

あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE

6

No.195 広報佐久
令和元年6月

特集

・ 佐久市とエストニア共和国サク市
「友好都市」から「姉妹都市」へ!!
・ 美笹深宇宙探査用地上局



目次

令和元年 6月

3	特集1 佐久市とエストニア共和国サク市 「友好都市」から「姉妹都市」へ!!
4	特集2 「美笹深宇宙探査用地上局」 大口径54mパラボラアンテナ
7	協議会等の委員を募集します
8	女性のがん検診 令和元年度 佐久市職員採用試験 6月23日～29日は「男女共同参画週間」
9	農業委員会の審議日程および農地の適正管理 佐久総合運動公園野球場落成記念 武田修宏氏サッカー教室
10	子どもまつり ～親子で体験！ものづくり～ 〈キッズ・サーキット in 佐久〉2019事前鑑賞予約受付開始 松竹大歌舞伎
11	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	裏表紙

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23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」「有料サイト」
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～



人口

総数	98,944人	(+77人)
男	48,623人	(+61人)
女	50,321人	(+16人)
世帯数	41,740世帯	(+129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31年1月～4月の累計
人身事故	20件	90件
死亡	0人	3人
負傷	22人	106人
救急	378件	1,525件
火災	16件	35件

相談コーナー

行政相談

6月19日(水) 午後1時30分～4時 あいとぴあ白田
6月20日(木) 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

6月21日(金) 午後1時～3時
野沢会館203・205会議室
■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

毎週火・木曜日(祝日等は除く)
午前9時～午後4時(相談無料)
長野地方務局佐久支局
■問合せ 長野地方務局佐久支局 ☎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

佐久市とエストニア共和国サク市

「友好都市」から「姉妹都市」へ！！

5月1日、元号が「平成」から「令和」に変わった慶事の日、佐久市とエストニア共和国サク市との姉妹都市協定調印式を佐久市議会本会議場で執行了いました。

エストニア共和国サク市からは、市議会議長をはじめとする公式訪問団の皆さんとエストニア共和国特命全権大使ヴァイノ・レイナルト閣下が出席しました。



1番左：マルティ・レヘマー市長
左から2番目：ティート・ヴァヘノウム市議会議長



平成19年5月1日友好都市協定調印式

～交流のはじまり～

駐日エストニア共和国大使館ルッツ一等書記官が、上信越自動車道を走行中に佐久ICの標識から、「サク市」と同名の「佐久市」を知ったことがきっかけで交流がはじまり、平成19年5月1日に佐久市において、友好都市協定の調印を行いました。

調印後は、相互訪問をはじめ様々な交流を続け、平成28年からは、両市の子どもたちがお互いの市で、ホームステイをしながら異文化を肌で感じる相互交流を行っています。

今後の交流

平成28年1月には2020年東京オリンピック・パラリンピックにおけるエストニア共和国のホストタウンとして、内閣府から承認を受け、陸上競技の事前合宿を佐久市で行うことが内定しています。

また、これまでの交流によりもたらされた相互の信頼、協力関係を一層強化し、教育・文化・芸術・経済など幅広い分野における市民および関係団体の交流を促進していきます。

■ 問合せ 移住交流推進課 ☎ 62-3283



「美笹深宇宙探査用地上局」 大口径54mパラボラアンテナ

～2021年運用開始予定・「世界一」目指す～

「深宇宙探査用地上局:Ground Station for Deep Space Exploration and Telecommunication」

佐久市前山の蓼科スカイライン沿いで、国立研究開発法人宇宙航空研究開発機構（JAXA）が2021年の運用開始を目指して進めている新たな地上局「美笹深宇宙探査用地上局」のパラボラアンテナの外観工事が2018年12月に完了しました。

この地上局は、現行の地上局（臼田宇宙空間観測所）を継いで現状及び今後の深宇宙探査用ミッションを確実に支えるため、「はやぶさ2」から採用したKa帯（大容量の通信に向いている周波数）にも対応でき、深宇宙探査だけでなく、将来の月・ラグランジュ点ミッション支援への拡張性を備えています。

JAXAの深宇宙探査用地上局プロジェクトチームでは、「はやぶさ2」などの深宇宙探査機と通信を行うため、機能や性能において世界一のパラボラアンテナを目指し、プロジェクトを進めています。

■ 問合せ 移住交流推進課 ☎ 62-3283

パラボラアンテナ外観の完成まで

アンテナ基礎



2017/10/10

Az回転構造部組立



2018/4/27



2018/5/11



2018/7/17

主反射鏡部組立



2018/10/23



2018/10/3

EL回転構造部組立



2018/8/29



2018/8/1

※プロジェクト等の詳細は、JAXAホームページをご覧ください。

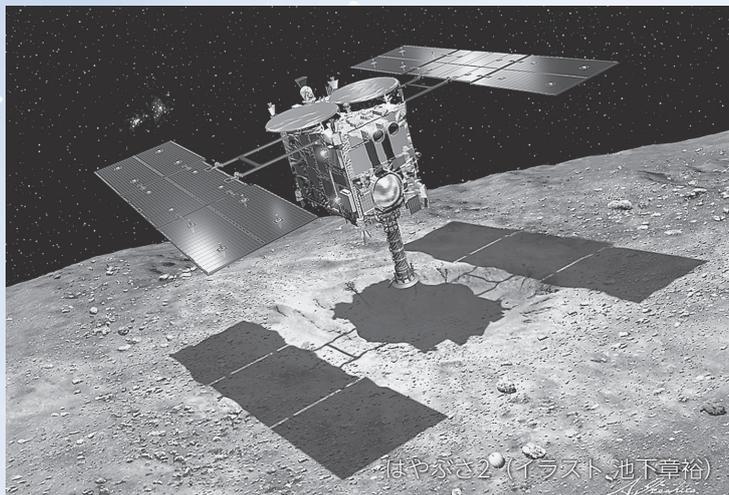
美笹深宇宙探査用地上局の

ミッション内容

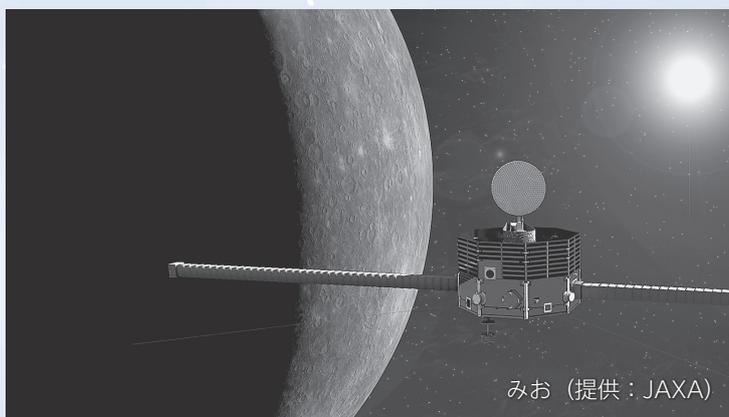
我が国唯一の深宇宙探査用地上局として30年以上にわたりJAXAおよび海外の宇宙機関の深宇宙探査ミッションを支えてきた白田宇宙空間観測所の口径64mパラボラアンテナの後継機として、美笹深宇宙探査用地上局は、前山地区にて開発されています。

美笹深宇宙探査用地上局は、地球から200万km以上離れた「深宇宙」と呼ばれる空間を飛行する探査機との交信を目的としています。

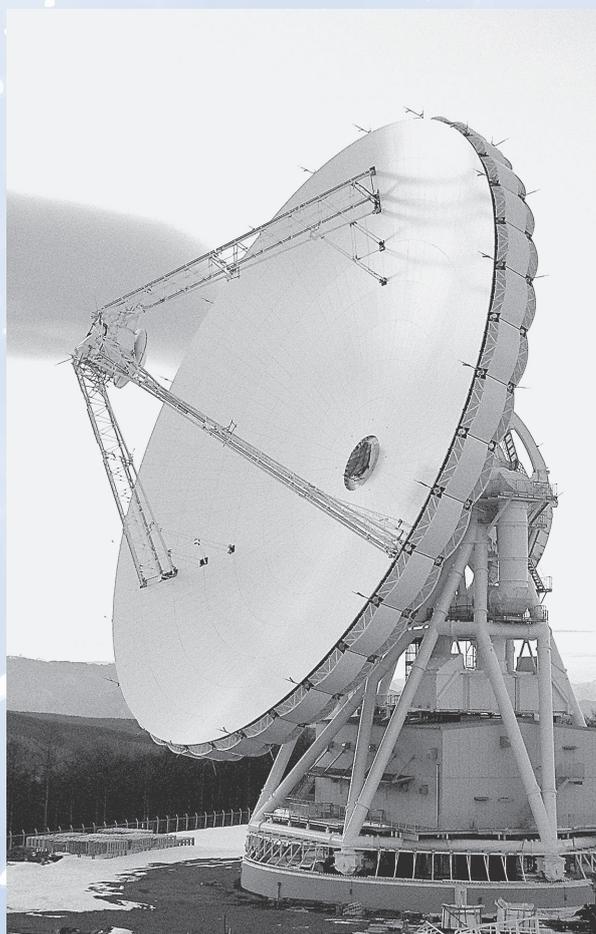
具体的には、「はやぶさ」の後継機として小惑星「リュウグウ」を探査し、惑星の起源だけではなく



はやぶさ2 (イラスト: 池下章裕)



みお (提供: JAXA)



く地球の海の水の起源や生命の原材料を探求する探査機「はやぶさ2」や、水星本体の磁場、磁気圏、内部や表面を初めて多角的・総合的に観測し、「惑星の磁場・磁気圏の普遍性と特異性」、「地球型惑星の起源と進化」について明らかにすることを目的とした探査機「みお」などの交信を行う予定です。

美笹深宇宙探査用地上局では今年の12月以降に「はやぶさ2」からの信号を試験的に受信するべく、現在、急ピッチで準備作業が進められています。

6月13日は「はやぶさの日」

小惑星探査機「はやぶさ」が、60億キロ、7年もの長旅の末に地球に帰還し、数々の科学的偉業を成し遂げたことを称え、開発、運用に関わった人々の「あきらめない心」「努力する心」を全国の方々に伝え続けていこうと、「はやぶさ」が帰還した6月13日が“はやぶさの日”として制定されています。

銀河連邦

銀河連邦は1987（昭和62）年に宇宙航空研究開発機構（JAXA）の研究施設が縁で交流をはじめた自治体からなる組織です。現在、5市2町が宇宙への夢とロマンを育むために、子どもたちの留学交流をはじめ、スポーツ交流や経済交流など「宇宙」をテーマに様々な交流事業を行い、友好を深めています。



