



広報 まつもと

2022
No.1397

6月



かけがえのない松本の宝

宝

～上高地「再生と安全」プロジェクト～

●問い合わせ アルプスリゾート整備本部（安曇支所 2階 ☎94-2307 ㊚94-2567）



大きく息を吸い込むと、体が透き通っていくような凛とした空気。
次々と芽吹き、光を受け生命力あふれる新緑のまぶしさ。
そして、荘厳な穂高連峰を背景に流れゆく、エメラルドグリーン of 梓川の清流。
さまざまな顔を見せる大自然が、世界中の人々を魅了し続ける山岳リゾート「上高地」。
この類いまれなる自然環境を次代へ継承するために、梓川を本来の姿に再生するとともに、安全に利用できる環境を整えるプロジェクトが始まりました。

世界に誇る景勝地 上高地

年間約120万人（コロナ禍前の集計）が訪れる上高地は、貴重な観光資源としてだけでなく、北アルプスの重要な登山基地や、雄大な自然を身近に感じられる環境学習の場としても親しまれています。

上高地の魅力は、なんといっても独特な地形が織りなす大自然。特徴的な川の流れや、希少な動植物など、多くの人々を惹きつけています。

文化財指定の中でも最上位、松本城や旧開智学校校舎の「国宝」と同レベルの「特別名勝及び特別天然記念物」に指定されていることは、市民の皆さんも意外と知らないのではないのでしょうか。



— も く じ —

かけがえのない松本の宝を未来へ	2
2022セイジ・オザワ 松本フェスティバル	6
参議院議員通常選挙	8
松本市職員採用資格試験	11
新型コロナワクチン接種情報	12
市議会第1回臨時会から、 市民税・県民税（住民税）	13
大切な水と一緒に暮らす日々	14
男性と女性は対等ですか？	15
パブリックコメント募集、 市議会6月定例会（予定）、 市有地を貸し付けます	16
情報チャンネル	17
7月の相談日	25
松本マラソン2022参加者募集 LINEの受信設定を	26

特別名勝 特別天然記念物



特別名勝と特別天然記念物の
二重指定は、**上高地と黒部峡谷の
2カ所のみ**です！

を未来へ



大自然のアート!

もうじょうりゅうろ 網状流路

平坦な地形だからこそ見られる網目状の流れ。このような流れ方がケショウヤナギの生育に重要です。

本州ではここだけ!

群生するケショウヤナギ



川の流れて土地が更新される場所を好むケショウヤナギ。広範囲で群生するのはここと北海道だけといわれています。

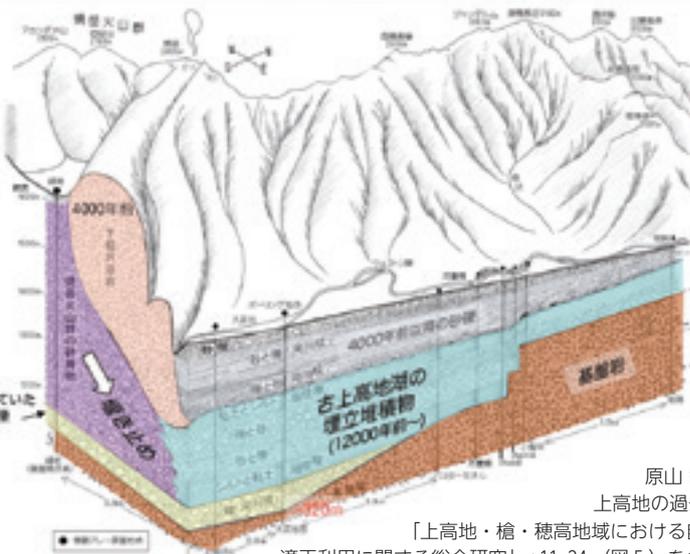


世界に誇る景観の秘密

なぜ、このような上高地独自の景観が生まれたのか。その秘密は、地形の成り立ちにあります。

釜トンネルから上高地に至る梓川は、大正池を境に荒々しい渓谷から平坦で穏やかな流れに一変します。この平坦な谷地形は、土砂がV字谷に長い年月をかけて堆積して形成されたもので、今も継続しています。

上高地の自然景観と植物多様性の基盤であるとともに、災害を招きやすい要因にもなっています。



原山 智・河合 小百合 (2013) 上高地の過去12000年間の自然環境。 「上高地・槍・穂高地域における自然環境の変動と保全・適正利用に関する総合研究」 p11-24. (図5) をもとに原山が編集・彩色

図は、プロジェクトの概要資料で確認できます▶



上高地「再生と安全」プロジェクト

上高地が抱える諸問題のうち、松本市が解決に取り組むこのプロジェクト。平成26年に国、県、市、各関係機関等で構成された協議会が定めた「上高地ビジョン2014」に基づき、管理用道路の再整備が進められています。

管理用道路がもたらす問題

⚠ 毎年起こる災害

現在利用している管理用道路のうち、古いものは、昭和52年に当時の安曇村が建設し、現在に至るまで40年以上もの間、**仮の道路として利用**されてきました。川の中に簡易的に作った道路であるため、上高地の景観に配慮したものでないだけでなく、大雨などの影響で**ここ数年は毎年崩壊**しています。復旧には多くの時間と費用がかかります。



⚠ かしょうじょうしょう 河床上昇の一因との指摘も

管理用道路を作るために河川内に設けられた土砂堤防によって、川幅が狭くなることで、川の土砂は流れやすくなります。流れた土砂は、下流での河床上昇に拍車をかけているとの指摘もあります。河床上昇が進むと、大雨などの際に水位が上がりやすく、大変危険です。

国立公園を支える
重要な道！

管理用道路



徳沢や横尾へ行く管理車両が通る道。国立公園事業として営む山小屋への物資の運搬や公衆トイレの維持、傷病者の搬送などに利用されています。



管理用道路の再整備

今回整備する新たな管理用道路は、**梓川左岸に可能な限り寄せるとともに、川をまた一跨ぎする橋を架ける**ことで、増水時の被災リスクを低減させます。

梓川本来の姿である網状流路の再生が進むよう、最終的に既存の**土砂堤防**や**仮設橋**は撤去します。



現在の管理用道路（徳沢）

現在の管理用道路



再整備後の管理用道路



梓川を本来の姿に再生する とともに、安全に利用できる 環境を整えるための プロジェクト

詳細はこちら



市ホームページ

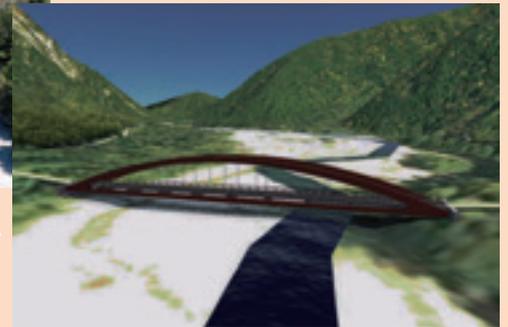


しんむらばし 新村橋の架け替え

今回の整備では、仮橋（2カ所）を撤去し、現在ある歩行者用の新村橋を、車も通れる橋に架け替え、管理車両が安全に渡ることができるようにします。



架け替え後のイメージ



環境への配慮

昭和3年の文化財指定時を理想の姿とし、指定時以降に人の手が加えられた場所に新たな管理用道路を整備します。

例えば、堤防の建設によって川の影響を受けなくなり、森になった場所などを整備ルートとしています。手つかずの自然は可能な限り保存します。

また、指定当時の姿をとどめる山体崩落の堆積物、巨樹巨木などは、極力保存します。

保存対象の例



- ◆歩行者用から車も渡れる橋へ
- ◆地形改変が最も小さい形式
- ◆川を一跨ぎするアーチ状の橋
- ◆橋の高さは極力低く設計
- ◆塗り替えが不要な鋼材を使用
- ◆景観になじむ茶系色

前穂高岳の崩壊で堆積した
岩石の上に自生している樹木

皆さんの思いを上高地へ

総事業費20億円！令和9年度完了予定

管理用道路の整備は、令和3年度から始まり、令和9年度の完了を目指しています。

総事業費は20億円。財源の一部には、**クラウドファンディング型ふるさと納税制度**を利用するなど、個人や企業から寄付を募ります。市民の皆さんだけでなく、**上高地を愛する全ての方が携われる環境**を整えていきます。世界に誇る『松本の宝』を後世に引き継いでいくため、皆さんの思いとともに、プロジェクトを進めます。



祝 30周年

2022

セイジ・オザワ

松本フェスティバル

SEIJI
OZAWA
MATSUMOTO
FESTIVAL

Saito Kinen Orchestra

●問い合わせ 国際音楽祭推進課
【セイジ・オザワ 松本フェスティバル実行委員会】
(大手事務所 5階 ☎39-0001 ㊟34-3290)

1992年にサイトウ・キネン・オーケストラの仲間たちと始めた宝物のような音楽祭が、嬉しいことに30周年を迎えることが出来ました。松本から、とくべつなサイトウ・キネン・オーケストラの音楽を世界へ発信し続けていくために、これからもみなさまからの応援を、よろしくお願いします。

セイジ・オザワ 松本フェスティバル 総監督 小澤征爾



©Shintaro Shiratori

オーケストラ コンサート

8月26日(金) 午後7時開演
28日(日) 午後3時開演

- ◆会場 キッセイ文化ホール
- ◆料金 S席/2万2,000円 A席/1万8,000円
B席/1万4,000円 C席/1万円
- ◆演目
 - ・武満徹：セレモニアル
 - ・ドビュッシー：管弦楽のための「映像」
 - ・ストラヴィンスキー：春の祭典
- ◆演奏 サイトウ・キネン・オーケストラ
- ◆指揮 シャルル・デュトワ
- ◆笙^{しょう} 宮田まゆみ (セレモニアル)



シャルル・デュトワ
©Kiyotane Hayashi



宮田まゆみ

オペラ：モーツァルト「フィガロの結婚」

8月21日(日) 午後3時開演
24日(水) 午後5時開演
27日(土) 午後3時開演

- ◆会場 まつもと市民芸術館 主ホール
- ◆料金 SS席/3万円 S席/2万5,000円 A席/2万1,000円
B席/1万6,000円 C席/1万円 D席/5,000円
- ◆合唱 東京オペラシンガーズ
- ◆演奏 サイトウ・キネン・オーケストラ
- ◆指揮 沖澤のどか
- ◆演出 ロラン・ペリー
- ◆再演演出 ローリー・フェルドマン



沖澤のどか
©Felix Broede

30周年記念 特別公演

11月25日(金) 午後7時開演 キッセイ文化ホール
26日(土) 午後3時開演 ホクト文化ホール

- ◆料金 S席/2万2,000円 A席/1万8,000円
B席/1万4,000円 C席/1万円
- ◆演目 マーラー：交響曲第9番
- ◆演奏 サイトウ・キネン・オーケストラ
- ◆指揮 アンドリス・ネルソンス アンドリス・ネルソンス
©Marco Boggre



