



佐久市長 佐久市長
 株式会社 大林 小林建設工業(株)
 長野スーパ―(株) 株式会社 神津土建
 (有)高橋工業 株式会社 木下組
 大進建設(株) 株式会社 光和建設
 高重建設工業(株) 株式会社 竹花組
 田中建設(株) 桜井建設(株)
 株式会社 花里組 佐久市長
 株式会社 堀内組 池田建設(株)
 株式会社 森角建材店 (有)森田工業
 株式会社 森屋建設 株式会社 木次工務店
 株式会社 丸山工務店 木下建工(株)
 株式会社 山浦土木 株式会社 佐久総合
 (有)安原組 株式会社 零田建設工業
 ミヤモリ(株)サクスイ 株式会社 安井建設
 (株)すまい一

今月のピックアップ

- 新斎場建設に係わる覚書の締結について……………②
- 文化振興計画に対するご意見を募集します……………③
- こころの健康を守るシンポジウム……………③
- 平成23年度下半期 佐久市の財政状況……………④～⑤
- 公民館報「さくし」……………29～40

Photo アダプトシステム 調印式

6月7日、市民と行政が協働してまちづくりや環境美化に取り組むアダプトシステム事業について、道路や公園の美化活動に取り組んでいただける建設業者29社の皆様と協定を締結しました。

新斎場（火葬場）建設に向けて ～長土呂区と「斎場整備に関する覚書」を締結～



覚書の調印式の様子



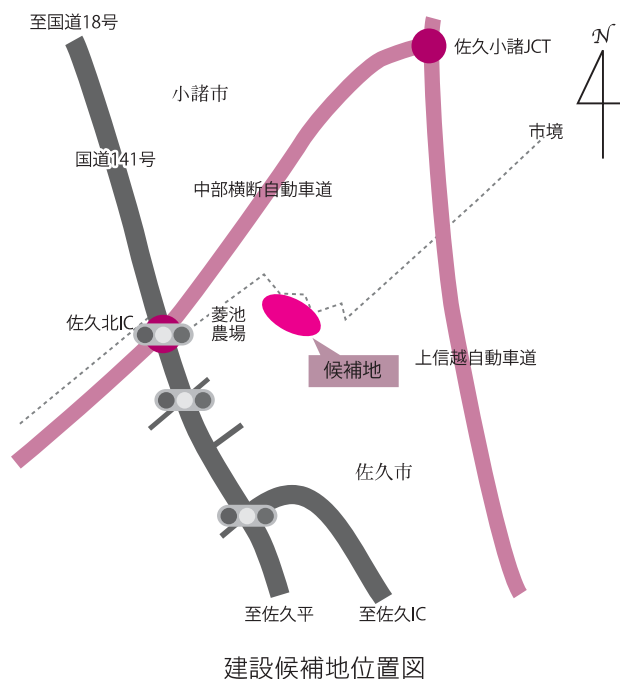
現在、佐久地域では、佐久広域連合が運営する2つの斎場（高峯苑、豊里苑）において火葬が行われていますが、両施設とも老朽化が進むとともに、交通の利便性が悪い等の状況にあることから、市では、佐久広域連合における協議経過に基づき、既存斎場の統合施設として、佐久地域全体（11市町村）の利用が可能な

新たな斎場を市内に建設する計画を進めております。

このような中、市では、佐久地域全体の交通アクセスに優れ、街中である「利便性」と、周囲を豊かな緑に囲まれ、故人を見送るのにふさわしい「静寂性」が両立した場所である「長土呂上北原地籍」の一面（位置図参照）を新たな斎場の適地とし、昨年来、地元である長土呂区をはじめ、隣接区、近隣事業所など、関係者の皆様へ説明を重ねてきました。

今年3月、地元である長土呂区において、区臨時総会により、新たな斎場の建設計画を条件付きで容認することを決定していただいたため、5月25日には、その条件である環境整備の内容や市の対応方針等について協議が整ったことを受け、市と長土呂区の間において「斎場整備に関する覚書」を締結させていただきました。

今後、市では「長土呂上北原地籍」の一面を建設候補地とし、新たな斎場を平成27年度末までに完成させることを目指し、本格的に事業に着手していきます。



建設候補地位置図

[斎場建設基本計画の概要]

- ・平成22年佐久地域火葬件数（実績）：2,372件
- ・平成51年佐久地域火葬件数（予測）：3,201件（ピーク時）
- ・建設候補地面積：約15,000㎡
- ・建物延べ床面積：約3,700㎡
- ・計画火葬炉数：8炉（火葬炉7炉、小型炉（動物炉）1炉）
- ・建築計画：火葬ブロック（炉室、告別室、拾骨室）、待合ブロック（待合ホール、待合室）、管理ブロック
- ・建設スケジュール

区 分	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
敷地測量・地質調査	→			
火葬炉選定	→			
火葬炉設計		→	→	
火葬炉工事			→	→
建物基本設計	→	→		
建物実施設計		→	→	
建物工事			→	→

■お問い合わせ 斎場整備推進室 斎場整備推進係 ☎62-3924（直通）

佐久市文化振興計画に対するご意見を募集します

- 募集期間 7月2日(月)～7月23日(月)
- 意見の募集方法 ご意見のほか、氏名、住所、電話番号をご記入の上次のいずれかの方法で提出ください。
 - ・郵送：〒385-0043 佐久市取出町183(野沢会館内) 文化振興課あて
 - ・Eメール：bunkasisetsu@city.saku.nagano.jp
 - ・ファックス：64-6132
 - ・持参：野沢会館内 文化振興課、各支所総務課※電話や口頭によりご意見をいただくことはできません。
- 計画案の閲覧 次の各所でご覧になれます。
 - ・市のホームページ (<http://www.city.saku.nagano.jp>)
 - ・市役所市民ホール 行政資料閲覧コーナー
 - ・各支所総務課

■お問い合わせ 文化振興課 文化振興係 ☎62-0664(代表)

こころの健康を守るシンポジウム つながって守ろう 大切ないのち

佐久市の40～64歳の人口は、33,299人。
(平成23年4月1日現在 住民基本台帳に外国人登録を加えた人口)
わが国における年間の自死者数は、
30,000人以上。
これが、日本における自死の実態です。

自死される方のうち、うつ病・うつ状態と推定される方の割合が多いといわれており、自死とうつ病の関連は深いと考えられています。

しかし、うつ病やうつ状態から自死に至る前には、身体上の健康問題や借金・生活苦などの経済・生活の問題、介護・子育ての悩みなどの家庭の問題等さまざまな悩みがあります。

これらの悩みが連鎖し、心理的に追い込まれる前に支援を受けられることにより、また精神疾患に対する適切な治療を受けることにより、多くの自死は防ぐことができます。

今回は、心理的に追い込まれる前に相談することや、互いに気遣いあえる地域づくりについて、市民の皆さんとともに考えるために、下記のとおりシンポジウムを企画しました。

「大切ないのち」を守るためには皆さんのお力が必要です。ふるってご参加ください。

(なお、今回のシンポジウムは、佐久地域定住自立圏形成協定に基づき実施します。)

入場
無料

日時

7月5日(木) 午後1時30分～午後4時

会場

長野県佐久勤労者福祉センター ホール
(佐久市佐久平駅南4-1 ☎67-7451)

テーマ：「つながって守ろう 大切ないのち」

内容：●ミニ講話「平成23年中における自殺の概況」
講師：佐久警察署 生活安全課職員

●シンポジウム「つながって守ろう 大切ないのち」
～困ったときに助け合える地域、知っておきたい身近な相談機関～

進行：一般社団法人 日本セーフコミュニティ推進機構 代表理事 白石陽子氏

シンポジスト：長野県精神保健福祉センター精神保健専門員、弁護士、
佐久警察署生活安全課職員、ライフサポートセンター佐久事務局長、
ライフサポート湯代表者

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3189(直通)
または各支所 市民福祉課



平成23年度 下半期 佐久市の財政状況

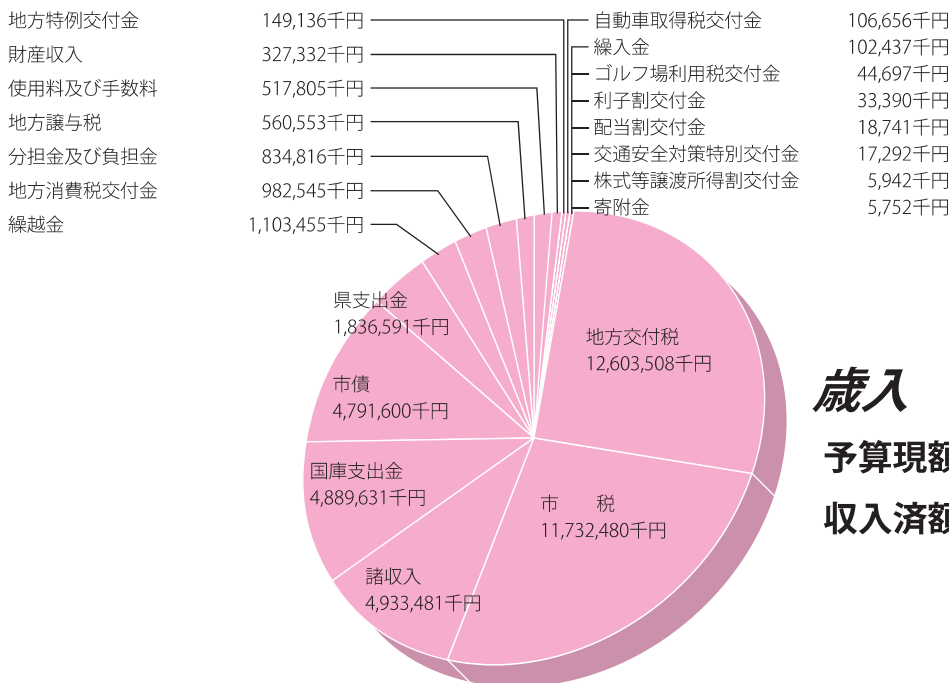
平成23年度一般会計および特別会計予算の平成23年10月1日から平成24年3月31日までの間における歳入歳出の概況ならびに市有財産、市債、一時借入金および基金の状況をお知らせします。

平成23年度一般会計の当初予算額は、425億8千万円で始まり、その後、7回の補正予算を追加して、平成24年3月31日現計予算額は455億9,784万円となり、前年度同期と比較して、額で4,243万4千円、率で0.1%の増となりました。

なお、お知らせする金額等は平成24年3月31日現在のものであり、決算額とは異なります。4、5月の2ヶ月間にわたり、前年度の未収・未払金を整理する出納整理期間後に決算となります。

平成23年度 下半期一般会計予算の状況

(単位：千円)



歳入

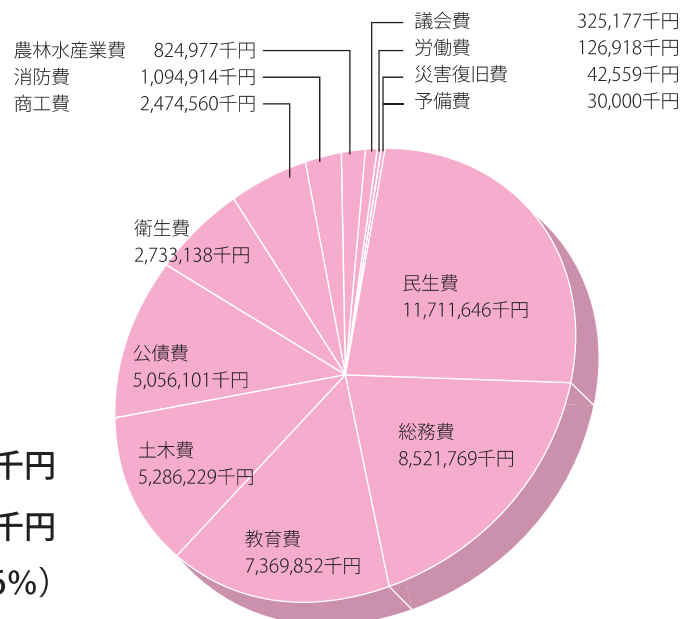
予算現額 45,597,840千円
収入済額 35,290,553千円
(予算執行率 77.4%)



「望月中学校イメージ図」

歳出

予算現額 45,597,840千円
収出済額 34,488,116千円
(予算執行率 75.6%)



市有財産の状況 (平成24年 3月31日現在)

■土 地	23,695,170.96㎡
宅 地	2,082,888.57㎡
山 林	18,376,204.71㎡
原 野	908,486.65㎡
牧 場	354,308.00㎡
その他	1,973,283.03㎡
■建 物	514,938.48㎡
■立 木	341,121.00㎡



龍岡橋

市債および一時借入金の現在高 (平成24年 3月31日現在)

■市債残高	385億2,430万円 (一般会計分)	(市民1人当たり市債残高 約383,000円)
道路整備、公園整備および小中学校建設など公共施設を整備する際、市債は重要な財源となっています。 この市債の多くは、後年度に地方交付税で財源措置される有利な起債です。		
■一時借入金	なし	

基金の状況 (平成24年 3月31日現在)

■基金残高	267億2,547万9千円 (一般会計25基金)	(市民1人当たり基金残高 約266,000円)
基金は、年度間の財源不均衡を調整し、また、市債の償還財源、学校施設の整備等の財源など、特定の目的のために積み立てる資金です。		

※平成24年3月31日現在の人口100,496人で算出しています。

平成23年度 下半期特別会計予算の状況 (平成24年 3月31日現在) (単位：千円)

特 別 会 計 名		最終予算額	歳入予算額に対する執行率(%)	歳出予算額に対する執行率(%)
国 民 健 康 保 険 会 計	事 業 勘 定	9,174,549	84.0	91.5
	へき地内山診療所勘定	885	66.1	82.6
	浅科診療所勘定	52,694	90.9	89.8
介 護 保 険 会 計		8,061,016	78.2	91.2
臼 田 啓 明 園 会 計		145,764	100.0	99.0
臼 田 学 園 会 計		84,382	99.3	99.5
特 別 養 護 老 人 ホ ー ム 会 計		1,101,485	86.6	92.9
後 期 高 齢 者 医 療 会 計		850,249	65.1	95.7
住 宅 新 築 資 金 等 貸 付 事 業 会 計		28,529	100.0	46.5
介 護 老 人 保 健 施 設 会 計		248,545	71.5	91.1
特 定 環 境 保 全 公 共 下 水 道 事 業 会 計		651,970	97.7	95.0
農 業 集 落 排 水 事 業 会 計		313,263	102.7	88.7
生 活 排 水 処 理 事 業 会 計		72,336	70.3	87.7
奨 学 資 金 会 計		14,677	99.1	90.8
飲 料 水 供 給 施 設 会 計		8,907	95.6	92.1
茂 田 井 財 産 区 会 計		1,423	38.8	88.8
国保浅間総合病院事業会計	収 益 的 収 入	6,773,212	98.8	
	収 益 的 支 出	6,751,660		97.3
	資 本 的 収 入	251,922	100.0	
	資 本 的 支 出	622,474		87.0
公 共 下 水 道 事 業 会 計	収 益 的 収 入	1,939,705	100.3	
	収 益 的 支 出	1,916,490		98.5
	資 本 的 収 入	824,129	100.9	
	資 本 的 支 出	1,461,160		98.7
合 計	歳 入	30,599,642	87.4	
	歳 出	31,562,458		93.5

※執行率は、出納整理期間中の収入・支出を含まない。

夏の節電のお願い

地球温暖化の防止や、日本全国の原子力発電所の運転停止等により、この夏は中部電力管内におきましてもあり、一層の節電が求められています。

佐久市も市全体での節電に取り組みます。家庭、職場での節電にご理解とご協力をお願いします。

★特にお願いしたいのは、夏（7～9月）の平日の9時～20時における電力消費量が高くなることから、この時間における、対2010年（平成22年）比消費電力5%の節電をお願いします。

～ご家庭で取り組める節電対策～

取り組んでいただきたい節電対策メニュー		節電効果	
		削減率	削減消費電力
エアコン	室温は28℃に設定しましょう。	▲10%	130W ※設定温度を2℃上げた場合
	無理のない範囲でエアコンを止めて、扇風機を使いましょう。	▲50%	600W
グリーンカーテン	「すだれ」や「よしず」などで、窓からの日差しを和らげましょう。アサガオやゴーヤを植えるなど、緑のカーテンを作りましょう。（エアコンの節電になります。） ※除湿運転やエアコンの頻繁なオンオフは電力の増加に繋がるので注意しましょう。	▲10%	120W
冷蔵庫	冷蔵庫の設定を「強」から「弱」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込まないようにしましょう。	▲2%	25W
テレビ	省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外は消しましょう。	▲2%	25W
待機電力	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておきましょう。	▲2%	25W

家庭には消費電力の大きい電化製品があります。

使用する時間帯が重ならないように工夫していただくなど、ご協力をお願いします。

- 例 ①アイロン ②電気ポット ③電子レンジ ④ホットプレート
⑤ドライヤー ⑥トースター ⑦食器洗い機 ⑧掃除機

節電・省エネの実施は、電気代の節約にもつながります。

例：夏の冷房時、室温28℃設定……年間約670円の節約（6畳用1台）
冷蔵庫の詰め込みすぎをやめる…年間約960円の節約（冷蔵庫1台）
テレビ画面の輝度を下げる……年間約600円の節約（32型液晶1台）
証明点灯時間を1日1時間短縮…年間約430円の節約（54W電球1灯）
※上記の数値は、いずれも年間を通じて取り組んだ場合の目安です。
※一般財団法人省エネルギーセンターの「家庭の省エネ大辞典 2012年版」を参考にしています。

過去3カ年の佐久市の夏季電力消費量

	7月～9月	対前年比
H21年度	157,665	
H22年度	172,321	9.2%
H23年度	157,810	-8.5%

※単位：MWh
(中部電力提供)

★エアコンの控え過ぎによる熱中症などに気を付けて、無理のない範囲でしましょう。

★市ホームページにおいて、この他にも節電対策メニューを紹介しています。

★節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力（14時：約1200W）に対する削減率削減消費電力の目安です。また削減率は全て小数点以下を切り捨てています。

CO2削減/ライトダウンキャンペーンにご参加ください

地球温暖化防止の一環として、環境省の提唱のもと、ライトアップ施設や家庭の電気等を消していただくよう呼び掛ける「CO2削減/ライトダウンキャンペーン」を実施しています。10周年を迎える今年は、7月7日まで「ライトダウンジャパン2012」を実施します。（実施期間6月21日～7月7日）

全国のライトアップ施設や各家庭のあかりをキャンペーン期間中、一斉に消灯していただくよう、広く呼びかけをしておりますので、是非皆さんも、家庭で職場で「ライトダウン」にご参加ください。

★7月7日（土）「セタライトダウン」（午後8時～10時）

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

介護保険料 普通徴収対象者 の皆さんへ

市民税確定により平成24年度分の介護保険料（年額）が確定しましたので、「納入通知書（本算定）」を7月中旬にお送りします。

納期限までに最寄りの金融機関等で納付をお願いします。

なお、口座振替の方（納入通知書に口座振替と印字してあります）は、納期限前日まで申し込み口座の残高のご確認をお願いします。

○今回お送りします納入通知書は、7月以降の納付額です。年間保険料から1期（4月）～3期（6月）の介護保険料額を差し引いた額を4期（7月）～12期（翌年3月）の9回に分けて徴収させていただきます。

○今年4月～6月の間に佐久市に転入された方および65歳になられた方は、転入月や誕生月にさかのぼって保険料を算定し、4期（7月）～12期（翌年3月）の9回に分け納入通知書をお送りします。

○納付方法が年金からの徴収（特別徴収）となる方には、特別徴収開始通知書を送付します。通知のない方は、引き続き普通徴収です。

※保険料額、納付方法に変更があった場合は、別途通知をお送りします。

保険料の算定方法

介護保険料は、その年度の本人および家族（世帯員）の市民税の課税状況などにより算定します。介護保険料の所得段階および年額は次の表のとおりです。

平成24年度の介護保険料（65歳以上）

所得段階	対 象 者	介護保険料(年額)
第1段階	生活保護の受給者、老齢福祉年金の受給者で本人および世帯全員が市民税非課税	29,900円
第2段階	本人および世帯全員が市民税非課税で本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下	29,900円
第3段階	本人および世帯全員が市民税非課税で本人が第2段階以外	44,800円
第4段階①	本人が市民税非課税（世帯内に課税者がいる）で本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下	52,600円
第4段階②	本人が市民税非課税（世帯内に課税者がいる）で本人が第4段階①以外	59,800円
第5段階	本人が市民税課税で合計所得金額が125万円未満	74,700円
第6段階	本人が市民税課税で合計所得金額が125万円以上200万円未満	80,700円
第7段階	本人が市民税課税で合計所得金額が200万円以上400万円未満	89,700円
第8段階	本人が市民税課税で合計所得金額が400万円以上	104,600円

※保険料の見直しにより、平成24年度から所得段階の基準や介護保険料が変わりました。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

介護保険料の滞納・納め忘れにご注意ください

介護保険は介護サービス利用時に自己負担として費用の1割がかかりますが、介護保険料を滞納されている場合には自己負担が費用の3割に引き上げられる場合があります。

現在介護サービスを利用していない場合でも、将来介護サービスを利用する時に引き上げの対象となりますので、介護保険料の滞納・納め忘れにご注意ください。

■お問い合わせ 高齢者福祉課 介護保険資格係 ☎62-3154（直通）
または各支所 市民福祉課

国民健康保険加入の皆さんへ

国民健康保険税の納付をお願いします

平成24年度国民健康保険税の納税通知書を7月中旬に郵送いたします。

通知書に記載されている金融機関またはコンビニエンスストアで、納期限までに納めていただきますようお願いいたします。また、口座振替の方は預金残高の確認をお願いいたします。

1. 国民健康保険税（国保税）とは

国保税は、国民健康保険（国保）に要する費用（病気やケガ等の医療費）に充てるための目的税であり、加入者（被保険者）の前年所得（平成23年1月～12月）、および平成24年度の固定資産税額等に応じて算出されます。

2. 国保税の納税義務者は世帯主です

国保税は、世帯単位で課税されますので、世帯主が国保以外の健康保険に加入している場合でも納税義務者は世帯主となります。納税通知書も世帯主宛に送付いたしますのでご了承ください。（ただし、税額は国保に加入している方だけの所得等を基に計算されます。）

3. 国保税の算出方法

皆さんに納めていただく国保税は、①～④の合計額です。

項 目	医療給付分	介護納付分 (40～64歳の人)	後期高齢者 支援金分
①所得割 (H23年分の所得額－基礎控除33万円)	4. 9 %	1. 3 %	4. 0 %
②資産割 (H24年度の固定資産税税額に対して)	1 6. 0 %	3. 0 %	2. 5 %
③均等割額 (国保加入者 一人あたり)	1 6, 0 0 0 円	5, 4 0 0 円	3, 5 0 0 円
④平等割額 (国保加入世帯 一世帯あたり)	1 8, 0 0 0 円	5, 0 0 0 円	3, 4 0 0 円
賦 課 限 度 額	5 1 万円	1 2 万円	1 4 万円

4. 国保税の軽減

平成23年分の総所得金額が一定額以下の世帯については、均等割・平等割が軽減されます。

※ただし、所得の未申告者がいる場合、軽減の対象になりませんので必ず申告をしてください。

軽減割合	世帯主とその世帯に属する被保険者の総所得金額の合算額
7 割	33万円以下の世帯
5 割	{33万円+ (24万5千円×世帯主を除く被保険者数)} 以下の世帯
2 割	{33万円+ (35万円×被保険者数)} 以下の世帯

5. 年金からの徴収について

世帯の国保加入者全員の年齢が65歳以上74歳以下である等、一定の要件に該当される方の国保税については、年金からの徴収（特別徴収）として納めていただきます。

平成24年4月支払の年金から徴収させていただいている方については、8月分までの徴収についてのお知らせをお送りしてありますが、10月分以降の徴収についてのお知らせは、後日送付いたします。

平成24年10月から新たに徴収させていただく方については、7月から9月までは、今月お送りする納税通知書で納めていただき、10月以降の年金からの徴収についてのお知らせは後日お送りします。

※年金からの徴収ではなく、口座振替による納付をご希望される場合は、国保係までお申し出ください。
なお、口座振替への変更手続きには、2～3ヵ月かかりますのでご承知願います。

◎失業等による国保税の軽減措置について

倒産や解雇など事業主の都合（リストラ）で離職した場合などには、国保税の軽減措置が適用となることがあります。軽減の内容や申請等につきましては、下記までお問合せをお願いいたします。

■お問い合わせ 国保医療課 ☎62-3164（直通）
または各支所 市民福祉課

国民健康保険に加入されている皆さん!! 特定健康診査に 行きましょう!

