

あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE

10

No.199 広報佐久
令和元年10月



特集

自立した生活に向けた支援 介護保険サービス

目次

表紙写真：(撮影協力) シルバーランドみつい
「みついデイサービスセンター」
レクリエーションの様子

令和元年 10月

頁

3

特集

自立した生活に向けた支援 介護保険サービス

6

骨髄等ドナー支援事業助成金
造血細胞移植後のワクチン再接種費用助成
小規模保育事業所の整備を新たに進めています

7

消費税の軽減税率制度
キャッシュレス消費者ポイント還元事業
10月は3R推進月間です

8

良質な土づくりに堆肥をご利用ください
うすだ健康館チャレンジショップ出店者募集
農業委員・農地利用最適化推進委員の募集

9

第29回佐久市ハーフマラソン大会開催に伴う迂回をお願い
第15回佐久市社会福祉大会
マッチング会

10

第42回平尾山もみじ祭り
図書館講座 高校生、吉岡忍と語る
音読者養成講座受講者募集

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

武論尊100時間漫画塾 第3期生募集中

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 10月27日(日)
(午前8時30分～午後0時30分)

夜間窓口 市役所市民課、税務課、収税課 (～午後6時30分) 平日

夜間窓口 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なら、**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

かかりつけ医・薬局を決めましょう!

同じ病気で複数の病院を受診すると、そのたびに初診料がかかるほか、
何度も検査や投薬を行うので身体的にも経済的にも負担が大きくなります。



人口

総数	98,963人	(+42人)
男	48,606人	(+18人)
女	50,357人	(+24人)
世帯数	41,924世帯	(+74世帯)
(9月1日現在)		(増減は前月比)

交通事故・救急火災

	8月の月間件数	平成31年1月～令和元年8月の累計
人身事故	18件	168件
死亡	2人	5人
負傷	18人	197人
救急	413件	2,996件
火災	2件	48件

相談コーナー

行政相談

10月3日(木) 午後1時～4時 野沢会館102会議室
 10月10日(木) 午後1時～4時 浅間会館会議室3・4
 10月15日(火) 午後1時～4時 浅科会館
 10月16日(水) 午後1時30分～4時 あいとびあ臼田
 10月17日(木) 午後1時～4時 市役所2階市民ホール
 10月24日(木) 午後1時～4時 東会館中会議室
 10月31日(木) 午後1時～4時 中込会館会議室1
 ■問合せ 総務課 ☎62-3002

司法書士無料法律相談

10月11日(金) 午後1時～3時
 あいとびあ臼田多目的室1・2
 ■問合せ 長野県司法書士会佐久支部 ☎86-3785

生活・就労相談(まいさぼ佐久)

平日 午前9時30分～午後5時
 野沢会館2階(相談無料)
 ■問合せ まいさぼ佐久 ☎78-5255

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
 午前9時～午後4時(相談無料)
 ■問合せ 長野地方法務局佐久支局 ☎67-2272

消費生活相談

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



特集

自立した生活に向けた支援 介護保険サービス

いつまでも元気に過ごしたい！誰もが抱く願いです。しかし高齢になると介護や支援が必要になる場合があります。そんなときに心強い味方になるのが「介護保険サービス」。要支援・要介護認定を受けた方に自立した生活に向け、ケアプランを作成し、サービスを提供します。適切なサービスを受けるためにも、介護や支援が必要だと感じたら、早めに高齢者福祉課、各支所高齢者児童福祉係または地域包括支援センターへご相談ください。

介護保険はみんなで支え合う制度です

介護保険制度とは

介護保険制度は、市町村が保険者となって運営しています。介護を必要とする方（被保険者）が自立した日常生活を営むことができるよう、介護サービスの給付を行ったり、家族だけで介護を行うことが困難となったことへの不安や負担を社会全体で支え合うための制度です。

介護保険料とは

介護保険料は、介護保険制度を支えるために、40歳以上の人に納めていただく保険料です。介護保険サービスを利用する時の自己負担分は実際にかかった費用の1～3割で残りの費用は介護保険料や公費でまかなわれています。

介護保険サービスを利用するまでの流れ

①相談する

高齢者福祉課、各支所高齢者児童福祉係または地域包括支援センターで、相談の目的を伝えます。



【例えば】

- ・介護サービスが必要
- ・住宅改修が必要
- ・生活に不安があるがどんなサービスを利用したらよいかわからない
- ・介護予防に取り組みたい など

②申請する

介護サービスや介護予防サービスの利用を希望する人は、高齢者福祉課または各支所高齢者児童福祉係に要介護認定の申請をしてください。申請は、本人または家族などのほか、成年後見人、地域包括支援センターなどに代行してもらうこともできます。



【申請に必要なもの】

- ・介護保険の保険証
 - ・健康保険の保険証（40～64歳の方）
- ※申請書には、主治医の氏名、医療機関などを記入します。

③認定調査（訪問調査）

介護認定調査員が自宅などにお伺いし、心身の状態について本人とご家族などから聞き取り調査を行います。（全国共通の調査票を使います）



困っていることはメモしておくといいでしょう

質問を受ける時、緊張などから状況が伝えきれないことがあります。

ご家族などに同席していただく

いつもの介護者に同席していただければ、より正確な調査ができます。

体調の良い時（通常時）に調査を受けてください

いつもと違う体調の時では、正しい調査ができないことがあります。

日常使っている舗装具があれば伝えてください

つえなど日常使用している状況をお伝えください。

訪問調査を受けるときのポイント

④審査・判定

一次判定（コンピュータ判定）の結果と特記事項、主治医意見書をもとに、「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分が判定されます。

一次判定（コンピュータ判定）

公平に判定するため、認定調査の結果はコンピュータで処理されます。



特記事項

調査票には盛り込まない事項などが記入されます。



主治医意見書

かかりつけ医が作成した心身の状況についての意見書。

二次判定（介護認定審査会）

保健、医療、福祉の専門家で構成された「介護認定審査会（佐久広域連合に設置）」が総合的に審査し、要介護状態区分が決められます。



⑤認定・結果通知～介護サービス利用

介護認定審査会の審査結果にもとづいて、認定されます。結果が記載された「認定結果通知書」と「保険証」が届くので、記載されている内容を確認しましょう。

要介護状態区分

要介護1～5

身体上または精神上的の障害があるために、日常生活の基本的な動作の全部または一部について、常に介護を要すると見込まれる状態の人です。在宅や施設入所での介護サービスを利用することができます。

要支援1・2

身体上または精神上的の軽度の障害があるために、日常生活に支障があると見込まれる状態の人です。訪問看護や福祉用具のレンタル・購入などのサービスを利用することができます。

非該当

要介護や要支援に当てはまらない人です。

基本チェックリストを受けて「介護予防・生活支援サービス事業対象者」と判定された場合は、介護予防・生活支援サービス事業が利用できます。

介護サービス(介護給付)が利用できます

「要介護1～5」と認定された人は、介護サービスを利用します。居宅介護支援事業者などに依頼して利用するサービスを具体的に盛り込んだケアプランを作成し、ケアプランにもとづいてサービスを利用します。



