

広報 まつもと

8

2026 No. 1447

生物多様性の

ホットスポット

Contents
—もくじ—

特集 02 標高差が育む 生物多様性

- 06 松本市と姫路市 姉妹都市提携60周年
- 08 情報チャンネル

- 14 9月の相談日
- 16 「東アジア文化都市 2026松本」 関連イベント

表紙に登場する生きものたち、皆さんはどれくらい知っていますか？ 答えは次のページで！



セグロセキレイ

山から森林、里山、そして街なか

日本のほぼ中央に位置し、県内で最も広い面積を有している松本市。標高3,000メートルこれらの環境が、多種多様な動植物が息づく「生物多様性のホットスポット」を育んでなどの野生動物との共存も身近な課題です。特に昨今は、生活圏へのクマの出没が私たち人間の「安全確保」と動植物の「自然保護」。一見相反して見えるかもしれま

標高
3,190m

高山帯 (2,500m～3,000m) 穂高連峰、槍ヶ岳、常念岳、乗鞍岳、焼岳など

約1万年前の氷期の終わりに伴い高山に取り残された「氷期の生き残り(遺存種)」が多く存在します。



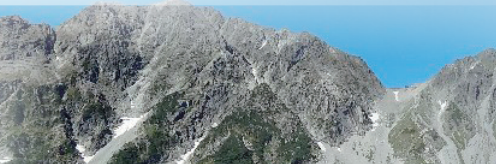
コマクサ



ライチョウ



ホンドオコジョ



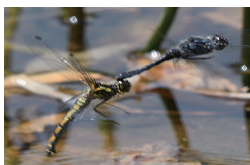
2,500m

亜高山帯 (1,600m～2,500m) 上高地、乗鞍高原、美ヶ原高原など

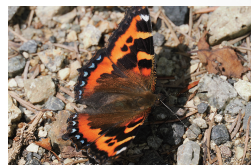
シラビソなど亜寒帯の常緑針葉樹林が広がり、冷涼で霧が発生しやすい湿潤な気候です。



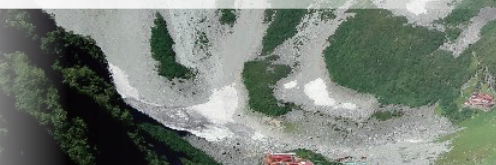
ヤナギラン



ムツアカネ



コヒオドシ



2,000m

山地帯 (1,000m～1,600m) 安曇地区、奈川地区など

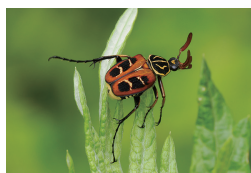
ブナやミズナラなどの落葉広葉樹を中心とした天然林と人の生活圏に近い植林地など異なる環境が混在し、昆虫から哺乳類まで多様な野生生物が生息しています。



ニリンソウ



ニホンカモシカ



オトラフハナムグリ



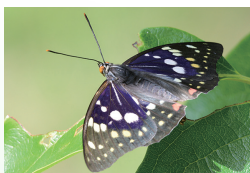
1,500m

里山帯 (600m～1,000m) 四賀地区、藤井谷 (里山辺地区) は環境省“貴重な里地里山”選定地

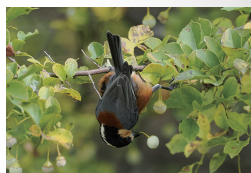
山林と都市の中間に位置し、農地・水路・草原など人為的に形成されてきた自然環境。適度な手入れ(伐採や草刈り)によって多様な動植物が共生できる環境が生み出されています。



カタクリ



オオムラサキ



ヤマガラ



1,000m

平地 街なか・田畑 (約600m付近)

街なかの公園、田畑などにも生きものが暮らしています。



ツバメジミ



カワセミ



トノサマガエル



553m

標高差が育む**生物多様性**



オオムラサキ

トレ級の日々、そこから流れ出る清流、草原や里山など、多様な景観を誇ります。います。一方、自然と人間の生活圏が密接に隣り合う地域だからこそ、ツキノワグマ相次ぎ、暮らしの安全を守る対策が急務となっています。せんが、実は全てつながっています。

●問い合わせ 環境・地域エネルギー課 (☎34-3268 ㊚34-3202)



なぜクマは今、山から降りてくるのか

クマにとって本来の生息地は、ドングリが実るブナやミズナラなど落葉広葉樹の森の奥。めったに人の前に姿を現さず、ひっそりと暮らしていました。

かつてはクマと人の境界線の役割を果たしているのが里山でした。なぜ、境界線が揺らぎ、私たちの身の回りにクマが出没し始めたのでしょうか。

その背景は (中山間地域の過疎化) (里山の荒廃)

クマと人の生活圏の緩衝地帯で、人の活動が減少

(放任果樹の増加) (気候変動) (ドングリの不作)

など、いくつかの要因が重なった結果といわれています。捕獲や駆除などの緊急対応だけでなく、長期的な視点で根本的な解決策を考えるには、

もともとあった生態系に近づけ、豊かな生物多様性を守ることが必要不可欠です。

本来のクマの生息地



活動範囲の拡大



生物多様性って？

生物多様性とは、全ての生きものが持つ違いや関わりのことです。

酸素は、植物の光合成でつくられ、

栄養豊かな土壌は、生きものの死骸が分解されることで生まれます。

野菜や果物も、昆虫が受粉を助けることで実ります。

生物多様性を守ることは、私たちの豊かな暮らしを守ることにつながるのです。



絵：環境省「ネイチャーポジティブポータルサイト」より

聞こえていますか？ 生きもののたちのSOS

今、生物多様性は世界中で急速に失われています。背景はさまざまですが、主な原因は私たち人間の活動によるものです。便利で快適な生活を求める一方で、生きもののたちのすみを奪っているのです。

松本市の生物多様性、4つの課題



▲水田から商業地や道路などに変わった地域



チングルマ



ホンドオコジョ



ホソミイトンボ

▲気候変動は生態系全体に大きなリスクをもたらしています。中でも高山帯の生きものは、気温上昇、積雪量減少などで絶滅の危機に。

◀かつては暖地にしか生息しなかったが、温暖化の影響でこの数年で一気に北上し市内でも見られるように。

開発行為など 人間活動によるもの

- ・都市開発
- ・違法な捕獲

人間活動がなくなった ことによるもの

- ・里山荒廃
- ・農地、用水路の管理不足

気候変動

- ・温暖化など
- ・生態系の適応の限界

人間により持ち込まれた ものによる損失

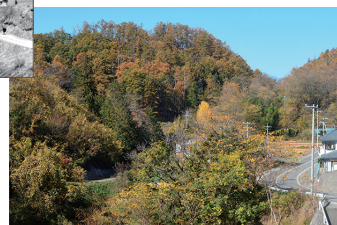
- ・外来生物の分布拡大
- ・河川などに流出するプラスチックゴミなど



ガビチョウ



◀昭和25年ごろの里山。(島内地区)
畑も山も生活の一部として使われ、多様な生きものと共生していました。



▲令和5年の同じ地区。
手入れされていない林が増加し、用水路や農地などを生息場所としていた生きものが減少。



アレチウリ駆除活動

アレチウリ

◀▲いずれも、旺盛な繁殖力で日本の生態系に重大な被害を及ぼす、環境省指定の特定外来生物。

実は失われつつある宝物

チョウが舞うまち、松本

南北に長く高低差のある地形、豊かな自然環境を有する長野県には、約150種類のチョウが確認されていて、**全国1位**の生息数を誇ります。そのうち松本市には、過去の記録を含め140種類以上が生息するとされています。

