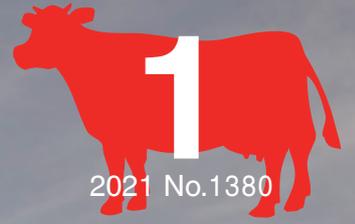




まつもと



2021 No.1380

一人ひとりが
輝く年へ

あけましておめでとうございます。

昨年は、新型コロナウイルスの出現によって、私たちの日常が大きく揺さぶられました。毎日学校や職場に通うこと、仲間と食事やお酒を楽しむこと、都会や外国へ旅行に行くこと、大声で話したり歌ったりすることを、制限せざるを得なくなりました。そして、その状況は年を越しても続いています。新しい年を迎えて、新型コロナウイルスの感染前には戻らないことを改めて実感します。

私たちは、新しい日常を生きていく。そう覚悟を決めて行動する年が、2021年です。まだまだ戸惑いがあるでしょう。逡巡もするでしょう。しかし、将来を見据えれば、必ずしも悲観することではありません。樂觀はできませんが、前を向いて進むことができる。私はそう思います。新しい日常の根本は、一人ひとりが適度な距離感を持って暮らしていくということではないでしょうか。近づき過ぎず、集まり過ぎず、自然と触れ合う環境で生きていく、ということですね。集中から分散へ、東京一極集中から自律分散社会へ、ようやく大きく舵が切られようとしています。

松本市は、今年4月から中核市に移行します。そして、次の10年を見据えた新たな総合計画がスタートします。雄大な山々と清らかな水の流れに象徴される

豊かな自然に恵まれたまちとして、松本城や旧開智学校をはじめとした文化の薫り高いまちとして、先人たちが築き上げてきた故郷を、さらに磨きをかけた上で次の世代へ引き継いでいかなければなりません。

そのためには、50年先、100年先の将来を見据え、従来の固定観念や因襲にとらわれることなく、社会の変化に柔軟に対応していくことが重要です。改めて自然とまちと人の関係をつなぎ直し、山岳の「岳都」、音楽の「楽都」、学問の「学都」、これら三ガク都を「シンカ」させ、松本らしい循環型社会をつくり上げる必要があります。分散型市役所、地域拠点の強化、行政と社会のデジタル化、ゼロカーボンシティ。市長に就任以来取り組んできた構想や政策は、いずれも、松本らしい循環型社会をつくり上げていくための指針であり、手段です。

市民の皆さん一人ひとりが、松本で暮らして良かった、松本で暮らし続けたい、そして、より大勢の人たちが、松本に住みたい、松本で子どもを育てたい、そう実感し、選択してもらえる松本を、皆さんと共につくっていきます。

コロナを超えて、2021年がお一人お一人にとって豊かさと幸せを実感できる一年になりますことをお祈り申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。



松本市長

臥雲義尚

新年のごあいさつ

明けましておめでとうございます。令和3年の年頭にあたり、謹んで皆さまのご健勝と更なるご多幸をお祈り申しあげます。

昨年は、新型コロナウイルスの世界的な感染拡大という未曾有の事態に見舞われました。この状況に、最前線に対応されておられます医療従事者等多くの皆さまには、ただただ頭の下がる思いでございます。

新型コロナウイルスの感染拡大は、未だに収束する気配は見えず、不安な思いの中で新年を迎えた方も少なくないものと思います。市議会では、適切な予防策を講じつつ新型コロナウイルス感染症対策に関する予算等の議案に迅速に対応するため、対策本部を設置し、非常時であっても市の意思決定に支障が出ないよう努めて参りました。今後も市民の皆さまの声に耳を傾け、どのような支援が必要なのか、しっかりと議論しながら、見えない敵に立ち向かってまいりたいと思います。

また、昨年は16年ぶりの市長交代がございました。新市長のもと、今後の松本市の姿に大きく影響を与えうる事業につきまして、その方向性が議論されております。市議会といたしましては、市民の代表機関として、また市の意思決定機関として、その役割を粛々と果たす中で、

地に足の着いた議論をして参りたいと考えております。

市民の皆さまは多様な意見をお持ちであり、それを反映するように、選挙により市民から信託を受けた市議会議員も様々な考え方を持っています。これは、民主的な社会においては健全な状態でございますが、民主的な合意形成は丁寧な対話と公正な議論があつてはじめてなされるものだと思っております。市議会といたしましても、議会基本条例に基づき、議員一人ひとりの資質向上に努めつつ、不断の議会改革に取り組み、松本市の民主主義を推し進めて参りたいと考えております。

本年4月には、松本市の中核市への移行が控えております。まさに飛躍の年となる訳でございますが、本市の着実な発展と各種調査機関による高い評価は、先人たちの様々な試行錯誤と地道な努力の結果であると考えております。それを思う時、今を生きる私たちも、先人たちに敬意を払いつつ、進むべき方向をしっかりと見据え、立ち止まることなく、一歩一歩着実に前へ進んで行かなければならない、その様に思う次第でございます。結びに、本年が皆さまにとりまして、幸せと希望に満ちた年となりますよう祈念いたしました。新春のごあいさついたします。



松本市議会議長
村上幸雄



臥雲市長と村上議長の新年のごあいさつは、こちらの二次元コードから動画でも見ることができます。(令和3年1月1日に公開)

松本市基本構想2030 (素案)

● 問い合わせ 総合戦略課

(本庁舎3階) ☎34-3274 ☒34-3201

このたび、市が策定する計画で最上位に位置する総合計画のうち、今後10年間のまちづくりの方向性を示す「基本構想2030」の素案をとりまとめました。

一人ひとりが豊かさや幸せを感じられるまちづくりに向けて、構想に対するご意見を、ぜひお寄せください。



▲基本構想の詳細はこちら

総合計画

基本構想 2030

…まちづくりの方向性

10年

第11次基本計画

…政策の方向性

5年

分野別の個別計画

計画のポイント

◆ 市民主体の計画

「松本市基本構想2030市民会議」がまとめた原案をもとに、行政としての視点を加え、構想の素案としました。

◆ 社会状況の変化に柔軟に対応できる計画

50年、100年先を見据え、固定観念にとらわれることなく、この10年で「何のために、何をするのか」を意識する、市民や行政の行動指針を示す計画とします。

◆ 持続可能な循環型社会の実現に向けた計画

人口減少社会がさらに進展する中で、地域特性を最大限にいかした、自然と都市文化とが調和する、松本らしい循環型社会を追求する計画とします。



基本構想 2030 市民会議 ・市民フォーラム

基本構想は、各分野の専門的知見を有する市民21人で構成する市民会議で検討を進めてきました。

また、より多くの方からアイデアや意見を伺うため、11月に市民フォーラムを開催しました。高校生を含む幅広い年代の方に参加いただき、積極的に意見が交わされました。



市民会議の様子



市民フォーラムの様子

フォーラム当日の様子は、
YouTubeでご覧いただけます▶



— も く じ —

新年のごあいさつ	2
松本市基本構想2030 (素案)	4
DXで目指す松本のまち	6
come (calm) to matsumoto キャンペーン	8
個性も性も いろいろ	10
男性の育児休業の取得	12
ジェネリック医薬品	13
市民税等の申告受け付け	14
多事争論会、氷彫フェスティバル	17
コラムのページ	18
情報チャンネル	19
2月の相談日	32
今月の一枚、まつもとの味	33
新型コロナウイルス感染症対策	34

基本構想（素案）のイメージ

基本理念

豊かさと幸せに 挑み続ける 三ガク都

松本市民は、日々の暮らしの中で

- 岳 自然豊かな環境に感謝し
- 楽 文化・芸術を楽しみ
- 学 共に生涯学び続ける

三ガク都に象徴される松本らしさを「シンカ」する

進化 深化 真価

豊かさと幸せに 挑み続ける
三ガク都

北アルプスの山々や、緑豊かな自然を表す「岳」。歴史と伝統に培われ、音楽や芸術など文化薫るまちを表す「楽」。そして、旧開智学校に端を発し、高等教育機関が立地する、知の拠点「学」。これらは、松本が持つ魅力やポテンシャルとして、「三ガク都」と表現されます。

基本構想2030では、「豊かさと幸せに挑み続ける 三ガク都」をキャッチフレーズに、日々の暮らしの中で、自然豊かな環境に

行動指針

みとめる

自分らしく生き
支え合う

地域特性を最大限にいかした 松本らしい循環型社会

【各行動指針に共通する視点】

- ① 世界の潮流
- ② 柔軟性
- ③ 持続可能性
- ④ 質の追求
- ⑤ テクノロジー
- ⑥ 多様性・共生・利他の精神
- ⑦ チャレンジ

まなぶ

共にはぐくみ
学ぶ

いどむ

新たな価値を
創造し、常に
進化する

つなぐ

人・街・自然を
つなぎ直し
未来に贈る

いかす

自然・歴史・文化の
恵みを受け継ぎ
磨く

循環により「シンカ」を生み出し

一人ひとりが豊かさと幸せを感じられるまちをつくる

感謝し、文化・芸術を楽しみ、共に生涯学び続けることにより、今日まで受け継がれてきた三ガク都に象徴される松本らしさを「シンカ（進化、深化、真価）」することを基本理念に掲げました。

さらに、市民と行政の5つの行動指針「みとめる、まなぶ、いかす、つなぐ、いどむ」のもと、日々の行動を通じて、さらなる「シンカ」を生み出すことで、一人ひとりが豊かさと幸せを感じられるまちを目指します。



個別の政策の方向性や基本施策は、「第11次基本計画」で別途お知らせします。



皆様のご意見をお寄せください

基本構想2030をより良いものにするため、素案についてのパブリックコメントを実施します。

実施期間

令和3年1月16日(土)まで

意見を提出できる方

市内在住、または在勤・在学の方

計画の閲覧場所

市ホームページ、各地域づくりセンター窓口、行政情報コーナー（本庁舎1階）、総合戦略課（本庁舎3階）

提出方法

市ホームページ（ながの電子申請サービス（二次元コード））、メール（seisaku@city.matsumoto.lg.jp）、郵送、ファクス、直接閲覧場所へ



DX で目指す松本のまち

PART 2 スーパーシティ構想

●問い合わせ 総合戦略課（本庁舎3階 ☎34-3274 📠34-3201）

先月の広報紙で「宮之本副市長が語る～デジタル化とスーパーシティ構想～」として、スーパーシティ構想に応募する理由などを紹介しました。今回は、皆さんの疑問にお答えする形で、スーパーシティ構想について説明します。

スーパーシティ構想って何？

スーパーシティ構想は、特定のエリア内に限り従来の規制を大幅に緩めることにより、「地域振興」と「国際競争力の向上」を図ることを目的に創設された「国家戦略特別区域（国家戦略特区と略す）」の1つで、「スーパーシティ型」として位置付けられている取り組みです。

スーパーシティ構想では、地域の持つ課題を、最先端のテクノロジーによって解決し、住民の暮らしを豊かにする「まるごと未来都市」の実現を目指しています。

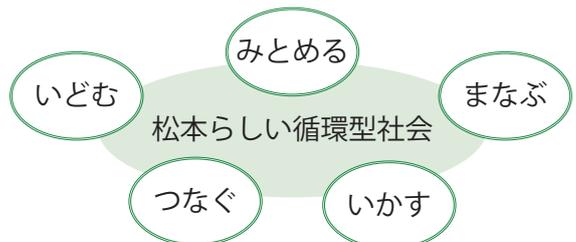
具体的には、「データ連携基盤」と呼ばれる仕組みを中心に、AIやビッグデータをはじめとする最先端技術を活用して、住民目線のサービスが提供される予定です。

国は、このスーパーシティ型の国家戦略特区を、来春、全国で5団体程度選定する予定です。



松本市総合計画

基本構想2030（素案）



第11次基本計画

実現に向けた分野別の計画

- 松本市商業ビジョン
- 松本市地域福祉計画
- 松本市農林業振興計画 など

一人ひとりが豊かさと幸せを感じられるまち

DX とスーパーシティ構想は何が違うの？

先月号で紹介したとおり、デジタルトランスフォーメーション（DX）は、デジタル技術を上手に取り入れながら、市民の生活を豊かにしていくもので、現在策定中の基本構想2030の理念に沿ったまちづくりを進めていくための、エンジンの1つです。

一方、スーパーシティ構想は、DXの取り組みの中で、規制緩和が不可欠なもののみ、国家戦略特区として申請するものです。

DX
（デジタル化）

エンジン

スーパー
シティ構想
【規制緩和】

松本市はDXやスーパーシティ構想で具体的に何をを目指すの？

松本市が抱える地域課題のうち、DXの推進が解決のカギとなるものについて、地域が持つポテンシャルとともに、地理的特徴を考慮しつつ、松本のマチガラに合うよう解決を図りたいと考えています。

そこで、DXで目指す松本のまちを5つの方向性に整理し、その具現化を2030年に向けた挑戦として位置付けるとともに、特に規制緩和が不可欠なものは、スーパーシティ構想の活用を目指します。

1 松本版PHR（※1）でつなぐ医療・福祉・健康づくりへの挑戦



健康寿命のさらなる延伸につなげる仕組みづくり

2 100%カーボンニュートラル（※2）への挑戦



市内で生産される再生可能エネルギーだけで自給自足できるまちづくり

3 世界水準の城下町まつもと・アルプスリゾートへの挑戦



複数の交通手段を円滑につなぐ移動サービスなど、快適に滞在できる仕組みづくり

※スーパーシティ構想の活用を目指します。

※1 個人の健康・医療・介護記録

※2 二酸化炭素の排出量と吸収量が同じ状態

4 楽しく稼ぐクリエイティブシティへの挑戦



人材とデジタル技術が融合することによる新たなビジネスづくり

5 可能性を広げる新しい学びへの挑戦



デジタル技術の活用により、多様な子どもに応じた最適な環境づくり

①～⑤をささえる

デジタル市役所

インターネットによる行政手続きやデータを活用した政策立案など、行政のデジタル化を推進

もっと詳しく知りたい場合は？

今後、市ホームページ（二次元コード）やYouTube松本市公式チャンネル、SNSなどで情報を発信し、広く意見をいただきながら、計画を磨き上げていきます。

また、市民の皆さんに直接説明をし、質問等に答えるため、市民説明会を開催する予定です。



市民説明会 開催予定 ※申し込み不要

日時	場所
1月17日(日) 午後3時～5時	勤労者福祉センター
1月18日(月) 午後7時～9時	安曇地区地域づくりセンター
1月19日(火) 午後7時～9時	松本市役所
1月21日(木) 午後7時～9時	奈川地区地域づくりセンター
1月25日(月) 午後7時～9時	芳川地区地域づくりセンター ※多事争論会
1月27日(水) 午後7時～9時	勤労者福祉センター

