



# まつもと



2019 No.1364

特集

魅力ある松本の山城

## 広報片手に 山城歩き

YAMAJIRO

私たちが案内します!



美しく生きる。



健康寿命延伸都市・松本

はやしじょうあと

# 林城跡 (林小城)

はやしこじょう

お城というと多くの方が松本城を思い浮かべますが、それ以前の戦国時代には、全国に3万とも4万ともいわれる無数の山城がつくられました。

市内にも30を超える山城があり、なかでも林城跡は大城と小城からなる壮大な山城です。今から500年以上前、信濃守護小笠原氏が井川から林へ館を移したとき、守りを固めるために築いたといわれています。

今回紹介する小城は、大城と同様に長大な堅堀や、尾根を埋めつくす無数の平場に加えて、主郭をとりまく石積みの残りが非常によく、大城にはない畝状堅堀が見られることが特徴です。



魅力ある松本の山城

# 広報片手に 山城歩き

● 問い合わせ 文化財課 史跡整備担当 (☎85-7064 86-9189)

平成31年2月26日、国史跡小笠原氏城跡に林小城が追加指定されました。昨年ご紹介した林大城に続き、今回は林小城の見どころをご紹介します。

※駐車場はありません。車でお越しの場合は、教育文化センターか針塚古墳の駐車場をご利用ください。詳細は市ホームページをご覧ください。



いざ山城へ!



おつき ①大嵩崎側の登り口



柵を開けて入ります。通過後は施錠を!

約100m



④

⑤

③

⑥

⑦

⑧

⑨



③堅堀

長大な堅堀が行く手を阻む!



②地獄の釜

沢水を集めた溜め井戸。馬が1頭沈んでしまったという言い伝えも!

足元注意!



文化財課 石田主事(左) と伊藤囁託

— も く じ —

【特集】 広報片手に山城歩き	2
幼児教育・保育の無償化	4
子育て支援各種手当	6
発達障害の理解のために	8
J R東日本との協定締結	10
安全で災害に強いまちづくり	11
プレミアム付商品券	12
残さず食べよう!	
推進店・事業所認定制度	14
市議会 6月定例会、	
平和祈念式典、職員募集 他	15
今月の一枚、まつもとの味	18
コラムのページ	19
情報チャンネル	20
9月の相談日	39
生きがいの仕組みづくり	40

# 用語解説

- 平場（ひらば）：防御や居住を目的に、平らに削った面
- 虎口（こぐち）：平場の出入口
- 主郭（しゅかく）：城の中心となる平場
- 堀切（ほりきり）：尾根を横方向に削り込み、敵の侵入を防ぐ堀
- 堅堀（たてぼり）：等高線に対して直行するように作られた堀
- 土塁（どるい）：土を盛って作った障壁
- 切岸（きりぎし）：平場の周囲の切り立った壁
- 縄張り（なわばり）：堀や平場の位置など、城の区画の設計のこと。

図にしたものが縄張図



④小平場群

北側の敵から城を守る！

なだらかな尾根を埋めつくす無数の平場

門があったと想定



⑤2郭の虎口

防御上のポイント。奥には主郭の石積みが見える

## 山城を歩く際の注意事項

- 山歩きにふさわしい服装でお出かけください
- 動物やハチなどの害虫にご注意ください
- 小枝などの落下にご注意ください
- 未整備の箇所があります。ルートマークを目印にお進みください▶

林城跡の詳細や、市内の他の山城の情報は、市ホームページの「松本の山城」で紹介しています。（2ページの二次元コードから）



斜面につくられた、畝状に連続する短い堅堀群。林大城には見られない構造



⑧畝状堅堀



⑥主郭の石積み

平場を囲むようにめぐらされ、今もよく残っている

西側から山攻め！

⑩広沢寺側の登り口

急坂が続く。市街と北アルプスを一望できる絶景が！

10

GO

急な坂が続きます

## 国史跡指定記念

# 「小笠原氏城跡と魅力あふれる松本の山城」を開催します！

### ① 企画展「井川から林へ～信濃守護小笠原氏と城の移り変わり～」

- 期間 10月19日(土)～11月17日(日)
- 会場 松本市時計博物館

### ② 現地講座「歩いて体感・林城」

- 日時 10月26日(土)
- 会場 林大城（松本市里山辺・入山辺）



南側の土塁から眺める主郭



⑦主郭

標高774m。四方を土塁に囲まれ、南側が特に高い

### ③ 講演会・対談「小笠原氏城跡と魅力あふれる松本の山城」

- 日時 10月27日(日)午後1時～4時
- 会場 ザ・ハーモニーホール（松本市音楽文化ホール）
- 内容  
プログラム1／講演会：「小笠原氏城跡と松本の山城の魅力」  
講師：中井均氏／城郭考古学者・滋賀県立大学教授  
プログラム2／対談：「小笠原氏城跡と城のまち松本の魅力」  
出演者：中井均氏×春風亭昇太氏（城好き落語家）

圧巻！



⑨大堀切

尾根を深く掘り割って、南側からの敵の侵入を防いでいる

※記念企画③講演会・対談の詳細い申し込み方法は本紙32ページをご覧ください。その他の企画の詳細は、今後の広報紙等でお知らせします。

# 幼児教育・保育の無償化

● 問い合わせ 保育課（東庁舎2階） ☎ 33-9856 ☎ 34-3236

子育てや教育にかかる費用負担の軽減を図るため、令和元年（2019年）10月1日から、3歳から5歳までの幼稚園、保育所、認定こども園などを利用するお子さんの利用料が無償化されます。（0歳から2歳までの住民税非課税世帯のお子さんも対象になります）

幼稚園、保育所、認定こども園等を利用するお子さん

● 対象者

- 3～5歳児クラスの全ての  
お子さん（幼稚園等のみ、満  
3歳になった日から対象）
- 0～2歳児クラスの住民税  
非課税世帯のお子さん

● 無償化の上限等

- 私立幼稚園等  
月額2万5700円
- 保育所、認定こども園（保  
育部分）  
現在保育料の一部に含まれ  
ている副食費（おかず、おや  
つ代等）は無償化の対象外と

なり、保育所等にお支払い  
いただきます。（3～5歳児ク  
ラスのみ）

幼稚園、認定こども園  
（保育部分）の預かり保  
育を利用するお子さん

「預かり保育」とは、標準  
的な教育時間の前後や、土日  
に実施する教育活動のことで  
す。

● 対象者

「保育の必要性の認定」を  
受けたお子さん（0～2歳児  
クラスは住民税非課税世帯の  
お子さんのみ）

● 無償化の上限

- 3～5歳児クラス  
月額1万1300円
- 0～2歳児クラス  
月額1万6300円

※利用日数に応じて上限額は  
変動します。（450円×  
利用日数）

認可外保育施設等を  
利用するお子さん

● 対象者

「保育の必要性の認定」を  
受けたお子さんのうち、認可  
保育所等を利用していないお  
子さん（0～2歳児クラスは  
住民税非課税世帯のお子さん  
のみ）

● 無償化の上限

- 3～5歳児クラス  
月額3万7000円
- 0～2歳児クラス  
月額4万2000円

● 対象となる施設等  
保育課へお問い合わせくだ  
さい。

就学前の障害児の発達支  
援を利用するお子さん

● 対象者

3～5歳児クラスの全ての  
お子さん

● 無償化の範囲

利用者負担分が対象です。  
それ以外の費用（医療費や食  
費等の現在実費で負担してい  
るもの）は、これまで通りお  
支払いいただきます。

## ご注意ください

- ／お子さんの年齢、保育の必要性の有無や利用する施設の種類等により、利用料の全てが無償化の対象にならない場合があります。
- ／私立幼稚園の利用料や幼稚園・認定こども園の預かり保育料、認可外保育施設の利用料を無償化するためには新たな手続きが必要です。



## 手続きが必要な方



下記の方は、申請書類をご提出ください。なお、10月1日以降、新たに下記の施設等の利用を希望される方は、利用を開始するよりも前に手続きを行う必要があります。

○私立幼稚園（松本短大幼稚園を除く私立幼稚園と信州大学附属幼稚園）を利用されている方

→利用している施設へ

○幼稚園、認定こども園（教育部分）の預かり保育を利用し、預かり保育料の無償化を希望される方（保育の必要な要件を満たす方）

→利用している施設へ

○認可外保育施設等を利用し、利用料の無償化を希望される方（保育の必要な要件を満たす方）

→保育課へ

※上記以外の方（認可保育所を利用されている方等）は、新たな申請の手続きは不要です。

※「保育の必要性の認定」とは、就労等の要件（認可保育所の利用と同等）を満たしていると市が認定を行うことです。

### 締め切り

8月30日(金) ※幼稚園等は各園始業式当日です。

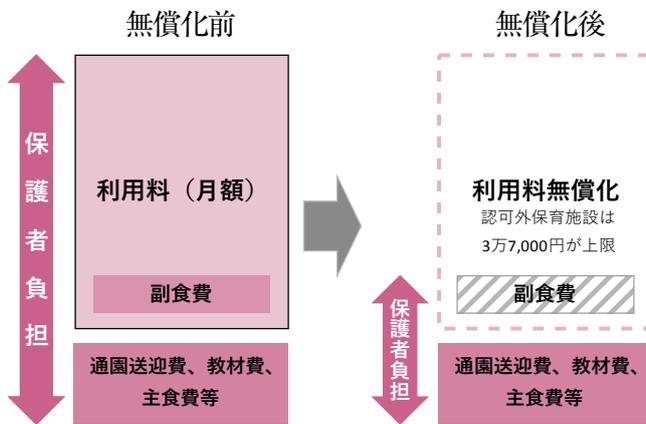
### 申請書類の配布場所

幼稚園、認定こども園、保育課

申請書類等は市ホームページ（右の二次元コード）からも確認できます。



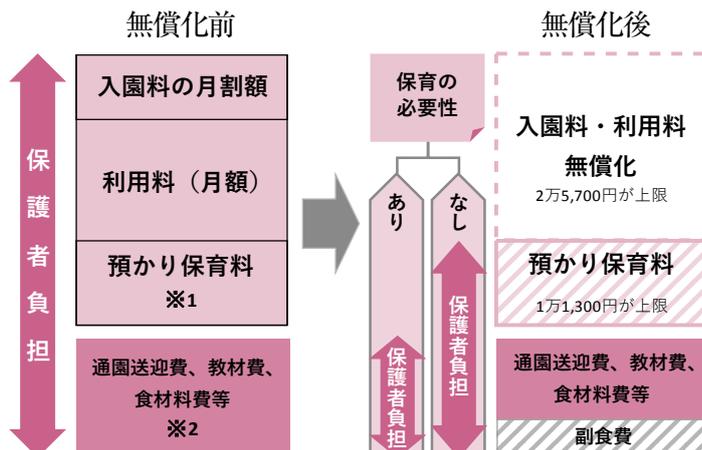
### 【保育所等】無償化のイメージ図



認可外保育施設において、現在の利用料に通園送迎費等の費用が含まれている場合は、それらの費用を除く利用料が無償化の対象です。

保育所、認定子ども園（保育部分）は、現在保育料の一部に副食費が含まれています。この副食費相当分は無償化の対象外です。なお、低所得世帯等のお子さんに限って、副食費が免除されます。（認可施設のみ）

### 【幼稚園】無償化のイメージ図



※1 保育の必要性の認定を受けた方（0～2歳は住民税非課税世帯のみ）は、預かり保育料も無償化の対象です。

※2 現在の利用料に通園送迎費等の費用が含まれている場合は、それらの費用を除く利用料が無償化の対象です。なお、低所得世帯等のお子さんに限って、副食費が免除されます。



# 子育て支援のための 各種手当制度のお知らせ



●問い合わせ こども福祉課（東庁舎1階 ☎33-9855 ㊟36-9119）

ひとり親や障害児の親が、安心して子育てができるように、さまざまな手当制度があります。  
申請や相談はお早めをお願いします。

## 児童扶養手当

離婚や死別などにより、ひとり親となった児童の養育者を対象に、生活の安定と、就労による自立促進のため、支給される手当です。



### ●支給対象者

18歳に達する年の年度末までの児童（児童が心身に中程度以上の障害を有する場合は20歳未満まで）で、次の①～⑧に該当する児童を養育している父または母、父または母に代わって児童を養育している方

- ①父母が離婚
- ②父または母が死亡
- ③父または母が重度の障害
- ④父または母の生死が明らかでない
- ⑤父または母が引き続き1年以上遺棄
- ⑥父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた
- ⑦父または母が法令により引き続き1年以上拘禁
- ⑧未婚により出生

### ●支給額

区分	月額	児童加算額	
		第2子	第3子以降 1人につき
全部支給	4万2,910円	1万140円	6,080円
一部支給	4万2,900円 ～1万120円	1万130円 ～5,070円	6,070円 ～3,040円

### ●所得制限限度額

扶養親族 等の数	本人		配偶者および 扶養義務者
	全部支給の場合	一部支給の場合	
0人	49万円未満	192万円未満	236万円未満
1人	87万円	230万円	274万円
2人	125万円	268万円	312万円
3人	163万円	306万円	350万円
4人	201万円	344万円	388万円
5人	239万円	382万円	426万円

### ●父子家庭の支給要件

児童を監護し、かつ生計を同じくしている場合

### ●対象とならない場合

- ①児童が児童福祉施設等に入所している
- ②日本国内に住所がない
- ③父または母が戸籍上婚姻はしていないが、事実上婚姻関係と同様な事情にあるとき

### ●公的年金との併給

児童扶養手当支給対象者に該当し、年金月額と手当額を比べ、年金月額の方が少ない場合は併給ができます。

### ●所得審査対象の所得額・扶養人数を更正した場合

本人や扶養義務者が、修正申告等により所得額や扶養人数を変更した場合は、支給月額が変わりますので、ご注意ください。

### ●手当の一部支給停止（減額）措置

児童扶養手当を受給している方で、支給開始月から5年を経過する等の要件に該当する方は、先にお送りした「一部支給停止適用除外事由届」と、必要書類を添付し、現況届と併せて提出してください。提出がない場合は、一部支給停止（減額）措置の対象となります。

※提出期限までにご提出ください。

# 現況届と所得状況届をご提出ください

## ● 児童扶養手当を受給している方へ

現況届を8月30日(金)までにご提出ください。(現況届のご提出がないと、11月分以降の手当が一時差し止めとなります。)

## 【未婚の児童扶養手当受給者に対する臨時・特別給付金について】

これまでに婚姻をしたことがない児童扶養手当の受給者が対象です。詳細は、こども福祉課までお問い合わせください。

## ● 特別児童扶養手当・障害児福祉手当を受給している方へ

所得状況届をお送りしますので、8月13日(火)～9月11日(水)にご提出ください。(所得状況届のご提出がないと、8月分以降の手当が一時差し止めとなります。)

## ● 提出先

こども福祉課(東庁舎1階9番窓口)、または波田支所内西部福祉課へ  
※各地区地域づくりセンター(支所・出張所)では受け付けできません。



## 特別児童扶養手当

精神・知的または身体障害のある20歳未満の児童の福祉増進を図るため、支給される手当です。

### ● 支給対象者

精神・知的または身体障害のある20歳未満の児童と同居し養育している父母や、父母に代わって児童と同居し養育している方

### ● 支給額

① 1級該当児童(療育手帳A程度、身体障害者手帳1・2級程度)

1人月額 5万2,200円

② 2級該当児童(療育手帳B程度、身体障害者手帳3・4級程度)

1人月額 3万4,770円

### ● 所得制限限度額

扶養親族の数	本人	配偶者および扶養義務者
0人	459万6,000円未満	628万7,000円未満
1人	497万6,000円	653万6,000円
2人	535万6,000円	674万9,000円
3人	573万6,000円	696万2,000円
4人	611万6,000円	717万5,000円
5人	649万6,000円	738万8,000円

## 障害児福祉手当

在宅の重度の障害児に対し、その障害によって生ずる経済的な負担を一部軽減することにより、自立の促進と福祉の増進を図るため、支給される手当です。

### ● 支給対象者

20歳未満で常時介護を必要とする、在宅重度障害児

### ● 支給額

1人月額 1万4,790円

### ● 所得制限限度額

扶養親族の数	本人	配偶者および扶養義務者
0人	360万4,000円未満	628万7,000円未満
1人	398万4,000円	653万6,000円
2人	436万4,000円	674万9,000円
3人	474万4,000円	696万2,000円
4人	512万4,000円	717万5,000円
5人	550万4,000円	738万8,000円

# 発達障害の理解のために

● 問い合わせ ぐも福祉課 あるがキッズ支援室 (☎ 24-11235 ☎ 24-11236)

発達障害は、得意なことと苦手なことの差が大きく、そのために生活や勉強、仕事等で困ってしまつ状態です。自閉スペクトラム症、注意欠如・多動症、限局性学習症といわれるものなどがあります。見た目では分かりにくく、症状や困り事はさまざまです。

発達障害について  
知ろう！



Q 原因は？

A 生まれつき脳機能の一部が、通常とは異なる働き方をしていることで引き起こされると考えられています。親の育て方や生育環境が原因で発症するものではありません。

Q いつわかるの？

A 特性は子どもの頃に現れます。なかには、小さい頃は目立たず、大きくなってから

気付くこともあります。

Q 治るの？

A 脳機能の障害そのものを治すことはできません。しかし、適切な行動のとり方を覚え、日常生活やコミュニケーションに必要なスキルを学び、身につけていくことにより、苦手さを軽減していくことができます。

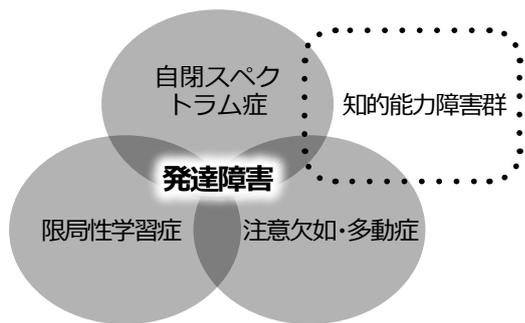
Q 誤解されやすい？

A 発達障害は、情報をもとに的確に状況を判断し、その場に適した行動をとることが難しくなります。

そのため、その他大勢の子との行動や感覚等の違いから、

「変わっている子」、「乱暴な子」、「困った子」、「自分勝手」、「怠けている」等と誤解を受けやすい傾向があります。

【主な発達障害の種類】



## どんな特性がみられるの？

人とのコミュニケーションが苦手

こだわりが強い

集団行動が苦手

かんしゃくが強い

興味や関心にかたよりのある

活動の切り替えが苦手



環境の変化、初めてのことが苦手

危険が分からない

じっとしていられない

集中できない、気が散りやすい

忘れ物が多い

(集団生活の中で) ぼーっとしてしまう

※上記の特性は一例であり、他にもさまざまな特性があります。また、これらの特性があるからといって、発達障害と断定されるものではありません。

## 周囲の理解が大切

早く気付き、適切な支援につなげることで、家族・周囲の人が理解して、本人を受け入れることが大切です。その子に合ったやり方で生活や学校等での過ごし方を工夫できれば、ストレスが軽減され、人との関わり方が上手にできるようになることもあります。

