

## contents

- 社会を明るくする運動作文… 2  
市税は納期限内に納付を… 4  
子どもたちの体力等調査結果… 6  
狂犬病予防注射日程… 22

広  
報

## あづみの

私たちのまちの

無火災を願ひ

春の全国火災予防運動期間中、市消防団女性  
消防隊では、各分団と協力して火災予防広報  
活動を行いました。

(3月6日 豊科地域・第1分団)

# 言葉に込めた思い

毎年夏に行われる「社会を明るくする運動長野県作文コンテスト」では、日常生活の中で人を思いやる心や感謝の大切さを、身近な体験などから小中学生が言葉にして発表しています。本年度、コンテストで最優秀賞を受賞した明科中学校1年横内慎太郎くんの作文を紹介します。

第63回社会を明るくする運動  
長野県作文コンテスト（中学校の部）

最優秀賞

## 君子さんの死

◎明科中学校1年 横内 慎太郎

（一）の夏、ぼくは生まれて初めて人の「死」を体験した。通夜、納棺、焼き場、葬式と続いた数日間に人の「人生」「死」「人権」について考えた。

亡くなったのは、ぼくの父さんのおばに当たる君子さん。84歳のおばさんだ。身寄りがないので、父さんが身元を引き受け喪主を務める事になった。君子さんは諏訪の施設に長く暮らし、実家のある明科にも来たことはないから、ぼくは会ったことがない。初めての対面

## 心はその人自身が決めること お互いが分かりあえる社会に

が「死」だったし、親しみがないから悲しみがわいてこないというのが本音だった。君子さんは、生まれつき耳が全く聞こえず、音の無い世界で暮らしてきたという。昔は、家族に障害を待った人がいると家の恥と思われ、良くない事とされ、世間に隠したりしていたと聞いた。昭和の初めに生まれた君子さんもそういう悪しき考えのもとで表社会に出ることなく大きくなったのだそうだ。君子さんは、耳が不自由ということ以外は全くぼくらと同じで健康だった。手芸がとて得意で絵もうまかったらしい。そうした特技をい

できたはずだと思う。でも、結婚をすることもなく、やがて両親も兄弟も亡くした。孤独な人生を歩んできたに違いないと思った。ぼくは棺の中の君子さんを見て、「かわいそうだな。幸せな人生ではなかっただろうね。」と言った。なぜなら、耳の聞こえない自分を想像した時に絶望を感じたからだ。相手の声が聞こえない、鳥のさえずりが聞こえない、肉の焼けるおいしい音が聞こえない、ピアノの美しい音色が聞こえない。音の無い世界なんて自分とはとても考えられない。かわいそうと言うぼくに母さんが言った。

「慎太郎はそう思ったんだね。でも、おばさんの気持ちちは違うかもよ。」  
幸せじゃなかったよ。」



自分の体験を読んだ人に共感してもらえたらと思い、作文を書いたと話す横内くん。多くの人に考えてもらえればうれしうと話してくれました。（3月5日撮影）

たということ君子さんは思っていたのか。それが分かるのは君子さんしかない。84年間の人生が幸せだったかどうか決める権利はぼくにはない。人の心は周りが決める事ではなく、その人自身が決めることだからだ。

「おばさんの写真を見てごらん」

と言われて遺影を見た。そこには満面の笑顔の君子さんがいた。施設でお誕生会をした時のものらしい。寮母さんや仲間と楽しい時間を過ごした様子がうかがえた。ぼくが、最初に思っていたことは間違っていたかもしれない。今まで考えてもいなかったことが浮かんだ。「君子さんは音の無い世界でも幸せだったかもしれない。」写真の笑顔を見て、そう思った。そして、そうであってほしいとも願った。

（数字などの表記について、原文の一部を修正しています。）  
たうえで、分かりあえる世の中になればいい。ぼくはそういう社会を目指したい。  
仰光院善續聴心清大姉  
君子さんの戒名を見た時、ぼくは感動した。お坊さんが付けてくれた名前には、手芸が得意だった事が表され、一番は「心を聴く」という文字に感動した。  
君子さんの死は、この夏、ぼくに大切な事を教えてくれた。

### 第63回社会を明るくする運動 長野県作文コンテスト

## 市内から14作品が入賞

社会を明るくする運動長野県推進委員会（法務省・県保護司会連合会などで構成）では、県内の小中学生を対象に、犯罪や非行のない明るい地域づくりなどをテーマにした作文コンテストを毎年行っています。今回の作文コンテストには、県内から小学校の部5,909作品（市内からは813作品）、中学校の部3,685作品（市内から333作品）の応募がありました。このうち市内から横内くんの作品をはじめ、14作品（小学校の部8作品・中学校の部6作品）が入賞しました。入賞者は次の皆さんです。

【最優秀賞】  
横内慎太郎くん（明科中1年）

【優秀賞】  
三原大知くん（豊科小5年）  
原田健吾くん（穂高北小6年）

【入選者】  
山田湜太くん（豊科南中2年）  
久保田智也くん（穂高西中1年）  
唐澤明里さん（堀金中3年）  
小林礼奈さん（堀金中3年）  
米倉実奈さん（堀金中2年）  
渡邊汐音さん（豊科南小5年）  
外館幸四郎くん（穂高北小6年）  
田中優衣さん（明北小6年）  
関穂乃香さん（明南小6年）  
塩入朋恵さん（堀金小5年）  
植野千夏さん（三郷小6年）

●人権男女共同参画課をご覧ください。  
最優秀賞と優秀賞の作品を収録した作品集が、人権男女共同参画課で閲覧できます。

●本庁舎内人権男女共同参画課  
TEL71・2000(代) FAX71・5000



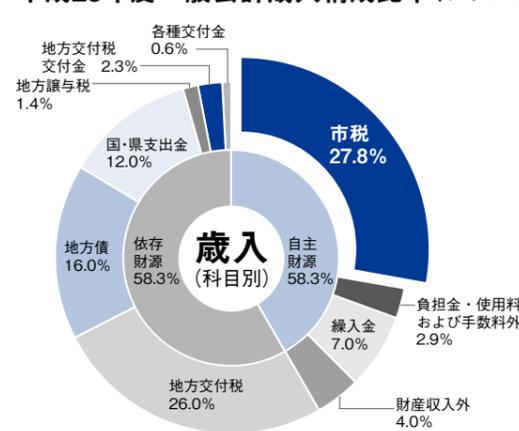
# 市税は納期限までに納めましょう

市税の滞納額は、平成24年度には合併した平成17年度の額を下回りました。市では税の公平性と収税を確保するため、引き続き納税相談を中心とした滞納整理を進めていきます。

## 平成17年度の額を下回るも滞納額は依然約7億円残る

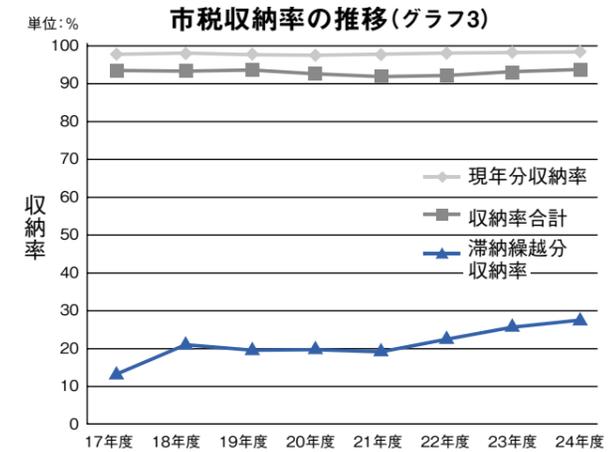
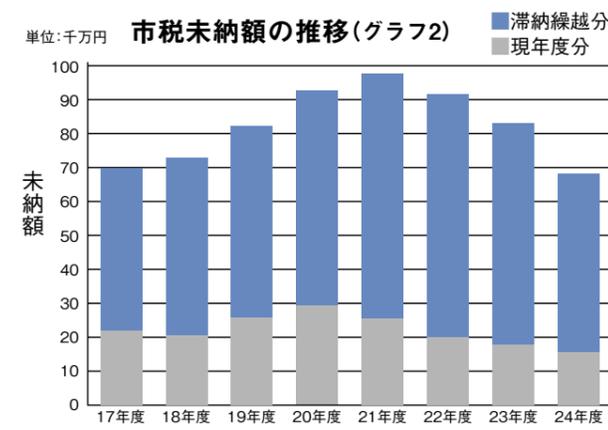
市民の皆さんが納めた市民税や固定資産税、軽自動車税などの市税は、福祉や子育て、市道の整備など、市が行うさまざまな事業の財源になります。市の歳入はその約28%を市税が占めています。(グラフ1)

平成25年度一般会計歳入構成比率(グラフ1)



市では、滞納となった市税について滞納処分を強化してきました。その結果、市が発足した平成17年度から増加を続けていた市税の滞納額は、平成22年度からは減少し、平成24年度には平成17年度の額を下回りました。(グラフ2)

しかし、市税の滞納額は依然約7億円(平成25年4月時点)あり、税の公平性と市の収税を確保するため、市では今後も滞納処分を進めていきます。



### 滞納処分の流れ

平成24年度の市税滞納額のうち、1年以上納付がなかった過年度分の滞納額(滞納繰越分)は約8割を占めています。(グラフ2) また、市税収納率の推移を見ると、滞納繰越分の収納率は約3割にとどまっております、納期限までに納め

られず滞納期間が長期化すると納付が難しくなっていることが分かります。(グラフ3)

市では、納期限までに市税を納められなかった場合は滞納処分を行います。(次ページ図1)

滞納処分とは、預貯金や給与、

年金といった各種債権をはじめ、自動車などの動産、土地や建物などの不動産といった財産調査を行います。短時間で換価(現金化)できる財産に対して差し押さえを行います。また、財産を発見できなかった場合は、検索により財産調査

### 平成24年度公売実績

- インターネット 81万円 (3件)
- 県合同公売会 6万円 (13件)

