



Photo ご長寿おめでとうございます

今年度100歳以上を迎える111名の皆さんのうち、市内最高齢者の107歳の女性を含む70名の皆さんを、柳田市長をはじめ、社会福祉協議会長、老人クラブ連合会長、民生児童委員さんが訪問し、長寿をお祝いしました。写真は中桜井のご夫婦で100歳以上の「岡村源さん・きくよさん」です。

今月の ピックアップ

- 新佐久市誕生10周年記念事業 2 3
- 第10回子ども議会 4～11
- 佐久市ふるさと創生人材育成事業 中学生海外研修報告 12 13
- 公民館報「さくし」 23～32
- 情報・インフォメーション 50～59

老らり佐久 夢 未来



10th Anniversary
SAKU

新佐久市誕生10周年記念事業

平成26年10月1日～平成27年9月30日



旧中込学校にみる進取の精神や気風



五稜郭にみる新時代をひらく叡智
農村医療にみる命を守る使命感やたゆまぬ努力



五郎兵衛新田にみる開拓の精神



現代書道の父「天来」にみる独創と先駆けの精神

平成17年4月1日、この地に脈打つ志を受け継ぎ、新たな文化の礎として発展させ、未来を担う子どもたちに伝えていくため、4市町村の合併により、新佐久市は誕生しました。

平成27年4月1日に新佐久市は誕生10周年を迎えます。

平成26年10月1日から平成27年9月30日の一年間を「新佐久市誕生10周年記念事業」の実施期間とし、20、30周年に向けてのステップにつながる事業や、佐久市の魅力を発信する事業を展開していきます。

イベントなどの詳細は、広報やホームページにより随時お知らせしていきます。

●冠事業を募集しています ※申請をしていただく必要があります。

「新佐久市誕生10周年記念事業」や「祝 新佐久市誕生10周年」の冠を付した、市民の皆様が実施するイベントを募集しています。

ロゴマーク及びキャッチフレーズ、PR用のぼり旗の使用や、市のホームページ等でイベントの紹介をすることができます。

●ロゴマーク・キャッチフレーズのみを使用することができます

※申請をしていただく必要があります。

キャッチ
フレーズ

きらり佐久 夢 未来

ロゴ
マーク

フ
レ
ー
ズ
無
し



フ
レ
ー
ズ
有
り



詳しくは市の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 新佐久市誕生10周年記念事業実行委員会事務局(総務部庶務課庶務係) ☎0267-62-3002(直通)
URL: <http://www.city.saku.nagano.jp> 市政情報 ➡ 新佐久市誕生10周年記念事業

新佐久市誕生10周年記念事業

ありがとう佐久 (AC長野パルセイロ 2014佐久最終戦)

「J-DREAMSスペシャルマッチ」が実施されます!!

“新佐久市誕生10周年”の記念と“AC長野パルセイロ トップチーム 2014佐久最終戦”にあわせ、J-DREAMSスペシャルマッチが実施されます。みなさん応援に行きましょう!

- 開催日: 10月19日(日) 午前9時45分 キックオフ (開場: 午前9時)
2014明治安田生命 J3リーグ 第29節 AC長野パルセイロ vs SC相模原 戦 (キックオフ 13:00) の前となります。
- 試合: Jドリームス (JリーガーOB) vs 佐久地区高校選抜
- 場所: 佐久総合運動公園陸上競技場

※入場券は、AC長野パルセイロ公式戦のチケットとなりますので、チケットの購入方法は、AC長野パルセイロホームページをご覧ください。



AC NAGANO

PARCEIRO

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
佐久陸上競技場での開催 あと2試合 トップチーム	10月 5日(日)	Jリーグ・アンダー22選抜	15:00
	10月19日(日)	SC相模原	13:00
レディース・チームの応援もお願いします!! レディース	10月12日(日)	ASハリマ アルビオン	11:00
	11月 2日(日)	JFAアカデミー福島	14:00

■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

ぼくたち・
わたしたちの思いを

市政へ

子ども議長
望月中学校 土屋 洋介くん

7月31日、第10回子ども議会が市議会場で開かれました。日ごろ子どもたちが感じている疑問や、意見・要望を発言してもらい、今後の市政に役立てるとともに、議会の仕組みや運営方法など体験してもらいました。出席した子ども議員は、市内の小中学生の代表24人、議長に選ばれた土屋洋介くん（望月中学校）の議事進行により、23人の議員が堂々と質問をしました。ここでは、質問と答弁の内容を要約して紹介します。



東小学校	すぎやま 杉山 愛実さん	佐久市内小中学校へipad配備を
田口小学校	きくち 菊池 友恒くん	五稜郭クリーン作戦や奉仕活動から気づいたゴミ問題
青沼小学校	いわた 岩松 優利さん	公文書経費削減について～アメリカの実践から～
切原小学校	くろさわ 黒沢 将吾くん	サケが戻ってくる千曲川にするために（ダムに魚道を。PRIについて）
臼田小学校	はらだ 原田 涼太くん	学校指定の運動着について
浅科小学校	こばやし 小林 哲郎くん	子どもからお年寄りまで楽しめる運動施設について
望月小学校	なかがわ 中川 創太くん	校庭フェンスの高さをもっと高くしてほしい
岩村田小学校	かつしろ 勝城 理菜さん	明るく元気な佐久市にしたい。交流ひろばの活用について
平根小学校	さきき 佐々木 琉緯くん	歩車分離式信号がある通学路の安全について
中佐都小学校	まつしま 松島 芽生さん	各地区に市立図書館を作ってほしい
高瀬小学校	すぎはら 杉原 未悠さん	交通安全を呼びかける看板の設置について
野沢小学校	つがね 津金 駿斗くん	大雪災害対策について
泉小学校	たけうち 竹内 智一くん	市民交流ひろばの利用について
岸野小学校	いじま 飯島 太陽くん	虚空蔵山全体を桜の木にして佐久の名所にしてほしい
中込小学校	やなぎさわ 柳澤 真奈さん	旧中込学校で昔の生活体験を
佐久城山小学校	しおかわ 塩川 悠太くん	佐久市内のセンター給食の改善について
野沢中学校	はらだ 原田 ひびき 響くん	佐久市の施設について
中込中学校	たかはし 高橋 遼二くん	街灯の設置について
東中学校	いけだ 池田 優美さん	街灯増加で夜の市民の安全を
佐久長聖中学校	いじま 石島 楓香さん	スポーツ大会を支えるボランティアの現状と育成について
臼田中学校	よこやま 横山 健竜くん	北陸新幹線全線開通に向けて、佐久平駅周辺だけではなく、臼田方面へのメリットは
浅科中学校	なかざわ 中澤 拓哉くん	市内空き地への太陽光パネルの設置について
浅間中学校	うえはら 上原 迅弥くん	歩車分離式の信号について
望月中学校	つちや 土屋 洋介くん	子ども議長

1. 佐久市内小中学校へ iPad 配備を

質問



東小学校
杉山 愛実さん

佐久市内の小中学校へ、iPadの配備をお願いしたいと考えています。私はこの前、社会の授業で、パワーポイントを見せてもらいましたが、中には机の位置でよく見えなかった人がいたようです。iPadがあれば、一人、一人、手にとってよく見ることができ、自分で動かせたら楽しいと思います。他にも、とったメモがデータとして残せるので、ノートをとるよりも便利だし、調べ学習もスムーズにできるiPadを使った学習をしたいです。

答弁

榎澤教育長

タブレットパソコンについてですが、市内公立小中学校約8、200人の児童・生徒の皆さんに1人1台の配備は現在のところ難しい状況です。しかし、本年11月にすべての公立小中学校のパソコン教室のパソコンを入替更新します。その機種は、取り外し可能なキーボード付のタブレットパソコンを予定しています。このパソコンはiPadのように持ち歩きができ、

タブレットとして使うことが可能です。パソコン教室の使用予定がない時間は、教室や屋外へ持って行って、動く映像を操作したり、写真の撮影をしたり、また、研究発表のプレゼンテーションを工夫するなど、先生やクラスの皆さんと相談しながら、いろいろな学習に使ってもらえるのではないかと思います。

そして、皆さんが将来にわたって必要となる「情報機器を使いこなす力」を身に着けるとともに、必要な情報を自分で判断、処理し、発信できる力も同時に身に着けられるよう、毎日の学習に取り組んでいただくことを期待しています。

2. 五稜郭クリーン作戦や奉仕活動から気づいたゴミ問題

質問



田口小学校
菊池 友恒くん

田口小学校では、全校で五稜郭のまわりのゴミ拾いや清掃をする五稜郭クリーン作戦を行っています。他に、地域での清掃活動もたくさんの方が行っています。しかし、数日後には、またゴミが落ちていきます。桜の時期や紅葉の時期には、特に観光客の方が多く訪れますが、このようにゴミが落ちていたら、少し残念な気持ちになる

と思います。

そこで、これまで市が取り組んできた事と、今後どのようなことがポイ捨て防止に効果的であると考えているのか教えてください。

答弁 柳田市長

田口小学校の皆さんには、五稜郭のまわりのごみ拾いや清掃を行っていただき、大変感謝しています。

佐久市では、平成22年10月に「佐久市ポイ捨て等防止及び環境美化に関する条例」が出来ました。この条例の中で、地区ごとに環境美化巡視員さんをお願いし、毎月数回地区内のパトロールをしていただいたり、ごみのポイ捨て防止を呼びかける街頭啓発活動をするなどの取り組みをしています。

また、毎年6月の第1日曜日を市内一斉清掃の日と決め、多くの市民にご協力いただき、市内全域でごみを片付け、環境美化に取り組んでいます。さらに、市の職員によるパトロールや、「ごみ捨て禁止」の看板を設置して、不法投棄の防止活動もしています。

今後も、このような取り組みを通じて、環境美化に努めていきますが、市民の皆さんの「自分たちの地域をきれいにしよう」という思いが一番大事なことですので、環境美化の取り組みにご協力をお願いします。

いします。

3. 公文書経費削減について ～アメリカの実践から～

質問



青沼小学校
岩松 優利さん

皆で、子ども議会の提案を考えたところ、「印刷するときの文字を細くすればインク代の節約になる」というニュースを見たが、佐久市でもこれを応用したらどうか。」との提案がありました。

広報など多くの人が見るものは見やすさが一番ですが、学校便りや市役所内で見える書類などは、細ゴシックなど文字を細くして印刷したらどうですか。こちらも積もれば山になると思います。

答弁 柳田市長

市役所では、書類などを作るためにかかる費用を節約するため、コピー用紙は、表と裏で2回使うようにしています。そのほか、職場での連絡や通知は、紙ではなく、メールで済ませるなど、主に用紙の削減に取り組んできました。提案していただいたように、文書の文字を細くすることでインクを節約するという発想はなかったと思います。文字が細くなれば、使用するインクの量も少なくなります。

ので、できることから試してみたいと思います。

これからも、身近なことに疑問を持ち、その解決のため自分たちで考え、工夫することを大切にしてください。

4. サケが戻ってくる千曲川にするために（ダムに魚道を。PRについて）

質問



切原小学校
黒沢 将吾くん

総合の時間に、昔は千曲川にサケが上ってきたことを知りました。でもダムができてから、全くなくなってしまうたそうです。そこで、ダムに魚道を造ってほしいと願っています。ぼくたちが放流した稚魚が世界をめぐるって、またこの佐久に帰ってきたらと思うとワクワクします。そのために、まずこのことを知ってもらおうPR活動をしてほしいです。

答弁 柳田市長

千曲川には、河口から佐久市までの間にダムが3カ所造られており、すべてのダムに、魚が遡上出来るよう、「魚道」が設けられています。

長野県では、昭和55年頃にサケが遡上できる千曲川にしようと

「カムバックサーモンキャンペーン」が繰り広げられ、各地で稚魚の放流などが行われました。その後の21年間で千曲川に、約899万匹の稚魚を放流したようですが、遡上できたのは、飯山市にある「西大滝ダム」の下流までで、わずか48匹が確認されただけであつたとのことであります。上田市では、平成22年と平成24年にそれぞれ1匹ずつサケの遡上が確認され、今年も遡上が期待されているとのことです。

以上のような状況から見ると、佐久の千曲川にサケがすぐに戻ってくるのは難しいと思われますが、もっと川をきれいにして魚や昆虫などが住みよい川にすることが出来たら、サケが佐久に帰ってくる日が来るかもしれません。

市におきましては、美しい郷土を守るための様々な環境に関する事業やPR活動を行っていますので、身近な活動に、友達と一緒に取り組んでいただければと思います。

5. 学校指定の運動着について

質問



白田小学校
原田 涼太くん

現在、佐久市の小中学校では、ほとんどがちがうデザインの運動

着を着ています。価格も、スポーツ店などで売っている普通のジャージに比べて、学校指定の運動着は少し高い気がします。中学校では、デザインのちがいで学校がわかる良さもありますが、小学校ではそのような良さがあまりありません。また、価格のちがいも各家庭への負担を考えると、あまり良いとはいえません。

そこで、小学校だけでも、運動着を統一したりするなどして、もっと価格を下げてもらえるように交渉してもらえないでしょうか。そして大きな規模でリユースする事業を行えば、経済的にも環境的にもみんなが喜ぶと思います。

答弁 黒岩教育委員長

学校により運動着が違うことで、価格の違いはありますが、地域の皆さんが運動着を見て、すぐに地元の学校の児童であることが分かることの良さや、自分自身もその学校の児童であることを自覚する効果、また、同じ学校に学ぶ友達との連帯意識を高めたり、集団としての統一感が生まれたりする効果も期待できます。市教育委員会では、これまでどおり各学校の判断を尊重していきたいと考えています。

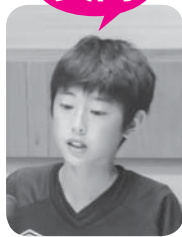
運動着統一による大きな規模でのリユース事業については、市内

統一という規模ではありませんが、各学校の保護者の皆さんの間では、卒業したり、成長してサイズが合わなくなったりして、使わなくなった運動着を、ご近所やお友達に譲ったりしている事例が増えてきているようです。また、各学校で行っているバザー活動やPTA行事などにリユースコーナーを作っているという例も聞いています。

運動着に加えて、授業や学校生活で使える物も取り扱うなどしたり、その活動が地域に広がれば、より大きなリユース活動になっていくと思います。

6. 子どもからお年寄りまで楽しめる運動施設について

質問



浅科小学校
小林 哲郎くん

昨年できた佐久陸上競技場は、サッカーの試合や陸上の大会など色々な場で使うことができてうれしいです。そこで、佐久陸上競技場が他にも、たくさんの分野のスポーツができる運動施設ができたら良いと思います。屋外で言えば、テニスコートや野球場、屋内で言えば、体育館を作り、バスケットコートなどを作れば良いと思います。また、子どもからお年寄りまで

楽しめるようなアスレチック公園（アルプス公園のような）がある、とてもうれしいです。

答弁

榑澤教育長

佐久総合運動公園の運動施設については、現在、「クロススカントリーコース」と「野球場」のふたつの運動施設が計画されていて、クロススカントリーコースについては、今年度から一部工事が始まります。

新しく運動施設を建設する場合には、市民ニーズや利用状況、必要性、施設の有効活用についてなど、総合的に検討しなければなりません。

佐久総合運動公園の他にも、佐久市で管理している体育館やテニスコート等の社会体育施設は42施設ありますので、有効に利用していただきたいと考えています。

子どもからお年寄りまで楽しめるようなアスレチック公園ですが、佐久市内の公園では、パラダという愛称で有名な平尾山公園内に、16種類の遊具が設置されているアスレチック広場があります。また、昨年開園しました市民交流ひろばには、健康遊具をはじめ、芝生ひろばやクレーの広場、大型遊具など、子どもからお年寄りまで幅広い交流が行える場所もありますので、ご利用ください。

7. 校庭フェンスの高さをもっと高くしてほしい

質問



望月小学校
中川 創太くん

ぼく達の学校では、児童のみんながとても元気で、休み時間に校庭でサッカーなどをして遊んでいます。その時サッカーボールを強くけりすぎて、よくフェンスの外に飛び出してしまい先生が拾いに行ってくださいています。そこで、力強くけたボールが出ないように、もう少しフェンスを高くしてほしいと思います。もし、このままだったら、ボールがなくなってしまうと思います。それに、先生方がわざわざフェンスを越えて取りに行かなくてはなりません。また、田んぼに落ちたら、ぼく達だけではなくて、お米を作っている人にも迷わくをかけてしまいます。だから、ボールが外に出ない高いフェンスを作っていたら、思い切りサッカーができるようにしてほしいと思います。

答弁

榑澤教育長

中川君からの質問につきまして、望月小学校の先生にもお聞きしたところ、望月小学校では、休み時間を利用して特にサッカーが盛ん

に行われていることがわかりました。

また、グラウンドの状況も確認したところ、今のフェンスの高さでは、ゴールネットを揺らさなければ田んぼに落ちてしまうこと、そして、このような時、児童の皆さんや先生方、また、田んぼを作っている農家の方にご迷惑をかけているということがわかりました。

今後、今、設置してあるフェンスのどこをどのくらいまで高くしたら良いのかなどについて詳しく検討してまいります。

8. 明るく元気な佐久市にしたい。交流ひろばの活用について

質問



岩村田小学校
勝城 理菜さん

佐久平駅の近くに市民交流ひろばができました。休日は、多くの子ども達や家族で大変賑わっています。私は、市民がより明るく元気になって欲しいという願いから、交流ひろばの活用について提案します。例えば、なわとび大会を開き、そこでプロの方をまねき、技を披露してもらつとか、全国大会へ行った浅間中の演奏を聞いてもらう機会をつくる等です。新しくできた公園が、より沢山の人の交流ができる場になると嬉しいです。

答弁

柳田市長

佐久平駅南に昨年10月に開園しました「市民交流ひろば」につきましては、開園以降、大勢の皆様にご利用頂いています。

平日でも市内外から大勢の皆様が遊びに来られ、上田市や軽井沢町といった近隣の市町村の皆様も、遠くは群馬県からも遊びに来られるご家族もいる状況です。

また、イベントに関しまして、市民交流ひろばの維持管理に携わっていただいているボランティア団体の皆さんによる草花の寄せ植え教室やお子さんの遊びの教室など、幅広い年齢の皆さんが参加し、楽しんで頂けるような様々なイベントが行われているほか、8月にもバルーンの手乗体験イベントも予定されています。

ご提案にありました縄跳びの大会にプロの方を招いたり、浅間中学校の演奏の場所として使用して頂くといったアイデアは大変素晴らしいと思います。

市民の皆さんが様々な活動やイベントの開催場所としてご利用いただけるように、みんなで良い知恵を出し考えていきたいと思っています。

9. 歩車分離式信号がある通学路の安全について

質問



平根小学校
佐々木琉緯くん

平根小学校の周りは、交通量も多く危ないので、地域の方やお家の方が、安全のために一緒に登校したり信号機に立ってくれていたりしています。信号も、小学生が安全に通れるようにと、歩車分離式の信号を設置してもらえありがたいです。

ところが、青になり渡っていると、車の方は赤なのにもかかわらず、渡っているところにつっこんでくることに困っています。

歩車分離式信号が、ぼくたちの安全を守るものになってくれるように、対策をとっていただけたらどうか教えてください。

答弁
柳田市長

信号機の管理は警察で行っていますが、歩車分離式信号機が作られ始めたところから、佐々木君の質問にあるような、自動車の見切り発進による交通事故の危険性は心配されていたそうです。

このため警察は、歩車分離式信号機には歩車分離式であることを知らせる表示板や電光掲示板を付

けたり、歩行者用信号が青色になると、「信号が青になりました。」と、音声でお知らせをする音響設備をつけています。

また、普段通行している人たちが、歩車分離式信号に慣れるまでの間、看板を立てて、車の見切り発進を防止する工夫をしています。

平根小学校の近くにある、一本松交差点、上平尾南交差点、小学校前交差点が歩車分離式になっていますが、市役所で確認したところ、電光掲示板、表示板、音声案内はついていましたが、看板はありませんでした。

佐久市では、通学する児童のみ皆さんの安全確保のため、この3か所の交差点に看板を立てていただくよう、佐久警察署に強くお願いしていきます。

10. 各地区に市立図書館を作ってほしい

質問



中佐都小学校
松島 芽生さん

中佐都小学校は、お家の方や地域の方の読み聞かせ活動もあり、みんな読書が大好きです。もっとたくさん種類の本があったら、みんなが喜びます。新しい図書館を作ることはできないでしょうか。それが難しかったら、もっと身近

に本を借りられる場所がほしいです。たとえば、近くの公民館や佐久平駅のギャラリーに期間限定で中央図書館などの本を置いて貸し出せば、中佐都小の子どもだけでなく、他の学校の子どもも、気軽にたくさん本を読めます。よろしくお願いします。

答弁
榎澤教育長

佐久市内には、中央図書館を始めとして、サングリモ中込、白田浅科、望月図書館と、計5つの市立図書館がありますので、新しく図書館を作る計画は、今はありません。

近くの公民館などに、期間限定で図書館の本を置いて、貸し出す方法を提案いただきましたが、市立図書館の本は、市民の皆さんみんなのもので、誰が借りたのか、いつまでに返してもらうのかなど、しっかりとわかるように管理をしなければなりません。本の置き場所を増やしたり、期間が何度変わることは、管理がとても難しいので、なかなかできない現状です。

しかし、できるだけ多くの皆さんに、多くの本を読んでいただくように、「草笛号」という移動図書館車を走らせて、図書館の本の貸出しを、市内63か所で行った

いて利用していただいています。

また、団体貸出しと言う、学校などへの本の貸出しも行っています。学校を通して借りることができまので、学校のお友達と話し合ったり、先生に相談したりして借りてください。そして、学校として借りた本で、自分たちの選んだ本のコーナーを作るなどの、工夫をしてみてください。

11. 交通安全を呼びかける看板の設置について

質問



高瀬小学校
杉原 未悠さん

高瀬小学校前の県道は、見通しの良い直線なので、スピードを出す車がとても多いです。そこで、運転手さんにスピードを落とすとして、安全運転をしてもらえそうな看板を立てたらどうかと考えました。

例えば、子どもたちの笑顔いっぱい絵を描いて、「今日も安全運転をありがとうございします」などの感謝の気持ちを伝えるような看板があると、安全運転をする車が増え、安心して学校に通うことができますと思います。市内の子どもたちから募集したポスターなどを、看板のデザインに使うのもよいと思います。

答弁
柳田市長

佐久市では平成24年度に、通学路の危険箇所の点検を行い、どんな対策が必要なのかを検討し、去年からガードレールや横断歩道を設置するなど、必要と思われる対策を行っています。高瀬小学校の通学路についても、路側帯のカラー舗装を行うほか、小学校前の県道についても、児童のみなさんが安心して通行できるようにと、信号機や歩道の設置について要望をいただいています。

しかし、いくら立派な交通安全施設を作っても、思うようにできないのが、車のスピードを落とすための対策です。道路の幅を狭く見せる路面標示をはじめ文字や記号で注意をうながす標示や看板を設置する方法がありますが、全ての運転手さんに注意をしていただくことができないのが実情です。そのような運転手さんでも、子どもたちが描いた笑顔いっぱいの交通安全を呼びかける看板やポスターが目にとまれば、やさしい気持ちが起こり、安全運転を期待できると思います。道路を利用するすべてのみなさんにに対し、子どもたちからの交通安全の願いを届ける方法などを考えていきたいと思っています。

質問



野沢小学校
津金 駿斗くん

今年の2月は、記録的な大雪がありました。市では、除雪車を出したり、頻繁に、放送で呼びかけを行ってくれましたが、地域住民と市がもっと協力し合い、連携を図れる対策が行えるといいと思います。

例えば、災害被害にあい、困っている事を気軽に相談することが出来るサポートセンターを設置します。サポートセンターへの連絡をもとに、どこで、どんなことで困っている人がいるかなどを、市で呼びかけてもらい、市民がお互い助け合えるようなシステムです。情報を交換し、共有し、助け合えるような対策が出来たらいいと思いますが、そのような事は可能でしょうか。

答弁

柳田市長

今年の2月の大雪は、これまでにない記録的な大雪でありました。通学路の除雪は、PTAや地域、ボランティアの皆さんのご協力により行われ、児童、生徒の皆さんがより安全に学校に行くことができました。

平成24年に野沢会館の2階に佐

久市が設置した、市民活動サポートセンターでは、市民のみなさんが困っていることを、地域の人や団体が協力して助け合うには、どうすれば良いかを考え、活動をしています。その一つとして、地域で助け合う仕組みづくりを現在進めています。除雪に限らず、高齢者の独り暮らしで、車の運転ができなく買い物に行けない、草取りができない、あるいは植木の手入れなど困ったことを、助けています。

これからは、このような組織をより多くつくり、市民の皆さんに広報佐久や佐久市ホームページなどで知らせていくことが、大変重要であると考えています。

13 市民交流ひろばの利用について

質問



泉小学校
竹内 智一くん

ジャスコの西側に「市民交流ひろば」があります。ぼくはできたばかりの頃、一度遊んだことがありました。でもそれきりで、その後は、たまに車に乗って、横の道を通り公園を見るのですが、遊んでいる子どもをほとんど見たことがありません。どのくらいの人が、

利用しているのでしょうか？

ぼくの友だちも遊んだという人はほとんどいませんが、その理由は、遊んでみたい遊具がないからです。そこで、高学年生が楽しめるような遊具として、エアートランポリンとかスライダーとか大きな遊具を作ったらどうでしょうか。そして、雨の日でも遊べるような屋根つきの遊び場を作ったらどうでしょうか。イベント会場にするのもいいかもしれません。

答弁

柳田市長

利用者数ですが、4月から6月までの3か月間で約25,000人の皆様にご利用頂いています。大型遊具の選定には、約1,300人の皆さんにアンケートにご協力頂き、その中から一番人気があった遊具を今回設置致しました。ローラースライダーやネット遊具といった高学年の皆さんにも楽しんで頂ける内容となっていますので、また改めて遊んでみてください。この他にも、広々とした場所でサッカーやキャッチボールといった体を動かすことや、色々な樹木や草花もあり、遊具以外にも新たな楽しさや発見がある場所だと思います。

