

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



市営松本城大手門駐車場の解体工事が始まりました

基幹博物館建設予定地となつた市営松本城大手門駐車場北棟および平面式駐車場の解体工事が始まりました。

解体工事に伴い、大手門駐車場北棟は8月19日(日)の営業を最後に閉場しました。また、平面式駐車場は10月31日(水)まで現地で営業し、11月1日(木)からは移転建設する平面式駐車場で営業を開始します。

なお、大手門駐車場南棟は通常どおり営業しますのでご利用ください。

☎ 商工課 (大5) ☎ 34-3110 ☎ 34-3008 ☎ 34-3

29年度学校給食費会計決算のお知らせ

西部、東部、梓川、波田、四賀の5給食センターでは、成長期の小中学生の発達段階に合わせて、栄養バランスのとれた、安全でおいしい給食づくりに努めています。29年度は、小中学校41校に延べ373万3400食の給食を提

供しました。

給食用の食材は、保護者からの給食費でまかなわれています。1食あたりの給食費は、小学校280円、中学校330円で、29年度の収支は、次のとおりです。

人件費や光熱水費など約10億950万円は、公費(税金)から支出されています。

☎ 学校給食課 (☎ 86-1130 ☎ 86-1150)

収入		支出	
前年度繰越金	389万4,657円	原材料費	
給食費	11億422万2,815円	主食費	1億3,434万 231円
諸収入	2万2,287円	牛乳費	1億9,859万5,890円
市補助金	135万3,249円	副食費	7億7,249万2,219円
計	11億949万3,008円	計	11億 542万8,340円

収入支出差引(30年度への繰越金)406万4,668円

ハラスメント相談を受け付けています

【労政課からのお知らせ】

長野労働局では、安心して

働くことができる職場環境の整備を図るため、職場におけるセクハラ・パワハラ・いわゆるマタハラなどについて相談を受け付けています。匿名相談も受け付けますので、疑問や不安など何でもお問い合わせください。

10月には「ハラスメント特別相談窓口」を開設します。

☎ 午前8時30分～午後5時15分(土日祝を除く) ☎ 長野労働局雇用環境・均等室

(☎ 026-227-0125 ☎ 026-227-0125)

セクハラ・いわゆるマタハラ) (☎ 026-223-0551 ☎ パワハラ)

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。ただし、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きます。

● 取り替え期間 8月31日(金)～9月14日(金) ● 9月の取り

替え地区 Ⅱ 渚、双葉、高宮、

南松本、宮田、芳野、両島、野溝木工、野溝西、市場、石芝、南原、征矢野、笹部、鎌田、出川、新村、今井、梓川

全地区 ☎ 上下水道局営業課 (☎ 48-6850 ☎ 47-2137)

基幹配水管路耐震化工事を実施します

地震に強い管路構築のため、水道管の布設替工事を実施します。

● 工事区間 Ⅱ 桐1丁目～旭2丁目 ● 工事期間 Ⅱ 9月上旬～3月下旬 ● 交通規制 Ⅱ 片側交互通行および一部通行止め

で実施 ※萩町交差点および国道143号は夜間工事

で実施 ☎ 上下水道課 上下水道建設担当 (☎ 48-6830 ☎ 48-6890)

中山霊園奉賛会事務局

第50回中山霊園霊園祭を開催します

中山霊園霊園祭を開催します。当日は、墓参バスを運行します。ご利用ください。

☎ 9月23日(祝)午前10時30分

中山霊園多目的広場 ● 中山霊園多目的広場

バス運行 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

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)
8月9日午前9時	松本合同庁舎	0.066

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

(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) ※帰りは正午に霊園を出発します。運行経路と運行時間が昨年と変わっています。 ☎ 200円(小学生以下無料) ☎ 中山霊園奉賛会事務局 (☎ 090-3560-2527) ☎ 環境保全課 霊園葬祭係 (東4) ☎ 34-3043 ☎ 34-0400

市税等納期の お知らせ

10月1日(月)は、国民健康保険第3期・介護保険料第6期・後期高齢者医療保険料第3期の納期限です。期限内の納付をお願いします。

24時間全国のコムビニエンストアでも納付ができます。(バーコードが印字されているものに限ります。)安心便利な口座振替・自動振り込みもありますのでご利用ください。納付方法などの相談を希望

する方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・介護保険料・後期高齢者医療保険料は保険課 (東2) ☎ 34-3215 ☎ 39-2523

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

農振除外の申出を 受け付けます

農業振興地域の農用地区域内の農地を転用する場合は、転用手続きの前に、農用地区域からの除外(または用途変更)手続きが必要です。

サービスは、メンテナンスのため、10月8日(祝)にサービスを休止します。あらかじめご了承ください。

☎ 市民課 (東1) ☎ 33-9841 ☎ 37-0260

中核市 お知らせコーナー

第14回

全国の中核市の状況

現在、全国では54市が中核市に指定されており、県内では、長野市が平成11年4月に指定されています。

平成27年4月に地方自治法が改正され、中核市の指定要件が人口30万人以上から20万人以上に緩和されたことにより、広島県呉市(22.9万人)、長崎県佐世保市(25.6万人)、青森県八戸市(23.2万人)など、人口30万人未満の都市では、8市が中核市へ移行しています。

今後、全国で6市が、中核市への移行を予定しています。

移行予定年月	自治体名
2019年4月 (平成31年)	山形県 山形市(25.4万人)
	福井県 福井市(26.6万人)
	山梨県 甲府市(19.4万人)
	大阪府 寝屋川市(23.8万人)
2020年4月	茨城県 水戸市(27.1万人)
	大阪府 吹田市(37.5万人)

このほかに、松本市(24.4万人)を含めて5市が、中核市への移行を目指しています。

※かつこ内は、平成27年の国勢調査の人口です。
 ※経過措置として、施行時特例市は人口が20万人未満となっても、2020年3月末日までは中核市の指定を受けることができます。

☎ 政策課 (本3) ☎ 34-3274 ☎ 34-3201

リンゴ黒星病の 発生にご注意ください

本年6月に県内において、平成29年秋以降に県外から導入したりんごの苗木で、特効薬であるDMI剤が効かないリンゴ黒星病の発生を確認しました。この黒星病がまん延してしまつと、りんごの生産に大きな影響を及ぼします。黒星病は秋以降、再び発生が増加しますので、農家でない方もりんごの樹をお持ちの場合は、以下の点に留意してま

●要件Ⅱ事業計画が必要かつ適正で、農用地区域外に代替する土地がないこと。その他に農地転用や開発行為の許可見込み等も必要です。●期間Ⅱ10月1日(月)～15日(月)
 ☎ 申出農地が蟻ヶ崎・沢村・筑摩・神田の場合はJ A松本市へ。その他の地区は各地区の地域づくりセンターへ ●注意Ⅱ必ず事前に関係各課にご相談ください。相談については、開庁日に随時受け付けています。農地転用は農業委員会事務局、開発行為は建築指導課です。農振除外完了までにはおおむね1年を要します。☎ 農政課 (本5) ☎ 34-3221 ☎ 36-6217



- ① 秋期に雨が多い場合は、黒星病の発生が増加します。気象経過を考慮し、10月上旬頃まで耐性菌の発生に考慮した薬剤防除を行いましよう。
 - ② りんご園地を定期的に巡回し、黒星病の発生状況を確認しましよう。特に、平成29年秋以降に県外から導入した苗木とその周辺の樹は発病の有無をしっかりと確認してください。
 - ③ 発病が疑われる場合は、速やかに松本農業改良普及センター、またはお近くのJ Aへご連絡ください。
 - ④ 発病した葉は翌年の伝染源になります。摘み取つて袋等に入れて園地外に持ち出し、焼却または土中に埋めるなど適正に処分してください。
 - ⑤ 県外から苗木を導入する場合は、健全な苗木であることを確認してください。
- ☎ 松本農業改良普及センター (島立1020 松本合同庁舎5階) ☎ 40-11945

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

住宅・土地統計調査にご協力を

総務省統計局では、10月1日(月)現在で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約370万世帯を対象とした大規模な調査です。今回の調査では、住宅数や国民の居住状況だけでなく、①「高齢化社会を支える居住環境」②「耐震性・防火性等の住宅性能水準の達成度」③「土地の利用状況」のほか、「空家等対策の推進に関する特別措置法」が施行されたことにより、「空き家の実態」を把握することをねらいとしています。

9月上旬から、統計調査員が対象となった世帯に調査書類を配布します。インターネット、または紙の調査票での回答をお願いします。ご回答いただいた内容は、統計法によって厳重に保護されますので安心してご回答ください。ご協力をよろしくお願いします。

情報政策課(情報創造館) 庁舎2階 ☎48-7020
☎48-7001

【商工課からのお知らせ】

中小企業向け

IoT導入実践セミナー

カンタンIoTで、すぐにもできるカイゼン(製造ライン改善システム)。

☎ 市内中小企業(製造業)

📅 9月26日(水)午後2時～5時

📍 松本ものづくり産業支援センター研修室(和田4010-27)

👥 10社(1社3人)

🆓 無料

📍 安価なセンサーを使った製造ライン改善システムの紹介、実演

👤 Smart Technologies株式会社 黒川龍二氏/執行役員COO、永坂彰啓氏/CMO

📅 9月19日(水)まで

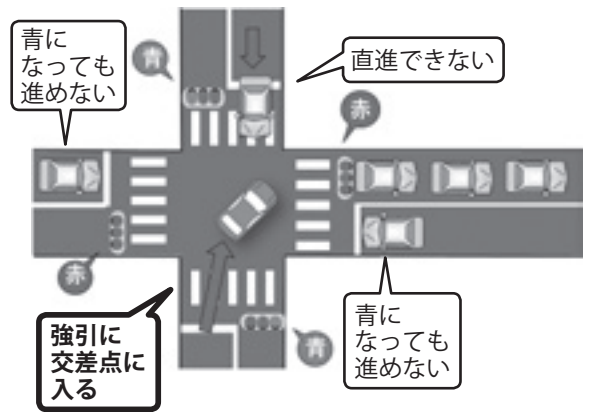
📍 一般財団法人松本ものづくり産業支援センター(☎401000 ☎4011001)へ

