



Photo 北陸新幹線 金沢延伸

3月14日、北陸新幹線が金沢まで延伸開業となりました。佐久平駅には、「あさま」、「はくたか」を合わせて、1日24往復の新幹線が停車します。佐久平—金沢間は乗り継ぎで最速約1時間半となり、金沢・北陸がより身近になっていきます。

今月のピックアップ

- 勤労者福祉センターの名称が変わります ②
- 市の組織体制を見直しました ④ ⑤
- 「佐久南交流拠点施設の基本設計(案)」の意見募集 ⑥
- 佐久市市税・介護保険料・後期高齢者保険料 納期限(口座振替日)一覧表 ③7
- 情報・インフォメーション ⑤6～⑥2

きらり佐久 夢 未来



10th Anniversary
SAKU

新・佐久市は 誕生10周年を迎えました

平成17年4月1日に佐久市・自田町・浅科村・望月町の合併により新しい佐久市として誕生し、4月1日に10周年を迎えました。9月30日までの間、様々な記念イベントを開催しますので、ご期待ください。

■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（総務課内） ☎62—3002（直通）

長野県佐久勤労者福祉センターが4月1日より 『佐久市佐久平交流センター』に名称が変わります

佐久市が指定管理をしてきました長野県佐久勤労者福祉センターが、この度長野県から佐久市へ移管され、「佐久市佐久平交流センター」に名称が変わります。

使用時間帯

- ・午前9時～正午
- ・午後1時～5時
- ・午後6時～10時

休館日

毎月第1・第3 水曜日
年末年始12月29日～1月3日

詳細は市ホームページをご覧ください、お問い合わせください。



■お問い合わせ 佐久平交流センター ☎67-7451 FAX 67-7453

4月1日から公の施設を管理運営する指定管理者を指定しました

●指定管理者制度とは？

指定管理者制度は、福祉施設や集会施設などの市民の皆さんに利用していただく「公の施設」の管理運営を広く民間の事業者や団体にも任せられることができる制度で、民間の力を活用し、市民サービスを向上させるとともに、経費の節減などを図ることを目的にしています。

この施設の管理運営を任せられる事業者等のことを「指定管理者」といい、議会の議決を経て市が指定します。

これまで指定管理者を指定して管理運営してきた施設のうち、平成26年度で指定期間が満了したことによって、引き続き指定管理者により管理運営していく27施設について、平成27年4月1日から下記のとおり、指定管理者を指定しましたのでお知らせします。

●平成27年4月1日から指定管理者により管理運営する施設

施設名等	指定管理者	指定期間
佐久市臼田総合福祉センター あいとびあ臼田	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	5年間
佐久市福祉会館	公益社団法人 佐久シルバー人材センター	5年間
佐久市子ども未来館	一般社団法人 佐久市振興公社	7年間
佐久市望月老人福祉センター	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	5年間
シルバーランドみつ	社会福祉法人恩賜財団 済生会支部長野県済生会	10年間
前山デイサービスセンター	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	5年間
あいとびあ臼田デイサービスセンター	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	5年間
浅科デイサービスセンター	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	5年間
望月デイサービスセンター駒	社会福祉法人 望月悠玄福祉会	5年間
佐久市浅科生きがい活動支援センター	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	5年間
結いの家	社会福祉法人 望月悠玄福祉会	10年間
岩村田共同作業センター	佐久市手をつなぐ育成会	3年間
ワークハウス牧 望月ひまわり共同作業センター	社会福祉法人 望月悠玄福祉会 (2施設を一体で管理)	3年間
佐久の泉共同作業センター	特定非営利活動法人ウィズハートさく	3年間
臼田共同作業センター	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	3年間
浅科ふれあいホーム	社会福祉法人 佐久市社会福祉協議会	3年間
野沢共同作業センター	特定非営利活動法人つくし	3年間
プラザ佐久	一般社団法人 佐久市振興公社	5年間
佐久市布施温泉 佐久市あさしな温泉穂の香乃湯	一般社団法人 佐久市振興公社 (2施設を一体で管理)	5年間
佐久市道の駅「ほっとぱーく・浅科」	株式会社 あさしな小泉	5年間
佐久市国民宿舎もちづき荘 佐久市交流促進センターゆざわ荘	一般社団法人 佐久市振興公社 (2施設を一体で管理)	10年間
佐久高等職業訓練校	佐久職業訓練協会	5年間
佐久市望月土づくりセンター	佐久浅間農業協同組合	5年間
佐久市矢島地区地域再生施設	農事組合法人 矢島いきいき会	5年間

この他に、4月1日現在で、全55施設が指定管理者により管理運営されています。

■お問い合わせ 企画課 ☎62-3067 (直通)

市の組織体制を見直しました

市では、佐久市行政改革大綱に掲げる「柔軟で機動的な組織体制の確立」を図るため、職員数が減少する中でも、時代の変化や市民の皆さんの多様なニーズに即応できるよう、簡素で効率的な組織体制を構築することを目的として、4月からの組織体制の見直しを行いました。4月以降の組織体制と主な業務内容は、以下のとおりです。

平成27年度の組織体制および主な業務内容の一覧（施設・出先機関等を除く）

名称	主な業務	電話番号	場所	
総務部	総務課	区長会 防犯 例規 文書配布 情報公開 人事 給与 職員研修 組織機構 職員共済 職員安全衛生	(総務、文書配布) ☎62-3002 (人事) ☎62-3019	市役所
	秘書課	秘書・交際等	☎62-2111(代)	市役所
	財政課	財政計画 予算編成 市有財産の管理・処分 車両管理	(財政) ☎62-3032 (財産管理) ☎62-3038	市役所
	税務課	税の賦課 税関係の証明 原付・小型特殊自動車の標識交付 申告相談 公函・土地台帳の閲覧	☎62-3040	市役所
	収税課	税の収納・管理 滞納処分 納税関係の証明交付	☎62-3043	市役所
	危機管理課	防災 消防団の管理	(防災) ☎62-3008 (消防団) ☎64-4119	市役所 佐久消防署内
企画部	企画課	総合企画・調整 土地利用 行政改革	☎62-3067	市役所
	広報情報課	広報・広聴 表彰 協働推進 市民活動支援 情報化の推進 情報管理 各種統計	(広報) ☎62-3075 (情報、統計) ☎62-3923	市役所
	契約課	入札・契約 入札参加資格の審査 物品の出納・保管	☎62-3084	市役所
市民健康部	市民課	総合窓口案内 戸籍・住民基本台帳等の届け出・証明書の交付	☎62-3087	市役所
	人権同和課	人権同和教育・啓発 隣保事業 男女共同参画施策の推進 住宅新築資金等の償還	☎62-3135	市役所
	健康づくり推進課	健康相談・教育 各種健(検)診 佐久総合病院再構築対策 地域医療 母子保健 成人保健 精神保健 保健補導員会	(健(検)診) ☎62-3196 (健康相談) ☎62-3189	市役所
		感染症予防 予防接種	(予防) ☎62-3527	保健センター内
		口腔歯科保健	(口腔歯科) ☎63-3781	サングリモ中込内
国保医療課	国民健康保険の資格管理・給付 国保税の賦課 国民年金の届け出・相談 後期高齢者医療の資格給付申請・保険料徴収 福祉医療費の給付 養育医療	(国保、医療) ☎62-3164 (年金) ☎62-3093	市役所	
環境部	環境政策課	新エネルギー 温暖化対策 環境保全 公害 水資源の保全 狂犬病予防 墓地	☎62-2917	市役所
	生活環境課	消費生活相談 交通安全 ごみ処理 地域公共交通(遠距離通学バス運行管理、障がい者・高齢者福祉有償運送を除く)	☎62-3094	市役所
	下水道課	下水道事業の運営 下水道使用料・負担金の賦課・徴収 下水道施設の維持・管理 下水道施設の整備 排水設備の確認・検査 合併処理浄化槽	☎63-0101	下水道管理センター内
	新グリーンセンター・斎場整備推進室	新グリーンセンター整備の調整 温水利用型健康運動施設の整備 新斎場の整備	☎62-3924	市役所
福祉部	福祉課	民生児童委員 戦傷病者援護 災害援護 障がい者(児)福祉 生活保護 療育支援 DV相談 社会福祉法人の監査等	☎62-3147	市役所
	子育て支援課	子育て支援 児童手当 保育所・児童館の整備・運営 保育料の賦課・徴収	☎62-3149	市役所
	高齢者福祉課	高齢者福祉 介護予防 在宅生活支援 家庭介護者支援 介護保険の資格管理・給付 介護保険料の賦課・徴収 要介護認定	(支援・相談) ☎62-3157 (介護保険) ☎62-3154	市役所

名称	主な業務	電話番号	場所	
経済部	農政課	農水産業の振興 農業団体の育成 農作物災害	☎62-3203	市役所
	耕地林務課	林業の振興 林道の整備・管理 農業土木 農村整備 地籍調査	(林務、国土調査) ☎62-3242 (農村整備) ☎62-3247	市役所
	商工振興課	商工業の振興 就労支援 商工業団体の育成 企業誘致 工業団地の整備	☎62-3265	市役所
	観光交流推進課	交流の企画・調整 定住促進 国際交流 姉妹都市・友好都市等交流 観光の振興 観光イベントの開催 観光施設の整備・管理	☎62-3283 ☎62-3285	市役所
	佐久平交流センター管理室	佐久平交流センターの管理	☎67-7451	佐久平交流センター内
建設部	土木課	道路・河川・橋梁の管理・占用・維持補修 災害復旧 道路の除雪・融雪	(総務、管理) ☎62-3298 (維持) ☎62-3302	駒場事務所内
	道路建設課	道路・橋梁・河川の新設・改良 高速交通事業の建設促進	(道路建設) ☎62-3381 (高速交通) ☎62-3439	駒場事務所内
	都市計画課	都市計画の調査・策定 開発相談 街路整備 区画整理 市街地整備	☎62-3404	駒場事務所内
	公園緑地課	公園の整備・管理 地域緑化 自然環境保全	☎62-3424	駒場事務所内
	建築住宅課	建築相談 景観形成 住宅の耐震診断・改修 市営住宅の整備・管理	(市営住宅) ☎62-3430 (建築相談、景観、耐震診断・改修) ☎62-6637	駒場事務所内
地域局	地域整備室	臼田地区まちづくり 佐久南インターチェンジ周辺の土地利用	☎62-2911	市役所
	臼田支所 浅科支所 望月支所	地区区長会 消防 防災 防災行政無線 税関係の証明交付 税等の収納 戸籍・住民基本台帳等の届出・証明書の交付 国保・年金・医療給付の申請受付 民生児童委員 戦傷病者援護 災害援護 障がい者福祉 児童福祉 高齢者福祉 介護保険 予防接種 健康相談 各種健(検)診 母子保健 成人保健 精神保健 保健補導員会 浅科診療所(浅科支所) 農業振興 財産区(臼田・望月支所) 商工関係の申請受付 観光イベントの開催 農業委員会関係の申請受付 建設事業等の地元要望受付 応急土木事業の現場確認 林務 市営住宅 消費者生活 環境保全 ごみ処理等	臼田支所 ☎82-3111(代) 浅科支所 ☎58-2001(代) 望月支所 ☎53-3111(代)	各支所
会計局	会計課	現金・有価証券の出納・保管・決算 竣工・完了検査 検査に伴う成績評定	(会計) ☎62-3448 (検査) ☎62-3453	市役所
学校教育部	学校教育課	教育委員会の会議 教育の相談 奨学金 小中学校への就学 学校の組織編成	☎62-3478	市役所
	教育施設課	教育施設の建築・営繕 学校・関連施設の管理	☎62-3491	市役所
	学校給食課	学校給食の調理・提供	☎62-3493	市役所
社会教育部	生涯学習課	生涯学習の振興 青少年の健全育成	(生涯学習、文化振興) ☎62-0664	野沢会館内
	文化振興課	文化の振興 文化施設の管理・運営・整備	(文化財) ☎68-7321	旧志賀小学校内
		文化財の保護・管理・活用・調査		
	体育課	スポーツの振興 体育施設の管理・運営	☎62-2020	総合体育館内
	公民館	公民館活動の振興 市民創錬センター・市民会館の管理運営	☎64-0551	野沢会館内
	中央図書館	各種資料の収集・保管 読書活動の推進 調査研究活動の支援	☎67-2111	中央図書館内
近代美術館	特別展 企画展 公募佐久平の美術展 ギャラリートーク	☎67-1055	近代美術館内	
議会事務局	議会の運営	☎62-3495	市役所	
選挙管理委員会事務局	各種選挙の執行管理 選挙人名簿の調製・管理 選挙啓発			
監査委員事務局	財務・経営事業の監査	☎62-3502	市役所	
公平委員会	職員の勤務条件措置要求および不利益処分不服申立てに対する審査			
農業委員会事務局	農業委員会の運営 農地法許可申請 農業者年金	☎62-3518	市役所	

■お問い合わせ 総務課 ☎62-3019 (直通)

「佐久南交流拠点施設の基本設計(案)」に対するご意見を募集します

市では、中部横断自動車道等の利用者への休憩の場の提供や、農林水産業をはじめとする地域産業の振興等を目的として、中部横断自動車道の佐久南インターチェンジ出入口に佐久南交流拠点施設の整備を推進しています。

この度、施設の基本設計(案)を策定しましたので、ご意見を募集します。

また、基本設計(案)及び事業運営に関する説明会をあわせて開催しますので、多くの皆さんの来場をお願いします。

●意見募集期間 4月1日(水)～4月17日(金)

●意見の募集方法

任意様式により、ご意見のほか「氏名」「住所」「電話番号」をご記入のうえ、次のいずれかの方法でお寄せください。

※電話や口頭によるご意見の受付はできませんので、ご承知ください。

1. 郵送 〒385-8501 佐久市中込3056 地域整備室
2. Eメール chiikiseibi@city.saku.nagano.jp
3. FAX 63-1680
4. 持参 地域整備室・各支所総務税務係

●案の公表・閲覧場所

1. 市ホームページ (<http://www.city.saku.nagano.jp>)
2. 市役所市民ホール行政資料閲覧コーナー(2階)
3. 地域整備室窓口(4階)
4. 各支所総務税務係窓口

●説明会

【1回目】

- ・日時 4月7日(火) 午後7時から(60分程度)
- ・場所 生涯学習センター(野沢会館) 2階 野沢会館ホール

【2回目】

- ・日時 4月9日(木) 午後7時から(60分程度)
- ・場所 旧佐久消防署 3階 講堂

■お問い合わせ 地域整備室 ☎62-2911 (直通)

佐久市地域公共交通会議および

佐久市地域公共交通確保維持改善協議会の委員を公募します

市では、地域公共交通に関する事項を協議する「佐久市地域公共交通会議」および「佐久市地域公共交通確保維持改善協議会」の「委員」を募集します。

■申込資格

次の全てに該当する方(基準日は平成27年4月1日現在)

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

■会議の事務

市内の公共交通体系の在り方、路線経路、運賃などの輸送サービスに関する事項を協議していただきます。

■委員の任期

選任の日から2年間

■募集人員

5人(委員総数30人程度)

■委員の謝金等

市の報酬規程等を準用します。

■申込に必要な書類

佐久市地域公共交通会議及び佐久市地域公共交通確保維持改善協議会公募委員申込書(申込書は、生活環境課窓口または市ホームページで入手できます。)

■申込方法

次のいずれかの方法で申し込んでください。

- 1 持参 (生活環境課窓口)
- 2 郵送 (宛先: 〒385-8501佐久市中込3056番地 佐久市役所生活環境課宛て)
- 3 メール seikatsukankyo@city.saku.nagano.jp
- 4 FAX 0267-64-1157

■申込期間

1. 持参の場合
4月1日(水)～4月22日(水)
午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日は除く)
2. 郵送、メール、ファックスの場合
4月1日(水)～4月22日(水)必着

■選考方法

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

- 1 日時 平成27年5月1日(金) 午後2時
- 2 場所 佐久市役所 8階大会議室

■その他

- ①2つの組織の委員は同一とし、会議内容により単独または同時に開催します。
- ②申込者が募集人員に満たない場合であっても、再公募はしません。

■お問い合わせ 生活環境課 ☎62-3094 (直通)



いつカードが配布されるの？ どんな使い道があるの？

平成27年10月以降、マイナンバーを通知するための「通知カード」が、市役所から住民票を有する市民の皆さん全員に送付されます。

通知カードとともに送付される交付申請書で申請することにより、平成28年1月以降、「個人番号カード」が交付されます。(申請・交付方法の詳細は、別途お知らせします。)

※どちらのカードも、運転免許証やクレジットカードと同じ大きさです。

通知カード

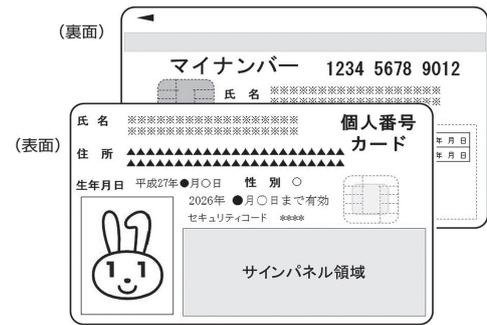
紙製のカードで、券面にはマイナンバー、氏名、住所、生年月日、性別が記載されます。

通知カードには顔写真が入っておりませんので、本人確認の際には別途、顔写真が入った身分証明書などが必要になります。

個人番号カード

プラスチック製のカードで、ICチップが搭載されます。

券面には氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーなどが記載され、本人の写真が表示されます。個人番号カードの交付を受けるときは、通知カードを市に返納しなければなりません。



個人番号カード イメージ

個人番号カードは、何に使えるの？

個人番号カードは、本人確認のため社会保障などの手続きの際に提示していただく身分証明書として利用できるほか、ICチップに搭載された電子証明書をを用いて、e-Tax（国税電子申告・納税システム）等の電子申請が行えます。

また、カードの普及に向けて、より多くの場面で利用できるよう、国で検討を進めています。

(例：健康保険証などのカード類を個人番号カードに一元化する など)

民間事業者もマイナンバーを取り扱うの？

マイナンバー制度は、社会保障や税の手続きで全従業員に関係する制度です。

民間事業者は、従業員の健康保険や厚生年金等の加入手続きや、給与の源泉徴収票の作成を行っています。平成28年1月以降、税や社会保障の手続きのために、それぞれの帳票等の提出時期までに、パートやアルバイトを含め、全従業員のマイナンバーを順次取得し、源泉徴収票や健康保険・厚生年金・雇用保険などの書類に番号を記載することになります。

また、マイナンバーを含む個人情報（特定個人情報）は適切に管理することが必要です。

詳しい情報はどこで手に入るの？

内閣官房ホームページ（社会保障・税番号制度ページ）等に、事業者向けの資料が掲載されています。ご覧いただき、参考としてください。

- 内閣官房ホームページ（社会保障・税番号制度）
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>
- 特定個人情報保護委員会ホームページ
<http://www.ppc.go.jp/>
- 国税庁（マイナンバー特設サイト）
<http://www.nta.go.jp/sonota/sonota/osirase/mynumberinfo/index.htm>
- 厚生労働省（マイナンバー特設サイト）
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000062603.html>

■お問い合わせ 広報情報課 ☎62-3923（直通）

佐久市在宅医療・介護の連携体制推進事業のご紹介

高齢化が進むなか、1人で暮らす高齢者、高齢ご夫妻のみで暮らす世帯が年々増えてきています。

また、今後、医療や介護のサービスが必要になる方も増えてくると考えられます。

この事業は、高齢になっても住み慣れた地域で必要な医療(在宅医療)や介護のサービスを利用しながら、安心して生活できる佐久市を目指して、「地域包括ケアシステムの構築」の一環として、医療や介護の関係者だけでなく、市民の皆さんと、一緒に体制づくりを進めていくものです。

大目標 「人生の最期まで、住み慣れた地域で、
自分らしい暮らしを、安心して送れる」佐久市の実現

を目指し、以下の活動目標を掲げ、取り組んでいます。

活動目標

① 行政、医療・介護の関係者が取り組むこと

⇒医療や介護を必要とする方が増えるなか、医療・介護のサービスを必要に応じて、スムーズにお届けできる体制を整備します。

*医療介護連携推進協議会の開催（市内の医療・介護の専門職等の代表が集まり、医療や介護の提供体制における課題を見つけ、解決していきます）

*医療・介護の専門職の連携を強化する取り組みを推進します（関係者の研修や会議を開催します）

*在宅医療24時間体制の整備を推進していきます

*市民公開講座の開催や、地区サロンに出向き、介護保険制度等について市民の皆さんとの学習活動を展開します

② 市民の皆さんにも取り組んでいただきたいこと

⇒医療や介護のサービスを上手に使っていただくことが必要です。

そのためには、医療や介護についての情報を得ておき、イザという時どうしたいのか、元気なうちから家族と一緒に考えておくことが大切です。

⇒地域の見守りの体制や、助け合いの体制を整えることが大切です。

地域ぐるみで協力し、支えあえるネットワークの構築が大切です。

個人や地域で、できる事から実践してみませんか。

医療介護連携推進協議会 では、医療・介護に関するさまざまな課題の検討を行っています!!

■ 歯科医師会より…

「寝たきり予防のために、介護度が軽度なうちから、口腔ケアへ取り組むことが大切」

「介護現場やご家族に口腔ケアの必要性についてご理解いただけるよう協議会として呼びかけ、訪問歯科健診の利用を進めていこう」

■ 薬剤師会より…

「在宅で薬をきちんと飲めていない高齢者が多いようだ」

「ご自宅でのお薬の使い方について聞き取り調査をし、飲めていない薬があれば、その原因を調べて対応策を検討しよう」



※上記の話し合いを受け、医療介護連携推進協議会では、ご自宅での服薬の状況について、聞き取り調査を行うことになりました。地域包括支援センター職員が皆さんのご家庭に訪問した際などに、おくすりの状況についてお伺いすることがあります。ご協力をお願いします。

■お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3154 (直通)

佐久市老人福祉計画・第6期佐久市 介護保険事業計画を策定しました

この計画は、平成27年度から平成29年度までの3年間の、佐久市の高齢者福祉施策の基本的な方針を定めたものです。住み慣れた地域で、継続して生活するための「地域包括ケアシステム」の実現を目指して、下記の内容の計画を策定しました。

佐久市老人福祉計画・第6期佐久市介護保険事業計画の詳細については市ホームページに掲載していますので、ご覧ください。

●地域包括ケアシステムの構築

市民の皆さんが高齢になっても、住み慣れた地域で、安心して、自分らしく暮らし続けることができる地域となるよう、認知症対策や在宅医療と介護、介護予防、生活支援などの視点から、市民の皆さんと体制づくりを進めます。

●地域支援事業の取り組み

地域支援事業は、高齢者の方々が、社会参加や社会的役割を持てるように支援し、要介護状態または要支援状態となることを予防するとともに、要介護状態等になった場合でも、可能な限り、地域において自立した日常生活を営むことができるように支援することを目的に「介護予防事業」「包括的支援事業」「任意事業」を実施します。

※「介護予防・日常生活支援総合事業」は平成28年度（予定）より実施します。

●介護保険料の設定

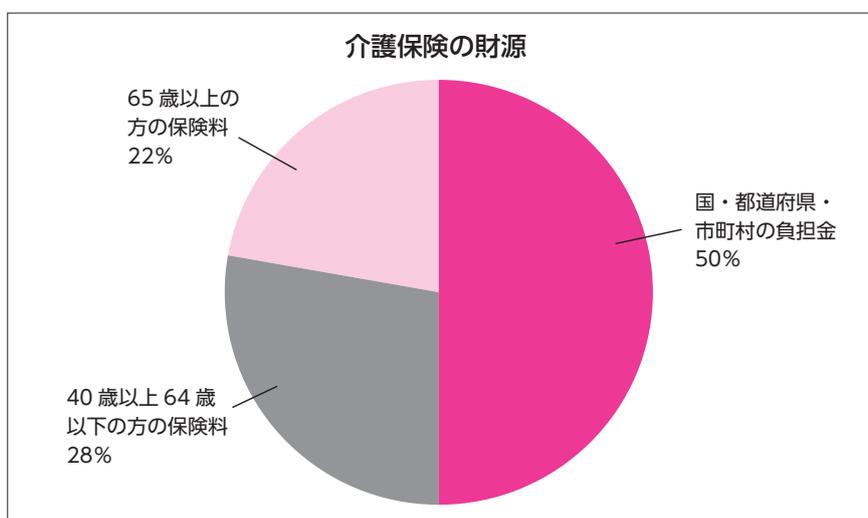
平成27年度から29年度までの要介護認定者数の推計、介護給付費や地域支援事業費の推計、介護保険の財源のひとつである65歳以上の方の負担割合の改定介護給付費+地域支援事業費の21%→22%等の要因を検討し、決定しました。

制度の健全な運営のため、保険料の納付にご協力ください。

平成27年度の介護保険料の詳細は10ページに掲載されています。

●介護保険施設等の整備計画

- ・平成28年度 特別養護老人ホームの増床 50床を1箇所
- ・平成29年度 平成28年度末で介護老人保健施設「みすず苑」の閉苑に伴い、それに代わる民設民営による介護老人保健施設を開設



■お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3154 (直通)

平成27年度の介護保険料について

保険料の見直しにより、平成27年度の65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料が所得に応じて下記のように変わります。保険料の納付について、ご理解とご協力をお願いします。

所得段階	対象者	介護保険料（年額）
第1段階	・生活保護の受給者 ・本人および世帯全員が市民税非課税で老齢福祉年金の受給者 ・本人および世帯全員が市民税非課税で本人の合計所得金額+年金収入額が80万円以下	33,900円
第2段階	本人および世帯全員が市民税非課税で本人の合計所得金額+年金収入額が80万円超120万円以下	50,800円
第3段階	本人および世帯全員が市民税非課税で本人の合計所得金額+年金収入額が120万円超	50,800円
第4段階	本人が市民税非課税（世帯内に課税者がいる）で本人の合計所得金額+年金収入額が80万円以下	59,600円
第5段階	本人が市民税非課税（世帯内に課税者がいる）で本人の合計所得金額+年金収入額が80万円超	67,800円
第6段階	本人が市民税課税で合計所得金額が125万円未満	84,700円
第7段階	本人が市民税課税で合計所得金額が125万円以上200万円未満	91,500円
第8段階	本人が市民税課税で合計所得金額が200万円以上400万円未満	101,700円
第9段階	本人が市民税課税で合計所得金額が400万円以上	118,600円

※この表の「年金収入額」には、税法上非課税の対象の収入となる年金（障害年金や遺族年金）は含まれません。

●介護保険料の納付方法

介護保険料の納付方法には、特別徴収と普通徴収があります。

（特別徴収の方は希望により普通徴収に変えることはできませんのでご理解をお願いします。）

○特別徴収（年金からの天引き）

- 定期の年金支給月（偶数月）に、年金からの天引きにより納付していただきます。（ご自身で市役所、金融機関等で納付していただく必要はありません。）
- 年金支給額が年間18万円以上の方が対象です。
- 年度途中で転入された方、年度途中で65歳になられた方、年金担保の借り入れをしている等の方は、今年度は対象となりません。
- 4月は前年度2月（平成27年2月）分の保険料と同額を徴収し、6月以降の年金から新しい保険料の年額で徴収を行います。詳しくは4月上旬に「特別徴収開始通知書」（ハガキ）を送付しますのでご確認ください。

○普通徴収

- 年度途中で転入された方、年度途中で65歳になられる方等が普通徴収の対象となります。
- 「納入通知書」により、各納期（12回）までに、市役所・支所・出張所、金融機関窓口で毎月納付していただきます。
- 納め忘れのない、安心・便利な口座振替（手続きが必要です）での納付をおすすめします。
- 平成27年度の年間保険料額から、4月から6月までの合計額（仮徴収）を差し引いた額を7月から翌年3月まで（本徴収）で納付していただきます。

