あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE ライフ

11

No.152 広報佐久
2015.11



特集

お父さん・お母さんになる あなたのためのサポート

目　次

平成27年 11月号

表紙写真：撮影協力　佐久市立国保浅間総合病院

3 特集 お父さん・お母さんになるあなたのためのサポート

6 平成26年度 人事行政の運営等の状況について

8 平成26年度 一般会計・特別会計・公営企業会計 決算概要

12 第11回佐久市社会福祉大会
佐久市農業祭2015（地産地消フェア）／世界糖尿病デー

13 こころのミュージカル2015 ミュージカル「扉をあけるのは誰？」
第４回比田井天来・小琴顕彰佐久全国臨書展
農業者年金に加入しましょう

14 インフォメーション

23 寄附／リレーインタビュー 10万人の広場・青春夢トーク

24 公民館報　さくし

29 広告ページ

30 健康のカレンダー

32 裏表紙
佐久の景色から「SAKUBLOOMイルミネーション」

休日・夜間窓口

休日窓口	市役所市民課、税務課、収税課	（午前８時30分～午後０時30分）第４日曜日
夜間窓口	市役所市民課、税務課、収税課	（～午後６時30分）平日
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）

心といのちの支援相談員が悩みをお聴きします

心のほっとライン・佐久

お悩み相談　こころがホッ

☎0120－07－5560

■相談日時
月～金曜日
（祝日・年末年始を除く）
午前８時30分～午後５時15分

データファイル

人　口

総　数	99,703人	（－１人）
男	48,878人	（＋２人）
女	50,825人	（－３人）
世帯数	40,315世帯	（＋14世帯）

〈10月１日現在〉　（増減は前月比）

交通事故・救急火災

	9月の月間件数	平成27年1～9月の累計
人身事故	30件	299件
死　亡	0人	3人
負　傷	33人	380人
救　急	339件	3,236件
火　災	2件	49件

相談コーナー

行政相談
11月16日㈪ 午後1時～4時　浅科支所
11月18日㈬ 午後1時30分～4時　あいとぴあ臼田
11月26日㈭ 午後1時～4時　望月支所3階会議室
■問合せ　総務課　☎62－3002

司法書士無料法律相談
11月28日㈯　午後１時～３時
イオン佐久平イベントホール２階
■問合せ　長野県司法書士会佐久支部
☎66－6733

家庭児童相談
平日　午前９時～午後４時
市役所２階家庭児童相談室
平日　午後１時～午後４時　各児童館
■問合せ　家庭児童相談室　☎62－3149
または各児童館

教育相談
平日　午前８時30分～午後６時
市役所７階教育相談室または相談者の希望場所
■問合せ　教育相談室　☎62－2918

心の相談室
平日水曜日　午後２時～５時
野沢会館２階チャレンジ教室相談室
■問合せ　学校教育課　☎62－3478

人権なんでも相談所
毎週木曜日（祝日等は除きます。）
午前９時～午後４時（相談無料）
長野地方法務局佐久支局
■問合せ　長野地方法務局佐久支局　☎67－2272

女性の人権ホットライン特設相談所
11月21日㈯　午前10時～午後３時（相談無料）
佐久平交流センター（旧佐久勤労者福祉センター）
■問合せ　長野地方法務局佐久支局　☎67－2272

税理士・司法書士合同無料相談会
11月17日㈫　午前10時～午後３時
佐久平交流センター２階　第２・第４会議室
秘密厳守・予約不要
内容：相続・贈与に関する税金と各種手続き
■問合せ　長野県司法書士会佐久支部　☎66－6733

「労働トラブル110番」無料電話相談
11月16日㈪・24日㈫　午後５時～８時
専用電話番号　0120－448－788
■問合せ　長野県司法書士会　☎66－3567

特集

お父さん・お母さんになるあなたのためのサポート

これからお父さん・お母さんになる方、なろうとされている方を佐久市は応援しています。

今回は、「お父さん」・「お母さん」・「赤ちゃん」みんなが健康でいきいき暮らすために佐久市がお手伝いできることをまとめました。

赤ちゃんに会いたい気持ちや楽しみが膨らみ、赤ちゃんを産み、育てることへの迷いや不安を解消できるようにサポートします。

■問合せ
健康づくり推進課
☎62―3189









妊　娠



妊娠が分かったら

妊娠中や乳幼児期のお母さんと赤ちゃんの健康管理に役立つ「母子手帳」をお配りしています。

デザインもかわいいです！





パパママ教室

これから「お父さん」「お母さん」になる方のための教室です。

おなかの中の赤ちゃん・お母さんが健康にお産を迎えられるように、また、赤ちゃんが生まれてからご家族が健康で楽しく過ごせるように開催しています。

妊娠中の過ごし方や赤ちゃんのお世話の仕方はもちろん、お母さん同士のフリートークやお父さん向けの疑似妊婦体験なども行っています。

妊婦体験や赤ちゃんのお世話の仕方は、お父さんたちも積極的に参加してくださいね！

減塩ワンポイント

佐久市では、各教室や健診で減塩のお話をしています。

「パパママ教室」では、ダシをとって作ったお味噌汁と、顆粒ダシを使ったお味噌汁の飲み比べなどの体験もあります。

この機会に減塩で、ご家族みんなの健康につなげてほしいです。



母と子のすこやか相談室

妊娠中のちょっとした心配ごと、赤ちゃんの病気や栄養など気になること、なんでもご相談ください。

母子手帳・赤ちゃん手帳の交付、乳幼児の身体測定もできます。



妊婦さんの歯の教室

妊娠中は歯や歯ぐきの病気にかかりやすくなります。

お母さんの口の中をきれいにしておくと、お子さんもむし歯になりにくくなります。

お口の健診とお話・相談をしています。

安心して妊娠・出産できるように私たちが、お父さん・お母さんになるお手伝いをします



コウノトリ支援事業

佐久市では、不妊治療または不育症治療を受けたご夫婦の経済的な負担を軽減するため、治療費の一部を助成しています。



出　産



赤ちゃんが生まれたら

赤ちゃんの発育と健康管理アドバイスが書かれた「赤ちゃん手帳」をお渡ししています。
親子の絆づくりのノウハウ満載です。

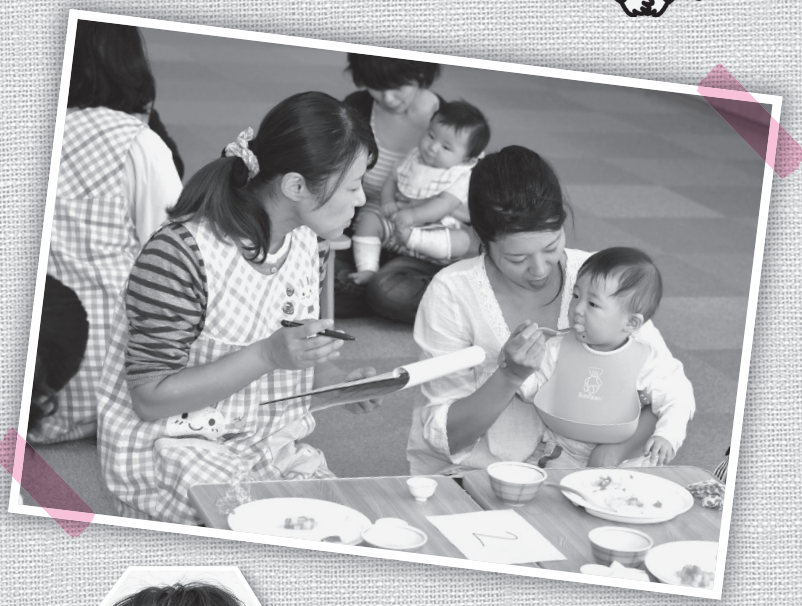




こんにちは赤ちゃん

赤ちゃんが生まれたご家庭に保健師または助産師がうかがっています。

赤ちゃんの体重測定や健康状態の確認、育児や産後の生活について、ご相談をお受けします。



離乳食教室





初めて離乳食を食べる赤ちゃんのための「はい、あ～んして」、離乳食が進んだ赤ちゃんのための「もぐもぐできるかな」を開催しています。

離乳食を実際に作ったり試食のほか、保育士の手遊びを交えて、同じ月齢の赤ちゃんのいるご家庭と交流・情報交換の場にもなっています。

離乳食は健康で楽しい食生活への第一歩。
親子で楽しんで！



自分だけでは
わからないことを
知ったり、
不安だったことが
解消できました！

離乳食教室に参加してみました！

ダシをとったり
手間もかかるけど、
赤ちゃんが
健康に育つように
おいしい離乳食を
つくります。



お母さんは
育児や家事に
大変なので、
少しでも役に
立てるように
したいです。

乳幼児健診

４か月・10か月・１歳６か月・３歳児を対象に行っています。

身体測定や問診のほか、栄養士からの食事と栄養のお話、歯科衛生士からの歯の健康のお話もしています。

市政 平成26年度 人事行政の運営等の状況について

■問合せ　総務課　☎62－3019

市の人事行政の運営等について市民のみなさんに理解していただくため、「佐久市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員の任用、給与、服務等について、平成26年度の概要を公表します。（給与等については、平成27年4月1日の状況も併せて公表します。）

1　任免及び職員数

①採用の状況
(H26.4.1～H27.3.31)
(単位：人)

職　種	事務職	保健師	保育士	医療職	技能労務職	合　計
男　性	17	0	1	13	0	31
女　性	11	1	5	15	0	32
計	28	1	6	28	0	63

②退職の状況
(H26.4.1～H27.3.31)
(単位：人)

職　種	事務職	保健師	保育士	医療職	技能労務職	合　計
男　性	21	0	0	6	1	28
女　性	5	1	8	14	2	30
計	26	1	8	20	3	58

③部門別職員数の状況
(各年度４月１日現在)
(単位：人)

区　分	一般行政等	教育行政	病　院	下水道	その他	合　計
平成27年度	617	123	379	17	38	1174
平成26年度	612	127	376	17	39	1171
差　引	5	−4	3	0	−1	3

（注）平成27年度には、教育長を含みません。

2　給与に関すること

①一般行政職の級別職員数の状況（医療職を除く）
《行政職給料表》

区　分		1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	8級	合計
H27.4.1現在	標準的な職務内容	主事補 技師補	主事 技師	主任	係長 主査	課長補佐	課長	部長 参事	部長	
	職員数	67人	90人	98人	111人	67人	56人	16人	1人	506人
	構成比	13.2%	17.8%	19.4%	21.9%	13.2%	11.1%	3.2%	0.2%	100.0%
H26.4.1現在	標準的な職務内容	主事補 技師補	主事 技師	主任	係長 主査	課長補佐	課長	部長 参事	部長	
	職員数	59人	82人	120人	84人	94人	54人	18人	2人	513人
	構成比	11.5%	16.0%	23.4%	16.4%	18.3%	10.5%	3.5%	0.4%	100.0%

②職員の平均給料月額、平均給与月額、平均年齢の状況

区　分		一般行政職			技能労務職		
		平均給料	平均給与	平均年齢	平均給料	平均給与	平均年齢
H27.4.1現在	佐久市	311,388円	377,100円	41.2歳	326,626円	340,626円	51.6歳
H26.4.1現在	佐久市	316,254円	390,504円	41.9歳	336,905円	350,907円	51.1歳
	長野県	342,899円	399,942円	45.5歳	279,414円	302,673円	58.0歳

（注）1「平均給料月額」とは、各年４月１日現在における職種ごとの職員の基本給の平均です。
2「平均給与月額」とは、職種ごとの平均給料月額に毎月支払われる扶養手当、通勤手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当を合計した金額です。

③特別職の報酬等の状況（H27.4.1現在）

区　分		月　額	期末手当
給料	市　長	969,000円	（平成26年度支給割合） ６月期　1.40月分 12月期　1.55月分 計　2.95月分
	副市長	788,000円	
報酬	議　長	461,000円	
	副議長	383,000円	
	議　員	349,000円	

④職員の初任給の状況
(H27.4.1現在)

区　分		初任給
佐久市	大学卒	176,400円
	高校卒	143,900円
長野県	大学卒	183,100円
	高校卒	148,400円

⑤職員給与費の状況（一般会計予算）

区　分	職員数 A	給　与　費				1人当たり給与費 年額（B／A）
		給　料	職員手当	期末・勤勉手当	計　B	
27年度	727人	2,732,152千円	508,749千円	1,002,103千円	4,243,004千円	5,836千円
26年度	726人	2,778,363千円	527,465千円	995,170千円	4,300,998千円	5,924千円