カム (calm) トウ マツモト come (calm) to matsumoto キャンペーン



※「calm」…「静か」「落ち着いて」などの意味があり「静かな会食、落ち着いた宴席」等、感染拡大防止をお願いしたくこの表現を使用しています。

新型コロナウイルス感染症の影響で、売り上げが減少している市内の事業者を応援するため、経済活動が低迷する冬の需要喚起を目的とした3大キャンペーンを実施します。この機会にあらためて市内の施設やお店を訪れて、地域の魅力を再発見してみませんか。

各事業者による感染防止策の徹底や身体的距離の確保、マスクの着用、手洗い・手指の消毒などの一人一人の適切な行動により、さらなる感染拡大防止策の徹底と社会経済活動の両立に、ご協力をお願いします。

お得な 3大キャンペーン

- 1 **もうすぐ長期休館！市内文化施設の特別 **無料** 開放！**
- 2 **松本市消費応援キャンペーン事業（第3弾）
キャッシュレス決済で最大20%戻ってくるキャンペーン**
- 3 **街場のえんがわ作戦「信州まつもと・真冬version」**



詳細は「新まつもと物語」ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の影響で、キャンペーンの内容が変更になる場合があります。

もうすぐ長期休館！市内文化施設の特別 **無料** 開放！

美術館・市立博物館・国宝旧開智学校校舎は、移転や大規模改修などにより、令和3年4月以降に長期休館します。休館を前に3施設を無料開放しますので、この機会にぜひご来場ください。

【対象期間】 令和3年2月1日(月)～3月31日(水)

施設名	松本市美術館 ☎39-7400 📠39-3400	松本市立博物館 ☎32-0133 📠32-8974	国宝旧開智学校校舎 ☎32-5725 📠32-5729
開館時間 (最終入場)	午前9時～午後5時 (午後4時30分まで)	午前8時30分～午後5時 (午後4時30分まで)	午前9時～午後5時 (午後4時30分まで)
休館日	毎週月曜日	対象期間中なし	2月 毎週月曜日 3月 第3月曜日
休館期間	令和3年4月～令和4年4月	令和3年4月～令和5年9月	令和3年6月～令和6年5月
その他	混雑状況により入場制限を行う場合があります。		60～80人程度の入場制限を行っています。

※詳細は、各施設へお問い合わせください。

2 キャッシュレス決済で最大20%戻ってくるキャンペーン

●問い合わせ 商工課（大手事務所5階 ☎34-3110 ㊟34-3008）

対象期間中に、対象店舗での支払い時に、感染リスクの低いキャッシュレス決済サービス「PayPay（ペイペイ）」で決済をすると、最大20パーセントのPayPayボーナスが付与されます。

※詳細は、キャンペーン特設サイト（二次元コード）をご覧ください。



【対象期間】 令和3年2月1日(月)～23日(祝)

【還元率】 支払額の最大20パーセントをPayPay（ペイペイ）ボーナスとして付与
※PayPay残高、PayPayあと払い（一括のみ）および「Yahoo! JAPANカード」での支払いがボーナス付与の対象です。クレジットカードでの支払いは対象外です。

【ボーナス付与上限】 1回あたりの付与上限／**3,000円**相当
期間あたりの付与合計上限／**1万5,000円**相当



【付与予定日】 支払日の翌日から起算して30日後

【対象店舗】 松本市内のPayPay加盟店のうち、松本市消費応援キャンペーン実行委員会とPayPay株式会社が対象店舗として指定した店舗
※病院や処方せん調剤・金券・公共料金の支払いなど一部対象外の店舗や商品があります。

市民向け相談会 ※前日までに商工課へ申し込み

【日時】 令和3年1月12日(火) 午前10時～11時

【場所】 勤労者福祉センター 2-5会議室 【定員】 27人

市内ソフトバンクの店舗はこちらから検索できます▼

相談窓口

市内のソフトバンク各店舗で随時対応します。 ※要事前申し込み（ソフトバンク以外の機種についても対応します。）
その他、市内公民館・地域づくりセンターへお尋ねください。



3 街場のえんがわ作戦「信州まつもと・真冬version」

●問い合わせ 都市政策課（本庁舎5階 ☎34-3015 ㊟34-3202）

「3密の回避」「新しい生活様式への対応」を目的に、沿道店舗などが飲食を提供するテラス席の設置やテイクアウト販売などの路上利用の支援を行っています。（令和3年3月末までの時限設置）

感染リスクの低減、歩行者の安全に配慮しつつ、各沿道店舗などが独自の創意工夫により展開する松本の新たな街の楽しみ方を体験してみませんか。
※詳細は市ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

【12月18日時点の実施状況】

本町通り5店舗、大名町通り7店舗、伊勢町通り3店舗、駅前通り3店舗、あがたの森通り6店舗、辰巳の庭16店舗（6団体40店舗）



個性も性も いろいろ

みんなが自分らしく

● 人権・男女共生課 (☎ 39-11105 ㊟ 37-11153)

松本市は、市民一人ひとりがかけがえない個人として尊重される、多様性と活力に満ちたまちを目指しています。

その一つとして、令和3年4月からパートナーシップ宣誓制度を導入します。

この制度は、LGBTQ（性的マイノリティ）であるお二人が、互いを人生のパートナーとして日常生活において協力し合う関係であることを宣誓し、その宣

誓を市が受けとめ、市独自に行政サービスを提供するものです。

制度のことや多様な性のあり方については、それぞれの立場で多様な意見や考えがあります。そのような声に耳を傾け、気持ちにも配慮しながら、多様性を尊重するまちの実現に向けて、一緒になってポジティブな変化につなげられたらと考えています。

特別ではない性のこと
私たち全員が当事者

日本では8・9パーセントがLGBT層という※調査結果もあります（11・2人に1人の割合）。

この中には、差別やいじめを恐れ、自分が当事者であることを明かせず、悩み苦しんでいる人たちがいます。

※ 電通ダイバーシティ・ラボ「L

GBT調査2018」

性って何だろう

人間の「性のあり方（セクシャリティ）」は多様で、単純に決めつけることはできません。100人いたら100通りの「性のあり方」があり、グラデーションのように無限です。

人間の性はいくつかの要素で構成されていますが、ここでは3つの要素について説明します。

① からだの性

生物学的な性別。出生時に戸籍に記載されている性別

② 好きになる性（性的指向）
どんな性別の人を好きになるかなど

③ こころの性（性自認）
自分の性別をどのように認識しているか

多くの人は、「からだの性」と「こころの性」が一致していますが、2つの性が一致せず、違和感を持つ人もいます。自分の性別をどのように認識するかは、人それぞれ違うのです。

行政文書の性別記載の見直しを進めます

「自分の性」に違和感を持つ方や、「男女選択」に抵抗を感じる方の心情に配慮し、申請書や証明書等の性別欄について、可能なものから削除を進めます。

L Lesbian レズビアン

こころの性が女性で恋愛対象も女性

G Gay ゲイ

こころの性が男性で恋愛対象も男性

B Bisexual バイセクシュアル

恋愛対象が女性にも男性にも向く

こころの性

T Transgender トランスジェンダー 「からだの性」と「こころの性」が一致しない人

Q Questioning クエスチョニング

性的指向や性自認が決められない、はっきりしない、または悩んでいる状況にある人

SOOGIと

LGBTQ

SOOGIとは、性的指向・Sexual Orientation（好きになる性）、性自認：Gender Identity（こころの性）を表す概念で、それぞれのアルファベットの頭文字を取ったものです。

つまりSOOGIは、私たちが全ての人を持つセクシャリティを表すものといえます。

LGBTQは、セクシャリティの少数者（性的マイノリティ）の総称として用いられている言葉です。この言葉でひとくくりにはできませんが、今は一番認知され使われています。

SOOGIハラスメントとアウトティング

個人の性的指向や性自認を、嘲笑したりいやがらせすることを「SOOGIハラスメント」といいます。また、本人の了解を得ずに、他の人に暴露してしまうことを「アウト

ティング」といい、パワハラ防止指針の一つとしても位置付けられています。

もし、身近な人からカミングアウト（自分の性的指向や性自認等について告白すること）を受けた場合は、本人の許可なく第三者に話してはいけません。



アライになるろう

アライ（Ally）とは、多様な性のあり方に理解のある応援者のことです。アライになるには登録も宣言も必要ありません。

身近な人が自分の性について悩んでいるとき、打ち明けてくれたとき、それを受け止めてゆっくり話を聞くだけでも、アライなのです。

性的マイノリティの方が、身近には「いない」ではなく、「言えない」のです。理解し、寄り添う気持ちを持つことが大切です。

デザインを募集します

パートナーシップ宣誓書受領証および受領カードの背景デザインを募集しています。

【期間】 1月29日(金)まで

【提出するもの】

- 作品のデータ (JPEG、PDF、Illustratorのいずれか)
- 応募用紙 (1作品につき1枚)

【提出方法】

電子メール、郵送、直接窓口へ

▼募集要項や
応募用紙等の
詳細はこちら



提出先

皆様のご意見をお寄せください

松本市パートナーシップ宣誓制度（案）へのご意見を募集しています。

【期間】 1月22日(金)まで

【意見を提出できる方】

市内在住、または在勤・在学の方

【制度案の閲覧場所】

- 市ホームページ
- 各地域づくりセンター窓口
- 行政情報コーナー（本庁舎1階）
- 人権・男女共生課（Mウイング3階）

【提出方法】

電子メール、郵送、ファクス、直接窓口へ



▲詳細はこちら

人権・男女共生課（〒390-0811 中央1-18-1 Mウイング3階 ☎39-1105 ☎37-1153
✉ kyousei@city.matsumoto.lg.jp）へ

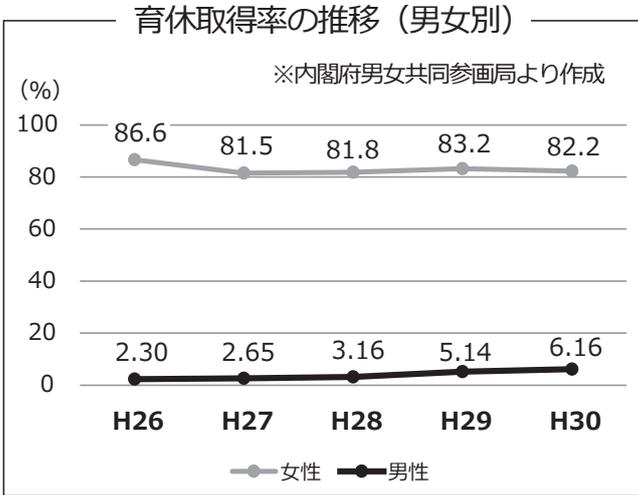
育児は「女性だけ」から「男女一緒に」

● 問い合わせ 人権・男女共生課 (☎ 39-11105 ㊟ 37-1153)

育児・介護休業法では、男性にも育児休業（育児）の取得を権利として認めています（一部例外あり）。しかし、実際に取得するケースは1割を下回っています。取得について悩んでいる方も、その効果を知り、前向きに考えてみませんか？

育児の取得状況

日本は世界と比較しても非常に充実した育児制度が整っています。原則、子どもが1歳になるまでの間、取得することが可能です。



それにもかかわらず、男性の育児休業の取得率は、極めて低い水準にとどまっています（グラフ参照）。

男性が育児を取得する効果

育児の取得により、本人、家族、会社、それぞれに良い効果があることが分かっています（厚生労働省、2017年）。

産後の女性の体は、ホルモンの急激な変化や睡眠不足等が原因で涙が出たり、イライラしたりする症状が現れます。重症化すると「産後うつ」に移行することもあり、産後女性の死因の一位は自殺となっ

ています。

この頃はパートナーや家族のサポートが特に必要な時期です。男性と一緒に育児をすることで不安の軽減につながります。

家族としては、育児取得の機会を生かし、今後の子育てについて、子どもが小さいうちに二人でしっかり話し合っていくことが、パートナーや子どもとの関係を深める上で重要です。

また、会社としては従業員から申し出があれば育児を取得させる義務があります。育児を取得しやすい会社には、優秀な人材が集まりやすかったり、従業員の離職防止につながったりと、人材確保に苦

育児を取得した男性の声



より働きやすい職場環境へ

 職場の理解もあり、育児を取得し、家族皆で過ごすことができました。この経験を生かして、他のスタッフも働きやすい職場の環境づくりに力を入れていきたいと思います。（小売業）

誰にとっても暮らしやすい社会へ

もしあなたの中に「男性だから仕事」「女性だから家事や子育て」と思う気持ちがあれば、まず一度立ち止まって、性別で役割を決めていないか考えてみてください。

子どもの成長を間近に

 職場に迷惑をかけると思い、取得するか悩みましたが、親になる責任として取得しました。子どもの成長を間近に見ることができ、これからの人生のプラスになったと思います。（公務員）

効率的な仕事を考えるように

 復帰後は早めに仕事を切り上げ、なるべく家族の時間を持てるようにしています。効率的な仕事の仕方を考えるようになりました。パパになる人、皆が育児を取るべきだと思いました。（建設業）

性別で役割を決めつけることのない社会は誰にとっても暮らしやすい社会につながります。



ジェネリックのポイント

- 1 先発医薬品と比較すると安価であることが多いため、負担軽減につながります。
- 2 品質、有効性、安全性は新薬と同等です。
- 3 患者さんが飲みやすいよう工夫されている場合もあります。

※医療費の増加で、医療を支える負担（健康保険料等）も増加しています。ジェネリック医薬品は、自己負担の軽減のみでなく、将来の世代の負担を減らすことにもつながります。

