



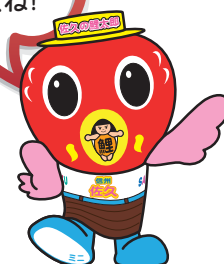
Photo 大空を駆け巡るバルーンフェスティバル

5月3日～5日、恒例の佐久バルーンフェスティバルが行われ、29チームのハイレベルな熱戦が競技飛行で繰り広げられました。

AC長野パルセイロの
応援よろしくね!

今月の ピックアップ

- ふるさと納税寄附制度 8～9
- 農業経営再開のための支援策 10
- 花と緑と動物ふれあいフェスタ 13
- 公民館報「さくし」 23～30
- 情報・インフォメーション 44～53



大勢の皆さんで 佐久総合運動公園陸上競技場へ応援に行きましょう



トップチーム **FW 9**

高橋 駿太

タカハシ シュンタ

サポーターに一言
絶対優勝します！
みんなで、J2へいきま
しょう！

出身地：富山県
生年月日：1989年2月9日



トップチーム **FW 10**

宇野沢 祐次

ウノザワ ユウジ

サポーターに一言
共に夢を掴みとりま
しょう！今年も宜しく
お願いします♪

出身地：千葉県
生年月日：1983年5月3日



トップチーム **MF 11**

畑田 真輝

ハタダ ナオキ

サポーターに一言
勝負の年。共に戦いま
しょう！！

出身地：千葉県
生年月日：1990年9月11日



トップチーム **FW 13**

勝又 慶典

カツマタ ヨシノリ

サポーターに一言
とにかく優勝！一緒に
J2昇格しましょう！

出身地：静岡県
生年月日：1985年12月7日



トップチーム **DF 14**

高野 耕平

タカノ コウヘイ

サポーターに一言
今年は勝負の年。優
勝！そして昇格！

出身地：千葉県
生年月日：1985年4月3日



トップチーム **DF 15**

西口 諒

ニシグチ リョウ

サポーターに一言
今年も熱い応援よろし
くお願いします！！

出身地：滋賀県
生年月日：1990年11月4日



トップチーム **MF 16**

鯨島 晃太

サメシマ コウタ

サポーターに一言
J2昇格に向けて全力で
頑張ります！応援よろ
しくお願いします！！

出身地：鹿児島県
生年月日：1992年6月24日



トップチーム **FW 17**

松尾 昇悟

マツオ ショウゴ

サポーターに一言
今年は怪我しないで頑
張りますのでピッチで
の松尾をよろしくお願
いします！

出身地：熊本県
生年月日：1987年7月28日



AC NAGANO

PARCEIRO



レディース **MF 6**

吉田 葵

ヨシダ アオイ

サポーターに一言
なでしこリーグ昇格のために全力を捧げて戦います。

出身地: 埼玉県
生年月日: 1988年9月23日



レディース **MF 7**

高木 奈央

タカギ ナオ

サポーターに一言
気持ちをプレーに。全力で戦います。今年も熱い応援よろしくお願いします。

出身地: 静岡県
生年月日: 1987年4月30日

AC長野パルセイロ 2014選手紹介



レディース **MF 8**

村山 友梨

ムラヤマ ユリ

サポーターに一言
沢山の方々からの温かい声を受け今年もなでしこリーグ昇格を目指して戦っていきます。あたり負けしない体を作り、プレースキルを上げていけるように頑張っていきたいです。

出身地: 宮城県
生年月日: 1989年2月2日



レディース **FW 9**

濱垣 香菜

ハマガキ カナ

サポーターに一言
なでしこリーグ昇格のために全力で戦います。

出身地: 香川県
生年月日: 1985年4月23日



レディース **MF 10**

横山 久美

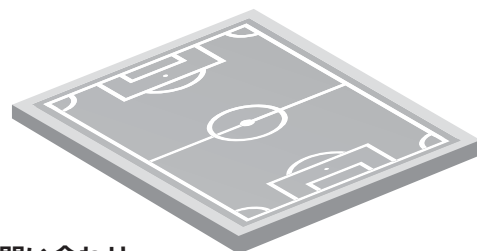
ヨコヤマ クミ

サポーターに一言
長野を日本一にするため挑戦にきました。毎試合結果を残しチームに貢献し「なでしこリーグ」へ昇格したいと思います。沢山の応援が私達の力になりますので、皆さん、応援よろしくお願いします。

出身地: 東京都
生年月日: 1993年8月13日

佐久総合運動公園陸上競技場 ホームゲーム

	開催日	対戦チーム	KICK OFF
トップチーム	6月1日(日)	Jリーグ・アンダー22選抜	15:00
	6月15日(日)	ブルージャ盛岡	15:00
レディース	6月22日(日)	福岡J・アンクラス	11:00
	7月6日(日)	日本体育大学女子サッカー部	11:00



■お問い合わせ

●パルセイロ・コミュニケーションセンター
(信毎フォトサービス内)

☎080-1269-6464

●佐久市教育委員会 体育課 ☎62-2020

5/3～5 第22回

佐久バルーンフェスティバル2014



夜空に光るバルーンイリュージョン



「銀河連邦ヒーロー」初登場(左端がサクリオン)



モンゴル使節団の皆さん、たけし軍団の皆さんもバルーンにご搭乗しました



オフィシャルバルーン「佐久の鯉太郎」



優勝はTOTO BALLOON RACING TEAM



高瀬保育園の皆さんによるダンスの披露

5/4~5 第52回
佐久鯉まつり

大勢の方にご来場いただき
ありがとうございました。



貞祥寺で行われた鯉供養



毎年恒例、鯉車巡行・
鯉拝領の儀
子どもたちもみんなで
鯉車を曳きました



第27回佐久鯉マラソン大会 ランナーの皆さんです



野沢南高校書道部による書道パフォーマンスで
見事な書が披露されました



ジョイマン・こてつ
お笑いステージ



佐久鯉のつかみ取り体験に
大勢のお子さんが挑戦!!



ホテル旅館組合のご協力による
鯉こく無料サービス!

佐久市区長会

会 長 井出 進 (本新町)

副会長 小柳出 裕 (猿久保) 副会長 春日 利夫 (相 立)

副会長 佐々木 均 (下 越) 副会長 丸山紀八郎 (塩名田) 副会長 小平 瑞穂 (駒 込)

副会長 武重 智衛 (西町・県町) (敬称略)

※名簿中の☆印は区長会長、◎印は副会長、○印は理事の皆さんです。

区名	区長名	区名	区長名	区名	区長名	区名	区長名
伊勢林	山本 正一	上小田切	市川 政雄	矢 嶋	大森喜代太	中石堂	池田 達哉
駒 場	○ 佐々木誠一	中小田切	清水 幸夫	望 月 地 区		下之宮	上野 国樹
新子田	小平 吉利	北 川	小澤 喜治	長坂・城下	鶴田 寿夫	善郷寺	小池 光男
五十貫	桃井龍太郎	横 山	浅川 芳廣	東 町	丸山 幸男	高 橋	上野 敏雄
志賀下宿	澤井 一男	下小田切	土屋 泰一	八千代町	小林 悟志	北 春	竹花 正記
志賀中宿	神津 秀章	泉ヶ丘	内藤 弘	神田町・末広町	丸山 善範	上 新	平賀 孝弘
志賀上宿	花里 邦人	臼田勝間	津金 共栄	金井町	青木 隆憲	金 井	岩間 文彦
駒 込	◎ 小平 瑞穂	城 山	井出 覚	栄 町	土佐 昇	堀 端	竹花 利春
臼 田 地 区		城 下	小須田敏幸	昭明町	大森 幸彦	大 西	川井 邦彦
馬 坂	市川 由三	宮 本	檜本 秀昭	本町・上本町	菅沼 三幸	向 反	小林 政己
広川原	市川 正彦	稲 荷	山越 常夫	西町・県町	◎ 武重 智衛	竹之城	井出 誉人
丸 山	竹内 正明	中 央	市川 裕康	古 宮	大浦 基弘	新 田	高橋 憲一
宮 代	羽毛田牧夫	臼田中町	○ 井出 正好	御桐谷町	大塚 茂樹	湯 沢	藤巻 利幸
川原宿	友野 永勝	住 吉	久 義重	吹上町	山浦 励一	新 町	町田 昭博
田口中町	森泉 雅夫	伊 勢	井出 信治	印 内	依田 敏雄	宮之入	荻原 茂登
下 町	細谷 繁夫	上 荒	佐々木己助	印内原	大塚 敏美	三 明	○ 今井 昭彦
清 川	上原 満夫	中 荒	櫻井 龍夫	茂田井	武重 克昌	茂 沢	荻原耕太郎
大奈良	塩谷 泰一	下 荒	内田 直人	観音寺	小林 徳雄	入新町	町田 公男
原	柳澤 眞生	諏 訪	新井 勝	御牧原	山崎 貫雄	岩 下	佐藤 淳一
上中込	志摩 重之	美 里	武舎昭一郎	百 沢	岩月 正広	入片倉	林 和成
下 越	◎ 佐々木 均	旭ヶ丘	伴野 昭	牧布施	中澤 寿和	片 倉	○ 上野 充
竜 岡	竹内 聖哲	平	牧野 守道	入布施	佐藤 正寿	西長者原	土屋喜久男
三 分	堀口 幸彦	浅 科 地 区		式 部	山浦 光章	比田井	小林 和史
入 澤	三石 昌彦	塩名田	◎ 丸山紀八郎	抜 井	篠原 好明	天 神	荻原 章二
三 条	○ 木継 正信	御馬寄	吉田 茂男	中 居	牧野 俊之	協 東	高塚 利一
十日町	新津 興一	駒 寄	菊原 茂	雁 村	○ 箕輪 盛次	高 呂	千野 春重
岩 水	土屋 昭義	上 原	佐藤 幸雄	大 木	春原 進	大谷地	渡辺 保志
滝	○ 仲沢 文夫	中 原	○ 碓氷 節雄	藤 巻	市川 和雄	協 西	小林 道雄
湯 原	三浦 一郎	下 原	塚野 宗勝	一の原	小林 好男	小 平	岡田 信久
湯原新田	高柳 幸信	八 幡	○ 松田 透	長者原	篠原貴美一	三 井	江本 秀樹
上小田切西	今井 勝必	御牧原	寺尾 一悟	東長者原	依田 直也		

■お問い合わせ 庶務課 ☎62-3002 (直通)

平成26年度の 区長さんです お世話になります

区のさまざまなことからとりまとめたり、区と市役所を結ぶパイプ役としてご苦労いただく、今年度の区長さんです。(敬称略)

佐久市の「区」は、地域住民の皆さんが、地形や生活圏などによって、自主的に組織した住民の皆さんの自治組織です。

ほかの市町村では、「町内会」とか「自治会」とも呼ばれています。

市では「区」を通じて、広報紙や行政からのお知らせなどの文書を配布していただいています。

区名	区長名	区名	区長名	区名	区長名	区名	区長名
浅間地区		南岩尾	山田雄二郎	下 平	内藤 敏栄	中込新町	土屋 一隆
長土呂	大池 明	今 井	山下 仁幸	熊久保	原 信昭	西耕地	石井 武彦
住吉町	上原 康德	三河田	磯貝 賢治	東立科	重田 茂樹	瀬戸中	櫻井 順一
本 町	阿部 隆司	横 和	大工原幸四郎	小宮山	○工藤 富男	瀬戸東	小須田忠春
西本町	黒沢 道人	白 山	伊藤 幸雄	弥生が丘	星野 四郎	瀬戸南	大井 公人
荒 宿	吉澤 勝利	野 沢 地 区		前山北中	加藤 和紀	北耕地	岩下 豊文
稻荷町	森泉 昭一	田 町	日向 明世	前山南	茂木 俊則	平賀新町	川野 秀雄
大和町	山崎富士男	野沢本町	中島 弘毅	洞 源	佐藤 誠	太田部	清水 政義
花園町	飯田 宣信	中小屋	柳澤 時男	美 笹	飯塚日出夫	常和南	高橋 徳雄
上の城	依田 稔	十二町	花岡 修	泉	白鳥 裕一	常和北	黒岩 廣道
相生町	鈴木 隆一	原	小池 一郎	地 家	○河西 稔	荒 家	小林 悦雄
一本柳	井出 彰	鍛冶屋	三浦 明人	大沢下町	有賀 秀俊	北 □	高橋 博志
猿久保	◎小柳出 裕	高 柳	平林 多寿	大沢中町	市川 成吾	平賀下宿	○佐々木正行
猿久保東	櫻山 幸平	取出町	村田 將隆	大沢上町	武者建一郎	平賀中宿	佐々木謹司
西屋敷	山口 智	本新町	☆井出 進	大地堂	土屋 徹三	アヴェニュー	中島 守
小田井下宿	○荒井 正男	跡 部	北村 東巳	大沢新田	小林 和男	平賀上宿	田中 一紀
荒 田	有賀 剛	三 塚	浅沼 明	中 込 地 区		松 井	北沢 仁
横 根	○渡辺 肇	泉 野	佐藤 信弘	杉の木	工藤 喜市	町 下	高橋 淳二
上平尾	中澤 建治	上桜井	白田哲太郎	石 神	渡邊 利明	町 中	小林 正樹
下平尾	依田 健一	中桜井	柳沢 博史	権現堂	荒井 信明	町 上	小林 敬典
赤 岩	柳澤 君雄	下桜井	浅沼 信英	中央区南町	山崎 眞弘	朧 水	竹花 和良
常 田	上原 堅三	北桜井	○白田 和好	中央区北町第一	木内 文夫	中 村	長岡 秀一
平 塚	○小林 逸雄	今 岡	○齊藤 三夫	中央区北町第二	箕輪 敏夫	相 立	◎春日 利夫
根々井	佐藤 渉	下県東	福本 義久	前 林	上原利三雄	苦 水	上原 秀治
根々井塚原	小畑 雅典	下県西	木内 清	三 石	柳澤 悌二	大 月	倉品 明登
上塚原	原 純一郎	相 浜	佐藤 良一	三家第1	有賀 直人	黒 田	岩崎 雅彦
下塚原	花里 博光	平 井	上野 雄司	三家第2	武井 松寿	東 地 区	
大 塚	権平 歩唯	沓 沢	依田 貞雄	佐太夫町	木内 征夫	東 地	中嶋 義人
大和田	小林 政文	糠 尾	清水 光男	橋場南	柳沢 義春	西 地	佐藤 光治
落 合	上原 五夫	日 向	重田 正勝	橋場西	宮坂 秀昭	安 原	関口 良道
北岩尾	○花里 清人	竹 田	重田 通男	橋場東	○石山 道泰	紅雲台	中根 典明

ふるさと納税寄附は

さまざまなまちづくりに活用させていただきました

平成25年度の「佐久市ふるさと納税寄附」のご案内をしたところ、20件・161万5千円のご寄附をいただきました。心温まるご支援、誠にありがとうございました。

この寄附金の活用実績は、次のとおりです。

平成25年度ふるさと納税寄附 活用実績

ふるさとの味のために 4件 75,000円

● ぴんころ食推進事業

地元食材を活用した健康でおいしい食の普及に活用しました。

ふるさとの伝統文化を守るために 2件 40,000円

● 民俗文化財後継者育成事業

無形文化財の保全や後継者の育成に活用しました。

ふるさとのおやじおふくろのために 4件 1,120,000円

● 市内巡回バス運行、老人クラブの活動支援

高齢者の皆さんの移動手段の確保や地域活動の支援に活用しました。

ふるさとのおせせらぎのために 3件 120,000円

● 地下水等水資源保全調査事業

地下水などの豊かな水資源の保全に向けた取り組みに活用しました。

ふるさとのおまちづくりのために 7件 260,000円

● 防災の備蓄

大規模災害に備え、防災資機材等の計画的な備蓄に活用しました。

佐久市ふるさと納税寄附にご協力ください

市では、随時ふるさと納税寄附のお申込みを承っています。

お申込みにあたっては、寄附していただける方々一人ひとりのご希望をまちづくりに生かせるよう、左記の7つのメニューからお好きな活用先を選んでいただけます。

また、年度を単位として1万円以上のご寄附をいただいた市外在住の寄附者の皆さんには、感謝の気持ちを込めて、食品や土産品、国民宿舎もちづき荘の宿泊券など、寄附金額に応じた本市ゆかりの産品をお贈りしています。

さらに、アンケートを通じてご利用の感想をお聞きし、各品の製造者や生産者等に伝えることで、市の物産振興にも活用していきます。

佐久市に生まれ育ち、佐久市を離れ住んでいる皆さんや佐久市にゆかりのある方に、是非この制度についてお声がけをお願いします。

今後も寄附に込められた熱い想いを深く受けとめ、佐久市の各種事業に有効に活用してまいります。

多くの皆さんに「ふるさと佐久市」への温かいご支援をいただきますよう、心からお待ちしています。

佐久市ふるさと納税寄附申込書

平成 年 月 日

(申込先) 佐久市長 柳田 清二

(〒 —)

ご住所

お名前

電話番号

FAX番号

下記のとおり寄附を申し込みます

1 寄附金額 金 円

2 ふるさと納税寄附の希望活用先について

※希望される寄附の使いみちの欄に○印をお願いします

☐ ふるさとの
味を覚えていますか



五郎兵衛米・佐久鯉・はくさい、レタスなどの高原野菜・もも…安全で美味しい地元の農水産物を生産し、地域の農業振興に役立っています。

☐ ふるさとの
伝統文化を守りたい



旧中込学校・龍岡城五稜郭・旧中山道の街並み等の保存を進めるとともに、踊り念仏・榊祭り等の伝統を後世へ伝え、文化の創造に役立っています。

☐ ふるさとの
おやじおふくろ達者かい



ふるさとの父母が健康で安心して暮らせるよう、生きがいづくりの推進や社会参加の促進、医療・介護支援など、高齢者福祉の充実に役立っています。

☐ ふるさとの
未来を担う佐久っ子元気かい



子どもたちが豊かな心を育むことができるよう、教育を推進するとともに、地域全体での子育て支援を行い、明るい未来の創造に役立っています。

☐ ふるさとの
せせらぎが聞こえますか



水と緑が潤う佐久らしい風景を守りながら、ふるさとの風景に調和する都市環境の整備を進め、豊かで美しく快適な環境の創造に役立っています。

☐ ふるさとの
魅力をアップ



市内の各地において元気で魅力ある地域づくりが行われるよう、将来の佐久市の発展を見据えた地域振興に役立っています。

☐ ふるさとの
佐久におまかせ!



