



頬張る信濃大町の味

例年行われる伝統的なイベント「大町あめ市」で市街地中央通りがにぎわった2月11日、市は大町商工会館前で「信濃大町おもてなしマルシェ」を開催しました。信濃大町の食材の魅力発信、観光客へのおもてなしのため、市内事業者と協働で開発した7商品を販売、行列ができるほどの好評で、完売が相次ぎました。

大町黒豚ローストポークバーガーを食べた玉城凛ちゃん^{たましろ}と岳君^{がく}のきょうだいは「お肉がおいしい」と仲良く味わっていました。

主な内容

- 2 北アルプス国際芸術祭2020 参加アーティスト紹介
- 5 松本山雅FCを応援しよう
- 6 市民バス「ふれあい号」が変わります
- 7 犬の登録・狂犬病の予防注射
- 8 大町暮らしを紹介する 移住・定住の協力店・協力者を募集



NORTHERN ALPS ART FESTIVAL

北アルプス国際芸術祭 2020

参加アーティスト(エリア別、50音順)

2月5日の企画発表記者会見で、新たに11組の参加アーティストと担当エリアを発表しました。これまでに、14カ国41組のアーティストが決定しています。詳しくは、芸術祭ホームページをご覧ください。

市街地エリア

浅井裕介[日本]



麻倉美術部[日本]



コタケマン[日本]



ジミー・リャオ
(幾米)[台湾]



ちいちゃい誓い
[日本]



地村洋平[日本]



ニコラ・ダロ
[フランス]



原倫太郎+原游
[日本]



布施知子[日本]



ポウラ・ニチョ・
クメズ
[グアテマラ]



本郷毅史[日本]



渡邊のり子[日本]



ダムエリア

浅井裕介[日本]

磯辺行久[日本]



トム・ミュラー
[オーストラリア]

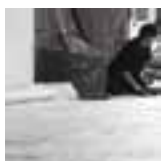


リー・ホンポー
(李洪波)[中国]



源流エリア

エマ・マリグ
[チリ/フランス]



川俣正
[日本/フランス]



木村崇人[日本]



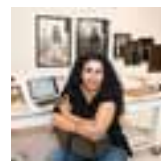
平田五郎[日本]



松本秋則[日本]



マナル・
アルドワイヤン
[サウジアラビア]



ミラ・ヴァーテラ
[フィンランド]



仁科三湖エリア

浅井真至[日本]



アブラハム・クルズヴィエイガス
[メキシコ]



杉原信幸[日本]



マーリア・ヴィルッカラ
[フィンランド]



宮永愛子[日本]



東山エリア

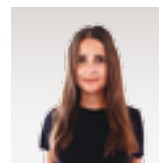
青島左門[日本]



アンマルサイハン・ナムスライジャフ
[モンゴル]



エカテリーナ・ムロムツェワ
[ロシア]



カン・ヒジュン
(姜希俊) [韓国]



菊地良太[日本]



シルパ・グプタ
[インド]



目[日本]



持田敦子[日本]



ヨウ・ウェンフー
(游文富) [台湾]



パフォーマンス

申田和美[日本]



倉迫康史
(たちかわ創造舎)
[日本]



藤巻亮太[日本]



マームとジプシー×
ミナ ペルホネン
[日本]



和田永+
Nicos Orchest-Lab
[日本]



■ 問い合わせ 北アルプス国際芸術祭実行委員会事務局
TEL:0261-85-0133 FAX:0261-85-4133
〒398-0002 長野県大町市大町3168番地9

北アルプス国際芸術祭 検索
E-mail: info@shinano-omachi.jp
公式ホームページ <https://shinano-omachi.jp>

市街地中央通りでイベント開催

2月11日の「大町あめ市」にあわせ「おもてなしプロジェクト」として、市内小・中学生が草木染により制作したコースターやランチョンマット約2,700枚を一斉に「いっし・あーとすぺーす」と「麻倉 Arts&Crafts」に展示し、壮観な光景が広がりました。芸術祭期間中は、市内飲食店で実際に使用されます。

食イベントのプレミアムダイニング「北アルプスのHATAKE」で腕を振るっていただく神保佳永シェフは、大町の食材を使った「大町黒豚のビール煮」を作り、クラフトビールと相性の良いこの料理は、大好評のうちに完売しました。

九日町では、芸術祭フラッグを設置しました。今後も、芸術祭フラッグやのぼり旗を市内各所に順次設置していきます。



展示したコースター

北アルプス国際芸術祭2020 作品鑑賞パスポート引換券発売中

一般	2,500円(前売 2,000円)
高校生	1,500円(前売 1,000円)
アートサイト 個別鑑賞券	300円

※中学生(15歳)以下無料

- ▷前売価格での販売は5月30日までです。
- ▷作品鑑賞パスポート実券への引き換えは4月からです。
- ▷作品鑑賞パスポートは、開催期間中全ての作品をご覧いただけるチケットです。(イベントや一部施設内の作品は、別途入場料が必要となる場合があります)

■問い合わせ 北アルプス国際芸術祭実行委員会事務局 Tel.85-0133

観劇ツアー
参加者募集

5月16日(土)

日本上陸以来、大ヒット記録を樹立している『マンマ・ミーア!』。世界的ポップスグループ「ABBA(アバ)」のヒットナンバーでつづられるのは、結婚式前夜の母と娘の絆を描いた物語です。ABBAメンバーのビョルン自身「まるでこのショーのために書いたかのような曲」と語るほど、全ての曲がストーリーと見事にシンクロし、「歌」と「物語」という二つの魅力が心を躍らせます。世界を熱狂させたミュージカルの最高傑作を、どうぞお楽しみください。



■会場 K A A T 神奈川芸術劇場(神奈川県横浜市)

■日程

- ▷行き 文化会館発(6:30)→劇場付近で自由昼食(11:00~12:30)→開場12:30、開演13:00(約3時間公演)
- ▷帰り 劇場発→横浜中華街で自由散策・夕食(16:30~19:30)→文化会館着(23:30)

※全行程を貸し切りバスで移動、添乗員が同行します。(バス会社 北アルプス交通)

■費用 21,000円/人(チケット代・往復交通費・保険料含む)

■対象 市内にお住まいか通勤している小学生以上の人(中学生以下は保護者同伴)

■定員 先着38人

■申し込み 3月7日(土)~22日(日)に、電話または直接、文化会館へ。

■旅行企画・実施 (株)トラベルプラザ 大町市大町2959-2 長野県知事登録旅行業2-286号 Tel.23-2100

■問い合わせ 文化会館 Tel.有線22-9988

松本山雅FC J1昇格を!