エアートランポリンやスライダーは、現在市民交流ひろばへの設置の予定はありませんが、平尾

山公園内に類似の施設があります

のでそちらをご利用頂きたいと思えます。雨の日でも遊べるような屋根つきの遊び場は、先日、佐久総合運動公園でお披露目をしましたエアロシエルターというドーム型の大型テントをイベントにも使うことが可能です。イベントの開催場所としての問い合わせも頂いていますので、今後イベントを開催する皆様が、子どもも大人も楽しめる遊びやイベントが行われるよう、情報提供をしていきたいと思っています。

14 虚空蔵山全体を桜の木にして佐久の名所にしてほしい

質問



岸野小学校
飯島 太陽くん

虚空蔵山全体を、桜の花で満開にして桜の名所にしてほしいです。展望台からは、浅間山や佐久市内を一望できる素晴らしい景色を見ることが出来ます。頂上までの遊歩道には、江戸時代後期に作られた四国八十八力所の「写し霊場」として、88体の石像が置かれています。歴史ある文化財を大事にしながら、来た人が楽しめる公園を整備してもらえたらうれしいです。

佐久南インター近くにある虚空蔵山が桜の名所となり、地域の方は

もちろん県内外の方の観光スポットになれば、新しい佐久のシンボルとなり佐久市の活性化につながると思っています。

答弁

柳田市長

虚空蔵山は、地元では平成14年に虚空蔵山自然のみち整備委員会を設立し、歴史のある山道を委員会、地域の皆様、岸野小学校の児童合わせて約250名のご協力を得て遊歩道が整備されました。

昨年度は、山頂からの眺望をよくするため、山頂付近の木を伐採し、本年4月には、来場者の目を楽しんでいたところと、山頂にミツバツツジ及びレンゲツツジを合わせて30本、遊歩道沿いにソメイヨシノ25本、ハナカイドウ9本を管理委員会で植栽しています。地元の方をはじめ、遠くは東京都や愛知県の方も登られていて、展望台に設置されている受付簿に記載された方だけでも平成25年度は、約5,300人の方が登られています。

虚空蔵山は、山頂からの眺めの良さ、写し霊場となっていることから緑の木々の中での散策を楽しめる場所として考えています。自然を残して、あまり手を加えずに整備してきた経緯があることから、今後も今と同じ方針で整備をしていきたいと考えています。

15. 旧中込学校で昔の生活体験を

質問



中込小学校
柳澤 真奈さん

私達の小学校の近くにある旧中込学校は、明治時代に作られた歴史ある洋風の学校で、国の重要文化財です。その中込学校で、着物を着て勉強をしたらどうでしょう。

昔のオルガンで私達の知らない歌を歌います。教えていただくのは地域のおじいちゃん、おばあちゃん。昔の暮らし方も教わります。昔の食べものを作って食べるのも楽しそうです。子供も大人も全国の人も呼びます。昔の雰囲気の中で、昔のことを体験すればより実感がわきます。たくさん人との交流にもなります。こんな使い方、私達の中込学校が未来までつなげるみんなの学習の場として大切にされると思います。

答弁 黒岩教育委員長

昔の机やイスを使っている勉強は雰囲気があつてとても楽しいと思います。中込小学校では、平成15年と16年に「太鼓楼一日体験」として、このような授業を行っていました。その後は、しばらく行われていなかったようです。

平成24年に3年生が総合的な学

習として、浴衣などを着て旧中込学校に登校し、そろばんや音楽など、当時の様子を再現した授業を体験しました。他にも、地域の方に昔の生活や遊びを教えていただいたり、学校や自分たちの住んでいる地域の歴史について学ぶなど、いろいろなことができると思っています。

先生やお家の方、お友達とどんなことができるのか考えてみるのも楽しいと思います。

皆さんの、また、佐久市の大切な旧中込学校を、永く守っていくため、いつも旧中込学校を大切にしてくれている、旧中込学校保存会の皆さんの協力をいただきながら、昔の暮らしや遊びなどの体験を通して、みんなの学習や交流の場となるような工夫を考えていきたいと思っています。

16. 佐久市内のセンター給食の改善について

質問



佐久城山小学校
塩川 悠太くん

佐久城山小学校の給食は自校方式で、地域の農家の人たちが作ってくれた米や野菜、イモや小麦粉が使われ、年に何回かは、僕たちの育てた食材も使っていたみたいです。また、栄養士や調理の先生方と顔を合わせられるので、あ

りがたさやおいしさも倍増します。なので、給食を残す人があまりいません。その自校給食がなくなってしまうのは残念です。

来年度から南部センターへ移行することになりますが、本校の給食で大事にできていたのだ、地域の農家の人や栄養士さんや調理員さんとのつながりを、続けていきたいです。自校給食のよさをセンターにも生かしていただけるようお願いします。

答弁 柳澤教育長

現在、各給食センターでは、栄養士や調理員が各学校を訪問して、皆さんと一緒に給食を食べたり、献立内容や当日の食材について説明したりしながら、給食について意見を聞く機会も設けています。ですから、センター給食になっても望ましい給食を続けていけると考えています。

また、佐久城山小学校3年生の皆さんが、総合的な学習の時間を使って地元農家の皆様のご協力を得て実施している「じゃがいも」の種まき・収穫、また、その食材を使った「コロッケ作り」等の学習も引き続き地域の協力を得て実施していけるものと考えていますし、収穫された「じゃがいも」もある一定の量が確保できれば、南部センターでも食材として

活用できると考えています。

17. 佐久市の施設について

質問



野沢小学校
原田 響くん

新しくできた陸上競技場では、野沢中の陸上部も、ありがたく使わせていただいています。また、佐久平駅近くの公園も、通るたびに元気な子どもたちの声がきこえます。佐久市では、これらの施設を今後どのような活用をしていくのですか。主な予定を今の利用状況をふくめて教えてください。

答弁 柳田市長

陸上競技場は、昨年4月に開設され、平成25年度の利用者は、陸上やサッカー等の競技に17,743人の大勢の皆様にご利用をいただきました。昨年度の陸上競技場で開催したイベントは、5月に高橋尚子さんをお招きしてのイベントを開催したほか、8月からはAC長野パルセイロの公式戦が開催され、市内外から多くの皆様に、ご来場をいただいています。

また、今後の開催予定は、今年8月に、中学生から一般までが参加できる「東信地区陸上選手権大会」等の開催が予定されています。今後の活用予定ですが、体育協会

をはじめ、関係者の皆様との連携をする中で、陸上競技場を発着場所とした中長距離の大会の開催や陸上競技場に隣接してクロスカントリーコースも今後整備されることから、さまざまなトレーニングに対応できる環境が整いますので、スポーツ合宿の誘致についても積極的に行って参りたいと考えています。

市民交流ひろばの利用者は、4月から6月までの3か月間で約25,000人の皆様にご利用されています。今後の活用の予定ですが、現在も幅広い年齢の皆さんが気軽に参加できるイベントや、8月には、バルーンの搭乗体験イベントも予定されています。10月にも、トラック協会の皆さんによるイベントも予定されています。この他にもイベント会場として使用したい等の問い合わせもあり、今後も様々なイベントや活動の場所として活用されていくと思います。

18. 街灯の設置について

質問



中込小学校
高橋 遼二くん

この地域では10月から3月になると、日没の時間があつという間になてしまいます。部活動をしている人や塾に通っている人は暗い

道を帰ることになり、交通事故や不審者に出会う可能性が高くなります。中込では、商店街や駅周辺などの街灯は数多くとも明るいのですが、そこをすぎれば街灯の数は少なく暗くなり不安を感じます。ほかにもこのような場所はあるのではないのでしょうか。

街灯の数を増やしたり街灯の光量を大きくする等、安心して帰宅できるようにしてもらえないでしょうか。

答弁 柳田市長

佐久市では街灯の一つとして防犯灯を整備しています。防犯灯は、皆さんが安心して登下校できるように区長さんをはじめ、地域の皆さんからの要望により、防犯上の危険な場所を中心に設置されているものです。

市内には、約1万箇所に防犯灯が設置されていますが、昨年は新たに約100箇所の防犯灯を設置しました。市内には、まだまだ防犯灯を設置する必要がある場所があるかと思いますが、これから、地元の区長さんや地域の皆さんと協力して、必要な場所へは防犯灯を設置していきたいと考えています。帰りが遅くなったりした場合には、遠回りになっても安全な道を通ることや、できるだけ一人では帰らないことなど、自らの

身は自ら守るということを心がけてください。

19. 街灯増加で夜の市民の安全を

質問



東小学校 池田 優美さん

東日本大震災以降、日本ではエネルギー確保の問題が多く取り上げられ、中でも、電力不足はこの夏も心配なところです。しかし、佐久市に暮らす私たちの生活環境を整えることは重要なことと考え

ます。現在、東地区では、街灯が少なく、暗い道を自転車や徒歩で下校しなければならぬ場所がいくつかあり、歩行者、自転車の運転者の安全・安心を確保されていると思いません。また、死亡事故の多くは、薄暮、夜間におこっており、信号のない横断歩道を横断する場所もいくつかあります。このような改善は、各地区の区長さんからの要望が必要なのですが、区長会において、ぜひ呼びかけを行い、各地区の現状を把握し、街灯が少しでも多く設置され、地域住民の安全確保がされるように要望したいと思っています。

答弁

柳田市長

佐久市では市民の皆さんが安心して生活できるよう、街灯のひと

つとして防犯灯を整備しています。新しく設置する防犯灯は、エネルギー問題を考え、少ない電力で明るさを確保でき、約10年間は使うことのできるLED灯にしています。また、区長さんが集まる会議の中で、防犯灯に関するお話しもさせていただいています。

防犯灯の設置が必要な場所がまだまだあるかと思いますが、これから区長さんや地域の皆さんと協力して、地域の現状を把握し、必要な場所に防犯灯を設置していきたいと考えています。

市内には登下校時における生徒・児童を守るために「子どもを守る安心の家」があります。日頃からこのような場所を確認しておくことや、地域の皆さんとあいさつなどを交わすことにより、地域でのつながりを深めることも防犯の面からとても大切なことだと思います。

20. スポーツ大会を支えるボランティアの現状と育成について

質問



佐久長聖中学校 石島 楓香さん

長野県のボランティア参加率が全国一位だということをインターネットで知りました。6年後に行われる東京オリンピックではボラ

ンティア活動に参加したいと思っています。そこで、以下三点の質問をさせていただきます。一点目、佐久市はボランティア募集の活動や呼びかけなどを行っていますか。二点目、中高生が参加できる活動と参加方法について教えてください。三点目、佐久市のボランティア活動の現状と、あれば、現在の課題や問題点、講じられる改善策について教えてください。

答弁

柳田市長

一点目については、佐久市強歩大会や佐久バルーンフェスティバル、また、AC長野パルセイロのホームゲームでの運営スタッフ等があります。これらは、必要な時に広報やホームページ等で募集を行っています。また、佐久市社会福祉協議会では、様々な分野で募集、登録を常時行っています。

二点目については、例として、学校でアルミ缶を回収して、売ったお金で福祉施設などへ車いす等施設が必要としている品物を寄付することも中高生が参加できるボランティアのひとつです。また、小学生から大学生を対象にボランティア体験を通して、地域福祉について考える社会福祉協議会の「Let's チャレンジボランティア」事業は、学校を通して毎

年募集しています。この他にもありますので、詳細は社会福祉協議会本所のボランティアセンターにお問い合わせください。

三点目については、現状では、市や社会福祉協議会で募集する様々なボランティア活動に多くの皆さんの協力をいただいています。課題、問題点では、ボランティアが必要な時と、提供できる時のバランスが取れないことや、特定のボランティアに提供者が集中し、技能を必要とするボランティアでは、提供者が少ない状況などがあります。こうした課題、問題点の改善策として、社会福祉協議会では、ボランティアの日程調整を行い、育成のための講習会を行うなどしています。

21. 北陸新幹線全線開通に向けて、佐久平駅周辺だけではなく、白田方面へのメリットは

質問



白田小学校 横山 健竜くん

いよいよ、来年春に、北陸新幹線が金沢まで延伸します。金沢から東京まで開通すると、きっと佐久市へ来て下さる観光客の数も増加すると思います。そこで、佐久平駅周辺だけに魅力的な施設を建設するのではなく、旧白田町方面

にも観光客がたくさん来て下さるような施設を作つて欲しいです。それが実現すれば、地域が活性化し、更なる発展につながると思います。ぜひ検討ください。

答弁 柳田市長

確かに佐久平駅周辺には、大きなショッピングモールや市民交流広場などの公園がありますが、一方で臼田地区にも、星のまちうすだを象徴するJAXAの日本で一番大きな「パラボナアンテナ」や気軽に本格的な天文観測ができる「うすだスタードーム」、日本に二つしかない星型城郭の「龍岡城五稜郭」があります。また、国の重要文化財である「新海三社神社」や臼田出身で世界的な彫刻家である川村吾蔵の作品が展示された「川村吾蔵記念館」など幾つもの魅力的な観光施設があります。

新たに施設を造るのも一つの考えですが、今ある魅力的な施設を見直す中で、全国の皆様に知っていただき、佐久市を訪れていただくことが最も大切であると考えています。このため、東京駅の周辺や関越自動車道のサービスエリアなどで佐久市のパンフレットを配布するなどの宣伝会を、年間10数回行っているほか、新幹線が延伸される金沢市などでも観光宣伝を行い、今後も、一人でも多くの

観光客の皆様は佐久市においていただけるよう、臼田地区はもとより、佐久市全体の魅力アップやPRに努めているところです。

22. 市内空き地への太陽光パネルの設置について

質問



浅科中学校 中澤 拓哉くん

現在佐久市では、再生エネルギーや省エネルギーについて、積極的に取り組んでいます。具体的な数値目標が達成されれば、環境都市としての佐久市をアピールできます。そこで、具体的に三つのプランを考えました。

まず、太陽光パネル設置に関する補助金の増額です。補助金が増額されれば、設置を検討する企業や家庭も増えると思います。

次に、市営メガソーラー発電施設の建設です。市有地や休耕田を利用し、現在望月で稼働しているようなメガソーラー発電施設を建設し、発電量を増やす取り組みも可能ではないでしょうか。

最後に、電力事業自由化の利用です。電力事業自由化の流れの中、電力事業へ参入する予定の企業が名乗りを上げています。そうした企業を積極的に佐久市へ誘致することです。市は売電価格の下落に

伴う減益を心配する必要はなく、安定した貸与収入が得られます。

答弁 柳田市長

まず、「太陽光パネル設置に対する補助金の増額」についてですが、佐久市では、平成20年度から住宅用に、平成24年度から工場等の企業用に、それぞれ補助を行っています。今年度からは、さらなる自然エネルギーの普及を目指し、補助対象者や、補助金額を増やして、より使いやすいように変更をしましたので、多くの方にこの補助金を活用していただきたいと考えています。

次に、「新たな市営メガソーラー発電所の建設」についてですが、昨年11月に出力約2メガとなる「佐久市メガソーラー発電所」が望月に建設されています。市がさらにメガソーラー施設を建設するという考えではありませんが、現在の発電所の発電実績や、佐久市の日照時間の長さを広くアピールすることで、市内に太陽光発電設備を設置したい人が増えていくことを期待しています。

最後に、「電力事業に参入する企業の誘致」ですが、電気事業法の改正により、平成28年からは家庭向けの電力販売が自由化になります。今後、市の条例などのルールを守ってもらいながら市内の土

地や公共施設の屋根など、情報の提供をしていきたいと考えています。

23. 歩車分離式の信号について

質問



浅間中学校 上原 迅弥くん

最近では、通学路に歩車分離式の信号を良く見かけるようになりました。しかし、今までの信号と違つていか、歩行者の渡る順番の時に、車が飛び出してきたり、車の渡る順番なのに、歩行者が横断歩道を渡つたりしていることがあります。お互いマナーを守り、譲り合う気持ちがかけていることもあると思いますが、それだけでなく、歩車分離式の信号だという認識がされていないのではないかと思います。

そこで、歩車分離式の信号であることの標識の設置をお願いしたい。また、歩車分離式の信号が普及していることを知っていただくため呼びかける運動を行うと良いのではないかと考えました。ご検討をお願いします。

答弁 柳田市長

道路標識は、その大きさや図柄、使用目的などが法律で決められています。今の法律では、歩車分離

式信号の道路標識はありませんので、設置することはできませんが、表示板や電光掲示板を信号機に取り付けたり、信号の手前に看板を立てて、通行する皆さんに注意を呼び掛けているとのことです。

次に、知っていたかための呼びかけ運動についてですが、歩行者が渡る順番の時に車が飛び出す原因を考えてみますと、道路の状況や信号機の表示を良く見ないで、車を発進させたりすることが、原因の一つだと思います。警察では、今ある全ての歩車分離式信号機には、「歩車分離式」と記載された表示板を取り付けてあるようですが、歩行者用信号機にも同じ表示板をつけている交差点が多数あるので、見ればすぐわかるそうです。つまり、道路の状況と信号を良く見て通行することが、歩車分離式信号交差点を安全な場所とするために、最も重要なことだと思います。

佐久市ではこれからも、歩車分離式信号機の認識を高めていただいたり、道路の状況と信号を良く見て通行していただけるよう、交通安全指導を行っていきます。

中学生海外研修(モンゴル国・アメリカ合衆国)研修報告

市では、平成元年度に国から交付された「ふるさと創生資金」を「佐久市ふるさとづくり基金」として積み立て、その基金の活用により次代の佐久市を担う人材を育成するため「佐久市ふるさと創生人材育成事業」を実施しています。中学生を対象とした今年度の海外研修は、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とアメリカ合衆国テキサス州ヒューストンにおいて実施しました。今回海外研修に参加した研修生の感想を紹介します。

中学生海外研修(モンゴル国)の概要

この研修は、佐久市の中学生がモンゴル国を訪問し、遊牧民のゲルや一般家庭でのホームステイ、子ども交流会を通して相互理解を深め、乗馬体験やゲル作りなどを通してモンゴル国の風土や文化を肌で感じることで国際的視野を広げることを目的とした研修です。

また、友好都市であるウランバートル市スフバートル区への表敬訪問や平成21年度から5年間佐久市に受け入れたモンゴル国の研修生との交流会などを通して、スフバートル区と佐久市の友好を深めることも目的としています。

■研修生……中学生8名

■事前研修……9回

■本研修……7月30日(水)から8月6日(水)までの8日間

●今回のモンゴル研修に参加して、私は沢山の新しい体験をする事が出来ました。遊牧民の方々の生活では、食文化や生活習慣の違いを感じました。モンゴル大使館では、モンゴル人は一人でも生きていけるという素晴らしい人間性を学びました。



スフバートル区を表敬訪問

(佐久長聖中3年 藤村安里珠)
私はこの8日間で、モンゴルと日本の生活の習慣や文化の違いをゲルでのホームステイや乗馬体験など、生活の中で体で感じる事ができました。この貴重な体験を将来発揮できるようにがんばりたいです。

●初めて出会う子どもたちなのにモンゴルの人はとてもやさしく、僕たちを心からうけ入れてくれました。たとえ言葉が通じなくても、心を通わせることができ、とても感動しました。

ました。この経験をこれからの学校生活に生かしたいと思っています。

(浅間中1年 松島太志)
私は7月30日から8月6日までの8日間にモンゴルへ海外研修へ行ってきました。モンゴルは私の想像とは違い、ビルやマンションが立ち並ぶ都会から遊牧民達が暮らす大草原の田舎まで見るもの全てに驚きました。またいつか行ってみたいです。

(望月中1年 小林祐希奈)
私は、モンゴル国に行ってきたくさんのことを学びました。モンゴル国は、言葉が伝わらないし、食事も乳製品が多い所で日本の気候ともまったくちがいが大変でしたが、このモンゴル国でたくさん学んだことを生かして、将来に役立てたいです。

(臼田中1年 土屋萌楓)
僕がこの研修を通して分かった事は、同じアジアの人の顔が似ていても文化はもちろんですが、物の見方や考え方が全然違うという事です。



みんなで力を合わせてゲルを作りました

これから海外などに行くときには、観光名所以外にそういった所にも、目をむけてみたいのです。

(新島学園中2年 山口晃生)
ぼくが、モンゴルへ行ったら一番良かったのは、草原です。木がなくて、草だけで何もありません。心が清らかになりそうです。他にも大使館や石油省という、重要な所へも行ってもらいました。もう一度、行きたいと思いました。

(東中1年 坪井悠)
私は7月30日から8月6日にモンゴルに行きました。始めは少しきんちようしていましたが、モンゴルの皆さんがとても優しくしてくださったので、とても楽しい8日間を過ごせました。到着した時駅で皆さんが迎えに来てくれたうれしかったです。

(望月中1年 今井良)

中学生海外研修(アメリカ合衆国)の概要

この研修は、アメリカ合衆国テキサス州ヒューストンを訪問し、一般家庭でのホームステイや日本語補習校での交流を通して相互理解を深め、NASA(アメリカ航空宇宙局)ジョンソンスペースセンターで宇宙開発の歴史などを学ぶことで、国際的視野を広げることを目的としています。また平成23年度より佐久コスモスロータリークラブより2名分の研修費に相当する76万円を5年間にわたって毎年寄附をいただいています。

■研修生……中学生8名
■事前研修……9回
■本研修……7月28日(月)から8月6日(水)までの10日間



NASAジョンソンスペースセンターにて

●私はこの研修で「コミュニケーション能力」を高める事を目標にしました。ホームステイ先の女の子とたくさん話をしましたが、伝わらない事もまだまだ多く「もっと英会話を頑張ろう」という新たな目標ができました。とても良い研修になりました。
(屋代高等学校附属中1年 橋詰ゆな)

●一番思い出に残っているのはホームステイです。最初は、言葉が通じずとても悩みましたが、みんなとてもやさしくて、たくさんいろんな所につ

れていっていただき、とても楽しかったです。夢のような10日間でした。

●(東中3年 羽毛田紗恵) 今回の研修で一番心に残っているのは、ホームステイをした事です。ホストファミリーの人は本当に親切で文法が不適切な私の英語を真剣に聞いて理解してくれました。また、さらに英語の勉強をして、将来に役立てられたらいいなと思いました。

●(佐久長聖中3年 安藤愛莉) 多くの出会いがあった海外研修でした。特に素敵で優しいホストファミリーとの生活がとても印象に残っています。NASAやライス大学など貴重なものを見学でき良い体験となりました。アメリカで学んできた事を今後の生活に役立てたいです。

●(望月中1年 羽田智哉) 僕がアメリカ研修で一番学んだことは、挑戦です。研修に行く前は、英語に自信がありませんでした。でも、研修中は思い切って会話をしていました。今後の生活でも、挑戦する気持ちを大事にしていきたいです。ありがとうございました。

(野沢中2年 白田雄一)

●私の一番の思い出はさよならパーティーです。なぜなら、私が作ったパンケーキを残さず食べてくれて、発表したことがうまくいって、最後のお別れがとてもつらかったからです。すべてがとても楽しく、貴重な体験ができてよかったです。

●(中込中2年 内藤仁美) 一番楽しかったのは、やはりホームステイ。日本と違って、朝ご飯が軽かったり、夜にプールに入ったりと生活にあわせるのが大変だったが、とても優しくしてくださり、おかげで英語が上達できた気がする。今回の研修に参加出来てよかった。

●(浅間中1年 土屋美音) アメリカ研修の一番の思い出は、ホームステイです。ホストファミリーはとてもやさしく、楽しく過ごす事が出来ました。この研修で学んだ事をこれから生かしていきたいです。またこのような貴重な機会を与えてくれた人達に感謝したいです。

(白田中3年 井出千尋)

研修の様子を知ることができる研修生手作りの壁新聞を、市役所市民ホール(11月26日(木)~12月4日(木))、また市内の各中学校を巡回して掲示を予定しております。市のホームページにも研修の様子を掲載していますのでご覧ください。

■お問い合わせ

生涯学習課 ☎62-0664 内線 (103)



ホストファミリーと一緒に折り紙を折ったさよならパーティー

新しい保健活動はじめました Vol.2



来年3月号までの全6回でお知らせいたします「新しい保健活動はじめました」の第2回目は、小中学生を対象とした取り組みをご紹介します。

小中学生の新しい保健活動

佐久市では、「子どもの頃からの健康意識の向上による、病気にならない、病気にかかりにくい健康な身体づくり」を目指し、「新しい保健活動」の一環として、今年度から新たに小中学生を対象に下記の3つの事業を実施します。

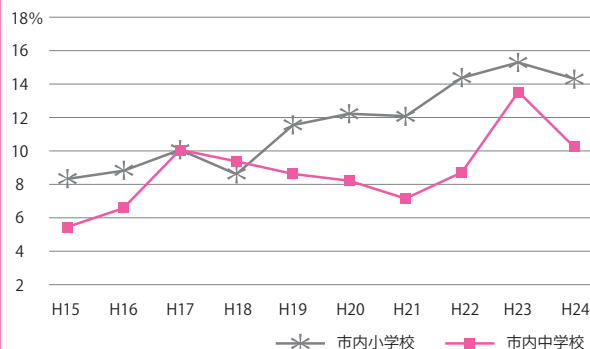
1 学校血液検査の結果に基づく健康相談の実施

【対象者】学校血液検査の結果でコレステロールまたは、血糖が高めだった小学6年生及び中学生

佐久市が実施してきた学校血液検査における総コレステロールの有所見者の割合が、ここ10年で小学生が5.9ポイント増加し14.3%、中学生が4.9ポイント増加し10.3%と大幅に増加しています。

この世代から生活習慣病に対する予防の意識を持っていただくため、コレステロールまたは血糖が高めの児童生徒及び保護者を対象に個別で健康相談を実施していきます。

総コレステロール200mg以上の児童生徒の割合



2 生活習慣を見直す啓発活動

生活点検表による自己生活の記録

【対象者】全児童、生徒（お手元にA4版の点検表が届きます）

子どもたちの体力の低下は、家庭における食事や睡眠などの基本的な生活習慣の乱れとの関連関係が指摘されています。

子どもたち自らが思う正しい生活習慣を、保護者、学校のサポートのもと生活点検表に記録することにより、子どもたちが生涯にわたり健康を意識した正しい生活が送れるよう実施します。

せいかつてんけんひょう（小学校1年生用）

生活点検表

おきる	トイレに行く	朝ごはんを食べる	学 校	朝目のしやみ	お 眠
じ ぶん	じ ぶん	じ ぶん	じ ぶん	じ ぶん	じ ぶん

みなおしてみよう

おきる時間つづきよう	トイレに行く	朝ごはんを食べる	学 校	朝目のしやみ	おきる時間つづきよう
自分でおきた・・・	うんちが固た・・・	ぜんぜん食べた・・・		じ ぶん	自分でおきた・・・
おきてもなかった・・・	うんちが固なかった・・・	少しのこした・・・	てつてつてもらったの	おきる時間つづきよう	自分でおきた・・・
おきられなかった・・・	トイレに行けなかった・・・	食べなかった・・・	できなかった・・・	自分でおきた・・・	自分でおきた・・・

3 運動習慣への意識向上

【対象者】全児童、生徒（申込みのあった学校で実施）

運動をしない子どもたちが増えていく中、もっとも手軽で身近な運動である「歩く」と「走る」ことを基礎から見直し、運動と健康への意識向上を目指します。

●小学校「歩」教室

健康運動指導士をはじめとするインストラクターの指導により、歩くときの基本姿勢、足の着き方、腕の振り方、視線などを習い、歩くことの大切さ、健康への効果などを学びます。

●中学校「走」教室

全国的に知られる佐久長聖高等学校駅伝部の監督・コーチから「走る」ことを学ぶことにより、運動することの意識向上と動機づけを目的とします。



「歩」教室のようす



「走」教室のようす

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

好評ウォーキングステーションは年内10月で終了です!!