### 納期限内納付をお願いします

市税はさまざまな市民サービスを提供するために欠かせない財源です。市税は滞納することなく納期限までに納付をお願いします。

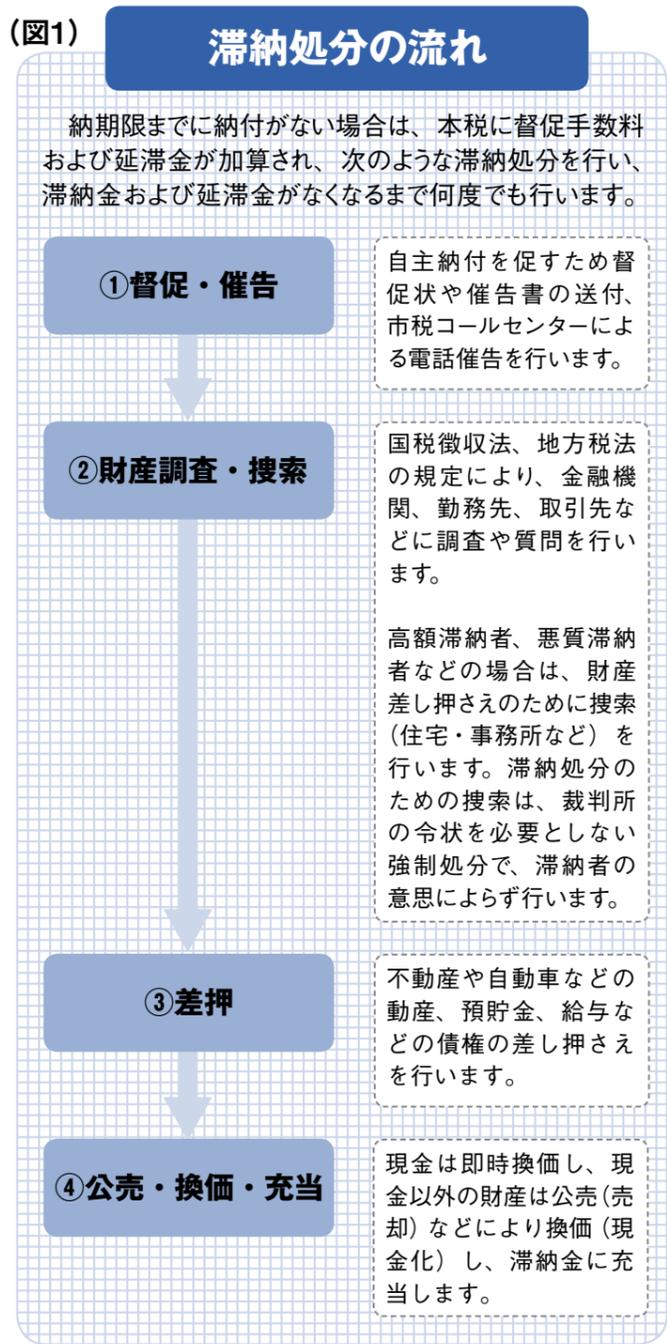


タイヤロックを使用し、自動車を差し押さえる様子

および差し押さえをする場合もあります。

財産調査や滞納処分の際には金融機関や勤務先等へ財産状況の調査や、差し押さえに対する協力を依頼することがあります。そのため滞納した場合は経済的な不利益のほか、社会的にも不利益が生じる恐れがあります。

また、差し押さえた現金以外の財産は、県との合同公売会やインターネット公売などを通じて現金化し、滞納金に充当します。



## 納付が困難な場合は、収納課にご相談ください

今まで納期限内に納付していた人も、経済状況の急激な変化などから、滞納者になってしまう場合があります。万一、納期限内に納付ができない場合は、早めに収納課にご相談ください。収納課では、収入と支出の状況をお伺いした上で、できるだけ短期間で滞納が解消できるよう相談させていただきます

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



市の子どもたちの体力・運動能力等の傾向と課題を分析

全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果概要

「平成25年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が、本年度、市内の全小・中学校で行われました。市教育委員会では、今後の教育施策や教育活動に役立てるため、児童・生徒の体力・運動能力、運動習慣等をこのたび分析しましたので報告します。



調査結果から市内小・中学校においては次のような傾向があることが分かりました。  
なお、文中の「ほとんど」「わずかに」などの考察の表現は文部科学省の基準により表現しています。(表1)

傾向と課題

【体格】

小・中学生とも、身長、体重、座高、肥満またはやせている傾向について、全国や長野県とほとんど差が見られませんでした。  
肥満またはやせている傾向については、小学生は9割以上が正常の範囲内であり、全国や長野県よ

調査の概要

- 調査の名称 平成25年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査
- 実施期間 平成25年4月から7月(各学校で実施)
- 実施学年 小学校5年生(10校916人)  
中学校2年生(7校894人)
- 調査の内容  
ア 実技に関する調査  
小学校:8種目(握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ)  
中学校:8種目(握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走(20mシャトルラン)、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ)  
※中学生は、持久走か20mシャトルランのどちらかを選択  
イ 運動習慣、生活習慣等に関する質問紙調査

●考察の表現について(文部科学省の基準による)(表1)

本文中の考察の表現は、全国や長野県の平均値や回答率と比べた時の市の結果の値がどれ位の位置にあるかを表現しています。

例えば体力合計点の場合、全国平均値と比較して安曇野市の結果との差が±0.5点未満の場合「全国とほとんど差が見られなかった」と表現しています。

○体力合計点(点)

点数	表現
±0.5点未満の幅	ほとんど差が見られなかった
±0.5~1点未満	わずかに高かった、低かった
±1点以上	高かった、低かった

○質問紙調査の回答率(%)

回答率	表現
±1%未満の幅	ほとんど差が見られなかった
±1%以上~±2%未満	わずかに高かった、低かった
±2%以上	高かった、低かった

【体力・運動能力】

実技に関する調査(8種目)(図1)を「体力の5つの要素」から体力合計点(以下、T得点)(※)などの指標を分析しました。  
(※)体力合計点(T得点)  
全国平均値(50点)に対する相対的な位置を示す。

り良い傾向が見られました。また、中学生は9割近くが正常の範囲内であり、全国や長野県とほとんど差が見られませんでした。

①小学校の傾向と課題

男女とも「力強さ」や「タイミングの良さ」などに課題が見られます。T得点は、男子は全国や長野県とほとんど差が見られませんでした。女子は全国よりわずかに低く、長野県とほとんど差が見られませんでした。

②中学校の傾向と課題

男女とも、「動きを持続する能力(ねばり強さ)」や「タイミングの良さ」などに課題が見られます。

③小・中学校の共通傾向と課題

T得点は、男子は全国や長野県よりわずかに低く、女子は全国より低かったが、長野県とほとんど差が見られませんでした。  
体力は長野県と全体的に同じ傾向が見られますが、全国と比較すると、「動きを持続する能力(ねばり強さ)」や「力強さ」、「タイミングの良さ」などに改善が求められる、総合的に体力を向上させていく必要があると思われます。

●実技に関する調査(8種目)(図1)



1 動きを持続する能力(ねばり強さ)  
【測定種目】  
上体おこし、シャトルラン(持久走)



2 タイミングの良さ  
【測定種目】  
反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げ(ハンドボール投げ)



3 力強さ  
【測定種目】  
握力、上体起こし、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ(ハンドボール投げ)



4 体の柔らかさ  
【測定種目】  
長座体前屈



5 すばやさ  
【測定種目】  
反復横とび、50m走

## 地域や家庭での取り組み

地域や家庭でも次のような点に気をつけ、日ごろから子どもたちが運動したり、楽しんだりする機会を増やしましょう。

### ① 動くことや歩くことの大切さを教える

地域では、子どもたちに地域での運動機会を数多く設け、家庭ではそうした機会への参加を促すことが大切です。また、家庭では日常的な運動や生活習慣を見直すとともに、体を使ったお手伝いや生活の中で歩くことの大切さについてもあらためて考えさせるよう、促していく必要があります。

### ③ 就学前から運動に親しむ機会を増やす

保育園や幼稚園などでは、就学前の段階から「運動あそび」などで先進的な取り組みをしているところもあり、運動に抵抗を感じない子どもを育てることで、運動面だけでなく小学校入学後の生活や学習態度の面からも効果が期待されています。小・中学校の一層の連携とともに、地域や家庭でも運動機会を増やしなが、幼稚園等就学前から一貫的な取り組みを考えていくことが大切です。

### ② 健康な身体や体力の大切さを理解させ、日常生活の中に生かす

調査結果から運動やスポーツに対する児童生徒の意識が変化してきていると思われます。運動に対する男子と女子の意識の差は、得意・不得意といった技能面だけでなく、教科の必要感にも表れています。子どもたちに豊かな日常生活を営む上で、健康な身体や体力の大切さを理解させるとともに、学んだことを日常生活の中に生かしていく姿勢を培っていく環境づくりが家庭でも必要です。



#### 学校では

- ① 調査結果の概要を保護者に報告し、学校全体で体力向上のための方法を検討して取り組みます。
- ② 小学校では同学年または隣接する学年の教員同士で、中学校では担当する教員同士で、体力向上に向けた取り組みや授業における指導方法の工夫・改善などについて検討します。
- ③ 運動実施時間が少ない児童・生徒の実態を把握し、改善に取り組みます。

なお、調査結果の詳細は、ホームページ、または市教育委員会窓口にてご覧いただけます。

園教 学校教育課教育指導室  
 (TEL) 62・0133 FAX 62・5721

## 質問紙調査から見た本市の子どもの運動意識や習慣

質問紙調査を分析すると次のような傾向が見られます。

#### 運動の頻度

### 小・中学生とも、女子の運動離れが進む

「ほとんど毎日運動する(体育の授業以外)」と答えた割合

小学生(男子) 57.0% 小学生(女子) 29.8%  
 中学生(男子) 80.6% 中学生(女子) 54.7%

【全国・県との比較】小学生の男子は全国や長野県より低かった。女子は全国より低く、長野県よりわずかに低かった。中学生の男子は全国や長野県より低かった。女子は全国より低い、長野県よりわずかに高かった。

#### 得意不得意

### 小学校就学前にも苦手意識が

小学生は就学前、中学生は小学校高学年時の運動やスポーツが得意、苦手だったか質問

「得意だった」と答えた割合  
 小学生(男子) 46.2% 小学生(女子) 38.8%  
 中学生(男子) 35.6% 中学生(女子) 23.0%

「苦手だった」と答えた割合  
 小学生(男子) 9.1% 小学生(女子) 9.3%  
 中学生(男子) 9.6% 中学生(女子) 18.5%

【全国・県との比較】「得意だった」の回答は、小中学生の男女ともに全国や長野県より低かった。「不得意だった」の回答は小学生では男子は、全国とほとんど差が見られなかったが、長野県より高かった。女子は全国とほとんど差が見られなかったが、長野県よりわずかに高かった。中学生では男子は全国とほとんど差がなかったが、長野県より高かった。女子は全国や長野県より高かった。