ふれあいコンサートⅠ

8月20日(土) 午後4時開演

- ◆会場 ザ・ハーモニーホール
- ◆料金 一般/6,000円、25歳以下/3,000円
- ◆出演 ヴェリタス弦楽四重奏団
フルート：セバスチャン・ジャコー

ふれあいコンサートⅡ

8月29日(月) 午後7時開演

- ◆会場 ザ・ハーモニーホール
- ◆料金 一般/6,000円、25歳以下/3,000円
- ◆出演 フルード：ジャック・ズーン
チェロ：イズー・シュア ほか

ふれあいコンサートⅢ

9月1日(木) 午後7時開演

- ◆会場 ザ・ハーモニーホール
- ◆料金 一般/6,000円、25歳以下/3,000円
- ◆出演 サイトウ・キネン・オーケストラ ブラス
アンサンブルメンバー

OMF室内勉強会 ～リートデュオ～発表会

8月13日(土) 午後3時開演

- ◆会場 あがたの森文化会館 講堂
- ◆料金 1,000円 (全席自由)
- 白井光子氏のマスタークラスを受講した声楽・ピアノデュオ7組が学んだ成果を発表します。

※25歳以下のチケットは限定100席で、OMFウェブチケット販売のみの取扱いです。

【チケット販売】 6月11日(土)午前10時から全公演一斉販売開始

都合により指揮者・出演者などは変更になる場合があります。チケットの変更や払い戻しは行いません。あらかじめご了承の上お買い求めください。未就学児の入場はご遠慮ください。

OMFウェブチケット販売

午前10時～(24時間受け付け) 座席選択可
※1受け付け1公演のみ4枚まで受け付け

OMF
公式ホームページ



【予約方法】

- OMF公式ウェブサイト <https://www.ozawa-festival.com/tickets/> から
- チケットを予約・購入するには、事前にオンライン会員登録(無料)が必要です。
- チケット発売前でもオンライン会員登録は可能です。事前の登録をお勧めします。

【支払方法】

- クレジットカード(ウェブ決済、手数料不要) • セブン-イレブン店頭にて支払い(決済手数料165円/件)

【取引方法】

- セブン-イレブンにて受取り(発券手数料110円/枚) • 配送(送料460円/件)
- チケットれすQ(電子チケット)にて受取り(クレジットカード払いのみ選択可能。発券手数料55円/枚)

プレイガイド販売

午前10時～(24時間受け付け)
※1受け付け1公演のみ4枚まで受け付け

【ローソンチケット】Lコード：32451

- <https://l-tike.com/omf/> ※事前登録が必要。座席選択は6月11日午前11時～
- ローソン・ミニストップ店内Loppi ※座席選択不可

【チケットぴあ】Pコード：216-271 ※システムメンテナンスのため、毎週火・水曜日午前2時30分～5時30分は受け付け不可

- <https://w.pia.jp/t/omf/> ※事前登録が必要。座席選択可
- セブン-イレブン店内マルチコピー機 ※座席選択はブロック指定のみ

【e+ (イープラス)】 ※システムメンテナンスのため、毎月第1・第3木曜日午前2時～8時は受け付け不可

- <https://eplus.jp/omf/> ※事前登録が必要。座席選択可
- ファミリーマート店内マルチコピー機 ※座席選択可

窓口販売 6月11日(土)午前10時～午後1時

※電話では受け付けません。
※1受け付け1公演のみ4枚まで受け付け

①松本市総合体育館 ②ホクト文化ホール ③長野県伊那文化会館

※6月18日以降、残席がある場合はそれぞれの公演開催場所でもチケットを取り扱います。

※6月18日以降の各公演開催場所での販売では電話受け付けも可能です。

※あがたの森文化会館での販売はありません。



さあ、選挙に行こう！



参議院議員通常選挙

●問い合わせ 選挙管理委員会事務局
(東庁舎 4階 ☎34-3000 内線1221・1222 📠39-1160)

7月に参議院議員通常選挙(任期満了:令和4年7月25日)が予定されています。私たちの声を国政に反映させるための大切な選挙です。投票にいきましょう!

※選挙執行日や投票場所などについては、選挙時にお送りする投票所入場券や市ホームページ(選挙期日決定後公開予定)などでご案内します。

※令和3年度明るい選挙啓発ポスターコンクール優秀作品

投票は2種類

■参議院長野県選出議員選挙 →投票用紙には候補者氏名を記載

■参議院比例代表選出議員選挙 →投票用紙には候補者氏名または政党名等を記載



市ホームページ

投票日当日の投票

■投票所入場券

「選挙のお知らせ(投票所入場券)」を各有権者の世帯主宛てに郵送します。1枚のはがきに4人分までの入場券が印刷されています。投票の際には各自で切り離してお持ちください。

■投票できる場所

市内には73の投票区(投票所)があります。投票所はお住まいの住所または町会により指定されますので、郵送された「投票所入場券」をご確認ください。

■持ち物

投票所入場券

※投票所入場券がなくても、選挙人名簿に登録があれば投票できます。投票の際に係員にお申し出ください。

■投票できる時間

午前7時~午後8時

※一部終了時刻が異なる投票所があります。詳細は、投票所入場券、または市ホームページをご覧ください。



期日前投票

投票日当日にご都合のつかない方は、期日前投票をご利用ください。期日前投票では、「宣誓書(兼請求書)」の記入が必要です。投票所入場券の「宣誓書(兼請求書)」に事前に必要事項を記入していただくとスムーズに受け付けができます。期日前投票所にも「宣誓書(兼請求書)」を備えています。

※今回の選挙では1カ所(松本市寿公民館)増設します。

開設場所	期 間	時 間
松本市役所 東庁舎 4階、なんぷくプラザ、長野県松本合同庁舎、松本バスターミナル	公示日翌日~投票日前日	午前8時30分~午後8時
松本市寿公民館、松本市役所四賀支所、松本市役所梓川支所、松本市役所波田支所、笹賀農村環境改善センター(笹賀公民館)	投票日3日前~投票日前日	午前8時30分~午後7時
松本市役所安曇支所、奈川文化センター夢の森	投票日3日前~投票日前日	午前8時30分~午後6時

移動期日前投票所

バスの中で投票することができる「移動期日前投票所」が中山間地域や大学などをまわります。お近くにお住まいの方や学生の皆さんはぜひ、この機会にご利用ください。

【開設場所】

四賀地区（消防団第26分団詰所、JA松本ハイランド錦部出張所）
安曇地区（安曇保健福祉センター、乗鞍体育館）
奈川地区（黒川渡公会堂、保平公会堂）
松本大学、松本短期大学

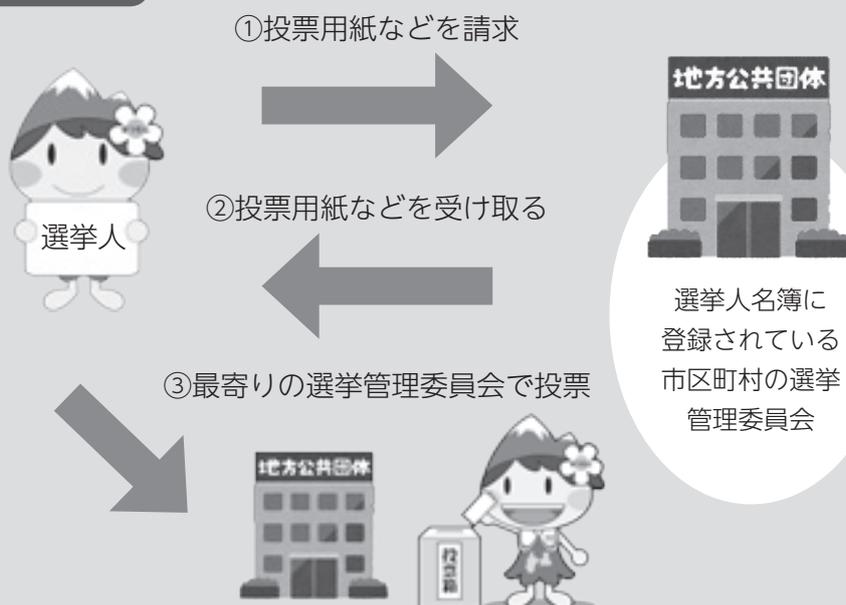


タウンズニーカーの
車内で投票をします。
※昨年の総選挙から開設

滞在地での不在者投票制度

選挙期間中に市外の市区町村に滞在している方は、滞在先の市区町村の選挙管理委員会で、不在者投票の制度を利用して投票することができます。必要書類の請求に必要な「不在者投票宣誓書（兼請求書）」は、市ホームページから印刷することができます。詳細は、お問い合わせください。

※必要書類のやり取りを郵送で行うため、手続きに時間がかかります。お早めに請求してください。



病院や老人ホームでの不在者投票

不在者投票ができる施設として指定されている病院や老人ホーム等に入院・入所中の方は、施設内で不在者投票ができます。お早めに各施設へお問い合わせください。

郵便等投票制度

身体障害者手帳、戦傷病者手帳、介護保険の被保険者証をお持ちで、一定の要件に該当する方は、自宅で郵便等による不在者投票ができます。要件等の詳細は、市ホームページをご覧ください。選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。

郵便等投票制度を利用する場合は、選挙管理委員会へ事前に申請し、「郵便等投票証明書」の交付が必要ですので、お早めにご連絡ください。

福祉サービスの利用

高齢や障がいをお持ちなどの理由で、投票所へ行くことが困難な方は、福祉サービスを利用して投票に行くことができます。詳細は、サービス支援担当者にお尋ねください。

代理投票

心身の状態などにより、字が書けない場合は、係員が代筆する代理投票制度があります。ご希望の方は係員にお申し出ください。

点字投票

目の不自由な方は、点字で投票することができます。ご希望の方は係員にお申し出ください。

投票所入場券の変更

より投票しやすい環境を整えるため、参議院議員通常選挙から、投票所入場券のレイアウトを変更しました。

期日前投票の宣誓書（兼請求書）を表面に印刷しました

これまで、投票所入場券の裏面に印刷していた期日前投票の宣誓書（兼請求書）を表面（投票所入場券の下）に印刷しました。

期日前投票を行う際、事前にご自分の入場券を切り取って、宣誓書に必要事項を記入してお持ちいただければ、受け付けがスムーズになります。

投票所入場券を持参されない場合は、期日前投票所にある宣誓書（兼請求書）にご記入いただければ投票ができます。

※投票日当日に投票する場合は、宣誓書の記入は不要です。

投票所		月	日(日)	
投票区		午前	7時から	
氏名		午後	時まで	
期日前投票宣誓書(兼請求書)				
※当日投票される方は記入不要です。				
投票当日下記の事由に該当する見込みであることを宣誓し、投票用紙を請求します。				
住所				
氏名				
生年 明・大 年 月 日				
該当する	1	仕事・学業・冠婚葬祭など	2	旅行などの外出・滞在
番号に	3	病気・けが・出産など	5	他市区町村に住所移転
OE印	6	天災又は悪天候		



