

広報

佐久

SAKU

Public Information
DEC. No.117

2012 平成24年

12

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



今月のピックアップ

- 平成24年度市長表彰 ②
- 平成24年をふりかえって佐久市政主なできごと..... ④⑤
- 年末年始の市の業務、年末年始のゴミの出し方..... ⑭⑮
- 公民館報「さくし」 ②⑦~④①
- 情報・インフォメーション..... ⑤⑤~⑤⑨

Photo こころのミュージカル
2012

今年で4回目をむかえた、こころのミュージカル「MONONOK E～受け継がれる新しい物語～」が総勢140名の出演者により、11月11日開催されました。

大きな舞台で素敵な演技を披露し、夢と感動を与えてくれました。

平成24年度

市長表彰章

平成24年度市長表彰の表彰式を行いました。市政振興にご尽力いただいた皆さんならびに技能功労の皆さんは、11月2日に市役所で表彰を行いました。

受賞者は次の16名と1団体です。おめでとうございます。



【市長表彰】

地方自治

有坂 章さん（取出町）
井出 節夫さん（白田）
木内 昌明さん（伴野）
中條 壽一さん（香坂）
花岡 茂さん（平賀）
竹内 昭太郎さん（白田）

商工振興

櫻山 徹さん（野沢）
澤井 祐二さん（岩村田）
中田 房夫さん（中込）
武重 茂雄さん（春日）

文化振興

清水 岩夫さん（岩村田）
中條 忠雄さん（田口）

善行

大工原 典夫さん（田口）

地域振興

J A 佐久浅間株式会社アメック
代表取締役 磯貝 源夫さん（猿久保）

技能功労

（職種・経験年数・住所）
新保 建次さん
（調理師・37年・取出町）
石川 健一さん
（理容師・54年・中込）
碓氷 みさをさん
（美容師・49年・伴野）

佐久市空き家バンク事業

宝島社「いなか暮らしの本2012年11月号」の『発表！物件成約数の多い自治体ベスト10』で全国1位になりました。

発表！物件成約数の多い自治体ベスト10

本誌編集部が、空家バンク実施市町村にアンケートを実施！

移住・定住政策に力を入れており、物件成約数の多い自治体をランキングした。

県名	市町村名	物件成約組数*	制度開始時期
1 長野県	佐久市 さくし	162件	2008年 4月
2 京都府	綾部市 あやべし	78件	2008年 5月
3 広島県	安芸太田町 あきおたちょう	71件	2005年
4 群馬県	下仁田町 しもにたまち	69件	1985年
5 山口県	萩市 はぎし	59件	2006年 8月
5 山梨県	山梨市 やまなしし	59件	2006年 9月
7 岩手県	奥州市 おうしゅうし	58件	2007年 2月
8 広島県	世羅町 せらちよう	56件	2010年 2月
9 島根県	出雲市 いずもし	55件	2007年 7月
10 鹿児島県	垂水市 たるみずし	50件	2005年12月

※制度開始時から2012年9月上旬現在までの件数。

※全国の空家バンク実施自治体へのアンケートから集計(回答数 全101市町村)。2012年9月上旬現在のデータです。

宝島社 2012年11月号「いなか暮らしの本」(田舎暮らしに関心がある人のための唯一の月刊誌、発行部数10万部)

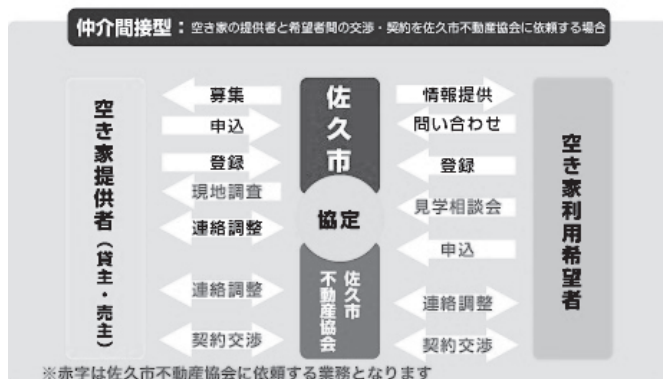
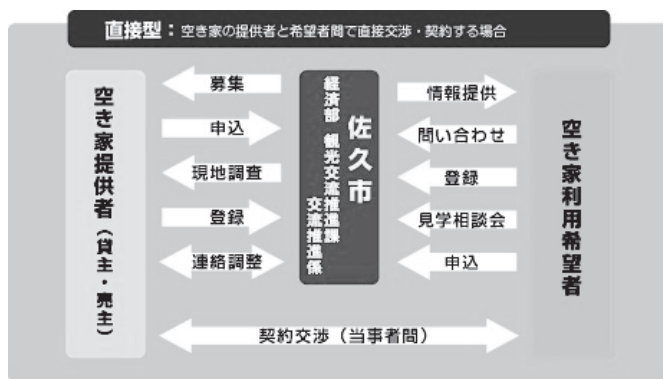
「佐久市空き家バンク」は、市内にある「空き家」を有効活用し、地域の活性化を図るとともに、都市部を中心とした田舎暮らしを希望される方々の受け入れを行う事を目的に開設しています。(「空き家バンク」おいでなんし！佐久)は、市のトップページ右下のお役立ちガイドの中「佐久市空き家バンク」から入ることができます。)

この事業は市が利用希望者の問い合わせから現地案内等を行い、定住希望者や二地域居住希望者を受け入れ、空き家を解消しながら定住人口の増加および経済波及効果を狙い実施しています。

佐久市は、新幹線、高速道路、高速バスが整備され首都圏から比較的近いという交通の利便性、日照時間が比較的長く、自然環境に恵まれていること、医療機関が充実していること、活断層が発見されておらず災害にも比較的安心感があるなどの理由で佐久市に移住や二地域居住を希望される方が多くなっています。平成24年10月10日現在、空き

家バンク利用登録者は首都圏を中心に延べ443世帯、物件登録数は累計215件(交渉可能物件は49件)、契約成立件数は累計171件にのびります。なお、今後も増加傾向にあることから市内の「空き家」をぜひ「空き家バンク」に登録していただくようお願いいたします。

(地域内に空き家が多くなると、防犯・防災上の問題や景観悪化の問題などが心配されます。人が移り住むことにより、これらの問題の対策にもつながります。また、地域の活性化や定住人口の増加により、地元への経済波及効果が生まれるなどの地域貢献。家の老朽化を防ぎ家賃収入を得ることで固定資産税などに充てることもできるなどの資産維持のためにも登録を検討してみてはいかがでしょうか。お問い合わせは左記まで。)



※赤字は佐久市不動産協会に依頼する業務となります

■お問い合わせ
観光交流推進課

☎62-3283 (直通)

ふりかえって 主なできごと

1月～12月

4月

3月

2月

1月

- 定住自立圏形成協定調印
- 佐久ケーブルテレビ蓼科CATVへの伝送開始
- 新クリーンセンター建設に係る環境影響評価（環境アセス）着手
- 佐久総合運動公園陸上競技場建設工事起工
- 秋原北胤監督（カエルカフェ代表）映画口ケ支援協定締結
- 秋田県由利本荘市との「災害時における相互応援に関する協定」締結
- 佐久市農業再生協議会設立
- 新作バルーン「佐久の鯉太郎」お披露目
- 臼田町誌編纂事業終了
- 「障害者支援施設臼田学園」開設
- 大森立嗣監督映画「ぼっちゃん」制作発表
- 臼田まちづくり協議会中間報告提言書提出
- 平根発電所「再生可能エネルギー施設」売買契約調印
- 柳田市長大船渡市へ義援金持参
- 市民活動サポートセンター開設（野沢会館）

12月

11月

10月

9月

- 佐久市総合防災訓練（千曲川スポーツ交流広場）
- 泉小学校屋内運動場完成
- NHKラジオ番組「ふるさと自慢った自慢」公開録音（コスモホール）
- 公共交通体系の見直しに伴う「臼田デマンドタクシー」出発式
- 中部横断自動車道（仮称）八千穂インターから長野県内区間の環境アセスメント準備調査了承される。
- 第一回佐久市緑の街づくりコンクール表彰式
- 「佐久市メガソーラー発電事業（望月茂田井）」プロポーザル実施
- 大船渡市復興支援・防災講演会
- 佐久市農業祭「地産地消フェア」
- 第1回比田井天来・小琴顕彰 佐久全国臨書展
- ビートたけし氏デザインによる熱気球お披露目
- 『SAKUBLOOM』イルミネーションイベント（佐久平駅周辺）



佐久の鯉太郎



市民活動支援センターオープン



都市計画道路近津砂田線開通



斎場整備に関する覚書調印

平成24年を 佐久市政

2012年



佐久総合運動公園陸上競技場建設工事着工



平尾山公園来園者数600万人突破



臼田中学校屋内運動場完成



秋原北胤監督映画ロケ支援協定締結

- | 8月 | 7月 | 6月 | 5月 |
|--|----|----|----|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 第20回記念佐久バルーンフェスティバル2012開催 ● 第50回記念佐久鯉まつり開催 ● 公園アダプトシステム8団体調印 ● 新斎場建設に向け長土呂区と「斎場整備に関する覚書」締結 ● 市民交流ひろばワークショップ7回開催 ● 道路・公園アダプトシステム29社調印 ● 「はやぶさの日」制定 ● 秋原北胤監督映画「家」制作発表 ● ワークショップ3回開催・10月ロケ実施 ● 「棚瀬橋」開通 ● 望月中学校管理普通教室棟改築工事着手 ● 食品放射能測定開始 ● 「信州佐久の水を守る」講演会開催 ● サマータイム図書館（4日～5日） ● 平尾山公園来園者600万人突破 ● 臼田中学校屋内運動場完成 ● 一本柳団地C棟入居式 ● 都市計画道路近津砂田線開通 ● 子ども未来館入館者90万人達成 ● 枝野産業経済大臣岩村田本町商店街視察 | | | |

世界大会出場

- 浅科中学校土屋凌我くんU-17ワールドユース出場

- 佐久長聖高等学校駅伝部全国大会出場

- 望月リトルリーグバス杯全国選抜リトルリーグ野球大会出場

- 野沢南高等学校柳澤実知さん全国高等学校将棋選手権大会出場

- 岩村田高等学校関穂奈美さん全国高等学校将棋選手権大会出場

- 岩村田小学校佐藤航希くん全日本卓球選手権大会（バンの部）出場

- 浅間中学校吹奏楽部全日本マーチングコンテスト出場

- 野沢小学校合唱部NHK全国学校音楽コンクール出場

- 佐久東中学校柔道部全国中学校体育大会出場

- 浅間中学校陸上部・剣道部全国中学校体育大会出場

- 浅間中学校全国中学校スケート大会出場

- 臼田中学校全国中学校スケート大会出場

- 佐久長聖高等学校スケート部全国大会出場

- 佐久長聖高等学校野球部甲子園出場

- 学校法人吉沢学園地球環境高等学校野球部甲子園出場

全国大会出場

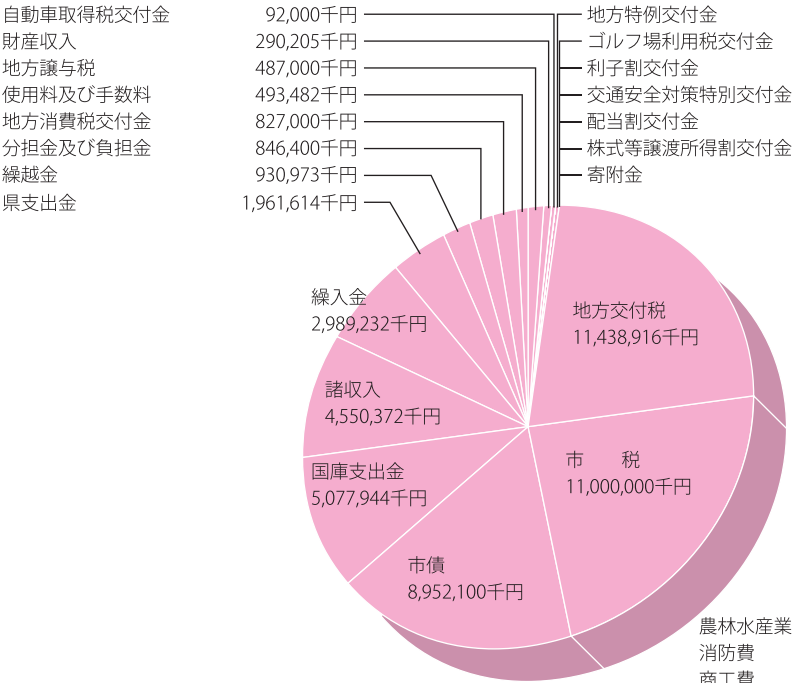
平成24年度 上半期 予算等の状況

平成24年度一般会計および特別会計の上半期（4月1日から9月30日）の予算状況ならびに9月30日現在の市有財産・市債・一時借入金等の状況についてお知らせします。

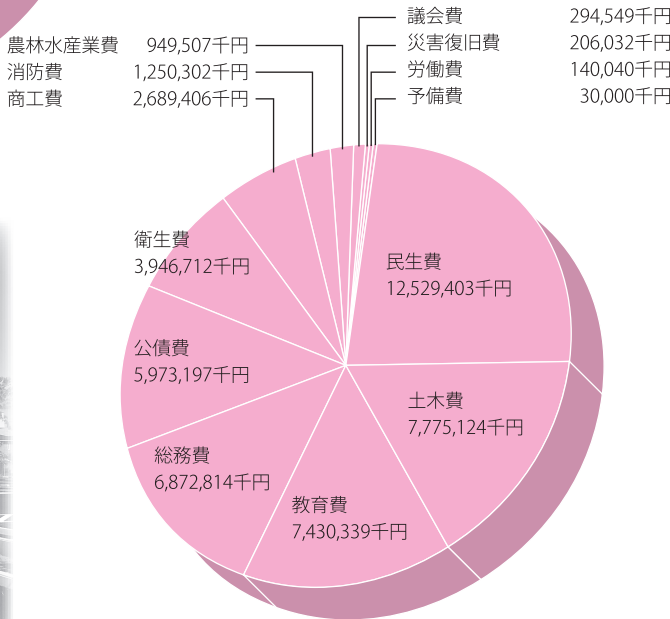
平成24年度一般会計の当初予算は、476億8千万円となりました。その後、4回の補正予算を編成して、9月30日現計予算額は、500億8,742万5千円となり、前年度同期の合計額と比較して、額で50億5,669万3千円、率で11.2%の増となりました。

平成24年度 上半期一般会計予算の状況

(単位：千円)



歳入合計
50,087,425千円



歳出合計
50,087,425千円



白田中学校屋内運動場

市有財産の状況

(平成24年9月30日現在)

■土地	23,696,420.84㎡
宅地	2,081,331.13㎡
山林	18,377,464.09㎡
原野	908,486.65㎡
牧場	354,308.00㎡
その他	1,974,830.97㎡
■建物	517,556.27㎡
■立木	347,789.00㎡



泉小学校屋内運動場

市債および一時借入金の現在高

(平成24年9月30日現在)

■市債元金	40,071,891千円（一般会計分） （市民1人当り市債元金残高 約399,000円）	■一時借入金	なし
※有利な市債を借り入れることにより、上記残高の償還額に対し、約70%が交付税措置されています。		※人口（100,406人）は、外国人登録を含む （平成24年9月30日現在）	

平成24年度 上半期特別会計予算の状況

(単位：千円)

特 別 会 計 名		当初予算額	補正額	現 計 (9/30現在)
国民健康保険会計	事業勘定	8,853,649	103,234	8,956,883
	へき地内山診療所勘定	1,116	0	1,116
	浅科診療所勘定	57,814	0	57,814
介護保険会計		8,427,566	0	8,427,566
障害者支援施設臼田学園会計		273,847	1,201	275,048
特別養護老人ホーム会計		1,049,142	0	1,049,142
後期高齢者医療会計		896,614	11,975	908,589
住宅新築資金等貸付事業会計		19,177	2,477	21,654
介護老人保健施設会計		253,437	0	253,437
奨学資金会計		18,372	0	18,372
茂田井財産区会計		1,389	0	1,389
国保浅間総合病院事業会計	収益的収入	6,650,496	0	6,650,496
	収益的支出	6,814,088	0	6,814,088
	資本的収入	615,880	0	615,880
	資本的支出	694,027	0	694,027
下水道事業会計	収益的収入	2,899,778	0	2,899,778
	収益的支出	2,899,506	0	2,899,506
	資本的収入	834,383	0	834,383
	資本的支出	1,971,506	0	1,971,506
合 計		32,231,250	118,887	32,350,137

※予算額の合計額は、公営企業会計における収入額を除く。

平成25年度予算編成方針

市では、次の方針に基づいて、平成25年度の当初予算を編成していきます。

基本的な考え方（要旨）

予算編成に当たっては、第一次佐久市総合計画を指針とし、佐久市の将来の発展を見据えた施策展開を推進する。また、こ

れまでに実施した事業仕分けの考え方や、外部評価の結果を有効活用し、現状の諸課題に的確に対処できるよう、事業の検証

と見直しに取り組むとともに、財政の健全性に留意した堅実な予算編成を進める。

発想の転換と市民満足度の向上

職員の意識改革および発想の転換により、常に事業の見直しを念頭に置き、真に市民が必要としている行政サービスであるのか見極めるとともに、基本理念である「人の絆・まちの絆で築く文化発祥の大地」を目指し、市民一人ひとりが豊かさを実感できる施策の積極的な展開を進め、市民満足度の向上を図る。予算の効率的な活用

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

事業の選択と集中

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

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

平成23年度決算審査の講評を十分認識し、費用対効果の分析検証など予算に影響があるものは、確実に事業の見直しを行う。財源確保への努力

新たな財源の確保に向けた施策を講じるとともに、収納率の向上に努める。

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

現場主義の徹底

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

予算編成の基本的事項

予算編成の基本理念

「ひとの絆・まちの絆で築く文化発祥の大地」を目指す

「基本理念」の具現化のため、限られた財源・人材等の資源を有効に活用し、特色ある施策を展開するため、「Ⅰ.6項目の基本構想の柱」を横断し、戦略的に取り組む施策を「Ⅱ.5本の重点施策」に位置づけ、財政健全化に配慮し予算編成を進める。

Ⅰ 6項目の基本構想の柱

たくましく心豊かな人材の育成と地域文化の保存・継承と発祥

ネットワークで築く地域の個性・特色を生かした多機能都市づくり

100万経済圏を目指した産業基盤の強化と新たな産業の創出

みんなが生涯現役で住みよい健康長寿のまちの形成

水と緑きらめく自然と共に生きる快適環境の創出

市民生活の安全確保と市民満足度の向上

Ⅱ 5本の重点施策

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

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

市県民税の特別徴収にご協力ください!!

地方税法では、原則として、所得税を源泉徴収している事業者（給与支払者）は、従業員の個人住民税を特別徴収しなければならないとされています。（地方税法第321条の4 および市の条例による。）

特別徴収は従業員の方にとって便利な制度です!!

