

広報

あづみの

Azumino City

Public Relations

No.170



安曇野市

8

2013. 8. 21

contents

温浴施設整備計画	2
土砂災害・風水害に備えて	6
住ま居る応援制度	26
防災用品購入補助	32

夏に舞う

8月4日 第30回信州安曇野わさび祭り

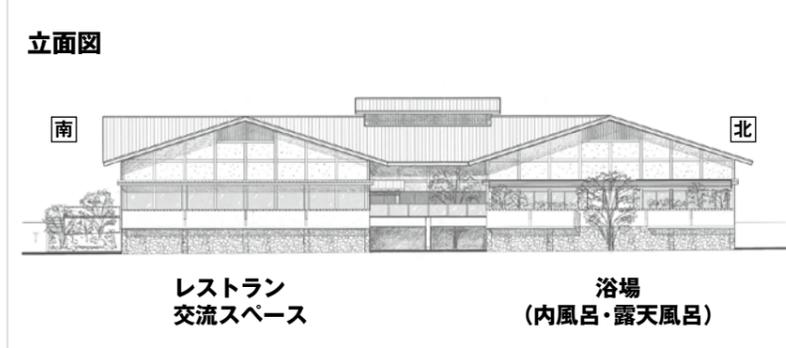
新温泉施設の整備計画の概要

市では、天然温泉を活用し、市民の健康増進と交流の場として日帰り温泉施設を整備し、合わせて魅力ある安曇野の西側山麓地域の観光拠点とするために同施設を含め周辺一帯の整備計画を進めています。この整備計画の概要について今月と来月の2号にわたりお知らせします。



温泉施設外観イメージ

外観は伝統的な家屋「本棟造り」とし景観に配慮。また、レストラン、ロビー、浴場から眺望を楽しめるよう配慮しています。屋根は採光と換気機能を有し、敷地の高低差を利用して、土台を石垣風にする事で重厚感のある建物とします。



これまでの検討経過

- 穂高地域審議会
・平成19～22年度提言書による提言「しゃくなげ荘改築及び周辺整備について」
- 平成22年1月～平成22年7月
市宿泊施設等あり方検討専門委員会
・市長の諮問を受け、行政改革の視点から市の宿泊施設のあり方について検討
市が設置する宿泊施設等の今後のあり方について「答申書」(平成22年7月)

〈しゃくなげ荘における見直しの方向性〉
(ア) 廃止の方向で検討すべきである。
(イ) 廃止、建て替えのいずれの場合においても、隣接する穂高ヘルスハウスのあり方を併せて検討する必要がある。
(ウ) 穂高ヘルスハウスを廃止し、しゃくなげ荘を建て替えるとした場合においては、日帰り入浴程度の機能にとどめるべきである。

- 平成22年12月～平成23年3月
穂高温泉郷しゃくなげ荘周辺整備検討委員会
・識見者や穂高地域の地域審議会、区長会のほか、宿泊業、商工会の代表者などで構成
「穂高温泉郷しゃくなげ荘周辺整備についての提言書」(平成23年4月)
・天然温泉を活用した入浴施設の設置
・市の観光拠点とするためのしゃくなげ荘周辺整備
- 市役所内関係部署による検討
・提言書を受け、市役所内関係部署によるしゃくなげ荘周辺用地活用についての検討

老朽化したしゃくなげ荘に代わる施設を整備

市の宿泊施設しゃくなげ荘(穂高有明・豊里区)は、良質な天然温泉を引湯し昭和48年の開業以来、地域の憩いの場として親しまれ、市の日帰り入浴、宿泊施設として、また、穂高温泉郷の主要施設として役割を担ってきました。

しかし、施設の老朽化が進み、施設利用者の要望に十分応えられない状況にあり、合併前からその対応が課題となっていました。こうした経過を踏まえ、穂高地域審議会、市宿泊施設等あり方検討専門委員会、穂高温泉郷しゃくなげ荘周辺整備検討委員会による検討経過を経て、市では、しゃくな

げ荘と隣接する穂高温泉健康館(穂高ヘルスハウス)を建て替え、新しく日帰り温泉施設を整備する建設計画を進めています。

施設は、現在のしゃくなげ荘の南東、通称山麓線沿いのビフ穂高の隣接地に延床面積約1700平方メートルの規模で建設します。事業費は約8億円(設計費、備品含む)で、このほか市土地開発公社から、建設や施設周辺整備用地の購入費として4億7700万円を予定しています。

企画提案方式により設計者を決定

建設を進めるにあたり、実施設計者の決定には、企画提案(プロポーザル)方式により、優れた技術力をもつ設計者を全国から公募しました。本年2月に設計者によるプレゼンテーション(技術提案)を行い、審査委員会で審査した結果、全国で温泉施設を手掛ける愛知県の株式会社玉岡設計に決定しました。



INTERVIEW

豊かな人間関係が生まれる施設として期待しています

豊里区長
まさよし
勝野公貴さん

「しゃくなげ荘」は、遠方からの友人と泊まったり、隣近所の新年会を行ったり、40年間憩いの場となってきました。新しい温浴施設でも、温泉という地域の資源を生かした健康増進の場、「人」を中心に豊かな人間関係が生まれる施設になることを期待します。また、諸先輩が開拓し、農業が盛んな私たちの区では、農産物直売所があるビフ穂高との相乗効果も期待できます。施設整備により人や車の流れも変わることから、交通安全対策も市にお願いしたいと思います。

今後の整備スケジュール

平成 25 年 8 ~ 9 月
市民意見募集

平成 25 年 9 月
建設用地購入

平成 26 年 1 月
実施設計完成

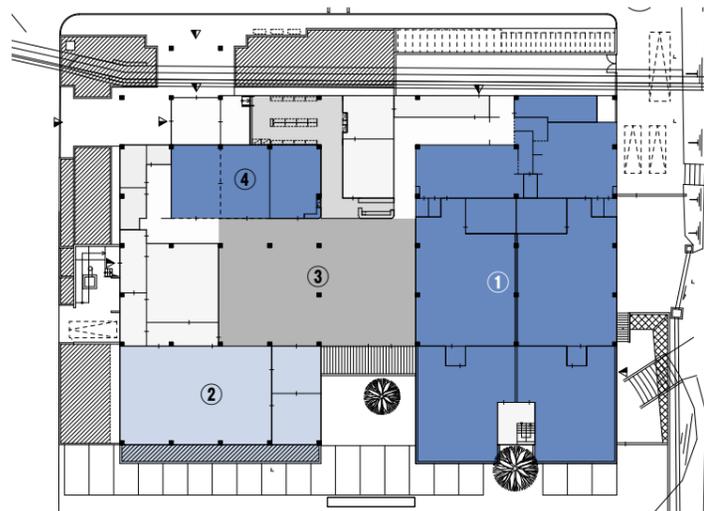
平成 26 年 4 ~ 5 月
入札・契約

平成 26 年 6 月
建設工事着手

平成 27 年 7 月
完成・営業開始

温浴施設の配置・内部の概要

●フロアの配置計画



②~④の各部屋は、施設内外で行われる催しの内容に応じて互いに組み合わせて使用できます。

①浴場（内湯・露天風呂）

内湯・露天風呂とも、主浴槽には天然温泉を使用し、ほかにもジェットバス、寝湯、サウナ等を計画します。また、浴場は男女で趣を変え、定期的に男女の浴場を入れ替えます。貸切浴室を併設し、介助が必要な人や家族での利用にも対応します。

②飲食スペース

囲炉裏を中心にテーブル席、小上がり席を設け、屋外にはテラス席を設けます。また、屋外テラスは外部階段により直接、利用することができます。

③ロビー・イベントスペース

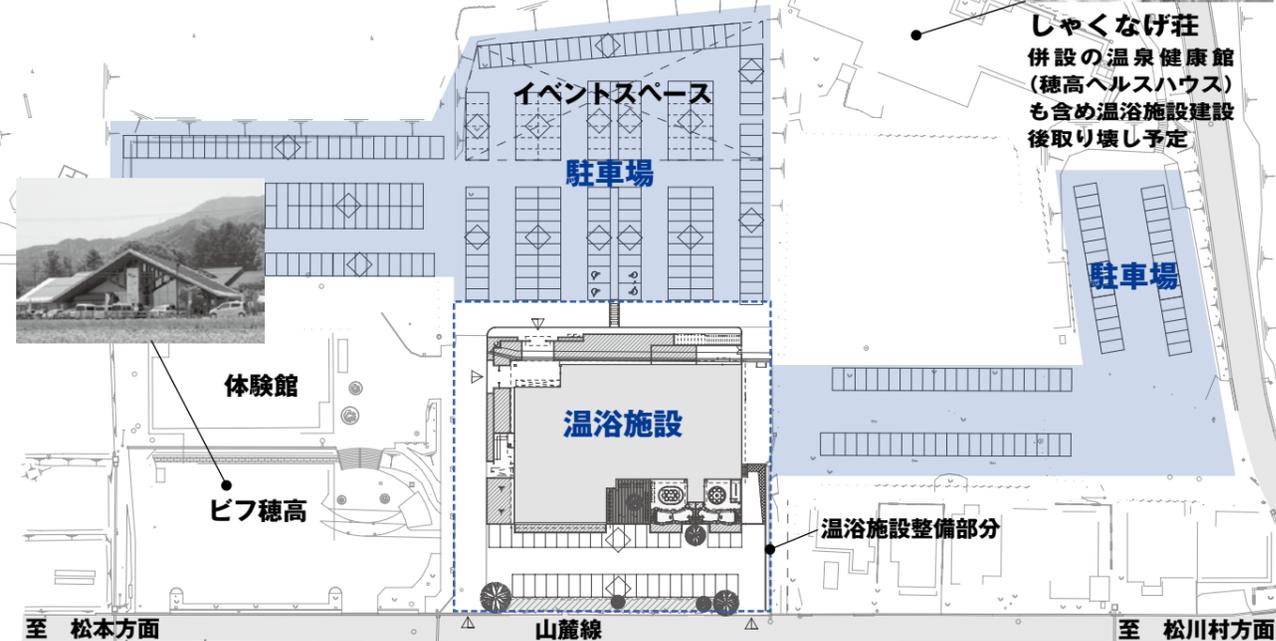
くつろぎの場や各種イベント会場としての利用以外にも、健康増進器具や観光情報コーナー、テークアウトコーナー（地産食材による飲み物・軽食の提供）を計画します。

④多目的スペース

市民の皆さんが地域交流活動の場として、各種催事など多目的に利用できるスペースです。可動間仕切りで部屋を3つ仕切ることでもでき、また、大きく1室として利用することができます。もう1室は畳敷きでの利用も計画しています。

事業規模（温浴施設整備部分）

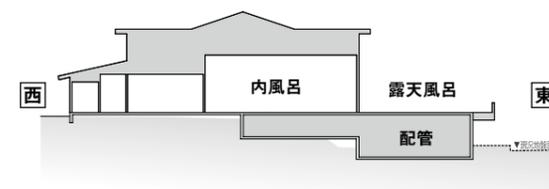
- ・計画面積 延床面積 約1,700平方メートル
- ・計画事業費 約8億円（設計費、備品含む）
- ・主な財源 合併特例債・公共施設整備基金・一般財源



●建物の配置計画

- ①隣接するビフ穂高との連携により、相乗効果が期待できます。
- ②レストラン、ロビー、露天風呂から安曇野の眺望を楽しめるよう配慮しています。
- ③施設内の各部屋はイベントなど用途に合わせて組み合わせ活用ができます。
- ④ビフ穂高と共用できる約300台の自動車が駐車可能な駐車場を整備します。（別途事業費による）
- ⑤施設管理面での動線と、設備機器の配置、床暖房等への温泉余熱利用などに配慮しています。