1枚のはがきに4人分までの入場券が印刷されるようになりました

これまで、1枚のはがきに1世帯最大6人分の入場券が印刷されていましたが、最大4人分に変更となります。

1世帯5人以上の選挙人がいる場合は、はがきが2通以上に分かれて届きますので、はがきを開いて記載されている名前などをご確認ください。投票の際はご自分の名前部分を切り取って投票所へお持ちください。



選挙公報

候補者の政見などを掲載した選挙公報は、投票日当日2日前までに新聞折り込みでお届けします。市役所、支所・出張所、農協、郵便局、大学などの窓口にも置いてあります。郵送を希望する場合は、選挙管理委員会へご連絡ください。

有権者の皆さんへのお願い

- ◆マスク着用のご協力をお願いします。
- ◆投票所出入口での手指の消毒、来場前後の手洗い、うがいに協力ください。
- ◆周りの人との距離を保つようお願いします。
- ◆黒鉛筆またはシャープペンシルを持参し、記入することができます。
※ボールペン・サインペン等はインクがにじむ可能性があるためご遠慮ください。
- ◆投票所の混雑緩和のため、期日前投票を積極的にご利用ください。

投票所では、職員のマスク着用、消毒液の設置、換気や記載台の定期的な消毒などの対策に取り組めます。



松本の方 に共に挑む 職員募集



令和5年度採用 松本市職員採用資格試験

【大学卒業程度】

試験区分	採用予定	受験資格(年齢)
行政A	30人程度	満22歳～満26歳
行政B		満27歳～満35歳
行政C【小論文試験枠】		満27歳～満35歳
行政D【デジタル枠】	若干名	満22歳～満35歳
行政E【障がい者枠】	若干名	満22歳～満35歳
土木・建築・化学・電気・機械	各若干名	満20歳～満40歳 ※【実務経験者枠】あり
社会福祉	若干名	満23歳～満35歳
保健師	若干名	満22歳～満35歳

●問い合わせ 職員課 (本庁舎3階 ☎34-3275 📠34-3201)

6月に実施する職員採用資格試験。6月7日(火)午後5時までインターネット経由で受け付けています。試験区分の詳細や申し込み方法などは、市ホームページをご覧ください。

※採用予定人数については、今後の行政改革の取組みや退職者数等により変動することがあります。

【短大卒業程度】

試験区分	採用予定	受験資格(年齢)
保育士	15人程度	満20歳～満25歳
保育士【社会人特別枠】	5人程度	満26歳～満35歳



市ホームページ

4回目接種が始まります

●問い合わせ 松本市新型コロナワクチンコールセンター
(☎78-1700 午前9時～午後5時 ※土・日・祝日含む)

最新の情報は
こちらをご覧ください



市ホームページ

4回目接種 ※新規

接種対象

- ①接種日時点で満60歳以上の方
- ②18～59歳で基礎疾患を有する方やその他重症化リスクが高いと医師が認める方

ワクチン

モデルナまたはファイザー ※1～3回目と異なるワクチンでも接種できます。

接種間隔

3回目接種から5カ月以上 **予 約** 接種券が届いたら予約が可能

接種券の発送

- ◆発送対象 3回目接種から5カ月を経過した18歳以上の方全員
※接種券に同封の通知をご一読いただき、**「接種対象」になるかどうかを必ず確認してください。**
接種対象でない方は接種できません。
- ※3回目接種後に松本市へ転入した方は、事前に接種券の発行申請が必要です。
申請方法は、市ホームページをご確認ください。

- ◆発送時期 3回目接種から5カ月経過する頃を目途に順次発送

3回目接種時期	4回目接種券発送時期
2021年12月・2022年1月	5月下旬から順次
2月	6月中旬から順次
3月	7月中旬から順次
4月	8月中旬から順次

3・4回目接種共通

接種会場

アルピコプラザ：6月初旬～
市内医療機関：7月上旬～

3回目接種（12歳以上） ※実施中

3回目接種を行わなかった場合と比較して、感染予防効果や重症化予防効果等を高める効果があります。

接種を希望される方は、早期の接種をご検討ください。

- ◆接種間隔の変更 **2回目と3回目の接種間隔が6カ月から5カ月に変更されます。**（ファイザーおよびモデルナ）
- ◆予約 接種券が届いたら予約が可能
※4回目接種開始に合わせ、予約枠の開放方法が今後変更となります。

小児接種（5～11歳） ※実施中

6月中旬～7月下旬接種分の予約がはじまります。 今回の接種をもって、アルピコプラザでの接種は終了する予定です。

- ◆予約開始 6月7日(火)午前9時（予定）
- ◆接種会場 市内医療機関、アルピコプラザ6階

予約方法

12歳以上

Web（市ホームページから）・LINE・電話（コールセンター ☎78-1700）

5～11歳

小児枠専用Web（市ホームページから）・LINE・
電話（コールセンター ☎78-1700）

市議会第1回臨時会から

●問い合わせ 行政管理課（本庁舎3階 ☎33-4770 ㊚33-1877）

5月17日、令和4年松本市議会第1回臨時会が開かれました。この議会では、新たな常任委員会などが構成されました。また、財産の取得2件、市税条例の改正等の専決処分の報告3件について、原案どおり可決、承認されました。市議会には、4つの常任委員会が設けられています。新しい常任委員会と議会運営委員会の構成を紹介します。◎印は委員長、○印は副委員長（敬称略）

総務委員会

上條一正 ○内田麻美 塩原孝子 ◎川久保文良
中島昌子 阿部功祐 柿澤潔 芝山稔

厚生委員会

○牛丸仁志 土屋眞一 吉村幸代 ◎若林眞一
上條美智子 上條温 澤田佐久子

経済文教委員会

横内裕治 ○神津ゆかり 上條敦重 ◎勝野智行
村上幸雄 犬飼信雄 池田国昭

建設環境委員会

古沢明子 今井ゆうすけ ◎田口輝子
上條俊道 ○犬飼明美 太田更三 近藤晴彦

議会運営委員会

勝野智行 若林眞一 川久保文良
村上幸雄 ◎上條温 ○中島昌子
犬飼明美 柿澤潔 太田更三
近藤晴彦

詳細はこちら



市ホームページ

令和4年度市民税・県民税（住民税）のお知らせ

●問い合わせ 市民税課（本庁舎2階 ☎34-3232 ㊚36-9345）

個人市民税・県民税の納税通知書を6月初旬に発送します。内容をご確認の上、ご不明な点はお問い合わせください。

納付方法

【納付書での支払い】

年4回に分けての支払いです。
金融機関や郵便局、コンビニエンスストアでの納付（バーコードのあるものに限る）、電子納税もできます。

【給与からの引き落とし】

6月以降の給与から毎月引き落としされます。

【新たに年金から引き落としされる方】

65歳以上（昭和32年4月2日以前生まれ）の年金受給者で、前年中の年金所得に係る市民税・県民税額がある方が対象です。

令和4年度所得および課税額証明書 （令和3年分の所得証明）

- ◆発行 6月9日(木)から
- ◆申請者 本人または同一世帯の家族（他世帯の方は委任状が必要）
- ◆申請・交付場所 市民課、市民税課、各支所・出張所等
- ◆持ち物 本人確認ができる書類（マイナンバーカード、運転免許証等）
- ◆手数料 1通300円（マイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアでの発行は、1通250円）

※新型コロナウイルス感染症の影響や、e-Taxの接続障害等により、3月15日までに確定申告ができなかった方の納税通知書は、後日変更になる場合があります。

6月1日～7日は「水道週間」

大切な 水と一緒に 暮らす日々

※第64回「水道週間」スローガン

●問い合わせ 総務課（上下水道局内 ☎48-6800 📠47-2137）

水道週間は、水道の現状や課題について理解を深めることを目的に、全国一斉に実施されています。安全安心な水道水の安定供給を行う、松本市の水道事業の取り組みを紹介します。

ラベルシールを作りました！ / 水道水の新たな PR

環境への配慮から「信州松本の水」ペットボトルの製造を廃止し、松本のおいしい水道水をPRするラベルシールを新たに作りました。

ラベルは、カラフェや水差し等の再利用可能なガラス容器に貼られ、市内の飲食店等で来店者に水道水が提供されます。



施設や水道管の耐震化

災害に強い水道を目指し、主要な配水地等の水道施設の耐震化工事を実施しています。

また、重要な水道管の耐震化工事も実施しており、市内の基幹管路162キロメートルのうち、64キロメートルが完了しました。今後は、災害対応病院や医療救護所へつながる水道管を優先的に耐震化していきます。



ウェアラブルカメラの活用

小型カメラ（ウェアラブルカメラ）を導入し、工事現場とのリアルタイムな中継や、工事・作業状況の記録に活用しています。

デジタルの導入で、業務の効率化や、技術の共有・継承につながります。



小水力発電

再生可能エネルギーの一つとして注目を集めている小水力発電を、寿配水地小水力発電所で行っています。

年間約60万キロワット時を発電し、約300トンのCO₂を削減するとともに、発生した電力は電力会社に売電しています。こうした取り組みは、カーボンニュートラル（温室効果ガスの排出量と吸収量を均衡させること）の実現につながります。



寿配水地省力発電所の発電機

キャッシュレス決済が利用できます

水道料金等のお支払には、スマートフォンによるキャッシュレス決済が利用できます。

支払方法の変更手続きは、水道料金センター（☎48-6810）へお問い合わせください。

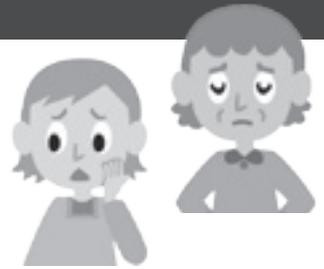


詳細はこちら



市ホームページ

皆さんのまわりでは、 男性と女性是对等ですか？



●問い合わせ 人権共生課 (☎39-1105 ☎37-1153)