ホームタウン大町市から
応援しましょう



©松本山雅FC

大町市もホームタウンとして応援する松本山雅FCは昨シーズン、チーム2度目となるJ1リーグの舞台上で戦い抜きましたが、年間成績は6勝13分15敗で17位となり、今シーズンは再びJ2リーグから昇格を目指します。

昨年12月19日には、松本山雅FC神田文之社長らが市役所を訪れ、牛越市長にシーズン結果を報告しました。神田社長は「サポーターや地域の皆さまに応援いただきチーム一丸となって頑張ってきたが、力及ばず申し訳なく思っている。山雅はサポーターと共にあるチーム、今後も引き続き地域の役に立てよう頑張っていきたい」と話しました。

チームは、8年間にわたり監督を務めた反町康治さんが昨シーズンをもって退任しました。新たに監督となった布啓一郎さんは、就任記者会見で「反町さんは山雅をJ1まで引き上げ、歴史と伝統を作った偉大な監督。その後任は非常に難しい仕事になると覚悟している。攻守に全員が関わり続けることができるアグレッシブなサッカーを90分展開していくことを目指したい」と新しいクラブの展望を語りました。

市内では、今年も小学生対象のホームゲーム観戦ツアーやトレーニングマッチが開催される予定です。3月22日(日)開催のスポフェス大町には、松本山雅のブースを出展していただきます。市のスポーツ振興や地域の活性化が期待されます。今シーズンもぜひみんなまで応援しましょう!



©松本山雅FC

松本山雅FC ホーム戦スケジュール

▷アルビレックス新潟	3月1日(日) 14:00
▷ベガルタ仙台*	3月4日(水) 19:00
▷水戸ホーリーホック	3月8日(日) 16:00
▷徳島ヴォルティス	3月18日(水) 19:00
▷ツエーゲン金沢	3月29日(日) 14:00
▷浦和レッズ*	4月8日(水) 19:00
▷ザスパクサツ群馬	4月12日(日) 13:00
▷アビスパ福岡	4月29日(水) 15:00
▷セレッソ大阪*	5月6日(水) 14:00
▷栃木SC	5月9日(土) 14:00
▷東京ヴェルディ	5月13日(水) 19:00
▷ヴァンフォーレ甲府	5月24日(日) 13:10
▷FC町田ゼルビア	6月13日(土) 18:00
▷京都サンガF.C.	6月27日(土) 18:00
▷愛媛FC	7月11日(土) 18:00
▷ジュビロ磐田	7月18日(土) 18:00
▷モンテディオ山形	8月16日(日) 18:00
▷ファジアーノ岡山	8月29日(土) 18:00
▷ジェフユナイテッド千葉	9月6日(日) 18:00
▷FC琉球	9月26日(土) 未定
▷レノファ山口FC	10月10日(土) 未定
▷大宮アルディージャ	10月25日(日) 未定
▷V・ファーレン長崎	11月8日(日) 未定
▷ギラヴァンツ北九州	11月22日(日) 未定

*印はYBCルヴァンカップ、その他は明治安田生命J2リーグです。

会場はいずれもサンプルアルウィンです。ルヴァンカップの結果により、試合日程が変更となる場合があります。その他アウェイ戦など詳しくは、松本山雅FCホームページでご確認ください。

<https://www.yamaga-fc.com/>



4月1日～

市民バス「ふれあい号」が変わります

全コースで土曜日を運休に

月～金曜日の運行とし、土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を運休とします。

「常盤東コース」を新設

常盤地区の国道より東側にお住まいの人を対象に「電話予約制・乗り合いタクシー方式」の「常盤東コース」を新規運行します。決まったルートではなく、事前に利用登録した人の自宅まで迎えに行き、目的のバス停まで運行します。帰りもバス停から自宅まで運行します。



運行時間の見直し

一部コースで、午前中に買い物をして帰宅できるように時間を調整します。

- 例 午前10時ごろ大町市街地着 → 1時間程度お買い物
- 午前11時ごろ大町市街地発



それぞれのコースの変更点

■平(青木方面)コース

- ▷「築場」バス停を新設(「レストランくんくん」近く)
- ▷大町市街地行き「白浜・加蔵・青木・湖端・中綱・築場」バス停からの乗車は、電話予約制に

■常盤西コース

- ▷「常盤(清水・西山方面)コース」からコース名を変更
- ▷「最上整形外科」「地場の郷」「ザ・ビッグ」「いしぞねクリニック」バス停を追加
- ▷「上一住宅」バス停を上一住宅集会所前に移設
- ▷「国営公園」「神明原」バス停を廃止
- ▷国道より東の地域は「常盤東コース」へ分割

■社コース

- ▷信濃常盤駅まで運行していた「社・常盤コース」を、社地区のみの「社コース」に変更
- ▷「青島」バス停を青島公園駐車場の近くに新設(大町市街地方面行きは電話予約制)
- ▷「ザ・ビッグ」「いしぞねクリニック」バス停を追加

■循環線南コース

- ▷「薬師寺前」バス停を新設



詳しくは、広報おおまち3月号とあわせて配布した「ふれあい号時刻表」をご覧ください。

■問い合わせ 情報交通課交通政策係 TEL 市内線853

犬の登録・狂犬病の予防注射 第1次

生後90日を超えた犬は、生涯で1回の登録と狂犬病の予防注射を年1回(6月30日までに)受けることが法律で義務付けられています。市では、集合注射を実施しますのでお近くの会場で受けてください。犬の死亡や飼い主が転居した場合は、登録変更の手続きをしてください。



■問い合わせ 生活環境課環境衛生係 TEL内線461・462

■費用

- ▷登録が済んでいる場合 3,600円(注射料金3,050円、注射済票交付手数料550円)
- ▷新規登録の場合 6,600円(登録手数料3,000円、注射料金3,050円、注射済票交付手数料550円)
- ※獣医科医の訪問注射の場合 上記の費用に加えて、1戸2,000円の訪問料が必要です。

■手続き 登録済みの飼い主には、3月下旬にはがきを送付します。はがきと料金を持参の上、お近くの会場にお越しください。はがきを持参しないと、手続きに時間がかかる場合があります。必ず持参してください。

■その他

- ▷第2次は、5月14日(木)に大町・平・常盤・社地区、5月15日(金)に八坂・美麻地区で実施します。
- 第3次は、6月7日(日)に実施します。会場と時間は「広報おおまち4月号」でお知らせします。
- ▷訪問注射を希望する場合は、電話または直接、生活環境課環境衛生係または動物病院にご相談ください。

狂犬病予防集合注射の日程(第1次)

