



特集

「めぐる めぐみ 安曇野水物語」

あなたの一票が安曇野の未来を決める

「10/12 投開票 市長・市議会議員選挙」



A vertical banner with a background image of a lush green forest. A stream flows through the center, surrounded by dense foliage and ferns. Overlaid on the image is large, white, stylized Japanese text that reads "めぐる み" (Meguru Mi), which translates to "Traveling" or "Journey".

6 安全な水とトイレ
を世界中に

11 住み続けられる
まちづくりを

地下水を守る 安曇野ルール

●地下水採取量の報告と大口利用者の事前審査

●地下水の流入・流出量のチェック体制を強化

地下水の長い旅

蛇 口をひねると出てくる水道水やワサビ田を潤す湧き水、豊かな水資源を生かした産業など、私たちの暮らしを支えている水。1日に何度も触れるその水は、長い年月をかけて育まれた自然からの贈り物です。安曇野の水道水は地下水1000メートル^{ポット}。このように、日本で地下水のみの水道水を飲んでいる人は全体の約7%といわれており、この恵まれた環境は決して当たり前ではありません。

安曇野は山から流れてきた土砂が扇のようにたまってできる扇状地が重なり合った複合扇状地です。北アルプスに降った雨や雪は小さな沢となつて山を下り、扇状地へ流れ込みます。扇状地は砂や石で作られているため、水が浸み込みやすい性質があります。その地層のさらに下に広がるのは北アルプスなどを形づくる水を通しにくい地層。岩石を多く含むこの地層が水をためる器の役割を果たし、諏訪湖の約303倍・約19.1億 t にもなる豊富な地下水が松本盆地の中に蓄えられています。地下をゆっくりと流れる水は標高の高い場所から平均で10～15年かけて、犀川・高瀬川・穂高川の三川合流部に集まって湧き水として地上に姿を現します。

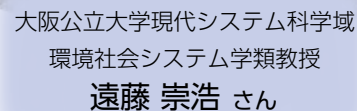
山の恵みを生かした暮らし

市水環境審議会会長を務める大阪公立大学教授の遠藤さんに、安曇野の水の特徴や地下水を守るために必要なことを聞きました。

地下水を守る収支バランス

に降った雨や雪が長い年月をかけて湧き水として再び地上に姿を現す。安曇野は水が循環して、豊富な地下水を育んでいる地域です。その地下水は皆さんが普段飲んでいる水道水の水源になっているほか、ワサビや信州サーモンなどの特産品の生産、湧き水がある景色を生かした観光など、地域を支える資源として幅広く利用されています。こうした水と共に暮らす文化が根付いていることも、この土地ならではの特徴です。

恵まれた水環境がある安曇野ですが、地下水は40年程前に比べ減少していることが分かっています。原因は水田の減少や都市構造の変化、地下水の利用増加、近年では気候の変動なども関係していると考えられます。この地下水を守る鍵となるのが「水の収支バランス」です。市では地下に水が浸み込む涵養量と地下から水をくみ上げる揚水量を把握し、必要な取り組みを行うことで水の収支バランスの改善を

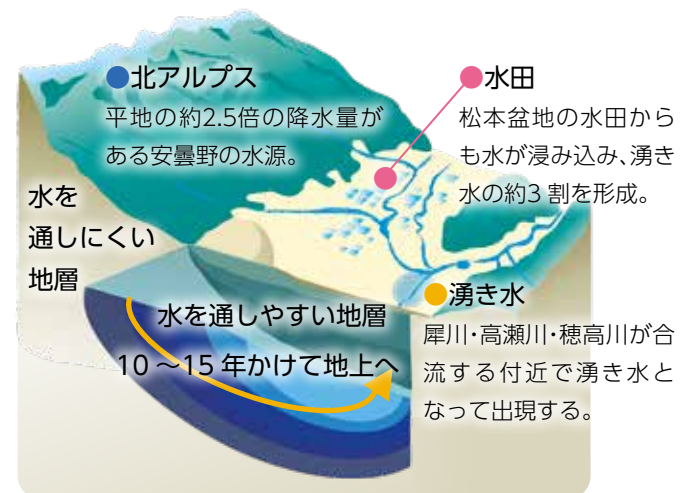


●プロフィール

環境政策学を専門とし、地下水管理などの研究を行う。市水環境審議会長を務め、市の水環境施策に携わっている。

指しています。例えば、ムギやコメを収穫した農地に水を張る取り組みは水の収入となる涵養量を増やし、地下水をくみ上げる皆さんに採取量を報告してもらおう市独自のルールは水の支出となる揚水量の管理につながります。

市ではこうした取り組みの設計図を「水環境基本計画」としてまとめています。設計図の策定には行政・事業者、一般市民が参加しており、しかも進捗の評価もみんなで一緒に行うという徹底ぶりです。こうした自治体は全国的に見ても非常にまれです。皆さんが水の価値を知ること、収支バランスの改善には欠かせません。さまざまな関係者が協力し、豊かな水環境を守る取り組みを続けることが地下水を未来へつなぐ一歩となります。



先人の思いと技術の結晶

水はけの良い扇状地の真ん中では、農作物の不作や水不足に苦労してきた歴史があります。そのため、先人たちは多くの^{せき}堰を各地に作りました。こうして安曇野は全国有数の米どころとなりました。

このうち約200年前に造られた拾ヶ堰は歴史的な価値と功績が認められ、世界かんがい施設遺跡に登録されています。



あづみの水結

湧き水だけでなく、川や水路などさまざまな形で水が暮らしのすぐそばにある安曇野。その豊かな水を守り、魅力を発信するネットワーク「あづみの水結」の活動を紹介しします。

水文化を守る「あづみの水結」

あづみの水結は水を育む環境や地域に根付いた水文化を守り、魅力を発信する個人や団体が参加する市独自の登録制度です。2022年から始まり、現在は個人や地元の企業、学校など31者が加入しています。

活動は湧水地など水辺の清掃や子ども向けの水めぐりツアーでの解説、農薬を減らした農作物の栽培など自分の得意分野を生かして、できる範囲で行います。今後はあづみの水結を通じて、安曇野の水環境の現状や保全の取り組みなどを多くの人に広める活動に力を入れる予定です。

参加するには

あづみの水結には18歳以上の個人や団体、企業が参加できます。住む場所や拠点が市外でも登録できます。

登録には申込書の提出またはながの電子申請サービスから申請が必要です。登録の要件など詳細は市HPをご覧ください。



市HP ながの電子
申請サービス 申請サービス



活動リポート①

憩いの池清掃体験

安曇野わさび田湧水群憩いの池では、市とボランティアによる清掃が定期的に行われています。7月11日に行われた清掃活動には、学校としては初めてあづみの水結に加入した穂高商業高校の生徒も参加。水面に映るまぶしい日差しに目を細めながら、約30人の参加者が熊手で池底の藻やごみをさがしました。

清掃を終えた同校3年の中村蓮さんは「僕らにしたら当たり前の安曇野の風景や水を、これからも守っていききたい」と、中山楓輝さんは「水路や池にごみを捨てないでほしい」と話してくれました。

Memo 名水百選の清らかな水
清掃活動を行った「安曇野わさび田湧水群」は、環境省の名水百選にも選ばれている安曇野の湧き水を体感できるスポット。年間を通じて水温13度前後を保つ冷たく澄み切った水と涼し気な景色が楽しめます。



活動リポート②

水めぐりツアー

8月1日の「水の日」に合わせて水めぐりツアーが開かれ、親子10組23人が参加しました。当日は、烏川渓谷緑地とゴールドバックあずみ野工場、田淵行男記念館を回り、安曇野の地下水の仕組みと水生生物の生態を学びました。

田淵行男記念館で、約15度の水が湧く湧水地に入った子どもたちは、きれいな水でしか見られない生き物を次々と捕まえ歓声を上げていました。ツアー最後のお楽しみは、サンリンI&F株式会社と株式会社スドーから提供されたオール安曇野産のかき氷。参加した親子は甘い特製シロップをのせた安曇野の天然氷のかき氷に舌鼓を打っていました。

子どもたちは「泡が出ているところから水が湧いていると知り、水の道のりを想像できて楽しかった」、「この環境が当たり前ではなく、ありがたい環境だと感謝し大事にしていきたい」と話し、笑顔を見せていました。



安曇野生まれのかき氷おいしい！



水を育むためにできること7選

大切な地下水を守り、恵みを次の世代へつなぐために普段からできることがあります。

- 1 水循環の仕組みを学ぶ
- 2 職場や家庭で節水を心掛ける
- 3 地元のお米を食べる
- 4 ゼロカーボンに向けた取り組みを行う
- 5 雨水タンクを活用する
- 6 洗剤や農薬は適量を守る
- 7 コミュニティの河川清掃・森林整備に参加する



Check

水結の活動をSNSで発信中！
市内の水に親しむスポットや暮らしに役立つ水の豆知識、イベント情報などを発信しています。



X



Instagram

Info

2025年大阪・関西万博で安曇野の水をPRします

安曇野の水環境と魅力を伝えるブースを出展し、地下水の仕組みを映像と模型で紹介しします。

期9月23日(火)～29日(月)

場会場内フューチャーライフエクスペリエンス

因▷安曇野の水環境を紹介する映像の放映
▷北アルプスと松本盆地のジオラマ展示ほか



万博で展示紹介したジオラマと映像は環境フェアでご覧いただけます。
(28・29ページ参照)

大阪・関西万博公式キャラクター
ミャクミャク©Expo 2025

あなたの一票が安曇野の未来を決める――。

安曇野市長・市議会議員一般選挙



問選挙管理委員会事務局 Tel71-2031

投票日

10月12日

7:00～20:00

大沢公民館は18:00 まで



- 当日は入場券に記載の投票所へお出掛けください。市役所・支所では投票できません。
- 今回、第75投票所は小泉農業研修センターから神谷集会所に変更しています。

期日前投票

10月6日～11日

8:30～20:00

市役所1階東側ロビー、穂高支所
三郷公民館、堀金支所、明科支所

さまざまな投票方法

期日前投票以外にも、右表のように投票する制度があります。「★」がある投票方法は事前に手続きが必要ですので、早めに選挙管理委員会事務局へ問い合わせ(Tel71-2031)ください。

選挙クイズにチャレンジ

18歳未満の皆さんを対象とした選挙クイズを各投票所で行っています。ぜひお子さんと一緒に投票に行き、その場で解答してみてください。
成績優秀者には後日記念品をプレゼントします！

投票方法	内容
郵便による不在者投票★	重度の身体障がいのある人が在宅で投票できます。
病院・施設等での不在者投票	特定の病院や老人ホーム等に入院・入所している人は、その施設で投票できます。
滞在地での不在者投票★	投票日に仕事等で他の市区町村に滞在中の場合、滞在先の自治体の選挙管理委員会投票ができます。
代理投票	投票所の係員が補助者し、投票できます。
点字投票	目が不自由な人のために、点字で投票ができます。



令和6年度明るい選挙啓発ポスターコンクール
長野県・佳作 豊科南中学校1年(当時) 佐藤 凜さん 作



する人もされる人も気を付けましょう！

寄附禁止のルールを守って明るい選挙へ

本人が出席する結婚披露宴の祝儀や葬式の香典で通常一般の社交程度を超えないものを除き、現職や候補者などの政治家が選挙区内のある人に対して寄附を行うことは禁止されています。後援会などが行う寄附も同

様です。有権者が政治家に対して寄附をするよう勧誘したり、要求したりすることも禁止です。右記を参考に、公平で公正な選挙にご協力ください。

これはアウト！禁止の対象

お見舞い(病気など)、葬式の花輪・供花、お中元やお歳暮、お祭りへの寄附や地域の催物への寸志や差し入れ、落成式・開店祝いの祝儀や花輪、入学・卒業祝、秘書等が代理出席する場合の結婚祝い・香典 等

安曇野市美術館リニューアルオープン 多くの人に愛される美術館へ



リニューアルオープンをテープカットで祝う

安曇野市美術館の大規模改修が完了し、リニューアルオープン記念式典が8月30日に開かれました。当日は関係者のほか、多摩美術大学の教授など約60人が出席し、改修を終えた美術館の新たなスタートを祝いました。

太田市長は「気軽に憩える場、また知的探究心や創造力を刺激する場として多くの人に愛される美術館を目指していきたい」と、美術館の機能を十分に発揮した活動への決意を述べました。同館は平成4年、旧豊科町立豊科近