詳しくは
アクセス！

サンリクオオブナト共和国



岩手県大船渡市
三陸大気観測所
(平成19年9月29日開所)

県東南部、リアス式海岸を有する自然豊かなまち。豊かな恵みを与えてくれる海を活かした「港湾・水産・観光」を柱に国際港湾都市を目指している。

フナトリオン

ノシロ共和国



秋田県能代市
能代ロケット実験場

県北西部、日本海に面し、北に世界遺産の白神山地を望む。「輝くみらいへ 水とみどりの環境のまち」を目指して、「バスケの街」をはじめとした個性あるまちづくりを進めている。

ノシリオン

タイキ共和国

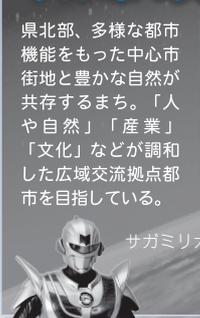


北海道大樹町
大樹航空宇宙実験場

北海道の東部、十勝支庁の南部に位置し、西は日高山脈分水嶺、東は太平洋に面し、816km²の広大な面積を有する。農業と漁業のまちで特に酪農が盛ん。町の中央を流れる舟川は「水の郷百選」に選定されている。

カムイリオン

サガミハラ共和国



県北部、多様な都市機能をもった中心市街地と豊かな自然が共存するまち。「人や自然」「産業」「文化」などが調和した広域交流拠点都市を目指している。

神奈川県相模原市
JAXA相模原キャンパス

サガミリオン



子どもたちの夢と宇宙開発を応援するために未来の銀河連邦から送り込まれた「銀河連邦ヒーロー」。サクリオンを始め、各共和国にもそれぞれのヒーローが存在する。

ウチノウラキモツキ共和国



鹿児島県肝付町
内之浦宇宙空間観測所

大隅半島の南東部に位置し、中央部に国見山系を有する、温暖多湿の亜熱帯域。農漁業・畜産業中心のまちで、近年は黒牛、黒豚ブランド化やたんかん等の生産で町の活性化を図っている。

イプシリオン

カクダ共和国



宮城県角田市
角田宇宙センター

県南部に位置し、中央を南北に鉄道がはしり、阿武隈川が流れる盆地。産業は主に製造業と農業が盛んで、県南随一の穀倉地帯。米や大豆のほか、梅、野菜、果樹などの栽培と、酪農や畜産のまちでもある。

カクダリオン

サク共和国



長野県佐久市
白田宇宙空間観測所

県南東部、佐久平に位置し、中央を千曲川が流れ、西に八ヶ岳、北に浅間山を望む。佐久鯉、りんご、ブルーノの産地として有名である。

サクリオン

お知らせ 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	佐久市立図書館協議会	佐久市環境審議会
基 準 日	令和元年7月1日（申込資格の⑤を除く）	令和元年7月1日（申込資格の⑤を除く）	令和元年6月1日
申 込 資 格	<p>次のすべてに該当する方</p> <p>①佐久市の他の審議会等の委員となっていない方</p> <p>②佐久市議会議員または佐久市職員でない方</p> <p>③所掌事務と密接な利害関係がないと認められる方</p> <p>④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に、または常習的に暴力的不法行為を行う恐れがある組織構成員でない方</p>		
	<p>⑤申込時に年齢が満20歳以上の方</p> <p>⑥市内に住所を有し、佐久市国民健康保険に加入し、市税および国保税を滞納していない方</p> <p>⑦協議会の所掌する事務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</p> <p>⑧成年被後見人または被保佐人でない方</p>	<p>⑤申込時に年齢が満20歳以上の方</p> <p>⑥市内に在住、在勤、在学する方</p> <p>⑦市税等を滞納していない方</p> <p>⑧知識、経験から図書館の運営に対し意見をお持ちの方</p> <p>⑨平日（昼間）に開催する会議に出席できる方</p>	<p>⑤基準日において満20歳以上の方</p> <p>⑥市内に在住、在勤、在学する方</p> <p>⑦市税等を滞納していない方</p> <p>⑧平日（昼間）に開催する会議に出席できる方</p> <p>⑨成年被後見人または被保佐人でない方</p>
協議会等の事務	市長からの諮問に応じ国民健康保険法第11条の規定に基づく国民健康保険事業の運営に関する重要事項を審議する。（佐久市国民健康保険運営協議会規則に規定）	図書館長から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。	市長から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。
委員の任期	令和元年7月から3年間	令和元年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、うち被保佐者代表委員定数6人） ※申込者が募集人員を超えた場合は、抽選により選考します。	2人（委員総数10人以内） ※申込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、「第3次佐久市男女共同参画プラン」に基づき、女性を優先的に選考します。
申 込 に 必 要 な 書 類	<p>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にあります）</p> <p>②作文 テーマ「国民健康保険が果たす役割について」 申し込みの動機とあわせて400字詰原稿用紙2枚以内にまとめてください。</p> <p>③履歴書</p>	<p>①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にあります）</p>	<p>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にあります）</p>
申 込 方 法	<p>①持参 国保医療課窓口</p> <p>②郵送 〒385-8501 佐久市中込3056番地 佐久市役所 国保医療課</p>	<p>①持参 中央図書館窓口（休館日にご注意ください）</p> <p>②郵送 〒385-0011 佐久市猿久保44-1 佐久市立中央図書館 ※申込書を封入した封筒の表面に「公募委員書類在中」と記載の上、中央図書館まで郵送（消印有効）</p>	<p>①持参 環境政策課窓口</p> <p>②郵送 〒385-8501 佐久市中込3056番地 佐久市役所 環境政策課</p>
申 込 期 間	<p>①持参 6月14日(金) 午後5時15分まで</p> <p>②郵送 6月14日(金) 消印有効</p>	6月15日(土) 午後6時（必着）	6月24日(月) 午後5時15分（必着）
問 合 せ	国保医療課 ☎62-3164	中央図書館 ☎67-2111	環境政策課 ☎62-2917
そ の 他	<p>①申込者が募集人員に満たない場合でも、再募集は行いません。</p> <p>②詳細は、ホームページをご覧ください。</p>		

お知らせ

女性のがん検診 ～2年に1度は受診しましょう～

■問合せ 健康づくり推進課 ☎62-3196

女性のがん検診「子宮頸がん検診」「乳がん検診」を受けましょう。近年の傾向として、子宮頸がんは、20代から30代の若い方の発症が増えています。また、乳がんは、40代後半の方に最も多く発症しています。がんの予防対策として、検診を受けることが最も有効です。検診を受け、早期に発見し、適切な治療へ繋げることで、高確率で治癒することができます。2年に1度は、ご自身の身体を守る大事な検診を受診しましょう。

■対象者

▽子宮頸がん検診 20歳以上の女性で、平成31年4月1日から令和2年3月31日までに偶数年齢になられる方。

▽乳がん検診 40歳以上の女性で、平成31年4月1日から令和2年3月31日までに偶数年齢になられる方。

※今年度、子宮頸がん検診、乳がん検診の無料クーポン券対象者の方へは、6月下旬にクーポン券を発送します。

■申込方法

医療機関での受診をご希望の場合は、実施医療機関に直接電話等で申し込みをし受診してください。検診車(集団検診)をご希望される方は、「集団健(検)診予約申込書」に記入し、健康づくり推進課または各支所健康づくり推進係までご返送ください。

※詳細は、ご家庭に配布の「佐久市健康カレンダー」をご覧ください。

お知らせ

令和元年度 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 5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 社会福祉 若干名
- ⑤ 学芸員 若干名
- ⑥ 保健師 若干名
- ⑦ 公認心理師 若干名
- ⑧ 農林業 若干名
- ⑨ 土木 若干名
- ⑩ 建築 若干名
- ⑪ 保育士 5名程度

※右記試験区分のうち、行政Aおよび保育士については住所要件があります。

※令和2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。

■試験日(第一次) 7月7日(日)

■試験会場 佐久大学

■受付期間 5月27日(月)～6月19日(水)

※土・日曜日を除く。

※郵便の場合は6月19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

〒385-18501

長野県佐久市中込3056番地

※詳細は、ホームページをご覧ください。

お知らせ

6月23日～29日は「男女共同参画週間」

■問合せ 人権同和課 ☎62-3135

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、見直してみよう。

『男女共同参「学」』
『知る 学ぶ 考える
私の人生 私がつくる』

2019年度
男女共同参画週間
6/23(日)～29(土)

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最優秀作品です。

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、東小学校男子の会、ともに生きる佐久、株式会社木下組、株式会社やなぎだ、エムケーカシヤマ株式会社、長野吉田工業株式会社の6事業者を表彰しました。受賞事業者の主な取組は、ホームページをご覧ください。

■審議日時

- ・ 6月28日(金) 午後1時30分
 - ・ 7月31日(水) 午後1時30分
 - ・ 8月30日(金) 午前9時
 - ・ 9月30日(月) 午後1時30分
 - ・ 10月31日(木) 午後1時30分
 - ・ 11月29日(金) 午後1時30分
 - ・ 12月20日(金) 午後1時30分
 - ・ 1月31日(金) 午後1時30分
 - ・ 2月28日(金) 午後1時30分
 - ・ 3月27日(金) 午後1時30分
- ※農業委員会の審議は、条例により公開されています。希望される方は事前にお問い合わせください。

■農地法に基づく申請期限

毎月15日（15日が土日祝日の場合は、直前の平日になります。）
ただし、今年度の12月は10日が締め切り日となりますので、ご注意ください。

■農地の適正管理

遊休農地は、火災や病害虫の発生の原因になったり、有害鳥獣の潜入や不法投棄の場所となったりすることが多く、周辺農地や近隣住民に悪影響を及ぼします。耕うん、または草刈りを行うなど、農地の適正な管理をお願いします。

佐久総合運動公園野球場落成記念

ソフトボールリーグに所属する2チームの親善試合を開催します。

大勢のご来場をお待ちしています。

■日時 7月6日(土)

- ・ 前座試合 午前10時
- ・ 武蔵野プリティープリンセス

(埼玉県知的障がい者チーム)

vs

長野ソフトボールクラブ

(市内小中学生チーム)

- ・ 親善試合 午後0時30分

戸田中央総合病院 Medics

(埼玉県、一部リーグ所属)

vs

大和電機工業

(下諏訪町、2部リーグ所属)