- ・従業員の方が納付書で年4回で納めていた市県民税を、年12回で納められるため、1回あたりの負担が少なくて済みます。
- ・事業所が毎月の給与から天引きして納税するため、納め忘れがないうえ、金融機関などに出向く手間が省けます。

特別徴収による納入方法

STEP 1

毎年5月に市から事業所（特別徴収義務者）あてに送付される「特別徴収決定通知書」に基づき、記載された税額を毎月の給与から天引きします。

※ 所得税のような税額計算や年末調整は不要です。

STEP 2 イメージ図の⑤

☆通常の場合（従業員が常時10人以上の事業所）

天引きした各従業員の合計税額を、翌月10日までに所得税の源泉徴収と併せて市の指定金融機関において納入書により、納入していただきます。

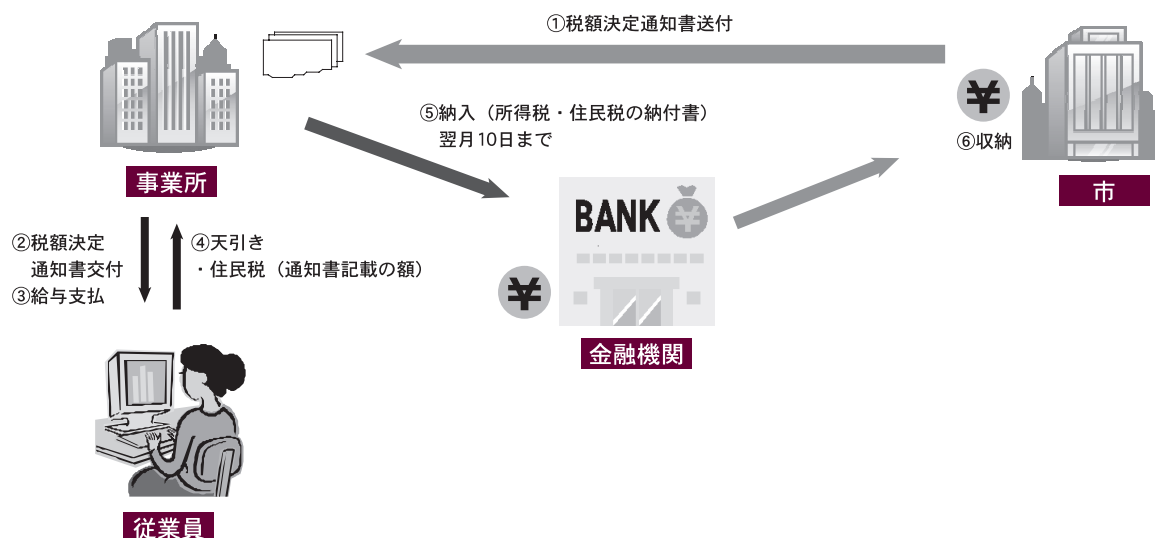
☆従業員が常時10人未満の事業所（小規模事業者）の場合

通常従業員の給与からの天引きは毎月行いますが、市に申請していただくことにより、年12回の納期を年2回納入する特例制度がありますので、金融機関へ出向いて振り込む負担を軽減することができます。

6月～11月までの分・・・12月10日まで

12月～翌年5月までの分・・・翌年6月10日まで

特別徴収のイメージ



市税の徴収体制強化に取り組んでいます

納期限内納付をお願いします

―納期限までに納めることができないときは収税課へ相談を―

市税は、教育の振興、社会福祉の充実、都市基盤の整備など市が進める事業の大切な財源であり、その財源確保が重要となります。本来、納税は国民の義務であり、自主的に納めなければなりません。

しかし、再三の催告にもかかわらず、残念ながら滞納がある現状は、税負担の公平性の観点からみて、このまま放置することはできません。

市では、納税の公平性の確保と収納率の向上を目指し、専任徴収員を採用し、各戸訪問等の実施を強化するとともに、長野県と県下全市町村において設立した、地方税の滞納整理専門組織「長野県地方税滞納整理機構」への滞納案件の移管を検討し、滞納者が所有する財産を徹底して調査を行い、差押えなどの滞納処分を強化しています。

◎滞納処分について

税金を定められた納期限までに納付しないで、さらに督促を受けても納付しなかった場合を

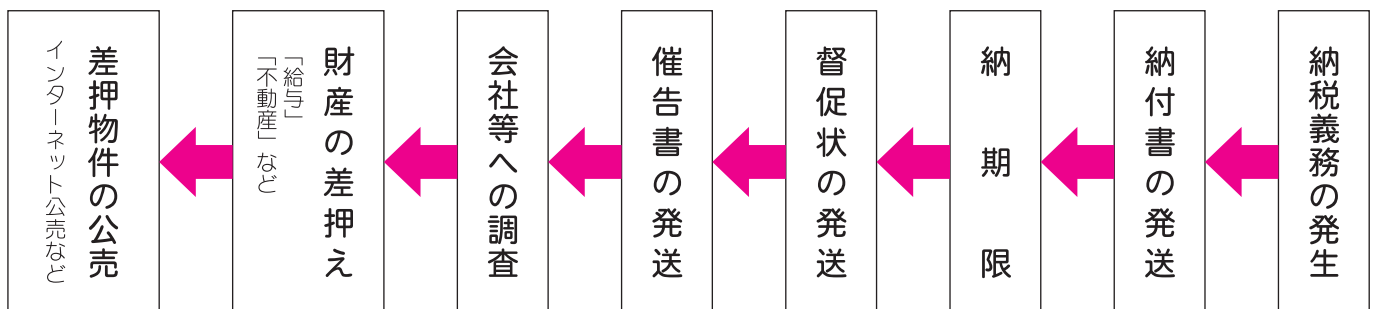
滞納といいます。

税金が滞納になると、自宅への訪問や催告書を送付するなど、できるだけ早い時期に納付いただくよう、納税相談を行っておりますが、納付できる資金があるにもかかわらず滞納状態が続いた場合は、お勤めの会社や金融機関等へ調査を行い、その人の財産（給与、預金、売掛金、生命保険、年金、不動産、電話加入権など）について差押えを行うこととなります。

それでも納付いただけない場合は、差押えた財産の公売（換価）を行い、滞納となっている税金に充てることとなります。こうした差押え、公売などの一連の手続きを滞納処分といいます。

滞納処分は、自主的に納付いただけない場合に、税金の確保を図るため法律に基づき行わなければならないこととされているものですが、このようなことがないよう納期限内納付にご協力ください。

納期限内に納付がなかった場合、次の流れにより処分されます。



税の納め忘れはありませんか？

12月は市税年末一斉滞納整理月間です

納入のお願いに市職員が訪問します。（訪問する職員は「身分証明書」を携帯しています。）納税にご協力をお願いします。

納税に関する相談について
市税の納入についての相談は、いつでもお受けしておりますので、お気軽にご相談ください。

口座振替について
市税の納入は、安全・便利そして確実な口座振替をお勧めします。納期限を忘れていても、自動的に口座から引き落としができます。忙しい時や月末混雑する金融機関での納付の手間が省けます。

毎月二十日までに市へ到着した依頼分について、月末からの口座振替が可能になります。
お早めにお申し込みを！

【こんな時は新たに口座振替のお申し込みが必要です】

- ・死亡や転出等により、登録口座を解約したとき。
- ・口座の名義人を変更したとき。
- ・固定資産税で相続等の理由により納税義務者が変更になったとき。
- ・国民健康保険税で世帯主（納税義務者）が変更になったとき。

【利用できる金融機関】

八十二銀行、長野銀行、上田信用金庫、長野県信用組合、長野県労働金庫、佐久浅間農業協同組合、ゆうちょ銀行（郵便局）

【申し込み先】

右記の金融機関のほか市役所収税課、各支所および各出張所

【持ち物】

通帳、通帳届出印、納税通知書

■お問い合わせ 収税課 ☎62・3043（直通）

建設工事および建設コンサルタント等の 業務の入札参加資格審査申請について

(平成25・26年度分受付)

市が発注する平成25・26年度の建設工事および建設コンサルタント等の業務の入札に参加を希望される方は、2年に1度市が付与する入札参加資格を得る必要がありますので、以下により申請してください。

なお、期間中に申請のない場合は、平成25・26年度の入札参加資格が認められませんので、お忘れのないようにご注意ください。

1 受付期間・時間

平成25年2月1日(金)～平成25年2月28日(木)
午前8時30分～正午、午後1時～午後5時15分

(土・日曜日、祝日を除く)
郵送による受け付けは「書留郵便」とし、受付期間内の消印のあるものに限りです。

2 受付場所

市役所7階 701会議室

3 入札参加資格の種類

1 建設工事

建設業法(昭和24年法律第100号)の定める28業種

2 建設コンサルタント等の業務

測量、建築コンサルタント、建設コンサルタント、地質調査、補償コンサルタントの5種類

4 申請方法

申請要領および申請書等は、市のホームページからダウンロードしてください。

■お問い合わせ

契約課 ☎62-3084 (直通)

平成24年中に

家屋を取り壊された 皆さんへ

固定資産税は、毎年1月1日を賦課期日として、その所有者に課税されます。

平成24年中に家屋を取り壊された皆さんで、(一部取り壊しを含む)家屋滅失届をまだ提出されていない方は、至急、税務課資産税係まで提出してください。(新增築家屋の調査に伺った職員が確認している場合は提出不要です)

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

また、市のホームページや携帯電話(左記QRコード)からも電子申請ができますのでご利用ください。

(ホームページからの場合)「お役立ちガイド」↓「ながの電子申請」から申請できます
家屋滅失届を提出していただかないと、取り壊した家屋が台帳に登録されたままとなり、引き続き固定資産税が課税されますので、必ず届出をしてください。

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



■お問い合わせ

税務課 資産税係

☎62-3040 (直通)

または各支所 総務課

平成25年度

償却資産の 申告について

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

償却資産をお持ちの方は、地方税法第383条の規定により、毎年1月1日現在の償却資産の状況を資産が所在する市町村に申告していた、ということになります。

申告書類は12月上旬に郵送いたしますので、申告期限までに提出してください。資産の増減がない場合においても毎年申告書の提出が必要です。また、インターネットによる電子申告システム(エルタックス)での申告も受け付けています。詳しくは、eLTAXホームページ(<http://www.eltax.jp/>)をご覧ください。

なお、平成24年中に新しく事業を始めた方で、申告書類が届かない方は、税務課資産税係までご連絡ください。

申告期限

平成25年1月31日(木) (期限厳守)

■お問い合わせ

税務課 資産税係

☎62-3040 (直通)

または各支所 総務課

1月16日～2月15日受付

物品購入（役務・業務委託を含む）の入札等（見積）

参加願の提出について（平成25・26年度分受付）

市が発注する平成25・26年度の物品等購入（役務・委託業務等を含む）の入札（見積）に参加を希望される方は、2年に1度、市が付与する入札（見積）参加資格を得る必要がありますので、次により「物品購入等入札（見積）参加願」を提出してください。

なお、期間中に参加願の提出がない場合は、平成25・26年度の入札（見積）参加資格が認められませんので、お忘れないようにご注意ください。

申請時期が変わりました

※参加願の申請期間が、平成25年1月16日から平成25年2月15日までの1か月間となります。（前回の定期申請より申請開始および申請終了時期が半月早まっております。）

入札参加資格の有効期間も変更になります

※今回の登録では、入札参加資格の有効期間は、認定予定日の平成25年3月1日から次期の定期審査までの2か年となり、平成25・26年度分が対象となります。

3 提出方法

申請要領および参加願等は、市のホームページからダウンロードしてください。（契約課窓口でも無料配布しています）

4 提出書類

◆共通書類（必ず提出する書類）

①物品購入等入札（見積）参加願

※メールアドレスも記入してください。

②誓約書

③経歴および営業概要書

④市税の納税証明書〔未納がないこと〕

（市に納税義務がある場合のみ）

消費税および地方消費税の納税証明書

〔未納がないことの証明〕

⑤各種料金の納付状況報告書

（佐久市に納付義務がある場合のみ）

⑥商業登記簿謄本（個人の場合は身分証明書

⑦申請の直前1年間の各事業年度の財務諸表

◆個別書類（該当する場合に提出する書類）

⑧代理店・特約店証明書

（特定メーカーにより指定されている場合、

メーカーの証明書

⑨委任状

（支店、営業所等に代理委任する場合）

※メールアドレスも記入してください。

⑩営業許可・認可等の証明書の写し

（法令に基づいて得た許可・認可等の証明書）

⑪業務実績書

（役務・業務委託について申請される方のみ
直前2年間の主な実績）

⑫印刷業者業務・実績調書

（印刷業務について申請される方のみ）

⑬清掃・害虫駆除・廃棄物処理・保守点検業者
等業務調書

（清掃・害虫駆除・廃棄物処理・保守点検業
務について申請される方のみ）

⑭事業所の写真

（平成23・24年度または平成24年度「物品購入等入札（見積）参加登録者名簿」に未登録の方のみ）

※前回と継続して右記登録者名簿に登録されていない事業所は提出が必要となります。

【写真の提出方法】

1 か月以内に撮影したもの

A. 看板を含む外観の写真

I. 常時営業を行っている店舗または、事務所内部の写真（各1枚、計2枚）

をA4判の台紙へ貼り付けて提出してください。

5 提出部数

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

2 受付場所

市役所7階 701会議室

1 受付期間・時間

平成25年1月16日（水）～2月15日（金）
午前8時30分～午後5時15分
（土・日曜日、祝日を除く）

郵送による受け付けは「書留郵便」とし、提出期間内の消印のあるものに限ります。

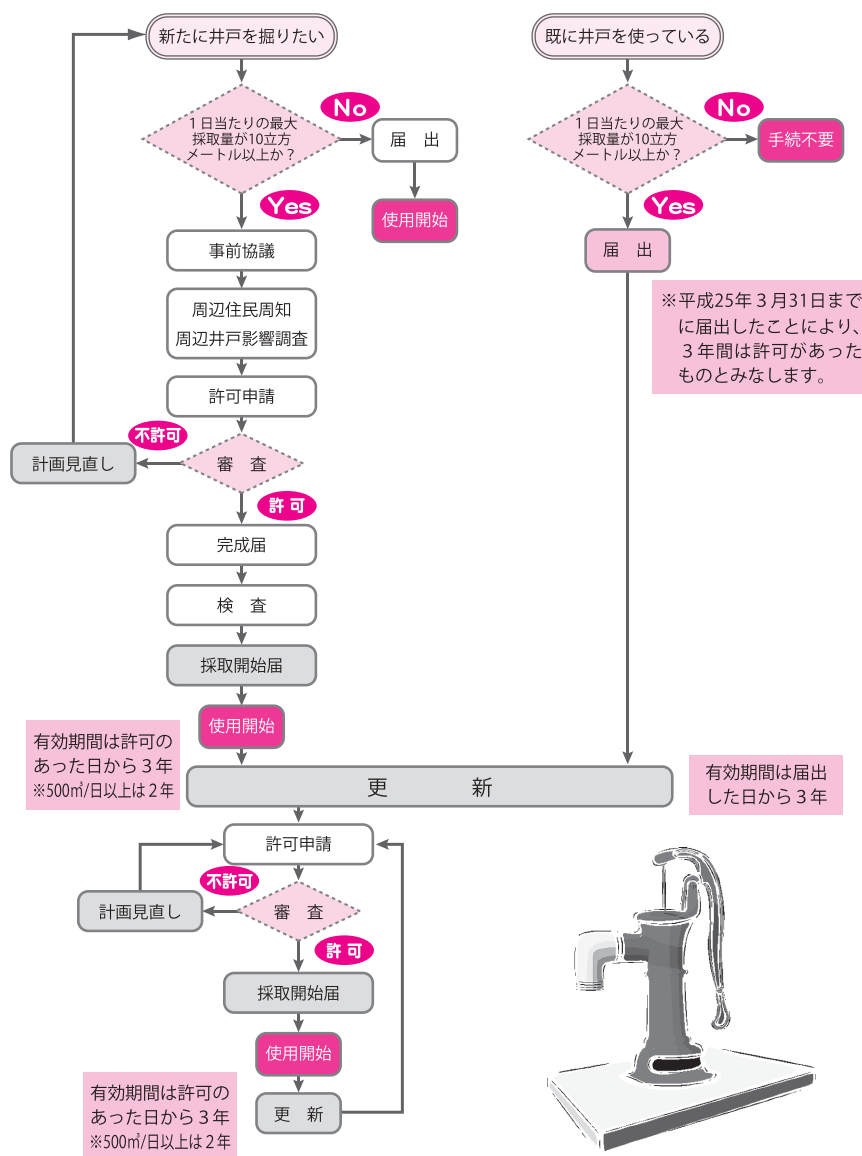
■お問い合わせ

契約課 ☎62・3084（直通）

佐久市地下水保全条例が施行されます

平成25年1月1日より「佐久市地下水保全条例」が施行されます。
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。

佐久市地下水保全条例フローチャート



条例が施行されると

○新たな井戸の設置をされる方
・1日の採水量が10立方メートル以上の井戸の設置は、市の許可が必要になり、事前協議や申請をしていただくことになります。

・1日の採水量が10立方メートル未満の井戸の設置は届出が必要になります。

○既に井戸を使われている方

・1日の採水量が10立方メートル以上の方は、平成25年3月31日までに届出が必要になります。

・1日の採水量が10立方メートル未満の方は届出の必要はありません。

○規制や制限について

・許可条件に違反したり不正な手段で許可を受けたときは、

貴重な水資源を守るために重要な条例であることをご理解いただき、市民、事業者の皆さんのご協力をお願いします。

■お問い合わせ

公園緑地課 ☎62-3424 (直通)

許可を取り消すことがあります。
・周辺の井戸の水位低下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や、条例・規則違反となる行為への停止命令に従わない場合に対する罰則規定が設けられました。

井戸設置調査について

9月から10月にかけて行いました調査において、調査書の提出をいただいた皆さんには、ご協力をいただきありがとうございます。今後も地下水保全のためご協力をお願いします。
また、井戸をご使用中で調査書にお答えいただいていない方は、左記へご連絡をいただきますようお願いいたします。

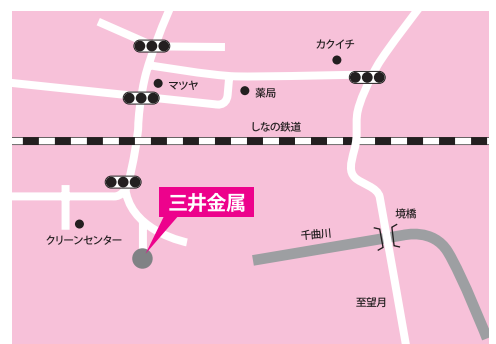
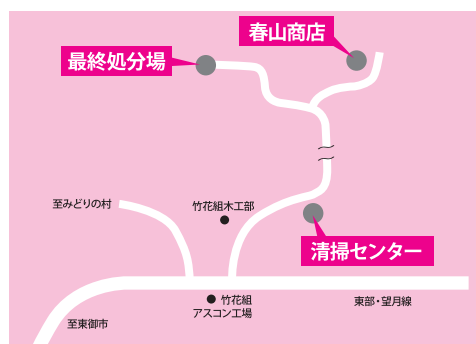
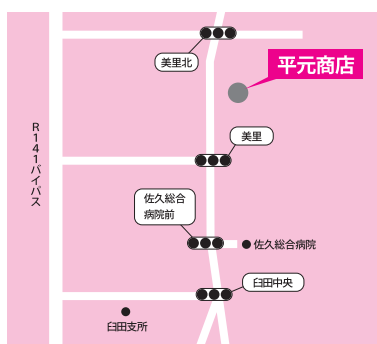
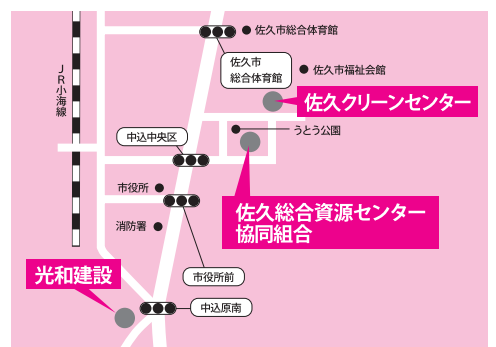
年末年始のごみの出し方

○…通常営業 休…休業 ▲…時間短縮もしくは一部営業

業 務	日 付	28日 (金)	29日 (土)	30日 (日)	31日 (月)	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)	6日 (日)	備考
【民間】家電製品等 イー・ステージ(株) (小田井) (有料) ☎68-2881		○	休	→					○	○	休	
【民間】家電製品等 (株)光和建设 (中込) (有料) ☎62-1494		○	休	→					○	○	休	
【民間】家電製品等 (株)平元商店 (臼田) (有料) ☎82-2262		○	○	休	→				○	○	休	
【民間】古紙・金属 佐久総合資源センター協同組合 (中央区) (有料) ☎62-5217		○	休	→					○	○	休	
【市営】指定袋に入らない埋立ごみ うな沢第2最終処分場 (横根) (無料) ☎67-1555		○	休	→					○	休	→	
【公営】事業系可燃ごみ 佐久クリーンセンター (中央区) (佐久・臼田地区のみ) (無料) ☎62-7337		○	休	→					○	休	→	
【市営】コンクリートがら・ブロック・瓦・石等 うとう南沢処理場 (中央区) (無料) ☎62-2111		○	休	→					○	休	→	
【公営】事業系可燃ごみ 川西保健衛生施設組合 (古宮) 清掃センター (浅科・望月地区のみ) (無料) ☎53-5679		○	休	→					○	休	→	
【公営】ふとん・自転車等 川西保健衛生施設組合 (古宮) 最終処分場 (浅科・望月地区のみ) (有料) ☎54-2610		○	休	→					○	休	→	
【民間】古紙・金属 春山商店 (古宮) (有料) ☎53-7667		○	▲	休	→				○	▲	休	29日、5日は8:30~12:00
【民間】金属・粗大ごみ等 (有)三井金属 (東御市田中) (有料) ☎0268-62-0235		○	休	→					○	○	▲	6日は9:00~15:00

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

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



■お問い合わせ 生活環境課

☎623094 (直通)

年末年始の市の業務

○…通常営業 休…休業 ▲…時間短縮もしくは一部営業

業 務		日 付	28日 (金)	29日 (土)	30日 (日)	31日 (月)	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)	6日 (日)	備考
戸籍業務	出生・死亡・婚姻届		○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	○	○	29日～3日は本庁は宿日直、支所は日直で受付（8:30～17:15）
	諸証明の発行		○	休	→					○	○	○	
火葬場の営業日			○	○	○	▲	休	○	休	○	○	○	31日は13:00まで
市税等収納業務			○	▲	▲	休	→			○	○	○	29・30日は8:30～17:15
浅間総合病院			○	休	→					○	○	○	
佐久情報センター			○	休	→					○	○	○	
子ども未来館			○	休	→				○	○	○	○	
児童館			○	休	→					○	○	○	
つどいの広場 サングリモ中込			○	休	→					○	○	○	
つどいの広場 あさしな保育園			○	休	→								
つどいの広場 協和保育園			○	休	→								
駒場公園	屋内プール		休	→								○	
	弓道場・テニスコート		○	休	→					○	○	○	
佐久水道企業団			○	休	→					○	○	○	
佐久市体育施設			休	→						○	○	○	
佐久市福祉会館			○	○	休	→				○	○		
近代美術館			○	休	→					○	○	○	
市立図書館			○	休	→					○	○	○	
旧中込学校			○	休	→					○	○	○	
生涯学習センター（野沢会館）			○	休	→					○	○	○	
コスモホール			○	休	→					○	○	○	
鎌倉彫記念館			○	休	→					○	○	○	
交流文化会館浅科			○	休	→					○	○	○	
五郎兵衛記念館			○	休	→					○	○	○	
天来記念館			○	休	→					○	○	○	
望月歴史民俗資料館			○	休	→					○	○	○	
川村吾蔵記念館			○	休	→					○	○	○	
うすだスタードーム			○	休	→					○	○	○	
臼田文化センター			○	休	→					○	○	○	
五稜郭 であいの館			○	休	→					○	○	○	
ほっとぱーく浅科			○	○	○	▲	▲	▲	○	○	○	○	31日～2日は9:00～15:00
あさしな温泉 穂の香乃湯			○	○	○	▲	▲	▲	○	○	○	○	31日は10:00～18:00、1・2日は10:00～20:00
布施温泉			○	○	○	▲	▲	▲	○	○	○	○	31日は10:00～18:00、1・2日は10:00～20:00
もちづき荘			○	○	○	▲	▲	○	○	○	○	○	宿泊は休まず営業。外来入浴時間は31日は8:00～17:00、1日は正午～20:00
ゆざわ荘			○	○	○	▲	▲	○	○	○	○	○	宿泊は休まず営業。外来入浴時間は31日は8:30～17:00、1日は正午～20:00