調査結果の
詳細はこちら



市ホームページ

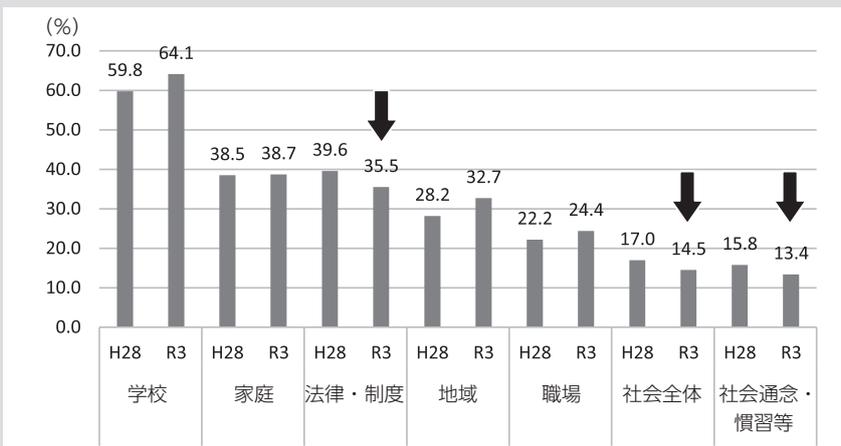
令和3年11月～12月に、男女共同参画や人権に関する市民の皆さんの意識調査を行いました。全体としては、5年前の同調査と比較して男女不平等の格差は解消されつつありますが、依然として、女性に家事・育児・介護等の負担が集中している状況が続いています。

今回の結果を、今年度策定する第5次男女共同参画計画に反映させていきます。

- ◆対象 一般／1,500人（回収率43.8パーセント）、中高生／2,200人（回収率62.0パーセント）
- ◆方法 郵送による回答およびインターネットによる回答（中高生はインターネットのみ）

「男女平等だと思う」と回答した割合

5年前と比べて、社会の多くの場面で「男女平等だと思う」と回答した割合が増えていますが、「法律・制度」「社会全体」「社会通念・慣習等」の場面では、男女平等を感じにくくなっているのがうかがえます。



こんな意見もありました (自由記入から)

「男女格差は社会に存在していて、人々の意識に根強く残っている。意識変革が最重要課題だと思う」
(中学3年生、女子)

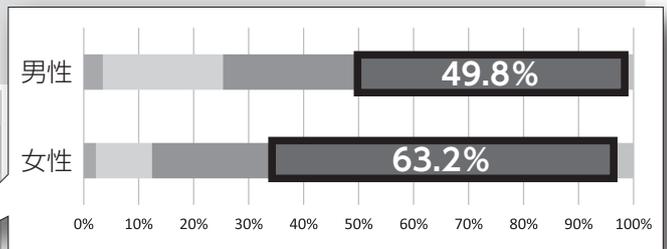
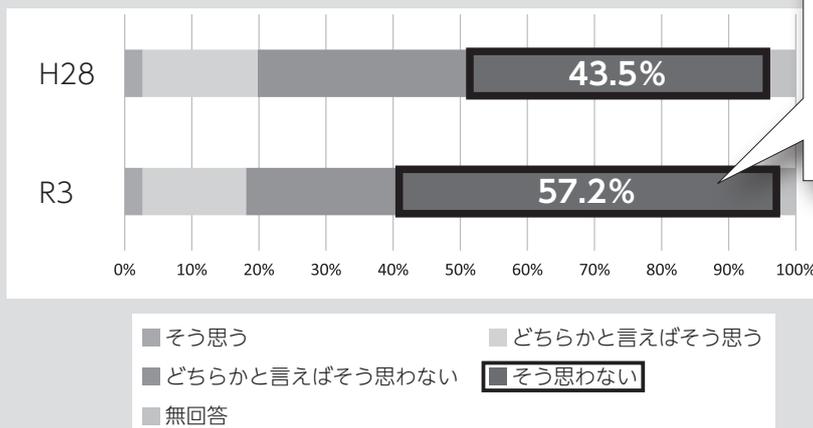
「差別する人を絶対に許さない。平等な世の中になってほしい」
(中学2年生、男子)

※回答者数
742人 (H28)
657人 (R3)



性別で役割を固定することについて

「男は仕事、女は家庭だと思うか」を尋ねた質問では、男女全体では6割近くが「そう思わない」と回答しました。



男女別に割合を比較すると、男性の「そう思わない」の割合が女性より低くなっていて、男女間で考え方の違いが見られます。



パブリックコメント募集



●問い合わせ 行政管理課（本庁舎3階 ☎33-4770 ☎33-1877）

松本市の重要な計画等の策定にあたり、素案を公表して市民の皆さんのご意見等をお聞きし、政策への反映を検討するとともに、ご意見等に対する市の考えを公表する制度です。皆さんの声をお寄せください。

案件名	内容	実施時期	担当課
松本市防災都市づくり計画(案)	現計画について、これまでの施策の検証と「1,000年に1度程度起こる大雨の場合の浸水想定区域」の対応策を示し、自助・共助の取り組みが促進できるように見直します。	6月頃	都市計画課 ☎34-3251 ☎33-2939
第4次松本市障がい者計画(案)	一人ひとりが尊重され認め合いながら住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、障害福祉サービス等の充実に取り組む新たな計画を策定します。	6月頃	障がい福祉課 ☎34-3212 ☎36-9119
まつもとゼロカーボン実現計画(案)	2050ゼロカーボンシティ実現に向け、温室効果ガス排出抑制の「緩和策」と、気候変動による影響の回避・軽減を図る「適応策」を定める計画を策定します。	6月頃	環境・地域エネルギー課 ☎34-3268 ☎34-3202
国宝(建造物)旧開智学校校舎保存活用計画(案)	旧開智学校校舎の文化財的価値を保存し後世に伝え、活用するため、校舎の保護に係る事項を保存管理・環境保全・防災・活用等に区分し、現状と課題、今後の方針等をまとめた計画を策定します。	6月頃	博物館 (旧開智学校) ☎32-5725 ☎32-5729

※詳細は、担当課にお問い合わせください。案件名、実施時期は変更になる場合があります。

市議会 6月定例会（予定）

●問い合わせ 議会事務局
(東庁舎3階 ☎34-3210 ☎34-9811)

市議会6月定例会が開催されます。傍聴は、感染症対策のため、当面の間、自粛をお願いしています。なお、本会議については、ライブ中継および録画中継を行っています。

※日程は変更になる場合があります。

日程	時間	内容	会場
6月6日(月)	午後1時30分～	議会開会 市長の提案説明等	議場 (東庁舎3階)
7日(火)	午後5時15分まで	請願・陳情提出期限	議会事務局へ (東庁舎3階)
13日(月) ～15日(水)	午前10時～ 午後5時頃	本会議 一般質問	議場 (東庁舎3階)
16日(木) ～22日(水) ※平日のみ	午前10時～	委員会審査等	議員協議会室 および委員会室 (東庁舎3・4階)
23日(木)	午後1時30分～	本会議 委員長審査報告、 質疑、討論、採決、 閉会	議場 (東庁舎3階)

市有地を貸し付けます

●問い合わせ 契約管財課
(本庁舎別棟2階 ☎34-3010 ☎36-2592)

一般競争入札により市有地を一時貸付します(現地説明会は実施しません)。詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

- ◆入札日 6月20日(月)
- ◆会場 契約管財課契約室
- ◆申し込み

6月9日(木)までに所定の申込書に必要書類を添えて、郵送(書留、または簡易書留で締切日必着)、または持参で契約管財課へ

貸付物件市有地 (所在地)	所在	地目	面積(m ²)
①里山辺(旧中信農水事業所 寄宿舎跡地)教員住宅 (里山辺104番3・109番9) ※建物はありません	里山辺104番3	雑種地	218.00
	里山辺109番9	宅地	562.44
計			780.44

- 貸付期間 令和4年7月1日～令和6年3月31日
- 用途地域 商業地域
- 最低価格(年額) 712,210円

お知らせ 松本市結婚新生活支援事業補助金

松本市で新生活をスタートする新婚世帯を対象に、結婚に伴う住宅費用等を補助します(上限あり)。申請を希望する方は、事前にご相談ください。

※ 令和4年1月1日～令和5年3月31日に入籍した、夫婦ともに婚姻日現在39歳以下で、夫婦の令和3年分の所得の合計が400万円未満の方

● 受付期間 = 7月1日(金)～令和5年3月31日(金)

● 対象経費 = 住宅の取得・賃借費用、引越費用、リフォーム費用

申・問 移住推進課 (本1) ☎34-3193 ☎34-3493

お知らせ 私立高等学校等に補助金を交付

私立高等学校等における奨学と保護者の負担軽減を図るため、令和3年度は、次の学校に対し1,584万円を交付しました。

● 松商学園高等学校、松本第一高等学校、松本国際高等学校、エクセラン高等学校、信濃むつみ高等学校、松本秀峰中等教育学校、東京都市大学塩尻高等学校、東海大学付属諏訪高等学校、長野朝鮮学園

問 学校教育課 (大4) ☎33-9846 ☎34-3206

お知らせ 6月は全市統一のアレチウリ駆除強化月間

特定外来生物アレチウリは生態系に大きな影響を与えています。小さいうちの駆除が効果的です。早期駆除の協力をお願いします。

問 環境・地域エネルギー課 (東4) ☎34-3268 ☎34-3202

お知らせ 介護保険料6月末納期限は6月30日(木)

納期限までに納付をお願いします。

● 介護保険料/令和4年度第3期

問 保険課 (東2) ☎34-3215 ☎39-2523)

お知らせ 市民セミ調査

市内でセミを見たり声を聞いたりしたら、市ホームページの報告フォームからご報告ください。セミ調査を通じて、自然環境について考えませんか。



日 9月30日(金)まで

問 環境・地域エネルギー課 (東4) ☎34-3268 ☎34-3202)

お知らせ 美ヶ原高原直行バス

松本駅から美鈴湖を經由し、美ヶ原高原へ向かうバスの定期運行を開始します。時刻表その他の情報は特設ホームページをご覧ください。



日 6月4日～9月25日の土・日・祝日、7月11日～8月31日までの平日

¥ 片道1,000円

問 観光プロモーション課 (大5) ☎34-8307 ☎34-3049)

お知らせ 松本市交通まちづくり にぎわい創出事業補助金

歩行者や公共交通を優先したにぎわいづくりに取り組みませんか。



令和4年度から歩行者天国等の交通規制に係る経費を補助します。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

※ まちづくり推進協議会、商店街振興組合等の商店街団体等

● 補助上限 = 100万円 (1回目)、50万円 (2回目以降)

● 補助率 = 10/10以内

他 他の補助金、負担金等との重複申請は対象外です。

申・問 交通ネットワーク課 (東4) ☎34-3286 ☎34-3202)

お知らせ 国民年金保険料の追納制度

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間の保険料は、10年以内であれば、後から納付(追納)することができます。追納するためには申し込みが必要です。申し込み後、日本年金機構から納付書が郵送されるので、金融機関やコンビニエンスストア等で納めてください。

なお、免除などの承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

※ 本人確認書類(運転免許証等)、マイナンバーまたは基礎年金番号のわかるもの

問 市民課年金担当 (東1) ☎34-3218 ☎37-0260)、松本年金事務所 (☎31-5240)