（注）1　職員手当には児童手当及び退職手当を含みません。
2　職員数は４月１日現在の一般会計予算対象職員数です。

⑥一般行政職の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

区　分		経験年数7年以上～10年未満	経験年数10年以上～15年未満	経験年数15年以上～20年未満
H27.4.1現在	大学卒	239,578円	281,518円	328,805円
	高校卒	213,200円	240,360円	300,280円
H26.4.1現在	大学卒	235,438円	275,655円	322,509円
	高校卒	197,850円	232,983円	292,329円

（注）経験年数とは、卒業後直ちに採用され引き続き勤務している場合は、採用後の年数をいうものです。

⑦期末・勤勉手当の状況（平成26年度支給割合）

区　分	佐　久　市		長　野　県	
期　別	期　末	勤　勉	期　末	勤　勉
6月期	1.225月分	0.675月分	1.225月分	0.675月分
12月期	1.375月分	0.825月分	1.375月分	0.825月分
計	2.60月分	1.5月分	2.60月分	1.5月分
加算措置	職務の級による加算措置 有		職務の級による加算措置 有	

⑧退職手当の状況

区　分		佐　久　市		長　野　県	
H27・4・1現在	（支給率）	自己都合	勧奨・定年	自己都合	勧奨・定年
	最高限度額	49.59月分	49.59月分	49.59月分	49.59月分
	勤続25年	29.145月分	34.5825月分	29.145月分	34.5825月分
	勤続35年	41.325月分	49.59月分	41.325月分	49.59月分
	その他の加算措置	調整額加算措置（調整月額×60月）定年前早期退職の特例措置（2%～20%）		調整額加算措置（調整月額×60月）定年前早期退職の特例措置（2%～20%）	
	特別昇給	無		無	
H26・4・1現在	最高限度額	52.44月分	52.44月分	50.16月分	50.16月分
	勤続25年	30.82月分	36.57月分	29.48月分	34.98月分
	勤続35年	43.70月分	52.44月分	41.80月分	50.16月分
	その他の加算措置	調整額加算措置（調整月額×60月）定年前早期退職の特例措置（2%～20%）		調整額加算措置（調整月額×60月）定年前早期退職の特例措置（2%～20%）	
	特別昇給	無		無	

3　勤務時間その他の勤務条件に関すること

①勤務時間、休憩時間の状況（標準的なもの）

勤務時間		休憩時間
始業時刻	午前8時30分	正午から午後1時まで
終業時刻	午後5時15分	

②年次休暇の取得状況（H26.1.1～12.31）

概　要	平均取得日数
1年につき20日付与 ※翌年に最高20日繰越可能	4.9日

（注）年間を通して在職した職員の平均日数です。

4　分限及び懲戒処分の状況

分　限　処　分		
職員の身分保障を前提としつつ、職責を果たすことが期待できない時に、職員の意に反する不利益な取扱いをすることをいいます。公務の能率の維持と適正な行政運営の確保を目的としています。	人　数	内　訳
	10人	免職0人、降任0人、降給0人、休職10人

懲　戒　処　分		
公務員が一定の義務違反を行った場合に任命権者がその職員の責任を問うための制裁です。組織の規律と秩序の維持を目的としています。	人　数	内　訳
	0人	免職0人、停職0人、減給0人、戒告0人

5　研修の状況

区　分	研修内容		
1 独自研修	新規採用職員研修、人事評価研修等	17研修	1,632人
2 一般研修	中堅行政職員研修、係長研修等	31研修	145人
3 専門研修	技術検査研修、給与実務研修等	71研修	97人
4 派遣研修	長野県派遣実務研修等	3研修	4人
5 その他研修	広域連合人材育成研修等	22研修	1,083人
合　計		144研修	2,961人

6　福祉及び利益の保護の状況

①健康診断などの実施状況

職員健康診断受診者数	人間ドック受診者数	がん検診受診者延数
782人	138人	678人

（注）人間ドック受診者も職員健康診断受診者とみなします。

②職員互助会の設置及び活動状況

地方公務員法第42条に基づく職員の保健、元気回復その他厚生に関する事項を実施するため、職員互助会を設置し、慶弔費給付、健康維持増進などの事業を行っています。職員互助会は、職員からの会費（給料月額の2/1,000）により運営されています。

③公務災害補償制度の状況

加入団体	災害件数	内　容　等
地方公務員災害補償基金長野県支部	4件	切創、骨折他

7　公平委員会の報告事項

区　分	件　数
勤務条件に関する措置の要求の状況	0件
不利益処分に関する不服申立の状況	0件

市政

平成26年度 一般会計・特別会計・公営企業会計 決算概要

■問合せ　財政課　☎62－3032

平成27年佐久市議会第３回定例会において、平成26年度の決算が認定されましたので、その概要をお知らせします。

一般会計 歳　入

508億7,496万8,884円

自主財源 39.9％

市税 24.6％

125億856万7,634円

市民の皆さんなどから納付された税金
・景気の緩やかな回復基調に伴い、法人市民税が増加したことなどにより昨年度に比べ増加しました。
・「入湯税」と「都市計画税」は、使い道が決められている「目的税」です。
入湯税（2,357万4,100円）は、観光施設の整備、観光振興のために使われています。
都市計画税（7億428万6,714円）は、都市計画事業（道路や公園、街路、公共下水道事業などのまちづくり）のために使われています。

諸収入 5.6％

28億5,977万2,186円

他の収入科目に区分されない収入をまとめたもの

繰越金 2.8％

14億458万4,108円

前年度から繰り越したお金

その他（自主財源分） 6.9％

34億9,625万3,869円

分担金及び負担金、使用料及び手数料、財産収入、寄附金、繰入金

依存財源 60.1％

地方交付税 25.4％

129億3,275万4,000円

市区町村の財源の不均衡を調整するため、それぞれの財政状況に応じて国から交付されるお金

国・県支出金 17.2％

87億3,084万1,579円

市の事業に対し、国や県から交付された補助金など
・平成26年２月発生の大雪農業被害に係る県支出金の対象事業が増えたことにより、昨年度に比べ増加しました。

市債 13.7％

69億6,440万円

道路整備や学校建設などにあたり、国や金融機関から借りたお金
・市では、交付税措置率の高い市債を借り入れています。

その他（依存財源分） 3.8％

19億7,779万5,508円

地方譲与税、地方消費税交付金などの各種交付金

平成26年度末の
基金および市債現在高

〈基金〉（定額運用基金を除く）
309億8,089万9千円

〈市債〉
475億2,617万9千円

※市債現在高のうち、約78％は地方交付税に算入され、交付されます。

一般会計の歳入歳出差引額（21億9,095万4,597円）から、平成26年度から平成27年度に繰り越した事業に充当すべき財源（11億7,649万6,485円）を差し引いた額（実質収支額）は、10億1,445万8,112円となりました。

一般会計 歳出

486億8,401万4,287円
（市民一人当たり：48万8,550円）

民生費 27.2%

132億8,533万195円（13万3,320円）
高齢者・障害者・児童福祉や生活保護などに使ったお金
・障害者自立支援給付費（障害者福祉サービスの提供）：16億9,627万7千円
・児童手当支給事業：16億6,360万4千円

教育費 16.9%

82億1,317万6,408円（8万2,420円）
小中学校の建設や管理運営、文化･スポーツの振興などに使ったお金
・佐久平浅間小学校(仮称)建設事業（普通教室棟建設工事等）：25億2,461万9千円
・望月中学校建設事業（特別教室棟改築工事等）：10億5,216万8千円

公債費 11.6%

56億6,334万8,481円（5万6,832円）
市債（借入金）の元金・利子の償還(繰上償還含む）に使ったお金

土木費 10.5%

51億356万4,499円（5万1,215円）
道路・公園・市営住宅などの建設や管理などに使ったお金
・道路維持修繕事業（市道の除融雪や修繕等）：6億1,184万円
・社会資本整備総合交付金関連街路整備事業（佐久医療センター南側道路整備等）：3億641万9千円

総務費 10.2%

49億6,743万5,270円（4万9,849円）
人事・財産管理、企画や選挙、戸籍・住民票事務などに使ったお金

衛生費 7.2%

34億8,390万9,528円（3万4,962円）
ごみ処理や環境保全、市民の健康増進などに使ったお金
・斎場施設建設事業（斎場施設建設工事）：3億1,553万8千円
・新クリーンセンター整備事業（環境影響評価現況調査等）：6,394万8千円
・温水利用型健康運動施設整備事業（温泉掘削工事等）：5,440万9千円

商工費 6.4%

31億2,313万3,400円（3万1,341円）
商工業の振興や観光事業などに使ったお金
・産業立地推進事業（ＴＤＫ(株)千曲川工場跡地購入等）：11億6,393万8千円

消防費 4.6%

22億1,665万5,119円（2万2,244円）
消防団の運営、消防・救急活動などに使ったお金
・佐久消防署庁舎建設事業（佐久消防署新築工事）：9億8,118万8千円

農林水産業費 3.5%

17億1,147万6,852円（1万7,175円）
農林業の振興や土地改良などに使ったお金
・豪雪農業被害緊急対策事業：6億6,979万6千円
・農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業（用排水路等の改修工事等）：1億2,194万1千円

その他 1.9%

9億1,598万4,535円（9,192円）
議会運営、雇用や労働者支援、災害復旧などに使ったお金

※市民一人あたりの金額は、平成27年3月31日現在の人口99,650人で算出しています。
（　）内は市民一人当たりの金額を表しています。

佐久市の一般会計決算額を家計に置き換えてみました

一般会計決算額を１万分の１にして、１年間の家計の収支に置き換えると、次のようになります。

収　入　（一年間当たり）

給料（市民税・固定資産税などの市税（125万円）・地方交付税（129万円））	254万円
パートや不動産等貸付収入（市施設の使用料、財産収入など）	59万円
親からの仕送り・資金援助（国・県からの補助金など）	107万円
家の増改築等ローンの借り入れ（市債）	70万円
預貯金の引き出し（基金からの繰入金）	5万円
前年からの繰越金（前年度繰越金）	14万円
合　計	509万円

支　出　（一年間当たり）

食費（職員や議員の給料などの人件費）	63万円
光熱水費や日用品の購入費（光熱水費や消耗品購入などの物件費）	50万円
車や家電の修理費（市が管理する施設などの維持補修費）	7万円
医療費（福祉医療や生活保護などの扶助費）	68万円
町内会費や親戚・友人への支援（補助費・投資及び出資金・貸付金）	74万円
家の増改築費（学校建設や道路などの投資的経費）	126万円
子どもへの仕送り（国民健康保険など他会計への繰出金）	33万円
住宅・自動車などのローン返済（市債を返還する公債費）	57万円
預貯金（基金への積立金）	9万円
合　計	487万円

預貯金等の状況

預貯金（基金残高）	310万円
ローン残高（市債残高）	475万円
うち、給料の上乗せ分（手当）（地方交付税算入分：約78%）	371万円
差引本人負担額（市債残高の約22%）	104万円

収入と支出の差引残高（翌年度への繰越金） 22万円

特別会計決算総括表

（単位：円）

会計名		歳入決算額	歳出決算額	実質収支額
国民健康保険会計	事業勘定	10,016,262,507	10,147,948,849	△ 131,686,342
	へき地内山診療所勘定	689,448	685,129	4,319
	浅科診療所勘定	24,508,814	23,184,625	1,324,189
介護保険会計		8,900,187,657	8,891,243,925	8,943,732
障害者支援施設臼田学園会計		216,624,122	215,813,432	810,690
特別養護老人ホーム会計		1,203,202,637	1,158,936,232	44,266,405
後期高齢者医療会計		999,129,082	997,135,117	1,993,965
住宅新築資金等貸付事業会計		15,853,241	15,319,680	533,561
介護老人保健施設会計		251,707,708	244,000,916	7,706,792
奨学資金会計		33,035,142	32,908,546	126,596
環境エネルギー事業会計		140,698,653	140,654,088	44,565
茂田井財産区会計		1,807,293	1,261,601	545,692
合　計		21,803,706,304	21,869,092,140	△ 65,385,836

公営企業会計決算総括表

国保浅間総合病院事業会計　（単位：円）

	収益的収支	資本的収支
収入決算額（消費税込）	6,987,008,514	576,342,000
支出決算額（消費税込）	8,839,967,578	879,032,582
当年度純損失（消費税抜き）	1,891,556,079	
当年度未処理欠損金（消費税抜き）	1,162,233,976	

下水道事業会計　（単位：円）

	収益的収支	資本的収支
収入決算額（消費税込）	3,894,539,044	1,310,561,000
支出決算額（消費税込）	3,412,940,626	2,393,306,135
当年度純利益（消費税抜き）	453,455,593	
当年度未処分利益剰余金（消費税抜き）	6,633,160,777	