代美術館として開館。昨年6月から休館し、屋根や外壁、内装の修繕、空調機器の更新、出入口の自動ドア化などの改修を実施し、本年4月、リニューアルオープンに先行して安曇野市美術館に改称しました。総事業費は約7億6000万円で、主な財源に旧合併特例事業債を活用しています。また、オープンを記念して同館では特別展あづみ野ガラス工房40周年記念展が10月5日まで開かれ、9月20日にはセミナーを開催する予定です。

更なる技術力向上の模範に 市優良建設工事表彰式

令和7年度市優良建設工事表彰式が8月22日に市役所で行われ、令和6年度に完成した300万円以上の市発注建設工事124件のうち特に優れた工事9件の施工社7社へ太田市長から表彰状が手渡されました。

太田市長は、誠意をもって施工されたことに感謝しつつ「今後も公共工事の品質確保・技術力向上に努め、引き続き地域の発展にご協力いただきたい」とあいさつ。受賞社を代表してあいさつした株式会社相模組の専務取締役

役中 信支店長の相模悠貴さんは「社会基盤の整備を通し市民の財産を守り続け、市と共に安曇野らしいまちづくりを実現したい」と応じました。

受賞社は次の皆さんです。(敬称略)
▽田沢川窪建設有限会社▽株式会社相模組 中田 信支店▽株式会社大和ホーム工業 安曇野営業所▽吉川・丸山硝子 特定建設工事共同企業体▽株式会社振興建設▽株式会社中部水工▽株式会社堀内組



前列は表彰状を持つ会社代表の皆さん。後列は対象工事の現場代理人の皆さん。

10月1日発行・公開 広報あづみの市制施行20周年記念号・記念動画「RE AZUMINO」



10月1日に市制施行20周年を迎えることを記念し、「広報あづみの市制施行20周年記念号」を発行し、各戸に配布します。市の20年のあゆみや安曇野で暮らす皆さんのインタビューなどを掲載しています。また、映像で今の暮らしや地域の皆さんの姿を伝え、まだ知らない安曇野を再発見していただける記念動画「RE AZUMINO」を同日に市公式YouTubeチャンネルで公開します。ぜひご覧ください。 問秘書広報課 Tel71-2400



記念動画「RE AZUMINO」
市公式YouTube チャンネル





令和8年度

児童クラブ入所申し込みが始まります

児童クラブに入所を希望する児童の申し込みを開始します。

関子ども家庭支援課 Tel71-2078



対象

令和8年度に小学校在籍予定の児童

申し込み

10月8日(水)から11月5日(水)に申請書類を入所希望の児童館または子ども家庭支援課へ。申請書類は同課・児童館・市HPから入手できます。

対象校	受付場所
豊科北小学校	南穂高児童館
豊科南・豊科東小学校	高家児童館
穂高南小学校	穂高中央児童館
穂高西小学校	穂高西部児童館
穂高北小学校	穂高北部児童館
三郷小学校	三郷児童館
堀金小学校	堀金児童館
明南・明北小学校	明科児童館
全小学校	子ども家庭支援課

ご注意ください 申し込みは1年ごと必要！

現在児童クラブを利用している人で、引き続き来年度も通年利用や長期休みの利用を希望する場合は、申し込みが必要です。

入所申請の条件が変わります

祖父母が同居している場合や近くに住んでいる場合でも入所申請ができるようになります。

豊科東・明南・明北小学校児童クラブ 令和7年度追加募集

申請の条件変更に伴い、豊科東小・明南小・明北小児童クラブの追加募集を行います。詳細は市HP(右記2次元コード)をご確認ください。



市HP

認定こども園・保育園・幼稚園

令和8年度入園申し込み、体験入園・相談

関こども園幼稚園課 Tel71-2256

入園申し込み



入園に関する説明会はいきませんので、説明動画をご覧ください。入園に必要な書類は、こども園幼稚園課・市内認可保育施設・市HPから入手できます。

市内認定こども園・保育園等(公立・私立)

10月31日(金)までにこども園幼稚園課へ直接または郵送(必着)で

〒399-8281(住所不要) こども園幼稚園課 宛て

穂高幼稚園(第1希望の人)

10月29日(水)に穂高幼稚園へ直接(受付9:15~14:30)

穂高幼稚園 Tel82-2053



体験入園・入園相談



園での生活を体験して集団生活に触れ、お子さんの発達や園生活の疑問などを相談できます。

4月から新たに入園を希望する児童

(令和2年4月2日から令和5年4月1日生まれ)

各園1日10人(先着順)

上履き(子ども・保護者)

9月25日(木)17:00までにながの電子申請サービス(右記2次元コード)から

第1希望の園に参加してください

保護者が必ず一緒に参加してください

私立保育施設等は直接問い合わせてください

体験入園の参加有無は入園審査に影響しません

公立の対象園

認定こども園	10月15日(水)・16日(木) 10:00~10:30(受付9:30~) ※上川手・北穂高・明科北認定こども園は15日(水)のみ
穂高幼稚園	10月15日(水)・16日(木) 入園説明9:45~10:15(受付9:30~) 体験入園10:20~10:50

私立の対象園

細萱保育園 Tel72-2367	10月15日(水)・16日(木) 10:00~10:30 不要
認定やまぶきこども園 Tel77-1230	10月31日(金) 10:00~11:00 前日までに電話で
花園認定こども園 Tel72-4645	10月22日(水)・24日(金) 10:00~10:30 事前に電話で



小説『安曇野』を読もう！

第3部(その一からその六) 相馬家の長女・俊子への熱愛

この巻の舞台は大正時代。中村屋サロンで繰り広げられる人間模様、信州教育界での白樺派教師の動向、そして大逆事件のてん末などが臼井の真骨頂・登場人物同士の対話で展開されていきます。

相馬家の長女として生まれた俊子は、愛蔵の兄・相馬安兵衛の了承を得て愛蔵・良のもとへ上京します。荻原守衛が亡くなり、中村屋隣接のアトリエで制作に熱中していた中村葬の被写体は俊子です。二人の関係に介入する良の姿は、娘を思う母親の情というよりは、二人の関係に嫉妬するひとりの女性の姿として表現されています。「お前は狂人に走るのか、家にとどまるのか、どっちかと切り込まれて、俊子は泣き伏した。泣き止んだ俊子から家を出るつもりはないという返事をもぎとった黒光の顔に、勝利者に似た笑顔が浮かんだ。」と書かれているのがその六です。

その四では大逆事件の様子が展開されていきます。明治天皇の暗



明科歴史民俗資料館(当時)の大逆事件コーナーで展示されていた資料(市文書館収蔵)

市職員 人事行政 の状況をお知らせします

☎職員課 TEL 71-2405

任用・給与・服務などの市職員に適用される基準や市の人事管理の状況をお知らせします。

職員の任免・職員数

■ 職員の採用・退職の状況(再任用職員は除く)		
令和6年10月採用者	7人	令和7年4月採用者 19人
令和6年度退職者	12人	

▼一般職員数 (人)				
部 門	R6.4.1	R7.4.1	対前年増減数	
一 般 行 政	議会	6	6	0
	総務	181	183	2
	税務	44	42	-2
	民生	166	172	6
	衛生	64	64	0
	労働	2	2	0
	農林水産	43	44	1
	商工	31	34	3
	土木	56	53	-3
	小計	593	600	7
特 別 行 政	教育	77	78	1
公営企業等	水道	18	20	2
	下水道	11	10	-1
	その他	32	29	-3
	小計	61	59	-2
合 計	731	737	6	

▼会計年度任用職員数 (人)		
R6.4.1	R7.4.1	対前年増減数
730	723	-7

職員の勤務時間とその他勤務条件

■ 勤務時間(原則)	
8:30～17:15	※休憩時間を除く
休日	土日、祝日、年末年始(12/29～翌年1/3)
■ 年次休暇の取得状況	平均取得数11.5日(令和6年中)
■ 育児休業の取得状況	36人(令和7年4月1日現在)

職員の退職後の再就職状況 (令和6年度)

退職者数	再就職先			自営業・ 不明等
	市再任用 職員	市会計年度 任用職員	民間企業等	
12	0	2	4	6

職員給与

▼人件費(令和6年度一般会計決算) (千円)	
歳出額(A)	47,634,806
実質収支	932,866
人件費(B)	7,514,126
人件費率(B/A)	15.8%

※人件費には特別職(市長等、審議会委員など)に支給される給料・報酬などを含む

▼職員給与費(令和7年度一般会計当初予算) (千円)	
区 分	金 額
給料	2,608,834
職員手当	363,821
期末・勤勉手当	1,079,925
計(A)	4,052,580
職員数(B)	704人
1人当たり給与費(A/B)	5,756千円

※職員手当には退職手当を含まない

▼ラスパイレス指数(給与水準)	
安曇野市	全国市平均
97.2	98.6

※国家公務員の給料を100とした場合の給与水準を示す指数

▼職員の平均給料月額、平均給与月額、平均年齢(令和7年4月1日現在)		
区 分	R7.4	
一般 行政職	平均給料月額	318,990 円
	平均給与月額	363,821 円
	平均年齢	41 歳 9 カ月

※平均給与月額
給料月額と諸手当(扶養手当・住居手当・時間外勤務手当など)の合計

▼職員の初任給(令和7年4月1日現在) (円)		
区 分	月 額	
一般行政職	大学卒	220,000
	高校卒	188,000

▼職員の経験年数別・学歴別平均給料月額(一般行政職、令和7年4月1日現在) (円)					
区 分	経 験 年 数				
	7年以上 10年未満	15年以上 20年未満	20年以上 25年未満	25年以上 30年未満	
大学卒	267,532	326,104	356,875	383,141	
高校卒	246,493	296,950	—	361,700	

職員の手当

▼期末手当・勤勉手当の支給割合(令和6年度) (月分)		
区 分	期末手当	勤勉手当
6 月期	1.225	1.025
12 月期	1.275	1.075
計	2.50	2.10

▼退職手当の支給割合(令和7年4月1日現在) (月分)		
区 分	自己都合	定年・早期等
勤続 20 年	19.6695	24.586875
勤続 25 年	28.0395	33.27075
勤続 35 年	39.7575	47.709
最高限度額	47.709	47.709

▼その他の手当(令和7年4月1日現在)		
区 分	支給内容	
扶養手当	○配偶者	月額3,000円(7級以下)
	○子 (15歳～22歳の子は1人につき5,000円加算)	月額11,500円 月額6,500円(7級以下) 月額3,500円(8級)
寒冷地手当 (11 月～翌3月 に支給)	○扶養親族のある世帯主	月額 19,800円
	○扶養親族のない世帯主 ○その他の職員	月額 11,400円 月額 8,200円
通勤手当	○交通機関利用の場合 通勤に要する運賃相当額(月額150,000円限度)	
	○自動車等を利用の場合 (片道2km以上)月額2,000円～ (片道60km以上)月額31,600円	
管理職手当	職制上の段階により支給	
時間外勤務 手当	1時間につき、給料月額を基本とした時間単価の125%～175%を支給	
特殊勤務 手当	○感染症等防疫作業手当	日額500円
	○行旅死病人等取扱手当 1件1,500円～2,500円	
	○犬猫等死体処理作業手当	1件500円
	○野犬等処理作業手当	1件500円
	○福祉業務手当 日額 300 円または 500 円	
住居手当	借家等の場合	月額 28,000 円限度

特別職の報酬等 (令和6年度)

区 分	月 額	期末手当支給割合
市長	947,000	
副市長	774,000	6 月期 1.70 月分
教育長	677,000	12 月期 1.75 月分
議長	496,000	計 3.45 月分
副議長	435,000	加算措置 有
議員	406,000	

報酬等の決算 (千円)

区 分	R4 年度	R5 年度	R6 年度
報酬(A)	1,700,487	1,737,627	2,121,037
社会保険料等事業主負担金額(B)	242,867	256,502	310,737
合計(A+B)	1,943,354	1,994,129	2,431,774

職員研修の状況 (令和6年度)

※職員課が管理する研修の集計 (人)		
区 分	種 類	人 数
庁内研修	新規採用職員研修・SDGs 研修 等	3,195
出張研修	生成 AI 研修・文書作成力向上研修 等	121
派遣研修	国・県等への派遣研修	5

