

あなたの生活と行政をつなぐ

# SAKU LIFE

11

No.164 広報佐久  
平成28年11月

特集2

特集1

いづまでも暮らしがやすいまちを目指して

SAKU BLOOMイルミネーション2016

# 目 次

平成28年11月

表紙写真：信州佐久市観光フォトコンテスト2014より  
「星空と妖精」坂本美江子さん

貢

3

## 特集1 SAKU BLOOM イルミネーション2016

6

## 特集2 いつまでも暮らしやすいまちを目指して

7

都市計画マスターPLAN策定方針に係る意見募集について  
農業委員・農地利用最適化推進委員の募集  
妊婦さんの歯の教室に参加しましょう

8

佐久市農業祭2016  
人権・男女共生フェスティバル  
第五回比田井天来・小琴頭彰 佐久全国臨書展

9

うすだスターーム20周年記念イベント  
こころのミュージカル2016 ミュージカル「黄金之郷」  
第16回コスモホール佐久第九演奏会

10

SAKU♡恋 in 2016 (結婚支援事業のご案内)  
世界糖尿病デー2016ライトアップイベント  
老い支度講座第3弾！「自身の人生"最期を考える"」

11

認知症講演会のお知らせ  
佐久市温水利用型健康運動施設の愛称が決まりました  
道の駅「ヘルシーテラス佐久南」における物産品取り扱い説明会

12

難病患者等激励費の支給  
平成28年分年末調整説明会のお知らせ  
平成28年分青色申告決算等説明会のお知らせ

13

## インフォメーション

23

## 寄附

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 「閑伽流山明泉寺」

### 休日・夜間窓口 〈各種証明書発行・マイナンバーカード交付〉

休日窓口 市役所市民課、税務課、収税課 11月27日(日)  
(午前8時30分～午後0時30分)  
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) 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

### ジェネリック医薬品を 積極的に使用しましょう！

～あなたの薬代の負担を軽く～



### 人 口

総 数	99,509人	(+14人)
男	48,775人	(-7人)
女	50,734人	(+21人)
世帯数	40,772世帯	(+27世帯)
〈10月1日現在〉		(増減は前月比)

デ  
一  
タ  
フ  
ア  
イ  
ル

### 交通事故・救急火災

	9月の月間件数	平成28年1月～9月の累計
人身事故	25件	277件
死 亡	0人	2人
負 傷	30人	333人
救 急	341件	3,284件
火 災	4件	40件

### 相談コーナー

#### 行政相談

11月15日(火)午後1時～4時 浅科支所  
11月16日(水)午後1時30分～4時 あいとぴあ白田  
11月24日(木)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26日(土) 午後1時～3時 イオン佐久平イベントホール  
■問合せ 長野県司法書士会佐久支部 ☎66-6733

#### 子育て相談

木曜・祝日を除く午前10時～午後3時  
※日曜日は要電話予約  
サングリモ中込2階 つどいの広場交流センター内  
■問合せ 子育て相談室 ☎63-3794

#### 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 市役所南棟3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 午前9時～午後5時 (要予約) 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

11月10日、17日、24日 午前9時～午後4時 (相談無料)  
長野地方法務局佐久支局

#### 女性の人権ホットライン特設相談所

11月19日 午前10時～午後3時 佐久市中央隣保館 (相談無料)  
■問合せ 長野地方法務局佐久支局 ☎67-2272

#### 消費生活相談

平日 午前8時30分～午後5時15分 佐久市消費生活センター (市役所2階市民ホール内)  
(不在時は市役所3階生活環境課)  
■問合せ 佐久市消費生活センター ☎62-7501  
または生活環境課 ☎62-3094

特集1

# SAKU BLOOM イルミネーション2016

## ☆ほしざら万華鏡☆

2016. 11. 5(土)  
～2017. 1. 13(金)

＠佐久市ミレニアムパーク

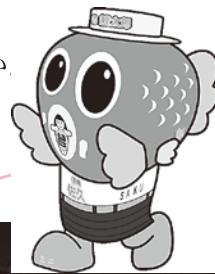
■ライトアップ■  
午後5時～10時30分

※イベント開催日は点灯時間が変更になる場合があります。

冬の佐久市の風物詩、SAKU BLOOM  
イルミネーションを今年も開催します。

今年は、「ほしざら万華鏡」をテーマ  
に、色とりどりのLED電球が光り輝き、  
訪れた皆さんを素敵な世界へと導いてく  
れます。

ぜひ皆さんお出掛けください。



## 今年のテーマは…

### ほしざら万華鏡



不思議に輝く星を見た。  
君と一緒に見上げた夜空。  
星のかけらを集めたら、空いっぱいの  
宝石箱ができるだろう。  
そしたら君に、とってきてあげる。

そんな、あの日の思い出と一緒に。

## イベント紹介

11/5(土) 午後6時～ **点灯式**

・毎年お楽しみの信州佐久「ケーキ職人の会」によるオリジナルスイーツの限定販売や点灯式前後に「SAKU BLOOM オープニング」として音楽イベントも開催されます。



11/12(土) **キッズデー**

・野沢保育園、臼田保育園の園児による点灯式やLED電車が会場内を走ります。参加したお子さんには、お菓子のプレゼントがあります。（数に限りあり）



12/23(金) **クリスマスイベント**

・ロマンチックなイルミネーションに彩られ、今年もクリスマスイベントを開催します。イベントゲストも登場で、聖なる夜を盛り上げます。

### SAKU ❤ 恋 in 2016

（佐久市結婚支援事業）

■問合せ 福祉課☎62-3147

#### ○出逢いパーティー

##### [第1弾]

11/18(金) 午後6時30分～9時45分  
ヴィーナスコート佐久平&  
SAKU BLOOMイルミネーション会場  
締切：11/4(金) 午後5時

##### [第2弾]

12/18(日) 午後6時30分～9時45分  
St.ルミエールアンジュ&  
SAKU BLOOMイルミネーション会場  
締切：12/5(月) 午後5時

内容：2対2のグループトーク、軽食やスイーツを楽しみながらのフリータイム、カップリング

定員：40名（男性20名、女性20名）

参加費：男性5,000円、女性2,000円

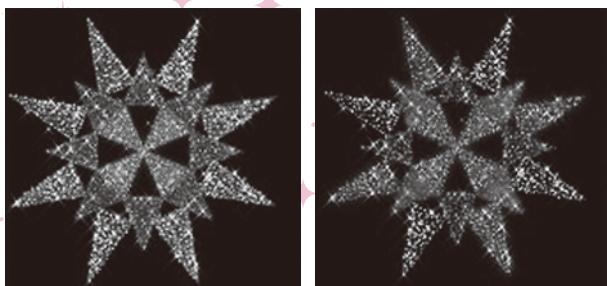
※詳細については、市ホームページをご覧ください。

# イルミネーションの一部をご紹介

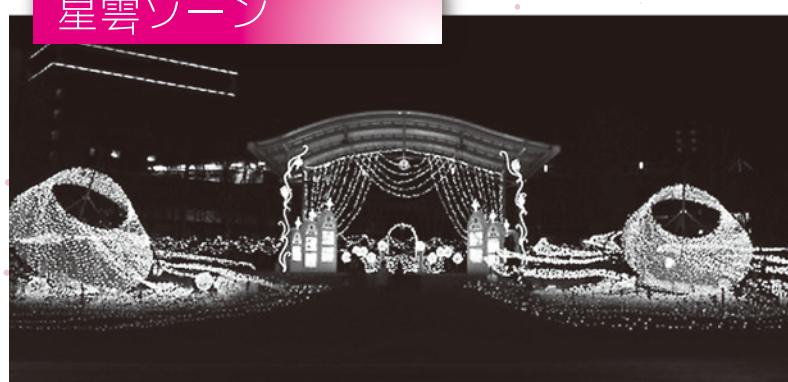
## 万華鏡エリア



万華鏡を覗いた時のようにキラキラと散りばめられた模様。幾何学的に構成されたモチーフに加え、立体的なアイテムを追加して楽しい空間を演出。



## 星雲ゾーン



## フォトオポッタ

綺麗なイルミネーションと一緒に写真をパシャリ!!

### ①ベアートピアリー



### ②星の精



## ウェルカムゲート



### ③ボールツリー



触ると  
音が鳴るよ

### ④ウイニングチャイム

■問合せ 観光交流推進課 62-3285

## 〈アクセス図〉



# いつまでも暮らしやすいまちを目指して ～佐久市立地適正化計画の考え方について②～

市では将来を見据え、機能集約・ネットワーク型のまちづくりを目指すため、長期的なまちづくりの指針として立地適正化計画を策定しています。

広報8月号に引き続き、計画の考え方についてお知らせします。

## 機能集約・ネットワーク型のまちづくりとは

- 機能集約・ネットワーク型のまちづくりとは、人口や都市機能を一ヶ所に集めるものではありません。むしろ、地域の特徴や歴史的な成り立ちを考慮した複数の拠点を設定し、特徴ある発展を目指すものです。
- 集落部においても、これまでの経済基盤・生活基盤を含めたコミュニティを維持することを前提とします。