ジェネリックへ変更するには

かかりつけの医師や薬剤師に、ジェネリック医薬品を希望することを伝え、変更について相談してください。

【変更にあたっての注意点】

- 新薬、ジェネリックを問わず、添加剤の中でアレルギーを起こすものがあります。
- 薬によってはジェネリック医薬品のないものもあります。

ジェネリック医薬品 利用差額通知書の送付

1月下旬に、国民健康保険被保険者の方へジェネリック医薬品差額通知書を送付します。この通知は、ジェネリック医薬品に変更した場合、自己負担額がどれくらい安くなるかをお知らせするものです。ジェネリック医薬品へ切り替える際の参考としてご活用ください。

●対象

令和2年10月に国民健康保険証を使って生活習慣病や慢性疾患等の薬の処方を受けた方で、ジェネリック医薬品へ変更した場合、薬の自己負担額が100円以上軽減できると見込まれる方

すぐに始められます！
「ジェネリック」

ジェネリック医薬品 (後発医薬品)とは

新薬（先発医薬品）の特許が切れた、同じ有効成分を使った品質・効き目が同等で、低価格な薬です。

どうして低価格なの？

新薬は、長い年月と多額の費用をかけて開発されます。ジェネリック医薬品は、新薬と比較して、開発にかかる費用や時間が少なく、低価格で提供できます。

安全性は？

新薬と同様に製造管理や品質管理が厳しくチェックされており、安全です。

『ジェネリック医薬品』 をどう存じますか？

● 問い合わせ

保険課

(東庁舎2階)

☎ 34-3203

☎ 39-2523

医療費通知

国民健康保険被保険者の方には6～10月診療分を、長野県後期高齢者医療保険被保険者（75歳以上）の方には1～10月診療分の医療費通知を1月下旬～2月上旬に送付します。

■活用 診察内容の確認や確定申告等税申告の医療費控除の添付書類として使用できます。

■注意事項

医療費通知に記載されていない医療費（11月、12月診療分や特定診療科の受診分）がある場合は、お手元の領収書をもとに「医療費の明細」を作成してください。

国民健康保険の1～5月診療分の医療費通知はすでに発送済みですが、必要な方は保険課までお問い合わせください。

●医療費通知に関する問い合わせ

国民健康保険は保険課（☎34-3203 ☎39-2523）

後期高齢者医療保険は長野県後期高齢者医療広域連合（☎026-229-5320 ☎026-228-1850）

●医療費控除に関する問い合わせ

市民税課（本庁舎2階 ☎34-3232 ☎36-9345）

松本税務署（☎32-2790 ※自動音声案内）

令和3年度

市民税・県民税・国民健康保険税の 申告受け付けが始まります

●問い合わせ 市民税・県民税の申告・・・市民税課（本庁舎2階 ☎34-3232 ☎36-9345）
所得税の確定申告・・・松本税務署（☎32-2790）※自動音声案内

3月15日(月)までに申告を

令和2年度の市民税・県民税の申告をした方には、
1月下旬に申告書をお送りします。

感染症拡大防止のため、ご自身で申告書を作成できる方は郵送での提出にご協力ください。

【提出先】

〒390-8620

丸の内3番7号 松本市役所市民税課



新型コロナウイルス感染症
感染拡大防止のため、次の点にご注意を

勤労者福祉センターへ会場を変更します

以下の期間中は、市役所本庁舎での申告受け付けは行いませんのでご注意ください。

また、勤労者福祉センターは駐車台数に限りがあります。できる限り、公共交通機関をご利用ください。

【会場】 松本市勤労者福祉センター 1階大会議室（中央4-7-26）

【開設期間】 2月16日(火)～3月15日(月) ※土日・祝日は除く

入場は午前8時30分以降に

検温等の感染症対策を実施するため、各会場とも午前8時30分より前は入場できません。（ふれあいパーク乗鞍、奈川文化センター夢の森は次ページに記載）

次に当てはまる方は入場できません

- 37.5度以上の発熱がある方（会場で検温を実施）
- 平熱を超える発熱、息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、咳等の症状がある方
- 新型コロナウイルス感染症陽性となった方および陽性となった方との濃厚接触がある方
- 過去2週間以内に政府からの入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域への訪問歴および当該在住者との濃厚接触がある方

申告会場でのお願い

- マスクの着用、手指のアルコール消毒をお願いします。
- 感染症が発生した場合に、保健所が実施する調査等への協力が必要になるため、連絡先の確認にご協力をお願いします。



次の確定申告は松本税務署へ

- 青色申告
- 準確定申告
（前年または今年に亡くなった方の申告）
- 令和元年分以前の申告
- 分離課税の申告
（土地・建物の売買、株式の売買など）
- 損失・繰越損失の申告
- 住宅借入金等特別控除
（住宅ローン控除）等に関する申告
- 給与所得者の特定支出控除の特例を受ける申告

申告受付日程と会場

受付開始：午前8時30分*
申告時間：午前9時～午後3時（一部地域を除く）

地区名	日程(土日・祝日を除く)	申告会場	地区名	日程(土日・祝日を除く)	申告会場
本庁管内	2月16日(火)～3月15日(月) 午前9時～午後3時	松本市勤労者福祉センター	寿	2月10日(水)・12日(金)	寿出張所
			内田	2月4日(木)・5日(金)	内田出張所
島内	2月12日(金) 午前9時～正午	山田公民館 (山田町会のみ)	中山	2月12日(金)・15日(月)	中山出張所
	2月25日(木)・26日(金)	島内出張所	入山辺	2月19日(金)・22日(月)	入山辺出張所
島立	2月24日(水)・25日(木)	島立出張所	里山辺	3月10日(水)・11日(木)	里山辺出張所
新村	2月8日(月)・9日(火)	新村出張所	岡田	2月18日(木)・19日(金)	岡田出張所
和田	2月18日(木)・19日(金)	和田出張所	本郷	2月16日(火)・17日(水)	本郷支所
神林	2月1日(月)・2日(火)	神林出張所	四賀	2月8日(月)～10日(水)	四賀支所
今井	2月5日(金)・8日(月)	今井出張所	安曇	2月12日(金) 午前11時～午後3時	ふれあいパーク乗鞍
笹賀	2月3日(水)・4日(木)	笹賀出張所		2月22日(月)・24日(水)	安曇支所
芳川	2月9日(火)・10日(水)	芳川出張所	奈川	3月8日(月)・9日(火) 午前10時～午後3時	奈川文化センター 夢の森
寿台	3月9日(火)・10日(水)	寿台公民館	梓川	3月1日(月)～5日(金)	梓川支所
松原	3月10日(水)	寿台公民館	波田	2月1日(月)～5日(金)	波田支所

★ ふれあいパーク乗鞍と奈川文化センター夢の森は、申告開始の30分前から受け付けます。
また、勤労者福祉センター以外の申告時間は、正午～午後1時を除きます。

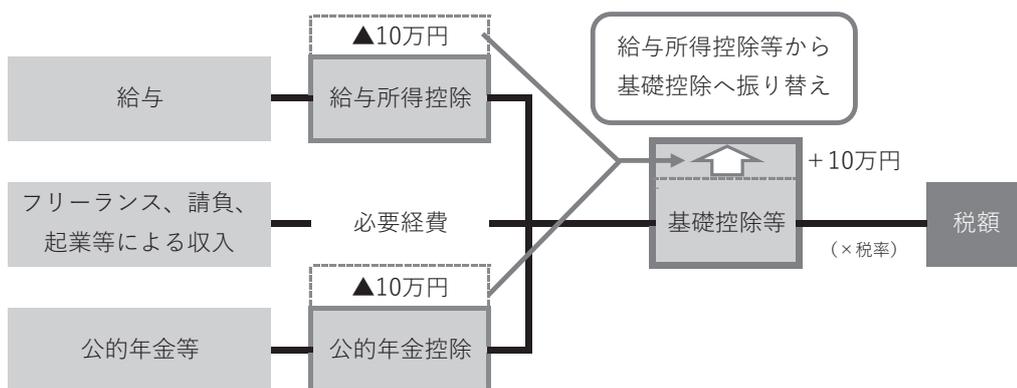
令和3年度 個人住民税(市民税・県民税)の主な改正点

- 1 給与所得控除・公的年金等控除から基礎控除への振り替え
- 2 扶養控除等の所得要件および、家内労働者等の必要経費の特例
- 3 ひとり親控除の創設と寡婦・寡夫控除の見直し
- 4 非課税の所得範囲
- 5 所得金額調整控除の創設

1 給与所得控除・公的年金等控除から基礎控除への振り替え

働き方の多様化を踏まえ、働き方改革を後押しする等の観点から、給与所得控除額および公的年金等控除額を一律10万円引き下げ、全ての所得に適用される基礎控除額を10万円引き上げます。

なお、前年の合計所得金額が2,400万円を超える場合は、合計所得金額に応じて基礎控除額が段階的に下がり、前年の合計所得金額が2,500万円を超える場合は基礎控除が適用できないものとされます。



※給与所得と公的年金の双方を有する方については、片方に係る控除のみが減額されます。

▼詳細は、お問い合わせ
いただくか、市ホームペ
ージ(二次元コード)を
ご覧ください。給与や公
的年金等の収入に応じた
控除額を、調
べることで
きます。



2 扶養控除等の所得要件および、家内労働者等の必要経費の特例

扶養控除等の合計所得金額要件なども見直されました。

改正後		改正前
同一生計配偶者、扶養親族	合計所得金額48万円以下	38万円以下
配偶者特別控除	合計所得金額48万円超133万円以下	38万円超123万円以下
勤労学生控除	合計所得金額75万円以下	65万円以下
家内労働者等の必要経費の特例	必要経費55万円まで	65万円以下

3 ひとり親控除の創設と寡婦・寡夫控除の見直し

「ひとり親控除」の制度が新設され、寡婦控除は対象範囲を縮小、寡夫控除は廃止されました。婚姻歴や性別にかかわらず控除が受けられることとなります。

なお、ひとり親控除、寡婦控除ともに、事実上婚姻関係と同様の事情にあると認められる方がいる場合は対象外です。具体的には、住民票の続柄に「夫（未届）」「妻（未届）」の記載がある場合は対象外となります。

(1) ひとり親控除【控除額30万円】

ひとり親とは、前年の12月31日の現況で、婚姻をしていない方または配偶者の生死の明らかでない方のうち、次の①～②の要件全てに当てはまる方です。

- ① 生計を一にする子がいること（子の総所得金額等が48万円以下に限る）
- ② 本人の合計所得金額が500万円以下であること

(2) 寡婦控除【控除額26万円】

寡婦とは、前年の12月31日の現況で「ひとり親」に該当せず、次の①～②のいずれかに当てはまる方です。

- ① 夫と離婚した後婚姻をしておらず扶養親族がいる方で、合計所得金額が500万円以下の方
- ② 夫と死別した後婚姻をしていない方または夫の生死の明らかでない方で、合計所得金額が500万円以下の方（この場合は、扶養親族の要件はありません）

4 非課税の所得範囲

非課税を判定する所得の範囲について、10万円が加算されます。

改正後		改正前
障害者、未成年者、寡婦、ひとり親の合計所得金額	135万円以下	125万円以下
所得割が非課税（総所得金額等）	35万円×人数(※1) + 10万円 + 32万円(※2) 以下	35万円×人数(※1) + 32万円(※2) 以下
均等割が非課税（合計所得金額）	31.5万円×人数(※1) + 10万円 + 18.9万円(※2) 以下	31.5万円×人数(※1) + 18.9万円(※2) 以下

※1 本人・同一生計配偶者・扶養親族の合計数

※2 同一生計配偶者または扶養親族を有する場合のみ加算

5 所得金額調整控除の創設

所得金額調整控除とは、一定の給与と所得者の総所得金額を計算する場合に、一定の金額を給与所得の金額から控除するものです。

(1) 給与等の収入金額が850万円を超え、次の①～③のいずれかに当てはまる場合

- ① 本人が特別障害者に該当する方
- ② 年齢23歳未満の扶養親族を有する方
- ③ 特別障害者である同一生計配偶者または扶養親族を有する方

$$\text{所得金額調整控除額} = \{\text{給与等の収入金額 (1,000万円超の場合は1,000万円)} - 850\text{万円}\} \times 10\%$$

(2) 給与所得控除後の給与等の金額と公的年金等に係る雑所得の金額があり、その合計額が10万円を超える場合

$$\text{所得金額調整控除額} = \{\text{給与所得控除後の給与等の金額 (10万円超の場合は10万円)} + \text{公的年金等に係る雑所得の金額 (10万円超の場合は10万円)}\} - 10\text{万円}$$

芳川地区対象 多事争論会

テーマ「分散型市役所と地域拠点」

地元の方の参加を
お待ちしております！



開催日時

1月25日(月) 午後7時～9時

場所

芳川公民館

定員

会場参加 50人 オンライン参加 先着50人

内容

「分散型市役所と地域拠点」について市長が説明し、その後、市民の皆さんと市長が自由討論を行います。

申し込み

【会場参加の方】1月4日(月)～18日(月)に電話（平日午前9時～午後5時）、ファクス、インターネット（右の二次元コード）のいずれかで、①住所 ②氏名 ③昼間連絡のつく電話番号をお知らせください。

※会場参加は、芳川地区の方を優先させていただきますので、ご了承ください。

【オンライン参加の方】1月25日(月)午後5時まで、インターネット（右の二次元コード）から、お申し込みください。



【会場参加】



【オンライン参加】

その他

会場内を撮影した動画をオンラインでライブ配信および録画配信を行います。発言する方は、会場スクリーンや配信画面に顔が映りますので、ご了承の上、お申し込みください。

問い合わせ

市民相談課（本庁舎1階 ☎32-0001 📠36-6839）

国宝松本城氷彫フェスティバル2021

◆問い合わせ 観光温泉課（大手事務所5階 ☎34-8307 📠34-3049）

特設ホームページ

◆日程 1月20日(水)～24日(日)

◆場所 松本城公園、松本駅前広場、枡形跡広場、千歳橋、蔵シック館、てまり時計、花時計公園



【全国氷彫コンクール】

全国から集まった国内12チーム、総勢24人のトップレベルの選手が参戦し、その技術と芸術性を競い合う「チャンピオンシップ」、若手氷彫作家中心の「プレイベント」を開催します。

