あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE ライフ

2

No.191　広報佐久
平成31年２月

特集

市民アンケート結果

佐久市の取り組みへの満足度・重要度
及び住みやすさ感・健康感・幸福感に関する

目　次

平成31年 2月

表紙写真：信州佐久市観光フォトコンテスト2013
「悠久」花岡直樹さん
（場所：新海三社神社）

頁

3 特集 佐久市の取り組みへの満足度・重要度及び住みやすさ感・健康感・幸福感に関する 市民アンケート結果

6 平成31年度（2019年度） 臨時職員募集
平成31年度（2019年度） 小中学校勤務臨時職員募集
佐久市奨学金（貸与型）の奨学生募集

7 佐久市まちづくり活動支援金事業募集
長野県民交通災害共済加入者募集
申告相談のお知らせ

8 家電４品目の処分方法
毎年３月９日は「佐久市民の日」です
佐久市版救急搬送情報提供シートを作成しました

9 高額医療・介護合算療養費申請
佐久市企業PRイベント「信州佐久の企業と東京で会おう！」
2019就職ガイダンス in 佐久平

10 インフォメーション

20 公民館報　さくし

25 広告ページ

26 健康のカレンダー

28 郷土のひな人形展 ～旧家のおひな様～

データファイル

人　口

総　数	99,219人	（－49人）
男	48,662人	（±0人）
女	50,557人	（－49人）
世帯数	41,551世帯	（－24世帯）

〈1月1日現在〉　（増減は前月比）

交通事故・救急火災

	12月の月間件数	平成30年1～12月の累計
人身事故	40件	426件
死　亡	1人	4人
負　傷	48人	524人
救　急	454件	4,691件
火　災	5件	56件

相談コーナー

行政相談
2月18日㈪ 午後1時30分～4時　あいとぴあ臼田
2月21日㈭ 午後1時～4時 市役所2階市民ホール
■問合せ　総務課　☎62－3002

司法書士無料法律相談
2月22日㈮ 午後1時～3時　望月支所
■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
2月7日㈭、14日㈭、21日㈭、28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	2月24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）

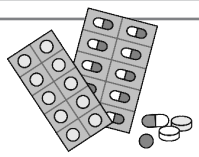
～特殊詐欺被害急増～

「市役所職員」「医療費・年金」「ATM手続き」「有料サイト」
電話でキーワードを聞いたら、**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　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

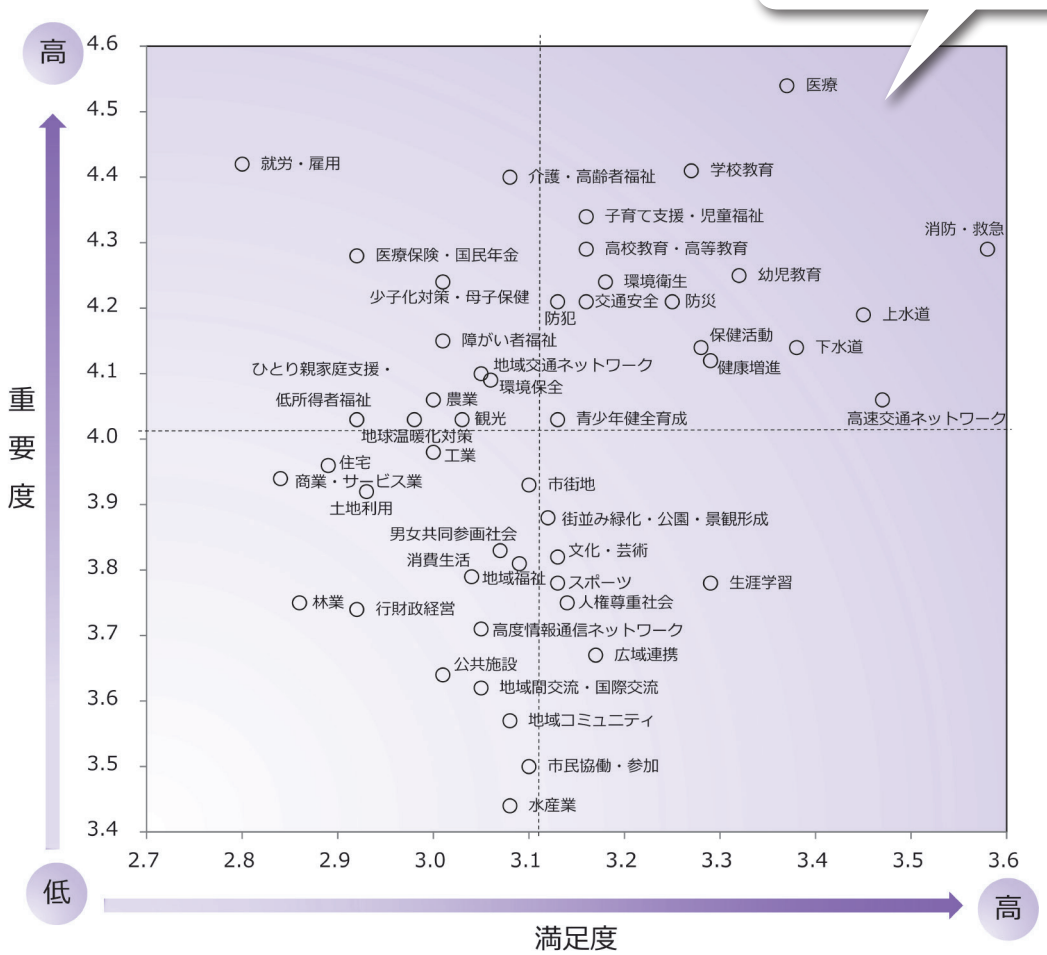
佐久市の取り組みへの満足度・重要度及び住みやすさ感・健康感・幸福感に関する市民アンケート結果

市の個別施策49項目の「満足度」「重要度」についてお聞きしました

第二次佐久市総合計画に基づいて実施している市の取り組みに、市民の皆さんが満足しているのか、その施策を今後も必要としているのか、といった市民の皆さんのお考えを市の施策へ反映させることを目的にお聞きしました。

満足度が高い施策

1 消防・救急
2 高速交通ネットワーク
3 上水道



図は、各施策の「満足度」と「重要度」の平均点を座標軸に表したものです。全施策の満足度の平均点は3.11（平成28年度調査から0.01減）、重要度の平均点は4.01（平成28年度調査から0.04減）となりました。

※平均点は、回答のうち「満足」「重要」を５点、「やや満足」「やや重要」を４点、「どちらでもない」を３点、「やや不満」「あまり重要でない」を２点、「不満」「重要ではない」を１点として集計しています。

「住みやすさ感」「健康感」「幸福感」に関する意識についてお聞きしました

世界最高健康都市構想では、「佐久市は、住みやすいまちです」「私は、健康です」「私は、幸福です」とできるだけ多くの市民が感じられることを目標にしています。

「世界最高健康都市の構築」の実現に向け、市民の皆さんが感じている「住みやすさ感」「健康感」「幸福感」に関する意識をお聞きしました。

7割を超える市民が住みやすいと感じています

佐久市を住みやすいまちだと思いますかとの問いに、「とても住みやすい」「どちらかといえば住みやすい」とした人は75・4％でした。

また、「とても住みにくい」「どちらかといえば住みにくい」とした人は5・8％で前回調査より0・6ポイント減少しました。

住みやすいと答えた人の評価する施策
「満足」「やや満足」の回答率が高い５項目

消防・救急	54.2%
高速交通ネットワーク	52.9%
医療	49.8%
下水道	47.3%
上水道	47.0%

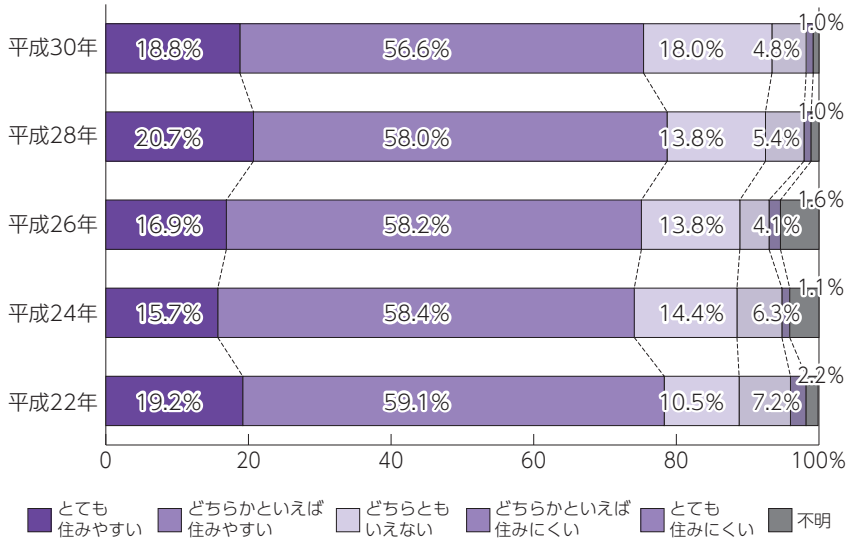
全49項目の平均は28.2%

住みにくいと答えた人の評価が低い施策
「不満」「やや不満」の回答率が高い５項目

就労・雇用	66.7%
医療保険・国民年金	53.3%
地域交通ネットワーク	50.0%
医療	50.0%
介護・高齢者福祉	50.0%

全49項目の平均は35.9%

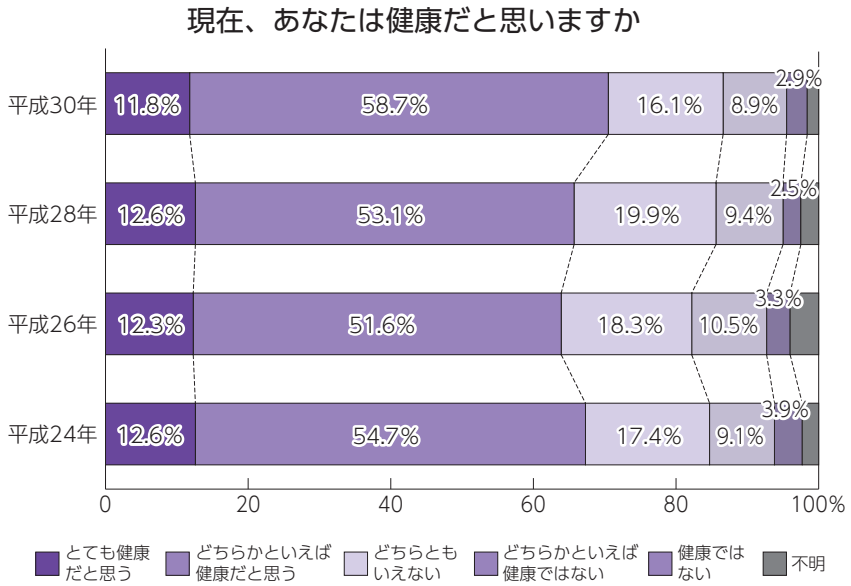
佐久市を住みやすいまちだと思いますか



約7割の市民が自分は健康だと感じています

現在、あなたは健康だと思いますかとの問いに「とても健康だと思う」「どちらかといえば健康だと思う」とした人は70・5％であり、過去3回の調査と比べて、最も高い結果となりました。

