

お知らせ

令和4年度中学校指定校変更申請の受け付け

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

【用】 令和4年4月に中学校に入学する新1年生

●条件=次の全ての条件に該当すること ①指定中学校までの通学距離が2キロメートルを超える ②指定校よりも通学距離が短い ③受け入れる学校側で教室数などに問題が生じない ④在住地の行事など、地域の活動に参加する

【他】 指定校変更の可否は9月中旬に各家庭へ通知します。その他の事情により希望する方は、ご相談ください。

【申・問】 8月31日(火)までに学校教育課 (大4 ☎33-9846 ㊟34-3206)へ

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、秘密は固く守られます。

【日】 8月6日(金) 午後1時～4時

【場】 松本市駅前会館 1・2 中会議室

【問】 長野地方務局松本支局 (☎32-2571 ㊟32-2572)

【人権共生課からのお知らせ】

外国人・企業のための無料相談会

外国人の方は、生活・法律・在留資格等について相談できます。弁護士に法律相談する場合は予約が必要です。企業の方は、行政書士に外国人受け入れの相談ができます。

【用】 市内在住・在勤の外国人の方、市内企業の方

【日】 8月30日(月) 午前10時～午後3時
【場】 Mウイング ネットワーク室

【申・問】 8月25日(水)までに、長野県多文化共生相談センター (☎026-219-3068)へ

お知らせ

中山霊園墓参バスの運行

お盆の墓参バスを運行します。混雑状況により乗車できない場合があります。

【日】 8月13日(金)・16日(月)

【料】 片道200円 (小学生以下無料)

乗り場	時間	
エースイン松本前	午前8時00分発	午前9時30分発
松本城・市役所前バス停	午前8時10分	午前9時40分
市民芸術館前バス停	午前8時15分	午前9時45分
秀峰学校前バス停	午前8時20分	午前9時50分
筑摩バス停	午前8時25分	午前9時55分

※帰りは霊園発 午前10時20分、正午

【問】 中山霊園奉賛会事務局 (☎090-3560-2527)、環境保全課 (東4 ☎34-3043 ㊟34-3202)

お知らせ

エコ通パーク(デリシア寿店)の利用者募集開始

スーパーマーケットに自家用車を駐車し、バスで通勤しませんか。平日にデリシア寿店の屋上駐車場(最寄バス停は「寿台東口」)を利用できます。

【日】 午前7時30分～午後9時(土日・祝日・年末年始を除く)

【定】 先着5人(駐車場5区画)

【料】 デリシア寿店にて1カ月当たり3,000円分をピコカにチャージ

【他】 デリシア惣社店(最寄バス停は「デリシア惣社店前」)でもエコ通パークを実施しています。あわせて利用者を募集しています。

【申】 デリシア寿店サービスカウンター

【問】 交通ネットワーク課 (東4 ☎34-3286 ㊟34-3202)

【観光プロモーション課からのお知らせ】

お知らせ

うつくしテラスがオープンしました

美ヶ原駐車場売店が名称を変更し、リニューアルオープンしました。「雲海」をモチーフにしたメニューを展開しています。松本駅から美ヶ原高原直行バスが運行しています。

●営業時間=午前10時～午後3時30分

【問】 美ヶ原観光連盟 (☎31-2807 ㊟31-2290)

【市民課からのお知らせ】

ねんきんネットに登録しましょう

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンから最新の年金記録の確認や、将来の年金見込額の試算などご自身の年金に関する情報を手軽に確認できるサービスです。利用するには、日本年金機構のホームページから登録が必要です。年金手帳などに記載されている10桁の基礎年金番号と、「ねんきん定期便(毎年の誕生月にハガキや封書で送付)」などに記載されている17桁のアクセスキーをご用意ください。詳細は、「ねんきんネット」で検索してください。

【問】 ねんきんネット専用ナビダイヤル (☎0570-058-555)

お知らせ

第26回松本市平和祈念式典・平和の集い

松本市平和都市宣言から35周年を迎えます。平和の集いでは渡部陽一氏による講演会を行います。詳細は市ホームページをご確認ください。

【日】 8月15日(日)

〈式典〉午前10時～10時30分

〈平和の集い〉午前10時45分～正午

【場】 〈式典〉あがたの森公園平和ひろば 平和祈念碑前
〈平和の集い〉あがたの森文化会館 講堂

【他】 平和の集いは事前申し込み制です。また、YouTube松本市公式チャンネルで生配信を行います。

【申・問】 市ホームページ応募フォーム、または電話で平和推進課 (本3 ☎33-4770 ㊟33-1877)へ

お知らせ

道路の除草にご協力を

道路に生える雑草は、ときに通行の妨げとなります。誰もが気持ちよく利用できるよう、自宅周辺等の道路の除草にご協力ください。また、除草を行う際は周囲の安全にご注意ください。

【問】 維持課 (本4 ☎34-3244 ㊟33-2939)

募集 農業研修生を募集

- 対** 農業に意欲を持ち、松本市内で新たに農業経営を開始しようとする、おおむね60歳以下の方
- 定** 3人程度 ※書類審査と面接により決定
- 研修期間=11月～令和6年10月(最長3年間)
- 指導員=(有)アグリランド松本・JA松本ハイランド職員
- 研修作物=JA松本ハイランドが推奨する果樹・野菜等
- 待遇=①(有)アグリランド松本の研修生として研修用農地を専属で耕作
②研修用農地で栽培した農作物の売上は研修生に帰属 ③研修期間中は月額7万円を営農生活資金として支給 ※里親研修負担金、社会保険料等は自己負担
- 申** 8月31日(火)までにJA松本ハイランド営農企画課へ
- 問** 農政課 (本5 ☎34-3222 ㊟36-6217) 
- ※詳細は市ホームページをご覧ください。

