

特集

## 「未来を選ぶ エシカル消費」

地方創生臨時交付金を活用

## 「物価高騰支援策・ささえあい商品券」



# 未来を選ぶ エシカル消費



倫理的という意味を持つエシカル (ethical) な視点でモノを選んだり使ったりする「エシカル消費」がさまざまなところで広がっています。今号では、未来のためにエシカルな選択をする皆さんの声と具体的な行動を紹介します。

## 未来のために選ぶ

### 皆

さんは買い物をする時、どんなことを考えてモノを選んでいきますか。買いつぎで使い切れなかったり、安く買ったモノがすぐに壊れて処分した経験がある人も少なくないと思います。モノに困らない時代だからこそ誰もが、どこで、どんな思いで作ったのかが、少しでも目を向けてみると、モノを選ぶ視点が広がるかもしれません。全国で人口減少が進む中、私たちの社会は「どれだけ作るか」から「どう持続させるか」にシフトしつつあります。日々の選択を通じて、未来への責

任を考える。その選択の一つがエシカル消費です。

### エシカル消費とは

エシカル消費とは、人や社会、地域そして環境などに配慮したモノやサービスを選んで購入する消費行動のことです（左図参照）。

環境にやさしい行動を心掛ける「エコ」だけでなく、倫理的な視点でモノを選んだり、使ったりするエシカル消費。皆さんもエシカルな視点で自分の暮らしをちょっとだけ見直してみませんか。

### エシカル消費の例

#### 環境への配慮

- マイバッグやマイボトルを持参する
- エコ商品を選ぶ



### エシカル消費

さまざまな面に配慮した商品やサービスを選ぶ消費行動

#### 人・社会への配慮

- 商品が作られた背景を知って選ぶ



#### 地域への配慮

- 地場産品を選ぶ



# やさしい選択がつくる心地よい暮らし

ハカルAZUMINO skateboard & EcoShopで心と体、そして環境にやさしい暮らしを提案している生田佳絵さんに話を聞きました。

## 買い物は投票

**店** 舗では、ドライフルーツや調味料などの量り売りや環境に負荷

のかからない商品を取り扱っています。今でこそ、環境にやさしい暮らしをお客さんへ提案していますが、私が



上/お客さんの話に耳を傾け、一人一人の暮らしに合わせた商品を提案  
左右下/店内には人にも環境にもやさしい商品が並び

こうした意識を持ち始めたのは、自分子どもがアトピー性皮膚炎を発症してからです。家族が口にする食べ物どこでどのように作られているのか、買い物からモノの選び方を考えるようになったことが私の暮らしを変え、店を開くきっかけとなりました。

食への関心を深める中で、気になっ



生田 佳絵さん  
(42・豊科)

たのがスーパーマーケットに並んだ商品のほとんどに使われているプラスチック包装。それらが環境や健康に与える影響を知った時、自分の買い物や行動がモノを生み出す環境と大きく関わっていることに気が付きました。

この経験から、日々の買い物は自分の意思を表す投票のようなものだと感じるようになりました。選挙で誰に投票するか決めるように、自分がどんな思いを大切にしているのか考え向き合うことで、その商品の品質や作られる過程など、価格以外の部分も意識するようになりました。

## できることをできる範囲で

自分がどうありたいか、どうしたいのかを考えて買い物をしていると、必要以上にモノを持ちすぎないようにになりました。モノを買っていた時間やお金を別のことに使えるようになり、以前よりも気持ち満たされて暮らしに

余白ができたと感じています。もちろん全てに配慮して暮らすことは難しいですし、意識し過ぎてしまうと息が詰まってしまいます。大切なのは、今あるものを最大限に生かしながら自分ができることをできる範囲で続けることだと思います。そして自分の買い物に一票を投じるように、責任を持ってモノを選んで購入する――。その習慣が未来を作る一歩になるはず。それが私の暮らしと店の理念になっています。

## Pick up 量り売りから生まれる会話

ハカルAZUMINOで扱っている量り売り。フードロスや過剰包装の削減となるのはもちろんですが、1番の魅力は「会話が生まれること」だと生田さんは話します。対面で言葉を交わすからこそ、モノが持つストーリーを共有できる大切な時間が生まれます。



ハカル AZUMINO Instagram ▶



## Action 01

# 買い物を見直す

買い物をする時、その商品が作られたストーリーに少しでも目を向けてみませんか。モノの選び方を見直すことがエシカル消費の一步になります。

## 商品の背景を知る

**価** 格や効率だけではなく、「誰が、どこで、どのように作ったか」を知ると、未来に責任を持った選択につながります。



あづみのかんぱにー  
有賀 敬晃さん 中島 恵さん

## Voice 「ありがとう」が力になる

市役所には、障がいのある人が配膳などを担当する「あったカフェ」があります。市内事業所の製品も販売しています。お客さんからの「ありがとう」の言葉に日々やりがいを感じています。

今日から始める！

# エシカル消費

特別なことをしなくても、気軽に取り入れられるエシカル消費。エシカルな行動を知って、今できることから始めてみませんか。

## 地元産を選ぶ

**地** 域で生産されたものを地元で消費する地産地消は、輸送距離も短く環境にやさしい選択です。新鮮な状態で手に入ることも魅力です。



Report

## リペアキャラバン



リペアキャラバン  
◀ Instagram

**衣** 類や革製品、刃物などを直す職人が修理の相談に応じるイベント・リペアキャラバンが4月19日に自然体験交流センター「せせらぎ」で開かれました。当日は修理が必要な革靴やはさみなどを持った人が次々と訪れ、大切なモノへの思いを話しながら相談する参加者の姿が見られました。

## Voice 暮らしに愛着が持てるモノを

ほつれてしまったジーンズの直し方を教わりました。直らなければ、出番がなくなると思っただけに、リペアする価値を感じました。教えてもらったことを生かし、時にはプロの力を借りて長く使えて愛着が持てるモノを暮らしに取り入れていきたいです。



加藤 みちさん  
(34・穂高有明)

## Action 02

# 大切に使う

モノを丁寧に扱い手入れをして使うことも、エシカルな行動です。壊れたモノの直し方を知ったり、プロに修理を頼んだりすることで、愛着を持って使うことにつながります。



加藤さんのジーンズも直して再び使えるように

## Action03

# 循環させる

生活で必ず出るごみも、工夫次第で資源として活用できることがあります。大切な資源を未来へ引き継ぐこともエシカルな選択です。

## 資源をまわす

ゴミを捨てる前に資源にできるか考える、すぐに捨てずに繰り返し使う、正しく分別して資源を再生する。そのひと手間です。限りある資源を循環できます。

ごみの分別の仕方に迷った時は右記2次元コードから確認できます。市公式LINEからも検索ができます。



Info それ、大切な資源です！

### プラスチック資源を回収しています



市では、プラスチックを資源として回収しています。

#### ●回収できるプラスチック

##### 容器包装プラスチック

商品が入っていた容器や包装など、プラマークが付いているもの  
製品プラスチック

プラスチック製の商品そのもの

#### ●使用できる専用袋

プラスチック資源専用袋、プラスチック製容器包装専用袋、もえないごみ・資源物専用袋

#### ●収集日

週1回収集します。収集日は右記2次元コード「家庭ごみ・資源物収集カレンダー」からご確認ください。



収集カレンダー

生活環境保全課 TEL71-2490



分別にご協力  
お願いします



上/多くの人が訪れた会場下/持ち主の思いを大切に職人が丁寧に修理方法を提案



## あなたの心掛けが安曇野の未来に

便利さがすぐに手に入る時代。そんな社会の中で、無理をしたり我慢したりするのはなく、できる範囲でやさしい選択をしていく。それは、単なるモノの豊かさだけでなく、あなたの心を満たす暮らしを見つけるきっかけとなるかもしれません。

自分のために、誰かのために、そしてこの先の未来のために。暮らしの中にあるちょっとした豊かさを探して、あなたもエシカルに生活してみませんか。

参加者  
募集

## 東京都江戸川区花火大会・友好都市青少年との交流



夏休みに友好都市の皆さんと交流して友好を深める下記の事業の参加者を募集します。

問 子ども家庭支援課 Tel71-2078 Fax72-2065

### 東京都江戸川区花火大会

- 日 8月1日(土)・2日(日)
- 場 東京都江戸川区
- 内 花火の観賞、周辺施設の散策 ほか
- 対 小学生と保護者(2人1組)
- 定 13組26人(抽選)
- 費 1組2万円
- 事前説明会
- 日 7月23日(木) 18:30～
- 場 市役所 3階共用会議室307

### 神奈川県真鶴町青少年交流

- 日 8月6日(木)・7日(金)
- 場 神奈川県真鶴町
- 内 各種体験、真鶴町の小学生との交流会ほか
- 対 小学4年生から6年生
- 定 15人(抽選) 費 1万円
- 事前説明会
- 日 7月24日(金) 18:30～
- 場 市役所 3階共用会議室307

### 福岡市東区青少年交流

- 日 9月19日(土) ▶ 21日(月)
- 場 福岡県福岡市東区
- 内 各種体験、東区の小中学生との交流会 ほか
- 対 小学5年生から中学2年生
- 定 10人(抽選) 費 4万円
- 事前説明会
- 日 8月31日(月) 18:30～
- 場 市役所 3階共用会議室305

### ● 共通事項

- 他 事前説明会には必ず参加をお願いします。
- 日 6月12日(金)までに申込用紙を子ども家庭支援課へ直接・郵送・ファクスいずれかの方法で。申込用紙は同課、市HPから入手できます。
- 日 399-8281(住所不要) 子ども家庭支援課児童青少年係 宛

Info

## 5月から始まっています！ 妊婦・成人・シニア歯科健診



口の中を健康に保つことは体の健康にもつながります。市ではライフステージに合わせた歯科健診を行っています。対象者に受診券を送付しましたので予約の上、受診をお願いします。

### 成人 歯科健診 (12月末まで)

- 対 年度末年齢が20・30・40・50・60歳の人
- 内 歯や歯肉などの健診  
結果説明、歯科相談
- 費 500円 問 健康支援課 Tel81-0714



### 妊婦 歯科健診 (通年)

- 対 市内在住の妊婦(妊娠届時に受診券を交付)
- 内 歯周病検査を含む歯科診察、結果説明  
歯科相談(出産までに1回)
- 費 無料 問 健康支援課 Tel81-0711



### シニア 歯科健診 (12月末まで)

- 対 年度末年齢が68・70・73歳の人
- 内 歯や歯肉などの健診、  
口腔機能検査、口腔がん検診、  
歯科保健指導
- 費 無料
- 問 高齢者介護課 Tel71-2474



