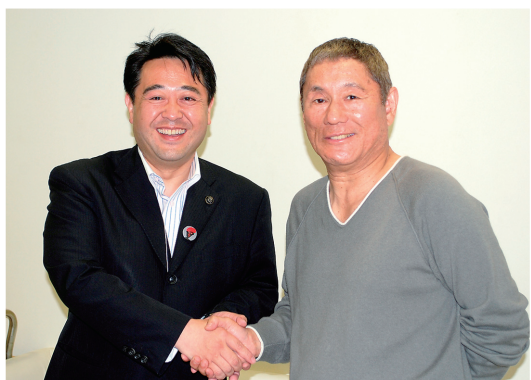




今月のピックアップ

- 佐久市地下水保全条例が制定されました……②③
- 市内の夏まつり……④⑤
- 佐久市議会第2回定例会が開かれました……⑥⑦
- 公民館報「さくし」……②⑤～③⑥
- 情報・インフォメーション……⑤⑦～⑤⑤

Photo 「ビートたけし」さん 協力のアートバルーン製作決定

コメディアン、映画監督、世界が注目する現代アーティストなど様々な顔を持つ、ビートたけし（北野武）さんのご協力をいただき、新たなバルーンを製作することになりました。

これは、ビートたけしさんが描いた原画を基にデザイン化し、「バルーン都市・佐久」の情報発信と世界へアピール出来るアートバルーンを製作するものです。

6月21日の記者会見当日は、ご尽力いただきましたタレントのダンカンさん同席のもと柳田市長から製作発表が行われました。

お披露目は、12月を予定しています。

佐久市地下水保全条例が制定されました

去る6月の佐久市議会において「地下水保全条例」が可決されました。
これに伴い来年1月1日より本条例が施行されますので、概要についてお知らせします。

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保全する条例を制定しました。

この条例は、佐久市における水道水源のほとんどが湧水や地下水であることから、地下水を地域共有の財産としての公の水と位置づけ、市の経済発展との均衡に配慮しながら、地下水の保全について、様々な脅威から守り、育み、未来へ確実に継承していくことを目的としています。

新たな井戸の設置には申請・届出が必要になります。

- ・1日当たりの最大採取量が10立方メートル以上の井戸を設置する方は、市の許可が必要となり、それに伴う事前協議や申請をしていただくことになります。
- ・許可を受けた井戸の設置者は、量水計を設置し、毎月の地下水

水の採取量を報告していただくこととなります。また、水位についても毎月、報告していただくこととなります。

- ・1日当たりの最大採取量が10立方メートル未満の井戸を設置する方は、市の許可を得る必要はありませんが、井戸設置の届出をしていただくこととなります。

規制や制限についてご理解をお願いします。

許可を受けた方が、許可の条件に違反したときや不正な手段で許可を受けたときは、許可を取り消すことがあります。

また、周辺の井戸の水位の低下等を引き起こしたと認められるときに、市から出す勧告に係る措置命令、条例や規則違反による井戸設置工事や地下水採取の停止命令などに従わない場合は、50万円以下、不許可で井戸を設置したなどの場合は30万円以下の罰金に処せられることとなります。

平成25年1月1日から施行開始となります。

この条例は、平成25年1月1日から施行されますが、経過措置として1日当たりの最大採取量が10立方メートル以上の井戸を既に設置している方は、施行日から90日以内に届出が必要となります。その後、更新時まで量水計の設置が必要となります。

1日当たりの最大採取量が10立方メートル未満の井戸を設置している方は、届出をしていただく必要はありません。また、周辺の井戸の水位の低下等が見られた場合は既存の井戸であっても採取量の制限等を加えることがあります。

許可を受けた事項が変更となる場合は、再度、井戸設置の許可申請をしていただきます。

本市の貴重な地下水を守るために大切な条例であることをご理解いただき、市民、事業者の皆様のご協力をお願いします。

佐久市地下水保全条例制定における声明

本条例は、悠久の歴史の中で先人が育み先人から受け継がれた貴重な地域共有財産である地下水・湧水を守ろうとするものであり、地域全体として議論を深めてきた成果でもあります。

一方で地域共有財産である地下水・湧水を将来においても安定的に地域住民が享受する為には、現在の法整備によっては対応できない実情に鑑み、基礎自治体である佐久市によって条例化し、対応するものです。

この様なルール化は、本来は国によって対応されるべきだと強く感じるものです。

現在の世界の水事情、木材価格の低迷による山林所有への意欲低下、外国資本等による森林買収の情報が寄せられる中で、佐久市としては焦眉の急として、本条例を制定し、眼前の危機への対応をいたしました。

現在の民法における財産権の考え方に基づけば、土地の所有により莫大な量の取水を可能とし、地域住民の生活、経済活動への著しい影響を及ぼす可能性があります。

そして、この現象は全国どの地点においても発生する可能性を意味します。

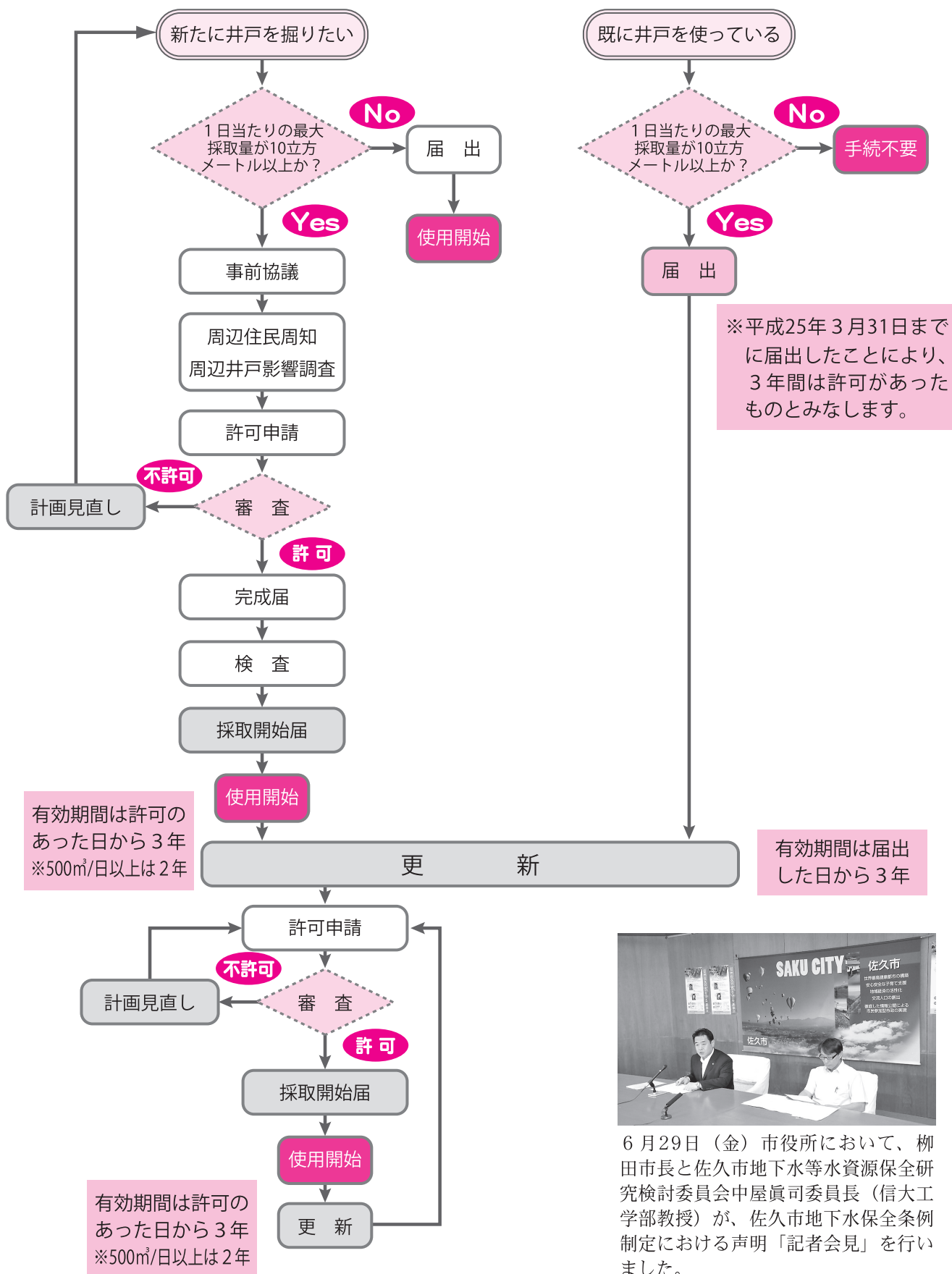
この民法における財産権（明治29年4月27日制定）の考え方は、山林への所有意欲が大きかった時代、現代の様な大量の取水技術がなかった時代、水が国境を越え売買することのなかった時代における発想であります。

法整備は、日々刻々と変化する時代に対応していくことが立法府、行政府の責務であると考えます。

現在与野党を越えて、水循環基本法の成立に向けた動きがありますが、現代の国内状況、世界情勢を見極めたうえで早期に成立されることを期待しております。加えて、理念法の基に実行性のある法を設置することが肝要であり、むしろその法整備こそが時代の要請であると強く信じるものです。

平成24年6月29日
佐久市長 柳田 清二

佐久市地下水保全条例フローチャート



■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424（直通）

夏まつり 市内の 臼田よいやさ

マーチングバンド、みこしの練り歩き、舞踊ながし、小満太鼓の演奏、花火打上、流しそうめん、金魚すくい など催し物がいっぱいのお祭りです。

期日 **8月4日(土)** 時間 午後5時から

会場【歩行者天国】臼田駅～臼田橋～稲荷中央
【催し物広場】八十二銀行臼田支店駐車場

■お問い合わせ 臼田夏まつり実行委員会
(事務局:臼田支所経済建設課 ☎82-3113)

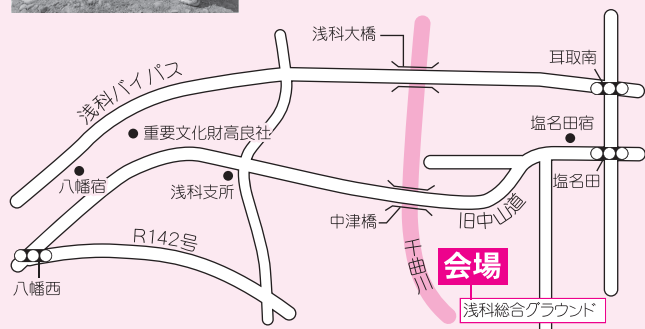


イベント	場 所	時 間
開会式	臼田駅前広場	午後5時～
パレードの行進		午後5時15分出發
●臼中マーチングバンド	臼田駅～中央交差点	臼中マーチングバンドを先頭に随時行進、
●舞踊ながし	//	みこしの出發前には
●子供みこしの練り歩き	//	神事を行いません。
●大人みこしの練り歩き	臼田駅～中央～稲荷通り	みこしに合せて太鼓
小満太鼓の演奏	稲荷山鳥居前	演奏
吹奏楽、ダンスの披露	催し物広場	午後6時ごろ
流しそうめん	臼田駅前広場	午後6時～
金魚すくい	稲荷通り	
花火打上	臼田橋上流	午後8時20分～

浅科どんどん祭り 2012

期日 **8月14日(火)** 時間 午後1時30分～
会場 浅科総合グラウンドおよびその周辺

■お問い合わせ 浅科どんどん祭り実行委員会
(浅科支所経済建設課内)
☎58-2001



イベント	場 所	時 間
魚のつかみ取り	千曲川	午後1時30分～
魚釣り	河川敷	
ふれあい広場 (サービスコーナー) (ミニSL搭乗体験) (ターゲットナイン)	浅科総合グラウンド	午後1時30分～
射的ゲームほか		午後3時00分～
太鼓・盆踊り		午後4時45分～
花火大会		午後7時15分～

※雨天中止、花火大会は16日(木)に順延

2012 佐久千曲川 大花火大会

野沢橋に仕掛けられるナイヤガラやスターメインなど大迫力の
花火約5,000発(予定)が佐久の夜空を彩ります。

期日 **8月15日(水)** 時間 午後7時30分～
会場 千曲川河川敷(野沢橋～佐久大橋間)

■お問い合わせ 佐久千曲川大花火大会実行委員会
(中込橋場公会堂内)
☎64-5432 Fax64-5433



信州の奇祭

榊祭り —さかきまつり—

火と榊によって一切の不浄を払い浄め、五穀豊穡、無病息災を祈る、室町時代から続くと云われる中山道望月宿の伝統ある火祭りです。

闇夜に揺れる幻想的な松明、地面に激しく叩きつけ、あおりあう榊神輿。信州の奇祭に是非お出かけください。

期日 **8月15日(水)**

■お問い合わせ 佐久市民祭「榊祭り」実行委員会事務局
(佐久市望月支所内)
☎53-3111 (内線175)



開催イベント

(中山道望月宿周辺)

【午前10時～】

●祈願祭

【午後1時20分～午後11時】

●オープニングセレモニー

●舟引き・横笛・子ども神輿

●信州望月太鼓・子ども太鼓

●松明 ●花火 ●民踊流し

●横笛 ●榊神輿

【午後11時～】

●大伴神社への榊神輿奉納

佐久市議会 第2回定例会が開かれました

平成24年度佐久市議会第2回定例会が6月4日に開会し、6月29日までの26日間の会期で開かれました。市長が提案した議案は、招集日に提案した専決処分報告1件、条例案5件、事件案10件、予算案1件と、19日に提案した諮問案1件の合わせて18件で、いずれも承認・可決・同意されました。

また、第1回定例会から継続審査となっていた条例案1件についても可決されました。

専決処分報告

3月31日付けで専決処分した条例、3月30日付けで専決処分した平成23年度一般会計および9の特別会計の補正予算について、議会の承認を得ました。

条例は、税制改正および地方税法の一部改正に伴う佐久市税条例および佐久市国民健康保険税条例の一部改正です。補正予算は、歳入では、普通交付税、特別交付税、国・県の補助金、市債などの確定に伴う補正、歳出では、事業費の確定等に伴う精算的な補正が主なものです。

条例

○佐久市積立基金条例の一部改正

正条例

文化振興施策の推進を図るため、佐久市総合文化会館建設基金の名称・目的・使途をそれぞれ改める等所要の改正を行いました。（第1回定例会から継続審査となっていた条例）

○佐久市手数料条例等の一部改正

正条例

住民基本台帳法等の改正等による外国人の新たな在留管理制度の施行に伴い、関係条例について規定整理を行いました。

○佐久市福祉医療費給付金条例の一部改正

正条例

給付対象者である障害者の所得制限の適用について、税制改正による扶養控除の見直しの影響を受けなくするための改正を行いました。

○佐久市公園条例の一部改正

例

近津南公園を新たに都市公園

に加えました。

○佐久市地下水保全条例

市民生活にとつて欠くことのできない地域共有の財産である地下水の恵みを、市民が将来にわたり享受することができるよう、地下水の保全等について必要な事項を定めました。

○佐久市営住宅条例の一部改正

条例

市営住宅等について、市民サービス向上を図るため、管理代行および指定管理者による管理を導入するための改正を行いました。

事件

○佐久市と小諸市の境界変更について

について

県営畑地帯総合整備事業小諸御牧原地区の事業実施後のほ場等の区画に合わせて境界を変更することを県知事に申請することについて、議会の議決を得ました。

○市の境界変更に伴う財産処分

に関する協議について

佐久市と小諸市の境界変更に伴い、境界変更の区域内にある市有財産についての処分を小諸市との協議により定めることについて、議会の議決を得ました。

○農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業の計画の概要を定めることについて

八幡の山梨地区において実施する同事業の計画の概要を定めることについて、議会の議決を得ました。

○市道の路線認定について

新たに2路線を認定することについて、議会の議決を得ました。

○市道の路線変更について

1路線を変更することについて、議会の議決を得ました。

○工事請負契約について

左記の5件の工事請負契約を締結するため、議会の議決を得ました。

動公園整備事業陸上競技場照明設備工事

平成24年度佐久市立岩村田地北部新小学校敷地造成工事

平成23年度佐久市立泉小学校グラウンド等整備工事

平成23年度佐久市立白田中学校プール・グラウンド等整備工事

平成24年度佐久市立望月中学校管理普通教室棟改築（本体）工事

予算

平成24年度一般会計補正予算（第1号）が可決され6億5,599万1千円を追加し、総額を483億3,599万1千円としました。なお、補正の主な内容は、次のとおりです（万円未満は切捨て）。

▼総務一般事務費（猿久保区公会場新築に対する補助経費）

800万円

▼地域包括ケア実践事業費（地域包括ケアシステム構築経費）

302万円

▼公共交通対策事業費（地域公共交通体系の見直しに伴う市

内巡回バス等運営委託等経費	1, 170万円	川河川整備事業費（国庫補助採択に伴う所沢川整備経費）	2, 098万円
斎場施設建設事業費（測量設計、環境調査および地質調査等経費）	5, 988万円	都市公園セーフティリニューアル事業費（国庫補助採択に伴う都市公園の長寿命化計画に基づく公園施設更新経費）	2, 056万円
新クリーンセンター整備事業費（測量設計および地質調査等経費）	3, 789万円	消防施設整備事業費（猿久保区消防詰所新築に対する補助経費）	250万円
余熱利用温浴施設整備事業費（測量および施設整備基本計画作成経費）	980万円	望月図書館施設整備事業費（施設備品購入等経費）	3, 570万円
農業環境整備事業費（国庫補助採択に伴う高呂原地区団体営調査設計等経費）	2, 551万円	南部センター管理運営事業費（アレルギー対応食調理室増設工事設計経費）	531万円
農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業費（国庫補助採択に伴う四ヶ地区および山梨地区団体営用排水路改修経費）	3, 225万円	現年農業土木単独災害復旧事業費（5月3日および4日の大雨に伴う災害復旧経費）	797万円
企業経営強化支援事業費（新エネルギーまたは省エネルギーに係る施設整備に対する補助経費）	1億5, 000万円	諮問 9月30日をもって任期満了となる次の人権擁護委員6人を再度推薦することについて、議会の同意を得ました（敬称略）。 ●人権擁護委員 神津 智子 井出 喜久代 井出 淑子 眞田 三生 出野 房代 坂田 孝三	
定住推進事業費（移住交流推進員設置経費）	68万円		
社会資本整備総合交付金橋りよう長寿命化修繕事業費（国庫補助採択に伴う橋りよう長寿命化修繕計画に基づく橋りよう修繕経費）	7, 415万円		
社会資本整備総合交付金所沢			

新クリーンセンター建設に係る環境影響評価方法書の 公告・縦覧について

現在、佐久市が中心となり、平根地区上舟ヶ沢および棚畑地籍を建設候補地として新クリーンセンター（ごみ焼却施設）の建設計画を進めています。

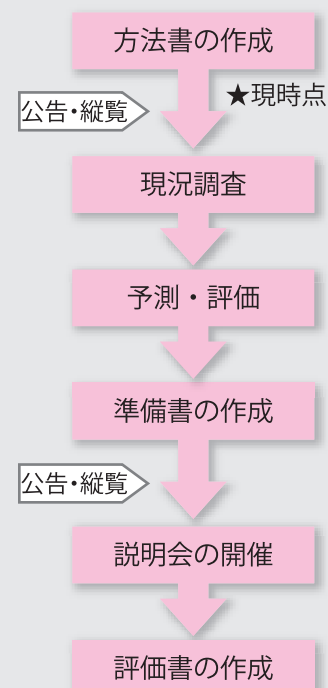
市では、新クリーンセンター建設に向けて、長野県環境影響評価条例に基づく環境影響評価（環境アセス）に着手し、第一段階として施設の建設や稼働に伴う環境影響について、どのような方法で調査・予測・評価していくのかなど、環境アセスの全体計画をあらかじめお示しするための方法書を作成しました。

この方法書について、長野県による公告・縦覧が始まり、方法書に対する環境保全上の意見募集が行われています。

- ◇縦覧期間 7月23日（月）～8月22日（水）
午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日を除く）
- ◇縦覧場所 佐久市役所2階 市民ホール、浅間出張所
佐久合同庁舎3階 佐久地方事務所環境課
県庁6階 長野県環境部環境政策課
※長野県のホームページで方法書の電子縦覧ができます。
- ◇意見募集期間 9月5日（水）まで
- ◇意見提出方法 環境保全の見地からのご意見がある場合は、住所・氏名を記載のうえ、文書（FAX、Eメール可）にて提出してください。
- ◇意見提出先 〒385-8501 佐久市中込3056番地 佐久市役所4階
環境整備推進局 新クリーンセンター整備推進室
FAX番号：62-2289
Eメール：newclean@city.saku.nagano.jp

◆環境影響評価（環境アセス）とは
大規模な開発事業を実施する際に、あらかじめ、環境に与える影響を事業者自らが調査・予測・評価し、その内容について、住民や関係自治体などの意見を聴くことにより、環境に配慮した事業にしていけるための制度です。

環境影響評価の手続き



■お問い合わせ
新クリーンセンター
整備推進室 建設係
☎62-2916（直通）

市で収集している軟質系プラスチックについて、改めて正しい分別の徹底をお願いするため、シリーズで広報に掲載します。

今月は“その1”として、法令と、何にリサイクルされているかについてご説明します。

●軟質系プラスチックとは？

容器包装リサイクル法（正式名称：容器包装に係る分別収集及び再商品化の促進等に関する法律）に基づく、その他のプラスチック製容器包装の軟質系のもので、市民の皆さんにご理解を頂き、資源Eとして分別をお願いしています。