◆氷像制作・展示時間

〈プレイベント〉

〔制作〕22日午後6時～11時30分

〔展示〕24日午後2時まで 〔場所〕花時計公園

〈ワールドチャンピオンシップ〉

〔制作〕23日午後5時～24日午前5時

〔展示〕24日午後3時まで 〔場所〕松本城公園

【氷像作品制作・展示】

今年は市街地展示会場を新たに4カ所拡充しました。市街地とお城をつないだ氷彫作品を平日から楽しむことができます。特に、氷彫界のレジェンドによる制作は必見です。

◆氷像制作・展示時間

〔制作〕20日～23日午後4時～10時

〔展示〕制作日翌日の午後3時まで（氷の解け具合により前後します）〔場所〕松本城公園他6カ所

【会場内イベント情報】

氷のジャンボ滑り台やステージイベントをはじめ、楽しい催しがいっぱいです。

【市街地飲食ラリーイベント】

食事と合わせて街中の氷像制作をお楽しみいただけるよう、“城町バル”や“松本カレーラリー”とのタイアップイベントを開催します。

【感染症対策のお願い】

- 発熱症状（目安37.5度以上）など体調がすぐれない方の来場は控えてください。
- 会場では、手指の消毒、咳エチケット、密集場所での人との距離の確保にご協力ください。
- 必ずマスク着用の上、ご来場ください。

※新型コロナウイルス感染症対策を徹底しますが、状況によって内容が変更になる場合があります。最新の情報は、ホームページ（右上の二次元コード）をご覧ください。

賢い消費者に
なるために

商品券などの有効期限に注意

この時期、商品券を贈り物としてもらう人も多いと思いますが、商品券やギフト券には、有効期限があるものとないものがあります。

例えば、日本図書普及株式会社発行の二次元コード付きの「図書カードNEXT」には有効期限がありますが、昔ながらの「図書券」や磁気式の図書カードには、有効期限はありません。

発行者が同じでも、有効期限の有無が種類によって異なります。しまつてある商品券の有効期限を確認しましょう。

- 問い合わせ 消費生活センター
(本庁舎1階 ☎36-8832)、
または消費者ホットライン^{いりや}188へ



まつもと市民 生きいき活動

No.55

わたしは ころをみがきからだを使おう
このまちを きれいにしよう

寿台マレットゴルフ同好会は、20年以上前に発足しました。寿台マレットゴルフ場をホームグラウンドに「安全第一、楽しくプレーすること」をモットーに、現在42人で活動しています。月例の競技会や大会のほか、週に一度は冬でも少々の寒さは物ともせず集合し、プレーの後は、公園のベンチで和やかなひとときを過ごしているそうです。

また、例会の際は草刈りやゴミ拾い、落ち葉などの片付けを行い、公園・コース整備も行っています。

「身近な場所で、歩いて来られて、みんな楽しみにしている」「いつでも、誰でも、気持ちよく使ってもらえればいい」「仲間づくり、学びの場になっている」と話してくださいました。



- 問い合わせ 教育政策課 (☎33-3980 ☒33-3934)

医療メモ #374

皮膚のバリア機能

今回は、皮膚のバリア機能を健やかに保ちましょうというお話です。バリアとは障壁とか防護壁といった意味です。バリアフリーなんて言葉もありですね。皮膚は自分の体と外界との境界面ですから、おのずと身を守る仕組みが備わっているのです。宇宙飛行士が丈夫で高機能な宇宙服を着るのと同じように、私たちの健康は皮膚によって守られているのです。

最近の研究で、アトピー性皮膚炎のアレルギー炎症がバリア機能の障害から発症することがわかってきました。その昔、食物アレルギーが原因と声高にいわれた時代とは隔世の感があります。

さらに、アレルギー性鼻炎や気管支喘息なども皮膚バリア機能の異常が原因のひとつと考えられています。皮膚表面のバリアが壊れてしまうと、花粉やダニ、食べこぼしや化粧品など、さまざまなタンパク成分が皮膚の深層に侵入してきます。そこでアレルギー反応が起こり、しつこ

いかゆみや湿疹が発症してしまうのです。掻き壊しによりさらにバリア機能が壊れると、なおいつその悪循環に陥ってしまいます。

もともと皮膚バリア機能は角質(いわゆる垢)や保湿因子、皮脂などで保たれているのですが、慢性的なこすれや乾燥で破たんしやすいデリケートなものです。

しかし、皮膚バリア機能を保ち、回復させる方法はそれほど難しいことではありません。根気よく保湿のスキンケアを継続することこそがなにより大切です。

保湿が大事、といわれて久しいのですが、バリア機能を維持するという新たな意識をもって、この冬続けてみてはいかがでしょう？



- 松本市医師会 (<http://www.maj-med.or.jp>)

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

一般競争入札により
市有地を売却します

【現地説明会】

● 1月8日(金) ①放光寺
教員住宅 午前10時～10時30分
②旧共同集荷貯蔵施設
午前11時30分～正午

売却物件市有地 (所在地)	地目	面積 (㎡)	用途地域	参考価格
①放光寺教員住宅 (城山993番1)	宅地	284.25	第一種低層 住居専用 地域	1,583万円
②旧共同集荷貯蔵 施設 (大字笹賀5983 番2、5984番2)	宅地	963.50	工業専用 地域	1,737万円

※参考価格＝目安となる金額

【入札】
1月28日(木) 場 契約管財
課契約室 ※入札には入札保
証金(入札金額の1000分5
以上)が必要 申・固 1月
14日(木)必着で、所定の申込書
に必要書類を添えて持参また
は、郵送(書留または簡易書

留)で契約管財課(本別2) 34-3010 ☎36-2592
へ ※詳細は市ホームページ
をご覧ください。

固定資産税の償却資産の 申告はお早めに

市内で工場、商店、農業、
駐車場、テナントビル、賃貸
家屋などを経営している会社
や個人が所有している償却資
産(事業用資産)は、土地や
家屋と同じように固定資産税
の課税対象となります。償却
資産(事業用資産)をお持ち
の方は、毎年1月1日現在所
有する資産について、地方税
法第383条の規定に基づき、
申告してください。

なお、この申告は税務署へ
の確定申告とは別のものです。
所得税・法人税の申告で、減
価償却費を計上している方は、
内容を確認の上、その資産の
状況について、申告をお願い
します。申告書が必要な方や
償却資産の詳細は、お問い合
わせください。

●対象となる主な償却資産の
例①構築物(舗装路面・広
告設備・門・フェンス・緑化
施設等) ②機械および装置
(各種製造設備等の機械や装
置、事業用の太陽光発電設備

等) ③船舶 ④航空機 ⑤

車両および運搬具(動力運搬
車・大型特殊自動車等) ⑥

工具・器具および備品(ルー
ムエアコン、パソコン、陳列
ケース、机・椅子、テレビ、
レジスター等) ※業種は問
いません。自動車税・軽自動
車税の課税の対象であるもの
は除きます。「新型コロナウイルス
に伴う固定資産税等の
軽減措置」について、償却資
産に係る軽減には令和3年度
分の申告が併せて必要です。

●申告期限 2月1日(月)
☎ 33-4398 ☎ 39-0725

新型コロナウイルスに伴う 固定資産税等の軽減措置

新型コロナウイルス感染症
の影響で事業収入が減少した
中小事業者等を対象に固定資
産税・都市計画税を軽減しま
す。あらかじめ「認定経営革
新等支援機関等」の確認を受
ける必要があります。対象要
件・提出書類等、詳細は市ホ
ームページをご覧ください。

●申告期限 2月1日(月)
申・固 資産税課(本2) ☎
33-4398、34-3312
☎ 39-0725

食と農の 未来を考えるつどい

農業と地域や産業との関わ
りについて、考えるきっかけ
の場として、開催します。

1月28日(木) 午後1時30
分～4時(開場1時) 場 勤
労者福祉センター 大会議室

基調講演「農と美の新しい
関係づくり」オーガニック
コスメによるサステイナブル
な取り組み」 暮部達夫氏
/ (株) クレコス代表取締役社長
事例発表 ①「地産地消推進の
店としての商品開発」 木村
雅子氏 / (株) 王滝 商品開発部

②「松本地域における『やさ
いバス』の取り組み」 長谷
川晃央氏 / 松本地域地産地消
研究協議会副会長 無料

80人 他 当日、発熱や体
調不良の場合は来場をお控え
ください。会場ではマスクの

対象者	中小事業者等	
	事業収入の 減少割合(※)	30%以上 50%未満
軽減率	2分の1	全額
対象資産	事業用家屋および償 却資産	
軽減期間	1年間(令和3年度分)	

※令和2年2月～10月の連続する3カ
月の事業収入を前年の同期間と比
べたときの減少割合

空間放射線量測定値

日時	場所	測定値(μSv/h)
12月11日午前9時	松本市役所	0.070

※松本合同庁舎の機器は調整中のため、本庁舎屋上で測定しています。

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。

固 環境保全課
(東4) ☎34-3267 ☎34-0400

「広報まつもと」12月号の 訂正とお詫び

「広報まつもと」12月号7ペ
ージ「第63回まつもと市民祭
表彰式典」の「へ農林業振興功
労者 櫻井俊彦様とあるのは
「櫻井利彦」様の誤りでした。
訂正してお詫びいたします。

着用をお願いいたします。 申・
固 1月22日(金)までに、電話
またはファクスで農政課
(本5) ☎34-3221 ☎36
16217)へ

固 秘書課(本2) ☎34-3
200 ☎35-2030



お知らせ

灯油の流出にご注意ください

これからの季節、灯油の使用量が多くなります。ご家庭で灯油を扱う際は、次の点にご注意ください。

- ① 灯油を小分けする際は、ホームタンクから絶対に離れない
- ② 漏れ防止のため防油堤を設置する（200リットル以上のタンクは、火災予防条例に設置義務あり）
- ③ 配管に異常がないか定期的に確認し、こまめに灯油の残量をチェックする

灯油が流出すると、周辺環境に多大な影響を及ぼし、その対策や損害賠償の面から事故原因者に多額の費用負担が生じます。火災予防上も大変危険です。灯油漏れを起こした場合や、発見した場合公口は、速やかに環境保全課または松本広域消防局（☎119）にご連絡ください。

また、灯油やガソリンなどの揮発性の危険物は、爆発などの事故を引き起こしたり、下水処理場の機能を低下させたりします。絶対に下水道には流さないでください。

環境保全課（東4）☎34-3267
☎34-0400
下水道課（☎32-5169）
☎37-1155

認定新規就農者、認定農業者の申請受け付け

【認定新規就農者】
青年等就農計画の令和2年度4回目の認定を行います。認定されると、青年等就農資金などの支援を受けることができます。

【認定新規就農者】
市内で新たに農業経営を開始しようとする方、および農業経営を開始してから5年以内の方で、18歳以上45歳未満の方、または知識・技能を有する65歳未満の方 ※いずれも一定水準の農業技術を習得していると認められる方（認定農業者は対象外）

【認定農業者】
農業経営改善計画の令和2年度4回目の認定を行います。5年後に向けた経営の計画を作り、認定されると、農業機械購入時の補助などの支援を受けることができます。

【認定農業者】
市では、高校や高専に進学または在学する方で、経済的理由により修学が困難である方に松本市育英資金奨学金を貸与しています。

【認定農業者】
松本市育英資金奨学金を貸与しています。

【認定農業者】
松本市育英資金奨学金を貸与しています。

技能功労者褒賞式典を開催しました

11月23日に、松本市技能功労者褒賞式典を開催しました。長年技能向上に精励され、後継者育成などを通じて業界の発展に功績を残された皆さんを称え、褒賞しました。褒賞を受けた皆さんを紹介します。（敬称略）

- ◇大工／上條浩信（平田東）、三間正明（女鳥羽）
- ◇畳師／丸山正一（新橋）
- ◇美容師／花崎香代子（島立）
- ◇調理師／小田晃（原）

☎ 労政課（☎35-6286 ☎88-7669）



農政課（本5）☎34-3222
☎36-6217、西部農林課（☎78-3003 ☎78-3942）へ

松本市育英資金奨学金をご利用ください

市では、高校や高専に進学または在学する方で、経済的理由により修学が困難である方に松本市育英資金奨学金を貸与しています。

【認定農業者】
松本市育英資金奨学金を貸与しています。

19846 ☎34-3206

松本城周辺の道路拡幅などの工事

松本城周辺では、道路拡幅などの工事を行っています。確定申告の時期とも重なり、松本税務署周辺の道路は、混雑が予想されます。お近くへお越しの際は時間に余裕をもっておでかけください。

☎ 城下町整備本部（☎34-3276 ☎34-3277）

年度入学予定者または在校生） ●貸与額Ⅱ公立／月額7000円、私立／月額1万円 ※新1年生は、希望により入学一時金をあわせて貸与。貸与額は、公立／10万円、私立／20万円 ●償還Ⅱ最終学校卒業の6カ月後から貸与期間の2倍の期間内に無利子で月賦返済（償還猶予、償還免除になる場合あり） ④1月29日（金）までに、在学する中学校または高校（高専）へ ☎ 学校教育課（大4）☎33



第38回

中核市お知らせコーナー

食品衛生監視指導計画(案)にご意見をお寄せください

令和3年4月1日に開所する松本市保健所では、食品の安全性を確保するため、「食品衛生監視指導計画」を策定し、計画に基づいて、飲食店や食品事業者等の衛生管理に対して適切な監視指導を行います。

令和3年4月1日から令和4年3月31日までの1年間の計画を策定するにあたり、計画(案)に対するパブリックコメントを実施していますので、ご意見をお寄せください。詳細は、市ホームページをご覧ください。

●計画(案)の閲覧場所 中核市推進室(長野県松本合同庁舎1階)、行政情報コーナー(市役所本庁舎1階)、各地区地域づくりセンター窓口

●申・問 1月17日(日)までに、直接または郵送、ファクス、電子メールで中核市推進室(☎40-0708 ☎40-0811)へ



都市計画道路などの
変更に伴う案の縦覧

都市計画道路出川浅間線、末広線の変更および本郷地区用途地域を変更する都市計画案を縦覧します。縦覧期間中に意見書を提出できます。

●期間 1月8日(金)～22日(金)

