

広報

佐久

SAKU

Public Information
DEC. No.105

2011 平成23年

12

<http://www.city.saku.nagano.jp>



今月のピックアップ

- 平成23年度市長表彰……………②
- 平成23年をふりかえって佐久市政主なできごと……………④⑤
- 佐久市事業仕分けの判定結果に対する
市の対応方針を決定しました……………⑨
- 公民館報「さくし」……………②⑦～④⑩
- 情報・インフォメーション……………⑤②～⑤⑤

Photo 信州の菊花賞 望月駒の里草競馬大会

11月3日、望月総合グラウンドで第23回望月駒の里草競馬大会が開催されました。

秋晴れの中、大勢の皆さんが出走馬54頭の迫力あるレースを目の前にして、声援や大歓声が上がっていました。

平成23年度

市長表彰章

平成23年度市長表彰の表彰式を行いました。市政振興にご尽力いただいた皆さんならびに技能功労の皆さんは、11月2日に市役所で、また、福祉関係の皆さんは、11月10日に佐久勤労者福祉センターで行った社会福祉大会の席上で表彰を行いました。受賞者は次の11人の皆さんです。おめでとございました。



【市長表彰】

地方自治

並木 茂徳さん（志賀）

学校保健

黒澤 陽太郎さん（中込）

地方自治

菊池 たか子さん（内山）

産業

茂木 守さん（岩村田）

善行

小池 佐久治（北川）

技能功労

片井 邦治さん

（職種・経験年数・住所）

（大工・53年・新子田）

越石 雅雪さん

（塗料調色技能士・41年・岩村田）

在宅介護

山崎 吉子さん（御馬寄）

渡辺 一正さん（小田井）

山田 豊子さん（中込）

若林 悦子さん（小田井）



社会福祉大会

佐久の水はどこから？ — 成層火山の恵み —

佐久市の水道水の大部分は、湧水と地下水を水源としています。このことは以前の広報佐久の記事「シリーズ 水源を考える」で紹介されていたのでご存知の方も多いと思います。全国の水道水の70%以上が、河川や湖などの表流水を水源としている状況からすると、佐久市はとても恵まれた環境にあることがわかります。

なぜ佐久市は、これほど湧水や地下水に恵まれているのでしょうか。それには、佐久平からよく見える八ヶ岳（蓼科山や横岳など）と浅間山の生い立ちが大きく関係しています。八ヶ岳と浅間山は、何回も噴火を繰り返し、たくさんの溶岩や火山灰を噴出して成長した火山です。（火山とは、マグマが噴出したり、地表付近に上昇したりしてできた特徴的な地形を指す言葉で、九州の阿蘇カルデラのように大きな窪地を形成することもあります。）噴出物が「層に成って」何枚も重なっているので、こうした火山を成層火山と呼びます。

成層火山を構成する溶岩や火山灰などの噴出物には、割れ目や隙間がたくさんあります。マグマが地表に流れ出てできる溶岩には隙間などないように思われるかもしれませんが、冷えて固まるときに柱状節理や板状節理（節理とは規則性をもった割れ目のこと）といったたくさんの割れ目ができるのです。また、爆発的な噴火で形成される火山灰などのマグマの破片（火山灰や軽石など）が降り積もれば、隙間の多い地層ができます。そして成層火山はとても大きいので、大量の水がしみこみ、貯留される条件がそろっているといえます。ですから、八ヶ岳と浅間山は「火の山」であるとともに、豊かな水を育む「水の山」という見方もできるのです。

という見方もできるのです。

水の山を感じさせてくれる身近な場所としては、浅間山の麓にある白糸の滝があります。粒の大きさが数cmの軽石が降り積もった地層（白糸の滝軽石層）から、水が湧き出して幻想的な風景を生み出しているのです。

【信州大学教育学部

理数科学教育講座

竹下欣宏 助教 寄稿】



白糸の滝

■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424（直通）

ふりかえって

主なできごと

1月～12月

【海外友好都市との交流】

- 1/31 在エストニア日本国特命全権大使が表敬訪問
- 5/2 エストニア共和国サク市から公式訪問
- 6/17 モンゴル大使が表敬訪問
- 6/3 JA佐久浅間モンゴル国農業視察研修生が表敬訪問
- 8/3～10 佐久市の中学生14名がモンゴル国とアメリカ合衆国で研修
- 10/4 エストニア国会議長が表敬訪問
- 10/29～11/4 モンゴル国スフバートル区の小中学生10名が佐久市で交流研修

【施設建設】

- 2/3 大沢森林整備拠点・交流体験施設「大沢森の分教場」完成
- 3/22 浅間中学校改築事業完了
- 3/26 中部横断自動車道「佐久小諸JCT～佐久南IC」8.5kmが開通
- 4/5 千曲川スポーツ交流広場マレットゴルフ場開園
- 5/14 臼田弓道場完成
- 6/9 前山南線開通
- 7/15 市営住宅一本柳団地B棟12戸完成
- 9/22 泉小学校校舍棟完成
- 12/21 龍岡城アクセス道開通

【その他】

- 4/1 小池副市長就任（3/31岩崎前副市長退任）
- 4/27 第1回佐久市地域公共交通確保維持改善協議会開催（以後4回開催）
- 5/31 まちづくり活動交付金事業を開始（市内4団体が事業を活用）
- 6/6 市民に語り継ぎたい佐久市の先人18人を選定
- 7/21 佐久市が「佐久地域定住自立圏」の中心市を宣言
- 7/27 臼田トンネル産古型マンモス化石が市天然記念物に指定
- 9/5 佐久市市民活動サポートセンター設置計画を策定
- 9/8 「ふたりあわせて200歳」の長寿姉妹
篠原けさじさん清水けさよさんが市役所へ訪問
- 9/14 新クリーンセンター施設整備計画を策定
- 10/1～30 スマートフォンを使った観光ナビゲーションシステム中山道「佐久っとナビ」を試行
- 10/28 浅間中学校北側主要地方道における花壇整備活動として、県アダプトシステム基本協定に浅間中学校生徒会と長野県、佐久市が調印
- 11/3 三浦前佐久市長が秋の叙勲で旭日中綬章を受章
- 11/16 佐久市総合計画審議会より第一次佐久市総合計画後期基本計画（案）を諮問
- 12/2 佐久平駅前広場の美化活動として、市内6団体が市アダプトシステム事業に調印



中部横断自動車道開通



NASAジョンソンスペースセンターにて
（中学生・海外研修）



佐久地域定住自立圏を構成する予定の12市町村の長



「ふたりあわせて200歳」長寿姉妹



東日本大震災応援出発式

平成23年を 佐久市政

2011年



復興Tシャツの販売

【東日本大震災関係】

- 3/11 東日本大震災発生
- 3/14～29 被災者支援のため大船渡市に市職員緊急派遣
- 4/29 大船渡市へ義援金5,700万円と飲料水・寝具等を柳田市長持参
- 5/12 震災の影響を受けた中小企業への支援開始
- 7/1～ 被災地復興支援のため大船渡市に市職員長期派遣
- 7/13 大船渡市へ義援金800万円と市内企業から寄贈された車両を贈呈
- ～被災地復興支援イベント等～
- ・ 5/3～5 佐久バルーンフェスティバル・佐久鯉まつりで、復興支援ブースを設置（義援金箱の設置、復興Tシャツの販売）
- ・ 7/1～9/30 震災に伴う節電と災害復興支援の一環として、市職員がオリジナルTシャツを購入・着用し、スーパークールビズを実施
- ・ 9/25 復興支援として、歌を通して被災者を元気づけられるよう、願いを込めて「まちじゅう音楽祭」を開催
- ・ 11/12 佐久農業祭に合わせ「三陸大船渡さんま祭りin佐久」を開催

【防災・災害協定】

- 3/30 防災行政通報無線市内全局開局（全市域に災害時の情報伝達が可能となる）
- 9/11 イオンリテール(株)と「災害時の防災活動協力に関する協定」を締結
- 10/21 埼玉県朝霞市と「災害時における相互応援に関する協定」を締結

【地下水等水資源の保全】

- 6/2 第1回地下水等水資源保全連絡調整会議開催（以後3回開催）
- 6/27 第1回地下水等水資源保全研究検討委員会開催（以後4回開催）
- 7/30 信州佐久の「水」を守るシンポジウム開催
- 9/30 市議会が「地下水・湧水保全都市」を宣言
- 12/26 水資源保全共同声明発表

【佐久総合病院再構築】

- 6/17 佐久医療センター建設予定地の都市計画用途地域変更が決定
- 6/17 佐久医療センター建設予定地の地区計画が決定
- 9/30 佐久医療センター建設予定地の建築物の制限に関する条例を制定
- 10/11～18 本院整備基本構想（案）の臼田地区住民説明会を開催（4会場）
- 12月～ 佐久医療センター建設工事に着手

【市民交流ひろば】

- 1/24～2/2 総合文化会館予定地の後利用計画案「市民交流ひろば」を市民に説明（3/15まで「市民交流ひろば構想図」についての市民意見を公募）
（6/20まで「市民交流ひろば構想図見直し案」についての市民意見を公募）
- 2/7 「市民交流ひろばについて」城山小学校6年生と意見交換
- 7/26 第1回市民交流ひろば設計・管理運営計画検討委員会開催（以後3回開催）
- 11/10 市民交流ひろば設計・管理運営計画検討結果報告会



イオンリテール(株)と災害協定締結



信州佐久の「水」を守るシンポジウム

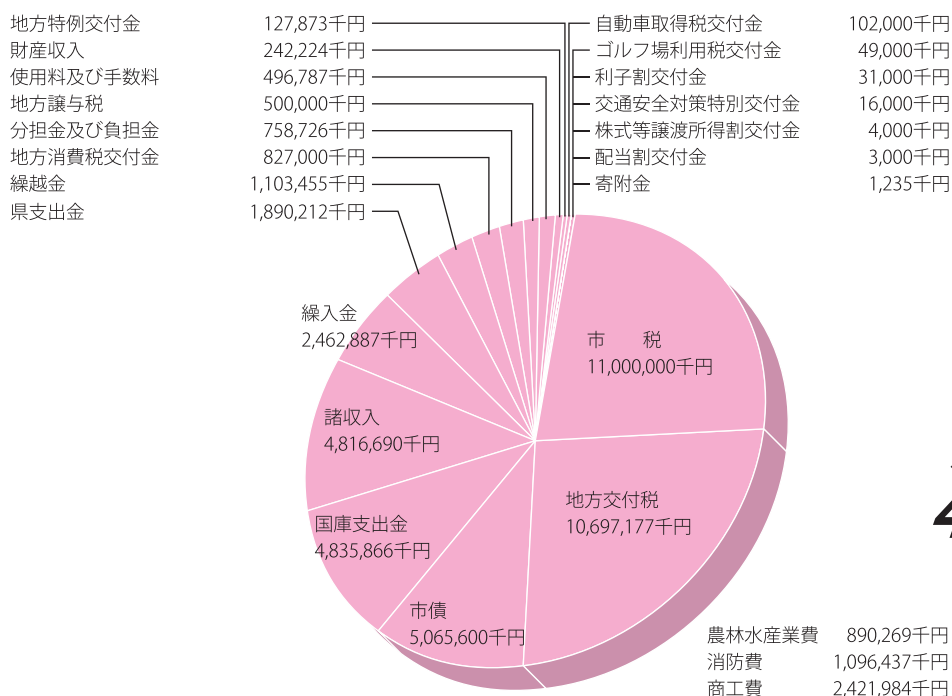
平成23年度 上半期 予算等の状況

平成23年度一般会計および特別会計の上半期（4月1日から9月30日）の予算状況ならびに9月30日現在の市有財産・市債・一時借入金等の状況についてお知らせします。

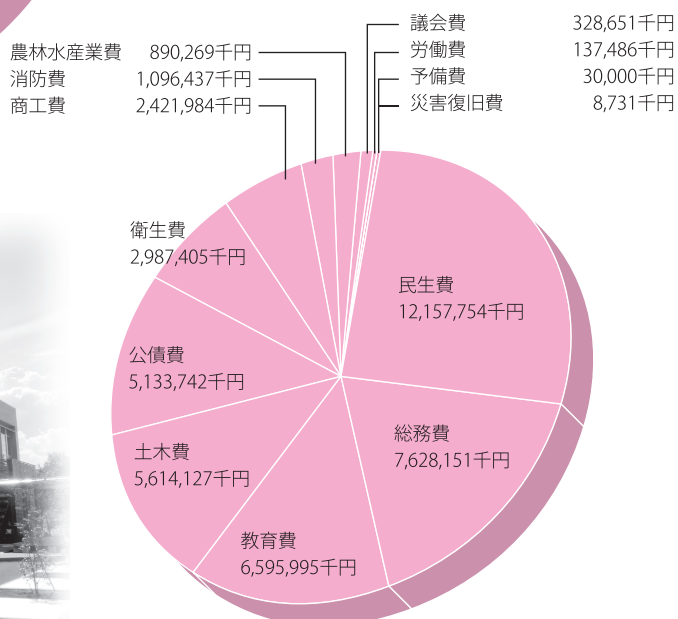
平成23年度一般会計の当初予算は、425億8千万円となりました。その後、3回の補正予算を編成して、9月30日現計予算額は、450億3,073万2千円となり、前年度同期と比較して、額で4,084万6千円、率で0.1%の増となりました。

平成23年度 上半期一般会計予算の状況

（単位：千円）



歳入合計
45,030,732千円



歳出合計
45,030,732千円



臼田中学校普通教室棟・中庭

市有財産の状況

(平成23年9月30日現在)

■土 地	23,643,566.90 [㎡]
宅 地	2,059,112.89 [㎡]
山 林	18,379,088.71 [㎡]
原 野	908,486.65 [㎡]
牧 場	354,308.00 [㎡]
その他	1,942,570.65 [㎡]
■建 物	523,072.83 [㎡]
■立 木	334,515.00 [㎡]



泉小学校普通教室棟

市債および一時借入金の現在高

(平成23年9月30日現在)

■市債元金	39,619,504千円 (一般会計分)	■一時借入金	なし
(市民1人当たり市債元金残高 約393,000円)			
※有利な市債を借り入れることにより、上記残高の償還額に対し、約70%が交付税措置されています。		※人口(100,824人)は、外国人登録を含む (平成23年9月30日現在)	

平成23年度 上半期特別会計予算の状況

(単位：千円)

特 別 会 計 名		当初予算額	補正額	現 計 (9/30現在)
国民健康保険会計	事業勘定	8,760,172	85,877	8,846,049
	へき地内山診療所勘定	1,116	0	1,116
	浅科診療所勘定	54,794	0	54,794
介護保険会計		7,880,685	0	7,880,685
臼田啓明園会計		175,620	576	176,196
臼田学園会計		92,045	0	92,045
特別養護老人ホーム会計		1,038,235	115	1,038,350
後期高齢者医療会計		862,616	8,370	870,986
住宅新築資金等貸付事業会計		32,109	0	32,109
介護老人保健施設会計		253,904	867	254,771
特定環境保全公共下水道事業会計		675,958	0	675,958
農業集落排水事業会計		315,667	0	315,667
生活排水処理事業会計		92,456	0	92,456
奨学資金会計		23,051	0	23,051
飲料水供給施設会計		10,353	0	10,353
茂田井財産区会計		1,389	0	1,389
国保浅間総合病院事業会計	収益的収入	6,392,212	0	6,392,212
	収益的支出	6,459,660	0	6,459,660
	資本的収入	251,922	0	251,922
	資本的支出	622,474	0	622,474
公共下水道事業会計	収益的収入	1,967,099	0	1,967,099
	収益的支出	1,950,407	0	1,950,407
	資本的収入	784,080	0	784,080
	資本的支出	1,557,546	0	1,557,546
合 計		30,860,257	95,805	30,956,062

※予算額の合計額は、公営企業会計における収入額を除く。

平成24年度予算編成方針

市では、次の方針に基づいて、平成24年度の当初予算を編成していきます。

基本的な考え方（要旨）

佐久市を取り巻く厳しい社会経済情勢を認識するとともに、

これまでに2回実施した事業仕分けの考え方や行政評価を有効に活用し、事業の検証と見直しに取り組む。予算編成に当たつ

ては、第一次佐久市総合計画を指針とし、佐久市の将来の発展を見据えた施策展開を推進するとともに、次世代へ過度な負担を残すことのないよう、事業の選択と集中により財政の健全性に留意した堅実な予算編成を進める。

予算編成の基本的事項

発想の転換と市民満足度の向上

基本理念である「人の絆・まちの絆で築く文化発祥の大地」を目指し、職員の意識改革および発想の転換により、真に市民が必要としている行政サービスであるかの見極めを行い、市民一人ひとりが豊かさを実感できる施策の積極的な展開を進め、市民満足度の向上を図る。

予算の効率的な活用

行財政の簡素化・合理化に最大限努め、指定管理者制度を含む民間委託や、市民協働などの「新たな公」の考え方を取り入れるなど、従前の慣例にとらわれることなく、創意工夫により、最小の経費で最大の効果を生み出すよう努める。

事業の選択と集中

限られた財源の中で、優先順位の明確化により事業を厳選する。政策的事業については、実施計画との整合を図るとともに、実施計画内示額の範囲内で行うこととし、必要な場合は、組織横断的に十分な調整を図る。

新規事業の実施や既存事業の拡大を行う場合は、あらかじめ達成期限や総事業費等の数値目標および費用対効果を明確にし、原則として既存事業の廃止、経費削減および新たな財源を伴うものとする。

平成22年度決算審査の講評を十分認識し、費用対効果の分析検証など予算に影響があるものは、確実に事業の見直しを行う。財源確保への努力

本市の財政力指数は依然低い状況にあるため、自主財源の確保および新たな財源の確保に向けた施策を講じるとともに、収納率の向上に努める。

合併特例事業債についても、限度額が定められていることから他の財源の確保に努め、効果的に用いる。

現場主義の徹底

地域社会の様々な課題解決のためには、各種施策がそれらの課題に的確に対応している必要があることから、現場の声を十分に聞き、現状を正確に把握する。

予算編成の基本理念

「ひとの絆・まちの絆で築く文化発祥の大地」を目指す

「基本理念」の具現化のため、限られた財源・人材等の資源を有効に活用し、特色ある施策を展開するため、「Ⅰ 6項目の基本構想の柱」を横断し、戦略的に取り組む施策を「Ⅱ 5本の重点施策」に位置づけ、財政健全化に配慮し予算編成を進める。

Ⅰ 6項目の基本構想の柱

たくましく心豊かな人材の育成と地域文化の保存・継承と発祥

ネットワークで築く地域の個性・特色を生かした多機能都市づくり

100万経済圏を目指した産業基盤の強化と新たな産業の創出

みんなが生涯現役で住みよい健康長寿のまちの形成

水と緑きらめく自然と共に生きる快適環境の創出

市民生活の安全確保と市民満足度の向上

Ⅱ 5本の重点施策

- ①世界最高健康都市の構築
- ②安心安全な子育て支援
- ③地域経済の活性化
- ④交流人口の創出
- ⑤徹底した情報公開による市民参加型市政の実現

全ての事業について、特に佐久市の財政力の向上に資する『交流人口の創出』および『地域経済の活性化』の2つの視点に配慮した施策展開に努めるものとする。

佐久市事業仕分けの判定結果に対する 市の対応方針を決定しました

市では、8月20日、21日に実施しました、事業仕分けの判定結果を受けまして、必要に応じ関係団体等との協議、調整・検討等を行い、次のとおり対応方針を決定しました。

今後はこの対応方針に基づき、それぞれの事業の見直しを行い、より効率的な市政運営を推進していくとともに、常に事業の検証に努めてまいります。

番号	仕分け 事業No.	事業名	仕分け 結果	対応方針	今後の対応方針（主な内容）
1	1-2	健康づくり大学事業	不要	廃止	現行の「健康づくり大学」は廃止し、「運動」に重点を置いた新規事業の構築を図っていきます。
2	1-4	市税賦課事業 (たばこ小売組合補助金)			交付対象団体の「佐久市たばこ税増収対策協議会」より組織解散の報告があったため、市税賦課事業(たばこ小売組合補助金)は廃止します。
3	2-1	臼田館管理運営事業	再検討		平成25年度を目途に市直営の貸館事業の廃止を目指します。平成24年度は、地元区へ地区会館として無償貸与できるよう関係者と協議していきます。
4	1-7	ふるさとの味創造館管理事業			地元の農業振興および活性化を図ることはもとより、幅広い利用拡大に向けた工夫、改善を図り、ゼロベースで施設の活用方法を見直し、事業を継続します。
5	2-7	公民館活動推進事業 (高齢者大学大学院)			地域に貢献する人材を育成する観点から受講料は引き続き無料とし、学ぶことを生きがい・楽しみとしていただきながら、社会参加活動のリーダーとして役立つ講座内容に改善していきます。
6	1-1	環境保全事業 (身近な生き物生息分布調査)	佐久市 要改善	改善	より有効な調査結果の活用方法と、より多くの市民の皆様に参加してもらえるような調査方法を検討し、改善して事業を継続します。
7	1-3	消費者行政事業 (消費生活展負担金)			消費生活問題やトラブル防止のための相談コーナーを設置するなど、開催内容を見直し、事業を継続実施します。
8	1-5	市民農園事業			現行の市民農園は5年以内に民間に移行します。農地バンク制度等を活用して、新たな市民農園が実施できるよう民間諸団体等と協働していきます。
9	1-6	地域緑化事業			積極的な事業の情報公開や実施団体へのアンケートの実施、市民の皆さんの協働意識の醸成やアダプトシステムの推進を図るなど、改善を図り事業を継続します。
10	2-2	高齢者生活支援事業 (高齢者にやさしい住宅改良 促進補助金)			事業の周知方法を改善して、現行どおり事業を継続します。ケアマネージャーや、介護保険で「住宅改修」を希望する方にも、この事業の情報提供を行っていきます。
11	2-3	子ども未来館管理事業			設置者である市と指定管理者である佐久市振興公社で協議を行い、「業務や運営内容」など一部改善して、事業を継続します。
12	2-5	青少年育成事業			区長会・公民館・PTA等との関わり方や、交付金支給内容等について見直すほか、先進的な活動を行っている地区の情報提供を行うなどして、事業の見直しを行います。
13	2-4	天体観測施設管理運営事業	佐久市 現行通り ・ 拡充	拡充	利用者増に向け、新たな施設のPR方法の検討、学校との連携や他施設との新しい取組等を通して、事業の拡充を図ります。
14	2-6	旧中込学校・資料館・ 島崎藤村旧宅管理運営事業			計画的な施設の維持修繕の実施、案内看板の設置やホームページの充実等広報媒体を活用して観覧者増を図るなど、一部拡充して事業を実施します。

※各事業の対応方針等の詳細につきましては、市ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ 企画課 行政改革係 ☎62-3067（直通）