財政指標で見る佐久市の財政状況

地方公共団体の財政構造の弾力性を判断する『経常収支比率』、財政力を示す『財政力指数』、地方公共団体の財政が「健全」、「要注意」のいずれの状態にあるのか、また、各公営企業会計の経営状態を判断できる『財政健全化判断比率４指標（実質赤字比率・連結実質赤字比率・実質公債費比率・将来負担比率）』および『資金不足比率』は、次のとおりとなっています。

なお、平成26年度決算に基づく佐久市の『健全化判断比率』は、４つの指標いずれも早期健全化基準を超えない「健全な状態」を維持しています。

経常収支比率

80.0%（H25　79.9%）　県内19市中１位

地方公共団体の財政の弾力性（ゆとり）を見るための指標です。 この数値が低いほど、財政にゆとりがあり、様々な状況の変化に柔軟な対応が出来ることを示しています。

財政力指数

0.510（H25　0.512）　県内19市中14位

地方公共団体の財政に力があるかどうかを表す指標です。この数値が高いほど財政力が強く、1.0を上回れば普通交付税の交付を受けません。

近年は低下傾向にありますが、これは主に合併特例事業債などの交付税措置率の高い市債を借り入れたことにより、普通交付税の算定に係る基準財政需要額が増加しているためです。

〈財政力指数〉＝〈基準財政収入額〉÷〈基準財政需要額〉（３か年平均）

健全化判断比率４指標

実質赤字比率

１年間の収入に対する、一般会計等の赤字の割合を示すものです。 この比率が高くなるほど、赤字の程度が大きいということになります。

赤字なし

（県内全市赤字なし）
H25　赤字なし

早期健全化基準
11.94%

連結実質赤字比率

１年間の収入に対する、公営事業会計を含む全ての会計の赤字の割合を示しており、佐久市全体の赤字の程度を表します。

赤字なし

（県内全市赤字なし）
H25　赤字なし

早期健全化基準
16.94%

実質公債費比率

佐久市が一年間で自由に使えるお金のうち、その年の借金の返済に使われるお金の割合を示すものです。

0.8%

（県内19市中１位）
H25　1.5%

早期健全化基準
25.0%

将来負担比率

佐久市が一年間で自由に使えるお金のうち、一般会計等が将来支払っていく借金の返済額の割合を示すものです。この比率が大きいほど、将来の佐久市の財政を圧迫すると見込まれます。

数値なし

（県内４市数値なし）
H25　数値なし

早期健全化基準
350.0%

※実質赤字比率・連結実質赤字比率は算定の基礎となる赤字がなかったこと、将来負担比率は、将来負担額よりも基金などの充当できる資金が上回ったことから数値はありません。

早期健全化判断基準…国が示す「要注意状態」を判断するための基準で、この基準を超えると財政再建のための計画を作り、立て直しに取り組む必要があります。

資金不足比率

資金不足額を公営企業の事業規模である料金収入の規模と比較して指標化したものです。

この比率が高いほど、料金収入に対する資金の不足額が大きいことになり、料金収入だけで資金不足を解消するのが難しく、経営に問題があることになります。

国保浅間総合病院事業会計	下水道事業会計
資金不足なし	資金不足なし

イベント 第11回佐久市社会福祉大会

■問合せ　福祉課　☎62－3147

■**日時**　11月19日㈭午後1時～4時

■**場所**　佐久平交流センター（旧 佐久勤労者福祉センター）

■**日程**
式　典（午後1時～1時40分）
実践発表（午後1時40分～2時）
記念講演（午後2時～3時30分）

■**記念講演**
【演題】私が「障害について」語るなら
～差別・偏見のない社会にむけて～
【講師】佐野　有美（さの　あみ）氏
（車椅子のアーティスト）



【講師略歴】
1990年、先天性四肢欠損症で生まれ、あるのは短い左足と3本の指のみ。高校ではチアリーディング部で活躍。自らの詩集からのCD「あきらめないで」は、第53回日本レコード大賞「企画賞」受賞。ハンディがあるからこそ語れる想いを伝えている。

■**主催**
佐久市・佐久市社会福祉協議会・長野県共同募金会佐久市支会

イベント 佐久市農業祭2015（地産地消フェア）

■問合せ　農政課　☎62－3203、商工振興課　☎62－3265、(一社)佐久広域食肉公社　☎68－1007

佐久の農業を理解していただき、地産地消を推進するため、恒例の佐久市農業祭（地産地消フェア）を開催します。

～見て、食べて、触れて、佐久の秋を体感しよう～

■**日時**　11月7日㈯午前9時～午後3時

■**会場**　佐久駒場公園・佐久創造館
・新米、リンゴ、キャベツなどの各種農産物やヨーグルトなどの加工品の販売会
・佐久鯉、ポップコーンなどのサービス
・バルーンアート教室　等
※内容が変更になる場合があります。

〔同時開催〕

○友好都市物産と観光展
友好都市の観光紹介と各種特産品の販売
本場の味をご賞味ください。
（参加友好都市　由利本荘市、静岡市、神津島村、相模原市、大船渡市、肝付町、能代市、大樹町、岡崎市、茅ケ崎市）

○佐久広域食肉流通センター祭「大お肉祭り」
地元産牛肉の販売、ローストビーフ等の試食もあります。

※駐車場
・総合体育館　北側駐車場
・駒場公園駐車場
※農業祭と同時開催するイベントの詳細は、市ホームページをご覧ください。

イベント 世界糖尿病デー

■問合せ　浅間総合病院医療連携室　☎67－2295

■**日程**　11月14日㈯　午後1時～8時

■**会場**
・イオンモール佐久平セントラルコート
午後1時～5時
ヘモグロビン無料測定・解説
・ミレニアムパーク（佐久平駅蓼科口隣）
午後5時～6時
ライトアップ　カウントダウンセレモニー
・佐久平交流センター
午後6時～8時
講演・劇（劇団トーシンズ）
『糖尿病は歯が命』
講師　奥山秀樹
（浅間総合病院歯科口腔外科医長）



＊大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

イベント こころのミュージカル2015 ミュージカル「扉をあけるのは誰？」

■問合せ 文化事業団 ☎82－3962

■公演日 11月8日㈰
1回目 午前11時開演
2回目 午後3時開演
■会場 コスモホール
■入場料 全席指定
前売券1，500円
（当日券2，500円）
※3歳以下ひざ上鑑賞無料

○扉の向こう側、時間を越えて旅ができる不思議な4姉妹に誘われてみませんか。行き着いた先はドリームエンデ国。そこでの出来事は、きっと今の私たちに何か大切なことを教えてくれるはずです。

※併演作品
地域文化団体による合同レビュー



イベント 第4回比田井天来・小琴顕彰佐久全国臨書展

■問合せ 天来記念館 ☎53－4158（月曜日と祝日の翌日は休館）

■会期 11月21日㈯～12月6日㈰
午前9時30分～午後5時
※11月30日㈪は休館
■会場 佐久市立近代美術館
■入場 無料
■展示作品
一般部・高校生部は入賞以上の作品
小・中学生部は入選以上の作品
※期間中展示替えがあります。

■開催中の主な行事
○11月21日㈯
・開会式・作品鑑賞会
午前10時30分～正午 佐久市立近代美術館
・授賞式
午後1時～2時20分 佐久創造館
・揮毫会
午後2時40分～4時 佐久創造館
○11月28日㈯
・講演会 午後1時～2時
講師 田宮文平・比田井和子先生
会場 佐久市立近代美術館
入場 無料
○11月28日㈯・29日㈰
・天来記念館見学（午前中）
・ギャラリートーク 午後2時～3時
講師 28日 有岡郊崖・田宮文平・比田井和子先生
29日 慶徳紀子・高橋蒼石先生
会場 佐久市立近代美術館
入場 無料
※佐久平駅午前9時50分発のシャトルバスを運行します。（詳しくは天来記念館までお問い合わせください）

くらレ 農業者年金に加入しましょう

■問合せ 農業委員会 ☎62－3518

○豊かな老後生活のために
農業者年金加入の検討を
農業者年金は、農業者がより豊かな老後生活を過ごすことができるよう、国民年金に上乗せした公的な年金制度です。加入要件を満たしている農業者の皆さんは、農業者年金の加入をご検討ください。

○農業者年金に加入できる方
60歳未満の国民年金第1号被保険者で年間60日以上農業を行っている方は、誰でも加入できます。

○保険料は加入者が決めます
保険料は、月額2万円から6万7千円までの間で、加入者が決めることができます。さらに掛け金は、社会保険料の控除が適用されます。
この年金は、確定拠出型のため、長期的に安定した制度です。

○支給される年金は
80歳までの保障があります
年金は、65歳からの支給となり生涯受給できますが、80歳までに亡くなった場合は、死亡一時金が支払われます。

※農業者年金について、詳しく知りたい方は、農業委員会までご相談ください。

募集

●「信州佐久市観光フォトコンテスト2015」作品募集

観光交流推進課
☎62―3285

▽締切　平成28年1月13日㈬（当日消印有効）

▽テーマ
①自然・花部門、②文化・歴史部門、③祭り・行事部門

▽賞
佐久市観光協会長賞（最優秀賞）1点、優秀賞3点、準優秀賞10点　ほか

▽応募上の注意
・応募点数の制限はありませんが、未発表写真に限ります。
・佐久バルーンフェスティバル2015をテーマとする作品は、本コンテストでは審査対象外とさせていただきます。
・デジカメによる応募は、著しい加工及び合成していないものに限ります。
・郵送返却をご希望の方は、返信用封筒と切手を同封してください。
※コンテストの詳細はチラシをご覧ください。

●農業経営複式簿記研修会

佐久市営農支援センター
事務局（農政課内）
☎62―3203

農業複式簿記の記帳やパソコンによる帳簿管理の方法を習得し、自分の経営状況の把握・経営改善に取り組みましょう。お気軽にお申し込みください。

▽日程　全4回
・11月25日㈬
・11月26日㈭
・12月1日㈫
・12月2日㈬

▽時間　午後1時30分～4時

▽会場　佐久情報センター

▽持ち物　ノートパソコン、筆記用具、固定資産台帳、通帳、領収書等

▽参加費　3，000円程度（テキスト代）

▽定員　20名程度

▽申込期限　11月13日㈮



●ふれあいポールdeウォーキング 11月のご案内

佐久ポールウォーキング協会
事務局 ☎67―3318

○佐久大学　講演会と講習会

▽日時　11月15日㈰　午前9時半～正午

▽集合　佐久大学

▽内容　健康に関する講演会とポールウォーキング講習会

※自由参加　参加費無料
詳細は協会事務局まで

募集

●佐久発！宇宙バスツアー

うすだスタードーム
☎82―0200

佐久市にある天文関係三施設を巡るバスツアーを開催します。

▽日時　11月14日㈯

▽集合場所　佐久市子ども未来館

▽参加料　一般800円／小中学生400円／4歳～小学生未満200円

▽定員　50名（申し込み先着順）

▽ツアー内容
・午後0時30分～　集合・受付（未来館）
・午後1時～　プラネタリウム観覧（未来館）
・午後3時～　臼田宇宙空間観測所見学
・午後4時30分～　星空クイズ賞品授与ほか（臼田総合運動公園）
・午後5時30分～　夕食（参加者持参）
・午後6時40分～　天体観望会（うすだスタードーム）
・午後9時　帰着・解散（未来館）

●そばうち体験教室

佐久市中央隣保館
☎62―0991

▽日時　11月25日㈬　午前9時30分～午後1時

▽場所　佐久市中央隣保館

▽講師　「ともせん」店主　友野今朝治さん

▽持ち物　エプロン、三角巾、筆記用具

▽参加費　材料費　1，000円

▽定員　20名（事前申込必要）

▽申込締切　11月17日㈫

●長野技術専門校 平成28年度入校生募集

長野県長野技術専門校
☎026―292―2341

▽訓練期間　1年（4月入校）

▽募集科　機械加工科、電気工事科、画像処理印刷科、木造建築科

▽応募資格　高等学校卒業（または同等）以上の方

▽必要経費　入稿審査料2，200円、入校料5，650円、授業料118，800円　等
※教材費、作業服代、資格取得の経費などは自己負担となります。

▽願書受付　11月4日㈬～11月20日㈮

▽選考日　11月30日㈪

▽願書提出先　長野技術専門校または最寄りのハローワーク

募集

●「おやこの食育教室」～さくのおいしさ再発見～

健康づくり推進課 ☎62―3189

▽日時　11月28日㈯（受付）午前9時45分～（実習）午前10時～午後1時30分
▽場所　市民創錬センター
▽対象　年長～小学4年生と保護者の方
▽持ち物　エプロン・上履き
▽内容　佐久鯉のさばき方の見学、調理実習等
▽メニュー　佐久鯉マヨピザ、佐久鯉のからあげ、おにぎらず、選んで作るスープ、サラダなど
▽募集人数　12組24名
▽募集期間　11月2日㈪～11月18日㈬
※定員になり次第締切
▽申込先　健康づくり推進課（食改事務局）
▽主催　佐久市食生活改善推進協議会・佐久鯉利活用推進研究会
※大勢の皆さんのご参加をお待ちしています！