■お問い合わせ
国保医療課 ☎62-3164 (直通)
健康づくり推進課
または各支所 市民福祉課まで

特定健康診査の目的は、生活習慣病の前兆であるメタボリックシンドロームを早期に発見して、生活習慣病を未然に防ぐことにあります。

特定健診はお手元に届いている健診受診券により受けられます。地域集団健診は健康づくり推進課へ、誕生月健診は指定の医療機関（健康カレンダーに掲載）へお申し込みしてください。

特定健診は皆さんの健康を見守る大切な健診です。毎年受診して、自分自身の健康管理を始めましょう。



特定健診はこんな検査をします

腹囲測定

腹囲（おへそ周り）を測定し、内臓脂肪の蓄積を確認します。



身体測定

身長・体重から肥満度を確認します。



検尿

尿糖・尿たんぱく等

尿の成分を調べます。尿糖では糖尿病のリスクを、尿たんぱくは腎臓の状態などを確認します。

採血

高血糖や脂質異常のほか、動脈硬化のリスクや肝臓機能を調べます。



血圧測定

血管にかかる圧力を調べます。数値が高いと動脈硬化を引き起こしやすくなります。



診察・問診

現在の健康状態や服薬、既往症などについて確認します。



心電図

（佐久市独自の追加項目です） 心臓の働きを確認します。

国民健康保険高齢受給者証が更新になります

国民健康保険（国保）加入者で**70歳～74歳**の方に現在交付されている「国民健康保険高齢受給者証」は、有効期限が平成**24年7月31日**までとなっていますので次のとおり更新します。

■更新の対象者

佐久市国保に加入している
70歳～74歳の方

■更新時期と方法

7月31日までに新しい受給者証を郵送します。（手続きは不要です。）

■お願い

- 受給者証がお手元に届きましたら、記載内容を確認してください。
（医療費自己負担金の割合は、前年【平成23年中】の所得の状況によります。）
- 8月1日以降、病院・診療所等で診療を受ける際には、**必ず今回郵送しました高齢受給者証を保険証と一緒に窓口で提示してください。**
- 他の健康保険に加入したときは届出が必要です。
（加入先の保険証・印鑑・国保の保険証・受給者証を必ずご持参ください。）
- 医療機関等の領収書は、高額療養費等の申請で必要になりますので大切に保管してください。

■お問い合わせ 国保医療課 ☎62-3164 (直通) または各支所 市民福祉課

後期高齢者医療保険料の納付について

市民税確定により、平成24年度分の後期高齢者医療保険料（年額）が確定しました。

*納付書（口座振替）払い（普通徴収）対象者の皆さんへ

「納入通知書(本算定)」を7月中旬に送付します。納期までに最寄りの金融機関等で納付をお願いします。
なお、口座振替の方（納入通知書に口座振替と印字してあります）は、納期限前日までに残高を確認してください。

今年の4月から6月に75歳になられた方や佐久市に転入された方は、誕生月や転入月にさかのぼって保険料を算定します。

*年金から天引き（特別徴収）対象者の皆さんへ

年金から天引きされている方および8月の年金から天引き開始予定の方には、8月分までの天引き額について、すでに特別徴収（仮徴収額）開始通知書を送付してありますが、10月以降の天引きのお知らせは、後日送付します。

●保険料の算定方法●

- 後期高齢者医療保険料は、被保険者一人ひとりに納めていただきます。

保険料率は制度を運営している長野県後期高齢者医療広域連合が2年ごとに決定します。

被保険者全員が均等に負担する「均等割額」（平成24・25年度は、被保険者均等割額 38,239円）と、被保険者の所得に応じて負担する「所得割額」（平成24・25年度は、所得割率：7.29%）の合計額になります。（100円未満の端数は切捨て）

$$\text{一人当たりの保険料} = \text{均等割額 38,239円} + \text{所得割額 (前年中の総所得金額 - 基礎控除33万円) \times 7.29\%}$$

- 1人当たりの保険料限度額は55万円です。

*保険料の軽減

平成23年分の総所得金額が一定額以下の世帯については、均等割額・所得割額が軽減されます。

*ただし、所得の未申告者がいる場合、軽減の対象になりませんので必ず申告をしてください。

【均等割額の軽減】

軽減割合	世帯の総所得金額等（世帯主と被保険者により判定）
9割軽減	33万円以下で被保険者全員が年金収入80万円以下の世帯（その他各種所得がない場合）
8.5割軽減	33万円以下の世帯
5割軽減	{33万円 + (24.5万円 × 被保険者である世帯主を除く世帯の被保険者数)}以下の世帯
2割軽減	{33万円 + (35万円 × 世帯被保険者数)}以下の世帯

【所得割額の軽減】

所得割額を負担する方のうち、基礎控除後の総所得金額等が58万円以下の方は、所得割額が5割軽減されます。

*制度加入前日まで職場の健康保険（市町村国保・国保組合を除く）などの被扶養者であった方

平成23年度の軽減措置のまま、所得割額の負担はなく、均等割額は9割軽減です。

*保険料の支払方法を「口座振替」に変更できます

年金天引き（特別徴収）でなく、口座振替（普通徴収）による納付を希望される場合は、手続きが必要となりますので下記へお問い合わせください。

■お問い合わせ 国保医療課 ☎62-3164（直通）
または各支所 市民福祉課

■保険料および医療費の支給等のお問い合わせ
長野県後期高齢者医療広域連合 ☎026-229-5320（代）

後期高齢者医療の保険証を8月1日一斉更新します

8月1日、医療機関等にかかるときは、窓口で必ず、今回送付される新しい保険証を提示してください。

・更新の対象者

75歳以上の方および一定程度の障害の状態にある65歳以上75歳未満の方で、広域連合の認定を受けた方

・更新の時期と方法

7月31日までに、郵送により新しい保険証を送付します。

・保険証の色

新しい保険証は、橙色から「黄色」に変わります。

・有効期間

平成24年8月1日～平成25年7月31日

・注意事項

新しい保険証がお手元に届きましたら、住所・氏名・自己負担割合などの記載内容を確認してください。

住民票に記載された住所、または長野県後期高齢者医療広域連合にあらかじめお届けいただいた送付先に「転送不要」扱いで郵送します。

「転送不要」とする理由は、最近、郵便局に虚偽の転居届を出して、郵便物をだまし取るなどの犯罪が発生しているためです。このため、受取人が郵便局に転居届を出されていても郵便物は転送されませんので、住民票に記載された住所以外への送付を希望される方は、国保医療課医療給付係または各支所市民福祉課にご相談ください。

なお、古い保険証は、8月1日以降に郵送等で返還していただくか、ご自身で裁断するなどして破棄してください。



8月1日からの新しい保険証（黄色）

■お問い合わせ 国保医療課 医療給付係 ☎62-3164（直通）

後期高齢者医療の限度額適用・標準負担額減額認定証を更新します

保険証と併せて、「限度額適用・標準負担額減額認定証」も更新します。

市民税非課税世帯の方は、窓口で限度額適用・標準負担額減額認定証を提示することにより、支払いが減額されるなどの措置が受けられます。

・更新の対象者

すでに有効期限が平成24年7月31日までの減額認定証をお持ちの方で、市民税非課税世帯の被保険者で引き続き減額認定証の交付対象となる方

・更新の時期と方法

7月31日までに、郵送により新しい減額認定証を送付します。

・減額認定証の色

新しい減額認定証の色は、更新前と同じ「水色」です。

・有効期間

平成24年8月1日～平成25年7月31日

・注意事項

送付方法は、保険証と同様に「転送不要」とさせていただきます。

新しい減額認定証がお手元に届きましたら、住所や氏名などの内容を確認してください。古い減額認定証は、8月1日以降に郵送等で返還していただくか、ご自身で裁断するなどして破棄してください。

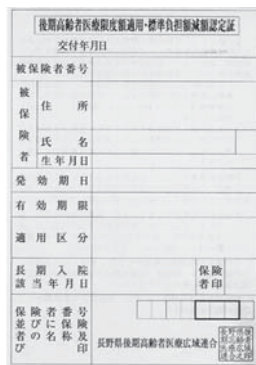
なお、減額認定証の交付に当たりましては、該当する被保険者の方々の負担軽減のため、再度減額認定申請書を提出していただく必要はありませんが、次の場合の方は減額認定申請書を提出してください。

①「適用区分Ⅱ」（同一世帯の全員が市民税非課税の方）に該当する方のうち、平成24年8月以降の申請月以前12月以内の入院日数が91日以上となる方で、長期入院該当認定を受けようとする方

②今までに減額認定証の交付を受けたことがない方で、はじめて減額認定証の交付を受けようとする方

※1 申請は、国保医療課医療給付係または各支所市民福祉課で受け付けています。

※2 申請に必要なものは、保険証および印鑑です。



■お問い合わせ 国保医療課 医療給付係 ☎62-3164（直通）

福祉医療費受給者証を一斉更新します

8月1日から、新しい受給者証を病院・薬局の窓口で見せて支払いをしてください。

前年の所得等で受給資格を審査し、今年度（平成24年8月1日～平成25年7月31日まで）の認定を行います。

更新の対象者 福祉医療費受給者証をお持ちの方（乳幼児等の受給者証の方は除く）

更新の時期と方法 7月31日までに、郵送により新しい受給者証をお送りします。

個別に更新手続きをしていただく必要はありません。

注 意 事 項

- 長野県内で受診した時に受給者証を見せ忘れますと、福祉医療費の給付がされないことがあります。（県外での受診や、県内での受診で受給者証を見せ忘れた場合は、領収書を持参して申請してください）
- 古い受給者証は、8月1日以降にご自身で裁断するなどして破棄してください。

ご存知ですか？福祉医療制度

市では、要件を満たしている方に、医療費の自己負担分の一部について助成を行っています。

次の対象者で、**まだ福祉医療費受給者証の交付を受けていない方は**、申請をしてください。資格要件を満たした方（乳幼児等以外は所得制限があります）には、福祉医療費受給者証を交付します。

●対象となる方

- ・乳幼児等 小学校6学年終了まで
- ・障害をお持ちの方 身体障害者手帳1～3級、療育手帳A1～B1、精神福祉手帳1～2級、65歳以上で身体障害者手帳4級（音声言語または下肢）、65歳以上で障害基礎年金1～2級の受給者
- ・母子家庭の母子等 } 18歳未満（高等学校等卒業まで）の児童と、その児童を養育しているもの
- ・父子家庭の父子 }

※所得制限と給付内容がそれぞれ異なります。詳しくは、国保医療課までお問い合わせください。

●申請時に必要なもの（資格によって必要なものをお持ちください）

乳幼児等・母子家庭等・父子家庭に必要なもの

- ①健康保険証 ②振込先金融機関の通帳 ③特定疾患・自立支援医療・小児慢性特定疾患医療受診券などの受給者証（交付を受けている方のみ）

障害をお持ちの方に必要なもの

- ①健康保険証 ②振込先金融機関の通帳 ③身体障害者手帳（1級～3級） ④療育手帳（A1～B1）
⑤精神保健福祉手帳（1級、2級） ⑥65歳以上の方で、身体障害者手帳4級（音声言語または下肢）、障害年金を受給している方は障害年金1級または2級の証書 ⑦特定疾患・自立支援医療・小児慢性特定疾患医療受診券などの受給者証（交付を受けている方のみ）

■申請・お問い合わせ 国保医療課 ☎62-3164（直通）
または各支所 市民福祉課

5月21日の金環日食

太陽と月が重なって黄金のリングになる金環日食。全国で話題になりましたが、佐久市内でも天候に恵まれてよく見えました。次回日本で見られるのは2030年6月1日で、佐久市では部分日食が見られます。また2035年9月2日には市内で皆既日食が見られます。



児童手当制度のご案内

平成24年4月から新しい児童手当制度が始まりました。

1. 支給対象

中学校卒業まで（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童を養育している方

2. 支給額

児童の年齢	児童手当の額（1人当たり月額）
3歳未満	15,000円（一律）
3歳以上小学校修了前	10,000円（第3子以降は15,000円）
中学生	10,000円

※「第3子以降」とは高校卒業まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の養育している児童のうち3番目以降の児童をいいます。

3. 支給時期

原則として、毎年6月、10月、2月にそれぞれの月の前月分までの手当を支給します。

4. 所得制限について

平成24年6月分の手当から導入されます。例えば、会社員の夫と専業主婦の妻、子ども2人世帯の場合、年収960万円が基準となります。

「現況届」提出時に所得審査を行い、所得制限限度額以上の場合は特例給付として月額5,000円（一律）の支給に変更されます。

※所得制限の導入に伴い、父母の一方が所得制限限度額以上の場合は、当該者をもって受給者と判断します。

5. 児童手当でも引き続き下記の要件が適用されます。

- ・原則として児童が日本国内に住んでいる場合に支給します。（留学のために海外に住んでいて一定の要件を満たす場合は支給対象となります。）
- ・父母が離婚協議中などにより別居している場合は、児童と同居している方に優先的に支給します。
- ・父母が海外に住んでいる場合、その父母が日本国内で児童を養育している方を指定すれば、その方（父母指定者）に支給します。
- ・児童を養育している未成年後見人がいる場合は、その未成年後見人に支給します。
- ・児童が施設に入所している場合や里親などに委託されている場合は、原則として、その施設の設置者や里親などに支給します。

上記の内容により、受給者が変わる場合がありますので、ご注意ください。

詳しくは、子育て支援課までお問い合わせください。

児童手当「現況届」の提出について

○6月以降の児童手当を受けるには現況届が必要になります。

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当を引き続き受ける要件（児童の監督や保護、生計同一関係など）を満たしているかどうかを確認するためのものです。

今まで「子ども手当」を受給していた皆さんへ「現況届」を送付しましたので、同封の要領をご確認のうえ、必要事項をご記入していただき、子育て支援課または各支所市民福祉課へ7月23日（月曜日）までに提出をお願いします。

提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

※公務員（独立行政法人は除く）の方は勤務先へ申請になります。

また、該当と思われる方で通知が届いていない方は、子育て支援課までお問い合わせください。

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149

緊急速報メールによる災害情報の配信を開始しました

市では、市民の皆さんへ迅速に警報・避難情報を伝えるために、（株）NTTドコモ、ソフトバンクモバイル（株）、KDDI（株）（au）が提供する「緊急速報メール」の運用を7月1日から開始しました。

「緊急速報メール」は、気象庁が配信する緊急地震速報や、市が配信する災害・避難情報などを、該当エリアにおいて、回線混雑の影響を受けずに即座に受信することができるシステムです。

例えば、市から「緊急速報メール」を配信すると、市内の受信可能な携帯電話の画面にポップアップ（配信内容を自動表示）し、専用の着信音とバイブレーションでお知らせします。

「緊急速報メール」を受信する皆さんは、月額使用料のほか通信用料や情報料も含め無料でご利用できます。

市が緊急速報メールとして配信する情報は以下の項目です。

- ①避難準備情報
- ②避難勧告
- ③避難指示
- ④警戒区域情報
- ⑤噴火情報（レベル3未満の火口周辺警報を除く）
- ⑥指定河川洪水警報（はん濫注意情報を除く）
- ⑦土砂災害警戒情報
- ⑧東海地震予知情報
- ⑨国民保護にかかわる情報
（弾道ミサイル情報、航空攻撃情報、ゲリラ・特殊部隊攻撃情報、大規模テロ情報）

上記以外の情報（霜注意報や行方不明者の捜索依頼など）は配信することができません。

※ご利用するために、あらかじめ携帯電話での受信設定が必要な機種があります。

※機種によっては緊急速報メールがご利用いただけない場合がありますので、詳しくは加入する携帯電話各社にご確認ください。

NTT
docomo

NTTドコモ
ドコモショップ佐久平店
☎0120-608-889

SoftBank

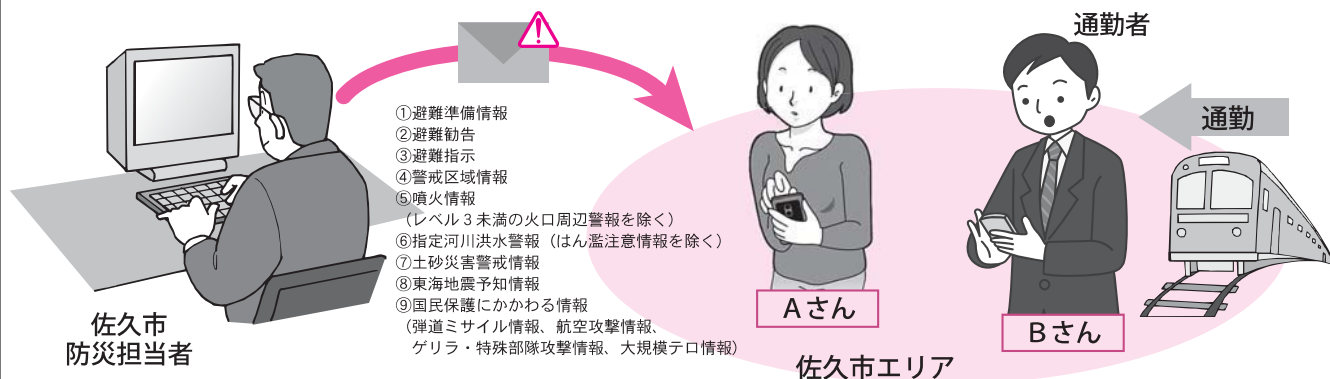
ソフトバンク
ソフトバンク佐久平店
☎66-3670

au

KDDI（au）
auショップ佐久平
☎67-8655

緊急速報メール概要

佐久市のエリアに対して情報を送信するため→目の前の危険を知ることができる！



※但し、仕事などで佐久市のエリアから出ている場合は、情報を得ることはできません。

■お問い合わせ 庶務課 防災係 ☎62-3002（直通）

製造業等の皆さんの 「新エネルギー・省エネルギー」に対する 施設整備を応援します

市では、製造業等の皆さんの新エネルギーおよび省エネルギーを推進するため、新たな補助金制度をスタートしました。

この度、平成24年度の対象事業計画（補助対象事業者）を募集しますので、応募にあたり次の事項を確認のうえ、計画書の提出をお願いします。

- 1 対象業種は、日本標準産業分類による「製造業」「卸売業」「道路貨物運送業」「倉庫業」「こん包業」の5業種です。
- 2 対象となる施設は、次のとおりです。
 - (1) 新エネルギー 太陽光発電、風水力発電等の再生可能エネルギーの施設（原則として中小企業信用保険法施行規則別表第二の二に掲げる施設）
 - (2) 省エネルギー 同じ社会的・経済的効果をより少ないエネルギーで得られる施設（原則として中小企業信用保険法施行規則別表第二の一に掲げる施設）
- 3 補助金の交付対象となる条件は、次のとおりです。
 - (1) 上記「1 対象業種」に係る事業用建物又は用地を市内に所有しており、かつ、その事業用建物又は用地に「2 対象となる施設」を設置すること。
ただし、事業用建物のない事業用地への設置、設置する事業用建物又は用地が対象業種外専用の場合は、対象外とします。
 - (2) 設置する企業（個人の場合は事業主）に市税の滞納が無いこと。
 - (3) 設置した施設について、固定資産税（償却資産）の申告をすること。
 - (4) 設置後7年間（耐用年数が7年以下のものはその年数）は、当該施設において利用すること。
また、上記の期間中、設置した施設に応じて、発電量・節電量等の実績を報告すること。
 - (5) 市内に本社・支店・営業所等のある業者による販売・施工であること。
 - (6) 設置する施設は未使用品であること。（中古品でないこと。）
 - (7) 年度内に事業を完了し、実績報告書を提出すること。
 - (8) この補助金は、新エネルギーまたは省エネルギーいずれかの計画とし、1社につき1回限りの交付とします。
なお、この条件に反した場合には、補助金の全額返還が生じます。
- 4 補助金の額は、本年度予算の範囲内で補助対象経費の50%以内とし、限度額は3,000万円です。
（補助金の額に千円未満の端数が生じた場合は、これを切り捨てた金額になります。）
- 5 補助対象経費は、以下のとおりです。
 - (1) 設置機器及び付属品代
 - (2) 設置（従前の機器の撤去及び処分費用を含む）に係る工事費※諸経費（各種手続きに係る費用等）は対象外とします。
- 6 7月2日（月）から7月31日（火）までの間に、佐久市新エネルギー・省エネルギー施設整備事業計画書を商工振興課へ提出してください。【期間厳守】
事業計画者が直接窓口を持参してください。
受付時間は、平日の8：30から17：15までです。
計画書様式は、「佐久市ホームページ→産業・観光→商工業」からダウンロードできます。
- 7 補助対象事業者の決定は、新エネルギーの余剰買取計画および省エネルギーの計画を優先することとし、応募者多数の場合、抽選によります。

※上記のほかは、佐久市商工業振興事業補助金（新エネルギー・省エネルギー施設整備事業）事務取扱要領によることとします。

■お問い合わせ 商工振興課 雇用企業支援係 ☎62-3265（直通）

佐久市職員採用試験（平成25年4月採用）

試験の 名称	試験区分	採用予定 人員	受 験 資 格	受 験 手 続
初 級	① 一般事務	若干名	平成3年4月2日から平成7年4月1日までに 生まれた者で、平成24年6月20日現在、佐久 市に住民登録をしてあり、佐久市に居住してい る者。（修学、就職などのために他市町村に住む 者で、家族が佐久市に居住している者を含む）	●試験日時（第1次） 平成24年9月2日(日) 午前9時試験開始 ●試験会場 佐久市立国保浅間総合病院
浅 間 総 合 病 院	② 看護師	10名程度	看護師免許を有する者（平成25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42年4月2日以降に生まれた者。（採用後、 病院以外の市施設の勤務を命ぜられることもあ ります。）	●受付期間 ・7月2日(月)～8月3日(金) (土・日曜日、祝日を除く) 郵便の場合は、8月3日(金) までの消印有効
	③ 助産師	若干名	助産師および看護師免許を有する者（平成25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42年4月2日以降に生まれた者。	●試験申込書の交付 ・職員課人事係（4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。
	④ 臨床 検査技師	若干名	臨床検査技師免許を有する者（平成25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52年4月2日以降に生まれた者。	●受験申込先 職員課人事係（4階） 〒385－8501 長野県佐久市中込3056番地
	⑤ 臨床 工学技士	若干名	臨床工学技士免許を有する者（平成25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52年4月2日以降に生まれた者。	●受験申込時の提出書類 ・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
	⑥ 放射線 技師	若干名	診療放射線技師免許を有する者（平成25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52年4月2日以降に生まれた者。	
	⑦ 言語 聴覚士	若干名	言語聴覚士免許を有する者（平成25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52年4月2日以降に生まれた者。	
	⑧ 診療情報 管理士	若干名	診療情報管理士資格を有する者（平成25年3月 卒業見込みの者で、資格取得見込みの者を含む） で、昭和32年4月2日以降に生まれた者。	
※上記以外の平成25年4月採用職種（上級行政、社会福祉、保健師、農業、 土木、建築、中級保育士）と、平成24年10月採用職種（浅間総合病院：助 産師、臨床検査技師、言語聴覚士）については、平成24年7月3日（火） まで募集受付をしております。詳細については、広報佐久6月号、または 市ホームページをご覧ください。				※採用試験に関して不明な事 項は、職員課人事係 ☎62-3019（直通）まで お問い合わせください。 ※この試験の実施にあたり提 出いただいた個人情報は、 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。

審議会等の委員を募集します

市では、政策等を決定する過程への市民参加を促進し、広く市民の皆さんの意見を聞くことにより、第一次佐久市総合計画や行政改革大綱に掲げる「市民協働」を実現するため、次の2つの審議会等の委員を公募します。

佐久市都市計画審議会

◆申込資格

- 次のすべてに該当する方（基準日は平成24年7月1日現在）
- ①年齢が満20歳以上の方
 - ②佐久市内に住所を有する、佐久市内の事業所に勤務するまたは佐久市内の学校等に在学するのいずれかに該当する方
 - ③市税を滞納していない方
 - ④佐久市の他の審議会等の委員となっていない方
 - ⑤佐久市議会議員または佐久市職員でない方
 - ⑥平日（昼間）に開催する会議に出席できる方
 - ⑦成年被後見人または非保佐人でない方