お知らせ 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

申 工事完了後3カ月以内に申請書類一式を資産税課に提出してください。対象となる家屋の要件、必要な書類など詳細は市ホームページをご覧ください。

問 資産税課 (本2) ☎34-3312 ☎39-0725)

	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(住宅1戸当たり)	120㎡まで	100㎡まで	120㎡まで
減額期間	1年間(翌年度)		

※令和6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

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

ザ・ハーモニーホール

芸術館

美術館

博物館

お知らせ はかりの検査

商取引や証明に使用している計量器（はかり）は、2年に1度検査が必要です。該当する方は検査を受けてください。



日程等の詳細は、市ホームページをご覧ください。

¥ はかり／1台600円～
おもり・分銅／1個10円～

☎ 商工課（本5 ☎34-3110 34-3008）

お知らせ 水道メーターの取り替え

対象宅には事前に通知し、取り替えにかかる費用負担はありません（マンションなどで所有者が設置した各戸メーターは除く）。詳細は、市ホームページをご覧ください。



☎ 水道メーターの有効期限が、令和6年3月末までの方

☎ 6月～11月

☎ 営業課（☎48-6850 47-2137）

お知らせ 食中毒に注意

気温・湿度ともに高い日が続きます。食中毒予防の3つのポイント（細菌をつけない・増やさない・やっつける）に注意しましょう。

☎ 食品・生活衛生課（県松本合同庁舎1階 ☎40-0705 40-0811）

お知らせ 弘法山古墳発掘調査と公園駐車場の利用休止

発掘調査に伴い、作業事務所設置等のため公園駐車場の利用を休止します。駐車場併設のトイレは通常どおり利用できますが、発掘調査区域等は、立ち入りができません。調査の成果は市ホームページ等で随時公開する予定です。

☎ 6月6日(月)～令和5年1月31日(火) ※調査の都合により前後する場合があります

☎ 弘法山古墳史跡公園駐車場

☎ 文化財課史跡整備担当（☎85-7064 86-9189）

お知らせ 勤労者福祉センター内に食堂「二助」オープン

地元の食材を使った定食、弁当など他では味わえないメニューでお待ちしています。

☎ 6月1日(水) 午前11時～

☎ 勤労者福祉センター内

☎ 二助（☎38-3181）

相談 にじいろのまち相談（性的マイノリティ専門相談）

性の多様性に理解のある相談員が無料で相談に応じます。秘密厳守、匿名での相談も受け付けます。

☎ 6月28日(火) 午後3時～6時

☎ Mウイング 3階ワーキングルーム

●相談員＝後藤裕子氏

●電話相談＝相談時間内に直接電話（☎39-1108）

●面接相談＝事前予約制（☎39-1108）

☎ 人権共生課（☎39-1105 37-1153）

相談 視覚障がいに関する無料相談・懇談会

松本視覚障害者福祉協会の者が無料で相談に応じ、懇談を行います。

☎ 目が見えない・見えにくい人、その家族、友人、知人

☎ 6月12日(日) 午前10時～午後3時

☎ Mウイング 3-1会議室

☎ 5人以内

☎・☎ 協会担当者 前野（☎080-1043-7315）、障がい福祉課（☎東1

☎34-3212 36-9119）

相談 多重債務者無料弁護士相談会

☎ 松本市民

☎ 6月16日(木) 午後1時～5時

☎ 消費生活センター（市民相談課内）

☎ 先着8人 ¥ 無料

☎ 借り入れ、返済の状況がわかる預金通帳、振込明細書など

☎・☎ 6月13日(月)午後5時までに消費生活センター（本1 ☎36

-8832 36-6839）へ

募集 松塩地区広域施設組合職員採用資格試験

来年4月に採用予定の試験を行います（技術系職員）。

☎ 昭和57年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方で、大学・高専卒業程度の学力を有する方

●第1次試験（教養・適性・専門）＝6月26日(日)

☎ 勤労者福祉センター

☎ 若干名

☎ 試験案内・受験申込書等の詳細は、

松塩地区広域施設組合ホームページをご覧ください。

☎ 6月3日(金)～13日(月)（必着）で、簡易書留により郵送で（〒390-0851 島内7576-1 松塩地区広域施設組合総務課）へ

☎ 松塩地区広域施設組合（☎48-2674 48-2685）



▶ YouTube 松本市公式チャンネル

『松本のシンカ』ご覧ください

●問い合わせ 秘書広報室
（本2 ☎34-3271 35-2030）

市政情報などについて、職員がわかりやすく説明した動画を、不定期で発信しています。

チャンネル登録をお願いします！

※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。

募集 寺子屋先生・寺子屋サポーターを募集

学校や家庭以外の居場所で、子どもに豊かな学びの機会を提供するため、学都松本寺子屋事業の寺子屋先生・寺子屋サポーターを募集します。

☑ 寺子屋先生／教員免許を有する方、または有していた方
寺子屋サポーター／教員免許を有していた経験がない方

他 申し込み後、応募資格の確認をし、面接を行います。詳細は、市ホームページ掲載の応募要領をご覧ください。

申・問 6月1日(水)から、応募申込書(氏名、住所、電話番号、応募動機等を記入)をメール、郵送等で教育政策課(大4 ☎33-3980 ☎33-3934)へ



募集 シルバー人材センター 会員募集(入会説明会)

☑ 市内在住の60歳以上の方
☑ 6月1日・15日、7月6日・20日、8月3日・17日の水曜日
午前10時～11時

場 松本地域シルバー人材センター
申・問 オンライン参加は開催日の6日前までに住所と電子メールアドレスをシルバー人材センター(☎39-6680 ☎39-7788 ☎ matumoto@sjc.ne.jp)へ

募集 遺跡の発掘調査にあたる会計年度任用職員募集

●採用予定人数=若干名
☑ 市内各地の発掘現場で、掘削や測量等の作業を行います。
●勤務時間=午前9時～午後5時(休憩1時間)
●条件=時給944円。月13日以下の勤務。交通費支給(上限あり)
申・問 6月20日(月)必着で履歴書を郵送で文化財課埋蔵文化財担当(〒390-0823 中山3738-1 ☎85-7064 ☎86-9189)へ

募集 松本広域連合消防職員採用資格試験(上級)

来年4月以降に採用予定の試験を行います。

☑ 平成6年4月2日～平成13年4月1日に生まれた方で、大学卒業程度の学力を有する方

●第1次試験(教養・適性・体力試験)=6月26日(日)

場 松本市役所波田支所他

定 若干名

他 試験案内や申込用紙等の詳細は、松本広域消防局ホームページをご覧ください。



申・問 6月3日(金)～10日(金)に、簡易書留により郵送で松本広域連合事務局(〒390-1401 波田4417-1 ☎87-5460 ☎87-5462)へ ※感染症対策のため、持参は不可

催し 陶芸体験教室

☑ 市内在住の方優先
☑ 7月1日～9月30日の金曜日
午前10時～正午(全10回)
場 鎌田地区公民館 陶芸作業棟
定 先着18人 ¥2,000円
講 木村岳史氏/万岳焼
申・問 参加費を添えて鎌田地区公民館(☎26-0206 ☎27-2957)へ

催し 生ごみ堆肥化講習会

可燃ごみを減らす取り組みとして、野菜くずや果物の皮などを、ダンボール箱を使い簡単な方法で堆肥にします。
☑ 市内在住・在勤の方
☑ 6月27日(月)
午前10時～11時30分
場 島内公民館 講義室
定 先着15人
¥500円(材料費) 講 中嶋知史氏
申・問 6月13日(月)から、電話かファクスで環境業務課(☎47-1096 ☎40-1335)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、食品ロスの削減と生活困窮者支援のため、家庭で不用になった食品を集めます。

☑ 6月16日(木)
午前10時～午後1時
場 市役所東庁舎1階玄関横

●寄附いただきたいもの=カップ麺、缶詰、レトルト食品、乾麺、お米など保存できる食品で、次の条件を満たすもの。

○賞味期限が明記され、一カ月以上あるもの
○未開封のもの
○日本語表記のあるもの
○お米は古米(2020年産)まで
☑ 環境・地域エネルギー課(東4 ☎34-3268 ☎34-3202)

催し 教育文化センターの催し

各種催しの詳細は、市ホームページをご覧ください。

☑ 教育文化センター
(☎32-7600 ☎32-7604)



催し 女性のための離婚に関する法律セミナー

離婚の際に知っておきたい法的なポイントを女性弁護士が解説します。
☑ 夫婦関係・離婚に悩んでいる女性
☑ 6月29日(水) 午前10時～正午
場 女性センターパレア松本(Mウイング3階)
定 先着20人 ¥200円
講 李栄愛氏/あい法律事務所弁護士
☑ 1歳以上未就学児。300円/人。
6月22日(水)までにお子さんの名前・年齢・性別をあわせて要申し込み
申・問 6月24日(金)までに、パレア松本(☎39-1105 ☎37-1153 ☎ kyo usei@city.matsumoto.lg.jp)へ

催し エコスクール

環境・地域エネルギー課 (東4)
 ☎34-3268 ☎34-3202

【ライチョウに 会いに行こう】



長野県のシンボル

『ライチョウ』について学び、会いに行く全2回の講座です。

市内在住の小学3年生～中学3年生とその保護者(同伴の保護者は1人まで)で、事前学習会と現地学習会の両方に参加できる方

定 10人 (応募多数の場合は抽選)

料 無料

松場省吾氏/認定NPO法人 信州まつもと山岳ガイド協会やまたみ

●事前学習会=7月2日(土)午前10時～正午/なんなんひろば

●現地学習会=7月9日(土)午前7時30分～午後4時/乗鞍岳(市役所からマイクロバスで移動)

申 6月14日(火)までに、市ホームページの応募フォームから

【女鳥羽川自然観察会】

市内在住の小学生以上の方

日 7月2日(土) 午前9時30分～11時30分

場 総合体育館(事前講座)
 女鳥羽川(観察会)

定 20人 料 無料

倉澤聡氏/都市計画家
 竹田正博氏/株総合環境研究所

申 6月14日(火)までに、市ホームページの応募フォームから

【ホテル観察会】

内田(塩沢川)でホテルの観察会を行います。

市内在住の小学生以上の方

日 7月7日(木) 午後7時～8時30分

場 内田公民館(事前講座)
 塩沢川(観察会)

定 20人 料 無料

藤山静雄氏/信州大学理学部名誉教授、松本ホテル学会代表

申 6月20日(月)までに、市ホームページの応募フォームから

催し 第2回美ヶ原高原 自然観察会

日 7月9日(土)

午前10時～午後3時

場 思い出の丘・武石峰・王ヶ頭(約8キロメートル) ※コースは変更する場合があります。

定 20人(バス)