職員の福祉・利益の保護 (令和6年度)

■ 健康診断などの実施状況	
定期健康診断等受診者数	108人
人間ドック受診者数	487人
■ 安曇野市職員互助会の活動状況(会員712人)	
地方公務員法第42条により安曇野市職員互助会を設置し、職員の健康増進、体力向上、その他福利厚生に関する事業を実施	
職員互助会費	給料月額の3.5/1000
市負担金	給料月額の3.0/1000 (市負担金総額785万円)
令和6年度決算額	収入2,998万円 支出2,810万円
令和7年度予算額	3,126万円(市負担総額743万円)
■ 公務災害の認定状況	
公務災害認定	4件
通勤災害	0件

職員の分限・懲戒処分 (令和6年度)

(人)		
区 分	人数	
分限 処分 ※1	免職	0
	休職	11
	降任	0
	降格	0
	小計	11
懲戒 処分 ※2	免職	0
	停職	0
	減給	0
	戒告	0
	小計	0
訓告等※3		22

※1 職員が職責を十分に果たせない場合に、公務能率の維持を目的に行う処分(病気休職など)

※2 職員の義務違反などがある場合に、公務における規律と秩序の維持を目的に行う処分

※3 懲戒処分ではないが、自己の行為への責任を自覚させ、職務遂行に対する姿勢の改善等を目的に行う処分(訓告6人、文書注意13人、口頭注意3人)

公平委員会の報告 (令和6年度)

■ 勤務条件に関する措置の要求の状況	0件
■ 不利益処分に関する審査請求の状況	0件
■ 職員からの苦情の処理の状況	0件

認知症と歩む

地域とつながる

記憶や判断力などの機能が低下し、さまざまな場面で生活のしづらさが現れる認知症。発症の原因や時期、症状に違いはあっても誰もがなり得る病気です。認知症やその疑いがある人が集まり、本人同士で自由に話す「本人ミーティングあづみの」が7月20日と8月24日に市内で初めて開かれました。今号では、認知症になっても自分らしく地域で暮らすための取り組みを紹介しします。

☎高齢者介護課 Tel.71・2474

本人も家族も和やかに

今 日はどんな話から始めましょうか。毎回和やかな雰囲気が始まる本人ミーティング。話し合いのテーマは、認知症だと診断を受けた時の気持ちや生活での困り事のほか、自分の趣味やこれからやりたいことなど多岐に渡ります。若年性認知症の人や高齢になってから認知症になった人、認知症の前段階と考えられているMCIと診断された人などが月に1回集まって自由に語ります。話し合いは本人が主体となつて進めますが、コーディネーターなどの専門スタッフも参加し進行をサポート。事前の予約も必要ないため、自分の体調に合わせて気軽に参加できます。

また、本人ミーティングには付き添



いの家族やパートナーは話し合いに同席しないルールがあります。普段の生活で長い時間を共にする人だからこそ、お互い話そうとできない思いを抱えている場合もあります。本人同士

Interview ありのままを伝え地域とつながる

認知症と共に生きる皆さんと本人ミーティングを運営する櫻井さんに認知症になっても住み慣れた地域で暮らすために必要なことを聞きました。



長野県若年性認知症
支援コーディネーター
櫻井靖志 さん

認知症であることを本人や家族が地域に伝え、つながりを持つことが必要だと感じています。家族以外の方が発症を察して行動できるケースはほとんどありません。普段の言動で思い当たることがあっても、本人に確認することはなかなかできないからです。だからこそ、日頃から困っていることを伝えられる、そしてそれを受け入れる環境を地域に整えておくことが大切です。そうすることで「知っていたから助けることができた」という場面が増えていきます。本人ミーティングは、認知症を通じて感じる困り事を伝え合う場でもあります。自分や家族が認知症だと地域に伝えるににくいと感じたら、まずは本人ミーティングへ足を運んでみてください。地域とつながるためのヒントがきっと見つかると思います。

本人同士だから分かる思い

が話している時間は、支える側の人も別のスペースで悩みを話したり、利用している介護サービスなどの情報共有をすることで、日常から離れてリフレッシュできます。

※記憶障害など軽度の認知機能障害はあるものの、日常生活にはあまり支障がないため認知症とは診断されない状態

「診断を受けた時はショックで、何で自分かと思った」、「仕事ができなく



なり、社会との関わりがなくなつて不安」、「言いたいことが頭の中にはあるのに、言葉が出てこないで家族に思いを伝えられない」など本人ミーティングでは自分の気持ちをありのままに話し、同じ病気を抱える人の話に耳を傾けます。本人同士だからこそ分る思いに共感し、時には何気ない会話から自分の本音に気が付き、向き合うきっかけとなることもあります。

「友人の励ましが前に進む力になった」、「多くの人が発症するこの病気を自分の体験を交えて伝えていきたい」など、認知症になって感じた周囲への感謝や前向きな思いを話し、笑い合うこともしばしばあります。

参加した皆さんは「来る前は緊張していたけれど、心地良い時間を過ごせてすっきりした。こういう場所があると、気持ち良く話せる」と晴れやかな表情で次回の本人ミーティングを楽しみにしていました。



春原治子さん

info

健康チェックでフレイル予防 おすすめ介護予防講座・教室

●フレイル予防講座～あたまと体の健康チェック～

脳年齢測定や動画を見ながら自宅で体操が行える動画配信サービスを体験できます。

日 時	場 所	内 容
10月29日(水) 9:30～11:00	豊科交流学习 センター「きぼう」 学習室1	▷健康チェック (脳年齢測定) ▷薬剤師の講話 ▷お薬相談
11月21日(金) 9:30～11:00	穂高公民館 視聴覚室	
11月11日(火) 13:30～16:00	明科公民館 講義室	▷健康チェック (脳年齢測定、握 力など)
11月27日(木) 13:30～16:00	堀金公民館 講堂	

共通事項

☑おおむね65歳以上の人

☑各10人程度(先着順) ☑無料

☎9月22日(月)から10月17日(金)に電話で
(申し込みは1人1会場まで)

☎高齢者介護課 Tel.71-2474

●お口いきいきアップ教室(穂高)

口の機能低下の改善方法など口の健康を学びます。

☎10月29日～12月10日の水曜日(全6回)
13:30～15:00

☎穂高公民館 ☑おおむね65歳以上の人

☑各10人程度(先着順) ☑無料

☎9月22日(月)から10月3日(金)に電話で

☎高齢者介護課 Tel.71-2474



市制施行20周年記念事業

認知症希望大使講演会

認知症と共に生きる春原さんの講演会を開催します。

☎11月8日(土) 13:30～16:00

☎堀金総合体育館サブアリーナ

☎春原治子さん(日本認知症希望大使・本人大使)
櫻井記子さん

(特別養護老人ホームローマンうえだ前施設長)

☑無料 ☑100人(先着順) ☎10月1日(水)から31日(金)に電話で

☎高齢者介護課 Tel.71-2474

●内容

▷認知症への備え・新しい認知症観

▷認知症になってからも自分らしく暮らす



日 時 期 間
場 所
内 容
対 象
講 師
費 用
定 額
持 物
申 込
提 出
他 者
問 合



詳しくは
市ホームページで
検索



無料アプリ
「マチイロ」
広報紙はスマホで



広報あづみの
朗読版

お知らせ

9月の納期限は9月30日(火)

国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金(豊科・堀金・明科地域)、下水道使用料(穂高・三郷地域)

10月開始予防接種のご案内

対象者には予防票または接種券を送ります。接種希望者は、同封の実施医療機関へ直接予約してください。

■インフルエンザ予防接種

期10月1日～1月31日

【高齢者予防接種】

対接種時に65歳以上の人費12000円

【任意予防接種】

対接種日に市に住民票がある①②の人
①生後6カ月～小学6年生
②接種期間内に妊娠中の人
費①1回10000円を2回または1回20000円を1回
②1回20000円を1回

■新型コロナワクチン
期10月1日～3月31日
対接種時に65歳以上の人費通知でご確認ください
間健康推進課
Tel 71・2470



日常生活用具(ストマ用具)の給付申請

10月から令和8年3月までに使用するストマ用具の申請を受け付けます。対ぼうこうまたは直腸・小腸機能障がいにより身体障害者手帳の交付を受けている人(所得制限有)

基準額(月額) ※超えた分は自己負担
▽消化器系 8858円
▽尿路系 1万1639円

申必ず購入前に申請書と購入先が作成した見積書を障がい者支援課または支所へ提出。申請書は同課・支所・市HPから入手できます。

他▽申請は随時受け付けています。

▽申請した物品以外の購入はできません。

間障がい者支援課

Tel 71・2083



屋外広告物条例施行規則を一部改正

市屋外広告物条例施行規則を一部改正し、新たに屋外広告物の安全点検の内容、時期、記録の保管期限を規定しました。

10月1日以降、広告物等の管理者は適正に安全点検を実施していただくようお願いいたします。

▽点検内容は、安全点検報告書の点検項目に沿って行ってください。

▽点検時期は、広告物を表示・設置・改造した時とその後5年以内に行ってください。

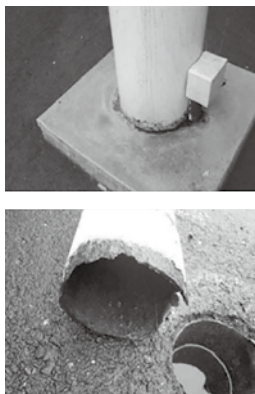
▽点検報告書は、広告物を除却するまで、保管してください。

間建築住宅課

Tel 71・2242



△このような状況がないか点検を



出典:看板の安全管理ガイドブック

狂犬病予防集合注射(10月)

いずれの会場でも新規登録・注射ができます。

日10月26日(日)

※会場・時間等詳細は市HPをご覧ください。

費▽予防注射料金・手数料3600円

▽新規登録手数料3000円

※お釣りがないようご協力ください

特注射実施通知(ハガキ)

他健康上の理由で注射ができない場合は、動物病院から狂犬病予防注射猶予証明書を取得し、環境課または支所に提出してください。

間環境課

Tel 71・2491



旧優生保護法に基づいて優生手術等を受けた人に補償金を支給

受付・相談を県の専用窓口で行っています。弁護士が無料でサポートする制度もあります。補償額など詳細はHP(左記2次元コード)をご覧ください。

対旧優生保護法による優生手術・人工妊娠中絶などを受けた本人とその配偶者

申令和12年1月16日までに県旧優生保護法補償金等受付・相談窓口(Tel 026・235・7143)へ

間障がい者支援課

Tel 71・2251



募集

川の木を利用したい人

河川敷の木を伐採して、薪材などに利用する人を募集します。伐採木は自家消費であれば自由に使用いただけます。

令和8年2月末を目処に伐採作業をお願いします。

場高瀬川(安曇橋下流の4区画を予定) 定4組(抽選)資格者には別途通知します。

申10月3日(金)までに千曲川河川事務所HP(左記2次元コード)から。

間建設整備課

Tel 71・2330



予防救急で減らそう「119」

予防救急とは、救急車を呼ぶようなことにならないように未然に防ぐこと。「食料を小さく切って窒息を防ぐ」「こまめな水分補給で熱中症を防ぐ」などは皆さんの命を守ることに繋がります。救急車が本当に必要な人のもとに駆けつけられるよう、予防救急にご協力ください。

間危機管理課 Tel 72-6769

農業用水路にごみや雪を流さないで

農業用水路にごみや雪を流すと、水路をふさいで溢れてしまいます。宅地が浸水する被害が発生し、農家や周辺に住む人が大変困っています。きれいな水路を守るためにも、絶対にごみや雪を流さないでください。

間耕地林務課 Tel 71-2431



ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。県内の宝くじ売場でお買い求めください。
9月19日(金)2種類同時発売!
各1枚 300円
発売期間 9/19(金)～10/19(日)
公益財団法人長野県市町村振興協会

「障害年金」をご存じですか? 手帳の有無は問いません
受給できるにもかかわらず「受給していない方」が多くいらっしゃいます!
もしかして...と思われる方は、ご相談ください。
ご相談日は、お電話かHPのお問合せフォームからご連絡ください。ご支援の流れについてはHPをご覧ください。
初回無料相談実施中!!
障害年金とは、原則65歳までの病気や障害をお持ちの方に支給される「公的年金」です。肢体障害の方だけでなく、がん・糖尿病・心疾患その他、内部疾患、精神疾患をお持ちの方、長期療養を必要とする方も対象となります。
浅川社会保険労務士事務所 (代表/社会保険労務士 浅川 知己)
安曇野市穂高5072 https://asakawa-office.jp **Tel.0263-82-6739**

広告欄 広告内容についての問い合わせは広告主までお願いします。広告掲載の申し込みは、アド・コマーシャル(株) (Tel 88-5116) まで。

専門家に任せて安心!!
相続 贈与 遺言
開催日時 令和7年 **10月14日(火)** 10:00～17:00
※ご都合がつかない方はご相談ください。
初回無料 相続相談会開催
ご希望の方は事前にお電話にてご予約ください
佐々木会計事務所
〒399-8303 安曇野市穂高5072番地 (安曇野市穂高会館入口) 佐々木会計事務所(穂高)
ご予約は **Tel 0263-82-8210** 受付時間 9:00～17:00
関東信越税理士会 松本支部所属 税理士/行政書士:佐々木 一夫 税理士:戸澤 綾子
会社設立・決算申告・建設業登録等もお気軽に相談ください

9月21日から30日は秋の全国交通安全運動



日没が早くなる季節。夕暮れ時の自動車・自転車の運転は早めのライト点灯を。歩行者も反射材やライトを身に着けるなどし、自分の存在を周りに知らせましょう。

間地域づくり課 Tel 71-2495

■交通安全クイズに挑戦!