介護保険料の滞納・納め忘れにご注意ください。

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

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

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

要介護高齢者介護用品給付事業のお知らせ

ご家庭で要介護高齢者を介護している方へ、介護用品を給付しています。
平成27年度の申請を下記のとおり受け付け致します。

■申請書配布開始日 3月25日(水)から ■申請受付開始日 4月1日(水)から

対象者は次の①～③の全てに該当される方です

- ①要介護度1～5の高齢者を、在宅で介護している介護者。
- ②要介護高齢者および介護者が、佐久市に住所を有している。
- ③要介護高齢者および介護者の世帯において、ご家族全員が市民税非課税である。

対象となる介護用品

- ・紙おむつ・尿とりパッド・防水シート・使い捨て手袋・清拭剤・ポータブルトイレ用防臭剤
- ・口腔ケア用品・ウロガード等、消耗品

申請方法

高齢者福祉課及び、各支所 高齢者児童福祉係にて申請書類をお受け取りになり、必要事項をご記入の上、提出してください。

必要書類

- 1、要介護高齢者介護用品給付申請書
- 2、介護用品取扱指定業者からの見積書
- 3、居宅介護支援事業所からの在宅での介護期間の証明書

※給付決定となった方は見積りを依頼した業者から介護用品をお受け取りいただきます。

給付限度額

- 要介護1 月額 700円 × 27年度の残月数
- 要介護2・3 月額2,300円 × 27年度の残月数
- 要介護4・5 月額4,200円 × 27年度の残月数

【例】要介護5の方が4月に申請すると50,400円(4,200円×12ヶ月)が給付限度額となります。

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

あなたのからだ元気ですか？

知って得する からだのはなし

腎臓の敵「脂質異常症」を食事で予防しましょう。

脂質異常症は脂肪の摂りすぎだけが原因ではないのです。コレステロールは、体に入ると細胞やホルモンなどを作る材料になります。脂肪になり体に貯まることはありませんが、多いと、血液の中をウロウロします。

●コレステロールは何からできるのでしょうか。

- 1/3は……卵、肉、魚など食品中のコレステロールから
 - 2/3は……ご飯や果物、お酒、料理の油など、糖質や脂肪から
- 上記の2つの方法でコレステロールは作られるため、2つの点に気を付けた食生活を心がけましょう。



①肉、乳製品などの食品の食べ過ぎに注意！

脂肪酸の中でも、冷めると白く固まる油を多く含む、飽和脂肪酸がコレステロールに変わりやすいと言われてます。肉類の脂肪や乳製品の脂肪に多く含まれます。

コレステロールは体に必要な成分のため、厳しく制限する必要はありませんが、食べ過ぎには注意しましょう。
(かかりつけの先生と相談しながら)



②食事腹八分目。食べ過ぎないように。

コレステロールの主な材料は、エネルギーに変わらなかった糖分や脂肪です。ですので、食事を食べ過ぎてしまうとコレステロールが血液の中に多くなってしまいます。

すべての生活習慣病に通じることですが、食事は腹八分目で、食べ過ぎてしまった時は運動するなどして、調節しましょう。



以前は、「卵はコレステロールを多く含むから食べない方が良い」と言われていましたが、現在の研究では関連はないと言われています。油の種類に気を付けて、たんぱく質はしっかり食べるようにしましょう。

コレステロール値に影響を及ぼす要因は、食事の他に運動や肥満、遺伝も考えられます。それぞれの要因があるか自身の生活を見直して、できることから改善していきましょう。

動脈硬化などに影響するという、コレステロール。まずは健診でご自身の値を確認してみましょう。

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

国民年金保険料と 保険料割引のご案内

27年4月から28年3月までの国民年金保険料は、「月額15,590円」です。

保険料の納付には、現金・口座振替・クレジットカードの納付方法があり、納め方によって割引制度があります。

納め方による保険料の割引額

納付方法		半年分	年間納付額	年間割引額
現金・クレジット	毎月 (15,590円/月)		187,080	0
	前納 (半年分)	92,780	185,560	1,520
	前納 (1年分)		183,160	3,320
口座振替	毎月 (翌月末振替15,590円/月)		187,080	0
	毎月 (当月末振替15,540円/月)		186,480	600
	前納 (半年分)	92,480	184,960	2,120
	前納 (1年分)		183,160	3,920
	前納 (2年分)		366,840	15,360

2年分前納・1年分前納・半年分前納（前期分）の保険料の振替日は4月30日です。口座残高の確認をお願いします。

※納付書で納める場合（現金・クレジットカード）は、4月上旬に27年度（1年分）の納付書が送付されますので、納付時に前納するか選択してください。納付期限に遅れないように、コンビニエンスストアや金融機関等で納めてください。

26年度に免除等を受けている方は以下のとおりとなります

全額免除・若年者納付猶予

27年6月分までは全額免除または納付猶予期間となるため、7月上旬に7月分から28年3月分までの納付書が日本年金機構から送付されます。

一部納付（一部免除）

27年6月分までは一部納付（一部免除）となるため、4月上旬に、4月分から6月分までの一部納付分の納付書が日本年金機構から送付されます。また、7月上旬に7月分から28年3月分までの全額分の納付書が日本年金機構から送付されます。

学生納付特例

27年3月分までは学生納付特例期間となるため、4月上旬に4月分から28年3月分までの納付書が日本年金機構から送付されます。

特例追納のお知らせ

年金の第3号被保険者の記録に【不整合】があるときの特定保険料の納付申込が2月から始まっています。

特例追納の保険料納付は、本年4月1日から3年間の時限措置となっていますので、忘れずにお手続きをお願いします。申し込みいただいた方に4月上旬から納付書が日本年金機構から送付されます。

■お問い合わせ

小諸年金事務所

☎0267-22-1080

日本年金機構ホームページ

<http://www.nenkin.go.jp/>

国保医療課

☎62-3093（直通）

月経困難症について



浅間総合病院
産婦人科医長
青木 敬 宏

生理のときには、多くの女性
が痛みなどの症状を感じます。
なかでも日常生活に支障をきた
すほどのものを月経困難症と呼
び、一般的な生理痛とは区別を
しています。下腹部痛、腰痛な
ど一般的に生理痛と呼ばれるも
のに加え、腹部膨満感、吐き気、
頭痛、疲労、脱力、食欲不振、
イライラ、下痢、憂鬱等の症状
がみられます。これらの症状の
原因となる一番大きな要素は
prostaglandin（以下PG）と
いう生理活性物質です。PGは
痛みの物質というだけではなく、
子宮の収縮や腸管の運動を亢進
させる働きも持つため、子宮の
過剰な収縮や腹部膨満感・下痢

をも引き起こします。

月経困難症には機能性月経困
難症と器質性月経困難症の2つ
のタイプがあります。明らかな
原因疾患がないものを機能性、
あるものを器質性月経困難症と
呼んでいます。

機能性月経困難症の特徴は、
月経の初日・2日目頃の出血が
多いときに強く、痛みの性質は
鋭く突然であることが多いです。
原因は頸管狭小やPG過剰によ
る子宮の過収縮です。10代・20
代前半に多く、救急車で搬送さ
れてくる患者さんはほとんどが
こちらのタイプです。

器質性月経困難症の痛みは、
月経4～5日前から月経後まで
続く持続性の鈍痛のことが多い
です。子宮内膜症、子宮腺筋症
などの器質的疾患に伴います。
20代後半・30代後半にかけて多
いです。

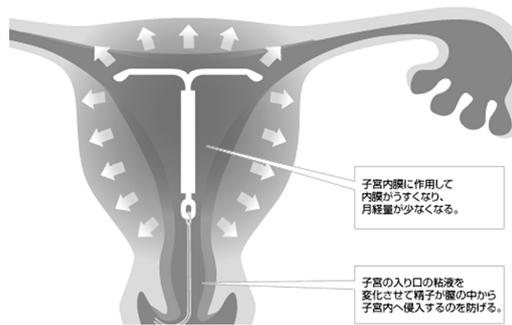
機能性月経困難症の痛みの原
因が主に子宮の過剰な収縮やP
Gの過剰であるため、その合成
を阻害する非ステロイド系抗炎
薬剤（NSAIDs）とこう痛み止
めが特に有効です。その他、症
状や患者さんの体質・御希望に
応じて漢方薬や精神安定剤・子
宮収縮抑制剤・低用量ピル・子
宮内システム（IUS）などを使
用することもあります。併用し
て使う場合もあります。

器質性月経困難症とは何らか
の疾患が原因となっている月経
困難症です。ほとんどが子宮内
膜症かその仲間である子宮腺筋
症という疾患によるものです。
子宮内膜症による月経困難症の
治療には、機能性月経困難症の
治療に加えてホルモン療法や手
術療法も行われることがあります。
妊娠・分娩の希望があるの
かないのか、症状の程度、患者
さんの経済状態によって治療法
の選択は大きく変わってきます。
お子さんが欲しい方であれば、
痛み止めや漢方、子宮内膜症の
病巣を除去する手術が選択され
ます。子宮内膜症自体が不妊症
の原因となる可能性が非常に高
いので、不妊症の患者さんに対
しては、近年は子宮内膜症の病
巣を除去する手術を優先して行
うことが多くなっておりま

子宮内膜症や子宮腺筋症によ
る月経困難症は一般の方には診
断が難しく、市販の鎮痛剤だけ
では対処が難しい場合が多いの
で、月経困難症の症状が強い場
合は最寄りの産婦人科を受診さ
れることをお勧めします。



低用量ピル ルナベル配合錠ULD



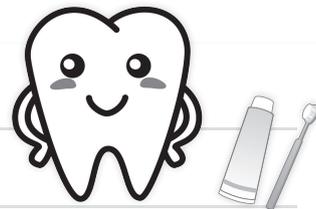
子宮内システム（IUS） ミレーナ52mg

筆者略歴

東京都出身
平成12年大分医科大学卒業
以降、帝京大学病院、上尾中央総合病院、愛育病院、日立総合病院を経て、
平成18年から現職。
趣味はサッカー・ゴルフ・スノーボード



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



「くうねるあそぶ」で歯の健康を

お口の中の歯は、骨に直接ついているように見えますが、土台となる骨と歯の間には歯根膜という無数の靭帯があり、歯の根はこの歯根膜にぐるりと包まれています。(図参照)

その幅、約0.3mmの歯根膜に包まれているだけで、グラグラする感じはありません。このような骨とのわずかな隙間が緩衝材になっており「噛みごたえ」はこの部分で感じ取ることができます。

また、人間の噛む力というのは、自分の体重ほど(人によっては瞬間的に100kg程になる場合も)になりますが、歯根膜には安全装置としての働きもあります。例えば、食べ物の中に異物が入っていたりして、歯に瞬間的に強い衝撃が加わると、歯根膜の中のセンサー細胞が、瞬時に「口を開け!」と脳に直接命令を発し、考える間もなく勝手に口が開くようになっています。

しかし、なんらかの原因で歯根膜に炎症が起こると、センサー細胞が破壊され、安全装置としての機能が低下したり、過剰反応を起こした結果、知覚過敏状態になったりします。

これらの原因としては、寝ている間の過度な歯ぎしりや、日常的に不必要に強くかみしめるようなことが多い場合などで、その結果、歯が捻挫のような状態となり、食べものを噛むと電気が走るような痛みを感じるようになり、冷たいものがしみやすくなるなどの症状が現れます。

このような歯の捻挫状態が長期にわたると、歯を支える骨が溶けはじめ、やがて歯がグラグラしてきて歯周病になってしまいます。

歯周病というと歯磨きの不良のみが取りざたされていますが、意外にもこのような別の要因が大きく影響を及ぼしています。

これらの他に歯周病に影響を与える代表としては、糖尿病(歯肉の毛細血管が弱くなる)、骨粗鬆症(顎の骨が弱くなる)や、生活のリズムの乱れやストレスによる免疫力の低下、スマホのやりすぎなどによる睡眠の質の低下(ブルーライトの刺激によって眠りが浅くなる)などがあげられます。

歯周病を予防するには、よく噛んで食べることで、質の良い睡眠をとること、ストレス解消を図るということで、「食う(くう)・寝る(ねる)・遊ぶ(あそぶ)」が一番の良薬というわけです。



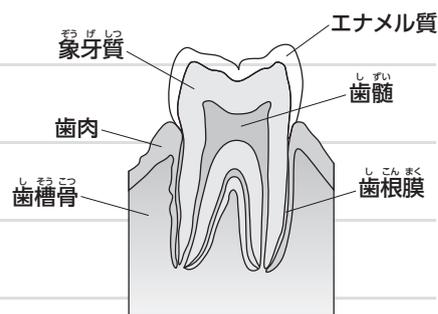
木次大介 歯科医師

筆者略歴

平成5年
神奈川歯科大学卒業
同年 同大学
歯周病学講座助手
平成11年
歯学博士取得
平成12年
日本歯周病学会専門
医取得
平成13年
開業し、現在に至る

一般社団法人
佐久歯科医師会

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



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

■お申し込み・お問い合わせ

サングリモ中込2階 口腔歯科保健センター健康づくり推進課
口腔歯科保健係 ☎63-3781 ☎63-3782

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





岩村田共同作業センターに 障がい者用の椅子を寄贈されました

2月2日、地域の障がい者福祉向上のため、学校法人吉沢学園地球環境高等学校様から、バザーの収益金の一部で、岩村田共同作業センターに障がい者用の椅子3脚を寄贈していただきました。



社会を明るくする 運動作文コンテスト優秀賞受賞

第64回社会を明るくする運動作文コンテスト（主催法務省他）において、佐久長聖中学校3年生の山崎友稀君の作文「犯罪・非行撲滅について」が長野県推進委員会で最優秀賞、中央推進委員会で優秀賞（日本BBS連盟会長賞）を受賞しました。

2月9日同校で表彰伝達式が行われました。



離山南工業団地土地売買契約調印式

2月12日、土地売買契約調印式を行いました。土地を取得したのは、大阪府大阪市で主に鋼管類の加工・販売を行っている「丸金パイプ株式会社」です。同社は、平成25年にも当該地の隣接地を取得し、昨年8月に一部操業を開始しています。このたび取得した土地の活用については、将来的に事業の拡張を計画されているとのことです。



佐久市一般廃棄物（ごみ）処理 基本計画（案）の答申

2月17日、市役所で佐久市環境審議会の白井汪芳会長から、「佐久市一般廃棄物（ごみ）処理基本計画」（第3期計画）（案）について、市長へ答申を行いました。

審議会では、昨年7月30日に諮問を受け、本計画（案）について審議を進めてきており、今回の答申となりました。



臼田中CM大賞・学校登山ホームページ コンテスト受賞報告

2月27日、臼田中学校の美術部、パソコン部の皆さんが市役所を訪れ、柳田市長に「abnふるさとCM大賞 NAGANO」長野県知事賞および長野県教委主催「学校登山のすすめ」ホームページコンテスト最優秀賞の受賞報告を行いました。受賞作品を鑑賞しながら、感想や制作で工夫した点などを話していただきました。

開催中⇒5月6日(水・祝)まで

祝 新佐久市誕生10周年

収蔵品展

小林恒一コレクション

郷土のコレクターが遺した美の愉しみ

平成15年に寄贈されたこのコレクションは、佐久市平塚の医師 故・小林恒一氏により40年余にわたって蒐集されたものです。いずれも人間国宝の濱田庄司、十三代今泉今右衛門、藤原雄、藤本能道らの陶芸作品をはじめ、北村西望、高村光雲らの彫刻、安田鞞彦、東山魁夷らの日本画、林武、三岸節子らの洋画、そしてピカソ、ビュフェなど海外の作品にまで及びます。今回は、その全作品を一堂に展示します。ぜひご覧ください。



高村光雲「三番叟」

■併設展 ○虫—花と戯れ 絵画、彫刻、工芸作品に見る、花と虫の魅惑的な戯れをお楽しみください。

■常設展示 ○平山郁夫「出現」ほか ○中国陶磁器（吉沢三朗コレクション）

■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 4月の毎週月曜日

■会期中のイベント ○展覧会ガイド 4月12日(日) 午後2時から40分程度 ※参加は無料ですが、観覧券が必要です。

佐久市立近代美術館
油井一二記念館



■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

さとう ひろのぶ
佐藤 宏信くん
(野沢北高校 3年)



趣味…ギター

住所…春日

今、一番楽しいことは「ギターの音色の研究」と話す佐藤宏信くん。野沢北高校に通う17歳です。

「今弾いているエレキギターは、ギター本体だけで音が出せず、音を加工するエフェクターと音を出すアンプが必要です。使うものや組み合わせで音がガラッと変わるので、試行錯誤しながら自分好みの音色を作ります。」とのこと。

そんな佐藤くんの将来の夢は、ギターに関わる仕事に就くこと。「ギタークラフトマンか楽器店員になりたいと思っています。自分がギターを弾くことで得られた様々な感情をたくさんの人に味わってもらい、楽器を好きになってほしいからです。」と話してくれました。

10万人の広場

細川 敦子さんから紹介された

こばやし まりえ
小林 珠江さん
(美容師・小田井)



①自己紹介をお願いします。

岩村田の美容室「SAWA」でスタイリストをしています。ヘアスタイルは、地方だと都会と比べて流行に遅れていると思われがちです。都内で美容師をしていた経験から、お客様の希望するスタイルに流行を入れたり、その方の持つ良い部分が出せるようにこだわりを持っています。

②これからの街づくりに望むこと

若い人たちが都会から来た友人におすすめしたり、一緒に出かけられる場所がもっとたくさんあれば活気が出ると思います。自然に恵まれた地域ですが、市街地も若者の活気の溢れるまちになって欲しいと思います。



児童・生徒の部 特選受賞の皆さん (出席者)

新しい風、生涯学習。



生涯学習
マスコット
マナビイ

第10回短詩型文学祭

2月21日に野沢会館で、川柳、詩、短歌、俳句1,028点の応募作品から入選発表を行いました。座談会の中で、受賞者に短冊や色紙の贈呈、意見交換などを行いました。

児童・生徒の部表彰式は、特選者に賞状の授与をし、作品発表では、子どもらしい句に顔をほころばせる場面が見られました。記念講演には俳句作家の窪田英治先生をお招きし、参加者は、佐久の先人「相馬遷子の人と作品」のお話に興味深く耳を傾けました。

公民館本館：〒385-0043 佐久市取出町183 野沢会館内
☎0267-64-0551 ☎0267-64-0553
E-mail: kominkan@city.saku.nagano.jp

地区公民館のつどい

浅間地区館

2月21日(土)・22日(日)

浅間会館



2月21日と22日の両日、第32回浅間地区公民館のつどいが開催されました。
ふれあいコーナーでは、押し花アレンジ・パステル画・餅つきの体験に大勢の親子が参加し、つきたてのお餅のふるまいは好評でした。
特別出演コーナーでは、岩村田北保育園児によるかわいいダンスと歌、平根小学校児童による力強い管楽器演奏に、大きな拍手が送られました。
展示会場では、限られたスペースに工夫を凝らし、205点の力作が展示され、来場者を楽しませてくれました。
また、舞台発表では、35の多彩な演目が発表され、練習の成果が見事に発揮されていました。今までにない楽しいダンスもあり、会場のみなさんと一緒に盛り上がりました。
昨年が大雪で中止になったので、お天気が心配されましたが、好天に恵まれ、改築のため、現浅間会館で最後となる「公民館のつどい」にふさわしい素晴らしい素晴らしい2日間となりました。

野沢地区館

2月7日(土)・8日(日)

野沢会館



第33回野沢地区公民館のつどいが、2月7日・8日と2日間にわたって賑やかに開催されました。
会場内にそれぞれ工夫して飾られた881点の展示作品は、1年間の成果が見事に発揮されており、見る人達に感動を与えていました。
また、「陶芸・将棋・押し花・銅版・英会話・昔ばなし語り」の体験コーナーでは、多くの希望者がつどい、学習グループの方に助けてもらいながら、実際に自分で、ふれて、作って、楽しみました。
地域公民館・学習グループの舞台発表では、44グループが参加し、総勢550名の方が舞台に立ち日ごろの練習の成果を発揮し、また、野沢小学校合唱部の美しい歌声は会場にいる人達の心に響き渡り、世代を超えた交流の場となりました。
「呈茶コーナー」など、大勢の方のご協力に支えられ、素晴らしい「つどい」となりました。

文化の創造と絆づくり

中込地区館

2月21日(土)・22日(日)

中込会館



第33回中込地区公民館のつどいが開催されました。昨年は記録的な大雪のために中止となりましたが、今年は晴天に恵まれ、大勢の方が来館されました。

1日目は恒例の餅つきがあり、ホールには威勢のいい杵の音が響き、来館者にはつきたてのお餅が振る舞われました。

午後の特別出演では、中込小学校金管バンド、佐久相撲甚句会、佐久鯉太鼓保存会、佐久城山小学校合唱愛好会・かたりクラブ・竹太鼓、瀬戸獅子舞保存会の皆さんの熱演がありました。

2日目は26ステージの舞台発表がありました。コーラス、舞踊、フラダンス、大正琴、演劇等の発表があり、日頃の成果が発揮されていました。

展示会場には書道、きり絵、俳句、表装、リフォーム、洋裁、銅板、絵手紙等303点が展覧されました。どれも力作ばかりで1年間の成果が見事に現れていました。

展示出展者、舞台発表者、運営委員を初め、地域が一体となって成し遂げた素晴らしい2日間でした。

佐久市市民創錬センターの 予約を開始します

平成27年8月1日開館の佐久市市民創錬センターの利用予約受付を開始します。予約開始時は受付が大変混雑することが予想されますので、8月の開館までの間に事前予約される場合は、野沢会館内の公民館本館に直接お越しいただき(混乱を避けるため電話での予約はできません)ご予約をお願いします。



市民創錬センター 完成イメージ図

- 予約開始 4月13日(月)から
- 受付時間 午前8時30分～午後5時15分(土日祭日を除く)
※受付開始8時30分前にお越しの方は、予約順の抽選を行います。
- 予約場所 野沢会館内 公民館本館(直接お越しください) ☎64-0551
- 予約受付期間 8月1日～10月31日(3ヶ月分)
※予約にあたっては、市及び公民館事業を優先しますので、あらかじめご了承ください。

第10回 佐久市 短詩型文学祭 特選作品紹介

紙面の都合上選評は割愛させていただきました。

短歌

〈一般の部〉

小澤 京子 先生選

新しき通学路いざ歩き出すスカートふわり春風ふわり

根岸 工藤百合乃

ふりしぼるやうに叫んだあの時の亡夫の「ありがたう」は吾を支へる

田口 高橋 悠紀

君からの誘ひのメールに添へてありささらえをとこ今美しと

新子田 井出 幸夫

木内 賢隆 先生選

ブルーベリー摘みいるわれに「おはよう」と声かけくるるバリトンの声

佐久穂町 市川エツ子

今年から老々介護になりますと少し遅れて賀状が届く

田口 清水みち子

手入れ済みほっと息つく菜園に五時を報らせる夕やけこやけ

野沢 中島よしえ

内藤 洋子 先生選

倒産の傷もうすれて庭に立つ苗木を植えし木も軒越えぬ

小田井 金井壽々子

子を思うその一言が重荷だと言われてもなお懲りず世話焼く

白田 田嶋久美子

デスバレー海拔マイナス85四方に拡がる岩塩砂漠

桜井 白田 弘茂

中島 雅子 先生選

吊るされし鮭の眼にある幾海里そを少年はじっと見ており

佐久穂町 小椋 茂

マグマ赤く滾るは見せぬ浅間山穏やかに行く秋を装ふ

岩村田 中澤富士子

田んぼ道に秘密保護法反対のポスター見つく ここに声あり

御馬寄 町田 早苗

〈児童・生徒の部〉

※学校名・学年は出品当時のものです。

小澤 京子 先生選

内藤 洋子 先生選

中島 雅子 先生選

あきらめずボールに追いつきドリブルでゴールにせまりねらってシュート

白田小4年 井出稜太郎

木内 賢隆 先生選

朝起きてテントから出て空見れば差しこんでくる自然の光

岩村田小5年 荒河 冴

作品集の販売について

第10回佐久市短詩型文学祭作品集の販売を
します。

- ・販売価格 1冊800円
- ・販売場所 公民館本館または各地区館



俳句

〈一般の部〉

小泉 博夫 先生選

手のひらを返せば進む盆踊り

下越 田邊 一美

膝小僧ならべて線香花火かな

田口 渡辺ちよし

さへづりや研ぎやせし鎌さらに研ぐ

佐久穂町 小椋 茂

瀧澤 宏司 先生選

不揃いの小鮒煮られて佐久は秋

原 高見澤 彌

野の風を活けてをるなり盆の花

原 柳沢 朱実

水口に日差しおどらせ田水張る

鍛冶屋 木村由里子

西田 和彦 先生選

汗澀れのゴム長脱ぎて夕浅間

桜井 臼田 文子

徳利に鬼灯活けし禁酒の身

田口 小林昭太郎

寄せ鍋やひと座譲りし不意の客

鍛冶屋 木村由里子

丸山 正俊 先生選

太陽を隈無く浴びし小豆挽ぐ

高柳 平林八重子

蓑虫や寄る辺無き風来て遊ぶ

下小田切 堀内ふき子

身にしむやまた薄くなる同人誌

清川 高橋 和枝

〈児童・生徒の部〉

小泉 博夫 先生選

やあげんきかえるゲゴゲコこんにちは

高瀬小3年 須江 悠斗

夏の日はポニーテールが似合うかな

野沢中1年 木内 愛莉

僕の影地面にのびる秋夕焼け

野沢中1年 村田 尋斗

瀧澤 宏司 先生選

まっけたぞよぞらにはなびどっかん

高瀬小3年 平岡 夢叶

台風が体力ためてやってくる

岩村田小5年 佐々木澤音

ふなを食べ大人のきぶんあきのよる

野沢中1年 木次 健太

西田 和彦 先生選

白い息気付かぬうちに秋かもね

岩村田小5年 望月 咲侑

台風が残していった茜雲

高瀬小6年 佐藤さや花

秋の夜家族ではなす今日のこと

野沢中1年 木内 美里

丸山 正俊 先生選

秋の夜家族ではなす今日のこと

野沢中1年 木内 美里

秋風や肩まで伸びし髪束ね

野沢中1年 黒澤 彩

うさぎさんつきにのぼるのどうするの

高瀬小3年 梅澤朱優音

川柳

〈一般の部〉

井出 秀夫 先生選

逆転があるから長く生きてみる

白田 川村 猿嘘

野良着着るまだ幸せが残ってる

小諸市 荻原 榮子

西來 みわ 先生選

逆転があるから長く生きてみる

白田 川村 猿嘘

顔ぶれを眺めて決める座る位置

岩村田 武井 悠

言えそうで言えぬ妻へのありがとう

小諸市 中山 紀子



第10回 佐久市 短詩型文学祭 特選作品紹介

紙面の都合上選評は割愛させていただきました。

詩

〈一般の部〉 小島きみ子先生選

「風に」 取出町 原 志津子

ふと 誰かを思う時がある
ふと 誰かに思われている時がある

するすると秋風が素足をくすぐると
疲れたサンダルは巡る季節に

ふと 立ち止まる

誰かを ふと思う胸の高鳴り

誰かに ふと思われている

ささやかな喜び

お久し振りです

元気でいますか

突然とどくメールに手紙

誰かの ふとした思いが

真っ赤なほおずきの灯となって

ゆらゆらゆらと胸の中

ふと思う ふと

ふと思われる ふと

声を聞きたい、会いたいと



誰かの ふと は風に乗り

エノコノ草の穂を揺らし

川縁の小径をするするする

誰かの ふと に立ち止まる

惚けた私をそっと見ていたんだ

ふと 誰かを思う時がある

ふと 誰かに思われている時がある

遠く離れて会えない人

いつか会おうと約束を交わした人

星になってしまった父も友も祖父も母も

こんな青く澄んだ秋の日に

優しい風をそよがせて

やって来るんだね

ふと



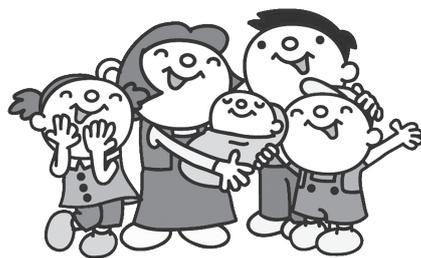
日本の家族の絆

日本人は、仕事がまず第一で、勤務時間以外や休日まで仕事に關した付き合いが入り込んできます。日本ではこのことは繰り返し指摘され、気がつきながらも脱しきれないほどの圧力をもっています。