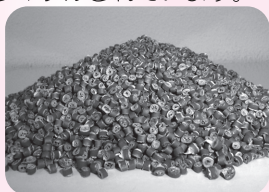
●そもそも容器包装とは？

「容器」「包装」とは、商品を入れたり包んだりしているもので、中身を出したり使ったりすると不要になるもののことをいいます。

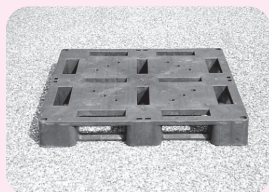
※容器包装リサイクル法でいう「容器包装」とは、商品を入れる「容器」および商品を含む「包装」（商品の容器および包装自体が有償である場合を含む）であり、商品を消費したり商品と分離した場合に不要となるものです（法第2条第1項参照）。

●佐久市で収集した軟質系プラスチックは何にリサイクルされているの？

主に再生樹脂（新たに用品となる材質）やパレット（荷物を運ぶために載せる台）にリサイクルされています。



再生樹脂



パレット

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

正しい分別の徹底によって、有限である資源を効率的に利用できます。持続可能な形で循環させながら利用していく社会（循環型社会）および、環境にやさしい都市の実現にご協力をお願いします。

ごみステーション利用のお願い

ごみステーションに、決まりが守られずに出されたごみが多く、苦情が寄せられています。収集日以外に出されたもの、分別が不徹底なものがごみステーションに放置され、悪臭やごみの散乱等で近隣住民の方に大変な迷惑が掛かっています。

ごみステーション利用の際は、収集日を確認し、ごみ袋に必ず名前を書き、午前6時30分～午前7時30分の間にごみを出してください。

また、ごみを出す日を間違えたものや時間外に出されたもの、警告カードが貼られる等でごみステーションに残されたごみは、各自が自宅へ持ち帰り、再度の収集日や分別の確認後、次回収集日に出してください。

ごみの出し方のルールを守っていただき、ごみステーションおよび近隣の環境美化にご協力をお願いします。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

生ごみ処理機等を購入される方に補助金を交付します

市では、ごみの減量化および「循環型社会」構築に向けて平成23年度より生ごみ処理機等を購入された方を対象に、補助金を交付しています。

申請は1世帯につき1回で、生ごみ処理機1台または、生ごみ処理容器2台までとなります。

補助金額・・・生ごみ処理機等の本体購入価格に1／2を乗じた額
生ごみ処理機の補助金上限は3万円
生ごみ処理容器の補助金上限は1台当たり6,000円

申請書類等は市ホームページからダウンロードしていただくか、生活環境課または各支所市民福祉課にございます。

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

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

国民健康保険限度額認定証更新手続きのお願い

国民健康保険に加入されている方で、現在「国民健康保険限度額適用認定証」または「国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方については、認定証の有効期限が7月31日までとなっています。

このため、8月以降も認定証をお使いいただく方については、更新の手続きが必要ですので、下記の必要なものをお持ちいただき、8月中に国保医療課または各支所市民福祉課へ更新手続きにおいでください。（認定証の発行期日は申請に来られた月の初日となりますので、新しい認定証の手続きは、8月1日以降でないとできませんのでご注意ください。）

＊必要なもの…有効期限が7/31までの認定証、国保の保険証、印かん（認印可）

なお、同じ世帯の国保加入者で昨年の所得を申告していない方がいたり、国民健康保険税が完納されていない場合、24年度の住民税の課税状況等により、新しい認定証を発行できない場合がありますのでご注意ください。

■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

児童扶養手当を受給している皆さんへ 「現況届」の手続きについて

児童扶養手当の受給資格者の皆さんは、「現況届」の手続きを8月の指定期間内に行ってください。

なお、この手続きを行わないと8月以降の手当の支給が受けられなくなる場合があります。

＊手続き期間 8月1日（水）～8月31日（金）

児童扶養手当とは

父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育しているひとり親家庭等の生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給されます。（所得制限があります。）

手当を受けることができる方

手当を受けることができる人は、児童（18歳まで）を養育している父、母や、父、母にかわってその児童と同居し、養育している人です。

なお、児童が18歳に達した場合で、心身に中程度以上の障がいがある場合は、20歳未満まで手当が受けられます。いずれの場合も国籍は問いません。

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149（直通） または各支所 市民福祉課

特別児童扶養手当制度について

▼特別児童扶養手当とは？

精神または身体に障がいのある満20歳未満の児童の福祉の増進を図ることを目的に支給されます。（所得制限あり）

手当を受けることができる方

手当を受けることができる人は、精神や身体に障がいのある児童を在宅で監護する父もしくは母（所得の多い方）、または父母にかわって児童を養育している人です。

手当の額と支払

1級該当児童1人につき	月額50,400円
2級該当児童1人につき	月額33,570円

手当は認定を受けると、認定請求をした日の属する月の翌月分から支給され、4月、8月、12月（各月とも11日ただし、12月期は11月11日）の3回、支給月の前月までの分が、受給者が指定した金融機関の口座に支払われます。

■お問い合わせ 福祉課 ☎62-3147（直通） または各支所 市民福祉課

特別障害者手当等を受給している皆さんへ 「現況届」「所得状況届」手続きについて

手当を受給している皆さんは、「現況届」「所得状況届」の手続きを指定期間内に行ってください。

なお、この手続きを行わないと8月以降の手当の支給が受けられなくなる場合があります。

詳細については8月上旬に通知をお送りいたしますので、ご確認ください。

対象となる手当	手続き期間
特別障害者手当	8月13日（月）から 9月10日（月）まで
経過的福祉手当	
障害児福祉手当	
特別児童扶養手当	

■お問い合わせ 福祉課 ☎62-3147（直通） または各支所 市民福祉課

ふるさと自慢 うた自慢

公開録音の 実施について

NHK長野放送局と佐久市では、「ふるさと自慢うた自慢」の公開録音を行います。この番組は、ゲスト歌手をリーダーとする地元の男性、女性各グループが対抗で、故郷の良さを大いに自慢するとともにカラオケで歌声を競いあいます。またゲスト歌手によるヒット曲や新曲を披露する歌謡ショーもお楽しみいただきます。

観覧をご希望の方は、下記の要領でお申し込みください。

1. 日 時 9月21日(金)
開場：午後5時 開演：午後5時40分 終演予定：午後8時
2. 会 場 佐久市コスモホール（長野県佐久市下小田切124番地1 電話：82-3962）
3. 主 催 NHK長野放送局、佐久市
4. 共 催 財団法人 佐久市文化事業団
5. 出 演 地元出演者、ふるさと審査員
ゲスト：大月みやこ、ジェロ
司 会：今城和久（NHKアナウンサー）
6. 内 容 <第1部> ふるさと自慢うた自慢
<第2部> ふるさと自慢コンサート
7. 観覧申込 入場は無料ですが、入場整理券（1枚で2人入場可）が必要です。
郵便往復はがきに以下の必要事項を明記してお申し込みください。



大月みやこ



ジェロ

【記入事項】

<往信用裏面> (1) 郵便番号 (2) 住所 (3) 名前 (4) 電話番号

<返信用表面> (1) 郵便番号 (2) 住所 (3) 名前

【あて先】〒384-0303 佐久市下小田切124-1

佐久市コスモホール「ふるさと自慢うた自慢」係

【しめ切り】9月3日(月) 必着

※1歳以上のお子様から入場整理券が必要です。

※応募多数の場合は抽選のうえ、当選・落選の結果を9月6日(木)頃に発送します。

※インターネットオークション等での転売を目的としたお申し込みは固くお断りします。

売買を目的としたお申し込みであると判明した場合は抽選対象外とさせていただきます。

8. 放送予定 「ふるさと自慢うた自慢」
12月22日(土) 午後4時5分～4時55分<ラジオ第1・全国放送>
「ふるさと自慢コンサート」
平成25年1月5日(土) 午後4時5分～4時55分<ラジオ第1・全国放送>

※ご応募の際にいただいた情報は、抽選結果のご連絡に使用させていただくほか、NHKでは、受信料の
お願いに使用させていただくことがあります。

■お問い合わせ

NHK長野放送局 編成・事業・広報 ☎026-291-5218（平日/午前10時～午後7時）

NHK長野放送局 ホームページ <http://www.nhk.or.jp/nagano/>

(財)佐久市文化事業団 ☎82-3962（午前8時30分～午後5時15分※月曜休館）

広報広聴課 ☎62-3075（平日/午前8時30分～午後5時15分）

『ぴんころ御膳』料理コンテスト

作品の募集をします!!

市では、家庭料理の中にもある“カロリー・塩分控えめ、佐久地域の食材”を取り入れた『ぴんころ御膳』を発掘し、もっと手軽に活用できるようにコンテストを開催します。

1 次審査：9月20日(木) <書類審査のみ・審査基準①②③>

2 次審査：10月6日(土) 9:30~12:30(予定)

(佐久市保健センター 2階にて作品調理)

< 2次審査は審査員による試食選考等になります >

表 彰：最優秀賞 1点 優秀賞 1点 入賞 1点 アイデア賞 2点

「健康づくり佐久市民のつどい」にて表彰します。

審査基準：①普及性（料理のしやすさ、経済性等） ②独創性
③外観（彩り、盛り付け等） ④食味

応募方法

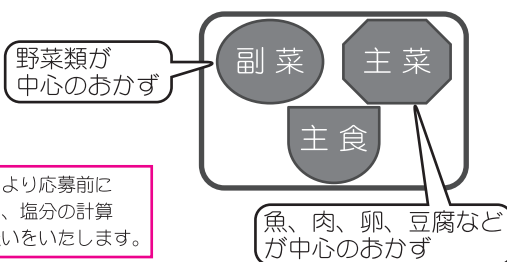
●応募締切 9月7日(金) 必着

●応募資格 ①個人、グループ也可
②10月6日(土)の2次審査の会場
(佐久市保健センター)で調理可能な方

●応募条件 ①次の項目を全て満たすもの
・カロリーを控えた料理であること
(1食600~700kcal、カロリー)
・うす味を心掛けた料理であること
(1食の塩分3~4グラム)
・佐久地域の食材を取り入れた料理であること
・食事のかたち(主食・主菜・副菜)が整っていること
*図「食事のかたち」参考
・調理時間は、2時間以内であること

*ご希望により応募前に
カロリー、塩分の計算
のお手伝いをいたします。

* 図【食事のかたち】 参考



●応募の仕方 「応募用紙」に必要事項を記載し、作品の写真を添付して郵送またはEメールにより提出してください。

「応募用紙」は市ホームページまたは、健康づくり推進課、各支所市民福祉課に用意してあります。

必ず写真(または画像ファイル)を貼付してください。

●応募先 ぴんころ運動推進会議事務局(健康づくり推進課)

●応募作品 作品は佐久市に帰属するものとし、原則として応募用紙・写真は返却しません。

●その他 入賞作品については、広報佐久・市ホームページ等に掲載します。保健指導員活動等の地区活動などで、調理実習や試食会に活用させていただきます。

■お問い合わせ ぴんころ運動推進会議事務局(健康づくり推進課)
(応募先) 〒385-8501 佐久市中込3056 ☎62-3189(直通)
Eメール: hoken@city.saku.nagano.jp



望月中学校改築事業着工

平成22年度から改築準備を進めていました望月中学校改築事業は、7月11日に起工式を行い建設に着手しました。

望月中学校は5カ年計画で改築を進めますが、今回着工の管理普通教室棟は、鉄筋コンクリート造3階建てで、延べ面積3,121.13㎡です。校舎の内装材には木材を使い、温かみと潤いのある教育環境づくりに配慮しています。

管理普通教室棟の完成は、平成25年7月31日の予定です。



穂の香乃湯 早朝営業のご案内

穂の香乃湯では、8月31日まで早朝営業を実施しております。

朝の農作業などで一汗かいた後、温泉に入って爽やかな気分で1日を始めてみてはいかがでしょうか。

多くの皆様のご利用をお待ちしております。



実施期間：7月1日（日）～8月31日（金）

開館時間：午前5時30分から午後10時まで（最終受付 午後9時30分）

休館日：毎週火曜日

※8月14日（火）は行楽シーズンのため、休館日を返上し特別営業します。

入浴料金：大人400円 小人250円

■お問い合わせ 穂の香の湯 ☎58-0033

佐久市市民活動サポートセンターだより No.1



オープンから3ヶ月経過したセンターが市民の皆さんにどのように活用されているか、センターがどんな活動をしているかをご紹介します。

センター活用紹介

★活動の情報発信・情報収集に活用されています！

センター掲示板などから



イベント掲示と
チラシ設置



「できる」と「求む」
情報の掲示

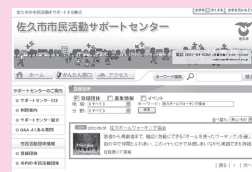


団体の活動紹介



イベントや募集
活動チラシ設置

ホームページから



団体情報・イベント・
募集活動・お役立ち情報

★活動の事務作業に活用されています！

フリースペース



打合せ・作業

印刷コーナー



資料印刷

メールロッカー



印刷用紙
活動物品保管

★市民活動の相談に
活用されています！

お気軽にどうぞ



センター活動紹介

★センターホームページから発信

センター案内のほか、登録団体の活動情報を中心に佐久市内のイベント情報、募集情報、活動に役立つ情報を発信しています。皆さんも情報発信・収集にご活用ください。随時更新していますので、ぜひご覧ください。

ホームページ：http://www.sakusapo.com

★センター機関紙発行

4ヶ月に1度、地域課題の解決やネットワーク構築のため活動団体・個人・区などの活動を取り上げます。その他、センターの活動内容をお伝えします。機関紙はセンターに設置のほか、公民館・社会福祉協議会・各支所にお配りしています。

★市内活動団体へのヒアリング

団体の活動内容を聞き取ります。活動への理解を深め、連携した活動につなげます。

6月29日
「第1回 福よ来い恋〜！
服(29)の日バザール」
を開催しました



不要になった子ども服の交換会を通して、子育て中のママさんの

意見交換等の交流の場を持ちました。また、登録団体とのコラボレーションもあり楽しい第1回となりました。次回は子育てに関する登録団体の皆さんや参加して下さったママさんの知恵をお借りして開催します。

佐久市の「市民活動団体」登録団体を募集中！

登録していただいた情報は、参加したい人や手助けが必要なお客さんと皆さんの活動をつなぐのに役立ちます。詳しくはセンターへお問い合わせください。

情報提供をお願いします！

あなたの周りのNPO・ボランティア団体・区・PTA・文化団体・スポーツ団体などの活動情報、その他、地域の課題や地域課題の解決を図る取り組みの情報をお寄せください。

■お問い合わせ

佐久市市民活動サポートセンター 佐久市取出町183 佐久市生涯学習センター(野沢会館)2階
☎64-6362 FAX64-6363

Eメール：sakusapo@sakunet.ne.jp ホームページ：http://www.sakusapo.com

【開館時間】9：00～20：00 【休館日】月曜日(月曜が休日の時はその翌日)・年末年始(12月29日～1月3日)

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。
市では**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♪

佐久市岩村田 佐藤 戌之助さん

【いつからウォーキングを始めましたか？】

★20歳頃よりウォーキングを始めました。

【ウォーキングを始めたきっかけは？】

★足から身体が弱ってくると聞いて、足を丈夫にと思いはじめました。出身が上平尾で、平尾神社まで4キロあり掃除を兼ねながら歩くことが日課となりました。
昭和28年岩村田に転居し、お稲荷さん周辺を川沿いに沿って歩くのが日課になりました。

【1日どのくらい歩いていますか？】

★毎朝5時に起き、5,000～6,000歩40分位でマイペースに歩いています。
昨年よりポールを使い歩いています。最初はポールがぎこちなかったのですが、今は体が安定し身体が伸び、ポールがある歩きがとても気持ち良いです。

【ウォーキングの効果は出てきましたか？】

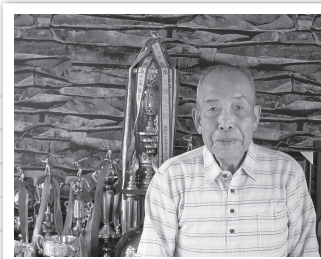
★体を動かし、歩くことを続けているせいか健康でいられます。
健康の秘訣は ①歩くこと等体を動かすこと ②大勢の人と接し、いろいろな行事に参加すること
③起床、就寝、食事と規則正しい生活をする事。
その3つが大切であると感じています。健康第一です。今も元気で過ごしています。

【おすすめのウォーキングコースはありますか？】

★稲荷山、湯川に沿って東西南北に遊歩道がありとても眺めも良くおすすめのコースです。

【これからウォーキングを始める方々に一言。】

★はじめはマイペースでよいので、わずかな距離でも必ず毎日歩くことが大切です。
継続していくことで体がスムーズに動き、屋外に出ることで気持ちがよく、スッキリした爽快感が味わえます。



＊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

☆家畜改良センター長野支場☆ (駒場公園となり)

佐久市新子田2029-1 距離2.4km ＊時間の目安＊約30分

牧場用地面積101ヘクタールの中の管理用通路をランニングロードとして開放されています。

カラマツ防風林の間からは、浅間山や八ヶ岳も望むことができます。春の桜の時期は、花見名所としても知られています。

四季折々を楽しめる心癒されるコースです。

ウォーキングステーションで一緒に歩いてみませんか？

＊農作業道路ですので平日はトラクターが通ります。
ご注意ください。

＊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。



(6月10日開催のウォーキングステーションで撮影)

◆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開催中！



6月10日（日）からウォーキングステーションが駒場公園で始まりました。スポーツ推進委員さん、保健指導員さん、食生活改善推進員さん、運動に関する各団体の皆さんのご協力をいただき、佐久市ではウォーキングをきっかけにして、運動が定着できる市民の健康づくりを広めていきます。

初日は日曜日とあって、お子様連れのご家族や老若男女100人余りの皆さんが、広報紙や新聞等を見て集まりました。

朝の空気の爽やかな時間、木々の緑鮮やかな駒場公園周辺を歩き、ウォーキングの楽しさ、爽快感を味わっていただきました。

また健康運動指導士の指導でストレッチ、正しいウォーキングフォームや日頃の歩き方をチェックしてもらった相談コーナーも大変好評でした。

開催日	
休日コース	平日コース
8月26日(日)	8月28日(火)
9月9日(日)	9月25日(火)

集合場所 駒場公園 噴水中央広場
時間 9:00～10:30

申し込み**不要・参加費無料**です！
お気軽にご参加ください！

雨天時は佐久市保健センター（佐久市役所 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。



《参加された方の声》

- ・体力にあわせたコースでゆったりと参加でき楽しかったです。
- ・くつのはき方から始まり、ストレッチ、歩き方の指導がうけられ参考になりました。
- ・久しぶりに緑の多い景色の中、土の上をとてもち持ち良く歩くことができました。
- ・歩ききっかけになりました。

市民の皆さんの声をいただきながら「ウォーキングステーション」を開催していきます。多くの皆さんのご参加お待ちしております！！

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！



効果的なウォーキングフォーム ～カッコよく素敵に～

ウォーキングに適した正しい姿勢は他人から見ても美しい姿勢です。自然で楽な姿勢で元気にさっそうと歩くという感じです。あまり難しく考える必要はないのですが、歩き方のクセは、自分では気づかないものです。

一度ポイントを確認してみてください。

ウォーキングステーションで、講師の飯島先生と一緒に確認するのもおすすめです！

●安全対策

- *歩く前と、歩いた後には、軽い体操やストレッチを行うことが大切です。
- *水分補給を、必ず行いましょう。
- *やむを得ず夜間に実施する場合は、交通事故防止のため、明るい服装で歩きましょう。また、夜間反射材などを活用しましょう。

視線は遠くに
あごは引く

肩の力を抜く

背筋を伸ばす

胸を張る

腕は前後に
大きく振る

脚を伸ばす

歩幅は出来るだけ
広くとる

かかとから着地



9月より不活化ポリオワクチンが導入されます ーポリオワクチンの定期接種方法が変わりますー

平成24年9月より、ポリオの定期接種ワクチンを生ポリオワクチンから不活化ポリオワクチンに一齐に切り替えるとの国からの通知がありました。

単独の不活化ポリオワクチンの導入と同時に、定期予防接種における生ポリオワクチンの使用が中止されるため、**市では、9月27日から10月30日まで予定していた、4会場（佐久市保健センター・臼田保健センター・浅科保健センター・望月総合支援センター）での全10回の生ポリオワクチンでの集団接種を実施しないこととなりました。**

新たに9月からはじまる不活化ポリオワクチンの定期接種は、下記のとおりとなります。

□接種方法

- ・医療機関での個別接種となります。
（各地区の保健センター等での集団接種から、医療機関での個別接種に変更になります。）
- ・生ポリオワクチンは経口接種（口から飲む）でしたが、不活化ポリオワクチンは皮下接種（皮下に注射）となります。
- *導入時点で、生ポリオワクチンの定期接種が、完了していないお子さんの保護者の方へ個別に通知いたします。
- *予診票と説明書は、市内の個別接種実施医療機関と健康づくり推進課保健予防係または各支所市民福祉課に設置します。
- *接種については、他の予防接種との接種間隔、または接種の順番等に留意し、接種スケジュールを立ててください。