☎松本市都市政策課、本郷地区地域づくりセンター、長野県松本建設事務所、長野県建設部都市・まちづくり課

☎都市政策課(本5) 34-34

13251 ☎34-3202、

長野県松本建設事務所計画調査課(合同庁舎4階) ☎40-

1964 ☎478027

市税・国保税などは
納期限内にお納めください

納期限の到来している、軽自動車税、市県民税第1期、3期、固定資産税第1期、3期、国民健康保険第1期、6期、後期高齢者医療保険料第1期、6期、介護保険料第1期、9期の納付をお忘れではないでしょうか。まだ納付されていない方は、金融機関で至急お納めください。

2月1日(月)は、令和2年度の市県民税第4期、国民健康保険税第7期、後期高齢者医療保険料第7期、介護保険料第10期の納期限です。バーコードが印字されている納付書は、コンビニエンスストアで納付ができます。口座振替・自動払込もできますのでご利用ください。

納期限内に納付され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、SMS(ショートメッセージサービス)を送信することがあります。納付方法などの相談は、お問い合わせください。

☎一般市税は納税課(本5) 33-1192 ☎39-072

3)、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険

料は保険課(東2) ☎34-3215 ☎39-2523

【労政課からのお知らせ】

長野県の最低賃金が
改正されました

最低賃金制度は、最低賃金法に基づき、使用者はその金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとされている制度です。今般、長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が時間額849円に改正されるとともに、長野県内の特定(産業別)の適用される「特定(産業別)最低賃金」についても改正が行われました。この機会にぜひ賃金をご確認ください。なお、適用業種等の詳細は長野労働局のホームページをご覧ください。また業務改善助成金など支援制度もありますのでご利用ください。

☎最低賃金に関すること／長野労働局労働基準部賃金室(☎026-223-0555)

または松本労働基準監督署(☎0263-48-5693)、支援制度に関すること／長野労働局雇用環境・均等室(☎026-223-0560)

国保、後期高齢者医療制度の
傷病手当金をご利用ください

新型コロナウイルス感染症に感染、または感染が疑われる方で、給与の支払いを受けている国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者は、その療養のため労務に服することができなかった期間について傷病手当金を支給します。その他の保険に加入している方は、ご加入の保険にご確認ください。

☎労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができなかった期間※給与収入の全部を支給されている方は支給対象になりません。また、給与収入の一部を支給されている方で、支給された給与額が規定により算定される傷病手当金の額よりも少ない場合は、その差額を支給します。☎・☎保険課(東2) ☎34-3216 ☎39-2523





松本市農林業振興条例改正 骨子案パブリックコメント

就業人口の減少や高齢化といった農林業分野における課題解決のため、急速に進展しつつあるICT等の先端技術を活用するスマート農林業が注目を集めています。

本市の農林業を守り、伸ばし、次世代に引き継いでいくために、スマート農林業の積極的な推進を図るべく、松本市農林業振興条例（農林業の振興に関する基本理念等を定めている条例です）を市議会において改正します。改正骨子案を公表していますので、幅広いご意見をお寄せください。詳細は、市議会ホームページをご覧ください。議会事務局へお問い合わせください。

●提出期限 1月11日(祝)必着
 〇協議会事務局 (東3) ☎34-3210 〇34-9811

就学援助新入学用品費の 小学校入学前支給

就学援助制度は、小中学生

のお子さんがいる経済的に困りの家庭で、認定を受けた保護者に、新入学用品費、学用品費、学校給食費等を支給する制度です。そのうち、小学校入学前に新入学用品費の支給を希望する方の申請を受け付けます。詳細はお問い合わせください。

以下の方全てに該当する方

- ①令和3年4月に松本市内の国公立小学校に入学されるお子さんの保護者
- ②令和3年2月1日現在で松本市に住所を有する方
- ③申請受付期間内に教育委員会（学校教育課）へ申請書を提出された方
- ④経済的に困りの方で、就学援助制度の認定基準で審査した結果「準要保護者」（生活保護に準ずる程度）であると認定された方

●支給金額 5万6000円
 〇印鑑と保護者名義の普通預金通帳
 ※令和3年1月2日以降に松本市へ転入した方は、令和3年1月1日在住の市町村から世帯全員分の2年度所得課税証明書を取得し、申請書と併せてご提出ください。

●認定の可否 審査の上、認定の可否を決定し、3月上旬に郵送で通知
 〇今回、新入学用品費の入学前支給を申請しない場合でも、小学校入

大学入学共通テスト実施に伴う交通渋滞にご注意を

「令和3年度大学入学共通テスト」が1月16日(土)・17日(日)に実施されます。信州大学松本キャンパスの会場では、例年、周辺道路において受験生の送迎による交通渋滞が発生しています。特に1月16日(土)の午後6時頃から午後7時30分頃にかけて、受験生の迎えの車両が多く、またシャトルバスも多数運行するため、渋滞の発生が予想されます。

市民の皆さんには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

〇 信州大学学務部入試課 (☎37-2192)



※太線の道路は、特に渋滞が予想されます。

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、ご家庭で不要となった食品を集めます。11月のフードドライブは、43人の方から、485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。

〇1月21日(木) 午前10時～午後1時
 〇市役所東庁舎1階市民課相談室 ●寄付で

きる食品 〇カップ麺、缶詰、レトルト食品、乾麺、お米など保存できるもの。ただし、以下のものに限りません。〇賞味期限が明記され、1カ月以上あるもの (お米を除く) 〇未開封のもの 〇包装や外装が破損していないもの 〇肉や野菜などの生鮮食品以外のもので、〇日本語表記のあるもの 〇環境政策課 (東4) ☎34-3268 〇34-0400

令和3年度「ラーラ松本」 施設予約抽選

詳細は、1月6日(水)に館内と当館ホームページでお知らせします。

●県内在住で高校生以上の方 ※1つの住所につき1件の応募。事業所の住所や、同一住所による複数の応募は無効。予約当日に本人が欠席した場合は無効 ●予約施設Ⅱ テニスコート、エアロビクススタジオ 申・問 1月13日

日本語教室の受講者募集

ボランティアスタッフによる日本語教室で日本語を勉強したい人を募集します。詳しくは、下に書いてある会場までお問い合わせください。

日時・会場・連絡先

【中央公民館 ☎32-1132 ☎37-1153】

- ①中央公民館日本語講座/毎週火曜日午後7時～
- ②木曜午前ボランティア日本語教室/毎週木曜日午前10時～
- ③松本みんなのほんご教室/毎週月・木曜日午前9時30分～
- ④ヤングにほんご教室/毎週月・木曜日午後6時～
 ※小学生から20歳くらいまでの教室。1回目はなるべく保護者の方といっしょに来てください。

【なんなんひろば ☎26-1083 ☎25-5337】

なんなん日本語講座/毎週月曜日午後7時～

【芳川公民館 ☎58-2034 ☎85-1057】

芳川公民館日本語教室/毎週木曜日午後7時30分～

【波田公民館 ☎92-2268 ☎92-7111】

波田公民館日本語教室/毎週土曜日午後7時30分～

【ゆめひろば庄内 ☎24-1811 ☎24-1812】

中信にほんごひろば(庄内教室/並柳教室(子ども向け))/毎週日曜日午前10時～

新成人プール無料券プレゼント

令和3年に成人を迎える方に、期間中にプールを利用した新成人に次回使用できる無料券をプレゼントします。2021年新成人(免許

(水)20日(水) 午前11時～午後7時に、本人確認(氏名・住所・顔写真付き)ができるものを持参し、ラーラ松本2階レストランコルソ(☎48-1110 ☎48-1355)へ

20歳になったら国民年金に加入

国民年金は20歳から60歳の方が加入し、保険料を納付する制度です。年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき等、いざというときの生活

証・学生証等年齢の確認できるものを2階総合受付に提示) 日 1月9日(土)～11日(祝) ラーラ松本(☎48-1111 ☎48-1355)



相談

「人権・男女共生課からのお知らせ」 法務局人権なんでも相談

人権擁護委員が人権に関する相談を受けます。相談は無料です。秘密は固く守られます。 日・場 1月13日(水)/なんなんひろば 会議室1・2、2月4日(木)/Mウイング3階 ネットワーク室 いずれも午後1時～4時 問 長野地方 法務局松本支局(☎32-2571 ☎32-2572)

を現役世代みんなまで支えるという考えで作られた仕組みです。 20歳の誕生日が過ぎると、日本年金機構から年金手帳や納付書が送付されます(厚生年金、共済組合加入中の方は除く)。学生の方や所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、申請によって保険料が免除・猶予される制度があります。 問 市民課年金担当(東1) ☎34-3218 ☎37-0260、松本年金事務所(☎31-5240)



募集

【福祉計画課からのお知らせ】 特別養護老人ホーム 介護職員を募集

令和3年4月1日採用予定の介護職員を募集します。 ●普通自動車免許、必要な資格を有する方(資格は、令和3年3月末までに取得見込みの方を含む。学生は、令和3年3月末までに卒業見込みの方に限る) ●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 ●選考日Ⅱ 2月10日(水) ※2月1日(月)以降に申し込んだ方は随時実施 申 1月6日(水)から2月26日(金)の平日午前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 ※詳細は、直接お問い合わせするか、組合ホームページで確認してください。 問 松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局総務課(☎53-5000 HP <https://aoi.hato.com/>)



募集

太鼓まつりの太鼓団体とプロジェクトメンバー募集

【①太鼓団体】

令和3年7月に開催予定の国宝松本城太鼓まつりへの出演を希望し、企画・運営を担う太鼓団体を募集します。

市民農園利用者を追加募集します

市民農園を利用して農作物を栽培してみませんか。空区画の詳細はお問い合わせください。

☑ 市内在住で、新規利用・追加利用希望の方

農園名	募集区画数	所在地	料金	広さ	利用期間
入山辺北	6	入山辺508	2,000円	33㎡	4月～12月
入山辺南	5	入山辺423			
神田北	1	神田3丁目367-1			
神田中	4	神田3丁目366			
神田南	15	神田3丁目399			
		他3筆			
中山北	1	神田2丁目140-1 他2筆	3,000円	50㎡	
中山南	4	神田2丁目122			
並柳北	4	並柳138-1 他1筆			
寿台	1	内田101			
高宮北健康生きがい	1	高宮北453-3			
高宮中健康生きがい	2	高宮中802-1			

●注意点

- ①申し込みは、原則1人につき1区画。2区画目を申し込むこともできますが、新規の方が優先です。
- ②利用期間は1年で、5年までの継続利用が可能
- ③農園の除草管理、通路など共有部分も、利用者の皆さんで管理
- ④契約開始後の利用料返還はできません。
- ⑤駐車場が無いため、徒歩・自転車での通園をお願いします。
- ⑥水は各自で用意してください。

☑ 1月6日(水)～22日(金) (当日消印有効) に、郵便番号、住所、氏名、電話番号、年代、希望農園を明記し、はがきかファクスで農政課(本5) 〒390-8620 丸の内3-7 ☎34-3222 ☎36-6217 ✉nosei@city.matsumoto.lg.jp)へ

※電話での申し込みはできません。農園の当選および使用区画は、抽選により決定し、当選者には別途通知します。

梓川・波田地区市民農園 新規利用者の募集

梓川・波田地区にある市民農園を利用して農作物を栽培してみませんか。

【梓川やまと農園】

☑ やまと農園(梓川倭415)

- 区画数 7区画 ☎ 1区画(50平方メートル)年間3,000円(75平方メートル)年間4,500円

【波田ふれあい農園】

☑ 島農園(波田2305-1、2305-2)、波多農園(波田10067-1)、町道農園(波田7074-1、7074-2)

- 区画数 島/5区画、波多/8区画、町道/6区画

☎ 1区画(75平方メートル)年間2,800円

- 利用期間 4月1日から(1年ごとの更新で最長5年間)

☑・☎ 1月12日(火)～29日(金)に、市ホームページにある申込書を西部農林課(梓川支所1階 ☎78-3003 ☎78-3942)へ ※申し込み多数の場合は、抽選

☑ 次の条件を全て満たす団体

①松本城太鼓まつりを継続的に盛り上げていく意志がある団体

②市内で活動する団体

③太鼓まつりに向けて開催される会議・企画への出席、太鼓まつり当日の演奏および運営スタッフに参加できる団体

※参加初年度は街中演奏、合同演奏のみの出演

【②プロジェクトメンバー】
国宝松本城太鼓まつりの企画・運営を手伝っていただけ方を募集します。

☑ 国宝松本城太鼓まつりの企画運営に関わる会議および当日の運営スタッフへの参加など、国宝松本城太鼓まつりを一緒に盛り上げていただける方

☑ 2月5日(金)までに①または②を選び、連絡先を明記し、ファクスまたは電子メールで観光温泉課(大5)

☎ 34-8307 ☎ 34-3304
✉ kankou@city.matsumoto.lg.jp

【危機管理課からのお知らせ】

自衛官の募集

陸・海・空 自衛官の採用試験を実施します。身分は特別職国家公務員です。

☎ 陸・海・空 自衛官候補生 任期制自衛官要員

☑ 18歳以上33歳未満の方(男女共に) ●試験日 2月6日(土)・27日(土) ●試験会場 陸上自衛隊松本駐屯地(高宮西1-1) ※会場変更の場合があるため、お問い合わせください。

☑・☎ 2月15日(月)までに、自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所(深志2-16-5 マルナカ深志ビル1階 ☎36-2787)へ

第8期介護保険派遣相談員の募集

介護サービス提供事業所などへ定期的に訪問し、利用者への傾聴から日常の声を聞き取り、事業者および保険者へ橋渡しをします。利用者が抱える不平や不満などを事業者へ橋渡しすることで、それらが苦情となることを未然に防ぎ、問題改善等介護サービスの質の向上につなげます。

【対】次に掲げる要件を全て満たす方 ①市内に住所を有すること ②保健、医療、福祉等に関心があり、高齢者の訴え等に適切に対応できる能力があること ③任期を通じて、月に17日程度(半日単位)の活動ができること ④市長が定める研修を修了することができること ⑤自家用車で訪問活動ができること(一定以上の任意自動車保険等の加入が必要) **【定】**若干名 ●任期 令和3年4月1日～令和6年3月31日 **【回】**1回あたり2時間程度の訪問、報告書の提出、定例会・研修への参加など(社会情勢に応じて訪問頻度や活動方法は適宜変更されます) ●報酬など 規定に基づき支給 **【申・問】**1月4日(月)から25日(月)(必着)に、