ーチョウが舞う風景ーこれは決して当たり前ではありません。このまちで見られるチョウの多くが、**レッドリスト** (環境省が種の絶滅の危険度をリストにまとめたもの) に載っている希少な存在です。



高山のチョウ・タカネヒカゲ

氷期の終わりの気温上昇で、高山に逃げた生き残り。
近年の気温上昇で、さらに標高の高い場所への逃げ場がなく追い詰められている。



高原のチョウ・コビョウモンモドキ

高原の減少に加え、シカの食害が広がり絶滅が危惧される。



里地のチョウ・ゴマシジミ

奈川のゴマシジミは松本市の特別天然記念物。幼虫は草原の植物「レモコウ」を食べ、大きくなると特定の「アリ」の幼虫を食べて成長するという変わった生態から飼育で増やすことが難しく、地域の協力のもと保護されている。



河川沿いのチョウ・クロツバメシジミ

河川には環境に影響の大きい外来種が多い。
河川改修などの人為的な影響にも注意が必要。



未来へつないでいくために

地球規模で失われつつある生物多様性。生物多様性の損失は、衣食住、空気、水、自然から恩恵を受けているすべてを失うことです。

現在世界各国では、国際的な目標「**ネイチャーポジティブ Nature Positive**（生物多様性の損失を止め、自然を増やし回復軌道に乗せること）」を掲げ取り組んでいます。

生きものたちを守ること、それは私たちの未来の暮らしを守ること。一人一人の行動が求められています。

松本市の生物多様性保全の取り組み



詳細はHPから



松本市生物多様性地域戦略『生きものあふれる松本プラン』

～生物多様性のホットスポットを未来へつなぐまち 松本～

計画期間

令和32（2050）年までの長期計画

取組方針

①「学習し、広める」 ②「想像し、考える」 ③「実践し、生かす」



モデル地区

- ①アルプス公園～芥子望主山～田溝池
- ②車屋せぎ・崖下せぎ
- ③庄内北公園ホタル水路
- ④四賀小学校学有林
- ⑤乗鞍高原一の瀬園地
- ⑥ゴマシジミ生息地
- ⑦梓川橋下流左岸（矢橋）～下島橋下流
- ⑧梓川橋上流

事業展開

- ①生物多様性モニタリング調査
（奈川、アルプス公園、一の瀬園地、島内地区、梓川上流地域）
- ②ゴマシジミ頭数調査
- ③生物多様性エコスクール

- ④市民参加型生きもの調査
（カエル、ホタル、セミ、ツバメ、トンボ）

- ⑤**松本市生物多様性現地調査 R8～**
モニタリング調査ではカバーできない地域の動植物の現状を市民団体や市民とともに調査する（今年度は奈川地区）

まずは「学習」することから

生物多様性エコスクール



オオムラサキ観察会



外来植物駆除講座



川の生きもの観察会

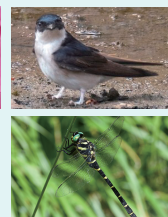
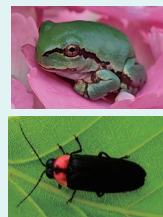


エコスクールHP

撮って、調べて、送る

市民参加型生きもの調査

- R4年度セミ調査
- R5年度ツバメ調査
- R6年度トンボ調査
- R7年度カエル調査



今年は
ホタルを調査中



8/31(月)まで

YouTubeは
こちら



ゼロカーボン市民アクションプランinまつもと 生活の中で実践できる20の市民アクションと50の具体的なアクション



夏休みは生きものや自然を学ぶチャンス！
一人一人の小さな「ネイチャーポジティブ」が、
地球を救う大きな力になるよ



広報まつもと2026年1月号で
アクションプランを特集しています



白く輝く
姫路城

松本市
×
姫路市

姉妹都市提携

60th
Anniversary

黒く映える
松本城

提供：姫路市

●問い合わせ 秘書広報室 (☎34-3200 FAX35-2030)



なぜ姉妹都市になったの？

アルプちゃん



しろまるひめ

～国宝の城が結んだご縁～

松本市と姫路市は、国宝である「松本城」と「姫路城」を有することが縁で、昭和41年11月17日に姉妹都市となりました。

両市はお互い協力しながら、まちの発展を目指し、これまで観光だけでなく、産業・経済・教育・文化など、さまざまな分野で交流を続けてきました。そして本年、姉妹都市提携60周年という大きな節目を迎えます。



松本市と姫路市の主な交流



姫路お城まつり

姫路市が主催する春の代表的なイベント。

イベントの一環として行われるパレード「千姫輿入れ行列 子ども大名行列」には、松本市民も時代衣装を着て参加しています。



まつもと市民祭 松本まつり

例年秋に、松本市の中心市街地が歩行者天国となり、各種パフォーマンスやフリーマーケットなどにぎわうイベント。

「姉妹都市ひろば」では、姫路市の特産と観光展が開かれています。



親善スポーツ交歓大会

姉妹都市提携をきっかけに始まり、市民相互の親睦とスポーツ交流を目的として、隔年で訪問し合う大会。

これまでバレーボール、弓道、サッカーなどのさまざまな競技が実施されてきました。

姫路市ってどんなところ？

兵庫県姫路市の北部は田園風景が広がる自然豊かなエリア、南部にある家島諸島いえしまは漁業と造船業で栄えています。ぜひこの機会に歴史とロマンあふれる姫路市に出かけてみませんか？



人口

516,428人 (R8.7.1現在)

▶ 松本市の約2.2倍

面積

534.35平方キロメートル

▶ 松本市の約55%の広さ

姫路城



別名「白鷺城」しらさぎじょうとも呼ばれています。美的完成度が我が国の木造建築の最高の位置にあり、他に類のない優れたものであること等が評価され、1993年に日本で初めての世界文化遺産に登録されました。

姫路城西御屋敷跡庭園 好古園



趣の異なる大小9つの庭園群からなる日本庭園。江戸時代にタイムスリップしたような感覚になることから、ドラマ『水戸黄門』など多数のロケ地になっています。

しよしゃざんえんぎょうじ 書寫山圓教寺



ロープウェイで上った山頂にある天台宗のお寺。966年しゅうくうしやうにんに性空上人によって開かれました。映画『関ヶ原』をはじめ、大河ドラマなどの撮影が行われている人気のロケ地でもあります。

