

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。

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伝授します。

日7月18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、頭髪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(TEL090・9665・8312)へ電話

問農政課 TEL71・2427



あかしの農産物加工交流ひろば「えべや」の催し

■料理講座「スパイスカレーとチーズナン」

日7月18日(土) 午前10時～正午

■料理講座「セタまんじゅう作り」

日7月26日(日) 午前10時～正午

■共通事項

場えべや 講えべやスタッフ

費1800円 定各10人(先着順)

特エプロン、三角巾、マスク

申6月27日(土)から「えべや」へ電話で(TEL886275)受付は月曜日除く

午前10時から午後4時。キャンセルは2日前まで)

問農政課 TEL71・2427



男性育休推進

経営層・管理職向けセミナー

誰が休んでも仕事が回る職場づくりのポイントなどをオンラインで学びます。

日7月7日(火) 午前10時～正午

対市内事業所の経営層・管理職

※主に管理職向けの内容になります

が、どなたでも参加できます。

講小室淑恵さん(株式会社ワーク・ライフバランス代表取締役社長)

費無料 定30人(先着順)

申7月3日(金)までに左記2次コード(ながの電子申請サービス)から

問人権共生課 TEL71・2406



あづみの経営塾

新規創業者や組織のリーダーを志す人のための実践的な学びの場です。

日7月9日(木) 午後2時～午後5時

場▽キックオフセミナー

▽次世代経営者・若手幹部育成塾(本編) 7月～10月の木曜日

午後2時～5時(全8回)

場市商工会・穂高商工会館

対次世代経営者・後継者、創業後5年未満の経営者・経営幹部及び候補者

講瀬畑一茂さん(合同会社ReConnect)

費キックオフセミナー：無料

本編：1万6500円(税込み)

定キックオフセミナー：20人(先着順)

本編：10人(先着順)

他内容や申込などは市商工会HPをご覧ください。

問工商政課 TEL71・2041



今日から使えるAI業務効率化セミナー

AIで普段の業務を効率化するコツを学び、仕事に活かす実践型セミナーを開催します。

日7月29日(水) 午後2時～4時

場市テレワークセンター

講入谷高広さん(㈱アイ・セプト)

対市内事業者、個人事業主

費無料 定20人(先着順)

持パソコンまたはスマートフォン

申7月24日(金)までに市HPから申し込みください。

問工商政課 TEL71・2041



市民大学講座 信州大学連携事業

信州大学から講師を迎えて市民大学講座を開催します。

日左表のとおり

場市役所4階大会議室(オンライン視聴可)

対市内在住、在勤、在学者

費無料 定各回70人(先着順)

申各講座開催の2週間前までに市HPから申し込みください。

問生涯学習課 TEL71・2466



有効期限は7月31日 8月からはマイナ保険証か新しい資格確認書をご利用ください

国民健康保険資格確認書・後期高齢者医療資格確認書

7月は更新時期です。年齢やマイナ保険証の有無によって、郵送されるものが異なりますので、手元に届きましたら、確認をお願いします。なお、マイナ保険証をお持ちの方は引き続き、マイナ保険証で受診できます。

問国保年金課 国民健康保険 TEL71-2029
後期高齢者医療 TEL71-2475

国民健康保険

後期高齢者医療



保険	年齢	郵送されるもの
国民健康保険 (水色の封筒で郵送)	70歳未満の人	マイナ保険証を持っていない人のみ資格確認書(空色)を郵送します。 ※昨年8月以降にマイナ保険証を登録した人には資格情報のお知らせ(A4・白色)を郵送します。
	70歳以上～ 75歳未満の人	資格確認書(国民健康保険は空色、後期高齢者医療は紫色)または資格情報のお知らせ(A4・白色)を郵送します。
後期高齢者医療 (黄色の封筒で郵送)	75歳以上～ 84歳未満の人	資格確認書(紫色)を郵送します。
	85歳以上の人	資格確認書(紫色)を郵送します。

※一部例外もありますので、届いた通知をご確認ください。

Check! 国民健康保険

マイナ保険証がない人は、限度額適用認定証の申請を(7/21から受付開始)

現在の認定証の有効期限は7月31日。8月1日以降に入院や高額な医療を受ける人は申請してください。(8月以降は申請月の初日から有効な認定証を交付)
※マイナ保険証の人は、限度額適用認定証の申請をしなくても、限度額を超える支払いが免除されます。ただし、長期入院に該当する場合は申請が必要。

Check! 後期高齢者医療

後期高齢者医療資格確認情報のお知らせが届く人

84歳以下のマイナ保険証を持っている人で、年6回以上かつ直近3カ月以内に利用実績がある人に送付します。受診の際は、マイナ保険証での受診をお願いします。資格確認書での受診を希望する場合は、申請手続きが必要です。マイナ保険証での受診が難しくなった場合などは申請してください。

これも8月更新! 介護保険負担割合証と福祉医療費受給者証

■介護保険負担割合証

要介護(支援)認定を受けている人に、8月1日から来年7月31日までの介護保険負担割合証(ピンク色)を7月中旬に郵送します。介護保険被保険者証と一緒に保管し、サービス利用時に事業者へ提示してください。

問高齢者介護課 TEL71-2472



■福祉医療費受給者証

ひとり親家庭・障がい者資格で継続になる人には7月下旬までに新しい受給者証を郵送します。障がい者資格は障害者手帳の情報と連携しますので、手帳の有効期限が切れている場合、手帳の更新が必要です。

問福祉課 TEL71-2253



令和8年度安曇野市生涯学習推進講座(第7回)

費無料

申各開催日の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。

申込用紙は同課・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 TEL71-2466 FAX71-2338



タイトル・講師	日時・場所	定員・その他
第7回 「やさしい日本語での防災と日本語能力試験に向けて」 講1部 市危機管理課職員 2部 日本語教師	日7月14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

日程	演題	講師(信州大学)
第1回 7月21日(火) 17:45～19:15	地域と学校はどう協力し災害に備えるのか	廣内大助さん(教育学部 教授)
第2回 8月4日(火) 18:00～19:30	わかりやすい説明とは? -認知心理学から考える-	島田英昭さん(教育学部 教授)
第3回 8月18日(火) 18:00～19:30	読みやすい文字を書くために -文字の成り立ちを楽しみながら-	小林比出代さん(教育学部 教授)
第4回 9月1日(火) 18:00～19:30	AIとともに働く10年後	鈴木治郎さん(全学教育センター 特任教授)