【危機管理課からのお知らせ】

募集 防衛医科大学校学生の採用試験

- 対** 高卒(見込み含む)で21歳未満の方
- 1次試験=①医科学科 10月23日(土)
②看護学科 10月16日(土)
- 場** 松本駐屯地(高宮西1-1)
- 定** ①約85人 ②約75人
- 申・問** ①は10月13日(水)、②は10月6日(水)までに各所定の志願票を自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所(深志2-6-5 マルナカ深志ビル1階 ☎36-2787)へ

お知らせ 市税等 8月末納期限 8月31日(火)

- 市民税・県民税 令和3年度第2期
- 国民健康保険税 令和3年度第2期
- 後期高齢者医療保険料 令和3年度第2期
- 介護保険料 令和3年度第5期納期限までに納付をお願いします。

問 一般市税は納税課 (本5 ☎33-1192 ㊟39-0723)、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)

松本市新型コロナウイルス感染症受診相談センター

☎0263-47-5670

発熱等の症状がある場合は、まず電話で「かかりつけ医」など身近な医療機関に相談してください。かかりつけ医を持たない方や、土・日・祝日・夜間など、相談先にお困りの場合は、こちらに電話でご相談ください。

最新の情報はこちら【市ホームページ特設ページ】

募集 ふるさと納税返礼品の提供事業者を募集

ふるさと納税制度を利用して、松本市に寄付いただいた方への返礼品提供に、ご協力いただける事業者を募集します。申し込み方法等の詳細は、市ホームページをご覧ください。

- 対** 市内で生産または製造された商品や、市内で提供するサービスを取り扱う事業者(個人事業者を含む)
- 申・問** 8月20日(金)までに、返礼品提供事業者登録申請書を持参、または郵送で移住推進課 (本1 ☎34-3193 ㊟34-3493)へ 

募集 信州ねりんピック長野県高齢者作品展作品募集

- 対** 県内在住の60歳以上のアマチュアの方
- 部門=日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真
- 申** 8月12日(木)まで ※問い合わせ先へ募集案内を請求してください。
- 問** (公財)長野県長寿社会開発センター(☎026-226-3741 ㊟026-226-8327)、松本保健福祉事務所(☎40-1911 ㊟40-1803)、高齢福祉課(本北別1 ☎34-3492 ㊟34-3026)

【市民相談課からのお知らせ】

相談 全国一斉不動産表示登記無料相談会

土地家屋調査士が、土地の境界や建物に関する登記などの悩みについて無料で相談を受けます。 ※要予約

- 日** 8月7日(土) 午後1時30分～4時(午後3時30分まで受け付け)
- 相談時間=1件30分まで
- 場** 中町・蔵シック館
- 申・問** 平日午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)に、電話で長野県土地家屋調査士会事務局(☎026-232-4566)へ

募集 来年4月以降採用予定 消防職員採用資格試験(初級)

- 対** 平成10年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人(4年制大学卒業業者・卒業予定者は受験不可)
- 日** 9月19日(日)
- 場** 〈教養試験〉松本市役所波田支所
〈体力試験〉波田中学校体育館
- 定** 若干名
- 他** 試験案内・申込用紙は、松本広域連合または松本広域消防局のホームページから印刷してください。郵送希望の方は、140円切手を貼付し、送付先の住所および氏名を記載した角2サイズの返信用封筒を同封の上、赤字で「試験案内希望」と明記し、事務局へ請求してください。
- 申・問** 8月27日(金)～9月3日(金)に、簡易書留により郵送で松本広域連合事務局総務課(〒390-1401 波田4417-1 ☎87-5460 ㊟87-5462)へ ※直接持参は不可

催し ひとり親家庭「アルプス公園で元気に遊ぶ会」

遊んだり、お弁当を食べながらひとり親家庭の交流を深めませんか。小学1年生のお祝い会も兼ねて開催します。

- 対** 市内在住のひとり親家庭の方
- 日** 8月29日(日) 午前11時～午後3時(雨天中止)
- 場** アルプス公園(ドリームコースター乗り場集合)
- 料** 1,500円(1家庭・ひとり親家庭福祉会の年会費1,000円を含む)
- 持** 暑さ対策用品(帽子、タオル、水分など)
- 申・問** 8月24日(火)までに、電話かファクスでひとり親家庭福祉会事務局(☎27-3381 ☎27-2239) または、こども福祉課(☎東1 ☎33-4767 ☎36-9119)へ



催し まつもと「城のまち」フードドライブ

認定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は、34人から437点の食品を寄付いただきました。いただいた食品は、こども食堂等で活用します。

- 日** 8月19日(木) 午前10時～午後1時
- 場** 市役所東庁舎玄関横スペース
- 寄付できる食品=カップ麺、缶詰、レトルト食品、乾麺、お米など保存できるもの
- 条件=①賞味期限が明記され、1カ月以上あるもの ②保存できるもの ③未開封のもの ④包装や外装が破損していないもの ⑤日本語表記のあるもの
- 問** 環境・地域エネルギー課(☎東4 ☎34-3268 ☎34-3202)

募集 農家のお手伝い大募集

農繁期の作業をお手伝いいただける方を募集します。申し込み方法等は市ホームページをご覧ください。

- 【アグリサポート】**
- 対** 自家用車で現地集合できる方(公共交通機関の利用不可)
- 日** 9月21日(火)～23日(祝)、9月28日(火)～30日(木)の6日間 午前8時30分～午後4時30分(1日単位での申し込み)
- 場** 今井、梓川地区
- 内** りんごの葉摘み、玉回し作業
- 申** 8月23日(月)まで
- 【デイリーサポート】 ※通年で募集**
- 場** 市内各所
- 内** ぶどう、野菜などの農作業
- 料** 謝礼は長野県の最低賃金(849円/時間)を目安に設定
- 申・問** 電話、または申し込み書をファクスか電子メールで農政課(☎本5 ☎34-3222 ☎36-6217)へ

募集 秋期ヤングスクール 受講者募集

受講には、別途ホーム登録と年会費500円が必要です。

- 対** 市内在住、通学または通勤している15歳以上35歳未満の方
- 申・問** 8月6日(金)午前9時から市ホームページの応募フォーム、または電話か直接青少年ホーム(☎26-1083 ☎25-5337)へ