介護予防サービス(予防給付)が利用できます

「要支援1・2」と認定された人には、地域包括支援センターが中心となって介護予防ケアプランを作成するなど、住み慣れた地域で自立した生活を続けていけるよう支援します。



※要支援1・2の人は、介護予防サービスと介護予防・生活支援サービス事業の両方を利用することもできます。

介護予防・生活支援サービス事業(介護予防・日常生活支援総合事業)が利用できます

※介護予防・日常生活支援総合事業の一般介護予防事業は、65歳以上の人なら誰でも利用できます。



🌸 要介護度認定はどのように行われるか…介護の手間に係る審査判定 🌸

要介護度認定は、介護サービスの必要度（どれくらい介護のサービスを行う必要があるか）を判断するものです。したがって、その方の病気の重さと要介護度の高さとは必ずしも一致しない場合があります。

(例) 認知症の進行に伴って、問題行動が起こることがあります。例えば、アルツハイマー型の認知症で、身体の状態が比較的良好であった場合、徘徊をはじめとする問題行動のために、介護に要する手間が多くかかることがあります。

しかし、身体的な問題が発生して寝たきりである方に認知症の症状が加わった場合、症状としては進行していますが、徘徊等の問題行動は発生しないため、介護の総量としては、大きく増えないことが考えられます。

(厚生労働省ホームページより抜粋)

詳細や不明な点等は、高齢者福祉課、または各支所高齢者児童福祉係までお問い合わせください。

高齢者福祉課 介護保険給付係 ☎62-3154

浅科支所高齢者児童福祉係 ☎58-2078

白田支所高齢者児童福祉係 ☎82-3124

望月支所高齢者児童福祉係 ☎53-3111(代)

お知らせ

骨髓等ドナー支援事業助成金

■問合せ 健康づくり推進課 ☎62-3527

公益財団法人日本骨髓バンクが実施する骨髓バンク事業で、骨髓または末梢血幹細胞提供者（ドナー）および、ドナーが勤務する事業所に対して助成金を交付します。

■対象および要件

▽ドナー

- ・ 骨髓等を提供した日および助成金申請時に市内に住所を有している方
- ・ 平成31年4月1日以降に、骨髓等を提供した方
- ・ 市税等の滞納がない方
- ・ 骨髓等の提供について、この助成金と同様の趣旨の他の助成金、補助金等を受けていない方 など

▽ドナーが勤務する事業所

- ・ 要件に該当するドナーが骨髓等の提供日に勤務している、国内の事業所であること など

■助成金額

▽ドナー

1日につき2万円（10日が上限）

▽ドナーが勤務する事業所

ドナー1人当たり1日につき1万円（10日が上限）

※申請方法など詳細は、ホームページをご覧ください。

※この制度は9月議会の議決を経た場合に有効となります。



ホームページ
QRコード

お知らせ

造血細胞移植後のワクチン再接種費用助成

■問合せ 健康づくり推進課 ☎62-3527

造血細胞移植（骨髓移植、末梢血幹細胞移植、臍帯血移植）により、移植前に接種した定期予防接種ワクチンの免疫が消失した可能性が高く、ワクチン再接種が必要と医師が認めた20歳未満の方に、再接種費用を助成します。

■助成対象者

- ・ 造血細胞移植により、移植前に接種した定期の予防接種ワクチンの免疫が消失した可能性が高く、再接種が必要と医師が認める方
- ・ 予防接種を受ける日において20歳未満で、市内に住所を有する方
- ・ 平成31年4月1日以降の再接種であること

■助成の対象となる予防接種

- ・ 定期の予防接種A類のワクチン再予防接種であること
- ・ 再接種が必要と医師が認める予防接種であること

■助成方法

償還払い（医療機関に一旦お支払いいただいた後、市より償還します。）ただし、助成金の額には上限があります。

※助成を希望される方は事前にご連絡ください。申請方法など詳細は、ホームページをご覧ください。

※この制度は9月議会の議決を経た場合に有効となります。



ホームページ
QRコード

お知らせ

小規模保育事業所の整備を新たに進めています

■問合せ 子育て支援課 ☎62-3149

市広報紙9月号でお知らせしたとおり、現在、令和2年度4月開園を目指し、新たに0～2歳児が入所できる「小規模保育事業所」（2箇所）の整備を進めています。

小規模保育事業所とは、0～2歳児を保育の対象とする定員6～19名の認可事業所です。

■小規模保育事業所①

▽所在地

佐久市岩村田3150-1（仮）

旧岩村田保育園跡地

▽定員 19名（0歳～2歳）

▽運営主体 岩村田北保育園を運営する
社会福祉法人いずみ会

■小規模保育事業所②

▽所在地 佐久市根々井197-1（仮）

市営住宅根々井団地跡地

▽定員 19名（0歳～2歳）

▽運営主体 岸野保育園を運営する
社会福祉法人双緑会

※入所申し込み等の詳細は、ホームページをご覧ください。子育て支援課までお問い合わせください。



お知らせ

消費税の軽減税率制度

■問合せ 軽減税率電話相談センター ☎0120-205-553 佐久税務署 ☎67-3460

10月より消費税率が8%から10%に引上げられましたが、日常生活への影響が大きい一定品目(飲食料品・新聞)については、引き続き8%の価格で購入できます。

■対象となる品目

▽飲食料品

スーパーやコンビニエンスストアで売られている飲食料品(テイクアウトや宅配等の飲食料もOK)。

※酒類、医薬品、医薬部外品を除く。

▽新聞

週2回以上発行され、定期購読契約に基づくもの。

○軽減税率制度に関する説明会

制度の実施後においても、説明会を実施しますので、内容について詳しく知りたい事業者の方はご参加ください。

■日時

10月16日(水)、11月7日(木)、11月22日(金)
各日とも午後2時~3時

■会場

佐久税務署別館2階会議室

■参加費

無料

■対象

事業者

■内容

軽減税率の対象品目、帳簿、請求書の記載方法

■定員

50名

■申込

不要(先着順)



ホームページ
QRコード

お知らせ

キャッシュレス消費者ポイント還元事業

■問合せ キャッシュレス・消費者還元事業事務局 ☎0120-010975

10月から実施された消費税率の引上げに対する国の対策の一環として、お買い物時に対象店舗で現金以外の手段で決済(キャッシュレス決済)を行うと5%のポイント還元(フランチャイズ店舗の場合は2%)が受けられます。実質的な消費税の負担が5%(フランチャイズ店舗の場合は8%)となり、お得にお買い物ができる機会ですので、ご活用ください。

■実施期間

10月1日(火)~令和2年6月30日(火)

■対象となる決済手段

クレジットカード、デビットカード、電子マネー、QRコード決済

■対象店舗

左記のマークがついたお店で対象となります。対象店舗の詳細はホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