#### 運動への関心

### 実技面以外に教科の必要性の意識にも男女の差

「体育は自分にとって大切なものである。」の設問に「そう思う」と答えた割合

小学生(男子) 61.1% 小学生(女子) 43.1%  
 中学生(男子) 46.4% 中学生(女子) 28.9%

【全国・県との比較】小学生の男子は全国や長野県より低かった。女子は全国とほとんど差がなかったが、長野県よりわずかに低かった。中学生の男子は全国とほとんど差が見られなかったが、長野県よりわずかに低かった。女子は全国より低く、長野県よりわずかに低かった。

#### 運動への動機づけ

### きっかけ作りは、興味がある、または友人と楽しめる種目から

今後、運動やスポーツする場合のきっかけについて聞いた設問(複数回答)で割合が高い回答

「自分が好きな種目・できそうな種目があったら」  
 小学生(男子) 64.8% 小学生(女子) 70.3%  
 中学生(男子) 75.2% 中学生(女子) 85.7%

「友達と一緒にできたら」  
 小学生(男子) 54.3% 小学生(女子) 64.5%  
 中学生(男子) 45.2% 中学生(女子) 57.6%

【全国・県との比較】傾向については全国や長野県と同じであった。比較的割合が低い回答では、「先生や家族から勧められたら」や「自分自身の健康が不安になったら」、「授業でいいねに教えてもらえたら」などがあつた。

#### 調査結果の活用

市教育委員会と各学校は、調査を通して把握した児童・生徒の体力や運動能力、運動習慣等の状況を今後の教育施策や教育活動に役立てていきます。  
 また、日々の教科指導や児童・生徒の運動習慣等を改善するために、次のような指導・助言や支援を行います。

#### 教育委員会では

- ① 児童・生徒の体力向上を図るために「体力向上検討委員会」を組織します。
- ② 市校長会や市教育会、学校園関係者、地域関係者などとも実態を共有しながら、体力や運動能力の向上、運動習慣の改善のために具体的に連携していきます。
- ③ 調査結果の概要を公表し、機会をとらえて家庭や地域に協力を依頼していきます。

### 新本庁舎建設 ニュースNo.11



### 2階の柱と梁の組み立てがはじまりました

近年まれに見る大雪が積もり、建設現場でも雪かきに追われた2月でした。工事については1階の柱と梁の組み立てが完了し、現在、2階部分の組み立てが進んでいます。

また、108台が駐車できる地下駐車場では、足場が取り払われ、全体が見渡せる状態になってきました。下段写真2枚目の柱の上にある青丸で囲った部分が免震装置で、その上が1階の床です。この免震装置は完成時にはカバーで覆われて見えなくなります。



1階部分の様子（2月21日撮影）



地下駐車場の様子（3月5日撮影）

本庁舎内庁舎建設推進課

TEL71・2000(代) FAX71・5000

### 大雪対策本部と被害農家の支援窓口を設置

発達した低気圧と上空の寒気の影響で2月14日から15日にかけて、関東甲信地方を中心に記録的な大雪になりました。観測地点のある松本市では、2月の24時間降雪量としては過去最高の42センチを記録しました。

市では、14日に大雪対策本部を都市建設部のある豊科総合支所に設置し、除雪などの対応にあたりました。

#### 市民生活に影響

市内では除雪作業のため、JR大糸線が運休し、国道19号、長野自動車道が通行止めになりました。また、県外からの流通が滞ったため、食料品などが品薄になるなど市民生活に大きな影響が出ました。

#### 農業分野で大きな被害

農業分野ではビニールハウス

や特産品の一つワサビ用のハウスが倒壊するなど大きな被害が出ました。市内全域では194棟（総面積約3万1000平方メートル）が倒壊しました。（3月6日午後4時現在）

被害が広範囲におよぶことから、国・県、近隣自治体間と連携し、支援内容の検討調整を進め、詳細が決まり次第、広報などでお知らせする予定です。

また、市では大雪対策本部の設置した2月14日、被害農業者の支援窓口を設置し、農家からの相談に応じるほか、JAと連携し農業用ビニールハウス等の被害状況の確認を行っています。

#### 2月豪雪による被害農業者支援窓口

豊科 農政課生産振興係  
TEL77・3111(代) FAX77・6060



大雪対策本部（豊科総合支所）



積雪により倒壊した農業用ハウス（堀金烏川）



市民による除雪作業（豊科）



通行止めとなった国道19号（明科南陸郷）

### みんなが主役 協働のまちづくり新指針等策定

市協働のまちづくり推進基本方針及び協働のまちづくり推進行動計画策定・評価委員会（内川勝治会長）は、本年度、審議してきた市の新しい協働のまちづくりの基本方針と行動計画（案）をまとめ、内川会長が2月25日、本庁舎で宮澤市長に報告しました。宮澤市長は「合併10周年を控え、協働を担う各主体を尊重しながら、新しいまち

づくりに市も取り組んでいきたい」と話しました。

基本方針では、「協働は、みんなが主役のまちづくり」と理念を掲げ、市民や区、各種団体、企業など協働の担い手となる各主体の役割や推進体制を示しています。また、行動計画では具体的施策として、各主体の情報共有のため、市民記者を市民活動センターに設置することや、



宮澤市長に報告する内川会長（写真右）

地域リーダーなどの人材育成、推進体制確立のため自治基本条例（仮称）の制定に向けた検討や支所へ協働推進専門員の設置などを掲げています。

この基本方針と行動計画の実施期間は平成26～30年までで、委員会では計画の進捗状況の評価も行います。市では概要版を4月に全戸に配布する予定です。



## 世界に一つのブックカバー

3/1 豊科図書館チャレンジ講座

作る楽しさや本に親しみを持ってもらおうと豊科図書館チャレンジ講座が3月1日、豊科交流学習センター「きぼう」で行われ、市内外から8人が参加しました。当日は、ハンコ作家のやぎさなおみさんを講師に迎え、消しゴムにカッターや彫刻刀で花や動物など彫りハンコを作成した後、ブックカバーにさまざまな色でハンコを押し、模様を作りました。家族と参加した寺島美侑さん(豊科北小6年)は「彫るのが楽しく、また、学校や家でも作ってみたいです」と話してくれました。



## 郷土の先人の心を子どもたちに

2/24 臼井吉見文学館講演集寄贈

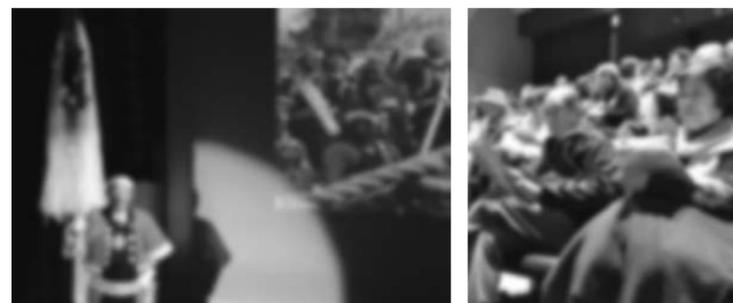
臼井吉見文学館(堀金烏川)は、市内出身の作家・臼井吉見の講演をまとめた講演集「自分をつくる」を、本年度卒業する市内中学校3年生(約1,000人)に寄贈しました。同館の指定管理を受けている安曇野地域住民ネットワーク代表の内川美徳さん(明科七貴)らが2月24日、教育委員会を訪れ、須澤教育長に目録を手渡しました。内川さんは「卒業の節目に、臼井が語る自分で考え判断することの大切さを学び、将来に役立てて欲しい」と話しました。

## 「いつも前向きに」とヨーデルが響く

3/2 ヨーデルと木遣りコンサート

「ヨーデルと木遣りコンサート～山々に響く声の共演～」(主催市教育委員会)が3月2日、穂高交流学習センター「みらい」で開かれました。アルプスのまち・安曇野ならではのコンサートを企画したもので、第1部では、アルプスの音楽隊「ヨーデル北川桜とエーデルワイスミュージカント」による演奏が行われました。ヨーデル歌手の北川さんは「ヨーデルはいつも前向きにというメッセージと自然の美しさを歌っている」と説明、伸びやかで美しい歌声と会場も巻き込んだ楽しいステージで来場者約100人を魅了しました。来場者の堀内清子さん(穂高北穂高)は、「北川さんの素晴らしい歌声に引き込まれ、アルプスに行ったような気持ちになりました」と話してくれました。

第2部では、下諏訪町木遣保存会の皆さんが無形文化財「諏訪大社下社の御柱木遣り」を神に届くようにと甲高い声で歌い上げました。ステージの最後には、北川さんも加わり会場を盛り上げました。



## 市民活動の成果を振り返り

2/22 市民活動センター5周年・3/1 つなひろ事業成果発表会

市民活動センター「くるりん広場」が5周年を迎え2月22日、記念イベントが同センターで行われました。記念式典には利用者など約60人が出席。記念イベント実行委員長で、同センターの運営を行う「わの会」代表の宗像章さん(豊科)は「利用団体の中から全市に市民活動のリーダーがたくさん育てて欲しい」とあいさつしました。

また、同センターでは、「つながりひろがる地域づくり事業補助金」を活用し、地域活動に取り組む29団体の皆さんによる成果発表会が3月1日、開催されました。会場では活動成果をまとめたパネル展示やステージ発表が行われたほか、今後の課題について活発な意見交換がされました。三郷地域で花の植栽や地元の保育園児との交流事業を行った中萱長寿会の藤岡嘉さん(三郷明盛)は、「地域の皆さんと触れ合い、多くの喜びの声をいただくことができました」と活動の手応えを話してくれました。



つなひろ事業成果発表会(写真上・写真左下) 市民活動センター5周年(写真右)



## 健康は健口から 歯周疾患を学ぶ

3/1 健康づくり講演会

健康長寿のまちづくりに向け、「健康づくり講演会～健康は健口から～」(市主催)が、穂高健康支援センターで開催され、120人が参加しました。講演会では、身近な疾患である歯周病が糖尿病や心臓、肺などの疾患に影響を及ぼす事例を紹介。講師を務めた市歯科医師会長の小穴実さんは「歯周病予防には、正しい方法での歯磨きと医療機関による処置が必要。歯肉の下に付着した汚れは歯磨きでは除去しきれないため、定期的な受診を心掛けてください。」と会場に呼び掛けました。