### コラム 定期的な歯科受診は財布にやさしい

長野県データ利活用による歯科検診推進事業分析結果(R4)から、定期的に歯科を受診している人の医療費が安く抑えられているという結果が出ています。

約55,000円

痛い時だけ  
受診する人

年間にかかった  
歯科医療費は  
なんと3分の1

約15,000円

定期的に  
受診する人

## 募集

16歳～40代の皆さんの声を聞かせてください

# 市民モニター制度 あづみの次世代 voice



市政やまちづくりに関するアンケートに答えていただく若い世代の皆さんのモニターを募集します。

問秘書広報課 Tel71-2400

**対象** 市内在住の16歳以上～40代の人  
(公務員・議員・附属機関等の委員を除く)

**定員** 各世代10人(抽選)

**任期** 7月 ▶ 令和9年6月

**内容** 市政に関するアンケートにLINEで回答  
(年間おおむね6回を予定)

**その他** 謝礼などの支給はありません。  
アンケートの結果は市HP<sup>ホームページ</sup>などで公開し  
施策検討の参考にします。

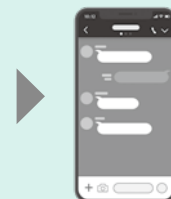
## 申し込み

6月17日(水)までに市公式LINE  
専用フォーム(右記2次元コードから)  
※市公式LINEの友だち登録が必要です



## カンタン！LINEアンケートに答えるだけ！

モニター  
の皆さん  
にLINE  
で通知



アンケー  
トは数問  
5分程度  
で終了

## Topics

### 安曇野市チームが上位入賞 市町村対抗駅伝競走大会 小学生駅伝競走大会で6位

4月25日、県市町村対抗駅伝がアイネットやまびこ  
ドーム周辺で行われ、選考会で選抜されたメンバ  
ーが懸命な走りでタスキをつなぎました。安曇野市は



中学生を含む一  
般男女で9区間  
を走る市町村駅  
伝と小学生駅伝  
に出場。ともに6  
位入賞を果たし  
ました。選抜メ  
ンバーは大会終  
了後に市役所を  
訪れ、橋渡教育  
長に結果を報告  
しました。



上：一般男女の選手  
下：小学生駅伝の選手

## Info

### 撮るしん展を市役所で開催 ドラマの紹介と 県内の風景写真48点を展示

安曇野がロケ地のプレミアムドラマ「<sup>わすれなぐさ</sup>勿忘草の咲く町で～安曇野診療記～」の放送を前にドラマ  
の紹介パネルと、NHK長野放送局に寄せられた  
県内各地の美しい風景写真48点を展示します。

期 5月28日(木) ▶ 6月29日(月)

場 市役所 1階東ロビー

問 政策経営課 Tel71-2401

### ■<sup>わすれなぐさ</sup>勿忘草の咲く町で～安曇野診療記～



6月28日(日)  
スタート(全8話)  
毎週日曜日  
22:00▶22:45  
NHK BS

出演の福本莉子さんと菅生新樹さん(5/9の会見取材会)

## 安曇野明科 あやめまつり



明科支所 TEL62-3001

**日にち** 6月20日(土)・21日(日)

**場所** あやめ公園・龍門淵公園 ほか  
(駐車場等の詳細は市HPをご覧ください)

**内容** ※天候等により変更になる場合があります

6月20日(土)

ステージイベント ▷ミニコンサート ▷安曇野太鼓まつり  
松本山雅ガンズくんとふれあい体験・  
にじますのつかみどり・  
ラフティング体験 ほか

6月21日(日)

ステージイベント ▷アルプホルン演奏  
▷大ビンゴ大会 ▷キッズダンス  
芸能発表会・ラフティング体験 ほか  
6月1日(月)～30日(火)  
フォトコンテスト



## 安曇野玉ねぎ祭り



農政課 TEL71-2428

**日時** 直売 6月20日(土)  
雨天の場合は21日

**収穫体験** 6月20日(土)・21日(日)  
20日のみの会場もあります。  
いずれも8:00～15:00 (雨天中止)

**場所** 市内14会場  
詳細は市HP・案内チラシをご覧ください。  
チラシは市役所・支所で入手できます。

**費用** 直売・収穫体験いずれも税込み  
10kg 1,500円 20kg 3,000円

**持ち物** (収穫体験の場合)手袋、長靴、ハサミ

**ご注意ください**  
各会場なくなり次第終了します。



## 穂高納涼祭



穂高公民館 TEL82-5970 FAX82-3990

**日時** 8月1日(土)  
17:00～20:00

**場所** 穂高神社北神苑

**内容**

納涼盆踊り(穂高音頭・HOTAKAサンバ)、ステージ発表、キッチンカー、物販販売、キッズコーナー ほか

**踊り連・ステージ参加者を募集**

①6月1日(月)から26日(金)に申込書を穂高公民館へ直接・ファクス・電子メールのいずれかで。  
申込書は市HP・同館で入手できます。

②hotakakouminkan@city.azumino.nagano.jp

③納涼盆踊りは飛び入りでも参加できます



## 常念フェスティバル



堀金公民館 TEL72-5796 FAX72-4900

**日時** 8月29日(土)  
8:30～14:00  
(雨天決行)

**場所** 堀金多目的屋内運動場(常念ドーム)、  
堀金中央公園

**内容**

ステージ発表、仮装行列、ウォータープレイランド、各種体験コーナー、フリーマーケット、高校生参画イベント ほか

**出店者・イベント参加者を募集**

①出店(フリーマーケット・キッチンカーなど)・ステージ発表・仮装行列

②6月30日(火)までに申込書を堀金公民館へ直接・ファクス・電子メールのいずれかで。

申込書は同館・市HPで入手できます。

③horiganekouminkan@city.azumino.nagano.jp



みんなで楽しめるイベントが盛りだくさん!

# 注目イベント情報

篠原信一さんも参加!  
お楽しみ抽選会  
15:30~  
(抽選券はトークショー  
終了時に配布)

## 安曇野 スポーツフェスティバル 2026

「カラダを動かす楽しさ」や「走る楽しさ」を発見しませんか。スポーツと地元のおいしいものに触れ子どもから大人までみんなで楽しい1日を過ごそう!

日時 6月6日(土) 11:00~16:00

場所 ANCアリーナ

アリーナ内は土足禁止です。上履きをお持ちください。  
駐車台数に限りがあります。乗り合いでお越しください。

安曇野  
パンフェス

販売開始時間  
(各回数量限定)

①11:30~②13:00~

安曇野の  
おいしいパンが  
大集合!

### メインアリーナ

ケロポンズと一緒に  
カラダを動かそう!

11:00~



### ケロポンズ

○プロフィール

1999年に結成した、増田裕子(ケロ)と平田明子(ポン)からなるミュージック・ユニット。楽曲や絵本など作品数は1,000作品以上、代表作「エビカニクス」のYouTube再生回数は1億7000万回を超える。

### メインアリーナ

ハーフマラソンゲスト

トークショー 13:00~

市スポーツ大使の有森裕子さんとランニングアドバイザーの三津家貴也さんによるトークセッション。トレーニングの秘訣が聞けるかも!



有森裕子さん



三津家貴也さん

有森裕子さんのランニングクリニック  
13:30~

よこちゃんテーピングセミナー

12:20~、15:00~

ニュースポーツ体験 (協力:松本大学)

11:30~、13:30~

食の魅力ブース・キッチンカー など

問い合わせ

信州安曇野ハーフマラソン実行委員会(商工観光スポーツ部内)  
Tel.72-2239



12th

# 信州安曇野ハーフマラソン

全国から5000人を超えるランナーの皆さんをお迎えし、第12回信州安曇野ハーフマラソンを開催します。安曇野の自然と市民の皆さんのおもてなしの力で大会を盛り上げましょう。



## 6月7日(日) 8:30 Start

### 交通規制

#### う回などにご協力ください

午前7時30分から正午頃まで、スタート・フィニッシュ会場周辺やコースとなる道路を中心に交通規制が行われます。う回やマイカー自粛にご協力をお願いします。(次ページ交通規制図参照)  
また、大会当日は早朝から市内の各参加者用駐車場からANCアリーナまでシャトルバスを運行します。ご理解とご協力をお願いします。

### 沿道の美化

#### 美しい安曇野を全国の皆さんへ

ランナーの皆さんに美しい安曇野を満喫していただくため、コース周辺の清掃や草刈りなど皆さんのご協力をお願いします。

### ランナー応援

#### 応援ハリセンで声援を

大会当日には、市内の子どもたちが作った応援ハリセンを沿道で配布します。なお、6月5日(金)まで市役所1階西側で応援ハリセンを配布しています。

#### 応援時のお願い

- ▽コース整理員等スタッフの指示に従ってください。
- ▽ランナーなどの支障にならない場所で応援してください。
- ▽並走応援はおやめください。
- ▽大会開催に伴い、沿道の一部施設や駐車場が利用できなくなり、路上や店舗等への無断駐車は近隣や店舗の皆さんの迷惑となりますのでおやめください。

信州安曇野ハーフマラソン実行委員会事務局(商工観光スポーツ部内)  
TEL 72・2239



### 豊科南部総合公園 ANCアリーナなどを利用する皆さんへ

大会開催に伴い、右記の市内公共施設や駐車場の利用が制限されます。(準備作業等のため、これ以外の期間でも利用できない場合があります。)

場所	期間	備考
スタート・フィニッシュ 豊科南部総合公園 ANCアリーナ	6月5日(金) ▼ 7日(日)終日	トレーニング ルーム 6月7日(日)のみ 終日利用できません
出場者駐車場 豊科公民館駐車場、旧豊科 南社会体育館駐車場、高家 スポーツ広場、高家公園グ ラウンド、三郷文化公園	6月7日(日) 5:00 ▶ 17:00	大会参加者等の 駐車場となるため、施設・駐車場 は利用できません