●ペレットストーブ等の設置には補助金をご活用ください

環境政策課 ☎62―2917

○27年度は補助を拡大しています！
▽補助の上限　1台15万円（ペレットストーブの場合）
▽補助対象者　市内にある住宅または事務所に対象設備を設置する者
※着工前に申請が必要です！詳細はお問い合わせください。

●太陽光エネルギー普及事業補助金の申請状況について

環境政策課 ☎62―2917

▽補助金額　1キロワットあたり2万円（上限100万円）
▽申請状況（9月末時点）　申請件数　286件　申請補助金額　46，803千円　予算残額　22，197千円
※着工前に申請してください。
※詳細は、市ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。

●認知症高齢者介護者座談会

高齢者福祉課 ☎62―3157

▽日時　11月26日㈭　午後1時30分～3時
▽会場　サングリモ中込2階会議室
▽参加費　無料
▽対象　認知症高齢者の方を介護されている方
▽内容　座談会
※認知症地域支援推進員が助言者として入ります。お住まいの地区に関係なく、お気軽にお越しください。

募集

●教室参加者募集

障害者自立生活支援センター ☎64―0212 FAX64―0213

○絵画（絵手紙）教室
▽日時　11月19日㈭　午後1時30分～3時
▽会場　あいとぴあ臼田工作室
▽参加費　材料費　100円

○障害者年金の学習会（ピアのつどい）
▽日時　11月21日㈯　午後1時30分～4時
▽会場　野沢会館多目的室1、2号
▽内容　障害年金について。講師は社会保険労務士の齋藤京子さん

○料理教室
▽日時　11月26日㈭　午前10時～午後1時
▽会場　野沢会館調理室
▽参加費　食材費400円

○ヨガ教室
▽日時　12月3日㈭　午後1時30分～3時
▽会場　野沢会館和室1、2号

○パソコン教室
▽日時　12月4日㈮　午後1時30分～3時30分
▽会場　佐久情報センターパソコン室
▽参加費　材料費100円
▽内容　カレンダー作成
▽持ち物　筆記用具、USBメモリなどの記憶媒体
※参加対象者は障がいのある方です。介助が必要な方は、介助者同伴でご参加ください。

●長野県佐久技術専門校4月訓練生募集

長野県佐久技術専門校 ☎62―0549

次の通り4月からの訓練生を募集します。

○生産技術システム科（普通課程）
▽訓練期間　1年（平成28年4月～29年3月）
▽授業料　118，800円（年額）（教科書代等実費）
▽応募資格　高等学校卒業者、又は同等以上と認められる者
▽募集定員　20名
▽募集期間　11月4日㈬～20日㈮

○機械CAD加工コース（短期課程）
▽訓練期間　6か月（平成28年4月～9月）
▽授業料　無料（在職者の方は有料）（教科書代等実費）
▽応募資格　中学校卒業者、または同等以上と認められる者
▽募集定員　10名
▽募集期間　12月18日㈮～1月8日㈮

募集

●佐久職業安定協会、佐久市勤労者互助会会員募集

商工振興課 ☎62―3265

佐久職業安定協会は、雇用の円滑な推進と発展を図ることを目的とする会です。

▽**年会費** 3，000円～36，000円（従業員数によって異なります）

▽**事業内容** 企業ガイドブックの作成、就職ガイダンス、新入社員激励会の開催等

佐久市勤労者互助会は、市内事業所に勤務する勤労者や事業主の皆さんの福利向上を目的とする会です。

▽**入会金** 300円

▽**会費** 会員1人につき月300円（事業所ごとの加入になります）

▽**親睦会事業** バスツアーなどを低額の一部負担で行っています。

▽**保険給付事業** お祝い金、お見舞い金の給付

●第11回市民元旦マラソン大会

佐久市体育協会 ☎88―6123

▽**日時** 1月1日㈮

▽**会場** 佐久総合運動公園陸上競技場発着

▽**参加費** 小中学生300円、高校生500円、一般1，000円

▽**対象** 小学校3年生以上

▽**申込** 所定の申込用紙に記入し、参加料を添えて佐久市総合体育館または各地区体育課事務所へ

●指定管理者募集

企画課 ☎62―3067

市では、平成28年度から「指定管理者」となる事業者・団体を募集します。

○指定管理者制度とは？

「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、経費の節減を図ることを目的にしています。

▽**募集施設**

・グループホームしおなだ（塩名田456）

・佐久市臼田健康活動サポートセンター（臼田2175―1）

・佐久南交流拠点施設（伴野7―1）

※募集期間や申請様式等の詳細は市ホームページをご覧ください。（市政情報⬇政策・施策⬇指定管理者制度）

※今後も随時、募集する施設について、お知らせします。

募集

●浅間総合病院健康教室

浅間総合病院看護部地域活動委員会（小林） ☎67―2295

▽**内容** アロマでリンパマッサージ

▽**対象** 女性

▽**日時** 11月26日㈭ 午後2時～3時30分

▽**会場** 浅間総合病院 東棟講堂

▽**募集定員** 30名

▽**参加費** 300円（材料代）

▽**講師** 浅間総合病院看護師 鬼久保郁子・中島幾美

▽**申込締切** 11月20日㈮

●平成27年度第30回佐久平の美術展 作品募集

近代美術館 ☎67―1055

▽**応募資格** 佐久地域と関わりがある方で高校生以上

▽**搬入日時** 平成28年1月16日㈯・17日㈰ 各日午前10時～正午・午後1時～3時

事前申込不要

▽**審査員** 米谷清和・大津英敏・竹内順一

※詳細はお問い合わせください。

●高齢者ニュースポーツ体験教室の参加者募集

ニュースポーツ体験教室実行委員長（清原） ☎090―6029―6099

長野県長寿社会開発センター佐久支部 ☎63―3141

ニュースポーツ（ペタンク・グランドゴルフ）の普及を進め、健康長寿都市を目指し、体験教室を開催します。

▽**対象** 概ね60歳以上でニュースポーツを体験したい方

▽**日程** 11月12日㈭ 午前9時～正午（前回参加された方も参加可能です）

▽**会場** 佐久市浅科多目的屋内運動場およびグラウンド（☎58―0444）

▽**募集定員** 40名

▽**費用** 無料（テキスト代・参加費）

▽**主催** いきいきシニア2000の会

●入門「成年後見ミニ講座」

佐久広域連合成年後見支援センター ☎64―5255

▽**日時** 11月25日㈬ 午後2時～3時

▽**会場** 野沢会館103会議室

▽**内容**

(1)基本編「成年後見って何だろう？～認知症と老後の不安～」

(2)実践編「手続きはどうやるの？～申立ての手順とポイント～」

▽**募集締切** 11月20日㈮

▽**定員** 20名（先着）

募集

●「自然観察会⑥野鳥観察会」参加者募集！

環境政策課 ☎62―2917

▽日時　12月6日(日)　午前10時～正午
▽会場　野の鳥の丘公園（杉ノ木）
▽講師　木内　清氏
▽募集定員　20名（参加費無料）
▽持ち物　双眼鏡や図鑑等をお持ちの方はご持参ください。
▽その他　暖かい服装でご参加ください。雨天中止の場合は当日朝9時までにご連絡します。
▽募集期限　11月30日(月)



●平成28年度訓練生募集

佐久高等職業訓練校 ☎62―2276

①建築施工系木造建築科
②木材加工系木工科
③建築仕上げ系左官・タイル科
④塗装系建築塗装科
⑤設備施工系配管科
⑥ガーデニング講座

▽募集期間　11月2日(月)～平成28年1月29日(金)

※授業料、訓練期間、入校資格等はお問い合わせください。

イベント

●子ども未来館

☎67―2001

○「ちびっこルーム」

お待たせしました！外で遊べない寒い冬の時期、温かい室内で思い切り遊べる「ちびっこルーム」が再び登場！ぜひ、ご利用ください。

▽期間　11月21日(土)～平成28年3月6日(日)
▽会場　企画展示室（全面）
▽料金　入館料のみでご利用いただけます。

○プラネタリウム番組
宇宙兄弟　一点のひかり
▽期間　平成28年3月6日(日)まで

名探偵コナン　星影の魔術師
▽期間　12月6日(日)まで

○巡回展「地球から宇宙へ」
▽期間　12月20日(日)

詳細はホームページをご覧ください。

子ども未来館ホームページQRコード

●第4回大きな輪となれジョイントコンサート

長野県佐久創造館 ☎68―2811
佐久市文化事業団 ☎82―3962

▽公演日　12月13日(日)午後2時開演
▽会場　コスモホール
▽入場料　全席自由　一般2，000円　小・中・高校生1，000円
※プロのオーケストラと創造館合唱団・佐久少年少女合唱団・中学生・高校生がステージで共演



●2015ICTフェスタ情報化セミナー

佐久情報センター ☎64―5556

▽日時　11月20日(金)午後3時～
▽場所　佐久情報センター
▽内容　今さら聞けない！「マイナンバー」実務のQ&A
▽対象　中小・小売企業の経営者／実務担当者
▽参加費　無料

※市民向け個人番号カード申請支援も同時開催します。

●第15回コスモホール佐久第九演奏会

文化事業団 ☎82―3962

▽公演日　12月6日(日)午後2時開演
▽会場　コスモホール
▽入場料　全席自由　大人　2，000円　高校生以下　1，000円
▽出演　指揮・藤本淳也／ソプラノ・大山亜紀子／アルト・飯森加奈／テノール・井出司／バリトン・近藤圭／佐久室内オーケストラ／コスモホール佐久第九合唱団



イベント

●図書館

中央図書館 ☎67―2111
臼田図書館 ☎82―3932
浅科図書館 ☎58―4321
望月図書館 ☎53―0230

・11月の行事は、各図書館内で開催し、参加自由です。（会場が異なる場合等は、個別に表示します）

○おはなしの会①（中央）
▽日時　14日(土)　午前10時30分

○おはなしの会②（中央）
▽日時　19日(木)　午前10時30分
▽対象　乳幼児

○おはなしの会③（中央）
▽日時　21日(土)　午後3時
▽対象　園児～小学校低学年

○語りのおもてなし（中央）
▽日時　28日(土)　午後3時

○ブック☆ブックお話の会(臼田)
▽日時　21日(土)　午後2時

○おはなし会（浅科）
▽日時　21日(土)　午前11時

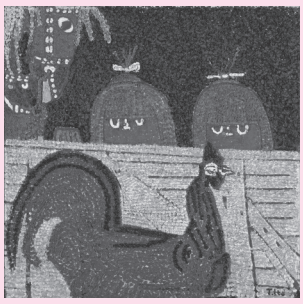
○ものがたりふれあいトーク（望月）
▽日時　22日(日)　午後2時30分

●収蔵品展　なにがどうしてこうなった!?　ハテナのびじゅつ　平成26年度収蔵　新収蔵品展開催中!