4月14日(火) 平地区	時間	J R 信濃大町駅前市営駐車場	9:40~ 9:50
J R 築場駅前	8:55~ 9:10	大黒町公民館	10:00~10:15
海の口公民館	9:20~ 9:35	旧俵町公民館跡地	10:25~10:35
稲尾公民館	9:40~ 9:45	中原町公民館	10:45~10:55
平公民館東駐車場	9:50~10:10	大原団地集会所	11:05~11:10
借馬公民館	10:20~10:35	宮田町公民館	11:20~11:25
二ツ屋生活改善センター	10:45~10:55	北原町公民館	11:35~11:45
J A 大北野口出張所跡地	11:05~11:15	北アルプス広域消防本部東側	11:55~12:10
大出集会所	11:25~11:35	4月21日(火) 美麻地区	時間
北条屋敷 旧岩魚郷入口	11:40~11:45	大塩大黒様	9:15~ 9:20
温泉郷 旅館叶屋南	11:50~12:00	二重宮下バス停	9:25~ 9:30
源汲公民館	12:10~12:15	湯の海集会所前	9:35~ 9:40
4月15日(水) 常盤地区	時間	新行公民館	9:50~ 9:55
泉公民館	9:00~ 9:15	池の平バス停	10:05~10:10
下一 木中生活改善センター	9:25~ 9:35	川手集会所	10:20~10:25
清水公民館	9:45~10:00	米山バス停	10:30~10:35
西山公民館	10:10~10:20	千見高齢者センター	10:45~10:50
(株)大地駐車場	10:30~10:45	ぼかぼかランド美遊	10:55~11:00
須沼公民館	10:55~11:05	藤集会所	11:10~11:15
常盤公民館	11:15~11:30	市美麻支所	11:20~11:35
一本木神社広場	11:40~11:55	4月22日(水) 八坂地区	時間
4月16日(木) 社・大町地区	時間	相川集荷所前	9:00~ 9:05
青島公園駐車場	8:45~ 8:55	明野バス停	9:15~ 9:20
宮本公民館	9:05~ 9:15	健康管理センター	9:25~ 9:30
閨田公民館	9:25~ 9:35	切久保公民館	9:40~ 9:45
山下集落センター	9:45~ 9:50	矢下バス停	10:00~10:05
館ノ内公民館	9:55~10:05	旧農協前	10:10~10:15
松崎公民館	10:15~10:25	八坂中学校横	10:20~10:25
旭町 (有)ササキ前駐車場	10:35~10:45	小菅バス停	10:35~10:40
神栄町公民館	10:55~11:10	笹尾下集積所前	10:50~10:55
アルプス囲碁村会館(旧社会会館跡地)	11:15~11:25	石原バス停	11:10~11:15
白塩町公民館	11:30~11:40	旧十石バス停	11:20~11:25
文化会館駐車場	11:45~12:05	野平公民館	11:35~11:40
4月17日(金) 大町地区	時間	野平北集会所	11:45~11:55
高根町公民館	8:55~ 9:10	赤土バス停	12:00~12:05
昭電グラウンド駐車場	9:20~ 9:30	こくや商店前	12:10~12:15

大町暮らしを紹介する 移住・定住の協力店・協力者を募集

市定住促進協働会議では、移住・定住を考え大町市を訪れる人などに「地域の情報」「大町の暮らし」「移住体験談」などを話していただける商店や宿泊施設などのお店・個人を募集します。ご応募いただいた内容をパンフレットに掲載し、首都圏での移住セミナーや情報発信などで使用するほか、窓口相談の際も活用します。

人とのつながりを広げて移住・定住に結び付ける取り組みに、皆様のご協力をお願いします。

■応募内容

▷店名(代表者名)または個人名

▷協力内容を含めたPR文章

「大町暮らしのこんなところを紹介します」「移住体験をお話しします」「大町でこのような活動をしています。一緒にどうですか」など

▷電話番号など連絡先

▷パンフレット用の画像(掲載希望者のみ)

■申し込み 申込書に応募内容を記入の上、直接、定住促進係へ。申込書は市ホームページから入手できます。詳しくは、お問い合わせください。

■問い合わせ

まちづくり交流課定住促進係 Tel. 市内線531

■掲載例

1

カイザー

代表 清水康博



大町産ジビエやボリュームミーな食事を食べながら、気軽に大町の暮らしについて聞いてください。

衣食住や仕事、雪の不安、子育て、学校、病院のことまで、子育て世代だから分かる大町暮らしの疑問や不安に、神戸育ちと大町育ちの夫婦がお答えいたします。

来店時にお気軽にお声を掛けてください。

🏠 大町市大町1851大糸タイムスビル1F

☎ 0261-85-0788

URL <http://kaiser-omachi.jimdo.com/>

定休日 月曜日



昨年暮れに中国で発生した新型コロナウイルスによる感染症は、瞬く間に世界中に拡散し、一向に収まる気配はありません。現在、ワクチンなどの有効な予防治療の方法はなく、丁寧な手洗いで感染を防ぐとともに、せき、くしゃみをする時には、唾液などの飛沫が飛散しないよう、ティッシュなどで口、鼻を押さえるなど、周囲の人への配慮に心掛けましょう。せきや発熱が続く場合には、まず電話で相談窓口にご相談ください。

さて、5月31日の北アルプス国際芸術祭の開幕まで、あと3カ月となりました。先月の「あめ市」でのプレイベントでは、市内の小・中学生がおもてなしプロジェクトで作った草木染のコースターやランチョンマット約2700枚を展示し、多くの市民の皆さんにご覧いただきました。また、懸垂幕やフラッグの掲示により、街なかでも雰囲気を感じられるようになってきました。いよいよ、参加作家の皆さんが市内35カ所のアートサイトに入り、制作に取り組みます。現代アートの作品には、規模が大きなものや制作に手が掛かるものもあり、多くの市民の皆さんの応援が必要になります。また、開幕後も会場の運営などに多くのサポーターの皆さんの支援がなくてはなりません。

さらに、芸術祭には、北アルプスの美しい景色に加え、大町のおいしい味を楽しみに来られる人も多く、心のこもったおもてなしや飲食、宿泊を提供することも大切です。

4月11日からは大町駅前のインフォメーションセンターがオープンし、パスポート実券の販売や案内業務が本格的に始まります。ぜひ、より積極的な市民の皆さんのご参加を心からお願いいたします。

こんにちは 牛越です

【第120回】
国際芸術祭近づく



大町市長 牛越徹

はじめよう続けよう 減塩ライフ②

中央保健センターから
健康・栄養情報を定期的に発信していきます

**減塩は早いうちからが
お得です！**

普段元気だと「塩分の取り過ぎに気を付けよう」とはあまり思わないかもしれませんが、平成28年度国民健康・栄養調査によると、塩分を控えることを心掛けている人の割合は、年齢が若いほど低い傾向にあります。

平成30年度の国民健康・栄養調査の結果では、20歳以上の平均食塩摂取量は10・1gで、生活習慣病予防のための目標値より3〜4g多い状況です。「今のところ血圧が高くないから大丈夫」「まだ若いから気にしていない」という人も「塩分を取り過ぎない」とことを意識してみてください。早いうちからの減塩によって、将来の血圧上昇を抑えられる