### コンパクトシティをめぐる誤解

#### 一極集中

市町村内の最も主要な拠点（大きなターミナル駅周辺等）1箇所に全てを集約させる

#### 全ての人口の集約

全ての居住者（住宅）を一定のエリアに集約させることを目指す

#### 強制的な集約

居住者や住宅を強制的に短期間で移転させる

#### 多極型

用途地域内だけではなく、旧町村の役場周辺などの生活拠点も含めた、多極ネットワーク型のまちづくりを目指します。

#### 全ての人口の集約を図るものではない

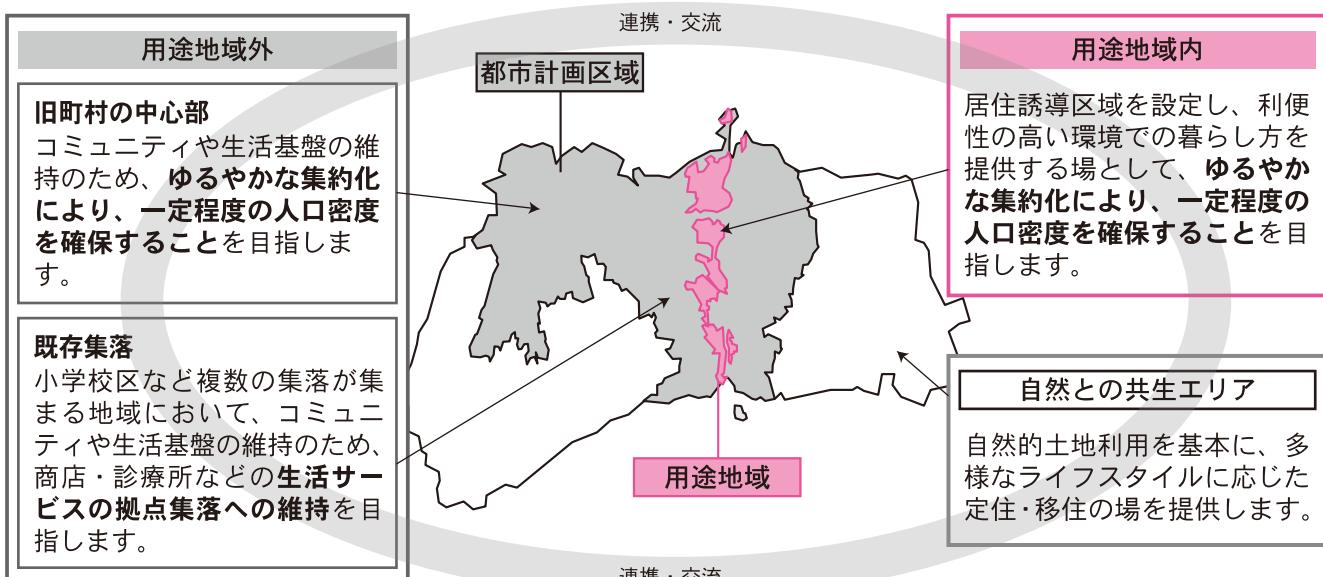
例えば農業等の従事者が農村部に居住することを否定するものではありません。集落部においてもコミュニティの維持を目指します。

#### 誘導による集約

メリットを最大限享受できるような施策を講じながら、時間をかけて居住の集約化を推進します。

## 居住誘導の考え方

- 立地適正化計画においては、集落部で暮らし続けることを保障しつつ、市外からの転入者を含む市民の皆さんの多様なライフスタイルに応じた居住の選択肢をお示ししていきたいと考えています。





## 都市計画マスター プラン策定方針に係る意見募集について

問合せ 都市計画課 ☎62-3404

### 意見募集の趣旨

市では、まちづくりの基本方針である「佐久市都市計画マスター プラン」について、平成29年度中の全面改定を目指しています。

つきましては、策定方針(案)等に対しても、ご意見を募集します。

### 策定方針(案)の公表・閲覧場所

- 市ホームページ
- 市都市計画課窓口
- 市民ホール行政資料閲覧コーナー

### 各支所経済建設環境係窓口

### 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。

### 郵送 市役所都市計画課宛

toshikei@city.sakunagano.jp  
FAX 63-7750  
・持参 都市計画課

※電話や口頭によりご意見をいただくことはできませんので、ご承知ください。

### 募集期間

11月7日(月)～21日(月)



## 農業委員・農地利用最適化推進委員の募集

問合せ 農業委員会 ☎62-3518

平成28年4月1日から施行された改正農業委員会法により、農業者の組織する団体および市内の農業者ならびに地区からの推薦、または市内全域からの公募により、農業委員、農地利用最適化推進委員を募集します。

### 農業委員の推薦・応募

農業委員は農業に関する識見を有し農業委員会の職務を適切に行う事ができる方から市長が議会の同意を得て任命します。

### 募集人数

(内1名は利害関係のない方)  
24名

### 農地利用最適化推進委員の推薦・応募

農地利用最適化推進委員は、農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有する方から農業委員会が委嘱します。

### 募集人数

23名

### 【共通事項】

募集期間 11月1日(火)～28日(月)

任期 平成29年5月20日から平成32年5月19日までの3年間

### 提出先等

農業委員会事務局

午前8時30分～午後5時15分  
(土、日祝日は除く)

※募集の詳細、所定の書式等につきましては、市ホームページをご覧ください。

※募集の詳細、所定の書式等につきましては、市ホームページをご覧ください。



## 妊婦さんの歯の教室に参加しましょう

問合せ 健康づくり推進課 ☎63-3781

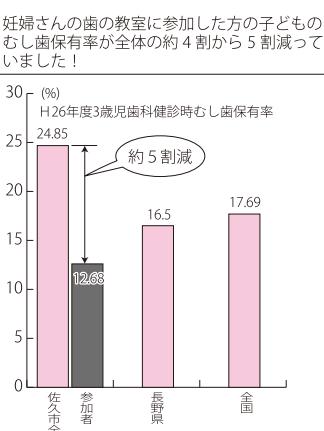
妊婦中に妊婦さんの歯の教室に参加した方のお子さんのむし歯予防はお腹にいる時から始められます。妊婦さんの歯の教室に参加して、お母さんとお子さんのむし歯予防を始めませんか。

りました。

お子さんのむし歯予防はお腹にいる時から始められます。妊婦さんの歯の教室に参加して、お母さんとお子さんのむし歯予防を始めませんか。

妊婦中に妊婦さんの歯の教室に参加した方のお子さんのむし歯保有率を、3歳児全体のむし歯保有率と比較すると、4割から5割少ないことが、平成25年度・26年度の3歳児歯科健診の結果からわかれました。

お子さんのむし歯予防はお腹にいる時から始められます。妊婦さんの歯の教室に参加して、お母さんとお子さんのむし歯予防を始めませんか。



\*むし歯保有率 =  $\frac{\text{むし歯のあった子どもの人数}}{\text{歯科健診を受けた子どもの人数}} \times 100$

■ 対象 市内在住の妊婦(初産・経産)  
■ 持ち物 タオル、その他  
■ 会場 口腔歯科保健センター  
(サングリモ中込2階)  
■ 受付 先着25名  
(要予約)





## 佐久市農業祭2016

■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

- 見て、食べて、触れて、佐久の秋を満喫しよう
- 佐久の農産物を広くPRし、地産地消を推進するため、恒例の佐久市農業祭を開催します。
- 日時 11月12日(土)
- 午前8時45分～午後3時
- 会場 駒場公園・長野県佐久創造館
- 内容
- ・新米、りんご、白菜などの各種農産物やヨーグルトなどの加工品の直売
  - ・佐久鯉、佐久の野菜ステップなどの試食サービス
  - ・農産物イベントコーナーなど
- ※内容が変更になる場合があります。
- 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、角田市、岡崎市、茅ヶ崎市)
- 佐久広域食肉流通センター祭
- 「大お肉祭り」
- 地元産の牛肉を使つたハッシュドビーフの試食、牛肉等の販売
- ※駐車場
- 総合体育館北側駐車場・駒場公園駐車場・佐久商工会議所東側駐車場
- ※農業祭と同時開催イベントの詳細は、市ホームページをご覧ください。



## 人権・男女共生フェスティバル

■問合せ 人権同和課 ☎62-3135



- 期日 11月23日(水・祝)
- 場所 交流文化館浅野
- 内容
- 【午前10時】
- ・隣保館各種教室生の作品展示
  - ・人権に関するパネル等の展示
- 【午後1時】
- ・男女共生朗読劇
  - ・手話歌、手話ダンス
  - ・野沢中学合唱部のビデオレター『希望』
- 【午後1時40分】
- ・開会行事
  - ・人権啓発標語優秀賞受賞者表彰
- 【午後2時10分】
- ・講演会
  - ・人権啓発標語優秀賞受賞者表彰
- 講演会
- 講師 一龍斎 貞花さん(講談師)
- 演題 「人権と安全」
- （人を愛した歴史上の人々）
- どうして観音様は男性から女性の姿になつたのか？また、歴史上の人物の業績を現代に交えて、どう心を持つべきか、楽しく解りやすく、ご講演いただきます。
- 手話通訳・要約筆記あり
- 入場料 無料
- ※本年6月に全国に先駆けて設立された、「佐久市議会更生保護を考える議員連盟」(会長 吉岡徹議員)の後援をいたしています。



## 第五回比田井天来・小琴顕彰 佐久全国臨書展

■問合せ 天来記念館 ☎53-4158



- 会期 11月19日(土)～12月4日(日)
- 会場 近代美術館
- 入場 無料
- 展示作品
- 一般部・高校生部は人賞以上の作品 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19日(土)
- ・開会式・作品鑑賞会 近代美術館
  - ・授賞式・揮毫会 佐久創造館
- ▽11月23日(水・祝)
- ・ギャラリートーク 午後2時
  - 講師 11月23日 有岡郊崖先生
  - 会場 12月3日 下谷洋子先生
  - 入場 無料



## うすだスタードーム20周年記念イベント

■問合せ うすだスタードーム ☎82-0200

どちらも参加無料です。27日夜は渡部先生との天体観望会も開催します。詳しくはスタードームへお問い合わせください。



天体観測施設うすだスタードームは今年で開館20周年となります。スタードームではこれを記念して、無料開放と記念講演会を開催します。

この機会にぜひお越しください。

### ○開館20周年記念無料開放

日時 11月25日(金)～27日(日)

午前10時～午後10時

### 内容

昼間：施設見学、昼間の星観望

夜間：天体観望会

### ○開館20周年記念講演会

日時 11月27日(日)午後3時～5時

会場 コスモホール

講師 渡部 潤一先生

(国立天文台副台長)

### 演題

宇宙～この20年の歩み～  
～予定通りにならないから面白い



## こころのミュージカル2016 ミュージカル「黄金之郷」

■問合せ 「こころのミュージカル」製作委員会 ☎090-3228-5563／文化事業団 ☎82-3962



※3歳以下ひざ上鑑賞無料  
今年8回目を迎える「こころのミュージカル」が満を持してお送りする今回のミュージカルは、佐久の偉大な先人『市川五郎兵衛真親（さねちか）』の夢を貫く力を現代に蘇らせる伝奇物語『黄金之郷』。真親公の偉業を紹介するとともに、「夢をあきらめない」「戦うことではなく命を育む」という事を、大切なメッセージとしてお伝えします。