◆審議会の事務

市長の諮問等に応じ、都市計画に関する事項を調査審議する。

◆委員の任期

選任の日（平成25年2月中予定）から2年間

◆募集人員

3人（委員総数15人）

◆委員の謝金等

市の報酬規定によります。

◆申込に必要な書類

佐久市都市計画審議会公募委員申込書（都市計画課窓口または市ホームページで入手できます。）

◆申込方法

次のいずれかの方法で申し込んでください。

- ①持参（建設部駒場仮事務所 都市計画課窓口）
- ②郵送（宛先：〒385-0005 佐久市中込2913番地 都市計画課宛）
- ③メール（メールアドレス：toshikei@city.sakunagano.jp）
- ④ファックス（ファックス番号：63-7750）

◆申込期間

①持参の場合：7月2日（月）～23日（月）午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日は除く）

②郵送、メール、ファックスの場合：7月2日（月）～23日（月）必着

◆選考方法

書類審査および面接によります。

◆面接日時

8月予定（申込者に別途通知します。）

◆その他

申込者が募集人員に満たない場合であっても、再募集はしません。

◆お問い合わせ

都市計画課 まちづくり推進係 ☎62-3404

佐久市川村吾蔵記念館協議会

◆申込資格

次のすべてに該当する方（基準日は平成24年7月1日現在）

- ①年齢が満20歳以上の方
- ②佐久市内に住所を有する、佐久市内の事業所に勤務するまたは佐久市内の学校等に在学するのいずれかに該当する方
- ③市税を滞納していない方
- ④知識および経験から、美術館の運営について意見をお持ちの方

の方

- ⑤佐久市議会議員または佐久市職員でない方
- ⑥平日（昼間）に開催する会議に出席できる方
- ⑦成年被後見人または被保佐人でない方

◆協議会の事務

教育委員会の諮問に応じ佐久市川村吾蔵記念館条例第1条に規定する記念館の設置目的に即し、記念館の行う事業について協議し提案等をする。

◆委員の任期

選任の日（平成24年9月1日予定）から2年間

◆募集人員

2人（委員総数10人以内）

◆委員の謝金等

市の報酬規定等を準用します。

◆申込に必要な書類

・佐久市川村吾蔵記念館協議会公募委員申込書（文化振興課窓口または市ホームページで入手できます。）
・履歴書（美術館および美術についての知識や経験についてわかるように記載）【市販のもの】

◆申込方法

次のいずれかの方法で申し込んでください。

①持参（野沢会館 文化振興課窓口）

- ②郵送（宛先：385-0004 3 佐久市取出町183番地 佐久市教育委員会 文化振興課宛）

③メール（メールアドレス：bunkaisetsu@city.sakunagano.jp）

④ファックス（ファックス番号：64-6132）

◆申込期間

①持参の場合：7月2日（月）～23日（月）午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日は除く）

②郵送、メール、ファックスの場合：7月2日（月）～23日（月）必着

◆選考方法

申込者が募集人員を超えた場合、公開のもとで抽選により選考します。なお、選考時間に遅れた場合は、棄権の意志があったものとみなします。

◆選考日時

8月8日（水）午前9時30分

◆選考会場

市役所5階501会議室

◆その他

申込者が募集人員に満たない場合であっても、再募集はしません。

◆お問い合わせ

文化振興課 文化施設係 ☎62-0664

7月9日から外国人住民の 住民基本台帳制度がスタートします

住民基本台帳法（以下住基法という）の一部を改正する法律及び出入国管理及び難民認定法（以下入管法という）の一部を改正する等の法律が、平成24年7月9日から施行され、同時に外国人登録法が廃止となります。これにともない、次に該当する外国人住民の方にも住民票が作成されます。改正のポイントについては、以下のとおりです。

①住民票作成の対象者

下の表に記載されている4つの区分に該当する方で、住所を有する外国人の方について住民票を作成することになります。（観光などの短期滞在者等は除く）

対象区分	対象者の内容
中長期在留者 (在留カード交付対象者)	3カ月以上の在留期間が決定された方。 (短期滞在・外交・公用の在留資格が決定された方を除く。)
特別永住者 (特別永住者証明書交付対象者)	入管特例法により定められている特別永住者。
一時庇護許可者 または仮滞在許可者	入管法の規定で一時庇護のための上陸の許可を受けた方や、難民認定申請を行い、仮にわが国に滞在することを許可された方。
出生による経過滞在者または 国籍喪失による経過滞在者	外国人となった事由が出生や日本国籍喪失である方。（その事由が生じた日から60日までの間は在留資格を有することなく在留することができます。）

②外国人の方にも住民票が作成されます

外国人の方についても住民票が作成され、住民票の写しなどが発行可能になります。

特に、日本人と外国人とで構成される混合世帯の場合、今まで世帯全員を証明する際には外国人登録原票記載事項証明書と住民票を取得していただいていたましたが、改正後は外国人の方も含む世帯全員が記載された住民票の写しなどが発行できるようになります。

また、今までは混合世帯の場合に外国人の方が世帯主になることができませんでしたが、新制度では住民票が作成されることにより、外国人の方を世帯主とすることも可能になります。

③市役所への届出が変わります

○引越しをしたとき

住居地を変更したときは、変更後の住居地に移転した日から14日以内に、移転した方全員分の在留カードまたは特別永住者証明書を持参の上、市区町村の窓口へ届け出てください。

また、他市町村へ転出する際には、日本人と同様に、外国人住民も現在住民登録している市町村に転出届をして転出証明書の交付を受けた後、転入先の市町村で転出証明書を添えて転入届をすることになります。海外へ転出する際にも同様に転出届が必要となりますが、この場合には転出証明書は交付されません。

○新規に入国したとき

住所を定めた後、新住所の市町村へ入国の際に空港などで交付された在留カード等を持参し、転入の手続きをしてください。なお、同一世帯内の世帯主が外国人住民である場合は、本人と世帯主との続柄を証する公的な文書（本国の政府等公的機関が発行したもので、出生証明書、婚姻証明書など）および日本語の翻訳文が必要となります。

〈注意〉施行日直前の入国や引っ越しなどのため、市区町村で仮住民票が作成又は修正されていないことがあります。このような方については、施行日（7月9日）から14日以内にお住まいの市区町村に届出を行う必要があります。

○在留資格や在留期限を変更したとき

在留資格や在留期限の変更の際、これまでは、地方入国管理局と市役所の両方に必要だった届出が、地方入国管理局のみへの届出で済みます。

④「在留カード」、「特別永住者証明書」が交付されます

新しい在留管理制度の導入により、外国人登録証明書かわりに中長期在留者の方には在留カードが、特別永住者の方には特別永住者証明書が交付されます。また、現在お持ちの外国人登録証明書は、一定の期間在留カードまたは特別永住者証明書とみなされますので、在留カードまたは特別永住者証明書が交付されるまで引き続き所持してください。

○在留カード（交付対象：中長期在留者）

在留カードは、上陸許可や在留資格の変更許可、在留期間の更新許可等にとともに、空港または地方入国管理官署で交付されます。また、現在お持ちの外国人登録証明書が在留カードとみなされる期間は次のとおりです。

永住者

16歳以上の方	2015年（平成27年）7月8日まで
16歳未満の方	2015年（平成27年）7月8日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで

特定活動※

※特定研究活動等により「5年」の在留期間を付与されている者に限ります。

16歳以上の方	在留期間の満了日または2015年（平成27年）7月8日のいずれか早い日まで
16歳未満の方	在留期間の満了日、2015年（平成27年）7月8日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで

それ以外の在留資格

16歳以上の方	在留期間の満了日
16歳未満の方	在留期間の満了日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで

○特別永住者証明書（交付対象：特別永住者）

特別永住者証明書は、原則として、従来どおり市町村の窓口で交付されます。また、外国人登録証明書が特別永住者証明書とみなされる期限は、原則として、旧外国人登録法に基づく次回確認（切替）申請期間（以下「確認期間」という）の始期であるその方の誕生日までとなります。たとえば、確認期間が「2019年4月1日から30日以内」の方であれば、「2019年4月1日」までが有効期限となります。また、確認期間が改正法の施行期日（2012年7月9日）から3年以内に到来する方については、施行期日から3年以内に換えていただければ大丈夫です。

■お問い合わせ

●住民基本台帳制度については総務省、新しい在留管理制度については法務省のホームページをご覧ください。

【総務省】

外国人住民に係る住民基本台帳制度について	http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu.html
----------------------	---

【法務省】

新しい在留管理制度がスタート！	http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/index.html
特別永住者の制度が変わります！	http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_2/index.html

●電話でのお問い合わせ

- ・総務省 外国人住民基本台帳電話相談窓口（外国人住基コールセンター）
☎0570-066-630（ナビダイヤル）
☎03-6301-1337（IP電話、PHSからの通話の場合）
〈お問い合わせ受付時間 8：30～17：30（土日祝日および12月29日～1月3日を除く）〉
- ・法務省 外国人在留総合インフォメーションセンター
☎0570-013904
☎03-5796-7112（IP電話、PHS、海外からの場合）
〈お問い合わせ受付時間 平日8：30～17：15〉
- ・市民課 市民戸籍係 ☎62-3087（直通）

佐久情報センターからのお知らせ

スマートフォンセミナー

利用者が増えているスマートフォンについてのセミナーを開催します。
日程や申込方法などの詳細については、お問い合わせください。

パソコン講座 1回2時間で受講料500円！

パソコン基礎[3講座]、インターネット[1講座]、ワード(Word)[4講座]、エクセル(Excel)[4講座]、パワーポイント(PowerPoint)[1講座]の5種13講座を行っています。また、特別講座も随時開講します。

※日程や申込方法、詳しい講座内容については、お問い合わせください。

- ・横断幕・垂れ幕作成支援（事前要相談、有料）
- ・パソコンここの教室（事前要予約、有料）※対象ソフトはWordとExcelのみ。
- ・グループ・パソコン講座（事前要相談）※費用については、お問い合わせください。

施設の利用方法やパソコン講座の日程はホームページで！

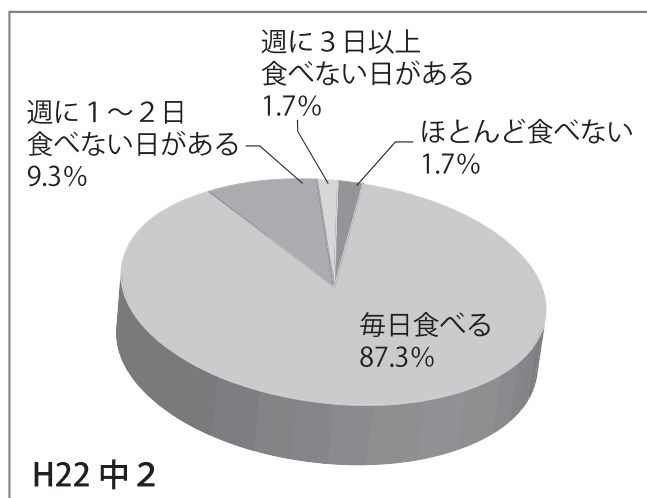
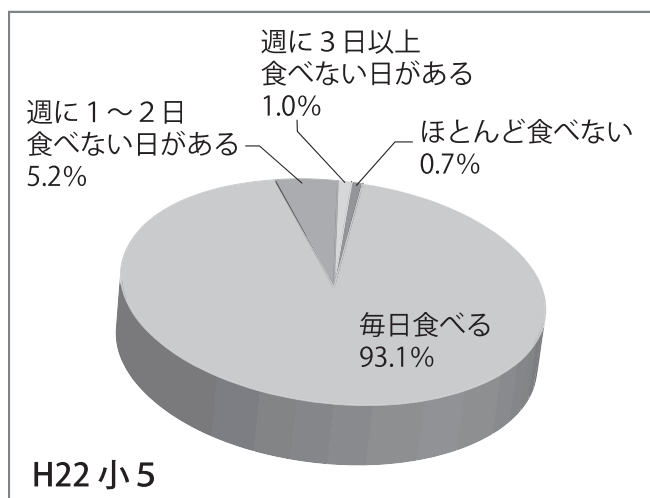
<http://sic.pascal.ne.jp>

■お問い合わせ 佐久情報センター ☎64-5556 月曜日休館 開館時間 9:00～18:00

《学童期・思春期編》



朝食は食べていますか？



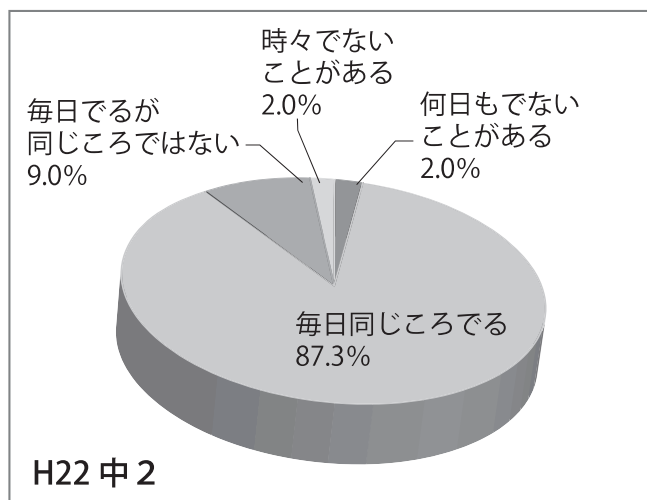
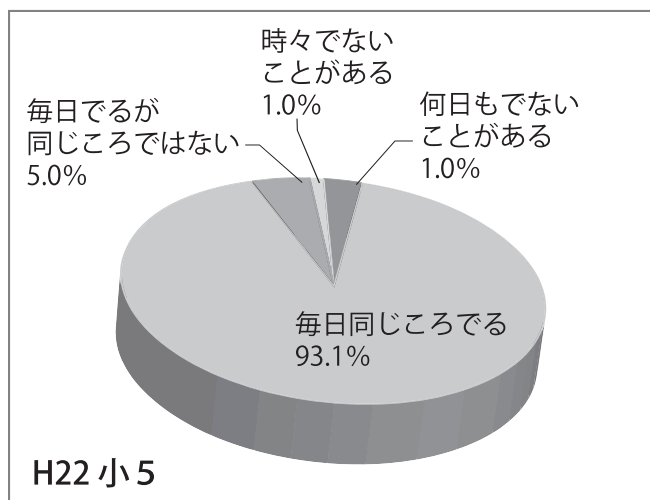
朝食を食べている割合は、小学5年生で93.1%、中学2年生では87.3%となっています。

学年が上がるにつれ欠食する傾向にあります。

就寝時間を含め規則正しい生活習慣を身につけないと、朝ごはんを食べる意欲はわきません。

朝ごはんを食べるのと食べないのでは、テストの得点、運動能力、やる気でも大きな差が出てくるとい
う調査結果もあります。

うんちは毎日ですか？



資料：長野県学校保健会栄養教諭・学校栄養職員部会
佐久市学校教育課学校給食課

排便習慣についても学年が上がるにつれ規則正しい排便がない傾向がみられます。

朝ごはんを食べても出かけるまでに30分位はないと排便に至らないことが多いようです。

早起きし、十分な食事量で時間的なゆとりをとれるようにしてみましょう。

食べた歯をみがく習慣も忘れずに！



できることから始めましょう！

「佐久市食育推進計画」は市のホームページで掲載しています。

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3189（直通）



食育だより

毎月19日は
食育の日

早寝 早起き 朝ごはん 朝うんち プラス 歯みがき

市では、「早寝早起き朝ごはん朝うんちプラス歯みがき」をキャッチコピーにライフステージに応じた食育を推進していきます。乳幼児期から実践に向けてのポイントをシリーズでお伝えします。

＜乳幼児編＞

生活リズム向上のためにも

ちょっとした工夫&知恵で

早起き→朝ごはん→早寝

・早起き・

いつもより15分早く起こそう・・・優しく起こしてあげる。ぐずったらあやす。

寝ぼけまなこの子を目覚めさせるには、じゃれて遊ぶのが いちばん！

くすぐったり、転がったり、子どもがちゃんと目覚めるまで付き合っただけの時間を作ってあげましょう。

朝の光を浴びつつあやすと効果は2倍になります。

朝、日の光を浴びる・・・必ずカーテンを開けて「まだ寝たい」という脳を「朝」にリセットします。

太陽の光をいっぱい浴びることで頭も体も目覚めます。

・朝ごはん・

食事の前にお手伝い・・・お箸を並べる、お椀を並べるなどちょっと体を動かした方が食欲は出るものです。

おいしく食べる・・・子どもだけが食べるのではなく、家族も一緒にたのしく食べましょう！！

夕食を早めにしよう・・・空腹感がなくては食べられません。夕飯時間は遅くならないように。

食事の時間をしっかり決めることで生活リズムがつかめます。



・早寝・

時間になったらテレビを消す・・・寝る時間になったらテレビを消す習慣をつけましょう。遅くても9時までに！！

部屋は暗くする・・・メラトニン（成長ホルモン）は暗い中でないと分泌されません。

夜更かしすると分泌が抑えられてしまいます。「暗い」＝「寝る時間」としましょう。

添い寝はできるうちが花・・・絵本を読んだり子守歌を歌ったり。いっしょに寝てしまうことも大事です。

子どもの「寝癖」を発見・・・子どもには、何となく「これをすると寝る」という癖みたいなものがあります。

背中をトントンするとか、耳を触るとか…。

昼間よく体を動かす・・・活発に遊ぶ、体を動かして思いっきり遊ぶことも大切です。



・朝うんち・

朝うんちの習慣をつけましょう
朝トイレに座る習慣を



・歯みがき・

食べたら歯磨きをする習慣をつけ、
保護者が仕上げみがきをしましょう



朝食をきちんと食べて、朝から元気！！

朝起きて、食事をすると脳にエネルギーが運ばれ、体の機能が活発に動き出す。体温や血圧を上げたり、腸の働きを良くして排便を促します。

みんなと一緒に食事は 心も体も安心！

顔を見て「おはよう」「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつも忘れずに！

ウォーキングリレーでは、ウォーキングを始めた方や、習慣のある方にお話を聞いて掲載します。
市全体をあげて**ウォーキングする方を応援**していきます！



ウォーキングリレー♪

佐久市大沢 杉原 洋さん

【いつからウォーキングを始めましたか？】

★以前は山歩きが好きでしたが、3年前山で、けがをしてからウォーキングに変えました。

【ウォーキングを始めたきっかけは？】

★最初は一人で歩き始めましたが、憂鬱になったり、あきてしまったり、恥ずかしくなり、下を向いて歩くような状態でした。そんな時、ポールウォーキングと出会いました。

腰が痛くても、ポールを使うと楽に歩け、丸まっていた背中もスッと伸びてきました。

【1日どのくらい歩いていますか？】

★週に1回は外に出かけますが、恥ずかしさもあり、家で階段昇降などの運動を毎日30分くらいしています。

【ウォーキングの効果は出てきましたか？】

★飲酒量を控えたり、食事量にも気を付けましたが、体重の減少や、腹囲の減少が見られました。毎日やることで、息切れをすることもなくなりました。

【おすすめのウォーキングコースはありますか？】

★近所を歩いていた時は周りの人が働いているのに自分だけ運動をしているのが後ろめたい気持ちになり、人を避け、コースを選びながらやっていました。しかし、楽しく歩くことが一番であると思い、ウォーキングコースを見つけて歩くようになりました。

今のお気に入り、長野牧場やさくらさく小径、平尾山、物見山などです。

【これからウォーキングを始める方々に一言。】

★楽しく歩くことが一番です。歩くことをノルマにすると逆効果になってしまうと思います。自分も恥ずかしいという気持ちがありましたが、声を掛け合うことで励みになったり、幸せな気持ちになりました。みんなが声を掛け合えるようなそんな街にしたいです。



*毎月1人ずつ、ウォーキングをされている方の感想等紹介していきます。

ご協力いただける方募集中です。下記「問い合わせ」までご連絡ください。お待ちしております！

さくの ウォーキング コース紹介

☆田口地区文化財めぐりコース☆

佐久市田口 距離2.8km *時間の目安*約40分

龍岡城五稜郭・五稜郭であいの館⇒蕃松院⇒新海三社神社⇒上宮寺
⇒龍岡城五稜郭・五稜郭であいの館

幕末本州で最後の城郭となった五稜郭龍岡城や佐久の神社の総社といわれている新海三社神社など歴史に満ちたまちを巡るコースです。

- ・龍岡城五稜郭 …日本に二つしかない五つの稜が星形に突き出ている洋式城郭。
- ・蕃松院（ばんしょういん） …田口城主依田信蕃の子松平康国（小諸城主）が父の追福供養を念じ堂宇を再建し、父の戒名より寺号を蕃松院と称した。
- ・新海三社神社（しんかいさんしゃじんじゃ） …古くより佐久の総社といわれ、佐久地方を開拓した興波岐命（おきはぎのみこと）が祀られている。境内にある三重塔は国の重要文化財に指定されている。
- ・上宮寺（じょうぐうじ） …新海三社神社と隣接してあった神宮寺が明治元年の神仏分離令によって、現在地に移された寺。県宝の梵鐘は、南北朝時代初期の作で、鎌倉時代の風格を保っている、県内でも数少ない貴重なものです。

*今後も市内のウォーキングコースの紹介、運動に関するミニコラムを掲載していく予定です。



◆お知らせ◆ 健康に 自信があっても 年に一度は 健診を

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3189（直通）
Eメール hoken@city.saku.nagano.jp

シリーズ
からだを動かそう

あなたのからだ元気ですか？

ウォーキングステーション

に集まるう！



集合場所 駒場公園 噴水中央広場
時 間 9：00～10：30

- ・申し込みは不要です！
お気軽にご参加ください！
- ・参加費は無料です！

開催日

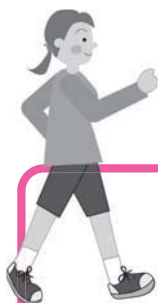
(10月以降は後日お知らせします)

休日コース	平日コース
7月8日(日)	7月24日(火)
8月26日(日)	8月28日(火)
9月9日(日)	9月25日(火)

- ・一緒に歩ける子どもさんも参加OKです。
- ・ポールの使用もOKです♪
ご自分のスタイルで歩きましょう。
- ・動きやすい服装、靴でお越しください。
- ・水分を必ずお持ちいただき、体調管理にご留意ください。
- ・日光対策のため、帽子や長そで等ご用意ください。
- ・小雨決行 雨具をお持ちください。
- ・雨天時は、佐久市保健センター（市役所南側）で行います。

■ウォーキングステーション お問い合わせ
健康づくり推進課 ☎62-3189（直通）
雨天の確認：当日は、8：30頃にお電話ください。

NPO法人 佐久平総合リハビリセンター
飯島 圭子健康運動指導士による
アドバイスがうけられます！



暑い季節でも気持ち良く

夏場のウォーキング

★暑さ対策をしっかりと、楽しく歩こう！！

ウォーキングは、心臓や肺への負担が少なく、誰でも気軽に行えますが、夏のウォーキングは暑さ対策をしっかりとしないと、体調を崩してしまうこともありますので、下記のようなことに気を付けましょう。

●時間

正午前後の日差しの強い時間帯を避け、朝や夕方の比較的涼しい時間帯に歩きましょう。

●水分補給

ウォーキング中は、体内の水分と塩分が減少します。

ウォーキング前にも水分を取り、ウォーキング中にもこまめに水分摂取を心がけましょう。

(水だけでなく、ミネラルも補給することが出来るスポーツドリンクなどが適しているようです。)

●服装

・服や帽子は、熱を吸収する黒っぽいものを避け、白っぽいものを選びましょう。体温の急激な上昇を避けるため、通気性が良く、吸水、発散性に優れた衣服が良いでしょう。

・首には、バンダナやスカーフ、タオルなど首筋が隠れ、汗を吸い取ってくれるようなものを巻くと良いでしょう。

せっかく継続していたウォーキングも、夏の暑さをきっかけに中断してしまうことがあります。時間帯等工夫しながら歩いたり、室内での運動も効果があります。継続していくような工夫をしましょう。



よく養生訓

29

腰部脊柱管狭窄症



浅間総合病院
整形外科医長
河野 龍太

歩いていると足がしびれたり、痛くなったりして歩くのがつらくなるが、イスに座ったり、前屈みで少し休むと症状が軽くなってまた歩けるようになる。これは「間欠性跛行」という、「腰部脊柱管狭窄症」でみられる典型的な症状です（図1）。



