

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
 相談
 募集
 催し
 美術館
 博物館
 学び
 スポーツ
 健康・福祉

5月は春の農作業安全運動月間

長野県では、5月を農作業安全運動月間とし、農作業安全対策を推進しています。農業機械の管理・利用は、日常の点検に加え、工場での定期的な整備を実施するなど、適切に行いましょう。

農繁期を迎え、農業機械を使う機会が増える時期です。始業点検を万全に行い、家族や仲間同士で声をかけあいながら、安全な作業を心がけましょう。

●問い合わせ 農政課(本5) ☎34-32222 ☎36-6217

国民年金の付加年金をご存じですか

国民年金の第1号被保険者または任意加入被保険者(65歳以上の方は除く)が、定額保険料に付加保険料月額「400円」をプラスして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

ただし、保険料の免除など

を受けている方や国民年金基金に加入中の方は、付加保険料を納付できません。また、農業者年金の被保険者は強制加入となります。

付加年金は老齢基礎年金と合わせて受給できる定額制の終身年金です。年間受給額は「200円×付加保険料納付月数」となります。例えば、付加保険料を10年間納付(400円×120ヵ月=4万8000円)した場合、付加年金額は、年額で2万4000円になります。

●付加保険料は、申し出を受け付けた月分から納付するようになります。

●持ち物 本人確認書類(運転免許証等)、個人番号カードや通知カード等の個人番号(マイナンバー) 確認書類、印鑑 ●申し込み 市内に住民登録のある方は市民課年金担当、または支所・出張所、松本年金事務所(白板2-5-1)へ ●問い合わせ 市民課年金担当(東1) ☎34-3218 ☎37-0260、松本年金事務所(東2) ☎32-4664

軽自動車税・自動車税は5月31日までに

今年度の軽自動車税・自動車

車税の納期限は5月31日(木)です。忘れずに納めましょう。コンビニエンスストアでの納付もできます。

●問い合わせ 軽自動車税/市民課(本2) ☎33-4218 ☎36-9345、自動車税/中信県税事務所(東4) ☎401905 ☎47-7820

まさかには備えて！交通災害共済の加入はお済みですか？

1人年額400円の掛金で、交通事故による災害に対してお見舞金が支払われます。

●対象 市内に居住している方、または就学のため、市外に居住している方 ※0歳から中学生までのお子さんは、子育て支援の一環として全員で加入(費用は公費で負担)します。 ●ご家庭での加入は不要です。 ●会員期間 会費納入の翌日～31年3月31日 ●会費 1人年額400円 ●見舞金 実入通院日数2日以上で2万円/死亡100万円(物件事故等は金額に制限あり) ●申し込み 地域づくり課、またはお近くの支所・出張所へ会費を添えてお申し込みください。 ●問い合わせ 地域づくり課(東4) ☎34-3280 ☎34

10400)

指定工事店の指定等

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。

- 北アルプス総合設備(株) 大町市大町4284番地4 ☎0261-8512063
- (株)フェバープレス(松本市島立2053番地1 ☎48-5172)

次の事業者の給水装置工事事業者および下水道排水設備指定工事店の指定を取り消しました。

- (株)鹿島総設(大町市大町4284番地4)

●問い合わせ 上下水道局総務課(東4) ☎48-6800 ☎47-2137

製造事業所の皆さんへ 工業統計調査にご協力を

経済産業省では、工業統計調査を30年6月1日(金)現在で実施します。

工業統計調査は、製造業を営む事業所を対象に、その活動実態を明らかにすることを目的として調査を行います。調査結果は、国や地方公共団

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)
4月12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。

●問い合わせ 環境保全課(東4) ☎34-3267 ☎34-0400

体の行政施策の重要な基礎資料として利用されます。

調査実施のため、5月中旬から6月にかけて調査員が伺います。前回の調査から、簡単・安心なインターネット回答も可能になりました。

提出された調査票は、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確な記入をお願いします。

●問い合わせ 情報政策課(情報創造館庁舎2階) ☎48-7020 ☎48-7001



第10回

中核市 お知らせコーナー

松本市出前講座を開催します

現在、松本市が進めている中核市への移行に向けた取り組みについて、市民の皆さんにより知っていただくため、松本市出前講座を行います。

市の担当者が、「中核市とは何か」「中核市へ移行すると何がかわるのか」といったことを説明しますので、ぜひお申し込みください。

出前講座のお申し込みは、市内に住所を有する方、または通勤・通学する方10人以上で構成されたグループ等が対象です。詳細は、市ホームページをご覧ください。

●問い合わせ

政策課 (本3) ☎34-3274 ☒34-3201)

松本キッズ・リユース ひろば配布会

短期間で使わなくなった育児・子ども用品を市民の皆さんからご提供いただき、必要としている方に無料で配布します。

●対象Ⅱ松本市にお住まいの方
●日時Ⅱ5月29日(火)午前11時～午後2時
●会場Ⅱラ・テラス松本屋内テニスコート(島内7412)
●料金Ⅱ無料(ワークシヨップは一部有料)
●内容Ⅱ子ども用品の無料配布の他、ワークシヨップ(体験コーナー有)、相談

窓口(ファイナンシャルプランナー、ファミリーサポート登録)等の子育て支援イベントを同時開催します。子育て支援イベントの参加は申し込み不要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●申し込みⅡ配布を受けるには、往復はがきによる事前申し込みが必要。応募多数の場合は抽選です。返信面の宛名に、参加希望の方の住所氏名を記入し、返信面の文面に①配布会の日付 ②住所 ③氏名 ④妊娠の有無 ⑤配布会へ参加する人数 ⑥配布希望品(1:衣類等と大型育



5月18日(金) 必着 ●問い合わせⅡ環境政策課 (東4) ☎34-3268 ☒34-4000

児用品、2:衣類等のみ) ⑦衣類の希望サイズと性別 ⑧託児希望の有無(託児希望のお子さんの年齢(月齢)、性別、氏名を記入してください。返信面の宛名に環境政策課(〒390-8620 丸の内3-17)と記入の上、お送りください。 ●申し込み締め切りⅡ

カラマツを使った 住宅建築に助成します

カラマツ材の住宅建築への普及のため、住宅の新築、リフォームに県産材のカラマツを規定の金額以上使用した方に補助金を交付します。

●補助対象Ⅱ①松本市内の、自ら居住する一戸建ての木造住宅、または店舗併用住宅であること ②市内に事業所を有する工務店等が工事を請け負うこと ③信州木材認証製品センターの認証製品を20万円(税抜き)分以上使用して

いること ④請負金額が100万円(税抜き)以上であること ⑤申請者に市税の滞納がないこと ⑥工事請負代金の最終支払日から180日以内の申請であること ●補助金額Ⅱ10万円 ●補助予定件数Ⅱ20件 ●申請・問い合わせⅡ耕地林務課(本5) ☎34-3224 ☒36-6217)

松本市一般廃棄物 収集運搬業の許可申請

廃棄物の処理および清掃に関する法律第7条第1項に基づく一般廃棄物収集運搬業の新規許可を、原則として30年度(34年度)は行いません。詳細は、市ホームページをご覧ください。 ●問い合わせⅡ環境業務課(本4) ☎47-1096 ☒40-1335)

三世代家族支援事業の お知らせ

若い世代から高齢者まで互いに支え合い、生活に生きがいを感じられる仕組みづくりとして、住宅取得や住宅リフォーム、引越し等(家族奨励)の費用に対して補助します。 ●対象Ⅱ新たに三世代同居、

または近居を始める家族住宅取得、住宅リフォーム、または住宅を賃借した日かつ同居、または近居を開始した日から4カ月以内に申請してください。三世代は親・子・孫(中学生以下または胎児)。近居とは、それぞれ市内の住宅で、直線距離で1キロメートル以内。詳細は、市ホームページをご覧ください。 ●申し込み・問い合わせⅡ31年2月28日(木)までに、住宅課(東別2) ☎34-3246 ☒34-3207)へ

区分	補助率	補助限度額	転入補助(市外から転居)	団地購入補助(福寿草ヶ丘・JKタウン和田西原)	最大補助額	
住宅取得	補助対象経費の1/10以内	同居	補助限度額に20万円加算	補助限度額に20万円加算	90万円	
		近居			25万円	65万円
		住宅リフォーム			20万円	40万円
家族奨励	補助対象経費の10/10以内	同居			20万円	
		近居			10万円	

情報チャンネル



お知らせ

ごみゼロ運動と一日清掃・河川清掃にご協力ください

【ごみゼロ運動】

市と市環境衛生協議会連合会では、ごみのないきれいな街づくりのために「ごみゼロ運動」を実施します。積極的な参加をお願いします。

●日時 5月27日(日)午前9時

●集合 市役所本庁舎正面玄関前

●内容 駅前やお城周辺を中心にポイ捨て防止の啓発活動と清掃活動

【6月は環境保護月間】

市と市環境衛生協議会連合会、各河川をきれいにする会では、この月間中に「一日清掃」と「河川一斉清掃」を実施します。美しい環境づくりのため、地域の皆さんの参加をお願いします。

●一日清掃日程 6月3日(日)

／庄内・鎌田・松南・芳川・寿・寿台・松原・波田、10日

(日)／第2・第3・城北・白

板・田川・島内B・島立・新

村・四賀、17日(日)／第1・東

部・中央・安原・城東・里山

辺・本郷、24日(日)／島内A・

中山・和田・神林・笹賀・岡

田・入山辺・今井・内田

※清掃は、各地区や町会などの事情で日程が変更になる場合があります。なお、梓川地区は5月27日(日)、安曇・奈川地区は独自に実施します。

●河川一斉清掃日程 各河川をきれいにする会で協議し決められた日に実施します。

○問い合わせ 環境業務課 (☎47-1096 ☎40-1335)

ひとり親家庭小学校入学・進級お祝い会を開催します

松川村の「かほちやま農場」でいちご狩りを楽しみ、お昼は「安曇野ちひろ公園」の「食」の体験コーナーで、おにぎりを作って食べます。松本市母子寡婦福祉会の活動を知っていたら、市内のひとり親家庭の親睦を深めます。

