あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE ライフ

6

No.171　広報佐久
平成29年6月



特集

地域おこし協力隊

３期目の柳田市政がスタート

「未来への投資」
雇用や子育て、教育に力を入れ、市民の安心感を高めてまいります

４月16日に行われた市長選挙で再選を果たした柳田清二市長が、４月24日に初登庁しました。
佐久市役所に到着し、大勢の市民の皆さんに拍手で出迎えられました。
柳田市長は、今後４年間にわたり、引き続き市政を担っていきます。



この度の佐久市長選挙におきまして多くの市民の皆様からのご支持をいただき４年間の市政のかじ取りをさせていただくことになりました。

市民の皆様からお寄せいただきました期待の大きさと責任の重さに身の引き締まる思いであります。

私に課せられました重責を果たすため、新たな決意をもって、山積する課題に取り組み、最大限の努力を重ねてまいりますので、皆様のご協力を心よりお願い申し上げます。

このたびの選挙におきまして、２期８年の施策の達成度をさらに高めるべく、市民の皆様と「世界最高健康都市の構築」、「安心安全な子育て支援」、「交流人口の創出」、「地域経済の活性化」、「徹底した情報公開による市民参加型市政」の５つの約束をさせていただきました。

その中で、特に強く申し上げてまいりましたのは、佐久市が持つ可能性を、より大きなものにしていくための「未来への投資」でありました。

急速に進む人口減少社会において、人口の減少は地域経済の縮小をもたらします。地域経済の縮小は経済力の低下につながり、地域社会の様々な基盤の維持が困難となります。



市民の皆さん、市議会議員、市職員など大勢が出迎えるなか、３期目の当選を果たし初登庁する栁田市長

現在、佐久市では、「佐久市まち・ひと・しごと創生総合戦略」等により各種施策を展開しておりますが、これから20年、30年後に向け、雇用そして財政の基盤をしっかり整えておくことが肝要であり、現代に生きる私たちの使命であると考えます。

樋橋地区の都市的整備への積極的な支援や、新たな工場団地の造成を進め、佐久市の持つ強みを生かした企業誘致を行うことで、将来の雇用や財源を生み出すことに取り組んでまいります。

また、中部横断自動車道の山梨方面への延伸につきましては、佐久市、そして佐久地域にとって大きな課題であります。

私が会長を務めます「長野県中部横断自動車道建設促進期成同盟会」を始め、「佐久地域議員連盟」、「沿線佐久地域女性みちの会」さらには、「沿線経済団体」等の皆様と連携し、関係する国会議員の皆様、国土交通省並びに財務省へ積極的な陳情活動を行うなど、現在、基本計画区間である「八千穂高原インターチェンジ～（仮称）長坂ジャンクション」間の早期開通を目指し、今まで以上に、長野県及び佐久地域を中心とした関係皆様と結束し、さらなる建設促進に取り組んでまいります。

次に、安心安全な子育て支援につきましては、これまでも、保育料の第３子以降の無料化やプレママ医療給付事業などを実施してまいりました。そして、この４月からは、子どもの医療費の無料化を、18歳まで拡大いたしました。

今後は、県と調整を行いながら、子どもの医療費の「窓口無料化」を実施し、引き続き、切れ目のない子育て支援に取り組んでまいります。

少子高齢化の進展に伴い、財政状況が厳しさを増す中、高齢化率はますます高くなり、「正の配分から負の分担」への時代へとなります。

このような状況下、租税負担や社会保障など市民の皆様に負担を求める場面におきまして、今まで以上に手法を検討した上で、より丁寧な説明をしていかなければならないと考えております。

この他にも、佐久地域の保健、医療、福祉システムをブランド化し、佐久市の魅力として国内外に発信するとともに、シティープロモーションの推進を図るなど、地域の特徴を生かした佐久市のさらなる発展に取り組んでまいります。

そして、「快適健康都市　佐久」の実現と「希望をかなえ選ばれるまち」、さらには「住みよい町　日本一」を目指して、10万市民の皆様と共に、職員と一丸となり、山積する課題に取り組み、最大限の努力を重ねてまいる所存でございます。

３期目のスタートに当たり、10万市民の真の幸せと、佐久市のさらなる発展を目指し、今後とも市民の皆様と信頼関係を深める努力を重ねてまいりますので、なお一層のご指導ご鞭撻を賜わりますようお願い申し上げ、就任のあいさつといたします。

目　次

平成29年 6月

表紙写真：信州佐久市観光フォトコンテスト2010より
加藤みどりさん　園城寺（佐久市内山5795）

頁

2　3期目の柳田市政がスタート

5　特集　地域おこし協力隊

8　協議会等の委員を募集します

9　平成29年度　佐久市職員採用試験
第５期農業委員および農地利用最適化推進委員
平成29年度　佐久市結婚支援事業補助金（新設）

10　６月23日～29日は「男女共同参画週間」です
「COOL　CHOICE」（賢い選択）宣言をしました
農業用ビニール・プラスチック類の処分

11　第二次佐久市都市計画マスタープランを策定します
佐久市ふるさと就職面接会 in 東京
こころのミュージカル2017　出演者＆スタッフ大募集！

12　インフォメーション

22　公民館報　さくし

27　広告ページ

28　健康のカレンダー

30　佐久の景色から　森林セラピー基地「春日の森」

データファイル

人　口

総　数	99,412人	（−17人）
男	48,729人	（±0人）
女	50,683人	（−17人）
世帯数	41,086世帯	（＋101世帯）

〈５月１日現在〉　（増減は前月比）

交通事故・救急火災

	４月の月間件数	平成29年1～４月の累計
人身事故	36件	131件
死　亡	0人	0人
負　傷	41人	169人
救　急	359件	1,600件
火　災	8件	32件

相談コーナー

行政相談
６月15日㈭ 午後１時～４時　市役所２階市民ホール
６月15日㈭ 午後１時30分～４時　あいとぴあ臼田
■問合せ　総務課　☎62－3002

司法書士無料法律相談
６月23日㈮ 午後１時～３時　野沢会館
■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

人権なんでも相談所
６月１日㈭、８日㈭、15日㈭、22日㈭、29日㈭
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

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

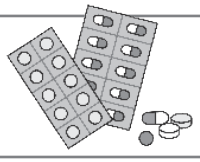
休日・夜間窓口〈各種証明書発行、マイナンバーカード交付〉

休日窓口　市役所市民課、税務課、収税課　６月25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　臼田支所、浅科支所、望月支所　（～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～



特集

地域おこし協力隊

現在、市では、5名の地域おこし協力隊員が都会から移り住み、それぞれの地域のために活動を行っています。
本年度は、全隊員が2年目の活動となります。広く隊員の活動を知っていただくとともに、隊員の活躍にご期待ください。

地域おこし協力隊とは？

地域おこし協力隊は、人口減少や高齢化などの進行が著しい地方において、地域外の人材を積極的に受け入れ「地域協力活動」を行ってもらい、あわせてその定住・定着を図りながら、地域の活性化に貢献してもらう取組です。
市では、平成28年度より主体性を持って地域の課題解決などを行おうとする地域などの声に基づき、地域おこし協力隊を導入しています。

地域おこし協力隊の活動状況

加藤（かとう）　夕紀子（ゆきこ）

活動地域　臼田地域

活動内容（ミッション）

「佐久市臼田健康活動サポートセンター（うすだ健康館）」を中心とした、健康メニュー・商品開発と地域の賑わいの創出等



平成28年度の主な活動と感想

プルーンスムージーの商品化や地元の魅力や情報の発信等を主に行ってきました。何はともあれ1人では何もできず、地元の方の協力や知恵があってこそ自分の活動ができていると思っています。皆さんエネルギッシュで思い立ったら即行動する方ばかりで刺激を貰いっぱなしの1年間でした。

平成29年度への意気込み

今年度は、薬に頼らない体づくり講座を高洲亜子講師と共に5/28・8/24～8/27・11/19・2/25にうすだ健康館にて開催予定。SNSの利用術講座の開催(4/15第1回実施)、誰もが主役になれる市民講座の企画（講師大募集中！）等、市民の方と一緒に「食」と「健康」をキーワードに活動していく予定です。興味のある方はぜひご参加ください。

田嶋（たじま） 謙二（けんじ）

活動地域　臼田地域
活動内容（ミッション）
生涯活躍のまち（日本版CCRC）の事業化のコーディネート等



平成28年度の主な活動と感想

主な活動は、移住ターゲット層（アクティブなシニア）へ有用な情報を提供するための地域資源の発掘および関連団体との人脈作りです。シニア向け雇用情報、生涯学習環境について、様々な団体を取材し、移住セミナー等でプレゼンしました。地域特性を理解することにつながりました。

平成29年度への意気込み

・臼田地区の医療福祉、地域包括ケアの充実度について、幅広く情報収集し発信する。
・【安心して地域で暮らしていけるまち】の実現に向けて、課題の洗い出しを行い、小さな出来ることから実践する。
・伝統的な産業である果樹栽培事業の活性化、後継者不足等の課題克服の取組を支援。

金子（かねこ） 久登己（ひさとみ）

活動地域　浅科地域
活動内容（ミッション）
「矢島の凍み豆腐」などの伝統的地場産業の担い手育成等





平成28年度の主な活動と感想

豆腐づくりや凍み豆腐づくりはもちろん、「食」に携わった経験がなかった私は県・民間主催の農業関係、食品関係の研修に参加しながら、知識を深める活動とともに矢島いきいき会・矢島地区再生施設で凍み豆腐づくりの継承などについて、一から学びました。

平成29年度への意気込み

前職・昨年度の経験を活かしながら、更に学び続け・経験を積み続け、矢島いきいき会を中心として、凍み豆腐・生豆腐づくりを続けられる体制づくり、遊休荒廃地の解消など地域を幸せにする地域おこしを行っていきたいと思います。

石田（いしだ）　諒（りょう）

活動地域　望月地域

活動内容（ミッション）

地域が培ってきた、工芸・民芸・書などを活用した特産品等の開発等





平成28年度の主な活動と感想

多津衛民芸館という文化施設を拠点に、民藝全国大会や手工芸品即売会、コンサートなどの企画・運営に携わりました。佐久市全域に広い交友関係をつくるため、農作業から演劇出演まで、とにかくあらゆることに関わった初年度。刺激的で充実した日々を送ることができました。

平成29年度への意気込み

古民家に興味を持つ仲間で立ち上げたコミュニティ『信州古民家再生プロジェクト』が、佐久市内だけでなく東信地域に広がりをみせています。同時に、20代～30代を中心とした若いチームで、地域情報発信のウェブ関連の新規事業を計画中。任期満了後に向けた動きを活発にしていきます。

高木（たかぎ）　武人（たけと）

活動地域　望月地域

活動内容（ミッション）

身近な物と人のつながりによる小さな物流システムの構築支援等





平成28年度の主な活動と感想

昨年度は、生活に関する実態調査、地域密着新聞の作成、いきいきサロンなどへのカラオケ・ものまね巡業などを行ってまいりました。地域の中に入って行う活動はまず地域との信頼関係の構築が必須ということを痛感しました。同時に、なんでもできそうなまちだ！とも思いました。

平成29年度への意気込み

今年度は、１年間で得たリサーチや信頼関係をさらに増強しつつ、それらをミッションにつなげる活動を頑張っていきたいと思っています。「近くにあるものが近くに届く」というのは実際、難しいテーマです。様々なアプローチをかけて、住んでいる皆さんとゴールしたいと思っています。