歩き始めは問題ない
間欠性跛行
イスに座ったり、前屈みの姿勢をとると楽になり、また歩くことが出来るようになる
しばらく歩くと、足腰にしびれや痛みを感じて、歩くのがつらくなる

脊椎は、頭から骨盤をつなぐ24個の小さな骨（椎骨）で構成されています。骨と骨の間には椎間板と呼ばれる軟骨が挟まっていて、衝撃をやわらげるクッションの役割をしています。椎骨の後ろ側には穴があいており、それらが連なりできた管

加齢、労働、スポーツ、背骨の病気などによる影響で椎体や椎間板、靱帯などが変形すると、脊柱管が狭くなり、中を通っている神経の束を圧迫します。神経が圧迫されるとお尻や足にかけて痛みやしびれがでます。歩いたり背筋を伸ばすと、より圧迫されるので「間欠性跛行」という特徴的な症状になります。症状が進むと歩ける距離が短くなり、日常生活が困難になったり下肢筋力の低下や膀胱直腸障害（排尿や排便のコントロールの障害）などの神経

椎骨の側面図



椎骨の断面

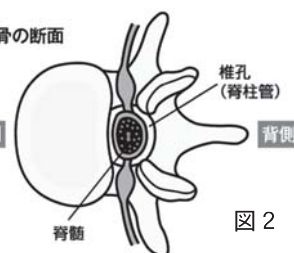
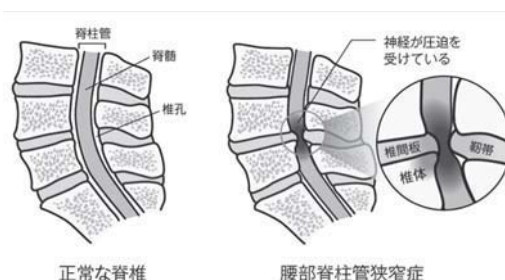


図2

脊椎（背骨）の構造（図2）

図3



正常な脊椎

腰部脊柱管狭窄症

のような空間を「脊柱管」と言います。脊柱管の中は、神経の束（脊髄）が通っています。

腰部脊柱管狭窄症の原因と症状（図3）

腰部脊柱管狭窄症の診断

麻痺症状を呈するようになります。

腰部脊柱管狭窄症の治療

症状と単純X線である程度推測できますが、より詳しく診断するためにはMRIや脊髓造影などの検査が必要となります。また、下肢の動脈が詰まって血行障害を生じたとき（閉塞性動脈硬化症）も、似たような症状となる場合がありますので注意が必要です。

薬物療法（痛み止めの薬や神経の血行を良くする薬、神経痛を和らげる薬など）、神経ブロック、リハビリテーションなど（保存的治療）で多くの方は症

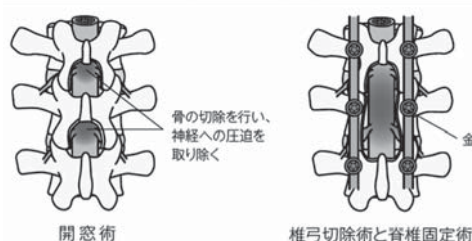


図4

筆者略歴

平成15年 愛媛大学医学部卒業
東京大学医学部整形外科入局
三楽病院整形外科、
関東労災病院整形外科脊椎グループなどを経て
平成24年4月 浅間総合病院 整形外科医長

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

状が軽快します。しかし、保存的治療で症状が改善しない場合や、症状が深刻な場合には手術が必要となる場合があります。手術は椎弓と呼ばれる骨の一部や靱帯などを切除し、狭くなった脊柱管を広げる「开窗術」や、背骨の後側の骨を大きく切除する「椎弓切除術」などを行います。広範囲に骨の切除を行う必要がある場合や腰椎すべり症という椎骨のずれがある場合には、金属製のねじや棒で骨を固定（連結）する「脊椎固定術」を行う場合があります（図4）。

けんこうだより No.15



小学生になっても仕上げみがきは必要です。

いよいよ夏本番です。
冷たい飲み物や食べものがおいしくなってきました。
外から帰ったら、冷蔵庫に直行する子どもたち・・・
今回は生活習慣について振り返ってみましょう。

- ①甘い飲み物をゆっくり時間をかけて飲む。
- ②甘い飲み物を選ぶことが多い。
- ③あめやキャラメル等をよくなめる。
- ④おやつの回数が多い。
- ⑤あまり噛まない。
- ⑥歯みがきをしない。

左の項目は特にむし歯になりやすい行動です。

- ①～④・・・甘いものが口の中に残りやすいためむし歯になりやすい状態がつづきます。
暑い日は水分補給が大切ですが、ジュースなどにはたくさんの糖分が入っているものがあります。
水分補給は水やお茶をお勧めします。
- ⑤・・・よく噛むと、唾液がたくさん出ます。唾液は歯に付いた汚れを洗い流したり、むし歯菌から歯を守る働きがあります。
- ⑥・・・丁寧な歯みがきは口の中のばい菌を減らすために必要です。

子どものむし歯を作らないようにするためには・・・

- 規則正しい食生活をこころがける。
- 砂糖の入った食べ物・飲み物のダラダラ食べ、ダラダラ飲みをしない。
- 食べたら歯みがきをする。
- 10歳ごろまでは保護者が仕上げみがきをする。
- フッ化物を利用する。
- よく噛んで食べる。
- 定期的に歯科健診を受ける。
- 子どもだけでなく、家族そろってむし歯予防を意識する。



もし、むし歯になってしまったら…
早めに
治療をしましょう。

- 乳歯のむし歯は進行が早く、放っておくと、永久歯の歯並びやかみ合わせに影響が出ることがあります。



子どもの歯の教室へのおさそい

1歳6か月児健診から3歳児健診の間にむし歯が増えています。
佐久市の3歳児健診の結果は、一人当たりのむし歯の本数が長野県の平均と比べて多い状況です！（平成22年度）
子どもの歯の教室に参加して、お子さんのお口の状態を確認してみましょう。
《内容》歯科健診・歯科医師による歯科講話（むし歯予防など）
歯の染め出し・歯科相談・保健師による育児相談
《対象》2歳ごろ～就学前の幼児



子どもの歯の教室・妊婦さんの歯の教室（予約制）のお問い合わせ、お申し込みは、下記までご連絡ください。

- お申し込み・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



脳の健康度測定（ファイブ・コグテスト）事業

参加者募集

新規事業

いつまでもイキイキとした脳を保つため、今のうちから認知症予防が大切です。
市では今年度新規事業として、ファイブ・コグテストを取り入れた認知症予防の取り組みを実施します。
ファイブ・コグテスト（脳の健康度）で、自分の脳機能を測定してみませんか。

対象者 65歳以上の方で介護保険の認定を受けていない方
（認知症の診断や治療を受けている方はご遠慮ください）

日程・会場 各会場2回シリーズ

会 場			あいとぴあ臼田		佐久勤労者福祉センター	
日程	1回目	日 時	8月21日（火）10：00～12：00		8月23日（木）10：00～12：00	
		内 容	ファイブ・コグテスト（記憶・注意・言語・空間・思考について）の実施			
	2回目	日 時	9月11日（火）10：00～12：00		9月13日（木）10：00～12：00	
		内 容	ファイブ・コグテストの結果報告、認知症予防の取り組みについての講義			

* 1回目・2回目両日とも参加できる方に限ります。

定 員 1会場70名

参 加 費 無料

申込期間 7月18日（水）8時30分から受付開始（定員になり次第締め切らせていただきます）

■お申し込み・お問い合わせ

高齢者福祉課 ☎62-3157（直通）

臼田支所 市民福祉課 ☎82-3124（直通）

浅科支所 市民福祉課 ☎58-2078（直通）

望月支所 市民福祉課 ☎53-3111（内線125）



心と体をリフレッシュ

空気がおいしい春日の大自然の中で、
家族みんなで涼しい夏のひとときを過ごしてみませんか？

【第2回 森林セラピーモニターツアーの参加者募集】

日 時：7月29日（日）

場 所：春日の森

参加費：無料

定 員：20名（定員になり次第、受付を終了します）

行 程：9時～ もちづき荘集合 血圧・ストレス度測定
9時30分～ 森林セラピー体験（森の案内人付き）
11時40分～ もちづき荘着 血圧・ストレス度測定
12時 解散

※昼食をご希望される方は、もちづき荘で地元食材を使ったぴんころ弁当（実費800円）も
ご用意できます。（ぴんころ弁当をご希望の方は、申し込み時にお申し付けください）

申込み締切り：7月20日（金）午後5時

今後のモニターツアー
の詳細は8月と10
月の広報でお知らせ
します！

今後のモニターツアー開催日
（予定）

9月9日（日） 春日の森
10月28日（日） 平尾の森

■お申し込み・お問い合わせ

佐久市森林セラピー推進協議会事務局 健康づくり推進課 ☎62-3196（直通）



市内小学校4年生910名に 「わが家のエコ課長」を委嘱

環境月間中の6月7日に、エコ活動を身近なことから実践し、友達や家族に広げてもらうため市内小学校4年生全員に「わが家のエコ課長」を委嘱しました。

委嘱式は市内16校を代表して高瀬小学校にて行われました。



映画『一遍上人』舞台あいさつ

昨年10月に市内3箇所でロケが行われ、市民エキストラ250名が参加しました、秋原北胤監督の映画『一遍上人』の公開を記念して、秋原監督と主演のウド鈴木さんによる舞台あいさつが開催されました。

2回開催された舞台あいさつはいずれも満員となり、大変な盛り上がりを見せていました。



白田小満祭が開催されました

毎年恒例となっております白田小満祭が5月20日（日）に開催されました。当日は白田中央通りが歩行者天国となり多数の露店が出店しました。

また、ステージショーやパレードなどのイベントも行われ、106,000人もの人出で賑わいました。



アダプトシステムの調印式が行われました

5月9日に、市民と行政が協働して行うまちづくりや環境美化に取り組むアダプトシステム事業について、各公園の緑化活動について取り組んでいただける、8団体の皆さんと協定を締結いたしました。左から「諏訪区」「清川区」「下越公園愛する会」「矢嶋泉公園愛好会」「協東青年会」「御馬寄区」「岩村田本町商店街振興組合」「住吉町区」の

各団体の代表者の皆さんは、身近な昔からのかわりの深い公園に対して「お年寄りや子どもでにぎわう公園にしたい」「道行く方の憩いの場としてきれいにしていきたい」「園児の遊び場として安全な場所にしていきたい」といった意気込みを述べられました。



水防功労者表彰の受賞を報告

佐久市消防団副団長の小平 申一氏が、水防活動に優れた功績により全国水防管理団体連合会長から水防功労者として表彰され、5月14日に柳田市長へ受賞の報告をしました。

開催中⇒7/22(日)まで

収蔵作品にみる彫刻 —立体造形の引き算

収蔵作品から立体作品を中心に作品を選びました。伝統的な彫刻の技法は引き算か足し算といわれます。今回の引き算では、素材の塊から不要な部分をそぎ落として制作された作品を集めました。

■展覧会ガイドツアー 参加無料（観覧券必要）

7月14日（土）・7月15日（日）各日午後6時から40分程度

■ランプシェードづくり 講師：美術館長・並木功
参加料（材料費）：300円

8月4日（土）・8月5日（土）両日午後1時から5時

■休館日：月曜日（ただし、7月16日は開館）

7月23日-27日（展示替えのため）

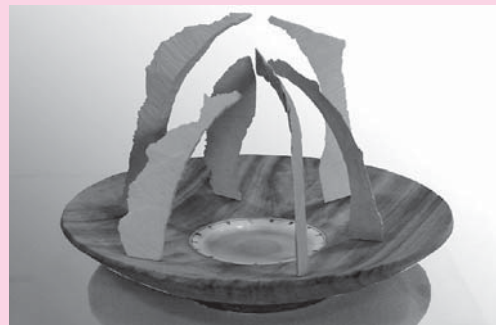
開館時間 午前9時30分～午後5時

夜間開館 午後5時～午後7時（7/14・7/15）

観覧料 一般500(400)円 高校・大学生400(300)円
小・中学生250(200)円

※（ ）内は20人以上の団体料金

※7月28日からは「新・収蔵品展 —平成23年度収蔵」を開催します。



小清水漸《Richardの食卓》

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 Dream トーク

のむら かなこ
野村 香菜子 さん
(野沢北高校3年)

趣味…ハンドボール・買い物

住所…三塚



今、一番楽しいことは、ハンドボールですと話す野村香菜子さん。野沢北高校に通う17歳です。ハンドボール班の班長として班をまとめながら、「チームのみんなで戦術を協議し練習をして、その結果が試合に生かされたときがとてうれしく楽しいです。今はインターハイ出場を目標に頑張っています」とのこと。

そんな野村さんの夢は、助産師になることです。「助産師をしている叔母からその仕事の話を聞き、大変だけど責任のある助産師になることに向かって勉強も頑張っています」と話してくれました。

10万人の広場
ルールインタビュー

高柳健司さんから紹介された

こばやし くにとし
小林 邦俊 さん
(建築塗装・協和)



①自己紹介をお願いします。

23歳頃から、塗装の仕事をしています。塗装に関する資格を取得してきました。仕事では、現場での人間性を一番大事に、日々仕事に励んでいます。

自分は、バイクが趣味で毎年8月下旬に「信州タッチミーティングin佐久」を開催しています。昨年は、沢山の仲間達が義援金にも協力してくれましたので、南相馬市へ届けてきました。今年度も8月25・26日に行いますので、沢山の方に見ていただければと思います。

②これからの街づくりに望むことは

今は、ほとんどの会社で本当の職人や現場の人々を育てていません。自分は、現場が終わった時に「依頼して良かった」と思われる仕事ができる、現場力のある人を育てて行きたいと思っています。



公民館活動を通して

豊かな生きがいをづくりを進めよう

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



No.88

2012 (平成24年)

7

ふみつき
文月

平成24年度佐久市高齢者大学・大学院開講

5月16日野沢会館多目的ホールにおいて、佐久市高齢者大学・大学院の開講式が挙行されました。

毎年好評の大学は220名が入学し、大学院には23名が入学しました。

今年も多くの仲間といっしょに、さまざまな分野で知識を高めながら、1年間大勢の学生と交流し絆を深め、社会活動へも積極的に参加していきましょう。

あれこれ

浅間地区

ちょっと贅沢に寄せ植えを

好きな植物を、好きな鉢で、好きなだけ植えた寄せ植えを、好きな場所に飾る・・・それは贅沢なことであり、同時に魅力的で、とても楽しいことです。

そんな寄せ植えを作りたいということで、グリーンアドバイザーの指導による講座が開催されました。

植物の合わせ方、より美しく魅せるためのテクニックなどを学んだ参加者の寄せ植えは、ちょっと贅沢に変身したようでした。



野沢地区

楽しいダンスの世界へ

5月から6月火曜日の午後、全8回の初心者ダンス講習会を参加者15名で行っています。

駒村文兵先生と塩谷美智子先生により、誰でも楽しくというテーマで、6種類のステップを練習しています。

回数を重ねるたび段々上達し、1曲を通して踊り終えると皆さん「できた！」と喜びの声を上げていました。予定時刻より30分も早くきて復習し、7月のダンスパーティーを目標に良い汗を流しています。

中込地区

自家製野菜を食卓に

5月から7月まで4回にわたり佐久市営農支援センターの岩下武弘先生の指導で、プランターでの野菜の栽培を行っています。

5月は土作りや水くれ、虫対策等を学び、ミニトマトの苗を植えました。

参加者はミニトマトの収穫を楽しみにしています。

今後は葉物野菜等の栽培を行う予定です。



東地区

小さなエコから始めよう！

4月27日、EMボカシの作り方講座が「パートナーシップ佐久」の皆さんを講師に開催されました。

心配された雨も上がり、会館の前庭にブルーシートを広げ、粉殻と米ぬかに、EM菌と糖蜜を丹念に混ぜ合わせました。

生ごみの処理に役立つボカシは、その後肥料として使えるので一石二鳥。安全でおいしい野菜作りにも役立ちます。

参加者は賑やかに情報交換をしながら、作業を楽しんでいました。



臼田地区

インターネットってこんなに便利です

パソコンサークル代表の平林稔子先生を講師に「初心者インターネット活用講座(全3回)」が開催され、使用方法から注意すべき点、活用方法を学習しました。

パソコンは持っているけどインターネットは怖くて使用していないという方が半数近くあり、初めての検索はドキドキしながらの作業となりました。

3回目は、皆少し慣れた様子で、インターネットを通して広がる世界に更なる魅力を感じていました。

浅科地区

下原地区 マレットゴルフ大会

浅科地区館のモデル地域館に選出され、公民館活動の一環としてマレットゴルフ大会を、浅科石尊山マレットゴルフ場で開催しました。

小学生からお年寄りまで大勢の区民が参加し、腕前は関係なく、気持ちの良い新緑の中でプレーを楽しみながら、汗を流しました。

プレー終了後はバーベキューをしながら話に花が咲き、とても楽しい1日を過ごすことができました。



望月地区

古文書を読み解く

望月地区館には、古文書を学ぶグループが「古文書講習会」「古文書研究会」「春日古文書学習会」と3グループあり、地元の古文書や佐久地方の古文書を解き、当時の市井の人々の暮らしや、社会環境について学んでいます。

古文書の中には、難局打開のために人々が力を合わせ、苦境を乗り越えた貴重な資料もあります。郷土の祖先の生活の変遷と本質を知ることは、これからの人づくり・地域づくりに、大いに役立つヒントが満載です。皆さんも古文書を読んでみませんか。 *右上の写真は、御馬寄村から春日村へ嫁いだという文書です。

第8回 佐久市民総合文化祭のお知らせ

開催日程 11月2日(金)～4日(日) **場 所** 野沢会館

出品部門 書道、篆刻・刻字、絵画、写真、華道、フラワーデザイン、押し花、盆栽、水墨画、短歌、俳句、川柳、木彫、ちぎり絵、表装、工芸銅版、民芸、陶芸、拓本、仏像、絵手紙、衝立

出品資格 原則として市内に在住する方(小・中・高校生は除きます)

出品作品 1部門1人1点とし、今年度作成したものに限りです。

※出品の申し込み締め切り日は9月7日(金)ですので、作品の制作にとりかかってください。

詳しい内容は、公民館報8月号をご覧ください。公民館本館(☎64-0551)へお問い合わせください。

リレー随筆



エンディング ノート

本牧 真田 喜三郎

3月17日、私は満70歳になり、この日を期して上田市社会福祉協議会で求めた、エンディングノートに書き込みを始めました。

尊厳死の項で「尊厳死を望む」ことを表明しました。これはかねてより延命治療は一切行わず、自然死を望んでいるからです。

自然死—死ぬ間際は食べ物は一切いりません。水も口にしません。意識もないかもしれません。ただ静かに時間が過ぎてゆく。それが幾日になるか、何時間になるのか、周りの者は何もせずただ待っていてくれればいいのです。主治医となる先生にはそれがわかってくれる医師にお願いしたい。

そうです。いざという時は何もしなくてよいのです。それを私は望みます。この欄に投稿したのも周りの皆さんにこれをお知らせしたいから書きました。

さて、その日がいつ来るのでしょうか。分りませんね。人間の遺伝子は125歳まではセットされているというから、私もそんな時まで生き続けるかも知れませんもの。



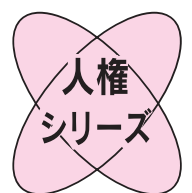
義父の終戦

新子田 井出 陽子

「米山君、会いに来たよ」義父は墓前に絞り出す様な声で語りかけた。戦争から帰って、実に40年以上も経っていた。同

郷の米山さんは10代の青年であった。ある日、部隊を襲った爆弾が彼の腹部を貫通したにもかかわらず、衛生兵の彼は負傷した兵士の手当を済ませ、義父達の見守る中で亡くなった。義父は、3人の息子達を成人させ、母親を見送ったある日、家族に米山さんの話しをはじめた。今までほとんど話さなかった戦争の話。米山さんの遺体を焼いて遺骨を日本に送った事。「米山君に逢いたい」と。私はこの頃しきりと義父を思

い出す。自分のやるべき事を果たすまで胸の奥にじっとしまい込み、誠実に生き抜いた義父。米山さんの墓前に線香を手向け「やつと会いに来たよ」と語りかけた時、突然スコールの様な雨となった。ぬれながら天を見詰める義父の傍らで主人も一緒に泣いたという。義父は82歳で私共の前から風のようにひとりで逝ってしまった。あの日、義父はやつと、終戦を迎えたのだと思う。



思い掛けない“突発性”の体験から

静になろうとしている私もそこに見えた。

何となく左耳に違和感を感じつつも、生活に支障がなかったから、気に留めなかった3月のある朝のこと。アクシデントがおこる。

先ず携帯が鳴っているのにその場所がわからない。眼でいう「視角」によって距離が決まるのと同様、片方しか聞こえないと、方向・方角が定まらないことを気づかされる。次に出勤途中の車中、いつもならラジオは前から聞こえる声、その朝は右ドアから聞こえてくる。更に、左でだめな電話も右にかえると大きな声が返ってくる。「えらいこつちや、左耳が聞こえない！」

そして、自分が音の世界から遮断される生活となるかもという不安・恐怖と共に、周囲から孤立し、これまでと違った不自由な生活を余儀なくされるかも知れないという畏れが、一気に頭の中を駆け巡ってくる。まさにパニックで、右往左往している自分に驚かされた。一方、「いや、片方は聞こえるのだから大丈夫」と自分に言い聞かせ、冷

日常生活の中で、障害のある人に出会った時、その人の切なさや苦勞、境遇を理解しようとしてきた自分であったが、今回の体験から、自分の愚かさ、ふがいなさと共に、違いを共感しあうことはそうたやすいことではないことに気づかされた。頭(知)でわかっている心(心情)では別のことを感じてしまう自分。知と情の距離、これを縮めるには真摯な研鑽、努力しかないのだが、まだまだ“途遠”しかな。

人権同和教育推進員 小林忠三

すてきな仲間

野草に親しむ会

代表 相澤由美子

野草に親しむ会は、発足20年を迎えました。中込地区館の学習グループです。自然そして植物に興味を持つ大勢の人達で地域の交流を深めています。講師に植物に関して造詣が深く安心して何でも質問できる中山溯先生をお迎えし、ご指導していただいております。4月から11月まで、年間8回の予定で、県内・隣接する県外の野山で、植物の名前、生態を学んでいます。



行きの車中「野に咲く花のように」の曲を流し、まずは、イメージトレーニングからです。足元に気を付け、目で植物を見、耳で先生の説明を聞き、頭で理解、内容を手を使いメモを取る、充実した1日を過ごします。帰路睡魔におそわれ、目をさますと記憶が薄れてしまいますのが難点ですが…

4月に計画しました、南牧村六車地区の、10万本ともいわれるカタクリの群生地では、かがり火のような美しい花姿に歓声でした。又、アズマイチゲの花をはじめ、何種類もの芽吹き、開花を観察したなかで、イタヤカエデの花に遭遇しましたのは、感激でした。

今年は1行程で、5種類の草花の名前を取得する目標を立てました。健康に留意し、自身を肥やし、仲間同士で、植物の名前が、飛び交う事を夢んでいます。



佐久市の県指定文化財

12

県史跡

「根井氏館跡」

(根々井大塚地区)

県史跡「根井氏館跡」(根々井大塚地区) 正法寺を中心とした150m四方ほどの地域が、木曾義仲の武将根井行親の館跡であるとされている。

東方にある根々井には、現在も中世的な町割りを残し、字「居屋敷」に政所・政庁、「市坂」に交易市場の名残りとどめている。

根井氏は滋野党望月氏の支流で、望月牧が衰え、経済の基盤が牧場から平地に移ったところ、大井荘の荘司(荘園の領主の命を受けて、その荘園を管理した職)に起用され、農耕に恵まれたこの地帯に居住して栄えた。木曾義仲は挙兵にあたり、信濃各地に強大な実力をもっていた滋野氏一党を頼み、根井行親を主力として平氏追討の大業をなしたとされている。