年末年始のし尿汲み取りについては、48ページに掲載しています。

明るい選挙に向けて

(シリーズ3)

あいさつ状の禁止・あいさつを

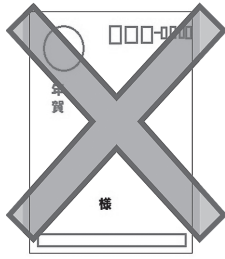
目的とする有料公告の禁止

○年賀状等の

あいさつ状の禁止

公職の候補者等は選挙区内にある者に対し、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状、寒中見舞状などの時候のあいさつ状(電報などを含む。)を出すことは禁止されます。

印刷した時候のあいさつ状に政治家が住所と氏名を自筆したものや、ワープロによる時候のあいさつ状は自筆のものと認められませんし、年賀電報、電子郵便、ファックスにより送る年賀のため



○あいさつを目的とする

有料公告の禁止

公職の候補者等や後援団体が選挙区内にある者に対するあい

平成25年4月14日執行予定

佐久市議会議員一般選挙・

佐久市長選挙について

○投票できる人

日本国民で年齢満20歳以上であり、引き続き3か月以上佐久市に住所のある人に限られます。詳しくは次のとおりです。

佐久市の選挙人名簿に登録されていて、投票日(4月14日)に佐久市に住所がある平成5年4月15日までに生まれた人で、佐久市の住民票に記載されている人。(平成25年1月6日までに入居届が済んでいる人を含みます。)

○投票について

投票は、選挙権を実際に行行使する大事な機会です。投票に際しては、他人の干渉に左右されることなく、自分自身で判断し投票しなければなりません。

投票は、自ら定められた投票所へ投票時間内に行き、必要の手順を経て投票します。投票は一人一票であり、その内容は他人に絶対わからないように秘密が保持されています。

なお、投票日当日、投票所へ

行けない人は次のような投票がありますので、ご利用ください。

■期日前投票

投票日当日、仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭等の用事のある方、または病気やケガ、妊娠などの理由で歩行困難な方など一定の事由に該当すると見込まれる方は、期日前投票ができます。

お住まいの地域はもちろん、勤務先、お出かけ先に近い市役所・各支所のどこでも期日前投票ができます。

・期日前投票所

市役所本庁舎・白田支所・浅科支所・望月支所

・投票期間

選挙期日の公示日または告示日の翌日から投票日の前日まで

(佐久市議会議員一般選挙並びに佐久市長選挙の場合：4月8日(月)～4月13日(土)までとなります。)

・投票時間

午前8時30分から午後8時まで

■不在者投票

病気などのために、病院や施設に入院等をしていて、投票日や期日前投票に行けない方で、入院等している病院や施設が、不在者投票ができる病院・施設等に指定されている場合は、その施設内で投票することが出来ます。投票したい旨を早めに施設の係員にお申し出ください。また、佐久市の選挙人名簿に登録されていて、投票日当日佐久市以外の市区町村に滞在する場合には、その市区町村選挙管理委員会で投票できます。この場合あらかじめ投票用紙を請求する必要があります。選挙管理委員会へお問い合わせください。

■郵便等による不在者投票

身体に重度の障害がある人で、佐久市選挙管理委員会が交付した「郵便等投票証明書」をお持ちの人は、郵便等で選挙管理委員会へ投票用紙の請求をし、自宅で投票することができない不在者投票があります。

【重度の障害とは】

①身体障害者手帳を交付されている者

- ②両下肢・体幹・移動機能の障がい程度が1級若しくは2級の方
- ③心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障がい程度が1級若しくは3級の方
- ④免疫、肝臓の障害の程度が1級から3級までの方
- ⑤介護保険の被保険者証に要介護状態区分が要介護5である者として記載されている方
- 郵便による不在者投票を行うにはあらかじめ「郵便等投票証明書」の申請が必要になります。手続に関してや、すでにお持ちの証明書の有効期限が切れている場合は、早めに選挙管理委員会へお問い合わせください。
- 【郵便等による不在者投票における代理記載制度】**
- 郵便等による不在者投票の対象者で、更に身体障害者手帳をお持ちの上肢または視覚の障がい程度が1級の方および戦傷病者手帳をお持ちの上肢または視覚の障がい程度が特別項症から第2項症までの方で、自ら投票の記載をすることができない方は、あらかじめ選挙管理委員会へ届出をした者（選挙権を有する者）に投票に関する記載

をさせることができます。

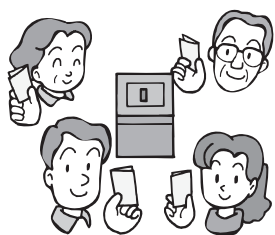
あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付申請に加えて、「代理記載人」となるべき者の届出をすることになりますので、選挙管理委員会で手続きをしてください。

■代理投票制度

「わたしは字が書けないから投票しない」などと考えて棄権しないでください。身体に障がいがある場合（けがをしたとか、手が震えるなどの記載不能な場合も含めます）や、文字を知らないために候補者の氏名等を自分で書くことができないなど、いろいろな理由で字が書けない方のために、代理投票の制度があります。代筆する人もこれに立ち会う人も投票の秘密を厳守しますので、安心して投票することができます。

■点字投票

申し出により点字投票もできますのでご利用ください。



平成24年度 明るい選挙啓発ポスター コンクール入選作品

小学校の部 2等



泉小学校 6年
小林 真子さん

中学校の部 2等



佐久長聖中学校 1年
山口 真裕美さん

■お問い合わせ 佐久市選挙管理委員会 ☎62-3502（直通）

空き家の適正な管理をお願いします

近年、全国的に空き家による問題が顕著になっています。管理されていない空き家は老朽化が進むことで、建物が傾き倒壊する恐れがあり、また、屋根材が腐朽し瓦等が道路上に落下するなど、危険な状態になることが予想されます。また、環境衛生上や防犯上からも管理放棄された空き家の存在は好ましいものではありません。

建築基準法により、建築物の所有者等は、その建築物の敷地、構造等を常時適法な状態に維持するように努めなければならないと定められています。また、民法の規定では、管理放棄された空き家が倒壊し、他人に損害を与えた場合、最終的には建物の所有者がその責任を負うことになります。

建築物は個人の財産であり、例えば空き家であっても、その管理責任は所有者にあります。地域の安全のため、空き家の適正な管理をお願いします。

■お問い合わせ 建築住宅課 ☎62-6637（直通）



佐久市市民活動サポートセンターだより No.3

センターへの相談から市民の皆さん同士の協力や、活動の広がりが生まれ始めています。今回はそんな「つながり」や「広がり」の事例を紹介します。こんなことで…と思わず、皆さんもサポートセンターをぜひご活用ください！

～市民の皆さんの善意がつながった！～

ライフサポート湯 [登録団体]

近隣佳民どおしの生活支援ボランティア団体



おかげさまで
プルーン完売の依頼者
の方によるこんでいただき
ました。

センターへ相談
亡くなられた近隣の方に代わり、プルーン畑の管理を引き受けたが、収穫時期を迎え、プルーンの販路に困っている。

③協力

③協力

「ジャム工房 ル・コタージュ」
[登録団体]
ジャムの原料に活用

いきいき中央センター「はらっぱ」
[登録団体]
生産者販売の場を提供

「こまがた直売所」
[登録団体]
直売所にてプルーンを委託販売

佐久市振興公社
道の駅等、プルーン販路を提供

①相談

②つなぐ

②つなぐ

市民活動
サポートセンター

～「役に立ちたい！活動の輪」が広がった！～



「佐久のわ(輪・和)を編む会」 [登録団体]

広報10月号で紹介した「編み物で被災地支援」の活動団体



③広がり

③広がり

洋裁仲間の皆さん

佐久のわ(輪・和)を編む会
メンバーの一部の皆さん

洋裁で何かの役に立ちたい！

長年活動してきましたが、今後は「わを編む会」のように、洋裁で誰かの役に立てる活動をしていきたい。

「ねこぼんてん」で被災地支援したい！
得意な洋裁で被災地への支援活動をしたい。
合わせて文化の交流もできれば…。

※「ねこぼんてん」は、信州・南木曽町に昔から伝わる、冷える背中だけを暖める作業しやすい袖なし防寒着です。



①相談

②サポート

④相談

④相談

⑤サポート

⑤サポート

市民活動
サポートセンター

■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)

市民提案によるまちづくり活動を支援します

平成 25 年度
事業のお知らせ

平成 25 年度佐久市まちづくり活動支援金事業

＜佐久っと支援金＞

＜駒の里過疎対策プロジェクト支援金＞

市では、協働のまちづくりを進めるため、市民提案による地域課題の解決に向けた活動に対する支援金交付事業を行っています。

平成24年度は、＜佐久っと支援金＞＜駒の里過疎対策プロジェクト支援金＞それぞれ3団体の計6団体の皆さんが支援金を活用し、活発な活動を行っていただいております。

平成25年度につきましても本事業の実施を予定しておりますので、活動を計画している団体の皆さん、ぜひこの制度をご活用ください。

【今後のスケジュール】（詳細は1月号でお知らせします）

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

【制度の概要】

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

■お問い合わせ

＜佐久っと支援金＞ 広報広聴課 ☎62-3075（直通）

＜駒の里過疎対策プロジェクト支援金＞ 望月支所 総務課 ☎53-3111（代表）

ノロウイルス食中毒に注意しましょう！！

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

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

予防のポイント

石けんで手をよく洗いましょう！

外出先から帰った後

トイレの後

調理の前

食事の前

ウイルスは石けんによる手洗いで落とせます。

加熱調理する料理は、十分に火を通しましょう！

ノロウイルスは、85℃以上で1分以上加熱することで感染力を失います。

感染したヒトの嘔吐物や排泄物には、直接触れないようにしましょう。

嘔吐物などを処理するときは、使い捨ての手袋・マスクなどを着用しましょう。

消毒には、塩素系漂白剤を薄めて使用しましょう。

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



しっかり加熱！！



■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3527（直通）

ウォーキングリレーでは、ウォーキングを行っている方にお話を聞き、掲載しています。
市では**ウォーキングする方を応援**しています！



ウォーキングリレー♪

佐久市中込 青木 孝之さん・こずえさん夫妻



【いつからウォーキングを始めましたか？】

★ウォーキングと言える歩き方を始めたのは、ウォーキングステーションに参加してからです。通勤往復約1時間とか、空港内の巡視などずいぶん歩きましたが、歩数は多くてもこれは目的地に行くための歩行であり、健康維持等々を目的とするウォーキングとは違うと思っています。

【ウォーキングを始めたきっかけは？】

★定年退職に伴い佐久に転居しましたが、事務所開設の準備に忙しく、近隣を散策する程度で、また、続けていた合気道の稽古をしていませんでした。事務所のめどがたち、夫婦で何かやってみたいと思っていた頃に広報でウォーキングステーションを見つけました。健康のための歩き方を学ぶことができると思い、参加してもらいました。1回目参加の後、早速スポーツ店でノルディック用のポールを購入、その際にスポーツ店の社長さん直々の指導を受けました。

【1日どのくらい歩いていますか？】

★ごみ出しの日、ほぼ週4日は必ず歩くことにしています。大体5,000歩前後、日によって歩くコースを変えています。ウォーキングですから、しっかり手を振って背筋を伸ばして歩いています。

【ウォーキングの効果は出てきましたか？】

★佐久に来てから徐々に太りだしていましたが、今は体重に変化はありません、体重を測ること、特に体脂肪の率を見ることが楽しみです。近いうちに、常時20%を切りたいと思っています。

【おすすめのウォーキングコースはありますか？】

★さくらさく小径は、千曲川の水の流れる音、小鳥たちのさえずり、周りの緑等自然豊かに残し、かつ、整備されています。足が悪かった愛犬チワワのマックと夫婦で、草の部分を歩いていました。

【これからウォーキングを始める方々に一言。】

★私も加齢とともに体力も気力も下降しはじめ、また、病気も待ち構えているかもしれませんが、ウォーキング等で、これを何とか遅くしたいと考えています。これだけやらなければならないとかではなく、自分なりの運動量を考えること、最も大事なことは継続です。



*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

☆佐久市総合体育館

冬でも元気にウォーキング！プラス筋力UPコース

佐久市中込 大体育館2階ギャラリー＆トレーニング室（利用料100円）

体育課：電話62-2020

2階ギャラリー1周 約200m

寒さに負けずに、ウォーキングや筋力トレーニングをしてみませんか？でも外は寒いし雪が心配…そんな方におススメの場所が、佐久市総合体育館です。トレーニング室を利用する方に、ギャラリーを開放しています。体育課では、様々な教室も行っています！数ある自主グループの中には、一緒に活動する方を募集しているところもあります。運動量の減る冬におススメの場所です。

冬の運動は、寒さで体が硬くなり怪我をしやすくなります。体を温め、また疲れを次の日に残さないためにも、入念にストレッチを行ってください。

※ 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。



■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

あなたのからだ元気ですか？

ウォーキングステーションが終了しました



今年度予定しておりましたウォーキングステーションが11月27日で終了しました。多くの方に駒場公園にお集まりいただき開催することができました。

開催にあたってはスポーツ推進委員、保健指導員、食生活改善推進員等といった健康づくり・運動に関する各団体の皆様のご協力をいただき、運動の輪を広げることができました。

今後もウォーキングを中心にして、運動が定着できる市民の健康づくりをすすめていきたいと思います。

広報では、冬場の運動についてこれからも紹介をしていきますので、要望などお気軽にご相談ください！

《参加された方の声》 9/25アンケートより一部抜粋

- ・汗をかき、とても良いウォーキングが出来ました。
- ・なかなか運動する機会がないので、思い切って参加しました。
- ・基本の事を教えてもらえてよかった。
- ・仲間と一緒にやることにより、楽しみながら出来てよかったです。

来年も、市民の皆様のお声をいただきながら「ウォーキングステーション」開催予定です。多くの皆様のご参加お待ちしております!!



～貯筋で元気～ 筋トレで冬の健康づくり パート1



佐久の冬は長く厳しいため、屋外でのウォーキングは難しくなります。

そこで屋内で簡単に出来る筋トレで下肢筋力の向上を図りましょう。2つの筋力トレーニングを紹介します。

※無理をせず自分の体力に合わせてトレーニングを実施しましょう！

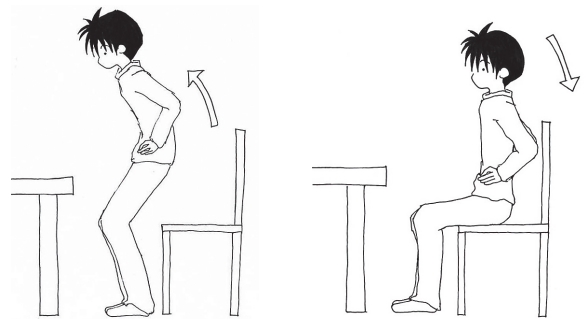


①開眼片足立ち



椅子など安定したものに片手、もしくは両手でつかまり、片方の足を出来るだけ高く上げる。30秒～1分間このままの姿勢を保つ。

②椅子からの立ち上がり



椅子に座った状態から、ゆっくりと立ち上がり、またゆっくりと座る。不安定なときは、机などすぐにつかまれるもののそばで行うようにする。

◆お知らせ◆ 体力に 自信があっても 年に一度は 健診を



「第7回マニフェスト大賞 ～審査委員会特別賞～」受賞

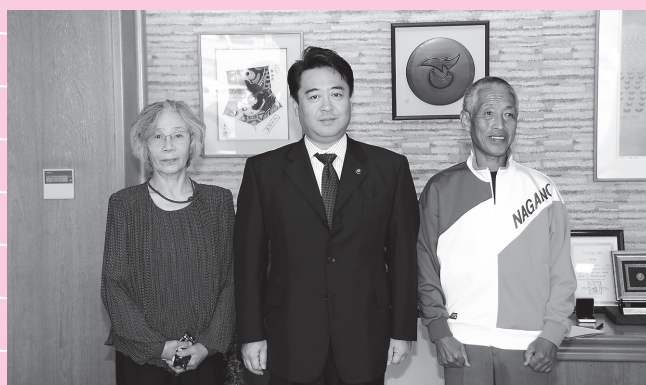
11月2日、東日本大震災により被災された友好都市である「岩手県大船渡市」への佐久市の支援が「マニフェスト大賞～審査委員会特別賞～」を受賞しました。

この賞は、佐久市と大船渡市を含む銀河連邦の6市町による復興支援の取組みが評価されたもので、当日は東京六本木アカデミーヒルズにおいて、選者である箭内道彦さんから銀河連邦にトロフィーと賞状をいただきました。



「第50回技能五輪全国大会」 金賞・銀賞獲得を報告

「第50回技能五輪全国大会」(10月26日～29日開催)に長野県代表として左官競技職種に出場した中澤大貴氏(金賞)(中澤左官:上平尾)と、フラワー装飾競技職種に出場した佐々木士将氏(金賞)と水野結月氏(銀賞)(株エス・ケイ花企画佐久店:横根)が、11月8日に市役所を訪れ、柳田市長に金賞・銀賞の獲得を報告しました。



第12回全国障害者スポーツ大会出場

10月13日～15日に岐阜県で開催される「第12回全国障害者スポーツ大会」に出場する保科清選手(陸上競技:1500m、800m)上原美津江選手(水泳競技:25m自由形、25m平泳ぎ)が10月9日、柳田市長を表敬訪問し、大会での健闘を誓いました。



「大船渡復興支援・防災講演会」開催

去る10月26日、大船渡市の戸田公明市長、岩村田本町商店街振興組合理事長の阿部真一氏、防災アドバイザーの山村武彦氏をお招きし、大船渡市復興支援・防災講習会を開催いたしました。

戸田市長からは「大船渡市の復興計画の現状と課題」についての講演をいただきました。



「佐久市緑の街づくりコンクール」の 表彰式を行いました

地域の緑化に取り組んでいる皆さんの活動を紹介するため、今年度、第1回目の「佐久市緑の街づくりコンクール」を実施いたしました。受賞された皆さんからは、日頃の活動の様子や今後の抱負などをお話いただきました。



スフバートル区子ども交流研修を実施

10月29日から11月5日までの8日間、友好都市であるモンゴル国ウランバートル市スフバートル区の研修生10名が佐久市を訪れました。滞在期間中、市内の施設等を見学したり、ホームステイや中学校体験入学、子ども交流会などを通して、佐久市の子どもたちと交流しました。



浅間スポーツ少年団

松井秀喜旗大会長野県勢初の第3位入賞

10月20・21日、石川県において北信越各県代表14チームにより争われた「松井秀喜旗争奪第8回学童軟式野球大会」に長野県代表として出場した浅間スポーツ少年団は、準決勝で石川県代表に4対5で惜敗したものの、長野県勢初の第3位入賞を果たしました。



中村千行浅間総合病院医師

厚生労働大臣表彰受章

佐久市立国保浅間総合病院元技術部長・整形外科医長中村千行氏が、国民健康保険事業の発展に貢献された功績により厚生労働大臣表彰を受章され、11月8日柳田市長から表彰状と記念品が伝達されました。

私たちの被災地支援

被災地支援コーナー

被災地支援コーナーへの記事を募集しています。

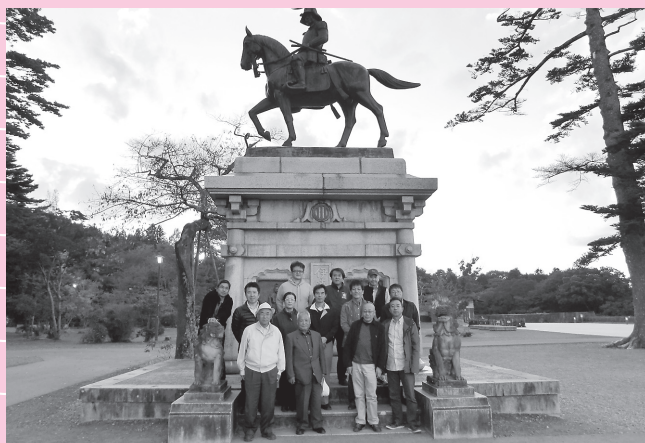
佐久歯科技工士会

10月27日～28日に佐久歯科技工士会では、「がんばろう東北！復興支援」の名のもとに、宮城県・福島県に行ってきました。

仙台市内で一番被害が大きかった場所、若林地区を視察し、東日本大震災慰霊之塔に合掌して参りました。

義援金を贈るだけでなく、現地に行ってお金を落としてくるのも支援の一つだと思います。

何よりも重要なことは、被災地のことをいつまでも忘れてはならないことだと感じました。



大きく養生訓

34

不妊症

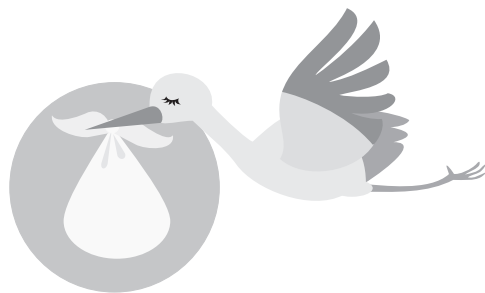


浅間総合病院
産婦人科医長
太田 均

積極的に避妊してないにもかかわらず、2年以上赤ちゃんができない状態を不妊症といえます。現在の日本では、晩婚化を背景に10組に1組の夫婦が不妊症といわれています。

女性は一一般的に30才を超える
と妊娠率が低下し、さらに35才
を超えると一段と妊娠率が低下
します。その理由は、年齢と共に、
子宮筋腫や子宮内膜症などの
妊娠の妨げとなる疾患に罹患
しやすくなり、また加齢による
卵子の質の低下で、赤ちゃんに
なれる良質な受精卵がでにく
くなるからです。