- ・ その他 選手との交流イベントも予定しています。

■入場料 無料

※詳細は、ホームページをご覧ください。か、スポーツ課までお問い合わせください。



武田修宏氏サッカー教室

ホストタウン交流事業の一環として、元ソウルオリンピックサッカー日本代表の武田修宏氏をお迎えし、子どもたちを対象にしたサッカー教室を開催します。一般の方の観覧も自由になりますので、大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

■日時 7月15日(月・祝)

- 午前の部 午前9時～(90分)
- 午後の部 午後1時～(120分)

会場 佐久総合運動公園陸上競技場

参加費 無料

■イベント内容

サッカー教室、じゃんけん大会ほか



武田修宏氏

■対象

- 午前の部 園児～小学3年生
 - 午後の部 小学4年生～高校生
- 定員 午前・午後 各150名
- 申込期限 7月3日(水)

※定員に達し次第締め切ります。

■申込方法 スポーツ課窓口にあります所定の申込用紙をご記入ください。

子どもまつり ～親子で体験！ものづくり～

■問合せ 生涯学習課 ☎62-0671



「みわくのスライム」を作る様子

- 日時 6月30日(日)
午前9時50分～午後2時
 - 会場 野沢会館
 - 参加費 無料
- 子どもまつりの季節がやってきました。おなじみの「みわくのスライム」、コマやけん玉ができる「昔のあそび」のほか、「バルーンアート」では動物や花のかたちが作れます。もちろん毎年人気の「わりばし鉄砲」「おはなしの部屋」「プラモデル」もあります。「エコ芯クラフト」ではトイレットペーパーの芯を使ってもものづくりに挑戦！
- また、来場者にはわたあめを無料でプレゼントします。
- 今年も楽しいことが盛りだくさん！さあちよっくら「ずく」出して作ってみよう！

〈キッズ・サーキット in 佐久〉2019事前鑑賞予約受付開始

■問合せ 文化振興課 ☎62-5535

- 8月2日(金)～4日(日)に開催する「キッズ・サーキット」の事前鑑賞予約の受付を6月4日(火)より開始します。
- 公演によっては早い時期に受付終了となる可能性が高いので、予約を希望される方はお早目にお申し込みください。
- 事前鑑賞予約受付
- 期間 6月4日(火)～7月26日(金)正午
- 予約方法 (ネットまたは電話)
- ・キッズ・サーキット in 佐久 公式ホームページ内鑑賞予約入力フォーム
- ・予約専用電話 ☎82-7700 (受付時間 午前9時～午後5時)
- ※予約には、キッズ・サーキットのパスポートが必要です。
- ※パスポートは、市内外のプレイガイドで販売中です (詳細は、公式ホームページをご覧ください)。
- 子ども創作活動プロジェクト参加者・ボランティアスタッフ募集中
- プロのアーティストの指導のもと、キッズ・サーキットの舞台発表に出演いただくことを目的とした「子ども創作活動プロジェクト」の参加者、およびイベントの運営をお手伝いいただくボランティアスタッフを現在募集しています。
- ※詳細は、実行委員会 (☎82-3996) までお問い合わせください。



公式ホームページ QRコード

松竹大歌舞伎 ～佐久市では27年ぶりとなる大歌舞伎公演～

■問合せ 文化事業団 ☎82-3962

二〇一九年度 (公社)全国公立文化施設協会主催 西コース 製作 松竹

松竹大歌舞伎

- 封印切
- 亀屋忠兵衛 中村 鴈治郎
- 傾城梅川 市川 高麗蔵
- 丹波屋八右衛門 尾上 松也
- 肝入山兵衛 中村 寿治郎
- 井筒屋おえん 上村 吉弥
- 榎屋治右衛門 河原崎 権十郎
- 蜘蛛絲梓弦
- 女童扇 中村 扇雀
- 座頭駒市 中村 扇雀
- 傾城薄雲太夫 中村 扇雀
- 蜘蛛の精 中村 扇雀
- 確井貞光 中村 虎之介
- 坂田金時 上村 吉太郎
- 源頼光 尾上 松也



- 日時 9月19日(木)午後6時開演
- 会場 コスモホール
- 市民限定チケット先行販売
- ▽発売日 6月30日(日) 午前10時
- ▽販売場所 コスモホール
- ▽料金 (全席指定)
- ・一般 4,000円
- ・高校生以下 2,000円
- ※住所・年齢を証明できるものの提示が必要
- ※お一人で購入できる枚数は4枚です。
- ※市外の方へは、7月13日(土)午前10時～コスモホール他プレイガイド、チケットぴあで販売を開始します。
- ※詳細は、文化事業団までお問い合わせください。

お知らせ

●土砂災害特別警戒区域等からの移転に対する補助制度

建築住宅課 ☎62-6637

▽補助制度概要

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）内等の「危険住宅」にお住いの方に対し、安全な場所へ住宅等を移転するための費用を一部補助する制度です。

○危険住宅除却等事業

▽対象

危険住宅の除却に要する経費（除却費・動産移転費・跡地整備費・仮住居費およびその他移

転に伴う諸経費）

○危険住宅に代わる住宅建設事業

▽対象

危険住宅の除却等をして移転する方が、危険住宅に代わる住宅の建設や購入に要する資金を金融機関から借り入れた場合における、当該借入期間中の借入金利子

※いずれも上限等制限あり。

※詳細は、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

お知らせ

●経済センサス

―基礎調査の実施

広報情報課 ☎62-3075

総務省統計局・長野県・佐久市では、「経済センサス―基礎調査」を実施します。

▽調査方法

県知事に任命された調査員が、担当する地域に所在するすべての事業所について、外観等によりその名称、所在地、活動状態等を確認し、「調査員用端末（タブレット端末）」に入力します。新たに把握した事業所など一部

事業所には調査票を配布します。外観等により確認できない場合は、近隣の皆さんに活動状態等をお尋ねすることがあります。

▽調査期間（全5期中、第1期）

6月1日（土）～7月31日（水）

▽調査対象地域

中込地区、塚原、鳴瀬、浅科地区、望月地区

調査へのご理解・ご回答をよろしく願います。



国ホームページ QRコード

●「佐久市結婚支援事業補助金を活用し、結婚を望む独身男女を応援しませんか」

福祉課 ☎62-2919

市では、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補助金を交付しています。

▽補助対象団体

・市内に事務所および活動場所がある

・団体構成員が5名以上 等

▽補助対象事業

・参加者の過半数が市内在住ま

たは在勤

・参加者総数が20名以上で、男女の参加割合が概ね同数 等

▽交付額

・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

※詳細は、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



市ホームページ QRコード

●防災行政無線を用いた「Jアラート」による全国一斉の緊急地震速報訓練

危機管理課 ☎62-3008

▽日時 6月18日（火）午前10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、全国一斉の緊急地震速報訓練を行います。

●法人市民税法人税割の税率改正

税務課 ☎62-3040

平成28年度の税制改正により、法人市民税法人税割の税率が引き下げとなりました。これに伴い、佐久市における法人税割の税率も引き下げられます。

▽適用開始時期と税率

令和元年10月1日以後に開始する事業年度から、7.2%に引き下げられます。

	事業年度	法人税割の税率
改正前	令和元年9月30日までに開始した事業年度	10.9%
改正後	令和元年10月1日以後に開始する事業年度	7.2%

●教育委員の紹介

学校教育課 ☎62-3478

平成28年5月18日から3年間、教育委員として務められた鈴木祥子氏が、5月17日をもってご退任されました。長きにわたり、ありがとうございました。

市長は市議会の同意を得て、5月18日付けで、小林尚美氏を教育委員に任命しました。任期は、令和元年5月18日から令和5年5月17日までの4年間です。

お知らせ

●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。

お知らせ

▽内容

7月1日～12月30日の期間に無料で歯科口腔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。

・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。

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。

●薬物乱用「ダメ。
ゼツタイ。」普及運動

健康づくり推進課

☎62-3527

国民一人一人の薬物乱用問題に対する意識を高め、薬物乱用を根絶することを目的として、6月20日から7月19日までの1か月間全国一斉に、「ダメ。ゼツタイ。」普及運動が実施されます。

覚醒剤や大麻、コカインなどの薬物乱用は、人間の脳に悪影響を及ぼします。さらに、幻覚、

被害妄想などの精神障害を発症し、薬物依存を引き起こす原因にもなります。また、薬物を手に入れるため、窃盗、詐欺などの罪を犯すことにもつながっていきます。

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。誘われても「ダメ。ゼツタイ。」と断る勇気を持ちましょう。

●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、

●平成30年度に75歳になった
方の歯科口腔健診を実施

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18年4月1日～昭和19年3月31日生まれの後期高齢者医療被保険者

※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自宅に郵送します。

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、利用上の注意点を説明した上で、無料でお渡しします。

●マイナンバーカードで
証明書のコンビニ交付
が受けられます！

市民課

☎62-3087

▽忙しいあなたに！

毎日午前6時30分から午後11時まで、市役所が閉庁している早朝や夜間の時間でもご利用いただけます。（年末年始・メンテナンス日を除く）

▽遠方に出かけるあなたに！

急きよ住民票などの証明書が必要になった時も、全国の最寄りのコンビニで取得できま

す。

▽機械操作が苦手なあなたに！
コンビニに設置されているマルチコピー機から、簡単操作であつという間に証明書が発行されます。

▽心配性のあなたに！

マルチコピー機に個人情報が残りません。安心してご利用いただけます。（マイナンバーカードの置き忘れには十分ご注意ください。）

※詳細は、ホームページをご覧ください。また、市民課までお問い合わせください。

お知らせ

●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31年2月から5月分の児童手当を6月10日(月)に指定口座に振り込みますのでご確認ください。



お知らせ

(テレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機)は受け入れできませんので、ご注意ください。

※市外からの持ち込みを防止するため、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。

※詳細は、生活環境課までお問い合わせください。

●技術専門学校等

10月入校生募集

県庁人材育成課

☎026-2335-7199

▽募集校

・岡谷技術専門学校(F A装置科)
・佐久技術専門学校

(機械CAD加工コース)

・南信工科短期大学校(機械科)

▽受付期間

7月1日(月)～8月26日(月)

▽試験日程 9月5日(木)