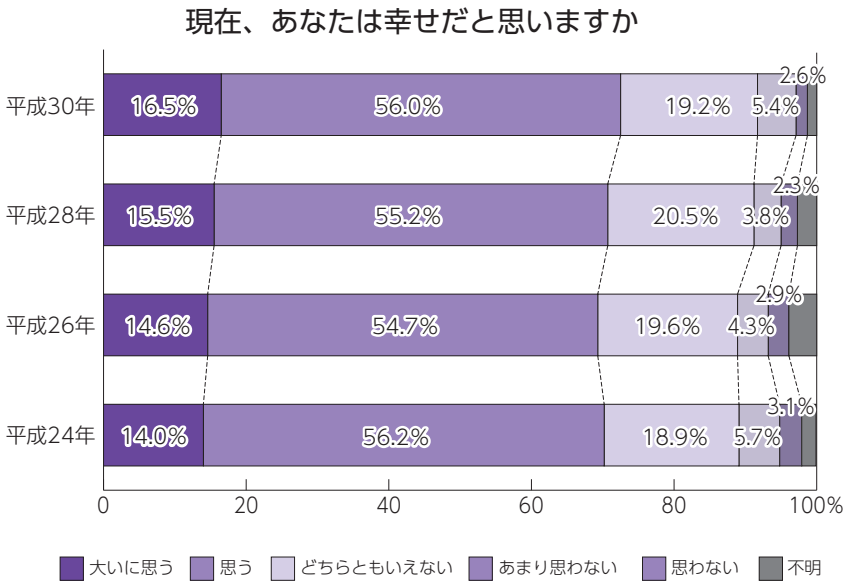
前回調査と比べ、健康状態と意識についての7項目の質問では、「かかりつけ医がいる」が2・2％、「新しい健康情報や知識を、日々の暮らしで試してみる方である」が5・5％増加しました。

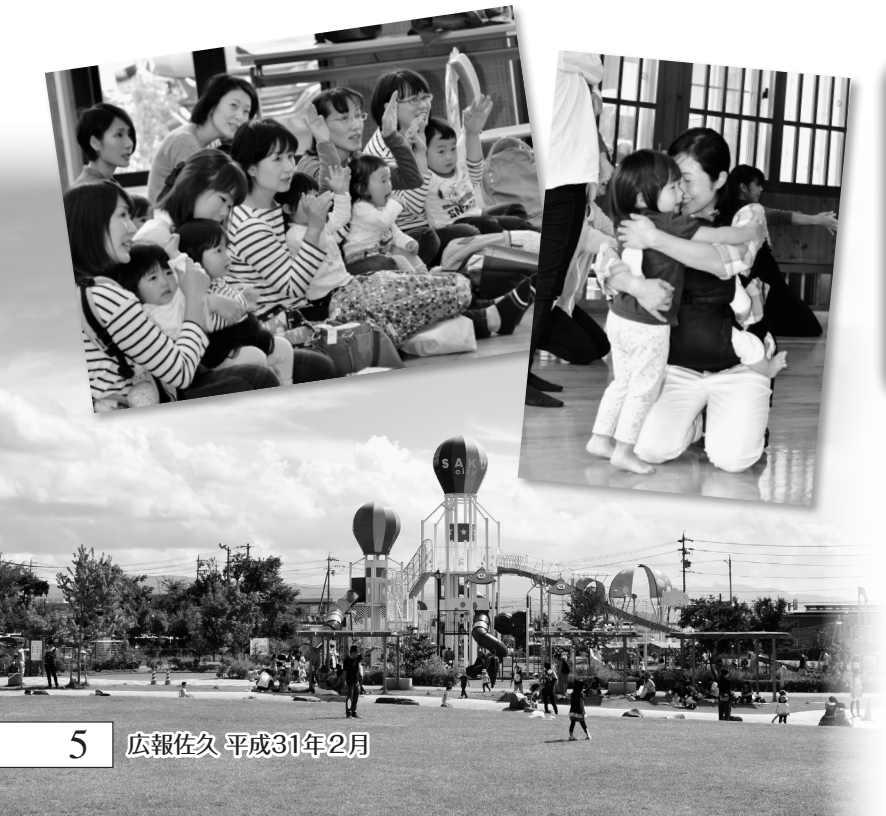


幸せだと感じる市民の割合が過去3回の調査と比べ最も高い結果に

現在、あなたは幸せだと思いますかとの問いに「大いに思う」「思う」とした人は、72・5％でした。

幸福感を判断するのに重要だと思うことは何か、9項目についての質問で、「重要」「やや重要」の合計が9割を超えた項目は「健康であること」「家族との関係が良好なこと」「精神的にゆとりがあること」「家計の状況が良好であること」でした。





調査概要

- ◆調査期間　平成30 年８月６日～９月７日
- ◆調査対象　市内に在住する16 歳以上の方から無作為に抽出した1,000 人
- ◆回 答 数　516 人（回収率51.6％）
- ◆調査方法　無記名方式、郵送による配布・回収

※アンケート結果の詳細は、市ホームページや市役所本庁市民ホールの行政資料閲覧コーナーおよび各支所総務税務係窓口にて閲覧することができます。

■問合せ　企画課　☎62－3067

お知らせ 平成31年度（2019年度） 臨時職員募集

■問合せ 総務課 ☎62－3019

■**業務内容** 職員の事務補助的業務

■**募集項目・勤務条件等**

▽**項目** ①フルタイム5名程度、6時間パート30名程度 ②フルタイムまたは6時間パート（障がい者）10名程度

▽**勤務時間** フルタイム：午前8時30分～午後5時15分、6時間パート：フルタイム勤務時間のうち6時間

▽**勤務期間** 平成31年（2019年）4月～2020年3月のうちフルタイム勤務は11か月間、6時間パート勤務は12か月間

▽**勤務場所** 市役所または各支所等

▽**休日** 土日、祝日および指定の休日

▽**賃金** フルタイム勤務は日額6,490円、6時間パート勤務は時給870円、このほか通勤手当

▽**年次休暇** 勤務期間により最高10日

▽**社会保険** 雇用保険、健康保険、厚生年金

■**応募要件・選考方法**

▽**応募要件** パソコンによる事務処理が可能な方

※募集項目②に応募の場合は、身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳等の交付を受けている方に限る（詳細は別途交付する募集要項を参照）

▽**選考方法** 書類選考および面接選考 面接選考は2月20日㈬、21日㈭

■**提出書類等**

▽**申込書および履歴書** 総務課人事係、各支所総務税務係または市ホームページから入手できます。

▽**提出期限** 2月8日㈮までに総務課へ提出してください。郵送可（必着）

お知らせ 平成31年度（2019年度） 小中学校勤務臨時職員募集

■問合せ 学校教育課 ☎62－3478

■**業種** 特別支援教育支援員

■**業務内容** 特別な支援を必要とする児童・生徒の学校生活の介助支援業務

■**勤務条件**

▽**勤務期間** 平成31年（2019年）4月～2020年3月

▽**勤務時間** 午前8時～午後5時の間の5時間

▽**休日** 土日および祝日（例外有り）

▽**賃金** 時給940円および通勤手当

▽**年次休暇** 勤務期間により最高7日

▽**社会保険** 雇用保険、健康保険、厚生年金

■**応募要件・選考方法**

▽**応募要件** 市立小中学校に通勤が可能な方

▽**選考方法** 書類選考および面接選考 面接選考は2月15日㈮、18日㈪

■**提出書類等**

▽**申込書および履歴書** 学校教育課窓口にて任用条件等説明後にお渡しします。

▽**提出期限** 2月12日㈫までに学校教育課へ提出してください。郵送可（必着）

※学校用務員、学校司書、学校事務についても同日程で募集します。詳細は市ホームページをご覧いただくか、学校教育課までお問い合わせください。

お知らせ 佐久市奨学金（貸与型）の奨学生募集

■問合せ 学校教育課 ☎62－3478

平成31年4月に高校、大学、短大、専門学校（通信制・通信教育を除く）等に進学される方、または現在在学中の生徒の皆さんで「経済的理由により修学が困難な方」を対象に奨学金を無利子で貸与し、修学を支援します。

■**貸与** 月額1～4万円を6月と9月に半年分ずつ口座振込で貸与します。

■**償還** 卒業の半年後から貸与を受けた2倍の期間（償還期間）内で全額を償還するようになります。

■**申込** 4月26日㈮午後5時15分（厳守）までに、学校教育課へ関係書類を添えてお申し込みください。（郵送不可）

■**奨学金の一部償還免除制度** 平成29年度以降、佐久市奨学金の償還が始まる方で、佐久市内に居住し、就業している方は奨学金の償還を3分の1以内で免除することができます。

※申込要件・提出書類等詳細は市ホームページをご覧いただくか、学校教育課までお問い合わせください。

お知らせ 佐久市まちづくり活動支援金事業募集

■問合せ　広報情報課　☎62－3075　望月支所総務税務係　☎53－3111

平成31年度（2019年度）佐久市まちづくり活動支援金事業（佐久っと支援金・駒の里過疎対策プロジェクト支援金）を募集します

地域の課題解決に向けて、市民の皆さんが自主的・主体的に行う公益的な活動に支援金を交付します。今回から、応募期間が約2か月早まりました。

■対象団体

市内に事務所および活動場所があり、5名以上で組織する市民活動団体

■事業

①高額補助事業

（対象経費が20万円を超える事業）

▽**応募期間**　2月1日㈮～3月5日㈫

②少額補助事業

（対象経費が20万円以下の事業）

▽**応募期間**　2月1日㈮～11月29日㈮

■応募方法

まずは事前相談をお願いします。佐久っと支援金は広報情報課、駒の里過疎対策プロジェクト支援金は望月支所までご連絡のうえお越しください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

お知らせ 長野県民交通災害共済加入者募集

■問合せ　生活環境課　☎62－3094

まさか！に備えて「長野県民交通災害共済」に加入しましょう。

■長野県民交通災害共済とは

県下15市が共同で行っている事業で、自動車や自転車などの交通事故で負傷された場合、実入通院日数に応じて見舞金を支払う助け合いの制度です。

この共済は年会費400円で、毎年多くの皆さんに加入いただいています。

■加入資格

4月1日以降に市内にお住まいの方

※被扶養者で就学のため、市外にお住まいの方も加入できます。

■会員期間　4月1日～翌年3月31日

※年度途中の加入は、会費納入日の翌日から翌年3月31日

■年会費　1人　400円

※生活保護家庭、身体障がい者1・2級該当者、療育手帳所持者で福祉課へ申し込まれた方は市が公費負担します。

※3歳以上の幼児・小中学生のお子さん（平成16年4月2日から平成28年4月1日の間に生まれた方）は市が公費負担しますので加入手続きは必要ありません。

■加入方法

お住まいの区の役員さんが申込書を配布しますので、会費を添えてお申し込みください。生活環境課窓口および各支所、出張所でも加入できます。

■その他

見舞金の請求期限は、事故発生日から2年以内ですのでご注意ください。

お知らせ 申告相談のお知らせ

■問合せ　税務課　☎62－3040　または各支所総務税務係

所得税、市県民税の申告は、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、保育料の算定など、多くの公的な手続きの基礎資料にもなります。申告されないと、課税内容の証明や保険料の算定などに影響が出る場合がありますので、申告が必要な方は3月15日までに申告をお願いします。