□接種回数

- 4回（初回3回、追加1回）の接種が必要です。
 - ・生ポリオワクチン接種歴の状況により、不活化ポリオワクチンの接種回数が異なります。
 - ・すでに、自費または海外等で不活化ポリオワクチンを1回～3回接種された方については、不足分の接種を受けることができます。残りの接種回数については、不活化ポリオワクチン接種を受けられた医療機関の医師へご相談ください。
- 2012（平成24）年9月1日以前に、海外等で不活化ポリオワクチンを1回～3回接種された方は、すでに接種した回数の接種を終えたものとして、医師の判断と保護者の方の同意に基づき、残りの不足回数（初回接種・追加接種）を単独の不活化ポリオワクチンの定期接種として受けられます。

◇詳細は、左表『◇国から示された、単独の不活化ポリオワクチン導入（平成24年9月予定）から、4種混合ワクチン導入（平成24年11月予定）までの接種方法』をご覧ください。

□接種対象者

【対象年齢】接種時に生後3か月～7歳6か月に至るまでの間にある者で佐久市に住所がある乳幼児

- ・標準的な初回接種の接種年齢は、生後3か月から12か月です。
- ・生後90か月（7歳6か月）に至るまでの間であれば、過去に生ポリオワクチンを受けていない方も、不活化ポリオワクチンの定期接種を受けていただくことが可能です。

□接種開始日

9月導入予定（不活化ポリオワクチンの国内での発売・流通について、国より正式な通知が届き次第、接種開始日等詳細についてホームページ等でお知らせします。）

□接種医療機関

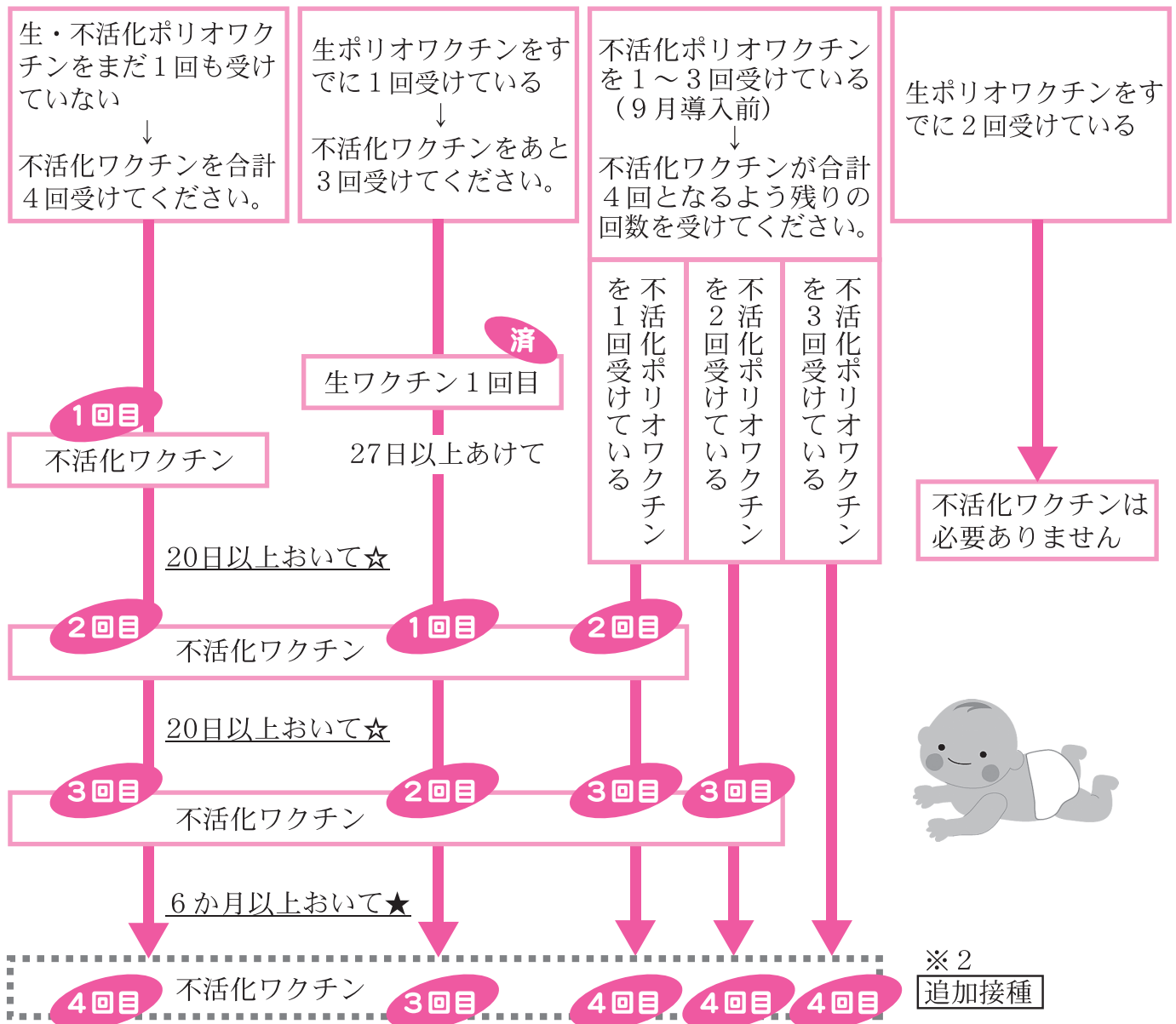
市内の個別接種実施医療機関 *広報9月号・ホームページ等へ掲載します。

※接種の際は、必ず予約をしてから、接種を受けてください。

□接種費用

公費負担（無料）

◇国から示された、単独の不活化ポリオワクチン導入（平成24年9月予定）から、4種混合ワクチン導入（平成24年11月予定）までの接種方法。



初回接種として、生後3か月～生後12か月までに接種することが望ましいです。
☆20日以上おいて（20日から56日までの間隔をおくことが望ましいです）



※2 追加接種（4回目）とは、生ワクチン・不活化ワクチンを問わず、全体を通して4回目となるポリオワクチンです。

★6か月以上おいて（12か月～18か月の間隔をおくことが望ましいです）

注意：平成24年9月の導入の時点で、すでに3回目までの接種をお済みの方は、4回目の追加接種は、定期接種にはなりませんので、定期接種になるまでの間、接種をしばらくお待ちください。

（定期接種として追加接種（4回目）が、受けられるようになりましたら、お知らせいたします。）

詳しくは、『ポリオワクチン厚生労働省』ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ 健康づくり推進課 保健予防係 ☎62-3527（佐久市保健センター直通）
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・31）
望月支所 市民福祉課 ☎53-3111（内線128・129）



～社会を明るくする運動～ 法務大臣からの協力要請の 伝達が行われました

7月2日に“社会を明るくする運動”協力月間として、法務大臣のメッセージが佐久地区保護司会の皆さんより柳田市長へ伝達されました。

この運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と、犯罪をした人や非行のある少年の更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で62回目を迎えます。



ボランティアによるひとり暮らし高齢者等 の住宅補修が行われました。 ～「ありがとう」を励みに～

6月24日、佐久建設労働組合に加盟する皆さんのボランティアによる、ひとり暮らし高齢者・高齢者世帯の住宅補修が行われました。

当日は、申請のありました25箇所について、網戸・雨樋・屋根・壁などの補修を行い、高齢者の皆さんから大変喜ばれました。



第7回佐久市医療体制等連絡懇話会を開催

6月27日、佐久市医療体制等連絡懇話会が開催されました。当日は、佐久医療センターが目指している地域医療支援病院の承認要件が確認され、課題となる紹介率・逆紹介率の達成に向け今後の取り組みについて協議されました。



戦没者遺留品（日章旗）の 伝達が行われました

6月8日、太平洋戦争中にニューギニア島で戦死された加藤悦彌さん（旧前山村出身）が所持していた日章旗が、米国在住の所有者から厚生労働省を通じて甥の加藤清孝さんへ伝達されました。

8 今月のトピックス



棚淵橋の開通式が行われました

平成19年度から延長19.7m、2車線の橋梁整備を進めてまいりました棚淵橋が完成し、去る6月28日、開通式が行われました。

開通式では、市長・岡田様三代家族を先頭に、渡り初めが行なわれました。

映画『家』制作発表記者会見

昨年秋に市内でもロケが行われた、映画『一遍上人』の秋原北胤（ほくいん）監督によります、佐久ロケ第2弾となる映画『家』の制作発表記者会見が6月26日に行われました。

この映画は、佐久地域に縁のある島崎藤村の長編小説『家』を原作としております。

今回は、撮影に先立ちワークショップ（講座）を開催する中で、今秋にはエキストラを募集して撮影が行われます。



こころの健康を守るシンポジウム 開催

7月5日、長野県佐久勤労者福祉センターにおいて、自殺防止のシンポジウムを開催し約300人の方にお集まりいただきました。

“つながって守ろう大切ないのち”をテーマにミニ講話とシンポジウムを行い、県内の自殺の概要や様々な関係機関などの取り組み、対応等をお聞きしました。

最優秀賞

鈴木清久（野沢）



「大空高く」

優秀賞

加藤充宏（愛知県豊橋市）



「大きなコスモス咲かせよう」

佐久バルーンフェスティバル2012 写真コンテスト入賞作品

優秀賞

花岡直樹（鍛冶屋）



「こちら、「佐久の鯉太郎」」

佐久バルーンフェスティバル2012
写真コンテストは、県内外から135点
の応募をいただき、最優秀賞1点、優秀
賞3点ほか、合計24点の作品が決定いた
しました。

優秀賞

長岡 健（原）



「旅立ちの朝」

■お問い合わせ 観光交流推進課 ☎62-3285（直通）

第25回佐久高原 コスモスまつり

出店募集

佐久高原コスモスまつりが9月8日（土）～17日（月・祝）内山地区で開催されます。期間中イベントに出店して頂ける方を、下記のとおり募集します。

記

- ◆期間・場所 9月8日（土）～17日（月・祝） コスモス広場（国道254号コスモス街道沿い）
- ◆出店資格 佐久高原コスモスまつりの趣旨に賛同し、佐久商工会議所または佐久市観光協会、佐久物産振興会、市内商工会、各商店会のいずれかに加入しており、主催者が適当と認めたもの
- ◆出店料 2万円（電気料金を含む） ※土・日・祝のみの出店の場合は1万円
- ◆出店スペース 1店あたり間口3間・奥行2間のテントスペースとする

■お問い合わせ 佐久市観光協会事務局（市役所観光交流推進課内） ☎62-3285（直通）



『初秋の春日の森』で リフレッシュ！

案内人付き森林セラピーで『癒し』を体験しませんか？

【第3回 森林セラピーモニターツアーの参加者募集】

日 時：9月9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 アンケート記入
12時 解散

※森林セラピー終了後、春日温泉での入浴はいかがでしょうか。（有料）

申込み締切り：8月31日（金）午後5時

※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びんころ弁当（実費800円）もご用意できます。（び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）

■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）

第4回モニターツアーの詳細は10月の広報でお知らせします！

第4回モニターツアー開催日（予定）

10月28日（日） 平尾の森



森林セラピーで「見る」・「聞く」・「嗅ぐ」・「触れる」・「味わう」の五感を使った癒しをぜひ体験してくださいね。

無料
クーポン券で

『がん検診』を受診しましょう！

がん検診無料クーポン券を6月下旬に発送しました。この機会にぜひ受けましょう！
無料クーポン券をお送りした対象の方は、平成24年4月1日現在、下記の年齢の方です。

・大腸がん検診（男性・女性）

対象者…40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方

・子宮頸がん検診

対象者…20歳・25歳・30歳・35歳・40歳の方

・乳がん検診（女性）

対象者…40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の方

○受診の方法について

- ・医療機関で受診（子宮頸がん・大腸がん・乳がん）
- ・地域集団健診で受診（大腸がん）
- ・検診車で受診（子宮頸がん・乳がん）

○クーポン券の有効期限

有効期限は、平成25年2月28日までとなっております。お早めに受診していただくようお願いいたします。

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3196（直通）
または各支所 市民福祉課まで



がん検診
めざせ受診率50%超

佐久市民で、がん検診を無料で受けられる人が約8,400人もいるんだって。受けないのはもったいないよ～。さあ、みんなで受診しよう！



大きく養生訓

30

予防できる熱中症



浅間総合病院
総合診療科医長
高濱 充貴

毎年、夏になると「熱中症で何人が救急搬送された」とか「スポーツ活動中の生徒が倒れて死亡した」などというニュースが流れます。

しかし、熱中症と一言に言ってもいろいろと程度があります。まず、熱中症には大量の汗と共に塩分が失われて、足などがひきつる熱痙攣や、体表面の血管拡張や脱水により一時的に脳に血流がいなくなつて、ふらふらしたり短時間意識を失つたりする熱失神といわれた軽症のものがあります。これらは水分と共に塩分をとったり、涼しいところに寝かせて水分補給をすることで回復します。

中等症はおおむね従来は熱疲労と言われていた病態で、強い

だるさや体温の上昇、脈が速くなるなどします。30分程度涼しいところで水分補給を行つても回復しない場合は、医療機関を受診して点滴治療を受ける必要があります。水分をとると嘔吐してしまふ場合には、なるべく早く医療機関を受診したほうが良いでしょう。

そして体温の上昇があり、少しでも意識がおかしくて、口から水分が取れない場合は、重症で熱射病といわれる病態と考えられ、2〜4人に1人の割合で助からない重症の可能性があるので、直ちに救急車で病院への受診が必要です。

熱中症予防にはよく、水分と塩分を補給しましょうといわれますが、このほかにも高温順応というものがあることをご存知ですか？

標高の高いところに登るために、高所順応といつて少しずつ高度にならしていく方法がとら

れますが、これと同じで、大人では7〜10日間。子供では10〜14日間かけて高温に鳴らしていくのです。これはどういうことかという、暑さを感じるかどうかではなく、徐々に高温にさらされる時間を増やしていくことによって、レニン-アンギオテンシン系というホルモン系が活性化されて、汗の中に失われる塩分の量を少なく調節したり、脱水になりにくくしてくれるのです。

具体的には夏の始まりに、いきなり長時間の運動や作業を屋外ですることを避けて、始めのうちはこまめに休憩することを心がけることです。

あるいは、サウナなどの利用も効果的と考えられます。そのほかには体温調節は蒸発放射、伝導、対流という4つの作用で行われます。

びつしより汗をかいている状態では蒸発は起こりにくくなります。速乾性素材の衣類を着て汗をこまめにふき取ることで、蒸発は効率が良くなります。

放射、伝導は涼しいところに入ったり、冷たいものを体に当てることで、対流は風のあるところで効率が上がります。ですから、熱中症予防はいきなり長時間高温下に出ずに、こまめに

休憩をとり、なるべく風通しをよくして、速乾性素材の衣類を着て汗をこまめにふき取り、水分と塩分を補給する。これで暑い夏を乗り切りましょう。

分類	従来の分類	症状
I 軽症	熱痙攣 Heat Cramp 熱失神 Heat Syncope	眼前暗黒、失神、こむら返り、四肢・腹筋の痙攣、 血圧低下、皮膚蒼白、失神
II 中等症	熱疲労 Heat Exhaustion	強い疲労感、めまい、虚脱感、頭重感、嘔気、 嘔吐、下痢、体温上昇、多量発汗、頻脈
III 重症	熱射病 Heat Stroke	深部体温39℃（腋窩38℃）以上の高熱と 1.脳機能障害 （意識喪失、譫妄状態、特異な言動） 2.肝・腎機能障害 3.血液凝固障害のうちいずれか

筆者略歴

東京都出身。平成8年 順天堂大学医学部卒業
浅間総合病院 総合診療科医長、順天堂大学 総合診療科 非常勤助教
日本内科学会認定内科専門医、麻酔科標榜医
検診マンモグラフィー読影認定医・乳腺超音波読影認定医
日本人間ドック学会認定医、日本登山医学会会員
全日本スキー技術選手権大会7回出場
キナバル登山（4095m）、マッターホルン登山（4478m）、
エルブルース（5642m）滑降

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



けん こう だよ 健 歯 便 い No.16



あなたのお口は
大丈夫？

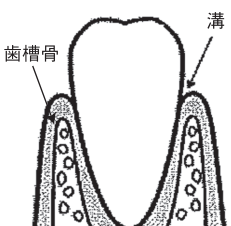
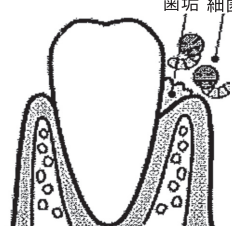
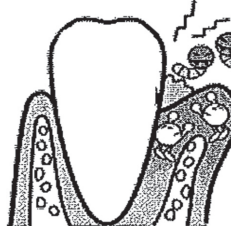
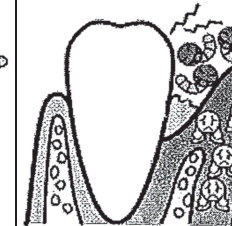
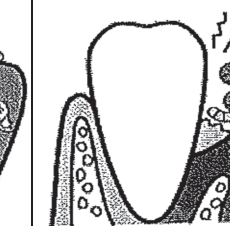
～じわじわと・・・しずかにすすむ歯周病！～

歯周病（歯周疾患）とは、歯を支える歯周組織（歯肉・歯槽骨など）に炎症が起こり、歯を支えている骨が壊されていく病気です。

歯周病の原因は、歯と歯ぐきの間の溝にたまった歯垢の中にいる歯周病菌です。歯周病は自覚症状がないまま進行し、気がついた時には歯がグラグラ動いて、歯を抜かなくてはならなくなることがあります。俗にいう『歯槽膿漏』は歯肉から膿が出る歯周病の一つの症状です。

歯周病は40歳以降の歯を失う主な原因で、全身の健康状態や生活習慣とも深く関わりがあります。

《あなたのお口はどの状態に当てはまりますか？》

歯 周 病 の 進 行 状 況 （＊個人差があります。）					
	健康な歯肉	歯肉炎	軽度歯周炎	中等度歯周炎	重度歯周炎
状 態	ピンク色でひきしまっている	歯肉に炎症が起きる	炎症が歯槽骨などの周りの組織におよぶ	歯肉が下がり歯の根がみえてくる	歯槽骨がなくなり歯がぬけることがある
					
症 状	☐ 歯肉はかたくひきしまっている	☐ 歯肉が赤く腫れる	☐ 歯をみがくと血がでる ☐ 歯が浮く感じがある	☐ 口臭がする ☐ 歯が長くみえる	☐ 噛むと痛い ☐ 歯がグラグラ動く

自分でみつける事が難しい病気ですので、年に1・2回の定期検診をお勧めします。

佐久市では歯周疾患（義歯）検診を 地域集団健診と同時に実施しています。

- 《申込方法》 地域集団健診申し込み時もしくは、単独での申し込みも可能です。
下記のお申込み・お問い合わせ先までご連絡ください。
- 《場 所》 各地域集団健診会場（詳しくは健康カレンダー29ページをご覧ください）
- 《料 金》 500円
- 《検診内容》 歯科医師による歯周病・おし歯・入れ歯・あごや粘膜などの検査。
検診後、歯科衛生士による歯のみがき方・入れ歯の手入れの方法などの歯科指導があります。



いきいきサロン・まちづくり講座などで、お口の体操や歯みがきなどの講話も行っています。お申し込み・お問い合わせは、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



7/28(土)⇒9/30(日) (会期中無休)

新・収蔵品展 —平成23年度収蔵

昨年度、新しく収蔵した作品をご紹介します。現代の作家36名による、さまざまな表現をお楽しみください。

展示作家

髪 嘔・岩田とも子・大谷早苗・大野百樹・岡村桂三郎・小川瑞葉・奥谷 博・織田廣喜・片岡真太郎・菊地武朗・齋藤香坡・佐久間あすか・櫻井かえで・桜井 寛・佐々木 豊・島田章三・菅原洸人・田井 淳・醍醐イサム・高橋克之・帖佐美行・中村 宏・中山忠彦・畠中光享・林 百合子・広田 稔・日和佐 廣・吹田文明・福島瑞穂・堀内崇志・松浦安弘・松本俊郎・皆川嘉博・山本眞輔・山本 貞・劉 賢 (50音順、敬称略)

■同時開催

8/11(土)⇒9/2(日)

普賢山落五十周年記念展 浅間の山麓に魅せられて

視聴覚室 (この展覧会のための観覧は無料です。)

■会期中のイベント

○夜間開館

8/11(土)・12(日) 9/15(土)・16(日) 午後7時まで開館します。

○展覧会ガイドツアー (参加無料、観覧料必要)

8/26(日) 9/22(土) 各日午後2時～ (40分程度)

8/11(土)・12(日) 9/15(土)・16(日) 各日午後6時～ (40分程度)

【常設展示】●平山郁夫《仏教伝来》他

●中国陶磁器 (吉沢コレクション)



畠中光享《散華3》

開館時間 午前9時30分～午後5時
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

佐久市立近代美術館
油井一二記念館



SAKU Municipal
Museum
of Modern Art

■お問い合わせ

佐久市立近代美術館 (駒場公園内)
☎67-1055

ぼくの夢 わたしの夢

青春夢トーク

いいじま みゆき
飯島 美幸 さん

(佐久長聖高校3年)

趣味…映画鑑賞

住所…勝間



今、一番楽しいことは「学校生活です」と話す飯島美幸さん。佐久長聖高校に通う18歳です。

「仲間との何気ない会話や相談など、それぞれの目標は違っても努力し励まし合いができる仲間との生活が楽しいです。部活ではスケート 1500mで、最後のインターハイに出場し、昨年の記録 (7位) を超えたいです」とのこと。

そんな飯島さんの将来の夢は、助産師になること。「看護師をしている祖母や母の影響で看護師になりたいと思っていたが、助産師の仕事を知り、命の大切さを近くで感じられる素敵な仕事と思いました」と話してくれました。