●対象 市内在住のひとり親家庭、同会員

●日時 5月27日(日)午前10時30分

●会場 松川村「かほちやま農場」

●料金 一家庭1000円

●持ち物 エプロン、三角巾

●申し込み 問い合わせ 5月22日(火)までに、母子寡婦福祉会事務局 (☎25-7345 ☎27-2239)、またはご

も福祉課(東) ☎33-4767 ☎36-9119)へ

国・県・市

松本一日合同行政相談所

不動産の登記、年金、道路

や農地など役所の仕事について

の相談、また弁護士や税理士

などの専門家への相談が1

カ所でできる一日合同行政相

談所を開催します。



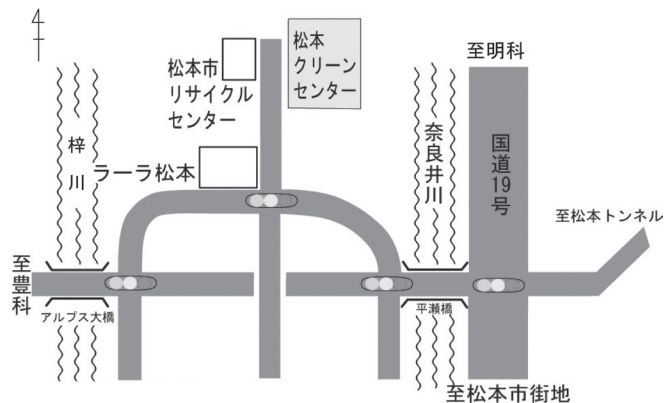
相談

廃タイヤ・バッテリー・消火器・ガスボンベ

休日特別回収

処理困難物として市で指定している「タイヤ・バッテリー・消火器・ガスボンベ」の特別回収を行います。持ち込みのみです。ごみ集積所等には絶対に出さないでください。

- 対象 一般家庭で不要になったタイヤ、バッテリー、消火器、ガスボンベ
- 日時 5月20日(日)午前9時～11時30分
- 場所 松本クリーンセンター北側駐車場



- 料金 タイヤ/1本400円(ホイル付き、ホイル無しとも同一金額。大型トラック・トラクター等のタイヤは別料金)、バッテリー/無料、消火器/1本1500円、ガスボンベ/1本1,500円(カセットコンロ用ボンベ/1本200円)
- 問い合わせ 環境業務課 (☎47-1096 ☎40-1335)

相談は無料で、秘密は守られます。事前の予約は不要です。混雑状況により、受け付けを早めに終了する場合があります。

●日時 5月29日(火)午前10時

～午後3時(受け付けは2時

30分まで)

●会場 井上百貨店(深志2-3-1)7階催

事場

●参加予定機関 長野

地方事務局松本支局、長野県

松本市、松本年金事務所、松

本公証役場、長野県弁護士会、

長野県司法書士会、長野県行政書士会、関東信越税理士会、長野県土地家屋調査士会、行政相談委員、長野行政監視行政相談センター

●問い合わせ

せ 総務省長野行政監視行政

相談センター (☎026-2

35-1110

0)、市民相

談課(本1

☎33-0000

1 ☎36-1000

839)



人権に関してお悩みの方は 法務局人権特設相談所へ

人権擁護委員が人権に関する相談をお受けしています。相談は無料で、秘密は固く守られます。

●日時 6月4日(月)午前10時～午後3時 ●会場 梓川公民館、四賀支所 ●問い合わせ 長野地方法務局松本支局 (☎32-2571 ☎32-2572)



募集

松本市環境審議会委員を募集します

本市では、環境の保全などについて調査、審議をする環境審議会を設置しています。任期の満了に伴い、次期委員を募集しますので、環境に興味、関心のある方の応募をお待ちしています。

●募集人数 若干名 ●募集期間 5月1日(火)～18日(金) ●委員任期 30年7月1日～32年6月30日(2年間) ●応募資格 ①30年4月1日現在、満20歳以上で市内に居住または勤務している方 ②特

定の代表ではなく、個人で会議に参加できる方 ③原則として平日昼間の年4回程度の会議に参加できる方 ●応募方法 住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号・松本市の各種審議会等の委員経験の有無(有の場合は、審議会等の名称と期間)を明記した申込書および「松本市一般廃棄物処理計画の数値目標を達成するために」を800文字程度にまとめた書類(任意書式)の2点を環境政策課へ本人が持参してください。

●松本市一般廃棄物処理計画の数値目標 減らそう！分けよう！チャレンジ30・10・1人1日当たりの事業系ごみ30%・家庭系ごみ10%の削減に向けて ※申込書は市ホームページに掲載していますが、任意書式でも申し込み可能です。 ●報酬 市の規定に基づき、報酬と交通費を支給します。 ●問い合わせ 環境政策課(東4) ☎34-3268 ☎34-0400

第17期チェンバロ講習会 受講生募集

フランス・クラヴサン音楽を弾いてみませんか。 ●対象 小学校高学年以上で

バイエル修了程度の鍵盤楽器の経験がある方 ●日時 受け付け/5月27日(日)、レッスン/6月24日、7月29日、9月30日、10月28日の日曜日 発表会/11月25日(日)午後1時30分～4時30分 ※別途、個人練習の時間を設けます。

●会場 ザ・ハーモニーホール ●定員 14人 ※市内在住で初受講の方優先 ●料金 1万円(受け付け時に納入) ※一度納められた受講料は、お返しできません。 ●講師 栗形亜樹子氏 ●申し込み 5月27日(日)「栗形亜樹子チェンバロリサイタル」終了後に受け付けます。 ●問い合わせ ザ・ハーモニーホール(☎47-2004 ☎47-2383)

奈川の魚道を 見に行くバスハイク・春

魚道の見学と散策をしたあと、みんなでニジマスを焼いて食べます。

●日時 5月27日(日)午前8時～午後4時 ●集合時間/場所 午前8時/なんなんひろば、午前8時15分/松本駅アルプス口 ※申し込み時に選択 ●会場 金原砂防堰堤・魚道/高ソメキャンプ場

定員 15名 ●料金 1家族600円 ※ニジマス1匹分の代金含む ●持ち物 昼食、飲み物、雨具等 ●申し込み・問い合わせ 松南地区公民館(☎26-1083 ☎25-5337)

第16回花いっぱいフラワー コンテスト参加者募集

直径1メートルの丸いバスケットに、自身のアイディアで自由に花を植えていただきます。作品は7月17日(火)まで花時計公園に展示します。 ●参加資格 ①アマチュアの個人・グループ ②植込日に

来られる方 ③開催期間中、作品を自分で管理できる方 ●定員 15名 ●植込日 6月17日(日)午前9時 ●審査日 7月2日(月) ●会場 花時計公園 ●賞 最優秀賞1点(賞状・副賞3万円相当)、優秀賞2点(賞状・副賞1万円相当)、佳作5点(賞状・副賞5000円相当)、特別賞(賞状・副賞5000円相当) ●参加費 無料

●その他 花苗代等の補助として、当日7000円をお渡しします。 ●申し込み 5月28日(月)までに、街を花いっぱいにする会事務局(☎32-3042 ☎32-6511)へ

松本市 四賀の里クリニック 開院

30年4月1日に、会田病院は診療所に移行し、「松本市四賀の里クリニック」となって開院しました。今後も、四賀地区唯一の医療機関として、地域医療に取り組みます。

●診療科目 内科・外科 ●診療時間 午前8時30分～午後5時15分(平日診療)

●問い合わせ 病院局松本市四賀の里クリニック (☎64-2027 ☎64-4146)



情報チャンネル



募集

認知機能の改善効果 モニターを募集します

市民の健康づくりと健康産業創出を同時に実現する取り組みを進めています。

今回、森永乳業の「ペプチド」配合食品摂取による認知機能の改善効果を検証する研究モニターを募集します。松本ヘルス・ラボのホームページにも、詳細な情報を掲載しています。

- 対象Ⅱ40歳以上の男女 ※松本ヘルス・ラボへの入会が必要
- 期間Ⅱ30年5月～31年3月の間の6カ月程度
- 定員Ⅱ240人
- 料金Ⅱ無料
- 内容Ⅱ5～6月に認知機能検査などを受けていただき、6カ月間試験食品を摂取し、認知機能の改善効果を検証するモニターに参加いただきます。
- 参加者には、森永乳業製品の提供や、松本ヘルス・ラボの会費1年分が無料になるなどの特典があります。
- 申し込み・問い合わせⅡ松本ヘルス・ラボ（☎39-1139 ☎39-5539）、健康産業・企業立地課（☎34-

松本市職員・松本広域連合 消防職員採用資格試験

来年4月以降に採用する松本市職員と松本広域連合消防職員の採用資格試験について、5月中旬に試験要綱を左記へ掲載します。試験日時・採用区分・受験資格などはこちらをご覧ください。

『広報まつもと』6月号に試験概要を掲載します。また、5月中旬から受験申込書も配布します。

- 【松本市職員採用資格試験】
- 試験要綱Ⅱ市ホームページ
- 受験申込書Ⅱ職員課、市役所受付（本庁舎・東庁舎）および各地区地域づくりセンター窓口
- 申し込み・問い合わせⅡ職員課（本3 ☎34-3275 ☎34-3201）
- 【松本広域連合
- 試験要綱Ⅱ松本広域連合および松本広域消防局公式ホームページ
- 受験申込書Ⅱ松本広域連合事務局、松本広域消防局、各消防署所の窓口、市役所受付（本庁舎・東庁舎）および奈川・安曇・四賀・梓川・波田の地域づくりセンター窓口
- 申し込み・問い合わせⅡ

13296 ☎34-3297

わせⅡ松本広域連合事務局総務課（☎87-5460 ☎87-5462）

河川愛護モニターを 募集します

千曲川・犀川の河川の利用状況や河川環境への意見を月1回以上報告していただける方を募集します。

- 対象Ⅱ満20歳以上（公職者除く）
- 任期Ⅱ30年7月1日～31年6月30日
- 募集人員Ⅱ若干名
- 報酬Ⅱ月額4580円（予定）
- 応募締切Ⅱ5月25日（金）
- 申し込みⅡ千曲川河川事務所ホームページの「手続き・募集」をご覧ください。
- お問い合わせⅡ千曲川河川事務所占用調整課（☎026-2227-7768 ☎026-2227-4071）

信州大学教育学部附属松本 小学校31年度入学児童募集

●対象Ⅱ市内または、近接市町村内に保護者と居住し、附属小学校で長期間就学できる学齢該当児童

●定員Ⅱ70人（男子35人、女子35人）

●出願期間Ⅱ7月3日（火）～9日（月）

午前9時～午後4時（土日は除く）

松本市民憲章

松本市民憲章は、市民が毎日の生活のなかで、明るく住みよいまちづくりをめざすための目標として、また、明るく豊かな市民性をつちかうための心のよりどころとして昭和52年に制定されました。誰もが健康でいきいきと暮らせるまちをめざす「健康寿命延伸都市・松本」の創造とともに、松本市民憲章の実現に努めましょう。

【松本市民憲章】

松本市は、北アルプスの山なみと城の風姿に象徴される美しいまちです。

私たちは、このふるさとに誇りをもち、幸せで豊かなまちづくりをめざして、つぎの三つの願いを貫きます。

- 1 松本市民は、おたがいの連帯感をつよめ、自由と自治を尊重しましょう。
- 1 松本市民は、人間性をつちかう教育を重んじ、文化をたいせつにしましょう。
- 1 松本市民は、自然を愛し、まちの緑とすんだ川を守りましょう。