野外焼却は禁止されています！

プラスチックやゴミなどの廃棄物を野外で焼却することは、ダイオキシン類が発生したり、煙やにおいで近隣の方へ迷惑をかけることから、

ワンポイント交通安全 交差点への強引な進入は交通違反です！

通称「松本走り」
交差点で、このような迷惑運転をいませんか？



交差点で、前が渋滞で詰まっても、強引に交差点に入って停止するため、他の車の通行を妨害する。

○交差点等進入禁止【反則金(普通車)6,000円】違反になります。

☎ 交通安全・都市交通課 (本5) ☎34-3245 ☎34-3202

ねんきんネットに登録しましょう

「ねんきんネット」は、インターネットを通じて24時間いつでもどこでも、パソコンやスマートフォンから最新の年金加入記録の確認や、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、ご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ご用意ください。

鈴木鎮一記念館 一部閉館のお知らせ

鈴木鎮一記念館は、耐震改修工事のため10月1日～3月1日の5カ月間、一部閉館します。期間中は一部の部屋や展示物などご覧いただけません。休館日および観覧時間は、通常どおりです。

☎ 文化振興課(大3) ☎34

13293 ☎34-3018

詳しくは、「ねんきんネット」で検索してください。

☎ 松本年金事務所(☎32-4664)

☎ 34-3245 ☎34-3202

☎ 34-3245 ☎34-3202

☎ 34-3245 ☎34-3202

☎ 34-3245 ☎34-3202

☎ 34-3245 ☎34-3202

第2回松本産野菜を使った料理教室

松本で収穫された新鮮な旬の野菜を使い、調理と試食を楽しまします。今回のテーマは「かぼちゃ」を使った料理です。

● 9月11日(火)午前10時～午後1時 ● 場 ゆめひろば庄内1階 料理実習室 ● 定 20人 (申し込み多数の場合は抽選)
 ● 材料費500円 ● メニユー (予定) Ⅱかぼちゃまんじゅう、かぼちゃの姿寄せ、かぼちゃのポタージュ、かぼちゃとツナの春巻き ● 持エプロン、三角巾、持ち帰り用容器 ● 託児Ⅱ1歳以上の未就園児(定員5人。1人500円) ● 場 まつもと農村女性協議会会員 ● 申・問 農政課 (本5) ● 34-33222 ● 36-16217

固定資産税の減額制度をご利用ください

住宅の改修工事(リフォーム等)を行ったことにより、固定資産税が減額される制度があります。

● 耐震改修工事、バリアフリー化の改修工事、熱損失防止等省エネのための改修工事

※平成32年3月31日までに耐震または省エネ改修工事が完了した物件で、「長期優良住宅」の認定を受けた場合は3分の2です。● 手続きⅡ工事完了後3カ月以内に申請書類一式を資産税課にご提出ください。● 対象となる家屋の要件、必要な書類など詳しい内容は市ホームページをご覧ください。● 問 資産税課(本2) ● 34-33312 ● 39-10725

	耐震改修	バリアフリー改修	省エネ改修
減税額(固定資産税のみ)	2分の1※	3分の1	3分の1※
適用範囲(居宅1戸当たり)	120㎡まで	100㎡まで	120㎡まで
減額期間	1年間(翌年度)		

指定工事店に指定しました

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。

- 山一建設株式会社(上松町小川2272番地 ● 02-64-5214700)
 - 有限会社三田住設(安曇野市堀金三田1169番地11 ● 7316423)
 - エビヤ鉄工設備株式会社(伊那市荒井3712番地 ● 02651782728)
 - S・K住設(安曇野市豊科田沢5426番地5 2階 ● 090-34781515)
- 問 上下水道局総務課(48-6800 ● 4712137)

道路損傷等通報アプリをご利用ください

道路の損傷等を通報できるアプリ「なおして!アルプちゃん」を公開しました。

● インターネットに接続できる環境のスマートフォン、またはタブレット端末 ● 使い方Ⅱ①アプリをダウンロード ②アプリ内の「メールで通報」を選択し、近景、遠景写真を撮影 ③現在位置の確認と不具合の項目を選択して、メールを送信すると通報が完了します。● 緊急の場合は、アプリ内の「電話で通報」を

選択し、通報してください。● 無料 ● 問 維持課(本4) ● 34-3244 ● 3312939



相談

【市民相談課からのお知らせ】

司法書士による

家賃・敷金トラブル無料相談会

賃貸住宅の家賃や敷金等に関するお悩みや疑問について、長野県司法書士会が無料で電話相談に応じます。貸主側も借主側も相談ができます。

● 9月22日(土)午前10時～午後4時 ● 相談の電話番号Ⅱ(フリーダイヤル) ● 問 長野県司法書士会(4026123217492)

【市民相談課からのお知らせ】

全国一斉不動産無料相談会を開催します

不動産に関わる専門家(司法書士・行政書士・税理士・一級建築士・宅地建物取引士)が広範囲での相談に応じます。不動産の相続・税金・売買、建物等建築、空き地空

き家等でお悩みの方はぜひご利用ください。● 予約は不要です。詳細の回答をお求めの方は、事前に相談内容をファクスでお知らせください。

● 10月1日(月)午前10時～午後4時 ● 場 信毎メディアガーデン ● 問(公社) 全日本不動産協会長野県本部(48-0939 ● 4810959)

【市民相談課からのお知らせ】

土地家屋調査士相談を始めます

市民の皆さんの土地・建物の登記に関するお悩み解決への一助となることを目的とし、10月から専門相談として土地家屋調査士相談を始めます。

● 毎月第2金曜日午後1時～3時 ● 場 市役所市民相談室 ● 定 毎月先着4人 ● 相談時間Ⅱ30分 ● 無料 ● 相談分野Ⅱ土地・建物の登記に関すること(お隣の境がわからない)「畑や山林などを宅地にしたい」「相続や贈与のために土地を分けたい」等 ● 申・問 相談日の2日前までに長野県土地家屋調査士会松本支部(36-11590 午前9時～正午 ※土日祭日を除く)へ

情報チャンネル



相談

【市民相談課からのお知らせ】

【法の日】
司法書士無料法律相談

長野県司法書士会では、10月1日の「法の日」、10月1日～7日の「法の日週間」にちなみ、「県下一斉司法書士無料法律相談」の相談所を開設します。相談は原則として予約制で、秘密は厳守します。

会場・申し込み	日時
市役所市民相談室 (☎32-0001)	10月3日(水) 10月4日(木) 午前9時～午後4時
四賀支所(四賀支所 ☎64-3111)	10月2日(火) 午前10時～正午
安曇支所(安曇支所 ☎94-2301)	10月2日(火) 午後1時～3時
奈川文化センター夢の森(奈川支所 ☎79-2121)	10月2日(火) 午後2時～4時
梓川支所(梓川支所 ☎78-3000)	10月2日(火) 午後1時～3時
波田公民館(波田支所 ☎92-3001)	10月2日(火) 午後1時～4時

相談

募集

催し

美術館

博物館

学び

スポーツ

健康・福祉

●相談内容＝不動産の登記、相続、多重債務など 申各会場ごとに予約申込先へ（先着順で定員になり次第締め切り） ④長野県司法書士会松本支部（☎24-0080）

【市民相談課からのお知らせ】

10月1日から7日は
公証週間です

法務省と日本公証人連合会では、公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度のご利用を呼びかけるため、毎年10月1日から7日までを「公証週間」と定めています。

公証制度は、私たちの日常生活における法的紛争を未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし、安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。次のような約束事には公正証書の作成をお勧めします。

- 遺言 ○お金の貸し借り
- 不動産の売買や貸し借り
- 離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払 ○任意後見契約（公正証書作成が必要）
- ④松本公証役場（☎35-6309）

【人権・男女共生課からのお知らせ】
人権に関してお悩みの方は
法務局人権なんでも相談へ

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。

④9月25日(火)／Mウィング3階ネットワーク室、28日(金)／なんなんひろば（松南地区公民館）会議室1、2 ※28日(金)は子どもの人権に関する相談もお受けします。

●時間 午前10時～午後3時
④長野県地方事務局松本支局（☎32-2571 ②32-2572）



募集

【公園緑地課からのお知らせ】

信州花フェスタ「イベント
出展者・ボランティア」を募集

来年の春に、信州スカイパークをメイン会場として、第36回全国都市緑化信州フェア「信州花フェスタ2019」北アルプスの贈りもの〜を開催します。全国都市緑化フェアは、長野県では初めてとなる国内最大級の花と緑のイ

イベントです。この信州花フェスタのイベント出展者やボランティアを募集します。

●募集内容

募集項目	募集内容	募集締め切り	募集数
体験プログラムの花と緑の体感プログラム	せさむらみ、どろろ、なごさ、マナブダ、体験く、クマ、緑、ま、や、花、植、ま、を、実、施、す。	10月31日(水)	約70団体・人
信州花フェスタ出展	演奏、ダンス、演劇、など、花、を、通、じ、て、信、州、を、広、げ、て、い、く。		約200団体・人
メイン会場のボランティア	会場運営、受付、案内、など、の、サ、ブ、シ、ョ、ウ、に、関、与、す。	31年1月31日(木)	約500人

●開催期間 31年4月25日(木)～6月16日(日) ④信州スカイパーク（長野県松本平広域公園） ●応募方法 詳細は、信州花フェスタ2019公式ホームページ（<https://shinshu-hanafesta2019.jp/>）をご覧ください。 ④第36回全国都市緑化信州フェア実