応募用紙と小論文(「高齢者が自分らしく生活するには」をテーマに800字以内)を、高輪福祉課介護給付担当へ持参または郵送で提出(本北別2-390-8620 丸の内3-7 34-3213 34-3016)

シルバー保育サポーターの募集

4月から市内の公立保育園・幼稚園で園児と一緒に遊んだり、園の環境整備等を行ったりする保育サポーターを募集します。

【対】健康で子どもの好きな市内在住の60歳～70歳の方 ●勤務先 野溝保育園、井川城保育園、柏木保育園、みつば保育園、乗鞍保育園 各1人 **●勤務時間** 午前9時～午後1時 週2回(1カ月8回まで) ●時給 896円 **【対】**午前は保育の補助的なこと、午後は園の環境整備など。**【他】**会計年度任用職員としての採用。通勤手当、年次有給休暇有り。労災保険は市で加入 **【申・問】**1月27日(水)～29日(金)の午前9時～午後3時30分(正午～午後1時は除く)に、履歴書(要写真)を直接保育課(東2) 33-985

7 34-3236)へ ※受付時に面接を行います。



催促

観光ホスピタリティカレッジ新講座配信

一般市民向けに、ウェブ講演会のYouTube配信を行っています。どなたでも視聴できます。

【対・講】「松本の水と食の可能性」小池晃氏/長野県南安曇農業高等学校 生物工学科教諭、「今日から実践!テーマパークに学ぶ人材育成」徳田祐一郎氏/CSコンサルタント元オリエンタルランド デイズニアアカデミー管理運営担当 **【他】**視聴は二次元コードを読み取るか、YouTubeで「観光ホスピタリティカレッジ」と検索 **【観】**観光ホスピタリティカレッジ運営委員会事務局(348-7214)



【松本の水と食の可能性】



【テーマパークに学ぶ人材育成】

わくわく多文化 世界のこ とばにふれてみよう

中国出身の講師と一緒に、中国語を使って遊びます。中国語であいさつをしたり、数や色を言ってみましょう。歌や本の読み聞かせもします。

【対】おむね年中児から小学生6年生まで(親子での参加も可) **【日】**①1月16日(土) ②2月27日(土) ③3月27日(土) ④4月27日(土) ⑤5月27日(土) ⑥6月27日(土) ⑦7月27日(土) ⑧8月27日(土) ⑨9月27日(土) ⑩10月27日(土) ⑪11月27日(土) ⑫12月27日(土) ⑬1月27日(土) ⑭2月27日(土) ⑮3月27日(土) ⑯4月27日(土) ⑰5月27日(土) ⑱6月27日(土) ⑲7月27日(土) ⑳8月27日(土) ㉑9月27日(土) ㉒10月27日(土) ㉓11月27日(土) ㉔12月27日(土) ㉕1月27日(土) ㉖2月27日(土) ㉗3月27日(土) ㉘4月27日(土) ㉙5月27日(土) ㉚6月27日(土) ㉛7月27日(土) ㉜8月27日(土) ㉝9月27日(土) ㉞10月27日(土) ㉟11月27日(土) ㊱12月27日(土) ㊲1月27日(土) ㊳2月27日(土) ㊴3月27日(土) ㊵4月27日(土) ㊶5月27日(土) ㊷6月27日(土) ㊸7月27日(土) ㊹8月27日(土) ㊺9月27日(土) ㊻10月27日(土) ㊼11月27日(土) ㊽12月27日(土) ㊾1月27日(土) ㊿2月27日(土)

プラザ(39-1106 37-1153)へ

来て観て笑って弾いてみて ベーゼンドルフアー

グラントピアノ「ベーゼンドルフアー」を30分間、自由に弾いていただきます。

【日】2月13日(土) 午前9時～午後5時 ※1組あたり30分間 **【場】**波田文化センターアクトホール **【定】**16組 **【料】**1組500円 **【申・問】**1月19日(火)～31日(日)に、電話または直接波田文化センター(92-7501 92-7505) 月曜休館 午前9時～午後5時へ ※定員になり次第受け付け終了

「松本高等学校が地域にもたらしたものは？」

第15回学都松本・教育100年を語る会

松本高等学校(現あがたの森文化会館)は、地域にどのようなものをもたらしたのでしょうか。当時の教育や学校生活から探ります。当日の講座は、後日動画で配信する予定です。中高生の参加も歓迎します。

【日】1月30日(土) 午後1時30分～3時
【場】あがたの森文化会館 講堂第一会議室
【講】本間花梨/市立博物館学芸員
【料】無料
【申・問】1月29日(金)までに、教育政策課(大4) 33-3980 33-3934へ

情報チャンネル



催し

「箱膳体験」講座

かつての日本で一般的だったお膳を使用し、日本文化を学びながら和食をいただく体験です。お膳に向かい合って「食べるこの意味」を考えてみませんか。

日 1月20日(水) 午前11時～午後1時 場 庄内地区公民館 和・洋室 講 まつもと

農村女性協議会会員 定 10人 料 ¥700円 講 1歳以上の未就園児(定員3人。500円/人) 申・問 1月6日(水)～13日(水)に、二次元

コードまたは市ホームページの申し込みフォームで農政課(本5) 34-3222 36-6217へ



ブレイン体操体験講座

実際に身体を動かしながら農作業や仕事のために、体の調子を整えてみませんか。

日 1月29日(金) 午前10時～

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

「ザ・ハーモニーホール」

美術館

博物館

11時30分 場 梓川公民館 多目的会議室 講 丹下いづみ氏、小島敬子氏/ブレイン トレーナー 定 20人 料 無

特 動きやすい服装、靴、タオル、飲み物 申・問 1月11日(祝)～20日(水)に、二次元

コードまたは市ホームページの申し込みフォームで農政課(本5) 34-3222 36-6217へ



トライあい・松本主催講座

【料理講座】

「プロに教わるお弁当」 和食・洋食・中華それぞれプロの料理人を講師に迎え、お弁当にぴったりのレシピや作り方のコツを学びます。

日 《中華》1月28日(木) 《洋食》2月3日(水) 《和食》2月10日(水) いずれも午前10時

～午後1時 場 トライあい・松本 定 各10人 料 受講料各800円、材料費各1

200円 講 村田誠氏/チャイニーズダイニング油家、

三浦康弘氏/トラットリアアガプリエル、長田崇氏/ながた

寿司 特 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、筆記

用具 講 各回定員3人。1歳以上未就園児 1回300円 他 ※各回ともお弁当はお持ち帰りいただきます。応募多数の場合は抽選。市内在住、在勤の方優先。 申・問

1月21日(木)までに、トライあい・松本(35-6285) 35-6344 平日午前9時～午後5時)へ

教育文化センターの催し

場・問 教育文化センター(32-7600) 32-7604

※無料の催しは、当面の間予約制へと変更しています。入館時にマスクの着用をお願いします。

【ワード応用】 対 ワード基礎講座終了程度の経験がある方 日 1月14日(木)・15日(金) 午前10時～午後3時 場 3階第1研修室 定 先着11人 料 ¥4130円 特 筆記用具、昼食 申 1月7日(木)から電話かファクスで【エクセル上級Ⅰ】 関数や表計算の活用を学びます。

対 エクセルを日常的に使っており、さらに高度な機能を使いたい方 日 1月22日(金) 午前10時～午後3時 場 3

階第1研修室 定 先着11人 料 ¥3110円 特 筆記用具、昼食 申 1月30日(土)から電話かファクスで【星美ステージ(市民の時間)】 当館周辺の風景や天体写真をドームでご覧いただきます。

日 1月23日(土) 午後4時15分～4時45分 場 2階プラネタリウム 定 先着90人 料 無料 申 1月16日(土)から

電話かファクスで【親子プラネタリウム】 子ども向けに、冬の星と宇宙のお話をします。

日 1月24日(日) 午後3時～午後4時15分 場 2階プラネタリウム 定 先着45人 / 回 料 無料 申 1月17日(日)から電話かファクスで【親子映画会】 「グリム名作劇場(金のが

ちよう・ブレイメンの音楽隊)」を上映します。 日 1月17日(日) 午前11時～午後2時 場 3階ホール 定 先着80人/回 料 無料 申 1月10日(日)から電話かファクスで【JAXA協力事業】 「ロズミックカレッジ」 宇宙に関する実験や工作を行います。詳細は市ホームページ等でお知らせします。

対 小学生 日 2月7日(日) 午前10時～11時30分、午後1時30分～3時 定 10人/回 ※申し込み多数の場合は抽選。開催日の1週間までに郵送でお知らせ。 料 無料 申 1月7日(木)～24日(日)に電話、ファクス、市ホームページから

対 エクセルを日常的に使っており、さらに高度な機能を使いたい方 日 2月6日(土) 午前10時～午後3時 場 3階第1研修室 定 先着11人 料 ¥3110円 特 筆記用具、昼食 申 1月30日(土)から電話かファクスで【エクセル上級Ⅱ】 グラフの活用、グラフィックの利用、データベースの活用を学びます。

対 エクセルを日常的に使っており、さらに高度な機能を使いたい方 日 1月23日(土) 午前10時～午後3時 場 3階第1研修室 定 先着11人 料 ¥3110円 特 筆記用具、昼食 申 1月16日(土)から電話かファクスで【エクセル上級Ⅲ】 ピポットテーブルとピポットグラフおよびマクロの活用を学びます。

対 エクセルを日常的に使っており、さらに高度な機能を使いたい方 日 2月6日(土) 午前10時～午後3時 場 3階第1研修室 定 先着11人 料 ¥3110円 特 筆記用具、昼食 申 1月30日(土)から電話かファクスで【星美ステージ(市民の時間)】 当館周辺の風景や天体写真をドームでご覧いただきます。

日 1月23日(土) 午後4時15分～4時45分 場 2階プラネタリウム 定 先着90人 料 無料 申 1月16日(土)から

電話かファクスで【親子プラネタリウム】 子ども向けに、冬の星と宇宙のお話をします。

日 1月24日(日) 午後3時～午後4時15分 場 2階プラネタリウム 定 先着45人 / 回 料 無料 申 1月17日(日)から電話かファクスで【親子映画会】 「グリム名作劇場(金のがちよう・ブレイメンの音楽隊)」を上映します。 日 1月17日(日) 午前11時～午後2時 場 3階ホール 定 先着80人/回 料 無料 申 1月10日(日)から電話かファクスで【JAXA協力事業】 「ロズミックカレッジ」 宇宙に関する実験や工作を行います。詳細は市ホームページ等でお知らせします。

【労政課からのお知らせ】

松本市生涯現役促進協議会
セミナー

★現役世代向けセミナー
 【退職前後の手續きとセカンドライフについて】

対 市内在住・在勤のおおむね55歳以上の方 日 2月4日(木) 午後6時～7時30分

場 勤労者福祉センター 3会議室 木島好禅氏 / 社会保険労務士 無料

申・問 松本市生涯現役促進協議会 (☎88-5955) (☎88-5954)



女性のための離婚に関する法律セミナー

離婚の際に知っておきたい法的なポイントを女性弁護士が解説します。

対 夫婦関係・離婚に悩んでいる女性 日 2月3日(水) 午前10時～正午 場 女性センターパレア松本 (Mウイング3階) 定 20人 料 200円

講 李栄愛氏 / あい法律事務所弁護士 筆記用具 託児料300円 / 人。希望の方は、1月27日(水)までにお子さんの名前・年齢・性別を

わせて要申し込み 申・問 1月27日(水)までに、パレア松本 (☎39-1105) (☎37-1153) kyousei@city.matsuyama.jp

発掘された松本2020
松本市遺跡発掘報告会

令和2年に行われた発掘調査の成果を、各現場担当者が報告します。

対 長野県在住者 日 2月13日(土) 午後1時～3時 場 Mウイング 6階ホール

定 先着150人 料 無料

申・問 1月25日(月)午前9時から、電話で文化財課埋蔵文化財担当 (☎85-7064) (☎86-9189) へ

人権映画の日

人権に関する映画を上映します。

日 ①1月6日(水) 午後3時～4時30分 ②2月3日(水) 午後3時～4時10分 ●上映作品 ①ハーヴェイ・ミルク (字幕) ②おひとりさまを生

きる 場 Mウイング3階 ネットワーク室 定 先着20人 ※要申し込み 料 無料

申・問 人権・男女共生課 (☎39-1105) (☎37-1153)

スポーツ教室

※詳細は、各施設にお問い合わせください。どの講座も、動きやすい服装で飲み物をお持ちください。

総合体育館 申・問 ☎32-1818 ☎36-9394

内容	対象	日時	定員	料金	持ち物
金曜ピラティス教室	16才以上の男女	1月15日～29日の金曜日(22日除く) 午前9時20分～10時20分	20人	初回無料 2回目以降は1,100円	屋内用シューズ、タオル
リズムでシェイプ&ストレッチ教室	16才以上の男女	1月15日～29日の金曜日(22日除く) 午前10時40分～11時40分	20人	初回無料 2回目以降は1,100円	屋内用シューズ、タオル
ミズノスポーツ塾(マット教室)	①幼児 ②小学生	1月17日(日) ①午前9時～10時30分 ②午前10時50分～午後0時20分	15人 / 回	1,100円 / 教室	屋内用シューズ、タオル