ことが分かってきているから
です。

高血圧の改善だけでなく、
予防という点からも減塩は大
切です。具体的にどうすれば
いいのでしょうか。次回以降
減塩のこつをお伝えします。

次回は「あなたのよく食べ
る食品の食塩量はどれくら
い？」をお届けします。

■問い合わせ

中央保健センター

TEL・有線23・4400

参加者募集

たのしい野菜づくり教室

～野菜づくりを通じて「食」の大切さを学ぼう～

野菜作りの植付け・種まきから収穫までの一連の作業を、経験豊富な指導員の下、実際に体験できます。初心者から自己流で栽培している中級者まで、この機会に野菜作りの達人になりませんか。

■期日 4～10月の隔週土曜日 全14回

■時間 午前9時～11時(7・8月は午前8時～)

■会場 たかね市民農園 南農場

■対象・定員 市内にお住まいの人 先着30人

■栽培する野菜(予定) ジャガイモ、レタス、キャベツ、白菜、ホウレンソウ、長ネギ、枝豆、ピーマン、トマト、ナス、キュウリ、大根、野沢菜 など

■指導員 森山^{ゆたか}さん(元JA大北農業技術指導員)

■費用 3,800円(苗・肥料代など) ※価格の変動により追加徴収する場合があります。

■持ち物 軍手、長靴、帽子、くわ、はさみ、草かき
農作業ができる服装でご参加ください。

■その他

▷収穫した野菜は持ち帰れます。

▷採れたてのレタスやその場で茹でたジャガイモの試食も行います。

▷開催日以外に、水やりや収穫をお願いする場合があります。

■問い合わせ 農林水産課農業振興係 TEL 圏内線636



おでかけ通信

115

3月のアルプスあづみの公園(大町・松川地区)では、屋内で楽しめる上映イベントを開催するほか、春の暖かさを感じる炭焼きイベントや野鳥観察会など、屋外でのイベントも充実しています。4月にはトレイルランイベントも開催決定!春を先取りしにアルプスあづみの公園に出掛けてみませんか。

問い合わせ アルプスあづみの公園管理センター
(大町・松川地区) Tel 21・1212

アンパンマン 映画上映会

子どもたちに大人気「アンパンマン」の劇場版アニメ「映画 それいけ! アンパンマン きらめけ! アイスの国のプリン姫」の上映会を行います。

日時 3月21日(土)

①午前11時、②午後2時

場所 大草原の家



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV
©やなせたかし/アンパンマン製作委員会2019

おさんぽチュウ

ひもを引っばるだけでトコトコ走るかわいいネズミのクワフトを作ってみませんか。

日時 3月20日(金)・22日(日)

①午前9時30分〜11時30分

②午後1時〜2時30分

※材料がなくなり次第終了

場所 森の体験舎

料金 200円



炭焼きの達人

大北地域伝統の炭焼き(木炭作り)を体験できます。参加者には炭袋と木酢液をプレゼント!

日時 3月22日(日) 午前10時〜午後2時30分

対象・定員 小学校高学年以上の子どもと保護者 先着5組(計20人まで)

場所 森の体験舎に集合

※事前に申し込みが必要です。



野鳥観察会 さえずり編

爽やかな春の公園で野鳥を探してみませんか。雨天時はレンタル棟でセミナーを実施します。

日時 3月21日(土) 午前9時30分〜正午

対象・定員 小学生以上

先着20人



場所 インフォメーションセンターに集合

持ち物 双眼鏡、野鳥の図鑑またはハンドブック(お持ちの人のみ)

※事前に申し込みが必要です。

アルプスあづみの FUNトレイルフェスタ2020

公園内の森の中を走る「アルプスあづみのFUNトレイルフェスタ」を今年も開催します。3歳から気軽に楽しめるレースイベントです。エントリー方法など、詳しくはトレイルランナーズホームページでご確認ください。

先着20人

場所 インフォメーションセンターに集合

持ち物 双眼鏡、野鳥の図鑑またはハンドブック(お持ちの人のみ)

※事前に申し込みが必要です。



詳細は、公園管理センター(大町・松川地区)にお問い合わせください。ホームページでもご確認いただけます。事前の電話予約も承っております。
<http://www.azumino-koen.jp/>



11時

対象・定員 3歳以上の健康な人 先着500人

場所 インフォメーションセンターに集合

料金 あり。公園ホームページでご確認ください。

※事前に申し込みが必要です。(定員に満たない場合は、当日受け付けあり)

【共通事項】

▽料金の掲載のないものは無料ですが、入園料は必要です(中学生以下無料)。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

▽申し込みの掲載のないものは、当日直接ご参加ください。

平公民館・女性未来館ピュア

ピュアに輝く女性講座

チャレンジ精神を持ち、前向きに輝く女性を目指す講座です。今回は、企業訪問、花フェスタ見学、新高瀬川発電所見学、健康講座など多くの講座にチャレンジしました。



新高瀬川発電所見学の様子

あなたの自由な発想で仲間と楽しく学びませんか。

■日程・会場 4～12月に全6回

▷第1回 4月7日(火) 午前10時～正午
平公民館・女性未来館ピュア 学習室

※第1回は企画会議、5～12月は講座実施、最後に反省会。
第2回以降の日時・会場・内容は企画によります。

■対象・定員 市内にお住まいの人 20人

※応募多数の場合は抽選

■費用 企画内容により自己負担があります。

■申し込み 3月9日(月)～13日(金)に、電話または
直接、平公民館・女性未来館ピュアへ。

筋トレウォーキング&ヨガで 体リフレッシュ

ウォーキングで持久力を付け、筋トレで筋力・筋温をアップして、健康的に！最後はヨガで心と体をリフレッシュします。

■日時 4月21日、5月19日、6月2日・16日・30日、
7月7日・21日 火曜日 午前10時～11時30分

■会場 平公民館・女性未来館ピュア 講堂

■内容 貯筋運動、シナプソロジー(脳トレ)、コンディショニング など

■定員 先着20人

■講師 前田千恵さん(健康運動実践指導者)