姫路おでん



普通のおでんとの最大の違いは、しょうが醤油をつけて食べること！だしの旨みが染みた大根や玉子に、しょうがの風味がよく合います。

ひねぽん



ひね鶏（卵を産む役割を終えた雌の親鶏）を炙り、薄くスライスしてポン酢で和えたおつまみ。噛むほどに鶏の旨みが溢れ出します。

アーモンドトースト



アーモンドバターを塗ったトーストで、喫茶店のモーニングに欠かせないメニュー。店舗ごとにオリジナルレシピで提供しています。

姫路菓子



江戸時代後期に、藩主が茶の湯を好んだことから姫路城下の菓子文化が発展。江戸時代から続く和菓子屋さんが伝統を守り続けています。

みょうちんひばし 明珍火箸・風鈴



平安時代から続く甲冑師の家系である明珍家が、伝統の鍛造技術を活かして作り上げた伝統工芸品。かすかな風でも心地よく澄んだ高い音を響かせます。

革製品・革細工



ぎゅうかわしろなめしがわ 牛革白鞣皮を用いて独特の工法で作られています。美しい模様と白さの中に渋いつやが浮き出て、丈夫で使うほどに深い味のある色になります。

60周年記念事業

姉妹都市提携60周年記念イベント

国宝に指定されている「お城」が縁で姉妹都市となったことから、松本城を会場に記念事業を実施します。

開催日 8月23日(日)

内容 記念式典、天守床磨き など
※床磨きの詳細は12ページへ

姫路市長も参加予定！



姫路市各施設の無料開放

姉妹都市提携60周年を記念し、姫路市を訪れる松本市民の皆さんに対し対象施設の入場料が無料となります。

期間

11月1日(日)～30日(月)
※休館日を除く

利用方法

各施設の券売所で、松本市の住所が記載されている証明書（運転免許証など）を提示してください。

対象施設

姫路城、好古園、市立動物園
姫路文学館 ※常設展のみ

アクセス

飛行機…松本空港より神戸便で約1時間
鉄道…松本駅より特急で約4時間

お知らせ

募集

催し

スポーツ

美術館

ザ・ホームホール

博物館

お知らせ 国民年金保険料の産前産後免除制度

国民年金第1号被保険者で、出産予定の方、または平成31年2月1日以降に出産された方は、届出により国民年金保険料が免除されます。免除期間も保険料を納付したものとして受給額に反映されます。

●届出期間＝出産予定日の6カ月前から（出産後の届出も可能）

●免除期間＝出産予定日、または出産日が属する月の前月から4カ月間（多胎の場合は3カ月前から最大6カ月間）

持 本人確認書類、母子手帳、マイナンバー、または基礎年金番号のわかるもの

他 詳細は、日本年金機構のホームページ参照

問 市民課（☎34-3218 ☎37-0260）、松本年金事務所（☎25-8100）

お知らせ 8月から高額療養費制度が変わります

国の制度改正により、国民健康保険、後期高齢者医療制度で、8月から高額療養費制度が見直されます。

●変更になる項目＝①1カ月の自己負担限度額 ②自己負担限度額に新たに年間の上限額が設けられます。

他 詳細は、市ホームページ参照

問 保険課（☎34-3203 ☎39-2523）

お知らせ 結婚新生活支援事業補助金申請を受け付けます

松本市で新生活を始め、新婚世帯を応援します。

対 令和8年1月1日～令和9年3月31日までに入籍、またはパートナーシップ宣誓を行った夫婦等のうち、いずれもが39歳以下で、両者の令和7年分の所得の合計が500万円未満の世帯

●対象経費＝住宅の取得・賃借費用、引越費用、リフォーム費用（上限あり）

申 令和9年3月31日(木)までにQRから予約の上、なんなんひろばへ

問 若者参画課（☎34-2070 ☎34-2071）

お知らせ 令和9年度中学校指定校変更申請を受け付けます

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。

対 令和9年度4月に中学校に入学する新1年生

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

他 その他事情により指定校変更を希望する方は、ご相談ください。

申・問 8月31日(月)までに、直接、学校教育課（☎33-9846 ☎34-3206）へ

お知らせ 8月31日(月)は市税等納期限

納期限までに納付をお願いします。

●市民税・県民税＝令和8年度第2期

●国民健康保険税＝令和8年度第2期

●後期高齢者医療保険料＝令和8年度第2期

●介護保険料＝令和8年度第5期

問 一般市税・国民健康保険税（支払に関すること）は納税課（☎33-1192 ☎39-0723）、国民健康保険税（課税額に関すること）・後期高齢者医療保険料・介護保険料は保険課（☎34-3215 ☎39-2523）

募集 もったいないフッキングレシピグランプリ

食品ロスや生ごみの削減につながるレシピを募集し、表彰します。優秀者には副賞あり。詳細は、市ホームページ参照

申・問 9月4日(金)までにQRから、またはファクス、電子メール、郵送で資源循環推進課（〒390-0851 島内7576-1 ☎47-1096 ☎40-1335 ☎ kankyo-s@city.matsuo moto.lg.jp）へ

お知らせ 農振軽微変更の申し出を受け付けます

農振農用地区域内に農業用施設を建設する場合は、軽微変更の手続きが必要です。なお、今回は除外や編入についての申し出は受け付けません。

日 8月17日(月)～28日(金) 場 農政課

他 事前に農地転用は農業委員会事務局、開発行為は建築指導課へ相談。軽微変更完了までにはおおむね3～4カ月を要します。

問 農政課（☎34-3221 ☎36-6217）

募集 第27回ピアノカーニバル出演者

対 ピアノ「バーゼンドルフアー」で一曲を通して弾ける方 

日 9月26日(土) 14:00～16:00

料 1組2,000円

定 30組程度 ※応募多数の場合抽選

他 ジャンル不問。1組あたり5分以内。音響設備を必要としない歌や弦楽器などの共演も歓迎

場・申・問 8月1日(土)～16日(日)までにQRから、または申込用紙をファクス、郵送、直接、波田文化センター（〒390-1401 波田10106-1 ☎92-7501 ☎92-7505 ※月曜と祝日の翌日は休館）へ

募集 農業研修生

対 農業経験（農作業アルバイト等）があり、市内で新たに農業経営を開始しようとする60歳以下の方

定 3人程度

※書類審査と面接により決定

内 新規就農者農業研修

●研修期間＝最長3年間

●研修作物＝JA松本ハイランドが推奨する果樹・野菜など

●指導員＝長野県里親農業者・JA松本ハイランド職員

申 事前に相談・面談の上、8月1日(土)～31日(月)にJA松本ハイランド営農企画課（☎29-0394）へ

問 農政課（☎34-3221 ☎36-6217）



募集

松本広域連合消防職員 採用資格試験（初級）

来年4月以降に採用する消防職員を募集します。

対 平成13年4月2日～平成21年4月1日に生まれた方で、高等学校卒業程度の学力を有する方（4年制大学卒業予定者は受験不可）※消防吏員の経験を有する場合は前歴を優遇します。

●応募期間＝8月17日(月)～30日(日)

●試験日＝1次試験 9月20日(日)

●採用予定数＝若干名

他 詳細は、松本広域連合ホームページ参照

問 松本広域連合事務局総務課

(☎87-5460 ㊟87-5462)

お知らせ

中山霊園墓参バスの運行

日 8月13日(木)・16日(日)

¥ 片道200円（小学生以下無料）

他 混雑状況により、乗車できない場合があります。

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

乗り場	時間	
松本大学予備校駅前校舎付近	8:30発	10:00発
松本城・市役所前バス停	8:40	10:10
市民芸術館前バス停	8:45	10:15
秀峰学校前バス停	8:50	10:20
筑摩バス停	8:55	10:25