■申告相談期間

2月18日㈪～3月15日㈮の平日、および3月10日㈰

■受付時間

午前8時30分～午後4時

■申告相談に必要なもの

・税務署からのお知らせ（届いた方）
・市県民税申告書（届いた方）
・マイナンバーカードなどマイナンバーの分かるもの
・運転免許証など顔写真付き身分証明書
・源泉徴収票（給与・年金収入の方）
・作成済みの収支内訳書等（営業等、農業、不動産所得の方）
・収入および経費が分かる書類（雑・一時所得の方）
・各種所得控除を受けるための証明書や領収書等
・本人名義の振込先口座の分かるもの（所得税の還付を受ける場合）

※申告相談の詳しい内容、相談会場は、市広報紙1月号別冊もしくは市ホームページをご覧ください。

お知らせ 家電４品目の処分方法

■問合せ　生活環境課　☎62－3094　または各支所経済建設環境係

家電リサイクル法の対象となる家電製品は次の方法で処分してください。

■対象となる家電製品

・テレビ（ブラウン管、液晶、プラズマ）
・冷蔵庫、冷凍庫
・エアコン
・洗濯機、衣類乾燥機

■買い替えの場合

同種の製品の買い替えの場合、新品を購入するお店に、使わなくなった製品の引き取りを依頼してください。

■処分するだけの場合

処分したい製品を購入したお店に依頼してください。

■購入したお店が遠方にある、廃業したまたは不明である場合

▽民間の廃棄物処理業者へ引き取りを依頼する

・㈱光和建設（中込）☎62―1494
・㈱平元商店（臼田）☎82―2262

▽ご自身で指定取引場所へ持っていく

事前に郵便局でリサイクル料金をお支払いいただき、指定取引場所へ持ち込んでください。

※詳細は、お近くの郵便局までお問い合わせください。

▽指定取引場所

小柳産業㈱東御倉庫
住所　東御市祢津字砂田1184番3
☎0268―71―7155

お知らせ 毎年３月９日は「佐久市民の日」です

■問合せ　総務課　☎62－3002

■３月９日「佐久市民の日」とは

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。

■３月中に様々なイベント等を開催！

民間事業者や団体の皆さんが「佐久市民の日」にちなんだイベントやセールを開催するほか、市でも公共施設の無料開放や割引などのサービスを行います。

■協賛事業を募集しています

「佐久市民の日」に賛同する皆さんが主催するものであれば、どんな内容でも応募できます。（イベント、セール、プレゼント等）一緒に「佐久市民の日」を盛り上げませんか。

▽実施期間

３月１日㈮～31日㈰の間で実施が可能な期間

▽応募方法

「事業計画書」を提出してください。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

お知らせ 佐久市版救急搬送情報提供シートを作成しました

■問合せ　高齢者福祉課　☎62－3157

市では、可能な限り住み慣れた生活の場において必要な医療・介護サービスを受けながら、安心して自分らしい生活が継続できる地域づくりを目指し、「佐久市在宅医療・介護の連携体制推進事業」を展開しています。その中で、市広報紙９月号でお知らせしました「佐久市医療介護連携推進協議会」を経て、佐久市版救急搬送情報提供シートを作成しましたので、ご紹介します。

■作成までの経過と今後について

①協議会では、「救急搬送時の情報提供について」を協議課題として、在宅で暮らす高齢者や有料老人ホームなどを利用する高齢者を救急搬送する際に、救急隊および医療機関へ治療に必要な基本情報の提供が不十分であるという状況が挙げられました。

②解決策として、佐久市版救急搬送情報提供シート「佐久市高齢者医療介護連絡票」を活用することで、高齢者を救急搬送する際に、救急隊および医療機関の職員へ基本情報を適切に提供できる仕組みを作りました。

③今後、有料老人ホームで暮らす高齢者を中心に、活用を拡大していきますので、ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

お知らせ 高額医療・介護合算療養費申請

■問合せ　国保医療課　☎62―3164（国民健康保険）・☎62―2915（後期高齢者医療保険）　高齢者福祉課　☎62－3154

1年間（平成29年8月1日～平成30年7月31日）の医療費が高額になった世帯に介護保険の受給者がいる場合で、各医療保険と介護保険の年間の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、申請により超えた分が支給されます。

■申請手続き

支給対象となる見込みの方には2月下旬に通知します。

なお、福祉医療費を受給されている方が、この合算制度による支給を受けた場合、すでに支給済みの福祉医療費給付金を返還することとなりますのでご留意ください。

■限度額

医療・介護を合算した自己負担額の限度額は、所得や年齢、医療保険の種類により世帯ごとに区分が異なります。（※1）

自己負担限度額一覧表（毎年7月31日時点の所得区分が適用されます）

国民健康保険（70歳未満の世帯）		国民健康保険（70～74歳の世帯）および後期高齢者医療保険	
旧ただし書所得901万円超	212万円	現役並所得者	67万円
旧ただし書所得600万円超901万円以下	141万円		
旧ただし書所得210万円超600万円以下	67万円		
旧ただし書所得210万円以下	60万円	一般	56万円
住民税非課税世帯	34万円	低所得者Ⅱ	31万円
		低所得者Ⅰ	19万円※2

※1　医療保険の種類が異なる世帯員とは合算できません。
※2　介護サービス利用者が複数いる世帯は限度額が31万円になります。

イベント 佐久市企業PRイベント「信州佐久の企業と東京で会おう！」

■問合せ　商工振興課　☎62－3265

近い将来、就職活動を控えている学生等の皆さんに、佐久市の企業を知ってもらうため、東京都内で企業ＰＲイベントを開催します。首都圏に在学中のお子さんやお孫さんがいらっしゃいましたらぜひお知らせください！

多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

■日時　2月13日㈬午後1時30分～4時

※受付は午後1時～

■会場　都道府県会館（東京都千代田区平河町2―6―3）

■参加費　無料

■対象

・関東圏の大学・短大・専門学校等に在学中の学生（1～4年生）
・U・I・Jターン就職希望者

■参加企業

佐久市に事業所のある企業22社

■内容

各企業ブースにて、参加企業の採用担当者が学生等参加者の皆さんに、自社の業務内容の説明や魅力についてＰＲを行います。

■申込

事前申込不要ですので、直接会場までお越しください。受付にて参加票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（参加企業は変更となる場合があります）。

イベント 2019就職ガイダンス in 佐久平

■問合せ　佐久職業安定協会事務局（商工振興課内）　☎62－3265

佐久・小諸地域の企業67社による合同就職相談会を開催します。

ご家族・ご親戚に就職活動中の学生さんがいらっしゃいましたら、ぜひお知らせください。

多くの学生の皆さんの参加をお待ちしています。

■日時

3月7日㈭午後1時30分～4時30分

※受付は午後1時～

■会場　小諸グランドキャッスルホテル3階鳳凰の間（小諸市古城1―1―5）

■参加費　無料

■対象

・2020年3月、大学・短大・専門学校等の卒業見込者
・2019年3月、大学・短大・専門学校等の卒業見込者
・U・I・Jターン就職希望者

■内容

・参加企業および地元企業の情報・資料の提供
・参加各企業の採用担当者との面談

■申込

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

※参加企業等の詳細は、佐久・小諸職業安定協会ホームページ「就職ガイダンスin佐久平」をご覧ください（参加企業は変更となる場合があります）。

お知らせ

●果樹・花き栽培アシスタント講習会受講者募集

農政課　☎62―3203

農家のお手伝いとして働きたい方を対象として、作業に必要な知識・技術を習得するための講習会を開催します。

新たに栽培を検討している農業者・就農希望者の皆さんも専門的な知識の習得の場として、ご活用ください。

▽**日程**　4月～11月頃（各コース10回程度）
▽**会場**　市内農家ほ場
▽**受講料**　無料
▽**内容**
・果樹コース（リンゴ等）
・花きコース（カーネーション、菊、トルコギキョウ）
▽**参加資格**
・全日程受講できる方
・農家への個人情報提供に同意できる方
▽**申込期限**　2月22日㈮
※申込者が少数の場合は中止となる場合があります。
※日程等の詳細は、3月に申込者に通知します。

●水田フナ養殖技術研修研修生募集

農政課　☎62―3203

水田での小ブナの養殖に関心のある方や新たに始めようとする方を対象として、養殖技術研修を実施します。

▽**研修期間**　4月下旬～9月下旬（月に1～3回程度）
▽**会場**　野沢地区の水田等
▽**参加費**　無料
▽**内容**　熟練した生産者の水田を会場とした実地研修や基本的な事項を学べる座学を行います。
▽**参加資格**　水田フナに関心があり、軽作業が可能な方
▽**申込期間**　2月4日㈪～3月15日㈮
※応募多数の場合は、研修生を選考させていただきます。
※詳細は市ホームページをご覧いただくか、農政課までお問い合わせください。

●農振農用地の除外等受付

農政課　☎62―3203

▽**受付期間（期間厳守）**　3月1日㈮～15日㈮
▽**提出書類**
①申出書　②公図
③土地登記事項証明書
④現地案内図　⑤利用計画図
⑥土地改良区等の意見書
⑦課税台帳の写し
⑧候補地の検討結果一覧表
⑨隣地同意書　⑩確約書
※提出書類は農政課窓口、市ホームページから入手できます。

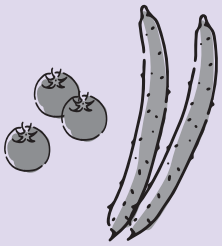
お知らせ

●野菜栽培講習会受講者募集

佐久市営農支援センター（農政課内）　☎62―3203

出荷を目的とした野菜農家を育成するため、栽培技術に関する講習会を開催します。

▽**日程**　4月～9月頃（10回程度）
▽**会場**　新品目導入試験ほ場（佐久市跡部）
▽**受講料**　無料
▽**内容**　ミニトマト・キュウリの栽培方法等
▽**参加資格**　意欲を持って最後まで参加できる方
▽**申込期限**　2月22日㈮
※申込者が少数の場合は中止となる場合があります。
※日程等の詳細は、3月に申込者に通知します。



●市民農園利用者募集

農政課　☎62―3203

市民農園の利用を希望される方を募集します。場所等は市ホームページまたは農政課で確認できます。

▽**募集区画**
・一本柳北側　2区画
・佐久平総合技術高校浅間キャンパス西側　3区画
・稲荷町　5区画
・上の城第1　10区画
・上の城第3　9区画
・中込原西第1　2区画
・総合体育館西側第1　2区画
・市役所西側第2　1区画
▽**申込期間**　2月4日㈪～22日㈮
▽**申込方法**　印鑑を持参のうえ、農政課窓口でお申し込みください。
▽**利用料金**　1区画　年額1,700～2,000円
※応募者多数の場合は抽選となります。