柔剣道場・弓道場 申・問 ☎・☎36-0834 HP <http://www.s-seiun.co.jp/shisetsu/matsumoto/>

内容	対象	日時	定員	料金	持ち物
ステップアップ・ピラティス(中級) 講 原秀子氏	ピラティスを上達したい方	1月6日～2月3日の水曜日 午前10時30分～11時30分	20人	700円 / 回	ヨガマット
シニアのためのピラティス 講 原秀子氏	60歳以上の方	1月6日～2月3日の水曜日 午後1時15分～2時15分	20人	700円 / 回	ヨガマット
はじめての夜ヨガ 講 松澤直子氏		1月6日～2月3日の水曜日 午後7時～8時	15人	800円 / 回	ヨガマット、手ぬぐい
ママとベビーのヨガ教室 講 瀧本和子氏	産後2カ月以降の乳児と母親	1月7日～28日の木曜日 午前10時30分～11時30分	15組	700円 / 回	ヨガマット、バスタオル、おむつ
優しいストレッチ・ピラティス(初級) 講 原秀子氏		1月7日～28日の木曜日 午後1時15分～2時15分	20人	700円 / 回	ヨガマット
夜ヨガ(中級) 講 松澤直子氏		1月7日～28日の木曜日 午後7時～8時45分	15人	1,000円 / 回	ヨガマット、手ぬぐい
やさしいヨガ教室 講 舟橋嘉奈子氏		1月8日～2月2日の火・金曜日 午前10時～正午	15人	1,000円 / 回	ヨガマット
シニアのためのヨガ教室 講 舟橋嘉奈子氏	60歳以上の方	1月8日～29日の金曜日 午後1時～2時30分	15人	800円 / 回	ヨガマット
広ーい畳で親子からだ遊び 講 分藤香氏	★ 1～3歳のお子さん と保護者	1月18日・25日の月曜日 午前10時30分～11時30分	20組程度	500円 / 回	

★は柔剣道場 2階柔道場。他は全て弓道場 2階会議室

情報チャンネル



スポーツ

**市民体育大会冬季大会
スキー競技会の参加者募集**

市内に在住・通勤・通学している方 ②2月28日(日) 野麦峠スキー場 ●種目 ③大回転競技 ④小中学生 150円、高校生以上400円 ⑤申・固 2月9日(火)までに、協会ホームページから、または松本市スポーツ協会窓口(総合体育館内) ☎3217056 ☎3217452 平日午前8時30分〜午後5時15分)へ



健康・福祉

**ファミリー・サポート事務局
出張登録会**

【子ども育成課からのお知らせ】
ファミリー・サポート・センターでは、子育ての援助を受けたい方(依頼会員)と子育てのお手伝いができる方(協力会員)が登録して会員になり、子育てのサポートを有料で行っています。新規登

お知らせ
相談
募集
催し

録のための出張登録会を行います。

①2月10日(水) 波田
②2月12日(金) 小宮
③2月11日(木) 小宮
④3月18日(木) 南郷
※いずれも午前9時〜正午 ⑤特 印鑑 ⑥ファミリ
⑦サポート・センター事務局 (☎3413308 ☎3413309)

高齢者・障害者虐待防止 市民啓発講演会

高齢者・障害者虐待について正しく理解し、早期発見・早期解決へつなげるための講演会を開催します。コロナ禍の外出自粛で、虐待が増えるとの懸念が高まっています。皆さんの気づきが大切です。
②2月26日(金) 午後1時30分〜3時 ※同時にウェブ配信を実施 ③総合社会福祉センター 4階大会議室
④先着100人(要申し込み) ⑤無料 ⑥山崎秀隆氏/長野県弁護士会、勝又小百合氏/長野県社会福祉士会
⑦申・固 2月12日(金)までに電話、ファクス、電子メールで高齢福祉課(本北) ☎3413237 ☎3413026

スポーツ
健康・福祉

☎c-hokatsu@city.matsunotok.jp)へ

障害者就業生活支援センター らいと移動相談会

お困りの内容に応じて、適切な相談先や就労支援などの情報提供をします。相談は無料、予約不要です。
⑧就職を希望または仕事先で困っていることがある障がいのある方やご家族、障がいのある方の雇用を検討またはすでに雇用している企業の方

⑨申・場 1月26日(火) ①午前10時〜正午/松本市役所波田支所 ②102会議室 ③午後1時〜3時/梓川福祉センター ④教養娯楽室 ⑤松本圏域障害者就業・生活支援センターらいと(☎8815146 ☎8815147)



美術館

セールスマンの死

名優が演じ継いできた老セールのスマンを風間杜夫、その妻を片平なぎさが演じ、家族の業、社会と個人を描き、喝

美術館
ザ・ハーモニーホール

采を浴びた「セールスマンの死」が松本に登場。
⑩1月30日(土) 午後1時
⑪主ホール ●作IIアーサー・ミラー ●演出II長塚圭史 ●出演II風間杜夫、片平なぎさ、山内圭哉、菅原永二
⑫他 ⑬一般/6000円、18歳以下/3000円 ※全席指定。未就学児入場不可
⑭申・固 まつもと市民芸術館チケットセンター 窓口・電話(☎3312200 ☎3313830 午前10時〜午後6時)



初演時舞台写真 (2018) 撮影: 細野晋司



ザ・ハーモニーホール

音楽の絵本 Withパイプオルガン

大人気のズーラシアンプラスが再びザ・ハーモニーホールに登場!今回は、弦楽四重奏の弦うさぎと、オルガンを弾くふくろう、オルガンオウ

美術館
博物館

⑯3月21日(日) 午後2時開演(午後1時開場) ⑰メイ
ンホール ●出演IIズーラシ
アンプラス(金管五重奏)、
弦うさぎ(弦楽四重奏)、オ
ルガンオウル(オルガン)
⑱プログラムIIアメリカ民謡
/石川亮太編曲・「アルプス
一万尺」、石川亮太編曲・「パ
イプオルガンの怪人」ミュー
ジカルメドレー」他 ⑲
一般・ハーモニーメイト・カ
ンガルーチケット※/200
0円、25歳以下/1000円
(全席指定) ※2歳のお子さ
まをお連れの方専用チケット。
保護者一人につき、おひとり
様ひざ上鑑賞無料。2歳未満
入場不可 ●チケット発売日
IIハーモニーメイト/1月9
日(土)、一般/1月23日(土)
⑳有料。要事前申し込み
㉑ザ・ハーモニーホール(☎
4712004 ☎4712383)



ズーラシアンプラス、弦うさぎ、オルガンオウル

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

ザ・ハーモニーホール

広告

博物館

1月の こどもプラザ



☆印の行事は、予約が必要です。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、講座・行事の申し込みが変更となりましたので、ご確認ください。

1回のお電話で1件（講座および行事）の申し込みとします。予約の申し込みは、平日の午後1時から4時までの間に電話でお願いします。

☆印の日の通常利用は、午後1時30分からです。

（1月27日(水)波田こどもプラザは通常開館）

* 講座・行事の詳細は、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)

1月19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。混雑状況により受付を終了する場合があります。
☆1月21日(木) 午前10時～ 申 1月7日(木)～	講座「子どもの育ち」～親子で身体あそび～ ☎ 2歳以上の親子 ☎ 12組
☆2月2日(火) 午前10時～ 申 1月19日(火)～	季節のお楽しみ ～豆まき～ ☎ 18組

小宮こどもプラザ(☎・☎47-8310)

1月15日(金) 午前10時～	安心ルームの歯科相談日 ※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。
1月21日(木) 午後1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。
☆1月29日(金) 午前10時～ 申 1月15日(金)～	リフレッシュ ヨガ ☎ 初妊婦と12カ月までの親子 ☎ 15組
☆2月3日(水) 午前10時30分～ 申 1月20日(水)～	豆まきしましょ 新聞デー ☎ 15組
2月5日(金) 午前10時～	安心ルームの栄養相談日 ※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。

南郷こどもプラザ(☎・☎32-6315)

☆1月21日(木) 午前11時～ 申 1月13日(水)～	ベルが奏でるホワイトコンサート ～ベルの会～ ☎ 15組
☆2月5日(金) 午前11時～ 申 1月21日(木)～	ゆびきりげんまん ～お話会～(市立図書館職員) ☎ 15組
☆2月9日(火) 午前10時～ 申 1月26日(火)～	講座「親子で体操」～リズムあそび～ ☎ 1歳6カ月以上の親子 ☎ 15組

波田こどもプラザ(☎91-3113 ☎91-3114)

1月18日(月) 午前10時～	安心ルームの栄養相談日 ※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。
☆1月20日(水) 午前10時30分～ 申 1月6日(水)～	あ～そ～ぼの冬のお楽しみ会 ☎ 15組
☆1月27日(水) 午前10時～ 申 1月13日(水)～	講座「親子で体操」～身体あそび～ ☎ 1歳以上の親子 ☎ 18組 ☎ 波田保健福祉センター・教養娯楽室
☆2月3日(水) 午前11時～ 申 1月21日(水)～	あ～そ～ぼのお話会(市立図書館職員) ☎ 15組
2月4日(木) 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。

廣江理枝オルガンリサイタル
 「二人オーケストラ」とも言われるパイプオルガンの華麗な響きをお楽しみください。特に「展覧会の絵」のオルガン版は廣江理枝の十八番。めくるめくサウンドに圧倒され、押し流される体験は他では味わえません。
 2月14日(日) 午後3時開演

演(午後2時開場) 場メイ
ンホール ●出演 廣江理枝
(オルガン) ●プログラム
F.メンデルスゾーン・ソナ
タ第3番イ長調、M.ムソル
グスキー/J.ギュー編曲…
組曲「展覧会の絵」全曲 他
¥ 一般/2000円、ハ
モニーマイト/1500円、
25歳以下/1000円(全席
指定) 託 有料。要事前申し

込み 関 ザ・ハーモニーホ
ール(☎
47-20
04 ☎
47-23
83)
第35回ニューイヤ
ー
松本ボーカルフェスティバル
質の高い情熱にあふれる演



廣江理枝

奏を毎年披露しているこのフェスティバルも、今年で35回目を数えます。今回は10人が多彩なレパートリーを披露します。
 1月31日(日) 午後1時30分開演(午後0時30分開場)
場メイ ンホール ¥ 1000円(全席自由) 関 ザ・ハーモニーホール(☎47-2004 ☎47-2383)

“空き家に関するお困りごと”は 私たち空き家の専門家にご相談ください

私たちは、**空き家問題**の解決に取り組む活動団体です。

＜松本市エリアでは、以下の協力会社と共に活動しています＞
 カガミ・タウンマネジメント株式会社
 住所：松本市双葉 14-18
 電話：0263-26-0662

お問い合わせはフリーダイヤルまで
0120-336-366
 受付時間 9時～17時

情報チャンネル



**美術館長アートレクチャー
よみなおし日本美術史**

小川稔館長が日本美術を時代、テーマごとに解説します。今回は、昨年度から延期となっていた2講座に加え、江戸時代の工芸について6回に分けてお話しします。各回ごとの予約制です。

- ① 1月16日(土) ② 1月23日(土) ③ 1月30日(土) ④ 2月13日(土) ⑤ 2月27日(土) ⑥ 3月6日(土) ⑦ 3月20日(祝) ⑧ 3月27日(土) いずれも午後1時30分～3時(午後1時開場)
- ①④⑤⑦⑧美術館多目的ホール ②③あがたの森文化会館2・8教室 ⑥まつもと市民芸術館オープンスタジオ
- 定 45人(要事前申し込み。1日のみの参加可)
- ¥ 無料 講 小川稔/松本市美術館館長 ①さまざまな絵画流派-アカデミズムと逸脱 ②江戸前期の工芸と茶の湯-「きれいさび」の時代 ③染織史よみなおし-日常と芸能の衣裳 ④陶磁史よみなおし-国内から国外へ ⑤金工史よみなおし-武器

の美 ⑥木工史よみなおし-漆器を中心に ⑦尾形乾山の芸術 ⑧尾形光琳の芸術

申・関 ①④は1月8日(金)から、⑤⑧は2月19日(金)から、美術館(☎39-7400 39-3400)へ

みんなのムービー「映画上映 岡本忠成作品展」

子どものためのアニメ制作に情熱を燃やし、実写・泥人形・張り子など多彩な技法を模索した映像作家・岡本忠成。代表作「おこんじょうるり」ほか貴重な作品選を上映します。

- ② 2月7日(日) 午前10時～11時 場 美術館 多目的ホール 定 30人(要事前申し込み) ¥ 500円 ● 主催 松本市美術館、NPO法人 コミュニティシネマ 松本CINEMAセレクト ● 特別協力 岡本さと子 申・関 1月13日(水)から美術館(☎39-7400 39-3400)へ

みんなのムービー「アニメーション(映画)の動くしくみ」

作家・岡本忠成による子ども向けアニメーション作品選を鑑賞します。ワークショップ

プでは、16ミリフィルムに直接イラストを描いてアニメを作り、本物の映写機で上映し、鑑賞します。

- 対 小・中学生 ② 2月7日(日) 午後1時30分～4時 場 美術館 多目的ホール・講座室・市民アトリエ ※多目的ホール集合 定 20人(要事前申し込み) ● 指導 NPO法人コミュニティシネマ 松本CINEMAセレクト ¥ 500円 申・関 1月13日(水)から美術館(☎39-7400 39-3400)へ

アカデミア館催事情報

- ① 梓川アカデミア館(☎78-5000 78-15101) 【日本遺産木曾路と信仰御嶽山旧中山道11宿場(費川より馬籠まで) 紀行/風土紀 手塚確写真展】 ② 1月14日(木)～17日(日) 午前9時～午後5時 場 ギャラリー ¥ 無料 【アイシングクッキーデザイン講座】 素焼きしたクッキーにパレットインデザインのアインシグを施す体験講座です。

- ③ 1月24日(日) ① 午後1時～ ② 午後2時～ ③ 午後3時～ 場 ギャラリー 定 10人/回(要事前申し込み)

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

事業名等	会期	会場	問い合わせ
第22回 テレビ松本 小・中学生立体アート作品展	1月14日(木)～17日(日)	市民ギャラリーAB	㈱テレビ松本ケーブルビジョン ☎35-1008
創造はArtだ	1月15日(金)～17日(日)	子供創作館	古田 ☎080-1010-0981
第19回松本市美術館友の会会員作品展・友の会ワークショップ作品展	1月20日(水)～31日(日) ※25日(月)休館	市民ギャラリーAB、多目的ホール	友の会事務局 鈴木 ☎090-9357-4221
水彩松本小品展	1月26日(火)～31日(日)	子供創作館・情報交流館	分部 ☎32-7360
エクセラン高等学校美術科卒業制作展・美術科展	2月3日(水)～7日(日)	市民ギャラリーAB	エクセラン高等学校 ☎32-3701

¥ 1300円/セット 講 鰐川智恵子氏/ IADC協会 認定講師 ① 手ふきタオル、持ち帰り用容器 【土着を使った布ぞうり作り】 古着や古布を再利用し、布ぞうりを作ります。