※帰りは中山霊園発 11:00、12:30

募集

令和8年度 松本市文化芸術表彰

市内で活躍する方を11月3日(祝)に表彰します。

対 市内に住所・活動拠点がある個人・団体、松本市にゆかりのある個人・団体

●分野＝芸術、メディア芸術、伝統芸能、芸能、生活文化、国民音楽、出版物、レコードなど

●基準＝①文化芸術大賞：全国規模以上の大会等で最高賞、または同等の成績をおさめるなど、技量および活動が全国的に高い評価を受け、その業績が傑出している方

②文化芸術功労賞：20年以上にわたる文化芸術活動により、市の文化芸術振興に大きく貢献された方

③文化芸術奨励賞：文化芸術分野において優れた活動を行う原則として若年、または中堅層の方で、将来にわたって一層の活躍が期待される方

④文化芸術特別栄誉賞：全国規模以上の大会等で最高賞、またはこれと同等の成績をおさめるなど、技量および活動が全国的に高い評価を受け、かつ、長年にわたり本市の文化芸術振興へ貢献するなど、特別に顕彰する必要があると認められた方 ※以前の被表彰者は同種への応募不可

申・問 8月1日(土)～31日(月)に市ホームページを確認の上、電子申請、または推薦書・必要書類を郵送、

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

直接、文化振興課（〒390-0874 大手3-8-13 ☎34-3293 ㊟34-3018）へ ※自薦は不可

募集

市営住宅の入居者

●入居条件＝①現に住宅に困窮していることが明らかな方（持ち家のない方） ②松本市内に住所、または勤務先がある方 ③年間収入が一定基準以下の方 ④市税を滞納していない方 ⑤暴力団員でない方 ⑥現に同居しているか、または同居しようとする親族がいる方

●募集期間＝8月19日(水)～26日(水)

※夜間・休日を除く

●抽選会＝9月7日(月)

●入居説明会＝9月25日(金)

●入居指定日＝10月1日(木)

他 県営住宅については、長野県住宅供給公社へお問い合わせください。

申 募集期間内に必要書類を持参、または郵送で長野県住宅供給公社松本事務所（〒390-0852 島立988番地1 ☎47-0240 ㊟47-8902）へ

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

問 長野県住宅供給公社松本事務所、住宅課（☎34-3246 ㊟34-3207）

お知らせ

スポーツ施設の抽選予約(令和8年11月～令和9年3月利用分)

抽選予約に参加するには、抽選ID（5で始まる8桁の番号）が必要です。IDをお持ちでない方、IDの有効期限が切れている方は、申請してください。

対 松本市民（中学生以下は不可）

他 対象施設は市ホームページ参照

申 QRから

問 スポーツ施設整備課（☎34-1700 ㊟45-1024）



〈新規〉



〈期間延長〉

	1回目	2回目
抽選IDの新規申請・期間延長	8/10月までにQRから	8/28(金)～9/3(木) 既に抽選IDをお持ちの方は申請不要
予約状況公開	8/6(木) 8:30～	8/29(土) 8:30～9/4(金) 23:59
抽選申込	8/21(金) 8:30～27(木) 23:59	9/5(土) 8:30～9/9(水) 23:59
結果公開・確定処理	※8/29(土) 8:30～9/4(金) 23:59	※9/11(金) 8:30～9/15(火) 23:59

※この期間に確定処理を行わないと、当選予約は取り消されます。

一般開放：9/16(水) 8:30～

お知らせ

Jアラート全国一斉 情報伝達試験

防災行政無線での試験放送、松本安心ネットでのテストメール、市公式X・Facebookでのテスト配信を行います。

日 8月26日(水) 11:00

予備日：9月9日(水) 11:00

問 危機管理課（☎33-9119 ㊟33-1011）



催し 多重債務者無料弁護士相談会（予約制）

対 市内在住の方
日 8月31日(月)
13:30～15:30
定 先着4人
場・申・固 7月27日(月)～8月26日(水)
17:00にQRから、または直接、消費生活センター(☎36-8832 ☎36-6839)へ



催し ファミリー・サポート・センター 南西部・南東部交流会

対 会員の方、子育て支援のお手伝いをしたい方、子育ての支援を受けてみたい方
日 9月2日(水) 10:00～11:30
(受け付け9:45～)
場 芳川公民館 定 20人
内 音楽にあわせて「呼吸・発声・身体」トレーニング、茶話会
講 伊藤さくみ氏/スポーツボイスマスタートレーナー
記 無料 ※定員10人(要事前予約)
申・固 8月26日(水)までに電話でファミリー・サポート・センター事務局(☎34-3308 ☎34-3309)へ

催し 松本キッズ・リユースひろば 配布会

対 市内在住の方
日 9月8日(火)
11:00～14:00
場 ラーラ松本
内 使わなくなった育児・子ども用品を、必要としている方に配布します。
申 8月24日(月)までにQRから
固 資源循環推進課(☎47-1096 ☎40-1335)



催し 令和8年度訪問理美容事業所向け衛生講習会

対 理美容業を営む方
日 9月7日(月)
13:30～15:00
場 勤労者福祉センター
講 食品・生活衛生課職員
他 受講後修了証を交付
申・固 9月1日(火)までにQRから、または電話で高齢福祉課(☎34-3061 ☎34-3026)へ



催し 読書バリアフリー講演会

日 8月7日(金)
10:00～11:30
場 中央図書館 定 60人
内 図書館での障がい者サービスなどについて
講 野口武悟氏/青山学院大学コミュニティ人間科学部教授
申・固 8月5日(水)までにQRから、または電話で中央図書館(☎32-0099 ☎37-1148)へ



催し 中央図書館トークライブ ライブラリレーまつもと

日 8月22日(土)
13:30～15:30
場 中央図書館 定 60人
内 会社員が映画監督になってみた～趣味の映画が全国公開されたハナシ～
講 下向拓生氏/映画監督
申 8月21日(金)までにQRから
固 中央図書館(☎32-0099 ☎37-1148)



催し 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、食品ロスの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。
日 8月20日(木) 10:00～13:00
場 市役所東庁舎1階
●寄付いただきたい食品＝常温で保存でき、賞味期限が明記され、1カ月以上ある未開封の食品(日本語表記のあるもの)
固 資源循環推進課(☎47-1096 ☎40-1335)

催し 第15回美ヶ原高原 ノルディックウォーキング

日 9月12日(土) 10:00～14:30
場 道の駅美ヶ原高原(駐車場)～美しの塔～王ヶ頭～道の駅美ヶ原高原(片道約5.0キロメートル)
¥ 500円(小学生以下無料)
定 先着20人
申 8月3日(月)～14日(金)にQRから
固 観光ブランド課(☎34-8307 ☎34-3049)



催し 松本市ひとり親家庭福祉会「おしゃべり広場」

子育てや仕事など一人で悩まずに、同じ境遇の仲間と気軽にお話しませんか。
対 市内在住のひとり親家庭の親子
日 8月29日(土) 15:00～17:00
場 なんなん広場
固 ひとり親家庭福祉会事務局(☎27-3381 ☎27-2239 ☎ oyako@syakyo-matsumoto.or.jp)、こども福祉課(☎33-4767 ☎36-9119)

広告欄

広告

親族に頼らず生きていく選択

- ☒ 元気なうちに老い支度や終活をしておきたい
- ☒ 亡くなった後のことをお願いできる人がほしい
- ☒ これからの人生で身内に迷惑・負担をかけたくない

※当会は、家族・親族の役割を担う支援を行っている団体です。日々の支援活動から事例をもとに“課題と対策”そして、老後の“これから”に必要なことをわかりやすくお伝えしています！

