

安曇野市の宅地分譲地のご案内

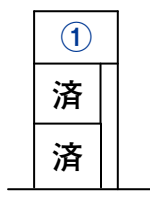
市土地開発公社では、次の宅地分譲地の販売価格を引き下げて販売します。購入希望者は現地をご確認の上、市土地開発公社備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、本年6月14日（金）までにお申し込みください。なお、申込者が複数の場合は抽選を行いますのでご了承ください。



新田神社東分譲地

[所在地] 豊科 4985-8
 [面積] 294.66㎡
 (約 89 坪)
 [価格] 8,913,000 円

●用途地域／都市計画区域内第1種住居地域
 ●建ぺい率／60% ●容積率／200% ●設備／電気：中部電力・水道：市営水道（加入金要）・ガス：個別プロパン・下水道：市公共下水道（受益者負担金不要） ●交通／JR 豊科駅約 0.6km、豊科北小学校約 1.5km、豊科北中学校約 1km



県安曇野庁舎内企画政策課
 安曇野市土地開発公社
 (TEL 71・2000 (代) FAX 71・5000)

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

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。
 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
 松本市高宮中3-4 TEL.0263-26-3211 年中無休24時間受付

安曇野市の皆さまとともに、これからも
 信濃毎日新聞は今年創刊140周年
 これから、早く、詳しく、読みよい紙面をお届けします
 フリーダイヤル 0120-81-4341 又は 最寄りの信毎販売店へ
 購読のお申し込みは

★広告掲載のお申し込みは、(株) 共立プランニング (TEL 34・2515) まで

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

安曇野市 議会中継
 6月 June 2013
 12(水) 13(木) 14(金)
 朝 10:00 生放送 夜 7:00 再放送
 視聴方法は… ANE あづみ野テレビ
 0120-353-055

株式会社 信州 便農場
 私達は堀金烏川地区(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しています。
 株式会社 信州ふるさと便農場
 〒399-8211 安曇野市堀金烏川5064-7 TEL.0263-72-9336 担当/高木・松澤まで

- **日程** 第1次試験 6月30日(日)
(教養・適性・体力試験)
- **場所** 教養試験・松本市波田公民館
体力試験・松本市波田体育館
- **試験案内・試験申込書** 松本広域連合事務局、消防局・各消防署・松本広域連合関係8市村の窓口にあります。ホームページでもご覧になれます。
- **申し込み** 6月5日(水)から9日(日)までの間に、松本広域連合事務局に本人が直接、試

● 募集内容

試験の種類	試験区分	採用人員(予定)	受験資格
上級	消防	若干名	昭和60年4月1日生まれで、平成24年4月1日までに卒業した人

平成26年4月に採用予定の松本広域連合消防職員(上級)の採用資格試験を行います。

松本広域連合消防職員 採用資格試験(上級)

松本広域連合事務局
 (TEL 87・5460 FAX 87・5462)

- **友好都市「福岡市東区」との交流事業の参加者の募集**
 福岡総務課都市交流・国際係
 (TEL 71・2000(代) FAX 71・5155)
- 市では「安曇(阿曇)族」に関する歴史的な背景から、福岡市東区と青少年の相互訪問による交流事業を行っています。本年度は、福岡市東区を訪ね、交流を深めます。
- **日程** 8月6日(火)～9日(金)
(3泊4日)
- **内容** マリンワールド・福岡タワー・福岡市博物館・プロ野球観戦など(予定)
- **応募資格** 市内に居住する小学5年生から中学2年生で、来年度安曇野市で開催する交流事業に必ず参加できる人
- **申し込み** 6月5日(水)から9日(日)までの間に、松本広域連合事務局に本人が直接、試

● 募集内容

試験の種類	試験区分	採用人員(予定)	受験資格
上級(大学卒業程度)	行政	24人程度	昭和58年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた人で、大学卒業程度の学力を有する人
	土木	2人程度	昭和58年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた人で、大学卒業程度の学力を有し、土木の専門課程を卒業または平成26年3月31日までに卒業見込みの人
	保健師	1人程度	昭和58年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人(平成25年度末までに取得見込の人を含む)
	臨床心理士(経験者)	1人	昭和58年4月2日以降に生まれた人で、臨床心理士の資格を有し、臨床心理士としての勤務経験が平成25年3月31日現在で3年以上の職務経験(※注1)を有する人
	健康運動指導士(経験者)	1人	昭和58年4月2日以降に生まれた人で、健康運動指導士の資格を有し、健康運動指導士としての勤務経験が平成25年3月31日現在で2年以上(※注1)の職務経験を有する人
	作業療法士(経験者)	1人	昭和58年4月2日以降に生まれた人で、作業療法士の資格を有し、児童に対する作業療法の経験が平成25年3月31日現在で3年以上の職務経験(※注1)を有する人

※注1 詳細は受験案内をご覧ください。

- **ふるさと探訪の参加者募集**
 松本広域連合福祉・地域課
 (TEL 87・5461)
- 安曇野の自然、歴史風土の素晴らしさを再発見するバスツアーの参加者を募集します。今回は、新緑の旧国鉄篠ノ井線廃線敷コース(3キ)をウォーキングし、昼食は旬の玉ねぎを使用した料理をいただきます。
- **日時** 6月12日(水) 午前9時～午後4時30分※雨天決行
- **集合・解散場所** 松本駅アルプス口
- **対象** 松本市、塩尻市、安曇野市、東筑摩郡に在住の人
- **定員** 80人(申し込み多数の場合は抽選。抽選結果の発送は6月3日を予定しています)
- **費用** 2000円(昼食代、入館料)
- **申し込み** 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、5月29日(水)までに郵送してください。(消印有効)
- ※家族などで申し込み場合は、同一はがきでお申し込みください。
- **送付先** 〒390・1401
 松本市波田4417・1
 松本広域連合事務局
 「ふるさと探訪係」