10万人の広場

リレーインタビュー

小林邦俊さんから紹介された

うばの ひろし
宇羽野 宏志 さん

(飲食業・協和)



①自己紹介をお願いします。

飲食業を始めてから、かれこれ30年が経ちます。日々、「早起き・やる気・根気」を忘れず、己には節約してもお客様へのサービスはケチらないことが自分の信念です。また、苦難・苦行だけでなく、日々の幸せも試練だと感じており、人間は試練をとあして成長すると自分は思います。これからも、絆を大事に人と人との繋がりを大切に頑張っていきたいと思っています。

②これからの街づくりに望むことは

佐久市は大きな市になりましたが、大きくなると、目立つところは良くしていると思います。家でもそうですが、床柱ばかりが目立ってもダメで、陰に隠れている柱が重要だと思います。見えないところで、市民を支えられる人間の育成をしていてもらいたいです。



公民館活動で心ふれあう

明るい地域づくりを進めよう

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

E-mail: kominkan@city.saku.nagano.jp



No.89

2012 (平成24年)

8

はづき
葉月

第6回わがまち佐久・市民講座開催

7月7日佐久勤労者福祉センターにおいて、元産経新聞編集委員で「佐久の先人検討委員会」監修の「中村勝実先生」を迎え、わがまち佐久・市民講座が開催されました。

330人の聴衆は、かつて日本中を沸かせた「世界一周大飛行の歌」の作詞者、岩村田出身の「掛川俊夫さん」に係わるエピソードなど、ユーモアを交えた中村先生の講演に聞き入っていました。

あれこれ

浅間地区

体操で心も体もさわやかに！

西本町区では、地域公民館活動の一環で、今年度4月から野中史子先生の指導のもと、公会場において区民対象の「さわやか体操教室」を開催しています。

10名あまりの会員は、軽やかな音楽が流れる中、ストレッチで全身をほぐしたり、イスを使った簡単な運動により、無理のない範囲で筋力向上に努め、心地よい汗を流しています。



野沢地区

七夕に願いをこめて

野沢児童館で、瀧澤千里先生による折り紙教室を開催しました。折り紙を折る機会が少ない子どもたちは、ハサミを使う所もあり、とても真剣でした。

色々な形の作品が出来ると笑顔がいっぱいになりました。最後は七夕に願いを込め、短冊に「ピアノの先生になれますように」「体操の選手や野球が上手になれますように」など、様々な願いを書き入れました。

きっと願いが届くと思います。

中込地区

ブローライフル講座

5月22日に佐久市総合体育館で、宮本憲一先生によるブローライフル講座が開催されました。

ブローライフルは、パイプに込めた玉を呼気で吹きだし、的に当てるスポーツです。

参加者は、初めは玉が的に届きませんでしたが、次第にコツを掴み、的に当てられるようになっていきました。

ブローライフルを行うことで、加齢による呼吸筋の衰えを予防できるそうです。



東地区

地元の山に親しんで！

6月6日「東地区を知る」講座で関伽流山を訪ねました。明泉寺では、中島義照住職にお寺の天井絵の説明を受けました。

その後、関伽流山に登りました。「二人静」や「まむし草」などの山野草や、何十メートルもある絶壁とそこに咲く藤の花、百体観音など素晴らしい景色が続きます。

この日はあいにく霧雨で仙人ヶ岳まで登れませんでした。また、紅葉の頃に改めて登ってみたいと思いました。



臼田地区

佐久を知り隊！

臼田地区館では、6月8日に日本で海岸線から一番遠い地点と県境の馬坂・広川原地区に行ってきました。

林道を1.3kmほど進み、沢沿いを1kmほど登っていくと、国有林の中のなだらかな斜面に、標柱と案内板が立っています。特に素晴らしい景色を展望できるわけではないのですが、たどり着いた達成感は、何ものにもかえがたいものがあり、参加者は喜びを分かち合っていました。

浅科地区

第31回 親睦小旅行を満喫

植田直しや田畑の草刈が一段落した八幡区本町分区分では、6月10日飯綱高原への親睦旅行が実施されました。

今年も40名が参加し、青空の下、1日を楽しみました。

住民同志が顔を合わせる機会をつくろうと、様々な困難を乗り越え、もう31年間続いています。

東日本大震災から1年、改めて人と人との繋がりの大切さを実感、土屋 晃分区分長は「交流の場として、先輩の方々の願いを受け継ぎ、今後も残したい事業のひとつだ」と語っていました。



望月地区

歴史講座（春）～中山道木曽路を訪ねて～

望月地区館では、6月15日に「春の歴史探訪・中山道木曽路を訪ねて」を開催しました。

今回は、妻籠宿・馬籠宿を見学しました。

馬籠の「藤村記念館」では、臼田に藤村のお孫さんがおられるということで、参加者は親近感がわき係員の説明を熱心に聞いていました。

江戸時代に思いを馳せた1日となりました。

生活改善申し合せ事項 「新盆見舞金はやめましょう」

新盆見舞金については、佐久地域2市2郡生活改善委員会の申し合せにより**新盆見舞金は持たない、見舞者に記帳していただくとともに、ご焼香いただき謝意を表す**、ことになっています。

昨年も市内で該当した多くの皆さんにご協力いただきましたが、公民館では一層の推進を図るため、本年も該当するご家庭や区長さん・公民館長さん等から申し出があれば「新盆見舞いについて」の貼り紙を、無料で提供いたします。ご希望の方は公民館本館、または各地区館までお申し出ください。

生活改善の趣旨にご協力ください 新盆見舞いについて

- 御香料等は頂きません
- お返しは致しません
- ご芳名を御記帳ください

佐久地域2市2郡生活改善委員会
佐久市・佐久市公民館
佐久市公民館
佐久地域公民館連絡協議会

リレー随筆



ある少女の小さい行い

桜井 櫻井 傳

この5月のつい先日のことでした。私は、車を運転して、野沢の町中を中込方面に向っていました。直線道路の信号機のない横断歩道の左側に少女の1団がいるのです。近づくとも小学校3年生くらいの少女を頭に、他はみな幼稚園くらいの少女たちです。

私の車が近づくとも年長の少女が、手を真っすぐに挙げ、渡る合図をしています。私は速度を緩めて横断歩道の手前で車を止め「どうぞ、渡ってください」と手で合図をしました。年長の子を先頭に渡り終えたのを見届けて発進しようとした、その時です。その年長の子が前へ進み出て、私に向かって一礼をしているのです。その礼は、自然で、品のある、心のこもった一礼でした。私は思わず手を振り返しました。

発進した車はすぐにその少女たちの姿を消してしまいました。しかし、私の心に映ったあの少女の姿は消えません。心がほんのり温くなりました。

幾日経った今でも、あの少女の「気品の一礼」が鮮やかに蘇ってきます。あの少女を育てた家庭はどんな家庭なのだろうか。



高瀬 岡村 昌壽

私のセカンドライフ

ちよつと
ひとこと

38年間のサラリーマン生活を定年退職し、さて、セカンドライフ開始とばかりに、農業機械の整備をし、米作りを始

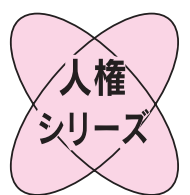
めて5年目になります。最初は分からないことばかりで、人に聞きながら、育苗、代かき、施肥、田植え、水調節等行ってきましたが、皆さん独自の見解をもっていて、まとまりません。こんな時講習会に参加してみました。

「稲作の基本は多くの収穫を望まず、程々が良いですよ」という説明に、なる程と納得した次第です。要は天候の影響が一番大きいという事です。私の米作りの楽しみは、田植

えが終り、苗が根付いて田一面が緑になり、やがて穂が出て黄金色になってくると、やったなという感じです。

子どもの頃からみると佐久も変わりました。田園風景から一見都会風に変貌していますが、変わらないのは北に浅間山、南に八ヶ岳、蓼科そして、季節毎の野山の変化、都会にはないおいしい空気です。

今後も健康でいる限り、米作りにアフターゴルフに楽しみながら過ごしたいものです。



「本の匂い・本の味」

最近、書籍の購買量が減っているという理由。原因は携帯電話等の普及で読書量が減っていること、また、電子書籍の普及、インターネットからのプリントアウトというのもある。

本(読書)の良さは、自分が気に入った本を何回も読みたいときに読めることである。その都度新しい感動・発見があり、作者の意図することが理解できたり、また、自分なりの反対の主張をそこでまとめられるかもしれない。

以前は、新しい本を買い、パラパラとめくると真新しい紙の匂いとインクの匂いがして読書意欲が増した。さらに、帯に書かれてあるメッセージが読者の心をくすぐり、すぐに読みたくなったものだ。最近の本は印刷技術が変わり、紙の匂いはするがインクの匂いはしない。しかし、表紙の装丁にはユニークなものがあり、やはり新しい本はいいものである。

また、この社会には沢山の出版物があり、それぞれに主張したい匂いと味を持っている。同じ本を何人もの人が読んで、とらえ方は様々であり、読者がどのように解釈をしてもいずれも正しいのである。いろいろな本を沢山読むことによって、他の人がどんな考えを持っているか知ることができ人間性が深められる。

読書には、速読・遅読・音読・黙読・置読・積読などがある。さらに、本は重しのかわりになったり、高さの調節ができる枕になる便利さがある。

自分の周囲には様々な人が居る。読書を通して自分の知識を高め、感性を磨くことによって、人間理解が図られ、人を愛し、思いやり、尊重する心が養われる。

読み方には、一冊の本を持ち歩き、どこでも読みつなぐ場合と、行く場所ごとに本を置いて、数冊を平行して読む場合など、いろいろある。

今この慌ただしい(いそがしい)時代、じっくり本を読んでもみるの必要ではないだろうか。

人権同和教育推進員 常田栄

戦争体験記

輸送船「浅香丸」と共に

蓬田 寺尾波雄（89歳）

昭和20年1月8日、夕映えの台湾海域に、突然の爆発。沈み行く我らの輸送船団8隻。

これらは、わが国最後の輸送船団と思う。目前で沈み行く船々。戦友が小さな「いかだ」で助けを求めている。防衛船を持たぬ船団は、何をすることもできず沈んでいった。

夜の海を逃げ惑い、夜が明けてみたら、台湾の台東県にある淡水河口

樺太からの脱出

田口 佐藤愛子（87歳）

私は大正13年、樺太聴大泊町に生まれました。冬は零下30度になりますが、パルプ工場や寒天工場があり、漁業も盛んな活気のある町でした。

8月15日、日本降伏。樺太は日本の領土で無くなったという現実を知りました。ソ連による、日本人が虐殺された例もあるから、女、子ども病人は早く本土へ逃げるようにとの命令が出て、16日から引揚が始まりました。

掃海艇に乗ることができた私は、妊娠8カ月。「荷物は持って上げるから下へ降ろしなさい」という親切な言葉に、喜んで降ろした荷物は自分

浜に突入していた。

昨夜の戦況は、船団の8隻中7隻が撃沈されて、我らの船「浅香丸」が残っただけの報を聞き「無念」。我残り4千有余の戦友との別れ。日本の栄を念じて、海に殉じた戦友と離れる無念さは、語るすべもなし。

20年1月9日、台湾軍の指揮下に入り、防衛の任に就く毎日。定時に来るB29の爆撃があつた祖国の安泰を祈りつつも、この毎日がいつまで続く戦争の終わりも知るよしもない。

20年8月15日、終戦を告げる玉音放送により、終戦となりました。

の手元には戻ってきませんでした。しかし、無理ありません。奥地から逃げてきた人達は、何も持たず裸足です。港ですぐ乗船できた私達は幸せだったと諦めました。

津軽海峡を渡り、青森から上野へ着きました。眼にした東京は全部焼野原。地下道には浮浪児がいつぱい。汽車は復員してきた兵隊さんが窓からでも乗り込むので、子ども連れの私達はなかなか乗れず、やっと姉は機関車に乗せて貰い、姉の子ども3人と私は通路に乗ることができました。

姉の3才の子が大声で泣くので、手渡しで母親の所へ送られたが行き会えず、小諸に着いたら居ない。安中駅で降ろされると聞いた姉は、真っ青になって安中へ戻りました。

その後我らを守り輸送してくれた「浅香丸」の健在を尋ねましたが、その関係について回答はありませんでした。

さらにその後も2回ばかり、当時の部隊編成なども、その関係部局に聞きましたがなしのつぶてでした。

今は、大正・昭和・平成と長いこと育ててくださった皆さんに感謝し、長生きしようと頑張ります。

靖国の森 御霊鎮まるも
折々帰れ母の夢

謹弔 靖国の友歌 一兵卒

私達は行き場所が分からないので、3人で野宿。三反田駅で又、野宿。姉の来るのを待つて叔母を訪ねました。叔母はみすばらしい5人の姿に驚き、すぐに休ませてくださいました。

22年に義兄が帰国し、弟も復員してきて、義兄の2間の家に一時は9人で暮らしました。

その後、主人も抑留生活から解放され無事帰国しました。

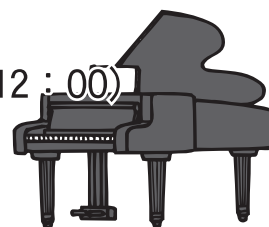
私達は信州へ引揚げてきて、何一つ無い、無からの生活が始まりましたが、親切な叔父、叔母従兄姉、親類の支援があつたから生きてこれたのだと、感謝の毎日を送っていました。

第34回 佐久市民コーラスまつり

日時 平成24年9月9日（日） 開演12:30（開場12:00）

場所 佐久市コスモホール

主催 佐久市・佐久市教育委員会・佐久合唱連盟



参加グループ（50音順）

・新子田青年会合唱団
・荒家おやじコーラス
・岩村田コーラス
・うすだ童唱会
・FFソサエティ

・クワイアグリーンヒル
・高齢者大学コーラス班
・コーラス・ヴィオレッタ
・コーラス・コスモス
・コーラスつくし
・コーラス・ツモロウ
・コール・ノザワ

・コールフリージア
・混声合唱 響
・佐久混声合唱団
・佐久女声コーラス
・佐久中央コーラス
・中込小学校PTAコーラス
・中込童謡・唱歌をうたう会

・Nozawaグリーングラス
・野沢中学校 合唱部
・野沢童謡と唱歌をうたう会
・望月の駒を歌う会
・ヤマハゴスペルクワイア
Sun Voice
・山ゆりの会

すてきな仲間

佐久やこのはな会

高洲 慶一

「なにはづに 咲くやこの花 冬ごもり
今を春べと 咲くやこの花」 王仁

百人一首競技かるたをご存知ですか？

競技かるたは、百人一首に含まれない右の歌から始まります。

お正月にみんなで輪になって楽しむかるた取りとは違い、1対1で向き合い、自陣25枚と敵陣25枚を取り合います。相手の陣の札を取ると自陣から相手に1枚送ることができ、自分の陣の札が先になくなった方が勝ちです。「畳の上の格闘技」とも呼ばれる上級者になると百分の一秒を競う勝負が展開されます。

競技かるたの魅力を知ってもらおうと、昨年9月に臼田地区館で「佐久やこのはな会」を立ち上げ、10月から初心者教室を開催しました。競技かるたマンガ「ちはやふる」の流行もあり、小中学生高校生を中心に20名近い新規会員を迎え、現在、毎週水曜日の夜に浅間地区館で、月2回土曜日の朝から夕方まで、あいとびあ臼田やコスモホールで練習に励んでいます。

県内各地で年7回、全国でも数多くの大会が開催されており、素敵な仲間たちとの出会いがたくさんあります。当会の会員も老若男女問わず、それぞれの目標に向かって頑張り、そして楽しんでいきます。

見学・体験、いつでも大歓迎です！世代を越えて共に楽しむ競技かるたの世界を覗いてみませんか？



佐久市の県指定文化財

13

県史跡 「北高禪師墓碑」(岩村田 龍雲寺)

北高禪師は羽前(山形県)の人で、北畠顕家の後裔(子孫)といわれる。12歳で父を失い、薙髪(頭髪を剃り、僧となる)して諱(死後にいう生前の実名)を全祝、後に北高と号した。

武田信玄は佐久郡の攻略を完了した永禄年中、先に兵火で荒廃した龍雲寺に再興をはかり、北高禪師を請じて中興開山とした。信玄は禪師に帰依すること篤く、元龜3年(1572)龍雲寺を信濃曹洞宗僧録に任じ、同年4月甲州・信州・上州3か国の僧を集めて千人江湖会(千人法幢)を行わせ、信濃領内曹洞宗会下のため法度を定めた。

勝頼もまた北高禪師の徳を慕い、信濃国曹洞宗僧録に任じ、天正2年(1574)祖父信虎の葬礼に請じて導師とし、龍雲寺の再興には小県郡番匠の軍役を免じて造営に当たらせた。

このように禪師は、武田親子の篤い信望を集めて龍雲寺を再興し、同寺の規式を定め、曹洞宗の興隆をはかった高僧で、天正14年(1586)12月、80歳の高齢で寂した。

碑は無縫塔(六角または八角の台座の上に塔身が卵形をなした石塔で、平面円形の基礎・蓮座・塔身の3部からなり、基礎は反花を省略、蓮座にも諸花がない。塔身は頭部がわずかに突出し、頂部と身部の接点の肩が角張り、下に至るに従い細まり、正面下部に北高の2字が陰刻してある。



■お問い合わせ 文化財課

佐久市志賀5953

☎68-7321

瀬音

少し前の事だ。代掻きをするので田の様子を見に行き、何気なく水面を覗くと、数匹の泥鰌が潜ったり逃げるのを見た。

その時ふと思った。近年人々の暮らしが豊かになった反面、しわ寄せの一つが自然破壊だ。これが加速し環境の悪化が拡大し、日本はおろか世界的な問題に発展している。

そこで身近な農業に関してだけ見ても、除草剤、防虫剤使用の影響、用水路の改善に伴うU字溝の普及、中小河川の護岸工事の大量セメント使用等、これらが自然環境の悪化を更に助長している。

しかし農民から見れば米や野菜又果物の生産のためには、農業は不可欠の物だ。

この事態を重く見た政府や地方自治体、地域団体等が動き出した。場所によっては試験的に実践している所も有るようだ。小さい頃、池や小川に棲息していた、水すましやアメンボウ等、水辺の昆虫を近頃は、ほとんど見ることが無い。

この時期、夜の小川に蛍が乱舞し、夕闇に光を放つ、その様は誠に不思議な幻想的な世界を作る。いつか、こんな自然環境が戻って来るのを祈るばかりだ。

(編集委員)

「心の風光」をうたいあげよう

第8回 佐久市短詩型文学祭

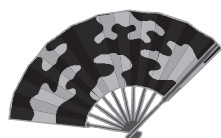
作品を募集します

募集規定

◇部 門

①現代詩…1人1篇

400字詰め原稿用紙を使用してください（字数は題名を含めて2枚以内とします。原稿用紙は佐久市公民館本館または地区館に用意してありますのでご利用ください。）なお、裏面に専用の投稿用紙（※）を添付してください。