佐久市生活交通ネットワーク計画策定に向けた 「公共交通に関する市民アンケート調査」を実施しました

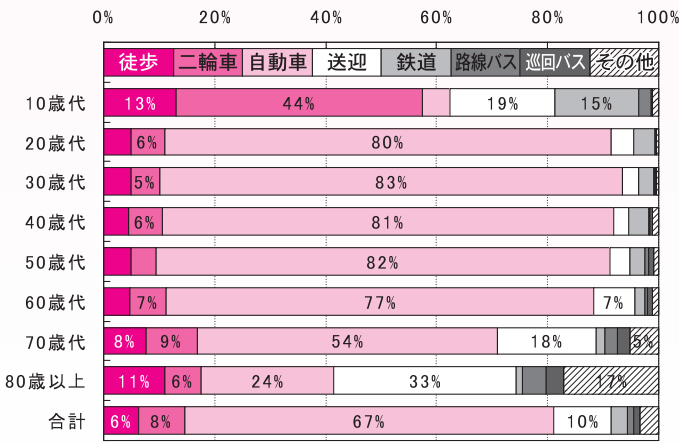
佐久市地域公共交通確保維持改善協議会では、新たな地域公共交通のあり方を示す「佐久市生活交通ネットワーク計画」策定のため、市民の皆さんから地域公共交通の利用状況や今後のご要望等をお伺いするアンケート調査を実施しました。

■アンケート調査の概要	対 象	市内に在住する5,000世帯（住民基本台帳から無作為抽出）
	調査時期	8月26日～9月26日
	実施方法	無記名方式、郵送による配布・回収
	有効回答	2,571世帯（回収率51.4%）

アンケートにご協力いただきありがとうございました。主な回答結果は次のとおりです。

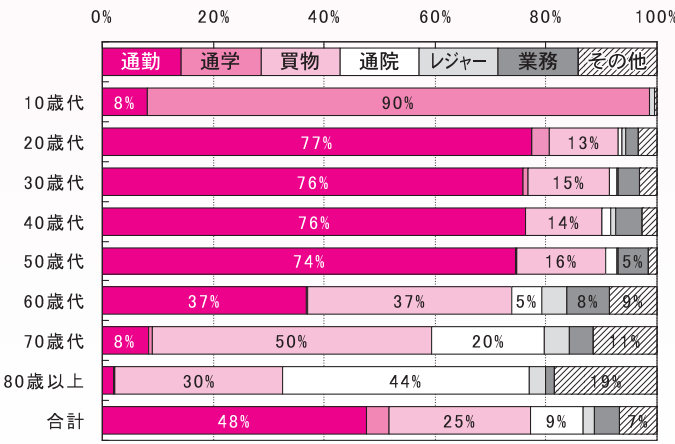
①主な外出の交通手段と目的

ア.主な外出の際の交通手段



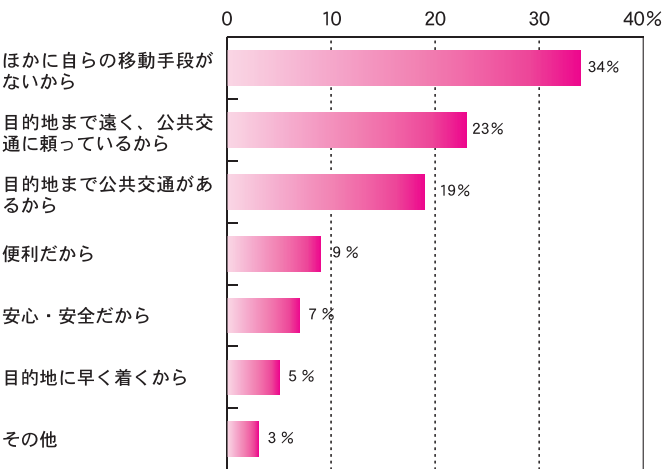
移動手段は、20～60歳代では「自動車」が約80%を占めています。10歳代、70歳代以上では、他の年代に比べると、鉄道や路線バス、市内巡回バスの公共交通を利用する方の割合が高くなっています。

イ.主な外出目的



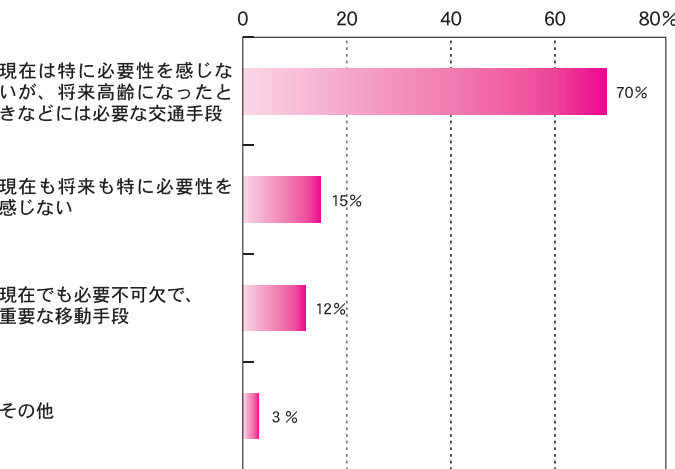
主な外出の目的は、10歳代では通学、20～50歳代では通勤が大半を占めています。60歳代以上では、買物が30～50%を占め、さらに年齢が高くなるに従い、通院が急増する傾向が伺えます。

②公共交通を利用する理由



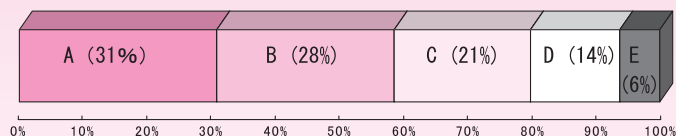
利用する理由としては、「ほかにも自らの移動手段がないから」、「目的地まで遠く、公共交通に頼っているから」、「目的地まで公共交通があるから」という回答が高くなっています。

③あなたやご家族にとって公共交通とは



「現在は特に必要性を感じないが、将来高齢になったときなどには必要な交通手段」という回答が70%を占め、「現在でも必要不可欠で、重要な移動手段」を合わせると82%の方が、公共交通の必要性を感じていることが分かります。

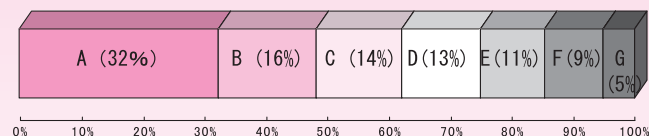
④現在運行しているバス路線等（民間路線バス、廃止代替バス、市内巡回バス、デマンドタクシー等）は今後どうしたらよいか



- A：利用者数の少ない路線バス等については、あり方を見直して、場合によっては運行本数の削減や路線の廃止
- B：公共交通は大切であるので、現状の運行本数と路線は維持すべき
- C：利用者の利便性を高めたり、新たに利用者を増やすために、運行本数や路線を増やす方向で見直すべき
- D：わからない
- E：その他

「あり方を見直して、場合によっては運行本数の削減や路線の廃止もやむを得ない」が31%と最も高く、次いで、「公共交通は大切であるので、現状の運行本数と路線は維持すべき」が28%となっています。

⑤今後、公共交通の利用促進に向けて取り組むべきこと



- A：わかりやすい運行ダイヤや路線図等の作成・配布
- B：企業や官公庁が、ノーマイカーデーの実施に取り組む
- C：自動車を利用している人が、自らの意思でたまには公共交通を利用する
- D：小中学校の学習の一環として、小さなころから公共交通を利用する意識を育む
- E：市のホームページや広報誌で積極的にPRする
- F：市や交通事業者、関係団体が地域懇談会等を開催し、利用促進を呼びかける
- G：その他

市民への周知活動（わかりやすい運行ダイヤや路線図等の作成・配布、市のホームページや広報誌で積極的にPRするなど）や、公共交通利用に対する意識の醸成（企業や官公庁がノーマイカーデーの実施に取り組む、自動車を利用している人が自らの意思でたまには公共交通を利用するなど）が重要であるという意見が多く寄せられました。

⑥アンケート結果のまとめ

日常生活において、7割近くの方が自動車で移動しており、全体的にマイカーへの高い依存が伺えますが、10歳代と70歳代以上の方では、通学や買い物、通院の際に、公共交通を必要としている方がいます。

現在運行しているバス路線等に対しては、「削減や廃止すべき」、「増やすべき」という相反する意見も寄せられていますが、将来高齢になったときなどに公共交通は必要と感じている方は非常に多く、今後の高齢化の進展も考えると、公共交通利用に対する需要は高まっていくことが予想されます。

また、公共交通の利用促進のためには、わかりやすい時刻表などの情報提供のほか、自主的に公共交通を利用する意識の醸成に向けた取り組みが必要という回答も多く寄せられました。

公共交通は、今後多くの方にとって、移動するための大切な交通手段になっていくと思われます。大勢の皆さんが利用することが、公共交通を将来に残すことにつながりますので、より多くの皆さんのご利用をお願いします。

アンケートの全集計結果は、市のホームページ (<http://www.city.saku.nagano.jp>) や、市役所市民ホールの行政資料閲覧コーナーおよび各支所総務課窓口にて閲覧することができます。

■お問い合わせ 佐久市地域公共交通確保維持改善協議会事務局
(企画課 企画調整係) ☎62-3067 (直通)

佐久総合病院(本院)の再構築に向けた 「基本構想」(案)が示されました

佐久総合病院の再構築において、臼田で整備される佐久総合病院(本院)の病院概要や、診療内容等を盛り込んだ基本構想(案)と建替えスケジュール等について、佐久総合病院より報告がありました。市ではこれを受け、10月11日より臼田地区4会場において住民説明会を開催しました。

この基本構想(案)の中で、病院機能は一次、二次救急医療、一般医療機能を主とし、診療科は、産科、婦人科を除いて現状とほぼ同様であるとしています。

また、建築スケジュールでは、医療の提供を継続しながら、引き続き残る既存棟内の機能整理や病棟の解体を段階的に実施しながら、新病棟の建設を進めたいとしています。

今後は平成28年度内での事業完了に向け、基本計画や基本設計、実施設計等の策定を進め、平成25年末ころより一部建物(エネルギー供給棟)の建設を開始するとしています。

基本構想(案)抜粋

※詳細については、佐久市ホームページに掲載する予定です。

病院概要

- (1) 病床数・・・300床(人間ドック含む)
 - (2) 外来規模・・・想定外来患者数 900人/日(目標)
 - (3) 診療機能・・・●総合診療(内科系、外科系) ●専門外来(慢性維持透析・生活習慣病・精神・小児など) ●リハビリ ●日帰り・短期入院手術 ●在宅診療 ●救急診療(1次・2次)
 - (4) 医師数・・・約60人
- (このほか、佐久医療センターの専門医による診療も一部行われます。)

病院機能

佐久総合病院(本院)の病院機能として、「診療内容」をはじめとする13の項目が示されました。そのうち、ポイントとなる項目をご紹介します。

「診療内容」・・・1次、2次救急を提供し、重篤な救急患者に対する一時処置を行う。

地域のニーズに即した一般医療機能を中心とした病院とする。

「保健予防及び健康づくり活動への取り組み」

・・・健康づくりセンターを中心に、健康診断・人間ドック・健康相談・健康教育の充実を図り、潜在疾病の早期発見や予防に注力する。

「地域社会との関係」

・・・地域住民の皆様との交流および文化活動をつうじて、ともに地域の発展に貢献する関係を築き、開かれた病院とする。

このほか、佐久総合病院グループ全体の本院機能をおくこと等が、明記されています。

また、患者さんの様々なニーズに応じて、診療科別に受診するのではなく、可能な範囲で総合的に医療提供が行えるよう「専門医と協力をした総合診療」「小児の一般診療と成育の支援」「高齢者を対象にした総合診療」「こころのケア」「医療福祉サービスとの連携」「健康づくり」の6つの視点で機能を集約させた部門を設けるなど、院内の診療体制の整備を行うとしています。

「佐久の医療を守り育てるために」をテーマに、意見交換会を開催します。



佐久総合病院再構築を一つの契機に構築が進められている「地域完結型医療体制」のもと、地域において、安心して健康生活が送れる医療体制をどのように作り、守っていくのか、医療関係者の皆さんや、患者さん、また行政のそれぞれの立場で、意見を交わして頂きます。

詳細は、来月の広報1月号と一緒に配布するチラシでお知らせします。

開催日時：平成24年1月15日(日) 午後1時30分開場 午後2時開演
場所：佐久勤労者福祉センター(ホール)

■お問い合わせ 佐久総合病院再構築対策室 ☎62-3524(直通)

高額医療・高額介護合算療養費申請のお知らせ

●制度について

同じ世帯内（異なる医療保険の場合は同一世帯とはみなされません）の介護保険サービス利用料と医療費の1年間の自己負担額の合計額が限度額（※下表参照）を超えた場合、申請して認められるとその超えた分の金額が支払われます。今年度は、平成22年8月1日から平成23年7月31日までにかった医療保険と介護保険の合計額が対象となります。ただし、各制度における高額療養費および高額介護予防サービス費は差し引かれます。

●申請手続き

国民健康保険および後期高齢者医療制度の被保険者で、支給対象となる見込みの方には、国保医療課または長野県後期高齢者医療広域連合から1月頃に通知しますので、通知が届いたら申請手続きをしてください。（通知内の支給予定金額と支給決定額は異なる場合があります）ただし、次の場合には申請書を送付できない場合がありますので、支給要件に該当する場合はお問い合わせください。

○計算期間内に転入・転出などで市町村が変わった場合

○計算期間内に医療保険が変わった場合（国民健康保険から後期高齢者医療制度に変わった方を含む）

また、昨年度送付分について申請の済んでいない場合など、ご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

自己負担限度額一覧表（毎年7月31日時点の所得区分が適用されます）

所得区分		医療保険＋介護保険の自己負担額		
		後期高齢者医療保険の方	国民健康保険 70歳～74歳の方がいる世帯	国民健康保険 70歳未満の方
上位所得者 現役並み所得者		67万円	67万円	126万円
一般		56万円	56万円	67万円
市民税非課税世帯	区分Ⅱ	31万円	31万円	34万円
	区分Ⅰ	19万円	19万円	

■お問い合わせ 国保医療課 国保係・医療給付係 ☎62-3164（直通）
高齢者福祉課 介護保険給付係 ☎62-3154（直通）

佐久市職員（浅間総合病院 薬剤師・理学療法士・助産師）採用試験

平成24年4月1日採用予定の職員を次のとおり募集します。

試験区分	採用予定人員	受験資格
薬剤師	若干名	薬剤師免許を有する者（平成24年3月卒業見込みの者で、免許取得見込みの者を含む）で、昭和46年4月2日以降に生まれた者。
理学療法士	若干名	理学療法士免許を有する者（平成24年3月卒業見込みの者で、免許取得見込みの者を含む）で、昭和51年4月2日以降に生まれた者。
助産師	若干名	助産師および看護師免許を有する者（平成24年3月卒業見込みの者で、免許取得見込みの者を含む）で、昭和41年4月2日以降に生まれた者

試験日時（第1次） 1月8日（日） 午前9時試験開始 ※2次試験は、2月上旬頃を予定しています。

試験会場 佐久市立国保浅間総合病院

試験申込書の交付 浅間総合病院総務課庶務係（南棟2階）

郵便による請求の際は、試験区分を指定したうえ宛名を明記した返信用封筒（140円切手を貼付した角2の大きさ）を同封してください。

提出書類 ●試験申込書

●最終学校（卒業見込み）の学業成績証明書

●受験資格に必要な免許等を有する者は、免許証等の写し

申込 浅間総合病院総務課庶務係（南棟2階）（〒385-8558 長野県佐久市岩村田1862-1）

受付期間 平成23年12月22日（木）まで（土・日曜日、祝日を除く）午前8時30分から午後5時15分

※郵便等の場合は、12月22日（木）必着。ただし、簡易書留郵便等の確実な方法によること。

その他 この試験の実施にあたり提出いただいた個人情報、今回の採用試験のために必要な範囲でのみ利用しますので、ご承知ください。

■お問い合わせ 浅間総合病院 総務課 庶務係 ☎67-2295（内線5202）

耕作放棄地再生利用 緊急対策交付金の活用について

市と農業委員会では、耕作放棄地全体調査を実施し、再生作業（草刈、雑木の根拔、耕起、整地等）により、農地として利用できる耕作放棄地を、現在、約1,100ヘクタール確認しています。

この耕作放棄地を再生利用するために、耕作放棄地解消計画に基づき、「耕作放棄地再生利用緊急対策交付金」を活用することができます。

農業経営の拡大等により、耕作放棄地を活用する際は、この交付金の活用をご検討ください。

●実施要件

- ①農地の賃貸借契約等により『所有者』に代わり、再生作業を行い、耕作が可能な農業者であること。（農業生産法人や特定農業団体等の法人・団体を含む）
※農地を貸借、売買するためには農業委員会の許可が必要です。
- ②農業振興地域の農用地区域内の農地であること。
※戦略作物等を栽培する場合は、土地所有者による再生作業および農用地区域外も可とする。
- ③5年間以上耕作することが見込まれること。（景観作物の作付けを除く）
- ④再生作業に一定以上の労力と費用を要すること。

●支援内容

- ①再生作業（障害物除去等および土づくり）
…10aにつき50,000円（取組初年度に限る）
- ②土壌改良（肥料等の投入、緑肥作物の栽培等）
…10aにつき25,000円（2年目が必要な場合、2年目のみ）
- ③営農定着（再生農地への作物の作付け）
…10aにつき25,000円（取組初年度に限る）

〈施設等の整備に対する支援〉

農業用機械や施設の整備等（再生させる耕作放棄地において使用するものに限る）

…補助率1/2等



再生前



再生作業中



再生後

■お問い合わせ 佐久市営農支援センター（農政課内） ☎62-3203（直通）

住宅用太陽光発電 ペレットストーブ 生ごみ処理機等の補助事業

下記設備導入の際は、市の補助事業をご利用ください。

①太陽光発電システム普及促進事業



地球温暖化防止に寄与し、新エネルギーの普及促進を図るため、住宅用太陽光発電システムを設置される方を対象に補助金を交付する事業です。

○補助金額は、1キロワット当たり3万円（限度額12万円）となります。

※申請後、市の交付決定を受けてから工事に着手してください。（事前着工は認められません。）



②森のエネルギー推進事業



地球温暖化防止に寄与し、循環型社会を進めることを目的に、長野県の補助事業を利用し、住宅にペレットストーブまたはペレットボイラーを設置する方に補助金を交付する事業です。

○補助金額は、1台につき10万円（予算5台分）

※申請後、市の交付決定を受けてから工事に着手してください。（事前着工は認められません。）



③生ごみ処理機等購入費補助金



家庭から排出される生ごみの減量および資源化の推進を図るため、生ごみ処理機等を購入した方を対象に補助金を交付しています。

○〔補助金額〕生ごみ処理機等の本体購入価格に1/2を乗じた額で

- ・生ごみ処理機の補助金上限額は3万円
- ・生ごみ処理容器の補助金上限額は1台あたり6千円

○生ごみ処理機1台または生ごみ処理容器2台までとなります。

○未使用品で市内に営業所を有する販売業者から購入したものが対象となります。

①～③共通事項

○申請の受付は随時受付となります。

○申請受付時間は、平日の午前8時30分から午後5時15分までです。

なお、詳細（要綱等）につきましては、ホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

■お問い合わせ 生活環境課 環境政策係 ☎62-3094（直通）

市民提案によるまちづくり活動を支援します

平成24年度
事業のお知らせ

平成24年度佐久市まちづくり活動支援金事業

<佐久っと支援金>

<駒の里過疎対策プロジェクト支援金>

市では、市民提案による地域課題の解決に向けた活動を支援するため、平成23年度に、協働のまちづくりを進める市民活動団体に対する支援金交付事業を創設しました。

初年度の今年は、まちづくり活動支援する<佐久っと支援金><駒の里過疎対策プロジェクト支援金>それぞれ2団体の計4団体が支援金を活用し、活発な活動を行っています。

平成24年度につきましても本事業の実施を予定しておりますので、活動を計画している団体の皆さん、ぜひこの制度をご活用ください。

【今後のスケジュール】（詳細は1月号でお知らせします）

1月：事業説明会 ⇒ 2月：活動募集 ⇒ 4月：公開審査・決定 ⇒ 5月：活動開始

【制度の概要】

- ◆対象経費 事業に要する経費を対象として、予算の範囲内で支援します。
（事業収入がある場合は、経費から収入額を差し引きます。また、団体の管理運営費や人件費は対象とならないなど、一定の基準を定めています。）
- ◆交付額 対象経費の2分の1以内
限度額：ソフト事業の経費 50万円、ハード事業の経費 100万円
- ◆対象団体 市内に事務所を有し活動する5人以上で組織する市民活動団体が対象です。
また、団体規約等があり、会計処理も適正に行えることが要件となります。
- ◆対象事業 発想豊かな公益的活動のうち、地域課題の解決に向けて効果が期待できるもので、団体の自立促進が期待できる活動などが対象です（国や県など、他の支援との重複はできません）。

* 支援金を活用している団体の皆さんの活動状況は、広報佐久10月号および市ホームページ（トップ→「市民協働」→「佐久っと支援金事業・駒の里過疎対策プロジェクト支援金事業について」）をご覧ください。

■お問い合わせ 広報広聴課 市民活動係 ☎62-3075（直通）
望月支所 庶務税務係 ☎53-3111（代表）

ご注意
ください！

農振農用地区域からの 除外申請の受付期間について

農地に住宅等を建てるなど、農地を農業以外の用途に利用する場合には、事前に農地から宅地等に変更する手続きが必要となり、その農地が農振農用地区域内の農地であれば、まず、農用地区域から除外をする必要があります。

農用地区域からの除外は、通常、年2回（3月、9月）申請を受け付けていますが、平成24年度は、佐久市農業振興地域整備計画の総合見直し（農振農用地の指定の基となる計画の見直し）が予定されており、その見直し期間中は個別の農振除外が行えないため、下記の申請受付期間後は、総合見直しが終了するまでの間、農振除外の申請の受付ができません。

近年中に農振農用地における事業を計画している皆さんは、早めに事業調整を行っていただき、今回の農振除外申請の受付期間に申請できるようご注意ください。

受付期間
（予定）

平成24年3月12日（月）～4月11日（水）
（通常の受付期間（約2週間）を延長して対応します）

■受付・お問い合わせ 農政課 農政係 ☎62-3203（直通） または各支所 経済建設課

年に一度は必ず**特定健診**を受けましょう

特定健診は、高血圧や脂質異常症、糖尿病など個々の生活習慣病の早期発見・メタボリックシンドロームやその危険因子を見つけ、生活習慣病の発症を未然に防ぐことができます。

佐久市国保加入の方が特定健診を受診するには、保健センターや地区会館等で受診する地域集団健診と、医療機関で受診する誕生月健診（誕生月健診は、誕生月以外の月でも受診することができます。）があります。

受診には、佐久市が発行している受診券が必要になります。

4月～5月にご自宅に郵送しておりますが、失くしてしまった場合は再発行が可能ですので、健康づくり推進課へお問い合わせください。

健診は、健康管理の第一歩です。

毎年受けてこそ、生活習慣病を防ぐことができますので、まだ受診されていない方は、自分と家族のためにも受診しましょう。



コウホ3兄弟

大腸がん検診を受診しましょう

市では、35歳以上の方を対象に「大腸がん検診」を実施しております。

大腸がんは、高齢になればなるほど大腸がんになる可能性は増えていきますので、若いうちから毎年受診するようにしましょう。

なお、下記の皆さんには、大腸がん検診を無料で受けられるクーポン券を11月上旬にお配りしましたので、ぜひご利用ください。

大腸がん検診無料クーポン券対象者

年齢	生年月日
40歳	昭和45（1970）年4月2日～昭和46（1971）年4月1日
45歳	昭和40（1965）年4月2日～昭和41（1966）年4月1日
50歳	昭和35（1960）年4月2日～昭和36（1961）年4月1日
55歳	昭和30（1955）年4月2日～昭和31（1956）年4月1日
60歳	昭和25（1950）年4月2日～昭和26（1951）年4月1日

