

あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE

ライフ

11

No.176 広報佐久
平成29年11月

特集2

重症心身障がい児(者)
医療型短期入所(レスパイトケア)開始!!

特集1

野生鳥獣による被害を防ぐために

目次

表紙写真：信州佐久市観光フォトコンテスト2011
「紅」篠原孝哲さん(場所：鼻顔稲荷神社)

平成29年 11月

頁	
3	特集1 野生鳥獣による被害を防ぐために
6	特集2 重症心身障がい児(者) 医療型短期入所(レスパイトケア)開始!!
7	毎年3月9日は「佐久市民の日」です 大学進学に向けた給付型奨学金の新設 ペレットストーブで冬の暖を!
8	都市計画決定に係る素案の閲覧・公聴会 佐久市都市計画審議会の委員を公募します 生涯活躍のまち事業に係る移住者向け住宅の整備・運営主体の募集
9	難病患者等激励費の支給 平成29年分 年末調整説明会 平成29年分 青色申告決算等説明会
10	糖尿病を予防しましょう! 佐久市農業祭2017 佐久市青少年健全育成市民集会
11	第13回 佐久市社会福祉大会 第6回 比田井天来・小琴顕彰 佐久全国臨書展 オリンピックや世界大会で活躍するトップアスリートと交流しよう
12	インフォメーション
24	公民館報 さくし
29	広告ページ
30	健康のカレンダー
32	武論尊100時間漫画塾 受講生募集

人口

総数	99,412人	(-49人)
男	48,726人	(-34人)
女	50,686人	(-15人)
世帯数	41,151世帯	(-7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29年1~9月の累計
人身事故	36件	302件
死亡	0人	2人
負傷	48人	384人
救急	353件	3,389件
火災	1件	46件

データファイル

相談コーナー

行政相談

11月15日(水) 午後1時~4時 浅科支所
11月16日(木) 午後1時30分~4時 あいとぴあ白田
11月22日(水) 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25日(土) 午後1時~3時
イオン佐久平店イベントホール
■問合せ 長野県司法書士会佐久支部 ☎78-5505

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

11月2日(木)、9日(木)、16日(木)、30日(木)
午前9時~午後4時 (相談無料)
長野地方方法務局佐久支局
■問合せ 長野地方方法務局佐久支局 ☎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 11月26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 白田支所、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)

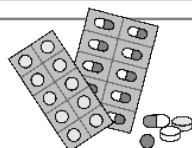
~特殊詐欺被害急増~

「市役所職員」「医療費・年金」「ATM手続き」
電話でキーワードを聞いたたら、**詐欺**と疑いましょう!

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 ところがホッ
☎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~



野生鳥獣による 被害を防ぐために

野生鳥獣による農林業被害などが問題となっています。
なぜ、こんなに被害が発生するのでしょうか？
被害を防ぐためには何が必要なのか、一緒に考えてみませんか。

■問合せ

耕地林務課 ☎62-3242

農政課 ☎62-3203

佐久地域振興局林務課 ☎63-3111

野生鳥獣による被害状況

**全国のニホンジカやイノシシなどによる
農業被害額は年間約176億円!!**

現在、生息環境の変化や農業離れなどによる耕作放棄地の増加、狩猟者の高齢化などが要因で野生鳥獣が増え、全国的に農林業などへの被害が問題となっています。

平成27年度農林水産省のデータによると、全国の農業被害額は約176億円で、そのうちニホンジカによる被害は約60億円（約34%）、イノシシによる被害は約51億円（約29%）となっています。

長野県では、農林業被害額は約9億6千万円で、そのうちニホンジカによる被害は約3億7千万円（約39%）、イノシシによる被害は約8千万円（約8%）となっています。

また、近年、市街地の田畑でもハクビシンやタヌキなどによる農業被害も発生しています。
丹精込めて育てた作物が、たった一晩で荒らされてしまう野生鳥獣による被害は、営農意欲の減退、耕作放棄地の増加など、被害額として数字に現れる以上に深刻な影響をもたらしています。

住宅地への野生鳥獣の出没!!

野生鳥獣が人里に近づくことで、人間に対して直接危害を及ぼす危険性も増加しています。

長野県内でも住宅地へのイノシシ出没やツキノワグマによる人身事故が発生したり、市内でも昨年の秋には岩村田地区でイノシシの出没が連日ありました。



ハクビシンの食害



ニホンジカの踏み荒らし



耕作放棄地

自らができる被害防止対策

野生鳥獣の生態を知っていますか？

ニホンジカ

特徴 昼夜を問わずに活動し、大食漢で1日3kgものエサを食べ、ほぼ全ての種類の植物を食べます。跳躍力に優れて、2m以上の障害物を余裕で飛び越えることができます。



イノシシ

特徴 昼夜を問わずに活動し、雑食性で、地中の植物や昆虫などを掘り返して食べます。狭いすき間をくぐり抜けることも得意です。警戒心が強いです。



ツキノワグマ

特徴 昼夜を問わずに活動し、木登りが得意です。新芽や木の実、昆虫などを食べます。聴覚・嗅覚が優れ、山に餌が不足する春先から夏に里へ下り果樹などへの被害を発生させます。



ハクビシン

特徴 雑食性で時には鳥を襲つこともあります。木登りが得意で小さな隙間でも通ることができます。屋根裏に棲みつくこともあり、騒音・糞尿の被害もあります。



野生鳥獣の対策を知っていますか？

野生鳥獣からの被害を減らすために、自分たちでできる対策があります。

①野生鳥獣が身を隠せる場所を作らないこと

農地や人家の周辺に草木が生い茂っていると、野生鳥獣が身を隠す場所になり、田畑が荒らされる要因となります。田畑周辺の環境整備（草刈り、藪払い）を行うことで、見通しが良くなり、野生鳥獣の隠れる場所をなくすことにつながります。

②野生鳥獣の餌場となるものを排除すること

収穫期を過ぎた作物や生ごみを田畑に放置しておくと、野生鳥獣にとっては餌場になり、結果的に餌付けをしているのと同じこととなります。田畑に野生鳥獣を近づけないように、適正な管理を行います。

③野生鳥獣が侵入できないようにすること

①、②の対策を行っても野生鳥獣が田畑に寄って来てしまう場合は、ネットや電気柵などの防護柵を設置することで、被害を減らすことができます。また、設置後の管理も大切になります。



被害防止のための対策など

有害鳥獣駆除の実施

ニホンジカやイノシシなどの有害鳥獣による農林業被害を減少させるため、佐久市猟友会へ有害鳥獣駆除を委託しています。

また、田畑を荒らすハクビシンやタヌキなどの小型獣の駆除も行っていますので、被害にお困りの方は、耕地林務課にご相談ください。

防護柵による野生鳥獣の防除

ほ場単位での侵入防護柵（電気柵・ネット柵など）の補助交付条件は侵入防護柵の延長が100m以上となることで、補助率は事業費の10分の3以内かつ上限は10万円です。



電気柵



ワイヤーメッシュ柵

また、国の事業として、山などを大きく囲う広域防護柵（ワイヤーメッシュ柵など）の資材費を補助しています。地域で組合をつくり、防護柵を設置・管理することによって、野生鳥獣の被害を大きく減らすことができます。申請の方法などについては農政課にご相談ください。

新規狩猟者等への手数料の補助

新規に狩猟免許を取得する方などへ取得に係る手数料の補助を行っています。申請の方法などについては耕地林務課にご相談ください。

わな猟講習会の開催

毎年2月の中旬から下旬に佐久市猟友会と共同で「わな猟講習会」を開催しています。

なお、野生鳥獣駆除に従事するためには、狩猟免許の取得が必要です。



佐久市猟友会
安全狩猟射撃大会

市からのお知らせ・お願い

山林へ入る際の注意

市の東側の山林などを中心にツキノワグマの目撃、出没が発生しています。長野県内では、山菜採りなどで山林に入った人がツキノワグマに襲われる被害も発生しています。

ツキノワグマの主な生息地は、ブナやミズナラに代表されるブナ科の落葉広葉樹林で、長野県内の山林は、どこでも生息できると考えられています。

山林内に入るときは、複数人で行動し、鈴等の音を鳴らしながら行動するように心がけ、出会いがしらの遭遇を回避してください。



狩猟の解禁

11月15日(水)から2月15日(木)まで、(わな猟は、3月15日(木)まで) 狩猟期間となります。

山林に立ち入る際は、明るく目立つ服装を心掛けましょう。

また、狩猟者は、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。



佐久平国際射撃場内で撮影

重症心身障がい児(者)医療型短期入所(レスパイトケア)開始!!

浅間総合病院では、10月から在宅で医療的ケアを必要とする重症心身障がい児(者)の方を介護されているご家族の精神的・身体的負担の軽減を図るために、医療型短期入所サービスを始めました。

ご利用いただける方

- ・障がい児は、重症心身障がい児の方
- ・障がい者は、次の①②の方

障害者総合支援法における、障害支援区分の認定において

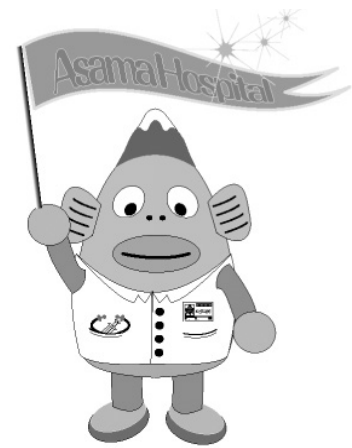
- ① 区分6に該当し、気管切開を伴う人工呼吸器による呼吸管理を行っている方
- ② 区分5以上に該当し、進行性筋萎縮症に罹患している者または重度の知的障害および重度の肢体不自由が重複している方