料 500円

講 美ヶ原高原パークボランティア

申・問 6月6日(月)～17日(金)に、電話かファクスで美ヶ原観光連盟事務局(☎34-8307、☎34-3049 ※平日のみ)へ



催し 美術館の キャンドル・ナイト

美術館がキャンドルに彩られた幻想的な空間に変身。心穏らぐひとときを過ごしなが、環境について考えませんか。

日 6月10日(金)

午後6時～8時30分

場 美術館 エントランスひろば、中庭 他

料 無料

申 不要

問 環境・地域エネルギー課 (東4)
 ☎34-3268 ☎34-3202



催し 緑陰講座 (第3、4回)

6月～11月の土曜日に緑をテーマにした「緑陰講座」を開催します。また、樹木や花に関する疑問に専門家が答えます。

市内在住・在勤の方

日 ①7月2日(土)庭木の育て方

②7月16日(土)宿根草の庭の手入れとバラ管理

いずれも午後1時～3時

場 あがたの森公園内「緑の相談所」

定 いずれも先着20人

料 いずれも無料

他 いずれも参加者に鉢花をプレゼント

申・問 6月8日(水)から①は6月24日(金)までに、②は7月8日(金)までに、電話で公園緑地課 (大6

☎34-3254 ☎34-3299) へ



催し 親子で楽しむ 「花育講座」

花をとおした、親子のコミュニケーションの場となることを目的として開催します。

園児(年長)・小学生(低学年)とその保護者

日 7月3日(日)

午後2時～3時30分

場 あがたの森文化会館 第一会議室

定 先着18組

内 親子で寄せ植え(一鉢)を作ります。

料 1組 1,500円

講 花育アドバイザー

持 軍手(ビニール手袋可)、エプロン、ハサミ、持ち帰り用袋

申・問 6月7日(火)～20日(月)に街を花いっぱいにする会事務局(Mウイング2階 ☎32-3042 ☎32-6511) へ

※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・ハーモニーホール
美術館
美術館
博物館

催し 花いっぱい花壇コンクール参加者募集

日頃から花いっぱい運動を実践している、個人・団体・企業の花壇や花畑を対象とするコンクールを開催します。自薦・他薦は問いません。

※ 市内の個人・団体・企業の花壇、花畑 ※花壇、花畑が外から見える場所にあること

●現地審査日＝7月1日(金)

※ 6月24日(金)までに、位置図、住所、氏名、又は団体名・企業名(代表者の氏名) 電話番号を明記したものを添えて、街を花いっぱいにする会事務局(Mウイング2階 ☎32-3042 ☎32-6511)へ

催し わくわく多文化～いろんな国の話とおもしろ工作～

外国出身(3カ国)の講師から、それぞれの国の話を聞いたり、一緒に簡単な紙の工作をしたりします。

※ おおむね小学6年生ぐらいまで(未就学児は親子で参加)

日 7月2日(土)
午前10時～11時30分

場 芳川公民館 2階視聴覚室

定 15人

申・問 6月6日(月)正午から多文化共生プラザ(☎39-1106 ☎37-1153)へ

催し 地域に伝わる民踊講習会

8月の「お城盆踊り」を目標に、みんなが踊れるように指導します。動きやすい服装でお越しください。

日 ①6月8日(水) ②6月24日(金)
午後7時～9時

場 ①城東公民館 講義室
②Mウイング レクリエーション室

定 なし ¥ 無料

講 松本レクリエーション協会

申・問 生涯学習課・中央公民館(☎32-1132 ☎37-1153 ✉gakushu@city.matsumoto.lg.jp)へ

催し トライあい・松本主催講座

※ 市内在住・在勤の方 ※応募者多数の場合は抽選

定 4人。1歳以上未就園児。1回300円

場・申・問 6月23日(木)までに窓口、電話、ホームページからトライあい・松本(☎35-6285 ☎35-6344)へ



【new万年筆講座】

日 7月6日・13日・20日の水曜日
全3回 午前10時～11時30分

定 15人 ¥ 1,500円(万年筆付き)

講 齊藤厚子氏

【色と香りで元気になる】

日 7月14日(木) 午前10時～正午

定 10人 ¥ 1,000円

講 町田眞喜子氏/エコールデココ認定講師

催し 市民活動フェスタ2022

市民活動団体の活動を紹介します。会場でのステージ発表や展示などのほか、YouTubeでの動画配信も予定しています。

日 ①7月2日(土) 午後1時～7時
②7月3日(日) 午前10時～午後3時

場 市民活動サポートセンター 大手公民館

問 市民活動サポートセンター(大2) ☎88-2988 ☎88-2988)



催し 読み聞かせボランティア養成講座

読書の素晴らしさを多くの子どもたちに広める読み聞かせボランティア養成のための連続講座を開催します。

※ 図書館で読み聞かせボランティアとして活動を希望する方

日・内 ①7月20日(水)／読み聞かせの基本 ②8月10日(水)／読み聞かせの実践 ③8月31日(水)／あそびうた・わらべうた ④9月7日(水)／様々なおはなしの手法 ⑤9月21日(水)／おはなし会のプログラム&グループワーク ⑥10月5日(水)／グループ発表&ボランティア登録

いずれも午前10時～11時30分

場 中央図書館 3階視聴覚室

定 先着15人(再受講者含む)

¥ 無料

講 豊嶋さおり氏/JPIC読書アドバイザー、絵本専門士

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

催し 農産物通販サイト出店説明会

生産者の販路開拓を支援するため、ECサイトの運営事業者による出店説明会を開催します。

日 6月15日(水)
午後2時～4時20分

場 勤労者福祉センター 3-1会議室、またはZoomで参加

講 ポケットマルシェ、産直アウル、オールNAGANOモール

申・問 6月8日(水)までに氏名、連絡先(電話番号・メール)、主に生産しているもの、参加方法(会場またはZoom)を記載し、メールで農政課(本5 ☎34-3221 ☎36-6217 ✉nosei@city.matsumoto.lg.jp)へ



スポーツ教室

今月の教室は、各ホームページをご覧ください。



柔剣道場・弓道場
☎36-0834
☎50-6613



総合体育館
☎32-1818
☎36-9394



ラーラ松本
☎48-1110
☎48-1355



スポーツ パラ☆スポくらぶ

障がいの有無にかかわらず、パラスポーツを一緒に楽しみます。



小学生以上で、市内在住・在学・在勤の方優先

☎ 6月11日(土) 午後2時～4時

場 寿体育館

定 30人 ※要事前申し込み

申・問 電子申請、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 車いすダンス体験会

車いすに乗って、音楽に合わせて楽しく踊ります。エレガントで上品な動きも学びます。



小学生以上で、市内在住・在勤・在学の方優先

☎ 6月11日(土) 午後2時～3時30分

場 寿体育館

定 10人 ※要事前申し込み

講 車いすダンス舞フレンズ

申・問 電子申請、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 市民プールがオープンします

☎ スポーツ推進課 (☎45-9511 ☎45-1024)

	松本市民プール(今井)	沢村市民プール	四賀B&G海洋センター(月曜定休。7月4週目のみ火曜休み)
期間	6月5日(日)～9月11日(日)		6月19日(日)～9月11日(日)
時間	6月・9月/午前11時～午後5時		6月・9月/午前10時～午後5時
	7月・8月/午前9時～午後7時		7月・8月/午前10時～午後8時
料金	大人/310円		大人/200円
	小人/150円		小人/100円
連絡先	☎58-7475	☎33-1670	☎64-3981

健康福祉 子育てサポーター養成講座受講生募集

子育て家庭をサポートする人材を育成する講座です。

☎ 20歳以上の方で、子どもが好きで、子育て中の家族の力になりたいと思う方など

☎ 7月7日(木)～11月17日(木) (全20講座)。詳細は、市ホームページをご覧ください。

場 あがたの森文化会館 2-7 教室

¥ 1,000円

他 各講座受講後、レポートを提出

申・問 6月24日(金)までに、①住所 ②氏名 ③連絡先の電話番号 ④生年月日 ⑤志望の動機を明記し、郵送かファクスでこども育成課(東別1 ☎34-3261 ☎34-3309)へ

健康福祉 市ひとり親家庭福祉会総会・新入進級お祝会

定期総会は、バスハイクなど今年度の行事計画を把握できる場です。会の活動を知り、行事を通じて会員同士のつながりを深めます。

☎ 市内在住のひとり親家庭の親子

☎ 6月19日(日) 午後1時30分～3時

場 ラーラ松本4階「乗鞍の間」

¥ 無料(別途年会費として1,000円)

申・問 6月14日(火)までに、ひとり親家庭福祉会事務局(☎27-3381 ☎27-2239)、こども福祉課(東1 ☎33-4767 ☎36-9119)へ

ザ・ハーモニーホール THE 鍵盤フェスタ! 2022〈コンサート〉

ホール所有のオルガン、チェンバロ、ピアノ、それぞれの楽器の音色をたっぷりとお聴きください。今年はフルートも加わり、2本立てで開催します。

☎ ①2歳以上 ②小学生以上

☎ ①7月18日(祝) 午前11時開演(午前10時開場) ②7月18日(祝) 午後3時開演(午後2時開場)

場 ザ・ハーモニーホール メインホール

¥ 無料

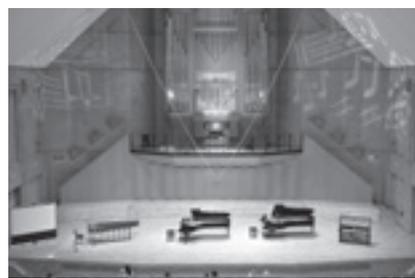
定 いずれも693人

●出演者= 栗形亜樹子(チェンバロ) 原田靖子(オルガン) 大島あや(ピアノ) 八倉倉杏菜(フルート)

☎ 有料。要事前申し込み

申 予約不要 ※入場制限をする場合あり

☎ 窓口、または電話でザ・ハーモニーホール(☎47-2004 ☎47-2383)へ



※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。



夜オルガン Vol. 12 (山田由希子)

「バツハに続く作曲家たち」と題し、ドイツ、オーストリアのオルガン音楽をワン・コインでお気軽にお楽しみください。 ※予約不要

対 小学生以上

日 7月1日(金) 午後7時開演(午後6時開場)

場 メインホール

料 500円、高校生以下/無料

※全席自由

●出演者=山田由希子(オルガン)

料 有料。要事前予約

問 ザ・ハーモニーホール(☎47-2004 ☎47-2383)



山田由希子

まつもと市民芸術館 ボランティア募集

芸術館自主公演の開催日(開演1時間前~終演後30分程度)に、チケットもぎりや客席案内など、劇場フロントスタッフとして活動します。新規会員には各種研修があります。

対 18歳以上(高校生は除く)