※詳細は、県庁人材育成課までお問い合わせください。

●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。

●ペットボトルの

分別方法

生活環境課 ☎62-3094

平成31年4月1日から、ペットボトルのラベルを必ずはずすよう、分別方法を一部変更しています。

再度分別方法について確認をお願いします。

・ペットボトルのラベルとキャップは「容器包装プラスチック」へ分別してください。

・♻️のついたボトルは、今まで通り中を洗って「ペットボ

トル」へ分別してください。
効率的なりサイクルを行なうため、ご協力をお願いします。

ボトルは洗って「ペットボトル」へ
キャップ・ラベルは「容器包装プラスチック」へ



●うな沢第2最終処分場

日曜日の開場案内

生活環境課 ☎62-3094

▽日時 6月23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をします。

▽受け入れできないごみ

指定袋に入る大きさの埋立ごみや、建築廃材、家具類、金属類、家電リサイクル法の対象物

●農作業事故防止

農政課 ☎62-3203

市内各地で農作業事故が近年多発しています。

死亡事故を防ぐために、以下の事故防止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
・外に放り出されないよう、シートベルト着用
・下敷きにならないよう、安全フレーム装着
・急旋回を防ぐため、ブレーキペダル連結確認

・農作業に出かけるときに家族や仲間と声をかけ合う

▽耕耘機事故防止ポイント

・耕耘機に挟まれないよう、バックの際の後方確認

・ハンドルの跳上がりを防ぐため、方向転換等の際の周囲確認

※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。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

お知らせ

美しく豊かな景観を
保全、創出するために

建築住宅課 ☎62-6637

▽景観計画が定められています
市では、「生活に『原風景』と『新風景』が映える街」を目標として、平成21年に景観計画を策定しました。計画には地域ごとの景観育成基準が定められており、建築物や工作物の形態、色彩等に制限があります。
また、国道の沿道両側30mの区域は重点的に景観の育成を図るように、景観育成重点地域に

指定されています。

建築物の新増築、外観変更、広告物の表示等の際は、景観計画に適合した行為とし、規模により届出が必要となりますので、ご協力をお願いします。

▽景観重要建造物・樹木の指定
市民に親しまれ周辺地域の景観を特徴づけ、良好な景観の育成の観点から保存すべき建造物・樹木がありましたら、ぜひご応募ください。
※詳細は市ホームページをご覧ください
お問い合わせください。

お知らせ

くらしと健康の相談会

佐久保健福祉事務所

☎63-3164

▽日時

6月4日、11日、18日、25日

※いずれも火曜日

午前10時～正午、

午後1時30分～3時30分

(1件1時間)

▽会場 佐久合同庁舎

▽参加費 無料

▽内容

- ・弁護士による法律相談
- ・保健師による健康相談

・関係機関による生活、就労相談

※匿名での相談は、お受けできません。

※同じ方による同一内容の相談は、1回に限りです。

※相談の内容によっては、日程調整をお願いすることがあります。

▽申込

各相談日の前週金曜日の昼までにお申し込みください。

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、仕事を探している方のご相談をお受

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、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。

まいさぼ佐久を
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「まいさぼ佐久」)

☎78-5255

まいさぼ佐久は「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・病气・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



森林・林業について
お気軽にご相談を

耕地林務課 ☎62-3242

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



臼田地区財産区有林・佐久市
有林の松茸山入山権にかかる
一般競争入札参加者募集

(臼田地区財産区有林)

臼田支所経済建設環境係

☎82-3113

(佐久市有林)

耕地林務課 ☎62-3242

▽申込期間

6月3日(月)～17日(月)

▽入札日 6月28日(金)

※詳細は、ホームページをご覧ください
いただくか、各窓口までお問い合わせください。

お知らせ

●「佐久市海の家」開設

スポーツ課 ☎62-2020

「佐久市海の家」がオープンします。今年から、素泊まりプランが新設、開設期間が延長、宿泊利用料金が更に値下げとなります。ぜひご利用ください。

▽開設期間

7月1日(月)～11月15日(金)

▽佐久市海の家の場所

「いそや旅館」

新潟県上越市大字長浜19-1

▽利用料金(1泊2食付き)

・大人(中学生以上)

5,500円
子供(小学生以上)

5,000円

▽利用料金(素泊まり)

・大人・子供 2,500円

※ただし、7月20日～8月20日を除く。

※浜茶屋につきましては、今年から廃止となりました。

▽受付窓口

・佐久市総合体育館

※事前に窓口にてお支払いが必要となります。

※詳細は、スポーツ課までお問い合わせください。

●7月の駒場公園施設利用受付

駒場公園管理事務所

☎68-1399

FAX 68-1853

▽対象施設

テニスコート、弓道場、

ギリシャ劇場、多目的広場

▽窓口受付開始

6月1日(土) 午後1時～

※申込が重複した場合は抽選

▽電話・FAX受付開始

6月10日(月) 午後1時～

※大会等の予約は、管理事務所までお問い合わせください。

●駒場公園

プール夏季営業

駒場公園管理事務所

☎68-1399

▽期間

6月20日(木)～9月10日(火)

▽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10日(月)から19日(水)までプール清掃のため、休館となります。

お知らせ

●インターネット

公有財産売却

契約課 ☎62-3084

市では、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・土地等)の一般競争入札を実施しています。

▽参加申込期間

5月30日(木) 午後1時～

6月14日(金) 午後2時

▽入札期間

6月28日(金) 午後1時～

7月5日(金) 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。

●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 ※土日除く

6月3日(月)～10日(月)

▽受付時間

午前8時30分～午後5時15分

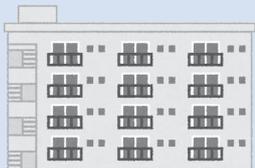
▽受付場所

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。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



●歴史の里であいの館

草刈り

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、ご参加ください。

▽日時 6月8日(土)午前6時～

▽会場 であいの館

お知らせ

●佐久二日合同行政相談所

総務省

長野行政監視行政相談センター

☎026-235-1100

不動産の登記、年金、道路や農地など役所の仕事についての相談、また弁護士や税理士などの専門家への相談ができる一日合同行政相談所を開催します。

▽日時 7月9日(火)

午前10時～午後3時

※受付は、午後2時30分まで

▽会場 佐久平交流センター

▽相談料 無料

※秘密は守られます。
▽参加予定機関

- ・長野地方務局佐久支局
- ・長野県
- ・佐久市
- ・小諸年金事務所
- ・佐久公証人役場
- ・長野県弁護士会
- ・長野県司法書士会
- ・長野県行政書士会
- ・関東信越税理士会佐久支部
- ・長野県土地家屋調査士会
- ・長野県マンション管理士会
- ・行政相談委員
- ・長野行政監視行政相談センター

イベント

▽会場 ケイジンほっとてらす

(中込商店街)

▽参加費 1,300円

(材料費)

▽講師 木内都子氏

有賀敬子氏

▽定員 15名

▽申込

中込地域包括支援センターまでお申し込みください。



●要約筆記入門講座

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、話し手の話の内容をつかみ、その場で文字にして伝えることです。

▽日時および内容

全5回(午後7時～9時)

・第1回 6月28日(金)

聞こえにくいとは

・第2回 7月5日(金)

要約筆記とは

●五郎兵衛記念館臨時休館

五郎兵衛記念館

☎58-3118

6月17日(月)から25日(火)までの間、館内くん蒸消毒のため、臨時休館させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いいたします。
※6月26日(水)から、通常どおり開館します。



イベント

●オレンジカフェ座談会

高齢者福祉課

☎62-3157

▽日時 6月11日(火)

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

▽内容

・ミニ講話

「脳トレ・コグニサイズ」

・当事者レク

「七夕飾りづくり」

●家族介護者交流会・介護教室

中込地域包括支援センター

☎64-1751

地域包括支援センターでは、介護者の交流の場の提供、介護についての講座を開催します。ご家族の介護をしている方、介護に関心のある方などお気軽にお出かけください。

○癒しのインテリアを作ろう！

～ハーバリウム作り～

▽日時 6月1日(土)

午前10時～午後0時30分

●生活習慣病重症化予防講演会

健康づくり推進課

☎62-3189

または各支所健康づくり推進係

偏った食事や運動不足、ストレス、喫煙、飲酒などの生活習慣がその発症・進行に深く関与する生活習慣病。高血圧や高血糖、脂質異常症などがあると動脈硬化が急速に進み、重症化します。生活習慣病は予防が何より肝心です。今回は糖尿病専門医による講演です。予防につい

と一緒に考えてみませんか。

▽日時 7月18日(木)

午後1時30分～3時30分

▽会場 市民創練センター

▽参加費 無料

▽対象 どなたでも

▽内容

・講演

悪玉三兄弟(高血圧、高脂血症、高血糖)をやっつけろ！

～人生100年を

元気に生きる秘訣は～

・講師 佐久医療センター

糖尿病・内分泌内科部長

堀込充章 医師

イベント

●認知症サポーター養成講座 受講者募集

高齢者福祉課

☎62-3157

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守る応援者です。

▽日時 7月29日(月)

午前10時～11時30分

▽会場

市民創健センター大会議室

▽参加費 無料

イベント

- ▽定員 20名
- ▽申込期限 6月7日(金)
- 森林セラピーと
ポールウォーキング体験
- ▽日時
- 6月27日(木) 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
- ▽参加費 ポールレンタル料
300円(お持ちの方は無料)
- ▽対象 どなたでも
- ▽定員 20名
- ▽申込期限 6月19日(水)

▽内容

認知症とはどういうものなのか、認知症の症状と理解、認知症の人と接するときの心がまえなど

▽申込

開催日2日前までに高齢者福祉課までお申し込みください。



●ふれあいポールのウォーキング 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2日(日)

午前10時～正午

▽集合 御代田町役場駐車場
(御代田駅から徒歩約10分)

▽参加費 無料

▽内容

中山道小田井宿散策(約6km)

▽持ち物 飲み物、雨具

●ピン・ピン講座 (ウォーキングステーション)

浅科支所健康づくり推進係

☎58-2089

望月支所健康づくり推進係

☎53-3111

▽日時 6月22日(土)

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

※自由参加

○散策ウォーク

▽日時 6月9日(日)

午前10時～正午

▽集合

南パラダセンターハウス前

▽参加費 無料

▽内容

森林セラピーロード散策

▽持ち物 飲み物、雨具

※自由参加

○会員募集中

▽年会費 1,000円

※各種特典付き

●森林セラピーツアー 参加者募集

健康づくり推進課

☎62-3524

○働く方向け森林セラピー

▽日時 6月16日(日)