市教育委員会では、子どもたちの大切な命を守る取り組み「交通事故0(ゼロ)プロジェクト」を実施中です。クイズに挑戦して、交通安全について改めて考えてみましょう。何問正解できるかな?

間学校教育課 Tel 71-2460



市営住宅入居者

入居条件など、詳細は「入居申込案内」をご覧ください。
▽追分団地（穂高北穂高）
【2DK 1階 1戸】
※単身入居可
▽ファミーユ柳瀬団地（明科中川手）
【3DK 2階 1戸】
【2LDK 3階 1戸】
▽一日市場団地（三郷明盛）
【2LDK2階建メゾネットタイプ1戸】
入居予定日 12月1日(月)
受付期間 10月10日(金)～21日(火)
申申込書等を建築住宅課へ提出。申込書および入居申込案内は建築住宅課・支所・市HPから入手できます。
他郵送で申し込む場合は必ず事前にご相談ください。
問建築住宅課
Tel 71・2245



Webマーケティング伴走支援希望者

「自社商品をもっとPRしたい」などのさまざまな課題を専門家が支援します。まずは相談からご利用ください。
内▽SNSアカウント開設支援▽SNSやサイト運用の支援▽SNS広告出稿支援▽データ分析・コンテンツ戦略立案支援など
対市内事業者

不動産鑑定士無料相談会

不動産評価等に関する無料相談会を開催します。
日10月3日(金) 午前10時～午後4時
場松本市役所4階第2応接室
申不要
他松本以外の会場でも開催しています。詳細はHP(左記2次元コード)をご確認ください。
問政策経営課
Tel 71・2401



県下一斉司法書士無料法律相談

会社(法人)・不動産登記、相続や成年後見制度など無料法律相談会を開催

ニュースポーツ多文化交流会

外国籍市民と国籍や年齢等に関係なく楽しめるニュースポーツを通じて交流を深めます。
日11月9日(日) 10:00～12:00
場三郷公民館講堂 費500円
内ポッチャ、モルック等の体験
申9月24日(水)から10月22日(水)正午に、
右記2次元コード、または申込用紙を人権共生課へ直接またはファクスで
問人権共生課 Tel 71-2406



安曇野アートラインからARを発信します

安曇野アートライン加盟各館が制作したAR(拡張現実)作品を展示します。
期各館展示 10月1日(水)～11月30日(日)
集合展示 安曇野市美術館 10月11日(土)～26日(日)
他詳細はHP(右記2次元コード)をご覧ください。
問観光課 Tel 71-2054



令和7年度自衛官等の募集

防衛省では2等陸・海・空一般曹候補生を募集します。
日▷1次試験:11月29日(土)～12月4日(木)
▷2次試験:1月6日(火)～13日(火)
※いずれも上記期間のうち1日
対18歳以上33歳未満の人
申11月21日(金)までに必要書類を提出。
他詳細は右記2次元コードを確認ください。
問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」Tel 36-2787



ひきこもりを知っていただく講演会

ひきこもりの人や家族に対して、地域でできることを一緒に考えます。
日10月30日(木)
午後1時30分～3時30分
場市役所4階大会議室
演題 ひきこもり者のきょうだいへの支援について
講深谷守貞さん(NPO法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会本部事務局所属ソーシャルワーカー)
費無料 定70人
申不要
問子ども家庭支援課
Tel 71・2265



ひきこもり家族教室

同じ悩みを抱える家族と学び、本人の回復に向けて踏み出す方法を考えます。また毎回家族交流会も行います。
日ひきこもりの基本的な理解と家族の対応:10月9日(木)
困った状況への対応と地域資源の紹介:10月29日(水)
両日とも午後1時30分～3時30分
場松本合同庁舎2階203会議室
対社会的ひきこもりの状態にある人の家族で、2日間受講できる人
費無料
申9月30日(火)までに松本保健福祉

秋の寄せ植え講習会

秋の寄せ植えを学ぶ中級者向けの講習会です。
日10月23日(木) 午前10時～正午
場Jファームみどりの店会議室
費2000円
対寄せ植えの経験がある市民
定20人(先着順)
時手袋、移植こて、持ち帰り用の袋
申9月24日(水)から10月7日(火)に電話で
問都市計画課
Tel 71・2249



健康保険適用

訪問鍼灸マッサージ

※医療保険での施術です ※保険使用の際には医師の同意が必要となります

鍼灸師・あん摩マッサージ指圧師が出張施術します。ご自宅や施設にいながら受けられるので、長い待ち時間ありません!!

【受付時間】月～金曜日
《9:00～12:00》
《13:00～18:00》
【定休日】土・日曜日

訪問する担当施術者全員が国家資格を保有しています
是非お気軽に、ご連絡・ご相談ください

050-6861-9684

からだ元気治療院 安曇野店
(安曇野市明科七貴8406)

ご利用者募集中!! まずはお気軽に見学・体験!!

障がいを持った方が作業を通じて知識と能力が向上し、就労を支援する施設です。バターケーキやバック等の製作販売を行っています。

豊科地域を送迎します

◆利用時間:平日9時25分～15時05分
◆登録後から工賃が支払われます

就労継続支援B型事業所

れんげの家

JR大糸線 豊科駅から徒歩10分 安曇野市 豊科5126-1
TEL(0263)72-7170 (担当) 赤沼



山崎 亮さん

先進事例や専門的な話から、安曇野市のこれからの可能性と、地域の力を引き出すヒントを探ります。
日10月26日(日) 午後2時～3時30分
場堀金総合体育館サブアリーナ
講山崎亮さん(Studio)代表、関西学院大学建築学部教授)
費無料
定200人程度(先着順)
申10月15日(水)までにながの電子申請サービスまたは、地域づくり課へ電話、メール、ファクスのいずれかの方法で
問地域づくり課
Tel 71・2494



事務所健康づくり支援課(Tel 40・1938)へ電話で
問子ども家庭支援課
Tel 71・2265



協働のまちづくり講演会

一般介護講座

介護保険制度や老化の影響を学んで自分らしく生きよう

介護保険制度の内容や、老化に伴う体の変化や栄養を学びます。

日10月15日(水)

午前9時15分～午後0時35分

場豊科交流学习センター「ぎぼう」2階
多目的交流ホール

講師無浜博幸さん(松本大学教授)

矢口亜希子さん(長野県看護協会)

費無料 定30人程度(先着順)

申10月14日(火)正午までに電話で

問高齢者介護課

Tel 71・2474



健康安全運転講座

安全に運転を続けるための知識や運転機能維持のコツを学びます

日10月16日(木)午後1時30分～4時00分

場長野ダイハツ販売株式会社穂高店

内▽JAF講座(正しい運転姿勢と車の死角確認・先進安全自動車体験)

▽理学療法士講座(運転能力の維持向上に役立つ健康指導)

▽安全運転講話(安曇野警察署員の説明等)

対市内在住のおおむね65歳以上の人

費無料 定20人(先着順)

申10月26日(日) 午前9時～正午

場豊科農産物加工交流センター

講師同センター管理運営委員

費1000円 定10人(先着順)

持エプロン、三角巾、マスク、炊事用手袋、持ち帰りの入れ物(段ボール、ビニール袋)

申9月22日(月)・24日(水)・26日(金)に

同センターへ電話(Tel 73・9550 午前9時～11時)

問農政課

Tel 71・2430



豊科農産物加工交流センター体験講習会
こんにやく作り体験

日10月26日(日) 午前9時～正午

場豊科農産物加工交流センター

講師同センター管理運営委員

費1000円 定10人(先着順)

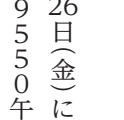
持エプロン、三角巾、マスク、炊事用手袋、持ち帰りの入れ物(段ボール、ビニール袋)

申9月22日(月)・24日(水)・26日(金)に

同センターへ電話(Tel 73・9550 午前9時～11時)

問農政課

Tel 71・2430



三郷やすらぎ空間施設そば打ち体験教室

水回しからそば切りまでおいしいそばの打ち方のコツを学びます。

日10月18日(土)、11月22日(土)、12月20日(土) 午前9時～正午

場三郷やすらぎ空間施設

講師同センター管理運営委員

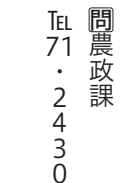
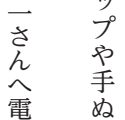
費2000円 定8人(先着順)

持エプロン、そばを持ち帰る容器、タオル3枚、頭髮を覆うキャップや手ぬぐい

申開催2日前までに小岩井啓一さんへ電話(Tel 090・9665・8312)で

問農政課

Tel 71・2430



申10月9日(木)までに電話で
問高齢者介護課
Tel 71・2474



全国中学生人権作文コンテスト
市内入選者表彰式・講演会

12月4日から10日の人権週間に合わせて作文コンテストの表彰式と講演会を開催します。

日12月6日(土) 午後2時～4時

場豊科公民館ホール

内▽表彰式 松本地区大会市内入選者表彰・作文発表

▽講演会 社会のバリアフリーを目指して

講師姜尚中さん(政治学者)

費無料 定200人(先着順)

申10月6日(月)から31日(金)に左記2

次元コードまたはファクスで

他講演会は安曇野市企業人権啓発講演会を兼ねます。

問人権共生課

Tel 71・2406

FAX 71・5155



第7回安曇野・クラムザッハ
友好市民コンサート

安曇野・クラムザッハ友好会と市が共催で市民コンサートを開きます。合

わせて、青少年クラムザッハ派遣の報告も行います。

日10月19日(日) 午後1時30分～4時

場豊科公民館ホール

内■友好市民コンサート

▽チロル民謡▽特別ゲスト演奏(瀬崎明日香さん)▽クラシック楽曲演奏

▽声楽演奏

■青少年派遣者による報告

費無料

定650人(当日先着順)

他駐車場に限りがあるため、乗り合わせでの来場にご協力ください

問政策経営課

Tel 71・2401



あかしな農産物加工交流ひろば「えべや」の催し

■料理教室 栗おこわ

日10月15日(水) 午前10時～正午

場えべや 講えべやスタップ

費1800円

定10人(先着順)

持マスク、エプロン、三角巾、筆記用具

申9月27日(土)から「えべや」へ電話

(Tel 88・6275 月曜日を除く午前10時から午後4時。キャンセルは2

日前まで)で

問農政課

Tel 71・2430



無料観戦VC長野トライデント開幕戦

VC長野トライデント開幕戦に招待します。

日10月25日(土) 午後2時5分～

26日(日) 午後1時5分～

場エア・ウォーターアリーナ松本

対市内在住・在勤の人

定各日200組400人(抽選)