## 白鳥で結ぶ絆 全国の仲間集う

3/1 日本白鳥の会研修会・総会「長野県安曇野大会」

全国の白鳥飛来地を巡回して行われる「日本白鳥の会」研修会・総会が3月1日、ビレッジ安曇野(豊科南穂高)で開催されました。この研修会には白鳥の保護や研究に携わる皆さん、市民など約60人が参加。当日は市内で活動する「アルプス白鳥の会」事務局長の会田仁さん(穂高有明)が発表し、水鳥を鉛中毒から守るため、狩猟用鉛散弾の使用規制を国に働きかけたことや同会の30年の歩みを紹介しました。同会会長の原とみ子さん(豊科田沢)は「節目を迎えてより多くの人が活動に参加してもらえればうれしい」と話してくれました。

豊科郷土博物館の催し  
3月29日、リニューアルオープン

豊科郷土博物館  
TEL 72・5672 FAX 72・7772

このたび、常設展示をリニューアルしました。テーマは、「安曇野をめぐる水と私たちの暮らし」です。私たちに身近な水とくらしとの関わりを、さまざまな切り口からご覧いただけます。オープン当日は、市出身の白井則孔さんのコンサートを行い、学芸員が展示の説明をします。どうぞお誘い合わせの上、お出掛けください。

リニューアルオープンイベント

日時 3月29日(土)午後2時  
内容 白井則孔さんの歌と手回しオルゴールコンサートほか  
※この日は、入場無料です。

第30回白鳥写真展

第30回白鳥写真展を開催します。白鳥が初めて安曇野へ訪れたシーズンから始まった本展覧会も、30回の節目を迎えます。本年も安曇野で越冬する白鳥を写した作品がたくさん集まり、見ごたえのある展示となっています。冬の使者の愛らしい姿をどうぞお楽しみください。

日時 4月5日(土)～5月6日



撮影者 木下忠頼

豊科郷土博物館講座  
「新発見！穂高神社御船祭りの古文書」

市教育委員会の古文書調査により、先ごろ穂高神社の御船祭りに関する新たな古文書が発見されました。これにより、穂高神社の御船祭りが今まで考えられていた時期よりも、さらに古い江戸時代の元禄年間にさかのぼることが分かりました。

そこで、市民の皆さんを対象に、古文書講座を開催し、新発見の古文書から読み取ることが出来る江戸時代の御船祭りについて紹介します。多くの皆さんのご参加をお願いします。

田淵行男写真展

「北アルプスの雪形」

昔から人々は、自然の暦として雪形からさまざまな情報を得ていました。山岳写真家の田淵行男は、そんな雪形に興味を持ち、調査・研究をしました。

今回の展示では、田淵が「雪形観望の特等席」と呼んだ安曇野を取り巻く、北アルプスの雪形約20点を紹介します。

日時 3月25日(火)～6月1日(日) 午前9時～午後5時  
会場 田淵行男記念館 地階展示室  
入館料 高校生以上300円  
中学生以下無料 市内在住の75歳以上の人は無料

日(火) 午前9時～午後5時  
(入館は午後4時30分まで)

会場 2階 展示室  
入館料 大人 100円 20人以上の団体は1人80円  
休館日 月曜日(4月26日～5月6日は開館)

休館日 月曜日・祝日の翌日(ただし、3月22日、5月4、5、6日は開館)



「代掻き馬」 奮闘 1970年頃撮影

春休み親子ガラス体験イベント

あつみ野ガラス工房  
TEL 72・8030  
ガラス、そばちょこ、一輪挿し、クリーマーのいずれかを吹きガラスで制作する体験イベントです。親子でチャレンジしてみませんか。  
日時 3月26日(水)、27日(木) 午前の部 9時～ 午後の部 1時30分～

待ちしています。  
日時 4月6日(日) 午後1時30分～

場所 豊科郷土博物館  
定員 30人  
申し込み 3月22日(土)から豊科郷土博物館まで電話で申し込んでください。(受付は、午前9時～午後5時。31日は休館)  
資料代 100円(別途入館料が必要)

田淵行男記念館 百楽桜まつり

田淵行男記念館  
TEL 72・9964 FAX 88・2010  
記念館前に田淵行男がのこした「一山百楽」という言葉にちなんで命名された「百楽桜」(写真)という桜があります。

この桜の開花時期に合わせて記念館のワサビ田テラスにて野点のサービスを行います。当日に限り入館料無料ですので、ぜひお立ち寄りください。



田淵行男記念館

※詳細については、申し込みの時にご確認ください。

対象 市内在住の小学生と、その保護者  
参加費 小学生無料、保護者1575円(通常の半額)  
定員 100人(先着順)  
申し込み 3月20日(木)から23日(日)の間にあづみ野ガラス工房へ電話でお申し込みください。午前9時から受け付けます。

キルト入門講習会参加者の募集

自然体験交流センター「せせらぎ」  
TEL 62・6667  
キルト作品の製作入門講習会(全3回)を開催します。昨年の安曇野スタイルで好評だったキルト作品の入門講習で、初回はポ

再発見！安曇野の文化 その27

文化課文化財保護係  
TEL 62・3090 FAX 62・3525

漣し井戸  
水道が普及する以前、掘り井戸や沢水を利用できなかった一部の地域では、飲料や風呂などの暮らしの水を漣し井戸から得ていました。

漣し井戸は、川や堰の縁に掘った深さ2層ほどの穴に、直径50～90cmの土管を縦に埋めたものです。土管の中には小石・砂・木炭が交互に敷き詰められ、横を流れる川や堰の水がろ過されて溜まります。子どもころ、学校帰りにのどが渇くと、漣し井戸の蓋を開け、柄杓で水を汲んで飲んだという思い出のある人も多いのではないのでしょうか。

3月29日(土)にリニューアルする豊科郷土博物館の常設展示でも漣し井戸を紹介しています。



漣し井戸

シエットを作ります。また、作品例を4月から館内に展示しますのでご覧ください。

対象 市内在住者  
日時 4月27日(日) 受付 午前9時50分～ 講習 午前10時～午後5時  
※2回目6月、3回目10月を予定  
場所 ホール・学習室  
参加料 1500円(初回材料費)  
持ち物 裁縫用具一式、昼食  
定員 20人  
申し込み 4月20日(日)までに自然体験交流センター「せせらぎ」へ電話・ファクスあるいは窓口でお申し込みください。(受付は午前10時～午後5時、月曜日は休館)

QUIZ No.7

ためして安曇野検定 クイズ

問題1 夏川草介の人気小説を映画化した『神様のカルテ』のロケ地となった安曇野市の神社は、次のうちどれでしょうか。

- ①吉野神社 ②賀茂神社 ③三柱神社 ④犀宮神社

問題2 安曇野市の5つの総合支所のうち、最も標高の低い所にあるのは明科総合支所ですが、最も標高の高い所にあるのは、どこでしょうか。

- ①豊科総合支所 ②穂高総合支所 ③三郷総合支所 ④堀金総合支所

問題3 昭和30年代中頃まで、豊科や穂高の市街地のにぎわいを支え、その後、衰退していった「二業地」とは何のことでしょうか。

- ①料理店と芸者置屋の二業の営業が許可されていた土地 ②卸売業と小売業の二業が混在していた土地 ③商業と工業の二業が混在していた土地 ④小売店と料理店の二業の営業が許可されていた土地

問題4 下の写真のように、安曇野市の東側から北アルプスを眺めたとき、山の位置を左手から正しい順番で並べてるのはどれでしょうか。

- つばくろだけ おてんしょうだけ ちょうがたけ じょうねんだけ  
①燕岳→大天井岳→蝶ヶ岳→常念岳 ②蝶ヶ岳→燕岳→常念岳→大天井岳 ③常念岳→蝶ヶ岳→燕岳→大天井岳 ④蝶ヶ岳→常念岳→大天井岳→燕岳



答えは18ページ  
皆さんもぜひ安曇野検定クイズに挑戦してみてください。  
社会教育課社会教育係 (TEL 62・4565)



お知らせ

固定資産税納税通知書を発送

平成26年度の固定資産税納税通知書を、4月10日(木)ころに郵送します。

固定資産の評価額などを記載した課税明細書を同封しますので、お手元に届いたら内容を確認してください。

固定資産税の納期限

- 第1期 4月30日(水)
第2期 7月31日(木)
第3期 12月25日(木)
第4期 平成27年3月2日(月)

縦覧帳簿の縦覧と固定資産課税台帳の閲覧

固定資産税課税家屋担当
(TEL:72・3111(代) FAX:72・8340)

縦覧帳簿の縦覧

固定資産税の納税者は、自分の所有する固定資産と、他の固定資産を比較するため、土地価格等縦覧帳簿と家屋価格等縦覧帳簿を次のとおり縦覧できます。

縦覧できる人
平成26年度の市内の土地または家屋の固定資産税の納税者

期間
4月1日(火)～30日(水)
閉庁日を除く午前8時30分～午後5時15分

場所
豊科支所内資産税課

持ち物
本人であることを確認できるもの(運転免許証など)

手数料
無料

固定資産課税台帳の閲覧

4月1日(火)から平成26年度の課税台帳の閲覧ができます。

場所
豊科支所内資産税課または各支所地域課地域担当

持ち物

本人であることを確認できるもの(運転免許証など)
代理人の閲覧は、本人からの委任状と代理人を確認できるもの(運転免許証など)

任状と代理人を確認できるもの(運転免許証など)

借地借家人が該当する固定資産の課税台帳を閲覧する場合は、賃貸借契約書など、当該資格を証明する書面

手数料
1通300円

固定資産税の調査

市では税負担の公平の観点から、土地は現況地目調査を、家屋は特定調査(全棟調査)を随時行っています。調査の際は、ご協力をお願いします。

お詫びと訂正

広報あづみの3月5日発行(182号)
6ページ「3月の納期 国民健康保険税」誤)31日(正)25日(火)
9ページ「野満町防災会講演会」誤)22日(日)正)22日(土)
お詫びして訂正いたします。