市が取り組む様々な事業に活用させていただきます。(希望活用先を指定されない場合は、こちらのメニューで対応させていただきます。)

3 寄附内容の公表について

寄附金額と氏名について、広報等へ公表して差し支えないかどうか、ご希望のいずれかに○印をお願いします。

公表してもよい

公表しない

※ご記入いただきました個人情報、この寄附に関する業務以外には使用しません。

【お問い合わせ・お申し込み】

〒385-8501 長野県佐久市中込3056番地 佐久市役所 総務部 税務課

☎0267-62-3040 / FAX 0267-64-5761

E-mail zeimu@city.saku.nagano.jp

今冬の大雪による 農業経営再開のための支援策について

市では、2月の豪雪により被害を受けた農家の皆さんに対し農業経営を再開する負担の軽減を図るため、「被災農業者向け経営体育成支援事業」による「農業用施設の撤去費・再建・修繕への補助」を実施します。また、被災した施設内で栽培していた作物の代作用種苗購入費についても、県と市で補助を行います。

1 補助対象者について

以下の3項目を満たす農業者を補助対象者とします。

- 1) 経営耕地面積が10a以上を原則とし、今後も農業経営を継続し、農産物を栽培し販売を行っていく方
- 2) 佐久市内に、対象農業用施設を有している方
- 3) 罹災証明書を受けている方

2 対象農業用施設について

- ・農産物の生産に必要な施設で被覆材がプラスチックで骨材が鉄骨でないハウス（パイプハウス）
- ・農産物の生産に必要な施設で被覆材がプラスチックで骨材が鉄骨のハウス（鉄骨ハウス）
- ・農産物の生産に必要な施設で被覆材がガラスのハウス（ガラスハウス）
- ・果樹棚
- ・きのこ栽培施設
- ・農作業用施設（農作業のみを行う施設）
- ・農機具格納庫（農機具のみの格納庫）
- ・農業資材倉庫（農業用資材のみの倉庫）
- ・畜舎（肉牛、酪農、養豚、養鶏）
- ・堆肥舎
- ・上記施設で10㎡以下の施設は対象物件から除く。

3 申請について

申請は農政課、各支所経済建設係の窓口で受け付けていますので、対象となる農業者の皆さんはお申し込みください。

〈申請に必要なもの〉

- ・補助金交付申請書一式
- ・撤去費（ビニール処理費含む）の記載された証拠書類
- ・再建修繕費用（被災前と「同程度の施設」）の見積書（3業者以上）
- ・園芸施設共済関連書類
（共済掛金、共済金の支払額等が記載された書類）
※園芸施設共済に加入している場合は、国の補助金から、共済支払金の国庫補助金相当額（特定園芸施設共済の支払共済金の撤去費用分×1/2）を控除します。

4 代作用の種苗購入費補助

農業用施設内で栽培していて被災した作物の代作用種苗購入費を補助します。

補助内容

代作用種苗購入費に対して、10分の5以内の補助

補助の対象となる方

2月の豪雪時に農業用施設内で種苗を栽培しており、被災し代作用の種苗を購入された方

申請に必要なもの

- 1) 被害状況の写真（被災施設内で被害を受けた状況がわかる写真（日付入り））
- 2) 代作用種苗を購入した際の購入伝票または領収書等の金額がわかる書類

補助を希望する方は、印鑑を準備していただき、農政課、各支所経済建設係窓口で申請してください。

■補助事業のお問い合わせ

農政課

☎62-3203（直通）

臼田支所 経済建設係

☎82-3111

浅科支所 経済建設係

☎58-2001

望月支所 経済建設係

☎53-3111

平根地区と「基本合意書」を締結

市では、平成22年12月、公募により平根地区を新クリーンセンター建設候補地として決定して以来、新クリーンセンターおよび温水利用型健康運動施設の整備について、同地区との間で協議を重ねてまいりました。

このたび、両施設の整備を一体的に進めること、新クリーンセンター建設候補地（上平尾上舟ヶ沢および棚畑地籍）を建設地とすることなど、基本的事項について合意に達し、5月7日、市と平根地区新クリーンセンター・温浴施設建設対策協議会、平根地区区長会、紅雲台区による「基本合意書」の調印式が執り行われました。



■ お問い合わせ 新クリーンセンター整備推進室 ☎62-2916（直通）

防災行政無線を用いて全国一斉の 緊急情報伝達試験を実施します

地震や津波、武力攻撃などの災害時に、国から直接全国瞬時警報システム **ジェイ・アラート J-ALERT**(※) で送られてくる情報を、防災行政無線を用いて市民の皆さんにお伝えする全国一斉緊急情報伝達試験を行います（この伝達試験は、国からの放送です）。

日時 6月5日(木) 午前10時15分ころ

当日は、防災行政無線から
「これは試験放送です。」というアナウンスが3度繰り返され
「こちらは、こうほう佐久です。」というアナウンスと
防災行政無線チャイム
が放送されます。



(※) J-ALERT（ジェイ・アラート）とは、地震や津波、武力攻撃などの災害時に国から送られてくる緊急情報を人工衛星を活用して瞬時に情報伝達するシステムです。

■ お問い合わせ 庶務課防災係 ☎62-3002（直通）

佐久市職員採用試験

採用年月（平成27年4月採用）				受験手続
試験の 名 称	試験区分	採用予定 人 員	受 験 資 格	●試験日時（第1次） 平成26年7月13日(日) 午前9時試験開始 ●試験会場 佐久市役所 ●受付期間 ・6月2日(月)～6月27日(金) (土・日曜日を除く) 郵便の場合は、6月27日(金) までの消印有効 ●試験申込書の交付 ・職員課人事係（4階） ・郵便による請求の際は、試験区分を指定したうえ宛名を明記した返信用封筒(140円切手を貼付した角2の大きさ)を同封してください。 ●受験申込先 職員課人事係（4階） 〒385-8501 長野県佐久市中込3056番地 ●受験申込時の提出書類 ・試験申込書 ・最終学校（卒業見込み）の学業成績証明書 ・受験資格に必要な免許等を有する者は、免許証等の写し ○採用試験に関して不明な事項は、職員課人事係 ☎62-3019（直通）までお問い合わせください。 ○この試験の実施にあたり提出いただいた個人情報、今回の採用試験のために必要な範囲でのみ利用しますので、ご承知ください。
上 級	①行 政	20名程度	昭和59年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者。 ※住所要件あり	
	②社会福祉	若干名	社会福祉士資格を有する者(平成27年3月卒業見込みの者で、資格取得見込みの者を含む)で、昭和59年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者。	
	③学 芸 員	若干名	学芸員の資格を有する者(平成27年3月卒業見込みの者で、資格取得見込みの者を含む)のうち考古学を専攻した者で、昭和54年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者。	
	④保 健 師	若干名	保健師免許を有する者(平成27年3月卒業見込みの者で、免許取得見込みの者を含む)で、昭和59年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた者。	
	⑤農 業	若干名	農業を専攻した者で、昭和59年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者。	
	⑥土 木	5名程度	土木を専攻した者で、昭和54年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者。	
中 級	⑦保 育 士	5名程度	保育士資格を有する者（平成27年3月卒業見込みの者で、資格取得見込みの者を含む）で、昭和59年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた者。 ※住所要件あり	
○平成27年4月採用のうち、初級一般事務（高卒程度）および浅間総合病院については、別途募集する予定です。 ○試験区分にかかわらず、採用後に一般事務職員として勤務を命ぜられることもあります。 ※住所要件：上記試験区分のうち、①行政及び⑦保育士については、平成26年5月23日現在、佐久市に住民登録をしてあり、佐久市に居住している者（修学、就職などのために他市町村に住む者で、家族が佐久市に居住している者を含む）に限ります。				

6/7 花と緑と動物 土 ふれあいフェスタ2014

入場無料

天候により日程の変更または中止になる場合があります。

午前9時30分～午後3時 **会場** 佐久平ハイウェイオアシス 平尾山公園 **パラダ** (南パラダ)

イベント情報

- **オープニングセレモニー (開会式)** 午前9時30分～10時
- **動物ふれあい広場** 午前10時～午後3時
やぎ、ミニブタ、モルモット、ハムスター、うさぎなどのかわいい動物とふれあってみませんか？
- **愛犬の一芸披露** 午前10時～11時
自慢の愛犬の一芸をご覧ください。
- **愛犬のしつけ方教室** 午前11時～11時30分／午後1時～1時30分
佐久家庭犬クラブインストラクターによる公開個別指導です。
- **風船で動物を作ろう〈無料〉** 午前10時～午後3時
風船で色々な動物を作ってみよう。
- **おりがみで動物を作ろう〈無料〉** 午前10時～午後3時
おりがみでどんな動物ができるかな。
- **ソーラーカーを作ろう** 午前10時～午後3時
1人1個500円 (先着順)
- **動物のお医者さんになろう** 午前10時～午後3時
聴診器で動物の鼓動を聴いてみよう。
- **動物何でも相談** 午前10時～午後3時
動物に関する悩み、聞きたいことがあったら相談してみよう。
- **動物の絵を描こう〈無料／小学生以下〉** 午前10時～午後3時
会場内にいるかわいい動物の絵を描いてみませんか？



花の苗を先着300名様に無料配付します



- **環境エコクイズ** 午前10時～午後3時
イベント会場内の4ヶ所に掲示してある問題に答えていただき、全問正解者には景品を贈呈します (なくなり次第終了となります)。
- **動物の飼育者探し** 午前10時～午後3時
動物の無償譲渡 (当日は展示せず写真のみ掲示しますので、希望者は直接提供者に連絡していただきます)。
- **親子Deフリーマーケット** 午前10時～午後3時
家庭雑貨、生活用品だけでなく、掘り出し物が見つかるかもしれません。
- **パラダ手づくり市** 午前10時～午後3時
ひとつひとつ手づくりのもの、あなたの「タカラモノ」が見つかるかもしれません。
- **ポニー・サラブレッドの乗馬体験** 午前10時～午後3時 1人1回500円
意外と高い馬の背中から、いつもと違う眺めを楽しんでみませんか？
- **森林セラピー体験** 午前10時～正午
話題の森林セラピーで癒し効果を体験してみよう。
- **搾乳体験** 午前10時～午後3時
自分で牛の乳を搾ってみよう。
* イベント当日の牛の状態により、搾乳できる時間が限られます。
- **花と緑のユビキタス：お花の名前クイズ** 午前10時～午後3時
会場付近にある花の名前を、花についている名札 (QRコード) で調べる。正解した回答数によって、景品を贈呈します。通信に伴うパケット料金は各自負担となります。

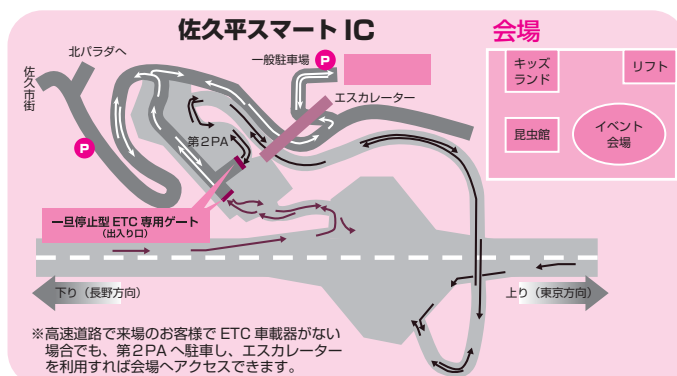


募集しています

- ◆ **「愛犬の一芸披露」参加者募集**
先着10頭で電話受付をします (定員になり次第締め切ります)。
- ◆ **「愛犬のしつけ方教室」参加者募集**
先着10頭で電話受付をします (定員になり次第締め切ります)。
- ◆ **「森林セラピー体験」参加者募集**
先着10人で電話受付をします (定員になり次第締め切ります)。
なお、申込および詳細につきましては、健康づくり推進課 ☎62-3196 へ直接お問い合わせください。
- ◆ **「親子Deフリーマーケット」出店者募集**
先着20区画で電話受付をします (出店料が500円かかります)。
飲食物等の出品や業者の方の出店はお断りします。
なお、出店の申込及び詳細につきましては佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」(☎67-8100) へ直接お問い合わせください。
- ◆ **「パラダ手づくり市」出店者募集**
先着5区画で電話受付をします。(出店料1,000円かかります)。
アート作品 (手工芸・民芸・木工芸・ガラス工芸・陶芸など) が対象になります。
なお、出店の申込及び詳細につきましては佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」(☎67-8100) へ直接お問い合わせください。

塩川翔世さん来場!!

日本テレビ番組「ZIP (ジップ)」のコーナー「ニッポン生きもの係キャラバン」でスエトシ牧場で馬の世話をしたイケメンタレントです。



■お問い合わせ 花と緑と動物ふれあいフェスタ2014実行委員会 (環境政策課内) ☎62-2917 (直通)

食事の楽しさ・大切さを広げよう！

さく・さく食育応援隊養成講座 受講者募集



現在、食を取り巻く環境は変化してきており、自分で「食」を選択する力が必要になっています。そこで市では、健全な食生活を実践することができる人を育てるために、地域の乳幼児・学童に対し食に関する正しい情報や知識を伝承する食育応援隊を養成します。



《活動内容》

養成講座終了後、食生活改善推進協議会へ入会し、その中の「さく・さく食育応援隊」として乳幼児や学童、その保護者に対し、子育てサロン等で食育活動を行います。「食生活改善推進員」とは、食を通した健康づくりのボランティア活動、ぴんころ食の普及など地域で活動されている方々です。

《募集対象・人数》

市民で食育活動に関心があり、受講後食生活改善推進員と食育応援隊として活動が可能な方（性別問いません）20名

《講座内容》

食事や運動、乳幼児期の食事に関する講義、調理実習（自己負担有） 計5回

予定：8月21日(木)・9月24日(木)・10月30日(木)・11月26日(木)・12月10日(木)

★食事やお料理が好きな方

★びんころ食や減塩食に興味がある方

★こどもが好きな方

★紙芝居やペープサートなど、工作が好きな方 など

お待ちしております！

知って得する からだのはなし

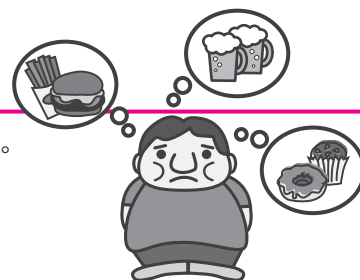
腎臓の敵 ～ 長期戦で腎臓を悪くしている敵 ～

近年、ジリジリ迫り来る「腎臓の敵」によって腎不全になる人が増えてきています。

「肥満」「高血圧」「高血糖」「脂質異常」「高尿酸血症」これらが腎臓の敵です。

この敵は全身の血管の内側を傷つけます。

腎臓の血管はとっても細いからすごく傷つきやすいです。



【血糖が高いと】糖なのでベトつきます。血管にくっついてコチコチに硬くなります。糖尿病の人が腎臓を悪くするのはこのせいです。細い血管が特に硬くなりやすいから目の血管も傷つきやすいので見えにくくなります。

【血圧が高いと】血圧が高いのは血の量（水分）が多いか、ドロドロしているか、血管が縮まっているか…これらはすべて腎臓にとっては「SOS！」の状況です。

【尿酸が高いと】尿酸が7 ml/dl を超えると、**針状に結晶化**します。尿酸は尿で出ていくものなので結晶化すると**腎臓に溜まりやす**くなります。この針が腎臓を痛めつけてしまいます。

【肥 満】自分の身長にあったちょうど良い体重なら腎臓もがんばれます。しかし、体重が増えると処理する血液量が増えてたくさん動かなくてははいけません。その他にも**肥満の細胞が血圧を上げるホルモンを出したり、血糖を下げにくくしたり、尿酸を外に出す力を弱めたりする作用**でますます腎臓も疲れてしまいますね。

生活習慣病の予防は腎臓をいたわることに繋がります。

すでに、お薬を飲んでいる方はこれ以上悪化しないように主治医の先生と相談しながら受診を継続してください。値が安定しているからといって薬をやめたり、自己判断で受診を中断することは絶対にやめましょう。

※今月のウォーキングリレーはお休みさせていただきます。

ウォーキングリレーでは、毎月1人ずつ、ウォーキングをされている方の感想等を紹介しています。

ご協力いただける方を募集中です。下記までご連絡ください。お待ちしております！

■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のおしらせ

5月から“ウォーキングステーション”
が始まりました！

申し込みは不要です。どちらの会場でも参加できます。

年間日程は広報4月号をご覧ください。



月	日	曜	場 所	備 考	雨天時	問合せ先	電話番号
6	17	火	臼田地区	午前9時～10時30分 9時迄にあいとびあ臼田前集合	あいとびあ臼田	臼田支所	82-3115
	22	日	駒場公園	午前9時～10時30分 9時迄に中央噴水広場集合	佐久市総合体育館	佐久市役所	62-3189
7	10	木	春日の森	午前9時～10時30分 9時迄に望月支所集合	駒の里 ふれあいセンター	望月支所	53-3111
	26	土	平尾の森	午前9時～10時30分 9時迄にパラダセンターハウス前集合	佐久市総合体育館	佐久市役所	62-3189

森林セラピー®で癒し体験！

～第1回森林セラピーモニターツアー参加者募集～

夏本番を控え、夏の暑さに負けない心と体づくりのため、森の中でリフレッシュしませんか？
ご家族・お友達をお誘いの上、この機会にぜひご参加ください。

日 時 平成26年6月29日(日) 午前9時集合
場 所 平尾の森（パラダ周辺の森林セラピーロードを使用します）
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～ 昆虫体験学習館集合 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30分～ 昆虫体験学習館着 血圧・ストレス度測定
 アンケート記入
 12時 解散
申込み締切り 6月20日(金)



森林セラピーとは、森の中に入り、森林環境を利用して心身の健康維持・増進、疾病の予防を目指すものです。佐久市森林セラピー推進協議会では、市民の方々に森林セラピーを体験していただくためのモニターツアーを4回開催します。今回は、その1回目、上記のとおり参加者を募集します。

ご希望される方は下記へ電話またはEメールでお申し込みください。
（Eメールの方は住所、お名前、電話番号をご記入ください。）

■お問い合わせ・お申し込み

佐久市森林セラピー推進協議会事務局 健康づくり推進課保健事業係
 ☎62-3196(直通) Eメール: hoken@city.saku.nagano.jp





食育だより

毎月19日は
食育の日
家族でそろって食事をしましょう

～6月は食育月間です～

見直そう!

早ね 早起き 朝ごはん 朝うんち
プラス 歯みがき

「食育月間」は、家庭、学校、地域、職場など社会全体で国民的な広がりをもって、食育推進に取り組んでいた
ために設けられた、食育の強化月間です。

★昨日食べたもの、覚えていますか？

普段、なんとなく食事を食べていませんか？

食事は自分の体を作る、一番の材料です。自分の食べる物に関心を持って食べることで
記憶にも残るようになります。まずは、「なんとなく食べる」から卒業しましょう。



★できることから始めよう! こんなことも食育です

1. 家族や友人と楽しく食卓を囲む
2. 自分の食事をチェックし、栄養のバランスを取るよう気をつける
3. 1日3食きちんと食べる習慣を身につける
4. 感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
5. はしの正しい持ち方や、食器の正しい並べ方を身につける
6. 庭や鉢植えなどで、野菜を栽培し、料理する
7. 買い物の中で、新鮮で安心できる食材の選び方を身につける



食育月間をきっかけに自分の食事、家族の食事を振り返ってみましょう。

市では、食育を家庭から、地域に広げていくボランティアさんを募集します。詳しくは広報16ページをご覧ください
ただか、下記までお問い合わせください。

今月の旬レシピ

豚とレタスの冷しゃぶ

～ゆずこしょう風味～

◆材料(2人分)

しゃぶしゃぶ用豚肉	150g	レタス	1/2個
にんじん	5cm位	(お好みのお野菜でOK)	
ねぎの青い部分、しょうがの皮	各適宜		
A {	酢	大さじ2	サラダ油
	塩	小さじ1/4	ゆずこしょう
	しょうゆ	小さじ1	小さじ1/2

◆作り方

- ①たっぷりの水に、ねぎ、しょうがの皮を入れて火にかける。にんじんは薄切り、レタスは手でちぎる。
- ②沸騰したお湯でレタスをさっとゆで(約2秒)、すぐに冷水へ取り出す。にんじんは好みの固さにゆでる。冷水から出し、水気を切っておく。
- ③お肉もゆで、野菜と一緒に皿にもり、Aを混ぜたドレッシングをかける。

(1人分 227kcal 塩分1.8g)



レタスのチカラ

◎色々な成分をバランス良く含む

色々なビタミンの中でも特に、熱に強いビタミンが多く含まれているので、加熱して食べる方法もおすすり。

◎低カロリーでダイエットの味方

レタスの95%は水分です。水分はカロリーを含まないので、レタスはとてもヘルシーな食材です。また、食物繊維で整腸作用も!

マルシェ・佐久 びんころ御膳レシピ本より(一部変更あり)

さく・しょくいくニュース

子育てサロンで食育★

6月は子育てサロンでも食育の育児講座を行います。
手作りおやつを試食を通して、食の大切さを学びましょう。

◆日程

6月 4日(水)	泉	6月 9日(月)	平根
6月12日(火)	あさしな	6月13日(金)	岩村田
6月16日(月)	岸野	6月18日(水)	青沼
6月20日(金)	中込		

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149(直通)

食育推進全国大会が長野県で開催されます!