午前9時～午後1時30分

▽会場 春日の森

▽集合 もちづき荘

▽参加費 お弁当代1,000円

▽対象 どなたでも

▽内容 森林セラピー体験、産業カウンセラによるミニ

セミナー、森の中で昼食

みませんか。

▽日時 7月26日(金)

午前8時30分～午後2時30分

▽会場 五斗水水源ほか

※バス移動になりますので、午前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 100円

▽持ち物 お弁当、飲み物、雨具、筆記用具、空のペットボトル

▽服装 散策に適した服装

▽定員 18名(申込先着順)

▽申込 6月10日(月)～

環境政策課に電話でお申し込みください。

みませんか。

●親子ふれあい学級 身近な自然と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 ☎58-3957

環境政策課 ☎62-2917

私達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

久地域では、水道水源がたくさ

んあり、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

イベント

●SAKU♡恋in

2019 summer

「カフェ風スイーツ☆
クッキングパーティー」

福祉課 ☎62-2919

▽日時 7月7日(日)

午後1時～5時

▽会場 市民創健センター調理

講習室

▽参加費 800円

▽対象 以下の①②の条件を満たしている方

①23歳～40歳の結婚に前向きな
独身者

イベント

▽会場 白田弓道場

▽参加費 2,500円

▽対象 中学生以上

※詳細は、ホームページをご覧
いただくか、スポーツ課まで
お問い合わせください。



②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、調理

実習(スフレパンケーキ、フルー

ツポンチ)、試食、マッチング等

▽定員 男女各12名(計24名)

※申込者多数の場合は抽選。

※詳細は、ホームページをご覧
ください。



市ホームページ
QRコード

●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

※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

○エンジョイ・アート

▽日時 6月25日(火)

午後1時30分～3時

▽会場 野沢会館視聴覚室

▽参加費 100円(材料費)

▽内容 絵手紙・絵画・ぬり絵
を中心にアートしましょう

○音楽を楽しむつどい

▽日時 7月5日(金)

午後1時30分～3時

▽会場 望月総合支援センター
大会議室

○気功教室

▽日時 7月11日(木)

午後1時30分～2時30分

▽会場 野沢会館2階
和室1・2号

※楽に動ける服装でお越しくだ
さい。

●スポーツ教室
参加者募集

スポーツ課 ☎62-2020

※6月4日(火)から申込開始

○スポーツクライミング教室

▽日時 7月2日～火曜日開催

午後6時～8時

▽会場 佐久平ロッククライミ
ングセンター

▽参加費 3,000円

▽対象 小・中学生

○弓道教室(白田)

▽日時 7月27日～土曜日開催

午後2時～4時

●スポーツ大会
参加チーム募集

佐久市体育協会

☎88-6123

○第15回佐久市少年野球大会

▽期日 7月20日(土)、21日(日)

▽会場

千曲川スポーツ交流広場

▽参加費

1チーム 1,500円

▽対象 区単位を中心に編成さ
れたチーム

▽申込期限 6月21日(金)

○第15回佐久市少女ミニバスケ
ットボール大会

▽期日 7月20日(土)

▽会場 望月総合体育館

▽参加費

1チーム 1,500円

▽対象 原則区単位を中心に編
成されたチーム

▽申込期限 6月21日(金)

※詳細は、市および佐久市体育
協会ホームページをご覧いた
だくか、佐久市体育協会まで
お問い合わせください。

●特別企画展
「松尾敏男展」

近代美術館 ☎67-1055

▽会期 6月23日(日)まで

▽開館時間

午前9時30分～午後5時

▽観覧料

一般800円/高校大学生

400円/小中学生250円

○会期中のイベント

▽スペシャルギャラリートーク

・日時 6月2日(日)午後2時～

・講師

松尾由佳氏(松尾財団理事長)



松尾敏男デザイン
横綱白鵬関の化粧まわし

(特別展示 5月29日(水)～)

▽ギャラリートーク

・日時 6月23日(日)午後2時～

・講師 森園敦氏

(長崎県美術館学芸員)

イベント

●図書館

6月の行事予定

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

※6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

▽日時 1日(土) 午前10時30分

○ぽっけおはなしの会

▽日時 15日(土) 午前10時30分

イベント

●フリーマーケットin

ほっとぽーく・浅科

道の駅ほっとぽーく・浅科

☎58-0581

道の駅ほっとぽーく・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。

出店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ご連絡く
 ださい。

▽日時 6月2日(日)、16日(日)
 午前8時～午後4時

○おはなしの会

▽日時 20日(木) 午前10時30分

▽対象 乳幼児

○語りのおもてなし

▽日時 22日(土) 午後3時

○ザ・フレンズ朗読会

▽日時 26日(水) 午前11時

【白田図書館】

○ブック☆ブックお話の会

▽日時 15日(土) 午後2時

【浅科図書館】

○ちいさい子のおはなし会

▽日時 13日(木) 午前10時30分

▽対象 乳幼児

○おはなし会

▽日時 15日(土) 午前11時

【望月図書館】

○ものがたりふれあいトーク

▽日時 8日(土) 午前11時

○特別整理期間による休館

図書館では、特別整理（蔵書
 点検）の実施に伴い、次のと
 おり休館します。

▽中央・サングリモ中込の休館

・期間 6月3日(月)～13日(木)

▽白田・浅科・望月の休館

・期間 6月17日(月)～27日(木)

●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

穂の香乃湯 ☎58-0033

▽期日 6月26日(水)

▽サービス内容

・入浴料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

※布施温泉は定休日のため休館

※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

6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 6月28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

※他割引との併用は不可

※来店時に佐久市在住の証明で
 きるものをご提示ください。

●Sakumo(サクモ)

佐久市子ども未来館

6月のイベント

子ども未来館

☎67-2001

○ちびっこルーム

▽期間 7月7日(日)まで

▽会場 企画展示室（半面）

▽参加費 入館料のみ

・大人 500円

・子ども 250円

※3歳以下無料

▽対象 未就学児とご家族

○なおやマンプレゼンツ

キッズワークショップデー！

（6月）もう中学生の「段ホ
 ールで物語づくり」

▽日時 6月15日(土)

①午前10時～11時30分

②午後1時～2時30分

▽会場 科学体験工房

▽参加費 250円

※別途入館料必要

▽対象 小学生

※3年生以下は保護者同伴

▽講師 もう中学生氏

▽定員 各回50名

※要事前申込

●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、
 心地よい音色に包まれて、ちょ
 っぴり贅沢な時間を過ごしてみ
 ませんか。皆さんお誘い合っ
 てお出かけください。

▽日時 6月28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 埴美里氏

（サクソフォン）

弘中佑子氏（ピアノ）

●佐久市振興公社

マレットゴルフ大会

第2戦もちづき荘大会

佐久市振興公社

☎62-0214

▽期日 7月2日(火)

▽会場 もちづき荘

▽参加費 1,000円

※昼食代、入浴料含む。

▽申込期間 6月5日～23日

▽申込先 もちづき荘

☎52-2515

※詳細は、佐久市振興公社まで
 お問い合わせください。

イベント

●川村吾蔵記念館からのお知らせ

川村吾蔵記念館

☎81-5353

○ステンドグラス教室

参加者募集

▽日時 7月6日(土)

午後1時～4時

※ボックスを作る予定

▽会場

川村吾蔵記念館多目的室

▽参加費 2,000円

▽対象 高校生以上

イベント

●笑顔さく

トクトクキャンペーン

2019夏

6月10日～7月9日

もちづき荘 ☎52-2515

ゆざわ荘 ☎52-0022

▽おトクA

トクトク宿泊プラン

もちづき荘・ゆざわ荘コラボ
宿泊プラン

(アラザ佐久商品券プレゼント
および降水確率割引)

- ・高校生以上 7,500円
- ・小中学生 6,900円
- ・4歳～6歳 3,300円

▽講師

地球環境高等学校 中野稔氏

▽持ち物 タオル1枚、薄手の

ゴム手袋、必要な方は飲み物

▽定員 15名(申込先着順)

▽申込期限 6月29日(土)

○臨時休館

館内定期清掃および展示替えのため、6月24日(月)から28日(金)までの期間臨時休館します。

※トイレ付のお部屋は別料金

▽おトクB

駒場公園テニスコート、プール、弓道場のいずれかをご利用
いただいた方対象

・もちづき荘・ゆざわ荘トクトク
宿泊プランをご利用される
方お一人様につき生ビールか
ソフトドリンク券一枚プレゼント

・プール回数券購入された方に
もちづき荘・ゆざわ荘・布施
温泉・穂の香乃湯共通入浴券
一枚プレゼント

※他の割引との併用不可

●「PAS」本格的
タップダンス入門講座

文化事業団 ☎82-3962

踊る喜びをリズムに乗せて、

キッズからシニアまで誰でも楽しめる
プロが教えるワークショップです。

▽日時 7月28日(日)

午後2時～3時30分

▽会場 コスモホール小ホール

▽参加費 1,000円

▽講師 タップダンサー 畠山真葵氏

▽定員 20名

●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

さあ、一緒に「第九」を歌
いましょう。

初めての方も大歓迎！初心者
対象の練習もありますので、お
気軽にお申し込みください。

▽発会式

7月26日(金) 午後7時30分

▽練習日

8月2日から週1回程度(毎
週金曜日ほか) 午後7時30分

▽参加費 昼食代310円
(学校給食の試食)

▽持ち物 雨具、筆記用具

▽定員 30名

▽申込期間

6月3日(月)～14日(金)

▽申込方法

電話で広報情報課までお申し
込みください。

※食材の調達が必要なため、申
込後のキャンセルは、1週間
前までにご連絡ください。

●望月歴史民俗資料館

6月の資料館講座

望月歴史民俗資料館

☎54-2112

▽日時 6月16日(日)

午後1時30分～3時

▽会場 駒の里ふれあいセンター

▽聴講料 無料

▽講師 元望月歴史民俗資料館
館長 尾崎 行也氏

▽内容 江戸時代の村の暮らし
～名主の日記を読む～

▽申込 不要

▽参加費

・一般 5,000円

・高校生以下 1,000円

▽申込期限 8月31日(土)

▽申込方法

申込用紙に必要事項を記入し、
参加費を添えてコスモホールへ
お申し込みください。(申込用
紙はコスモホールのホームページ
からダウンロードできます。)

※公演日は、12月1日(日)で午後
2時開演となります。

●市内施設見学
参加者募集

広報情報課 ☎62-3075

▽日時 7月5日(金)