断面図



敷地の高低差を利用し、地下に配管ピットを配置し、配管などを短くすることで設備維持管理経費を削減します。

温浴施設の機能や設備など皆さんのご意見をお寄せください

市では温浴施設の建設に向けて実施設計に取り組みます。そこで市民の皆さんから親しまれる施設とするための機能や設備について意見を募集しますので気軽にご応募ください。

●応募方法 任意の様式に住所・氏名・連絡先・提案内容をご記入の上、郵送、ファクス、電子メールでお送りください。

●募集期間 平成25年8月21日（水）から9月20日（金）まで

●送付先 399-8303 安曇野市穂高6658番地穂高総合支所内 観光課

☎82・6622 ✉kankou@city.azumino.nagano.jp

平成27年7月の
完成を目指します

詳細な設計を進めるにあたり、次のような点に配慮します。
市民の交流の場、イベント会場として多目的に使用できます
フロア内の各スペースは、施設で行われる各種イベントの用途に応じて多目的に使用できるようにします。
また、隣接するビフ穂高と連携したイベントなどでの相乗効果が期待できます。
環境負荷や
維持管理費の軽減に配慮します
建設にあたり、温泉熱を活用した床暖房や敷地の高低差を利用して床下配管を短くするなど、環境負荷や維持管理費の軽減に努めます。
今後は、市民の皆さんからの意見を募集し、平成26年1月までに実施設計をまとめます。建設工事は平成26年6月に着工を予定し、平成27年7月のオープンを目指します。
穂高総合支所内観光課
☎82・3131(代) ☎82・6622

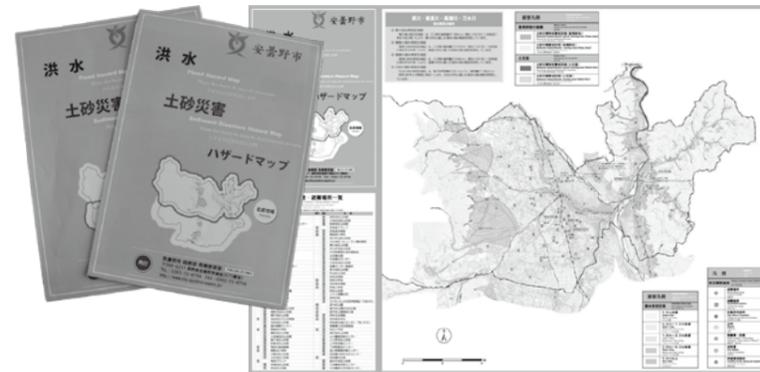
土砂災害・風水害に備えましょう

私たちが住む安曇野市は、周囲を山に囲まれ、市内を犀川、高瀬川、梓川などの多くの河川が流れており、過去には大きな土砂災害・風水害の被害を受けています。9月は長雨や台風など土砂災害・風水害が多い時期です。地震などの備えと共に、日ごろから、これらの災害に備えましょう。

土砂災害・風水害危険箇所は「ハザードマップ」で確認を

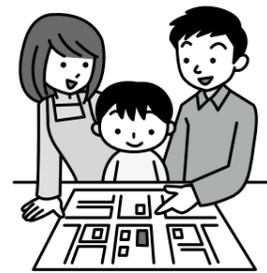
市が平成23年4月に発行した、「洪水・土砂災害ハザードマップ」には、土砂災害警戒区域などが示されています。自宅周辺の危険箇所を確認し、土砂災害の危険が迫った時は、直ちに避難することが大切です。

また、風水害は気象情報などからある程度予測し、前もって行動することが出来ます。日ごろから風水害から身を守るために気象情報に気を配るとともに、ハザードマップで水害危険箇所などを事前に確認しておきましょう。



ハザードマップは危機管理室、市ホームページなどで入手できます

大切なのは準備と早めの行動 訓練参加や備蓄品の用意を



普段からの準備と早めの行動が自分自身や家族の命を守ります。注意報、警報、そのほかの気象情報に注意するほか次の点に注意しましょう。

① 自主防災組織の訓練参加
大災害時は、消防や警察などの公共機関が十分に対応できない可

能性があります。日ごろから積極的に自主防災組織の活動に参加しましょう。

② 避難場所や避難経路の確認
普段から家族と避難場所や避難経路を確認しておきましょう。

③ 非常用の飲料水や食糧の確保
災害により停電や生活道路が寸断される場合があります。水道水を非常用飲料水としてペットボトルなどに保存するほか、生活用水として浴槽に水をためておきましょう。また、急な避難に備え、非常用の飲料水や食料などの防災用品も用意しておきましょう。防災用品購入には市の防災用品購入補助金制度をご利用ください。(裏表紙をご覧ください。)

災害の前兆やがけ崩れなどを発見した場合

市役所、県関係機関、最寄りの消防署へ連絡してください。



●土砂災害の前兆
山鳴りや立ち木の裂ける音が聞こえる。あるいは雨が降り続ける中で川の水位が下がるときなどに危険性が高まります。

災害の兆候や災害が発生した場合の連絡先

各総合支所または堀金総合支所内危機管理室
TEL72・6769 FAX72・6739
豊科総合支所内監理課 TEL72・3111(代) FAX72・3569
同建設課 TEL72・3111(代) FAX72・8340
県安曇野建設事務所(豊科・穂高・三郷・堀金) TEL72・8880
県犀川砂防事務所(明科) TEL62・3257
松本広域消防局
豊科消防署 TEL72・3145 穂高消防署 TEL82・3262
梓川消防署 TEL78・2090 明科消防署 TEL62・2992

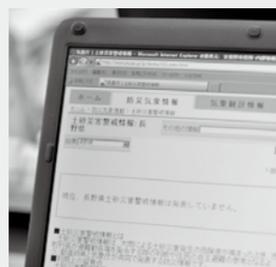
8月30日から「特別警報」が発表されます

気象庁では、8月30日から石川北部豪雨、伊勢湾台風など、従来の警報の発表基準をはるかに超える豪雨などで大災害が発生する恐れがある場合に、新たに『特別警報』を発表します。また、大雨による土砂災害発生危険度が高まったときは県と気象庁が共同で「土砂災害警戒情報」を発表しています。

これらの情報が発表された場合は、周囲の状況や市から発表される避難指示・避難勧告などの情報に気をつけて、避難するなどしてください。また、テレビ、ラジオ、市ホームページ、防災行政無線などでも皆さんに情報をお伝えします。

気象庁ホームページ

特別警報の詳細
<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/>
土砂災害警戒情報
<http://www.jma.go.jp/jp/dosha/>
長野地方気象台防災業務課
TEL026・232・3773



気象庁ホームページで確認できます

本年は明科地域で実施

9月8日(日)は 市総合防災訓練

東日本大震災や長野県北部地震などの教訓から、大きな災害に備えて防災力の強化が求められています。

本年の市総合防災訓練は、土砂災害と地震による多重災害を想定し行います。会場となる明科地域の皆さんも訓練に参加し、防災意識の高揚や防災力の向上を目指します。また、災害発生時の防災関係機関相互の協力体制を確認するとともに、住民・地域団体との連携強化を図ります。

当日、訓練会場では、降雨体験や防災グッズの展示、消防や自衛隊の専用車両による訓練を行います。見学もできますので、皆さんぜひお出掛けください。

●開催時間

午前8時50分～午前11時

●開催場所

明科御宝田グラウンド、明科体育館

●交通規制・駐車場

当日は御宝田グラウンド周辺が一部通行止めとなります。駐車場は、せせらぎ駐車場、明科建材東側駐車場をご利用ください。

堀金総合支所内危機管理室

TEL72・6769 FAX72・6739



昨年の訓練の様子(三郷文化公園)

安曇野

Photo Snap

7月下旬から8月初旬にかけて、市内各地では恒例の夏祭りが行われました。祭りの様子をカメラで追いました。

7/27

第34回 あづみ野祭り

地区公民館や企業など50連約3500人が参加。あづみ野ばやしに合わせ「そーれ」などの掛け声が会場に響きました。友好都市武蔵野市の市議会議員の皆さんも踊りに加わったほか、恒例の踊りと山車のコンテストも開かれました。

コンテスト結果（一般、地区公民館）

【踊りの部】最優秀賞＝安曇野赤十字病院、アルプス区 優秀賞＝アザレ、桜坂 敢闘賞＝ソニー VAI0、成相 努力賞＝アルフット安曇野、踏入 団結賞＝①こども病院・県職連②豊科病院・安曇野メディア、①大口沢公民館・大和連②光 フレッシュ賞＝①豊科金融団②おひさまの会、①細萱公民館②寺所 ユーモア賞＝①安曇野市役所②美容師組合、①中曾根公民館②本村連 アイデア賞＝①文福&バルハウス文福②(株)アズミ村田製作所、①重柳公民館②真々部 エネルギッシュで賞＝①ふぁん・その会②安曇野にジブリの世界をつくる会、①たつみ原公民館②徳治郎連
【山車の部】あづみ野祭り大賞＝安曇野赤十字病院 優秀賞＝桜坂 努力賞＝安曇野にジブリの世界をつくる会



第30回 信州安曇野わさび祭り

8/3

納涼祭

納涼祭では穂高地域各地区公民館の踊り連を中心に30連約2300人が参加。穂高駅前と穂高神社北神苑会場で「穂高音頭」と「HOTAKAサンバ」の楽曲に合わせて熱気あふれる踊りが繰り広げられました。本年はわさび祭り30周年を記念し、東京高円寺阿波おどり連に所属している菊水会菊水連の皆さんによる、阿波踊りも披露されました。

8/4

YOSAKOI 安曇野

14回目となるYOSAKOI安曇野では、県内外から43チーム約1500人が参加。各チームが粋で独創的な演舞を披露しました。



YOSAKOI コンテスト結果

YOSAKOI 安曇野賞＝無限翔風 わさび祭り賞＝RANGOKU あんたが大將＝にらさき秀麗 金賞＝①舞流 地球防衛軍②信衆 銀賞＝①上越連－REN－②堀金魂 奨励賞＝①春日・泉翔舞②よさこい演舞隊 ソーレあづみの 審査員特別賞＝①ファイティング・パキラ②安曇野風雅 楽鼓③大町Bissawa レッツゴー舞隊

新本庁舎建設 ニュースNo. 4



基礎部分のコンクリート打ちがほぼ終了しました

5つの工区に分けて行われた基礎工事は、基礎部分(地下約7メートルの深さから高さ約2.6メートル)のコンクリート打ちがほぼ終了しました。この部分の多くは、完成後、土で埋められて見えなくなる部分です。

建物を支える根幹部分である基礎は、全体で約5,000平方メートルと広く、強度が強いコンクリートを使っているため、通常に比べ手間が掛かる作業でした。7月からの猛暑日と重なり、現場で働く皆さんは、汗だくになりながら仕事を進めました。8月中旬からは、地下駐車場の床部分の工事が始まっています。



コンクリート打ちの状況(7月30日)

施工会社が仮囲いに花壇を設置

工事現場の仮囲いの外側の市道沿いには、施工会社が建設現場周辺環境向上の一環として、春から手入れをしてきた花がきれいに咲いています。



(7月26日撮影)

本庁舎内庁舎建設推進課

TEL71・2000(代) FAX71・5000

三郷地域の水道水が濁り対策本部を設置

近隣市の応援も含め給水車 11台で対応

7月10日、市内三郷地域の広い範囲で水道水が濁る、という市民の皆さんからの苦情が寄せられたことから、市では三郷総合支所に対策本部を設置し、24時間態勢で緊急対応しました。15日までにはほぼ水の濁りは解消しましたが、その間、最大で給水車11台(うち松本市2台、大町市2台、塩尻市1台の応援による)を出勤させ、給水所を8カ所設置するとともに、ペットボトル3,730本、給水袋5,200袋の飲料水を配布しました。また、市のホームページや三郷地域の皆さんへは防災行政無線や広報車で状況をお知らせしたほか、24日付でチラシを各戸配布しました。検査機関(長野県薬剤師検査センター)で分析の結果、取水している黒沢川の原水に含まれるマンガンの影響により、濁りが発生したものと見られています。

●今後の対応

市では管内カメラによる水道本管内部の調査や浄水場の「ろ過材」の検討、配水タンク内の清掃を行う予定のほか、既に着手している「水源転換工事」の工程を前倒しし、事態の解消に努めます。復旧までに日数を要し、大勢の市民の皆さまに大変なご迷惑とご不便をお掛けし、心よりおわび申し上げます。

豊科総合支所内上水道課 (TEL72・3111(代) FAX72・3176)



給水車による給水の様子(7月10日、三郷総合支所)

異業種連携による新たな産業モデル構築に向け 推進会議開催

市が目指す田園産業都市の実現に向け、新たな産業振興策について提案を行う「市産業振興連携推進会議」の第1回会議を7月17日、穂高総合支所で開催しました。当日は、JAや商工会、養鱈業などから選出された委員20人に宮澤市長から委嘱書が手渡され、会長に齊藤正昭・

