

脱炭素
シテル

?



広報

まつ

もと

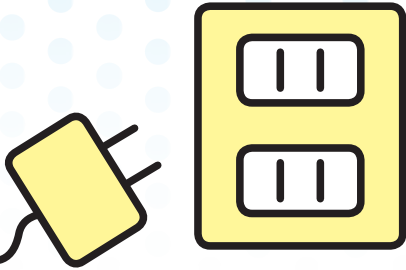
7月

2022 No.1398

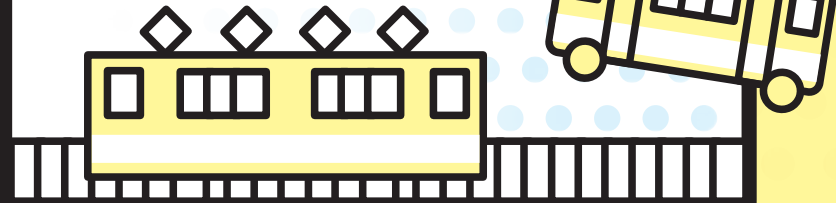
あてはまるものに
チェックを!



使うときだけ
コンセントを入れる



電車、バスなどの
公共交通や、
自転車をよく使う



脱炭素

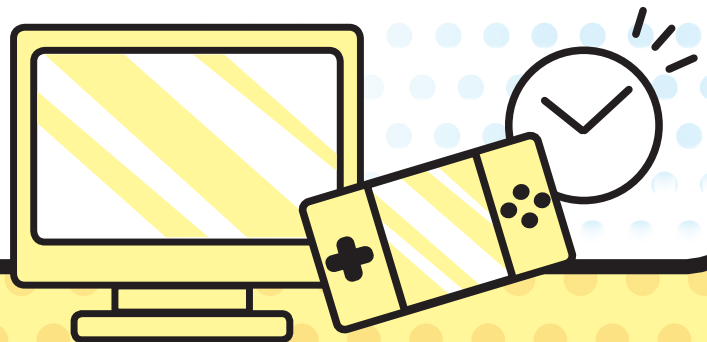
●問い合わせ

— も く じ —

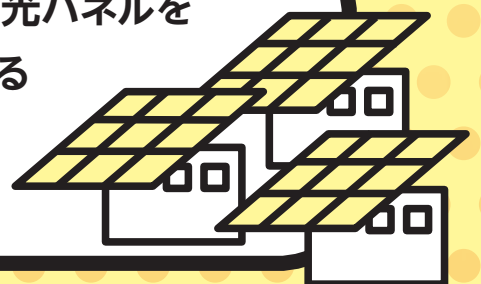
脱炭素シテル?	2
新型コロナワクチン接種情報、 マスクの着用3つのポイント	6
災害に備えて	7
子育て世帯に対する特別給付金、 不妊治療の助成を拡大	8
臨時特別給付金 (10万円)	9
新しい保険証の送付	10
国民健康保険税引き下げ	11
長野県知事選挙	12
自転車のルール遵守	14
松本市公式LINE受信設定、 指定管理者募集、 生ごみの出し方	15
情報チャンネル	16
8月の相談日	27
松本マラソン2022参加者募集 松本市美術館企画展	28



テレビを見る時間やゲームをする
時間を減らすように心がけている

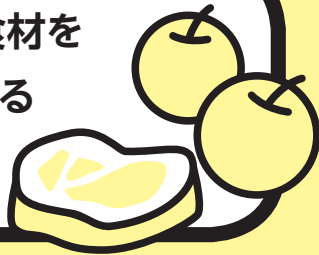


自宅に太陽光パネルを
設置している





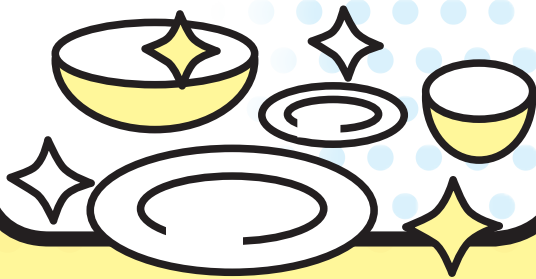
地元産の食材を
選んで食べる



プラスチックは
分けて
捨てる



毎食残さず食べる



水やお湯を
出しっぱなしに
しない



シテル?

このチェック項目は、電力や化石燃料の消費抑制、
食品ロスの削減など、二酸化炭素の排出量を減らす
取り組みの一例です。

なぜ今「脱炭素」なの?

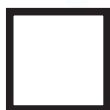
「脱炭素」に取り組まないとどうなるの?

なぜ松本市は、脱炭素社会の実現を目指すの?

あらためて、一緒に考えてみませんか。



「脱炭素」について
十分理解している



冷蔵庫の
開け閉めは
できるだけ
少なくしている



たくさんチェックが
ついたあなたは
「脱炭素シテル」人!
シテル人もシテナイ人も
次のページへ



危機的な状況

今こそ行動を！ 地球を守る「脱炭素」



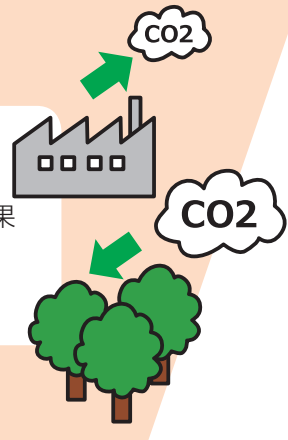
私たち人間の日々の暮らしが、地球温暖化に大きな影響を及ぼしています。急激な気候変動や生態系の破壊など、地球の環境は危機的な状況にあります。

地球温暖化の現状

気候変動に関する政府間パネル（IPCC）の報告によると、産業革命前と比べ、平均気温が1.09℃上がっていること、今後数十年の間に温室効果ガスの排出量が大幅に削減されない限り、21世紀中に1.5～2℃を超える可能性が非常に高いことが指摘されています。

脱炭素とは

二酸化炭素などの温室効果ガスの人為的な排出を抑え、吸収を強化すること



もしも、気温が1.5℃よりも上昇したら…

- ◆ほとんどの地域が極端な高温に
 - ◆海面水位の上昇
 - ◆夏季における北極の海氷の消滅（1.5℃だと100年に1回、2℃だと10年に1回）
 - ◆サンゴ礁への影響（1.5℃だと70～90%死滅、2℃だとほぼ全滅）
- ※IPCCの報告書から



数十年という長い時間軸の中で、わずかとも思える気温の上昇が、環境に大きな影響を与えます。

脱炭素社会を目指して

こうした状況を回避するため、2015年に採択されたパリ協定（地球温暖化対策の国際的な枠組み）で、世界的な平均気温の上昇を、産業革命前と比べて2℃より十分低く保つとともに、1.5℃に抑える努力を追求することが示されました。



ピンチをチャンスに

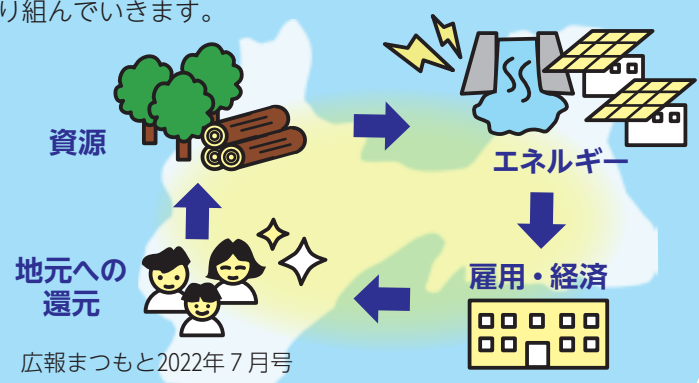
脱炭素は 未来への「投資」

「脱炭素」は、社会や産業構造を大きく転換するもので、世界各国が資金を投入し、力強い成長を生み出す分野となっています。

この分野は、地方都市にとっても人を呼び、雇用をつくり、収益を生み出すチャンスとなるものです。

松本市は、日照時間が長く、豊かな森林資源や水資源、多くの温泉が存在します。こうした地域資源を再生可能エネルギーに変換し、地域内での供給や雇用につなげ、地元へ還元することで、好循環を生み出していきます。

脱炭素社会への転換を、豊かさや幸せを実感できるまちづくりに向けた大きなチャンスと位置づけ、他に先駆けて、松本市はさまざまな施策に取り組んでいきます。



令和2年12月

松本市気候非常事態宣言

令和2年1月

「世界首長誓約／日本」に署名

4本柱で「脱炭素」



ゼロカーボンシティ

の実現を目指して

冒頭でチェックした行動は、とても些細なことでも、危機的状況の地球を守るにはあまり効果がないようにも思えます。しかし、一人ひとりが当事者意識を持ち、今できることから行動を積み重ねることがとても重要です。

市民と事業者と行政がそれぞれの力を結集して、地球を守り、地域経済の好循環を生む、脱炭素社会・ゼロカーボンシティの実現を目指します。

条例に基づいたさまざまな事業

4

地域エネルギー事業会社 設立検討

再生可能エネルギーを地域内で生産・調達・供給するための、中心的な役割を担う会社の設立に向け、専門的な視点から検討を行う調査を進めます。

全ての取り組みの根幹 / R4年6月

松本市ゼロカーボン実現条例の制定

ゼロカーボンを「まちづくりの大原則」として位置づけ、

「市、事業者、市民それぞれの責務」

「今後の施策の基本方針」

「実行計画の策定」などを定めるものです。

「実現」という言葉に込めた思い

「ゼロカーボン推進」ではなく、「実現」としています。これは、危機的状況を回避するためには時間の猶予がないこと、また、世界が脱炭素にシフトし、社会や産業構造の転換期を迎える今、松本市の強みを生かした成長に挑むという強い意思の表れです。



R4年4月

脱炭素先行地域に選定

4月、乗鞍高原が国の脱炭素先行地域に選ばれました。今後は、国からの財政支援を受けながら、脱炭素の取り組みを加速していきます。

今後は、**【山型】 乗鞍高原** **【街型】 波田駅周辺**

を脱炭素のモデルとして確立し、市内全域に広げていきます。



R4年2月

・コンソーシアムの設立

産（地元事業者など）、学（信州大学など）、官（松本市など）、金（市内金融機関など）が連携して、松本地域の脱炭素事業を支援する組織。

定例フォーラムや課題別の部会を通して、地域の脱炭素事業の具現化や発展を図ります。



→2050ゼロカーボンシティの実現を目指すことを表明

→パリ協定の目標達成に向け、地域から貢献する世界的な取り組みに参加

を進めます！





6月22日現在

最新の情報は、市ホームページをご覧ください▶



新型コロナワクチン接種情報

ノバックスワクチンの接種について

モデルナやファイザーにアレルギーがあり、接種を控えていた方も、この機会にご検討ください。

接種日	6月下旬から予約受付中	
回数	接種日	予約
1回目	7月8日(金) 午後4時～6時	7月6日(水) 24時まで
2回目	7月29日(金) 午後4時～6時	
3回目	7月8日(金) 午後4時～6時	7月6日(水) 24時まで
	7月29日(金) 午後4時～6時	7月27日(水) 24時まで