行委員会事務局（☎88-1183 ②88-1187）

【福祉計画課からのお知らせ】
熟年体育大学
いきいき健康ひろばコース

10月からの参加者募集です。国際的に認められた「インテバル速歩」で、10歳若返ってみませんか。初心者大歓迎！

④市内在住のおおむね40歳以上の方 ④30年10月～31年3月 ④各地区福祉ひろば、体育館他 ④9500円／年（16000円／月相当） ④①活動量計（熟大メイト）を用いた運動「インテバル速歩」 ②専門スタッフによる運動・健康等の個別指導 ③体力測定・血液検査の他、ウォーキングやバスハイク。他イベント ④9月3日(月)～26日(水)に各地区福祉ひろばにある参加申込書に必要事項を記入し提出してください。

④インテバル速歩体験会 ④9月18日(火)午前9時30分～11時 ④ゆめひろば庄内体育館 ④無料 ④室内シューズ

④熟年体育大学リサーチセンター（☎37-2697 ②3416721）

広報まつもと2018年9月号 28

「ありがとうメッセージ」を募集します

よりよい医療を目指して、市民の皆さんと医療に携わる方とが、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。

●募集内容Ⅱかかりつけ医や病院の医師、看護師などの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。それぞれの思いを、文字数、形式にとらわれずお寄せください。●応募方法Ⅱ電子メール・ファクス・郵送・持参によるものとします。応募する方の住所、氏名、年齢、性別、電話番号を必ず記載してください。随

時受け付けしています。他 応募いただいたメッセージは、「いい医療の日」のイベントなどにより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。また、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ます。●応募先・固医務課（〒390-8620 丸の内3-7 東2） 34-3262 ☎36-3204

☎ imu@city.matsumoto.lg.jp
生ごみ堆肥化講習会へお越しください
 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

市営霊園墓所の使用者を募集します

中山霊園第3次造成地新規墓所の使用者を募集します。

霊園名	中山霊園
募集数	第7聖域(4㎡) 51区画
申請資格	3年以内に墓石を建立できる方(市民であるなしを問いません)
永代使用料	市民の方 42万9,000円 市外の方 53万6,250円
管理料(年額)	2,980円
墓石の規格	あり(統一聖域※)
申請受け付け	30年10月1日(月)~10日(水) ※6日(土)・7日(日)・8日(祝)は除く

※統一聖域とは、一定の規格による碑石、形象類のみを建設する聖域をいいます。

- 受付場所 松本市役所東庁舎4階 環境保全課霊園葬祭係
- 持 申請者の住民票抄本・戸籍謄本・印鑑
 ※住民票抄本および戸籍謄本は、3カ月以内に発行された正本を提出してください。

●その他

- ・申請には承継予定者がいることが条件です。
- ・使用する墓所は、抽選で決定します。
- ・募集要項および申請書は環境保全課霊園葬祭係と各支所・出張所にあります。
- ・使用申請は、直接環境保全課霊園葬祭係に申し込みをしてください。郵送による申し込みは受け付けません。

【墓所現地案内】

事前に募集墓所の確認をしていただくため、現地案内を実施します。

- 日・場 9月29日(土)/中山霊園
 午前10時~正午に募集聖域で随時案内

【抽選会】

- 日 10月11日(木)
- 場 あがたの森文化会館

●随時受付

中山霊園返還聖域、蟻ヶ崎霊園、奈川霊園(奈川地区)・上野霊園(梓川地区)・下原霊園(波田地区)・つつじヶ丘霊園(波田地区)の使用者申込は随時受け付けています。

- 申・固 環境保全課霊園葬祭係
 (東4) ☎34-3043 ☎34-0400

市民囲碁大会への参加者募集

- 対 市内在住の60歳以上の方
- 日 9月19日(水)午前9時受け付け
- 場 プラチナセンター(総合社会福祉センター3階)
- 料 1000円(昼食代込み)
- 申・固 9月14日(金)までにプラチナセンター(☎25-3133 内線131・132 ☎29-0064)へ



ターに使うことができます。
 市内在住、または市内にお勤めの方 日 9月25日(火) 午前10時~11時30分 場 第三地区公民館1階視聴覚室
 定 先着15人 料 500円(材料費) 講 中嶋知史氏
 申・固 9月3日(月)から環境業務課(☎47-1096 ☎40-1335)へ

情報チャンネル



募集

鹿児島市・おはら祭ツアーの参加者募集

文化・観光交流協定締結都市、鹿児島市で開催される「おはら祭」に踊り連として参加する方を募集します。おはら祭参加の前後に、鹿児島市内の観光も行います。

対 松本市民で祭の総踊りに参加できる方 ※事前練習および現地で踊りの練習あり

日 11月1日(木)～4日(日) (3泊4日) ●行程Ⅱ【1日(木)信州まつもと空港→(FD A)→福岡空港→博多駅→(九州新幹線)→鹿児島中央駅→鹿児島市内泊【2日(金)鹿児島市内観光(西郷どん・大河ドラマ館、維新ふるさと館等)→夕方・おはら祭踊り練習→夜・夜祭り(総踊り)参加→鹿児島市内泊【3日(祝)鹿児島市内観光(仙巖園桜島等)→鹿児島市内泊【4日(日)鹿児島中央駅→(九州新幹線)→博多駅→福岡空港→(FDA)→信州まつもと空港 ※観光コースは変更になる可能性があります。

定 25人 ※応募多数の場合

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

は抽選。結果は後日送付します。●参加者負担金Ⅱ最大7万円/人(予定)(参考…前回5万5000円程度) ※費用の一部(交通と宿泊に係る経費の半分)を松本市が負担します。今後参加者負担金が少なくなる可能性もあります。詳細は申込者に個別でご案内します。申・閏9月18日(火)までに、電話かファクス(氏名・住所・電話番号を明記)で観光温泉課(大5 34-8307 34-3049)へ ※1組2人まで申し込み可

創業実現セミナーを開催します

松本市、安曇野市、塩尻市の連携事業として、創業実現セミナーを開催します。ビジネスプラン作成を通して、創業に必要な知識を学びます。☑創業を希望、または具体的に計画している方。創業に向けて具体的なアドバイスが欲しい方。新たな分野での事業展開を検討している方

日 10月4日(木)～12月6日(木)の毎週木曜日 午後6時30分～8時30分(全10回) 場 安曇野市商工会 本所(安曇野市豊科4289-1) 定 先

着20人 ¥5000円 内 経営、財務、人材育成、販路開拓の知識が身につく講義 調 小林藤子氏他/あがたグローバル税理士法人 申 安曇野市商工会三郷支所(3170 77-6660) 閏 同会三郷支所、政策課(本3 34-3274 34-3201)

第36回全国都市緑化信州フェア開幕200日前イベント

来春開催される第36回全国都市緑化信州フェア開幕200日前に併せて10月7日(日)に次のイベントを開催します。【ラフケーキづくり】

●時間Ⅱ午前10時～正午、午後2時～4時 ※どちらか希望する時間帯 場 松本ヘルスラボオフィス(Mウイング1階) ※駐車券の用意はありませんので、公共交通機関をご利用ください。 定 各回先着5人(親子での参加も可) ¥1000円(材料費)

【ガーデニング講習会】

●時間Ⅱ午前10時～正午 場 あがたの森公園内 平和ひろば 定 先着20人(親子での参加も可) ¥無料 【多肉植物で寄せ植えづくり】 ●時間Ⅱ午後2時～4時

場 あがたの森文化会館 216会議室 定 先着20人(親子での参加も可) ¥1000円(容器代) 【ハンギングバスケットづくり】 ●時間Ⅱ午後2時～4時 場 あがたの森文化会館 215会議室 定 先着20人 ¥1000円(容器代) 【年輪ハウムクーヘンづくり】 ●時間Ⅱ午後1時～3時 場 あがたの森公園内並木通り 定 当日先着50人 ¥無料

【木や木の実を使った工作体験】 ●時間Ⅱ午後1時～4時 場 あがたの森公園内並木通り ¥無料 ※申し込み不要 内 木でつくる名札づくり、木の実のリースづくり、落ち葉アート等 申・閏 9月21日(金)までに公園緑地課(大6 34-3254 34-3299)へ

大糸線カレンダー作成用の写真を募集します

大糸線沿線8市町村(松本市・安曇野市・松川村・池田町・大町市・白馬村・小谷村・糸魚川市)の四季折々の風景写真を募集します。採用

された方には、完成したカレンダーと地元特産品等をプレゼントします。

●募集内容Ⅱ大糸線カレンダー作成用写真 ●募集期間Ⅱ9月28日(金)まで ●募集方法Ⅱ <http://www.city.omachi.nagano.jp/0003000/00042000/2019karendar.html> 閏 大町市役所総務部情報交通課交通政策係(0261-85-0070、0261-21-3801)

松本スイーツコンテスト2019

プロの技とアイデアが詰まった魅力的な「松本スイーツ」をご提案ください。あなたのスイーツを、信州・松本の新しい顔として発信してみませんか。

☑市内の店舗・事業所で菓子製造等に従事されているプロの方 ※年齢等の制限はありません ●募集期間Ⅱ9月10日(月)～10月17日(水)必着 申 応募は郵送で受け付けます。専用の応募用紙があります。詳細は松本スイーツのウェブサイトを(<http://matsunoto-sweets.jp>)をご覧ください。 閏 商工課(大5 34-3270 34-3008)