「健康長寿」は食育から

～食べる、学ぶ、楽しむ“信州の食”“日本の食”～

日程/平成26年6月21日(土)、22日(日)

会場/長野オリンピック記念アリーナ「エムウェーブ」

食に関するさまざまなイベントや、ブースが出版されます。
さまざまな情報が満載ですので、ぜひご来場ください。

※5月号でお知らせした食生活改善推進員による展示内容は一部変更になりました。

■お問い合わせ 長野県 健康福祉部健康福祉政策課
☎026-235-7093

～来月は食体験についてお知らせします～

■お問い合わせ 健康づくり推進課 ☎62-3189(直通)

親知らずのお話



歯科口腔外科
奥山 秀樹

「親知らずが痛いんだよね」「親知らずを抜いたら大変だった」ということを皆さんもよく聞いた事があると思います。今回はそんな親知らずのお話をいたします。

親知らずとは一番奥にそして最後に生える歯です。人の歯は上下左右に8本ずつあり8番目の歯が親知らずです。正式には第三大臼歯といいます。英語では wisdom tooth ですので、〈賢い歯〉や〈知恵のある歯〉という意味でしょうか。日本語では智歯とも言われています。ではなぜ、親知らずというのでしょうか。昔は親知らずが生えてくるころにはもう親がいな



図1 下顎の左右奥に横を向いて埋まっている歯が親知らずです

いことが多く親が知らない歯だと言われています。また親がいても親が知らない間に生えてくるのでそういった名称がついたとも言われています。一方智歯という名前は知恵が付く頃に生えてくるからと言われています。この親知らずですが、特に下顎の親知らずは様々な問題があります。現代人は顎が小さく

なってきましたので、歯の生える場所が少なくなっています。一方歯の大きさはあまり変わりませんので、最後に生える親知らずが上手く生えず、斜めに生えることが多くなっています。しかも完全に生えきれず顎の中に埋まってしまった状態の親知らずが多いです。(図1・2) そのため手前の第二大臼歯との間に隙間ができて、そこに食べかすがたまり口の中の細菌が繁殖し歯茎に炎症を起こします(智歯周囲炎)。そうすると痛みや腫れが出てきます。また食べかすがたまると親知らずだけでなく手前の第二大臼歯もむし歯ができやすくなります。さらに親知らずが水平に前を向いて生えてくると前の歯を押して歯並びが悪くなる可能性もあります。以上のような問題点がありますので、こうした症状があれば治療は必要になりますが、斜めになっている下顎の親知らずはやはり抜歯が必要になります。



図2 親知らずの一部が見えていますが多くの部分が埋まっています

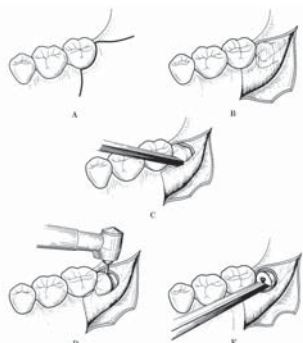


図3 親知らずの抜歯方法

抜歯の方法は局所麻酔をしてから歯茎を切開し親知らずを覆っている骨を取り除き、歯の頭の部分を切って取り除き、その後歯の根つこの部分を取り除きます。(図3) 深く埋まっている場合は静脈内鎮静法や全身麻酔で抜歯することもあります。抜歯後は痛みや顔の腫れがありますが数日から1週間で回復してきます。多少の出血もあります。またまれに下顎の神経を傷つけると感覚の麻痺が残ることもあります。抜歯といえど手術ですので、抜歯の際は歯科医師と良く相談して十分に説明を受けた上で納得して行うことが大切です。

筆者略歴

埼玉県川口市出身 1982年東京医科歯科大学歯学部卒業
昭和大学での研修を経て浅間総合病院へ、現在技術部長(兼) 歯科口腔外科主任医長
日本老年歯科医学会評議員・指導医・専門医 日本静脈経腸栄養学会認定医
趣味は神宮でのプロ野球応援 日曜大工 スノーボード 読書など

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

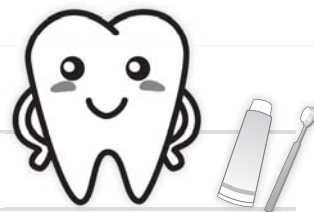




けん

だよ
便り

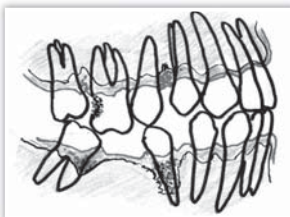
No.38



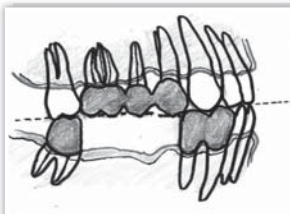
入れ歯のはなし その2

2. 部分入れ歯を入れるまで

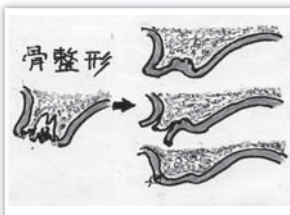
むし歯で痛くなり、噛めずに来院した患者さんは、レントゲン、歯周病等の口腔全体を診査し、治療方針を決めます。



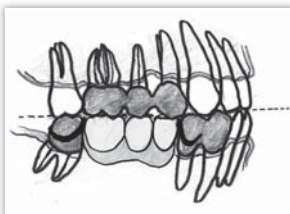
むし歯、歯周病も進み、歯は上下左右に移動し、食物が挟まり噛むことができなくなります。ここに入れ歯を入れるためには、6本の歯の治療が必要です。



むし歯や抜けはじめた歯、傾いた歯は歯髄の治療をし、動揺や食物が挟まらないよう連結した冠が必要です。咬合平面にも注意をしなければいけません。



骨が鋭利になっていると噛むと痛くなります。歯肉を切り開き、骨を丸くする歯槽整形手術が必要です。



型を取り、模型にして噛み合わせ（上下関係位置）を決め、バネや連結バーを模型に設計して、歯科技工士に指示を出します。作製された入れ歯を口腔内に入れ、噛み合わせや痛いところを調整します。



同じ欠損歯数でもバネ、人工歯、左右を連結する金属バー、プラスチックのアゴなど種類の違う入れ歯があります。患者さんは先生からその違いを十分な説明を受けて決めてください。



土屋 潔 歯科医師

筆者略歴

佐久市牧布施出身
昭和48年3月
東京歯科大学大学院卒
昭和50年12月
岩村田で開院

一般社団法人
佐久歯科医師会

<http://saku-shikakai.main.jp>



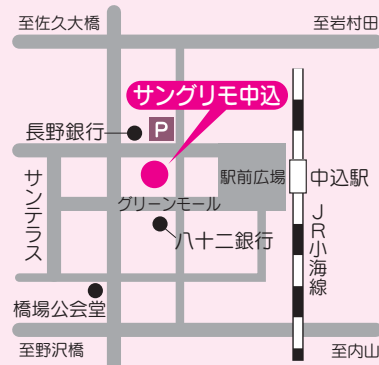
子どもの歯の教室・妊婦さんの歯の教室の問い合わせ、お申し込みは、下記までご連絡ください。

■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

口腔歯科保健係 ☎63-3781 ☎63-3782

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





佐久ケーブルテレビ株式会社の 自主制作番組「佐久サムライ」が 長野県第1回信州協働大賞優秀賞を 受賞しました

今年2月、防犯意識と規範意識の高揚、少年非行やいじめの防止を図るために制作した自主制作番組「佐久サムライ」の第3話「いじめを斬る」が、長野県の第1回信州協働大賞の優秀賞を受賞しました。佐久サムライ制作委員会のメンバーは4月16日に佐久市役所を訪れ、柳田市長に受賞の報告を行いました。

なお、第1話では振り込め詐欺防止、第2話では万引き防止を呼びかける内容となっており、第3話では長野県の地域発元気づくり支援金を活用し、佐久ケーブルテレビ内に実行委員会をおき、地域住民の方々の協力をいただきながら制作されました。



体力の限界に挑戦

山梨県韮崎市韮崎小学校から佐久市総合体育館までの約78 kmを歩き通す第47回佐久市強歩大会が、4月19日から20日にかけて行われました。

当日は、972名の皆さんが参加し、728名の皆さんが踏破しました。



全日本選手権優勝

3月25日～28日に白馬村で行われた「第34回全日本スキー選手権フリースタイル競技」のデュアルモーグル種目で優勝した、小林樹生さん（中込）が、4月14日に市役所を訪れ、柳田市長に大会の報告をしました。



長野県市町村対抗小学生駅伝大会

第10回市町村対抗小学生駅伝が4月29日（昭和の日）、松本平広域公園陸上競技場で行われました。

選考会で選ばれた男女4名が佐久市代表として6kmを元気にタスキリレーし、64チーム中12位の成績でした。



「佐久市学校給食応援団」を発足

浅科、望月地区において「学校給食応援団」の発足式が行われました。これは、佐久市の地産地消推進と子ども達への地元食材に対する食育を推進するために、地元農家から、農作物が直接、学校給食に提供される体制作りとして、今年度より新たに実施するものです。浅科、望月両地区の地元農家の代表に柳田市長より、「学校給食応援団長」が委嘱されました。

農家の皆様がこれまで培った知識・技術を生かし、慈しみ育てた大切な野菜が子ども達に届き、佐久ブランドとしての農作物を強く認識していただけるよう今後も推進してまいります。



市内巡回バスに導入した バリアフリーバス披露式

4月24日、市内巡回バスに導入するバリアフリーバス3台の披露式を開催しました。バスの車内には階段がなく、床がフルフラットになっているうえに乗降口が低くなっているため、乗り降りが大変楽になりました。

3台のバスは、市内巡回バス岸野線、中央線、平根線、平賀線、中佐都線の5路線で運行をします。多くのお客さんに利用していただくことを期待しています。



市民交流ひろばにおいて 植栽イベントが開催されました

環境省主催「みどり香るまちづくり企画コンテスト」において市民交流ひろばワークショップの皆さんが受賞した花苗を市内外から集まった約50名の皆さんに植えて頂きました。



東日本旅客鉄道株式会社より 感謝状をいただきました

4月11日、東日本旅客鉄道株式会社 長野支社長 内田浩二様、佐久平駅駅長 宮島澄夫様が市役所を訪れ、2月に発生した豪雪災害時に佐久平駅から駅構外へ出られなくなった方々へ、市より非常食等を提供したことについての感謝状と御礼金をいただきました。



「第25回合気道演武会」参加者表敬訪問

5月4日に佐久市営武道館で佐久鯉まつりに合わせて行われる「第25回合気道演武会」に参加される海外8か国を含む約40名が、5月2日に市役所を訪れ、柳田市長に表敬訪問しました。



「佐久のわ(輪・和)を編む会」の皆さんが 栄村に義援金を届けました

「佐久のわ(輪・和)を編む会」の皆さんが長野市自治会館にて、長野県栄村 島田茂樹村長に義援金20万円を手渡しました。ご家庭の残り毛糸を寄付してくださった方々や近隣の皆さんの協力もあり、会員の方たちがボランティアで編み上げた作品の売上金が今回の義援金となりました。



わが家の交通安全課長委嘱式

市では、市内全小学校6年生児童を「わが家の交通安全課長」に委嘱して学校、家庭、地域で交通安全の輪を広げる活動を行なっています。今年度は、市内全小学校を代表して中込小学校で委嘱式を挙行了しました。



市内企業が長野五輪トーチの 巨大レプリカ製作に協力

長野五輪で使われた聖火トーチを巨大化して、ギネス世界記録に挑戦するというイベントが米国ニューヨークで行われました。これにあわせて、長野五輪当時、聖火トーチを製作した市内の大原工業(甲)の春原晃夫社長が現地を訪問し、巨大レプリカのお披露目に立ち会いました。4月18日、春原社長が市役所を訪れ、レプリカ製作に至る経緯や、お披露目の様子を柳田市長に報告しました。



福王寺絹本着色愛染明王像が 市有形文化財に指定されました

福王寺絹本着色愛染明王像が4月24日付けで佐久市有形文化財に指定され、5月2日に土屋教育長から所有者である福王寺代表役員 桑澤俊胤様に指定書の伝達が行われました。

開催中⇒7月6日(日)

新・収蔵品展 —平成25年度収蔵

昨年度収蔵した、
51名の作家による70点の作品を初披露

【展示作家】青柳ナツエ・秋山青桃・雨宮敬子・新井光風・五百住乙人・井茂圭洞・石飛博光・市野龍起・井上 悟・牛窪梧十・小野修平・柿下木冠・片岡伸介・片野拓哉・加藤みちこ・金子 亨・川上景年・北久美子・木下 晋・小林和作・小松崎広子・斎藤 隆・サイトウ 良・酒井みのり・櫻井かえで・佐藤 晨・潮田皓哉・清水玄太・鈴木美江・澄川喜一・関 出・高木敏行・谷保玲奈・長岡 宏・奈良達雄・濱崎道子・林 敬二・原田映爾・平澤重信・藤田 潤・堀内崇志・曲子光男・三木 蘭・宮城 真・向井隆豊・森 白甫・山田松鶴・山根真奈・横山松濤・吉竹昌子・渡辺豊重 (50音順・敬称略)



澄川喜一《おろち》

■ 会期中のイベント

○観覧会ガイド

6月14日(土)・6月29日(日) 午後2時から40分程度

※参加無料ですが観覧券が必要です。

■ 常設展示

○平山郁夫「仏教伝来」ほか

○中国陶磁器(吉沢コレクション)

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

■ 開館時間: 午前9時30分～午後5時

■ 会期中の休館日: 毎週月曜日

佐久市立近代美術館
油井一二記念館SAKU Municipal
Museum
of Modern Art since 1983■ 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

こばやし あかね

小林 茜さん

(岩村田高校 3年)

趣味…ピアノ

住所…御馬寄



今、一番楽しいことは「学校に行くこと」と話す小林茜さん。岩村田高校に通う17歳です。

「学校には元気で明るく楽しい友人がたくさんいます。私が悩んでいたり落ち込んでいる時には、話を聞いてくれて、とても励まされます。高校生活も残り1年となりましたが、友達と過ごせる時間を大切にしたい」とのこと。

そんな小林さんの将来の夢は、保育士になること。「未満児の時から保育園にお世話になっていて、保育園の先生は昔から身近な存在でした。今は放課後のボランティアで保育園の子どもたちと遊んでいます。保育士になり、子どもたちから元気を貰いながら仕事がしたい」と話してくれました。

10万人の広場
アレルギーインタビュー

北沢 優紀さんから紹介された

い で のぞみ
井出 希さん
(飲食業・小宮山)

①自己紹介をお願いします。

中込の料理店「楽園亭」で働いています。一昨年の9月にオープンして以来、お客さんの目線で要望に応えられるよう、気遣いを大切にしながら、父の作る料理を届けています。

②これからの街づくりに望むこと

商店街に駐車場を増やしていただきたいです。グリーンモール内に駐車場ができましたが、満車の場合も多いですし、十分とは言えません。大勢の人に商店街を訪れていただき、地域の活性化に繋がってほしいです。



だれもが・いつでも・どこでも

学習できる公民館活動

本館: 〒385-0043 佐久市取出町183 野沢会館内

☎64-0551 ☎64-0553

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



2014 (平成26年)

6

みなづき
水無月

No.111

楽しい ハーモニカ教室

中込会館では毎月「ハーモニカで楽しく」という講座が開催されています。

初心者向けのハーモニカ教室で50～80代の方々が毎回50名ほど参加しています。

参加者は熱意ある講師のもと、和気あいあいとした雰囲気の中で楽しみながら吹いています。

興味のある方は是非一度見学してみてもいいでしょう。

浅間地区

気分はAKB48♪

4月15日講師に中嶋洋子先生を迎え「リズム体操教室」を開催しました。

本当は興味があるけれど、ちょっと恥ずかしいかも……でも、みんなでやれば怖くない!! AKB48の『恋するフォーチュンクッキー』にチャレンジ。

会場は30名を超える参加者の熱気で包まれ「上手に踊れるようになったら、孫に振り付けを教えてあげたい」と言った楽しい意見も聞かれました。



野沢地区

「真柏」を剪定しよう!

野沢地区館にて「ミニ盆栽教室」が開催されました。

今年度は6月まで3回の予定で、三浦文美先生の指導によりスタートしました。第1回目は4月12日で、剪定する「真柏」の説明をしていただきました。

剪定が始まると参加者は、自分の盆栽にはさみを入れながら、楽しく会話をし、お互いにアドバイスをしたりと、盆栽に対する意気込みを感じました。



中込地区

学習グループ代表者会

4月13日に中込会館で中込地区館学習グループ協議会代表者会が開かれました。

代表者一人ひとり自己紹介し、平成26年度の活動計画やグループの運営及び中込会館の利用について確認しました。

活動に対する問題提起があり、全員が課題を認識する機会となりました。



東地区

伝統の継承 ～衝立・袖垣教室～

4月18日に、衝立・袖垣教室がスタートしました。この講座は、過去30年以上続く東地区館伝統の講座で、これまで700基以上の作品が作成されました。

第1回は、土台の作成を行いました。参加者の皆さんで協力し、電動のこぎりを用いて木材を切断し、火であぶる作業を行いました。女性の方も数名参加しており、重い木材を運ぶなどの力作業もこなしていました。

作品は、11月の市民総合文化祭で展示されます。





臼田地区

美味しい野菜を作りたい！

毎年大変人気の講座「家庭菜園教室」が、今年度もスタートしました。

第1回目の4月8日は、それぞれの抱えている野菜事情を交えての自己紹介にはじまり、和やかな雰囲気の中、土づくりや連作障害を避けるためのポイントなどについて学習しました。真剣な面持ちで熱心に聞き入っている姿に、野菜作りに対する意気込みが感じられました。

今後は、11月まで全8回の講座の予定です。

浅科地区

新1年生お楽しみ会

3月8日(土)御馬寄コミュニティセンターにおいて、地区の小学生のお楽しみ会が、4月に入学する新1年生を迎えて行われました。

ビンゴゲーム・つり・宝さがし等を、5・6年生のお兄さん・お姉さんに教わりながら、元気にゲームに参加していました。

食事会も行われ、明るい笑顔で楽しいひとときを過ごしました。



望月地区

～家族の笑顔が一番～しあわせクッキング

毎回、好評をいただいている「しあわせクッキング」が始まりました。内田すみ江先生の指導の下、カツオのガーリックライス（イタリア丼）・イチゴのタルトをはじめ4品のメニューでしたが、参加された皆さん手際よく調理して美味しくできました。刺身にはわさびだと思っていたのですが今回、からしを使ったタレで、刺身に良く合いました。



第36回 佐久市民コーラスまつり出場者募集

この「佐久市民コーラスまつり」は、昭和53年からつづく伝統ある歌の祭典です。佐久市内の、合唱を楽しんでいる皆さんが一堂に集い、日頃の練習の成果を発表します。

歌い手にも、聞き手にも楽しみをもたらしてくれる合唱の魅力を、是非ご堪能ください。

日 時 平成26年9月7日(日) 12時30分～16時(予定)

場 所 佐久市コスモホール(予定)

申込期間 平成26年6月2日(月)～7月4日(金) 必着

参加資格 佐久市に在住する方を主体として構成する団体

参 加 金 2,000円(参加金は申込書に添えて納付してください)

お問い合わせ・お申し込み

〒385-0043

佐久市取出町183

佐久市公民館本館(野沢会館内)

☎0267-64-0551



リレー随筆

皎月祭

小田井荒田 ^{はぎ いわ} 剥岩芳信

皎月原は、旧中山道沿いの岩村田宿と小田井宿の中間にある小さな草原です。『皎月』とは、用明天皇の時代(今から1400年ほど昔)お咎めを受けて京から佐久の地に流されてきた官女の名前で、草原でいつも白馬を乗り回していたそうですが、あるとき白山大権現になって姿を消したという伝説が残されています。

皎月は、明るく輝く月という意味があり、今でも小田井では旧暦の中秋の名月(昨年は9月19日)に、『皎月』を偲んでお祭りをしています。小田井3区(西屋敷、下宿、荒田)が交替で当番になり、祭事をとりしきります。今回は荒田区の当番で、市長をはじめ市や地区の関係者の方々にご出席頂き、宮司さんによっておごそかに式典が行われました。

『知恵の団子』も行事の中のひとつで、当番区の奥さん達が公民館で米粉を使って3千個以上の小さなお団子を作り、各家庭に配って中秋の名月のお供えにしました。

由緒ある行事として、これからも長く伝えていきたいと思っています。



高瀬 森泉京子

日々思うこと

ちよつと
ひとこと

お年寄りだと思っていた。なのに今年は午年、私が還暦を迎えるのだ。えっ！つてことは、孫

私は子ども頃還暦を迎えた人を見て、ものすごく

達の目に映る私の姿は、ものすごい婆さんなのかな？
自分ではまだまだなんて思っているけれど、孫達とヨイイドンで走ってみれば確かに自分の思うイメージとはかけ離れた走り方だし、13年続けているフラダンスもレッスンの翌日には腰や節々が痛かったり、毎日体を動かしているつもりなのに、なぜどうしてと疑問ばかり。
でもそんな事ばかり考えていちゃだめだめ。人一倍やじ馬根性旺盛で、過ぎてしまったことはよくよしないので、前だけ向

いて走り抜こうと決めているのだから、自己満足の世界でいいから夢を持っていたいと思っています。
英会話ができたら、100メートル泳げるようになればたとやりたいたくさんあります、あまり欲張らずに少しずつコツコツと継続は力なりをモットーに、主人と結婚したおかげで出会えた素敵な仲間を大切に、毎日笑顔で「おはよう！」と言えるような生活をしたいものです。