主な特徴

他の新型コロナワクチンと同様に有効性がありますが、比較的副反応が低いことが報告されています。

また、国内で生産および流通を行うワクチンです。

対象者

接種日時時点で満18歳以上で、かつ1・2回目、3回目未接種の方
3回目接種の場合は、2回目から6カ月経過している必要があります。

※4回目接種は対象外

4回目接種について

- 対象者**
 - ①接種日時時点で満60歳以上
 - 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
- 接種間隔** 3回目接種から5カ月以上
- ワクチン** モデルナまたはファイザー

- 接種券**
 - 3回目接種から5カ月を経過した18歳以上の方全員に発送
 - ※3回目接種から5カ月経過する頃を目途に順次発送中

ワクチン接種には発症予防や重症化予防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。

- 予約** 接種券が届いたら予約できます。
- 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】 小児科専用 Web (市ホームページから)・LINE・電話 (コールセンター ☎78-1700)

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)

マスクの着用 ～3つのポイント～

●問い合わせ 保健予防課 (県松本合同庁舎1階 ☎40-0702 ㊚40-0811)

夏場は、熱中症を予防するため、①「身体的距離」が確保できているか ②「屋外」か「屋内」か ③会話を行う / ほとんど行わないかなど、状況に応じてマスクの着脱を行いましょう。また、こまめに水分を補給しましよう。

	身体的距離が確保できない		身体的距離 (2 m以上) が確保できる	
	屋内	屋外	屋内	屋外
会話を行う				
会話をほとんど行わない				

※高齢者の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましよう。

- マスク着用推奨
- マスク必要なし

＼ 詳細はこちら /



市ホームページ

小学校就学前の子どものマスク着用について

- ◆ 2歳未満 (乳幼児) は、**マスク着用をすすめない**
- ◆ 2歳以上は、他者との**身体的距離にかかわらず、マスク着用を一律には求めない**

災害に備えて

●問い合わせ 消防防災課（本庁舎別棟 1階 ☎33-1191 ㊟33-1011）
危機管理課（本庁舎別棟 1階 ☎33-9119 ㊟33-1011）

台風などの大雨による災害が発生しやすい時期です。
災害が迫ったとき、置かれる状況は一人ひとり違います。情報の入手方法や避難経路を確認するなど、日頃から準備をしましょう。

◆事前の避難準備

①ハザードマップなどで危険な場所と避難場所を確認

※市ホームページ（二次元コードから）での閲覧ができるほか、消防防災課、地域づくりセンターで配布しています。



松本市ハザードマップ

②避難方法を考える

水平避難



家を離れて指定避難所など安全な場所へ避難

垂直避難



建物の2階以上で、山や崖から離れた部屋へ避難



昨年8月には市内で豪雨災害が発生！



▲波田地区の土砂流出



◀上高地線橋脚の傾き

③テレビやラジオ、インターネットで最新の気象情報を確認

④備蓄品や非常持ち出し品を準備しておく

◆災害情報を入手

①同報系防災行政無線

屋外スピーカー等を通じて、緊急・災害情報などを伝達します。

【放送の聞き逃しや、よく聞こえなかったら】

テレホンサービス

☎0120-07-8686、または ☎36-8686

で内容を確認できます。※48時間以内に放送されたもの

②松本安心ネット

事前に登録した電子メールに、緊急・災害情報などをお届けします。

登録方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

③松本市ホームページ、SNS

市ホームページでは、災害時は、トップページに災害情報を掲載します。

市公式SNSでは、登録すると災害時の情報をいち早く受け取ることができます。



◀市ホームページ SNS一覧

④松本市災害電話サービス

ご自宅の固定電話およびファクスに「避難・避難所に関する情報」「国民保護情報」をお知らせします。詳細は、消防防災課（☎33-1191）へお問い合わせください。

子育て世帯に対する特別給付金

●問い合わせ こども福祉課（東庁舎1階 ☎33-9855 📠36-9119）

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中、食費等の物価高騰に直面する子育て世帯の方々の生活を支援するため、新たに特別給付金を支給します。詳細は、お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

国 低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金

- ◆対象 ①ひとり親世帯（令和4年4月分の児童扶養手当受給者等）
②ひとり親世帯以外の子育て世帯（令和4年4月分の児童手当、または特別児童扶養手当の受給者で、令和4年度分の住民税均等割が非課税の子育て世帯等）
- ◆支給額 対象児童1人当たり一律5万円 ◆支払日 6月30日以降、順次
- ◆支給方法 児童扶養手当と同じ口座等へ振り込む予定です（一部要申請）。



松本市 子育て世帯への臨時特別給付金

市独自の制度です。松本市に住民登録があり、18歳以下の子どもがいる全世帯が対象です。

- ◆対象 平成16年4月2日以降に生まれた児童を養育する世帯
- ◆支給額 対象児童1人当たり一律1万円
- ◆支給方法 詳細が決まり次第、市ホームページ等でお知らせします。
- ◆支払日 8月末を予定



少子化対策 不妊治療の助成を拡大

●問い合わせ 健康づくり課（東庁舎2階 ☎34-3217 📠39-2523）

不妊治療は、体への負担に加え、経済的にも負担が大きい治療です。また、高度不妊治療は高額であるため、治療をためらう方も多いと思います。保険適用後の経済的な負担を少しでも軽減し、より多くの方に取り組んでいただけるよう、松本市は独自に助成制度を拡大しました。

令和4年4月から、国が**特定**不妊治療と**一般**不妊治療を**保険適用**としたことを受け、市で年度内にかかった医療費の保険適用後の**3割の自己負担のうち、30万円を上限に3分の2を助成**します。

◆助成のイメージ（治療費100万円の場合）



※実際にはイメージと異なる場合があります。
※高額療養費などの保険給付や差額ベッド代などの治療に関係のない費用は助成の対象外となります。
詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

◆相談窓口について

不妊・不育でお悩みの方は、専門の相談員がいる相談センターにご相談ください。

長野県看護協会 長野県不妊・不育専門相談センター

☎35-1012 毎週火・木曜日 午前10時～午後4時、
毎月第3土曜日 午後1時～午後4時
Eメール相談：funin@nursen.or.jp



住民税非課税世帯等に対する

臨時特別給付金 (10万円)



●問い合わせ 松本市臨時特別給付金コールセンター
(☎31-3111 ☏31-3786 午前8時30分～午後5時15分 ※土・日・祝日を除く)

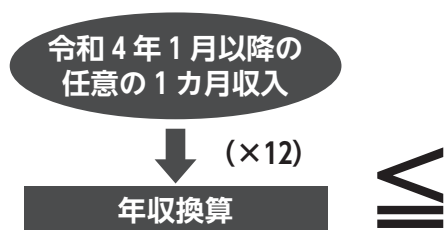
新型コロナウイルス感染症の影響で生活に困っている方への支援の強化として、住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金（以下「給付金」という）について、令和4年度課税情報を活用した給付を行います。

支給対象に該当する世帯は、期日までに申請書または確認書の提出が必要です。郵送による申請、口座振込による支給を基本としますので、ご協力をお願いします。

対象1：家計急変世帯

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和4年1月から9月までの間で、家計が急変し、世帯全員それぞれの1年間の収入見込み額が、住民税非課税水準に相当する額以下となる世帯

【判定方法のイメージ】



家族構成例	非課税相当限度額 (収入額ベース)	非課税相当限度額 (所得額ベース)
単身または扶養親族がいない場合	96万5,000円	41万5,000円
配偶者・扶養親族(計1人)を扶養している場合	146万9,000円	91万9,000円
配偶者・扶養親族(計2人)を扶養している場合	187万9,000円	123万4,000円
配偶者・扶養親族(計3人)を扶養している場合	232万7,000円	154万9,000円
障がい者、寡婦、ひとり親、未成年の場合	204万3,000円	135万円

- 令和4年1月以降の任意の1カ月の収入を12倍し、年収に換算して判定します。
- 収入の種類は、給与、事業、不動産、年金です（遺族年金など非課税の公的年金等収入は含みません。）。

申請方法

要件を満たす方は、申請が必要です。

※申請書は、各支所・出張所の窓口か市ホームページから

申請期限

9月30日(金)必着

対象2：住民税非課税世帯

① 令和3年度住民税均等割が非課税の世帯

- 世帯内の全ての方が、令和3年1月1日以前から松本市にお住まいの場合
➡令和3年1月以降に確認書を送付し、順次給付しています。
- 世帯内に、令和3年1月2日以降に転入した方がいる場合
➡申請書を令和4年2月以降に送付しています。給付金を受け取るには、申請が必要です。

② 令和4年度住民税均等割が非課税の世帯

※①に該当する世帯は、対象外

- 世帯内の全ての方が、令和3年12月10日以前から松本市にお住まいの場合
➡令和4年7月中旬に、確認書を送付しますので、必要事項を記入して、添付書類と一緒に提出してください。
- 世帯内に、令和3年12月11日以降に転入した方または令和4年度市民税未申告の方がいる場合
➡給付金を受け取るには、申請が必要です。
令和4年7月下旬に、申請書を送付しますので、必要事項を記入して、添付書類と一緒に提出してください。

申請期限

10月31日(月)必着 ※期限を過ぎると受け付けできませんので余裕をもって提出してください。

※すでに給付金（10万円）の給付を受けている世帯や、課税されている方の扶養親族等のみからなる世帯は対象外です。
※対象1、2を重複して受給することはできません。
※支給対象に該当する世帯のうち、書類が届かない場合や、配偶者や親族からの暴力等を理由に松本市に避難している方の支援措置については、お問い合わせください。

新しい保険証の送付

●問い合わせ

保険課（東庁舎 2 階）【国民健康保険】 ☎34-3203・☎39-2523 【後期高齢者医療保険】 ☎34-3216・☎39-2523）
または長野県後期高齢者医療広域連合（☎026-229-5320）