より詳しい平成28年度の活動報告は、市ホームページをご覧ください。

佐久市地域おこし協力隊Facebookでも普段の活動の様子がご覧になれます。

公募 協議会等の委員を募集します

名　称	佐久市国民健康保険運営協議会	天体観測施設・五郎兵衛記念館・天来記念館・望月歴史民俗資料館協議会等	佐久市立図書館協議会	佐久市環境審議会
基準日	平成29年７月１日	平成29年７月１日	平成29年７月１日	平成29年６月１日
申込資格	次のすべてに該当する方　①市税等を滞納していない方　②佐久市議会議員または佐久市職員でない方 ③暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律第２条第２号に掲げる暴力団、その他集団的にまたは常習的に暴力的不法行為を行なう恐れがある組織の構成員でない方			
	④市内に住所を有し、佐久市国民健康保険に加入している方 ⑤申込時点で年齢が満20歳以上の方 ⑥市の他の審議会等の委員となっていない方 ⑦協議会の所掌する事務、国保事業の運営と利害関係がないと認められる方 ⑧協議会の所掌する事務、国保事業の運営と利害関係がある団体等に加入または参加していないと認められる方 ⑨成年被後見人または被保佐人でない方	④市内に住所、または在勤、または在学する方 ⑤基準日において年齢が満20歳以上の方 ⑥知識および経験から、施設運営について意見をお持ちの方 ⑦成年被後見人または被保佐人でない方 ⑧平日（昼間）に開催する会議に出席できる方	④市内に住所、または在勤、または在学する方 ⑤申込時点の年齢が満20歳以上の方 ⑥市の他の審議会等の委員となっていない方 ⑦協議会の所掌する事務と密接な利害関係がないと認められる方 ⑧知識、経験から図書館の運営に対し意見をお持ちの方 ⑨平日（昼間）に開催する会議に出席できる方	④市内に住所、または在勤、または在学する方 ⑤基準日において年齢が満20歳以上の方 ⑥市の他の審議会等の委員となっていない方 ⑦審議会の所掌する事務と密接な利害関係がない方 ⑧成年被後見人または被保佐人でない方 ⑨平日（昼間）に開催する会議に出席できる方
協議会等の事　務	市長からの諮問に応じ、国民健康保険事業の適切な運営を図ることを目的として、国民健康保険事業の運営に関する事項等を審議する。	各施設の条例に則り、各施設の運営に関し市長または教育委員会の諮問に応ずるとともに、市長または教育委員会に対し意見を述べる。	図書館長の諮問に応じ佐久市立図書館条例第１条に規定する図書館の設置目的に即し、図書館の行う図書館奉仕について協議し提案等を行う。	市長の諮問に応じ環境の保全等に関する基本的事項について調査・審議するほか、必要に応じ意見を述べる。（佐久市環境基本条例第21条第２項に規定する事項）
委員の任期	平成29年７月から２年間	平成29年８月から２年間	平成29年７月から２年間	選任の日から２年間
募集人員	２人（委員総数20人、うち被保険者代表委員定数６人） 申込者が募集人員を超えた場合は、申込書類の審査後、申込資格に適合すると認められる有資格者を対象に抽選により選考します。	各施設２人（委員総数10人以内） 募集人員を超えた場合は、抽選により決定します。	２人（委員総数10人以内） 申込資格適合者が募集人員を超えた場合は抽選により選考します。	４人（委員総数20人以内） 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
申し込みに必要な書類	①佐久市国民健康保険運営協議会公募委員申込書（国保医療課窓口または市ホームページから入手できます。） ②作文　テーマ「国民健康保険が果たす役割について」申込みの動機と併せて、400字詰原稿用紙２枚以内にまとめてください。 ③履歴書	①公募委員申込書 （佐久市役所南棟３階文化振興課窓口または、市ホームページで入手できます。） ②履歴書（市販のもの）	①佐久市立図書館協議会公募委員申込書（中央図書館窓口または、市ホームページから入手できます。） ②履歴書（市販のもの）	①佐久市環境審議会公募委員申込書（環境政策課窓口または市ホームページから入手できます。）
申込方法	①持参　市役所 国保医療課窓口 ②郵送 〒385-8501 佐久市中込3056番地 佐久市役所　国保医療課	①持参　市役所南棟３階 文化振興課窓口 ②郵送　封筒のおもて面に 「公募委員書類在中」と朱書きしてください。 〒385-8501 佐久市中込3056番地 佐久市役所　文化振興課	①持参　中央図書館へ開館時間内に。 （休館日にご注意） ②郵送　〒385-0011 佐久市猿久保44-１ 中央図書館	①持参　市役所 環境政策課窓口 ②郵送 〒385-8501 佐久市中込3056番地 佐久市役所　環境政策課 ③メール　kankyoseisaku@city.saku.nagano.jp ④FAX　0267－62－2289
申込期限	①持参　6月12日㈪ 午後5時15分まで ②郵送　6月12日㈪　消印有効	６月21日㈬ 午後５時15分まで（必着）	６月17日㈯ 午後６時まで（必着）	６月26日㈪ 午後５時15分まで（必着）
お問い合わせ	国保医療課　☎62－3164	文化振興課　☎62－5535	中央図書館　☎67－2111	環境政策課　☎62－2917
その他	①申込書の記載事項について、関係機関等にお問い合わせをすることがあります。 ②申込者が募集人員に満たない場合の再募集はしません。	①詳細は市ホームページをご覧ください。 ②申込書の記載事項について、関係機関等にお問い合わせをする事があります。 ③申込者が募集人員に満たない場合の再募集はしません。	①詳細は市ホームページをご覧ください。 ②申込書の記載事項について、関係機関等にお問い合わせをする事があります。 ③申込者が募集人員に満たない場合の再募集はしません。	①詳細は市ホームページをご覧ください。 ②募集人員が４名を超えた場合は、７月３日㈪に公開抽選を行います。（その際は別途通知） ③申込者が募集人員に満たない場合の再募集はしません。

お知らせ

平成29年度　佐久市職員採用試験

■問合せ　総務課　☎62－3019

■**試験区分および採用予定人員**
①行政A　10名程度
②行政B（移住定住）　若干名
③行政C（社会人経験者）　若干名
④保健師　若干名
⑤農林業　若干名
⑥土木　若干名
⑦建築　若干名
⑧保育士　若干名
平成30年4月採用のうち、初級一般事務（高卒程度）および浅間総合病院については、別途募集する予定です。
※右記試験区分のうち、①行政Aおよび⑧保育士については住所要件があります。

■**試験日時（第一次）**　7月9日㈰

■**試験会場**　佐久大学

■**受付期間**　5月29日㈪～6月21日㈬
（土・日曜日を除く）
※郵便の場合は6月21日までの消印有効

■**試験申込書の交付**
・総務課人事係（市役所4階）
・郵便による請求の際は、試験区分を指定したうえ宛名を明記した返信用封筒（140円切手を貼付した角2の大きさ）を同封してください。

■**受験申込先**　総務課人事係
〒385－8501
長野県佐久市中込3056番地

※詳細は市ホームページをご覧ください。

お知らせ

第5期農業委員および農地利用最適化推進委員

■問合せ　農業委員会　☎62－3518

任期満了および農業委員会法の改正に伴い第5期農業委員および農地利用最適化推進委員が決まりました。

	浅間・東地区	野沢・中込地区	臼田地区	望月・浅科地区
農業委員	神津　芳生	宮澤　正吉	秦　久昭	町田　鎌吉
	木内　公子	市川　章人	樋田　正美	大森　喜代太
	荻原　清重	岡村　純一	篠原　一宏	眞山　杉子
	岩間　厚雄	岡村　一巳		荻原　金重
	篠原　行雄	本間　秀徳		井出　由美子
	小林　一市	市川　覚		武田　則男
	佐藤　文一	花岡　和夫		
		上原　勝男		

	浅間・東地区	野沢・中込地区	臼田地区	望月・浅科地区
農地利用最適化推進委員	秋山　良彦	三石　輝幸	小林　將人	中澤　登
	有賀　剛	臼田　節雄	井出　幸一	町田　豊秋
	青木　正光	臼田　幹彦	三石　光	両角　與志夫
	小林　豊	武者　建一郎	大工原　武市	佐藤　修
	大井　義嗣	石川　道治	岩﨑　正夫	今井　秀也
	神津　健治	岩﨑　正夫		市川　隆幸
				元矢　博

任期は平成29年5月20日から平32年5月19日までの3年間です。
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

お知らせ

平成29年度　佐久市結婚支援事業補助金（新設）

■問合せ　福祉課　☎62－3147

市では、少子化の要因のひとつである未婚化・晩婚化に対する取組として、結婚を望む独身の男女に、出会いと交流の機会を創出する事業を行う団体に対する補助金を新設しました。交付額は、補助対象経費の2分の1以内で、1事業につき20万円までです。

対象となる団体や事業には、左記のような要件があります。

■**①補助対象団体（抜粋）**
・市内に事務所および活動場所がある
・団体構成員が5人以上
・団体に関する会則等がある　など

■**②補助対象事業（抜粋）**
・結婚を望む20歳以上の独身男女に、出会いと交流の機会を創出する事業
・参加者の過半数が市内在住または在勤
・参加者の総数が20人以上で、男女の参加割合が概ね同数
・広報活動を通じて、参加者を広く募集する
・原則として、市内の施設等を会場とする
・営利目的ではない　など

※いわゆる婚活パーティーなどをお考えの団体の方からのご相談をお待ちしています。
※市ホームページ（QRコード参照）にて詳細をご確認のうえ、ご連絡ください。

QRコード

お知らせ 6月23日～29日は「男女共同参画週間」です

■問合せ　人権同和課　☎62－3135

平成29年度のキャッチフレーズは「男で○（まる）、女で○（まる）、共同作業で◎（にじゅうまる）。」です。

■男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、一人ひとりの取組が必要です。私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、見直してみましょう。



■このキャッチフレーズは、女性も男性も、自らの意思により個性と能力を発揮して活躍できる職場を作るため、内閣府が公募し決定した作品です。

■市では、「佐久市男女共同参画推進条例」に基づき、女性の職業生活における活躍や、働きやすい職場づくりの推進に積極的に取り組んでいる、社会医療法人恵仁会、吉田工業株式会社、株式会社丸信製作所の3事業者を平成29年2月に表彰しました。受賞事業者の主な取組は、市ホームページをご覧ください。

お知らせ 「COOL CHOICE（クール　チョイス）」（賢い選択）宣言をしました

■問合せ　環境政策課　☎62－2917

環境省では、地球温暖化防止対策全般の考え方として「COOL CHOICE」を合言葉に新しい国民運動をスタートさせました。市においても、国が推進する「COOL CHOICE」の考えに賛同し、市民・事業者等の皆さんとともに、さらに地球温暖化対策に取り組んでいきます。

■**宣言内容**

～「COOL CHOICE」未来のために、今できることを実践しよう！～

私たちの生活に密接な関わりのある地球温暖化の改善に向け、地球温暖化防止の意識の高揚とCO2削減・省エネルギーにつながる行動を実践します。

■**「COOL CHOICE」とは？**

政府・産業界・労働界・自治体・NPO等が連携して、2030年度の温室効果ガスの排出量を2013年度比で26％削減するという目標を達成するために、普段の省エネに加え、低炭素型の製品・サービスを選ぶなど、地球温暖化を防止するためのあらゆる「賢い選択」を進める国民運動のことです。

■**身の回りの「COOL CHOICE」の例**

・電気をこまめに消す
・環境に配慮した家電に買い替える
・エコバックを使う
・公共交通機関を使う



お知らせ 農業用ビニール・プラスチック類の処分

■問合せ　生活環境課　☎62－3094　または各支所経済建設環境係

市では、農業で使用したビニール・プラスチック類（ビニールハウス、マルチ、あぜシート、肥料袋、水稲用育苗箱など）の処分につきましては、最寄りのJA営農センター等へご相談いただくようお願いしています。