講座	
生け花体験	けん玉
茶道教室	バドミントン
ピラティス	和菓子づくり
シェイプアップヨガ	イタリア料理
キックボクシングエクササイズ	ハーバリウム
料理教室	レザークラフト
筆跡による自己理解セミナー	アロマセラピー
硬式テニス	中国語講座
英会話教室	普通救命講習

募集 市営住宅・県営住宅の入居者募集

補充募集団地(抽選)は次のとおり申し込みを受け付けます。

団地名	間取り	募集戸数	単身入居
浅間南	3DK	4	
	3DK(視覚障がい者用)	1	
埋橋	3DK(エレベーターあり)	1	
小宮	3DK	5	
元町	3DK	1	
元町上	3DK(高齢者世帯向け)	1	
	3DK	1	
南松本	3DK	1	
	3DK(高齢者世帯向け・エレベーターあり)	1	
	2DK(身体障がい者向け)	2	○
芳野町	3DK	1	
二子	3DK(高齢者世帯向け)	1	
寿田町	3DK	1	
	3LDK(1階)	1	○(60歳以上)
竹淵	3DK	1	
	3DK(1階)	1	○(60歳以上)
豊丘	3DK(エレベーターあり)	5	
	2LDK(身体障がい者向け)	1	
寿	3DK(エレベーターあり)	3	
横沢	2LDK(身体障がい者向け)	1	
	3DK	1	

- 抽選会=9月3日(金)に長野県住宅供給公社松本事務所で行います。
- 常時募集団地(空き待ち)=先着順で申し込みを受け付けます。事前に空き状況等をお問い合わせください。
- 県営住宅=松本建設事務所管内(松本市、塩尻市、安曇野市)の住宅の募集を行います。詳細は長野県のホームページ等をご覧ください。
- 申・問** 市営住宅は8月20日(金)～27日(金)、県営住宅は8月18日(水)～27日(金)に長野県住宅供給公社松本事務所(☎47-0240 ☎47-8902)へ ※8月21日(土)は受け付けません。

※新型コロナウイルス感染症の影響で「情報チャンネル」に掲載している内容が変更・中止になる場合があります。催しなどに参加する際は、マスクの着用など、感染症予防の徹底をお願いします。

お知らせ
相談
募集
催し
スポーツ
健康・福祉
ザ・ハーモニホール
芸術館
美術館
博物館

催し 松本キッズ・リユースひろば 配付会

使わなくなった育児・子ども用品をご提供いただき、必要としている方に配付します。詳細は市ホームページをご覧ください。

対 市内在住の方

日 9月7日(火) 午前11時～午後2時

場 ラーラ松本 屋内テニスコート

料 無料

申・問 市ホームページの応募フォーム、または往復はがきに必要な事項を明記し、8月24日(火)までに環境・地域エネルギー課 (東4 ☎34-3268 ☎34-3202)へ



催し 第4回 美ヶ原高原自然観察会

日 8月22日(日) 午前10時～午後3時

場 美しの塔・アルプス展望(約6キロメートル) ※コースは変更する場合があります。

定 20人 ※申し込み多数の場合は抽選

料 500円(保険代と記念品代含む)

講 美ヶ原高原パークボランティア

持 登山の服装、昼食、飲み物、雨具、マスク

他 自家用車の方は、午前9時30分に美ヶ原自然保護センター、バス利用の方は、午前8時に市役所東庁舎前に集合

申・問 8月2日(月)～10日(火)の平日に観光プロモーション課内 美ヶ原観光連盟事務局 (大5 ☎34-8307 ☎34-3049)へ

催し 女性の視点で考える 防災講座

日 8月20日(金) 午後1時30分～3時

場 パレア松本 (Mウイング3階)

定 20人(要申し込み) 料 無料

講 塩沢裕己氏/危機管理士1級・防災士

持 筆記用具

申・問 パレア松本 (☎39-1105 ☎37-1153 ☎ kyousei@city.matsuo.moto.lg.jp)

催し エコスクール 「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、生態や自然への理解を深めます。

対 市内在住の小学生以上(小中学生は保護者同伴)

日 9月20日(祝) 午前8時30分～午後4時(移動時間含む)

場 白樺峠たか見の広場(奈川地区) ※市役所からマイクロバスで移動

定 15人 ※申し込み多数の場合は抽選 料 無料

講 上條恒嗣氏/信州野鳥の会

申・問 9月2日(木)必着で市ホームページの応募フォーム、またははがきに、①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④参加者全員の名前と年齢(学年) ⑤電話番号を明記し、環境・地域エネルギー課 (東4 ☎34-3268 ☎34-3202)へ

催し 生ごみ堆肥化講習会

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ます。

対 市内在住・在勤の方

日 8月30日(月) 午前10時～11時30分

場 梓川公民館 多目的会議室

定 先着15人 料 500円(材料費)

講 中嶋知史氏

持 ダンボール箱、新聞紙、布ガムテープ
申・問 8月6日(金)から、電話かファクスで環境業務課 (☎47-1096 ☎40-1335)へ

催し 長野県宝 橋倉家住宅見学会

日 8月21日(土)・22日(日)

午前9時～午後5時

場 長野県宝 橋倉家住宅

料 無料

他 駐車場がないため公共交通機関をご利用ください。

申 不要

問 文化財課 (大6 ☎34-3292 ☎34-3299)

催し エコスクール 「トンボ観察会」

対 市内在住の小学生以上(小中学生は保護者同伴)

日 9月4日(土) 午前9時～正午

場 アルプス公園 森の入り口休憩所

定 20人 料 無料

講 福本匡志氏/松本むしの会会員

申・問 8月19日(木)までに市ホームページの応募フォーム、またははがきに①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④参加者全員の名前と年齢(学年) ⑤電話番号を明記し、環境・地域エネルギー課 (東4 ☎34-3268 ☎34-3202)へ