近代美術館 ☎67―1055

昨年度、新たに収蔵された作品をご紹介する新収蔵品展と、なにでできているのか、どうやって作ったのかなど、色々な「ハテナ?」満載の収蔵品展を同時開催。
どうぞお楽しみに。

▽会期　11月15日(日)まで
▽休館日　会期中の毎週月曜日
▽開館時間　午前9時30分～午後5時
▽観覧料　一般500円　高校生・大学生400円　小学生・中学生250円


伊藤継郎
「子供・馬・にわとり」

●もちづき人権フェスティバル

望月人権文化センター ☎51―1135

▽日時　12月5日(土)　午前9時～
▽会場　望月人権文化センター
▽参加費　無料
▽内容　手話教室、解放子ども会などの発表・ハープの演奏・講演会・血圧測定、健康相談・しめ縄作り・餅つき 他
※ご近所、ご家族お誘いあわせのうえお出かけください。

●第27回佐久市望月駒の里草競馬大会

望月支所経済建設環境係 ☎53―3111



▽日時　11月3日（火・祝）　午前9時～午後3時30分
▽会場　望月総合グラウンド

●64歳以下の物忘れの症状のある方とご家族の交流会

高齢者福祉課 ☎62―3157

▽日時　11月18日(水)　午後1時15分～2時45分
▽会場　あいとぴあ臼田　多目的室3・4・5
▽参加費　無料
▽対象　物忘れ等の症状でお困りの概ね64歳以下の方と、そのご家族
▽内容　座談会・パステル画でポストカード作り
▽申込締切　11月6日(金)
※交通手段のない方は、ご相談ください。



●第68回健康ネットワーク21講演会

浅間総合病院地域医療室 ☎67―2295

▽演題　「いきいきと生きて逝くために」―自分の最期を考えること―
▽日時　11月19日(木)　午後7時～8時30分
▽会場　佐久平交流センター　2階・第5会議室
▽講師　浅間総合病院　歯科口腔外科医長　奥山秀樹
▽入場料　無料

●「佐久サムライ和を結ぶ!」上映会

佐久サムライ実行委員会 ☎63―4500

「しつけ」について考える市民参加映画「佐久サムライ和を結ぶ!」が完成しました。完成した映画をみんなでいっしょに見ましょう。

▽日時　11月3日（火・祝）　開場：午後1時　開演：午後1時30分
▽会場　佐久平交流センター　ホール
▽入場　無料

イベント

●フリーマーケットinほっとぱーく・浅科

道の駅ほっとぱーく・浅科 ☎58―0581

▽日時　11月1日(日)・15日(日)　午前8時～午後4時
▽会場　ほっとぱーく・浅科
道の駅ふれあい広場にてフリーマーケットを開催します。地元の方の手作りの工芸品等を販売いたしますのでお立ち寄りください。
出展者の募集も行っております。(1区画1，000円要予約)

●うすだスタードーム

☎82―0200

11月のイベント

○第3回星座教室「アンドロメダ銀河と秋の星座を見つけよう！」
▽日時　11月13日(金)　午後7時30分～9時
▽会場　うすだスタードーム
▽参加費　一般500円／小中学生250円（入館料）
▽内容　季節の星空を楽しむ星座教室。今回は秋の星座とアンドロメダ銀河の観望、星座神話のお話と見つけ方のご紹介です。

○開館記念日無料開放
▽日時　11月29日(日)　午前10時～午後10時
▽会場　うすだスタードーム
▽参加費　無料
▽内容　スタードームはおかげさまで開館19周年を迎えます。開館記念日となる29日は終日無料開放。昼間は施設、望遠鏡のご紹介と解説、夜間は星空観望会でお楽しみいただきます。

●図書館講座 鈴木ともこさん 講演会

中央図書館 ☎67―2111

▽日時　11月23日（月・祝）　午後1時30分（開場午後0時45分）
▽会場　交流文化館浅科　穂の香ホール
▽入場料　無料
▽演題　「山登りへ行こう！」～本で伝える山の魅力～
▽講師　鈴木ともこさん
マンガ家、エッセイスト　松本市在住

●第6回未来の巨匠（市内保育・幼稚園児）展

川村吾蔵記念館 ☎81―5353

▽期間　（毎週火曜日休館）
・臼田・切原・佳里保育園、佐久南幼稚園　11月27日(金)～12月5日(土)
・田口・青沼・里曲保育園　12月6日(日)～12月14日(月)
▽会場　川村吾蔵記念館多目的室（入場無料）
※詳細は市ホームページをご覧ください。

●認知症講演会

高齢者福祉課 ☎62―3157

▽日時　11月6日(金)　午後1時30分～3時
▽会場　交流文化館浅科　穂の香ホール
▽演題　「介護スタッフとしての関わりの中から」～その人らしく過ごして頂くために、私たちができること～
▽講師　宅老所　露風庵　山田健一氏

●市民公開講座

文化振興課文化財調査係 ☎68―7321

▽日時　11月15日(日)　午後1時30分～4時
▽会場　市民創錬センター
▽参加費　無料
▽演題　「山と川の縄文人―世界史からみた中央高地の先史文化」　水沢教子氏
「邪馬台国時代の佐久平」　小山岳夫氏
※出土品も展示します。

くらし

●納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

小諸年金事務所 ☎0267―22―1080

国民年金保険料は、平成27年1月から12月までに納付した全額が所得税・市県民税の社会保険料控除の対象となります。平成27年1月から9月までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に社会保険料控除証明書が送付されますので、申告書に添付してください。
平成27年10月1日以降に納められた保険料がある場合は、領収証書の添付が必要です。
また、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、納付されたご本人の社会保険料控除の申告に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付して申告してください。なお、領収証書を紛失した場合は、控除証明書の証明日以降に納付した保険料を反映した控除証明書を再発行することができますので、お問い合わせください。

●11月30日は「年金の日」です!!

小諸年金事務所 ☎22―1080

厚生労働省では「ねんきんネットを活用しながら高齢期の生活設計を考える日」として、11（いい）月30（みらい）日を「年金の日」としています。
ご自宅のパソコンやお手元のスマートフォンで「ねんきんネット」をご利用いただくと、年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額を試算することができます。

くらし

●狩猟の解禁について

耕地林務課 ☎62―3242
佐久地方事務所林務課林務係 ☎63―3152

11月15日(日)から平成28年2月15日(月)（銃猟）（3月15日(火)（わな猟））まで狩猟期間となります。

山林内に立ち入る際には、明るく目立つ服装を心掛けましょう。また、狩猟者は、狩猟の制限区域の確認と、矢先の確認を必ず行い事故を未然に防ぎましょう。

●平成27年分青色申告決算等説明会

佐久税務署個人課税第1部門 ☎67―3460（代表）

○営業等所得関係
▽日時　12月3日(木)　午後2時～4時
▽会場　佐久平交流センター
▽対象地区　佐久地区
▽日時　12月8日(火)　午後2時～4時
▽会場　臼田町商工会館
▽対象地区　臼田地区
▽日時　12月11日(金)　午後2時～4時
▽会場　立科町商工会館
▽対象地区　望月・浅科地区

○農業所得関係
▽日時　12月3日(木)　午前10時～正午
▽会場　佐久平交流センター
▽対象地区　全市町村

※会場の所在地など詳細は、関東信越国税局のホームページ（11月上旬掲載予定）をご覧ください。

●平成27年度　秋の全国火災予防運動について

危機管理課消防団係 ☎64―4119
佐久消防署 ☎62―0119
北部消防署 ☎82―0119
川西消防署 ☎53―0119

▽期間　11月9日(月)～11月15日(日)

この時季は、空気が乾燥し、火事が起こりやすくなります。火の取扱いには十分注意してください。

○住宅用火災警報器の設置

火災時の逃げ遅れを防ぐために住宅用火災警報器を設置しましょう。また、「いざ」というときにきちんと作動するよう、日頃から点検をお願いします。



くらし

●特別営業のお知らせ

あさしな温泉穂の香乃湯 ☎58―0033
道の駅・ほっとぱーく浅科 ☎58―0581

火曜日が定休日ですが、11月3日（火・祝）は通常通り営業します。文化の日に穂の香乃湯の温泉でスッキリした後で、道の駅で特産物をご購入してみていはいかがでしょうか。

●米粉を使ってみませんか

農政課 ☎62―3203

市では、新たな米粉料理の開発促進等により、米粉の普及を図っています。

米粉は、名前のとおりお米を粉にしたもので、パンや麺・お菓子など様々な食品への利用が可能な現在注目の食材です。

米粉には次のような特徴があります。

・もちもちの食感が楽しめる。
・油の吸収率が低くヘルシー。
・さまざまなメニューに使える。

国産のお米を使った米粉を食べるということは、食糧自給率の向上にもつながります。国産の米粉をぜひご利用ください。

なお、米粉料理のレシピをマルシェ佐久ホームページに掲載、または農政課窓口で配布しています。



●難病患者等激励費の支給

国保医療課 ☎62―3164

▽申請期間　11月4日(水)～11月30日(月)
▽申請窓口　国保医療課
または各支所市民係
▽対象者　特定疾患医療受給者証、小児慢性特定疾患医療受診券、特定疾病療養受給者証、人工透析に係る自立支援受給者証、長野県指定特定疾患（ウィルス肝炎等）医療受給者証をお持ちの方、前記以外で難病法施行前の難治性疾患克服研究事業対象疾患にかかっている方で、12月1日現在、6か月以上継続して治療を受けている方。
▽持ち物　各種受給者証、受診券、または診断書、印鑑、振込先の通帳
▽給付時期　12月下旬
▽給付金額
透析の方　30，000円
透析以外の方　5，000円

くらし

●還付金詐欺にご注意ください

佐久市消費生活センター ☎62―7501

税務署や社会保険庁、市役所等の職員を名乗り、税金や社会保険料、医療費等の還付金手続のためといい、電話で指示しながらATMを操作させ、本人が知らないうちに送金させる手口です。

公的機関が、ATMの操作を依頼することは、決してありませんので、このような電話があった時は「詐欺」と思ってください。

●手当受給者の皆さんへ

福祉課 ☎62―3147

11月10日に、8月～10月までの手当を、指定口座に振込みますのでご確認ください。

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

・施設へ入所したとき
・死亡したとき
・住所を変更したとき
・障がい程度が軽減したとき
・特別障害者手当の受給者で、病院への入所が3ヶ月を超えた時
・障害児福祉手当の受給者で、児童施設等に入所したとき

○特別障害者手当

20歳以上で、障がいの重複により日常生活に常時特別の介護を必要とする在宅障がい者に支給されます。（所得制限あり）

○障害児福祉手当

20歳未満の在宅の重度障がい児に支給されます。（所得制限あり）

●就活セミナー「ジョブクラブ」開催

若年者地域連携事業推進センター（松本市）㈱コミュニケーションズ・アイ ☎0263―27―5010

▽日時 11月10日㈫～12月15日㈫（期間中、毎週火曜日の計6回コース）

▽場所 ハローワーク佐久2階会議室

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

▽対象 40代前半までの就職活動中の方

▽受講料 無料

くらし

●11月は児童虐待防止推進月間です

子育て支援課 ☎62―3149
長野県佐久児童相談所 ☎67―3437
長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026―219―2413

児童虐待は、保護者（同居人を含む）がその監護する児童の心身を傷つけ、健やかな成長・発達を損なう行為をいいます。

たとえ親にとって「しつけ」であっても「子どもが苦痛を感じていれば」虐待となります。

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときやご自身が出産や子育てに悩んだときには、子育て支援課や佐久児童相談所に連絡してください。

○児童虐待の種類

①**身体的虐待**…殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、戸外へ締め出すなど

②**性的虐待**…子どもへの性的行為、性的行為を見せるなど

③**ネグレクト**…家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない、学校に行かせないなど

④**心理的虐待**…言葉による脅し、無視、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（DV）など

虐待を受けたと思われる子どもがいたら、また、ご自身が出産や子育てに悩んだら、窓口まで連絡・相談ください。

※通報者の方が当事者等に特定されることはありません。また虐待の事実がなかった場合でも罪に問われることはありません。

●灯油の流出にご注意を！

環境政策課 ☎62―2917
または各支所経済建設環境係

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

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

万一、事故を起こしてしまったら、直ちに流出防止措置を行い、佐久消防署（☎62―0119）並びに環境政策課または各支所経済建設環境係にご連絡ください。

くらし

●農地バンクについて

農政課 ☎62―3203

農地バンク制度とは、「貸したい」・「売りたい」農地のある方に「農地バンク」に登録していただき、インターネットで公開することで、農地を探している方に情報提供を行う制度です。

登録された空き農地の情報は市のホームページで閲覧できます。

農地を「貸したい」・「売りたい」とお考えの方、「借りたい」・「買いたい」農地が見つかった方は農政課にご相談ください。

▽**注意点**

・農地の売買や貸借には、農地法等に基づく所定の手続きが必要です。

・農地バンクに登録されても、すぐに契約が成立しない場合があります。また、賃貸料および賃貸期間等は当事者間で決めていただきます。

●里親推進フォーラム

佐久児童相談所 ☎67―3437

▽**日時** 11月8日㈰ 午後1時30分～4時

▽**会場** 佐久合同庁舎講堂

▽**参加料** 無料

▽**内容** 基礎講演「全ての子どもに豊かな子ども時代を～地域の子育てと家庭～」

▽**講師** 小宮山 洋子氏

※家庭養護の大切さや里親制度について知っていただければと思います。お気軽にご参加ください。

●子ども疾病対応巡回講座「おしえてドクター!!」

子育て支援課 ☎62―3149

子育て中の不安のひとつに、突然の発熱や嘔吐、発疹など、小児特有の疾病への対応があります。そこで、主に0歳から2歳までの保護者を対象に、佐久医師会主催による子ども疾病対応巡回講座「おしえてドクター!!」が開催されます。

病気に対する知識習得による不安解消と子育て力向上を図り、併せて、不用意な医療機関受診の抑制により、経済的負担の軽減を図ることを目的とします。

▽**開催期間** 11月25日㈬～平成28年3月末

▽**会場** 市内保育園・幼稚園

▽**参加費** 無料

▽**申込** 不要

※詳細は市ホームページをご覧ください。

くらし

●「障害者虐待防止法」をご存じですか?