地域リーダー海外視察研修参加者の募集

男女共同参画社会を推進するため、地域リーダーを目指す人を対象に、海外視察研修の参加者を募集します。海外での視察研修を地域活動に活かしてみませんか。

- **対象** ▷女性団体会員、女性施設関係者、男女共同参画・社会教育についての学習を希望する人など
▷健康で、海外における視察研修、団体行動に適應できる人
- **研修国・研修期間** ▷デンマーク王国 11月3日(日)から8日間(31万4000円～)▷オランダ王国 11月10日(日)から8日間(29万8000円～) ※補助金制度があります。
- **申込期限** 8月9日(金) 必着(申込書とレポートを提出)
- ※国立オリンピックセンターで行われる事前・事後研修会への参加が必要です。
- **申込先** (社)国際女性教育振興会 (TEL 03・3436・5877)



- **七たまんじゅう作り講習会**
 豊科産業建設課地域振興担当
 (TEL 72・3111(代) FAX 72・8340)
- 豊科女性研修センター利用運営委員会では、安曇野の家庭に伝わる「七たまんじゅう」作りの講習会を開催します。季節の野菜を使った、郷土の行事食の作り方を覚えてみませんか。
- **日時** 6月21日(金)
 午前の部 午前9時～



23年度の様子(野球観戦)

- **定員** 10人(男女各5人)
- **参加費用**
 ▷小学生1万7000円
 ▷中学生2万8000円
- **申し込み** 5月27日(月)から6月7日(金)までに、電話またはファクスにより「住所」「氏名」「性別」「学校名・学年」「保護者名」「電話番号」をご連絡ください。応募者多数の場合は学年、性別ごとに抽選となります。(時間は平日の午前8時30分から午後5時まで)



市消防団ポンプ操法大会

岡田危機管理室消防防災担当
 (TEL 72・6769 FAX 72・6739)

- 市消防団では、消防技術向上を目的としたポンプ操法大会を開催します。ポンプ操法は、消防活動に必要な規律を備えた上で、安全性・迅速性・確実性を競い合う大会です。各分団から選抜された団員が、仕事の傍ら練習に励み、できた訓練の成果を発揮します。
- **日時** 6月9日(日) 雨天決行
 午前8時～午後1時40分
- **場所** 王子コンテナー株式会社
 長野工場敷地内(豊科)
- **定員** 各15人(先着順)
- **講師** 豊科女性研修センター利用運営委員
- **参加費** 材料代500円程度
- **持ち物** エプロン・三角きん等
- **申し込み** 6月3日(月) 午前8時30分から、電話または豊科総合支所産業建設課窓口でお申し込みください。

●人権擁護委員（敬称略）

地域	氏名	地域	氏名
豊科	きよの まさのり 清野 昌訓	三郷	なかむら みちこ 中村 道子
	かつやま たかこ 勝山 孝子		せき 恒明 関 恒明
	ふじわら かずこ 藤原 和子		まるやま よしお 丸山 好夫
	おくむら まさひこ 奥村 雅彦	堀金	たくち かつじ 田口 勝二
穂高	たかやま まさのぶ 高山 正宣		みさわ かずこ 三澤 一子
	とどり きますお 等々力増男	明科	さ さ き かずお 佐々木一生
	よしざわ まち 吉澤萬千子		よこうち えいこ 横内理恵子
	おだい ともかず 尾臺 頼一		

人権は、日本国憲法によって全ての人に保障されています。お互いに相手を思いやり、自分の人権も相手の人権も大切に守りながら、共に幸せに暮らせる社会にしましょう。

唐澤武志委員の任期満了に伴い4月1日から佐々木一生委員が新たに委嘱を受けました。

人権擁護委員とは、人権擁護委員法に基づき、国民の基本的人権の尊重を目的として法務大臣から委嘱を受けた人です。

人権擁護委員（安曇野部会）の紹介

●人権男女共同参画課
(TEL71・2000(代) FAX71・5155)

●日程 毎月各地域で行政相談を

市内には、総務大臣から委嘱された5人の行政相談委員がいます。行政相談委員は、国・県・市等の行政や独立行政法人および特殊法人が行なっている仕事に関する意見・要望をお聴きし、その解決や実現を図ります。

行政相談委員の紹介

●豊科 藤岡保子
(TEL71・2000(代) FAX71・5155)

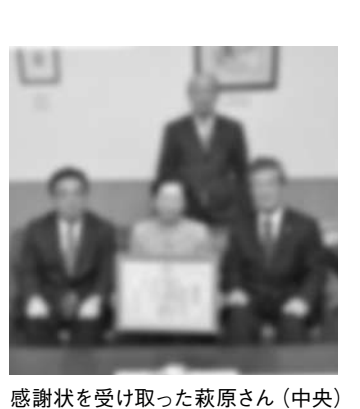
委員の紹介

開催しています。なお、相談は無料で秘密は守られます。詳細については広報あづみの各種相談コーナーをご覧ください。

●行政相談委員（敬称略）

豊科 藤岡保子 (TEL72・3763)
穂高 松山博 (TEL82・4996)
三郷 松岡光正 (TEL77・4014)
堀金 白澤清則 (TEL72・8771)
明科 矢澤久男 (TEL62・3432)