チケットは市内各プレイガイドで発売

■公演日 11月13日(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2,000円)

■入場料 全席自由 大人2,000円  
高校生以下1,000円



## 第16回コスモホール佐久第九演奏会

■問合せ 文化事業団 ☎82-3962



■公演日 12月4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  
チケットは市内各プレイガイドで発売

■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



## SAKU♥恋 in 2016 (結婚支援事業のご案内)

■問合せ 佐久市結婚支援事業実行委員会事務局 (福祉課) ☎62-3147

佐久市結婚支援事業実行委員会では、10月からイベントを開催しています。11月のイベントは左記のとおりです。ふるつてご参加ください。(要申し込み)

### ■魅力アップ講座 (参加費無料)

〔男性編I〕男前が上がるスタイリング講座

〔男性編II〕モテ男になる!! コミュニケーション術

〔女性編I〕好感度あふれる「私の創り方」マナー&カラーで心をつかむコミュニケーション

〔女性編II〕スキンケア・メイクのコツを学んで女子力アップ

〔第1弾〕  
△期日 11月13日(日)・12月18日(日)

△場所 佐久平交流センター  
△出逢いパーティ (参加費あり)

〔第2弾〕

△日時 11月18日(金)午後6時30分～9時45分

△場所 ヴィーナスコート佐久平&SAKU BLOOMイルミネーション会場

※ 参加要件、各種イベント等の詳細やお申し込み方法は、下記QRコードから市ホームページにアクセスください。



## 世界糖尿病デー2016ライトアップイベント

■問合せ 浅間総合病院地域連携係 ☎67-2295

11月14日は世界糖尿病デーです。シンボルマークのブルーサークルにちなんで世界中の建造物がブルーに染まります。浅間総合病院でも2008年以来ブルーライトアップを行つてきましたが、もちろん今年もやります!

昨年に続き、糖尿病に関する劇を企画しています。いつもの様に、劇を通して

血糖値を良くする方法をお教えします。

今年も糖尿病サポートチームの熱演をお見逃しなく!

みなさんお誘い合わせの上お出かけください。

■期日 11月14日(月)

■内容

①記念式典、点灯式

②病院正面玄関、西病棟のライトアップ

記念式典の後、午後5時半～

③糖尿病の劇および講演会  
「血糖値が気になるあなたへ」

△時間 午後5時～

△場所 浅間総合病院 正面玄関

①記念式典、点灯式  
②病院正面玄関、西病棟のライトアップ

△時間 午後5時半～

△場所 浅間総合病院 正面玄関

△時間 午後6時～7時

△場所 浅間総合病院 講堂

△劇団 モトジーズ

(糖尿病サポートチームメンバー)

△講師 日本糖尿病学会研修指導医 仲元司医師



## 古い支度講座第3弾! 「自身の人生“最期を考える”」

■問合せ 高齢者福祉課 ☎62-3157

■日時	11月23日 (水・祝) 午後1時30分～3時30分
■場所	佐久平交流センター 大ホール
■演題	「自身の人生の最期を考える」 （人生の閉じ方を楽しく考える古い支度講座）

■第一部 講演会

○講師 長寿社会開発センター審議役 石黒秀喜氏 (いしごろひでのぶ)

○講師プロフィール  
昭和25年生北海道出身。平成20年厚生労働省を退職し、長寿社会開発センターへ勤務。認知症の義母の在宅介護生

活を通して、認知症や老いについて関心を抱くようになる。老いてどのような時間の使い方をし、どのような住まい方、どのような人生の閉じ方をするのか、「上手に老いるための自己点検ノート」を作り、「自己防衛のすすめ」を提唱しています。

■第二部 公開座談会

在宅医療や看取りに携わる医療介護スタッフ・ご自宅で看取りをされたご家族を交え、その思いや体験をとおして、

古い支度について檀上で語り合つていだきます。

※ 佐久市在宅医療・介護の連携体制推進事業市民公開講座として開催。  
■後援 佐久医師会  
QRコードから市ホームページにアクセスください。



## 認知症講演会のお知らせ

■問合せ 高齢者福祉課 ☎62-3157



■日時	11月7日(月) 午後1時30分～3時
■会場	市民創鍊センター 大会議室
■参加費	無料
■対象	どなたでも
■演題	「認知症よもやま話」
■講師	宅老所 露風庵 山田健一氏 認知症の方との様々なエピソードや、 関わりの中で心がけていることを長年の 経験の中から分かりやすくお話いただき ます。講演会を通して、現在介護してい る方も、これからの方も、認知症や介護 について新たな発見のあるお話をす。
■対象	「認知症よもやま話」
■会場	佐久平を眼下に望みながら、八ヶ岳連峰 から、遠く北アルプスまでを見渡せる抜 群の眺望が大きな特徴となります。
■対象	その特徴を表現することで多くの皆さ んに親しみを持つていただくため、施設 の愛称が決定しました。
■日時	12月にオープン予定の佐久市温水利用 型健康運動施設は、平尾山中腹に立地し、 佐久平を眼下に望みながら、八ヶ岳連峰 から、遠く北アルプスまでを見渡せる抜 群の眺望が大きな特徴となります。
■会場	佐久浅間農業協同組合本所
■参加費	備を進めています、道の駅ヘルシーテラ ス佐久南内売店での佐久の物産品販売に 係る説明会を次のとおり開催します。
■対象	佐久市物産品の出荷希望者(た だし、佐久市内に住所を有する個人、 または佐久市内に本店・支店・営業所 等を置く法人に限る。)
■内容	佐久市物産品の販売、および取 り扱いについての説明。申込に必要な 手続き等についての説明。
■その他	この説明会は、市と指定管理 者が共催します。



## 佐久市温水利用型健康運動施設の愛称が決まりました

■問合せ 新クリーンセンター・斎場整備推進室 ☎62-3924



■愛称	「平尾温泉 みはらしの湯」
■会場	今後、本名称を広報活動に用いてまい ります。



## 道の駅「ヘルシーテラス佐久南」における物産品取り扱い説明会

■問合せ 地域整備室 ☎62-2911

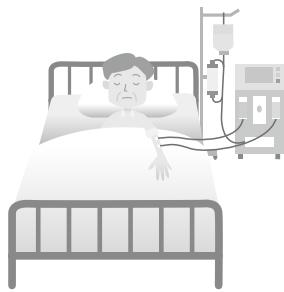


■内容	佐久市物産品の販売、および取 り扱いについての説明。申込に必要な 手続き等についての説明。
■その他	この説明会は、市と指定管理 者が共催します。



## 難病患者等激励費の支給

■問合せ 国保医療課 ☎62-3164または各支所市民係



■申請期間 11月1日㈬～12月28日㈬  
■申請窓口 国保医療課または各支所市民係  
■対象者 12月1日現在、佐久市に6か月以上お住まいで、同日において次のいずれかの受給者証または受療証をお持ちの方

- ・特定医療費（指定難病）受給者証
- ・小児慢性特定医療費医療受給者証
- ・特定疾患医療受給者証
- ・特定疾病療養受療証
- ・特定疾病療養受療証
- ・人工透析に係る自立支援医療受給者証
- ・ウイルス肝炎医療費受給者証
- ・長野県特定疾患医療受給者証
- ・先天性血液凝固因子障害等医療受給者証
- ・遷延性意識障害者医療費受給者証

### 持ち物

- ・各種受給者証・受療証、印鑑
- ・振込先の分かる物

### 支給金額

- ・難病等の方 5,000円
- ・透析の方 30,000円※
- ※一部要件あり



## 平成28年分年末調整説明会のお知らせ

■問合せ 佐久税務署法人課税第一部門 ☎67-3460（代表）



税務署では、給与所得者に係る年末調整説明会を開催します。説明会では「年末調整のしかた」および「給与所得の源泉徴収票等の法定調書の作成と提出の手引」などのパンフレットを用いて説明しますので、ご出席の際にはお持ちください。

また、年末調整関係用紙および法定調書の用紙が不足する場合には、説明会会場でお渡します。

■日時 11月15日㈫  
午前10時～正午、午後2時～4時  
(午前と午後の2回開催されます)

■日時 11月16日㈬午後2時～4時  
会場 コスモホール

※用紙は従来どおり税務署の窓口でもお受け取りできますが、一部の用紙につきましては、国税庁のホームページから各種用紙のダウンロードやコピーにより使用することができますので、是非ご利用ください。

税務署では、青色申告をされている個人の方を対象に、青色決算書の作成方法などについて説明会を開催します。



## 平成28年分青色申告決算等説明会のお知らせ

■問合せ 佐久税務署個人課税第一部門 ☎67-3460（代表）



■農業所得関係  
△日時 12月1日㈭午後2時～4時  
△会場 佐久平交流センター

■対象地区 全市町村  
△対象地区 佐久地区

■農業・不動産所得関係  
△日時 12月7日㈭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  
△対象地区 白田地区