市商工会会長が選ばれました。同会議では、市の地域資源を活用するとともに、市内の産業が互いに連携することで「安曇野」の知名度を生かした付加価値の高い、新しい商品開発や販路の拡大、新たなサービスの形成などを検討します。今後、市内食品加工事業者の把握調査な

どを経て、本年11月末をめどに市長へ提案します。市では新たな産業モデル「安曇野モデル」構築に向け、推進体制や具体的な施策に提案を反映します。あいさつで宮澤市長は「地域の異業種間の力を合わせ、安曇野ブランド構築のアイデアをいただきたい」と期待を寄せました。



異業種連携や行政支援について意見を述べる委員

安曇野を担う人材の育成に向け 中学校で新たな取り組みが始まる

市教育委員会では、将来の安曇野市を担う人材を育成するため、本年度中学生を対象にした新しい取り組みを始めました。

英語課外授業

この取り組みは、国際社会に対応できる人材を育成するため、市内全中学校で希望者を対象に、放課後、英語の授業を行います。穂高東中学校では7月3日、生徒12人が第1回授業に

参加。授業はすべて英語で行われ、生徒たちは、講師と英語でコミュニケーションを取ろうと



課外授業英会話(7月3日、穂高東中)

努力していました。本年度、各中学校で24回の授業を予定しています。

立志塾

この取り組みは、企業をはじめ各分野で活躍する人の講話などを通じ、子どもたちが主体的に将来や進路を考え、将来、各分野の第一線で活躍する人材の育成を目指して行われます。このうち豊科南中学校では7月8

日、2年生117人を対象に、県立こども病院の中村友彦副院長が講演。医師となったきっかけや、人との接し方で大切にしていることを生徒に語りました。今後、各学校でも順次「立志塾」が行われます。



立志塾(7月8日、豊科南中)



海外経験を生かし次の目標へ

7/26 JICA 派遣職員帰国報告

国際協力機構(JICA)のボランティアを務めた大月詩織さん(明科中川手)、小松洋さん(三郷明盛)が派遣先のアフリカ2か国から帰国し7月26日、宮澤市長を訪問しました。看護師の大月さんは、ガボンで母子の保健指導をしながら、同国に初めて母子健康手帳を広める活動に参加。小松さんは、ジンバブエで中高生に体育などを教え、各種スポーツの普及や施設の整備にあたりました。2年間の赴任を終え、小松さんは常に現地の人の前向きな生き方に触れ「生きることの素晴らしさを学んだ」と感想を述べ、大月さんは「大学院で公衆衛生学を研究したい」と次の目標を話しました。



相手を思いやる気持ちを形に

7/27 穂高公民館「夏休み子ども作法教室」

子どものころから正しいあいさつや食事の作法を学んでもらおうと「夏休み子ども作法教室(全3回)」(穂高公民館主催)が公民館児童室で行われました。7月27日に行われた第1回の教室には小学生6人が参加。当日は、講師の青木孝子さんが「作法は相手を思いやる心を形に表したものだ」と正しいお辞儀、あいさつの仕方を指導しました。参加した野中玲奈ちゃん(三郷小2年)は「きちんと相手の顔を見てあいさつするのが大変でした」と話しました。

高橋さんの心を伝え 10年の節目

7/13 安曇野高橋節郎記念美術館開館10周年記念式典

安曇野高橋節郎記念美術館(宮下克彦館長)で7月13日、開館10周年記念式典が開かれ、関係者約100人が節目を祝いました。同館は、名誉市民で文化勲章受章者の漆芸家、高橋節郎さん(1914~2007)を顕彰するため、平成15年6月に高橋さんの生家がある場所に開館。これまでに約14万人が訪れ、伝統的な漆工に現代的な感覚を取り入れ、芸術の域まで高めた高橋さんの精神を伝えるため企画展のほか、若手工芸作家や市民の創作発表にも力を入れています。

式典で高橋さんの妻・千笑さん(東京都練馬区)は「開館の際、本人は美術館の完成をととても喜んでいました。これからも多くの皆さんが作品に親しんでもらえればうれしいです」と話しました。式典後は同館学芸員による記念企画展の説明やミニコンサートなども行われました。記念企画展「シュールレアリスムと高橋節郎展」は9月1日まで行われています。



全国大会へ向け意気込みを語る

7/17・31 小学生・高校生全国大会出場者表敬訪問

全国大会へ出場を控えた高校生・小学生の皆さんが宮澤市長を表敬訪問しました。出場する皆さんはそれぞれが「練習の成果を発揮したい」、「仲間の方も頑張りたい」、「入賞を目指したい」などと意気込みを話しました。宮澤市長は「目標を高く、大会で好成績を残せるよう頑張ってもらいたい」と大会での活躍を期待しました。

【訪問した皆さん】(敬称略・学年は訪問当時)

7月17日(高校生)

高校総体陸上競技 常盤大智(穂高商業高3年) 第29回全国高校簿記コンクール 等々力蒼依(穂高商業高3年) 第25回全国高校情報処理大会 藤本菜摘(穂高商業高3年)、栗林優希(同3年) 第60回記念全国高校珠算・電卓競技大会 柳瀬泰宏(穂高商業高2年)

7月31日(小学生)

第30回全日本小学生ソフトテニス選手権大会 伊與部希奈(穂高北小5年)、白井優月(同5年) 第13回全日本少年少女空手道選手権大会 佐々木鴻介(豊科南小6年)、佐々木香葉子(同4年)、山越星(明北小5年) 第14回全国小学生ABCバドミントン大会 山田修平(明南小2年)



「錆びない生き方を」南雲さん講演

7/7 市民大学講座 特別編

本年第1回目の市民大学講座特別編(全2回)が7月7日、堀金総合体育館サブアリーナで開催されました。テレビなどで活躍中の医師・南雲吉則さんが「錆びない生き方」と題して講演し、市民約500人が耳を傾けました。南雲さんは自身が過去に太っていたことに触れ、太っていると心臓や骨格に負担がかかることなどから、ダイエットの必要性を説明。ウォーキングや早寝早起きなどで新陳代謝を上げ脂肪を燃やすように促しました。講演を聞いた丸山トシ子さん(穂高)は「先生の話を実践し、いつまでも若々しくいたい」と話してくれました。



「おひさま」の道祖神が郷土博物館に

7/4 「おひさま道祖神」寄贈除幕式

NHK連続ドラマ「おひさま」の撮影に使われた道祖神が市に寄贈され、その除幕式が7月4日、豊科郷土博物館(百瀬新治館長)で行われました。寄贈された道祖神は、豊科田沢の増澤石材店(丸山文孝社長)が制作しNHKに貸し出したもので、堀金・岩原区の国営公園用地内のドラマロケ地に3月まで展示されていました。道祖神は、現在も作られている道祖神として博物館玄関脇に展示されています。丸山さんは「展示を機に、多くの皆さんが博物館を訪れてもらえれば」と話しました。道祖神を扱った企画展「安曇野のお祭り展II」が、9月7日から同館で開催されます。

学校開放講座の参加者募集

TEL 62・4565 FAX 62・3525

《豊科高校》
みんなの食育

「小麦について」講義と調理実習を行います。

●日時 10月5日(土)

午前9時～午後0時30分

●場所 豊科高等学校 調理室

●講師 飯沼公恵 教諭

●定員 20人(先着順)

●材料費 500円

●持ち物 筆記用具・上履き・エプロン・三角きん・手ふき

●生活を楽しむ小物づくり

古着や余り布を使って、簡単な物づくりをします。

●日時 10月12日(土)

午前9時～正午

●場所 被服室

●講師 倉下倫美 教諭

●定員 10人(先着順)

●材料費 100円

●持ち物 上履き、不要な古着など

《両講座共通》

●申し込み どちらも8月26日(月) 午前9時から受け付けます。

●名前、住所、電話番号、希望。

望の講座名を記入の上、ファクス(71・1151)または、ハガキでお申し込みください。

●送付先 〒399・8205 豊科2341 豊科高等学校

《穂高商業高校》
日商簿記検定3級合格講座

会計の基本となる日商簿記検定の3級合格を目指します。

●日程 9月28日、10月5日、12日、26日、11月2日の5日間(いずれも土曜日)

●時間 午後1時～4時

●場所 南校舎 簿記教室

●講師 松田健一 教諭

●定員 20人(先着順)

●教材費 1000円

●持ち物 筆記用具

●申し込み 8月26日(月) 午前8時30分から受け付けます。

●申込書を同校ホームページで入手し、メール、ファクス(81・1066)または郵送でお申し込みください。申込書が入手できない場合は、住所・氏名・連絡先を記入の上、ファクスまたはハガキでお申し込みください。

●送付先 〒399・8303 穂高6839 穂高商業高等学校 松田健一宛

三郷公民館 「料理教室」①を開催

TEL 77・2109 FAX 76・3077

「地域の食材を使った簡単料理」をテーマに、旬の野菜を使い、夏野菜のブイヤベース、スープ類、ご飯ものを作ります。地産地消と食育について考えてみましょう。

●日時 9月20日(金)、27日(金) 午前10時～午後0時30分

●会場 三郷公民館 調理実習室

●講師 高橋清美さん(松本広域調理師会会長)

●定員 24人(先着順)

●参加費 1000円(内訳 受講料1回200円、材料費1回300円程度)

●持ち物 エプロン・三角きん

●申し込み 9月3日(火) から5日(木)の午前9時から午後5時の間に電話でお申し込みください。詳細は、受講者の皆さんに後日通知します。



石器時代へタイムスリップ
三郷まなび隊の参加者募集

TEL 77・2109 FAX 76・3077

黒耀石などを使って弓矢、勾玉、ネックレスなどの縄文グッズを作るほか、縄文文化の探検と美的感覚に優れた土偶・国宝の「縄文のビーナス」を訪ねます。

●日時 9月14日(土)

午前8時 三郷公民館前出発

●場所 黒耀石体験ミュージアム(長和町)、尖石遺跡(茅野市)等

●対象 市内在住の小学生とその保護者

●持ち物 昼食、水筒、筆記用具

●参加料 大人 1000円

(入館料・交通費)、子ども 1000円(入館料・体験料)

●定員 親子15組(先着順)

●申し込み 8月29日(木)・30日(金)の午前9時から午後5時の間に電話でお申し込みください。詳細は、参加者の皆さんに後日通知します。

豊科公民館
豊科の先人を学ぶ講座

TEL 72・2158 FAX 73・6401

全4回の予定で、豊科にゆかりのある人物の講座を開催します。地元の人を知るいい機会です。

●日時 第1回 9月19日(木) 午後7時～8時30分

「明治期安曇の近代教育の先覚者・画家・文化人 藤森 桂谷」



藤森桂谷

第2回 10月10日(木) 午後7時～8時30分
「めえめえ兎山羊」の作詞で有名な詩人・独文学者 藤森 秀夫



藤森秀夫

●会場 豊科公民館 大会議室
●講師 高原 正文さん(郷土史家、元豊科町郷土博物館長)
●申し込み 直接、会場へお越しください。

第4回安曇野市民スポーツ祭
ゴルフ大会の参加者募集

TEL 62・4565 FAX 62・3525

市民スポーツ祭のゴルフ大会を開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

●日時 10月1日(火)

●場所 穂高カントリークラブ

●種目 男子一般の部
男子シニアの部(満70歳以上)
女子の部

●参加資格 市内在住、市内勤務、または市出身

●定員 200人(50組) 先着順

●参加料 1万2000円(乗用カート料金は別途1000円)

●申し込み 市内公民館や市体育協会事務局に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、9月10日(火)までに市体育協会事務局へお申し込みください。詳しい内容は、各地域公民館や体育館に備え付けの開催要項をご覧ください。か、市体育協会事務局(88・3516)へお問い合わせください。



穂高公民館文化講座 「穂高の歴史、文化と水郷を巡る」

TEL 82・5970 FAX 82・3990

豊かな大自然と先人たちによって育まれてきた魅力的な文化が息づく安曇野市。その一端に触れるため、穂高地域を巡ります。

- 日時 9月7日(土)、※小雨決行 午前9時～午後3時
- 定員 25人(先着順) ●講師 佐伯治海さん
- 行程 穂高公民館→保高宿→等々力家→早春賦歌碑→穂高公園→穂高公民館(約7キロ)
- 持ち物 昼食・飲み物・雨具など
- 受講料 400円(入館料含む)
- 申し込み 8月28日(水) 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。