### 運行時間を変更します あづみん・のるーと 安曇野

大会当日の交通規制に伴い、運行時間を下記のとおり変更します。

☎ 6月7日(日)  
13:00 ▶ 17:00  
電話受付 12:45 ▶ 16:30  
☎ 政策経営課 TEL 71-2401

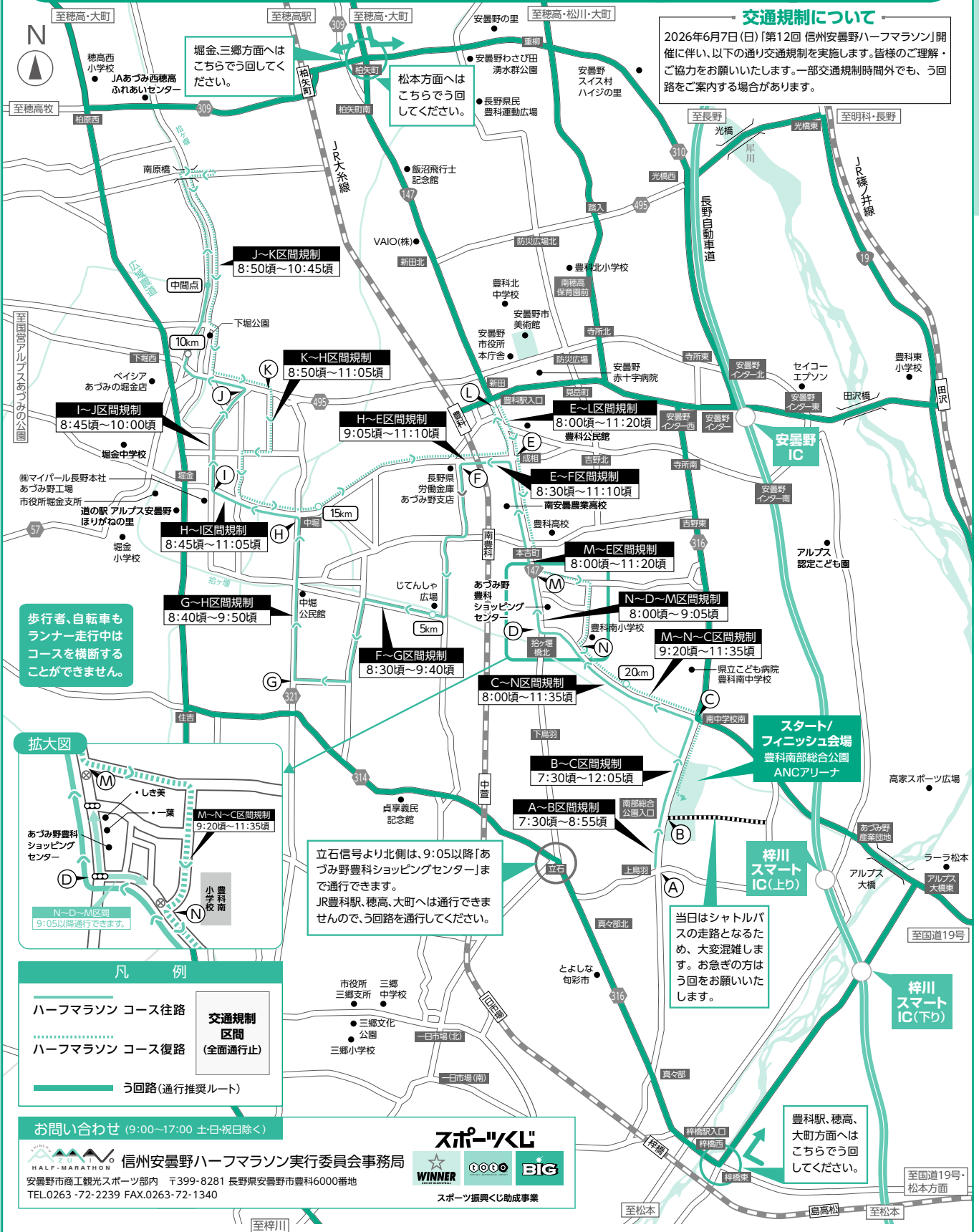
# 第12回信州安曇野ハーフマラソン

## 交通規制のお知らせならびにご協力をお願い

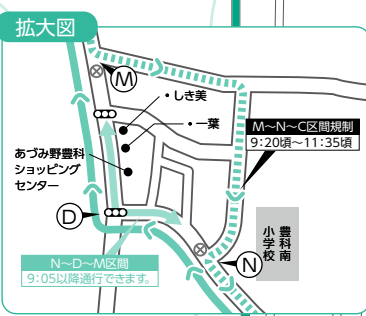
2026年6/7(日) 午前8:30スタート (午前11:35頃) スタート/フィニッシュ会場  
 (フィニッシュ予定) 豊科南部総合公園・総合体育館(ANCアリーナ)

### 交通規制について

2026年6月7日(日)「第12回 信州安曇野ハーフマラソン」開催に伴い、以下の通り交通規制を実施します。皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。一部交通規制時間外でも、う回路をご案内する場合があります。



歩行者、自転車もランナー走行中はコースを横断することができません。



立石信号より北側は、9:05以降「あづみ野豊科ショッピングセンター」まで通行できます。JR豊科駅、穂高、大町へは通行できませんので、う回路を通行してください。

当日はシャトルバスの走路となるため、大変混雑します。お急ぎの方はう回路をお願いいたします。

凡 例	
ハーフマラソン コース往路	交通規制 区間 (全面通行止)
ハーフマラソン コース復路	
う回路 (通行推奨ルート)	

お問い合わせ (9:00~17:00 土日祝日除く)  
 信州安曇野ハーフマラソン実行委員会事務局  
 安曇野市商工観光スポーツ部内 〒399-8281 長野県安曇野市豊科6000番地  
 TEL.0263-72-2239 FAX.0263-72-1340

**スポーツくじ**  
 WINNER 100% BIG  
 スポーツ振興くじ助成事業

豊科駅、穂高、大町方面へはこちらでう回路してください。

日時  
期間  
場所  
内容  
対象  
講師  
費用  
定員  
持物  
申込  
提出先  
その他  
問合せ



詳しくは  
市ホームページで  
検索



無料アプリ  
「マチイロ」  
広報紙はスマホで



広報あづみの  
朗読版

お知らせ

5月の納期限は6月1日(月)

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

令和8年度所得証明書の発行

令和8年度(令和7年中の所得)の所得証明書が必要な人は、税務課・支所へ直接または市公式LINE・郵送のいずれかの方法で申請してください。

対令和8年1月1日に市内に住所があり、税の申告などを行った人

発行開始日 6月8日(月)  
交付手数料 1通300円

持本人確認ができるもの(運転免許証など)

他▽本人と市内在住同一世帯親族以外の人が申請する場合は委任状が必要です。

▽延長窓口・休日窓口での取り扱い

はできません。

▽申告時期によっては、所得証明書の申告内容が反映されない場合があります。

▽LINEでの申請受付は6月6日(土)から。発送は9日以降順次。

問 税務課  
TEL 71・2484



市議会6月定例会

議会の傍聴にお越しく下さい。本会議の様子は議会HP、あづみ野テレビでライブ中継します。

①6月12日(金)～30日(火)  
午前10時～(予定)

場 市役所3階議場  
問 議会事務局  
TEL 71・2156



アレチウリなどの駆除にご協力を

アレチウリなどの外来植物の繁茂拡大を防ぐため、次の日程で一斉駆除を行います。

①6月21日、7月12日、8月23日

日曜日、午前7時30分～9時

※地区によって日時や回数が変更となる場合があります。詳細は区の年間行事などを確認ください。

■駆除対象 アレチウリ、オオキンケイギク、オオハングソウ、オオカワヂシャ

問 環境・ゼロカーボン推進課  
TEL 71・2492



松くい虫防除薬剤空中散布(有人ヘリ)

農業の空中散布を行います。ご理解、ご協力をお願いします。

①6月18日(木)午前4時30分～5時  
※悪天候時は順延

場 岩州公園尾根沿い5診(明科潮沢地区)  
問 耕地林務課  
TEL 71・2432



全国瞬時警報システム(Jアラート)全国一斉情報伝達試験及び緊急地震速報訓練

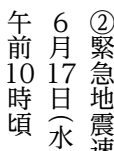
訓練放送が屋外スピーカー、防災ラジオから流れます。

また、メール配信サービスでも訓練放送と同じ内容を配信します。

①①全国瞬時警報システム(Jアラート)全国一斉情報伝達試験  
6月3日(水)・8月26日(水)・11月11日(水)・2月3日(水)午前11時頃

②緊急地震速報訓練  
6月17日(水)・11月5日(木)  
午前10時頃

問 危機管理課  
TEL 71・2119



Jアラート



緊急地震速報

ネコのニャンでも相談

飼いネコのしつけや野良ネコ対策など、身近なネコの悩みについて、何でもご相談ください。予約は不要です。都合の良い時間にお越しください。

①6月19日(金)午後1時30分～3時  
場 市役所3階302会議室

問 生活環境保全課  
TEL 71・2491



**狂犬病予防集合注射(6月21日)**

左表のいずれの会場でも新規登録・注射ができます。

▽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。

健康上の理由で注射ができない場合は、動物病院で「狂犬病予防注射猶予証明書」を取得し、生活環境保全課または支所に提出してください。

問 生活環境保全課

Tel 71・2491



地域	時間	会場
豊科	9:00~9:30	本庁舎 東側駐車場
三郷	9:55~10:15	三郷支所
堀金	10:30~10:50	堀金支所
穂高	11:10~11:30	穂高支所
明科	11:55~12:10	明科支所

**教育委員会により**

**「ふるさと安曇野」を創刊**

市の教育行政の状況や成果、課題などをお伝えする「ふるさと安曇野」を創刊。毎月1日に刊行！市HPに随時掲載します。

問 学校教育課

Tel 71・2223



**手当・補助**

**子どものための2つの手当**

**■児童手当**

現況届の提出が必要な人には6月上旬に現況届を送付します。期限までに必要書類の提出をお願いします。

提出期限 6月30日(火)消印有効

他公務員は職場から支給されます。新たに公務員になった人はご連絡ください。

**■子育て応援手当(市独自)**

6月上旬に支給対象見込みの人へ申請書を送付しますので、期限までに申請書の提出をお願いします。支給には毎年申請が必要です。

提出期限 6月30日(火)消印有効

支給額対象児童1人月額3000円 ※書類審査終了後、10月と3月に支給

対次の要件をすべて満たす児童を養育する市内在住者

▽小学校就学前の児童

▽認定こども園、幼稚園、保育所、その他児童福祉施設などを利用していない人

▽第2子以降の児童(対象児童の上18歳以下の児童がいる)

問 子ども家庭支援課 Tel 71・2255



児童手当



子育て応援手当

**緑化活動を行っている団体へ資材を提供**

沿道や緑地などで花を植える活動を行っている団体に、園芸資材を提供します。

対市内の道路から見える敷地や緑地などで活動する次の団体

▽区・常会▽市民で構成される団体

サークル▽市内に事業所がある法人

**■補助対象・金額**

花苗、球根、種子、培養土、肥料、プランターなど園芸資材(上限3万円)

問 申請書を都市計画課へ提出。申請書は、同課・市HPから入手できます。

問 都市計画課

Tel 71・2249



**親元就農者への支援金**

認定農業者の後継者が就農した際に支援金を交付します。

対認定農業者の子、孫またはその配偶者で、年齢、就農日数などの要件を満たす人

内年額20万円(最長5年)

問 6月12日(金)までに農政課へ連絡。要件を確認後に、申請書類を送付します。

他▽親元以外の新規就農者支援制度も農政課へ問い合わせください。

▽支援金対象者への機械等整備支援事業も利用できます。

問 農政課

Tel 71・2429



専門家に任せて安心!!

相続 贈与 遺言

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)

TEL 0263-82-8210

受付時間 平日 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ご相談ください

**シルバー人材センター** 女性会員大歓迎!

新入会員説明会

6月25日(木) 9:30~

7月15日(水) 9:30~

会場 豊科保健センター 2Fホール

生涯現役で活躍してみませんか?

安曇野市在住で60歳以上の方に会員となつていただき、皆さんにふさわしいお仕事を提供しています。

お仕事のご依頼承ります

- 草取り ●草刈り ●剪定
- 清掃作業 ●施設・空き家管理
- 企業での軽作業 ●農作業の手伝い等、その他お気軽にお問合せください。

(公社)安曇野シルバー人材センター 〒399-8205 安曇野市豊科4155-1 (豊科保健センター内)

☎0263-72-5800 FAX.0263-73-6484

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。

募集

長野県障がい者スポーツ大会出場者

第26回長野県障がい者スポーツ大会の出場選手を募集します。

④・場9月に県内各地で開催。詳細は市HPをご覧ください。

④障がいをお持ちで令和8年4月1日時点で12歳以上の県内在住者

実施競技 陸上、水泳、卓球、サウ

ドテールテニス、ボッチャ、アーチェリー、フライングディスク、ボ

ウリング、バスケットボール、バレーボール

④6月11日(木)までに申込書を障がい者支援課に提出。申込書は同課・市HPから入手できます。

④障がい者支援課

Tel 71・2083



令和9年二十歳の集い実行委員

式典参加対象者の中から企画・運営を担う実行委員を、20歳前後の人から運営を支援するサポートスタッフをそれぞれ募集します。

④6月26日(金)までに申請書を生涯学習課へ提出またはながの電子申請サ

ービスから。詳細は市HPをご覧ください。

令和9年二十歳の集い

④令和9年1月10日(日)

場ANCアリーナ

④平成18年4月2日から平成19年4月

1日に生まれた人で、市内の中学校を卒業している人、または令和8年

10月1日現在市に住所がある人 ④対象者には11月ごろに案内状を送付

します。複数回転居している人は事前にご連絡ください。

④生涯学習課

Tel 71・2466



えんていマルシェ出店農家

市内認定こども園と幼稚園の園庭で地元野菜や加工品を販売する農家を募集します。

④7月、11月の第1・第3水曜日

④市内に住所を有する農家・事業者等

④申込方法など詳細は市HPをご確認ください。

④農政課

Tel 71・2430



児童館建設検討会(豊科地域)委員

高家児童館の建て替えに向けた検討会の委員を募集します。

④豊科地域に在住で、平日開催の会議

に出席できる人

任期 7月から、検討結果を教育委員会に報告する日まで

④5月25日(月)から6月10日(水)に、

申込書と小論文を子ども家庭支援課に直接または郵送で。小論文のテ

マなど詳細は市HPをご確認ください。

④子ども家庭支援課

Tel 71・2077



市営住宅入居者

市営住宅の入居者を募集します。入居条件など詳細は入居申込案内をご確認ください。

④穂高団地(穂高柏原)

2K・1階 12戸※単身入居可

▽ファミーユ柳瀬団地(明科中川手)

2LDK・3階・1戸

④受付期間6月12日(金)～6月22日(月)

平日のみ

④申込書・必要書類を建築住宅課へ提出。申込書・入居申込案内は同課、

支所、市HPから入手できます。 ※郵送の場合は必ずにご相談ください。

④建築住宅課

Tel 71・2245



森林整備し隊(全2回)

里山の個性を学びながら、森林整備をします。

④①竹林編 6月6日(土)

午前9時30分～午後12時30分

④②森林編 6月21日(日)

午前9時～午後1時

場市内の里山

④竹林編では竹の生態・管理。森林編では人工林の手入れ方法をそれぞれ

学びます。

④無料

④定各10人(先着順)

④5月26日(火)から29日(金)に耕地林務課へ電話または電子メールで

④耕地林務課

Tel 71・2432

✉ kouchinmu@city.azumino.nagano.jp

azumino.nagano.jp



梅雨入り前に備えを万全に!