15ページ「ためして安曇野検定クイズ」の答え

- 問題1・・・③ 問題2・・・③
問題3・・・① 問題4・・・④

野焼き・あぜ焼きによる火災を予防しましょう

農作業が始まる時期になりました。あぜ焼きを行う際には、次のことに十分注意し、火災を起こさないようにしましょう。

- 水バケツや消火器などを用意し、消火のできる準備をする。
火災に関する警報が発せられている際には、火入れをしない。
火はその場を離れず、最後まで見守り、残り火の確認を怠らないようにする。

山際では、あらかじめ下草を刈る等の準備を行い、山火事の発生に注意する。

廃棄物を燃やさない。

味噌づくり体験教室参加者募集

味噌づくり体験教室参加者募集
(TEL:62・3001(代) FAX:62・4747)

明科農産加工施設利用組合では、安曇野産大豆と米を使った味噌づくり体験教室を開催します。

味噌づくり体験教室を開催します。

日時
4月13日(日)午後0時30分～午後2時10分
4月15日(火)午前9時～正午

場所
明科農産物加工センター(旧明科公民館駐車場の南端)

対象者
市内在住の未経験者で、3日間続けて受講できる人

定員
10人(先着順)

費用
3000円(持ち帰りの味噌10袋)

持ち物
三角きん、エプロン、作業しやすい服装

申し込み
3月26日(水)から28日(金)の間に、電話でお申し込みください。(受付時間は午前8時30分～午後5時)

笑顔プロジェクトの写真募集

「信州安曇野あやめまつり」の開催30回(6月18日(水)から30日(月)まで開催)を記念して、笑顔の写真8000枚を組み合わせて一枚の絵を作る「巨大おもてなしモザイクアート」(縦2・7m、横18mを予定)を制作します。

このモザイクアートに使用する



1600枚の写真によるモザイクアート(昨年)

笑顔の写真を募集します。

募集内容
笑顔の写真(個人、企業、グループ、写っている人数、撮影日時は問いません。)

撮影方法
デジタルカメラによる横位置撮影の写真データ(1画像につき1メガバイト以下)

提出方法
観光課に持参・郵送・電子メールのいずれかで提出してください。なお、記録媒体の返却を希望する場合は、提出時に申し出てください。

提出期限
4月30日(水)まで(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時15分)

その他
被写体本人の承諾を得てから提出してください。作成したモザイクアートは別会場で掲示することがあります。

写真データは、モザイクアート作成以外には利用しません。

お問い合わせ先
sho-kankoushinkou@city.azumino.nagano.jp

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。

地デジ12ch 自主放送
美しく見やすくなりました
ハイビジョン放送開始
地域情報チャンネルをお楽しみください

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

お寺様でのご葬儀は
株式会社 儀礼センター
フリーダイヤル 0120-69-2929
(365日・24時間対応)

協同組合 中央経友会
■高速道路ETCコーポレートカード及びETCカード共同利用事業
■外国人技能実習生共同受入事業

★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

# 暮らしの豆知識



## 猫の飼い方と野良猫への対処方法

猫に関する苦情が多く寄せられています。

### 飼い主の皆さんへ

猫の被害は、飼い主の努力によって改善できます。飼い主は近隣住民に気を配り、飼い猫が他人に迷惑を掛けた場合は責任をもって対処してください。トラブルになる前に、次のことを守りましょう。

#### 首輪を付ける

飼い主が分かるように首輪を付け、最後まで責任を持って飼いましょう。

#### 室内飼育に努め、フン尿は自宅の決まった場所でするようにしつける

室内で飼えば交通事故に遭う危険もなく、フン尿や鳴き声で近所迷惑になることはありません。また、病気にかかりにくく、放し飼いの猫よりも長生きできると言われています。

#### 不妊・去勢手術をする

猫は生後6カ月ほどから妊娠でき、年に2～3回

妊娠、1回に4～8匹出産します。不幸な猫を増やさないためにも不妊・去勢手術をしましょう。

### 野良猫の被害を受けている人へ

猫の多くは首輪もなく、野良猫か飼い猫か判断できません。処分目的での捕獲は動物虐待にあたり、保健所・市町村では猫の捕獲はできません。次のような方法で猫が寄り付かない環境を作りましょう。

～侵入防止策の一例～

▷強いにおいを嫌うため、タバコの吸い殻を溶かした水や塩素系漂白剤を薄めたもの、トイレの芳香剤、香水などを猫の通り道にまく。

▷水分を含んだ際のベタつき感を嫌がるので、猫が飛び越えられない幅で洗濯用洗剤（粉）を地面に直接まき、雨等で減ったら追加する。

※これらの方法は一度で効果のあがるものではありませんが、猫にこの場所は不快だと覚えさせることが大切です。根気よく続けてください。

### 野良猫にエサを与えないで

エサを与えることは猫の管理者として責任があります。無責任な世話は、近隣に迷惑をかけるだけでなく、不幸な猫を増やす原因になります。

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



## 梓川スマートICがより便利に

国土交通省 国土院 国土政策部 国土利用課 国土利用政策室 国土利用政策室長 国土利用政策室長 国土利用政策室長

梓川サービスエリアに設置されている梓川スマートICでは、4月以降ETCゲート通過後でも、SA施設、売店やトイレを利用できるようにします。ご利用の際は、必ず、標識・路面標示などに従ってください。

## 測定結果

### 2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)			
	2/4(火)	2/12(水)	2/18(火)	2/25(火)
本庁舎	0.10	0.11	0.10	0.10
豊科庁舎	0.09	0.09	0.08	0.08
穂高庁舎	0.10	0.09	0.09	0.09
三郷庁舎	0.09	0.08	0.09	0.07
堀金庁舎	0.10	0.09	0.08	0.09
明科庁舎	0.07	0.08	0.07	0.08
穂高健康支援センター	0.10	0.10	0.09	0.09

### ●利用可能となる時期

▽上り線（東京・名古屋方面／安曇野市側）  
4月1日（火）午前10時～  
▽下り線（長野方面／松本市側）  
5月1日（木）午前10時～  
※工事の都合上、上下線で利用可能となる時期が異なりますので、ご注意ください。  
●一般道からSA施設のみご利用の場合 今までもどおりSA施設利用者専用駐車場「ぷらっとパーク」をご利用ください。

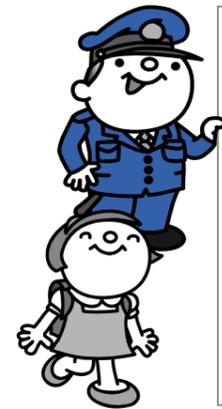
### ●新入学児童への交通安全

☎生活環境課交通安全防犯係  
(TEL82・3131 代 FAX82・6622)

小学校への登下校など、これから新入学児童が道路を歩く機会が増えます。子どもの歩行中の事故原因で最も多いのは「飛び出し」です。新入学児童が交通事故に遭うことのないよう、交通ルールとルールを守る大切さを、保護者や地域の皆さんから丁寧に指導してください。また、ドライバーの皆さんは、横断歩道付近を通る際には近くに子どもや歩行者がいないか、気を配りましょう。

### ●交通安全を教えるポイント

▽通学路の安全確認  
通学路を一緒に歩き、「どこに」「どんな」危険があるのかチェックしましょう。  
▽守るべき交通ルールを具体的に教える  
道路に出て「信号の見方」や「道路横断時の安全確認方法」などを具体的に教えましょう。特に、道路への「飛び出し」の危険性と安全確認の大切さを理解させましょう。  
▽大人が交通ルールの手本を示す  
大人が交通ルールを守り、お手本となってください。



「信濃路はゆとりの笑顔とゆずりあい」  
4月6日（日）～15日（火）は春の全国交通安全運動期間  
街頭指導  
県下一斉街頭活動日は、4月6日（日）・10日（木）です。市内でも期間中、主要な交差点などで街頭指導を行います。

## 各種情報コーナー

日=日時 場=場所 定=定員 対=対象者 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	備考
柔道スポーツ教室	これから柔道を始めようとする人を対象に、柔道の基本技術を身に付けます。14歳以上は初段を目指します。柔道着を購入する人は申し出てください。	期：4月2日～27年3月25日の毎週水曜日 時：19:00～21:00 場：穂高西中柔剣道場	対：園児年長～一般 定：50人 費：1回120円	問：穂高地域体協柔道部 柿本聡さん(TEL090・4158・7187)または市体協事務局(TEL88・3516)で随時受け付けます。
太極拳・氣功八段錦春季教室	健康増進のために、大変有効な運動として人気の高い太極拳を始めませんか。正しい姿勢や体の動かし方など基本から指導します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。	期：4月7日～5月12日の毎週月曜日 全5回 時：13:30～15:30 場：堀金総合体育館サブアリーナ	対：一般初心者 定：10人 費：1,200円	問：穂高地域体協健康太極拳同好会 飯島重男さん(TEL090・8329・1048、TEL82・9091)または市体協事務局(TEL88・3516)で3月25日～4月6日まで受け付けます。
～土と風の縁～安曇平に住む作家と作品の春の宴	地元の作家や移住してきた作家たちの作品の展示を通じて、地域の人たちとの交流を深めます。	期：4月8日（火）～15日（火）の10:00～16:00（最終日は15:00まで） 場：穂高山 宗徳寺		問：安曇野に住む作家たち 望月信幸さん(TEL090・8723・4741)
アフリカへ毛布を送る運動	アフリカの人たちに毛布を送る運動を行っています。清潔な毛布を会場に持参してください。持参できない場合は、連絡いただければ取りに伺います。協力金募金も募集しています。	日：4月11日（金）10:00～14:00 場：ザ・ビック穂高店前 日：4月20日（日）10:00～15:00 場：豊科老人福祉センター		問：アフリカへ毛布を送る運動安曇野市推進協議会事務局 熊井さん(TEL82・5170)
第20回ふるさとウォッチングin安曇野	安曇野の魅力を再発見するガイド付きウォーキングです。諏訪神社、拾ヶ堰、屋敷林、道祖神などを訪ね歩き、散策後は「ぬかくど」で炊いたおにぎりを味わいます。	時：4月13日（日）8:30～13:00 場：堀金下堀地区（扇町公園集合）	定：80人 費：1000円（中学生以下無料）	問：4月11日（金）までに安曇野ふるさとづくり応援団(TEL81・1325)にお申し込みください。

## 平成26年度法務省専門職員（人間科学）採用試験

人事院と法務省では、少年院および少年鑑別所の職員として被收容少年の処遇等に携わる「法務教官」、「矯正心理専門職」、並びに地方更生保護委員会や保護観察所の職員として罪を犯した人や非行のある少年の改善厚生等に携わる「保護観察官」を募集します。

- 受験資格 各募集により異なります。ホームページを見るか問い合わせで確認してください。
- 申し込み 4月1日（火）～14日（月） ●試験日 第一次試験（筆記試験）6月8日（日）
- ホームページ <http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

※原則としてインターネットで申し込んでください。

問▷法務教官・法務教官（社会人）・矯正心理専門職

有明高原寮庶務課 TEL83・2204 法務省東京矯正管区職員課 TEL048・600・1502

▷保護観察官 法務省関東地方更生保護委員会 TEL048・600・0181



忘れずに  
連れて行ってね!