萩原哲子さん総務大臣感謝状受贈



感謝状を受け取った萩原さん（中央）

（豊科）に、4月24日、総務大臣感謝状が贈られました。萩原さんは、平成19年から6年間にわたり、行政相談委員として市民の皆さんの行政に対する意見・要望の解決に尽力されました。

福祉避難所に5カ所を指定しました

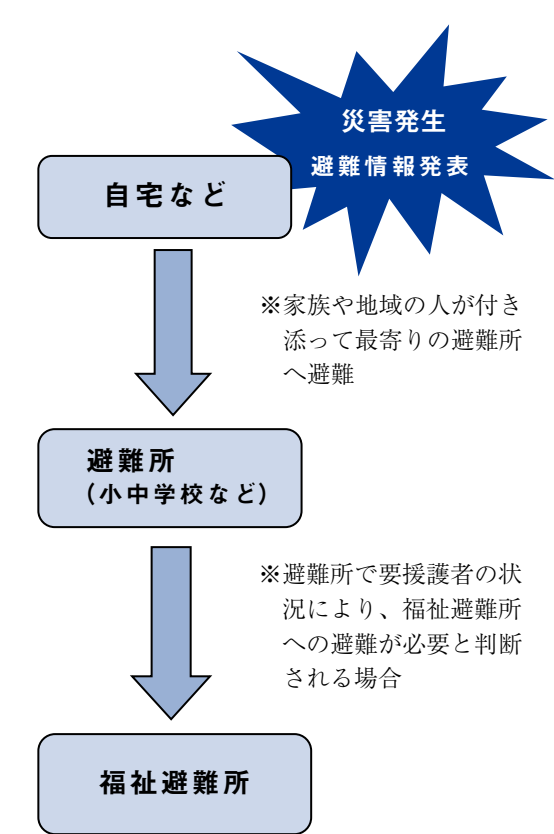
市地域防災計画の見直しに伴い、災害時の要援護者対策の一層の充実を図るため、市内5カ所の公共施設を福祉避難所に指定しました。

●避難対象者 在宅の高齢者、障害者、難病患者等のうち、避難生活において何らかの特別な配慮を必要とする人

●避難方法 災害発生時には、身の安全を確保するため、近くの小中学校などの避難所に避難をし、その後、災害時要援護者（高

齢者、障害者、難病患者など）のうち、身体状況により必要があると判断した場合に収容可能な施設と協議の上で福祉避難所へ避難していただきます。今後は、福祉避難所のほかにも、民間の施設などと協定を結び、要援護者支援の充実を図っていきます。

●関健社会福祉課福祉総務担当
(TEL81・1622 FAX81・0703)
●堀危機管理室消防防災担当
(TEL72・6769 FAX72・6739)



●福祉避難所

地域	名称	所在地	電話番号	収容人員
豊科	豊科老人福祉センター	豊科 4030 番地 1	73・7143	62 人
穂高	穂高地域福祉センター	穂高 5808 番地 1	82・2940	82 人
三郷	三郷老人福祉センター デイサービスセンター	三郷明盛 2198 番地 1	77・8080	76 人
堀金	堀金デイサービスセンター	堀金烏川 2132 番地 4	73・5288	53 人
明科	明科総合福祉センター	明科東川手 606 番地 2	62・2429	56 人

人権コラム

児童の日記から

豊科東小学校長
はば あきひろ
幅 明洋



お母さんが、疲れているかもしれないと思った私は、お洗濯たたみをお母さんに気づかれないようにこっそりやって、お母さんに「ママ、洗濯物、たたんだよ」と言ったら、お母さんは笑顔になって「おお、ありがとう。さすが、ママの子だ」と言ってくれてうれしそでした。みなもとをあげたのに、ぎゃくに、もらってしまったような感じがします。また、やりたいなと思います。

ある学校で出会った4年生の女の子の日記。気持ちがあったかくなる気がしてうれしくて、あちこちで紹介しています。どこにもある光景なのに「いいなあ」と思うのは、この子が『ホントは私が元気をもらっていたんだなあ』としみじみ受け止めているからです。

ひとつつながっている私、元気のもとのあげっこをしている私たちであることをしみじみ感じるうれしい体験の積み重ねは、改めて「人権教育」と言わなくても「自他の生命」や「生きるということ」を大切に思い、人権・人格が損なわれることを強く憤ることができる感性や実践力、人間観に育っていくように、私には思えます。

昨年度、体罰を引き金に高校生が自ら命を絶った事件があり、文部科学省による全国規模の「体罰の有無」^{しっかい} 悉皆調査が行われました。でも、こうした悲しい事件をなくしていく本当の近道は、冒頭の女の子のような感じ合いのできる状況を増やしていくことのように思うのです。

公園のトイレはマナーを守って使いましょう

最近、公園のトイレではトイレトペーパーを持ち帰る盗難が多く発生しています。次に利用する人が気持ちよく使えるように、みんなでマナーを守って快適に公園を利用しましょう。

●関豊都市計画課公園緑地係
(TEL72・3111(代) FAX72・3569)

緑の募金運動（家庭募金）にご協力を！

市では、（公財）長野県緑の基金が実施する「緑の募金運動」に合わせて、5月から6月にかけて平成25年度緑の募金運動（家庭募金）を行います。

皆さんから寄せられた募金は、「学校・公園等公共施設の緑化」「みどりの少年団の育成」「苗木、緑化木の配布」「森林整備活動への支援」などに使われます。木々の呼吸は地球温暖化を防ぎ、緑は人々の心を癒やします。この貴重な財産を次の世代に引き継ぐため、趣旨に賛同いただき「緑の募金」にご協力をお願いします。