このことについて、基準を次のとおりとします。

■農作物出荷・販売による収入がある方、稲作（田んぼ）を行っている方は、農作業で不要となったビニール・プラスチック類を、最寄りのJA営農センター等で処理をお願いします。

■農作物を自家で消費する程度の、小規模な農作業（家庭菜園）で不要となったビニール・プラスチック類は、家庭ごみとして収集します。（1回のごみ収集で、埋立ごみ専用指定袋（大）1袋まで）

ただし、プラ（プラマーク）が表示されているものは、汚れを落として「容器包装プラスチック」へ分別してください。

※農業用ビニール等を同一人物が同時に複数袋排出し、家庭菜園の規模を超えている可能性があると判断した場合は、イエローカードの対象とします。



お知らせ 第二次佐久市都市計画マスタープランを策定します

■問合せ　都市計画課　☎62－3404

市では、平成30年度から49年度までの20年間を計画の期間とする「第二次佐久市都市計画マスタープラン」の策定を進めています。

■都市計画マスタープランとは？

「都市計画マスタープラン」とは、市町村の都市計画に関する基本的な方針であり、長期的な視点に立った都市の将来像を明確にするとともに、土地利用や、道路、公園、下水道、市街地などの整備の方針等を定める計画です。

■皆さんのご協力を

よりよいまちづくりを進めるためには、行政だけでなく、市民や事業者の皆さんの協力が不可欠です。

今後、パブリックコメントや説明会等を開催し、広く市民の皆さんのご意見をお聞きする予定です。皆さんのご協力をお願いします。

■都市づくりの目標（案）

将来都市像「快適健康都市 佐久」

- ①佐久市の特徴を最大限に生かした都市づくり
- ②都市的土地利用と自然的・農業的土地利用の調和した都市づくり
- ③安全な暮らしの確保と快適に住み続けられる都市づくり
- ④地域の特徴を生かした機能の集約とネットワークによる都市づくり
- ⑤経済の活性化と地域社会の維持のための都市づくり
- ⑥豊かな暮らしを支える健康長寿の都市づくり

お知らせ 佐久市ふるさと就職面接会 in 東京

■問合せ　商工振興課　☎62－3265

市内の企業23社が東京へ出向き、合同就職面接会を開催します。

ご家族・ご親戚に関東圏の大学・短大・専門学校等に通う就職活動中の学生さんがいらっしゃいましたら、ぜひ面接会についてお知らせください！

多くの学生の皆さんのご参加をお待ちしています。

■日時　6月27日㈫午後1時30分～4時
※受付は午後1時～

■会場　都道府県会館
（千代田区平河町2―6―3）

■参加費　無料

■参加対象者
平成30年3月、大学・短大・専門学校卒業見込み者
U・I・Jターン就職希望者

■申込
事前申込不要ですので、直接会場へお越しください。受付にて訪問カードをご記入いただきます。

※参加企業等詳細は、市ホームページをご覧ください。



募集 こころのミュージカル2017　出演者＆スタッフ大募集！

■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

あなたもミュージカルに出演してみませんか。

練習、公演を通じて、仲間を思いやり、自分を見つめ直す、そんなきっかけをくれる素敵な時間。ひとつの舞台を一緒につくりあげましょう。

初めての方でも気軽に参加いただけます。

市民の皆さん一人一人が主役です。

■応募方法
応募用紙に必要事項をご記入いただき、写真を添付してご応募ください。（応募用紙は左記ホームページからダウンロードできます。）
http://kokoro-saku.com

■応募締切　6月19日㈪　当日消印有効

■送付先　〒384―0303
佐久市下小田切124―1
佐久市コスモホール宛

■説明会＆キャストオーディション
・日時　7月2日㈰　午前10時開始予定
・会場　コスモホール　小ホール

■公演日
11月12日㈰
午前11時～、
午後3時～
の2回公演



お知らせ

●『子ども福祉医療費給付金』の支給対象の拡大

国保医療課 ☎62―2915

市では、これまで「中学校修了まで」としていた子ども福祉医療費給付金の支給対象範囲を、平成29年4月から、「満18歳に達する年度末まで」に拡大しました。

平成28年度に開始した妊産婦の皆さんへの医療費助成『プレママ医療給付金』とともに、安心して子どもを生み育てる環境づくりを推進し、市民の皆さんの子育てを応援します。

今回の対象範囲の拡大により、新たに対象となった皆さんが給付金の支給を受けるには、受給者証が必要です。

まだ受給者証の交付を受けていない方は、次のとおり申請をお願いします。

▽**申請が必要な方（新対象者）**
平成29年度に満17歳および満18歳になる方

▽**申請方法**
保険証、給付金受取通帳、4月から申請までの間に保険診療を受けた場合および、県外で受診がある場合は、領収書を持参のうえ申請してください。

※引き続き対象となる満16歳になる方には、3月に受給者証を郵送しています。届いていない方は、お手数でもお問い合わせください。

※平成29年度に満16歳から18歳になる方以外の方の受給者証は、現在お持ちの証を引き続きお使いいただけます。

●平成28年度に75歳になった方の歯科健診を実施します

国保医療課 ☎62―2915
長野県後期高齢者医療広域連合業務課 給付係 ☎026―229―5320

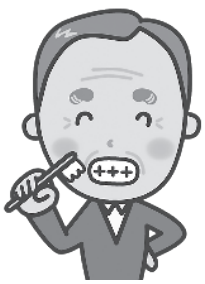
▽**対象者** 昭和16年4月1日～昭和17年3月31日生まれの後期高齢者医療被保険者

▽**内容** 6月下旬に長野県後期高齢者医療広域連合から、案内通知と受診券をご自宅に郵送します。

平成29年7月1日～12月30日の期間に無料で歯科健診を受診できます。

※健診により治療が必要な場合は、その治療費は本人負担となります。

▽**対象医療機関**
長野県後期高齢者医療広域連合業務課給付係までお問い合わせください。



お知らせ

●特別支援教育説明会 ～来入児の就学情報を中心に～

学校教育課 ☎62―3478

▽**日時** 6月15日㈭ 午後1時30分～3時

▽**会場** 市役所南棟3階大会議室（旧佐久消防署3階）

▽**参加費** 無料（予約不要）

▽**対象** 保護者または保育園、幼稚園および学校関係者

▽**内容** 市の特別支援教育に関わる就学情報の提供など

●サポートブック「虹のかけはし」の利用

福祉課 ☎62―3147

サポートブック「虹のかけはし」は、発達の進み方が気になるお子さんについてのさまざまな情報を、お家の方が成長に合わせて記入し、作成していく冊子です。

進学や進級で新しいライフステージに進む際、また福祉サービスを利用する際に、新しい支援者にお子さんの情報を伝え、支援者と情報を共有することで、新たな環境で本人が安心して過ごすための手助けとなります。

ライフステージが変わり、お子さんを支援する人が変わっても支援が途切れることなく継続されるよう、この手帳をご活用ください。

利用に当たっては、利用申請書を提出していただき、利用上の注意点などを説明した上で無料でお渡しします。

●食中毒を防止しましょう！

健康づくり推進課 ☎62―3527

梅雨から夏にかけては、細菌による食中毒に特に注意が必要な季節です。暖かく湿気が多いこの時期は、食中毒の原因となる細菌の繁殖が活発になるため、食中毒が発生しやすくなります。食中毒予防の3原則、細菌やウイルスを「つけない、増やさない、やっつける」を守って食中毒を防止しましょう。

○**つけない** 手や食材、まな板などはこまめに洗いましょう。

○**増やさない** 調理したらすぐに食べ、冷蔵庫を過信しないようにしましょう。

○**やっつける** 肉は中心部まで十分に加熱しましょう。

▽**体に不調を感じたら、早めに受診を！**
お腹が痛くなったり、下痢をしたり、体に不調を感じたら、早めに医療機関を受診してください。

お知らせ

●薬物乱用「ダメ。ゼッタイ。」普及運動

健康づくり推進課 ☎62―3527

薬物乱用を根絶するため、6月20日から7月19日までの1か月間、「ダメ。ゼッタイ。」普及運動が実施されます。

薬物を乱用すると、精神障害を発症し依存症を引き起こします。薬物乱用の悪影響は、脳や内臓にも広く現れます。薬物を手に入れるために窃盗、強盗などの犯罪を誘発し、家庭の崩壊、社会秩序の破壊などの要因にもなっています。

興味本位で近づかない、関わらない、使わないという断固とした姿勢が大切です。

「ダメ。ゼッタイ。」という、薬物を寄せ付けない強い信念を持ちましょう。



●平成29年度 全国統一防火標語が決定 『火の用心 ことばを形に 習慣に』

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

この防火標語は、火災予防思想をより広く普及させることを目的に募集され、決定したものです。この標語を合言葉にして、ご近所やご家庭、職場で防火の輪を広げましょう！

○住宅用火災警報器（住警器）はあなたの家の見張り番！

住警器は火災発生を早期に知らせます。そのため避難や消火が直ちに行われ、命や家財を守れた事例も報告されています。設置がお済みのご家庭でも定期的に住警器の点検を実施しましょう。

▽**点検方法**

点検ボタンまたはひもを引いて作動確認を行います。作動しない場合は、電池切れや機器本体の故障が考えられます。交換をお願いします。

●ライトダウンキャンペーンにご参加ください

環境政策課 ☎62―2917

地球温暖化防止の一環として、環境省の提唱のもと、ライトアップ施設や家庭の電気を消していただくよう呼び掛ける「CO2削減／ライトダウンキャンペーン」を毎年6月21日～7月7日に実施しています。

皆さんのご家庭や職場で「ライトダウン」にご参加ください。

お知らせ

○ライトダウンキャンペーンイベント～キャンドルでお話会～

毎月行っている図書館のお話会において、ライトダウンを実施し、明るい空間になれた日常生活の中で、電気を消すことでいかに照明を使用しているかを実感していただきながら、環境についてのお話を行います。

▽**日時** 7月8日㈯ 午前10時30分～
▽**場所** 中央図書館
▽**対象** 未就学児（保護者同伴）
▽**その他** 参加は自由です。

●農作業事故防止

農政課 ☎62―3203

市内各地で農作業事故が多発しており、昨年度は4件の重大事故が発生し、3名の尊い命が失われました。

死亡事故を防ぐために、以下の事故防止のポイントを必ず守りましょう！

▽**トラクター事故防止ポイント**

①外に放り出されないよう、シートベルト着用
②下敷きにならないよう、安全フレーム装着
③急旋回を防ぐため、ブレーキペダル連結確認
④農作業に出かけるときに家族や仲間で声をかけ合う

▽**耕耘機事故防止ポイント**

①耕耘機に挟まれないよう、バックの際の後方確認
②ハンドル跳上がりを防ぐため方向転換の際に周囲確認

※万が一の農作業事故に備え、国の制度である労災保険に加入しましょう。お問い合わせ先など詳細は市ホームページをご覧ください。

●アメリカシロヒトリ早期駆除のお願い

農政課 ☎62―3203
または各支所経済建設環境係

・アメリカシロヒトリが発生した場合、早期駆除を心掛け、被害を最小限に抑えましょう。

▽**発生時期**

・6月中旬～7月下旬
・8月中旬～9月下旬
・ご家庭の庭や畑などの樹木に発生したアメリカシロヒトリは所有者または管理者により駆除してください。
・一番大事なポイントは幼虫が小さく、網の巣に固まっているうちに発見し、枝や葉を切断することです。
・自分で駆除できない場合には、最寄りの防除業や造園業など薬剤駆除を行うことができる業者へご相談ください。
・区で共同防除を行う場合は、防除機械を無料で貸し出すこともできますので、農政課および各支所経済建設環境係までご相談ください。