※エコスクールの詳細は市ホームページをご覧ください。

催し エコスクール 「星空観察会」

上弦の月や秋の星座を観察し、ひかりがい光害についても学習します。

対 市内在住の小学校3年生以上(小中学生は保護者同伴)

日 9月14日(火) 午後7時～8時

場 梓川ふるさと公園 ※市役所からマイクロバスで移動または現地集合

定 20人 ※申し込み多数の場合は抽選 料 無料

講 スターウォッチングクラブ北斗

申・問 8月27日(金)必着で市ホームページの応募フォーム、またははがきに、①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④参加者全員の名前と年齢(学年) ⑤電話番号 ⑥バス利用の有無を明記し、環境・地域エネルギー課 (東4 ☎34-3268 ☎34-3202)へ

催し 人権映画の日

日 9月1日(水) 午後3時～4時10分

場 Mウイング3階 ネットワーク室

定 先着20人 料 無料

●上映作品=おひとりさまを生きる Part 1. 2

申・問 人権共生課 (☎39-1105 ☎37-1153)

催し 第40回 国宝松本城「薪能」

観世流（能）の坂井音重師ほか、皆さんによる公演です。演目は能／田村、葵上などです。

日 8月8日(祝) 午後5時30分～8時30分 ※能楽解説を午後4時～4時30分に行います。

場 国宝松本城二の丸御殿跡 特設舞台
定 400人

●**駐車場**＝松本城西側の臨時駐車場を午後4時30分～9時30分まで無料開放します。

問 松本城管理課
(☎32-2902
☎32-2904)



催し トライあい・松本主催講座

対 市内在住・在勤の方

申・問 8月18日(水)までに窓口、電話、市ホームページのいずれかでトライあい・松本 (☎35-6285 ☎35-6344) へ



【ウエーブストレッチ&ウエーブヨガ】

日 9月1日～29日の水曜日(全5回) 午前10時～11時30分

場 トライあい・松本大会議室 **定** 15人
料 受講料1,000円、リングレンタル代1,000円(レンタルする方のみ)

講 船木美恵子氏/フィットネスインストラクター

持 ヨガマット(バスタオル)、動きやすい服装、飲み物

託 4人。1歳以上未就園児。300円/回。

【色彩検定3級受験対策】

日 9月2日～10月28日の木曜日(9月30日除く全8回)

午後1時30分～3時30分
場 トライあい・松本研修室 **定** 16人

料 6,400円(受講料、テキスト、問題集込み)

講 町田真喜子氏/エコールデココ認定講師

持 筆記用具

催し 緑陰講座 (第5回、第6回)

緑をテーマにした講座です。また、樹木や花に関する疑問に専門家が答えます。

対 市内在住・在勤の方

日・内 <第5回> 9月4日(土)/グランドカバーの話 <第6回> 9月18日(土)/松の秋剪定 午後1時～3時

場 あがたの森公園内「緑の相談所」
※雨天時はあがたの森文化会館

定 先着20人 **料** 無料

他 参加者に鉢花をプレゼント

申・問 8月10日(火)から、第5回は9月1日(水)までに、第6回は9月15日(水)までに、電話で公園緑地課(☎34-3254 ☎34-3299)へ ※ファクスでの申し込み不可

催し 令和3年度成年後見制度 市民啓発講演会

成年後見制度とは認知症や障害があっても安心した生活が送れるよう支援する制度です。本人がメリットを感じる制度利用を推進します。



対 市内在住・在勤の方

日 8月27日(金) 午後1時30分～3時30分

場 浅間温泉文化センター大会議室

定 100人(同時にWeb配信) **料** 無料
講 矢澤秀樹氏/長野県社会福祉士会、岡村律子氏/松本市介護と医療連携支援室医療コーディネーター

申・問 8月6日(金)から、電話またはファクス、電子メールのいずれかで高齢福祉課(☎34-3237 ☎34-3026 ☎c-hokatsu@city.matsumoto.lg.jp)へ

【労政課からのお知らせ】

催し 企業就職面接会 IN 松本

対 令和4年度新規大学・短大・専修学校卒業予定の方、卒業後おおむね3年以内の方

日 8月6日(金) 午後1時30分～4時

場 ホテルブエナビスタ

申 不要 ※入退場自由

問 ヤングハローワーク松本(☎31-8600)

催し 教育文化センターの催し

問 教育文化センター (☎32-7600 ☎32-7604)

※その他の催しは、市ホームページ、または地域づくりセンター等にある各月の行事予定表をご覧ください。

【夏休みプラネタリウム】

夏休みに合わせて、特別な番組と夏の星空解説を行います。

日 8月3日(火)～6日(金)、11日(水)～13日(金) 午前11時15分～正午、午後1時30分～2時15分

場 2階プラネタリウム

定 先着90人

料 高校生以上520円、中学生以下無料

申 当日会場へ

【講演会「天体衝突—小惑星が地球にぶつかる日—」】

小惑星や彗星等の太陽系の小天体研究に携わる、渡部潤一先生が話します。

対 小学校高学年以上の方

日 9月26日(日) 午後2時～3時20分(午後1時30分開場)

場 3階視聴覚ホール

定 先着170人

料 無料

講 渡部潤一氏/国立天文台副台長・上席教授

他 先着90人は視聴覚ホールで聴講、以降の80人はプラネタリウムドーム内でリモート聴講です。

申・問 8月24日(火)～9月22日(水)に電話、インターネットで教育文化センターへ



【労政課からのお知らせ】

催し 松本市生涯現役促進協議会 セミナー

8月～9月のセミナーの案内をホームページに掲載しています。詳細は協議会窓口にお問い合わせください。

申・問 ホームページから、または電話で松本市生涯現役促進協議会(☎88-5955)へ



スポーツ 令和3年度後期分 体育施設等の一斉予約(抽選予約)

松本市公共施設案内・予約システムで抽選を行います。8月20日(金)までに利用者登録をしてください。

対 市内に住(居)所のある方(中学生以下は不可)

●対象期間=11月1日(月)~令和4年3月31日(木)