不妊症の原因は、女性側に原
因があると考えられがちですが、



不妊症の検査

男性側にも原因があることが少
なくありません。精子の数が少
なかったり（乏精子症）、運動
率が悪かったり（精子無力症）
するとなかなか妊娠に至りませ
ん。男性も積極的に検査を受け
る必要があります。

男性は精液検査（精液量、精
子数、運動率）を行います。
女性は子宮卵管造影（卵管通

過性を調べる検査）、基礎体温、
ホルモン検査、超音波検査（子
宮筋腫や子宮内膜症の有無）、
クラミジア検査等を行います。

これらの検査で不妊の原因が
どこにあるのかを推し測ります。

不妊症の治療

通常以下の順番で行います。

①タイミング法

精液検査、卵管通過性に異常
がない場合、超音波検査や尿中
の黄体形成ホルモン（LH）値
をチェックし、排卵日を予想し
て性交渉のタイミングを指導し
ます。

②人工授精（AIH）

精液を子宮内に注入する方法
です。乏精子症や精子無力症、
原因不明不妊の場合が適応とな
ります。

③体外受精（IVF）

卵巣から取り出した卵子と、
あらかじめ採取した精子を体外
で受精させ、その受精卵を子宮
内に戻す方法です。妊娠率は年
齢にもより、34才以下で35%程
度、35-39才で20%、40才以上
で10%程度です。

卵管閉塞症例、子宮内膜症や

骨盤腹膜炎で高度の腹腔内癒着
がある場合、乏精子症や精子無
力症の場合、女性に抗精子抗体
がある場合、原因不明不妊の場
合などが適応になります。

卵子を育てる方法としては、
薬物を使用しない自然周期、軽
度の卵巣刺激薬（クロミフェン）
を使用する周期、HMG製剤
（ヒト下垂体性腺刺激ホルモ
ン）注射による卵巣刺激周期が
あり、前述の①③の治療法と
組み合わせで行います。

なかなか妊娠しない夫婦、特
に女性の年齢が高い（35才以上）
場合、いたずらに時間が経過し
てしまう前に、早めに不妊外来
を受診されることをお勧めしま
す。



筆者略歴

平成9年 鳥取大学医学部卒業
島根県立中央病院 産婦人科、
東京女子医科大学病院 産婦人科、
セキールレディースクリニック などを経て
平成21年4月
浅間病院産婦人科 医長

■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 い) No.20



いよいよ師走ですね。久しぶりに会う親戚や友人と食事をする機会も多いのではないのでしょうか？

いきいきとした表情で、おしゃべりを楽しみ、おいしく安全に食事を楽しみたいですね。

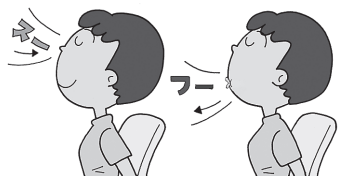
先月号で口の機能「食べる・話す・呼吸する・表情をつくる」を維持する大切さについてお伝えしました。口の機能を維持するためには、顔や舌を意識して動かすことが大切です。

今日は、簡単にできる口の体操を紹介します。

お口の体操 ＊無理のない範囲で行いましょう

深呼吸をしましょう

お腹がふくらむように鼻から息を吸って2秒止めます。口をすぼめてお腹がへこむように、ゆっくり吐きます。



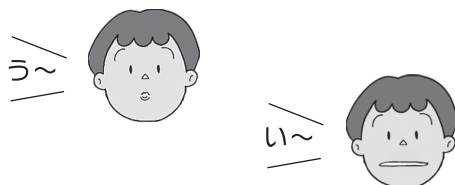
口を大きく開けたり、閉じたりします

口を閉じる時は、奥歯をぎゅっと噛みしめましょう。【あー】【んー】と声を出しながら唇を意識しましょう。



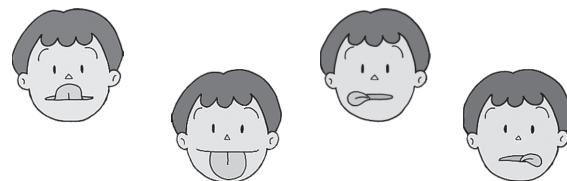
唇をとがらせたり、のばしたりします

【うー】【いー】と声を出しながら唇を動かしましょう。



舌を動かしましょう

口を開けて、舌を上下左右にのばし、唇をなめるようにぐるりと回してみましょう。



いつでもどこでも気軽にできる体操です。

毎日継続して行うようにすると、個人差はありますが、舌や唇の動きがよくなり、話しやすくなったり、食べやすくなったりします。

また、「口が渇く」「むせやすい」「固いものが食べにくい」等、人によって口の悩みは様々です。

上記のお口の体操の他にも首やのどの体操、唾液腺（つばが出る場所）のマッサージなどがあります。

少しでも気になることがありましたら、下記の口腔歯科保健係までご連絡ください。

＊食品による窒息の原因食品の第一位は「もち」です

特に歯が生えそろう前の乳幼児と高齢者は注意が必要です。誰かがそばにいて注意しましょう。

一口の量を小さく切って食べ、ゆっくりよく噛んでたべましょう。

一口30回噛むことが目標です。歯のない人は入れ歯を使って噛みましょう。

食べる事に集中して、飲み込んでからおしゃべりをしましょう。

子どもの歯の教室・妊婦さんの歯の教室の問い合わせ、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 ☎63-3781 63-3782

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



12/8(土)⇒2/24(日)

収蔵作品にみる彫刻 ―立体造形の足し算

「足し算」の彫刻というとどんなものを指すのか。例えば、粘土などの素材を用いて塊を繋げて作っていく彫刻です。今回の展覧会ではブロンズ鑄造された作品を中心に紹介します。塊の集まりという観点からお楽しみください。



瀬戸剛《ひととき…2》

【展示作家】(予定)

市村緑郎・加藤豊・北村西望・木内克・古賀忠雄・小坂圭二・佐藤忠良・清水多嘉示・瀬戸団治・瀬戸剛・高田博厚
・竹内不忘・中村晋也・日野宏紀・舟越保武・本郷新・矢崎虎夫・柳原義達・山本豊市・淀井敏夫

■同時開催(無料)

- 佐久市児童生徒写生大会作品展 12/15(土)―1/14(月・祝)
- 佐久平の美術展受賞者展―平成23年度受賞 12/15(土)―1/14(月・祝)
- 佐久市立近代美術館友の会会員展 12/16(日)―12/23(日・祝)

■会期中の休館日 月曜日(12月24日、1月14日、2月11日・18日は開館)
年末年始(12月29日―1月3日)

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

※12月3日から12月7日までは展示替えのため休館いたします。ご了承ください。

佐久市立近代美術館
油井一二記念館



SAKU Municipal
Museum
of Modern Art

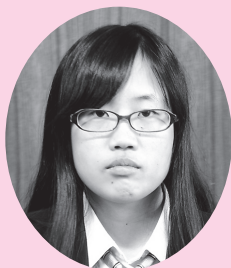
■お問い合わせ 佐久市立近代美術館(駒場公園内)
☎67-1055

ぼくの夢 わたしの夢
青春夢トーク
Dream

やまうら ひさな
山浦 久奈さん
(臼田高校2年)

趣味…音楽鑑賞

住所…原



今、一番楽しいことは「友達とのおしゃべり」と話す山浦久奈さん。臼田高校に通う17歳です。

「9月の文化祭では、クラスで巨大モザイクアートを作りました。その作業では交流の少ない友達との距離が縮まって、今は、大勢の友達と共通の話題でおしゃべりをするのがとても楽しい」とのこと。

そんな山浦さんの将来の夢は、保育士になること。「小学校の頃、遊びながら年下の子の面倒を見ることがとても好きで、小さい子供たちの世話をしたいと思うようになりました。今は、夢に向けての取り組みをしています。」と話してくれました。

10万人の広場
リレーインタビュー

小野澤 四郎さんから紹介された

さとう あいこ
佐藤 愛子さん
(無職・田口)



①自己紹介をお願いします。

私は終戦と同時に出身地の樺太から上野一小諸―臼田郡と野宿をしながら、夫の故郷である田口にたどり着き住むことになりました。引き揚げ時に、荷物も取られてしまい、零のどん底の生活を経験しましたので、物の有難さや人々の親切さを感じ、今では感謝の気持ちでいっぱいです。

公民館活動の、油絵、水彩画、刻字や七宝焼き等色々な事を追求していくことが趣味で、今は油絵の抽象画に挑戦しております。なかなか上手にはなりません、物事を途中で投げ出さないで続けられなかなかなる」という気持ちをもって楽しんでいます。

②これからの街づくりに望むことは

買い物に行き、自分で選んで買いたいけれども、持ち帰りが大変でできないとか、毎日少しでも話をしたいけど、する人がいないといった高齢者が増えていると聞きます。家から出たくても出ていけない高齢者を救ってくれるような市にしたいと思います。



だれもが・いつでも・どこでも

学習できる公民館活動

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

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



No.93

2012 (平成24年)

12

しわす
師走

第8回市民総合文化祭など盛大に開催

11月2日から4日まで、野沢会館で恒例の市民総合文化祭・障害者福祉展・菊花展が開催されました。1,500点を超える作品の展示と、3,000人近い来場者がありました。

それぞれの作品の見事な出来栄に、来場者からは、驚きの声が上がリ、展示の担当者に、学習グループなどへの参加方法を尋ねる姿も見られました。(展示の様子などP32～34をご覧ください)

浅間地区

赤岩地区刻字教室

赤岩区公民館活動の一環として、講師に香山至朗先生を迎え、10月から3回にわたり刻字教室を開催しました。

回を増すごとに参加者が増え、経験者が初心者に教えたり「どんな文字を刻むの？うまく彫れたね」と刻字の感想や、楽しい雑談をしながら、秋の夜長を満喫し、親交も深まりました。

1ヶ月をかけて仕上がった力作は、毎年盛大に開催される赤岩区文化祭の作品発表でお披露目されます。



野沢地区

小江戸「川越」歴史めぐり

10月30日野沢地区館では、小江戸「川越」を訪れ、重要文化財「喜多院」や本丸御殿・市立博物館を現地ガイドさんに丁寧に説明していただきました。その後川越のシンボル「時の鐘」や蔵造りの町並み・菓子屋横丁を自由散策しました。

川越の歴史を観たり、懐かしさを感じるお菓子や名物のうなぎを食べたり、1日たっぷり充実した時間を過ごしました。



中込地区

♪青空のもと、ハーモニカで楽しく♪

10月5日、駒場公園で「ハーモニカで楽しく」が開催され、参加者は野外での講座を楽しみました。

杉浦都美子先生のアコーディオン伴奏と指導で「案山子」「どんぐりころころ」「若者たち」等を歌い、演奏しました。

さわやかな青空のもと、参加者は心地よい時を過ごしていました。



東地区

心を落ち着かせて ～写経～

10月4日、志賀中宿の法禅寺で写経の講座がありました。坂部深章住職のご指導により、まずは読経をして、紙に向かいました。

静けさの中「家庭円満」や「家族の健康」「世界平和」など皆それぞれに願いを込め、般若心経を1字1字書き写していました。

写経を奉納した後はお茶をいただきながら、住職にお墓のことや、佐久の風習のことなど、普段はなかなか聞けないお話をいただき、充実した時間を過ごすことができました。





臼田地区

軽井沢彫りに挑戦！

10月1日、11日と臼田高校デザイン科で、軽井沢彫りの手鏡作りをとおして、高校生との交流を深めました。

参加者は、生徒からデザインのアドバイスや、彫り方を教えてもらい熱心に取り組んでいました。教室の中は終始なごやかで、さわやかな雰囲気の中、2日間の交流はあっという間に終了となりました。

作品は仕上げをして、後日引き渡しになるので、今からとても楽しみです。

浅科地区

クラフトテープにはまりそう！

皆さん買い物かごを使っていますよね？

プラスチックの既成品は買えば安いのですが、竹などの自然素材で作られたかごも丈夫ですよええ。

今回はダンボール紙などを再生した、安くて丈夫な上にさらに軽くて扱いやすいクラフトテープを利用して、エコでオリジナルなmyかご作りをしました。

講師は地元の沼野まゆみ先生です。長年の経験からポイントを押さえ、さりげないアイデアでこんなに簡単にできるの？とみんな大満足。



望月地区

望月城址で食べるほおずき狩りとツリークライミング体験

望月地区館では、10月21日に「望月城址で食べるほおずき狩りとツリークライミング体験」講座を開催しました。

ほおずきは今年はあまり実がつかなかったということで、お菓子に加工したものをいただきました。

続いてロープで木登り「ツリークライミング」を体験しました。コツをつかむとすると登れるようになり「高いところまで行け気持ち良かった」との感想が聞かれました。

平成25年成人式のご案内

平成25年成人式対象の皆さんに、11月下旬招待状をお送りしました。

内容ご確認の上、当日招待状をご持参ください。

成人式の対象者

お問い合わせ先

平成4年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方

佐久市公民館本館 ☎64-0551

日時 平成25年1月3日(木)
午後1時から4時(予定)まで
(受付は、午後0時30分から)

会場 佐久創造館

リレー随筆



「千石の杜」の活動を 楽しむ

大 沢 阿部 守

40年間勤めた会社を退職して、早くも5年たちました。退職後、区の公民館長を仰せ付けられました。それが縁で市公民館主催の創年セミナーや講演会、研修会等に参加する機会を得ました。

私は50年間、肝胆相照らす友人が心の支えになっています。常に出会いを大切に、感謝の気持ちを忘れずにとアドバイスをいただいています。これからの人生をより充実して過すためと、今までの自分の可能性を見直すために創年セミナーに参加しました。

セミナーを通して知りあった仲間ができ「千石の杜」を立ち上げました。豊かな佐久らしい食と農の学習と実践、より豊かな人間関係を築くために、瀬戸に田舎農別荘（たまり場）を借りて、都会との交流イベントを楽しみ、新しい農的佐久スタイルを作り出そうと皆で知恵を出し合っています。会員相互の親睦と啓発をし合い、千石の杜での活動が地域価値創造や、社会的価値創造につながればと思いつつ、汗を流し楽しんでいるこの頃です。

友人や仲間のおかげで、家庭内での粗大ゴミにならずに過させていただいていることに、日々感謝しています。



田口 西澤 敬泰

であいの館で

ちよつと
ひとこと

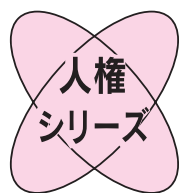
五稜郭保存会の役員さんから「であいの館」の当番のお話しが

会社を定年退職して時間が余ったのを見計らってか、

あり、今まで会社と家の往復だけで殆ど地域に関わってこなかった私に、全く新しい関りの場をいただくことになりました。「であいの館」へは、9時半の開館前に掃除を終るぐらいの時間に行くのですが、早いお客さんはもう大手橋からお堀の周辺を散歩していることも珍しくありません。

ガイドの知識も経験も全くない私は、ただ「ようこそいらつしゃいました」とお迎えする訳です。「土産物屋じゃないのにお茶のサービスが有るなんて嬉しいね」と言ってくださる方。また「こんな素晴らしい環境で学べる子どもさんは幸せですね。きつと学校にも故郷にも誇りを持てるでしょうから」と感想を聞かせていただいたて、短い言葉の中に計り知れない深みを感じ、出会いの大切さを味わわせていただきました。

未熟を承知で、ようこそ“の心で精一杯これからも出会うさせていただきます”と思っています。



孫娘との楽しい会話から

は答えなかった。

久しぶりにやってきた孫娘、「ねえ、ジイジ、猿とゴリラ好き？」と突然聞いてきた。「そうだね、猿もゴリラも両方とも好きだよ」と、しばらく猿とゴリラの話をした。孫娘は、お猿さんはたくさん一緒にいて可愛いし、小さいけれど元気良く動き回っているから好き。ほお袋があつてたくさんのお芋を頬にためて食べる事ができるよ、温泉に入る猿もいるよと、得意そうに話してくれた。ゴリラさんは、どつしりとしていて大きくてカッコいい。お猿さんとは違う手のつき方をして歩くよとか、怒ると立ち上がって胸をぼこぼこ叩くんだよなど、一生懸命だった。

しばらくすると、「猿とゴリラどっちの方が本当は好き」と聞き返してきた。どうしてどっちと聞くのかなあと一瞬、本好きの娘だから、きつと本を読んでいる何かに不思議に思ったり、気になったりしたことがあるのだらうと察しがついた。久しぶりの孫娘との会話をじっくり楽しもうとどっちが好きとすぐに

途中で、「〇〇ちゃんは、どっちが好きなの？」と言うと、私はね、猿もゴリラも両方とも好きだよ。でもお猿さんには、一緒に暮らしている中にボスがいるんだって。そして、みんなボスの言うことをきくんだってよ。ボスはね、尻尾をピンと立てて歩いているからすぐわかるよと。喧嘩もたくさんするけど、ボスがくると止めるんだって。でも、ゴリラさんは、喧嘩はあまりしないみたいだし、ボスはいないらしいよ。どうしてないんだらうね。孫娘は、どうもこのあたりに疑問をもったようだ。

孫娘が帰ってから、猿とゴリラの暮らし方について調べてみた。集団生活をする猿は、ボスを認めることによって平和を保っているということである。一方、ゴリラはボスを作らず喧嘩をして一対一で、喧嘩を見たら仲裁する。仲裁は、小さい子どもでも弱いメスでも割っているとのこと。孫娘との会話を発端に、我々人間の生き方を考えさせられた次第である。

人権同和教育推進員 土屋良一

佐久中央コーラス

代表 前島 房子

人と人との「つながり」は地域にとつての誇りでもあり、また大切な力でもあると思います。

心豊かに気軽に交流出来る楽しみは健康の源。そんな心癒される時間を創り出そうと、気心知れた中央区に住む女性有志22名で佐久中央コーラスを、平成17年に誕生させました。コーラスなどは未経験者ばかりの中、指導者に内田満先生をお願いし、夢と希望を胸に練習を楽しみ自信もつてきました。

厳しい指導・練習に耐え、区民文化祭の初舞台は今でも鮮明に脳裏に焼きついていきます。その後平成19年3月男性6名も加入し混声合唱団となりました。

この中には、夫婦、母娘といった会員もあり、アットホームな温もりとやる気が一段と育ち、今年で発足7年を迎えました。

現在は会員も24名となり、セカンドネームもコエール・コルボと命名し、初の単独発表会も昨年企画し、地域の皆さんにお披露目することができました。「継続は力なり」「努力は実る」をモットーに大きな達成感と感謝の気持ちを実感しました。

現在は地域外からの会員も増え、中央コーラスも大きな絆を大切に「輪」を深め、なごみの「和」を柱に飛躍しています。

先生は、来年の佐久市民コーラスまつりのステージ発表を構想されているようです。到達点などない私達ですが、更なる練習を重ね大きな花が咲くことを願う奮闘中。「すてきな仲間」です。

佐久中央コーラスと一緒に歌ってみませんか？練習日は毎月第2・第3・第4土曜日午後7～9時 場所 佐久市研修センターです。



すてきな仲間

常田 壮年ソフトボールチーム

我が地域常田においては、昨年「壮年ソフトボールチームを結成しよう」との機運が高まり、区内に回覧板で加入者を募ったり、知り合いに声を掛け合った結果、外国人1人を含む17名の同好者が集まり、10月23日には公民館において区役員の同席を得て、盛大に結成式を行い「楽しく末永く続くチーム」をモットーに発足しました。

チームは、44～66歳の壮年で、平均年齢は49歳と若い構成となっています。初年度の成績は、佐久市壮年ソフトボール大会において8勝1敗で、内容は1試合最高得点25点、平均失点5.5点の成績となり、E・Fブロックの優勝という幸先の良いスタートを切りました。またこの大会の後、浅間地区だけの大会（石村田大会）があり、我がチームはBブロック8チーム中第3位となり、こちらもいい成績を収めることができました。ご協力いただきました皆様に感謝を申し上げます。

試合後の反省会も和気あいあいと楽しく賑やかにやりながら、チームの向上は勿論、地域の親睦の輪を広げるための一助になればとの思いで頑張っています。チームの特徴の一つは、この区に住むアメリカ人が「TOKIDA」のユニホームを着て参加し、活躍していることが、地域のまとまりと、ひいては戦績に大いに役立っていることで、これらを来期の更なる向上に結び付けたいと思っています。

チーム代表 上原 堅三
(中佐都地区公民館長
上原 光信) (常田区)



瀬音

ついでこの間お正月を迎えたかと思ったら、もう年末だ。年を取るという一年が速く過ぎ去るといわれるが、それが実感できる年齢になった。還暦を迎えたら古希が瞬く間に来る。30・40代の頃は中身の濃い日々を送っていたので一年は長く感じた。70歳に近づくと一年を7で割り算したように365日が昔日の50日間のように短かく速く感じる。「光陰矢の如し」である。

昨年の東日本大震災に続いて今年は関東地方で大竜巻被害が発生し、北九州ではかつて経験したことのない大雨による洪水被害が発生した。地球温暖化、氷河期、巨大地震：何か地球規模で大きな変化が起きているらしいとチラホラ耳に入り、孫やその次の世代のことを考えると不安になる。佐久地方はお陰で今年は大きな災害もなく、豊作に恵まれいい一年であった。年の瀬を迎えこの一年間の無事感謝し、健全で長生きができるよう祈り、「成り難い学」ではあるが、学ぶ意欲と姿勢を持ち続けて、新しい年を迎えたいと思う。

(編集委員)

力作が会場を彩りました～第8回佐久市民総合文化祭～

毎年恒例の佐久市民総合文化祭が11月2日から4日まで野沢会館で開催されました。

公民館の学習グループや個人で学んでいる市民から、菊花展・障害者福祉展を合わせ1,556点が出品されました。どの作品も出品者の創作意欲の高さが感じられ、日頃の成果が十分に発揮された素晴らしい出来栄でした。