- 家の周りの点検と危険か所の確認を排水溝や雨どいの掃除と近所の危険か所の点検を
- 非常持出品の準備と気象情報非常持出袋を用意し、改めて気象情報などの情報取得方法の確認を
- 河川や水路に近づかない大変危険です。台風や大雨の時に河川や用水路に近づくのはやめましょう

セミナー・講座

手話通訳・要約筆記を希望する時は  
気軽に担当課へご相談ください。

リモートワーク  
スタートアップセミナー(全3回)

リモートワークを始めた人向けの  
セミナーを開催します。  
①回目・6月23日(火)  
午前10時～正午  
場内役所4階大会議室  
講師 佐手みどりさん(株)キャリア・ママ)  
定50人(選考)

▽リモートワーカーとしての心構え  
▽仕事を探そう  
▽現役ワーカーに聞いてみよう  
※第2回・第3回目はオンラインで  
開催。  
市内在住者、市内に移住を検討して  
いる人

④6月10日(水)までに左記2次元コー  
ドから  
問 農政課  
TEL 71・2041



三郷やすらぎ空間施設そば打ち体験室

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伝授します。打  
ったそばは全て持ち帰ります。  
④6月20日(土)午前9時～正午  
場 三郷やすらぎ空間施設  
費 2000円  
定 8人(先着順)

特 エプロン、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  
④開催2日前までに小岩井啓一さん(TEL  
090・9665・8312)へ電話で  
問 農政課  
TEL 71・2427



豊科農産物加工交流センター体験講習会

しそジュース作り体験  
④7月11日(土)午後1時～3時  
場 豊科農産物加工交流センター  
④同センター管理運営委員会  
費 450円  
定 10人(先着順)

特 エプロン、三角巾、マスク、持ち帰  
り用の容器  
④5月25日(月)、27日(水)、29日(金)  
の3日間の午前9時から11時に同セ  
ンター(TEL 73・9550)へ電話で  
問 農政課  
TEL 71・2427



初夏のガーデン講座

季節の宿根草をメインにガーデン作  
りと手入れの仕方を学びます。  
④6月21日(日)  
午前10時～11時30分  
場 三郷文化公園体育館1階会議室  
講 桐口雄さん(ボランティアアガデーナ)  
費 無料  
④不要

他 動きやすい服装、筆記用具  
問 都市計画課  
TEL 71・2249



樹木剪定講習会

実践を交えた講習で、剪定技術を学  
びます。  
④6月22日(月)  
午前10時～11時30分  
場 堀金中央公園  
講 安曇野市緑化協会  
費 無料  
定 20人(先着順)

特 剪定バサミ、手袋、ヘルメット、雨具  
④5月27日(水)から6月15日(月)に電  
話で  
問 都市計画課  
TEL 71・2249



第40回ハーモニックコンサート  
Harmonic Concert



金子 三勇士 Miyuji Kaneko Piano (ピアノ)  
2008年バルトーク国際ピアノコンクール優勝。  
6歳より単身ハンガリーに留学。11歳よりハンガリー国立リスト音楽院大学に入学、16歳で帰  
国した後、東京音楽大学付属高等学校に編入。清水和音、迫昭嘉、三浦捷子の各氏に師事。  
これまでにゾルタン・コチシュ、シルヴァン・カンブルラン、ジョナサン・ノット、小林研一郎、広上  
淳一、山田和樹、鈴木優人、など、国内外の名だたる指揮者と共演。オーケストラではハンガ  
リー国立フィルハーモニー管弦楽団、ロンドンフィルハーモニー管弦楽団、プラハ交響楽団、  
NHK交響楽団等と共演。これまで20か国近く世界各地で演奏活動を行なう。キシュマロシュ  
名誉市民。スタインウェイ・アーティスト。オフィシャルHP▶https://miyuji.jp/

2026年6月27日(土) 開場▶16時30分  
開演▶17時00分  
会 場/安曇野市豊科公民館  
入 場 料/¥1,000 (全席自由/先着600名様まで)

チケット販売 (時間/平日の9:00~17:00)  
▶安曇野市豊科公民館(休館日はお問合せください)  
TEL.0263-72-2158  
▶株式会社ハーモニックドライブ・システムズ穂高工場(警備室)  
安曇野市穂高牧1856-1  
TEL.0263-83-6800

人気公演につきチケットはお早めに!  
主催:公益財団法人ハーモニック伊藤財団 協賛:株式会社ハーモニックドライブ・システムズ  
後援:安曇野市教育委員会・HDS調和会  
お問合せ:TEL.0263-83-6800(事務局:総務部)

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(TEL 88-5116)まで。

オンライン父親学級

育休を取得した講師のリアルな体験から、育児に関するノウハウ、仕事と家庭の両立のコツなどをオンラインで学びます。

【6月16日(火)午後1時～2時30分

※9月、12月、3月にも同じ内容の講座を開催予定です。

【対】これから父親になる人、育児休業取得を検討している人

【講】山崎純平さん、大畑慎護さん

(株式会社ワーク・ライフバランス)

【費】無料

【定】30人(先着順)

【申】5月26日(火)から6月11日(木)に、

左記2次元コード(ながの電子申請

サービス)から

【問】人権共生課

Tel 71・2406



ファミリー・サポート・センター協力  
会員養成講習会 (前期)

地域の子育てを応援するファミリー・サポート・センター協力会員の養成講習会を開催します。

【回】下記のとおり

【場】堀金老人福祉センター「憩いの里うらら」内

【対】受講後に協力会員として活動できる

市内在住の20歳以上の入

【費】無料

【定】30人(先着順)

【申】6月19日(金)までに申込書をファミリー・サポート・センターへ提出または左記2次元コードから。申込書は同センター・子ども家庭支援課・市HPで入手できます。

【他】当日は、無料託児が利用できます。(定員あり・要相談)その他詳細は市HPを確認またはファミリー・サポート・センター(Tel 71・1125)へ問合せください。

【問】子ども家庭支援課

Tel 71・2077



日程

6月26日(金)	9:15～15:30
7月10日(金)	9:30～12:30
7月17日(金)	9:30～15:30

一般介護予防教室

下記のとおり、介護予防教室を開催します。フレイルを予防し、健康に過ごすためぜひご参加ください。

【概】概ね65歳以上の市民。関節疾患等のある人は要相談。

【費】2000円(全12回)

【他】開催時間は90分程度

【問】高齢者介護課

Tel 71・2474



教室名	開催日程	時間	開催場所	内容	対象・その他
ポジティブシニア! 元気アップ教室(豊科)	6月23日(火) ～11月24日(火)	13:30 ～15:00	ANC アリーナ	運動指導の体験と音楽療法を取り入れた体験型の教室	運動強度はやや弱めから強め程度 【定】30人(初めての人優先) 【申】5月21日(木)から6月2日(火) 社会福祉協議会 Tel 72-1871 9月以降、穂高と明科地域でも開催予定。
ポジティブシニア! 元気アップ教室(三郷)	6月30日(火) ～12月1日(火)		三郷福祉 センター		
エンジョイシニア! 実践おたっしや塾	6月24日(水) ～9月16日(水)	10:00 ～11:30	地域支え合いセンターあんしん	フレイルや認知症予防などセルフケアを学ぶ座学中心の教室	運動強度は弱め 【定】20人(初めての人優先) 【申】5月21日(木)から6月15日(月) 特定非営利活動法人JAあづみくらしの助け合いネットワークあんしん Tel 71-2828

イベント

ゆる〜くつながる出会いの場!  
ゆる々な茶話会

誰でも自由に集まりゆる〜く交流できるおしゃべりの場です。仲間の輪を広げるため、自分の思いやりやいたいことを伝えてみませんか。

【日】6月27日(土)

午前9時30分～11時30分

【場】市民活動サポートセンター

【内】①「こんなことやっています! やりたいです!」PRタイム

②ゆる〜くつながるおしゃべり会

【問】市民活動サポートセンター

Tel 71・2013



あかしの農産物加工交流ひろば  
「えべや」の催し

■料理講座 柏餅づくり

【日】6月17日(水)午前10時～正午

【費】1800円

■体験講座 麴を使ってとつから味噌、塩こうじを作ろう

【日】6月20日(土)午前10時～正午

【費】1800円

【共通事項】

## 市役所会見場をご活用ください

市民の皆さんの情報発信の場として会見場を利用できます。詳しい要件や申請書など詳細は市HPをご覧ください。



市HP

**利用時間** 平日の9:00から17:00  
1時間30分以内  
(準備・片付けを含む)  
**場**市役所 4 階東側 **費**無料

**申**会見日の1カ月前から1週間前に秘書広報課へ申込書を提出またはながの電子申請サービスで。  
**問**秘書広報課 Tel.71-2400

場えべや 講えべやスタッフ  
定各10人(先着順)  
時エプロン、三角巾、マスク  
申5月27日(水)から「えべや」へ電話で  
(Tel.88・6275)受付は月曜日を除  
く午前10時から16時。キャンセルは  
2日前まで)  
**問**農政課  
Tel.71・2427



## 子ども・子育て支援金制度が始まります **問**国保年金課 Tel.71-2475

全ての世代や企業の皆さんが、医療保険料と一緒に支援金を支払い、子育てを社会全体で支える仕組みです。  
詳しくはこども家庭庁コールセンターまたは下記2次コードからご確認ください。

**問**こども家庭庁コールセンター  
Tel.0120-303-272

子ども・子育て  
支援制度



## 国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している人

国民健康保険や後期高齢者医療保険に加入している人も、納付をお願いします。  
詳しくは市HP・長野県後期高齢者医療広域連合HPをそれぞれご確認ください。

国民健康  
保険税



後期高齢者  
医療保険料



### Check!

#### ①負担額はどのくらいになりますか。

下記方法で算出します。国の試算では、国民健康保険が1世帯で平均月額約300円程度、後期高齢者医療が1人あたり平均月額約200円程度になります。

#### ②いつから納めるのですか。

年間保険税(料)が確定した7月以降に子ども・子育て支援金を含んだ納入通知書をお送りしますので、納付をお願いします。

### 令和8年度 子ども・子育て支援金分算出方法

	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料
所得割額	(所得額 - 43万円) × 0.30%	(所得額 - 43万円) × 0.25%
均等割額	※加入者数 × 1,000円 ※18歳未満は徴収されません	1,339円
平等割額	1世帯 × 1,000円	-
年間上限額	30,000円	21,000円