保険証は **7月中旬に郵送** します。届いたら、記載内容に誤りがないかご確認ください。新しい保険証は、8月1日から医療機関で提示してください。保険証などの送付先を住民票上の住所以外に希望する場合は、別途申請が必要です。

後期高齢者医療保険

10月1日から、一定以上の所得がある人は、医療費の**窓口負担割合が「1割」から「2割」**になる制度改正が行われるため、令和4年度は**保険証が2回送付されます**。有効期限をご確認の上、ご利用ください。

保険証は、長野県後期高齢者医療広域連合の黄色の封筒に1人分を入れてお送りします。

【昨年からの変更点・注意点】

第1回目（7月中旬発行）

- 色が黄色から**緑色**になります。
- 有効期限は**令和4年9月30日**です。

第2回目（9月中旬発行）

- 色が緑色から**桃色**になります。
- 有効期限は**令和5年7月31日**です。

※保険証を郵送ではなく来庁して直接受け取ることを希望する方は、本人確認の上、お渡ししますので、7月5日(火)までにお問い合わせください。

後期高齢者医療 窓口負担割合の見直し

被保険者の令和3年中の課税所得や収入額をもとに、世帯単位で判定します。

2割負担の基準

- 世帯の被保険者が1人の場合は、「課税所得28万円以上」かつ「年金収入＋その他合計所得金額が200万円以上」
 - 世帯の被保険者が2人以上の場合は、「課税所得28万円以上」かつ「年金収入＋その他合計所得金額の合計が320万円以上」
- ※課税所得とは、住民税納税通知書の「課税標準」の額
※年金収入には、遺族年金や障害年金は含みません。

国民健康保険

新しい保険証は、世帯主宛ての**水色の封筒**に世帯の国保加入者分を入れてお送りします。

【昨年からの変更点・注意点】

- 色が **鶯色** から **藤色** になります。
- 有効期限は **令和5年7月31日** です。

令和5年7月31日までに75歳になる方

満75歳の誕生日の前日が有効期限です。75歳の誕生日までに、長野県後期高齢者医療広域連合から新しい保険証が郵送されます。

8月1日で更新になります

自動更新されるもの ※7月中に発送

- 国民健康保険特定疾病療養受療証（有効期限の記載あり）
- 後期高齢者医療限度額適用認定証

更新手続きが必要なもの

- 国民健康保険限度額適用認定証

7月8日(金)以降に保険課か支所・出張所で申請してください。別世帯の方が申請する場合は、委任状が必要です。

【持ち物】

保険証、運転免許証（または通帳、診察券等2種類以上）、個人番号がわかるもの（通知カード、マイナンバーカード）

平成3年以來31年ぶり

国民健康保険税引き下げ

●問い合わせ 保険課 (東庁舎 2階 ☎34-3215 📠39-2523)

平成3年以來31年ぶりに税率の引き下げを行い、被保険者の皆さんの負担軽減を図ります。
納税通知書は **7月中旬に送付**しますので、ご確認ください。

詳細はこちら



市ホームページ

改正内容

◆所得割・平等割を引き下げ

所得割 (医療保険分) 9.1パーセント → **8.1パーセント (△1.0パーセント)**
平等割 (医療保険分) 2万2,700円 → **2万1,700円 (△1,000円)**

◆未就学児の均等割を引き下げ

全世帯の未就学児について均等割を **5割軽減**します。
※低所得者軽減が適用されている世帯は、軽減後の額から5割軽減となります。

◆課税限度額を引き上げ (所得の少ない世帯の負担を軽減)

医療分 63万円 → **65万円 (+2万円)**
後期高齢者支援金分 19万円 → **20万円 (+1万円)**

昨年度との税率の比較 ※網掛け部分に変更

令和3年度

区分	内容	医療保険分	後期高齢者支援金分	介護保険分
		全ての年齢に加算		40歳以上65歳未満に加算
所得割	加入者の前年の所得に乗ずる割合	9.1%	3.2%	2.6%
均等割	加入者1人あたりの年額	1万8,800円	6,500円	6,400円
平等割	1世帯あたりの年額	2万2,700円	7,400円	6,700円
課税限度額	上の3項目合計の上限額	63万円	19万円	17万円



令和4年度

所得割	加入者の前年の所得に乗ずる割合	8.1%	3.2%	2.6%
均等割	加入者1人あたりの年額	1万8,800円	6,500円	6,400円
	(未就学児の方1人あたり) ※軽減世帯の金額は異なります	(9,400円)	(3,250円)	—
平等割	1世帯あたりの年額	2万1,700円	7,400円	6,700円
課税限度額	上の3項目合計の上限額	65万円	20万円	17万円

モデルケース

	世帯構成 収入/月	R3年度(9.1%)	R4年度(8.1%)	改定差額
1	高齢者(65歳以上)2人世帯 国民年金6万円×2人	2万4,100円	2万3,800円	△300円
2	高齢者(65歳以上)2人世帯 厚生年金20万円+国民年金6万円	17万1,500円	16万2,000円	△9,500円
3	夫婦、未就学児1人世帯 給与23万円+給与(パート)4万円	34万7,800円	32万6,100円	△2万1,700円

※世帯構成、年齢、年収額等によって年税額は変動します。



※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

さあ、選挙に行こう！

8月7日(日)は 長野県知事選挙の 投票日です。



●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)

8月7日(日)は長野県知事選挙(任期満了:令和4年8月31日)の投票日です。
今回の選挙は、今後の県政を任せる人を選ぶ大切な選挙です。必ず投票に行きましょう！
長野県知事選挙に関する詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

松本市で投票できる方

松本市の選挙人名簿に登録され、投票日当日に選挙権を有する次の方が投票できます。

- 日本国民の方
- 18歳以上(平成16年8月8日以前に出生)の方
- 令和4年4月20日以前から松本市に住民登録のある方

※令和4年7月7日(木)までに市内で住所を異動され、転居届を提出された方は、転居後の投票所で投票できます。
7月8日(金)以降に転居届を提出された方は、転居前の投票所での投票になります。

県内で住所を異動された方

令和4年4月21日以降に、長野県内の他市町村から松本市へ転入届を提出された方(旧住所地の選挙人名簿に登録されている方)は、旧住所地の投票所で「引き続き長野県内に住所を有する旨の証明書」を提示、または引き続き長野県内に住所を有することの確認を受け投票することができます。

- 当日投票 8月7日(日)
- 期日前投票 7月22日(金)～8月6日(土)

※投票前に長野県外へ住所を異動された方は投票できません。

投票日当日の投票

■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。「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ので、ご自分の投票所をご確認ください。

■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。

■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。

期日前投票

期日前投票所では、備えつけの「宣誓書（兼請求書）」の記入が必要ですが、事前に投票所入場券の「宣誓書（兼請求書）」に記入してお持ちいただくとスムーズに受け付けができます。

開設場所	期 間	時 間
松本市役所 東庁舎 4 階、なんぶくプラザ、長野県松本合同庁舎、松本バスターミナル	7月22日(金)～ 8月6日(土)	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)	8月4日(木)～ 8月6日(土)	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	8月4日(木)～ 8月6日(土)	午前8時30分～ 午後6時

移動期日前投票所

若い世代や中山間地域の皆さんが投票しやすい環境を整えるために、タウンズニーカーのバス車内で投票することができる「移動期日前投票所」を開設します。



開設場所	期 間	時 間
松本大学	7月28日(木)	午前10時～午後4時
乗鞍体育館	7月29日(金)	午前9時～正午
安曇保健福祉センター		午後1時30分～4時30分
黒川渡公会堂	7月30日(土)	午前9時～正午
保平公会堂		午後1時30分～4時30分
JA松本ハイランド錦部出張所	7月31日(日)	午前9時～正午
消防団第26分団詰所		午後1時30分～4時30分
松本短期大学	8月1日(月)	午前10時～午後4時

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。

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。

要件や申請方法等の詳細は、市ホームページをご覧ください。また、選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。

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。

代理投票・点字投票

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。また、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。

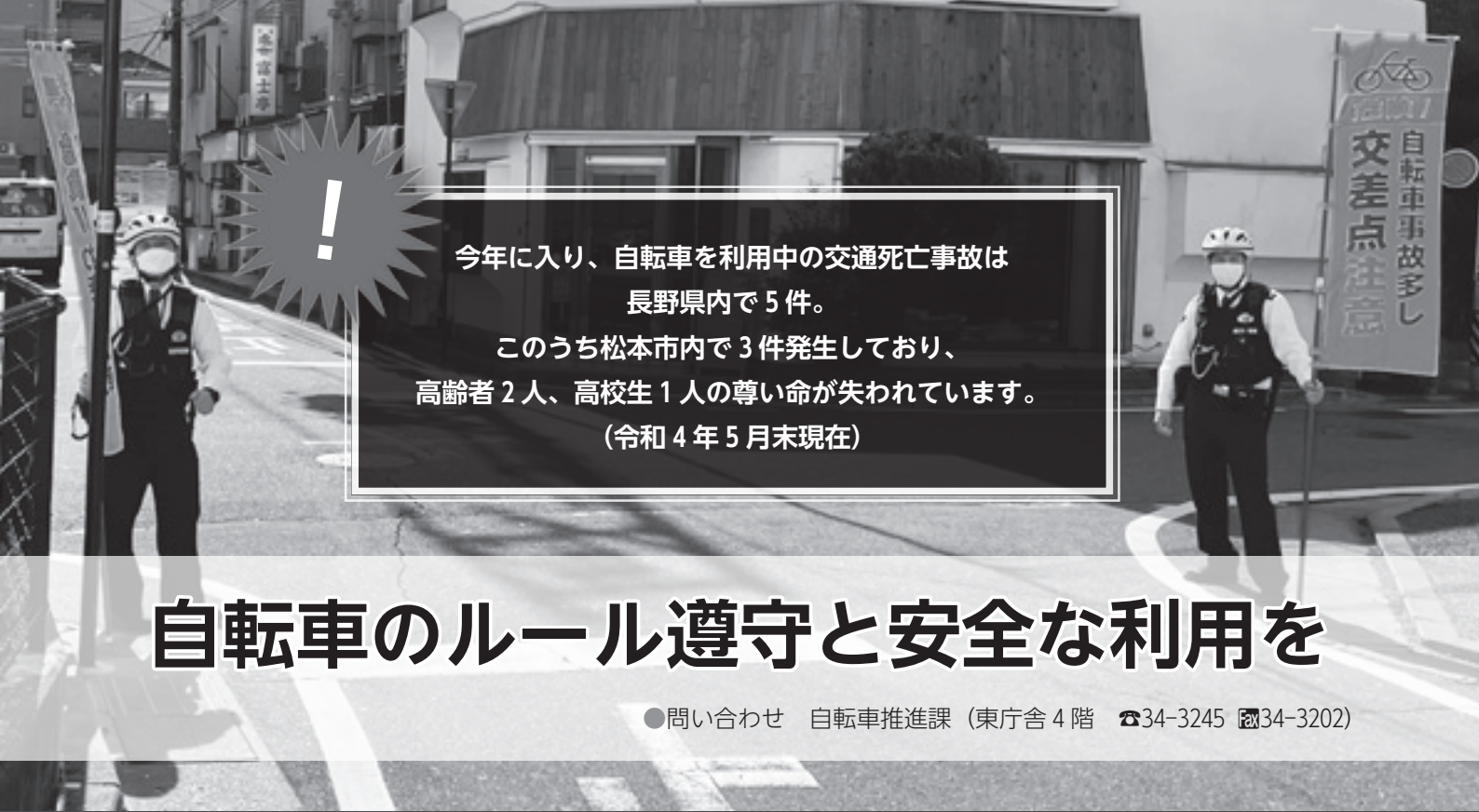
福祉サービスの利用

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。

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。



今年に入り、自転車を利用中の交通死亡事故は
長野県内で5件。
このうち松本市内で3件発生しており、
高齢者2人、高校生1人の尊い命が失われています。
(令和4年5月末現在)