お知らせ

●猫に不妊去勢手術を実施された方に補助金を交付します！

環境政策課☎62―2917

猫によるふん尿等の被害を減らすとともに飼い主のいない猫の頭数を減らすため、飼い猫・飼い主のいない猫の不妊去勢手術を実施された方を対象に補助金を交付しています。

○飼い猫

▽**対象**　市内在住の方で、市内の動物病院で飼い猫に不妊または去勢手術を受けさせた方で、税金等の滞納がない方。

○飼い主のいない猫

▽**対象**　市内在住の方または市内で活動する団体で、市内の動物病院で不妊去勢手術を受けさせた方

○申請方法等

申請書に必要事項を記載し、環境政策課または各支所経済建設環境係に提出してください。

▽**申請に必要なもの**　申請書・手術を証明する領収書　等

▽**補助金額**

不妊手術　5，000円／頭

去勢手術　3，000円／頭

●住宅の建替えも耐震改修の補助金の対象になります

建築住宅課☎62―6637

市では、木造住宅の耐震化を促進するため、耐震改修工事の補助制度を拡充し、倒壊の可能性があると判定された住宅の現地建替えも補助対象としています。

また、申請者も、住宅の所有者だけでなく、子や孫の方が工事を行い、居住する場合も対象としており、今年度から、補助限度額も引き上げました。

▽**対象**　住宅（木造在来工法）の耐震補強・現地建替え等

・昭和56年5月31日以前に着工した住宅に限ります。

・市内に住む住宅所有者、居住者、所有者の2親等内の親族

▽**補助率**

対象工事費の1／2（上限130万円）

※耐震補強の場合、断熱性能向上の補助もあわせると最大160万円となります！

※事前に**【市の耐震診断（無料）】**を受けることが必要です。詳細はお問い合わせください。

●森林・林業についてお気軽にご相談を

耕地林務課☎62―3242（直接相談電話）

森林の活用についてお悩みの方へ、森林・林業の相談に、電話・面接・現地において応じています。

▽**相談員**　上原徹　林業専門員



お知らせ

●平成29年度地籍調査の実施

耕地林務課☎62―3242

地籍調査は、所有者立会のもとに地番や地目、隣地との境界を確認し、測量をするものです。

これにより、正確な公図と新しい登記簿が作製され、土地の明確化と保全が図られます。

▽**対象地区**　上小田切の一部

▽**対象者**

対象の方には市から通知をします。

●児童手当6月定期払

子育て支援課☎62―3149または各支所市民係

2月から5月分の児童手当を6月9日㈮に指定口座に振り込みます。受給者の皆さんは、通帳を記帳して入金をお確かめください。

▽**「現況届」の提出**

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

受給者の皆さんへ「平成29年度児童手当・特例給付現況届」を6月上旬に郵送しますので、必要事項をご記入いただき、6月30日㈮までに子育て支援課または各支所市民係へ提出をお願いします。

※指定期日までに提出がない場合は、6月分以降の手当が一時差し止めになりますので、ご注意ください。

※公務員（独立行政法人は除く）の方は勤務先への申請になります。

●税務職員（国家公務員）採用試験

佐久税務署総務課☎67―3460（音声案内2番）

▽**受験資格**

平成29年4月1日において、高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から3年を経過していない方および平成30年3月までに高校または中等教育学校を卒業見込みの方

▽**受付期間**

原則インターネット申込み

6月19日㈪午前9時～28日㈬

▽**第1次試験日**　9月3日㈰

▽**第2次試験日**

10月11日㈬～20日㈮

▽**最終合格発表**　11月14日㈫

※詳細は、人事院ホームページをご覧いただくか、佐久税務署総務課へお問い合わせください。



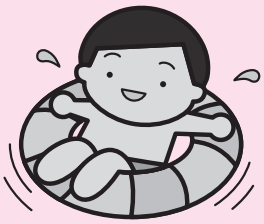
お知らせ

●駒場公園の利用

駒場公園管理事務所
☎68―1399

○プール夏季営業
▽期間
6月20日(火)～9月10日(日)
▽営業時間
・屋内プール
午前9時30分～午後7時45分
(午後8時閉館)
・屋外プール
午前9時30分～午後4時40分
※屋外プールは、気象状況により、休場および開場時間等が変更となる場合があります。

○屋内プール休館日
6月12日(月)～19日(月)までプール清掃のため、休館となります。



●うな沢第2最終処分場日曜日の開場ほか

生活環境課 ☎62―3094

▽日時　6月25日(日)
午前8時30分～正午
午後1時～4時（雨天決行）
▽内容
指定袋に入らない埋立ごみおよび小型家電の受け入れとなります。（指定袋に入る大きさの埋立ごみは受け入れできません）
※市外からの搬入を防止するため、持ち込まれる際には、身分証明書（運転免許証等）を確認させていただきます。
※持ち込みについてご不明な点は、生活環境課までお問い合わせください。

○不法投棄は犯罪です
法律に違反し不法投棄をした者は、5年以下の懲役や1千万円以下の罰金といった刑罰が科せられます。適正にごみ処理を行い、環境美化に努めましょう。

●要約筆記入門講座開催

佐久広域連合障害者相談支援センター ☎63―5177

要約筆記とは、中途失聴者や難聴者の聞こえにくさをサポートするため、相手の話をその場で文字にして伝えることです。
▽日程〈全5回コース〉
6月25日(日)、7月2日(日)、7月16日(日)、7月23日(日)、7月30日(日)
▽時間　午前10時～正午
▽場所　野沢会館

お知らせ

●毎月26日「風呂の日」サービス

もちづき荘☎52―2515
ゆざわ荘　☎52―0022
布施温泉　☎53―0181
穂の香乃湯☎58―0033

もちづき荘、ゆざわ荘、布施温泉、穂の香乃湯では、毎月26日を「風呂の日」として、施設の利用者への感謝を込め、割引等サービスを行います。
▽期日　6月26日(月)
▽サービス内容
入浴料
・大人　10％割引
・小学生以下　50円引
※他割引券との併用不可
・4つの温泉めぐりスタンプカードのポイントが2倍
※詳しいサービス内容については、各施設のホームページをご確認ください。各施設の休館日は対象外となります。



●川村吾蔵記念館　臨時休館

川村吾蔵記念館
☎81―5353

館内定期清掃および展示替えのため、左記の期間、臨時休館させていただきます。
▽期間　6月26日(月)～30日(金)
大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

●荒廃農地解消の事業の活用

農政課 ☎62―3203

市内には、耕作されていない荒廃した農地が多くあります。これらの農地を耕作可能な状態に戻すため、荒廃農地解消の事業を実施しています。農地の有効活用を図ると共に、地域景観を保全するため、この事業をご利用ください。
▽荒廃農地の解消
20，000円／10ａ～
50，000円／10ａ
▽解消後の営農定着・再開
25，000円／10ａ
※対象農地や対象者等の条件があります。
※「荒廃農地の解消」と「解消後の営農定着・再開」の補助金は併せて受給することができます。
※詳細は農政課へお問い合わせください。

お知らせ

●「佐久市海の家」開設

体育課 ☎62―2020

市民の皆さんは特別料金で利用できます。ぜひ、ご利用ください。

▽開設期間
7月1日(土)～8月31日(木)

▽佐久市海の家「いそや旅館」
新潟県上越市大字長浜191

▽利用料金
大人（中学生以上）
5，800円
子供（小学生以上）
5，300円
消費税込み。1泊2食付

※浜茶屋も7月1日～8月中旬ごろまで開設します。利用料金は1人450円です。（就学前の乳幼児は無料です。）

※事前に利用券が必要になりますので、利用方法につきましては、お問い合わせください。



●道の駅「ヘルシーテラス佐久南」オープン予定

地域整備室 ☎62―2911

佐久南インターチェンジ出入口に市が整備を進めてきました、道の駅「ヘルシーテラス佐久南」は、現在7月上旬のグランドオープンに向け、指定管理者を中心に準備が進められています。

オープニングセレモニーなどの詳細につきましては、本誌7月号でお知らせします。多くの皆さんのご来場をお待ちしています。

●インターネット公有財産売却

契約課 ☎62―3084

市では、平成29年度よりヤフー株式会社が提供する官公庁オークションを利用して、不用となった市有財産（物品・車両）の一般競争入札を実施しています。

▽参加申込期間
6月15日(木)　午後2時まで

▽入札期間
6月29日(木)　午後1時～
7月6日(木)　午後1時

▽物件の下見
参加申込期間内に受け付けます。

▽参加方法等
入札（年6回）の参加方法や物件の詳細は市ホームページのインターネット公有財産売却ガイドラインまたはヤフー・ジャパンのインターネット公有財産売却サイトをご覧ください。

※大勢の方の入札参加をお待ちしています。

イベント

●心が豊かになる音楽への招待「ミュージアムコンサート　ヴァージナルのしらべ」開催

文化事業団 ☎82―3962

▽日時　7月23日(日)午前11時～午後2時～の2回公演

▽会場　近代美術館

▽鑑賞　無料（入館には美術館の観覧券が必要です。）

▽内容　上薗未佳（うえそのみか）氏の演奏による古楽器・ヴァージナルの魅力的な演奏をお楽しみください。

●ふれあいポールde ウォーキング 6月のご案内

佐久ポールウォーキング協会事務局 ☎67―3318

○散策ウォーク

▽日時　6月4日(日)　午前9時30分～正午

▽集合　交流文化館浅科

▽内容　八幡神社―五郎兵衛用水散策　約6km

※中山道佐久の道披露目頭のガイド付き

※自由参加　参加費無料

○散策ウォーク

▽日時　6月18日(日)　午前10時～正午

▽集合　パラダセンターハウス前

▽内容　パラダ周辺散策約5km

※自由参加　参加費無料

※飲料水・雨具持参ください。

※レンタルポール代　300円

※会員募集中
年会費　1人　1，000円
各種特典付き

●望月歴史民俗資料館 ☎54―2112

○望月歴史民俗資料館講座

▽日時　6月8日(木)　午後6時30分～8時

▽会場　駒の里ふれあいセンター

▽内容　「江戸時代の年中行事をめぐって」

▽講師　元望月歴史民俗資料館館長　尾崎　行也先生

※申込み不要　聴講無料

○情報と資料提供のお願い

望月歴史民俗資料館では、夏の企画展に向け、戦時中、国策として進められた「満蒙開拓」に関係する資料を探しています。当時、佐久からも大勢の人々が開拓団に参加して、移民として中国東北部に渡りました。今回の企画展では、当時の手紙や写真、絵、地図等の資料をお借りして展示する計画です。また、当時のエピソードも集めています。ご協力いただける場合には、資料館まで、ご連絡をお願いします。

イベント

●フリーマーケットin ほっとぱ～く・浅科

ほっとぱ～く・浅科 ☎58―0581

道の駅ほっとぱ～く・浅科の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。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連絡先へご連絡ください。

▽**日時** 6月4日㈰、18日㈰ 午前8時～午後4時

●図書館 行事予定

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

※6月の行事は、各図書館内で開催し、参加自由です。

【中央図書館】

○**おはなしの会①**
▽**日時** 10日㈯ 午前10時30分

○**おはなしの会②**
▽**日時** 15日㈭ 午前10時30分
▽**対象** 乳幼児

○**ぽっけおはなしの会**
▽**日時** 17日㈯ 午前10時30分

○**語りのおもてなし**
▽**日時** 24日㈯ 午後3時

【臼田図書館】

○**ブック☆ブックお話の会**
▽**日時** 17日㈯ 午後2時

【浅科図書館】

○**ちいさい子のおはなし会**
▽**日時** 8日㈭ 午前10時30分
▽**対象** 乳幼児

○**おはなし会**
▽**日時** 17日㈯ 午前11時

【望月図書館】

○**ものがたりふれあいトーク**
▽**日時** 17日㈯ 午後2時30分

○**長期休館について**

臼田・浅科・望月の各図書館では特別整理（蔵書点検）の実施に伴い、次のとおり休館させていただきます。

▽**休館期間** 6月19日㈪～29日㈭

※なお、中央・サングリモ中込は、通常どおり開館しますのでご利用ください。（26日㈪・27日㈫は休館日）

●第13回佐久市消防団消防ポンプ操法大会および ラッパ吹奏大会

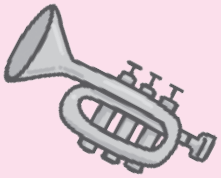
危機管理課 ☎64―4119

消防団員の消防技術の向上と士気の高揚を図るため、日頃の消防団員の訓練により培った消防操法技術を競い合う佐久市消防団消防ポンプ操法大会およびラッパ吹奏大会を開催します。