なお、正法寺は、一説には行親の開基といわれているが、寺伝によれば、祈願寺とされている。境内にある石造多層塔は根井行親の供養塔(市有形文化財)と伝えられている。

参考資料 1. 「根井行親と館跡」 菊池清人 昭和46年
2. 「根井大弥太行親伝」 平林富三 昭和49年



お問い合わせ 文化財課

佐久市志賀5953

☎68-7321

瀬音

そろそろ来る頃かと2階のベランダに出てみると、子どもたちの声が次第に近づいてきた。青田を隔てた向うの道を集団登校の小学生が1列に並んで通っていく。

1年生はランドセルがすっかり板についた。先頭の上級生は列が乱れそうになると下級生に声を掛けるなど、何かと気遣いながら引率していく。集団登校の縦割り関係のなかで教えられたり気付いたりしたものであるうか、年長者としての自覚や責任感また、思いやりといったものが感じられてほほ笑ましい。

今、地域の高齢者が地域の子どもたちの安全確保に一役買ってくれ、車にステッカーを貼ったり、毎朝通学路に立つなど、「子ども見守り隊」として地道な活動をされている。ありがたいことだと思う。たぶん、この時間帯には交差点の辺りに立ち子どもたちの来るのを待っていてくれることだろう。

もう、ここからは見えなくなってしまうが、集団登校の小学生から今朝も元気をもらって1日が始まるのである。

(編集委員)

地域公民館連絡協議会総会開催

平成24年度佐久市地域公民館連絡協議会定期総会が、5月27日に160人の地域公民館長らが参加して佐久市研修センターにおいて開催されました。

総会では、役員・理事の紹介の後、平成24年度の活動の基となる事業計画・予算などが審議され、それぞれ承認されました。

総会終了後、それぞれ地元で活動している駒込地区歴史保存会・望月小唄保存会の皆さんの舞台発表がありました。

平成24年度の役員体制は次のとおりです。(敬称略)

会長		副会長		〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃	〃
----	--	-----	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

泉団地	洞源	地家	大沢下町	大沢中町	大沢上町	大地堂	大沢新田	中込地区	杉ノ木	石神	権現堂	中央区	前林	三石	三家	佐太夫町	橋場	中込新町	西耕地	瀬戸中	瀬戸東	瀬戸南	北耕地	平賀新町	太田部	常和南	常和北	荒家	北口	平賀下宿	平賀中宿	アヴェニユー	平賀上宿	松井
眞保秀幸	片井文夫	阿部守	吉岡徹	武者睦雄	武者建一郎	鷹野邦治	小林千明	黒田	長坂貴内	小林昭三郎	荒井信明	竹内幹郎	上原利三雄	柳澤悌二	古館寛美	雫田光明	中島健吾	土屋一隆	荻原武治	小須田純一	土屋昇	青木則明	土屋薫	阿部春男	井出安治	鈴木浩	青柳正紘	小林悦雄	井出隆	江元啓好	佐々木謹司	山崎正弘	中沢一由	丸山利近
町下	町中	町上	朮水	中村	相立	苦水	大月	東地区	東地	西地	安原	紅雲台	伊勢林	駒場	新子田	五十貫	志賀上宿	志賀中宿	志賀下宿	駒込	丸山	宮代	川原宿	田口中町	下町	大奈良	上中込	清川	三分	本郷	新田南			
小間沢裕	小林正樹	小林敬典	竹花磨古刀	市川義明	吉田仁之	上原正明	池田実	有吉康彦	清水一成	原亨	茂木恵	中島光徳	後藤孝次郎	大山信也	中條勝良	桃井省蔵	工藤博隆	宮沢伊佐務	並木康夫	小平嘉之	小林透	依田栄一	根塚一雄	中沢友之	大工原辰男	秦芳明	篠原隆治	堀口幸彦	佐藤重利	友野登				
新田北	三反田	竜岡	下越団地	赤谷	入沢	三条	十日町	岩水	湯原	湯原新田	上小田切西	上小田切	中小田切	北川	下小田切	泉ヶ丘	横山	勝間	城山	城下	宮本	稲荷	中央	臼田中町	住吉	伊勢	旭ヶ丘	諏訪	上荒	中荒	下荒	美里		
高橋年春	清水主敏	浅川慎太郎	齋藤由紀	井出恒雄	木次稔幸	依田勝雄	佐藤正範	有井忠雄	三浦範夫	土屋一成	篠原勝	市川宜角	油井太郎	酒井徳治	竹岡正紹	萩原利治	萩原勝實	高橋武男	油井和彦	小林俊雄	橋本秀昭	竹内順一	市川裕康	井出正好	遠藤修	植木重治	山下俊幸	牧野守道	田島一秀	樋田文男	井出秀男	小出員稔		
浅科地区	塩名田	御馬寄	駒寄	上原	中原	下原	八幡	矢嶋	御牧原	長坂・城下	東町	八千代町	神田・末広町	金井町	栄町	昭明町	本・上本町	西町・県町	古宮	御桐谷町	吹上町	印内	印内原	茂田井	観音寺	御牧原	百沢	牧布施	入布施	式部	中居	雁村		
丸山良平	吉田茂男	山浦恒雄	土屋一郎	中澤好友	清水芳彦	松田透	小泉淳	松田政夫	遠山武	佐藤節子	大塚雄一	白田忠道	川中子美幸	窪田光男	関口信幸	相賀達郎	小沢茂久	中澤靖	笹澤茂樹	山浦由美子	加藤猛義	安嶋淳一	武重有正	相良国明	笠井直幸	山浦喜三郎	土屋庄二	内藤好宏	飯嶋光俊	篠原順一	小松聡	箕輪健		
大木	中石堂	東長者原	長者原	一の原	藤巻	下の宮	善郷寺	高橋	北春	上新	金井	大西	向反	竹の城	新田	湯沢	新町	三明	宮ノ入	茂沢	入新町	岩下	入片倉	堀端	片倉	比田井	天神	協東	高呂	大谷地	協西	小平	三井	
村上寿美枝	坂田実	小松幸寿	篠原貴美一	古沢一義	飯沼純	上野幸廣	小松崎忠彦	永井洋理	竹花雄三	武田公伯	阿部好正	春原正伸	穂川治稔	井出利章	小松昌義	湯田利隆	羽田徹也	今井宗夫	森原英之	萩原一茂	篠原勇一	佐藤勝雄	土屋芳明	平賀眞	市川倫生	佐藤政敏	桜井敬文	高橋朱巳	柳沢清	高柳弘	依田博明	吉沢親晴	細萱英雄	

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	◎ふる里再発見 ～佐久の歴史を学ぶ～ 佐久の城のしくみを学びましょう	① 7月10日(火)10:00～12:00	浅間会館	教育委員会職員	<参加費>無料 <持ち物>筆記用具
	◎夏休み 環境浄化液づくり教室 環境浄化液ってどんなものだろう？ その答えはできあがってからの楽しみ!!	7月28日(土)9:30～11:30	浅間会館	依田豊先生	<参加費>300円程度 <持ち物>500mlのあきペットボトル（ふたつき）タオル <定員>10組
	◎自然探索 ～柵池自然園を訪ねて～ 季節の花たちに会いに行こう	8月8日(水) 6:50浅間会館集合 バスで移動 18:00帰着予定	柵池自然園	中山冽先生 佐藤文一先生	<参加費>5,000円程度（バス代・入園料・ゴンドラ代・保険料等） <持ち物>昼食、水筒、敷物、雨具、帽子 <服装>活動しやすい服・靴 <定員>41名 *申し込みは7月9日(月)AM8:30～個人ごとにお申込みください *詳細は後日参加者に通知します
	◎トールペイント教室 全2回 ハウス型小物かけ作りにチャレンジ。2回で1作品を仕上げます。	① 8月30日(木)13:30～16:00 ② 9月13日(木) "	浅間会館	高野ひろ美先生	<参加費>1回 1,000円程度 <持ち物>筆記用具・筆を洗う用器・エプロン <定員>8名
野沢地区館	◎家庭菜園教室（全10回） 安心・安全・新鮮な野菜作りをしましょう 1回のみの出席も可	⑤ 7月9日(月)9:30～11:30 ⑥ 7月23日(月) "	野沢会館	佐久浅間農協 農地コーディネーター	<参加費>無料 <持ち物>筆記用具
	◎男性料理教室 魚のさばき方と酒のつまみ作り 男性にもできます	9月2日(日)9:30～13:00	野沢会館	道上一雄先生	<参加費>800円程度 <持ち物>エプロン
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	④ 7月5日(木)9:30～11:30 ⑤ 8月3日(金) "	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
	◎石尊山登山 標高1667mの石尊山に登ってみませんか	① 7月27日(金)18:30～20:00 （事前説明会） ② 8月4日(土)6:30～16:30 （登山）	中込会館集合	佐久アッセント クラブ	<参加費>100円（保険料他） <持ち物>昼食、雨具他 <定員>23名（小学4年生以上） *詳細は後日参加者に通知します
	◎親子Myパン作り クリームなどを使ってどうぶつパンなどを作りましょう	8月7日(火)9:30～13:00	中込会館	内田すみ江先生	<参加費>1人300円 <定員>18名 <持ち物>エプロン・三角巾 ※大人のみの、子どものみの参加も可
	◎子育て楽しみ隊（全4回） 素敵なバステル画を描いてみませんか	② 8月8日(水)9:30～11:30	中込会館	小林千恵子先生	<参加費>1人400円 <定員>16名 <持ち物>おてふきタオル（汚れてもよいもの） ※親子・大人のみの・子どものみの参加も可（子どものみの場合小学4年生以上）
	◎楽しくクッキング（全4回） 夏の食卓に彩りを添えましょう	② 8月23日(木)9:30～12:00	中込会館	中村美登里先生	<参加費>500円程度 <持ち物>エプロン 三角巾 <定員>24名
	◎佐久から世界へ翔けた人達（全2回） 丸岡秀子の生涯をたどります	① 8月29日(火)9:30～11:30	中込会館	佐々木都先生	<参加費>無料 <定員>20名
東地区館	◎わくわく家庭菜園（全10回） ⑥夏期における野菜の栽培管理 ⑦秋野菜の種まきと栽培管理 ⑧秋野菜の栽培管理	⑥ 7月2日(月)9:30～11:30 ⑦ 8月6日(月) " ⑧ 8月27日(月) "	東会館	佐久市宮農 支援センター	<参加費>無料 <持ち物>筆記具
	◎Men'sクラブⅠ ダッチオープン キャンプで大活躍する魔法のお鍋	7月21日(土)9:30～12:30	東会館	アウトドア料理の 達人	<参加費>600円程度
	◎親子陶芸教室①② 夏休みにすてきな作品を作ろう！ ①土をこね形づくり ②色づけ・釉薬かけ	① 7月27日(金)9:30～11:30 ② 8月10日(金)9:30～11:30	東会館	城田領先生	<参加費>600円程度 <服装>汚れても良い服装 保育園児は保護者同伴で。

※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。

■東地区館 ☎67-2545 ■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	◎初心者パソコン教室 基礎から丁寧に教えます！	①8月4日(土)9:30～11:30 ②8月11日(土)9:30～11:30	佐久情報センター	佐藤修二先生	<参加費>200円程度 <持ち物>筆記具
	◎故郷学習 「東地区を知る②～坐禅～」 暑い夏、心を鍛えて涼しく過ごそう！	8月8日(水)9:30～11:30	雲興寺	箱山弘文住職	<参加費>無料
臼田地区館	◎飯ごう炊さんと星の教室 飯ごうで夕食づくりに挑戦！ その他、レクリエーションや花火、星の観察とお楽しみが盛りだくさん！	7月21日(土)15:00～21:00	うすだスタードーム	高橋さい子先生	<参加費>実費負担 <定員>親子10組まで ※詳細は後日参加者に通知します
	◎ふれあい陶芸教室（全3回） 夏の思い出に自分だけのオリジナル作品をつくってみよう！ 作品の制作～色つけ～作品発表会	①7月22日(日)9:00～12:00 ②8月19日(日)9:00～12:00 ③8月25日(土)9:00～12:00	あいとびあ臼田 " "	沖浦卓夫先生 " "	<参加費>600円程度 <定員>20名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎高山植物ウォッチング 峰の茶屋→白糸の滝→竜返しの滝→小瀬緑の中、川のせせらぎを聞きながら歩いてみませんか	7月28日(土)7:40～16:30	信濃路自然歩道	井出良二先生 村山博先生	<参加費>200円（保険料・有料道路代等含む） <持ち物>昼食・飲み物・雨具 <定員>45名 ※申込受付7月2日(月)より 詳細は後日参加者に通知します
	◎佐久を知り隊！ 鎌倉時代に栄えた荘園領主伴野氏館とその城下町散策＆前山城に登ってみよう！	8月29日(水)10:00～15:00	伴野城と前山城他	教育委員会職員	<参加費>100円 <持ち物>昼食・飲み物・雨具 <定員>25名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎浅科元気広場 夏休みの思い出に、お父さん・おじいちゃんと一緒に作ってみましょう。家族にはおいしいお土産付きです ペットボトルでロケット作りなど・・・	8月4日(土)9:30～14:00頃	浅科会館	森泉恒男先生	<参加費>1組500円程度(昼食等材料費) <持ち物>あれば炭酸飲料が入っていた空の350ccペットボトル3本 ・申込は7月31日まで
浅科地区館	山本文彦先生一日絵画教室 参加者募集のお知らせ 芸術院賞・恩賜賞を受賞されました、山本文彦先生をお迎えして、下記の日程により1日絵画教室を行います。 大変良い機会ですので、大勢ご参加ください。 日 時 9月1日(土)10:00～16:00 (受付9:30～) 10:00～12:00 [小・中学生の部] 場 所 交流文化館浅科ホール 参加費 一般参加者 2,000円 高校生 500円 中学生以下 無料				
望月地区館	◎家庭菜園講座 ～新鮮で栄養タップリな野菜を食卓に～ 各種野菜の生育診断・夏季管理	7月12日(水)9:30～11:30 8月9日(水) "	観音峯活性化センター	観音峯活性化センター職員	<参加費>無料 <持ち物>筆記用具
	◎愛唱歌合唱・うたごえホール ～童謡、唱歌、最新の歌などを楽しく歌いませんか～	7月18日(水)13:00～15:00 8月22日(水) "	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>無料
	◎家族の笑顔が一番 「しあわせクッキング」 お手軽パン・コーンスープ・夏野菜料理	7月18日(水)9:30～13:00	駒の里ふれあいセンター講習室	内田すみ江先生	<参加費>600円程度 <持ち物>エプロン、三角巾
	◎草木染体験教室（全4回） 身近な植物を染料にして挑戦してみよう	7月26日(水)13:00～16:00 8月23日(水) " 9月27日(水) " 10月25日(水) "	駒の里ふれあいセンター講習室	望月多恵子先生	<参加費>1回1,000円程度(材料費) <持ち物>エプロン、三角巾、筆記用具 <定員>15名
	◎もちづき子どもまつり ゲームあり、えんそう会あり、パネルシアターありの楽しいおまつりだよ！お友だちやかぞくをさそってきてね。 かき氷・スイカもあるよ！	8月5日(日)9:30～16:00	駒の里ふれあいセンター	望月育成会	<参加費>無料(一部有料のもの有り) <対象者>小学生以下は保護者同伴

※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



7月

「青少年の非行・被害防止全国強調月間」

今月末には、子ども達が待ちに待った夏休みが始まります。長期に渡る夏休みは、とかく気が緩み生活のリズムが乱れ易いものです。暑さに負けないで、各自の目標に向かって過ごして欲しいと願います。この休みを有意義に過ごすためにも一学期のまとめをしつかりして、家族皆が協力のもと計画に沿った夏休みにしましょう。

県警の資料によると、平成二三年度の県下の犯罪件数のうち、刑法犯認知件数は減少しています。ところが検挙件数に占める少年の比率は、四〇・一パーセントと増加しました。刑法犯少年の七割が初発型非行であり、依然として非行の中心にあります。

その中でも万引きが全非行の四三・九パーセントを占めています。万引きは犯罪です。他人のものを盗む「万引き」は法律で「刑罰」が定められている「窃盗罪」です。罪を犯せば責任を取る必要があります。それ相應の処分が待っています。自分自身を大切にすることが大事です。

●街頭犯罪とは

- ・車上ねらい
- ・自販機ねらい
- ・自転車盗
- ・オートバイ盗
- ・自動車盗
- ・器物損壊及び強制ワイセツ（街頭）の七罪種をいう。

●初発型非行とは

- ・万引き
- ・自転車盗
- ・オートバイ盗及び占有離脱物横領

青少年への“愛の声かけ”運動

青少年への“愛の声かけ”運動とは？

地域社会のかかわりが希薄化、地域の教育力の低下が論じられる中、日々の生活では、青少年の喫煙や深夜はいかいなど規範意識の低下を感じる場面が少なくありません。反面、このような青少年に対して声をかけて注意する大人を見かけることは極めてまれであり、見て見ぬふりをして黙認する大人の意識や姿勢が問題となっています。

一方で、電車やバスでお年寄りに席を譲ったり、地域美化活動等に積極的に参加するなど、立派な青少年も沢山います。

そこで、地域の未来を担う青少年に、周りの大人の誰もが温かなまなざしを向け、大人から進んで“あいさつ”や“声かけ”をし、積極的にかかわることを通して青少年の健やかな成長を支援していこうという運動です。

大人から進んであいさつをする、ほめる、叱る、認める、感謝する、考えさせる、注意する等、全ての大人が、様々な“声かけ”により具体的に青少年にかかわることができる“温かい地域環境づくり”をめざしています。

大人の責任

“今”地域の大切なものが
失われつつある
声をかけ合い あいさつを交わす
そんな温かな地域
過去のものとなったのか…
声をかけ合い あいさつを交わす
そんな温かい地域を
“今”子どもたちは求めている

知っていますか？

「家庭の日」

何かと忙しい今日、この頃。
せめて月に一度くらいは、
仕事を忘れて 家族みんなで、
のんびりと楽しく過ごす日が
あっていいじゃない？

こんな考えから『家庭の日』が
生まれました。
家庭は家族の集う“いこいの場”。
親子のふれあいを大切に、
なんでも話し合える『あたたかい
家庭』にしていきたいものですね。

毎月 第3日曜日は
「家庭の日」です

はじめよう！青少年へ“愛の一声”を…

地域の大人がそれぞれの立場で通勤途中や社会生活の中で出会う青少年に対して、自ら進んで温かな『愛の一声』をかけてください。

自らの過去を振り返り、叱られて反省したことや、子ども心にほめられて嬉しかったことなど、青少年の目線に立って、できる“声かけ”からはじめましょう。

【具体例】

- 近所、地域の青少年の名前を覚え、名前を呼んであいさつをする。
- 通勤途中などで顔を合わせる青少年に、進んであいさつの声かけをする。
- バスや電車等でお年寄りなどに席を譲った青少年を積極的にほめる。
- 地域の美化活動や奉仕活動に参加している青少年に感謝の言葉をかける。
- 仲間や相手にやさしくしたり、ルールをきちんと守っている青少年の行為を認めて温かな声をかける。
- バス、電車への割り込みや自転車の二人乗り、無灯火などの青少年に注意の声かけをする。
- 未成年者の喫煙を見たらやめるよう注意の声かけをする。
- 夜遅くまで遊んでいる青少年を見たら早く帰宅するよう注意の声かけをする。

としよ だか より

No. 31

図書館の

庭

から

36

米の生る草、

「イネ（稲）」

梅雨明けが待たれる頃となりました。水田には、稲がだいぶ大きく育っています。順調にいくと、8月中旬には、稲穂が見られます。

イネ科の一年草・穀物

インド、マレーあたりの原産。日本には、縄文末期までに伝わったと言われています。『古事記』には、日本は「豊葦原の瑞穂の国」、つまり、瑞々しい稲穂の実る国であると、記されています。

現在、アジア諸国など世界各地の熱帯・温帯では、オリザ・サチバ種が栽培されています。

宮沢賢治は、イネをオリザと学名を用いて表現しています。

なお、日本で栽培・生産される稲・米は、粳が丸く短い、粘り気のある日本型変種（ジャポニカ米）です。

神秘的な、イネの開花・受粉

8月半ば頃、よく晴れた日の午前中、開花し始めてから20〜30分後、開いた穎の基部に雌しべの柱頭が現れてきます。すると、雄しべの葯が裂けて花粉が散り、受粉が行われると、穎が閉じます。

小さい薄緑色の花なので目立



イネの出穂と開花



ちませんが、青い田が黄色い粉をまぶしたようにも見えます。穂全体の花の開花・受粉は、数日かかって終わります。

季語、稲の花、富の草（初秋）

どの家も飯食ふ昼や

稲の花（高浜虚子）

綿毛の花井手みなあふれ

そめにけり（木下夕暮）

わたった花が水面に落ちて、浮遊する様にも風情があります。

◎夏の暑い日、稲穂や稲の花に目を向けてみましょう。

（岩村田 依田 豊）



7月の
図書館
行事予定



中央図書館

■おはなしの会

対象 子どもから大人

日時 7月14日(土)

午前10時30分〜

対象 園児・小学生低学年

日時 7月21日(土) 午後3時〜

対象 乳幼児

日時 7月12日(木)

(第2木曜日に変更)

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 7月28日(土) 午後3時〜

会場 中央図書館

■ジョージアさんの英語の本の読み聞かせ

英語がわからなくても大丈夫。ただ聞いて感じてください。

対象 子どもから大人

日時 7月7日(土)

午前10時30分〜

会場 中央図書館視聴覚室

問合せ 中央図書館

☎671-2111

白田図書館

ブック☆ブックお話の会

対象 子どもから大人
日時 7月21日(土) 午後2時〜
会場 白田図書館内

■星と宇宙のパネル写真展

日時 7月28日(土)〜8月16日(木)

会場 白田図書館

問合せ 白田図書館

☎821-3932

浅科図書館

■おはなしの会

対象 子どもから大人

日時 7月21日(土) 午前11時〜

会場 浅科図書館えほんのへや

問合せ 浅科図書館

☎581-4321

望月図書館

■一日図書館職員(小学生)によるものがたりふれあいトーク

対象 子どもから大人

日時 7月21日(土)

午後2時30分〜

会場 望月図書館視聴覚室

問合せ 望月図書館

☎531-0230

図書館休館日のお知らせ

7月2日(月)・9日(月)・17日(火)

23日(月)・30日(月)・31日(火)

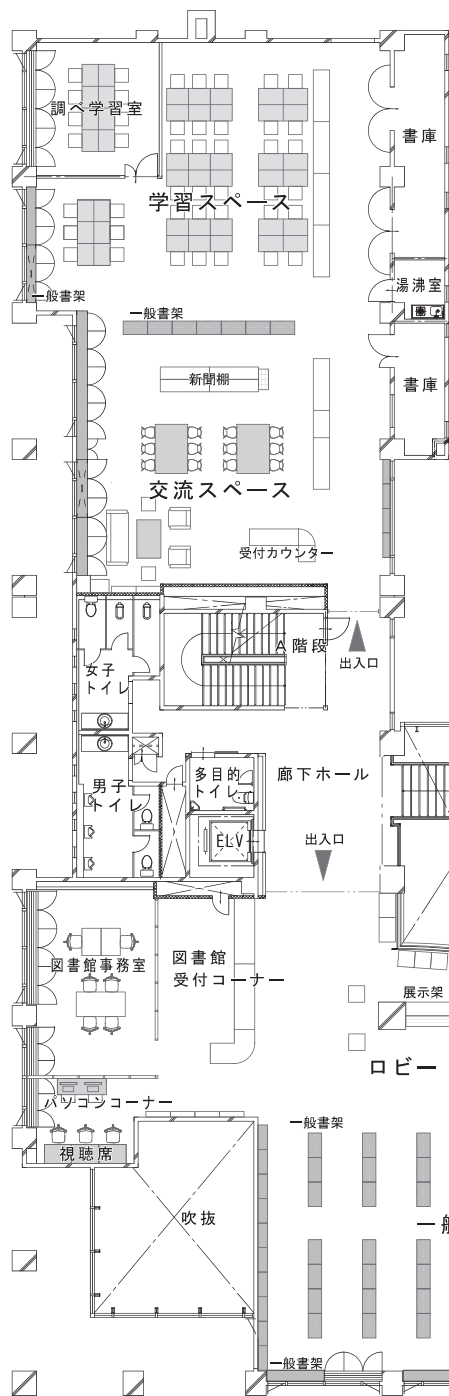
8月6日(月)・20日(月)・27日(月)

28日(火)

平成25年“春”移転します

「学び・集い・憩える空間」をコンセプトに!!