ご利用いただける場合

家族の病気、付き添い、冠婚葬祭、休養、旅行、その他

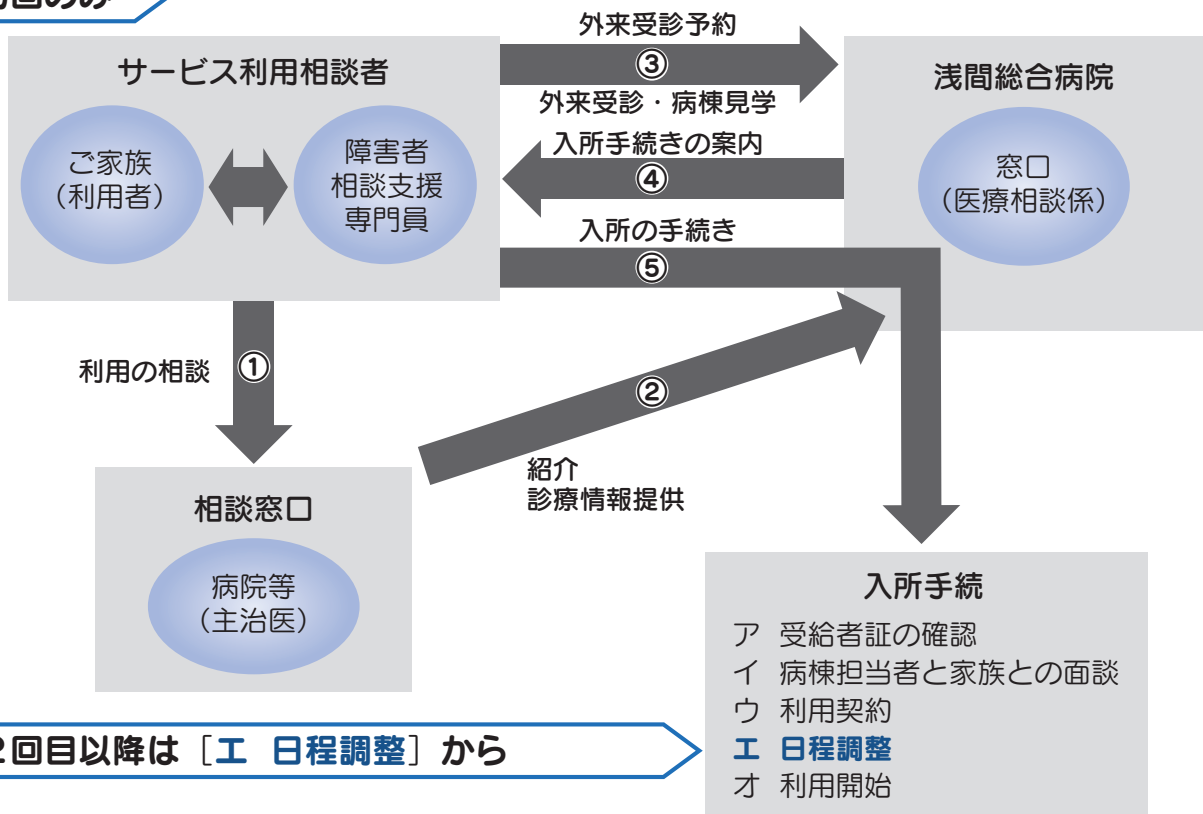
ご利用に当たっての費用負担

- ・ サービス利用料のほか、食費などがかかります。
- ・ サービスの利用に当たり、外来受診等の医療行為は別途医療費がかかります。
- ・ 外来受診や入所・退所の際の送迎は、ご家族の負担になります。



ご利用方法

初回のみ



2回目以降は [エ 日程調整] から

■3月9日「佐久市民の日」とは
「佐久市民の日」は、市民の皆さんが佐久市の魅力を再発見し、ふるさとへの愛着と誇りを持ち、市民同士の一体感を育みながら、佐久市を更に盛り上げていくことを考える日です。

■どうして3月9日なの？

3月9日が「サンとキユウ」で「サク」の語呂に合うことから、3月9日としました。

■記念事業を行います

「佐久市民の日」に合わせ、記念事業を実施します。

▽記念事業の内容

- ・ 次の3つの事業を柱に実施します。
- ・ 民間事業者、各種団体の皆さんによる協賛事業
- ・ 公共施設等の割引、無料開放
- ・ 市の関連事業

※詳細は、ホームページ等で今後、お知らせしていきます。



佐久市出身で、漫画「北斗の拳」の原作者である武論尊氏からの寄附金により、S A K U コスモス育英基金を新設し、来年度から給付型奨学金制度を始めます。これは、経済的理由により大学進学が困難な方を支援するための制度となります。給付を希望される方の申請を受け付けます。

■給付

▽給付額 1人あたり年額100万円を4年を限度として給付します。

▽給付方法 口座振込で、4月または5月、9月に50万円ずつ給付します。

▽給付要件

申請日以前6か月間、佐久市内に住所を有し、かつ、在住していることをはじめとして、所得、成績、市税等の納付状況などの要件があります。

■スケジュール

▽募集期間 11月末日まで

学校教育課まで書類を提出してください。

▽内定 12月中旬に審査を行い、全ての方にその結果を通知します。

▽決定 平成30年4月に在学証明書等の必要書類を提出していただき決定します。

■募集人数 10名

※詳細は、市ホームページをご覧ください。また、学校教育局までお問い合わせください。

この冬は、炎を楽しみながら暖かく過ごしてみませんか。

ペレットストーブは「輻射熱」により体を芯から暖めてくれるほか、炎を眺めることで癒し効果があるとされています。

また、ペレットは循環型社会の構築に寄与し、地球温暖化の原因となる温室効果ガスの排出を抑制します。

■実際に使っている方の声

- ・ 灯油ストーブよりも暖まり方がよい。
 - ・ ストーブを消火したあともすぐに温度が下がらず、暖かさが残る。
 - ・ 着火や温度調整が簡単にできる。
 - ・ 煙が少ないので安心して使用でき、空気もきれい。
 - ・ 灰が少なく、掃除が手軽にできる。
- 等、多くの方から満足の声寄せられました。

■ペレットストーブ設置の補助金

▽補助率（上限額）
経費の2分の1以内（15万円）

※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ください。



次に記載する3つの事項に関して、都市計画決定を行うにあたり、素案の閲覧・公聴会等を行います。

■都市計画決定を行う事項

①都市計画道路の見直し結果による都市計画道路の変更

②特定用途制限地域（佐久臼田インターチェンジ周辺地域）の変更

③佐久平駅南（樋橋）地区の都市計画道路の変更・広場の決定

■素案の閲覧

▽期間 12月1日(金)～15日(金)

午前8時30分～午後5時15分

※土日を除く

▽場所 都市計画課、市民ホール行政資料閲覧コーナーおよび各支所経済建設環境係

※ホームページでもご覧いただけます。

■公述の申出

▽期間 12月1日(金)～15日(金)

午前8時30分～午後5時15分

※土日を除く

▽方法 閲覧場所に用意してあります「公述申出書」に必要事項を記入のうえ、12月15日(金)までに提出してください。また、郵送の場合は、12月15日(金)必着とします。

■公聴会

▽日時 12月23日(土) 午後1時30分～

▽会場 市役所8階大会議室

▽傍聴 公聴会の傍聴を希望される方は、直接会場にお越しください。

■その他

公述人がいない場合は、公聴会を中止します。中止する場合は、ホームページ等でお知らせします。

公述人がいない場合は、公聴会を中止します。中止する場合は、ホームページ等でお知らせします。

公述人がいない場合は、公聴会を中止します。中止する場合は、ホームページ等でお知らせします。

■申込資格 次のすべてに該当する方

(基準日：平成29年11月1日現在)

(1)基準日において年齢が満20歳以上の方

(2)市内に在住、在勤、または在学する方

(3)市税等を滞納していない方

(4)市の他の審議会等の委員でない方

(5)佐久市議会議員、佐久市職員でない方

(6)平日（昼間）に開催する会議に出席できる方

(7)成年被後見人または被保佐人でない方

(8)審議会の所掌する事務と密接な利害関係がない方

(9)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、その他集团的または常習的に暴力的な行為を行う恐れがある組織の構成員でない方

委員でない方

審議会の事務 市長の諮問等に応じた都市計画に関する事項の審議

委員の任期 選任の日から2年間

募集人員 3名（委員総数15名以内）

申込に必要な書類 都市計画審議会公募委員申込書（都市計画課窓口または市ホームページで入手できます。）

申込 11月22日(水)午後5時15分まで。持参、郵送、Eメール、FAXのいずれかでお申し込みください。なお、郵送の場合は、11月22日(水)必着とします。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

※募集人員が3名を超えた場合は、12月8日(金)に公開抽選を行います。（その際は別途通知）

※申込者が募集人員に満たない場合の再募集はありません。

※申込者が募集人員に満たない場合の再募集はありません。

「佐久市臼田地区生涯活躍のまち事業」の推進にあたり、臼田地区にある既存の市営住宅下越団地（B棟）の一部をサードビル付き高齢者向け住宅（サ高住）として改修し、首都圏等からの移住者の住まいとして活用する計画です。

■募集概要

施設の整備、またサ高住における安否確認・生活相談等のサービスの提供および管理運営を担う事業主体を募集します。

■改修対象施設

佐久市下越216番地1
特定公共賃貸住宅下越団地

B棟の一部・集会所

予定スケジュール

平成30年2月頃 事業主体決定

平成30年度 事業主体による施工等

平成31年度 入居開始

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

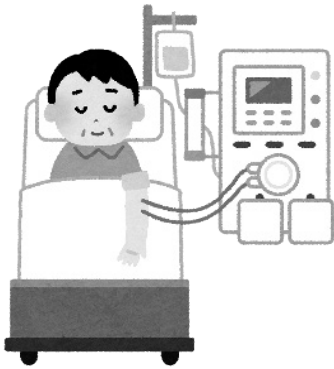


■申請期間 11月1日(水)～12月28日(木)
■申請窓口

国保医療課または各支所市民係

■対象 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
- ・小児慢性特定疾病医療受給者証
- ・特定疾患医療受給者証
- ・特定疾病療養受療証
- ・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
- ・長野県特定疾病医療受給者証
- ・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、印鑑、振込先の分かる物
- 支給時期 申請月の翌月下旬
- 支給金額
- ・透析の方 3万円（一部要件あり）
- ・透析以外の方 5千円



税務署では、給与所得者に係る年末調整説明会を次の日程により開催します。

なお、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、説明会の会場でお渡ししますので、会場受付にて担当にお申し付けください。

■1回目

▽日時 11月14日(火)

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)

▽会場 佐久平交流センター大ホール

■2回目

▽日時 11月16日(木) 午後2時～4時

▽会場 コスモホール大ホール

※いずれかの会場にご出席ください。

※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、一部の用紙については、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、ぜひご利用ください。

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や作成に当たっての注意点などについて、説明会を次のとおり開催します。

■営業・不動産所得関係

【1回目】

▽日時 12月1日(金)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

【2回目】

▽日時 12月6日(水)午後2時～4時

▽会場 白田町商工会館

▽対象地区 白田地区

【3回目】

▽日時 12月12日(火)午後2時～4時

▽会場 望月商工会館

▽対象地区 浅科地区・望月地区

■農業所得関係

▽日時 12月1日(金)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

なお会場の所在地などは、関東信越国税局のホームページにも掲載されますので、併せてご覧ください。

※各会場とも、駐車場に限りがあります。
※対象地区以外の会場へもご出席いただけます。

11月14日の世界糖尿病デーを含む、11月13日～19日の一週間は全国糖尿病週間です。

市の特定健診受診者のうち、糖尿病の診断指標HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー※過去1～2ヶ月前の血糖値の平均）の値が基準値5・6%以上の方は約7割！（平成27年度特定健診）糖尿病予備群の方が多い現状です。

HbA1cが高い状態が続くと、血液はドロドロになります。ドロドロの血液は流れにくくなるため、血管を傷つけポロポロにして動脈硬化になりやすくなります。血液が流れにくくなることにより、心臓や脳、腎臓などの重大な病気に繋がります。

しかし、血液がドロドロの状態、糖尿病の初期では自覚症状がありません！「まだ大丈夫」と油断はできません。

■全国糖尿病週間標語

「糖尿病 手遅れ防ぐ 早めの受診」

まずはご自身の血液の状態を知るために、健診を受診しましょう！

健診の結果、数値が高かった場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

市では血液の状態に合わせた、糖尿病の予防や合併症予防（重症化予防）のための健康相談や栄養相談等が可能です。

お気軽にお問い合わせください。

イベント 第13回 佐久市社会福祉大会

■日時 11月20日(月) 午後1時～4時
■会場 佐久平交流センター

■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 笑顔の戦士

～生きていくって幸せ～

▽講師 道志真弓氏

▽講師略歴

1965年富山生まれ。熊本市人権教育講師やフリーアナウンサーとして活躍。長女・弓華ちゃんは世界にたった30数例しかない「14トリソミー」で1996年に誕生。弓華ちゃんと共に過ごした笑顔の絶えない8年間の物語を全国各地で講演するなど、幅広い活動をしている。著書「笑顔の戦士」（文芸社）が発売中。