●対象施設=体育館、柔剣道場、野球場、四賀球場、地区運動広場、サッカー場、庭球場、公園グラウンド、農村広場

●抽選=9月上旬~下旬のうち2回
※抽選終了後、対象期間の予約を一般開放します。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 スポーツ推進課(総合体育館内 ☎45-9511 ☎45-1024)



スポーツ シニア健康教室(中期)

対 市内在住・在勤の60歳以上の方
日 9月2日~11月11日(祝日を除く)の木曜日(全10回) 午後1時~3時(うち2回は午前10時~正午)

場 総合体育館 他 **定** 先着70人

料 2,400円

持 屋内用シューズ、タオル、飲み物

申・問 8月16日(月)~26日(木)の平日午前9時~午後5時に、電話、ファクス、電子メールでスポーツ推進課(☎45-9512 ☎45-1024 ✉ taiiku@city.matsumoto.lg.jp)へ

スポーツ 市民体育大会秋季大会(9月~12月)

急な中止や変更の可能性があるため、当協会ホームページで最新情報をご確認ください。

申 各大会要項に記載の申し込み先へ
※大会要項は当協会窓口へ、またはホームページをご覧ください。

問 松本市スポーツ協会(☎32-7056 平日午前8時30分~午後5時15分 ☎32-7452 [HP http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyoo/](http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyoo/))

【労政課からのお知らせ】

催し ハロートレーニング(職業訓練)

長野労働局では、今後のステップアップを目的とした職業訓練を行っています。

訓練期間中は、雇用保険または求職者支援制度に基づく給付金が受給できる場合もあります。詳細は「ハロトレ長野」で検索、またはお問い合わせください。

対 再就職や転職を目指す方、働く意思と能力がありハローワークに求職申し込みされている方

問 ハローワーク松本(☎27-0111)、長野労働局訓練室(☎026-226-0862)

【総合戦略室からのお知らせ】

催し 日帰りバスツアー「ふるさと探訪」参加者募集

ネイチャーガイドの案内で、上高地の大正池から河童橋まで歩きます(約2時間)。

対 松本市、塩尻市、安曇野市、東筑摩郡に在住の方

日 9月17日(金) 午前8時~午後5時頃 ※雨天決行

●集合・解散場所=松本駅アルプス口

定 40人 ※申し込み多数の場合は抽選。結果は8月27日(金)に発送

料 1人4,400円(ネイチャーガイド料、昼食代)

申・問 8月20日(金)までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、松本広域連合「ふるさと探訪係」(〒390-1401 波田4417-1 ☎87-5461 ☎87-5462)へ ※家族等で申し込む場合は同一はがきで

スポーツ 松本市野球場 冬季利用調整会議

対 利用を希望する市内の団体

日 8月10日(火) 午後3時~

場 野球場 大会議室

申・問 事前に申請書の提出が必要です。詳細は、松本市野球場(☎46-5555 [HP https://www.matsumoto-shi-yakyujo.com/](https://www.matsumoto-shi-yakyujo.com/))へ

催し 手づくりトマトソースを作しましょう! 参加者募集

さまざまな料理に使えるトマトソースと、そのソースを使った夏野菜と鶏肉の料理を作ります。

日 9月8日(水) 午前10時~午後1時
場 梓川公民館 料理実習室

定 12人 ※申し込み多数の場合は抽選

料 500円(材料費)

講 農村生活マイスター協会松本

持 エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用タッパー等

他 料理は試食はせず、持ち帰ります。

申・問 8月20日(金)までに、はがき、またはファクスに「料理講習会参加希望」と明記し、郵便番号・住所、氏名、電話番号を記入して農政課(☎本5 390-8620 丸の内3-7 ☎34-3221 ☎36-6217)へ

催し 第22回ピアノカーニバル 出演者募集

対 ベーゼンドルファーのピアノを弾いてみたい方で一曲を通して弾ける方
※歌や弦楽器などとの共演も歓迎

日 9月19日(日) 午後2時(午後1時30分開場)

場 波田文化センター アクトホール

定 30組程度 ※応募多数の場合は抽選

料 1組2,000円(記念DVD付き)

他 ジャンルは問わず1組あたり1曲5分まで

申・問 8月22日(日)までに、申し込み書を波田文化センター(☎92-7501 ☎92-7505)へ

催し 読み聞かせボランティア養成講座

日 9月1日・15日・29日、10月6日・20日、11月10日の水曜日 午前10時~11時30分 ※各回の詳細はお問い合わせください。

場 中央図書館 3階視聴覚室

定 10人 ※要申し込み

講 豊嶋さおり氏/JPIC読書アドバイザー・絵本専門士 ほか

申・問 8月6日(金)から電話で中央図書館(☎32-0099 ☎37-1148)へ

スポーツ教室

持ち物等詳細は、各施設にお問い合わせください。

総合体育館 申・問 ☎32-1818 図36-9394

内容	対象	日時	定員	料金
月曜ヨガ教室	高校生以上	8月2・16・30日の月曜日 午前9時20分～10時20分	20人	初回無料 2回目以降 1,100円
ミズノスラックライン教室	小学3年生～大人	8月6日(金) 午後7時30分～8時30分	20人	1,100円/教室
ミズノランニングクリニック	18歳以上(高校生不可)で、松本マラソンに興味がある方またはエントリーを検討している方	8月7日(土) 午前10時～正午	30人	1,100円/教室
ミズノスポーツ塾(マット教室)	①幼児 ②小学生	8月29日(日) ①午前9時～10時30分 ②午前10時50分～午後0時20分	各20人	1,100円/教室

ラーラ松本 申・問 ☎48-1110 図48-1355 HP <http://www.lala-matsumoto.jp/>

内容	対象	日時	定員	料金
キッズダンス教室 無料体験会 場 3階エアロビクススタジオ	①年少～小学1年生 ②年長～小学6年生	9月1日(水) ①午後4時30分～5時30分 ②午後5時40分～6時40分	各8人	無料
ブラインドサッカー体験会 場 2階屋内テニスコート	小学3年生～(親子での参加可)	9月5日(日) 午後1時～2時30分	40人 (20組)	無料