がん検診
愛する家族への
贈りもの…



お知らせ

誕生月健診実施医療機関に「てらおかクリニック」が新しく加わりました。

健診可能な検査項目は、「特定健診・基本健診」「胸部X線検査」「大腸がん検診」「前立腺がん検診」です。

住所：佐久市甲1062-2 電話：0267-51-5222

■お問い合わせ 健康づくり推進課 保健事業係 ☎62-3169



旭日中綬章 受章 三浦大助元佐久市長

5期20年にわたる市政運営のご功績に対し「旭日中綬章」が授与され、11月9日、東京で秋の叙勲勲章伝達式並びに皇居で拝謁が行われました。拝謁では、三浦さんから受章者を代表して殿下に「御礼言上」がありました。



朝霞市との応援協定

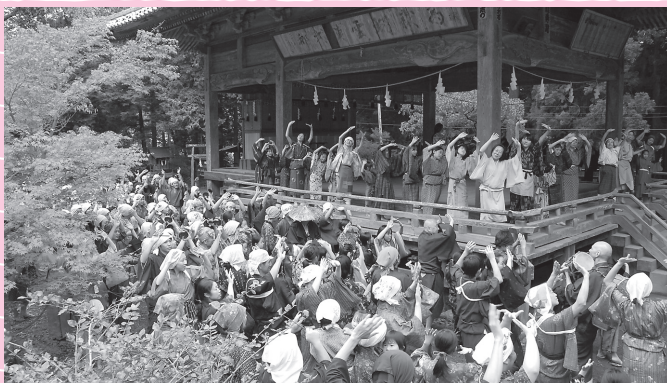
佐久市は、10月21日に埼玉県朝霞市と大規模な災害が起こった時に食料や生活必需品などの提供、職員の派遣などを応援し合う「災害時における相互応援に関する協定」を結びました。

今後は、この協定締結を機に佐久市と朝霞市両市がさまざまな分野で交流を図り、安全で安心なまちづくりを共に進めてまいります。



スフバートル区子ども交流研修を実施

10月29日から11月4日までの7日間、友好都市であるモンゴル国ウランバートル市スフバートル区の中学生10名が佐久市を訪れました。滞在期間中、市内のさまざまな施設等を見学したり、ホームステイや中学校体験入学などを通して、佐久市の子どもたちと交流をしました。



映画「一遍上人」佐久ロケ

10月23日(日)、田口の新海三社神社、および前山の貞祥寺で、秋原正俊監督によります映画「一遍上人」のロケが行われました。

新海三社神社では、主演のウド鈴木さんと250名の市民エキストラによる“踊り念仏”のシーンが撮影されました。

映画の公開は来年5月を予定しております。



大船渡市民歓迎会

東日本大震災で被災された、友好都市である岩手県大船渡市の皆さんを11月11日から13日まで招待し、市内観光地めぐり・温泉入浴・公民館活動グループとの交流などを通して、ゆっくりくつろいでいただきました。

年末・年始のし尿汲み取りの受付

年末のし尿汲み取りは混雑しますので、3日程度の余裕をもってお申し込みをしてください。

佐久・臼田

佐久平環境衛生組合（☎62-1119）12月29日（休）から1月3日（休）まで休み

●汲み取り業者の年末・年始の休み 12月29日（休）から1月3日（休）まで休み

浅間清掃（☎62-2025）／千曲清掃（☎62-3488）／佐久浄設工業（☎82-2653）

（☎東信環境衛生社（☎82-3651）

浅 科

浅麓環境施設組合（☎0267-22-7710）12月29日（休）から1月3日（休）まで休み

●汲み取り業者の年末・年始の休み 12月29日（休）から1月3日（休）まで休み

浅科衛生センター（☎58-2018）※受付は12月20日（休）まで

望 月

川西保健衛生施設組合衛生センター（☎0268-67-2128）12月29日（休）から1月3日（休）まで休み

●汲み取り業者の年末・年始の休み 12月30日（金）から1月3日（休）まで休み

（☎望月広衛社（☎53-4870）

■お問い合わせ 生活環境課 環境衛生係 ☎62-3094（直通）

うな沢第2最終処分場 日曜日開場のお知らせ

うな沢第2最終処分場の日曜日開場を下記日程で行います。

日 時 12月25日（日）（雨天決行）午前8時30分～正午／午後1時～午後4時

◆ふとん・じゅうたん・大型プラスチック類、ゴルフバック、チャイルドシート等、指定袋に入らない埋立ごみを受け入れます。

【受け入れできないもの】マットレス・座椅子・ソファ・家電製品・家具類等。

（どんなものが受け入れてもらえるのか判断に困った場合は、生活環境課 環境衛生係へ相談してください。）

◆市外からの搬入を防止するため、持ち込まれる際には、市民であることを確認させていただくため、身分証明書（運転免許証）等の提示をお願いします。

■お問い合わせ 生活環境課 環境衛生係 ☎62-3094（直通）

灯油の流出にご注意を！

毎年、冬になると各家庭で灯油を使う機会が増え、ホームタンク等からの流出事故の発生が予想されます。流出原因は、「ホームタンクからの小分け中に現場を離れてしまった」、「バルブをきちんと閉めなかった」、「燃料の配管設備が老朽化して破損したのに気が付かなかった」などの「うっかりミス」が主なものです。

灯油はいったん河川に流出すると、たとえ少量であっても、水道水の取水、養魚場、農作物などに被害をおよぼしますし、事故原因者には損害賠償と油除去、土壌入替など事故処理の責任が生じます。

また、油の流出は、火災や土壌・地下水汚染の原因となりますので、灯油などの油類の取り扱いには、十分注意してください。

灯油の流出事故を
未然に防止するための
ポイント

●ホームタンクから小分け中には絶対その場を離れない。●小分けした後は、タンクのバルブ・コック等を完全に締める。●小分けタンクを持ち運びする際は必ず蓋をする。●ホームタンクに防油堤を設置する。●露出の配管や継ぎ手部分は定期的に漏れがないか点検する。●タンクと燃焼機器を接続する金属配管や耐油ゴムホースを点検し、劣化している場合は専門業者に修繕してもらう。●燃焼機器の更新時には配管も併せて点検する。●灯油は引火性の液体危険物であることを再認識する。

■万一、事故を起こしてしまったら、直ちに流出防止措置を行い、佐久消防署（☎62-0119）、生活環境課（☎62-3094）または各支所生活環境係にご連絡ください。

年末年始の市役所・市施設等の業務

※業務によっては休みが異なります。

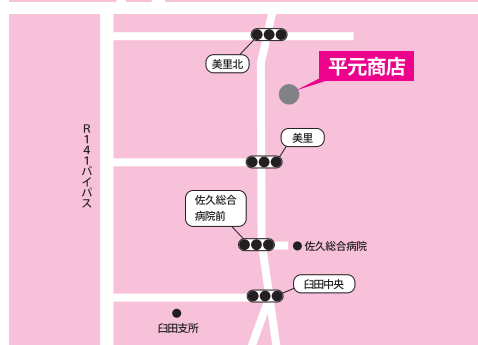
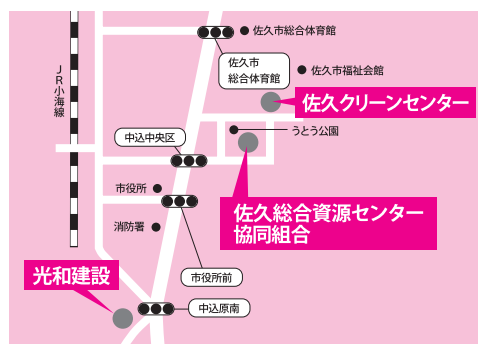
戸籍業務 (市役所市民課 ☎62-3087または、 各支所市民福祉課)	●出生・死亡・婚姻届 12月29日から1月3日までは、本庁・各支所の宿日直室で受付（ただし、各支所の受付時間と火葬場の予約は、 午前8時30分から午後5時15分までとなります。 ） ●火葬場の休業日 1月1日・2日（ただし、12月31日の火葬は、午後1時まで） ●諸証明の発行（本庁のみ） 休日窓口を開設する12月25日の午前8時30分から午後0時30分までです。	近代美術館 (☎67-1055)	12月29日から1月3日まで休館します。
		市立図書館	
		旧中込学校 (☎62-7845)	
		生涯学習センター (野沢会館) (☎62-0664)	
		コスモホール (☎82-3962)	
		鎌倉彫記念館 (☎82-7095)	
		交流文化会館浅科 (☎58-3304)	
		五郎兵衛記念館 (☎58-3118)	
		天来記念館 (☎53-4158)	
		望月歴史民俗資料館 (☎54-2112)	
浅間総合病院 (☎67-2295)	12月29日から1月3日まで休診します。急患は受付します。	川村吾蔵記念館 (☎81-5353)	
佐久情報センター (☎64-5556)	12月29日から1月3日まで休館します。	うすだスタードーム (☎82-0200)	
子ども未来館 (☎67-2001)	12月29日から1月1日まで休館します。新年は、1月2日から開館します。	臼田文化センター (☎82-3634)	
児童館	12月29日から1月3日まで休館します。	五稜郭 であいの館 (☎82-0230)	
つどいの広場サングリモ中込 (☎63-3794)			
つどいの広場あさしな保育園 (☎51-5005)			
つどいの広場協和保育園 (☎53-2533)			
駒場公園 (☎68-1399)	屋内プールは12月28日から1月5日まで休業します。弓道場・テニスコートは12月29日から1月3日まで休業します。	ほっとぱーく浅科 (☎58-0581)	12月30日は通常営業12月31日から1月2日までは午前9時から午後3時まで営業1月3日からは、通常営業。
佐久水道企業団 (☎62-1290)	12月29日から1月3日まで休みます。休み期間中の水道故障等については☎62-2308で宿日直者が対応します。	あさしな温泉 穂の香乃湯 (☎58-0033)	休まず営業します。12月31日は午前10時から午後6時まで、1月1日・2日は午前10時から午後8時まで営業、1月3日からは通常営業。
佐久市体育施設 (☎62-2020)	佐久市総合体育館等スポーツ施設は12月28日から1月3日まで休みます。	布施温泉 (☎53-0181)	
佐久市福社会館 (☎62-0589)	12月30日から1月4日まで休館します。	もちづき荘 (☎52-2515)	宿泊は休まず営業します。外来入浴は、12月31日は午後5時まで、1月1日は、正午から午後8時まで、1月2日からは通常営業。
		ゆざわ荘 (☎52-0022)	

年末・年始のごみの出し方

新年を迎えるにあたり、大掃除によりごみの量が増える時期ですが、「家庭ごみ・資源物の分け方、出し方」をよくご覧いただき、適正にごみの処理をしてください。指定袋に入のごみは分別して、収集日の午前6時30分～午前7時30分の間（厳守）に、ごみステーションに出してください。各施設にごみを持ち込む場合、年末・年始の処理施設の休業日は以下のとおりとなりますので、ご注意ください。

持ち込み施設・品目	処理料	年末年始の休業
【民間】家電製品等 イー・ステージ(株) (小田井) ☎68-2881	有 料	12月30日(金)～1月3日(火)
【民間】家電製品等 株光和建设 (中込) ☎62-1494	有 料	12月29日(木)～1月3日(火)
【民間】家電製品等 株平元商店 (臼田) ☎82-2262	有 料	12月31日(土)～1月3日(火)
【民間】古紙・金属 佐久総合資源センター協同組合 (中央区) ☎62-5217	有 料	12月30日(金)午後～ 1月3日(火)
【市営】指定袋に入らない埋立ごみ うな沢第2最終処分場 (横根) ☎67-1555	無 料	12月29日(木)～1月3日(火)
【公営】事業系可燃ごみ 佐久クリーンセンター (中央区) ☎62-7337 (佐久・臼田地区のみ)		
【市営】コンクリートがら・ブロック・瓦・石等 うとう南沢処理場 (中央区) ☎62-2111		
【公営】事業系可燃ごみ 川西保健衛生施設組合 (古宮) 清掃センター ☎53-5679 (浅科・望月地区のみ)	有 料	12月29日(木)～1月3日(火)
【公営】ふとん・自転車等 川西保健衛生施設組合 (古宮) 最終処分場 ☎54-2610 (浅科・望月地区のみ)		
【民間】古紙・金属 春山商店 (古宮) ☎53-7667	有 料	12月30日(金)午後～ 1月3日(火)
【民間】金属・粗大ごみ等 ㈲三井金属 (東御市田中) ☎0268-62-0235	有 料	12月31日(土)～1月3日(火)

※上記記載の業者の中には品目により取り扱いのできない物がありますので事前にご確認ください。



■お問い合わせ 生活環境課 環境衛生係 ☎62-3094 (直通)

ぴんころ御膳 四季の詩⑩

毎月佐久の郷土料理、ぴんころ御膳の紹介をします
今月はぴんころ御膳料理コンテスト

最優秀作品の御膳です

吐く息も白く、空気は冷たく澄んで緊張感も走る寒い時期の到来です。
今月は、10月行われたぴんころ御膳コンテストで最優秀作品に選ばれました、早川道恵さんの「サバラ寿司、豚肉の三色蒸し、ピーマンのポテト焼き」を紹介します。

(材料はすべて4人分)

■この御膳は1人分 エネルギー700*₁₀₀カロリー 塩分4.0 g

豚肉の三色蒸し

- 材料**
- 豚薄切り肉…160 g
 - 長いも…50 g (5 cm)
 - 人参…50 g (5 cm)
 - アスパラガス…2本
 - 白すりごま…大さじ2
 - 砂糖…大さじ2
 - 味噌…大さじ2
 - 酒…大さじ2
 - しょう油…小さじ1
 - ミニトマト…8個
 - レタス…2枚

作り方

- ①長いも、人参は縦4等分に切り、人参は茹でておく。
- ②アスパラガスは3等分に切る。
- ③豚薄切り肉はそれぞれ等分に巻き、蒸し器で5分蒸す。
- ④ゴマ味噌の材料を鍋に入れ少し練る。
- ⑤皿にレタスを敷き、半分に切った③を盛り付け、上からごま味噌をかける。



サバラ寿司

- 材料**
- 米2カップ
 - サバ水煮(缶)90 g
 - 干しいたけ6枚
 - 人参40 g
 - いんげん40 g
 - 卵1個
 - きざみのり少々
 - A: 砂糖…大さじ1
 - しょう油…小さじ1
 - B: 砂糖…大さじ2
 - しょう油…大さじ2
 - C: 酢…大さじ5
 - 砂糖…大さじ3
 - 塩…少々

作り方

- ①ご飯は普通に炊く。
- ②サバ缶は水気を切り、フライパンに入れ、Aを入れてそぼろ状にする。
- ③干しいたけは水で戻しせん切り、人参もせん切りにし、戻し汁と一緒にBで煮る。
- ④いんげんは斜め切りにし、茹でておく。
- ⑤卵は錦糸卵にする。
- ⑥炊きあがったご飯にすし酢Cと③を混ぜ皿に盛り、残りの材料を上には散らす。

ピーマンのポテト焼き

- 材料**
- ピーマン…4個
 - じゃが芋…200 g
 - 人参…20 g
 - 塩・こしょう…少々
 - マヨネーズ…大さじ2
 - とろけるチーズ…20 g
 - オリーブオイル…小さじ2
 - パセリ…少々
 - ミニトマト…8個
 - レタス…2枚
 - 人参…10 g

作り方

- ①ピーマンは半分に切り、種をとっておく。
- ②じゃが芋、人参はサイの目状に切り、茹でて塩・こしょう、マヨネーズで味をつけておく。
- ③①のピーマンに②をつめる。
- ④フライパンにオリーブオイルを入れ③を焼く。
- ⑤④に火が通ったらチーズをのせ、蒸し焼きにする。
- ⑥出来上がったら、パセリのみじん切りを上にかける。
- ⑦レタスと人参のせん切りを皿に敷き⑤とトマトを盛り付ける。

ぴんころ御膳 3つのポイント

- ①エネルギーは1食 600~700*₁₀₀カロリーで控えめに
- ②塩分は1食3~4 gで薄味に
- ③地元の旬の食材を使う

次回は
「ぴんころ御膳料理
コンテスト優秀作品」
の予定です

■お問い合わせ 健康づくり推進課 健康増進係 ☎62-3189 (直通)

「乳房再建」



浅間総合病院
形成外科 院長 宮下 宏紀

乳房再建とは、乳がんを切除した後の乳房再建は「こころの再建」とも言われます。乳房を失うことによる精神的損失を取り戻す治療です。2006年からは乳房再建術が正式に保険点数として収載されたことで、より一般的に行われる治療になりました。

当院形成外科では乳腺外科医と密接な連携のもと、整容的な乳房再建術を行っています。色々な方法がありますが、患者さんの希望を第一に、再建部位の皮膚と筋肉の状態、対側乳房の大きさ・下がり具合、妊娠希望の有無などからアドバイスをして選択しています。

再建の時期

乳がん切除と乳房再建を同時

に行う一次再建では、乳房のない自分を見ることなく、麻酔から覚めたときにはすでに再建された乳房があることになります。二次再建と比べると手術が1回少なくなり経済的です。一方、二次再建は手術後の補助療法終了後、もしくは過去に乳房切除を受けて欠損がある方に乳房再建を行うものです。腫瘍治療の影響を受けにくく、再建について十分に考える時間があるのが利点です。

再建の方法

人工物を使用する方法は、体の他の部位に傷が増えないことが最大の利点です。初回手術で

は組織拡張用の水風船を挿入して、4〜6ヶ月後にシリコンインプラント【図1】に入れ替え



図1 インプラント

下垂した乳房の再建は難しいことがあり、対称性を得るために反対側の乳房に追加手術を要することもあります。自分の組織を利用する方法は、体への負担は大きくなりますが、より自然な形が再建できます。人工物に比べても、自然な乳房の硬さに近く、メンテナンスフリーであることが最大の利点です。具体的利用する組織はお腹（腹部皮弁【図2】）もしくは背中（広背筋皮弁【図3】）です。腹部皮弁では、腹筋を極力傷つけないようにしながら、お腹の脂肪に血管をつけた状態に移植します。大きな乳房も再建可能で、お腹もすっきりするため、とても優れた再建方法です。広背筋皮弁は背中の筋肉や脂肪を利用する方法です。二の腕から腰の方へ広がる広背筋・周りの皮下脂肪・皮膚を血管がつながった状態ではがして胸に移させます。腹部皮弁に比べると、付加できる皮膚・脂肪の量に制限があるため小さな乳房の方に適した再建法です。



図2 腹部皮弁



図3 広背筋皮弁

乳頭乳輪再建

乳頭乳輪を切除した場合は、乳房再建後3〜6ヶ月頃に乳頭を再建します。局所皮弁という皮膚をやりくりする方法や、対側乳頭の部分移植などの方法があります。乳輪の色は入れ墨や反対側乳輪からの移植で作ります。

最後に乳房再建には言葉では伝えきれない精神面での大きな効果が期待できます。乳房のこと、乳がんのことでお悩みの方は是非一度形成外科で相談してみてはいかがでしょうか。

筆者略歴

平成16年 東京医科歯科大学医学部卒業
平成23年 浅間総合病院 形成外科医長

日本形成外科学会専門医

■お問い合わせ 浅間総合病院 ☎67-2295
URL <http://www.asamaghp.jp/>



けん こう だよ 健 い No.8



健康な歯は
宝もの！

11月号では『むし歯について』お知らせいたしました。
今回は『むし歯にしないためには』どのようにしたらよいかお知らせいたします。
歯には「噛む」「話す」「表情をつくる」という生きていく中で大切な役割があります。その大切な歯をいつまでも健康な状態で保ちたいですね。

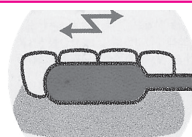
【むし歯から歯を守るポイント】

①正しい歯みがきをしましょう！（細菌の数を減らす）

お口の中の細菌が、食べ物や飲み物の糖質をエサに仲間の細菌の数を増やします。食べたら歯をみがく習慣を身につけましょう。また、寝ている間の口の中は細菌が増えやすいので、寝る前には念入りの歯みがきが大切です。

正しい歯みがきの3つのコツ

- ・ 歯ブラシの毛先を歯に軽く当てて横に小刻みに動かします。
- ・ 歯の表側・裏側・かみ合わせの面をそれぞれみがきます。
- ・ みがき残しがないよう、1本1本順番を決めてみがきます。



②間食の取り方に注意しましょう！！（糖質摂取のコントロール）

唾液には歯をむし歯から守る緩衝作用（口の中が酸性に傾いた環境を元に戻す作用）というものがあります。頻繁に間食をするとその唾液の緩衝作用が十分に発揮できません。間食（おやつ）の回数が多かったり、ダラダラ食べたりして、いつも甘いものが口に入っていたりすることはやめましょう。

③歯の質を強くしましょう（フッ化物による歯の強化）

フッ化物は、歯を強くし、むし歯の発生を防いだりします。

フッ化物の利用法としては、市販の歯みがき剤（フッ化物含有）と歯科医院でのフッ化物歯面塗布等があります。現在佐久市立の小中学校ではフッ化物洗口を行っています。

④定期的に歯科健診を受けましょう

むし歯のなり始めは自覚症状がなく、知らないうちに進行していきます。かかりつけ医を持ち、年1回を目安に健診しましょう。予防・早期発見・早期治療を心がけましょう。また、自分にあったみがき方を教えてもらいましょう。

《子供のむし歯の特徴》

子供のむし歯は保護者が気付かないうちに進んでいきます。

- ・ 乳歯は永久歯に比べて歯質が柔らかいため進行が早いので、気づいた時にはむし歯が進んでいます。
- ・ 乳歯はいずれ生え変わるので楽天的に思われがちです。しかし、乳歯のむし歯がひどく、膿がたまると永久歯の歯質に影響があったりします。また、早い時期に乳歯を失うと、永久歯の歯並びに影響が出ることもあります。

歯の生え始めから6歳くらいまでは保護者による
仕上げみがき、10歳くらいまでは保護者による
点検が必要です。

《おとなのむし歯の特徴》

- ・ 治療したあとの詰め物や、かぶせた金属のまわりからむし歯になることがあります。
- ・ 歯周病が原因で歯の根が露出してしまい、歯の根の部分がむし歯になることがあります。

みがき残しになりやすい
歯と歯の間には、
デンタルフロスや歯間ブラシ等を使いましょう。



【次回は「唾液について」です】

歯みがき・仕上げみがきのお悩み、ご相談は
下記問い合わせ先までご連絡ください。

■お問い合わせ

サングリモ中込 2 階 口腔歯科保健センター
健康づくり推進課 口腔歯科保健係 ☎63-3781

休日救急歯科診療所《サングリモ中込 2 階》 電話：63-3783（診療日のみ）
診療日は「暮らしと健康メモ」のページをご覧ください



年末の交通安全運動の実施について

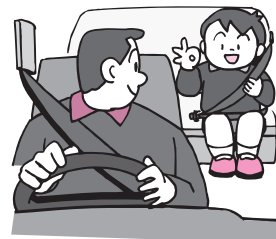
冬季は、日没が早いことから、夕暮れ時と夜間の交通事故が多い時期です。また、積雪や凍結等道路状況が悪いことから、交通事故の発生が予想されます。さらに年末には飲酒の機会も増えることから、広く県民に交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を呼びかけ、交通事故防止の徹底を図るため、「年末の交通安全運動」が実施されています。

運動の
期間

12月11日(日) から12月31日(土) までの21日間

運動の
重点

- 1 高齢者の交通事故防止
- 2 飲酒運転の根絶
- 3 夕暮れ時と夜間の歩行・横断中、自転車乗用中の交通事故防止
- 4 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底



1 高齢者の交通事故防止

高齢者の死亡事故は、全死者の約5割を占めています!!