【危機管理課からのお知らせ】
防衛大学校等の採用試験案内
 防衛大学校等学生の採用試験を実施します。身分は特別職国家公務員です。
【防衛大学校学生（推薦）】…幹部要員
 ●資格Ⅱ高卒（見込含む）21歳未満の学校長が推薦できる方
 ☎9月5日（水）～7日（金）
 ●試験日Ⅱ9月22日（土）・23日（祝）の2日間 ●試験会場Ⅱ防衛大学校（神奈川県横浜須賀町）
【防衛大学校学生（総合選抜）】…幹部要員
 ●資格Ⅱ高卒（見込含む）21歳未満の方
 ☎9月5日（水）～7日（金） ●試験日Ⅱ1次／9月22日（土） ●試験会場Ⅱ全国の主要都市（別途個別に通知）
【防衛大学校学生（一般）】…幹部要員
 ●資格Ⅱ高卒（見込含む）21歳未満の方
 ☎9月5日（水）～28日（金） ●試験日Ⅱ1次／11月3日（祝）・4日（日）の2日間
【防衛医科大学校医学科学系】…医官要員
 ●資格Ⅱ高卒（見込含む）21歳未満の方
 ☎9月5日（水）～28日（金） ●試験日Ⅱ1次／10月27日（土）・28日（日）の2日間
【防衛医科大学校看護学科学系】…看護師要員
 ●資格Ⅱ高卒（見込含む）21歳未満の方
 ☎9月5日（水）～28日（金）
 ●試験日Ⅱ1次／10月20日（土）
 ○試験会場Ⅱ陸上自衛隊松本駐屯地 ☎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）

松本市立病院 非常勤職員を募集します
 ●受験資格Ⅱ当該職種の有資格者で、昭和43年4月2日以降に生まれた方 ●職種Ⅱ作業療法士 ●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Ⅱ10月1日（月） ●募集人数Ⅱ1人
 ●試験日Ⅱ内容Ⅱ9月25日（火）面接試験 ●その他Ⅱ夜勤専従看護師、調理員、介護員も随時募集中 ☎9月20日（木）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（〒390-1401 波田4-4-17-1180 ☎92-3027 ☎92-3440）へ。各種申込様式は市立病院のホームページからもダウンロードできます。

親子で作ろうLEDソーラーライト工作教室
 第43回松本市消費生活展「親子で作ろうLEDソーラーライト工作教室」の参加者を募集します。太陽電池とLEDのしくみについて親子で勉強しましょう。
 ☎小学校4年生以上と保護者（2人1組）、または中学生
 ☎10月6日（土）午前の部：午前10時30分～11時40分 午後の部：午後1時30分～2時40分
 ☎あがたの森文化会館2-8会議室 ☎各部先着20組（要申し込み） ☎無料
 ☎9月10日（月）午前8時30分から市民相談課内実行委員会事務局（本一 ☎34-3307 ☎36-6839）へ

宗像市・福津市との子ども交流事業参加者募集
 福岡県宗像市・福津市との子ども交流事業を、松本市内で開催します。
 ●募集人員Ⅱ松本市内に在住、通学または活動している小学4年生～5年生 9人 ●開催日Ⅱ31年1月4日（金）～5日（土）（1泊2日） ●宿泊先Ⅱ乗鞍高原 ☎松本城や松本市内の見学、乗鞍高原での自然体験 ☎2500円程度（食事代） ☎事前、事後の学習会等があります。詳細はお問い合わせください。 ☎9月1日（土）～20日（木）必着。子ども育成課（東別 ☎34-3291 ☎34-3309）

第59回松本市芸術文化祭 文芸と展示作品を募集
 ●募集作品Ⅱ水石、短歌、俳句、川柳、詩、写真、書道、絵画、美術工芸作品 ●展示会場Ⅱ美術館他 ●募集チラシと出品票Ⅱ生涯学習課・中央公民館、各地区公民館、美術館にあります。 ☎甲・国生涯学習課・中央公民館（☎32-1132 ☎37-1153）

松本市プラチナセンター 利用者の会文化祭
 第9回文化祭を開催します。ステージ発表、作品展、活動の実演があります。
 ☎9月27日（木）午前9時30分～午後4時30分、28日（金）午前9時30分～正午 ☎総合社会福祉センター3階プラチナ

センター ☎プラチナセンター（☎25-3133 内線131-132 ☎29-0064）

「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。
 ☎10月3日（水）午後3時～4時40分 ☎Mウイング3階 ネットワーク室 ☎無料
 ●上映作品Ⅱアルジャーノンに花束を（字幕） ☎人権・男女共生課（☎39-1105 ☎37-1153）

タイ風焼きそば「パッタイ」とスープ「トムヤンクン」の作り方を教わります。
 ☎10月15日（月）午前10時～午後1時 ☎Mウイング4階 料理実習室 ☎先着20人 ☎1000円 ☎青木ルンアルンさん ☎エプロン、三角巾 ●託児Ⅱ無料。要申し込み ☎甲・国10月5日（金）までに多文化共生プラザ（☎39-1106 ☎37-1153 ☎tabunka@city.matsumoto.lg.jp）へ

私たちのおまじ・松本で世界の料理を楽しもう



催促

情報チャンネル



催し

第32回 松本市健康フェスティバル

健康保持増進と健康づくりに対する意識の高揚を目的とし、誰もが気軽に参加できるイベントとして、医療保健関係団体による出展、講演会等を開催します。スタンプラリー抽選もあります。

☎ 9月24日(月・休) 午前10時～午後3時 オープニングセレモニー…午前9時40分～ ※入場は午後2時30分まで

📍 波田体育館 ※駐車場の限りがありますので、出来るだけ公共交通機関をご利用ください。

👤 医療保健団体による出展(23団体)、講演会(「お薬の上手な飲み方」講師・松本薬剤師会 吉澤貴代美氏)、総合型地域スポーツクラブ「はたっこ」によるスポーツ吹矢、ステージ発表(アルパクラブ、オカリナフレンズまほろば、パストラルはた、岳アルプホルンクラブ)、波田商工会によるイベント、みはらし味の会による販売、スタンプラリー

📞 保険課(東2) ☎ 34-3216

学都親子科学工作教室 in Mウイング

紙コップや風船を使って簡単手作りロケットを作ります。

- 👤 小学生とその家族
- 📅 9月23日(祝)午前10時30分～11時30分、午後1時～2時(出入り自由)
- 📍 Mウイング
- 👉 無料
- 📍 当日会場へ
- 📞 教育文化センター (☎32-7600)

コズミックカレッジ (JAXA協力)

応援などで使用するスティックバルーンで作ったロケットを飛ばし、より遠くに飛ばす仕組みを学びます。

- 👤 小学生のみ
- 📅 9月29日(土)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時
- 📍 教育文化センター3階ホール
- 📍 各回20人 ※申し込み多数の場合は抽選。開催日の1週間前までに郵送でお知らせします。
- 👉 無料
- 📍 9月4日(火)～15日(土)に教育文化センター (☎32-7600) へ電話、または市ホームページから受け付け

松本キッズ・リユースひろば 配布会を開催します

☎ 39-2523

短期間で使わなくなった育児・子ども用品(衣類・小物等)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。詳しくはホームページをご覧ください。

📍 市内在住の方 ☎ 9月29日(土)午後1時～4時 場南部体育館(芳野4丁目1号)

👉 無料

📍 配布を受けるに

は、往復はがきによる事前応募が必要です。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衣類の希望サイズと性別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3-7)と記入の上、お送りください。

● 応募締め切り 9月19日(水) 必着 ※応募多数の場合は抽選

● 注意事項 9月の配布会では、大型育児用品の抽選、

託児、ワークショップの開催および会場内での次回抽選予約を行います。また、会場がいつもと異なります。また、スペースが限られていますので、できる限り公共交通機関でお越しください。

📞 環境政策課(東4) ☎ 34-326

☎ 34-10400



屋根・外壁 秋のリフォーム季節到来!

選び抜いた材料で、1級技能士が丁寧に仕上げます。

施工数 1,850 件の実績! 全て自社施工だから高品質!

お問い合わせ・ご相談
お見積りは無料です。
お気軽にどうぞ!

【土日祝は電話対応します。】
【島立事務所】/松本市島立672-9

DI 株式会社

ダイソー

☎ 0120-556-029

第53回松本農林業まつり

地元農畜林産物や加工品の販売、木工体験など、さまざまなブースが展示します。また花き品評会の一般公開や出品花きの即売、フラワーアレンジメント講習会も開催します。



- 日** 9月8日(土)午前8時15分～午後2時
場 あがたの森公園東西通路、あがたの森文化会館本館 ※ご来場の際は、公共交通機関(タウンズニーカー(東コース「あがたの森公園」下車)等)をご利用ください。
内 地元産農畜林産物の販売、木工体験などの体験ブース、きのこ汁の無料配布、花き品評会の一般公開や出品花きの即売
他 フラワーアレンジメント講習会は先着15人。電話による事前予約が必要です。9月5日(水)午前9時から農政課へ
問 農政課(本5 ☎34-3221 ☎36-6217)

東山部くだものまつりへお越しください



松本農林業まつりの一環として、第28回東山部くだものまつりを開催します。地元山辺地区で収穫された、甘くておいしいぶどうやりんごをはじめ、安心・安全・新鮮な地場農産物を豊富に取り揃えて販売します。

- 日** 9月15日(土)午前8時～正午
場 JA松本ハイランド山辺ぶどう集荷所(里山辺)
内 ぶどう・りんご・梨・野菜など地域産果物・農産品の販売ほか
問 JA松本ハイランド山辺支所営農生活課(☎32-3140)

「夜オルガンvol.7」へお越しください

イタリアを拠点に活躍するオルガンリストを迎えてのワンコイン・コンサート。イタリアの作品の他、イタリアに影響を受けたバッハの作品をセレクトしてお送りします。
日 10月16日(火)午後7時開演(6時30分開場) **場** ザ・ハーモニーホール メインホール **料** 入場料/5000円、高校生以下/無料(全席自由) ※入場券はありません。当日受け付けで、入場料をお