社会保険に加入している人は勤務先に問い合わせください。

## 第1回自然観察会

水田などの水辺に生息する生き物を観察し、身近な生態系を学びます。

日7月4日(土)

午前9時〜11時30分(予定)

場会田川(明科)

問市内在住の人(小学生以下は保護者同伴)

講齊藤雄太(市職員)ほか

費無料 定30人(抽選)

申6月11日(木)午後5時まで、左記2

次元コード(ながの電子申請サービ

ス)から。

サービスが利用できない場合は問い

合わせください。

問環境・ゼロカーボン推進課

Tel.71・2492



令和8年度安曇野市生涯学習推進講座（第5回・第6回）

■共通事項

費無料

各開催日の2週間前までにながの電子申請サービスまたは申込用紙を生涯学習課へ提出。  
用紙は同課・公民館・市HPから入手できます。

他内容等詳細は市HPをご覧ください。 問生涯学習課 TEL 71-2466 FAX71-2338



	タイトル・講師	日時・場所	定員・その他
第5回	山岳建築の歴史から人と自然の関係、建築のあり方を考える 講 梅干野成央さん（信州大学工学部准教授）	6月16日（火） 18:30～20:00 場 市役所4階大会議室	定70人（先着順） 他オンライン同時開催
第6回	自然との共存・共生・共創 講 赤沼健至さん（安曇野市観光協会 会長）	6月30日（火） 18:30～20:00 場 市役所4階大会議室	定70人（先着順） 他オンライン同時開催

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。

あづみの学校理科教室特別展示 あめあめふれふれ カエル展 梅雨の季節にピッタリ！雨降りが大好きなカエル達に会える展示です。また、かわいカエルグッズも合わせて展示しています。	期5月30日（土）～6月30日（火） ただし、毎週月曜日は休園日。 場 国営アルプスあづみの公園 （堀金・穂高地区）	費要入園料	問 国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高管理センター TEL71-5511
おさがりリユース会 サイズアウトした春夏物の子ども服（100～160cm）を募集し、リユース会を行います。お下がりとして着られるキレイな状態なものを募集します。	リユース品の募集 6月23日（土）～5月31日（日） 10:00～12:00 場 高山寺会館 リユース会 6月7日（日）10:00～15:00 場 高山寺	費無料	問 高山寺 本多さん TEL090-2522-5851
真々部公民館 動く鉄道模型展 公民館ホール全体に制作された模型レール・ジオラマを様々な列車が走る様子をご覧ください。	6月6日（土）13:00～17:00 7日（日）10:00～16:00 場 真々部公民館	費無料	問 真々部公民館 小山さん TEL090-2746-9099

ANCアリーナ 問TEL73-1600

苦手克服教室～跳び箱～

跳び箱のコツを学びます。  
跳び箱が初めてな子や苦手なお子さんにぴったりです。  
場 サブアリーナ 費1,100円/回  
6月27日（土） 定各15人（先着順）  
対 ■年中児～年長児 9:30～10:30  
■小学1～3年生 11:00～12:00  
持 室内用シューズ、飲み物、タオル  
5月25日（月）9:00から窓口へ直接・電話・WEBいずれかで

ミズノ ノルディック・ウォーク

旧国鉄篠ノ井線廃線敷遊歩道を5km歩きます。（ポールを無料で貸出します）  
場 旧国鉄篠ノ井線廃線敷遊歩道  
6月13日（土）10:00～13:00  
※雨天の場合は6月20日（土）  
定15人（先着順）  
対 18歳以上（高校生を除く）  
持 両手が自由になるバッグ、歩きやすい靴、飲み物  
費1,100円 問 窓口へ直接または電話で

毎週開催している教室

共通事項 持 動ける服装、飲み物、タオル 問 窓口へ直接または電話（TEL73-1600）で

頭と身体の健康体操LaLaLaサーキット・ライト

イスに座った状態で、筋力トレーニングと認知機能に良いとされる有酸素運動を交互に行います。  
6月毎週火曜日 10:00～11:15  
対 おおむね60歳以上の人 費550円/1回

ノルディックポール体操教室

2本のノルディックポールを使用し、トレーニングやストレッチを行います。（ポールを無料で貸出します）  
6月水曜日 10:00～10:40  
対 18歳以上（高校生を除く）  
費500円/1回 定15人（先着順）



講座	日時・場所	費用・その他	申し込み
<b>地域防災講演会 能登半島地震・豪雨災害からの教訓～今、わたしたちができること～</b> 自分や家族、地域の皆さんの大切な命を守るために日頃からできることを学びます。 講大久保隆志さん(日本防災士会長野県支部長)	回5月29日(金) 19:00~20:30 場穂高公民館第2会議室	費無料 定50人(当日先着順) 他穂高地域地区公民館役員の防災研修も兼ねています。	回穂高公民館 Tel82-5970
<b>スマホ相談室 基礎編第1回</b> 基本的な操作とアプリの使い方などを個別に説明します。 講公民館職員 ほか	回6月4日(木) 10:00~12:00 場明科公民館講義室	費無料 定15人(先着順) 持スマートフォン	回5月27日(水)・28日(木)に電話で 回明科公民館 Tel62-4605
<b>コーヒー講座</b> 豊かでうるおいのある時間を過ごすためにコーヒーの入れ方を学びます。 講三澤優治さん(三澤コーヒー代表取締役)	回6月17日(水) 10:00~12:00 場三郷公民館調理実習室	費2,200円 定18人(先着順) 持エプロン・三角巾	回6月3日(水)から電話で 回三郷公民館 Tel77-2109
<b>料理講座 食を楽しもう</b> 旬の食材を使った料理教室です。調理後は料理を食べながら懇親会を行います。 講安曇野市調理師会の皆さん	回6月20日、8月22日 土曜日(全2回) 17:00~19:00 場堀金公民館調理実習棟	費各回1,000円 定20人(先着順) 持エプロン・三角巾	回5月28日(木)から6月8日(月)の平日に電話で 回堀金公民館 Tel72-5796
<b>認知症サポーター養成講座</b> 認知症の正しい理解や認知症の人への接し方を学びます。 講認知症サポーターキャラバンメイトの皆さん	回6月11日(木) 13:30~15:00 場三郷公民館講義室	費無料 定20人(先着順)	回5月28日(木)から電話で 回三郷公民館 Tel77-2109
<b>けん玉チャレンジ</b> けん玉の知識や技の攻略方法、練習のコツを学びます。けん玉協会段位認定も行います。 講高山万寿さん(日本けん玉協会安曇野支部長)	回6月28日、7月26日、8月30日、9月27日、11月29日、12月20日、1月31日 日曜日(全7回) 14:00~15:00 場三郷公民館講堂	費大人 各回200円 子ども 無料 定20人(先着順) 持けん玉(お持ちの人)	回6月15日(月)から電話で 回三郷公民館 Tel77-2109
<b>陶芸教室</b> 三郷公民館の焼成窯で湯呑や茶碗を作ります。 講三原好清さん(三郷陶芸クラブ絆)	回6月12日、7月3日・17日 金曜日(全3回) 13:30~15:00 場三郷公民館創作室	費1,400円 定12人(当日先着順) 持タオル、汚れてもよい服装	回6月1日(月)から電話で 回三郷公民館 Tel77-2109
<b>アンラーン講座 芸術鑑賞から生きがいを見つけよう</b> 県立美術館で課題を持ちながら作品を鑑賞し、生きがいを考えます。 講公民館職員	回7月10日(金) 8:00~15:00 場堀金公民館集合(バスで移動します)	費無料(入館料・昼食別) 定25人(抽選)	回5月21日(木)から6月8日(月)の平日に電話で 回堀金公民館 Tel72-5796
<b>初夏のコンサート くつろぎのジャズ</b> 初夏のひとときを心地よいジャズの演奏でお楽しみください。 奏者 ニュー・モダン・デュークス 曲目 黒いオルフェ、Wave、Speaklow ほか	回6月12日(金) 15:00~16:30 場明科公民館講堂	費無料	回不要 回明科公民館 Tel62-4605
<b>いいまちつくろうかい6月定例会 つながる歌声サロン</b> お茶あり、歌あり、おしゃべりあり。ピアノ伴奏で思い切り歌って健康につなげましょう。 講黒崎真実さん	回6月19日(金) 13:30~15:00 場明科公民館講堂	費300円	回不要 回明科公民館 Tel62-4605
<b>郷土研究会講演会 飛騨への道の歴史と西山の自然</b> 安曇野から飛騨へ続く飛州新道の歴史と北アルプスの自然を学びます。 講千村裕一(文書館職員)、斉藤雄太(市職員)	回6月14日(日) 13:30~15:00 場三郷公民館講義室	費無料 定50人(当日先着順)	回不要 回三郷公民館 Tel77-2109

くらし・食

健康・レクリエーション

芸術

音楽

歴史・自然

# 第35回 信州安曇野薪能

— かがり火に浮かぶ恋うる情 —

私たちが人や物を恋しく思う気持ちをテーマに、青木道喜師、下掛宝生流で人間国宝の宝生欣哉師のほか、狂言大蔵流の名跡茂山千五郎師、京観世の片山九郎右衛門師など、豪華な役者陣の演技をお楽しみください。

## 演 目

半能	「野宮 合掌留」	青木道喜、宝生欣哉（人間国宝）
舞囃子	「天鼓 盤渉」	青木真由人
狂言	「察化」	茂山千五郎
能	「船弁慶 前後之替」	片山九郎右衛門、宝生欣哉（人間国宝）

8月22日(土)

17:30開演

(16:00開場)

場 龍門淵公園多目的広場

雨天時：明科体育館

團 信州安曇野薪能実行委員会

(文化課内) Tel71-2463

6月5日(金)

チケット販売開始

一般前売 3,000円

一般当日 3,500円

大 学 生 1,000円

高 校 生 以 下 500円

販売場所など詳細は右記2次元コードから



主宰・観世流能楽師  
青木 道喜 師

今回演じる「野宮」は光源氏を恋焦がれる六条御息所ノ霊、「船弁慶」は義経を慕う静、「天鼓」は天より降った鼓を愛した少年

天鼓の亡霊がそれぞれ主人公です。いずれも人間が人や物を「恋うる情」がテーマで、舞の面白さや活劇もある作品を選びました。「恋うる情」は時代を超えて、こんこんと湧き出る人間の感情の源泉です。能の演技・舞を通じて、その源泉の感情に浸っていただければ、うれしく思います。ご来場をお待ちしています。

### 高校生の火入れ役とボランティアを募集しています

当日の開演前に行う火入れ式に参加する高校生2人と、当日の来場客案内やチケットの確認など薪能を支えるスタッフを募集します。

■6月26日(金)までに文化課へ申込用紙を提出  
または電話で。申込用紙は同課または市HPから入手できます。



写真：「野宮」青木道喜(撮影：金の星渡辺写真場 渡辺真也)