●庭木の剪定と維持管理講習参加者募集

佐久シルバー人材センター　☎62―1786

▽**日時**　2月23日㈯　午前9時30分～正午
▽**会場**　野沢会館　多目的1～2号室
▽**参加費**　無料
▽**対象**　55歳以上の方
※初心者も歓迎です。
▽**持ち物**　筆記用具
▽**定員**　40名（先着順）
▽**申込方法**　電話

お知らせ

●市営住宅入居者募集

長野県住宅供給公社
佐久管理センター
☎78―5410

▽**募集団地**
・花園団地　3DK　2戸
家賃　19，900円～
・白山団地　2K　2戸
家賃　8，700円～
・中込団地　3DK　2戸
家賃　18，200円～
・一本柳団地　2DK　2戸
家賃　18，000円～
・下越団地　3DK　2戸
家賃　23，500円～

▽**受付日時**
2月1日㈮～8日㈮
午前8時30分～午後5時15分
※土日を除く。

▽**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）

▽**抽選会**　2月21日㈭

▽**入居指定日**　3月1日㈮

※詳細は市ホームページをご覧いただくか、長野県住宅供給公社佐久管理センターまでお問い合わせください。

●県営住宅入居者募集

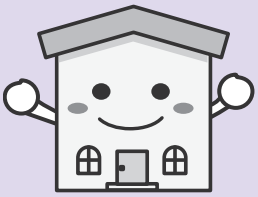
長野県住宅供給公社
佐久管理センター
☎78―5410

佐久・小諸地区にある県営住宅の入居者を募集します。

▽**受付日時**
2月13日㈬～22日㈮
午前8時30分～午後5時15分
※土日も受け付けます。

▽**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）

※詳細は長野県ホームページをご覧いただくか、長野県住宅供給公社佐久管理センターまでお問い合わせください。



県ホームページ
QRコード

●佐久市無居住家屋等対策協議会委員募集

建築住宅課　☎62―3430

市民の皆さんの代表として、市が実施する空き家対策に関する様々な取組についてご意見をいただける方を募集します。

▽**協議会の業務**
無居住家屋等の抑制および対策に関する事項等の協議

▽**任期**
平成31年3月17日（予定）から2年間

▽**募集人員**　3名

お知らせ

▽**申込資格**
市内在住、在勤、または在学で年齢満20歳以上等

▽**申込方法**
郵送または持参

▽**申込期限**　2月13日㈬

※詳細は市ホームページをご覧いただくか、建築住宅課までお問い合わせください。

市ホームページ
QRコード

●公園のアダプトシステム活動団体募集

公園緑地課　☎62―3424

アダプトシステム活動に参加いただける団体を募集します。

▽**アダプトシステム活動とは**
公共施設である公園・緑地の一定区域を、市民の皆さんや企業の皆さんが里親となり、清掃や草刈り等をボランティアで担ってもらう取組です。

▽**貸出を行う機材**
・芝刈機
・草刈機
・剪定バサミ
・ブロアー
・スコップ
・レーキ
・ヘッジトリマー等

▽**募集期間**　随時募集

▽**参加方法**
公園緑地課と活動場所・内容を打ち合わせ後、協定を結んでいただきます。

市ホームページ
QRコード

●長野県議会議員一般選挙（佐久市・北佐久郡選挙区）期日前投票所投票立会人募集

選挙管理委員会　☎62―3502

▽**日時**　3月30日㈯～4月6日㈯のうち2日程度
午前8時30分～午後8時

▽**場所**　市役所、各支所、野沢会館、浅間会館
※場所については、選挙管理委員会で決定します。

▽**内容**　長野県議会議員一般選挙（佐久市・北佐久郡選挙区）の期日前投票所における投票立会業務

▽**報酬**　日額9，500円

▽**対象**　佐久市に住所を有し、長野県議会議員一般選挙（佐久市・北佐久郡選挙区）の選挙権を有すること。

▽**定員**　24名（先着順）

▽**受付**　2月12日㈫～15日㈮
午前8時30分～午後5時15分
選挙管理委員会までお申し込みください。
※郵送の場合、2月15日必着
※申込書は、選挙管理委員会、各支所総務税務係、市ホームページにあります。

お知らせ

●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　2月20日㈬午前11時頃
▽内容
緊急地震速報など緊急時に、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。

●ペット火葬の受入時間

佐久平斎場 ☎88―8321

平成31年4月1日以降、ペット火葬の受入時間が変更となります。
▽受入時間
午後1時30分～3時
※1月1日、友引日は休み
▽火葬時刻　午後3時
▽その他
ペット火葬は事前予約制です。なお、合同火葬のため、火葬後の拾骨や返還はできません。

●未利用県有地の売却

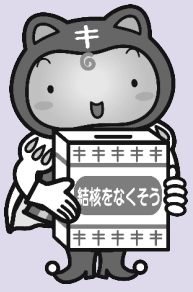
県庁財産活用課 ☎026―235―7044

県が所有している土地・建物を一般の方にお譲りします。
▽売却方法
随意契約（申込先着順）
▽申込期限　3月5日㈫
▽申込方法　申請書等必要書類を財産活用課へ提出
※物件情報等詳細は、県ホームページをご覧ください。

●複十字シール運動（募金）へのお礼

健康づくり推進課 ☎62―3527

昨年8月1日から12月10日まで行われました複十字シール運動において、大勢の市民の皆さんにご協力をいただきお礼申し上げます。
お寄せいただきました募金は、公益財団法人結核予防会を通じて、結核に対する予防意識の普及・啓発、結核や肺がんなどの呼吸器疾患の調査・研究および開発途上国への結核対策支援などに使われます。
今後も本運動へのご理解・ご協力をお願いします。
▽募金総額　144，598円



お知らせ

今月のCOOL CHOICE ●宅配便の再配達防止に取り組みましょう

環境政策課 ☎62―2917

宅配便のうち再配達は約2割。再配達のトラックから排出されるCO2はおよそ42万トン。再配達により消費されている労働力は1・8億時間になります。
▽再配達防止のポイント
①配達日や時間帯を指定する。
②受け取り場所（コンビニエンスストアなど）を指定する。
ご協力をお願いします。

●佐久あすなろの会

佐久保健福祉事務所 ☎63―3164

※「あすなろの会」の担当者とお伝えください。

ご家族を自死で亡くされると残された人は孤独になりがちです。同じ体験をされた方々と安心して気持ちを語り、分かち合う場です。
▽日時　2月18日㈪
午後1時30分～3時30分
▽会場　市内（安心してご参加いただくため申し込み時に詳しくご案内します。）
▽参加費　100円（お茶代等）
▽対象
ご家族（親、子ども、配偶者、兄弟姉妹等）を自死で亡くされた方。
その他の方は、お断りします。
▽内容
①受付②会のルールの説明（会でのことは他では話さない・話したくない時は話さなくてもよい等）③自己紹介④分かち合い⑤参加しての感想

●まいさぽ佐久をご利用ください

長野県・佐久市生活就労支援センター（愛称「まいさぽ佐久」） ☎78―5255

まいさぽ佐久は、「生活困窮者自立支援制度」に基づき、生活や仕事に問題を抱えて困窮されている方に対し、自立相談支援事業を実施しています。
「失業・債務・病気・介護・ひきこもり」等の様々な生活の悩みを支援員が寄り添いながら問題の整理を行い、必要な支援につなげていきます。
生活に不安を抱えている方は一人で悩まずに、お気軽にご相談ください。
▽相談時間
平日午前9時30分～午後5時
▽相談場所　野沢会館2階
▽相談料　無料

お知らせ

●女性限定の面接会（合同会社説明会）

佐久地域振興局商工観光課 ☎63―3157

長野県主催により女性限定の合同会社説明会を開催します。仕事をお探しの女性の皆さんはぜひご参加ください。

▽**日時** 2月27日㈬ 午前10時30分～午後0時30分

▽**会場** 佐久平交流センター

▽**参加費** 無料

▽**対象** これから仕事を探し始める女性の方、就職活動中の女性の方

▽**内容** 企業の採用担当者から仕事の内容や、職場の様子などを直接聞くことができます。

▽**申込** 事前申込不要ですので開催時間中の都合の良い時間帯でお越しください。

▽**その他** お子さんと一緒にご参加いただけます。

※詳細は、イーキュア㈱女性の就業支援係☎0120―64―0234までお問い合わせください。

●就職のご相談は、佐久市無料職業紹介所「さくさくワーク」へ

佐久市無料職業紹介所「さくさくワーク」求職者専用ダイヤル（商工振興課内） ☎0120―151―394

佐久市無料職業紹介所「さくさくワーク」では、市内事業所へ就職を希望する方を対象に、就職支援員による就職相談・職業紹介を無料で実施しています。

就職活動中の学生さんや、仕事をお探しの方のご相談をお受けしていますので、お問い合わせください（若い皆さんもぜひお気軽に！）。

▽**求人の取扱範囲** 佐久市内の事業所の求人

▽**就職相談・職業紹介** 佐久市内の事業所へ就職を希望する方ならどなたでもご相談いただけます。

※求人情報は、市ホームページ「さくさくワーク」専用サイトにより検索できますのでご覧ください。

●高等職業訓練促進給付金

子育て支援課 ☎62―3149

母子家庭の母または父子家庭の父で、専門性の高い資格取得（主に看護師などの国家資格）を目指し、1年以上のカリキュラムを修業する養成機関へ入学した場合、生活の負担の軽減を図るために支給されるものです。

入学時より該当となった方については、卒業後に「修了支援給付金」が支給されます。

▽**支給期間** 3年間

▽**支給金額**

①**訓練促進給付金**

・市町村民税非課税世帯 月額 10万円

・市町村民税課税世帯 月額 7万500円

②**修了支援給付金**

・市町村民税非課税世帯 5万円

・市町村民税課税世帯 2万5千円

※要件等がありますので、詳細は子育て支援課までお問い合わせください。

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。

なお、穂の香乃湯は定休日のため、休館します。

▽**期日** 2月26日㈫

▽**サービス内容**

・入浴料を来館者全員50円引 大人500円→450円 小人250円→200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2倍

▽**施設ごとの特典**

・もちづき荘 食堂限定メニュー

・ゆざわ荘 コーヒー一杯無料

・布施温泉 特産品プレゼント

※詳細は、各施設ホームページをご覧ください。

●平尾温泉みはらしの湯「佐久市民DAY」

みはらしの湯 ☎68―0261

2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** 2月22日㈮ 午前10時～午後10時

▽**入浴料（通常料金の25％割引）**

・大人、中人 600円

・小人（小学生） 300円

※他割引との併用不可

※来店時に佐久市在住を証明できるものをお持ちください。

●3月の駒場公園施設利用受付

駒場公園管理事務所 ☎68―1399 FAX68―1853

▽**対象施設** テニスコート、弓道場、ギリシャ劇場

※多目的広場は、12月から3月末まで利用中止です。

▽**窓口受付開始** 2月1日㈮ 午後1時～

※申込が重複した場合は抽選

▽**電話・FAX受付開始** 2月10日㈰ 午後1時～

お知らせ

●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ご説明した上、無料でお渡しします。

市ホームページ
QRコード

●特別障害者手当・障害児福祉手当を受給している皆さんへ

福祉課　☎62―3147

平成30年11月から1月分の手当を2月8日㈮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か月を超えた時
・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）