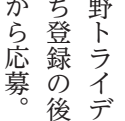
申10月16日(木) 午後6時までに左記

2次元コードからVC長野トライデント公式LINEの友だち登録の後に配信されるメッセージから応募。

他詳細は(株)VC長野クリエイティブスポーツ(Tel 0265・98・6812)へ問い合わせください。

問スポーツ推進課

Tel 71・2467



お詫びと訂正

383号(8月21日発行)
9頁 表敬訪問記事
小林あかりさんのお住まい

誤 穂高有明
正 穂高

お詫びして訂正します。



各種情報コーナー

他公共団体・後援団体などから寄せられた情報を掲載しています。
詳細は主催者に問い合わせてください。

秋・コスモスの花フェスタ 里山を染める一面のキバナコスモスや色とりどりのコスモス畑の開花リレー、鶏のトサカのような特徴的な花をつけるケイトウを楽しめます。	日10月19日(日)まで 場国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区	費無料(要入園料)	場国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター Tel 71-5511
一般開放見学会 ばおばお秋祭り ヨーヨー釣り、輪投げ、ポップコーン、工作など全て無料。毎月行っているこちょこちょサロンも見学体験できます。妊婦さんもぜひ!	日10月5日(日) 9:30~12:30 場ばおばおのおうち(三郷明盛1363-1)	費無料	申不要 場NPO法人 子育て支援ばおばお Tel 77-1180
信州大学・信州医学振興会主催健康講座 腸のリンパと健康 健康増進のために腸リンパが担う役割や腸リンパを活性化させる方法について解説します。 講師大橋俊夫さん(信州大学名誉教授)	日10月14日(火) 18:00~19:30 場信州大学松本キャンパス 旭総合研究棟9階 講義室A・B	費無料	申不要 場信州大学医学部 保健学科学務第2係 Tel 37-2356
茶のみ友だち よっといで! お弁当を食べて歌や音楽を聴き、おはなししましょう	日10月16日(木) 13:00~15:00 場豊科老人福祉センター	費300円(弁当代含む) 定35人(先着順)	申事前に電話で 場茶のみ友だちよっといで!! 中楨さん Tel 090-7266-7196
2025年井口喜源治記念館 定期講演会 今に生きる喜源治の教え 大学での研成義塾の教育実践について学びます。 講師百瀬光一さん(山梨学院大学教授)	日10月18日(土) 14:00~16:00 場碌山公園 研成ホール	費無料 定80人(先着順)	申不要 場一般財団法人井口喜源治記念館 Tel 82-5570
信濃教育会生涯学習講座 哲学の道 西田幾多郎と務台理作一親鸞の信仰をめぐる 講師藤田正勝さん(京都大学名誉教授)	日10月25日(土) 9:10~12:00 場信濃教育会生涯学習センター	費無料 定80人(申込順)	申10月17日(金)までに電話・ファクス・電子メールで 場(公社)信濃教育会 Tel 72-9991、FAX 72-9985 center1@shinkyō.or.jp
自由保育所ひかりの子ファミリースポーツデイ 親子で綱引きやかけっこ、パン食い競走を楽しみます。	期10月25日(土) 10:00~13:30 場自由保育所ひかりの子	対未就園児の親子 費無料	申事前に電話で 場自由保育所ひかりの子 平林さん(Tel 090-6719-6915)
シニア世代の安心ライフプラン講座 「シニア世代が安心に暮らすために」講演と地域におけるシニア世代の雇用状況及びシルバー人材センターでの働き方についての説明 講師中山廣一さん(終活アドバイザー)	日10月27日(月) 13:30~16:00 場豊科保健センター2階	対60歳以上の人 費無料 定15人(要申込)	申10月10日(金)までに右記2次元コードもしくは電話で 場(公社)安曇野シルバー人材センター Tel 72-5800
安曇野テニス火曜日ナイタースクール(前期) ある程度ラリーができるテニス初・中級者を対象にスクールを行います。	日11月4日~1月6日 火曜日・全9回(12/30休み) 19:00~21:30 場常念ドーム	対テニス初・中級者 費6000円(9回分) 定12人程度(先着順) 持硬式用ラケット、シューズ	申10月11日(土)から18日(土)に安曇野テニス協会HPから 場安曇野テニス協会 太田さん(Tel 090-8329-6991) または市スポーツ協会(Tel 88-3516)



10月25日(土) ミズノ感謝デー

問ANCアリーナ Tel 73-1600

参加費無料(一部有料)で下記のイベントを開催。参加者全員に当たるお楽しみ抽選会も行います。

■ミズノ Victory Clinic

■ミズノ スポーツフェスティバル

講師元五輪メダリスト・大友愛さん(バレーボール)

■健康測定会

他観覧のみ募集(受講者は決定しています)





講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
歴史	柏尾・名九鬼ウオーキング 平家落人伝説、紅葉鬼神伝説の伝わる集落の遺跡を探索しながらウオーキングを楽しみます。 関公民館職員	費無料 定20人(先着順) 持昼食	申9月29日(月)、30日(火)に 電話で 関明科公民館 Tel.62-4605
	初心者向け古文書入門講座 「安曇野の近世古文書に接して」 「ある真言僧の足跡～満願寺から泉福寺へ」 関小澤賢二さん(前橋市古文書講師) 逸見大悟(文化課職員)	費無料 定20人(先着順)	申10月15日(水)・16日(木) に電話で 関穂高公民館 Tel.82-5970
自然	ふるさとたんけん隊③ 高瀬川たんけん 高瀬川を上流にたどり水を学びながら、大町エネルギー博物館でのプラネタリウムの鑑賞や、サントリ一天然水信濃の森工場見学をします。	対小学生と保護者 費小学生500円 保護者800円 定20人(先着順) 持昼食、飲み物、雨具	申9月26日(金)までに電話で 関明科公民館 Tel.62-4605
	守屋山登山(1,651m) 南アルプス最北端、諏訪市と伊那高遠にまたがる守屋山から360度の眺望を体験します。 関中田光男さん(前穂高公民館長)	費無料 定24人(抽選)	申10月20日(月)・21日(火) に電話で 関穂高公民館 Tel.82-5970
くらし	スマホ相談室基礎編第4回 スマホの基本的な操作、アプリの使い方などを、個別に説明します。 関公民館職員	費無料 定15人(先着順) 持スマートフォン	申10月6日(月)・7日(火)に 電話で 関明科公民館 Tel.62-4605
	ICT講座 初めてのスマホ教室(少し応用編) スマホの基本的な利用ができる人を対象に、便利な使い方を学びます。 関携帯電話会社専任講師	費無料 定20人(先着順) 持スマートフォン	申10月8日(水)・9日(木)に 電話で 関穂高公民館 Tel.82-5970



申し込みは下記2次元コードまたは電話で。定員を超えた場合は抽選。申込期限後でも定員に達しない場合は受け付けます。
関スポーツ推進課 Tel.71-2467

動き作り運動あそび 申込期限 9月29日まで
遊びやゲーム要素を含んだ運動を通し、さまざまな種目に役立つ運動能力が身に付きます。
関10月29日～2月25日(全15回)水曜日・17:00～18:30
場豊科勤労者総合スポーツ施設 対小学1～3年生
講細野築三さん(安曇野市スポーツ推進委員)
費2,250円(全15回分) 定20人

トレイルランニング教室 申込期限 10月17日(金)まで
自然を体感しながら野山を駆けるトレイルランニング。どなたでも安心して参加できる、初心者向けの体験教室です。
関11月15日(土)9:00～12:00 場長峰荘～長峰山頂周辺
講岡田裕也さん(2024マスタースカイランニング世界選手権 スカイウルトラ・OVER45 優勝)
対18歳以上の市民(高校生は除く)でトレイルランニング初心者の人
費250円 定10人
持運動靴(無料貸出有)、レインウェア、飲み物、ザック



10月10日(金)までに申込用紙を市スポーツ協会事務局へ直接・ファクス・郵送のいずれかの方法で。申込用紙は同事務局、または市HPから入手できます。

関10月29日(水)
場あづみ野カントリークラブ
対市内在住・在勤者、安曇野市出身者
費14,100円(キャディー、カート、食事、税込)
内前半9ホールストロークプレー
定160人(40組)
他参加組数が30組を超えた場合はセルフプレー
関市スポーツ協会事務局 Tel.88-3516



10月19日は市民運動会！

豊科・三郷・堀金の各地域では世代を超えて楽しめる市民運動会を開催します。皆さんのご参加をお待ちしております。

豊科さわやか市民運動会



大人から子どもまで、地区公民館・団体から個人まで楽しめる種目を用意しました。当日受付の種目もあります。
関10月19日(日)8:30～12:15
場県民豊科運動広場
対豊科地域在住者
内大玉おくり、○×ゲーム
パン食い競争など
関豊科公民館 Tel.72-2158

三郷地域市民運動会



参加賞や賞品をご用意しています。当日受付の種目もあります。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。
関10月19日(日)8:30～11:30
場三郷文化公園グラウンド
対三郷地域在住者
内三郷○×クイズ
おやつですよ。パンゲット！など
関三郷公民館 Tel.77-2109

堀金地域市民運動会



幅広い年齢層を対象に多くの人に参加しやすい競技を豊富にそろえました。当日受付の種目もあります。
関10月19日(日)9:00～11:45
場堀金小学校校庭
対堀金地域在住者
内堀金ウルトラクイズ、玉入れ
アンパンマン食い競争！など
関堀金公民館 Tel.72-5796

最終回 戦後80年 安曇野と戦争の記憶

記憶3 戦争の傷が残るアカマツ

三郷交流学习センター「ゆりのき」の前に立つアカマツ。その幹には戦争の爪痕が残されています。太平洋戦争末期、資源確保のため進出していた東南アジアなどを結ぶ海上輸送路が米軍の攻撃によって絶たれた日本。原油が輸入できなくなり、戦争に必要な航空用燃料も不足しました。軍事以外の燃料油、特にガソリンの使用は厳しく制限され、木炭やまきを燃料にした自動車も登場しました。それでも燃料不足は解決できず、海軍が中心となって松根油と松脂を精製して燃料を作る研究に注力。実用化のめどが立つと、全国で採取が始まりました。掘り出したマツの根を蒸し焼きするように空気を入れて採取する松脂。性質も精製方法も異なりますが、当時はこれらをまとめて「松根油」と呼びました。

各地に精製場が作られ、軍用燃料を作る海軍燃料廠に集められて燃料に精製されましたが、実際に軍用機に使われたかはわかりません。政府は町村に割り当て目標を示しましたが、すでに多くの人が戦地や工場に動員されていたため採取には国民学校に通う子どもたちも駆り出されました。松根油の痕跡はありませんが、松脂を採取するため表面の皮を剥いで傷を付けたV字形の跡は室山の松林に残っています。そのうちの1本は現在の「ゆりのき」の前に移植され、終戦から80年経った今も安曇野にもたらした戦争の記憶を伝えています。参考:博物館ブックレット7 安曇野の戦争と、戦争遺跡



採取跡が残るアカマツ

施設名	展覧会・イベント	日時・場所	費用・定員・申し込み
貞享義民記念館 Tel77-7550	シルバーカフェ安曇野作品展	期10月4日(土)～13日(月・祝) 場1階企画展示室	費無料
	関連イベント ロビーコンサート	日10月13日(月・祝) 14:00～15:30	
	望月信幸「コラージュな部屋」展	期10月16日(木)～23日(木) 場1階企画展示室	
田淵行男記念館 Tel72-9964	第7回田淵行男賞写真作品公募 受賞作品展	期10月21日(火)～11月24日(月・祝) 場地階展示室	費要入館料
穂高陶芸会館 Tel82-6750	秋のお茶会 抹茶とお菓子を楽しみます	日10月26日(日) 12:30～15:30 場陶芸会館展示室内茶室	費無料 定60人(当日先着順)
文書館 Tel71-5123 Fax71-5127	講座 7 銭に思いを載せて 調平沢重人(文書館館長)	日10月26日(日) 10:00～11:30(開場9:30) 場堀金公民館講堂	費無料 定100人(先着順) 申9月24日(水)から電話・ファクス・ 電子メールのいずれかの方法で ☐bunshokan@city.azumino. nagano.jp
	講座 安曇野で戦争を考える 調幅国洋(文書館職員)	日11月16日(日) 13:30～15:00(開場13:00) 場堀金公民館講堂	
臼井吉見文学館 Tel71-5123 Fax71-5127	講座 清澤淵が見た世界と日本 ～新資料が伝える戦争の足音～ 調上田美和さん(共立女子大学教授)	日10月19日(日) 13:30～15:00(開場13:00) 場堀金公民館講堂	