②短 歌…1人3首以内

③俳 句…1人3句以内

④川 柳…1人5句以内

専用の投稿用紙（※）を使用してください。

作品は楷書ではっきりと書いてください。

（※）短詩型文学祭専用投稿用紙は佐久市公民館本館または地区館に用意してあります。

（佐久市ホームページからも印刷できます）

◇募集締切り

平成24年11月15日（木）必着

◇作品送付先

佐久市公民館本館または浅間・野沢・中込・東・白田・浅科・望月の各地区館

◇出 品 料

1部門1,000円、高校生は500円、2部門以上の場合は、1部門につき500円追加、高校生は250円追加、小・中学生は無料

◇選 者

現代詩 小島 きみ子

（ 50音順
敬称略 ）

短 歌 小澤 京子・木内 賢隆・佐藤 いく・中島 雅子

俳 句 榎沢 一郎・小泉 博夫・瀧澤 宏司・丸山 正俊

川 柳 井出 秀夫・西來 みわ

◇発 表

文学祭当日、作品集にて（各選者の特選・秀逸・佳作）



注意事項

◇各部門とも題は自由とし、未発表作品に限ります。

◇応募資格は、原則として佐久市・小諸市・北佐久郡・南佐久郡在住者に限ります。

◇作品集は文学祭当日配布します。作品集の郵送を希望する場合は切手210円分を作品に同封してください。

◇出品料は、本館・地区館へ作品を直接提出する場合は現金、郵送の場合は定額小為替か現金書留にしてください（切手は不可）。

文学祭

日時 平成25年2月23日（土）午前9時30分～午後3時30分

会場 佐久市野沢会館

主催：佐久市教育委員会・佐久市公民館

主管：佐久市短詩型文学祭運営委員会

■問い合わせ先 佐久市公民館本館 〒385-0051 佐久市中込2947 ☎64-0551

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	◎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。	①8月30日(木)13:30～16:00 ②9月13日(木) "	浅間会館	高野ひろ美先生	<参加費>1回1000円程度(材料費) <持ち物>筆記用具・筆を洗う用器・エプロン <定員>8名
	◎布スリッパづくり教室(全2回) 今年はちょっと洋風に・・・ 1足作って持ち帰りましょう	①9月8日(土)9:30～12:00	浅間会館	生涯学習サークル 「ともがき」	<参加費>300円程度 <持ち物>はさみ・タオル <定員>15名
	◎ふるさと再発見（全3回） ～佐久の歴史を学ぶ～ 実際に大林寺・平賀城へ行きます	②9月11日(火)10:00～14:00	大林寺 平賀城	教育委員会職員	<参加費>100円程度(保険料等) <持ち物>昼食・飲み物・筆記用具 <定員>22名 *詳細は後日参加者に通知します
	◎洋風クッキング（全2回） 簡単でオシャレな洋食はいかが？ メニュー：ラザニア、エビのグラタン風 (でもグラタンじゃないんだよ) 他	②9月14日(金)9:30～13:00	浅間会館	内田すみ江先生	<参加費>800円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾 <定員>15名 *申し込みは8月6日(月)から
	◎郷土料理教室（全4回） ～お月見料理～ 献立：五色のおはぎ、煮物など	②9月25日(火)9:00～13:00	浅間会館	平山 貞先生	<参加費>700円程度 <定員>15名 <持ち物>エプロン・三角巾 *申し込みは 8月9日(木)から
野沢地区館	◎初心者パソコン教室（全5回） 初めての方でも大丈夫 マウスの持ち方から始めます	①9月1日(土)9:30～11:30 ②9月8日(土)9:30～11:30 ③9月15日(土)9:30～11:30 ④9月22日(土)9:30～11:30 ⑤9月29日(土)9:30～11:30	情報センター	市村 正先生	<参加費>800円 <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 男性にも簡単にできます	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
	◎♪これなら分かるクラシック音楽入門（全2回） 聴いたことのある名曲を、ピアノ生演奏と解説であなたもクラシック通になれます (作曲家の驚くようなエピソードも聞けますよ)	①10月10日(木)13:30～15:30 ②10月18日(木)13:30～15:30	野沢会館 ホール	原いづみ先生 伊藤悠里先生	<参加費>無料 <持ち物>筆記用具
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	⑤8月3日(金)9:30～11:30 ⑥9月5日(木)9:30～11:30	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
	◎子育て楽しみ隊（全4回） 素敵なパステル画を描いてみませんか	②8月8日(木)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・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)
	◎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	①8月29日(木)9:30～11:30	中込会館	佐々木都先生	<参加費>無料 <定員>20名
	◎包丁と鎌の研ぎ方教室 包丁の研ぎ方をマスターしましょう	9月7日(金)9:30～11:30	中込会館	田中廣治先生	<参加費>無料 <定員>40名 <持ち物>包丁、砥石(中砥石#1000) 鎌(希望者)、鎌用の砥石、古いタオル、小さい洗面器
	◎美術館と市内めぐり（全2回） ルヴァン美術館と大澤酒造の美術品等鑑賞	②9月10日(月)9:30～16:10	ルヴァン美術館 大澤酒造	現地説明員	<参加費>2,100円程度(保険料、入館料、昼食代他) <定員>31名 ※詳細は後日参加者に連絡します
	◎子育て楽しみ隊（全4回） 子育て中のみなさんヨガでリフレッシュしましょう	③9月19日(木)10:00～11:30	中込会館	金沢優子先生	<参加費>無料 <定員>15名 <持ち物>ヨガマットかバスタオル ※子供同伴可
	◎なつかしの歌・こころの歌（全2回） アコーディオンの伴奏で懐かしい歌やフォークソングを歌いましょう	②9月26日(木)9:30～11:30	中込会館	工藤美智子先生 杉浦都美子先生	<参加費>100円
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
	◎わくわく家庭菜園（全10回） ⑦秋野菜の種まきと栽培管理 ⑧秋野菜の栽培管理	⑦8月6日(月)9:30～11:30 ⑧8月27日(月)9:30～11:30	東会館	市営農 支援センター	<参加費>無料 <持ち物>筆記具

※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	◎ふるさと学習「東地区を知る」② 座禅 精神を鍛えよう	8月8日(水) 9:30~11:30	雲興寺	箱山弘文住職	<参加費>無料
	◎ふるさと料理教室 地域の食材を美味しく食べよう!	9月6日(木) 9:30~12:00	東会館	内田すみ江先生	<参加費>600円程度 <持ち物>エプロン
	◎Men'sクラブⅡ 男の料理 レシピ要らずの簡単料理・・・男子厨房に入ろう!	9月8日(土) 9:30~12:00	東会館	工藤勝彦先生	<参加費>600円程度 <持ち物>エプロン
	◎革細工教室 (全2回) 使うほどに味わい深くなる革細工で、ペンケースや札入れなどの小物を作ります!	①9月13日(木) 9:30~11:30 ②9月27日(木) "	東会館	田中三和子先生 星野悦子先生	<参加費>1,000円程度 <持ち物>エプロン・定規
臼田地区館	◎家庭菜園教室 (全10回講座) 地産地消!!安心・安全でおいしい野菜づくりの基本を学んでみませんか。	⑦8月21日(火) 9:30~11:30 ⑧9月11日(火) "	あいとびあ臼田 "	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
	◎宇宙ウォーキング!～星の教室(夏) 「夏の星座と天の川」講師のユーモアあふれるお話を聞きながら、あいとびあで星を楽しみましょう!	9月6日(木) 19:30~21:00	あいとびあ臼田	教育委員会職員	<参加費>無料 <定員>30名 <持ち物>懐中電灯、筆記用具 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎歴史探訪 諏訪大社の歴史を訪ねて 諏訪大社上社・下社、木落し坂、神長官守矢史料館、温泉寺(諏訪大社旧御神体の鉄塔)などを訪ねます	9月14日(金) 7:20~17:30	諏訪方面	丸山正俊先生	<参加費>3,500円程度 (バス代、保険代、入館料、昼食代含む) <定員>40名 申し込み受付 8/6 AM 8:30~ ※詳細は後日参加者に通知します
	◎簡単おやつ作り 地域の特産物、リンゴや自家用野菜を使ったおやつを紹介	9月25日(火) 9:30~13:00	コスモホール	大工原英子先生	<参加費>500円程度 <持ち物>エプロン・筆記用具 <定員>30名程度
浅科地区館	山本文彦先生 1日絵画教室 参加者募集のお知らせ 芸術院賞・恩賜賞を受賞された山本文彦先生をお迎えし、下記の日程により1日絵画教室を行います 日 時 9月1日(土) 10:00~16:00 (受付9:30) 場 所 交流文化館浅科ホール 10:00~12:00 (小・中学生の部) 参加費 一般参加 2,000円 高校生 500円 中学生以下無料 申込締切 8月28日(火)まで ※ 詳細は、佐久市公民館報8月号をご覧ください。か、浅科地区館へお問い合わせください				
	◎中山道の史跡めぐり 旧浅科村の文化財を学ぶ	9月7日(金) 9:00~16:00頃	集合 浅科会館	佐藤純一郎先生	<参加費>1,500円程度 (入館料・保険料・昼食・バス代含む) <持ち物>水筒・雨具
	◎携帯電話の新しい世界へ(全3回) トラブルに巻き込まれない心構え いざという時役立つ 災害時伝言板などの勉強をしましょう 新スマートフォンも体験できます	①9月12日(水) 13:30~15:30 ②9月19日(水) " ③9月26日(水) "	浅科会館	N T T ドコモ安心 インストラクター	<参加費>無料 <持ち物>携帯をお持ちの方は持参ください どの会社・どの機種でもOKです ・スマートフォンはお貸しします ・申込締切は9月10日(月)まで
	◎クラフトテープで手作り筆教室 (全4回) 初心者の皆さんを対象にした教室です (見本は地区館にあります) 素敵な実用筆と一緒に作ってみませんか...	①9月20日(木) 14:00~16:30 ②9月27日(木) " ③10月4日(木) " ④10月11日(木) "	浅科会館	沼野まゆみ先生	<費用>1,700円程度(材料費) <持ち物>工作用はさみ・木工ボンド・金物メジャー(あれば5m)・洗濯ばさみ(20ヶ)・作業用エプロン・筆記用具 <定員>10名
望月地区館	◎もちづき子どもまつり 内容: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 <対象者>小学生以下は保護者同伴
	◎家庭菜園講座 (全9回) ～新鮮で栄養タップリな野菜を食卓に～ 内容:各種野菜の夏季管理・秋野菜の栽培管理	⑥8月9日(木) 9:30~11:30 ⑦9月13日(木) "	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<曲目>:花は咲く、夏の思い出	8月22日(水) 13:00~15:00 9月19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
	◎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～	②8月23日(木) 13:00~16:00 ③9月27日(木) " ④10月25日(木) "	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(材料代) <持ち物>エプロン、三角巾、筆記用具 <定員>15名

※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

第8回

佐久市民総合文化祭 福祉展・菊花展同時開催

開催期間 11月2日(金)～4日(日)

午前9時～午後5時（最終日は午後3時30分まで）

会場 野沢会館

■出品部門及び作品の搬入・搬出 搬入・搬出の混雑緩和に御協力ください。

①盆栽・押し花・陶芸・表装・水墨画・衝立・茶道・絵画・民芸

【搬入】11月1日（木）午前9時30分～11時

【搬出】11月4日（日）午後3時30分～

②書道・篆刻・刻字・切手・仏像・ちぎり絵・絵手紙・拓本・俳句・短歌・川柳・工芸
銅板・木彫・華道・フラワーデザイン・写真

【搬入】11月1日（木）午後1時30分～午後3時

【搬出】11月4日（日）午後4時～

※上記は都合により変更になる場合があります。この場合はまたお知らせします。

■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。

■作品の規格

日本画、洋画（20号以内とし、20号のみ縦描きとします）・写真は四ツ切以上・書道の漢字、かな、近代詩文書は全紙以内で縦の作品に限りです・華道は規格に制限がありません・水墨画は8号以下・その他の制限はありません。

■お申し込み

申込用紙が公民館本館、各地区館にありますので、**9月7日（金）まで**にお申し込みください。**（期限厳守）**

※締め切り後の申し込みは受け付けできません。

■その他 開催期間中の不慮の災害及び定められた搬出日以降の責任は負いかねます。

■お問い合わせ 公民館本館 ☎64-0551

みちびき

夏休み元気にお過ごしですか

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。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、各自の目標に向かって過ごして欲しいと思います。



補導日誌より

ゲームセンターにて

6月1日(金) 曇り

激しい雷雨の納まった後で各店自転車、バイクはほとんどなく車の多いが目立った。店内にはいつになく多くの若者がゲームに興じていて学生かと思える子どもたちに声をかけると皆社会人という。この時間帯、この曜日にこんなに多くの若者が定職がないのかシフト制なのだろうかと現代社会のあり様が考えさせられる。乳呑み児と幼児を抱える二組の母がゲームに興じていた。声かけすると笑顔であったが、子どもも参加している姿に複雑な気持ちになった。

(浅間地区 T・K 記)

こどもたちから

声かけされる

6月4日(月) 晴れ

中学生は部活が休みのため大勢の生徒に声かけが出来ました。元気のいい小学生6年生くらいの3人組の男の子に「皆さん市役所の何課ですか」と反対に声かけされてしまいました。日頃から補導活動をやっていることに間違いはなかったと気持ち良い思いになりました。国道下地道と旧工場跡にタバコの空箱や吸殻がかなりの数が落ちていたのとても残念でした。地下道の電灯が消されており大人5名で通っても、少し怖さを感じました。

(中込地区 K・K 記)

No.78
佐久市
少年センター

青少年健全育成審議会を開催しました

5月30日に青少年健全育成審議会を開催しました。(写真)
今回は任期満了にともなう1回目の審議会で、17名の審議会委員の皆さんに委嘱書を交付しました。

市は、有害図書類や有害がん具類を個別に指定する時や、有害図書類や有害がん具類の撤去を命ずる時は、審議会から意見を聴いて行います。



どうして未成年は「タバコ」を吸ってはいけないの？



街頭補導活動の中で、中高生が喫煙している場面に出会うことがあります。そこで、今回はたばこの怖さについて一緒に考えてみましょう。

タバコを吸うと、ニコチンが肺から数秒で脳に届き、「気持ちよい」と感じます。しかし、繰り返し吸っているうちに、ニコチンの作用で脳細胞がつねにニコチンを欲しがるようになります。特に未成年は、少ない本数で習慣になりやすく、なかなかやめられなくなったり、大人になってから吸い始めるよりも、身体に及ぼす影響が大きくなります。また、体の中に酸素が行き渡らず、集中力やスタミナが低下します。

タバコを吸っていると、
身体にさまざまな影響がでてきます。

- ①成長への影響……酸素が体中に行き渡らなくて身長が伸びなくなります。
- ②運動への影響……身体が酸素欠乏状態になり、若いのに息切れして走れなくなります。
- ③学力への影響……タバコを吸った後は、脳が酸素欠乏状態になり、思考力や集中力が落ちてしまいます。
- ④病気の心配……吸い始める年齢が早ければ早いほど、がんや心臓病で死亡する危険が高くなっています。
- ⑤美容への影響……タバコ1本につき、レモン半個分のビタミンCが奪われます。酸素が十分に届かなくなり、肌が衰えてしわが増えます。



ジュニアリーダー研修始まる

平成24年度の佐久市ジュニアリーダー研修が始まりました。31名のジュニアリーダー研修生は、6月3日「出会いの会」で初めて顔を合わせ、リーダーとしての心得や危険予知トレーニングを学ぶとともに、焼きそば作りや集団ゲームを通じて打ち解けあいました。

研修への思い



中込小学校 5年

木次 海斗

ジュニアリーダーには、いろいろなことがあってもおもしろそうだし、いい経験になると思って入りました。

これから楽しみなことは東京見学と化石さい取です。いろいろみんなをまとめられるようにがんばりたい。例えば、商業体験とかでどんなことをしているのか、どういうふうになっているのか学びたい。研修が終わったとき、自分がちゃんとみんなをまとめられるようになっていくか、がんばっていききたいです。



「自己紹介」緊張します

岩村田小学校 5年

安徳 茅比呂

研修で学びたいことは、私は今まであまり積極的なほうではなかったのですが、自分から積極的な行動ができる力を学びたいと思います。

これからの楽しみは、国会議事堂見学と参議院特別体験と、「佐久市子どもまつり」のおもちゃ作り指導に、冬の自然体験

です。

ジュニアリーダーを最高の思い出の一つにしていきたいです。



班での話し合いも最初はぎこちなく...

田口小学校 6年

由井 健生

昨年、友だちがこの研修に入っていて、おもしろそうだったし、学校で配られた紙を見たら楽しそうなのがのついていたのでジュニアリーダーに入りました。ぼくは今、学校で保健委員長をやっているのですが、研修で学んだことを学校の活動にもずいぶん取り入れて生かしていきたい。2班の班長として、しっかりとみんなをまとめていきたいです。



「出会いの会」を終えて



臼田小学校 5年

池添 絵美花

初めて会う人達がたくさんいたので、初めはあんまり話をしなかったけど、最後のほうになったら、たくさん話ができてよかったし、新しい友だちができてうれしかったです。

岩村田小学校 5年

原 菜々子

班の人と仲良くなれてうれしかったです。ゲームもみんなで応援できてよかったです。いろいろ分たんしてやれました。



協力し、話し合いながらの焼きそば作り

泉小学校 5年

常田 沙希

初めて「出会いの会」に来て、最初は、すごく緊張していたけれど、どんどん遊んだり、料理していくと、友だちがいっぱいできて、よかったです。このジュニアリーダー研修に入れたよかったです。

佐久市ジュニアリーダー研修は年間15回行ないます。毎回の活動を紹介していきます。

ジャンケン～さて勝敗は？



作戦タイム

集団ゲーム 清正ジャンケン
あらかじめ作戦を立て班全員が同じ手を出す、全身を使ったジャンケンです。

農業委員会だより

農業委員会では農地の 権利移動について毎月 審議を行っています

農業委員会は農地の権利移動についての許可や、農地転用などの農地行政を受け持っています。

毎月、締切までに申請のあったものについて、審議を行っています。審議は、4つの地区委員会です。事前に地区ごとで審議を行い、月末に農業委員会を開催し、佐久市農業委員会としての意見を決めます。許可案件については許可書を交付します。また、農地転用など知事許可案件については、意見書を付けて県に進達をしています。

農地法3条の取り扱いが 今年4月から変わりました

農地を農地として利用するための権利移動については、農地法第3条の許可が必要です。この取り扱いが4月から少し変わりました。

今まで、市外の農家の方が佐久市の農地を耕作するための許可は県知事が行っていました。4月から佐久市農業委員会の審議決定で許可書が出せるようになりました。農地および農家としての審査の基準は今まで通りですが、このことにより、許可が10日から二週間ほど早く出ることになります。

9月28日	農地部会	午前10時
	農業振興部会	午後1時30分
10月31日	農地部会	午前10時
11月30日	農地部会	午前10時
	農業振興部会	午後1時30分
12月21日	農地部会	午前10時
1月31日	農地部会	午前10時
	農業振興部会	午後1時30分
2月28日	農地部会	午前10時
3月28日	農地部会	午前10時
	農業振興部会	午後1時30分

農業委員会のこれから の審議日程についてお 知らせします

来年3月までの農業委員会の開催日が右のとおり決まっていますのでお知らせします。会場については、事前にお問い合わせください。

なお、申請の締め切りは毎月15日、土・日・祝日の場合は直前の平日となっています。ただし、12月は10日が締め切りとなっています。

審議は条例により公開されており、傍聴方法は条例の傍聴規則により詳しくは、

農業委員会事務局

62-3518

農業者年金に加入しま しょう

農家の皆さんは通常は国民年金に加入されていますが、国民年金は保険料を四〇年間払って、受給する年金はおよそ月額六五、五〇〇円と老後の生活にはもの足りない金額です。

農業者年金は国民年金にプラスするもので、農家の老後生活の安定のための制度です。農業者で加入要件を満たしている皆さんは、農業者年金加入についてご検討ください。

農業者年金に加入でき る方

六〇歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間六〇日以上農業を行っている

る方は誰でも加入できます。

保険料は加入者が決め ます

保険料は月額2万円から6万7千円までの間で加入者が決めます。経営状況に合わせいつでも見直しができます。

支給される年金は八〇歳 までの保証があります

年金は六五歳から支給となり生涯受給できますが、仮に八〇歳までに亡くなった場合でも、残りの八〇歳までに受け取るはずであった年金が死亡一時金として遺族に支払われます。

詳しくは、農業委員会事務局・農業委員・JA支所にお問い合わせください。

農協選出の農業委員が 代わりました

農協の理事の改選に伴い、浅野勲さん（塚原）が委員を退任され、後任として浅沼博委員（岩村田）が、新しく任命されました。担当地区は、長土呂・佐久平・東・北・南です。



～適切な予防で防ごう！農作業事故～

農作業を行う上で、農作業事故を起さないように注意することは大切です。
残念ながら今年度、佐久市内において、乗用トラクターの転倒による死亡事故が発生しています。今後、このようなことのないように、乗用トラクターに乗る際や路上走行や田畑への出入する前には、以下の3点は必ずチェックしましょう。

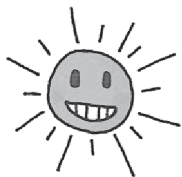


1 ブレーキ連結の確認

2 シートベルトの着用

3 安全フレームの装着・活用

..... 日中の農作業に関する注意点！



この季節は、特に暑さで注意力が散漫になりがちです。
いつもの農作業も事故につながる可能性が高くなります。また、熱中症にも注意が必要です。
熱中症の予防のためには、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！
以下の点に注意して、安全な農作業を意識しましょう！

その1. 適度な水分補給を心がけましょう！

汗をかき“のどが渴いた”と感じている時点で、すでに熱中症の前兆です。
のどが渴いたと感じる前に、小まめな水分補給をしましょう。



その2. 服装は通気性の良い服を着用し、帽子も忘れずにかぶりましょう！

熱中症の原因の一つは、体温が高くなることです。服装の他にも、ぬれタオルを首に巻くなど体を冷やす取り組みを行いましょう。

その3. 小まめな休憩を取りましょう！

暑さの感じ方は人それぞれです。特に高齢になると、暑さや水分不足に対する感覚機能が低下し、暑さに対する身体の調整機能も低下しています。暑い時間は作業を避けたり、時間を決め無理のない農作業をしましょう。

その4. 複数人での農作業を心がけましょう！

万が一の際、周りに人がいれば救助を早く呼ぶことができます。もし、一人で農作業を行う場合でも、家族や近所の方に声をかけてから作業を行うようにしましょう。

..... 農薬散布に関する注意点！



夕立の後等、農薬散布が必要な時期でもあります。
農薬の適正・安全使用を心がけましょう！

その1. 農薬の飛散防止のため無風、または風の弱い日を選んで散布しましょう。

農薬が飛散してしまうと周辺環境への影響が懸念されるほか、本来目的としている殺虫、殺菌効果等が薄まってしまう。散布回数や散布量の軽減のためにも農薬が飛散しないように注意しましょう。

その2. 農薬散布を周知するため立札や、チラシの配布などを行いましょう。

農薬散布の際は内容の立て看板を作成したり、チラシを配布して近隣への周知を心がけましょう。住民の理解を得ることで無用なトラブルを避けることができます。

(例) 農薬散布のお知らせ
目的 ××病防除のため
○月×日 午前6時30分～
使用農薬 ○○水和剤

その3. 農薬の使用と容器の管理・処分は適切に行いましょう！

農薬のラベルをよく読み、適正な使用を心がけ、鍵のかかる場所に適切に管理しましょう。
また、使用済みの容器等は適正に処理を行いましょう。

佐久市新品目導入試験ほ場へお越しく下さい

本年度も試験ほ場では、様々な実証試験を行っています。

●カモミールの収穫と大豆の「耕うん同時畝立ては種」を行いました。

〈カモミール栽培試験〉

昨年11月に定植し栽培しておりましたカモミールを5月下旬に刈取りを行い、乾燥させています。

今後、7月下旬から8月上旬にかけて細断し出荷を予定しています。

〈大豆栽培試験〉

7月2日（月）に、昨年に引き続き大豆の「耕うん同時畝立ては種作業」を行いました。

「耕うん同時畝立ては種」とは、通常別々に行う「耕うん」「畝立て」「種まき」の作業を同時に行うことによって、農作業の省力化を図る技術です。

栽培する品種は、青大豆の「あやみどり」と市内で一般的に栽培されている「ナカセンナリ」の2品種です。

〈優良品種選定試験〉

現在、試験ほ場では、伝統野菜「佐久古太きゅうり」や「つるなし・半づるいんげん」のほか、県の優良品種選定試験の委託を受け、「ズッキーニ」「ミニトマト」の栽培を行っています。