親子カヌー体験会

TEL 62・4565 FAX 62・3525

親子でカヌーに挑戦してみませんか。水の流れがほとんどないプールで行うので、初めての人でも安心です。カヌーの乗り降りや水を漕ぐパドルの操作方法などを学びます。

- 日時 9月7日(土) 午前10時～正午 ●場所 穂高プール
- 対象 小学校5・6年生と保護者 ●定員 5組(10人) 先着順 ●講師 山野 伸さん
- 参加料 1人200円 ●服装 動きやすく、濡れてもよい服装・帽子など
- 持ち物 着替え・飲み物・タオルなど
- 申込期限 8月28日(水)・29日(木)の午前8時30分から午後5時までの間に社会教育課へ電話でお申し込みください。



9月の図書館イベント



図書館映画上映会 (入場無料)

宮澤賢治の生涯

2011年 日本 上映時間 60分

- 日時 13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

えほんとずこうのじかん

- 中央図書館 ●日時 18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 25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

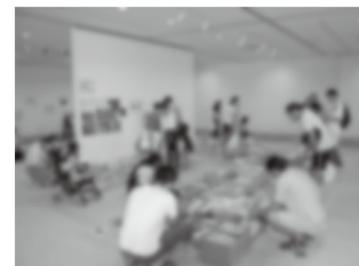
- ◇ 中央図書館 おはなしのとびら
中央図書館おはなしのへや
4・11・18日(各水曜日)
10:30～(乳幼児対象)
- ◇ 中央図書館 おはなしとしゃかん
中央図書館おはなしのへや
21日(土) 10:30～(乳幼児対象)
11:20～(幼児以上対象)
- ◇ 豊科図書館 ちいさいたんぼほ
豊科図書館多目的室
20日(金) 11:00～(乳幼児対象)
- ◇ 豊科図書館 おはなしたんぼほ
豊科図書館多目的室
20日(金) 16:30～(幼児以上対象)
- ◇ 三郷図書館 ポケットの会
三郷図書館児童室
14日(土) 10:30～(乳幼児以上対象)
- ◇ 堀金図書館 おはなしのへや
堀金図書館児童コーナー
10日(火) 10:30～(乳幼児対象)
10日(火) 16:20～(乳児以上対象)
- ◇ 明科図書館 ひまわりおはなし会
明科図書館内おはなしの部屋
28日(土) 11:00～(乳幼児以上対象)



カードケースのイラスト

- ▽ ワークショップ
カードケースを作ろう!
穂高出身の丸山綾子さん(絵本作家)のイラスト入りのカードケースを折り紙で作ります
- ▽ 時間 午前10時～午後4時
- ▽ 申し込み 8月26日午前9時から中央図書館で受け付けます。
- 9月7日(土)・8日(日)の催し物

- ▽ 場所 展示ギャラリー
- ▽ 材料費 無料
- ※事前申し込みは必要ありません。
- ▽ 信濃毎日新聞データベース体験
誕生日の記事を差し上げます。
- ▽ 時間 7日 午前9時～午後1時
8日 午前9時～午後2時
- ▽ 図書リサイクルコーナー(無料)
市内公共図書館の廃棄本を利用したリサイクルコーナーです。8日(日)には、県立長野図書館のリサイクル本も出品します。
- ▽ 時間 午前9時～午後4時まで
- ▽ 会場 地域学習室
- 展示
・信濃毎日新聞140周年パネル展(8日午後2時まで)
・長谷川義史さんの資料展示



昨年の図書リサイクルコーナー

- ・読書会紹介展示
- ▽ 時間 午前9時～午後4時まで
- ▽ 会場 エントランスホール
- ※読書会展示参加団体 宮澤賢治の作品を読む会、児童文学を読む会、東洋古典読書会、西洋古典読書会



紹介する人
帯刀聖美さん
(三郷・小倉)

おすすめの1冊
だめだめ すいか

白土 あつこ 作・絵

主人公のたつくんが、スイカをじいじに届けるために、かんかん照りの山道を歩いていると、茂みの中から、おかしなタヌキが現れて、たつくんが持っているスイカでスイカ割りをしてしようと誘います。でも、たつくんが「だめだめ」と断ると、タヌキは種飛ばしや、すいかちょうちん、すいかジュースにしようと誘惑します。たつくんは「だめだめ」と断るため、これはじいじのすいかだ」と断り、無事にスイカを届けることができます。じいじは、たつくんにスイカを出してくれますが「タヌキは、まだかんかん照りの山道にいるのかな」と心配になるたつくん。タヌキが気になって、今度はタヌキにスイカを届けてあげるといふ心温まる一冊です。

たつくとタヌキのやり取りがとてもおもしろく、主人公の優しさがたまりません。自分の子どもたちも主人公のように優しい子どもに育ってほしいと願っています。

図書館フェスタ開催

文化課図書館係
TEL 84・0111 FAX 84・0116

「人と、本と、図書館をつなぐ」ボランティアの皆さんにご協力をいただき、図書館フェスタを開催します。多くの皆さんのお越しをお待ちしています。

9月7日(土)の催し物

- オープニングセレモニー
開催宣言 午前9時～
- TKJBスイングキッズコンサート
入場無料、先着2000人
- ▽ 時間 開場 午後1時
開演 午後1時30分
- ▽ 会場 多目的交流ホール
- 朗読Live 入場無料、先着2000人



TKJB スイングキッズ

「ごんぎつね」の作者、新美南吉さんの作品や郷土の民話などの朗読と音楽をコラボレーションさせたステージです。

- ▽ 開演 午後2時30分
- ▽ 会場 多目的交流ホール
- おはなし会(無料)
ボランティア団体によるおはなし会です。
- ① 午前10時～おはなしたんぼほ
- ② 午前10時45分～おはなしムーン
- ③ 午前11時30分～有明子ども文庫
- ▽ 会場 中央図書館 おはなしのへや



小さな本

- 9月8日(日)の催し物
- 松本山雅FC 片山真人さんトークショー
- ▽ 時間 午前9時15分～9時45分
- ▽ 会場 エントランスホール
- 長谷川義史絵本ライブ(先着200人)
- ▽ 時間 開場 午後1時
開演 午後1時30分
- ▽ 会場 多目的交流ホール
- ▽ 講師 長谷川義史さん(絵本作家)
- おはなし会(無料)
ボランティア団体によるおはなし会です。
- ▽ 時間 ① 午前10時～声のボランティアひばりの会 ② 午前10時45分～ポケットの会 ③ 午前11時30分～穂高絵本とお話の会
- ▽ 会場 中央図書館 おはなしのへや
- クラフトで幸せを呼ぶくろうを作ろう
- ▽ 時間 第1回 午前10時～
第2回 午後1時30分～
- ▽ 定員 各回20人
- ▽ 対象 小学5年生～一般で小学生は保護者同伴
- ▽ 講師 赤澤肇さん
- ▽ 材料費 無料

信州大学連携社会人学習講座 情報活用学セミナー受講者募集 (全6回)

穂高交流学習センター「みらい」TEL 81・3111 FAX 82・0966 mirai@city.azumino.nagano.jp

情報の処理や選択、分析、活用の知識などを身に付けます。企画立案などの演習も行います。

- 会場 穂高交流学習センター「みらい」
- 日時 10月11日(金)、18日(金)、11月8日(金)、15日(金)、29日(金)、12月13日(金) 各回とも午後7時～9時
- 講師 信州大学人文学部准教授 菊池聡さんほか ● 定員 20人
- 対象 20歳以上で市内在住、または市内勤務で、講座で学んだことを生かしたい具体的な目的(仕事、起業、NPO活動など)がある人。6回のセミナー全てに参加できる人
- 申し込み 8月26日(月)から9月20日(金)までに応募用紙を「みらい」に持参、もしくはファクスかメールで送信してください。応募用紙は「みらい」に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。目的等を審査の上参加者を決定し、応募者全員に結果を通知します。

秋季展示と音楽会を開催

安曇野高橋節郎記念美術館
TEL 81・3030 FAX 82・0551

秋季展示「岳 ふるさとの山」

収蔵品による企画展を開催します。高橋節郎が描いた漆屏風や漆パネルの作品の多くには、北アルプスを思わせる険しい山並みが表現されています。今回の展示では、高橋節郎の描く山々に着目し紹介します。

●**会期** 9月3日(火)～平成26年1月13日(月)(予定)

●**休館日** 月曜日(月曜日が祝日の場合その翌日)、年末年始

●**観覧料** 一般400円(350円) 高校生・大学生300円(250円)

※()内は20人以上の団体料金



展示作品「明ける」

高橋節郎誕生記念音楽会

「ヴァイオリン二重奏の夕べ」
安曇野高橋節郎記念美術館友の会では、高橋節郎の誕生を記念し、

音楽会を開催します。開演前に抹茶のおもてなしがあります。初秋の一夜を美術館でお楽しみください。

●**出演**(ヴァイオリニスト)

桐山 建志さん 大西 律子さん

●**演奏曲目** カノンソナタ(テレマン)、2つのヴァイオリンのためのソナタ(ルクレール)ほか

●**日時** 9月14日(土)
開場 午後5時30分
開演 午後6時30分～8時

●**場所** 高橋節郎記念美術館
主屋

●**入場料** 無料(申し込み不要)



大西律子さん



桐山建志さん

9月の企画展

第5回楡フォトクラブ写真展

貞享義民記念館
TEL 77・7550 FAX 77・7551

「安曇野の花」をテーマに、クラブ会員が、地域の行事や四季

折々の風物を撮影した中から厳選した作品を展示します。

●**日時** 9月1日(日)～29日(日)
午前9時～午後5時

※最終日は午後3時まで

●**場所** 1階 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その翌日)

初心者麻雀教室の参加者募集

自然体験交流センター「せせらぎ」
TEL FAX 62・6667

麻雀は、頭脳を活性化させる効果があると言われてます。「麻雀に興味がある」、「これから始めたい」という人はご参加ください。

●**対象** 市内在住の60歳以上の人
●**日時** 8月28日(水)
午後1時～4時

●**場所** 学習室

●**参加料** 200円(茶菓子代)

●**講師** せせらぎを愛する会会員

●**申し込み** 8月27日(火)までに、自然体験交流センター「せせらぎ」へ電話かファクス、または窓口でお申し込みください。

●**休館日** 月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)



田尻南木戸の御柱立て(堀金)

「あなたの知らない道祖神に会いに行こう」

新潟県立歴史博物館見学会の参加者募集

新潟県立歴史博物館(長岡市)秋季企画展を見学します。村の守り神・道祖神など約150点が展示されています。新潟県ではどんな道祖神にどんな願いを込めているのか、見に行きませんか?

●**日時** 9月29日(日)
午前7時～午後6時

●**定員** 45人(申し込み多数の場合は抽選)

●**募集期間** 8月27日(火)～9月16日(月)

●**参加費** 6000円程度(バス代、昼食、保険料など)

●**申し込み** 午前9時から午後5時の間に豊科郷土博物館(安曇野のお祭り展実行委員会事務局)へ電話(72・5672)でお申し込みください。

詳しい内容は各施設等へお問い合わせください。

《豊科郷土博物館》

●**会期** 9月7日(土)～10月20日(日)

●**開館時間** 午前9時～午後5時

●**展示内容** 三九郎や御柱など道祖神祭りの再現展示、安曇野の人々が道祖神に託した願い、市内小学生が願いを込め作成した



上原の道祖神祭り(穂高)

「よろず願いごと引き受けます―道祖神」展

豊科郷土博物館内
安曇野のお祭り実行委員会
TEL 72・5672 FAX 72・7772

安曇野には、たくさん道祖神があります。安曇野に暮らす私たちにとって最も身近な神様である道祖神には、昔も今もさまざまな願いが託されています。実行委員会では「身近な道祖神の魅力再発見」、「市内のさまざまな道祖神祭り」、「新たな道祖神の可能性を探る」を柱に展覧会を開催します。

道祖神ぬりえ作品の展示、道祖神おみくじなど

●**入館料** 100円(高校生以上) 中学生以下・70歳以上は無料

※9月7日(土) 午前10時～ オープニングイベント「道祖神祭りお囃子」演奏、「御柱立ての木遣(きやり)唄」

●**会期** 9月14日(土)～10月6日(日)

●**開館時間** 午前9時～午後6時

●**展示内容** 市内の道祖神や道祖神祭りの写真展示、成相御柱を再現展示、「おらほの好きな道祖神」応募作品の展示、市内の道祖神祭り映像放映など

●**入館料** 無料

●**休館日(両館共通)** 月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)

「おらほの好きな道祖神」募集します!