昭和52年10月24日 議決

●問い合わせ 行政管理課（本2 ☎33-4770 ☎33-1877）

除く）に附属松本小学校事務室へ ※願書は、5月下旬～6月中旬に市内幼稚園・保育園と附属小学校事務室で配布します。

●入学者選考日Ⅱ第1次選抜／7月14日（土）第2次選抜／8月3日（金）

【オープンキャンパス・学校説明会】

●日時Ⅱ①6月21日（木）午前8時50分～午後0時30分 ②7月1日（日）午前8時50分～午後0時30分

●内容Ⅱ公開授業、学校説明会、個別相談（要申し込み） ※詳細はホームページをご覧ください。

○問い合わせⅡ信州大学教育学部附属松本小学校（☎37-2216 ☎37-2217）

時50分～午後0時30分 ②7月1日（日）午前8時50分～午後0時30分

●内容Ⅱ公開授業、学校説明会、個別相談（要申し込み） ※詳細はホームページをご覧ください。

○問い合わせⅡ信州大学教育学部附属松本小学校（☎37-2216 ☎37-2217）

**松本市立病院
非常勤職員を募集します**

●職種Ⅱ薬剤師 ●受験資格Ⅱ当該職種の有資格者で、昭和43年4月1日以降に生まれ
た方 ●給与Ⅱ規定による
(時間給、年2.6月程度の賞与あり)
●勤務場所Ⅱ松本市立病院
●採用予定日Ⅱ6月

1日(金) ●募集人数Ⅱ1人
●試験内容Ⅱ面接試験 ●試験日Ⅱ5月18日(金) ●その他
Ⅱ調理員、介護員も随時募集
してあります ●申し込みⅡ5
月11日(金)までに、各種申込様
式に必要事項を記入し、資格
を証明する免許証の写しを添
付して松本市立病院(〒39
0-1401 波田4417)

観光温泉課からのお知らせ

初夏の江の島・鎌倉 日帰りバスツアー

松本市と神奈川県藤沢市が昭和36年に姉妹都市交流を始めてから、今年で57年目を迎えます。「海」の姉妹都市藤沢、初夏の日ざし輝く鎌倉へ遊びに行ってみませんか。



- 日時 6月13日(水)・19日(火)・22日(金)・26日(火)
- 集合 松本駅アルプス口 午前7時 他
- 料金 1人1万円
- 内容 江の島で海鮮昼食、江の島散策、江ノ電沿線散策など(自由散策または観光ガイド付き)
※食事昼1、添乗員付き、最少催行人員20人
※詳しい旅行条件を記載した書面をお渡ししますので、ご確認の上お申し込みください。
- 申し込み・問い合わせ
アルピコ交通株式会社(井川城2-1-1 ☎24-1180 ☎26-7780)
※平日午前10時~午後5時30分
長野県知事登録旅行業第2-163号 全国旅行業協会会員

180 ☎92-3027 ☎92-3440)へ ※詳しくは、市立病院のホームページをご覧ください。各種申込様式もダウンロードできます。

**美ヶ原高原自然観察会へ
ご参加ください**

- 日時/コース①6月17日(日)午前10時~午後3時/袴越山・思い出の丘・武石峰(約8キロメートル) ②7月7日(土)午前10時~午後3時/思い出の丘・武石峰・王ヶ頭(約8キロメートル) ③7月22日(日)午前10時~午後3時/美しの塔・アルプス展望コース(約6キロメートル) ④8月25日(土)午前10時~午後3時/高原美術館・アルプス展望コース(約6キロメートル) ※雨天中止。コースは変更する場合があります。●交通手段/集合時間・場所Ⅱマイカーの方/午前9時30分 美ヶ原自然保護センター(②、③) ※①、④はバス利用者のみ参加。バス利用者の方/午前8時 市役所東庁舎前 ●定員Ⅱバス利用 ①、③、④38人 ②30人 ※応募多数の場合は抽選 ●料金Ⅱ500円(保険代と記念品含む) ●講師Ⅱ美ヶ原パークボラン

ティア ●持ち物Ⅱ昼食、飲み物、雨具 ※標高2000メートルです。動きやすい登山の装備でお越しください ●申し込みⅡ①6月1日(金)8日(金)までに美ヶ原観光連盟事務局(☎34-8307)へ ※1回で2人まで受け付け。 ●②、③、④は、『広報まつもと』に随時掲載します。 ●抽選方法Ⅱ定員を超えた場合は抽選とし、本年度に1度参加された方は、定員に満たない場合のみ参加対象とします。(マイカーで参加の方を除く。) 抽選結果は、後日送付します。 ※年齢制限はありませんが、体調が万全でない方や脚力に自信のない方はご遠慮ください。 ●問い合わせⅡ観光温泉課(大5 ☎34-8307 ☎34-3049)

**ラーラ松本へ
お越しください**

【カワイイ体育教室

無料体験会

- 対象Ⅱ年中~小学3年生 幼児クラス/年中・年長 児童クラス/小学1年~3年生 ●日程Ⅱ5月28日(月) ●時間Ⅱ幼児クラス/午後4時45分~5時45分 児童クラス/午後5時45分~6時45分 ●定

員Ⅱ各25人 ●料金Ⅱ無料 ●申し込みⅡ5月7日(月)から、直接ラーラ松本窓口へ

【社会ダンス教室】

- 対象Ⅱ20歳以上の男女 ●日程Ⅱ毎週水曜日の午後1時~2時15分 毎週金曜日の午後3時15分~4時30分 ●定員Ⅱ各20人 ●料金Ⅱ月額4320円 ●申し込みⅡ直接ラーラ松本窓口へ

【スマイル山雅大人の運動教室】

- 対象Ⅱ20歳以上の男女 ●日程Ⅱ毎週水曜日の午前11時20分~午後0時20分 ※教室参加後、午後2時まで浴室の利用が無料 ●料金Ⅱ1クール全10回7560円

【マドモの日

- 「ハローキティミニステージ」 サンリオオキヤラクターハローキティがラーラ松本に遊びにくるよ!

- 日時Ⅱ5月5日(祝)第一部/午前11時~11時20分 第二部/午後1時~1時20分 第三部/午後3時~3時20分 ●会場Ⅱラーラ松本 屋内テニスコート特設会場 ●料金Ⅱ無料 ●内容Ⅱじゃんけんゲームやダンス等

- 問い合わせⅡラーラ松本(☎48-1110 ☎48-1135)

お知らせ 相談 募集 催し 美術館 博物館 学び スポーツ 健康・福祉

情報チャンネル



募集

中学生ホームステイプログラム 参加者募集

姉妹都市スイス・グリンデルワルト村で海外の生活文化に触れながら国際感覚を養うホームステイプログラムに参加しませんか。

- 対象Ⅰ①松本市内に居住し、中学校に就学していること
- ②ホームステイ等交流に意欲があり、渡航に健康上の問題が無いこと
- ③渡航前の研修や帰国後の報告会に参加できること
- ④来年度グリーンデルワルトから迎える中学生のホストファミリーを受けられること
- 期間Ⅱ9月10日(月)～15日(土)、5泊6日(ホームステイ3泊、ホテル1泊、機中1泊)
- 内容Ⅱホームステイ、ハイキング、学校訪問等
- 参加費用Ⅱ無料 ※本事業に深いご理解のある方の支援により無料。
- 派遣人数Ⅱ20人 ※定員を超えた場合は抽選
- 申し込み・問い合わせⅡ6月1日(金)までに応募書類と課題作文を学校経由で都市交流課(本1) 34-31193 へ提出

お知らせ 相談 募集 催し 美術館 博物館 学び スポーツ 健康・福祉

第38回国際生活スクール 参加者募集 (学生向け)

姉妹都市アメリカ・ソルトレークシティでホームステイを体験しませんか。



- 対象 中学生～大学生
- 期間 7月22日(日)～8月3日(金)13日間
- 内容 ホームステイ、パイオニアパレードへの参加、英語研修、リバートリップなど
- 定員 15人 (最少催行人員10人)
- 費用 38万8,000円 ※別途燃油サーチャージ(2万1,000円。4月1日現在、変動の可能性あり)
- 事前説明会 5月13日(日)午前11時/松本商工会館3階301会議室
- 申し込み 5月18日(金)までに東武トップツアーズ(株)松本支店(☎36-3535)へ
- 問い合わせ 松本商工会議所内 松本市ソルトレークシティ姉妹提携委員会(☎32-5356)

ソルトレークシティ姉妹提携60周年記念 公式訪問団員募集 (一般向け)

姉妹提携60周年記念公式訪問団に参加しませんか。



- 期間 7月22日(日)～30日(月) 9日間(ソルトレーク4泊、ポートランド3泊)
- 内容 公式歓迎会、パイオニアパレード見学、ポートランド訪問など
- 宿泊・費用
 - ①ソルトレーク、ポートランドともホテル利用の場合39万円
 - ②ソルトレークでホームステイ、ポートランドはホテル泊の場合 34万5,000円
 希望者にはソルトレークでのホームステイを手配します。上記金額はホテル1室2人利用の場合です。1人部屋を希望の場合は、追加9万7,000円が必要です。別途燃油サーチャージ(2万1,500円。4月1日現在、変動の可能性あり)。
- 申し込み 5月31日(木)までに(株)日本旅行松本支店(☎34-5555)へ
- 旅行説明会等 お申し込みされた方に後日別途ご案内します。
- 問い合わせ 松本商工会議所内 松本市ソルトレークシティ姉妹提携委員会(☎32-5356)、または都市交流課(本1) ☎34-3193 ㊟34-3493

アルプスりんごオーナーを募集します

市とJA松本ハイランドが共同で行うアルプスりんごオーナー事業。りんごの樹のオーナーになって、収穫体験をしてみませんか。

- 対象Ⅱ収穫体験に参加できる方、圃場まで自家用車で来ることができの方
- 期間Ⅱオーナー樹の決定から30年収穫終了まで
- 募集本数Ⅱ約600口
- 料金Ⅱ1口2万円(税込) ※災害時の保証個別
- 圃場Ⅱ寿地区、

今井地区 ●収穫日Ⅱ11月4日(日)、7日(水)、8日(木)、10日(土)、11日(日)の5日間 ●申し込み・問い合わせⅡ5月31日(木)までに(当日消印有効)、はがきに「りんごオーナー希望」の旨と、郵便番号、住所、氏名、電話番号、収穫希望日を記

入し、JA松本ハイランド営農企画課りんごオーナー事務局(〒390-8555 南松本1-2-16、☎29-0394)へ ※応募多数の場合は抽選





催し

こどもの読書週間SPイベント おはなし会&人形劇

4月23日～5月12日はこどもの読書週間です。図書館職員によるおはなし会と人形劇団やまんばによる人形劇「くうちゃんのおさんぽ」などをお楽しみください。
駐車場に限りがあるので、公共交通機関をご利用ください。

●対象Ⅱ小学生くらいまでのお子さんと保護者 ●日時Ⅱ5月12日(土)午前10時30分 ●会場Ⅱ中央図書館3階視聴覚室 ●定員Ⅱ先着80人 ※申し込み不要 ●料金Ⅱ無料 ●問い合わせⅡ中央図書館(☎3210099 ㊟371148)

第10回おはなし祭り&読書普及講座

【おはなし祭り】
楽しいおはなしがいっぱい、みんな集まれ!