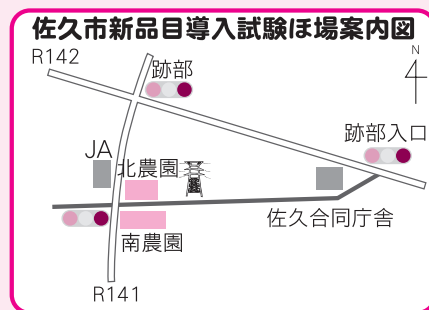
試験ほ場は自由に見学が出来ますので、是非ご覧ください。
詳細は営農支援センター（農政課内）まで、ご連絡をお願いいたします。



「カモミール刈取り体験会」



「耕うん同時畝立ては種」



■お問い合わせ 佐久市営農支援センター（農政課内） ☎62-3203

狩猟免許補助制度・ 平成24年度狩猟免許試験等の実施について

有害鳥獣の捕獲駆除は、農林業被害を防止するための大変有効な手段です。捕獲駆除を行うためには、ワナや銃などの狩猟免許が必要となります。

市では、22年度から有害鳥獣の捕獲駆除を実施するために、狩猟免許および猟銃の所持許可を取得した方を対象に補助制度を設けております。

この機会に狩猟免許等を取得し、捕獲駆除の推進にご協力をお願いします。

1. 狩猟免許取得等に対する補助対象経費

①狩猟免許取得時

狩猟免許手数料

②猟銃・空気銃所持許可取得時

講習手数料・射撃教習資格認定手数料

技能講習手数料・所持許可手数料

2. 初心者狩猟免許試験講習会

①会 場 佐久合同庁舎（佐久市跡部65-1）

②期 日 9月6日（木）

③申込期間 8月6日（月）～8月17日（金）

※郵送の場合当日消印有効

④申込先 佐久地方事務所林務課林務係

※受講しただけでは免許は交付されません。

3. 狩猟免許試験

①会 場 佐久合同庁舎（佐久市跡部65-1）

②期 日 9月9日（日）

③免許種類 第1種銃猟（装薬銃と空気銃）

第2種銃猟（空気銃）

網猟・ワナ猟 の4種類

※複数免許の同時受験が可能です。

④申込期間 8月6日（月）～8月17日（金）

※郵送の場合当日消印有効

⑤申込先 佐久地方事務所林務課林務係

■お問い合わせ

狩猟免許等補助制度に関すること

耕地林務課 ☎62-3242（直通）

初心者講習会・狩猟免許に関すること

佐久地方事務所林務課林務係 ☎63-3152

※長野県ホームページより、狩猟免許試験及び初心者講習会の情報および、申請書も入手できます。

長野県ホームページ狩猟免許試験情報掲載アドレス

http://www.pref.nagano.jp/rinmu/shinrin/04chojyu/02_shuryou/Licence22/syuryoumennkyo.htm

有害鳥獣等捕獲許可制度の改正について

平成24年4月1日から、狩猟免許が無くても捕獲許可申請できる範囲が広がりました。
ただし、狩猟免許が無くても捕獲できることではないのでご注意ください。

市町村等の団体が 捕獲許可申請する場合

①パターン1

狩猟免許を有し、損害賠償能力がある者が従事者

法令違反、狩猟事故を防止するため、捕獲班を組織し、班員を統括できる代表者（正副1名程度）を選任し実施

単独での捕獲は行わないこと

②パターン2（改正により追加）

集落等捕獲隊による捕獲体制が新設

銃器以外（網・わな）の捕獲許可に限り、指導者（豊富な狩猟経験と知識のある猟友会員）の指揮監督下で、狩猟免許を有しない者を補助者として捕獲申請することが可能となった。

野生鳥獣被害で困っている集落の農家等が、猟友会と一体となった『集落等捕獲隊』による捕獲を推進することにより、「猟友会」＋「集落」の効果により農林業被害が減少することが期待できる。

被害者等の個人が 捕獲許可申請する場合

①パターン1

自らの事業地で『銃器』による捕獲（狩猟免許必要、狩猟者登録必要、本人以外は申請できない）

②パターン2

自らの事業地で『網・わな』による捕獲（狩猟免許必要、狩猟者登録任意（ただし損害賠償保険加入が条件）、本人以外は申請できない）

③パターン3（改正により追加）

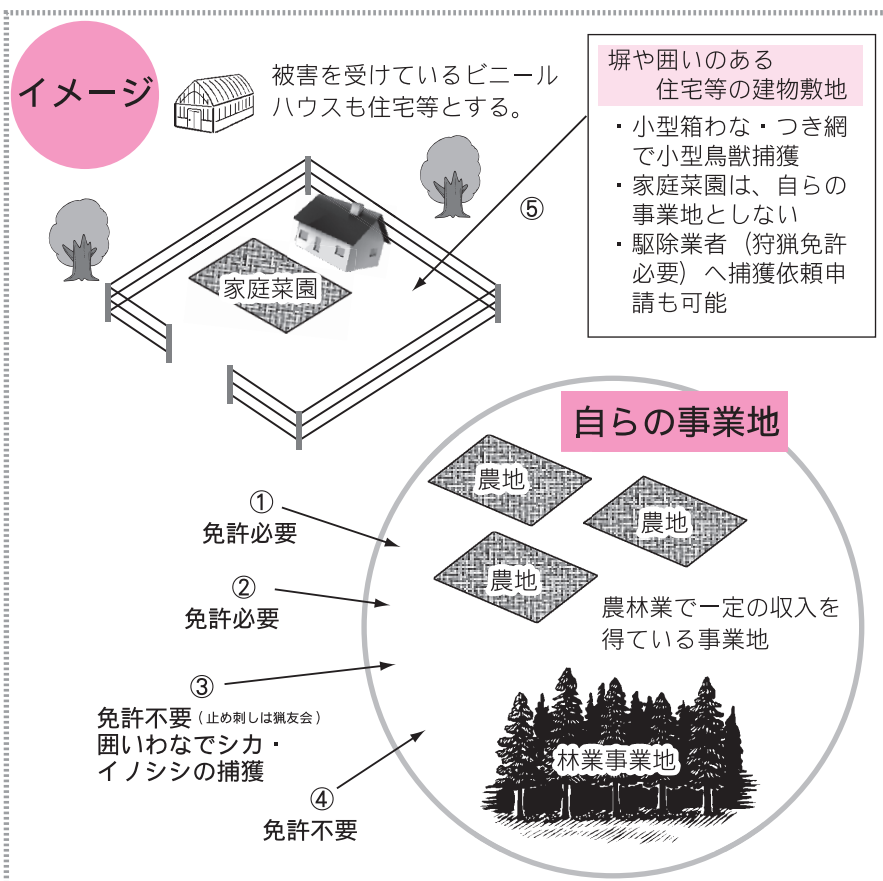
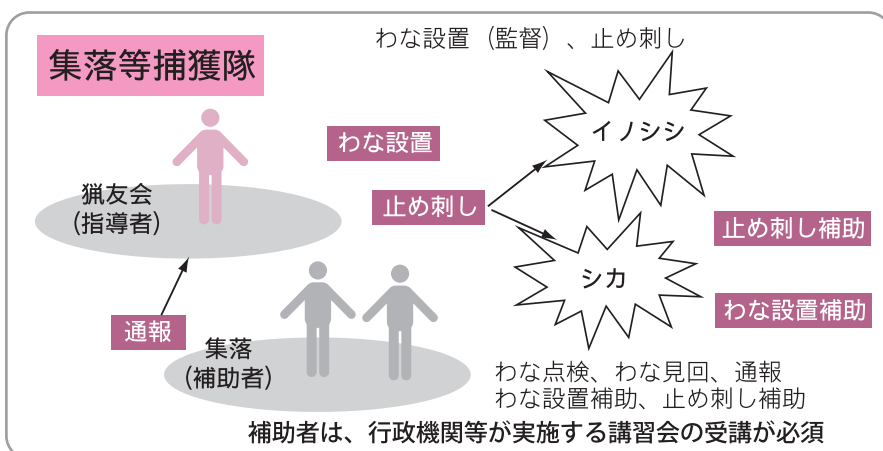
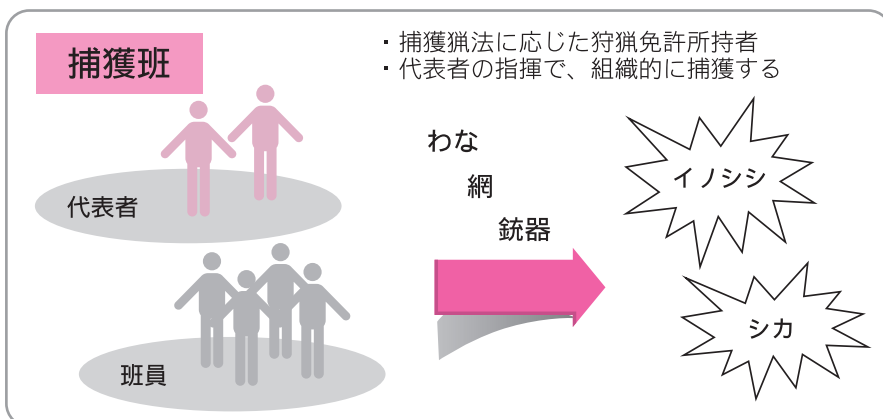
自らの事業地で『囲いわな』によるシカ・イノシシの捕獲（狩猟免許不要、止め刺しは猟友会員、本人以外は申請できない）

④パターン4（改正により追加）

自らの事業地で『小型の箱わな』による外来鳥獣（ハクビシン・アライグマ・ミンクのみ）の捕獲

⑤パターン5（改正により追加）

住宅等の建物敷地内で『小型の箱わな・つき網』による小型鳥獣の捕獲（狩猟免許不要、本人以外は申請できない。専門業者に依頼申請できる）



■お問い合わせ 耕地林務課 ☎62-3242（直通）

飲酒運転の根絶!!

飲酒運転は、死亡事故・ひき逃げ事故等重大な事故につながることから、罰則が強化されるなど、重大な犯罪ですが、依然として飲酒運転による悲惨な事故は後を絶ちません。佐久警察署管内では、昨年8件の飲酒運転事故が発生し、13名の方が負傷しています。前年と比較しますと3件、6名の増加となっています。

飲酒運転は重大な犯罪です。

- 酒酔い運転 5年以下の懲役または100万円以下の罰金
- 酒気帯び運転 3年以下の懲役または50万円以下の罰金
- 飲酒運転関連三罪
 - ・車両提供罪 提供者が酒酔い運転の場合、5年以下の懲役または100万円以下の罰金
提供者が酒気帯び運転の場合、3年以下の懲役または50万円以下の罰金
 - ・酒類提供罪 提供者が酒酔い運転の場合、3年以下の懲役または50万円以下の罰金
提供者が酒気帯び運転の場合、2年以下の懲役または30万円以下の罰金
 - ・同乗罪 提供者が酒酔い運転の場合、3年以下の懲役または50万円以下の罰金
提供者が酒気帯び運転の場合、2年以下の懲役または30万円以下の罰金

飲酒運転の危険性を確認しましょう！

- 中枢神経が麻痺する
- 視力が落ち、視野が狭くなる
- 集中力が鈍る
- 平衡感覚が狂う

このため発見・反応・操作が遅れ事故を起こします。

飲酒運転は、運転者はもちろん、飲酒同伴者や周囲の者も、運転しなくても処罰されます。

皆さん1人ひとりが、「飲酒運転は絶対にしない、させない」ことを徹底し、飲酒運転の根絶を図りましょう。

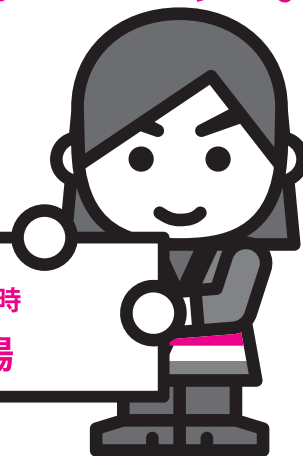
～飲酒運転！後悔しても手遅れです～

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

総合防災訓練を実施します！



8月30日から9月5日までの
「防災週間」にあわせ、
市では、野沢地区を中心とした
総合防災訓練を実施します。



日時 **9月1日(土)** 午前8時30分～11時
会場 **佐久市千曲川スポーツ交流広場**

市では、大雨や地震などの各種災害から市民の生命や財産を守るため、関係機関による防災活動の的確な対応や防災意識の向上などを目的に佐久市総合防災訓練を行います。

皆さんのお住いの地区で防災訓練が開催される場合は、防災訓練に積極的に参加し、災害に対応できる知識を身に付けましょう。

■お問い合わせ 庶務課 ☎62-3002（直通）

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保健予防係・各支所健康づくり推進係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(市から送付されてい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。

【佐久地区】

期日	対象地区	時間	会場
8/7 (火)	落合	9:00～ 9:50	落合区公民館
	北岩尾	10:10～10:30	北岩尾老人憩いの家
	南岩尾	11:00～11:30	南岩尾公会場
	横根(島原地区を除く)	13:20～14:00	横根、関口豊様宅前
	上平尾	14:30～15:00	上平尾研修センター
	下平尾	15:30～16:00	下平尾公民館
8/8 (水)	新子田(一部)	9:00～ 9:30	新子田世代交流館
	新子田(一部)・志賀下宿(一部)	10:00～10:30	東会館
	志賀下宿	11:00～11:30	志賀下宿公会場
	志賀中宿	13:00～13:30	志賀中宿公会場
	志賀上宿	13:30～14:00	〃
8/9 (木)	駒込	14:50～15:30	J A佐久浅間 旧駒込出張所
	白山	9:00～ 9:30	白山区公民館
	大和田	10:00～10:30	大和田、佐藤雄三郎様宅前
	横和	11:00～11:30	横和、旧精米所付近
	根々井	13:00～13:30	根々井公会場
	大塚	13:45～14:00	大塚団地集会場
	三河田	14:30～14:50	三河田区公会場
	今井	15:20～15:50	今井公会場

【臼田地区】

期日	対象地区	時間	会場
8/29 (水)	下越7～8・下越団地	9:00～ 9:30	あいとびあ臼田
	竜岡・馬坂・広川原	9:30～10:00	〃
	上中込	10:20～10:40	上中込公民館
	大奈良	11:00～11:20	大奈良公民館
	原	11:40～12:00	原公民館
	清川	13:30～14:30	清川公民館
	下越1～6	14:50～15:20	下越公会堂(特農館)

期日	対象地区	時間	会場
8/30 (木)	湯原新田	9:00～ 9:20	湯原新田公会場
	滝	9:40～10:10	滝公会場
	城山・城下	10:30～11:00	佐久市役所臼田支所
	宮本・稲荷	11:00～11:30	〃
	中央	11:30～12:00	〃
	下町	13:20～13:50	田口会館
	田口中町	14:10～14:35	田口中町公会場
	宮代・川原宿	14:55～15:35	宮代公会場
	丸山	15:45～16:00	丸山公会場

【望月地区】

期日	対象区域	時間	会場
8/10 (金)	浅田切	9:00～ 9:15	浅田切(阿部英昭様宅前)
	協西・鷲岩	9:30～ 9:50	協西公民館
	延沢	10:10～10:20	延沢(田中功雄様宅前)
	合の沢	10:30～10:40	合の沢公民館
	士林	11:05～11:15	士林集会所
	大谷地	11:30～11:50	大谷地公民館
	高呂吹上	13:20～13:40	高呂吹上中央(吉沢隆様宅前)
	協東	13:55～14:15	しらかば生活福祉相談センター(協東公民館隣)
	茂田井	14:35～15:10	茂田井区民会館
	観音寺	15:20～15:40	観音寺公民館
8/31 (金)	望月地区	9:30～11:30	駒の里ふれあいセンター
	高呂	13:10～13:50	高呂公民館
	三井	14:10～14:40	三井公民館
	小平	14:50～15:40	小平公民館

佐久地区、臼田地区、望月地区の未掲載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）

認知症高齢者介護者座談会のお知らせ

認知症高齢者の介護をしているご家族の皆さんを対象に、認知症に関する理解を深め、明日の介護の活力とすることを目的に、下記のとおり座談会を開催します。

座談会に参加し、同様に介護をしている皆さんと、日頃の労苦や悩みなどを話し合うと共に、認知症地域支援推進員から介護のアドバイスをさせていただきます。お気軽にご参加ください。

日程	月 日	会 場	お申し込み・お問い合わせ先
	8月23日（木）	シルバーランドきしの	高齢者福祉課 高齢者支援係 ☎62-3157（直通）

時間 午後1時30分から3時まで

内容 座談会（認知症地域支援推進員が助言者として入ります）
*希望される皆さんは、座談会終了後、個別相談を行います。

参加費 無料

■お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3157（直通）

休日窓口をご利用ください

市役所本庁では、毎月第4日曜日に証明書の発行サービス等の休日窓口を開設しています。また、本庁、白田、浅科、望月の各支所では夜間窓口を開設していますのでご利用ください。

休日窓口、夜間窓口の開設は次のとおりです。

○休日窓口

開設場所	市役所本庁舎2階 市民課窓口
開設日	毎月第4日曜日
開設時間	午前8時30分～午後0時30分まで
取扱サービス	戸籍・住民票・印鑑登録および印鑑証明書、市税に係る証明書、市税の収納

8月の休日窓口：8月26日（日）

○夜間窓口

開設場所	市役所本庁 市民課・税務課・収税課	各支所 市民福祉課・総務課
開設日	月曜日～金曜日（休日を除く）	月曜日（休日の場合翌日）
開設時間	午後6時30分まで	
取扱サービス	戸籍・住民票・印鑑登録および印鑑証明書、市税に係る証明書、市税の収納	

8月の夜間窓口：市役所本庁／平日は毎日開設します
各支所／6日（月）13日（月）20日（月）27日（月）

■お問い合わせ 市民課 ☎62-3087（直通）
税務課 ☎62-3040（直通）

『河川生き物講習会』参加者募集！

川にはどんな生き物がいるんだろう？

目で見て、触れて、生き物たちの姿や形、さらに虫たちと川の水質との関わりについて学習します。

- 【期 日】 9月8日（土）午前10時から正午まで
- 【概 要】 河川の生き物を捕獲・観察し、生物や河川などについて学習するものです。
- 【参加資格】 一般の方、子どもとその保護者
（佐久地域11市町村に居住している方に限ります）
- 【募集定員】 40名（定員になり次第締め切らせていただきます。）
- 【参加費用】 無料
- 【集合場所】 鳴瀬 佐久橋河川敷（千曲川スポーツ交流広場）
- 【持 ち 物】 濡れてもよい服装と靴、飲み物、虫取り網やザルなどの捕獲道具
- 【そ の 他】 小雨決行（中止の場合は個別に連絡します）
- 【募集期間】 8月6日（月）～8月24日（金）



■お申し込み・お問い合わせ 「信濃川を守る協議会 佐久ブロック」事務局
（佐久市役所 生活環境課内）☎62-3094（直通）

主催：信濃川を守る協議会佐久ブロック 後援予定：長野県環境保全研究所

看護の資格を活かそう

— もう一度白衣を着たいナースのために —

看護師資格を持ちながら結婚や育児で医療現場から離れている方はいませんか？

再就職を考えているが現在の看護技術、医療機器などに対して心配をお持ちの方を対象に復帰支援研修会を行います。

開催日時…10月23日（火）から26日（金）の4日間 13時～16時まで

対象となる方…看護師資格を持っている方で臨床から離れている方
施設等に勤務し病院での医療に興味のある方

開催場所…佐久市立国保浅間総合病院 講堂および佐久大学

研修内容…最近の医療・看護の動向、模型を使用した採血、注射、吸引の方法、輸液ポンプの使い方、褥瘡予防、皮膚ケアについて、復帰した方の話、病院見学など

託児について…研修中、保育園などに入所していないお子さんの託児が院内こすもす保育園にて可能です。（保育料は無料）おやつ持参となります。ご相談ください。

募集期間…10月12日まで

受講料…無料

募集人数…12名

*この研修会は、地域の潜在看護師の方への復帰のお手伝いの為の研修です。

■お問い合わせ 浅間総合病院 ☎67-2295（内線5356）復帰支援担当
受付時間：午前 8 時30分～午後 5 時

シリーズ 公園紹介

「若宮公園」

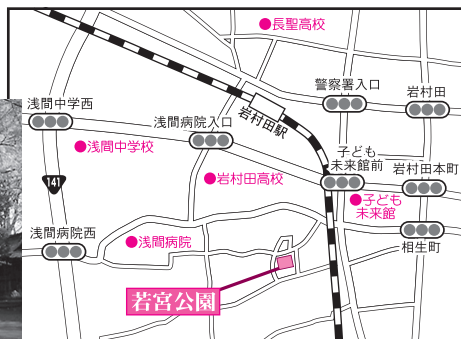
若宮公園は岩村田市街地西部の住宅街の中にある、静かな公園です。

近くには浅間病院や子ども未来館、高校があり、若者からお年寄りまで訪れる巨木の多い公園です。夏には巨木があることから暑さをしのぎ、憩いの場として大勢の方に利用されています。