① 1月31日(日) 午後1時～3時 場 ギャラリー ¥ 500円/セット 定 先着20人(要事前申し込み) 講 松川村研友会ぞうり部の皆さん ② 時 はさみ、30センチメートルものさし

お知らせ
相談
募集
催し
スポーツ
健康・福祉
美術館
ザハモ二ホール
美術館
博物館

広告

開催総数
第118回

一人暮らし、夫婦世帯「老後の生き方セミナー」 親族に頼らず生きていく選択

私たちは平成28年長野県より特定非営利活動法人(NPO法人)の認証を受けた団体です。会員契約を結び、病院・福祉施設・賃貸住宅などへの入院または入居をする際の身元保証、それに伴う様々な生活支援や金銭管理、さらには緊急時の支援から葬儀・納骨・死後の諸手続きまで、専門スタッフ(弁護士・司法書士・行政書士など)と協働し、相談及び支援を行っています。

医療・福祉・介護・行政機関または、身元保証等でお困りの主に高齢者からのご相談も受け付けています。

セミナー開催

令和3年
1月26日(火) [受付]午後1時30分 [時間]午後2時～4時

会場：松本市勤労者福祉センター
3-2会議室(3階)

資料代：300円

講師：丸山 美菜

(日本よりそい家族会 常務理事)

NPO法人 日本よりそい家族会

【本部】長野県上田市中央西2-6-7 グリーン11階2号
【長野】長野県長野市石渡107-17
【高崎】高崎市中央町44-3マリアラックIII

【要予約】0120-12-8851
平日9:00～17:00



博物館 イベント等情報



市立博物館 ☎32-0133 ☎32-8974

【催事等中止のお知らせ】

毎年1月3日に行ってきた新春無料臨時開館は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、実施を見合わせます。また、「宝船七福神と干支ピンバッジ」の製作・販売も行いません。

民芸館 ☎・☎33-1569

【企画展「冬のいろいろ 玩具人形展」】

家の繁栄や無病息災、子どもの健やかな成長などを願う人々の心が感じられる郷土玩具や人形、約130点を展示しています。

☎ 3月14日(日)まで

※休館日：月曜（休日の場合はその翌平日）、
年末年始（12月29日(火)～1月3日(日)）

¥ 通常観覧料（大人310円、中学生以下無料）

考古博物館 ☎86-4710 ☎86-9189

【八十二銀行ウィンドーギャラリー展】

大名町通りの八十二銀行ウィンドーギャラリーで、考古博物館の資料を写真パネルで紹介します。

☎ 1月15日(金)～29日(金)

☎ 八十二銀行松本営業部1階
ウィンドーギャラリー

旧制高等学校記念館 ☎35-6226 ☎33-9986

【第187回サロンあがたの森】

テーマは「イギリス児童文学をめぐる旅～物語の舞台を訪ねて～」です。

子どもの本屋を始めてから本を夢中になって読み、その舞台を訪ねる旅をしてきた方を招き、その中で特に印象的なイギリスの旅のお話をします。

☎ 1月16日(土) 午後1時30分～3時30分

☎ あがたの森文化会館 講堂 第一会議室

¥ 200円

馬場家住宅 ☎・☎85-5070

【内田のおんべ祭り見学会】

松本市重要無形民俗文化財に指定されている「内田のおんべ祭り」と地区周辺の御柱を見学します。

☎ 1月14日(木) 正午～午後4時

☎ 10人 ¥ 310円

☎ 行程は全て徒歩での移動となります。

☎ 1月10日(日)午後5時までに電話で当館へ

時計博物館 ☎36-0969 ☎36-0973

【令和3年あめ市歴史展示 あめ市近現代史】

古来からさまざまに名称を変えながら続く「あめ市」は、城下町松本の正月の風物詩となっている伝統行事です。当展示会では、近・現代のあめ市について資料や写真を使い紹介します。

☎ 1月5日(火)～31日(日)

※月曜休館、休日の場合はその翌日

☎ 3階企画展示室

¥ 無料（1、2階常設展は通常観覧料）

山と自然博物館 ☎・☎38-0012

【冬の野鳥観察会】

アルプス公園で見られる野鳥の観察会です。歩きながら、冬の野鳥の鳴き声や姿を観察し、身近な自然に触れてみませんか。

☎ 小学生以上の子どもと保護者・大人一般

☎ 2月6日(土) 午前9時～11時

☎ アルプス公園園路 ☎ 15人

¥ 無料 ☎ 丸山隆氏／元信州野鳥の会会長

☎ 野外を歩きやすい服装・筆記用具・雨具・帽子・あれば双眼鏡など

☎ 1月6日(水)午前9時から電話で当館へ

四賀化石館 ☎64-3900 ☎64-4239

【大人のための化石教室】

例年開催している講座ですが、初めて参加される方も大歓迎です。

☎ 高校生以上

☎ ①1月23日(土) ②2月20日(土)

①午前9時～正午 ②午後1時～4時30分

☎ 四賀化石館 2階学習室ほか

☎ 各回20人

¥ ①通常観覧料（大人310円） ②500円

☎ ①普段は入れない収蔵庫の見学と古生物学会会員による専門的な講義

②タガネとハンマーを使って岩石から化石を取り出す化石クリーニング作業の体験

☎ ①小池伯一氏／古生物学会会員、当館職員

②吉澤五美氏／当館職員

☎ 1月5日(火)午前9時から電話で当館へ

開館情報やイベントの詳細は、
ホームページ「松本まるごと博物館」
をご覧ください▶





2021年 2月の相談日

1月の相談日は『広報まつもと』12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。※新型コロナウイルス感染症の影響で内容が変更・中止になる場合があります。

●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)	10日(水)午後1時～5時	市民相談室	2月1日(月)午前9時から ☎32-0001 (先着14人)
		17日(水)午後1時～3時		2月1日(月)午前9時から ☎32-0001 (先着7人)
		24日(水)午後1時～5時		2月1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	9日(火)午後1時30分～3時30分 22日(月)午後1時30分～3時30分	女性センターパレオ松本	2月2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)	16日(火)午前10時～午後3時	市民相談室	2月15日(月)までに ☎32-0001 (先着16人)	
税金	税理士税務相談 (30分)	10日(水)午前10時～正午	※電話相談のみ	2月9日(火)までに ☎32-0001 (先着4人)
手続き・書類作成	行政書士相談	9日(火)午後1時～3時		2月5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	26日(金)午後1時～4時		2月24日(水)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)	19日(金)午後1時～3時	市民相談室	2月16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	17日(水)午後1時～3時		2月12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	12日(金)午後1時～3時		2月10日(水)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	19日(金)午前10時～正午	※電話相談のみ	2月17日(水)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	18日(水)午後1時～3時		
市・県・国への苦情	行政相談	26日(金)午前10時～正午	市民相談室	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	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	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
	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 パレオ松本(Mウイング内) ☎37-1587		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
	心と生き方の相談	電話相談 火、金、第1・3水 午前9時～正午 パレオ松本(Mウイング内) ☎39-1105 面談相談 ※要予約 日時はお問い合わせください。 パレオ松本(Mウイング内) ☎39-1105		行政書士相談 (在留資格等)	2月18日 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
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 ※予約不要 午後1時～5時 ※来所のみ要予約 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]	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
	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		成年後見制度相談会	16日(火)午後1時30分～4時 高齢福祉課相談室 ※要予約 2月15日(月)までに高齢福祉課 ☎34-3237
職業・労働	職業・労働相談	水 午前9時～午後5時 予約優先 勤労者福祉センター ☎35-6286		福祉・介護・ボランティア	弁護士・司法書士による専門相談
	生活・労働相談	ユニオンサポートセンター ☎39-0021 20日(出)午前10時～正午 弁護士相談	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]
	ヤングキャリアメンター	青少年ホーム ☎26-1083 ※要予約	障害福祉相談		びあねっと・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
	若者職業なんでも相談	6日(出)午前10時～午後2時、22日(月)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約	生活困窮・就労相談		松本市生活就労支援センター「まいさば松本」(市民相談課内) ☎34-3041
家庭・子ども・育児	勤労者心の健康相談	4日(水)午前8時30分～11時30分、8日(月)・9日(火)・15日(月)・18日(水)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約	その他	一般相談(生活全般)	市民相談室 ☎32-0001
	ひとり親相談・児童相談	こども福祉課 ☎33-4767		人権相談	長野県地方務局松本支局 ☎32-2571
	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		部落差別に関する相談	2日(火)・16日(火)午前10時～午後3時 人権教育集会所 ☎86-3311
	発達相談	あるぶキッズ支援室(なんぶくプラザ内) ☎24-1235		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
	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		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
	青少年相談	こども育成課 ☎34-3183 月～金 午前10時～午後5時		結婚相談	四賀支所2階(月・火・木) ☎64-3111 ※祝日除く 出張結婚相談 第2・4土 午前9時30分～午後4時 市民活動サポートセンター 会議室
	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		交通事故相談	交通事故相談所(松本合同庁舎内) ☎40-1949
子どもの支援・相談スペース	水・金 午後1時～5時 はぐルッポ(子どもの支援・相談スペース) ☎31-3373				



松本市公式Instagram投稿企画 「まつもと わくわく」

「今月の一枚」 2020.11.02-11.29



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、松本市の魅力伝える写真の中から「今週の一枚」を選び、紹介しています。「広報まつもと」では、「今週の一枚」の中から「今月の一枚」を紹介します。



@asamaonsen.osekkai さんの投稿 投稿日：11.08

自然が織りなす秋の色彩に、わくわくが止まりません！

投稿者から一言

浅間温泉神宮寺にて。境内のピリッとした冷たい空気に、色づいた落ち葉が目にとてもあたたかく、無音に感じるほど秋に包まれたひとときでした。

「まつもと わくわく」投稿方法

ご自身のInstagramで、松本市の魅力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 広報課（本庁舎3階 ☎34-3271 ☎34-3201）

規約等は市ホームページ
でご確認ください▶



#19

～旬の味編～

「りんごのムース」

11月に城東公民館で行われた、「ふるさと料理教室」のレシピを紹介します。

【材料（5人分）】

りんご	500g	砂糖	60g
ゼラチン	5g	水	50cc
りんご酢	60cc		
生クリーム（乳脂肪分43%）	200cc		
ビスケット	5枚		
煮たりんごまたはりんごチップス	適量		

「りんごの皮を入れることで、ほんのりりんごの色がつけます。ムースは食感がなめらかなので、パンやクラッカーにつけてもおいしいですよ。りんごが旬のこの時期に、ぜひ試してみてください」

講師の赤羽みち子さん
／食育サークル「ほほえみの会」



ふわっとした食感



【作り方】

- ① りんごを一口大に切り、ボウルに入れ、砂糖、りんご酢と和え、ラップをして500Wで10分電子レンジにかける
- ② ①と水でふやかしたゼラチンをミキサー等ですりつぶし、とろみのある半液体状にする
- ③ ②をボウルに移し、氷水または保冷剤にあてゴムベラ等でかきまぜながら室温程度に冷ます
- ④ 別のボウルで、生クリームを角が立つまで泡立てる（ボウルは氷水または保冷剤にあてながら）
- ⑤ ③に④を加え、均一になるまで混ぜ、ビスケットを下に敷きつけた器に入れ、冷蔵庫で冷ます
- ⑥ 好みで、煮たりんごやりんごチップスを飾り完成



●問い合わせ 広報課（本庁舎3階 ☎34-3271 ☎34-3201）

新型コロナウイルス感染症に関する情報

●問い合わせ 健康づくり課（東庁舎 2階 ☎34-3217 ㊟39-2523）

感染症を巡る状況は、日々変化しています。一人一人ができる予防対策を改めて確認しましょう。
※最新の情報は、市ホームページの【特設ページ】をご覧ください。



市ホームページ
【特設ページ】

◆年末年始に向けて ※12月18日現在の状況に基づいた情報です。

飲食や宴席



- 席を移動しない
- 回し飲み、箸などの共用を避ける
- 会場に合った適切な人数、2時間以内で開催
- アクリル板、フェイスシールド、マスクなどで対策を
- 県の感染拡大予防のガイドラインを遵守しているお店を利用

帰省



- 事前に家族と十分な相談を
特に感染拡大地域からの帰省や高齢者・基礎疾患のある方がいる場合は慎重に判断
- 帰省後は、家でも距離をとり、マスク着用

初詣



- 密をさけて分散化
- 体調管理を徹底した上で参拝
- 基本的な感染対策の徹底
- 境内での飲食・食べ歩きは控える

成人式



- 帰省前は体調管理を徹底
 - 少しでも体調に異変がある場合は、出席を見合わせる
※式典は、ユーチューブ松本市公式チャンネル（二次元コード）でライブ配信と録画配信を行う予定です。
 - 5人以上の会食は控える
- ※状況により開催を見合わせる場合があります。
※特に気をつけることは、市ホームページをご覧ください。

◆新型コロナウイルス感染症の窓口

発熱など症状のある方は、まずは電話でかかりつけ医等に相談してから受診してください。

※かかりつけ医等を持たない方や、土日・祝日・夜間などで相談先に迷った場合は、休日当番医、または受診・相談センター（松本保健福祉事務所）☎40-1939（24時間対応）へ電話してください。

松本市の人口 ● 238,136人（男116,657人 女121,479人）世帯数106,765世帯 ● 令和2年12月1日現在

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

URL ● <https://www.city.matsumoto.nagano.jp/> ● 本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。

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

広告欄 ※広告掲載に関するお問い合わせは広報課（☎34-3271 ㊟34-3201）へ

広告

相談無料

新築 建て替え 外構 リフォーム

をお考えの方、

お気軽に

お問い合わせください



すまいポート21
キャラクター
ずむちゃん

ハウスメーカー・ビルダー・工務店が多数登録!

あなたの「ご要望」と「ご予算」に対して
複数の建築会社が「プラン」と「見積り」を提案する
新しい住まいづくりのカタチ「設計コンペ」!



住まいのサポートセンター
すまいポート21 松本
0263-87-6621
営業時間 / 9:00 ~ 18:00 定休日 / 火曜・水曜
松本市双葉 12-35 (国道 19号沿い)



すまいポート21

検索