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 Tel 77-7550	下田忠壽写真展	期 6月6日(土)～21日(日) 場 1階企画展示室	費無料
豊科郷土博物館 Tel 72-5672	ポタニカルアート展・写真展	期 6月6日(土)～28日(日) (最終日は16:00まで) 場 2階展示室	費要入館料
安曇野高橋節郎 記念美術館 Tel 81-3030	工芸ワークショップ 簡単ウッドプレート(飾って使える銅敷 き/まな板) 講 松田富行さん(日展作家)	日 6月27日(土) 13:00～16:30 場 本館メディアフォーラム	費 2,500円 定 8人(小学3年生以 下は保護者同伴) 申 5月26日(火)から電話で
文書館 Tel 71-5123 Fax 71-5127 ✉ bunshokan@ city.azumino. nagano.jp	講演会 安曇野市文書館と調査団との協働 一望 月桂関係資料目録がむすぶ記録と記憶一 講 谷口英理 さん(国立美術館国立ア トリサーチセンター主任研究員) 講 山永尚美 さん(国立文化財機構東京 文化財研究所アソシエイトフェロー)	日 6月21日(日) 13:30～15:00(開場13:00) 場 堀金公民館講堂	費無料 定 100人(先着順) 申 5月26日(火)から電話・ファ クス・電子メールのいずれかで
	講演会 手稿がひらく美術史と社会史 講 足立元さん(二松学舎大学准教授、 望月桂調査団代表)	日 7月26日(日) 13:30～15:00(開場13:00) 場 豊科交流学习センター「きぼう」 多目的交流ホール	費無料 定 100人(先着順) 申 6月23日(火)から電話・ファク ス・電子メールのいずれかで

■ 休館日、開館時間などは各施設へお問合せください。

■ 安曇野市美術館は6月2日(火)～5日(金)まで、展示替えのため臨時休館します。

■ 豊科郷土博物館は5月25日(月)～28日(木)まで、資料防虫作業のため臨時休館します。

## 貞享義民記念館 講座・イベント情報

☎ 貞享義民記念館 Tel 77-7550



### ■ 貞享騒動旧跡巡り

貞享騒動350年関連事業として、貞享騒動にまつわる旧跡や伝承の地など、安曇野市と松本市の約15カ所をバスで巡ります。

日 6月13日(土) 8:30～17:00

場 記念館集合・解散 対 市内在住・通勤・通学者

講 寺島俊郎(館長) 費 500円 定 20人(先着順)

持 昼食 申 5月26日(火)から電話で

### ■ やさしく楽しむ古文書講座(全8回)

文政8(1825)年、松本藩で起こった百姓一揆「赤藁騒動」<sup>あかみの</sup>に関係する古文書を読み解きます。初めて古文書を読む人でも気軽に参加できます。

日 6月27日、7月11日、8月1日、22日、9月5日、

10月3日、17日、31日 土曜日13:30～15:30

場 研修室 講 太田秀保さん(塩尻市文化財保護審議委員)

費 各回300円 定 20人(先着順) 申 5月26日(火)から電話で

## 安曇野市美術館 講座・イベント情報

☎ 安曇野市美術館 Tel 73-5638



### ■ バラ園のバラを陶芸作品に生けよう!

穂高陶芸会館の花器と美術館の庭に広がるバラを使って、フラワーアレンジメントを作ります。

日 6月13日(土)、16日(火) 10:00～12:00

場 安曇野市美術館多目的ホール

費 各回1人3,000円(花器代、材料費、菓子代含む)

対 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定 各回10人(先着順) 申 5月26日(火)9:00から電話で

### ■ ローズウィークに山野草などの販売

バラの開花時期に合わせて、バラの苗や山野草、穂高陶芸会館陶芸クラブの作品を販売します。また、期間中に喫茶口ゼラスではスペシャルメニューを販売します。

期 6月6日(土)～14日(日) 9:00～15:30

※ 8日(月)は休館

※ 穂高陶芸会館の販売は6日(土)、7日(日)のみ

場 安曇野市美術館西側のバラ園付近

親子で美術館・博物館へ行こう！

## 市美術館・博物館パスポートを配布

市内の中学生以下の皆さんに「安曇野市美術館・博物館パスポート」(右写真)を配布します。提示すると、本人と付き添いの保護者1人が無料で市内の公立館10館に入館できます。私立や市外の学校などへ通っている人は問い合わせください。

☎文化課 Tel71-2463



のにある放送センターinあづみの

## 信州アーツカウンシル2026交流会 ～共創縁日～

市内を含む長野県内の各地域で活動する文化芸術の担い手の皆さんと交流するイベントです。

☎6月12日(金)13:30～16:30(開場13:00)

13日(土)10:00～17:00(開場9:30)

☎「きぼう」多目的交流ホール 費無料 申不要 ☎文化課 Tel71-2463



2025交流会共創縁日 ©安徳希仁



熊井啓記念館ミニシアター

## 熊井啓監督作品 日本列島を上映

☎6月10日(水) 10:00～12:00(開場9:30)

☎「きぼう」多目的交流ホール 費無料

定80人(当日先着順) 申不要 ☎文化課 Tel71-2463

標高とは関係なく、河川や水辺、地下水は安曇野の水の源であり、農業用水や生活用水だけではなく、わさび田や養魚場に利用されています。そして冬にはハクチョウが

ドリなど身近な鳥がいます。標高とは関係なく、河川や水辺、地下水は安曇野の水の源であり、農業用水や生活用水だけではなく、わさび田や養魚場に利用されています。そして冬にはハクチョウが

サが生息、生育しています。一方、アカマツが広がる700mほどの山地帯は、山菜やキノコなど山の恵みの宝庫であり、オオルリやキビタキなどのすみかです。そして私たちが暮らす山麓部や平地部には田畑が広がり、スズメやヒヨドリなど身近な鳥がいます。

市誌編さん専門調査会 自然部会 専門調査員 植松晃岳

安曇野は生物多様性の宝庫！

第43回 コラム 市誌編さんだより



常念岳と春の安曇野

訪れ、県下最大のサギのコロニーも形成されています。これほどぜいたくで豊かな場所は他にはあまりないと言ってもいいかもしれません。安曇野はどこを歩いても楽しく、新しい発見があります。そして花や虫や鳥など安曇野全体の自然を見つめ直すことは、来し方行く末の安曇野を考える良い機会になります。



安曇野市図書館  
キャラクター「ぼぼん」



### 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

6	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

文字の読書が困難な人は、図書館へご相談ください

●全館共通休館日

## 6月の図書館イベント

日日時 場場所 対対象 講講師 費費用 定定員 持持物 申申込

### 中央図書館

#### 通年企画 日本再発見!

日本の美しい景観や文化を紹介する本を月ごと地域を変えて展示します。さまざまなジャンルの本で各地の史跡や伝説、観光スポットなどを巡ってみませんか。

- |     |           |           |
|-----|-----------|-----------|
| 期・内 | ▷5月 東北地方  | ▷6月 関東地方  |
|     | ▷7月 甲信越地方 | ▷8月 北陸地方  |
|     | ▷9月 東海地方  | ▷10月 近畿地方 |
|     | ▷11月 山陽地方 | ▷12月 山陰地方 |
|     | ▷1月 四国地方  | ▷2月 九州地方  |
|     | ▷3月 沖縄地方  |           |

場中央図書館中央通路 問中央図書館 Tel84-0111

## 映画上映会

費無料 申不要(当日先着順)



### 西部の男 (108分・日本語字幕)

牧場主と移住者の対立が深まる開拓時代の西部。牧場主の判事は強引なやり口で移住者を退けていた。その仕返しとして襲われたところを流れ者の青年に救われるが…。1940年にアメリカで製作されたゲイリー・クーパー出演の西部劇。

日6月12日(金) 開場17:30 上映18:00

場「みらい」多目的交流ホール

対どなたでも

定100人

問中央図書館 Tel84-0111

## Information

### おすすめの本が大集合! 年代別ブックリストを配布しています

図書館司書おすすめの本をまとめた年代別のブックリストを各図書館で配布しています。

#### 配布しているブックリスト

- ▶あかちゃんにおすすめのほん
- ▶おすすめ絵本リスト
- ▶はじめてのよみもの(小学校低学年向け)
- ▶たのしいよみもの(小学校中学年向け)
- ▶いろいろなよみもの(小学校高学年向け)
- ▶YA向けブックリスト Vol.6(中高生向け)  
※ Vol.1~5は市HPに掲載しています

場市内図書館

問中央図書館 Tel84-0111



### スマートフォンやパソコンから 新規利用者カードの仮登録ができます



スマートフォンやパソコンから必要な情報を事前に仮登録することで、来館時に窓口で申請書を記入せずに利用者カードを作ることができます。

#### 登録の手順

##### STEP1

利用者登録の要件を確認し上記2次元コードから必要事項を入力して申請

##### STEP2

申請完了メールを確認する

##### STEP3

仮登録日の翌日から1週間以内に市内図書館で本登録を行い、利用者カードを受け取る

※仮登録後はカードを受け取る前に市HPで本の予約ができます。

問中央図書館 Tel84-0111



来館時は本人確認ができる書類をお持ちください

## ● 市民20人が安曇野をPR 博多どんたく港まつり

友好交流都市・福岡市東区との交流事業として、市民20人と市長、議長らで結成した安曇野市どんたく隊が、5月3、4日に福岡市で開催された「博多どんたく港まつり」に参加しました。どんたく隊は、パレードでそろいの法被と赤いりんごの被り物を身に着けて、安曇野市の旗や横断幕でPRしながら練り歩きました。参加者の穂苅ちなみさんは「りんごの被り物を身に着けると自然と笑顔になりました。沿道の皆さんに手を振ると笑顔で手を振り返してくれるのが楽しく、とても幸せな気持ちでした」と喜んでいました。市と東区は青少年の相互訪問も実施

しており、9月には安曇野市の子どもたちが東区を訪れる予定です。



パレード区間を練り歩く安曇野市どんたく隊

### 表敬訪問

第20回全国中学生空手道選抜大会  
優勝 須澤 泉天さん(13・堀金烏川)



3月に京都府で開かれた第20回全国中学生空手道選抜大会の女子個人組手(中学1年の部)で優勝を果たした須澤泉天さんが、4月21日に市役所を

訪れ、中山市長に結果を報告しました。トーナメント戦を振り返り、「目の前の一戦一戦を大切に戦った。決勝戦は以前敗れた相手だったけれど、楽しみながらできた」と笑顔を見せました。今後に向けて「世界で活躍できる選手になりたい」と抱負を語りました。

## 小説『安曇野』を読もう！

第14回 第5部(その一から六) 戦後の混乱期に防須哲子が結婚

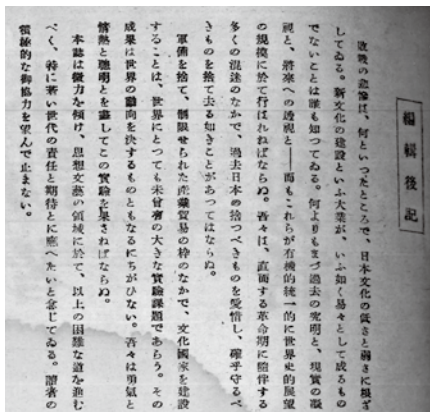
いよいよ最終巻の第5部です。時代背景は終戦直後から小説『安曇野』が完結した昭和49年の前年まで。民間人を含めて300万を超す戦死者を出した太平洋戦争について、著者の白井吉見も登場して総括するとう、非常に読み応えのある巻です。

昭和天皇自らが戦争の終結を国民に伝えた玉音放送で幕が上がるその一。その四では、相馬愛蔵から戦争の様子を聞かれた帰還兵が「地獄を見てきましたよ。地獄なんて死んでから行くところで、生きているうちに、行くところじゃありませんね。いや、死んでからでもまっぴらです」と振り返ります。

戦後の苦しい中ですが、俊子とボースの長女、防須哲子が結婚します。その五では、哲子が結婚相手の樋口浩に対して「平安は望むところですが、問題のない家庭よりは、問題があっても、それを解決する能力を持った家庭でありたいと思います」と語ります。それは、愛蔵・良夫婦の暮らしを間近で見て育った哲子が学んだ理想の夫婦の姿でした。