一方、アメリカ人は休日を家族と過ごす人が多く、そのうえ、夫婦中心の家庭観が強いようです。そうしてみると、日本人とアメリカ人それぞれの家族の絆を考えると、日本人のほうが絆は弱いのでしょうか。

夫婦中心主義で、家にいる時間が多いアメリカ人は、離婚率が高いようですが、実は一緒にいる時間が多いだけに、相性が合うか合わないかが早く分かるようです。これは日本人の高年齢の離婚率が高いという事に対応されます。ただ離婚率が高いアメリカでは、再婚率も高く、夫婦中心主義だけに夫婦の絆が家庭の中心にあります。日本では仕事人の夫が家庭の中心になることはなく、その分、母子関係が強くなるのです。

医療に対する日本とアメリカ



での家族の対応の中で、尊厳死について、日本は夫がそれを決意して文書を作成しても、いざという時には妻や子どもが止めに入り、皆の意見で決めるようになりやすいのです。個を尊重するアメリカでは見られないようです。

臓器移植への反応の中にも、当事者にならない限りいま一歩進めず、家族内の移植に限るという考え方が多いようです。

日本の家族の意外に強い絆、日本人にしか見えない絆があるのです。個を個として分断しない絆、あなたも一度は感じたことがあるはずですよ。

人権同和教育推進員 武重智衛

平成26年度

佐久市高齢者大学・大学院での学習内容

今年度の高齢者大学・大学院の願書受付が始まります。(詳しくは3月号をご覧ください)
これに先立ち、平成26年度の大学・大学院の学習内容を一部ご紹介いたします。

大学

・交通事故と特殊詐欺防止

6月、佐久警察署 交通課長から「交通安全」、生活安全課長から「特殊詐欺」をテーマに、講義がありました。「交通安全」のDVDを鑑賞し、夜間の出歩きの危険性や服装などの工夫による効果、反射素材の必要性について学びました。



後半「特殊詐欺」の市内での発生状況や手口について説明を受け、講師と学生との電話対応の実演、身近に潜む危険性などの話がありました。

・高齢者の現況・健康体操

市高齢者福祉課職員から、高齢者の状況について説明を受けました。要介護の認定数が8年間で約1.5倍になり、ペース

も加速しており、軽度の認定者の人数が多いとのことでした。

また、どのような最期を送りたいかを考えることが、よりよく生きていくことにつながるといった話がありました。

後半は健康体操をしました。ロコモ(運動器症候群)防止の話もありました。

・大震災から学んだ教訓

7月、市の防災担当職員の話聞きしました。

防災と減災の違いや、自分の安全に自分で取り組む姿勢が必要とのことで「自助(個人や家族)・共助(地域住民)・公助(自治体・国家)」に「近助(顔見知り同士)」を加えた4助が、防災の要となるとのことでした。

後半は、陸前高田市に派遣された際の経験



を聞きました。大災害に直面し生きのびた人々から聞いた話や、派遣先で出会った職員と今も続く交流の話があり、現地で撮影した当時の写真がスクリーンに投影されると、学生たちは息を呑んで見入っていました。

・野外研修

10月、安曇野へ野外研修に行きました。自然豊かな「国営アルプスあづみの公園」で散策し、わさび農場の広大なわさび田と澄んだ湧き水の気持ちよさを楽しみました。

碌山美術館では、数々の彫刻に表現された、力強い体躯、憂いを浮かべた繊細な表情、瞳に込められた確かな意思などに触れました。

・唱歌・童謡・日本の歌

12月、信州大学 中山裕一郎教授から唱歌・童謡の講義がありました。政府主導の「唱歌」が中心だった大正の時代に、子どもの親しみやすさに配慮した「童謡」の時代をひらいた人々についての紹介がありました。

後半は、わらべ唄・信濃の国・昭和の歌謡曲など、成立した時代背景の説明を受けながら、全員合唱をしました。

大学院

・高齢期の健康増進と介護予防

8月、佐久大学にて講義を受けました。

前半は、佐久大学 征矢野あや子教授から、高齢者の転倒事故の深刻さについて、実際のケースや写真資料をまじえながら説明がありました。

後半は、短期大学部 関口昌利准教授から、歩行器具についての講義がありました。ステッキタイプの杖や、特殊な松葉杖などの説明があり、学生たちは、数種類用意された器具を体験しました。

その後実習室に移り入浴支援機材の紹介を受けるなど介護の現場を補助する様々な機材や器具に触れました。



・戦前日本はなぜ大戦争への道に走ったのか

11月、神戸大学名誉教授 須

崎慎一氏から、明治以降から敗戦までの日本と、その背景にあった大衆のエゴ・為政者の不明について解説がありました。人々の日記・書簡や当時日本を批評していた国外の新聞記事など、その時代の息遣いを伝える資料を頼りに、双方向的な視点からの講義でした。

・佐久の文化財について

12月、市文化財課職員から、文化財調査担当者としてこれまで携わってきた発掘経験の講義がありました。

知られていなかった佐久に栄えた古代社会の話や、出土品の須恵器や土師器の色や質感の違いを味わいました。

修了式

2月18日、本年度高齢者大学・大学院の修了式が野沢会館で挙行され、修了者は大学145名・大学院18名で、柳田学長から一人ひとりに修了証書が手渡されました。修了認定者のうち大学・大学院合わせて皆勤者は66名でした。

式終了後、創作実技7班から学習の成果を発表があり、1年間の学習を締めくくりました。

	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	◎家庭菜園教室 (全8回) 超初心者でも安心 基本から学びましょう	4月 9日(休) 9:30~11:30 4月23日(休) // 5月14日(休) //	浅間会館 大会議室	岩下武弘先生	(参加費) 無料 (持ち物) 筆記用具 (定員) 30名
	◎伝えたい佐久の味 献立: 米粉の草餅・うどんの酢みそあえ わらびの卵とじ	5月12日(火) 9:30~13:30	浅間会館 調理講習室	佐久マイスター の会	(参加費) 800円程度 (持ち物) エプロン・三角巾・筆記 用具 (定員) 14名 ※申込受付開始 4月7日(火) 8:30
	◎中山道歴史の旅~入門編~ (全3回) 佐久中山道の全体像を把握しよう	5月22日(金) 10:00~16:00 5月29日(金) // 6月 5日(金) //	浅間会館 浅科会館 駒の里ふれあ いセンター 及び現地	中山道披露目頭 中藤保則先生	(参加費) 各回1,000円程度(昼 食・保険料等) (持ち物) 筆記用具・飲み物・帽子 等 (定員) 20名 ※申込受付開始 4月8日(火) 8:30 ※3回シリーズとなります。
	◎元気なおやじシリーズ① 野草を摘んで食べてみよう	5月21日(休) 8:30~16:00	浅間会館及び 現地	佐藤文一先生	(参加費) 700円程度 (持ち物) エプロン・三角巾・筆記 用具・手袋・袋・米(1/2カップ) (定員) 20名 (対象) 男性 ※申込受付開始 4月9日(休) 8:30 ※山歩きのできる服装でお出かけ ください。
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!	①4月 6日(月) 9:30~11:30 ②5月11日(月) // ③6月 8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) 100円(初回のみ資料代) (持ち物) 筆記用具 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎ミニ盆栽作り (全3回) 仕立てる楽しみを味わえる雑木「イワシ デ」に挑戦してみませんか	①4月18日(出) 9:30~11:30 ②5月16日(出) // ③6月20日(出) //	野沢会館 (創作室)	三浦文美先生	(参加費) 2000円程度(定員) 15名 (持ち物) ハサミ・ペンチ・やっ とこ・鉢 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎リズム体操♪ みんなでチャレンジ (全4回) 善光寺御開帳 NAGANO善光寺よさこい 記念演舞曲「切り火」を体いっぱい踊っ てみませんか! (誰でも踊れるBタイプ)	①5月26日(火) 10:00~12:00 ②6月 2日(火) // ③6月16日(火) // ④6月23日(火) //	野沢会館 ①④ 会館ホール ②③ 多目的ホール	中嶋洋子先生	(参加費) 無料(定員) 30名 (持ち物) 飲み物・運動ぐつ ※運動のできる服装でお出かけ ください ※詳細は後日参加者に通知します
中込地区館	◎やさしいミニ盆栽 (全3回) 今年は紫式部で寄せ植えを作ります	①4月11日(出) 9:30~11:30 ②5月 9日(出) // ③6月13日(出) //	中込会館 ホワイエ	三浦文美先生	(参加費) 2,000円程度 (持ち物) はさみ・ニッパー・やっ とこ・ペンチ・鉢 (定員) 15名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎ハーモニカで楽しく (全10回) 懐かしい童謡唱歌やなじみのある曲をハー モニカで演奏してみませんか	①4月16日(休) 9:30~11:30 ②5月11日(月) 9:30~11:30	中込会館 ホール	杉浦都美子先生	(参加費) 100円(初回のみ) (持ち物) ハーモニカ
	◎楽しくクッキング (全4回) 旬の食材を使った季節の料理で食卓に彩り を添えましょう	①5月21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(定員) 24名 (持ち物) エプロン・三角巾 ※申込受付開始 4月7日(火) 8:30
	◎歴史探訪 真田氏ゆかりの山城に登る 真田氏ゆかりの砥石城と米山城に登りま す。急斜面もあるので、登山用かトレッキ ング用の靴着てください	5月29日(金) 7:30~17:00	上田市砥石城 ・米山城	上田観光ボラン ティアガイドの会	(参加費) 500円程度(保険料・資 料代ほか) (持ち物) 昼食・飲み物等 (定員) 22名 ※健脚向け ※申込受付開始 4月14日(火) 8:30 ※詳細は後日参加者に通知します

※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 ※望月地区館は、月曜日と祝日の翌日は休館です

	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	◎わくわく家庭菜園 (全8回) ①野菜作りと土作り	①4月13日(月) 9:30~11:30	東会館 中会議室	市営農支援センター	(参加費) 無料 (持ち物) 筆記用具
	◎衝立・袖垣教室 (全14回) 30年以上続く、伝統ある教室です 玄関や庭に和の趣を!	①4月17日(金) 9:00~16:00	東会館 中会議室及び 作業所	神津 勝行先生 土屋東一郎先生	(参加費) 大型41,000円 標準31,000円 (定員) 10名程度 ※詳細は参加者に通知します。
	◎ポールウォーキング教室 ポールウォーキングを覚え、健康づくりを 心がけませんか	4月28日(水) 9:30~11:30	東会館集合	佐久ポールウォーキング協会	(参加費) 100円 (保険料) (ポール をお持ちでない方は貸出料別途 300円) (持ち物) 運動のできる服装・運動 靴・飲み物・ポール(お持ちの 方)・雨具
	◎EMボカシ講座 生ごみを肥料へとリサイクル	5月8日(金) 9:30~11:30	東会館 大会議室	パートナーシップ 佐久	(参加費) 300円程度 (持ち物) エプロン・ビニール手袋 汚れても良い服装で!
臼田地区館	◎家庭菜園教室 (全8回) 地産地消!!安心・安全でおいしい野菜づく りの基本を学んでみませんか	①4月 7日(火) 9:30~11:30 ②5月12日(火) // ③6月 9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) 100円 (初回のみ資料代) (持ち物) 筆記用具 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎ふるさと学習	5月26日(金) 9:00~15:00	集合: あいとぴあ臼田 馬坂方面	丸山正俊先生	(参加費) 100円 (保険料) (持ち物) 昼食・飲み物・雨具 (定員) 25名
浅科地区館	◎パッチワークで小物づくり教室 (全3回) 初心者向け講座です かわいい手提げ袋を作りましょう♪	①5月 7日(木) 13:30~15:30 ②5月21日(木) // ③6月 4日(木) //	浅科会館 1階会議室	笹間和子先生	(参加費) 2,300円程度 (材料費) (持ち物) 裁縫道具 (定員) 15名 ※申込受付開始 4月6日(月) 8:30
	◎手作りおやつ講座 (全3回) かしわ餅づくりに挑戦しましょう	①5月27日(水) 10:00~11:30	浅科保健 センター	浅科地区館長	(参加費) 400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 4月7日(火) 8:30
	◎初心者陶芸体験教室 (全3回) 初心者大歓迎。陶芸にトライしましょう	①6月15日(月) 13:30~15:30 ②7月13日(月) // ③7月24日(金) //	浅科会館 1階会議室	学習グループ 「陶友会」	(参加費) 800円程度 (材料費) (持ち物) エプロン・汚れても良い 服装 (定員) 15名 ※申込受付開始 4月8日(水) 8:30
望月地区館	◎家庭菜園教室 (全6回) おいしい野菜を食卓へ	①4月7日(火) 9:30~11:30 ②5月1日(金) //	観音峯活性化 センター 現地集合	小林重弘先生	(参加費) 無料 (持ち物) 筆記用具・飲み物
	◎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 しょう。曲目「麦の唄」など	①4月15日(水) 13:30~15:00 ②5月20日(水) //	駒の里ふれあい センター 大ホール	小林美智子先生	(参加費) 無料 (持ち物) 筆記用具・飲み物
	◎ウォーキング&ブローライフル 体験教室 (全8回) 子どもからご年配まで一緒に運動しましょう	①5月2日(土) 10:00~12:00 ②6月6日(土) //	駒の里ふれあい センター 2階 会議室	谷脇良一先生	(参加費) 300円程度 (持ち物) 動きやすい服装 (定員) 15名 (小学3年生以上)
	◎草木染教室 (全6回) 自然のコチニールで染めてみよう	①5月 8日(金) 13:30~16:30 ②6月12日(金) //	観音峯活性化 センター 現地集合	望月多恵子先生	(参加費) 1,000円程度 (材料費) (持ち物) エプロン・軍手・ゴム手 袋(Lサイズ)・飲み物 (定員) 15名
	◎家族の笑顔が一番 (全6回) しあわせクッキング 春野菜の総菜・バターロールデニッシュパン	①5月14日(月)9:30~13:00	駒の里ふれあい センター 講習室	内田すみ江先生	(参加費) 800円程度 (持ち物) エプロン・三角巾 (定員) 16名 ※申込受付開始 4月10日(金) 9:00

※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 ※望月地区館は、月曜日と祝日の翌日は休館です



平成27年度 佐久市公民館事業計画

※都合により日程や会場等が変更になる場合があります。



●21世紀に生きる人々のキーワード

生涯学習

公民館活動でみつけよう 仲間を、生きがいを！

公民館は、市民の皆さんが、心豊かでうるおいある人生を送り、住みよい地域をつくるための学習の場、ふれあいの場として、いろいろな学級・講座を開設しています。

自分にあった技能や知識を楽しく学びながら、多くの仲間と出会い、そしてふれあい、交流の輪を広げましょう。公民館は「だれもが」「いつでも」「どこでも」楽しく学べる生涯学習を実施する皆さんの場所です。気軽にご参加ください。参加ご希望の学級・講座がありましたら、(佐久市公民館・各地区館)にお申し込みください。

浅間地区館事業

☎ 67-2110
FAX 66-1402

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	4月	クラフト教室 (全3回)
	4月～10月	家庭菜園 (全8回)
	5月～6月	ふる里再発見中山道歴史の旅入門編 (全3回) ～浅科・望月地区館と合同企画～
	5月～	元気なおやじシリーズ (全6回) ～男性を対象とした自然観察・料理教室等～
	6月・9月	洋風クッキング (全2回)
	8月・10月	自然探索 (全2回)
	11月	やさしいリフォーム教室 (全2回)
	11月	トールペイント教室
	1月	人権学習
	未定	ふる里再発見 (全2回) 歴史講座
親子ふれあい学級	10月	おやこDEおやつ作り ～浅科地区館と合同企画～
	12月	親子でクリスマス料理 ～浅科地区館と合同企画～
	1月	書初め教室
交流学級 世代間	5月～2月	伝えたい佐久の味 (全5回)
	6月	公民館体験学習
	3月	みそ作り (全2回)

野沢地区館事業

☎ 62-0116
FAX 64-6132

学級名	期 日	内 容
ふれあい市民学級	4月～6月	ミニ盆栽 (全3回)
	4月～11月	家庭菜園 (全9回)
	5月～10月	クラシック・ジャズ (全2回)

公民館本館事業

☎ 64-0551
FAX 64-0553

高齢者大学

期 間 5月～2月
開催回数 18回
会 場 野沢会館／市民創練センター ほか

高齢者大学院

期 間 5月～2月
開催回数 13回
会 場 野沢会館／市民創練センター ほか

乳幼児学級 (5教室)

期 間 5月～12月
開催回数 各13回
会 場 野沢会館／市民創練センター ほか4会場

いきいき人生 創年セミナー

期 間 9月～1月
開催回数 6回
会 場 野沢会館／市民創練センター ほか

わがまち佐久・市民講座

期 間 7月4日(土)・1月16日(土)
開催回数 2回
会 場 佐久平交流センター
(旧佐久勤労者福祉センター)

第37回佐久市民コーラスまつり

期 間 9月12日(土)
会 場 コスモホール

第11回佐久市民総合文化祭

期 間 10月30日(金)～11月1日(日)
会 場 野沢会館

第27回家族音楽会

期 間 11月14日(土)
会 場 佐久平交流センター
(旧佐久勤労者福祉センター)

平成28年佐久市成人式

期 間 1月3日(日)
会 場 佐久創造館 (駒場公園内)

第11回佐久市短詩型文学祭

期 間 2月11日 (木・祝)
会 場 市民創練センター

公民館活動で、地域の 絆づくり・人づくりを進めよう

中込地区館事業 つづき

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	9月～11月	まち歩き講座・平賀編 (全3回)
	11月	シクラメンの管理
	12月	家庭でクリスマスパーティを
	1月	そば打ち講習会
	1月～2月	残った毛糸を上手に活用！ 編み物教室 (全2回)
	2月～3月	癒しの和ヨガ (全3回)
親子ふれあい学級	7月	美術館と市内めぐり
	7月～11月	子育て楽しみ隊 (全4回)
	8月	おやこでクッキング
	1月	親子書き初め教室
交流学級 <small>世代間</small>	7月	小学生公民館体験学習
	12月	しめ縄作り講習会

野沢地区館事業 つづき

学級名	期 日	内 容	
市民ふれあい学級	5月～6月	リズム体操 (全4回)	
	5月～11月	季節の料理 (全4回)	
	5月～11月	リフォーム教室 (全4回)	
	6月～8月	自然観察 (全2回)	
	9月・10月	ひざ・腰ラクラク体操 (全5回)	
	9月～11月	歴史探訪 (全4回)	
	10月	くん製作り	
	11月	年賀状パソコン教室 (全3回)	
	11月	ほうとう打ち講習会	
	12月	クリスマスケーキ作り	
	12月	佐久鯉料理教室	
	1月	茶道教室 (全3回)	
	2月～3月	老後を自分らしく (全4回)	
	親子ふれあい学級	7月～8月	夏休み陶芸教室 (全2回)
		8月	夏休みおやつ作り
交流学級 <small>世代間</small>	6月	小学校公民館体験学習	
	11月～12月	楽しい陶芸教室 (全3回)	

東地区館事業

☎ 67-2545
FAX 66-1401

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	4月	ポールウォーキング教室
	4月～10月	衝立・袖垣教室 (全14回)
	4月～11月	わくわく家庭菜園教室 (全8回)
	5月	EMボカシの作り方講座
	5月	東地区を知る①関伽流山
	5月～11月	おしゃれな料理教室 (全2回)
	6月	盆栽教室
	7月～8月	デジカメ教室 (全2回)
	7月～9月	絵手紙教室 (全3回)
	7月～10月	自然散策～山野草等を観察する～
	8月	東地区を知る②安養寺の歴史
	9月	革細工教室 (全2回)
	10月	燻製づくり
	11月	つるし雛教室 (全3回)
	12月	そば打ち教室
	2月	東地区を知る③志賀城の歴史

中込地区館事業

☎ 62-0504
FAX 62-0504

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	4～3月	ハーモニカで楽しく (全10回)
	4～5月	体のびのび！気分スッキリ！ ストレッチ教室 (全3回)
	4～6月	やさしいミニ盆栽 (全3回)
	5月～3月	楽しくクッキング (全4回)
	5月	歴史探訪 真田氏ゆかりの山城に登る
	6月～8月	手織り・裂き織り (全3回)
	6月～3月	なつかしの歌・こころの歌 (全4回)
	6月・10月	〔初心者向け〕バラの育て方 (全2回)
	7月	登山
	9月	包丁と鎌の研ぎ方教室

公民館活動を通して 豊かな生きがいを進めよう

臼田地区館事業 つづき

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	11月	お正月料理教室
	11月～2月	切り絵教室 (全4回)
	12月	そば打ち体験教室
	1月	書初作品展
	1月～3月	体操教室 (全3回)
あい学級 親子ふれ	7月	飯ごう炊さんと星の教室
	7月～8月	ふれあい陶芸教室 (全3回)
	11月	ふるさと写生大会
世代間 交流学級	6月	公民館体験学習
	10月～11月	高校生との交流 (全2回)
	10月～3月	子ども小満太鼓教室 (全10回)
	12月	しめ縄づくり

東地区館事業 つづき

学級名	期 日	内 容
親子ふれあい学級	7月～8月	親子陶芸教室 (全2回)
	8月	親子化石採掘教室 ～化石を採掘し、古代の歴史にふれあう～
	1月	書初め教室 (全2回)
	3月	郷土料理教室
世代間 交流学級	6月	公民館体験学習
	2月	きのご栽培教室

浅科地区館事業

☎ 58-3957
FAX 58-3957

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	4月	初心者手打ちうどん講座
	4月～6月	初心者卓上はた織り講座 (全3回)
	4月～6月	腹筋を動かして 健康な体を作る 体操教室 (全4回)
	5月～6月	ふるさと再発見中山道歴史の旅 入門編 (全3回) ～浅間・望月地区館と合同企画～
	5月～6月	初心者小物づくり教室 (全3回)
	5月～3月	手作りおやつ講座 (全3回)

臼田地区館事業

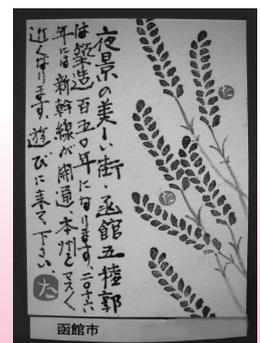
☎ 82-2106
FAX 82-7201

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	4月・9月	料理教室 (全2回)
	4月～11月	家庭菜園教室 (全8回)
	4月～2月	宇宙ウォーキング! 星の教室 (全4回) ～星の魅力を知るきっかけづくり～
	5月～10月	ふるさと学習 (全2回) ～地域の文化財巡りと歴史の学習～
	6月	おうちdeおいしい手作りパン
	6～7月	初心者デジタル写真教室 (全3回)
	7月	高山植物ウォッチング
	7月	初心者鉛筆画教室 (全3回)
	9月	歴史探訪
	9月	佐久を知り隊!
	11月	年賀状パソコン教室 (全3回)

五稜郭ゆかりのまち絵手紙交流展を 開催しました

「五稜郭」を共にもつゆかりのまち函館市と佐久市との絵手紙による交流展が、2月11日から25日まで野沢会館において盛況のうちに終了しました。

函館市の皆さんから寄せられた111点の絵手紙と、本市公民館学習グループの191点と合わせ合計302点の絵手紙には、函館五稜郭築造150年を伝えるものや、「遊びに来て」などのメッセージもあり、心温まる交流ができました。



公民館活動で心ふれあう 明るい地域づくりを進めよう

望月地区館事業

☎ 53-2548
FAX 53-2588

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	4月～10月	家庭菜園講座 (全6回)
	5月～11月	草木染教室 (全6回)
	5月～ 1月	しあわせクッキング (全6回)
	6月～10月	登山・ハイキング (全3回)
	6月・10月	歴史講座 (全3回) ～浅間・浅科地区館と合同企画～
	6月・10月	デジカメ講座 (全2回)
	8月	望月小唄講習会
	8月	榊祭り民踊流し
	10月～2月	クラフト教室 (全4回)
	11月	竹細工教室
	12月	しめ縄教室
親子ふれあい学級	8月	もちづき子どもまつり
	12月	親子ふれあい劇場 ～人形劇や歌、ミニコンサートを 親子で鑑賞する～
	3月	みそ作り体験教室
世代間交流学級	4月～ 3月	うたごえホール
	5月～12月	ウォーキングアンドブローイング 教室 (全8回) ～身体と呼吸器官を鍛えて体づくり～
	8月	AED体験講習会
	9月	工作教室
	12月	蕎麦打ち体験教室

浅科地区館事業 つづき

学級名	期 日	内 容
市民ふれあい学級	6月～ 7月	初心者陶芸体験講座 (全3回)
	6月～11月	料理教室 (全5回) ～香りの世界を食卓に～
	7月～ 8月	浅科ドドンと音頭講習会 (全2回)
	9月	体験! デッサン教室
	10月	国際交流 外国の生活習慣を学ぶ 講座
	10月	秋の自然散策
	11月	初心者そば打ち講座
	11月～1月	初心者タペストリー教室 (全3回)
	11月～2月	初心者切り絵教室 (全5回)
	12月	ミニ門松作り
	12月	人権講座
	12月～2月	男子厨房に入ろう! (全3回) 基礎から始める男の料理教室
	12月～2月	草月流 生け花教室 (全3回)
	1月～2月	プリザーブドフラワー教室
親子ふれあい学級	8月	身近な自然観察
	10月	親子DEおやつ作り ～浅間地区館と合同企画～
	12月	親子でクリスマス料理 ～浅間地区館と合同企画～
世代間交流学級	3月	親子でパン作り講座
	10月	小学生陶芸教室 (全2回)
	1月	お正月あそびを楽しもう
	2月	囲碁・将棋大会

瀬音

4月、学校や会社など新年度が始まり、それぞれ希望に満ちてスタートしていることと思います。

そして、寒さの厳しい佐久の地に、桜の開花を見ることが出来るのも4月です。

私が住む白田には稻荷山があり、頂上にコスモタワーがあります。桜が満開になるとコスモタワーの周りは一面にピンク色に染まります。遠くから見ると、ロケットがピンク色の煙を出して青空に昇っていくようにも見えます。

近くに行くと、桜のやさしい美しさに見とれてしまいます。この桜が咲いているのも短くあっという間に散ってしまいます。精一杯咲くから、私たちの心に残るのだらうと思います。4月新たな気持ちで出発した皆さんも「初心忘るべからず」それぞれの居場所、精一杯頑張ってください。私も第2の人生のスタートです。今度はゆっくりと、歩んで行こうと思っています。

(編集委員)