申・問 入会申込書を窓口に提出かファクス、または電子メールでまつもと市民芸術館ボランティアの会事務局(☎33-3800 ☎33-3830 [HP https://www.mpac.jp/volunteer/](https://www.mpac.jp/volunteer/))へ ※申込書はホームページからダウンロード可

美術館で夕涼み

美術館の夏の風物詩。季節の体験コーナーや音楽などもりだくさんの内容です。

日 6月19日(日)

午後3時30分~6時30分

場 美術館中庭、市民アトリエ、講座室

問 美術館(☎39-7400 ☎39-3400)



アカデミア館催事情報

問 アカデミア館

(☎78-5000 ☎78-5101)

【梓川かわものがたり—水害と開発の歴史を絵図から探る—】
江戸時代と明治時代の巨大な古地図を公開します。

日 6月8日(水)~19日(日)

午前9時~午後5時

※休館日:13日(月)

場 ギャラリー

料 無料

●ギャラリートーク(展示解説)=6月8日(水)・11日(土)・18日(土)・19日(日) 午前10時30分からと午後2時からの2回ずつ開催 ※申込不要

【丸山孝志刺繍絵画展~生命~】

日 6月23日(木)~7月12日(火)

午前9時~午後5時

(最終日は午後3時まで)

※休館日:月曜日

場 アクセスギャラリー

料 無料

【草蘭風師山野草展】

日 6月25日(土)・26日(日)

午前9時~午後5時

(最終日は午後4時まで)

料 無料



学芸講座「草間彌生 少女が水玉の女王になるまで」

世界を舞台に活躍する草間彌生の生い立ちから現在に至るまでの軌跡を当館所蔵作品を交えながら紹介します。

日 6月28日(火) 午後2時~3時30分

場 鎌田地区公民館 大会議室

定 30人 ※申し込み多数の場合、鎌田地区在住の方を優先

料 無料

講 渋谷見彰/美術館学芸員

申 6月27日(月)までに電話で美術館、または鎌田地区公民館(☎26-0206)へ

問 美術館(☎39-7400 ☎39-3400)



学芸講座 「美術館には何があるの」

松本市美術館のアートカードを使いながら、所蔵作品を紹介します。

日 6月25日(土)

午後2時~3時30分

場 岡田公民館 大会議室

定 30人 ※申し込み多数の場合、岡田地区在住の方を優先

料 無料

講 大西哲理/美術館学芸員

申 6月24日(金)までに電話で美術館、または岡田公民館(☎46-2313)へ

問 美術館(☎39-7400 ☎39-3400)



みんなのムービー

活動弁士の片岡一郎さんの公演により無声映画を鑑賞後、みんなで映画『日本一桃太郎』、『かちかち山』にナレーションをつけます。

対 小学生~高校生

日 6月18日(土)

午後1時30分~4時

場 美術館 多目的ホール

定 20人 料 500円 ※映画上映のみの参加もできます。

講 片岡一郎氏(活動弁士)/NPO法人コミュニティシネマ松本CINE MAセレクト

●上映映画=『日本一桃太郎』(1928年、10分)、『かちかち山』(制作年不詳、5分)、『美女を救うレース』(原題: Barney Oldfield's Race for a Life、1913年、10分)、『笑顔を絶やすな』(原題: Keep Smiling、1928年、20分)

申 美術館ホームページから

問 美術館(☎39-7400 ☎39-3400)



『美女を救うレース』

美術館 ギャラリー 展覧会情報

詳細は、各問い合わせ先へ ※入場無料

事業名等	会期	会場	問い合わせ
松本創作人形の会 会員展 —百瀬玲子先生と共に—	6月8日(水)~12日(日)	市民ギャラリー A	伊藤 ☎0266-52-0863
第25回中信地区高等学校写真展	6月10日(金)~12日(日)	市民ギャラリー B	斎藤 ☎32-1142(県ヶ丘高校)
京織の世界へ	6月10日(金)~12日(日)	こども創作館	永島 ☎090-1869-4270
第55回一陽会長野展	6月15日(水)~19日(日)	市民ギャラリー AB	林 ☎090-2918-6849

博物館 イベント情報

各詳細は、博物館ホームページをご覧ください▶



市立博物館 ☎32-0133 ☎32-8974

【第11期市民学芸員養成講座】

博物館職員とともに市民の博物館の学びをリードする人材を養成します。

対 年 9 回 の 講 座 を 全 て 受 講 で き る 方 定 10 人 程 度

日 6 月 25 日、7 月 23 日、8 月 27 日、9 月 17 日、10 月 22 日、
11 月 19 日、12 月 17 日、1 月 28 日、2 月 18 日 い ず れ も
土 曜 日

内 市 街 地 の 松 本 の 魅 力 を 紹 介 す る 地 図 作 り を テ ー マ に 実
施

申・問 6 月 6 日(月)午前 9 時から電話で当館へ

歴史の里 ☎47-4515 ☎48-0813

【みすず細工体験講座】

すず竹でコースターを作ります。

対 大 人 日 6 月 18 日(土) 午前 9 時 30 分 ~ 正 午

定 先 着 5 人 (要 予 約) 料 1,000 円 (材 料 代 込 み)

講 歴 史 の 里、み ず す 細 工 の 会

【親子はた織り体験講座】

はた織り機で18×23センチ程度の裂き織りの作品を作ります。

対 小 学 生 以 上 の 親 子 (2 人 1 組)

日 6 月 25 日(土) 午前 10 時 ~ 正 午、午 後 1 時 ~ 3 時 の 2 回

定 各 回 先 着 5 組 (要 予 約) 料 1,000 円 (材 料 代 込 み)

講 川 上 裕 子 氏 / な か や 工 房 に て 裂 き 織 り を 主 宰

申 い ず れ も 6 月 7 日(火)午前 9 時から電話で当館へ

時計博物館 ☎36-0969 ☎36-0973

【古時計説明会】

時計技師による古時計の解説を行います。

日 6 月 11 日(土)、12 日(日) 午前 11 時 20 分、午後 2 時 20 分 の
各 2 回

料 通 常 観 覧 料

山と自然博物館 ☎・☎38-0012

【国蝶オオムラサキを見よう!】

アルプス公園を歩き、オオムラサキなどの蝶を観察します。

対 小 学 生 以 上 の 子 ど も と 保 護 者 ・ 大 人 一 般

日 7 月 2 日(土) 午前 9 時 ~ 11 時

定 先 着 15 人 (要 予 約)

料 無 料

講 保 科 守 宏 氏、土 田 秀 実 氏 / 松 本 む し の 会 幹 事

申 6 月 7 日(火)午前 9 時から電話で当館へ

旧山辺学校校舎 ☎・☎32-7602

【昔の遊び道具作り教室】

昔のおもちゃを手作りします。

※小学校低学年以下は保護者同伴

日 6 月 19 日(日) 午前 9 時 ~ 正 午

場 教 育 文 化 セ ン タ ー 206 会 議 室

定 先 着 25 人 (要 予 約)

料 無 料 講 荒 田 直 氏、青 柳 秀 人 氏

申 6 月 7 日(火)午前 9 時から電話で当館へ

広告



うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずはお気軽に
ご相談下さい

☎ 0263-88-7009

結婚相談所ムスベル
松本市深志1-1-24 八紘堂ビル4階



2022年 7月の相談日

6月の相談日は「広報まつもと」5月号に掲載しています。



相談は無料です。お問い合わせは、各会場または申込先へ。 ※新型コロナウイルス感染症の影響で内容が変更・中止になる場合があります。

●専門相談 ※専門の相談員が対応します。弁護士相談は松本市民が対象で、初回優先です。

分野	相談名	日時	会場	申し込み
法律・相続・離婚・契約 他	弁護士相談(15分)	13日(水)午後1時～5時	市民相談室	7月1日(金)午前9時から ☎32-0001(先着14人)
		20日(水)午後1時～3時		7月1日(金)午前9時から ☎32-0001(先着7人)
		27日(水)午後1時～5時		7月1日(金)午前9時から ☎32-0001(先着14人)
	女性のための弁護士相談	12日(火)午後1時30分～3時30分 25日(月)	女性センターパレア松本	7月5日(火)午前9時から ☎39-1105(各日先着4人)
	司法書士法律相談(30分)	19日(火)午前10時～午後3時	市民相談室	7月15日(金)までに ☎32-0001(先着16人)
税金	借金の相談会(30分)	21日(木)午後1時～5時	市民相談室(消費生活センター)	7月15日(金)までに ☎36-8832(先着8人)
手続・書類作成	行政書士相談(30分)	12日(火)午後1時～3時	市民相談室	7月8日(金)までに長野県行政書士会中信支部 ☎87-3798
		28日(木)午後1時～4時		7月26日(火)までに長野県発明協会 ☎026-228-5559
特許・発明・知的財産権	知的財産権相談(1時間程度)	28日(木)午後1時～4時		7月12日(火)までに長野県社会保険労務士会中信支部 ☎75-7616
障害年金	社会保険労務士障害年金相談(30分)	15日(金)午後1時～3時		7月15日(金)までに長野県建築士事務所協会 ☎35-3302
住宅設計	住宅の設計に関する相談(30分)	20日(水)午後1時～3時	市民相談室	7月6日(木)までに長野県土地家屋調査士会松本支部 ☎36-1590 ※受付時間 午前9時～正午
土地・建物の登記	土地家屋調査士相談(30分)	8日(金)午後1時～3時		7月13日(火)までに長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228
不動産評価	不動産評価等相談(30分)	15日(金)午前10時～正午		予約不要
遺言・公正証書	公証相談	14日(木)午後1時～3時		
市・県・国に関する相談	行政相談	22日(金)午前10時～正午		