思い出話に花が咲く中、愛蔵は「オルガンと油絵を持ち込んでみんなをびっくりさせたおばあさん」と、穂高に嫁入りした当時の良の様子を哲子に紹介します。若かった愛蔵と良の2人が老夫婦となった描写が、小説『安曇野』のフィナーレが近づいていることを予感させます。

筑摩書房発行の雑誌「展望」の創刊は昭和21年1月です。編集長は白井吉見です。その編集後記(左の写真)に「軍備を捨て、制限せられた産業貿易の枠のなかで、文化国家を建設することは、世界にとつても未曾有の大きな実験課題であらう。その成果は世界の動向を決するものともなるにちがひない」と記しています。



## こころの相談

場・岡松本保健福祉事務所 TEL 40-1939  
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・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 17日(水) 9:30>>10:00

### あずみ野断酒会

回 毎週土曜日 13:30>>16:00  
場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室4  
岡健康支援課 TEL 81-0714

## 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

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

## 社会活動量低下者なんでも相談

回 17日(水) 13:00>>16:00  
場 明科公民館  
岡NPO法人グランド・リッシュ  
TEL 080-4435-0576

## 専門家による空き家相談 要予約

回 5日(金) 13:00>>15:50  
場 市役所3階 相談室311・313  
※1回の相談時間50分で6枠(先着順)

回 17日(水) 9:00>>11:50

場 市役所3階 相談室311  
※1回の相談時間50分で3枠(先着順)

岡 移住定住推進課 TEL 71-2011

※予約は開催日7日前の17:00まで

## 婚活お悩み相談 要予約

回 21日(日)・27日(土) 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

回・場 1日(月) 堀金公民館  
回・場 3日(水) 豊科老人福祉センター★  
回・場 11日(木) 三郷福祉センター★  
回・場 19日(金) 明科総合福祉センター  
回・場 23日(火) 穂高地域福祉センター★  
いずれも13:00>>16:00  
岡 まいさば安曇野 TEL 88-8707  
★の相談日は要予約

## 区・自治会に関する相談 要予約

回 19日(金) 10:00>>14:00  
場 市役所2階 相談室217  
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2日前の17:00まで

## 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ません。

## 弁護士 無料法律相談 要予約

回 11日(木) 予約受付2日(火)  
25日(木) 予約受付16日(火)  
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 17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10日(水)9:00>>12:00

## 行政書士 相続・法務無料相談 要予約

回 18日(木) 13:30>>15:30  
場 市役所2階 相談室211・212  
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 11日(木) 13:00>>16:00  
場 市役所2階 会議室203

### ユニオンサポートセンターの生活労働相談会 要予約

回 11日(木) 18:00>>20:00  
場 市役所3階 会議室303  
※予約は開催日2日前の17:00まで

### わかもの就職サポート相談会 要予約

回 19日(金) 13:30>>16:30  
場 市役所2階 会議室202  
※おおむね44歳まで  
※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 23日(火) 10:00>>16:00  
場 市役所2階 会議室202  
岡 しょ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

## 人権なんでも相談

回 3日(水) 9:00>>12:00  
場 穂高公民館 第3会議室  
回 4日(木) 13:00>>16:00  
場 堀金公民館 会議室2  
回 5日(金) 9:00>>12:00  
場 市役所2階 会議室207  
岡 長野地方務局 松本支局  
TEL 32-2571 FAX 32-2572

## 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



7日	百瀬医院	82-2205 [穂高]
	荻原内科クリニック	72-6188 [豊科]
	高橋喜博歯科医院	73-3771 [堀金]
14日	やざき診療所	62-2360 [明科]
	柏原クリニック	82-7222 [穂高]
	田野歯科医院	82-7537 [穂高]
	追分クリニック	82-2129 [穂高]
21日	こうの内科循環器科	71-5881 [豊科]
	ちかぞえ歯科医院	88-7770 [豊科]
28日	高橋医院	82-2561 [穂高]
	あさひ内科クリニック	50-8075 [豊科]
	とこしえ歯科医院	84-4618 [穂高]

あづみの  
子育て  
レポート

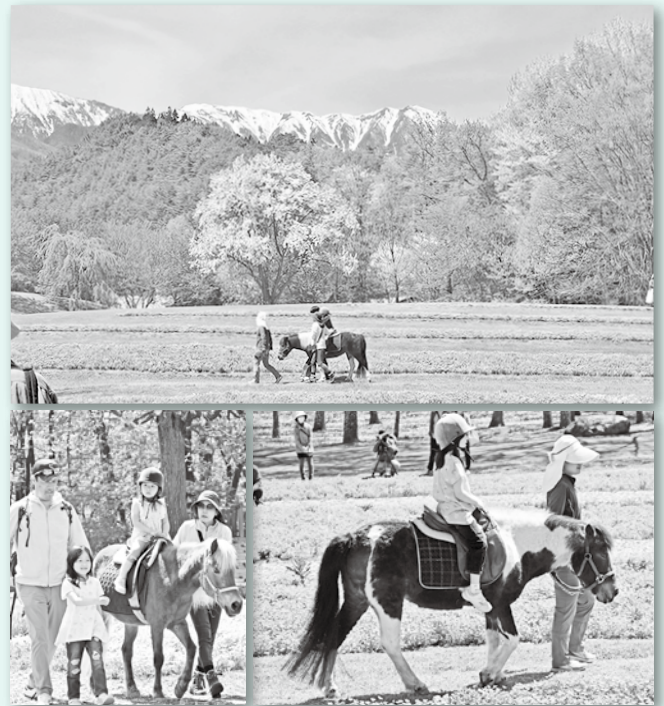
No.41

## ポニーと歩く 春の公園のひととき

### ポニーの乗馬体験

4/25(土)・26(日) 国営アルプスあづみの公園


晴天に恵まれたこの2日間、139人の子どもたちがポニーの乗馬に挑戦しました。始めは緊張した様子だった子どもたちも、飼育員と話しながら歩みが進むにつれて笑顔に。満開のネモフィラの中をゆっくりと回り春の公園を楽しみました。福井祥尚さん(46・穂高柏原)は「次女がポニーに乗れる年齢になる日を待ちわびていた」と話し、姉のさくらちゃん(7歳)と一緒に念願の乗馬がかなったいろはちゃん(3歳)は「思ったよりも高かった」と感激した様子で楽しそうに話してくれました。




### 6月の母乳・育児相談

保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。

 母子健康手帳  母乳相談は要予約

 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 ち	12日(金)・29日(月)	19日(金)
時 間	9:30~11:00	

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
5 (金) おはなし会 11:00~11:15	5 (金) 育児相談・身体測定 10:00~12:00	6 (土) おさがり会 10:30~11:10	3 (水) あかしなフレンドパーク 10:30~11:30	16 (火) ふぁみPa 寒天や新聞で五感刺激遊び 10:30~11:30  堀金老人福祉センター
9 (火) みんなあつまれ 絵の具遊び 10:30~11:30	16 (火) ちょこっとタイム 絵本と工作 10:30~11:00	20 (土) チャレンジタイム サーターアンダーギー 10:30~11:30	11 (木) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	18 (木) 三郷児童館登録会 10:30~11:30  三郷児童館
12 (金) 育児相談・身体測定・ 読み聞かせ 9:30~12:00	26 (金) だっこちゃん プラバンで手形足形 キーホルダー&カフェ 10:30~11:30	15 (月) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	11 (木) おはなし会 11:00~11:20	
26 (金) 6月生まれ ハッピーバースデー 10:30~11:30		24 (水) みんなで学ぼう おやこ運動あそび 10:30~11:30	13 (土) チャレンジタイム クライミング教室 14:00~15:30	
27 (土) オーガニックの バスボム作り 10:30~11:30			24 (水) みんなで学ぼう 親子のココロと カラダをほぐそう 10:30~11:30	



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



## すくすくきっず PHOTO



ゆあ  
侑愛ちゃん(7カ月)  
ママの袖に隠れながら  
自分でいないいないばあ  
して笑顔いっぱい!



お子さんの写  
真を紹介しま  
せんか!紙面  
で紹介した写  
真は市HPに  
も掲載します  
(対象3歳以下)

## Info 児童館休館のお知らせ

下記児童館がエアコン工事のため  
休館します。

児童クラブは学校分室で行います。

📅 6月20日(土) 終日

📍 三郷児童館

## 6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 おはなしとしょかん	3・10・17・24日(水) 20日(土)	10:30~
豊科図書館 TEL 71-4022	おはなしたんぼぼ	19日(金)	11:00~
三郷図書館 TEL 76-3078	ポケットの会 おはなし会	13日(土) 25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	16日(火) 24日(水)	11:00~ 16:30~
明科図書館 TEL 62-1122	おはなしひまわり	27日(土)	11:00~

## 6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
9 (火) みんなで学ぼう イヤイヤ期を 乗り越えよう! 10:30~11:30	1 (月) おはなし会 12 (金) 11:00~11:20 26 (金)	10 (水) みんなで学ぼう キッズヘアカット 10:30~11:30	4 (木) みんなで学ぼう ふれあい遊び 10:30~11:30	9 (火) みんなで話そう ゆったりカフェ 10:30~11:30
10 (水) スポチャレ モルックを楽しもう! 15:30~16:30	5 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	17 (水) おはなし会 11:00~11:20	チャレンジタイム 6 (土) トイレットペーパーの芯 で弓矢を作って遊ぼう 10:30~11:30	11 (木) おさがり会 10:30~11:30
12 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	23 (火) みんなあつまれ 簡単おやつ 10:30~11:30	みんなあつまれ 19 (金) ママヨガちょこっと 親子体操 10:30~11:00	17 (水) おはなし会 11:00~11:20	25 (木) 離乳食カフェ & 育児相談・身体測定 9:30~12:00
18 (木) みんなあつまれ 親子ヨガこころと からだのリフレッシュ 10:30~11:30		19 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	18 (木) ふれあい農園 野菜の苗植え/草取り 10:30~11:30	チャレンジタイム 27 (土) アロマ香る お花紙フラワーアート 14:00~15:20
29 (月) おはなし会 11:00~11:20		26 (金) にこにこタイムスペシャル たなばた 11:00~11:30	19 (金) 育児相談・身体測定 10:30~12:00	

来年このモデル

やりませんか？



募集

# 安曇野市職員採用試験

一次試験日 6月21日 日

問職員課 Tel.71-2405

## voice 01

### 市民の安全な生活と暮らしをつくる



地域づくり課 生活安全係  
鈴木 諒 (入庁3年目)

交通安全教室などの啓発や消費生活相談の事務を主に担当しています。市役所は固いイメージがありましたが、実際は自分の提案や意見も生かされますし、周囲に相談しやすい雰囲気です。普段の仕事が市民の暮らしに直結する仕事にやりがいを感じています。

## voice 02

### 一人一人に寄り添い納税をサポート



収納課 整理担当  
服部 百花 (入庁4年目)

税金の取め忘れがないようにお知らせしたり、しっかり取められるように相談に応じる業務を行っています。多くの税金を扱うので難しい面もありますが、周り話し合いながら進められるので安心です。相談に応じていた人が完納し、ほっとしたと言われることがうれしい瞬間です。