■持ち物 上履き用運動靴、飲み物、ヨガマット

■申し込み 3月9日(月)～13日(金)に、電話または
直接、平公民館・女性未来館ピュアへ。

■その他 託児あります(生後6カ月以上)。事前にお申し込みください。

■問い合わせ

平公民館・女性未来館ピュア TEL・有線22-0694

お知らせ

4月から公共施設の利用料が変更

4月1日から、市が管理する施設の利用料などを一部変更します。詳しい内容は、各施設へお問い合わせください。

■該当施設

- ▷新規就農者技術習得管理施設
- ▷八坂ふるさと体験館
- ▷エコハウスたかがり
- ▷ふれあいセンターさざなみ
- ▷交流促進センター明日香荘
- ▷ふたえ市民農園交流促進センター
- ▷ぽかぽかランド美麻
- ▷ぽかぽかランド美遊
- ▷労働会館
- ▷中心市街地多目的ホール
- ▷大町・平・常盤・社・八坂・美麻公民館
- ▷大町公民館分室
- ▷女性未来館ピュア
- ▷民俗資料館
- ▷文化会館、サン・アルプス大町
- ▷勤労者福祉施設(フレンド・プラザ大町)
- ▷八坂情報コミュニティセンターアキツ
- ▷重要文化財旧中村家住宅及び土蔵
- ▷信濃木崎夏期大学
- ▷運動公園、B&G海洋センター、トレーニングセンターおよびその他の体育施設
- ▷小・中学校の体育施設
- ▷山岳博物館

児童センター

休館のお知らせ

3月29日(日)は、施設のメンテナンスのため終日休館いたします。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。



■問い合わせ 児童センター TEL・有線22-0741

大町図書館

「本の講座」第2弾

毎年大人気の本作り講座です。今年は本格的なハードカバーの洋本を作ります。小学生から大人まで大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日時 3月21日(土)・22日(日) 午前10時30分～正午
- 会場 大町図書館 2階 会議室
- 対象・定員 小学生以上で、両日とも参加できる人(小学生は保護者同伴) 先着15人
- 費用 200円(材料費)
- 持ち物 はさみまたはカッター、20cm程度の定規、太めの針、白い木綿糸、筆記用具、千枚通し(お持ちの人のみ)
- 申し込み 電話または直接、大町図書館へ。

図書館講座「はじめての古文書入門」

古文書に興味のある人に分かりやすく読み方を教えます。初心者も大歓迎です。参加無料です。

- 日時 4月～翌年3月の毎月第3金曜日 午後5時30分～7時
- 会場 大町図書館 2階 視聴覚室
- 対象・定員 どなたでも 先着40人
- 講師 荒井今朝一教育長
- 申し込み 3月1日(日)～31日(火)に、電話または直接、大町図書館へ。

大人と子どもの春休み工作 「カードケースを作ろう！」

折り紙で、図書館利用者カードなどが8枚も入るケースをみんなで楽しく作りましょう。参加無料です。

- 日時 3月28日(土) 午前10時30分～正午
- 会場 大町図書館 2階 会議室
- 対象・定員 小学生以上(小学校低学年は保護者同伴) 先着15人
- 申し込み 3月1日(日)～27日(金)に、電話または直接、大町図書館へ。

募集

ボイストレーニング& 朗読講座 受講生

大町市出身で元NHK解説主幹の国土館大学教授山崎登さんを講師にお迎えし、プロの技を学びます。

- 期日 4月～翌年2月の隔月1回 土曜日 全6回
- 時間 ▷基礎クラス1 午前 ▷基礎クラス2 午後
- 会場 大町図書館 2階 視聴覚室
- 対象 どなたでも
- 定員 ▷基礎クラス1(初心者～受講3年目) 先着30人
▷基礎クラス2(受講4年目以上) 先着25人
- 費用 100円(資料代)
- 申し込み 3月1日(日)～15日(日)に、申込書に必要事項を記入の上、郵送、ファクスまたは直接、大町図書館へ。申込書は、大町図書館、市役所総合案内、市八坂支所、市美麻支所にあります。

■問い合わせ 大町図書館 TEL・有線21-1616 FAX23-2131 〒398-0002 大町市大町4710-6

終活を考える講演会

人生の最終段階を迎えた時に、どのような生活を望むか？自分で決めることができなくなる「もしもの時」に備えて、代理意思決定者(家族など)や医療・介護従事者に伝えておきたいこと、どのような医療・ケアを受けたいか、受けたくないか、それはどうしてか。楽しくざっくばらんに考えてみませんか。

- 日時 3月16日(月) 午後2時～4時
- 会場 平公民館・女性未来館ピュア

- 講師 花岡雅子さん(北信総合病院地域医療連携課訪問看護認定看護師)
- テーマ これからの自分らしい生き方と人に託す自分らしい最期の迎え方 ～“もしもの時”の話をしてみませんか？～
- 申し込み 3月13日(金)までに、電話または直接、大町市地域包括支援センターへ。
- 問い合わせ 大町市地域包括支援センター
TEL 圏内線418・419

大町公民館

サークル体験「スポーツ吹矢」

スポーツ吹矢は老若男女を問わず、障がい者でも楽しめる健康スポーツです。心身の健康増進を図ってみませんか。

- 日時 3月15日・22日 日曜日 午前10時～正午
- 会場 大町公民館 視聴覚室
- 対象 大人
- 協力サークル スポーツ吹矢北あづみのサークル
- 費用 110円(マウスピース代)
- 持ち物 飲み物
- 申し込み 事前に、電話または直接、大町公民館へ。

料理講座「ブラジル料理に挑戦！」

毎年好評の、海外の料理講座を今年も開催します。今年ブラジル料理(鶏肉のサルサソース、マスタードソースサラダ、チーズパン)を作ります。楽しい国際交流をしませんか。親子での参加も大歓迎です！

- 日時 3月15日(日) 午前11時～午後2時
- 会場 大町公民館 料理実習室
- 対象・定員 市内にお住まいの人 先着20人
- 講師 日本語教室の受講生(ブラジル出身) およびスタッフ
- 費用 500円(材料費) ※中学生以下は無料
- 持ち物 エプロン、三角巾
- 申し込み 3月11日(水)までに、電話、ファクスまたは直接、大町公民館へ。

Let's learn Japanese!

We have lessons at Omachi Kominkan (Bunka Kaikan) every Wednesday (7:00pm-9:00pm). It's free.