■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



道志真弓氏

イベント 佐久市青少年健全育成市民集会

「青少年は地域社会からはぐくむ」という観点に立ち、青少年をいちばん身近で支える家庭、学校、地域の皆さんが一堂に会して、青少年健全育成について考えていただく集会です。

今回は、佐久市出身で漫画原作者の武論尊氏による講演会、野沢中学校合唱部の合唱などが行われます。

■日時 11月19日(日)午後1時～4時10分

■会場 あいとびあ白田

■内容

▽プロローグ スズキ・メソッド

「子どもたちによるバイオリン」

▽講演会

【演題】 「おもしろ、おかしく、未来を語ろう」

【講師】 武論尊氏



武論尊氏

▽その他

- ・市内中学生意見発表
- ・野沢中学校合唱部
- ・薬物乱用防止広報車による啓発 (正午～午後1時)

※詳細は市ホームページをご覧ください。



佐久市農業祭2017 ～見て、食べて、触れて、佐久の秋を満喫しよう～

■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

市の農産物を広くPRし、地産地消を推進するため、恒例の佐久市農業祭(地産地消フェア)を開催します。

■日時

11月11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、白菜等の各種農産物や農産物加工品の販売
- ・佐久鮭料理などのサービス
- ・農産物イベントコーナー
- ・「フードドライブ」の開催
- ・ご家庭で眠る缶詰、カップ麺などを寄付してください。(賞味期限一ヶ月以上で常温保存できるもの)

■同時開催

○友好都市物産と観光展

友好都市各種特産品の販売と観光紹介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」

ブランカンのシェフによる地元産牛肉を使ったお楽しみ試食コーナー、牛肉等の販売

※駐車場

駒場公園駐車場、総合体育館北側駐車場

※内容が変更になる場合があります。詳細は、市ホームページをご覧ください。



第6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

■期間 11月25日(土)～12月10日(日)

午前9時30分～午後5時

※11月27日(月)、12月4日(月)は休館

■会場

近代美術館

■入場料

無料

■展示作品

・一般部、高校生部は入賞以上の作品

■開催中の主な行事

- ▽11月25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
- ▽12月2日(土)、9日(土)
 - ・ギャラリートーク 午後2時～
 - ・講師 12月2日 石原太流先生
 - 12月9日 慶徳紀子先生
- ・会場 近代美術館
- ・入場料 無料



第5回展 有岡郷崖先生によるギャラリートーク



オリンピックや世界大会で活躍するトップアスリートと交流しよう【陸上編】

■問合せ 体育課 ☎62-2020

佐久市にオリンピックや世界大会で活躍する陸上競技選手たちがやってきます。

■期日 11月23日(木・祝)

■会場

午前の部 佐久総合運動公園陸上競技場(雨天時 佐久市総合体育館)

午後の部 佐久市総合体育館大体育室

■参加費

午前の部 500円(保険料込)

午後の部 無料

■対象

午前の部 小・中学生

午後の部 一般(中学生以上)

■定員 200名(午前・午後それぞれ)

■講師(スズキ浜松AC所属)

・川元奨選手(リオ五輪800m出場
ほか/佐久市野沢出身)

・中村明彦選手(ロンドン五輪400m
H、リオ五輪十種競技出場ほか)

・新井涼平選手(リオ五輪やり投げ出場
ほか)

・原翔太選手(2015年アジア陸上大会200m優勝 ほか)

■スケジュール

午前の部

・受付開始 午前9時30分

・様々な陸上種目を楽しもう!(走る・跳ぶ・投げる)に関わる4種目) 午前10時～

午後の部

・受付開始 午後1時30分

・トークイベント 午後2時

■申込 市ホームページをご覧ください

※詳細は、体育課までお問い合わせください。

イベント

●「鎌倉彫記念館企画展」

開催中

文化事業団 ☎82-3962

○企画展

▽期間 11月1日(水)～29日(水)

▽会場 鎌倉彫記念館多目的室

▽入場料 無料

※常設展示室は有料

▽内容 プリザーブドフラワー

を使いアレンジした作品展です。クリスマス向けの大きな

作品も数多く展示します。

イベント

●世界糖尿病デー記念事業

浅間総合病院医療相談係

☎67-2295

○東信地区糖尿病講演会

▽日時 11月5日(日)

午後1時～4時

▽会場 浅間総合病院中央棟

4階講堂

▽参加費 無料

▽内容

・劇場型糖尿病教室

「糖尿病の維新は近いぜよ!」トーションズ

●第29回佐久市望月駒の里

草競馬大会

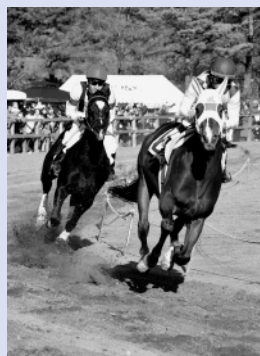
望月支所経済建設環境係

☎53-3111

▽日時 11月3日(金・祝)

午前9時～午後3時30分

▽会場 望月総合グラウンド



●道の駅祭り&商工祭

道の駅ほつとぱーく・浅科

☎58-0581

浅科商工会 ☎58-0220

▽日時 11月5日(日)

午前9時～午後3時

▽会場 ほつとぱーく・浅科

▽内容 ビンゴ大会やお楽しみ

抽選会等楽しい催しものを企画

画しています。

大勢のご参加をお待ちしてい

ます。

※天候等により、時間、内容等

が変更になる場合があります。

●望月歴史民俗資料館

イベントのご案内

望月歴史民俗資料館

☎54-2112

○古楽器演奏会

▽日時 11月23日(木・祝)

午後1時30分～3時

▽会場 望月歴史民俗資料館

▽参加費 300円

(入館料のみ)

▽内容 戦国時代に少年遣欧使

節が帰国後、秀吉に聞かせた

という古楽器による演奏会

※定員はありますので、どな

たでも自由にご参加ください。

○望月歴史民俗資料館講座

▽日時 12月2日(土)

午後1時30分～3時

▽会場

駒の里ふれあいセンター

▽講師 佐久大学非常勤講師

小林收先生

▽テーマ

昭和の戦争を考える～満州事

変から真珠湾攻撃まで

※どなたでも自由に聴講できま

すので、ご参加ください。

●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

○例会ウォーク

▽日時 11月5日(日)

午前9時～10時30分

▽集合 駒場公園中央噴水広場

▽参加費 無料

▽内容 公園内と長野支場散策

※初心者体験講習もあります

※自由参加

○健康に関する講演会

▽日時 11月12日(日)

●千曲川冬期ニジマス釣り

千曲川大物釣り大会

佐久漁業協同組合

☎62-0764

▽期日 11月5日(日)

▽会場 「魚とよ」前広場(中込)

▽参加費 1,000円

▽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

上位入賞者豪華景品多数

○子ども釣り教室(小学生以下)

▽参加費 無料



QRコード

イベント

●うすだスタードーム

11月のイベント

うすだスタードーム
☎82-0200

○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10日(金)

午後7時30分～9時

▽参加費(入館料)

一般 500円

小中学生 250円

▽内容 アンドロメダ銀河と秋の星座の見つけ方、星座神話

イベント

●オレンジカフェ座談会

高齢者福祉課

☎62-3157

認知症の方ご本人や介護者が気軽に集い、情報交換をすることができる場です。

▽日時 11月14日(火)

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

▽参加費 無料

▽対象 認知症の方を介護されている方、認知症の方ご本人

※お気軽にご参加ください。

のお話

○開館記念日無料開放

▽日時 11月25日(土)

午前10時～午後9時(終日)

▽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21年を迎えます。開館記念日に合わせて、25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。

●子ども未来館

Sakumo(サクモ)

11月のイベント

子ども未来館 ☎67-2001

○「ベビーダンス教室」

▽日時 11月15日(水)・22日(水)

午前11時～正午

▽会場 企画展示室

▽参加費 入館料のみ

▽対象 首のすわった3か月～4か月のお子さんご家族

▽講師 佐藤志穂先生

▽定員 各回20組(事前申込制)

●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、主に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 11日(土) 午前10時30分

○おはなしの会②

▽日時 16日(木) 午前10時30分

▽対象 乳幼児

○ぼっけおはなしの会

▽日時 18日(土) 午前10時30分

○語りのおもてなし

▽日時 25日(土) 午後3時

【白田図書館】

○ちいさい子のおはなし会

▽日時 8日(水) 午前10時30分

▽対象 乳幼児

○ブック☆ブックお話の会

▽日時 18日(土) 午後2時

【浅科図書館】

○おはなし会

▽日時 18日(土) 午前11時

【望月図書館】

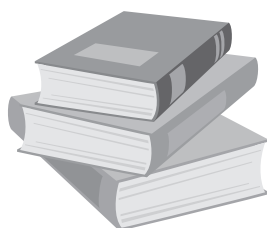
○ちいさい子のおはなし会

▽日時 9日(木) 午前10時30分

▽対象 乳幼児

○ものがたりふれあいトーク

▽日時 18日(土) 午後2時30分



●第78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

超高齢社会の中で、認知症の方が急増しています。認知症の予防策の一つとしてお口の健康を保つことが大切と言われていま

す。また、認知症になるとご自身で口腔ケアができなくなり、

食事をするのが難しくなること

とがあります。

高齢者にとって食べることは

大変重要であり、そのためには

歯科対応が必要で、講演

会では認知症の予防と認知症にな

ってからの口腔の機能を維持

向上させるための方法について

お話しします。

▽日時 11月16日(木)

午後6時30分～8時

▽会場 浅間総合病院中央棟

4階講堂

▽参加費 無料

▽演題 「認知症とお口の健康」

▽講師 浅間総合病院

歯科口腔外科部長

奥山秀樹

イベント

●教室参加者募集

障害者自立生活支援センター
☎64-0212
FAX 64-0213

○陶芸教室

▽日時

11月16日(木)、12月21日(木)
(全2回)

午後1時30分～3時

▽会場 野沢会館創作室

▽参加費 600円(粘土代)

○ヨガ教室

▽日時

11月24日(金)、12月15日(金)

午後1時30分～3時30分

▽会場 野沢会館和室1・2号

(11月24日)、野沢会館和室
2・3号(12月15日)

▽持ち物

ヨガマット(ある方)

○料理教室

▽日時 11月30日(木)

午前10時～午後1時

▽会場 市民創健センター

▽参加費 400円(食材費)

▽持ち物 エプロン、三角巾

○パソコン教室

▽日時 12月6日(水)、13日(水)

午後1時30分～3時30分

イベント

●龍岡城五稜郭

築城150周年記念事業

文化振興課 ☎63-5321

今年、龍岡城五稜郭が完成して150年となることから、記念事業を開催します。

○催し

▽日時 11月18日(土)