平成27年度 佐久市公民館



学習グループ紹介

あたらしく、生きがいを求め 何か始めてみましょう！

ここに紹介するグループは、文化や芸術などの学習活動をとおして、ふれあいを大切に仲間づくりなどを行っています。どのグループも初心者の方が気軽に参加できます。あなたも参加しませんか。 ●お申込み・お問い合わせは各地区館まで（平成27年3月現在）

佐久市学習グループ連絡協議会

公民館では、7地区館毎にある学習グループ連絡協議会を統一し、佐久市公民館学習グループ連絡協議会を設立しました。この協議会は、佐久市公民館に属するすべての学習グループが、相互に連携し、情報などを交換し合って、それぞれの学習環境を整備すると共に、学習の成果を発表する機会の充実を図り、公民館活動のよりよい発展と地域社会に貢献することを目的にしています。

浅間地区館 ☎67-2110

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
初心者書道教室	原野節子	第1・3(土)午後	月 1,500	市川 一栄	楽しく書を学んでみませんか。初心者の方、大歓迎です
初心者パステル画教室	市川大一郎	第2・4(水)午前	年12,000	中島あや子	皆で楽しくおしゃべりしながら、それぞれ好きな絵を描いています
押し花アレンジ教室	有賀敬子	第4(木) 午後	年 4,500	荻原 暁子	押し花で小物や額装、皆でアレンジを楽しみましょう
岩村田短歌会	佐藤いく	第2(日) 1日	年 3,000	内藤 洋子	月1回各自1首を提出、批評し合い講評もあり楽しく学習しています
からまつ俳句会	清水光明・川野秋恵 浅沼千枝	第2(土) 午後	年12,000	前島 房子	3人の指導者のもとで自然の営みを学び、仲間の輪・和を深め楽しく心も癒される句会のグループです
おだまき俳句会	栗林貞夫	第3(水) 午後	年 6,000	菊池かえ子	自分の句を作り、先生のご指導の元、楽しい句会を行っています
コール フリージア	武井宣子・相沢美名子	第1・3(月)午後	年 8,000	荻原 輝子	童謡・唱歌を主として歌うコーラスグループです。今年は発足30周年です
岩村田コーラス	立岡佳江子・水崎真衣	毎週(月) 夜	年16,000	新海美恵子	和をもって心ひとつに、美しく深みのある女声ハーモニーをめざして、楽しく練習を重ねています
佐久混声合唱団	箕輪 健	毎週(木) 夜	月 4,000	田上 勝通	指揮者は、日本合唱指揮者協会会員で、プロの音楽家で、関東地区でも10団体以上指導しています。初心者もプロの指導で自然と歌うことが出来ます
佐久女声コーラス	木内廣子・山崎律子	毎週(金) 夜	月 2,000	平島かつ枝	歌うことが大好きな女性が集まり、元気いっぱい活動しています
コーラス・ヴィオレッテ	花里玲子・木内愛菜	第1・3(水) 夜	月 2,000	篠原 理恵	歌が大好きなグループです。今年も若い歌声を響かせます
民謡・三味線教室	依田千祥	第1・3(金)午前	月 2,000	小林亜喜子	やさしい先生の三味線に合わせ民謡・三味線を月2回、みんなで楽しんでいます。興味のある方入会しませんか
浅間マンドリン同好会	高畑秀人	毎週(金) 夜	年16,000	横山 純子	マンドリンやギターの音色に魅せられた仲間が毎週金曜日に集り、個人レッスンと合奏を楽しんでいます
スマイルハーモニカ浅間		第2・4(水)午後	年 500	富川 俊子	ハーモニカを通して健康で明るく楽しくをモットーに月2回集い、新しい曲が吹ける様になる喜びと、仲間の絆を深めています
剣舞同好会	北沢海一	第1・3(水) 夜	月 1,000	荻原 信枝	刀・扇等を使用して、詩吟に合わせて踊ります。興味のある方はどうぞ
浅間スポーツダンス	依田立子	毎週(水) 午後	月 1,500	柴田 章	社交ダンスです。まずレッスンを見学してください。初心者に先生より勿論、仲間も応援します
日本舞踊浅間教室	池田智賀子	第1・3(水)午後	年14,000	上原 友子	披露の舞は祝の時に踊ります。浅間会館築49年。2年後には新築の喜びと様々な思い出に感謝して踊ります
佐久フォークダンスクラブ	高藤袈裟幸・幸子	第2・4(金)午後 第2(水) 午前	年 7,000	小林美都雄	佐久全域から会員が集まっています。初心者を大切にサークルなので生涯学習を永く続けています
ラ・ラカーネーションズ	神津あや子	第1・3(土)午後	月 1,500	佐藤志津子	華やかな衣装や花を身につけ「無理なく楽しみながら」自然に体力づくりをしましょう (フラダンス)
武式太極拳	中藤保則	毎週(月) 午前	月 2,000	徳田 勝雄	伝統太極拳で最も重要な位置を占めている武式太極拳を学びます
浅間囲碁会	神津一朗	毎週(水) 1日	年 1,000	金井 博	囲碁は脳の活性化に最適、年齢問わず、入会いつでも自由
表装教室	古越道男	第2・4(水)午後 奇数月第4は1日	年 5,000	依田 進	掛軸等の表装作業の習得
浅間木彫教室	井出光夫	第3(金) 午後	年10,000	荻原 輝子	木のぬくもりを感じながら作品を仕上げていく楽しさを感じています。入会をお待ちしております
革細工教室	田中三和子	第3(水) 午前	年 4,500	市村 操子	革に模様を描き色つけをして小物～大物(自由教材)まで、先生の指導で創作し、楽しく勉強できます
英会話教室	Brandeie Isaac	毎週(水) 夜	月 3,000	原 千秋	初級者向けの教室です。時には日本語OKで、楽しく英会話が学べます。講師は英国出身でユーモアと美声の持ち主です
平山郷土料理教室	平山 貞	偶数月第1(月)午前	年 2,500	大工原恵美子	先生の長年の経験から出るアイデアと、オリジナルな郷土料理・季節料理を楽しく学び、楽しく食するグループです
フラワーアレンジメント教室(昼)	有賀敬子	第2(水) 午前	年 4,000	徳田 弘子	様々な年代の仲間が、和気あいあいと流行のアレンジを学んでいます
フラワーアレンジメント教室(夜)	有賀敬子	第2(水) 夜	年 6,700	山下 郷子	癒しのお花でセンスアップレッスン。作品作りを楽しんでいます

浅間地区館 つづき

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
手編教室	清水とも代	第2(木) 午後	年12,000	柴田 邦子	人数もだいぶ減ってしまい、細々と編んでいますが、棒針編みの大作に取りこんでいきたいと思えます
初心者着付け教室	森角千恵子	第2(月) 午前	年10,000	並木八千代	着付を覚えて、気軽に着物を楽しんでみませんか
浅間郷土史研究会		月1回20日頃午後	年 2,000	小林 収	郷土の歴史を古文書の読み合わせや史跡めぐりを通じて研究する
心と体を育てる体操	中嶋洋子	毎週(金) 午前	月 900	清水 貞子	筋肉を育てつつまでも自分で歩ける体作りをしています
草友会	中山 洌	4月から11月 月1回 1日	年 5,000	佐藤 文一	講師を招き、里山・湿原・林道を散策しながら自然や植物を親しむ。美笹自然園の修繕および管理
生涯学習サークル ともがき		第2(土) 午後	年 1,500	佐藤あさ子	昔の遊び中心に異年齢者交流の場所とし、自分の特技発表歓迎です
心と体を育てる体操水曜教室	中嶋洋子	毎週(水) 午前	月 1,000	菊池 勉	心が変わる、体が変わる体操です。いつまでも歩ける体づくりを目標としています。ロコモ予防で健康寿命を延ばし、世界最高健康都市を目指しましょう

野沢地区館

☎62-0116

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
野沢書道教室	茂原松華	第1・3(月)午前	年10,000	小泉 修子	教本に沿い、書道の基礎的な練習と作品づくり
硬筆教室	茂原松華	第2・4(水)午前	年18,000	依田 文子	日常的に役立つ字を習ってみませんか。書く事は楽しいですよ
水墨画教室	諸澤悦夫	第2・4(水)午後	年 6,000	羽毛田 至	他に類のない水と墨で画き起こしていく水墨画の奥の深さは何にもましてすばらしい
野沢水彩画教室	依田直行	第2(木)1日	年10,000	有坂 章	ベテラン、初心者、老若男女それぞれの楽しいメンバーです。初心者大歓迎です
ちぎり絵教室	三石久恵	第3(木) 午前	年 6,000	中條けい子	美しい和紙をちぎって貼る、やさしい技法の絵画教室です
絵手紙教室 1	岩本幸枝	第4(月)午前	年 5,000	重田 朝江	身近なもの、自然の動植物等を描き、また文章等を書いて楽しむ会です
たんぽぽ	岩本幸枝	第4(月)夜	年 7,000	土屋 洋子	季節の花、果物等を楽しく描いています。初心者歓迎
ゆうすげ	岩本幸枝	第3(水)午前	月 1,000	星野 憲司	岩本先生を中心にして、絵手紙を学びながら、明るく楽しい仲間づくりをしています
樺ノ森短歌会	木内賢隆	第3(水)午後	年 3,000	篠原ミネ子	身の廻りや四季を三十一文字に託して詠んでみませんか。初心者歓迎です
俳句・土筆会	茂原松華 (俳画)	第2(月)午前	年 2,000	中澤 光治	月1回の例会を持ち、年二回吟行、食事をし句会を行いその後カラオケで親睦を計る。また他のグループとの合同学習、創作画の学習を行う
川柳教室		第2(水)午後	年 1,000	武井 悠	川柳の愛好家が自由に集り月1回の会合をもってお互いの作品を講評し合って勉強することを目的としています
民謡・三味線と唄う会	花里千鳥和	第2・4(金)午後		中島 悦子	民謡を唄ったり三味線を弾いてみませんか。楽しいですよ。初めての方大歓迎です
かたくりの花の会	渡辺昭山	第1・3(水)午後	月 2,500	市川 長子	全国の民謡を覚え仲間との交流、ボランティア活動に励んでいます
コール・ノザワ	内田 満	毎週(月)夜	月 2,000	荒井 若菜	女性三部合唱、曲への理解・ハーモニーを講師の指導で練習・勉強しています
みずゞ歌謡同好会	木内 悦	第1・3(水)午後	年 5,000	町田 俊一	唇に歌を心に太陽をモットーに唱歌を通じ会員相互の心身の健康づくりで人間交流が豊かになります。入会お待ちしております
コーラス・ツモロウ	下平真弓・伊藤あや	第2・3・4(金)午前	月 1,000	高見澤 彌	毎月第2・3・4 金曜日に音楽室で10:00~12:00まで練習を行っております
野沢童謡と唱歌をうたう会	武井宣子・白田隆子	第2(月) 午後	年 4,000	斉藤 清子	童心に返り、歌ってみませんか。毎月第2月曜日。入会歓迎
混声合唱 響	木内廣子	毎週木曜日 夜	月 2,000	八巻 清人	会員同士のつながりを大切にしながら、美しい響きを目指します
コスモスターズ・ジャズオーケストラ	山口泰一郎	毎週土曜日 夜	月 1,000	井出 直広	ラテンやスタンダードなどのジャズ音楽を演奏する社会人を中心としたビッグバンド。初心者の方も大歓迎
おしどり会	三浦いく子	第1・3(月)夜	年 3,000	市川 悦雄	カラオケが何よりも楽しみな好き者同士です。新入会員を歓迎します
コカリナ・こだま	柳沢久子	第3(水) 午後	月 500	北村みどり	演奏を通して、社会活動と地域の皆さんとの出会いを楽しみましょう
大正琴の会	中島よしえ	第1・3(水)午前	年 6,000	土屋 妙子	大正琴を楽しんでみませんか。いつでも入会をお待ちしています
扇舞	内堀淑子	第1・3(水)午後	月 1,000	小宮山綾加衣	詩吟に合わせて踊ります。楽しいですよ。入会お待ちしております
舞踊 美洲会野沢教室	西川扇美洲・西川扇紫之	第2・4(水)午後	月 1,000	坂上チヨ子	毎月第2・4火曜日の午後楽しく練習しています。会員様大募集中です
舞踊 扇の会	白田里香	毎週水曜日午後	月 1,000	工藤さゆり	週に一度、仲間と会話し一緒に体を動かしてみませんか?
シルバードダンス		毎週金曜日 夜		市川 悦雄	リズムにのって、ステップを楽しむ、健康生甲斐ダンスです
オアシスダンス	北沢春男	毎週木曜日 夜	月 500	北沢 春男	音楽に合わせてリーダー・パートナー共に若々しく!
フラ・ブルメリアポラリスのざわ	真次トシ江	第1・3・4(水)午後	月 1,000	木内 京子	アロハの心で"楽しく仲よく"をモットーに楽しく踊っています
アロハレインボー	神津あや子	月3回(月) 午後	月 1,000	飯田小夜子	"人の和を大切に楽しく明るく"をモットーにフラダンスをしています。若さを保つ
フォークダンス・スマイル	阿部喜美	毎週水曜日午後 毎週金曜日 夜	月 500	大西 鈴江	世界各国の曲に合わせて踊る有酸素運動です、一緒に踊りましょう
いずみ教場	竹内久子	第1・3(金)午前	月 1,000	竹内 久子	漢詩、和歌、俳句、俳諧歌、近代詩等勉強。毎回楽しく無理のない頭の体操を
あすなる	日向志げ子	第2・3・4(水)午前	月 1,000	林 たけ子	詩吟を吟じ、腹から声を出し健康にも大変良いです。ご入会お待ちしております
野沢教場	相馬仙二郎	第1・3(金)午後	月 1,000	岩下五十鈴	"人生に活力と潤いをもたらす吟道"を楽しくがモットーです

野沢地区館 つづき

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
野沢吟道会	篠原三枝子	第1・2(水) 夜	月2回1,000	菊地みさ子	有名な漢詩や和歌を吟じ作者の心情を学び、腹式呼吸の大きな声で頑張っています
詩吟研修会	荒木松枝	第2(水) 午後	年 6,000	高島 三郎	詩吟教室担当者の指導力を高めるための実践的吟詠研修
佐久将棋愛好会		毎週木曜日 夜	年15,000	大井 敏雄	地域の親睦と共に、頭の体操、活性化を求める
木彫同好会	井出光夫	第1(金) 午後	年 8,000	武重 賢治	木彫で、木の美しさ魅力を追求しています。ご入会を歓迎します
農民美術愛好会	井出光夫	第1(金) 夜	年10,000	柳澤記念生	信州の名工に教わりながら、好きな題材に取り組んでいます
革細工教室	田中三和子	第3(水) 午前	年 5,000	内藤やよい	革すきの人達が集い、皆で作品作りを楽しんでいます。初心者大歓迎
陶遊会	佐藤山章彦	第2(水) 午後 第4(水) 1日	年 6,000	佐藤山章彦	楽しく相互の親睦を大事に自己の作陶技術の向上をめざしています
はじめての藤	小林早苗	第2(土)午前	年 6,000	赤尾 道子	仲間の皆と和気あいあい。オリジナルな作品を作っています
初心者英会話	ロベルタ・リース	第2・3・4(水)午前	年10,000	浅沼 明	平日の昼間活動で、人生経験豊かな人の集まりです
中国語会話	原 志津子	毎週木曜日午前		並木 大三	中国語初歩の「読む」「書く」「聴く」「話す」を習得します
季節の味		第2(水) 午前	月 500	高橋 節子	料理を作った後はみんなで試食し、おしゃべりしながら楽しくやっています
男性料理教室	道上一雄	第2(日) 午前	月 500	中山 政幸	講師も生徒も全て男性に限定。将来に向けての勉強と教室を通じての友人作り
パン工房	内田すみ江	第3(月) 夜	年 3,500	織田えみ子	一緒に美味しいパン・お菓子など手作りしてみませんか
フラワーデザイン教室	坂井貴子	第2(水) 午前	年10,000	大工原美子	毎月第2木曜日、貴子先生中心に明るく楽しく開催しています!
リメイク教室	市川律子	第2・4(水)午後	年12,000	畠山 英子	家にある布・着物などをリメイクして、生活を豊かにしています
洋裁教室	及川尚子	第2(水) 午前 第4(水) 午後	年 6,500	宇田川カツ子	世界で1枚だけの服を自分や家族のために、一緒に作りましょう
手芸1	清水ともよ	第2・4(月)午後	年 9,000	小林 松枝	仕上がりを楽しみに、余暇の時間、どこでも出来るとても楽しいです
生涯学習手芸	須田つね子	毎週金曜日午後	月 1,000	田中 泉	各々、編みたいものを、先生の指導を受けながら作っています
佐久拓芸会		第3(月) 午後	年 2,000	依田 嘉之	碑(いしぶみ)の採択を通じて文学に親しみ、多様な表装技術を学ぶ
リトルキャッツ リズム体操クラブ	高橋さい子	毎週金曜日午後	月 2,000	武者 瑞穂	音楽に乗って、ボールや輪も取り入れ体操しています
野沢ジャズ体操	石田幸子	毎週月曜日午前	月 2,500	井出紀代子	仲間と汗を流し、筋力を高め健康増進に頑張っています
ジャズ体操、ワン・ツー・スリー	相馬喜代子	毎週金曜日午後	月 2,000	内藤 徳子	美と健康をモットーに、楽しく身体を動かしています
取出教場	荒木松枝	第2・3(月)午前	月 1,500	篠原 みち	吟の発声による健康保持と心の豊かさを求めています
高大ダンスクラブ	小林滋子	毎週火曜日午後	月 1,000	井出 昌志	高齢者スポーツを楽しく続けるためにダンスをしています。週1回の練習日に仲間と会うのが楽しみです
銅芸くらぶ	荒井倉雄	第1(土) 午後 第3(金) 午後	年 8,000	小林 義政	銅板芸品技術を学び創造文化活動を通して日々楽しく健康に過ごさず事です
千曲川銅板教室	荒井倉雄	第1・3(金)午前	年10,000	内藤 軍司	みんなで楽しく技術向上に育み、マレット大会等で親睦も深めています
玄友会(篆刻・刻字)	佐藤山章彦	第2(月) 午後	月 3,000	神津 啓子	紅一点で、男性軍をひっぱっています。小篆・金文を主体とした文字を書いて彫る。色のバランスを考えたりノミの目をいかに美しく出すかが主体になります
着物愛好会	藤澤京子	第1・2・3(金) 午後・夜	月 2,000	高橋 博美	着物を簡単に、きれいに着る技を磨きます。一緒に楽しみながら学びませんか
太極拳のざわ	茂木佐代子	毎週火曜日午後	3ヶ月4,000	碓氷 和子	年齢を問わず、誰でも出来るスポーツ。人とのふれあいを大切にしています
太極拳すばる	茂木佐代子	毎週木曜日午後	3ヶ月5,500	舟田 弘子	ゆっくりとした動きで体幹から鍛えます。健康維持と仲間づくりの場
佐久剣舞の会	芳柳寿々明実	第2・3(土)午後	月 2,000	荒木 松枝	日本古来の芸術文化詩吟と剣舞で身心共に鍛練、老化防止をモットーに活動しています
ふれあいマジック	東 天晃	第2・4(水)午後	月 1,000	池田 立美	マジックは人を喜ばせる技術です。人を楽しませる芸術です
八幸会	佐藤幸宇山	毎週土曜日午後	月 2,000	荻原祥宇山	月2~3回の教室で尺八を勉強しています。丁寧な指導で初心者歓迎
洋ラン入門教室	臼田弘茂	第3(月) 午前	年 1,500	内倉 智江	洋ランの植えかえや育て方を学んで花を咲かせてみませんか
昔ばなし語りの会あかり		第1(水)・第3(金) 午後		荻原 節子	昔話を幅広い年齢層の人達に肉声で語りを広め、次の世代へ伝えたい
野沢郷土史研究会		随時	年 1,000	臼田 辰雄	あなたの足許を見直す郷土史の研究に参加してみませんか
佐久史学会	木内 勝	随時	年 3,000	臼田 辰雄	佐久地区における歴史の解明に努め、もって文化発展に寄与する
スポーツダンス ジュピター	駒村文兵・塩谷美智子	毎週金曜日 夜	月 2,500	中島 利夫	全員、元気で明るく楽しく踊っています
やまぼうし	三島ちづ代	第1・第4(水)午前	月 1,000	長岡 弘美	出雲地方に古くから伝わる民俗芸能“銭太鼓”を学習するグループです
スイングダンス	駒村文兵・塩谷美智子	毎週木曜日午後	月 2,500	臼田 弘茂	青春を再び!楽しい社交ダンス、あなたも是非どうぞ。丁寧指導
中込スケッチ水彩画教室	依田賢治	第3(水)午前午後	年 6,000	木村由里子	透明でさわやかな水彩画を描いてみましょう。初心者大歓迎です
福寿の会	岩本幸枝	第1(月) 午後	月 700	相沢 昭子	老後を楽しく輪を持って暮らせたらいいと願って給手紙を学んでいます
源氏物語を楽しむ会	櫻井 傳	第4(土) 午後	年 4,500	阿部 紀子	原本と影印本で読んでいます。絵巻展や縁の地探訪等も行っています
絵画教室	依田直行	第1(水) 午後	月 1,500	小島 三郎	人物画を主に勉強します。画材は木炭、水彩、油彩パステル等です
さわらび俳句会	依田けう子	第4(水) 午後	年 4,000	由井喜代子	初心者俳句講座から始めて、楽しく皆上達を目指しています
佐久詩話の会		毎月最終日 午後	年 3,000	富田 昌利	詩の愛好者のグループで、自作の詩の朗読、合評、会報の発行などを行っています

中込地区館

☎62-0504

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
野草に親しむ会(植物観察)	中山 洌	年8回	年 4,000	相澤由美子	月1回県内、近県(現地)にて、植物の生態、名前を学びます
洋裁教室	及川尚子	第1・3(金)午後	年 7,000	野沢 葉子	自分サイズ、自分ブランドの洋服を作る仲間になりませんか
お菓子・パン教室Ⅰ	内田すみ江	第2(火) 午前	材料費込 年10,000	新藤千恵子	お菓子やパン、惣菜を楽しく手作りしています。会員募集中です
お菓子・パン教室Ⅱ	内田すみ江	第3(火) 午前	材料費込 年10,000	内藤 清子	おいしいお菓子やパン、お惣菜と一緒に作ってみませんか
ワイワイパッチワーク		第2・4(金) 夜	無 料	小林 温美	ワイワイの名前のごとく、仲間と楽しく身近な作品を作っています
白樺書道会	白瀬梅雄	第2・4(火)午後	半期3,200	木内利一郎	生涯学習として書道を学び、生き甲斐づくり、仲間づくりをするグループです
佐久書道会	田中廣治	毎週(火) 夜	月 1,500	細谷 三義	小学生から大人まで、心も育つ三世書道教室。初心者歓迎
表装教室	池田正直	第2・4(火)午後	年 2,000	池田 正直	初心者表装教室です。書や絵画を掛軸に表装して鑑賞しましょう
園芸と盆栽教室	三浦文美	第4(土) 午後	年 5,000	三浦 文美	ミニ〜大物盆栽まで。女性の初心者多いです。枯らさないことがモットーです。買出し旅行も楽しいです
たんぽぽ俳句会	川野一雨	第2(火) 午後	年 5,000	篠原 時江	和気あいあいと学んでいます。気軽に参加ください
コーラス・コスモス	武井宣子・清水桂子	毎週(土) 午後	年12,000	柳沢 彰子	今年は特に35周年記念コンサートに向けて練習に励みます
婦人生活講座		随時	実費を随時	菊池たか子	季節食やお菓子、小物やリフォーム。一人じゃ大変、みんなで楽しく!
木炭自転車(演劇)		毎週(金) 夜	無料	臼田久美子	お芝居を作って発表します。興味のある方、来てみてください
日本画教室		随時	年 500	原 芳雄	年間を通し、好きな題材で作品作り
生け花教室	飯島八代恵	第1・3(木)午後	半期4,000	小林由美子	楽しい生け花の会です。見学にきてください
楽しくリフォーム	菊池たか子	第2(火) 午前	年 5,000	新津 洋子	先生のアイデアとご指導、会員の知恵で創作する楽しい教室です
絵手紙教室	岩本幸枝	第4(金) 午後	年 7,000	新井 洋治	誰でも書ける絵とやさしいことばであの人にハガキを送ります
中込童謡・唱歌をうたう会	武井宣子・清水桂子	第2(火) 午前	年 5,000	日向わか子	世代間を越えて懐かしい童謡・唱歌を楽しく歌いましょう
ホワイト・ムーン(フラダンス)	田中かつ江	第2・4(火)午後	月 1,000	小林 里子	楽しくフラダンスを踊っています。お仲間どうぞ
鳩俳句会	川野一雨	第2(金) 午後	年 3,000	宮澤 映	俳句に興味のある方々の学習会です。どなたでも多数のご参加をお待ちしております
初心者英会話教室	花岡昭子	第3(金) 午前	年13,000	國安 陽子	月1回簡単英会話を学んでいます。楽しい教室です。会員募集中
ペン習字教室	茂原松華	第4(月) 午前	年 7,000	上原 文子	基本的実用硬筆の学習です
銅板教室	荒井倉雄	第1・3(火)午前	年 3,500	依田栄太郎	銅板工芸は細かい作業であるが、先生の丁寧な指導により素晴らしい作品の作成に努めています
中込きり絵教室	小林俊雄	第1(火) 午後	材料費込 年 6,000	小林 俊雄	カッターで風景、人物等を白黒の世界にきざんでいます
アロハ・プア・ケニケニ	田中かつ江	毎週(月) 夜	月 1,000	江元 悦子	フラダンスが大好きな仲間、夜のひとときを踊って、おしゃべりしています
芽吹き俳句会	川野一雨	第3(金) 午後	年 6,000	中沢千恵子	俳句を通し、豊かな人間性の陶冶と自己表現を図り、会員の親睦も図る
佐久中央コーラス	内田 満・山口朋子	第2・3・4(土)夜	月 1,500	前島 房子	音楽の好きな皆様、一緒に楽しく歌いましょう。混声合唱団です。お待ちしております
文化財に親しむ会	臼田辰雄	2カ月に1回	年 5,000	宮崎 晋	県内、近県の文化財に親しみ、興味、関心を持って学び、会員相互の親睦を図り、共通の知識を学習する
ストレッチ愛好会	須江邦利	毎週(月) 午後	月 1,500	横森とし子	ストレッチ体操で体調をベストコンディションにしましょう