●対象Ⅱ一般(おおむね3歳以上) ●日時Ⅱ6月3日(日)午後1時～1時30分、2時30分～3時 / ①おはなし会(別プログラム) 午後1時30分 / ②工作コーナー ③おはなしクイズラリー ●会場Ⅱあがたの森文化会館1-1教室Ⅱ1-5教室 ●料金Ⅱ無料 ※申し込み不要 ●内容Ⅱ①おはなし会(絵本の読み聞かせ、パネルシアターなど) ②工作コーナー(おは

なし会で登場した小道具を作ってみよう) ③おはなしクイズラリー(正解者に手作りのプレゼント) 【読書普及講座】(おはなし祭り第10回記念) 古宇田亮順先生のパネルシアター実演指導講座(パネルシアターの考案者である古宇田亮順先生が、パネルシアターの作り方や演じ方を楽しく指導します。親子での参加も可能です。 ●対象Ⅱ読み聞かせ・おはなし会の活動をされている方、興味のある方 ●日時Ⅱ6月17日(日)午前10時～11時30分 ●会場Ⅱなんなんひろば3階大会議室 ●定員Ⅱ150人 ●料金Ⅱ無料 ※要申し込み。乳児はご遠慮ください ○申し込み・問い合わせⅡ中央図書館(☎3210099 ㊟371148)

氏/シャyson、五島美佳氏/Duo Lyrar...バイオリン、野田あゆ子氏/ピアノ ●問い合わせⅡあがたの森文化会館(☎3211812 ㊟3710472)

第36回 野麦峠まつり

諏訪の製糸業が盛んだった明治から昭和初期、糸引きの飛騨の少女達が行き交った野麦峠。古人が歩いた野麦街道(13キロメートル)を山頂まで、工女や歩荷姿の仮装者と共に歩きます。山頂のイベント会場では、太鼓の演奏や特産物の販売も行われます。 ●日時Ⅱ5月27日(日)午前10時40分～午後2時 ●会場Ⅱ奈川地区く野麦峠(山頂・高山市高根) ※松本駅西アルプス口よりシャトルバスが出ます。先着60人。要予約。予約はながわ観光協会へ ●料金Ⅱ無料 ●申し込み・問い合わせⅡながわ観光協会(☎7912125 ㊟7912903)、または山岳観光課(☎9412307 ㊟9412567)

親子農業体験教室 参加者募集



自然とのふれあいや収穫の喜びを、週末に親子で体験してみませんか。

- 対象 親子(祖父母と孫の参加も可)
- 場所 市内3カ所を予定
- 定員 各場所10組程度 ※応募多数の場合は抽選
- 期間 6月～12月頃(月1、2回程度、午前中の開催)
- 過去の実績

場所	①島内地区	②中山地区	③今井地区
主な品目	ミニトマト、さつまいも、ねぎ、野沢菜、等	トマト、じゃがいも、さつまいも、とうもろこし等	じゃがいも、加工用トマト、とうもろこし等
独自事業	おやきづくり体験、伝統的な門松作り体験を実施	野沢菜漬け体験、そば打ち体験、ブルーベリー摘み取り体験を実施	6次産業化施設ジュース加工所見学、りんご収穫体験を実施

- 内容 農業者の指導のもと、各地区で農作物づくりを体験します。種子、苗、肥料、農具は、指導団体が用意します。収穫作物は各組で分け、持ち帰ります。
- 料金 1組6,000円程度 ※地区により変わる場合があります
- 申し込み・問い合わせ 5月18日(金)必着で、はがき、またはファクスに、①郵便番号 ②住所 ③希望者全員の氏名・年齢 ④電話番号 ⑤希望体験場所を記入の上、農政課マーケティング担当(〒390-8620 丸の内3-7 ☎34-3221 ㊟36-6217)へ

あがたの森 サタデーコンサート160例会

【雨だれコンサート】 ●日時Ⅱ6月9日(土)午後6時30分(6時開場) ●会場Ⅱあがたの森文化会館講堂ホール ●料金Ⅱ500円(未就学児無料) ●出演Ⅱ野田裕子氏/二胡、シャルル・レオ



光協会(☎7912125 ㊟7912903)、または山岳観光課(☎9412307 ㊟9412567)

お知らせ 相談 募集 催し 美術館 博物館 学び スポーツ 健康・福祉

情報チャンネル



催し

教育文化センターの催しへ
お越しください

【親子映画会】

- 日時 5月12日(土)午前10時
午後3時 ●会場 教育文化センター3階ホール ●定員 150人 ●上映作品 トムとジェリー ●料金 無料
- 申し込み 当日会場へ

【太陽観測】

天体望遠鏡を使って、太陽のプロミネンスや黒点を観測します。専用のフィルターを使用し、安全に観測できます。

- 対象 小学生以上(小学生は保護者同伴) ●日時 5月13日(日)午前9時~10時15分
- 会場 同天体観測室、2階プラネタリウム ●定員 先着15人 ●料金 無料 ●講師 今泉久氏/スターウォッチングクラブ北斗 ●申し込み 5月6日(日)電話受け付けのみ

【親子科学工作教室】

- 対象 小学生以上 ●日時 5月19日(土)午前9時~10時30分、午後1時30分~3時
- 会場 同3階スタジオ

青少年ホーム体験会 参加者募集

青少年ホームで活動しているサークルと、ヤングスクール(講座)の体験会を行います。

- 対象 松本市に居住または、通勤・通学する15歳以上35歳未満の方(高校生以下の方は、保護者の同意が必要)

【サークル体験会】

サークル	活動期間	日時	会場	料金
バスケットボール	5月12日(土)~6月8日(金)	毎週水曜日 午後8時~9時30分	南部体育館	無料
バドミントン		毎週金曜日 午後8時~9時30分		
ソフトバレエ		毎週土曜日 午後5時30分~7時		
硬式テニス		毎週土曜日 午後7時30分~9時30分		
卓球		毎週土曜日 午後8時~9時		

【ヤングスクール体験】

講座名	日時	料金	定員
バランスアップヨガ	5月10日(木) 午後7時30分~8時30分	無料	35人
素敵な大人になるための食育講座	5月11日(金) 午後7時~9時	300円 材料費	10人
ズンバ	5月18日(金) 午後7時30分~8時30分	無料	15人

- 申し込み・問い合わせ 「素敵な大人になるための食育講座」は3日前まで、その他の体験会は、実施日までに青少年ホーム(☎26-1083 ㊚25-5337)へ。ヤングスクール体験は、インターネットからお申し込みできます。

- 定員 各10人 ※申し込み多数の場合は抽選。開催日の4日前までにお知らせします。
- 料金 510円 ●内容 分光器づくり、光を音に変える実験、ブラックライトを使った実験他 ●申し込み 5月5日(祝)11日(金)に電話、または市ホームページから受け付け

【エクセル基礎】

- 対象 表計算ソフト「エクセル2016」の基本操作を、表を作成しながら学びます。
- 日時 5月19日(土)・20日(日)
- 会場 同3階スタジオ

【星売吉屋菜館】

- 午前10時~午後3時 ●会場 同3階第1研修室 ●定員 11人 ●料金 409円 ●持ち物 筆記用具、昼食 ●申し込み 5月12日(土)電話受け付けのみ
- 対象 小学生以上(高校生以下は保護者同伴) ●日時 6月9日(土)午後7時30分~9時 ●会場 同天体観測室、2階プラネタリウム ●定員 先着40人 ●料金 無料 ●講師 スターウォッチングクラブ北斗 ●申し込み 問い合わせ 6月2日(土)電話受け付けのみ
- お問い合わせ 教育文化センター(☎32-7600)

【星散歩(星の観望会)】

屋根・外壁リフォームの季節到来! 1級技能士が丁寧に仕上げます。

屋根外壁パックプラン
大好評!
498,000円~(税別)

こんな時はお電話下さい。

外装リフォーム営業が来た。建ててから20年ほったらかし。そろそろリフォームしようと思っていた。相談したいけど、建てた業者が倒産してしまった。どうせやるなら、しっかりした工事がしたい。等

お気軽にお問い合わせください。

ご相談・お見積り無料

【土日祝は電話対応します。】島立事務所/松本市島立672-9

株式会社 創業60周年

ダイソー

☎0120-556-029

34th

クラフトフェアまつもと

クラフト作家による作品の野外展示・販売が行われます。

- 日時 5月26日(土) 午前11時～午後5時
27日(日) 午前9時～午後5時

- 会場 あがたの森公園

※会場周辺には専用の駐車場がありません。近隣の商業施設や公共施設などに駐車しないようお願いします。松本合同庁舎にパークアンドライド駐車場を設置し、シャトルバスを運行しますので、松本駅アルプス口までの移動にご利用ください。

- 問い合わせ

NPO法人松本クラフト推進協会 (☎34-6557 ☎34-6545)
商工課 (大5 ☎34-3110 ☎34-3008)

5月26日・27日はバスの日
バスDAYまつもと



クラフトフェア開催中の2日間、市内の路線バスが1乗車200円。バスに乗り放題の1日バス券も500円で販売します。マイカーはお休みして、ゆっくりとまちを楽しみませんか。

- 期間 5月26日(土)～27日(日)

- 対象路線

- ・市内を運行するアルピコ交通(株)の路線バス全線(山形村を含む。高速バス、上高地・乗鞍等の観光路線を除く。)
- ・タウンズニーカー
- ・南部循環線 ※27日(日)は運休
- ・西部地域コミュニティバス ※27日(日)は運休
- ・松本市営バス奈川線
- ・松本市営バス四賀線 ※27日(日)は運休

- 臨時バス

- ・シャトルバス 県松本合同庁舎⇄松本駅アルプス口、松本駅お城口⇄市美術館
- ・まちなか回遊バス 市美術館⇄松本城等のまちなか
- ・松本民芸館シャトル便 市美術館⇄松本民芸館

- 料金

- ・大人200円/1乗車、小学生以下無料 ※通常運賃200円未満の区間は通常運賃
- ・1日バス券500円(アルピコ交通路線バスのみ)

- 問い合わせ

アルピコ交通(株)営業企画部 (☎28-3111)
交通安全・都市交通課 (本5 ☎34-3245 ☎34-3202)

牛伏川階段工完成

100周年記念現地見学会

新緑のなか、重要文化財牛伏川本流水路周辺を散策します。

- 対象 小学生以上(小学生は保護者同伴) ●日時 6月10日(日)午後1時～3時30分
- 集合場所 連岳橋駐車場
- 定員 30人 ●料金 無料
- 講師 牛伏鉢伏友の会
- 持ち物 傘、飲み物 ●申し

人権映画の日を 開催します

毎月第1水曜日に人権に関する映画を上映しています。
●日時 6月6日(水)午後3時～4時40分 ●上映作品 お

新入留学生歓迎パーティーを 開催します

母国を離れ、松本で学ぶ留学生を対象に歓迎パーティーを開催します。世界各国の留学生を囲みながら交流を深め、

込み・問い合わせ 松本建設事務所整備課 (☎40-11967)、または文化財課 (☎34-3292 ☎34-3290)。
※平日のみ受け付け

じいちゃんの里帰り(字幕) ●会場 Mウイング3階 ●料金 無料 ●問い合わせ 人権・男女共生課 (☎39-1105 ☎37-1153)

楽しい時間を過ごしませんか!