秋を満喫しながらウォーキングしましょう。
初心者の方大歓迎です、正しい歩き方・効果的な
歩き方の指導が受けられます。



申し込みは不要です。どちらの会場でも参加できます。



月	日	曜	場 所	備 考	雨天時	問合せ先	電話番号
10	7	火	浅科地区	午前9時～10時30分 交流文化館浅科集合	穂の香ホール	浅科支所	58-2001
	26	日	駒場公園	午前9時～10時30分 中央噴水広場集合	佐久市総合体育館 (小体育館)	佐久市役所	62-3189

佐久市ウォーキングマップを全戸配布しました

このマップは、佐久市の保健補導員・食生活改善推進員・スポーツ推進委員・各種運動協会等の皆さんの中からウォーキングマップ協力員を結成し、作成しました。

ウォーキングマップを利用し、身近な自然環境を楽しみながら、毎日の生活にウォーキングを取り入れてみてはいかがでしょうか?



《ウォーキングマップの内容は……》

1

各地区を上記委員の皆さんに実際に歩いていただき、おすすめコースを厳選しマップに掲載しました。

詳細の地図は、佐久市ホームページと佐久市役所（健康づくり推進課窓口）各支所（健康づくり推進係）窓口にあります。



2

靴の選び方・歩き方・ウォーキング時の注意・ウォーキング前後のストレッチ方法を載せました。
ウォーキング時の参考にしてください。



3

市内運動施設の一覧を載せましたのでご利用ください。



■お問い合わせ先

本庁 健康づくり推進課 ☎62-3189(直通)
浅科支所 健康づくり推進係 ☎58-2089(直通)

臼田支所 健康づくり推進係 ☎82-3115(直通)
望月支所 健康づくり推進係 ☎53-3111(内)148



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

地産地消を心がけましょう

見直そう! 早ね 早起き 朝ごはん 朝うんち
プラス 歯みがき

馴染みのある言葉になってきた地産地消という言葉。みなさんは佐久市のものにこだわっていますか?

「地産地消」＝「地元で生産したものを地元で消費する」

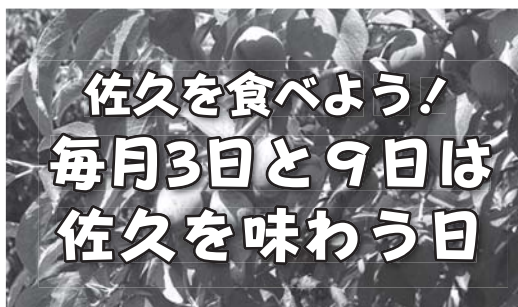
近年、食品の安全をめぐるさまざまな問題が起きていますね。

地産地消のもとになっている考え方のひとつに「自分の生活している土地のものを食べて暮らせば健康でいられる」という考え方があります。しかし、交通手段が発達した現代では、色々なものが手に入ります。

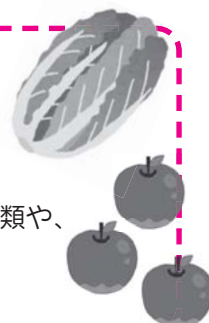


①市内産 ②佐久圏域内産 ③県内産 など食材購入のときには、産地を見ることを心がけていただくことで、地産地消を拡大していきたいですね。

市では「地産地消推進プラン」を策定し、「安全・安心 まるごと食べよう! 佐久ブランド」をキャッチフレーズに地産地消に取り組んでいます。



スーパーの地元産コーナーや、直売所を活用していただき、毎月3日と9日、佐久を味わう日は佐久市産のものが食卓に並ぶと良いですね♪
今の時期は白菜・キャベツといった野菜類や、果物では秋映やシナノスイートなどのりんごが収穫されています!



今月の旬レシピ

豚バラキャベツスープ

- ◆材料 豚バラ肉 …… 200g
(4人分) キャベツ …… 6～8枚
おろし生姜 …… 1かけ
だし汁 …… 1L
ウェイパー …… 小さじ2
ねぎ …… 少々
ゴマ …… 少々
- ★しょうゆ …… 大さじ2
★塩こしょう …… 少々
★ラー油 …… 小さじ1
- (1人分 298kcal 塩分2.0g)

豚とキャベツの
黄金バランス♪

- ◆作り方 ①肉とキャベツは食べやすい大きさ、ねぎは小口切りにする。
②鍋に油(分量外)を少量熱し、肉と生姜を炒める。火が通ったらキャベツも入れて炒める。
③全体に油がなじんだら、だし汁・ウェイパーを入れる。
④煮立ったら★の調味料で味つけし、ねぎとゴマを散らす。

キャベツのチカラ

- ◎胃潰瘍や十二指腸潰瘍の予防に
ビタミンUには、胃壁の粘膜を丈夫にし、胃や十二指腸の潰瘍発生を抑制するはたらきがあります。ビタミンUはそもそもキャベツから発見され、キャベジンと呼ばれました。同名の胃腸薬は、まさにこの成分の薬効効果を薬に取り入れたものです。

- ◎ビタミンCが豊富!
大きめの葉を2～3枚ほど食べるだけで、1日の必要量をカバーできると言われています。特に中心部にビタミンCが多く含まれます。ビタミンCはかぜの予防や疲労回復、肌荒れの解消などに効果があります。

(マルシェ・佐久 クックパッドより)

夏秋キャベツは
長野県・群馬県が産地!



さく・しょくいくニュース

健康づくり 佐久市民のつどい開催

健康であるためには、自分の身体を確認したり、さまざまな正しい情報を知ることが大切です。

つどいでは、健康に関する各分野のスペシャリストが集まり、身体のチェックや、さまざまな体験、さらには健康に関する講演まで!

1日で健康に一步近づくこと
間違いなし!

詳しくは広報と一緒に配布されているチラシをご覧ください。

みなさんのご来場
お待ちしております!



～来月は虫歯予防について
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)

むし歯をもう一度考えましょう



歯科医長
大塚 聡

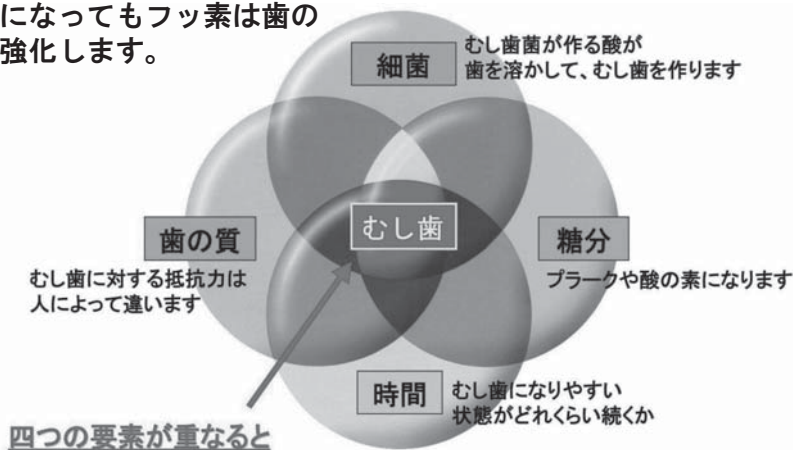
最近、口の中の病気といえば『歯周病』が話題となっていますが、その前に思い付くのは『むし歯』ではないでしょうか？

むし歯、特に子供のむし歯は、1960～1970年代には非常に多く、「むし歯の洪水」と呼ばれて社会問題になっていました。歯科医院前に行列ができたそうです。しかし、その後は減少の一途をたどり、最近では、各種の歯科健診などで、重度のむし歯の子供に出会う機会は少なくなりました。

歯科の技術・材料は大きく進歩し、痛みの少ない治療も可能になりました。その反面「むし歯になっても歯医者に行けばいいや！」という考えなのか、近年むし歯が増えている気がします。話題の『歯周病』だけでなくもう一度『むし歯』を考えてみてください。

幼少期にカルシウム不足にならないように気を付けましょう。大人になってからカルシウムを摂っても歯の質は変わりません。ただし、子どもはもちろん大人になってもフッ素は歯の質を強化します。

むし歯は菌の感染症です。代表的な菌がミュータンス菌です。2歳から4歳くらいで、口の中の菌の勢力争いに決着が付きまします。この時期にまでにミュータンス菌を口の中に入れないとミュータンス菌の割合が少ない口の環境を作ることができます。



ミュータンス菌は砂糖を栄養源として活動する細菌です。甘い物を食べてもいいのですが、キチンと歯磨きができないのなら砂糖の摂り方を考えて下さい。

基本的には食後すぐ歯磨きをすることです。
(食直後に磨くと、弱っている歯の表面を傷つけるので30分以上経ってから歯磨きをしましょうというはある条件下での話です)
やさしく丁寧に歯磨きをする事と歯ブラシの選択が重要です。

筆者略歴

佐久市野沢出身
平成8年3月 東京歯科大学卒業
平成8年4月～平成12年 東京歯科大学口腔外科学第一講座入局
千葉・横浜での勤務後、平成18年10月～浅間総合病院 歯科口腔外科医長

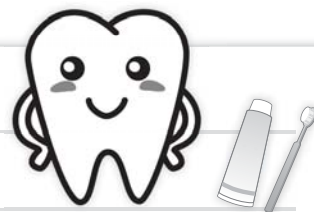


■お問い合わせ 浅間総合病院
☎67-2295 URL <http://www.asamaghp.jp/>



けんこうに

No.42



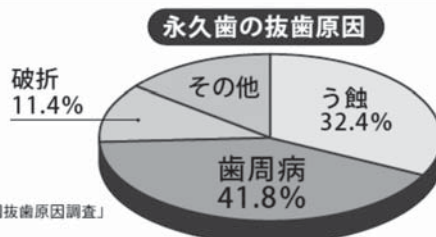
生活歯援プログラムを活用した禁煙支援への歯科からのアプローチ

喫煙は歯科にとって切り離せない問題です。

なぜなら歯の喪失の大きな原因になるばかりか、口腔癌、口臭など多くの悪影響の原因になるからです。

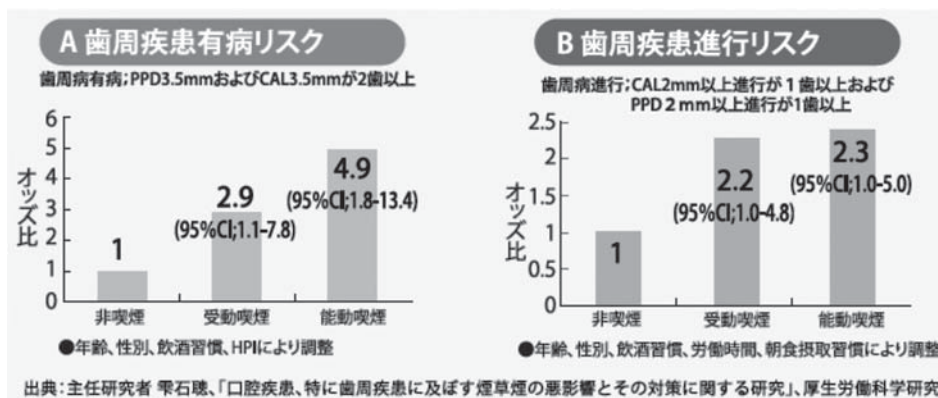
歯を失う原因はむし歯よりも歯周病

歯を失う原因の第一位は歯周病(41.8%)で、次にむし歯(う蝕)(32.4%)が続きます。



出典：公益財団法人8020推進財団、「平成17年度 全国抜歯原因調査」

喫煙は、歯を失う一番の原因である歯周病になりやすくし、症状を悪化させ抜歯に至ります。喫煙者の歯周病有病リスクは非喫煙者の5倍、進行リスクは2～3倍にもなります。



歯科医院は上記のようなお口のトラブルを歯科医学的立場からチェックできるため禁煙支援に最適です。

現在、佐久市で行っている、「生活歯援プログラム」は受診者自身で質問票に記入することで、生活習慣上の問題点を見つけ、歯科医院と一緒に改善していく「一次予防」が大きなポイントです。

《生活歯援プログラムを活用した禁煙支援への流れ》

地域集団健診会場で生活歯援プログラムのアンケートを提出した方は、後日、「あなたの歯の健康力」支援が必要な生活習慣について結果票が届きます。

- ① 結果票を持参のうえ、歯科医院を受診しフォローアップを受ける（無料）
- ② 「Q. タバコを吸っていますか」にチェックがある場合、歯周病や口臭、歯の着色、舌の異常など何らかの形で口の中に影響が現れていることが多いので、他の質問の回答と合わせ、あなたのお口の中の症状と関連した喫煙の悪影響、禁煙のメリットを写真、図などを使い説明し、禁煙を勧めます。
- ③ 禁煙を実行する意志が起きたら、行動目標（禁煙）を設定します。
- ④ 禁煙開始日の設定、家庭の灰皿などの処分や歯面の着色を落とし（有料）を行い、清潔な状態を意識してもらうと効果が上がります。
ニコチン依存度が高い場合、医科の禁煙外来を紹介し連携を図ることもあります。
- ⑤ 2週間～1ヶ月間の禁煙実行期の支援や、1ヶ月以降の禁煙維持期の支援を受けます。（3回目まで無料）
- ⑥ その後、禁煙を維持するために定期健診をおすすめします。（有料）

生活歯援プログラムを活用し、生涯健康なお口を保ちましょう！



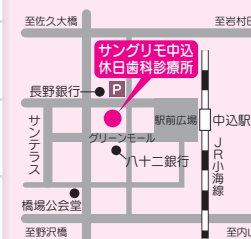
中村 通 歯科医師

筆者略歴

昭和28年生まれ
日本歯科大学新潟歯学部卒
昭和57年開業
佐久歯科医師会顧問

一般社団法人
佐久歯科医師会

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



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。



佐久長聖高校が甲子園に出場

2年ぶりに甲子園出場を果たした佐久長聖高校が、8月14日の第1回戦で東海大甲府（山梨）を相手に3点を取り勝利しました。続く19日の2回戦では、聖光学院（福島）に2点差で惜しくも敗れました。



民主党国会議員が佐久市を視察

8月7日、民主党国会議員の皆さんが、社会保障制度の政策づくりのため、佐久市を視察しました。これは、長野県が健康長寿で全国的に注目される中、佐久市の予防医療・在宅医療などの取組・成果について、市の介護保険事業・健康づくり事業のほか、医療、介護関係者などから直接話を聞くため市内の介護施設や病院なども視察しました。



佐久大学・佐久大学信州短期大学部と連携協定を締結

佐久大学並びに佐久大学信州短期大学部と協力し、市の将来都市像である、「叡智と情熱が結ぶ、21世紀の新たな文化発祥都市」の実現を図るため、両大学と佐久市による包括連携協定書の調印式が、8月20日に市役所で行われました。



第5回abn佐久市ジュニアゴルフ大会が開催

8月11日、佐久平カントリークラブにおいて「第5回abn佐久市ジュニアゴルフ大会」が開催されました。

台風の接近により、天候が心配されましたが、大会当日は爽やかな晴天に恵まれ、県内外から集まった107名のジュニアゴルファーが熱戦を繰り広げました。



キックボクシング大会 優勝報告

浅科中学校2年の山浦力也君が、9月2日に市役所を訪れ、7月12日に東京都で行われたアマチュアキックボクシング大会のジュニア50kg級で優勝した結果と大会の様子などを柳田市長に報告しました。



第28回全国青年市長会総会

8月28日、北海道網走市で開催された全国青年市長会総会に柳田市長が出席しました。これは、全国の若い市長が集い、研鑽と相互連携により地方自治の発展に寄与しようという取り組みです。今回は、元首相で東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会会長の森喜朗氏による基調講演及び総会等が行われました。



河川功労者表彰の受賞を報告

8月12日に一級河川における草刈りやゴミ拾い等の功績により、長野県河川協会長から河川功労者として平賀上宿区、下小田切区、志賀下宿区が表彰され、柳田市長へ田中一紀区長、土屋泰一區長、澤井一男區長が受賞の報告をしました。



全国簿記電卓競技大会出場

8月26日、7月に行われた平成26年度簿記電卓競技大会中部地方会の簿記競技専修学校の部で優勝した臼田経理専門学校チームが市役所を訪れ、9月7日に開催された「全国簿記電卓競技大会」への出場を小池副市長に報告しました。



消防団員退職報償式の開催

8月19日、コスモホールで消防団員退職報償式が開催されました。消防団員として長年活動に従事され、3月31日をもって佐久市消防団を退団された91名の皆さんに、小池副市長より感謝状と記念品が贈呈されました。

受章者を代表し、上原巧さん（第5代佐久市消防団長）より「今後は、一市民として、火災予防に努めていきます」との力強いあいさつがありました。



第14回全国障害者スポーツ大会出場

10月30日～11月4日に長崎県で開催される「第14回全国障害者スポーツ大会」に出場する浅沼直美選手（①走り幅跳び ②陸上 100m）が9月1日、柳田市長を表敬訪問し、大会での健闘を誓いました。



緑のまちづくりコンクール表彰式

9月5日、イオン佐久平店内セントラルコートで「佐久市緑の街づくりコンクール」の入賞団体の表彰式を行いました。地域の皆さんの緑化活動を広く周知し、「自分たちの暮らす街の環境は、自分たちで守り育む」といった意識の高揚と、市民協働による街づくりの拡大を図ることを目的としています。

応募された皆さんの花壇は、今年の突発的な豪雨にも負けない色鮮やかな花が咲きました。



こころのミュージカル制作発表会

8月17日に今年で6回目となる「こころのミュージカル」の制作発表会がコスモホールで行われました。今回は、本市と友好都市であるエストニア共和国SAKU市を舞台として、感動のストーリーが展開されます。タイトルは「コイトラ」。

公演日時は11月9日の午前11時と午後3時です。是非ご鑑賞ください。



佐久総合病院(本院)再構築に係る 臼田地区住民説明会

7月22日から臼田地区の皆さんを主な対象とした佐久総合病院(本院)再構築に係る説明会を4会場で開催しました。本院が担う医療機能や工事工程など、前回の説明会以降、新たに追加・変更となった点について佐久総合病院から説明があり、参加者からは診療体制や今後の病院のあり方等について、質問や意見が出されました。詳細は今後ホームページに掲載します。



全国中学校体育大会出場

9月1日、平成26年度全国中学校体育大会に出場した、浅間中3年の松澤真珠美さん(写真左、種目:柔道女子70kg級)、望月中3年の岩間大君(写真左から2番目、種目:剣道男子)、野沢中3年の三浦央司君(写真右から2番目、種目:陸上男子400m)と、坂根遼汰郎君(写真右、種目:陸上男子110mH)、が市役所を訪れ、柳田市長に全国大会の結果を報告しました。4人は、長野県の代表として、それぞれの競技において健闘されました。

10月1日(水)⇒11月16日(日)

祝 新佐久市誕生10周年

収蔵品展 再興院展 100年によせて

当館収蔵の院展出品作品
を中心に日本美術院の作家を紹介



横山大観「森亭の朝」1930



菊川三織子「花の譜」2002

■ 会期中のイベント

○平成26年度 第10回 佐久市児童生徒 写生大会

10月11日(土) ※雨天の場合10月12日(日)

- ◆参加方法
 - ・小学生以下の方は保護者同伴をお願いします。
 - ・申し込みは不要です。当日受付をします。
 - ・受付場所 佐久市立近代美術館前
 - ・受付時間 午前8時30分～8時45分
 - ・持ち物 絵の道具・昼食・雨具等
 - ※画用紙は受付で配布します。

◆お問い合わせ：佐久市立近代美術館

○展覧会ガイド

10月5日(日)・10月25日(土)・11月9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「仏教仏来」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（祝日は開館）

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

しばさき よしや
柴崎 吉矢 さん
(北佐久農業高校 3年)



趣味…乗馬

住所…鳴瀬

今、一番楽しいことは「学校生活」と話す柴崎吉矢さん。北佐久農業高校に通う18歳です。

「友達との話や授業など、残り少なくなった学校生活を楽しんでます。班活動では馬班で活動してきました。ほぼ毎日、馬の世話をしながら食事や健康を気遣い、一緒に過ごしてきました。班を引退した今も、手伝いに行き、馬たちの様子を見ています」とのこと。

そんな柴崎さんの将来の夢は、厩務員になること。「中学生の時に乗馬クラブに通いはじめ、高校でも馬班で活動し、世話にやりがいを感じるようになりました。卒業後は牧場に就職して、働きながらJRAの厩務員試験を受けたいです。夢を実現させて、自分の担当する競走馬が周りの人から褒められるように頑張りたい」と話してくれました。

10万人の広場

岩崎 暁さんから紹介された

たけむら まさし
武村 将司 さん
(会社員・中込)



①自己紹介をお願いします。

建設業で現場監督をしています。道路やダムなど、造るものは様々ですが、子供たちに自分の造ったものを伝えられることがやりがいです。

趣味ではバンドのキーボードの担当で、毎年、浅科の穂の香ホールでライブをしています。音楽つながりでFMさくだいらへも出演していて、トークを楽しみながら情報発信しています。

②今行っていること

草野球のチームを結成してメンバーと練習に励んでいます。目標はマスタ力杯の1回戦突破！

ぜひとも1勝して、仲間と勝利を味わいたいです。

公民館報

さくし



公民館活動を通して

豊かな生きがいがづくりを進めよう

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)

10

かなづき
神無月

No.115

恒例市民コーラスまつり盛大に開催

第36回市民コーラスまつりは、9月7日コスモホールで840人の観客が聞き入る中、中高生を含め、24の合唱グループが参加し開催されました。

昨年のコーラスまつりが台風で中止となった際「日頃の練習の成果を発表できなくて残念」との声が多く聞かれましたが、その分今回の各グループの合唱は、よりレベルアップされ、また、楽しく心癒されるすばらしいものでした。

浅間地区

稲荷町中国語研究会（麻雀を楽しむ会）

区公民館活動として長く続いた「童謡・唱歌を唄う会」が休会となり、それに代わる活動として、7月から手先の運動にもなり、脳の活性化にも繋がる当会を立ち上げました。

現在、男性13名・女性5名により（自称、名人や初心者の方が混ざり）月2回の活動を行い、時間が経つのを忘れ会員相互の親睦を図りながら楽しんでいます。

明るく元気に健康増進に励み、来年には大会を開催できるよう、会員数30名を目指し奮闘中です。



野沢地区

夏休みおやつ作り

8月5日内田すみ江先生を講師に「夏休みおやつ作り」が開催されました。

今回は、ピザとフルーツポンチの2品です。

児童館に通っている子ども達が大勢参加し、ピザの生地や白玉を捏ねて作りました。トマトソースを塗った上にウィンナ、シーチキンやチーズを乗せたピザは、自分で捏ねて作った生地が格別で、出来上がるとみんなとてもおいしそうに食べていました。



中込地区

手織り・裂き織り

6月から8月にかけて3回にわたり、重野美知子先生の講師で、手織りと裂き織りを体験しました。

いらなくなった古い布を裂いて織る「裂き織り」では、縦糸や布の色柄や素材によって、織りの雰囲気が変わってくることを実感できました。

参加者からは「楽しい」「でき上がった作品に愛着がわく」という声が聞かれました。



東地区

きれいな写真を撮ろう！

7月から8月にかけて3回にわたり、佐藤修二先生を講師に、初心者デジカメ教室が開催されました。

1・2回は、講師からカメラの機能や撮影時の姿勢、構図について学び、外に出て植物や景色を撮影しました。

3回目で写真の印刷方法を学習し、自分の撮影した写真と他の参加者が撮影した写真を見比べながら批評し合いました。

それぞれの写真に味わいがあり、講師から「皆さん上手だ」と褒められていました。



臼田地区

世界に一つだけの器

7月から8月にかけて3回にわたり、ふれあい陶芸教室が開催されました。陶芸グループ「ゆびのあとの会」の皆さんの指導のもと、子どもから大人まで幅広い世代で陶芸を楽しみました。

お皿・コップ・花器など、様々な作品が出来上がり、本焼きを終えた後の作品を受け取ると、満足そうな笑顔が溢れました。どんなお料理が合うかな、花は倒れず飾れるかなと、使うのが待ち遠しい様子でした。

浅科地区

心身リフレッシュのマレットゴルフ大会

7月13日ふるりの森公園において、中原地域公民館のマレットゴルフ大会が開催されました。

曇り空のもと、子どもから大人まで43名の熱く弾んだ競技が繰りひろげられました。

お昼は中央の庵に集って焼肉パーティーです。バーベキューセットを囲んで話に花が咲き、子ども達の緊張しながらも一生懸命に自己紹介をしてくれた姿に感動を受け、交流・親睦を深められた1日でした。



望月地区

楽しかった「もちづき子どもまつり」

8月3日「もちづき子どもまつり」が開催されました。午前は大なわとびやお菓子作り・水鉄砲・紙工作などの体験遊び、フラワーアレンジメントなどの新しいコーナーもあり人気を呼んでいました。