切り絵・押し花・陶芸などの体験コーナーも設置され、多くの皆さんが体験学習をしていました。

ちょうど来市されていたモンゴル国フレルバートル駐日大使も熱心に鑑賞されるなど、開催中の総来場者数は2,800人を超え、盛会のうちに終了しました。

菊贈呈式



開会式



菊花展



障害者福祉展



表装



華道

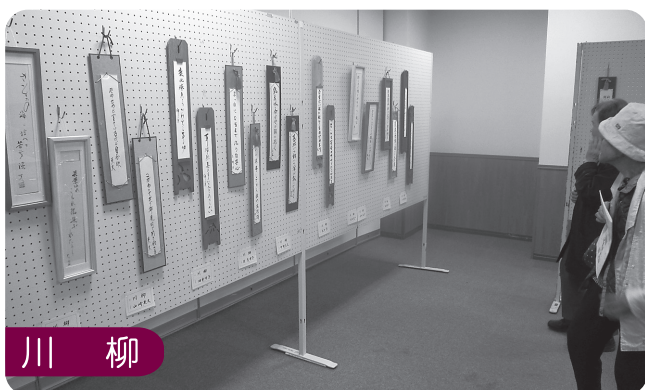


写真



立衝





～第8回市民総合文化祭（続き）～



水墨画



書道



茶道



押し花



県天然記念物「王城のケヤキ」

参考資料 「大井城跡」 佐久市教育委員会

城はその後支族が再興し、天文20年(1551)武田信玄が上州や北信濃攻めに利用したが、武田氏滅亡のあと天正10年(1582)11月、徳川の将依田信蕃らに攻略されて後は廃城になった。

養寺(安原)にかくまつた永寿王丸が、宝徳元年(1449)に関東管領(足利成氏・古河公方)となるなどのこともあって、全盛を誇ったが、文明11年(1479)隣荘の伴野氏に破られ、さらに同16年(1484)村上氏に攻められて、城郭は神社・仏閣・民家とともに焼失し、大井氏の嫡流(総本家の家筋は滅亡した。

鎌倉・室町の両時代を通じ、佐久郡東部に威をふるった大井氏の宗家、後に支族が居城としたところで、岩村田の東北台地上にあり、自然の地形を利用した平地城郭である。

台地の東には険しい断崖の下を湯川が北から南に迂回して流れ、西は浅間山から流れ出た井水跡を抬げたと思われる空濠が南北に通じている。

城郭は東西に横切る堀切りによつて、南から黒岩城・王城・石並城に分断されているが、三城あわせて大井城または岩村田館とよばれている。

大井氏は鎌倉時代初期から大井荘の地頭職として栄え、特に室町時代の中ごろ、安



王城公園内

佐久市の県指定文化財 16

県史跡「大井城跡」(王城・黒岩城・石並城―岩村田荒宿地区)

お問い合わせ 文化財課 佐久市志賀5953

68-7321

原則として申込みが必要です。詳しくは各地区館までお問い合わせください。

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

	学級及び学習内容	日 時	場 所	講師・指導者	費用・持ち物等
浅間地区館	◎お正月のフラワーアレンジ教室 今年はお正月のフラワーアレンジに挑戦！ 華やかに新年を迎えましょう	12月27日(木)10:00～12:00	浅間会館	有賀敬子先生	<材料費>2,600円程度 <持ち物>花ばさみ、ゴミ袋 <定員>20名 申し込みは12月21日(金)まで ＊詳細は後日参加者に連絡します
	◎書初め教室 書初めて楽しいね。冬休みの宿題は 公民館でバッチリ！！	1月4日(金)9:00～12:00	浅間会館	原野節子先生	<参加費>無料 <持ち物>書初め用習字の道具・新聞紙
	◎やさしいリフォーム教室 (全2回) 寒さの厳しい佐久にはもってこいの綿入れ “ねこ”をつくります。これで寒い冬の りきろう	①1月15日(火)10:00～16:00 ②1月29日(火) ”	浅間会館	菊池たか子先生	<参加費>500円程度 <持ち物>昼食、飲み物、綿、不要 になった布、厚紙、裁縫道具
	◎人権学習講座 身近な人権を考えよう	1月26日(土)9:30～10:30	浅間会館	平岡洋明先生	<参加費>無料
野沢地区館	◎クリスマスケーキ作り 手作りのケーキをマスターしましょう	12月15日(土)9:30～15:00	野沢会館	内田すみ江先生	<参加費>1,000円程度 <持ち物>エプロン・タッパー ＊詳細は後日参加者に連絡します
	◎お正月のフラワーアレンジ教室 玄関や床の間に飾りましょう	12月27日(木)9:30～12:00	野沢会館	坂井敏子先生	<参加費>2,500円程度 <持ち物>ハサミ・持ち帰り用の入 れ物 ＊詳細は後日参加者に連絡します
	◎大震災を考える (全3回) 阪神淡路大震災を体験して	③1月17日(木)13:30～15:30	野沢会館	須崎慎一先生	<参加費>無料 <持ち物>筆記用具
	◎手作りうどん教室 うどんを打ってつけ麺で頂きましょう	1月28日(月)9:30～13:00	野沢会館	土屋しのぶ先生	<参加費>600円程度 <持ち物>エプロン・タッパー ＊詳細は後日参加者に連絡します
中込地区館	◎ハーモニカで楽しく (全12回) 懐かしい歌をハーモニカで吹いてみましょ う	⑨12月7日(金)9:30～11:30 ⑩1月11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
	◎しめ縄作り 古代米を使った前掛け飾りを作ってみま せんか	12月8日(土)9:30～15:30	中込会館	池田正直先生	<参加費>材料費のみ <持ち物>昼食 <定員>40名
	◎家でクリスマスパーティーを 今年はクリスマス料理を手作りしてみま せんか	12月14日(金)9:30～13:00	中込会館	内田すみ江先生	<参加費>700円程度 <持ち物>エプロン 三角巾 <定員>15名
	◎親子書き初め教室 書き初めをして新年を祝い、おしるこパ ーティーをしましょう	1月5日(土)9:30～12:00	中込会館	中込地区館 学習グループ	<参加費>無料 <持ち物>書き初め用の習字道具 <定員>50名 ※子どものみの参加も可
	◎思い出の布をひと工夫 (全2回) 思い出のある布をもう一度活かしてみま せんか。今年は作務衣を作ります	①1月24日(木)9:30～15:30 ②1月25日(金) ”	中込会館	菊池たか子先生	<参加費>無料 <持ち物>昼食、裁縫道具、布(古い 着物等)、型紙用の紙、ものさし、 筆記用具
	◎そば打ち教室 そば打ちに挑戦してみませんか。講師が一 人ひとり指導します。持ち帰りのおそばも あります	1月30日(木)9:30～12:00	中込会館	嶋崎俊雄先生	<材料費>1,000円程度 <持ち物>エプロン、三角巾 <定員>20名
東地区館	◎Men'sクラブ ④薫製づくり 燻すことで深い味わいが生まれます！ 親子ふれあい学級	12月8日(土)9:30～12:30	東会館	薫製づくりの達人	<参加費>800円程度 <持ち物>エプロン、軍手
	◎年越しそば講座 新そばの色と香り、のどごしを楽しもう	12月23日(月)9:30～12:30	東会館	土屋しのぶ先生	<参加費>700円程度 <持ち物>エプロン・三角巾・持ち 帰り用タッパー

※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
地 区 館	親子ふれあい学級 ◎書初め教室（全2回） 冬休みの宿題もみんなで楽しく	①1月4日(金)9:30~11:30 ②1月5日(土)9:30~11:30	東会館	中嶋嘉子先生	<参加費>無料 <持ち物>習字道具・書道用半紙・ お手本
	市民ふれあい学級 ◎そば打ち体験 みんなで新そばを味わいましょう！	12月12日(水)9:30~13:00	あいとびあ臼田	佐久おやじの会	<参加費>800円程度 <持ち物>エプロン・三角巾・筆記 用具・タッパー <定員>15名
	市民ふれあい学級 ◎しめ縄づくり 正月用のお飾り（しめ縄）を作ませんか	12月20日(木)13:30~15:30	あいとびあ臼田	土屋寿広先生	<参加費>300円程度 <持ち物>花ばさみ <定員>15名程度 ※詳細は後日参加者に通知します
書初展作品募集 —平成25年書初展の作品を次のとおり募集します—					
臼 田 地 区 館	課題	幼児・保育園 「もち」	小4 「はるの光」	中2 「理想の実現」	
		小1 「もち」	小5 「雪の正月」	中3 「未知への挑戦」	
		小2 「ひので」	小6 「希望の朝」	高校・一般 自由	
		小3 「はつゆめ」	中1 「世界遺産」	この他学校の授業での課題も対象とします	
	用紙	条幅半切1人1点。ただし幼児・保育園は24cm×100cmでもよい 高校生・一般は裏打ちをし、中学生以下は仮巻きをつける			
浅 科 地 区 館	応募	平成25年1月11日(金) までに臼田地区館に持ち込み			
	展示	1月18日(金)～1月23日(水)（あいとびあ臼田） ※なお、審査は1月18日(金)に行う予定です			
浅 科 地 区 館	◎初心者そば打ち講習会 地元産の新そばで実習できます	12月12日(水)9:30~13:00	観音峯 活性化センター	土屋しのぶ先生	<参加費>700円程度（材料費） <持ち物>エプロン・タッパー・ふ きん・三角巾・筆記用具 ※汚れてもよい服装で
	◎ミニ（中）門松作り講座 手作りの門松で新年を迎えましょう 35cm程度のものを予定しています	12月19日(水)8:30~12:30	浅科会館	中澤一巳先生	<参加費>1対2,000円（材料費） <持ち物>園芸または花ハサミ・筆 記用具・金づち・筆記用具 ※汚れてもよい服装で
望 月 地 区 館	市民ふれあい講座 ◎「しめ縄教室」 ～手作りのしめ縄で新年を迎えましょう～	12月23日(日)9:00~16:30	駒の里ふれあい センター 大ホール	竹細工愛好会の 皆さん	<参加費>1,500円程度（材料費） <持ち物>昼食・飲み物・エプロン・ 軍手 <定員>20名
	市民ふれあい講座 ◎「ブローライフ体験講座」 ～新しいスポーツにチャレンジしてみよう～	1月12日(土)10:00~12:00	駒の里ふれあい センター 大ホール	国際ブロー ライフ協会 谷脇良一	<参加費>無料 <持ち物>飲み物・動きやすい服装 <定員>小学3年生以上 20名
	◎家族の笑顔が一番 ～しあわせクッキング～ 魚と根菜類を使った料理を作ります	1月16日(水)9:30~13:00	駒の里ふれあい センター 2階 講習室	内田すみえ先生	<参加費>600円程度（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾 <定員>25名
	◎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、故郷のうたメドレー	1月16日(水)13:30~15:00	駒の里ふれあい センター 大ホール	小林美智子先生	<参加費>10月～3月分2,000円



※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

としよ だかより

No. 33

新刊案内

中央図書館

●絵本

おさるのパティシエ

ニッパさん

たむら しげる

おおきなゾウとちいさなゾウ

たしろ ちさと

●児童書

ありがと3組

乙武 洋匡

元気な脳が君たちの未来をひらく

川島 隆太

いじめられている君へ

いじめている君へ

朝日新聞社

●一般書

Wordでハガキ宛名印刷・

差し込み印刷

年賀状・案内状で活躍!

西上原 裕明

白田図書館

●絵本

くるみわりにんぎょう

アンマリー・アンダーソン

再話

クリスマスのうたものがたり

中井 俊巳

ひみつのたからさがし

よこみち けいこ

●児童書

クリスマスのりんご

ルース・ソーヤーほか

だれかさんのかばん

森山 京

おおかみかいだん

かけのぼれ

●一般書

ドイツ

クリスマスマーケットめぐり

見市 知

浅科図書館

●絵本

ギリギリかめん

あきやまただし

メガネをかけたら

くすのきしげのり

ニブルとたいせつなきのみ

ジーン・ジョン

●児童書

おしごと制服図鑑

講談社/編

ぼくは、いつでもぼくだった。

いつこく堂

ぼくたちの骨

樫崎 茜

●一般書

大切にしたいにほんのたしなみ

広田千悦子

はじめての持ちよりレシビ

HISAKO

山中伸弥先生に、

人生とIPS細胞について

聞いてみた

山中伸弥



の館定
12月
図書予
行事



中央図書館

■ジョージアさんの英語の
絵本の読み聞かせ

(クリスマススペシャル)

英語がわからなくても大丈夫。
ただ聞いて楽しんでください。

対象 子どもから大人

日時 12月1日(日)

会場 午前10時30分

中央図書館視聴覚室

■おはなしの会

クリスマススペシャル

対象 子どもから大人

日時 12月8日(日)

会場 午前10時30分

中央図書館視聴覚室

■おはなしの会

クリスマススペシャル

対象 園児・小学生低学年向け

日時 12月15日(日) 午後3時

会場 中央図書館視聴覚室

■おはなしの会

クリスマススペシャル

対象 乳幼児向け

日時 12月20日(木)

会場 午前10時30分

中央図書館視聴覚室

■語りのおもてなし

対象 子どもから大人

日時 12月22日(土) 午後3時

会場 高齢者・幼児ルーム

※サンタさんからプレゼントも
あります。お楽しみに。
問合せ 中央図書館
☎671-2111

白田図書館

■おはなしの会

クリスマススペシャル

対象 子どもから大人

日時 12月8日(日) 午後2時

会場 コスモホール1階会議室

※サンタさんからプレゼントも
あります。お楽しみに。

■ブック☆ブックおはなし
の会

対象 子どもから大人

日時 12月15日(日) 午後2時

会場 白田図書館内

問合せ 白田図書館
☎821-3932

浅科図書館

■おはなしの会

クリスマススペシャル

対象 子どもから大人

日時 12月15日(日)

会場 午後2時30分

浅科図書館学習室

※サンタさんからプレゼントも
あります。お楽しみに。

問合せ 浅科図書館
☎581-4321

望月図書館

休館中です。

☎581-4321

浅科図書館

休館中です。

望月図書館

休館中です。



自然環境の変化

地球温暖化がいわれている
 昨今、我々が生活している周
 辺の環境にも変化が出て来て
 いるようです。

近くにある公園の大きな櫟
 の木、昨年芽吹き春にいつ
 ものような緑の色がなく、茶
 色かった葉で小さいもので
 した。

今年は公園を訪れた人が、
 芽吹きがおそい上に葉が小さ
 いと言っていました。

リング生産農家では、十年
 前より実のボケルのが早いよ
 うな感じがするとなげいてい
 ます。

信州リングの名もピンチに
 なるのかと心配されます。

動物では二ホンジカの被害
 が深刻化し、前山、大沢地区
 ではかつて見られなかったシ
 カが民家近くでも目撃情報も
 多く、望月地区などでは、稲

があらされ被害も出ています。
 山の畑でつくったジャガイ

モがイノシシに、モロコシが
 タヌキにたべられるなど野菜
 の被害も多発しています。

市街の中心にタヌキ、キツ
 ネが出没、野生動物のもつて
 いる感染症がペットにうつら
 ないかと心配です。

この夏カッコウのなき声が
 八月七日まで聞かれました。
 いつもの年ですと、七月下旬
 にいなくなるのに、不思議に
 思いました。

本来南方系のチョウである
 ツマグロヒョウモンが（北限
 が近畿地方まで）、長野県内
 の海拔八百メートルの高原地
 帯にも数多くみられるようにな
 り、また要注意外来生物に
 指定されている外来アゲハチ
 ヨウ科の「ホリオチヨウ」が
 みつかり、在来種のチョウの
 食草と同じことから競合によ
 る在来種の減少が懸念されま
 す。

ここにあげたのは動植物変
 化の数例ですが、自然環境の
 かわっていると感じるにつれ
 られ、我々の日常生活も順応
 するべく手だてを考えなければ
 いけないと気になるこのごろ
 です。

図書館協議会

会長 並木 徳夫

図書館休館日のお知らせ

12月3日(月)・10日(月)・17日(月)・18日(火) (図書整理日)・25日(火)・
 12月29日(土)～12月31日(月) (年末休業)
 1月1日(火)～3日(木) (年始休業)・7日(月)・15日(火)・21日(月)・
 28日(月)・29日(火) (図書整理日)



図書館の

庭から

38

赤い実が美しい、

「ウメモドキ (梅擬)」

辺りはすっかり冬景色、紅葉
 に替わって、色とりどりの木の
 実が目立つ季節になりました。
 ウメモドキにも、小鳥が訪れ
 て赤い実を啄んでいます。



秋10月、緑の葉と赤い実。

梅の木に由来する、和名。

モチノキ科の落葉低木。雌雄
 異株、山地にも自生します。6
 月頃、葉のつけ根に、淡紫色の
 小さな花をつけますが、目立ち
 ません。

和名は、葉や枝ぶりが梅に似
 ていることからされています。

赤い実は、葉が落ちた後も枝
 に残り、長く観賞できます。花
 よりも実が美しい庭木として、

実の良く生る接木苗が、植えら
 れます。



初冬、赤い実を啄む「ツグミ (鶇)」

小鳥の好物、給餌木。

木全体に鈴生りの赤い実は、
 めつかり餌がなくなる冬期間、
 小鳥たちには、最高のご馳走で
 す。ヒヨドリ (鶇) をはじめ、
 控えめなツグミ (鶇) も、毎日
 のように訪れては、赤い実を啄
 んでいきます。年末頃には、す
 っかりなくなってしまうです。

季語、「梅擬・うめもどき」晩秋。

鶇の声去りてもゆらぐ

梅もどき (水原秋桜子)

遠まきに鶇の来てゐる

うめもどき (八木 荘二)

○ 花言葉：明朗

◎ 小鳥がよく訪れるので、観
 察してみましよう。

(岩村田 依田 豊)

環境浄化活動（落書き消し）を実施しました

9月27日(木)環境浄化活動の一環として市内2ヶ所で落書き消しを実施しました。



浅間中学校西横断地下道



ちとせ地下歩道

当日は佐久市青少年補導委員協議会の皆さんに落書き消し、カーブミラーの清掃等に参加していただきました。消えないと思われていた浅間中西横断地下道の壁画の上にかかれていた落書きも参加された皆さんの根気と熱意により落とすことが出来ました。

ちとせ地下歩道の落書きも洗剤で何回も洗い落として消すことが出来ました。落書きのないきれいな地下道であるように願い落書き消しを終了しました。

ほんの思いつきや簡単な気持ちで書かれた落書き。しかし、消すのには多くの時間と手間がかかります。

平成24年も、あと一ヶ月を残すところとなりました。子どもたちにとっては、長い二学期も終わりに近づき、クリスマスや正月と楽しみなが続きます。この時期は、何かと落ち着きませんが、こんな時こそ子どもたちには、「気配り」「目配り」で温かい声かけをお願いします。皆揃って明るい新年を迎えましょう。

みちびき

No.82
佐久市
少年センター

タバコやお酒は 非行へのハロー

○20歳未満の青少年がタバコを吸ったり、お酒を飲んだりすることは法律で禁じられています。タバコに含まれるニコチンやお酒のアルコールは依存することがわかっています。大人だって吸っている、飲んでいるじゃないか、タバコやお酒くらいやらないかや一人前じゃないなどという間違った考え方もあるようです。タバコやお酒は、成長期の身体に悪い影響を与えていることから禁止されているのです。みんな健やかに成長できるようにと願っているのです。

○身体に与える影響と同じように怖いのは、タバコやお酒を通じて非行グループに引き込まれたり、タバコを吸っているのは生意気だ等と因縁をつけられ、恐喝や暴行等の被害を受けることです。タバコやお酒は非行への入口となっています。また、隠れてタバコを吸っていて親や先生にみつかりそうになって、慌ててちゃんと消さないで捨てたため火災を起こしてしまった例もあります。

タバコもお酒も未成年にとって「百害あって一利なし」

補導日誌から

心配な環境

9月6日(月) 曇り

城山公園にいた高校生一人がタバコを吸っていたので注意しました。本町公会場の北側にタバコの吸殻、ペットボトル、アダルト雑誌等が散乱していたので片づけました。野沢体育センターの壁が壊れていたのも大変残念なことでした。

(野沢地区 S・U 記)

高校生の喫煙

9月14日(金) 曇り

佐久平駅から大勢の高校生が下車してきたので声をかけをした。ミレニアムパークで2人の高校生が喫煙していたので注意した。タバコは今のところ1日2本、タバコ代はアルバイトで得たお金、家の者も知っている状況とのこと。

(浅間地区 K・T 記)

小・中・高との合同補導

9月20日(木) 晴れ

若駒公園で楽しそうに遊んでいた小学生が、同行していた先生の姿を見ると「先生」と大きな声で先に声を掛けてきました。また中学生も「先生どうしたの」と声を掛けていました。先生と

のつながりを見て子どもたちが素直に育っていると感じました。

(望月地区 K・T 記)

声かけを依頼

9月21日(金) 晴れ

諏訪神社で楽しそうに遊んでいる小学生に声をかけました。小学校の先生も同行していたので、子どもたちもいつそう元気にあいさつを返してくれました。コンビニエンスストアでは夏休み中の子どもの来店の状況をお聞きしたところ、中学生がタバコを購入しようとしたとの話を聞きました。また店の外で飲食し、ゴミを片づけないで帰ったこともあるとのこと。私たちもこれらの話を参考に声をかけをしていきたいと思いました。

(白田地区 M・Y 記)

浅科にて

10月3日(水) 曇り

通学路で子どもたちから先生に「こんにちわ」と明るく元気な挨拶がされ、とても気持ち良かった。浅科地区の小学校・中学校ともに自然環境に恵まれた所です。素朴でいいので健康に育てて願います。