みんなで作る国際支援米

6月になると水田の稲の成長が進み、緑色が増してきます。日本では米の生産調整が行われ、水田の一部で米作りをしないところがありますが、地球規模で見ると、作物が十分出来ないで食糧難に苦しみ、幼児などの死亡率の高い国もあります。そのような中で、休耕田等を活用し、採れたお米を「国際支援米」として飢餓に苦しむ国へ提供する、「国際協力田運動」が進められています。これは、マザーランド・アカデミー・インターナショナル(命の尊さ、等しさを行動で子どもたちに伝える母の会)が提唱している活動です。
これに長野県の農協が賛同し、活動に加わっていて、県下各地にこの運動に参加している個人や団体があります。多くの国際協力田では、地域の人たちが加わったり、子ども達の米作り体験の場となっている所が多くあるようです。地域によっては、学校田で採れたお米を国際支援米として提供している所もあります。

私も、佐久市のある方の国際協力田に昨年参加させてもらいましたが、その概要は次のとおりです。
4月に昔ながらの苗代作りにより苗を育てます。そして、6月に行う田植えには子ども達も加わり、大勢のみなさんが手植えで行います。秋の稲刈りも機械ではなく稲刈り鎌で稲を刈り、はぜ掛けが体験できるようにしています。11月の脱穀作業も、一部は足踏み脱穀機により収穫体験が出来るようにしました。収穫後は、国際支援米を入れる紙袋に、提供先であるアフリカのマリ共和国の言葉で「世界の人々がみんな仲良くなれますように」などと書いていました。
そして県下各地の国際支援米は1月に長野市に集められ、約10トンとなり、発送式が行われ、マリ共和国へ送られました。
このように、多くの人たちが関わりながら、国際支援米作りを体験することは、国境を越えた支援活動となり、命の大切さを学ぶことにつながる活動となっているように思いました。

人権同和教育推進員 中澤 裕

五郎兵衛用水と市川五郎兵衛

第10回 わがまち佐久・市民講座

日時 2014 7/5 土 午後2時(開場1時30分) 入場無料

●会場 佐久勤労者福祉センター
佐久平駅となり/TEL0267-67-7451

●講演 五郎兵衛用水と市川五郎兵衛

なか ざわ まさ ゆき
講師 中澤 政幸氏

五郎兵衛用水土地改良区理事長

お問い合わせは
佐久市公民館
(本館)TEL0267-64-0551



主催 わがまち佐久・市民講座運営実行委員会

実行委員 佐久市・佐久市教育委員会・佐久市地域公民館連絡協議会・区長会・PTA 連合会・社会福祉協議会
構成団体 老人クラブ連合会・男女共生ネットワーク・佐久商工会議所・佐久浅間農業協同組合
後援 信濃毎日新聞社・佐久市民新聞・佐久ケーブルテレビ・エフエム佐久平

五郎兵衛記念館「関所破りの桜」

瀬音

「一期一会」私の好きな言葉のひとつです。昨年の秋、震災後初めて菩提寺の研修で東北を旅行しました。津波で多くの犠牲者が出た南三陸町防災庁舎前で犠牲となられた方々の慰霊祭も行いました。

案内をしてくれた震災の「語部」の方は、元町役場で管理職をしていた方で、震災のあった年が定年だったそうです。彼は思いがあり、年度末の3月31日を待たず、2月末日に退職したそうです。「もし私が3月31日まで退職しないでしたら、間違いなくこの防災庁舎にいて、命を落としたでしょう」と彼は悲しそうに語っていました。彼は、犠牲となった同僚や部下・友人の死が無駄とならないよう「語部」として震災を後世の人に伝えていくそうです。

年末突然菩提寺の住職より「あの慰霊祭がNHKテレビに出ていたよ」と連絡がありました。早速、翌日の再放送を見たところ数秒間でしたが、研修旅行に出席したほぼ全員が映っていました。

これも「一期一会」の縁があったのかなと思うところでした。

(編集委員)

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

	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	◎自然探索 美笹高原 ～JAXA臼田宇宙空間観測所 ヤマハノ木自生地の草花を訪ねる	6月30日(月) 9:30～15:00	集合 浅間会館 美笹高原	中山 洸先生 佐藤文一先生	〈参加費〉100円(保険料等) 〈持ち物〉昼食・飲み物・雨具 〈定員〉20名 ※申込受付開始 6月9日(月)8:30
	◎第23回童謡・唱歌をうたう会 心にしみる懐かしい歌を一緒に	7月6日(日) 13:30～15:30	浅間会館	武井 宣子先生 相沢美名子先生	〈参加費〉無料
	◎自然探索 車山高原～矢島ヶ原湿原 暑い日に高原の樹や花を見て心も体もリフレッシュ!! 親子での参加もOK	8月8日(木) 8:00～16:00	集合 浅間会館 車山高原 矢島ヶ原湿原	中山 洸先生 佐藤文一先生	〈参加費〉2,700円程度(リフト代・保険料等) 〈持ち物〉昼食・飲み物・雨具 〈定員〉40名 ※申込受付開始 7月7日(月)8:30
野沢地区館	◎家庭菜園 (全9回) 野菜作りの基礎から学びましょう	③ 6月 2日(月) 9:30～11:30 ④ 7月 7日(月) // ⑤ 7月16日(木) //	野沢会館	佐久浅間農協 コーディネーター	〈参加費〉無料 〈持ち物〉筆記用具
	◎楽しむガーデニング教室 (全3回) 季節の花や植物の基礎知識から始めます	② 6月19日(木) 13:30～15:30 ③ 10月30日(木) //	野沢会館	グリーンアドバイザー	〈参加費〉2,000円程度 〈持ち物〉移植ゴテ・手袋・鉢 (30cm位の大きさ・当日購入も可) ※詳細は後日参加者に通知します
	◎雑穀料理 (全3回) 雑穀と旬の野菜を使った料理を作ります	① 7月8日(火) 10:00～13:00 ② 9月9日(火) // ③ 10月7日(火) //	野沢会館	高地清美先生	〈参加費〉800円 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定員〉15名
	◎染物に挑戦 簡単に染まる藍の生葉染めと佐久市の花コスモスで黄色に染めよう	7月10日(木) 9:30～11:30	野沢会館	岩崎泰治先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉エプロン・1,000～2,000円程度のシルクスカーフ・ゴム手袋 〈定員〉20名
中込地区館	◎ハーモニカで楽しく (全12回) 野外のさわやかな風の中でハーモニカを演奏してみませんか	③ 6月6日(金) 9:30～11:30	駒場公園 (雨天の場合は中込会館)	杉浦都美子先生	〈参加費〉100円(保険料等) 〈持ち物〉ハーモニカ・飲み物・敷物
	◎なつかしの歌・こころの歌 (全4回) アコーディオン伴奏で懐かしい歌をみんなで歌いましょう。昨年6月の歌集(緑色の表紙)を使います	① 6月16日(月) 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〉無料 〈持ち物〉飲み物・昨年6月の歌集(お持ちの方)
	◎段ボールコンポストの作り方 (全3回) まずは段ボールコンポストを作ってみましょう。2回目からはできた堆肥を活用した秋冬野菜作りを学びます。2回目以降は9月に開催します	① 6月19日(木) 9:00～11:30	中込会館	細井千重子先生	〈参加費〉700円程度 〈持ち物〉ガムテープ・はさみ 〈定員〉20名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎子育て楽しみ隊 (全4回) 7月は和ヨガ教室です。子育て中のみなさん、ヨガでリフレッシュしましょう。お子さんと一緒にでもOKです	① 7月2日(火) 10:00～11:30	中込会館	金沢優子先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉ヨガマットかバスタオル 〈定員〉15名(産後5ヵ月以上の方) ※子供同伴可
	◎千曲川の源流を目指して (全3回) 千曲川源流に向かいます	《事前説明会》 7月17日(木) 18:30～20:00 《当日》 ③ 7月26日(土) 7:30～16:00	《事前説明会》 中込会館 《当日》 毛木平駐車場～源流	佐久アッセントクラブ	〈参加費〉1回100円(保険料他) 〈持ち物〉昼食・雨具他 〈定員〉21名 健脚向き 申込受付開始 6月17日(火)8:30 ※詳細は後日参加者に通知します ※5月に参加した方も申し込みが必要です

※〈定員〉先着申込順で、定員になり次第締切となりますので、ご了承ください。

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	◎家庭菜園教室（全8回） 野菜作りの基本を学びましょう ④野菜の誘引・整枝 ⑤夏期における野菜の栽培管理 （野菜の栄養診断と管理）	④ 6月 2日(月) 9:30～11:30 ⑤ 6月30日(月) //	東会館 中会議室	岩下武弘先生	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 筆記用具
	◎初心者切り絵教室（全4回） オリジナルの切り絵を作りましょう	① 6月18日(休) 13:30～15:30 ② 7月16日(休) //	東会館 大会議室	淀川 学先生	〈参加費〉 実費 〈持ち物〉 筆記用具
	◎盆栽に親しむ（全3回） 夏の管理のポイントを学びましょう	① 6月20日(金) 9:30～11:30	東会館 料理講習室	花里暢悦先生	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 見てもらいたい盆栽など
臼田地区館	◎宇宙ウォーキング！～星の教室（春） 「春の星座と土星」 講師のユーモアあふれるお話を聞きながら、あいとぴあで星を楽しみましょう！	6月5日(休) 19:30～21:00	あいとぴあ 臼田	教育委員会職員	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 筆記用具・懐中電灯 〈定員〉 30名
	◎家庭菜園教室（全8回） 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	③ 6月10日(火) 9:30～11:30 ④ 7月 8日(火) //	あいとぴあ 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
	◎ふれあい陶芸教室（全3回） 夏の思い出に、自分だけのオリジナル作品を作ってみよう！作品の制作～色つけ～作品発表会	① 7月 6日(日) 9:30～12:00 ② 7月27日(日) // ③ 8月 3日(日)	あいとぴあ 臼田	ゆびのあとの会	〈参加費〉 600円程度(材料費) 〈持ち物〉 エプロン 〈定員〉 25名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎飯ごう炊さんと星の教室 飯ごうで夕食作りに挑戦！ その他、レクリエーションや花火、星の観察などお楽しみが盛りだくさん!!	7月19日(土) 15:00～21:00	集合 うすだスター ドーム	佐久おやじの会 教育委員会職員	〈参加費〉 実費負担 〈定員〉 親子10組まで ※詳細は後日参加者に通知します
浅科地区館	◎おなかを育てる体操教室(全3回) 腹筋に力をつけることで腰痛や体の不調を改善します。腹筋は全身の要。しっかり、力をつけましょう。1回だけの参加も歓迎	① 6月16日(月) 10:00～11:30 ② 6月30日(月) // ③ 7月14日(月) //	浅科会館 2階ホール	中嶋洋子先生	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 飲み物・ひざ掛け(あればヨガマット等)・上履き ※申込不要です。運動のできる服装でお出かけください
	◎料理教室教室 ～香りの世界を食卓に～ 香辛料を使い豊かな食卓を演出します。メニュー：パインセオ（ベトナム風お好み焼き）、春雨サラダ、タピカオフルーツ	7月9日(火) 9:30～13:30	浅科会館 調理室	名取叔美先生	〈参加費〉 800円程度(材料費) 〈持ち物〉 エプロン・三角巾・筆記用具・持帰り用タッパー 〈定員〉 15名 ※6月9日(月)9:00から申込受付
	◎飯田人形フェスティバルに出かけよう 日本最大の人形劇です。子どもから大人まで楽しむことができます。夏休みの一日を使って、是非参加してみませんか。昨年オープンしたばかりの満蒙開拓平和記念館にも寄ります	8月8日(金) 6:00～18:00	阿智村 飯田市	生駒悦雄先生	〈参加費〉 大人5,000円、小学生まで4,500円 〈持ち物〉 昼食・雨具・飲み物 〈定員〉 25名 ※7月7日(月)9:00から申込受付
望月地区館	◎家庭菜園講座（全8回） 新鮮で栄養タップリな野菜を食卓に 各種野菜の生育診断、追肥他	③ 6月 3日(火) 9:30～11:30 ④ 7月10日(休) //	観音峯活性化 センター 現地集合	小林重弘先生	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 筆記用具、飲み物
	◎歴史講座（全3回） 真田ゆかりの里を訪ねます	① 6月10日(火) 7:45～17:00	駒の里ふれあい センター 集合	福島邦男先生	〈参加費〉 3,000円程度（保険料・高速通行料・昼食代等含む） 〈持ち物〉 歩きやすい服装・雨具 〈定員〉 28名 募集期日：5月8日午前9:00から受付
	◎男山登山 初夏の緑を楽しみながら佐久の 自然を満喫	6月12日(休) 7:00～17:00	駒の里ふれあい センター 集合・各地	佐久山岳 コーディネーター	〈参加費〉 300円程度（保険料・駐車場代等含む） 〈持ち物〉 歩きやすい服装・雨具・昼食 〈定員〉 25名 募集期日：5月15日午前9:00から受付
	◎草木染教室（全6回） 自然の草木で染めてみよう（2回目はよもぎ）	② 6月13日(金) 13:30～16:30 ③ 7月11日(金) //	観音峯活性化 センター 現地集合	望月多恵子先生	〈参加費〉 材料費1,000円程度 〈持ち物〉 エプロン、軍手、ゴム手袋（Lサイズ） 〈定員〉 15名
	◎愛唱歌合唱・うたごえホール（全12回） ～童謡、唱歌、最新の歌などを楽しく歌いませんか～ ふるさとは今もかわらず 他	② 6月18日(火) 13:30～15:00 ③ 7月23日(火) //	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 ※参加申込随時受け付けています
	◎ウォーキング&ブローイング 体験教室（全10回） ウォーキングの基本の歩き方を覚えよう	③ 6月21日(土) 10:00～12:00 ④ 7月19日(土) //	③駒の里ふれあい センター大ホール ④屋外予定	谷協良一先生	〈参加費〉 300円程度 〈持ち物〉 動きやすい服装・飲み物 〈定員〉 20名（小学3年生以上）申込順
	◎家族の笑顔が一番（全6回） 「しあわせクッキング」 冷やしパスタ・野菜のパン・卵豆腐	② 7月3日(休) 9:30～13:00	駒の里ふれあい センター 講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉 800円程度 〈持ち物〉 エプロン、三角巾 〈定員〉 16名 ※6月10日午前9:00から申込受付
	◎夏のハイキング ハケ岳方面（詳細未定）	8月7日(休) 7:00～17:00	駒の里ふれあい センター 集合・各地	佐久山岳 コーディネーター	〈参加費〉 300円程度（保険料、駐車場等含む） 〈持ち物〉 歩きやすい服装、雨具、昼食 〈定員〉 25名 ※7月11日午前9:00から申込受付

少年センターだより

新学期がスタートして2カ月が過ぎました。新入学の子どもたちも学校生活に慣れてきたことと思います。少年センター補導委員も、登下校を見守って下さる地域の方々に感謝しつつ、週5日の街頭補導活動を実施しています。

児童ポルノ・少女性被害が急増！

児童ポルノ事件被害児童数は、平成25年には全国で646人（+115人）と平成24年からおよそ21.7%も増加しています。被害者のうち、女子中・高生が約80%を占めていますが、中には未就学・小学生を合わせ、約6%の児童が含まれており、被害児童の低年齢化が見られます。また、インターネットを利用した被害が増加しています。軽い気持ちで自分の下着姿や裸の画像をインターネットに流してしまうと、画像のコピーが繰り返され、全ての画像を回収することは大変難しくなり、被害児童の悲しみは将来にわたって続くこととなります。インターネットサイトを利用して児童買春や淫行などの被害にあった18歳未満のうち約9割がスマートフォンの無料アプリなどの交流サイトを利用しています。携帯電話やインターネットは使い方を誤ると、重大な犯罪に繋がりがかねません。

- ・安易に自分の画像をインターネットに流さない
- ・あやしいサイトには近づかない
- ・フィルタリング等のサービスを利用する

子どもにもスマホを持たせるなら

親子でルールを決めましょう

インターネットに簡単に繋ぐことができるスマートフォンが子どもたちの間でも急速に普及しています。便利な一方で、有害情報にも容易に触れることができ、犯罪に巻き込まれることが多くなっています。子どもに携帯を持たせるなら、親子でルールを決めるなどして、家庭で子どもを守りましょう。また、保護者が適切な使用方法を教え、管理をすることで子どもの大切な未来を守ることができず。ぜひ、家族で携帯やスマートフォンの使い方を一度話し合ってみてください。

自分の子どもを児童ポルノ被害から守るには？

子どもに持たせる携帯電話には、フィルタリングを必ず利用しましょう。

被害防止対策①

子どもたちを狙う犯罪被害も相次いでいることから、防犯目的でお子さんに携帯電話を持たせる家庭も増えています。その反面、手軽にインターネットにアクセスできることで、実際に子どもたちが犯罪被害にあふ事例が発生しています。インターネットを通じて児童ポルノを始めとする様々な被害を未然に防ぐために「フィルタリング（有害サイトアクセス制限サービス）」を利用する必要があります。

※フィルタリング：ゲームサイトやプロフィールサイトなどコミュニケーション機能を持たないサイト、アダルトサイトや出会い系サイトなど有害と見られるサイトへのアクセスを制限するサービスです。

注意 一部のコミュニケーションサイトにはアクセス可能なため、子どもが犯罪被害にあふ事例もあります。

インターネット

出会い系サイト
コミュニティサイト
アダルトサイト
ドラッグ
ギャンブル
その他有害情報

フィルタリング無し
フィルタリング

児童ポルノの被害から子どもを守るには、保護者による適切な教育が必要です。

被害防止対策②

子どもたちには、インターネットによるリスクについての知識が不足しています。そのためインターネットで知り合った見ず知らずの相手に気軽に自らの画像や個人情報を送ってしまい、被害にあふケースも少なくありません。フィルタリングを利用していてもコミュニケーション等で被害にあふケースもあるため、保護者が携帯電話を使用させる際に改めてインターネットの危険性を教え、被害にあわないための約束を守らせるなど適切な教育が必要になります。

1 様々なリスクについて教える

- ① インターネットを通じて送った写真は、半永久的に広まる可能性がある。
- ② 女の子になりすまして裸の写真を送信させることがある。
- ③ コミュニティサイトやゲームサイトなど、アクセス可能なサイトでも被害にあふ場合がある。
- ④ 「援助交際」の実態は「売春」であり、「売春」は法律で禁止されている。
- ⑤ 子どもでも児童ポルノを送ったり、公開したりすると犯罪になる。

2 使用する際の約束を決める

- ⑥ 出会い系サイトには絶対にアクセスしない。
- ⑦ 知らない人とはメールの交換はしない。
- ⑧ サイトで知り合った見知らぬ相手に会わない。
- ⑨ 裸や下着の写真は絶対に送信しない。
- ⑩ プロフィールサイトや掲示板に個人を特定される情報は書かない。
- ⑪ 接続するサイトは常に確認する。
- ⑫ 利用料金や利用時間を決める。
- ⑬ 学校での使用については学校のルールに従う。
- ⑭ 約束を守らない場合は携帯電話の利用を停止する。

子どもたちの体験活動をサポートします！

子どもたちを対象とした地域や学校での体験活動を支援するために、指導者の紹介や日程調整、また子どもたちや親子の体験活動に関する相談などを行い子どもたちの活動をサポートしています。

地域や学校での活動にお困りでしたら子どもセンターまでご連絡ください。

また、子どもたちを指導するボランティア指導者を募集しています。子どもたちに伝えたい特技や知識を持った方がいましたらぜひ、登録をお願いします。

佐久市子どもセンター事務局：佐久市教育委員会生涯学習課青少年係 ☎62-0664
〒385-0043 佐久市取出町183 野沢会館内

毎月第3日曜日は「家庭の日」です

青少年に関するご相談は少年センターへ……☎62-0664（野沢会館内）

平成25年度情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況について

平成25年度は、151件の開示請求があり、このうち情報公開に関するものが147件、個人情報に関するものが4件ありました。

これらに対する開示の状況は、全部開示125件、一部開示23件、文書不存在3件、不開示0件でした。なお、詳細は以下のとおりです。

1 情報公開

(単位：件)