●関豊耕地林務課林務担当 (TEL77・3111(代) FAX77・6060)

植物の力を利用して、省エネを

緑のカーテンで暑い夏を快適に過ごしませんか

緑

のカーテンとは、ゴーヤやアサガオのようなつる性の植物を窓辺に育て、室内に入る陽射しを遮る、自然の力を活用した夏場の省エネ対策です。名前のとおり、葉がカーテンのように日射を遮り、室温の上昇を抑えてくれ、「グリーンカーテン」とも呼ばれています。

植物は、陽射しが強いときには葉から水分を出し、周辺から熱を奪います。そのため、緑のカーテンを設置することによって、室内温度を2度から5度程度涼しくする効果があると言われています。

市でも、10カ所以上の施設で緑のカーテンを行っています



暮らしの豆知識

緑のカーテン講座

市環境基本計画推進会議では、「緑のカーテン」講座を開催します。

- **日時** 6月3日（月）午前10時～正午（午前9時30分受付開始）
- **場所** 市民活動センター「くるりん広場」2階南会議室
- **講義** ▷緑のカーテンと育て方（NPO法人あづみ野風土舎）▷「日本の暑さと上手につき合うために～エネルギー消費50%削減を目指します」（岡江 正 推進会議委員）
- **その他** 受講者にゴーヤ苗を差し上げます。（先着順で1人1本、100本限定）

● **事前申し込み** 不要

問 穂生活環境課環境基本計画推進係

TEL 82・3131（代） FAX 82・6622

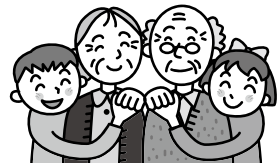


運転免許証の自主返納者に「あづみん」の乗車回数券を交付

市では、高齢者の交通事故防止対策の一つとして、自主的に運転免許のすべてを返納した人に対して、デマンド交通「あづみん」の乗車回数券を交付する運転免許証自主返納支援事業を行っています。

- **対象者** 運転免許のすべてを自主返納した市民
- **支援内容** 「あづみん」の乗車回数券9000円分を交付（支援は本人のみで1回限り）
- **手続き方法** 市社会福祉協議会本所、穂高総合支所内生活環境

問 運転免許証の返納手続きは安曇野警察署（TEL 72・0110）運転免許証自主返納支援事業は穂生活環境課交通防犯係（TEL 82・3131 FAX 82・6622）



「あづみん」の利用方法は

デマンド交通「あづみん」をご利用いただくには、事前登録が必要です。利用する可能性のある人（未就学児も含む）は、あらかじめ登録してください。登録は無料で、随時受け付けています。いただいた個人情報、この目的以外に使われることはありません。

● **手続方法** 各総合支所内地域支援課、または市社会福祉協議会各支所窓口にて備え付けの「利用登録票」に必要事項をご記入の上、ファクスまたは郵送でお申し込みください。

問 市社会福祉協議会（TEL 72・1871 FAX 72・9130）または受付センター（TEL 71・1233 FAX 73・1114）



『安曇野環境フェア2013』実行委員の募集

問 穂生活環境課環境基本計画推進係（TEL 82・3131（代）FAX 82・6622）

安曇野環境市民ネットワークと市では、環境にかかわる、さまざまな情報を発信し、保全に向けた活動を紹介する「安曇野環境フェア2013」を10月（予定）に開催します。

そこで、このフェアを企画・運営する実行委員を募集します。

- **募集人数** 20人程度（随時募集）
- **応募資格** 環境活動に関心のある人
- **応募方法** 6月7日（金）までに電話でお申し込みください。
- **その他** 手当の支給はありません。第1回実行委員会は6月上旬を予定しています。また、イベントの内容などは決定次第お知らせします。



昨年の環境フェア



日＝日時 場＝場所 対＝対象 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・料金	申し込み・問い合わせ
護身術講習会	万一来備え、護身術を学びませんか。柔道の有段者が指導にあたります。運動のできる支度でお集まりください。	日：夏期講習 7月20日（土）、春季講習 26年3月23日（日）19:00～21:00 場：穂高西中学校柔剣道場	対：夏期講習小学1年生以上、春季講習年長以上 定：50人 料：500円	問：夏期は7月17日まで、春季は3月6日までに穂高地域体協柔道部 柿本聡さん（TEL 090・4158・7187）か市体育協会事務局（TEL 88・3516）にお申し込みください。
合気道初心者教室	合気道に興味をお持ちの人はお集まりください。合気道がどのようなものかを知っていただき、基本から指導します。長袖長ズボンでスポーツのできる服装で参加してください。	日：6月28日～7月26日までの毎週金曜日 19:30～20:40 場：豊科武道館柔道場	対：一般市民 定：10人 料：3,850円	問：6月10日～21日市体協合気道部 下里朝水さん（TEL 72・3994）か市体育協会事務局（TEL 88・3516）にお申し込みください。
スポーツ吹矢教室	最近人気が出てきたスポーツ吹矢を体験してみませんか。腹式呼吸による有酸素運動で成人病予防に効果があります。日本スポーツ吹矢協会の公認指導員が指導します。	日：6月10日（月）15:00～17:00、26日（水）19:00～21:00 場：堀金総合体育館	対：一般市民 定：各回20人 料：400円	問：6月18日（9:00～15:00）までに市体育協会事務局（TEL 88・3516）にお申し込みください。
点字・点訳入門講習会	視覚障害者の読書、学習に必要な点字を初歩から学びます。パソコンを使って、どなたでも点字文書を作るボランティアになれます。	日：6月6日から27日までの毎週木曜日（全4回）10:00～12:00 場：穂高会館	定：15人 料：1,000円	問：安曇野パソコン点訳の会事務局 津布 栄（つぶら）さん（TEL 82・8021）
運転免許更新特定任意講習会	安曇野交通安全協会では、運転免許更新者を対象に特定任意講習会を開催します。優良運転者は受講する必要はありません。この講習を受けると、更新時の講習は免除されます。	日：6月6日（木）19:00～21:00（18:30～受付） 場：穂高会館第2会議室	対：6月7日から12月6日までの間に運転免許を更新する人。70歳以上の人・更新時に70歳になる人は、受講できません。 料：1,500円（お釣りのいらないようにご協力ください）	問：安曇野交通安全協会（TEL 72・2263）※運転免許証・筆記用具持参