午前9時～正午

▽受付場所 であいの館

▽内容 五稜郭めぐり、お台所公開、周辺文化財散策

※お車の方は「番松院」の駐車場をご利用ください。

○記念式典

▽日時 11月18日(土)

午後1時30分～4時

▽会場 コスモホール大ホール

▽内容 式典、記念講演、湯原神社式三番の上演

※先着300名の方に、「湯原神社」と「根神社」に継承される「式三番」の詞章や現代語訳等を掲載した冊子を差し上げます。

※事前申込は不要です。

※詳細は、文化振興課までお問い合わせください。

▽会場 佐久情報センター

パソコン室

▽参加費 一日につき200円

▽持ち物 スマートフォン、タブレット

タブレット

※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。



●収蔵品展 いきものだらけ

— よつこそ 美術な動物園へ —

近代美術館 ☎67-1055

▽会期 11月19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

高校大学生 400円

小中学生 250円

※障がい者手帳等の提示により無料(本人および介助者1名)

※佐久市オールマイティパスの

●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
☎67-22955
(内線2104)

▽日時 11月17日(金)

午後1時30分～2時30分

▽会場 浅間総合病院中央棟4階講堂

▽参加費 無料

▽内容 ウォーキングでキレイで元気な身体作り

▽講師 土屋芳美ジャズダンス

スクール代表 土屋芳美先生

▽服装 動きやすい衣服

▽定員 30名

▽申込 11月15日(水)まで

ウォーキングのプロ土屋先生と一緒に、ウォーキングでキレイで健康な身体作りを楽しく体験してみませんか！
浅間山を見渡しながらの環境で行います。お気軽にご参加ください。

●心が豊かになる音楽への招待

「ランチタイムコンサート」

文化事業団 ☎82-3962

毎月最終金曜日(プレミアムフライデー)のお昼、ちよっぴり贅沢な時間を過ごしてみませんか。

▽日時 11月24日(金)

午後0時10分～30分程度

▽会場 佐久平交流センター

▽鑑賞料 無料

▽奏者 ヴァイオリン 川崎妃

奈子氏/ピアノ 松橋朋潤氏



船水徳雄《猫》

提示により無料(本人のみ)
※全国子育て支援パスポートの提示により団体料金(同行者全員対象)

イベント

●『香りで空間演出
「アロマワックスバー」
作りとアロマの話』教室
参加者募集

川村吾蔵記念館
☎81-53553

アロマワックスバーとは、火を使わなくても香る板状のキャンドルですが、芯はなく、置くだけで良い香りがします。またその香りでの空間演出による、アロマのリラックス効果などのお話もします。ステキなお持ち帰りもあります。

▽日時 11月19日(日)
午後1時～4時

▽会場

川村吾蔵記念館多目的室

▽参加費 1,000円

▽対象 高校生以上

▽講師

・アロマクラフト作家
青木直美先生

・アロマセラピー講師
高橋美奈子先生

▽持ち物 筆記用具

▽定員 15名

▽申込 11月13日(月)まで

※定員になり次第締切

イベント

します。
▽期間 平成30年1月12日(金)まで
▽会場 ミレニアムパーク

※詳細は、SAKUBLOOM
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

人権同和課 ☎62-3135

▽日時 11月23日(木・祝)

・午前10時～ 隣保館作品展示

・午後0時50分～

アトラクション

・午後1時20分～

開会行事、表彰

・午後2時～(90分) 講演

▽会場 佐久平交流センター

▽参加費 無料

▽内容 市内小学5年生の人権

啓発標語優秀賞受賞者表彰式

●山本麗子先生の料理セミナー
「佐久市のおいしい
を味わう(第2回)」
農政課 ☎62-3203

佐久市産の農産物の良さを
知っていただき地産地消を進め
るため、山本先生からおいしい
食べ方を教えていただきます。

▽日時 11月20日(月)

午後1時～3時30分

▽会場

市民創練センター調理室

▽参加費 無料

▽対象 市民35名

や佐久市男女共生ネットワー
クの皆さんの男女共同参画朗
読劇の発表や隣保館教室生に
よる手話ダンスを行います。
講演では、講師に『露の団
姫』さんをお招きし、「頑張
れ!あなたは宝物」～落語
界・仏教界で生きてゆくと
題して講演していただきます。
ぜひお越しください。



●SAKUBLOOM
イルミネーション2017
~sterling flower garden~
観光交流推進課
☎62-3285

「佐久の美しい星空」をコン
セプトに6年目を迎えます。
今年は「光と花」をテーマに、
昼も夜も楽しんでいただける
アートフラワーのデコレーショ
ンで、光の庭園を表現します。
県内でも最大規模の電球数
(約50万球)を用いたイルミ
ネーションで佐久の魅力発信

●第8回未来の巨匠展

「保育・幼稚園児作品展」

川村吾蔵記念館
☎81-53553

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
子ども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・展示する園名

・11月25日(土)～12月3日(日)

白田・切原・佳里保育園、

佐久南幼稚園

・12月4日(月)～13日(水)

田口・青沼・里曲保育園

▽会場

川村吾蔵記念館多目的室

▽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分前までにはご入館く
ださい。

▽休館日 毎週火曜日

イベント

●国際交流サロン

多言語収穫祭
くもつと世界のことを
身近に交流しよう！

観光交流推進課

☎62-3283

佐久市在住のアジアの方や留学経験者の話を聞いたり、いろいろな国の歌や言葉を使った遊びを通して楽しく交流しましょう。
ご家族連れの皆さんも、学生さんも、どんな年代の方でも大歓迎です。

▽日時 11月26日(日)
午後1時30分～4時

▽会場 佐久平交流センター

▽参加費 無料

▽服装 動きやすい服装でお越しください。

▽企画

ヒップファミリークラブ

▽申込 観光交流推進課まで



イベント

●フリーマーケットin

ほつとぱーく・浅科

ほつとぱーく・浅科

☎58-0581

道の駅ほつとぱーく・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電話番号へご連絡ください。

▽日時 11月5日(日)、19日(日)
午前8時～午後4時

●そば打ち体験教室
参加者募集

中央隣保館 ☎62-0991

▽日時 11月28日(火)

午前9時30分～午後1時

▽会場 中央隣保館

▽参加費 材料費1,000円

▽講師 手打処「ともせん」
店主 友野今朝治氏

▽持ち物

エプロン、三角巾、筆記用具

▽定員 20名(事前申込必要)

▽申込 11月15日(水)まで

●第6回大きな輪となれ
ジョイントコンサート

佐久創造館 ☎68-2811

文化事業団 ☎82-3962

▽日時

12月10日(日) 午後1時30分～

▽会場 コスモホール

▽入場料 全席自由

一般 2,000円

小中高生 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・高校生が年代を

越えてジョイントすることで、

大きな広がりを持ったコンサートを目指しています。地域の参加者へ温かい拍手をお願いします。



●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2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

・講演会

・演題 新しい部落差別の歴史

・講師 岡澤健一氏

・手話教室、解放子ども会、三

味線、コーラスなどの発表

・血圧測定、健康相談

●第13回市民元旦マラソン
大会 参加者募集

体育協会 ☎88-6123

▽期日 1月1日(月・祝)

▽会場 佐久総合運動公園

陸上競技場発着

▽参加費

一般 1,000円

高校生 500円

小学生 300円

▽コース・参加資格

・1・5km 小学校3年生から

・6年生までの男子女子

・3km 35歳以上男子、一般女

・ものづくり体験や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。



子、中学高校生女子

・5km 中学生男子

・10km 一般男子、高校生男子

▽申込 12月8日(金)まで

所定の申込用紙にご記入のうえ、参加料を添えて佐久市総合体育館または各地区体育協会事務所でお申し込みください。



お知らせ

● 信州パーキング・
パーミット制度

福祉課 ☎62-3147

県では、障がい者や高齢者など移動に配慮が必要な方々からの申請に基づき、公共施設やショッピングセンターなどの専用駐車場を利用できる利用証を交付しています。

▽対象 各種障がい者手帳をお持ちの方、高齢者、妊産婦その他が等により移動に配慮が必要な方

▽申請

申請書（福祉課、各支所高齢者児童福祉係または市ホームページにあります。）に必要な事項を記入し、その他障がい者手帳など必要な書類を準備の上、福祉課または各支所高齢者児童福祉係へ提出ください。

※詳細は、福祉課へお問い合わせください。

● 障害者虐待防止法は、
あなたを守ります

福祉課 ☎62-3147

または各支所高齢者児童福祉係

「いやだ・やめてほしい」と思う事をされたら、「やめて」と言っているのです。守つてくれるはずの人がひどい事をしてきたら、それは虐待かもしれません。

▽障がい者虐待の種類

- ① 身体的虐待 たたく、殴る、蹴る、ベッドに縛り付ける等
- ② 性的虐待 わいせつな行為や

その強要等

③ 心理的虐待 悪口やひどい事を言う、怒鳴る等

④ 放棄・放任 食事を与えない、あまり入浴させない等

⑤ 経済的虐待 年金や賃金を渡さない、勝手に使う等

こんな事をされたら、我慢しなくていいのです。身近な人に相談しましょう。

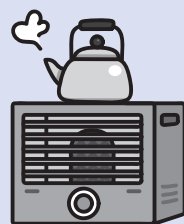
虐待が疑われる時には、福祉課、または各支所高齢者児童福祉係まで連絡・相談ください。誰もが安心して暮らせる社会をつくりましょう。

● 秋の全国火災予防運動

危機管理課 ☎64-4119

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

▽期間 11月9日(木)～15日(水)



お知らせ

● 特別障害者手当・障害児福祉手当の受給者へ

福祉課 ☎62-3147

8月から10月分の手当を11月10日(金)に指定口座へ振り込みます。なお、受給者が次に該当した場合は、速やかに届け出てください。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。

- ・施設へ入所した時
- ・死亡した時
- ・住所を変更した時
- ・障がい程度が軽減した時

● 特別障害者手当の受給者で、
病院への入院・老人保健施設への入所が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時

▽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)

● 配偶者等からの暴力に
関する相談(女性相談)

福祉課 ☎62-3147

「配偶者等からの暴力」とは、配偶者や内縁関係など親しい間柄にある(あった)パートナー間の暴力をいいます。暴力は、その性別や間柄を問わず、決して許されるものではありません。特に配偶者等による女性に対する暴力は、女性の人權を著しく侵害する行為です。一人で悩まず、ご相談ください。

▽市相談窓口

福祉課 ☎62-3147

(月)～金曜日の午前8時30分～午後5時15分)

▽県相談窓口

・児童虐待・DVホットライン ☎026-2119-2413 (毎日24時間)

・長野県女性相談センター ☎026-235-5710 (月)～金曜日の午前8時30分～午後5時15分)

・長野県男女共同参画センター ☎0266-22-8822 (火)～土曜日の午前8時30分～午後5時)

● 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。なお、設置後は定期的に点検をお願いします。

お知らせ

●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

児童相談所全国共通ダイヤル

☎189

児童虐待とは、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。

お知らせ

●「戦没者等の遺族に対する特別弔慰金」の請求はお済みですか

福祉課 ☎62-3147

または各支所高齢者児童福祉係

第10回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金は、戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日において、恩給法による公務扶助料や援護法による遺族年金等を受ける方がいない場合、次の順番による先順位の遺族お一人に支給されます。