請求内容	決定内容				計
	開示	一部開示	文書不存在	不開示	
建設工事及び委託業務等に係る金入り設計書	106				106
建設工事の金入り設計書及び入札経過書	2				2
建設工事の施工体系図	3				3
決算統計に係る書類	3				3
佐久消防署庁舎新築工事の設計図面	1				1
平成17年の合併に関し住民に対して行われた説明会の議事録		1			1
行政書士及び司法書士名による戸籍謄本等職務上請求書		2			2
佐久市新エネルギー・省エネルギー施設整備事業補助金に係る書類		2			2
騒音苦情の記録に係る書類		1			1
し尿浄化槽設計概要書及び浄化槽に係る書類		1			1
新ごみ焼却施設の候補地調査に係る書類及び源泉探査業務に係る書類		1			1
要介護・要支援認定に係る書類		1			1
臼田学園の給食食材の納入に係る書類	1				1
布施温泉及び穂の香乃湯の営業収支報告書及び来館者報告書	1				1
水路占用許可申請に係る書類		1			1
総合運動公園陸上競技場グラウンド整備工事の入札経過書	1				1
市民交流ひろばの植栽事業に係る書類及びシェルターの工事に係る書類		1			1
市民交流ひろばの植栽事業に係る書類		1			1
平尾山公園内施設の設置管理申請に係る書類及び平尾山公園管理に係る書類		1			1
平根発電所が供給する平尾山公園内施設別消費電力量に係る書類及び斎場施設建設事業用地の土地価格に係る書類		1			1
平根発電所が供給する平尾山公園内施設別の消費電力量に係る書類	1				1
教育委員会及び教育委員協議会議事録		2			2
佐久市総合体育館内部改修工事設計業務、佐久市立佐久平浅間小学校（仮称）屋内運動場等建築工事、佐久市立岸野小学校プール等改修工事及び学校給食南部センター調理室増改築工事に係る書類	1				1
佐久市立佐久平浅間小学校（仮称）校舎棟建築工事の設計図面	1				1
佐久市立浅間中学校グラウンド造成工事に係る書類		1			1
佐久城山小学校給食施設建設事業計画に係る書類	1				1
学校給食のセンター方式化に係る議事録並びに城山小学校の学校給食に関し行われた報告会及び説明会の議事録		1			1
学校給食のセンター方式化に係る議事録			1		1
野沢給食センター設置に係る議事録			1		1
給食施設ごとの学校給食食材の納入に係る書類、臼田給食センター及び南部給食センターの平面図並びに臼田給食センターのアレルギーマッチング対応に係る書類		1			1
農業委員会農地部会の議事録		1			1
農業委員会指令及び農業委員会農地部会に係る書類		2			2
長野県佐久勤労者福祉センター利用申込書			1		1
計	122	22	3	0	147

2 個人情報

(単位：件)

請求内容	決定内容			計
	開示	一部開示	不存在	
佐久市職員採用試験に係る書類	1	1		2
印鑑証明書の請求に係る書類	1			1
農業委員会指令及び農業委員会農地部会議案	1			1
計	3	1	0	4

■お問い合わせ 庶務課 ☎62-3002 (直通)

一般競争入札による市有地の売却について

公用若しくは公共用として使用してきた土地で、今後使用する予定のない以下の物件を入札により一般の方にお譲りします。

物件番号	所在地	地目	面積(㎡)	最低売却価格
3	佐久市岩村田北一丁目39番2	宅地	833.51	18,250,000円
4	佐久市岩村田北一丁目40番4	宅地	427.33	11,020,000円

■売却方法 一般競争入札により、市があらかじめ決定した「予定価格（最低売却価格）」以上で最も高い価格で入札された方へお譲りします。

※入札に参加するにはあらかじめ申し込みが必要になります。

■申込期間 平成26年6月2日(月)から6月30日(月)

(受付 土曜・日曜・祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで)

■入札期間 平成26年7月10日(休)

■入札会場 佐久市役所6階 602会議室

※現地説明会は、平成26年7月8日(火)に行う予定です。

※入札時間等の詳細は、申し込みされた方へ直接お知らせします。

※入札には入札保証金（入札金額の100分の5以上）が必要です。

各物件の詳細（位置図等）は下記にお問合せいただくか、市のホームページで確認できます。

随意契約（先着順）による市有地の売却について

一般競争入札で購入の申し込みがなかった次の土地を、先着順で一般の方に売却します。

物件番号	所在地	地目	面積(㎡)
1	佐久市岩村田北一丁目34番3	宅地	1,021.44
2	佐久市岩村田北一丁目37番3	宅地	195.64
5	佐久市平賀字川原田2386番13外	宅地	247.77
6	佐久市望月字御桐谷311番1	宅地	402.91
10	佐久市内山字東浦田5236番4	宅地	258.94
12	佐久市内山字扇田7174番3外2筆	雑種地	1,996.00
13	佐久市内山字扇田7120番1外1筆	雑種地	557.00
21-3	佐久市中込字東中原3099番25	宅地	257.83
21-4	佐久市中込字東中原3099番26	宅地	257.88
21-7	佐久市望月字古道679番1	畑	484.00

■お申し込み 管財課で随時受け付けます。

各物件の位置図・価格等詳細については、管財課管財係にお問合せいただくか、市のホームページでもご覧いただけます。

■お問い合わせ 管財課 ☎62-3038（直通）

特殊詐欺が多発しています

株式の購入を持ちかける“もうかります詐欺”や警察官や銀行協会職員等をかたる“受取型詐欺”など特殊詐欺が多発していますのでご注意ください。

「必ず儲かる」「現金・キャッシュカードを預かる」といった話は絶対に信用しないでください。

少しでもおかしいと思ったらご相談ください。

- 長野県警察本部（振り込み詐欺撲滅ホットライン） ☎026-235-2530
- 上田消費生活センター ☎0268-27-8517
- 佐久市消費生活センター ☎62-7501

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）





「ヨシナカ伝説～義仲穴」 公開のお知らせ

昨年10月、貴船神社（協和）、および貞祥寺（前山）でロケが行われ、100名を超える市民エキストラの方に出演いただいた、秋原北胤監督の映画「ヨシナカ伝説～義仲穴」(主演：中山エミリ)が、6月7日(土)より佐久アムシネマで公開されます。

佐久の素晴らしい風景が映し出されていますので、この機会に是非ご覧ください。

■お問い合わせ

佐久市観光協会（観光交流推進課内） ☎62-3285



佐久市立国保浅間総合病院開院55周年記念 吉沢國雄記念 特別講演会のご案内



浅間総合病院は2014年6月をもって開院55年を迎えます。これを記念し以下のような特別講演会を開催します。

がんの治療研究に関するもので、一般の方にもお聞きいただけるような内容になっています。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

講演1

「がん研究の最前線」

中釜 斉 先生 [国立がんセンター研究所所長]

講演2

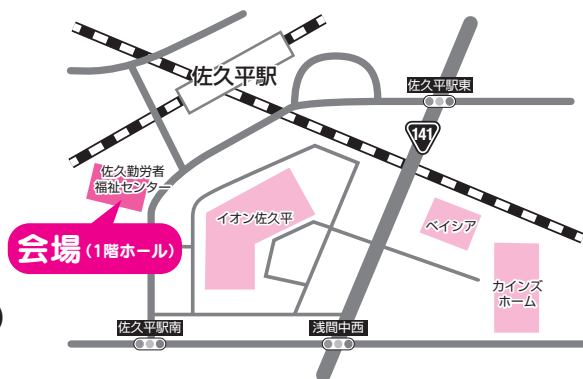
「がん哲学外来 ～医師の2つの使命～」

樋野 興夫 先生 [順天堂大学病理・腫瘍学教授]

日 時 ■ 6月20日(金) 午後6時～8時
会 場 ■ 佐久勤労者福祉センター1階ホール
参加費 ■ 無料

■お問い合わせ

浅間総合病院 総務課 ☎67-2295 (内線5201)
ホームページ <http://www.asamaghp.jp>



成知公園の複合遊具の更新について、市民の皆さんのご意見をお聞かせください

市では、公園施設長寿命化計画に基づき、公園施設を計画的に改修・更新し子供や高齢者をはじめ誰もが安全で安心して利用できる都市公園の環境整備を推進しています。

今年度更新を予定している成知公園の複合遊具について、満足度の高い公園整備を進めるため市民の皆さんのご意見を募集します。

お寄せいただいたご意見については、改修工事を実施する際の参考とさせていただき、できるだけ反映させていきたいと考えています。



改修する遊具

意見を募集する内容

- 1 新しく設置される複合遊具についての具体的なイメージとその理由
- 2 遊具を利用する年齢層

意見の提出方法等 意見票様式を公園緑地課窓口で配布します。また佐久市ホームページから印刷できます。

意見の募集期限 6月27日(金)まで



■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424

「特別支援教育説明会」及び「個別相談会」のご案内

市教育委員会では、特別に支援が必要だと考えられる子どもへの温かな関わり方などを考える機会として、特別支援教育に造詣の深い先生からお話を聞く説明会を計画しました。お気軽にご参加ください。

また、説明会終了後、就学に関する個別相談会を行いますので、ご希望の方は事前にご予約の上、お越しください。

- | | |
|-----|--|
| 日 時 | ● 平成26年6月19日(木) |
| | 特別支援教育説明会：午前9：30～11：00（予約不要） |
| | 個別相談：午前11：00～12：00（要予約、1件約30分程度） |
| 場 所 | ● 佐久市役所 8階 大会議室 |
| 内 容 | ● 就学相談の流れ、まなびの教室（LD等通級指導教室）等の説明、及び現場の教員等による個別相談会 |
| 対 象 | ● 保護者、特別支援教育関係者、園や学校の関係者、その他一般の方 |

《個別相談会の予約方法》

- ①**予約内容** お名前・ご連絡先・相談内容（概要）を記載（書式不問）（予約内容によってご連絡することもあります。）
- ②**予 約 先** 学校教育課
- ③**予約方法** FAX（62-7862）又は、メール（gakkokyoiku@city.saku.nagano.jp）でご連絡ください。
- ④**締 切** 6月10日(火)まで（先着順）

■お問い合わせ 学校教育課 ☎62-3478(直通)



児童手当を受給している皆さんへ



6月定期払のお知らせ

平成26年2月から5月分の児童手当を6月10日（火）に指定口座に振込みます。

受給者の皆さんは通帳を記帳して入金をお確かめください。

児童手当制度の概要

1 支給対象

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

2 支給額

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

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

3 支給時期

原則として、6月、10月、2月の各月の10日に申請いただいている口座へ支給します。（10日が休日の場合は、その前日になります。）

受給者の皆さんへは支払通知等を郵送しませんので、10日以降に申請いただいている口座の記帳等により、入金の確認をお願いします。

4 所得制限

所得制限は、所得額と扶養人数により基準となる所得制限限度額が変わります。

所得制限限度額以上の所得がある場合は特例給付として月額5,000円（一律）の支給となります。

※父母の一方が所得制限限度額以上の場合は、当該者を受給者と認定します。

5 申請手続き

お子さんが生まれたり、他の市区町村から転入した時は、事由が発生した次の日から15日以内に必ず申請が必要になります。申請がないと受給することができなくなりますので、ご注意ください。

申請に必要なもの

- ① 請求者名義の金融機関の通帳（口座番号等わかるもの）
- ② 請求者の健康保険証
- ③ 印鑑
- ④ 児童手当用所得証明書（転入者の場合）

6 申請内容の変更手続き

下記の場合も申請が必要になりますので、忘れずに手続きをお願いします。

- ① 養育する子どもの人数に変更があった場合
- ② 他の市区町村へ転出される場合
- ③ その他申請内容（住所、氏名、振込先等）に変更があった場合

児童手当「現況届」の提出について

毎年6月に児童の養育状況や所得の状況を把握し、6月分以降の児童手当を引き続き受ける要件（児童の監督や保護、生計同一関係など）を満たしているかどうかを確認するため現況届の提出が必要になります。

現在児童手当を受給している皆さんへ「平成26年度児童手当・特例給付現況届」を6月上旬に郵送しますので、同封の要領をご確認のうえ、必要事項をご記入いただき、子育て支援課または各支所市民係へ提出をお願いします。

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

※公務員（独立行政法人は除く）の方は勤務先への申請になります。

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149（直通）

平成26年度 結核・肺がん健(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26年度結核・肺がん健(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27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27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市役所（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・肺がん健(検)診を受けた方または受ける予定の方
 - 市が実施する検診で胸部X線・胸部らせんCT検査のいずれかを受けた方または受ける予定の方
 - 現在肺または胸部の病気で医療機関に通院中の方

- 2. 持ち物**
- 肺がん検診を受診される方
 - ① 佐久市健(検)診受診券 **(市から届けられる桃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・肺がん健(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】

月日・曜日	会 場	時 間	対象地区
6月9日(月)	黒田公民館	9:00 ～ 9:15	黒田
	大月火の見付近	9:35 ～ 9:55	大月
	J A 佐久浅間 旧苦水支店	10:20 ～ 11:00	苦水
	相立公民館	11:20 ～ 11:40	相立
	中村公民館付近	13:00 ～ 13:20	中村
	肘水集会所付近	13:40 ～ 14:00	肘水
	内山地区社会体育館	14:20 ～ 15:00	内山町上、町中、町下
	J A 佐久浅間 旧松井支店	15:20 ～ 16:00	松井
6月10日(火)	佐久城山小学校入口	9:00 ～ 9:50	平賀中宿、下宿、北口、アヴェニュー
	平賀上宿公会場	10:10 ～ 10:50	平賀上宿
	常和区消防詰所前	11:20 ～ 12:00	常和南・常和北
	太田部公会場	13:20 ～ 13:40	太田部
	橋場公会堂	14:00 ～ 14:50	橋場西、東、南
	佐太夫町区公会場	15:10 ～ 15:40	佐太夫町
6月11日(水)	杉の木公会場	9:00 ～ 9:30	杉の木
	石神区公民館	9:50 ～ 10:20	石神
	権現堂公民館	10:40 ～ 11:10	権現堂
	旧中込学校資料館第2駐車場	13:00 ～ 13:50	三石、前林
	三家公会堂	14:10 ～ 14:50	三家第一、第二
	佐久市保健センター	15:20 ～ 15:50	中央区北町第1、第2
	//	15:50 ～ 16:20	中央区南町
6月16日(月)	美笹ファミリーランドセンターハウス	9:10 ～ 9:20	美笹
	東立科公会場	9:50 ～ 10:10	東立科
	沓沢公民館	10:40 ～ 11:20	沓沢
	平井公民館	13:00 ～ 13:30	平井
	五本木火の見付近	13:50 ～ 14:00	五本木
	相浜研修センター	14:30 ～ 15:00	相浜
	野沢体育センター駐車場	15:30 ～ 16:00	野沢本町
6月17日(火)	大沢新田公会場付近	9:00 ～ 9:20	大沢新田
	大地堂公会場付近	9:50 ～ 10:10	大地堂
	大沢下町公会場	10:40 ～ 11:10	大沢下町
	本新町公会場	11:30 ～ 12:00	本新町
	大沢地区社会体育館	13:20 ～ 13:50	大沢上町・中町
	//	13:50 ～ 14:10	地家
	小宮山神社前	14:40 ～ 15:10	小宮山
	弥生が丘区集会場	15:40 ～ 16:00	弥生が丘・熊久保

月日・曜日	会 場	時 間	対象地区
6月19日(木)	原区公会場	9:00 ~ 9:50	原(上、中、下、曙)
	//	9:50 ~ 10:30	原(東南、西南、宮巻)
	鍛冶屋公会場	11:00 ~ 12:00	鍛冶屋
	高柳公会場	13:20 ~ 13:50	高柳
	前山地区会館	14:30 ~ 15:10	前山北中
	前山南公会場	15:40 ~ 16:10	前山南、洞源
6月25日(水)	五十貫公民館	9:00 ~ 9:30	五十貫
	瀬戸公民館	10:00 ~ 10:40	瀬戸中、東、南
	北耕地公会場	11:10 ~ 12:00	北耕地
	中込会館	13:30 ~ 14:40	平賀新町、荒家、中込新町
	西耕地公民館	15:10 ~ 16:00	西耕地
6月26日(木)	野沢会館北側駐車場	9:00 ~ 9:40	野沢本町、中小屋、十二町
	//	9:40 ~ 10:10	田町
	取出町公民館	10:40 ~ 11:40	取出町
	中桜井公会場	13:00 ~ 13:20	上桜井
	//	13:20 ~ 13:40	下桜井
	//	13:40 ~ 14:00	北桜井、中桜井
	泉野区集会場	14:30 ~ 15:00	泉野、三塚
	泉団地集会所	15:30 ~ 15:50	泉
6月27日(金)	下平公会場	9:00 ~ 9:30	下平
	竹田公会場	9:50 ~ 10:10	竹田
	糠尾区公民館	10:40 ~ 11:00	糠尾
	日向公会場	11:20 ~ 12:00	日向
	農村環境改善センター	13:20 ~ 14:10	下県東・下県西
	今岡区公民館	14:40 ~ 15:10	今岡
	跡部老人憩いの家	15:40 ~ 16:20	跡部
6月30日(月)	岩村田小学校正門	9:00 ~ 9:40	上の城
	花園町区集会室	10:10 ~ 10:40	花園町
	西本町公会場	11:10 ~ 11:40	西本町
	浅間会館	13:00 ~ 13:30	住吉町
	//	13:30 ~ 14:00	稲荷町・大和町
	//	14:00 ~ 14:30	荒宿・本町
	長土呂公会場	15:00 ~ 15:40	長土呂
7月1日(火)	伊勢林区公民館	9:00 ~ 9:20	駒場
	//	9:20 ~ 9:50	伊勢林
	紅雲台公会場	10:20 ~ 11:00	紅雲台
	安原公民館	11:30 ~ 12:00	安原
	東地文化センター	13:40 ~ 14:10	東地
	香坂西地公民館	14:40 ~ 15:10	西地
7月7日(月)	中佐都会館	9:00 ~ 9:30	平塚
	赤岩公会場	10:00 ~ 10:30	赤岩
	常田公民館	11:00 ~ 11:45	常田
	上塚原コミュニティーセンター	13:00 ~ 13:30	上塚原
	下塚原公会場	14:00 ~ 14:30	下塚原
	根々井塚原区公会場	15:00 ~ 15:30	根々井塚原

【浅科地区】

月日・曜日	会 場	時 間	対象地区
6月12日(木)	下原公会場	9:00 ~ 10:15	下原
	上原公会場	10:45 ~ 11:30	上原
	中原公会場	13:30 ~ 14:00	中原
	御馬寄コミュニティーセンター	14:30 ~ 16:00	御馬寄
6月13日(金)	御牧原多目的集会場	9:15 ~ 9:45	御牧原
	入の沢公会場	10:15 ~ 10:45	桑山・入の沢
	庄ノ上生活改善センター	11:10 ~ 11:30	御馬寄(庄ノ上)
	浅科福祉センター	13:30 ~ 14:30	八幡(本町・宮本)
6月18日(水)	浅科福祉センター	14:30 ~ 16:00	八幡(上町・中町・大平)
	駒寄公会場	9:15 ~ 9:35	駒寄
	鶴沼コミュニティーセンター	9:50 ~ 10:10	鶴沼
	矢嶋老人憩いの家	10:30 ~ 11:30	矢嶋
	浅科保健センター	13:30 ~ 14:30	塩名田(東部・西部・県住)
	浅科保健センター	14:30 ~ 16:00	塩名田(中部・舟久保)・浅科全地区

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

■お問い合わせ

健康づくり推進課 ☎62-3527(直通)

臼田支所健康づくり推進係 ☎82-3115(直通)

浅科支所健康づくり推進係 ☎58-2001(内線22・27・31) 望月支所健康づくり推進係 ☎53-3111(内線120・148)

新品目試験ほ場の見学について

佐久市新品目導入試験ほ場で、平成26年度に栽培している下記の品目について、随時見学を受けています。

6月はカモミールの刈取りや、トマト類の枝の仕立てなどを実施します。また、これから定植する作物にも間に合う技術や作型を実証していますのでお気軽にお越し下さい。

●平成26年度に実証している作物（6月中の作業）

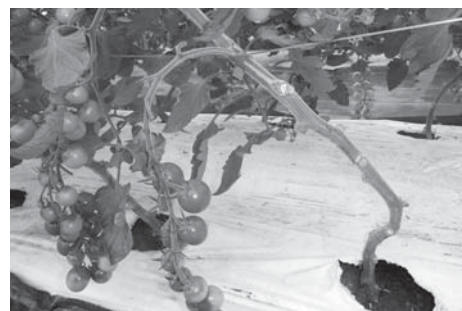
6月上旬	中旬	下旬
トマト類	えだまめ	スイートコーン
枝整理・仕立て	防除	中耕
カモミール		ショウガ
刈取・乾燥		葉生姜収穫開始
ナス		ナス・ミニトマト
枝整理・仕立て		収穫開始

※生育状況により、作業等が変更になることがあります

不明な点は佐久市営農支援センターまで、お問い合わせください。

実演場所 佐久市新品目試験ほ場「FATRIA佐久 南農園及び北農園」
ファットリア
ファットリアとはイタリア語で農園を意味します

※試験ほ場には駐車場がありませんので、佐久合同庁舎に駐車していただき、徒歩でお越しください。



（参考）ミニトマトの斜め誘引の様子

■お問い合わせ 佐久市営農支援センター（農政課内） ☎62-3203

佐久市消費生活センターからのお知らせ

「しつこい訪問販売や電話勧誘で契約をしてしまった。」「身に覚えのない請求がきたがどうしたらよいか」など、市民の皆さんの消費生活に関する相談窓口として、平成26年3月28日より佐久市消費生活センターを開所しています。