高齢者に対する保護意識を醸成するとともに、高齢者自身の交通安全意識の高揚を促進しましょう。

高齢者の歩行者の多くは、自宅近くで交通事故に遭っています。

いつもの通り慣れた道路でも、しっかり安全を確認して渡りましょう。

運転者の皆さんは、高齢者を見かけたら「思いやり」の心を持って運転しましょう。

2 飲酒運転の根絶

飲酒運転による悲惨な交通事故が未だに後を絶ちません!

しかし・・・飲酒運転は悪質な犯罪です!!

飲酒運転をした人だけではなく、「お酒を提供した人」「車を提供した人」「同乗した人」も処罰されます。

飲酒運転は、あなたの人生をダメにします。

自分の家族のためにも、飲酒運転は絶対にしないでください!!

3 夕暮れ時と夜間の歩行・横断中と自転車乗用中の交通事故防止

歩行中・自転車乗用中の死亡事故の約6割が夜間に発生しています。

夜間は視界が狭くなることから、横断者がいることを予測して安全な速度で運転しましょう。

特に右側からの横断者に気づくのが遅れがちです。こまめなライトの切り替えで早期発見に努めましょう。

夜間の外出は、明るい服装と反射材の活用にも努めましょう。

4 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

シートベルト非着用者の致死率は着用者の約18倍!!

車を運転する時は運転席や助手席だけでなく後部座席もシートベルトを着用しましょう。

シートベルトは命綱です。シートベルトを正しく着用しない誤った使用ではベルトの着用効果がありません。

チャイルドシート着用は大人の責任です!!

～信濃路は ゆとりの笑顔と ゆずりあい～

長野県民交通災害共済の
見舞金請求を
忘れていませんか?

長野県民交通災害共済に加入していても請求を忘れている方がいます。

- ・交通事故により入院または通院が2日以上あれば支給の対象となります
- ・見舞金を請求できる期間は、交通事故による災害を受けた日から起算して2年以内です

*万一交通事故に遭われたら、まず生活環境課窓口にお問い合わせください。

■お問い合わせ 生活環境課 消費生活交通係 ☎62-3094 (直通)

開催中～12/11(日)

桜井寛展—モチーフと共に

「桜井寛展—モチーフと共に」の会期も残すところわずかとなりましたが、多くのイベントと共にフィナーレを迎えたいと思っております。まだ展覧会をご覧になっていない方はこの機会にぜひお出かけください。

■イベント

○桜井寛小品展—佐久で集めた作品を中心に(無料)

・12/2(金)—11(日) (12/5(月)は休館)

○学芸員による展覧会ガイドツアー
(参加無料/観覧券必要)

・12/3(土)・4(日)・10(土)・11(日)

各日14:00—(40分程度)

会期中の休館日：12/5

観覧料：一般500円(400)／高校・大学生400円(300)／小・中学生250円(200) ※()内は20名以上の団体料金

桜井寛展は特別企画展のため一般600円(500円)です。

※12/12から12/16日は展示替えのため休館いたします。ご了承ください。

一次回展覧会— 12/17～2/26

収蔵作品展Ⅳ 版画の魅力

市立近代美術館の版画作品の全貌をお見せします。版を作り写しとる版画は、線や面そのものが直接描くそれと違って、池田満寿夫は版画で一躍有名になりましたが、独特のエッチングの線が特に評価が高いといわれています。

本展覧会では、版画ならではの線や面の表現について、また複数枚刷ることができる魅力について、作家の思索も参考に鑑賞を進めていきます。

【展示作家】(予定)

池田満寿夫・井上貞男・井上公三・入江観・岡村政子・オノサトトシノブ・加納光於・菊池尋吉・木村光佑・小林敬生・近藤憲昭・サイトウ良・多賀新・高橋省三・田河水泡・高山辰雄・多田美波・辰野登恵子・徳力富吉郎・豊島弘尚・中林忠良・西野恵・長谷川潔・日和佐廣・日和崎尊夫・増田誠・南桂子・棟方志功・山上晃葉・脇田愛二郎・渡辺豊重

■同時開催

○佐久市児童生徒写生大会作品展(無料)

・12/23(金・祝)—1/15(日)

○佐久平の美術展受賞者展—平成22年度受賞(無料)

・12/23(金・祝)—1/15(日)

会期中の休館日：月曜日(1/9、2/23・20は除く)

年末年始(12/29—1/3)

佐久市立近代美術館
油井一二記念館

SAKU Municipal
Museum
of Modern Art

■お問い合わせ 佐久市立近代美術館(駒場公園内)
☎67-1055

ぼくの夢 わたしの夢
青春夢トーク
Dream

おぎはら みやこ
荻原 京さん
(野沢北高校1年)

趣味…読書

住所…臼田



今、一番楽しいことは「高校生活です」と話す荻原京さん。野沢北高校に通う16歳です。

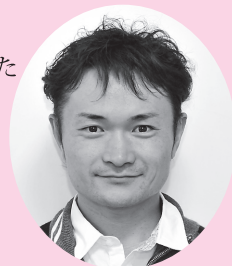
「勉強は大変ですが、将来のために努力することは苦にならないです。また、個性がそれぞれ違う仲間と将来の夢を語ったり、おしゃべりをするのが楽しい」とのこと。

そんな荻原さんの将来の夢は、モーグルでオリンピックに出ること。「小学校5年生から本格的に始め、中学2年頃から大会で上位に食い込めるようになり、今は、世界に認められる選手になれるように、努力して技術を向上させたい」と話してくれました。

10万人の広場
リレーインタビュー

高見沢かよ子さんから紹介された

いで あつし
井出 敦志さん
(療育コーディネーター・
上小田切)



①自己紹介をお願いします。

家庭や保育園・学校を訪問し、子どもの成長・発達に関するアドバイスをしたり、必要なサービスの調整等を行う療育コーディネーターの仕事をしています。子どもが親や周囲の方に理解され、上手に育つためのお手伝いができる事にやりがいを感じています。体を動かす事が好きで、マラソンやトライアスロンにも挑戦しています。来春の長野マラソンに出場し、好タイムで完走する事が今の目標です。

②これからの街づくりに望むことは

市の子育て支援については、まだまだ充実できる余地があると思います。また、子どもに限らず、老若男女だれもが、生まれて死ぬまで、安心して幸せに暮らせる街づくりをお願いしたいです。



公民館活動を通して

豊かな生きがいを進めよう

本館: ☎385-0051 佐久市中込 2947 ☎64-0551 ☎64-0553



No.81

2011 (平成23年)

12

しわす
師走

市民総合文化祭開催

11月4日から6日まで、野沢会館で開催した佐久市民総合文化祭には、日ごろ公民館の学習グループや個人で学んでいる市民から1,628点の作品が寄せられました。会場を訪れた方々から、その見事な出来栄に思わず感嘆の声が上がっていました。

同時開催の福祉展、菊花展と共に賑わいを見せた3日間となりました。(詳しくは32～33ページで)

あれこれ

浅間地区

祝 第30回小田井下宿区 区民運動会

老若男女区民一同が、体力作りと親睦を図るために、運動会を開催しています。近頃は高齢化により、種目は減少しつつも今年は30回を記念する会となりました。

幼児の旗拾い、小学生の競技、老人クラブの宝釣りには大声援がわき、また班対抗の競技は、応援にも熱が入りました。

各班長さんは、選手選考が大変ですが、今年も勝利チームには優勝カップが授与され、和気あいあいと楽しい1日になりました。



野沢地区

栗を使って染め物&お菓子づくり

染物の岩崎泰治先生とお菓子の内田すみ江先生とのコラボレーションです。栗の汁でスカーフを染め巾着を使ってお菓子作りをしました。慌ただしくて皆さんとても大変だったと思います。特に栗の皮をむく作業が。

自然でやさしい色のスカーフができ、また「モンブラン・栗茶さん・栗のおはぎ」の料理ができ無駄のない栗に感謝し、栗づくしのとても贅沢で満足した1日でした。

中込地区

今 やらなきや・・・“節電,,

長野県省エネアドバイザーの沼田清氏を講師に招き、中込地区地域公民館長研修会を開きました。

研修テーマは「今 やらなきや・・・節電」。電気を川の流れに、電流を川の幅に例えて、家庭の節電について、わかりやすい講義でした。

電気を消す回数、コンセントのこと、アンペアのこと等たくさんの質問が出て、参加者の節電に対する関心の高さが伺えました。

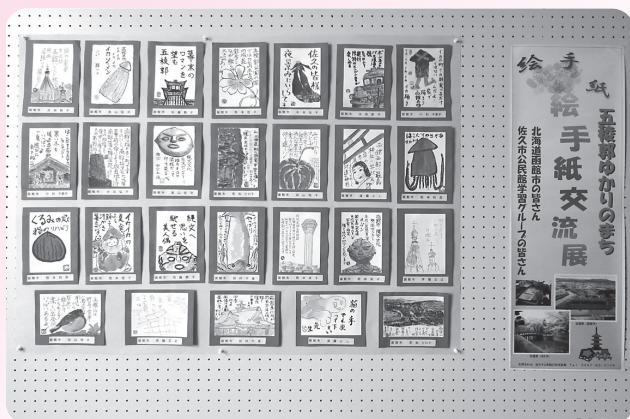


東地区

江戸の旅人氣分で！ ～中山道めぐり～

岩村田から茂田井「間の宿」まで、深まる秋の中山道を散策しました。今なお残る江戸時代の宿場の風情に、時が過ぎるのも忘れませんでした。

甲州街道や中山道にまつわる話を中澤弘之先生にお聴きしたり、出会った地元の方と語り合ったりして、この情緒ある街並みを、これからもずっと残していきたいと思う講座になりました。



臼田地区

絵手紙で交流！

北海道函館市と、佐久市の絵手紙交流展が佐久平駅プラザ佐久で開催され、函館市から212点、佐久市からは、各地区館の絵手紙教室の皆さんから集められた202点の計414点の作品が展示されました。

作品には、それぞれ地域の特色があらわれており、趣を凝らした素晴らしい作品ばかりでした。「是非函館にお越しください」とメッセージ付きの絵手紙もあり、訪れた方は海の向こうの地に思いを馳せたことでしょう。

浅科地区

文明の利器に驚き！

浅科地区館では、9月から3回講座で「携帯電話の正しい使い方」の講習会を開催しました。

「機種が新しくなって分らない」「文字入力の方法」や「アドレス入力」など、日頃困っているメールの送受信の仕方を中心に、基本的な携帯電話の扱い方をスペシャリストの皆さんから分かりやすく教えていただきました。

参加者からは「メールがこんなに簡単に送れるの」と、早速に役立つメールの交換を楽しみました。



望月地区

古布を利用して・・・

いま望月地区館学習グループ「ひなの会」では、矢嶋八重子先生の指導により来年の干支「辰」を制作中です。

この会は発足して5年。約30名の会員が月3回講習会をおこなっています。古布が季節ごとに子ども達の成長を願っての吊るし飾りや、ブローチなどの小物に生まれ変わります。

●●●●●●●●●● 成人式のお知らせ ●●●●●●●●●●

この度、成人式対象者の皆さんに式典への招待状を発送しました。内容を確認のうえ当日ご持参ください。

日 時 平成 24 年 1 月 3 日(火)
午後 1 時から 4 時まで
(受付は12時30分から)

会 場 佐久創造館

成人式の対象者

平成3年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方

お問い合わせ先

佐久市公民館本館 ☎64-0551



リレー随筆

ゆとりの時間に感謝

駒込 小平 瑞穂



フルタイムの勤務から解放されて生活に時間的なゆとりができました。退職したらやりたいことを心に温めてその幾つかが、只今進行中です。

一つ目は、休耕地を農地に復活する野良仕事です。そば畑にして赤そばなども栽培し始めました。

二つ目は、築百年程になる母屋と土蔵、長屋の大改修を職人さんと構想を練りながら進めています。これには、経済面の心配が伴いますが・・・。

三つ目は、健康管理を楽しく行うためにポールウォーキングを取り入れました。さらに、里山歩きと八ヶ岳、浅間、蓼科山への登山です。特に浅間山の自然と火山の成層に興味を持ったことから、6年間続けて春と秋に山の大自然から元気を貰っています。

四つ目は、地域公民館長を務めさせていただいたことから、様々な方と講座を通じての交流です。昨年は念願の衝立作りに挑戦しました。的確な指導と温かな仲間の支えにより完成の喜びを味わいました。

五つ目は、仲間と地域の埋もれた歴史を再発見する活動です。次世代に継承したいと思います。

この様にゆとりの時間を楽しんでいる日々です。

地球の温暖化

中込 高畑 恒夫

ちよつと
ひとこと

夏は暑く、冬は寒く、特に日本は四季の特色があつて、美しい景色と共にそれなりの作物等にも恵まれ、ありがたい生活を送っております。

夏の暑さも、30年程前には32度位までで、それより上がると耐えられないというような感じでした。

大きな台風が来た事もたまにはありましたが、このごろは、夏の気温や台風などのようすが急激に変化してきたように感じます。気温は、場所によっては36度以上にもなり、台風も数多くなり、気圧等の関係で動きが遅く、災害も大きくなっています。世界的にみてもハリケーン

や竜巻等がはげしさを増しているようです。

これらは、みな温暖化のもたらす結果といわれますが、元を正せばわれわれ人間がそれらの元を作り出したわけであり、このままではいけば、この先地球はどうなっていくか危ぶまれてなりません。将来のためになんとしてもこの温暖化をくい止め、全人類が英知を出し合っていきたいものと思います。

人権シリーズ

「ありがとう」

9月、朝のドラマ「おひさま」

を見ていたときのことでした。背筋の寒さを覚え、妻に羽織るものを頼みました。持つて来てくれたので手をのびしたのですが、どうしたことが渡してくれません。何も言いません。

私はしばらく考えて、「ありがとう」と言いました。それで、

ようやく受け取ることができました。その様子を長男の連れ合いが、笑いながら見ていました。何かしてもらったら、それに応えるのがあたりまえ。もしかすると、日ごろの私に対する言いつ分を、このような形で主張したのかとも思ったのでした。

ご覧になった方もおありかと思いますが、8月21日のテレビ番組、ドキュメンタリー「延命を拒んだある少女の選択」を視ました。心臓から肺、腎臓へと、日ごとに悪化していく病氣とたたかい続ける少女、田嶋華子さん。躍動感溢れる青春の真っ只中であつて、思うようにならない闘病生活の様子に心を痛めました。カウンセラーとのメール

交換は700回にも及んだそうです。

そして、1日でも長く生きてと願う両親の思いを受け止めつつも、ついに自ら人工透析を受けないことを決意し、短い18年間の人生に終止符を打ったのでした。両親への感謝の気持ちを表しながら。

思います。人をうらやんだり、憎んだり、笑ったり、争ったり、弱い人間のことで仕方ないのだと思うこともあります。けれども、その結果として自分の貧しさをおぼえたり、相手に不快感を与えてしまったりするようなことは、これはあたりまえのことながら、心しくてはならないことだと思っています。

「ありがとう」ということは、先ずは大事にしたいと思います。「言わなくたって、当然わかってくれるはず」では、相手に通じないことだつてよくあることです。相手の心を理解することは簡単なことではないのですから。

人権同和教育推進員 原 芳徳

浅科囲碁愛好会

代表 小泉 逸郎

「浅科囲碁愛好会」は、公民館浅科地区館を会場に毎週火曜日午後1時から4時までの3時間、囲碁を楽しんでいる碁の好きな者の会です。関心をお持ちの方のために場所をお知らせします。塩名田のほぼ中央に位置し、道沿いの駐車場のある建物地区館です。

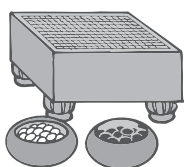
玄関を入って突き当たりの和室が囲碁会場です。囲碁愛好の皆様のご来館をお待ちしています。

以前、穂の香乃湯で行った時は、中込、野沢から参加があり、大変楽しく対戦しました。今は浅科地区館で行い、春日、岩村田からも参加しています。遠方にもかかわらず囲碁が大好きで、いつも早めに到着されます。

囲碁の強い人にハンデ4目を置いて対戦したときのことです。途中まで進んだとき私の置いた石を見て「それは駄目な石だ」と、笑っているように感じました。先の先まで読めるからです。強い人は、実践を通して難局を開くする方法を積み重ね、洞察力を養ってきたのです。そして定石死活など関連づけながら局面全体を見て局面の打開を図るのです。その巧みさに感心するが、年のせいか上達しません。

老老防止にウォーキングをする人がいますが、囲碁も脳の老老防止に役立つのではないのでしょうか。特に年をとった人には良い頭の体操です。

碁の好きな方、お出掛けください。



すてきな仲間

陶芸は爆発だ！岡本太郎？実はそんなかつこうのよいことではなく・・・。

粘土をこねて理想の型を作り乾かしてみると、ひび割れ。素焼きをして窯から出してみると、ひび割れ。いよいよ本焼き。釉薬をつけて出してみると、これまたひび割れ。結局粉々にして振り出しに。でも楽しい。

自分の思いで作った作品。失敗を重ねれば重ねるほど、上手くできた作品は、嬉しさがひとしお。

現在、臼田地区館で若手から年配の方まで会員23名。皆さん「陶芸をやってよかった。楽しい！」の一言。講師の沖浦先生（国画会会員）の指導のもと、月2回の陶芸教室。和やかな中に真剣な眼差しで取り組む姿は若さにあふれている。

陶芸は、作品に対する創造力、思考力、判断力、そして目標に対する夢。更に言えば、指を動かすこと等全て若さを保つ要素が一杯。

また、年に2回作品の発表会もあり、それに向けての作品作りにも力が入る。

さて、昼食。皆さん自家製の野菜の煮物、漬物、それぞれ自慢の料理を持ち寄り食べる、これがまた楽しい時間。講師の先生を交え料理、旅行、近況報告等々陶芸を離れて和気あいあいとおしゃべりする楽しいひと時。

一つのことに集中してきたからこそ強い絆で結ばれた仲間。やってよかった陶芸。陶芸には素晴らしい要素がたくさん。皆さん、いかがですか。



「陶芸教室」ゆびのあいの会

代表 松本 徹也

瀬音

台風12号の被害映像は、まるで震災の被害地ようだった。夏には、ゲリラ豪雨が各地をおそった。台風15号も各地に爪痕を残した。自然の猛威には人間の力が及ばないことを思い知らされた。

世界を見ても、大規模な自然

災害が増加している。地球温暖化や原発問題も含めて、これから私たちは、生活をどう立て直していったらいいか、真剣に考える必要を感じる。又、今まで経験のないことが次から次に起こるので、現代社会が、どこに向かっているのか不安にもなる。

そんな中で、なでしこジャパンの快挙や、逆境の中で前向きに生きる人々の姿に、元気をもらった。先日、福島県で被災し

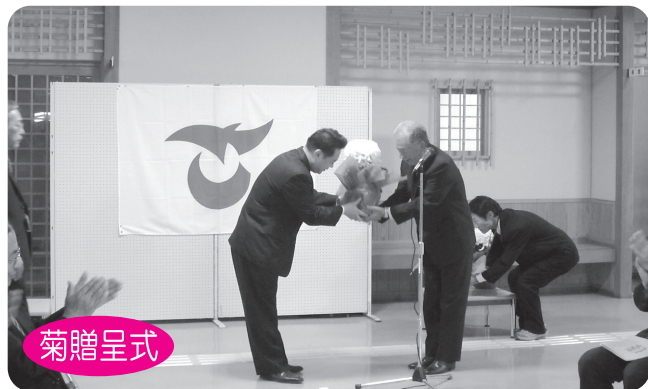
現在東京で避難生活をしている方の体験談を聞く機会を得た。テレビや新聞で報道されてきた問題を、そのまま背負っている現実の中で、足を踏ん張っている姿に頭がさがった。

「まさかこんなことが」という災害が次々やって来た年も、師走を迎えた。明るい希望が持てるぎざしを、確かに感じて、年の瀬を迎えたい。

（編集委員）



開会式



菊贈呈式



菊



福祉展

第7回 たくさんの力作が会場を賑わせた ～第7回佐久市民総合文化祭～

毎年恒例の佐久市民総合文化祭が11月4日から6日まで野沢会館において開催されました。公民館の学習グループや個人で学んでいる市民からたくさんの作品が寄せられ、出品点数は菊花展、福祉展を合わせ1,600余点でした。どの作品も出品者の熱意や学習意欲の高さが感じられ、日頃の成果が充分に発揮された素晴らしい出来栄でした。

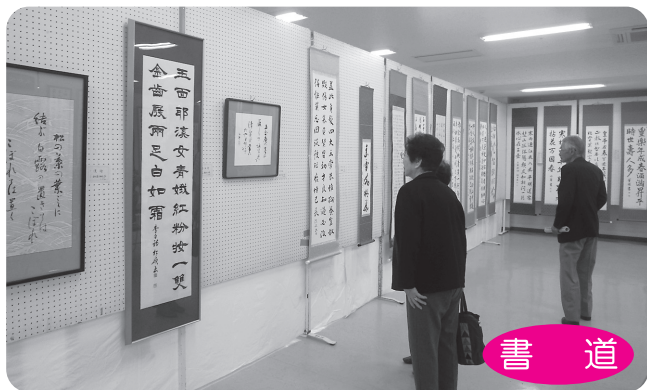
また、各部門では体験コーナーや実技講習会なども行われ、来場者から感嘆の声が上がっていました。今回は平日を1日含む日程でしたが、総来場者数は3,200人を超え、盛会のうちに終了しました。



フラワーデザイン



絵画



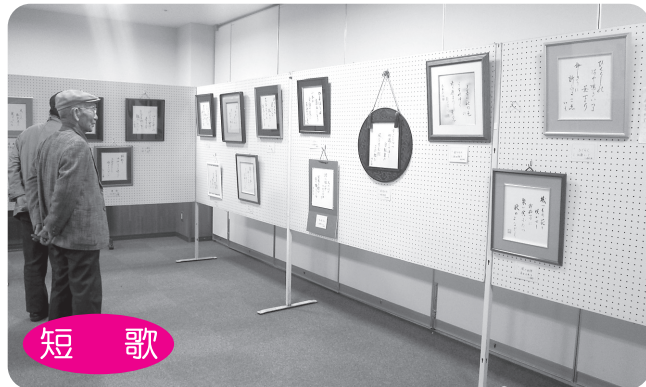
書道



衝立



切手



短歌



陶芸



拓本



俳句



表装



仏像



民芸



木彫



篆刻・刻字

佐久市の県指定文化財

8

県宝「金剛力士像」

この金剛力士像は、新海神社の境内にあった観音堂（本地堂）の仁王門としてあったが、慶応4年（1868）の神仏分離令によって、神宮寺の堂宇とともに現在地に移されたものである。金剛力士は、通常伽藍守護のために山門などの両側に建立されるもので、阿形と吽形の二軀があり、仁王尊とも言われている。この仁王尊も、「ア」と「ン」の万物の始まりと終わりをあらわす彫像である。

平成19年（2007）12月の調査で体内墨書銘により、造立が文明2年（1470）であること、仏師が大工祐得、小工伊賀寺雄真であること等が判明した。構造は檜材や松材を使った寄木造りで、軀間部は前後左右で接ぎ、体内は内割り、頭部は耳の前で割り彫眼をはめ入れている。