東地区館

☎67-2545

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
東書道会(漢字・仮名)	原 芳雄	第2・4(土) 夜	月 1,500	依田ますみ	筆字に親しみましょう。初心者小学生大歓迎です
秀苑書道会(漢字・仮名)	神津 治子	第1・3(木)午前	月 2,000	青木多美恵	初心者から上級者までそれぞれが努力し、刺激しあい学んでいます
墨絵教室(昼の部)(水墨画)	称津サチエ・宮沢麗子	第1・3(火)午後	月 1,000	油井けい子	風景や花を墨の濃淡で表現する楽しさを感じてもらえる学習グループです
墨絵教室(夜の部)(水墨画)	井出 正介	第3 (火) 夜	月 500	遠藤せい子	先生が1人1人に目の前で、お手本を墨してくださり、勉強しています
カラオケ教室	木内 悦	第2・4(木) 夜	年10,000	依田 美穂	15名のグループ。木内講師の指導を受けて、大きな声で歌っています。楽しいですよ
童謡・唱歌「きららの会」	油井 静	第1・3(金)午後	年 2,000	伊藤 瑛子	なつかしい童謡や唱歌を和やかに歌って、心豊かなひと時をすごしています
ピアノ同好会	山崎照美・金井美智子	第2・4(木)午前	年10,000	関口たか子	楽しい楽しいピアノ同好会です。あなたも参加してみませんか
邦楽同好会(箏)		第2・4(木)午後	月 1,000	浅沼智恵子	箏尺八を習ってみませんか。楽しい曲を合奏して楽しんでいます
大正琴・ひまわりの会	山浦克己	第2・4(金)午後	月 500	谷津かをる	童謡・唱歌、懐メロ等を弾いています。年に数回施設へボランティア訪問しています
東舞踊教室	西川扇巳珠	第1・3(金)午前	月 2,000	石坂 好江	舞踊の基本をわかりやすく教えていただき、発表会や公民館のつどいに参加しています
フラダンス・レインボー東	加納マミ	第1・3(木) 夜	月 2,000	渡邊 喜枝	リズムののって体を動かし、若さと健康、心やすらぐ仲間づくり
華道教室	佐藤由美子	第3 (金) 夜	年 8,000	小林 好江	季節の花をいけて楽しんでいます。お気軽に入会ください
囲碁同好会		毎週 (月) 1日	年 1,000	馬場 利幸	囲碁を楽しみ、脳を刺激し、活性化させ、健康増進に役立てる会です
木彫教室	井出光夫	第2・3(火)午後	月 1,000	中條 悦子	身近で使う物を、時間をかけて仕上げたときは、とても嬉しいですよ

東地区館 つづき

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
衝立・袖垣教室	神津勝行	4月～11月 隔週(金) 午後	期 8,000	神津 勝行	衝立・袖垣を仲間と作り、風情ある庭を楽しみます
陶東炉の会	城田 領	第4 (土)午前	月 500	小平 嘉之	物を作る楽しさ。初心者も経験者も個性を大切に土と戯れています
篆刻教室	中村寅雄	第2(土) 午前	月 500	須江 教順	篆書体を学びながら、自分だけのオリジナルな年賀状を彫ってみませんか。苦労の後が楽しみです
えいごDEあそぼう	並木由香	毎週(木) 夕方	月 1,000	並木 由香	絵本やフラッシュカードを見て、CDの音から耳で英語を身につけます
リフォーム教室	菊池たか子	第1(火) 午前	年 3,000	神津志津子	思い出いっぱい古い洋服や着物をリフォームし、甦らせるアイデアと「ずく」を楽しむ会です
パソコン同好会	佐藤修二	第2・4(火)午前	月 1,000	臼田 節雄	「初心者パソコン教室」等の受講者、又はパソコン関係の内容、レベルの向上を計りたいと思っている仲間の集まりです

臼田地区館

☎82-2106

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
書芸書道	小宮山則男(清峰)	第2・3(月)午後	月 1,500	若林ハツイ	古碑法帖の臨書、先生の添削、楽しい時間です。参加お待ちしております
星書道会	井出二雄(岳鳳)	第1・3(火)午後	年15,600	臼田 雄	東京全日本書芸文化院の昇段及び、月例競書に出品。また、佐久市総合文化祭、臼田書初展、つどい等にも出品、他展覧会に参加、楽しく活動しています
鉛筆画クラブ	大工原昌子	第2(金)午前	月 500	竹内 博男	和気あいあいと、モノクロームの美しさにも染まってみませんか
水彩花クラブ	大工原昌子	第1(木)・第3(月)午後	年18,000	高見沢千代子	草花や植物を画題にして、描き方や色の重ね方等、細かい指導を受け勉強しています
うすだ絵手紙教室	岩本幸枝	第3(月)午前	年 7,500	高橋 富子	絵をとおり友好を深め、多くの方と心あたま集いであります
短歌会ねむの花	小澤京子	第1(月)午後	年 5,000	富田 昌利	会発足5年目に入りました。月一回二首提出し、先生のご指導を受けています
やまなみ俳句会	井出甲子雄	第2(金)午後	年 6,000	中村 初子	臼田公民館の時代から続く長い仲間です。皆さん自然に向きあうのも良いものです。新会員さんを待っております
星のまち俳句会		第2(木) 午前	年 3,000	三石 賢	月に一度、1人3句ずつ俳句。相互に批評・添削する
一位俳句会	丸山正俊	第2(木) 午前	年 4,000	依田 嘉之	月一回の教室ですがとても楽しい時間です。先生のご指導、発言自由、にぎやかです。参加お待ちしています
クワイアグリーンヒル	森 雄太	毎週(土) 夜	年33,000	出浦 修身	人の和を大切に30代から70代の仲間が楽しく合唱に励んでいます
女声合唱「結」	高橋さとい・山岸紀江	毎週(土) 午後 第2・4(月) 夜	月 3,500	内藤 幸子	ピンクレディや山口百恵、ジャズにも挑戦しています
モーニンググロー	山口昌浩	毎週(土)夜	月 1,000	渡辺美智江	和気あいあいと毎週楽しく練習しています。メンバー募集中です!
うすだ童唱会	阿部紀子・臼田隆子	第1・3(火)午後	年 6,000	若月千恵子	明るく楽しくをモットーに歌っています。入会お待ちしています
佐久ギター・マンドリンクラブ	高畑秀人・武者知子	毎週(木) 午後	月 1,000	小林 貞子	佐久勤労者福祉センターに於いて7月5日に開催される第7回定期演奏会に向けて練習しています。皆さま演奏会にお出掛け下さい。お待ちしております
臼田民謡を唄う会	小金沢千与春	第2・4(火) 夜	年12,000	日向らん子	毎月第2・4水曜日、千与春先生の指導で楽しく練習しています。皆様のご参加をお待ちしています
民謡千曲会	南波喜代子(旭京京)	第2・4(月)午後	月 1,500	菊地 恵子	発足6年目を迎え、毎年3月には会員の練習成果の発表を行っています
みゆき会	小金沢千与春	第2・4(木)午後	月 3,000	黒沢 勝美	第2・4木曜日の午後1時より、小金沢千与春先生のご指導の下で、三味線を習っています
かたくりの花の会	藤本奈美次	第1・3(金)午後	月 1,000	佐藤 勝	三味線初心者から熟達者が集まって楽しんで演奏をしています
公民館舞踊同好会	武川長子(西川扇紫長)	第1・3(火)午前	月 1,000	碓井 弘子	月2回いつまでも健康でいられる様、楽しい仲間と曲に合わせて体を動かします。いつでも参加お待ちしています
清流会	竹田清子	第2・4(日) 夜	年 500	青木さち子	月2回竹田清子先生を講師に迎え指導をして頂いています。イベントやボランティアにも参加して会員一同楽しく勉強しています
新舞踊 祥の会	山中祥子	第1・3(火) 夜 第2・4(木) 夜	月 1,000	小須田恵子	地域貢献を目指し、ボランティア活動を中心に各種イベントに出演。仕事をしながら月4回のお稽古に楽しく挑戦しております
ハラウ加納スターライト臼田	加納マミ	第2・4(火)午後	月 2,000	油井たつえ	フラの勉強も大切に皆で楽しく練習しています
フラブルメリア・臼田	真次トシ江	第1・2・4(火)午後	月 2,000	名取ゆき江	ハワイアン曲で体を動かしてみませんか。楽しいですよ
アロハ・フラ	根岸京子	毎週(木) 夜	月 1,000	新津 文子	毎週木曜日夜7時30分から9時まで、笑いのたえない和やかなクラスです
茶味の会A		第2・4(月)午後	年 4,000	小林和歌子	奥深い御茶を楽しむ習得してみませんか?お待ちしております
茶味の会B	岡本さと子	第1・3(土)午前	年 3,000	岩田 和枝	奥田先生の茶道の精神を皆で学び合い教える実生活の中で生かしていける様、お茶のお稽古をしています
臼田池坊華道クラブ	井出シゲ子	第4(金) 午後	年 6,000	井出 令子	生けた後、先生のお手直しとお友達の作品をながめるのが楽しいです
千曲吟道会	佐々木文夫(学洲)	月4～5回	年 3,000	柳澤 眞生	歴史上有名な漢詩や、祝、弔事に合った詩も美しい旋律で吟詠します
千曲吟剣詩舞道会	大工原ふみ代	第2・4(金)午後 第1・3(土)午後	1回 500	平林 里予	詩吟に合わせて舞う詩舞、剣舞を練習をしています。楽しいです
臼田囲碁愛好会		毎週(土)午後	年 1,000	島崎 晃	土曜日の午後、一緒に囲碁を楽しみましょう
木彫教室	日向一二・伊藤久夫	第1・3(火)夜	年 8,000	新海 武男	木彫技術の向上と心の安定を目指し、仏像彫刻とレリーフ彫刻を月2回実施しています
ゆびのあとの会	沖浦卓夫	第1・3(金)	年 8,000	篠原 雅子	講師の指導のもと、月2回(第1、3金、午前9:00～午後5:00までの自由な時間)楽しい作品が作れます
陶芸倶楽部「粹」	寺尾 博	第1・3(火)午後	年 1,000	河原 博	本倶楽部は、誰でも入会でき、楽しく造る事を基本としています

臼田地区館 つづき

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費 (円)	代表者名	グループ紹介
パッチワーク ひまわり会	内藤邦子	第3(出)午後	月 1,000	小林紗伊子	月1回、第3土曜日の午後、講師を囲み、一針々楽しくにぎやかに進めています。ご希望の方お待ちしています
編物教室	須田つね子	第2・4(出)午後	1回 800	小林八州子	自分のやりたい作品を楽しく皆でやっています。楽しいですよ。希望する人はどうぞお入りください
臼田ヨガクラブ	井出和代	第1・3(休) 夜	月 1,000	桜井 節子	健康と家族に迷惑をかけずストレス解消。体が続く限り頑張りたいと思います
スターキッズうすだA	高橋さい子	第1・2(休) 第3・4(出)午後	月 2,000	宮島恵理子	小3~小6のグループで、音楽に合わせて元気よく体を動かしています
スターキッズうすだB	高橋さい子	第1・2(休) 第3・4(出)午後	月 2,000	加藤 由佳	園児~小2のグループで、音楽に合わせて元気よく体を動かしています
佐久気功教室	堀込雅彦	毎週(火) 夜	月 500	斉藤勢津子	仲間の気を集め、自身の健康増進を計っているなどやかなグループです
はつらつ運動の会	高橋さい子	第2・4(出)午後	月 1,000	土屋 連子	音楽に合わせて体を動かし、心も体もリフレッシュできる様、体操をしています
臼田古文書を読む会	尾崎行也	第1(出)・第4(日)午後	年18,000	由井 正雪	地元の古文書を解説し、江戸時代の生活や社会を学ぶ。新会員歓迎!
パソコンサークルぴびかねっと	篠原まり子	月4~6回	1回 500	平林 稔子	皆でワイワイ楽しくパソコンを学んでいます。初心者大歓迎!
佐久要約筆記グループ パソコン班「ミミー」	西原恭子	月1回	年 2,000	小山さち子	聴覚障害者の方々への支援としてのパソコン要約筆記を学びます
生活を見つめる会	—	月1回	年 2,000	佐々木行子	知恵と工夫で豊かな暮らしを…を合言葉に、月1回学習しています
山野草すみれ会	中島三幸	第1(出) 午後	年 2,000	青木 久雄	山野草を通して同志の人達が植物を育てる楽しみと、観賞の会です
ノルディックウォーキング臼田	井出泰生	毎週(火) 夜	年 1,000	内倉 四郎	健康維持・増進をめざし、ウォーキングを楽しんでいます
佐久おやじの会	—	月1回(火)	年 1,200	柳澤 清麿	自然や歴史、体験や講座などを通じて、会員の親睦を図るグループです
佐久やこのはな会	高洲慶一	毎週(火) 土	年 大人3,000 高校生以下1,500	高洲 慶一	小学生からご年配の方まで、百人一首競技かるたを楽しみましょう!
空手教室	井出英之	毎週(火) 休(土)	月 2,000	佐藤 光恵	空手の稽古を通じて精神力、忍耐力、集中力、礼儀を学ぶ

浅科地区館

☎58-3957

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費 (円)	代表者名	グループ紹介
塩名田小学生書道教室	丸山秋枝	毎週(金) 夕方	月 1,000	手塚 恵	書道を愛し、一筆一筆、心をこめています
ラブ&ハート	岩本幸枝	第4(休) 午後	年10,000	古川 要子	「へたでいい」をもっと自分に自信らしい絵手紙を楽しく書こうという教室です。おたずね下さい
浅科絵手紙の会	星山信子	第3(月) 午後	月 1,500	松澤 容子	下手でもいい、楽しい絵手紙浅科会
大正琴佐久夕月会	丸山すずい	第2・4(出)午後	無 料	小平 一子	佐久、小諸地区、大正琴の指導をしている仲間です
ザ・つくしーず	丸山すずい	第4(出) 午後	無 料	丸山 智子	どなたでも気軽に始められる大正琴。ご一緒にいかがですか
大正琴 浅科子ども教室	山浦克己	毎週(休) 午後	無 料	山浦 克己	小学生の大正琴教室です。佐久市のイベントや各施設にボランティア演奏で皆様に喜ばれております。新入生を募集します。優しい心の小学生まっます
浅科社交ダンス倶楽部	浅倉みち子	毎週(火) 夜	回 1,000	小林 明	健康のための運動と、友達を作り老後を楽しめる事。初心者歓迎致します
ウイングダンス	駒村文兵・塩谷美智子	毎週(月) 夜	月 2,500	小林 典子	基本をやさしく丁寧に!楽しく青春をエンジョイしています
なないろの虹	鬼久保昌子	最終(金) 夜	回 500	山辺 厚子	身体を動かしながら手話を覚えてみませんか?まずは見学から大歓迎です
扇巳紀会	西川扇巳紀	毎週(火) 午前	月 500	塚越 武信	西川流日本舞踊と一緒に楽しみませんか。初心者歓迎
浅科民謡レクリエーションクラブ	高野直次郎	第2・4(休) 夜	年 7,500	丸山 秋枝	仲間と笑って楽しく踊り、運動不足やストレス解消、健康維持に繋がりたい
老大OB民謡クラブ	高野直次郎	第2・4(休)午前	年 6,000	小林 祥郎	笑顔で元気に踊ろうと、老大OBで結成して楽しく踊っています
静剛会	加藤靖静	毎週(休) 夜	月 2,000	佐藤やい子	明るく健康な生活が送れるよう、仲間と楽しく会話をしながら舞踊の練習をしています
フラ・レイロケラニ	森泉八千代	毎週(金) 夜	月 1,000	蒔田 照子	フラを踊る事で親睦を深めながら、体に良い動きで運動をかねて楽しんでいます
茶道教室	滝沢久江	第2・4(出)午後	月 2,000	岩松ますみ	お茶の作法とお点前などを一緒に楽しく学んでみませんか
陶友会	—	第1・3(月) 夜	年 2,000	小林 信洋	創意工夫することにより、脳を活性化させながら独自の作品を作り出していく楽しさは別格です
フォトアート浅科	高橋令雄	月1回	年12,000	佐藤 純雄	撮影技能を共に学び、被写体的確なとらえ方を通して、共に作品の向上を図る
浅科写真クラブ	荒井 潤	第2(休) 夜	年12,000	松井新太郎	クラブの第一目標は写真展。応募者全員入選以上
浅科囲碁愛好会	—	毎週(火) 午後	無 料	小松 聖三	認知力を養い、田舎5段をめざして交流を楽しむグループです
麦の会	内田すみ江	第3(休) 午前	月 700	佐藤 頼子	パン、ケーキ、ラザニア、その他の料理を先生のご指導のもと楽しく作っています
藤教室	吉沢みづほ	第2(火) 午後	月 600	佐藤すみ江	フルーツ簞など実用的なものを楽しく編んでいます。是非、ご入会を!
浅間吟道会親和教場	丸山 基	第2・4(金) 夜	回 500	丸山 幸子	教養の向上、健康増進、地域と仲間の親睦を目的として吟じております
オズダンス	関塚 晴枝	第2・4(月) 夜	回 1,500	原 君江	趣味と健康の管理のため月2回、みんなで汗を流しています
カラオケ清明会	大井 久栄	第1・3(金) 夜	月 1,100	原 和子	発足3年目になります。皆さん上達し2時間があつと言う間で
フラ・ホアロハ	森泉八千代	第3(出) 夜	回 500	橋本 妙子	年齢に関係なくフラが大好きな人達が、アロハの気持ちで楽しく踊っています

望月地区館

☎53-2548

教室・グループ名	講師	日程毎月	会費(円)	代表者名	グループ紹介
望月切り絵(剪画)教室	淀川梅絵	第2・4(土) 昼	月 1,000	淀川 学	少人数で活動して7年になり、ようやく地域の皆様に知っていただけるようになりなりました。が、会員も増え切り絵にも熱が入ってきています
春日民謡会	依田千祥	第1・3(土) 昼	月 3,000	竹花 幸三	春日民謡会は、月2回第1・第3水曜日夜7時30分より、春日御鹿の里ふれあいセンターで民謡の練習をしています
水曜会(秀峰書院)	小林英夫	毎週(月) 午後6:00~7:00	無 料	小林 英夫	毎週月曜日、衝動技術の向上をめざし努力しています
フラ・メケアロハ	飯島敬子	第1・第3(木) 昼	年 1,000	飯島 敬子	ボランティア活動を主に曲に合わせて楽しく練習しています
さつき石楠花会	岡田道子	第2・4(火) 昼	無 料	真山 幸子	岡田先生のご指導により、月2回(第2・第4火曜日)大正琴の練習をしています
おもと会	鬼久保昌子	月2回 不定期	月 3,000	内藤美恵子	健康のため、生涯学習として地域との交流を楽しみます
うたごえホール	小林美智子	月1回第3(水) 昼	年 2,000	竹花 兵吾	平成12年より始まったうたごえホールです。前期6回と自主学習で後期6回を計画年間12回行う学習グループ。ご入会お待ちしております
望月古文書研究会	尾崎行也	第1(木) 夜	月 1,000	佐藤純一郎	町史近世編の資料をもとに、会員が地域にある古文書を学習しています
望月小唄保存会	柴平忠春	月1回第2(月) 夜	月 500	柴平 忠春	望月小唄は87周年を迎えました。佐久市の郷土民謡として、練習に参加してください
望月太極拳倶楽部	小出義宗	毎週火曜(夜) 第2・第4土曜(午前)	火 3,000 土 2,000	大木奈保子	太極拳で、今よりももっと自由に伸びやかに動くことが、楽しくなる身体作りを目指しています
望月俳句会	窪田英治	月第1(金)	年24,000	佐藤 栄一	年12回の定例会、事前投句、県・全国の吟行大会等に参加し、研究・発展に努める
古文書講習会	佐藤純一郎	第3(水) 夜	月 500	金井 勇志	初心者向きに基礎から楽しく学べます。お出かけください
すずらんコーラス	野村早智子	毎週(金) 夜	月 1,000	市川きよみ	毎週金曜日夜、ユーモラスに指導して下さる先生と楽しく練習しています
望月フォークダンスクラブ	高藤袈裟幸・幸子	第1・3(金) 昼	月 1,000	小山栄美子	ダンスを通して地域の人々との交流を深める事が、会の目的です。初心者大歓迎です
フラワーアレンジメント教室	土屋しのぶ	月1~2回 月曜 夜	回 3,500	土屋久美子	花を愛し、暮らしに潤いを求める人が集まっています
趣味の館・竹細工教室	篠原利雄他5名	冬季1月~2月	年 1,000	篠原 利雄	竹細工で趣味と実用を兼ねた物造りの楽しみ喜びを体験し、仲間作りで楽しさいっぱい
白百合会	依田彰子	月1回第2(月) 夜	月 1,000	重田 靖子	白百合は地域との交流を大切に、健康づくり・仲間づくりと楽しく活動しております
春日古文書学習会	武田衛	月1回第2(土) 夜	年 1,000	武田 衛	地域の古文書を解説して、江戸時代の人々の暮らしを学び、初心者にも解りやすく解説の指導をしています
望月書友会	上嶋桂風	月1回第2(木)	年 2,000	篠原 一郎	筆字に親し楽しく交流、初心者の方お気軽にご参加ください
春日木彫り教室	滋田正男・忠代	月2回 不定期	回 1,000	大井 芳園	世界に一つしかない作品を作る喜びを味わいながら楽しくやっています
望月着物リメイク研究会	望月多恵子	月1回第2(水)	年 1,000	佐藤 幸子	毎月第2水曜日に、午後1:30から古着から生まれ変わる作品づくりを楽しみながら行っています
ひなの会望月支部	矢島八重子	毎週(水) 昼	月 1,000	矢島八重子	古布から蘇る素敵な作品の数々。会員の制作意欲も向上し、教室の雰囲気も楽しいです
フラ・モキハナ	森泉八千代	第1・3(木) 夜	月 1,000	土屋 礼子	布施コミュニティセンターで月2回レッスンしています
ゆりかごの会	宮崎茂徳	第2・4(金) 夜	年 3,000	菊地喜代美	「手話」というもう一つの言葉を知り聴覚障害者に役に立てるように学習しています
石楠花会(旧あかしやグループ)	岡田道子	第1・3(火) 午後	月 2,000	篠原 華子	私たちのグループは、大正琴を通して地域の仲間づくりをし、活動によって楽しみながら人生を過ごしています
布施華道教室(旧古流松藤会)	佐藤由美子	第1・3(木)	月 1,000	田中 咲子	お家の中にお花があることは忙しい日々であっても、ほっとできます
春日華道教室	市川善樹	月1回第3(水) 夜	回 花代程度	小林美枝子	私たちは、毎月第3水曜日に立科より講師を招いて、遠州流の活花を勉強しています
ヨガ健康教室	大木昭八郎	毎週(日) 昼	回 1,000	岡沢 基子	週に1回、頭から足の先まで全身の筋肉をほぐし、健康な体作りをしています
望月女声コーラス	掛川剛夫・小林美智子	第2・4(火) 夜	月 2,000	常田 洋子	美しいハーモニーを求めて33年、月2回の練習を楽しみに集う仲間です
望月エスペラント会	山本辰太郎	月2回 不定期	無 料	山本辰太郎	人間の平等と平和への思いを深め、世界の人々との国際交流を進めています
望月の駒を歌う会	鈴木健二	毎週(木)	月 2,000	高橋 隆治	合唱組曲「望月の駒」の他にも色々なジャンルの歌を練習しています
天来画沙会	桑原呂翁・山本奏鼎	毎月第2(土) 午後	月 3,000	矢花 公子	比田井天来門流の先生方に、古典の臨書・創作・漢字・仮名交じりの書等の指導を受け学んでおり、年1回天来画沙会展覧会を開催しています。ご入会ください
駒の里オカリナーナ会	遠藤一己	毎月第2・第4(日) 午前	半年10,000	高橋 隆治	皆が知っている懐かしい歌をオカリナで楽しく演奏しています
望月ブローライフル倶楽部	谷脇良一	毎月第2(火)・第4(土) 午前	月 600	小林 幸子	呼吸器官の鍛錬にもなり、誰でも楽しめる笑顔の絶えない会です
フラワーサークル・クローバー	武井さおり	毎週(木) 午前・午後	回 花代程度	武井さおり	季節のアレンジ、ブーケなど様々な作品を作ります

佐久市 市税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 納期限(口座振替日)一覧表

納入は 安心 便利 な口座振替をご利用ください

月 別	税目・保険料別納期限、振替日					
	固定資産税 都市計画税	市県民税 (普通徴収)	軽自動車税	国民健康保険税 (普通徴収)	介護保険料 (普通徴収)	後期高齢者 医療保険料 (普通徴収)
4月	第1期 (30日)				第1期 (30日)	
5月			全期 (6月1日)		第2期 (6月1日)	
6月		第1期 (30日)			第3期 (30日)	
7月	第2期 (31日)			第1期 (31日)	第4期 (31日)	第1期 (31日)
8月		第2期 (31日)		第2期 (31日)	第5期 (31日)	第2期 (31日)
9月	第3期 (30日)			第3期 (30日)	第6期 (30日)	第3期 (30日)
10月		第3期 (11月2日)		第4期 (11月2日)	第7期 (11月2日)	第4期 (11月2日)
11月	第4期 (30日)			第5期 (30日)	第8期 (30日)	第5期 (30日)
12月		第4期 (28日)		第6期 (28日)	第9期 (28日)	第6期 (28日)
1月				第7期 (2月1日)	第10期 (2月1日)	第7期 (2月1日)
2月				第8期 (29日)	第11期 (29日)	第8期 (29日)
3月					第12期 (31日)	第9期 (31日)

● 見えるところに保管してご利用ください。

- 納期限が過ぎますと、督促手数料・延滞金を支払うようになります。
- 口座振替の方は、振替日の前日までに残高の確認をしてください。
- 納付に関する相談は随時行っていますので、お気軽にご相談ください。

■お問い合わせ

佐久市役所 収税課 ☎0267-62-3043 (直通) … 収納全般、納税相談
 税務課 ☎0267-62-3040 (直通) … 市県民税、軽自動車税、固定資産税・都市計画税
 国保医療課 ☎0267-62-3164 (直通) … 国民健康保険税、後期高齢者医療保険料
 高齢者福祉課 ☎0267-62-3154 (直通) … 介護保険料

新佐久市誕生10周年記念

第53回

佐久鯉まつり

日程

5月4日^祝月 ▶ 5日^祝火

会場

4日 駒場公園

5日 千曲川スポーツ交流広場

4日 第28回佐久鯉マラソン大会

受付 午前7時～8時15分 開会式 午前8時30分～

競技開始 午前9時～

場所 駒場公園多目的グラウンド

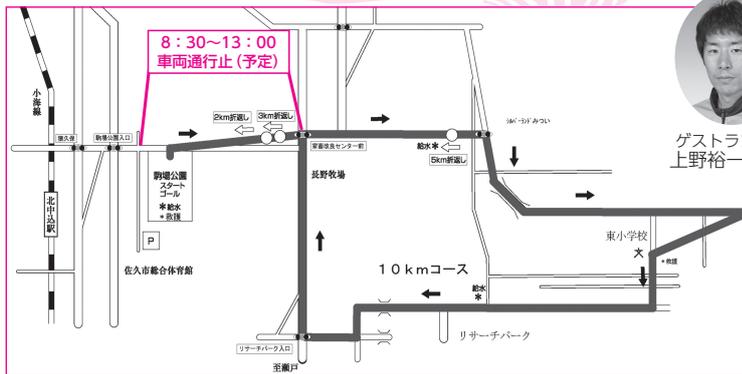
※競技時間内は会場周辺道路の渋滞が予想されますので、迂回をお願いします。
また、通行される場合は、係員の指示に従い通行してください。



ゲストランナー
塚田真希さん



ゲストランナー
上野裕一郎さん



5日特別イベント

■佐久市ホテル旅館組合による
鯉こく無料サービス(イベント広場)(正午～)
佐久市ホテル旅館組合の皆さんが腕によりを奮った“鯉こく”を振る舞います！
今年は、新佐久市誕生10周年を記念して、例年より増量して1200名様分をご用意いたします。

■巨大鯉のぼり展示(会場内)(終日)
会場内に佐久鯉にちなみ全長39.51mの巨大鯉のぼりを展示します。
迫力満点の巨大鯉のぼりを是非ご覧ください！

■佐久鯉つかみ取り体験
(会場内特設池 小学生限定 長靴持参)
(午前11時～正午頃)
佐久鯉まつりならではの佐久鯉つかみ取りが体験できます。
活きの良い佐久鯉のつかみ取りにぜひチャレンジしてください！

■野沢南高校茶道部による野点
(イベント広場)(終日)
野沢南高校茶道部の皆さんによる野点です。
楽しいイベントの合間に一服どうぞ。

■“鯉”の川柳・俳句コンテスト表彰式
(特設ステージ)(午前11時30分頃～)
特別企画「鯉」の川柳・俳句コンテスト」の表彰式を行います。
どんな川柳・俳句が披露されるのでしょうか？