本人が周囲の人から受け入れられなかったり、適切な支援を受けられないまましていると、特性により生じる失敗やトラブルを繰り返し、怒られることも多くなり、自信がなくなったり意欲がなくなるなどの二次障害を合併してしまうこともあります。

## 発達が気になる、心配になったら？

一人で抱えこまず、幼稚園・保育園や学校の先生、または行政の窓口（あるぷキッズ支援室、保健センター、学校指導課、保育課等）や主治医に相談してみましょう。



本市では平成22年度、発達障害や発達に心配のあるお子さんや保護者を継続的・総合的に支援していくため、「あるぷキッズ支援事業」を開始しました。

平成27年度には、南部福祉複合施設（愛称：なんぷくプラザ）に「あるぷキッズ支援室」が拠点施設として整備されました。

**発達に関わる相談窓口**  
《相談方法》  
電話、来所相談など



**保育園、幼稚園、学校への巡回支援**  
専門支援チームが現場を巡回し、現場職員と共にお子さんの支援方法や対応の仕方について考えます。

### 「あるぷキッズサポート手帳」の配布

発達障害、または発達に心配のあるお子さんの情報や支援経過を記入し、保護者と支援者が情報を共有し、共通理解の上で支援ができるようにします。



### ペアレントトレーニング

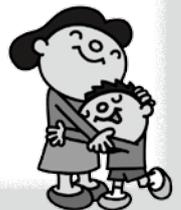
発達障害または発達に心配のあるお子さんへの対応に不安がある保護者が、適切な対応方法を学ぶための講座です。

現在、「小学生の保護者」向けの講座申し込みを受け付けています。

《料金》 無料

《申し込み》

電話であるぷキッズ支援室へ



### お子さんの発達支援

乳幼児健診等で支援が必要となったお子さんと保護者を対象に、生活体験や遊びを通じてお子さんの発達を支援する「あそびの教室」を実施しています。

## あるぷキッズ支援事業 10周年

## 記念講演・シンポジウムのお知らせ

- 日時 9月8日(日) 午前10時～午後0時30分（午前9時15分から受け付け）
- 場所 波田文化センターアクトホール ●定員 200人 ●料金 無料
- 内容 ①基調講演「発達障害の理解～生きづらさの理由～」

本田秀夫氏／信州大学医学部子どものこころの発達医学教室教授

- ②シンポジウム「子どもたちの育ちを支える支援について」

コーディネーター：本田秀夫氏 シンポジスト：稲葉雄二氏／長野県立こども病院副院長兼神経小児科部長、宮脇千史氏／フリーランス 作業療法士、宮内かつら氏／長野県松本養護学校教育相談、新保文彦氏／長野県松本圏域発達障がいサポートマネージャー

- 申し込み 8月30日(金)までに電話かファクスであるぷキッズ支援室へ
- 託児 先着15人（5カ月～未就学児まで。申し込みは電話であるぷキッズ支援室へ）

※駐車場に限りがあります。公共交通機関や乗り合わせでお越しください。

# JR東日本と

## 「松本駅周辺における中枢中核都市

### 機能強化に関する連携協定」を締結

JR東日本の  
生活サービス成長ビジョン  
(NEXT10)

2017年11月に、地域を元気に、そして日本を元気に、2020年以降も成長し続ける企業を目指し、お客様の信頼と期待に応える質の高いサービスの提供を一層加速させるべく、今後10年を見据えた生活サービス成長ビジョン(NEXT10)がJR東日本から発表されました。

NEXT10では、「のびる」(市中やJR東日本エリア外への事業領域拡大、外部との協業による技術の活用に挑戦)、「ひらく」(駅周辺にも領域を広げ、住宅も含めたくらぶづくりを意識した開発計画

● 問い合わせ 政策課 (本庁舎3階) ☎ 34 3 2 7 4 ☎ 34 3 2 0 1

を進める)「つなぐ」(地方中核都市のまちづくりから地域間交流を進めるほか、地場産業の活性化を図る)、「みがく」(駅を中心に提供しているサービスのレベルアップにより、既存事業の価値を高める)という「4本の柱」で長期の成長を実現することとしています。

このまちの  
未来のために

松本駅は、松本市と首都圏、

#### 連携項目

- ◆コンパクトで魅力あるまちづくり
- ◆定住人口・交流人口・関係人口の拡大
- ◆地域経済の活性化
- ◆JR東日本は連携事項に基づき、松本駅周辺の自社用地を活用した事業を推進

今後、JR東日本は自社用地を活用した開発を行います。松本市は、その開発が松本のまちづくり、顔づくりに資する開発となるよう、必要な連携を図っていきます。

協定締結の様子は、市ホームページ(二次元コードから)で紹介しています。



※中枢中核都市：急速な人口減少と超少子高齢化に直面する中、地方の拠点となる都市が中心となり地域全体の経済・生活を支え、東京都市圏への一極集中を抑制することを狙いとして、国が東京圏以外の82都市を選定しました。県内では、長野市、松本市が選定されました。

# 安全で災害に強いまちづくり

## 家具の転倒防止

## まちづくり

● 問い合わせ 建築指導課

(本庁舎 4階) ☎ 34-3255 ☎ 33-2939

市では、安全で災害に強いまちづくりのための事業を実施しています。 ※各事業の詳細は市ホームページ（二次元コードから）をご覧ください。

地震発生時における被害の防止・軽減を図るため、家具転倒防止金物の設置工費の一部を補助します。

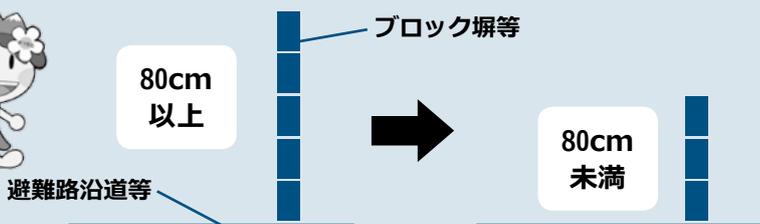


## ブロック塀撤去費用の一部補助

ブロック塀等の倒壊による通行人等への被害を未然に防止するため、所有者による危険なブロック塀等を撤去する費用の一部を補助します。 ※造成工事や建物の解体工事をする際に撤去を行う場合は対象外

### 【補助対象】

避難路沿道等に面した高さ80センチメートル以上で、簡易診断の結果、危険と判断されたブロック塀等（ブロック塀や石塀等、門柱を除く）を80センチメートル未満にする工事



【補助率】 3分の2 【事業期間】 2021年3月31日まで

### 【補助額】

- ① 業者見積額の3分の2
  - ② 全部撤去（基礎含む）14,000円/メートル×延長×3分の2
  - ③ 一部撤去5,000円/メートル×延長×3分の2
- ※ ①と②+③を比較し、少ない方の額。上限額10万円

### 【その他】

鉄筋探査機の貸し出し（無料）も行っていますので、ブロック塀の点検にご利用ください。



## 3 狭い道路を広げます

### 狭あい道路拡幅整備事業

狭あい道路に接する敷地で建物の建て替えなどをする際に市と協議を行い、**後退用地を寄付していただくことにより道路を拡幅する事業**です。

狭い道路を拡げることにより、日照・通風・延焼防止だけでなく、災害時の避難行動や防火活動に有効な空間が生まれます。

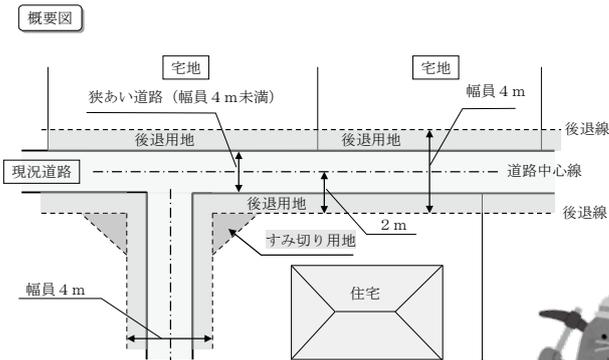
寄付していただく土地の測量や分筆等の諸費用の一部を補助します。



### 狭あい道路とは

市街化区域内の幅員1.8メートル以上4メートル未満の市道。

道路に接する敷地に建築物を建築する場合、原則として道路の中心線から両側に2メートル後退した線を道路の境界線とし、**後退用地は道路とみなされ、建築物を建てることはできません。**



## 4 古い住宅の耐震化を進めます

昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅に対して、「無料の耐震診断」の他に、「耐震改修工事」「耐震シエルト・耐震ベツド設置工事」等の費用の一部を補助します。



# プレミアム付商品券のご案内

問い合わせ 松本市プレミアム付商品券事業等実施本部

(☎) 34-0401 (☎) 34-0404

消費税率の引き上げが家計に与える影響を緩和するとともに、地域の消費を下支えるために、住民税非課税の方と子育て世帯の方を対象にプレミアム付商品券を販売します。

## 3 販売単位

1枚あたり額面5000円の商品券を10枚1冊(5000円分)単位として4000円で販売します。

## 4 購入限度額

- ① 住民税非課税の方  
1人5冊(2万5千円分)まで購入できます。
- ② 子育て世帯の方  
対象となるお子さん1人につき5冊(2万5千円分)まで購入できます。

## 1 購入できる方

- ① 住民税非課税の方  
平成31年度(2019年度)分の住民税が課税されていない方  
(ただし、住民税課税者に扶養されている方、生活保護制度の被保護者の方等は対象になりません。)

- ② 子育て世帯の方  
平成28年4月2日(令和元年(2019年)9月30日)に生まれたお子さんがいる世帯の世帯主

## 2 商品券使用までの流れ

- 1 申請する(住民税非課税の方のみ)  
※子育て世帯の方の分は申請不要  
【8月23日(金)~12月31日(火)(消印有効)】  
8月下旬から、対象と思われる方に順次、申請書を郵送します。  
申請書裏面の誓約・同意事項を確認し、申請書に記入・押印の上、申請書に同封する返信用封筒(切手不要)を利用して提出してください。
- 2 商品券の購入引換券が届く  
【9月下旬~令和2年(2020年)1月】  
住民税非課税の方の分は、受け付けした申請書を審査した後、商品券の購入引換券を発送します。子育て世帯の方の分は、9月下旬以降に商品券の購入引換券を発送します。
- 3 商品券を購入する  
【令和元年10月1日(火)~令和2年3月31日(火)】  
商品券購入場所(市内郵便局23カ所、日本旅行松本支店、日本旅行サービス松本営業所(イオンモール松本内))で、購入引換券・本人確認書類を示し、現金で商品券を購入してください。  
商品券は5千円単位で購入できます。(5千円分の商品券を4千円で購入)
- 4 商品券を使用する  
【令和元年10月1日(火)~令和2年3月31日(火)】  
商品券は、松本市内の使用できる店舗(引換券発送時にご案内します)でご使用ください。  
※商品券の転売や譲渡は行わないでください。  
おつりは出ません。



# プレミアム付商品券 対象者判定チャート



① 平成31年度分の住民税は非課税ですか？

↓ はい                      いいえ      ➡ ④へ進む

② 平成31年度分の住民税が課税されている方の扶養親族等になっていますか？

↓ 扶養等になっていない                      扶養になっている      ➡ ④へ進む

③ **プレミアム付商品券の購入対象となる可能性があります。**

(対象と思われる方には、8月下旬から順次、申請書を郵送します。)

さらに、平成28年4月2日～令和元年9月30日の間に生まれたお子さんがいる世帯の世帯主の方は、お子さん分も購入対象となる可能性があります。



④ 平成28年4月2日～令和元年9月30日の間に生まれたお子さんがいますか？

↓ はい                      いいえ      ➡ プレミアム付商品券の購入対象ではありません

⑤ **お子さん分がプレミアム付商品券の購入対象となる可能性があります。**

(該当する方には、9月下旬以降に商品券の購入引換券を発送します。)

プレミアム付商品券事業のキャラクター「カクニャン」▶



プレミアム付商品券を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください！



「プレミアム付商品券」に関して、松本市職員が、

- 商品券販売のために、手数料などの振り込みを求めること
  - ATM（銀行・コンビニなどの現金自動支払機）の操作をお願いすること
- などは絶対にありません。

※プレミアム付商品券に関する不審な電話や郵便、メール等がありましたら市役所、または警察署・相談窓口までご連絡ください。

## プレミアム付商品券 を使用できる 取扱店舗を募集します

### ●対象

原則として、市内に事業所、店舗などを有する飲食・小売りサービス事業者等

### ●申し込み

松本市プレミアム付商品券取扱店舗専用ホームページ (<https://www.matsumoto-prem.info>) から  
※右の二次元コード) から



### ●問い合わせ

松本市プレミアム付商品券運営事務局  
(☎03-3614-5888)



# 残さず食べよう！推進店・事業所認定制度

●問い合わせ 環境政策課（東庁舎4階 ☎34-3268 ☒34-0400）

松本市では、食品ロスを削減するための取り組みを行っている飲食店、宿泊施設等、小売店等または事業所等を「残さず食べよう！推進店・事業所」として認定しています。

## メリット

- 市ホームページにおいて紹介
- 啓発グッズ（ティッシュ・コースター・持ち帰りパック・ポスター・木製看板など）の活用
- 認定証による環境配慮型店舗・事業所のアピール
- ecoオフィスまつもと認定事業（※）の加点項目



詳細は、市ホームページ（こちらの二次元コードから）をご覧ください



【残さず食べよう！  
推進店・事業所認定制度】

※【ecoオフィス  
まつもと認定事業】



●認定条件 次の取り組みの内、2項目以上実施していること。

### 飲食店・宿泊施設等の方

- 1 残さず食べよう！30・10運動の周知または啓発
- 2 プラチナメニューの提供
- 3 食べ残しの持ち帰りへの提供
- 4 小盛りメニューの提供
- 5 その他食品ロス削減に資する取り組み



### 小売店等の方

- 1 食品ロスに関するこの店における周知または啓発
- 2 ばら売り、少量パック販売等の実施
- 3 値引き販売による食料品廃棄の抑制
- 4 フードバンク等への提供や食品リサイクルの実施
- 5 その他食品ロス削減に資する取り組み

### 事業所等の方

- 1 残さず食べよう！30・10運動の実践
- 2 残さず食べよう！30・10運動または食品ロスに関することについての事業所内における周知
- 3 残さず食べよう！30・10運動の実践または食品ロス削減に関する取り組みについて事業所外へ広報
- 4 その他食品ロス削減に資する取り組み



### 登録数（6月末現在）

飲食店、宿泊施設等	153店
小売店等	4店
事業所等	94事業所

※昨年の9月から認定制度の対象に「小売店」が加わりました。

## ●申請方法

申請書は市ホームページ（右上の二次元コード【残さず食べよう！推進店・事業所認定制度】）からダウンロードできるほか、環境政策課の窓口でお渡ししています。

申請書の提出は、電子メールやファクス、または窓口へ直接お持ちください。



## ～市民の皆さんへ～

食品ロス削減に取り組んでいるお店で宴会をしたい、持ち帰りに対応しているお店を知りたい、そんなときは、ぜひ「残さず食べよう！推進店・事業所」を市ホームページ等で確認してご利用ください。



# 市議会6月定例会から

市議会6月定例会が、6月10日から27日までの18日間にあわたり開かれました。この議会では、市長提案12件、議員提案2件の計14件（条例4件、予算1件、契約1件、財産2件、道路1件、その他1件、意見書2件（議員提案、人事2件））について審議され、いずれも可決または同意されました。

## 条例

地方税法の改正に伴うもの、利用料金制の導入に伴うもの、子ども・子育て支援法等の改正に伴うもの、地区整備計画の都市計画決定に伴うもの、一部改正を行いました。

## 予算

幼児教育無償化に係る経費や、「5つの重点目標」、「6つのまちづくり」、および「KYデモクラシー」にかかわる事業で、速やかに取り組みが必要な政策的経費、緊急に補正措置を講じなければ、事業執行上支障をきたす経費などを中心に計上しました。

補正規模は、一般会計で3億8375万円の追加で、補正後の全会計の予算規模は1

659億4567万円、前年同期と同規模となりました。

## 契約

平成30年度（仮称）松本市災害時支援物資集積拠点造成工事の請負契約の議決更正を行いました。

## 財産

一般乗合旅客自動車運送事業用小型バス車両および松本城南・西外堀復元事業用地を取得しました。

## 道路

4路線を市道として認定しました。

## その他

住居表示の再整備に伴い、町および字の区域の変更を行

## 意見書

いました。

次の意見書が、国会および関係行政庁に提出されました。

- 新たな過疎対策法の制定に関する意見書
- 義務教育費国庫負担制度の堅持・拡充を求める意見書

## 人事

監査委員として竹本祐子氏（梓川倭）を、公平委員会委員として中島昇子氏（中山）を新たに選任することに同意されました。



## 「第24回松本市平和祈念式典」と「平和の集い」を開催します

核兵器の廃絶と世界恒久平和を願い、終戦記念日に開催します。式典会場では、長崎原爆資料館から借用する写真パネルを展示しますので、併せてご覧ください。どなたでも参加できます。夏の軽装（クールビズ）でお越しください。

### 式典

- ◆日時 8月15日（木）午前9時30分～10時30分
- ◆場所 あがたの森公園 平和ひろば平和祈念碑前
- ◆内容 折鶴献呈、平和都市宣言、広島平和記念式典参加中学生感想発表、平和へのメッセージ、平和合唱 など

### 平和の集い

- ◆時間 午前10時45分～正午 ◆場所 あがたの森文化会館 2-8会議室、IT教室
- ◆内容 平和の詩の朗読、被爆体験伝承者講話 など

- ◇申し込み 折鶴献呈、平和の集いに参加を希望される方は、事前に連絡をお願いします
- ◇問い合わせ 平和推進課（本庁舎2階 ☎33-4770 📠33-1877）