両像とも眉を高く吊り上げ、怒りの眼が鋭い。腰はやや外側に引き、阿形は右手を下げ、腰の近くで金剛杵を握っている。左手は横に強く張り屈臂し、肩の上で手のひらを下に向けて開いている。

吽形の右手は阿形の左手同様、横に強く張り屈臂し、右脇で力強く拳を握っている。また、左手は下に伸ばし、手のひらを地面に向けて開いている。足は踏み開いて、木の置台上に立っている。堂々とした体軀は量感があり実に見事、怒張のためか、手足には血管の浮き上がりも見られる。顔料布類などの上に胡粉の下地を施し、ベンガラによって彩色したと考えられる。なお、彩色の剥落は甚だしい。

作者は、慶派の流れを汲む地方仏師の作と思われる。全体的に均整がとれ美しく、勢いもあり、格調高い彫像である。



吽形



阿形

お問い合わせ

文化財課

佐久市志賀5953

68-7321

12月大船渡市の皆さんの歓迎会



11月12日(土)ホテル一萬里で開催された、大船渡市で被災された皆様の歓迎会に、公民館から佐久市合唱連盟合唱団、浅科地区の大正琴学習グループ「佐久夕月会」、浅間地区の「浅間マンドリン同好会」が参加し、素敵な演奏と歌声で歓迎の心をお届けしました。大船渡の市歌も歌われ、会場は感激の声にあふれ、復興にエールを送ることができました。



原則として申込みが必要です。詳しくは各地区館までお問い合わせください。

■浅間地区館 ☎67-2110 ■野沢地区館 ☎62-0116 ■中込地区館 ☎62-0504 ■東地区館 ☎67-2545

	学級及び学習内容	日時	場所	講師・指導者	費用・持ち物等
浅間地区館	◎お正月のフラワーアレンジ教室 今年はお正月のフラワーアレンジに挑戦！ 華やかに新年を迎えましょう	12月27日(火)10:00～12:00	浅間会館	有賀敬子先生	<材料費>2,600円程度 <持ち物>花ばさみ、ゴミ袋 <定員>20名 申し込みは12月20日まで *詳細は後日参加者に通知します
	◎書初め教室 書初めて楽しいね 冬休みの宿題は公民館でバッチリ！！ がんばったらお楽しみがまってるよ	1月5日(木)9:30～13:00	浅間会館	原野節子先生 生涯学習サークル 「ともがき」	<参加費>無料 <持ち物>書初め用習字の道具・新聞紙
	◎やさしいリフォーム教室(全2回) ネクタイで何か作っちゃおう	①1月27日(金)9:00～16:00 ②2月3日(金) "	浅間会館	菊池たか子先生	<参加費>500円程度 <持ち物>小切れ、厚紙、裁縫用具、 昼食、ネクタイ
	◎人権学習講座 生き方を学ぶ人権教育	1月28日(土)9:30～10:30	浅間会館	平岡洋明先生	<参加費>無料
野沢地区館	◎お正月のフラワーアレンジ教室 お正月に玄関や床の間に華やかに飾りましょう	12月27日(火)9:30～12:00	野沢会館	坂井敏子先生	<参加費>3,000円程度 <持ち物>花切ばさみ(作品を持ち帰る箱) <定員>20名 *詳細は後日参加者に通知します
	◎手打ちのほうとう作り 季節の野菜がたっぷり入りほうとうを作りましょう 家庭で作れるよう習いましょう 男性も大歓迎です	1月31日(火)9:30～13:00	野沢会館	土屋しのぶ先生	<参加費>500円 <持ち物>エプロン <定員>15名 *詳細は後日参加者に通知します
中込地区館	◎ハーモニカで楽しく(全12回) 懐かしい歌をハーモニカで吹いてみましょう	⑨12月15日(木)9:30～11:30 ⑩1月11日(木) "	中込会館	杉浦都美子先生	<参加費>100円(初回のみ) <持ち物>ハーモニカ
	◎チョコレートケーキにチャレンジ ふんわりとあっさりしたケーキです	12月7日(木)9:30～12:00	中込会館	内田すみ江先生	<参加費>600円程度 <持ち物>エプロン、三角巾 <定員>21名
	◎しめ縄作り 古代米を使った前掛け飾りを作ってみませんか	12月10日(土)9:30～15:30	中込会館	池田正直先生	<参加費>材料費のみ <持ち物>昼食 <定員>45名
	◎親子書初め教室 書初めをして新年を祝い、おしるこパーティーをしましょう	1月5日(木)9:30～12:00	中込会館	中込地区館学習グループ	<参加費>無料 <持ち物>書初め用習字の道具 <定員>50名 ※子供だけの参加も可
	◎そば打ち教室 そば打ちに挑戦してみませんか 講師が一人ひとり指導します そばの持ち帰り分もあります	1月20日(金)9:30～12:00	中込会館	嶋崎俊雄先生	<参加費>材料費1,000円程度 <持ち物>エプロン、三角巾 <定員>20名
	◎思い出の布をひと工夫(全2回) 昨年に引き続き綿の入れ方を学習します 綿入れのちゃんちゃんこ(ねこ)等を作ってみましょう	①1月31日(火)9:30～15:30 ②2月1日(水) "	中込会館	菊池たか子先生	<参加費>材料費500円程度 <持ち物>昼食、裁縫道具、布
東地区館	◎Men'sクラブV おいしい燻製づくり	12月3日(土)9:30～12:30	東会館	燻製づくり エキスパート	<参加費>1,000円程度 <持ち物>エプロン

※各講座は定員になり次第締切となりますのでご承知ください

原則として申込みが必要です。詳しくは各地区館までお問い合わせください。

■臼田地区館 ☎82-2106 ■浅科地区館 ☎58-3957 ■望月地区館 ☎53-2548

学級及び学習内容		日時	場所	講師・指導者	費用・持ち物等																											
東地区館	◎親子でつくろう！年越しそば 自分で作ればやっぱりウマイ めざせ！そば打ち名人	12月23日(金)9:30～12:30	東会館	土屋しのぶ先生	<参加費>700円程度 <持ち物>エプロン																											
	◎書き初め教室（全2回） 冬休みの宿題も皆で楽しくやっちゃおう！	①1月4日(水)9:30～11:30 ②1月5日(木)9:30～11:30	東会館	中嶋嘉子先生	<参加費>無料 <持ち物>習字道具他																											
臼田地区館	◎しめ縄づくり 正月用のお飾り（しめ縄）を作いませんか	12月20日(火)13:30～15:30	あいとぴあ臼田	高見沢省蔵先生	<参加費>300円程度 *詳細は後日参加者に通知します																											
	◎そば打ち体験 みんなで新そばを味わいましょう！	12月16日(金)9:30～13:00	あいとぴあ臼田	佐久おやじの会	<参加費>700円程度 <持ち物>エプロン、三角巾、筆記用具、タッパー <定員>15名																											
	書初展作品募集 ー平成24年書初展の作品を次のとおり募集しますー <table><tr><td>課題</td><td>幼児・保育園</td><td>「もち」</td><td>小4</td><td>「はるの光」</td><td>中2</td><td>「理想の実現」</td></tr><tr><td></td><td>小1</td><td>「もち」</td><td>小5</td><td>「雪の正月」</td><td>中3</td><td>「未知への挑戦」</td></tr><tr><td></td><td>小2</td><td>「ひので」</td><td>小6</td><td>「希望の朝」</td><td>高校・一般</td><td>自由</td></tr><tr><td></td><td>小3</td><td>「はつゆめ」</td><td>中1</td><td>「世界遺産」</td><td colspan="2">この他学校の授業での課題も対象とします</td></tr></table> 用紙 条幅半切1人1点。ただし幼児・保育園は24cm×100cmでもよい 高校生・一般は裏打ちをし、中学生以下は仮巻きをつける 応募 平成24年1月13日(金) までに臼田地区館に持ち込み 展示 1月20日(金)～1月25日(水)（あいとぴあ臼田） ※なお、審査は1月20日(金)に行います 					課題	幼児・保育園	「もち」	小4	「はるの光」	中2	「理想の実現」		小1	「もち」	小5	「雪の正月」	中3	「未知への挑戦」		小2	「ひので」	小6	「希望の朝」	高校・一般	自由		小3	「はつゆめ」	中1	「世界遺産」	この他学校の授業での課題も対象とします
課題	幼児・保育園	「もち」	小4	「はるの光」	中2	「理想の実現」																										
	小1	「もち」	小5	「雪の正月」	中3	「未知への挑戦」																										
	小2	「ひので」	小6	「希望の朝」	高校・一般	自由																										
	小3	「はつゆめ」	中1	「世界遺産」	この他学校の授業での課題も対象とします																											
浅科地区館	◎新ソバ打ち講習会 ソバ打ちに挑戦しませんか 親子での参加も可能です（小学生以上）	12月17日(土)9:30～13:00	観音峯 活性化センター	土屋しのぶ先生	<参加費>700円 程度 <持ち物>エプロン・三角巾 <募集定員>20名 *詳細は後日参加者に通知します																											
	◎ミニ門松作り講座 最長35センチ程の門松です 手づくりの門松で新年を迎えましょう	12月19日(月)8:30～12:30	浅科会館	中澤一巳先生	<参加費>1対2,000円（材料費） <持ち物>金づち・花ばさみ又は、 剪定ばさみ・ <募集定員>15名 *詳細は後日参加者に通知します																											
	◎草月流生け花教室（全3回） 植物で表現する楽しさを、ひとつひとつ学 び体験しませんか	①1月25日(水)13:30～15:30 ②2月22日(水) " ③3月1日(木) "	浅科会館	依田悦子先生	<参加費>1,500円（お花代） <持ち物>花ばさみ <募集定員>15名 *詳細は後日参加者に通知します																											
望月地区館	◎愛唱歌合唱うたごえホール 初冬の歌・つどい発表曲を決め練習	12月21日(水)13:30～15:00	駒の里ふれあ いセンター 大ホール	小林美智子先生	<参加費>2,000円程度 （10月～3月までの後期分として すでに支払われた方は除く）																											
	◎しめ縄づくり お正月に向けての準備をしましょう	12月23日(金)9:00～16:00	駒の里ふれあ いセンター 大ホール	篠原利雄先生 竹細工愛好会	<参加費>1,500円程度(材料費等) <持ち物>はさみ、前掛け、昼食、 水筒																											
	◎オカリナ入門講座（全5回） 木製のオカリナを吹いてみませんか♪ 初心者大歓迎！！	①1月22日(木)10:00～11:00 ②2月5日(木) " ③2月26日(木) " ④3月4日(木) " ⑤3月18日(木) "	駒の里ふれあ いセンター 音楽室	風の音楽家 オカリナ奏者 遠藤一巳先生	<参加費>無料 <持ち物>オカリナ 〔無い方は用意します 初会時に斡旋もします(6,000円)〕																											



としよ だかん だより

No. 29

図書館講座開催される

10月29日(土)にコスモホール・小ホールにおきまして、「ぐりとぐら」シリーズで有名な絵本作家・挿絵画家の山脇百合子さんをお招きして佐久市図書館講座を開催しました。会場にはお子様連れの方もいて、260人を超える方々が来場されました。2階会場外ロビーにもテレビモニターを設置し、お子様連れの方に気軽に講演を楽しんでもらえるコーナーも配備し利用してもらいました。



山脇さんには絵本との初めての関わりの話からこれまで手がけられた数多くの絵本・挿絵に関するエピソードなど楽しい話をして頂きました。また、一緒に作品を作られた作家の方々の話や絵本に登場するいろんな動物のモデルの話もあり、子どもさんたちにも楽しんでもらえたと思います。

講演の最後には「ゆうこのキヤベツぼうし」、「ぐりとぐら」の読み聞かせをしていただき、子ども達も真剣に聞き入っていました。

質問の時間には子ども達より「どっちがぐりで、どっちがぐら？」など愉快な質問も出て、



終始楽しい講演でした。皆さまからの感想も「おだやかな語り口で素敵な方でした」、「やさしさ、かわいさ、ユーモアは先生の人柄」、「長年親しまれている絵本の話が聞けて良かった」など山脇さんの絵本に親しんでこられた皆さんの喜びの感想を多数いただきました。

また講演後のサイン会にも多くの方が参加されました。今回の講演は後日佐久ケーブルテレビにて放映される予定(12月)ですので、当日お越しになれなかった方は是非ご覧ください。

図書館休館日のお知らせ

12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・20日(火) (図書整理日)
26日(月)・12月29日(木)・12月31日(土) (年末休業)
1月1日(日)・3日(火) (年始休業)・10日(火)・16日(月)・23日(月)・30日(月)・31日(火) (図書整理日)



12月の館 行事予定



中央図書館

■おはなしの会

対象 クリスマススペシャル
日時 園児・小学生低学年向け
12月10日(土)
午前10時30分～午後3時
12月17日(土) 午後3時～

会場

中央図書館視聴覚室

■おはなしの会

対象 クリスマススペシャル
日時 乳幼児向け
12月15日(木)
午前10時30分～

会場

中央図書館視聴覚室

■語りのおもてなし

対象 子どもから大人
日時 12月24日(土) 午後3時～

会場 高齢者・幼児ルーム

※サンタさんからプレゼントも
あいます。お楽しみに。

問合せ 中央図書館
☎671-2111

白田図書館

■おはなしの会

対象 クリスマススペシャル
日時 子どもから大人
12月10日(土) 午後2時～

会場 コスモホール1階会議室

※サンタさんからプレゼントも
あいます。お楽しみに。

■ブック☆ブックおはなしの会

対象 子どもから大人
日時 12月17日(土) 午後2時～

会場 白田図書館内

問合せ 白田図書館
☎821-3932

浅科図書館

■おはなしの会

対象 クリスマススペシャル
日時 子どもから大人
12月17日(土)
午後2時30分～

会場 浅科図書館学習室

※サンタさんからプレゼントも
あいます。お楽しみに。

問合せ 浅科図書館
☎581-4321

望月図書館

■ものがたりふれあいトーク

対象 クリスマススペシャル
日時 子どもから大人
12月17日(土)
午後2時30分～

会場 望月図書館視聴覚室

※サンタさんからプレゼントも
あいます。お楽しみに。

問合せ 望月図書館
☎531-0230



新刊案内

中央図書館

●絵本

1001のクリスマスをさがせ！

アレックス・フリス

うんちさま

加藤 篤

さあ、とんでくらん！

サイモン・ジェームズ

●児童書

ココロ屋

梨屋アリエ

ベットシヨップはぼくにおまかせ

ヒルケ・ローゼンボーム

ひらめきが世界を変えた！発明大図鑑

●一般書

ジュリー・フェリス

五分で立体ガード

世界の衣裳

菊地 清

パイインターナショナル

サラリーマン川柳いちおし傑作選

やくみつる選他

●絵本

クリスマスのがい

いまむらあしこ

白田図書館

ぶつくさモンクラーしさん

西村敏雄

●児童書

ピース・ビレッジ

岩瀬成子

こどものためのすごい！名言

齋藤 孝

父さんは地球儀の上にいる

加藤章子

●一般書

母のまなざし、父のまなざし

いわさきちひろ

私の山道員

14歳のアウシュビッツ

アナ・ノヴァク

浅科図書館

●絵本

だいいじなだいいじなぼくのはい

益田 ミリ

「二」とねずみのすてきなせかい

マンフレート・マイ

いのちのふね

鈴木まもる

妖精のぼつし、おゆずりします。

あんびるやすこ

●児童書

教室 消えない虹

真田コジマ

地形探検図鑑

目代邦康

望月図書館

●絵本

ファードイのクリスマス

ジュリア・ローリンソン

わがはいはのつぺらぼう

さんすうサウルス

●一般書

金米糖の降るじころ

地球の神秘

新人物往来社 編

小さな球根で楽しむ

ナチュラルガーデンング

井上まゆ美

望月図書館

●絵本

ファードイのクリスマス

ジュリア・ローリンソン

わがはいはのつぺらぼう

さんすうサウルス

ミッシェル マーケル

オリンポスの神々と7人の英雄

リック・リオードン

「リベンジする」とあいつは

言った

朝比奈蓉子

日本と世界の歴史対比事典

関真興

●一般書

赤ちゃんが大好きな絵本

赤木かん子

おばあさんの魂

酒井順子

常備菜

飛田和緒

図書館の庭から

34

緑の葉に赤い実

「ヤブコウジ（藪柑子）」

落ち葉も終わって、迎いは、

すっかり冬景色…。早くも花屋

さんの店頭には「万両」や「仙



「赤玉の木」、常緑小低木

「ヤブコウジ（藪柑子）」
落ち葉も終わって、迎いは、
すっかり冬景色…。早くも花屋
さんの店頭には「万両」や「仙
蓼（千両）」など、お正月を飾る
花々が並んでいます。

お正月の縁起物、「十両」。
ヤブコウジ科ヤブコウジ属の小
低木で、低い山の林下に自生しま
す。夏に小さな白い花を、冬には
小粒で美しい紅色の実をつけます。
長野県内では、北部の多雪地と
南部の暖地に点在し、内陸部には
見られない。（長野県植物誌）
古くから、庭木や盆栽、寄植え
にされ、江戸時代には多くの園芸

種も作られました。

マンリョウ（万両）やカラタチ

バナ（唐橘）は、同じヤブコウジ

属の常緑樹です

そこで「万両」に合わせ、カラ

タチバナは「百両」、小形のヤブ

コウジは「十両」と、親しみを込

めて呼ばれることがあります。

万葉歌は、「山橘」の名。

消残りの 雪にあへ照る

あしひきの

山橘を つとに摘み来な

（大伴家持）

ヤブコウジは、雪が降り積もる

頃になつても常緑で、真紅に輝く

つぶらな実が顔を覗かせます。

「消え残る雪に照り映え合っ

ている山橘を、みやげに摘んで来よ

う」と、詠んでいます。

季節、冬1月、藪柑子

きわだって美しい赤い実は、珊

瑚に例えて詠まれています。

雪すこしとけて珊瑚か藪柑子

（及川 貞）

藪柑子さんごの如し雪の谷

（清水よしみ）

花言葉：明日の幸福

◎冬の季節、緑の葉赤い実の植

物を、楽しみましょう。

（岩村田 依田 豊）

みちびき

No.71
佐久市
少年センター

残すところも一か月あまりで今年も終わろうとしています。今年は、三月の震災から「がんばろう日本」の言葉がみんなの心をつなぐ絆となった年ではなかったでしょうか。年の瀬は何かと忙しいものですが、家族皆で防災面のことも含めて今年一年間を振り返る機会を作ってみましょう。

自分から断る勇気を

年末年始の飲酒・喫煙

小・中・高生の皆さんは学校で休み中の過ごし方の指導を受けていると思います。年末・年始の休暇を控えてその過ごし方について家族で確認しておきましょう。年末は二学期も終わりはと一息ついたり、大掃除や新年を迎える準備で家族を手伝って過ごすことが多いと思います。

す。

反面、年始はゆつくり時間がとれて同級会や遊びに出かける機会が多くなります。正月気分です調子に乗ってお酒やタバコに手を出してしまったというケースを耳にします。「お酒・タバコは20歳から」勧められても自分の意志で断る勇気を持ちましょう。大人もきちんと注意しましょう。地域で子どもたちの被



受賞おめでとうございます

第36回長野県青少年補導活動推進大会（10月20日）において長年の補導委員活動に対し表彰されました。

20年表彰及び感謝状

込山惣治郎さん

10年表彰

浅沼富夫さん 渡辺秀明さん

補導日誌から

外遊びで元気な子

9月26日（月）晴れ

合同補導で学校の先生方と巡回した。何人もの大人が街中を歩くのは、子どもたちがびっくりするのではと心配だった。が、意外と声かけしやすく、補導委員の知り合いの子もいて「おかえり」と言うと、笑顔で返事があり嬉しかった。諏訪神社では外遊びしている元気な子どもの姿が見られた。先生方から街の中を歩いてみて普段見ることのない子どもたちの様子、大人にあいさつする姿など見られたこと、補導活動の様子がわかって有意義だったのご意見を聞きました。

（臼田地区 H・I 記）

雨、でも平気

10月5日（水）雨

雨のため部活動ができないのか中学生の下校時間だった。傘をささない子が多く濡れても平気な生徒が多い。「風邪引かないようにね！」こちらからの声かけに元気な返事がある。自分から挨拶をしてくる中学生が多

かった。城山公園では雨宿りの中学生が2組いて楽しそうだったが早く帰るよう話した。

（野沢地区 K・U 記）

小・中・高が休みの日

10月7日（金）晴れ

本日は佐久地区教育研究会があり、各校とも休みの日であり、下校中の児童・生徒の姿には会えなかった。街や公園で遊んでいる子もいなかった。中込駅で帰宅中の高校生に声かけすると「今日で定期テストが終了した。テスト勉強は大変です。」と話してくれた。グリーンモーターで自転車に乗っていた小学生4人の内2人がヘルメットをかぶっていないだったので安全のため着用するように声をかけた。

（中込地区 Y・H 記）

中学生の姿さまざま

10月12日（水）晴れ

中学校近くの商店の一角で、男女中学生6人が座り込んでいたので何をしているのか聞いたところ、福祉施設に持つていく折り鶴を作っているとのことだった。とても微笑ましく思った。下校していく中高生から元気のよいあいさつをもらえ嬉しく思った。公園のベンチでは男女中学生10名ほどが集まってワイワ

イヤっていたが、服装がやや乱れていて気になった。

（野沢地区 H・T 記）

環境チェック実施

10月1日（土）市内各所で青

少年補導委員協議会が環境チェックをおこないました。子どもたちが立ち寄るお店や、通学路になっていて登下校の際、声をかけていただいているお店などで店内を見せていただきながら健全育成のための「声かけ」や見守りをお願いしました。また、子どもたちのために環境の浄化にも協力を依頼しました。

環境チェックを終えて

補導委員より

○各店舗とも青少年のためにきちんとしている印象を受けた。利用する側のモラルもきちんとしなくてはいけないと感じた。○まずは若者を取り巻く環境の現状を知っておくことが重要で、健全育成に協力していただくよう継続してお願いをしたり、チェックしていく必要があると感じた。



伸びよう
伸ばそう
青少年

ジュニアリーダー研修から

「マイ箸作り」

「臼田総合運動公園宿泊研修」



台風15号の影響により、9月23日の千曲川河川敷環境浄化体験は残念ながら中止になってしまいました。代わりに「クラフト体験マイ箸作り」を行いました。
10月8・9日は、待望の「宿泊研修」でした。白駒池周辺の自然探索、マレットゴルフ体験、スタードームでの星座のお話、きのこ採り、クラフト製作、そして全員が協力してのカレー作りと、多くのことを体験しました。

マイ箸作り

泉小学校 6年

小平 凌太郎

マイ箸を作っているときは、本当にできるか心配だったけど、作っているうちにどんどんお箸の形になってきてうれしかったです。最初は全然できなかったけど、やっているうちにできるようになりました。
上手にできて良かったです。



慎重にナイフを使って…

宿泊研修1日目

岸野小学校 5年

岡村 雅斗

八千穂高原秋の自然探索では、行く途中のバスで酔ってしまいました。でも着いて、外の空気をすっていたら良くなつてよかったです。最初に道を歩いて、少し行ったら木で作った橋みたいのがあって、ぐらぐらしていて少しこわかったです。とちゅうは木やコケがたくさんあって、池もおもしろかったです。
次に、マレットゴルフをやりました。最初のホールはかんたんに入ったのに、最後のホールは10回もかかってしまっていたのでした。
夕ごはんを食べたあと、スタードームに行きました。いろいろ教えてくれたスタードームの