Won't you join us?
Tel.22-9988

日本語を勉強してみよう！

毎週水曜日の夕方(午後7時～9時)、大町公民館(文化会館)で「外国人のための日本語教室」を開催しています。受講料は無料です。

一緒に勉強してみませんか？
Tel.22-9988

募集 日本語教室講師ボランティア

大町公民館では、毎週水曜日に開催している「外国人のための日本語教室」の講師ボランティアを募集します。特別な資格や外国語の会話能力は不要です。いろいろな国の人と友達になりませんか。希望者向けの説明会を開催しますので、ご参加ください。

■説明会

▷日時 3月25日(水) 午後7時30分
▷会場 大町公民館 2階 実習室

■その他 説明会後も応募は随時受け付けます。

■問い合わせ 大町公民館・文化会館 Tel・有線22-9988 Fax 22-9849 Eメールpub-omachi@city.omachi.nagano.jp

総合体育館

パーソナルトレーナーによるトレーニング講座(前期)

自宅でもできる筋力強化の運動を行います。特に怠りがちな体の後面と骨格に働き掛ける動きで全身をすっきりさせましょう。各回完結の講座で、毎回の参加も可能です。参加者(30～80代)からは「柔軟性や筋力が向上した」「肩凝り・腰痛が解消した」「静脈瘤が改善した」などの声が寄せられています。きついからこそ効果あり。

■日時 4月14日(火)・23日(木)、5月12日(火)・27日(水)、6月11日(木)・24日(水)、7月9日(木)・22日(水) 午前10時～正午

- 会場 総合体育館 小アリーナ
- 対象・定員 市内にお住まいの20歳以上の人 各回先着25人
- 費用 500円(施設利用料、保険料など)
- 持ち物 上履き用運動靴、水かお茶、タオル 運動のできる服装でご参加ください。
- 申し込み 開催日の2日前までに、費用を添えて直接、総合体育館へ。
- 問い合わせ 総合体育館 Tel・有線22-8855

募集

大北高等職業訓練校訓練生

大北高等職業訓練校では、次のコースの訓練生を募集します。

電子計算機科(パソコン)

初心者コース

日時

▽昼の部 4～9月 毎週土曜日

全18回 午前9時～正午

▽夜の部 4～9月 毎週月曜日

全18回 午後6時～9時

ビジネス実践コース

日時

4～9月 毎週水曜日

全18回 午後6時～9時

電子計算機科共通事項

費用 各3万5000円

観光ビジネス科(外国語)

日時

▽昼の部 4～6月 毎週火曜日

全10回 午後2時～4時

▽夜の部 4～6月 毎週水曜日

全10回 午後6時～8時

韓国語コース

日時

4～6月 毎週月曜日

全10回 午後6時～8時

観光ビジネス科共通事項

費用 各2万5000円

両科共通事項

■申し込み 3月31日(火)までに、電話または直接、大北高等職業訓練校へ。

■その他 最低催行人数は5人
■問い合わせ 大北高等職業訓練校
TEL22・2050

募集

「ひとが輝くまちづくり」事業補助金審査員

市では「ひとが輝くまちづくり事業」補助金の令和2年度審査員を募集します。

■募集人数 2人程度

■応募資格 20歳以上の市民で、令和2年度ひとが輝くまちづくり事業補助金を申請する団体の構成員でない人

※応募後、自らが構成員である市民団体などが本事業に申請した場合は、応募資格を失います。

■任期 4月から1年間

■会議 年4回程度

■申し込み 3月16日(月)までに、任意の用紙に応募動機を800字程度にまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入の上、郵送(必着)、Eメールまたは直接、市民活動サポートセンターへ。

■問い合わせ 市民活動サポートセンター

TEL内線830

〒398-8601

大町市大町3887

募集

自衛官(一般幹部候補生)

一般幹部候補生とは、各自衛隊の幹部自衛官(飛行要員含む)を養成する制度です。応募資格など、詳しくはお問い合わせください。

■応募資格

▽大卒程度 22歳以上26歳未満の人 ※学歴などにより20歳以上22歳未満または26歳以上28歳未満の人も対象になります。

▽院卒者 修士課程修了者など(見込み含む)で20歳以上28歳未満の人

■受付期間 3月1日(日)～5月1日(金)

■1次試験の期日・会場 5月9日(土)・10日(日) 長野第2合同庁舎、松本駐屯地

※10日は飛行要員受験者のみ

■問い合わせ 自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所(松本市深志2-16-5マルナカ深志ビル1階)

TEL0263・36・2787

Eメールshiminkatsudou@city.omachi.nagano.jp

お知らせ

プレミアム付商品券の使用期限は3月31日まで

昨年10月から2月末まで、住民税が非課税の人と子育て世帯の世帯主を対象に販売した「大町市プレミアム付商品券」の使用期限は3月31日(火)までです。使用期限を過ぎると一切使用できなくなり、交換・払い戻しもできません。購入した人は、使い忘れないようご注意ください。

■問い合わせ 大町商工会議所(使用店舗について) TEL22・1890

▽企画財政課企画調整係 TEL内線522

お知らせ

信濃大町ブランド戦略シンポジウム

「信濃大町の認知度をあげる秘策って何だろう？」商工業・観光業に携わる皆さん、ご参加ください。申し込み不要、参加無料です。

■日時 3月9日(月) 午後3時

■会場 市役所西庁舎 西会議室

■内容

▽講演 地域ブランド調査から見る、信濃大町の魅力と課題

▽ディスカッション 信濃大町の具体的なイメージアップ戦略を徹底対談

■問い合わせ 商工労政課ブランド振興担当

TEL内線543

お知らせ

春まき用堆肥 軽トララック持ち込み販売

市では、春まき用堆肥の軽トララック持ち込み販売を行います。購入希望の人は、事前に申し込みの上、販売当日に軽トララックでお越しください。

■日時 4月4日(土) 午前9時

■会場 市堆肥センター

■対象 市内にお住まいの人

■販売数 約130台(応募多数の場合は抽選可否は後日通知します)

■費用 2000円/台

■申し込み 3月9日(月)～23日(月)までに、電話または直接、生活環境課へ。

■注意事項

▽1世帯1台までです。
▽必ず送付する整理券をご持参ください。

▽運搬中の飛散防止のため、あおりやビニールシートなどを用意してください。

■問い合わせ

生活環境課環境衛生係
TEL内線461・462

お知らせ

新規就職者激励会および 新入・新人研修会

今春から就職し、市の将来を担

う社会人として第一歩を踏み出す新規就職者を激励するとともに、社会人としての自覚を促すことを目的として激励会および研修会を開催します。

■日時 4月15日(水) 午前9時30分～午後4時

▽受付 午前9時10分～

■会場 大町商工会館 2階 大会議室

■対象 本年4月に市内の事業所に就職する新規就職者

■内容 第一部 式典
第二部 研修会

■申し込み 3月27日(金)までに、商工労政課商業労政係にある申込書に必要事項を記入の上、直接、商工労政課商業労政係へ。

■問い合わせ

商工労政課商業労政係
TEL内線542

お知らせ

春の一斉清掃 3月29日(日)午前7時～

身近な道路や河川、遊園地などを地域で力を合わせてきれいにしましょう。都合により、この日に実施できない自治会は、それぞれ実施してください。

当日は土砂の受け入れや粗大ごみなどの有料回収を行います。

一斉清掃で出た土砂

■受け入れ場所と時間 グリーンパーク 午前7時～11時

■注意事項 一般の埋め立てごみの搬入を希望する人は、3月27日(金)までに、生活環境課で搬入許可申請の手続きをしてください。

■粗大ごみなど

■回収場所と時間 大町リサイクルパーク(旧環境プラント、社山下) 午前7時～11時

■処理料金

▽一斉清掃で出た木の枝などの燃える物、空き缶・ビン類などの燃えない物(要分別)……………無料

▽金属製粗大ごみ、電化製品、混合製品、エンジン付きの物……………66円/kg

▽バッテリー……………330円/個

▽古タイヤ(自動車)……………150円/本

▽家電リサイクル法の対象家電(テレビ、洗濯機、衣類乾燥機、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫)……………3000円程度/台