■日時 12月12日㈪午後2時～4時  
△会場 浅科商工会館

△対象地区 浅科地区  
△対象地区 望月地区

会場の所在地など詳細につきましては、関東信越国税局のホームページ（11月上旬掲載予定）にも掲載されますので、そちらをご覧ください。





## お知らせ

### ● 農地バンクについて

農政課 ☎ 62-3203

「農地中間管理事業（貸し手と借り手の間を仲介し、担い手に集積する制度・いわゆる農地バンク）」による、農地の貸し手を募集しています。

耕作できなくなった農地がある方は、農地を荒す前に早めにご相談ください。特に、果樹園が管理できなくなつた場合は、伐採せずに速やかにご相談ください。

## お知らせ

### ● インターネット公売

収税課 ☎ 62-3043

市税滞納処分により差押えた財産について、公売を実施します。

### ▽ 参加方法

市ホームページまたはヤフー・ジャパンのインターネット公売サイトをご覧ください。

インターネットをご覧になれない方は、インターネットをできる方を代理人として入札できます。

11月8日（火）午後1時  
21日（月）午後11時

▽ 入札期間（せり売り）  
11月29日（火）午後1時  
12月1日（木）午後11時

▽ 物件の下見  
参加申込期間内に受け付けます。



### ● 道路に張り出した樹木等の伐採のお願い

土木課 ☎ 62-3298

ご希望の方には、空き農地情報として市のホームページに掲載し、借り手を募集することもできます。

※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。

※農地を登録しても、契約が成立しない場合があります。

※詳細は農政課へお問い合わせください。

道路や歩道への樹木の枝の張り出しありや倒木は、自動車、歩行者の通行の妨げになる場合があります。  
・車道や歩道に樹木が張り出している。  
・倒木の恐れがある。  
このような場合、樹木の所有者が枝を剪定すべき義務が生じます。  
土地の所有者は樹木の伐採、



または枝払いをお願いします。

### ● 平成28年度 秋の全国火災予防運動について

危機管理課 ☎ 64-4119

冬が近くなり、空気が乾燥する時期となつてきました。ご家庭の暖房器具や、火の元には十分注意しましょう。

▽ 日時 11月9日（水）～15日（火）



### ● 住宅用火災警報器を設置しましょう

佐久消防署 ☎ 62-0119

北部消防署 ☎ 82-0119  
川西消防署 ☎ 53-0119

万が一の火災時に家族の命を守る、被害を最小限に食い止めるために住宅用火災警報器を設置し、日頃から防火意識を高めておきましょう。



### ● 小諸年金事務所からのお知らせ

小諸年金事務所 ☎ 0267-122-1080

将来の年金の受給見込額を試算することができます。

○ 11月30日は年金の日です  
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、

相談希望日の1か月前から前日までの間、上記電話または小諸年金事務所「年金相談窓口」にて受け付けています。

▽ 予約方法  
小諸年金事務所「年金相談窓口」にて受け付けています。

▽ 予約受付時間  
午前8時30分～午後5時15分  
(平日のみ)

※予約受付の際には、相談者お年金記録を確認できるほか、番号、相談内容を確認します。





## イベント

## ● 第6回佐久市保健補導員大会

健康づくり推進課  
☎ 62-3189

▽日時 11月26日(土)  
午後1時～4時15分

▽会場 コスモホール  
紙面発表8題

▽参加費 無料

▽内容

○寸劇発表

題「健康長寿の佐久市を目指して」

○活動発表 (ステージ発表3題、紙面発表8題)

## イベント

● ふれあい  
ポールのウォーキング

## 11月のご案内

佐久ボーグウォーキング協会

事務局  
☎ 67-3318

○例会ウォーク

▽日時 11月6日(日)  
午前9時～10時30分

▽集合 駒場公園中央噴水広場

▽内容 公園内と長野支場散策  
初心者体験講習もあります

▽参加費 無料

※自由参加、小雨決行

▽飲料水・雨具持参下さい。  
詳細は事務局へ問合せ下さい。

○会員募集中  
各種特典付き

△年会費 1人1,000円

○子ども未来館情報  
子ども未来館 ☎ 67-2001

● 子ども未来館情報  
子ども未来館 ☎ 67-2001  
○「ベビーダンス教室」初開催!  
▽期間 平成29年3月5日(日)まで

○名探偵コナン 探偵たちの星  
月夜(スターリーナイト)  
▽期間 12月4日(日)まで

○「ちびっこルーム」  
▽期間 11月9日(水)

○P.W.講習会  
▽内容 健康についての講演と  
午前の部 午前11時～正午・  
午後の部 午後1時～2時

▽会場 企画展示室  
△参加費 入館料のみ  
(3歳以下は無料)

△期間 11月26日(土)  
平成29年3月5日(日)

△講師 佐藤志穂先生  
△会場 企画展示室(全面)  
△料金 入館料のみ  
(3歳以下は無料)

○お電話でお申込みください。  
○プラネタリウム11月の番組  
ボラリス 氷のナゾに挑むべ

△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

△参加費 無料  
△内容 座談会・クリスマスカ  
ード作り

## ● 講演会

・講師 元・NHK「ためして  
ガッテン」演出担当デスク  
経済産業大臣認定・消費生活  
アドバイザー 北折一氏

・演題「ガッテン流!地域での  
健康づくり、演出家の発想法  
のススメ」(仮)

▽日時 12月3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

●もちづき  
人権フェスティバル

・ものづくり体験  
・人権パネル等の展示  
・餅つき、わたあめ、焼きそば  
などのサービス  
※ご近所、ご家族お誘いあわせ  
のうえお出かけください。

▽日時 11月1日(火)  
午後1時30分～3時  
▽会場 あいとぴあ白田  
△参加費 無料

△対象 認知症の方を介護され  
ている方

△参加費 無料

● オレンジカフェ座談会の  
お知らせ

・高齢者福祉課 ☎ 62-3157  
△対象 認知症の方を介護され  
ている方同士の座談会です。お気軽  
にご参加ください。

日頃、各地区において活動を  
している佐久市保健補導員が二  
年に一度一堂に会し、活動発表  
を行なう大会になります。一般の  
方の参加もお待ちしています。

●講演会  
演題「白山の神あれこれ」  
講師 竹花英夫さん  
・手話教室、解放子ども会  
・三味線などの発表  
△内容

● 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(金)  
午後1時15分～2時45分  
△会場 シルバーランドきしの  
地域交流室  
△参加費 無料

●認知症の方を介護され  
ている方同士の座談会です。お気軽  
にご参加ください。

△会場 企画展示室(全面)  
△料金 入館料のみ  
(3歳以下は無料)

△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

△参加費 無料  
△内容 座談会・クリスマスカ  
ード作り

## イベント

## ● 第7回未来の巨匠展

「保育・幼稚園児作品展」を開催します

川村吾蔵記念館

☎ 81-15353

市内7つの保育・幼稚園児が、保護者と一緒に描いた似顔絵を展示します。将来の芸術を担う子供たちの迫力満点の作品を、ご家族お揃いでご覧ください。

▽期間および展示する園名  
・11月25日(金)～12月3日(土)  
白田・切原・佳里保育園、  
佐久南幼稚園

## イベント

## ●図書館行事予定

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

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

○おはなしの会①(中央)  
▽日時 12日(土)午前10時30分

○おはなしの会②(中央)  
▽日時 17日(木)午前10時30分

▽日時 (望月)

10日(木)午前10時30分

▽対象 乳幼児

▽対象 乳幼児  
○ほっけおはなしの会(中央)  
▽日時 19日(土)午後3時  
▽対象 幼児～小学校低学年  
○語りのおもてなし(中央)  
▽日時 26日(土)午後3時  
○ブック☆ブックお話の会  
(白田)



○ものがたりふれあいトーク  
(望月)  
▽日時 19日(土)午後2時30分

●「平成28年度東信労働フ  
オーラム(佐久会場)」  
開催のお知らせ

長野県東信労政事務所  
☎ 0268-25-7144

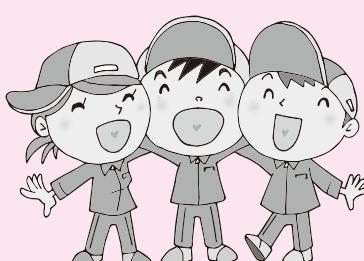
▽日時 11月15日(火)  
午後1時30分～3時30分

▽会場 佐久平交流センター  
第5会議室

▽参加料 無料

▽参加対象者 労働者、事業主  
のほか広く一般市民

▽講師 (株)コミュニケーションズ・アイ代表取締役社長



伊藤かおる氏  
▽演題 「精神疾患や発達障害を持つ社員等に対する企業の対応」～心の病を知つて良い人間関係を作ろう～

・12月4日(日)～12月12日(月)  
田口・青沼・里曲保育園

川村吾蔵記念館多目的室  
▽会場

▽入場料 無料

※常設展示室の観覧には、別途  
入館料が必要です。

▽開館時間  
午前9時～午後5時

（閉館30分前まではご入館  
ください）

▽休館日 毎週火曜日

午前9時30分～午後5時

▽会期 11月13日(日)まで

▽開館時間  
午前9時30分～午後5時

▽会期中の休館日 毎週月曜日

▽観覧料 一般500円  
小中学生250円

▽展示会ガイド 11月6日(日)  
午前10時30分～午後2時～

各回40分程度

●平成27年度収蔵  
新収蔵品展

平成27年度、新しく収蔵され  
た43点の作品をご紹介します。

〈新収蔵作家〉秋山祐徳太子／

池口史子／遠藤茂子／大河内暁  
水／大野良一／金山桂子／鎌田

あや／コウノ真理／小松崎広子  
／櫻井かえで／佐藤千曲／沢村

澄子／潮見冲天／島州一／菅沼  
緑／杉本奈奈重／田島直樹／中  
村隆／西八郎／灰原千晶／平澤

重信／松本芳翠／村上皓南／八

木緑日里／米林雄一

同時開催 収蔵品展「こうげい  
いろいろ～素材の美・巧の藝～」

▽会期 11月13日(日)まで

▽開館時間  
午後7時30分～午後9時

▽会期中の休館日 毎週月曜日

▽観覧料 一般500円  
高校・大学生400円

▽展示会ガイド 11月6日(日)  
午前10時30分～午後2時～

各回40分程度

●うすだスタードーム  
どこでも観望会

うすだスタードーム  
☎ 82-10200

小型の望遠鏡で月面をお楽し  
みいただけます。お

みいただき街頭観望会です。お  
気軽にお立ち寄りください。

▽日時 11月10日(木)・11日(金)  
午後7時30分～午後9時

▽場所 佐久平駅蓼科口

▽参加料 無料

▽内容 小型望遠鏡による月面  
観望ほか。

## イベント



## イベント

## ● 第28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

☎ 053-1-3111

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

● 水資源保全全国自治体連絡会シンポジウム  
in 熊本市

環境政策課 ☎ 62-1-2917

「限りある水資源を守り伝えるために」—自然からの教え・熊本地震から学んだこと—をテーマにシンポジウムを開催します。

● 「信州佐久市観光フォトコンテスト2016」  
作品募集

観光交流推進課 ☎ 62-1-3285

▽締切 平成29年1月13日（金）  
【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

・佐久バルーンフェスティバル2016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

▽入場料 無料

・佐久市観光協会長賞（最優秀賞）1点【賞状・賞金5万円】



## 募 集

## ● 第5回千曲川地域

## ブランドフェア開催の

## お知らせ

千曲地域ブランドフェア

実行委員会事務局

☎ 026-1-273-1111

信州の母なる大河「千曲川」の恵で作られた食の数々が大集合する「第5回千曲川地域ブランドフェア～千曲川マルシェ～」が開催されます。

千曲川地域（30市町村）の情報発信をはじめ、ご当地ブランドやグルメの試食販売や当日限

りの限定品の販売、また、今年は「さらしなの里そば祭り」によるそばの食べ歩きが行われます。

当日は、ご当地キャラクターも大集合します！

▽日時 11月5日（土）午前9時～午後4時

▽会場 千曲市大字戸倉2254  
(南側イベント広場)