相談は無料で、秘密は守られます。契約等に関し「何かおかしい」「困った」と思ったらお気軽にご相談ください。

佐久市消費生活センター

場 所 …… 市役所2階市民ホール

受付時間 …… 午前8時30分から午後5時15分まで（土日祝日、年末年始の休日を除く）

相談方法 …… 来所による面談または電話相談

（来所による相談の場合は、契約書や領収書など契約に関する書類を持参してください）

連絡先 …… ☎62-7501（直通）

その他 …… 土日祝日のご相談は、国民生活センターをご利用ください。

国民生活センター ☎0570-064-370（相談受付時間／午前10時から午後4時）

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

介護保険負担限度額認定について

介護保険の施設サービスを利用した場合、

① サービス費の1割

② 居住費

③ 食費

④ 日常生活費 が自己負担となります。

ただし、住民税非課税世帯等の低所得の方は②居住費、③食費に負担限度額が設けられています。

認定を受ける場合は、高齢者福祉課・各支所高齢者児童福祉係窓口で申請してください。

*申請書は市ホームページからもダウンロードできます。

平成26年度の更新申請のお知らせ

平成25年度中(26年6月まで) 負担限度額認定を受けている方で、平成26年度(26年7月以降)も該当する方には、更新用の申請書を送付します。

*施設に入所されている方は、施設に一括送付します。

●負担限度額 (1日あたり)

利用者負担段階	施設の居住環境	居住費負担限度 1日あたり	食費負担限度 1日あたり
第1段階	ユニット型個室	820円	300円
	ユニット型準個室	490円	
	従来型個室	490円 (320円)	
	多床室	0円	
第2段階	ユニット型個室	820円	390円
	ユニット型準個室	490円	
	従来型個室	490円 (420円)	
	多床室	320円	
第3段階	ユニット型個室	1,310円	650円
	ユニット型準個室	1,310円	
	従来型個室	1,310円 (820円)	
	多床室	320円	

※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の従来型個室の負担限度額は、()内の金額となります。

お問い合わせ
高齢者福祉課 ☎62-3154 (直通)
または各支所高齢者児童福祉係

地籍調査事業にご協力を

お願いします

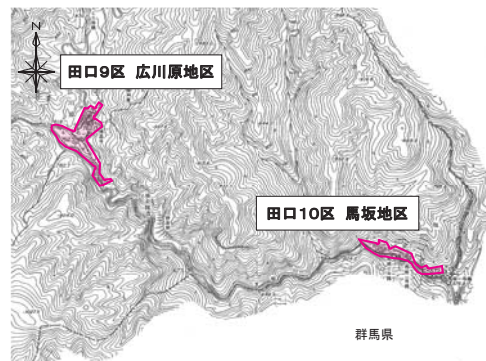
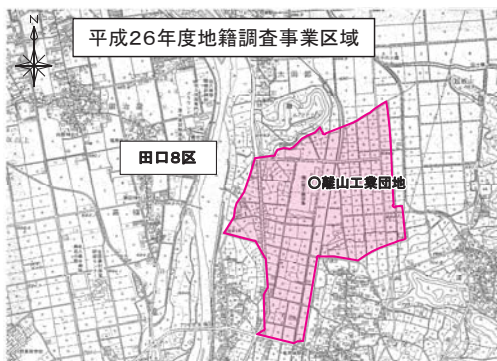
皆さんの大切な土地の権利を守るため、また、土地施策や街づくり推進の基礎資料とするため、市では年次計画により地籍調査事業を実施しています。

この調査は、一筆ごとの土地について、所有者立会のもとに地番、地目や隣地との境界を確認するものです。これにより、正確に測量された公図が作成され、登記簿も面積や地目などが新しい内容に書き改められ、土地の明確化・保全が図られます。

今年度は田口地区の一部を実施します。

平成26年度の調査区域は地籍調査事業区域図により、田口地区の一部、田口8・9・10区域で調査を実施し、実施面積は0.66km²です。

対象地区の皆さんには、現地立会・閲覧等にご協力をいただきますようお願いいたします。



お問い合わせ
耕地利務課 ☎62-3242 (直通)

成果の活用

地籍調査の成果を土地の売買、土地トラブルの防止、災害の復旧、各種行政運営等に活用します。

登記所への送付

登記所では、登記簿が書き改められ、地籍図が備え付けられます。

成果の閲覧・確認

地籍簿と地籍図の案を閲覧にかけ、誤り等を訂正する機会を設けます。

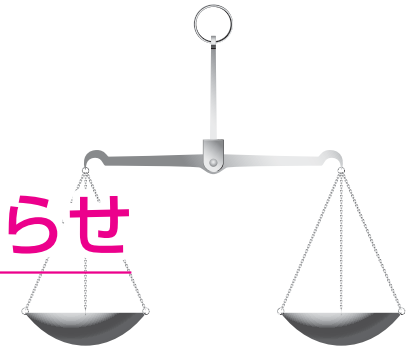
地籍測量

地球上の座標値と結びつけた、一筆ごとの正確な測量を行います。

一筆地調査

一筆ごとの土地について、土地所有者等の立会などにより、所有者、地番、境界等の確認をします。

地籍調査の進め方



平成26年度 計量器(はかり)定期検査のお知らせ

取引や証明等に使用している「はかり」は、計量法の規定により、2年ごとに長野県知事の検査を受けなければなりません。今年度は、佐久市を対象として下記の日程で検査を行いますので、対象となる計量器を使用している場合は必ず検査を受けてください。

1 検査対象

- 「取引」とは……商品の売買・農家の出荷（米・きのこと類・アスパラ等の野菜・果実）運送・保管及びその他業務上の計量、並びに薬局での医薬品の調剤等の計量
- 「証明」とは……官公庁・学校・保育園・幼稚園及び福祉施設の体重測定等公的な計量、並びに病医院・診療所・保健所等の健康診断又は診断書を発行するための計量

2 日程

期 日	時 間	区 域	会 場
6月23日(月)	10:30～12:00まで	中込・平賀・内山地区	JA佐久浅間 平賀支所
	13:30～15:00まで	志賀・三井・平根地区	JA佐久浅間 東支所
6月24日(火)	10:30～12:00まで	岸野・桜井地区	JA佐久浅間 岸野支所
	13:30～15:30まで	中佐都・高瀬地区	JA佐久浅間 中佐都支所 ライスセンター
6月25日(水)	10:30～11:30まで	浅科地区	市役所浅科支所
	13:00～15:30まで	望月地区	駒の里ふれあいセンター
6月26日(木)	10:30～12:00まで	岩村田・小田井地区	浅間会館
	13:00～15:30まで		
6月30日(月)	10:30～12:00まで	野沢地区	佐久合同庁舎内 佐久保健福祉事務所 1階測定室
	13:00～15:00まで	大沢・前山地区	

3 持ち物

はかり（おもり・分銅とも）、検査手数料（種類により1台、250円～2,600円）

■お問い合わせ 長野県計量検定所 検定・検査課 ☎0263-47-4006 生活環境課 ☎62-3094(直通)

『協働のまちづくり』を進めています

市では、「佐久市協働基本指針」「佐久市協働のまちづくり行動計画」を作成し、多種多様な公益的な活動に取り組む皆さんと市がよきパートナーとして地域課題を共有し、課題解決に向け、ともに考え、知恵を出し合い、連携・協力する『協働のまちづくり』を進めています。

といっても「協働」とは何なのか、お互いに理解した上で進めなければ意味がありません。そこで、「協働」について市民の皆さんに少しずつお伝えしたいと思います。

協働とは「市民や行政が相互に理解し、違いを認め合った上で、自立した対等のパートナーとして、それぞれの資源や能力等を持ち寄り、共通の目標や課題の解決に向けて連携協力すること」です。 「佐久市協働基本指針」より



■お問い合わせ 広報広聴課 市民活動係 ☎62-3075(直通)

米粉を使ってみませんか？

佐久市では、市内のパン・菓子・製麺等の食品産業の事業者、女性グループ等、米粉普及に関心のある会員からなる佐久市米粉利活用推進研究会では、米粉の普及と新たな米粉食品の開発促進を図っています。

ご家庭で米粉を使った料理を作るなど、米粉の魅力にふれてみませんか？

今回は、平成23年度開催した米粉レシピコンクールにて最優秀賞に輝いた「**もちもちイカ焼き**」のレシピをご紹介します。家庭で米粉を使った料理に挑戦してみてください！

もちもちイカ焼き



材料

イカ……………	1パイ	タレ
塩……………	少々	ポン酢……大2
水……………	150cc	ごま油……少々
米粉……………	80g	
じゃがいも……	150g	
ピーマン……………	1個	
ハム……………	3枚	
青のり……………	少々	
サラダ油……………	大1	

作り方

- ① イカは中骨と腹わたを取り除き皮付きのまま7mm位の輪切りにし、塩をふる。
- ② ボウルに米粉と水を入れ、そこに皮をむいたじゃがいもをすりおろし、混ぜ合わせる。
- ③ フライパンに油をしいて温めておき、①のイカの水を拭きながら入れ、形が丸くなるように並べていく。
- ④ ③の上に5mm角に切ったハム・ピーマンをふり入れる。
- ⑤ ④に②を流し入れ中火でこんがり焼く。
- ⑥ ひっくり返して中火で焼き、皿に取り青のりを振って出来上がり。
- ⑦ ポン酢とごま油を混ぜたタレでいただく。

レシピ提供 上原 悦子 様

ご家庭のお米が米粉に加工できます！

JA佐久浅間米粉製粉所にて白米を米粉に製粉します。

- ・受付は毎週水曜日に行っています。
(午前9時～午後4時)
- ・うるち米5kg以上からご利用可能です。
- ・加工賃は白米1kgあたり200円です。

※もち米は米粉に製粉できません。



研究会員の募集！

佐久市米粉利活用推進研究会では、米粉を使った料理や加工品の研究開発、普及拡大を図るための取り組みをしている団体等を募集しています。

米粉に興味があり、新商品等の開発をお考えの飲食店、販売店などの方は、下記までご連絡ください。

■お問い合わせ 米粉利活用推進研究会 事務局（農政課内） ☎62-3203

佐久市子ども未来館

6月のイベント情報

◆ プラネタリウム春季番組

	平日	土・日・祝
10:00～	団体予約	団体予約
11:30～	ワンピース (団体予約がない場合)	ワンピース
14:00～	団体予約	星の王子さま
15:30～	星の王子さま	ワンピース

期間●6月15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。

★ワンピース ザ プラネタリウム

星空や宇宙のおもしろさをワンピースの世界観満載の豪快さと笑いでお送りします！



©尾田栄一郎／集英社・フジテレビ・東映アニメーション



★星の王子さま

世界中で愛されているサン＝テグジュペリが描いた永遠の名作「星の王子さま」がプラネタリウムに登場。あなたも目には見えない大切な物を探してみませんか。

◆ プラネタリウム夏季番組

★ドラえもん 宇宙ふしぎ大探検2

期間●6月21日(土)～スタート

※6月4日～6月6日はメンテナンスのため、投映を中止させていただきます。
※6月16日～6月20日は番組入替のため、投映を中止させていただきます。
※投映時間はホームページでご確認ください。



©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK
©JAXA 提供 Courtesy NASA/JPL-Caltech.

◆ マタニティ・プラネタリウム

～妊娠中のお母さんのための リラクゼーションタイム～

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

開催日時●6月14日(土) 午後6時30分から7時30分まで
(受付は、午後6時から)

料 金●大人560円(高校生以上)

申 込●事前申込制です。子ども未来館まで電話でお申込みください。定員になり次第締め切ります。

※観覧中の託児もできますので、事前にお申し込みください。(無料)
母子手帳をお持ちの方は当日ご持参ください。
助産師や保健師等による「健康・悩み相談コーナー」もありますので、相談がある方はお早めにお越しください。

◆ 6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●①午前10時50分～ ②午後1時20分～
③午後 2時50分～

※当日会場で申込みをしてください。

6月 1日(日)	紙でブーメランをつくろう
6月 7日(土)・8日(日)	振動でプロペラを回そう
6月14日(土)・15日(日)	風船でホバークラフトをつくろう
6月21日(土)・22日(日)	かさ袋ロケットをつくろう
6月28日(土)・29日(日)	星座早見盤をつくろう
6月 4日・11日・18日 25日 毎週水曜日	大人のための実験教室 「星座早見盤をつくろう」 時間 午前10時30分～11時30分

※事前申込が必要

※小学校低学年以下の方は保護者と一緒に参加してください。

◆ みんな集まれちびっこルーム

小さなお子さんが思いっきり遊べて、ご両親も安心して見ていただけるスペースを設置します。リトミック教室と同時開催。詳しくは、子ども未来館までお問い合わせください。

期 間●7月13日(日)まで

料 金●入館料のみ

※イベント等により中止することがあります。

利用案内

開館時間 午前9時30分から午後5時まで
休 館 日 毎週木曜日(祝日の場合は開館)

- 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

■お問い合わせ 子ども未来館 ☎67-2001
URL <http://kodomomiraikan.jp>

		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



佐久ケーブルテレビ

SAKU CABLE TELEVISION

6月の主な放送予定



- 6月 1日(日) 午後7時 駒太鼓スプリングコンサート
- 6月 8日(日) 午後7時 第47回佐久市強歩大会 ダイジェスト
- 6月15日(日) 午後7時 佐久バルーンフェスティバル2014 ダイジェスト
- 6月22日(日) 午後7時 浅間総合病院開院55周年記念連続講演会 第1回
「地域医療の過去・現在・未来」
- 6月29日(日) 午後7時 浅間総合病院開院55周年記念連続講演会 第2回
「高齢者“医療”について」

※放送内容・時間等は変更になる場合があります。

6月のおすすめ番組

- 平成26年佐久市議会第2回定例会 生中継

※会期日程は佐久市ホームページをご覧ください。



■お問い合わせ 佐久ケーブルテレビ株式会社

☎63-4500 FAX63-4550 Eメール info@sakunet.jp

加入は随時受け付けています。

Twitterで最新の番組情報を配信中です。@sakucatvにフォローお待ちしております。

佐久情報センターからのお知らせ

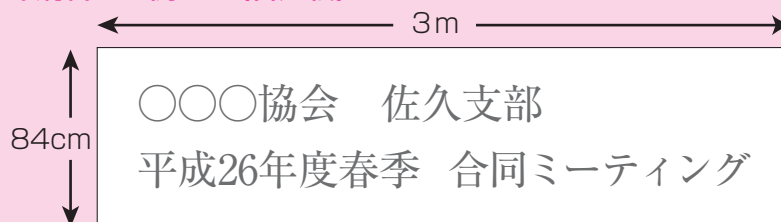
★ デジタル工房のご案内！▶▶▶ 大判プリンタをご利用ください

このような利用にどうぞ！

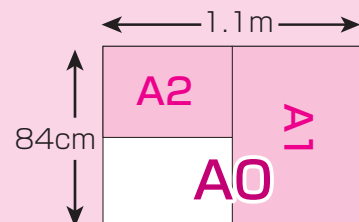
- ・講演会やセミナーの横断幕や演題に！
- ・各種模様し物の案内ポスターや立て看板に！
- ・スポーツ大会や囲碁大会のトーナメント表に！
- ・ご自身のお気に入りの写真を大判引き伸ばしに！



印刷料金の例です(普通紙)



- 横断幕の場合：500円/m×3m=1,500円



- A1 迄のサイズ：500円/枚
- A0 迄のサイズ：800円/枚

※光沢紙の場合、料金は普通紙の3倍です。

●原稿があれば作成請負も致します。(別途有料) 詳しくはお問い合わせください。

■お問い合わせ 佐久情報センター [指定管理者 株式会社パスカル]

☎64-5556 (開館：午前9時～午後6時 休館：月・祝日の翌日) <http://sic.pascal.ne.jp>

Information インフォメーション 6月

お知らせ

●献血のお知らせ

問合せ 健康づくり推進課
☎62-3527 (直通)

ケガや手術などで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いたします。

▼日時・会場

○株式会社新興製作所

6月25日(水)

午前9時30分～午前11時

○双信電機株式会社浅間工場

6月26日(木)

午後1時30分～午後4時

※会場及び日時については、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願います。

▽持ち物

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)

●「いのちの相談日」6月の予定

予約 健康づくり推進課

☎62-3189 (直通)

または、

各支所 健康づくり推進係

▼日時 6月18日(水)

午後1時30分～3時30分

(1日2件・予約優先)

▼会場 佐久市保健センター

▽費用 無料

▽対象 「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、どこか「やがた」に關することでお悩みの佐久市民

▽相談対応者 精神保健福祉士・保健師

●薬物乱用「ダメ。ゼッタイ。」普及運動

問合せ 健康づくり推進課

☎62-3527 (直通) または、

各支所健康づくり推進係

薬物乱用を根絶するため、国

連では、毎年6月26日を「国際麻薬乱用撲滅デー」と定めており、平成23年から、「新」国連薬物乱用根絶宣言(2009年「2019年」)を採択し、2019年までに薬物乱用の根絶を目指すこととなっております。この宣言を受け、我が国では、国際麻薬乱用撲滅デーを中心に6月20日から7月19日までの1か月間、「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を展開しています。

近年、薬物乱用が子どもたちにも広がっており、身近に危険が潜んでいます。インターネットや自動販売機など子どもに手の届きやすい販売方法が広がっていますので、注意が必要です。違法ドラッグは、「合法ドラッグ」「合法ハーブ」などと称して売られ大変危険です!

違法ドラッグには、「お香」や「ハーブ」、「アロマオイル」、「ビデオクリナー」などに見せかけて販売され、手に入り易くなっています。

違法ドラッグは「買わない」「使わない」「かわらない」

○薬物乱用を防止するために!!