5月26日（日）は市内一斉清掃の日

市では、5月30日を「ゴミゼロ」の日と定め、この日に近い日曜日に市内一斉清掃を行っています。本年は5月26日（日）が市内一斉清掃の日です。ごみ拾いは誰にでもできる身近なボランティアです。身近な自治会、企業、ボランティア団体などが実施する清掃活動に積極的に参加しましょう。

問 各総合支所地域支援課地域担当または廃棄物対策課（TEL 82・3131（代）FAX 82・6622）

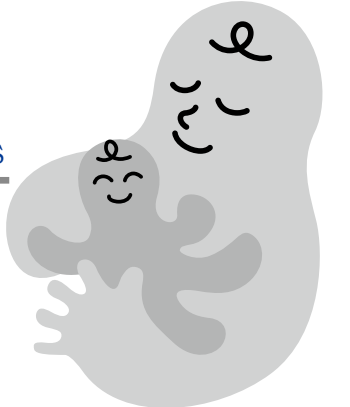
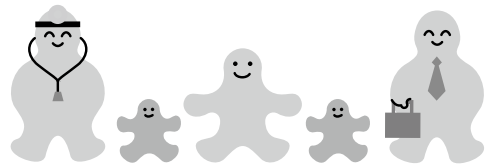
測定結果

4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。

問 穂生活環境課環境保全係（TEL 82・3131（代）FAX 82・6622）

測定地点	（マイクロシーベルト/時間）				
	4/2（火）	4/9（火）	4/16（火）	4/23（火）	4/30（火）
本庁舎	0.11	0.11	0.12	0.11	0.11
豊科庁舎	0.10	0.10	0.10	0.09	0.09
穂高庁舎	0.11	0.11	0.11	0.10	0.10
三郷庁舎	0.09	0.10	0.10	0.10	0.10
堀金庁舎	0.09	0.10	0.10	0.10	0.10
明科庁舎	0.09	0.08	0.09	0.08	0.08
穂高健康支援センター	0.11	0.10	0.11	0.10	0.10



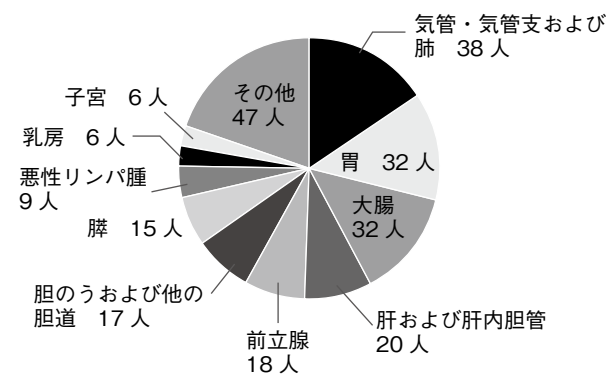
知る

健康長寿のまちづくり ～私たちが自分でできること～

今月のテーマ たばこ肺がん

肺がんは、気管や気管支、肺胞にできるがんのこと、自覚症状がないまま進行し、ほかのがんよりも転移しやすく、治りにくいがんのひとつと言われています。市内ではがんで亡くなる人のうち、肺がんが最も多い状況です。

平成 22 年安曇野市がん死亡部位別人数



※厚生労働省 人口動態調査

市内 1 年間の死亡者数 926 人のうち、がんによる死亡者数は 240 人となっています。

喫煙者は肺がんになる危険性が 4 倍以上

タバコによるがんの発生率を喫煙者と非喫煙者で比べた場合、どの部位でも 1.4 ～ 1.7 倍喫煙者の発生率が高くなりますが、肺がんに関してはさらに、男性では 4.5 倍、女性では 4.2 倍になると言われています。

5 月 31 日は世界禁煙デー

WHO は、毎年 5 月 31 日を世界禁煙デーに定めています。喫煙量が多く、喫煙開始年齢が若いほど肺がん発生率が高くなり、禁煙をすれば徐々に発がん率が低下することが分かっています。禁煙は、最大の肺がん予防法です。この機会に、禁煙に取り組みましょう。

禁煙と肺がんの早期発見を推進しています

禁煙に取り組もうとする人のための診療科を「禁煙外来」と言います。禁煙外来では、医師からの禁煙指導や、禁煙補助薬の処方を受けることができ、一定の条件を満たすと健康保険が適用されます。