●児童手当を受給している皆さんへ

子育て支援課
☎62―3149
または各支所市民係

平成30年10月から1月分の児童手当を2月8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。

市ホームページ
QRコード

イベント

●結婚支援事業 SAKU♡恋 in 2019 mini「Matching Party ～人生イロイロ編～」

福祉課　☎62―2919

▽**日時**　3月3日㈰
午後3時15分～5時15分

▽**会場**
ベーカリーテラスポアン

▽**参加費**　1，500円

▽**対象**　次の①～③全てに当てはまる方
①30歳～45歳の結婚に前向きな独身者
②「再婚希望者」または「再婚に理解のある未婚者」
③佐久市内在住または在勤、もしくは、将来、佐久市に住みたい方（移住希望者）

▽**内容**　男女1対1で自己紹介、フリータイム、マッチング等

▽**定員**　男女各10名（計20名）
※申込者多数の場合は抽選。

イベントの詳細・申し込みは「さくこい」で検索、またはQRコードから市ホームページをご覧ください。

市ホームページ
QRコード

●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。お気軽にご参加ください。

▽**日時**　2月12日㈫
午後1時30分～3時30分

▽**会場**　シルバーサロン（サングリモ中込1階）

▽**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

●新品目導入試験事業講演会

農政課　☎62―3203

佐久市の気候や風土に合う新しいブランド品目や水田転作に向く品種の普及を図るための試験事業を行っています。

今回の講演会では、今年度の試験状況の報告や新たな提案などの講演を行います。

▽**日時**　2月14日㈭
午後1時30分～

▽**会場**
市役所南棟3階会議室

▽**参加費**　無料

▽**定員**　70名（先着順）

▽**申込**　2月4日㈪～8日㈮
平日午前9時～午後5時

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 FAX64―0213

※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。
※各教室要申込、定員になり次第締切

○ヨガ教室

▽日時　2月15日(金)　午後1時30分～3時
▽会場　野沢会館和室2、3号
▽持ち物　飲み物、楽に動ける服装、ヨガマット（ある方）

○エンジョイ・アート

▽日時　2月19日(火)　午後1時30分～3時
▽会場　あいとぴあ臼田工作室
▽参加費　100円（材料費）
▽内容　麻ひもで小物入れ作り

○ピアのつどい

▽日時　2月22日(金)　午後1時～3時
▽会場　野沢会館調理室、中会議室
▽参加費　200円（材料費）
▽内容　簡単なお茶菓子を手作りし、お茶を飲みながら情報交換

○音楽を楽しむ集い

▽日時　3月1日(金)　午後1時30分～3時
▽会場　野沢会館音楽室1号

●ふれあいポールdeウォーキング　2月のご案内

佐久ポールウォーキング協会事務局　☎67―3318

○室内ポールウォーク

この冬は、体育館で体を動かしながら楽しい仲間づくりをしませんか。体はもちろん五感をフルに使い心身ともにリフレッシュしましょう。

▽日時　2月17日(日)　午前9時～正午
▽会場　佐久創造館体育館
▽参加費　無料
▽内容
・ポールウォーキング初心者講習としっかり歩き
・ポールを使った体操、ストレッチ、筋トレ等
・脳トレ他
※自由参加

○会員募集中

▽年会費　1，000円
※各種特典付き
※詳細は、佐久ポールウォーキング協会事務局までお問い合わせください。

イベント

●第84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

関節リウマチとは何か。病気の成り立ち、症状、検査、基本的治療から最新治療まで分かりやすく説明し、当院での関節リウマチ治療の取組についてご紹介します。

▽日時　2月21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
▽入場料　無料
▽演題　『関節リウマチについて』～関節リウマチの基本的知識から最新治療まで～
▽講師　浅間総合病院　内科医長　関　慎也
▽申込　不要

浅間総合病院ホームページQRコード

●ピン・ピン講座

健康づくり推進課　☎62―3189

▽日時　2月24日(日)　午後0時30分～3時
▽会場　市民創錬センター
▽参加費　無料
▽内容
・大人の体力測定と室内運動
講師　健康運動指導士　依田　彰子氏
・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
・適塩みそ汁の試飲
▽持ち物等
・動きやすい服装、運動靴でお越しください。
・十分な水分をご用意いただき体調管理にご留意ください。
▽申込　健康づくり推進課までお申し込みください。

●佐久市児童生徒美術展・写生大会作品展

近代美術館　☎67―1055

市内小中学校からの選出作品と、今年度の児童生徒写生大会で制作された作品を展示します。力作ぞろいの展覧会です。ぜひご覧ください。

▽会期　2月9日(土)～24日(日)　午前9時30分～午後5時
▽会期中の休館日　なし
▽観覧料　無料

イベント

●春休み工作教室「カミロボ・ワークショップ」

近代美術館 ☎67―1055

毎回好評のカミロボ・ワークショップが今年もやってきます。自分だけのカミロボを作ってみませんか。

▽日時
・3月23日(土) 午後2時～
・3月24日(日) 午前10時～、午後2時～

▽参加費 1キット500円

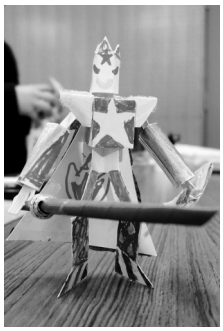
▽対象 小中学生（市内優先）

▽講師 造形師・カミロボ作家 安井 智博氏

▽定員 各回15組30名（先着順）

▽申込 3月2日(土)午前9時30分から電話で受付

※毎回好評の教室ですので、早めにお申し込みください。


制作例

●スポーツ大会参加者募集

佐久市体育協会 ☎88―6123

○第14回佐久市スキー大会

▽期日 3月3日(日)

▽会場 佐久スキーガーデン「パラダ」北パラダ

▽参加費
・一般・高校生 1,500円
・小中学生 500円
・スペシャルオリンピックス 500円

▽参加資格 次のいずれかに該当する方
・佐久市、小諸市、東御市、北佐久郡、南佐久郡の在住者および勤務者（佐久地域定住自立圏内）
・佐久市の友好都市等在住者

▽種目 大回転競技
小学生、中学生の各男女の部、一般（女子、青年男子、壮年男子、シニア男子）の部、スペシャルオリンピックスの部

▽申込 2月21日(木)までに参加費を添えて佐久市体育協会事務局（佐久市総合体育館内）またはパラダでお申し込みください。

●スポーツ教室参加者募集

体育課 ☎62―2020

※2月4日(月)から申込開始

○スポーツクライミング教室

▽日時 3月5日～(火・金曜日開催) 午後7時～9時

▽会場 佐久平ロッククライミングセンター

▽参加費 2,200円

▽対象 高校生以上

▽定員 30名

イベント

○ヨガ（冬季）教室

※本年度、体育課主催のヨガ教室に参加していない方を優先します。

▽日時 2月21日～（木曜日開催）午後7時～8時30分

▽会場 市民創錬センター大会議室

▽参加費 1,500円

▽対象 小学生以上

▽定員 30名

※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。

●第52回佐久市強歩大会「体力・気力の限界に挑戦！」

佐久市体育協会 ☎88―6123

▽期日 4月20日(土)～21日(日) 20日(土) 午後9時スタート

※雨天決行

▽コース 韮崎市韮崎小学校～佐久市総合体育館約78㎞（主要ルート 国道141号）

▽参加費 5,000円

▽対象 中学生以上

▽定員 1,100名（先着順）

▽申込期間 2月12日(火)～3月8日(金)

※定員になり次第締め切りますので、申込状況を確認してからお申し込みください。

▽申込方法 所定の申込用紙に参加費を添えて佐久市体育協会（佐久市総合体育館内または臼田・浅科・望月の体育協会支部）までお申し込みください。

※詳細は、佐久市体育協会または市ホームページをご覧ください。

●第6回COSMO☆アカデミア公演

文化事業団 ☎82―3962

PAS「演劇教室」受講生により3年前に「COSMO☆アカデミア」が結成されました。そのメンバーによる本格的な舞台公演を行います。

▽日時
・3月16日(土)、17日(日) 開場 午後6時 開演 午後6時30分
・3月17日(日) 開場 午後0時30分 開演 午後1時

▽会場 コスモホール小ホール

▽鑑賞料 1,000円（製作協力金）

▽演目 「ピアノの部屋」
ピアノがある部屋での違った時代の違った家族の物語

▽脚本 四方田直樹氏（Sky Theater PROJECT）

▽演出 奥村達夫

乞うご期待！

イベント

●うすだスタードーム 2月のイベント

うすだスタードーム ☎82―0200

○天体写真教室

▽日時および内容
2月1日㈮「星座の写真を撮ろう!」、8日㈮「オリオン大星雲の写真を撮ろう!」、15日㈮「月の写真を撮ろう!」、22日㈮「星と風景の写真を撮ろう!」（毎回午後7時30分～9時）
スタードームの機材で本格的な天体写真撮影に挑戦します。

▽参加費（入館料）
・一般　500円
・小中学生　250円

▽定員　30名（申込先着順）

○冬の星空観望会

▽日時　2月23日㈯
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
オリオン大星雲・すばるなど冬の星座と星空名所をお楽しみいただきます。

▽申込　不要

●図書館　2月の行事予定

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

※2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】

○ジョージアさんの英語の絵本の読み聞かせ
▽日時　2日㈯　午前10時30分

○高校生を中心としたビブリオバトル
▽日時　2日㈯　午後2時

○おはなしの会①
▽日時　9日㈯　午前10時30分

○おはなしの会②
▽日時　21日㈭　午前10時30分
▽対象　乳幼児

○ぽっけおはなしの会
▽日時　16日㈯　午前10時30分

○語りのおもてなし
▽日時　23日㈯　午後3時

○ザ・フレンズ朗読会
▽日時　27日㈬　午前11時

【臼田図書館】

○ブック☆ブックお話の会
▽日時　16日㈯　午後2時

【浅科図書館】

○ちいさい子のおはなし会
▽日時　14日㈭　午前10時30分
▽対象　乳幼児

○おはなし会
▽日時　16日㈯　午前11時

【望月図書館】

○ものがたりふれあいトーク
▽日時　23日㈯　午前11時

イベント

●望月歴史民俗資料館 2月のイベント

望月歴史民俗資料館 ☎54―2112

○郷土のひな人形展 ～旧家のおひな様～
▽会期　2月16日㈯～3月24日㈰
▽会場　望月歴史民俗資料館

○石びな作り
石に絵を描いて、おひな様を作ります。幼児から参加可能。
▽日時　2月9日㈯　午後2時～3時30分
▽会場　望月歴史民俗資料館
▽参加費　100円（材料込）
▽講師　柳沢　梅男氏
▽申込　電話で資料館へ