・薬物乱用の危険性は身近にあり、自分には関係ないと思わないこと。

・誘われても『ダメ。ゼッタイ。』と断る勇気を持つこと。

一人でも相談すること。



●認知症高齢者介護者座談会のお知らせ

問合せ 白田支所高齢者児童福祉係

☎82-3124 (直通)

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、同様に介護をされている皆さんと、日頃のご苦労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。

▼日時 6月5日(木)

午後1時30分～3時

▼会場 あいとびあ白田

多目的室1

▽内容 座談会

▽参加費 無料

*お住まいの地区に関係なく、お気軽にお越しください。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。

●個別接種実施医療機関の追加のお知らせ

問合せ 健康づくり推進課

☎62-3527 (直通)

子宮頸がん予防の個別接種実施医療機関に左記医療機関が追加となりました。

▽医療機関名

佐久平エンゼルクリニック

▽所在地 長土呂1210-1

▽電話番号 67-5816

●駒場公園からのお知らせ

申込・問合せ

駒場公園管理事務所

☎68-1399

8月～11月分の駒場公園施設申請受付を下記の日時に行います。施設使用抽選会は、駒場

公園プール、2階大会議室にお集まりください。なお、時間厳守にてお願い致します。

▼日時

・テニスコート、弓道場

6月8日(日)午前9時～

・多目的広場、プール

6月15日(日)午前9時～

※プールの受付は、9月13日～11月30日分までとなります。

○プール休館日があります

水の入替、館内清掃のため、6月13日(金)～6月19日(木)までとなります。

※弓道場・テニスコート・多目的広場は、ご利用出来ます。

○屋外プールのオープンについて

屋外プールは、6月20日(金)～9月7日(日)までのご利用となります。

▽夏季利用時間

・屋内プール

午前9時30分～午後7時45分

(閉館時間：午後8時)

・屋外プール

午前9時30分～午後4時40分
皆様の多数のお越しをお待ちしております。

●うな沢第2最終処分場日曜日の開場(指定袋に入らない埋立ごみの受け入れ)のお知らせ

問合せ 生活環境課

☎62-3094 (直通)

左記日時のとおり、うな沢第2最終処分場の日曜日の開場を行います。

▼日時 6月22日(日)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。)

○日曜日の開場に合せて、小型家電(電気または電池で動く家電製品)の回収を行います。(例：携帯電話、パソコン、扇風機、電子レンジなど)
○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。

●6月の図書館行事予定

問合せ

中央図書館 ☎67-2111

白田図書館 ☎82-3932

浅科図書館 ☎58-4321

望月図書館 ☎53-0230

●中央図書館

・おはなしの会①

▽対象 子どもから大人

▼日時

6月14日(土)午前10時30分～

・おはなしの会②

▽対象 乳幼児

▼日時

6月19日(木)午前10時30分～

・おはなしの会③

▽対象 園児から小学校低学年

▼日時 6月21日(土)午後3時～

・語りのおもてなし

▽対象 子どもから大人

▼日時 6月28日(土)午後3時～

※会場はいずれも視聴覚室です。

●白田図書館

・ブック☆ブックお話の会

▽対象 子どもから大人

▼日時 6月21日(土)午後2時～

▽会場 えほんコーナー

●浅科図書館

・おはなし会

▽対象 子どもから大人

▼日時 6月21日(土)午前11時～

▽会場 えほんのへや

●望月図書館

・ものがたりふれあいトーク

▽対象 子どもから大人

▼日時

6月21日(土)午後2時30分～

▽会場 読み聞かせ室

※6月の休館日

2日(月)・9日(月)・16日(月)

23日(月)・24日(火)・30日(月)

★ブックスタート事業について

図書館では、赤ちゃんの誕生をお祝いして『絵本』を1冊プレゼントする、ブックスタート事業を行っています。

毎月、4ヶ月児の皆さんを対象として、通知を差し上げていますので、最寄りの図書館で、お受け取りください。

●子どもの悩みごと相談所(相談無料)

問合せ

長野地方事務局佐久支局

☎67-22272

▼日時 6月29日(日)午前10時～午後3時

▽場所 野沢会館、駒の里ふれあいセンター

●休館のお知らせ

問合せ 天来記念館

☎53-4158

望月歴史民俗資料館

☎54-2112

天来記念館及び望月歴史民俗資料館では、燻蒸消毒のため6月30日(月)～7月7日(月)までが臨時休館となります。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

●「平成26年 経済センサス」基礎調査・商業統計調査にご協力をお願いします

問合せ 情報統計課

☎62-3923

▽調査の時期

平成26年7月1日現在で行われます。

▽調査の対象

全国全ての事業所及び企業が対象となります。

▽調査の目的

今回の調査は産業の内容や規模など基本構造を明らかにすることを目的として実施される統計調査です。6月下旬から市内全域の事業所及び企業に各調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

●平成26年度「調理師試験」について

問合せ

長野県調理師会佐久平支部
☎64-8576(火・木のみ)

▽試験日 9月4日(木)
午後1時～午後3時

▽試験会場

佐久合同庁舎 5階講堂
(佐久市跡部65-1)

▽試験科目

食文化概論、衛生法規、講習
衛生学、栄養学、食品学、食
品衛生学、調理理論

▽願書受付

7月8日(火)～10日(木)
佐久合同庁舎 4階
404号会議室

▽受験手続き

①提出書類

ア 調理師試験願書(所定の
用紙を用いること)

イ 履歴書

ウ 調理業務従事証明書(所
定の用紙を用いること)

エ 写真(名刺版で出願前
3ヶ月以内に撮影したも
の)

②受験手数料 6,200円

○準備講習会の日程・要項

▽日時 7月23日(水)・24日(木)
午前9時～午後4時

▽場所

佐久合同庁舎 5階講堂

▽受付 佐久合同庁舎 4階
404号会議室

(7月8日(火)～10日(木))

▽費用

1受講料 27,000円
(内消費税2,000円)

※準備講習会の受講料27,000円には(公社)日本調理師会発行のテキスト模擬試験問題集・平成25年度調理師試験と同じ模擬試験が含まれています。

「佐久市新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました

●「佐久市新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました

問合せ 健康づくり推進課

☎62-3527

平成25年4月に施行された「新型インフルエンザ等対策特別措置法(特措法)」に基づき、「佐久市新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました。

この計画は、佐久市における新型インフルエンザ等の対策に関する基本的な方針及び市が実施する措置等を示すものです。

今後、新型インフルエンザ等が発生した場合は、本計画に沿って必要な対策等を実施していきます。

▽閲覧場所

・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

・健康づくり推進課(佐久市保健センター)

・各支所 健康づくり推進係

募集

●「ふれあいボールdeウォーキング」イベントのご案内

問合せ 佐久ポールウォーキング協会/事務局

☎・FAX 67-3318

○例会ウォーク

▽日時 6月1日(日)

午前9時～10時半

▽集合場所 駒場公園中央噴水広場

▽内容 ポールウォーキング講習

▽申込 自由参加、初心者大歓迎

○諏訪湖畔散策ウォーク

▽日時 6月29日(日)

午前9時～午後4時

▽集合場所 午前9時 佐久大

学駐車場集合
▽内容 バスで諏訪湖へ 湖畔

半周8kmウォーク

▽定員 40名 参加希望者は事前申込が必要です。

▽費用 バス交通費・参加費1人2,000円

●会員募集中!

年会費 1,000円

●平成26年度 手話奉仕員養成講座受講者募集

申込・問合せ 佐久広域連合障害者相談支援センター

☎63-5177

手話奉仕員養成講座(入門コース)受講者募集のお知らせ!手話を覚えよう!手話を基礎から学べる講座です。

●入門コース

▽日時 6月25日(水)～11月12日(水)

全20回

午後7時～9時

▽場所 佐久市ボランティアセンター(佐久市猿久保249-2)

▽対象 手話の経験がない方、手話を習得して活動する意欲のある方、および全課程出席できる方

▽内容 厚生労働省カリキュラムによる、講義および手話実技表現・基本文法等

▽受講料 3,000円(別途テキスト代3,240円)

▽定員 20名

▽申込締切 6月18日(水)

●税務職員採用試験が行われます

問合せ 関東信越国税局人事第一課試験係

☎048-600-3111

(内線2097)

▽期日 第1次試験9月7日(日)

▽受験資格

①平成26年4月1日において高校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過してない者及び平成27年3月までに高校又は中等教育学校卒業見込みの者

②人事院が左記①に掲げる者に準ずると認める者

▽試験の程度

高等学校卒業程度

▽申込方法等

【原則】インターネット申込

次のアドレスへアクセスし、説明に従い入力してください。
<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

▽受付期間 6月23日(月)～7月2日(水)(受信有効)

●スポーツ大会参加者募集

申込・問合せ 体育課
62-2020

○第10回佐久市少年野球大会・少女ミニバスケットボール大会

▽日時・会場

・野球 7月19日(土)・20日(日)
千曲川スポーツ交流広場他
・ミニバス 7月19日(土)
佐久市総合体育館

▽参加資格 市内に住む小学生

で編成した行政区単位で編成されたチーム。ただし、一区で編成できない場合は合同でも可(詳細は開催要項参照)

▽参加費 1チーム1,500円

▽申込方法 6月20日(金)までに所定の申込書に参加費を添えて、体育課または各地区体育係までお申し込みください。

●スポーツ教室参加者募集

申込・問合せ 体育課
62-2020
参加費を添えて体育課までお申し込みください。

○マレットゴルフ教室(対象者:一般)

▽内容 マレットゴルフの基礎

(初心者対象)

▽日時 7月11日～9月18日
毎週木曜日(10回)午後1時

3時(初回のみ金曜日)

▽会場

駒場公園マレットゴルフ場

▽定員 40人

▽参加費 1,000円

▽講師 マレットゴルフ連盟

○弓道教室(対象:中学生以上)

▽内容 弓道の基礎(初心者対象)

▽日時 7月5日～9月13日

毎週土曜日(10回)

午後2時～4時、第二土曜日が午前9時～11時

▽会場 白田弓道場

▽定員 20人

▽参加費 2,500円

▽講師 体育協会弓道部白田支部

▽用具 貸出します。

○ティール教室(対象:小学4年生以下と保護者)

▽内容 ティールボールを通じて

野球の楽しさ、面白さを知ろう。

▽日時 6月8日・6月15日・7月6日・8月3日・9月15日(5回)午前9時～12時

▽会場 浅科総合グラウンド

(9月15日は総合運動公園補助競技場)

補助競技場)

▽定員 60名

▽参加費 500円

1回につき家族3人まで(内保護者1名以上)追加及びそ

の他は一人300円

▽講師 東信野球部会佐久支部

▽問合せ 宮下

090-9668-3416

●就活セミナー

「ジョブクラブ」参加者募集

申込 若年者地域連携事業推進センター(株)コミュニケーショングループ・アイ
0263-27-5010

ひとりで悩んで就職活動が長期化していませんか?
仲間とお互に励まし合いながら就職活動を進めていく講座です。

▽日時 6月10日(火)、6月17日(火)、6月24日(火)、7月1日(火)、7月8日(火)職場見学会、7月14日(月)の午後1時30分～午後4時30分(全6回)

※職場見学会のみの参加もできます

▽場所 ハローワーク佐久

▽内容 仲間と共に自分の可能性を見つめながら、応募書類の作成や面接マナーを学びます。職場見学や、模擬面接では実際に職場の雰囲気を感じたり、企業の方から直接お話を聞くことができます。

▽対象 40代前半までの就職活動中の方

▽受講料 無料

●東信濃の御牧を巡る参加者募集!!

申込・問合せ

望月歴史民俗資料館
54-2112(直通)

いまから千年ほど前の奈良時代から平安時代を中心に、信濃国には京都御所(天皇)に御馬を献上する16の御牧があり、毎年御所で「駒牽き」の儀式が行われていました。東信濃には、望月牧を中心に7箇所の御牧が推定されており、重要な役割を担っていました。当日は講話の後、この主な推定御牧跡をバスで巡ります。

▽日時 7月19日(土)午前8時30分～(小雨決行・豪雨時は講話のみで弁当配付)

▽集合場所(解散も同じ) 駒の里ふれあいセンター(望月支所隣り)

▽費用 1,100円(昼食弁当、お茶代・入館料・保険料(講話のみでも保険料返納なし))

▽持ち物 雨具・帽子など

▽服装等 散策するのに適した服装・靴

▽講師 望月歴史民俗資料館 福島邦男学芸員

▽日程

講話 8時45分～9時20分
現地見学 9時35分から17時
①望月牧(佐久市ほか)②塩川牧(旧丸子町)③塩原牧(青木村)④昼食(信濃国分寺資料館・上田市)⑤新治牧(東御市)⑥菱野牧(小諸市)⑦塩野牧(御代田町)

▽定員 40名

▽申込期間 6月10日(火)～6月20日(金)まで(16日は休館)

●佐久市空き家バンクに登録しませんか

問合せ 信州佐久田舎暮らし支援センター
62-4139(ヨイサク)
(観光交流推進課内)

空き家バンクは、戸建住宅の空き家を有効活用し、移住・定住人口の増加による、地域の活性化を狙いとする事業です。

今、佐久市は移住先として注目されています。空き家の需要が見込まれる今こそ、空き家バンクへの登録をご検討ください。お待ちしております。

●「チャイルドライン」電話の
受け手ボランティア募集

問合せ NPO法人チャイルド
ライン佐久事務局(午前9時
～午後6時) 担当 小山
☎090-1437-0483
子育て支援課 ☎62-3149

チャイルドラインは18歳まで
の子ども専用電話です。子ども
たちの話したい気持ち、誰かと
つながりたい気持ちなど、子ど
もの「ことば」の奥にある「こ
ころ」を受け止める……「電話
でつながるこころの居場所」そ
れがチャイルドラインです。

電話を受ける方を「受け手」と
呼び、「受け手」になっ
ただくには「受け手養成講座」
を受講していただきます。「受
け手」をやってみたい！子ども
の声を受け止めたい！など関心
のある方、ぜひ受講してみま
せんか？

●第2期受け手養成講座

▼日程 6月28日(土)～9月19日(金)

全10回

▽受講料 12,000円(各
講座1回のみ受講の場合
1,500円)(詳細は市
ホームページでお知らせしま
す。)

●2014年インテルアカデ
ミージャパン 佐久校開校

問合せ (株)ブラック&ブルー
ストライプス
☎03-3353-1515

年4回のプログラムで開催
中！ビジターでもご参加頂け
ます。詳細は左記まで。

<http://interacademy.jp/>



また、2014年度サマー
キャンプも開催決定！

●第16回国際交流フェスティ
バルin佐久2014

ボランティアスタッフ募集

問合せ 第16回国際交流フェス
ティバルin佐久2014実行委員
会事務局(観光交流推進課内)
☎62-3283

スタッフとしての活動を通し

て異文化交流をしませんか？

市では毎年国際交流フェス
ティバルを開催しています。地
域に住んでいるいろいろな国
の人たちが集まるこのお祭りを、
楽しみながら一緒に盛り上げて
頂ける方を募集します。

年齢や国籍は問いません。多
くの方のご参加をお待ちして
おります。

▼開催日程

11月8日(土)【前日準備】

11月9日(日)【当日】

このほか、開催までに数回、
実行委員会が行われます。

●長野県知事選挙並びに長野
県議会議員補欠選挙(佐久
市・北佐久郡選挙区) 期日
前投票所投票立会人 募集

申込・問合せ 選挙管理委
員会
☎62-3502(直通)

▽職務の内容及び募集人員

長野県知事選挙並びに長野県
議会議員補欠選挙(佐久市・
北佐久郡選挙区)の期日前投
票所における投票立会業務
▽定員 16名(定員になり次第
締め切ります。)

▽応募要件

・日本国民で佐久市に住所を有
すること。

・長野県知事選挙並びに長野県
議会議員補欠選挙(佐久市・
北佐久郡選挙区)の選挙権を
有すること。

・投票日に満20歳以上であること。
・長野県知事選挙並びに長野県
議会議員補欠選挙(佐久市・
北佐久郡選挙区)の立候補予
定者でないこと。

▽職務条件

・期間 7月25日(金)～8月9日
(土)のうち2日～4日程度
・時間 午前8時30分(午前8
時20分に集合)～午後8時00
分まで
・報酬 9,500円

・場所 佐久市役所・白田支所
・浅科支所・望月支所の各期
日前投票所
※場所については、選挙管理委
員会で決定します。

▽提出書類 申込書

※選挙管理委員会、各支所庶務
係、佐久市ホームページ
▽受付期間 6月23日(月)から6
月27日(金)の各日とも午前8時
30分から午後5時15分の間
(郵送の場合は27日までに必
着のこと)

▽申込書提出先

〒385-8501
佐久市中込3056番地
佐久市選挙管理委員会事務局
(市役所5階)

●6月の施設見学参加者募集
申込・問合せ 広報広聴課
☎62-3075(直通)

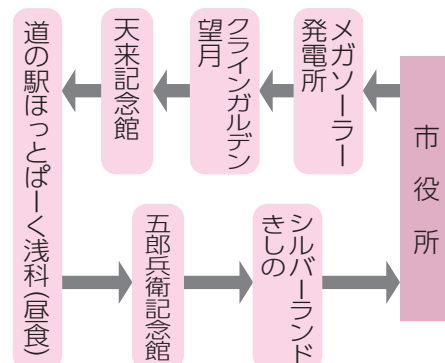
6月はBコースです。ぜひご
参加ください。

▼日時 6月27日(金)午前8時45
分までに市役所市民ホール集
合、午後3時20分終了予定
▽定員 32人(申込順)
※10人未満のときは、中止する
場合もあります。

▽参加費 無料
▽その他 昼食は道の駅ほっと
ぱーく浅科で各自注文

●市内施設見学特別コース

20人以上の団体で、市内施設
見学の希望がありましたら、
皆さんのご希望を取り入れて
特別コースも実施します。詳
しくは、広報広聴課へお問い
合わせください。



●平成26年度緑の環境調査
(身近な生きものの生息分布調査)
調査員募集!

問合せ 環境政策課
☎ 62-2917 (直通)
FAX 62-7862

この調査は、佐久市の豊かな自然を保全し、次の世代へと残していくために、調査を通じて身近な自然環境に関心を持ち、理解を深めていただくこととするものです。市内に生息している身近な生きものについて、日常生活や外出をした際に見かけた情報をお知らせください。

▽調査概要

- ①調査期間 6月～9月
- ②調査報告 調査員にお配りするてびきを参考に、市に情報の提供をしていただきます。
- ③報告期限 10月10日(金)
- ④調査成果 報告内容を集計し、考察等を加え身近な生きものの生息分布調査報告書を刊行します。報告書は環境学習等の機会に活用する予定です。

▽受付方法

電話、FAX、メール、または環境政策課窓口にて
★FAX、メールでのお申し込みの場合は、住所・氏名・電話番号のほか『緑の環境調査への参加』の旨をお書き添え

ください。

▽受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分
調査員は随時募集しています。ご参加お待ちしております。



●農村生活マイスターの会 料理講習会参加者募集

申込・問合せ 農政課(農村マイスターの会事務局)
☎ 62-3203 (直通)

「佐久市農村生活マイスターの会」による料理教室を下記の日程で開催します。

▽日時 6月26日(木)

午前10時～午後1時頃
(受付開始9時30分)

▽場所 野沢会館調理室

▽持ち物 エプロン、三角巾、スリッパ、材料費(当日実費を徴収させていただきます。)

▽メニュー ①にらせんべい、

- ②きゅうりとなすの辛子漬、
- ③山ぶきと身欠きにしんの煮物、④きなこおにぎり

▽定員 30名(先着順)

▽申込開始 6月12(木)午前9時から

▽申込方法 電話での受付のみ

●「佐久市農産物加工品研究開発事業」の委託事業者募集のお知らせ

問合せ 農政課
☎ 62-3203 (直通)
FAX 62-2269

市では市内の農産物の消費拡大と、地域ならではの特産品の開発を目的に、地元の農作物を使った、新たな加工品の開発研究・開発の委託業務を請け負っていただける農業者・企業・学校等団体を探しています。
なお公募についての要件は次のとおりです。

▽事業名 佐久市農産物加工品研究開発事業

▽対象 市内の農業者、加工業者、学校等

▽委託業務内容 事業目的を達成するため、佐久市内産の農産物等を活用した特産物の研究・開発の実施。

▽委託料金 約5万円(※事業内容等により増減があります。)

※予算が無くなり次第終了となります。事業実施前に必ずご相談ください。



●PASロゴマークを募集します

応募・問合せ 佐久市文化事業団(コスモホール内)
☎ 82-3962

5月から市民のみなさまに文化芸術に直接触れていただく体験講座パフォーミング・アーツ・スタジオ【通称・PAS(パス)】が始まりました。そこで開講にあたってロゴマークを募集します。
ワクワクする文化の体験に期待がもてるような、図案化されたデザインを希望します。

▽募集デザイン

・PASロゴマーク

ロゴマークに文字を組み入れる場合について

①PAS(アルファベットののみ)

②パフォーミング・アーツ・スタジオ(カタカナ表記)

③アルファベットとカタカナ表記の併用

▽応募資格 佐久市在住の方

▽募集締切 6月27日(金)

▽応募条件等

①作品は未発表のオリジナル作品とし、著作権に抵触しないものとします。

②応募に要する費用は応募者負担とします。

③採用されたロゴマークは、P

ASに帰属するものとします。
④応募された作品は返却しません。

▽その他

- ・採用の場合は、露出する媒体に名称と一緒にロゴマークを併記します。
- ・採用になったロゴマーク(1点)の作者に記念品を贈呈します。

●PAS《パス》エン・タメわーくしよつぷ講座開催のお知らせ

申込・問合せ 佐久市文化事業団(コスモホール内)
☎ 82-3962

▽日時 7月20日(日)午後2時

▽会場 佐久市コスモホール小ホール

▽内容 日本振付家協会理事、日活芸術学院講師の小川こういち先生を迎えて振付の醍醐味や、リズムダンスの楽しさを体験いただきます。小川先生は、ダンサーとして「ウエストサイド物語」や屋根の上のヴァイオリン弾き」等、多くの舞台にも出演されています。

▽受講料 1,000円

▽定員 30人(定員になり次第締め切ります。)

●教室参加者募集

申込・問合せ

(電話又はファックスでお願いします)
障害者自立生活支援センター
野沢会館 1階

TEL 64-0212
FAX 64-0213

○健康体操教室

体を動かして、リフレッシュしましょう。おからだの状態に合わせたプログラムを用意します。ミニゲームなど交えて楽しく体を動かしましょう。

▽対象 障がいをお持ちの方
(付添が必要な場合は補助者と一緒に)

▽日時 6月12日(木)

午後1時30分～午後3時

▽場所

望月総合支援センター
2階 会議室

▽定員 20名(先着順)

▽参加費 無料

▽その他 運動のできる服装

○絵画(絵手紙)教室

楽しくおしゃべりしながら身近な題材を使って、楽しく絵を描きましょう。

▽対象 障がいをお持ちの方
(付添が必要な場合は補助者と一緒に)

▽日時 6月19日(木)

午後1時30分～午後3時まで
▽場所 あいとびあ白田 工作室

▽定員 20名(先着順)