■キャッシュレス決済のメリット

- ・お財布にお金を入れて持ち歩かなくても、手ぶらでお買い物できます。
- ・ATMから現金を引き出す手間が省けます。
- ・現金を出す時間やおつりの計算がなくて、お支払いがスピーディーです。

※海外からの訪日観光客が増えており、今後キャッシュレス決済の需要が高まっていくと予想されます。

お知らせ

10月は3R推進月間です

■問合せ 生活環境課 ☎62-3094

■3R(スリーアール)とは

- ・ごみを減らす(Reduce)
 - ・繰り返し使う(Reuse)
 - ・資源として再利用(Recycle)
- これら3つの頭文字(R)の総称です。この機会に、ご自身のライフスタイルを見直し、ごみの減量に向けてできることを考えてみましょう。

■家庭でできる取組

- ▽ごみを減らす
 - ・必要のないものは買わない。
 - ・買い物にはマイバッグを持参し、レジ袋はもらわない。
 - ・食べ残しをしない。
 - ・生ごみの水気をよく切る。
- ・生ごみ処理機等を活用し、生ごみの排出量を減らす(生ごみ処理機等を購入された方を対象に、補助金を交付しています。詳細は生活環境課までお問い合わせください)。

▽繰り返し使う

- ・詰め替え用の製品を選ぶ。
- ・不要になった物を譲り合う。
- ・家電製品等が故障したとき、修理すれば使えるのであれば修理して使う。

▽資源として再利用

- ・ごみを正しく分別する。
- ・リサイクル製品を利用する。
- ・家電リサイクル法の対象物は、家電量販店等で引き取ってもらう。

お知らせ

良質な土づくりに堆肥をご利用ください

■問合せ 佐久市堆肥製産センター ☎82-8064 臼田支所経済建設環境係 ☎82-3113

佐久市堆肥製産センターでは、生ごみと畜糞を主原料に、サラサラしてまきやすい堆肥を製産しています。

この堆肥の施用効果は、肥料分の供給の他に、土中の微生物を活性化させ、土壌改良し植物の根の成長を促進します。また、成分検査も毎年行っていますので、安心してご利用いただけます。

■堆肥の使い方【基本】

この肥料を効果的に使うために次のことに注意してください。

- ・10a(1,000㎡・1反歩)当たり、1〜2t程度を使います。
- ・秋から春先の早い時期に施用して、十分耕起し土と混ぜてください。
- ・作物の播種、定植する4週間前には施用し、耕起のうえ土と混ぜてください。
- ・堆肥の上に直接播種、定植すると発芽障害、生育障害を起こしますので十分注意してください。

■料金 1kg当たり7円を同センター窓口で計量後、お支払いください。

※バラ売りのため、必ず堆肥を詰める容器(袋)をご持参いただき、購入者で袋詰めをお願いします。

※土曜日は、現金の取り扱いをしていません。後日納入通知書を郵送しますので、市内の金融機関または市役所本庁、各支所でお支払いください。

■営業時間 午前8時30分〜午後5時

■休業日 日曜、祝日、

年末年始(12月29日〜1月3日)

募集

うすだ健康館チャレンジショップ出店者募集

■問合せ 臼田支所総務税務係 ☎82-3112

■場所 佐久市臼田2175番地1

(佐久総合病院入口信号前)

■募集区画 1区画

■店舗面積 18㎡(トイレ・手洗を含む)

■出店期間

令和2年4月から2年間

■店舗利用料金 無料

※改装費、光熱水費等は出店者負担

■応募要件

次のいずれかに該当し、かつ市税等の滞納がないこと

- ・医療、健康、福祉に関連する商品の販売またはサービスの提供を行う者
- ・新たに事業活動を行うおとする個人または会社等

■申請書類の提出期間

10月7日(月)〜31日(木)

午前8時30分〜午後5時15分

※土日祝日は除く。

■申請書類の提出先

▽持参 臼田支所総務税務係

▽郵便 〒384-0301

佐久市臼田89番地3

佐久市役所臼田支所総務税務係

10月31日(木)必着

※11月(予定)に応募者によるプレゼンテーションを行い、選定委員会において出店者を決定します。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

募集

農業委員・農地利用最適化推進委員の募集

■問合せ 農業委員会 ☎62-3518

農業委員および農地利用最適化推進委員の任期満了に伴い、農業委員会等に関する法律に基づき、農業者の組織する団体および市内の農業者、並びに地区からの推薦、または市内全域からの公募により、農業委員、農地利用最適化推進委員を募集します。

○農業委員の推薦・応募

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

■募集人数 24名(内1名は利害関係のない方)

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

■募集人数 23名

【共通事項】

■募集期間 10月1日(火)〜28日(月)

■任期 令和2年5月20日〜令和5年5月19日までの3年間

■提出先等

農業委員会事務局

午前8時30分〜午後5時15分

※土日祝日は除く。

※募集の詳細・所定の書式等は、ホームページをご覧ください。

第29回佐久市ハーフマラソン大会開催に伴う迂回のお願

問合せ 体育協会 ☎88-6123

■ 期日 10月20日(日)

■ 会場 佐久総合運動公園陸上競技場から北パラダまで

■ 種目

- ・ ハーフ 一般男女
- ・ 10 km 高校生以上男女
- ・ 5 km 中学生以上男子・高校生以上女子
- ・ 3 km 中学生以上女子・小学生男女 (5・6年生)
- ・ 1.5 km 小学生男女

■ ゲストランナー



2003年世界陸上女子マラソン銅メダル
千葉 真子 氏



2007年世界陸上女子マラソン第6位
嶋原 清子 氏

○ 迂回のお願

競技中は、佐久総合運動公園から北パラダまでの渋滞が予想されますので、迂回にご協力をお願いします。

■ 時間 午前9時30分～正午

■ 渋滞予想区間

- ・ 家畜改良センター前信号～リサーチパーク入口信号～瀬戸大橋北信号付近
 - ・ 伊勢林信号～下平尾信号～上平尾南信号～平根小学校前信号～北パラダ
- ※詳細は、体育協会ホームページをご覧ください。

第15回佐久市社会福祉大会

問合せ 福祉課 ☎62-2919

地域福祉活動への理解を深めるとともに、これまで社会福祉の発展に功績のあった方を顕彰し、感謝の意を表することを目的に開催します。

■ 日時 10月23日(水)午後1時～4時

■ 会場 佐久平交流センター

■ 内容

- ▽ 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

・ 演題

夢をあきらめない～東京2020～

・ 講師 青木 辰子氏



・ 講師略歴

18歳の時、器械体操で右膝を痛め、手術後片足麻痺となる。20歳で障がい者スキーと出会い、障がい者アルペンスキーヤーとして活躍。32歳の時、スキーの練習中の怪我がもとで下半身麻痺となったが、チェアスキーヤーとして現役復帰し、長野パラリンピック女子回転では銀メダルを獲得。現在はアーチェリーで東京パラリンピックを目指す。