福祉課 ☎62―3147 または各支所高齢者児童福祉係

「障害者虐待防止法」は、障がい者が虐待によって、権利や尊厳をおびやかされることを防ぐために制定されました。障がい者への虐待は法的な措置が取られるほか、私たち一人ひとりにも、虐待防止への正しい理解と行動が求められています。

○障害者虐待とは?

・養護者による虐待

・施設従事者等による虐待

・使用者による虐待

※法第3条に「何人も、障害者に対し、虐待してはならない」と規定され、広く虐待行為が禁止されています。

○虐待の種類

①身体的虐待…たたく、殴る、蹴る、ベッドに縛り付けるなど

②性的虐待…わいせつな行為やその強要など

③心理的虐待…「バカ」「あほ」など侮辱する、怒鳴る、仲間に入れない、わざと無視するなど

④放棄・放任…食事を与えない、あまり入浴させないなど

⑤経済的虐待…年金や賃金を渡さない、本人の同意なしに財産を処分するなど

虐待を発見した場合は、国民だれもが通報の義務を負っています。

ひとりで抱え込んだり、放置せず、市の窓口へ連絡・相談してください。(通報者の秘密は守られます。)

●第三次「佐久の先人」が選定されました

文化振興課 ☎62―0664

昨年7月まで募集を行いました「佐久の先人」の候補者から、先人検討委員会の選考を経て、第三次の先人17名が選定されました。ご協力いただきありがとうございました。

各先人の紹介は、広報1月号別冊にて行う予定です。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

●防災行政無線を用いたJアラートによる全国一斉情報伝達訓練

危機管理課 ☎62―3008

▽**日時**

11月5日㈭ 午前10時頃

11月25日㈬ 午前11時頃

▽**内容**

緊急地震速報や武力攻撃等の緊急時に、国から直接、防災行政無線等を用いて瞬時にお伝えする、全国瞬時警報システム(Jアラート)による、全国一斉訓練を行います。

寄附

●ご寄附ありがとうございます

○ふるさと納税寄附
▽ふるさとの佐久におまかせ
松森信之様（愛知県）　3万円
瀬川貴様（東京都）　10万円
▽ふるさとのせせらぎが聞こえますか
土屋進様（埼玉県）　1万円
▽ふるさとのおやじおふくろ達者かい
根岸宏一様（大阪府）　1万円

○一般寄附
▽市へ
・1万円
大石もり子様（東京都）
・2千円　佐久の鯉太郎Z様
▽臼田小学校へ
・少年少女世界文学全集25巻、少年少女世界伝記全集25巻
柏木秀敏様（下小田切）
▽佐久市消防団第4分団岩村田小田井地区へ
・消防ポンプ自動車　1台
岩村田・小田井地区消防ポンプ自動車更新協議会様

寄附

▽臼田学園へ
・タオル78枚、バスタオル2枚
シーツ1枚
佐久市更生保護女性会様
▽みすず苑へ
・タオル100枚
佐久市更生保護女性会様
▽市内児童館へ
・図書購入の目録
国際ソロプチミスト佐久様
▽佐久平浅間児童館へ
・児童図書25冊
古屋貴子様（佐久平駅北）
・児童図書20冊
中山喜久恵様（長土呂）



ぼくの夢 わたしの夢 青春夢トーク Dream



細萱（ほそがや）　諒（りょう）くん
（佐久長聖高校　1年）

趣味…バスケットボール

住所…瀬戸

今、一番楽しいことは「学校生活」と話す細萱諒くん。佐久長聖高校に通う16歳です。「長聖高校には市外・県外からの生徒も多く、中にはトップレベルのアスリートもいるので、勉強や部活動で一緒に切磋琢磨できます。普段の会話の中でも、方言や出身地の話など、新しい発見が多くて、おもしろいです。」とのこと。

そんな細萱くんの将来の夢は、消防士や警察官など人を助ける職業に就くこと。「体を動かすことが好きですし、直接、困っている人を支援したり助けたいという気持ちがあります。もちろん、困っている人や状況は無い方が良いので、防災や防犯など地域の人が安心して暮らせるようにしたいです。」と話してくれました。

リレーインタビュー 10万人の広場



江原　政文さんから紹介された
渡辺（わたなべ）　正寿（しょうじ）さん
（セルフビルドパートナー・印内）

❶自己紹介をお願いします

佐久市に6年前に移住し、今年の3月に「えんがわ商店」を起業しました。施主さん手づくりのお家づくりを、建築計画、総算積算、施工補助、工事管理等の形でお手伝いしています。その他、望月産の野菜や加工品などの移動販売もしています。今後、薪小屋の作り方などのマニュアルをネット販売するなどしていきたいです。

❷今後チャレンジしたいこと

印内原の区長をしていますが、地域の人口が減り過疎化が進んでいます。これからの地域づくりは、今ある資源を活かすことと、地域の魅力の見せ方を考えて情報発信していくことが重要だと思います。

新しいこと、おもしろいことにチャレンジする人や企業が集まる街づくりをしていきたいです。

2015（平成27年）
11 霜月（しもつき）
さくし 公民館報
No. 128

佐久市中央公民館
〒385-0011 佐久市猿久保165-1
市民創錬センター内
☎0267-66-0551 FAX0267-66-0553
E-mail：kominkan@city.saku.nagano.jp

佐久市民コーラスまつり

９月12日、第37回佐久市民コーラスまつりがコスモホールで開催されました。今年は中学校・高校から４つの合唱部の参加もあり、幅広い年代の皆さんが出演し、美しい歌声をホールに響かせました。大勢の息が合った力強いハーモニー、少人数ながらも透き通るような歌声、客席を巻き込んでいくリズミカルで楽しい合唱など、26の市内の合唱グループの皆さんが日頃の練習の成果を存分に発揮し、個性的な舞台を創り上げました。

また、たくさんのお客さんにご来場いただき、共に楽しい音楽のひと時を過ごしていただきました。



ちょっとひとこと

「紀寿を全うした義父」



常和　野澤葉子

私は2003年、夫の両親の高齢化に伴い帰郷しました。

大正４年、安曇野穂高に生まれた義父は、８月15日で100歳を迎えました。農業経験の無い義父が、終戦後の食料の貧しい時代にこの佐久で、家族の口に入る食物を作ろうと、生業の傍らに稲作や畑仕事を始めました。退職してからも、囲碁や詩吟・書道と多趣味ぶりを発揮しながら、収穫した作物を人にあげては、喜ぶ笑顔を見て楽しんでいました。90歳を越えてもなお、農業日誌を見返しては、作業確認をし、家族が驚く程身体を動かして働き、体力気力共に充実した日々を送っていました。

「100歳までガンバル！」が義父の口ぐせでした。７月に体調を崩しましたが、その言葉通り回復して100歳を迎える事が出来ました。あの穏やかな義父のどこに、そんな体力があるのか不思議でなりませんでした。100歳と聞けば体力はもちろんのこと、気力も衰えてしかるべきです。そのどちらが欠けても、100歳という峠を越えるのは容易ではないでしょう。特に内に秘めた精神力が必要不可欠だと思います。そんな義父も、100歳を迎えた１ヶ月後に、静かにその生涯を閉じました。

義父と暮らし、義父の生き方に接してきて、これからの私もそうありたいと願っています。

野沢中１年生、俳句づくりに挑戦
～短詩型文学交流会～

市内で俳句づくりを続けている皆さんと中学生が一緒に作品を作る佐久市短詩型文学交流会が、９月10日に野沢中学校を会場にして行われました。この交流会は、若い世代にも短詩型文学に親しんでもらおうと始められ、今年で９年目になります。

野沢中１年生181人が同文学祭運営委員ら31人の指導を受けながら創作に挑戦しました。はじめ戸惑い気味だった生徒達も徐々に要領がつかめ、中学生らしい瑞々しい句が沢山生まれました。指導に当たった皆さんも「中学生の鋭い感性に刺激を受けました」と感想を話されました。

作られた俳句は、今年の短詩型文学祭に出品します。



ふれあい あれこれ



浅科公民館　ボールと心をつないだ野排球大会

８月23日に浅科地域公民館対抗野排球大会が開催され、各地区の代表が優勝を目指して熱戦を繰り広げました。当駒寄地区は、男子バレーの部で３位入賞を果たしました。コートの上ではボールと心をつなぎ、その後の懇親会ではさらに親睦を深めました。



浅間公民館　伝えたい佐久の味

９月８日、佐久市農村生活マイスターの会員を講師に迎え、「伝えたい佐久の味」を開催しました。今回は佐久の伝統料理である鮒の甘露煮や鮒寿司等を作りました。参加者からは「こんなに簡単に作れるなら、家でも作りたい」といった声が聞かれました。



野沢公民館　ジャズ音楽入門♪

８月29日、学習グループ「コスモスターズ・ジャズオーケストラ」の皆さんを講師に、ジャズ音楽入門講座を開催しました。参加者は躍動的な生演奏を聴いたり、手作りのマラカスで一緒に演奏したりして、ジャズに親しんだ楽しい一時でした。



中込公民館　包丁と鎌の研ぎ方教室

９月４日、田中廣治先生を講師に迎え、『包丁と鎌の研ぎ方教室』が開催されました。自分で研いだ包丁でトマトの試し切りをした参加者は、その切れ味に驚き、「大変勉強になった。日常生活でも活用したい」と、その満足感を伝えてくれました。

人権シリーズ

仕事に誇りを持って

人間は生き物の命をいただき生きていることをとかく忘れがちです。スーパーに並んだ精肉を見ても牛や豚、鶏の命を絶って、精肉にしている人がいることに思いを馳せることは稀であろう。

私は『ある精肉店のはなし』という映画を観る機会に恵まれた。大阪府貝塚市にあると畜場を代々使用してきた北出家は、牛の飼育から、と畜、解体、精肉販売まで営んでいた。時世の流れで、と畜解体は幕を閉じることになり、と畜作業を後世に残すため北出家と地域の協力で映画化された。

街中を引き連れて来た牛が、と畜場に入った。牛と向き合った北出さんの牛との真剣勝負の姿があった。自らの手で牛の眉間に専用ハンマーでノッキングすると、牛はその場にばったり倒れた。このすさまじい光景に強い衝撃を受けた。

すぐさま家族総出で皮はぎ、内臓の処理などをてきぱきと行い、枝肉にした。このナイフの手さばきは、命への限りない敬意が込められているように思え、これこそプロの職人技と感動した。

このドキュメンタリー映画を全ての人に観てほしい思った。と畜作業に携わる人々に対する差別意識も一変するだろうと思う。佐久市にも機械化された食肉センターがある。そこで働く人々がいるお蔭で、私達はおいしい肉をいただくことができる。「ありがとう」感謝です。

人権同和教育推進員　木内精司

第27回 家族音楽会 開催のお知らせ

入場無料

日　時　平成27年11月14日(土)　開演　午後１時30分（開場　午後１時）

場　所　佐久平交流センター（旧 佐久勤労者福祉センター）　※駐車台数に限りがあります。乗り合わせでお越しください。

近所のご家族や身近なお友達が出演する、楽しくほのぼのとした雰囲気の音楽会です。
この日のために一生懸命練習してきました。大勢のご来場をお待ちしています。

出演家族と演奏内容（順不同）

坂根　　剛さん（野　沢）	妻の歌、長女のピアノとウクレレ合奏
古谷　力也さん（上田市：勤務地臼田）	息子とギターデュオ
青木　昌子さん（塚　原）	弟のギター伴奏、伯母・姉妹５人で合唱
山口　輝子さん（岩村田）	親戚と二胡の合奏
渡辺まり子さん（横　根）	夫と子ども、家族５人で歌と合奏
樋口　　絢さん（岩村田）	娘２人とピアノ連弾
善積　悦子さん（中　込）	母との大正琴に夫のギター、父の歌
高橋　　真さん　（原）	友人家族とヴァイオリン等の合奏
内藤　淳子さん　（原）	ピアノ伴奏で、夫の歌
原谷　　進さん（長土呂）	妻と友人で合唱