(浅科地区 T・H 記)



佐久市ジュニアリーダー研修
「土器復元体験・野外炊飯体験」
「白田総合運動公園 宿泊研修」



今年度の佐久市ジュニアリーダー研修も、全日程の6割以上が過ぎ、研修生たちは毎回元気に活動しています。

ここでは、9月22日に行った市文化財課での学習と、10月5日〜6日に実施した宿泊研修の感想を紹介します。

土器復元体験・野外炊飯体験

白田小学校 5年

川合 未緒

土器復元と野外炊飯をしました。土器を見る時、いいなと思ったのを描きました。復元体験はすごくむずかしい土器で、最後の方は絵美花ちゃんと春衣ちゃんと私で協力してやりました。

野外炊飯の時は火をつけるのに時間がかかりました。火がついたら目がいたくてなきそうになりました。しばらくして、やきそばができました。おなかですいていたのでたくさん食べました。みんなで作ったやきそばは、とってもおいしかったです。

切原小学校 5年

土屋 萌楓

今日は、最初に文化財課でハニワ、土器、ピアス、まが玉、ビーズを見ました。先生が、「ビーズ一万個あればよい時代の

天下とついでができます。」と言ったのでびっくりしました。

次に、土器を復元しました。器をくつつけて、チョークで線を引きました。器の上の部分が1周できたので、よかったです。

次に野外炊飯する夢想庭園に行きました。やきそば作りは火をおこし、野菜、肉を焼いてメシをまぜたらできました。おいしかったです。今日は、いろいろなことができてよかったです。



これどこかな？
パズルみた〜い

宿泊研修 1日目

高瀬小学校 5年

依田 奎樹

白田宇宙空間観測所に行きました。でっかいパラポラアンテナ

ナがあり直径64mって言ってました。人工えい星「はやぶさ」などならって、1おく年に1秒しかくするわれない時計というのがありと知りました。それからんじ室を見ました。ロケットや人工えい星やスペースシャトルなどいろんな宇宙で活やくしている物のもけいがてんじされていました。午後は白田総合運動公園で水口ケツをつくつてとばしました。17mとんでよかったです。夜、スタードームに行きました。スゲーでっかいぼうえんきようがありました。反しやぼうえんきようというしゆるいで中にかがみがいっています。スタードームでシアターを見てから宿泊とうに帰ってケーキをたべました。

泉小学校 5年

中條 晴日

白田宇宙空間観測所でビデオを見ました。ビデオでは人工えい星のことをまなびました。私が一番びっくりしたのは、私と同じ名前の人工えい星があったことです。電波観測えい星の名前が「はるか」で私と同じ名前です。でも意味がちがって、人工えい星の方は、はるかかなたという意味の「はるか」です。次に白田総合運動公園で水口ケ

ツトを作りました。私はテープとストローをみどり色にして、なんでみどりにしたかというとしあわせをよぶ色だからです。夜はカレーを作って食べてスタードームに歩いて行きました。わたしは何回か行ったことがあるけど今日はとくべつでした。なんといつても行くときのスリルは車じゃ味わえません。スタードームでギリシャしんわを聞きました。わたしは、星ぎってふつしぎー！と思いました。明日もとってもたのしみです。

宿泊研修 2日目

野沢小学校 6年

羽毛田 幸歩

宿泊研修2日目は6時起床でした。朝ごはんを食べてから、馬じ公苑へ行きました。馬がいっぱいいびつくりしました。「馬は耳がうしろにそっているとおこっている時だから近づくな」と教えてもらいました。でもほとんどの馬はそんなことをしませんでした。乗馬は少しゆれてこわかったけど楽しかったです。お世わでは、馬の小屋をそうじして、馬がしたほろをかたづけたりしました。ブラッシングでは私が最初にブラシをかけました。やさしく毛なみにそってかけたら気持ちよさそうに

していました。うれしかったです。今回の宿泊研修はとても楽しかったです。



ちょっと
おっかなびつくり

中込小学校 6年

利根川 千夏

今日は馬に乗りました。私は初めてで、そうじなども初めてでした。いろんなことを教えてもらいました。耳をうしろにしているときはさわってほしくなく、ちよつときんちようしている様子だそうです。耳がたっているときは安心していいので、さわってもおこらないそうです。馬のエサもあげました。なんか口はすごく動いていてくすぐったかったです。

馬に乗る前に馬にみたてたドラムかんで練習しました。馬に乗るとすごくゆれました。馬の毛はとてもかたく、でもふわふわしている所もあり、鼻はムニムニしました。最後にブラシをしました。おなかをブラシすると、とてもくすぐったかったです。いろんなことを体験できてよかったです。

農業委員会だより

「山間地の山林・原野
化している農地」の「非
農地」認定の手続きが
決まりました

平成22年から農業委員会で行っている農地の利用状況調査により、「山間地の山林・原野化している農地」で、「復元して利用できない農地」について、「非農地」認定を行う手続きを、佐久市農業委員会では次のように決めました。

今後、「山林・原野化している農地」の所有者に通知を出しますので、現地を確認の上、「非農地」とする場合は非農地認定の申請を農業委員会に行ってください。

「非農地」認定の方法
は次のとおりです

- ① 農業委員会で山林の周辺の「山林・原野化している農地」で、「復元して利用できない」と思われる農地の範囲を決めます。
- ② 「復元して利用できない」範囲の中で、既に「山林・原野化している農地」の所有者に次の通知をします。
 - ・「現地調査結果」の通知
 - ・「非農地通知交付申請書（現地確認報告書）」
- ③ 土地所有者は現地を確認して、「非農地」として山林等の農地以外にする場合は、「非農地通知交付申請書」により農業委員会に非農地認定の申請を行います。

今後とも農地として利用する場合は、その旨を記入してください。

- ④ 農業委員会では土地所有者から「非農地通知交付申請書」が出された場合は、「非農地」とすることを審議・決定し、「非農地通知書」を土地所有者に交付します。
- ⑤ 土地所有者は「非農地通知書」により、山林等の現況に地目変更の登記ができます。

- ⑥ 農業委員会は、「非農地」認定をした土地について農地台帳を閉鎖するとともに、関係機関にその旨の報告を行います。
- 農地として引き続き利用する場合は、有効に利用するように指導を行います。

「非農地」の通知は、
区域が決まったところ
から随時行います

今までの調査で、「山間地の山林・原野化している農地」は、農地全体の約15%と非常に膨大です。既存の山林に接して山林・原野化している区域を基本に、「非農地」にする範囲を選定します。「非農地」にする区域が決まったところから通知をしますので、ご承知ください。

農業委員選挙人名簿の
登載申請について

選挙資格を有する方とは

- 農業委員の選挙は、農業委員会委員選挙人名簿に登載されている人でなければすることができません。この名簿は、農業委員の選挙資格を有する方の申請に基づき、1月1日現在で選挙資格を調査し、毎年調整することになっています。
- この選挙人名簿の登載申請について、毎年の手順で行っていますので詳しくお願ひします。
- ① 12月下旬に該当されると思われる農家世帯に、「農業委員会選挙人名簿登載申請書」を送ります。
 - ② 送られた申請書に記載されている氏名等を確認していただき、必要に応じて追加・削除をしてください。
 - ③ 申請書に耕作面積を記入してください。
 - ④ 申請書を1月10日までに、農業委員会事務局または各支所経済建設課の窓口へ提出してください。
- 郵送される場合は、申請書を折りたたんで糊づけをし、80円切手を貼って送ってください。
- 右記のすべての要件を満たしている方が有資格者となります。
- 資格があっても申請書が届かない場合や、不明な点がありましたら、農業委員会事務局までお問い合わせください。



申請書は、郵送でお届けします。

消防団
音楽隊

第8回 定期演奏会

入場
無料

日時 **12月16日(日)**
開場：午後1時30分
開演：午後2時

会場 **コスモホール**

内容 **第1部** 高き山へ、遠き川へ～祝典のための前奏曲～／後藤洋
忠誠／JP.スーザ
ガリバー旅行記／B.アッペルモント
第2部 ラッパ隊吹奏
第3部 魔女の宅急便メドレー
スイートメモリーズ
美空ひばりメドレー ジャパニーズグラフィティXVII 他

軽快なマーチからクラシックまで消防団音楽隊の奏でる吹奏楽の世界に浸ってみませんか。

皆さんに愛される消防団音楽隊を目指し、親しみのある曲を演奏しますので、ゆっくりお楽しみください。大勢の皆さんのご来場をお待ちしております。



■お問い合わせ 消防団管理室 ☎62-0119 (直通)

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、認知症地域支援専門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
12月5日(水)	臼田支所 第2会議室	臼田支所 市民福祉課 高齢者児童福祉係 ☎82-3124 (直通)

時間

午後1時30分から3時まで

内容

座談会(認知症ケアの専門家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 臼田支所 市民福祉課 ☎82-3124 (直通)

労務管理改善 リーダー研修会 開催のお知らせ

企業の人事労務担当の皆さんを対象に、労務管理改善リーダーの養成を目的とした研修会を開催します。

企業の人事労務担当者、管理職、労働組合役員、従業員の方々など、多くの皆さんのご参加をお待ちしております。

日 時 12月11日(火) 午後1時15分～4時20分まで
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)
講 師 特定社会保険労務士 笹渕 浩一 氏(午後1時15分～3時15分まで)
「労働契約法・高齢者等雇用安定法の改正に伴う企業の留意点」
講 師 小諸労働基準監督署長 児島 庄吾 氏(午後3時20分～4時20分まで)
「労務管理の留意点」

受講料 無料

■お申し込み・お問い合わせ

長野県東信労政事務所(上田市材木町1-2-6長野県上田合同庁舎内) ☎0268-25-7144

国道254号の整備等 について国と県へ要望

柳田市長が会長を務める国道254号
道路整備期成同盟会（構成団体・佐久市
・松本市・上田市・長和町・立科町）は、
10月16日羽田国土交通大臣を訪ね、国道
254号の内山相立地区の急なS字カー
ブの改修や、改良が必要な区間の早期整
備、および三才山有料道路等の早期無料
化に対する財政援助など、安全安心な生
活が図れるよう、安定かつ継続的な予算
措置と着実な道路整備を提言しました。

羽田国土交通大臣から、「防災の観点
から必要な道路であると考えて。道路
整備等の予算の確保に努めていきたい。」
とお話をいただきました。

また、10月29日には、長野県に対し同
様の提言活動
を実施し、北
村長野県建設
部長から、「財
源の確保に努
力し、効率・
効果的な事業
実施を図って
いく」と回答
をいただきました。



■お問い合わせ

土木課 ☎62-3298（直通）

（平成25年度訓練生募集）

佐久高等職業訓練校では平成25年度の訓練生を募集しています

	授業料／年	訓練期間	授業日
建築施工系木造建築科	80,000円	3年	週1日
木材加工系木工科	65,000円	〃	〃
建築仕上げ系左官・タイル科	90,000円	〃	〃
塗装系建築塗装科	90,000円	2年	〃
設備施工系配管科	124,000円	〃	〃

※他に教科書代は実費負担となります。

また、佐久職業訓練協会、非協会
員、佐久地域以外者および、雇用保
険加入者、建設労災加入者、未加入
者により授業料は異なります。（上
記授業料は、協会員である佐久地域
の事業者から派遣された訓練生が雇
用保険加入の例です。）

○入校資格

上記募集科の職種に従事しており雇
用主より派遣される者。

■短期課程

電子計算機科

- ・ 建築CAD（JW）基本コース
（授業料52,500円、訓練期間3
か月、週2回）
 - ・ 建築CAD（JW）応用コース
（授業料52,500円、訓練期間3
か月、週2回）
 - ・ PC入門コース
（授業料52,500円、訓練期間3
か月、週2回）
- 入校資格
（1）中小企業事業主に雇用されてい
る者。

（2）学卒未就職者等で職業能力形成
機会が十分でない者であって、
就職のため受講を希望する者。
（訓練開始時満40歳未満の者）

（3）45歳以上の中高年齢者であって、
再就職の準備のため受講を希望
する者。

（4）出産、育児等を終了した者であ
って、元の職場等に復帰するた
めの準備等で受講を希望する者。
（5）定年退職者であって、再就職の
準備のため受講を希望する者。

■ガーデニング講座

講座期間 平成25年5月～12月まで
（12回）
受講料 30,000円
どなたでも受講できます！

■共通事項

募集期間 平成24年12月10日（月）
～平成25年1月31日（木）
募集定員 普通課程・短期課程・ガー
デニング講座とも10名

■お問い合わせ

佐久高等職業訓練校 ☎62-2276

ご意見をお寄せください

地域密着型サービス事業の基準等を定める条例の骨子(案) に対する意見の募集について

地域密着型介護サービス事業の人員、設備、運営等に関する基準等については、現在は厚生労働省令で定められていますが、国が進めている地域主権改革により介護保険法等が改正され、これらの基準を市が条例で定めることとなりました。

これに伴い、市では、条例の骨子(案)がまとまりましたので、市民の皆さんからのご意見を募集します。

- 募集期間 12月3日(月)～12月14日(金) (必着)
 - 意見の募集方法 任意様式または市ホームページ掲載の意見用紙により、提出する方の住所、氏名および電話番号を明記のうえ次のいずれかの方法で提出してください。
 1. 郵 送：〒385-8501 佐久市中込3056 佐久市役所
高齢者福祉課 介護保険資格係あて
 2. Eメール：kaigohoken@city.saku.nagano.jp
 3. ファックス：63-0241
 4. 持 参：佐久市役所高齢者福祉課介護保険資格係、各支所市民福祉課
※電話や口頭によりご意見をいただくことはできません。
 - 骨子案の閲覧
 - ・市ホームページ (<http://www.city.saku.nagano.jp>)
 - ・市役所市民ホール行政資料閲覧コーナー
 - ・高齢者福祉課、各支所市民福祉課
- お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3154 (直通)

第二次佐久市地域福祉計画に対するご意見を募集します

- 募集期間 12月3日(月)～12月14日(金) (必着)
 - 意見の募集方法 任意様式によりご意見のほか、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してください。
 1. 郵 送：〒385-8501 佐久市中込3056 佐久市役所 福祉課あて
 2. Eメール：fukushi@city.saku.nagano.jp
 3. ファックス：63-0241
 4. 持 参：佐久市役所福祉課、各支所市民福祉課
※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
 - ・市ホームページ (<http://www.city.saku.nagano.jp>)
 - ・市役所市民ホール行政資料閲覧コーナー
 - ・福祉課、各支所市民福祉課
- お問い合わせ 福祉課 ☎62-3147 (直通)

佐久市地域防災計画に対するご意見を募集します

- 募集期間 12月10日(月)～12月21日(金) (必着)
 - 意見の募集方法 任意様式によりご意見とご意見の該当箇所(計画案の編、章、節、該当箇所ページ)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。
 1. 郵 送：〒385-8501 佐久市中込3056 佐久市役所 庶務課防災係あて
 2. Eメール：syomu@city.saku.nagano.jp
 3. ファックス：63-1680
 4. 持 参：佐久市役所庶務課防災係、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
 - ・庶務課、各支所総務課
- お問い合わせ 庶務課 ☎62-3002 (直通)

市内の バス・デマンドタクシー (予約制乗合タクシー) のご利用について

10月1日から、市内のバス・デマンドタクシーの時刻、経路、運賃が改正されています。詳細につきましては、広報10月号とともに配布した時刻表をご覧ください。生活環境課へお問い合わせください。
また、ご利用にあたってお得な割引回数券やフリーパス券などもありますので、ぜひご利用ください。

割引回数券・フリーパス券について

●割引回数券・フリーパス券のご利用対象路線

都市間連絡バス：佐久御代田線

市内完結バス：山手線・香坂線・志賀線・内山線・大沢線・布施線・春日線

市内巡回バス：浅科線・中佐都線・中央線・平根線・岸野線・平賀線

臼田地域および望月地域デマンドタクシー（予約制乗合タクシー）の各路線

●お求め方法

①割引回数券：1組2,000円（200円券11枚綴り）

②フリーパス券：1枚500円（購入当日に限り乗り放題）

①②いずれも各運行事業者および車内、または生活環境課でお買い求めください。（デマンドタクシーをご利用の方が車内で購入される場合は、ご利用予約の際に、運行タクシー事業者に購入される旨をお伝えください。）

●運転免許証を自主返納された方

割引回数券の無償配布を行っております。詳しくは、生活環境課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）

飼い猫の「不妊・去勢手術」に補助金交付

佐久保健福祉事務所では、毎年300匹以上の猫が引き取られており、また、増えすぎた猫や、野良猫による苦情が後を絶ちません。

引き取られる猫や、野良猫による被害を減らすためにも、市では平成24年度より飼い猫の不妊・去勢手術を実施された方を対象に、予算の範囲内で補助金を交付しています。

交付対象は市内在住の方で、平成24年4月1日以降、市内の動物病院で生後6ヵ月以上の飼い猫に不妊または去勢手術を受けさせた方となります。

申請は1世帯につき同一年度内に1匹で、不妊または去勢手術のどちらか1回までとなります。

補助金額・・・雌猫の不妊手術1匹当たり5,000円
雄猫の去勢手術1匹当たり3,000円
予定頭数・・・不妊・去勢手術合わせて240頭前後

申請書類等はホームページからダウンロードするか、生活環境課または各支所市民福祉課にございますので、ご利用ください。

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。

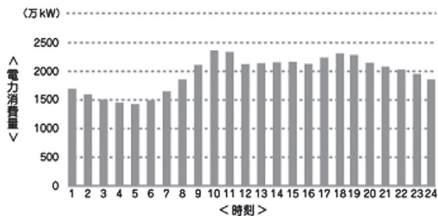
■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

冬の節電のお願い

今夏は、各ご家庭において節電にご協力をいただきありがとうございました。
今冬につきましても、地球温暖化防止のため、市全体で節電に取り組めます。
各ご家庭でのこまめな節電の取り組みご協力をお願いします。

～節電期間～ **平成 24 年 12 月 1 日から平成 25 年 3 月 31 日**

一日の電気の使われ方（冬季の場合）



冬の寒さが厳しい佐久市の電力消費状況は冬場に年間のピークを迎えます。
(首都圏においては夏に年間のピークがきます。)

左記のグラフのように、冬季は、暖房や照明の使用が多くなるため、夏季に比べて、1日のうち電力需要が大きい時間帯が長くなります。（夏季は、暑い日中に電力需要が集中します。）

このことから冬の節電は、1日を通じての取り組みが必要になってきます。

－中部電力(株)ホームページより－



節電メニューを参考に特に外出時など、こまめな取り組みをお願いします。

家庭での冬の節電メニュー

節電効果削減率

エアコン

◎重ね着などをして、室温20℃を心がけましょう（設定温度を2℃下げる）

7%

◎窓には厚手のカーテンをかけましょう

1%

飲食

◎温かい飲み物や食事を摂って、体の中からあったまろう

2%

◎体のあたたまる食材（大根等の根菜、生姜等の香味野菜など）を積極的に摂ろう

テレビ

◎画面の輝度を下げましょう

2%

◎必要な時以外は消しましょう

※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合

冷蔵庫

◎冷蔵庫の設定を「弱」に変えましょう

1%

◎扉を開ける時間をできるだけ減らしましょう

◎食品をつめこまないようにしましょう

待機電力

◎リモコンではなく、本体の主電源を切りましょう

2%

◎使わない機器はプラグを抜いておきましょう

市の推計では、冬場の1か月あたりの1世帯当たり電力消費量は、673kWhになります。目安として3%節電では約20kWh/月の節電で、24円/kWh計算で電気代も480円/月の節約になります。

いろいろな工夫で節電、省エネに努めましょう

～参考 地球温暖化防止全国ネット～

対象	分野	No.	対 策
屋内全般	断熱等	1	窓に空気層のある断熱シートを貼る
		2	暖房時にカーテンやブラインドを閉める
		3	床に断熱シートやカーペットを敷く
		4	すき間テープなどを活用してすき間風を防ぐ
	衣類等	5	機能性素材や発熱性素材の衣類を使って、重ね着をする
		6	湯たんぽ、ひざかけなどを活用する
リビング	暖房	7	室温を低めにし、こたつや電気カーペットなど効率のよい部分暖房を活用する
		8	暖房時に部屋のドアやふすまを閉め、暖房範囲を小さくする
		9	扇風機などを使い、天井付近の温かい空気を室内に循環させる
		10	暖房の使用時間を可能なかぎり短くする（外出30分前に消すなど）
台所	照明	11	照明を使う時間を可能なかぎり短くする
	保温	12	電気ポットや炊飯ジャー保温をできるだけ控える
	炊事	13	圧力鍋などの活用により調理時間を短くする
	食事	14	温かい食事や飲み物を摂る（体を温める食べ物：根菜類、鮭、紅茶）

ウォームシェアでみんなであつたまろう

「いっしょにあつたまろう」を合言葉に、みんなで集まって、エネルギー消費量を減らして、暖かく快適に過ごせる場所を「ウォームシェアスポット」といいます。

長野県では、「信州あつたかシェアスポット」としてみんなで集まって、暖かく快適に過ごせる場所を募集しています。

コミュニケーションも深まり、節電にもつながる「信州あつたかシェアスポット」を積極的に利用しよう。

・佐久地域の登録施設・場所については、市ホームページ等でも随時紹介していきます。

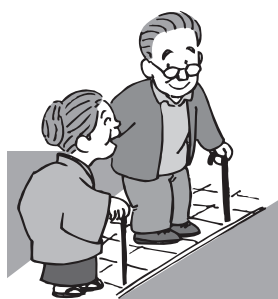
年末の交通安全運動の実施について

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

運動の期間 12月11日（火）から12月31日（月）までの21日間

運動の重点

- 1 高齢者の交通事故防止
- 2 夕暮れ時と夜間の交通事故防止
- 3 交差点における交通事故防止
- 4 飲酒運転の根絶
- 5 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底



1 高齢者の交通事故防止

高齢者の死亡事故は、全死者の半数を超えています!!