支払いください。 ●出演 吉田愛(オルガン) ●プロ グラムM・E・ボッシア ヴェ・マリア/英雄的小品 他 ●託児 有料 **問** ザ・ハーモニーホール(☎47-2004) **☎** 47-2383



トラとソプラノの名花の顔合わせで極上のバッハをお聴きください。
日 10月24日(水)午後7時開演(6時30分開場) **場** ザ・ハーモニーホール **料** 一般6500円、ハーモニーメイト5500円、25歳以下2000円(全席指定) ●出演 キヤロリン・サン普森(ソプラノ)、フライブルク・バロック・オーケストラ、アンネ・カタリーナ・シユライバー(音楽監督、バイオリン) ●プログラム JJ・S・バッハ…オーボエ



©Marco Borggreve



©Annelies van der Vegt

とバイオリンのための協奏曲、「結婚カンタータ」、教会カンタータ第19番 他 ●託児 有料 **問** ザ・ハーモニーホール(☎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
す何をすれば
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

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

【親子プラネタリウム】

「月」をテーマにした番組の放映と解説をします。

日 9月8日(土)午後1時30分
場 教育文化センター2階プラネタリウム 定 先着90人
¥ 無料 申 当日会場へ

【親子映画会】

「手塚治虫アニメワールド(山太郎かえる・ASTROBOY鉄腕アトム)」を上映します。

日 9月8日(土)午前10時、午後3時 場 同3階ホール
定 150人 ¥ 無料 申 当日会場へ

【ワード応用】

ワード使用時によくある疑問を解決し、効率的な操作のポイントを学びます。

対 ワード基礎講座終了程度の経験者 日 9月8日(土)・9日(日)午前10時～午後3時 場 同3階第1研修室 定 先着11人 ¥ 4090円 申 9月1日(土)電話受け付けのみ

【エクセル基礎】
表計算ソフト「エクセル2

016」の基本操作を、表を作りながら学びます。

日 9月13日(木)・14日(金) 午前10時～午後3時 場 同3階第1研修室 定 先着11人 ¥ 4090円 持 筆記用具、昼食 申 9月6日(木)電話受け付けのみ

【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 小学生以上(小学生は保護者同伴) 日 9月15日(土)午前9時～10時15分 場 同天体観測室、2階プラネタリウム 定 先着15人 ¥ 無料 講 今泉久氏 申 9月8日(土)電話受け付けのみ

【エクセル上級Ⅰ】

表計算ソフト「エクセル2016」の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用し、さらに高度な機能を使い、さらに高度な機能を使いたい方 日 9月21日(金)午前10時～午後3時 場 同3階第1研修室 定 先着11人 ¥ 3070円 持 筆記用具、昼食 申 9月14日(金)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用し、さらに高度な機能を使いたい方 日 9月22日(土)午前10時～午後3時 場 同3階第1研修室 定 先着11人 ¥ 3070円 持 筆記用具、昼食 申 9月15日(土)電話受け付けのみ

【星の観望会】

天体望遠鏡を使って、季節の天文現象を観測します。

対 小学生以上(高校生以下は保護者同伴) 日 9月22日(土)午後6時30分～8時 場 同天体観測室2階プラネタリウム 定 先着40人 ¥ 無料 講 今泉久氏/スターウォッチングクラブ北斗 申 9月15日(土)電話受け付けのみ

【ワード基礎】

ワードソフト「ワード2016」の基本操作を、文書作りを通して学びます。

日 10月6日(土)・7日(日)午前10時～午後3時 場 同3階第1研修室 定 先着11人 ¥ 3270円 持 筆記用具、昼食 申 9月29日(土)電話受け付けのみ

【道祖神・文化財めぐり】

山辺地区の道祖神や文化財をマイクロボスで移動しながら見学します。

日 10月6日(土)午前9時～午後3時30分 ●集合場所 同南側出入口付近 定 先着20人 ¥ 510円 持 筆記用具、昼食、雨具、水筒 講 出井東亜雄氏 申 9月29日(土)電話受け付けのみ 場 教育文化センター(☎32-7600)

第44回国宝松本城 合同茶会

松本城を背景に、爽やかな秋の風を感じながら、お茶席をお楽しみください。

日 10月8日(祝)午前10時～午後3時(受け付けは2時30分まで) 場 国宝松本城本丸庭園 ¥ 5席券・前売り2000円・当日2500円、1席券5000円(前売り5席券のみ松本城管理事務所販売します。) ※当日は、本丸庭園のみ入場無料。天守に登る方は有料 ●流派 表千家、江戸千家、大日本茶道学会、雲伝心道流、裏千家(順不同) 申

松本城管理事務所(☎32-2902) ☎32-2904



お薬は、あなたの街の『かかりつけ薬局・薬剤師』で



鉄欠乏性貧血は女性だけではなく、中高年の方もからだのたるさが続いたり、階段を上ったときに動悸がしたり、息がきれるようであれば、貧血の検査を一度受けてみてはどうでしょうか。

松本薬剤師会

検索

詳しくはホームページをご覧ください。

中高年の方も貧血に注意しましょう



(一社)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

阿佐ヶ谷スパイダース 『MAKOTO』

日本の演劇界の次代を担う
 演出家・長塚圭史が主宰する
 《阿佐ヶ谷スパイダース》新
 作公演が松本に登場。長塚が
 巧妙に描く失意の男のドラマ
 を、中村まことが熱演する注
 目作をお楽しみください。

日(日)午後1時 場まつもと
 市民芸術館 実験劇場 料
 一般5000円、18歳以下2
 000円(全席指定・未就学
 児入場不可) ●作・演出
 長塚圭史 ●出演 中村まこ
 と、大久保祥太郎、木村美月
 坂本慶介、志甫真弓子、伊達
 暁、ちずん、長塚圭史、中山
 祐一朗、森一生、李千鶴

申まつもと市民芸術館チケ
 ットセンター(☎33-220
 0) 固まつもと市民芸術館
 (☎33-3800) 33-38
 30)

『兵士の物語2018』 レクチャーイベント

本番を直前に控え、「兵士
 の物語」の世界を多方面から
 深く知り、公演をより楽しん
 でいただくためのレクチャー
 を開催します。

日 9月15日(土)午後2時 場
 信毎メディアガーデン ホー
 ル 料 入場無料 ※『兵士
 の物語2018』の公演チケ
 ットをご購入の方が対象です
 の上、お申し込みください。

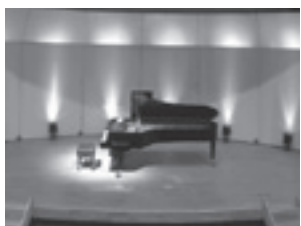
定 50人程度 申まつもと市
 民芸術館チケットセンター
 (☎33-2200) 固まつも
 と市民芸術館(☎33-380
 0) 33-3830)

第19回ピアノカーニバルを 開催します

波田文化センター所蔵のピ
 アノ「ベーゼンドルファー」
 を一般の方に弾いていただき
 参加型コンサートです。ウイ
 ンナートーンと呼ばれる美し
 く奥深い音色を聴いてみませ
 んか。

日 9月22日(土)午後1時開演
 (午後0時30分開場) 場波
 田文化センター アクトホー
 ル 料 無料 ※全席自由

文化セン
 ター(☎
 92-75
 01) 92-
 75
 05 月
 曜(休館)



美術館

太田南海展関連イベントの 参加者を募集します

【ワークショップ】木を削って
 「手のりサイズのオブジェ作り」
 彫刻刀や切出しナイフを使
 い、動物やくだもの、植物な
 どを作ります。

日 10月21日(日)午前10時30分
 午後4時30分 ※自由解散
 場 市民アトリエ・講座室
 定 8人(中学生以上、初め
 ての方歓迎) 料 500円

講 田路恭子氏/木工オブジ
 エ作家 持 エプロン、あれ
 ば彫刻刀 申 9月20日(木)午
 前9時から美術館(☎39-7
 400) 39-3400)へ

【街なか探訪ツアー①②】
 ①松本館コース 太田南海が
 建築監修した老舗割烹「松本
 館」(国登録有形文化財)を
 鑑賞するツアーです。

日 10月28日(日)午前10時~11
 時30分 ●集合 中町・蔵シ
 ック館前
 ②舞台コース 太田南海が手
 がけた祭りの舞台(山車)の
 見学と展覧会会場を鑑賞する
 ツアーです。
 日 11月3日(祝)午前10時30分

11時45分 ●集合 深志神
 社境内(深志3-7-43)
 定 どちらのコースも15人
 が必要) 申 9月28日(金)午前
 9時から美術館(☎39-74
 00) 39-3400)へ

ギャラリートーク

日 10月5日(金)・13日(土)・20
 日(日) 各日午後2時~2時45
 分 料 無料(ただし当日有
 効の本展観覧券が必要) 定
 各日先着20人程度 申 不要。
 企画展示室前に集合

9月の子育てパパ・ママの 美術鑑賞日

美術館で、ゆったりとした
 ひとときを過ごしてみませ
 んか。保育士がお子さんをお預
 かりします。

日 9月8日(土)・21日(金)午前
 9時30分~午後0時30分、午
 後1時~4時 場 美術館

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・固 実施日
 の3日前までに美術館(☎39
 7400) 39-3400)へ

「相続」あれこれ考えると心配!