午後は子ども落語や剣道の模範演技・けん玉と続き、望月小・望月中の素晴らしい演奏を聴き、最後にまじかで見るマジックショーにびっくりしていました。

子ども達は、ボランティアの学生とも交流ができ、楽しい1日となったようです。

第10回 短詩型文学祭 作品募集の締切り間近です

作品の募集締切りが迫っています。出品予定の方は、お早目にご応募ください

- | | | |
|-------------|--------|---------------------|
| 募集規定 | ●部 門 | 俳句・短歌・川柳・詩 |
| | ●出 品 料 | 1 部門 1,000円 |
| | ●募集締切 | 10月15日(水) 必着 |
| | ●応募方法 | 専用の投稿用紙を使用してください |
| | ●応 募 先 | 公民館本館・地区館(郵送可) |

*募集規定について詳しくは、公民館報8月号をご覧くださいか、下記までお電話ください
公民館本館 ☎64-0551



ワレ随筆

「感謝の日々」

白田中央 竹田 清子



久しぶりに空が青く浅間山の上に白い雲が見えています。

洗濯ものを干しながら胸いっぱい空気を吸って台所に直行。さて今日は何をつくっておいてあげようかなと心をときめかします。

私の居場所は稽古場です。結婚してからもずっと理解のある家族に見守られて好きな踊りを45年続けてきました。踊りを習いたいというお弟子さん達は、それぞれに時間をつくってお稽古にきてくれています。みんな素直な明るいお母さん達。稽古が済むと私の手料理でお茶を飲みながら、もう一度所作の話をしたりそれはまた楽しいひとときです。

夫が健在の頃は東京の日比谷公会堂で昭和56年より10回全国大会に出演もしました。

先日は「恋々酒」の振りつけを頼まれました。何度もテープを聞きながら所作を考え、仕上がった時の嬉しさ。そしてそれを見事に表現してくれるお弟子さん達。私は多くの人に支えられて生きていることをしみじみ思い感謝をしています。

今はいろいろの御縁に結ばれたお弟子さん達と和気あいあい、不自由な足を2本の杖でかばいながらこれからも元気に過ごしていきたいと思っています。

瀬戸地区区民交流

瀬戸 六川 豊

ちよつと
ひとこと

瀬戸地区では、例年大きな行事のひとつとして、公民館主催の区民ゴルフ大会があります。準備は、区長及びゴルフクラブ関係の皆さんが委員となり、

数回にわたる準備委員会を開いています。

地区内各戸に回覧をして、参加者の募集及び人員の把握と、組合せをします。毎年6月に大会を開催しており、区民のゴルフ愛好者は大変楽しみにしています。

参加者は、男女年齢を問わず区民であればだれでもOKです。参加者の人数は、50〜60名位と多く、組み合わせは大変です。

大会当日は、日頃あまり顔を見ることがない区民も参加し、仲間同士の会話と競技に花を咲かせています。

よく言われる「老若男女」その言葉どおりです。本当に老いても若きも参加者全員が、この大会で交流をはかり、楽しい会話もできます。

今後大勢の皆さんの参加が望まれます。

人権シリーズ

人を憎まず

かれこれ十数年前、中学校に勤務していた頃のことである。

数人の生徒が授業に出ず、校舎内を徘徊したり、喫煙をしたりという事があった。注意すると暴言をはいたり、戸を蹴り破損させてしまったりした。「学校が荒れる」という時のことである。

ある日、校長先生が「どうしても、人を憎んでしまうんだよね」と言われた。授業妨害があったり、暴力行為があったりすると「あいつら学校に来なければいい」と思ってしまうのは、普通のことかと思う。後で冷静に考えてみれば、不良と言われる生徒の「俺達を見捨てないでくれ」という心の叫びであったと思うが、当時はそんな余裕はなく、冷たい視線で接してしまっただけが悔やまれる。

私の母は今年の5月で満90歳となり、認知症がかなり進行してしまっている。物忘れがひどいのは当然として、自分をコントロールすることができなくなっている。要するに子供返りである。自分のことができない割にはプライドがあり、自己中

心的になりやすいので、気に入らないと怒ったり、人の悪口を言ったりする。時には「うるさい。馬鹿ばあ」とのど元まで出かかるのを押さえるのに苦労する時もある。これは、高齢者全般に言えることと思うが、認めること、ほめることの大切さを痛感するところである。

人は誰しも自尊心がある。成功した人に対し「すばらしい」と思いつつも、妬み心を持ってしまう。同期生が課長に昇進したのを、腹立たしく思ったりすることもある。役職をしていると、言われなくてもいいような悪口を言われることもある。意見の違いからけんかになることもある。「人を憎まず」と言っても、仏様のようにはいかない。しかし、心の隅に止めておくと、自分が得をするかと思う。いやな人にこそ「おはよう」と声をかけると、精神的に優位に立つのは間違いないことである。ぜひ実行してみてください。やはり「人を憎まず」です。私も頑張りたく思っています。

人権同和教育推進員 上原満夫

佐久市の指定文化財 4

佐久市史跡・有形文化財

「瀧ノ峯古墳群」 「瀧ノ峯古墳群出土遺物」



2号墳全景



2号墳出土遺物

瀧ノ峯古墳群は、根岸に所在し、蓼科山から佐久平に向かって延びる尾根上の平坦地及び緩やかな斜面上に5基の古墳が群在しています。1～4号墳は、標高800m内外を測る平坦部に、5号墳は北東に300mほど斜面を下った尾根端部に位置しています。1・2号墳は、昭和61年に発掘調査が行われ、いずれも前方後方型の形態であることが確認されました。規模は2号墳が18.3mを測り、1号墳も同規模と推定されました。遺物は、2号墳から甕・壺・小型の壺を載せるための器台・高坏・鉢などの土器及び埋葬施設と考えられる掘り込みから、女性の歯とガラス小玉が発見されました。また、1号墳からは鉢と思われる土器などが出土しています。

2基の古墳は、出土遺物や形態から弥生時代の墳丘墓と古墳時代の古墳双方の特徴が認められる古墳時代前期（4世紀）の墳墓であることが確認され、佐久平における弥生から古墳時代への移り変わりを考える上で重要な遺跡です。

瀧ノ峯古墳群2号墳から出土した遺物は、現在、志賀の文化財課展示資料室で見学することができます。

■お問い合わせ 文化財課 ☎68-7321



出前講座の様様



週1度発行される会報

8月13日(水)には佐久市の出前講座で浅間総合病院から講師をお招きして「新国民病?ロコモティブシンドロームについて」講義をしていただき、知識も身に付けました。

平均年齢70歳ですが、みんな元気に「ピンピンころり」を目指してこれからも体操を続けていこうと張り切っています。

すてきな仲間

いつでも歩ける体づくりをして、
健康寿命を延ばしましょう!

心と体を育てる体操水曜教室

代表 菊池 勉

最近あちこちで耳にする「ロコモ」と言う言葉を御存知でしょうか?「ロコモ」とは、「ロコモティブシンドローム」(運動器症候群)の略です。「骨」「関節」「筋肉」それぞれの働きが加齢によって低下することから始まり、「膝や腰の痛み」「膝関節の変形」「筋肉の低下」「バランス能力の低下」「ちょっとしたことで起こる骨折」の症状が現れます。

現在、日本では要介護者になった原因の4人に1人がロコモによるもので、40歳以上の5人に4人はロコモ及びロコモ予備軍で約4,700万人と推定され、新たな国民病と言われています。

公民館浅間地区館の学習グループ「心と体を育てる体操水曜教室」は「心が変わる、体が変わる。いつまでも歩ける体づくり」を目標に、中嶋洋子先生の指導のもと、毎週水曜日の午前浅間会館で活動しています。この運動の特徴は、足・脚・膝・腰・お腹など、動かしている部分に意識を集中します。また、他人と比較することなく運動ができることも大きな魅力です。毎週、30名近く参加する会員は、講師の声に耳を傾け、気持ちを集中し、「自分の足で歩ける体づくり」をしています。

瀬音

社会人となった娘が旅行券を贈ってくれ、家族で草津温泉に出かけました。近くなのに私は初めて訪れてみてその良さにとても心惹かれました。まずは温泉。源泉掛け流しでいつでも新鮮な湯に浸ることができます。

街には至る所に温泉入浴施設があり、代表的なのは「大滝乃湯」。絶景広がる「西の河原露天風呂」。「御座乃湯」。他に足湯もあり、母も大喜びで温泉には興味のなかった息子も満足のようにで私も嬉しくなりました。

温泉街の中心にある草津のシンボル湯畑では、湯滝から流れ落ちる温泉が綺麗で緑色に輝いて見えました。湯畑前の「熱の湯」では温泉落語と湯もみショーが楽しめ、映画のロケ地に選ばれたようです。周辺には多くの観光施設があり、温泉熱を利用した草津熱帯園では、カピバラの可愛い親子等に会え感激でした。高地にある草津は、夏でも温泉が気持ちよく「草津よいとこ一度はおいで」の歌の通り、1年中楽しめるのでは?と思いました。皆様も日頃の疲れを癒しにおでかけください。

(編集委員)

佐久市・佐久市教育委員会



秋は、芸術や文化に親しむのにふさわしい季節です。

ここでは、11月3日「文化の日」の前後に、佐久市内で開催されるイベントの散々をご紹介します。

この機会に、さまざまな文化に触れ、学ぶことの楽しさをみつけてみませんか。

皆様のご参加をお待ちしています。

(特に記述がないものは参加無料です。)



近代美術館

◆収蔵品展「再興院展100年によせて」

〈期間〉10月1日(水)～11月16日(日)

〈内容〉佐久市立近代美術館収蔵の院展出品作品を中心に、院展作家を紹介します。

〈観覧料〉一般 500円 (400円)

高校・大学生 400円 (300円)

小・中学生 250円 (200円)

※ () 内は20名以上の団体料金

◆展覧会ガイド

〈日時〉10月5日(日)、10月25日(土)、11月9日(日)
14:00～14:40

〈内容〉美術館のスタッフが「収蔵品展 再興院展100年によせて」をご案内します。

※参加無料・観覧券必要

◆佐久市児童生徒写生大会

〈日時〉10月11日(土) 8:45～15:00 (受付8:30～)

〈内容〉駒場公園・茨城牧場長野支場で写生大会を行います。提出された作品はすべて、冬の展覧会で展示します。

〈審査対象〉市内小中学生

〈お問い合わせ〉近代美術館 ☎67-1055

佐久勤労者福祉センター

◆第26回家族音楽会

〈日時〉11月15日(土) 13:30～16:00

〈内容〉家族そろって歌ったり合奏したり、そんな団らんの様子を、大勢の人達と分かち合うことによって、家族のふれあいを高め、家庭教育の振興を図ります。

〈お問い合わせ〉公民館本館 ☎64-0551

生涯学習センター (野沢会館内)

◆第4回国際交流サロン

〈日時〉10月13日(月・祝) 14:00～17:00

〈内容〉ハロウィンのかぼちゃを使いジャック・ランタンを作ります。※事前申込必要、定員30組

〈お問い合わせ〉観光交流推進課 交流推進係 ☎62-3283

◆第10回佐久市民総合文化祭

(菊花展同時開催)

〈日時〉11月1日(土)～3日(月・祝)

9:00～17:00 (3日は15:00まで)

〈内容〉佐久市内の文化芸術を愛好する人々に出品を呼びかけて、その作品展示を行います。

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

〈お問い合わせ〉公民館本館 ☎64-0551

◆第10回佐久市障がい者福祉展

〈日時〉11月1日(土)～3日(月・祝)

9:00～17:00 (3日は15:00まで)

〈内容〉障がいをお持ちの方の作品の展示、施設団体の関係資料の展示、作品の販売等を行います。

〈お問い合わせ〉福祉課 福祉係 ☎62-3147

◆佐久市青少年健全育成市民集会

〈日時〉11月9日(日) 13:30～16:30

〈内容〉青少年をいちばん身近で支える家庭、学校、地域、青少年関係団体が一堂に会して、「青少年は地域からはぐくむ」という観点に立ち、青少年の健全育成について考えます。

・講演会「大人の知らない子どもの世界」

講師：石川結貴さん(作家)

・市内中学生の意見発表

・アトラクション：臼田中学校吹奏楽部

〈お問い合わせ〉生涯学習課 青少年係 ☎62-0664

◆男女共同参画社会の実現をめざす「市民フォーラム」

〈日時〉11月16日(日) 13:30～15:00

〈内容〉男女共同参画社会の実現をめざして、広く市民に啓発することを目的として、市民を対象とした講演会を開催します。

〈お問い合わせ〉人権同和課 男女共生係 ☎62-3135

◆市民公開講座

〈日時〉11月24日(月・祝) 12:30～17:00

〈内容〉講演3本その他、県天然記念物「臼田トンネル産の古型マンモス化石(実物)」の展示、合併から10年間の発掘調査成果を紹介します。

〈お問い合わせ〉文化財課 文化財調査係 ☎68-7321

◆心が豊かになる音楽への招待「ハンドベル体験とコンサート」

〈日時〉11月30日(日) 13:30～

〈内容〉「天使のハーモニー」といわれるハンドベルの音色を楽しんでいただく体験つきコンサートです。

〈お問い合わせ〉(一財)佐久市文化事業団 ☎82-3962



平成26年度佐久市生涯学習市民のつどい



秋のイベント ご紹介



子ども未来館

◆巡回展「月のふしぎ」

〈期間〉10月4日(土)～11月30日(日)

〈内容〉神秘的な月や地球の美しい映像とともに、JAXAの月周回衛星「かぐや」の詳細な調査によって明らかにされた最新の月の姿をご紹介します。

〈入館料〉大人 500円 (400円)

子ども 250円 (200円)

※() 内は20名以上の団体料金

〈お問い合わせ〉佐久市子ども未来館 ☎67-2001

交流文化館浅科

◆平成26年度図書館講座

〈日時〉11月9日(日) 13:30～

〈内容〉図書館や読書などに関する講演会を開催します。

〈お問い合わせ〉中央図書館 ☎67-2111

◆人権フェスティバル

〈日にち〉11月24日(月・祝)

〈内容〉10:00～ 隣保館各種教室の作品
小学校児童の人権啓発標語の展示
12:50～ オープニングアトラクション
大正琴、手話歌、手話ダンス
13:30～ 【講演】「キャスターから見た人権」
講師：宮川俊二さん(ニュースキャスター)

〈お問い合わせ〉人権同和課 人権同和係 ☎62-3135

コスモホール

◆パフォーミング・アーツ・スタジオ (PAS)「映像演技入門 あなたにズームイン」

〈日時〉10月18日(土) 14:00～16:30

〈内容〉映像演技に求められるのはリアルな表現です。普段あまり意識しない言動や表情などに目をやり、本物のあなたを発見しませんか。

〈受講料〉1,000円

〈お問い合わせ〉(一財)佐久市文化事業団 ☎82-3962

あいとぴあ白田

◆第16回国際交流フェスティバル in佐久2014

〈日時〉11月9日(日) 10:00～15:00

〈内容〉地域に住む海外の方や国際交流団体の取り組みを知り、国際的な相互理解を深めるためのお祭りです。

〈お問い合わせ〉観光交流推進課 交流推進係 ☎62-3283

	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	◎佐久市の文学碑めぐり 横根・小田井・中佐都・貞祥寺ほか	10月16日(休) 8:30~16:30	集合 浅間会館	中澤弘之先生	〈参加費〉1,000円程度(昼食代・保険料等) 〈定員〉20名 〈持ち物〉筆記用具・飲み物・帽子等 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎男の台所 超初心者からベテランまで大歓迎 メニュー:秋野菜の煮物・ピリ辛丼・お吸い物・おつまみ	10月23日(休) 9:30~13:00	浅間会館 調理講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉700円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具 〈定員〉14名 〈対象〉男性
	◎おやこDEおやつ作り 秋にピッタリ!! 自分でモンブランを作ろう	10月25日(土) 13:30~16:00	浅間会館 調理講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉800円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具 〈定員〉親子7組 ※親子・子どものみの参加を優先します。ただし、定員に満たない場合は、大人のみの参加も受付ます
	◎やさしいリフォーム教室 今年のお正月飾りは趣向を凝らして手作りです!!	①11月20日(休) 9:30~15:30 ②11月21日(金) //	浅間会館 大会議室	菊池たか子先生	〈参加費〉500円程度 〈持ち物〉小切れ・厚紙・裁縫用具・昼食・飲み物(必要に応じて) ※会館に講師の作品展示中です
	◎新ソバ会 信州の秋を満喫。自分でソバをうってみよう	11月25日(火) 10:00~13:00	浅間会館 和室 調理講習室	小池栄子先生 中沢光子先生	〈参加費〉800円程度(定員)14名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具 ※申込受付開始 10月7日(火) 8:30
野沢地区館	◎家庭菜園教室(全9回) 野菜作りの基礎から学びましょう ⑧収穫と保存 ⑨土作りと肥料	⑧10月 6日(月) 9:30~11:30 ⑨11月10日(月) //	野沢会館 103号室	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
	◎ふるさとウォッチング(全2回) 野沢の歴史を再発見! ①町内(女男木・金台寺・伴野城跡等) ②地区史跡めぐり(マイクロバス利用)	①10月 9日(休) 9:30~11:30 ②10月23日(休) //	野沢会館集合	臼田辰雄先生	〈参加費〉1人1回100円(保険料等) 〈持ち物〉筆記用具・飲み物・帽子等 〈定員〉20名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎これなら分かるクラシック音楽入門♪チェロ編 チェロのすべてを、生演奏と解説で存分にお楽しみください	10月26日(日) 13:30~15:30	野沢会館 会館ホール	小島遼子先生 (チェリスト) 原いづみ先生 (ピアニスト)	〈参加費〉無料 〈持ち物〉筆記用具 ※当日参加も出来ます
	◎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	③10月30日(休) 13:30~15:30	野沢会館 創作室前	グリーン アドバイザー	〈参加費〉2,000円程度(花等材料費) 〈持ち物〉移植ゴテ・手袋・鉢(30cm位の大きさ、当日購入も出来ます)
	◎着物着付け教室(全4回) 簡単に・楽に・美しく・お正月には自分で着てみませんか?	①11月11日(火) 9:30~11:30 ②11月18日(火) // ③11月25日(火) // ④12月 2日(火) //	野沢会館 和室	藤澤京子先生	〈参加費〉500円(教材費初回のみ) 〈持ち物〉着物一式・衣装敷き
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	⑦10月6日(月) 9:30~11:30	駒場公園 雨天の場合は 中込会館ホール	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・敷き物
	◎まち歩き講座 中込編(全3回) 中込のまちを歩きます。昔から今への移り変わりを実感してみませんか	①10月20日(月) 13:30~17:00 ②10月27日(月) // ③11月10日(月) //	①佐久情報センター ~土屋酒店 ②中込駅周辺 ③佐久医療センター	①小林浜治郎先生 ②石山道泰先生 ③佐久医療センター 職員	〈参加費〉① ②1人1回100円 ③1人200円(保険料等) 〈持ち物〉飲み物・帽子 他 〈定員〉20名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎楽しくクッキング(全4回) 旬の食材で食卓に季節の彩りを添えましょう	③11月20日(休) 9:30~12:00	中込会館 料理室	中村美登里先生	〈参加費〉500円程度 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定員〉24名
	◎子育て楽しみ隊(全4回) 11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。お子さんと一緒でもOKです	④11月26日(火) 10:00~11:30	中込会館 和室	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) ※子ども同伴可
	◎シクラメンの管理 今からシクラメンの上手な管理と夏越しを学んで、来年は自分で咲かせてみませんか	11月27日(休) 9:30~11:30	中込会館 洋室	佐久市営農支援 センター職員	〈参加費〉無料 〈持ち物〉筆記用具 〈定員〉15名

※一部を除き事前に個人(家族)ごとの申込が必要です(詳しくは各地区館へお問い合わせください)

※〈定員〉のあるものは、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

	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！ ◎秋野菜の収穫と貯蔵	◎10月6日(月) 9:30～11:30	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
	◎盆栽に親しむ（全3回） 晩秋から初春までの管理と作業を学びましょう	◎10月10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
	◎自然散策～秋の鍋倉山～ 紅葉を見ながらブナ林を散策しましょう	10月18日(出) 7:30～16:30	東会館集合 鍋倉山 (飯山市)	佐藤文一先生	〈参加費〉 3,500円程度（バス代、保険料等） 〈持ち物〉 昼食、飲み物、雨具 〈定員〉 25名 ※申込受付開始 10月6日(月) 8:30 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎おしゃれな料理教室～秋～ いかめし、アップルパイ等、秋の食材を使った料理を作ります	11月5日(水) 9:30～13:00	東会館 料理講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉 700円程度（材料費） 〈持ち物〉 エプロン・三角巾・筆記用具
臼田地区館	◎家庭菜園教室（全8回） ⑦収穫と保存 ⑧土づくりと肥料	⑦10月10日(金) 9:30～11:30 ⑧11月11日(火) //	あいとぴあ 臼田多目的室	佐久浅間農協農地 コーディネーター	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 筆記用具
	◎宇宙ウォーキング～星の教室（秋） 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！	10月16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
	◎ふるさと学習 青沼地域めぐり	10月17日(金) 13:00～17:00	集合 あいとぴあ臼田	丸山正俊先生	〈参加費〉 100円（保険料） 〈持ち物〉 飲み物・雨具 〈定員〉 20名
	◎簡単！ヘルシークッキング（全2回） おからや旬の野菜などヘルシーな食材を使った簡単料理	◎10月21日(火) 9:30～13:00	あいとぴあ臼田 調理室	大工原英子先生	〈参加費〉 300円程度 〈持ち物〉 エプロン・三角巾・筆記用具・持ち帰り用のタッパー 〈定員〉 25名
	◎佐久を知り隊！ 「市の北西部を訪ねて」佐久の先人の思いにふれながら、佐久を学ぼう！～五郎兵衛記念館、真親神社、妙香院など	10月22日(水) 10:00～15:30	集合 あいとぴあ臼田	現地説明員	〈参加費〉 100円（保険料） 〈定員〉 20名 〈持ち物〉 昼食・飲み物・雨具
	◎ステンドグラスに挑戦！ 高校生と一緒に、ステンドグラスの小箱を作ります	①10月30日(休) 9:05～10:55 ②11月13日(休) 13:40～15:30	臼田高校	臼田高校 デザイン科	〈参加費〉 1,000円 〈持ち物〉 ビニール手袋・布 〈定員〉 15名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎ふるさと写生大会 臼田稲荷山公園とその周辺の風景を描いてみませんか。画用紙は1人1枚受付でお渡しします 11月3日(月) 9:00～12:00 受付 8:45～9:00（稲荷山山頂付近）※雨天中止 〈持ち物〉 鉛筆・絵の具・画板など 〈その他〉 11月7日～14日（午前）まであいとぴあ臼田で作品展示を行います。なお、審査の結果、作品には金・銀・銅賞があり賞状をお渡しします				
	◎年賀状パソコン教室（全3回） 手づくり年賀状で新年のごあいさつを！ ※ノートパソコンがある方に限定します	①11月14日(金) 9:30～11:30 ②11月21日(金) // ③11月25日(火) //	あいとぴあ臼田 多目的室	平林稔子先生	〈参加費〉 テキスト代1,000円程度 〈持ち物〉 ノートパソコン・筆記用具 〈定員〉 15名
	◎初心者切り絵教室（全4回） 白と黒の世界を楽しみながら素敵な作品を完成させよう！	①11月19日(水) 13:30～15:30 ②12月17日(水) //	あいとぴあ臼田 多目的室	淀川学先生	〈参加費〉 4,000円程度（カッター等材料一式） 〈定員〉 15名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎キッズinあいとぴあ 一親子でGood dayー 作って遊ぼう親子のつどい 11月22日(出) 9:00～11:50 あいとぴあ臼田 参加費無料！どなたでも自由に参加できます！大勢のみなさんご参加ください！ ※子どもは上ばきを持参してください ※詳細は来月号でお知らせします				
浅科地区館	◎初心者切り絵教室（全3回） 年賀状をつくろう	①10月20日(月) 9:30～11:30 ②11月10日(月) // ③11月19日(水) //	浅科会館 1階会議室	竹内芳枝先生	〈参加費〉 700円程度（材料費） 〈持ち物〉 カッター・カッター板・筆記具 〈定員〉 15名
	◎料理教室～香りの世界を食卓に～ メニュー：ラザニア、スコーン、白インゲン豆のミネストローネ	◎11月12日(水) 9:30～13:30	浅科保健 センター	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・持ち帰り用タッパー 〈定員〉 20名 ※申込受付開始 10月15日(水) 8:30
	◎初心者タペストリー講座 パッチワークキルトの技法を使ってタペストリー（壁飾り）をつくりましょう	①11月17日(月) 9:00～11:30 ②12月15日(月) // ③ 1月19日(月) //	浅科会館 2階ホール	丸山文子先生	〈参加費〉 3,000円程度（材料費） 〈持ち物〉 裁縫道具・筆記用具 〈定員〉 15名 ※申込受付開始 10月16日(水) 8:30
望月地区館	◎家庭菜園講座（全6回） ～新鮮で栄養タップリな野菜を食卓に～ 〈内容〉 冬場の貯蔵と来春に向けての畑の管理	◎10月3日(金) 9:30～11:30	観音奉活性化 センター	小林重弘先生	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 筆記用具・飲み物
	◎市民ふれあい講座 「前掛山（2,524m）登山」もくもくと噴煙を上げている浅間山が目の前!! 所用時間6時間	10月8日(水) 6:30～17:00	駒の里ふれあい センター6:30集合 駒場公園第2駐車場	山岳 コーディネーター	〈参加費〉 300円（保険料他） 〈持ち物〉 昼食・飲み物・雨具・登山のできる服装（スニーカー不可） 〈定員〉 25名
	◎草木染体験教室（全6回） 身近な植物を染料にして挑戦してみよう	◎10月10日(金) 13:00～16:00	観音奉活性化 センター	望月多恵子先生	〈参加費〉 1,500円程度（材料費） 〈持ち物〉 エプロン・三角巾・筆記用具・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 〈曲目〉 学生時代・銀色の道 他	◎10月15日(水) 13:30～15:00 ◎11月19日(水) //	駒の里ふれあい センター 大ホール	小林美智子先生	〈参加費〉 2,000円 ※10月～3月までは自主講座となります
	◎ウォーキング&ブローイング（全10回） 呼吸系や基礎体力作りに最適 歩行スタイルの実践、各種競技の実践	◎10月18日(出) 10:00～12:00 ◎11月15日(出) //	駒の里ふれあい センター 大ホール	谷脇良一先生	〈参加費〉 300円程度（ポール代他） 〈持ち物〉 動きやすい服装・飲み物 〈定員〉 15名 ※小学3年生以上
	◎歴史講座 真田ゆかりの里を訪ねて～講演会 真田一族の存亡	10月18日(出) 13:00～16:00	駒の里ふれあい センター	福島邦男先生 堀内泰先生	〈参加費〉 無料 〈定員〉 200名 〈持ち物〉 筆記用具