■お楽しみ抽選会(特設ステージ)
(午後0時20分頃～)
“ムーディ勝山”“こてつ”のお笑いステージ終了後、よしもとグッズが当たるお楽しみ抽選会を行います。
抽選会は、鯉車巡行で配布する抽選券で参加できます。

■ジャンケン大会(特設ステージ)
(午後2時40分頃～)
オトメ☆コーポレーションのステージ終了後、ジャンケン大会を行います。勝ち抜いた方には豪華景品をプレゼント！

※都合により時間・内容等が変更になる場合があります。

※会場付近は混雑が予想されます。
当日は「JR佐久平駅」及び「佐久合同庁舎」より無料シャトルバスが運行されますのでご利用ください。

スポーツイベント(3日～5日)

リトルシニア東北信大会(市営球場ほか)	3～4日	午前8時～
合気道演武会(市営武道館 併催)	4日	午後1時～
剣道大会(総合体育館)	5日	午前8時15分～
ソフトテニス大会(市内4会場)	5日	午前8時30分～
弓道大会(駒場公園弓道場)	5日	午前9時00分～
テニス大会(駒場公園テニスコート)	5日	午前8時00分～
マレットゴルフ大会(佐久総合運動公園)	5日	午前8時20分～

5日 佐久鯉まつり催物(千曲川スポーツ交流広場)

開会式 午前9時～ 鯉拝領の儀・鯉車巡行 午前9時50分～

特設ステージイベント 午前9時30分～午後3時

佐久鯉太鼓・中佐都保育園児の太鼓演奏・星のふるさと・臼田ばやし流し踊り・新舞踊・望月小唄・野沢南高校書道パフォーマンス・佐久市消防団音楽隊演奏・ずくなしあんぷラスステージ ほか

スペシャルゲストイベント

- ムーディ勝山・こてつお笑いステージ 正午～
テレビでおなじみ“ムーディ勝山”と、長野県住みます芸人“こてつ”の爆笑ステージです！
- オトメ☆コーポレーション ステージ
午後2時10分～
“しあわせ信州応援アイドル”として活躍中の4人によるステージです。
- 5日の特設ステージイベントの司会は、地元佐久市出身の落語家 入船亭扇好師匠！



出店コーナー(イベント広場)

飲食・菓子 午前7時～午後3時
フリーマーケット 午前9時30分～午後3時

■お問い合わせ 佐久鯉まつり実行委員会(観光交流推進課内) ☎62-3285

新佐久市誕生10周年記念

花と緑と動物ふれあいフェスタ2015を開催します

開催日●5月30日(土) (予定)

場 所●佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」平尾山公園 (南パラダ)

佐久市では毎年初夏に、自然や動物とのふれあいを通じて自然環境と動物愛護への意識の高揚を図ることを目的に、「花と緑と動物ふれあいフェスタ」を開催しています。

会場では、ヤギやウサギ等とふれあうことのできる動物ふれあい広場、搾乳体験や愛犬のしつけ方教室等もあり、さまざまな動物との交流を楽しむことができます。

今年は新佐久市誕生10周年記念の一環として、会場においてFM佐久平の公開放送も開催予定です。ゲストに土屋ホームスキー部、監督兼選手の葛西紀明選手をお呼びしてのトークショー等も予定していますので、5月30日はぜひパラダへお越しください。



昨年の様子



特別ゲスト 葛西紀明選手 (土屋ホーム)

SAJ27承認第00551号

■お問い合わせ 花と緑と動物ふれあいフェスタ2015実行委員会(環境政策課内) ☎62-2917(直通)

祝 新佐久市誕生10周年

主催:佐久市・佐久市立国保浅間総合病院

第65回 健康ネットワーク21講演会

『リラックスできますかねえ。 音楽とかどうでしょうか?』



とにかくストレス、ストレス。みなさんどうしてますか?結構しんどいですよね。日常生活のなかで、なにかリラックスできるものがあると違うんですかね。個人的な話ですが、そんな時に使う音楽の話なんかいかがですか?ストレスが溜まるとどうなるかのお話しもできたら…。

日時■4月16日(木)

午後7時~8時30分

入場無料

会場■佐久平交流センター(旧佐久勤労者福祉センター)

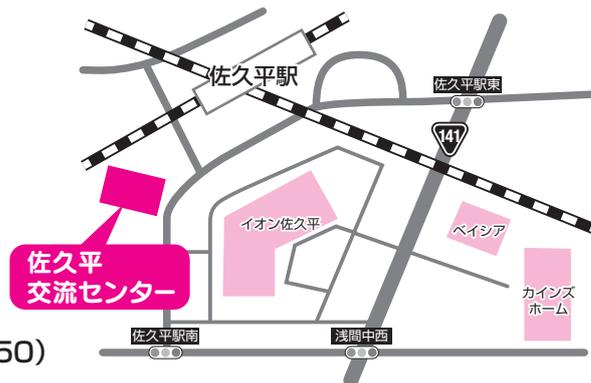
2階・第5会議室

講師■浅間総合病院 内科 南 茂 医師

■お問い合わせ

浅間総合病院 地域医療室 ☎67-2295 (内線5150)

ホームページ <http://www.asamaghp.jp>



市では特定住宅リフォーム支援事業を実施しています！

地震対策 あなたの家は大丈夫？

今なら「**無料耐震診断**」と「耐震補強工事に対し**最大150万円**の補助」が受けられます。

糸魚川—静岡構造線（中部）地震時には、市内でも3千棟以上の建物に被害が発生する恐れがあると想定されています。

ステップ1 「耐震診断（無料）」

【対象となる住宅】

- ・昭和56年5月31日以前に着工した木造在来工法による個人所有の一戸建て住宅
- なお、昭和56年6月以降に棟続きで増築等されている場合は、原則として対象となりません。

ステップ2 「耐震補強工事」

- ・精密診断の結果、耐震補強が必要とされた場合で、住宅所有者が耐震補強の工事を行う場合は費用の一部を市が補助します。
 - ・補助額は、耐震補強工事に係る部分の工事費の2分の1以内（ただし、限度額は120万円です。）
 - ・耐震補強に併せて断熱リフォーム（限度額30万円）を行う場合は、最大150万円を補助します。
- ※申請者の所得制限があります。
※耐震補強工事による所得税の特別控除や、固定資産税の減額制度があります。

耐力壁増設の耐震補強工事を実施した岩村田Yさんの声

体感できるものではないが、地震に対する安心感が増しました。外部の補強計画ができたおかげで、普段の生活にも支障ありませんでした。リフォーム工事をお考えの方は、ぜひ補強工事と兼ねて検討した方が良いと思います。



既存壁撤去



耐力壁設置（構造用合板張り）

省エネ対策 住宅の断熱（保温・保冷）効果アップ！

【補助制度内容】

- ①補助対象工事：自ら居住する既存の住宅で行う、次の内いずれかに該当する工事。
 - ・すべての居室の窓のシングルサッシを二重サッシにしたり、単層ガラスをペアガラスに改修する工事
 - ・すべての居室の外壁若しくは床に断熱材を新たに設置する工事
（縁側、倉庫、物置、車庫のほか普段使用しない部屋は除くことができますが、改修する場合は補助の対象となります）
 - ・すべての屋根又は小屋裏に断熱材を新たに設置する工事。
- ②補助率及び補助限度額：補助率は対象経費の4分の1、補助金交付限度額は30万円。
（サッシと壁等の断熱補助対象工事を合わせて行う場合でも補助金額は30万円が限度となります）

特定住宅リフォーム支援事業の詳細については下記までお問い合わせください。

■お問い合わせ 建築住宅課 ☎62-6637

企業間の連携による「ものづくり」を応援します

市では、地域における産業の育成及び発展に資するため、企業間の連携による新製品及び新技術の共同開発に取り組む中小企業者に対して補助金を交付する「ものづくり支援事業」を実施しています。今回、平成27年度の補助対象事業を募集しますので、お知らせします。

佐久市ものづくり支援事業補助金

- 補助対象者** 共同開発を行う中小企業者で、共同開発の主体となり、市内に事業所がある皆さん。
- 補助対象事業** 補助対象者が共同開発に取り組み、次のいずれかに該当する事業とします。
 (1)共同開発を行う中小企業者のうち、市内に事業所を有するものの割合が半数以上を占める事業。
 (2)補助対象者が医療業、老人福祉又は介護事業を営む事業所と共同開発する事業。
- 補助対象経費** 共同開発に係る経費のうち次に掲げるものとします。
 謝金、旅費、原材料費、機械装置費、工具器具費、委託費、技術指導費、産業財産権導入費、会議事務費、人件費、その他
- 補助率等** 補助対象経費の10分の5以内 ただし、対象事業(1)については、1件につき500万円を限度とし、(2)については、1件につき250万円を限度とします。
- 交付申請** 所定の申請書（様式第1号）に対象事業概要書（様式2号）及び対象事業計画書（様式第3号）を添付して提出してください。
- 提出期間** 4月30日(木)まで
- 提出先** 商工振興課（市役所4階）
- 審査会** 申請していただいた事業は、「佐久市ものづくり支援事業審査会」で審査を行い、交付の可否を決定します。
- その他** 補助金の詳細（交付要綱）及び申請書類は、市ホームページ（「まちづくり・産業」→「商工業」→「助成・制度」）からダウンロードできます。

■申請・お問い合わせ 商工振興課 ☎62-3265（直通）

離職者・新規学卒者を雇用した事業主の皆さん

「雇用対策事業補助金」の申請をお忘れなく！（申請期限は雇用日から3月以内です）

市では、新たな雇用を生みだした市内事業所の事業主に補助金を交付し、離職者・新規学卒者の市内事業所への就職を促進しています。

この「雇用対策事業補助金」の概要は下表のとおりで、新規雇用者1人以上から対象となり、商店等の個人事業主も申請できます。

雇用の対象や条件等の補助金詳細（交付要綱）及び申請書類は、佐久市ホームページ（「まちづくり・産業」→「商工業」→「助成・制度」）からダウンロードできますので、ご確認ください。

区分	補助対象者	雇用の対象	条件	新規雇用者数			補助額
				小規模企業者	中小企業者	中小以外	
新規学卒者	小規模企業・中小企業の事業主	卒業日から3年以内の未就職者で、平成25年1月1日から平成28年4月30日までに雇用されたもの	1年以上の雇用で、雇用日以降1年を超えて市内に住所を有するものを雇用	1人以上		対象外	新規雇用者数×30万円
離職者(45歳未満)	小規模企業・中小企業の事業主	平成25年1月1日以降に事業主の都合により離職し、求職活動を行っている者で、平成25年1月1日から平成28年3月31日までの間に雇用されたもの	1年以上の雇用で、雇用日以降1年を超えて市内に住所を有するものを雇用（雇用日において65歳未満）	1人以上		対象外	新規雇用者数×30万円
離職者(45歳以上)	小規模企業・中小企業の事業主	平成25年1月1日以降に事業主の都合により離職し、求職活動を行っている者で、平成25年1月1日から平成28年3月31日までの間に雇用されたもの	1年以上の雇用で、雇用日以降1年を超えて市内に住所を有するものを雇用（雇用日において65歳未満）	1人以上		対象外	新規雇用者数×45万円

※申請期限は「雇用日から3月以内」です。期限までに必ず申請をお願いします。

※補助金の支払いは、1年間の雇用実績を確認してから（実績報告後）になります。

※提出書類にて条件等確認できない場合は、対象とすることはできません。

■申請・お問い合わせ 商工振興課 ☎62-3265（直通）

平成27年度 佐久市女性リーダー養成研修生募集!

市では、男女共同参画社会の実現をめざした事業の一環として、佐久市女性リーダー養成研修生を次のとおり募集します。



- 募集対象者** ● 市政、教育行政、男女共同参画に関心をもって取り組む意欲がある方
- 研修内容** ● 市政全般 ● 教育行政 ● 男女共同参画全般
- 研修計画**
 - 1年目 ● 佐久市内（市の公共施設を利用）宿泊研修（1泊2日）
 - 議会の傍聴 ● 市政を学ぶ会
 - 県外研修（独立行政法人国立女性教育会館） ● 佐久市主催の講演会等に参加
 - 2年目 ● 市内施設見学 ほか
- 募集期間** 4月1日～4月30日 **募集定員** 30名（定員を超えた場合は抽選となります）
- 申込方法** 電話で申込書の請求をいただいた方に申込書を送付します。
また、佐久市ホームページから申込書をダウンロードできます。
- 申込書提出先** 人権同和課 〒385-8501 佐久市中込3056番地

■お問い合わせ 人権同和課 ☎62-3135（直通）

男女共同参画推進事業者を表彰

市では、女性の能力の活用や働きやすい環境づくりなどを積極的に行っている個人、法人、非営利団体、自治会、PTAなど幅広く募集し表彰しています。

平成26年度は、積極的に男女共同参画を推進している次の5事業者を表彰しました。

表彰事業者と取組内容の紹介（順不同、敬称略）

- **株式会社 モテキ**
 - ・短時間勤務制度の職場環境を整えている。
 - ・女性の雇用の拡大を図っている。
- **木下建工株式会社**
 - ・女性の能力拡大・職域拡大を図っている。
 - ・男性の育児休業を実践している。
- **有限会社 工藤住設工業**
 - ・有給休暇の取りやすい環境づくりを整えている。
 - ・性別に捉われない資格取得への支援をしている。
- **株式会社 栗田建設工業**
 - ・子供の誕生日にバースデー休暇を実施している。
 - ・休暇の取りやすい環境づくり等、ワーク・ライフ・バランスに考慮している。
- **日本ハルコン株式会社**
 - ・育児・介護休業を実施し、取得者全員が職場復帰している。
 - ・在宅勤務制度を整備している。



詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ■お問い合わせ 人権同和課 ☎62-3135（直通）

ご利用の手引き

- ①5月、9月の連休・お盆・蔵書点検（5月下旬～6月上旬）・年末・年始を除いて、原則として3週間に1度巡回しています。
- ②貸出は1人10冊までです。
- ③本を返す日は、次の巡回日同時刻です。中央、サングリモ、臼田、浅科、望月図書館へも返却できます。
- ④暴風や豪雨などのときは巡回を中止する場合があります。
- ⑤ご希望や、ご不明な点がありましたら、佐久市立中央図書館へご連絡ください。

- （ ）内の時間は駐車時間です。
- 希望図書がありましたらお気軽にお申し込みください。
- 移動図書館利用の方のみ、電話予約ができます。

■お問い合わせ 中央図書館 ☎67-2111



4	5	6	7	8	9	10
浅間会館 (11:15) } (11:35)	荒宿 湯川職員住宅 (11:40) } (11:50)	長土呂 ねむの木公園 (13:40) } (13:55)	岩村田北 雇用促進住宅 (14:05) } (14:20)	小田井下宿 公民館 (14:30) } (14:45)	紅雲台 公会場 (15:00) } (15:15)	大和町 集会所 (15:25) } (15:35)
東地 防災庫前 (11:20) } (11:35)	東会館 (13:40) } (13:50)	駒込 公民館 (14:00) } (14:15)	志賀上宿 ポスト前バス停 (14:25) } (14:40)	瀬戸 公民館 (14:50) } (15:00)	西耕地 セブンハイツ西側 (15:05) } (15:15)	樋村 樋村団地 (15:20) } (15:30)
大塚団地 公園前 (11:05) } (11:20)	根々井 中佐都橋付近 (11:25) } (11:40)	今井 公民館 (13:45) } (14:00)	白山 公民館 (14:05) } (14:25)	南岩尾 公会場 (14:35) } (14:50)	北岩尾 高瀬橋付近 (14:55) } (15:10)	下塚原 駒形ハイツ前 (15:20) } (15:30)
松井 （南）北沢塗装前 (11:10) } (11:25)	中込会館 (11:35) } (11:50)	平賀中宿 佐久城山小学校入口 (13:45) } (14:00)	平賀 アヴェニュー佐久平 (14:10) } (14:30)	太田部 公会場 (14:40) } (14:50)	三家 佐久職員宿舎 (15:00) } (15:10)	佐太夫町 雇用促進住宅 (15:15) } (15:30)
大沢 大沢保育園 (11:00) } (11:15)	大沢新田 バス停 (11:25) } (11:35)	跡部 老人憩いの家 (13:45) } (14:00)	中小屋 城山公園 (14:10) } (14:30)	原 公会場 (14:35) } (14:45)	橋場 中込第一保育園 (14:55) } (15:10)	旧中込学校 第2駐車場 (15:20) } (15:30)
泉野 集会場前 (11:00) } (11:10)	三塚 北斗荘前 (11:15) } (11:30)	下県 下県東バス停 (13:45) } (14:00)	平井 公民館 (14:10) } (14:25)	日向 公民館 (14:35) } (14:50)	下平 伊坂建設(株)前 (15:00) } (15:10)	泉 泉保育園 (15:20) } (15:35)
	望月地区 御鹿の郷地域ふれあいセンター (13:40) } (14:10)			浅科地区 公民館浅科地区館 (14:40) } (15:10)		



移動図書館

草笛号

巡回のお知らせ

平成27年4月～平成28年3月

コース番号	巡回日	ステーション番号	1	2	3		
1	4月 8日(水)	4月30日(木)	6月10日(水)	7月 1日(水)	稲荷町	一本柳	岩村田相生町
	7月22日(水)	8月19日(水)	9月 9日(水)	10月 7日(水)	岩村田保育園跡地	区民会館	若宮児童公園
	10月28日(水)	11月18日(水)	12月 9日(水)	1月 6日(水)	(10:00)	(10:25)	(10:50)
	1月27日(水)	2月17日(水)	3月 9日(水)		(10:15)	(10:40)	(11:05)
2	4月10日(金)	5月 8日(金)	6月 5日(金)	7月10日(金)	上平尾	花園町	新子田
	7月31日(金)	8月28日(金)	9月18日(金)	10月 9日(金)	平根保育園	花園団地	世代交流館
	10月30日(金)	11月20日(金)	12月11日(金)	1月 8日(金)	(10:00)	(10:25)	(10:50)
	1月29日(金)	2月19日(金)	3月11日(金)		(10:15)	(10:40)	(11:05)
3	4月15日(水)	5月13日(水)	6月17日(水)	7月 8日(水)	鳴瀬	赤岩	塚原
	7月29日(水)	8月26日(水)	9月16日(水)	10月14日(水)	高瀬保育園	公会場	中佐都保育園
	11月 4日(水)	11月26日(水)	12月16日(水)	1月13日(水)	(10:00)	(10:25)	(10:45)
	2月 3日(水)	2月24日(水)	3月16日(水)		(10:15)	(10:40)	(11:00)
4	4月17日(金)	5月15日(金)	6月12日(金)	7月17日(金)	黒田	苦水	町
	8月 7日(金)	9月 4日(金)	9月25日(金)	10月16日(金)	NTT内山RT前	元コスモスマート	内山保育園
	11月 6日(金)	11月27日(金)	12月18日(金)	1月15日(金)	(10:00)	(10:25)	(10:45)
	2月 5日(金)	2月26日(金)	3月18日(金)		(10:15)	(10:35)	(11:00)
5	4月22日(水)	6月 3日(水)	6月24日(水)	7月15日(水)	高柳	鍛冶屋	取出町
	8月 5日(水)	9月 2日(水)	9月30日(水)	10月21日(水)	公会場	いちかわや前	百番観音堂
	11月11日(水)	12月 2日(水)	12月24日(水)	1月20日(水)	(9:45)	(10:00)	(10:30)
	2月10日(水)	3月 2日(水)	3月23日(水)		(9:55)	(10:20)	(10:50)
6	4月24日(金)	5月29日(金)	6月26日(金)	7月24日(金)	桜井	弥生ヶ丘	泉団地
	8月21日(金)	9月11日(金)	10月 2日(金)	10月23日(金)	消防詰所前	弥生が丘団地	遊園地前
	11月13日(金)	12月 4日(金)	12月25日(金)	1月22日(金)	(9:45)	(10:10)	(10:35)
	2月12日(金)	3月 4日(金)	3月25日(金)		(10:00)	(10:25)	(10:55)
7	4月 9日(木)	5月14日(木)	6月 4日(木)	7月 2日(木)		臼田地区	
	7月30日(木)	8月20日(木)	9月10日(木)	10月 1日(木)		あいとぴあ臼田	
	10月22日(木)	11月12日(木)	12月10日(木)	1月 7日(木)		(10:15)	
	1月28日(木)	2月18日(木)	3月10日(木)			(10:45)	

固定資産税の縦覧・閲覧について

1 縦覧・閲覧について

縦覧とは、固定資産課税台帳に登録された土地や家屋の価格について、納税者が、他の土地や家屋との比較を通じて、自己の土地や家屋の評価が適正かどうかを判断できるようにするため、「土地価格等縦覧帳簿」および「家屋価格等縦覧帳簿」により確認できます。

閲覧とは、納税義務者は自己の資産について、また、借地人・借家人等は使用または収益の対象となる部分について、固定資産課税台帳等の閲覧により価格や課税の内容を確認することができます。

	縦 覧	閲 覧
対象者	市内の土地または家屋の固定資産税納税者（同居の親族・納税管理人等代理権を有する方を含む） 別居の家族、代理人の方は、納税者の委任状が必要です。 ※法人の場合は、法人の代表者の押印が必要です。	①固定資産税の納税義務者、納税義務者の同居の親族および納税管理人②土地について賃借権その他の使用又は収益を目的とする権利（対価が支払われるものに限る。）を有する方③家屋について賃借権その他の使用又は収益を目的とする権利（対価が支払われるものに限る。）を有する方④固定資産の処分をする権利を有する一定のもの（所有者・破産管財人など） 別居の家族、代理人の方は、委任状が必要です。 ※法人の場合は、法人の代表者の押印が必要です。
期 間 および 時 間	4月1日(水)～4月30日(休) 午前8時30分～午後5時15分 (土・日曜日、祝日を除く) ※市役所本庁は平日の午後6時30分まで 各支所は月曜日のみ（休日の場合はその翌日） 午後6時30分まで 第4日曜日（4月26日）は 午前8時30分～午後0時30分まで（本庁のみ）	4月1日以降いつでも可 午前8時30分～午後5時15分 (土・日曜日、祝日を除く) ※市役所本庁は平日の午後6時30分まで 各支所は月曜日のみ（休日の場合はその翌日）午後6時30分まで ※毎月第4日曜日午前8時30分～午後0時30分までの休日 窓口も可（本庁のみ）
場 所	税務課資産税係（窓口）または各支所総務税務係（窓口）	
確 認 できる 事 柄	土地の納税者…土地価格等縦覧帳簿（所在、地番、地目、地積、価格を搭載） 家屋の納税者…家屋価格等縦覧帳簿（所在、家屋番号、種類、構造、床面積、価格を搭載）	固定資産課税台帳 課税台帳記載事項証明書 (借地人、借家人等)
手数料	無料（コピー及び写真撮影はできません。）	300円（縦覧期間中は無料。ただし、コピーは1枚10円）

※縦覧制度は、自分が所有する土地または家屋の価格と他の土地または家屋の価格を比較して、その評価が適正であるかどうかを確認していただく制度であるため、土地のみを所有している方は家屋の、家屋のみを所有している方は土地の縦覧はできません。

また、「将来購入予定の特定の土地の評価額が知りたい」「市内にある物件すべてを縦覧したい」などの縦覧制度の趣旨から逸脱する場合は、縦覧をお断りさせていただきます。

2 必要なもの

- 本人確認ができるもの（運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード等の官公庁が発行した写真つきの証明書）
- 印鑑及び下記の書類等

	縦 覧	閲 覧
納税者本人、同居の親族・納税管理人	納税通知書	
別居の家族、代理人	納税者本人からの委任状	納税義務者からの委任状
借地人・借家人		権利関係を示す書面（賃貸借契約書等）
管理人・管財人		裁判所等による選任書等の関係書類

固定資産の評価替えについて

固定資産税の税額を算出するための土地と家屋の価格（評価額）については、地方税法の規定に基づき、3年に一度見直し（評価替え）を行っています。

平成27年度はこの評価替えの年にあたり、上記の縦覧・閲覧では、評価替えにより見直された価格を確認することができます。

■お問い合わせ 税務課 ☎62-3040（直通）または各支所総務税務係

平成27年度 経営所得安定対策について

国は、食料自給率の向上を図るとともに、販売農家の農業経営が継続できる環境を整えることを目的として、平成25年度から『経営所得安定対策』を実施しています。

平成27年度については、次のとおり一部内容の見直しが行われます。

●平成27年度以降の主な見直しの内容

- (1) 畑作物の直接支払交付金におけるそばの数量払の交付金について、平成26年産から検査の実施が必要となり、平成27年産からは規格外が支援の対象から除外されます。
- (2) 畑作物の直接支払交付金については、平成27年産からは、認定農業者、集落営農、認定就農者を対象（規模要件なし）に変更されます。

●平成27年度経営所得安定対策の主な内容

(1) 米の直接支払交付金

米については、平成26年産米から単価が7,500円/10aとなり、平成29年産までの時限措置として実施されます（平成30年産から廃止）。

※この交付金は生産調整を達成することが条件となります。

●対象となる農業者について

生産調整を達成している、米の販売農家

●交付金対象面積について

主食用米の作付面積から一律10a（自家消費分として）を控除して算出します。なお、主食用米の作付面積が10a未満の方は対象外となります。

●交付金単価について

1) 定額部分…全国一律単価とし、10aあたり7,500円

(2) 水田活用の直接支払交付金

水田で麦、大豆、飼料用米、米粉用米などを生産する農業者に対し、交付金を直接交付することにより、食料自給率・自給力の向上を図ります。

●対象となる農業者について

国が指定する以下の対象作物を、出荷・販売契約等を締結し、販売を目的に生産する農業者

●交付単価について

①戦略作物

作物名	交付単価（10aあたり）
麦、大豆、飼料作物	35,000円
WCS用稲	80,000円
加工用米	20,000円
飼料用米、米粉用米	収量に応じ、55,000円～105,000円

②その他作物（産地交付金として、地域ごとに設定されます。）

※現在、佐久市農業再生協議会にて検討しています。

③二毛作助成

10aあたり15,000円。主食用米と①の戦略作物、または①の戦略作物同士を組み合わせると二毛作を行った場合対象となります。

(3) 畑作物の直接支払交付金

諸外国との生産条件の格差により不利がある国産農作物

（麦、大豆等）について、引き続き生産コストと販売額の差に相当する額が直接交付されます。

●対象となる農業者について

対象作物に対して出荷・販売契約を締結し、生産する認定農業者、集落営農、認定就農者が対象となります。

●対象作物について

麦（小麦、二条大麦、六条大麦、はだか麦）、大豆、そば、なたね

●交付単価について

①数量払（当年産の出荷・販売数量に、品質に応じた重量当たりの単価で交付されます。）

※面積払を受けた方は、面積払分を差し引いて支払います。

平均的な交付単価……実際は品質によって異なります。

小麦	6,320円/60kg	大豆	11,660円/60kg
二条大麦	5,130円/50kg	そば	13,030円/45kg
六条大麦	5,490円/50kg	なたね	9,640円/60kg
はだか麦	7,380円/60kg		

②面積払（当年産の生産面積に基づき交付）

10aあたり20,000円（そばについては10aあたり13,000円）

●留意事項

○交付対象外のもの

出荷・販売契約を締結していない作物は対象になりません。

そばについては、未検査品及び規格外品が支援対象外となります。

●申請手続き等について

「平成27年度（産）営農計画書及び水稻生産実施計画書」が、佐久市農業再生協議会より配布されます。この計画書は、各農家の水田情報等の基礎となりますので、必ず内容をご確認いただき、平成27年度の作付予定等をご記入の上、佐久市農業再生協議会に提出して下さい。