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、相談してください。

※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。

※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。

●結婚支援事業を計画中の団体の方へ

「佐久市結婚支援事業補助金」のご案内

福祉課 ☎62-3147

現在、「佐久市結婚支援事業補助金」の交付申請を受付中です。

20歳以上の結婚を望む独身の男女に、出会いと交流の機会を提供する事業を行う団体に対して、補助金を交付します。

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。

円までです。

補助金の交付対象となる団体・事業・経費などには要件があります。

また、補助金の申請には、佐久市結婚支援事業実行委員会による事前審査が必要です。

詳細は、左記QRコードから市ホームページをご覧ください。か、福祉課までお問い合わせください。



QRコード

●平成29年度 第32回佐久平の美術展 作品募集

近代美術館 ☎67-1055

▽応募資格 高校生以上で佐久地域にゆかりのある方

▽作品搬入日時

12月15日(金)・16日(土)

両日とも午前10時～正午、午後1時～3時

▽応募手数料

各部門1点3,000円

(高校生は1,000円)

※詳細はお問い合わせください。

●都市計画（下水道）に関する公聴会

下水道課 ☎63-0101

都市計画区域の見直しに伴い樋橋地区および新田田小学校の区域を公共下水道区域として、

下水道区域を拡大するとともにその周辺地区に位置する部分についても公共下水道への区域拡大をするため、佐久市都市計画

下水道の変更を行います。都市計画法第18条の2第2項の規定に基づき、公聴会を開催します。

▽閲覧期間

11月17日(金)～12月1日(金)

※土日、祝日を除く

▽公聴会 12月10日(日)

▽閲覧場所 都市計画課

▽公述の申し出 閲覧場所に用意してあります「公述申出書」に必要事項を記入のうえ、12月1日までに提出してください。

また、郵送の場合は、12月1日必着とします。なお、公述の申し出は、都市計画案に係る区域内に土地を所有される方、またはその他利害関係を有する方に限ります。

●文化財保護強調週間

文化振興課 ☎63-5321

11月1日から7日までは文化財保護強調週間です。

文化財は市民の皆さんの貴重な共有財産であり、長い歴史の中で今日まで守り続けられてきました。この機会に地域の文化財に親しみ、佐久市の歴史や文化に触れ、文化財愛護の意識を養いましょう。

なお、文化財の所有者・管理者の皆さんはこの機会に防犯・防火対策の見直しをお願いします。

お知らせ

●妊産婦さんへの医療費助成

『レママ医療費給付金』

国保医療課 ☎62-2915

妊産婦さんが病院や薬局等の医療機関で受けた保険診療の自己負担額に対し、給付金の支給を行っています。

対象となる方は、左記のとおり申請をお願いします。

▽対象

佐久市に住民登録のある妊産婦の方

▽対象期間

母子手帳交付月の初日から出

お知らせ

●予防接種を受けましょう

健康づくり推進課

☎62-3527

▽予防接種とは

予防接種の目的は、感染症に対する免疫をつくることで発症を抑え、かかっても症状を軽くすることです。

また、本人が免疫を獲得するだけでなく、まわりの家族や友人、将来生まれてくる子ども達の健康を守ることにあります。

産（流産等含む）の翌月末日

まで

※なお、母子手帳交付前でも医師の証明により、明らかに妊娠に起因する産科的疾病のための診療も対象となります。

▽申請方法

母子手帳、保険証、給付金受取通帳、母子手帳交付月から申請までの間に保険診療を受けた場合および、県外で受診した場合は、領収書を持参のうえ申請してください。

▽予防接種を受けましょう

ワクチンで防げる感染症は、予防接種で免疫をつけ予防しましょう。

予防接種は、接種期間（年齢）や受ける回数、間隔などが定められています。接種期間内に接種が終了するようにしましょう。

詳細は、健康カレンダー、市ホームページ等をご確認ください。



●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

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。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

▽申請窓口 国保医療課

または各支所市民係

▽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は、領収書を持参のうえ申請してください。



●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14日(火)

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。

●冬の感染症

「RSウイルス感染症」

「ノロウイルス食中毒」

に注意しましょう

健康づくり推進課
☎62-3527

冬の感染症にはインフルエンザの他、「RSウイルス感染症」「ノロウイルス食中毒」があります。

特に、「RSウイルス感染症」は秋から冬にかけて流行がみられますが、今年は例年より早期に増加傾向が認められています。

○RSウイルス感染症とは

RSウイルスに感染すると肺炎等の重篤な症状を引き起こすことがあります。特に生後間もなくから数か月の乳児は、要注意です。飛沫感染や接触感染が、感染経路となります。

▽予防法

- ・ 手洗い、うがい、マスクの着用に努めましょう。
- ・ お子さんが日常的に触れるおもちゃ、手すりなどはアルコールや塩素系の消毒剤などで消毒しましょう。

○ノロウイルス食中毒とは

主に手指や食品などを介して感染し、おう吐、下痢、腹痛などの症状を引き起こします。感染力が強く、食中毒など集団発生を起こしやすいため注意が必要です。

▽予防法

- ・ 手洗いを十分にしましょう。
- ・ ウイルスに感染した人の排泄物やおう吐物には大量のウイルスが含まれていますので、取扱いは注意しましょう。
- ・ 加熱して食べる食材は中心部まで火を通しましょう。

お知らせ

● 灯油の流出にご注意ください

環境政策課 ☎62-2917

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ていたことに気が付かなかった」などが主なものです。

灯油はいったん河川に流出す

お知らせ

● 小諸年金事務所からのお知らせ

小諸年金事務所
☎0267-22-1080

○ 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、11月30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、

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及ぼし、事故原因者には損害賠償、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つたら、直ちに流出防止措置を行い、佐久消防署（☎62-0119）および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。



将来の年金の受給見込額を試算することができません。

○ 年金に関する予約相談を行っています

▽ 予約方法

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。

▽ 予約受付時間

午前8時30分～午後5時15分

※予約受付の際には、相談者および配偶者の氏名、基礎年金番号、相談内容を確認します。

● 環境影響評価方法書の

公告・縦覧および事業者説明会

環境政策課 ☎62-2917

○ 長野県環境影響評価条例に基づく、環境影響評価方法書の公告・縦覧

▽ 事業名 長野県佐久市そら発

▽ 事業者 株式会社そら、W

▽ 事業実施区域

佐久市香坂字下岩合415他

▽ 事業の種類・規模 太陽光発

電所（敷地面積約66ha）

▽ 縦覧期間

11月1日(水)～30日(木)

※土日、祝日を除く

▽ 縦覧時間

午前8時30分～午後5時15分

▽ 縦覧場所 環境政策課他

※県のホームページでも方法書の内容をご覧になれます。

方法書に対し、環境保全の見

地からの意見書を12月14日(木)ま

で、事業者に対し提出することが

できます。

▽ 提出先

〒542-0081

大阪市中央区南船場1-3-9

プレミアム長堀ビル4F

株式会社そら、W

(株)永輝商事大阪営業所内)

・ファックス

06-4708-3546

・メール

sola.w@ekishoji.co.jp

○ 方法書についての事業者による説明会

▽ 日時

11月22日(水) 午後6時～8時

▽ 会場 市民創錬センター

大会議室

※事前の申込は不要。どなたでも参加できます。

● 証明書のコンビニ交付

サービス

市民課 ☎62-3087

全国のコンビニ等に設置されているマルチコピー機にて、住民票の写し等の証明書の交付が受けられるサービスを行っています。

○ コンビニ交付に関するよくある質問

▽ コンビニで証明書を取得する際に必要なものは？

・「利用者証明用電子証明書」が搭載されたマイナンバー

カードが必要です。また、電子証明書の暗証番号（数字4桁）の入力も必要となります。

▽ 証明書を取得するためにマルチコピー機でなにをすればいい？

・メニューの中にある「行政サービス」から「証明書交付サービス」を選択し、案内に従って操作してください。

▽ コンビニで証明書を取得する際にかかる時間は？

・操作を始めてから概ね5分で証明書が取得できます。

証明書を取得して便利なコンビニ交付をご利用ください。

● 建築士による

空き家に関する相談会

(一社)長野県建築士会佐久支部
☎63-80800

▽ 日時 毎月15日(土日・祝日)の場合は直前の平日) 午後1

時～4時(完全予約制)

▽ 会場 佐久合同庁舎会議室

▽ 内容 空き家管理、売買や賃貸、解体等に関する相談

▽ 申込 毎月11日までに電話でお申し込みください(土日・

祝日の場合は直前の平日)。

お知らせ

●特産物産地育成事業補助金

農政課 ☎62-3203

▽内容 果樹の産地化を図るため、農業者や農業者団体等における果樹の苗木導入に要する経費に対する補助です。
▽対象 同一品目で苗木を10本以上購入予定の方。
※購入済みのものは補助対象になりません。

▽品目

リンゴ、モモ、プルーン
※品種が限定されていますので

対象品種はお問い合わせください。

▽補助率 苗木購入代金の3分の1が上限となります。ただし、申請のあった苗木の本数や価格により予算の範囲で補助金額が決定されます。

▽必要書類 事業計画書（農政課にて配布）、見積書の写し

▽申請

平成30年2月13日(火)まで
※佐久浅間農業協同組合を通して注文されている苗木については、申請の必要はありません。

●農業複式簿記研修会

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技術の習得のため、農業経営者向けの農業複式簿記研修会を開催します。自分の経営状況を把握し、経営改善に役立てるよう、積極的にご参加ください。

▽日程 全5回

11月28日(火)、30日(木)
12月5日(火)、6日(水)、14日(木)

▽時間 午後1時30分～4時
▽会場 佐久情報センター
▽参加費 2,880円(テキスト代)

▽持ち物 ノートパソコン、筆記用具、計算機等

▽定員 20名程度

▽申込 11月15日(水)まで

佐久市営農支援センター事務局 ☎62-3203へ電話にてお申し込みください。



●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。

▽募集日時

11月1日(水)～8日(水)

午前8時30分～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)

※詳細は、県ホームページをご覧ください。直接お問い合わせください。

お知らせ

●農作業事故の防止

農政課 ☎62-3203

昨年度は市内各地で農作業事故が多発し、重大事故により、3名の尊い命が失われました。

農作業事故を起こさないために、以下の事故防止ポイントを必ず守りましょう！

▽農作業事故防止ポイント

①日が短くなってくるため、薄暗い中での作業に注意

②機械の点検の際は、必ずエンジン停止

③農作業に出かける際は、家族

や仲間と声をかけ合う

▽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トラクター運転時に急旋回を防ぐため、ブレーキペダルの連結確認

※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。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

●信州佐久市観光

フォトコンテスト2017

作品募集

観光交流推進課

☎62-3285

▽テーマ

①自然・花部門

②文化・歴史部門

③祭り・行事部門

▽賞

・佐久市観光協会会長賞（最優秀賞）1点

【賞状・賞金5万円】

・優秀賞 3点

【賞状・賞金2万円】

・準優秀賞 10点

【賞状・賞金3千円】

※このほか、各賞を用意しています(全33点)

▽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せん。

・佐久バローンフェスティバル2017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。

・デジタルカメラによる応募は、著しい加工および合成していないものに限りません。

・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。

・作品の審査基準は「芸術性」より「観光PR等に使える素材」に重点を置きます。

▽締切 平成30年1月12日(金) (当日消印有効)