※種類と大きさで金額が異なります。

■注意事項

この日は、北アルプスエコパークとリサイクルパークでの資源物の受け入れは行いません。

■問い合わせ

お知らせ

重度心身障がい者 タクシー券交付

重度の障がいがある人が、外出時にタクシーを利用する際の運賃の一部を助成します。

■対象

▽身体障害者手帳(視覚障害1～3級、内部障害1～2級、上肢障害1～2級、下肢障害1～3級、体幹障害1～3級)がある人
▽療育手帳がある人
※自動車税・軽自動車税の減免を受けている人や、市から他の制度でタクシー券の交付を受けている人は対象になりません。

■申し込み

身体障害者手帳が療育手帳を持参の上、直接、福祉課福祉係、市八坂支所民生係、市美麻支所民生係へ。4月1日(水)から受付を開始します。

■問い合わせ

▽福祉課福祉係
TEL内線412・413
▽市八坂支所民生係
TEL26・2001
▽市美麻支所民生係
TEL29・2311

生活環境課環境衛生係
TEL内線461・462

図書館だより

—新着図書(一般向け)—

風間教場[日本の小説]……………長岡弘樹／著
 旅鉄Collection004 特急「あさま」[鉄道]
 ……………「旅と鉄道」編集部／編
 寅さんの列車旅2 寅次郎旅人情篇[映画]
 ……………「旅と鉄道」編集部／編
 お金に強い子どもの育て方[家庭教育]
 ……………日経マネー／編
 江戸→TOKYO なりたちの教科書4[観光]
 ……………岡本哲志／著
 最新版 ママとパパのはじめての妊娠・出産事典
 [妊娠・出産]……………藤井知行、鮫島浩二／監修
 日本のしきたり英語表現事典[英語]
 ……………亀田尚己、中道キャサリン／著

—新着図書(子ども向け)—

明智光秀 本能寺の変を実行した謎多き知将
 [伝記]……………田代脩／監修 梅屋敷ミタ／まんが
 こざきゆう／原作
 マルをさがして[日本の絵本]
 ……………山本久美子／作・絵
 ちびだこハッポンの海[日本の読みもの]
 ……………井上夕香／作 松岡幸子／さし絵
 メアリー・ポピンズと笑いガス[外国の絵本]
 ……P.L.トラヴァース／作 ヨコタユリコ／絵
 三辺律子／訳
 消防署図鑑[社会科]……………梅澤真一／監修
 こども聖書[生き方]
 ……………鈴木秀子／著 いりづきまゆ／イラスト

—3月の推薦図書—

仁科盛信と武田氏 信州教育出版
 社 小林茂喜／著

武田氏最後の武将・仁科五郎盛信とはどんな人物だったのか。武田氏の滅亡は、木曾義昌の裏切りに始まる。そうした裏切りの様子をはじめ、盛信が継いだ仁科の家の来歴や兄弟関係に触れながら、武田信玄五男の彼が「仁科盛信」となっていく経過などについても考察します。



いのちを選ばないで やまゆり園
 事件が問う優生思想と人権
 藤井克徳、池上洋通、石川満、
 井上英夫／編

社会を震撼させた障害者施設での殺傷事件から3年。公判開始を前に、忘れてはならない人権保障の視点を改めて提起します。



—3月の催し—

おはなしの森……………7日(土) 午前10時30分
 おいでえほんのおへや……………10日(火) 午前11時
 無料託児サービス(要予約)
 ……………19日(木) 午前10時～正午
 春休み工作……………28日(土) 午前10時30分～正午

■問い合わせ 大町図書館 TEL・有線21-1616

ケーブルテレビ3月の番組から

きらり特番

毎日放送 午前9:00、午後1:00、午後8:00

- * 市民スキー・スノーボード大会… 9日～22日
- * 八坂小学校・中学校 卒業式… 23日～29日
- * 美麻小中学校 卒業式… 23日～29日
- * 大町第一中学校 卒業式… 25日～31日
- * 仁科台中学校 卒業式… 25日～31日
- * 定例記者会見……………26日・27日

市議会3月定例会

生放送 午前10:00

- * 本会議……………12日

シャイニング・キッズ 毎日放送

午前11:00、午後4:00、午後6:00、午後10:00

- * おおきくなったら(保育園・幼稚園の年長園児) 将来の夢は何ですか? 元気よくポーズも決めてくれました!

※放送予定を変更する場合があります。ご了承ください。

◆番組表はテレビの番組表(EPG)や市ホームページをご覧ください。

■加入申し込み・問い合わせ

情報交通課ケーブルテレビ係 TEL21-3805

有線放送3月の番組から

●桜田スタジオ～きらり☆大町人～

改組新第6回日展(2019)で『紅月の頂きへ』が入選した日展会友の海川盛利さんをご紹介します。地元大町で工芸美術家



として活動を続ける海川さんに、作家人生を歩むきっかけや今後の展望をお聞きします。

放送日 …… 1日(日)・8日(日) 午後8:45

●健康ワン・ポイント～市中央保健センターから～

3月は「自殺対策強化月間」です。そこで大町市中央保健センター保健師の峯村可奈子さんから「自殺予防」について、普段の生活で心掛けていきたい「気付き」と「支援」のポイントなどをお話いただきます。

放送日 …… 5日(木)・19日(木) 午後8:45

 **大町市有線放送**
 OUCHI tel・有線 22-1297 omachiysusen.com

不用品交換コーナー

●譲ります

- ▷オープンレンジ(約1年前購入、約1年使用、シャープRE-T820-R)…………… 応談
- ▷チャイルドシート(購入時期不明)… 応談
- ▷幼児用歩行器(購入時期不明)…………… 応談

●譲ってください

- ▷車椅子

交渉や受け渡しは、当事者双方の責任において行ってください。「広報おおまち」が届く前に交渉が成立することがあります。ご了承ください。市のホームページにも随時情報を載せています。

■問い合わせ

市民課消費生活・交通安全係 TEL 圏内線 463

3月の納税など

- 国民健康保険税…………… 3月分
- 後期高齢者医療保険料…………… 3月分
- 保育料…………… 3月分
- 市営住宅使用料、定住促進住宅使用料
- 雇用促進住宅・駐車場使用料…………… 3月分
- 学校給食費…………… 第10期
- 上下水道料・簡易水道料…………… 3月分