▽**日時** 6月11日㈰ 午前8時～午後3時30分（雨天決行）
▽**場所** 佐久合同庁舎駐車場
※見学自由

競技は、消防ポンプ自動車を使用した「ポンプ車操法」と小型動力ポンプを使用した「小型ポンプ操法」があり、ラッパ吹奏についても技術を競い合います。

1，000人を超す団員が参加します。皆さん、ぜひ応援にお越しください。



●オレンジカフェ座談会

高齢者福祉課 ☎62―3157

▽**日時** 6月13日㈫ 午後1時30分～3時30分
▽**会場** 佐久平交流センター 第2会議室
▽**対象** 認知症の方を介護されている方、認知症の方ご本人
▽**参加費** 無料
※お気軽にご参加ください。

●収蔵品展 信州生まれの作家たち 開催

近代美術館 ☎67―1055

この展覧会では信州に生まれた作家たちをご紹介します。信州の豊かな自然が育んだ感性と、そこから生まれた作品の数々をお楽しみください。

▽**期間** 6月25日㈰まで
▽**開館時間** 午前9時30分～午後5時
▽**期間中の休館日** 毎週月曜日
▽**観覧料**
一般 500円
高校大学生 400円
小中学生 250円



池田満寿夫「波打つ髪」

●「鎌倉彫教室生作品展」開催中

文化事業団 ☎82―3962
鎌倉彫記念館 ☎82―7095

▽**期間** 6月30日㈮まで
▽**会場** 鎌倉彫記念館 多目的室
▽**入館料** 無料
※常設展示室は有料
▽**内容**
手彫りで表現された刀跡の繊細さ、力強さ、暖かさなど様々な表情を持つ魅力的な作品を展示しています。

イベント

●第76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

初代院長吉澤國雄先生が県内初の糖尿病専門外来を開設して約60年、このたび浅間総合病院「糖尿病センター」がオープンしました。

糖尿病治療は格段に進歩しましたが、患者さんの幸せにつながっているとはいえません。

当センターでは、新しい機器を用いた療養指導外来を中心に捉えて、高齢化・肥満の増加・透析予防などの問題に取り組んでいます。

▽演題 『糖尿病治療の最新事情』

▽日時 6月29日㈭ 午後7時～8時30分

▽会場 浅間総合病院 中央棟4階・講堂

▽講師 浅間総合病院 糖尿病センター長 仲 元司

▽入場料 無料

●特別企画展 美術館に行こう！ディック・ブルーナに学ぶモダン・アートの楽しみ方開催！

近代美術館 ☎67―1055

世界中で愛されている「ミッフィー（うさこちゃん）」の絵本『うさこちゃん びじゅつかんへいく』のお話にそって、ミッフィーと一緒にモダン・アートの世界をのぞいてみませんか。親子で楽しめる展覧会です。

▽会期 7月8日㈯～8月31日㈭

▽開館時間 午前9時30分～午後5時

▽会期中の休館日 なし

▽観覧料 一般 800円 高校大学生 400円 中学生以下 無料

○いらっしゃいミッフィー記念握手会 開催！

第1回 7月15日㈯

第2回 7月30日㈰

※ほか、さまざまなイベントを予定しています。どうぞお楽しみに!!

●歴史の里であいの館 草刈りボランティア募集

であいの館 ☎82―0230

であいの館周辺および龍岡城五稜郭の草刈りを実施するにあたりボランティアを募集します。軍手、草刈り鎌等を持参していただき、参加ください。

▽日時 6月3日㈯ 午前6時～

▽会場 であいの館（田口2975―1）

募集

●ヒルクライム佐久2017参加者募集

観光交流推進課 ☎62―3285

洞源湖付近から蓼科スカイラインを登る自転車登坂レース「ヒルクライム佐久」を今年も開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

▽開催日時

・受付 9月9日㈯ 午後1時～5時

・競技 9月10日㈰ 午前6時～6時30分選手集合 午前7時20分～11時競技 午後1時～閉会式

※時間は予定です

▽コース 蓼科スカイライン

▽申込方法 スポーツエントリーよりお申込みください。

▽申込締切 8月8日㈫

Jエントリー http://www.sportsentry.ne.jp/event/t/69580

QRコード

●県営住宅入居者募集

長野県住宅供給公社 佐久管理センター ☎78―5410

佐久・小諸地区にある県営住宅の入居者を募集します。

▽募集期間 6月1日㈭～7日㈬（土日除く）

▽受付時間 午前9時～午後5時

▽受付場所 長野県住宅供給公社 佐久管理センター（佐久合同庁舎4階）

※募集の詳細は、長野県住宅供給公社佐久管理センターへ直接お問い合わせいただくか、長野県のホームページをご確認ください。



●北佐久郡老人福祉施設組合 看護師募集

養護老人ホーム佐久良荘 ☎53―2473

北佐久郡老人福祉施設組合の養護老人ホーム佐久良荘では、看護師を募集しています。

▽資格 正看護師または准看護師

▽勤務形態 月～金曜日の日勤のみで夜勤はありません。

※勤務時間等、詳細は、佐久良荘までお問い合わせください。

募集

●【PAS】パフォーミング・アーツ・スタジオ開催
文化事業団 ☎82―3962

○「キッズ落語」体験講座
▽日時　6月11日(日)　午後1時30分～
▽会場　コスモホール小ホール
▽講師　三笑亭　夢丸 師匠
▽参加費　無料
▽定員　40名（小学生以上）

○「和妻(日本の手品)」体験講座
▽日時　6月25日(日)　午後1時30分～
▽会場　コスモホール小ホール
▽講師　KYOUKO（ドルフィンマジック）
▽参加費　無料
▽定員　50名（小学生以上）

○「紙切り」入門講座
▽日時　7月9日(日)　午後1時30分～
▽会場　コスモホール小ホール
▽講師　林家　花 師匠
▽参加費　無料
▽定員　40名（小学生以上）
▽持ち物　はさみ

○「狂言」体験講座
▽日時　7月23日(日)　午後1時30分～
▽会場　コスモホール小ホール
▽講師　大蔵流　大蔵彌太郎氏　他1名
▽参加費　無料
▽定員　40名（小学生以上）
※詳細は、全戸配布した「コスモホールだより【春号】」、またはコスモホールホームページをご覧ください。

●森林セラピーツアー
健康づくり推進課 ☎62―3524

○平日開催
▽日時　6月13日(火)　午前9時～正午
▽会場　春日の森
▽集合　もちづき荘
▽対象　どなたでも
▽参加費　無料
▽定員　20名
▽内容　森林セラピー体験
▽申込締切　6月5日(月)

○森林セラピーとポールウォーキング体験
▽日時　6月25日(日)　午前9時～正午
▽会場　平尾の森
▽集合　南パラダ平尾温泉みはらしの湯森林セラピー室
▽対象　どなたでも
▽参加費　無料（ただしポールをレンタルする場合は300円）
▽定員　20名
▽内容　森林セラピー、ポールウォーキング体験
▽申込締切　6月16日(金)

募集

●障害者自立生活支援センター教室参加者募集
障害者自立生活支援センター ☎64―0212 FAX64―0213

○点字入門
▽日時　6月6日(火)、6月13日(火)、6月20日(火)、6月27日(火)　午後1時30分～3時30分
▽会場　野沢会館102号室（27日のみ103号室）
▽持ち物　筆記用具

○気功教室
▽日時　6月8日(木)、7月6日(木)　午後1時30分～2時30分
▽会場　野沢会館和室1、2、3号

○絵画（絵手紙）教室
▽日時　6月22日(木)　午後1時30分～3時
▽会場　望月総合支援センター
▽参加費　材料費100円

○健康体操教室
▽日時　7月11日(火)　午後1時30分～2時30分
▽会場　野沢会館多目的1、2号
▽持ち物　運動のできる服装、飲み物

○ピアのつどい
▽日時　6月17日(土)　午前10時～正午
▽会場　あいとぴあ臼田
▽内容　ボッチャ
▽持ち物　運動のできる服装、上履き、飲み物
※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。

●第2回佐久市振興公社杯マレットゴルフツアー大会
佐久市振興公社 ☎62―0214

「布施温泉」「もちづき荘」「山荘あらふね」で、佐久市振興公社杯マレットゴルフツアー大会を開催します。今年第1戦は「布施温泉」で開催されます。
▽会場　布施温泉
▽日時　6月13日(火)　午前9時30分
▽参加費　1，000円（昼食代、布施温泉入浴料含む）
▽申込先　布施温泉（☎53―0181）にて5月13日より受付中。
▽定員　100名
※各会場での表彰はもちろん、3会場でのプレー成績による年間グランドチャンピオンを決定します。ふるってご参加ください。



募集

●ピン・ピン講座（ウォーキングステーション）開催

望月支所健康づくり推進係
☎53―3111
浅科支所健康づくり推進係
☎58―2001

▽**日時**　6月17日㈯
午前9時～11時30分
▽**集合**　望月総合支援センター
▽**参加費**　無料
▽**内容**
・ウォーキングステーション
～小平福王寺コース～
※雨天の場合は室内にて軽い運動を行います。
講師　健康運動指導士
依田　彰子さん
・血圧測定・体脂肪測定
・健康相談・栄養相談
・ぴんころ食の試食
▽**諸連絡**
・上記問合せ先へお申し込みください。
・動きやすい服装・靴でお越しください。
・熱中症予防対策のため帽子や長袖・飲み物をご用意ください。

●ボランティア募集

浅間総合病院地域医療室
☎67―2295

院内で活動していただけるボランティアの方を募集しています。ボランティアを安心してスムーズに行っていただけるよう研修会を行っています。

▽**日時**　6月21日㈬
午後2時～3時30分
▽**場所**　浅間総合病院
東棟1階　第1会議室
▽**申込期限**　6月19日㈪

●慢性腎臓病（CKD）予防講演会

健康づくり推進課
☎62―3189
または各支所健康づくり推進係

日本人の8人に1人が慢性腎臓病（CKD）と考えられており、新たな国民病といわれています。腎臓はからだを正常に保つ重要な臓器です。腎臓内科専門医の講演と寸劇で、腎臓を守る生活について、一緒に考え、見直してみましょう。

▽**日時**　6月24日㈯
午後1時30分～3時15分
▽**参加費**　無料
▽**会場**　市民創錬センター
▽**対象**　市民
▽**内容**
・講演「慢性腎臓病～腎臓はからだの鏡～」
講師　佐久総合病院
萩原正大医師
・寸劇「糖尿病から腎臓を守る～野沢菜一家・アルブミン物語～」　劇団トーシンズ
▽**申込**　開催前日までに電話でお申し込みください。

募集

●地域緑化事業参加団体募集

公園緑地課　☎62―3424

地域緑化事業とは、区やPTA、事業者の皆さんが身近な公園や市道などの公共施設、または公益施設を緑化するために必要な花苗などを要望に応じ、市が支給する事業です。

▽**支給対象**　市民、事業者、行政区などの地域団体等
▽**支給対象となる場所・施設**
・公共施設　市が設置、または管理する道路沿い、公園、緑地など
・公益施設　地域団体が設置、または管理する集会施設、運動広場など
※入場制限などがある施設内や学校の中庭などは対象外です。
▽**支給対象物品**
緑化に必要な花苗、肥料などの資材
▽**申込期間**　6月30日㈮まで
▽**申込方法**
公園緑地課の窓口で申込書をご記入の上、お申し込みください。