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

内容	対象	日時	定員	料金
やさしいヨガ教室 講 舟橋嘉奈子氏		8月3日・10日・24日・31日の火曜日、8月6日・20日・27日の金曜日 午前10時～正午	15人	1,000円/回
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	8月4日～25日の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	15人	700円/回
シニアのためのピラティス 講 原秀子氏	60歳以上の方	8月4日～25日の毎週水曜日 午後1時15分～2時15分	15人	700円/回
はじめての夜ヨガ 講 松澤直子氏		8月4日・18日・25日の水曜日 午後7時～8時	15人	800円/回
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	8月5日～26日の毎週木曜日 午前10時30分～11時30分	15組	700円/回
優しいストレッチ・ピラティス(初級) 講 原秀子氏		8月5日～26日の毎週木曜日 午後1時15分～2時15分	15人	700円/回
夜ヨガ(中級) 講 松澤直子氏		8月5日・19日・26日の木曜日 午後7時～8時45分	15人	1,000円/回
シニアのためのヨガ教室 講 舟橋嘉奈子氏	60歳以上の方	8月6日・20日・27日の金曜日 午後1時～2時30分	15人	800円/回
広ーい量で親子からだ遊び ★ 講 分藤香氏	1～3歳のお子さんと保護者	8月30日(月) 午前10時30分～11時30分	20組 程度	500円/回
初心者向けトレーニング講習会 ☆ 講 宮入正太氏 ※要事前予約	中学生以上	8月6日～27日の毎週金曜日 午後7時20分～8時20分	5人	大人 1,000円 学生 500円
競技者向けトレーニング講習会 ☆ 講 宮入正太氏 ※要事前予約	中学生以上	8月7日～28日の毎週土曜日 午後7時～8時40分	5人	大人 1,000円 学生 500円

★は柔剣道場2階柔道場。☆は柔剣道場1階第1トレーニング室 他は全て弓道場2階会議室 *各教室とも検温の上、お越しく下さい(37度未満)。

庄内屋内プール・庄内トレーニングルーム(ゆめひろば庄内) 申・問 ☎24-2111・図24-1612 HP <http://yume-syounai.main.jp/>

内容	対象	日時	定員	料金
市民健康運動教室 ①エアロ美リフレッシュ ②バランスコーディネーション ③コンディショニングエクササイズ ④リラクゼーション ヨガ	高校生以上	8月23日～9月20日の月曜日 ①午前10時15分～11時15分 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後1時45分～2時45分 ④午後7時30分～8時30分	各先着 15人	900円/1回
市民健康運動教室 ①健康体操 ②やさしい ヨガ ③健康美クス ④美脚ヨガストレッチ	高校生以上	8月17日～9月21日の火曜日 ①午前10時15分～11時15分 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後1時45分～2時45分 ④午後7時30分～8時30分	各先着 15人	900円/1回
市民健康運動教室 ①朝ヨガ ②バランス コーディネーション ③パワーヨガ	高校生以上	8月18日～9月22日の水曜日 ①午前10時15分～11時15分 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後7時30分～8時30分	各先着 15人	900円/1回
市民健康運動教室 ①健康体操 ②からだ巡 りヨガ ③ウェービングエクササイズ ④ 骨盤エクササイズ	高校生以上	8月19日～9月16日の木曜日 ①午前10時15分～11時15分 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後1時45分～2時45分 ④午後7時30分～8時30分	各先着 15人	900円/1回
市民健康運動教室 ①朝ヨガ ②エイジ ング・ケアヨガ ③ZUMBA	高校生以上	8月20日～9月17日の金曜日 ①午前10時15分～11時15分 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後7時30分～8時30分	各先着 15人	900円/1回
市民健康運動教室(プール) ①アクアシェ イブ ②アクアビクス	高校生以上	①8月23日～9月20日の月曜日 ②8月20日～9月17日の金曜日 いずれも午前11時～11時45分	各先着 15人	900円/1回
脱疲労LIFE(カラダとココロ・脳までスッキ リ、ゆったりストレッチで自分ほぐし)	高校生以上	8月21日(土) 午前10時30分～11時30分	先着 10人	1,000円
パーソナルレッスン(スイミング・トレー ニング)	年齢不問	随時受け付け 午前10時～午後8時	1人	3,300円/30分 5,500円/60分

松本市スポーツ協会 申・問 8月6日(金)～協会窓口または協会ホームページから (総合体育館内 ☎32-7056 図32-7452 HP <http://www.mcci.or.jp/www/matsutaijyo/>)

内容	対象	日時	定員	料金
基礎から踊る社交ダンス 場 総合体育館サブアリーナ	一般	9月1日～10月27日の毎週水曜日 午後7時～9時	30人	3,300円
秋季女性ゴルフ教室 場 グリーンゴルフ石芝	一般女性	9月2日～10月28日の毎週木曜日 午後1時～3時	20人	3,850円
スローエアロビクス&ヨガ教室(後期) 場 総合体育館第2トレーニング室	一般	9月9日～12月2日の毎週木曜日 午後7時30分～8時30分	15人	5,500円
木曜女性テニス教室(2期) 場 美須々屋内運動場	一般女性	9月9日～11月18日の毎週木曜日 午前10時40分～午後0時20分	50人	9,900円
初級者バドミントン教室(後期) 場 総合体育館サブアリーナ	小学校高学年以上の初級者	9月27日～11月22日の毎週月曜日 午後7時～9時	16人	6,000円

※新型コロナウイルス感染症の影響で「情報チャンネル」に掲載している内容が変更・中止になる場合があります。催しなどに参加する際は、マスクの着用など、感染症予防の徹底をお願いします。