【8月の相談事例です】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

- 相続が発生したので、いろいろな手続きを代行してほしい。… 時間の取れない相続人からの依頼
- 生前に贈与や、節税対策を専門家に相談したい。…………… 地元の資産家からの相談
- 相続税の申告が必要か確認したい。…………… 親族からの質問(専門家を紹介しました。)
- 家族で葬儀・今すぐ通夜ができる会館を紹介してほしい。…… 家族からの相談



新町相談室長
板倉 富男

全国相続協会 相続支援センター 新町相談室 松本市北深志1-9-22 TEL.0263-35-0118



情報チャンネル



美術館

アカデミア館ギャラリー等
展覧会情報

【第22回松本市水輪花火大会
ポスター展】

9月7日(金)～9日(日) ※
初日は正午から、最終日は午
後4時まで

【押花アート展】

～それぞれの花物語～

会期中、かわいい押花のグ
ッズを手軽に作れる体験会も
実施します。

9月21日(金)～24日(月・
休) ※最終日は午後3時ま
で

【みんなのアトリエ
宮下幸光写真展】

9月1日(土)～21日(金)
固梓川アカデミア館(☎781-
5000) ☎781-5101

美術館友の会
ワークショップ

【陶芸講座・野花とあそび】

野の花を挿せる小さな花器
をつくりまします。

9月14日(金)・21日(金)、10
月5日(金)・12日(金) ※全4回

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

の通し講座 午後1時～5時
場 美術館 市民アトリエ、
子ども創作館(10月12日の
み) 定12人 一般20
00円、美術館友の会会員1
500円 講 松村栄美氏/
美術館友の会 持 日本手ぬ
ぐい
【裸婦デッサン会】
対 高校生以上 9月29日
(土)・30日(日)午前9時30分～午
後4時30分(昼休憩含む)
場 美術館講座室 定20人
¥1日…一般2000円、友
の会会員1500円 半日…
一般1000円、友の会会員
700円 講 千葉潔氏、両
角十志男氏、中村石浄氏/美
術館友の会 持 描画用具
●共催 松本市芸術文化祭祭
行委員会
申・問 中央公民館(☎32-1
132) ☎37-1153

美術館の秋祭りへ
お越しください

恒例の夕涼みイベントを今
年は「秋祭り」として開催し
ます。季節の体験コーナーや
踊り、音楽など盛りだくさん。
9月22日(土)午後2時～7
時 場 美術館中庭、アトリ
エ、講座室 対 ジャズ演奏、
アトリエコンサート、ハワイ

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12回長野二紀展	9月4日(火) ～9日(日)	那須 ☎090-1828-2982
第23回信州写真展	9月11日(火) ～16日(日)	(株)長野フジカラー 堀川 ☎026-213-6271
松井直友作品展	9月11日(火) ～17日(祝)	松井 ☎090-4153-4285
2018年 金沢・松本交流展	9月15日(土) ～17日(祝)	都市交流課 ☎34-3193
第16回信州現展	9月19日(水) ～23日(祝)	黒澤 ☎53-5337
第24回光風会工芸 部長野会展	9月26日(水) ～30日(日)	松澤 ☎080-5146-2317
写真展 「写しとめた時」	9月26日(水) ～30日(日)	六蔵(むまや) ☎92-4716
青木古道写真展7	10月4日(木) ～8日(祝)	青木 ☎090-7286-1483

アンフラ、体験コーナー(う
ちわ・かかし作り)、屋台村・
風船つりなど 申・問 美術
館(☎3917400) ☎391-3
400)

「探検ーびじゅつかんー」を
開催します

親子で作品鑑賞を楽しみな
がら、美術館のいろいろな場
所を探検するシリーズ企画で
す。今回は、懐中電灯を手に
夜の美術館を探検します。
対 3歳～5歳のお子さん
とその保護者 9月10日
(水)・24日(水)各日午後6時30分
～7時20分 定 各日10組
¥ 無料 ●集合 美術館



博物館

考古博物館

【臨時休館のお知らせ】

館内空調設備の老朽化によ
り、空調設備の更新工事を行
います。それに伴い、工事の
一部期間中臨時休館します。

9月25日(火)～10月4日(木)
と10月27日(土)・28日(日) 問
考古博物館(☎86-4710)

信濃毎日新聞

ご友人・ご家族ご紹介 キャンペーン

- 条件
- ◆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

ご紹介者には

¥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。

市立博物館

【第20回松本市博物館の日】

明治39年9月21日に、松本に博物館が誕生したことを記念して、9月21日(金)は市立博物館と分館14館を無料開館します。あわせて、記念オリジナルグッズの配付や各館でさまざまなイベントを開催します。

9月21日(金) 市立博物館、旧開智学校、旧司祭館、松本民芸館、考古博物館、はかり資料館、旧制高等学校記念館、窪田空穂記念館、馬場家住宅、歴史の里、時計博物館、山と自然博物館、四賀化石館、高橋家住宅、安曇資料館 **¥**無料

【子規忌展】

正岡子規をしのぶ子規忌にあわせて、松本出身の歌人・民俗学者である胡桃沢勘内のコレクションの一部を紹介します。

9月8日(土)～24日(月・休) ※子規忌は19日(水)です
 市立博物館 1階ロビー
 通常観覧料(大人200円、小中学生100円)

【復活 話をきく会】

9月8日(土)午後2時～4時(予定) 市立博物館
 2階講堂 定60人 **¥**通常

観覧料(大人200円、小学生100円) ●演題Ⅱ「身代わり」という文化装置―ものぐさ太郎譚を手がかりに― 講 小松和彦氏/国際日本文化研究センター所長
【博物館協議会委員会を募集します】
 市立博物館の運営などについてご意見をいただく博物館協議会の委員を募集します。

以下の方 ①平成30年4月1日現在20歳以上の方 ②市内在住の方 ③議員または公務員でない方 ④博物館に日頃から関心を持ち、今後の運営について建設的な意見を述べることができるとの方 ●募集人員113人
【テーマ】「地域博物館の課題」を800字程度にまとめ、応募申込書を9月25日(火)までに市立博物館へ
 市立博物館(☎321013) 3 ☎3218974

歴史の里

【パネル展】

「松本のためもの2018」
 「くら(倉・蔵・庫)」をテーマに、市内に残る特徴的な「くら」をパネルで紹介します。

9月29日(土)～12月24日

(月・休) ※月曜休館、休日の場合はその翌日 場 歴史の里 展示・休憩棟 **¥**通常観覧料(大人400円、中学生以下は無料)
【松本のためもの2018】
 展示説明会・建築講座
 展示解説と建築講座を通して、パネル展示の内容をより具体的に紹介します。

10月6日(土)午前10時～正午 場 歴史の里 旧長野地方裁判所松本支部庁舎 定30人 **¥**通常観覧料(大人400円、中学生以下は無料) 講 展示解説・地元の一級建築士の皆さん、建築講座・川上恵一氏/かわかみ建築設計室主宰 申 9月19日(水)から電話で歴史の里へ

「近代建築 バス見学会」
 松本市内で活躍されている一級建築士の方々と岡谷・諏訪方面の近代建築をバスめぐります。
 9月17日(祝)午前9時～午後4時30分 定 先着15人
 ●集合1歴史の里 **¥**1900円(昼食代込み) 申 電話で歴史の里へ

「はた織り体験講座」
 はた織り機で18センチ×23センチ程度の布を織ります。
 大人 9月26日(水)午前

10時～正午、午後1時～3時の2回 場 歴史の里 定午前、午後各回5人 **¥**1000円(材料代込み) 講 川上裕子氏/なかや工房で裂き織りを主宰 申 9月5日(水)から電話で歴史の里へ
 歴史の里(☎474515) ☎4810813

松本民芸館

【クラフトピクニック】

民芸館体験講座
 長野県民藝協会との共催による、大人も楽しめる創作体験講座です。
 ①「真竹で器を作ろう」
 10月13日(土)午前10時～正午 定10人(要予約) **¥**1000円(入館料別途)

講 小田詩世氏
 ②「布ぞうり作り」
 10月14日(日)午前10時～午後3時 定10人(要予約) **¥**1500円(入館料別途)
 講 秋山啓子氏
 場 松本民芸館 申・問 9月5日(水)午前9時から電話で松本民芸館(☎・☎331156)へ



様々な分野の専門家が連携して、皆様のご相談にお応えいたします。

- 住宅用地・中古住宅を探している
- 相続手続きはどうすればいいの？
- 空家の取壊しを考えている
- 収益物件を購入して資産を運用したい
- 空地の活用どうすればいい？
- 遺言書を書きたいけれど…

0120-47-0271 無料相談

望月総合経営グループ 株式会社財産ネットワークス長野

会場：税理士法人望月会計1F相談室 〒390-0875 松本市城西2-5-12 宅建業免許/長野県知事(3)第4803号



博物館

窪田空穂記念館

【企画展】いのち愛しむ

死囚であり歌人の島秋人に関する展覧会です。直筆の書簡を中心に展示し、空穂を始めとする人々との交流を取り上げるとともに、秋人の、死への恐怖と向き合う姿や、「いのち」に対する考えをご覧いただきます。

9月15日(土)～11月25日(日) ※月曜休館、休日の場合はその翌日 場 窪田空穂記念館 会議室 通常観覧料(大人300円、中学生以下無料) 窪田空穂記念館(☎48-3440 ㊟48-4287)

馬場家住宅

【企画展】

「土塁・居館・馬場家」馬場家住宅周囲には土塁があります。その意義は何なのか。市内外に残る戦国期の居館土塁の事例や周囲の発掘調査の事例から、その真相に迫る展示です。

9月15日(土)～10月28日(日) ※月曜休館、休日の場合はその翌日 場 馬場家住宅 通常観覧料(大人300円、中学生以下無料) 講演会

「松本平における居館の土塁」企画展関連事業です。松本平には土塁の残る館跡がいくつが残っています。馬場家住宅との共通点はあるのか、などについて講演していただきます。

9月30日(日)午後1時30分～3時 場 馬場家住宅主屋 定 先着30人(申し込み不要) 通常観覧料(大人300円、中学生以下無料) 講 青木教司氏

【バス見学会】「土塁のある古民家・館跡」 10月8日(祝)午前8時～午後5時 ●見学会Ⅱ安曇野市大庄屋山口家、本陣等々力家他 定 20人 2000円 (食事代込み) 申 9月19日(水)から電話で馬場家住宅へ