主催：佐久市教育委員会　　主管：家族音楽会運営委員会

■問合せ　佐久市中央公民館　☎66－0551

賛助出演

中佐都保育園　うめA・B組

毎年年長組へと受け継がれている和太鼓の演奏をします。元気いっぱいの中佐都っ子が、心を一つにして、一生懸命演奏します。

佐久平浅間小学校　金管愛好部

楽器好きの仲間、５・６年生25名で７月からクラブを立ち上げ活動を始めました。朝の短い時間に、基礎練習や曲作りに頑張っています。

コーラスグループ　コール・ノザワ

グループが発足して12年目となります。毎週月曜午後７時30分から２時間、野沢会館において厳しいレッスンを受け、楽しく美しい歌声を響かせています。

少年センターだより

11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です。公園ではスポーツやゲームに興じる子どもたちの笑い声が響き渡っています。思う存分秋を満喫し、元気に過ごして欲しいと思います。

伸びよう 伸ばそう 青少年

未成年での喫煙の危険性

未成年者の喫煙は、「未成年者喫煙禁止法」という法律で禁止されています。

未成年者の喫煙について

青少年期の皆さんの体内では、細胞分裂が活発に行われており、たばこに含まれるニコチンやタールなどの有害物質を取り込みやすくなっています。そのため、大人になって吸い始めるよりもたばこの害を受けてしまい、がんや虚血性心疾患などの危険性がより高くなります。

肺がんでは、20歳未満で喫煙を開始した場合の死亡率は、非喫煙者に比べて5.5倍となっています。また、「平成10年度喫煙と健康問題に関する実態調査」（厚生労働省）によれば、吸いはじめる年齢が若いほどニコチンへの依存度が高い人が多くなるという報告が出ています。



～未成年者から吸いはじめてはいけない理由～

- ●たばこが習慣になりやすくなかなかやめられない！
- ●病気で死亡する危険が高くなる！
- ●学校生活が台無しになる！（体内に酸素がいきわたらず、勉強に身が入らない、息切れがして運動中にすぐスタミナがきれる。）

出典：厚生労働省ホームページ「たばこと健康に関する情報ページ」

毎月11日は「信州あいさつの日」・毎月第3日曜日は「家庭の日」です

青少年に関するご相談は少年センターへ
☎62－0664（野沢会館内）

公民館 おさそいカレンダー

■浅間公民館 ☎67－2110　■野沢公民館 ☎62－0116　■中込公民館 ☎62－0504　■東公民館 ☎67－2545

	学級及び学習内容	日　時	場　所	講師・指導者	費用・持ち物等
浅間公民館	◎やさしいリフォーム教室 タペストリーに挑戦！	①12月 3日㈭ 9:30～15:30 ②12月10日㈭ 〃	創錬センター 視聴覚室	菊池たか子先生	〈参加費〉500円程度〈定員〉25名 〈持ち物〉いらない布・裁縫用具・昼食・飲み物 ※申込受付開始 11月5日㈭ 8:30
	◎伝えたい佐久の味 献立：鯉のうま煮・ひたし豆・伊達巻・新米	12月15日㈫ 9:30～13:30	創錬センター 調理講習室	佐久市農村生活マイスターの会	〈材料費〉800円程度〈定員〉20名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具 ※申込受付開始 11月16日㈪ 8:30
	◎元気なおやじシリーズ（全6回） 今夜の晩酌のお供は手作り燻製で！	⑤12月17日㈭ 13:30～16:30	創錬センター 調理講習室	櫻井彰先生	〈材料費〉1,000円程度 〈持ち物〉エプロン 〈定　員〉20名 〈対象〉男性 ※申込受付開始 11月20日㈮ 8:30
	◎銅板教室 好きな干支を打とう！	12月11日㈮ 9:30～16:00	創錬センター 多目的室1	野沢公民館学習グループ	〈材料費〉400円程度〈定員〉15名 〈持ち物〉小型の木づち（金づちでも可）・机の下に敷く物・ボールペン・昼食・飲み物 ※申込受付開始 11月10日㈫ 8:30
野沢公民館	◎クラシック音楽入門♪二胡編 本場中国の二胡奏者による音色をお楽しみください！	11月3日㈫ 13:30～15:30	野沢会館 会館ホール	Shin（劉 津閣）先生（二胡奏者） 原いづみ先生（ピアニスト）	〈参加費〉無料 〈持ち物〉筆記用具 ※当日参加も出来ます
	◎楽しい陶芸教室（全3回） 日頃使う湯呑などを自分の手で作りませんか！ ①作陶　②色づけ　③鑑賞会	①11月17日㈫ 9:30～15:00 ②12月15日㈫ 9:30～11:30 ③12月22日㈫ 10:00～11:30	野沢会館 創作室	佐藤山章彦先生	〈参加費〉600円（材料費） 〈持ち物〉エプロン・昼食（11/17）・飲み物 ※汚れてもよい服装でご参加ください
	◎年賀状パソコン教室（全3回） パソコンでオリジナルの年賀状を作ろう！ ※ノートパソコンがある方に限定します	①11月13日㈮ 13:30～15:30 ②11月20日㈮ 〃 ③11月27日㈮ 〃	野沢会館 ①202会議室 ②視聴覚室 ③103会議室	平林稔子先生	〈参加費〉テキスト代1,000円程度 〈持ち物〉ノートパソコン・筆記用具 〈定　員〉15名
	◎ほうとう打ち講習会 寒い季節、自分で打って美味しいほうとうをいただきましょう（1人1人打ちます）	11月25日㈭ 9:30～13:00	野沢会館 調理室	土屋しのぶ先生	〈参加費〉700円程度〈定員〉20名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持帰り用容器
	◎クリスマスケーキ作り クリスマスに手づくりのケーキを作りましょう	12月12日㈯ 9:30～13:00	野沢会館 調理室	内田すみえ先生	〈参加費〉1,000円程度〈定員〉20名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持ち帰り用容器
	◎佐久鯉料理教室 お正月、美味しい佐久の伝統の味を食卓に！	12月17日㈭ 9:00～13:00	野沢会館 調理室	臼田義之先生	〈参加費〉1,000円程度〈定員〉25名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持帰り用容器 ※申込受付開始 11月11日㈭ 8:30
中込公民館	◎ハーモニカで楽しく（全10回） 懐かしい曲をハーモニカで演奏してみませんか	⑥11月5日㈭ 9:30～11:30 ⑦12月7日㈪ 〃	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
	◎まち歩き講座・平賀編（全3回） 佐久総合運動公園陸上競技場でノルディックウォーキングを体験してみませんか	③11月9日㈪ 9:00～11:30	佐久総合運動公園	井出泰生先生	〈参加費〉100円程度（保険料等） 〈持ち物〉ポール（お持ちの方）・飲み物・雨具等 〈定　員〉30名 ※ポールの無料貸し出しあり
	◎学ぼう・歌おう ふるさと小海線 全線開通80年を迎えた小海線の歴史を学んでみませんか。帰りは野辺山駅から中込駅まで小海線に乗車します	11月27日㈮ 8:20～15:30	集合　中込会館 旧中込学校～JR最高地点・野辺山駅	木内徳雄先生 杉浦都美子先生	〈参加費〉2,500円程度（保険料・昼食代等） 〈持ち物〉筆記用具・雨具他 〈定　員〉27名 ※申込受付開始 11月4日㈭ 8:30 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎なつかしの歌・こころの歌（全4回） アコーディオンの伴奏で懐かしい歌をみんなで歌いましょう。昨年12月の歌集（冬）を使います	③12月3日㈭ 9:30～11:30	中込会館 ホール	工藤美智子先生 杉浦都美子先生	〈参加費〉歌集のない方は100円（資料代） 〈持ち物〉飲み物・お持ちの方は昨年12月の歌集（空色の表紙）
	◎しめ縄作り講習会 古代米を使った手作りの前掛け飾りで新年を迎えましょう	12月12日㈯ 9:30～15:30	中込会館 和室	池田正直先生	〈材料費〉800円程度〈定員〉35名 〈持ち物〉はさみ・霧吹き・千枚通し・セロハンテープ・昼食
	◎家庭でクリスマスパーティを 今年はクリスマス料理を手作りしてみませんか	12月16日㈬ 9:30～13:00	中込会館 料理室	内田すみ江先生	〈材料費〉800円程度〈定員〉15名 〈持ち物〉エプロン・三角巾 ※申込受付開始 11月11日㈭ 8:30
	◎親子書き初め教室 書き初めをして新年を祝いましょう。おしるこパーティもあります。必ず申し込みをしてください 【申込期限：12月25日㈮】	1月4日㈪ 9:30～12:00	中込会館 和室・洋室	中込公民館書道学習グループ	〈参加費〉100円（おしるこ代等） 〈持ち物〉書き初めの道具、用紙、新聞紙 〈定　員〉40名 ※小学3年生以下は保護者同伴
東公民館	◎つるし雛教室（全4回） 着物の端切れを使って、つるし雛を作りましょう！	①11月13日㈮ 9:30～11:30 ②11月27日㈮ 〃 ③12月11日㈮ 〃 ④1月中旬 〃	東会館 中会議室	菊池たか子先生	〈参加費〉500円程度（材料費） 〈持ち物〉使わなくなった布（2種類程度）、裁縫用具、鉛筆、厚紙、はさみ
	◎生きいき生活安全教室 ～高齢社会に対応する生活方法～ 高齢者に関わる身近な手続き等について学びませんか	11月19日㈭ 13:30～15:30	東会館 大会議室	市高齢者福祉課職員	〈参加費〉無料 〈持ち物〉筆記用具
	◎薫製作り 鳥、豚バラ肉等を使って家庭でも簡単に作れる薫製の作り方を学びます	12月12日㈯ 9:30～13:00	東会館 料理講習室	桜井彰先生	〈参加費〉1,000円程度（材料費） 〈持ち物〉エプロン・軍手・持帰り用容器
	◎そば打ち教室 年末に向けてそば打ちに挑戦してみましょう！	12月23日㈭ 9:30～13:00	東会館 料理講習室	桜井彰先生	〈参加費〉1,000円程度（材料費） 〈持ち物〉エプロン・軍手・持帰り用容器

※一部を除き**事前に個人(家族)ごとの申込が必要**です（詳しくは各公民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　※**望月公民館は、月曜日と祝日の翌日は休館**です