※一部を除き事前に個人(家族)ごとの申込が必要です（詳しくは各地区館へお問い合わせください）

※〈定員〉のあるものは、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

少年センターだより

実りの秋を迎えました。秋を満喫する子どもたちがスポーツに熱心に取り組んでいる姿が目につかびます。子どもたちが毎日元気に生活していることはとても大切なことです。ご家庭では、我が子への気配り、目配り、そして規則正しい生活で体力づくりに心がけましょう。これからの挨拶、声かけをはじめとした子どもたちの見守りをよろしくお願いいたします。

「いじめ」は、人の心や体を傷つけるだけでなく、命を奪う事にもつながりかねない深刻な問題です

- いじめは人間として絶対に許されない行いです。いま、だれかをいじめている人はすぐにやめましょう！
- いじめを知ったら、見て見ぬふりをしないで、「やめよう」と言える勇気を持ちましょう！また、すぐに先生や家の人に知らせましょう！それは、「チクる」ことではなくて、友達を守ることです。
- いじめにあったら、一人で悩まないで、お父さん、お母さん、先生、兄弟姉妹、友達など、だれかに話す勇気を持ちましょう！
- いのちは、かけがえのないものです。苦しいことやつらいことがあっても、だれかに相談すれば、かならず力になってくれる人がいるはずですよ。生きることのすばらしさを忘れないで！

家庭でできること ～子どもたちの笑顔のために～

- 子どものサインを発見しましょう。いじめ発見のきっかけとして、「保護者による発見」が多いというデータがあります。
- コミュニケーションをとりましょう。子どもに寄り添い、一緒に問題の解決を図りましょう。
- 一人で悩まないで相談しましょう。少しでも心配なことがあったら、一人で抱え込まず、家族、保護者同士、学校や地域とつながりましょう。

補導日誌から

白田よいやさんにて

8月2日(土)曇り

塾の帰りに友達と一緒に来ていた中学二・三年生達のグループに声をかけながら歩行者天国を歩きました。どの子どもたちも明るく元気な返事で、子どもたちからも進んで挨拶があり、とても気持ち良かったです。子どもたちも地域の祭りを楽しみにしているようで、友達とふれ合いながら、花火大会を楽しんでいました。夏休みの楽しい思い出になるような印象を受けました。

(白田地区 K・I記)

公園でゲームに夢中

8月4日(月)晴れ



熱中症になりそうな暑い中、城山公園では小学生十人位がゲームを楽しんでいた。ゲーム中にもかかわらず声かけに「こんにちは」と明るく元気な返事が返ってきた。屋根つきで日陰になっており、涼しい風もくる、子どもたちにとってゲームのできる良い場所になっている。暑さを忘れるひと時であった。

(野沢地区 K・H記)

銀河連邦子ども留学交流報告



8月1日(金)～3日(日)の3日間、銀河連邦の6共和国が神奈川県サガミハラ共和国に集まり、交流会が行われました。サク共和国からは12名が参加し、各共和国の児童と交流を行いました。今回の交流では

相模原史跡田名向原遺跡跡学習館の見学や、勾玉作り、相模原市立博物館・JAXA相模原キャンパスを見てまわりました。実物の衛星やロケットも間近で見ることができ、子どもたちも喜んでいました。またプレジャーフォレストにも訪れ、班ごと多くのアトラクションに乗り楽しんでいました。とても有意義な3日間を過ごすことができ、夏の良い思い出ができました。



佐久市ジュニアリーダー研修報告 宿泊研修

8月4日(月)～5日(火)に望月少年自然の家で宿泊研修を実施しました。2日間とも天候に恵まれ、快適に活動することができました。

初日は班の仲間や学生ボランティアと協力して昼食に竹パン、夕食にカレーを作りました。火を起こすのに苦労することもありましたが、おいしいご飯を作ることができました。夜にはキャンプファイヤーもしました。2日目はフィールドアスレチックで遊んだりオリエンテーリングや、カヌー体験をしました。初めてのカヌーは水に浮かぶ時が一番緊張したようでした。バランスのとり方が分かると、みんな楽しそうにカヌーを漕いでいました。貴重な体験をすることができ、充実した2日間を過ごすことができました。



毎月11日は「信州あいさつの日」・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)

軽自動車税の税率が変更になります

平成26年度の税制改正により、平成27年度から軽自動車税の税率が引き上げられます。

また、環境に配慮する観点から、三輪及び四輪以上の軽自動車のうち、最初の新規検査から14年目以降の車両は税率が高くなります。ただし、電気自動車等については対象外です。

※最初の新規検査とは

車両番号の指定を受けたことのない軽自動車を、新たに使用しようとするときに受ける検査です。
自動車検査証の『初度検査年月』に記載されています。

1. 原動機付自転車・小型特殊自動車等の税率

車 種		税 率	
		改正前	改正後 (平成27年度から)
原動機付自転車	50cc以下	1,000円	2,000円
	50cc超90cc以下	1,200円	2,000円
	90cc超125cc以下	1,600円	2,400円
	ミニカー	2,500円	3,700円
軽二輪車 (125cc超250cc以下)		2,400円	3,600円
二輪小型 (250cc超)		4,000円	6,000円
小型特殊自動車	農耕作業用	1,600円	2,400円
	その他 (フォークリフト等)	4,700円	5,900円
雪上車		2,400円	3,600円

2. 三輪及び四輪以上の軽自動車の税率

車 種			税 率			
			改正前	改 正 後		
				(1)	(2)	(3)
三輪のもの				平成27年3月31日以前に最初の新規検査を受けたもの	平成27年4月1日以後に最初の新規検査を受けるもの	最初の新規検査から13年を経過したもの (平成28年度から)
			3,100円	3,100円	3,900円	4,600円
四輪以上	乗用	営業用	5,500円	5,500円	6,900円	8,200円
		自家用	7,200円	7,200円	10,800円	12,900円
	貨物	営業用	3,000円	3,000円	3,800円	4,500円
		自家用	4,000円	4,000円	5,000円	6,000円

- ・平成27年3月31日までに最初の新規検査を受けた車両は、最初の新規検査から13年間は(1)の税率が適用されます。
- ・平成27年4月1日以降に最初の新規検査を受ける車両は、最初の新規検査から13年間は(2)の税率が適用されます。なお、賦課期日が4月1日であることから、平成27年4月1日に最初の新規検査を受ける車両のみ、平成27年度の課税から(2)の税率が適用されます。
- ・平成28年度からは、(1)、(2)の車両が最初の新規検査から14年目以降は、(3)の税率が適用されます。

■お問い合わせ 税務課 ☎62-3040 (直通)

看護の資格を活かそう もう一度白衣を着たいナースのために

お問い合わせ 浅間総合病院

☎67-2295 (内線5356 復帰支援担当)

看護師資格を持ちながら結婚や育児で医療現場から離れている方はいませんか？

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

日 時 11月4日(火)～7日(金)の4日間、午後1時～4時

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

会 場 佐久市立国保浅間総合病院 多目的室・講堂

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

託児について

研修中、保育園などに入所していないお子さんの託児が院内こすもす保育園にて可能です(保育料は無料)ご相談ください。

募集期限

10月28日まで

(受付時間 午前8時30分～午後5時)

受講料

無料

定 員

12名

※この研修会は、地域の潜在看護師の方への復帰のお手伝いの為の研修です。



平成26年10月から定期接種となる予防接種について

平成26年10月より、高齢者の肺炎球菌感染症と水痘（水ぼうそう）の予防接種が定期の予防接種に追加されました。

高齢者の肺炎球菌感染症

接種開始は10月15日(水)からとなります

対象年齢

- ①65歳の方（ただし平成26年度から平成30年度までは該当年度において65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方および平成26年度は101歳以上となる方）
- ②60歳以上65歳未満の方(平成26年度は10月以降の接種日において)であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有し、1級の身体障害者手帳の交付を受けている方
- ※肺炎球菌感染症の予防接種は個人の疫病予防の目的で行っており、接種を受ける法律上の義務はありません。自らの意思と責任で接種を希望する場合のみ接種をしてください。意思確認ができない場合は、予防接種法に基づいた予防接種はできません。

接種回数

1回

接種方法

インフルエンザの接種方法と同じです。

自己負担 自己負担金があります。

自己負担金の免除

- ・左記の対象者で次の条件に該当される方は、接種費用は免除されます。
- ①生活保護法の適用を受けている方（接種時）
- ②市県民税非課税世帯の方
- ③60歳以上の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有し、1級の身体障害者手帳の交付を受けている方
- ※条件に該当される方は、インフルエンザ予防接種と同様に事前に申請が必要です。詳しくは35ページのインフルエンザ予防接種の自己負担金の免除をご覧ください。（申請の受付は10月9日(木)からです。）

注 意

既に肺炎球菌ワクチンの接種を受けた方は対象外です。

平成26年度の接種対象者	
昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ	65歳
昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ	70歳
昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生まれ	75歳
昭和9年4月2日～昭和10年4月1日生まれ	80歳
昭和4年4月2日～昭和5年4月1日生まれ	85歳
大正13年4月2日～大正14年4月1日生まれ	90歳
大正8年4月2日～大正9年4月1日生まれ	95歳
大正3年4月2日～大正4年4月1日生まれ	100歳
大正3年4月1日以前に生まれた方	101歳以上

※接種対象者の方へは、個別で通知いたします。ご不明な点等ありましたら、お手数ですが下記のお問い合わせ先まで、ご連絡ください。

※肺炎球菌ワクチンの任意接種費用の一部助成事業も引き続き実施しております。左記の対象年齢外の方で任意接種をご希望される方は、お問い合わせください。

水痘（水ぼうそう）

接種開始は10月1日(水)からとなります

対象年齢

1歳から3歳未満（3歳の誕生日の前日まで）

接種回数

1～2回（接種間隔：3か月以上、標準的には6か月から12か月の間隔で2回接種）

経過措置

*平成26年度に限り 3歳から5歳未満（5歳の誕生日の前日まで）のお子さんは、1回接種

標準的な接種間隔

生後12か月から生後15か月の間に1回目の接種を行い、2回目の接種は1回目の接種終了後6か月から12か月の間隔において接種

接種費用

無料

注 意

既に水痘（水ぼうそう）にかかったことがあるお子さんは、接種は必要ありません。今までに水痘（水ぼうそう）の予防接種を受けたことがあるお子さんは、既に接種した回数分を受けたものとして扱います。

※接種対象者のお子さんへは、**個別通知を発送**しています。ご不明な点等ありましたら、お手数ですが、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

■お問い合わせ 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

高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

実施期間 10月15日(水)～12月27日(土)

インフルエンザの流行期は、通常12月から翌年3月頃です。接種をご希望の方は、かかりつけ医と相談のうえ、流行期をむかえる前に接種を受けましょう。

なお、インフルエンザ予防接種は、個人の疾病予防の目的で行っており、接種を受ける法律上の義務はありません。自らの意思と責任で接種を希望する場合のみ接種してください。意思確認ができない場合は、予防接種法に基づいた予防接種はできません。

対象者

佐久市に住所を有し、接種当日に次のいずれかの条件に該当される方

- ① 満65歳以上の方
- ② 満60歳以上の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有し、1級の身体障害者手帳の交付を受けている方

接種回数 1回

接種方法

● **市内医療機関で接種する場合**……接種をご希望の方は、下記のインフルエンザ予防接種実施医療機関に予約をして接種を受けてください。

予診票は、各医療機関にあります。

● **市外医療機関で接種する場合**……長野県の予防接種相互乗入れ事業によって市外の医療機関で受けることが出来ま

す。予防接種市町村間相互乗入れ接種医療機関であるか、医療機関にお尋ねください。

市外の場合は、予診票が医療機関にはありませんので、事前に保健センター（健康づくり推進課）または各支所健康づくり推進係で受け取り、医療機関に予約をして接種を受けてください。

(佐久市発行の予診票がないと全額自己負担になります)

自己負担 1,000円

医療機関の窓口でお支払いください。

自己負担金の免除

次のいずれかの条件に該当される方は、1,000円の自己負担が免除されます。

- ① 生活保護法の適用を受けている方（接種時）
- ② 平成26年度市県民税非課税世帯の方
- ③ 満60歳以上の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有し、1級の身体障害者手帳の交付を受けている方

条件に該当される方は、事前に保健センター（健康づくり推進課）または各支所健康づくり推進係に申請してください。申請の際には、印鑑、身体障害者手帳（③に該当する方）および本人確認ができるもの（保険証または免許証等）をご持参ください。該当する方には、インフルエンザの予防接種無料券（兼接種券）を交付します。

申請受付期間は10月9日(木)～12月26日(金)です。

【佐久市内】インフルエンザ予防接種実施医療機関一覧表

医療機関名（五十音順）	所在地	電話番号	医療機関名（五十音順）	所在地	電話番号
浅科診療所	塩名田	58-2100	さくらこどもクリニック	佐久平駅北	78-3232
あさまコスモスクリニック	長土呂	66-7701	さとう泌尿器科クリニック	岩村田	68-2233
浅間総合病院	岩村田	67-2295	しのはら形成・皮膚クリニック	岩村田	67-8825
雨宮病院	下小田切	82-5311	すみだクリニック	本新町	62-7122
安藤クリニック	臼田	82-7737	関口小児科医院	中込	62-7151
大森小児科医院	望月	53-2135	相馬医院	野沢	62-0365
岡田医院	協和	53-2123	相馬北医院	野沢	62-1541
荻原医院	岩村田	67-2051	高橋医院	望月	53-2366
金澤病院	岩村田	67-2048	高柳クリニック	野沢	63-1201
川西赤十字病院	望月	53-3011	田嶋クリニック	臼田	81-5151
工藤医院	中込	62-0475	たばたクリニック	平賀	63-2821
くろさわ病院	中込	64-1711	たむらペインクリニック	臼田	82-3981
こすも内科クリニック	平賀	88-7211	つかばらクリニック	塚原	66-1711
小林内科クリニック	佐久平駅北	66-0500	つつみハートクリニック	臼田	82-0223
小松耳鼻咽喉科クリニック	岩村田	66-6300	角田医院分院	岩村田	68-0550
小山医院	野沢	62-2133	てらおかクリニック	甲	51-5222
こやまクリニック	蓬田	58-2233	都甲クリニック	三塚	64-1050
坂戸クリニック	中込	63-6323	野澤医院	平賀	62-0272
佐久総合病院	臼田	82-3131	はせがわ皮膚科クリニック	岩村田	78-3116
佐久平こころのクリニック	佐久平駅南	68-8556	フルタクリニック	中込	63-0202
佐久平整形外科クリニック	岩村田	66-7150	増田医院	岩村田	66-0303
佐久平透析クリニック	岩村田	65-7700	まつぎきクリニック	猿久保	66-6677
佐久平ファミリークリニック内科・消化器科	岩村田	88-7200	水嶋クリニック	原	63-5353
佐久中央医院	中込	63-1001	みついくクリニック	新子田	66-6806
佐久長土呂クリニック	長土呂	68-7899	柳澤クリニック分院	佐久平駅北	78-3355
佐久総合病院佐久医療センター	中込	62-8181			

佐久市外 予防接種市町村間相互乗入れ接種医療機関（長野県医師会を通じて契約している医療機関）
<http://www.nagano.med.or.jp>（長野県医師会ホームページの一覧表をご確認ください）

■お問い合わせ 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

景観重要建造物と景観重要樹木の候補を募集します

市は、風土性豊かな景観として田園景観や山並み景観などの「原風景」と、まちづくりによる都市景観の「新風景」との調和を図るため、平成21年に景観法に基づく景観行政団体となり、佐久市景観条例を制定すると共に佐久市景観計画を策定しています。

これに基づき、市では、良好な景観の育成に資するものとして、現在、「景観重要建造物」1件と「景観重要樹木」2件を指定していますが、本年も指定に向けた募集を行いたいと思います。

そこで、皆さんのお住まいの地域に、市民に親しまれ、**景観育成の観点**から保存すべき建造物・樹木がありましたら情報提供いただきたく、次の要領で指定の候補を募集します。応募していただいた建造物や樹木は、佐久市景観審議会へ指定に関する諮問を行い、審議します。自薦他薦を問わず、皆さんの応募をお待ちしています。

【対象】

市内にある景観上重要であると思われる建造物や樹木

※文化財保護法の規定により、国宝、重要文化財、特別史跡名勝天然記念物又は史跡名勝天然記念物として指定されたものは応募できません。

【要件等】

- (1)道路その他の公共の場所から容易に望見できること。
- (2)所有者の同意があるもの。(建造物や樹木の所有者と土地所有者が異なる場合は両者。また所有者が二人以上いるときは、その全員。)
- (3)次のような様子であること

建造物の場合は

- ①地域の自然、歴史、文化等の特性が外観に表れた特徴的な建造物
- ②地域のシンボルとして広く市民に親しまれている建造物
- ③地域の景観上、特に優れた特徴を誇る建造物

樹木の場合は

- ①地域のシンボルとして、広く市民に親しまれている樹木
- ②地域の自然、歴史、文化等の特性が表れた特徴的な樹容を有する樹木

【指定された場合の制限】

- ・建造物、樹木の良好な景観が損なわれないよう、所有者及び管理者は適切に管理しなければなりません。(景観法第25条、33条)

なお、管理費用に対する市からの助成はありません。

(1)建造物の場合

- ①市長の許可なく増築、改築、移転もしくは除却、外観の変更はできません。
- ②消火器の設置等、建造物の防災上の措置を講じることが必要になります。
- ③敷地、構造及び建築設備の状況を定期的に点検しなければなりません。

(2)樹木の場合

- ①市長の許可なく伐採又は移植をできません。
- ②剪定、病害虫の駆除等の保全上の措置を講じることが必要になります。



山田神社本殿(平成24年指定、常和)

【指定の解除】

- ・所有者のやむを得ない理由等がある場合は、市長へ指定の解除を申し出ることができます。(景観法第27条及び第35条)

【応募資格】

自薦、他薦を問わず、どなたでも応募できます。

【募集期間】

平成26年10月1日(水)～平成26年10月31日(金)

(郵送の場合は最終日の消印有効)

【応募方法】:

推薦書に必要事項をご記入の上、指定に係る同意書、全景写真を添付して、直接ご持参または郵送でご応募ください。

(FAX及びメールでは応募できません)

【応募に必要な書類】

1. 推薦書(様式1)
2. 指定に係る同意書(様式2-1、2-2)
3. 写真(できるだけ2方向以上を添付してください。
なお、その様子がよくわかる時期の写真であれば、応募時のものでなくても結構です)
(※推薦書および指定に係る同意書の様式は、建築住宅課(駒場仮事務所)にございます。)

【その他留意点】

- ・応募の際に提出していただいた個人情報につきましては、本事業以外の目的には使用いたしません。
- ・写真は、応募者ご本人が撮影したもので、合成・加工していないものに限りします。
- ・応募書類は返却いたしません。
- ・応募写真の著作権は佐久市に帰属となります。
- ・推薦された建造物や樹木は、佐久市景観審議会において指定を諮問します。なお、指定された場合は所有者の方へ通知すると共に、市民の皆さんへは広報佐久等でお知らせします。
- ・応募された物件がすべて指定されとは限りません。また、指定されなかった場合でも、応募書類は返却いたしません。
- ・応募書類に不備がある場合は受付できません。

■お問い合わせ・提出先

建築住宅課 ☎62-6637(直通)

〒385-0051 佐久市中込2913 建築住宅課(駒場仮事務所)

La Festa Mille Miglia 2014 (ラ・フェスタ・ミッレミリア)

世界の名車が一般公道を駆け抜ける、FIVA（国際クラシックカー連盟）公認の国際クラシックカーレース「ラ・フェスタ・ミッレミリア2014」が10月17日(金)～20日(月)の4日間、1都7県（約1200km）を舞台に開催されます。当市では、19日(日)朝に南パラダがスタンプポイントとなり、世界の名立たる名車およそ100台が市内を通過します。堺正章さん、近藤真彦さん、篠塚建次郎さんをはじめとする著名人の方も多数参戦予定のレースです。当日は、スタンプポイントや沿道から熱い声援をお願いします。

●スタンプポイント（南パラダ）通過予定時間

10月19日(日) 午前8時～午前9時頃

●参加著名人

堺正章さん、近藤真彦さん、篠塚建次郎さん、横山剣さん、清水國明さん ほか（予定）

●予定経路（詳細はお問い合わせください）

軽井沢町発→南パラダ（スタンプポイント）
→上平尾→瀬戸→臼田→佐久穂町方面

●信州佐久市観光フォトコンテスト 特別賞について

信州佐久市観光フォトコンテスト2014に「La Festa Mille Miglia賞」を設定してあります。この賞は、佐久市内で開催された「La Festa Mille Miglia 2014」を題材とした作品を対象としており、ご応募いただいた作品の中から入賞作品（若干数）を選出するものです。入賞者には賞状と副賞を贈呈いたしますので、奮ってご応募ください。

●お願い

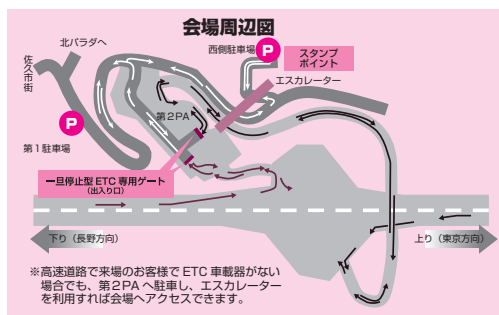
スタンプポイント（南パラダ）周辺は混雑が予想されるほか、車両が連続して通行するため大変危険ですので、必ず現地誘導員の指示に従ってご観覧ください。

また、駐車場は「南パラダ センターハウス西側駐車場」または「第1駐車場」をご利用ください。

●お問い合わせ

観光交流推進課 ☎62-3285（直通）

ラ・フェスタ・ミッレミリア オフィシャルホームページ
<http://www.lafestamm.com/2014/index.html>



認知症サポーター養成講座を開催します ～あなたも認知症サポーターになりませんか？～

認知症は、85歳以上の高齢者の4人に1人はその症状があると言われており、今後もますます増加すると予測されています。

市では、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるまちを目指し、認知症を正しく理解し認知症の方やその家族を応援する「認知症サポーター」の養成を行っています。今回は市民の皆さんを対象に、下記のとおり養成講座を開催します。

誰でも認知症になる可能性があります。ご自分や大切なご家族が認知症になったら、あなたならどうしますか。この機会に、認知症についての理解を皆で深めましょう。

～認知症サポーターってどんな人？～

何か特別なことをする人ではありません。

認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守る応援者です。

一人一人が、日常生活のさまざまな場面で、認知症の方の尊厳を大切に温かく対応をすることが、認知症の方の杖となり、認知症の方やその家族の方の支えとなります。

この認知症サポーター養成講座では、認知症の方やその家族の気持ちを踏まえながら、認知症を正しく理解し、サポーターとしてできることを皆で探っていきます。

日程・場所 （2回とも同一内容で実施します。ご都合のよい方へご参加ください）

開催日	時 間	場 所
10月30日(木)	午後1時30分～3時（受付 午後1時～）	浅間会館 2階大会議室
11月17日(月)	午後1時30分～3時（受付 午後1時～）	望月支所 3階大会議室

●対象者 市民 ●受講料 無料 ●講師 認知症地域支援推進員（キャラバン・メイト）

●内 容 認知症とはどういうものか、認知症の症状とその理解、認知症の人と接するときの心がまえ、認知症高齢者を介護されているご家族の気持ち など

※受講者の皆さんの理解が深まるよう、実際の生活場面での対応等について

「つかのま劇団」（高齢者福祉課職員）による寸劇も行います。

■申込み 受講希望者は開催日2日前までに下記までお申し込みください。

■お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3157（直通） 臼田支所 ☎82-3124（直通）
浅科支所 ☎58-2078（直通） 望月支所 ☎53-3111（内線147）



犬の飼い主の 皆さん

愛犬の狂犬病予防注射はお済みですか？

生後91日以上の子犬の飼い主は、狂犬病予防法に基づき、その飼育犬に狂犬病の予防注射を毎年1回、4月1日から6月30日までの3か月の間に受けさせることが義務付けられています。

しかし、今年度の予防注射が済んでいない飼い主の方がいます。

つきましては、右記日程により狂犬病予防注射を実施しますので、必ず受けてください。予防注射を受けさせなかった飼い主は、狂犬病予防法第27条第2号により、20万円以下の罰金に処せられる場合があります。

なお、飼育犬の新規登録の受付もあわせて行います。

今年度の予防注射が未済の方には、ハガキで通知をしますので必ずご持参ください。

料 金

登録済みの犬……3,310円（注射料金）

新規登録の犬……6,310円（注射料金＋登録料金）

◎料金はおつりのないようご協力をお願いします。

◎都合の良い場所で受けてください（どの場所でも受けることができます。）。

◎犬の死亡、所有者・所在地変更等があった場合は、必ず市役所または各支所に届け出てください。

地区	期日	実施場所	実施時間
浅間・野沢・中込・東	10月18日(土)	東会館	9:00～ 9:20
		浅間会館	9:35～ 9:55
		野沢会館北側駐車場	10:15～10:35
		中込会館	10:50～11:10
浅間・野沢・中込・東	10月19日(日)	安原公民館	9:00～ 9:20
		長土呂公会場	9:35～ 9:55
		佐久浅間農協野沢支所前（三塚）	10:15～10:35
		佐久市役所保健センター	10:50～11:10
臼田	10月19日(日)	あいとぴあ臼田	9:00～ 9:30
		青沼会館	9:40～10:00
		切原会館	10:10～10:30
		佐久市役所臼田支所	10:40～11:00
浅科	10月19日(日)	佐久市浅科福祉センター	9:00～ 9:10
		浅科道の駅 ふるさとの味創造館	9:20～ 9:30
		佐久市公民館浅科地区館	9:40～ 9:50
		佐久市役所浅科支所	10:00～10:10
望月	10月18日(土)	布施コミュニティセンター	9:00～ 9:10
		御鹿の郷ふれあいセンター	9:20～ 9:30
		桜ヶ丘ふれあいセンター	9:40～ 9:50
		駒の里ふれあいセンター	10:00～10:20