【はた織り体験教室】

9月15日(土)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時 場 馬場家住宅主屋 定 午前午後 各回4人 1000円 講 染織の会 申 9月5日(水)から電話で馬場家住宅へ

【布ぞり作り体験教室】 9月22日(土)午前10時～午後3時 場 馬場家住宅主屋 定 10人 1800円 講 秋山啓子氏 申 9月5日(水)から電話で馬場家住宅へ

【お茶席の会】

9月23日(祝)午前10時～正午 場 馬場家住宅 通常観覧料(大人300円、中学生以下無料) ●担当Ⅱおしやれ茶道の会/裏千家 場 馬場家住宅(☎・㊟85-5070)

旧制高等学校記念館

【第169回】

テーマは「シネマの彼方の幻影」です。元松商学園高校校長・放送部顧問の金井貞徳さんご自身が関わった映画作品を鑑賞しつつ、出席者の皆さんと映画や人生について語り合います。

9月8日(土)午後1時30分～3時30分 場 あがたの森文化会館 本館1-1 2000円 講 金井貞徳氏/元松商学園高校校長・放送部顧問 申・旧制高等学校記念館(☎35-6226 ㊟33-9986)



学び

パソコン講座Word初級とスマホ・タブレット講座

【パソコン講座Word初級】 図形、表の作成、写真、イラストを挿入して個性的なインパクトのある文書を作ります。

【障害のある方やその家族、支援者、高齢者で文字入力のできる方】 9月15日(土)、10月13日(土)、11月17日(土) 午前10時～正午 場 教育文化センター 3階研修室 定 15人 500円 ㊟1

① 文書作成、書式設定、保存、読み込み、印刷 ② インパクトのある文書の作成、表の作成、画像、テキストボックスの操作 ③ 年賀状の作成、宛名差し込み印刷

【初めてのスマホ・タブレット】 スマホ・タブレットを使う方、これから始めようと思っ

ている方々へスマホ・タブレットの楽しみ方として、いろいろなアプリがあります。使えるアプリの紹介をしながら利用の仕方をガイドします。基本的なことから始めます。

で、初心者でも大丈夫です。 【障害のある方やその家族、支援者、高齢者】 9月22日(土)午前10時～正午 場 市民活動サポートセンター会議室 定 10人 500円 講 NPO法人オフィスロイヤル 場 タブレット・スマートフォン

9月1日(土)から障害者パソコン研究会前野さん(☎80-1043-17315)へ 障害福祉課(東) ☎34-3212 ㊟36-9119

読み聞かせ講座を開催します

伝わる声の出し方と表現を豊かにする読み方を一緒に学びましょう!

【対 学校・地域で読み聞かせの活動をしている方、読み聞かせに興味のある方で、全2回参加できる方】 10月6日(土)・27日(土)午後1時30分～3時30分 場 Mウイング3 2会議室 定 先着20人 無料 講 小出伊保氏/FM

まつもとパーソナリティ 託児Ⅱ1歳以上未就園児 9月21日(金)までに要予約 申・9月7日(金)から生涯学習課・中央公民館(☎32-1132 ㊟37-1153)へ

秋のエコスクール 参加者を募集します

秋の自然を満喫しよう！環境学習講座「エコスクール」2講座を開催します。

【白樺峠 ワシ・タカ
ウォッチング】

渡りの季節に見られるワシ・タカの勇姿を観察します。

市内在住の方（小中学生は保護者同伴） 日 9月22日
 午前9時～午後3時30分

奈川地区 白樺峠 たか見の広場 ●集合 松本市役所の東庁舎前 ※松本市役所から無料バスで送迎します。定員 20人 講師 上條恒嗣氏／信州野鳥の会 無料 ●締め切り 9月10日(月)

【牛伏川砂防えん堤めぐり】
 牛伏川砂防えん堤群の見学や、きのこの学習をしながら、秋の自然を楽しみます。 ※やや急峻な場所もあり、日帰り登山相当の体力を要します。

市内在住の方（小中学生は保護者同伴） 日 10月14日
 午前8時～午後4時頃

場 牛伏川連岳橋付近から上流の鉢伏山麓 ●集合 現地集合または松本市役所東庁舎前 ※松本市役所から無料バスが出ます。 講師 寿さと山くらぶ ￥500円/人(き)

のこ汁が出ます。 ●締め切り 9月28日(金)

各締切日必着で、「市ホームページ」の応募フォームまたは「郵送」(はがきに、講座名、郵便番号、住所、参加者全員の名前と年齢、昼間連絡がつく電話番号、バス利用の有無を明記)で環境政策課エコスクール担当(〒390-8620 丸の内317)へ。

申し込み多数の場合は抽選。持ち物等の詳細は、締切日以降に参加者にご案内します。天候等により、開催中止や内容変更が生じることがあります。安全上、乳幼児を連れての参加はできません。

環境政策課(東4) 34-0000



講演会

「信濃守護小笠原氏とその足跡」

井川城や林城を築いた小笠原氏とはどのような人たちか? 県立歴史館学芸員による、文献資料から見える小笠原氏の姿についての講演会です。

10月14日(日)午後1時～3時(開場午後0時30分) 場 Mウイング3階会議室 定員 90人(申し込み不要) 無料 講師 村石正行氏/長野県立歴史館学芸員

文化財課史跡整備担当(☎85-7064) 86-9189)



スポーツ

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。 日常をくにする。

のびのびヨガ

9月5日・12日・19日・26日、10月3日の毎週水曜日 午前10時～正午 場 弓道場2階会議室 定員 15人 料 1回1000円 講師 舟橋嘉奈子氏/「&YOGA安曇野ヨガ」主宰 持 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 9月5日・12日・19日・26日、10月3日の毎週水曜日 午後1時15分～2時15分 場 同2階会議室 定員 20人

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 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 産後2カ月以降の乳児と母親 日 9月6日・13日・20日・27日、10月4日の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分 場 同2階会議室 定員 15組 料 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 ヨガマット、バスタオル、おむつ、飲み物

シニアのためのヨガ教室 60歳以上の方 日 9月7日・14日・21日・28日の毎週金曜日 午後1時30分～3時 場 同2階会議室 定員 15人 料 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 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット

ゆつたりヨーガ教室 9月10日・17日・24日、10月1日の毎週月曜日、9月7日・14日・21日・28日の毎週金曜日 午前10時～正午 場 同2階会議室 定員 15人 料 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 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット

【広い畳で親子からた遊び】 畳の上で、這う、走る、転がるジャンプする!

1歳～3歳のお子さんと保護者 日 9月3日・10日の月曜日 午前10時30分～11時30分 場 柔剣道場・2階柔道場 定員 20組程度 料 1回500円 講師 分藤香氏/「おやこのカラダ」主宰 持 動きやすい服装、飲み物 申 同 弓道場・柔剣道場(☎36-0834) http://www.s-seiun.co.jp/shise tsu/matsumoto/)

松本山雅FCパブリックビューイングを開催します 松本山雅FCアウェイゲームのパブリックビューイングを開催します。 ※天候により中止になる場合があります。 日 9月8日(土)午後6時キックオフ(アビスパ福岡戦) 松本城公園(博物館前の広場) ※鳴り物による応援は禁止します。 無料(300席を設定)

スポーツ推進課(☎34-3000 内線2511)





スポーツ

ラーラ松本の教室へ
お越しください

【沢松奈生子さんのテニス教室】
元女子プロテニス選手によるテニス教室です。

対 高校生以上のテニス経験者
日 9月9日(日)午前10時～正午(9時30分開場) 場 ラーラ松本屋内テニスコート
定 50人(要申し込み) 料 無料 申・問 ラーラ松本(☎48-11110 ㊟48-11355)

祝・敬老の日!

松本山雅FCファンコイン観戦

9月17日は敬老の日。9月15日の松本山雅FCホームゲームで、県内在住の65歳以上の方を対象に、5000円でホーム自由席を当日会場にて販売します。

日・場 9月15日(土)午後1時キックオフ(明治安田生命J2リーグ第33節レノファ山口FC戦) アルウィン(松本平広域公園) ●受付場所・時間 II スタジアム場外当日券販売所横「敬老デー窓口」・午

前10時～午後1時 ●受付方法 II 健康保険証や免許証などの年齢・住所が確認できるものの提示により、販売します。 株式会社松本山雅(☎88-5490 平日午前10時～午後6時)

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 ①幼児 ②小学生 日 9月9日(日)①午前9時～10時30分 ②午前10時50分～午後0時20分 場 総合体育館第2トレイニング室 定 各教室20人

料 1教室1080円 ㊟ 鉄棒、マット教室 ㊟ 屋内シユーズ、タオル、飲み物

【ミズノフットサル教室】
初心者向けです。
対 16歳以上の男女 日 9月21日(金)午後7時15分～8時45分 場 同メインアリーナ 定 20人 料 1080円 ㊟ 屋内用フットサルシューズ、タオル、飲み物

【ヨガ教室】

対 16歳以上の男女 日 毎週月・金・土曜日 午前9時20分～10時20分 場 同第2トレイニング室 定 20人/各曜日 料 3240円/月/

松本山雅

「あつまれママさん! スマイルタイム」を開催します

子育てまっただ中のお母さんの日頃の運動不足やストレスを解消するため、松本山雅FCの鐵戸アンバサダー、片山ホームタウン担当とボールやタオルを使った運動をみんなで楽しみませんか。

対 市内在住の2歳～6歳以下のお子さんがある母親 ※お子さんは会場で保育士がお預かりします

日・場 9月22日(土)午前10時～11時30分 かりがねサッカー場(多目的広場)