■ 主催 佐久市・佐久市社会福祉協議会

マッチング会

問合せ 高齢者福祉課 ☎62-3157

ボランティア団体等とボランティア活動等に興味のある方との交流会を開催します。

「地域活動に興味はあるけど何からすればいいの?」「人の役に立つことがしたい!」「まずは情報収集したい」…このような思いがある方はぜひご参加ください。どなたでも参加可能です。

■ 日時 11月8日(金)

午後1時30分～3時30分

■ 会場 あいとびあ白田 ホール

■ 参加費 無料

■ 司会 健康福祉広域支援協会

代表理事 中村 崇氏

■ 内容

約20団体がそれぞれブースを設け、活動紹介を行います。参加者は、興味のある団体のブースにて、団体のメンバーと自由に交流を楽しんでいただけます。

■ 申込 不要

※参加を希望されるボランティア団体の皆さんは、高齢者福祉課までお問い合わせください。



会場の様子

秋色深まる平尾山で、家族で一日のんびりと過ごしませんか。親子で楽しめるイベントをたくさん用意し、皆さんのお越しをお待ちしています。

■日時 10月27日(日)午前10時～午後3時

■会場 平尾山一帯

北パラダ(メイン会場)

■イベント内容

▽特設ステージ

子供向けエンターテイメントショー、歌謡ショー、太鼓演奏、平根保育園児おゆうぎ、平根小学校金管クラブ演奏 等

▽特設コーナー

炭火バーベキューコーナー、きのこ汁無料サービス(先着100名様)、地元特産品即売会 等

▽その他

金魚すくい、マス釣り大会、ヨーヨー風船プレゼント、お楽しみ抽選会(「味の券」購入者)等

○「炭火バーベキュー味の券」発売中!

・前売券 1,300円

・当日券 1,500円

前売券のお求めは、地元区長会(横根・上平尾・下平尾・紅雲台)、J.A佐久浅間平根店、パラダ、佐久市観光協会へ

【サブ会場(南パラダ)】

「平尾温泉みはらしの湯」でミニ緑日

※みはらしの湯入口周辺で開催予定

※都合により時間・内容等が変更になる場合があります。

図書館講座 高校生、吉岡忍と語る

■日時 11月3日(日)午後1時15分～
(開場:午後0時30分)

■会場 交流文化館浅科 穂の香ホール
※駐車場に限りがあります。できるだけ乗り合いでお越しください。

■入場料 無料

■主題

「躍動する高校生、ペンクラブ会長 吉岡忍と語る」

■パネルディスカッションテーマ

「高校生は考える、高校生と考える
～社会のこと・世界のこと・未来のこと・自分のこと～」

■パネルディスカッション内容

「カンボジア井戸プロジェクト」の取組や「ROBOCON IN 信州」に参加し全国大会を目指す活動、地域課題解決のためのチームでの学習をしている東信地域の高校生が参加します。躍動する高校生の発表とその活動を通して感じている「社会・世界・未来・自分」のことなどを佐久市出身のノンフィクション作家であるペンクラブ会長の吉岡忍氏、そして市民の皆さんとともに語り合います。



音読者養成講座受講者募集

視覚に障がいがある等の理由により原本図書をそのままでは利用できない方へ録音図書を提供するため、音訳に携わる音読ボランティアの育成を図る目的で、音読者養成講座を開講します。

■日時 11月13日(水)、20日(水)、27日(水)、令和2年1月15日(水)、22日(水)、29日(水) 午後1時30分～4時

■会場 中央図書館視聴覚室

■受講料 無料

■対象

音読ボランティアに意欲のある方で、前記日時の全ての講座を受講できる方(全6回)

■講座内容

発声、発音、読み方、録音実技について、基礎から中級まで学びます。

■講師 元信越放送アナウンサー

「朗読かたばみの会」小山 菜穂子氏

■定員 15名

■申込方法 中央図書館まで電話または窓口でお申し込みください。

■申込期間

10月8日(火)～16日(水)
(15日(火)は、休館日のため除く)

(15日(火)は、休館日のため除く)

午前9時30分～午後6時

■抽選 申込者数が定員を超えた場合は後日抽選(くじ引き)を行い、受講者を決定します。

▽抽選日 10月20日(日)午前11時

▽会場 中央図書館視聴覚室

お知らせ

●ペレットストーブ等の設置に対する補助金

環境政策課 ☎62-2917

地球温暖化の防止に寄与するため、ペレットストーブ等の設置に対し補助金を交付します。

▽補助率

・ペレットストーブ

経費の2分の1以内

(上限15万円)

・木質バイオマスボイラー

経費の3分の1以内

(上限100万円)

お知らせ

●小型除雪機等

購入費補助金交付制度

土木課 ☎62-3302

小型除雪機および除雪板の購入の経費に対する補助制度を設けています。

区やPTA等の団体の皆さんにご活用いただいております。生活道路や通学路、歩道などの除雪を実施していただいております。

昨年度は、5つの団体に補助金を交付しました。

▽ペレットストーブ利用者の声

- ・心地よい暖かさ。
- ・家全体が暖まる上、輻射熱により身体もぽかぽかする。
- ・火を見ると安らぐ。
- ・空気がきれい。
- ・掃除が簡単。
- ・環境問題に取り組み、貢献している意識が持てる。

※着工前に申請してください。
※詳細は、ホームページをご覧ください。どうか、環境政策課までお問い合わせください。

●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

資格取得に必要な期間

●就学援助費の

入学前支給受付

学校教育課 ☎62-3478

就学援助とは、小中学校の教育に必要な費用の一部を援助する制度です。

令和2年度に小学校または中学校に入学をする予定者の保護者を対象とした費用は、令和2年の1月末に支給されます。ご希望の方は申請してください。

▽対象

子どもの住所が佐久市にあり、児童扶養手当を受給している、

▽支給金額

①訓練促進給付金

市町村民税非課税世帯は月額10万円(最終1年間は月額14万円)、市町村民税課税世帯は月額7万5000円(最終1年間は月額11万5000円)

②修了支援給付金

市町村民税非課税世帯は5万円、市町村民税課税世帯は2万5000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。

●児童扶養手当を

受給している皆さんへ

子育て支援課 ☎62-3149

または各支所高齢者児童福祉係

8月末日が提出期限となりました、児童扶養手当現況届の提出はお済みですか。提出がないと手当の支給が受けられなくなります。

児童扶養手当現況届の提出がお済みでない方は、至急子育て支援課または各支所高齢者児童福祉係まで提出をお願いします。

●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

6月から9月分の児童手当を10月10日(木)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。



お知らせ

●佐久市高齢者等訪問
理美容サービス事業

高齢者福祉課 ☎62-3154
福祉課 ☎62-3147
または各支所高齢者児童福祉係

理美容店に出向くことが困難な高齢者および障がい者の方が、自宅で理美容ができるよう、訪問理美容サービスを行っています。

▽対象

市内在住の市民税非課税世帯に属する次のいずれかの方

①概ね65歳以上の要介護度3以

お知らせ

5分から10分で簡単にお手続きできます。

なお、市民課、各支所市民係窓口においては、前記の期間以外でも常時申請補助を行っていますので、こちらもご利用ください。

※詳細は、市民課までお問い合わせください。



上の方

②身体障害者手帳1級または視覚、下肢もしくは体幹の障害2級の方(準ずる方)