■休館日、開館時間などは各施設へお問合せください

市立美術館・博物館

無料開館

次の施設を入館無料とします。
今年は市制施行20周年を記念
し6日間開催。この機会にぜひ
ご来館ください。

9月30日(火)
▶ 10月5日(日)

- 安曇野市美術館
- 田淵行男記念館
- 安曇野高橋節郎記念
美術館
- 飯沼飛行士記念館
- 穂高陶芸会館
- 豊科郷土博物館
- 穂高郷土資料館
- 貞享義民記念館
- 臼井吉見文学館
(10月4日(土)休館)
- 熊井啓記念館

問文化課 Tel71-2463

東京藝術大学安曇野 AIR2025 展

歩く景色、とどまる気配

5月から安曇野取材し、市民と交流しながら作品制作を行ってきた
3人のアーティストが展覧会を開催します。

堀田光彦さん 大竹麟花さん 石井淳さん

10月18日(土) ▶ 26日(日)
9:00～21:00 (18日のみ13:00から)

場穂高交流学習センター「みらい」
費無料 用不要
他ギャラリートーク 10月18日(土)13:30～
問穂高鐘の鳴る丘集会所 Tel55-3131

関連イベント

手拭い染色ワークショップ
滞在作家3人によるブロックプリントでオリジナルの
手拭いを作るワークショップを開催します。

日10月5日(日)
1回目 10:30～11:30 2回目 13:00～14:00
場穂高鐘の鳴る丘集会所
費無料 定各回10人(先着順)
申9月24日(水)から10月3日(金)までに電話・ファクスで
問穂高鐘の鳴る丘集会所 Tel55-3131 Fax71-2338

第36回

コラム

市誌編さんだより

身近な自然からみえてくる、植物たちのほのかな歩み

「安曇野は自然が豊か」とよく言わ
れますが、その「豊かな自然」とは
なんだと思いますか？
たとえば、トレッキングで人気の
長峰山。地元の人々の聞き取りや過去
の航空写真によると、その昔は馬や
牛の冬の餌を確保する採草地として、
今よりずっと広い範囲に草原が広が
り人々に利用されていました。現在
は草原の面積はかなり小さくなりま
したが、オミナエシやカワラナデシ
コなど、秋の七草に数えられる美し
い花々はもちろん、かなり古い草原
の歴史を物語る貴重な植物も確認さ
れています。
また、三郷の室山では、ミズナラ
そっくりのフモトミズナラという樹
木が多く自生しており、県内でも有
数の自生地であることが分かりまし
た。フモトミズナラは現在も分類学
的な位置づけが議論されており、研
究が行われている植物です。なぜ、

長峰山山頂の草原の植生の様子

市誌編さん専門調査会 自然部会 専門調査員
豊科郷土博物館学芸員 松田貴子

貞享義民記念館

人権・平和研修 無言館見学

無言館・前山寺(上田市)、大法寺(青木村)をバスで巡
ります。見学を通じて、人権や平和を考えます。

日10月10日(金)9:00～15:30
場豊科交流学習センター「きぼう」駐車場集合
対市内在住・市内への通勤通学者
定30人(先着順) 費1,600円(含入館料)
持飲み物、雨具等(昼食は各自自由)
申9月23日(火)から電話で
問貞享義民記念館 Tel77-7550

安曇野高橋節郎記念美術館

北穂高芸術展

北穂高地区ゆかりの皆さんによる作品展を開催します。

10月25日(土) ▶ 11月24日(月・祝) 費無料

オープニングイベント
津軽三味線 宮沢三姉妹「乃音」による演奏

日10月25日(土)14:00～ 費無料 用不要
問安曇野高橋節郎記念美術館 Tel81-3030

こころの相談

場・岡松本保健福祉事務所 TEL 40-1938
※日時変更する場合があるため事前に問い合わせください。

精神保健相談 要予約

回 第1～4月曜日(13日は除く)・第1木曜日
14:00≫16:00

児童・思春期精神保健相談 要予約

回 第2～4木曜日 13:30≫16:00

依存症相談 要予約

回 2日(木) 9:30≫10:00

子ども・ひとり親家庭・女性の相談

回 平日 8:30≫17:15
場・岡子ども家庭支援課 TEL 71-2265

学校や教育の相談 要予約

学校での交友関係やいじめ、進学や進路、不登校、発達障害など子育てや教育に関する相談など
回 平日 9:00≫16:30
場・岡教育相談室(豊科公民館内)
TEL 72-2238

ひきこもりの相談 要予約

おおむね15～64歳のひきこもりに悩む家族・本人の相談に応じます。
回 平日 9:00≫16:00
場・岡子ども家庭支援課 TEL 71-2265

区・自治会に関する相談 要予約

回 20日(月) 10:00≫14:00
場 市役所2階 相談室212
岡 地域づくり課 TEL 71-2494
※1回の相談時間30分で3枠(先着順)
※予約は開催日3日前の17:00まで

専門家による空き家相談 要予約

回 3日(金) 13:00≫15:45
場 市役所3階 相談室311・313
岡 全国空き家アドバイザー協議会
安曇野支部 TEL 88-6388
※1回の相談時間45分で6枠(先着順)
※予約は開催日7日前の17:00まで
回 15日(水) 9:00≫11:50
場 市役所3階 相談室311
岡 移住定住推進課 TEL 71-2011
※1回の相談時間50分で3枠(先着順)
※予約は開催日7日前の17:15まで

婚活お悩み相談 要予約

回 4日(土)・19日(日) 13:00≫19:00
場 穂高総合体育館 ミーティングルーム
岡 移住定住推進課 TEL 71-2081
※予約は開催日5日前まで。婚活者本人に限る。

介護相談

回 平日 8:30≫17:00
場・岡中部地域包括支援センター
TEL 72-9986 FAX 87-2700
場・岡北部地域包括支援センター
TEL 81-0760 FAX 88-3711
場・岡南部地域包括支援センター
TEL 77-4007 FAX 77-4087

心配ごと相談

岡 まいさば安曇野 TEL 88-8707
★の相談日は要予約

回 3日(金) 13:00≫16:00
場 明科総合福祉センター「あいりす」

回 6日(月) 13:00≫16:00★
場 堀金憩いの里うらら

回 15日(水) 13:00≫16:00★
場 豊科公民館

回 23日(木) 13:00≫16:00
場 三郷福祉センター

回 28日(火) 13:00≫16:00★
場 穂高公民館

消費生活相談

回 平日 9:00≫17:15 ※受付は16:00まで
場・岡市役所2階 消費生活センター
TEL 71-2100
※個人事業者・法人からの相談は受け付けません。

弁護士 無料法律相談 要予約

回 9日(木) 予約受付2日(木)
23日(木) 予約受付16日(木)
13:30≫16:30 ※予約受付9:00≫12:00
場 市役所2階 相談室211
岡 地域づくり課 TEL 71-2496
※1回の相談時間20分で8枠(抽選)

司法書士 相続等法律無料相談 要予約

相続登記に関する相談など
回 15日(水) 13:30≫16:40
場 市役所2階 相談室211
岡 地域づくり課 TEL 71-2496
※1回の相談時間30分で6枠(先着順)
※予約は8日(水)9:00≫12:00

行政書士 相続・法務無料相談 要予約

回 16日(木) 10:00≫15:00
場 市役所2階 相談室211・212・213
岡 長野県行政書士会中信支部
TEL 87-3798
※予約は開催日の2日前まで(平日10:00≫16:00)

労働に関する相談

岡 商工労政課 TEL 71-2041

中信労政事務所の労働相談会

回 9日(木) 13:00≫16:00
場 市役所2階 会議室205

わかもの就職サポート相談会 要予約

回 17日(金) 13:30≫16:30
場 市役所2階 会議室205
※おおむね44歳まで
※予約は開催日2日前の17:00まで

ユニオンサポートセンターの生活労働相談会 要予約

回 9日(木) 18:00≫20:00
場 市役所3階 会議室302
※予約は開催日2日前の17:00まで

若年者引きこもりやブランクのある人向け就労相談会 要予約

回 28日(火) 10:00≫15:00
場 市役所2階 会議室205
岡 しおじり若者サポートステーション
TEL 54-6155
※対象は15～49歳の人とその家族

休日当番医

休日・夜間緊急医案内サービス
050-3033-0665
診療時間など詳細は
各医療機関へ問い合わせください

5日	土屋クリニック	71-1811 [豊科]
	あづみ野平林整形外科	88-3322 [堀金]
	和田医院	72-2047 [堀金]
	内田歯科クリニック	71-4711 [堀金]
	古川整形外科医院	82-8880 [穂高]
12日	荻原内科クリニック	72-6188 [豊科]
	あさひ内科クリニック	50-8075 [豊科]
	あづみのうえはらおとなこども歯科医院	88-2890 [三郷]
13日	追分クリニック	82-2129 [穂高]
スポーツの日	村山医院	82-2101 [穂高]
	いけだ内科・脳神経内科クリニック	31-6773 [豊科]
	小山歯科医院	62-3080 [明科]
	とよしな内科クリニック	72-1047 [豊科]
19日	赤津整形外科クリニック	76-3133 [三郷]
	ももせクリニック	77-1188 [三郷]
	大谷歯科医院	72-8858 [豊科]
	古川医院	82-4385 [穂高]
26日	高橋医院	82-2561 [穂高]
	こうの内科循環器科	71-5881 [豊科]
	おかもとファミリー歯科	88-0008 [穂高]



開館時間

●中央図書館
平日 9:00～20:00
土日祝 9:00～18:00
●豊科・三郷・堀金・明科図書館
10:00～18:00

文字の読書が困難な方は、図書館へご相談ください

10月の図書館イベント

日時 場所 対象 講師 費用 定員 持物 申込

明科図書館 ひまわり講座①
大人向け絵本講座
すてきな絵本と出会ってみませんか？



もっと絵本に親しめる、大人のための絵本講座です。
お気に入りの絵本がきっと見つかります！

回 10月24日(金) 10:30～11:30

場 「ひまわり」講義室B

対 高校生以上

講 波場優梨香さん(三郷図書館、NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師)

費 無料 定 10人(先着順)

申 9月25日(木)から直接または電話で

問 明科図書館 TEL62-1122

「絵本講師」とは

絵本の読み聞かせの技術や知識を学び、絵本で子育てをする楽しさや魅力を伝える講師のこと。多くの人に絵本の魅力を伝えます。



波場優梨香さん

Info

豊科図書館でも
シルバーカーが利用できます

中央図書館に続き、豊科図書館にもシルバーカーを配備しました。本の持ち運びがしやすくなり、館内の移動が便利に。ぜひご利用ください。他の図書館にも順次配備していく予定です。

問 中央図書館 TEL84-0111



中央図書館 ミライ部
じっくり本格 司書体験



YA向けイベント第4弾！本の貸し出し以外のもう少し本格的な司書の仕事を体験します。

回 10月18日(土) ①12:30～、②15:00～ 各2時間

※各回内容は同じ

場 「みらい」グループ活動室・中央図書館 対 中高生

費 無料 定 各6人(先着順) 持 おすすめの本1冊

申 9月25日(木)から直接・電話・ながの電子申請サービスのいずれかの方法で

問 中央図書館 TEL84-0111

映画上映会

申 不要(当日先着順) 費 無料

2021年フランス/日本語字幕
世界のはっこ、ちいさな教室(50分)



さまざまな理由で学ぶことができない子どもがいる教育後進国で、熱意を持って教壇に立つ3人の先生の奮闘を描いたドキュメンタリー。

回 10月10日(金) 18:00～(17:30開場)

場 「みらい」多目的交流ホール

定 100人 問 中央図書館 TEL84-0111

2024 年日本/ バリアフリー日本語字幕
52ヘルツのクジラたち(136分)



自分の人生を家族に搾取されてきた女性・貴瑚と声を出せなくなった少年・ムシが希望の光を探す物語。2021年の本屋大賞受賞小説を映画化。

回 10月19日(日) 13:30～(13:00開場)

場 「きぼう」多目的交流ホール

定 50人 問 豊科図書館 TEL71-4022



市 HP
子育て情報



児童館・
ファミサポ
情報



図書館
イベント情報



子育てひろば

子育て
イベント

出産・子育て公開講座 ～地域で支える出産・子育て環境～

場 松本市 あがたの森文化会館・インターネット視聴 会 会場参加の場合200人(先着順)
市HPの専用フォームから
中 信地域 出産・子育て安心ネットワーク協議会事務局 Tel40-1937、健康推進課 Tel71-2471