●日時 5月11日(金)午後7時
●会場 Mウイング3階3・2会議室 ●料金 大人(高校生以上) 1500円 小(中学生) 500円 ●申し込み・問い合わせ 5月7日(月)までに、都市交流課 (本1 ☎34-3193 ☎34-3493 電子メール int-relations@city.matsumoto.lg.jp) へ

空き家・空き地でお悩みの皆様へ

売却 活用 取壊し 相続税対策

会場 税理士法人望月会計1F 相談室

望月総合経営グループ

(株)財産ネットワークス長野

無料相談フリーダイヤル



0120-47-0271

〒390-0875 松本市城西2-5-12 宅建業免許/長野県知事(3)第4803号

情報チャンネル



催し

第19回
松本手まり時計まつり

●日時 5月26日(土)午前10時
午後7時、27日(日)午前10時
午後4時 ●会場 Mウイ
ング・伊勢町通り ●内容
公民館活動発表(ステージ部
門・展示部門)、福祉ひろば
まつり、女性センターまつり、
野外ステージ、まつりライブ
レポート、特産物販売、ま
ちかど健康教室、夕涼みコー
ナなど ●申し込み・問
い合わせ 生涯学習課・中央公民
館 (☎32-1132 ☎37-11
53)



ザ・ハーモニーホールへお越しく下さい

【ポジティブオルガン・デビューコンサート】

ポジティブオルガンが初めてザ・ハーモニーホールに登場します。大オルガンとの2台オルガンや、大阪フィルの首席奏者を務める期待のピオラ奏者、木下雄介とのアンサンブルをお聴きください。

- 日時 6月23日(土)午後2時開演 (1時30分開場)
- プログラム J. S. バッハ：ヴィオラ・ダ・ガンバ ソナタ第3番ト短調 BWV 1029 他
- 会場 ザ・ハーモニーホール メインホール
- 料金 一般2,000円、ハーモニーメイト1,000円 (全席自由)
- 出演 原田靖子、勝山雅世 (オルガン)、木下雄介 (ピオラ)



原田靖子



勝山雅世



木下雄介

【ディオティマ弦楽四重奏団】

クラシックから現代曲までを弾きこなすフランスきっての名手揃いの弦楽四重奏団です。

- 日時 6月9日(土)午後4時開演 (午後3時30分開場)
- 会場 同メインホール
- 料金 一般4,000円、ハーモニーメイト3,000円、25歳以下2,000円 (全席指定)
- 出演 ユン・ペン・チャオ (バイオリン)、コンスタンス・ロンザッティ (バイオリン)、フランク・シュヴァリエ (ピオラ)、ピエール・モルレ (チェロ)
- プログラム バルトーク：弦楽四重奏曲第2番 Sz.67 / BB 75、望月京：Brains (2016-17) ※日本初演、シューベルト：弦楽四重奏曲第14番ニ短調 D 810「死と乙女」



ディオティマ弦楽四重奏団
©Verera Chen

- 託児 有料
- 問い合わせ ザ・ハーモニーホール (☎47-2004 ☎47-2383)

お葬式事前相談お承ります。

事前に備えて、気になることを知っておくことで安心に繋がります。お気軽にご相談下さい。

お葬式の費用って
いくらかかるの？
見積は？

故人にふさわしい
お葬式に
したいなあ。



「もしも」の時まず
何をすれば
いいの？

お葬式の後
しなきゃいけない
事って何？

費用にも内容にも満足して、
初めて「いいお葬式」と言えるでしょう。

ご希望にそったお葬式に必要な費用と
予算とを調整する事が重要です。
そのために、まずは「葬儀費用のかかり方」
を把握しておくことが大切です。

サザンこうせんホール (株)廣泉社
松本市寿北5-8-12 ☎0120-86-7776

サザンこうせんホール 検索

お知らせ
相談
募集
催し
美術館
博物館
学び
スポーツ
健康・福祉

草間彌生 ALL ABOUT MY LOVE 私の愛のすべて

1カ月で来場者2万人を突破した注目の展覧会。世界で活躍する草間彌生の芸術宇宙をぜひご体感ください。お得な松本市民割引価格でお楽しみいただけます。



- 会期 7月22日(日)まで
- 開館時間
午前9時～午後5時 毎週土曜日はナイトミュージアムを開催。午後7時まで開館延長します。入場はいずれも閉館30分前まで。
- 休館 月曜日 ※5月7日、7月16日は開館
- 料金 市民割引価格/大人1,000円、大学高校生600円(市民割引チケットの購入窓口は美術館のみです。住所の証明ができるものをお持ちください) 通常価格/大人1,200円、大学・高校生1,000円、中学生以下無料
- 会場・問い合わせ
美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)

私たちのまち・松本で世界の料理を楽しもう

中国本場の包子(肉まん)などの作り方を、中国出身の方に教わります。中国の文化紹介もします。

- 日時 5月16日(水)午前10時～午後1時30分 ●会場 M ウイング4階料理実習室 ●定員 16名 ●料金 1,000円 ●講師 劉銘傑氏、石坂清子氏 ●持ち物 エプロン、三角巾 ●申し込み 問い合わせ 5月11日(金)までに、多文化共生プラザ (☎39

1106 ☎37-1153
電子メール tabunka@city.matsumoto.lg.jp

波田少年少女合唱団 アンサンブルコンサート2018

- 日時 5月27日(日)午後2時開演 ●会場 波田文化センター アクトホール ●料金 500円 ※全席自由・税



申込み。チケット発売中。前売券で完売の際には、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。 ●出演 波田少年少女合唱団 ●チケットお求め/問い合わせ 波田文化センター(月曜日) 休館 ☎92-7501 ☎92-7505

緑陰講座を 開催します

6月から11月の間の第1、第3土曜日に、緑をテーマにした「緑陰講座」を開催します。樹木や花に関する疑問にも専門家が答えます。第1回目は、松の春剪定について行います。

- 日時 6月2日(土)午後1時～3時 ●会場 森公園内「緑の相談所」 ●料金 無料 ●その他 年間スケジュールについては、6月号でご案内します。 ●申し込み・問い合わせ 松本市緑化協会事務局 (☎47-6303) または公園緑地課 (☎34-3254 ☎34-329)

9)

ナイロン100℃45th SESSION「百年の秘密」

ケラリノ・サンドロヴィッチ率いる人気劇団「ナイロン100℃」の結成25周年記念公演。ある一族の栄枯盛衰を、二人の女性の奇妙な友情を軸に描いた一大クロニクル。彼女たちをとりまく人々に訪れた「日常の数十分」を、約80年にわたって綴る緻密なストーリー、過去と未来を行き来する俳優陣の圧巻の演技をお楽しみください。



- 日時 5月12日(土)午後5時30分～13日(日)正午 ●会場 松本市民芸術館実験劇場 ●料金 一般6000円、18歳以下3000円(全席指定、未就学児入場不可) ●出演 犬山イヌコ、峯村リエ、みのすけ、大倉孝二、萩原聖人、山西惇他 ●申し込み 松本市民芸術館チケットセンター (☎33-2200) ●問い合わせ 松本市市民芸術館 (☎33-33800 ☎33-3800) ☎33-3830

信濃毎日新聞

ご友人・ご家族ご紹介 キャンペーン

◆新たに購読される方が長野県在住であること
◆購読期間が6ヵ月以上であること
◆信濃毎日新聞朝刊または朝・夕刊セットをご購読できること

※ギフトカードはイメージです。

¥2,000
GIFT CARD
プレゼント

新規ご購読者にも **¥1,000** GIFT CARD
プレゼント

[対象外] ●ご本人自身の紹介 ●ご同居人の紹介 ●キャンペーン期間中の購読中止 ●他のキャンペーンとの併用 ●現在、信濃毎日新聞を購読中の方と購読予約をされている方

ネットで 信毎 検索 ☎ <http://www.shinmai.co.jp>
信濃毎日新聞のホームページから「紹介キャンペーン」バナーをクリックいただき専用フォームからお申し込みください。

電話で ☎ **0120-81-4341**
受付時間/平日・土曜 9:00～17:00
「紹介キャンペーンの広告を見た」とお伝えください。



情報チャンネル



美術館

5月の子育てパパ・ママの美術鑑賞日

草間彌生展開催中の美術館で、世界のアートシーンを中心に引続けるKUSAMA芸術を楽しみませんか。

松本市美術館 ギャラリー等展覧会情報

詳しくは、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	問い合わせ
第38回日本現代工芸美術長野会展	5月11日(金)～17日(木) ※14日(月)休館	向山 ☎090-9667-4165
第40回信州書象展	5月18日(金)～20日(日)	上條 ☎090-4153-5263
信州木工会40周年記念展	5月23日(水)～27日(日)	須藤 ☎32-5460
颯川ゆう子油彩展&林健司写真展 —颯川ゆう子をモデルに—	5月29日(火)～6月3日(日)	林 ☎32-2200
第22回中信地区高等学校写真展	6月1日(金)～3日(日)	松本工業高校 堀内 ☎25-1184