■お問い合わせ 環境政策課 ☎62-2917（直通）または各支所生活環境係

「公証週間」について

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までの1週間を「公証週間」と定めて、皆さんに公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度の御利用を呼びかけております。

公証制度は、私たちの日常生活において紛争が生じないように未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。

この公証事務を担当する公証人は、判事、検事、法務事務官などを長く務めた法律実務の経験豊かな者の中から法務大臣が任命した法律の専門家です。

公証役場所在一覧表

名 称	所 在 地	電話番号
長野公証役場 公証人 須田信行・川村明夫	〒380-0872 長野市大字南長野妻科437-7 長野法律ビル2F	026-234-8585
上田公証役場 公証人 牧野泰之	〒386-0023 上田市中央西1-15-32 富国生命上田ビル3F	0268-22-5477
松本公証役場 公証人 仲田邦克・狛 信雄	〒390-0874 松本市大手2-5-1 モモセビル3F	0263-35-6309（電話） 0263-35-7309（FAX）
諏訪公証役場 公証人 柿村 清	〒392-0026 諏訪市大手2-17-16 信濃ビル3F	0266-53-4641
飯田公証役場 公証人 岡村幸治	〒395-0033 飯田市常盤町30番地 飯伊森林組合ビル2F	0265-23-6502
伊那公証役場 公証人 五味高介	〒396-0015 伊那市中央4907-4 久保田ビル2F	0265-73-8622
佐久公証役場 公証人 村山和雄	〒385-0027 佐久市佐久平駅北26番地7 藤ビル2階	0267-54-8305

次のような約束事には公正証書の作成をお勧めします。

- 遺言
- お金の貸し借り
- 不動産の売買や貸し借り
- 離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払
- 任意後見契約（公正証書による必要があります。）

大切な契約や取引において公正証書は皆さんの権利を正しく確実に守ってくれます。

県内の公証役場は、下の表のとおりです。

■お問い合わせ 市民課 ☎62-3087（直通）

（平成26年5月1日現在）

事業系ごみの減量・再資源化にご協力ください！

市では現在、一般廃棄物処理基本計画の第2期計画に基づいて「ごみ」の減量化を進めていますが、平成22年度から25年度まで、いずれの年度も目標を超える事業系ごみが排出されています。

ごみ処理には費用が必要であり、ごみ処理施設で処理できるごみの量にも限りがあるため、費用や処理施設を有効に使用するためにも、ごみを減らし資源として活用しましょう。

事業所の皆様は、事業活動に伴って生じたごみの減量に努めなければなりません。

事業系ごみについては、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律（第3条）」に次のように定められています。

- ①事業者は、その事業活動に伴って生じた廃棄物を自らの責任において適正に処理しなければならない。
- ②事業者は、その事業活動に伴って生じた廃棄物の再生利用等を行うことによりその減量に努めなければならない。
- ③事業者は、廃棄物の減量その他適正な処理の確保等に関し国及び地方公共団体の施策に協力しなければならない。

紙ごみの減量・再資源化

コピー用紙やダンボールなど、**再資源化可能な古紙類は市の焼却施設へ搬入できません**ので、リサイクル業者と相談し資源として活用させましょう。

市内の企業・事業所にお勤めの方は、職場内でも家庭ごみの分別と同様、雑がみの分別について意識的に取り組むことができているかどうか、今一度ご確認をお願いします。

生ごみの減量・再資源化

生ごみの80%は水分です。水切りをすることで大幅にごみを減量することができます。

事業所から出た生ごみも資源として活用できます。生ごみ処理機の導入や、リサイクル業者への引渡しを行い、ごみを減らし再資源化に努めましょう。

搬入物の展開検査 ごみ処理施設に搬入された事業系ごみの中身を検査しています。

分別が不十分であったり、産業廃棄物などの搬入対象外のごみが発見された場合、排出事業者への指導を行います。検査は不定期で行い、検査の際には待機時間も必要となりますが、廃棄物の適正処理のため、ご理解とご協力をお願いします。



「佐久市一般廃棄物（ごみ）処理基本計画」の策定を諮問

7月30日、佐久市環境審議会が開催され、柳田市長から白井審議会長へ「佐久市一般廃棄物（ごみ）処理基本計画」の策定が諮問されました。今後、審議会では今年度内の答申に向け、審議を進めていきます。

シーの運行経路と時刻を改正します

市内バス・デマンドタクシーについて、10月1日から次のとおり改正します。

運行種別	路線名	運行内容の変更点
千曲バス(株)の 自主運行路線	佐久上田線 中仙道線 合同庁舎線	・佐久上田線は、土日・祝日の運行を全面休止します。 ・佐久上田線と中仙道線で一部時刻を変更します。 ・合同庁舎線に変更はありません
都市間連絡バス (小諸すみれ号)	三岡線	・変更はありません
都市間連絡バス (廃止代替バス)	佐久御代田線 久保通線	・変更はありません
市内完結バス (廃止代替バス)	山手線 香坂線 志賀線 内山線 大沢線 布施線 春日線	・次の路線で減便、変更があります。 - 山手線…12:37発(八幡・望月方)を月～金運行に変更します。 - 香坂線…13:55発(浅間総合病院方面)の運行を休止します。 - 志賀線…14:00発(浅間総合病院方面)の運行を休止します。 - 布施線…14:00発(望月バスターミナル方面)の運行を休止します。 - 春日線…8:30発(望月バスターミナル方面)を月～金運行に変更します。 12:57発(岩下→望月バスターミナル方面)の運行を休止します。 9:31発(湯沢→望月バスターミナル方面)の運行を休止します。 ・その他の路線では変更はありません
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	・次の路線で減便、路線再編に伴う運行経路及び時刻の変更があります。 - 浅科線…12:30発(内回り)の運行を休止します。 - 中央線…17:05発(外回り)の運行を休止します。 - 路線再編により運行経路及び時刻を変更します。 - 岸野線…路線再編により運行経路及び時刻を変更します。 - 平根線…路線再編により運行経路及び時刻を変更します。 - 平賀線…路線再編により運行経路及び時刻を変更します。 ・中佐都線に変更はありません。 ・「横和」および「貞祥寺入口」バス停を移設します。
臼田地域 デマンドタクシー	湯原新田線 十二新田線 田口線 岩水線	・全路線で、「ドイツー臼田店」、「臼田警部交番」の停留所が新設されます。 ・全路線で土曜日の運行を開始します。
望月地域 デマンドタクシー	御牧原線 観音寺線 長者原線 合の沢線 豊石線	・全路線で「東信運転免許センター」、「J A望月支所」、「望月郵便局」の停留所が新設されます。 ・全路線で土曜日の運行を開始します。 ・御牧原線で、布施御牧原集落内に運行経路を新たに設定し、「御牧原上」停留所を移設します。

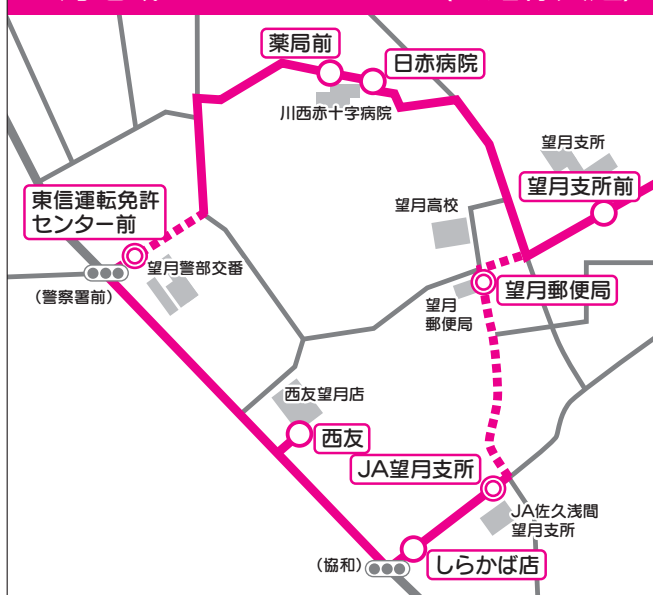
※全路線ともに運賃の変更はありません。

※「佐久平駅南」を「市民交流ひろば前」に名称変更します。

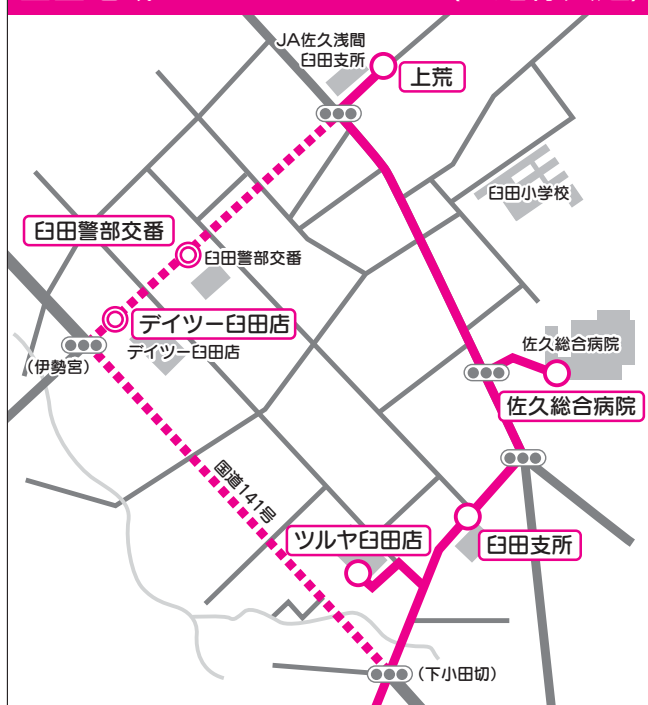
10月1日から市内バス・デマンドタク

市内バス・デマンドタクシーについて、10月1日から次のとおり改正します。

望月地域デマンドタクシー（全路線共通）



臼田地域デマンドタクシー（全路線共通）



望月地域デマンドタクシー（御牧原線）



新たに設定する運行経路・停留所

■デマンドタクシーについて

デマンドタクシーは、現在、臼田地区と望月地区で実施している輸送事業です。バスの代わりにタクシー車両を使用し、事前の利用予約に応じて乗合で送迎します。乗車1回につき200円の低額運賃ですが、決められた曜日運行、路線上での乗降など、一般のタクシーとは異なります。

※なお、デマンドタクシーの運行事業者も10月1日より変わります。広報誌9月号にてご案内してありますのでご確認ください。

詳しい路線や時刻については、本広報にあわせて配布されます「佐久市バス・デマンドタクシー時刻表」をご覧ください。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094（直通）

佐久市耕作放棄地発生予防事業の活用について

現在佐久市には、耕作者や立地条件、農地の形状等の問題によって耕作をされていない農地（耕作放棄地）が多くあります。

耕作放棄され続けた農地は、再生に多くの時間や費用が掛かることなどからそのまま放置され、山林や草薮などになっています。

これらの農地が再生できなくなってしまう前に、簡易的な作業で耕作可能な状態に回復するため、市では「耕作放棄地発生予防事業」を設けました。

お近くにある遊休農地などが耕作放棄地になってしまう前に、ぜひこの事業をご活用ください。

実施要件

- ①農地の貸借や作業受委託契約等により『所有者』に代わり、再生作業を行い、耕作が可能な状態にできる者や団体であること（営農再開の場合は農業経営者に限る）。
- ②農地であること。
※農地とは、登記された地目が「田・畑・樹園地」のこと。
- ③現地の状態が初期の耕作放置になっていること（水田の自己保全管理は除く）。
- ④再生作業に一定以上の労力と費用を要すること。

支援内容

基本額＋各種プランに応じた支援額（各支援ともに支援は一回を限度とする）
農地再生作業（障害物除去等及び土づくり等）………10aにつき35,000円（取組初年度に限る）

＋

ア 営農再開プラン（再生した農地での農産物の生産活動）………10aにつき25,000円

イ ふれあい農園開設プラン（再生した農地での市民農園や体験農園の開設）
………事業費の1/2以内の額で10aにつき25,000円を上限とする。

ウ 農地景観プラン（再生した農地で景観作物を栽培管理する活動）
………事業費の1/2以内の額で10aにつき5,000円を上限とする。



耕作放棄の状態



草刈り等の再生作業



営農活動の再開

■お問い合わせ 農政課 ☎62-3203（直通）

第10回 佐久市戦没者追悼式のご案内

市では、市民一人ひとりが佐久市出身の戦没者を追悼し、併せて平和への願いを新たにするため、市主催による戦没者追悼式を開催します。

この式典は宗教的儀式を伴わないもので、どなたでもご参列いただけます。

日時●平成26年10月7日(火) 午後1時

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

※献花がありますので、貴家の庭等に咲いている花を数本ご持参くださいますようお願いいたします。

※平服でご参列ください。

■お問い合わせ 福祉課 ☎62-3147（直通）



十二町区が宝くじの助成金により「太鼓や鼓」を整備しました

野沢地区で毎年7月に開催している祇園祭は、300年の歴史と伝統があり、お囃子屋台は、笛・太鼓・三味線の音色と共に、祭り提灯も賑やかに町内を巡行します。

十二町区の太鼓や鼓は、長年使用され続けており、老朽化が著しいことから、このほど、宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用して整備しました。

今年の祇園祭では、この太鼓や鼓が大活躍でした。

野沢地区の祇園祭は、世代を超えた交流の場として地域コミュニティの活性化に寄与しております。この度の整備により、地域の活力となっている祭りが次世代に継承されるとともに、祭りを通したコミュニティの更なる進展に大きな期待が寄せられます。



■お問い合わせ 庶務課 ☎62-3002 (直通)

佐久都市計画 南佐久公共下水道 都市計画変更(案)の縦覧について

平成6年に都市計画決定された佐久都市計画 南佐久公共下水道について、佐久市の排水区域の一部を変更する都市計画変更(案)を作成しましたので、以下のとおり縦覧します。この変更案についてご意見のある方は、長野県知事あてに意見書を提出することができます。

■縦覧期間 10月7日(火)から10月20日(月)まで *土日、祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで

■縦覧場所 佐久市建設部都市計画課
〒385-0051 佐久市中込2913
長野県環境部生活排水課(県庁本館6階)
〒380-8570 長野市南長野幅下692-2 長野県庁6階
長野県佐久建設事務所整備課
〒384-0301 佐久市白田2015

■意見書の提出 意見書は縦覧期間中に、上記縦覧場所あてに郵送または直接持参してください。
*縦覧期間を変更する場合は、長野県および市のホームページなどでお知らせします。
*詳しくは、下記にお問い合わせください。

■お問い合わせ 佐久市 建設部 都市計画課 ☎62-3404
長野県 環境部 生活排水課 ☎026-235-7299
長野県 佐久建設事務所 整備課 ☎82-8272

祝 新佐久市誕生10周年 チャイルドライン佐久設立記念講演会のご案内

平成25年より準備を進めてまいりましたチャイルドライン佐久がいよいよ開始となります。これを記念して講演会を開催します。大勢の皆さんのご聴講をお待ちしております。

●日時 平成26年10月19日(日) 午後1時30分～ ●場所 交流文化館浅科(穂の香ホール) ●入場無料
●講師 栗田病院臨床心理士 佐々木尚子さん

日常生活の中での、保護者や教育者と子どもの関わりなどについてお話しいたします。
※駐車場に限りがありますので、できるかぎり乗り合いでお越しください。

チャイルドラインとは…

チャイルドラインは、18歳までの子どもがかけるとののための専用電話です。子どもたちのどんな話にも耳を傾けます。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、誰かに聞いてもらいたい気持ちなど、それらをすべて受け止めるのがチャイルドラインです。

チャイルドラインで子どもからの電話を受ける方を「受け手」と呼びます。子どもたちの喜び・悲しみ・悩

み・怒りなどを受け止める…そんな「受け手」のボランティアにチャレンジしてくださる方には受け手養成講座を受講していただきます。

「受け手」や運営を支えるスタッフも随時募集しています。

興味のある方は下記までお問い合わせください。

■お問い合わせ 子育て支援課 ☎62-3149

日時 ■ 11月1日(土) 午前9時15分～午後3時 〈雨天決行〉

会場 ■ 佐久駒場公園・長野県佐久創造館

※当日の駐車場は、佐久市総合体育館北側の駐車場・駒場公園の駐車場・市役所職員駐車場（佐久商工会議所東側）をご利用ください。

各農業者団体の活動や、農業の現状を広く理解していただくため、地元の安全・安心な農林水産物をPRし、地産地消を推進することで地域の活性化を図ることを目的に開催します。ぜひお出かけください。

内容

屋 台 村

鯉料理などのサービス、
米粉コーナー（ごはんパン、米粉うどん
ほか）など

農産物即売会

各種野菜、りんご、ハチミツ、しいたけ、
漬物、味噌、ヨーグルト、豆腐等の加工品など

イ ベ ント

農業関係団体による展示や農作物の販売など

※天候等により内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。



■お問い合わせ 農政課 ☎62-3203(直通)

同時開催

『友好都市物産と観光展』

友好都市等として交流している各市町村の観光紹介と物産展を開催します。佐久ではなかなか味わうことのできない、珍しい海の幸・山の幸など、各種特産品を販売しますので、この機会にぜひ本場の味をご賞味ください。

・秋田県由利本荘市	きりたんぼ、ジャージープリン	など	・北海道大樹町	鮭トバ、ナチュラルチーズ	など
・静岡県静岡市	みかん、お茶、干物	など	・愛知県岡崎市	次郎柿、びどうジャム	など
・東京都神津島村	赤いか塩辛、くさや干物	など	・埼玉県朝霞市	和洋菓子、七福鳴子	など
・神奈川県相模原市	酒まんじゅう、ゆずポンズ	など	・神奈川県茅ヶ崎市	釜揚げシラス、しらすせんべい	など
・岩手県大船渡市	かめめの玉子、さんまラーメン	など			
・鹿児島県肝付町	さつまあげ、アジ干物	など			
・秋田県能代市	薫づと納豆、片栗うどん	など			



※販売内容等が変更になる場合がありますのでご了承ください。

■お問い合わせ 商工振興課 ☎62-3265(直通)

『三陸大船渡ホタテ&さんま祭り in 佐久』

大船渡の「恋し浜ホタテ」とさんまの炭火焼をご賞味いただくことで支援の輪を広げます。

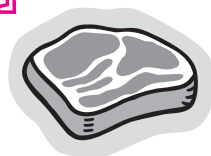
■お問い合わせ 観光交流推進課 ☎62-3283(直通)



『佐久広域食肉流通センター祭「大お肉祭り」』

地元産の牛肉を使ったローストビーフとガーリックライスの試食、牛肉の販売を予定しております。試食品、販売品につきましては、品切れ次第終了となります。ご了承ください。

■お問い合わせ 一般社団法人佐久広域食肉公社 ☎68-1007



2014 ROUTE 日本海—太平洋シンポジウム

君は太平洋を見たか 僕は日本海を見たい

このシンポジウムは、中部横断自動車道の早期全線開通および、上信越自動車道の全線4車線化を目指し、静岡、山梨、長野、新潟の4県が持ち回りで開催するイベントです。

今年は、佐久市において開催します。大勢のご来場をお待ちしています。

■日 時 10月24日(金) 午後1時30分～午後4時30分

■会 場 佐久勤労者福祉センター (ホール)

■講 演 演題「地域の特色を活かした観光資源を開発するには (仮題)」

講 師 JTIC. SWISS (ツェルマット日本語インフォメーションセンター) 代表 山田桂一郎氏

■鼎 談 山田桂一郎氏、国土交通省職員、柳田佐久広域連合長を予定

話 題 「佐久地域の観光を考える (仮題)」



2014 ROUTE 日本海—太平洋シンポジウム特別企画

新佐久市誕生10周年記念 クラフト & 特産品マルシェ

市民交流ひろばにおいて、中部横断自動車道の整備促進をPRするとともに、新佐久市誕生10周年を祝います。そのため、県内外からクラフト作家を招いて手づくり作品を楽しんだり、美味しい特産品を味わうなど賑やかなイベントとします。お出かけください。

■日 時 10月25日(土) 午前9時～午後3時30分

■会 場 市民交流ひろば (佐久勤労者福祉センター南)

■店 舗 県内外のクラフト作家作品の展示販売や特産品販売を行います (上越市・北杜市・南アルプス市・静岡市の特産品販売も予定)

*ステージイベントやクラフト作品の抽選会もあります



やまいも工房・宮川裕治さんの木工作品

■お問い合わせ 高速交通課 ☎62-3439

祝 新佐久市 誕生10周年 第37回 平尾山もみじ祭り

秋色深まる佐久平を見渡す平尾山公園で、家族で一日のんびりと過ごしませんか？
親子で楽しめるイベントをたくさん用意し、皆さんのお越しをお待ちしています。

●日 時 10月26日(日) 午前10時～午後3時まで

●会 場 平尾山公園
佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」(南パラダ)

主な催し物

【特設ステージ】歌謡ショー、太鼓演奏 (佐久鯉太鼓、夢太鼓)、
平根保育園児のおゆうぎ、平根小学校金管クラブ演奏、
地元バンド演奏、平尾山音頭流し踊り ほか

【そ の 他】平尾山頂強歩大会、金魚すくい、マス釣り大会、
フリーマーケット、ヨーヨー風船プレゼント、
折紙・木工教室、お楽しみ抽選会 (『味の券』購入者) ほか
※都合により時間・内容等が変更になる場合があります。

特設コーナー

バーベキューコーナー、
きのこ汁無料サービス (先着 100 名)
地元特産品即売会 (りんご等) ほか



テレビでおなじみ
吉本興業 長野県住みます芸人
こてつ登場!

『バーベキュー味の券』発売中!
～お楽しみ抽選券付き～

前売券1,200円 [当日券1,400円]
当日会場で、焼肉・うどん・しいたけ・
飲み物に交換し、特設コーナーでバー
ベキューをお楽しみいただけます。

※前売券のお求めは、地元区長会 (横根・
上平尾・下平尾・紅雲台)、J A 佐久浅間
平根支所、パラダ、佐久市観光協会へ

※飲酒運転は絶対にしないでください。

■お問い合わせ 佐久市観光協会 ☎62-3285 【主催：平尾山もみじ祭り実行委員会】

祝 新佐久市誕生10周年

千曲川 冬季ニジマス釣り場案内

期 間●平成26年10月11日(土)～平成27年2月15日(日)
釣り時間●午前8時～午後5時 ※時間外の釣り禁止



遊
漁
料
金

年 釣 券 6,500 円
日 釣 券 1,300 円
現場日釣券 2,000 円
(小学生以下は無料です)

10月11日(土) オープニングイベント開催!

【会場:魚とよ前広場】

- 1 にじます釣り大会 (午前8時～正午)
●参加料金 1,000 円 《上位入賞者豪華景品多数》
●参加者全員で対抽選会 ※計量 12 時 30 分
- 2 小学生以下の児童を対象にした子供釣り教室 (無料)
- 3 ニジマスレシビ配布

釣り区間

佐久大橋～東電今井堰堤

ブラックバス・ブルーギル等の密放流禁止。
これらの魚類の密放流は犯罪です!

千曲川サーモンカップ開催!

開催日●11月1日(土) 参加料金●1,000 円

■お問い合わせ 観光交流推進課 ☎62-3285 / 佐久漁業協同組合 ☎62-0764

祝 新佐久市誕生10周年

道の駅まつり&商工祭

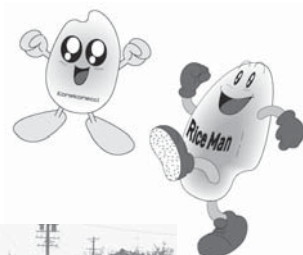
日 時●11月2日(日) 午前9時～午後3時
会 場●道の駅ほっとぱーく・浅科

内
容

ビンゴ大会/屋台
お楽しみ抽選会/豚汁サービス
浅科スタンプ会大抽選会 他

※天候等により、時間、内容等が変更になる場合がございますのでご承知ください。

■お問い合わせ 道の駅ほっとぱーく・浅科 ☎58-0581
浅科商工会 ☎58-0220



祝 新佐久市誕生10周年

恒例! 年に一度の佐久平駅のお祭り

エキナカ縁日2014

開催日時

10月5日(日)

午前10時～午後3時

★アルクマ駅長とじゃんけん大会&撮影会

めったにお目にかられない、アルクマが駅長姿で佐久平駅に登場!

★当日はイベント多数開催 「新幹線ロールケーキ」復活 50本限定販売!

手織り機体験、駅弁大会、ポップコーン無料配布、
鉄道模型走行、地酒試飲会、など

主催 プラザ佐久、東日本旅客鉄道株式会社長野支社佐久平駅
■お問い合わせ プラザ佐久 ☎0267-68-7433

アルクマ駅長、
佐久平駅に登場!!



大好評!! 駅弁大会は
11時より販売(予定)!