# 松本市職員採用資格試験

●問い合わせ 職員課 (本庁舎 3階 ☎34-3275 📠34-3201)

来年4月以降採用予定の大卒程度管理栄養士、大卒程度2次募集(土木・化学)、高卒程度の職員採用資格試験を行います。松本市の魅力あるまちづくりに積極的に参加したいという意欲と実行力あふれる職員を募集します。詳細は試験要綱をご覧ください。市ホームページ(右の二次元コード)からもご覧いただけます。



- 受験資格 試験区分ごとに異なります。試験要綱をご覧ください。
- 第1次試験 9月22日(日)に松本市役所(丸の内3-7)で実施します。試験要綱はこちら▶
- 試験要綱・試験申込書

市ホームページからダウンロードできます。試験要綱の郵送をご希望の場合は、住所・氏名を記入した角2サイズの返信用封筒(140円切手貼付)を同封の上、職員課(〒390-8620 丸の内3-7)へ請求してください。職員課や市役所受付(本庁舎・東庁舎)等の窓口でも配布しています。

## ●受験申し込み

8月23日(金)~25日(日)までの間に試験申込書および受験票を市役所本庁舎3階大会議室へ本人が持参してください。第1次面接を行います。

受付時間: 午前9時~午後4時 ※24日(土)・25日(日)も受け付けます。(25日は正午まで)

## ●申し込み・問い合わせ 職員課 (本庁舎 3階 ☎34-3275 📠34-3201)

試験の種類	試験区分	採用予定人員	受験資格
大学卒業程度	管理栄養士	若干名	昭和59年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人で、すでに管理栄養士の資格を取得している人または令和2年(2020年)3月までに当該資格を取得見込みの人
	土木 (2次募集)		昭和59年4月2日から平成10年4月1日までに生まれ、大学卒業程度の学力を有する人で、左記試験区分の専門課程を卒業または令和2年(2020年)3月までに卒業見込みの人 ※令和元年度(2019年度)受験者は申し込みできません
化学 (2次募集)	平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人 【障がい者枠】 平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれ、高等学校卒業程度の学力を有し、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人で、次の要件を満たす人 ・事務職として職務の遂行が可能であること ・活字印刷文による出題(筆記試験)に対応できること		
行政事務			平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、土木の専門課程を卒業または令和2年(2020年)3月までに卒業見込みの人
高校卒業程度	行政事務 (障がい者枠)		
	土木		

※高校卒業程度試験については、4年制の大学の卒業生および卒業見込み者は受験できません。



# 松本市病院局職員募集

令和元年度(2019年度)中途採用および令和2年(2020年)4月採用の正規職員を募集します。

詳細は、市立病院ホームページ(下の二次元コードから)をご確認ください。

## 【令和元年度中途採用正規職員】

- 職種 看護師
- 受験資格 当該職種の有資格者

## 【令和2年4月採用正規職員】

- 職種 診療放射線技師
- 受験資格 当該職種の有資格者。または今年度卒業見込みで、当該資格を取得見込みの方



◇応募期間 8月23日(金)まで

◇試験日 8月31日(土)

◇提出書類 受験申込書、履歴書、身上書、自己紹介書、資格を証明する免許証の写し、または卒業見込み証明

◇問い合わせ 松本市立病院事務部総務担当 (☎92-3027 📠92-3440)

# 東京都内で合同就職説明会を開催します！



2021年以降に卒業予定の学生や本市への転職移住を検討されている方に向けて、合同就職説明会を開催します。保護者の皆さんには、Uターンを考えているお子さんの就職活動の一助となればと考えていますので、ぜひご活用ください。

- 対象 松本市内への就職や転職による移住を検討している学生および社会人
- 日時 令和2年（2020年）3月14日(土)午前11時～午後4時
- 場所 赤坂インターシティコンファレンス（東京都港区赤坂1-8-1 赤坂インターシティ AIR 4階）
- 内容（予定）①松本地域の企業の紹介（企業ごとのブースを設置した合同就職説明会形式）  
②松本市での生活の様子の紹介（相談ブースの設置、生活情報の紹介、松本暮らしに関するセミナー）

## ●参加予定企業等（五十音順）

- アースシステム(株)
- (株)アイキューブ
- (株)アスピア
- (株)アドヴァンスト・インフォメーション・デザイン
- (株)アルプスピアホーム
- (株)栄建
- (株)エーアイテック
- (株)王滝
- (株)オブリガードス 個別指導塾まつがく
- (株)上條器械店
- カワイ精密金属(株)
- 菊之湯
- (株)クレストック
- 甲信商事(株)
- ゴールドパック(株)
- (有)寿昇運
- (株)小松製作所
- (株)サクセン
- (株)SYNAX
- 信州名鉄運輸(株)
- セイコーエプソン(株)
- セコム上信越(株)
- (株)大和ホーム工業
- (株)チヨダ
- (株)デイリーはやしや
- (株)東京ウエルズ
- 東京海上日動火災保険(株)
- 東新工業(株)
- 東洋観光事業(株)
- アルピコホテルグループ
- 東洋計器(株)
- (株)関一精機
- トピーファスナー工業(株)
- (株)巴屋
- トヨタカローラ南信(株)・ネットヨタ信州(株)
- 長野三菱電機機器販売(株)
- ニッキトライシステム(株)
- (株)プリントショップ・ミネ
- (福)平成会
- 松本市役所
- (株)松本マツダオート
- (株)松本山雅
- (株)丸勇青果
- (株)明神館
- (株)ワールドインダストリーニット
- (株)Y建築設計

## ●申し込み・問い合わせ まつもと暮らし応援課

（本庁舎1階 ☎34-3000（内線1081） ㊚：matsumotogurashi@city.matsumoto.lg.jp）

※詳細は、市ホームページ（こちらの二次元コードから）をご覧ください▶



## 青少年ホーム秋期ヤングスクール受講者募集

- 対象 市内に居住、通学または通勤している15歳以上35歳未満の方 ※受講には別途ホーム登録と年会費500円が必要

	講座	日時	定員	料金
1	旅行で使える英会話教室	9月2日・9日・30日 月曜日 午後7時～8時30分	15人	無料
2	綺麗に生けよう 生け花講座	9月2日・9日・30日 月曜日 午後7時～9時	6人	4,000円
3	楽しくラリー卓球講座	9月4日・11日・25日 水曜日 午後7時15分～8時45分	15人	無料
4	ズンバ	9月5日・12日・26日 木曜日 午後7時30分～8時30分	15人	無料
5	美味しい淹れ方を学ぼう コーヒー講座	9月8日 日曜日 午前10時～11時	12人	500円
6	硬式テニス講座	9月13日・20日・27日、10月4日・11日 金曜日 午後7時10分～8時30分	20人	1,000円
7	ピラティス	9月25日、10月2日・9日・16日 水曜日 午後7時30分～8時30分	35人	無料
8	作法を学ぼう 茶道教室	10月2日・9日・16日 水曜日 午後7時～9時	6人	3,000円
9	シェフから学ぼう フランス料理	10月3日 木曜日 午後7時～9時	20人	1,000円
10	運動不足解消！ キックボクシングエクササイズ	10月7日・21日、11月11日・25日 月曜日 午後7時30分～8時30分	20人	無料
11	自分を知ろう！自己理解講座	10月16日・23日・30日 水曜日 午後7時～8時30分	15人	無料
12	ゴルフ講座	10月18日・25日、11月1日・8日 金曜日 午後7時30分～9時	15人	1,000円～
13	料理教室	10月18日、11月8日 金曜日 午後7時～9時	25人	700円/回
14	松養祭ボランティア	10月19日 土曜日 午前9時～午後3時 ※登録不要	5人	無料
15	バドミントン講座	10月23日・30日、11月6日 水曜日 午後7時30分～9時	16人	無料
16	健康体操&ヨガ	10月24日・31日、11月7日・14日 木曜日 午後7時30分～8時30分	35人	無料
17	フラワーアレンジメント	10月28日 月曜日 午後7時～9時	20人	2,500円
18	脚もお顔もぼっかぽか リンパマッサージ	11月8日・15日・22日・29日 金曜日 午後7時30分～8時30分	12人	無料

- 申し込み・問い合わせ 8月7日(水)午前9時からインターネット、電話または直接青少年ホーム（☎26-1083 ㊚25-5337）へ ※詳細は、市ホームページをご覧ください。



市公式Instagramでは、皆さんが投稿した、わくわくする場所や風景など、松本市の魅力を伝える写真の中から「今週の一枚」を選定し、紹介しています。『広報まつもと』では、さらに「今週の一枚」の中から「今月の一枚」を紹介します。



@tisechu\_dnzw さんの投稿

投稿日：2019.06.29

「あじさい寺」としても有名な、弘長寺の紫陽花の写真を投稿いただきました。7月、梅雨の時期ならではの、わくわくする一枚ですね♪

投稿者から一言

紫陽花の成長が夏の到来を感じます。派手さはありませんが、おしとやかさ清潔さに癒されました。色の豊かさや静けさが弘長寺の魅力です！

「まつもと わくわく」投稿方法

ご自身のInstagramで、松本市の魅力を伝える写真を投稿する際に、#matsumoto\_wakuwaku とタグ付けしてください。

●問い合わせ 広報国際交流課（本庁舎3階 ☎34-3271 📠34-3201）

松本の「わくわく」  
教えてください★



※市ホームページ（下の二次元コードから）に掲載している募集要項に同意いただいた上で投稿してください。



# まつもとの味 #3 ～郷土料理編～

今月は、「ぶどう葉寿司」を紹介します。酢飯に塩鱒を優しく包み、山ぶどうの葉で包んだ、乗鞍高原の郷土料理です。葉が青く茂る7～9月上旬に食べられます。



## ぶどう葉寿司

新鮮な海産物が手に入り難かった乗鞍地域では、保存食である塩でしめた鱒と、自生する山ぶどうの葉を使い、ぶどう葉寿司が作られてきました。現在でも、地域のお祭りの日のご馳走に欠かすことのできないもので、先人の知恵が詰まった貴重な郷土料理です。

### 〈材料（7個分）〉

- 白米 2合
- 酒 10cc
- もち米 10g
- 昆布 2cm
- 塩鱒 1 / 4尾位
- 山ぶどうの葉 7枚

### 〈すし酢〉

- 酢 40cc
- 砂糖 30g
- 塩 4g

### 〈作り方〉

- ① 塩鱒は三枚におろし小骨をとり、10mm程度に切り、生酢に一晩漬ける。
- ② 山ぶどうの葉をきれいに洗い、水分をふき取る。
- ③ 洗った米に昆布と酒を入れ炊き、酢飯を作る。
- ④ 酢飯は熱いうちに葉の上のにのせ、①を一切れ挟み、両手で包み込むように軽く押さえる。
- ⑤ 保温性のある容器に並べ、葉の色が緑から茶色に変われれば出来上がり。

### 地元の方から一言

「炊きたての酢飯を葉で包むことで、葉の風味をご飯にのせることができます。使う魚は塩鱒で、油っぽくなくあっさりしています。昔から引き継がれてきたこの郷土食を、これからも大切にしていきたいです。」

筒木和子さん/乗鞍うまいもの工房代表、  
「唐松荘」女将



●問い合わせ 広報国際交流課（本庁舎3階 ☎34-3271 📠34-3201）

レシピ提供：乗鞍うまいもの工房

## 「もったいない」から 一歩を踏み出そう!!

夏は真っ盛り。エアコンを毎日つけている方も多いかと思います。

今回は、効率的なエアコンの使い方を紹介します。冷たい空気は部屋の下部にたまるため、エアコンの風向を「水平」または「上向き」に設定するのがおすすめです。

また、扇風機やサーキュレーターで部屋の空気を循環させることで、体感温度が下がるほか、部屋全体の温度が効率的に下がり、省エネになります。エアコンの設定温度を1度上げることで、消費電力を約10パーセントカットできます。

地球にエコな暮らし  
をしてみませんか。



### 【参考】

家庭の省エネ徹底ガイド

#### ●問い合わせ

環境政策課 (東4 ☎34-3268)

## 中央図書館 8月のテーマブック

### 『不思議の国のアリス』の世界

中央図書館では、毎月テーマブックの展示を行っています。今月の展示からおすすめの一冊を紹介します。



『不思議の国のアリス』ルイス・キャロル／著 草間彌生／挿絵 グラフィック社 2013年7月発行

1862年、オックスフォード大学で数学の教師をしていたルイス・キャロルは、友人や上司の娘たちとピクニックに出かけました。ボートで川を下りながら、幼いアリス・リデルを主人公に即興で語られたのが「不思議の国のアリス」です。

今回紹介する本は、児童文学研究者の楠本君恵による新訳と、松本市出身のアーティスト草間彌生による新しい「不思議の国のアリス」です。

アリスが白ウサギを追って飛び込んだ、へんてこな世界を増幅させる草間彌生の絵は、単なる挿し絵ではなく画集としても楽しめる一冊です。

●問い合わせ 中央図書館 (☎32-0099 ☎37-1148)

心の橋をあなたから #330

## 松本市学校人権教育の取り組み

市教育委員会は毎年、校長会と連

携し、『松本市学校人権教育推進委員会』を開催しています。

この委員会では、人権尊重の精神を養成し、同和教育をはじめとするさまざまな人権問題を自らの課題として、解決する意欲と実践力ある人間を育てることを目的に、「目の前の子どもに即した授業、指導を積み重ねていくこと」を大切に考えています。

今回は、この委員会の2つの取り組みについて紹介します。

### ① 研究指定校の公開授業の実施

市内を5つのブロックに分け、毎年5校を研究指定校として実践授業を公開しています。各校の教師が他校の人権教育の授業内容を見ることで、相互の授業力向上につながる機会としています。これは、昭和54年度の委員会立ち上げ当初から続いて

いる息の長い取り組みです。

### ② 研究冊子の作成と配布

人権に関する研究冊子として、『教師自身の豊かな人権感覚』と『学校人権教育実践記録』の2冊を毎年作成しています。特に前者は、教師自身が日常の自らの言動を見返し、事例として記録したものを冊子にまとめたもので、昭和63年度から本市が独自に作成しています。

これらの取り組みが長く続いてきたのは、「子どもたち一人一人を大切に思い、差別やいじめをなくしたい」という強い思いが引き継がれてきたからであり、これからも大切にしていきたいと考えています。

#### ●問い合わせ 学校指導課

(大4) ☎33-43397 ☎34-3206

市役所行き先 凡例 (例：本3→本庁舎3階) 本：本庁舎 本別：本庁舎別棟  
 本北：本庁舎北別棟 東：東庁舎 東別：東庁舎別棟 大：大手事務所

# 情報チャンネル



## お知らせ

### 総合防災訓練を実施します

第40回松本市総合防災訓練を岡田地区で実施します。多くの皆さんの見学をお待ちしています。

☎ 9月1日(日)午前9時～11時  
 場 女鳥羽中学校、岡田小学校、岡田地区地域づくりセンター、岡田地区体育館、特別養護老人ホーム、岡田の里  
 ● 訓練内容①避難所開設運営訓練 ②救護・消火訓練 ③医療救護所訓練 ④防災関係機関による災害復旧訓練 ⑤災害対策用資機材などの展示 ⑥給食訓練 固危機管理課 (本別1) ☎ 33-1911 ☎ 33-1011



### 「若者カフェ」を開設

若者の居場所として、若者が気軽に立ち寄り、自由に過

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

ごし、交流や情報交換ができるフリースペースを開設しましたので、ご利用ください。

☎ 15歳以上35歳未満の方  
 毎週日曜日 午前9時～午後4時30分 場 なんなんひろば談話喫茶室 ☎ 無料  
 青少年ホーム (東2) ☎ 26-1083 ☎ 25-5337

### 市税・国保税などは

#### 納期限内に納めてください

軽自動車税、市県民税第1期、固定資産税第1期・2期、国民健康保険税第1期、後期高齢者医療保険料第1期、介護保険料第1期～4期の納付をしていない方は、至急納付してください。

9月2日(月)は、令和元年度(2019年度)の市県民税第2期、国民健康保険税第2期、後期高齢者医療保険料第2期、介護保険料第5期の納期限です。

バーコードが印字されている納付書は、24時間全国コンビニエンスストアで納付ができます。また、納め忘れない口座振替・自動払込もできますのでご利用ください。納期限内に納付していない場合は督促状の発送、または市税コールセンターから確認の

電話をかけることがあります。納付方法などの相談を希望する場合は、お問い合わせください。

☎ 一般市税は納税課 (本5) ☎ 33-11192 ☎ 39-0723 (東2) ☎ 34-3215 ☎ 39-2523

### 令和2年度(2020年度)中学校指定校変更申請の受け付け

通学区域によって指定された学校への就学が困難であり、一定の条件を満たす場合は、指定校の変更を申請することができます。

☎ 令和2年4月に中学校に入学する新1年生 ● 条件Ⅱ 次の全ての条件に該当すること。①指定中学校までの通学距離が2キロメートルを超える ②指定校よりも通学距離が短い ③受け入れる学校側で教室数などに問題が生じない ④指定校の変更後も在住地の行事など、地域の活動に参加する 申 8月30日(金)までに印鑑を持参の上、学校教育課へ。指定校変更の可否については9月中旬に各家庭へ通知します。 ※その他の事情により指定校変更を希望する

方は、ご相談ください。 ☎ 学校教育課 (大4) ☎ 33-9846 ☎ 34-3206

### 水道メーターを取り替えます

水道メーターは計量法で有効期限が8年と定められているため、上下水道局では有効期限前に取り替えを行っています。該当するお宅へ個別にお知らせの上、取り替えます。取り替えにかかる費用負担はありません。(マンションなどで所有者が設置した各戸メーターの取り替えは除く)

● 8月の取り替え地区Ⅱ里山辺、四賀地区(保福寺町、刈谷原町、七嵐、赤怒田、殿野入、反町)、波田地区(第6区、第18区、第21区、第23区)

● 取り替え期間Ⅱ7月29日(月)～8月9日(金) ※9月の取り替えは、8月30日(金)から行います。 ☎ 上下水道局営業課 (東4) ☎ 48-6850 ☎ 47-2137