NPO法人 日本よりそい家族会

本部/上田市中央西2丁目6-7 グリーンビル1-2
支所/長野・松本・高崎・宇都宮・水戸

老後の生き方セミナー開催

8月26日(水)

松本市勤労者福祉センター
3-2会議室/3階

受付 13:30～ 時間 14:00～16:00

■資料代/300円 ■定員/11名

◎9月3日(木)個別相談会開催

【要予約】0120-12-8851
平日10:00～17:00



本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。



催し

人権映画の日 『アルジャーノンに花束を』【字幕】

- 対 市内在住の方 
- 日 9月2日(水)
13:30～15:10
- 場 Mウイング
- 内 ダニエル・キイス作SFファンタジー小説の名作の実写版
- 申 9月1日(火)までにQRから
- 問 平和人権共生課(☎39-1105 ㊟37-1153)

催し

司法書士による借金・債務整理 無料電話相談会

- 日 8月8日(土) 10:00～16:00
- 内 電話相談(☎0120-448-788 当日のみの専用番号)
- 問 長野県司法書士会(☎026-232-7492)、市民相談課(☎32-0001、㊟36-6839)

催し

緑陰講座(第6、7回)

- 樹木や花に関する疑問に専門家が
お答えします。
- 対 市内在住・在勤の方
- 日 ①9月5日(土) ②9月19日(土)
いずれも13:00～15:00
- 場 あがたの森公園内「緑の相談所」
- ¥ ①無料 ②1,500円
- 定 ①先着20人 ②先着40人
- 内 ①土作りと堆肥作り ②秋のプランター作り
- 他 ①は参加者に鉢花をプレゼント
- 申・問 ①8月7日(金)～24日(月)に、
②8月7日(金)～9月7日(月)に電話で公園緑地課(☎34-3254 ㊟34-3299)へ

催し

絵本のカバーで しおりをつくらう!

- 絵本のカバーを自由に切り抜いて、
オリジナルしおりを作ります。
- 日 8月11日(祝) 10:00～14:00
- 場 Mウイング
- 問 生涯学習課・中央公民館
(☎32-1132 ㊟37-1153)

催し

第28回はた映画上映会 [35mmフィルム映写機による特別上映会]

- 日本映画の名作を2作上映します。
- 日 8月21日(金)・22日(土)
- ①『羅生門』10:30
- ②『座頭市物語』14:00
- 場 波田文化センター
- ¥ 各1,000円 ※全席自由席・税込
- 申・問 電話、または直接波田文化センター(☎92-7501 ㊟92-7505
月曜と祝日の翌日は休館)へ

催し

離婚で知っておきたい ポイントセミナー

- 日 8月28日(金)
10:00～12:00 
- 場 Mウイング
- 定 先着15人
- 内 離婚の流れや手続きなど
- 講 ジェンダー平等センター職員
- 託 1歳以上未就学児 ※1週間前までに申し込み
- 申・問 QR、または電話で平和人権共生課(☎39-1105 ㊟37-1153)へ

催し

エコスクール野鳥観察会 「白樺峠ワシ・タカウォッチング」

- 対 市内在住の方(小中
学生は保護者同伴) 
- 場 白樺峠
- 日 9月26日(土) 8:30～15:30
- 定 15人 ※応募者多数の場合抽選
- 申 9月12日(土)までにQRから
- 問 環境・地域エネルギー課
(☎34-3268 ㊟34-3202)

催し

令和8年度松本市戦没者を追悼し 平和を祈念する式典・平和の集い

- 日 8月15日(土) 10:00～12:30
- 場 市民芸術館
- 講 平林千奈満氏/長崎大学核兵器廃絶研究センター特任研究員(元ナガサキ・ユース代表団)
- 他 夏の軽装でお越しください。
- 問 平和人権共生課
(☎39-1105 ㊟37-1153)

催し

ジェンダー平等センター 主催講座

- 申 QRから、または電話で(一財)長野経済研究所(☎026-224-0504)へ
- 問 (一財)長野経済研究所、平和人権共生課(☎39-1105 ㊟37-1153)

【自分も相手も大切にする コミュニケーション講座】

- 日 ①8月20日(休) 
②8月27日(休)
- いずれも18:00～20:00
- 場 Mウイング 定 先着30人
- 講 織部育代氏/b.ぱれっと

【ジェンダー視点で学ぶ 「自分ができる地域防災とは」】

- 日 8月22日(土) 10:00～12:00
- 場 消防団トレーニングセンター 
- 定 先着20人
- 内 講話、防災体験
- 講 西澤知恵美氏/松本市消防団副団長、消防団の皆さん

【成長期女子アスリートの食事とからだ】

- 日 8月22日(土) 14:00～15:30
- 場 Mウイング 
- 定 先着50人
- 講 たしまえみこ氏/分
子栄養学アドバイザー

催し

2026まつもと広域 ものづくり産業フェア

- 日 9月11日(金)・12日(土) 10:00～16:00 ※ものづくり体験ゾーンは12日のみ
- 場 エア・ウォーターアリーナ松本
- ¥ 入場無料(ものづくり体験ゾーンは、一部別途材料代が必要)
- 内 企業展示・人材交流、地場産品・食品展示販売など
- 他 詳細は、まつもと広域ものづくり産業フェアホームページ参照
- 問 商工課(☎34-3270 ㊟34-3008)、
まつもと広域ものづくり産業フェア実行委員会(☎32-5350 ㊟32-1482)



姫路市との姉妹都市提携 60周年記念イベント

催し 令和8年度国宝五城 天守合同床磨き

国宝の松江城、姫路城、彦根城、犬山城と同時に床磨きを行います。



対 市内の小中学生(小学生は保護者同伴)

日 8月23日(日) 7:00~8:00

場 国宝松本城

定 50人 ※応募多数の場合抽選

申 8月11日(木)までにQRから

問 観光ブランド課

(☎34-8307 ㊟34-3049)

催し クマ被害防止対策セミナー& 市民向け日帰りツアー説明会

対 市内在住の方

日 9月4日(金) 10:00~12:00

場 勤労者福祉センター

定 60人

申 8月28日(金)までにQRから

問 (一社)松本観光コンベンション協会 (☎60-8480 QRから)



〈申し込み〉



〈問い合わせ〉

スポーツ シニア健康教室 (後期) 参加者募集

対 市内在住・在勤する60歳以上の方で、集団でのスポーツ活動に支障のない方



日 10月15日~12月17日 毎週木曜日 (全10回) 13:00~15:00

場 エア・ウォーターアリーナ松本、里山辺体育館

¥ 2,400円

定 70人 ※応募多数の場合抽選(新規・前回落選者優先)

申・問 8月20日(木)9:00~28日(金)17:00にQRから、または電話、ファクス、電子メールでスポーツ事業推進課 (☎45-9511 ㊟45-1024 ㊼ sports@city.matsumoto.lg.jp)へ

催し 第45回国宝松本城新能

宝生流(能)、大蔵流(狂言)による公演を行います。

日 8月8日(土) 18:00~20:45

場 国宝松本城二の丸御殿跡

¥ 無料

定 座席450席 ※立ち見も可

他 雨天中止、松本城西側の臨時駐車場を無料開放(16:30~21:30)