▽入場料 無料

※詳細は千曲市ホームページをご覧ください。

● 千曲川冬期ニジマス釣り  
第5回サーモンカップ  
開催！

佐久漁業協同組合

☎ 62-1-0764

▽期日 11月6日（日）

▽会場 「魚とよ」前広場

▽内容

・ニジマス大物釣り大会

午前8時～正午

▽計量時間

午前10時30分～正午

参加費 1,000円

上位入賞者豪華景品多数

・子供釣り教室（小学生以下）  
参加費無料

※参加費については別途釣券が必要となります。購入場所および金額については佐久漁業協同組合までご連絡ください。

● フリーマーケットin  
ほつとばーく・浅科の  
お知らせ

道の駅ほつとばーく・浅科

☎ 58-1-0581

▽日時 11月20日（日）午前8時～午後4時

▽会場 ほつとばーく・浅科ふれあい広場にてフリーマーケットを開催します。

出展者の募集も行っていますので、出店を希望される方は右記までご連絡ください。

事前予約が必要となりますので、出店を希望される方は右記までご連絡ください。



## ● ピン・ピン講座（ウォーキングステーション）開催

白田支所健康づくり推進係  
☎ 821-3115

講師 健康運動指導士  
飯島 圭子さん

血圧測定・体脂肪測定  
健康相談・栄養相談  
適塩みそ汁の試飲

## ▽諸連絡

- お申込みは白田支所健康づくり推進係まで。お気軽にご参加ください。
- 動きやすい服装・靴でお越しください。
- 十分な水分をご用意いただき、体調管理にご留意ください。
- 日光対策の為、帽子等をご用意ください。

▽日時 11月23日（水・祝）  
午前10時～正午

▽日時 11月12日（土）  
午前9時30分～正午

▽集合 あいとぴあ白田

▽参加費 無料

▽内容

・ウォーキングステーション  
～あいとぴあ白田周辺～

※雨天の場合は室内にて、軽い運動を行います。

## ● 国際交流サロン「星空☆世界旅行～プラネタリウムと、お月様～イトづくり～」

主催：子ども未来館  
☎ 621-3283

▽定員 親子20組（要予約）  
▽内容 ロバ、カニ、ワニ等。

日本以外の国から見える月の模様です。同じ月でも場所が違います。プラネタリウムで星空を見た後に、世界各国の月の模様の違い等を紹介します。

最後に、お月様の模様のライトを親子でつくります。

▽日時 11月25日（金）  
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 今朝治氏

▽持ち物 工プロン、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（木）

## ● そば打ち体験教室 参加者募集

佐久市中央隣保館  
☎ 621-0991

▽定員 親子20組（要予約）  
▽内容 ロバ、カニ、ワニ等。

日本以外の国から見える月の模様です。同じ月でも場所が違います。プラネタリウムで星空を見た後に、世界各国の月の模様の違い等を紹介します。

最後に、お月様の模様のライトを親子でつくります。



## 募 集

## ● 自然観察会参加者募集！

環境政策課 ☎ 621-2917

## ○「野鳥観察会」

専門の先生と一緒に冬の野鳥を観察してみませんか！

▽日時 11月20日（日）

午前10時～正午（雨天中止）  
※中止の場合は当日朝9時までにご連絡します。

▽会場 野の鳥の丘公園  
(中込杉ノ木貯水池)  
▽参加費 無料  
▽対象 どなたでも（小学生以下は保護者同伴）



▽講師 木内 清氏（日本鳥学会会員）

▽持ち物 飲み物等

※双眼鏡や図鑑等をお持ちの方はご持参ください。（貸出可）

▽定員 20名（先着順）

▽受付 11月14日（月）まで

▽その他 暖かい服装でご参加ください。

▽会場 野の鳥の丘公園  
▽参加費 材料費1,000円  
○ヨガ教室  
▽日時 11月17日（木）  
午後1時30分～3時  
▽会場 あいとぴあ白田工作室  
▽参加費 材料費1,000円  
○ヨガマット（ある方）

▽日時 11月15日（火）  
午後1時30分～3時30分  
▽会場 佐久情報センター  
▽参加費 材料費1,000円  
○ピアのつどい（そば打ち体験）

▽会場 佐久情報センター  
▽内容 カレンダー作成  
○ヨガ教室  
▽日時 12月10日（土）  
午前9時～午後1時  
▽会場 野沢会館調理室  
▽会場 野沢会館和室1、2号  
▽参加費 無料  
▽対象 どなたでも（小学生以下は保護者同伴）



● 教室参加者募集

障害者自立生活支援センター

☎ 641-0212

## ○絵画（絵手紙）教室

▽日時 11月15日（火）

▽会場 野の鳥の丘公園  
▽参加費 材料費1,000円  
○ヨガ教室  
▽日時 12月7日（水）

▽会場 佐久情報センター  
▽参加費 材料費4,000円  
○パソコン教室  
▽日時 12月7日（水）

▽会場 佐久情報センター  
▽参加費 材料費1,000円  
○ピアのつどい（そば打ち体験）

▽参加費 食材費1,000円  
▽持ち物 持ち帰り用容器

※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。

20名（事前申込必要）

▽定員 20名（事前申込必要）  
▽申込締切 11月17日（木）



寄附

- △ふるさとのおやじおふくろ達  
者かい

  - ・ 加茂敬夫様
  - ・ 古川尚志様
  - ・ 矢吹泰幸様
  - ・ 浅田浩平様
  - ・ 井上愛朗様
  - ・ 武藤みち子様
  - ・ 金井修一様
  - ・ 小林善仁様
  - ・ 牧野文様
  - ・ 江河修様
  - ・ 井上祐子様
  - ・ 齊藤陽一様
  - ・ 阿部昌代様
  - ・ 田窪伸夫様
  - ・ 三山剛史様
  - ・ 濱名伸也様
  - ・ 高石聰様
  - ・ 滝井俊介様
  - ・ 小林美穂様
  - ・ 菊池安剛様

- ・ 橋本和武様  
・ 城古雅典様  
・ 戸谷章宏様  
・ 根本千枝様  
・ 横山真介様  
・ 春山泉様  
・ 末永康二様  
・ シエーファー平ダーヴィッド様  
・ 北川伸行様  
・ 佐藤久史様  
・ 石川光信様  
・ 後藤和夫様  
・ 三上史織様  
・ 神出学様  
・ 近藤竜太様  
・ 播磨佑弥様  
・ 梶本浩美様  
・ 渡辺道雄様  
・ 古屋秀典様  
・ 齋藤史朗様

- ▽ふるさとの魅力をアップ

  - ・ 小室貞樹様
  - ・ 櫻庭壯文様
  - ・ 荒武直嘉様
  - ・ 三石秀一郎様
  - ・ 中家康博様
  - ・ 川原弘久様
  - ・ 上田忠晴様
  - ・ 大川みゆき様
  - ・ 伊藤恵夫様
  - ・ 岩田知恵美様
  - ・ 寺西みか様

▽ふるさとの佐久におまかせ！

  - ・ 関根淳美様
  - ・ 荒牧弘範様
  - ・ 坂本道也様
  - ・ 杉本直史様
  - ・ 齋藤祐二様
  - ・ 柳生とも子様
  - ・ 平井智博様
  - ・ 関利彦様
  - ・ 杉本能匡様
  - ・ 倉知豪様
  - ・ 宮平健様
  - ・ 島村泰輝様
  - ・ 杉山英臣様

- |       |       |       |
|-------|-------|-------|
| 羽白清一様 | 藤井寿充様 | 阿部昌代様 |
| 知念富三様 | 平井宏明様 |       |
| 川上和代様 | 高瀬文彦様 |       |
| 三宅辰幸様 | 宮島栄治様 |       |
| 戸邊豊総様 | 内田裕行様 |       |
| 芹川慎哉様 | 昌山貴文様 |       |
| 児玉和枝様 | 小川智之様 |       |
| 渡沼幸弘様 | 田渕高成様 |       |
| 石坂伸也様 | 高橋正俊様 |       |
| 高木和美様 | 小川栄一様 |       |
| 岡村英明様 | 根岸宏二様 |       |
| 森脇久芳様 |       |       |
| 阿部和夫様 |       |       |
| 丸山朝様  |       |       |

- 一般寄附

▽市へ

・2千円 佐久の鯉太郎乙様

▽白田学園へ

・タオル40枚、バスタオル3枚

日本手ぬぐい40枚

佐久市更生保護女性会様

▽泉小学校へ

・書「譽心 人生楽しくどんな時にも美し久」

高野福七（雅号 玉峰）様

▽みすず苑へ

タオル100枚

佐久市更生保護女性会様

- △日時 12月9日(金)  
午後1時30分～3時30分  
(午後1時より受付開始)