●ステンドグラス教室（第1回）参加者募集

川村吾蔵記念館
☎81―5353

毎年好評のステンドグラス教室を、本年も3回開催する予定です。そのうちの第1回の参加者を募集します。
なお、2回目以降は、後日改めて参加者の募集を行う予定です。

▽**日時**　7月1日㈯
午後1時～4時
※フォトフレームを作る予定
▽**会場**
川村吾蔵記念館多目的室
▽**講師**
佐久平総合技術高等学校
創造実践科　中野　稔先生
▽**対象者**　高校生以上
▽**参加費**　1，500円
▽**定員**　15名
▽**持ち物**　タオル1枚、薄手のゴム手袋、必要な方は飲み物
▽**申込締切**　6月24日㈯
（ただし、定員になり次第締切）

●コスモホール佐久第九演奏会合唱団員募集

文化事業団　☎82―3962

▽**公演日**
12月3日㈰　午後2時
▽**申込方法**　申込用紙（コスモホールホームページからダウンロード）に必要事項をご記入いただき、参加費を添えてお申込みください。
▽**参加費**　1人　5，000円
▽**募集締切**　8月30日㈬
▽**発会式**　7月21日㈮
▽**練習日**　毎週金曜日

募集

●スポーツ大会参加募集
体育協会 ☎88―6123

○第13回佐久市少年野球大会
▽日時　7月22日(土)、23日(日)
▽会場　千曲川スポーツ交流広場
▽対象　区単位を中心に編成されたチーム
▽参加料　1チーム1，500円

○第13回佐久市少女ミニバスケットボール大会
▽日時　7月22日(土)
▽会場　佐久市総合体育館
▽対象　区単位を中心に編成されたチーム
▽参加料　1チーム1，500円

※詳細は市および体育協会のホームページをご覧いただくか、体育協会へお問い合わせください。



●スポーツ教室参加者募集
体育課 ☎62―2020

※6月1日から申込開始
○弓道教室
▽日時　7月29日(土)～計10回　午後2時～4時
▽会場　臼田弓道場
▽対象　中学生以上一般
▽定員　20名
▽参加費　2，500円

※詳細は、市ホームページをご覧いただくか、体育課までお問い合わせください。

●【親子ふれあい学級】募集
身近な自然～水源地に出かけよう♪～子ども向け夏休み企画（大人のみの参加も可）

浅科公民館・環境政策課 ☎62―2917

私たちが普段接している水は、雨が降り川になり海に流れ、そして、海から蒸発し再び雨となり、絶えず循環しています。佐久地域には、水源がたくさんあり、水道水源のほとんどを地下水に依存しています。佐久地域の水源を巡り、改めて水の大切さについて考えてみませんか？

▽日時　7月28日(金)　午前8時30分～午後2時30分
▽会場　大石水源ほか
※バス移動になりますので、8時15分までに市役所東側駐車場に集合してください。
▽参加費　無料
▽持ち物　お弁当、飲み物、筆記用具、雨具、空のペットボトル
▽定員　25名（先着順）
▽受付開始　6月12日(月)から、環境政策課にお電話でお申込みください。

●貸付用農地の募集
農政課 ☎62―3203

市では、「農地中間管理事業」により担い手農家に貸付ける農地を募集しています。

▽「農地中間管理事業」とは

担い手農家に農地を集積するため、国が創設した制度です。

▽事業の仕組み

農地の貸付希望者（貸し手）
⬅農地の借受け
長野県農地中間管理機構
➡農地の貸付け
農地の借受希望者（担い手）

▽農地の借受期間　5年または10年以上
▽事業を利用するメリット　一定要件を満たす場合、地域や貸借された方に協力金を交付します。
▽長野県農地中間管理機構とは　農地中間管理事業に関する法律に基づく公的機関です。安心して農地の貸し借りができます。

※詳細は農政課へお問い合わせください。

寄附

●ご寄附ありがとうございます

○ふるさと納税寄附
・柳澤敏雄様　・中村　仁様
・美崎定也様　・江藤敦子様
・金子政和様　・藤巻慎一様
・松本和民様　・瀧川浩司様
・酒井達也様　・斉藤ひろみ様
・坂西良彦様　・熊澤博之様
・三浦宣宏様　・赤嶺　心様
・沼田英次様　・林　利幸様
・福地俊雄様　・冨山佳昭様
・上原弘史様　・江口幹枝様
・苅山真樹様　・井上慎太郎様
・瀬川　貴様
※順不同

○一般寄附
▽市へ
・現金5万円　佐久芸能文化協会　日本舞踊部会様（中込）
▽青沼保育園へ
・DVDプレーヤー1台　青沼保育園保護者会様
▽小中学校へ
・図書カード500円分52枚　佐久地区労働者福祉協議会様（岩村田）
▽みすず苑へ
・タオル60枚　大徳寺仏教婦人会様（根岸）



2017（平成29年）
6
水無月（みなづき）
さくし
公民館報
No. 147

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

平成29年度の講座が始まりました

～東公民館の衝立・袖垣教室より～

４月14日、神津勝行先生と武田雅成先生を講師に、30年以上続く伝統ある東公民館の「衝立（ついたて）・袖垣（そでがき）教室」（全14回）がスタートしました。今年度の受講者は７名です。講師から衝立の概要や工程、竹の性質等について講義を受けた後、制作に取り掛かりました。これから11月の市民総合文化祭に向けて、半年をかけて活動に取り組むことになります。

佐久市公民館では多くの皆さんの参加を願い、魅力ある講座を提供するため、創意工夫した活動を行っています。皆さんの参加をお待ちしています。



ちょっとひとこと

変わってほしくない ものがある



鍛冶屋　島崎　晃

佐久に住んで45年。その間の佐久の変わり方は目を見張るばかりです。しかし、変わってほしくないものがあります。佐久の美しい自然です。私の大好きな一瞬を書きます。

すばらしい夕暮

鍛冶屋の田んぼに水が入った
風のない夕方
田んぼの水面は静かになり
山が映り
雲が映り
夕焼の赤い光で水面はいっぱいになる
やがて
北アルプスに太陽がかくれ始めると
光のダンスが始まり
水面はにぎやかにゆれる
太陽が山の端に沈むと
黒い影が音もなくやってきて水面を包み
あたりは静かに暮れ終わり沈黙の世界に入る
鍛冶屋の夕暮に幕が降りて
美しい一瞬が私の中に残る

第39回佐久市民コーラスまつり 出場者募集について



「佐久市民コーラスまつり」は、佐久市内で合唱を楽しんでいる皆さんが一堂に集い、日頃の練習の成果を発表することを通し、互いの交流を深め潤いのある市民生活づくりを目指します。

今年の市民コーラスまつりは、以下のように開催します。皆さんも参加し、一緒に歌ってみませんか。

- **日　　時**　９月３日㈰
  12時30分～16時（予定）
- **場　　所**　佐久市コスモホール
- **申込期間**　６月１日㈭～ ７月７日㈮必着
  ※申込用紙は中央公民館（市民創錬センター内）または各地区館の窓口でお受け取りください。
- **参加資格**　佐久市にお住まいの方を主体に構成された団体・グループ
  ※１グループの発表時間は入退場を含め８分以内
- **参 加 金**　2,000円
  （児童・生徒主体の団体は無料）

●問合せ・申込み先
佐久市中央公民館（市民創錬センター内）
☎ 0267－66－0551　Fax 0267-66-0553

ふれあい あれこれ



野沢公民館　春のおやつ作り教室

３月22日の春休みの一日を使い、川上香先生を講師に親子16組がおやつ作りに挑戦しました。冷蔵庫にある、きんぴらやひじきの煮物等を利用し、食事のおかずにもなる「きんぴらケーキ」や「バナナときなこのケーキ」を作りました。ケーキがおかずになることに驚き、その美味しさに感激しました。



中込公民館　開館記念セレモニー

４月２日に行われた新中込会館の開館式では、開館記念セレモニーとして中込公民館主催講座「ハーモニカで楽しく」のメンバーによる演奏がありました。『さんぽ』の曲にのせて「楽しく学ぼう。中込会館で～♪」と歌も歌い、新しい会館での学習に期待をふくらませました。



東公民館　わくわく家庭菜園教室

４月10日に東会館でわくわく家庭菜園教室（全８回）がスタートしました。岩下武弘先生を講師に、野菜作りの基本や上達のコツを教わり、参加した皆さんは熱心に耳を傾け、メモをとっていました。この教室は実習もまじえ、９月まで続きます。



臼田公民館　作ろう！学ぼう！「ぴんころ食」

４月18日、土屋やよい先生を講師に料理教室を開催しました。平成27年度ぴんころ料理コンテストで最優秀賞となった「豆腐ハンバーグ」などを作りながら、低塩・低カロリーの健康長寿食『ぴんころ食』について学ぶことができました。

人権シリーズ

「喜びは2倍、苦しみは半分」という言葉

私は長野県視聴覚障がい者マラソン協会（ＮＢＭＡ）に所属し、伴走の手伝いをしています。

伴走とは、短い輪のロープをもって、視覚障がい者の横で一緒に走りながら「これから右に曲がります」「50メートル先、上り坂です」「段差があります」と声をかけ、視覚障がい者が安全に走れるようにガイドをすることです。アイマスクをして、私も仲間に伴走をしてもらう体験をしました。何も見えない真っ暗な世界で、不安で走ることができず「宮澤さん、私を信頼できないの」と言われましたが、歩くのが精一杯でした。ＮＢＭＡには、パラリンピック日本代表だった方もいます。伴走講習会を県内各地で開催したり、視覚障がい者全国駅伝大会に参加したりしています。

また、長野マラソンの視覚障がい者の部の運営に協力して、全国各地からの参加者に気持ち良く走ってもらえるように気を配っています。伴走中、辛くなって走るのをやめたいと思う時もありますが「喜びは2倍、苦しみは半分」という合言葉を思い浮かべると、走り続けられます。伴走をしているようで、その実、走る楽しみや走る力を与えてもらっていると感じます。視覚障がい者の方が少しでも外に出て活動する手伝いが出来れば嬉しいです。あなたも伴走を手伝ってみませんか。

人権同和教育推進員　宮澤武弘

※お問い合せ等は人権同和課まで（☎62―3135）

予告

第13回 佐久市民総合文化祭のお知らせ

●開 催 日　11月３日㈮～11月５日㈰
●開催場所　野沢会館
●出品部門　絵画、書道、篆刻、刻字、写真、盆栽、華道、木彫、フラワーデザイン、水墨画、短歌、俳句、川柳、茶道、表装、ちぎり絵、陶芸、拓本、仏像、絵手紙、民芸、工芸銅板、衝立、切手、押し花
●出品資格　佐久市在住の方、または佐久市内で文化活動をしている方

※出品の申込締切りは、９月上旬の予定です。詳しくは、公民館報８月号でお知らせします。

家族音楽会 休止のお知らせ

毎年行われておりました家族音楽会ですが、出演者の減少などにより、今年度は休止することになりました。

なお、今後のあり方を検討していく予定ですので、ご意見等がありましたら、中央公民館までお寄せください。

子ども公民館 ～夏だ、集まれ 佐久っ子！～

公民館では子ども向けの公民館事業として、子ども達の夏休みや休日を活用した「子ども公民館～夏だ、集まれ 佐久っ子！～」を、次のように実施します。多くの子どもさんの参加をお待ちしています。