問 松本城管理課(☎32-2902 ㊟32-2904)

催し 第78回お城盆踊り

ライトアップされた国宝松本城を背に、松本音頭や浅間節などの民謡を踊ります。

日 8月14日(金)~16日(日) 19:00~21:00

場 松本城公園 他 雨天中止

問 生涯学習課・中央公民館

(☎32-1132 ㊟37-1153)

催し 第2回ニムニムの おはなしコンサート

対 小学生以上(親子での参加可)

日 8月12日(水) 10:30~11:30

場 あがたの森文化会館

内 歌とおはなしをギターとバイオリンの音色とともにお届けします。

講 二村昭美氏/元小学校教諭

申 電話、または直接あがたの森図書館(☎32-1761 ㊟33-9986)へ

スポーツ パラ☆スポくらぶ

対 小学生以上(市内在住・在学・在勤の方優先)



日 8月22日(土) 14:00~16:00

場 エア・ウォーターアリーナ松本

定 20人

内 車いすテニス体験会

講 甲信越車いすテニス協会

申・問 8月19日(水)までにQRから、または電話、ファクス、電子メールでスポーツ事業推進課(☎45-9511 ㊟45-1024 ㊼ sports@city.matsumoto.lg.jp)へ

スポーツ 市民スポーツ大会 「秋季大会」参加者募集

対 松本市民

日 9月~12月

場 市内スポーツ施設

他 大会要項は、(一財)松本市スポーツ協会ホームページ参照

申 期日までに、大会要項に記載の申し込み先へ

問 市スポーツ協会(☎32-7056 ㊟32-7452)、スポーツ事業推進課(☎45-9511 ㊟45-1024)

美術館 子育てパパママの 美術鑑賞日

保育士がお子さんをお預かりします。

対 生後6カ月~未就学児

日 8月30日(日)、9月6日(日)

いずれも9:30~12:30

¥ 当日観覧券1枚でお子さん1人無料。そのほかの割引券利用の場合、お子さん1人100円

申・問 実施日の1週間前までに電話で美術館(☎39-7400 ㊟39-3400)へ

美術館 裸婦デッサン会

対 高校生以上

日 9月12日(土)・13日(日) いずれも9:30~16:30

場 講座室・市民アトリエ

¥ 友の会会員/全日1,500円、半日700円、2日3,000円 一般/全日2,000円、半日1,000円、2日4,000円

定 25人

他 木炭デッサン、鉛筆デッサン、水彩、油彩、アクリルいずれでも可 画材店の出張販売有り

申・問 電話で美術館(☎39-7400 ㊟39-3400)へ



ザ・ハーモニーホールの催し

申・問 電話、または直接、ザ・ハーモニーホール (☎47-2004 ㊟ 47-2383) へ

【おコト遊BASE!! in 松本】

㊟ 8月8日(土) 10:00~17:00、
8月9日(日) 11:30~16:00
場 小ホール

¥ 入場無料・要予約

㊟ 演奏・ゲーム体験、箏についてのガイド、アクセサリ作りなど

他 詳細は、ザ・ハーモニーホールホームページ参照

【「ちょこっとオルガン」受講生募集】
一日限りの「ちょこっと」オルガンに触れられる講習会

㊟ 小学5年生以上

㊟ 9月13日(日)・20日(日) いずれも
18:00~20:00 (楽器の試奏をご希望の方は21:00まで)

場 メインホール

定 各回12人

講 小林淳子氏/松本市音楽文化ホールレジデント・オルガニスト

¥ 一般/1,000円、高校生以下/500円 ※受講日当日支払い

旧山辺学校校舎 ☎・㊟32-7602

市民学芸員連携事業「戦争紙芝居上演」

プロパガンダに使われた戦争紙芝居を紹介します。

㊟ 8月8日(土) ①10:30~11:30
②13:30~14:30

場 市立博物館

申 電話で当館へ ※当日参加も可

旧制高等学校記念館 ☎35-6226 ㊟33-9986

第29回夏期教育セミナー「校歌からみえる日本社会—校歌がうたわれてきた歴史を通して」

現在、日本の学校では当たり前のように歌われている「校歌」。この「校歌」が作られた背景や、「校歌」が時代を超えて歌い継がれることの意味に着目し、学校文化の歴史とこれからについて考えます。

㊟ ①8月29日(土) 13:00~17:00
②8月30日(日) 9:30~15:00

場 あがたの森文化会館

㊟ ①講演会および討論

②研究発表会・研究情報交換会

講 第1講演 須田珠生氏/小樽商科大学准教授、『校歌の誕生』著者、第2講演 渡辺裕氏/東京大学名誉教授、『校歌斉唱!』著者

申・問 8月28日(金)17:00までに電話で当館へ

歴史の里 ☎47-4515 ㊟48-0813

旧梓小学校三号校舎 お別れ見学会

今夏解体が始まる旧梓小学校三号校舎。解体前に近代の木造学校校舎について学ぶとともに、校舎に入る最後の機会として見学会を開催します。

㊟ 8月22日(土) ①10:00 ②10:30 ③11:00 ④11:30
(1回30分程度)

※希望の見学時間に合わせて現地集合

※当日の状況によっては、時間が変更になる場合があります。

場 旧梓小学校三号校舎 (梓川梓2348-6)

㊟ 市内で活動する建築士の有志の方々のご案内で見学します。

山と自然博物館 ☎・㊟38-0012

秋の自然観察会

㊟ 小学生以上の子どもと保護者・大人一般

㊟ 9月13日(日) 9:30~11:30

場 アルプス公園

定 15人 ※応募多数の場合抽選

㊟ 園内を歩きながらの自然観察 ※雨天中止

講 山と自然博物館職員

申 8月6日(木)~9月3日(木)にQRから



【お詫びと訂正】

7月号の特集ページに掲載した長野県知事選挙に係る内容のうち、第54投票区の変更後の投票所名の漢字表記に誤りがありました。

正しくは、「旧錦部保育園」です。お詫びして訂正します。

広告欄



うちの子も結婚できました!