保育士が、お子さんをお預かりします。

●対象 生後6カ月～未就学児

●日時 5月8日(火)午後1時～4時、9日(水)午前9時30分～午後0時30分

●会場 美術館

●料金 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)の場合、お子さん1人100円

●申し込み・問い合わせ 実施日の3日前までに美術館 (☎39-7400 ☎39-3400) へ

美術館友の会ワークショップ 人物デッサン会

●対象 高校生以上

●日時 5月20日(日)午前9時30分～午後4時30分(受け付けは午前9時から)

●会場 美術館217号室

※会場が美術館市民アトリエではありませのでご注意ください

●定員 先着25人

●料金 友の会会員/全日1500円、半日700円

一般/全日2000円、半日1000円

●講師 中村石浄 両角十志男、千葉潔(美術館友の会)

●持ち物 各自に必要な描画用具をご持参ください

●申し込み 美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)

美術館市民モニター募集します

15歳以上の市民で、年4回程度のモニターレポートを提出していただける方を募集します。モニターの方は、美術館での展覧会を自由に観覧できます。

●募集人数 20人 ※未経験の方優先。応募多数の場合抽選で決定します。

●期間 委嘱の日から31年3月31日(日)まで

●応募方法 5月20日(日)必着で、はがき(〒390-0811 中央4-2-22)、または電子メール (museum01@city.matsumoto.lg.jp)

①氏名 ②性別 ③年齢 ④住所 ⑤電話番号 ⑥美術館に期待すること(200字以内)を記入の上、お送りください。

アカデミア館

【梓研究会第11回勉強会】

「歴史部門」

●日時 5月2日(水)午前10時～11時30分

●問い合わせ アカデミア館 (☎78-5000)

【中山富美子モテ協会】

●日時 5月17日(木)～19日(土)

●問い合わせ 坪田圭子 (☎32-4030)



博物館

94-2715

【NHK文化センター 写真講座写真展1期】

●会期 5月23日(水)～27日(日)

●問い合わせ 小口さん (☎090-8326146)

旧制高等学校記念館

【第55回あがた美術会作品展】

旧松本高等学校卒業生による美術作品展です。

●会期 5月19日(土)～6月24日(日) ※月曜日休館

●会場 旧制高等学校記念館1階ギャラリー

●料金 無料(常設展示は通常観覧料)

●問い合わせ 旧制高等学校記念館 (☎35-6226 ☎33-9986)

【チエコ・フィルハーモニー・ソリスアン】

旧松本高等学校100周年を記念して、特別公演を行います。

●日時 5月24日(木)午後7時開演

●会場 あがたの森文化会館講堂

●定員 先着250人

●料金 2000円(全席自由)

●申し込み・問い合わせ 松本高等学校同窓会 (☎32-4030)

我が家もひとつではなくなった

【4月の主な相談事例です】

- ★ お墓が遠くにお参りに行けないので近くに移したい。
- ★ 家に仏壇が2つあるのですが、1つにすることが出来ますか？
- ★ 公正証書遺言を作成するにあたって遺言執行者が必要と言われたが…
- ★ 長い間、連絡が途絶えていた父が亡くなり遺産相続人との連絡が入りました。相続放棄を望んでいるのですが…

——新町に相続等について無料相談室設立しました——

資格者でなければお答えできない案件は無料で相談できる専門家をご紹介します。

相談内容	曜日	時間(予約制)
■相続全般	毎週水曜日	AM9:30 から PM5:00
■財産に関すること	毎週木曜日	AM9:30 から PM5:00
■遺言書・人間関係	毎週金曜日	AM9:30 から PM5:00
■葬儀・お墓・お寺	毎週土曜日	AM9:30 から PM5:00



新町相談室長 板倉 富男

上記相談日に限らずご都合に応じて予約日を決めていただく場合もあります。ご連絡してください。

資格者でなければお答えできない案件は無料で相談できる専門家をご紹介します。

お知らせ
相談
募集
催し
美術館
博物館
学び
スポーツ
健康・福祉

市立博物館

【第7期市民学芸員養成講座】

博物館と共に、地域の文化財に対する学習・調査や、博物館の普及公開活動を行っていただける方を募集します。5月に初回の講座を実施します。

●対象 11年8回（原則土日開催）の講座を受講でき、野外での調査等に参加できる方

●日時 11初回講座：5月20日（日）午前10時30分～午後3時30分
●会場 市立博物館2階講堂・現地 ●定員 15人

●料金 1600円（資料代200円×8回 各回実施時に200円徴収） ●初回内容 11午前：オリエンテーション 午後：基調講演「成熟社会の博物館 サポーターからプレーヤーへ」 ●講師 11佐々木秀彦氏／東京都歴史文化財団事務局企画担当課長

●申し込み・問い合わせ 115月7日（月）午前9時から電話で市立博物館（☎32-0133 32-8974）へ

松本民芸館

【緑陰「用の美」市】

民芸館の中庭で、みずず細工、染織品、布ぞうり、小木工などの作品を展示販売します。

●日時 115月26日（土）～28日（月）午前9時～午後5時（最終日は午後4時まで）

【講演会】「染色作家小島貞一と丸山太郎」

民芸館の創館者である丸山太郎と深い交流のあった染色作家小島貞二氏から、丸山太郎との思い出、民芸への思いを伺います。

●日時 116月3日（日）午後1時30分～3時 ●定員 30人（要予約） ●料金 11通常観覧料（大人300円、中学生以下無料） ●講師 11小島貞二氏／日本民藝館展審査員（染色） ●申し込み 115月5日（祝）午前9時から電話で松本民芸館へ

○会場・問い合わせ 11松本民芸館（☎・33-1569）

時計博物館

【時の記念日企画展】

「時計博物館収蔵品展2018」明治の改暦に関する歴史資料や、29年度に時計博物館に寄贈されたさまざまな古時計を展示します。

●会期 115月19日（土）～6月17日（日）※月曜日休館 ●会場 11時計博物館3階企画展示室 ●料金 11通常観覧料（大人300円 小中学生150円）

【時の記念日企画「古時計説明会」】

学芸員による企画展の展示解説と、時計技師による仕掛け時計の実演説明を行います。

●日時 116月9日（土）・10日（日）午前11時20分～11時40分、午後2時20分～2時40分 ●会場 11時計博物館3階企画展示室 ●定員 11各回20人 ●料金 11通常観覧料（大人300円、小中学生150円）

○問い合わせ 11時計博物館（☎36-0969 36-0973）

馬場家住宅

【はた織り体験教室】

江戸時代の古民家で、昔ながらのはた織り機を使って裂織体験を行う講座です。

●対象 11小学校高学年以上 ●日時 115月19日（土）午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分 ●会場 11馬場家住宅 ●定員 11午前・午後各4人 ●料金 111000円 ●講師 11染織の会 ●申し込み 115月5日（祝）午前9時から電話で馬場家住宅へ

【お茶席の云】 ●日時 115月13日（日）午前10時～正午 ●会場 11馬場家住宅 ●料金 11通常観覧料（大人300円、中学生以下無料）

●担当 11おしやれ茶道の会／裏千家

○問い合わせ 11馬場家住宅（☎・36-5070）

歴史の里

【はた織り体験講座】

18センチメートル×22センチメートルくらいの布を織ります。

●対象 11大人 ●日時 115月23日（水）午前10時～正午、午後1時～3時の2回 ●会場 11歴史の里 ●定員 11午前・午後各5人 ●料金 111000円（材料代込み） ●講師 11川上裕子氏／「なかや工房」で裂き織りを主宰

【草木染め体験講座】シルクのスツールに模様をつけてヨモギで染めます。

●対象 11大人 ●日時 115月27日（日）午前9時30分～正午 ●会場 11歴史の里 ●定員 1110人 ●料金 112000円（材料代込み） ●講師 11歴史の里 染めの会 ●持ち物 11エプロン、ゴム手袋、持ち帰り用ビニール袋

○申し込み・問い合わせ 115月5日（祝）午前9時から電話で歴史の里（☎47-4515 48-0813）へ

お薬は「かかりつけ薬剤師」・「かかりつけ薬局」で



かかりつけ薬剤師とは、あなたのお薬の情報や健康状態を一元的に管理し、適切な調剤・服用アドバイスをしてくれる顔なじみの薬剤師の事です。

健康相談も
処方せんも
いつもの薬局で!!



松本薬剤師会 松本市本庄2-4-1 TEL:39-2557

松本薬剤師会 会営村井薬局

村井町南4-2-10 TEL:58-1202



学び

ステップアップ手話教室
「手話で学ぶ手話」

手話通訳者を介さずに、手話の読みとりや表現を学びます。
●対象 手話奉仕員養成講座修了程度の手話ができる方

●日時 6月6日～10月17日の第1・3水曜日全10回 ①昼の部 午前9時30分～正午 ②夜の部 午後6時30分～9時 ●会場 Mウイング31B視聴覚室 ●定員 15人 ●料金 資料代3000円 ●申し込み・問い合わせ 5月8日(火)から生涯学習課・中央公民館(☎32-1132 37-1153)へ

食生活改善推進員養成
もつといいきき食と健康教室

健康で楽しく豊かな食生活を考え実践し、食のボランティアとして地域へと広げる食生活改善推進員の養成教室を開催します。地域での食育をすすめる担い手として活動しませんか。

●対象者 市内在住で、原則として全日程に参加でき、食

夏期ヤングスクール受講者募集

講座名	日時	料金	定員
生け花体験	6月4日、11日、18日 月曜日 午後7時～9時 全3回	4,000円	6人
茶道体験	6月6日、13日、20日 水曜日 午後7時～9時 全3回	3,000円	6人
姿勢を整えるためのピラティス	6月27日・7月4日、11日、18日 水曜日 午後7時30分～8時30分 全4回	無料	35人
バランスアップヨガ	7月26日・8月2日、9日、23日 木曜日 午後7時30分～8時30分 全4回	無料	35人
素敵な大人になるための食育講座	6月15日・7月13日 金曜日 午後7時～9時 全2回	1,400円	25人
手作りお菓子	6月22日・7月27日 金曜日 午後7時～9時 全2回	1,000円	15人
ビジネスマナーについて	7月11日、18日、25日 水曜日 午後7時～8時30分 全3回	無料	15人
ソフトバレエ	6月6日、13日、20日 水曜日 午後7時30分～9時 全3回	無料	16人
浴衣の着付け	7月12日、19日 木曜日 午後7時～9時 全2回	無料	20人
ズンバ	7月27日・8月3日、10日 金曜日 午後7時30分～8時30分 全3回	無料	15人
美文字講座	6月11日、18日、25日・7月2日 月曜日 午後7時30分～9時 全4回	500円	16人
カラーセラピー	6月14日、21日、28日 木曜日 午後7時30分～9時 全3回	1,000円	20人
キックボクシング エクササイズ	6月15日、29日・7月6日 金曜日 午後7時30分～8時30分 全3回	無料	20人
ハーバリウム	8月1日、8日 水曜日 午後7時30分～9時 全2回	1,500円～/回	12人
フルーツカービング	7月5日、12日、19日 木曜日 午後7時～8時30分 全3回	150円～ 200円/回	16人
バドミントン	7月4日、11日、18日 水曜日 午後7時30分～9時 全3回	無料	16人