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

高齢者の歩行者の多くは、自宅近くで交通事故に遭っています。

いつもの通り慣れた道路でも、しっかりと安全を確認して渡りましょう。

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

2 夕暮れ時と夜間の歩行中交通事故防止

歩行中・自転車乗用中の死亡事故の約7割が夜間に発生しています。

夜間は視界が狭くなることから、横断者があることを予測して安全な速度で運転し

ましょう。

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

夜間の外出は、明るい服装と反射材の活用に努めましょう。

3 交差点における交通事故防止

交通事故の約半数が交差点・交差点付近で発生しています。交差点では必ず安全確認を徹底しましょう。

4 飲酒運転の根絶

飲酒運転による悲惨な交通事故が未だに後を絶ちません!

しかし：飲酒運転は悪質な犯罪です!!
飲酒運転をした人だけではなく、「お酒を提供した人」「車を提供した人」「同乗した人」も処罰されます。

飲酒運転は、あなたの人生をダメにします。

自分の家族のためにも、飲酒運転は絶対にしていただき!!

5 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

シートベルト非着用者の致死率は着用者の約17倍!!

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

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

チャイルドシート着用は大人の責任です!!

信濃路は ゆつりの笑顔と ゆずりあい

長野県民交通災害共済の
見舞金請求を
忘れていませんか?

長野県民交通災害共済に加入していても請求を忘れている方がいます。

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

* 万一交通事故に遭われたら、まず生活環境課窓口にお問い合わせください。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（内線376・377）

年末・年始のし尿汲み取りの受付

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

佐久・臼田

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

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

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

(有)東信環境衛生社（☎82-3651）

浅 科

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

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

浅科衛生センター（☎58-2018）※受付は12月20日(木)まで

望 月

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

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

(有)望月広衛社（☎53-4870）

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

うな沢第2最終処分場 日曜日開場のお知らせ

※ご注意ください。今年度は、第4日曜日が開場日です。

下記日程のとおり、うな沢第2最終処分場の日曜の開場をします。

日 時 12月23日(日)（雨天決行）（お間違えのないように）

午前8時30分～正午／午後1時～午後4時

◆ふとん・じゅうたん・大型プラスチック類等、指定袋に入らない埋立ごみのみの受け入れとなります。

【受け入れできないもの】マットレス・座椅子・ソファ・家電製品・家具類・農業用プラスチック等。

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

◆市外からの搬入を防止するため、持ち込まれる際には、身分証明書（運転免許証）等を確認させていただきます。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

灯油の流出にご注意を！

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

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

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

灯油の流出事故を
未然に防止するための
ポイント

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

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

佐久市新品目導入試験ほ場について 「ミニトマト・ズッキーニ」の優良品種選定試験等を実施しました

本年、新品目導入試験ほ場では、市内において次年度以降に栽培に適した品種を選定するための優良品種選定試験を、JA全農長野・JA佐久浅間・佐久農業改良普及センターと共同で実施しました。

この試験結果については、今後全農より全県の調査結果と合わせて公表され、平成25年度の栽培推奨品種として取り入れられる予定です。

佐久市新品目導入試験ほ場では、今後も伝統野菜と新品目の栽培や新たな技術について実証試験を行っていきます。

来年度の栽培品種や技術についても、市民の皆さんからのご意見を募集しておりますので、お気軽にご連絡ください。



ミニトマトの耐病性についての調査



佐久古太きゅうり栽培講習

■お問い合わせ 農政課 ☎62-3203（直通）

補助金をご利用ください

ペレットストーブ購入補助金

＊

地球温暖化防止に寄与し、循環型社会を進めることを目的に、長野県の補助事業を活用して、住宅にペレットストーブを設置する方を対象に補助金を交付しています。

- 補助金額は、10万円を上限とします。（残り予算2台分）
- 申請の受け付けは随時受け付けとなります。
- 申請後、市の交付決定を受けてから工事に着手してください。（事前着工は認められません。）
- 申請受付時間は、平日の午前8時30分から午後5時15分までです。

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

生ごみ処理機等購入補助金

＊

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、予算の範囲内で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台又は生ごみ処理容器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6千円

申請書類等は、生活環境課および各支所市民福祉課生活環境係の窓口にあり、市ホームページからもダウンロードできます。

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

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

ぴんころ 御膳 四季の詩[®]

ぴんころ御膳料理コンテストの 入賞作品 を紹介します

空気は冷たく澄んで、緊張感も走る寒い時期の到来です。
10月に行われたぴんころ御膳コンテストで最優秀作品に選ばれました作品を紹介します。

地元食材、「青ばつ」を使用した簡単手軽にできる「青ばつ入りドライカレー、大根とツナ炒め、きゅうりの大葉あえ」です。子どもから大人まで幅広い年代で手軽に味わえるカレー味、ぜひご家庭でもいかがですか？

(材料はすべて4人分)

■この御膳は1人分 エネルギー641[※]kcal カロリー 塩分2.6g

【きゅうりの大葉あえ】

材料 ・きゅうり200g ・乾燥わかめ4g ・大葉4枚 ・レモン汁小さじ2 ・しょう油小さじ1.1/3

作り方

- ①きゅうりは縦半分にして斜めに切る。
- ②わかめは水で戻して水気を切っておく。
- ③大葉はせん切りにする。
- ④材料を合わせ、レモン汁、しょう油で和える。



【大根とツナ炒め】

材料 ・大根200g ・ツナ缶80g
・大葉4枚 ・塩0.4g ・こしょう少々
・酒小さじ2 ・ごま油小さじ1
・しょう油小さじ2/3

作り方

- ①大根は、薄い短冊に切り、大葉はせん切りにする。
- ②ツナ缶は油をきっておく。
- ③強火のフライパンでごま油を熱し、大根を炒める。大根が透き通ったら、塩こしょうをし、ツナを加えてさらに炒める。
- ④しょう油、酒で味を調えて器に盛り、大葉を飾る。

【青ばつ入りドライカレー】

材料 ・米2合 ・豚ひき肉200g ・茹で青ばつ（茹で大豆）200g ・玉ねぎ200g ・人参40g
・にんにく2/3片 ・生姜4g ・カレー粉大さじ2 ・油小さじ4
A（塩0.4g ウスターソース小さじ3 ケチャップ小さじ4 こしょう少々
ナツメグ少々 ローリエ1枚 粉末コンソメ6g）

作り方

- ①米を洗い、普通に炊く。
- ②野菜はすべてみじん切りにする。茹で青ばつはそのまま使用する。
- ③フライパンを中火で熱し、油を入れ、にんにく、しょうが玉ねぎを炒めて、玉ねぎがしんなりしたら豚ひき肉を入れ、さらに炒める。
- ④人参を加えて炒め、さらに青ばつを加えて炒める。
- ⑤カレー粉を入れてよく炒め、調味料Aを入れて10分程、焦がさないように煮込む。
- ⑥皿に盛り付ける。

ぴんころ御膳 3つのポイント

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

☆次回の四季の詩は「ぴんころ御膳料理コンテスト優秀作品」の予定です

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3189（直通）

冬のバルーン
スペシャルイベント情報



12.1 SAKU BLOOMイルミネーション コラボイベント

たけしバルーン お披露目式 15:30～
バルーンからイルミネーション 17:00～

ピードたけしさん協力による熱気球が完成!

12月1日
(土)

お披露目式 午後3時30分～午後4時25分

場所：イオンモール佐久平西側駐車場（JR佐久平駅前）

※雨天時：イオンモール佐久平1階セントラルコート

●安全祈願祭・熱気球の立上げ・記念グッズもらえるかも…

●当日は、スペシャルゲストとして、タレントの**ダンカン**さん



12月1日
(土)

12月15日(土)
平成25年

1月12日(土)

26日(土)
(予定)

場所
イオンモール佐久平
西側駐車場

場所
佐久勤労者福祉
センター前広場

「バルーンからイルミネーション」 午後5時～午後7時頃

料金：中学生以上2千円 小学生5百円 未就学児無料

※小学生以下は保護者同乗が必要。当日受付となります。

●SAKU BLOOMイルミネーションをたけしバルーンに乗って
お楽しみください。

※雨天強風時中止

12月2日
(日)

12月23日
(日)

「たけしバルーン体験搭乗会」 午前7時30分～午前9時頃

場所：佐久勤労者福祉センター前広場

料金：中学生以上2千円 小学生5百円 未就学児無料

※小学生以下は保護者同乗が必要。当日受付となります。

●係留した熱気球が地上約20mの高さまで上がります。

※雨天強風時中止



12月22日(土)
23日(日)
24日(月)

「空からサンタがやって来た」 サンタフライト

午前7時～午前9時頃 場所：市内の空

●たけしバルーン・佐久の鯉太郎に乗ってサンタクロースがやってくる！
プレゼントを持ってくるかも！「夢と感動」をみんなで体験しよう！

※雨天強風時中止

平成25年
1月1日
(元日)

「たけしバルーン賀正フライト本年もよろしくお願いします」

午前7時～午前9時頃 場所：市内の空

2013初フライト「たけしバルーン」が新年のごあいさつ！

※雨天強風時中止

■お問い合わせ 佐久市観光協会 ☎62-3285（直通）

うすだスタードームへ行こう!!

★ふたご座流星群観望会

夏のペルセウス座流星群と並び、毎年多くの流星が流れることで有名な「ふたご座流星群」。今年は12月13日夜が出現のピークで、月明かりもなく好条件です。うすだスタードームではこの日、「ふたご座流星群観望会」を開催して、流星のほか、望遠鏡による木星や冬の星空観望を行ないます。予約は不要です。

日 時 12月13日（木）午後9時～翌午前0時
（自由解散）※雨天中止

会 場 うすだスタードーム

内 容 ふたご座流星群観望、冬の天体観望

参加料 無料（入館料 一般500円/小中学生250円は必要です。）



★クリスマス観望会

クリスマス・イブの星空を楽しむ観望会です。月面や木星、オリオン座など、冬の星空の名所を、望遠鏡や双眼鏡でご案内します。

予約

は不要です。多数の参加をお待ちしています。

日 時 12月24日（月）（振替休日）
午後7時30分～9時

会 場 うすだスタードーム

内 容 大型望遠鏡による冬の星空観望・冬の星のお話

参加料 無料

（入館料 一般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

平成24年度 人権啓発標語優秀作品が決まりました

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

16校から170点の作品が寄せられ、次の3点が優秀作品に選ばれました。

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

友だちは 自分を支える たからもの
やめようよ 勇気の声が 大きな力
考えよう 人のいたみを 悲しさを

碓氷和佳奈さん（岸野小学校）
福島 聡太さん（佐久城山小学校）
花岡 雪菜さん（望月小学校）

■お問い合わせ 人権同和課 ☎62-3135

佐久市子ども未来館

12月のイベント情報

プラネタリウム冬季番組



曜日	時間	11:30~	14:00~	15:30~
平日		オーロラを見た恐竜たち (団体がない場合のみ)	団体予約	ブラブラ！ ブラックホールのナゾ
土・日・祝		オーロラを見た恐竜たち	オーロラを見た恐竜たち	ブラブラ！ ブラックホールのナゾ

☆オーロラを見た恐竜たち

およそ7000万年前に厳しいアラスカの地で生きた恐竜も天に輝くオーロラを見たことでしょう。近年調査が進む北極圏の恐竜とオーロラをテーマにした科学プラネタリウム番組です。

☆秘密結社鷹の爪

～ブラブラ！ブラックホールのナゾ～

ある日、鷹の爪団の秘密基地で、吉田くんが、うっかり「ブラックホール」を作ってしまったことから、物語が始まります。その始末に困った鷹の爪団は、ブラックホールの正体の謎に迫る奇想天外な番組です。



©蛙男商会/DLE

(両番組とも星座紹介とあわせて、約45分間)

期 間：12月8日(土)～3月3日(日)まで

料 金：観覧券または入館観覧セット券で観覧できます。

※12月3日から7日までは番組入替の為、投映を休止させていただきます。

○新設○

「ちびっこルーム」みんな集まれ！

小さなお子さんも気軽に遊べるスペースができました。体や頭をつかうたくさんの遊具がそろっています。

期 間：12月1日(土)～3月10日(日)



まじかるステップ

※入館料のみで利用できます。

4歳未満のお子さんは無料。

プラネタリウム特別投映番組

『クリスマスライブコンサート』

生演奏のBGMやクリスマスソング、冬の夜空に輝く星々や星座などのお話、クリスマスにまつわるお話を聴きながら、満天の星空をお楽しみください。

日 時：12月23日(日・祝)

午後6時30～7時30分まで

(受付は、午後6時から6時20分まで)

料 金：大人 560円

子ども 280円(4才未満は無料)

託 児：無料 ※事前にお申込みください。

申 込：事前申込制です。子ども未来館まで電話でお申し込みください。



12月の実験教室

毎週土曜・日曜・祝日に実験教室を開催しています。

開催時間：①10時50分～ ②1時20分～

③2時50分～ (約30分間)

当日会場で申込みをしてください。

12月1日(土)・2日(日)	ホロスベックめがねをつくろう
12月8日(土)・9日(日)	まつぼっくりのX'masツリー
12月15日(土)・16日(日)	てづくりろうそくをつくろう
12月22日(土)～24日(月)	風船でおもしろサイエンス ※申込不要

2日間限定企画「おとなの未来館」

大人の方向けの企画が満載の2日間。詳しくは、ホームページ等をご覧ください。

日 時：12月17日(月)、18日(火)

9時30分～5時

大人のための科学教室

「万華鏡をつくろう」(事前申込制)

日 時：12月4日、11日、18日、25日(火)

10時30分～11時30分

◆ 利 用 案 内 ◆

開館時間：午前9時30分から午後5時まで

休 館 日：12月29日～1月1日

毎週木曜日(祝日の場合は開館)

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 工房等に入館する場合	大人	500円
		子ども	250円
観覧券 (1回分)	プラネタリウム投映番 組を観覧する場合	大人	700円
		子ども	350円
入館観覧セット券(1回分)		大人	1,000円
		子ども	500円

昆虫体験学習館からのお知らせ

極限の世界の昆虫展



- 開催期間：平成24年12月22日（土）～25年3月31日（日） 特別展開催中は無休
- 営業時間：10:00～16:30
- 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：

砂漠や高山など、厳しい環境下であっても昆虫達は生きています。

厳しい環境下では、外敵に襲われるリスクが小さいことが一つの理由として考えられますが、昆虫達は、乾燥や低温に耐えて生きていくため、長い進化の過程の中で、「特別なからだ」を自ら作り上げてきました。一切の無駄を排除したその姿は、昆虫そのものが持つ美しさそのものです。



高山蝶の「チベットジャノメ」

- 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>

佐久スキーガーデン「パラダ」からのお知らせ

佐久スキーガーデン「パラダ」は、12月22日（土）にオープン予定です。今シーズンも佐久市民ご優待カードを下記のとおり販売致しますので、皆さんぜひご利用ください。

「佐久市民ご優待カード」の販売

- 販売価格：3,000円
- 有効期間：2012～2013ウインターシーズン中
- 購入条件：佐久市民および佐久市にお勤めの方（ご住所、身分の証明ができる物、保険証等をお持ちください）
- 販売期間：平成24年12月20日～平成25年1月31日まで
- 申込方法：パラダ販売窓口で申込用紙を受け取り、必要事項をご記入のうえ同窓口へお申し込みください。
南パラダ：センターハウス管理事務所、北パラダ：チケット売場（オープン前は南パラダで受付）

- 営業期間：平成24年12月22日～平成25年3月31日 全日8:30～16:30
（営業期間、時間等はグレンデ状況により変更になる場合がありますのであらかじめご了承ください）

「佐久市民ご優待カード」3大特典

その1：リフト券優待割引

券 種	通常料金	カードご優待料金
1日券 大人	3,900円【2,900円】	2,000円【1,500円】
1日券 小学生 シニア	2,900円【2,100円】	1,500円【1,100円】

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

その2：レンタルセット1日料金が500円割引

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

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

その3：南北パラダ内レストラン10%割引

南パラダ「ラ・ズッカ」「バーズカフェ」 北パラダ「ロッソビアンコ」「ヴェルデ」	ご利用総額の10%割引
--	-------------

※精算前に各レジへ提示ください。

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

- お申し込み・お問い合わせ先
〒385-0003 長野県佐久市下平尾2681 佐久スキーガーデン「パラダ」
☎67-8100 URL <http://www.saku-parada.jp>

●銀河連邦サンリクオオフナト共和国PRキャラクターデザイン募集

銀河連邦サンリクオオフナト共和国（大船渡市）では、銀河連邦友好交流25周年を記念し、銀河連邦の活動や大船渡市の魅力をより効果的に発信するためPRキャラクターデザインを募集しています。

詳しくは、大船渡市のホームページにアクセスしていただき、「お知らせ→銀河連邦サンリクオオフナト共和国PRキャラクターデザインの募集について」をご確認ください。

皆さんからの応募をお待ちしています

募集期間 12月13日(木)まで
(必着)

●平成25年度4月訓練生募集

佐久技術専門学校では平成25年4月からの訓練生を募集しています。

■短期課程

(平成25年4月～9月)

募集コース 機械CAD加工コース

募集人員 10名

授業料等 無料(教科書代等実費)

資格 中学校卒業者、または同等以上と認められる者

■普通課程

(平成25年4月～26年3月)

募集コース 生産技術システム科

募集人員 20人

授業料等

授業料 118,800円(年額)

入校料 5,650円(収入証紙)

入校審査料 2,200円(収入証紙)
(教科書代等実費)

資格 高等学校卒業者、または同等以上と認められる者

■共通事項

募集期間 1月4日(金)～17日(木)

入校選考 1月28日(月)

8時30分受付

問合せ 長野県佐久技術専門学校

☎62-0549

または佐久ハローワーク

☎62-8609

●「クリスマス家族映画会」のご案内

一人ひとりの人権を尊重した明るい社会を願って「クリスマス家族映画会」を開催いたします。

「昆虫物語みつばちハッチ」は、国民の人気テレビアニメーション「昆虫物語みなしごハッチ」の劇場版作品です。

母親を探す旅に出たみつばちのハッチと、虫の言葉がわかる人間の少女アミィとの絆や、虫たちの目を通した環境破壊といった深遠なテーマを描いています。

日時 12月23日(日)午後2時～

会場 佐久市コスモホール

作品 昆虫物語みつばちハッチ
(上映時間101分)

入場 無料

問合せ 中央隣保館 ☎62-0991

●中央隣保館 地域交流事業

■正月の生け花教室

日時 12月27日(木)

午後1時30分～3時30分

会場 中央隣保館

講師 佐藤澄子先生

定員 20名

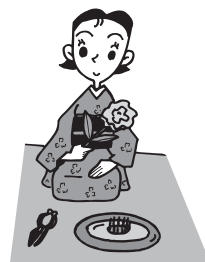
持ち物 花器 剣山 はさみ
新聞紙

参加費 材料費実費(花代)

申込締切 12月17日(月)

申込・問合せ 中央隣保館

☎62-0991



ご寄附ありがとうございます

【ふるさと納税寄附】

▼「ふるさとのおやじおふくろ達者かい」に金40,000円

井出直子様(東京都)

【一般寄附】

市へ

▼現金 4,000円

佐久の鯉太郎 Z様

▼現金 300,000円

国際ロータリー第2600地区様(上田市)

東保育園へ

▼ズッキーニ 12kg

柳沢直明様(志賀)

平賀保育園へ

▼ズッキーニ 27kg

柳沢直明様(志賀)

中佐都保育園へ

▼りんご 160個

中佐都果樹部会様

浅科中学校へ

▼トランペット

内藤切次朗様(軽井沢町)

●公募「佐久平の美術展」作品募集

美術愛好家の皆さんの作品を募集します。平成24年度第27回佐久平の美術展に作品応募を希望される方は、募集要項をご請求ください。入選作品は、2月9日から2月24日まで市立近代美術館で展示いたします。皆さんの応募をお待ちしています。

部門 平面（日本画・洋画・その他）

立体（彫刻・工芸・その他）

規格 平面作品はS100号以下。額・吊り金具を装備する。立体作品は縦・横・奥行いずれも2m以下で60kg以下、自立するもの。最小サイズほかの規定もあります。

応募手数料 1点3,000円
（高校生1,000円）

搬入日 平成25年1月25日(金)～27日(日)
（近代美術館に直接搬入）
（審査を行い入選作品と賛助出品による展覧会を開催します。）

問合せ・募集要項請求先
近代美術館 ☎67-1055

●スポーツ教室参加者募集

●少年少女スキー教室参加者募集

対象 小学3年生～中学生
期日 1月13日(日)・20日(日)・27日(日)
時間 午前9時～11時30分
会場 佐久スキーガーデンパラダ
定員 40人
参加費 4,000円
（申込時に納入してください）

申込・問合せ

体育課（佐久市総合体育館内・☎62-2020）

※申込みは12/3(月)より受け付けます。なお、電話での申し込みはできません。

●スポーツ大会参加者募集

●第46回佐久市民スケート大会兼第24回銀河連邦星の町スピードスケート親善大会

期日 1月3日(休)

会場 松原湖高原
スケートセンター

種目

- ◆小学3年～中学校および一般男女500m
 - ◆小学5年～中学生男子1,500m・女子1,000m
 - ◆小中学校および一般男女2,000mリレー
 - ◆園児100m
 - ◆小学1～2年生300m
- 参加費** 一人1,000円（申込時に納入してください）

申込・問合せ

佐久市体育協会事務局
（佐久市総合体育館内 ☎62-2020）

●第8回佐久市民元旦マラソン大会

日時 1月1日(火)

開会式 午前9時

スタート 午前9時30分

集合場所 岩村田小学校

コース 岩村田～志賀

種目

- ◆1.5km…小学4・5・6年男女
- ◆3km…中学生・高校生・一般女子・35歳以上男子
- ◆5km…中学生男子

◆10km…高校生以上男子

参加費 一人

小中学生300円

高校生500円／一般1,000円

申込 12月17日(月)までに、参加費を添えて、体育協会事務局（佐久市総合体育館内）または体育課各地区体育係へ申し込んでください。

問合せ 佐久市体育協会事務局
（佐久市総合体育館内 ☎62-2020）

●あなたを必要としている子どもがいます ～里親募集～

近年、子どもや家庭を取り巻く環境が大きく変わり、いろいろな事情により家庭で暮らせない子どもがいます。

このような子どもたちのために、家庭的な環境を確保し、子どもを心身ともに健やかに育てることを目的とした里親制度がますます重要となってきています。

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

里親になるために特別な資格はいりません。子どもの養育には公費も支給されます。

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

問合せ 佐久児童相談所

☎67-3437

子育て支援課 ☎62-3149

広告欄

Merry Christmas

つしゼントに本を贈ろう!