③療育手帳A1の方

▽内容 理美容業者が居宅へ訪問し理美容を行い、出張経費を市が負担します(理美容料金は利用者負担となります)。

▽申請方法

事前に申請が必要です。印鑑をご持参の上、①の方は高齢者福祉課、②③の方は福祉課または各支所高齢者児童福祉係へお越しください。

●豚コレラまん延防止

農政課 ☎62-3203
佐久家畜保健衛生所 ☎62-4123

県内において、野生イノシシの豚コレラウイルス感染が拡大しています。

豚コレラウイルスは、イノシシのフンなどに混ざっているため、土などで運ばれる恐れがあることから、感染拡大を防ぐため、きのこ採りや登山等で山に入った後は、靴底や衣類に付着した土をよく落としてください。

また、死亡したイノシシを発見した場合、むやみに近づかず、農政課または佐久家畜保健衛生所へ連絡してください。

なお、豚コレラは豚・イノシシの病気であり、人には感染しません。感染した豚やイノシシの肉が市場に出回ることもありません。



佐久家畜保健衛生所
QRコード



市ホームページ
QRコード

●マイナンバーカードの
申請をお手伝いします

市民課 ☎62-3087

▽日時 10月19日(土)

午前9時30分～午後2時

▽会場 佐久平交流センター

「第15回健康づくり佐久市民のつどい」にマイナンバーカードの申請を行うブースを開設します。申請に必要な顔写真を撮影し、申請をお手伝いします。混雑状況によりお待ちいただくこともあります。1人あたり

●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、発達の見込み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、利用上の注意点をどをご説明した上で無料でお渡しします。

●骨髄バンクに
登録しましょう

健康づくり推進課

☎62-3527

10月は「骨髄バンク推進月間」です。

骨髄移植や末梢血幹細胞移植は、白血病や再生不良性貧血などの血液の病気に対する有効な治療法です。この骨髄等の移植には、患者と白血球の型が適合する骨髄等提供者の存在が不可欠です。一人でも多くの患者を救うためには、一人でも多くの

ドナー(提供者)登録が必要です。

骨髄等の移植と骨髄バンクに対する皆様のご理解をお願いするとともに、ドナー登録にご協力をお願いします。

▽骨髄バンクドナー登録窓口

・日時 毎週月曜日～木曜日
午前8時30分～午後4時

(予約制)

・場所および問合せ先

佐久保健福祉事務所

(佐久合同庁舎1階)

☎63-3163

お知らせ

● インターネット
公有財産売却

契約課 ☎62-3084

ヤフー株式会社提供の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

10月23日(水)午後1時～
11月8日(金)午後2時

▽入札期間

11月25日(月)午後1時～
12月2日(月)午後1時

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

▽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、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。

● 「佐久市空き家バンク」
に登録しませんか

移住交流推進課

☎62-4139

「佐久市空き家バンク」では、市内に存在する空き家の情報を登録し、利用希望者に対して、情報を提供しています。

▽空き家も資産

資産価値を守るため、今、どのような方法があるかを一緒に考えます。

▽宅建協会と連携

空き家の状況によって、空き家バンクに登録できない場合があります。そのような場合は、市が提携している長野県宅建物取引業協会を紹介することができます。

▽相談員が対応

2名の相談員が丁寧に対応します。お気軽にご相談ください。



● いのちの駅伝

望月人権文化センター

☎51-1135

命の大切さを訴え、いじめや差別を許さない決意を胸に子ども達がタスキを繋ぎながら望月地区内を走ります。

■日時 10月19日(出)

午前9時30分～

■コース

望月小学校→望月中学校→望月高校→望月人権文化センター

● 11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

10月1日(火)午後1時～
※申込が重複した場合は、抽選

▽電話・FAX受付開始

10月10日(木)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。

● 今年のハロウィンジャンボ
宝くじは、1等・前後賞
合わせて5億円！

財政課 ☎62-3032

▽1等 3億円×8本

▽前後賞各 1億円×16本

※発売総額240億円・8ユニットの場合

○同時発売のハロウィンジャンボミニは、1等・前後賞合わせて3千万円！

▽1等 2千万円×16本

▽前後賞各 500万円×32本

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3期)

10月1日(火)～11月30日(土)

▽調査対象地域

浅間地区、東地区、中込、高柳、白田地区

調査へのご理解・ご回答をよろしく願います。



ホームページ
QRコード

お知らせ

● 県下一斉司法書士無料法律相談会

長野県司法書士会佐久支部
☎66-33344

- ▽日時および会場 10月5日(土)
午前10時～午後4時
市民創練センター
多目的室2・4・5
午後1時30分～4時30分
望月公民館 和室・音楽室
- ▽相談料 無料
- ▽相談内容 登記、多重債務、財産管理、相続、不動産の売買・贈与等に関する相談など
- ▽申込 不要 ※秘密厳守

● 行政書士無料相談会

長野県行政書士会佐久支部
☎62-3653

- ▽日時 10月19日(土)
午前10時～午後3時30分
- ▽会場 イオンモール佐久平店
2階イベントホール
- ▽相談内容 遺言、相続、離婚、成年後見、会社設立、事業継承、各種契約書、国際結婚、農地転用、各種許可・認可など
- ▽申込 不要 ※秘密厳守

イベント

● 佐久市戦没者追悼式

福祉課 ☎62-2919

市民一人ひとりが佐久市出身の2,769名の戦没者を追悼し、併せて平和への願いを新たにするため、市主催による戦没者追悼式を開催します。

この式典は宗教的儀式を伴わないもので、どなたでもご参列いただけます。

本年は土曜日開催しますので、大勢の皆さんにご参列いただけますようお願いいたします。

● 10月10日は「目の愛護デー」

健康づくり推進課
☎62-3524

10月10日は、「目の愛護デー」です。あなたの目の健康を守るため、自覚症状が無くても、年に一度は、お近くの眼科専門医にみてもらいましょう。



● 鎌倉彫記念館企画展「柳澤恒則きり絵展」

文化事業団 ☎82-3962

小海線ハイレールの旅をテーマに各駅の風景、名物を細かい技法で表現したきり絵展です。

▽日時 10月2日(水)～31日(木)
午前9時～午後5時

※10月7日(月)、15日(火)、21日(月)、23日(水)、28日(月)は、休館

▽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

イベント

● 武論尊100時間漫画塾塾生(第2期)習作展

生涯学習課 ☎62-0671

武論尊100時間漫画塾の塾生が課題として描いた、武論尊塾長の似顔絵等を展示します。漫画家を目指す塾生の個性あふれる作品をご覧ください。

▽日時 10月1日(火)～14日(月・祝)