○かわいいおひなさま作り
布を縫ったり、貼ったりしながらおひな様を作ります。
▽日時　2月10日㈰　午後1時～4時
▽会場　駒の里ふれあいセンター
▽参加費　500円（材料込）
▽講師　矢島　八重子氏
ひなの会の皆さん
▽申込　電話で資料館へ

○2月の資料館講座
▽日時　2月24日㈰　午後1時30分～3時
▽参加費　無料
▽演題
秩父事件と自由民権運動 ～20年後の新聞記事を見返す～
▽講師　望月歴史民俗資料館　館長　上原　美次
▽会場　駒の里ふれあいセンター
▽申込　不要

●鎌倉彫記念館企画展「小野澤四郎木彫作品展」

文化事業団 ☎82―3962

▽日時　3月10日㈰まで　午前9時～午後5時
・会期中の休館日
2月4日、12日、13日、18日、25日、3月4日
▽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
ギランバレー症候群の後遺症で手足に神経麻痺がありながら30年近く木彫りの作品に取り組んでいる佐久市春日の小野澤四郎さんの作品を約40点展示します。
工芸美術品の域に達している素晴らしい作品をぜひご鑑賞ください。

信濃路の春

イベント

●佐久バルーンフェスティバル2019ボランティアスタッフ募集

佐久市観光協会 ☎62―3285

今年も佐久バルーンフェスティバルを一緒に盛り上げサポートしていただける、競技および運営のボランティアスタッフを募集します。

▽期日　5月3日㈮～5日㈰
▽会場　千曲川スポーツ交流広場
▽競技スタッフ「オブザーバー」　競技飛行を行う各チームに同行し、選手の競技結果を記録・報告していただく作業を行います。ただし、3月3日㈰に開催されます講習会の受講と登録が必要となります。
▽運営スタッフ　大会メイン会場で、イベントや係留バルーンの準備から運営までのお手伝いをしていただきます。
▽申込期限
・競技スタッフ　2月28日㈭
・運営スタッフ　4月8日㈪
※詳細は、佐久市観光協会までお問い合わせください。

●第32回佐久鯉マラソン大会出店者募集

佐久市観光協会 ☎62―3285

新緑を迎える長野牧場と雄大な浅間山を眺めながら佐久を走り抜ける佐久鯉マラソン大会の開催にあたり、会場内での出店者を募集します。

▽期日　5月4日（土・祝）
▽会場　駒場公園多目的グラウンド
▽出店資格　第32回佐久鯉マラソン大会の趣旨に賛同し、佐久市観光協会、佐久商工会議所、市内各商工会、市内各商店会、佐久物産振興会のいずれかに加入しており、主催者が適当と認めた者。
▽出店料　無料
※電気・水道設備の用意はありませんので、出店者で手配してください。
▽出店スペース　1店あたり間口3間・奥行2間のテントスペースとする。
▽申込期限　3月1日㈮
※詳細は、佐久市観光協会までお問い合わせください。

●ランチタイムコンサート

文化事業団 ☎82―3962

プレミアムフライデーのお昼、サックスとピアノのロマンティックサウンドで、ちょっぴり贅沢な時間を過ごしてみませんか。

▽日時　2月22日㈮　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
▽出演　『デュオ　ルクレール』
・松本　ひろ実氏（サックス）
・松本　修一氏（ピアノ）

●Sakumo（サクモ）子ども未来館2月のイベント

子ども未来館 ☎67―2001

○新企画「ママデイ」
▽日時　日頃のママの疲れを癒やそう　2月13日㈬
手形アートで親子の宝物づくり　2月27日㈬
午前10時～、11時30分～
▽会場　ちびっこルーム　ほか
▽定員　各回10名（事前申込制）

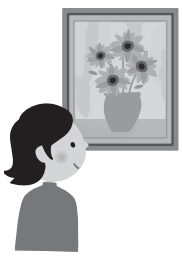
○なおやマンプレゼンツ　キッズワークショップデイ「ひとつがふたつ」「すべてがひとつ」
▽期日　2月16日㈯
▽会場　科学体験工房
▽対象　5歳以上の子とその保護者
▽講師　造本作家　駒形克己氏
▽定員　各回30名
※詳細は、子ども未来館ホームページをご覧ください。

●長野県信濃美術館イベント

長野県信濃美術館 ☎026―232―0052

○信濃美術館移動展　信州ゆかりの芸術家の作品や信州を描いた作品を主軸に、近代から現代までの美術作品を幅広く紹介します。
▽日時および会場
・2月7日㈭～19日㈫　午前9時～午後5時　長野県飯田創造館（飯田市）
※2月13日㈬休館
・3月9日㈯～17日㈰　午前9時～午後5時　ホクト文化ホール（長野市）
※3月11日㈪、12日㈫休館
▽観覧料
・大人　200円
・大学生　100円
・高校生以下　無料

○信濃美術館所蔵名品展～信州ゆかりの作家群像～　信濃美術館所蔵作品約4，000点の中から、明治～昭和期に活躍した郷土ゆかりの作家作品と信州ゆかりの作家が描いた信州の風景作品を中心に約60点を展示します。
▽日時　2月23日㈯～3月31日㈰　午前9時～午後5時
※毎週火曜日、3月22日㈮休館
▽会場　信州高遠美術館（伊那市）
▽観覧料
・一般　500円
・小中学生　150円



寄附

●ご寄附ありがとうございます

○ふるさと納税寄附

・濱田　遥様　・棚澤　信様
・廣澤美帆様　・鷲見正則様
・和田　明様　・露木吉信様
・鈴木蘭美様　・鈴木謙吾様
・鈴木貴民様　・矢野佐和子様
・野島　博様　・矢作遼太郎様
・野村茂男様　・目時利一郎様
・堀内　聡様　・木下かおる様
・北原朝日様　・片桐紀行様
・平島佳子様　・平田松太郎様
・武舎弥生様　・飯島岳彦様
・入江俊秀様　・奈良和紘様
・藤木健太様　・藤本剛至様
・藤原将太様　・渡邉悠一様
・渡邉浩隆様　・渡邊信行様
・田邉良康様　・田川広也様
・鏑木崇世様　・鶴田　修様
・長嶋雄一様　・調　恵介様
・中野博紀様　・中島光一様
・中村哲成様　・中川　悟様
・池田晴信様　・池田伸子様
・大部祐子様　・大塚達哉様
・大塚昭男様　・大村幸則様
・大石純司様　・大高好美様
・村山統一様　・大工原宏直様
・増田　歩様　・多嶋田実徳様

○一般寄附

▽市へ
・10万円　真如苑佐久様
・2千円　佐久の鯉太郎Z様

▽市内保育園へ
・積み木20箱　須江廣見様

▽浅間総合病院へ
・82円切手25枚　匿名

▽臼田学園へ
・クリスマスケーキ3個　油井勲様
・ショートケーキ56個
・ジュース6本
有限会社丸忠食品様

・岡村英明様　・横倉　崇様
・奥村勇次様　・塩谷盛泰様
・塩崎皓平様　・遠藤千恵様
・榎本孝志様　・永井秀昭様
・稲垣　栄様　・井出　徹様
・井出直子様　・井出雅士様
・依田胤正様　・伊藤　宏様
・伊井　武様　・安田梨絵様
・安達宣明様　・安井一郎様
・伊豫田羊一郎様
・Javier Ignacio
Asenjo Quinteiro様
・DANIEL GOZZO
CAMPANHA様

※順不同

市税等の納期限

納期限	2月28日㈭
市税等	国民健康保険税（8期）
	介護保険料（11期）
	後期高齢者医療保険料（8期）

※納期内の納付にご協力をお願いします。

・倉嶌洋輔様　・多田健太郎様
・前野佑太様　・川崎　剛様
・川妻史明様　・折原俊一様
・石和信政様　・石井聡美様
・青木芳成様　・西本卓司様
・西村俊亮様　・西井光治様
・西　暢子様　・清水洋介様
・清水啓太様　・成田　理様
・水蘆恭治様　・水野浩太様
・須永秀典様　・新井康一様
・上月敏彦様　・松野泰之様
・松田晃輔様　・松原正司様
・小林俊哉様　・小田　徹様
・小倉　要様　・小川隆介様
・小西一嘉様　・小山晶子様

手話コーナー

ここでは、市民の皆さんに手話に親しみを持っていただけるよう、日常生活で役に立つ手話を紹介します。

ご案内します

左手の親指以外の4指を右手5指で上からはさみ、右へ移動します。
この時、「ご案内します」という気持ちを表情に込めましょう。
この手話は、手を引いて導く様子を表しています。

イラスト：長野県手話ガイドブックより

・勝　太一様　・舟橋夕貴子様
・秋山　薫様　・芝田高志様
・篠崎英之様　・鹿野智美様
・持田幾英様　・施　明響様
・市川徹志様　・四橋和久様
・山本悠樹様　・山本　優様
・山崎信宏様　・山本美佐子様
・山崎浩子様　・山口崇起様
・三宅　権様　・山口寿美子様
・三石健市様　・佐野信也様
・今木大輔様　・佐藤みゆき様
・克巳志田様　・佐久間秀二様
・高野一也様　・高見澤哲矢様
・高橋直生様　・高橋寿保様
・高井　哲様　・溝口　浩様
・幸坂直樹様　・工藤勝弘様
・工藤浩史様　・功力英俊様
・鯉谷　淳様　・後藤英彦様
・胡奈津美様　・古橋亜沙子様
・絹笠恵一様　・元村奈津香様
・桑原祐吾様　・金澤賀志己様
・金下祐己様　・近藤隆治様
・玉川祐司様　・宮里智子様
・久下喬弘様　・吉田幸司郎様
・吉見陽一様　・吉岡敦子様
・丸山洋平様　・鬼久保浩正様
・丸山鉄雄様　・間島健太様
・鎌田雅也様　・河上昌弘様
・加藤武彦様　・加藤　誠様
・下田達也様　・荻原　博様

2019（平成31年）
2 きさらぎ 如月
さくし 公民館報
No. 167

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

新たな門出を祝う 平成31年 成人式が行われる

１月３日、佐久市成人式が佐久創造館で行われ、平成10年４月２日から平成11年４月１日生まれの838名の新成人が出席しました。

式典では、新成人代表から夢や決意が語られました。記念講演では、新成人の多くが生まれた年に開催された長野パラリンピックのバイアスロンで金メダルを獲得した井口深雪氏の講演が行われました。視覚障がいと向き合いながら努力を重ね、パラリンピック２大会で金メダリストになった話は、新成人にとって新たなスタートへの大きなエールになりました。新成人の皆さんには、それぞれの夢の実現に向かい邁進してほしいと願っています。

新成人代表の紹介

謝 辞

城田 安矩さん（安原）

両親が辛抱強く育て、地域の方々や先生方が温かく見守ってくださったことに心から感謝します。人の良い面に目を向け、自分自身を成長させ、そうして培われた良い考えを次の世代に伝えられる大人になります。

意見発表

「かっこいい大人に」　大澤　達さん（茂田井）

夢は家業の酒造りを継ぎ、造った酒を世界的ブランドにすること。自分の目標に向かいひたむきに努力するかっこいい大人を目指したいです。そのためにどうすべきか、今の出会いや経験の中で答えを見つけたいです。