△会場 佐久市佐久平交流センター2階 第5会議室

△参加費 無料

△参加対象者 佐久市、小諸市  
北佐久郡、南佐久郡の事業所



- ▽申込み 佐久公共職業安定専門援助部門へ事前申込のうえ、ご参加ください。

- 佐久高等職業訓練校  
平成29年度訓練生募集!  
佐久高等職業訓練校  
621-2276

- ▽訓練期間  
①②③3年  
④⑤2年  
▽授業日 週1日  
▽入校資格 中小企業事業主  
専用コース

- ご寄附  
ありがとうございます

寄附

- 広報佐久 平成28年11月

## 会場いっぱいに歌声を響かせて

～第38回佐久市民コーラスまつり～

9月3日に、第38回佐久市民コーラスまつりがコスモホールで開催され、今年は25団体、578名が出演しました。少人数ながらも透き通るような美しいハーモニーや大勢の息が合った力強い合唱など、それぞれの歌声をホールいっぱいに響かせました。出演グループの皆さんが日頃の練習の成果を十分に發揮し、共に楽しんだ一日となりました。

また、「佐久・わが市」と「今日の日はさようなら」の全体合唱もあり、出演者と一緒に、一般の来場者も素敵なハーモニーを奏でていました。



## ちょっとひとこと



### 丙申年御縁年の富士登山

安原 青木 寛一



今年は、とうとう長い間念願だった富士山に登った。既に二度の富士登山の経験がある山仲間から「申年に富士山に登るとご利益がある」という誘いだったが、ご利益のためだけに富士登山を決心した訳ではない。私の(山)旅では何処に行こうとも、ご朱印を頂ける寺社があるかが先ず頭に浮かぶ。今回は、スバルライン五合目の富士山大社小御嶽神社で一つ、頂上で久須志神社と浅間大社の奥宮の二つ。特に山頂に立った者だけに与えられる奥宮二座のご朱印は貴重なものだ。

登山当日の深夜、頂上が風速20mの強風のため、山小屋から夜間の登山禁止が告げられた。早朝までに風がやまないと登れない。運よく朝方には風もやみ晴天だ。北アルプスの3000m級の山には慣れていたのだが、かなり厳しい登山だった。山頂に立った時には安堵と感激で、皆で握手しあった。その後2時間ほどかけてお鉢巡りをし、無事奥宮二座の有難い「丙申年御縁年」のご朱印を頂いた。

古稀に近い山仲間あと15年は山歩きを続け、感動を共にしたい。どうか、申年の富士登山のご利益がありますように。

2016 (平成28年)

11

しもつき  
霜月

## 公民館報

No. 140



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

## 野沢中1年生 俳句に親しむ ～短詩型文学交流会より～

9月9日に、市内で俳句の学習を続けている皆さんと小・中学生が俳句作りを通して交流する、『短詩型文学交流会』が野沢中学校で開催されました。この交流会は、若い世代にも短詩型文学に親しんでもらいたいという願いから毎年開催されており、今年は野沢中1年生184人が同文学祭運営委員ら28人の指導を受けながら俳句作りに挑戦しました。テーマは「ふるさと佐久」でした。

はじめは詠みたい情景や言葉が浮かばなかった生徒達も、指導員の助言により、佐久に思いを寄せた情感豊かな句を作りあげました。最後にそれぞれの作品を鑑賞し、表現の良さなどを学び合いました。

交流会で創作した作品は、来年2月4日に開催する短詩型文学祭に出品します。



# ふれあい あれこれ



浅間公民館 ママの料理教室

8月22日、内田すみ江先生を講師に「ママの料理教室」を開催しました。日々、子育てに追われるお母さん方も、今回、講座に参加することで良い気分転換になったようです。「勉強になった」「また参加したい」といった声を聞くことが出来ました。



野沢公民館 季節の料理教室

9月14日、学習グループ「季節の味」の会員さんを講師に「季節の料理教室」を開催しました。佐久の伝統料理である鮎の甘露煮を使った鮎寿司等を作りました。参加者からは「鮎の甘露煮を作るコツが分かり嬉しい」といった声が聞かれました。



中込公民館 包丁と鎌の研ぎ方教室

9月5日、田中廣治先生を講師に迎え、包丁の研ぎ方を学びました。刃が丸くなり使えなかつた包丁が、トマトもすっと切れるほどに復活して大満足。切れ味よければ仕事もはかどる！毎日の料理も楽しくなりそうです。



東公民館 絵手紙教室

7月から9月にかけ3回にわたり、岩本幸枝先生を講師に「絵手紙教室」を開催しました。講師からは「へたでいい、一生懸命やればいい、人と比べないことが大事だ」と教わり、参加された皆さんは楽しみながら、感性のまま作品を仕上げていました。

男女間に生じる確執も、この差におよぶことがしばしばあります。同時にトラブルの根には、互いに育ってきた環境や生活習慣、価値観や学歴、経済状態といったものがあるでしょう。

人間関係をよく保つ要素として「好意」と「信頼」があります。この二つに共通しているのは、いかに相手を思いやることができるかと言うことです。親しくなれば、「思いやり」も増えます。人間関係の理想も、この「思いやり」が絶えることの無い関係ではないかと思います。

そして、とりあえずこれからお互いに親しくなるとするならば、ありのままの自分を見せると、いつたところから、やってみてはどうでしょうか。こうした繋がりこそ、相手と自分の心の領域をつないでいく手がかりとなるはずです。

男女共生と言うのは、社会や家庭における男と女の役割と言う垣根を外し、全てのことを男女に関係なく分担していくこうという考え方です。

長い歴史の中で、人間同士の「いろいろな差」が問題になつてきました。男と女は「肉体的な差」以上に、しきたりや慣習によりつくられてきた差があります。女だから、男だからという言い訳や非難をしてしまうことが、日常生活の中で確かにあります。

## 好意と信頼



# 第28回 家族音楽会 開催のお知らせ

入場  
無料

日 時 平成28年11月20日(日) 開演 午後1:30 (開場 午後1:00)

会 場 佐久平交流センター

駐車場…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。大勢の皆さん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)

岩波盛子さん (岩村田)	ピアノで夫のコントラバス、長男のヴァイオリンと合奏
樋口 紗さん (岩村田)	娘2人とピアノ連弾
川合 光さん (岩村田)	父のピアノに合わせて母とヴァイオリン演奏
新津輝秋さん (前山)	親子4人で歌と合奏
佐藤安英さん (塩名田)	尺八で妻の鈴と演奏、妻とピアノ連弾
高橋 麻さん (原)	姉のピアノ伴奏でヴァイオリン演奏
與良一成さん (長土呂)	長男のギターに合わせて歌
加藤由香さん (中込)	親子で歌と合奏
久保田尚巳さん (大沢)	娘2人とピアノ6手連弾
西館岳斗さん (小海町)	妹とヴァイオリン重奏

主催: 佐久市中央公民館 / 主管: 家族音楽会運営委員会  
■問合せ先 佐久市中央公民館 ☎ 66-0551

## 賛助出演

### 岩村田保育園

運動会で踊ったキッズソーラン。  
今回は竹太鼓の演奏を加え、バージョンアップして、皆様にご披露します。

### 東中学校 吹奏楽部

私たち東中学校吹奏楽部は現在2年生10名、1年生14名の計24名で活動しています。部員みんなで楽しんで演奏します。

### 岩村田コーラス

### & 浅間中学校合唱・音楽部

10代から80代までの歌の好きな仲間達です。立岡先生の指揮で浅間中学校合唱部と共にJ-POP女声三部合唱を歌います。お楽しみに!

## STOP! 万引き! ~万引きは犯罪です~

### ○万引きとは?

代金を払わずに商品を店の外に持ち出すことはもちろん、**お店の中で商品を、がばんや服に隠した場合も、万引き(窃盗罪)になります!**

万引きの被害金額は日本全体で1年間に4,500億円以上にもなります。万引されたお店側の被害は深刻で、時には倒産してしまうこともあります。

### ○万引きは「ドロボウ」!

他人の物を盗む「万引き」は、法律で「刑罰」が定められている窃盗です。窃盗をすると「10年以下の懲役または50万円以下の罰金」が科せられます。

「一度だけなら」という軽い気持ちが人生を狂わせます。

自分の将来を考え、自分自身を大切にすることが大事です。



## NO! 万引き! 盗みなど非行を許さない!

- ☆ 万引きをさせない環境を、つくりましょう。
- ☆ 万引きは重大な犯罪であるという認識を持ちましょう。

11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です。  
地域の皆様には青少年健全育成のための地域の環境浄化や子ども達への「声かけ」など、ご協力いただきありがとうございます。

少年センターだより



伸びよう  
伸びそう  
青少年

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  
☎ 62-0671 (市役所南棟3階)