人の話が、おもしろくて分かりやすかったです。望えんきようが思ったより大きくて、びっくりしました。のぞいて見たら、月のボコボコしたところが見えてよかったです。
みんなとおふろに入ったり、夕ごはんもおいしくて、いちいちじゅう楽しかったです。



原生林の中を行く

高瀬小学校 5年

依田 直恵

私は、自然探索の時に、行きは「大変だな」とか「早く着かないかな」とか思っていました。でも、あんがいとキレイなコケを見たり、池もキレイで良かったです。とつてもつかれたけど、とっても楽しかったです。マレットゴルフは、夏音ちゃんと元哉くんといっしょにやりました。みんな、なかなか入らなかったけど、1ホールにつきほぼ1人ぐらいいれることができました。あんがい楽しいと思いました。

夕食前に部屋みんなで話をしていた、時間に少しおくれでしまいました。夕食はとってもおいしかったです。
スタードームの学習では、秋の星座のことを教えてもらいました。カシオペア座にあんなギリシャ神話からの由来があるなんて知らなかったのでびっくりしました。あと、月もキレイに見えてよかったです。



しっかり狙って！

宿泊研修2日目

泉小学校 6年

佐藤 啓太

きのこ採りでは、すごくいっぱいいきのこが採れて、こんなところにもいっぱいあるんだなと思いました。きのこを採るのはなかなか根っこまでとれなくてたいへんでした。昼食のきのこ汁は思ったよりたくさんきのこが入っていてびっくりしました。
昼食のカレーは、つくるのがたいへんでした。いろいろな野菜を切ったり、カレーを混ぜたりしました。いっぱい食べれたし

おいしかったです。
宿泊してみても、いろんな体験ができて楽しかったです。



大収穫です

佐久城山小学校 5年

内藤 仁美

大きいきのこも小さいきのこもいっぱいおとれてよかったです。昼食のカレー作りでは、班の人と協力して、おいしいカレーが作れました。また家でも作りたいです。

宿泊研修全体では、学校のキャンプに行った時とはちがうこともあったけど、きまりをまもってしっかり活動できました。思い出にのこる、とても楽しい2日間でした。



そろそろ出来上がりかな？

農業委員選挙人名簿の作成について

申請書は、郵送でお届けします。

農業委員の選挙は、選挙管理委員会が確定する農業委員会委員選挙人名簿に登録されている人でなければすることができません。この名簿は、農業委員の選挙権のある人の申請に基づき、1月1日現在で選挙資格を調査し、毎年調製するものです。

この選挙人名簿の作成について市では、毎年次の手順で行っていますのでよろしく願います。

- ① 12月下旬に該当されると思われる農家世帯に市より農業委員会選挙人名簿登録申請書を送ります。
- ② 送られた選挙人名簿を確認し、引き続き登録する方を確認してください。また、名簿に追加および削除をする時はその旨を記入してください。

農業委員会では、農地の利用状況調査を行っています。農業委員が農地に立ち入ることがありますが、ご協力をお願いします。

- ③ 送られた申請書に耕作面積を記入してください。
- ④ 申請書は1月10日までに直接農業委員会事務局若しくは各支所経済建設係へ、ご提出ください。

選挙資格を有する方とは

- ① 佐久市に住所を有する方
- ② 20歳以上の方
- ③ 10アール以上の農地を所有・借受し、耕作の業務を営む方
および同居する配偶者・親族で耕作に従事する日数が年間概ね60日に達すると認められる方

右記のすべての要件を満たしている方が有資格者となります。資格があつて申請書が届かない場合や、不明な点がありまして、農業委員会事務局までお問い合わせください。

■お問い合わせ

農業委員会事務局

☎623518

平成23年中に家屋を取り壊された皆さんへ

固定資産税は、毎年1月1日を賦課期日として、その所有者に課税されます。

平成23年中に家屋を取り壊された皆さんで（一部取り壊しを含む）家屋滅失届をまだ提出されていない方は、至急、税務課資産税係まで提出してください。（新增築家屋の調査に伺った職員が確認している場合は提出不要です）

家屋滅失届の用紙は、税務課および各支所、または佐久市ホームページより取得できます。

また、市のホームページや携帯電話（右のQRコード）からも電子申請ができますのでご利用ください。（ホームページからの場合は「お役立ちガイド」→「長野電子申請」から申請できます）



家屋滅失届を提出していただかないと、取り壊した家屋が台帳に登録されたままとなり、引き続き固定資産税が課税されますので、必ず届出をしてください。

なお、課税対象となっている家屋は、納税通知書に同封してお送りしてあります課税明細書により確認できます。

■お問い合わせ 税務課 資産税係 ☎62-3040（直通）
または各支所 庶務税務係

平成24年度償却資産の申告について

償却資産は、土地や家屋とともに固定資産税の課税対象となります。工場・商店・農業・サービス業などを経営されている方が、その事業のために用いている構築物・機械・器具・備品などの有形固定資産が償却資産になります。

償却資産をお持ちの方には、地方税法第383条の規定により、毎年1月1日現在の償却資産の状況を資産が所在する市町村に申告していただくことになっております。

申告に関する書類につきましては、12月上旬に郵送いたしますので、申告期限までに提出してください。（資産の増減がない場合においても申告書の提出が必要です。）

また、平成23年から新たに事業を始めた皆さんで、申告に関する書類が届いていない方は、税務課資産税係までご連絡ください。

申告期限 平成24年1月31日（火）（期限厳守）

■お問い合わせ 税務課 資産税係 ☎62-3040（直通）

生活排水部からのお知らせ

12月1日から 下水道料金・負担金に関する業務を 民間に委託しました

生活排水部では、12月1日から市民サービス等の一層の向上および下水道事業の経営の効率を図るため、下水道料金に関する次の業務を民間会社に委託しました。

委託後、佐久市下水道料金センターと名称は変わりますが手続き方法、手続きの場所は変わりません。

委託業者

シーデーシー情報システム株式会社

営業所：佐久市中込1335番地 佐久市下水道管理センター内
佐久市下水道料金センター
電話63-0101（佐久市生活排水部代表番号）
本 社：千葉県千葉市中央区本千葉町4番3号
代表取締役：鈴木 滋

身分証明書の 携帯について

委託業者の従業員は、身分証明書を携帯しています。不審に感じた時は、身分証明書の提示を求め確認を行ってください。

市民の皆さんに関係する主な業務

窓口・料金に関する問い合わせ業務

受付および電話交換に関する業務

**佐久市下水道
料金センター**
(シーデーシー情報システム株式会社)

未納下水道料金等の滞納整理に関する業務

下水道使用料、受益者負担金・分担金等の徴収に関する業務

委託期間：平成23年12月1日から平成27年3月31日
業務時間：午前8時30分から午後5時15分まで
(土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く)



今年の3月、東北・長野県栄村で大規模地震が発生しました。まだ記憶にも新しく、市内でも大きな揺れを感じました。

あの時、皆さんはまず何をしましたか？自分の身の安全・周囲の安全を考え行動に移せたでしょうか？

佐久消防署では毎年、市民の皆さんに地震発生時における身の安全確保の要領について効果的に習得していただくため、地震体験車を活用した防災指導を行っています。

今後30年以内に80%以上の確率で発生すると言われていた東海地震や、佐久地方でも被害が想定されている糸魚川静岡構造線断層帯による直下型地震など、今後発生が予想される地震のほか、阪神淡路大震災、新潟県中越地震など過去に発生した大地震の揺れを再現することができます。また、搭載されたディスプレイには、地震による、屋内外の被害の状況が映し出され、リアルな地震体験をすることが出来ます。

いつ発生するか分からない地震には、日々の備えが必要となります。こうした乗車体験をとおして、大規模な地震が起きた場合どのような状況になるのか知っておくことも必要になるでしょう。

この機会に是非、地震体験車に乗ってみませんか？

日 時 12月18日（日）午前10時～午後3時

会 場 イオン佐久平ショッピングセンター（旧ジャスコ佐久平店）
蓼科ウイング東側出入口付近

■お問い合わせ 佐久消防署 ☎62-0119



建設工事および建設コンサルタント等の業務の入札参加資格審査（中間申請）について

市が発注する建設工事および建設コンサルタント等の業務の入札に参加を希望される方は、2年に一度、市が付与する入札参加資格を得る必要があります。

現在の入札参加資格者は、平成23年2月の定期申請に基づき、平成23年度（基準年度）から平成24年度までの期間について付与していますが、**新たに平成24年度に資格付与を受けようとする方を対象**とした審査申請（中間申請）を受付けます。入札参加を希望される方は、忘れずに申請してください。

（すでに、平成23年度に資格付与されている方は、今回申請の必要はありません。ただし、業種の追加および再審査を希望される方は、申請を行ってください。）

1. 中間申請の種類

- (1) 建設工事：建設業法（昭和24年法律第100号）の定める28業種
- (2) 建設コンサルタント等の業務：測量、建築コンサルタント、建設コンサルタント、地質調査、補償コンサルタントの5種類

2. 中間申請の内容

- (1) 新規：佐久市の入札参加資格を有していない方の新たな申請
- (2) 業種の追加：基準年度に資格付与された業種・業務以外の業種・業務を追加する申請
- (3) 再審査：基準年度に資格付与された業種を含め、全体の見直す申請（建設工事に限る）

3. 受付期間・時間

平成24年2月1日（水）～平成24年2月29日（水）

午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）

郵送による受付は「書留郵便」とし、提出期間内の消印のあるものに限りします。

4. 受付場所

佐久市役所4階 契約課 契約係

5. 有効期間

1年間（平成24年6月1日～平成25年5月31日）

6. 申請方法

申請要領および申請書等は、市のホームページからダウンロードしてください。

■お問い合わせ 契約課 契約係 ☎62-3084（直通）

物品等の入札等参加資格審査（中間申請）について

市が発注する物品等購入（役務・委託業務等を含む）の入札（見積）について、**新たに平成24年度に参加を希望される方（営業種目の追加を含む）**は、下記により「物品等入札（見積）参加願」を提出してください。

なお、平成23年度に書類を提出された方は、今回申請の必要はありません。

記

1 受付期間・時間

平成24年2月1日（水）～2月29日（水）の午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）

郵送による受付は「書留郵便」とし、提出期間内の消印のあるものに限りします。

2 受付場所

佐久市役所4階 契約課 用度係

3 有効期間

1年間（平成24年4月1日～平成25年3月31日）

4 提出書類

(1) 共通書類（必ず提出する書類）

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| ①競争入札（見積）参加願 ※メールアドレスも記入してください。 | ⑤各種料金の納付状況報告書（佐久市に納付義務がある場合のみ） |
| ②誓約書 | ⑥商業登記簿謄本（個人の場合は身分証明書） |
| ③経歴および営業概要書 | ⑦申請される直前1年間の各事業年度の財務諸表 |
| ④市税の納税証明書〔未納がないこと〕（市に納税義務がある場合のみ） | |
| 消費税および地方消費税の納税証明書〔未納がないことの証明〕 | |

(2) 個別書類（該当する場合に提出する書類）

- ⑧代理店・特約店証明書（特定メーカーにより指定されている場合、メーカーの証明書）
- ⑨委任状（支店、営業所等に代理委任する場合）※メールアドレスも記入してください。
- ⑩営業許可・認可等の証明書の写し（法令に基づいて得た許可・認可等の証明書）
- ⑪業務実績書（印刷および役務・業務委託について申請される方のみ直前2年間の主な実績）
- ⑫印刷業者業務調書（印刷業務について申請される方のみ）
- ⑬清掃・害虫駆除・廃棄物処理・保守点検業者等業務調書（清掃・害虫駆除・廃棄物処理・保守点検業務について申請される方のみ）
- ⑭事業所の写真（佐久市内の本社または営業所を新規申請する場合のみ提出）
1ヶ月以内に撮影したもので、事業所の外観・看板・事務室内部の写真各1枚をA4版の台紙へ貼り付けること。
※申請要領および申請書等は、市のホームページからダウンロードしてください。（契約課窓口でも無料で配布しています。）

5 提出部数

申請書等の提出部数は、正本1部です。申請書類のサイズはA4版とし、「4.提出書類」に記載された順番にまとめて、市販のフラットファイル（A4版ピンク）に綴じ込んで提出してください。（表・背表紙に商号または名称を記載してください。）

■お問い合わせ 契約課 用度係 ☎62-3084（直通）

佐久鯉の消費拡大を図りましょう

「佐久鯉」でパワーアップ！

全国ブランドとして名高い「佐久鯉」は、平成20年9月に特許庁より地域団体商標として登録され、さらなる生産振興、消費拡大を図っています。

鯉は、薬用魚などと呼ばれるほど栄養価に富んでおり、様々な効果があるとも言われています。また佐久地域では、古くから、貴重なタンパク源として重宝され、その鯉料理は各家庭で長年にわたり受け継がれてきました。

「佐久鯉」の消費拡大のため、今年のお年取りには、「佐久鯉」を是非ご賞味いただき、ご家族で一年の労をねぎらい、良い年をお迎えください。

＊代表的な家庭料理『うま煮』と『鯉のイタリアン』の作り方をご紹介します。

鯉の うま煮 (6人分)

材料

鯉：1.5～2kg（1尾）
酒：1.5カップ
水：1カップ
醤油：1カップ
砂糖：150g
生姜薄切り：12枚

作り方

- 鍋に水と酒を入れ煮立て、鯉を並べて入れ、しばらくしてアクをすくう。
- 砂糖と醤油2／3を加え、生姜を入れて中火にして煮込む。
- 途中で味を見ながら、残りの砂糖と醤油を加えてさらに煮る。
- 煮汁が少なくなったら火を止める。
- お皿に盛りつけて煮汁をかけてお召し上がりください。

鯉の イタリアン (4人分)

材料

鯉のあらい：200g
＜下味＞
醤油：大さじ1
酒：大さじ1
生姜汁：小さじ1
小麦粉・揚げ油：適宜
ナス：2個
ブロッコリー：100g
タマネギ：1/2個
オリーブ油：大さじ1
＜トマトソース＞
ニンニク：1片
トマト（完熟）：5個
コンソメの素：1個
オリーブ油：大さじ1
水：1カップ
トマトケチャップ：大さじ3
塩、コショウ：少々

作り方

- 1 あらいは水気を切って下味の調味料につけ、小麦粉をつけてカラリと揚げる。
 - 2 ナス、タマネギは乱切り。
 - 3 ブロッコリーは小房にわけて、サッとゆで冷水にとる。
 - 4 オリーブ油を熱して野菜を炒め、トマトソースを加えてひと煮し、鯉をいれてサッと煮る。
- ＜トマトソースの作り方＞
1 トマトは湯むきしてザク切り。
2 ニンニクはみじん切りにして、オリーブ油で焦がさないように炒め、トマト、水、コンソメの素を加えて煮る。
3 半分位に煮詰めたらケチャップを入れ、塩、コショウで味を調える。

（作り方はあくまでも参考です。各家庭の味付けでおいしくお召し上がりください）

牛、鶏などの家畜飼養者の皆さんへ

家畜飼養に係る衛生管理状況等に関する報告のお願い

家畜伝染病予防法改正（平成23年4月）に伴い、飼養衛生管理基準が定められた家畜の飼養者は、毎年、家畜の飼養に係る衛生管理の状況等について、県知事に報告することが平成23年10月1日より義務付けられました。

つきましては、下記の家畜を飼養されている皆さんは、家畜保健衛生所まで報告をお願いします。（鶏1羽でも報告が必要となります）

1 平成23年分の報告

- (1) 対象家畜 牛・水牛・鹿・馬・めん羊・山羊・豚・いのしし、鶏・あひる・うずら・きじ・だちょう・ほろほろ鳥・七面鳥
- (2) 報告者 家畜の所有者または管理者
- (3) 調査時期 平成23年10月1日現在
- (4) 報告期限 平成23年12月15日
なお、12月15日以降新たに飼養される場合も随時ご報告をお願いします。

(5) 報告様式

- ・定められた様式がありますので、家畜保健衛生所から通知のありました飼養者は、同封された報告書での提出をお願いします。
- ・上記対象家畜を飼養している方で、通知のない方は家畜保健衛生所または農政課まで連絡をお願いします。

- (6) 報告先 佐久家畜保健衛生所 〒385-0035 佐久市瀬戸中庭1,111-179

☎62-4123 FAX 63-3002

農政課

☎62-3203 FAX 62-2269

2 平成24年分以降の報告は追加書類がありますので後日、ご連絡します。

■お問い合わせ 農政課 農業生産振興係 ☎62-3203（直通）

佐久市農業振興ビジョンの概要について

10月号では、「佐久市農業振興ビジョン」の策定についてお知らせいたしましたが、今月号ではその概要について紹介させていただきます。

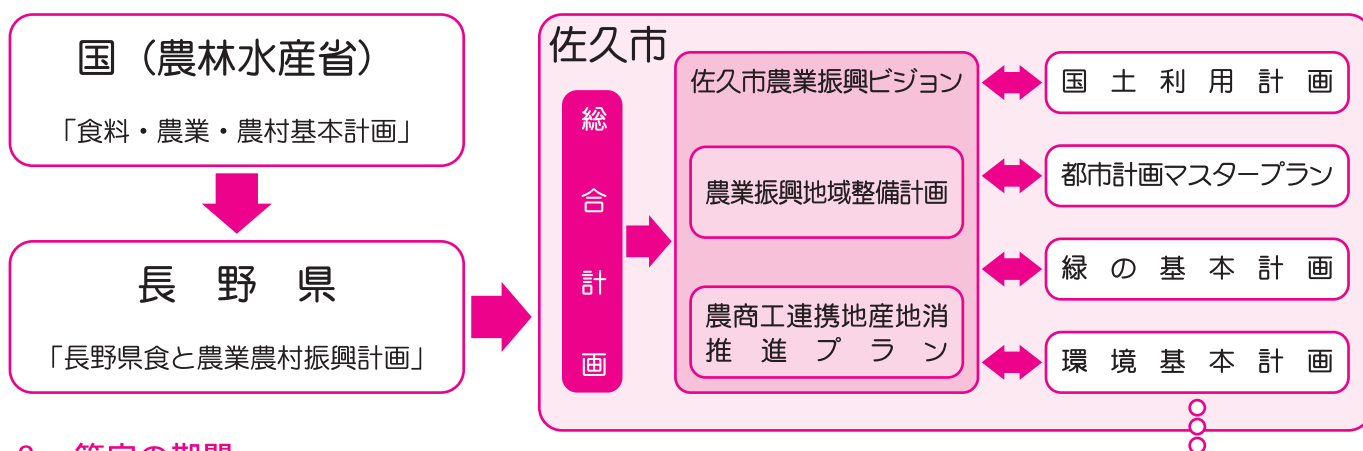
佐久市農業振興ビジョンは、基本目標を“自然の恵み豊かな佐久”の“活力と未来ある”農業づくりとし、「農業」、「農地」、「食料」、「農村」の4つの基本柱に沿った、テーマと目標を決めています。

これらの基本の方針のもとに、54の農業施策の具体的な取り組みを行っていきます。

この中で、特に重要なテーマについては数値目標を定め、平成28年の目標年までに達成していくこととします。

1 佐久市農業振興ビジョンの位置づけ

本ビジョンは、国、県、農業団体等の計画や施策、本市の上位計画や他部門の計画との整合性を図りつつ、本市農業・農村の総合的な振興を推進するための基本指針として位置づけるものです。



2 策定の期間

平成23年から平成28年までの6年間とします。

また、社会情勢の変化に合わせて中間での見直しを行います。

3 構成

基本目標

“自然の恵み豊かな佐久”の“活力と未来ある”農業づくりを基本目標とし、佐久市の農業振興に取り組んでいきます。

基本の柱

基本の柱では基本目標にあわせ「農業」、「農地」、「食料」、「農村」を佐久市農業振興の4つの柱としてとらえ、それぞれにテーマを示していきます。

基本の方針

「農業」、「農地」、「食料」、「農村」の4つの柱のテーマ「経営基盤の強化」「生産基盤の整備と維持」「安全・安心な食料の供給」「活力ある農村づくり」に沿った振興の基本方針を示します。

施策の方向

施策の方向では、基本の方針達成のため、特に力を入れるべき施策を取り上げ、各施策の軸とします。

主要な施策

主要な施策では、具体的な項目ごとの取組みを示します。

■お問い合わせ 農政課 農業生産振興係 ☎62-3203（直通）

「信州ふるさとの道ふれあい事業 (アダプトシステム)」 基本協定調印式

10月28日(金)に長野県庁の第3応接室で、里親となる佐久市立浅間中学校生徒会の会長小林理人君、事業主体である長野県阿部守一知事、佐久市柳田清二市長の3者において、「信州ふるさとの道ふれあい事業 (アダプトシステム)」の基本協定の締結が執り行われました。



浅間中学校生徒会の皆さんは、県道下仁田浅科線と浅間中学校の間にある法面（道路敷き）の場所に、花を植えるなど、道路の美化、維持管理活動のアダプトシステムの取り組みが行っています。

今回の基本協定の締結にあたり阿部知事より、「里親と共創・協働により道路環境の向上に努めていくことが大事である。」とのお話があり、柳田市長からは、「昨年、浅間中学校創立50周年を迎えたことから、生徒会の皆さんの大きな頑張りにより、アダプトシステムを中学校から地域住民にも広げてもらいたい。」と強い思いが、語られました。

また、小林生徒会長からは、「昨年、創立50周年を迎え、永遠（とわ）レッツクリエイト・アナザー・トラデションをスローガンに先輩方の築き上げてきた伝統をこれからも引き継いでいき、また私たちの代でアダプトシステムを通じ一つの伝統を築き上げて行こうという気持ちでアダプトシステムを続けていきたい。」との意思表示がありました。

※Let's create another tradition

（意味：新たな伝統を築いて行きましょう）



市と区長会が 佐久建設事務所へ要望

国道141号『浅蓼大橋』の4車線化や地区・区要望を建設事務所へ要望しました。

柳田佐久市長と吉澤佐久市区長会長および副会長（7地区区長会長）8名で、佐久建設事務所へ、県事業に対する要望を行いました。

市関係では、国道141号「浅蓼大橋」の4車線化をはじめ、国道・県道関係が7項目、河川関係は千曲川をはじめ、市内の主な一級河川の改修・維持管理をまとめた3項目を要望しました。

また、区長会関係では、今年度の市区長総会・地区市政懇談会で提出された国道・県道や一級河川に関係する15項目（去年の3倍）のほか、各地区や区から寄せられた167箇所を要望しました。この要望に対して木賀田佐久建設事務所長は、「生活に密着した要望も多く、出来ることは迅速に対応したい」また「出来るだけ地域発展のために協力していきたい」と応え、項目ごとに、それぞれの現状と対応方針が説明されました。この要望活動は今年で2年目となります。



■お問い合わせ 土木課 庶務係 ☎62-3298（直通）

ノロウイルス食中毒に注意しましょう！

例年、ノロウイルス食中毒は冬に多く発生しています。この食中毒は、ノロウイルスが原因の一つである「感染性胃腸炎」の患者が急増すると、その1～2週間後に多発する傾向があります。