## ●試験概要

	試験の種類	職種	募集人数	試験内容(一次)
令和8年10月 令和9年4月採用	上級(大卒程度) 職務経験3年以上	行政 A	7人程度	筆記試験 ※テストセンター受験もできます。
		土木、建築、水道、保健師、社会福祉士	各若干人	
	上級(大卒程度) 職務経験2年以上	心理	若干人	二次試験から
令和9年4月採用	上級(大卒程度) 行政経験5年以上	行政 B	若干人	筆記試験
		行政 C	8人程度	
	上級(大卒程度)	土木、電気・機械、保健師	各若干人	筆記試験
	中級(短大卒程度)	保育士	10人程度	

## 申込期限

6月8日 月

市HPから氏名などを登録してください。受験資格・年齢制限など、詳細は受験案内をご覧ください。受験案内は職員課・市HPで入手できます。



◀市HP

【全職種共通】適正検査:全職種必須で受験時期(一次/二次)は職種により異なります。

【9月試験】社会福祉士、管理栄養士、経験保育士、初級などの募集案内は「広報あづみの」8月号に掲載します。

INFO

利用期間 6月1日 ▶ 8月31日

## ささえあい商品券を配布しています



国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用した支援策の1つとして市内登録店で使える商品券を配布します。

**対象** 4月1日現在、安曇野市に住所がある人

**内容** 登録店で使える1人5,000円分  
(1,000円×5枚)の商品券

**登録店** 商品券に同封の一覧表をご覧ください。登録店は随時追加されますので最新情報は専用HP(上記2次元コード)でご確認ください。

**配布方法** 5月中にゆうパックで世帯ごとに配布します。不在の場合は「不在連絡票」を確認の上、再配達を依頼または、郵便局で受け取ってください。

商工労政課 Tel71-2041

ささえあい商品券コールセンター

Tel050-1871-2749



全店で使える共通券



1,000㎡以上の大型店以外で使える普通券

## ■ご注意ください

住民税非課税世帯等エアコン設置補助金を利用して設置した場合、支払いにはこの商品券は利用できません。

INFO

地方創生臨時交付金を活用

## 物価高騰支援策をお知らせします

商政策経営課 Tel71-2401



市の物価高騰支援策(令和8年度実施)の概要をお知らせします。詳細は市HPホームページをご覧ください。すでに行っている令和7年度分の支援策は「広報あづみの」2月号をご覧ください。

## 水道料金の基本料金を減免

3期(6カ月)分の基本料金を減免します。申請は不要です。

## 地域ごとの減免対象月

穂高、三郷地域 6月・8月・10月

豊科、堀金、明科地域 7月・9月・11月

商経営管理課 Tel71-2271

明科飲料水供給施設を使用している世帯

6月・8月・10月

商地域づくり課明科地域担当 Tel62-3001

## 飲料井戸利用者に水道基本料金相当分を支援

井戸水を飲用利用している皆さんなどを対象に水道基本料金6カ月相当分を支援します。

対象者には8月上旬に申請書を送付します。詳細は「広報あづみの」7月号に掲載します。

商環境・ゼロカーボン推進課 Tel71-2492

## 地区公民館LED化・省エネエアコン設置費用を補助

地区公民館を対象に4月からLED化・省エネエアコン設置費用を補助しています。

商生涯学習課 Tel71-2466

本交付金は、学校給食費の物価高騰分の公費負担や、子ども医療費(0~18歳)の公費負担の財源の一部としても活用しています。

## 計 250点の傑作並ぶ 市内作家の作品も

5月2日～31日 第118回 日展安曇野展



国内最大規模の総合美術展「日展」の巡回展として、第118回日展安曇野展が31日まで市美術館で開かれています。1日に開幕式が開かれ、関係者は4年ぶり2回目の開催を喜びました。館内には日本画、洋画、彫刻、工芸美術、書の5部門の計250点を展示。日本画部門で最高賞の内閣総理大臣賞を受賞した岸野圭作さん(72・三郷温)の受賞作「微風」も並んでいます。

岸野さんは安曇野での開催を喜んだ上で、市内の中学2年生が無料招待されていることを踏まえ「作品を鑑賞したときの素直な感情を大切にしてほしい」と話していました。

## ナ マステ！ネパールの暮らしと文化

4月19日 世界を知ろう、触れ合おう！ネパール編



各国出身者からその国ならではの文化や魅力を聞く講座のネパール編が豊科交流学習センター「きぼう」で開かれました。参加した45人は、講師のカルキ・サラスワティさん(松本市在住)が紹介した食文化やヒンドゥー教徒が多い国柄、山岳地帯ならではの暮らしなどに興味深く耳を傾けていました。ネパール語を体験するコーナーでは「皆さん一緒に」「ナマステ」「上手ですね」という講師と参加者との掛け合いで楽しみながら学んでいました。飯村博子さん(67・豊科)は「ネパールは何回も訪れたことがある国。懐かしい話を聞いて元気をもらえた」と話してくれました。

## 安曇野の春の風物詩 再開を願い 強く響く歌声

4月29日 第43回早春賦まつり

早春賦まつりが穂高川右岸早春賦歌碑前で開かれました。当日はふるさと観光大使の上松美香さんらによるミニハーブ・アルパの演奏や文化協会コーラスグループによる合唱のほか、初参加となった安曇節推進保存連絡協議会による演奏も行われました。最後には「早春賦」を会場全体で合唱し、歌声と共に安曇野に春の訪れを告げました。このイベントは安曇野の春の風物詩として長年親しまれてきましたが、今回の開催をもって一時休止が発表されました。何度も参加しているという千野祐子さん(87)と本多節子さん(84)は「毎年この日を楽しみにしていたので、休止はとても残念。再開されることを期待しています」と復活を強く願っていました。



# 子育ての不安に寄り添い 親子の笑顔を支えたい

歯並びと育児を支援する  
市内唯一の歯並び育児®認定講師

増子 真菜 さん



子育てに関する相談に応じる増子さん

子どもの歯並びや育児を支援する歯並び育児認定講師。歯並び育児協会(広島市)が認定し、全国で約40人が活動しています。市内で唯一の認定講師、増子真菜さんに思いを聞きました。

## 歯並びは体が発するサイン

0〜5歳のお子さんを育てているお母さん、お父さんへ。子どもがご飯を食べている時、足の裏は地面や足台にしっかりと付いていますか。睡眠中、口は閉じて鼻呼吸になっていますか。どちらも、とても大切です。食事、睡眠、呼吸、発達、口の癖などの悩みは、それぞれ独立しておらず

実は繋がっていて、今後の歯並びに影響を与えます。逆に言うと、歯並びはそれらの結果で、子どもの体が発している健康かどうかのサインです。きれいな歯並びは健康で生きるための土台で、妊娠中から育てることが出来ます。現在、主に0〜5歳のお子さんを持つ保護者に向けた講座の開催や情報の発信をしています。助産師としての経験も生かして、正しい発達を促すための抱っこの方法や遊び方といった0歳からの関わり方も支援しています。

## 悩んだ子育てが活動の原点

私は6歳の長女と4歳の長男の母で、子育てにとっても悩んだ経験が活動の原点です。長女は、ずりばいで後退しかなかったことや、離乳食が小食で肉や魚をかむことが苦手でした。そして、1歳半を過ぎた頃から乳歯に隙間がないことに違和感を覚えました。

「とりあえず様子を見るしかないのかな」と考える一方、歯並びや発達のことを毎日のように調べました。そこで、歯並びと生活習慣が密接に関わり、日々の積み重ねで歯に関する問題の予防や改善ができることを知りました。

実際に生活習慣を見直す中で長女の乳歯に良い変化が表れました。歯の生え始めから受け口だった長男も、矯正せずに改善しました。わが子の変化に

「もっと早く知れたかった」と思う一方、私と同じように育児に不安を抱えているお母さんたちに寄り添いたい。その気持ちが強くなりました。

## 子の未来は親の気付き次第

上あごの成長のピークは5歳までとされており、歯並びの問題は気付いた時には既に進行していることも少なくありません。しかし、早い段階から対処すれば悩みを防いだり軽減できることもあります。両親の気付きで子どもの未来を変えることができるのです。

私自身、子育ての不安や迷いが減ったことで、心穏やかに子どもたちと笑って向き合えるようになりました。私の知識と経験を伝えていくことで、親子の笑顔を支えていきたいです。

1993年穂高生まれ。子どもから看護師や助産師が身近な存在で、同じ道を志した。子どもたちの「やってみたい」を大切に、その成長をそばで日々支援することが日々の楽しみ。



増子真菜さんの  
Instagramはこちら▶



# あづみの

## 次回発行

No.393は6月18日発行です。

## 編集後記

◆「安曇野きりびと」で紹介した増子真菜さんのお話は、2児の父の私にとって参考になる内容ばかり。増子さんのInstagramでは、さまざまな情報を知ることができます。子育て中のママパパ、要チェックです！

◆広報担当として情報収集のため、起床時間を1時間早めて新聞を読むことを日課と意気込んだところ、妻から「その時間で家事できるよね？」と鋭い一言。新聞より先に現実を読みました。これからも仕事と家事を両立しながら頑張ります。

◆取材で国営アルプスあづみの公園へ。満開に咲く花々の中、子どもたちがポニーに揺られながら楽しむ姿はなんともどこかで目にも楽しいものでした。春の安曇野は最高ですね。

◆紙面では紹介できませんでしたが、買い物で陳列棚の手前にある商品から取る「てまえどり」も実はエシカル消費の一つ。今号の特集で、周りにも自分にもやさしい選択を心掛けたいと感じました。

◆大切なモノには値段では表せないそれぞれのストーリーや歴史があって、そのこだわりも大切に。なんでも簡単に手に入る時代だからこそモノや時間を大事にして心豊かに過ごしたいですね。

## 2026年5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95,179人(-90)

男46,205人(-48) 女48,974人(-42)

42,600世帯(+40)

本庁舎夜間時間延長窓口 6月9日(火)

17:15 ≧ 20:00

休日開庁日 5月24日(日)・6月28日(日)

8:30 ≧ 12:00

広報あづみの

2026年5月21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

5月29日から変わる新しい防災気象情報

レベルで判断！

# 気象災害の避難



大雨・洪水・土砂災害などから身を守る防災気象情報が5月29日から変わります。災害時には、市の避難情報と合わせて確認し、早めの行動をお願いします。

岡危機管理課 TEL71-2119

## 新しい防災気象情報の一覧

警戒レベル					皆さんが とるべき行動		
	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮			
	一級河川など 大川川の氾濫	低地の浸水や大 河川以外の氾濫	急斜面のがけ 崩れや土石流	海水面上昇・波の 打上げによる浸水			
	5 相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害 特別警報		レベル5 高潮特別警報	命の危険 直ちに安全確保！
	警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難！						
4 相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害 危険警報	レベル4 高潮危険警報	危険な場所から 全員避難		
3 相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	避難に時間がかかる人 は早めに避難、避難準備		
2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	避難行動を確認		
1	早期注意情報				災害への心構えを 高める		

## 変更のポイント

- ！ 警報・注意報にレベルの数字を追加 レベルの数字で災害の危険度やとるべき避難行動が分かりやすくなります。
- ！ 警戒レベル4相当は危険警報として発表 危険な場所からの避難が必要なレベル4相当の情報は、危険警報として発表されます。
- ！ 気象防災速報を新設 レベルに関係なく、線状降水帯による大雨など、災害発生の危険度が高く、身を守る行動が必要な場合に発表されます。

## 防災マップで確認を！

自分の住んでいる地域にどんな災害の危険があるのかを知り、避難方法・経路を確認することが備えになります。変更前の防災気象情報も防災マップからご覧いただけます。



防災マップ

## 避難情報の入手方法

防災無線や市公式LINE、防災ラジオなどから避難情報を発信します。右記2次元コードでは、防災気象情報や自分が今いる場所の危険度を地図上で確認できます。



キキクル



長野地方気象台