### 「危機管理課からのお知らせ」

#### 停電情報はスマートフォンアプリで確認

中部電力では、スマートフォンアプリ「停電情報お知らせサービス」を開始しました。

## 空間放射線量測定値

長野県が通年で実施している測定値です。

日時	場所	測定値(μSv/h)
7月11日午前9時	松本合同庁舎	0.063

詳細は、水道水中の放射性物質濃度の測定値とあわせ、市ホームページをご覧ください。

☎ 環境保全課 (東4) ☎ 34-3267 ☎ 34-0400

会員登録・利用料は無料。詳細は、次の二次元コードから専用ページにアクセスしてご確認ください。

☎ 中部電力株式会社 (東) ☎ 0120-19851-232




App Store Google Play



第24回

## 中核市お知らせコーナー

引き続き、市民の皆さんの「健康を守る」をテーマに、松本市が、令和3年（2021年）4月1日の中核市移行にあわせて保健所を設置することで、変わることをお知らせします。

### 安全と安心のために③ ～食品衛生編～

保健所では、食の安全と安心を守るため、食品の生産から加工、流通を経て、皆さんの口に入るまでの全ての段階で、衛生的な状態を保つために、さまざまな取り組みを行います。

例えば、飲食店を開業する方に対して、図面の確認や現地調査を行い、衛生基準を満たす施設と設備を備えているかを確認した上で、営業を許可します。営業中の施設に対しては、食品の取り扱い方法や温度管理、施設の衛生管理などについて指導します。

また、卸売市場やスーパーマーケットなどで実際に売られている食材や加工食品について、記載されている表示が適正か、食品添加物や残留農薬の基準が守られているかなどを検査します。

万が一、食中毒が発生した場合は、その原因を調査の上、被害の拡大を防止し、市民の皆さんに情報提供を行います。

その他にも、飲食店等の事業者に向けて講習会・研修会を開催します。また、市民の皆さんからの食の安全に関する相談に応じます。

市が保健所を設置することで、責任を持って、市民の皆さんの食の安全と安心の確保を目指します。

☎ 中核市推進室 (東2) ☎34-3005 ☎34-3204

### 【情報政策課からのお知らせ】 守ろう！電波のルール

公共の電波を正しく利用するために電波法がありますが、ルールを守らない不法な電波による受信障害や混信・妨害は後を絶ちません。私たちの財産である電波の良好な利用環境を守るため、電波を正しく使いましょう。

電波に関することは、総務省信越総合通信局にご相談く

ださい。

☎(無線設備への混信・妨害および違法な無線設備の情報に関すること) 監視調査課

☎026-234-9976

〈テレビ・ラジオなど放送の受信障害に関すること〉受信障害対策官

☎026-234-9991

〈その他、情報通信の行政相談に関すること〉総合通信相談所

☎026-234-9691

http://www.soumu.go.jp/soutsu/shinetsu/

### ねんきんネットに 登録しましょう

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンから最新の年金加入記録や、将来の年金見込額をさまざまな条件に応じて試算ができるなど、自身の年金に関する情報を確認できるサービスです。

サービスの利用には、日本年金機構のホームページから利用登録が必要です。年金手

帳などに記載されている基礎年金番号を用意してください。詳細は、「ねんきんネット」で検索してください。

☎ 松本年金事務所 (東2) ☎32-4664

### 住民票等の証明書交付を終了します

あがたの森文化会館・駅前会館での住民票等の証明書交付を9月30日(月)で終了します。

※あがたの森文化会館は月曜休館のため、9月27日(金)まで。  
 ☎ 市民課 (東1) ☎33-9841 ☎37-0260

### 不用になった食器の 無料回収、無料配布

家庭で不用になった食器を無料で回収します。回収した食器のうち、状態の良いものはその場で無料配布(リユース)し、その他は新しい製品の原材料としてリサイクルします。

☎ 陶磁器製の食器 ※割れているものも回収します。ただし、ほこりやよごれがついているものは洗ってからお持ちください。●回収できないもの(土鍋等)、耐熱食器、ガラス

食器(コッペル)、汚れのひどいもの、食器以外のもの(灰皿や花瓶等)、陶磁器製以外のもの、事業所から出た食器  
 ☎ 9月7日(土)午前9時～午後4時、9月8日(日)午前9時～正午  
 ☎ 波田支所東側駐車場 ☎ 環境政策課 (東4) ☎34-3268 ☎34-0400 ※当日は波田不用食器回収委員会(☎080-1443887878)

### 全国家計構造調査にご協力を

総務省統計局は10月～11月の2カ月間、全国家計構造調査を実施します。この調査は、皆さんに日々の収入や支出などを回答いただき、国民生活の実態を明らかにするものです。調査結果は、年金や保険料を検討する際に使われるほか、国民生活に身近なさまざまな政策などに役立てられます。

8月上旬に統計調査員が対象地域に伺います。一人一人の回答が日本のよりよい未来を作りますので、調査へのご協力をお願いします。

☎ 情報政策課(情報創造館) 庁舎2階 ☎48-7020 ☎48-7001

# 情報チャンネル



## お知らせ

### 中山霊園墓参バスを運行

お盆の墓参バスを運行します。

● 8月13日(火)、8月16日(金) 乗り場Ⅱアルピコプラザホテル前道路西側(午前9時15分) ↓市役所前道路お城側(9時25分) ↓市民芸術館前バス停(9時35分) ↓秀峰学校前バス停(9時40分) ↓筑摩バス停(9時45分) ※帰りは午前11時20分霊園出発 2000円(小学生以下無料) 申・岡 中山霊園奉賛会事務局 (☎090-3560-2527)・環境保全課(東4) 34-3043 34-0400

### 猫の繁殖制限追加助成事業

望まない繁殖を防ぐため、飼い猫の不妊・去勢手術に対して助成を行います。

● 8月27日(火) 助成金がなくなり次第終了 場 松本合同庁舎内 松本保健福祉事務所 所食品・生活衛生課(平日午前9時～午後5時) ※電話での応募不可。直接会場にお越しください。 ● 助成金額

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

Ⅱメス1頭5000円、オス1頭2000円(助成金の交付は1世帯につき1頭) 岡 松本保健福祉事務所食品・生活衛生課内 動物愛護会松塩筑支部事務局 (☎40-11943 47-9293)

### コンビニ交付サービス 休止のお知らせ

個人番号カード(マイナンバーカード)を利用したコンビニエンスストア諸証明交付サービスは、メンテナンスのため、8月28日(水)はサービスを休止します。

● 市民課(東1) ☎33-9841 37-0260

### 指定工事店の 指定および取消し

次の事業者を給水装置工事事業者および下水道排水設備指定工事店に指定しました。

● (株)プラマー南信(南箕輪村 4764番地4 ☎0265-987506)

● (株)下畑住宅設備(木曾町福島) 上下水道局総務課(☎48-

48)

## ワンポイント交通安全 運転免許証の自主返納について 考えてみませんか

### 【運転免許証自主返納制度】

高齢で運転が不安などの理由から、運転免許証を自主的に返納できる制度です。



【免許証の有効期間中に返納すると、安全運転に努めてきた証として、運転経歴証明書の交付が受けられます】

(交付手数料1,100円 失効免許では申請できません)

- 金融機関での身分証明書に利用できます。
- タクシーの割引や、長野県警察シニアサポート制度に参加している事業者からの特典が受けられます。

詳細は、松本警察署(☎25-0110)にご相談ください。

岡 交通安全・都市交通課 (本5) ☎34-3245 34-3202

### 8月は 「道路ふれあい月間」

「道路ふれあい月間」は、道路を利用する皆さんに、道路の役割や重要性を再認識していただくため、国が全国的に行っている運動です。

道路をきれいに使うことは、街の美観を守るだけでなく、市民の皆さんの安全を守ることもつながります。道路をより身近に考え、広く、美しく、安全に利用できるように協力ください。「この道は世界につづくゆめとびら」(令和元年度「道路ふれあい



## 相談

【市民相談課からのお知らせ】

### 相続登記特別無料相談

8月3日は司法書士の日です。長野県司法書士会では、県内の各司法書士事務所において相続登記に関する無料相談を受け付けます。

● 8月5日(月)～9日(金)午前9時～午後4時(要予約) 場・申 県内各司法書士事務所



## 募集

【保育課からのお知らせ】

### 信州大学附属幼稚園令和2年度(2020年度)園児募集

定 3歳児/30人程度(15人×2クラス) ● 受付期間 9月2日(月)～13日(金)午前9時～12時、午後1時～4時 ※土・日・祝日を除く 申 信州大学附属幼稚園で配布する願書に必要事項を記入して同園(☎37-2214)へ

所 岡 長野県司法書士会 (☎026-2327492)

### 松本広域連合消防職員 採用資格試験（初級）

来月4月以降に採用予定の初級消防職員採用資格試験を行います。

●受験資格 平成8年4月2日〜平成14年4月1日に生まれた方で、高等学校卒業程度の学力を有する方 ※4年制大学卒業者と4年制大学卒業予定者は受験できません。  
 ●採用予定人員 若干名

#### 【第1次試験 （教養・適性・体力試験）】

9月22日(日) 会場 教養試験  
 松本市役所波田支所 体力試験  
 波田中学校体育館 ●試験案内・申込用紙 松本広域連合事務局、消防局、各消防署所、松本広域連合関係8市村の市役所・役場および支所・出張所にあります。 ※郵送希望の方は、140円切手を貼付し、送付先の住所および氏名を記載した角2サイズサイズの返信用封筒を同封の上、

赤字で「試験案内希望」と明記して、お早めに松本広域連合事務局(〒390-1401 波田4417-1)へ請求してください。 ※試験案内はホームページ(<http://www.m-kouiki.or.jp>)でもご覧になれます。 8月28日(水)〜9月1日(日)に、松本広域連合事務局(松本市役所波田支所)へ本人が直接試験申込書を持参してください。土・日曜日も受け付けます。 松本広域連合事務局(☎87-5460)

### ガイドヘルパー養成研修 受講生募集

介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級)、介護福祉士実務者研修(旧ホームヘルパー1級、介護職員基礎研修)修了者または介護福祉士、看護師、保育士等の資格をお持ちで、市内に居住または松本市をサービス提供地域とする事業所に勤務(予定含む)している方。 ※研修終了後に勤務する予定の方は、事業所等からの推薦状が必要。 身体障害者(視覚障害・全身性障害)の外出を支援するガイドヘルパーの養成。 修了者には修了証を交付します。 9月2日(月)、4日(水)、5日(木)、10月10日(木)、11日(金)の全5日 ※全日程参加可能であることが受講の条件。 やむを得ない事由以外で講義を欠席した場合には、次年度以降に全日程を受講していただきます。 なんなんひろば 20人 ※市内に所在する事業所に従事している方を優先。 定員に達し次第締め切り。 ¥5000円 ※テキスト代、実習時の交通費などは別途自己負担 ●注意事項 本研修は、ガイドヘルパー(移動支援)を行うにあたっての支援力向上を目的とするもので、資格取得のための研修ではありません。 8月16日(金)までに障害福祉課(☎34-3212 ☎36-9119)へ

### 農業研修生の募集

おおむね60歳以下で、研修終了後に市内で農業経営を継続できる方。(原則として農家の後継者は対象外) ●研修期間 令和元年(2019年)11月から最長3年間 3人程度 ※書類審査および面接の上、決定します。 ●指導員 有アグリランド松本・JA松本ハイランド職員 ●研修作物 JA松本ハイランドが推奨する果樹・野菜等 ●待遇 ①有アグリランド松本の研修生として研修用農地を専属で耕作 ②研修で栽培した農作物の売上は研修生の収入 ③研修期間中月額7万円を支給。社会保険料、傷害保険料、農業資材などの費用は研修生の負担 8月30日(金)までにJA松本ハイランド当農企画課(☎29-0394 ☎27-4880)へ 農政課(本5 ☎34-3222 ☎36-6217)

## 全国瞬時警報システム(Jアラート)の 全国一斉情報伝達試験

緊急地震速報や弾道ミサイル情報等の、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を適時適切に伝達するため、全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達試験を実施します。

松本市以外の地域でもさまざまな伝達手段を用いて情報伝達試験が行われます。(エリアメール、緊急速報メールでの伝達試験は行いません)

8月28日(水) 午前11時

#### ●試験内容

- 市内各地に設置されている防災行政無線の屋外スピーカーや戸別受信機から試験放送を流します。

#### 【試験放送内容】

- 上りチャイム音
  - 「これは、Jアラートのテストです。」×3
  - 「こちらは、ほうさい松本市です。」
  - 下りチャイム音
- 「松本安心ネット」に登録されている方に、テストメールを送信します。

#### 【テストメール内容】

「これは、Jアラートのテストです。」

危機管理課 (本別1 ☎33-9119 ☎33-1011)

健康・福祉  
芸術館  
博物館

# 情報チャンネル



## 募集

### 農家のお手伝い大募集

「結い（助け合い）」の精神で、農家のお手伝いをしてみませんか。

#### 【りんご農家のお手伝い】

【対】 自家用車で現地集合できる方（公共交通機関利用不可）  
 【日】 9月24日（火）～26日（木）と10月1日（火）～3日（木）の6日間、午前8時30分～午後4時30分（1日単位での申し込み）  
 【場】 今井・梓川 内りんごの葉摘み・玉回し作業  
 【申】 8月23日（金）まで  
 【他】 ①謝礼は長野県の最低賃金（821円/h）を目安に設定 ※変更になる場合があります。②昼食持参 ●注意事項Ⅱ過去に作業の途中で支援をお断りした方は申し込みできません。

#### 【ぶどうの栽培管理や野菜の収穫作業】

日時、作業地区、作業内容は、農家の依頼によって異なります。会員登録後、条件の合う仕事が見つかったときにこちらから連絡します。  
 【申】 ①謝礼は長野県の最低賃金（821円/h）以下 ※変更になる場合があります。

お知らせ 相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

ます。②その他の詳細は農家と相談 ●注意事項Ⅱ過去に作業の途中で支援をお断りした方は申し込みできません。  
 【申】 農政課（本5） ☎34-33222 ☎36-62217

### 2019信州ねりんピック スポーツ交流大会 参加者募集

【対】 県内在住の60歳以上の方  
 【日】 10月26日（土） 【場】 長野運動公園総合運動場 ●競技種目Ⅱダンススポーツ、グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、ソフトテニス、ソフトバレーボール、ペタンク、ウォークラリー、弓道、テニス、マレットゴルフ（10種目）  
 【料】 500円/人 【申】 参加申込書（所定用紙）に必要事項を記入し、（公財）長野県長寿社会開発センター、松本保健福祉事務所または競技運営団体へ ●締め切りⅡ8月23日（金）  
 ●競技要項兼参加申込書の請求・図（公財）長野県長寿社会開発センター（☎026-226-3741 ☎026-226-8327）、松本保健福祉事務所（☎40-11911 ☎40-1803）、高齢福祉課（本北1）☎34-3492 ☎34-3026

### 2019信州ねりんピック 長野県高齢者作品展 作品募集

【対】 県内在住の60歳以上のアマチュアの方 ●部門Ⅱ日本画、洋画、彫刻、手工芸、書写真 ●作品搬入Ⅱ9月13日（金）までに松本保健福祉事務所へ ●作品の規格Ⅱ出品規格等の詳細は、「募集案内」をご覧ください。  
 【申】 8月23日（金）までに、高齢者作品展出品票（所定用紙）に必要事項を記入し、（公財）長野県長寿社会開発センター、松本保健福祉事務所、または市役所高齢福祉課へ ●募集案内（出品票）の請求・図（公財）長野県長寿社会開発センター（☎026-226-3741 ☎026-226-8327）、松本保健福祉事務所（☎40-11911 ☎40-1803）、高齢福祉課（本北1）☎34-3492 ☎34-3026

### 特別養護老人ホームの職員募集

【現在募集中の職員】  
 ●職種Ⅱ介護職員（嘱託、各施設若干名）  
 【対】 普通自動車免許、介護職に必要な資格を有する方 ●採用方法Ⅱ組合

各施設に事前連絡の上、随時面接により選考  
 【令和2年度（2020年度）に採用する正規職員】

●職種Ⅱ看護職員、介護職員（昭和49年4月2日以降に生まれた方）  
 【対】 いずれも普通自動車免許、各職種に必要な資格を有する方 ※各資格は令和2年3月末までに取得見込みの方を含む。学生は、令和2年3月末までに卒業見込みの方に限る。 ●採用人数Ⅱいずれも若干名 ●勤務場所Ⅱ松本市、塩尻市、東筑摩郡、木曾郡にあるいずれかの組合施設 ●第1次試験Ⅱ9月28日（土） 【申】 8月9日（金）～9月18日（水）（平日の午前9時～午後5時）に、組合各施設および事務局（特別養護老人ホーム桔梗荘内）または組合ホームページにある申込書に記入の上、本人が直接事務局に提出してください。 ※受験資格、申し込み方法等の詳細は、問い合わせるか、組合ホームページ（<http://aohato.com>）で確認してください。  
 【対】 松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局（☎53-5000）

### 社会教育委員を募集

社会教育委員は、各委員の

活動経験や知識をもとに、教育委員会の諮問に対する答申や提言などをし、必要な調査等を行います。

【対】 市内に居住する方で、平成31年4月1日現在で満20歳以上の方 ●年数回開催される委員会および各種研修会に出席できる方 ●国および地方公共団体の議会議員または職員（嘱託、臨時職員を含む）でない方 ●学校教育および社会教育、家庭教育の向上に資する活動を行う方 ●任期Ⅱ2年（10月1日～令和3年（2021年）9月30日）  
 【定】 若干名 ●選考方法Ⅱ応募資格の確認および小論文による一次選考の後、二次選考として面接で決定 【申】 8月21日（水）までに、次の書類を郵送等で教育政策課へ。①申し込み書（住所、氏名、性別、年齢、電話番号、応募の動機、委員として生かしたい経歴、活動経験等を記入） ※書式は、市ホームページからダウンロード可 ②小論文（様式自由） テーマ「松本市の社会教育で実現する未来」（800字程度） 【図】 教育政策課（大4） ☎390-0874 大手3-8-13 ☎33-3980 ☎33-3934



# 情報チャンネル



## 募集

### まちなか観光ボランティアガイドの募集

松本城、なわて通り、中町通り等、市街地の観光名所を観光客に案内する「まちなか観光ボランティアガイド」を募集します。多くの観光客に松本を楽しんでいただけるよう、地元で暮らす人だからこそ伝えられる松本の魅力を発信してみませんか。

●募集要件 18歳以上の健康な方で、松本市の歴史や文化に興味があり、観光客を案内することに意欲をお持ちの方（休日のみの活動も可。初心者研修をはじめ、知識習得のための研修を随時実施します）  
 ① 関・田 随時電話で松本観光コンベンション協会  
 (大) ☎34-33295 ☒39-7320)へ