園内には、滑り台、ジャングルジム、鉄棒、雲梯、ブランコ、シーソーのほか、平成23年度の遊具改修工事により改修をした築山があります。

暑い日には、若宮公園でひと時を過ごしにお出かけください。

所在地：佐久市岩村田1907



巨木に囲まれた涼しい園内と築山

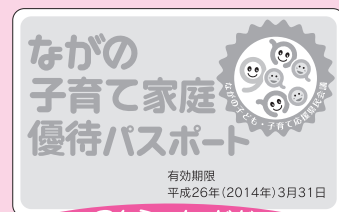
公園の紹介は、佐久市ホームページからご覧になれます。

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

「ながの子育て家庭優待パスポート事業」を実施しています

子育て家庭が買い物などの際にパスポートカードを提示すれば、協賛店舗ごとに定められた子育て支援サービスが受けられる『ながの子育て家庭優待パスポート事業』を実施しています。



こちらのカードが
お手元のない方は子育て支援課まで
ご連絡ください。

協賛店舗には、優待サービスを表示した「ステッカー」、「ポスター」が掲示されています。

引き続き協賛店舗を募集しています

【申し込みの手続き】

協賛申し込みの手続きは、所定の「協賛申込書」に優待サービスの内容など必要事項を記入のうえ、子育て支援課へ提出してください。なお、「協賛申込書」等は、長野県および市ホームページに掲載されておりますのでご利用ください。詳しくは子育て支援課までお問い合わせください。

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149（直通）

観音峯そば引き用石臼の管理者を募集します

◎管理者を募集する設備の概要

- ① そば引き石臼 ② 石抜き機 ③ 玄そば磨き機 ④ 玄そば選別機
- ⑤ そば脱皮機 ⑥ 電動唐箕 ⑦ 自動ふるい 各1台

◎応募者の資格

申請できる者は、安全かつ円滑に設備を管理できる佐久市内の団体とします。
なお、団体は、必ずしも法人格は必要ではありませんが、個人は申請することができません。

◎募集要項の配布等

- (1) 配布場所 佐久市望月支所 経済建設課
〒384-2202 佐久市望月263番地
- (2) 配布期間 8月22日（水）から8月31日（金）までの午前8時30分から午後5時15分まで
（日曜日、土曜日および祝祭日は除く）

◎提出書類

- (1) 管理者認定申請書（様式第1号）
 - (2) 事業計画書（様式第2号）
- 以上のほか、募集要項に記載されている書類

◎応募者説明会

申請方法、提出書類、管理業務等について説明会を開催する。参加人数は、1団体につき2名までとします。なお、説明会への参加を希望する団体は、あらかじめ連絡してください。

- (1) 日時：8月31日（金） 午前9時～（2時間程度）
- (2) 場所：観音峯活性化センター
なお、説明会当日に各自募集要項を持参してください。
- (3) 連絡先：佐久市望月支所 経済建設課 ☎53-3111（代表）

◎申請書の提出先、提出部数および提出期限

- (1) 提出先：募集要項配布場所と同じ。持参、郵送とも可。
- (2) 提出部数：原本1部、コピー7部の合計8部を提出。
- (3) 提出期限：9月7日（金）午後4時必着（提出期限以後の変更または追加は認めない）

◎詳しい募集要項については、市ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ 望月支所 経済建設課 ☎53-3111（代表）

川村吾蔵生誕記念 無料開放

期 間 8月11日(土)～8月17日(金) (期間中は無休)

開館時間 午前9時～午後5時

川村吾蔵は、1884（明治17）年8月17日にこの世に生を受けました。この8月17日を記念し、川村吾蔵作品が無料で観覧できます。この機会に川村吾蔵の遺した彫刻の数々をどうぞご覧ください。



川村吾蔵生誕記念講演「川村吾蔵の生涯と交流のあった人たち」



川村吾蔵は20歳で単身渡米し、生涯、ブロンズ彫刻の製作に熱意を傾けました。また、吾蔵は野口英世や島崎藤村、マッカーサー元帥といった各界の著名人たちと親交があり、彼らの彫刻を造り上げています。今回の講演では、「佐久の先人」にも選出された川村吾蔵について、エピソードを交えてお話をさせていただきます。

日 時 8月12日(日) 午後1時30分～
 会 場 川村吾蔵記念館多目的室
 講 師 川村吾蔵記念館元館長 丸山正俊 氏
 参 加 費 無料
 申 込 不要（直接川村吾蔵記念館にお越しください）
 定 員 先着30名

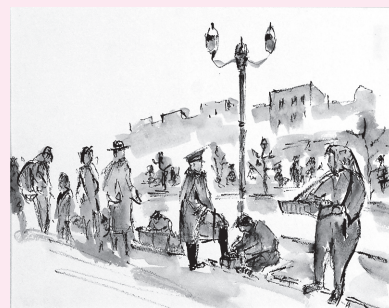
■お問い合わせ 川村吾蔵記念館 ☎81-5353（毎週火曜日休館）

佐久市臼田文化センター 受難の記録—三石忠勇作品展—

臼田地域出身で開拓団として旧満州国に移住し、現地で戦争を体験した三石忠勇氏の記録画を展示します。当時の人々の生活状況や開拓団の苦難を克明に描いた作品の数々です。ぜひ、この機会にご覧ください。

期 間 8月1日(水)～9月2日(日)
 (月・火曜日は休館。但し8月13日・14日は開館)

会 場 臼田文化センター
 入 館 料 無料



■お問い合わせ 〒384-0414佐久市下越248-12 臼田文化センター ☎82-3634

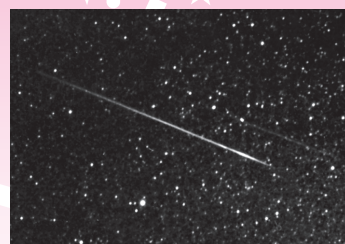
うすだスタードーム

「ペルセウス座流星群観望会」のお知らせ

毎年多くの流れ星が出ることで有名な、「ペルセウス座流星群」。スタードームでは今年も、流星数が最も多い12日夜に観望会を開催し、肉眼による流星観望のほか、望遠鏡による夏の天体観望もお楽しみいただきます。予約は不要です。多数の参加をお待ちしています。

日 時 8月12日(日) 午後9時～12時（自由解散）
 会 場 うすだスタードーム
 内 容 流星群観望、星のお話「流星群の楽しみ方」大型望遠鏡その他による夏の天体観望

参加料 無料（入館料 大人500円/小中学生250円は必要です）



■お問い合わせ 佐久市天体観測施設「うすだスタードーム」☎82-0200

古き良き時代の懐かしい横丁で、人と人の絆を結び、街にあの頃の賑わいを創出します。

平成24年度 長野県地域発元気づくり支援金事業

平成24年

佐久の盛り場

いわむらだ

昭和レトロな屋台で、
懐かしい雰囲気や
ひとときにタイムスリップ

8月23日 木

(8/27・28日は休み)

9月1日 土

今年も
レトロに
開催

懐かしの屋台が
昭和の味を醸します!!

大好評発売中
お食事券

【お得な前売り券】

8月22日 まで

販売価格2,000円
(100円券×20枚)

生ビール
1杯
無料券付!

お問い合わせは
佐久商工会議所まで

土日はファミリーで
昭和を謳歌しよう!

創的、金魚すくい、
餅あめ、メンゴ
ペーゴマ、お手玉など
正午から
夕方まで

緑日&
昭和の遊び
体験コーナー

ゆかたで各来店の方、
緑日1回無料

懐かしの
ヒーロー
登場!

会場 岩村田天神堂商店会
ふれあい創造広場

営業時間

平日 午後5:00～午後9:30

土曜日 正午～午後9:30 ラストオーダーは
各30分前

日曜日 正午～午後8:00



相生町

商店会駐車場

会場

商店会駐車場

臨時駐車場
(岩村田体育館前)

主催・お問い合わせ先

佐久商工会議所青年部

佐久市中込 2976-4

TEL : 0267-62-2520

平和を祈念する黙とうについて

8月15日に、政府主催の全国戦没者追悼式が日本武道館で実施されます。

また、6日と9日の原爆被爆の日には、広島・長崎両市で死没者の慰霊と平和祈念の式典が挙行されます。

これらの式典は、宗教的儀式を伴わないもので、国民の一人ひとりが戦争による死没者に追悼の誠をささげ、平和への思いを新たにしようとするものです。

つきましては、市民の皆さんには趣旨をご理解いただき、当日黙とうの実施にご協力をお願いいたします。

広島市原爆の日	8月6日(月)	午前8時15分
長崎市原爆の日	8月9日(木)	午前11時2分
戦没者を追悼し平和を祈念する日	8月15日(水)	正午

それぞれ上記の時刻に1分間の黙とうをお願いいたします。

なお、平和を祈念する日には、半旗(弔旗)の掲揚をお願いいたします。

■お問い合わせ 福祉課 ☎62-3147(直通) または各支所 市民福祉課

佐久市子ども未来館

8月のイベント情報

夏の特別企画展

『うちゅう展～信州から宇宙へ～』

「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！

期 間：9月2日(日)まで

宇宙講演会を開催します。



①宇宙ってなあに？

科学のセンセイに聞いてみよう！

○8/17 縣 秀彦先生（国立天文台）

テーマ 電波で宇宙をさぐってみよう！

○8/19 鳴沢真也先生（天文科学センター）

テーマ 地球外生命体や宇宙人のお話を聞こう

1日3回（午前10時、午後1時、午後3時）開催。
通常の入館料のみで参加できます。事前申込不要。

②JAXA宇宙学校・さく

JAXA宇宙科学研究所の皆さんが宇宙に関する疑問に分かりやすく答えてくれます。

日 時 8月8日(水)

午後1時00分～3時30分

テーマ ・はやぶさと臼田64mアンテナ

・深宇宙のナゾに挑む！

（はやぶさ、あかつきと

これからの月惑星探査）

定 員 160名 要事前申込

参加費 無料（科学展示室に入館する場合は別途入館料がかかります。）

③JAXA宇宙飛行士油井亀美也氏講演会

日 時 8月12日(日) 午前10時～正午

場 所 交流文化館浅科 穂の香ホール

参加無料 事前申込不要

※会場駐車スペースに限りがございます。

お車乗り合わせ、または公共交通機関のご利用をお願いいたします。

プラネタリウム夏季番組



時間 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)	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 (8月のみ)
土・日・祝	月の魔法とサンゴの海	銀河鉄道の夜	月の魔法とサンゴの海	

※8/13～16は10:00から「銀河鉄道の夜」を臨時放映します。

※8/8(水)、8/17(金)は講演会開催の為、放映はお休みします。

※観覧券または入館観覧セット券で観覧できます。

☆銀河鉄道の夜

宮沢賢治の名作。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）



©KAGAYA studio

☆月の魔法とサンゴの海

カルオカ'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）



©all rights reserved
www.reef-distribution.com

『夏の天体観望会』

日 時 8月11日(土)午後7時30分～8時30分
(受付 午後7時～)

会 場 プラネタリウム・大型バス駐車場

内 容 夏の星座や二重星を観測します。

料 金 大 人 400円

子ども（4歳以上中学生まで）200円

定 員 30名

科学体験工房の実験教室

『夏休み 毎日が実験教室』



8月31日まで毎日、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。）

◆利用案内◆

開館時間：午前9時30分から午後6時まで
(9月からは午後5時まで)

休 館 日：毎週木曜日（8月は無休です）

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

昆虫体験学習館からのお知らせ

夏休みの工作に「昆虫」を作ろう！



■開催期間：ネイチャークラフト：随時

ペットボトルクラフト：8月2日、9日、16日、23日の1日3回10:30、13:00、15:00

北村昂（のぼる）先生が指導します。

■料 金：ネイチャークラフト：¥700（1作品）

ペットボトルクラフト：¥1000（1作品） *どちらも別途入館料が必要です

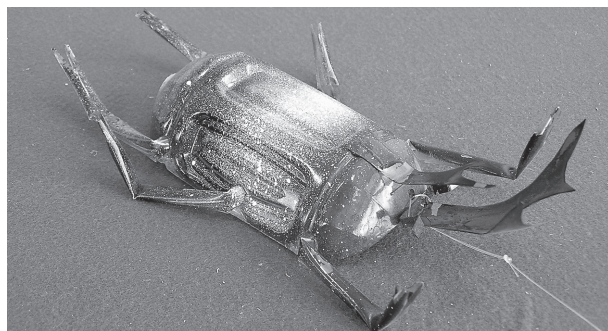
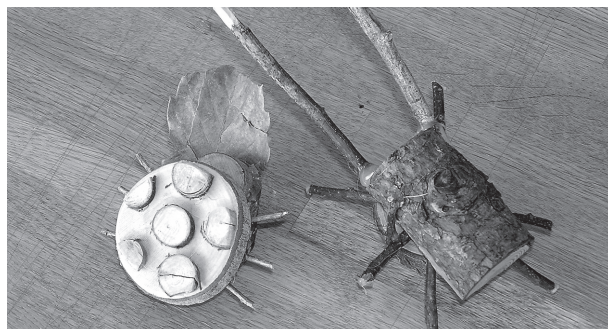
■内 容：

夏休みは昆虫の季節です！昆虫体験学習館では、昆虫と自然にふれあうさまざまな体験プログラムを用意しておりますが、この夏は自分だけの「オリジナル昆虫」を作ってみませんか？

「ネイチャークラフト」は、木の枝や木の実、押し葉やドライフラワーなどの自然素材を使ってものづくりに挑戦するプログラムです。カッコいいクワガタムシや、かわいいテントウムシなど、何を作るかはあなた次第。自分だけのオリジナル昆虫作品を作ってください。

もうひとつ、「ペットボトルクラフト」もオススメです。どこにでもあるペットボトルを使って楽しい工作！オドロキの作品が作れます。ペットボトルクラフト名人の北村昂先生が、親切に指導してくれますので、未経験者でも素敵な作品が作れます。

どちらのプログラムも予約不要、いろいろな材料や、道具一式すべて準備してありますので、手ぶらできても大丈夫。今年の夏の思い出は、自分で作ってみよう！夏休みの工作にもピッタリ！



■お問い合わせ ◇佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」昆虫体験学習館

〒385-0003 佐久市平尾2681 ☎67-8100/FAX68-1555

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

佐久情報センターからのお知らせ

いまだ聞けない!?スマートフォン・タブレットセミナー開催決定！

好評につきスマートフォン・タブレットセミナーを8月も開催します。購入前の疑問を解消する「体験セミナー」。購入したスマートフォン・タブレットをもっと楽しくする「活用セミナー」に是非ご参加ください。お申し込みは、直接または電話（64-5556）で、佐久情報センターまで。

開催日：8/29(水)

体験セミナー 10:00～12:00

参加費：無料

場 所：佐久情報センター

活用セミナー 13:30～15:30

定員：各講座20名

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

●市営住宅入居者募集

■中込団地（中込：募集 1 戸）

建設年度 平成元年度

構造等 中層耐火構造 3 D K

家賃 18,200円～27,100円

■一本柳団地（岩村田：募集 1 戸）

建設年度 平成24年度

構造等 低層耐火構造 1 L D K

家賃 18,500円～27,500円

■一本柳団地（岩村田：募集 5 戸）

建設年度 平成24年度

構造等 低層耐火構造 2 D K

家賃 18,500円～27,500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（中込団地は 3 人以上の世帯であること。中込団地入居申込者は、中込小学校通学区内に住所を有するか、勤務場所を有すること。一本柳団地は60歳以上など条例に定めるものに限り単身入居可）
- 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 8 月 1 日(火)～8 月 8 日(火)

抽選会 8 月 21 日(火)

入居指定日 9 月 3 日(月)

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

☎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 ■御馬寄団地 ■並木団地 ■下越団地（特定公共賃貸住宅）

●普通救命講習会を開催します

日時 9 月 9 日(水)午前 9 時～12 時
（受付は、午前 8 時 40 分～）

会場 佐久消防署 3 階講堂

内容 心肺蘇生法・A E D の取り扱い・止血法ほか

定員 50 名（申込順）

持ち物 筆記用具、運動のできる服装

受講料 無料

申込受付

8 月 13 日(月)～9 月 3 日(月)

佐久消防署へ受講申込書を提出するか F A X ・郵送・E メールで氏名（ふりがな）・住所・電話番号を記入し送付してください。

受付・問合せ

佐久消防署救急救助係

☎62-0119・FAX63-1194

メールアドレス：

saku.f@areasaku.or.jp



●人権同和教育講座参加者募集

同和問題をはじめあらゆる人権問題の解決に向けた、正しい理解と認識を育むため、市民の皆さんを対象に 3 回連続講座を開催します。

時間 午後 7 時～8 時 30 分

会場 東地区館

期日・内容・講師

・8 月 23 日(木)

「身近な人権」平岡洋明

・30 日(木)

「同和問題」高橋典男

・9 月 6 日(木)

「ハンセン病問題」伊波敏男

申込・問合せ 人権同和課

☎62-3135

●終戦当時、引揚者の方々からお預かりした通貨・証券等を返還しております

名古屋税関では、終戦後に外地から引き揚げてこられた方々が税関などに預けられた通貨や証券等をお返ししておりますが、今なお、引き取り手がなく保管されたままになっているものが多数あります。

返還請求・お問い合わせは、ご本人はもとよりご家族の方でも構いません。お心当たりの方は、お気軽にお問い合わせください。

保管している通貨・証券等

- ・上陸地の税関または海運局に預けられた通貨・証券等
- ・帰国前に在外公館や日本人自治会等に預けられた通貨・証券等のうち、その後日本に返還されたもの

問合せ 財務省名古屋税関

監視部監視通関部門

☎052-654-4060

ご寄附ありがとうございます

【一般寄附】

臼田学園へ

▼手作りパン 200 個

臼田町商工会女性部様（臼田）

▼ラーメン（昼食用） 85 食

臼田町飲食業組合様（臼田）

市内小中学校・保育園・児童館・図書館へ

▼絵本「みんなで伝えよう佐久の民話」 101 冊

岩村田連合商店会様（岩村田）

●スポーツ教室参加者募集

■バドミントン教室

(少年少女対象)

日時 9月1日(土)～11月24日(土)
土、日曜日(10回)
午前9時～11時

会場 野沢体育センター

講師 体協バドミントン部

定員 40人

参加費 2,000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 臼田総合運動公園

☎82-7231

■ウォーキング・ジョギングセミナー(年齢制限なし)

目的 身体の使い方、身体に合った歩く量など、楽しく理論的に説明し、ケガの予防と、その人に合った身体の使い方を知ってもらう。

内容 歩き方・走り方チェック、
楽に歩くためのトレーニング、
安定し気持ち良く走るためのトレーニング

日時 9月1日(土)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 大人150円、小中学生100円

申込み・問合せ

体育課(佐久市総合体育館内)

☎62-2020

●佐久広域連合職員採用試験

受験資格

平成24年8月1日現在、佐久地域広域市町村圏内に住民登録をして居住している者(修学、就職などのため他市町村に住む者で、家族が佐久地域広域市町村圏内に居住している者を含む)で、将来にわたって佐久地域広域市町村圏内に住居を定める予定の者で、次の要件を満たす者

試験区分

①消防職員(上級)…昭和59年4月2日から平成3年4月1日までに生まれ、4年制の大学を卒

業した者(平成25年3月卒業見込み者を含む)

②消防職員(中級)…平成元年4月2日から平成4年4月1日までに生まれ、救急救命士法に基づく救急救命士の資格を有する者

③消防職員(初級)…平成3年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、高等学校程度の学力を有する者

④一般事務職員(初級)…昭和62年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、高等学校程度の学力を有する者

⑤身体障がい者対象一般事務職員(初級)…身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている者(その障がいの程度が1級または2級に限る)で、次のアからウの要件すべてを満たす者

ア 昭和37年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、高等学校程度の学力を有する者

イ 勤務地へ通勤が可能で、かつ、介護者なしに一般事務職員として職務の遂行が可能な者

ウ 活字印刷文による出題および口頭による試験に対応できる者

第1次試験日 10月14日(日)

試験会場 佐久広域連合 会議室

採用予定人員 全区分:若干名

提出書類

◆試験申込書(本人記入のこと)

◆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

◆身体障がい者対象一般事務職員受験者は、身体障害者手帳(写真貼付、氏名および級別の記載されている頁)の写し

※試験申込書は7月27日(金)から事務局、消防本部および最寄りの消防署で交付します。郵送による請求は、宛先を明記した返信用封筒(120円分の切手を貼付した角形2号)を同封してください。

受付

8月14日(火)～9月3日(日)

午前8時30分～午後5時15分

※土・日曜日を除く。郵送の場合は9月3日(日)までの消印有効

申込・問合せ

●一般事務職員および身体障がい者対象一般事務職員

佐久広域連合事務局 庶務課

☎62-7721

●消防職員

消防本部 総務課 ☎62-7723

※提出いただいた個人情報、今回の採用試験のためだけに利用します。

●佐久水道企業団職員採用試験

受験資格

住民登録が企業団組織市町にしてあり(修学、就職等のために他市町村に住む人で、家族が企業団組織市町に居住している者を含む)、昭和62年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた人のうち、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業または平成25年3月までに卒業見込みの人