※詳細はチラシをご覧ください
※信州佐久市観光フォトコンテスト20回目(1998年)を記念し、入賞者全員に佐久市立近代美術館寄贈「ハリー・K・シゲタ展(図録)」を贈呈します。

お知らせ

●佐久高等職業訓練校

平成30年度訓練生募集

佐久高等職業訓練校

☎62-2276

○普通課程

- ① 建築施工系木造建築科
 - ② 木材加工系木工科
 - ③ 建築仕上系左官・タイル施工科
 - ④ 塗装系建築塗装科
 - ⑤ 設備施工系配管科
- ▽授業料／年
- ① ② 134,000円
 - ③ ④ 154,000円
 - ⑤ 174,000円

●お知らせ

▽内容

- (1) 障がい者の法定雇用率引き上げ・精神障がい者の雇用義務化について
 - (2) 障がい者の特性を踏まえた仕事の切り出し方について
 - (3) 在職中の中途障害にかかる支援について
 - (4) 質疑応答
- ▽申込
- 佐久公共職業安定所（ハローワーク佐久）専門援助部門へお問い合わせください。

▽訓練期間

- ①②③年 ④⑤2年

▽授業日 週1日

▽入校資格 中小企業事業主に雇用されている方ほか

○ガーデニング講座

▽講座期間

平成30年4月～11月 全12回

▽受講料 30,000円

▽受講資格 どなたでも

▽募集定員 普通課程（各料）・

ガーデニング講座とも10名

▽申込

平成30年1月31日(水)まで

●佐久職業安定協会、佐久市勤労者互助会会員募集

事務局（商工振興課内）

☎62-3265

○佐久職業安定協会

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団体です。

▽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

入社員研修会の開催等

○佐久市勤労者互助会

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団体です。

▽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 バスツアーなどを会員の一部負担で行って

ます。

▽保険給付事業 お祝い金、お見舞い金等の給付

●平尾温泉みはらしの湯

「佐久市民DAY」

平尾温泉みはらしの湯

☎68-0261

平尾温泉みはらしの湯で「佐久市民DAY」として、11月の最終金曜日に佐久市民を対象とした入浴料の割引サービスを行います。

▽日時 11月24日(金)

午前10時～午後10時

▽入浴料（通常料金25%割引）

大人・中人 600円

小人（小学生） 300円

●障がい者の雇用・

雇用管理セミナー

佐久公共職業安定所専門援助部門

☎62-8609

▽日時 11月9日(木)

午後1時20分～3時50分

※午後1時より受付開始

▽会場 市民創練センター大会議室

▽参加費 無料

▽対象

佐久・小諸地域の事業所（企業）の方

※他割引との併用は不可
※ご来店時に佐久市在住の証明として、免許証または佐久市在住を証明できるものをご提示いただきます。

●布施温泉開湯20周年記念「お客様感謝ウィーク」

布施温泉 ☎53-0181

平成9年11月13日に布施温泉の営業を開始して20周年を迎え、日頃のご愛顧に感謝の気持ちを込めて「お客様感謝ウィーク」を開催します。

▽期間 11月9日(木)～14日(火)

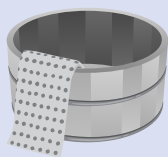
午前10時～午後10時

▽期間中の入浴料

大人500円→400円

小人250円→200円

※他割引との併用は不可



11月13日の開湯記念日は大人500円→200円 小人250円→100円

▽イベント
豪華景品付き抽選会等

※イベント内容、ご不明な点については、布施温泉ホームページ、またはお問い合わせください。



お知らせ

●11月26日は年に一度の「いい風呂の日」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

▽期日 11月26日(日)

▽サービス内容

【全施設共通】

- ・日帰り入浴料
大人500円 ↓ 260円
小人250円 ↓ 130円
- ※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3倍

・各施設日帰り入浴者を対象とした「くじ引き」を実施

※穂の香乃湯では小人向け「くじ引き」を実施

・11月23日(木)～25日(土)の期間中に大人回数券または共通入浴券を購入された方を対象に購入当日の購入施設日帰り入浴料をサービスします。

※複数冊ご購入された場合でも入浴料サービスは1回のみ。

【もちづき荘】
・名前の読み仮名が「もちづき」さん、「かすが」さんは

日帰り入浴料無料

【ゆざわ荘】

・名前の読み仮名が「ゆざわ」さん、「かすが」さんは日帰り入浴料無料

【布施温泉】

・名前の読み仮名が「ふせ」さんは日帰り入浴料無料

【穂の香乃湯】

・名前の読み仮名が「ほのか」さんは日帰り入浴料無料
※名前による各施設入浴料無料サービスは、身分証明書持参の上、ご利用ください。

●司法書士による空き家問題

に関する無料電話相談会

長野県青年司法書士協議会
☎0267-31-6472

司法書士による「空き家問題110番」も空き家は放置できない!々を実施します。

▽日時 12月3日(日)

午前10時～午後4時

▽電話番号

0120-448-788

(フリーダイヤル)

▽相談料 無料

市税等の納期限

納期限	11月30日(木)
市税等	固定資産税 (4期)
	国民健康保険税 (5期)
	介護保険料 (8期)
	後期高齢者医療保険料 (5期)

※納期内の納付にご協力をお願いします。

寄附

●い寄附

あじがじいじがります

○ふるさと納税寄附

- ・小西康弘様
- ・清水美仁様
- ・小西桂太様
- ・堀 学様
- ・田代裕也様
- ・松田智彰様
- ・菊池太陽様
- ・羽田昌子様
- ・山崎 圭様
- ・後藤達朗様
- ・伊藤雅紀様
- ・戸田和宏様
- ・山田啓迪様
- ・清水つかさ様
- ・川合正敏様
- ・田中栄美子様
- ・榎原幹雄様
- ・神津元一様
- ・小山 太様
- ・矢口由祐様
- ・大江元樹様
- ・平田敬人様

- ・永井篤志様
- ・太田大志様
- ・河合哲郎様
- ・岡 雅行様
- ・桑原康生様
- ・押谷 守様
- ・鈴木和子様
- ・坂田貴志様
- ・藤嶋克則様
- ・藤田 円様
- ・福本雅格様
- ・谷 英明様
- ・武田基宏様
- ・大久保章様
- ・廣中 純様
- ・樋口優理様
- ・鈴木達也様
- ・水谷真之様
- ・由井武司様
- ・牧野 歩様
- ・田中 豊様
- ・佐藤基嗣様
- ・須田和彦様
- ・北村昌幸様
- ・加賀達志様
- ・下出太平洋様
- ・川人めぐみ様
- ・中村金郎様
- ・谷奈津美様
- ・吉田 正様

- ・岡本雄太様
- ・濱崎浩幸様
- ・河合伸昭様
- ・辻 直也様
- ・小暮欽也様
- ・池田春輝様
- ・吉元裕幸様
- ・佐藤雅彦様
- ・木村文昭様
- ・篠塚英伸様
- ・依田弘治様
- ・江藤敦子様
- ・馬場浩之様
- ・藤井宏次様
- ・西上尚志様
- ・牛田唯一様
- ・佐野義隆様
- ・若杉 聡様
- ・久保田学様
- ・山崎純一様
- ・羽田博樹様
- ・能川博司様
- ・日向英二様
- ・田中 栄様
- ・早瀬元之様
- ・寺本富美夫様
- ・秋山桂一様
- ・三浦 徹様
- ・末廣吉兼様
- ・寺田 豊様

- ・高野貴弘様
- ・波頭伸哉様
- ・小林雄司様
- ・石田 央様
- ・橋本政幸様
- ・関島千尋様
- ・當間純子様
- ・久保木啓之様
- ・佐藤嘉高様
- ・岩城 賢様
- ・柳澤智仁様
- ・石原功三様

○一般寄附

- ▽市へ
- ・2千円 佐久の鯉太郎乙様
- ・ピックルボール用ラケット (パドル) 8本、ボール6個 佐久ピックルボールクラブ様 (高柳)

▽浅科小学校、浅科中学校へ
・じゃがいも20kg、
ゆうがお20kg
蒔田茂様 (御馬寄)

▽臼田学園へ
・タオル94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 (岩村田)



歌で結ぼう市民の輪 《第39回佐久市民コーラスまつり》



9月3日に第39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、中学生から高齢者までの幅広い年代の皆さん、25団体594名が出演し、日頃の練習の成果を存分に発揮し、透き通る美しい歌声や力強い歌声をホールいっぱいに響かせ、美しいハーモニーを奏でました。

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、出演者と来場者の皆さんとが一つになり、歌で結ばれたコーラスまつりになりました。



2017 (平成29年)

11
しもつき
霜月

さくし

公民館報

No. 152



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



ちょっとひとこと

えにし 縁を思う

田口 江澤 欣一



地元の臼田中学校で定年退職を迎えてから、随分歳を重ねたものだと思いますが、今年初めて学校勤務から解放され、ゆったり過ぎるほどの日々を送っています。

38年間の教員生活のうち中学校勤務は校長としての最後の2年間のみで、授業は持ったことがありませんでした。ところが退職4年目に、ひょんなことから「中学校の数学の授業を担ってほしい」という依頼があり、勤務日数に長短はあるものの、その後13年に渡って7つの中学校にお世話になりました。文字通り六十の手習いであり、初めての中学校の授業で不安もありましたが、純粋な気持ちで真剣に取り組む素直な生徒たちに接し、心強く感じながら授業をさせていただけたことに感謝しています。

また、毎日定刻に出勤する必要があるため、規則正しい生活をせざるを得なかったこと、そして、孫の年代に当たるような若い人たちの力強いエネルギーや元気なパワーを浴びながら生活できたことで、わたし自身の健康が支えられ保たれてきたことを痛感しています。加齢に伴う身体の痛みや衰えはあるものの、お陰様で、今日も元気です。

予告 公民館「つどい」のご案内

各地区の公民館の「つどい」が、下記のように開催されます。この「つどい」は、学習グループや地域の皆さんの発表を通して、交流や絆づくりを進めていく場です。どなたでも参加できます。多くの皆さんの参加をお待ちします。

公民館	開催日	会場
浅間	2月17日(土)～18日(日)	浅間会館
野沢	2月10日(土)～11日(日)	野沢会館
中込	2月17日(土)～18日(日)	中込会館
東	2月24日(土)～25日(日)	東会館
臼田	3月 3日(土)～ 4日(日)	あいとびあ臼田
浅科	2月24日(土)～25日(日)	交流文化館浅科
望月	11月25日(土)～26日(日)	駒の里ふれあいセンター

★望月公民館「つどい」について★

- 【11月25日(土) 午前9時～午後5時】
- ◆午前10時～ 体験コーナー (ブローライフル体験会)
 - ◆午前11時～ そば打ち実演とそばの振舞い
- 【11月26日(日) 午前9時～午後3時30分】
- ◆午前8時50分～午前9時20分 開会式
 - ◆午前9時20分～午後3時15分
スペシャルステージ・芸能祭ステージ
- 作品展示 25日 午前9時～午後5時
26日 午前9時～午後3時