### 学都松本フォーラム 展示・催事企画を募集

9月21日(土)・22日(日)にMウイングで開催する第8回学都松本フォーラムの展示・催事企画を募集します。市民同士

お知らせ 相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

が語り合うワークショップや体験活動を紹介する展示・催事などのコーナーに参加したい方(団体)は申し込みください。  
 ※中学生、高校生大歓迎。個人でも団体でも可  
 ●展示・催事内容(予定) 11子どもと一緒に楽しめる体験型のものや、さまざまな記録の集大成など、自分の学びを誰かに伝える企画(原則無料の企画が対象)  
 ①氏名 ②連絡先(住所) ③展示・催事企画の概要(様式自由)を明記の上、ファクスまたは電子メールで教育政策課 (大) ☎33-3980 ☒33-3934 ☒sonnu@city.matsumoto.lg.jp)へ

### 第44回松本市消費生活展フリーマーケット参加者募集

20歳以上の個人または非営利団体(業者不可) 10月5日(土)午前10時〜午後3時 ※雨天中止 ④あがたの森文化会館正面通路 ●募集 20区画 ※申し込み多数の場合は、内容を参考に選考(市内在住者優先) ¥500円 ●条件 1 違法品、許認可が必要な物品、社会通念上不適当

と思われる物、高価な美術骨董品、動物、食品(当会が認めたものを除く)等出品不可  
 ①住所 ②氏名 ③電話番号 ④普段の活動内容 ⑤出品品目 ⑥消費生活展に参加する意義についての考えを2000字以内にとめて書き、市民相談課(〒390-0862 0丸の内3-7)へ。(電話、メール不可) ※詳細は市ホームページをご覧ください。  
 ① 市民相談課内 実行委員会事務局 (本) ☎34-3307 ☒36-6839)

### 「ありがとうメッセージ」募集

よりよい医療環境を目指して、市民の皆さんと医療に携わる方が、お互いに「ありがとう」の気持ちを素直に伝え合うために、「ありがとうメッセージ」を募集します。

① かかりつけ医や病院の医師、看護師など広く医療に従事する方々に対して、お世話になったこと、また、心に残る応対や言葉等を思い起こし「ありがとう」の気持ちをメッセージとして表してください。 ※文字数、形式は自由  
 ② 他応募いただいたメッセージは、松本市に帰属するもの

とし、「いい医療の日」のイベントなどで市民の皆さんに公表します。公表の際には、個人が特定される情報は控えめです。  
 ① 住所、氏名、年齢、性別、電話番号を必ず記載し、電子メール・ファクス・郵送・持参で、医務課(〒390-0862 0丸の内3-7 東2) ☎34-3262 ☒34-3204 ☒inu@city.matsumoto.lg.jp)へ

### 読み聞かせボランティア養成講座

読み聞かせの腕を磨いて、図書館等で活躍してみませんか。読書の素晴らしさを多くの子どもに広める読み聞かせボランティア養成のための連続講座を開催します。

① 基本 9月4日(水)・なんなんひろば ② 読み合わせ 9月18日(水)・中央図書館 ③ 手遊び、小道具 10月2日(水)・中央図書館 ④ パネルシアター、紙芝居 10月16日(水)・なんなんひろば ⑤ グループワーク 10月30日(水)・なんなんひろば ⑥ グループ発表 11月13日(水)・なんなんひろば ※連続講座のため、全講座の受講が

必要。各講座とも午前10時開始、おむね2時間程度。  
 ① 先着50人 ② 無料 ③ 豊嶋さおり氏/読書案内人  
 ① 関 中央図書館 (☎32-0099 ☒37-1148)

### 姉妹都市提携30周年記念カトマンズ市公式親善訪問団募集

松本市とカトマンズ市が姉妹都市提携を結び30周年を迎える本年、相互理解と友好の輪を広げるため、姉妹都市ネパール・カトマンズ市を公式訪問します。

① 11月11日(月)〜15日(金) ※4泊5日 ② カトマンズ市表敬訪問、武道館、学校の視察等(予定) ③ 20人程度 ※応募多数の場合は抽選 ¥18万2000円 ※一人部屋利用の場合は別途3万5000円が必要。燃油サーチャージは変動の可能性あり。  
 ① 関 8月30日(金)までに広報国際交流課 (本) ☎34-320 ☒34-3201)へ



国際交流課 (本) ☎34-320 ☒34-3201)へ



# 催し

## 第1回松本若者会議 「松本の課題・魅力の発見」

学生と社会人が、「若者が住みたいまちとは何なのか」「居続けたいと思うためには何が必要なのか」など、松本に住みたくなるための要素が

何かを考えます。松本を「若者が住みたいまちNo.1」にするためには何が必要か、一緒に考えてみませんか。

**対** 高校生〜35歳未満の方  
**日** 9月7日(土)午後1時〜4時  
**場** 大手公民館 大会議室  
**定** 学生20人、社会人20人程度  
**料** 無料  
**講** 中西弘充氏／信州大学特任講師  
**申・問** 8月26日(月)までに電話、ファクス、または電子メ

ール(ms-home@city.matsunomoto.jp)で青少年ホーム(☎26-11083 ㊚25-5337)へ

## 乗鞍サマーセミナー2019

東京大学VSAの会主催による住民向けセミナーを開催します。「筋肉博士」石井東大教授が、「山歩き」と「健康」「筋肉」をテーマに話します。

**日** 8月31日(土)午後1時〜3時  
**場** ふれあいパーク乗鞍  
**定** 100人 **料** 無料 **講** 石井直方氏／東京大学大学院総合文化研究科教授 **時** 不要  
**申・問** 安曇公民館(☎94-2301 ㊚94-2918)

## 信州ギター祭り2019

【商工課からのお知らせ】  
 全国のギター生産シェア約

50パーセントを占める長野県の名工が一堂に集います。  
**日** 8月24日(土)午前10時〜午後7時、8月25日(日)午前10時〜午後6時  
**場** 信毎メディアガーデン1階ホール **内** 100本近いギターやベースの展示即売、楽器作りデモンストラクション等 **問** 信州ギター祭り実行委員会事務局(☎38-2260 ㊚39-0007)

## 市営住宅・県営住宅の入居者募集

### 市営住宅

- 松本市内に居住または勤務している方（自己名義の持家がない方）
  - 同居する親族（入居時までに入籍できる婚約者を含む）がいる方
  - 収入が一定基準以内の方
  - 地方税を滞納していない方 等
- ※その他の申し込み資格、必要書類などの詳細は事前にお問い合わせください。

### ● 補充募集団地（抽選）

- 申し込み期間 8月22日(木)〜29日(木) 月、水、金、日曜日／午前8時30分〜午後5時15分 火、木曜日／午前8時30分〜午後7時 ※24日(土)を除く
- 申し込み場所 長野県住宅供給公社松本事務所
- 抽選会 9月4日(水)に同事務所で、団地・間取りごと、抽選番号順に行います。
- 入居予定日 10月1日(火)
- 募集団地と募集戸数

団地名	間取り	募集戸数	団地名	間取り	募集戸数
浅間南	3DK	4	南松本東	3DK	1
	3DK(視覚障がい者用)	1	南松本南	3LDK	5
小宮	3DK	5		3DK	1
	3DK(高齢者用)	1	寿3丁目	3DK(エレベーターあり)	3
元町	3LDK	2		2DK(エレベーターあり)	2
元町上	3DK	1	寿田町	3DK	3
石芝	3DK	3		3LDK	2
	3LDK	1	竹淵	3DK	4
出川	3LDK	5	豊丘	3DK	1
南松本	3DK	2			

※団地と戸数が変更になる場合があるので、必ず受付窓口でご確認ください。  
 単身者が申し込みできる間取りは2DK以下です。(年齢等の条件あり)  
 入居者が決まらなかった住宅は、抽選日翌日から先着順で引き続き入居者を募集します。

### ● 常時募集団地（空き待ち）

- 先着順で受け付けます。事前に空き状況等をお問い合わせください。
- 修繕のため住戸の状況により入居まで時間がかかる場合があります。
- 安曇・奈川地区の特定公共賃貸住宅・特定目的住宅は、IターンやUターン者の方も申し込みできます。

### 県営住宅

- 募集団地 松本建設事務所管内（松本市、塩尻市、安曇野市）の県営住宅

**甲** 8月20日(火)〜29日(木)に長野県住宅供給公社松本事務所へお越しください。 ※24日(土)を除く

**問** 市営住宅・県営住宅ともに長野県住宅供給公社松本事務所(☎47-0240 ㊚47-8902)



催し

出会のイベント参加者募集

「花と緑と天使に囲まれて素敵な出会いを」と題して、赤ちゃんと触れ合いによるパパママ体験やガーデニングワークショップ、会食を通じて交流する出会のイベントです。

**対** 結婚を希望している30～40歳の独身の方（男性は市内に住所のある方優先）  
**日** 9月14日（土）午前10時～午後3時

**場** 淵庵村（寿北6-11-1）

**定** 男女各10人 ※応募多数の場合抽選 **料** 男性3000円、女性2000円

**申・問** 9月4日（水）までに松本市社会福祉協議会地域福祉課（☎27-3381 ☎27-2239）、または四賀地区地域づくりセンター結婚推進担当（☎64-3111 ☎64-3777）へ

教育文化センターの催し

【夏休み映画会】

「ピノキオ」を上映します。

**日** 8月10日（土）午後2時～

**場** 3階ホール **定** 150人

【無料】**申** 当日会場へ

【星空音楽館】

「星空」をテーマにした音楽とプラネタリウムの星空をお楽しみいただきます。

**日** 8月24日（土）午後3時～

**場** 2階プラネタリウム **定** 先着90人 **料** 無料 **申** 当日会場へ（整理券を午後1時50分から配布）

【パワーポイント応用】

パワーポイントの機能（画像・グラフィック・マルチメディアの活用、スライドのカスタマイズなど）を学びます。

**日** 8月30日（金）、31日（土）午前10時～午後3時 **場** 3階第1研修室 **定** 先着11人 **料** 4090円 **持** 筆記用具、昼食 **申** 8月23日（金）から電話受け付けのみ

【エクセル上級Ⅱ】

表計算ソフト「エクセル2016」のグラフの活用、グラフの活用、データの活用を学びます。

**対** エクセルを日常的に使用し、さらに高度な機能を学びたい方 **日** 9月7日（土）午前10時～午後3時 **場** 3階第1研修室 **定** 先着11人 **料** 3070円 **持** 筆記用具、昼食 **申** 8月31日（土）から電話受け付けのみ

【夏休みプラネタリウム】

小中学校の夏休みや帰省の期間に合わせて、特別な番組や星空解説を放映します。

**日** 8月1日（木）～2日（金）、6日（火）～9日（金）、13日（火）～16日（金）  
**①** 午後2時、**②** 午後3時～ **場** 2階プラネタリウム **定** 先着90人 **料** 高校生以上510円、中学生以下無料 **内** 市ホームページをご覧ください。 **申** 当日会場へ

**問** 教育文化センター（☎32-7600 ☎32-7604）

第2回中小企業向けICT活用セミナー

現在、9割の企業で人手不足が課題となっており、その解決策のひとつとして「RPA」が注目されています。当セミナーでは、RPAの基本から他社の事例、ツールの選び方をわかりやすく解説します。また、操作体験を行うことで貴社での活用イメージを具体的に思い描くことができます。さらに高度な機能を学びたい方 **日** 9月7日（土）午前10時～午後3時 **場** 3階第1研修室 **定** 先着11人 **料** 3070円 **持** 筆記用具、昼食 **申** 8月31日（土）から電話受け付けのみ

【夏休みプラネタリウム】

役、（公財）長野県中小企業振興センター AI・IoT活用コーディネーター **申** 8月21日（水）までに、（一財）松本ものづくり産業支援センター（和田4010-27 ☎40-1000 ☎40-1001）へ

【高齢福祉課からのお知らせ】

成年後見制度の概要や、後見人等としての業務について司法書士の先生が講演します。

**日** 松本市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村に在住で、①親族等の成年後見人、保佐人、補助人になつて居る方 ②成年後見制度の利用を検討している方

**③** 成年後見制度に関心のある方 **日** 9月7日（土）午後1時30分～4時 **場** 松南地区公民館（なんなんひろば）3階大会議室 **定** 80人 **料** 無料

**内** ①講演「成年後見制度の活用について」 ②個別相談 **先着** 4組 ※1組15分程度 **講** 古川静男氏／司法書士 **申・問** 8月5日（月）～9月4日（水）（土・日・祝日を除く）に、電話で松本市社会福祉協議会成年後見支援センターか

けはし（☎88-6699 ☎88-6699）へ

人権映画の日

毎月第1水曜日に人権に関する映画を上映しています。

**日** 9月4日（水）午後3時～4時45分 ●上映作品Ⅱ最初の人間（字幕） **場** Mウイング3階ネットワーク室 **料** 無料 **問** 人権・男女共生課（☎39-1105 ☎37-1153）

ブランディング体感セミナー

これからの中小企業経営に役立つ「ブランディング」を体感できる事業者向けのセミナーです。

**日** 松本広域管内の事業者・関係機関に在勤の方 **日** 9月3日（火）午後2時～、午後7時～ ※いずれも同じ内容 **場** Mウイング3-2会議室 **定** 各回先着50人 **料** 無料

**講** 五味英紀氏／長野県地域資源製品開発支援センター総合プロデューサー、高木純氏／（株）コムデザインラボ代表取締役 **申・問** 8月5日（月）から松本広域連合事務局（☎87-5460 ☎87-5462）へ

【夏休みプラネタリウム】

## 第72回お城盆踊り

ライトアップされた松本城を背にして、松本民踊、松本音頭、安曇節などを三夜連続で踊ります。 ※雨天中止  
**日** 8月14日(水)～16日(金)午後7時～9時 **場** 松本城公園  
**料** 無料 ●事前練習会 8月11日(祝)午後7時～9時 M ウイング ※動きやすい服装でお越しください。 **申・問** 生涯学習課・中央公民館 (☎32-1132 ㊟37-1153)

## 歌声サロン 音楽の小径

ピアノの生伴奏に合わせて童謡唱歌、懐かしの歌、幅広いジャンルの歌と一緒に歌う参加型のイベントです。  
**日** 8月18日(日)午後2時～3時30分 **場** 鈴木鎮一記念館展示室(旭2-11-87) ●駐

車場 旭町小学校教職員用駐車場(旭町小学校東門側)  
**定** 50人 **料** 500円(歌集代) **問** 鈴木鎮一記念館 (☎34-6645)

## トライあい・松本主催講座

【女性のためのリンパケア講座(全4回)】  
 健康な体を維持するために

は欠かすことのできないリンパの流れ。リンパケアの方法をマスターして、体の中からきれいに！  
**日** 9月4日・11日・18日・25日の水曜日 午前9時30分～11時30分 **定** 25人 **料** 1000円 **講** 滝澤陽子氏

**持** 鎖骨の出る上着、動きやすい服装、薄手のタオル、飲み物、あればヨガマット・五本指靴下 **託** 6人。1歳以上未就園児。3000円/回  
 ●締め切り 8月23日(金)  
**ワンランク上の整理収納**  
 レッスン(全2回)

片付けや整理が好きな方向けの講座です。  
**日** 9月12日・26日の木曜日 午後1時30分～3時30分 **定** 20人 **料** 1600円 **講** 藤森妙子氏 **持** 筆記用具

●締め切り 8月30日(金)  
 ※各講座とも応募多数の場合は抽選。市内在住、在勤の方優先 **場** トライあい・松本 **申・問** トライあい・松本 (☎35-6285 ㊟35-6344)

## 生ごみ堆肥化講習会

可燃ごみを減らす取り組みとして、生ごみとなる野菜くずや果物の皮などをダンボール箱を使った簡単な方法で堆

肥にしてみませんか。堆肥は、家庭菜園やベランダのプランターに使うことができます。  
**市** 市内在住または在勤の方  
**日** 8月26日(月)午前10時～11時30分 **場** 安原公民館 視聴覚室 **定** 先着15人 **料** 500円(材料費) **講** 中嶋知史氏 **申・問** 8月5日(月)から環境業務課 (☎47-1096 ㊟40-1335) へ

## 第23回松本城鉄砲蔵見学会

火縄銃について話を聞いた後、触れたりして学習します。天守2階の松本城鉄砲蔵展示の見学もします。  
**日** 9月7日(土)午後1時30分～4時30分 (午後1時から受け付け) **場** 市民活動サポートセンター、松本城鉄砲蔵



(天守2階) ※公共交通機関でお越しください。 **定** 先着40人(小学生以下は保護者同伴) **料** 無料 **講** 松本城鉄砲蔵赤羽コレクション会役員 松本城鉄砲隊員 **申・問** 9月6日(金)までに松本城管理事務所 (☎32-2902 ㊟32-2904) へ

## 真夏のすいか物語3

フォークソングやJポップを中心に、松本シティボーイズのサウンドをお楽しみください。コンサートの前夜には「おごっつお市場」で旬の野菜や果物の販売も行います。  
 ※チケット発売中です。前売券で完売の際は、当日券の販売はありません。お早めにお買い求めください。  
**日** 8月18日(日)午後2時開演

**場** 波田文化センター アクトホール **料** 500円 ※全席自由。チケットには「おごっつお市場」で利用できる1000円クーポンが



付いています。 ●チケット購入・問 波田文化センター (☎92-7501 ㊟92-7505 月曜休館)

## 第4回はた映画上映会 「沖縄スパイ戦史」「野火」

女性ジャーナリスト2人が沖縄の惨劇を追ったドキュメンタリー作品と、戦時中の極限の間を描いた作品を上映します。  
**日** 8月24日(土)「沖縄スパイ戦史」午前10時開映、「野火」午後2時開映 **場** 波田文化センター アクトホール **料** 一般1000円、シニア(65歳以上)800円、ペア(2枚)1600円、一般2作品1800円 ※全席指定  
 「野火」はPG-12指定(12歳未満の方は、保護者の助言・指導が必要です) ●チケット購入・問 波田文化センター (☎92-7501 ㊟92-7505 月曜休館)



©2018「沖縄スパイ戦史」製作委員会



催促

「蛇口の向こう側」  
探検ツアー参加者募集

毎日使っている水道水がどのようにつくられているのか、また使われて汚れた水がどうなるのかを上下水道施設を見学して学びます。

市内在住の小学生以上(小中学生は保護者同伴)  
 日 9月23日(祝) 午後0時30分～5時 ●集合 午後0時15分に市上下水道局 定先着40人 ●無料 ●行程(予定) 上下水道局発 塩水道用水供給施設(本山浄水場) ↓島内第一水源地 ↓宮測浄化センター ↓上下水道局