●実施日　６月25日から９月３日までの休日や夏休み
●会　場　各地区の公民館（地区館）
●内　容　製作教室：陶芸・工作
理科教室：星の教室・化石観察・高山植物観察
社会科教室：水源地探検
家庭科教室：パン作り・くんせい作り　等

※小学生を対象にした教室です。原則、親またはそれに代わる方が同伴してください。詳しくは公民館報のおさそいカレンダーか、各地区館窓口にあるチラシをご覧ください。

夏休み子ども公民館

中央公民館では、小学生を対象に夏休み子ども公民館を次のように計画しています。

●日　時　７月30日㈫　９:00～13:00
●内　容
・ブーメランを作って飛ばそう（低学年）
・ペットボトルロケットに挑戦（高学年）
・紙で丈夫なエコバッグを作ろう（全学年）
●定　員　各20名（低学年は保護者同伴）
●参加費　500円程度

※昼食に巨大流しそうめんを予定しています。

■申込受付開始　６月19日㈪ ８:30

見落としていませんか？「いじめ」のサイン

最近の「いじめ」は非常に気づきにくくなっています。子ども同士の些細なトラブルでいじめる側になったり、いじめられる側になったりします。早期発見が大切です。

○家庭で子どもと話をしましょう！

友達や学校のこと、楽しかったこと、悲しかったことなど家族で話し、子どもの変化に気づけるようにすることが、いじめのサインを発見するポイントのひとつです。また、話しやすい雰囲気をつくることで、子どもが相談しやすい環境をつくりましょう。子どもと向き合うことが大切です。

○いじめは絶対に許されないことを示しましょう！

いじめは重大な人権侵害です。「見て見ぬふり」をすることもいじめることと同じということ、自分がどうしたらよいか、いじめられている人がどんな気持ちになるかなど、一緒に考えてみましょう。

○「あれ？もしかして…」と思ったら…

学校や相談窓口に相談しましょう。
家庭だけで抱え込まず、みんなで解決しましょう。



少年センターだより

新学期がスタートして2か月が過ぎました。新入学の子どもたちも学校生活に慣れてきたことと思います。補導委員も登下校を見守り、週5日、街頭補導活動を実施しています。

伸びよう 伸ばそう 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）

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　■臼田公民館 ☎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	◎ママの料理教室 メニュー：レーズンパン・夏野菜のお惣菜・ひんやりデザート	7月3日㈪　9:30～13:00	市民創錬センター料理講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉800円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・おんぶ紐 〈定　員〉20名（託児あり） ※申込受付開始 6月23日㈮ 8:30
	【子ども公民館】 ◎オリジナルハンコを作ろう 消しゴムで自分だけのハンコをつくりましょう	7月22日㈯　9:30～12:00	市民創錬センター多目的室4、5	はんこやミツキ	〈参加費〉100円程度（材料費） 〈持ち物〉彫刻刀・鉛筆・スタンプをする台紙や無地の布　等 〈定　員〉20名 ※申込受付開始 6月16日㈮ 8:30
	【子ども公民館】 ◎フェイクスイーツを作ろう 粘土やシリコンでかわいい雑貨をつくりましょう	7月28日㈮　14:00～16:00	市民創錬センター多目的室2、3	高橋未樹子先生	〈参加費〉800円程度（材料費） 〈定　員〉20名 ※申込受付開始 6月30日㈮ 8:30
野沢公民館	◎ふるさとウオッチング① お寺を見に行こう！ 寺の歴史を知り、和尚さんの法話と心静かな時間を持とう	6月20日㈫　9:30～11:30	集合：貞祥寺駐車場	貞祥寺副住職	〈参加費〉100円（保険料） 〈定　員〉30名 ※申込受付中
	◎身近な薬草やハーブを知ろう！ ①薬草・ハーブの種類や効能を学ぶ ②薬膳料理に挑戦！	①7月 6日㈭　9:30～15:00 ②7月25日㈫　9:30～13:00	①集合：野沢会館（薬草園） ②野沢会館調理室	①川野一郎先生 井出房子先生 ②柳沢素子先生	〈参加費〉①200円（保険料・資料代） ②600円程度（材料費） 〈持ち物〉①お弁当・飲み物 ②エプロン・三角巾・持ち帰り容器 〈定　員〉各25名 ※申込受付開始 6月6日㈫ 8:30
	◎アトピー・アレルギーに負けない！ ライフスタイルを見直して、アトピー・アレルギーと上手につきあうには…	7月13日㈭　13:30～15:30	野沢会館 205号室	井出久美先生	〈参加費〉100円（資料代） 〈持ち物〉飲み物　〈定　員〉25名 ※申込受付開始 6月9日㈮ 8:30
	【子ども公民館】 ◎何ができるかな？楽しい陶芸教室 さてさて何ができるかな？世界に一つだけの作品を作ろう！	7月27日㈭　9:30～11:30 作品作り　13:00～15:00 8月10日㈭　9:30～11:30 色付け　13:00～15:00	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〉汚れてもよい服装 〈定　員〉午前20名・午後20名 ※申込受付開始 6月15日㈭ 8:30
	【子ども公民館】 ◎平尾山宝探し探検隊！自然観察教室 自然は友だち、自然を満喫し宝物をさがそう！	7月29日㈯　9:00～15:00	平尾山 集合：野沢会館	倉澤祥子先生	〈参加費〉100円（保険料） 〈持ち物〉弁当・飲み物・雨具・帽子・軍手 〈定　員〉20名 ※山に登る服装と靴 ※詳細は後日通知します ※申込受付開始 6月22日㈭ 8:30
中込公民館	◎なつかしの歌・こころの歌(全3回) アコーディオン伴奏で懐かしい歌をみんなで歌いましょう。夏の歌集（緑色）を使います	①6月15日㈭　9:30～11:30	中込会館 大会議室	工藤美智子先生 杉浦都美子先生	〈参加費〉歌集のない方は資料代100円 〈持ち物〉飲み物・夏の歌集（緑色表紙） ※参加希望の方は必ず申し込みをしてください
	◎【初心者向け】バラの育て方 これからバラを育ててみたいと思っている方おすすめです	6月16日㈮　9:30～11:30	中込会館 創作室	佐久市営農支援センター職員	〈参加費〉無料 〈定　員〉25名
	◎中高年のための健康講座 ～あなたが主役の健康づくり～ あなたの食生活は大丈夫？	②6月22日㈭　9:30～11:30	中込会館 大会議室	くろさわ病院 管理栄養士	〈参加費〉無料
	◎子育て楽しみ隊・和ヨガ教室(全3回) 子育て中のみなさん、ヨガでリフレッシュしましょう。お子さんと一緒でもOKです	①6月28日㈭　10:00～11:30 ②7月19日㈭　〃	中込会館 大会議室	金沢優子先生	〈参加費〉無料　〈持ち物〉ヨガマット 〈定　員〉15名（産後5ヵ月以上の方） ※子ども同伴可
	◎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	③7月6日㈭　9:30～11:30	中込会館 大会議室	杉浦都美子先生	〈参加費〉100円（初回のみ資料代など） 〈持ち物〉ハーモニカ
	【子ども公民館】 ◎探してみよう！海の化石 身近な地域で海の化石を探してみましょう	7月27日㈭　8:30～12:00	内山　黒田区	渡辺正喜先生	〈参加費〉500円程度 〈持ち物〉ハンマー・軍手・長靴・飲み物等　〈定　員〉20名 ※申込受付開始 6月20日㈫ 8:30 ※詳細は後日参加者に通知します
	【子ども公民館】 ◎つくってみよう！手作りこねこね石けん 天然アロマの安心素材で自分だけの石けんを作ってみよう！	7月28日㈮　10:00～11:30	中込会館 創作室	泉　美紀先生	〈参加費〉500円程度 〈定　員〉20名 ※ 申込受付開始 6月29日㈭ 8:30 ※ 詳細は後日参加者に通知します
臼田公民館	【子ども公民館】 ◎ふれあい陶芸教室（全2回） お皿やコップ、置物など自分だけのオリジナル作品を作ってみよう！	①7月 8日㈯　9:00～11:00 ②7月29日㈯　〃	あいとぴあ臼田 工作室	ゆびのあとの会	〈参加費〉600円（材料費） 〈持ち物〉エプロン〈定　員〉24名 ※①作品作り②色付けの2回とも参加できる方
	【子ども公民館】 ◎飯ごう炊さんと星の教室 飯ごうでご飯を炊いてみよう!レクリエーションや花火、星の観察とお楽しみが盛りだくさん!!	7月15日㈯　15:00～20:00	集合：うすだスタードーム	佐久おやじの会	〈参加費〉実費負担 〈定　員〉10組まで ※詳細は後日参加者に通知します
	◎高山植物ウォッチング 高山植物との出会いを求めて、湯の丸高原へ出かけましょう	7月24日㈪　7:00～15:30	集合：あいとぴあ臼田	井出良二先生 村山博先生	〈参加費〉100円（保険料） 〈持ち物〉昼食・飲み物・雨具 〈定　員〉40名 ※申込受付開始6月12日㈪8:30