午前9時30分～午後5時

▽休館日 10月7日(月)

▽会場 近代美術館

1階 視聴覚室

● 第61回関東ブロック民俗芸能大会

長野県文化財・生涯学習課
☎026-235-7441

関東ブロックを構成する11都県の各地で伝承されている民俗芸能が上演される民俗芸能大会が、長野県で開催されます。

▽日時 10月20日(日)

午後0時30分(開場:正午)

▽会場 東御市文化会館

サンテラスホール

▽入場料 無料

▽観覧料 無料

▽同時展示

漫画塾講師直筆サイン色紙等(武論尊塾長、あだち充先生、青山剛昌先生など)

▽塾生・観覧者交流デー

10月6日(日)

午前10時～午後3時



▽出演芸能

・白瀧神社太々神楽/白瀧神社太々神楽保存会(群馬県)

・駒衣の伊勢音頭/駒衣伊勢音頭保存会(埼玉県)

・野田のばっばか獅子舞/バツパカ獅子舞保存会(千葉県)

・浅草神社のびんざさら/神事びんざさら会(東京都)

・黒田人形/黒田人形保存会黒田人形座、飯田女子高等学校

(飯田市)

・からす踊り/からす踊り保存会(木島平村)

・からす踊り/からす踊り保存会(木島平村)



イベント

●図書館
10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

※10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 12日(土)午前10時30分
○おはなしの会②
▽日時 17日(木)午前10時30分
▽対象 乳幼児

イベント

●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。
丸山瑞生(クラリネット)と
伊東茉帆(ピアノ)が奏でるア
ンサンブルをお楽しみください。
▽日時 10月25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

○ぽっけおはなしの会

▽日時 19日(土)午前10時30分
○ザ・フレンズ朗読会

▽日時 23日(水)午前11時

○語りのおもてなし

▽日時 26日(土)午後3時

○雑誌リサイクル市

(中央・サングリモ中込)

▽日時 26日(土)、27日(日)の開館
時間中(無くなり次第終了)

【白田図書館】

○ブック☆ブックお話の会
▽日時 19日(土)午後2時

○雑誌リサイクル市

▽日時 26日(土)、27日(日)の開館

時間中(無くなり次第終了)

【浅科図書館】

○ちいさい子のおはなし会

▽日時 17日(木)午前10時30分

▽対象 乳幼児

○おはなし会

▽日時 19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 26日(土)午前11時

【市立図書館全館】

○秋の読書まつり

図書館職員が選ぶ「お薦め
本」を展示します。

▽期間 10月27日(日)〜11月9日(土)

●sakumo(サクモ)

佐久市子ども未来館
10月のイベント

sakumo(サクモ)

子ども未来館 ☎67-2001

○技術力の低い人限定ロボコン

「へポコン佐久大会2019」

▽期日 10月26日(土)

▽会場 プラネタリウム

▽参加費 入館料のみ

▽対象 どなたでも

▽講師 石川 大樹氏

▽定員 出場者16組(1組3名
まで)、観覧者90名

○なおやマンプレゼンツ(10月)

キッズワークショップデー!
岩村田高校美術班の皆さんの

『造形ワークショップ』

「ガチャってつくって古代ア
ニマル」

古代の生物を粘土や紙コップ
で作ります。

▽期日 10月13日(日)

▽参加費 入館料のみ

▽講師 岩村田高校美術班

※詳細は、子ども未来館ホーム
ページをご覧ください。

●中山道塩名田宿場祭り

浅科支所経済建設環境係

☎58-2001

昔の宿場の風情が今なお残る
塩名田宿で地元住民による手作
りの祭りが行われます。

▽日時 10月13日(日)少雨決行

午前9時30分〜午後3時30分

▽会場

塩名田お滝通り(旧中山道)

▽内容 神輿、太鼓、民謡流し

などの他、豚汁、宿場餅、お

酒の振舞もあります。

●エキナカ緑日2019

プラザ佐久 ☎68-7433

佐久平駅開業を記念し行われ
る緑日。Nゲージ走行のほか、
新幹線見学会、アルクマの缶バ
ッチ作成体験、子ども用駅長服
を貸出した撮影会など各種イベ
ントを実施します。

※例年運行していたミニ新幹線

走行は都合により行いません。

▽日時 10月6日(日)

午前10時〜午後3時

▽会場 プラザ佐久

●平尾温泉みはらしの湯

佐久市民DAY

みはらしの湯 ☎68-0261

10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 10月25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を証明で
きるものをご提示ください。

イベント

● 収蔵品展

日本画の秋・工芸の秋

近代美術館 ☎67-1055

▽会期

10月14日(月・祝)まで

▽休館日 10月7日(月)

▽開館時間

午前9時30分～午後5時

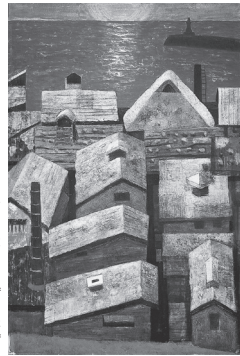
▽観覧料

- ・ 一般 520(410)円
 - ・ 高大生 410(310)円
 - ・ 小中生 260(200)円
- ※()内は20名以上の団体料金

○同時開催

寄贈30周年記念吉沢三朗中国陶磁器コレクション展

○10月5日(土)、6日(日)は、「ぞっこん!さく市」のチラシ半券で、観覧無料です。



奥田元宋《夕巷》

● 第34回佐久平の美術展 作品募集

近代美術館 ☎67-1055

▽応募資格

佐久地域と関わりがあり、平成16年4月1日以前に生まれた方(高校生以上)

▽募集作品

- ・ 平面部門(日本画・油彩画等)
- ・ 立体造形部門(彫刻・工芸等)

▽作品搬入・受付日時

12月13日(金)、14日(土)

両日とも午前10時～正午 午後1時～3時

▽搬入場所 近代美術館

▽応募手数料

各部門1点3,000円
(令和元年12月1日時点で20歳未満の方は、1,000円)

※令和2年1月、入賞・入選作品による展覧会を開催します。

※詳細は、募集要項をご覧ください。

さい。



作品鑑賞会の様子

● 近代美術館内改修工事における休館のお知らせ

近代美術館 ☎67-1055

10月15日(火)から館内改修工事のため休館します。

1月4日(土)から開館します。

ご理解をお願いします。



イベント

● 第31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(日・祝)