定 先着40人 料 無料(要申し込み)
持 運動のできる服装、飲み物、タオル
申 件名へ「9/22 あつまれママさん! スマイルタイム申し込み」と記入し、本文へ①参加者の氏名(ふりがな) ②お子さんの氏名(ふりがな) ※複数の場合はそれぞれ記入 ③お子さんの年齢、人数 ④郵便番号、住所 ⑤電話番号(当日連絡がとれる電話番号)を記入し、電子メール(eventform@yamaga-fc.com)でお申し込みください。スポーツ推進課の窓口、電話(☎45-9511)でも受け付けます。

●応募締め切り 9月20日(木)午後6時まで
問 株式会社松本山雅 (☎88-5490 平日午前10時～午後6時)

各曜日 ㊟ タオル、飲み物、ヨガマット(貸出有) ㊟ 随時無料体験実施中
申・問 総合体育館(☎32-1818 ㊟36-9394 火曜日休館)

ゆめひろば庄内
体験・利用者を募集します

こどもスイミングスクール、スタジオレッスン体験者募集
トレイニングルーム利用者を募集します。

対 こどもスイミングは乳児～小中学生 トレイニングルームとスタジオレッスンは高

校生以上 場 庄内屋内プール、庄内トレイニングルーム 定 各10人 料 こども・ベビ1・親子スイミングは無料、各種スタジオ・プールレッスンは体験料金1回1000円、トレイニングルーム利用は初回講習料300円 ㊟ こどもスイミングとスタジオレッスンは通常レッスンに体験参加。トレイニングルーム利用の場合は、初回講習会(30分程度)を要予約 ●スタジオレッスン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、パワーヨガ、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、アクアビクス、アクアウォークII、水中ヨガ

【9月長期休館のお知らせ】
9月24日(月・休)～28日(金)は施設設備保守のため、長期休館になります。

申・問 ゆめひろば庄内(☎24-21111 ㊟24-11612)

さわやかウォーキング 別所温泉

信州最古の温泉、信州の鎌倉と呼ばれる別所温泉で、文化財と自然に触れあうウォーキング。ウォーキング後は、食事と温泉で疲れを癒します。

日 10月25日(木)午前8時30分～午後4時 ●コースⅡゆっくりコース、健脚コース ●

集合場所Ⅱ総合体育館(マイクロバスでウォーキングコースへ移動) ● 3500円 (食事・入浴代含む) 定先着40人 申・問 9月10日(月)から、参加料を添えて総合体育館内松本体育協会窓口(☎32-7056) 32-7452 平日午前8時30分～午後5時15分)へ。本人ともう1人まで同時に申し込みます。

体協スポーツ教室の 参加者を募集します

【なごまた教室】
 小学生以上 日 9月21日
 ～11月30日の毎週金曜日 午後7時～9時(11月23日は休み) 場 田川小学校体育館
 定 10人 ● 2160円

【楽しい民謡教室(後期)】
 対 成人男女 日 9月25日
 31年3月26日の第2・4火曜

日 午後1時30分～3時30分
 (12月25日、1月8日・22日は休み) 場 安原地区公民館
 定 30人 ● 2700円

【木曜女性テニス教室(2期)】
 対 成人女性 日 9月27日
 11月29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 ● 9720円

【秋のこども合気道教室】
 対 小学生～高校生 日 9月26日～11月28日の毎週水曜日
 午後7時～8時30分 場 柔剣道場柔道場 定 20人 ● 3240円

【健康フォーカダンス
教室(後期)】
 対 成人男女 日 10月10日
 31年3月13日の第2・4水曜
 日 午後1時～5時(10月24日は休み) 場 柔剣道場第2
 トレーニング室 定 25人 ● 1620円

フルディック
 ウォーキング教室
 対 成人男女 日 10月30日
 11月27日の毎週火曜日 午前10時～正午 場 アルプス公園 定 20人 ● 5人以下は開催しません ● 2160円

内 ノルディックウオーキングの基礎講習 講 JN WA ノルディックウオーキングインストラクター 持ノ

ルディックウオーキングポール(貸し出しあり)
 申・問 9月7日(金)から、総合体育館内松本体育協会窓口(☎32-7056) 32-7452 平日午前8時30分～午後5時15分)へ。松本体育協会ホームページからも申し込みできます。



健康・福祉 国保運営協議会委員を 募集します

これからの国民健康保険の運営に市民の皆さんの声を反映させるため、委員を募集します。

国保運営協議会では、国民健康保険の安定的な運営と事業の充実に向けた取り組み等を審議します。年数回の会議と研修会が予定されています。

● 募集人数 若十名 ● 任期 平成30年10月から3年 ● 応募資格 20歳以上72歳未満の松本市国民健康保険の加入者で、国民健康保険事業の運営に関心を持ち、今後の国民健康保険事業に意見を述べる事ができる方 ● 応募方法 応募申込書と作文(テーマ)

「松本市の健康づくり事業に思うこと」(800字程度)を提出してください。詳細は市ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

● 募集期間 9月10日(月)必着(郵送の場合は消印有効) ● 選考方法 書類審査と面接 ● 報酬等 市の規定に基づき、報酬と費用弁償を支給します。 ● 応募先・問 保険課(〒390-8620 丸の内3-7 東2) ☎34-3203 ☎39-2523

☎ kokuhoh@city.matsumoto.lg.jp

保存できるもの。ただし、以下のものに限りません。○賞味期限が明記され、1カ月以上未開封のもの ○包装や外装が破損していないもの ○肉や野菜などの生鮮食品以外のもの 問 環境政策課(東4) ☎34-3268 ☎34-0400)

背骨コンディショニングを 開催します

背骨の歪みを整えて、肩こり、腰痛、膝痛等の改善を目的に、独自の体操や筋トレを実践する体操教室です。

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、ご家庭で不要になった食品を集めます。7月のフードドライブでは、23人から、315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いいたします。

日 9月20日(木)午前10時～午後1時 場 市役所東庁舎1階市民課相談室 ● 寄付できる食品 カップ麺、缶詰、レトルト食品、乾麺、お米など

市内に在住か通勤・通学の方 日 9月11日・18日・25日、10月2日・9日・16日・23日・30日の火曜日 午前10時30分～11時30分 場 梓水苑 定 各回10人程度(要予約) ● 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) 問 浅川嘉昭/インストラクター(背骨コンディショニング協会) 持 運動のしやすい服装、飲み物、バスタオル、長めのスポーツタオル 申・問 梓水苑(☎78-5550) ☎78-5555)



健康・福祉

健康づくり課からのお知らせ

信州大学医学部健康講座
「寒さと健康のおはなし」

信州大学医学部地域保健推進センター・信州医学振興会では、寒さに負けず健康に暮らすための講演会を開催します。

10月2日(火)・16日(火)・30日(火)、11月13日(火) 午後6時～7時15分 ※申し込み不要
場 信州大学旭総合研究棟9階 講義室A・B 無料
内 秋から増える脳心血管病の予防、脳卒中と四季、冬季に流行する感染症から身を守る、寒さ対策としての運動等
講 信州大学教員、医師等
回 信州大学医学部保健学科学務第2係 (☎37-2356)

37-2370 平日午前8時30分～午後5時15分
「高齢福祉課からのお知らせ」
成年後見人等のつどいを開催します
成年後見制度の概要や後見人等としての業務について講演します。
回 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、補助人になっている方 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
回 10月20日(土)午後1時30分～4時 場 なんなんひろば3階大会議室 定80人
¥無料 内 ①講演「成年後見制度と不動産」②個別相談 先着4組(1組15分程度) 講 小松和茂氏/司法書

士 申・回 9月26日(水)10月17日(水)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 ☎88-6647)へ
ファミリー・サポート・センター事務局交流会
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。
ファミリー・サポート・センター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。

9月の こどもプラザ



☆印の講座・行事は、予約が必要です。

9月6日(木)から、電話で各こどもプラザ(平日午後1時～4時)へ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。

*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)

☆9月20日(木)午前10時～	講座「子どもの育ち」 ～0歳児さんとあそぼう～ 回 0歳児の親子 定30組
☆9月27日(木)午前10時～	親子のお楽しみ ～わくわくコンサート～ 定40組
10月3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)

9月14日(金)午前10時30分～	わらべ歌であそびましょ
9月20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。
☆9月28日(金)午前10時～	秋のコンサート ～アルパの音色を楽しもう～ 定40組

南郷こどもプラザ(☎・☎32-6315)

9月11日(火)午前10時～	秋のお楽しみ会 ～小さい秋みつけた～ 牛乳パックでアイスづくり 回 イス作り未経験の親子 定20組 開かず中を洗って乾かした牛乳パック6本以上、色布ガムテープ1～2個
☆9月18日(火)午前10時～	講座「楽しく子育て」 ～どうしてなくの?～ 回 妊婦と生後6カ月までの親子 定20組
☆9月25日(火)午前10時～	ゆびざりげんまん～親子であそぼう～
10月2日(火)午前10時～	
※9月14日(金)は館内清掃のため休館です。	

波田こどもプラザ(☎91-3113 ☎91-3114)

9月12日(水)午前10時～	歯科相談
9月19日(水)午前10時30分～	あ～そ～ぽのお楽しみ会 ～おぼっこぼっこ～
☆9月26日(水)午前10時～	講座「こどもの成長」 ～1歳から2歳～ 定50人 場 波田保健福祉センター ●託児=30人(1人300円) ●託児会場=波田こどもプラザ
9月28日(金)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8日(土)午前10時～11時30分(受け付けは9時45分)から 場 第三地区公民館 視聴覚室 内 ハーバリウム講習会(100ミリリットルガラスボトル)・茶話会 講 児玉榮美子氏 定20人(要予約) ¥500円 ●託児員10人。無料。要予約。大会議室 回 ファミリー・サポート・センター事務局(☎34-3308 ☎34-3309)