# お忘れなく！ 愛犬の登録と 狂犬病予防注射

市では、次のとおり犬の登録と狂犬病予防注射を行います。日程をご確認の上、都合の良い場所で受けてください。（どこの会場でも新規登録・注射ができます。）なお、雨天の場合も行います。

## 登録・予防注射の 手数料と料金

犬の新規登録・予防注射などの料金は次のとおりです。  
▽予防注射料金および手数料  
3310円（注射料金2760円、  
注射済票交付手数料550円）  
▽新規登録手数料 3000円  
※1頭当たりの費用です。  
※各料金は消費税額を含む金額です。  
当日はお釣りのないようご協力ください。

## 注意事項

▽既に登録をされている飼い主の皆さんは、お手元に届いたはがきを必ず持参してください。  
▽次に該当する犬は、動物病院で診察を受けてから狂犬病予防注射の接種を受けてください。  
・健康状態に不安のある犬  
・現在治療中の犬  
・過去に予防注射接種後に異常を起したことがある犬  
▽犬をしっかり抑えられる人が付き添い、首輪が抜けられないようにしてください。

関 総 生 活 環 境 課 環 境 保 全 係  
(☎82・3131(代)☎82・6622)

### \*豊科地域

月 日	時 間	場 所
4月8日(火)	9:00~ 9:15	熊倉 柳原道祖神前
	9:25~ 9:55	熊倉公民館
	10:05~10:35	アルプス区公民館
	10:50~11:00	田沢 南原集会所
	11:10~11:20	田沢区公民館
	11:30~11:50	光農業生活改善センター
	13:00~13:20	桜坂区公民館
	13:30~13:45	大口沢公民館
4月9日(水)	14:00~14:15	小瀬幅農業生活改善センター
	9:00~ 9:30	新田公民館
	9:40~10:10	豊科近代美術館駐車場
	10:20~10:50	寺所公民館
	11:00~11:20	徳治郎公民館
	11:30~11:50	踏入コミュニティセンター
	13:00~13:20	重柳公民館
	13:30~13:45	殿村公民館
4月15日(火)	14:05~14:25	細萱公民館
	9:00~ 9:20	JR 梓橋駅前
	9:30~10:00	たつみ原区公民館
	10:10~10:30	飯田公民館
	10:40~11:00	下飯田公民館
	11:10~11:30	中曾根公民館
	13:00~13:30	真々部公民館
	13:40~14:00	上鳥羽地域農業推進拠点施設
4月17日(木)	14:10~14:30	下鳥羽地域構造改善センター
	9:00~ 9:20	豊科近代美術館駐車場
	9:30~10:00	成相コミュニティセンター
	10:10~10:25	吉野 荒井お堂前
	10:35~10:55	本村公民館
	11:10~11:20	細萱公民館
	11:30~11:40	重柳公民館
	13:00~13:10	踏入コミュニティセンター
4月27日(日)	13:25~13:35	野田集会所
	13:50~14:10	アルプス区公民館
	9:00~ 9:20	新田公民館
	9:30~ 9:50	成相コミュニティセンター
	10:00~10:10	本村公民館
	10:20~10:30	吉野 荒井お堂前
	10:45~11:00	寺所公民館
	11:15~11:30	下鳥羽地域構造改善センター
4月26日(土)	11:40~11:55	上鳥羽地域農業推進拠点施設
	13:30~13:45	真々部公民館
	13:55~14:10	たつみ原区公民館
	9:00~ 9:20	新田公民館
	9:30~ 9:50	成相コミュニティセンター
	10:00~10:10	本村公民館
	10:20~10:30	吉野 荒井お堂前
	10:45~11:00	寺所公民館

### \*穂高地域

月 日	時 間	場 所
4月7日(月)	9:00~ 9:20	等々力会館
	9:30~ 9:50	三枚橋公園
	10:00~10:20	白金公民館
	10:30~10:50	矢原公民館
	11:00~11:20	宮嶋電器隣ごみステーション
	11:30~12:00	柏原会館
	13:30~14:00	JA 西穂高支所前
	14:10~14:30	久保田公民館
4月10日(木)	9:00~ 9:20	狐島公民館
	9:30~ 9:50	青木花見公民館
	10:00~10:20	島新田会館
	10:30~10:50	立足会館
	11:00~11:20	古厩会館
	11:30~12:00	新屋公民館
	13:30~13:50	北矢村集会所
	14:00~14:20	宮城会館
4月16日(水)	9:00~ 9:30	等々力町公民館
	9:40~10:10	本郷公会堂
	10:20~10:40	西原公民館
	10:50~11:10	田中麦大豆センター
	11:20~11:40	上原公民館
	13:00~13:20	塚原公民館
	13:30~13:50	牧公民館
	9:00~ 9:30	勤労者福祉センター
4月18日(金)	9:40~10:00	橋爪公民館
	10:10~10:30	耳塚公民館
	10:40~11:00	嵩下公民館
	11:10~11:30	小岩岳公民館
	13:00~13:20	豊里公民館
	13:30~13:50	富田公民館
	9:00~ 9:30	穂高総合支所
	9:40~10:00	柏原会館
4月20日(日)	10:10~10:30	久保田公民館
	10:40~11:00	上原公民館
	11:15~11:35	ピフ穂高北スポーツ公園
	13:00~13:20	新屋公民館
	13:30~13:50	立足会館
	9:00~ 9:20	JA 西穂高支所前
	9:35~ 9:50	牧公民館
	10:00~10:15	古厩会館
4月26日(土)	10:25~10:40	青木花見公民館
	10:50~11:10	勤労者福祉センター
	9:00~ 9:20	JA 西穂高支所前
	9:35~ 9:50	牧公民館
	10:00~10:15	古厩会館
	10:25~10:40	青木花見公民館
	10:50~11:10	勤労者福祉センター
	9:00~ 9:20	JA 西穂高支所前

### \*三郷地域

月 日	時 間	場 所
4月14日(月)	9:00~ 9:30	一日市場公民館
	9:40~ 9:50	JR 一日市場駅前
	10:00~10:10	見岳町集会所
	10:20~10:50	七日市場公民館
	11:00~11:20	及木公民館
	11:30~11:50	東中萱集会所
	13:00~13:30	中萱公民館
	13:40~14:00	住吉公民館
4月17日(木)	14:10~14:30	楡公民館
	9:00~ 9:30	二木公民館
	9:40~10:10	下長尾公民館
	10:20~10:50	上長尾公民館
	11:00~11:30	野沢公民館
	13:00~13:20	東小倉第一集会所
	13:30~13:50	東小倉公民館
	14:00~14:20	室町公民館
4月23日(水)	9:00~ 9:20	南小倉公民館
	9:30~ 9:50	北小倉公民館
	10:00~10:20	小倉多目的研修センター
	10:35~10:55	野沢公民館
	11:10~11:30	一日市場公民館
	13:00~13:20	中萱公民館
	13:30~13:50	三郷総合支所前駐車場
	9:00~ 9:30	勤労者福祉センター

### \*堀金地域

月 日	時 間	場 所
4月16日(水)	9:00~ 9:20	田多井公民館
	9:30~ 9:40	田尻元稚蚕所西ごみ集積所前
	9:50~10:05	旧小田多井公民館跡地
	10:15~10:30	中堀神社東空地
	10:40~10:55	下堀公民館
	11:05~11:20	上堀地域構造改善センター
	11:30~11:45	倉田構造改善センター
	9:00~ 9:15	岩原公民館西側
4月21日(月)	9:25~ 9:40	扇町区構造改善センター
	9:50~10:05	下堀公園ごみ集積所前
	10:15~10:25	下堀田圃集会所
	10:35~10:45	上堀南原集会所
	10:55~11:10	田尻公民館
	11:20~11:30	田多井元南部詰所ごみ集積所前
	9:00~ 9:10	下堀公民館
	9:20~ 9:30	岩原公民館西側
4月24日(木)	9:40~ 9:50	田多井公民館
	10:00~10:20	堀金総合支所
	9:00~ 9:10	下堀公民館
	9:20~ 9:30	岩原公民館西側
	9:40~ 9:50	田多井公民館
	10:00~10:20	堀金総合支所
	9:00~ 9:10	下堀公民館
	9:20~ 9:30	岩原公民館西側

### \*明科地域

月 日	時 間	場 所
4月11日(金)	9:00~ 9:10	上押野上手木戸バス停
	9:20~ 9:30	上押野営農センター
	9:40~ 9:55	下押野集会所
	10:05~10:15	塩川原農業研修センター
	10:25~10:35	荻原農村都市交流センター
	10:45~10:55	中村農業生活改善センター
	11:05~11:15	小泉農業研修センター
	11:30~11:40	上生野公民館
4月15日(火)	13:00~13:10	明科北保育園駐車場
	13:20~13:30	潮農業生活改善施設
	13:40~13:50	大足地区コミュニティー集会所
	14:00~14:10	明科体育館北側駐車場
	14:20~14:30	水産試験場前
	14:40~14:55	明科支所前駐車場
	9:00~ 9:10	山中農業研修センター
	9:20~ 9:30	潮沢公民館
4月15日(火)	9:45~ 9:55	御宝田遊水池駐車場
	10:05~10:15	中耕地公民館
	10:25~10:35	宮本公民館
	10:45~10:55	北村集会所
	11:05~11:15	中条集会所
	11:25~11:35	天神原農業生活改善施設
	9:00~ 9:10	山中農業研修センター
	9:20~ 9:30	潮沢公民館