公民館 おさそいカレンダー

■臼田公民館 ☎82－2106　■浅科公民館 ☎58－3957　■望月公民館 ☎53－2548

	学級及び学習内容	日　時	場　所	講師・指導者	費用・持ち物等
臼田公民館	◎年賀状パソコン教室（全3回） 手作り年賀状で新年のご挨拶を！ ※ノートパソコンがある方に限定します	①11月13日㈮ 9:30～11:30 ②11月20日㈮ 〃 ③11月27日㈮ 〃	あいとぴあ臼田 多目的室	平林稔子先生	〈参加費〉1,000円程度（テキスト代） 〈持ち物〉ノートパソコン・筆記用具 〈定　員〉15名
	◎切り絵教室（全4回） 写真などからの下絵の作り方も学べます。 初心者も経験者も、素敵な作品に挑戦してみよう！	①11月17日㈫ 13:30～15:30 ②12月15日㈫ 〃 ③ 1月12日㈫ 〃 ④ 2月16日㈫ 〃	あいとぴあ臼田 多目的室	小林俊雄先生	〈参加費〉300円程度（用紙代） 〈持ち物〉デザインカッターおよびカッターマット（ある方のみ） 〈定　員〉15名
	◎キッズinあいとぴあ ―親子でGood day―　作って遊ぼう親子のつどい 〈と　き〉11月21日㈯ 9:00～11:50　どなたでも自由に参加できます！　大勢のみなさんご参加ください！　★参加費無料★ 〈ところ〉あいとぴあ臼田　わたあめ作りや、昔なつかしいおせんべい焼きもあるよ！　※お子さんは上ばきを持参してください。 〈内　容〉リースを作ろう・親子でプラ板・グニュグニュスライム・タオルでわんちゃん・ぶんぶんごま・切り絵のしおり・ふわふわかる～んで遊ぼう・山の恵みで木工作・ブローライフルなど				
	◎お正月料理教室 簡単で喜ばれるお正月料理を作ります。デザートにアップルパイはいかがですか	11月25日㈬ 9:30～13:00	コスモホール 調理室	大工原英子先生	〈参加費〉800円程度〈定員〉24名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具・持帰り用のタッパー
	◎そば打ち体験教室 新そばの香りを楽しみながら、そば打ちに挑戦してみよう！	12月11日㈮ 9:30～13:00	あいとぴあ臼田 多目的室	佐久おやじの会	〈参加費〉800円程度〈定員〉15名 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具・持帰り用の箱やタッパー等
	◎しめ縄づくり 正月用のお飾りを自分で作ってみませんか	12月18日㈮ 13:30～15:30	あいとぴあ臼田 多目的室	土屋寿広先生	〈参加費〉300円程度〈定員〉20名 〈持ち物〉花ばさみ ※汚れてもよい服装で参加ください
浅科公民館	◎料理教室～男子厨房に入ろう！（全3回） 男性向け初心者料理講座です。まずは包丁使いから挑戦！ メニュー：手作りラー油、餃子　他	①12月9日㈬ 9:30～13:30	浅科保健センター	名取叔美先生	〈参加費〉800円程度（材料費） 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具・持帰り用容器 〈定　員〉15名（男性のみ） ※申込受付開始 11月10日㈫ 8:30
	◎ミニ門松づくり講座 新年を迎える門松をつくりましょう	12月16日㈬ 8:30～13:30	浅科会館 2階ホール	中沢一巳先生	〈参加費〉一対2,000円程度（材料費） 〈持ち物〉園芸または花ばさみ、筆記用具、汚れてもよい温かい服装 〈定　員〉15名 ※申込受付開始 11月11㈬ 8:30
	◎親子で料理～クリスマス料理に挑戦～ 【浅間・浅科連携講座】親子で、家族で楽しくクリスマス料理を作りましょう	12月20日㈰ 9:30～13:30	創錬センター 調理室	内田すみ江先生	〈参加費〉一人500円程度（材料費） 〈持ち物〉エプロン・三角巾・筆記用具・持帰り用容器 〈定　員〉24名 ※申込受付開始 11月12日㈭ 8:30
	◎生け花講座 新年を飾るお花を活けてみましょう。初心者大歓迎です	①12月27日㈰ 13:00～15:00	浅科会館1階 会議室	草月流 武重みち先生	〈参加費〉3,000円程度（材料費） 〈持ち物〉花ばさみ、剣山、花器、筆記用具、ごみ袋、持帰り用袋、汚れても良い服装 〈定　員〉15名 ※申込受付開始 11月13日㈮ 8:30
望月公民館	◎愛唱歌合唱・うたごえホール（全12回） 童謡、唱歌、最新の歌などを楽しく歌いませんか 〈曲目〉故郷の空、おおブレネリ他	⑧11月18日㈬ 13:30～15:00 ⑨12月16日㈬ 〃	駒の里ふれあいセンター 大ホール	小林美智子先生	〈参加費〉2,000円（10月～3月分） ＊10月から3月まで自主講座となります
	◎竹細工教室 フルーツかごを作ります	11月23日㈪ 9:00～16:30	駒の里ふれあいセンター 大ホール	竹細工愛好会	〈参加費〉1,000円程度（材料費） 〈持ち物〉動きやすい服装・昼食、飲み物、剪定ハサミ（お持ちの方） 〈定　員〉12名
	◎望月公民館「つどい」《作品展及び芸能発表会》 ～望月地域の方々や学習グループの1年間の成果を発表します 〈と　き〉11月28日㈯～29日㈰ 《28日》作品展 9:00～17:00　特別ステージ 10:00～14:00 《29日》作品展 9:00～15:30　芸能祭 9:00～15:00 〈ところ〉駒の里ふれあいセンター全館 ・コーラスや合唱・日本舞踊・フラダンス・キッズダンス等のステージ発表と切り絵や書道、絵画、古文書等の展示発表があります。 ・しおりのプレゼントがあり、28日にはおそばの振る舞いもあります（数量に限定）。ご家族やご近所、お友達などをお誘いのうえご来館ください。				
	◎そば打ち教室 おいしい蕎麦を打ってみませんか	12月12日㈯ 9:00～13:00	観音峯活性化センター	芸庭	〈参加費〉1,500円　〈定員〉10名 〈持ち物〉エプロン、三角巾、持帰り容器
	◎親子ふれあい劇場 親子ふれあいクリスマスコンサート 曲目：クリスマスソング　他	12月13日㈰ 10:00～11:30	駒の里ふれあいセンター 大ホール	望月子ども祭り実行委員会	〈参加費〉無料 ※小学生以下のお子さんは保護者同伴でご来場ください

※一部を除き**事前に個人(家族)ごとの申込が必要**です（詳しくは各公民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　※**望月公民館は、月曜日と祝日の翌日は休館**です

瀬音

今年の夏、佐久市子ども未来館へ孫と出かけた。そこには、驚くことに人とコミュニケーションが取れるロボットがいて会話をすることができたのだ。孫が喜び驚いたのは言うまでもなく、帰ってきて家族に「ロボットとお話をしたよ」と、自慢げに話していた。

日本では、江戸時代に作られた「茶運び人形」や「弓射り童子」などのからくり人形がロボットの始まりと言われている。しかし、現代のロボットの進化は著しく、人の動作を助け、癒しを与え、コミュニケーションが取れるなど、より人に近づいている。

いま話題の、家庭向けロボット「ペッパー」の開発作業をテレビで放映していた。前に実物を見ていたので、興味深く見ることができた。人の指示に関係なく、自ら考え行動する部分を増やし、生物らしさを追求したとのことだ。

今後、少子高齢化により家族の在り方も様々な形になっていくと思うが、ロボットがそれぞれの家庭に明るさや癒しを与える存在になっていくのかもしれない。

（編集委員）



お仏壇のある生活（くらし）

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

まだ白木のお位牌ではありませんか？

お位牌は、故人の象徴であり、また故人そのものといえましょう。この時を機会に漆仕上げまたは黒檀、紫檀などの銘木の「本位牌」でご供養されることをお薦めします。

銘木・和木 佛壇専門店 日栄堂（にちえいどう）

TEL0267-63-3219 佐久市野沢603-3（141バイパス沿い）
ミニイク 屋根の上の白衣観音が目印です

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。



ことぶきの家 総合相談室 開設

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）

小諸市・佐久市・南佐久
保険調剤：処方せん受付 (有)ティー・ワイ・プロデュース
全店舗クレジットカード決済可

あさま薬局
佐久市臼田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

いいものながーく



プレミアム商品券でカーテンを！

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

処方せん調剤・介護用品・医薬品・化粧品
皆様のかかりつけ薬局をめざして…

萬寿堂薬局
佐久市臼田224

TEL.0267-82-3141 FAX.0267-82-3142
調剤用薬品備蓄　約2300品目

開局時間 ●9:00〜19:00　●9:00〜18:30（土曜のみ）
定休日 日曜日・祝日
夜間・緊急連絡 TEL.0267-82-8205　0267-82-3143

介護職員初任者研修 受講生大募集！ 高校生歓迎

高齢社会の中で福祉サービスに携わる人材の育成が求められています。地域福祉の担い手として、介護の知識や技術を身につけて、あなたの力を活かしてみませんか?

期間 12/5(土)〜来年5/14(金)
毎週土曜日 9:00〜16:00(計21回予定)
4/18(月)〜5/13(金)の間で2日間の施設実習あり
■会　場／メゾンエスポワールB棟4階研修室（小諸市和田215-2）他
■定　員／20名
■受講料／60,000円(税込)、テキスト代別途6,069円
各種補助要件あります!

お問合せ お申込み 社会福祉法人 のぞみ福祉会
☎0267-22-9274 担当／関

スパリゾート のぞみサンピア佐久 レストランエスポワール
お弁当始めました!
1食1,200円〜
1食から注文可
ご予算に応じてお作りいたします。



ご注文・お問合わせ ☎0267-63-3900

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
●福祉用具事業所　佐久営業所　佐久市長土呂862-2　TEL0267-66-3339

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 あったかほーむ中込
・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

平日★ 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㈹）

休日当番医（診療時間：午前９時～午後５時）

小児 休日小児科急病診療（午前９時～）
（受付：午前８時30分～正午　浅間総合病院　☎67－2295㈹）

休日歯科診療　（受付：午前９時～正午／午後１時～３時）
休日歯科診療所（サングリモ中込２階　☎63－3783）

子育てサロン（午前９時30分～11時30分）

広 つどいの広場　サングリモ中込　（午前10時～午後４時）
あさしな保育園内（午前10時～午後２時）
協和保育園内　（午前10時～午後３時）

地域集団健診　検 子宮頸がん検診　乳 乳がん検診
（申込：健康づくり推進課　☎62－3196　または各支所健康づくり推進係）

献血 献血
※会場および日時については、都合により時間等変更になる場合があります。
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）

水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
平日★ **4** 望月総合支援センター 泉児童館　切原児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	平日★ **5** あいとぴあ臼田 検 佐久市保健センター 中佐都児童館 広 協和保育園	平日★ **6** 佐久市保健センター 中込児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	広 サングリモ中込 **7**
平日★ **11** 高瀬児童館 臼田児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	平日★ **12** 妊 口腔歯科保健センター （サングリモ中込２階） 佐久城山児童館 あさしな児童館 広 協和保育園	平日★ **13** 岩村田児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	広 サングリモ中込 **14**
平日★ **18** 青沼児童館 泉児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	平日★ **19** 子 口腔歯科保健センター （サングリモ中込２階） 乳 佐久市保健センター 中佐都児童館 広 協和保育園	平日★ **20** 中込児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	広 サングリモ中込 **21**
平日★ **25** 検 臼田保健センター(あいとぴあ臼田) 田口児童館　高瀬児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	平日★ **26** あさしな児童館 佐久城山児童館 広 協和保育園	平日★ **27** 岩村田児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	広 サングリモ中込 **28**

■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

■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。

妊 妊婦さんの歯の教室（要予約）

対象　妊婦（初産、経産は問いません）
内容　歯科健診・RDテスト（お口のむし歯菌のテスト）・歯の染め出し・歯科相談・歯科医師による歯科講話
日時　11月12日㈭　午後１時30分～３時30分
（受付は午後１時15分～１時30分）
会場　口腔歯科保健センター（サングリモ中込２階）
持ち物　母子健康手帳・歯ブラシ・タオル
予約・問合せ　健康づくり推進課　口腔歯科保健係
（サングリモ中込）☎63－3781・63－3782

子 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　11月19日㈭　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

健康のカレンダー

[2015年]
11月

日 sun	月 mon	火 tue
1 小児 歯 検 相生町区公会場 小松耳鼻咽喉科クリニック ☎66－6300 雨宮病院 ☎82－5311 広 サングリモ中込 広 協和保育園	**2** 平日★ 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	**3** 小児 歯 ねむの木公園クリニック ☎67－8866 都甲クリニック ☎64－1050
8 小児 歯 佐久長土呂クリニック ☎68－7899 くろさわ病院 ☎64－1711	**9** 平日★ 検 望月総合支援センター 平根児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	**10** 平日★ 野沢児童館 広 サングリモ中込 広 協和保育園
15 小児 歯 川西赤十字病院 ☎53－3011 高柳クリニック ☎63－1201	**16** 平日★ 乳 野沢会館 岸野児童館 小田井児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	**17** 平日★ 乳 望月総合支援センター 献血 佐久市保健センター (午前９時30分～11時30分まで) 望月児童館 東児童館 広 サングリモ中込 広 協和保育園
22 小児 歯 柳澤クリニック分院 ☎78－3355 斉藤産婦人科医院 ☎62－0823	**23** 小児 歯 佐久平こころのクリニック ☎68－8556 こすも内科クリニック ☎88－7211	**24** 平日★ 平根児童館 野沢児童館 広 サングリモ中込 広 協和保育園
29 小児 歯 しのはら形成皮ふクリニック ☎67－8825 野澤医院 ☎62－0272	**30** 平日★ 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園	



佐久の景色から

SAKUBLOOMイルミネーション

LED電球が色とりどりに光り輝くSAKUBLOOMイルミネーションは、例年11月上旬から翌年1月上旬まで、JR佐久平駅に隣接する「ミレニアムパーク」で開催され、冬の佐久市の風物詩として定着してきました。

開催4シーズン目となる今回は、2015年11月1日(日)～2016年1月11日（月・祝）の期間、佐久ミレニアムパークで開催されます。

「銀河のものがたり」をテーマに、45万球のLEDが輝き「信州・佐久の美しい星空」が展開され、訪れた皆さんが宇宙の銀河へと導くイベントとなります。

佐久市情報配信サービス「さくネット」開始

防災、防犯情報などを電話・FAX・メールで配信するサービス「さくネット」がスタートしました。

災害など万が一の時に備えて、是非ご登録をお願いします。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■問合せ　広報情報課　☎62－3075



市ホームページ
QRコード

VEGETABLE OIL INK
資源保護のため植物油インキ／再生紙を使用しています。

発行／佐久市（〒385－8501 長野県佐久市中込3056）　編集／企画部広報情報課（TEL 62－2111）
佐久市公民館（〒385-0011 長野県佐久市猿久保165番地1市民創錬センター内）館報編集委員会（TEL 66－0551）