午前8時50分出発

受付 午前8時30分～45分

▽集合場所

市役所2階市民ホール

▽見学場所

・佐久クリーンセンター

・うな沢第2最終処分場

・学校給食南部センター

・佐久総合運動公園

・佐久消防署

イベント

●国際フラワーフォーラム

長野県園芸畜産課

☎026-235-7227

▽期日 6月14日(金)、15日(土)

▽会場 松本平広域公園

「やまびこドーム」

▽内容

花の魅力発信イベント(フラワーファッションショー、全国高校生花いけバトル長野大会)、花とふれあう体験教室(フラワーアレンジメント体験、華道体験、食用花体験)ほか

寄附

●ご寄附

ありがとうございます

○ふるさと納税寄附

- ・小林正洋様
- ・志賀秀樹様
- ・中川浩志様
- ・根本健太郎様
- ・川崎康正様
- ・金川牧子様
- ・藤光卓郎様
- ・岡村英明様
- ・岩月 明様
- ・竹村まり絵様
- ・大畠 信様
- ・小沼愛明様
- ・藤井 績様
- ・中森康裕様
- ・小沼 誠様
- ・中村晴代様
- ・永田智寛様
- ・青木利春様
- ・パスカル ダミアン様
- ・マキナリー 浩子様

エストニア共和国ってどんな国？

ここでは、佐久市が2020年東京オリンピック・パラリンピックにおけるホストタウンに登録されている「エストニア共和国」に関する情報を掲載しています。

今回は、エストニア共和国の国旗について紹介します。

エストニアの国旗は、上から青・黒・白の3色が配色された三色旗です。



この3色には、それぞれ次のような意味があるとされています。

- 【青】 空、海、湖、川を表すとともに、希望、友情、団結を表す
- 【黒】 エストニアの大地と祖先を表す
- 【白】 高潔さ、氷、雪、人々の幸福の追求、そして自由への戦いを表す

納期限	7月1日(月)
市税等	市県民税 (1期)
	介護保険料 (3期)
納期内の納付にご協力をお願いします	

今月の納付

※順不同

○一般寄附

▽市へ

- ・現金8万2千円
- 佐久芸能文化協会

- ・現金二千元
- 日本舞踊部会様

- ・佐久の鯉太郎乙様

- ▽浅科小学校へ
- ・図書カード5万円分
- 浅科交友会様

- ▽浅科中学校へ
- ・図書カード5万円分
- 浅科交友会様

今月SCHOOL CHOICE

●ライトダウン

キャンペーン

参加してみまじょう

環境政策課 ☎62-2917

▽ライトダウンキャンペーンとは

環境省の提唱のもと、ライトアップ施設や家庭の照明を消していたり、CO₂削減/ライトダウンキャンペーンを毎年実施しています。ライトアップに慣れた日常生活の中で、照明を消すことでいかに電気を使用しているかを実感し、地球温暖化問題につ

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。

食 堂

①



食べる

②



場所

- ①左手の手のひらを上に向け、右手の2指を伸ばした状態で、左手から口に運びます。
- ②右手の5指を開いた状態で折り曲げ、指を下に向けて軽く下ろします。

※イラスト：長野県手話ガイドブックより

いて考えていただくことを目的としています。

▽実施期間
6月21日(金)～7月7日(日)

※皆さんのご家庭や職場で無理のない範囲で「ライトダウン」にご参加ください。

未来のために、いま選ぼう。

令和元年度の講座が始まりました ～中込公民館の健康講座より～

佐久市は平均寿命が男女とも全国上位に入っていますが、重要になるのは健康で長生きすることです。健康寿命を延ばし、いつまでも元気で若々しく人生を過ごすことを目標に、くろさわ病院の医療スタッフ等を講師に健康講座を開催します。「中高年のための健康講座（全3回）」では、医師などから生活習慣病をはじめ中高年が知っておきたい知識を学び、「カラダいきいき健康講座（全5回）」では、理学療法士や作業療法士から日々の生活の中でできるトレーニング法について実技を中心に学びます。“楽しく、無理なく、いつまでも若々しく！” 皆様のご参加をお待ちしております。



2019 (令和元年)

6

みなづき
水無月

公民館報

さくし

No. 171

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 0267-66-0553
E-mail: kominkan@city.saku.nagano.jp



ちょっとひとこと

春の一日

下越 井出 今朝枝



見なれた浅間の風景を車窓から眺めながら、私の乗ったバスは東京の立川へ到着しました。今日は10歳になる孫娘の学校の行事です。一週間くらい前に、孫から「学校で“2分の1成人式”があるけど、お母さんが仕事を始めたので来てもらえない。だからおばあちゃんお願い、私の頑張っている様子を見に来て」とFAXが入ってきたのです。

予定の時間に学校に着きました。周りは若いお母さん方で少し気後れがしましたが、孫の喜んでいる様子を見て安心しました。行事が無事に終わり、電車を乗り継ぎ移動をし、久しぶりに他の孫二人にも会うことができました。時間のたつのも忘れるくらい楽しいひとときを過ごした後、孫達の話のみやげに主人の元へ帰りました。16時間の楽しい春の一日でした。

交通の便が良くなり、首都圏への新幹線通勤・通学の方も多くなっているようです。それは逆に、首都圏から田舎の両親の介護にも通える時代になったともいえますが、子ども達には迷惑をかけたくないと思います。そして、老夫婦が子や孫の所へ気軽に遊びに行き、子ども達も田舎に帰ってくる、そんな行き来を楽しみながら暮していくことが出来たら有り難いと思うこの頃です。

第41回佐久市民コーラスまつり 参加者募集について



「佐久市民コーラスまつり」は、潤いのある市民生活づくりを目指し、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し、互いの交流を深めようとするものです。

昨年度は23団体が出演し、透き通る美しい歌声や力強い歌声をホールいっぱい響かせました。皆さんも仲間を誘い、ステージで歌ってみませんか。

- 日 時 9月1日(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3日(月)～7月5日(金)
※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)
電話 0267-66-0551
Fax 0267-66-0553



平成30年度コーラスまつり

ふれあい あれこれ



浅間公民館 みそ作り教室

3月14日、阿部博隆先生を講師に、みそ作り教室を開催しました。みその作り方やコツなどを学び、みそ作りが初めての方から毎年仕込んでいる方まで、それぞれに発見のある講座となりました。



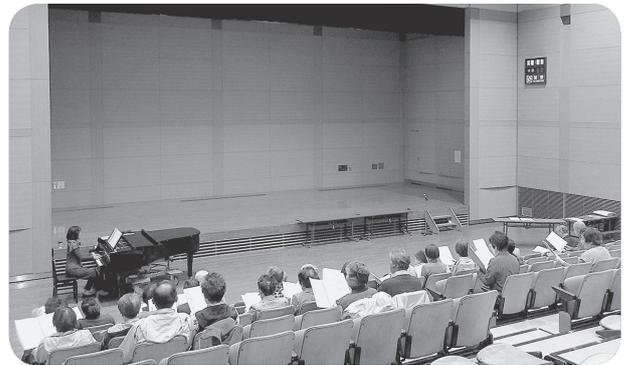
東公民館 ついでに 衝立・袖垣教室 そでがき

4月19日、神津勝行先生を講師に、東公民館で30年以上続く衝立・袖垣教室（全16回）がスタートしました。初回は衝立の概要や工程、竹の性質等について講義を受け、その後、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、半年かけて活動に取り組むことになります。



白田公民館 家庭菜園教室

4月9日に家庭菜園教室（全8回）がスタートしました。中嶋信幸先生を講師に、第1回目は家庭菜園の作付け計画などについて学びました。これから毎月、その季節にあったおいしい野菜作りの基本を学んでいきます。



望月公民館

4月17日、小林美智子先生を講師に「愛唱歌合唱講座うたごえホール」を開催しました。初回となる今回は、『どこかで春が』や『めだかの学校』などの春の楽曲を、先生のピアノ伴奏にのせて、参加者全員で気持ちよく歌いました。



今、何をすべきか!!

昨今の新聞紙上に、悲しく実に心を痛める記事を見ます。それは学校での「いじめ」に関わる問題です。いじめについては、その特性を知りつつ対処していくことが大切ではないかと思えます。尾木ママとして有名な尾木直樹さんは、著書『いじめ問題とどう向き合うか』の中で、いじめについて次のようにとらえています。

近年のいじめ（第三のピーク）は、どんなことからもいじめの口実にされうる。加害者と被害者がたやすく入れ替わり、しかも、加害・被害の関係が高校生など高年齢になっても継続している傾向がある。その要因として、加害者の道徳心や規範意識の欠如に加えて、心的ストレスがあり、その発散として行われているといった面がある。そして、被害者だけでなく、加害の子どもの成長や発達にとっても放置できない人権侵害であり、学校や家庭、地域が、「いじめの加害者を生まない」取組みが重要であると説いています。

過日、市内の保育士さん達の集まる会に参加しました。確かな育ちを願い、子ども一人一人の姿を、その子の背景も含めてすべて受け容れて、保育をされている皆さんの姿に、「いじめの加害者を生まない」取組みへのヒントがあるように思いました。

「言葉をかけ合い」「認め合い」「子ども達を、（相手を）大きく包み込む対応」を、家庭はもちろんのこと、学校や地域でも更に推進すべきではないかと思えます。

人権同和教育推進員 櫻井 友一

※お問い合わせ等は人権同和課まで（☎62-3135）

子ども公民館 ～夏だ、集まれ 佐久っ子!～

公民館では、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、以下のように実施します。多くの子ども達の参加をお待ちしています。

- 実施日 6月23日から9月8日までの休日や夏休み
- 会場 各地区の公民館（地区館）
- 内容 陶芸教室、工作教室、ステンドグラス教室、けん玉教室、バルーンアート教室、水源地探訪教室、自然散策教室、パン作り教室、おやつ作り教室 等

※教室により、保護者など大人の方の同伴が必要になる場合もあります。

※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以下のように計画しています。

- 日時 7月28日(日) 10:00～13:00
- 内容
 - ①7色に光るLEDソーラーランタンを作ろう!
 - ②地球の模型を作ってみよう!
 - ③粘土でミニチュアスイーツを作ろう!
- 定員 ①40名 ②20名 ③15名
- 参加費 500円程度
- ※昼食に、巨大流しそうめんを行う予定です。
- 申込受付開始 6月20日(木) 8:30

予告 第15回佐久市民総合文化祭作品募集

- 文化祭開催日 11月2日(土)～11月4日(月)
 - 開催場所 野沢会館
 - 作品募集部門 絵画、書道、篆刻、刻字、木彫、写真、盆栽、華道、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
(1部門1人1点、複数部門への出品は可、今年度作成したもの)
- ※出品申込締切り 9月上旬 (詳細は8月号に掲載)



平成30年度市民総合文化祭

今年も佐久市ジュニアリーダー研修が始まります

佐久市少年センター育成推進協議会では、今年も佐久市ジュニアリーダー研修を実施します。今、子ども達の生活体験・自然体験・社会体験の不足が指摘されています。そこでジュニアリーダー研修では、野山での自然体験・山門市での商業体験・環境浄化のボランティア体験等、多彩な体験機会を設け、「生きる力」を持った人間性豊かな子どもの育成を目指しています。また、市内各地区から集まる研修生と一緒に活動することにより、広範囲の友達をつくと共に、子ども会等のリーダーとなることを目的としています。

今年も6月2日(日)から研修が始まり、年間15回の体験活動が計画されています。研修生には仲間と一緒に頑張ってもらいたいと思います!