- 対象 市内に在住、在学、勤務する15歳以上35歳未満の方（高校生以下の方は、保護者の同意が必要）
- 申し込み・問い合わせ 5月9日(水)午前9時から市ホームページ、電話、または直接青少年ホーム(☎26-1083 ☎25-5337)へ
- ※お申し込み後のキャンセルについて、受講講座開始日の3日前までに青少年ホームへご連絡ください。3日前以降のキャンセルは、受講料を納めていただきます。

生活改善推進員になる意思のある方 ●会場 日時 南部保健センター / 6月4日(月)・22日(金)・7月5日(木)・30日(木)・8月3日(金)・10日(金)・23日(月)・30日(木)

9月20日(木) 北部保健センター / 6月13日(水)・25日(月)・7月10日(火)・30日(月)・8月8日(水)・24日(金)・9月6日(木)・25日(火) ●時間 午後1時30分

4時30分 ●定員 各会場先着25人 ※託児なし ●内容 食に関する講話、調理実習、軽運動等 ※都合のつかない日は、他会場への振り替

えが可能 ●料金 無料 ●申し込み 5月17日(木)までに、電話で南部保健センター(☎27-3455 ☎27-3464)へ

お知らせ 相談 募集 催し 美術館 博物館 学び スポーツ 健康・福祉

「健康経営」に関する
シンポジウムを開催します

企業が従業員の健康管理を進める「健康経営」の必要性和新たな取り組みの提案を目的として、シンポジウムを開催します。

- 対象Ⅱ主として企業の経営者、労働担当者 ●日時Ⅱ5月24日(木)午後3時～5時30分
- 会場Ⅱ松本大学5号館524教室(新村20951)
- 内容Ⅱ基調講演、特別講演、パネルディスカッション等
- 申し込みⅡ松本大学研究プ

30年地価公示を閲覧できます

地価公示は、地域で標準的な使われ方をしている土地を選び、適正な価格を表示したものです。土地売買等の参考にしてください。

- 閲覧場所 政策課、市民相談課(行政情報コーナー)、各支所(四賀、安曇、奈川、梓川、波田)、中央図書館または南部図書館
- 問い合わせ 政策課 (本3 ☎34-3274 ☒34-3201)

ランディング事業推進室(☎48-7397 ☒48-7390)
●問い合わせⅡ労政課(☎35-6286 ☒88-7669)

生ごみ堆肥化講習会を開催します

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えます。

- 対象Ⅱ市内在住、または市内にお勤めの方 ●日時Ⅱ5月29日(火)午前10時～11時30分
- 会場Ⅱ安原地区公民館2階視聴覚室 ●定員Ⅱ先着15人
- 料金Ⅱ500円(材料費)
- 講師Ⅱ中嶋知史氏 ●申し込み・問い合わせⅡ5月7日(月)から環境業務課(☎47-1096 ☒40-1335)へ

心身障害者福祉センター
30年度前期講座

- 対象Ⅱ心身に障害のある方、そのご家族、協力者、ボランティア志望の方 ●日時Ⅱ1陶芸教室/6月6日～31年2月6日の毎月第1水曜日(全8回) 午前9時30分～11時30分

分
②木彫教室/5月16日(9月5日の毎月第1・3水曜日(全8回) 午後1時30分～3時30分
③絵画教室/5月22日～9月11日の毎月第2・4火曜日(全8回) 午後1時30分～3時30分 ●会場Ⅱ総合社会福祉センター4階大会議室 ●料金Ⅱ1回400円(地域生活支援事業受給者の方は無料) ●その他Ⅱ障害のある方で、リフト付き送迎バスをご希望の方はご相談ください。 ●申し込み・問い合わせⅡ社会福祉協議会・心身障害者福祉センター(☎25-3133 ☒29-0064)

ちゃんと伝える
説明力アップセミナー

自分の考えを相手に分かりやすく伝えるために、ロジカルシンキングを学んで生活に役立てましょう。ワークショップ形式で、論理的な思考法・伝え方を学びます。

- 日時Ⅱ5月14日(月)午前10時～正午 ●会場Ⅱパレア松本 ネットワーク室(Mウイング3階) ●定員Ⅱ女性先着20人 ●料金Ⅱ200円 ●講師Ⅱ金日秀氏/キャリアコンサルタント・研修講師 ●持ち物Ⅱ筆記用具 ●託児Ⅱ1

歳以上未就学児、託児料1人300円(要申し込み) ●申し込み・問い合わせⅡパレア松本女性センター(☎39-1105 ☒37-1153 電子メール kyousei@city.natsunoto.lg.jp)

「林城を歩く」にご参加ください

山城や地域の文化財について学びながら新緑の林大城を徒歩でめぐります。

- 日時Ⅱ5月26日(土)午前9時～午後3時 ●会場Ⅱ林大城(豪華橋登り口集合) ●定員Ⅱ先着40人 ●料金Ⅱ100円 ●行程Ⅱ豪華橋-林大城-南方諏訪社-筑摩神社 ※登山中心のコースです。筑摩神社はバスで移動します。
- 講師Ⅱ文化財課職員 他
- 持ち物Ⅱ昼食、飲み物、帽子、雨具、杖、レジャーシートなど ●申し込み・問い合わせⅡ5月8日(火)午前9時から文化財課史跡整備担当(☎85-7064)へ

トライあい・松本
主催講座

- ①【美文字レッスン】自分の使いやすいペンで美

しい文字の書き方を基礎から楽しく学びます。

- 日時Ⅱ5月18日・25日、6月1日・8日・15日・22日の金曜日 全6回 午前10時～11時30分 ●会場Ⅱトライあい・松本研修室 ●定員Ⅱ15人 ※申し込み多数の場合は抽選 ●料金Ⅱ1700円(全6回分) ●講師Ⅱ小山節子氏 ●持ち物Ⅱボールペン
- 締め切りⅡ5月11日(金)
- ②【整理収納レッスン】あなたも収納美人に！モノの減らし方を学びます。
- 日時Ⅱ6月7日・21日の木曜日 全2回 午前9時30分～11時30分 ●会場Ⅱトライあい・松本研修室 ●定員Ⅱ20人 ※申し込み多数の場合は抽選 ●料金Ⅱ700円(全2回分) ●講師Ⅱ藤森妙子氏 ●持ち物Ⅱ筆記用具
- 託児Ⅱ1歳以上未就学児、定員6人、1人1回300円
- 締め切りⅡ5月25日(金)
- 申し込み・問い合わせⅡ往復はがきに講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、②の託児希望の方はお子さんの名前、性別、年齢を明記の上、トライあい・松本(〒390-0811 中央4-7-28 ☎35-6285 ☒35-6344)へ



第18回長野県障がい者
スポーツ大会について

障がいのある選手が、この大会に参加して競技等を通じてスポーツの楽しさを体験するとともに、県民の障がい者に対する理解を深め、障がい者の社会参加の促進に寄与することを目的とする大会です。

- 対象 長野県内に居住し、30年4月1日現在の満年齢が12歳以上の身体障害者手帳の所持者、知的障がい者および精神障がい者 ●日時 9月9日(日) ●会場 松本平広域公園陸上競技場他 ●定員 120人(松本市定員) ●個人種目 陸上、水泳、卓球、フライングディスク(身体・知的)、サウンドテーパー(身体・知的)、アーチェリー(身体)、ボウリング(知的) ●団体種目 バスケ、ソフトボール(車椅子・ツイン・知的)、ゲートボール(60歳以上身体)、ソフトバレーボール(精神)
- 申し込み・問い合わせ 5月10日(木)～6月11日(月)に、障害福祉課(東) ●電話 34-3212 ●FAX 36-91119 ●へ

やさしいーたのしいー!
フラダンス教室

初めての方から、経験のある方、本格的なフラをマスターしたい方まで、本場ハワイアンスタイルのフラを習得した講師が指導を行います。

- 対象 市内に在住か通勤・通学の方 ●日時 5月10日・24日、6月7日・21日の木曜日午前10時30分～11時30分 ●会場 梓水苑 ●定員 各20人(要予約) ●料金 月謝3240円(月2回分) 初回限定で無料体験可
- 講師 永田れいこ氏/ナリ・リコ・オ・カレイヒヴァ・フラスタジオ主宰 ●持ち物 動きやすい服装、タオル ●申し込み・問い合わせ 78-5555 ●FAX 78-5555

柔剣道場と弓道場の
教室へお越しください

- 1日だけの参加もできます。
- 【広ーい豊で親子からだ遊び】 ●対象 1歳～3歳のお子さんとお保護者 ●日時 5月7日～28日の毎週月曜日午前10時30分～11時30分 ●会場 柔剣道場2階柔道場 ●定員 20組 ●料金 1回500円

円 ●講師 分藤香氏/「おやこのカラダ」主宰 ●持ち物 動きやすい服装、飲み物

【ゆつたりヨーガ教室】

- 日時 5月7日～6月4日の毎週月曜日 5月11日～6月1日の金曜日午前10時～正午 ●会場 弓道場2階会議室 ●定員 15人 ●料金 1回1000円 ●講師 大沢瑠美氏/ハタ・ヨーガインストラクター ●持ち物 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット

【優しいストレッチ・ピラティス】

- 日時 5月9日～30日の水曜日午後1時15分～2時15分 ●会場 同2階会議室 ●定員 20人 ●料金 1回700円 ●講師 原秀子氏/ポールスターピラティス認定インストラクター ●持ち物 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】

- 対象 産後2カ月以降の乳児と母親 ●日時 5月10日～31日の木曜日午前10時30分～11時30分 ●会場 同2階会議室 ●定員 15組 ●料金 1回700円 ●講師 瀧本和子氏/ヨガインストラクター、ママとベビーヨガ講師 ●持ち物 ヨガマット、

「気分爽快ウォーク」参加者募集



本郷・岡田地区を巡りながら、芥子坊主農村公園の展望台から松本平や北アルプス、美ヶ原等を一望する景色を楽しみませんか。

- 対象 小学生以上の市民
- 日時 5月20日(日)午前8時30分(受け付けは午前7時45分～8時15分)
- 集合 東部学校給食センター駐車場 ●定員 100人
- 料金 無料
- コース 東部学校給食センターから陸上競技練習場、アルプス公園東入口駐車場、松本青年の家、芥子坊主農村公園、岡田神社を巡るウォーキング(約9キロメートル、3時間程度)
- 持ち物 飲み物、タオル、飴等のおやつ(必要な方)
- 申し込み・問い合わせ 5月16日(水)までに、総合体育館内スポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)へ