また、経営所得安定対策に加入される方は、交付申請書をご記入の上、佐久市農業再生協議会へ提出して下さい。経営所得安定対策に関する詳しい内容につきましては、農林水産省ホームページ

(<http://www.maff.go.jp/>)、または佐久市ホームページ (<http://www.city.saku.nagano.jp/>) に掲載されておりますのでご覧下さい。

制度の内容等のお問い合わせにつきましては、下記までご連絡ください。

■お問い合わせ

農林水産省 関東農政局

長野地域センター 佐久支所 ☎62-6271

佐久市農業再生協議会窓口

農政課 ☎62-3203（直通）または各支所 経済建設環境係

佐久浅間農業協同組合 各営農センターまたは経済課

地域緑化事業に参加してみませんか

●地域緑化事業とは

地域団体等が、公共施設又は公益施設を緑化するために必要な樹木等を、要望に応じ市が交付する事業であり、緑化活動を通して、市民の皆さんと行政が連携・協力する協働の推進を図るもので、4月1日(水)より申請を受付けます。

対象団体 地域団体等（市民の皆さん及び事業者の皆さん、並びに行政区等の地域団体）

活動場所 公共施設（市が設置し、又は管理する道路、河川、公園、緑地等）

公益施設（地域団体が設置し、又は管理する集会施設、運動広場等）

申請対象 緑化に必要な花苗、樹木、肥料、及び資材等

●平成26年度実施状況

多くの市民の皆さんに参加をいただきまして、誠にありがとうございました。ご応募いただいた花壇の一部を紹介します。

佐久市ホームページ>まちづくり・産業
>都市計画まちづくり>佐久市のまちづくり
>緑の街づくり基本計画>地域緑化事業

URL http://www.city.saku.nagano.jp/machizukuri/toshi_machizukuri/machizukuri/midorinomachizukuri/ryokukajigyo.html

団体名：平賀新町区



団体名：石神神無月クラブ
並びに育成会



■お問い合わせ 公園緑地課 ☎62-3424 (直通)

平成27年度 佐久市故郷ふれあい交流事業実施団体募集

市では、グループ、法人、組合などが、佐久市の豊かな地域資源を活かし、都市部住民の体験を通じて「ひと」と「ひと」が交流する事業に対して「故郷ふれあい交流事業補助金」を交付し、その活動を支援しています。

みなさんも、この制度を活用して地域の活性化や生きがいがづくりに取り組んでみませんか？

内容は農林業、文化財など、**佐久市が誇る「地域資源」を活かした交流が生まれる事業**であれば補助対象になりますので、お気軽にご相談ください。

●補助金概要

補助対象 市内に住所を有し、事業を3年以上継続して実施する見込みのある団体

対象経費 事業に係る初年度の事業費のうち市長が必要と認める経費

補助金額 1団体につき20万円を限度として、予算の範囲内で交付。

HP <http://www.city.saku.nagano.jp/machizukuri/nogyo/kurashi/nogyotaiken/kokyofureai.html>

佐久市HP>まちづくり・産業>農業支援情報>暮らしとしての農業>農業体験>佐久市故郷ふれあい交流事業



■お問い合わせ 観光交流推進課 ☎62-3283 (直通)

第11回 糖尿病フォーラムin佐久のお知らせ

佐久医師会、東北信地域糖尿病療養指導士育成会、長野県栄養士会より皆様へ糖尿病についての知識をお届けします。

NHK「ためしてガッテン」でおなじみの、順天堂大学大学院河盛隆造先生による特別講演の他、劇団トーシズによる糖尿病教室、栄養士会による栄養相談等を実施します。みなさまのご参加をお待ちしています。(入場無料、申込不要、託児有り)

- 日時 4月18日(土) 12時から
- 場所 佐久市佐久平交流センター (旧佐久勤労者福祉センター)
- 講師 順天堂大学大学院スポーツロジセンター センター長 河盛隆造氏
- 演題 「糖尿病と楽しく付きあいましょう」

■お問い合わせ 佐久医師会 ☎62-0442

五郎兵衛記念館

古文書調査報告書 第8集が完成しました

今回は、市川五郎兵衛が開発した「五郎兵衛用水」の江戸時代と大正時代の記録を併せて紹介しています。

- ★『古文書調査報告書』第8集
価格 500円 ※バックナンバーも販売中

関所破りの桜写真展

五郎兵衛記念館の敷地には、「関所破りの桜」とよばれる樹齢250年近い歴史と伝承を秘めた枝垂れ桜があります。4月中旬ごろの満開期に合わせて、浅科写真クラブのご協力で、写真展を開催します。

会期 4月15日(水)～5月6日(水・祝)
(休館日 4月20・27日) 入館無料



「関所破りの桜」

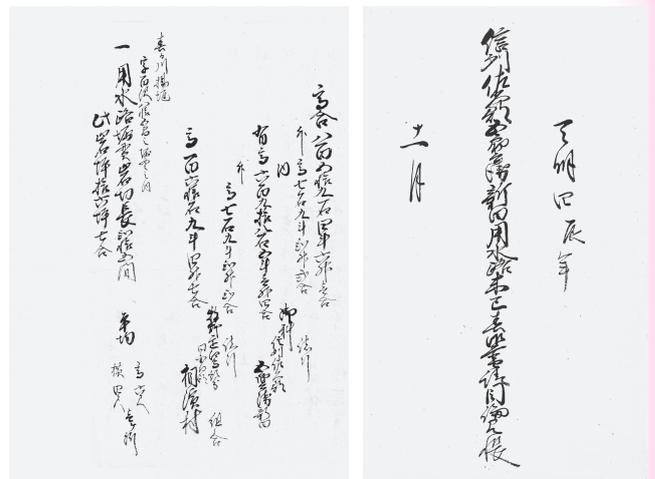
別名「慈眼桜」とも称され、五郎兵衛ゆかりの高崎慈眼寺から移植されたと伝えられています。

平成27年度「古文書を読む会」参加者募集

郷土の古文書が読めるようになりたい。郷土の歴史を知りたいという希望者の声に応じて始まった勉強会です。初心者大歓迎です。

- ★日 時 初回 4月9日(木)午後7時30分～
以降毎月第2木曜日の午後7時30分～
- ★参加費 無料(但し資料代は実費)
- ★申込み 五郎兵衛記念館までご連絡ください。

※毎回の勉強会当日午後7時から、古文書の読み方・お宅にある古文書のことなど館職員がご相談にのります。お気軽にお尋ねください。



昨年度皆さんと一緒に読んだ文書。用水の維持管理には多大な労力が必要でした。先人の書き留めた古記録から堰筋を守ってきた農民の思いを辿りました。

■お問い合わせ 五郎兵衛記念館 ☎58-3118

平成27年度の飼犬登録および 狂犬病予防の巡回注射を実施します

5月7日(木)から飼犬登録の受付と狂犬病予防の巡回注射を下記日程で実施します。
新たに犬を飼い始めた方は、登録の手続きと合わせて予防注射を受けさせていただきます。



- 1 対象犬 生後91日以上全ての飼犬(室内犬も対象です。)
- 2 料金 4月1日から狂犬病予防注射料金が下記のとおり変更となります。

平成27年度から実施される狂犬病予防注射については新料金が適用されますのでご注意ください。

■新たに犬を飼い始めた方

3,000円(登録手数料) + 2,950円(予防注射料金) + 550円(注射済票交付手数料) = **6,500円**

■狂犬病予防注射のみの方(登録済みの方) 2,950円(予防注射料金) + 550円(注射済票交付手数料) = **3,500円**

3 注意事項

- 平成26年度までに登録済みの飼主の方には、4月下旬にハガキ(予防注射申請書)をお送りしますので当日必ず持参してください(ハガキを忘れると受付に時間がかかる場合があります)。
- 会場が昨年と異なる場合がありますのでご確認ください。
- 料金はおつりのいらないようご協力をお願いします。
- 犬が体調不良の場合および過去に狂犬病予防注射後に異常を起こしたことがある犬は、動物病院で接種してください。また、当日、犬の体調が不安な場合は注射前に必ず獣医師に申し出てください。
- 暴れる犬や咬む犬、興奮しやすい犬は動物病院で接種してください。
- 犬が病気等により接種が困難な場合には、猶予証明書の提出が必要ですので、獣医師に相談してください。

飼犬登録・狂犬病予防注射は「狂犬病予防法」で義務付けられており、これらを怠ると法律上、20万円以下の罰金に処せられる場合があります(狂犬病予防注射は、毎年、4月～6月までの3ヵ月の間に受けさせることが義務付けられています)。

期日	実施場所	実施時間	地区
5月7日(木)	五十貫公民館	9:00~9:10	東地区
	志賀中宿公民館	9:20~9:30	
	駒込公民館	9:45~9:55	
	香坂西地公民館	10:15~10:25	
	香坂東地千曲バス車庫前	10:35~10:45	
	新子田世代交流館	11:00~11:15	
	東会館	11:25~11:40	
	安原公民館	13:00~13:20	
	紅雲台区公園	13:30~13:50	
	伊勢林公民館	14:00~14:20	
駒場区団地内公園	14:30~14:45		
5月8日(金)	岩村田小学校校門東側	8:50~9:15	浅間地区
	一本柳区民会館	9:25~9:45	
	西本町公会場	9:55~10:10	
	長土呂公会場	10:20~10:40	
	長土呂ひばりヶ丘団地公園	10:50~11:00	
	西屋敷集会場	11:15~11:25	
	荒田集会場	11:35~11:50	
	浅間会館	13:00~13:25	
	下平尾公民館	13:35~13:50	
	上平尾公民館	14:00~14:15	
横根公会場	14:25~14:35		
島原集会場(うな沢)	14:45~14:55		
5月12日(火)	瀬戸公民館	9:00~9:20	中込地区
	黒田区赤芝橋前(NTT電話交換所)	9:40~9:50	
	大月集会場	9:55~10:05	
	元JA内山支所苦水支店	10:10~10:20	
	相立公民館	10:25~10:35	
	中村公民館	10:40~10:50	
	内山地区社会体育館	10:55~11:05	
	元JA内山支所松井支店	11:15~11:25	
	中込会館	13:00~13:20	
	太田部公会場	13:30~13:45	
常和公民館	13:55~14:10		
JA佐久浅間平賀支所	14:20~14:35		
平賀上宿公会場	14:45~15:00		

期日	実施場所	実施時間	地区
5月14日(木)	相浜公民館	9:00~9:10	野沢地区
	平井公民館	9:15~9:25	
	沓沢公民館	9:35~9:45	
	東立科公会場	10:00~10:10	
	大沢新田バス停	10:25~10:35	
	大沢地区社会体育館	10:45~11:10	
	跡部老人憩いの家	11:25~11:35	
	中桜井公会場	13:00~13:15	
	下平公民館	13:25~13:35	
	竹田公会場	13:45~14:00	
日向公民館	14:10~14:20		
農村環境改善センター(岸野保育園西側)	14:30~14:50		
5月16日(土)	安原公民館	9:00~9:20	中浅間・野沢地区
	長土呂公会場	9:35~9:55	
	JA佐久浅間野沢支所前(三塚)	10:15~10:40	
	中込会館	10:55~11:15	
5月18日(月)	西耕地公園	9:00~9:10	野沢・中込地区
	佐久情報センター裏側駐車場	9:20~9:35	
	北耕地公民館	9:45~9:55	
	成田公園	10:05~10:15	
	原公会場	10:20~10:30	
	高柳公会場	10:40~10:50	
	鍛冶屋公会場	10:55~11:05	
	取出町ふれあい公園	11:15~11:25	
	野沢会館北側駐車場	11:35~11:55	
	前山地区会館	13:00~13:15	
弥生が丘団地入口	13:20~13:35		
JA佐久浅間野沢支所前(三塚)	13:45~13:55		
佐久市下水道管理センター	14:05~14:20		
佐久勤労者体育館(北中込)	14:30~14:40		
5月20日(水)	猿久保東公会場	9:00~9:15	浅間地区
	根々井公会場	9:30~9:50	
	JA佐久浅間中佐都ライスセンター	10:00~10:15	
	上塚原諏訪神社南	10:25~10:40	
	常田公民館	10:50~11:05	
	赤岩公会場	11:15~11:30	
	旧根々井塚原集会場(諏訪社)	13:00~13:10	
	下塚原公会場	13:20~13:30	
	鳴瀬老人憩いの家	13:40~14:10	
	JA佐久浅間高瀬野菜集荷所(三河田)	14:20~14:50	



期日	実施場所	実施時間	地区
5月24日(日)	東会館	8:30~9:00	中込・野沢・東地区
	浅間会館	9:15~10:00	
	野沢会館北側駐車場	10:20~11:00	
	佐久市役所保健センター前	11:15~12:00	
5月21日(木)	佐久市役所白田支所	8:30~8:50	白田地区
	あいとびあ白田	9:00~9:10	
	上中込公会場	9:20~9:30	
	大奈良公会場	9:40~9:55	
	清川公会場	10:05~10:15	
	田口会館	10:25~10:40	
	宮代公会場	10:50~11:00	
	丸山公会場	11:10~11:20	
	三分公会場	11:30~11:45	
	下越公会堂	13:00~13:15	
	三条公会場	13:25~13:35	
	青沼会館	13:45~13:55	
5月22日(金)	入沢集会所	14:05~14:20	白田地区
	岩水公会場	14:30~14:40	
	佐久市役所白田支所	8:30~8:50	
	白田諏訪神社	9:00~9:10	
	美里公会場	9:20~9:35	
	住吉公会場	9:45~9:55	
	北川会館	10:10~10:25	
	北川本郷公会場	10:35~10:45	
	中小田切公会場	10:55~11:05	
	上小田切西区公会場	11:15~11:25	
	上小田切公会場	11:35~11:45	
	滝公会場	13:00~13:10	
5月23日(土)	下小田切公会場	13:20~13:30	白田地区
	湯原公会場	13:40~13:50	
	湯原新田公会場	14:00~14:10	
	あいとびあ白田	9:00~9:30	
5月14日(木)	青沼会館	9:40~10:00	浅科地区
	切原会館	10:10~10:30	
	佐久市役所白田支所	10:40~11:00	
	舟久保生活改善センター	9:00~9:10	
	佐久市民館浅科地区館	9:20~9:30	
	庄の上生活改善センター	9:40~9:50	
	御馬寄コミュニティセンター	10:00~10:10	
	駒寄公会場	10:20~10:30	
	中原構造改善センター	10:40~10:50	
	浅科道の駅 ふるさとの味創造館前	11:00~11:10	
	鶴沼コミュニティセンター	11:20~11:30	
	5月15日(金)	御牧原多目的集会所	
入の沢内藤商店東		9:20~9:30	
桑山公会場		9:40~9:50	
本町公会場		10:00~10:10	
佐久市浅科福祉センター		10:20~10:30	
大平団地公園		10:40~10:50	
5月17日(日)	矢島大庭	11:00~11:10	浅科地区
	佐久市役所浅科支所	11:20~11:30	
	佐久市浅科福祉センター	10:00~10:10	
	浅科道の駅 ふるさとの味創造館前	10:20~10:30	
5月14日(木)	佐久市公民館浅科地区館	10:40~10:50	浅科地区
	佐久市役所浅科支所	11:00~11:10	

期日	実施場所	実施時間	地区
5月7日(木)	大木中バス停	9:00~9:10	望月地区
	雁村公民館	9:20~9:30	
	中居創作館	9:40~9:50	
	抜井公民館	10:00~10:10	
	式部バス停	10:20~10:30	
	布施コミュニティセンター	10:40~11:00	
	牧布施バス停	11:10~11:20	
	百沢公民館	11:30~11:40	
	御牧原公民館	13:00~13:10	
	印内原公民館	13:20~13:30	
	印内公民館	13:40~13:50	
	古宮バス停	14:00~14:10	
5月8日(金)	古道集会場	14:20~14:30	望月地区
	茂田井公民館	14:40~14:50	
	観音寺公民館	15:00~15:10	
	藤巻公民館	9:00~9:10	
	長者原生活改善施設	9:20~9:30	
	入新町公民館	9:40~9:50	
	新町公民館	10:00~10:20	
	御鹿の郷ふれあいセンター	10:30~10:50	
	北春公民館	11:00~11:10	
	善郷寺公民館	11:20~11:30	
	下の宮公民館	11:40~11:50	
	湯沢公民館	13:00~13:10	
5月9日(土)	新田中央	13:20~13:30	望月地区
	片倉公民館	13:40~13:50	
	比田井公民館	14:00~14:20	
	桜ヶ丘ふれあいセンター	14:30~14:40	
	天神公民館	14:50~15:00	
	駒の里ふれあいセンター	8:30~8:45	
	布施コミュニティセンター	9:00~9:15	
	御鹿の郷ふれあいセンター	9:30~9:45	
	桜ヶ丘ふれあいセンター	10:00~10:15	
	駒の里ふれあいセンター	10:30~10:45	
	寺久保旧バス停前	9:00~9:10	
	協西公民館	9:20~9:40	
5月11日(月)	大谷地公民館	9:50~10:00	望月地区
	吹上公民館	10:10~10:20	
	高呂公民館	10:30~10:50	
	小平公民館	11:00~11:20	
	三井公民館	11:30~11:40	
	駒の里ふれあいセンター	11:50~12:10	

【狂犬病とは】

狂犬病ウイルスは、全ての哺乳類に感染し、発病すると狂犬病特有の水を怖がる恐水症状とともに、興奮性・麻痺・精神錯乱などの神経症状が現れ、ほぼ100%死に至る恐ろしい病気です。

国内では、平成18年に60代の日本人男性2人がフィリピンで犬に咬まれ、狂犬病に感染して発病後、立て続けに死亡した記事は多くの人々に衝撃を与えました。WHO（世界保健機関）によると、今でも世界で年間約55,000人が狂犬病により命を落としており、国外から持ち込まれるなどした動物により、国内で狂犬病が発生する危険が懸念されています。

狂犬病予防注射の必要性が高まっている今、犬をお飼いになっている皆さんは必ず受けさせるようお願いします。

●その他

- ・犬が死亡した場合は、必ず環境政策課または各支所に届け出をしてください。
- ・上記の、どの会場でも飼犬登録および予防注射を受けることができます。
- ・上記日程で都合の悪い方は、動物病院で接種してください。
- ・佐久市内の動物病院および近隣市町村の一部の動物病院では、予防注射と同時に飼犬登録もできます（犬の鑑札と注射済票もその場で交付されます）。それ以外の動物病院で予防注射を受けた場合は、環境政策課または各支所で注射済票の交付を受けてください。その際、獣医師が発行する狂犬病予防注射済票と、交付手数料金（550円）が必要になります。

■お問い合わせ 環境政策課 ☎62-2917（直通）

ほねぶと健康クラブ・はつらつ水中ウォーク 参加者募集

高齢者の皆さんが元気でいきいきとした生活を送れることを目的に、介護予防教室を実施しています。今回は4月から始まる教室の参加者を募集します。皆で楽しく、正しい運動の方法を学んでみませんか。

***対象者：**市内にお住まいの65歳以上の方で、介護保険の認定を受けていない方
(主治医から運動を避けるように指導されている方はご遠慮ください。)

***受付期間：**4月1日(水)～4月8日(水)

***定員を超える申し込みがあった場合には、初めて参加される方を優先します。**

***第2回目以降の教室日程を確認したい場合は、各教室の申込先までお問い合わせください。**

ほねぶと健康クラブ (転倒骨折予防事業)

***内容：**健康チェック・転倒予防体操 等 月1回、6回シリーズの教室です。

***参加費：**600円 (保険料・資料代) **定員：**各教室 30名程度

教室名	会場	第1回日程	時間	申込先
岩村田教室	浅間会館 ※8月～浅間病院講堂	4月17日(金)	午後2時～3時30分	金澤病院 ☎67-2048 *受付は8時30分～
東教室	シルバーランド みつい	4月28日(火)	午前10時～11時30分	シルバーランドみつい ☎66-6800 *受付は8時30分～
中込教室	サングリモ中込	4月10日(金)	午前10時～11時30分	ケイジン健康運動センター ☎64-1707 *受付は10時～
野沢教室①コース	野沢会館	4月3日(金)		
野沢教室②コース		4月24日(金)		
佐久中部教室	シルバーランド きしの	4月17日(金)		
臼田教室午前の部	あいとぴあ臼田	4月30日(木)	午前10時～11時30分	佐久総合病院 地域健康管理科 ☎82-2677 *受付は8時30分～
臼田教室午後の部			午後2時～3時30分	
浅科教室	生きがい活動支援 センター	4月15日(水)	午後1時30分～3時	佐久平パーソナルコンディショニング センター ☎66-7565 *受付は10時～
望月教室	望月総合支援 センター	4月8日(水)	午前10時～11時30分	ケイジン望月在宅サービスセンター ☎77-7021 *受付は8時30分～
春日教室	春日交流センター	4月20日(月)	午前9時30分～11時	佐久市望月支所 ☎53-3111 内線147 *受付は8時30分～

はつらつ水中ウォーク

***内容：**健康チェック・水中ウォーキング・レクリエーション 等 月2回、12回シリーズの教室です。

***参加費：**毎回1,000円 (プール使用料・入浴料含む) **定員：**各会場 20名程度

会場	第1回日程	時間	申込先
ケイジン健康運動センター	4月14日(火)	午後1時30分～3時	ケイジン健康運動センター ☎64-1707 *受付は10時～
アクネス佐久平	4月13日(月)	午後12時30分～2時	アクネス佐久平 ☎68-6800 *受付は9時～

■お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3157 または各支所高齢者児童福祉係

♪はつらつ音楽サロン参加者募集♪

大きな声を出して歌い、音楽を聴くことにより、右脳を刺激して認知症を予防することを目的に、またころや身体の疲れをいやし、心に余裕を持って、はつらつとすごしていただくことを目的に『はつらつ音楽サロン』を開催します。

専門的な合唱や合奏ではありませんので、音楽を楽しみながらいつまでも若々しくすごすため、お気軽にお申し込みください。

1. 対象者 65歳以上で、介護認定を受けていない方 ご自分で会場まで来られる方
2. 定員 各会場100人（シルバーランドみついで会場は60人）
3. 会場・日程（いずれか1ヶ所のお申し込み）

会場	野沢会館	あいとぴあ臼田	交流文化館浅科	サングリモ中込	シルバーランドみついで
講師	高橋 喜久子先生	原 晴子先生	臼田 隆子先生	原 晴子先生	原 晴子先生
	山崎 律子先生	小須田 美喜先生	相澤 美名子先生	小須田 美喜先生	小須田 美喜先生
第1回	5月18日(月)	5月14日(木)	5月20日(水)	5月22日(金)	5月19日(火)
第2回	6月15日(月)	6月11日(木)	6月10日(水)	6月26日(金)	6月16日(火)
第3回	7月27日(月)	7月 9日(木)	7月 8日(水)	7月17日(金)	7月21日(火)
第4回	8月17日(月)	8月 6日(木)	8月19日(水)	8月28日(金)	8月18日(火)
第5回	9月28日(月)	9月10日(木)	9月 9日(水)	9月25日(金)	9月15日(火)
第6回	10月19日(月)	10月 8日(木)	10月 7日(水)	10月23日(金)	10月20日(火)
第7回	11月16日(月)	11月12日(木)	11月11日(水)	11月27日(金)	11月17日(火)
第8回	12月21日(月)	12月10日(木)	12月 9日(水)	12月18日(金)	12月15日(火)

4. 時間：午後1時30分～3時00分（シルバーランドみついで会場は午後2時～3時30分）
5. 内容：唱歌や童謡などの合唱や合奏
6. 参加費：無料
7. 参加申し込み：4月15日(水) 8時30分～随時受け付けています
参加される方は電話で希望会場の担当窓口までお申し込みください。定員になり次第締め切らせていただきます。
8. お申し込み先



会場	お申し込み先
野沢会館	佐久市役所高齢者福祉課 高齢者支援係 ☎62-2111（内線218.226.259） 62-3157（直通）
サングリモ中込	
シルバーランドみついで	
あいとぴあ臼田	臼田支所高齢者児童福祉係 電話82-3124
交流文化館浅科	浅科支所高齢者児童福祉係 電話58-2078

*参加の決定をされた方には、後日詳細をお知らせいたします。

■お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎62-3157（直通）



佐久ケーブルテレビ

SAKU CABLE TELEVISION

4月の主な放送予定

- 4月 4日(土) 13:00 佐久市コスモホールから生中継 新佐久市誕生10周年記念式典
- 4月 5日(日) 19:00 2015信州浅茅太鼓連盟「たいこ祭」
- 4月 12日(日) 19:00 信州佐久太鼓の共演
- 4月 19日(日) 19:00 第19回長野県小学生アンサンブル交歓会
- 4月 26日(日) 19:00 心が豊かになる音楽への招待「ピアノの歴史解説とコンサート」
- 4月 29日(祝) 19:00 第4回やなぎだカラオケ大会

※放送内容・時間等は変更になる場合があります



4月のおすすめ番組

●野沢・浅間・中込・浅科・東・臼田
地区公民館のつどい

●平成26年度市内小学校 卒業式

放送日時：平日19:00

※詳しくは佐久ケーブルテレビホームページをご覧ください。

●NHKライブラリ 水曜ドラマ「真田太平記」放送スタート！
上田市を舞台に来年放送が開始される大河ドラマ「真田丸」それに先がけて、1985年～86年 NHKにて放送された、水曜ドラマ「真田太平記」をお送りします。

放送日時：平日21:30ほか

全45話 毎週更新でお送りしていきます。お見逃しなく！

■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

ご加入は随時受け付けています

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

佐久情報センターからのお知らせ

★ パソコン講座のご案内

4月開講 IT塾 (全12講座)

- | | | |
|-----|-----------------------------|--------------------|
| ●日程 | 4月 1日(水) 午前：Windows-1 | 2日(木) 午前：Windows-2 |
| | 3日(金) 午前：Windows-3 | 4日(土) 午前：Windows-4 |
| | 7日(火) 午前：Word-1 午後：Excel-1 | 9日(木) 午前：Word-2 |
| | 15日(水) 午前：Word-3 午後：Excel-2 | |
| | 17日(金) 午前：Word-4 午後：Excel-3 | 22日(水) 午後：Excel-4 |
- ※いずれの日も、午前は10時～正午、午後は1時30分～3時30分

●料金 800円/講座 ●定員 20名 (先着順) 詳しくはお問い合わせください。

ここに注目!