市内の禁煙外来のある医療機関については、安曇野市医師会（☎72・2347）にお問い合わせください。

また、市では肺がん検診の受診を推進しています。早期に発見できれば治癒率が高くなります。がん検診を受診し、早期発見を心掛けましょう。

肺がん CT 検診で早期発見を

市では、肺がんの早期発見を推進するために肺がん CT 検診を行います。

- 日時・場所 受付時間 午前 9 時～ 11 時 30 分、午後 1 時～ 3 時 ※ 30 分ごとの時間予約

場所・申し込み先	日程	定員
豊科保健センター (TEL72・9970)	8月8日(木)、9日(金) 19日(月)	270人
穂高保健センター (TEL81・0711)	8月20日(火)、21日(水) 22日(木)	270人
三郷保健センター (TEL77・9111)	8月26日(月)、27日(火) 28日(水)	270人
堀金保健センター (TEL73・5770)	9月2日(月)、3日(火)	180人
明科保健センター (TEL81・2251)	9月4日(水)、5日(木)	180人

- 費用 ▷一般・後期高齢者医療加入者 2,000 円
▷市国民健康保険加入者 1,000 円

- 対象者 35 歳以上の人

- 検診内容 ラせん CT によるレントゲン撮影
※医療機関などでレントゲン撮影を受ける機会が多い人は、主治医にご相談ください。

※妊娠中、または妊娠の可能性のある人、心臓ペースメーカーが入っている人は受診できません。

- 申し込み 6 月 10 日 (月) から 21 日 (金) (平日の午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分) の間に、希望する会場に電話でお申し込みください。後日、受診券と問診票をお送りします。

健康体操などを行う団体に補助金を交付

本年度から、健康長寿のまちづくりを推進するため、健康体操など運動機能の向上を目的とした自主活動を行っている団体に、補助金を交付します。

- 対象団体 市内で活動し、次の要件をすべて満たす団体。①代表者が市内に住所を有していること② 60 歳以上の市民が 8 人以上含まれること③ 2 カ月に 1 回以上の定期的活動があること④当該活動について、他に市などからの補助金交付を受けていないこと

- 対象となる経費 講師謝金、会場使用料
- 補助金額 対象となる経費の 2 分の 1 (年間で上限 60,000 円)

※詳しくは、電話でお問い合わせください。

☎健康高齢者介護課高齢者福祉係

(☎81・0731 ☎81・0703)

あづみのピンキラ体操教室の参加者募集

松本大学の根本賢一先生のゼミ生による体操教室を開催します。活動量測定や体力測定、運動講座などの体験を通じて健康づくりを行います。

- 対象者 市内在住の 65 ～ 74 歳で、続けて 15 分程度の歩行ができる人 (関節疾患のある場合は要相談。医師から運動制限指示がある場合は参加不可)

- 内容 ▷根本ゼミ生による運動指導とミニ講座、体力測定、介護予防に関するミニ講座
▷池の平ホテル運動講座 (昼食・入浴付) ほか

- 場所 穂高総合体育館

※第 6 回は池の平ホテル (立科町)

- 参加料 7,900 円 (予定)

(活動量計購入、池の平運動講座受講料および交通費、保険加入料などを含む)

- 定員 50 人 (先着順)

- 申し込み 5 月 27 日 (月) 午前 8 時 30 分から電話で受け付けます。

- 日時 いずれも午前 9 時 30 分～ 11 時 30 分

第 1 回	6 月 26 日 (水)	第 7 回	9 月 18 日 (水)
第 2 回	7 月 3 日 (水)	第 8 回	10 月 8 日 (火)
第 3 回	7 月 23 日 (火)	第 9 回	10 月 22 日 (火)
第 4 回	8 月 6 日 (火)	第 10 回	11 月 12 日 (火)
第 5 回	8 月 20 日 (火)	第 11 回	11 月 26 日 (火)
第 6 回	9 月 6 日 (金)	第 12 回	12 月 10 日 (火)

※第 6 回は、時間が異なります。

☎健康高齢者介護課介護予防係

(☎81・0732 ☎81・0703)

食

食べる 児童館おやつづくり

今月のレシピ よもぎだんご



生地をこねるのは大変だったけど、おいしくできたよ！

穂高中央児童館チャレンジタイムに参加した (左から) ひろとくん、はるとくん、そうまくん、ちはるちゃん



材料 (8 個分)

上新粉…160㌔ 白玉粉…40㌔ 砂糖…60㌔
熱湯……200cc ヨモギ…20㌔

作り方

- ①：ゆでたヨモギを包丁でたたいたり、すりこぎですったりして細かくする。
- ②：上新粉と白玉粉に砂糖を混ぜ合わせる。
- ③：②に熱湯をゆっくり入れ、耳たぶの固さにする。
- ④：小分けにした生地を 15 ～ 20 分程蒸し器で蒸す。
- ⑤：①のヨモギを蒸し上がった生地に混ぜ合わせる。
- ⑥：⑤がしっかり混ざったら、だんごに丸めて串に差す。
- ⑦：あんこやきなこをつけてできあがり。

動かす

健康運動指導士 横山みゆきの

ちよこつと運動でイキイキ生活 第2回

脚は第2の心臓とも言われるぐらい大事なところ。運動した時だけではなく、立ち仕事が多く脚がむくんでいる時や、疲労感がある時など放っておいてはいけません。

余計な疲労を残さないように「やさしくソフトに」もみほぐしてあげましょう。

脚のお手入れ効果

▽炎症や故障の予防 ▽血行促進 疲労軽減 ▽蓄積した疲労物質や老廃物の排泄を促進するなど

①アキレス腱の付け根をもむ。(アキレス腱炎の予防)