※他の公民館の詳細は2月号でお知らせします。



望月公民館 きれいに染まりました

9月8日、観音峯活性化センターで望月多恵子先生を講師に、4回目の草木染め教室を開催しました。今回は当初の予定を変更し、古くから染料として使われている「ログウッド（マメ科の小高木）」で染めました。とてもきれいな紫色のスカーフができあがり、参加者も皆その出来栄えに満足気でした。



浅間公民館 伝えたい佐久の味

9月13日、佐久市農村生活マイスターの会の会員を講師に迎え、「伝えたい佐久の味」の料理教室を開催しました。今回は「小鮎の甘露煮」など4品目を作りました。佐久の郷土料理の作り方や料理のコツを学ぶ良い機会となったようです。



野沢公民館 ジャズ音楽入門

9月2日、学習グループのコスモスターズ・ジャズオーケストラによる講座が開かれました。演奏を聞きながら、「ジャズの歴史」や「アドリブ即興演奏」などジャズの魅力について学び、ジャズ音楽を体いっばいを感じる事ができた1日でした。



中込公民館 知って安心！介護保険制度

9月11日、中込・野沢地域包括支援センターの佐々木公子先生を講師に「もし介護が必要になったら」と題して講座を開催しました。支援センターでは介護に対する悩みなどを相談できること、支援する体制も地域ごとにあることなどを知り、参加者の介護への不安も薄らいだようでした。



たのしみは……

私は「急性心筋梗塞」という大病を患い、半年の療養休暇を経て生還したという体験をもっています。4年ほど前のことです。

病気をして初めて健康であることのありがたさを実感し、当たり前と思っていた環境が、いかに当たり前ではないかを実感したのです。

たのしみは 妻子むつまじく うちつどい

頭ならべて 物ふくとき

たのしみは 三人の児ども すくすくと

大きくなれる 姿みるとき

たのしみは 空暖かに うち晴れし

春秋の日に 出でありくとき

（「独楽吟」より）

橘曙覧たちばなあけみのこの「独楽吟」を知ったのもその頃です。「独楽吟」は全52首、すべて「たのしみは」

で始まり、「とき」で終わる形式の短歌です。自宅での療養時、毎日のように繰り返し繰り返し読みました。「独楽吟」は日常の些細な出来事に楽しみを求め、その喜びを素朴且つ感動的に詠んでいきます。それも52も。日常生活を深く深く見つめていないと、簡単にできることではありません。当たり前のように見える出来事を深く見つめていくと、幸せの要素はいくらでも発見することができること、ちょっとしたことに感動できる心はゆとりを育み、小さなことであっても誰かが喜ぶようなことをしたくなる……。そんなことを「独楽吟」は私に教えてくれたように思うのです。

人権同和教育推進員 小林克雄

※お問い合わせ等は人権同和課まで（☎62-3135）

子ども達と公民館



コーラスまつり

市内の25の合唱グループが参加しコスモホールに美しい歌声を響かせました。浅間中・野沢中の合唱部と野沢北高の音楽班も参加。その若々しく磨き上げられたハーモニーに聴衆も引き込まれました。



短詩型文学交流会

公民館で俳句を学んでいる皆さんと野沢中の生徒が、俳句作りを通して交流。子ども達は、テーマ『佐久に思いを寄せ』に沿って、助言を得ながら明るく瑞々しい俳句を作り上げていきました。

子ども公民館

中央公民館と地区館では6～9月の休日や夏休みを使い、子ども公民館として23の教室（講座）を開催。見たり作ったり試したりして楽しみました。（写真は浅科公民館陶芸教室）



キッズinあいとびあ&つどい

臼田公民館では作って遊ぶ親子の集い「キッズinあいとびあ」に、臼田中の生徒がボランティアとして参加しています。東公民館のつどいにも、東中の生徒が進行や裏方の仕事で頑張っています。中学生の応援は大きな力です。



万引きはドロボウ！重大な犯罪です！

店のものを盗む「万引き」は、法律で「刑罰」が定められている「窃盗罪」です。「一度だけなら」という軽い気持ちで人生を狂わせます。

☆万引きはゲームじゃない！

「スリルや刺激を求めて」「ゲーム感覚で」「仲間がしているから」と言った理由で万引きをする子ども達があります。しかも、その多くは「悪いことをしている」という罪悪感がほとんどありません。

☆万引き、盗みなど非行を許さない！

- 大人は「悪いことは悪い」とはっきり言い、万引きや自転車泥棒などはれっきとした「犯罪」であることを子ども達に認識させましょう。
- 子どもが万引きなどをしてしまった時には、本気で叱り、子どもと一緒に迷惑をかけた人にきちんと謝るなど、子どもが心から反省し、二度としない決意をするように促しましょう。



11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です。秋も深まり、どんどん日が短くなる季節となりました。引き続き子ども達への声かけ・見守りをお願いします。引

少年センターだより



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」・11月19日は「いい育児の日」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)

	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	◎伝えたい佐久の味④ メニュー：鯉のうま煮、鯉こく、野菜のとき漬 け、新米、とろろ汁	12月 4日(月) 9:30~13:00	浅間会館 料理講習室	佐久市農村生活 マイスターの会	〈参加費〉1,000円程度 〈持ち物〉エプロン・三角巾、持ち帰り 用の容器〈定員〉20名 ※申込受付開始 11月9日(金) 8:30	
	◎ママと子どもの3B体操(全3回) Ball (ボール)、Bell (ベル)、Belter (ベルター) の3つの用具を使って、誰でも無理なくできる 体操です	①12月 6日(水) 10:00~12:00 ②12月20日(水) // ③ 1月10日(水) //	浅間会館 会議室1・2	佐藤美穂先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉動きやすい服装・タオル・飲 み物・運動靴〈定員〉親子20組 ※申込受付開始 11月7日(火) 8:30	
野沢公民館	◎キムチを作ろう！ 自宅の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(水) 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	
	◎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25日(土) 9:00~10:00	野沢会館 多目的ホール	人権同和教育推 進員	〈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	
	◎マジック入門(全2回) ～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 9日(土) 9:30~11:30 ②12月16日(土) //	野沢会館 205号室	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(木) 8:30	
	◎楽しく歌おう(冬) 童謡やなつかしい歌を、みんなで楽しく大きな 声で歌いましょう！	12月13日(水) 13:30~15:30	野沢会館 会館ホール	上野ひとみ先生 大井清子先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉歌詞集(春・夏・秋)・飲み物 ※当日参加もできます	
◎料理教室～伝統料理佐久鯉に挑戦～ 鯉のあらい・鯉のうま煮・鯉のあら汁を作りま しょう	12月20日(水) 9:00~13:00	野沢会館 調理室	佐久養殖漁業協 同組合 佐藤みつ子先生	〈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〉16名 ※申込受付開始 11月8日(水) 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13日(月) 9:30~11:30 ⑦12月 1日(金) //	中込会館 大会議室	杉浦都美子先生	〈参加費〉100円(初回のみ) 〈持ち物〉ハーモニカ	
	◎家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 7日(木) 9:30~13:00	中込会館 料理講習室	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8日(水) 8:30	
	◎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。冬の歌集(空色)を使います	③12月 8日(金) 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100円(資料代) 〈持ち物〉飲み物・冬の歌集(空色の表紙) ※参加希望の方は申込みが必要です	
	◎しめ縄作り講習会 手作りの前掛け飾りで新年を迎えましょう	12月 9日(土) 9:30~15:00	中込会館 大会議室	池田正直先生	〈材料費〉800円程度 〈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	
	◎癒しの和ヨガ(全3回) ヨガで心も身体もリフレッシュしましょう！	①12月13日(水) 9:30~11:30 ② 1月24日(水) // ③ 2月21日(水) //	中込会館 大会議室	金沢優子先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉ヨガマットかバスタオル 〈定員〉各回20名(大人のみ)	
◎第43回ふるさと写生大会 ～臼田稲荷山公園で、秋の風に吹かれながら写生を楽しんでみませんか。どなたでも参加できます～ 《日時》11月 3日(金) 9:00~12:00 ※雨天中止 《受付》8:45~9:00(稲荷山公園駐車場) 《持ち物》鉛筆・絵具・画板など ※画用紙は1人1枚受付でお渡しします。					11月8日から15日(午前)まで、 あいとびあ臼田で作品を展示します	
臼田公民館	◎年賀状パソコン教室(全3回) 基本的なパソコン操作を覚え、オリジナル年賀 状を作ってみましょう。 ※ノートパソコンがある方に限定します	①11月10日(金) 9:30~11:30 ②11月17日(金) // ③11月24日(金) //	あいとびあ臼田 多目的室	平林稔子先生	〈参加費〉700円程度(テキスト代) 〈持ち物〉ノートパソコン 〈定員〉15名	
	◎スタンドグラスに挑戦！ 高校生と一緒に、スタンドグラスのフォトフ レーム作りを楽しみませんか	11月13日(月) 13:30~16:00	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〉2,000円(材料費) 〈持ち物〉ビニール手袋・布きれ 〈定員〉15名	
	◎第17回キッズinあいとびあ ― 親子でGoodday― 作って遊ぼう親子のつどい 《日時》11月18日(土) 9:00~11:50 《場所》あいとびあ臼田 《内容》リースを作ろう・親子でプラ板・グニャグニャスライム・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 折り紙・紙飛行機・ブローライフルなど。わたあめ作りもあるよ！					大勢のみな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！ ※子どもは上ばきを持参してください。
	◎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 8日(金) 9:00~13:00	あいとびあ臼田 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	
	◎スタンドグラス体験 スタンドグラスのクリスマスツリーを作ろう！ 初心者向けの講座です	12月10日(日) 13:30~16:00	あいとびあ臼田 工作室	中野稔先生	〈参加費〉1,500円(材料費) 〈持ち物〉ビニール手袋・布きれ 〈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15日(金) 13:30~15:30	あいとびあ臼田 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〈定員〉20名 ※汚れてもよい服装で参加ください		