健康
福祉

ペアレントトレーニング

発達障害または発達に心配のあるお子さんへの対応に不安がある保護者が、よりよい関わり方や適切な対応を学びます。

※ ①②に該当するお子さんの保護者で、全ての日程に参加できる方

①幼児コース（平成27年4月～平成30年3月生まれ）②小学校低学年コース（小学校1～3年生）

日 ① 9月15日(水)・30日(木)、10月13日(水)・27日(水)、11月10日(水)・24日(水)
② 11月4日(木)・17日(水)、12月1日(水)・15日(水)・28日(火)、1月12日(水)・26日(水)、2月9日(水)

※いずれも午前9時30分～11時30分

場 なんぶくプラザ3階 あるぶキッズ支援室

定 両コースとも6～8人

料 無料 持 筆記用具

申・問 電話かファクスでこども福祉課あるぶキッズ支援室(☎24-1235 ☎24-1236)

健康
福祉

8月のこどもプラザ

こどもプラザの行事日程等は、市ホームページをご覧ください。



問 こどもプラザ（筑摩）(☎29-3400 ☎29-3401)、小宮こどもプラザ(☎・☎47-8310)、南郷こどもプラザ(☎・☎32-6315)、波田こどもプラザ(☎91-3113 ☎91-3114)

ザ・ハーモニーホール

「おうちでTHE鍵盤フェスタ! 2021」配信中

「THE鍵盤フェスタ!」をYouTubeで配信しています。

日 令和4年3月31日(木)まで 料 無料

●出演者=原田靖子(オルガン)、栗形亜樹子(チェンバロ)、渡辺かおる(ピアノ)ほか

問 ザ・ハーモニーホール(☎47-2004 ☎47-2383)



スポーツ

親子体操教室（中期）

※ 市内在住の3歳、または4歳の未就園児とその保護者

日 9月2日～11月11日の木曜日 午前10時～11時30分(全10回)

場 総合体育館他 定 先着50組

料 3,200円(双子は3,500円)

持 飲み物、タオル、着替え

申・問 8月16日(月)～30日(月)の平日午前9時～午後5時に、電話、ファクス、電子メールでスポーツ推進課(☎45-9512 ☎45-1024 ☎taiiku@city.matsumoto.lg.jp)へ



健康
福祉

体力づくりサポーター育成講座

ボランティアとして地域で運動を広げる、体力づくりサポーターの育成講座です。

※ 市内在住で、原則として全日程に参加でき、講座終了後は体力づくりサポーターとして地域で活動できる方

	勤労者福祉センター	南部保健センター
①	8月27日(金) 午前9時30分～正午	8月24日(火) 午後1時30分～4時
②	9月3日(金) 午前9時30分～11時30分	9月2日(木) 午後1時30分～3時30分
③	9月17日(金) 午前9時30分～11時30分	9月21日(火) 午後1時30分～3時30分
④	9月29日(水) 午前9時30分～11時30分	9月28日(火) 午後1時30分～3時30分
⑤	10月7日(木) 午前9時30分～11時30分	10月8日(金) 午後1時30分～3時30分

※都合のつかない日は、他会場への振り替えが可能

定 各会場先着20人 料 無料

持 筆記用具、飲み物

申・問 電話かファクスで健康づくり課(☎東2 ☎34-3217 ☎39-2523)へ

スポーツ

パラアスリートから学ぼう「車いすバスケット」

車いすバスケットは、健常者も一緒に楽しめるスポーツです。

※ 小学生以上で、市内在住・在学・在勤の方優先

日 8月28日(土) 午後1時15分～2時15分

場 総合体育館メインアリーナB面 ※「パラ☆スポくらぶ」の一画で実施

定 10人(定員に達しない場合は当日申し込み可)

料 無料

講 奥原明男氏/パラリンピックメダリスト

持 室内用運動靴、飲み物、タオル、マスク

申・問 8月11日(水)から電話、ファクス、電子メールでスポーツ推進課(☎45-9512 ☎45-1024 ☎taiiku@city.matsumoto.lg.jp)へ



スポーツ

「パラ☆スポくらぶ」で体を動かそう

パラスポーツを年齢・障がいの有無等にかかわらず一緒に気軽に行います。1人の参加でも障がい者スポーツ指導員が対応します。

※ 小学生以上で、市内在住・在学・在勤の方優先

日 8月28日(土) 午後1時～3時

場 総合体育館メインアリーナC面

定 30人(定員に達しない場合は当日申し込み可)

料 無料

講 障がい者スポーツ指導員など

持 室内用運動靴、飲み物、タオル、マスク、個人で使う用具

申・問 8月11日(水)から電話、ファクス、電子メールでスポーツ推進課(☎45-9512 ☎45-1024 ☎taiiku@city.matsumoto.lg.jp)へ

美術館 ワークショップ 「アートに挑戦 やさしい陶芸」

一輪挿しを作ります。

日 9月4日(土) 午前10時～午後3時、
 10月16日(土) 午前10時～正午
場 梓川アカデミア館 ギャラリー
定 15人 ※両日参加できる方のみ
料 2,500円 講 中信美術会
持 昼食、汚れてもよい服装
申・問 電話で美術館 (☎39-7400 ㊟39-3400) へ

美術館 裸婦デッサン会

対 高校生以上 **日** 9月11日(土)・12日(日)
 午前9時50分～午後4時30分
場 あがたの森文化会館 講堂
定 先着25人
料 友の会会員/全日1,500円 半日700円、一般/全日2,000円 半日1,000円
講 岩垂正美・中村石浄・千葉潔/美術館友の会会員
持 描画用具、レジャーシート
申・問 8月13日(金)午前9時から電話で美術館 (☎39-7400 ㊟39-3400) へ

美術館 アートレクチャー学芸講座 「草間彌生 少女が水玉の女王になるまで」

草間彌生の生い立ちから現在に至る軌跡を、当館所蔵作品を交え紹介します。
日 9月10日(金) 午後2時～3時30分
場 東部公民館 大会議室
講 渋谷見彰/美術館学芸員
他 駐車場がないため公共交通機関をご利用ください。
申・問 9月9日(木)までに電話で美術館 (☎39-7400 ㊟39-3400) へ