▽参加費 材料費 100円

▽持ち物 エプロンなど

○気功教室

目に見えない「気」を通して、皆さんの心と体の健康を守る(心身が安定してゆるんでいる状態で、動作、呼吸法、イメージや瞑想を用いて、総合的に心身の自己コントロールを行なう)講座です。

▽対象 障がいをお持ちの方
(付添が必要な場合は補助者と一緒に)

▽日時 7月2日(水)

午後2時～午後3時まで

▽場所

野沢会館
2階 和室3号

▽定員 20名(先着順)

▽参加費 無料

▽その他 運動のできる服装

○音楽を楽しむセミナー

音楽に合わせて楽しく歌を歌って、心身ともにリフレッシュしませんか。点字の歌詞カードも用意します。

▽対象 障がいをお持ちの方
(付添が必要な場合は補助者と一緒に)

▽日時 7月4日(金)

午後1時30分～3時

▽場所 望月総合支援センター
2階 会議室

▽定員 20名(先着順)

▽参加費 無料

○パソコン教室

パソコンを使って暑中見舞いを作成しましょう。初心者の方も大歓迎です。

▽対象 障がいをお持ちの方
(付添が必要な場合は補助者と一緒に)

▽日時 7月11日(金)

午後1時30分～午後3時まで

▽場所

佐久情報センター
パソコン室

▽定員 10名(先着順)

▽持ち物 筆記用具

▽参加費 印刷代等 100円

○研修旅行のおさそい

障がいのある方を対象に研修旅行を開催します。郊外へ出かけて心身ともにリフレッシュしませんか。お誘い合わせのうえお申し込みください。

▽対象 障がいをお持ちの方
(車いす利用の方は、必ず付き添いの方同伴でお願いします)

▽日時 7月17日(木)

午前8時～午後6時

▽場所 河口湖方面(山梨県)と富士花鳥園(静岡県富士宮市)

▽定員 20名(先着順)

▽参加費 一人 2,000円
当日徴収

▽申込締切 6月18日(水)
(定員になり次第締め切り)

●市営住宅入居者募集

申込・問合せ 長野県住宅供給公社佐久管理センター
TEL 78-5410

▽募集団地

団地名	所在地	建設年度	構造等	募集戸数	家賃
花園団地	佐久市岩村田	平成7年度	中層耐火構造3DK	1戸	19,900円
泉団地	佐久市前山	平成14年度	中層耐火構造3DK	1戸	29,700円

団地名	所在地	建設年度	構造等	募集戸数	家賃
望月団地	佐久市望月	平成5年度	中層耐火構造3DK	1戸	25,700円
佐久市望月	佐久市望月	平成5年度	中層耐火構造3DK	3戸	3,000円

広告欄

あさま薬局
佐久市白田2148-3 TEL0267-82-7227

小諸あさま薬局
小諸市御影新田1585-3 TEL0267-26-6226

ドライブスルー有り
佐久穂もみの木薬局
佐久穂町高野町461-6 TEL0267-86-7337

ドライブスルー有り
佐久平もみの木薬局
佐久市中込3639-33 TEL0267-63-8228

小諸市・佐久市・南佐久
全店舗クレジットカード決済可
保険調剤 処方せん受付 介護サービス

広告欄

地元長野の専門家 借金問題解決します!
～過払金請求2,300件の実績～

信販会社 消費者金融
※個別出張相談も無料で承ります。

ご相談無料
過払金請求 自己破産
任意整理 相続放棄

無駄なく無理なく完済するまで私たちがサポートします
司法書士法人 あい和リーガルフロンティア
あい和にさあはやく かげしま ひろし
0120-182-388 認定司法書士 影嶋 広志
長野事務所/長野市南千歳1-3-3 アレックスビル3F TEL.026-269-8777 (長野県司法書士会会員登録番号690号)

- 構造等 中層耐火構造3DK
募集戸数 1戸
家賃 16,100円、
24,100円
※家賃は一般階層世帯月額家賃
を表示しています。
- ▽申込受付場所
佐久合同庁舎4階 長野県住
宅供給公社 佐久管理セン
ター
- ▽受付期間
6月2日(月)～6月9日(月)
- ▽抽選会 6月20日(金)
- ▽入居指定日 7月1日(火)
- ▽資格
次の条件を全て満たす方
①同居親族があること(花園団
地 泉団地は3人以上の世帯
であること。)
- ②収入が「佐久市営住宅条例第
6条第1項 第2号」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
久市内に勤務していること。
- 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(資格要件有り) 2人

●お詫びと訂正について
広報5月号72ページの「世
帯数(4月1日現在)」につい
て、「+81人」となっていま
すが、正しくは「+81世帯」
でした。お詫びして訂正しま
す。

が必要となります。
▽申込方法
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
午前9時から午後5時までに、
佐久合同庁舎4階 長野県住
宅供給公社 佐久管理セン
ターへお申し込みください。
▽選考方法
申込者が募集戸数を超えると
きは、公開抽選により入居者
を決定します。
●随時募集団地
大塚団地・竹原団地・樋村団
地・川原団地・並木団地・下
越団地(特公賃)

市民活動 交流いちば 2014

～広げよう 交流の和、支える輪～

市民活動って
なんだろう？

日時 平成26年6月29日(日) 9:30～15:00
場所 野沢会館1階 野沢会館多目的ホール他

活動の
きっかけや
ヒントを
見つけよう！

- 市民活動紹介 (パネル展示・ブースで紹介・ステージでプレゼンテーション)
- 子ども情報相談(お子さんのインターネットや携帯電話などのお悩みについてのご相談)
- 子ども服の交換会(子ども服を無料で交換する服のリサイクル市)
- ステージでの活動紹介など

※内容は変更されることがありますのでご了承ください。

■お問い合わせ

佐久市市民活動交流いちば実行委員会(市民活動サポートセンター内) ☎64-6362

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/北澤)
- 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/>

脳の健康度測定(ファイブ・コグテスト) 事業 参加者募集

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



●対象者

65歳以上の方で介護保険の認定を受けていない方
認知症の診断や治療を受けていない方

●日程・会場

各会場 2 回シリーズ

会 場			市役所本庁 8 階大会議室	交流文化館浅科	東会館
日 程	1 回目	日程	7 月 28 日(月)	7 月 30 日(水)	8 月 5 日(火)
		内容	ファイブ・コグテスト(記憶・注意・言語・空間・思考について)の実施(集団にて実施)		
	2 回目	日程	8 月 27 日(水)	8 月 29 日(金)	9 月 1 日(月)
		内容	ファイブ・コグテストの結果報告、認知症予防の取り組みについての講義		

●時 間 午前10時～12時（各会場、1・2 回目共通）

●定 員 1 会場40名

●参加費 無料

●申込期間

6 月 25 日(水) 8 時 30 分から受付開始
定員になり次第締め切らせていただきます。
当日受付はできませんので、必ず事前にお申し込みください。
※申し込み者には後日、詳細の通知をお送りします。

●お申し込み

高齢者福祉課 高齢者支援係 ☎62-3157（直通）
臼田支所 高齢者児童福祉係 ☎82-3124（直通）
浅科支所 高齢者児童福祉係 ☎58-2078（直通）
望月支所 高齢者児童福祉係 ☎53-3111（内線116）

●テストは集団で映像を見ながら音声指示に従って行います。45分程度かかります。
●医療等の検査ではありません。



広告欄

佐久市 ●日帰り温泉「のぞみサンピア佐久」併設
●佐久南I.C.より車3分

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

入居一時金 なし **85室**

月額利用料 **128,000円**
～138,000円

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

のぞみグループ本部 ☎0267-22-9274(甘利医院 2F)
http://www.nozomi-g.co.jp/ http://www.nozomi-g.co.jp/sunpia/

地域密着型サービス 介護保険適用事業所
小規模多機能型居宅介護

さんびあの家

通って泊まれて来てくれて、
いざとなったら住むことができる

登録定員25名 平成26年3月1日
のぞみサンピア佐久内に
開所しました

泊まり 5室(全個室)

住宅型有料老人ホーム 月額利用料78,000円
(別途全館暖房費6,000円)
10室併設 **入居者32名**

利用条件●佐久市内に居住され要介護度が要介護
1以上の方で、小規模多機能型居宅介護事業所(さん
びあの家)への登録をされた方

ご利用についてのご相談・お問い合わせは
☎0267-88-7521 担当:白石

修理も得意です

マメありもんこ

いいものなが〜く

リフォーム
オーダーカーテンの専門店 有限会社 **長野じゅうたん**

TEL.0267-67-4025
http://www.madoya.net 佐久市横和236-3

広告欄

佐久市緑の街づくりコンクール

●応募対象

個人、企業等の事業者、行政区・育成会等の地域団体、学校（PTA・委員会・クラス等）や保育所等の団体が主体となり、公共施設、または、公益施設で行う緑化活動や取組みを対象とします。

※公共施設：市が設置し、または管理する道路、公園、緑地等

公益施設：地域団体が設置し、または管理する集会施設、運動広場等

●部 門

①うるおいやすらぎ部門（緑化面積50㎡以上）

②ふれあいまちなか部門（緑化面積50㎡未満）

※「緑化」とは、樹木、花き等の植栽、育成、維持、保全等の行為全般をいいます。

そのため、花に限らず、樹木の植栽、育成、維持、保全等の活動も対象となります。

●応募方法

「佐久市緑の街づくりコンクール応募用紙」に必要事項を記入し、写真台紙に必要な写真を張り付け、佐久市役所公園緑地課へ提出ください。また、臼田、浅科、望月各支所経済建設係でも応募を受け付けます。

●応募期間 6月16日(月)～7月18日(金)

●審査基準 「活動状況」、「緑化のデザイン」、「栽培・生育状況」の三つの観点から審査を行います。

●審査方法

市が委嘱した審査員が、皆さんからご提出いただいた応募用紙をもとに書類審査を行います。その後、皆さんが緑化活動を実施した箇所で現地審査を行います。審査員は書類審査及び現地審査の結果をもとに最終審議を行います。

●表 彰

部門ごとに最優秀賞（1点）、優秀賞（1点）、入賞（基準を上回ったもの）を決め、賞状及び記念品を贈呈します。

■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424（直通） FAX 63-7750

ご寄附ありがとうございます

ふるさと納税寄附

▼「ふるさと納税の佐久におまかせ」に100,000円 甲斐一郎様（東京都）

▼「ふるさと納税の味を覚えていますか」に30,000円 秋山桂一様（千葉県）

▼「ふるさと納税の味を覚えていますか」に5,000円 青沼泰一様（長野市）

一般寄付

市へ

▼現金 50,000円

佐久芸能文化協会 日本舞踏部会様

東保育園へ

▼雑巾 60枚

志賀下宿長寿会様

切原保育園へ

▼ポップコーンマシン 切原保育園保護者会様

市内中学校図書館及び佐久市中央図書館へ

▼書籍3種各8冊 計24冊 小林濱治郎様（中込）

浅間総合病院へ

▼車椅子 1台

中部電力(株)検針集金労働組合長野地方本部様

広告欄

住宅型有料老人ホーム ことぶきの家 小諸

ことぶきの家は、低価格で家庭的な安心して暮らせる場所を目指しています。

★医療重度化・看取り
対応いたします★

入居者募集中

月額利用料 121,493円 入居一時金 なし

※介護サービス利用自己負担分・オムツ等日用品・医療費等
立替代・レクリエーション材料費が別途かかります。

お問い合わせ

〒384-0808 小諸市御影新田字池ノ上2090-1

ことぶきの家 小諸 ☎0267-22-7711

http://kotobuki-group.jp info@kotobuki-group.jp



H25年4月
オープン

リハビリ型ディサービス併設
ご利用者募集中

- 契約形態／利用権方式
- 建物規模／4,056㎡
- 構造／鉄骨3階建、耐火建築物
- 入居定員及び居室数／92名
- 居室面積／14.6㎡
- 入居時要件／要介護1～5の方
- 全個室

広告欄

処方せん調剤・介護用品・医薬品・化粧品
皆様のかかりつけ薬局をめざして…



萬寿堂薬局

佐久市臼田224

TEL.0267-82-3141 FAX.0267-82-3142

調剤用薬品備蓄 約2300品目

開局時間

●9:00～19:00 ●9:00～18:30（土曜のみ）

定休日

日曜日・祝日

夜間・緊急連絡

TEL.0267-82-8205 0267-82-3143

 休日窓口 市役所市民課 (午前8時30分～午後0時30分) 第4日曜日
 夜間窓口 市役所市民課 (～午後6時30分)
 夜間窓口 各支所 (～午後6時30分) 平日月曜日(祝日の場合は翌日)
 平日夜間急病診療 (診療時間: 午後7時～9時30分)
 浅間総合病院 ☎67-2295(代)
 休日当番医 (診療時間: 午前9時～午後5時)
 休日小児科急病診療 (午前9時～)
 (受付: 午前8時30分～正午 浅間総合病院 ☎67-2295(代))
 休日歯科診療 (受付: 午前9時～正午/午後1時～3時)
 休日歯科診療所 (サングリモ中込2階 ☎63-3783)
 子育てサロン (午前9時30分～11時30分)
 つどいの広場 サングリモ中込 (午前9時～午後4時)
 あさしな保育園内 (午前9時～午後2時)
 協和保育園内 (午前9時～午後3時)
 行政相談 6月19日(庶務課 ☎62-3002)

 司法書士無料法律相談 6月27日
 (県司法書士会佐久支部 ☎0267-24-0138)
 地域集団健診 (申込: 健康づくり推進課 ☎62-3196)
 または各支所健康づくり推進係
 妊婦さんの歯の教室  子どもの歯の教室
 家庭児童相談
 (家庭児童相談室 平日 午前9時～午後4時 ☎62-3149)
 または各児童館 平日 午後1時～午後4時
 教育相談 (市役所会議室または相談者の希望場所)
 午前8時30分～午後6時 ☎62-2918)
 心の相談室 平日水曜日(野沢会館2階チャレンジ教室相談室)
 午後2時～5時 予約☎62-3478(学校教育課)
 人権なんでも相談所 平日木曜日
 (長野県地方務局佐久支局 午前9時～午後4時 ☎67-2272)
 相談無料

水 wed		木 thu		金 fri		土 sat	
    4  泉児童館  切原児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		      5  中佐都児童館  協和保育園内		    6  中込児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		 サングリモ中込 7	
    11  高瀬児童館  臼田児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		     12  佐久城山児童館  あさしな児童館  協和保育園内		    13  岩村田児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		 サングリモ中込 14	
    18  臼田保健センター (あいとぴあ臼田)  泉児童館  青沼児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		     19  臼田保健センター (あいとぴあ臼田)  あいとぴあ臼田 午後1時30分～4時  市役所市民ホール 午後1時～4時  中佐都児童館  協和保育園内		    20  中込児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		 サングリモ中込 21	
    25  高瀬児童館  田口児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		     26  佐久城山児童館  あさしな児童館  協和保育園内		    27  野沢会館 203・204号室 午後1時～午後3時  岩村田児童館  サングリモ中込  あさしな保育園内  協和保育園内		 サングリモ中込 28	

Data File				
人口	総 数	100,014人	(+18人)	救急・火災・交通事故 件数
	男	48,963人	(+28)	
	女	51,051人	(-10)	
	世帯数	39,897世帯	(+73世帯)	
	(5月1日現在)		(増減は前月比)	
		4月の月間件数	平成26年1～4月の累計	
人身事故		31件	136件	
死 亡		0人	0人	
負 傷		34人	164人	
救 急		352件	1,383件	
火 災		7件	21件	

 休日当番医は、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>

税金コーナー

市県民税

第1期

納期限 6月30日(月)

保険料コーナー

介護保険料

第3期

納期限 6月30日(月)

下水道コーナー

下水道使用料

6月請求分

納期限 6月30日(月)

■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

日時 6月26日(木) 午後1時30分～3時30分
（受付は午後1時15分～1時30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 6月5日(木) 午前9時30分～11時30分（受付は午前9時15分～9時30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



暮らしと健康のカレンダー

[2014年]

6月

日 sun	月 mon	火 tue
小児☺☺ ☑岡田医院 ☎53-2123 ☑さとう泌尿器科クリニック ☎68-2233	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑岸野児童館 ☑サングリモ中込 ☑あさしな保育園内 ☑協和保育園内	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑東児童館 ☑望月児童館 ☑サングリモ中込 ☑協和保育園内
小児☺☺ ☑おおくら皮フ科 ☎65-9915 ☑増田医院 ☎66-0303	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑平根児童館 ☑サングリモ中込 ☑あさしな保育園内 ☑協和保育園内	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑野沢児童館 ☑サングリモ中込 ☑協和保育園内
小児☺☺ ☑ねむの木公園クリニック ☎67-8866 ☑すみだクリニック ☎62-7122	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑岸野児童館 ☑小田井児童館 ☑サングリモ中込 ☑あさしな保育園内 ☑協和保育園内	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑佐久市保健センター ☑東児童館 ☑望月児童館 ☑サングリモ中込 ☑協和保育園内
☑☑☑☑☑☑☑☑ ☑佐久長土呂クリニック ☎68-7899 ☑都甲クリニック ☎64-1050	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑☑☑☑☑☑☑☑ ☑白田支所 ☑平根児童館 ☑サングリモ中込 ☑あさしな保育園内 ☑協和保育園内	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑☑☑☑☑☑☑☑ ☑白田支所 ☑野沢児童館 ☑サングリモ中込 ☑協和保育園内
小児☺☺ ☑金澤病院 ☎67-2048 ☑坂戸クリニック ☎63-6323	☾☾☾☾☾☾☾☾ ☑☑☑☑☑☑☑☑ ☑サングリモ中込 ☑あさしな保育園内 ☑協和保育園内	30

■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～午後11時

問合せ 局番なしの「#8000」または ☎0263-34-8000

■地域集団健診会場で歯周疾患検診を実施しています。（当日申し込み可 500円）

コスモホール佐久 第九演奏会合唱団員募集

さあ 一緒に「第九を」

初めての方対象の練習があります



公演日●12月7日(日) 午後2時開演

練習予定●7月下旬から週1回程度(金曜日)

参加費●1人 5,000円

募集締切●8月31日(日)

■お申し込み・お問い合わせ

佐久市文化事業団(佐久市コスモホール内)

☎82-3962



心が豊かになる音楽への招待

武田忠善先生(国立音楽大学教授)と木管楽器の仲間達によるミニコンサートと講習会です。お気軽にご参加ください。下記の楽器をお持ちの方は、ご持参ください。

日時●7月6日(日) 午後1時30分開演

会場●佐久市コスモホール

出演●武田忠善(クラリネット)

立川和男(フルート)

加瀬孝宏(オーボエ)

井手詩朗(ホルン)

霧生吉秀(ファゴット)

雲井雅人(サクソ)

入場料●無料 ※参加希望の方は、下記までお申込みください。

■お申し込み・お問い合わせ

佐久市文化事業団(佐久市コスモホール内) ☎82-3962



心のほっとライン・佐久

～心といのちの支援相談員が
悩みをお聴きします～

悩みごとや辛い気持ちを一人で抱え込んではいませんか。

あなたはひとりではありません。抱えている悩みや不安をご相談ください。



●『心のほっとライン・佐久』

お悩み相談 こころがホッ

☎0120-07-5560

●相談日時

月～金曜日(祝日・年末年始を除く)

午前8時30分～午後5時15分

■お問い合わせ

健康づくり推進課 ☎62-3189

または各支所 健康づくり推進係



佐久市の情報発信源 伝えます。みんなの笑顔。

佐久ケーブルテレビ
SAKU CABLE TELEVISION

市内のニュースが毎日ご覧いただけます。

Saku City News は **地デジ12ch**

月～金曜日 午後6時30分～放送中です。

●再放送は 当日/午後9時～、午後10時30分～
翌日/午前3時～、午前5時30分～、
午前6時30分～、午前9時～、
午後12時30分～です。

佐久市広報番組 市長出演日 6月29日(日)～7月5日(土)

TEL 63-4500 FAX 63-4550

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



毎日、市内の身近な情報を放送しています。

市役所の情報番組

「佐久市からのお知らせ」は

スマートフォンで
エフエム佐久平
を聴こう!



月～金曜日

午前8時10分～8時25分に放送中です。

市長出演日 6月11日(水)、27日(金)

●再放送は当日の 午前11時35分～11時50分
午後6時05分～6時20分です。

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 keijiban@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/>

2014(平成26)年6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(〒385-0043 長野県佐久市取出町183 野沢会館内) 館報編集委員会(TEL0267-64-0551 FAX0267-64-0553)

資源保護のため植物油インキ/再生紙を使用しています。