あなたの好きな道祖神、道祖神祭りの画像と自分の願いを添えてご応募ください。応募作品は、豊科交流学習センター・きぼうで展示します。

●**応募期間** 8月31日(土)まで
※詳細は、展覧会ホームページ(<http://dousojininfo/>)を確認ください。

再発見!安曇野の文化

文化課文化財保護係
TEL 62・3090 FAX 62・3525

麦藁で作る虫かご

先日、国重文曾根原家住宅で、博物館講座「昔の暮らしを体験しよう!」が開催され、麦藁を使って巻貝のような形に編む虫かご作りが行われました。

この虫かごは、麦の収穫を手刈りで行っていた昭和30年代前半まで全国各地で作られており、中信地方では「ぎつちよかご」と呼び親しまれていました。「ぎつちよ」とは、「キリギリス」のこと。かごの中には、夏には虫を、秋にはキリギリスやスズメシなどを入れ季節情緒を楽しんだとのこと。きつと、おばあちゃん、おじいちゃんから孫へ、手習いのひとつとして伝えられていたのでしょう。

こうした昔の遊びにまつわる技術も大切な文化財です。



虫かご

《穂高交流学習センター・みらい》道祖神シンポジウム「道祖神が拓く安曇野の未来」 ～「よろず願いごと引き受けます―道祖神」展～

安曇野に暮らす私たちにとって道祖神とは何なのでしょう。「道祖神が拓く安曇野の未来」をテーマに道祖神の可能性と安曇野の未来を考えます。

●**会場** 穂高交流学習センター・みらい多目的交流ホール

●**日時** 9月16日(月)

▷**基調講演** 午後1時～2時30分 演題「安曇野と道祖神信仰」講師 倉石忠彦さん(國學院大學名誉教授)

▷**シンポジウム** 午後2時50分～4時40分

パネリスト(予定) 窪田雅之さん(松本市立博物館館長) 卷山圭一さん(民俗学研究者) 丸山明男さん(丸山菓子舗代表取締役社長) 宮崎崇徳さん(NPO 信州ふるさとづくり応援団 安曇野支部事務局長) 石田益雄さん(お祭り展実行委員会委員長)

●**その他** 入場無料、申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

情報ボックス

統計



住宅・土地統計調査にご協力をお願いします

調査企画政策課情報統計係
(TEL 71・2000(代) FAX 71・5000)

総務省統計局では、10月1日を基準日として平成25年住宅・土地統計調査を行います。この調査は、住宅・土地に関する最も基本的な調査です。5年ごとに行われ、今回で14回目の調査になります。調査結果は、国や市町村が行う住生活基本計画やまちづくり施策などの立案に利用され、私たちの住環境の向上に役立てられます。調査対象に指定された地域では、調査員が敷地内に入らせていただくことがあります。ご理解とご協力をお願いします。

● **調査世帯** 調査対象地域の世帯約1万2000世帯の中から無作為に抽出されます。

為に抽出します。

● 調査の流れ

- ▽8月下旬～ 調査対象地域の世帯へチラシを配布します。
- ▽9月下旬～ 調査員が調査世帯に調査票を持って伺います。
- ▽10月1日～ 調査員が調査票を受け取りに伺います。(随時)
- ※今回の調査から、インターネットによる回答も可能となりますので、ご利用ください。
- ※ご記入いただいた内容は、統計以外の目的に使用することはありません。

住宅



● 県営住宅 入居者の募集

県営住宅供給公社松本事務所
(TEL 47・0240 FAX 47・8902)

長野県住宅供給公社では、次のとおり県営住宅入居者を募集します。

● 募集内容

- ▽空き家募集 (10月1日に入居が可能な住宅の募集)
- ▽補欠募集 (募集時に空き家は無いが、6カ月以内に空き家が出た場合の募集)

● 応募資格

- 県内に在住するか勤務する人で、次の要件のすべてを満たす人
- ▽同居または同居しようとする親族 (結婚予定) があること
- ▽住宅に困っていること
- ▽収入が一定額以下であること
- ▽申込者および同居者が暴力団員でないこと

● 募集団地

松本地方事務所管内の県営住宅 (詳細は、お問い合わせください)

● 申し込み

8月26日(月) から9月4日(水) の間に必要書類を揃えて、窓口へお申し込みください。(土日も受け付けます)

動物愛護

犬のしつけ方教室《安曇野会場》

松本保健福祉事務所 食品・生活衛生課内長野県動物愛護会
安曇野支部事務局
(TEL 40・1943 FAX 47・9293)

県動物愛護会安曇野支部では、犬のしつけ方教室を開催します。

内容	日時	開催場所	
開校式	9/29 (日) 13:30～16:00	豊科公民館 大会議室	
実技講習	第1回	10/13 (日) 9:30～11:00	豊科南部 総合公園
	第2回	10/20 (日) 9:30～11:00	堀金総合支所 北側駐車場
	第3回	10/27 (日) 9:30～11:00	豊科南部 総合公園
	第4回	11/ 3 (日) 9:30～11:00	
閉校式	11/10 (日) 9:30～12:00		

※実技講習は、雨天の場合には、日程を翌土曜日に変更します。

● **応募資格** 市内および近隣に在住し、次の要件を満たす人▽県動物愛護会安曇野支部の会員である (開校日に入会可、年会費1000円) ▽犬の年齢が生後3カ月以上である▽全日程に参加可能である▽狂犬病予防注射

を接種済である

● 定員 30組 (先着順)

● 参加費 5000円

● **その他** 開校式は犬をつれてこないこと。参加は1家族1頭。

● **申込期限** 9月25日(水) (時間:午前9時～午後5時まで)

犬のしつけ方教室《松本会場》

松本保健福祉事務所 食品・生活衛生課内長野県動物愛護会
松塩筑支部事務局
(TEL 40・1943 FAX 47・9293)

県動物愛護会松塩筑支部では、犬のしつけ方教室を開催します。

● **応募資格** 市内および近隣に在住し、次の要件を満たす人▽県動物愛護会松塩筑支部の会員である (開校日に入会可、年会費

● 日程

内容	日時	開催場所	
開講式	9/8 (日) 9:00～11:30	松本合同庁舎 2階測定室	
実技講習	第1回～ 第5回	9/15 (日) 9/22 (日) 9/29 (日) 10/ 6 (日) 10/13 (日) 時間はいずれも 9:00～10:30	信州スカイパーク ピクニック広場
	実技講習 第6回	10/20 (日) 9:00～10:30	

※雨天の場合は予備日 10/27 (日)

祝品



高齢者祝品支給事業

高齢者祝品支給事業
高齢者福祉課
(TEL 81・0731 FAX 81・0703)

市では、高齢者の長寿を祝い、老人福祉の向上に資するため、88歳・100歳・市内最高齢者男女を対象に祝品をお贈りします。

● 対象者

9月1日現在、市内に住所を有し、平成26年3月31日までにそれぞれの満年齢に達する人

● 贈呈方法

ご自宅まで暮らす88歳の人には各地域の民生児童委員が、また、入所等している88歳の人・100歳の人・最高齢者男女には市の理事者・職員が9月中に祝品をお届けに伺う予定です。

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

組合員・地域の皆様へ
故人のやすらかな旅立ちを
精一杯の真心でお手伝いいたします。
JAは地域の一人として地域の皆様のお役に立ちたいと考えています。
通夜・葬儀・告別式・忌中払い・ご法要のすべてをおまかせください。
JAあづみ 虹のホールとよしな JAあづみ 有明ホール
安曇野市豊科886 TEL.0263-73-6845 安曇野市穂高有明1723-1 TEL.0263-83-8345
0120-721-047 安心の年中無休 24時間受付!
もしものときに大きな安心 セレモニー会員受付中!! 事前相談 随時受付中

安曇野市の皆さまとともに、これからも ■ 信毎web http://www.shinmai.co.jp/
おかげさまで
信濃毎日新聞は
今年 創刊140周年
これからも、早く、詳しく、
読みよい紙面をお届けします
購読のお申し込みは 0120-81-4341 又は 最寄りの信毎販売店へ

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

ディズニープリンセス ドリームワールド HAYABUSAと日本の宇宙開発展
キッズダンス スーパーライブ 安曇野市中学吹奏楽部合同/バンド 生演奏
プラネタリウム in 安曇野 あづみ野テレビフェスタ 上巻 健&かまた聖子 ショー
キッチンカースタジアム キッチンカーフェスタ Azumino TV Festa 舞龍浄阿 スペシャルライブ
ゆるキャラさみっ!
みなさまのおかげであづみ野テレビは創立30周年...開局25周年を迎えます
ありがとう...これからも...そんな想いがイッパイつまったイベントを開催します!
あづみ野 平成25年9月8日(日)
安曇野スイス村サンモリッツ 9:00～16:00 @800台 雨天決行

株式会社 信州ふるさと便農場
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

★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

人権コラム



安曇野と戦後憲法

安曇野文化講座実行委員会
理事 高坂邦彦

宮澤俊義といえば戦後憲法をつくった高名な学者だが、この人の出自は安曇野市豊科高家の宮澤家である。

宮澤俊義は天皇機関説事件でひどい目にあった美濃部達吉の一番弟子で、美濃部が定年退職した後の東京帝大憲法講座を担当した。事件当時、美濃部の家には柳行李一杯ぐらゐの脅迫状が届いた。宮澤は新進教授として論壇での人気が高かったから、新聞の論壇時評で美濃部擁護論を書いた。彼のもとにも脅迫状が届いた。自宅に乗り込まれたこともある。

美濃部夫人（松本出身！）は宮澤の身の安全を心配して電話をよこした。法学部長からも政治的背景の説明があって自重を促された。合理的な議論が通じない狂気の時代だったから宮澤は無抵抗の抵抗でやり過ごすハラを決めて実践した。その甲斐あって戦後はリベラルな憲法学者として尊敬され、戦後憲法学の大権威者となった。

宮澤の父親は豊科出身の実業人。母親は孟母三遷の例えどおり、豊科から長野、長野から東京へと移住したから、宮澤の出身は府立一中卒の東京出身ということになっているが、出自は安曇野である。

蛇足ながら、戦後の日本国憲法の基本構想は植原悦二郎（市三郷出身）の政治学説だと指摘した緻密な学術書もある。（原秀成『日本国憲法制定の系譜』（日本評論社））

地元でこれらのことを知る人はあまりないせい、市内のどこにも宮澤俊義や植原悦二郎を顕彰する施設も資料もない。

人権が無造作に踏みにじられている昨今だから、宮澤や植原の憲法学を再読再考してみた。

人権擁護委員の交代
市人権擁護委員・田口勝二委員の任期満了に伴い、7月から新たに青柳昌利さんが委員として委嘱されました。人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき、国民の基本的な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。安曇野市の人権擁護委員は次のみなさんです。

●人権擁護委員（敬称略）

地域	氏名	地域	氏名
豊科	清野 昌訓	三郷	中村 道子
	勝山 孝子		関 恒明
	藤原 和子	堀金	丸山 好夫
	奥村 雅彦		青柳 昌利
穂高	高山 正宣	明科	三澤 一子
	等々力増男		佐々木一生
	吉澤萬千子	横内理恵子	
	尾臺 納一		

(平成 25 年 7 月 1 日現在)

見られています
あなたのマナー
公園都市計画課公園緑地係
TEL72・3111(代) FAX72・3569



交通安全ファミリー作文コンクール作品の募集

内閣府と交通安全関係団体では、交通安全ファミリー作文コンクールの作品を募集しています。交通安全について学校や家庭で話していることや実践例・体験談などをお寄せください。