美術館 Co.山田うん 『オバケッタ』

「Co.山田うん」の個性の際立つダンサーたちが、妖怪や怪物になって登場するダンス作品です。

日 10月13日(水) 午後2時
場 まつもと市民芸術館 実験劇場
料 一般/3,500円 18歳以下/1,500円
 ※全席指定、3歳以下入場不可
作・演出・振付 = 山田うん
音楽 = フノサトル
美術 = ザ・キャビンカンパニー
出演 = Co.山田うん
申・問 8月7日(土)から、まつもと市民芸術館チケットセンター (☎33-2200 午前10時～午後6時 ㊟33-3830) へ

美術館 アカデミア館催事情報

問 アカデミア館 (☎78-5000 ㊟78-5101)

【第25回松本フォトアカデミー写真展 「麗しの大地」】

日 8月24日(火)～29日(日) 午前9時～午後5時 (初日のみ午後1時から)
場 ギャラリー
料 無料
【コレクション展「洞澤今朝夫作品展」】
 アカデミア館に収蔵している洞澤今朝夫の彫刻作品約40点を展示します。
日 8月28日(土)～10月3日(日) 午前9時～午後5時 ※休館日は月曜日 (祝日の場合は翌最初の平日)
場 第2 ギャラリー
料 高校生以上200円、中学生以下100円 ※観覧料減免対象あり

美術館 『近松心中物語』

華やかな元禄の遊郭。大阪新町に咲く2組の恋の炎。作家・秋元松代の名作にして、蜷川幸雄の代表作が多彩なキャストの新演出で松本に登場します。

日 10月16日(土) 午後1時
場 まつもと市民芸術館 主ホール
料 一般/6,500円 18歳以下/4,000円 (枚数限定)
 ※全席指定、未就学児入場不可
作 = 秋元松代
演出 = 長塚圭史
音楽 = スチャダラパー
出演 = 田中哲司/松田龍平、笹本玲奈/石橋静河 ほか
申・問 8月7日(土)から、まつもと市民芸術館チケットセンター (☎33-2200 午前10時～午後6時 ㊟33-3830) へ

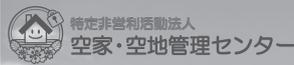


美術館 『西の人気者』

アイルランドの作家J.M.シングの名作を串田和美が演出します。

日 10月8日(金) 午後7時、9日(土) 午後1時、10日(日) 午後3時、11日(月) 午後1時
場 上土劇場
料 一般/4,000円 18歳以下/2,000円 ※全席指定、未就学児入場不可
申・問 8月7日(土)から、まつもと市民芸術館チケットセンター (☎33-2200 午前10時～午後6時 ㊟33-3830) へ

広告



**“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、以下の協賛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

FDA 松本－神戸線が増便されます

☎ 公共交通課 (東4 ☎34-3033 ㊟34-3202)

8月27日(金)から、信州まつもと空港の松本-神戸線は、午前中の便に加え夕方便が増便されます。関西方面へのアクセスがより便利になりますので、ご利用ください。



※運賃やチケット等の詳細は、ホームページをご覧ください。運行会社へお問い合わせください。

信州まつもと空港
ホームページ



●FDA神戸線ダイヤ

便名	松本発	神戸着
FDA233	午前 9 時55分	午前11時
FDA237 (増便分)	午後 6 時30分	午後 7 時35分
便名	神戸発	松本着
FDA232	午前10時	午前11時
FDA236 (増便分)	午後 5 時	午後 6 時

博物館イベント等情報

松本まると博物館 臨時閉館のお知らせ

●臨時閉館する施設・日程＝①松本民芸館、はかり資料館、旧司祭館、時計博物館／8月16日(月)

②高橋家住宅／8月11日(水)～13日(金)、16日(月) ③安曇資料館／8月20日(金)までの平日

☎ 市立博物館 (☎32-0133 ㊟32-8974)

旧制高等学校記念館 ☎35-6226 ㊟33-9986

【第25回夏期教育セミナー】

①基調講演

📅 8月28日(土) 午後1時～4時

👤 50人

🗣 中澤篤史氏／早稲田大学 スポーツ科学学術院 准教授

💰 無料 申・☎ 電話で当館へ

②研究発表

8月27日(金)～31日(火)にYouTubeで「限定公開」します。(動画のURLを知っている人だけが閲覧できます。) 閲覧URLの申し込みは、電子メールでkyusei-koko@city.matsumoto.lg.jpへお問い合わせください。

山と自然博物館 ☎・㊟38-0012

【秋の自然観察会】

園内を歩きながら、自然観察をします。

👤 小学生以上の子どもと保護者・大人一般

📅 9月11日(土) 午前9時～11時

📍 アルプス公園 (森の入口広場集合)

👤 15人 💰 無料

🗣 山と自然博物館職員

🎒 歩きやすい服装・筆記用具・雨具・帽子など

📞 8月6日(金)午前9時から電話で当館へ

歴史の里 ☎47-4515 ㊟48-0813

【親子はた織り体験講座】

はた織り機で18×23センチメートル程度の裂き織り作品を作ります。

👤 小学生以上の親子(2人1組)

📅 8月21日(土) 午前10時～正午、午後1時～3時の2回

👤 各回5組

💰 1組1,000円(材料代込み)

🗣 川上裕子氏／なかや工房にて裂き織りを主宰

📞 8月6日(金)午前9時から電話で当館へ

【蚕の繭から糸をとってみよう！】

蚕の繭1つからどれくらいの長さの糸がとれるか、手作業で糸をひいて測ります。

👤 小学生以上(中学生以下は保護者同伴)

📅 8月28日(土) 午前9時30分～正午

👤 5人

💰 通常観覧料(大人410円、中学生以下無料)

🎒 タオル、エプロン

📞 8月6日(金)午前9時から電話で当館へ

【七夕人形流し】 ※「まつもとの七夕2021」関連事業

📅 8月8日(祝) 午前9時

💰 無料(当館を見学する場合は、別途通常観覧料)