②足裏から足指にかけてもむ。(足底筋膜炎の予防)

③前けい骨筋をもむ。

④ふくらはぎをもむ。

⑤太ももをもむ。

⑥親指と人差し指でつまむように

⑦(根本賢一著、人生はピンピンキラリワイクブック引用)

詳しくは、☎健康推進課 (☎81・0726) までお問い合わせください。

6月の児童館の予定

… 乳幼児対象

… 参加費

※市内9つの児童館は、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。

★豊科中央児童館 TEL・FAX72-0122 ■休館日／日曜・祝日 チャレンジタイムセタかざり作り29日(土)10:30～11:30	★穂高西部児童館 TEL・FAX82-2527 ■休館日／日曜・祝日 身体測定7日(金)10:00～12:00 子育て勉強会～救急法～28日(金)10:00～11:00
★高家児童館 TEL・FAX72-5685 ■休館日／日曜・祝日 ～さわやかコンサート～ 臼井文代さん(ピアノ) 北沢久美子さん(バイオリン) ※自由参加・入場無料 15日(土)14:00～15:30 チャレンジタイムクレープを作ろう!!22日(土)10:00～11:00 要予約●100円※小学生15人程度持ち物：エプロン・三角巾・飲み物 おいしいクレープを作って食べよう。	★穂高北部児童館 TEL・FAX83-5494 ■休館日／日曜・祝日 身体測定14日(金)10:00～12:00 読み聞かせ(おはなしどりいむ)7・28日(金)11:00～11:30
★南穂高児童館「にこにこランド」 TEL71-5150 FAX71-5152 ■休館日／日曜・祝日 おはなしムーン(読み聞かせボランティア)3・10日(月)11:00～11:20 お下がり会24日(月)11:00～11:30	★三郷児童館 TEL76-0185 FAX76-0186 ■休館日／日曜・祝日 読み聞かせ・スマイル21日(金)11:00～11:30 チャレンジタイムクッキーづくり22日(土)10:30～11:30 要予約●100円
★穂高中央児童館 TEL84-0762 FAX82-9621 ■休館日／日曜・祝日 読み聞かせ(おはなしどりいむ)19日(水)11:00～11:20 身体測定21日(金)10:00～12:00	★明科児童館 TEL62-2482 FAX62-1124 ■休館日／日曜・祝日 子育て勉強会～救急法～3日(月)10:30～11:30 要予約※乳幼児親子30組程度 チャレンジタイムびったんこゲーム6日(木)15:45～16:30 ※小学生以上自由参加 何ができるかな？絵と絵を合わせてびったんこ楽しいゲームをしよう
★堀金児童館 TEL71-2122・FAX71-2126 ■休館日／日曜・祝日	

児童館の育児相談			
7日(金)10:30～12:00	穂高西部	17日(月)10:30～12:00	三郷・堀金・明科
14日(金)10:30～12:00	穂高北部	21日(金)10:30～12:00	高家・穂高中央・豊科中央
		28日(金)10:30～12:00	南穂高

6月のキッズパーク

参加希望者の方は、事前に各児童館にお申込みください。(定員に達した場合、参加いただけない場合があります)

期日・対象

4・18日(火)…2歳以上

5・19日(水)…1歳

6・20日(木)…0歳

時 間

10:30～11:30

内 容

4・5・6日

●全館／ピクニック

18・19・20日

●三郷・堀金・明科／おやつ作り(明科のみ、20日はふれあい遊び)

●高家・豊科中央・南穂高・穂高西部・穂高中央・穂高北部／リズム遊び

キッズパーク
スナック



保護者の皆さんによる活動内容の打ち合わせの様子(三郷児童館)

キッズパークでは、入園前のお子さんと保護者の皆さんとが集まって、グループ活動をはじめ四季折々の行事や遊びなど、さまざまな活動を行っています。お子さんには同世代のお友だちと、保護者の皆さんには同じ子育て中の仲間と触れあう場となります。お気軽にお出かけください。