自転車のルール遵守と安全な利用を

●問い合わせ 自転車推進課 (東庁舎4階 ☎34-3245 📠34-3202)

自転車のルール・マナーを守りましょう

自転車は、運転免許のいない身近な交通手段ですが、自動車やバイクと同じ「車両」です。平成29年から令和3年までの県内自転車事故の統計によると、**自転車事故の約7割は、自転車側のルール違反や間違った運転が原因**で起きています。また、自転車事故による死者のうち**致命傷の6割が頭部の怪我**によるものです。自転車乗車中にヘルメットを着用していなかった場合の致死率は、着用していた場合と比べて2.2倍高くなっています。自転車を安全に利用するために、通行ルールを守り、ヘルメットを着用しましょう。



交差点では「一旦停止」



自転車事故の多くは、交差点やその付近で発生しています。「一時停止」の標識のある場所はもちろんのこと、標識がなくても、見通しの悪い交差点では、必ず一時停止し、左右の安全を確認しましょう。

危険！ながら運転

スマートフォンや携帯電話を使いながらの運転は、運転者の視野を妨げたいへん危険ですので、やめましょう。また、イヤフォンを利用して音楽を聴くなど、周囲の音が聞こえない状態で自転車を運転してはいけません。



7月22日(金)～31日(日)は

夏の交通安全やまびこ運動

これから夏休みや行楽期を迎え、交通事故が多発する季節になります。車も自転車も運転する際は、思いやりをもった親切な運転で、交通事故防止に努めましょう。

スローガン 信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道

- 運動の重点
- ①夏休みの子供の交通事故防止
 - ②自転車のルール遵守と安全利用
 - ③高齢者と歩行者の交通事故防止
 - ④飲酒運転を始めとする悪質・危険な運転の根絶





松本市公式LINE 受信設定をお願いします

●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。

①メニューから「受信設定」をタップ

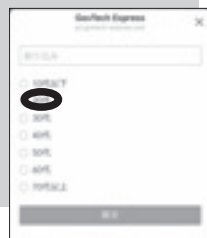
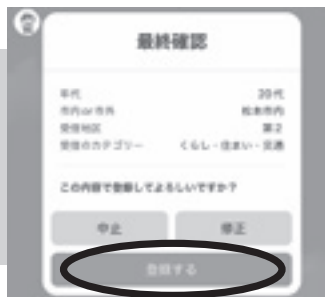


②画面のメッセージに従い、情報を選択

★質問回答時に認証画面が表示されたら、注意事項を確認の上、「許可する」を選択。**キャンセルの場合は絞り込み配信がされません。**



③全質問に回答し最終確認画面で「登録する」を押すと登録完了



令和5年度 指定管理者募集

●問い合わせ 各施設の担当課へ

指定期間満了や指定管理者制度を新規導入する公の施設について、指定管理者を募集します。

募集期間や募集要項、担当課などの詳細は、市ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

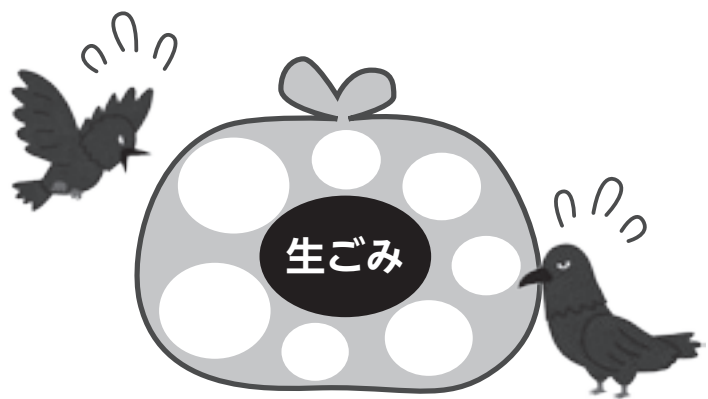


◆募集施設

施設名	施設数	施設名	施設数
乗鞍観光センター	1	市営松本城大手門駐車場	1
希望の家	2	粹水苑	2
岡田希望の家		粹川地域休養施設	
南部老人福祉センター	1	四賀球場	2
島内デイサービスセンター	2	野球場	
島立デイサービスセンター		四賀B&G海洋センター	2
田川デイサービスセンター	波田B&G海洋センター		
芳川デイサービスセンター	2	アルプス公園	3
東部デイサービスセンター		アルプスドリームコースター	
北部デイサービスセンター		山と自然博物館	
養護老人ホーム松風園	1	市立博物館	1
四賀環境学習の森	1	松本民芸館	1
リサイクルセンター	1		

カラスに荒らされない 生ごみの出し方を！

●問い合わせ 環境業務課（☎47-1096 📠40-1335）



カラスは、目が非常にいいため、食べ物が見えると集まります。生ごみ等を出すときは、水切りをして**新聞紙等に包むか、ごみ袋の中心に入れる**など、袋の外から見えないようにして出してください。

また、ごみステーションでは上からネットを被せ、さらにネットの下から潜り込まれないように、ネットの縁に鎖などで重りを付けると効果が上がります。

お知らせ

相談
募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

お知らせ 令和5年度小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。

☑ 令和5年4月に小学校に入学する新1年生

●条件=次の全ての条件に該当すること。①指定小学校までの通学距離が1.5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指定校の変更後も居住地の行事など、地域の活動に参加する

☑ 7月1日(金)~29日(金)の間に学校教育課へお越しください。指定校変更の可否については8月中旬に各家庭へ通知します。※その他の事情により指定校変更を希望する方は、ご相談ください。

☑ 令和5年4月に中学校に入学する方の受け付けは、8月1日(月)~31日(水)の予定です。各小学校を通じてお知らせします。

☑ 学校教育課 (大4 ☎33-9846 ☎34-3206)

お知らせ サマージャンボ宝くじは長野県内で買ひましょう

市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ(1等前後賞合わせて7億円)」が発売されます。この宝くじによる収益金は、都道府県ごとの販売実績により市町村に配分され、明るく住みよいまちづくりに使われます。ぜひ、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。インターネットでも購入できます。

●発売期間=7月5日(火)~8月5日(金)

●抽せん日=8月17日(水)

☑ 財政課 (本3 ☎34-3273 ☎33-1877)



お知らせ 国民年金保険料免除・納付猶予制度

収入の減少や失業等で、国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請をして承認されると保険料が免除や納付猶予される制度があります。

令和4年度(令和4年7月~令和5年6月)分の申請受け付けを7月1日(金)から開始します。免除等の申請は、継続審査で受け付けとなっている場合を除いて毎年申請が必要です。

なお、令和4年3月に大学などを卒業した国民年金の被保険者で、学生納付特例に引き続き免除等を希望する方は、改めて申請が必要です。

また、離職を理由として申請する場合は、離職日が確認できる書類が必要です。

「マイナポータル」からの電子申請もできます。郵送での受け付けも行っていますが、内容についてご本人へ連絡する場合があります。

☑ 本人確認書類、マイナンバーまたは基礎年金番号のわかるもの、雇用保険受給資格者証や離職票

☑ 市民課年金担当、支所・出張所、松本年金事務所、「マイナポータル」からの電子申請

☑ 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 松本駅周辺駐輪場が利用しやすくなっています

松本駅お城口広場とアルプス口広場の駐輪場で、一時利用の無料時間を30分から1時間30分に延長しています(12月31日(土)まで)。

また、工事のため長らく閉鎖していた中条自転車駐車場(無料)が4月1日から再開しています。松本駅周辺にお出かけの際は、ご利用ください。

☑ 自転車推進課 (東4 ☎34-3245 ☎34-3202)

お知らせ 事業復活支援金を受給された事業者の皆さんへ

国の「事業復活支援金」を受給された事業者を対象に、「松本市第6波対応事業者特別支援金」を給付しています。

当初、申請期間を7月末としていましたが、国の状況も踏まえて、8月31日(水)まで申請期間を延長します。事業復活支援金を受給済みで、市支援金の申請がお済みでない方は、お申し込みください。※国の「事業復活支援金」の受け付けは、終了しています。

☑ ①国が実施する「事業復活支援金」の給付対象者であり、すでに給付を受けている方 ②中小法人は、令和4年2月22日現在で市内に本店または主たる事務所を有すること ③個人事業者は、令和4年2月22日現在で本市の住民基本台帳に記録されている方

☑ 松本市第6波対応事業者特別支援金センター (☎87-3969)



お知らせ ペレットストーブ購入者に助成します

地球温暖化の抑制および木材利用の拡大を図るため、ペレットストーブ新規購入者へ補助金を交付します。補助要件等の詳細についてはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

☑ 市内在住、または事業所をお持ちの個人・事業者の方でこれから新たに設置される方

●補助内容=ストーブ本体の購入に要する費用の2分の1以内(上限10万円)

●補助予定台数=9台

☑ 7月15日(金)から森林環境課窓口で

☑ 森林環境課(梓川支所内 ☎78-3003 ☎78-3942)