- 応募期間 9月10日（火）まで（消印有効）
- 応募方法 応募区分、送付方法など詳しくは、下記までお問い合わせください。

内閣府政策統括官付交通安全啓発担当（TEL03・3581・1182）または受託会社：(株)海風社内「交通安全ファミリー作文係」（TEL06・6586・6227）

測定結果

7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。

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)				
	7/2(火)	7/9(火)	7/16(火)	7/23(火)	7/30(火)
本庁舎	0.10	0.11	0.10	0.10	0.12
豊科庁舎	0.10	0.10	0.10	0.10	0.10
穂高庁舎	0.10	0.10	0.09	0.09	0.10
三郷庁舎	0.09	0.09	0.10	0.09	0.10
堀金庁舎	0.09	0.09	0.10	0.10	0.10
明科庁舎	0.08	0.08	0.09	0.09	0.09
穂高健康支援センター	0.10	0.10	0.10	0.11	0.10

相談

弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会

生活環境課消費生活係
TEL82・3131(代) FAX82・6622

借金問題に1人で悩んでいませんか。弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会を開催します。借金問題でお困りの場合は、この機会に相談窓口へお出掛けください。
日時 9月13日（金）午前10時～午後5時

場所 松本消費生活センター
申し込み 8月30日（金）から9月12日（木）の間に、松本消費生活センター（TEL40・3660）へ電話でお申し込みください。

法政大学法学会法律相談部による無料法律相談

法政大学法学会法律相談部の学生による相談会を開催します。

原則として学生が対応しますが、学生が回答困難な場合には、同伴の指導教授が助力します。

日時 8月31日（土）、9月1日（日）ともに午前10時～午後4時30分

場所 豊科交流学習センター「さぼう」学習室

相談内容 商法、刑法などの民法に関する相談。すでに弁護士に相談したものや裁判中・裁判準備中の相談は受けられません。

申し込み 当日、直接会場へお越しください。ただし、事前に電話で予約いただければ、より詳しく回答します。詳しくは、法政大学法学会法律相談部（TEL090・4209・8295）にお問い合わせください。

ちょっと教えて！ 裁判員裁判のQ&A



裁判員裁判が行われたのはどんな事件？
平成24年12月までに、強盗致傷事件（1078人）、殺人事件（1049人）、傷害致死事件（433人）、などの事件で裁判員裁判が行われました。

どれくらいの人数が選ばれたの？
平成24年12月までに選任された裁判員の数は全国で2万6959人でした。

何日くらい参加するの？
平成24年12月までに判決が言い渡された裁判員裁判の対象となった事件のうち、約6割の事件が4日以内で終了しました。

参加した感想は？
裁判員に選ばれた前は、5割以上の人が「あまりやりたくなかった」や「やりたくなかった」と答えていましたが、参加した後では9割以上の人が「非常によい経験と感じた」「よい経験と感じた」と回答。裁判員の職務に従事して、充実感をもっていたことが伺えます。

裁判員制度ウェブサイト
http://www.saibanincourts.go.jp/

賢い消費者になるために、5つの心得

1 はっきり断る

相づちを打つと、相手のペースに乗せられます。事業者名と用件を聞き、必要がなければ最初の電話や訪問のときにはっきり断りましょう。

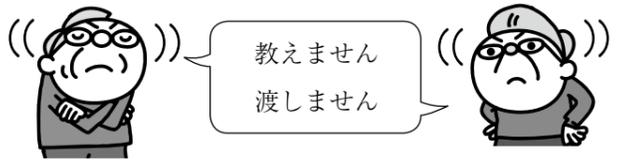


2 うまい話はまず疑う

うまい話はそうそう転がっていません。話に乗って大切な財産を失わないように気を付けましょう。

3 気軽に財産の内容を教えない

ふところ具合を尋ねる業者は要注意です。また、預金通帳や印鑑をうかつに業者へ渡してはいけません。

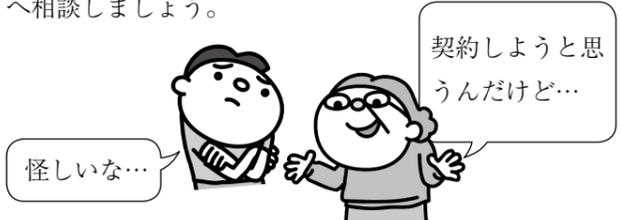


4 署名、押印はうかつにしない

契約するときは、契約書をよく読み内容を確認しましょう。また、契約書類は大切に保管しておきましょう。

5 迷ったら一人で悩まず、まず相談

契約する前に家族や友人と相談しましょう。困ったことがあったらできるだけ早く消費者相談窓口か警察署へ相談しましょう。



☎市消費生活センター (☎71・2100 ☎090・5203・2011 FAX82・6622) 安曇野警察署 (☎72・0110)

☎71・2100 ☎090・5203・2011 FAX82・6622



暮らしの豆知識

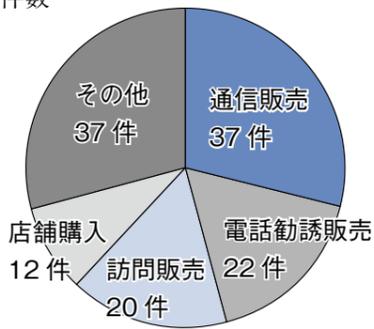
ストップ！消費者被害
—正しい知識で賢い消費者に—

「市消費生活センター」では、消費生活に係る相談をお受けしています。平成24年度に、市消費生活センターに寄せられた相談は128件ありました。消費生活についてのトラブルに巻き込まれたり、迷ったりした時は一人で悩まず、気軽にご相談ください。

市消費生活センターに寄せられた相談件数

128件

(平成24年度)
内訳は…



中でも多い相談は…

- 健康食品の送りつけ
- インターネット・サイト利用料金のトラブル
- 架空請求(覚えのない料金請求)

実際に寄せられた相談

「注文した健康食品を送ります」と電話があり、断ったのに送られてきた。どうしたらよいか。(80代・女性)
→受取りを拒否しましょう。もし受取ってしまった場合には、クーリングオフが可能です。

回覧板

回覧板で消費者被害の防止をお知らせします

振り込め詐欺などの被害手口が巧妙化する中、今年に入り、市内では、高齢者を狙った特殊詐欺被害が多発しています。これらの被害を防止するため、市では、消費者啓発用回覧板を作成し、市内全83区(自治会)に配布します。悪質業者の手口を確認し、ご家族、ご近所で声を掛け合い、地域をつなぐ回覧板として被害防止にお役立てください。

救急出動件数が増加しています。真に緊急を要する人のためにも、救急車の適正な利用をお願いします。

救急車を呼ぶほどの症状ではないが交通手段がない、どこの病院に行けばよいのか分からないといった場合は、民間の患者等搬送事業所や病院情報提供サービスなどを利用してください。また、定期的な通院において、タクシー代わりに救急車を利用することはやめてください。

救急車以外に搬送手段がなく、緊急に医療機関に搬送しなければならぬ場合は、迷わず救急車の要請をしてください。

9月9日は救急の日
救急車の適正利用を
図る危機管理室

豊科消防署(☎72・6769) ☎72・6739
穂高消防署(☎82・3145)
梓川消防署(☎78・3262)
明科消防署(☎62・2992)



各種情報コーナー

☎=日時 場=場所 対=対象者 定=定員 費=費用 申=申し込み 問=問い合わせ

名称	内容	日時・場所	定員・費用	申し込み・問い合わせ
安曇野吹奏楽団 第4回演奏会	今年は「音楽の宝箱」をテーマに、吹奏楽オリジナル曲、クラシック、ジャズ、ポップス曲といった様々なジャンルの曲を演奏します。	☎: 9月8日(日) 13:30 開場 14:00 開演 場: 豊科公民館ホール	対: 一般市民 費: 無料	申: 不要 問: 実行委員長 鳥羽さん (☎090・1217・4286) (☐concert-info@az-wind.com)
初心者対象 バドミントン スポーツ教室	基本的な技能やルールから、ゲームを楽しめるまで中信バドミントン協会の指導員が指導します。運動のできる服装で、ラケットと飲み物を持参してください。	☎: 9月5日~10月3日の毎週木曜日(5回) 時: 19:00~21:00 場: 三郷文化公園 体育館	対: 小学生以上 定: 35人 費: 300円	申: 三郷バドミントン連盟 三枝真一郎さん(☎77・6159)か、市体育協会事務局(☎88・3516)にお申し込みください。当日会場でも受け付けます。
初心者対象 ふれあい弓道教室(後期)	市体育協会弓道部員が技術、作法などの基本から指導します。運動のできる服装で、足袋を持参してください。	☎: 10月2日からの水曜日(15回) 時: 10:00~12:00 場: 豊科弓道場	対: 一般市民(性別、弓歴不問) 定: 5人 費: 4,000円(15回分)	申: 9月1日~25日の間に、市体協弓道部 丸山萬佐己さん(☎73・3885)か市体育協会事務局(☎88・3516)にお申し込みください。

平成25年度自衛官等の募集

防衛省では特別職国家公務員「自衛官等」の受付および試験を実施します。

試験種目	応募資格	受付期間	試験日
陸上自衛官(看護)	看護師免許・保健師・助産師免許を有し(見込含)、36歳未満の者	9月2日(月)~30日(月)	11月16日(土)
防衛大学校 学生	推薦	9月5日(木)~9日(月)	9月28日(土)・29日(日)
	総合選抜 一般(前期)		1次 9月28日(土) 2次 11月2日(土)・3日(日)
防衛医科大学校医学科学生	高卒(見込含)21歳未満で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を納め、学校長が推薦できる者	9月5日(木)~30日(月)	1次 11月9日(土)・10日(日) 2次 12月10日(火)~14日(土)
防衛医科大学校看護学科学科学生(自衛官コース)	高卒(見込含)21歳未満の者(自衛官は23歳未満)	9月5日(木)~30日(月)	1次 11月2日(土)・3日(日) 2次 12月18日(水)~20日(金)
防衛医科大学校看護学科学科学生(自衛官コース)	高卒(見込含)21歳未満	9月5日(木)~30日(月)	1次 10月19日(土) 2次 11月30日(土)・12月1日(日)

☎自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所・広報センター「信濃」(☎36・2787)

住ま居る（スマイル）応援制度の住宅改修（リフォーム）後期分の受付開始

住ま居る（スマイル） 応援制度の住宅改修（リフォーム）後期分の受け付けを開始します。

受付開始日

9月2日（月）～

※予算枠の上限に達し次第、申請受け付けを終了します。
●受け付け時間 午前8時30分～正午、午後1時～5時15分

受付場所

▽9月2日（月）～4日（水） 穂高総合支所大会議室
▽5日（木）以降 穂高総合支所内 商工労政課窓口

対象となる工事

▽10月1日以降に着工する工事が対象となります。それ以前に着工された住宅改修は対象になりません。

後期受付に関する注意事項

▽本制度の登録店になっている市内業者が施工する次の工事が対象となります。①自分が居住するための住宅本体の工事②店舗など併用住宅は、居住部の工事
▽明らかな書類の不足や、内容に不備がある場合などは受け付けができません。書類を整えて、再度提出してください。
▽受け付けの際に、受付票を発行します。受付票は、受け付けの途中で予算枠を超えた場合などを含め、補助金の決定が確認されたものではないことにご留意ください。
▽予算の範囲内で受付順に交付決定します。概算予算枠を超えた場合には、申請待ちの希望をお伺いします。申請枠が空いた場合、受付順に連絡をさせていただきます。その際、すでに着工

している補助対象になりませんのでご注意ください。
▽最終的に予算が終了した場合、申請待ちの人には、別途通知でお知らせします。
▽業者などによる代理申請を行う場合は「委任状」を提出してください。

耐震化付帯工事・新築住宅取得は9月30日まで

※制度の内容の詳細は、市のホームページをご覧ください。担当までお問い合わせください。
▽なお後期分の予算枠は、耐震化付帯工事および新築住宅取得の残予算と前期住宅改修の残予算を合わせた金額となります。
▽期間は申請枠に達した場合、9月30日を待たずに受け付けを終了します。補助を希望する場合には、お早めに申請をしてください。