参加費
無料

10月19日(日)
13:00▶15:00

第1部 講演会①

「シナぷしゅ」の仕掛け人クロストーク 信州大学医学部保健学科教授
清水貴栄さん×飯田佳奈子さん 金井誠 先生

大変で楽しい、仕事と子育て。 安産の秘訣って何？

第2部 講演会②

信州大学医学部小児科医師
三代澤幸秀 先生

シリアスゲーム
「はじめての妊娠」をご紹介します！

第3部 出産・子育て 何でも相談会



詳細はHPで

10月の図書館 ワクワク・ドキドキおはなし会

場 所	内 容	日にち	時 間
中央図書館 TEL 84-0111	おはなしのとびら おはなしとしゃかん	1・8・15・22・29日(水) 18日(土)	10:30～
豊科図書館 TEL 71-4022	おはなしたんぼ	17日(金)	11:00～
三郷図書館 TEL 76-3078	ポケットの会 おはなし会	11日(土) 23日(木)	10:30～ 11:00～
堀金図書館 TEL 72-3601	おはなしのへや おりがみのへや	21日(火) 22日(水)	11:00～ 16:30～
明科図書館 TEL 62-1122	おはなしひまわり	25日(土)	11:00～



あづみの
子育て
レポート

No.33

楽しく学ぼう！ 道路の渡り方

みんなで学ぼう② 交通安全教室

8/29(金) 明科児童館

NPO法人交通安全教育とらふいっくSistersを講師に、交通安全教室が開かれました。教室には10組の親子が参加し、信号機の色を意識したりリボンを使った手遊びや、交通ルールをミュージカル風にした劇を楽しみ、分かりやすく説明される交通ルールの話に真剣に耳を傾けていました。

息子の旭柊くん(1)と参加した青柳由美子さん(36・穂高)は「家の近くに踏切があるので、息子に声をかけながら安全に歩けるようにしたい」と話してくれました。



10月の母乳・育児相談

保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。
母 母子健康手帳 母 母乳相談は要予約
問 健康支援課 Tel81-0711

場 所	穂高保健センター	三郷保健センター
日にち	7日(火)・24日(金)	17日(金)・28日(火)
時 間	9:30～11:00	

10月の児童館の予定

詳細は各児童館に直接お問い合わせいただくか、HPをご覧ください。

豊科中央児童館 TEL 72-0122	高家児童館 TEL 72-5685	南穂高児童館 TEL 71-5150	穂高中央児童館 TEL 84-0762	穂高西部児童館 TEL 82-2527	穂高北部児童館 TEL 83-5494	三郷児童館 TEL 76-0185	堀金児童館 TEL 71-2122	明科児童館 TEL 62-2482	ファミリー・サポート・センター TEL 71-1125
お試しキッズパーク びよびよちゃん (金) 秋の味覚を楽しむ会 10:30～11:30	3 育児相談・身体測定 (金) 10:30～12:00	8 おはなし会 (水) 11:00～11:20	15 おはなし会 (水) 11:00～11:20	1 子育て相談 ママカフェ (水) 10:30～11:30	3 おはなし会 (金) 11:00～11:15	3 育児相談・身体測定 (金) 10:00～12:00	3 みんなあつまれ ばくさんといっしょ (金) 10:30～11:30	4 クライミング教室 (土) 14:00～15:30	3 ふぁみPa 作って食べよう (金) 乾物みそ汁とおにぎらず 10:30～12:00 堀金老人福祉センター
4 スポチャレ (土) モルックを楽しもう！ 14:00～15:00	10 おはなし会 (金) 11:00～11:30	16 みんなあつまれ (木) ママヨガちよこっと 親子体操 10:30～11:00	16 みんなで学ぼう (木) 運動遊び 10:30～11:30	24 育児相談・身体測定 (金) 10:30～12:00	10 育児相談・身体測定・ (金) 読み聞かせ 9:30～12:00	17 だっこちゃん (金) ～ミニミニ運動会～ 10:30～11:30	4 チャレンジタイム (土) 白玉団子のおやつづくり 14:00～15:30	18 ステップアップクライミング (土) 14:00～15:30	
10 育児相談・身体測定 (金) 10:30～12:00	11 チャレンジタイム (土) ダブルダッチ 10:30～11:30	17 育児相談・身体測定 (金) 10:30～12:00	17 育児相談・身体測定 (金) 10:30～12:00	24 離乳食カフェ (金) 11:15～12:00	17 10月生まれ (金) ハッピーバースデー 10:30～11:30	28 ちょこっとタイム (火) ～絵本と工作～ 10:30～11:00	17 おはなし会 (金) 10:30～11:30	17 おはなし会 (金) 11:00～11:20 (木)	
	18 地域の知恵袋 (土) さわやかコンサート 10:30～11:30			27 おはなし会 (月) 11:00～11:20	25 秋のびよびよ縁日 (土) ①9:15～10:15 ②10:45～11:45	31 おさがり会 (金) 10:30～11:00	20 育児相談・身体測定 (月) 10:30～12:00	23 育児相談・身体測定 (木) 10:30～12:00	
	25 チャレンジタイム (土) 児童館祭りで ボランティア 9:30～12:00				28 おしゃべりタイム (火) ～スクラップブック～ 10:30～11:30		25 児童館祭り (土) 10:00～12:00	31 おさがり会 (金) ※穂高北部児童館と合同実施 10:30～11:00	
12日(日)～31日(金)まで 休館です	25 児童館祭り (土) 10:00～11:30								

安曇野 環境フェア 2025

水と緑を守り、未来をつくる安曇野

安曇野の環境をみんなで学び、考え、そして楽しむ安曇野環境フェア 2025 を開催します。

日時

10月4日 土・5日 日

9:30▶16:00

9:00▶15:00

会場

入場無料

堀金総合体育館・堀金中央公園

- ・駐車台数に限りがあります。乗り合いでお越しください。
- ・屋内は土足禁止です。なるべく上履きをお持ちください。
- ・一部参加費が必要なイベント・ブースがあります。

あなたの一歩が 安曇野の未来を変える

世界的に環境意識が高まっている中、地球温暖化、外来生物の増大、ごみの処分などの環境問題も時代と共に多様化しています。これらは、私たちの暮らしの中で一人一人が考え、行動すべき大切なテーマです。安曇野の水と緑と明るい未来のために、暮らしの中でできることを考え、一歩を踏み出してみよう。

発表者募集 環境活動発表会

環境に関する活動や学校での学習成果、自然保護や生きものに関することなどを発表する皆さんを募集します。

日 5日(日) 10:00～

場 サブアリーナステージ

因 環境に関する活動や学習をしている個人・団体

申 環境課へ直接

問 環境課 Tel.71-2492

問い合わせ

環境課 Tel.71-2492

イベントの詳細は安曇野エコプラ
ン.net(市HP)
に掲載します。



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

プログラム

展示・体験ブース

環境に関わる活動をしているさまざまな団体・企業等のブースが出展します。

場 メインアリーナ

因 レッドデータブック紹介販売、「さとぷろ。」
積木キャラバン、オオルリシジミのワーク
ショップなど



環境ポスター作品展

市内の高校生が描いた環境をテーマにしたポスターを展示します。また、フェアのポスターのキービジュアルを担当したアーティスト Fumiさんの作品も展示します。

場 メインアリーナ

緑のカーテン展示

緑のカーテンの育て方や種類の紹介、応募写真も展示します。

場 メインアリーナ

食器の配布 もったいない市

不用食器回収で集まった食器を無償配布します。

場 屋外ブース（なくなり次第終了）

※不用食器回収が中止の場合には、配布も中止になります

■不用食器回収(雨天中止)

日 9月28日(日)

9:00～11:00

場 県民豊科運動広場

定 約200人

他 当日回収した食器を先行配布します。

問 不用食器リサイクル実行委員会

Tel.090-6359-8251

環境課 Tel.71-2490



詳細はこちら

リサイクル自転車販売

使われなくなった自転車で状態の良いものを修理・展示し、抽選販売します。

日【展示】4日(土) 10:00～、5日(日) 13:00～

【抽選受付】5日(日) 10:00～13:00

【抽選販売】5日(日) 13:00～

場 メインアリーナステージ前 因 市民

費 5,000 円～15,000円程度

(防犯登録料及び保険料含む)

定 約50台



人形劇 三つのねがい

子どもたちに大人気のホー
ボーズ・パペットシアター
による人形劇です。

日 4日(土) 10:30～11:30

13:30～14:30

5日(日) 10:30～11:30

場 2階柔道場



大阪・関西万博に展示！ 安曇野の水循環を学ぶブース

安曇野 水物語

水で結ばれ 暮らしをつむぐ

このほどの大阪・関西万博で、安曇野市は地下水が生まれる仕組みや保全の取り組みを展示・発表します。環境フェアでは、万博で放映した動画「安曇野水物語」と松本盆地の地下水断面図のジオラマをお披露目します。

場 メインアリーナ「あづみの水結」ブース

屋外ステージ発表

特設ステージでダンスや演奏を行います。

日 4日(土) 10:00～15:00

5日(日) 10:00～14:30

場 堀金中央公園

ウォーキングサッカー安曇野体験会

年齢、経験などに関わらず楽しく体を動かせるウォーキングサッカーの体験会を行います。

日 4日(土) 9:30～16:00

5日(日) 13:00～15:00

場 サブアリーナ 費 100円 持 運動靴

秋 autumn

サイクリング・スイーツ・ハロウィン・SDGs

注目イベント情報

安曇野スイーツライドハンター 2025 自転車とスイーツ・観光スポットを投稿して景品をゲット！

自転車で安曇野を巡りながら、お気に入りのスイーツや観光スポットを探し出す冒険イベントを開催します。Instagramに投稿した人にはスイーツチケットを抽選でプレゼント。特に優れた投稿をした人には景品も。コースや応募方法など詳細は市HPをご覧ください。

問 スポーツ推進課 Tel.71-2467



よくわかる！安曇野スイーツライドハンター



投稿した後に専用フォームで応募してプレゼントをゲット！

期間 10月11日(土) ▶ 11月3日(月・祝)

場所 市サイクリングコース (A・B・Cコース) 費用 無料

申し込み 左記①または②の写真をInstagramに#安曇野スイーツライドハンター2025を付けて投稿し、専用フォームでプレゼントに応募。



安曇野 APPLE HALLOWEEN2025 秋の明科地域がハロウィン一色に染まる2日間

地元の園児や小学生が製作したおばけカボチャの装飾が来場者を出迎えます。ハロウィン仮装での参加也大歓迎！秋のさわやかな週末に明科駅から散策を楽しんでみませんか。駐車場情報などはHPをご覧ください。

問 観光課 Tel.71-2054

日にち 10月25日(土)・26日(日)

場所 旧国鉄篠ノ井線廃線敷 (遊歩道入口～三五山トンネル) 明科駅前特設会場

内容

- 廃線敷エリア 両日 9:00～15:00
安曇野産のリンゴを使ったワークショップ・おもてなし演奏・廃線敷マルシェ・仮装して来場した人にはちょっぴりプレゼント
- 明科駅エリア 26日(日) 10:00～16:00
キッチンカー・飲食テント・太鼓やダンスの披露・ハロウィン仮装大会



安曇野やさいスイーツフェア2025 & 合同販売イベント 各店自慢の秋の新作スイーツが勢ぞろい

「それぞれの店舗が考える安曇野」をテーマに市内の菓子店や飲食店などが地産地消にこだわり安曇野産野菜を使った新作スイーツを販売します。詳細はPJInstagram(上記2次元コード)をご覧ください。

問 観光課 Tel.71-2053



合同販売イベント

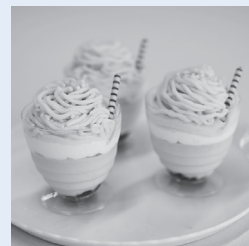
日 10月9日(木)・10日(金) 14:00▶17:00
※売り切れ次第終了
場 市役所 1階 あったカフェエリア