着 動きやすい服装・靴、帽子、雨具 参加者全員にマンホールカード、松本の水等をプレゼント 申・問 8月30日(金)までに、電話(平日午前9時～午後5時)かファクス、または電子メールで、参加者全員の氏名、住所、電話番号、生年月日、性別を明記して上下水道局営業課 料金担当 (☎481-6850 ㊟471-27167 ㊟suidou@city.matsumoto.lg.jp) へ

第4回美ヶ原高原自然観察会

美ヶ原高原(標高2000メートル)で、自然に触れ、自然の仕組みや大切さを学ぶ観察会です。

日 8月31日(土)午前10時～午後3時 ●コース 美ヶ原高原美術館～アルプス展望～自然保護センター ※変更になる場合があります。 ●集合 午前8時に市役所東庁舎前 24人(バス) ※応募多数の場合は抽選 ●500円(保険代と記念品代含む)

美ヶ原高原パークボランテニア 特 昼食、飲み物、雨具、登山の服装 申・問 8月9日(金)～19日(月)に観光温泉課内 美ヶ原観光連盟事務局 (☎341-8307 ㊟341-3049 ※平日のみ) へ

第8回美ヶ原高原ノルディックウォーキング

ウォーキング専用ポールを使う「ノルディックウォーキング」の基礎を学び、自然と触れ合います。

小学生以上(小学生は保護者同伴) 日 9月7日(土)午前10時30分～午後3時 ※小雨決行  
 コース 美ヶ原高原美術館

お知らせ 相談

募集

催促

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

「美しの塔」王ヶ頭 ●集合 午前9時45分に美ヶ原高原美術館駐車場 ●500円(保険代含む。小学生無料)

特 ウォーキング専用ポール(先着40人まで無料貸し出し有り)、防寒着、雨具、お弁当、飲み物、敷物 申・問 8月21日(水)～28日(水)に観光温泉課内 美ヶ原観光連盟事務局 (☎341-8307 ㊟341-3049 ※平日のみ) へ

エリ穴遺跡の企画展・講演会

内田地区のエリ穴遺跡(縄文時代中～晩期)から出土した土製耳飾・土偶などが市重要文化財に指定されたのを記念して、当時の儀式・交流・社会の結びつきを解説する企画展と講演会を開催します。

企画展

「エリ穴遺跡の精神世界」  
 日 8月10日(土)～9月8日(日) ※月曜休館、休日の場合はその翌日 場 考古博物館 第2展示室 ●無料。ただし常設展は入館料(大人200円、中学生以下無料)が必要

講演会

「エリ穴遺跡と縄文後晩期の社会」  
 日 8月24日(土)午後1時30分～3時30分(午後1時開場) 場 Mウイング6階ホール

「山の日」四方山祭り in 上高地

「山の日」記念全国大会の第1回開催地である上高地で、今年も四方山祭りを開催します。

日 8月11日(祝) 午前9時～午後3時30分

場 上高地インフォメーションセンター前および上高地ビジターセンター前

無料

- ①クイズラリー
- ②音楽祭(出演者：北川桜さん、East Village、リピート山中さん、ましゅまろま)
- ③ブース出展(いきものぬり絵・折り紙、マイ箸作り、降雨体験、土石流災害体験、モバイル作り他)

問 山岳観光課 (☎94-2307 ㊟94-2567)



8月の休日つどいの広場

未就園の子どもとその保護者を対象に、日曜日に親子で出かけられる場所として開催します。

定 180人 申 不要 料 無  
 講 高橋龍三郎氏/早稲田大学教授 問 文化財課 埋蔵文化財担当 (☎8517064 ㊟8619189)

日 8月25日(日)午前11時～11時40分 場 なんぶすくすく  
 内「パパと一緒にからだをうごかそう」(ふれあいあそび・ボールやタオルを使ったあそび・パラバルーン等)  
 ※ママの参加も可 無料  
 講 高山裕子氏 特 フェイス  
 申・問 なんぶすくすく (☎8612857)

〔入権・男女共在課からのお知らせ〕

**JICA海外協力隊  
2019年度秋募集説明会**

8月10日(土)午後2時～4時  
 会場 信毎メディアガーデン1階ホール 定員 100人  
 申 不要 料 無料 内 JICA  
 A海外協力隊の概要説明、協力隊経験者の体験談、グループ相談、開発途上国の写真や民族衣装の展示 講 JICA  
 A駒ヶ根スタッフ、協力隊経験者 固 独立行政法人国際協力機構 駒ヶ根青年海外協力隊訓練所 (JICA駒ヶ根担当 小川) (☎0265-8216151 0265-8215336)

恒例の日帰りバスツアー「ふるさと探訪」の参加者を募集します。今回は、「安曇野アートライン」を訪れ、さまざまな美術館を巡り、NHK大河ドラマ「いだてん」を題材とした田んぼアートもご覧いただきます。

松本地域(松本市、塩尻市、安曇野市、東筑摩郡)に在住の方 日 9月6日(金)午前8時～午後5時 ※雨天決行 ●集合・解散場所 松本

駅アルプス口 定 80人 ※申し込み多数の場合は抽選

3300円/人 申 8月16日(金)までに、往復ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、松本広域連合「ふるさと探訪係」(〒390-1401 波田4417-1)へ。(当日消印有効) ※家族・友人等で申し込み場合は、同一ハガキで必要事項を明記しお申し込みください。 固 松本広域連合事務局 福祉・地域課ふるさと担当 (☎8715461 8715462)

**ウィーンIIベルリン  
プラス・クインテット**

世界二大オーケストラとして君臨するベルリン・フィル、ウィーン・フィルのトップ奏者たちによる金管五重奏をお楽しみください。

9月27日(金)午後7時開演 (午後6時30分開場) 場



ザ・ハーモニーホール(メイ  
ンホール) 料 一般/500  
0円、ハーモニーメイト/4  
000円、25歳以下/150  
0円(全席指定) ●出演II

ウィーンIIベルリン プラス・クインテット、ガボール・タルケヴィ、ギョーム・ジェル(トランペット)、トーマス・イエプストル(ホルン)、マーク・ガール(トロンボーン)、アレクサンダー・フォン・プットカマー(テューバ) ●プログラムII  
 ドビュッシー「亜麻色の髪の乙女」、エヴァルド・金管五重奏曲第2番、ピアソラ「天使のミロンガ」他 註 有料。  
 要事前申し込み。詳細はお問い合わせください。 固 ザ・ハーモニーホール (☎47-2004 47-2383)

**IL DEUV**

松本発祥の総重量約500キログラムの重量級クラシック・ボーカル・グループがザ・ハーモニーホールのステージに帰ってきます。

9月22日(日)午後4時開演 (午後3時30分開場) 場  
 ザ・ハーモニーホール(メインホール) 料 一般/500  
0円、ハーモニーメイト/4

000  
円、25  
歳以下  
/20  
00円  
(全席  
指定)  
●出演



©日本コロムビア

U..望月哲也、大槻孝志(テノール)、青山貴(バリトン)、山下浩司(バスバリトン)、河原忠之(ピアノ) ●プロ  
 グラムII「糸」(中島みゆき作詞・作曲/信長貴富編曲)、  
 「春に」(谷川俊太郎 詩/木下牧子 作曲・編曲)他 註 有料。要事前申し込み。詳細はお問い合わせください。 固 ザ・ハーモニーホール (☎47-2004 47-2383)

〔労政課からのお知らせ〕

**中小企業向け  
新しい働き方に関するセミナー**

「働き方改革」や人材定着を進める上で参考になる、社内のデジタル化や、クラウドソーシング・在宅ワーク(リモートワーク)の活用など「新しい働き方」に関するセミナーを開催します。

松本市、塩尻市、安曇野

市の中小企業 日 8月27日(火)午前10時～正午 場 勤労者福祉センター1212会議室

企業第一線で活躍するゲストによる活用事例の紹介、パネルディスカッション、ワークショップ等(予定) 料 無料 申・固 クラウドドット(株) https://www.cloudot.co.jp/6605/ ☎070-697614893

**第6回信州大学見本市  
「知の森総合展2019」**

ポスター展示、成果品展示などを通して、信州大学の特色ある研究シーズ、研究成果を一同に集め紹介します。信州大学と共同研究をしてみたい方、信州大学のシーズを製品・技術の開発や、技術力の強化等の課題解決に生かしたい方など、産学官連携に興味のある多くの皆さんの参加をお待ちしています。

9月5日(木)午前10時30分～午後4時 場 Mウイング6階ホール 固 第6回信州大学見本市実行委員会 (☎37-33317)





催し

外国人観光客へのおもてなし  
講座参加者募集

外国人観光客への苦手意識をなくし、接客に必要なマインドと対応を学び、より質の高い一歩進んだ「おもてなし」を目指します。どなたでも参加できます。

日 8月27日(火)午後6時30分～8時  
場 Mウイング3-2会議室  
定 先着100人

料 無料  
講 馬上千恵氏/英語接客コンサルタント、通訳案内士  
申 8月23日(金)午後4時まで、申し込みフォームからか、はがき、ファクス、電子メールに①代表者氏名

②電話番号 ③参加人数を明記の上、観光ホスピタリティカレッジ運営委員会事務局(〒390-1295 新村2095-11松本大学内 48-7290)へ  
mail: hospitality.college@tmtsu.ac.jp

同事務局 (48-7214) 観光温泉課 (大5) 34-8307  
34-3304

QRコード

緑陰講座(第5回)

日 9月7日(土)午後1時～3時  
場 あがたの森公園内「緑の相談所」  
内 丸太のオブジェ、チエーンソーアート

料 無料  
申 不要  
他 先着20人に鉢花プレゼント  
内 松本市緑化協会事務局(47-6303)公園緑地課(大6) 34-3254  
34-3299

気分爽快ウォークin美ヶ原参加者募集

標高2000メートルの溶岩台地に広がる大草原を巡りながら、松本平や北アルプスを一望する360度の景観を楽しみませんか。

内 市内在住で、小学生以上の方(小学生は保護者同伴)  
日 9月16日(祝) ※雨天中止(当日午前6時に判断予定)  
午前7時50分～午後2時40分(予定) ※美ヶ原へはバスで移動

集合 総合体育館正面玄関前の広場(受け付け…午前7時30分～7時45分)  
定 先着32人  
料 無料

コース 美ヶ原駐車場から王ヶ頭、美ヶ原



お知らせ 相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館



スポーツ

市のスポーツ教室

内 スポーツ推進課(総合体育館内) 45-9511  
45-1024

【親子体操教室(中期)】

内 市内在住の3歳、または4歳の未就園児(平成27年4月2日～平成29年4月1日生まれ)とその保護者  
日 9月5日～11月7日の木曜日、午前10時～11時30分(全10回)

場 総合体育館他  
定 先着100組  
料 3600円(双子は4100円。保険料含む)  
内 ボール、フープ、マット等を使つての遊び中心の

【シニア健康教室(中期)】

講演会・対談 「小笠原氏城跡と魅力あふれる松本の山城」

小笠原氏城跡と松本の山城の魅力について城郭考古学者と城好き落語家が語ります。

日 10月27日(日) 午後1時～4時  
場 ザ・ハーモニーホール メインホール  
定 600人(指定席制・車いす席4席あり)

料 無料  
講 中井均氏/滋賀県立大学教授、春風亭昇太氏/落語家  
申 8月8日(木)～30日(金)に、往復はがきに①講座名 ②参加希望者名(2人まで可) ③住所・電話番号 ④車いす席希望の場合その旨を明記の上、文化財課(〒390-0823 中山3738-1)へ  
内 申し込みは1人1口(2人)まで。締め切り当日消印有効  
文化財課 史跡整備担当 (485-7064 486-9189)

郵便往復はがき 390-0823 往信 松本市中山 3738-1 松本市文化財課 史跡整備担当	返信はがきの裏面 白紙のまま なにも記入しないでください。結果を印刷します。
--	--

郵便往復はがき 0000-0000 返信 ご自身の住所 氏名 様	返信はがきの裏面 ①講座名 ②参加希望者名(2名まで) ③住所・電話番号 ④車いす希望の場合その旨を明記
--	--

体力作り  
内 開催期間中の教室の様子は、総合体育館メインアリーナ2階観客席にて随時見学できます。  
申 8月22日(木)午前10時から総合体育館大会議室で受け付け開始(電話申し込み不可)。定員に達し次第、受け付けを終了します。※定員に達しない場合は代理申請可

内 市内在住の60歳以上の方  
日 9月5日～11月7日の木曜日 午後1時～3時(全10回)  
場 総合体育館他  
定 先着70人  
料 2600円(保険料含む)  
内 軽スポーツ・リズム体操他  
申 8月22日(木)午後1時から総合体育館大会議室で受け付け開始(電話申し込み不可)。※定員に達しない場合は代理申請可

**体協スポーツ教室**

【8月7日(水)から、参加料(スポーツ保険料含む)を添えて、松本体育協会窓口(総合体育館内) ☎32-7056 32-7452 平日午前8時30分〜午後5時15分)へ。協会ホームページ(<http://www.mnci.or.jp/www/matsutalkyo/>)からも申し込めます。】

【初級者バドミントン教室 (後期)】  
 小学生高学年以上 ☎9月4日〜10月23日の毎週水曜日 午後7時〜9時 場本郷体育館 定18人 ¥5400円

【基礎から踊る社交ダンス】  
 9月4日〜11月6日の毎週水曜日 午後6時30分〜9時 場総合体育館サブアリーナ ¥3240円 定30人

【秋季女性ゴルフ教室】  
 一般女性 ☎9月5日〜10月24日の毎週木曜日 午後1時〜3時 場ゴルフコミュニティウエストピーク 定25人 ¥3780円

【木曜女性テニス教室(2期)】  
 一般女性 ☎9月5日〜11月7日の毎週木曜日 午前10時40分〜午後0時20分 場美須々屋内運動場 定80人

人 ¥9720円

【3カ&エアロビック(後期)】  
 9月5日〜11月14日の毎週水曜日 午後7時30分〜8時30分 場総合体育館第2トレーニング室 定15人 ¥5400円

【小林寺拳法護身術教室 (後期)】  
 小学生以上 ☎9月7日〜11月9日の毎週土曜日 午後7時〜8時 場柔剣道場 剣道場 定10人 ¥2160円

**市民体育大会秋季大会の参加者を募集します**

9〜11月 ●種目Ⅱ【地区対抗競技】卓球・軟式野球・ゲートボール・ソフトバレーボール・マレットゴルフ

【一般競技】バレーボール・バスケットボール・硬式野球・サッカー・自転車・体操・馬術・クレー射撃・ウエイトリフティング・グラウンドゴルフ・エアロビクス・ペタンク・ボウリング・ダンス

スポーツ・スポーツ吹矢・柔道・弓道・空手・合気道・銃剣道・なぎなた・少林寺拳法・テコンドー・古武道・民踊・社交ダンス・フォークダンス・インディアカ ★陸

上・ソフトテニス・テニス・ソフトボール・バドミントン・ママさんバレーボール・剣道 ④・⑤ 大会要項に記載の申込先へ期日までにお申し込みください。大会要項は松本体育協会(総合体育館内) ☎32-7056 32-7452 (へ) 請求するか、協会ホームページ(<http://www.mnci.or.jp/www/matsutalkyo/>)をご覧ください。★印以降の種目はホームページからも申し込めます。

**ラーラ松本の催し**

④・⑤ ラーラ松本 (☎48-1110 48-1355)

**【社交ダンス教室】**

20歳以上 ☎8月7日(水)〜11月27日(水) (全10回) 午後1時〜3時 場3階エアロビクススタジオ ¥1万6200円

**【大人の健康教室】**

スマイル山雅のレッスンで楽しく健康に過ごしましょう。

20歳以上 ☎8月21日(水)〜12月4日(水) (全10回) 午前10時10分〜11時10分 場3階エアロビクススタジオ 定20人 ¥7560円

【キッズチアリーディング 無料体験会】

上・ソフトテニス・テニス・ソフトボール・バドミントン・ママさんバレーボール・剣道 ④・⑤ 大会要項に記載の申込先へ期日までにお申し込みください。大会要項は松本体育協会(総合体育館内) ☎32-7056 32-7452 (へ) 請求するか、協会ホームページ(<http://www.mnci.or.jp/www/matsutalkyo/>)をご覧ください。★印以降の種目はホームページからも申し込めます。

【年長〜小学4年生】 ☎8月30日(金)午後5時30分〜6時30分 場3階エアロビクススタジオ 定20人 ¥無料

【スポーツ推進課からのお知らせ】

**松本山雅フイジカル チャレンジ参加者募集**

フイジカル測定を通じて自分の運動能力を測定しよう!

【園児年長〜小学6年生】  
 8月6日(火)午前10時30分〜正午、午後1時〜4時 場あがた運動公園芝生広場

【大会、飲食ブース等の出展(松本山雅フェスティバルの一環として開催) ※詳細は松本山雅FCのホームページ(<https://www.yamagatafc.com/>)をご覧ください。】

【無料】 ④ 不要 ⑤ 松本山雅スポーツクラブ内 松本山雅フェスティバル実行委員会 (☎88-5523 88-5491)

【16歳以上の男女】 ☎8月5日〜26日の毎週月曜日(祝日除く) 午前10時30分〜午後0時30分 定20人 ¥初回無料 2回目以降は1080円 ④ 動きやすい服装、屋内用シューズ、バドミントンラケット(お持ちの方のみ)、タオル、飲み物

【ミズノ骨盤矯正ヨガ教室】  
 16歳以上の男女 ☎8月8日〜22日の毎週木曜日 午前9時20分〜10時20分 定20人 ¥初回無料 2回目以降は1080円 ④ 動きやすい服装、屋内用シューズ、タオル、飲み物

【ミズノ走り方教室】  
 正しい走り方を学んで、速く走れるようになろう!

【①幼児 ②小学生】 ☎8月11日(祝)①午前9時〜10時30分、②午前10時50分〜午後0時20分 定30人/回 ¥1080円/回 ④ 屋内用シューズ、タオル、飲み物

【ミズノスポーツ塾】  
 鉄棒の練習を楽しくやろう!