■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 ■白田公民館☎82-2106

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	◎ママと子どもの3B体操(全4回) ～寒さに負けずに親子で体を動かそう！～	①12月2日(金) 10:00～12:00 ②12月16日(金) " " ③1月13日(金) " " ④1月27日(金) " "	創鍊センター 音楽室1	佐藤美穂先生	<参加費>無料 <持ち物>飲み物・動きやすい服装・タオル・運動靴 <定員>親子10組(1歳以上で歩くことの出来るお子さん) ※申込受付開始11月1日(火)8:30
	◎伝えたい佐久の味 献立：新米・鯉のうま煮・鯉こく・きんぴら・かぼちゃの煮付け	12月14日(水) 9:30～13:30	創鍊センター 料理講習室	佐久市農村生活 マイスターの会	<参加費>800円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・筆記用具 <定員>20名 ※申込受付開始11月9日(火)8:30
	◎元気なおやじシリーズ ～簡単でおいしい焼製作り～	12月20日(火) 9:30～13:00	創鍊センター 料理講習室	公民館職員	<参加費>1,000円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・筆記用具 <定員>20名 <対象>男性 ※申込受付開始11月17日(火)8:30
野沢公民館	◎家庭菜園教室(全9回) おいしい野菜を作りましょう。 内容：秋野菜の栽培、収穫と保存、作付計画	⑨11月7日(月) 9:30～11:30	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) ※当日参加もできます。
	◎キムチを作ろう！ 自宅でできる本場のキムチ。 お昼には簡単なキムチ料理を作って食べよう	11月22日(火) 9:30～13:00	野沢会館 調理室	藤田英俊先生	<参加費>1,000円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り容器 <定員>20名 ※申込受付中
	◎人権講座 人権について学習し、意識の向上を図りましょう	11月26日(土) 9:00～10:00	野沢会館 多目的ホール	同和教育推進員 浅井莊一郎先生	<参加費>無料 ※当日参加もできます。
	◎そば打ち講習会 そばを打つって難しいよ。でもでも挑戦しよう！	11月30日(木) 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(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り容器 <定員>20名 ※申込受付中
	◎マジック入門 ～マジックでみんなを笑顔に～ 誕生会、パーティー、宴会で披露しましょう	①12月3日(土) 9:30～11:30 ②12月10日(土) "	野沢会館 視聴覚室	ふれあいマジック	<参加費>500円(材料費) <定員>30名 ※申込受付開始11月2日(火)8:30
	◎料理教室 ～伝統料理佐久鯉に挑戦～ 鯉のうま煮、塩こうじ漬け、あら汁を作りましょう	12月15日(木) 9:00～13:00	野沢会館 調理室	臼田義之先生	<参加費>1,500円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り容器 <定員>25名 ※申込受付開始11月10日(木)8:30
中込公民館	◎ハーモニカで楽しく(全9回) 懐かしい曲をハーモニカで演奏してみませんか	⑥11月14日(月) 9:30～11:30 ⑦12月1日(木) "	中込会館 ホール	杉浦都美子先生	<参加費>100円(初回のみ資料代等) <持ち物>ハーモニカ
	◎家庭でクリスマスパーティを 手作りのクリスマス料理でパーティーを盛り上げましょう	12月9日(金) 9:30～13:00	中込会館 料理室	内田すみ江先生	<参加費>800円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾 <定員>15名 ※申込受付開始11月9日(火)8:30
	◎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10日(土) 9:30～15:00	中込会館 和室	池田正直先生	<参加費>800円程度(材料費) <持ち物>はさみ・霧吹き・千枚通し・セロハンテープ・昼食 <定員>35名
	◎なつかしの歌・こころの歌 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	12月15日(木) 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・昨年12月の歌集(空色) ※参加希望の方は必ず申し込みをしてください
	◎親子書き初め教室 書き初めをして新年を祝いましょう。おいしいおしるこもあります。【申し込みが必要です。申込期限は12月26日(月)】	1月4日(木) 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・墨汁・用紙・新聞紙等 <定員>40名 ※小学3年生以下は保護者同伴
東公民館	◎ブルツやリップクリーム＆お肌もちもちハンドクリーム作り 天然のもの(蜜蜂・アロマ)で作ってみましょう	11月30日(木) 9:30～11:30	東会館 中会議室	泉美紀先生	<参加費>1ヶ500円程度(材料費) <持ち物>ハンドタオル <定員>20名
	◎くん製作り ダンボールを使って家庭でも簡単に作れるくん 製作の作り方を学びます	12月9日(金) 9:30～13:00	東会館 料理講習室	公民館職員	<参加費>800円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 <定員>20名
	◎手作り石けん教室 アトピーなどデリケートなお肌に優しい石けん、クリスマスツリーに飾るかわいい石けんなどを作りましょう	12月20日(火) 9:30～11:30	東会館 中会議室	泉美紀先生	<参加費>500円程度(材料費) <持ち物>ハンドタオル <定員>20名
	◎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21日(水) 9:30～13:00	東会館 大会議室	土屋しのぶ先生	<参加費>700円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用容器・500mlペットボトル <定員>20名
白田公民館	◎第42回ふるさと写生大会 臼田稻荷山公園とその周辺の風景を描いてみませんか。画用紙は1人1枚受付でお渡しします。 【日 時】11月3日(木) 9:00～12:00 ※雨天中止 【受 付】8:45～9:00 (稻荷山公園駐車場) ※11月9日～16日(午前)までいとびあ臼田で作品展示を行います。 【持ち物】鉛筆・絵の具・画板など ※審査の結果、作品には金・銀・銅賞があり賞状をお渡しします。				
	◎年賀状パソコン教室(全3回) 手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11日(金) 9:30～11:30 ②11月18日(金) " " ③11月25日(金) " "	あいとびあ臼田 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 <定員>15名

## 公民館

# おさそいカレンダー

■白田公民館☎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
◎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15日(火) 13:30～15:30 ②12月13日(火) " " ③1月10日(火) " ④2月14日(火) "	あいとぴあ臼田 多目的室	小林俊雄先生	<参加費>300円程度（材料費） <持ち物>デザインカッター・カッターマット（カッター及びマットはある方のみ） <定員>15名
◎ステンドグラスに挑戦！ 高校生と一緒に、ステンドグラスのフォトフレーム作りを楽しみませんか。 ※臼田公民館に作品例あります！ご覧ください	11月25日(金) 13:30～16:30	佐久平総合技術 高等学校 臼田キャンパス	佐久平総合技術 高等学校 創造実践科	<参加費>2000円程度（材料費） <持ち物>ビニール手袋・布きれ <定員>15名 ※ 詳細は後日参加者に通知します
◎ 第16回キッズ in あいとぴあ 一親子でGood day 一 作って遊ぼう親子のつどい 【日時】11月19日(土) 9:00～11:50 【場所】あいとぴあ臼田 【内容】リースを作ろう・親子でプラ板・グニグニスライム・ぶんぶんごま 切り絵のしおり・自分だけの万華鏡・山の恵みで木工作・ブローライフルなど わたあめ作りや、昔なつかしいおせんべい焼きもあるよ！				※ 大勢の皆さん、ご参加ください。どなたでも自由に参加できます！ 参加費無料！ ※ 子どもは上書きを持参してください。
◎お正月料理教室 簡単で喜ばれるお正月料理を作ります	11月29日(火) 9:30～13:00	あいとぴあ臼田 調理室	大工原英子先生	<参加費>800円程度（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用の容器 <定員>22名
◎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9日(金) 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（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用の空箱 <定員>15名
◎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16日(金) 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（材料費） <持ち物>花ばさみ ※ 汚れてもよい服装で参加ください <定員>20名
◎料理教室～男子厨房に入ろう！～(全3回) 男性向け初心者料理教室です 煮物をマスターしましょ メニュー：筑前煮、紅白なます、栗きんとん他	②12月8日(木) 9:30～13:30	市民創鍊 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・持ち帰り用容器 <定員>15名
◎ミニ門松づくり講座 新年かざりを作りましょう	12月14日(木) 8:30～12:30	浅科公民館	中沢一巳先生	<参加費> 2,000円程度(材料費) <持ち物> 花ばさみ・汚れても良い温かい服装・持ち帰り用袋 <定員>15名
◎おやこDE料理教室 親子でクリスマス料理に挑戦しましょ♪ メニュー：切り株ケーキ他	12月18日(日) 9:30～13:30	市民創鍊 センター	内田すみ江先生	<参加費> 1人600円程度(材料費) <持ち物> エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 <定員>20名 ※託児あり(事前予約必要)
◎生け花教室 日本の伝統行事に挑戦！ お正月の花を活けましょう	12月27日(火) 13:00～15:30	浅科公民館	武重みち先生	<参加費> 2,000円程度(材料費) <持ち物> 花ばさみ・持ち帰り用袋 <定員>15名
◎家族の笑顔が一番(全6回) ～しあわせクッキング～ 内容：秋のお寿司、白菜の惣菜、りんごのタルト他	④11月10日(木) 9:30～13:00	駒の里ふれあい センター 調理室	内田すみ江先生	<参加費>800円程度(材料費・資料代) <持ち物>飲み物・エプロン・三角巾 <定員>16名
◎愛唱歌合唱・うたごえホール(全12回) ～童謡、唱歌、最新の歌を楽しく歌いませんか～ 内容：365日の紙飛行機、浜辺の唄、証城寺の狸囃子他	⑧11月16日(水) 13:30～15:00 ⑨12月21日(水) "	駒の里ふれあい センター 大ホール	小林美智子先生	<参加費>2,000円(10月～3月会員費) <参加申込>会場で受け付けています ※ 10月より3月まで自主講座となります
◎竹細工教室 内容：簡単な小物入れを作ります	11月23日(水) 9:00～16:00	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・剪定ばさみ(お持ちの方) <定員>12名
◎望月地域公民館「つどい」～学習グループや地域の皆さんの1年間の活動の成果を発表します～ 【日時】11月26日(土) 9:00～17:00 11月27日(日) 開会式 9:00より 終了 15:00 【会場】駒の里ふれあいセンター 大ホール 【内容】ステージ発表《合唱、フラダンス、キッズダンス、民謡等》 作品展示《小中学生の習字、着物リフォーム、クラフト、木彫り、墨絵等》※ 26日には特別ステージ、蕪麦の振舞いがあります				☆ ご家族、お友達を誘って、ぜひお出かけください。

※一部を除き事前に個人(家族)ごとの申込みが必要です(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達するまで販売を終了する場合があります。

☆ ご家族、お友達を誘って、ぜひお出かけください。

【展示】『元気』『花火』『アーチ』『風景』『民謡』『作品展示『小中学生の習字、着物リリオーム、クラフト、木彫り、墨絵等』』※26日には特別ステージ、蕎麦の振舞いがあります

※一部を除き事前に個人(家族)との申込みが必要です(詳しくは各公民館へお問い合わせください)

最近、マスメディアにより、猫の駅長や温泉に入る猿、瀬戸内海の小島に住むウサギの群れなど、動物の生態が幾つか紹介されています。これらの場所は、国内はもとより外国からの観光客の人気スポットとして、多くの人に親しまれています。