独身のお子様の結婚相談

お子様のご結婚、あきらめないで! お気軽にお悩みご連絡くださいませ。

結婚相談所ムスベル松本

営業時間: 10時~19時 定休日: 第2・第4水曜日

0120-138-026

マル適マークCMS取得 ムスベル株式会社
通話料無料 松本市深志1-1-24 八紘堂ビル4階

本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。

2026年 9月の相談日

8月の相談日は『広報まつもと』
7月号に掲載しています。

相談は無料です。
★は市ホームページからも申し込みができます。



●専門相談（面談） ※弁護士相談は松本市民が対象で、初回優先です。

分野	相談名	日時	会場	申し込み
法律・相続・離婚・契約他	弁護士相談(20分)★	2日(火) 13:00～17:00	市民相談課	8月27日(木) 8:30から ☎32-0001、33-0001(先着12人)
		9日(火) 13:00～15:00		8月27日(木) 8:30から ☎32-0001、33-0001(先着6人)
		16日(火) 13:00～17:00		8月27日(木) 8:30から ☎32-0001、33-0001(先着12人)
	女性のための弁護士相談	8日(火)・29日(火) 13:30～15:30	ジェンダー平等センター	9月1日(火) 9:00から ☎39-1105(各日先着4人)
	司法書士法律相談(30分)★ (会場のオンライン端末から相談できます)	15日(火) 10:00～15:00	市民相談課	8月19日(水) 8:30から ☎32-0001、33-0001(先着12人)
		(オンライン)14日(月) 13:00～15:00	なんなんひろば	8月19日(水) 8:30から ☎32-0001、33-0001(先着4人)
税金	税理士税務相談(30分)★	9日(火) 10:00～12:00	市民相談課	8月17日(月) 8:30から ☎32-0001、33-0001(先着4人)
相続手続き等書類作成	行政書士相談(30分)	8日(火) 13:00～15:00		9月4日(金)までに長野県行政書士会中信支部 ☎87-3798
特許・発明・知的財産権	知的財産権相談(1時間程度)	24日(木) 13:00～16:00		9月18日(金)までに長野県発明協会 ☎026-228-5559
障害年金	社会保険労務士障害年金相談(30分)	18日(金) 13:00～15:00		9月15日(火)までに ☎32-0001、33-0001
住宅設計	住宅の設計に関する相談(30分)	16日(火) 13:00～15:00		9月11日(金)までに長野県建築士事務所協会 ☎35-3302
土地・建物の登記	土地家屋調査士相談(60分)	11日(金) 13:00～15:00		9月9日(水)までに長野県土地家屋調査士会中信支部 ☎36-1590 ※受付は月～木 9:00～14:00、金 9:00～12:00
空き家	空き家の売却・賃貸に関する相談(50分)	29日(火) 13:00～16:00		9月18日(金)までに住宅課 ☎34-3246(先着6人)
不動産評価	不動産評価等相談(30分)	18日(金) 10:00～12:00		9月16日(水)までに長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228
遺言・公正証書	公証相談★	10日(木) 13:00～15:00		9月3日(木)までに ☎32-0001、33-0001(先着4人)
市・県・国に関する相談	行政相談	25日(金) 10:00～12:00		9月24日(木)までに ☎32-0001、33-0001 対面相談とオンライン相談が選択できます。

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

●外国人向け相談

そうだんめい 相談名		にちじ 日時						かいじょう 会場	とあひ 問い合わせ先		
ポルトガル語相談 Consulta em português		げつ きん 月～金 Segunda à Sexta-fera 9：30～15：30 Das 9：30 às 15：30h						し みんそうだん か 市民相談課 Departamento de Consulta aos Cidadãos	☎33-0001		
がいにん 外国人なんでも相談	にほんご	あいているじかん						ムウイング 3階 たぶん か きょうせい 多文化共生プラザ	☎39-1106		
		へい じつ 平日 9：30～18：00(木曜日は9：30～20：00) どようび 土曜日 9：30～17：00									
		げつようび 月 mon	かようび 火 tue	すいようび 水 wed	もくようび 木 thu	きんようび 金 fri	どようび 土 sat				
	えいご 英語	Consultation in English								第1・2・4週 9：30-17：00	
		9：30-17：00	9：30-17：00	—	9：30-17：00	9：30-17：00					
	ポルトガル語	Consulta Português								—	
		—	16：00-18：00	—	16：00-20：00	—					
	ちゅうごくご 中国語	中文咨询								第1・3・5週 9：30-13：00	第3週 9：30-17：00
		—	—	—	16：00-20：00	—					
	たいご タイ語	ให้คำปรึกษาไทย								第1週 13：00-15：00	
—		10：00-12：00	—	10：00-12：00	10：00-12：00						
ぎょうせいし 行政書士相談		—	—	—	だい 2 しゅう 第2週 13：00-16：00	—	—	ムウイング 3階	なが の けんぎょうせいしよ し かい 長野県行政書士会 ちゅうしん し ゅ 中信支部 ☎87-3798		

Mウイング3階
多文化共生プラザ

—〈やすみ〉—
・第2・4水曜日
・日曜日・祝日
・年末年始
(12/29～1/3)

☎39-1106

Mウイング3階

長野県行政書士会
中信支部 ☎87-3798

● 9月の相談 ※祝日を除く。日時の記載がない場合は、月～金の8：30～17：15です。

分野	相談名	日時・会場・問い合わせ
生き方・心	女性相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767
	男性相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767 電話 第2・3・4火：17：00～20：00 ジェンダー平等センター相談室☎37-1587
	ジェンダー平等センター 心と生き方の相談 	面談 平和人権共生課(Mウイング)☎39-1105 ※要予約 電話・QRから 電話 火、木、第1・3金：9：00～11：30 第2・4金：13：00～15：30 相談室☎37-1588
	にじいろのまち相談 (性的マイノリティ専門相談)	電話・面談 にじいろのまち相談☎39-1108(相談員：長岡春奈氏) 16日(火)15：00～18：00(1人50分) Mウイング ※9月9日(火)までに要予約 電話・QRから 
	自殺予防専用相談	電話・面談 いのちのきずな松本(市役所東庁舎)☎34-3600 ※面談は要予約 月～金：9：00～17：15
	精神保健相談	面談 月・木 午後 保健予防課(松本市保健所)☎40-0701 ※要予約
	ひきこもり等社会参加に 関する相談	面談 松本市社会福祉協議会／NPO法人Gland・Riche松本波田 上兼☎080-4435-0576、 福祉政策課☎34-3227 16日(火)13：00～16：00 なんなんひろば会議室 ※予約不要
子ども	ひとり親相談・児童相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767
	子どもの権利相談	電話・面談 こころの鈴(市大手事務所)☎0120-200-195 月～土：13：00～18：00(金20：00まで)
	発達相談	電話・面談 インクルーシブセンター(なんぶくプラザ)☎24-1235
	子育て相談	電話・面談 こども家庭センター(家庭児童相談室)☎33-4767 子ども子育て安心ルーム(各こどもプラザ内) [筑摩☎29-3400、南郷☎32-6315、芳川☎86-1055、小宮☎47-8310、波田☎91-3113]
	青少年相談	電話・面談 月～金：13：00～17：00 こども育成課☎34-3183
	不登校・不登校傾向等の相談	電話・面談 不登校支援アドバイザー(市役所大手事務所)☎33-4397 月～金：8：30～17：00 はぐルッポ(浅間温泉1-5-1)☎31-3373 水・金：13：00～17：00
健康	健康相談	電話・面談 健康づくり課☎34-3217 電話・面談 各保健センター[中央(第2・4水は休)☎39-1119、南部☎27-3455、西部☎92-8001、 北部☎38-7677] 月～金：9：00～12：00・13：00～17：00(面談は9：00～12：00※要予約)
	医療に関する相談	電話・面談 医療安全支援センター(松本市保健所)☎40-0800 月～金：9：00～17：00
	肝炎ウイルス相談および検査	電話 保健予防課(松本市保健所)☎40-0702 ※要予約
	エイズ・性感染症相談および検査	電話・面談 匿名検査：HIV、梅毒、性器クラミジア 松本市エイズ相談電話☎40-0703 ※要予約
職業・労働	職業・労働相談	電話・面談 商工課☎35-6294 水：9：00～17：00 ※予約優先
	生活・労働相談(弁護士相談)	面談 ユニオンサポートセンター☎39-0021 12日(出)10：00～12：00 ※要予約
	若者お悩み相談室	面談 月・水・木・金(土日は要相談)：9：00～17：00 青少年ホーム☎26-1083 ※要予約
	若者職業なんでも相談	面談 商工課☎35-6294 5日(出)10：00～14：00、20日(日)・25日(金)14：00～16：00 ※要予約
	勤労者心の健康相談	面談 商工課☎35-6294 3日(木)9：30～11：30 17日(木)13：00～17：00、8日(火)・14日(月)・18日(金)・28日(月)・29日(火)14：00～16：00 ※要予約
後成 見年	成年後見制度に関する相談	電話・面談・オンライン 障がい福祉課☎34-3212、高齢福祉課☎34-3061、34-3237
	弁護士・司法書士による専門相談	面談 成年後見支援センターかけはし(梓川支所)☎88-6699 火：13：00～16：00 ※要予約
介護	介護相談	電話 介護110番☎39-1165 電話 各地域包括支援センター[北部☎87-0231、東部☎36-3703、中央☎31-0022、中央北☎34-8511、 中央南☎55-3320、中央西☎38-3310、南東部☎85-7351、南部☎27-5138、南西部☎50-7858、河西 部☎48-6361、河西部西☎47-0294、西部☎87-1572]
	認知症の専門医による相談	面談 高齢福祉課☎34-3237 25日(金)13：30～16：30 ※9月11日(金)までに要予約(先着順)
障がい	障がい福祉相談	電話・面談 ぴあねっと・まつもと(総合社会福祉センター)☎27-7211
	視覚障がいに関する相談・ 懇談会	面談・懇談 松本視覚障害者福祉協会 前野☎080-1043-7315、障がい福祉課☎34-3212 13日(日)10：00～15：00 Mウイング3-1会議室 ※前日までに要予約
人権	人権相談	電話 長野地方務局松本支局☎32-2571
	人権なんでも相談	面談 長野地方務局松本支局☎32-2571(相談員：人権擁護委員) 2日(火) 松南地区公民館 第3会議室 13：00～16：00
	部落差別に関する相談	面談 平和人権共生課(Mウイング)☎39-1105 1日(火)・15日(火)13：00～15：00
生活	一般相談(生活全般)	電話・面談・オンライン 市民相談課☎32-0001
	生活困窮・就労相談	電話・面談 まいさぼ松本☎34-3041 9：00～17：00 ※原則予約制
	消費生活相談	電話・面談・オンライン 松本市消費生活センター☎36-8832 月～金：8：30～17：00
その他	市民活動の相談	電話・面談 市民活動サポートセンター☎88-2988
	結婚相談	面談 なんなんひろば結婚相談室☎25-1000 月・水・木・第2土・第4日：9：00～17：00 ※予約優先
	交通事故相談	電話・面談 交通事故相談所(松本合同庁舎)☎40-1949