※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 薬物の誘惑に絶対に負けないで！

麻薬・覚醒剤・大麻・危険ドラッグなどの乱用を防止するために「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を実施しています。長野県内では、若年層の大麻事犯が深刻な問題となっています。薬物乱用を身近な問題として考えてみませんか？

☎ 食品・生活衛生課（県松本合同庁舎 1階 ☎40-0704 ☎40-0811）

お知らせ 市税等 7 月末納期限 8 月 1 日(月)

納期限までに納付をお願いします。

- 固定資産税／令和 4 年度第 2 期
 - 国民健康保険税／令和 4 年度第 1 期
 - 後期高齢者医療保険料／令和 4 年度第 1 期
 - 介護保険料／令和 4 年度第 4 期
- ☎ 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）

お知らせ 認定新規就農者、認定農業者第 2 回目の申請受け付け

【認定新規就農者】

認定されると、青年等就農資金などの支援を受けることができます。

☎ 市内で新たに農業経営を開始しようとする方、および農業経営を開始してから 5 年以内の方で、18 歳以上 45 歳未満の方、または特定の知識・技能を有する 65 歳未満の方 ※いずれも一定水準の農業技術を習得していると認められる方（認定農業者は対象外）

【認定農業者】

認定されると、各種補助金等の支援を受けることができます。

☎ 自らの創意工夫で経営改善を進めようとする農業者の方

☎ 申・☎ 8 月 10 日(水)までに農政課（本 5 ☎34-3222 ☎36-6217）

お知らせ 顕著な成績をおさめた方は申請を

文化、スポーツなどの分野で、全国的に顕著な成績をおさめた団体や個人を、11 月 1 日(火)開催の「まつもと市民祭表彰式典」で顕彰します。

☎ 市内に所在する団体、または市内在住の個人（競技等の出身母体が市内にある場合は、市外在住の個人も対象）

● 基準＝令和 3 年 9 月 1 日～令和 4 年 8 月 31 日に行われた国際規模の各種競技会等で入賞した方、または全国規模の各種競技会等で最高賞を受賞した方

☎ 7 月 25 日(月)までに、大会要項の写し、表彰状の写し（または入賞結果がわかるもの）を添えて申請（期限以降に開催される競技会等は問い合わせの上、9 月 1 日(木)までに申請）

☎ 小・中学生（スポーツ関係は除く）は学校教育課（大 4 ☎33-9846 ☎34-3206）、スポーツ関係はスポーツ推進課（☎45-9511、☎45-1024）、その他は秘書広報室（本 2 ☎34-3200 ☎35-2030）へ

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相談を受け付けます。 ※要予約

☎ 7 月 30 日(土) 午後 1 時 30 分～ 4 時（3 時 30 分まで受け付け）

☎ 中町・蔵シック館

● 相談時間＝ 1 件 30 分まで

☎ 平日午前 9 時～午後 5 時（正午～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

☎ 長野県土地家屋調査士会事務局（☎026-232-4566）、市民相談課（本 1 ☎32-0001 ☎36-6839）

相談 「遺言・相続」無料相談会

司法書士制度 150 周年記念として、全国一斉に遺言・相続に関する相談を面談・電話・Web でお受けします。

☎ 8 月 7 日(日) 午前 10 時～午後 4 時 場 松本商工会館

● 面談相談＝要予約：長野県司法書士会ホームページの予約フォーム（7 月 8 日(金)受付開始）、または電話で長野県司法書士会へ

● 電話相談＝予約不要：☎0120-33-9279 ☎0120-448-788（いずれもフリーダイヤル）

● Web 相談＝要予約：長野県司法書士会ホームページの予約フォーム（7 月 8 日(金)受付開始）から

☎ 長野県司法書士会（☎026-232-7492）、市民相談課（本 1 ☎32-0001 ☎36-6839）

相談 相続登記特別無料相談

8 月 3 日は司法書士の日です。県内の各司法書士事務所でも相続登記に関する無料相談を受け付けます。

※要予約

☎ 8 月 3 日(水)～ 9 日(火) 午前 9 時～午後 4 時（土日を除く）

☎ 県内各司法書士事務所

☎ 相談を希望する県内各司法書士事務所に直接電話

☎ 長野県司法書士会（☎026-232-7492）、市民相談課（本 1 ☎32-0001 ☎36-6839）

相談 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。

☎・☎ ① 7 月 7 日(木)／松南地区公民館 1・2 会議室 ② 8 月 5 日(金)／駅前会館 1・2 中会議室 いずれも午後 1 時～ 4 時

☎ 長野地方法務局松本支局（☎32-2571 ☎32-2572）

お知らせ

相談 視覚障がいに関する無料相談・懇談会

視力に関わる困り事・不安な事・知りたい事・話したい事などに対し、松本視覚障害者福祉協会の者が相談に応じ、懇談を行います。

☎ 目が見えない・目が見えにくい人、その家族・友人・知人

📅 令和4年7月10日(日)
午前10時～午後3時

📍 Mウイング 3-1会議室

👤 5人以内

💰 無料

📄・☎ 協会担当者 前野 (☎080-1043-7315)、障がい福祉課(☎東1 ☎34-3212 ☎36-9119)

相談

募集

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相談に応じます。秘密厳守・匿名での相談も受け付けます。

📅 7月20日(水) 午後3時～6時

📍 Mウイング 3階ワーキングルーム

💰 無料

●相談員=長岡春奈氏

●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)

催し

スポーツ

健康・福祉

募集 松本市立病院職員採用試験

来年4月1日に採用する職員を募集します。

受験資格・募集人数等の詳細は、市立病院のホームページをご覧ください。

●応募期間=7月19日(火)まで

●試験日=7月30日(土)

●提出書類=採用試験申込書、履歴書、身上書、自己紹介書、資格を証明する免許証の写し、または卒業見込証明書

📄・☎ 松本市立病院 事務部病院総務課人事担当(☎92-3027 ☎92-3440)



芸術館

美術館

博物館

募集 総合体育館軽食喫茶コーナー使用者募集

☎ 総合体育館を利用する方を対象として営業できる方

●営業時間=施設の開館時間内(午前8時30分～午後9時)で別途協議

💰 998,295円/年 ※初期費用と水道光熱費、維持管理費は使用者負担

●休業日=毎週火曜日、12月29日～1月3日、令和5年10月～令和7年3月(改修工事のため)

●面積=167平方メートル

●営業開始可能日=9月1日(木)

📄・☎ 事前に連絡の上、7月29日(金)までに、所定の申請書をスポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)へ

募集 自衛官の採用試験案内

☎ ①陸・海・空自衛官候補生
②陸・海・空一般曹候補生
③海・空航空学生

●試験会場=陸上自衛隊松本駐屯地

●年齢資格=①②18歳以上33歳未満、③海航空学生:18歳以上23歳未満、空航空学生:18歳以上21歳未満

●1次試験=①②下記の問い合わせ先にご確認ください ③9月19日(月)

📄・☎ ①②7月1日(金)～9月5日(月)、③7月1日(金)～9月8日(木)に、それぞれ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

募集 まつもと文化遺産のロゴを選ぼう!

地域の大切な文化財をまとめて認定する「まつもと文化遺産」のロゴ選定をSNS「まつもとの文化財」で実施しています。詳細は、市ホームページをご覧ください。



📅 7月1日(金)～31日(日)

☎ 文化財課(☎大6 ☎34-3292 ☎34-3299)

募集 松本市森林再生市民会議運営委員を募集

市民と森林の距離を近づけるためのイベントの企画や、松本市の森林再生につながる長期ビジョン策定を行う運営委員会の委員を募集します。

☎ 市内在住の方

👤 3人程度

●任期=令和7年3月まで(3カ年)

●選考方法=小論文による一次選考後、面接による二次選考で決定

📄 7月15日(金)までに、市ホームページに掲載の申込書と小論文(「森林・林業・里山」をキーワードとした文書(800字程度))をメール等で森林環境課へ

☎ 森林環境課(梓川支所内 ☎78-3003 ☎78-3942 ☎ shinrin-k@city.matsumoto.lg.jp)



募集 男女共同参画に関わる委員を募集

男女共同参画のために必要な施策の調査審議を行う、松本市男女共同参画推進委員を募集します。

☎ 18歳以上の市内に居住・通勤・通学されている方で、平日昼間の会議に出席できる方

👤 若干名

●任期=令和4年委嘱日～2年

📄・☎ 8月1日(月)必着で、レポートタイトル「男女がともに暮らしやすい社会づくり」をテーマに400字程度にまとめ、住所・氏名・職業・電話番号を明記の上、人権共生課(☎390-0811 中央1-18-1 ☎39-1105 ☎37-1153 ☎ kyousei@city.matsumoto.lg.jp)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。

募集 令和5年松本市成人式の 実行委員を募集

新成人による実行委員会を組織し、成人式の企画・運営（記念品選定、パンフレット作成、当日の式典進行など）を行います。

- 対 今年度20歳を迎え、令和5年1月8日(日)に開催予定の松本市成人式に出席する方
- 日 実行委員会は、8月から12月までの間、月1回程度開催予定
- 場 なんなんひろば ※オンラインでの参加も可
- 定 13人
- 申・問 7月28日(木)までに、電子メール、電話、またはファクスで青少年ホーム（なんなんひろば内 ☎26-1083 ☎25-5337 ✉ms-home@city.matsumoto.lg.jp）へ

募集 特別養護老人ホーム 職員を募集

受験資格、申込方法等詳細は、組合に直接問い合わせるか、組合ホームページで確認してください。

※【現在募集中の会計年度任用職員】
介護職員

対 【令和5年度に採用する正規職員】
看護職員、生活相談員、介護支援専門員、介護職員、機能訓練指導員、栄養士

●勤務場所＝松本市、塩尻市、東筑摩郡、木曾郡にあるいずれかの組合施設

問 7月11日(月)～8月19日(金)に、松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局（☎53-5000 🌐https://aohato.com/）へ

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。

問 教育文化センター
（☎32-7600 ☎32-7604）



催し ファミリーサポートセンター 北西部交流会

会員同士の親睦を図るため、交流会（茶話会、こどものヘアカット講習会）を行います。

- 対 会員以外の方、協力会員として支援を考えている方も参加できます。
- 日 7月27日(水) 午前10時～11時30分（9時45分から受け付け）
- 場 松南地区公民館 3階大会議室
- 定 20人（要予約）
- 料 無料
- 講 等々力潤子氏／美容師
- 申・問 電話かファクスでファミリーサポートセンター事務局（東別1 ☎34-3308 ☎34-3309）へ