試験区分 上級 行政

採用予定人員 若干名

第1次試験日 9月16日(日)

試験会場 佐久水道企業団

提出書類

◆試験申込書

◆履歴書(企業団指定の様式)

◆最終学校学業成績証明書・卒業見込証明書

◆健康診断書

◆住民票

◆受験票の返信用封筒(長形3号封筒、80円切手貼付、返送先を記入のこと)

※この試験にあたり提出して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。

受付 7月25日(火)～8月15日(火)

午後5時まで

申込・問合せ

佐久水道企業団 総務課庶務係

☎62-1290

●インターネットで滞納処分物件の公売をします

インターネットのシステムを利用して、市税等の滞納処分による動産のインターネット公売を行いますので、ご参加ください。

参加申込期間

8月14日(火)午後1時～

8月28日(火)午後11時

入札期間 9月4日(火)午後1時～

9月6日(木)午後11時

物件の下見

参加申込期間内において受け付けますので、お問い合わせください。

参加方法

市のホームページまたはヤフー・ジャンプのインターネット公売サイトをご覧ください。

インターネットをご覧になれない方は、インターネットを使える方を代理人として入札できます。詳細については市のホームページのインターネット公売ガイドラインをご覧ください。

問合せ 収税課

☎62-3043 (直通)

●特別障害者手当 障害児福祉手当

* 8月10日に指定口座へ

振り込みます*

5月から7月までの手当を、指定口座に振り込みますのでご確認ください。

なお、受給者が次に該当した場合は、速やかに届け出をしてください。届け出がなく支給を受けた場合は、返金していただくことがありますので、ご注意ください。

◎施設へ入所したとき

◎死亡したとき

◎住所を変更したとき

◎障がいの程度が軽減したとき

◎特別障害者手当の受給者であつて、病院への入院・老人保健施設への入所が3ヶ月を超えたとき

◎障害児福祉手当の受給者であつて、児童福祉施設等に入所したとき (短期入所含む)

☆特別障害者手当

20歳以上で、障がいの重複により日常生活に常時特別の介護を必要とする在宅の重度障害者で受給者や扶養義務者の所得が一定の額未満の方に支給されます。

手当額は月額26,260円です。

☆障害児福祉手当

20歳未満の在宅の重度障害児で、扶養義務者等の所得が一定の額未満の方に支給されます。

手当額は月額14,280円です。

問合せ 福祉課

☎62-3147 (直通)

●難病医療生活相談会のお知らせ

難病で療養している患者さんや、ご家族の皆さんの療養上の心配、病気、福祉サービス等の相談に医師をはじめそれぞれの専門家が応じます。特定疾患の受給者証を受けていない方も相談できますので、どうぞご参加ください。

日時 9月2日(日)

正午～午後4時30分

会場 佐久合同庁舎 5階 講堂

相談対応内容

医療相談、お薬相談、リハビリ相談、療養・生活相談、職業・就職相談、栄養相談、当事者・

家族相談 等

申込締切り 8月17日(金)

申込み・問合せ

佐久保健福祉事務所

健康づくり支援課 ☎63-3164

募集

●スポーツ大会参加者募集

■第25回佐久市望月強歩大会

参加資格 小学生以上で体力に自信のある方

日時 9月9日(日)午前8時

望月総合体育館スタート

コース1 大木折返し (24km)

コース2 抜井折返し (14km)

コース3 初心者向け (5km)

募集定員 300名

参加費 500円

申込み 8月24日(金)までに所定の申込書に参加料を添えて望月総合体育館・佐久市総合体育館・臼田総合運動公園・浅科多目的屋内運動場までお申込みください。

問合せ 望月総合体育館

☎53-6060

■第8回佐久市寿ゲートボール大会

参加資格

市内在住で昭和27年4月1日以前に生まれた人で編成した、区単位のチーム

期日 9月25日(火) 予備日26日(水)

会場 駒場公園多目的広場

参加費 無料

受付 8月1日(火)～8月31日(金)

問合せ 体育課

(佐久市総合体育館内)

☎62-2020

介護のことなら何でもお気軽にご相談ください。



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

★ヘルパー2級講座 開催中

●エフビー居宅介護支援事業所 佐久
佐久市長土呂908-1 TEL0267-68-7733(担当/星)

●居宅介護支援事業所 愛の郷(めぐみのさと)
佐久市長土呂860-2 TEL0267-67-8870(担当/谷)

●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/>

●結核や胸部疾患をなくすための運動

複十字シール運動にご協力をお願いします。

結核や肺がんなどの胸部疾患をなくし、健康で明るい社会をつくるため、今年も8月1日より全国一斉に複十字シール運動が始まります。これまで、この運動にお寄せいただいた募金は、国内での検診車・検診機器等の購入、医療機関や検診センターの設備、結核予防のための研修会や講習会のほか、発展途上国への結核対策援助等に使用されています。

佐久市では、複十字シール運動期間中に市役所および各支所の窓口（下記問合せ場所）に募金箱を設置してあります。また、各地区の保健指導員による結核予防の啓発活動と併せて募金の呼び掛けも行いますのでご協力をお願いいたします。

期間 8月1日(水)～12月10日(月)

問合せ 健康づくり推進課

（保健センター）

☎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・31）

望月支所

市民福祉課

☎53-3111（内線128・129）



●『佐久の薬草』販売のお知らせ

佐久市と佐久市薬草研究会は、『佐久の薬草』（A5版・192ページ）を発行しております。

この本は、「薬草」「ハーブ」「有毒植物」の3部構成で、佐久地方に自生する薬草71種、薬木29種を、イラスト、カラー写真等を盛り込み紹介しています。本を読んで、佐久の自然を生かした健康づくりに、ぜひお役立てください。

価格 実費にて販売

販売場所・問合せ

健康づくり推進課

☎62-3196（直通）

または 各支所市民福祉課



●緑の募金へのご協力、ありがとうございました

平成24年度の「緑の募金」は、市民の皆さんのご協力により、3,714,502円の募金をいただきました。

市では、募金の配分金を、公共施設の緑化・苗木の配布・青少年の環境学習などに活用し、身近な地域の緑化事業を推進していきます。

多くの市民の皆さんにご協力をいただき、ありがとうございました。

問合せ 耕地林務課

☎62-3242（直通）

●「人権なんでも相談所」

8・9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

（8月6日、13日、20日、27日、9月3日、10日、24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

●平成24年度戦没者遺児による慰霊友好親善事業の実施について

（財）日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。同事業は、厚生労働省から補助を受け実施しており、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善をはかることを目的としています。

参加費 9万円

日程等の詳細は下記までお問い合わせください。

問合せ （財）日本遺族会事務局

☎03-3261-5521

申込 長野県遺族会

☎026-228-0334

広告欄

国の法律をクリアした 焼却炉
家庭用から事業所用

常設展示場
（IBTDK通り 当社倉庫）

アフターサービス・修理
の事は安心してお任せ下さい。

焼却炉の販売歴44年
株式会社 朝倉
〒385-0051 佐久市中込 418-2 FAX0267-62-6816
TEL0267-62-0889

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**

● 8月の図書館行事予定

◆中央図書館

◇夏休みおはなしの会スペシャル

対象 園児・小学生低学年

日時 8月4日(土)午後2時～

会場 中央図書館 視聴覚室

◇つくってあそぼう

対象 園児・小学生低学年

日時 8月5日(日)午後2時～

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 8月25日(土)午後3時～

会場 中央図書館 視聴覚室

◇おはなしの会

対象 園児・小学生低学年

日時 8月18日(土)午後3時～

会場 中央図書館 視聴覚室

対象 乳幼児

日時 8月23日(木)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 ☎67-2111

◆臼田図書館

◇ブック☆ブックお話の会

対象 子どもから大人

日時 8月18日(土)午後2時～

会場 臼田図書館内

◇星と宇宙のパネル写真展

期間 7月28日(土)～8月16日(木)

会場 臼田図書館内

問合せ 臼田図書館 ☎82-3932

◆浅科図書館

◇図書館まつり

対象 子どもから大人

日時 8月5日(日)午後1時30分～

内容 おはなし会スペシャル・
工作

会場 浅科図書館

◇雑誌リサイクル市

日時 8月4日(土)・5日(日)

午前10時～雑誌終了まで

会場 浅科図書館

◇おはなし会

対象 子どもから大人

日時 8月18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 ☎58-4321

◆望月図書館

◇一日図書館職員(中学生)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 8月18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 ☎53-0230

◇雑誌リサイクル市

日時 8月4日(土)・5日(日)

午前10時～雑誌終了まで

会場 望月図書館

サマータイム図書館の実施

中央図書館では、8月4日(土)、
8月5日(日)の2日間、朝8時より、
図書館を開館します。早朝の涼しい時間から図書館に
来て、ゆっくりと読書をしません
か。みなさんのご利用をお待ちして
います。また、4日、5日両日の午前10
時より視聴覚室にて映画上映会(絵
本アニメ)を開催します。●こころの健康づくりフォーラム
開催のお知らせ仕事や職業生活で強い不安、悩
み、ストレスを抱え、心の健康が
損なわれている労働者が増えてい
ます。そこで、第一線でメンタル
ヘルスケアに携わっているベテラ
ン講師を迎え、予防と復帰後の対
応について講演を行います。企業の管理職や人事労務担当者、
労働組合役員、従業員の方など、
多くの皆様のご参加をお待ちして
おります。

日程 8月8日(水)

午後1時30分～3時

開催場所

佐久勤労者福祉センター

第5会議室

佐久市佐久平南4-1

(JR佐久平駅隣り)

演題

企業におけるメンタルヘルスの
実態と対策*メンタルヘルス不調者の増加を
防ぐには～職場復帰後の対応*

講師 高橋知也氏

(株)コミュニケーションズ

・アイ 産業カウンセラー

※受講料無料

申込・問い合わせ

長野県東信労政事務所

☎0268-25-7144

●こころの健康管理講演会

日時 8月25日(土)

午後1時30分～3時

会場 佐久市中央隣保館

演題 「今、支えあって、
こころ豊かに生きる」

講師 増田友厚先生

(大林寺・蕃松院住職)

参加費 無料

申込・問い合わせ 中央隣保館

☎62-0991

同時開催

人権パネル展

「東日本大震災 被災地の

子どもたちからのメッセージ」

8月18日(土)～29日(水) 中央隣保館

7月1日より◎立川便 富岡へ乗り入れ開始!◎新宿駅西口 乗り入れ増便!

京都・大阪便



〈千曲川ライナー〉

共同運行:近鉄バス

軽井沢・佐久・小諸・東御・上田⇄京都・大阪

★往復運賃(1割引)

軽井沢～京都▶16,200円 上田～京都▶15,300円 佐久・小諸～京都▶15,800円
軽井沢～大阪▶17,100円 上田～大阪▶16,200円 佐久・小諸～大阪▶16,700円

□全線共通 ●千曲バス/高速バス予約センター(0267)62-0010

お問い合わせご予約は

小諸営業所(0267)22-2100 上田営業所(0268)22-2363

新宿便

好評運行中!!

白田・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

新宿・池袋・立川線 回数券

●佐久・小諸・東御から ●上田から
¥2,250 ¥2,750

(4回割引回数券を使用した場合)

(4回割引回数券を使用した場合)

《新宿・池袋・立川線の回数券は共通で利用できます》

長野便

白田・佐久・上田⇄
長野駅・県庁前

予約不要

持参人式定期券発売中!

*この定期券は、本人だけでなく、どなたでも利用可!

*通常の運賃の半額です。

7/15学生運賃2割引!!

適用期間:7/11～9/30の土・日・祝日

対象学生:中学生・高校生・大学生・短大生・専門学校生

*ご利用の際は学生証をご提示ください。

未提示の場合は普通運賃となります。

□京都・大阪線 ●近鉄高速バスセンター(06)6772-1631

□新宿・池袋線 ●西武バス 座席センター(03)5910-2525

●西武高原本 軽井沢営業所(0267)45-45045

千曲バス http://www.chikuma-bus.co.jp/ E-mail:Rosen-Kousoku@chikuma-bus.co.jp

市佐久市役所 ☎ 62-2111 田田支所 ☎ 82-3111 浅浅科支所 ☎ 58-2001 望望月支所 ☎ 53-3111

税金コーナー

税目 市県民税
国民健康保険税

納期限 8月31日

第2期
第2期

▶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5期
後期高齢者医療保険料 第2期

納期限 8月31日

地域集団健診

●地域集団健診

9月2日(日) 浅科保健センター
9月4日(火) 臼田保健センター (あいとびあ臼田)
9月9日(日) 浅間会館
9月26日(水) 内山集会場
9月27日(木) 岸野農村環境改善センター

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)

■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

8月の子育てサロン / 全会場 9:30~11:30

子育て真っ最中の子ども連れの皆さんの子育てに関する相談の場、情報交換・交流の場です。お気軽にお出かけください。

■野沢児童館	28日(火)
■岩村田児童館	24日(金)
■高瀬児童館	22日(水)
■佐久城山児童館	23日(木)
■望月児童館	21日(火)
■あさしな児童館	23日(木)
■平根児童館	27日(月)
■田口児童館	22日(水)
■あいとびあ臼田	2日(木)・3日(金)・6日(月) 8日(水)・10日(金)・17日(金)

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。

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 8月23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



相談コーナー

●行政相談

あいとびあ臼田 8月20日(月) 午後1時30分~4時
市役所6階603会議室 8月23日(木) 午後1時~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

8月のつどいの広場

乳幼児連れの皆さんが気軽に集い、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
1日・3日・4日・6日・7日・8日・10日・11日・13日・14日・
15日・17日・18日・20日・21日・22日・24日・25日・27日・28日・
29日・31日
■あさしな保育園内 / 午前9時~午後2時
1日・3日・6日・8日・10日・15日・17日・20日・22日・24日・
27日・29日・31日
■協和保育園内 / 午前9時~午後3時
1日・2日・3日・6日・7日・8日・9日・10日・13日・14日・
16日・17日・20日・21日・22日・23日・24日・27日・28日・29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

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

『平成24年度 佐久市健康カレンダー』

または市ホームページでもご覧いただけます。

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

Data File

人口

総数	100,405人	(+12人)
男	49,128人	(+6人)
女	51,277人	(+6人)
世帯数	39,295世帯	(+30世帯)
(7月1日現在)		(増減は前月比)

救急・火災・交通事故件数

6月の月間件数 平成24年1～6月の累計			
人身事故	32件	224件	
死亡	0人	4人	
負傷	40人	279人	
救急	269件	1,850件	
火災	2件	26件	

暮らしと

健康メモ

休日・夜間窓口

取扱サービス 戸籍・住民票・印鑑証明書の交付、市税に係る証明、市税の納税

■休日窓口(市役所2階市民課窓口)

開設日 8月26日(日)(第4日曜日) 時間 午前8時30分～午後0時30分

■夜間窓口

開設日 市役所／平日は毎日開設します

各支所／8月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

時間 午後6時30分まで

8月の休日急病診療・平日夜間急病診療

診療時間	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
5日(日)	はせがわ皮膚科クリニック (岩村田1801-2) ☎78-3116 くろさわ病院 (中込3-15-6) ☎64-1711	■診療対象 小児科一次医療該当者 (風邪や腹痛など、日常的な疾病のお子さん) ■受付時間 午前8時30分～正午 ■場所 浅間総合病院 救急外来内科診察室 (浅間総合病院の診察券が使用できます)	■診療対象 救急の患者さん (歯が急に痛くなった等の急病者) ■場所 休日救急歯科診療所 (サングリモ中込2階) ■問合せ 休日救急歯科診療所 ☎63-3783	■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) ■場所 浅間総合病院 救急外来内科診察室 (浅間総合病院の診察券が使用できます) ■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)
12日(日)	岡田医院 (協和6981-1) ☎53-2123 たむらペインクリニック (臼田2292-1) ☎82-3981			
14日(火)				
15日(水)				
16日(木)				
19日(日)	高橋医院 (望月133-8) ☎53-2366 増田医院 (岩村田2381-12) ☎66-0303	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020) ■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 お問い合わせ ☎局番なし「#8000」 または☎0263-34-8000	至佐久大橋 至岩村田 至野沢橋 至内山 サンテラス サングリモ中込 グリーンモール 八十二銀行 駅前広場 中込駅 JR小海線 橋場公会堂	■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 お問い合わせ ☎局番なし「#8000」 または☎0263-34-8000
26日(日)	おおくら皮膚科 (佐久平駅北18-4) ☎65-9915 野澤医院 (平賀5340) ☎62-0272			
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://sakurishikai.or.jp		■駐車場について ●駐車は、「サングリモ中込駐車場」をご利用ください。 ●料金は、4時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。	
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)	健康づくり推進課地域医療係 ☎62-3524(直通)

不用品活用コーナー

7月6日現在

譲ります

【無料】

●浅科小学校ジャージ上下短パン(170cm新品) ●ライティングデスク(W150、H180) ●FAX感熱紙 ●スキーセット(板90cm黄・ストック70cm・ブーツ19cm) ●スキーセット(板110cm・ストック90cm) ●ベビーチェア(テーブル付) ●鏡台(155×80cm) ●人形ケース(ガラス50×30×24cm) ●テント(6～7人用一式) ●大正琴 ●チャイルドシート(新生児～)

【価格応談】

●登山靴(婦人用24cm) ●アルミホイール(16インチ、7.5Jアリスト純正) ●除湿乾燥機 ●アルミブリッジ(180×35cm) ●アルミブリッジ(180×30cm) ●ブリジストンスタッドレスタイヤ(215/60R-16 95-9)

■連絡先 生活環境課生活公共交通係 ☎62-3094(直通)

譲ってください

【無料】

●高校女子制服 ●風呂釜、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) ●金魚鉢 ●ベビーゲート(1m位まで伸びるもの) ●浴衣(女児130～150cm) ●耐火レンガ・レンガ(多めに)

【価格応談】

●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) ●スタッドレスタイヤ(145/80R-13 75S) ●マレットゴルフ用品一式 ●自走式稲わらカッター



*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。

芸術の9月inコスモホール ～第1回ステージフェスタ～

■ステージ

プロの演奏家と市民の皆さんが創り出すステージパフォーマンス

日 時 9月23日(日)

午後2時開演(1時30分開場)

入場料 全席自由

一般1,000円 高校生以下500円

■ロビー 9月23～30日

○「生誕110周年記念齋藤秀雄展」

齋藤秀雄氏はサイトウ・キネン・フェスティバル開催のきっかけとなった桐朋学園の創設者のひとりであり、齋藤氏が愛用したピアノをはじめ指揮棒等を展示します。

○生誕150周年となるドビュッシーの直筆の楽譜を展示します。

○「佐久のアート展」

佐久市ゆかりのアーティストによる作品展を開催。

※9月29・30日に齋藤秀雄氏のピアノによるリレーコンサートを開催。

ピアノリレーコンサート申込方法

(1) 申込書に必要事項を記入の上お申込みください。

申込書は佐久市コスモホールまたは下記ホームページからお求めください。

コスモホールホームページURL <http://www.saku-cosmohall.jp/>

(2) 申込締め切り 8月21日(火) 必着

(3) 申込者多数の場合は、抽選により演奏者を決定します。



ハイスクールフェスティバル 出演者募集

佐久地域で音楽活動をしている高校生バンドの皆さんにライブステージを提供します。
出演を希望される方は、下記要項によりお申込みください。

応募資格 ・佐久地域の高校生バンド
・バンド人数は2名以上であること

演奏会 11月4日(日)
13:30開演(13:00開場)

会 場 佐久市コスモホール 小ホール

応募方法 ・所定の申込書でお申込みください
・申込書はコスモホールにあります。
ホームページからもダウンロードもできます

佐久市コスモホール
<http://www.saku-cosmohall.jp/>

受 付 8月19日(日) 必着

その他 ・音楽ジャンルは問いませんが、1
チーム原則2曲、転換を含み15分
以内とします
・楽曲はコピー・カバー・オリジナルを問いません
・申込者多数の場合は、抽選を行い
出演者を決定します

■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 月曜日は休館日です。

JAZZ☆CANDY

from 蓼科高校ジャズクラブ
ワンコインコンサート

映画「スウィングガールズ」のモデルとなった蓼科高校ジャズクラブとジャズクラブOGによるJAZZ☆CANDYコンサート

日 時 10月28日(日)

午後3時開演(2時30分開場)

入場料 全席自由 500円

■ジャズのトップピアニスト「椎名豊」氏がゲスト出演

■日本のジャズ写真家の第一人者「中平穂積」氏の写真展を開催



上記2公演のチケットは、右記
プレイガイドで
お買い求めくだ
さい

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、
スーパーえちこや、メディコケイジン(株)、ヒオキ
楽器佐久平店
〈チケット発売日 7月27日(金)〉

佐久ケーブルテレビ

市内のニュースが毎日ご覧いただけます。

Saku City News 佐久シティニュース

月～金曜日 18:30～放送中です。

●再放送は
当 日/21:00～、22:30～
翌 日/6:30～、9:00～、12:30～です。

佐久市広報番組

市長出演日 8月21日(火)、23日(木)、25日(土)

63-4500 FAX 63-4550

FM 76.5MHz
Community FM SAKUDAIRA
FM 76.5MHz



毎日、市内の身近な情報を放送しています。

市役所の情報番組

「佐久市からのお知らせ」は

月～金曜日 8:10～8:25に放送中です。

市長出演日 8月10日(金)、22日(水)

●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、今後の市政に役立させていただきます。



携帯電話専用サイトURL

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

2012(平成24)年8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)