**生涯1度の登録と  
年1回の狂犬病予防注射を**

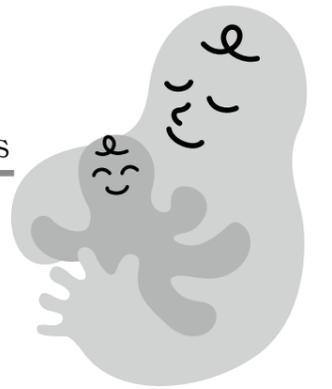
生後91日以上飼育された犬は、生涯に1度の登録と年1回の狂犬病予防注射が法律で義務付けられています。室内犬も同様ですので、必ず登録と注射を受けてください。登録・注射を受けさせない場合は20万円以下の罰金などの罰則が課せられます。（第27条第1号および同条第2号）

**マナーを守って**

▷犬のフンは必ず持ち帰りましょう。可燃ごみで処理をしてください。

▷犬を放すのは危険です。必ずつなぎましょう。

▷大切な犬がいなくなったとき戻ってくるように、首輪に「鑑札」「狂犬病予防注射済票」「迷子札」などを付けましょう。



## 知る

健康長寿のまちづくり ～私たちが自分でできること～

### 腎臓を守る生活習慣

#### 慢性腎臓病（CKD）を予防するために

前回に引き続き、慢性腎臓病（CKD）についてご説明します。

CKDは、生活習慣病と密接な関わりがあります。健康な人でも加齢とともに腎機能は少しずつ低下していきませんが、次のような危険因子を持つ人はCKDが重症化しやすく、特に注意が必要です。

生活習慣病を予防して、腎臓を守り、重症化を防ぎましょう。

#### ●CKDの危険因子を持つ人

- ▷肥満の人
- ▷タバコを吸う人
- ▷高齢の人
- ▷血圧の高い人
- ▷血糖値の高い人
- ▷コレステロール値の高い人
- ▷家族に慢性腎臓病の人がいる人
- ▷健診でたんぱく尿が出た人

#### 腎臓を守るために…

食事と生活に注意し、腎臓を守りましょう。

#### ●腎臓を守る食事のポイント

##### ▷バランスの良い食事で肥満予防

体重が増えると血液量が増加するため、血液をろ過する腎臓に負担がかかります。暴飲・暴食をひかえ、バランスのとれた食事で適正体重を維持することが大切です。

##### ▷減塩で高血圧を予防・改善

塩分の取りすぎは、血圧を上げ腎臓に負担を掛けます。1日の塩分摂取量は、男性9g未満・女性7.5g未満・高血圧の人は6g未満です。（日本人の1日の塩分摂取量は、平均11～12g程度）

#### ●腎臓を守る生活のポイント

##### ▷必要な薬以外は飲まない

薬やサプリメントの中には、腎臓の細胞を傷つけてしまうものがあります。自己判断で飲まずにかかりつけ医に相談しましょう。

##### ▷喫煙をやめる

たばこは、生活習慣病の引き金になる有害な物質が多く含まれています。腎臓にも悪影響を与えます。

##### ▷早寝・早起き・十分な睡眠・休息を

腎臓の細胞は再生されないため、修復するためには、十分な睡眠や休養が必要です。

##### ▷過労・ストレスをためない

腎臓にストレスがかかると、血圧が上がり腎臓の血管が傷つきます。

##### ▷感染症に注意する

腎臓病は、感染症を起こした後に発症し慢性的に進んでいくことがあります。日頃から手洗い・うがいなどをこまめに行うとともに、水分を十分取りましょう。

##### ▷トイレを我慢しない

トイレを我慢していると、膀胱にたまった尿が腎臓に逆流し、腎臓の血管を傷めてしまいます。また、細菌も繁殖し、炎症を起こしやすくなります。尿意を感じたら我慢せずトイレに行く習慣をつけましょう。

##### ▷適度な運動をする

日頃からウォーキング程度の適度な運動を心掛け、運動時には適切な水分補給をしましょう。

☎健康推進課（TEL81・0726 FAX81・0703）

### 70歳から74歳の皆さんの医療費自己負担額を見直し

70歳から74歳の皆さんの医療費の窓口負担は、法律上2割ですが、特例措置でこれまで1割負担とされてきました。しかし、平成26年度から、より公平な仕組みとするため、この特例措置が見直されます。見直しに当たっては、高齢者の生活に大きな影響が生じることのないよう、平成26年4月2日以降70歳の誕生日を迎える皆さんから段階的に行われます。

#### ●見直し内容

国保加入世帯のうち、70歳以上の皆さんの所得に応じて医療機関を受診する際の自己負担が1割または3割とされてきましたが、このうち1割負担について以下の通り見直しが行われます。

#### ●対象者

##### ▷平成26年4月2日以降に70歳の誕生日を迎える皆さん

（誕生日が昭和19年4月2日以降の皆さん）  
70歳の誕生月の翌月（ただし、各月1日が誕生日の場合はその月）の診療から、窓口負担が現在の3割から2割になります。

例えば、平成26年4月2日～5月1日に70歳の誕生日を迎える場合、5月の診療から2割負担になります。

※一定の所得がある場合は、これまでどおり3割負担です。

※なお、窓口負担には毎月の負担上限額が定められていますが、70歳から2割負担となる皆さんは、69歳までと比べて上限額が下がります。

#### ▷平成26年4月1日までに70歳の誕生日を迎えた皆さん

（誕生日が昭和19年4月1日までの皆さん）

平成26年4月以降も医療費の窓口負担は1割のまま変わりません。

※一定の所得がある場合は、これまでどおり3割負担です。

※窓口負担の毎月の負担上限額も変わりません。

#### 70歳以上の人の医療費の自己負担（国民健康保険に加入の場合）

1割負担（昭和19年4月1日までに生まれた人）		
1割負担	自己負担	国保負担
	1割	8割
2割負担（昭和19年4月2日以降に生まれた人）		
2割負担	自己負担	国保負担
	2割	8割
3割負担（一定の所得がある人）		
3割負担	自己負担	国保負担
	3割	7割

※2割（または1割）・3割の判定は、同一世帯内の70歳以上の国民健康保険被保険者の住民税課税所得（前年中のもの）によって判定され、8月に見直しが行われます。

☎市民課国保年金担当

（TEL82・3131 代 FAX82・6622）

または各総合支所市民福祉課



## 食

### 学校給食

#### 地元の野菜を使った一品

今月のレシピ さわにわん 沢煮椀



「沢煮椀」とは、細切りの豚肉と、千切りの野菜が入った薄味の汁物です。地元で採れた長ねぎを使用し、片栗粉でとろみをつけて、冷めにくくしました。体の中から温かくなる一品です。

#### 材料（4人分）

- 豚もも肉……………80g
- にんじん……………1/3本
- ごぼう……………1/2本
- 干しいたけ……………4枚
- えのきだけ……………1/2袋
- たけのこ（水煮）…1/4本
- 長ねぎ……………1/2本
- 薄口しょうゆ……大さじ1
- 塩……………少々
- 片栗粉……………小さじ2
- だし汁……………600cc

#### 作り方

- ①：豚肉は細切り、戻した干しいたけ、にんじん、たけのこは千切りにする。
- ②：ごぼうはささがきにし、水にさらし、水気を切っておく。
- ③：長ねぎは小口切りにする。
- ④：だし汁を煮立たせて、豚肉を入れ、あくをとる。
- ⑤：にんじん、ごぼう、干しいたけ、えのきだけ、たけのこを入れて煮る。
- ⑥：煮えたら、塩、薄口しょうゆで調味する。
- ⑦：水溶き片栗粉を加え、ひと煮立ちしたら出来上がり。

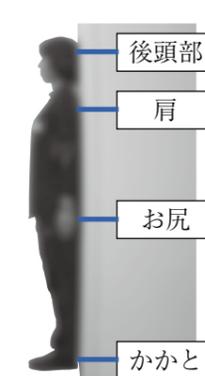
※反り腰にならないように注意しましょう



ウォーキング中に姿勢をリセット！

#### ウォーキング中の姿勢の作り方

- ①壁に「後頭部」「肩」「お尻」「かかと」を付ける。
- ②その状態から1歩前に出る。



自然と正しい姿勢が作れます！

#### 基本姿勢の簡単な作り方

暖かくなったら歩こうと思ってる皆さん、歩く前にまず正しい姿勢を身に付けることが大切です。簡単にできる方法を紹介しますので、歩く前に試してみてください。

## 動

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12回



# 4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。

## ★穂高北部児童館 TEL・FAX83-5494 ■休館日／日曜・祝日

**読み聞かせ**  
第1・4週はおはなしどりいむさん、4・11・18・25日(金) 11:00～11:20  
第2・3は坂井節子さん  
★どんなお話がきけるかな？

**わらべうた** 7・14・21日(月) 11:10～  
山房子先生  
★一緒に、わらべうたで遊んでゆったりとした時間を過ごしましょう。

**チャレンジタイム** 26日(土) 10:00～12:00  
100円 対象：小学生 定員：5組 ★一年間を通して楽しい計画をたてよう！お友達を誘って参加してね！

## ★穂高西部児童館 TEL・FAX82-2527 ■休館日／日曜・祝日

**読み聞かせ** (おはなしどりいむ) 14日(月) 11:20～11:40

**農園 顔合わせ会** 要予約 16日(水) 10:30～11:30

**チャレンジタイム** 19日(土) 10:00～11:30  
要予約100円 対象：小学生 定員：20人 持ち物：飲み物 ★登録してチャレンジタイムに参加しよう！内容はみんなで話しています。チャレンジ精神いっぱいの小学生待ってます！

## ★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) 16日(水) 11:00～11:20  
★楽しいお話いっぱいです

**キッズリユース** 25日(金) 10:30～11:15  
お下がり会  
出品者のみ要予約 出品者は10:00までにお越しください。

## ★南穂高児童館「にこにこランド」 TEL71-5150 FAX71-5152 ■休館日／日曜・祝日

**読み聞かせ** (おはなしムーン) 7・14日(月) 11:00～11:20

**お下がり会** 15日(火) 11:00～11:30  
★出品する方は10:50までにお越しください

## ★豊科中央児童館 TEL・FAX72-0122 ■休館日／日曜・祝日

**子育て勉強会** 歯のはなし～“食べる”を考える～ 16日(水) 10:30～11:30  
要予約 講師：丸山安基子さん 託児あり

**読み聞かせ** 21日(月) 11:00～

**お下がり会** 25日(金) 11:00～  
出品する方は10:50までにお越しください

**チャレンジタイム** 26日(土) 14:00～15:00  
お好み焼き作り  
要予約100円 対象：小学生以上 定員：15人 持ち物：エプロン、三角巾、お皿、はし、飲みもの

## ★高家児童館 TEL・FAX72-5685 ■休館日／日曜・祝日

**読み聞かせ** (おはなしムーン) 17日(木) 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** 7日(月) 11:00～11:30

**読み聞かせ** (スマイル) 14日(月) 11:00～11:30

**みんなおいで** よもぎもち作り  
要予約100円 定員：20組 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物  
★親子でよもぎもちを作って春を感じてみませんか。

## ★明科児童館 TEL62-2482 FAX62-1124 ■休館日／日曜・祝日

**チャレンジタイム** 平面キューブ作り 24日(木) 15:45～  
対象：小学生以上  
★ルービックキューブの平面版にチャレンジしよう♪

**読み聞かせ** (ひばりの会さん) 17日(木) 16:00～  
対象：小学生向け  
★楽しいお話、すてきなお話を楽しみましょう♪

## ★堀金児童館 TEL71-2122・FAX71-2126 ■休館日／日曜・祝日

児童館の育児相談 (実施時間：10:30～12:00)		※穂高地域の3館は身体測定あり (実施時間：10:00～12:00)	
会場	日程	会場	日程
穂高西部	4日(金)	高家児童館・穂高中央児童館・三郷児童館 (※10:00～12:00)	18日(金)
豊科中央児童館・穂高北部児童館 (※10:00～12:00)	11日(金)	明科児童館	22日(火)
堀金児童館	14日(月)	南穂高児童館	25日(金)