- バスタオル、おむつ、飲み物
- 【シニアのためのヨーガ教室】 ●対象 60歳以上の方 ●日時 5月11日～6月1日の金曜日午後1時30分～3時 ●会場 同2階会議室 ●定員 15人 ●料金 1回800円 ●講師 大沢瑠美氏/ハ

- タ・ヨーガインストラクター ●持ち物 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット
- 申し込み・問い合わせ 弓道場・柔剣道場(☎・FAX 36-0834 ホームページ <http://www.s-seiun.co.jp/shisetsu/matsumoto/>)

**ゆめひろば庄内
体験者・利用者募集中**

こどもスイミングスクール、スタジオレックスン体験者募集、トレーニンングルーム利用者募集します。

●対象Ⅱこどもスイミングは乳児〜小学生。トレーニンングルーム、スタジオレックスンは高校生以上 ●会場Ⅱ庄内屋内プール、庄内トレーニンングルーム ●定員Ⅱ各10人 ●体験料Ⅱこどもスイミングは

無料。各種スタジオレックスンはおためし料金1000円。トレーニンングルームは初回講習料300円 ●内容Ⅱこどもスイミングとスタジオレックスンは通常レックスンに体験参加。トレーニンングルーム利用の場合は、初回講習会に予約が必要(火・金・日曜日午前9時30分〜10時、午後6時30分〜7時) ●スタジオレックスンⅡエアロリフレッシュ、バランスコーデイネーション、リラクゼーションヨガ、健康

体操、やさしいヨガ、朝ヨガ、リンパヨガ、美脚ヨガ、パワ Yoga、骨盤エクササイズ、シニアヨガ、健康ビクス、フラ・エクササイズ、エアロ美ステップ、マッサージュヨガ ●プール(成人)レックスンⅡアクアシェイプ、腰痛改善、成人中級水泳教室、アクアリフレッシュ、アクアビクス、アクアウォーク、水中ヨガ ●申し込み・問い合わせⅡゆめひろば庄内(☎24-1612) 1 ☎24-1612

**小平奈緒選手へ
松本市民栄誉賞を授与**

3月29日、平昌オリンピック冬季大会スピードスケート女子500メートルで金メダル、同1,000メートルで銀メダルを見事獲得した小平奈緒選手=相澤病院=と結城匡啓コーチ=信州大学=が、市長を表敬訪問し、平昌オリンピックの報告や、メダルを披露しました。



松本市では、5月1日の市制記念日に併せ、市民に明るい希望を与えてくれた小平選手に、第1号となる松本市民栄誉賞をお贈りします。



●問い合わせ 秘書課(本2) ☎34-3200 ☎35-2030

**総合体育館の各種教室へ
お越しください**

【ミズノスポーツ塾】

●対象Ⅱ①幼児 ②小学生
●日時Ⅱ5月20日(日)①午前9時〜10時30分 ②午前10時50分〜午後0時20分 ●会場Ⅱ総合体育館第2トレーニンング室 ●定員Ⅱ各20人 ●料金Ⅱ1教室1080円 ●内容Ⅱ鉄棒、マット教室 ●持ち物Ⅱ屋内シューズ、タオル、飲み物

【ミズノフットサル教室】

基礎練習を中心とした初心者向けフットサル教室です。

●対象Ⅱ16歳以上 ●日時Ⅱ5月25日(金)午後7時15分〜8時45分 ●会場Ⅱ同メインアリーナ ●定員Ⅱ20人 ●料

金Ⅱ1080円 ●持ち物Ⅱ屋内用フットサルシューズ、タオル、飲み物
○申し込み・問い合わせⅡ総合体育館(火曜日休館) ☎32-11818 ☎36-9394

**松本市のスポーツ教室へ
お越しください**

【①親子体操教室(前期)】

●対象Ⅱ市内在住の3歳、または4歳の未就園児(26年4月2日〜28年4月1日生まれ)とその保護者 ●日時Ⅱ5月17日〜7月19日の木曜日午前10時〜11時30分(全10回) ●会場Ⅱ総合体育館他 ●定員Ⅱ先着100組 ●料金Ⅱ3600円(双子は4100円) ※保険料を含む ●内容Ⅱボール、フープ、マット等を使つての遊び中心の体力作り

【②シニア健康教室(前期)】

●対象Ⅱ市内在住の60歳以上の方 ●日時Ⅱ5月17日〜7月19日の木曜日午後1時〜3時(全10回) ●会場Ⅱ総合体育館他 ●定員Ⅱ先着70人 ●料金Ⅱ2600円 ※保険料を含む ●内容Ⅱ軽スポーツ、ウォーキング他

○申し込みⅡ5月10日(木)①午前10時から、②午後1時から総合体育館大会議室で受け付

け ※電話申し込み不可。定員に達しない場合は代理申請可とします。 ○問い合わせⅡ総合体育館内スポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)

**ワンバウンドふらばーる
バレー交流大会参加者募集**

市と市スポーツ推進委員協議会では、スポーツの推進を図るため、初めての方でも、運動の苦手な方でも楽しめる「ワンバウンドふらばーるバレー交流大会」を開催します。軽い変形したボール(ふらばーる)を使用する、バレーボール型のニュースポーツを行います。

●対象Ⅱ市内に在住、在勤、在学する中学生以上の方 ●日時Ⅱ6月10日(日)午前9時(受け付けは午前8時45分〜9時) ●会場Ⅱ南部体育館 ●定員Ⅱ先着24チーム(1チーム5〜8人)、個人申し込み可(個人参加の方は当日チーム編成します) ●料金Ⅱ無料 ●持ち物Ⅱ運動のしやすい服装と上履き、タオル、飲み物 ●申し込み・問い合わせⅡ5月31日(木)までに、総合体育館内スポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)へ



健康・福祉

情報チャンネル

南郷こどもプラザ 子ども子育て安心ルーム開設

4月2日から、南郷こどもプラザに、市内3カ所目の子ども子育て安心ルームを開設しました。子育てコンシェルジュが、子育て中の皆さんの

さまざまな悩みに寄り添い、子育てを応援します。
●問い合わせ先 南郷こども育成課
（東別1） ☎34-3261 ㊟34-3309、南郷こどもプラザ（☎・㊟32-6315）

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。3月のフードドライブでは、21人の方から、151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願います。

●日時 5月17日(木)午前10時～午後1時 ●会場 市役所東庁舎1階市民課相談室

寄付できる食品はカップ麺、缶詰、レトルト食品、乾麺など保存できるもの。ただし、以下のものに限りません。①賞味期限が明記され、1カ月以上あるもの ②未開封のもの ③包装や外装が破損していないもの ④肉や野菜などの生鮮食品以外のもの ●問い合わせ先 環境政策課（東4） ☎34-3268 ㊟34-0400

アフリカへ毛布をおくる運動

アフリカの難民や困窮者の皆さんに、清潔な毛布の提供をお願いします。毛布を取りに伺うことも可能です。

●申し込み 5月31日(木)までに、アフリカへ毛布をおくる運動推進委員会・実行委員会（☎29-2200 ㊟28-8777）へ ●問い合わせ 同委員会、または福祉計画課（東2） ☎34-3227 ㊟34-3204

5月の こどもプラザ



☆印の講座・行事は予約が必要です。5月8日(火)から電話で各こどもプラザ（平日午後1時～4時）にお申し込みください。
☆印の日の通常利用は午後1時からです。（5月31日、6月7日・10日の小宮を除く）
*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。

5月8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。
☆5月17日(木) ①午前10時～10時40分 ②午前11時～11時40分	親子のお楽しみ ～わらべうたであそぼう～ ●各定員=25組
☆5月24日(木)午前10時～	講座「絵本の世界」 ～子どもに絵本を～ ●定員=40人 ●会場=筑摩児童センター ●託児=30人(1人300円) ●託児会場=こどもプラザ(筑摩)
6月6日(水)午前10時45分～	いないいないばあのお話会(市立図書館の皆さん)

小宮こどもプラザ(☎・㊟47-8310)	
5月18日(金)午前9時30分～	安心ルームの子育て相談日 ※受付は先着順です。混雑状況により受付を終了する場合があります。
5月25日(金)午前10時30分～	大きくなろうねお楽しみ会
☆5月31日(木) 午後1時30分～2時30分 ☆6月7日(木) 午後1時30分～2時30分	赤ちゃん講座 ～びよびよクラブ①・②～ ※2回シリーズの講座です。 ①ふれあい遊びや関わり方を知る ②6カ月未満児の子育てについて知る ●対象=初妊婦・生後6カ月までの子を持つ親 ●定員=20組
☆6月10日(日)午前10時～	畑であそぼう ●定員=35組 ●会場=島内「高松寺」隣の畑

南郷こどもプラザ(☎・㊟32-6315)	
5月9日(水)午前10時～	ゆびきりげんまん ～親子でうたおう童謡～
☆5月22日(火)午前10時～	春のお楽しみ会 ●定員=40組
5月30日(水)午前11時～	ゆびきりげんまん ～お話会～ (市立図書館の皆さん)
5月31日(木)午前10時～	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。

波田こどもプラザ(☎91-3113 ㊟91-3114)	
5月18日(金)午前10時30分～	あ～そ～ぼの春の音楽会 ～音喜楽ボーイズ～
5月23日(水)午前10時～	栄養相談
☆5月30日(水)午前10時～	講座「絵本の世界」 ～はじめの一步～ ●定員=30人 ●会場=波田保健福祉センター ●託児=25人(1人300円) ●託児会場=波田こどもプラザ

●サークル長会のお知らせ
5月15日(火) 午前10時～11時
第1回サークル長会
●対象=サークル長の方、サークルを始めたい方
●会場=筑摩児童センター学習室
●託児会場=筑摩児童センター ※無料
●申し込み=電話で南郷こどもプラザへ

●ちびっこザウルスのお知らせ
5月29日(火) 午前10時～11時30分
多胎児交流会 「ちびっこザウルス」
●対象=双子・三つ子の子育て中の皆さん
※こどもプラザ通常開館の中で交流します
●会場=こどもプラザ(筑摩)
●申し込み・問い合わせ=健康づくり課・南部保健センター(☎27-3455)

肺がん・結核検診 胸部レントゲン撮影(無料)

5月21日(月)から巡回検診車に配布される「肺がん・結核検診胸部レントゲン撮影」が始まります。

広報まつもと5月号と一緒に配布される「肺がん・結核検診胸部レントゲン撮影のご案内」をご覧ください。

●問い合わせ
健康づくり課(東2)
☎34-1321
㊟39-2523