祝 新佐久市誕生10周年

第9回佐久ふれあい広場

佐久ふれあい広場実行委員会では、障がいの有無・老若男女を問わず、多くの人と出会い・ふれあい・語り合いを目的に「第9回佐久ふれあい広場」を開催します。大勢の皆様のご来場をお待ちしています。

- 日時 10月19日(日) 午前10時～午後2時
- 会場 野沢会館
- 内容 ステージ発表の他、絵手紙作り、点字の体験コーナー、模擬店(豚汁、おでん等)、福祉施設の製品販売等

■お問い合わせ 佐久市社会福祉協議会 ☎64-2426

祝 新佐久市誕生10周年

中山道塩名田宿宿場祭り

昔の宿場の風情が今なお残る塩名田宿で地元住民による手作りの祭りが行われます。

- 日時 10月12日(日)
午前10時～午後3時30分(少雨決行)
- 場所 塩名田お滝通り(旧中山道)
- 内容 神輿、太鼓、民謡流しなどの他、豚汁、お酒の振舞もあります。

■お問い合わせ 浅科支所経済建設係
☎58-2081(直通)

佐久情報センターからのお知らせ

祝 新佐久市誕生10周年

『2014 ICTフェスタ in 佐久』

インターネット社会の現状と危険性！

～親が子供に伝えるべき、ネット社会の光と闇～

「2014 ICTフェスタ in 佐久」は、将来において、ICTを活用してゆく子どもたちの情報技術に主眼を置き、それを取り巻く家庭・学校・地域を含めた方々に、情報化のメリット／デメリットを広く啓蒙することを目的として開催いたします。

地域の皆さまがICTについて、より強い関心を持って頂く場といたします。

開催日時 平成26年10月18日(土) 午前9時～午後5時 **入場無料**

準備のため17日(金) 正午～午後6時まで休館となります

開催内容

◆『ICT講演会』

講演1 テーマ「特殊詐欺の防止方法！高齢者が被害にあわない為に、子供世代が出来ること！」

講師 羽毛田孝一氏（長野県警本部 生活安全企画課）

会場 大会議室 時間 午前10時～午前11時30分 定員 80名（先着順）

講演2 テーマ「親が知らない！子どもたちが陥るネット社会の危険性とは？」

講師 加賀谷伸一郎氏（独立行政法人 情報処理推進機構（IPA））

会場 パソコン研修室（実際にパソコンを使って、サイトアクセスの危険性を体験します）

時間 午後2時～午後3時30分 定員 70名（先着順）

※各講演の事前申し込みは、ホームページまたは電話（64-5556）で受け付けます。

詳細は、[佐久情報センターホームページ](#)をご覧ください。

◆『デジタルアートコンテスト2014』優秀作品表彰式&全作品展示

小学生、中学生の皆さんの作品大募集！[作品応募の詳細は、ホームページをご覧ください。](#)

表彰式 午後1時～午後1時30分 情報スクエアにて 佐久市長に表彰状／副賞を授与頂きます。

対象 小学生クラス／中学生クラス 部門 ペイント部門／フリー部門

賞品 各クラス・部門ごとに、最優秀賞 1作品（副賞：音楽プレイヤー）合計4名

優秀賞 2作品（副賞：図書カード）合計8名

佳作 1作品（副賞：図書カード）合計4名

◆ライトレースロボット／ミニ大会

開催 NPO法人メカトロニクス&ロボット・クラフトワークス

手作りロボットが、ラインコースを駆け抜けます！さあ！最速ロボットは？？

時間 午前11時45分～午後0時45分 会場 情報スクエア

◆ICTフェスタ限定パソコン講座

「Googleマップとストリートビューで世界遺産めぐり」時間 午前9時～午前10時 会場 パソコン研修室

「デジタル写真の取り込みと、加工の方法」時間 午前10時30分～午前11時30分 会場 パソコン研修室

主催：ICTフェスタ実行委員会

佐久市、佐久商工会議所、佐久ケーブルテレビ株式会社、株式会社エフエムさくいだいら

佐久情報センター指定管理者 株式会社パスカル



■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>

マイマイガ 駆除のお願い

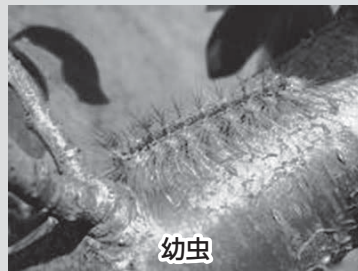
長野県病害虫防除所等によると、今年度は、マイマイガが大量発生しています。



成虫 雌



成虫 雄



幼虫

マイマイガの幼虫は、りんご、なし、もも、ブルーベリーなどの果樹や野菜、花きなどの農作物の葉を食害します。

また、大量発生すると、2、3年は大量発生が続くとされており、来年以降の大量発生を防ぐための対策が必要になります。

盛んな活動をする8月中旬後、卵を木々や壁に産み付け、冬を越します。

この卵を半分に切ったペットボトルやへらで塊ごとかきとることで、来年以降の発生が抑制できます。

マイマイガ発生を抑制するため、卵の駆除等にご協力をお願いします。



卵

(写真 長野県病害虫防除所提供)

駆除時の 注意点

- ・とった卵塊は燃えるごみとして出す。または、土に埋めてください。
- ・駆除するときには成虫の体毛が皮膚や目についたり、吸い込んだりしないよう手袋やゴーグル、マスクをつけてください。

■お問い合わせ 農政課 ☎62-3203 (直通)



佐久ケーブルテレビ

SAKU CABLE TELEVISION

10月の主な放送予定 地上12ch

10月 5日(日)	19:00	佐久長聖中学・高校吹奏楽部「定期演奏会」
10月 7日(火)~10日(金)	19:00	第131回秋季北信越地区高校野球長野県大会 録画(準決勝以降4試合)
10月11日(土)	13:30	生中継 第2回佐久平マーチングバンド発表会
10月12日(日)	19:00	コール・ノザワ「第11回七夕コンサート」
10月13日(月)	19:00	やなぎだ「第1回真夏のカラオケ大会」
10月14日(火)	19:00	平根小学校 運動会 前編 / 15日(水) 19:00 後編
10月16日(木)	19:00	野沢小学校 運動会 前編 / 17日(金) 19:00 後編
10月19日(日)	19:00	佐久レーレルコール「第36回定期演奏会」
10月20日(月)	19:00	中込小学校 運動会 前編 / 21日(火) 19:00 後編
10月22日(水)	19:00	浅科小学校 運動会 前編 / 23日(木) 19:00 後編
10月26日(日)	19:00	第10回名曲米記念コンサート
10月27日(月)	19:00	望月小学校 運動会 前編 / 28日(火) 19:00 後編 ※夢科ケーブルビジョン制作
10月29日(水)	19:00	田口小学校 運動会 前編 / 30日(木) 19:00 後編

※運動会の「前編」はお昼休みまで収録されています。「後編」はそれ以降を収録しています。
※放送内容・時間等は変更になる場合があります。

■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。

佐久市子ども未来館

10月のイベント情報

◆ プラネタリウム

★ 秋季番組 ★

	10:00～	11:30～	14:00～	15:30～
平日	団体	ドラえもん (団体予約がない場合)	団体	新番組 ノーマン・ザ・スノーマン
土・日・祝	団体	ドラえもん	ドラえもん	新番組 ノーマン・ザ・スノーマン

期間●12月7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。

[秋の新番組]

★ノーマン・ザ・スノーマン ～北の国のオーロラ～

ある冬の夜、「少年」は雪ダルマの「ノーマン」と旅に出て、オーロラなどを見にゆく。全編にわたって1コマずつ丁寧に撮影された人形アニメーションで描く、珠玉のファンタジー作品です。



©TAIYO KIKAKU co.,ltd. / EXPJ, Ltd

[大好評! まだまだ投映!]

★ドラえもん

宇宙ふしぎ大探検2

私たちの住む地球や太陽系はいつ、どうやって誕生したのでしょうか? 彗星や隕石はどこからやってくるのでしょうか? ドラえもんといっしょに太陽系のひみつを解き明かそう!



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

(両番組とも秋の星座解説と合わせて約45分)

◆ 秋の天体観望会

今年注目の天文現象!

「皆既月食」をみんなで観測しましょう!

日時●10月8日(水) 午後7時～午後8時30分

会場●子ども未来館立体駐車場

料金●無料

申込不要(自由参加)

※天候等の理由により、観測が困難な場合は中止とさせていただきます。

※入場は午後8時20分までとさせていただきます。

◆ 巡回展「月のふしぎ」

月周回衛星「かぐや」がとらえた美しい映像を中心に、神秘的な月の姿や詳細な調査によって明らかにされた最新の月の姿などを紹介します。

期間●10月4日(土)～11月30日(日)



◆ 10月の実験教室

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。

※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。



4日(土)・5日(日)	月齢早見盤をつくってみよう
11日(土)・12日(日)	顕微鏡でいろいろなものをみちやおう～きのこの菌糸～
18日(土)・19日(日)	星座早見盤をつくろう～季節の星座～
25日(土)・26日(日)	地球と月の立体ゴマをつくろう

◆ 大人のための科学教室

10月は〈鼻顔稲荷神社周辺の軽石流の鉱物観察と鉱物ペンダントをつくろう〉に挑戦!

開催日●1日、8日、15日、22日、29日(水)

時間●午前10時30分から11時30分

会場●科学体験工房

※参加費無料(入館料は必要となります)

事前にお電話、受付にてお申込み下さい。

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

- オールマイティパス対象施設
- 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

Information インフォメーション 10月

お知らせ

●自殺予防ゲートキーパー養成研修会「守ろう大切ないのち」
「誰もが自殺予防のゲートキーパーになろう!」
問合せ 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

「ゲートキーパー」とは自殺を予防する、命の門（ゲート）の守り人（キーパー）のことです。

家族や地域、職場、保健、医療、教育等の場面で、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、こうした状況にある方が発するサインに身近で気づき、見守りや、必要に応じて専門相談機関へつなぐなど適切な対応を図る役割が期待される人材です。

つまり、日常の色々な場面で、身近の方の困っている様子やいつもと違う様子に「気づき」、

声をかけて「話を聴き（傾聴）」

必要な情報を提供したり専門の相談機関に「つなぎ」、そしてその関わりがネットワークとなり、必要な支援が途切れないよう連携しながら、その後も「見守る」事がゲートキーパーの役割になります。

今回、大切ないのちを守るために、大勢の方に心の健康への理解を深め、日常生活でゲートキーパーの役割を意識していただくことで、「生きやすい社会」に繋がり、自殺を未然に防げるよう、下記のとおりゲートキーパー養成研修会を開催します。（この研修会は、佐久地域定住自立圏形成協定に基づき実施します。）

○初級編

▽対象 ゲートキーパーに関心のある方ならどなたでも（10月22日までにお申し込みください）

▽日時 10月29日(水)午後1時30分～3時30分

▽会場 交流文化館浅科穂の香ホール

▽内容

・研修Ⅰ「自殺の実態とゲートキーパーについて」

▽講師 市役所健康づくり推進課 健康増進係長 吉江紀子
・研修Ⅱ「心の健康の理解」うつ病・アルコール問題を中心に「」

▽講師 独立行政法人 国立病院機構 小諸高原病院 診療部長 村杉謙次氏

○中級編

▽対象 初級編に参加した方（11月7日までにお申し込みください。初級編と同時に申し込み可能です）

▽定員 80名（定員になり次第締め切り）

▽日時 11月17日(月)午後1時30分～3時30分

▽会場 佐久勤労者福祉センター12階 第5会議室

▽内容 研修「身近な方の変化に気付いた時」「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守り」の実際「」

▽講師

臨床心理士 丸山歌織氏

●「いのちの相談口」10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 10月16日(木)

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、「こころ」や「からだ」に関することでお悩みの佐久市民

▽相談対応者 精神保健福祉士・保健師

●骨髄バンク登録のご案内

申込・問合せ 佐久保健福祉事務所（保健所）健康づくり支援課
☎63-3163

10月1日から10月31日までは「骨髄バンク推進月間」です。

骨髄バンクは、白血病や再生不良性貧血などの有効な治療法である骨髄移植を推進するため、

広く一般の方々に善意の骨髄液提供を呼びかけ、提供していただける方の白血球の型を登録してもらおう組織です。骨髄移植と骨髄バンクに対する皆様のご理解をお願いするとともに、一人でも多くの方がドナー登録にご協力いただけるようお願いいたします。

○ドナー登録できる方

・骨髄（骨髄・末梢血幹細胞）提供の内容を十分理解している方
・年齢が18歳以上、54歳以下で健康な方
・体重が男性45kg以上、女性40kg以上の方

○骨髄を提供できる方

・骨髄を提供できる年齢は20歳以上、55歳以下の方（適合検査が開始されるのは20歳からです）

※注意

・ドナー登録後の健康状態によつては、コーディネート（骨髄移植まで調整）を進めることができないこともあります。
・骨髄提供にあたっては家族の同意が必要です。

▽日時 毎週月曜日～木曜日午前8時30分～午後4時（予約制）

▽場所 佐久保健福祉事務所（佐久合同庁舎1階）

●認知症高齢者介護者座談会 のお知らせ

問合せ 高齢者福祉課
☎62-3157 (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、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 10月8日(水)

午後1時30分～3時

▼会場 シルバーランドみつい

▽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。

●個人情報の削除を持ちかける詐欺にご注意!

問合せ 佐久市消費生活センター
☎62-7501

生活環境課
☎62-3094 (直通)

株式会社ベネッセコーポレーションにおける個人情報漏えいに関連して「あなたの情報が流出していないか確認している。」「流出した名簿にあなたの個人情報載っている。このままでは口座凍結される。」などと電話がかかってくる。また、消費生活センターや国民生活センターなどの公的機関をかたり「あなたの個人情報漏れているので削除してあげる。」などと持ちかけ、最終的にはお金をだまし取る詐欺が急増しています。

○アドバイス

- ・ 個人情報の削除をもちかける電話は詐欺です。相手にせず、すぐに電話を切ってください。
- ・ 一度お金を支払ってしまうと取り戻すことは極めて困難です。絶対に支払ってはいけません。
- ・ 困ったときは消費生活センターへご相談ください。

●10月は3R(スリーアール)推進月間です

問合せ 生活環境課
☎62-3094 (直通)

リデュースreduce(ごみの排出抑制)、リユースreuse(再利用)、リサイクルrecycle(再利用)の頭文字をとって、3R(スリーアール)です。

市民の皆さんには日頃より、ごみの減量にご協力をいただいているところですが、この月間を機会にもう一度ライフスタイルの見直してみませんか。

3R(スリーアール)推進に理解を深め、自らの意思で不要なレジ袋は断るといった方法など、ごみの減量に努め循環型社会の形成に向けた取組にご協力をお願いします。

家庭で簡単にできる3R(スリーアール)の取組は、左記のとおりです。

- ・ 買い物時にマイバックを持参し、不要なレジ袋は断る。
- ・ 詰め替えできる商品を積極的に購入する。
- ・ 長く使用できるもの、修理ができるものを購入する(使い捨て商品の購入をなるべく避ける)。
- ・ 過剰に包装されている商品の購入を避ける。

・ 必要なものを必要な分だけ購入する(食料品の購入等)。

・ なるべくフリーマーケット等を利用し、品物を購入または販売する。

・ リサイクル商品、リサイクルできる物(リサイクルマークがあるもの)をなるべく購入する。

・ ぞうきん等を使い掃除をする(ティッシュ等の使い捨てをしない)。

ひとり一人が取組み、実践することで、ごみを減らす第一歩になります。

また、資源ごみに分別することとは3R活動のリサイクルにあたります。

資源になる金属、軟質系プラスチックが埋立ごみや可燃ごみに混入していることがあります。分別を徹底していただき、資源は積極的にリサイクルに回してください。

●ペレットストーブの設置を検討されている方へ
森のエネルギー推進事業補助金をご活用ください!

問合せ 環境政策課
☎62-2917 (直通)

市では、地域材の有効活用を推進するとともに、地球温暖化

防止や循環型社会に寄与することを目的に、住宅にペレットストーブを設置する方に、予算の範囲内で、補助金を交付しています。

なお、補助の申請は、先着順の受付になりますので、当補助金の活用をご検討されている方は、お早めにご申請ください。

▽補助金額 本体の購入及び設置に要する費用の2分の1以内(限度額10万円)

▽申請状況(8月末時点) 申請件数2件、申請補助金額20万円

▽予算残額 60万円
申請は随時受付けています。(平日 午前8時30分～午後5時15分)

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

・ 年度内に実績報告書を提出できることが条件です。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



●東信地区労働フォーラム開催

申込・問合せ

東信労政事務所(上田市材木町
1-2-6上田合同庁舎内)
☎0268-25-7144
FAX 0268-23-1642

時代とともに変化する労働環境
境に対応し、働きやすい職場環
境づくりを進めるため、労働
フォーラムを開催します。

受講料は無料で、どなたでも
参加できますので、ぜひご参加
ください。

▼日時 10月9日(木)
午後1時30分～3時30分

▼会場 上田合同庁舎 講堂

▽講師 弁護士 織 英子氏

▽演題 知っておきたい 働く
女性の法律実務

●10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 10月11日(土)

午前10時30分、

○おはなしの会②

▼対象 乳幼児

▼日時 10月16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 10月18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 10月25日(土)午後3時、

※会場はいずれも視聴覚室です。

○雑誌リサイクル市

▼日時 10月25日(土)・26日(日)の

開館時間中(雑誌がなくなり

次第終了)

▼会場 図書館内

●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 10月18日(土)午後2時、

▼会場 えほんコーナー

○雑誌リサイクル市

▼日時 10月25日(土)・26日(日)の

開館時間中(雑誌がなくなり

次第終了)

▼会場 図書館内

●浅科図書館

○おはなしの会

▼対象 子どもから大人

▼日時 10月18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 10月18日(土)

午後2時30分、

▼会場 読み聞かせ室

○秋の読書まつり

▽期間 10月25日(土)、

11月9日(日)

中央・白田・浅科・望月図書

館において、図書館職員が選ぶ、

「皆さんに読んでいただきたい

おすすめ本」を展示します。

素敵な本と出会い、豊かな時

間を過ごしてみませんか。

※10月の休館日

6日(月)・14日(火)・20日(月)・27

日(月)・28日(火)

●野焼きは法律で禁止されて

います！

問合せ 環境政策課

☎62-2917(直通)

または各支所生活環境係

○野焼きとは？

野外で適法な焼却施設以外で

廃棄物(ごみ)を燃やすこと

を「野焼き」と言い、「廃棄

物の処理及び清掃に関する法

律(以下、「廃掃法」といい

ます)で原則として禁止され

ています。「野焼き」には、
地面で直接焼却を行う場合だ
けでなく、ドラム缶・ブロッ
ク囲い・素掘りの穴・法令で
定められた設備構造基準に適
合していない焼却炉(簡易焼
却炉など)での焼却行為など
も含まれ、一般家庭でのごみ
の焼却はほとんど「野焼き」
に該当するものと考えられま
す。

○野焼きはなぜいけないのですか？

野焼きを行うと、その煙が悪
臭や大気汚染の原因となるた
め、周辺の方々に大変な迷惑
となります。また、野焼き
では通常焼却温度が200℃
～300℃程度にしかならな
いため、燃やすものによって
は有害物質のダイオキシン類
の発生原因になるとも言われ
ており、生活環境や私たち自
身の健康にも影響が出てきま
す。

○例外的に認められる場合は？

次の場合は、例外的に認めら
れています。(廃掃法第16条
の2、同法施行令14条から抜
粋)

・法令で定められた設備構造基
準に適合した焼却炉での焼却
・風俗慣習上又は宗教上の行事
を行うために必要な廃棄物の

焼却(例) どんど焼き、塔婆
の供養焼却など

・農業、林業又は漁業を営むた
めにやむを得ないものとして
行われる廃棄物の焼却(例)
・農業者が行う土手焼き・ワラ
ガラの焼却、林業者が行う伐
採した枝の焼却など

・たき火その他日常生活を営む
上で通常行われる廃棄物の焼
却であって軽微なもの(例)
・落ち葉たき、庭の草木の焼却、
キャンプファイヤーなど

なお、「軽微なもの」とは、
煙の量や臭い等が近所の迷惑
にならない程度の少量の焼却
のことです。

○罰則はありますか？

※上記の場合でも焼却は必要最
小限にとどめ、やむを得ず行
う場合は、風向きや強さ、時
間帯、周辺の環境などに十分
配慮して、近所の方に迷惑を
かけないように願います。
(苦情が市に寄せられた場合
は、指導の対象となります。)

野焼きを行ったものは法律上、
5年以下の懲役、1,000
万円以下の罰金のいずれかま
たは両方が科せられます。
(廃掃法第25条第1項第15号)

家庭から出るごみは個人で焼
却せず、生ごみを堆肥化する場

合などを除いて、市の分別に従い、指定袋に入れ、決められた日にゴミステーションに出してください。

●行政書士無料相談会

問合せ

長野県行政書士会佐久支部

0267-26-0160

日時 10月18日(土)

午前10時～午後3時30分

会場 イオンモール佐久平 2階イベントホール

▽内容 遺言、相続、離婚、成年後見、事業承継、会社設立、外国人ビザ・国際結婚・帰化、農地転用、各種許可・認可、未収金回収、クーリングオフ、その他契約関係

※秘密厳守、予約は不要です。

●「佐久市空き家再生等推進事業補助金」について

申込・問合せ 建築住宅課

0262-6637

空き家が管理されずに放置されると、防災、防犯、衛生等、多岐にわたる問題が発生します。また、空き家の増加は、まちの活力の低下につながり、まちづくりを進めるうえで大きな課題となります。

空き家住宅等を改修し、又は除却して、その施設又は跡地を地域のために活用しようとお考えの方は、是非この補助金をご活用ください。

○活用事業

空き家住宅又は空き家建築物の所有者が、地域の活性化を図るため、10年を超える期間継続して体験宿泊施設、交流施設、体験学習施設、創作活動施設、文化施設等の用に供するための改修を行う事業

▽補助金額

・補助対象となる改修工事にかかる費用の3分の2以内
・補助限度額240万円

○除却事業

住宅密集地等において、危険な空き家住宅の所有者等が、防災及び防犯のため、それを除却し、30年を超える期間継続して、跡地を無償で地域住民の交流の場となる公園等の用に供するための整備を行う事業

▽補助金額

・除却及び跡地整備費用の5分の4以内
・補助限度額240万円、または1㎡当たりの金額（木造建物・21,000円、非木造建物・30,000円）に延べ面積を乗じて得た金額の少ない方

※補助を希望される方は建築住宅課までご相談ください。

●不動産評価等の無料相談会の開催について

問合せ 一般社団法人長野県不動産鑑定士協会

026-225-5228

日時 10月2日(木)

午前10時～午後4時

会場 野沢会館（生涯学習センター）1階103会議室

▽内容 売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借等に係る不動産評価

不動産評価に関する事項について、不動産鑑定士が相談に応じます。

●投資勧誘相談・多重債務相談は長野財務事務所へご相談を！

問合せ 財務省関東財務局 長野財務事務所（☎は左記）

026-234-5125

長野財務事務所では、無料相談窓口を開設しています。ひとりで悩まずに、迷わずご相談ください。

▽受付時間 平日の午前8時30分～正午、午後1時～4時30分

・投資勧誘相談（未公開株、社債、ファンド）

026-234-5125

・多重債務相談（借金の返済）

026-234-2970

●マタニティフェスタin佐久心と手つなぎましょう！

問合せ 浅間総合病院 西6階病棟（平日午前9時～午後4時）

0267-2295

日時 11月1日(土)

午前9時～午後0時30分

会場 佐久市保健センター

▽参加費 無料

・ボディヒーリング（妊婦以外どなたでも）

午前9時～10時 定員20名

・骨盤ケア（妊娠3ヶ月以降）

午前10時～11時 定員20名

・マタニティ・ヨーガ

（妊娠6ヶ月以降で体調の良い方）

午前11時～12時 定員20名

・ハンドアロマトリートメント

定員30名

※託児は、イベント参加中に行いますのでご利用ください。

▽持ち物 ボディヒーリング・骨盤ケア・ヨーガ参加者は母子手帳、バスタオル1枚を持ち、軽い運動ができる支度でお越しください。

骨盤ケア参加希望者で持参できる方は、さらし4分の1反をお持ちください。

▽申込 ボディヒーリング・骨盤ケア・ヨーガ・アロマの参加者は予約制になります。予約がない場合でも、当日定員に空きがあれば参加できます。

※相談内容については、秘密を厳守します。

※相談の予約は10月3日(金)まで電話で受け付けます。なお、当日は会場のみでの受付となります。

●全国一斉！法務局休日相談所

申込・問合せ 長野県地方

法務局佐久支局総務課

0267-2272

日時 10月5日(日)

午前9時30分～午後3時（受付は午後2時終了）

▽場所 長野県地方法務局佐久支局（猿久保890番地4）

▽相談内容

登記・境界問題・相続・人権・供託・身分関係・成年後見制度など

※相談は無料ですが、予約が必要で、当日の相談は予約の方を優先します。

※相談の予約は10月3日(金)まで電話で受け付けます。なお、当日は会場のみでの受付となります。

※相談内容については、秘密を厳守します。

※相談の予約は10月3日(金)まで電話で受け付けます。なお、当日は会場のみでの受付となります。

※相談内容については、秘密を厳守します。

※相談の予約は10月3日(金)まで電話で受け付けます。なお、当日は会場のみでの受付となります。

※相談内容については、秘密を厳守します。

※相談の予約は10月3日(金)まで電話で受け付けます。なお、当日は会場のみでの受付となります。

※相談内容については、秘密を厳守します。

※相談の予約は10月3日(金)まで電話で受け付けます。なお、当日は会場のみでの受付となります。

※相談内容については、秘密を厳守します。

●長野盲学校 学校開放

問合せ 長野県長野盲学校
☎026-243-7789
Eメール nagamos-
@pref.nagano.lg.jp

▼日時 10月27日(月)

午前9時～午後0時40分(全体会)、午後1時30分～午後3時(個別対応)

▼内容

①授業・教材・施設等の見学
②希望に応じて体験会(点字・白杖を使った歩行・音声パソコン等)

▼申込期限 10月17日(金)

また、眼が見えづらいことでお困りの方、将来の職業自立に不安を感じている方など、ご相談をお受けします。

●JAXA 宇宙航空研究開発機構 臼田宇宙空間観測所 開設30周年記念講演会

問合せ 観光交流推進課
☎62-3283 (直通)

▼日時 10月25日(土)

午後1時30分～4時

▼場所 佐久勤労者福祉センター ホール

▼内容 臼田宇宙空間観測所は、「深宇宙探査の窓」として、

昭和59年国内最大の64mパラボラアンテナを有する施設として開設。近年では「はやぶさ」の信号探索に大きな役割を果たし、奇跡の生還を実現するなど、30年間衛星や探査機の追跡管制に貢献して来ました。講演会では、観測所の役割や今後の取り組みなどをJAXAの研究者がご紹介します。

▼講演者 (JAXA宇宙科学研究所名誉教授等)

林 友直、平林 久、山本善一、川口淳一郎

●新品目試験ほ場事業

「カモミール栽培講習会」「機械定植実演会」の開催

問合せ 佐久市営農支援センター (農政課内)
☎62-3203

平成23年度より佐久市新品目導入試験ほ場で栽培の検証を重ねてきたカモミールですが、来年度以降の契約栽培需要が現在の倍量以上求められています。

この機会に、佐久市内の栽培者を増やすとともに技術の向上を目指すための「栽培講習会」と「機械定植実演会」を下記の日程で開催します。

○栽培講習会

▼日時 10月17日(金)

午前9時30分～11時

▼場所 JA佐久浅間4階会議室

▼内容 カモミールの栽培管理と出荷までの学習会

▼人数 30名程度

▼費用 無料(ただし事前に申し込みが必要です)

○機械定植実演会

▼日時 10月23日(木)

(雨天の場合は翌日)

午前9時30分～11時

▼場所 佐久市新品目導入試験ほ場

▼内容 カモミールの機械定植実演会

▼人数 30名程度

▼費用 無料(ただし事前に申し込みが必要です)

※「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。

●第27回緑の牧場学園「緑風祭」

問合せ 緑の牧場学園緑風祭実行委員会
☎58-2244

▼日時 10月5日(日)

午前10時～午後2時

▼場所 緑の牧場学園

(佐久市八幡二一五―六七)

▼内容 ドロシーズ、昭平バンド、模擬店、バザーなど

●「児童手当」を受給している皆さんへ

10月定期払のお知らせ

問合せ 子育て支援課
☎62-3149 (直通)
または各支所市民係

受給者の皆さんは入金をご確認ください。

▼支給対象月 6～9月分

▼振込日 10月10日(金)

児童の年齢	児童手当の額 (1人あたり月額)
3歳未満	一律15,000円
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	一律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。

※「平成26年度児童手当・特例給付現況届」を提出されていない方は、10月の支払いが保留となっています。提出がないと6月分以降の手当が受給できませんので、至急提出してください。

●児童扶養手当を受給している皆さんへ

問合せ 子育て支援課

☎62-3149 (直通)
または各支所高齢者児童福祉係

8月末日が提出期限になっていました児童扶養手当現況届の提出はお済みですか。提出がないと8月分以降の支給が受けられなくなりますので、至急提出をお願いします。

また、長野県では母子家庭の母・父子家庭の父・寡婦の皆さんに対して、就業支援員が就業相談を行っています。就職・転職を希望される方は、ご相談ください。

●学生納付特例の申請はお済みですか?