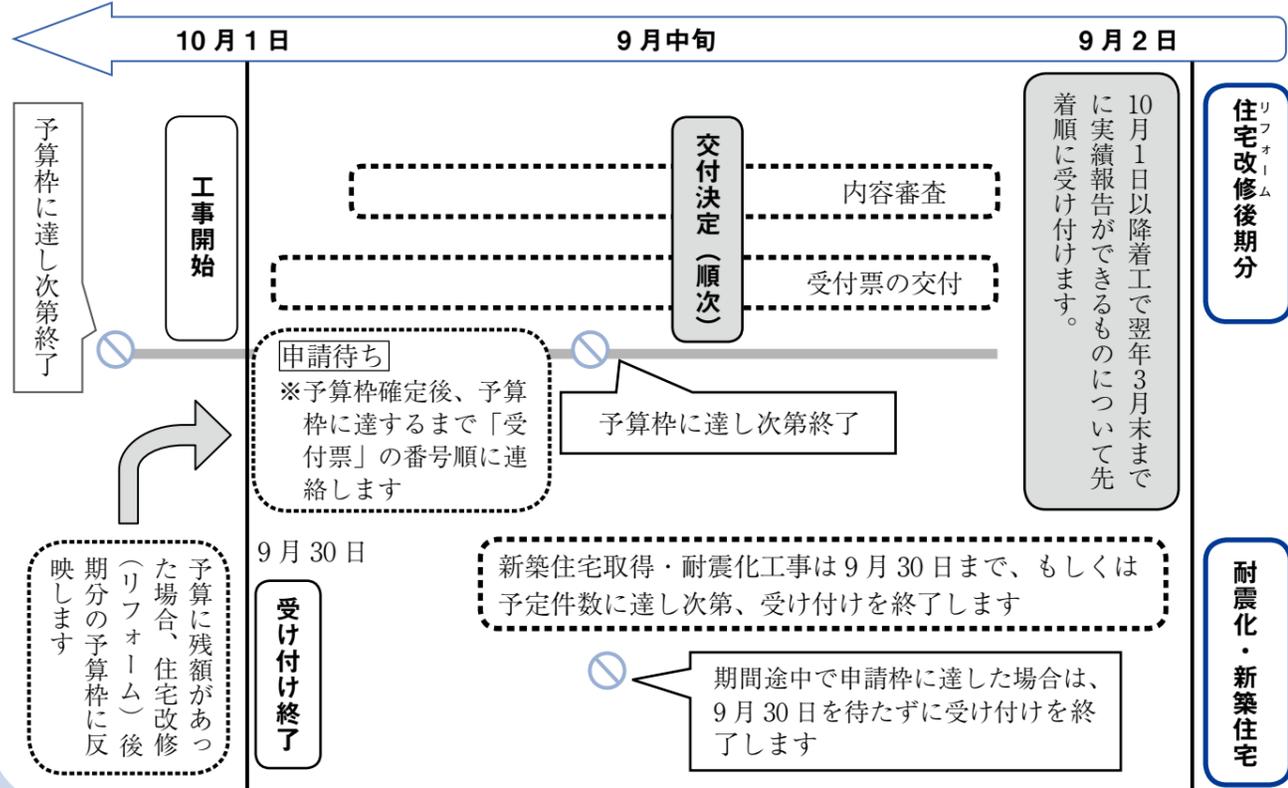
住ま居る（スマイル）応援制度で住宅をリフレッシュ！

●住ま居る応援制度の補助率一覧

	住宅改修	耐震化付帯工事	新築住宅取得
対象工事金額 工事請負契約書等で確認できる金額（税込）	20万円以上	耐震補強工事費以外の工事費が50万円以上あること	500万円以上
補助金額	対象工事金額×10%	対象工事金額×20%	50万円
補助上限金額	20万円	30万円	50万円
受付期間	9月2日～	9月30日まで	

※補助金額は、千円未満の端数は切り捨てます。

●「住ま居る」応援制度 住宅改修（リフォーム）後期分受付イメージ



問い合わせ先
穂高総合支所内
商工労政課
TEL 82・3131(代) FAX 82・6622

アクアピア安曇野 ふれあいデー

下水道について多くの人に知っていただくため、「2013 アクアピア安曇野ふれあいデー」を開催します。気軽にお越しください。

- 日時 9月7日（土）午前10時～午後3時（雨天決行）
 - 場所 アクアピア安曇野
（犀川安曇野流域下水道終末処理場、光橋西側）
 - 内容 下水道事業の紹介、処理場見学、スタンプラリー、子ども向けゲームコーナー、販売コーナーなど
- ☎下水道課（TEL72・3111(代) TEL72・2510）
安曇野建設事務所 公園下水道課（TEL72-8880(代)）

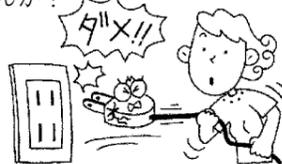


昨年度の処理場見学の様子

8月は「電気使用安全月間」

電気設備の安全点検をして電気は正しく安全に使用しましょう。

こんなことをしていませんか？

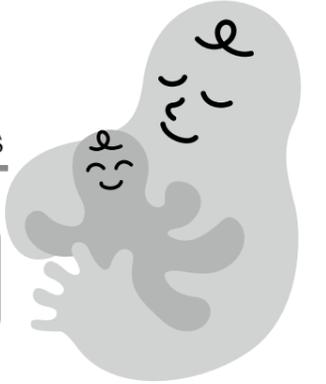


☎（一財）中部電気保安協会大町営業所
（TEL0261・23・2012）

ご存知ですか？建退共制度

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

☎独立行政法人勤労者退職金共済機構建設業退職金共済事業長野県支部（TEL026・228・7200）



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 夏の脳梗塞にご用心!

夏の暑さで上がった体温を下げるため、人は汗をかきます。実は、これが熱中症の発症だけでなく、脳梗塞を引き起こす要因の一つだと言われています。

脳細胞は「酸素と糖」をエネルギーとして働き、常に血液によって供給されないと、脳細胞は死滅してしまいます。脳の血管が一カ所でも詰まると、その先の細胞に酸素と糖が届かなくなり、脳の働きが低下したり失われたりします。これが脳梗塞です。

脱水から脳梗塞に

汗が大量に出ると、体の中を巡る血液の中の水分量が減って血液の流れが悪くなります。すると血液が固まりやすくなり、脳梗塞になる危険性が高まります。

次の5点に注意し、脳梗塞予防を心掛けましょう。

1 こまめな水分補給を

血液の流れを悪くしないために、日中は1時間に100ml程度の水分を補給しましょう。寝る前にはコップ1杯の水を飲みましょう。



2 アルコールの飲み過ぎは禁物

アルコールには利尿作用があります。アルコールを飲むと尿量が増え、脱水の原因になります。飲み過ぎには、注意しましょう。



3 血圧・糖尿病・脂質異常の治療・予防を

高血圧・高血糖・脂質異常によって血管の内側の壁が傷つきます。傷ついたところから悪玉コレステロールが血管の壁の中に入り、こぶを作ることによって血管の内側が狭くなり、血管が詰まりやすくなります。塩分、糖分、コレステロールの取り過ぎに注意し、治療が必要な場合は確実に治療をしましょう。

4 不整脈は受診を

心房細動という不整脈によって心臓の中にできた血のかたまりが脳梗塞の原因になることがあります。不整脈のある場合は一度診断を受けましょう。



5 今すぐ禁煙を

喫煙をすると血管が細くなり、動脈硬化が進行します。禁煙しましょう。

難病医療・生活相談会

松本保健福祉事務所では、難病医療・生活相談会を開催します。難病などでお悩みの方は、気軽にご相談ください。

- 日時 9月29日(日)
午前10時～午後4時30分

リハビリ講演会

- 時間 午前10時～11時
- 場所 松本合同庁舎2階 203会議室
- 内容 「飲み込みにくさ、話しにくさのリハビリ」



個別相談

- 時間 正午～(予約者優先)
- ※当日の受付は午後2時～3時
- 場所 松本合同庁舎1階
松本保健福祉事務所相談室ほか

相談内容

- ▷医療相談 ◎内科・消化器内科など 前島信也さん(医師・松本歯科大学附属病院) ◎神経内科 加藤修明さん(医師・信州大学医学部附属病院) ◎膠原病など 高昌星さん(医師・信州大学医学部保健学科)

※当日は、お薬手帳や検査データなどをお持ちください。

- ▷リハビリ相談 理学療法士・言語聴覚士
- ▷福祉相談 医療ソーシャルワーカー・社会福祉士
- ▷職業・就職相談 職業指導官
- ▷生活・栄養相談 難病相談員・管理栄養士

- 申し込み 9月20日(金)までに松本保健福祉事務所へ電話かファクスでお申し込みください。

☎松本保健福祉事務所 健康づくり支援課保健衛生第1係
〒390-0852 松本市島立1020
(TEL)40・1938 (FAX)47・9293

くらしと健康の相談会

自殺を防ぐため、自殺の主な原因である失業・多重債務などについての法律相談、保健師による心の健康相談などを行います。

- 日時 9月、12月、平成26年3月の毎週水曜日
午前10～12時、午後1～3時
- 場所 松本保健福祉事務所 相談室
- 費用 無料
- 申し込み 相談希望日の2日前までに松本保健福祉事務所健康づくり課 (TEL)40・1938 (FAX)47・9293へ電話で予約をしてください。

食

食と農のセミナー
野沢菜などの収穫・漬け込み体験参加者の募集



「農村女性ネットワークあづみ」では、野沢菜などの種まきから収穫、漬け込みまで体験できるセミナーを開催します。

- 募集人数 20人(先着順)
- 参加費 1人800円(自分で作った漬物が持ち帰れます)
- 日程 (全2回)

①種まき体験

- 大根・野沢菜などの種まきを体験します。
- ▷日時 9月10日(火) 午前9時～11時30分
- ▷場所 三郷住吉神社西ほ場
- ▷持ち物 長靴、手袋、帽子、タオル、お茶など

②収穫および漬け込み体験

- 大根・野沢菜などの収穫および漬け込みを体験します。
- ▷日時 11月21日(木) 午前9時30分～午後3時
- ▷場所 三郷農村環境改善センター
- ▷持ち物 長靴、手袋、帽子、タオル、エプロン、三角きん、昼食など

- 申し込み 9月3日(火)までに「農村女性ネットワークあづみ」曾根原さん(TEL)83・4066へ電話で住所・氏名・電話番号を連絡してください。(時間は午後6時～8時まで)
- ☎農政課集落支援係 (TEL)77・3111(代) (FAX)77・6060

食生活改善推進協議会では、健康な食の知識と料理を伝達しています。

食改の地区伝達講習会

今月のレシピ 寒天と野菜のゴマすりあえ



家でも作ってみたい(新田地区の講習会の参加者・市村さんの感想)

材料(6人分)

- 糸かんでん.....6g
- きゅうり.....120g
- 生しいたけ.....60g
- キャベツ.....180g
- すりごま.....15g
- 酢.....大さじ2
- しょうゆ.....大さじ1
- 砂糖.....小さじ4

作り方

- ①:糸かんでんは水に戻し、ざるにあげておく。
- ②:きゅうり、生しいたけは千切りに、キャベツは細切りにする。
- ③:生しいたけとキャベツは熱湯でしんなりするまでゆで、ざるにあける。
- ④:①～③をすべて混ぜ、☆に示した調味料を入れて合わせる。

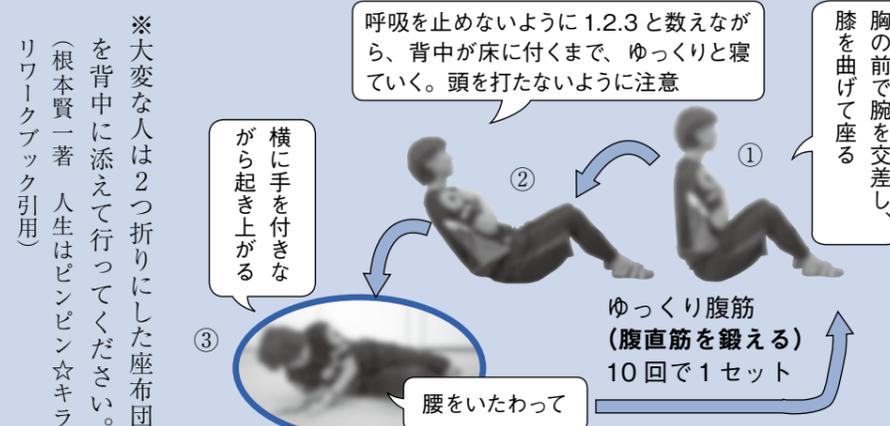
地区伝達講習会に参加を希望する場合は、市ホームページに詳細を載せましたので、ご覧ください。また、市食生活改善推進協議会では、随時会員を募集しています。希望する場合は、健康推進課までお問い合わせください。