新望月図書館は、望月地区の情報文化センター、住民の交流の場・くつろぎの場となるおらが地区の図書館であるとともに、「駒の里望月」の歴史文化を広く外に発信できる施設を目指します。新図書館は新たに広く、明るい環境の中で、幅広い世代の利用者が本と出会い、学び、研究し、発見し、また交流の場として市民に親しまれる図書館を目指します。



児童コーナーイメージ

図書館の特色

新望月図書館は望月支所を中心にして、周辺には学校、商業施設、また、他の文化施設に隣接する環境に移転し、新たに住民の交流の場、くつろぎの場として市民の皆さまに親しんでもらえる図書館としてスタートします。施設内にはこれまでにない“授乳室”“朗読室”“交流スペース”、PC持ち込み可能な“調べ学習室”等、利活用が豊かな図書館創りを目指します。

新品目導入試験ほ場事業 「ミニトマト・ズッキーニ」の試験栽培について

佐久市新品目導入試験ほ場北農園で、平成24年度長野県の優良品種選定事業を受託し、ミニトマトとズッキーニの栽培試験を行っています。

ミニトマト6品種・ズッキーニ7品種を栽培比較していますので、試験ほ場へぜひお越しください。

ミニトマト	試験内容	品質性	ヘタがはずれにくい品種か
		耐病性	葉カビ病に対する抵抗性が強いかな
		収量性	収穫量が多いか
ズッキーニ	試験内容	品質性	品質が揃っているか
		耐病性	各種ウイルス病に対する抵抗性が強いかな
		収量性	収穫量が多いか

場所：佐久市新品目導入試験ほ場「F A T R I A 佐久 北農園」
(F A T R I Aとはイタリア語で農園を意味します)

●平成24年度 佐久古太きゅうりの栽培者募集について

昨年10月に、信州の伝統野菜として「佐久古太きゅうり」が選定されました。

佐久市営農支援センターでは、伝統の継承と新たなブランド化のために栽培技術を高め、信州の伝統野菜の選定の効果をいかすため、下記の条件を定めたくえで、希望者に苗の配布を行います。

平成24年度佐久古太きゅうりの配布・栽培条件

◇配布に関する条件

1. 種苗の再配布をしないこと。
2. 原則として販売を目的とすること。
3. 配布本数制限を五本以内とすること。（本数に限りがありますので、希望数の苗を配布できない場合があります。）

◇栽培に関する条件

1. 他のきゅうり品種との混栽をしないこと。
2. 栽培講習会に参加できる方。

上記条件を了承し、栽培を希望する方に対し、佐久市営農支援センターより苗の配布証明を付与し発行します。

◇申込期限 平成24年7月6日（金）まで

◇配布場所 佐久市新品種導入試験ほ場北農園（事前に申込みのない方には配布することはできません）

◇配布日時 平成24年7月10日（火）～12日（木）9：00～12：00（希望日時を申込みの際にお伝えください）

■お問い合わせ 佐久市営農支援センター（農政課内） ☎62-3203

佐久市ご当地パン「ごはんパン」の紹介について

～佐久市産のおいしいお米が、パンに变身しました～

市と市内の製パン業者などが連携し、佐久市産の米の消費拡大を目的として取り組んできた、「ごはんパン」が販売となりました。

「ごはんパン」はその名の通り、炊いたご飯を材料にしたパンですが、ご飯を使用したことにより、“もちもち感”と“ふわふわ感”がより一層増した新しい食感のパンとなりました。

佐久のお味噌やお惣菜など意外な食材とも合いますので、是非この機会に食べてみてはいかがでしょうか。

※ごはんパンの販売は、下記の製パン業者で販売をしています。

モンドウル田村屋	佐久市中込 2438	☎62-0463
栄重堂製パン	佐久市布施1440-1	☎53-2023
塩川ベーカリー	佐久市中込2021-2	☎63-5255
ベーカリーテラス ポアン	佐久市佐久平駅北23-1	☎66-7773

田んぼ生まれ・パン屋育ち



●ごはんパンシール●

■お問い合わせ 農政課 農業生産振興係 ☎62-3203（直通）

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、再生作業（草刈、雑木の抜根、耕起、整地等）をすれば、農地として利用できる耕作放棄地を、確認しております。

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、国の「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。

農業経営の拡大等を目的に、耕作放棄地を再生利用する際は、この交付金の活用をご検討ください。

＜実施要件＞

- ①農地の貸借（利用権設定等）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。
- 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の農地も補助対象となり得ますので、ご相談ください。
- 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。

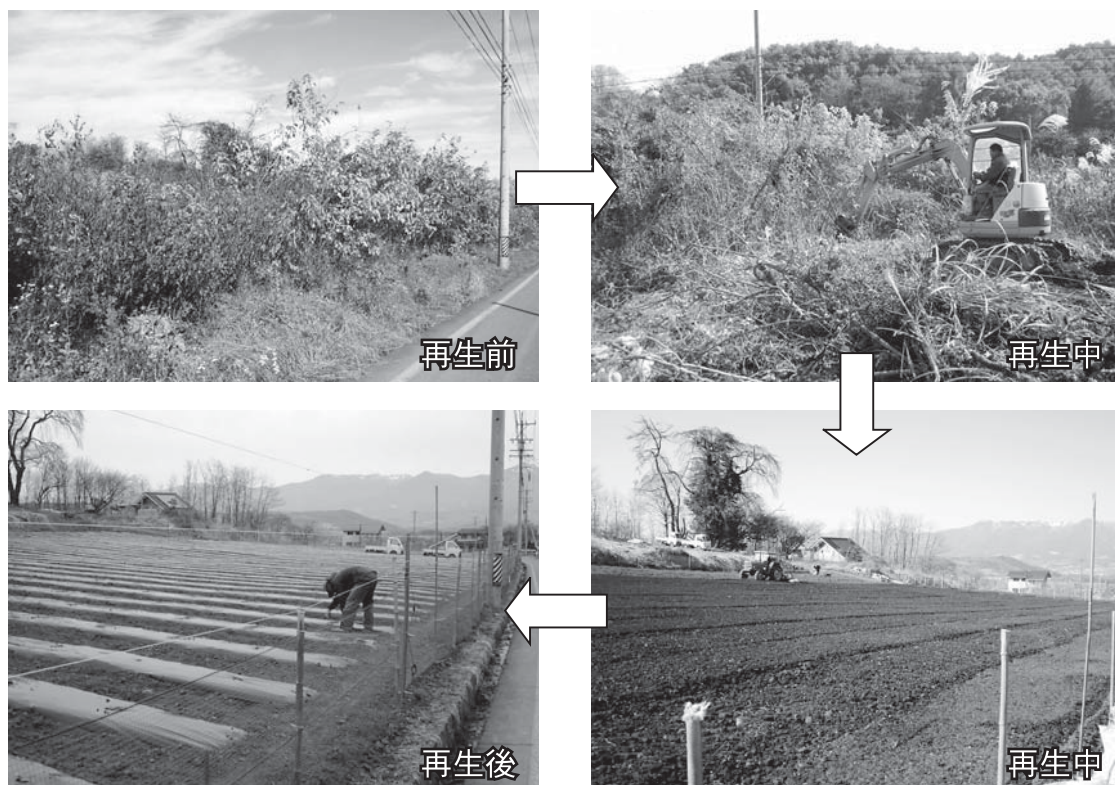
＜支援内容＞

- ①再生作業（障害物除去等および土づくり）
…定額支援 10aにつき50,000円（取組初年度に限る）
…重機作業を伴う場合等 補助率 1/2 以内
- ②土壌改良（土壌改良剤等の投入、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）
- ④施設等の整備に関する助成（再生農地で使用する農業用施設、水路・農道の改修等に限る）
…補助率 1/2 等

※原則的に事前着工は認められません。申請後、市の交付決定を受けてから着工してください。

なお、申請の締め切りは毎月10日となっています。

事務処理上、締め切りの1週間前までにはご相談ください。



■お問い合わせ 農政課 ☎62-3203（直通）または 各支所 経済建設課

アメリカシロヒトリの早期駆除のお願い



アメリカシロヒトリは、6月中旬から7月下旬（第1化期）にかけてと、8月中旬から9月下旬（第2化期）にかけての年2回発生します。

アメリカシロヒトリが発生した場合、放っておくと樹木の葉を全て食べつくし、家の中へと侵入する恐れもあります。

この時期には、常に庭や畑などを見回り、早期駆除するよう心掛け、被害を最小限に抑えましょう。

ご家庭の庭や畑などの樹木に発生したアメリカシロヒトリの駆除は、所有者および管理者により実施するようお願いいたします！

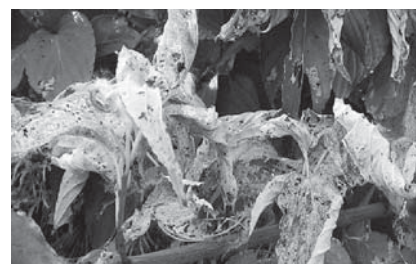
※市では駆除を行っておりません！

◆巣の見つけ方と駆除方法

- ・アメリカシロヒトリは落葉樹（桜、くるみ、梅、桑など）をはじめに多くの種類の樹木に発生します。
- ・ふ化して約10日間は葉の中にクモの巣状の巣を作ります。
- ・葉の裏側を食べるため、葉が網目のように透き通ります。
- ・クモの巣状の巣網を作っている時期は、被害にあった枝葉を切断し、踏み潰すか焼却処理します。

※焼却をする際は、周囲に迷惑のかからないよう十分注意しましょう。

- ・発見や駆除が遅れ、巣から虫が分散してしまったときは、薬剤散布駆除が有効です。



注意！ 薬剤駆除はあくまでも最終手段です。幼虫が巣網にいる状態で散布しても巣網が薬剤をはじいてしまうため、効果が期待できません。巣の中にいる状態で農薬を使用する場合、薬剤が幼虫までかかっていることを確認しましょう。

また消毒の際は無風または風の弱いときを選ぶなど、周辺環境に十分注意し、農薬用マスク、保護メガネ等の防護装備を着用し安全な散布を心がけましょう。

◆防除機械の貸し出し

区が区内で共同防除を行う場合のみ、市役所および各支所の農政担当窓口において無料で貸し出します。申込時に機械の貸出状況をご確認ください。貸出時には、作業従事者（3～4名）および機械運搬車両（軽トラック等）のご配意をお願いします。

※なお、機械の燃料代、消毒に使用する薬剤および、万が一機械を破損させた際に要した修理費は借受者の負担となります。

◆近隣でアメリカシロヒトリが発生した場合

原則として発生した箇所の所有者や管理者に駆除していただくこととなります。空き家等になってしまっていて所有者がわからない場合には、下記までお問い合わせください。

◆自己駆除が困難な場合

自分で駆除できない場合には、最寄りの消毒業や造園業などの薬剤駆除ができる業者に直接お問い合わせください。

■お問い合わせ 農政課 ☎62-3203（直通）または各支所 経済建設係

国民年金の保険料免除制度の 申請手続きを！

平成24年度分(平成24年7月～25年6月)の免除・納付猶予の申請受付が7月から始まります。

- 経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により前年所得などを審査し承認を受けると、その期間の保険料の全額または一部が免除・納付猶予になります。
- 保険料の免除や猶予を受けず保険料が未納の状態、万一、障害や死亡といった不慮の事故が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。
- 手続きに必要なもの
 - ・年金手帳または基礎年金番号通知書、基礎年金番号がわかるもの(納付書など)
 - ・認印(本人が署名する場合は不要です)
 - ・失業などを理由とするときは、雇用保険被保険者離職票・雇用保険受給資格者証等(公的機関が発行する証明書)のコピー

※ 任意加入被保険者の方は対象外です。

※ 学生の方で国民年金保険料を納付することが困難な場合には「学生納付特例制度」をご利用ください。学生納付特例の申請には、在学が証明できるもの(在学証明書・学生証の写し等)が必要です。

免除・猶予は未納より有利です！！

① 老後の年金に反映

免除・猶予・特例のすべてが、老齢基礎年金を受給するための資格期間に反映されます。

② 老後の年金額に一部算入

老齢基礎年金額を算出する際に、免除期間は減額されますが、計算に入れることができます。猶予・特例は入りません。

いずれの制度も10年以内であれば後から納めることができます。ただし、2年を経過した分については、当時の保険料額に加算金(利息)がつきます。後から納めれば、当時納めていたのと同じ扱いになり、老後の年金を満額に近づけることができます。

③ 障害・遺族基礎年金も保障

免除・猶予・特例のすべての期間を、障害基礎年金と遺族基礎年金を受給するための資格期間に入れることができ、満額が保障されます。

【免除・猶予の納付額】

免除・猶予の種類	納付額(月額)
全額免除	—
3/4免除(1/4納付)	3,750円
半額免除	7,490円
1/4免除(3/4納付)	11,240円
若年者納付猶予(30歳未満)	—
学生納付特例	—

納め忘れにご注意ください。

承認を受けても、全額免除以外の方は減額された保険料の納付が必要です。納め忘れると未納扱いとなってしまいます。

手続きは市民課または各支所 市民福祉課で受け付けています。

■お問い合わせ 市民課年金係 ☎62-3093(直通)
小諸年金事務所 ☎0267-22-1080
日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

平成24年度 佐久市まちづくり活動支援金の 交付団体が決まりました



市民活動団体の公益的な活動を支援する目的で「佐久つと支援金事業」および「駒の里過疎対策プロジェクト支援金事業」を募集したところ、6団体から応募があり、4月19日、佐久市協働のまちづくり推進会議による公開審査会が開催されました。市では、公開審査会の結果報告に基づき、次のとおり支援金の交付団体を決定しました。

事業区分	事業名 団体名	活動内容の概要
佐久つと支援金事業	いきいき中央センター『はらっぱ』 佐久市中央商興会 会長 柳澤潔	商活動を中心とした人の交流を行い、中込中央区の活性化を図るため、賃貸借した空き施設を利用し、地場産の青果や、衣料、食料品等物品の販売を行う。 平成24年度は、ボランティアも参加して高齢者等の買物弱者を手助けする「買物助け隊」の活動に力を入れ活動していく。 さらに、高齢者等の生活弱者への支援として、庭の手入れ・掃除等、要望に応じて試行実施し、『はらっぱ』を軸に地域の支援の輪を広げ、住民がいきいきと生活できる社会の構築の一助となりたい。
	住民、事業者が響き合う健康で元気な魅力ある商店街づくり うすだ美図 会長 小山伊知郎	佐久総合病院を核としたまちづくりを進めてきた臼田地区であるが、人の往来の減少に合わせ、地域コミュニティ活力の低下が危惧されている。ここに暮らす住民と地域の様々な団体とがふれあい、連携し、交流する拠点を設置し、共に響き合う元気な街づくりを目指す。 地元の臼田高校生は、街づくりの良き担い手である。連携し活動することで一緒に臼田地域を考えることができる。 事業者、高校、佐久総合病院と地元住民の顔の見える交流を深め、世代と分野を超えた地域コミュニティ活力のアップを図りたい。
	ほたるの里志賀復活事業 ほたるの里志賀実行委員会 委員長 飯田和正	地域住民が河川清掃など環境保全に努めてきた結果、志賀地区では自然発生するほたるが増えつつある。 昔のように群舞する「ほたるの里」として復活を目指し、地域に定着させることでイメージアップを図る。 夏にはほたる祭りを開催し、写真や俳句の会等、タイアップできる各種団体と連携することにより、他分野との交流を活性化させるなど、魅力ある地域づくりに貢献したい。
駒の里過疎対策プロジェクト支援金事業	天来書学普及事業 特定非営利活動法人 未来工房もちづき 理事長 吉川徹	「現代書道の父」と呼ばれる比田井天来生誕の地に、平成18年より天来自然公園を整備、これまで石碑や筆塚を建立してきた。最近では、全国の書家、研究者、書愛好家が訪れており、来園者も増加してきている。 高齢者・障害者等の来訪を容易にするため、平成23年度には、公園内を周遊できる遊歩道を整備した。そして今回は、公園を訪れるための案内標識および地図付き案内板を設置するとともに、車が入れる道を整備し、来園者にとってより親切な公園となることを目指す。 佐久市から、書鑑賞の楽しさを発信し、全国に誇れる「書の街づくり」を進めたい。
	合唱組曲「望月の駒」の伝承と演奏活動 望月の駒を歌う会 会長 高橋隆治	佐久地方の民話「望月の駒」を題材にした合唱組曲「望月の駒」を歌い継ぎ、多くの人に望月や佐久地域の文化と伝統を伝え広げていく。 平成24年度は、隔年の定期演奏会が無いため、学校や福祉施設等での演奏を重点的に実施する。合唱組曲「望月の駒」の演奏を聴いてもらうことによって、地域の歴史・文化に興味を抱き、地元を大切にすることが育まれる。 様々な施設で演奏活動を行い仲間を増やしながら、合唱を通じた人とひととの交流の場を広げていきたい。
	望月城跡整備事業 特定非営利活動法人 望月まちづくり研究会 理事長 竹内健治	望月城跡は、望月地域にとって重要な資源であり、歴史的価値を次世代に伝承していく必要がある。 城跡を訪れる人に親しみと興味を持ってもらうため、地域住民を中心にPR・整備活動を行ってきた。 平成24年度は、悪路改修と誘導の明確化の目的で景観に配慮した遊歩道整備を進め、また、城跡の案内板を設置し、来訪者にやさしい整備を行う。 この活動を通じ、ボランティア活動の活性化や意義を伝えながら、地域への愛着感を育み、まちづくり意識の高揚を図りたい。

■お問い合わせ 広報広聴課 市民活動係 ☎62-3075（直通） FAX63-1680
Eメール shiminkatsudou@city.saku.nagano.jp

平成24年度 結核・肺がん検診(胸部レントゲン検診)のお知らせ

下記日程のとおり、平成24年度結核・肺がん検診を市内の会場を巡回し実施します。結核健診・肺がん検診は同時に受けることができますので、次の事項をよくお読みいただき、忘れずに受診してください。

1. 対象者 ●結核健診は65歳以上の佐久市民の方（平成25年3月31日までに65歳に達する方を含みます）
●肺がん検診は40歳以上の佐久市民の方（平成25年3月31日までに40歳に達する方を含みます）
※肺がん検診を希望される方はあらかじめ健康づくり推進課・各支所市民福祉課までお申し込みください。

- 【受診できない方】 ●妊娠中または現在妊娠している可能性がある方
●医療機関や職場で行う結核・肺がん検診を受けた方または受ける予定の方
●市が実施する検診で胸部X線・胸部らせんCT検査のいずれかを受けた方または受ける予定の方
●現在肺または胸部の病気で医療機関に通院中の方

2. 持ち物 ●肺がん検診を受診される方
①佐久市健(検)診受診券(市から届けられるオレンジ色の受診券を必ずお持ちください)
②肺がん検診受診通知書
③受診料金

	40～64歳	65歳以上
結核・肺がん検診	400円	200円
結核健診		無料

3. お願い ●ネックレス、湿布薬等は、外してきてください。
●髪の長い方は、束ねて背中にかからないようにしてください。
●無地のシャツ、下着でボタン、ホック、刺繍のないものであれば着たままで撮影できます。
●眼鏡が必要な方は、当日ご持参ください（受診票を記入していただくため）。
4. その他 ●検査結果については、肺がん検診はおおむね1か月程度でご連絡します。
●結核健診は再検査が必要な方に、おおむね1か月程度でご連絡します。再検査の必要のない方にはご連絡しません。
●都合の悪い場合は、他の会場または地区で受けていただいても結構です。

【臼田地区】

期日	会 場	時 間	対象地区
7/2 (月)	美里区公会場	9:00 ～ 9:30	美里・岳見
	住吉集会所	9:50 ～ 10:10	住吉・臼田中町
	コスモホール駐車場	10:30 ～ 11:10	泉ヶ丘・臼田勝間
	三分公民館	11:30 ～ 12:00	三分
	青沼会館	13:30 ～ 13:50	三条・十日町
	入沢集会场	14:10 ～ 15:20	赤谷・入沢・月夜平
	小林正信様宅前	15:40 ～ 16:00	岩水

【佐久地区】

期日	会 場	時 間	対象地区
7/3 (火)	猿久保東区公会場	9:00 ～ 9:30	猿久保・猿久保東
	相生町区旧公会場	10:00 ～ 10:30	相生町（一部）
	相生町区新公会場	10:45 ～ 11:10	相生町（一部）
	一本柳区民会館	11:30 ～ 12:00	一本柳
	横根区島原集会場	13:30 ～ 13:50	横根島原
	荒田集会場	14:20 ～ 14:50	荒田・小田井下宿
	西屋敷集会場	15:20 ～ 16:00	西屋敷

佐久地区（未掲載地区）、臼田地区（未掲載地区）、望月地区の日程については、今後掲載します

■お問い合わせ

健康づくり推進課 ☎62-3527(直通) 臼田支所 市民福祉課 ☎82-3115(直通)
浅科支所 市民福祉課 ☎58-2001(内線27) 望月支所 市民福祉課 ☎53-3111(内線128・129)

ペレットストーブを設置する方に補助金を交付します

市では、長野県の補助事業により、間伐材などの未利用資源をエネルギーとして活用し、地域材の有効活用を推進するとともに、地球温暖化防止や循環型社会に寄与することを目的に、住宅にペレットストーブを設置する方に補助金を交付します。

- 補助金額はペレットストーブの本体購入費用（限度額10万円）で、予算は4台分となります。
- 申請の受付は随時受付となります。
- 市の交付決定前の事前着工は認められません。
- ペレットストーブ設置後3年間はペレットの使用状況を報告していただきます。

詳細につきましては、市ホームページまたは担当係までお問い合わせください。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

夏の交通安全やまびこ運動が始まります！

7月19日(木)から7月25日(水)までの7日間

ジメジメした梅雨が明けると、いよいよ本格的な夏の行楽シーズンを迎え県内外から多くの観光、行楽車両が入ってくるほか、

○暑さにより集中力が低下し、注意力が散漫になる

○夏祭り、お盆などで飲酒の機会が増える

○夏の開放感から暴走行為や無謀運転が増える

などの要因が重なるため、交通事故が多発します。

こうした交通事故を防止するため、全県的に「夏の交通安全やまびこ運動」が展開されます。この機会に、家庭、職場、地域等のそれぞれの立場で、もう一度、交通安全について話し合しましょう。

。スローガン

信濃路は
ゆとりの笑顔と ゆずりあい

夏の交通事故を防止するためのポイント

●暑さから体が疲れやすくなるため、居眠り運転による交通事故が発生します。睡眠をしっかり取るなど、規則正しい生活に心がけましょう。また、概ね2時間に1回は休憩するように心がけ、運転中に眠気を感じたら、最寄りの駐車場で仮眠をとりましょう。

●地理不案内な観光車両が多くなるため、交差点での交通事故が多く発生します。家の近くでも油断せず、信号を守り、交差点での一時停止、徐行、左右の安全確認を励行しましょう。

●夏は、各地で夏祭りなどのイベントが開催され、何かとお酒を飲む機会が増えるため、飲酒による交通事故が多く発生する傾向にあります。

①飲んだら乗らない ②乗るなら飲まない ③乗る人には飲ませない

④飲んだ人には運転させない ⑤飲んだ人の車には乗らない

という「飲酒運転しない運動」を実践しましょう。

●開放感から暴走行為や無謀運転が多くなります。暴走行為を見たり、爆音を聞いたら警察に通報し、暴走行為を許さない機運を高めましょう。

●夜間の運転は周りが見えにくく危険です。スピードを十分落として運転しましょう。歩行者や、自転車は、車の運転者から見やすいよう、明るい服や反射材をつけ、自転車は必ずライトをつけましょう。

●夏季の期間は、集中豪雨など、突然に天候が変わる場合があります。

豪雨の時は、一時運転を中止したり、速度を十分に落とす等、安全運転に心掛けてください。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

悪質商法被害に遭わないために

◇悪質商法にだまされないための心得

訪問販売や電話勧誘等による悪質商法に係るご相談が多く寄せられています。

このような勧誘に対しては、被害にあわないように十分注意してください。

○「ハッキリ断る。」

相づちを打てば相手のペースです。「いいです。」「結構です。」という返事は、承諾しているととられかねません。「いりません。」「帰ってください。」等と言ってハッキリ断りましょう。

○「うまい話は、まず疑う。」

うまい話はそうそうこころがっていません。「あり得ない、うまい話に落とし穴」甘い誘いには十分注意してください。売り込むために、良いことしか言いません。

○「気軽に財産の内容を教えない。」

家族のことや懐具合を尋ねる業者は要注意です。見知らぬ業者に預金通帳を見せたり、印鑑を渡したりしてはいけません。

○「署名、押印はうかつにしない。」

今がチャンスという言葉にのせられ契約し、高額請求を受けてしまったというケースがあります。契約書面や領収書を交付しない悪質な業者がいます。代金は請求するが契約書をくれない業者は要注意。