※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

※「全〇〇回」の表記はシリーズ(連続)で行う講座です。

	学級及び学習内容	日時	場所	講師・指導者	費用・持ち物等
東公民館	◎やさしいリズム体操 (全3回) 「東京五輪音頭2020」現代風にアレンジされた踊りです。楽しく踊りましょう♪	11月 2日(休) 10:00~11:30 11月16日(休) // 11月30日(休) //	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
	◎人権講座 身近な人権について学びましょう	11月18日(出) 13:00~14:00	東会館 大会議室	人権同和教育推進員	〈参加費〉無料
	◎ふるさと料理教室 懐かしのふるさとの味。 お煮かけうどんとおやきを作りましょう	11月21日(休) 9:30~13:00	東会館 料理講習室	須江カイ先生	〈参加費〉400円程度 (材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定員〉16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の作り方を学びます	12月 1日(日) 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
	◎つるし雛教室 (全2回) お家に眠っている思い出の布の端切れを使って、つるし雛を作りましょう	①11月22日(休) 9:30~16:00 ②12月 6日(休) //	東会館 大会議室	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・裁縫道具・紙切りはさみ・昼食
	◎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22日(日) 9:30~13:00	東会館 大会議室 料理講習室	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 ※申込受付開始 11月20日(月) 8:30
浅科公民館	◎手芸講座 洗濯ばさみでねこクリップを作りましょう	12月 4日(月) 9:30~11:30	浅科会館	丸山文子先生	〈参加費〉1,200円程度 (材料費) 〈持ち物〉裁縫道具 (定員) 15名 ※申込受付開始 11月8日(水) 8:30
	◎料理教室~男子厨房に入ろう! ③~ 男性向け初心者料理教室です。 カレーグラタン、ハンバーグ、グリルド野菜	12月 8日(日) 9:30~13:30	市民創練センター 料理講習室	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 11月9日(水) 8:30
	◎ミニ門松づくり講座 新年かざりを作りましょう	12月13日(休) 8:30~12:30	浅科会館	中沢一巳先生	〈参加費〉2,000円程度 (材料費) 〈持ち物〉花ばさみ・新聞紙1日分・汚れても良い温かい服装・持ち帰り用袋 〈定員〉15名
	◎おやこで料理教室 クリスマス料理を作りましょう	12月17日(日) 9:30~13:30	市民創練センター 料理講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉700円程度 (材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 (定員) 20名 ※申込受付開始 11月15日(水) 8:30 ※託児あり (事前予約必要)
	◎生け花教室 お正月の花を生けましょう	12月27日(休) 13:00~15:00	浅科会館	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 ※申込受付開始 11月22日(水) 8:30
望月公民館	◎草木染教室 (全6回) 自然の植物で染物に挑戦 内容: ヤマボウシで染めてみよう	⑥11月10日(日) 13:30~16:00	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サイズのゴム手袋 (定員) 15名
	◎樹木剪定講座 庭木などの樹木剪定の仕方を学ぶ	11月11日(出) 9:00~12:00	駒の里ふれあいセンター 講習室	荻原忠義先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉飲み物 (定員) 15名 ※申込受付開始 10月31日(火) 9:00
	◎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	⑨11月15日(休) 13:30~15:00 ⑩12月20日(休) //	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〉参加費2,000円 (10~3月分会費) 〈持ち物〉飲み物 〈参加申込〉会場で受け付けています ※3月まで自主講座になります
	◎竹細工教室 内容: 簡単な小物入れを作ります	11月23日(休) 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 (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 ※申込受付開始 10月31日(火) 9:00
	◎家族の笑顔が一番⑤ ~しあわせクッキング~ 内容: あつあつチゲ、カステラ等	1月11日(休) 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) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・飲み物 〈定員〉16名 ※申込受付開始 12月7日(水) 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

※「全〇〇回」の表記はシリーズ (連続) で行う講座です。

瀬音

今年も残すところ2ヶ月となりました。時のすぎゆく早さを感じます。ことに本年はそれが顕著でなりません。というのは、4月より地区公民館長という大任を託されたからです。

私が公民館活動に関わったのは6年前の4月。同時に館報の編集にも携わることになりました。前任者には「重荷に感じることはない。月1回の会議だけだから」と言われました。確かに編集会議は月1回です。しかし自分が担当するコラムは、執筆者を捜し、いただいた原稿を編集会議で推敲・確認すると脱稿となります。書けば簡単ですが、6年が過ぎました。それはさておき、今は日々館長という職責の重さを痛感している自分です。大なり小なりのイベントを実行するにも、思いもよらぬ繋がりがあり、根回しをして手順を整え段取りを組むという作業に費やされます。前役員の方に事細かに指示を仰ぎ、毎日が薄水を踏む思いで過ぎていきます。今やっていることがこれでいいのだろうか。どこかに落ちたは？

そして、気が付けば時は足早に過ぎ、師走はもう目の前です。

(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

のぞみグループ 介護施設のご案内

	軽費老人ホームケアハウスのぞみ	要介護1~5
	地域密着型特養のぞみの郷	小諸在住で要介護3以上
小諸市和田	小規模多機能型居宅介護事業所のぞみ	小諸在住で要介護1以上(要登録)
	住宅型有料老人ホームケアホームわだ	要介護1~5(生活保護の方もご入居可)
	認知症対応型共同生活介護のぞみの家	小諸市在住の認知症の方で要介護1~5
小諸市東雲	住宅型有料老人ホームケアホームさざやき	要介護1~5(生活保護の方もご入居可)
佐久市根岸	住宅型有料老人ホーム ウエルハウスのぞみサンピア 本館・別館	本館 一般:自立~ 介護:要支援2~要介護5 別館 介護:要介護1~5
	小規模多機能型居宅介護事業所さんびあの家	佐久市在住で要介護1以上(要登録)

ご入居相談窓口
 お気軽に
ご相談ください

のぞみグループ本部 ☎0267-22-9274 小諸市和田 841-7
 ☎http://www.nozomi-g.co.jp/ ☎http://www.nozomi-g.co.jp/sunpia/

分譲地情報

◎その他の分譲地
大平団地(佐久市八幡
 残7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

瀬戸原団地 (残27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9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

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

日常の生活支援から旅立ちの支援までNPO法人が
ご家族の代わり、ご親族と一緒にサポート

身元の保証、万一の時も安心です

子供や親族が遠方で暮らしていたり、近くにいっても疎遠であつたりと、最期まで頼ることが難しい時代となりました。入院の手続きや治療費の支払い、入院中や退院後のお世話など、様々な理由により対応できない場合が多いようです。日本よりそい家族会は、そうしたご家族の代わり、ご親族と一緒に身元保証をはじめ日常の支援から緊急時の対応まで、生涯にわたってサポートしています。

受付時間
平日/10時~17時

第4回 支援説明会 要予約
 11月14日(土) [受付]午後1時30分
 [時間]午後2時~3時30分
 会場:佐久平交流センター 第1会議室

個別相談会 要予約
 11月22日(土) 面談 約1時間
 会場:佐久平交流センター 第4会議室

NPO法人 日本よりそい家族会
 【本部】上田市中央西二丁目6番7号 グリーンビル1階2号
 【北信事務所】長野市大字石渡107-17
 フリーダイヤル **0120-12-8851**

※病院や役所関係者の方々、身元保証人でお困りの主に高齢者の方からのご相談をお待ちしています。
 ※ご都合が合わない場合等がありましたら事前にご相談下さい。(出張可)

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)

相談受付中

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
 ・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代)
- 休** 休日当番医 (診療時間：午前9時～午後5時)
- 小児** 休日小児科急病診療 (午前9時～)
(受付：午前8時30分～正午 浅間総合病院 ☎67-2295代)
- 歯** 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** 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)

- 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 ①午前9時30分～11時30分 ②午前9時30分～11時30分・午後1時～4時
※400ml献血限定となります。
※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、献血カード(持っている方のみ)
(問合せ：健康づくり推進課保健予防係 ☎62-3527)

水 wed

木 thu

金 fri

土 sat

平日★ あいとぴあ白田 換 浅間会館 サ 泉児童館 サ 佐久平浅間児童館 広 サングリモ中込・あさしな保育園・もちづき保育園・わくわくランドU-6・うすだ健康館	1	平日★ サ 中佐都児童館 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	2	小児 歯 野澤医院 ☎62-0272 おおくら皮フ科 ☎65-9915	3	広 サングリモ中込	4
平日★ 望月総合支援センター サ 野沢児童館 サ 高瀬児童館 広 サングリモ中込・あさしな保育園・もちづき保育園・わくわくランドU-6・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	11
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	15	平日★ あいとぴあ白田 乳 白田保健センター (あいとぴあ白田) ※地域集団健診とセットのみ 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 望月児童館 サ 中込児童館 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	18
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	22	小児 あさまコスモクリニック ☎66-7701 のざわ整形外科 ☎88-6025	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	25
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	29	平日★ 予 検 白田保健センター (あいとぴあ白田) 広 もちづき保育園 広 うすだ健康館	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～11時
 問合せ 局番なしの【#8000】または ☎0263-34-8000

佐久市子育て推進協議会 子育てサポートセンター
 足や靴に関してお困りの方はお気軽にご相談ください。
 事前予約制ですので、電話にてご予約ください。
 事前予約・相談日 毎週木曜日 午前9時～11時30分 (11月3日は休日)
 相談場所 子育てサポートセンター (佐久大学1号館 佐久市岩村田2384)
 問合せ ☎68-6680 (佐久大学)

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9日(休) 午後1時30分～3時30分
 (受付は午後1時15分～1時30分)
 会場 口腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)
 持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ・タオル
 予約・問合せ 健康づくり推進課 口腔歯科保健係
 (サングリモ中込) ☎63-3781・63-3782

子 2歳児歯っぴー教室 (要予約)

対象 平成27年8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 11月30日(休) (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]

11月

日 sun	月 mon	火 tue
<p>5</p> <p>小児 フルタクリニック ☎63-0202 齋藤産婦人科医院 ☎62-0823</p>	<p>6</p> <p>平日★ サ 岸野児童館 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</p>	<p>7</p> <p>平日★ 野沢会館 サ 東児童館 サ 白田児童館 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</p>
<p>12</p> <p>小児 荻原医院 ☎67-2051 いまいレディースクリニック ☎66-7050</p>	<p>13</p> <p>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</p>	<p>14</p> <p>平日★ 乳 野沢会館 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</p>
<p>19</p> <p>小児 工藤医院 ☎62-0475 ねむの木公園クリニック ☎67-8866</p>	<p>20</p> <p>平日★ 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</p>	<p>21</p> <p>平日★ 献血 佐久市 保健センター① 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</p>
<p>26</p> <p>小児 献血 イオンモール佐久平② 安紀内科クリニック ☎63-1201 はせがわ皮ふ科クリニック ☎78-3116</p>	<p>27</p> <p>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</p>	<p>28</p> <p>平日★ 検サ 望月総合支援センター 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</p>

■ 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。



■ 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

武論尊

100時間漫画塾



『北斗の拳』©武論尊・原哲夫/NSP 1983

来春開塾!!

2018年4月より長野県佐久市にて、漫画原作者・武論尊氏主催のもと、漫画コンテンツ制作者の飛躍の地となるべく、100時間の無料漫画塾が開塾!!

プロへの扉が『佐久市』で開く!!

現役漫画家・編集者等を講師に、プロとして通用する技術や知識を無料で学ぶ漫画塾! プロの漫画家・漫画原作者をを目指す受講生を募集します!!

講師陣
決定!!!

twitter アカウント
@100hmangajuku

武論尊 塾長
(漫画原作者)

武論尊『北斗の拳』『ドーベルマン刑事』等
史村翔『ファントム無頼』『サンクチュアリ』等

あだち充先生
『タッチ』等

安倍夜郎先生
『深夜食堂』等

池上遼一先生
『BEGIN』等

石塚真一先生
『BLUE GIANT SUPREME』等

かざま鋭二先生
『風の大地』等

コージィ城倉先生 / **森高夕次先生**
『江川と西本』等

すぎむらしんいち先生
『右向け左!』等

真島ヒロ先生
『FAIRY TAIL』等

美樹本晴彦先生
『マクロス THE FIRST』等

宮崎かずしげ先生
『月マガ大(?) 辞典』等

やまさき十三先生 (ほか)
『釣りバカ日誌』等

(五十音順)

■事務局 生涯学習課 ☎62-0671

■問合せ 株式会社 銀杏社「武論尊100時間漫画塾」係 ☎03-3942-0260 メール: info@manga-gai.net



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) TEL 62-2111 (代表)

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市民創縁センター内) 館報編集委員会 (TEL 66-0551)