人の手を介して食品を汚染し発生することが多いので、次のポイントに注意してください。

予防のポイント

せっけんで手をよく洗いましょう！

外出先から帰ったあと

トイレのあと

調理の前

食事の前

ウイルスは石けんによる手洗いで落とせます。

加熱調理する料理は、十分に火を通しましょう！

ノロウイルスは、85℃以上で1分以上加熱することで感染力を失います。

感染したヒトの嘔吐物や排泄物には、直接触れないようにしましょう。

嘔吐物などを処理するときは、使い捨ての手袋・マスクを使うなどを着用しましょう。

消毒には、塩素系漂白剤を薄めて使用しましょう。

※詳しい消毒方法等は、長野県ホームページ「ノロウイルス感染症・食中毒にご注意!」を検索しご覧ください。

■お問い合わせ 健康づくり推進課 保健予防係 ☎62-3527（直通）

エイズに関する 相談や 検査について

12月1日は「世界エイズデー」です。
このエイズデーにあわせて、12月3日（土）エイズイベント佐久2011年を開催し、下記の日程で、H I V迅速検査を実施します。

日 時 12月3日（土） 午後1時～3時30分

場 所 佐久保健福祉事務所

- ・電話にて予約必要
- ・検査結果は、およそ1時間後に来所していただきお伝えします。（確認検査が必要な場合は、1週間後以降にお伝えします。）

エイズはH I Vというウイルスに感染することで起こる病気です。

長野県は全国的にみてもH I V感染者・エイズ患者が多く報告されています。

特に日本人男性が多く、エイズを発症してから報告されることが多いです。

保健福祉事務所では、エイズに関する相談やH I V検査を無料で行っております。

その日のうちに結果をお伝えできるH I V迅速検査も受けられますので、お気軽にお問い合わせください。

H I V検査の実施日時等

H I V検査は、いつでも検査が受けられる「通常検査」と、その日に結果がわかる「迅速検査」があります。

通常検査
H I V

- ・平日 8時30分～17時00分
随時受付
- ・検査結果は、1週間後以降に来所していただきお伝えします。

迅速検査
H I V

- ・毎週木曜日 午前9時～11時00分、
毎月第1火曜日 午後5時～6時
- ・電話にて予約必要
- ・検査結果は、およそ1時間後に来所していただきお伝えします。（確認検査が必要な場合は、1週間後以降にお伝えします。）

■検査の予約・お問い合わせ 佐久保健福祉事務所 ☎63-3164

参加費無料

ピン・ピン講座を開催します

生活習慣病の予防啓発など、市民の皆さんの健康づくりを推進する「びんころ運動推進事業」の一環として、ピン・ピン講座を開催します。大勢の皆さんのご参加をお待ちしております。事前のお申し込みは不要です。

日時 12月11日（日）午後1時～3時30分

会場 あいとぴあ臼田（臼田中学校前）ホール

内容 ●講演 演題 「燃やせ脂肪！らくらく健康運動術」
講師 ブルーマリンスポーツクラブ 主任コーチ
健康運動指導士 岩下一宏 先生

●血圧測定・体脂肪測定、栄養相談・健康相談

●びんころ御膳のメニューの一部を試食

運動の必要性はわかっているけど、機会がない、なかなか出来ない、続かないといった方にオススメな運動を紹介します。運動不足になりがちな冬場にむけ、脂肪燃焼に効果抜群の運動を、音楽に合わせ楽しく行いましょう。

動きやすい服装でお出かけください。



日程 ●午後1時～1時30分 血圧・体脂肪測定、栄養・健康相談

●午後1時30分～3時 講演

●午後3時～3時30分 血圧・体脂肪測定、栄養・健康相談

びんころ御膳のメニューの一部を試食

持ち物 上履き用の運動靴、水・お茶等の飲み物、汗拭きタオル

■お問い合わせ 臼田支所・市民福祉課 健康づくり推進係 ☎82-3115（直通）

うすだスタードームへ行こう!!

12月のイベント

皆既月食観望会

12月10日の夜、日本全国で月が地球の影に隠される「皆既月食」が見られます。うすだスタードームではこの日、皆既月食観望会を開催します。月食を双眼鏡や望遠鏡で観望するほか、月食のしくみや見どころについての詳しいお話もいたします。多数の参加をお待ちしています。



日時 12月10日（土）

午後9時～翌午前0時（自由解散）

会場 うすだスタードーム

内容 皆既月食観望・月食のお話

※雨天中止

ふたご座流星群観望会

夏のペルセウス座流星群と並び、毎年多くの流星が流れることで有名な「ふたご座流星群」。今年は12月14日が出現のピークです。うすだスタードームではこの日、「ふたご座流星群観望会」を開催して、流星のほか、望遠鏡による月面や冬の星空観望を行います。予約は不要です。



日時 12月14日（水）

午後9時～翌午前0時（自由解散）

会場 うすだスタードーム

内容 ふたご座流星群観望、冬の天体観望

※雨天中止

クリスマス観望会

クリスマスイブの星空を楽しむ観望会です。すばるやオリオン座など、冬の星空の名所を、望遠鏡や双眼鏡でご案内します。予約は不要です。多数の参加をお待ちしています。



日時 12月24日（土）午後7時30分～9時

会場 うすだスタードーム

内容 大型望遠鏡による冬の星空観望・冬の星のお話

※参加料はいずれも無料ですが、入館料（大人500円/小中学生250円）は必要です。

■お問い合わせ 佐久市天体観測施設「うすだスタードーム」 ☎82-0200

シリーズ 公園紹介

「下の宮公園」

下の宮公園は、臼田の諏訪公会場に隣接し設けられており、面積1,400㎡の静かな雰囲気に包まれた公園です。

大変貫禄のあるケヤキの大樹をはじめ、コブシ・イチョウ・サクラなどが生い茂り、春にはサクラやコブシの花が咲き、夏の新緑、秋の紅葉と、四季折々に変化する公園の様子を楽しむことができます。

平成21年度には、改築によりトイレが新しくなりました。

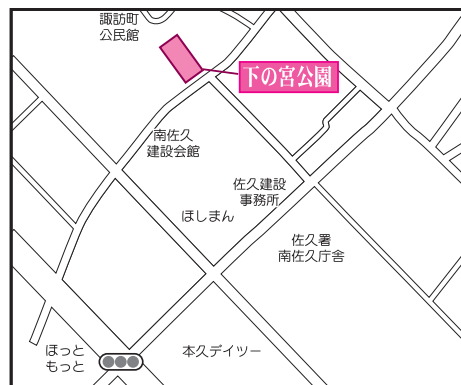
小さいながらも自然をたっぷり取り込んだ下の宮公園にぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

現在、老朽化したコンクリート製の築山を撤去し、多様な遊びが可能な複合型遊具を設置する工事を平成24年1月19日まで実施しています。工事期間中はご迷惑をおかけしますが、整備後は楽しく遊べる公園となりますので、ご協力をお願いします。

また、公園の花壇の植栽は、ボランティアにより、諏訪区の皆さんの手で行われています。



地元の皆さんの手で植栽が行われている花壇



所在地：佐久市臼田字下の宮2073-4

駐車場：なし

主な施設：トイレ、4連ブランコ、滑り台、ベンチ、水飲み

公園の紹介は、佐久市ホームページからもご覧になれます。

URL：<http://www.city.saku.nagano.jp/cms/html/entry/3337/30.html>

■お問い合わせ 公園緑地課 公園管理係 ☎62-3424（直通）

平成23年度 人権啓発標語優秀作品が決まりました

佐久市企業人権同和教育推進連絡協議会と教育委員会では、市内小学校5年生から人権啓発標語を募集しました。

16校から175点の作品が寄せられ、次の3点が優秀作品に選ばれました。

作品は、短冊型ポスターに印刷し、市内小・中学校と協議会加入企業に配布します。

つなげよう 人の優しさ 無限大
手をつなぎ 心もつなぎ 助け合い
つなげよう やさしいきもちの ころのわ

神崎 隼人さん（切原小学校）
神部 英孝さん（泉小学校）
青木 恵さん（岩村田小学校）

あなたを 必要としている 子どもがいます ～里親募集～

いろいろな事情により家庭で暮らせない子どもがいます。

児童福祉法に基づき、こうした子どもたちを自分の家庭に迎え入れ養育する方を里親といいます。

里親は、主に養子縁組を前提に養育する里親と、養子縁組にはこだわらず養育する里親があります。

里親になるのに特別な資格はいりません。子どもの養育には公費が支給されます。

より多くの子どもがぬくもりのある家庭生活を送るために、あなたの力を役立ててみませんか。

■お問い合わせ 佐久児童相談所 ☎67-3437
子育て支援課 ☎62-3149（直通）

佐久市子ども未来館

12月のイベント情報

プラネタリウム冬季番組

曜日	時間	11:30~	14:00~	15:30~
平日		(団体予約がない場合のみ) 星うさぎと月のふね	団体予約	バース・ストーリーズ
土・日・祝		星うさぎと月のふね	星うさぎと月のふね	バース・ストーリーズ

☆星うさぎと月のふね

幻想的な絵本の世界をプラネタリウムでお楽しみください。(冬の星座紹介とあわせて、約45分間)

☆バース・ストーリーズ BIRTH STORIES

ビッグバンから始まり、わたしたちが生きる現代までの進化を美しい映像でたどります。海外で数々の賞を受賞した美しいCG映像、洗練された音楽、詩的なナレーションが一体化した本格映像作品です。

(冬の星座紹介とあわせて、約45分間)

期 間：12月10日(土)から

料 金：観覧券または入館観覧セット券で観覧できます。

プラネタリウム秋季番組

曜日	時間	11:30~	14:00~	15:30~
平日		(団体予約がない場合のみ) 星うさぎと月のふね	団体予約	スターリーテイルズ
土・日・祝		星うさぎと月のふね	星うさぎと月のふね	スターリーテイルズ

☆星うさぎと月のふね

「調べよう！惑星ランキング」とあわせて、約45分間

☆スターリーテイルズ -星座は時をこえて-

ギリシア神話の世界と数千年にわたる星空の旅を迫力のある映像で紹介します。

(秋の星座解説とあわせて、約45分間)

期 間：12月4日(日)まで

※12月5日から9日までは番組入れ替えのため
放映休止します。

プラネタリウム特別投映番組

『クリスマスライブコンサート』

ハープ、ピアノ、フルート、ソプラノ歌手によるクリスマスソングを満天の星空とともにお楽しみください。また、グランドハープに触れるワークショップを開催します。(15~20分)

主な曲目：アヴェ・マリア、星に願いを、ジュピターなど

日 時：12月23日(金・祝)

午後6時30~7時30分まで

(受付は、午後6時から6時20分まで)

料 金：大人 560円

子ども 280円(3歳以下は無料)

託 児：無料 ※事前にお申し込みください。

定 員：100名

申 込：事前申込制です。子ども未来館まで電話
でお申込ください。

シリーズ企画展

「長野県内の研究所」⑦



信州大学山岳科学総合研究所をパネルで紹介します。

期 間：1月9日(月)まで

12月の実験教室

毎週土曜・日曜・祝日に実験教室を開催しています。

開催時間：①10時50分~ ②1時20分~

③2時50分~ (約30分間)

12月3日(土)・4日(日)	振動するおもちゃをつくろう
12月10日(土)・11日(日)	まつぼっくりのX'masツリー
12月17日(土)・18日(日)	てづくりろうそくをつくろう
12月23日(金)~25日(日)	プラバンでアクセサリをつくろう

料 金：入館料のみで参加できます。

※小学校低学年以下の方は保護者と一緒に参加してください。

※サイエンスショーは申込不要です。

◆利用案内◆

開館時間：午前9時30分から午後5時まで

休 館 日：毎週木曜日

年末年始休業：12月29日(木)~1月1日(日)

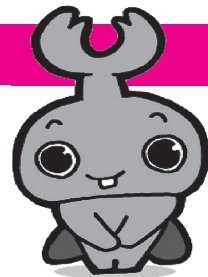
■お問い合わせ 子ども未来館 ☎67-2001

URL <http://kodomomiraikan.jp>

ながの子育て家庭優待パスポート 優待施設

		個人	
入館券	科学展示室、科学体験工房等に入館する場合	大人	500円
		子ども	250円
観覧券 (1回分)	プラネタリウム投映番組を観覧する場合	大人	700円
		子ども	350円
入館観覧セット券 (1回分)		大人	1,000円
		子ども	500円

昆虫体験学習館 冬の休館日



昆虫体験学習館につきましては、春から秋まで無休で開館してまいりましたが、グリーンシーズンとスキーシーズンの切替えに併せ、昆虫標本や設備等のメンテナンスを実施させていただくため、お休みとさせていただきます。

休館期間中は皆さんにご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

■休館日：12月1日（木）～22日（木）

なお、12月23日（金：天皇誕生日）からは冬の特別企画展、「カメムシ展」が始まります。セミやアメンボも、実はカメムシの仲間だって知っていますか？意外と知られていないカメムシたちについて紹介します。（詳しくは次号の広報佐久でお知らせします）

■営業時間：10：00～16：00

■料金（入館料）：大人200円、子供100円 ※子供は4歳以上15歳未満。4歳未満は無料。

■お問い合わせ ◇佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」内 昆虫体験学習館
〒385-0003 佐久市平尾山2681

☎68-1111/FAX68-1555 URL <http://www.saku-parada.jp>

佐久スキーガーデン「パラダ」からのお知らせ

佐久スキーガーデン「パラダ」は、12月23日（金）にオープン予定です。今シーズンも佐久市民ご優待カードを下記のとおり販売致しますので、皆様ぜひご利用ください。

「佐久市民ご優待カード」の販売

■販売価格：3,000円

■有効期間：2011～2012ウインターシーズン中

■購入条件：佐久市民および佐久市にお勤めの方
（ご住所、身分の証明ができる物、保険証等をお持ち下さい）

■販売期間：平成23年12月23日～平成24年1月31日まで

■申込方法：パラダ販売窓口で申込用紙を受け取り、必要事項をご記入のうえ同窓口へお申し込みください。
南パラダ：センターハウス管理事務所、北パラダ：チケット売場（オープン前は南パラダで受付）

★スキー場営業期間★

12/23～3/25

営業時間8：30～16：30

*営業期間、時間等はグレンデ状況により変更する場合がございます。

「佐久市民ご優待カード」3大特典

その1：リフト券優待割引

券種	通常料金	カードご優待料金
1日券 大人	3,900円 [2,900円]	2,000円 [1,500円]
1日券 小学生 シニア	2,900円 [2,100円]	1,500円 [1,100円]

※優待カード1枚につき、一日1回、5名様までご利用になれます。
※12/29～1/3は土休日料金となります。
※大人は中学生以上、シニアは55歳以上が対象となります。
※チケット購入時に窓口へご提示ください。
※【 】内は平日料金。※割引料金はシーズン通しての料金です。

その2：レンタルセット1日料金が500円割引

券種	通常料金	カードご優待料金
スキー3点セット 大人	4,000円	3,500円
ボード2点セット 小人	3,000円	2,500円

※申し込み時にレンタル受付へ提示ください。
※大人＝中学生以上、小人＝小学生以下。
※優待カード1枚につき、一日1回、5名様までご利用になれます。

その3：南北パラダ内レストラン10%割引

南パラダ「ラ・ズッカ」「バースカフェ」 北パラダ「ロッシアニコ」「ヴェルデ」	ご利用総額の10%割引
---	-------------

※精算前に各レジへ提示ください。

その1、その2、その3
について他の割引との
併用はできませんので
ご了承ください。

■お申し込み・お問い合わせ先

〒385-0003 長野県佐久市下平尾2681 佐久スキーガーデン「パラダ」

☎67-8100 URL <http://www.saku-parada.jp>

広告欄

今注目! 省エネ&環境にやさしい 針葉樹燃料OK!

薪ストーブ

厳冬のカナディアンロッキーを暖めてきた確かで頑固な炎

アメリカ製 強力油圧式

薪割機

¥340,000

■SpecCo 22t ホンダ製エンジン

ブレイズキングストーブ・SpaceCo薪割機 日本総代理店 佐久市伴野1820-6

有限会社サンファイヤー TEL. 0267-64-1119 <http://www.sunfire-ltd.jp>

住宅型有料老人ホーム
「ウエルハウスのぞみサンピア」別館介護居室

12月1日完成しました

入居者募集

佐久南1Cより車で3分!

入居一時金 35万円 月額利用料 (30日の月) 138,000円

◎内訳：運営・管理費・水道光熱費・食費 ◎別途：冬期暖房費10月～3月(6,000円/1人) ※介護保険利用料別途
◎入居できる方：要支援2～要介護5の認定を受けている方

のぞみグループ ☎0267-22-9274 営業主体 (株)エスグワール

<http://www.nozomi-g.co.jp/sunpia> Twitterアカウント @nozomi_sunpia

広告欄

●第50回健康ネットワーク21講演会

がん薬物療法とは、「抗がん剤」を用いてがん細胞の増殖を抑えたり、死滅させる治療法です。「抗がん剤」には飲み薬や注射があり、がんの種類や患者さんの状態、治療方針によって、それぞれの患者さんにとって最も適したお薬が選択されます。がん薬物療法と言え、ひと昔前までは入院治療でのみ施行されていましたが、近年、新しい抗がん剤の登場や副作用をコントロールできる治療法の進歩により、患者さんが外来通院しながら治療が行えるようになってきました。そこで、少しでもこのがん薬物療法について理解を深めていただくため、医師・看護師・薬剤師より、がん薬物療法の効果、副作用、外来化学療法室についてお話いたします。

日時 12月15日(木)

午後7時～8時30分

会場 佐久勤労者福祉センター
2階 第5会議室

演題 「浅間総合病院での
がん薬物療法について」
～乳がん・大腸がんを
中心に～

講師 浅間総合病院 外科医長
杉原毅彦医師、薬剤科、
西5階病棟看護師

参加費 無料

問合せ 浅間総合病院地域医療室
健康管理科

☎67-2295・内線5150



●障害者自立生活支援センター

■音楽を楽しむセミナー

音楽に合わせて楽しく歌を歌って、心身ともにリフレッシュしませんか。お体に合わせた無理のないプログラムをご用意いたします。

対象者 障害のある方

日時 12月15日(木)

午後 1時30分～3時まで

場所 野沢会館音楽室 1号

定員 20名(先着順)

参加費 無料

■健康体操教室

ストレッチやリラクゼーション体操を楽しみませんか。お体に合わせた無理のないプログラムをご用意いたします。

対象者 障害のある方

日時 12月13日(火)

午後 1時30分～3時まで

場所 望月総合支援センター会議室

定員 20名(先着順)

参加費 無料

服装など 動きやすい服装で
申込・問合せ

障害者自立生活支援センター

☎64-0212

●選挙管理委員会からのお知らせ

政治家(候補者、候補者になろうとする者、現に公職にある者)が、選挙区内にある者に対し、年賀状や寒中見舞状などの時候のあいさつ状(電報も含む)を出すのは、「答礼のための自筆によるもの」を除き、禁止されています。また、政治家や後援団体が選挙区内にある者にあいさつする目的で、新聞・雑誌・テレビ・ラジオなどで有料広告(いわゆる名刺広告など)を出すと処罰されます。

問合せ 選挙管理委員会

☎62-3502

ご寄附ありがとうございます

【一般寄附】

市へ

▼現金2,000円

佐久の鯉太郎Z様

東保育園へ

▼きゅうり 200kg

柳沢直明様(志賀)

シルバーランドきしのへ

▼DVDプレーヤ、DVD、絵画

渡辺 登様(岩村田)

岩村田保育園へ

▼姫りんご34.5kg

井上東洋志様(岩村田)

▼さつまいも48kg あけび300個

大久保正人様(岩村田)

臼田啓明園・臼田学園へ

▼殺菌消毒剤8本、マスク(50枚入)8箱、殺菌用液体石鹼8個

長野県医薬品配置協議会様

みすず苑へ

▼タオル 100枚

木曾たつ江様(鳴瀬)

中佐都保育園へ

▼りんご(シナノピッコロ)160個

大井幸則様(根々井)

「総合保障2型」なら

月掛金

2,000

円で様々なリスクに備えられます。

1 手厚い入院保障

入院 交通事故 5,000円*

(1日当たり)

2 死亡保障も充実

入院 病 4,500円*

(1日当たり)

3 割安な掛金

死亡 交通事故 1,000万円

*入院1日目から保障の対象となります。●18歳～60歳の保障額を抜粋しています。

【ここでは共済制度の概要を記載しています。制度や保障内容等、くわしくは県民共済までお問い合わせください】

長野県民共済

共済取扱団体/長野県認可 長野県民共済生活協同組合
共済元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>

【上田】☎0268-24-3985(代)
〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902

SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済 聞いてなるほど」毎週
月曜日18:05～(約5分間)放送

口座振替取扱金融機関
八十二銀行 ゆうちょ銀行

※掛金の口座振替については左の金融機関
からいずれか一方をご指定ください。※ゆうちょ
銀行の窓口ではお申し込みにできません。

資料請求はホームページからどうぞ。

長野県民共済 検索

www.nagano-kyosai.or.jp/

携帯から▶<http://kyo-sai.jp/nagano/> 携帯サイトのページへ



●第7回市民元旦マラソン大会

日時 1月1日(日)

◆開会式午前9時

◆スタート午前9時30分

集合場所 岩村田小学校

コース 岩村田～志賀

種目

◆1.5km…小学生4・5・6年男女

◆3km…中学生・高校生・一般女子・
35歳以上男子

◆5km…中学生男子

◆10km…高校生以上男子

参加費 小中学生300円／高校生
500円／一般1,000円申込 12月16日(金)までに、参加費
を添えて、体育協会事務局
(佐久市総合体育館内)ま
たは体育課各地区体育係へ問合せ 佐久市体育協会事務局
☎62-2020

●中央隣保館 地域交流事業

■正月の生け花教室

お花を生けて、新たな年を迎え
ましょう。

日時 12月28日(水)

午後1時30分～

午後3時30分

会場 中央隣保館

講師 佐藤 澄子先生

定員 20名(先着順)

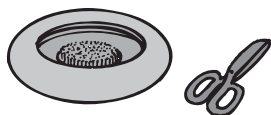
持ち物 花器 剣山 はさみ

材料費 実費(花代)

申込締切 12月16日(金)

申込・問合せ

中央隣保館☎62-0991



●佐久技術専門校4月訓練生募集

■短期課程

(平成24年4月～平成24年9月)

募集コース

①NC機械システム科

②CAD/CAMシステム科

③コンピュータシステム科

授業料等 無料(教科書代等実費)

資格 中学校卒業者、または同等
以上と認められる者

■普通課程

(平成24年4月～平成25年3月)

募集コース

④生産システム科

加工・設計コース

⑤生産システム科

設計・制御コース

⑥生産システム科

制御・加工コース

授業料等

授業料118,800円(年額)

入校料5,650円(収入証紙)

入校審査料2,200円(収入証紙)
(教科書代等実費)資格 高等学校卒業者、または同
等以上と認められる者

■共通事項

募集人員 各コース5～10名程度

募集期間 12月12日(月)～

1月5日(木)

入校選考 1月16日(月)

8時30分受付

問合せ

長野県佐久技術専門校

☎62-0549

またはハローワーク佐久

☎62-8609

●「佐久平の美術展」作品募集

地域の美術愛好家の皆さんの作
品を募集します。第26回佐久平の
美術展に作品応募を希望される方
は、募集要項をご請求ください。
入選作品は、2月11日から2月26
日まで市立近代美術館で展示いた
します。皆さんの応募をお待ちし
ています。