山門市での商業体験



宿泊研修での自然体験

少年センターだより



伸びよう 伸ばそう
青少年

6月11日は「信州あいさつの日」・6月16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)

	学級及び学習内容	日時	場所	講師・指導者	費用・持物等
浅間公民館	◎元気なおやしシリーズ①～健康体操～ 男性だけの講座です！お気軽にご参加を！	6月18日(火) 13:30～15:30	浅間会館 会議室1・2	井出泰生先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉運動のできる格好 〈定員〉20名(申込受付中)
	◎ストレッチ教室Ⅰ(全6回) ストレッチを通して自分の体と健康について考えましょう	①7月 9日(火) ②7月23日(火) ③8月 6日(火) ④8月27日(火) ⑤9月10日(火) ⑥9月24日(火) (時間) 10:30～12:00	浅間会館 会議室1・2	益戸早苗先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉ヨガマット・飲み物・タオル 〈定員〉60名程度 ※申込受付開始 6月13日(火) 8:30
	◎伝えたい佐久の味② メニュー：茄子のおやき、きゅうりの佃煮、チキンのトマト煮込み	7月16日(火) 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(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定員〉20名程度 ※申込受付開始 6月17日(月) 8:30
	【子ども公民館(保護者等同伴)】 ◎オリジナルハンコ作ろう 消しゴムを使って自分だけのハンコを作りますよ	①7月20日(土) 9:30～12:00 ②7月20日(土) 13:00～15:30	浅間会館 創作室	はんこやミツキ	〈参加費〉500円程度(材料費) 〈持ち物〉彫刻刀・ハンコを押す布や台 紙・汚れてもいい服装・鉛筆 〈定員〉各20名 ※申込受付開始 6月10日(月) 8:30
	◎繭玉でかわいい動物を作ろう なつかしい繭玉を使ったアートにチャレンジしましょう	①7月30日(火) 10:00～12:00 ②7月30日(火) 13:00～15:00	浅間会館 創作室	矢ヶ崎和子先生	〈参加費〉300円程度(材料費) 〈持ち物〉ハサミ・カッター 〈定員〉各15名(保護者同伴。大人のみ可) ※申込受付開始 6月25日(火) 8:30
野沢公民館	◎身近な薬草 いろいろな薬草・ハーブを知ろう！	7月 9日(火) 9:30～12:00	現地集合 薬草の里(榛名公園) (のぞみサンピア南)	中島三幸先生 井出房子先生	〈参加費〉100円(保険料・資料代) 〈定員〉16名 ※申込受付開始 6月10日(月) 8:30
	◎楽しく歌おう(夏) ピアノの生演奏で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！	7月16日(火) 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〉飲み物 ※当日参加もできます
	【子ども公民館(低学年は保護者等同伴)】 ◎何ができるかな?楽しい陶芸教室(全2回) 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!	①成形 7月20日(土) 9:30～11:30、13:00～15:00 ②絵付け 8月 7日(火) 9:30～11:30、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) 〈定員〉午前20名・午後20名 〈持ち物〉汚れてもよい服装 ※申込受付開始 6月14日(金) 8:30
	【子ども公民館(保護者等同伴)】 ◎夏休み!親子で自然観察教室 自然は友だち、自然を満喫しよう!	7月27日(土) 9:00～15:00	集合: 野沢会館 虚空蔵山	倉澤祥子先生	〈参加費〉100円(保険料) 〈持ち物〉山に登る服装と靴・雨具・ 帽子・軍手・弁当・飲み物 〈定員〉28名 ※申込受付開始 6月19日(火) 8:30
	【子ども公民館(保護者等同伴)】 ◎夏休み!親子でおいしいパンづくり パンづくりを習い、お家でも挑戦しよう!	7月30日(火) 9:30～13:00	野沢会館 調理室	パン工房	〈参加費〉1人400円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・子供のしゅるき 〈定員〉20名 ※申込受付開始 6月21日(金) 8:30
中込公民館	◎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。夏の歌集を使います	①6月 6日(木) 9:30～11:30	中込会館 大会議室	工藤美智子先生 土屋もと子先生	〈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・夏の歌集(緑色)
	◎中高年のための健康講座(全3回)～あなたが主役の健康づくり～ 生活習慣病の改善について学びましょう	①6月13日(木) 13:30～15:30	中込会館 大会議室	くろさわ病院 医師 廣末恵子先生	〈参加費〉無料 〈定員〉30名程度
	◎中高年のための健康講座(全3回)～あなたが主役の健康づくり～ 自宅でできる誤嚥性肺炎の予防について学びましょう	②7月25日(木) 13:30～15:30	中込会館 大会議室	くろさわ病院 言語聴覚士 高橋範子先生	〈参加費〉無料 〈定員〉30名程度
	◎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。お子さんと一緒に参加できます	①6月19日(火) 10:00～11:30 ②7月17日(火) // ③8月28日(火) //	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・飲み物 〈定員〉15名(産後5か月以上の方) ※子ども同伴可
	【子ども公民館(保護者等同伴)】 ◎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よう	7月30日(火) 8:30～12:00	内山地区	渡辺正喜先生	〈参加費〉500円程度(保険料等) 〈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24日(月) 8:30
	【子ども公民館(保護者等同伴)】 ◎虫さんさよなら～虫よけアロマスプレーをつくってみよう! オリジナルボトルでかわいい虫よけスプレーをつくりましょう	7月26日(金) 10:00～11:30	中込会館 創作室	泉 美紀先生	〈参加費〉500円程度(材料費) 〈定員〉20名 ※申込受付開始 6月28日(金) 8:30
東公民館	◎わくわく家庭菜園教室(全7回) ③野菜の病害虫防除(果菜類の整枝) ④野菜の栽培管理(栄養診断)	6月 3日(月) 9:30～11:30 7月 8日(月) //	東会館	佐久市営農支援セ ンター 営農相談員	〈参加費〉100円(初回のみ材料費等) 〈定員〉20名程度
	◎国際交流サロン 佐久の食材を使ってタイ料理を作ってみませんか メニュー：ガパオライス、スープ、デザート	6月25日(火) 9:30～13:00	市民創練 センター	定住外国人支援 推進員 浅沼いく先生	〈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 ※参加申込受付 6月5日(火) 8:30
	◎リズム体操(全3回) 2020応援ソング「パプリカ」をみんなで踊りま しょう!	7月 1日(月) 10:00～11:30 7月22日(月) // 7月29日(月) //	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名程度
	◎歴史講座「防災編」 江戸時代の災害(戊の満水、羊の満水)につい て学び、防災意識を高めましょう	7月 9日(火) 10:00～11:30	東会館 大会議室	森泉かよ子先生	〈参加費〉無料 〈定員〉25名程度
	◎美術鑑賞～美術館へ行ってみよう～ 学芸員による解説を聞きながら、美術品の鑑賞 を楽しみませんか。当日は、なつやすみの親子 向け収蔵品展を開催しています	7月25日(木) 10:00～11:30	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 ※小中学生は入館料無料です