**総合体育館のスポーツ教室**

④・⑤ 総合体育館 (☎32-1818 36-9394 火曜日休館)

【ミズノバドミントン教室】

上・ソフトテニス・テニス・ソフトボール・バドミントン・ママさんバレーボール・剣道 ④・⑤ 大会要項に記載の申込先へ期日までにお申し込みください。大会要項は松本体育協会(総合体育館内) ☎32-7056 32-7452 (へ) 請求するか、協会ホームページ(<http://www.mnci.or.jp/www/matsutalkyo/>)をご覧ください。★印以降の種目はホームページからも申し込めます。

上・ソフトテニス・テニス・ソフトボール・バドミントン・ママさんバレーボール・剣道 ④・⑤ 大会要項に記載の申込先へ期日までにお申し込みください。大会要項は松本体育協会(総合体育館内) ☎32-7056 32-7452 (へ) 請求するか、協会ホームページ(<http://www.mnci.or.jp/www/matsutalkyo/>)をご覧ください。★印以降の種目はホームページからも申し込めます。



ゆめひろば庄内  
レッスンを体験・利用者募集

①こどもスイミングスクール  
②市民健康運動教室(プール)体験者募集  
③水中運動参加者募集  
④ちびっこマジックタイム利用者を募集します。

**対** ①親子から小中学生 ②高校生以上 ③小学6年生までのこどもと保護者 **場** 庄内屋内プール **定** レッスン体験各5人 **料** ①体験無料 ②1000円/回 ③3000円/回(利用料込み) ④3000円(利用料込み)  
**内** ①・②通常レッスンを体験参加 ③介護予防を目的としたストレッチ・歩行等 ※プールフロントにて当日受け付けが必要(月~金曜日午前10時15分~30分間) ④25メートルプール(4・5コース)を深さ60センチメートルの浅いプールにして親子で遊びます ※プールフロントにて当日受け付けが必要(土・日曜日午前9時15分~10時) ●プール(成人) レッスン名 11月・アクアシエイブ、火...

腰痛改善、木・成人中級水泳教室/アクアウォークII、金・アクアビクス **他** プログラムの内容はお問い合わせください。各種プライベートレッスンは(個別指導)承ります。 **申** ゆめひろば庄内(☎24-2111 ㊧24-1612)

一緒にやろう! パラスポーツボッチャ  
サポーター養成講座(参加者募集)

ボッチャは、パラリンピックの正式種目ですが、誰でも楽しめるニュースポーツです。頭脳を使うターゲットスポーツで、車いす利用者でも気軽にできます。4回コースで学びを深め、一緒に楽しみましょう。  
**日** ①8月31日(土) ②9月7日(土) ③10月13日(日) ④10月14日(祝) ①②午後2時~4時 ③午後3時~5時 ④午前9時~午後3時 **場** ①③④南部体育館 ②松南地区公民館 **持** 上履き **料** 定 無料・先着24人(4回参加できる方優先) **講** サンスポーツまつもと(中級障がい者スポーツ指導員)、日本ボッチャ協会公認上級審判員・クラス分け委員 **申** ㊧8月5日(月)から生涯学習課・中央公民館(☎32-11132 ㊧37-11153)へ

柔剣道場と弓道場の教室

1日だけの参加もできます。  
**申** ㊧弓道場・柔剣道場(☎36-0834 ㊧http://www.s-seiun.co.jp/shisei/matsumoto/) **料** やさしいヨガ教室

**日** 8月6日、27日、9月3日、9月9日、23日、30日の金曜日 午前10時~正午 **場** 弓道場2階会議室 **定** 15人 **料** 1000円/回 **講** 舟橋嘉奈子氏 **持** 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット **【優しいヨガ教室】**  
**日** 8月7日、21日、28日の水曜日 午後1時15分~2時15分 **場** 弓道場2階会議室 **定** 20人 **料** 700円/回 **講** 原秀子氏 **持** 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット **【日常をつくにする・のびのびヨガ】**

**日** 8月7日、28日の水曜日 午前10時~正午 **場** 弓道場2階会議室 **定** 15人 **料** 1000円/回 **講** 舟橋嘉奈子氏 **持** 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット **【ママとベビーのヨガ教室】**  
**対** 産後2カ月以降の乳児と母親 **日** 8月8日、22日、29日の木曜日 午前10時30分~11時30分 **場** 弓道場2階

会議室 **定** 15組 **料** 700円/回 **講** 瀧本和子氏 **持** ヨガマット、バスタオル、おむつ、飲み物 **【シアのためのヨガ教室】**  
**対** 60歳以上の方 **日** 8月9日、23日、30日の金曜日 午後1時~2時30分 **場** 弓道場2階会議室 **定** 15人 **料** 800円/回 **講** 舟橋嘉奈子氏 **持** 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット **【広い豊で親子からた遊び】**

**対** 1~3歳のお子さんと保護者 **日** 9月2日(月) 午前10時30分~11時30分 **場** 柔剣道場2階柔道場 **定** 20組程度 **料** 500円/回 **講** 分藤香氏 **持** 動きやすい服装、飲み物

松本山雅FCアウェイゲーム  
パブリックビューイング

**日** ㊧8月4日(日)松本駅前広場(MIDORI特設会場) 午後7時キックオフ(川崎フロンターレ戦) ㊨8月10日(土)中央西公園(花時計公園) 午後6時キックオフ(清水エスパルス戦) ㊩8月23日(金)松本駅前広場(MIDORI特設会場) 午後7時30分キックオフ(浦和レッズ戦) ※キックオフ90分前に開場予

定。雨天時は中止になる場合があります。

**料** 無料 **他** 松本駅前広場は200席、中央西公園は250席を設置予定。 ※鳴り物による応援は禁止 **申** スポーツ推進課(☎34-3000 ㊧45-1024)



【労政課からのお知らせ】

福祉の職場説明会・就職面接会

福祉事業所の担当者と直接面談ができる無料の職場説明会を開催します。詳細は、長野労働局または長野県福祉人材センターのホームページをご覧ください。

**対** 来春3月卒業予定の学生、福祉の仕事に興味のある方 **日** 8月9日(金)午後1時30分~3時30分(入退出自由) **場** 勤労者福祉センター **申** 不要 **申** ハローワーク松本(☎27-0111)、長野県福祉人材センター(☎026-226-7330)



### 健康サポート教室

【観光温泉課からのお知らせ】

肩こり、腰痛、膝痛の予防、転倒予防、ダイエット等を目的とした運動プログラム中心の教室です。定期的に筋肉量や脂肪量を測定し、からだの変化をチェックします。  
**市内に在住か通勤・通学の方** 8月7日・21日、

8月28日、9月4日の水曜日  
 午前10時30分～11時30分  
**場** 梓水苑 **定** 各回10人程度  
**要予約** **料** 初回体験特別価格1000円、通常は1回券1620円、回数券5200円(4回分) **講** 土井麻弓氏/健康運動指導士(松本大  
 学地域健康支援ステーション) **持** 運動のしやすい服装、飲み物、タオル **申・固** 梓

水苑(☎78-55550 ☎78-5555)

【健康づくり課からのお知らせ】

### 長野いのちの電話相談員養成講座(第23期生)の募集

「いのちの電話」は、電話を通して悩みを共に考え、感じ、援助する、自殺予防を目的としたボランティア活動で

す。相談は、一定期間の研修後に認定を受けた相談員が応じています。この相談員を養成する講座の参加者を募集します。

**日** 10月～1年間(月3回)、土曜日午後1時30分～3時30分 **場** 長野市内 **料** 4万円/年 **申・固** 8月26日(月)までに長野いのちの電話事務局(☎026-225-1000

### 体力測定会の開催

自身の体に関心を持つて健康づくりを行えるよう、市内スポーツクラブ(提携施設)で体力測定会を実施します。

**料** 国保被保険者は無料、その他は500円 **定** 20人/回(事前に予約が必要) **内** 体力測定、体組成測定、施設見学、体験 **持** 保険証、運動のできる服装 **特** 保険証、飲み物、タオル **受** 開始20分前 **申・固** 保険課(東234-3203 ☎39-12523)、または各施設へ

☎026-225-6139)へ

## 令和元年度(2019年度)後期分の 体育施設等の予約 を受け付けます

- 対象期間 令和元年11月1日～令和2年(2020年)3月31日
- ☑ 平成16年4月1日以前生まれで、市内に住(居)所のある方
- 予約方法 ①予約整理券の受け取り(整理券番号は先着順ではありません)  
 ②整理券番号順に希望の施設を予約  
 ③利用料金の支払い

### 【予約整理券の配布】

- 日** 8月30日(金)～9月2日(月) 午前9時～午後7時
- 場** 総合体育館大会議室
- 持** 免許証等の身分証明書(公的な身分証明書でない場合は、証明書等を2種類用意してください。住民票の写しは不可。)

### 【予約の受け付け】

- 日** 野球場(屋内練習場のみ)・運動広場・公園グラウンド・サッカー場等/9月14日(土) 午前9時～正午  
 テニスコート/9月14日(土) 午後1時～6時  
 体育館・柔剣道場等/9月15日(日) 午前9時～午後5時

- 場** 総合体育館大会議室
- 持** 予約整理券、身分証明書(整理券配布時にお持ちいただいたもの)
- 注意 より多くの皆さんにお使いいただけるよう、利用が確実な日時を予約してください。代理人や、なりすまし等による申し込みはお断りします。また、中学校部活動での予約もお断りします。
- 固** スポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)

## 冬期野球場の利用調整会議

- 対象期間 令和元年11月9日～令和2年3月22日の土曜日、日曜日(第3日曜日を除く)および祝日
- ☑ 平成16年4月1日以前生まれで、市内に住(居)所のある方、また、その方が代表となっている団体
- 対象施設 野球場1塁側・3塁側屋内練習場
- 日** 9月3日(火) 午後3時～調整終了まで
- 場** 野球場大会議室
- 持** 免許証等の身分証明書(公的な身分証明書でない場合は、証明書等を2種類用意してください)、受け付け時に配布された使用申請書
- 申・固** 8月9日(金)～16日(金)の午前8時30分～午後5時に、野球場(☎46-5555 ☎46-8391)へ

日程	会場	講師
8月19日(月)・20日(火) 午前11時～	スポーツネットワーク SAM松本(島内5304-1 ☎47-0370 ☎48-0770)	横山亜由美氏(SAM松本 チーフトレーナー)
8月21日(水) 午前10時～	セントラルフィットネスクラブ松本(深志2-5-26 ☎34-5123 ☎34-5255) ※定員10人	茅原彩木氏(セントラルフィットネスクラブ松本 インストラクター)
8月22日(木)・23日(金) 午前11時～	スポーツネットワーク SAM石芝(石芝4-1-1 ☎27-5210 ☎27-2937)	今井未知朗氏(SAM石芝 トレーナー)
8月29日(木)・30日(金) 午前11時～	スポーツクラブ ルネサンス松本(渚1-7-1 ☎24-8811 ☎24-8814)	石井正一氏(ルネサンス松本 フィットネスセクション チーフ)

お知らせ  
 相談  
 募集  
 催し  
 スポーツ  
 健康・福祉  
 芸術館  
 美術館



# 健康・福祉

## ながの子育て家庭優待 パスポートの更新

長野県では、子どもを1人以上育てている世帯に、協賛店で各種優待サービスが受けられるパスポートカードを配布しています。

現行のパスポートカードは令和2年(2020年)3月31日で有効期限が切れることから、7月1日現在の対象世帯に新たなパスポートカード(有効期限:令和6年(2024年)3月31日)を7月下旬から随時送付しています。お手元がない場合は、更新の手続きをお願いします。

☎ 18歳未満の子どもを育てている市内在住の世帯 ●更新場所 支所・出張所、こども育成課 特印鑑 固こども育成課 (東別1) ☎ 34-3261 ☎ 34-3309

【市民活動サポートセンターからのお知らせ】

### 傾聴の基本と

### コミュニケーション講習

フリージャーナリストで、

長野市「傾聴電話」運営委員長でもある内山二郎氏をお迎えし、相手の心に寄り添い、共感的に理解する「傾聴活動」の基本を学び、ボランティアとして活躍していただく方を養成するための講座を開催します。

☎ 市内在住の方 ①9月5日(木) ②9月11日(水) 午後1時30分～4時 場 松南地区公民館 大会議室 定先着60人 ※2回の参加を基本とします。 ¥ 無料 ①講義・体験「傾聴の基本とコミュニケーション」 ②ワークショップ「傾聴ボランティア活動の実践に向けて」 申・固 8月30日(金)までに松本市社会福祉協議会地域福祉課(☎27-3381 ☎27-2239)へ

### まつもと「城のまち」 フードドライブ

NPO法人フードバンク信州では、食品ロス削減と生活困窮者支援のため、ご家庭で不要になった食品を集めます。6月のフードドライブでは、26人の方から、605点の食品を寄付いただきました。寄付いただいた食品は、こども食堂などで活用します。今月もご協力をよろしくお願ひし

## 8月の こどもプラザ

☆印の講座・行事は、予約が必要です。  
8月6日(火)から電話で各こどもプラザ(平日午後1時～4時)へ申し込みください。  
☆印の日の通常利用は、午後1時からです。  
※詳細は、各こどもプラザにお問い合わせください。

こどもプラザ(筑摩) (☎29-3400 ☎29-3401)	
8月20日(火)午前9時30分～	安心ルームの子育て相談日 ※受け付けは先着順。混雑状況により受け付けを終了する場合があります。
☆8月22日(木)午前10時～	講座「子どもの育ち」～自我の芽生え～ 固 1歳以上の子を持つ親 固 30人 場 筑摩児童センター 固 25人(300円/人) ●託児会場=こどもプラザ(筑摩)
8月28日(水)午前10時45分～	いないいないばあのお話会(市立図書館職員)
☆9月5日(木)午前10時～	講座「子どもの育ち」～0歳児との関わり方～ 固 0歳児の子を持つ親 固 30人 場 筑摩児童センター 固 25人(300円/人) ●託児会場=こどもプラザ(筑摩)
小宮こどもプラザ(☎・☎47-8310)	
8月23日(金)午前10時30分～	びりびりの新聞デー
☆8月30日(金)午前10時～	講座「アロママッサージ」 固 1歳未満の親子 固 20組
南郷こどもプラザ(☎・☎32-6315)	
☆8月27日(火)午前10時～	夏のお楽しみ会～夏まつり～ 固 40組
9月2日(月)午前9時30分～	安心ルームの子育て相談日 ※受け付けは先着順。混雑状況により受け付けを終了する場合があります。
☆9月10日(火)午前10時～	牛乳パックでアイス作り 固 イス作り未経験の親子 固 20組 特 開かず中を洗って乾かした牛乳パック6本、色布ガムテープ1～2個
※9月6日(金)は館内清掃のため休館	
波田こどもプラザ(☎91-3113 ☎91-3114)	
8月21日(水)午前10時45分～	あ～そ～ぼのハッピータイム
☆8月28日(水)午前10時～	あ～そ～ぼの工作会～牛乳パックでアイス作り～ 固 15組 特 開かず中を洗って乾かした牛乳パック10本程度、色布ガムテープ1～2個
9月4日(水)午前10時～	歯科相談
●ちびっこザウルスのお知らせ	
9月3日(火) 午前10時～11時30分	多胎児交流会「ちびっこザウルス」 固 双子・三つ子の子育て中の方 場 筑摩児童センター・こどもプラザ(筑摩) ※こどもプラザ通常開館の中で交流します。 固・固 健康づくり課・南部保健センター(☎27-3455)

### 環境政策課(東4) ☎34

☎ 3268 ☎ 34-0400

### 障がい者就労移行支援事業所 合同説明会

就労を目指す皆さんのために、「地域で働く」を支える就労移行支援事業所の合同説明会を開催します。

☎ 8月31日(土)午後1時30分

### 4時 場 勤労者福祉センター 3-33会議室 ¥ 無料

●留意事項 障がい者手帳がなくとも参加可能です。18歳未満の方は出来るだけご家族の同伴をお願いします。ご家族の支援者のみでの参加も可能です。 固 障害福祉課(東1) ☎34-3212 ☎36-9119、Mash UP(松本・大北圏域就労移行支援事業所連絡会事務局)エルサポートパノラマ 那須(☎35-0811 ☎87-8046)

☎ 8月31日(土)午後1時30分

お知らせ 相談 募集 催し スポーツ 健康・福祉 芸術館 美術館 博物館

### ファミリー・サポート・センター 南東部交流会

ファミリー・サポート・センター事業は、子育ての援助を受けたい方と支援をしてくださる方が会員になって、お子さんの保育や送迎などを行う制度です。

当事業を知ってもらうため、また、会員同士の親睦を図るために交流会を行います。会員以外の方も参加できます。協力会員として支援を考えている方の参加もお待ちしております。

**日** 8月24日(土)午前10時～11時30分(9時45分～受け付け)  
**場** 第三地区公民館 講義室  
**内** 手話の学習会 **講** 山岡幸美氏 **定** 20人 ※要予約  
**料** 無料 **託** 定員10人。無料  
**要** 予約。 **問** ファミリー・サポート・センター事務局(☎34-3308 ☎34-3309)



### バックステージツアー 参加者募集

普段の公演では見ることができない主ホールの舞台裏を体験しながらご案内します。

**日** 9月6日(金)  
 ①午後3時 ②午後7時、9月7日(土) ③午前10時30分 ④午後3時、9月8日(日) ⑤キッズツアー午前10時30分 ※所要時間①～④1時間40分程度、⑤40分程度  
**定** 各回20人(応募者多数の場合は抽選) **料** ①～④は階段で高所の登り降りの出来る方が対象(未就学児の参加不可)、⑤は小学生までの児童が対象、未就学児童は1名につき保護者1名同伴(同伴者1名まで参加費無料) **料** 200円(保険料込。記念品あり) **申** 8月13日(火)必着で、往復はがきに希望の日時(①～④は第2希望まで)、参加者全員の氏名・年齢(1通4人まで)、住所・電話番号(複数で申し込みの場合は代表者のみ)をもれなく記入の上、まつもと市民芸術館バックステージツアー係(〒390-0815 深志3-10-1)へ **問** まつもと市民芸術館(☎33-3800 ☎33-3830)



キャストで創る感動のドラマをご鑑賞ください。



**日** 9月29日(日)〈開演〉昼の部/午後0時30分、夜の部/午後5時30分 **場** まつもと市民芸術館 主ホール **料** S席3000円 A席2000円 自由席1500円(当日券は500円増) ●チケット取扱い: 中央公民館、まつもと市民芸術館、(公社)才能教育研究会 **問** 生涯学習課・中央公民館内 実行委員会事務局(☎32-1132 ☎37-1153)