午前9時～午後3時30分

▽会場 望月総合グラウンド



● 第19回コスモホール 佐久第九演奏会

文化事業団 ☎82-3962

▽日時 12月1日(日)午後2時～

▽会場 コスモホール

▽入場料 全席自由

・ 大人 2,000円

・ 高校生以下 1,000円

▽チケット

市内各プレイガイドで発売

▽出演

- ・ 指揮 石毛保彦
- ・ ソプラノ 柳澤萌
- ・ アルト 前島真奈美



- ・ テノール 井出司
- ・ バリトン 藪内俊弥
- ・ 佐久室内オーケストラ
- ・ コスモホール佐久第九合唱団

● 第14回佐久ふれあい広場

佐久市社会福祉協議会

☎64-2426

障がいの有無や老若男女を問わず「ふれあいの場」を通して

住みやすい地域づくりについて一緒に考えましょう。

▽日時 10月20日(日)

午前9時30分～午後1時30分

▽会場 あいとぴあ白田

▽主なイベント

- ・ 福祉施設の製品販売・展示
- ・ 手話点字など体験コーナー
- ・ ふれあいステージ
- ・ 模擬店、バザー
- ・ フードドライブ

※佐久市社協だより「ぴーぷる」

9月号の割引券をご利用ください。

さい。



ホームページ QRコード

イベント

●第31回小養祭

小諸養護学校

☎0267-22-6300

▽日時 10月5日(土)

午前9時40分～11時50分

▽会場 小諸養護学校

▽内容

- ・児童生徒の作品展示や販売
- ・(高等部・中学部・小学部・わかば学級・訪問教育)
- ・中庭遊具の一般開放(小学部)
- ・軽食/販売(中学部・寄宿舎)
- ※他にも楽しい催し物を計画しています。

募集

▽定員 15名

▽申込期間

10月1日(火)～11月22日(金)

▽申込先

住所地管轄のハローワーク

▽入校選考

11月29日(金)午前8時30分受付

※この訓練は、佐久技術専門校が社会医療法人恵仁会様に委託して実施します。

※軽食の販売も計画していますが、数に限りがあります。

▽駐車場

近隣のコミヤマ様、冲電気様に駐車していただき、シャトルバスで来校ください。

※校地内、周辺道路への駐車はできません。

※当日は、駐車場が大変混み合います。自動車の相乗りか、公共交通機関(JR小海線、美里駅下車徒歩7分です)のご利用をお願いします。

募集

●SAKU♡恋in 2019 winter

「旅好きさんが行くHIGH RAIL1375」恋列車(インターズ)

福祉課 ☎62-2919

▽日時 12月1日(日)

午後3時30分～8時30分

(予定)

▽会場 小海線「HIGH RAIL 1375」車内【貸切】ほか

▽参加費 男性6,000円

女性5,000円

▽対象

以下の①～③に当てはまる方

①「旅行・お出かけ好き」の方

②25歳～45歳の結婚に前向きな独身者

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、星空観察、マッチング等

▽定員 男女各23名(計46名)

※申込者多数の場合は抽選

※詳細・申込は「さくこい」で

検索してください。



ホームページ QRコード

●地域福祉スタッフ養成科 公共職業訓練生募集

佐久技術専門校

☎62-0549

▽訓練期間 12月11日(水)～令和2年3月10日(火)

▽訓練場所

社会医療法人 恵仁会

▽受講料 無料

▽対象 求職者(ハローワークに登録しており、受講指示、受講推薦または支援指示を受

けられる方)

●長野技術専門校 令和2年度入校生募集

長野技術専門校

☎026-292-2341

▽訓練期間 1年間(令和2年入校、翌年3月修了)

▽募集科

機械加工科、電機工事科、画像処理印刷科、木造建築科

▽応募資格

高等学校卒業(または同等)

以上の方

▽必要経費

入校審査料(受験料)

入校料(入学金) 2,200円

授業料(年額) 5,650円

118,800円

※教材費、作業服代、資格取得等の経費等は自己負担で、年間十数万円程度

▽一般入校選考

・願書受付期間

11月5日(火)～21日(木)

・選考日 12月2日(月)

▽願書等提出先

長野技術専門校または最寄りの公共職業安定所

●あなたが必要としている子どもがいます ～里親募集～

佐久児童相談所

子育て支援課 ☎67-3437

☎62-3149

様々な事情により家庭で暮らせない子どもがいます。

児童福祉法に基づき、このような子どもたちを自分の家庭に迎え入れ養育する方を里親とい

います。里親は、主に養子縁組を前提

に養育する里親と、養子縁組にはこだわらず養育する里親があります。

より多くの子どもがぬくもりのある家庭生活を送るためにあなたの力を役立ててみませんか。



ホームページ QRコード

募 集

●男女共同参画
推進事業者募集

人権同和課 ☎62-3135

多様な働き方、暮らし方ができるような取組など、積極的に男女共同参画を推進している事業者を募集します。

なお、この取組に対する表彰も予定し、取組を広く紹介していきます。

▽事業者とは

事業活動を行う個人、法人、非営利団体、自治会、区、PTA等各種団体のことです。

募 集

●佐久市内農業見学会

佐久市認定農業者連絡協議会事務局（農政課内）

☎62-3203

佐久市で営まれる農業を市民の皆さんに知っていただくため市内の認定農業者の農場などを訪れる見学会を開催します。お気軽にお申し込みください。

▽日時

10月26日(土)午後1時～

▽見学場所（予定）

・石田農園（有機稲作）
・坂下農園（露地野菜 ミニト



▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者

▽集合場所 マト等）
佐久市役所西側駐車場
▽参加費 無料
▽定員 20名
▽申込期限 10月17日(木)
※日程の詳細は、参加者へ通知します。

▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者

▽参加費 4,200円
※昼食代1,200円含む
※特製あじろ笠付
▽内容 案内人とともに中山道の歴史と文化を学び、地元食材を使用した料理を楽しむ
▽講師 佐久歴史の道案内人の会
▽定員 20名
▽申込先 電話または東信州中山道連絡協議会ホームページよりお申し込みください。
▽申込期限 開催日の前日まで
※定員になり次第締切



ホームページ QRコード

▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者
▽対象 次（のいずれかに該当する事業者）
女性の能力活用や職域拡大のため積極的な取組を行っている事業者

▽日時 10月18日(金)
午後1時30分～3時30分
▽会場 佐久合同庁舎5階講堂
▽受講料 無料
▽対象 労働者、事業主のほか広く一般県民
▽演題 防ごう介護離職―仕事と介護の両立支援のための準備と心構えを学ぶ―
▽講師 介護作家・ブロガー 工藤 広伸氏
▽申込期限 10月17日(木)
▽申込方法 電話でお申し込みください。

●森林セラピー基地で
太極拳体験
健康づくり推進課
☎62-3524
▽日時 10月28日(月)
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 1,000円(お弁当代)
▽対象 どなたでも
▽内容 森林散策、太極拳の先生による太極拳体験、森で昼食

募集

市内施設見学参加者募集

広報情報課 ☎62-3075

- ▽日時 10月31日(木)
午前8時50分～午後3時15分
- ・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
・考古遺物展示室
・旧中込学校
・旧大沢小学校
・白田文化センター
・うすだスタードーム