※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

■東公民館 ☎67－2545　■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
東公民館	◎やさしいリズム体操（全3回） 誰でもできる簡単なリズム体操です♪ （365日の紙飛行機）	①6月 1日㈬ 10:00～11:30 ②6月15日㈬ 〃 ③6月29日㈬ 〃	東会館 大会議室	中嶋洋子先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉運動靴・運動のできる服装・飲み物 〈定　員〉25名
	◎わくわく家庭菜園教室（全8回） ④夏野菜の管理（誘引、整枝、芽掻き） ⑤野菜の栄養診断と管理 ⑥夏野菜の夏期管理、秋の人参栽培について	④6月 5日㈪ 9:30～11:30 ⑤6月26日㈪ 〃 ⑥7月10日㈪ 〃	東会館 中会議室	佐久市営農支援センター営農相談員	〈参加費〉無料 〈持ち物〉なし
	◎絵手紙教室（全3回） 「ヘタでいい」、「ヘタがいい」をモットーに楽しく絵手紙を書いてみませんか！ 初めての方も安心して始められます	①7月5日㈬ 9:30～11:30 ②8月2日㈬ 〃 ③9月6日㈬ 〃	東会館 大会議室	岩本幸枝先生	〈参加費〉200円程度（材料費） 〈持ち物〉道具一式（絵筆・パレット・顔彩・墨液）・ハガキ・モチーフ（野菜・花）水入れ・新聞紙・ティッシュ ※道具のレンタルあり（1回600円程度、事前に申込みを）
	◎自然散策～高峰山～ 佐久平を一望しながら、高山植物の咲く尾根をのんびり歩きませんか	7月19日㈬ 8:00～16:00	集合：東会館	佐藤文一先生	〈参加費〉100円程度（保険料等） 〈持ち物〉昼食・飲み物・雨具・常備薬・登山のできる服装・靴　等 〈定　員〉25名 ※申込受付開始 6月21日㈬ 8:30 ※詳細は後日参加者に通知します
浅科公民館	◎浅科音頭講習会（全2回） 浅科ドドンと音頭やミナコイ賛歌を練習して、8月のどんどん祭りで一緒に踊りましょう	①7月11日㈫ 19:00～20:30 ②7月20日㈬ 〃	交流文化館浅科	浅科民踊レクリェーションクラブ	〈参加費〉無料 〈持ち物〉運動靴、運動のできる服装
	◎料理教室～香りの世界を食卓に～（全4回） ハーブや香辛料を使って、豊かな食卓作り メニュー：バインセオ（ベトナム風お好み焼）他	②7月14日㈮ 9:30～13:30	浅科公民館 調理室	名取叔美先生	〈参加費〉800円程度（材料費） 〈持ち物〉エプロン、三角巾、持ち帰り用容器　〈定　員〉15名 ※申込受付開始 6月13日㈫ 8:30
	◎きままなクラフト講座 身の回りの物で、簡単手作り！「折り紙で秘密の箱・幸せの折鶴」を作りましょう	②7月18日㈫ 9:30～11:30	浅科公民館	きままなクラフト倶楽部	〈参加費〉110円程度（材料費） 〈持ち物〉カッター　〈定　員〉15名 ※申込受付開始 6月16日㈮ 8:30
	◎手作りおやつ講座（全5回） 添加物のないおやつ作りに挑戦 蒸しパンいろいろ　黒糖+レーズン、ミックスベジタブルなど	②7月26日㈬ 9:30～11:30 13:30～15:30 ※午前か午後のいずれかをお選びください	市民創錬センター	名取叔美先生	〈参加費〉400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〉各20名 ※申込受付開始 6月15日㈬ 8:30 ※託児あり（事前予約必要）
	【子ども公民館】 ◎身近な自然～水源地に出かけよう♪～ 子ども向け夏休み企画です（大人のみ参加可） 佐久の水資源について、水源地などを巡って学びましょう	7月28日㈮ 8:30～14:30	集合：佐久市役所（行程は参加者に後日通知）	佐久水道企業団職員	〈参加費〉無料　〈定　員〉25名 〈持ち物〉お弁当・飲み物・筆記用具・雨具・空のペットボトル ※申込受付開始6月12日㈪8:30 申込みは環境政策課にしてください ☎62－2917
望月公民館	◎家庭菜園教室（全7回） 内容：野菜の生育診断・夏場の管理等	③6月6日㈫ 9:30～11:30 ④7月4日㈫ 〃 ⑤8月1日㈫ 〃	観音峯活性化センター	小林重弘先生	〈参加費〉無料　〈持ち物〉飲み物 ※定員はありませんが申込みが必要です
	◎篆刻教室（全12回） オリジナルハンコを作ってみよう 内容：文字を印面に写す他	⑤6月 3日㈯ 13:30～15:30 ⑥6月17日㈯ 〃 ⑦7月 8日㈯ 〃	駒の里ふれあいセンター 講習室	小田雅舟先生	〈参加費〉1，000円程度（材料費等） 〈持ち物〉飲み物 〈定　員〉15名
	◎愛唱歌・うたごえホール（全12回） 童謡、唱歌、最新曲などを楽しく歌いましょう	③6月21日㈫ 13:30～15:00 ④7月19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〉無料　〈持ち物〉飲み物 ※歌集購入の方は別途600円
	◎家族の笑顔が一番（全6回） ～しあわせクッキング～ 内容：アレンジパン、エビチリ等	②7月13日㈫ 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（材料費等） 〈持ち物〉エプロン・三角巾・飲み物 〈定　員〉16名 ※申込受付開始 6月9日㈮ 9:00
	◎草木染教室（全6回） 自然の植物で染物に挑戦	②6月 9日㈮ 13:30～16:00 ③7月14日㈮ 〃	観音峯活性化センター	望月多恵子先生	〈参加費〉2，000円程度（材料費） 〈持ち物〉飲み物・エプロン・軍手・Lサイズのゴム手ぶくろ 〈定　員〉15名
	◎歴史教室（全4回） 身近な歴史に目を向けてみよう 内容：臼田地域の石仏めぐり	②7月9日㈰ 9:00～16:00	あいとぴあ臼田	丸山正俊先生	〈参加費〉2,000円程度（昼食・保険代等） 〈持ち物〉飲み物・動き易い服装・帽子 〈定　員〉20名 ※申込受付開始 6月7日㈬ 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3月の新聞に、伊那市長谷に伝わる伝統芸能の歌舞伎が活動休止するという記事があり目にとまった。これまで毎年公演を続けてきたが、演者の不足が限界に来たという。

実は、私の地区でも江戸時代中期から続く獅子舞が、演者の高齢化と後継者不足で、どのように運営するか昨年議論になった。存続のため検討委員会を発足させ意見を集約し、運営形態を少し変えるなど工夫をしてみることになった。獅子舞は全戸が係わり5年に一度の輪番制で地区全戸を回っているが、新たに保存会組織を位置付けたり負担を少なくしたりして、例年通り正月に行なった。今後、多少の変更があっても、先祖からつながる獅子舞の精神に沿って運営していきたい。

かつては、地域文化も子供が親や近所の大人と多くの時間を共有する中で、見聞きして伝わって来た。今、生活様式が変わり、伝承させるには何か仕組みを作らなければならない。伝統芸能の存続は地域の課題として、対策が必要になっていると思う。

（編集委員）

無料 障害年金専門の社会保険労務士による
障害年金相談会
◆場所：野沢会館　（事前予約制）
◆日時：毎月第二水曜日 13時30分～16時30分

＊人工透析・人工関節・人工肛門・ペースメーカー 等
＊がん・糖尿病・特定疾患・脳疾患 等
＊うつ病などの精神の病、視力・聴力の低下、生活や労働に制限のある方 等（労働していても受給可）

※受給するには諸条件があります。お気軽にご相談下さい。

長野障害年金研究会
社会保険労務士依田謙二事務所
芹澤社会保険労務士事務所
西澤社会保険労務士事務所
Tel. 0267-68-7367

分譲地情報



瀬戸原団地（残29区画）
佐久市瀬戸　随時受付中
面積:76坪～89坪
価格:790万円～1,033万円



湯川台団地（残10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

◎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下さい。
◎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下さい。

佐久市100%出資
分譲地紹介謝礼金 10万円進呈（登記完了後）

佐久市土地開発公社
TEL.0267-62-8667　佐久市土地開発公社　検索
〒385-0043 佐久市取出町183番地（野沢会館内）　tochiko@sakunet.ne.jp

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）

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

入居者募集
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

佐久市根岸
のぞみサンピア佐久敷地内
ウェルハウスのぞみサンピア
本館介護居室
佐久市根岸3203-2
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 一括契約の入居一時金の60分の1を、毎月お支払いいただきます。
※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。●償還金額＝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

のぞみサンピア佐久敷地内
ウェルハウスのぞみサンピア
別館介護居室
佐久市根岸3203-2
入居一時金 なし
月額利用料 108,000円～135,270円（税抜）
●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

のぞみグループ本部 ☎0267-22-9274（甘利医院2F）小諸市与良町3-4-17
❖http://www.nozomi-g.co.jp/　❖http://www.nozomi-g.co.jp/sunpia/

新宿・池袋・立川便
臼田・佐久・東御・小諸・軽井沢・上田 ⟷ 池袋駅東口・バスタ新宿・立川駅北口
回数券が断然お得です!!
共同運行:西武観光バス



京都・大阪便
共同運行:近鉄バス〈千曲川ライナー〉
千曲バスの高速バス
軽井沢・佐久・小諸・東御・上田 ⟷ 京都・大阪
□全線共通



お問い合せ ご予約は
高速バス予約センター〔野沢〕(0267) 営業時間（無休）8:40～20:00 62-0010
高速バス上田予約センター〔上田〕(0268) 営業時間（無休）8:40～20:00 22-0230
CHIKUMA BUS　上田営業所(0268)22-2363　小諸営業所(0267)22-2100　★携帯電話・インターネットで予約ができます!
千曲バス　http://www.chikuma-bus.co.jp/　Rosen-Kousoku@chikuma-bus.co.jp

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/土屋）
●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/齋藤）

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
・エフビー居宅介護支援事業所 佐久
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）
休日救急歯科診療所（サングリモ中込２階　☎63－3783）

サ 子育てサロン（午前９時30分～11時30分）

地域集団健診（申込・問合せ：健康づくり推進課健診推進係
☎62－3196　または各支所健康づくり推進係）

広 つどいの広場　サングリモ中込　（午前９時～午後４時）
あさしな保育園内（午前９時～午後２時）
もちづき保育園内　（午前９時～午後２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
（午前10時～正午・午後１時～4時）
うすだ健康館（午前９時～午後２時）

献血 献血　午前9時30分～11時30分／午後1時～2時
※会場および日時については、都合により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、
献血カード（持っている方のみ）

水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
	1 平日★ 献血 佐久合同庁舎 サ 中佐都児童館 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	2 平日★ サ 中込児童館 サ 望月児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 うすだ健康館	3 広 サングリモ中込
7 平日★ サ 泉児童館 サ 佐久平浅間児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－６ 広 うすだ健康館	8 平日★ 妊 サ 佐久城山児童館 サ あさしな児童館 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	9 平日★ サ 岩村田児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 うすだ健康館	10 広 サングリモ中込
14 平日★ サ 野沢児童館 サ 高瀬児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－６ 広 うすだ健康館	15 平日★ 予 サ 中佐都児童館 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	16 平日★ サ 中込児童館 サ 望月児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 うすだ健康館	17 広 サングリモ中込
21 平日★ あいとぴあ臼田 サ 泉児童館 サ 佐久平浅間児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－６ 広 うすだ健康館	22 平日★ サ 佐久城山児童館 サ あさしな児童館 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	23 平日★ サ 岩村田児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 うすだ健康館	24 広 サングリモ中込
28 平日★ サ 野沢児童館 サ 高瀬児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－６ 広 うすだ健康館	29 平日★ 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	30 平日★ 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 うすだ健康館	

■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　6月8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

予 2歳児歯っぴー教室（要予約）

対象　平成27年3月生まれのお子さんと保護者（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　6月15日㈭（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
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

[2017年]
6月

日 sun	月 mon	火 tue	
4 小児 金澤病院 ☎67-2048 おおくら皮フ科 ☎65-9915	**5** 平日★ 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6 広 うすだ健康館	**6** 平日★ サ 東児童館 サ 臼田児童館 広 サングリモ中込 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6	
11 小児 工藤医院 ☎62-0475 斎藤産婦人科医院 ☎62-0823	**12** 平日★ 佐久市保健センター サ 平根児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6 広 うすだ健康館	**13** 平日★ あいとぴあ臼田 サ 切原児童館 広 サングリモ中込 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6	
18 小児 川西赤十字病院 ☎53-3011 柳澤クリニック分院 ☎78-3355	**19** 平日★ サ 岸野児童館 サ 小田井児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6 広 うすだ健康館	**20** 平日★ サ 東児童館 サ 青沼児童館 広 サングリモ中込 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6	
25 小児 荻原医院 ☎67-2051 佐久平こころのクリニック ☎68-8556	**26** 平日★ サ 平根児童館 広 サングリモ中込 広 あさしな保育園 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6 広 うすだ健康館	**27** 平日★ あいとぴあ臼田 サ 田口児童館 広 サングリモ中込 広 もちづき保育園 広 わくわくランドU－6	

■6月の児童館午前中開放事業
対　象　就学前のお子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



森林セラピー基地「春日の森」

佐久の景色から

森林セラピー基地「春日の森」

市内には、森の持つ癒し効果が科学的に認められた、「平尾の森」と「春日の森」の2つの森林セラピー基地があります。

事前にお申込みいただくことにより、専門の資格を持った「森の案内人」のガイドによる森林セラピーを体験することができます（有料）。「聴く」「触る」「見る」「嗅ぐ」「味わう」といった五感を働かせることで、普段とは違った感覚を楽しめますので、ぜひ森の案内人のガイドによる森林セラピーを体験してみてはいかがでしょうか。

※6月にツアーを開催（詳細はP19）

※森林セラピーとは…
森の中を歩いて気分がスッキリしたというような、なにげなく感じていた森林の持つ癒し効果やリラックス効果を科学的に解明し、心と身体の健康維持・増進、疾病の予防などを図るものです。

■問合せ　健康づくり推進課　☎62−3524

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。

■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 62−3075）
佐久市中央公民館（〒385-0011 長野県佐久市猿久保165番地1市民創錬センター内）館報編集委員会（TEL 66−0551）