○「迷ったら一人で悩まず、まず相談を」

相手の言うことを鵜呑みにして契約することは後悔のもと。困ったらことがあったら、できるだけ早く近くの消費者相談窓口へ相談しましょう。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

7/21 土

花と緑と動物

天候により日程の変更または中止になる場合があります。

入場無料

ふれあいフェスタ2012

午前7時30分～午後3時

会場

佐久平ハイウェイオアシス
平尾山公園

パラダ (南パラダ)

イベント情報

熱気球係留 (体験搭乗) 【有料】

午前7時30分～9時30分

1人1回2,000円／小学生以下500円

就学前の児童無料 (但し、保護者有料にて同乗)

気球から眺める緑豊かな風景をご覧ください。

※天候により中止になる場合があります。

オープニングセレモニー (開会式) 午前9時30分～10時

動物ふれあい広場 午前10時～午後3時

やぎ、ミニブタ、モルモット、ハムスター、うさぎなどのかわいい動物とふれあってみませんか。

愛犬のしつけ方教室

午前10時～10時30分／午後1時～1時30分

佐久家庭犬クラブインストラクターによる公開個別指導です。

風船で動物を作ろう【無料】

午前10時～午後3時

風船で色々な動物を作ってみよう。

おりがみで動物を作ろう【無料】

午前10時～午後3時

おりがみでどんな動物ができるかな。

ソーラーカーを作ろう【有料】 午前10時～午後3時

1人1個500円 (先着順)

ソーラーカーを作り、太陽光のエネルギーで走らせてみよう。

動物のお医者さんになろう 午前10時～午後3時

聴診器で動物の鼓動を聴いてみよう。

動物何でも相談 午前10時～午後3時

動物に関する悩み、聞きたいことがあったら相談してみよう。

動物の絵を描こう【無料／小学生以下】 午前10時～午後3時

会場内にいるかわいい動物の絵を描いてみませんか。

環境エコクイズ【無料】 午前10時～午後3時

イベント会場内の4ヶ所に掲示してある問題に答えていただき、全問正解者には景品 (先着順) を贈呈します。

動物の飼育者探し 午前10時～午後3時

動物の無償譲渡 (当日は展示せず、写真のみ掲示しますので、希望者は直接、提供者に連絡していただきます)。

花の苗を

先着300名様に無料配付します

フリーマーケット 午前10時～午後3時

家庭雑貨、生活用品だけでなく、掘り出し物が見つかるかもしれません。

ポニー・サラブレッドの乗馬体験【有料】 午前10時～午後3時

1人1回500円

意外と高い馬の背中から、いつもと違う眺めを楽しんでみませんか。

ハイウェイオアシス物産販売 午前10時～午後3時

花、野菜などの新鮮な地場産品を販売します。

災害救助犬実演 午前11時～11時30分／午後2時～2時30分

瓦礫の下に人が閉じこめられた場面を想定し、災害救助犬が探し出します。

森林セラピー体験 午前10時～正午

話題の森林セラピーで癒し効果を体験してみよう。



募集しています

◆無償譲渡していただける子犬を募集

7月21日現在で、生後3ヶ月以内の子犬を譲ってくださる方は、生活環境課までご連絡ください。

◆「愛犬のしつけ方教室」参加者募集

先着10頭で電話受付をします。(7月1日より受付を開始し、定員になり次第締め切ります。)

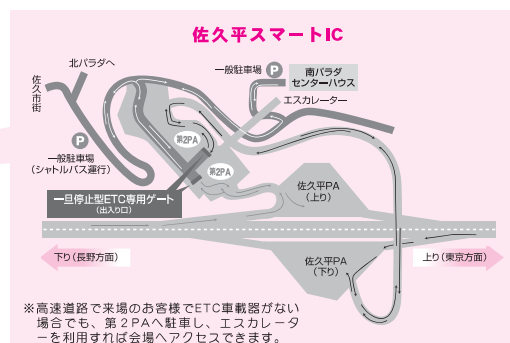
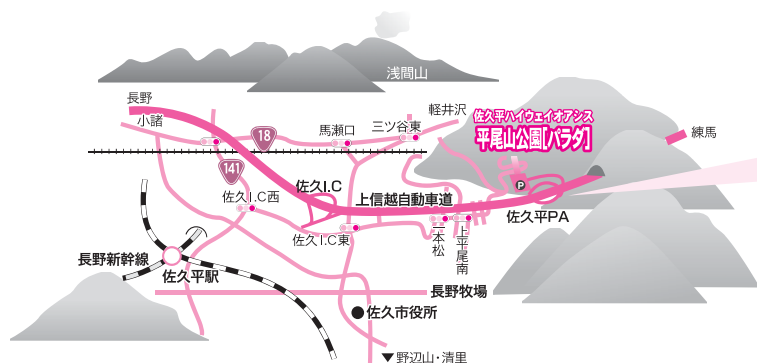
◆「森林セラピー体験」参加者募集

先着10人で電話受付をします。(7月1日より受付を開始し、定員になり次第締め切ります。)

◆「フリーマーケット」出店者募集

先着20区画で電話受付をします (出店料が1,000円かかります)。飲食物等の出品や業者の方の出店はお断りします。

なお、出店の申込および詳細につきましては佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」(☎67-8100)へ直接お問い合わせください。



■お問い合わせ 花と緑と動物ふれあいフェスタ2012実行委員会 (生活環境課内) ☎62-3094 (直通)

佐久市平尾山公園「昆虫体験学習館」からのお知らせ

「カブトムシドームがオープンします！」

■内容

佐久平尾山公園では、**7月7日(土)～8月26日(日)**まで、カブトムシドームがオープンいたします。高さ16mのドーム型観察施設内では、木々の間を飛び交う数百頭のカブトムシの様子を身近に観察することができます。入場無料。(ただし、ドーム内のカブトムシの持ち帰りはできません。)



夏の特別企画展「昆虫ジャイアンツ展」

■開催期間：7月21日(土)～9月9日(日)特別展開催中は無休 ■営業時間：9:30～18:00(9月3日(日)以降は17:00まで)

■料金(入館料)：大人200円、子供100円 ※子供は4歳以上中学生まで(15歳未満)。3歳以下は無料。

■内 容：世界中で最も種類数の多い生き物である昆虫の中には、信じられないくらいに巨大な種類もいるんだ。鳥のように大きな蝶、大人の手のひらほどもあるセミ、モグラみたいなゴキブリなんてのもいるから、気の弱い人はちょっと気をつけてね。もちろん世界一大きな生きているヘラクレスオオカブトも待ってるよ。

＜巨人「ゴライアス」の名前を持つ蝶＞



＜セアカフタマタクワガタ＞



＜世界最大ヘラクレスカブトの横顔＞



夏休み特別企画「世界のカブクワ大集合！」

■開催期間：7月21日(土)～9月2日(日) 特別展開催中は無休 ■営業時間：9:30～18:00

■料金(入館料)：大人200円、子供100円 ※子供は4歳以上中学生まで(15歳未満)。3歳以下は無料。

■内 容：アジア最強のコーカサスオオカブト、南米の重戦車アクテオンゾウカブト、世界最美のニジイロクワガタなど、世界中のカブトムシ、クワガタムシ十数種類が大集合！実際に生きている世界のカブトムシ、クワガタムシたちとのふれあい！見たことがあっても、さわった事がある子は少ないぞ！この夏休みは、昆虫体験学習館で、世界のカブクワとふれあい体験してみないか。

「ヘラクレス飼育教室」

■開催期間：7月29日(日)、8月5日(日) ■営業時間：13:30～15:30

■定 員：20名。先着順に受け付けますので、定員になり次第締め切らせて頂きます。

■料 金：2,000円(ヘラクレスの幼虫ほか飼育セット一式付：別途入館料がかかります)

■講 師：原沢農園「原沢勉」先生

■申し込み：昆虫体験学習館へ、電話、ファックスにて住所、氏名、年齢をご連絡ください。

■内 容：世界最大のカブトムシ、ヘラクレスオオカブトの飼育教室を開催します。ヘラクレスオオカブトの幼虫をはじめ、飼育セット一式つきですので、手ぶらの参加で大丈夫。ただのカブトムシの飼育とはどこが違うのか？教室に参加してマスターしよう！



「ペットボトルクラフト教室」

■開催期間：7月1日(日)、15日(日)、7月26日(日)より夏休み期間中は毎週木曜日(8月30日はお休みです)。

■営業時間：1日3回10:30、13:00、15:00。

◆定 員：20名

◆参加費：1,000円(材料費、指導料等すべて込み：手ぶらで参加できます：別途入館料がかかります)

■講 師：ペットボトルクラフト名人「北村昂(のぼる)」先生

*予約不要ですが、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

■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

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

佐久市緑の街づくりコンクール

● たくさんのご応募おまちしています! ●

◎佐久市緑の街づくりコンクール応募受付中

6月の広報と市ホームページでお知らせしていますが、今年度市では「佐久市緑の街づくりコンクール」を開催します。7月20日（金）まで応募を受け付けていますので、日頃から地域の緑化活動に取り組んでいる皆さんや、これを機会に緑化活動に取り組む意欲のある方等、たくさんのご応募をおまちしています。

◎地域緑化事業申請受付終了のお知らせ

4月2日から申請を受け付けていました地域緑化事業ですが、6月29日をもって今年度の申請を締め切りました。多くの皆さんに地域の緑化活動に取り組んでいただきました。ありがとうございました。活動状況等は市ホームページに掲載していますのでご覧ください。

■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424（直通）

シリーズ
公園紹介

「平成23年度植栽事業実施公園」

平成23年度に緊急雇用創出事業により下記の5公園にユリ等の植栽を行いました。

現在は、スカシユリや鹿の子百合が見頃をむかえていますので、公園を散策していただきながら、ご観賞ください。

✧さくうさく小径

鹿の子百合、スカシユリ、チューリップ、水仙

✧ふるさとの森公園

水仙、スカシユリ

✧稲荷山公園

スカシユリ、鹿の子百合、水仙

✧佐久良公園

鹿の子百合

✧皐顔公園

チューリップ



公園の紹介は、市ホームページからご覧になれます。

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

■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424

佐久市母子寡婦福祉会主催

「母・父と子の集い」バス旅行参加者募集

母子・父子家庭の皆さん、「母・父と子の集い」バス旅行にご参加ください。

日 時 8月4日(土) 望月支所 → 浅科支所 → 市役所(午前5時発)
場 所 東京ディズニーシー
募集人員 48名(申込順)
参加費 (バス代・ディズニーシーパスポート代・夕食弁当代 含)

年齢	母子寡婦福祉会員	会員外の母・父子世帯家庭
18歳以上	4,700円	7,000円
12歳～17歳	4,500円	5,500円
4歳～11歳	4,000円	5,000円
3歳以下	無 料	

(母子寡婦福祉会費・・・年800円)

参加対象者 市内にお住まいの母子・父子・寡婦家庭の親(または養育者)子です
寡婦の方におかれましては、お孫さんとの参加は可能です

申 込 7月5日(木)より申し込みを受け付けます。
参加費を添えて子育て支援課または各支所市民福祉課へお申し込みください。
(申し込みされた方には、日程の詳細をお送りいたします。)

※定員になりしだい締切らせていただきます。

※申し込み後に参加をキャンセルされる場合には、参加費の返金はできませんのでご注意ください

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149(直通)

食中毒にご注意ください

食中毒は、目には見えない細菌によって起こりますので、症状が出て初めて食品の汚染に気づくのが実情です。“食中毒”について、日ごろから知っていれば防げることもたくさんあります。その予防法やかかった時の対処法を紹介します。

食中毒・・・予防するには・・・！ 食中毒菌を「つけない」「増やさない」「殺菌する」3原則を守りましょう！！

●家庭でのポイント

- | | |
|-------------|--|
| 食 品 の 購 入 | ・新鮮なものを選び、生鮮食品などは購入したら寄り道せずまっすぐ持ち帰る。 |
| 家 庭 で の 保 存 | ・帰宅後はすぐに保存。長期保存はしない。
・冷蔵庫や冷凍庫は詰めすぎない。扉の開閉は最小減に。 |
| 下 準 備 | ・手、食材、調理器具は流水でよく洗う。
・包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と別々に使い分ける。
・冷凍食品は室温で解凍しないで電子レンジや冷蔵庫で。冷凍や解凍は繰り返さない。 |
| 調 理 | ・加熱するものは中心部の温度が75℃で1分間以上加熱する。
・電子レンジを使うときは電子レンジ用の容器、ふたを使い時間に気をつける。
・途中でやめるようなときは冷蔵庫へしまい、再び調理するときは十分加熱する。 |
| 食 事 | ・食卓に着く前に手をよく洗う。
・調理前や調理後の食品は室温に長く放置しない。 |
| 残った食品 | ・残った食品を温め直すときも75℃以上で。スープやみそ汁などは沸騰するまで加熱。
・早く冷めるよう小分けして保存する。
・ちょっとでも怪しいと思ったら食べずに捨てる。 |

食中毒！・・・かかったかな？

早めの受診 ・腹痛、下痢、嘔吐などの症状が出た場合はすぐに医療機関で受診しましょう。
※脱水症状をおこしやすいので、水分補給を十分行いましょう。

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3527(直通)

ポンプ車操法の部 小型ポンプ操法の部

内山地区がアベック優勝

6月10日に「第8回 佐久市消防団 消防ポンプ操法大会及びラッパ吹奏大会」を佐久合同庁舎駐車場で開催しました。1,000人を超す団員や応援に駆け付けた家族等の前で、日頃の熱心な訓練の成果を競い合いました。ポンプ車操法の部・小型ポンプ操法の部ともに内山地区が優勝し、また、ラッパ吹奏については33人が参加し吹奏技量を競いました。

ポンプ操法大会・ラッパ吹奏大会結果

ポンプ車操法の部

優勝 第12分団第20部（内山）
準優勝 第7分団第9部（野沢）
3位 第9分団第15部（大沢）

小型ポンプ操法の部

優勝 第12分団（内山）
準優勝 第16分団（青沼）
3位 第1分団（平根）

ラッパ吹奏の部（団体）

優勝 第一・二方面隊
準優勝 第三方面隊
3位 第五方面隊

ラッパ吹奏の部（個人）

優勝 第6分団第8部 小林 逸人
準優勝 第3分団第3部 花里 強志
3位 第6分団第8部 依田 恒彦



第3回

駒の里おいでなんし およりなんし広場

望月には昭和百番観音、また古くは春日に寛永6年開山の観音様がおり、地域の皆様に親しまれております。

昔から観音様の縁日にお参りすると、一生無病息災になれると言われております。

当日は夏の風物詩として、景気が良くなる縁起物のほおずきや、昔懐かしい江戸風鈴を多数取り揃えてお待ちしております。

夕涼みがてら、どうぞお出かけください。



日時

7月21日（土） 午後1時～午後8時 雨天決行

場所

国道142号沿線 どさん娘望月店駐車場

内容

ほおずき・風鈴の販売、地元商工業者による展示・即売会、飲食屋台コーナー、フリーマーケット、おもしろ金魚すくい、ダーツゲーム、風船他、豪華景品が当たる空くじなしの福引（当日会場内または会場付近の協賛店にて福引券を配布）

主催／佐久市望月商工会 協和支部 協賛／佐久市望月商工会・青年部・女性部・佐久市観光協会・佐久市振興公社

■お問い合わせ

佐久市望月商工会 ☎53-5442

協和支部長 岩下智行 ☎53-3218

五郎兵衛用水を歩く会 参加者募集

江戸時代初期に開発された五郎兵衛新田。その開発の基になった五郎兵衛用水路跡（県指定史跡）を実際に歩いて見学することで、市川五郎兵衛と五郎兵衛用水路についての理解を深めることを目的にします。

日 時 8月4日（土）午前7時50分までに浅科小学校校庭へ集合
午後4時終了予定（雨天決行）

定 員 45人（定員になり次第締め切り）

参加費 大人・小中学生…300円（資料代・保険料等）

昼 食 各自持参（水筒があると、用水の源水を汲むこともできます）

受 付 7月20日（金）まで

その他 ◆移動は徒歩とマイクロバスです（徒歩区間は合計3kmぐらい）
◆あぜ道・山道を歩きますので、それに適した服装、靴で参加してください（半ズボンは不適當）
◆駐車場は浅科小学校をご利用ください

申 込 住所・氏名・電話番号を明記して、ハガキまたはFAXでお申し込みください。

■お問い合わせ 〒384-2104 佐久市甲14-1

佐久市五郎兵衛記念館 ☎・FAX58-3118 FAX58-3118

さくぶん連携企画

～佐久の新郷土玩具土人形 「こここい」に色を塗ろう～

夏休みを利用して、親子で佐久鯉をモチーフにした土人形「こここい」を完成させましょう！カラフルに彩色して命を吹き込めば完成です。飾って楽しむもよし、親しい人へのプレゼントにしてもよし、使い方は様々です。



日 時 7月29日（日）
午後1時～4時

場 所 川村吾蔵記念館 多目的室

講 師 版画家 田嶋 健先生

募集対象 小学生の親子 10組20名

参 加 費 無料

持 ち 物 絵の具・絵筆・パレット・バケツ等の一式・タオル

展 示 川村吾蔵記念館 8月1日(水)～6日(月)

近代美術館 8月9日(木)～13日(月)

作品は展示したのち返却します

応 募 7月20日（金）まで（定員になり次第締め切ります）

■お申し込み・お問い合わせ 〒384-0412 佐久市田口3112

川村吾蔵記念館 ☎81-5353 FAX81-5355

佐久市子ども未来館

7月のイベント情報

夏の特別企画展『うちゅう展』

「はやぶさ帰還カプセル展示」から1年。今年の夏も未来館は宇宙でいっぱい！7月14日(土)～9月2日(日)まで開催。通常の入館料のみで見学できます。

○4mのHIIAロケットなど、宇宙関連模型が勢揃い。

○船外活動に使用される宇宙服を身に着けるチャンス！

○無重力体験アトラクション「クーフ□」とは？県下初上陸！

その他、宇宙科学の研究者がわかりやすく説明し、みなさんの疑問にお答えする宇宙講演会多数開催。

①宇宙ってなあに？

科学のセンセイに聞いてみよう！

信州ゆかりの先生方になんでも問いちゃおう！事前申込不要。

○7/16 大西浩次先生(長野高専)

○7/22 中島 厚先生、酒匂信匡先生(信州大学)

○7/29 三澤 透先生(信州大学)

○8/17 縣 秀彦先生(国立天文台)

○8/19 鳴沢真也先生(天文科学センター)

1日3回(午前10時、午後1時、午後3時)開催。

②JAXA宇宙学校・さく

JAXA共催の宇宙学校が未来館で開校。

日 時：8月8日(水) 午後1時～3時30分

宇宙学校のみ参加する場合は、要事前申込み。無料



科学体験工房の実験教室 『夏休み 毎日が実験教室』



7月21日(土)～8月31日(金)まで毎日、実験教室や講演会、サイエンスショーが開催されます(当日予約が必要な場合もあります)。

※7/22、29、8/17、19はイベント開催の為、実験教室はお休みします。

プラネタリウム夏季番組



曜日	11:30～	14:00～	15:30～	17:00～
平日	月の魔法とサンゴの海 (団体がない場合のみ)	団体予約	銀河鉄道の夜	—
7/21～8/31の平日	月の魔法とサンゴの海 (団体がない場合のみ)	銀河鉄道の夜 (団体がない場合のみ)	月の魔法とサンゴの海	銀河鉄道の夜 (7・8月のみ)
土・日・祝	月の魔法とサンゴの海	銀河鉄道の夜		

※7/14～16、8/13～16は10:00から「銀河鉄道の夜」を臨時放映します。

※7/28(土)、8/8(水)、8/17(金)は講演会開催の為、放映は一部お休みします。

☆銀河鉄道の夜

宮沢賢治の不朽の名作。県内最大級のプラネタリウムで幻想的な世界をお楽しみください。

(夏の星座紹介とあわせて、約45分間)

☆月の魔法とサンゴの海 カルオガ・ヒナの大冒険

魚のジェイクとショーティの冒険の物語。月に隠された魔法の秘密とは・・・？

(夏の星座紹介とあわせて、約45分間)

プラネタリウム特別放映番組



『マタニティ・プラネタリウム』

～妊娠中のお母さんのためのリラクゼーションタイム～

「おなかの赤ちゃんのおはなし」や「満天の星空ヒーリング」等、星空を眺めながら癒しの時間をお楽しみください。

日 時：7月28日(土) 午後6時30分～7時30分
(受付午後6時～)

料 金：大人 560円(高校生以上)

申 込：事前申込み制です。電話でお申込みください。定員になり次第締め切ります。

観覧中の託児・助産師や保健師等による「健康・悩み相談コーナー」もありますので、事前にお申し込みください。(無料)

母子手帳をお持ちの方は当日ご持参ください。

後 援：一般社団法人長野県助産師会佐久地区

◆利用案内◆

開館時間：午前9時30分から午後5時まで

7月1日～8月31日は午後6時まで

休 館 日：毎週木曜日(7月26日は開館します)

詳しくは、子ども未来館までお問い合わせください。

■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協賛施設

長野県長寿社会開発センター割引協力施設

		個人	
入館券	科学展示室、科学体験	大 人	500円
	工房等に入館する場合	子ども	250円
観覧券 (1回分)	プラネタリウム投映番	大 人	700円
	組を観覧する場合	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

● ランプシェードづくり

LEDライトの光に「かさ」をつけてあげよう。紙やメッシュ生地を通してやってくる光はどんな光かな？

日時 8月4日(土)・5日(日)

制作 午後1時～4時30分

後片付け 午後4時30分～5時

場所 佐久市立近代美術館

1階視聴覚室

募集対象 小学校以上

(低学年は保護者同伴)

募集人数 各日15組30名程度

申込み 7月30日(木)午後5時までに佐久市立近代美術館にご連絡ください。

☎67-1055

FAX67-1068

(月曜日は休館です)

参加費(材料費) 一組300円

※当日は作業できる服装でご来館ください。

● 市営住宅入居者募集

■ 泉団地(前山:募集2戸)

建設年度 平成12～14年度

構造等 中層耐火構造3DK

家賃 25,700円～38,600円

■ 泉団地(前山:募集2戸)

建設年度 平成15年度

構造等 中層耐火構造2DK

家賃 20,600円～30,700円

■ 川原団地(鍛冶屋:募集1戸)

建設年度 昭和62年度

構造等 簡易耐火2階構造3DK

家賃 16,900円～25,200円

■ 下越団地(下越:募集1戸)

建設年度 平成6年度

構造等 中層耐火構造3DK

家賃 23,500円～34,900円

■ 庄ノ上団地(御馬寄:募集1戸)

建設年度 平成元年度

構造等 木造二階構造3DK

家賃 17,300円～25,800円

資格 次の条件をすべて満たす方

- ①同居親族があること。(泉団地、下越団地3DKについては、3人以上の世帯であること。)
 - ②収入が公営住宅法施行令に定める金額を超えていないこと。
 - ③住宅に困窮していることが明らかであること。
 - ④佐久市に在住しているか、佐久市内に勤務先があること。
 - ⑤市税等の滞納がないこと。
 - ⑥入居指定日に入居可能であること。
 - ⑦入居申込者およびその同居者となる方が暴力団員ではないこと。
- ※入居が決定した場合は、連帯保証人(資格要件があります)2人が必要となります。家賃は一般階層世帯月額家賃を表示しています。

受付 7月2日(月)～7月9日(月)

抽選会 7月20日(金)

入居指定日 8月1日(木)

申込 市営住宅入居申込書に市の指定する書類を添えて、平日の8時30分から午後5時15分までの間に建築住宅課住宅管理係、または各支所経済建設課へお申し込みください。申込者が募集戸数を超えるときは、公開抽選の方法により入居者を決定します。

問合せ 建築住宅課住宅管理係

☎62-3430

または各支所経済建設課

【随時募集団地】

■ 宮川団地 ■ 竹原団地 ■ 白山団地

■ 御馬寄団地 ■ 並木団地 ■ 下越団地(特定公共賃貸住宅)

● 長野県佐久技術専門学校10月訓練生募集

■ 短期課程(10月～平成25年3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、ただし在職者は授業料有料
(教科書代等は実費)

資格 学歴不問

(「ものづくり」関係の企業に就職を希望する方)