## キッズパークに参加しませんか？

キッズパークは就園前の親子登録制サークルです。季節の行事や親子体操、おやつ作りなどを楽しむほか、参加者の皆さんで計画する自主活動もあります。子育てのワンポイントを学べる機会でもありますので、皆さんお誘い合わせの上、各地域の児童館までお申し込みください。

平成26年度の申し込みは既に終了していますが、定員に達していない児童館は随時登録を受け付けています。また、行事によっては自由参加枠を設けていますので、年間登録なし(予約は必要です)で参加することもできます。キッズパークの日程等につきましては、毎月こちらのコーナーでお知らせしていきます。

# 4月(April)の予定

## 4月の各種相談

場…場所 問…問い合わせ 時…時間 ※このページは、4月1日に移行する市役所の新組織体制で表記しています。

### こころの相談

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 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1  
場 豊科公民館和室

精神科医による依存症相談 要予約 時 13:30～

4日(金) 場 豊科公民館和室

あずみ野断酒会 時 19:00～21:00

2・9・16・23・30日(水) ※2・16日は家族会 場 豊科公民館和室  
場 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。

### 心配ごと相談・行政相談 (\*は行政相談を同時開催)

7日(月)・\*21日(月) 時 13:00～16:00

場 堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・FAX73-5775)

8日(火)・\*22日(火) 時 13:00～16:00

場 穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)

9日(水)・\*23日(水) 時 13:00～16:00

場 豊科ささえあいセンター「にじ」(Tel72-3013・FAX72-5422)

10日(木)・\*24日(木) 時 13:00～16:00

場 三郷福祉センター(Tel77-8080・FAX77-8081)

11日(金)・\*25日(金) 時 13:00～16:00

場 明科総合福祉センター「あいりす」(Tel62-2429・FAX62-5025)

場 心配ごと相談…上記へ

場 行政相談…市民生活部 市民相談室(Tel82-3131・FAX82-6622)

※3月中のお問い合わせは、総務部総務課(Tel71-2000・FAX71-5155)

### 生活労働相談 時 18:00～20:00

9日(水) 場 安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)

場 商工観光部商工労政課(Tel82-3131・FAX82-6622)

※メール相談も受付中。詳しくは以下のホームページにアクセスを。  
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

18日(金) 場 安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)

場 商工観光部商工労政課(Tel82-3131・FAX82-6622)

※40歳台前半までの自己分析や就職活動にお悩みの方、ご相談ください。

### 行政書士による無料相談 要予約

17日(木) 時 13:00～15:00 (相続・遺言手続・成年後見等)

場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1

場 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。

### 消費生活相談 時 平日の9:00～16:00 ※電話相談も可。

場 豊科消費生活センター(穂高支所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)(セロ・ゴー・ナナ・セロ せろろ、みんな)

### 弁護士会による無料法律相談 要予約

10日(木) (予約日:3日(木))

場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1

24日(木) (予約日:17日(木))

場 穂高支所 大会議室

時 いずれも13:30～16:30 ※1人20分、定員8人

場 市民生活部 市民相談室(Tel82-3131・FAX82-6622)

※電話予約…予約日の9:00～12:00

※定員8人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。

※3月中のお問い合わせは、総務部総務課(Tel71-2000・FAX71-5155)

### 母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00

8・22日(火) 場 堀金保健センター(Tel73-5770・FAX73-5775)

9・23日(水) 場 豊科保健センター(Tel72-9970・FAX72-9044)

10・24日(木) 場 三郷保健センター(Tel77-9111・FAX77-9113)

15日(火) 場 明科保健センター(Tel81-2251・FAX81-2943)

17日(木) 場 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。

### 人権特設相談所 時 10:00～15:00

26日(土) 場 豊科公民館

場 法務局松本支局(Tel32-2571・FAX32-2572)

### 介護相談 時 平日の8:30～17:00

### 子ども・母子家庭・女性の相談 要予約

平日 時 8:30～17:00

場 関子ども支援課児童係(Tel81-0727・FAX81-0703)

### 教育に関する相談

いじめ相談ホットライン 時 8:30～17:15

毎週月～金曜日(29日は除く)

場 豊科教育指導室(教育委員会事務局)(Tel62-3521・FAX62-5721)

教育全般(子育て・学校生活・不登校・発達障害など) 時 10:00～16:00

毎週月～金曜日(29日は除く)

場 豊科教育相談室(豊科公民館内)(Tel72-2238・FAX62-5721)

※電話相談可。まずはお電話ください。

## 4月の休日当番医 (変更になる場合があります。) 長野県休日・夜間緊急医療内サービス 0570-088199

6日(日)	13日(日)	20日(日)	27日(日)	29日(火・祝)
村山医院 82-2101 [穂高]	古川整形外科 82-8880 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	古川医院 82-4385 [穂高]	伊藤医院 62-2051 [明科]
ふじもり医院 72-2011 [豊科]	高橋医院 82-2561 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	百瀬医院 82-2205 [穂高]
木暮医院 77-2119 [三郷]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	和田医院 72-2047 [堀金]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	白木医院 77-2134 [三郷]
丸山歯科医院 82-7505 [穂高]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	堀金歯科医院 72-6975 [堀金]	山田歯科医院 73-7575 [豊科]	上月歯科医院 82-7530 [穂高]

# ボランティア募集中

市教育委員会では、平成26年度スクールサポート事業（平成25年度までは学校支援地域本部事業）として、市内小中学校でボランティアとして活動していただける皆さんを募集しています。

## 学校支援ボランティア

ボランティアとして登録後は、市内小・中学校各校に配置した「地域コーディネーター」を通じて、派遣要請があった学校で活動していただきます。

### 【ボランティア活動例】

- グラウンドなどの環境整備活動
- 総合的な時間での講座指導
- 小学校のクラブ活動（華道・紙飛行機など）の指導

### 【登録方法】

「人材バンク登録カード」を提出してください。（人材バンク登録カードは、市ホームページで入手または学校教育課から郵送でも取り寄せることができます）



学校支援ボランティアによる田植え指導（三郷小）

## 「放課後学習室」指導者

各小学校の「放課後学習室」で主に算数や国語について、児童と一緒に考え、理解を深めるため、個人学習を支援します。

### 【申し込み・資格等】

- ▷小学生の学習指導に関心がある人（年齢や性別、教員免許や学習指導の経験の有無は問いません）。
- ▷放課後学習室での支援内容・方法などをご理解いただいた上で、学校支援ボランティアとして登録いただきます。詳細は学校教育課へお問い合わせください。

### 【放課後学習指導室】

高学年児童を対象に学習への不安の軽減や、学習意欲・理解の向上を図る教室です。

- 期間 6月上旬から平成27年3月下旬まで
- 日時 毎週水曜日の放課後 午後3時ころから約1時間程度
- 場所 市内各小学校
- 対象 高学年児童 各校20人程度

申し込み・問い合わせ 教育委員会学校教育課 ☎62・0133(代) ☎62・5721

2014.3.1現在 ( )内は対前月比	
人口	99,040人(-51)
男	48,045人(-11)
女	50,995人(-40)
世帯	38,012世帯(+21)

広報 あづみの

発行日 平成26年3月19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

☎0263-71-2000 ☎0263-71-5000

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

E-mail [info@city.azumino.nagano.jp](mailto:info@city.azumino.nagano.jp)

印刷 (有)安曇印刷 印刷経費1部22円

次回発行…お知らせ版4月9日(水)

古紙配合率100%  
再生紙を使用しています。

PRINTED WITH  
SOYINK

◆ツイッターにより市政情報を発信（試験運用）しています。さまざまな情報をお届けしていきますので気軽にフォローしてみてください。アカハンは「@AzuminoCity」です。

◆歯周疾患の講演会に出掛けてきました。歯科検診は自動車では車検と一緒に、長く大切に使うために定期的な検診を心掛けたいと思います。

◆ヨーデルと木遣りコンサートは、迫力満点の楽しいステージでした。遠出してわざわざ見に行くのも楽しみのひとつですが、本場の芸術が地元で見られるというのはすごいことだと思いました。せっかくの機会を大切にしたいです。

◆豊科図書館の取材では、講師から「ハンコを作ってみませんか？」と声を掛けられ、いつもと違う取材に…。ブログ用にと逆取材も受け少し緊張しました。出来あがり

はご想像にお任せします…。

## 編集後記

本庁舎	〒399-8205	長野県安曇野市豊科4932番地46	TEL 0263-71-2000	FAX 0263-71-5000
豊科総合支所	〒399-8205	長野県安曇野市豊科4340番地	TEL 0263-72-3111	FAX 0263-72-8340
穂高総合支所	〒399-8303	長野県安曇野市穂高6658番地	TEL 0263-82-3131	FAX 0263-82-6622
三郷総合支所	〒399-8101	長野県安曇野市三郷明盛4810番地1	TEL 0263-77-3111	FAX 0263-77-6060
堀金総合支所	〒399-8211	長野県安曇野市堀金島川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