「夢に向かって」　小市ゆりかさん（桑山）

私の夢はネイリストになること。ネイリストは人に爪先から自信を与えることができる仕事です。今まで出会った人への感謝と、これから出会う人との繋がりを大切に、多くの人の希望となるネイリストになりたいです。

成人式司会アシスタント

小林　志穂さん（権現堂）

※上記は謝辞、意見発表の要旨です。全文は、市ホームページ 内に掲載しております。

ちょっとひとこと

地方でアニメ

相生町　臼田資史（しふみ）

３年前に、東京での研修を経て、アニメーションの仕上げを請け負う会社を岩村田で立ち上げました。

ドラえもん・コナン・ガンダム等、映画館やＴＶで目にする作品も多く手掛けています。アニメ制作は集団作業で、30分のTVアニメを作るために３カ月､200～300人ものスタッフが関わります。私たちの仕事はデジタルペイント（彩色）で、登場するキャラクターや小物に着色しますが、カットの情景や心情に合わせて色があり、それによって作品全体の印象やクオリティーが変わる、文字通り「仕上げ」といえる重要な仕事です。

地方の会社でも、日々はデータのやり取りで進み、本社との打ち合わせにも佐久は便利で、都会より少しゆとりを持って好きなアニメに関われると、スタッフも現在６人に増えました。

アニメをコンテンツとするイベントやコラボしての町おこしの動きが各地でありますが、一過性に終わることも少なくないと聞きます。作品をきっかけに社会と広く関わっていくとか、若者が仕事をする場所を作っていくとか、地域の元気が続いていくサイクルのひと役を担っていきたいと思っています。

ふれあい あれこれ

望月地区「公民館のつどい」を開催

11月24日㈯25日㈰の２日間、望月公民館駒の里ふれあいセンターで「公民館のつどい」を開催しました。

１日目は、総合作品展と学習グループ「ひまわりクラブ」によるスペシャルステージ、「望月ブローライフル倶楽部」による体験会を実施しました。

また、毎年おいしいと評判のそばの振る舞いを、そば打ち実演と合わせて行いました。

２日目は、総合作品展と学習グループや地元で活動されているグループに個人参加を含めて、「芸能祭」を開催しました。出演された皆さんは、日頃の活動の成果を存分に披露されました。最後は全員で望月小唄を踊り、つどいは終了しました。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

東公民館　塗るハーバリウム作り

12月12日、泉美紀先生を講師に「塗るハーバリウム作り」を開催しました。オイルを入れたガラスの小瓶に、好みのドライフラワーやアロマを入れて作りました。会場は素敵な香りに包まれ、参加者は日頃の忙しさを忘れて、リラックスできた様子でした。

臼田公民館　がっつり男飯づくり

地元で活躍するシェフに定番料理を直接伝授していただく男性の料理教室を開催しました。11月11日は小山康義先生を講師に、ハンバーグとロールキャベツ、12月９日は林政幸先生を講師に、エビチリ丼を作りました。わかりやすく、プロの技を学ぶことができ参加者から好評でした。

人権シリーズ

確証バイアス

中学校に勤務していた頃、いつも特定の生徒の持ち物や靴が無くなるということがあった。幾度か続いたために、保護者も心配され、解決に向けて情報収集や人間関係等を調査しながら、何度かの対策会議を行った。その中で、何人かの生徒が話題になったが、解決には至らなかった。そんな折、ある生徒から、現場を見たとの報告があった。担任の指導で双方の生徒の悶々とした心身の状況がわかり、一件落着したのであった。驚いたことに、関わった生徒は、対策会議の中で話題になった生徒達とは違う生徒であった。私は、普段接している子ども達を見る目の不確かさを痛感した。

それ以降、私は、「決めつけや思い込み」で生徒を見るのはやめようと努力してきた。しかし、生徒指導上の問題が次々発生する中で、余裕を失い、特定の生徒の姿が頭をよぎり、その生徒ばかりに目が向いてしまうことがあった。

自分の先入観に基づいてものごとを捉え、自分に都合の良い事実や情報だけに目が奪われてしまう「確証バイアス」という言葉がある。私も無意識のうちに、自分の中に一人一人の生徒のイメージを持ち、都合の良い情報のみに目が向いていたのではなかったか危惧している。

さいわいにも、中学校では、教科や部活等、様々な職員の目があり、また、家庭や地域、友達から見える姿もあった。こうした多くの方々の目に支えられ教えられながら、子どもたちと関わってこられたことに感謝している。

人権同和教育推進員　平岡　洋明

※お問い合わせ等は人権同和課まで（☎62―3135）

健康な食生活を学ぶ　～中央公民館　食育セミナー～

生涯にわたって健全な食生活を実践する力を養うことを目的に、小学生とその保護者を対象に食育セミナー（全４回）を開催しました。今年度は24名が参加し、講義や調理実習を通して、食に関する知識や技術を学びました。

講義では、同じ食材でも調理の方法によって味や食感が変わるなど、調理の基礎や食について学びました。実習では、りんごを使った調味料作りや飾り巻きずし、郷土食の鯉を使った唐揚げなどの様々なメニューに挑戦しました。親子で作る楽しさや、自分でもできるという喜びも味わいながら出来上がった料理に舌鼓を打っていました。

市立図書館より

「録音図書」をご存じですか？

中央図書館では、録音図書（DAISY図書）の貸出を行っています。本を読みたいけれど、読めなくて困っている方、活字の読みが困難になったシニア世代の方など、録音図書をどうぞご利用ください。

録音図書は、１人１回につき１冊を、３週間まで借りられます。録音図書は、専用プレーヤー（再生専用機プレクストークPTN２）、または、Windowsパソコン、MP３再生機能付のＣＤプレーヤーで聞くことができます。

中央図書館には、ボランティアグループ「音の会」の皆さんが制作した録音図書（92作品）とともに、「わいわい文庫」も所蔵されています。「わいわい文庫」は、音声に加え映像も楽しむことができ、Windowsパソコンで再生ができます。

録音図書を利用するには、お近くの図書館で利用者登録をしてください。 利用者登録は、代理の方でも手続きができます。

なお、録音図書に関する資料（チラシ）が、各図書館や市役所福祉課の窓口にありますので、どうぞご覧ください。

中央 ☎67－2111・サングリモ中込 ☎63－3793・臼田 ☎82－3932・浅科 ☎58－4321・望月 ☎53－0230

青少年は地域社会からはぐくむ

平成30年11月18日㈰、市民創錬センターにて、「青少年は地域社会からはぐくむ」という観点に立ち、佐久市青少年健全育成市民集会を開催しました。

はじめに、市内各中学校から選ばれた８名の中学生による意見発表を行いました。どの発表もしっかりとした主張や考えに支えられ、大人も考えさせられる内容ばかりでした。原稿を読む姿勢も堂々とし、次代を担う青少年のその素晴らしい姿に、佐久市の明るい未来を感じ嬉しく思いました。佐久市ホームページにて意見発表文を掲載していますので、ぜひご覧ください。

続いて、NPO法人子ども・人権・エンパワメント「CAPながの」を講師に、おとなワークショップ「子どもが安心して育つために」を行いました。家庭や学校、地域のなかで子ども達を健やかに育てていくために、大人がどのように子どもと接していくべきなのか学びました。今後も私達大人は、青少年が健やかに育つ環境づくりに努めていきたいものです。

少年センターだより

伸びよう 伸ばそう
青少年

2月11日は**「信州あいさつの日」**・2月17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　■東公民館 ☎67－2545
■臼田公民館 ☎82－2106　■浅科公民館 ☎58－3957　■望月公民館 ☎53－2548

	学級及び学習内容	日　時	場　所	講師・指導者	費用・持ち物等
浅間公民館	◎人権同和教育学習会 身近な人権について改めて考えてみましょう	2月16日㈯ 13:30～14:30	浅間会館 会議室1・2	人権同和教育推進員 中澤功先生	〈参加費〉無料
	◎伝えたい佐久の味⑤ メニュー：おやき、お赤飯、五目汁、漬物	2月26日㈫ 9:30～13:00	浅間会館 料理講習室・ 食育室	佐久市農村生活マイスターの会	〈参加費〉800円程度 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持帰り用の容器 〈定　員〉20名
	◎みそ作り教室 みそ作りに挑戦してみましょう！	3月14日㈭ 13:30～15:30	浅間会館 料理講習室・ 食育室	阿部博隆先生	〈参加費〉4,000円 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定　員〉15名 ※申込受付開始 2月14日㈭ 8:30
野沢公民館	◎老後を自分らしく（全4回） 誰もが迎える老い。自分のために老い方を学んでみませんか？	①2月14日㈭ 14:00～15:30 ②2月21日㈭ 〃 ③2月28日㈭ 〃 ④3月 7日㈭ 〃	野沢会館 会議室205	①田中千せ子先生 ②佐久総合病院職員 ③山際隆浩先生 ④市高齢者福祉課	〈参加費〉無料 〈持ち物〉飲み物 〈定　員〉30名
	◎キムチを作ろう！第2弾 辛ーい！でも食べたい！癖になる本場キムチを作りましょう！昼食は豚キムチ丼を作ります	2月19日㈫ 9:30～13:00	野沢会館 調理室	藤田英俊先生	〈参加費〉1,200円程度 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定　員〉20名
	◎家庭菜園土づくり教室 家庭菜園をはじめるにあたり、野菜作りに適した土づくりの基本を学びましょう	3月11日㈪ 9:30～11:30	野沢会館 会議室205	佐久浅間農協農地コーディネーター	〈参加費〉無料 〈定　員〉30名
	◎親子でおやつを作ろう！ バターなどの乳製品を使わなくても美味しい、おやつ作りに挑戦	3月19日㈫ 9:30～11:30	野沢会館 調理室	川上香先生	〈参加費〉500円程度（1人） 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持ち帰り容器・上履き（子ども） 〈定　員〉16名 ※申込受付開始 2月18日㈪ 8:30
中込公民館	◎ハーモニカで楽しく（全10回） 懐かしい曲をハーモニカで演奏してみませんか。初心者歓迎！	⑨2月 6日㈭ 9:30～11:30 ⑩3月 6日㈭ 〃	中込会館 大会議室	杉浦都美子先生	〈参加費〉100円（初回のみ資料代等） 〈持ち物〉ハーモニカ
	◎なつかしの歌・こころの歌（全4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。春の歌集を使います	④3月11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100円（資料代） 〈定　員〉50名程度 〈持ち物〉飲み物・春の歌集（ピンク色）
東公民館	◎きのこ栽培教室 しいたけ・くりたけの駒打ちをします。親子での参加も大歓迎です！	3月 9日㈯ 9:30～11:30	東会館	佐久森林組合職員	〈参加費〉1,700円程度（材料費など） 〈持ち物〉作業のできる服装・手袋・雨天の場合は雨具 〈定　員〉20名程度
	◎東地区を知る④〈美術編〉 ～神津港人氏、油井一二氏について学ぶ～ 近代美術館学芸員の説明により、佐久の先人の勉強をしましょう	3月13日㈭ 10:00～12:00	佐久市近代美術館	佐久市近代美術館学芸員	〈参加費〉500円程度（入館料） 〈持ち物〉飲み物 〈定　員〉20名程度 ※申込受付開始2月13日㈭ 8:30
臼田公民館	◎星空ウォーキング～星の教室（春） 親子、夫婦、友達と、誘い合って星空観察を楽しみましょう！	3月 7日㈭ 19:30～21:00	あいとぴあ臼田	教育委員会職員	〈参加費〉無料 〈定　員〉30名 ※暖かい服装でお出かけください
	◎家庭菜園土づくり教室 家庭菜園をはじめるにあたり、野菜作りに適した土づくりの基本を学びましょう	3月12日㈫ 9:30～11:30	あいとぴあ臼田 多目的室	佐久浅間農協農地コーディネーター	〈参加費〉無料 〈持ち物〉筆記用具 〈定　員〉30名
浅科公民館	◎体験！手作りおやき 伝統食のおやきを作りましょう	3月11日㈪ 9:30～13:00	浅科保健センター	土屋しのぶ先生	〈参加費〉500円程度 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 〈定　員〉16名 ※申込受付開始 2月8日㈮ 8:30
望月公民館	◎家族の笑顔が一番 ～しあわせクッキング～ パエリアやシューマイ、お祝いケーキをつくりを学び、楽しい食卓づくりに役立てませんか	3月 7日㈭ 9:30～13:00	駒の里ふれあいセンター 2階講習室	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・お米1/2合 〈定　員〉16名 ※申込受付開始 2月8日㈮ 9:00
	◎みそ作り体験教室 地元東春睦会の皆さんから、おみそづくりを学びます	3月 9日㈯ 13:30～17:00	観音峯活性化センター	東春睦会の皆さん	〈参加費〉1,600円程度 (材料費・資料代) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・2kg入る持ち帰り用容器・飲み物 〈定　員〉20名 ※申込受付開始 2月15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
※「全○○回」の表記はシリーズ（連続）で行う講座です。