催し ネイチャリングフェスタ 2022

アルプス公園で各種ネイチャーゲーム、クラフト体験やロープ結び体験、オリエンテーリングなどを開催します。また、信毎メディアガーデンをサテライト会場として夏休み昆虫教室を開催します。

- 日 7月17日(日)・18日(祝)
午前10時～午後4時
- 場 アルプス公園、信毎メディアガーデン
- 料 無料 ※一部有料のものあり
- 申・問 一部事前申し込みが必要。
詳細は、ネイチャリングフェスタ実行委員会事務局（信濃毎日新聞松本本社事業部内 ☎32-5560 ☎32-5580）へ

催し 人権映画の日

- 日 ①7月6日(水) 午後1時30分～3時20分 上映作品／ソーン・ランの響き ②8月3日(水) 午後1時30分～3時 上映作品／ピリペンコさんの手づくり潜水艦
- 場 Mウイング 3階ネットワーク室
- 定 先着20人（要予約）
- 料 無料
- 申・問 人権共生課（☎39-1105 ☎37-1153）

催し オンライン「夏休み・水の研究お助け隊」

紙の溶け方の実験、微生物の観察などを通して、水の大切さを学びます。Zoomを使用したオンライン講座です。

- 対 市内の小学校に通学する4年生とその兄弟、保護者
- 日 8月4日(木) ①午前10時～11時 ②午後2時～3時
- 定 先着40組（各回20組）
- 料 無料
- 申 7月6日(水)～15日(金)に市ホームページから
- 問 宮津浄化センター（☎32-5169 ☎37-1155）



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、生ごみとなる野菜くずや果樹の皮などを、ダンボール箱を使って簡単な方法で堆肥にします。

- 対 市内在住・在勤の方
- 日 7月25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
- 講 中嶋知史氏
- 申・問 7月11日(月)から、電話かファクスで環境業務課（☎47-1096 ☎40-1335）へ

催し 松本市図書館 スタンプラリー

本を借りるとスタンプがもらえます。3個でカードケース(数に限りあり)をプレゼント。全館分11個集めると抽選でオリジナル図書袋が当たります。

- 日 7月23日(土)～11月30日(水)
- 場 市内図書館
- 特 図書館利用者カード ※利用者カードをお持ちでない方は、利用者登録をお願いします。
- 問 中央図書館（☎32-0099 ☎37-1148）

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

催し エコスクール開催

環境・地域エネルギー課 (東4)
 ☎34-3268 ㊟34-3202



【森の自然たいけん】

自然観察、木工教室を行い、森林の役割や楽しみ方、木の特徴について学びます。

対 市内在住の小中学生と保護者

日 7月28日(休)
午前9時～午後1時

場 長野県林業総合センター (塩尻市片丘5739)

定 20人 料 無料

講 寿さと山くらぶ、NPO法人わおん

申 7月11日(月)までに、市ホームページの応募フォームから

【川の生きもの観察会】

対 市内在住の小学3年生～中学生と保護者

日 7月30日(土) 午前9時から正午

場 島内公民館 (事前講座) 車屋せぎ (観察会)

定 20人 料 無料

講 西谷友孝氏、味澤伸輔氏/株式会社環境技術センター

濱幾郎氏/島内・町地域総合環境向上協議会

申 7月11日(月)までに、市ホームページの応募フォームから

【ペットボトルから繊維をつくろう】

ペットボトルのリサイクルの仕組みを学び、実験を行います。

対 市内在住の小中学生と保護者

日 ① 8月2日(火)

② 8月4日(木)

いずれも午後1時30分～3時30分

場 環境技術センター (笹賀5652-169)

定 各10人 料 500円

講 (株)環境技術センター

申 7月19日(火)までに、市ホームページの応募フォームから

【エネルギーの創・蓄・省 ソーラーライト作り】

再生可能エネルギーやLEDの仕組みについて学び、ソーラーライトを工作します。

対 市内在住の小学4年生～中学生と保護者

日 8月9日(火) 午前10時～正午

場 庄内地区公民館

定 20組 料 800円

講 (株)パナソニック

申 7月26日(火)までに、市ホームページの応募フォームから

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、ご家庭で不要になった食品を集めます。

日 ① 7月21日(木) 午前10時～午後1時 市役所東庁舎 1階玄関横

② 7月24日(日) 午前11時～午後4時 中町商店街

●寄付いただきたいもの=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、1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2020年産以降のもの

環境・地域エネルギー課 (東4)
 ☎34-3268 ㊟34-3202

催し セミの抜け殻を探せ！ 2022 in松本

長野県が主催する「自然ふれあい講座」みんなで温暖化ウォッチ～セミの抜け殻を探せ！2022 in 松本～を開催します。



対 小学生

日 8月4日(木) 午前9時～11時

場 アルプス公園内森の入口休憩所

定 20人 料 無料

他 詳細は、長野県環境保全研究所 (☎026-239-1031) へお問い合わせください。

申 7月6日(水)より、申し込みフォームから

環境・地域エネルギー課 (東4)
 ☎34-3268 ㊟34-3202

催し 第23回子どものためのセタコンサート「天の川」

幼いころからクラシック音楽に親しむためのピアノコンサートです。

日 7月9日(土) 午後3時～5時 (午後2時30分開場)

場 あがたの森文化会館 講堂ホール

定 50人 料 無料

講 ヤスヨ・テラシマ・ヴェアハーン氏 (ドイツ在住)

場 あがたの森文化会館 (☎32-1812 ㊟33-9986)



情報公開制度の実施状況

令和3年度の実施状況をお知らせします。

市政資料の閲覧・コピーサービス(有料)は、本庁舎1階の行政情報コーナーで行っています。

●問い合わせ

行政管理課 本庁舎3階
 ☎33-4770 ㊟33-1877

【公文書公開制度】

法令で公開を禁止等されているものを除き、請求により公文書を公開します。

◆請求件数 220件 (文書数1,630件)

※全部公開434文書、部分公開1,149文書、非公開3文書、取下げ11件、不存在33件

【個人情報保護制度】

市が業務上管理している個人の情報について、本人、または後見人等が開示・訂正・削除・利用中止の請求ができます。ただし、法令により開示、訂正等ができない場合があります。

◆請求件数 62件 (記録数87件)

※開示59文書、部分開示17文書、訂正拒否1件、不存在10件

※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。

催し 第3回美ヶ原高原自然観察会

美ヶ原高原の中で、自然に触れ、自然の仕組みや大切さを学ぶ観察会を行います。

日 8月11日(祝)

午前10時～午後3時

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

定 20人 (バス乗車数)

料 500円

講 美ヶ原高原パークボランティア

申・問 7月11日(月)～19日(火)に、美ヶ原観光連盟事務局 (大5 ☎34-8307 ☎34-3049) へ

催し 令和4年度松本市ボランティア交流集会

蟻ヶ崎高校書道部による書道パフォーマンスと、芸能ボランティアのステージ発表(炊き出しキャラバン隊のお披露目を予定)を行います。

日 8月11日(祝)

午前10時～午後0時30分

場 松本市総合社会福祉センター4階大会議室

定 120人

料 無料

申・問 電話かファクスで松本市社会福祉協議会地域福祉課 (☎27-3381 ☎27-2239)、または市民活動サポートセンター (大2 ☎・☎88-2988) へ

催し 高校生向け手話教室

指文字、簡単な単語、日常会話などを楽しく学びます。



対 高校生

日 8月8日(月)・9日(火)・12日(金)

午前10時～正午

場 Mウイング 4-3会議室

定 20人

料 無料

申・問 7月6日(水)から生涯学習課・中央公民館 (☎32-1132 ☎37-1153 ☎gakushu@city.matsuyama.lg.jp) へ



催し 緑陰講座(第5回)「グランドカバーの話」

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。

対 市内在住・在勤の方

日 8月6日(土) 午後1時～3時

場 あがたの森公園内「緑の相談所」

定 先着20人

料 無料

他 参加者に鉢花をプレゼント

申・問 7月7日(木)～29日(金)までに、電話で公園緑地課 (大6 ☎34-3254 ☎34-3299) へ

YouTube

『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。

催し トライあい・松本主催講座

対 市内在住・在勤の方 ※応募多数の場合は抽選

場 トライあい・松本 研修室

定 4人。1歳以上未就園児。300円/回

申・問 7月28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



【医療事務講座 全21回】

日 8月19日～11月18日の火曜日と金曜日(9月22日・10月13日は木曜日) 午前9時30分～正午

定 15人 料 2万7,440円

講 ㈱ニチイ学館 講師

【色彩検定3級受験対策講座

全10回】

日 8月24日～10月26日の水曜日 午前10時～正午

定 16人 料 7,835円

講 町田眞喜子氏/エコールデココ 認定講師

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 八紙堂ビル4階

広告

催し 松本城の歴史・夏休み子ども勉強会

松本城の周辺を歩きながら、松本城や城下町について学びます。※雨天中止。天守内の見学はありません。

対 市内の小学校に通学する、小学3年生以上と保護者

日 7月30日(土) 午前8時30分～10時(午前8時から受け付け)

場 松本城太鼓門集合

定 先着20組

料 無料

他 公共交通機関でお越しください。

申 7月6日(水)午前9時から電話で文化財課城郭整備担当(☎31-3369 ☎32-2904)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。お問い合わせください。


総合体育館
 ☎32-1818
 ☎36-9394


ラーラ松本
 ☎48-1110
 ☎48-1355


柔剣道場・弓道場
 ☎36-0834
 ☎50-6613


波田B&G海洋センター
 ☎91-1055
 ☎91-1056


野球場スポーツ教室
 ☎46-5555
 ☎75-3727



スポーツ 親子体操教室 (中期)

親子で遊びながら楽しく体を動かします。

対 市内在住の未就園児(平成30年4月2日～令和2年4月1日生)と保護者

日 8月25日～10月27日の木曜日 午前10時～11時30分(全10回)

場 総合体育館

定 先着50組(100人)

料 3,200円

他 はだしで運動します。

申・問 7月28日(木)～8月4日(木)の午前9時～午後5時に、電話、ファクス、電子メール、電子申請でスポーツ推進課(☎45-9512 ☎45-1024 ☎taiiku@city.matsumoto.lg.jp)へ



スポーツ シニア健康教室 (中期)

対 市内在住・在勤の40歳以上の方

日 8月25日～10月27日の木曜日 午後1時～3時(全10回)

場 総合体育館

定 先着70人 **料** 2,400円

申・問 7月28日(木)～8月4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 松本市・鹿児島市文化・観光交流都市デー

文化・観光交流協定を結ぶ鹿児島市がブースを出展し、観光パンフレット等の配布を行います。抽選会では鹿児島市の特産品が出品されます。

日 7月17日(日) 午後6時キックオフ(福島ユナイテッドFC戦)

場 サンプロ アルウィン

料 観戦する場合は有料(入場券が必要)

問 スポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)

スポーツ VC長野 [バレーボールクリニック]

VC長野トライデンツの選手によるバレーボール指導と、第一生命保険会社による健康チェックを行います。

対 小学生および成人(性別不問) ※ネットは、ママさんバレーの高さに合わせます。

日 7月16日(土)
小学生：午後1時30分～2時30分
成人：午後3時～4時30分

場 総合体育館

定 各80人

料 無料

講 VC長野トライデンツ現役選手

申 参加申込書を第一生命保険会社担当者へ提出、または二次元コードから

問 スポーツ推進課(☎45-9511 ☎45-1024)



申し込みフォーム



市ホームページ

広告

\そのお悩み/\

フロンティア・スピリット

にお任せください!