部門 日本画・洋画・彫刻

規格 絵画はS100号以下。額・吊
り金具を装備する。画面保
護が必要な場合はアクリル
板を使用のこと。彫刻は縦
・横・奥行いずれも2m以
下で60kg以下、自立するも
の(最小サイズほかの規定
もあります)。応募手数料 1点3,000円
(高校生1,000円)

搬入日

平成24年1月21日(水)～22日(木)
(市立近代美術館に直接搬入)

審査員

大矢紀・那須勝哉・入江観・馬
越陽子・下川昭宣(順不同・敬
称略)(審査を行い入選作品と賛助出品
による展覧会を開催します。)

問合せ・募集要項請求先

市立近代美術館☎67-1055

●司法書士無料法律相談

日時 12月22日(木)

午後1時～3時

会場 浅科支所

問合せ 長野県司法書士会

佐久支部☎66-3344

介護のことなら何でもお気軽にご相談ください。



- ・福祉用具レンタル/販売
- ・住宅改修
- ・訪問介護
- ・介護タクシー
- ・デイサービス
- ・有料老人ホーム(介護付・住宅型)
- ・ショートステイ
- ・グループホーム
- ・小規模多機能
- ・居宅介護支援
- ・介護保険外各種サービス

★ヘルパー2級講座 開催中

●エフビー居宅介護支援事業所 佐久

佐久市長土呂908-1 TEL0267-68-7733(担当/星)

●居宅介護支援事業所 愛の郷(めぐみのさと)

佐久市長土呂860-2 TEL0267-67-8870(担当/谷)

FB Kaigo Service Co.,Ltd

エフビー介護サービス株式会社

本社：佐久市長土呂862-2 TEL 0267-88-8188 <http://www.fb-kaigo.co.jp/>

募集

● 少年少女スキー教室参加者募集

対象 小学3年生～中学生
期日 1月15日(日)・22日(日)、29日(日)
時間 午前9時～11時30分
会場 佐久スキーガーデンパラダ
定員 40人
参加費 4,000円(申込時に納入してください)

申込・問合せ

体育課
 (佐久市総合体育館内 ☎62-2020)
 ※お申し込みは12/1(木)より受付
 けます。なお、電話でのお申し
 込みはできません。

● 第45回佐久市民スケート大会
兼第23回銀河連邦星の町ス
ピードスケート親善大会参加者
募集

期日 1月3日(火)
会場 松原湖高原スケートセンター
種目 ◆小学校3年～中学校
 および一般男女500m
 ◆小学校5年～中学校
 男子1,500m・
 女子1,000m
 ◆小中学校および一般男女
 2,000mリレー
 ◆園児100m
 ◆小学校1～2年生300m
参加費 一人1,000円(申込時に納
 入してください)

申込・問合せ

佐久市体育協会事務局
 (佐久市総合体育館内 ☎62-2020)

● 「佐久市生活便利帳」記載
誤りに関するお詫びと訂正
について

広報佐久8月号と一緒にご家
 庭にお配りしました「佐久市生
 活便利帳」37ページの薬剤師会
 一覧に記載されている内容に、
 誤りがございました。ご迷惑を
 おかけした関係者の皆様および
 市民の皆様にお詫び申し上げ、
 次のとおり訂正いたします。

訂正箇所：

生活便利帳の37ページ中

◆ 「中込中央薬局」様の所在地
および電話番号

【誤】 中込3465-6⇒

【正】 中込3110-15

【誤】 ☎64-5508⇒

【正】 ☎63-2752

◆ 「アイ薬局」様の電話番号

【誤】 ☎67-7300⇒

【正】 ☎64-5508

また、「アイ薬局」様の電話番
 号として記載した「67-7300」
 番は、「さくら薬局長野岩村田
 店」様の電話番号でございまし
 た。

問合せ (株)ゼンリン長野支店

☎026-263-3755

または

佐久市役所広報広聴課

☎62-3075

● 農山漁村活性化プロジェクト
支援交付金 四ヶ用水水路改修

岩村田・高瀬地区に位置する四ヶ
 用水受益(158ha)内の水路は、
 建設から30年以上経過し老朽化が
 著しく、水路接合部および破損箇
 所から漏水が多く見られ、水不足
 や排水不良をきたしています。ま
 た、維持管理に多大な労力・費用
 を費やしています。このようなこ
 とから、平成24年度から5か年の
 期間で、事業費4億円をもって、
 用排水路延長15kmの改修を計画し
 ています。今後詳細な調査を進め
 ていきます。事業の概要について
 は市のホームページに掲載して
 おりますのでご覧ください。

問合せ 耕地林務課農村整備係

☎62-3247

または佐久市土地改良区

☎62-7324

● 農山漁村活性化プロジェクト
支援交付金 山梨用水ポンプ
送水管改修

八幡地区に位置する山梨用水ポ
 ンプの送水管は、建設から30年以
 上経過し老朽化が著しく、漏水が
 多く見られ、水不足をきたしてい
 ます。また、維持管理に多大な労
 力・費用を費やしています。この
 ようなことから、平成24年度から
 2か年の期間で、事業費4千万円
 をもって、送水管延長520mの改修
 を計画しています。今後詳細な調
 査を進めていきます。事業の概要
 については市のホームページに掲
 載しておりますのでご覧ください。

問合せ 耕地林務課農村整備係

☎62-3247

広告欄

～Merry Christmas～

大切なひとに本を贈りませんか？
 ◎無料ラッピングいたします。

年賀状CD-ROM
 2012年カレンダー

ゆめ佐久カード ポイント
 本にもお付けします
 (現金の場合のみ)

今月(12月)の
 「おはなしの会」は
 ◎8日(木) 10:30～(第2木曜)
 ◎24日(土) 15:00～(第4土曜)

知的好奇心 BOOKS 大阪屋
 あさみ店
 TEL.0120-254-546 FAX.0267-66-1058
 営業時間/10:00～22:00 [年中無休]
 ●一冊からでもお取り寄せOKです。●配送サービスもごさいます。

広告欄

日本初の最終処分場地盤再生

フジ式循環システム®

株式会社 フジコーポレーション

詳しくはホームページで

お知らせ

●献血のお知らせ

輸血を必要とされている患者さんのさらなる安全のため、より多くの血液が必要とされています。大勢の皆さんのご協力をよろしくお願いします。

■イオンリテール(株)イオン佐久平店

日時 12月4日(日)
午前10時～11時30分
午後1時～4時

■社会医療法人恵仁会くろさわ病院

日時 12月9日(金)
午後1時30分～3時30分

※会場および日時については、11月現在の予定です。血液センター等の都合により時間等変更になる場合がございますので予めご了承ください。

持ち物

運転免許証等本人の確認が出来る物、献血手帳（持っている方のみ）

問合せ 健康づくり推進課
保健予防係 ☎62-3527(直通)

●近代美術館からのお知らせ

■佐久平の美術展受賞者展

一平成22年度受賞者による一
公募・佐久平の美術展受賞者の作品を展示します。平成22年度的最優秀賞、土屋あづみ(日本画)、戸塚美智子(洋画)ほかの作品を展示。観覧無料

会期 12月23日(金・祝)～
1月15日(日)

時間 午前9時30分～午後5時

場所 市立近代美術館第5展示室

■佐久市児童生徒写生大会作品展

日時 12月23日(金・祝)～
平成24年1月15日(日)

午前9時30分～午後5時

内容 平成23年度第7回佐久市児童生徒写生大会で制作された作品の展覧会

場所 市立近代美術館
第3展示室

問合せ 市立近代美術館
☎67-1055

●くらしと健康の相談会のご案内

『借金の返済に困り、生きているのに疲れてしまった・・・』

『突然、離婚の意思を告げられ、混乱している・・・』

弁護士による失業、家庭問題、多重債務等の生活相談とあわせて、保健師によるこころの健康などの健康相談をお受けします。

日時 12月2日、9日、16日
(毎週金曜日)
平成24年3月7日、14日、
21日、28日(毎週水曜日)
午前10時～正午、
午後1時30分～
午後3時30分

(1件1時間、予約制)

会場 佐久合同庁舎
(佐久市跡部65-1)

内容 弁護士による生活相談、保健師による健康相談

費用 無料

申込・問合せ

佐久保健福祉事務所
健康づくり支援課 ☎63-3164
※各相談日の2日前までにお申し込みください。

●こころの相談日 12月の予定

日時 12月6日(火)
午後1時～3時
(1日2件・予約優先)

会場 佐久市保健センター

費用 無料

対象者 「原因のはっきりしない気分の不調やからだの不調」「疲れているのに眠れない日が続く」「家族や知人から死にたいと打ち明けられた」など、“こころ”や“からだ”に関することでお悩みの佐久市民

相談対応者 保健師
精神保健福祉士

予約・問合せ

健康づくり推進課健康増進係
☎62-3189
または各支所健康づくり推進係

●佐久広域連合から火葬場高峯苑・豊里苑の年末年始のお知らせ

■火葬業務

平成24年1月1日(日)・2日(月)の2日間休業となります。

なお、12月31日(木)は午後1時までの火葬業務とさせていただきます。

■火葬受付

火葬場休業中(平成24年1月1日(日)・2日(月))受付は次のとおりです。

受付場所

佐久広域連合火葬場高峯苑
(小諸市己字高峯2番地2)

受付時間

午前8時30分～午後5時15分
☎0267-22-1131

●もちづき人権フェスティバル

日時 12月3日(木)午前9時30分～

会場 望月人権文化センター

内容 ◆人権講演会

◆解放子ども会発表ほか

◆健康相談

◆生活・人権相談

◆わたあめ・とん汁サービスなど

参加費 無料

問合せ 望月人権文化センター
☎51-1135

●税務署からのお知らせ

～公的年金等に係る雑所得を有する方の所得税の確定申告不要制度の創設について～

平成23年分の確定申告から、公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税について確定申告書の提出は不要となりました。

詳しくは、最寄りの税務署にお問い合わせください。

問合せ 佐久税務署

☎67-3460(代表)

※上記に該当する方でも、住民税の申告は必要です。

問合せ 税務課 ☎62-3040

税金コーナー

税目 市県民税
国民健康保険税

納期限 12月28日

▶市税・保険料等の納付は安全・確実・便利な「口座振替」で!

第4期
第6期

保険料コーナー

介護保険料 第9期
後期高齢者医療保険料 第6期

納期限 12月28日

妊婦さんの歯の教室 (要予約)

対象 妊婦 (初産、経産は問いません)

内容 歯科健診・歯科医師による歯科講話・歯科医師との座談会・RDテスト (お口の中のむし歯菌のテスト)・歯の染め出し等

日時 1月19日(休)
午後1時30分～3時30分 (受付は午後1時15分～)

会場 口腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)

持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ・タオル

■予約・問合せ 健康づくり推進課 口腔歯科保健係 (サングリモ中込) ☎63-3781



12月のつどいの広場

乳幼児連れの親たちが気軽に集い、語り合い、交流ができる場です。お気軽にお出かけください。

■サングリモ中込/午前9時～午後4時

2日・3日・5日・6日・7日・9日・10日・12日・13日・14日・
16日・17日・19日・20日・21日・24日・26日・27日・28日

■あさしな保育園内/午前9時～午後2時

2日・5日・7日・9日・12日・14日・16日・19日・21日・26日・
28日

■協和保育園内/午前9時～午後3時

1日・2日・5日・6日・7日・8日・9日・12日・13日・14日・
15日・16日・19日・20日・21日・22日・26日・27日・28日

■問合せ 子育て支援課 ☎62-3149(直通)

または各支所市民福祉課

12月の子育てサロン/全会場9:30～11:30

■野沢児童館	13日(火)
■中佐都児童館	1日(木)・15日(木)
■岩村田児童館	9日(金)
■中込児童館	2日(金)・16日(金)
■東児童館	6日(火)・20日(火)
■泉児童館	7日(水)・21日(水)
■岸野児童館	5日(月)・19日(月)
■高瀬児童館	14日(水)
■佐久城山児童館	8日(木)・22日(木)
■望月児童館	6日(火)・20日(火)
■あさしな児童館	8日(木)・22日(木)
■平根児童館	12日(月)・26日(月)
■小田井児童館	19日(月)
■切原児童館	7日(水)
■臼田児童館	14日(水)
■青沼児童館	21日(水)

会場の都合で日程が変更になる場合があります。
変更日についてはホームページ等でお知らせします。

相談コーナー

●行政相談

市役所市民ホール 12月15日(休)午後1時～4時
あいとびあ白田 12月20日(休)午後1時30分～4時

■問合せ 庶務課庶務係 ☎62-3002 (直通)

●家庭児童相談

■家庭児童相談室(祝日を除く)

日時 (月)～(金) 午前9時～午後4時
相談員 子ども特別対策推進員
相談電話 ☎62-3149

■各児童館(下越児童館は除く)

日時 (月)～(金) 午後1時～4時
相談員 各児童館長

●教育相談

日時 (月)～(金) 午前8時30分～午後5時30分
相談場所 市役所7階703号室または相談者の希望場所
相談電話 ☎62-2111(内線573・369)
相談員 スクールメンタルアドバイザー・就学指導専門員

●心の相談室

日時 第1～第4水曜日 午後2時～5時(要予約)
相談場所 野沢会館チャレンジ教室相談室
予約電話 ☎62-3478
相談員 心理教育相談員

地域集団健診

●地域集団健診 (大腸がん検診無料クーポン券使用可)

1月10日(火) 浅間会館
1月15日(日) サングリモ中込
1月29日(日) 浅間会館

●乳がん集団検診 (乳がん検診無料クーポン券使用可)

1月12日(木) 野沢会館
1月13日(金) 野沢会館
1月17日(火) 浅間会館
1月18日(水) 浅間会館
1月19日(木) 浅科保健センター
1月20日(金) 浅科保健センター
1月26日(木) 佐久市保健センター
1月27日(金) 佐久市保健センター

地域集団健診会場で歯周疾患検診を実施しています。
歯周疾患検診のみの受診も可能です。
(当日申し込み可 500円)

■申込・問合せ 健康づくり推進課保健事業係
☎62-3196(直通)
または各支所健康づくり推進係

各種健(検)診事業・母子保健事業・乳幼児健診・口腔歯科保健センター事業の日程は、

『平成23年度 佐久市健康カレンダー』

または市ホームページでもご覧いただけます。

※「健康カレンダー」は、健康づくり推進課、各支所市民福祉課、すこやか相談室にございます。

暮らしと健康メモ

人
口

総 数	100,813 人	(－11人)
男	49,380 人	(－15人)
女	51,433 人	(＋4人)
世帯数	39,116 世帯	(＋13世帯)
〈11月1日現在〉		(増減は前月比)

交通事故
救急・火災件数

	10月の月間件数	平成23年1～10月の累計
人身事故	37件	370件
死 亡	0人	6人
負 傷	46人	465人
救 急	284件	3,118件
火 災	2件	75件

休日・夜間窓口

取扱サービス 戸籍・住民票・印鑑証明書の交付、市税に係る証明、市税の納税

■休日窓口(市役所本庁2階市民課窓口)

開設日 12月25日(㊄第4日曜日) 時間 午前8時30分～午後0時30分

■ 夜間窓口

開設日 市役所本庁／平日は毎日開設します

各支所／12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)

時 間 午後6時30分まで

12月の休日急病診療

	当番医	小児科急病診療	救急歯科診療
診療時間	午前9時～午後5時	午前9時～	午前9時～正午／午後1時～3時
4日(日)	角田医院分院 (岩村田3162-36) ☎68-0550 田嶋クリニック (臼田1652-1) ☎81-5151	■診療対象 小児科一次医療該当者 (風邪や腹痛など、日常的な疾病のお子さん) ■受付時間 午前8時30分～正午 ■場 所 浅間総合病院救急外来内科診察室 (浅間総合病院の診察券が使用できます) ■問合せ 浅間総合病院医事課 ☎67-2295 (内線1020)	■診療対象 救急の患者さん (歯が急に痛くなった等の急病者) ■場 所 休日救急歯科診療所 (サングリモ中込2階) ■問合せ 休日救急歯科診療所 ☎63-3783
11日(日)	荻原医院 (岩村田936) ☎67-2051 工藤医院 (中込2-12-9) ☎62-0475		
18日(日)	小林内科クリニック (佐久平駅北19-1) ☎66-0500 博愛眼科クリニック (取出127-3) ☎63-1300		
23日(金)	佐久平整形外科クリニック (岩村田1311-7) ☎66-7150 安藤クリニック (臼田1114-6) ☎82-7737		
25日(日)	佐久平透析クリニック (岩村田1350-5) ☎65-7700 たむらペインクリニック (臼田2292-1) ☎82-3981		
29日(木)			
30日(金)			
31日(土)	川西赤十字病院 (望月318) ☎53-3011	日曜日と同様に診療します	
備考	注意 都合により変更になる場合があります。受診前に電話または佐久医師会ホームページで、ご確認ください。 http://saku-ishikai.or.jp		駐車場について ●駐車は「サングリモ中込駐車場」をご利用ください。 ●料金は、4時まで無料でになります。 ●1階管理人室で無料の処理をいたしますので、駐車券をお出しください。
平日の問合せ先	健康づくり推進課保健予防係 ☎62-3527 (直通)		健康づくり推進課口腔歯科保健係 ☎63-3781 (直通)

The map illustrates the location of Sangrismo Nakaguchi (San'grimo Nakaguchi), highlighted by a pink circle and labeled with a pink callout box. The facility is situated at the intersection of San'grimo Street (サンテラス通り) and Nakaguchi Station Road (中込駅前通り). Key landmarks include Nakaguchi Station (中込駅) to the east, Sangrismo Mall (サングリモール) to the south, and various local businesses like Kasei Bank (長野銀行), Hachijuni Bank (八十二銀行), and Sakuragaoka Church (橋場公会堂). Major roads shown are Route 152 (至佐久大橋) and Route 151 (至岩村田). The JR Sagami Line (JR相模線) runs along the eastern side of the map.

不用品活用コーナー

11月7日現在

譲ります

[無料]

●組立式シングルベッド●スタッドレスタイヤ155-70R-13●ズボンプレスー●蚊帳(8畳用)●猫用ベットトイレ●ベビーバス●柔道着(ミズ)●学習机(木製)●スチール物置(2.5㎡)●幼児室内用ミニカー(パトカー型)●電気こたて(150×90)●金属タイヤチェーン(185/14用)●非金属材料タイヤチェーン(175/70/13用)●洋食皿、ナイフ、フォーク(30組位)

[価格応談]

●ヤマハクラシックギター ●水鉢 ●二人掛けソファ ●アームチェア
●チャイルドシート(アップリカ・未使用品) ●新生児用ベビードレス(白・未使用品)
●ベビー用バスチェア ●アンパンマンすくすくウォーカー ●ダンスアンパンマン ●アンパンマン補助便座 (新同) ●オイル付スタッドレスタイヤ205-65R-15 ●ストレッチマシーン ●樽(二斗、四斗各1個) ●オイル付スタッドレスタイヤ155-65R-13 ●アルミオイル付スタッドレスタイヤ175-65R-14 ●サッカーシューズ(25cm・未使用品) ●子供服(90サイズ)

譲ってください

[無料]

●パイプハウス●電気炊飯器●電気ポット●ファンヒーター×2●電気洗濯機●英語・国語・漢和辞典●軽トラック・軽自動車タイヤ(12インチ)●シルバークー●地デジ対応テレビ●唐箕(とうみ)●地デジ対応レコーダー●パワー電源/ワモリクン●防草シート●英語教科書(小・中・高何年でも)●ジュニアシート(3歳から使用可能なもの)●自転車×2(カゴ付・24~26インチ位)●給手紙に使う道具一式(筆・顔彩・パレットなど)●お給か道具一式(色鉛筆・クレヨン・カラーマジック等)●大型冷蔵庫●自転車(26~27インチ)●チャイルドシート(0歳~)●ベビー布団●B型ベビーカー●おもちゃ(3歳位まで)●古布・反物●布おむつ●電子ピアノ●薪●男児用子供服(110cm~・150cm以上)●女児用子供服(90cm以上)●ノートパソコン(ウィンドウズ故障可)●パソコン(デスクトップ、ノートどちらでも)●卓上織り機●干歯こき(足踏み脱穀機)

[価格応談]

●エンジン付き水田除草機●自走式稲ワラカッター●電子ピアノ●ワープロ
(キャノワード)●金属製ハゼ足・ハゼ棒●大釜(味噌炊用)●ハーベスター



■連絡先 生活環境課消費生活交通係 ☎62-3094（直通）＊お手元に広報が届くまでに交渉が成立した場合は、ご了承ください。

新春初笑い寄席 特別編

公演日時 1月22日(日) 午後2時 開演

会場 交流文化館浅科 (穂の香ホール)

出演

立川談麿



立川左談次



立川キウイ



特別ゲスト
Wコロシ



立川キウイ
真打ち昇進記念

入場料 2,000円 (全席自由)

チケットは下記プレイガイドでお求めください。

佐久市コスモホール／交流文化館浅科／野沢会館／佐久市役所観光課・臼田、浅科、望月各支所経済建設課
プラザ佐久／大阪屋あさま店／ヒオキ楽器佐久平店／西澤書店／㈱メディコケイジソン／スーパーえちごや

■お問い合わせ (財) 佐久市文化事業団 (佐久市コスモホール内) ☎82-3962

信州佐久太鼓・御代田龍神太鼓の共演

日時 平成24年2月5日(日) 午後2時開演 (午後1時30分開場)

会場 交流文化館浅科
(穂の香ホール)

出演 佐久鯉太鼓
信州望月太鼓
中山道宿場太鼓
臼田小満太鼓
信州御代田龍神太鼓
(特別出演)

入場料 500円
小学生以下無料(要入場整理券)
(全席自由)



チケットは下記プレイガイドでお求めください。

佐久市コスモホール／交流文化館浅科／野沢会館／佐久市役所観光課・臼田、浅科、望月各支所経済建設課／プラザ佐久／大阪屋あさま店／ヒオキ楽器佐久平店／西澤書店／㈱メディコケイジソン／スーパーえちごや

■お問い合わせ
(財) 佐久市文化事業団 (佐久市コスモホール内) ☎82-3962

佐久ケーブルテレビ

市内のニュースが毎日ご覧いただけます。

Saku City News 佐久シティニュース

月～金曜日 18:30～放送中です。

●再放送は
当日/21:00～、22:30～
翌日/6:30～、9:00～、12:30～です。

TEL 63-4500 FAX 63-4550

fmさくだいら 76.5MHz
Community FM SAKUDAIRA
FM 76.5MHz

毎日、市内の身近な情報を放送しています。

市役所の情報番組

「佐久市からのお知らせ」は

月～金曜日 8:10～8:25に放送中です。

●再放送は当日の18:10～18:25です。

TEL 65-8888 FAX 65-8880

あなたの声を
聞かせてください

市長および市政へのご意見・ご提案をお寄せください。
手紙や電話のほか、インターネットでもお受けしています。

佐久市ホームページアドレス <http://www.city.saku.nagano.jp>

インターネットメール office@city.saku.nagano.jp

お寄せいただいたご意見・ご提案は、今後の市政に役立たせていただきます。



携帯電話専用サイトURL
<http://www.city.saku.nagano.jp/mobile/>

2011 (平成23) 年12月1日発行 (毎月1日発行)

発行/佐久市 (〒385-8501 長野県佐久市中込 3056) 編集/企画部広報広聴課 (TEL0267-62-2111 FAX0267-63-1680)

佐久市公民館 (〒385-0051 長野県佐久市中込 2947) 館報編集委員会 (TEL0267-64-0551 FAX0267-64-0553)