東アジア文化都市
2026 松本
Culture City of East Asia
2026 MATSUMOTO



LINE



Instagram



X

東アジア文化都市2026松本市実行委員会事務局（文化振興課）
☎34-3293 ㊟34-3018

BON DANCE ASIA (ボン・ダンス・アジア)

ライブ&DJ&盆踊り！民謡アンサンブルの生演奏・DJ
と共に盆踊りを楽しもう！

㊟ 8月2日(日) 15:30開場 (DJスタート)、16:30開演
(ライブ盆踊りスタート)、19:00終演予定

㊟ 信毎メディアガーデン

㊟ 【スタンディング】一般：前売／3,000円 (当日3,500円)、
学割：高校・大学生／2,000円、小・中学生／500円
【イス席 (枚数限定・前売のみ)】一般／3,500円、小・中
学生／2,500円 ※未就学児無料 (イス席は膝上観覧)

●出演＝中西レモン&すずめのティアーズ、大石始 (DJ) ほか

㊟ 信毎メディアガーデンウェブストアから、または直接、信毎
メディアガーデン 1階まちなか情報局 (9:00～18:30)へ

㊟ 信濃毎日新聞まちなか情報局

(☎32-1150 平日9:00～17:00)

民藝百年「みんなの民藝—松本から考える 『民藝運動』のひろがり」生活の側にある民藝の募集

生活の側にある民藝 (工芸品・民具等) と
それぞれの物にまつわる記憶やエピソードを
募集します。



●展覧会＝10月24日(土)～11月8日(日)

㊟ 池上邸土蔵

㊟ 8月7日(金)までにQR、または氏名・アドレス・品名 (陶
磁器・木工など) を電子メールでみんなの民藝事務局
(㊟ minnano.mingei.koubo2026@gmail.com)へ

㊟ みんなの民藝事務局 (㊟ minnano.mingei2026@
gmail.com)

「さん・さむ・さん シアターフェスティバル」 ～3つの国を、3つのステージで、3世代で遊びつくせ！～

㊟ 8月11日(祝) 10:00～15:00

㊟ 芸術館

㊟ 一部ワークショップ100円

㊟ 人形劇、ワークショップ、他

【日本】黒田人形座「傾城阿波の鳴門 順礼歌の段」

【中国】中国雑技芸術団「変面」

【韓国】劇団 相忍花「パペットファンタジー」

㊟ 一般財団法人松本市芸術文化振興財団アート事業部
(☎・㊟33-3825)

デフ・パペットシアター・ひとみ 人形劇「クラバート」

ドイツの名作文学を舞台化！モノと身体の見視的人形
劇。ろう者と聴者の人形劇団が贈る、愛と魔法のファン
タジー！

㊟ 8月11日(祝) 15:30 (15:00開場)

㊟ 芸術館

㊟ 一般／2,000円、25歳以下／500円

※全席指定。未就学児入場不可

㊟ まつもと市民芸術館チケットセンター

(☎33-2200 10:00～18:00)

㊟ 一般財団法人松本市芸術文化振興財団アート事業部
(☎・㊟33-3825)

松本市の人口 ●231,178人 (前月比-72人) <男113,376人 (前月比-22人) 女117,802人 (前月比-50人)>
世帯数111,034世帯 (前月比+71世帯) ●令和8年7月1日現在

広報まつもとは、市内のデリシア・ツルヤ・イオンモール松本にも設置いただいています。※数に限りあり

発行●松本市 編集●総合戦略局 秘書広報室 〒390-8620 長野県松本市丸の内3番7号 ☎34-3271

URL●<https://www.city.matsumoto.nagano.jp/> 印刷●電算印刷株式会社

●この印刷物は再生紙を使用しています。 ●毎月1日に発行

広報まつもとの感想をお聞かせください



広告欄

広告

不動産のこと、相談から解決までひとつの窓口でサポート

土地

家・マンション

賃貸物件

空き家

売却

土地活用

どんなお悩みもお聞かせください

ホームページでは、物件情報などを随時発信しています。
是非ともご覧ください。

土地・お家に関する「全て」に応えます！お気軽にご相談ください

☎0263-32-1151

ASUPIN 株式会社アスピア

エスレート営業部 〒390-0862 松本市宮淵1-3-26
TEL.0263-32-1151 FAX.0263-32-8840
宅地建物取引業 長野県知事(10)第2805号 賃貸住宅管理業 国土交通大臣(1)第3020号



本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。