問合せ 市民課
☎62-3093 (直通)
小諸年金事務所
☎0267-22-1080

学生納付特例制度は、学生の方が申請により保険料の納付を猶予される制度です。

制度を利用することで、将来の年金受給権の確保のみではなく、万一の事故などにより障害が残ってしまったときに、障害基礎年金の受給資格を確保する

ことができます。

また、左記の日時で年金相談窓口を開設しますので、年金についてご不明な点がありましたら、お気軽にご相談ください。

▼日時 10月26日(日)

午前8時30分～正午

▼会場

市役所2階 市民ホール

●オートムジャンボ宝くじ発売中

問合せ 財政課

☎62-3032 (直通)

今年の秋は、1等・前後賞

合わせて3億9千万円！

1等 3億3千万円×13本

(発売総額390億円・13ユニットの場合)

前後賞各 3千万円×26本

(発売総額390億円・13ユニットの場合)

▼発売期間

10月10日(金)まで

▼抽せん日

10月17日(金)

※この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。また、収益金は長野県の販売実績により、県内市町村へ配分されますので、長野県内の宝くじ売り場でお買い

求めください。

募集

●「ふれあいポールウォーキング」

10月イベントのご案内

問合せ 佐久ポールウォーキング協会事務局

☎・FAX 67-3318

○「さく市」にてイベント開催

▼日時 10月4日(土)、5日(日)

午前10時～11時30分

▼場所 駒場公園中央噴水広場

協会ブース集合(詳細は問合せください)

せくください)

○白樺湖散策ウォーク

▼日時 10月19日(日)

午前10時～正午

▼場所 池の平ホテル「いきいき診断ルーム」前(詳細は問合せください)

合せください)

○例会ウォーク

▼日時 11月2日(日)

午前9時～10時半

▼場所 駒場公園中央噴水広場

※自由参加!初心者大歓迎

●会員募集中!

年会費 1,000円

●「佐久鯉」を食べよう料理教室

問合せ 農政課

☎62-3203 (直通)

平成20年9月に特許庁より全国ブランドとして名高い「佐久鯉」が地域団体商標登録されています。鯉は薬用魚などと呼ばれるほど栄養価に富んでおり、様々な効果があると言われてい

ます。

「地域の伝統食」「佐久鯉」のさらなる普及と消費拡大のため、鯉を使った料理教室を下記により開催します。

▼日時 10月11日(土)午前10時～

▼内容 佐久鯉を使った「新たな鯉料理」

▼対象 市民の方

▼場所 佐久市 農村婦人の家

▼参加費 無料

▼持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、ハンドタオル、筆記用具

▼定員 20名程

(定員になり次第締切)

●人権同和教育講座参加者募集

申込・問合せ 人権同和課

☎62-3135 (直通)

同和問題をはじめ、あらゆる人権問題の解決に向け、正しい理解と認識を育むため、市民の

皆さんを対象に3回連続講座を開催します。この機会にぜひご参加ください。

○浅科地区講座

①「身近な人権」

▼日時 10月23日(木)

午後7時～8時30分

②「私からはじまる人権同和教育」

▼日時 10月30日(木)

午後7時～8時30分

③「犯罪被害者支援の現状」

▼日時 11月6日(木)

午後7時～8時30分

▼会場 交流文化館浅科

皆さんを対象に3回連続講座を開催します。この機会にぜひご参加ください。

○浅科地区講座

①「身近な人権」

▼日時 10月23日(木)

午後7時～8時30分

②「私からはじまる人権同和教育」

▼日時 10月30日(木)

午後7時～8時30分

③「犯罪被害者支援の現状」

▼日時 11月6日(木)

午後7時～8時30分

▼会場 交流文化館浅科

●障害者自立生活支援センター教室参加者募集

申込・問合せ

(電話又はファックスでお願いします)

佐久市障害者自立生活支援センター

☎64-0212

FAX 64-0213

○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も一緒に)

▼日時 10月16日(木)

午後1時30分～午後3時

▼場所 野沢会館 103号室

▽定員 15名(先着順)

▽参加費 材料費 100円

▽持ち物 エプロンなど

○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も一緒に)

▼日時 11月7日(金)

午後1時30分～3時

▼場所 望月総合支援センター会議室

▽定員 20名(先着順)

○ヨガ教室

ヨガは心と体のリラクセスに有効といわれています。癒しの時間を過ごしてみませんか。

▼対象者 障がいをお持ちの方

(付添が必要な場合は補助者も一緒に)

▼日時 11月13日(木)

午後1時30分～3時

▼場所 野沢会館2階和室2号

▽定員 10名(先着順)

▽その他 運動のできる服装

●佐久市児童生徒写生大会
問合せ 近代美術館
67-1055

駒場公園と牧場で秋の美しさを発見しよう！コンクールの審査対象は市内小中学生ですが、どなたでもご参加いただけます。

▼日時 10月11日(土)
(雨天の場合12日(日))
午前8時30分～午後3時(開
会…8時45分)

▼会場 駒場公園と長野牧場
▼受付 市立近代美術館前
(8時30分～)

※小学生以下の参加は保護者の
同伴が必要となります。

▼作品展 12月13日(土)～
23日(火・祝)
市立近代美術館 視聴覚室

●うすだスタードーム
10月のイベント

問合せ 天体観測施設
「うすだスタードーム」
82-0200
開館時間 午前10時～午後10時
(月・火休館)

○皆既月食観望会

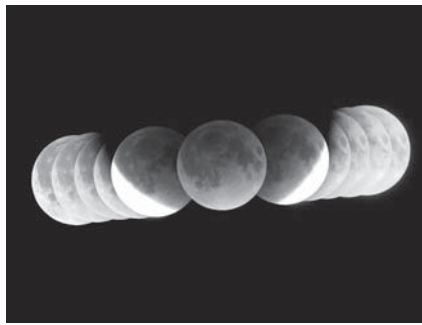
10月8日の夜、日本全国で月
が地球の影に隠される「皆既月
食」が見られます。うすだス
タードームではこの日、皆既月

食観望会を開催します。月食を
双眼鏡や望遠鏡で観望するほか、
月食のしくみや見どころについ
ての詳しいお話もいたします。

▼日時 10月8日(水)
午後6時～10時

▼会場 うすだスタードーム
▼参加料 一般500円、小中
学生250円(入館料)
▼内容 皆既月食観望・月食の
お話

※雨天中止



○天体写真体験週間「ケータイ
で星を撮ろう！」

うすだスタードームでは、天
体写真を撮る携帯電話やコンパ
クトカメラなどの手軽な機材で撮
影していただく天体写真体験週
間を実施します。今回は望遠鏡
を使って、月面のクレーターの
撮影に挑戦。お気軽にご参加く
ださい。

▼日時 10月1日(水)～5日(日)
午後7時30分～9時(雨天中
止)▼場所 うすだスター
ドーム

▼内容 月面の撮影指導・体験
▼参加料 一般500円、小中
学生250円(入館料)
※予約不要。カメラ付き携帯、
コンパクトデジタルカメラなど、お
手持ちのカメラをご持参くだ
さい。

※うすだスタードームはイベン
ト日以外の日にも毎晩、予約
不要の観望会を行っています。
10月は秋の星座やアンドロメ
ダ銀河が見ごろ。お気軽にお
越しください。(月・火曜日、
祝日の翌日は休館。イベント
時は臨時開館)

●スポーツ教室参加者募集
問合せ 体育課
62-2020

○硬式テニス教室(室内)
▼日時 11月6日～1月15日の
木曜日(計10回)

午後7時～9時
▼対象 一般
▼会場 佐久市総合体育館
▼定員 50人
▼講師 体協テニス部
▼参加費 2,500円

○ソフトテニス教室(室内)
▼日時 11月12日～1月21日の
水曜日(計10回)

午後7時～9時
▼対象 18歳以上
▼会場 佐久市総合体育館
▼定員 40人
▼講師 体協ソフトテニス部
▼参加費 2,500円

●スポーツ大会参加者募集
問合せ 体育課・体育協会
62-2020

○第10回佐久市青少年サッ
カー大会

▼チーム編成 市内の各小学校
区域で編成された4年生以上
のチーム(クラス別・男女
別)

▼期日 11月1日(土)(予備日8
日)
▼会場 佐久総合運動公園陸上
競技場他

▼参加費 1チーム1,500
円(傷害保険料含む)

▼申込 10月10日(金)までに総合
体育館または各地区体育課事
務所へ

○第10回佐久市小学生ドッ
ジボール大会

▼チーム編成 市内の各小学校
で編成された3年生以上の

秋期生徒募集

□高校生部門：英語・数学
(高校授業準拠から国立大学筆記試験まで対応)

□中学生部門：主要5教科
(進学校合格を目標とします)

上智英語会

まずはお電話にて
64-6048

佐久市野沢331-17

◎詳しくはWEBで「検索」！なんと当会生徒の成績表「実物」も公開中です。

少人数ならではの家庭的な雰囲気でありながら、勉強と生活態度に関しては厳しい指導です。「わかっている」指導者がひとりいて、気の利いた参考書と計算用紙と「澄んだ心」さえあれば、どこの大学でも合格します。

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 108,000円
～135,270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(5,710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-s.co.jp/ ☆http://www.nozomi-s.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ます

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) 月額利用料76,230円
(別途全室個室5,710円)

住宅型有料老人ホーム 10室併設
入居一時金なし

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

※表記の金額は全て税抜です

チーム(学年単位・男女別)

▽期日 11月15日(土)

▽会場 佐久市総合体育館 他

▽参加費 1チーム2,000円(傷害保険料含む)

▽申込 10月17日(金)までに総合体育館または各地区体育課事務所へ

○第8回佐久市小学生駅伝大会
兼第11回市町村対抗小学生駅伝大会
佐久市代表選手選考会

▽チーム編成 市内の小学生で編成された4年生以上のチーム(1チーム6名)

▽期日 11月22日(土)

▽コース 駒場公園多目的広場・公園内周回コース(1周1.2km)

▽参加費 1人200円(傷害保険料含む)

▽申込 11月13日(木)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)へ(各学校を通じての申込みのみとなります)

●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

78-5410

募集団地

団地名 花園団地

所在地 佐久市岩村田

建設年度 平成5年度

構造等 中層耐火構造3DK

募集戸数 1戸

家賃 19,400円

28,900円

団地名 泉団地

所在地 佐久市前山

建設年度 平成12年度

構造等 中層耐火構造3DK

募集戸数 1戸

家賃 25,500円

38,000円

団地名 泉団地

所在地 佐久市前山

建設年度 平成15年度

構造等 中層耐火構造2DK

募集戸数 1戸

家賃 20,400円

30,400円

団地名 樋村団地

所在地 佐久市平賀

建設年度 昭和55年度

構造等

簡易耐火2階構造3DK

募集戸数 1戸

家賃 14,700円

21,800円

団地名 川原団地

所在地 佐久市鍛冶屋

建設年度 昭和59年度

構造等

簡易耐火2階構造3DK

募集戸数 1戸

家賃 15,500円

23,000円

団地名 下越団地

所在地 佐久市下越

建設年度 平成6年度

構造等 中層耐火構造3DK

募集戸数 1戸

家賃 23,500円

34,900円

▽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

10月1日(水)~10月8日(水)

▽抽選会 10月21日(火)

▽入居指定日 11月1日(土)

▽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・泉3DK・下越団地は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、佐久市内に勤務先があること

⑤市税等の滞納がないこと

⑥入居指定日に入居可能であること

⑦入居申込者及びその同居者となる方が暴力団員ではないこと

※入居が決定した場合は、連帯保証人(資格要件が有り)2人が必要となります。家賃は一般階層世帯月額家賃を表示しています。

▽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時までの間に、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、公開抽選の方法により入居者を決定します。

●随時募集団地
竹原団地・樋村団地・川原団地・並木団地・下越団地(特公賃)

24時間・365日、すべては利用者様のために。



- ・福祉用具レンタル/販売
- ・住宅改修
- ・訪問介護
- ・訪問看護
- ・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

★介護職員初任者研修講座 開催中

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/

- 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)
- 福祉用具事業所 佐久営業所 佐久市長土呂862-2 TEL0267-66-3339(担当/柳澤)

平成26年12月OPEN予定!



エフビー地域サポートセンター佐久中央
・小規模多機能あったかほーむ中込
・ケアライフ中込(仮称)
併設事業所
・エフビー訪問介護さく・介護タクシーさく
・エフビー訪問看護さく
佐久市中込大日3713-11

●音読者養成講座受講者募集
申込・問合せ 中央図書館
67-2111

中央図書館では、視覚に障がいがあり原本図書をそのままでは利用できない方へ録音図書を提供するため、音訳に携わる音読ボランティアの育成を図る目的で、下記のとおり音読者養成講座を開講します。

▽講座内容 発声、発音、読み方、録音の実技について、基礎から中級までを学びます。

▽日時 11月12日(水)、19日(水)、26日(水)、平成27年1月14日(水)、21日(水)、28日(水)

※時間は、いずれも午後1時30分～4時

▽場所 中央図書館 視聴覚室
▽講師 小山菜穂子先生(企業組合C&Cハーモニックス代表)

▽対象 過去に同様の講座を受講したことがなく、音読ボランティアに意欲のある方で、前記日時の全ての講座を受講できる方。(全6回)

▽受講料 無料

▽定員 15名

▽抽選 定員を超えた場合は、後日抽選(くじ引き)を行い、受講者を決定します。

▽申込方法 中央図書館へ電話

または窓口にてお申し込みください。

▽申込期間 10月7日(火)～10月15日(水)午前9時30分～午後6時(ただし14日(火)は休館日のため除く)

▽抽選日 10月19日(日)午前11時
▽会場 中央図書館 視聴覚室

●友好都市 モンゴル国ウランバートル市スフバートル区研修生のホストファミリー募集

問合せ 生涯学習課
62-06664

今年も佐久市の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子どもたちが交流のために佐久市を訪れます。スフバートル区の子どもたちに日本の日常生活を体験してもらうため、ボランティアでホームステイを受け入れてくれる家庭を募集します。

▽期間 10月28日(火)～10月31日(金)のうち2～3泊(昼間は研修がありますので、夕食・宿泊・朝食が家庭と一緒に過ごす時間です)

▽研修生 友好都市スフバートル区の中学生10名(ホームステイでは1家庭に1～2名を受け入れていただきます)

▽準備 受入れに際して、特別

な準備は必要ありません。

※日程については、変更になる可能性があります。応募が多くなった場合には、調整のうえホストファミリーを決定します。

▽申込期限 10月8日(水)

●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 (直通)

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。

▽開催日程 11月8日(土)(前日準備)、9日(日)(当日)

●新佐久市誕生10周年記念事業・市民交流ひろば開園1周年記念 JR東日本長野支社共催「鉄道沿線からの森づくり」参加者募集

申込・問合せ 公園緑地課
62-3424

新佐久市誕生10周年及び市民交流ひろば開園1周年を記念して、JR東日本長野支社様が環境保全活動の取組として毎年行っています「鉄道沿線からの森づくり」とコラボした記念の植樹イベントを市民交流ひろばで開催します。

小石川植物園(東京)より分譲していただきました、ニユートンが万有引力の法則を発見したりんごの木、苗木のほか、様々な苗木や球根を植える予定です。ご参加お待ちしております。

▽日時 10月18日(土)午前9時～11時30分(予定) 少雨決行
▽場所 市民交流ひろば

●お詫びと訂正について
広報8月号5ページの「申込手続き等お問い合わせ(保育所)」について「子育て支援課または各保健所」となっていますが、正しくは「子育て支援課または各保育所」でした。お詫びして訂正します。

広告欄

小諸市・佐久市・南佐久

保険調剤 処方せん受付 調剤・ウィンドウ・プロデュース

全店舗クレジット・カード決済可

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

平成26年11月オープン!

A-lineの
住宅型有料老人ホーム

A光ホーム
18床
佐久市遠久保232-7(駒場公園前)
TEL 0267-78-3470
FAX 0267-78-3471

Aライン訪問看護ステーション
合同会社 A-line
60歳以上で医療的処置が必要な方はご相談ください。TEL.0267-78-3438

広告欄

第26回 小養祭(長野県小諸養護学校祭)のご案内

日時 ● **一般公開 10月11日(土)**
午前9時35分～11時50分

- 催し物 ● 児童生徒の作品展示や販売
(高等部・中学部・小学部・わかば学級・訪問教育・分教室)
- 中庭遊具の一般開放(小学部)
 - 軽食(寄宿舍他)

その他、
楽しい催し物を
計画して
います。



※駐車は、近隣のコミヤマ様、沖電気様の駐車場をご利用ください。シャトルバスの送迎があります。校地内、周辺道路への駐車はできません。
公共交通機関(JR小海線、美里駅下車徒歩7分です。)のご利用をお勧めします。
※軽食の販売も計画されていますが、十分に用意できかねますのでご承知おきください。

■お問い合わせ 小諸養護学校 ☎0267-22-6300

ご寄附ありがとうございます

ふるさと納税寄附

- | | |
|-------------------------------|-----------------|
| ▼「ふるさとの味を覚えていますか」に10,000円 | 清瀬由香様(東京都) |
| ▼「ふるさとのせせらぎが聞こえますか」に30,000円 | (有)ナオミ商会様(神奈川県) |
| ▼「ふるさとの未来を担う佐久っ子元気かい」に10,000円 | 渡辺郁夫様(愛知県) |
| ▼「ふるさとのせせらぎが聞こえますか」に10,000円 | 本橋君枝様(東京都) |
| ▼「ふるさとの佐久におまかせ」に60,000円 | 松森信之様(愛知県) |
| ▼「ふるさとの魅力をアップ」に10,000円 | 小宮山義男様(東京都) |

一般寄附

- 市へ
▼現金 2,000円 佐久の鯉太郎Z様
- 岩村田保育園へ
▼じゃがいも80kg 油井次男様(安原)
- 臼田中学校へ
▼^{こと}筆 森泉秀樹様(岩村田)
- 高瀬保育園へ
▼すいか5個 有限会社佐藤運送様(塚原)
- ▼すいか27個、トマト5kg 小林一三様(鳴瀬)
- 平根保育園へ
▼じゃがいも100kg 油井次男様(安原)



広告欄

入居のご案内、介護でお困りのことなど、
総合的に何でもご相談いただける窓口です。
介護のプロが対応いたします！
お気軽にご利用下さい。



お問い合わせ

TEL. 0120-811-772

小諸市御影新田字池ノ上2090-1
(ことぶきの家 小諸 内)

ことぶきの家
総合相談室
開設

**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。

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)

ご相談無料

過払金請求 自己破産

任意整理 相続放棄

広告欄

祝 新佐久市誕生10周年

第14回

コスモホール佐久第九演奏会

日時●12月7日(日) 午後2時開演 会場●佐久市コスモホール

出演●指揮 藤本 淳也

ソプラノ 大山亜紀子/アルト 村松 桂子

テノール 羽山 晃生/バリトン 清水 良一

佐久室内オーケストラ/コスモホール佐久第九合唱団

曲目●ベートーヴェン 交響曲第9番二短調作品125[合唱付]

ヴェルディ オペラ「ナブッコ」より「行け! 我が思いよ、
黄金の翼に乗って」

チケット●全席自由 大人:2,000円 高校生以下:1,000円



上記の公演のチケットは下記のプレイガイドでお買い求めください。

【プレイガイド】佐久市コスモホール/交流文化館浅科/市役所観光交流推進課/野沢会館文化振興課/臼田・浅科・望月各支所経済建設係/プラザ佐久/ヒオキ楽器佐久平店/西澤書店/メディコケイジン(株)/スーパーえちごや/平安堂佐久インターウェブサイト

■お問い合わせ 佐久市文化事業団(コスモホール内) ☎82-3962

祝 新佐久市誕生10周年

心が豊かになる音楽への招待

ハンドベル体験とコンサート

“天使のハーモニー”といわれるハンドベルの音色を楽しんで
いただく体験つきコンサートです。

日時●11月30日(日) 午後1時30分開演

会場●野沢会館ホール

出演●ハンドベル ベリーズ

演奏予定曲●クリスマスキャロルメドレー

ウィンターワンダーランド 他

入場料●無料 ※入場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(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 10月28日(火)～11月3日(月)

TEL 63-4500 FAX 63-4550

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

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 10月2日(木)、29日(水)

●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 kejijiban@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/>

2014(平成26)年10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。



 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)
 支 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)
 小児 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)
 広 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)
 地域集団健診  検 子宮頸がん検診  乳 乳がん検診
 (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
 行政相談 2日、7日、9日 (一日合同行政相談所)、
 16日、21日、22日、23日、30日 (庶務課 ☎62-3002)
 司法書士無料法律相談 (県司法書士会佐久支部)
 1日 (☎66-7100) 24日 (☎0267-24-0138)
 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
 (長野地方方法務局佐久支局 午前9時～午後4時 ☎67-2272
 相談無料)

水 wed

木 thu

金 fri

土 sat

     1  泉児童館  切原児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内  市役所701・702会議所 午前10時～午後3時	     2  野沢会館102会議室 午後1時～午後4時  佐久城山児童館  あさしな児童館  広 協和保育園内	     3  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内	 広 サングリモ中込 4
     8  高瀬児童館  臼田児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内	     9  一日合同行政相談所 佐久勤労者福祉センター 午前10時～午後3時  中佐都児童館  広 協和保育園内	     10  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内  白田保健センター (あいとぴあ白田)	 広 サングリモ中込 11
     15  泉児童館  青沼児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内  乳 浅間会館	     16  中込会館洋室 午後1時～午後4時  佐久城山児童館  あさしな児童館  広 協和保育園内	     17  中込児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内	 広 サングリモ中込 18
     22  あいとぴあ白田 午後1時30分～午後4時  高瀬児童館  田口児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内	      23  東会館中会議室 午後1時～午後4時  中佐都児童館  広 協和保育園内	     24  岩村田児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内  あいとぴあ白田 多目的室1・2・5 午後1時～午後3時	 広 サングリモ中込 25  佐久市保健センター
     29  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内	     30  市役所4階会議室 午後1時～午後4時  広 協和保育園内	     31  岩村田児童館  中込児童館  広 サングリモ中込  広 あさしな保育園内  広 協和保育園内  浅間会館	

Data File

人口	救急・火災・交通事故件数		8月の月間件数		平成26年1～8月の累計	
	総数	100,010人 (－8人)	人身事故	45件	281件	
	男	48,986人 (－7)	死亡	0人	2人	
	女	51,024人 (－1)	負傷	56人	339人	
	世帯数	39,951世帯 (+21世帯)	救急	385件	2,807件	
	(9月1日現在)	(増減は前月比)	火災	2件	40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
国民健康保険税

第3期
第4期

納期限 10月31日(金)

保険料コーナー

介護保険料
後期高齢者医療保険料

第7期
第4期

納期限 10月31日(金)

下水道コーナー

下水道使用料

10月請求分

納期限 10月31日(金)

■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 10月23日(休) 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



暮らしと健康のカレンダー

[2014年]

10月

日 sun

月 mon

火 tue

小児 歯 高橋医院 ☎53-2366 増田医院 ☎66-0303	5	支 月 妊 ★ 産 婦 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 6
小児 歯 佐久平透析クリニック ☎65-7700 高柳クリニック ☎63-1201	12	支 月 妊 ★ 産 婦 しのはら形成 皮ふクリニック ☎67-8825 くろさわ病院 ☎64-1711 13
小児 歯 岡田医院 ☎53-2123 さとう泌尿器科クリニック ☎68-2233	19	支 月 妊 ★ 産 婦 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 20
妊 婦 産 婦 佐久平こころの クリニック ☎68-8556 すみだクリニック ☎62-7122	26	支 月 妊 ★ 産 婦 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 望月総合支援センター 27
		支 月 妊 ★ 産 婦 浅間会館洋室3号 午後1時～午後4時 東児童館 望月児童館 サングリモ中込 協和保育園内 7
		支 月 妊 ★ 産 婦 野沢児童館 サングリモ中込 協和保育園内 14
		支 月 妊 ★ 産 婦 浅科会館 午後1時～午後4時 東児童館 望月児童館 サングリモ中込 協和保育園内 21
		支 月 妊 ★ 産 婦 野沢児童館 サングリモ中込 協和保育園内 28

■10月20日(月)から26日(日)まで

行政相談週間です

行政相談委員が市内巡回相談を行い、国の仕事や手続き、サービスについての苦情や意見・要望をお受けします。

相談は無料で秘密は厳守されますのでお気軽にご相談ください。

■長野県小児救急電話相談

お子さんの夜間のけがや急病等の際、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）