空き家
売却・賃貸



家の解体

不用品
片付け

松本市空き家バンク登録事業者です
本社 | 松本市大字和田 4709

電話受付 ☎ **0263-40-0530**

8時-17時 担当 | 木村
〔第2土・日・祝日休〕

ソライエ信州
web.f-spirit.jp



※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。

スポーツ 松本市女子野球 タウンフォーラム

女子野球タウン認定
記念として、記念講演
とシンポジウムを開催
します。



- 📅 8月9日(火)
午後6時～8時
- 📍 ホテルブエナビスタ2階「メディア
アール」
- 👤 100人
- 🗣️ [記念講演] 山田博子氏/全日本
女子野球連盟会長
[パネリスト] 日本代表選手やジ
ェンダー研究者等
- 📞・📧 7月1日(金)から、電話、また
は電子メールでスポーツ推進課
(☎45-9511 📠45-1024) へ

スポーツ ボッチャ体験会

ジャックボールと呼
ばれる白い球に青・赤
の球をどれだけ近づけ
られるかを競います。



- 👤 小学生以上で、市内在住・在学・
在勤の方優先
- 📅 7月30日(土)
午後2時～3時30分
- 📍 寿体育館
- 👤 10人 ※要事前申し込み
- 🗣️ 高野雅也氏/パラアスリート
- 📞・📧 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 市民スポーツ大会夏季大会 水泳競技の参加者募集

👤 市内在住・在学・
在勤の方、およびク
ラブ在籍者



- 📅 8月28日(日)
午前8時45分～
- 📍 松本市民プール
- 💰 小・中学生/1人1種目150円
高校・一般/1人1種目400円
- 📅 8月4日(休)正午までに、大会要
項をご確認の上、協会窓口(平日
午前8時30分～午後5時15分)、
またはホームページから。要項は
窓口で確認するか、ホームペー
ジをご覧ください。
- 📞 松本市スポーツ協会 (☎32-7056
📠32-7452)

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
- 📅 7月30日(土) 午後2時～4時
- 📍 寿体育館
- 👤 30人 ※要事前申し込み
- 📞・📧 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



健康福祉 介護サービス利用者負担 軽減の更新手続き

介護保険負担限度額認定証(緑色)
と社会福祉法人等利用者負担軽減確
認証(藤色)の有効期限は7月31日
までです。

- 👤 引き続き要件に該当する方は更新
の申請をお願いします。
- 📞・📧 高齢福祉課 (📍本北1 ☎34
-3213 📠34-3016)

健康福祉 介護保険料・後期高齢者 医療保険料のご確認を

7月中旬に対象者の皆さんに各保
険料の納入通知書をお送りしますの
で、内容をご確認ください。

- 📞 保険課 (📍東2 ☎34-3215 📠39
-2523)

健康福祉 松本市ひとり親家庭福祉会 「おしゃべり広場」

気楽にお話をしながら交流を深め
ます。

- 👤 市内在住のひとり親家庭の親子
- 📅 7月16日(土) 午後3時～5時
(ご都合の良い時間にお越しくだ
さい)
- 📍 なんなんひろば(和室)
- 💰 無料
- 👤 申し込みは不要ですが、感染症の
流行により中止となる場合もあ
りますので、前日にお問い合わせ
ください。
- 📞 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)

3億解答以上の学習ビッグデータで
「伸びる」を科学する次世代学習塾。

THINX



シンクス
全国初、松本に
2校開校!

夏期講習
無料!!

- 松本駅前校 松本市中央1丁目11-11
センターイン伊勢町ビル2F
- 松本沢村校 松本市沢村1丁目14-28

お問い合わせ 0120-962-381 シンクス 検索 www.thinx.info

事業者:atama plus株式会社

広告

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

芸術館

美術館

博物館

芸術館 チャオ！バンビーニ2022 『気づかイルシー』

松尾スズキの絵本が原作の音楽劇です。待望の松本再演。

8月23日(火) 午後6時30分開演
 8月24日(水) 午後2時開演

場 芸術館 小ホール

料 一般/4,500円、25歳以下/2,000円 (枚数限定)、おやこ券/6,000円 (枚数限定。一般1人+25歳以下1人) ※全席指定。3歳未満入場不可

- 原作=松尾スズキ
- 脚本・演出=ノゾ工征爾
- 出演=岸井ゆきの、栗原類 ほか
- 申・問 芸術館チケットセンター (☎33-2200 ☎33-3830)

芸術館 まつもと演劇工場オープンファクトリー2022

「まつもと演劇工場」の番外編として、演劇を体験する5日間のワークショップを開催します。詳細は、ホームページをご覧ください。

対象 中学生以上
 日 8月6日(土)・7日(日)・19日(金)・20日(土)・21日(日)

場 Mウイング他 ※会場は変更になることがあります。

定 15人程度(応募多数の場合は抽選)
 料 一般/4,000円、18歳以下/2,500円
 講 加藤直氏/劇作家、演出家、まつもと演劇工場・工場長

申 7月5日(火)午前10時~19日(火)午後11時59分までに電子メールで、まつもと演劇工場係(☎ tf_next@mpac.jp)へ

問 芸術館 (☎33-3800 ☎33-3830)

芸術館 チャオ！バンビーニ2022 カutting・エッジ狂言

400年以上の歴史を誇る、茂山千五郎家による新感覚狂言。有名な古典作品から新作まで、ご家族でお楽しみいただけます。

8月28日(日) 午後2時開演

場 芸術館 小ホール

料 一般/3,000円、18歳以下/1,000円 (枚数限定) ※全席指定、未就学児入場不可

●出演=茂山千五郎、茂山宗彦、茂山茂、茂山逸平、茂山千之丞

申・問 芸術館チケットセンター (☎33-2200 ☎33-3830)

芸術館 バックステージツアー 参加者募集

普段の公演では見ることができない主ホールの舞台裏をご案内します。

対象 階段で高所の登り降りのできる方。未就学児の参加不可。小学生の参加は保護者同伴

日 7月21日(木) ①午後2時 ②午後6時30分、7月22日(金) ③午前10時 ※所要時間70分程度

定 各回15人(応募多数の場合は抽選)

料 200円

申 7月6日(水)までに、往復はがきに
 ①希望の日時(第2希望まで)
 ②参加者全員の氏名・年齢(1通3人まで) ③住所・電話番号(複数で申し込みの場合は代表者のみ)をもれなく記入の上、バックステージツアー係(〒390-0815 深志3-10-1)へ ※消印有効

問 芸術館 (☎33-3800 ☎33-3830)

美術館 ギャラリー使用の連絡調整会議

令和5年度の美術館使用の日程を決める連絡調整会議を開催します。※要件の事前確認があります。詳細は、お問い合わせください。

対象 美術団体の県支部展、県規模の展覧会、団体などの周年記念展等の展覧会。

●対象会場=市民ギャラリーA・B、多目的ホール

申・問 8月5日(金)までに美術館 (☎39-7400 ☎39-3400) へ

美術館 エッチング入門講座

企画展「草間彌生 版画の世界」関連イベントとして開催します。

エッチングとは、銅を腐食させて版を作る技法で、草間彌生さんの版画にも使われています。本講座では実際に製版し、プレス機で刷ります。

対象 中学生以上

日 8月4日(木)・5日(金) 午前9時30分~午後4時30分 ※2日連続の講座

場 美術館 講座室・市民アトリエ、版画室

定 10人

料 800円

講 久保田一夫氏

申・問 7月12日(火)から電話で美術館 (☎39-7400 ☎39-3400) へ



広告



【ステラ松本店】
 〒390-0821
 長野県松本市筑摩 1-13-20
 宏栄ビル 201

私たち仲人に婚活のすべてをお任せください
1年以内の結婚を考える方の
結婚相談所

成婚実績数 3,035名

※2022年4月現在調べ

全国会員数 12万人越え

※2022年3月現在調べ



ご本人様・親御様 無料相談会実施中! ☎0263-31-0855 営業時間 10:00~18:00 火・水定休日

※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。

美術館

美術館ギャラリー等展覧会情報

詳細は、各問い合わせ先へ

事業名等	会期	会場	入場料	問い合わせ
第74回中信美術展	7月2日(土)～10日(日) ※4日(月)休館	企画展示室 市民ギャラリーA・B 多目的ホール	大人300円 高・大学生、中学生以下、 70歳以上、障がい者と介助 者1人無料	古畑☎090-3069-6466
松本市芸術文化祭参加 松本詩人会 平和を祈る詩の展示会・朗読会	7月18日(祝)～24日(日) ※19日(火)休館	市民ギャラリーA・B	無料	小岩井☎32-1132
松本安曇野住宅建築展	7月15日(金)～18日(祝)	多目的ホール	無料	中山☎090-1634-9429
第12回長野一水会展	7月27日(水)～31日(日)	市民ギャラリーA・B 多目的ホール	無料	小松☎090-2226-8024
第15回地域現代作家代表作展	8月2日(火)～14日(日)	市民ギャラリーA・B 多目的ホール	無料	藤井☎32-1670

美術館

梓川アカデミア館 催事情報

☎ アカデミア館 (☎78-5000 ☎78-5101)

【梓川中学校 美術部展

～Life is Art～

☎ 7月6日(水)～10日(日)
午前9時～午後5時
(最終日午後4時まで)

¥ 無料

【切り絵体験ワークショップ】

デザインカッターナイフを用いて、
絵画や植物をモチーフにした切り絵
を制作します。

☎ 小学生以上

☎ 8月4日(木) ①午前10時～正午
②午後1時～3時30分

定 各回先着10人

¥ 各回400円 ☎ 青木昭博氏

申 7月20日(水)午前9時から、電話
でアカデミア館へ

美術館

友の会ワークショップ 人物(着衣)デッサン会

☎ 高校生以上

☎ 7月16日(土)
午前9時30分～午後4時30分
(午前9時から受け付け)

場 美術館 講座室・市民アトリエ

定 25人

¥ 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 岩垂正美氏、中村石浄氏、山田和
夫氏

申・☎ 電話で美術館 (☎39-7400 ☎
39-3400) へ



美術館

インスタント建築 カラフルテープでつくろう

美術館の柱から柱に
さまざまな色のテープ
を結んで中庭に壁をつ
くります。



☎ 小学生以上

☎ 7月17日(日) 午後1時～4時

場 美術館 中庭 (市民アトリエ集
合)

講 松本安曇野住宅建築展実行委員
会

他 動きやすい服装でお越しください。

申 電話、または申し込みフォームか
ら

☎ 美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)



あなたの「学びたい」を応援します

1科目だけでも
学べます

10月入学生募集中!