6月の各種相談

場…場所

図…問い合わせ

時…時間

☺ 心の相談 精神科医による精神保健相談 要予約 時 14:00～ 毎週月・木曜日(第5・祝日を除く) 場圃松本保健福祉事務所(TEL40-1938・FAX47-9293) 精神科医による依存症相談 要予約 時 13:30～ 7日(金)場圃松本保健福祉事務所(TEL40-1938・FAX47-9293) あづみ野断酒会 時 19:00～21:00 毎週水曜日 ※5・19日は家族会 場圃豊科公民館 圃健康推進課保健予防担当(TEL81-0726・FAX81-0703) ※体験を語り合いながら断酒を目指します。	✍ 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～金曜日 要予約 場圃教育相談室(豊科公民館内)(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 場圃教育指導室(旧明科公民館内)(TEL62-3521・FAX62-5721) 母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00 4・18日(火)場圃明科保健センター(TEL81-2251・FAX81-2943) 11・25日(火)場圃堀金保健センター(TEL73-5770・FAX73-5775) 12日(水)場圃豊科保健センター(TEL72-9970・FAX72-9044) 13・27日(木)場圃三郷保健センター(TEL77-9111・FAX77-9113) 20日(木)場圃穂高保健センター(TEL81-0711・FAX81-0703) ※保健師・助産師・管理栄養士・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。 ※児童館の育児相談については、左ページをご覧ください。
❓ 心配ごと相談・行政相談 (★は行政相談を同時開催) 3日(月)・★24日(月) 時 13:00～16:00 場圃金鵄いの里うらら(TEL73-5288・FAX73-5775) 4日(火)・★25日(火) 時 13:00～16:00 場圃穂高地域福祉センター(TEL82-2940・FAX82-9621) 5日(水)・★26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) 6日(木)・★27日(木) 時 13:00～16:00 場圃三郷福祉センター(TEL77-8080・FAX77-8081) 7日(金)・★28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) 圃心配ごと相談…上記へ 圃行政相談…総務部総務課(TEL71-2000・FAX71-5155)	👨👩👧 子ども・母子家庭・女性の相談 平日 時 8:30～17:00 要予約 場圃児童保育課児童係(TEL81-0727・FAX81-0703) 弁護士会による無料法律相談 要予約 13日(木) (予約日:6日(木)) 場圃豊科交流学習センター「きぼう」学習室1 27日(木) (予約日:20日(木)) 場圃穂高総合支所 大会議室 時いずれも13:30～16:30 ※1人20分・定員8人 圃総務部総務課(TEL71-2000・FAX71-5155) ※電話予約…予約日の9:00～12:00 ※定員8名を超えた場合は抽選(先着順ではありません) ※係争中のもの、すでに弁護士に相談中の事項はお受けできません。
👤 消費生活相談 時 平日の9:00～16:00 ※電話相談も可。 場圃消費生活センター(穂高総合支所1階) (TEL82-3131(直通090-5203-2011)・FAX82-6622) 消費者ホットライン(TEL0570-064-370)(ゼロ・コー・ナ・ゼロ 守ろうみんなを)	👤 生活労働相談 時 18:00～20:00 12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) 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。 http://usc.or.jp/ 👤 わかもの就職サポート相談会 時 13:30～16:30 要予約 21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) 圃商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622) 👤 人権特設相談所 時 10:00～15:00 21日(金) 場圃豊科公民館 27日(木) 場圃三郷公民館 圃法務局松本支局(TEL32-2571・FAX32-2572)

6月の休日当番医 (変更になる場合があります。)

長野県休日・夜間緊急医案内サービス 0570-088199

2日(日)	9日(日)	16日(日)	23日(日)	30日(日)
古川整形外科 82-8880 [穂高]	小田切医院 83-6025 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	古川医院 82-4385 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]
神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	榎本内科医院 73-0616 [豊科]	高橋医院 82-2561 [穂高]
たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	中島整形外科 72-3543 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	米倉医院 72-2354 [堀金]
布山歯科医院 77-6388 [三郷]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	田野歯科医院 82-7537 [穂高]	小山歯科医院 62-3080 [明科]	丸山歯科医院 72-2202 [豊科]



(c) 2011 YAMAGA

ホームタウン安曇野市デーで 応援しよう!

松本山雅FCは、ホームにファジアーノ岡山を迎えてJ2第18節公式戦を行います。この試合は「ホームタウン安曇野市デー」として行われます。この機会に試合を観戦しませんか。(安曇野市は、松本山雅FCのホームタウンです)

6月8日(土)

松本山雅FC VS ファジアーノ岡山

■試合開始 午後5時 (一般開場 午後3時)

■場 所 松本平広域公園総合球技場「アルウィン」

ホームタウン安曇野市デーイベント

●市内小学生によるエスコートキッズ ●市特産品の無料配布 (数量限定) ●安曇野市産玉ねぎなどを使用した「新宿中村屋カレー」の販売 ●市特産品お楽しみ抽選会など

当日観戦送迎バス(有料)を運行

岡安曇野市観光協会

TEL 82-3133 FAX 87-9361

<http://www.azumino-e-tabi.net/>

チケット入手方法等詳細

岡株式会社 松本山雅

TEL 88-5490 FAX 88-5491

<http://www.yamaga-fc.com/>

※入場には、観戦チケットが必要です。チケットは最寄りのコンビニエンスストアなどでご購入ください。会場駐車場には限りがあります。シャトルバス、公共交通機関をご利用ください。



(c) 松本山雅FC



オフィシャルマスコット
ガンズくん

ホームタウン安曇野市デーのお問い合わせ
県安曇野庁舎内企画政策課
(TEL 71-2000 (代) FAX 71-5000)

2013. 5. 1現在 ()内は対前月比

人口 ————— 99,232人(+24)

男 ————— 48,121人(+4)

女 ————— 51,111人(+20)

世帯 ————— 37,847世帯(+58)

広報 あづみの

発行日 平成25年5月22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 6月5日(水)

古紙配合率 100% 再生紙を使用しています。 PRINTED WITH SOY INK

編集後記

◆早春賦まつりは、主催者・参加者の皆さんの愛が伝わってくるような大盛況でした。節目の年をお祝いするような晴天の安曇野に、早春賦が響き、上松さんの笑顔が輝いていました。

◆消防団の大会に向け、出勤前に練習をしています。始めた頃は、冷たかった朝の空気が、最近では緩み、季節の移り変わりを感じます。健康づくりのため、早朝ウォーキングをする人ともお会いします。私も健康的な生活を心掛けねばと思います。

◆部活動を始めたわが家の娘。今までと生活のリズムが変わり戸惑っているようです。自分の時はこんなに忙しかった?と思うこのごろです。

◆普段は気が重い朝の通勤ですが、田んぼの水鏡に映る北アルプスや木々の新緑など、この時期の通勤はとても心地良く感じます。安曇野の良さをいつ実感するか、やっぱり、今でしょ...。

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