クリスマスカードも
たくさんあるよ☆

ラッピング
無料

☆カレンダー・日記帳・年賀状 CD-ROM 好評発売中!! ご購入はお早めに。

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)

大阪屋

あさみ店

TEL. 0120-254-546 FAX. 0267-66-1058

営業時間 / 10:00～22:00 [年中無休]

●一冊からでもお取り寄せOKです。●配送サービスもごさいます。

今月(12月)の「おはなしの会」は

●13日(木) 10:30～(第2木曜)

●22日(土) 15:00～(第4土曜)

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

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

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

白田・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

広告欄

●今年も「工業統計調査」を実施します

経済産業省では、「工業統計調査」を12月31日現在で実施します。

「工業統計調査」は、製造業を営む事業所を対象として、その活動実態を明らかにすることを目的としています。

調査結果は、国や地方公共団体の行政施策の重要な基礎資料として利用されるとともに、企業、大学などでの研究資料、小・中・高等学校の教材など、広く利用されます。

皆さんからご提出していただく調査票については、統計法に基づき調査内容の秘密は厳守されます。

調査にご理解をいただき、調査票へのご記入をよろしくお願いいたします。

※「工業統計調査」は、「経済センサス活動調査」が行われる年度を除き、毎年12月31日現在で実施されます。

※「輸出生産実態調査」も同時に実施されます。

経済産業省・長野県・佐久市

問合せ 情報統計課 ☎62-3923

経済産業省（工業統計調査）

ホームページ

<http://www.meti.go.jp/statistics/tyo/kougyo/index.html>

●都市計画（案）の閲覧

都市計画法第19条第1項により、都市計画決定をしたいので、同法第18条の2第2項の規定により、下記のとおり都市計画（案）の閲覧を行います。なお、都市計画（案）について、公述の申し出を

するときは、公聴会の1週間前までに、書面により市長にその旨申し出ることができます。

都市計画（案）の種類および名称

◆佐久都市計画下水道

◆佐久市公共下水道区域の変更

閲覧期間 12月3日（月）～17日（月）

（土・日・祝日を除く）

公聴会 12月25日予定

閲覧場所 建設部都市計画課

問合せ 下水道建設課 ☎63-6250

●若き表現者展「須藤友丹日本画展」および「佐久の演劇祭」水無月公演について

■「若き表現者展」須藤友丹日本画展

開催期間 12月3日（月）～9日（日）

開催時間 午前9時～

午後6時30分

（最終日は午後5時まで）

場所 佐久創造館102号室

入場料 無料

■「佐久の演劇祭」水無月公演

開催日 12月2日（日）

開催時間 午後3時開演

場所 佐久創造館102号室

出演 演劇集団「水無月」、須藤友丹

入場料 無料

なお、「佐久の演劇祭」は12月1日および2日の2日間に亘り開催します。演劇集団「水無月」のほか、地元劇団や創造館演劇講座など、5団体が出演予定です。

問合せ 長野県佐久創造館

☎68-2811

●長野県・市町村差押財産公売会開催のお知らせ

長野県と県下の参加市町村において、税金等の滞納処分により差押えた財産（動産）の合同公売会を開催します。

今回は佐久市をはじめ、9団体が出品します。

日時 12月8日（土）

午後12時30分開場（受付）

場所 長野県松本合同庁舎講堂（長野県松本市大字島立1020）

公売方法 入札

当日必要なもの

①購入代金（お支払いは現金のみとなります）

②印鑑

③本人確認ができるもの

その他 公売物件の引渡しは売買代金納付時の現況で行います。

問合せ

長野県総務部税務課

県税徴収対策室

☎026-235-7050

または 収税課 ☎62-3043

募集

●佐久市児童生徒写生大会作品展

日時 12月15日（土）～

平成25年1月14日（月・祝）

午前9時30分～午後5時

展示作品 平成24年度第8回佐久市児童生徒写生大会で制作された作品

場所 近代美術館

問合せ 近代美術館 ☎67-1055

広告欄

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/>

広告欄

●「人権なんでも相談所」

12・1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

(12月3日、10日、17日

1月7日、21日、28日)

場所 長野地方方法務局佐久支局

相談員 佐久地域の人権擁護委員

問合せ 長野地方方法務局佐久支局

☎67-2272

●もちづき人権フェスティバル

期日 12月8日(木)午前9時～

会場 望月人権文化センター

内容 ◆人権講演会

◆解放子ども会ほか発表

◆健康相談

◆生活・人権相談

◆わたあめ・とん汁サービスなど

参加料 無料

問合せ 望月人権文化センター

☎51-1135

●中皮腫や肺がんなど、石綿による疾病の補償・救済について

中皮腫や肺がんなどを発症し、それが労働者として石綿ばく露作業に従事していたことが原因であると認められた場合には、労災保険法に基づく各種の労災保険給付

や石綿救済法に基づく特別遺族給付金が支給されます。

石綿による疾病は、石綿を吸ってから非常に長い年月を経て発症することが大きな特徴です。

中皮腫などでお亡くなりになられた方が過去に石綿業務に従事されていた場合には、労災保険給付等の支給対象となる可能性がありますので、まずはお気軽に最寄りの都道府県労働局または労働基準監督署にご相談ください。

制度のご案内は厚生労働省ホームページでもご覧になれます。

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/rousai/120406-1.html>

問合せ 長野労働局労災補償部
労災補償課

☎026-223-0556

小諸労働基準監督署

☎0267-22-1760

●くらしと健康の相談会

借金の返済に困り、生きているのに疲れてしまった…

突然、離婚の意思を告げられ、混乱している…

弁護士による失業、家庭問題、多重債務等の法律相談とあわせて、関係機関職員による生活・就業相談、保健師によるこころの健康などの健康相談をお受けします。

日時 12月5日、12日、19日、26日(毎週水曜日)

いずれも

午前10時～12時

午後1時30分～3時30分

(1件1時間、予約制)

場所 佐久合同庁舎

(佐久市跡部65-1)

内容 弁護士による法律相談、関係機関による生活・就労相談、保健師による健康相談

費用 無料

申込 佐久保健福祉事務所

健康づくり支援課

☎63-3164

※各相談日の2日前までに申し込んでください。

●「こころの相談日」

12月の予定

日にち	会場
12月13日(木)	佐久市保健センター 1階
12月17日(月)	臼田支所 2階会議室

時間 午後1時～3時

(1日2件・予約優先)

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



佐久長聖 入試説明会

〈高校〉12月 1日(土) 10:30～12:00

〈中学〉12月16日(日) 10:00～12:00

事前申込不要 直接お越しください
昨年の入試問題を差し上げます

高校 / 佐久市岩村田 951 電話 68-5588

中学 / 佐久市岩村田 3638 電話 68-6688

佐久長聖

検索

<http://www.chosei-sj.ac.jp/>

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ICより
車で3分!

入居一時金 なし 月額利用料 133,000円～138,000円

①内訳 / 食費・管理費・水道光熱費・食費 ②別途 / 冬期暖房費
10月～3月(6,000円/1人) ※介護保険利用料別途 ③入居で
きる方 / 要支援2～要介護5の認定を受けている方 ④全室個室

看・介護
スタッフ募集

のぞみグループ ☎0267-22-9274 営業主体
(株)エスワールド

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

発売中

1200円

のぞみの扉

チャンスを引き寄せて
思いを叶える方法

甘利唐子著 / P・H・P・リレーン

お知らせ

●長野県最低賃金のおしらせ

最低賃金制度は、最低賃金法に基づき、国が賃金の最低額を定め、使用者は、その金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとされている制度です。

長野県内の事業場で働く全ての労働者と、労働者を一人でも使用している全ての使用者に適用される「長野県最低賃金」が、平成24年10月1日から時間額700円に改定されました。

この機会に、ぜひ賃金の確認をしてみてください。

なお、対象となる賃金は、通常の労働時間・労働日に対応する賃金で、臨時に支払われる賃金、精皆勤手当、通勤手当および家族手当などは含まれません。

問合せ

長野労働局労働基準部賃金室

☎026-223-0555

小諸労働基準監督署

☎0267-22-1760

●佐久平の美術展受賞者展 —平成23年度受賞者による—

平成23年度第26回佐久平の美術展受賞者の作品を展示します。日本画・洋画・彫刻の3部門から、計20点程度の作品を展示。

観覧無料

会期 12月15日(土)～

1月14日(月・祝)

時間 午前9時30分～午後5時

場所 近代美術館第3展示室

●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。大勢の皆さんのご協力をよろしくお願いします。

会場 イオン佐久平店

日時 12月2日(日)

午前10時～11時30分

午後1時～4時

会場 社会医療法人恵仁会

くろさわ病院

日時 12月3日(月)

午後1時30分～3時30分

会場 長野県厚生連

佐久総合病院看護専門学校

日時 12月8日(土)

午前10時～11時30分

午後1時～3時

会場 佐久税務署

日時 12月11日(火)

午後1時30分～2時

※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

保健予防係

☎62-3527(直通)

●司法書士会による「無料相談会」

日時 12月21日(金)午後1時～3時

会場 浅科支所 大会議室

問合せ 長野県司法書士会

佐久支部

☎66-3344

●エイズに関する相談や検査について

12月1日は「世界エイズデー」です。

エイズはHIVというウイルスに感染することで起こる病気です。

長野県は全国的にみてもHIV感染者・エイズ患者が多く報告されています。

特に男性が多く、エイズを発症してから報告されるケースが多数となっています。

保健福祉事務所では、エイズに関する相談やHIV検査を無料で行ってあります。その日のうちに結果をお伝えできるHIV迅速検査も受けられますので、お気軽にお問合せください。

検査の予約・問合せ

佐久保健福祉事務所

☎63-3164

※HIV検査の実施日時等

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

①HIV通常検査

平日 午前8時30分～午後5時

随時受付

・検査結果は、1週間後以降に来所していただきお伝えします。

②HIV迅速検査

毎週木曜日午前9時～11時30分、

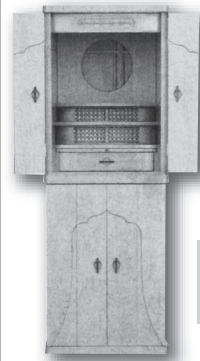
毎月第1火曜日午後5時～6時

・電話にて予約必要

・検査結果は、およそ1週間後に来所していただきお伝えします。

(確認検査が必要な場合は、1週間後以降にお伝えします。)

広告欄



お仏壇のある生活

一日の内のほんの僅かな時間でもいい、お仏壇に向かい、ご先祖と語り合う、そんな心のゆとりが、毎日の暮らしを変えるかもしれません。命とか、愛とか、感謝とか、人間に一番大切なことを子供たちに伝えてもらうためにも、お仏壇は貴重な心のよりどころなのです。

まだ白木のお位牌ではありませんか？
お位牌は、故人の象徴であり、また故人そのものといえましょう。この時を機会に漆仕上げまたは黒檀、紫檀などの銘木の「本位牌」でご供養されることをお勧めします。

銘木・和木 佛壇専門店 日栄堂
TEL0267-63-3219 佐久市野沢603-3(141バイパス沿い) ミニイック 屋根の上の白衣観音が目印です

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](#)

広告欄

税金コーナー

税目	市県民税 国民健康保険税	第4期 第6期
納期限	12月28日	

保険料コーナー

	介護保険料 後期高齢者医療保険料	第9期 第6期
納期限	12月28日	

下水道コーナー

納期限	1月4日
下水道使用料	12月請求分
下水道受益者負担金	12月納付分
納期限	12月25日

12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	11日(火)・25日(火)
■中佐都児童館	6日(木)・20日(木)
■岩村田児童館	14日(金)
■中込児童館	7日(金)・21日(金)
■東児童館	4日(火)・18日(火)
■泉児童館	5日(水)・19日(水)
■岸野児童館	3日(月)・17日(月)
■高瀬児童館	12日(水)・26日(水)
■佐久城山児童館	13日(木)・27日(木)
■望月児童館	4日(火)・18日(火)
■あさしな児童館	13日(木)・27日(木)
■平根児童館	10日(月)
■小田井児童館	17日(月)
■切原児童館	5日(水)
■臼田児童館	12日(水)
■青沼児童館	19日(水)
■田口児童館	26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。

12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・5日・7日・8日・10日・11日・12日・14日・
15日・17日・18日・19日・21日・22日・25日・26日・28日
- あさしな保育園内／午前9時～午後2時
3日・5日・7日・10日・12日・14日・17日・19日・21日・26日・
28日
- 協和保育園内／午前9時～午後3時
3日・4日・5日・6日・7日・10日・11日・12日・13日・14日・
17日・18日・19日・20日・21日・25日・26日・27日・28日
- 問合せ 子育て支援課 ☎62-3149 (直通)
または各支所市民福祉課

地域集団健診

- 乳がん集団検診
1月10日(木) 望月総合支援センター
1月11日(金) 野沢会館
1月17日(木) 浅科保健センター
1月18日(金) 浅科保健センター
1月30日(水) 臼田保健センター (あいとびあ臼田)
1月31日(木) 臼田保健センター (あいとびあ臼田)
- 申込・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



相談コーナー

●行政相談

あいとびあ臼田 12月19日(水) 午後1時30分～4時
市役所 7階 702会議室
12月20日(木) 午後1時～4時
■問合せ 庶務課 ☎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 ☎62-2918(直通)
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)

児童生徒・保護者の皆さんが持つ、心理的な悩み(いじめ・人間関係・人権侵害・生きる悩み他)を乗り越え、希望を持って明るく生きることへの相談・支援
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

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・RDテスト(お口のむし歯菌のテスト)・歯の
染め出し・歯科相談・歯科医師による歯科講話・歯科医
師との座談会
日時 12月13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・63-3782



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・歯の染め出し・歯科相談・歯科医師による歯
科講話・育児相談
日時 12月6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・63-3782



Data File

人口

総数	100,416人	(+10人)
男	49,098人	(-6人)
女	51,318人	(+16人)
世帯数	39,402世帯	(+24世帯)
(11月1日現在)		(増減は前月比)

救急・火災・交通事故件数

10月の月間件数 平成24年1～10月の累計		
人身事故	51件	400件
死亡	0人	4人
負傷	62人	514人
救急	292件	3,074件
火災	4件	40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・印鑑登録、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)

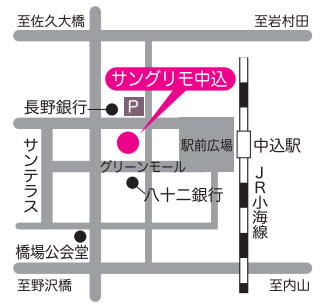
開設日 12月23日(日)(第4日曜日) 時間 午前8時30分～午後0時30分

■夜間窓口

開設日 市役所／平日は毎日開設します
各支所／12月3日(月)・10日(月)・17日(月)・25日(火)
時間 午後6時30分まで

12月の休日急病診療・平日夜間急病診療

診療時間	休日急病診療			平日夜間急病診療
	休日当番医	休日小児科急病診療	休日救急歯科診療	
診療日	午前9時～午後5時	午前9時～	午前9時～正午／午後1時～3時	診療時間 午後7時～午後9時30分
2日(日)	佐久平透析クリニック (岩村田1350-5) ☎65-7700 たばたクリニック (平賀2366-2) ☎63-2821	■診療日 左記診療日に実施 ■診療対象 小児科一次医療該当者 (風邪や腹痛など、日常的な 疾病のお子さん) ■受付時間 午前8時30分～正午 ■場 所 浅間総合病院 救急外来内科診察室 (浅間総合病院の診察券が 使用できます) ■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)	■診療日 左記診療日に加え 12/29にも実施 ■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) ■問合せ 休日救急歯科診療所 ☎63-3783	■診療日 平日 (土曜・日曜・祝日および年 末年始12/31～1/3を除く) ■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)
9日(日)	小林内科クリニック (佐久平駅北19-1) ☎66-0500 都甲クリニック (三塚191-36) ☎64-1050	■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、保護者の方々が対 処に戸惑う時や、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	■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、保護者の方々が 対処に戸惑う時や、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
16日(日)	小松耳鼻咽喉科クリニック (岩村田1311-9) ☎66-6300 坂戸クリニック (中込3827-23) ☎63-6323	■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)	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)
23日(日)	高橋医院 (望月133-8) ☎53-2366 さとう泌尿器科クリニック (岩村田1801-1) ☎68-2233	■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)	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)
24日(月)	岡田医院 (協和6981) ☎53-2123 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)	■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)
30日(日)	佐久平整形外科クリニック (岩村田1311-7) ☎66-7150 てらおかクリニック (甲1062-2) ☎51-5222	■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)	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)
31日(月)	くろさわ病院 (中込3-15-6) ☎64-1711	■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)	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)
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	■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)	■問合せ 浅間総合病院 医事政策課 ☎67-2295(内線1020)
担当課	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)



駐車場について
●駐車場は、「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。

不用品活用コーナー

11月7日現在

譲ります

- 【無料】
●換気扇フィルター (FY-FTT201) ●大人用木製ベッド (宮
なし、マットレス敷きタイプ) ●豆炭こたつ (75cm×75cm、
豆炭付) ●堀こたつヒーター●ハロゲンヒーター●ゴルフバ
ック (初心者向け)
【価格応談】
●中振袖一式 (色オレンジ、バッグ、ぞうり付) ●チャイル
ドシート (0才～) ●チャイルドシート (体重7kg～) ●藤
製ハイチェア (テーブル取外可) ●背負式肥料散布器●刈
払機●木製漬物桶 (直径47cm、高さ55cm) ●ブルーヒータ
ー (大広間用) ●フープロシャープWD-501DP

■連絡先 生活環境課 ☎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。

譲ってください

- 【無料】
●高校女子制服●マウンテンバイク●ベビーハイチェア●子ども
用自転車 (16～20インチ) ●子ども用スキー (120、140、150
cm) 各1セット●子ども用スキー板 (90、110cm)、ストック、
スキー靴●ベビーベッド●銘仙、紬などの古い着物●ポンプ、農
業用タンク●ヤマハエレクトーン●弓道弓矢一式●ビニールハウ
ス用鉄パイプ●2～3人掛けソファ●折りたたみベッド●婦人
用自転車●布団1組セット●ホットカーペット●スト
ーブ●ファンヒーター●電気こたつ
【価格応談】
●ビニールハウス用鉄パイプ●カセットデッキ



ensemble NOVA

パーカッション・フェスティバル

～ピアノ・デュオ & 小諸高校吹奏楽部を迎えて

Perc. 深町浩司 Perc. 荻原松美 Perc. 福島優美 Perc. 窪田健志



Pf. 大森晶子



Pf. 御邊典一



日時 2013年2月3日(日) 午後2時開演

会場 佐久市コスモホール

入場料 一般 2,000円 学生(大学生以下) 1,000円
八十二文化財団友の会会員 1,000円 (全席自由)

主催(公財) 八十二文化財団 共催(財) 佐久市文化事業団

チケットは下記プレイガイドでお求めください。(友の会会員は八十二文化財団へ直接お申込ください)

佐久市コスモホール、野沢会館、交流文化館浅科、市役所観光交流推進課、臼田・浅科・望月各支所経済建設課、プラザ佐久、西澤書店、大阪屋あさま店、ヒオキ楽器佐久平店、メディコケイジ(株)、スーパーえちごや、玉屋小諸三和店

■お問い合わせ (公財) 八十二文化財団 ☎026-224-0511

(財) 佐久市文化事業団 (佐久市コスモホール内) ☎82-3962

信州 佐久 太鼓の共演

ゲスト出演 大浅間火煙太鼓

日時 2013年2月10日(日) 午後2時開演

会場 交流文化館浅科
(穂の香ホール)

出演団体 臼田小満太鼓愛好会
佐久鯉太鼓保存会
信州望月太鼓
中山道宿場太鼓保存会
大浅間火煙太鼓保存会

入場料 全席自由 500円
小学生以下無料(要入場整理券)



チケットは下記プレイガイドでお求めください。

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

■主催・お問い合わせ先

(財) 佐久市文化事業団 (佐久市コスモホール内) ☎82-3962

佐久ケーブルテレビ

市内のニュースが毎日ご覧いただけます。

Saku City News 佐久シティニュース

月～金曜日 18:30～放送中です。

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

佐久市広報番組
市長出演日 12月25日(火)、27日(木)、29日(土)

TEL 63-4500 FAX 63-4550

FM 76.5MHz
fm さくだいら
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 12月12日(火)、26日(火)

●再放送は当日の 11:35～11:50
18:10～18:25です。

TEL 65-8888 FAX 65-8880

あなたの声を
聞かせてください

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

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

インターネットメール office@city.saku.nagano.jp

お寄せいただいたご意見・ご提案は、今後の市政に役立たせていただきます。



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

2012(平成24)年12月1日発行(毎月1日発行)

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

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