### ワークショップ 「インスタント建築」

紙管(再生資材)と布で屋根をかけ空間をつくります。

**日** 8月31日(土)午後1時30分～3時30分 **講** 松本安曇野住宅建築展実行委員会 **場** 美術館 創造ひろば・講座室 **料** 無料 **対** 小学生～大人(小学校低学年以下は保護者同伴) **定** 25人(要事前申し

込み) **持** 軍手、動きやすい服装 **申**・**問** 8月6日(火)から美術館(☎39-7400 ☎39-3400)へ



### 8月(後半)の子育て パパママの美術鑑賞日

美術館で、保育士がお子さんをお預かりします。

**対** 生後6カ月～未就学児 **日** 8月24日(土)午前9時30分～12時30分と午後1時～4時 **料** 当日観覧券1枚でお子さん1人無料。当日券以外の観覧券(招待・優待券)および割引利用の場合、お子さん1人100円 **申**・**問** 3日前までに美術館(☎39-7400 ☎39-3400)へ

### 企画展 望月信幸スクランプル版画展

篆刻家・版画家として数多くの公募展で入賞入選を果たしている望月信幸の、20年にわたる幅広い画業を紹介いたします。  
**日** 8月1日(木)～18日(日)午前9時～午後5時 ※休館日8月5日(月)、13日(火) **場** アカ

### 美術館ギャラリー等展覧会情報

詳細は、各問い合わせ先へご確認ください。  
 ※入場無料(アカデミア館は除く)

事業名等	会期	会場	問い合わせ
フィルム写真が語りかける山崎豊の世界 第4回写真展	8月18日(日)～29日(木)	多目的ホール	山崎 ☎54-1387
第23回松本フォトアカデミー写真展 麗しの大地2019	8月21日(水)～25日(日)	市民ギャラリーA	小口 ☎090-8326-6146
第37回富嶺会長野県支部展	8月21日(水)～25日(日)	市民ギャラリーB	太田 ☎090-9153-5725
第13回長野二紀展	8月26日(月)～9月1日(日)	市民ギャラリーA・B	那須 ☎090-1828-2982
第13回松本安曇野住宅建築展	8月30日(金)～9月1日(日)	多目的ホール	丸澤 ☎090-6181-5376
第39回長野県工芸展	9月4日(水)～8日(日)	市民ギャラリーA・B	早川 ☎32-8887
陶愉会 作陶展	9月5日(木)～8日(日)	子供創作館	竹内 ☎080-5140-8612
第46回長野県表装作品展	9月7日(土)～8日(日)	多目的ホール	山下 ☎090-1042-8687
尾崎美千代自作朗読 —マンドリンそしてギターとのコラボレーション— ※参加費1,000円	8月25日(日)午後2時開演 (開場1時30分)	アカデミア館ギャラリー	松井 ☎090-2222-9265

デミア館 第1・第2ギャラリー、みんなのアトリエ、ホール、ロビー **料** 大人300円、小人200円(減免あり) 期間中2階常設展示も観覧いただけます。 **問** アカデミア館(☎78-5000 ☎78-5101)



## 市立博物館 ☎32-0133 ☎32-8974

### 【戦争と平和展】

松本市出身の版画家・加藤大道と、放射線医学者、平和運動家の永井隆の交流をテーマに、戦争と平和について考えます。

📅 8月25日(日)まで 📍 1階ロビー 🎫 通常観覧料

### 【松本まるごと博物館の開館時間変更と臨時開館】

夏の行楽シーズンにあわせて、開館時間の変更と臨時開館を行います。

●開館時間の変更（通常は午前8時30分～午後5時）  
市立博物館／8月10日(土)～18日(日)午前8時～午後6時（入館は午後5時30分まで）※期間中、和服でご来館の方は観覧料が無料になります。

### ●臨時開館

①旧開智学校校舎／8月19日(月) ②松本民芸館、時計博物館／8月13日(火) ③はかり資料館／8月5日(月)、13日(火) ④高橋家住宅／8月13日(火)～16日(金) ⑤安曇資料館／8月23日(金)までの平日

### 【復活 話をきく会】

江戸時代後期の歌人・国学者である菅江真澄は、生涯を通じて信越・奥羽・蝦夷地を巡歴しました。その旅の始まりの地である信濃での体験は、その後の旅にどのような影響を与えたのか。真澄の残した記録から探ります。

📅 9月7日(土)午後2時～4時（予定）📍 講堂

👤 先着60人 🎫 通常観覧料

●演題＝「尋ね歩く菅江真澄―出発点としての信濃」

🗨️ 菊池勇夫氏／一関市博物館館長

📞 8月5日(月)から電話で当館へ

## 旧制高等学校記念館 ☎35-6226 ☎33-9986

### 【松本高等学校開校100年記念展】

松本高等学校の歴史や、同時期に開校した新潟・山口・松山高等学校の歴史を紹介します。会期中はバンカラ衣装を無料で貸し出します。

📅 8月3日(土)～12月22日(日) ※毎週月曜休館（休日の場合はその翌日）。9月18日(水)～23日(祝)、11月6日(水)～10日(日)は展示替えのため常設展示のみ開館

📍 1階ギャラリー

🎫 無料（常設展示は通常観覧料）

### 【第24回夏期教育セミナー】

旧制高校を中心に教育の歴史・文化を、研究者・旧制高校卒業生・市民と一緒に学び、交流します。今回のテーマは「学生寮・資料活用」です。

📅 ①8月17日(土)午後1時30分～5時30分 ②8月18日(日)午前9時25分～午後3時30分

📍 あがたの森文化会館本館2-8会議室

🎫 無料 ※②は昼食代1,000円（要予約）

🗨️ ①基調講演・記念イベント ②研究発表会

●基調講演講師＝渡邊匡一氏／信州大学副学長・附属図書館長・大学史資料センター長 📞 当館へ

## 馬場家住宅 ☎・☎85-5070

### 【はた織り体験教室】

📅 小学校以上（初心者） 📅 8月17日(土)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分

👤 各4人 🎫 1,000円 🗨️ 染織の会

### 【布ぞうり作り体験教室】

📅 8月24日(土)午前10時～午後3時

🎫 1,800円 📅 10人 🗨️ 秋山啓子氏

📞 8月6日(火)から電話で当館へ

### 【お茶席の会】

📅 8月25日(日)午前10時～正午 🎫 通常観覧料

●担当＝おしゃれ茶道の会／裏千家 📞 不要

## 山と自然博物館 ☎・☎38-0012

### 【企画展「身近な昆虫、トンボ」】

現在松本市で行っている「市民トンボ」調査に併せて、松本市近郊だけでなく日本各地に生息するトンボの標本を展示します。世界最大級のトンボ、ハビロイトトンボも展示中。📅 9月29日(日)まで 🎫 通常観覧料

## 歴史の里 ☎47-4515 ☎48-0813

### 【建築講座「松本のたてもの2019」①】

地元の建築士と協働で、松本の伝統的な建物を紹介する講座です。4回予定している連続講座の第1回を開催します。

📅 8月24日(土)午前10時30分～正午頃 📅 30人 🎫

通常観覧料 🗨️ 梅干野成央氏／信州大学工学部准教授

### 【歴史の里ナイトミュージアム・囲炉裏端でおはなし会】

開館時間を2時間延長します。あわせて夕方から工女宿来屋の囲炉裏端で民話の読み聞かせを行います。

📅 一般（中学生以下は保護者同伴） 📅 8月18日(日)午後7時まで（おはなし会は午後6時から） 🎫 通常観覧料

🗨️ お話しムーン（おはなし会）

### 【親子草木染め体験講座】

📅 小学生以上の親子（2人1組） 📅 8月17日(土)午前9時30分～正午 📅 5組 🎫 1組1,500円（材料代込み）

🗨️ 藍でハンカチを模様染めします。

🗨️ 歴史の里 草木染めの会 🗨️ エプロン、ゴム手袋、持ち帰り用ビニール袋

### 【親子みすず細工体験講座】

📅 小学生以上の親子（2人1組） 📅 8月18日(日)午前9時30分～正午 📅 5組 🎫 1組1,500円（材料代込み）

🗨️ すず竹でペン立てを作ります。

🗨️ 歴史の里 みすず細工の会 🗨️ エプロン、タオル

### 【親子はた織り体験講座】

📅 小学生以上の親子（2人1組） 📅 8月31日(土)午前10時～正午、午後1時～3時の2回 📅 各5組 🎫

1組1,000円（材料代込み） 🗨️ はた織り機で18×23センチ程度の裂き織りの作品を作ります。

🗨️ 川上裕子氏／なかや工房にて裂き織りを主宰

📞 各講座とも8月6日(火)午前9時から電話で当館へ



# 2019年 9月の相談日

8月の相談日は『広報まつもと』7月号に掲載しています。



相談は無料です。お問い合わせは、各会場または申込先へ。

●専門相談 ※専門の相談員が対応します。弁護士相談は松本市民が対象で、初回優先です。

分野	相談名	日時	会場	申し込み
法律・相続・離婚・契約 他	弁護士相談 (15分)	11日(水)午後1時～5時	市民相談室	9月2日(月)午前9時から ☎32-0001 (先着14人)
		18日(水)午後1時～3時		9月2日(月)午前9時から ☎32-0001 (先着7人)
		25日(水)午後1時～5時		9月2日(月)午前9時から ☎32-0001 (先着14人)
	女性のための弁護士相談	10日(火)午後1時30分～3時30分 24日(火)午後1時30分～3時30分	女性センターパレア松本	9月3日(火)午前9時から ☎39-1105 (各日先着4人)
	司法書士法律相談 (30分)	17日(火)午前10時～午後3時		9月13日(金)までに ☎32-0001 (先着16人)
税金	税理士税務相談 (30分)	11日(水)午前10時～正午		9月10日(火)までに ☎32-0001 (先着4人)
手続き・書類作成	行政書士相談	10日(火)午後1時～3時		9月6日(金)までに長野県行政書士会松本支部 ☎33-7166
特許・発明・知的財産権	知的財産権相談	27日(金)午後1時～4時		9月25日(木)までに長野県発明協会 ☎026-228-5559
障害年金	社会保険労務士障害年金相談 (30分)	20日(金)午後1時～3時	市民相談室	9月17日(火)までに長野県社会保険労務士会中信支部 ☎87-8066
住宅・設計	住宅(設計)相談	18日(水)午後1時～3時		9月13日(金)までに長野県建築士事務所協会 ☎35-3302
土地・建物の登記	土地家屋調査士相談	13日(金)午後1時～3時		9月11日(火)までに長野県土地家屋調査士会松本支部 ☎36-1590 ※受付時間 午前9時～正午
不動産評価	不動産評価等相談	20日(金)午前10時～正午		9月18日(木)までに長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228
遺言・公正証書	公証相談	12日(水)午後1時～3時		
市・県・国への苦情	行政相談	27日(金)午前10時～正午		予約不要

※行政相談は、四賀・安曇・奈川・梓川・波田の各支所でも行っています。日程は、各支所へお問い合わせください。

●その他の相談 ※日時の記載がない場合は、月～金の午前8時30分～午後5時15分です。

分野	相談名	日時・会場・問い合わせ
生き方・心	女性相談	こども福祉課 ☎33-4767
	男性相談	こども福祉課 ☎33-4767 電話相談 第2・3・4火 午後5時～8時 パレア松本(Mウイング内) ☎37-1587
	心と生き方の相談	電話相談 火、金、第1・3水 午前9時～正午 パレア松本(Mウイング内) ☎39-1105 面談相談 ※要予約 日時は問い合わせください。 パレア松本(Mウイング内) ☎39-1105
心と体の健康	健康相談	健康づくり課 ☎34-3217 月～金 午前9時～正午、午後1時～5時 各保健センター(中央保健センターは、第2・4水曜日休み) [中央 ☎39-1119、南部 ☎27-3455、西部 ☎92-8001、北部 ☎38-7677]
	自殺予防専用相談	月～金 午前9時～午後5時15分 いのちのきずな松本 ☎34-3600
職業・労働	職業・労働相談	11日(水)・25日(水) 午前9時～午後5時 予約優先 勤労者福祉センター ☎35-6286
	生活・労働相談	ユニオンサポートセンター ☎39-0021 21日(土)午前10時～正午 弁護士相談
	ヤングキャリアメンター	青少年ホーム ☎26-1083 ※要予約
	若者職業なんでも相談	7日(土)午前10時～午後2時 労政課 ☎35-6286 ※要予約
	勤労者心の健康相談	4日(水)午前8時30分～正午、10日(火)・19日(水)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約
家庭・こども・育児	ひとり親相談・児童相談	こども福祉課 ☎33-4767
	子どもの権利相談	月～土 午後1時～6時(金のみ～8時)、こころの鈴(子どもの権利相談室) ☎0120-200-195
	発達相談	あるぶキッズ支援室(なんぶくプラザ内) ☎24-1235
	子育て相談	家庭児童相談室(こども福祉課内) ☎33-4767、子ども子育て安心ルーム(こどもプラザ(筑摩)内) ☎29-3400(南郷こどもプラザ内) ☎32-6315(小宮こどもプラザ内) ☎47-8310(波田こどもプラザ) ☎91-3113
	青少年相談	こども育成課 ☎34-3183 月～金 午前10時～午後5時
	まちかど保健室	水 午前10時～午後5時 金 午前10時～午後4時 あがたの森文化会館青少年の居場所 ☎34-3291
	子どもの支援・相談スペース	水・金 午後1時～6時 はぐルッポ(子どもの支援・相談スペース) ☎31-3373

分野	相談名	日時・会場・問い合わせ
外国人	ポルトガル語相談 Consulta em português	月～金 午前9時30分～午後3時30分 市民相談課 ☎33-0001 Segunda à Sexta-feira Das 9:30 às 15:30h Departamento de Consulta aos Cidadãos
	外国人なんでも相談	※第2・第4水除く 午前9時～午後10時(受付は、午後9時まで)土、日、祝は午前9時～午後5時 多文化共生プラザ(Mウイング内) ☎39-1106
	行政書士相談(在留資格等)	毎月第2木曜日 午後1時～4時 Mウイング3階 長野県行政書士会松本支部 ☎33-7166
成年後見	成年後見制度に関する相談	成年後見支援センターかけはし 梓川支所2階 ☎88-6699
	弁護士・司法書士による専門相談	火 午後1時～4時 ※要予約 成年後見支援センターかけはし 梓川支所2階 ☎88-6699
福祉・介護・ボランティア	介護相談	介護110番 ☎39-1165 各地域包括支援センター [北部 ☎87-0231、東部 ☎36-3703、中央 ☎31-0022、中央北 ☎34-8511、中央南 ☎55-3320、中央西 ☎38-3310、南東部 ☎85-7351、南部 ☎27-5138、南西部 ☎50-7858、河西部 ☎48-6361、河西部西 ☎47-0294、西部 ☎87-1572]
	認知症思いやり相談	27日(金)午後1時30分～4時30分 高齢福祉課相談室 ※要予約 13日(金)までに高齢福祉課 ☎34-3237
	障害福祉相談	ぴあねっと・まつもと(総合社会福祉センター内) ☎27-7211 月～金 午前9時～午後5時 Wish(なんぶくプラザ内) ☎26-1313
	生活困窮・就労相談	松本市生活就労支援センター「まいさほ松本」(市民相談課内) ☎34-3041
その他	一般相談(生活全般)	市民相談室 ☎32-0001
	人権相談	長野地方法務局松本支局 ☎32-2571
	消費生活相談	月～金 午前8時30分～午後5時 松本市消費生活センター ☎36-8832
	市民活動・プラチナ世代の相談	市民活動サポートセンター ☎88-2988
	結婚相談	四賀支所2階(月・火・木) ☎64-3111 出張結婚相談 15日(日)、28日(土) 午前10時～午後4時 市民活動サポートセンター 会議室
	交通事故相談	交通事故相談所(松本合同庁舎内) ☎40-1949

# 生きがいの仕組みづくり

松本市では、「健康寿命延伸都市・松本」を基本理念とした「生きがいの仕組みづくり」を進めています。

今回は、入山辺地区橋倉町会の取り組みを紹介します。橋倉町会は、特集で紹介した林小城と共に林城跡を構成する「林大城」の清掃や維持管理を松本市や県、国等と連携しながら行っています。

町会長の小出さんにお話を伺いました。



※2、3ページで「林城跡」の特集記事を掲載しています。

## 地域で守る 日本の宝



入山辺地区 橋倉町会

町会長 こいで 小出 てるなが 晃永 さん

### どんな活動をしていますか？

林大城の、金華橋から主郭までの遊歩道の清掃や、橋倉町内から主郭までの道の整備等を行っています。

年2回（春と秋）の清掃活動では、橋倉町会の34軒、34人が参加し、道に降り積もった枯葉の除去や、水切りの清掃などを行います。危険な場所は、市へ連絡し補修など対応してもらっています。

### 活動を通してやりがいを感じることは？

平成29年に国の史跡指定を受けてからは、地元町会のことだけでなく、市、県、国のことまで考えて管理していかないとけないと思うようになりました。

林城跡は、まさに「日本の宝」。その宝を

次世代へ引き継ぐという「使命感」を胸に抱きながら、活動に取り組んでいます。

### 今後の取り組みは？

史跡に指定されていることを踏まえ、何か新しいことをやるのではなく、町会として今まで引き継がれてきた清掃活動などを継続して行い、この場所を訪れる皆さんが安全に登れるように管理していきたいです。

### 林城跡を訪れる方へ一言

林城跡は、急な坂や、未整備の場所などが多くあります。訪れる際は、山登りにふさわしい服装をお勧めします。

大城と小城からなる林城跡は緑に囲まれた素晴らしい場所です。松本城のルーツでもあるこの場所で、このまちの歴史、「日本の宝」を感じてください！

松本市内の山城の情報や、駐車場の位置等の詳細は、市ホームページ「松本の山城」（こちらの二次元コードから）をご覧ください。



## 市公式SNS

## を活用ください！

市政情報・松本の魅力・緊急災害情報などを皆さんにお届けしています。詳細は、市ホームページ（こちらの二次元コードから）をご覧ください。



ライン



ツイッター



インスタグラム



フェイスブック

松本市の人口 238,954人〈男117,013人 女121,941人〉世帯数105,784世帯 令和元年7月1日現在

発行●松本市 編集●政策部広報国際交流課 〒390-8620 長野県松本市丸の内3番7号 TEL. 0263-34-3271

URL●<http://www.city.matsumoto.nagano.jp/>

印刷●電算印刷株式会社 ●この印刷物は再生紙を使用しています。 ●毎月1日に発行。