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

●その他の相談 ※日時の記載がない場合は、月～金の午前8時30分～午後5時15分です。

分野	相談名	日時・会場・問い合わせ	分野	相談名	日時・会場・問い合わせ
生き方・心	女性相談	こども福祉課 ☎33-4767	外国人	ポルトガル語相談 Consulta em português	月～金 午前9時30分～午後3時30分 市民相談課 ☎33-0001 Segunda à Sexta-feira Das 9:30 às 15:30h Departamento de Consulta aos Cidadãos
	男性相談	こども福祉課 ☎33-4767 電話相談 第2・3・4火 午後5時～8時 パレア松本(Mウイング内) ☎37-1587		外国人なんでも相談	月・火・水・金曜日は午前10時～午後6時30分、 木曜日は午前10時～午後9時、土曜日は午前9時～午後5時 多文化共生プラザ(Mウイング内) ☎39-1106
	心と生き方の相談	電話相談 火、金、第1・3水 午前9時～正午 パレア松本(Mウイング内) ☎39-1105 面談相談 ※要予約 パレア松本(Mウイング内) ☎39-1105		行政書士相談	毎月第2木曜日 午後1時～4時 Mウイング3階 長野県行政書士会 中信支部 ☎87-3798
心と体の健康	健康相談	健康づくり課 ☎34-3217 月～金 午前9時～正午 午後1時～5時 ※来所のみ要予約 各保健センター(中央保健センターは、第2・4水曜日休み) [中央 ☎39-1119、南部 ☎27-3455、西部 ☎92-8001、北部 ☎38-7677]	成年後見に関する相談	障害福祉課 ☎34-3212 高齢福祉課 ☎34-3214、34-3237	
	自殺予防専用相談	月～金 午前9時～午後5時15分 いのちのきずな松本 ☎34-3600	弁護士・司法書士による専門相談	火 午後1時～4時 ※要予約 成年後見支援センターかけはし 梓川支所 2階 ☎88-6699	
	精神保健相談	面談相談 ※要予約 松本市保健所保健予防課 ☎40-0701	福祉・介護・ボランティア	介護相談	介護110番 ☎39-1165 各地域包括支援センター [北部 ☎87-0231、東部 ☎36-3703、中央 ☎31-0022、中央北 ☎34-8511、中央南 ☎55-3320、中央西 ☎38-3310、南東部 ☎85-7351、南部 ☎27-5138、南西部 ☎50-7858、河西部 ☎48-6361、河西部西 ☎47-0294、西部 ☎87-1572]
	風しん抗体検査	※要予約 松本市保健所保健予防課 ☎40-0702		認知症専門医による相談	29日(金)午後1時30分～4時30分 高齢福祉課相談室 ※要予約(先着順) 7月15日(金)までに高齢福祉課 ☎34-3237
職業・労働	エイズ・性感染症相談及び検査	匿名面談相談および検査 ※要予約 松本市エイズ相談電話 ☎40-0703	障害福祉相談	ぴあねっと・まつもと(総合社会福祉センター内) ☎27-7211、Wish(なんぶくプラザ内) ☎26-1313 月～金 午前9時～午後5時	
	職業・労働相談	水 午前9時～午後5時 予約優先 勤労者福祉センター ☎35-6286	生活困窮・就労相談	松本市生活就労支援センター「まいさば松本」(市民相談課内) ☎34-3041	
	生活・労働相談	ユニオンサポートセンター ☎39-0021 23日(出)午前10時～正午 弁護士相談	一般相談(生活全般)	市民相談室 ☎32-0001	
	若者お悩み相談室	青少年ホーム ☎26-1083 ※要予約	人権相談	長野県方法務局松本支局 ☎32-2571	
	若者職業なんでも相談	2日(出)午前10時～午後2時、15日(金)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約	部落差別に関する相談	5日(火)・19日(火)午前10時～午後3時 人権教育集会所 ☎86-3311	
家庭・こども・育児	勤労者心の健康相談	7日(木)午前8時30分～11時30分、11日(月)・25日(月) 午後1時～4時、14日(木)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約	消費生活相談	月～金 午前8時30分～午後5時 松本市消費生活センター ☎36-8832	
	ひとり親相談・児童相談	こども福祉課 ☎33-4767	市民活動・プラチナ世代の相談	市民活動サポートセンター ☎88-2988	
	子どもの権利相談	月～土 午後1時～6時(金のみ～8時)、こころの鈴(子どもの権利相談室) ☎0120-200-195	結婚相談	四賀支所 2階(月・火・木) ☎64-3111 ※祝日除く 出張結婚相談 ☎64-3111 ※要予約 第2・4土 午前9時30分～午後4時 市民活動サポートセンター 会議室	
	発達相談	あるぷきッズ支援室(なんぶくプラザ内) ☎24-1235	交通事故相談	交通事故相談所(松本合同庁舎内) ☎40-1949	
	子育て相談	家庭児童相談室(こども福祉課内) ☎33-4767、 子ども子育て安心ルーム(各こどもプラザ内) 筑摩 ☎29-3400、南郷 ☎32-6315、 小宮 ☎47-8310、波田 ☎91-3113	医療相談	医療安全支援センター ☎40-0800	
	青少年相談	こども育成課 ☎34-3183 月～金 午前10時～午後5時			



松本マラソン 2022

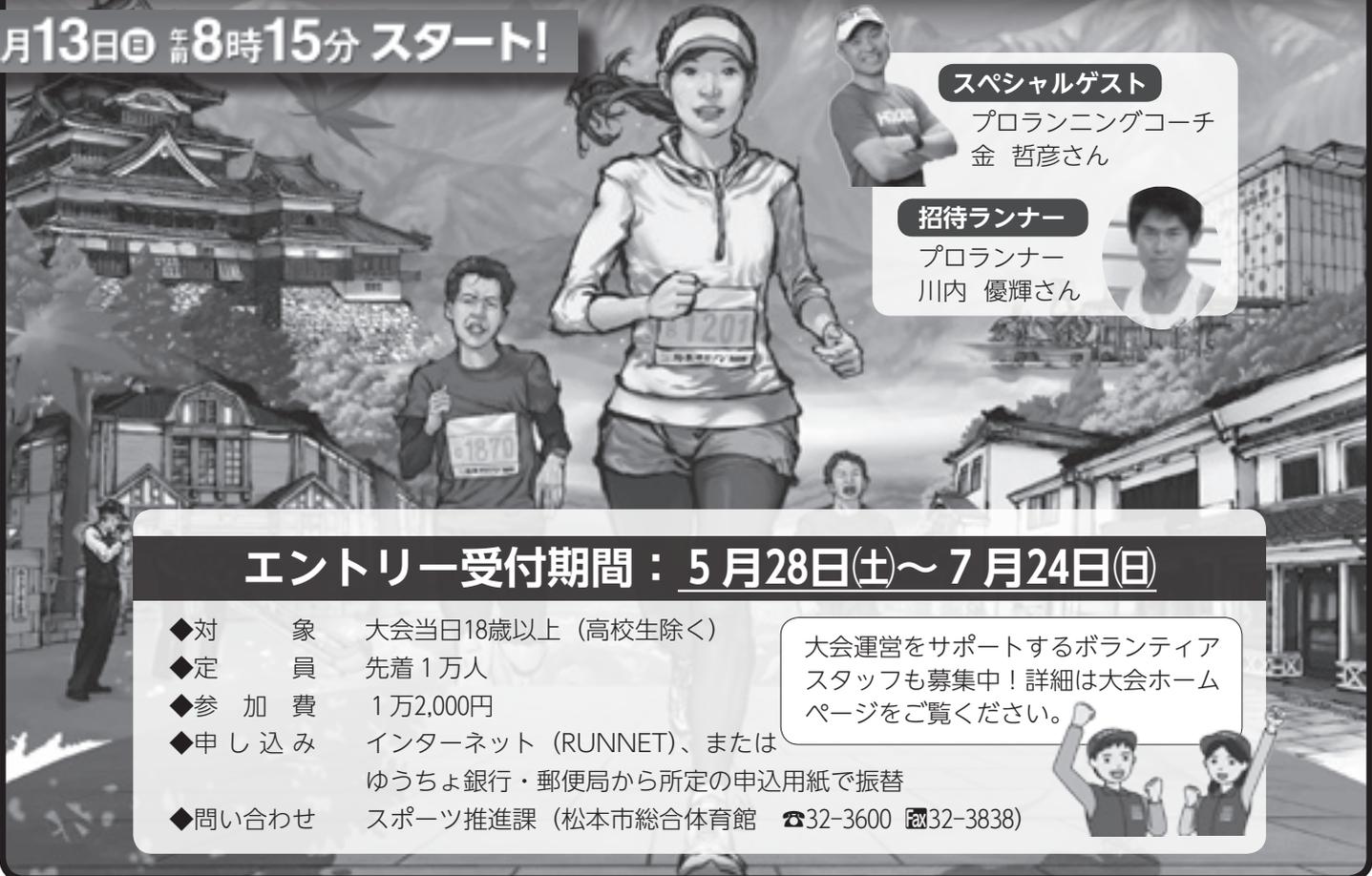
魅せたい三ガク都がここにある ～楽しく挑め 晩秋の難コース～



大会ホームページ



11月13日(日) 8時15分 スタート!



スペシャルゲスト

プロランニングコーチ
金 哲彦さん

招待ランナー

プロランナー
川内 優輝さん



エントリー受付期間：5月28日(土)～7月24日(日)

- ◆対象 大会当日18歳以上（高校生除く）
- ◆定員 先着1万人
- ◆参加費 1万2,000円
- ◆申し込み インターネット（RUNNET）、または
ゆうちょ銀行・郵便局から所定の申込用紙で振替
- ◆問い合わせ スポーツ推進課（松本市総合体育館 ☎32-3600 ㊟32-3838）

大会運営をサポートするボランティアスタッフも募集中！詳細は大会ホームページをご覧ください。



LINE

松本市公式LINE 受信設定をお願いします

登録済みの方も！

●問い合わせ 秘書広報室（本庁舎2階 ☎34-3271 ㊟35-2030）

年代や地区、配信を希望する分野（健康・子育て・イベントなど）を設定すると、自分に合った情報を受け取ることができます。すでに市公式LINEを登録している方も設定が必要です。

※防災や新型コロナウイルス関連の情報など、設定にかかわらず全員にお届けする内容もあります。

詳細はこちら▲



松本市の人口 ● 236,640人(前月比+295人)〈男115,975人(前月比+197人)女120,665人(前月比+98人)〉
世帯数108,059世帯(前月比+541世帯) ● 令和4年5月1日現在

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 TEL. 0263-34-3271

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

印刷●電算印刷株式会社 ●この印刷物は再生紙を使用しています。 ●毎月1日に発行

— 広告欄 ※広告掲載に関するお問い合わせは秘書広報室（☎34-3271 ㊟35-2030）へ —

広告

開催総数
第222回

一人暮らし、夫婦世帯「老後の生き方セミナー」 親族に頼らず生きていく選択

私たち日本よりそい家族会は、ご家族・ご親族の役割を担う支援を行っている団体です。公正証書を含めた会員契約を結び、入院・福祉施設等での身元保証、生活支援や緊急時の対応から葬儀・納骨・死後の諸手続き等、専門スタッフ（弁護士・司法書士・行政書士など）と協働し、支援を行っています。

日々の支援活動の中から事例をもとに課題と対策をお伝えしています。

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



セミナー開催

※新型コロナウイルスの影響で内容が変更・中止になる可能性があります。

6月28日(火) [受付]午後1時30分
[時間]午後2時～4時

松本市勤労者福祉センター
3-2会議室（2階）

■資料代/300円 ■定員/11名
■講師/石巻 美智也（日本よりそい家族会 代表理事）
◎7月6日(水) 個別相談会開催

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1F-2
支所/長野市・松本市・高崎市・宇都宮市

【要予約】0268-75-8851
平日 10:00～17:00