出願期間 9月13日(火)まで

手軽で 自由で 経済的

 放送大学

お問い合わせ
資料の請求は

長野学習センター
諏訪市諏訪1-6-1 アーク諏訪3階
☎ 0266-58-2332



広告

お知らせ

相談

募集

催し

スポーツ

健康・福祉

美術館

博物館

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▶



考古博物館 ☎86-4710 ☎86-9189

【夏休み古代まると体験講座】

①夏休み縄文実験室（トチの実のあく抜きや、土器を使った湯沸かしの比較実験。詳細は、ホームページをご覧ください）

②土器風ランプ作り

対 ①小学4年生以上中学生以下 ②どなたでも

日 ①7月30日(土)、31日(日) いずれも午前9時30分～午後3時

②8月4日(木) 午前10時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分の2回

定 ①各回先着10人 ②各回先着12人

料 ①200円 ②300円

申 ①7月13日(水)午前9時から、②7月20日(水)午前9時から電話で当館へ

【弓矢作り講座】

対 小学4年生以上

日 8月6日(土)、7日(日) いずれも午前10時～正午

定 各回先着10人 料 500円

申 7月20日(水)午前9時から電話で当館へ

窪田空穂記念館 ☎48-3440 ☎48-4287

【窪田空穂生家でプロ棋士指導の子ども将棋教室】

対 小・中学生

日 7月23日(土) ①午前の部 午前10時～正午 ②午後の部 午後1時～3時

場 窪田空穂生家 定 各回先着約20人

料 無料 講 石川陽生七段ほか

申 7月22日(金)までに電話で当館へ

山と自然博物館 ☎・☎38-0012

【夏の昆虫観察会：幸せの青いハチを探そう！】

園内を歩きながら、さまざまなハチを観察します。

対 小学生以上と保護者・大人一般

日 8月6日(土) 午前9時～10時30分

場 アルプス公園園路 定 先着15人

料 無料 講 山と自然博物館職員

申 7月6日(水)午前9時から電話で当館へ

旧山辺学校校舎 ☎・☎32-7602

【夏休みの自由研究にどうですか「昔の道具調べ」】

昔の生活道具に触れてみよう。

日 7月23日(土)～8月31日(水)

料 通常観覧料（大人200円、中学生以下無料）

【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。

日 8月6日(土) 午前10時20分～10時50分、午後0時30分～1時の2回

料 通常観覧料（大人200円、中学生以下無料）

歴史の里 ☎47-4515 ☎48-0813

【親子草木染め体験講座】

藍でバンダナを染めます。

対 小学生以上の親子（2人1組）

日 7月24日(日) 午前9時30分～正午

定 先着5組 料 1,500円

講 歴史の里、染めの会

【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 7月30日(土) 午前10時～正午、午後1時～3時の2回

定 各回先着5組 料 1,000円

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7月6日(水)午前9時から電話で当館へ

時計博物館 ☎36-0969 ☎36-0973

【開館20周年記念展「時の記憶：新・世界の古時計展」】

当館収蔵資料の中核である本田親蔵コレクションを中心に、当館20年の歩みや日本時計産業の歴史を紹介します。

日 7月30日(土)～9月11日(日) 午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで）月曜日休館（月曜日が祝日の場合は翌日休館）

料 大人310円 小・中学生150円 未就学児無料

四賀化石館 ☎64-3900 ☎64-4239

【四賀化石館「夏休み3講座2022」】

①古生物の部屋づくり（レプリカのアンモナイトと三葉虫に色を塗り、石や砂を用いて住む部屋を作ります）

②微化石モンスターを探せ！（300万年前の砂の中から小さな化石を探します）

③化石クリーニング体験（タガネとハンマーで石の中に隠れている化石を少しずつ掘り出します）

対 ①②5歳以上（小学生以下は保護者同伴）

③小学3年生以上（小学生は保護者同伴）

日 ①7月24日(日) ②7月31日(日) ③8月7日(日)

いずれも午前10時～11時30分、午後1時30分～3時の2回

定 各回先着20人 料 500円（観覧料込）

申 7月6日(水)午前9時から電話で当館へ

旧制高等学校記念館 ☎35-6226 ☎33-9986

【第197回サロンあがたの森

【芥川龍之介の槍ヶ岳登山と河童橋】

日 7月9日(土) 午後1時30分～3時30分

場 あがたの森文化会館 第一会議室

定 先着40人 料 200円 講 牛丸工/山岳歴史研究家

申 7月8日(金)までに電話で当館へ



2022年 8月の相談日

7月の相談日は「広報まつもと」6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)	10日(水)午後1時～5時	市民相談室	8月1日(月)午前9時から ☎32-0001(先着14人)	
		17日(水)午後1時～3時		8月1日(月)午前9時から ☎32-0001(先着7人)	
		24日(水)午後1時～5時		8月1日(月)午前9時から ☎32-0001(先着14人)	
	女性のための弁護士相談	9日(火)22日(月)午後1時30分～3時30分	女性センターパレア松本	8月2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)	23日(火)午前10時～午後3時	市民相談室	8月22日(月)までに ☎32-0001(先着16人)		
税金	税理士税務相談(30分)	10日(水)午前10時～正午	※電話相談のみ	8月9日(火)までに ☎32-0001(先着4人)	
手続き・書類作成	行政書士相談(30分)	9日(火)午後1時～3時	市民相談室	8月5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)	25日(水)午後1時～4時		8月23日(火)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)	19日(金)午後1時～3時		8月16日(火)までに長野県社会保険労務士会中信支部 ☎75-7616	
住宅設計	住宅の設計に関する相談(30分)	17日(水)午後1時～3時		8月12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(30分)	12日(金)午後1時～3時		8月10日(水)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	
不動産評価	不動産評価等相談	19日(金)午前10時～正午		8月17日(火)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	18日(水)午後1時～3時			
市・県・国に関する相談	行政相談	26日(金)午前10時～正午			予約不要

※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	成年後見制度に関する相談	障がい福祉課 ☎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		成年後見制度相談会	23日(火)午後1時30分～4時 高齢福祉課相談室 ※要予約 8月22日(月)までに高齢福祉課 ☎34-3237	
	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		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	
	風しん抗体検査	※要予約 松本市保健所保健予防課 ☎40-0702		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]
	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			
職業・労働	生活・労働相談	ユニオンサポートセンター ☎39-0021 20日(土)午前10時～正午 弁護士相談	その他	一般相談(生活全般)	市民相談室 ☎32-0001	
	若者お悩み相談室 若者職業なんでも相談	青少年ホーム ☎26-1083 ※要予約 6日(土)午前10時～午後2時、19日(金)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約		人権相談	長野県方法務局松本支局 ☎32-2571	
	勤労者心の健康相談	4日(水)午前8時30分～11時30分、8日(月)22日(月)午後1時～4時、18日(水)午後1時～5時 労政課 ☎35-6286 ※要予約		部落差別に関する相談	2日(火)16日(火)午前10時～午後3時 人権教育集会所 ☎86-3311	
	ひとり親相談・児童相談	こども福祉課 ☎33-4767		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	
	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 あるぷキッズ支援室(なんぶくプラザ内) ☎24-1235		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	
家庭・こども・育児	発達相談	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	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 ※予約優先 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		
	子育て相談	青少年ホーム ☎26-1083 ※要予約	交通事故相談	交通事故相談所(松本合同庁舎内) ☎40-1949		
	青少年相談	こども育成課 ☎34-3183 月～金 午前10時～午後5時	医療相談	医療安全支援センター ☎40-0800		
	まちかど保健室	水 午前10時～午後5時 金 午前10時～午後4時 あがたの森文化会館青少年の居場所 ☎34-3291				
	子どもの支援・相談スペース	水・金 午後1時～5時 はぐルッポ(子どもの支援・相談スペース) ☎31-3373				



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!



スピードスケート選手
小平奈緒さん(相澤病院所属)が
大会公式サポーターに
決定!

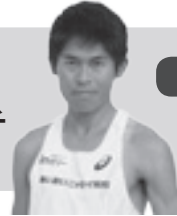
みんなで大会を楽しみましょう!!

スターターや応援で
会場を盛り上げます



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

(あいおいニッセイ同和損害保険所属)

エントリー受付期間：7月24日(日)まで

- ◆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(RUNET)、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)

ボランティアスタッフも募集中! 応募
は大会ホームページから!



草間彌生《こんにちは》1989年
シルクスクリーン ©YAYOI KUSAMA

松本市美術館 企画展 「草間彌生 版画の世界」

シルクスクリーン、エッチングなど、美術館が所蔵する300点を超える版画
作品を中心に、草間彌生の版画芸術の魅力を一堂にご紹介します。

- ◆会期 7月23日(土)～9月25日(日) 午前9時～午後5時
※月曜休館(祝日の場合翌平日)、8月は無休
- ◆料金 大人1,200円、高校大学生・70歳以上の市民800円
中学生以下無料。前売券は各200円引き
- ◆問い合わせ 美術館(☎39-7400 ㊟39-3400)



美術館ホームページ

松本市の人口 ● 236,670人(前月比+30人)〈男115,974人(前月比-1人)女120,696人(前月比+31人)〉
世帯数108,219世帯(前月比+160世帯) ● 令和4年6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228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。

7月22日(金) [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)
- ◎8月3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1-2
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