世間は空前のペットブームのようです。そもそも人間とペットは、有史以前から密接な関係にあり、連綿と現在に至っています。なかでも、犬と猫は多くの家で飼われ、我家にも雄のトラ猫「ちび」がいます。ちびは知らない間にネズミなどの小動物を持ち込んだり、畳や障子を引っかいたりするので、部屋は台無し。大事にしてくれる人間を知っているのか、叱られても平気です。私が外出して帰ると、門の傍で鳴き迎えてくれます。寒い夜は、前足で私の肩に軽く合図し、布団に入ってきます。ちびには私の気持ちを理解する能力があるのでないかと思います。だからこそ、私との間に絆が生まれているのかもしれません。たかが猫、されど猫。今宵も私の膝で丸くなり、軽い寝息を立てています。

(編集委員)

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



お問い合わせ

TEL. 0120-811-772

小諸市御影新田字池ノ上2090-1  
(ことぶきの家 小諸内)

## ことぶきの家 総合相談室

開設

結婚がなかなか決まらない方、初婚・再婚・中高年層の方ご相談ください。

ご心配されるお父様・お母様のご相談もお待ちしております。

昔ながらの仲人システムで、会員になられた皆様の気持ちを大切に、ご成婚までお手伝いしております。



男性の相談  
大歓迎！

各年齢層の男性  
女性会員在籍

### 佐久平ニューリーフブライダル

TEL: 0267-88-5033 佐久市佐久平駅東21-2  
FAX: 0267-66-7215 E-mail: info@wacaba.jp

### 長野駅前相談室 New Leaf Bridal

TEL: 026-228-6880 長野市中御所1-5-1  
土建ビル1F

完全予約制

http://www.wacaba.biz

## 「佐久市土地開発公社」の分譲地情報



### ◆瀬戸原団地（残33区画）

佐久市瀬戸 随時受付中

面積: 61坪～85坪

価格: 656万円～1,033万円

分譲地紹介謝礼金  
10万円進呈

(登記完了後)

### ◎その他の分譲地

大平団地（佐久市八幡 残9区画）

公社ホームページご覧ください。

### ◎佐久市移住促進住宅取得費等補助金あり

詳しくは、佐久市役所観光交流推進課

へお問い合わせください。

TEL: 0267-62-8667

〒385-0043 佐久市取出町183番地（野沢会館内）

mail: tochiko@sakunet.ne.jp

佐久市土地開発公社で検索

### ◆湯川台団地（残11区画）

佐久市安原 随時受付中

面積: 80坪～90坪

価格: 758万円～940万円

小諸市・佐久市・南佐久  
保険調剤  
処方せん受付  
専用カード決済可  
（ナビ・ワイプロデュース）



あさま薬局  
佐久市臼田2148-3 TEL 0267-82-7227



小諸あさま薬局  
小諸市御影新田1585-3 TEL 0267-26-6226



佐久穂もみの木薬局  
佐久穂町高野町461-6 TEL 0267-86-7337



佐久平もみの木薬局  
佐久市中込3639-33 TEL 0267-63-8228

## 安心の医療サポート のぞみグループ 新施設来春開所予定

2017年4月1日(土)

小諸市和田

（事業主体）社会福祉法人のぞみ福祉会

小諸市和田966-151アハウスのぞみ通り

### ●地域密着型 介護老人福祉施設（特養）

### ●小規模多機能型居宅介護事業所

### ●地域交流スペース

のぞみグループスタッフ募集中！

お問い合わせは

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/

### 介護職員 初任者研修 受講生募集中

平成29年1/14開講 6/10修了予定

・時 間 / 9:00～17:00 ・定員 / 20名

・会 場 / メソンスパワールB棟4階

・受講料 / (小諸市和田215-2)研修室 他

・60,000円(税込)、テキスト代5,400円

【奨学金制度有】

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 ●9:00～18:00(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

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

- エフビー居宅介護支援事業所 佐久 佐久市長土呂908-1 TEL 0267-68-7733
- 福祉用具事業所 佐久営業所 佐久市長土呂862-2 TEL 0267-66-3339

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 あつたかほーむ中込

・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(代))

休日当番医 (診療時間: 午前9時~午後5時)

休日小児科救急医療 (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)  
休日救急歯科診療所 (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)

地域集団健診

乳

乳がん検診

検

子宮頸がん検診

(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)

つどいの広場  
サングリモ中込 (午前9時~午後4時)  
あさしな保育園内 (午前9時~午後2時)  
協和保育園内 (午前9時~午後3時)  
わくわくランドU-6 イオンモール佐久平2階フードコート隣  
うすぐ健康館 (午前10時~正午、午後1時~4時)  
うすぐ健康館 (午前9時~午後2時)

献血  
献血 午前: 9時30分~11時30分  
※会場及び日時については、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もの、献血手帳 (持っている方のみ)

水 wed

木 thu

金 fri

土 sat

平日★  
あいとぴあ臼田  
泉児童館  
切原児童館  
サングリモ中込  
あさしな保育園  
協和保育園  
わくわくランドU-6  
うすぐ健康館

2

休日小児科救急医療 (午前9時~)  
サングリモ中込  
たばたクリニック  
☎63-2821  
増田医院  
☎66-0303

3

平日★  
中込児童館  
サングリモ中込  
あさしな保育園  
協和保育園  
うすぐ健康館

4

サングリモ中込  
わくわくランドU-6出張広場  
(佐久平交流センター3階)

平日★  
高瀬児童館  
臼田児童館  
サングリモ中込  
あさしな保育園  
協和保育園  
わくわくランドU-6  
うすぐ健康館

9

平日★  
サングリモ中込  
望月総合支援センター  
佐久城山児童館  
あさしな児童館  
協和保育園  
うすぐ健康館

10

平日★  
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  
うすぐ健康館

11

サングリモ中込

平日★  
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  
わくわくランドU-6  
うすぐ健康館

16

平日★  
献血 佐久市保健センター  
野沢会館  
乳がん検診 望月総合支援センター  
中佐都児童館  
協和保育園  
うすぐ健康館

17

平日★  
中込児童館  
サングリモ中込  
あさしな保育園  
協和保育園  
うすぐ健康館

18

サングリモ中込

休日小児科救急医療 (午前9時~)  
サングリモ中込  
川西赤十字病院  
☎53-3011  
柳澤クリニック分院  
☎78-3355

23

平日★  
サングリモ中込  
佐久城山児童館  
あさしな児童館  
協和保育園  
うすぐ健康館

24

平日★  
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  
うすぐ健康館

25

サングリモ中込

平日★  
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  
わくわくランドU-6  
うすぐ健康館

30

■長野県小児救急電話相談

お子さんの夜間のけがや急病等の際、保護者の方々が対処に戸惑う時や、医療機関へ受診すべきか判断が難しい時の、応急対処の方法や受診の要否等について助言を行います。

相談日時 毎日午後7時~午後11時

問合せ 局番なしの「#8000」または ☎0263-34-8000

■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10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  
**申込・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

**2歳児歯つぴー教室（要予約）**  
**対象** 平成26年8月生まれのあいとびあ臼田さんと保護者（定員36組、先着順）  
**内容** 歯科健診・むし歯予防の話・仕上げみがきの練習・上の前歯のフッ素塗布（希望者のみ）  
**日時** 11月24日(木)（時間は予約時に確認）  
**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  
**申込・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

[2016年]  
**11**月

日 sun	月 mon	火 tue
		1 平★ あいとびあ臼田 乳 サ 佐久平浅間児童館 広 サングリモ中込 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6
6 小児 歯 検 佐久市保健センター 田嶋クリニック ☎81-5151 雨宮病院 ☎82-5311	6 平★ 望月総合支援センター(託児有) サ 岸野児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6 広 うすだ健康館	7 平★ 野沢児童館 サ 東児童館 広 サングリモ中込 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6
13 小児 歯 検 金澤病院 ☎67-2048 みらい・そだちクリニック ☎77-7660	13 平★ 市民創鍊センター 平根児童館 サ サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6 広 うすだ健康館	14 平★ 野沢会館 乳 望月児童館 サ 佐久平浅間児童館 サ サングリモ中込 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6
20 小児 歯 検 野澤医院 ☎62-0272 くろさわ病院 ☎64-1711	20 平★ 岸野児童館 サ 小田井児童館 サ サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6 広 うすだ健康館	21 平★ 野沢児童館 サ 東児童館 サ サングリモ中込 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6
27 小児 歯 都甲クリニック ☎64-1050 いまいレディースクリニック ☎66-7050	27 平★ 平根児童館 サ サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6 広 うすだ健康館	28 平★ サングリモ中込 広 協和保育園 広 わくわくランドU-6

■11月の児童館午前中開放事業  
**対象** 就学前のあいとびあ臼田さんと保護者等の方  
**日時** 日曜日、年末年始および小学校休業日を除く日の午前10時から正午まで  
**会場** 岩村田、野沢、泉、平根、佐久平浅間各児童館  
**問合せ** 子育て支援課 ☎62-3149

## 佐久の景色から

あかるさん  
閼伽流山明泉寺

明泉寺は、平安時代に建立されたと伝えられています。

かつては、仏道修行の靈地として知られ、佐久の隠れた名勝地の1つとなっています。閼伽はサンスクリット語で「清らかな水」という意味で冷水が流れる山ということで、閼伽流山と名付けられました。

ふもとの明泉寺から観音堂までは、1時間程の散策コースとなっており、1丁目から12丁目まで1丁（約109m）ごとに歌碑が建立されています。さらに観音堂のある山腹に並ぶ何十体もの石仏と断崖のスケールは圧巻です。



## 「広報佐久」 裏表紙の写真を募集します

- 応募資格 市内に在住・在勤・在学のいずれかに該当する方
- 応募期間 随時応募を受け付けます
- 応募上の注意
  - ・USBメモリやSDカード等の返却が必要な媒体での応募は受け付けられません。
  - ・採用者に対して記念品等の送付はありません。
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

市ホームページ  
QRコード

■問合せ 広報情報課 ☎62-3075



資源保護のため  
植物性インキ／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 62-3075)

佐久市中央公民館(〒385-0011 長野県佐久市猿久保165番地1市民創鍊センター内) 館報編集委員会 (TEL 66-0551)

## 佐久市情報配信サービス 「さくネット」

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」の申し込みを受け付けています。

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。



市ホームページ  
QRコード

■問合せ 広報情報課 ☎62-3075