募集人数 各コース 10名程度

募集期間

第1回 7月17日(木)～8月1日(木)

第2回 8月20日(月)～8月30日(木)

入校選考

第1回 8月9日(木)8時30分受付

第2回 9月7日(金)8時30分受付

問合せ 長野県佐久技術専門学校

☎62-0549

ハローワーク佐久

☎62-8609



平成24年度

県知事表彰を
受賞されました
皆さん

おめでとうございます。

お名前と功績

上原 藤平さん(清川) 地方自治功労(元臼田町議会議員)

渡辺 一夫さん(入澤) 消防功労(元臼田町消防団長)

武重 茂雄さん(春日) 産業功労(現県家畜商商業協同組合理事長)

●平成24年度
自衛官等採用説明会について

1 佐久地域

日時 7月7日(木)午後1時30分～
7月8日(金)午後1時30分～
場所 佐久勤労者福祉センター内
(イオン佐久平ショッピング
センター隣)

2 上田地域

日時 7月7日(木)午後1時00分～
7月8日(金)午後1時00分～
場所 自衛隊 長野地方協力本部
上田地域事務所
(上田駅温泉口交差点角
MSTY BL 1F)

※両日とも、採用説明会に参加で
きない場合でも上田地域事務所

にて採用等に関する説明を致し
ます。(要連絡)

●自衛隊一般曹候補生の募集

資格 平成25年4月1日現在、
18歳以上27歳未満の男女

受付 8月1日(木)～9月7日(金)

採用試験

「第1次試験」

9月17日(月)

「第2次試験」

第1次試験合格者のみ行います。

待遇等 入隊後2年9月以降選考
により3曹へ昇任

●自衛隊航空学生募集

資格 平成25年4月1日現在、

18歳以上21歳未満の男女

受付 8月1日(木)～9月7日(金)

採用試験

「第1次試験」

9月22日(土)

「第2次試験」

第1次試験合格者のみ行います。

待遇等 入隊後約6年でパイロッ
ト(幹部)

●自衛官候補生の募集

資格 採用予定月の1日現在、
18歳以上27歳未満の男女

受付

「男子」年間を通じて受付

「女子」8月1日(木)～9月7日(金)

採用試験

「男子」9月中旬以降

「女子」9月23日(日)～26日(水)の
内、指定する日

待遇等 所要の教育を得て、3ヶ
月後に2士として任用

問合せ 自衛隊長野地方協力本部
上田地域事務所

☎0268-22-5267

●放送大学10月入学生募集

平成24年10月入学の学生を募集
しています。

募集する学生の種類

教養学部 科目履修生・選科履修
生・全科履修生

大学院 修士科目生・修士選科生

出願期間 8月31日(金)まで

資料の請求・問合せ

放送大学長野学習センター
(月曜日・祝日休み)

☎0266-58-2332

放送大学ホームページ

<http://www.ouj.ac.jp>

ご寄附ありがとうございます

【ふるさと納税寄付】

▼「ふるさとの味を覚えていますか」金50,000円 寺嶋英樹様(千葉県)

▼「ふるさとの佐久におまかせ」金50,000円 土屋準一様(東京都)

【一般寄附】

市へ

▼現金760,000円(佐久市ふるさと創生人材育成事業)

佐久コスモスロータリークラブ様(申込)

佐久の鯉太郎Z様

▼現金 2,000円

野沢小学校へ

▼雑巾 204枚

原 寿クラブ様(原)

東保育園へ

▼お手玉 100個

中嶋久江様(香坂)

子ども未来館へ

▼現金 88,106円

東日本高速道路㈱関東支社佐久管理事務所様(岩村田)

佐久城山小学校へ

▼野沢菜漬 20kg

㈱やまへい様(小諸市)

申込第二保育園へ

▼歯ブラシ 145本

御影歯科医院様(申込)

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 ・デイスサービス
- ・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)

●商品管理センター

佐久市長土呂159-2 TEL0267-66-3325

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159-2 TEL 0267-88-8188 <http://www.fb-kaigo.co.jp/>

●顧問弁護士による

「民事介入暴力無料相談」

日時 7月5日(木)午後1時～4時
場所 佐久市研修センター4号室
問合せ 勲長野県暴力追放
県民センター
☎026-235-2140

●司法書士会による「無料相談会」

日時 7月28日(木)午後1時～3時
会場 イオン佐久平
ショッピングセンター
2階イベントホール
問合せ 長野県司法書士会
佐久支部 ☎66-3344

募集

●スポーツ教室参加者募集

《一般対象》

◆バドミントン教室

日時 8月23日(木)～10月25日(木)
毎木曜日(10回)
午後7時～9時
会場 野沢体育センター
講師 佐久バドミントン協会
定員 40人
参加費 2,500円

◆ボウリング教室

日時 8月22日(木)～10月24日(木)
毎水曜日(10回)
午後7時30分～9時30分
会場 佐久プラザボウル
講師 体協ボウリング部
定員 40人
参加費 2,500円
(別途プレー代が毎回500円かかります。)

◆弓道教室

日時 8月4日(木)～10月13日(土)
毎土曜日の午後2時～4時
(但し第2土曜日は午前9時～11時)(10回)
会場 佐久市臼田弓道場
講師 体協弓道部臼田支部
定員 20人
参加費 2,500円

◆大人の女性の為のスポーツ教室
(女性限定)

目的 スポーツを気軽に参加できる環境が増えてきている中、怪我をする女性が増えています。今回の教室では、日常生活に気をつけること、スポーツをする前の準備、スポーツ後のケアをどのように行うかを、スポーツ特性と合せて学習します。

対象 20～60歳までの女性で、現在スポーツをされている方、今後スポーツを楽しみたいと考えている方。

日時 7月21日(木)午後2時～4時
会場 臼田体育センター
講師 雨宮病院スポーツトレーナー他
定員 50人
参加費 150円

《少年少女対象》

◆新体操教室

日時 8月21日(木)～10月23日(木)
毎火曜日(10回)
午後5時30分～7時
会場 佐久市勤労者体育館
講師 ブルーミングR G
小川純未先生

定員 30人

参加費 1,500円

申込み 参加費を添えて、体育課または各地区体育係へお申し込みください。

問合せ 体育課
(佐久市総合体育館内)
☎62-2020)

●スポーツ大会参加者募集

■第8回佐久市マレットゴルフ大会

参加資格 市民
期日 9月5日(木) 予備日6日(木)
会場 駒場公園マレットゴルフ場
定員 216人
(定員になり次第締切)

参加費 1,000円

受付 7月9日(月)～8月10日(金)

申込・問合せ

大会の申込みは、参加費を添えて体育課(佐久市総合体育館内 ☎62-2020)または各地区体育係までお申し込みください。

●中央隣保館 地域交流事業
自分で作る「EMぼかし」教室

米ぬか・もみ殻・EM菌等を使って“EMぼかし”を作りましょう。ぼかしとは発酵促進有機資材のこと。

環境にやさしい生ごみリサイクル

日時 7月6日(金)
午前9時30分～11時30分

場所 中央隣保館
講師 パートナーシップ佐久
服装 作業のできる服装で
参加費 300円程度
定員 15名
申込・問合せ 中央隣保館
☎62-0991

安全、安心、快適、経済的 千曲バスの高速バス 毎日好評運行中

新宿・池袋・立川線
臼田・佐久・東御・小諸・軽井沢・上田 ↔ 池袋駅東口・新宿駅西口・立川駅北口

京都・大阪線 (千曲川ライナー)
軽井沢・佐久・小諸・東御・上田 ↔ 京都・大阪

長野線 臼田・佐久・上田 ↔ 長野駅・県庁前

お問い合わせ・ご予約は
●高速バス予約センター (0267) **62-0010**
平日8:40～20:00 土日祝9:10～18:00
千曲バス <http://www.chikuma-bus.co.jp/> E-mail: Rosen-Kousoku@chikuma-bus.co.jp

何冊読めるか! この夏挑戦!!
「夏休み文庫」
夏休みの行楽
読書を楽しむヒントが...
節電生活の知恵

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(7月)の「おはなしの会」は
●12日(木) 10:30～(第2木曜)
●28日(土) 15:00～(第4土曜)

佐久子WAON 加盟店
とっておきの穴場が見つかるかも?
夏休みの行楽
読書を楽しむヒントが...
節電生活の知恵

大阪屋
あき書店
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。●配送サービスもご用意しています。

● ～事業主の皆様へ～

平成25年3月新規学校卒業予定者を対象とした求人をお願いします。

ハローワークでは、来年3月卒業を予定されている生徒・学生を対象とした求人受付を開始しています。（大学等は3月1日から受付中・高卒は6月20日から受付）

厳しい雇用情勢ではありますが、就職を希望されている生徒・学生のために、採用予定のある事業主の皆様におかれましては、ぜひハローワークへ求人のお申込みをお願いいたします。

問合せ ハローワーク佐久
☎62-8609

● 江澤欣一さん 関東管区行政評価局長表彰受賞

長年にわたり行政相談委員として国民の行政に対する苦情の解決に尽力されたとして、このほど平成24年度の関東管区行政評価局長表彰を受賞されました。

江澤さんは、平成15年から行政相談委員として活躍されています。

問合せ 庶務課 ☎62-3002

● サマージャンボ宝くじ発売

～賞金はサマー史上最高額の
1等・前後賞合わせて5億円!～

1等 4億円×26本
前後賞各 5,000万円×52本
発売期間 7月9日(月)～27日(金)
抽選日 8月7日(火)

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

● 働く人のメンタルヘルス相談処
陽だまりプレース

あなたの心は健康ですか？
職場におけるメンタルヘルスの相談窓口を開設します。

産業カウンセラーが親身にあなたの悩みをお聴きします。

開設予定日

～佐久勤労者福祉センターにて～
平成24年

7月3日(火)、8月7日(火)、
9月4日(火)、10月2日(火)
11月6日(火)、12月4日(火)

平成25年

1月22日(火)、2月5日(火)
3月5日(火)

※午後1時から

申込み 長野県東信労政事務所
☎0268-25-7144

上田市材木町1-2-6合同庁舎
相談希望日の1週間前までに電話予約をお願いします。

（急を要する場合は、開催日以外でも相談をお受けしますので、ご連絡ください。）

● 休館のお知らせ

川村吾蔵記念館では、燻蒸消毒のため7月17日(火)～24日(火)まで臨時休館となります。

大変ご迷惑をおかけしますがご理解のほどよろしくお願いします。

問合せ 佐久市川村吾蔵記念館
☎81-5353

● 6月号のお詫びと訂正について

広報6月号56ページの平成24年度調理師試験の「☎62-4191」が「☎63-4191」の誤りでした。お詫びして訂正します。

● 献血のお知らせ

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

会場 佐久合同庁舎

日時 7月19日(木)

午前9時30分～11時30分

※会場および日時については、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。

持参していただく物

運転免許証、保険証、パスポート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
☎62-3527（直通）

● 臼田町誌文書目録販売中

臼田町誌全6巻の編さんの基礎となった、「臼田町誌文書目録」全8冊を発刊しました。

この文書目録は史料所蔵者のご協力を得て収集した史料などを「家別」「分類別」「年代順」に構成してありますので、学術的な調査・研究に当たり、わかりやすい内容になっています。

希望者には1冊1,000円で販売しますので、下記までお問い合わせください。

・近世文書目録 1・2・3・4・5
・近現代文書目録 1・2
・旧役場文書目録

申し込み・お問い合わせ

文化財課

佐久市志賀5953 ☎68-7321

臼田支所総務課

佐久市臼田89-3 ☎82-3111

広告欄

印刷を通じ文化を創造する。

キクハラインク(有)

〒3850025 佐久市塚原2285-1 FAX0267-66-3661
TEL0267-66-3660

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 [フジ式循環システム](#) [検索](#)

お知らせ

●『佐久市海の家』の開設

新潟県上越市谷浜海岸に「佐久市海の家」を開設します。市民の皆さんは、特別料金で利用できます。

開設期間 7月1日～8月31日

利用手順

①佐久市海の家「いそや旅館」
(☎025-546-2136)へ宿泊の予約をします。

②予約が取れたら体育課または各地区体育係で利用料金をお支払いください。

利用券をお渡しします

料金は1泊2食付きで

◇大人(中学生以上)…5,500円

◇子供(小学生)…5,000円

※就学前の幼児はそれぞれのご家庭で異なりますので、「いそや旅館」に相談の上、現地に於て精算してください。

③利用券を持って出発。宿に着いたら利用券を提出してください。

■浜茶屋も開設します

7月1日から8月中旬ごろまで浜茶屋も開設していますので併せてご利用ください。

利用料金 1人450円

(小学生以上)

就学前の幼児は、無料です。

浜茶屋は、予約の必要はありませんが、利用券が必要です。お出掛け前に体育課で料金を支払い、利用券をお持ちください。

*「海の家」・「浜茶屋」どちらの場合も、利用券がないと上記料金では利用できません。体育

課または各地区体育係で忘れずに手続きをしてください。

問合せ 体育課

(佐久市総合体育館内)

☎62-2020

●うすだスタードーム「スターウィーク観望会」のお知らせ



毎年8月1日～7日は星空を楽しむ週間「スターウィーク」です。天体観測施設うすだスタードームでは今年、1日～5日の間、「スターウィーク観望会」を開催します。星座にまつわるお話や、大型望遠鏡による天体観望などで夏の星空をたっぷりとお楽しみいただけます。予約は不要です。お気軽にお越しください。

日時 8月1日(水)～5日(日)

毎晩午後7時30分～9時

(6日、7日は休館)

会場 うすだスタードーム

内容 夏の星のお話・大型望遠鏡
その他による夏の天の川と天体観望

参加料 無料

ただし入館料(大人500円、小中学生250円)が必要です。

問合せ 佐久市天体観測施設

「うすだスタードーム」

☎82-0200

●「こころの相談日」7月の予定

日時 7月10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 健康づくり推進課

☎62-3189

または各支所 市民福祉課

●「人権なんでも相談所」

7・8月の予定

家庭内における様々な問題、近隣のもめごと、プライバシーに関する問題、いじめなどの子どもに関する問題など…暮らしの中での様々な問題についてお気軽にご相談ください。予約は不要です。相談は無料で秘密は厳守します。

日時 毎週月曜日

(祝日等は除きます。)

午前9時～午後4時

(7月2日、9日、23日、30日、8月6日、13日、20日、27日)

場所 長野地方法務局佐久支局

相談員 佐久地域の人権擁護委員

問合せ 長野地方法務局佐久支局

☎67-2272

広告欄

LPG
石油
住宅設備

平成20年度 経済産業省
原子力安全・保安院長賞受賞

やっぱりガスだね!

地球と人にやさしい
環境づくりに
貢献します。

千曲バスグループ
千曲通商(株)

認定販売事業者
プロパンガス・ガス器具
住宅設備器具・空調設備

〒385-0051 佐久市中込 3795-2
TEL0267-62-5130 FAX0267-62-1852
URL: <http://www.valley.ne.jp/~chikmgas/>
E-mail: chikmgas-2@gate.plala.or.jp

広告欄

住宅型
有料老人
ホーム

「ウェルハウスのぞみサンピア」
別館介護居室

入居者募集

佐久南1Cより
徒歩3分!

入居一時金 35万円 (30日の月)

月額利用料 138,000円

看・介護スタッフ募集

のぞみグループ ☎0267-22-9274

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

税金コーナー

税 目	固定資産税・都市計画税 国民健康保険税	第 2 期 第 1 期
納期限	7 月 31 日	
▶市税・保険料等の納付は安全・確実・便利な「口座振替」で!		

保険料コーナー

介護保険料	第4期
後期高齢者医療保険料	第1期
納期限	7月31日

地域集団健診

●地域集団健診

8月2日(木)	中佐都小学校 体育館
8月3日(金)	高瀬小学校 体育館
8月7日(火)	佐久城山小学校 体育館
8月8日(水)	東小学校 体育館
8月9日(木)	中桜井区公会場
8月20日(月)	御鹿の郷地域ふれあいセンター
8月22日(水)	浅科保健センター
8月23日(木)	浅科保健センター
8月26日(日)	望月総合支援センター
8月29日(水)	大沢社会体育館
8月31日(金)	浅科保健センター

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 料金500円)

●子宮頸がん集団検診

8月2日(木)	臼田保健センター (あいとびあ臼田)
8月3日(金)	浅科保健センター

■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

7月の子育てサロン / 全会場 9:30~11:30

■野沢児童館	10日(火)・24日(火)
■中佐都児童館	5日(木)・19日(木)
■岩村田児童館	13日(金)・24日(火)
■中込児童館	6日(金)・20日(金)
■東児童館	3日(火)・17日(火)
■泉児童館	4日(水)・18日(水)
■岸野児童館	2日(月)
■高瀬児童館	11日(水)・25日(水)
■佐久城山児童館	12日(木)・26日(木)
■望月児童館	3日(火)・17日(火)
■あさしな児童館	12日(木)・26日(木)
■平根児童館	9日(月)・23日(月)
■小田井児童館	2日(月)
■切原児童館	4日(水)
■臼田児童館	11日(水)
■青沼児童館	18日(水)
■田口児童館	25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。

子どもの歯の教室 (要予約)

対象 2歳頃~就学前の幼児(25組)
内容 歯科健診・歯科医師による歯科講話・歯の染め出し等・育児相談
日時 7月5日(木)
午前9時30分~11時30分 (受付は午前9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(子ども用と仕上げみがき用)・コップ・タオル
汚れてもよい服装でお越しください。
■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



相談コーナー

●行政相談

浅科支所	7月17日(火)	午後1時~4時
望月支所3階会議室	7月18日(水)	午後1時~4時
あいとびあ臼田	7月19日(木)	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6時
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(心理教育相談)

日時 第1・3水曜日 河野千彰相談員
第2・4水曜日 小林喜久男相談員
午後2時~5時(要予約)
相談場所 野沢会館2階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

7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・4日・6日・7日・9日・10日・11日・13日・14日・17日・18日・20日・21日・23日・24日・25日・27日・28日・30日・31日
■あさしな保育園内/午前9時~午後2時
2日・4日・6日・9日・11日・13日・18日・20日・23日・25日・27日・30日
■協和保育園内/午前9時~午後3時
2日・3日・4日・5日・6日・9日・10日・11日・12日・13日・17日・18日・19日・20日・23日・24日・25日・26日・27日・30日・31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

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 7月12日(木)
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



暮らしと
健康メモ

総 数	100,393 人	(－57人)
男	49,122 人	(－20人)
女	51,271 人	(－37人)
世帯数	39,265 世帯	(＋10世帯)
〈6月1日現在〉		(増減は前月比)

	5月の月間件数	平成24年1～5月の累計
人身事故	40件	192件
死 亡	1人	4人
負 傷	51人	239人
救 急	300件	1,581件
火 災	2件	24件

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

開設日 7月22日(第4日曜日) 時間 午前8時30分～午後0時30分

開設日 市役所／平日は毎日開設します

各支所／7月2日(月)・9日(月)・17日(火)・23日(月)・30日(月)

時 間 午後6時30分まで

	休日当番医	休日小児科急病診療	休日救急歯科診療	平日夜間急病診療
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	午後7時～午後9時30分
1日(日)	角田医院分院 (岩村田3162-36) ☎68-0550 都甲クリニック (三塚191-36) ☎64-1050	■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	■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)	■診療対象 内科および小児科の一次医療該当者 (風邪や腹痛など、日常的な疾病の方)
8日(日)	川西赤十字病院 (望月318) ☎53-3011 たばたクリニック (平賀2366-2) ☎63-2821	■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 休日救急歯科診療所 ☎63-3783	■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)
15日(日)	佐久平透析クリニック (岩村田1350-5) ☎65-7700 博愛眼科クリニック (取出町127-3) ☎63-1300	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295 (内線1020)		■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295 (内線1020)
16日(月)	金澤病院 (岩村田804) ☎67-2048 すみだクリニック (本新町294-1) ☎62-7122	■長野県小児救急電話相談 お子さんの夜間のけがや急病等の際、医療機関へ受診すべきか判断が難しい時の、応急対処の方法や受診の要否等について助言を行います。 相談日時 毎日午後7時から午後11時	至佐久大橋 至岩村田 長野銀行 サンテラス グリーンモール 八十二銀行 駅前広場 JR小海線 橋場公会堂 至野沢橋 至内山	
22日(日)	荻原医院 (岩村田1055-2) ☎67-2051 安藤クリニック (臼田1114-6) ☎82-7737		■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時間まで無料になります。 ●1階管理入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。	■長野県小児救急電話相談 お子さんの夜間のけがや急病等の際、医療機関へ受診すべきか判断が難しい時の、応急対処の方法や受診の要否等について助言を行います。 相談日時 毎日午後7時から午後11時
29日(日)	しのはら形成・皮ふクリニック (岩村田2104-1) ☎67-8825 雨宮病院 (下小田切73) ☎82-5311	お問い合わせ ☎局番なし「#8000」 または☎0263-34-8000 (電話番号が変更になりました)		お問い合わせ ☎局番なし「#8000」 または☎0263-34-8000 (電話番号が変更になりました)
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			
平日の問合せ先	健康づくり推進課地域医療係 ☎62-3524 (直通)	健康づくり推進課口腔歯科保健係 ☎63-3781 (直通)	健康づくり推進課口腔歯科保健係 ☎63-3781 (直通)	健康づくり推進課地域医療係 ☎62-3524 (直通)

6月7日現在

棄ってください

[無料]

●絵手紙に使う道具一式(筆・顔彩・パレットなど) ●木製ベビーチェア ●男児用子供服(130cm～160cm) ●チャイルドシート(新生児～) ●マレットゴルフ用品一式 ●デジタルテレビ ●お手玉用あずき ●剣道用具一式(大人用) ●高校女子制服 ●風呂盆・浴槽(灯油) ●電気炊飯器 ●電気ポット ●石油ファンヒーター ●英語・国語・漢和辞典 ●軽トラック、軽自動車用12インチタイヤ ●剣道 道着・道具(大人用、子ども用) ●2段ベッド ●英語教科書(小・中・高校用) ●幼児同乗用自転車(26インチ) ●田植機(ばらまきタイプ)

[価格応談]

●双子用ベビーカー●幼児双子用グッズ●味噌釜の蓋（直径60cm～）
●シャーププリンター●足踏みミシン●パイプハウス（6坪程度）
●ワープロ（シャープ書院）●スタッドレスタイヤ（145／80R-13
75S）●マレットゴルフ用品一式

■連絡先 生活環境課生活公共交通係 ☎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。



「信州佐久の水を守る」 講演会開催のお知らせ

私達が暮らす佐久地域は、水道水のほとんどを地下水や湧水を水源とし、日常的に安心安全、かつおいしい水を享受できる恵まれた水環境にあります。

市民生活にとって欠くことのできない地域共有の財産である地下水を市民が将来にわたり享受することができるよう、地域全体で地下水の保全について一緒に考えましょう。

入場無料

日時：7月28日（土） 午後2時～5時 （開場時間1時30分）

場所：佐久創造館（駒場公園内）

講師：作家・東京都副知事 猪瀬直樹氏「この国のゆくえ」

信州大学教授 中屋眞司氏

「佐久地域の湧水および地下水の年齢と水源域について」

長野県水大気環境課「長野県における水資源保全に対する取組み」

主催：「信州佐久の水を守る」講演会実行委員会

（佐久市、佐久水道企業団、浅麓水道企業団）

後援：長野県、小諸市、東御市、佐久穂町、軽井沢町、御代田町、立科町、小海町、南牧村、南相木村、北相木村、川上村、佐久市議会（順不同）



■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424（直通）

第4回

フレッシュヤーズコンサート

音楽に情熱を傾ける新人音楽家を広く紹介するコンサートです。若さあふれる演奏をお楽しみください。

会場 佐久市コスモホール

日時 8月26日（日）

午後2時開演（1時30分開場）

入場料 無料

（入場整理券は下記プレイガイドでお求めください）

ゲスト出演 佐久演奏家協会

広沢園子（マリンバ）

横山晴子（マリンバ）

原いづみ（ピアノ）



プレイ
ガイド

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

■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 月曜日および7月17日は休館日です。

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 は

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。

佐久市広報番組

市長出演日 7月24日(火)、26日(木)、28日(土)

63-4500 FAX 63-4550

fmさくだいら
Community 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。

市長出演日 7月13日(金)、25日(火)

●再放送は当日の11:35～11:50
18:10～18:25です。

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/>

2012（平成24）年7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）