小柴屋
BAKE GREEN



Chiffon
玉ねぎ&パズルChiffon Cake



松月堂 西村商店
カボチャとサツマイモの共演



トリアノン 洋和菓子店
かぼちゃのモンブラン



あづみ野バザール 若松屋
うんまい焼き芋ジェラート
はるかにうまい紅はるか



あったカフェ
プリンに妖精
～パン・プー・キン～



丸山菓子舗
里いものまんじゅう



大王わさび農場
湧水飯釜大王庵
本和さび飯プリン



大王わさび農場
レストラン OASIS
わさびとりんごのモンブラン



大王わさび農場
DAIO's CAFE
わさびバターサンド



サントワール ムラカミ
①コシヒカリ玄米&さつま芋 タルト・タタン
②さつま芋のりんごバターフィナンシェ

■その他参加店舗
あづみ野菓子工房 彩香 (商品開発中)

あづみ野てらす at 御船祭 Eyes On Future 御船祭と共に未来を楽しみながら考え、照らす

「未来へと、目を向ける」をテーマにあづみ野てらすを御船祭と同時開催します。皆さんと一緒にこれからの安曇野の未来を楽しみながら考えるブースが店出します。

問 観光課 Tel.71-2054 観光協会 Tel.82-3133

日時 9月26日(金) 14:00～20:00 ▶ 27日(土) 11:00～17:00

場所 穂高神社南駐車場

内容 ①県SDGs推進企業登録企業などによるパネル展示やブース出展 ②クラフトや菓子、飲食などの店出



安曇野市制施行20周年記念事業
Azumino Terasu
at Hotaka Ofune Matsuri



出店予定企業 あづみの木箸、安曇野穂高ビューホテル、割京旅館山彦、第一印刷、アルプス印刷、サントリー天然水北アルプス信濃の森工場、ゴールドパス、さとぶろ、TOPPAN

リニューアル 安曇野観光メタバース

間観光課
TEL 71・2054



市では令和5年度から県内初となる「安曇野観光メタバース」を使って安曇野の魅力を全国の皆さんに体感していただく取り組みを行っています。

このメタバース空間が9月にリニューアルオープン。観光客の皆さんはもちろん、市民の皆さんもスマートフォンやパソコンから気軽に安曇野の魅力を再発見できる新しい観光のカタチです。今月号では、新しくなった主なポイントを紹介いたします。

今後は、20周年ルームを利用して過去

のインスタグラムフォトコンテストの作品展示やヤマやサトの魅力リアルでも仮想空間でも感じられるイベントを開催していきます。

メタバースとは インターネット上に作られた3次元の仮想空間で、自分の分身アバターを使って世界中の人と交流したり、イベントに参加したり、買い物したりできるサービス。

How to

安曇野観光メタバースログイン方法



cluster アプリをお持ちでない人は事前にインストールをお願いします。

右記を2次元コードをスキャンし「遊びに行く」をタップ。アプリをインストールしていない場合はインストール画面に飛びます。

アプリにログインし、ニックネームとアバターなどを設定後、ワールドから「安曇野観光メタバース」を検索してタップ。



ライチョウ何羽見つけられるかな？

蓼川三連水車もあるよ！

八面大王足湯を再現

メインロビー

リンゴとワサビをモチーフとしたメインスクリーンがお出迎え。ステージの画面ではPR映像などが見られます。ステージを活用してさまざまなイベントを開催する予定です。



1 サトエリア

安曇野ならではのグルメやスイーツ、ワサビ田などの観光スポットを紹介しています。じてんしゃひろばから見える風景もパノラマで体験できます。

2 ヤマエリア

登山YouTuberのやぎちゃんが燕岳と大天井岳などに登山した模様を紹介。また長峰山の展望台をから見える景色を360度画像で体験できます。



3 移住・創業者エリア

安曇野に移住して起業・創業した皆さんを紹介しています。移住や起業のヒントが見つかるかも。

4 旅の設計エリア

安曇野の主な観光スポットを地図上に表示できます。位置関係を実際に見ながら旅行プランを考えられます。



見慣れた駅の姿を守り 線路のように続くつながりを

「踏切の音は生活音」と話す
安曇追分駅の見守り隊

竹内悦子さん



安曇追分駅を愛する会の事務局として、会の発足から活動を支えている竹内さんに話を聞きました。

つながりが深まっていく駅

新聞で駅の無人化のことを知り、令和2年2月から駅員の在中を願って署名活動などを行いました。このとき中心となって動いたメンバーで翌年3月に「安曇追分駅を愛する会」が発足しました。発足後初めての活動は、駅舎南側の花壇整備。重機で土を盛り緑石を並べ、会員が持ち寄った花の苗や球根を植えました。パンジーやマリゴ、イルドがきれいに並んでいるような花壇ではありませんが、多種多様な花が植えられており、春先にはフクジュソウ、夏にはアヤメなど季節によって姿が変わります。草取りなどの手入れも定期的に行っており、時折JRの皆さんがお茶を差し入れてくれたり、利用者から感謝されることがあってうれしく思います。

本年7月には駅開業110周年記念として駅舎で作品展を行いました。また、地元商工会や育成会の皆さんに呼び掛け、協力し合って納涼祭の開催も。当

日は短時間でしたが、この小さな駅を拠点に子どもたちの笑い声が響き、世代を超えたにぎわいが生まれたことに胸が熱くなりました。多くの人や地域のつながりが深まってきていると感じ、活動にやりがいを感じた瞬間です。

安曇追分駅発着の旅

「駅を愛する会をうたっているからには鉄道を使おう」ということで、会では年1回日帰り鉄道の旅を行っています。旅のルールは、安曇追分駅を出発し安曇追分駅に帰ってくる。初回は大糸線を北上し、糸魚川に行きました。

安曇追分駅を出発した電車は、タタリタンと心地良いリズムで信濃大町、南小谷へと向います。車内では、のどかな田園風景と雄大な北アルプスを横目に、気の知れた仲間がビールとおつまみで会話を弾ませます。南小谷駅での乗り継ぎに1時間半ほどあったので、1つ前の千国駅で下車し、塩の道を歩いて南小谷駅へ行くメンバーも。南小谷駅を出発し、1両編成のデイズルカーで1時間ほど進み糸魚川駅に到着すると、昼食にみんなでお寿司を楽しみました。帰路では、南小谷駅へ向かう途中で姫川温泉に寄って汗を流し、再び電車を乗り継ぎながら安曇追分駅へ戻ってきました。その翌年



1951年北穂高生まれ。「穂高絵本とお話の会」会員として小学校やこども園、図書館等でお話会や読み聞かせのボランティアを行っている。趣味は寺巡りと時刻表を見ながら空想の旅をすること。

MEMO
○塩の道
千国街道のこと。日本海の塩や海産物が運ばれたことからそう呼ばれている。上杉謙信が武田信玄に塩を送った「敵に塩を送る」の舞台。
○信州ワンデーパー
JR東日本が販売する、信州エリア内の普通列車が1日間乗り降り自由になるきっぷ。

夜 空に咲いた 大輪に込めた思い

8月14日 第18回安曇野花火



安曇野の夜空を彩る花火大会が御宝田遊水池で開かれました。市制施行20周年を記念した本年のテーマは、旧5町村の絆を深めたいと願った第1回と同じ「安曇野は、ひとつ」。恒例のメッセージ花火や音楽花火のほか、旧5町村をイメージしたスターマインなど色とりどりの花火が打ち上げられました。訪れた大勢の人は次々と夜空に咲く大輪の花に歓声を上げたり拍手を送ったりしていました。

初めて訪れた仲山雄貴さん(34・三郷温)は「思いが詰まったメッセージ花火に感動した。子どもたちと落ち着いて楽しめた」と話してくれました。

急 流もへっちゃら 爽快水しぶき

8月15日 明科公民館夏休みカヌー教室



カヌーの体験教室が龍門洲公園で開かれ、小学生から大人までの21人が参加しました。最初に基本の動作を学び、じゃぶじゃぶ池でカヌーやサップを体験。バランスの取り方に苦戦していた参加者も「大きく柔らかくこいでみて」と講師からアドバイスを受けると、すぐにコツをつかんでいました。最後に前川のカヌーコースを下り、ウオータースポーツの魅力を全身で感じていました。大学の夏休みで帰省し参加した池田佳穂さん(20・東京都)は「カヌーは初めての体験。パドルをこぐ力のかけ具合が難しかったが、最後は川下りを楽しめて満足」と笑顔を見せてくれました。

か がり火で彩る夏の夜 新作能「犀龍小太郎」を13年ぶりに上演

8月23日 第34回信州安曇野薪能

西の空が茜色に染まる頃、龍門洲公園で信州安曇野薪能が開かれました。本年は市制施行20周年を記念し、安曇野の民話を題材とした新作能「犀龍小太郎」が平成24年以来13年ぶりに上演されました。来場した約580人は、笛や鼓の音と舞が織りなす伝統的で幻想的な雰囲気の中で能舞台に見入っていました。

鑑賞は今回で8回目という沖さゆりさん(68・松本市)は「犀龍小太郎はとても感動した。安曇野のことをよく理解して書かれた台本で、会場が一体となって盛り上がり本当によかった」と感動を語ってくれました。



あづみの

次回発行

No.385は10月23日発行です。

編集後記

◆お宝とは縁のないわが家ですが、なんでも鑑定団のユニークなエピソードにいつも楽しませてもらっています。皆さんのとっておきのお宝とその思い出をぜひお聞かせください！ 

◆交通安全教室に伺いました。暑さはまだ続いているのですが、だんだんと日が短くなってきていますので、改めて交通安全に気を付けたいと思います。 

◆県外で安曇野出身と伝えるとよく言われる「水がきれいなところだね！」の一言。今号の特集で身近にある当たり前が実は当たり前ではないことを実感しました。 

◆いよいよ、ポン！心地良く響く鼓と掛け声の奏でるハーモニーが、取材後3週間経っても僕の心を打ち続けています。いよいよおし、僕も誰かの心を打つ記事を書くぞ！ 

◆毎月の「広報あづみの」と並行して春から作成を進めてきた市制施行20周年記念号を10/1にいよいよ発行します。約50人の皆さんの暮らしや思いを掲載しています。ぜひ手に取ってご覧いただければうれしいです。 

2025年9月1日現在の人口と世帯数

住民基本台帳に基づく（ ）内は対前月比

人口95,516人（-16）

男46,377人（-18） 女49,139人（+2）

42,297世帯（+22）

本庁舎夜間時間延長窓口 10月14日（火）

17:15 ≫ 20:00

休日開庁日 9月28日（日）・10月26日（日）

8:30 ≫ 12:00

マイナンバーカード窓口 10月11日（土）

13:00 ≫ 15:30

広報あづみの

2025年9月18日発行

編集・発行

安曇野市役所政策部秘書広報課秘書広報担当

〒399-8281 長野県安曇野市豊科 6000

TEL 71-2000 FAX 71-5000

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

WEB サイト

https://www.city.azumino.nagano.jp/

印刷製本 (有)安曇印刷



出張！なんでも鑑定団

市制施行20周年を記念して、テレビ番組「開運！なんでも鑑定団」のご当地出張公開収録を行います。

鑑定したいお宝と収録当日の観覧者を募集します。

お宝の募集 応募締切:10月10日（金）

美術品からお菓子のオマケやおもちゃまで「なんでも」応募ください。



市公式LINE
応募フォーム

応募方法 申請書と鑑定品の写真を政策経営課へ郵送・持参で。
市公式LINEからも応募できます。（友だち登録が必要）

**申請書
入手方法** 市役所・支所で入手できます。

観覧者募集 応募締切:11月14日（金） ※消印有効

収録日 12月21日（日）開演13:00（開場 12:00）

場 所 豊科公民館ホール

観覧無料

応募方法 必要事項を記入、往復はがきで。
応募多数の場合は抽選。
詳細は市HP  をご確認ください。



市HP

●応募方法(往復ハガキの記入要領)

往復おもて	返信うら	返信おもて	往復うら
☐ 〒399-8281 住所 安曇野市豊科 6000 豊科 安曇野市役所政策経営課 「出張！なんでも 鑑定団 in 安曇野」 観覧券	※ここは白紙の ままで	☐ 住所 観覧希望者の 郵便番号 住所 氏名	観覧希望 氏名① ② ③の連絡先 住所: TEL:

抽選結果発表 12月上旬

※当選は返信をもって代えさせていただきます。

応募先
問い合わせ

〒399-8281（住所記載不要）政策経営課 宛
政策経営課 TEL71-2401