- ・Windows8.1で、基本操作が簡単になりました。
- ・仕事に適したOffice2013 (Word、Excel) の基礎を学びます。



☆「情報センターIT部」活動中！部員募集しています！

2月～3月にパソコン講座を受講された皆さん！是非、ご参加ください。ご自身のパソコンを持ち寄り、みんなで楽しむクラブ活動のような講座です。毎月2～3回、水曜日に開催しています。

4月は8日と22日、時間は午前10時～正午です。(料金は2,000円/月)

- これからの活動予定は…
- コンテストに応募しよう！デジタルカメラで作品創り。
 - Wordを使って時候のお便りを作成！お友達に送ってみよう。
 - Excelで日常のデータ活用を！家計簿や自治会会計、ゴルフスコア等々…。

■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] ★自動体外式除細動器(AED)を常設
☎64-5556 (開館：午前9時～午後6時 休館：月・祝日の翌日) <http://sic.pascal.ne.jp>

Information インフォメーション 4月

お知らせ

●高齢者用肺炎球菌ワクチン
予防接種のお知らせ

問合せ 健康づくり推進課
☎62-3527 (直通)
または各支所健康づくり推進係

肺炎球菌ワクチン予防接種は、肺炎球菌による感染症を予防し、重症化を防ぐ予防接種です。

▽定期接種対象年齢

①65歳の佐久市民の方(ただし平成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)

※接種対象者の方へは、個別通知を発送します。

②満60歳以上満65歳未満の方で、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佐久市民の方

▽自己負担 2,000円

※既に高齢者用肺炎球菌ワクチン

ンの接種を受けた方は対象外です。

▽自己負担の免除

前記の定期接種対象者で次の条件に該当される方は、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市県民税非課税世帯の方
 - ③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、必ず**事前申請が必要**です。申請受付は、4月1日から開始します。

※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います。対象者は66歳以上の定期接種の対象外で過去に肺炎球菌ワクチンを接種されていない方で接種を希望される方は、お問い合わせください。

※接種対象年齢・接種方法・接種実施医療機関等の、詳細につきましては、平成27年度佐

久市健康カレンダーまたは、市ホームページでご確認ください。

●献血のお知らせ

問合せ 健康づくり推進課
☎62-3527 (直通)

ケガや手術などで輸血を必要とされている患者さんのために、より多くの血液が必要とされています。大勢の皆さんのご協力をよろしく願います。

○佐久市工場団地事業協同組合

▽日時 4月24日(金)
午後1時30分～4時

※会場及び日時については、血液センター等の都合により時間等変更になる場合がございますので予めご了承願います。

▽持ち物 運転免許証、保険証、パスポート等本人の確認が出来る物

献血手帳(持っている方のみ)

●子どもの予防接種のお知らせ

問合せ 健康づくり推進課
☎62-3527 (直通)

大切なお子さんをご感染から守るため、また、周りへの感染拡大を防ぐために、予防接種が必要です。

・予防接種とは?

赤ちゃんの病気に対する抵抗力(以下免疫)は、生後3か月から徐々に失われていきます。そのためこの期間を過ぎると、赤ちゃん自身で免疫を作って病気を予防する必要があります。その助けとなるのが予防接種です。

一般にワクチン(予防接種液)は、感染症の原因となるウイルスや細菌、または菌が作り出す毒素の力を弱めて作られており、体に接種することでその病気に対する免疫が獲得されます。

・市で実施している定期予防接種

ヒブ・小児用肺炎球菌・四種混合・三種混合・二種混合・ポリオ・BCG・麻しん風しん混合・水痘・日本脳炎・子宮頸がん予防

●認知症高齢者介護者座談会

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ともに、認知症地域支援推進員から介護のアドバイスを受けていただきます。お気軽にご参加ください。

▽日時 4月21日(火)
午後1時30分～3時

▽会場 浅間会館 洋室4号

▽内容 座談会

▽参加費 無料

※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。

●県民交通災害共済の加入申込

問合せ 生活環境課
☎62-3094 (直通)

長野県民交通災害共済は、1人400円の年会費を納めて会員になった方が、万一交通事故にあったときに、お見舞金を支給する制度です。

「まさか!」にそなえて、交通災害共済に加入しましょう。

○加入方法

年間を通じ、生活環境課および各支所、浅間・野沢・中込・東・春日の各出張所の窓口で加入申し込みができます。

※4月以降も随時加入できます。その場合は、会費納入の翌日から平成28年3月31日までが

会員の期間となります。

●佐久市温泉施設入浴料の改定

問合せ 観光交流推進課
☎62-3285 (直通)

4月1日から、佐久市内の温泉施設での入浴料が改定となります。

入浴料は表の通りです。

皆さんにはご理解のほど、よろしくお願ひします。

温泉入浴施設	入浴料	お問い合わせ
国民宿舍もちづき荘	500円	☎52-2515
交流促進センター ゆざわ荘		☎52-0022
布施温泉		☎53-0181
あさしな温泉 穂の香乃湯		☎58-0033

●バス停の名称を変更します

問合せ 生活環境課
☎62-3094 (直通)

4月1日に、北佐久農業高等学校、白田高等学校及び岩村田高等学校工業科を再編統合し、佐久平総合技術高等学校が開校

します。現在の白田高校は、佐久平総合技術高校白田キャンパスという名称になることから、校舎前に設置してありますバス停の名称を下記のように変更します。

○変更前 「白田高校前」



○変更後 「佐久平総合技術高校白田キャンパス前」

●「高等技能訓練促進費」のご案内

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

高等技能訓練促進費は、専門性の高い資格取得（主に国家資格）を目指し、2年以上のカリキュラムを修業する養成機関へ入学した場合、生活の負担の軽減を図るために支給されるものです。入学時より該当となった方については、卒業後には「入学生支援修了一時金」が支給されます。

詳細は子育て支援課までお問い合わせください。

▽対象 母子家庭の母または父

子家庭の父であって、以下の要件を全て満たす方

①児童扶養手当支給対象者、又

はそれに準ずる所得水準にある方

②資格を取得することが適職に就くために必要であると認められる方

③養成機関において、2年以上のカリキュラムを修業し、対象資格の取得が見込まれる方

④過去にこの訓練促進費を受給していない方

▽対象資格 看護師（准看護師含む）・介護福祉士・保育士・理学療法士・作業療法士・そのほか市長が必要と認める資格

▽支給期間 2年間

▽支給金額

①訓練促進費 市町村民税非課税世帯は月額10万円、市町村民税課税世帯は月額7万5千円

②一時金 市町村民税非課税世帯は5万円、市町村民税課税世帯は2万5千円

●4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 4月11日(土)

午前10時30分～

○おはなしの会②

▽対象 乳幼児

▽日時 4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 4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 4月25日(土)

午後3時～

※会場はいずれも視聴覚室です。

●白田図書館

○ブック☆ブックお話の会

▽対象 子どもから大人

▽日時 4月18日(土)

午後2時～

▽会場 えほんコーナー

●浅科図書館

○おはなし会

▽対象 子どもから大人

▽日時 4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 4月18日(土)

午後2時30分～

▽会場 読み聞かせ室

※4月の休館日

6日(月)・13日(月)・20日(月)

27日(月)・28日(火)

●緑の募金にご協力をお願いします

問合せ 耕地林務課
☎62-3242 (直通)

美しい緑の街づくりを目指して、毎年4月1日から5月31日までを「緑化推進特別強調月間」として、様々な取り組みが行われています。

市では、これに合わせ、身近な環境の緑化、健全な森林づくりや緑豊かな環境づくりを進めるため、緑の募金運動を行っております。

期間中、各区役員さんが、各ご家庭に募金のお願ひに伺うこともありますので、その際にはご協力をお願いします。

なお、募金は公益財団法人長野県緑の基金に一旦納入された後、市の緑化事業等に交付されます。

▽実施期間 4月13日(月)～

5月15日(金)

▽募金の種類 家庭募金

●ごみ焼却場の都市計画決定
(案)に関する縦覧

問合せ 都市計画課
☎62-3404 (直通)

平根地区に建設予定のごみ焼却場について、都市計画案を作成しましたので縦覧します。この決定案についてご意見のある方は、市長あてに意見書を提出することができます。

▽縦覧期間

4月10日(金)～4月24日(金)午前8時30分～午後5時15分
※土曜日、日曜日及び祝日は縦覧できません。

▽縦覧場所

都市計画課 (〒385-0551 佐久市中込2913 建設部 駒場仮事務所)

▽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ください。郵送で提出される方は、4月24日(金)の到着分までとさせていただきます。

※縦覧期間等を変更する場合は、市ホームページなどでお知らせします。

縦覧については都市計画課まで、建設事業については佐久市・北佐久郡環境施設組合 ☎62-2916までお問い合わせください。

●福祉関連手当額改定

問合せ 子育て支援課

☎62-3149 (直通)

福祉課

☎62-3147 (直通)

1月30日に平成26年平均の全国消費者物価指数(対前年比変動率2.7%)が公表されました。その結果、4月からの各種手当については、法律の規定により下表のとおり増額改定となりますのでお知らせします。

対象	手当	平成26年度	平成27年度	担当課	
ひとり親家庭等	児童扶養手当	(全部支給)	41,020	42,000	子育て支援課
		(一部支給)	41,010 ～9,680	41,990 ～9,910	
障がい者関連	特別児童扶養手当	(1級)	49,900	51,100	福祉課
		(2級)	33,230	34,030	
	特別障害者手当	26,000	26,620		
	障害児福祉手当・経過福祉手当	14,140	14,480		

●公共の宿 山荘あらふねオープン!

問合せ 山荘あらふね
☎65-2021

山荘あらふねは、4月18日(土)から平成27年の営業を開始します。今年度は、11月15日(日)まで営業しますので、ご宿泊はもとより、ご家族、同級会、老人会等のお集まりにぜひご利用ください。



●都市計画(案)の縦覧

問合せ 下水道建設課
☎63-0101

都市計画法第19条第1項によ

り、都市計画決定をしたので、同法第17条第1項の規定により、下記のとおり都市計画(案)の公告、縦覧を行います。

なお、都市計画(案)について、縦覧期間満了の日までに、市長に意見書を提出することができます。

○都市計画(案)の種類および名称

- ・佐久都市計画下水道
 - ・佐久市公共下水道区域の変更
- ▽縦覧期間 4月17日(金)～5月1日(金)(土・日・祝日を除く)
- ▽縦覧場所 建設部都市計画課

●長野県道路公社有料道路の時間帯割引回数通行券の販売

問合せ 土木課
☎62-3427 (直通)

長野県道路公社の管理する有料道路の通行券(朝夕の通勤時間帯のみ使用可能)を通常料金の5割引で販売しています。

▽対象区間

三才山トンネル有料道路、新和田トンネル有料道路、平井寺トンネル有料道路、白馬長野有料道路

▽対象

- ・購入申請日において佐久市民の方(法人は対象外)
- ・通勤・通学・通院等で対象区

新学年生徒募集

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を行います。「わかっていく」指導者がひとりりて、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。

□高校生部門：英語・数学
(定期テストから大学筆記試験まで対応。物理・化学は無料DVDあり)

□中学生部門：主要5教科
(野沢北・長聖1類などの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。

保険調剤 処方せん受付 即日処方 処方薬 処方箋 処方薬 処方箋

全店舗クレジットカード決済可

小諸市・佐久市・南佐久

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

広告欄

広告欄

間の有料道路を利用する方
▽対象車種

普通自動車および軽自動車

▽割引対象時間帯 午前6時～9時、午後5時～8時

▽時間帯割引回数通行券の価格

・通常料金の5割引(割引対象時間帯以外の時間では使用できません)

▽販売窓口と購入方法 市役所

土木課(駒場事務所)、白田支所、浅科支所、望月支所

・印鑑と身分証明書が必要です
・10枚単位で販売、1人につき1回の購入は100枚までです。

募集

●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

☎64-02112

FAX 64-02113

○気功教室

呼吸の方法を学び、心のあり方と動作を一致させ、体調を整えましょう。

▽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

4月10日(金)午後2時～3時

5月8日(金)午後2時～3時

▽場所

野沢会館2階和室3号

▽定員 15名(先着順)

▽持ち物 運動のできる服装

○**絵画(絵手紙)教室**

楽しくおしゃべりしながら、身近な題材を使って絵を描きましょう。

▽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 4月16日(木)

午後1時30分～3時

▽場所 野沢会館 視聴覚室

▽定員 15名(先着順)

▽材料費 100円

▽持ち物 エプロンなど

○健康体操教室

ミニゲームなどを交えながら体を動かして、リフレッシュしましょう。無理のないプログラムを用意しています。

▽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 4月21日(火)

午後1時30分～3時

▽場所 あいとびあ白田

多目的室3、4号

▽定員 20名(先着順)

▽その他 運動のできる服装、必要に応じて水分補給できる飲み物をお持ちください

○音楽を楽しむセミナー

音楽に合わせて楽しく歌って、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 5月1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)

●うすだスタードーム

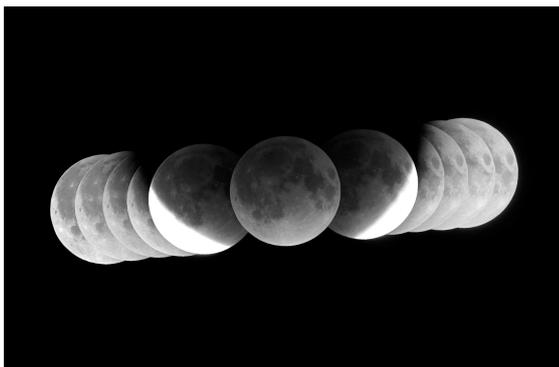
4月のイベント

問合せ 天体観測施設

うすだスタードーム

☎82-0200

4月4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。皆既月食は昨年10月8日にもありましたが、今回は3年後の2018年までありませんので貴重な機会です。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、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します。多数の参加をお待ちしています。

▽日時 4月4日(土)
午後7時～11時

▽会場 うすだスタードーム

▽参加料 一般500円、小学生250円(入館料)

▽内容 皆既月食観望、月食のお話(雨天中止)

※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。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)

平成26年開所いたしました。



エフビー地域サポートセンター佐久中央
・小規模多機能 あったかほむ中込
・ケアライフ中込

併設事業所
・エフビー訪問介護さく・エフビー介護タクシー
・エフビー訪問看護ステーションさく

佐久市中込大日3713-11

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)

●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

- 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 20,300円
- 30,300円
- 団地名 サングリモ中込団地
- 所在地 佐久市中込
- 建設年度 平成19年度
- 構造等 高層耐火構造2DK
- 募集戸数 1戸
- 家賃 16,800円
- 25,000円
- 団地名 望月団地
- 所在地 佐久市望月
- 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 16,100円
- 24,100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

4月1日(水)～4月8日(水)

▽抽選会 4月21日(火)

▽入居指定日 5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(サングリモ中込団地は60歳以上など条例に定める者に限り単身入居可。)

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入居申込者およびその同居者となる方が暴力団員ではないこと。
※入居が決定した場合は、連帯保証人(資格要件が有り)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

花園団地、泉団地、大塚団地、竹原団地、並木団地、下越団地(特公賃)

●スポーツ教室参加者募集

申込・問合せ 体育課
62-2020

○筋力トレーニング

▽対象 一般
▽日時 5月11日(全10回、月曜日)午前10時～11時30分

▽講師 JACOT 宮本憲一

▽会場 佐久市総合体育館

▽定員 30人

▽参加費 1,000円

▽日時 5月12日(全10回、火・木曜日)午後7時～9時

▽講師 体協ゴルフ部

▽会場 佐久平カントリークラブ

▽定員 25人
▽参加費 大人2,500円、中学生以下 1,500円
(ボール代等は別途)

○新体操

▽対象 小学生女子
▽日時 5月10日(全7回、日曜日)午後1時～2時30分

▽講師 ブルーミングRG

▽会場 佐久市勤労者体育館

▽定員 30人

▽参加費 2,500円

▽日時 5月21日(全10回、木曜日)午後7時～9時

▽講師 体協卓球部

▽会場 佐久市総合体育館

▽定員 30人

▽参加費 大人2,500円、中学生以下 1,500円

▽日時 5月22日(全10回、金曜日)午後7時～9時

▽講師 体協弓道部

▽会場 駒場公園弓道場

▽定員 20人

▽参加費 2,500円

▽日時 5月12日(全10回、火曜日)午後7時30分～8時30分

▽講師 鈴木清子

ことぶきの家
総合相談室
開設

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)

処方せん調剤・介護用品・医薬品・化粧品
皆様のかかりつけ薬局をめざして...



萬寿堂薬局

佐久市白田224

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

調剤用薬品備蓄 約2300品目

開局時間 ●9:00~19:00 ●9:00~18:30(土曜のみ)

定休日 日曜日・祝日

夜間・緊急連絡 TEL.0267-82-8205 0267-82-3143

広告欄

広告欄

- ▽会場 望月小学校体育館・春日体育館
- ▽定員 30人
- ▽参加費 大人2,500円、中学生以下 1,500円
- フットサル
- ▽対象 小・中学生
- ▽日時 5月11日(全10回、月曜日)午後7時～9時
- ▽講師 菅沼智博
- ▽会場 望月総合体育館
- ▽定員 30人
- ▽参加費 1,000円
- エンジョイウォーキング
- ▽対象 年齢制限なし
- ▽日時 5月14日(全10回、隔週木曜日)午前9時30分～11時30分
- ▽講師 岡部聖子
- ▽会場 望月総合体育館
- ▽定員 50人
- ▽参加費 1,000円
- ソフトバレーボール
- ▽対象 小学2年生以上
- ▽日時 5月11日(全10回、月曜日)午後7時30分～9時30分
- ▽講師 篠原一郎
- ▽会場 望月総合体育館
- ▽定員 30人
- ▽参加費 1,000円

- お楽しみバスケットボール
- ▽対象 小学生以上
- ▽日時 5月8日(全10回、金曜日)午後8時～9時30分
- ▽講師 須藤博輝
- ▽会場 望月総合体育館
- ▽定員 30人
- ▽参加費 1,000円
- ピンポン
- ▽対象 小学生以上
- ▽日時 5月9日(全10回、土曜日)午後7時30分～9時
- ▽講師 佐藤恵子
- ▽会場 望月総合体育館
- ▽定員 30人
- ▽参加費 1,000円
- ファミリースポーツ
- ▽対象 親子
- ▽日時 5月9日(全10回、土曜日)午後7時30分～9時
- ▽講師 有田優喜
- ▽会場 望月総合体育館
- ▽定員 50人
- ▽参加費 大人1,000円、中学生以下500円
- ▽申込 体育課(総合体育館内)または、白田・浅科・望月の各地区体育課事務所へお申し込みください。

- スポーツ大会参加者募集
- 問合せ 体育課
(佐久市総合体育館内)
☎62-2020
- 第11回佐久市民ゴルフ大会
- ▽期日 5月31日(日)
- ▽会場 佐久平カントリークラブ
- ▽対象 市民および市内勤務者
- ▽競技方法 18ホールストロークプレー、新ペリア方式
- 男子は白マーク、女子およびシニア(70歳以上)は赤マーク可。
- ▽定員 200人(50組)
- ▽参加費 2,500円
- ▽プレー費
- メンバー メンバーフィー
- ビジター 1万円(昼食・税込)
- ※参加費は大会当日受付時・プレー費はプレー終了後各自フロントにて精算してください。
- ▽申込方法 所定の参加申込書にご記入の上、体育課(総合体育館内)または白田・浅科・望月の各地区体育課事務所・佐久平カントリークラブへお申込みください。
- (ファックス可)参加申込書は各申込先の他、市ホームページにも掲載してあります。
- 体育課 FAX 63-048

- 0、佐久平カントリークラブ
FAX 62-9991
- 機械体験講座(前期分) 受講者募集
- 申込 望月歴史民俗資料館
☎54-2112
- 今ではほとんど見られませんが、ひと昔前まではよく使われていた機械機(はたおきき)を実際に操って、裂(さ)き織(おり)による作品をつくる体験講座を開催します。
- 先人がつくり出した道具に実際にふれる機会を通して、当時の地域の仕事や暮らしを振り返り、郷土の歴史について学んでみませんか。
- ▽日時 5月1日(金)、15日(金)、6月5日(金)、19日(金)、7月3日(金)、17日(金)
- 午後1時30分～4時30分
- ▽場所 望月歴史民俗資料館
- ▽参加費 各回500円(入館料を含む)
- ▽定員 各回15名
- ▽募集期間 4月10日(金)～19日(日)(休館日を除く)
- ▽講師 望月多恵子先生
- ▽内容 裂き織による作品づくり体験

“介護のエキスパート・のぞみグループが手がける住宅型有料老人ホーム”

ウェルハウスのぞみサンピア 入居者募集

佐久市 福岸

本館介護居室

月額利用料 121,450円～195,600円(税抜)

入居一時金 一括契約 0万円～432万円(非課税)

月額契約 毎月お支払いただきます

※1年分の家賃相当をまとめてお支払いいただく年契約もございます。

●初期30%を入居月に償却、残りを5年償却させていただきます。●借入金額=入居一時金×0.70×(60月-経過月数) / 60月※5年経過後は入居一時金は一切ありません。毎月の費用のみで入居いただけます。

●内訳: 家賃・水道光熱費・食費 ●別途: 冬期暖房費、介護保険利用料 ●入居条件等: 要介護1～要介護5の認定を受けている方 ●全個室

別館介護居室

入居一時金なし

月額利用料 80,135円～135,270円(税抜)

夫婦割引 お二人目の管理費半額!

月額利用料80,135円～93,770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 ●入居条件等: 要介護1～要介護5の認定を受けている方 ●全個室

小館のぞみグループの介護施設(入居一時金なし)

- 住宅型有料老人ホーム ケアホーム わだ
- 住宅型有料老人ホーム ケアホーム ささやき
- 認知症対応型共同生活介護 グループホーム のぞみの家
- 軽費老人ホーム ケアハウスのぞみ

のぞみグループ本部 ☎0267-22-9274 (甘利医院 2F)

http://www.nozomi-g.co.jp/ http://www.nozomi-g.co.jp/sunpia/

さっしゅ!

修理も得意です

いいものながく

リフォーム オーダーカーテンの専門店 有限会社 長野じゅうたん

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

- 市役所市民課 (午前8時30分～午後0時30分) 第4日曜日
- 市役所市民課 (~午後6時30分)
- 夜間窓口 各支所 (~午後6時30分) 平日月曜日 (祝日の場合は翌日)
- 平日夜間急病診療 (診療時間: 午後7時～9時30分 浅間総合病院 ☎67-2295代)
- 休日当番医 (診療時間: 午前9時～午後5時)
- 休日小児科急病医療 (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)
- (午前9時30分～11時30分)
- 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)

- 妊婦さんの歯の教室 子どもの歯の教室
- 行政相談 15、16、20日 (総務課 ☎62-3002)
- 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 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	2 協和保育園	3 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	サングリモ中込 4
8 高瀬児童館 白田児童館 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	9 佐久城山児童館 あさしな児童館 協和保育園	10 岩村田児童館 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	サングリモ中込 11
15 浅科支所 午後1時～午後4時 泉児童館 青沼児童館 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	16 佐久市役所 市民ホール 午後1時～午後4時 中佐都児童館 協和保育園	17 中込児童館 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	サングリモ中込 18
22 高瀬児童館 田口児童館 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	23 佐久城山児童館 あさしな児童館 協和保育園	24 岩村田児童館 サングリモ中込 あさしな保育園 協和保育園	サングリモ中込 25
29 佐久平エンゼルクリニック ☎67-5816 野澤医院 ☎62-0272	30 望月支所3階会議室 午後1時～午後4時 協和保育園		

Data File

■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>

人口	総数	99,843人 (-42人)	救急・火災・交通事故 事件数	2月の月間件数	平成27年1～2月の累計	
	男	48,906人 (+6人)		人身事故	29件	69件
	女	50,937人 (-48人)		死亡	0人	0人
	世帯数	39,996世帯 (+2世帯)		負傷	38人	88人
	(3月1日現在)	(増減は前月比)		救急	309件	703件
			火災	5件	9件	

税金コーナー

固定資産税・都市計画税

第1期

納期限 4月30日(木)

■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 (お口のむし菌菌のテスト)・歯の染め出し・
歯科相談・歯科医師による歯科講話

日時 4月30日(木) 午後1時30分～3時30分
(受付は午後1時15分～1時30分)

会場 口腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)

持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ・タオル

予約・問合せ 健康づくり推進課 口腔歯科保健係
(サングリモ中込) ☎63-3781・63-3782



保険料コーナー

介護保険料

第1期

納期限 4月30日(木)

■子どもの歯の教室 (要予約)

対象 2歳頃～就学前の幼児 (25組)

内容 歯科健診・歯の染め出し・歯科相談・歯科医師による歯科講話・育児相談

日時 4月23日(木) 午前9時30分～11時30分 (受付は午前9時15分～9時30分)

会場 口腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)

持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ (子ども用と仕上げみがき用)・コップ・タオル
汚れてもよい服装でお越しください。

予約・問合せ 健康づくり推進課 口腔歯科保健係
(サングリモ中込) ☎63-3781・63-3782



下水道コーナー

下水道使用料

4月請求分

納期限 4月30日(木)

暮らしと健康のカレンダー

[2015年]

4月

日 sun	月 mon	火 tue
5 小児☞☞ ☞柳澤クリニック分院 ☎78-3355 ☞フルタクリニック ☎63-0202	6 ☾支☾☼☞☞☞☞ ☞サングリモ中込 ☞あさしな保育園 ☞協和保育園	7 ☾☼☞☞☞☞☞ ☞サングリモ中込 ☞協和保育園
12 小児☞☞ ☞はせがわ皮ふ科 クリニック ☎78-3116 ☞雨宮病院 ☎82-5311	13 ☾支☾☼☞☞☞☞ ☞平根児童館 ☞サングリモ中込 ☞あさしな保育園 ☞協和保育園	14 ☾☼☞☞☞☞☞ ☞野沢児童館 ☞サングリモ中込 ☞協和保育園
19 小児☞☞ ☞いまいレディース クリニック ☎66-7050 ☞こすも内科クリニック ☎88-7211	20 ☾支☾☼☞☞☞☞ ☞あいとぴあ白田 午後1時30分～午後4時 ☞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 ☞協和保育園	21 ☾☼☞☞☞☞☞ ☞東児童館 ☞望月児童館 ☞サングリモ中込 ☞協和保育園
26 ☞☞☞☞☞☞☞☞ ☞あさまコスモス クリニック ☎66-7701 ☞中澤眼科クリニック ☎62-0157	27 ☾支☾☼☞☞☞☞ ☞平根児童館 ☞サングリモ中込 ☞あさしな保育園 ☞協和保育園	28 ☾☼☞☞☞☞☞ ☞野沢児童館 ☞サングリモ中込 ☞協和保育園

■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

広報佐久が 新しくなります

広報佐久は行政情報と地域の皆さんをつなぐ大切な情報源です。

新佐久市誕生10周年の節目を迎え、広報佐久を5月号からリニューアルします。新しい広報佐久は、より読みやすい文章量などを考えながら発行していきます。

読んでいただく皆さんに、楽しみにしていただける広報佐久を目指します。

■お問い合わせ 広報情報課 ☎62-3075 (直通)

春の特別企画展 虫を知らば世界が変わる

5月10日(日)まで開催中!!

「昆虫」は、現在の全動物のうちの3/4を占めると言われているほど、私たちの身近に多く存在する生物グループなんだよ。みんなにとっては最も身近な生き物だよ。世界で名前の付いている昆虫だけで100万種、実際には1000万種を超える昆虫が地球上に生息しているんだよ。日本だけでも3万種以上の昆虫に名前が付いているんだ。高い山や千曲川など変化に富んだ自然豊かな佐久の周辺には特に昆虫が多いんだよ。昆虫は小さいので興味を持って探さないと、なかなか姿を現さないけれど、その魅力を発見すれば、見ている世界も変わってくるんだよ。

そんな昆虫の世界を覗いてみましょう!

世界最大のカブトムシ標本をはじめ、びっくり昆虫や珍虫、奇虫の標本やこの周辺で採取したチョウの標本を多数展示

自然写真家である海野和夫氏の撮った貴重な写真と共に虫の世界を覗いてみよう!



■お問い合わせ 佐久市子ども未来館 ☎67-2001

佐久市子ども未来館
SAKU CHILDREN'S SCIENCE DOME FOR THE FUTURE

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 ころがほっ
☎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



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 4月25日(土)～5月1日(金)

TEL 63-4500 FAX 63-4550



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 4月3日(金)、24日(金)

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

TEL 65-8888 FAX 65-8880

あなたの声を
聞かせてください

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

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

インターネットメール kejiban@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/>

2015(平成27)年 4月1日発行 (毎月1日発行)

発行/佐久市(〒385-8501 長野県佐久市巾着田 3056) 編集/企画部広報情報課 (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)