納期限は3月31日(火)

人の動き

総人口	27,197 (- 44)	転入	50
男	13,220 (- 15)	転出	61
女	13,977 (- 29)	出生	8
世帯数	11,876 (- 3)	死亡	41

※2月1日現在、()内は前月比

度利用してみたいかがでしゅつが。

花粉症でお悩みの方は、一度利用してみたいかがでしゅつが。

は、地域によって差がありますが、スギが2



「春はあけぼの」とは枕草子の冒頭ですが、現代日本の春といえば、花粉が思い出され頭が痛い…という人も多いのではないのでしょうか。花粉が飛散するピークは、地域によって差がありますが、スギが2



3月の無料相談

結 婚	14日・28日 土曜日 13:00~17:00	総合福祉センター	農業委員会 ☎ 圏内線 641
結 婚 (要予約)	10日(火) 13:00~15:00	大町商工会館 (九日町)	商工会議所 ☎ 22-1890
法 律 (要予約)	10日(火) 13:00~16:00	市民相談室 (市役所本庁舎1階)	広聴広報係 ☎ 圏内線 403
担当=山崎秀隆弁護士(次回は4月14日 湊大地弁護士)			
行 政	25日(水) 9:00~12:00	市八坂支所	行政管理係 ☎ 圏内線 511
	23日(月) 9:00~12:00	美麻公民館	
年 金 (要予約)	19日(木) 10:00~15:00	総合福祉センター	松本年金事務所 ☎ 0263-32-5822
日本政策金融 公庫(要予約)	19日(木) 13:30~16:30	大町商工会館 (九日町)	商工会議所 ☎ 22-1890
女 性 (男 性)	12日(木) 10:00~15:00	子育て・女性 相談室 (市役所西庁舎2階)	男女共同参画・ 人権政策担当 ☎ 圏内線 831
	26日(木) 9:00~12:00		
育 児 女性のからだ (要予約)	24日(火) 9:30~11:00	中央保健センター	中央保健センター ☎ 23-4400
心 配 ごと (要予約)	9日・23日 月曜日 13:00~16:00	総合福祉センター	社会福祉協議会 ☎ 22-1501
	9日・23日 月曜日 13:00~15:00		
司法書士 (要予約)	9日・23日 月曜日 13:00~15:00		
成年後見制度 (要予約)	26日(木) 13:30~15:30	総合福祉センター	成年後見支援センター ☎ 22-1550
生活・就労 (要予約)	平日 9:30~17:00	総合福祉センター まいさぼ大町	生活就労支援センター まいさぼ大町 ☎ 22-7083
就 労 支 援 (15~39歳)	13日(金) 10:00~11:00	大町公民館分室 2階 学習室1	NPO法人ジョイフル 大町サテライト ☎ 080-3093-8844
人 権	19日(木) 10:00~16:00	長野地方法務局 大町支局	長野地方法務局 大町支局 ☎ 22-0379

3月の有料相談(要予約)

法 律	17日・24日 火曜日 13:00~16:00	北アルプス市町村会館
予約申し込み=県弁護士会松本在住会(☎0263-35-8501)		
料金=1時間以内10,000円(税別)		

転入・転出・転居手続きのための

市役所休日窓口を開設します

3月29日(日)、4月4日(土) 8:30~12:00



進学や就職などで引っ越しをする場合は、忘れずに住民票を移しましょう。平日に手続きができない人は、休日窓口をご利用ください。(正面玄関からお入りください)

■持ち物 転出証明書(転入のみ)、本人確認書類、印鑑、保険証類、マイナンバーカード(通知カード) など
※手続き内容により持ち物が異なりますので、事前にお問い合わせください。
※代理の人が手続きをする場合、委任状が必要になることがあります。

■その他 国民健康保険の加入・脱退手続き、住民票・戸籍・所得・納税などの証明書発行もできます。

■問い合わせ ▷市民課市民・戸籍係 Tel. 市内線426 ▷市民課国保・年金係 Tel. 市内線422

3月の休日医療情報

休日緊急当番医

変更する場合があります。確認の上、受診してください。
(診療時間9:00~17:00)

1日(日)	伊東医院	大黒町	☎ 22-0077
	西森整形外科	松川村	☎ 61-1700
8日(日)	神城醫院	白馬村	☎ 75-7050
	いしぞね内科・外科クリニック	旭 町	☎ 23-2555
	あづみ病院	池田町	☎ 62-3166
15日(日)	小谷村診療所	小谷村	☎ 82-2044
	柿下クリニック	清 水	☎ 21-1230
	太田医院	池田町	☎ 62-1010
20日(金)	横沢医院	白馬村	☎ 72-2008
	遠藤内科医院	神栄町	☎ 22-0031
	松本クリニック	松川村	☎ 61-5151
22日(日)	白馬診療所	白馬村	☎ 75-4123
	最上整形外科クリニック	上 一	☎ 23-3300
	せりざわクリニック	池田町	☎ 62-3000
29日(日)	神城醫院	白馬村	☎ 75-7050
	菊地クリニック	上 一	☎ 21-2580
	吉村医院	松川村	☎ 61-5666
	栗田医院	白馬村	☎ 72-2428

歯科緊急当番医

変更する場合があります。確認の上、受診してください。
(受付時間9:00~11:00、診療時間9:00~12:00)

1日(日)	横澤歯科医院	六九町	☎ 22-1343
8日(日)	にここデンタルクリニック	下 一	☎ 23-5612
15日(日)	あづみ病院歯科口腔外科	池田町	☎ 61-1168
20日(金)	師岡歯科	池田町	☎ 62-9781
22日(日)	きらり歯科医院	松川村	☎ 62-0005
29日(日)	佐藤歯科医院	相生町	☎ 23-3211

休日緊急当番薬局

変更する場合があります。確認の上、来店してください。
(営業時間9:00~17:30)

1日(日)	いちご薬局	高見町	☎ 21-3311
8日(日)	カネリキ山口薬局	大黒町	☎ 22-0184
	アーク調剤薬局長野大町店	旭 町	☎ 85-4587
15日(日)	はなのき林薬局	東若宮町	☎ 85-0595
20日(金)	林薬局	仁科町	☎ 22-0151
22日(日)	かみいち林薬局	上 一	☎ 26-3025
29日(日)	轟薬局	上 一	☎ 21-1512

北アルプス平日夜間小児科・内科急病センター

診察日時	月~土曜日 19:00~21:00	受付時間	18:30~20:45
休 診 日	1日(日)・8日(日)・15日(日)・20日(金)・22日(日)・29日(日)		☎ 26-6199
診察場所	大町市大町 1601-2 (文化会館南隣)「フレンド・プラザ大町」内		