地区公民館の「つどい」のお知らせ

公民館学習グループや地域公民館の皆さんの作品・舞台発表をご覧ください

地区名	場　所	月　日	作品展示時間	開会式、ステージ、催し物等
浅間	浅間会館	2月16日㈯	10:30～16:00	10:30～16:00　展示発表 10:30～16:00　囲碁体験 11:30～13:00　特別出演【あさま幼稚園、中佐都小学校の演奏】 13:30～14:30　人権同和教育学習会
		2月17日㈰	9:00～15:00	9:30～　開会式 9:00～15:00　展示発表 10:00～15:00　ステージ発表 10:00～15:00　パステル画体験（休憩12：00～13：00）
野沢	野沢会館	2月　9日㈯	13:00～16:00	13:00～16:00　作品展示発表 13:00～15:30　体験コーナー (陶芸・銅芸・将棋・押し花・水墨画・昔話語り) 13:00～16:00　チャリティーバザー
		2月10日㈰	9:00～15:00	9:00～ 9:20　開会式 9:30～15:00　ステージ発表　特別出演【岸野小学校金管クラブ】 9:00～15:00　作品展示発表 9:30～14:00　呈茶コーナー（材料が終了するまで） 9:30～14:00　体験コーナー (陶芸・銅芸・将棋・押し花・水墨画・昔話語り) 9:00～15:00　チャリティーバザー
中込	中込会館	2月16日㈯	13:00～16:00	13:00～16:00　展示発表 13:00～15:00　特別出演【中込小学校金管バンド、佐久城山小学校(合唱愛好会･かたりクラブ･竹太鼓)、佐久相撲甚句会、瀬戸獅子舞保存会】
		2月17日㈰	9:00～14:30	9:00～14:30　展示発表 10:00～10:20　開会式 10:20～14:30　ステージ発表
東	東会館	2月23日㈯	13:00～16:00	13:30～15:00　歴史講演会「神津猛が佐久に残したもの」
		2月24日㈰	9:30～15:00	10:00～10:30　開会式 10:30～14:30　ステージ発表 特別出演【東保育園、東小学校、東中学校吹奏楽部、東地区区長会他】 9:30～14:00　お抹茶サービス・体験
臼田	あいとぴあ臼田	3月　2日㈯	9:00～17:00	10:00～16:00　体験コーナー《囲碁対局》
		3月　3日㈰	9:00～16:00	9:30～10:00　開会式 10:00～16:00　ステージ発表 特別出演【子ども小満太鼓、臼田中学校吹奏楽部】 10:30～13:30　抹茶サービス 10:00～14:00　手打ちそばサービス（整理券配付 当日午前９時から）
浅科	交流文化館浅科	2月23日㈯	9:00～17:00	9:00～17:00　作品展示発表 10:00～11:00　モデル地域公民館講演会（御馬寄地域公民館） 13:30～15:00　体験コーナー《どら焼きづくり･絵手紙･囲碁･牛乳パックでブローチ作り（参加費無料です）》
		2月24日㈰	9:00～15:30	9:00～　開会式 9:20～15:30　ステージ発表 特別出演【中山道宿場太鼓、浅科中学校吹奏楽部他】 10:00～14:00　呈茶席・チャリティーバザー

瀬音

同期退職仲間の会合がいつもの蕎麦屋であった。年一回の集まりだ。無事再会の喜びで和気藹藹（あいあい）である。会話が弾み、酒が回り、腹が満ちた頃、幹事の声掛けで近況報告が始まった。

この一時が貴重で楽しい。

仲間の日常生活と健康状態が垣間見え、これからの後期高齢者生活の指針になる。俳句の通信講座で勉強。果樹栽培に奮闘中だがリンゴの運搬が大変。白内障の手術。傷めた腰の治療をあちこちで試みたが痛みは墓場まで等々。様々な話を聞いた。

実は、私の腕には痛みがある。数年前、薪割りで右肘の腱を傷めた。医師の診断は治療法が無いと出た。治療せずも、痛みは日々の生活に紛れて消えた。

ところが、昨秋、米袋を持ち上げる時、右腕が痛く力が入らない。やむなく腕を曲げ抱え上げた。腕が使えなくなるのは辛い。右腕の負担を減らすために、左腕の訓練を始めた。しかし、力はなかなか付いてくれない。歳のせいだろう。なだめつつ期待を捨てない毎日を過ごそう。

次の会合では、私の腕をつまみにでもしてもらおうか。

（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
佐久市鳴瀬 1804-2

自立型サービス付き高齢者向け住宅
タウンコートのぞみ
11月1日小諸市御影にオープンしました!
入居者募集中!
全てが徒歩圏内に揃う地にペットとともに住まう［全50室］便利 安心
全室に完備 ●浴室 ●トイレ ●キッチン ●床暖房 ●ウォークインクローゼット
●ミニドッグラン●遊歩道●バーベキューコーナーも!
●入居資格／60歳以上の方（お二人の場合どちらかが）
●所在地／小諸市御影新田2569-1（スーパーツルヤみかげ店様となり）
●事業主体／社会福祉法人のぞみ福祉会
随時見学できます
事前に御連絡下さい
お申し込みお問い合わせ
社会福祉法人のぞみ福祉会 ☎0267-25-1161 小諸市和田966-151
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6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、佐久市役所移住交流推進課へお問い合わせ下さい。
瀬戸原団地（残18区画）
佐久市瀬戸 随時受付中
面積:74坪～85坪
価格:842万円～951万円
湯川台団地（残8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
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）

千曲バスの高速バス
凛とした空気の中、安心、お得なバスで快適な旅を。
新宿・池袋・立川線
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
携帯電話・インターネットで予約ができます!
京都・大阪線
軽井沢・佐久・小諸・東御・上田 ⇔ 京都・大阪
〈千曲川ライナー〉 共同運行:近鉄バス
お問い合せご予約は
□全線共通
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
千曲バス CHIKUMA BUS
上田営業所(0268)22-2363　小諸営業所(0267)22-2100
http://www.chikuma-bus.com

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 佐久中央
佐久市中込 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）

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　②午前9時30分～11時30分・午後1時～4時
③午後3時30分～4時30分
※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できる物、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
		1 平日★ サ望月児童館 中込児童館 広サングリモ中込 あさしな保育園 うすだ健康館	2 広サングリモ中込
6 平日★ サ佐久平浅間児童館 泉児童館 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	7 平日★ サ中佐都児童館 広もちづき保育園 うすだ健康館	8 平日★ サ岩村田児童館 広サングリモ中込 あさしな保育園 うすだ健康館	9 広サングリモ中込
13 平日★ サ高瀬児童館 野沢児童館 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	14 平日★ 妊 サ佐久城山児童館 あさしな児童館 広もちづき保育園 うすだ健康館	15 平日★ サ望月児童館 中込児童館 広サングリモ中込 あさしな保育園 うすだ健康館	16 広サングリモ中込
20 平日★ サ佐久平浅間児童館 泉児童館 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	21 平日★ 子 サ中佐都児童館 広もちづき保育園 うすだ健康館	22 平日★ サ岩村田児童館 広サングリモ中込 あさしな保育園 うすだ健康館	23 広サングリモ中込
27 平日★ サ高瀬児童館 野沢児童館 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	28 平日★ 献血佐久水道企業団③ サ佐久城山児童館 あさしな児童館 広もちづき保育園 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～11時
問合せ　局番なしの「#8000」または ☎0263－34－8000

■佐久市足育推進協議会　足育サポートセンター
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
相談場所　足育サポートセンター（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　2月14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28年11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　2月21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

[2019年]
2月

日 sun	月 mon	火 tue	
3 小児 歯 医 佐久心臓血圧クリニック ☎67－0022 佐久平こころのクリニック ☎68－8556	**4** 平日★ サ岸野児童館 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	**5** 平日★ サ東児童館 臼田児童館 広サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU－6	
10 小児 歯 医 小松耳鼻咽喉科クリニック ☎66－6300 増田医院 ☎66－0303	**11** 小児 歯 医 たばたクリニック ☎63－2821 ねむの木公園クリニック ☎67－8866	**12** 平日★ サ切原児童館 広サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU－6	
17 小児 歯 医 金澤病院 ☎67－2048 佐久平整形外科クリニック ☎66－7150	**18** 平日★ サ小田井児童館 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	**19** 平日★ 献血JA佐久浅間本所① サ東児童館 青沼児童館 広サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU－6	
24 小児 歯 献血イオンモール佐久平② 医 フルタクリニック ☎63－0202 医 佐久平透析クリニック ☎65－7700	**25** 平日★ サ平根児童館 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	**26** 平日★ サ田口児童館 広サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU－6	

■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。

佐久医師会ホームページQRコード

■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

郷土のひな人形展 ～旧家のおひな様～

■会　期　**2月16日(土)～3月24日(日)**
■会　場　**望月歴史民俗資料館**
■入館料　一般300円／高校・大学生250円／小中学生150円
■問合せ　望月歴史民俗資料館　☎54－2112

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。
詳細は、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）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市民創錬センター内）館報編集委員会（TEL 66－0551）