※紙面のスペースの関係で、公民館の掲載順序が大きく変わっています。

	学級及び学習内容	日時	場所	講師・指導者	費用・持物等
白田公民館	【子ども公民館】 ◎親子ふれあい陶芸教室(全2回) 親子で協力してお皿やコップ、置物など自分だけのオリジナル作品を作ってみよう!	①成形 7月6日(出) 9:30~11:30 ②釉薬付け 7月27日(出) //	あいとびあ白田 工作室	ゆびのあとの会	〈参加費〉600円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン(定員)20名 ※成形と釉薬付けの両日参加できる方 ※申込受付開始 6月4日(火) 8:30
	【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13日(出) 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〉親子10組まで ※詳細は後日参加者に通知します
	◎初心者俳句講座(全6回) 生活の中で感じていることを5・7・5の世界で表現してみませんか	① 7月16日(火) ② 8月20日(火) ③ 9月17日(火) ④ 10月15日(火) ⑤ 11月19日(火) ⑥ 12月17日(火) (時間) 9:30~11:30	あいとびあ白田 多目的室	夏木俳句会 佐久支部の皆さん	〈参加費〉500円程度(資料代) 〈定員〉10名
	【子ども公民館】 ◎ワンコインでたのしくパンづくり 親子で協力して、楽しくおいしいパンを作ってみよう!	7月20日(出) 10:00~13:30	市民創練セン ター 料理講習室	糊澤恵美子先生 依田君枝先生	〈参加費〉500円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・デジタルはかり(ある方) 〈定員〉20名(対象は小学生) ※申込受付開始 6月6日(火) 8:30
	◎高山植物ウォッチング 高山植物との出会いを求めて、高峰高原へ出かけましょう	7月23日(火) 7:00~15:30	集合: あいとびあ白田	井出良二先生	〈参加費〉100円(保険料) 〈持ち物〉昼食・飲み物・雨具 〈定員〉28名 ※申込受付開始 6月10日(月) 8:30
浅科公民館	◎料理教室~身体とお財布にやさしく、 地元食材を使った創作料理~ メニュー:鶏胸肉の甘酢あんかけ、信州ジャージャーミーゼン(米粉麺)、甘酒杏仁豆腐	7月10日(火) 9:30~13:30	市民創練セン ター 料理講習室	竹内次男先生	〈参加費〉1,300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〉16名 ※申込受付開始 6月4日(火) 8:30
	◎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10日(火) 19:00~20:30 ②7月18日(火) //	交流文化館浅科	浅科民踊 レクリエーション クラブ	〈参加費〉無料 〈持ち物〉運動靴・運動できる服装
	【子ども公民館(保護者等同伴)】 ◎身近な自然~水源地に出かけよう! 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。子ども向け夏休み企画ですが大人のみ参加も可	7月26日(金) 8:30~14:30	集合:佐久市 役所(行程は 参加者へ後日 通知)	佐久水道企業団 職員	〈参加費〉100円(保険料) 〈持ち物〉雨具・空のペットボトル・ 筆記用具・弁当・飲み物 〈定員〉18名 ※申込受付開始 6月10日(月) 8:30 ※申込みは環境政策課 ☎62-2917
	【子ども公民館(低学年は保護者等同伴)】 ◎バルーンアート教室 風船で動物や花をみんなで作りましょう	7月29日(月) 9:30~11:30	浅科会館	バルーン愛好会	〈参加費〉600円程度(材料費) 〈持ち物〉はさみ・ポンプ(ある方のみ) 〈定員〉24名 ※申込受付開始 6月13日(火) 8:30
望月公民館	◎家庭菜園教室(全7回) 野菜の生育診断、夏場の管理などについて学びませんか	③6月4日(火) 9:30~11:30 ④7月2日(火) // ⑤8月6日(火) //	観音堂活性化 センター	小林重弘先生	〈参加費〉100円(初回のみ資料代等) 〈持ち物〉飲み物 〈定員〉20名程度
	◎愛唱歌合唱講座うたごえホール(全8回) 童謡、唱歌などなつかしい歌を楽しく歌い、心身ともにリフレッシュしましょう	③6月19日(火) 13:30~15:00 ④7月17日(火) // ⑤8月20日(火) //	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
	◎初心者デジカメ教室(全2回) 写真の取り方から、野外や室内撮影の技術などを学びませんか。初回は、講義と新海三社神社・貞祥寺で野外撮影。2回目は、撮影した写真の講習会です	① 6月26日(火) 9:00~16:00 (予備日) 7月3日(火) ② 11月7日(火) 9:30~12:00	駒の里ふれあい センター 2階会議室	諸山貴之先生	〈参加費〉1,000円程度(保険代等) 〈持ち物〉デジタルカメラ・帽子・雨具・ 動きやすい服装・運動靴・飲み物・弁当 〈定員〉15名 ※申込受付開始 6月6日(火) 9:00
	◎家族の笑顔が一番~しあわせクッキング~ ピザとカルツォーネ、ティラミス、冷パスタを学び、楽しい食卓づくりに役立てませんか	7月11日(火) 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 〈定員〉16名 ※申込受付開始 6月12日(火) 9:00
	◎救命救急講習会 いざという時のために、心肺蘇生法やAEDの使い方を学びましょう	7月27日(出) 9:00~12:00	駒の里ふれあい センター 大ホール	川西消防署職員	〈参加費〉無料 〈持ち物〉飲み物(定員)20名 ※申込受付開始 6月7日(金) 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

「罰が当たる」、子どもの頃に良く聞いた言葉だ。食べ物、特にお米を粗末にすると必ずこの言葉で怒られ、その後、転んだりケガをしたりすると、罰が当たったんだと本気で思った。ある時、友人がこんな話をしてくれた。幼い頃、茶碗にご飯を残すと、明治生まれの祖母が「目がつぶれる」と怒った。残すと毎回この言葉で怒られるので、「そんなことありっこない」と口答えすると「心の目がつぶれるんだよ」と言われ、それ以上、口答え出来なかつたという。

最近、食事について若い人と話をした。パスタやラーメン、パンを食べることが多く、白いご飯を食べるのは週に1回位だという。炭水化物は食べないようになっているという人もいた。

飽食の今、食生活が変化し、お米一粒の大切さが伝わり難くなり、同時に昔の人が大事にしてきた「心」や「教え」も捨て去られていくのではないだろうかと危惧を覚えた。

整然と植えられた稲を眺めながら「どうか罰が当たりませんように」と心の中で手を合わせた。(編集委員)

無料 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 Tel. 0267
 芹澤社会保険労務士事務所 68-7367
 西澤社会保険労務士事務所 佐久市鳴瀬 1804-2

自立型サービス付き高齢者向け住宅

入居者募集中!
 介護が必要な方はご相談下さい

タウンコートのぞみ

小諸市御影(ツルヤみかげ店様となり)にオープン

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
 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 ☎0267-24-3311 小諸市和田 966-151 (山口)
<http://www.nozomi-g.co.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。



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

新宿・池袋・立川線

白田・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!!

京都・大阪線

共同運行 西武観光バス
 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

お問い合わせご予約は

高速バス予約センター 野沢 (0267) 62-0010
 営業時間(無休) 8:40~20:00

高速バス上田予約センター 上田 (0268) 22-0230
 営業時間(無休) 8:40~20:00

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.com> CHIKUMA BUS



Stylish Wedding
VENUS COURT
 SAKUDAIRA

特選信州牛を無料試食! プレミアクイジューフェスタ

ウエディングをご検討のおふたりにおすすめの人気豪華コース。
 特選信州プレミアム牛をお召し上がりいただける絶好のチャンスです。

〈開催日〉6/1・9・15・16・22・29・30

相談会①11:00~/試食会13:00~/相談会②14:00~

お電話にてのご予約も承っております。お気軽にお問い合わせください。



ウエディング相談会
 毎日開催!



一組完全貸切プライベートウエディング
ヴィーナスコート 佐久平 〒385-0021 佐久市長土呂1169-7 ☎0267-67-6000 venus-court.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 ・グループホーム ・有料老人ホーム(介護付・住宅型)
- ・デイサービス ・ショートステイ ・小規模多機能 ・居宅介護支援



エフビー介護サービス株式会社

〒385-0021 長野県佐久市長土呂159-2 TEL 0267-88-8188 FAX 0267-65-8809

2020年春、佐久市岩村田に小規模多機能居宅介護がオープン

登録定員29人/有料老人ホーム併設(定員10人)/佐久市岩村田1901-1 (岩村田高校南側のテニスコート真向かい)

- 平日** 平日夜間急病診療センター
(診療時間：午後7時～午後9時30分 浅間総合病院 ☎67-2295(代))
- 休日** 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センター (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)
- 地域** 地域集団健診 (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)
- 子育て** 子育てサロン (午前9時30分～11時30分)

- 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 (午前9時～午後2時)
もちづき保育園 (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午後2時～4時
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もの、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

サングリモ中込 1

平日 5
 佐久平浅間児童館
 泉児童館
 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

平日 6
 中佐都児童館
 もちづき保育園
 うすだ健康館

平日 7
 望月児童館
 中込児童館
 サングリモ中込
 あさしな保育園
 うすだ健康館

サングリモ中込 8

平日 12
 高瀬児童館
 野沢児童館
 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

平日 13
 佐久城山児童館
 あさしな児童館
 もちづき保育園
 うすだ健康館

平日 14
 岩村田児童館
 サングリモ中込
 あさしな保育園
 うすだ健康館

サングリモ中込 15

平日 19
 佐久市保健センター (肺がんセット)
 佐久平浅間児童館
 泉児童館
 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

平日 20
 佐久市保健センター①
 浅間体育センター (肺がんセット)
 もちづき保育園
 うすだ健康館

平日 21
 望月児童館
 中込児童館
 サングリモ中込
 あさしな保育園
 うすだ健康館

サングリモ中込 22

平日 26
 高瀬児童館
 野沢児童館
 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

平日 27
 佐久城山児童館
 あさしな児童館
 もちづき保育園
 うすだ健康館

平日 28
 岩村田児童館
 サングリモ中込
 あさしな保育園
 うすだ健康館

サングリモ中込 29

■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。

相談時間 毎日午後7時～翌日午前8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(6月13日、20日除く)
午前9時～11時30分

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

■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

健康のカレンダー

[2019年]

6月



2歳児歯っぴー教室 (要予約)

対象 平成29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27日 (木) (時間は予約時に確認)

会場 口腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)

持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ (子ども用と仕上げみがき用)・
コップ・タオル

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

日 sun	月 mon	火 tue
<p>小児 2</p> <p> たばたクリニック ☎63-2821</p> <p> いまいレディースクリニック ☎66-7050</p>	<p>平日 3</p> <p> 岸野児童館</p> <p> 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</p>	<p>平日 4</p> <p> 東児童館 臼田児童館</p> <p> サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU-6</p>
<p>小児 9</p> <p> わかば内科クリニック ☎67-6655</p> <p> おおくら皮フ科 ☎65-9915</p>	<p>平日 10</p> <p> 平根児童館</p> <p> 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</p>	<p>平日 11</p> <p> 切原児童館</p> <p> サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU-6</p>
<p>小児 16</p> <p> 都甲クリニック ☎64-1050</p> <p> 斎藤産婦人科医院 ☎62-0823</p>	<p>平日 17</p> <p> 小田井児童館</p> <p> 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</p>	<p>平日 18</p> <p> 東児童館 青沼児童館</p> <p> サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU-6</p>
<p>小児 23</p> <p> 野澤医院 ☎62-0272</p> <p> 柳澤クリニック分院 ☎78-3355</p> <p> 献血 イオンモール佐久平②</p>	<p>平日 24</p> <p> あいとぴあ臼田 (肺がんセット)</p> <p> 平根児童館</p> <p> 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</p>	<p>平日 25</p> <p> あいとぴあ臼田 (肺がんセット)</p> <p> 田口児童館</p> <p> サングリモ中込 もちづき保育園 わくわくランドU-6</p>
<p>小児 30</p> <p> フルタクリニック ☎63-0202</p> <p> たかみ耳鼻咽喉科クリニック ☎67-8733</p>	<p>■児童館午前中開放事業</p> <p>対 象 就学前のお子さんと保護者等の方</p> <p>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</p> <p>会 場 岩村田、野沢、泉、平根、佐久平浅間各児童館</p> <p>問合せ 子育て支援課 ☎62-3149</p>	

第27回 佐久バルーンフェスティバル2019

第57回 佐久鯉まつり

今年は天候にも恵まれ、また北斗の拳バルーンのお披露目等もあり、大変多くの方にご来場いただき、成功裏に終えることができました。ありがとうございました。



青空に向かって、バルーンが一斉離陸



北斗の拳バルーンをお披露目



5・4・3・2・1バーナーオン!!



スゴ技連発! フリースタイルフットボール/スラックライン



新生児出世健康祈願



信州プロレス登場!



元気な泣き声響く! 佐久鯉泣き相撲大会



爽やかな新緑の中行われた 佐久鯉マラソン



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)