動かす

健康運動指導士
横山みゆきの
ちょこっと運動で
イキイキ生活 第5回



今回は、お腹の引き締めや便秘・腰痛予防などに効果的な腹筋運動を紹介いたします。
実施方法



※大変な人は2つ折りにした座布団を背中に添えて行ってください。(根本賢一著 人生はピンピン☆キラリワークブック引用)

詳しくは、健康推進課 (TEL)81・0726 (FAX)81・0703) までお問い合わせください。

9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。

<p>★穂高中央児童館 TEL84-0762 Fax82-9621 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>読み聞かせ (おはなしどりいむ) 18日(水) 11:00～11:20</p>	<p>★豊科中央児童館 TEL・Fax72-0122 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>読み聞かせ (おはなしムーン) 20日(金) 11:00～</p> <p>チャレンジタイム 卓球教室 自由参加 28日(土) 14:00～15:00</p>
<p>★穂高西部児童館 TEL・Fax82-2527 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>読み聞かせ (おはなしどりいむ) 9日(月) 11:20～11:40</p>	<p>★高家児童館 TEL・Fax72-5685 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>読み聞かせ (おはなしムーン) 5・19日(木) 11:00～11:30</p> <p>子育て勉強会 救急救命講習会 6日(金) 10:30～11:30 ※対象:乳幼児親子10組(託児あります)</p> <p>チャレンジタイム 手作りピザに挑戦 7日(土) 10:30～12:00 ※対象:小学生15名</p>
<p>★穂高北部児童館 TEL・Fax83-5494 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>わらべうた 講師 内山房子先生 2・9日(月) 11:10～11:40</p> <p>読み聞かせ (おはなしどりいむ) 6・27日(金) 11:00～11:20</p> <p>お下がり会 30日(月) 10:30～11:30 小さくなってしまった洋服、使わなくなったおもちゃなど持ち寄り、お気に入りをゲットしましょう。事前持込み可。当日来られない方の品物はお預かりします。</p>	<p>★明科児童館 TEL62-2482 Fax62-1124 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>ひまわりチャレンジ 一輪車検定 12日(木) 15:45～16:30 ※対象:小学生以上 一輪車の検定にチャレンジしよう。児童館で練習ができます。</p>
<p>★三郷児童館 TEL76-0185 Fax76-0186 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>農園 カレー会 6日(金) 10:30～11:30 ※予約100円 持ち物:ご飯、器、スプーン</p> <p>読み聞かせ (おはなしスマイル) 20日(金) 11:00～11:20</p>	<p>★堀金児童館 TEL71-2122・Fax71-2126 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>チャレンジタイム おじいちゃん、おばあちゃんのクッキーを作ろう!! 14日(土) 10:30～ ※対象:小学生10名程度</p>
<p>★南穂高児童館「にこにこランド」 TEL71-5150 Fax71-5152 ■休館日/日曜・祝日</p> <p>読み聞かせ (おはなしムーン) 2・9日(月) 10:30～10:50</p>	

児童館の育児相談 ※穂高地域の3館のみ身体測定も同時に実施します。	
6日(金) 10:30～12:00 穂高西部	13日(金) 10:30～12:00 豊科中央・南穂高・穂高北部
9日(金) 10:30～12:00 三郷・堀金・明科	20日(金) 10:30～12:00 穂高中央・高家

9月のキッズパーク 時間:10:30～11:30	
<p>①おやつ作り(要申込、参加費:100円) 詳細は、各館にお問い合わせください。各館5組程度までは自由参加可能。 【期日・対象】 3日(火)2歳以上 4日(水)1歳 5日(木)0歳</p>	<p>キッズパークは就園前の親子登録制サークルです。キッズパークでは、お子さんと一緒に楽しめる様々な行事を予定しています。保護者の皆さんにとっても、同じ子育て世代の皆さんと知り合える貴重な機会です。参加をご希望の方は、あらかじめ各児童館にお申込みください。</p>
<p>②運動会(要申込、参加費:100円)各期日の対象年齢につきましては、各館に直接お問い合わせください。各館5組程度までは自由参加可能。 【期日】 17日(火) 18日(水) 19日(木)</p>	

9月の各種相談 場…場所 問…問い合わせ 時…時間

<p>こころの相談</p> <p>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)</p> <p>精神科医による依存症相談 要予約 時13:30～ 6日(金)場圃松本保健福祉事務所(Tel40-1938・Fax47-9293)</p> <p>あずみ野懇話会 時19:00～21:00</p> <p>4・11・18・25日(水) ※4・18日は家族会 場圃豊科公民館和室 園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。</p>	<p>弁護士会による無料法律相談 要予約</p> <p>12日(木) (予約日:5日(木)) 場圃豊科交流学習センター「きぼう」学習室1 26日(木) (予約日:19日(木)) 場圃穂高総合支所 第二会議室 時いずれも13:30～16:30 ※1人20分・定員8人 場圃総務部総務課(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。</p>
<p>心配ごと相談・行政相談 (*は行政相談を同時開催)</p> <p>9日(月)・*24日(火) 時13:00～16:00 場圃金憩いの里うらら(Tel73-5288・Fax73-5775)</p> <p>10日(火)・*24日(火) 時13:00～16:00 場圃穂高地域福祉センター(Tel82-2940・Fax82-9621)</p> <p>11日(水)・*25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)</p> <p>12日(木)・*26日(木) 時13:00～16:00 場圃三郷福祉センター(Tel77-8080・Fax77-8081)</p> <p>13日(金)・*27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) 園心配ごと相談…上記へ 園行政相談…総務部総務課(Tel71-2000・Fax71-5155)</p>	<p>母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時9:30～11:00</p> <p>3・17日(火) 場圃明科保健センター(Tel81-2251・Fax81-2943)</p> <p>5・19日(木) 場圃穂高保健センター(Tel81-0711・Fax81-0703)</p> <p>10・24日(火) 場圃堀金保健センター(Tel73-5770・Fax73-5775)</p> <p>11・25日(水) 場圃豊科保健センター(Tel72-9970・Fax72-9044)</p> <p>12・26日(木) 場圃三郷保健センター(Tel77-9111・Fax77-9113) ※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。</p>
<p>子ども・母子家庭・女性の相談 要予約</p> <p>平日 時8:30～17:00 場圃児童保育課児童係(Tel81-0727・Fax81-0703)</p>	<p>結婚相談 時13:00～16:00</p> <p>1日(日)場圃堀金憩いの里うらら (Tel73-5288・Fax73-5775)</p> <p>8日(日)場圃明科総合福祉センター「あいりす」 (Tel62-2429・Fax62-5025)</p> <p>22日(日)場圃市社会福祉協議会本所 (Tel72-1871・Fax72-9130)</p>
<p>教育に関する相談</p> <p>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 (16・23日は除く) 場圃教育相談室(豊科公民館内)(Tel72-2238・Fax62-5721)</p> <p>いじめ相談ホットライン 時8:30～17:15 毎週月～金曜日(16・23日は除く) 場圃教育指導室(旧明科公民館内)(Tel62-3521・Fax62-5721)</p>	<p>介護相談 時平日の8:30～17:00</p> <p>場圃北部地域包括支援センター(穂高健康支援センター内) (Tel81-0760・Fax81-0703)</p> <p>場圃東部地域包括支援センター(豊科総合支所内) (Tel72-9986・Fax72-8340)</p> <p>場圃南部地域包括支援センター(三郷総合支所内) (Tel77-4007・Fax77-4087)</p>
<p>消費生活相談 時平日の9:00～16:00 ※電話相談も可。</p> <p>場圃消費生活センター(穂高総合支所1階) (Tel直通71-2100、携帯090-5203-2011、代表82-3131・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)</p>	<p>生活労働相談 時18:00～20:00</p> <p>11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) 園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/</p>
<p>人権特設相談所 時10:00～15:00</p> <p>7日(土) 場圃豊科公民館 ※子どものための人権相談です。 19日(木) 場圃穂高総合支所 園法務局松本支局(Tel32-2571・Fax32-2572)</p>	<p>わかもの就職サポート相談会 時13:30～16:30 要予約</p> <p>20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) 園商工観光部商工労政課(Tel82-3131・Fax82-6622)</p>
<p>行政書士による無料相談 要予約</p> <p>19日(木) 時13:00～15:00(相続・遺言手続・成年後見等) 場圃豊科交流学習センター「きぼう」 園長野県行政書士会松本支部(Tel33-7166・Fax32-0151) ※開催日の2日前までにご予約ください。</p>	

9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

1日(日)	8日(日)	15日(日)	16日(月・祝)	22日(日)	23日(月・祝)	29日(日)
堀内医院 82-3324 [穂高]	古川整形外科 82-8880 [穂高]	伊藤医院 62-2051 [明科]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	やざき診療所 62-2360 [明科]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]
神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	榎本内科医院 73-0616 [豊科]	根津内科医院 82-8382 [穂高]
和田医院 72-2047 [堀金]	鶴見医院 72-4500 [豊科]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	白木医院 77-2134 [三郷]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	こうの内科循環器科 71-5881 [豊科]
山田歯科医院 73-7575 [豊科]	クリーン歯科クリニック 72-3398 [豊科]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	よこざわ歯科医院 82-2121 [穂高]	内田歯科クリニック 71-4711 [堀金]	丸山歯科医院 82-7505 [穂高]	松本歯科医院 82-8205 [穂高]

防災用品購入補助金制度をご活用ください

災害発生時、素早く避難するため、最低限必要なものは非常用持ち出し袋にまとめておきましょう。市では、本年度から3年間、市内の各世帯を対象に防災用品の購入に対して補助を行っています。

●補助対象となる防災用品

平成25年4月1日から平成28年3月31日までに購入する防災用品で、次の5品目を必ず購入してください。

- (1) 非常持ち出し袋(リュックサック型)
- (2) 懐中電灯
- (3) 携行応急手当セット
- (4) 保存水(保存年数3年以上)
- (5) 保存食(保存年数3年以上)

※5品目に加え、軍手・ホイッスル・ラジオなども合わせて助成の対象になります。詳細はお問い合わせください。

●補助対象額

購入費の3分の1、上限4,000円まで(100円未満の端数切り捨て)

申請方法・申請先

防災用品購入後1カ月以内に、次の提出書類を危機管理室または各総合支所地域支援課まで提出してください。(申請は同一世帯につき1回に限ります。)

提出書類

- (1) 補助金交付申請書
- (2) 領収書(レシート可)の原本
- (3) 購入品のすべての写真
- (4) 補助金交付請求書

※申請書類は申請先窓口、市ホームページから入手できます。

※身分証明書(運転免許証など)と印鑑をご持参ください。

岡堀金総合支所内危機管理室

TEL 72・6769 FAX 72・6739

災害への備え、 万全ですか？



補助対象5品目の例



編集後記

◆「中学生議会」を取材してきました。中学生議員の皆さんは、ひとりずつそれぞれが考えた市への提案を堂々と発言。前向きな姿がとても輝いていました。

◆JICAボランティアを務め、このほど帰国した小松さんは、小学校の同級生です。当時から活発だった小松さん。さらなる活躍を期待しています。私も地元で頑張ります。(関連記事13ページ)

◆各地の夏祭りやイベントが多いこの時期。踊り連の皆さんの熱気に、撮影する私たちの手にも力が入ります。会場の様子が伝わったでしょうか？

◆風習で8月7日に七夕飾りやお供えをする人も多いのでは。子どものころは、里芋の朝露で墨をすり、短冊に願いを込めました。今年はやや気になるお腹がへこむようお願いを込め七夕まんじゅうをおいしくいただきました。

2013.8.1現在 ()内は対前月比	
人口	99,155人(-36)
男	48,094人(-8)
女	51,061人(-28)
世帯	37,886世帯(+13)

広報 あづみの

発行日 平成25年8月21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 9月4日(水)

古紙配合率100%
再生紙を使用しています。



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