募集

第13回佐久市小学生駅伝大会
兼第16回市町村対抗小学生駅
伝大会佐久市代表選手選考会

- ▽期日 11月17日(日)
- ▽会場
佐久総合運動公園陸上競技場
- ▽参加費 1人200円
(傷害保険料含む)
- ▽申込 11月1日(金)までに、佐久市総合体育館内体育協会事務局へお申し込みください。

▽昼食場所

あいとびあ白田
※食生活改善推進員の方に、ぴんころ御膳を作ってくださいます。

- ▽参加費 昼食代500円
- ▽持ち物 雨具、筆記用具
- ▽定員 30名
- ▽申込期間
9月30日(月)～10月11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。

自然観察会参加者募集

環境政策課 ☎62-2917

- 野鳥観察会
専門の先生と一緒に野鳥を観察してみませんか。
- ▽日時 11月16日(土)
午前10時～正午(雨天中止)
- ※中止の場合は、当日午前9時までにご連絡します。
- ▽会場 野の鳥の丘公園(中込杉ノ木貯水池)
- ※現地へ直接お越しください。

ひきこもり家族教室

佐久保健福祉事務所

☎63-3164

大切な家族が引きこもってしまったとき、どんな声をかけてよいのか、どんなふうに接したらいいのか悩んでしまいます。同じ悩みを抱える家族同士で語り合い、関わり方を考える機会となるような教室を行います。

- ▽日時 第1回…10月3日(木)
第2回…12月5日(木)
午後2時～4時

参加費 無料

- ▽対象 どなたでも
- ※小学生以下は、保護者同伴
- ▽講師 木内 清氏
依田 昌晃氏
- ▽持ち物 飲み物、防寒具、履きなれた靴
- ※双眼鏡をお持ちの方は、ご持参ください。(貸出可)
- ▽定員 20名(先着順)
- ▽申込期限 11月8日(金)



講座・教室

オレンジカフェ座談会

高齢者福祉課

☎62-3157

- ▽日時 10月8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「薬のお話」
・当事者レク「街歩き～喫茶店へ行こう！」

スポーツ大会参加者募集

体育協会 ☎88-6123

- 第15回佐久市小学生ドッジボール大会
- ▽期日 11月23日(土・祝)
- ▽会場 望月総合体育館、浅間体育センター
- ▽参加費
1チーム2,000円
(傷害保険料含む)
- ▽申込 10月18日(金)までに、佐久市総合体育館内体育協会事務局へお申し込みください。

スポーツ教室参加者募集

スポーツ課 ☎62-2020

- ※10月2日より受付開始
- ソフトボール(ピッチング)教室
- ▽期日 12月8日～隔週日曜日
- ▽会場 佐久総合運動公園野球場ほか
- ▽参加費 2,500円
- ▽対象 小学生以上
- ※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。

講座・教室

●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
介助が必要な方は介助者同伴
※要申込、定員になり次第締切
- 陶芸教室 (全2回)
- ▽日時 10月10日(木)、11月21日(木)
- 午後1時30分～3時
- ▽会場 野沢会館創作室
- ▽参加費 1玉300円(粘土代)
- ヨガ教室
- ▽日時 10月18日(金)
- 午後1時30分～3時

講座・教室

●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」

うすだスタードーム

☎82-0200

- ▽日時 10月25日(金)
- 午後7時30分～9時
- ▽会場 うすだスタードーム
- ▽参加費 一般500円/小学生250円(入館料)
- ▽内容
アンドロメダ銀河と秋の星座
の見つけ方、星座神話のお話
- ▽定員 30名(申込先着順)
- ▽申込 うすだスタードームへ

▽会場 野沢会館和室2、3号

▽持ち物 ヨガマット(ある方)

▽服装 楽に動ける服装

○エンジョイ・アート

▽日時 10月22日(火)

午後1時30分～3時

▽会場 あいとびあ白田工作室

▽参加費 100円(材料費)

▽内容 プラ板でキーホルダー
や、マイバッグを作ります。

○音楽を楽しむつどい

▽日時 11月1日(金)

午後1時30分～3時

▽会場 あいとびあ白田多目的
室3、4号

●ふれあいポールのウォーキング10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 10月13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。

▽持ち物 飲み物、雨具

※どなたでも参加できます。

○女神湖散策ウォーク

▽日時 10月27日(日)

午前10時～正午

▽集合 女神湖通り無料駐車場

▽参加費 無料

▽内容
女神湖畔～周辺散策(約4km)

▽持ち物 飲み物、雨具

※どなたでも参加できます。

○会員募集中

▽年会費 1,000円

※各種特典付き

※詳細は、事務局までお問い合わせください。

●アロマ教室参加者募集

中央隣保館 ☎62-0991

アロマオイルを使って全身に
使える自分だけのクリームを作
ります

▽日時 10月17日(木)

午前10時～正午

▽会場 中央隣保館

▽参加費 材料費1,000円

▽講師 佐藤 恵氏

▽定員 15名(事前申込必要)

▽申込期限 10月8日(火)

寄附

●ご寄附
ありがとうございます

○ふるさと納税寄附

- ・伊達 純様
- ・奥西南子様
- ・岡村雅央様
- ・梶谷兼司様
- ・菊地敏雄様
- ・熊谷貴明様
- ・高橋秀幸様
- ・高橋伸幸様
- ・今井文夫様
- ・高橋不二男様
- ・佐藤成美様
- ・笹原俊一様
- ・三橋秀一様
- ・山口大輔様
- ・山崎俊久様
- ・山本 章様
- ・市川拓志様
- ・篠原祐子様
- ・秋山文男様
- ・諸留信一様
- ・小関祐司様
- ・小林智美様

●望月歴史民俗資料館講座

望月歴史民俗資料館

☎54-2112

▽日時 10月29日(火)

午前8時30分～午後3時30分

▽見学場所 長野県立歴史館、
森將軍塚古墳館、松代大本營
(集合場所：市役所東駐車場)

▽参加費 1,800円

▽テーマ 県立歴史館国宝縄文
土偶展を見る

▽申込 10月5日(土)午前8時30
分より電話受付

▽定員 30名

●平日コスモ

文化事業団 ☎82-3962

○ゆったりベリーストレッチ

▽日時 11月14日(木)、12月12日(木)

両日とも午前10時～10時50分

※終了後、ハーブティでリラッ
クスお茶タイム

▽参加費 500円

▽対象 女性限定(お子さん連
れも大歓迎)

▽内容 ベリーダンスのテクニ
ックで、お腹・骨盤・肩甲骨
等のストレッチを行います。

▽講師 内藤 未映氏(ダンサー)

○蘇れアオハル〜懐かしのデイ
スコ・ダンスを踊る〜

▽日時 11月14日(木)、12月12日(木)、
1月23日(木)、2月27日(木)

毎回、午後1時～2時

▽参加費 無料

▽対象 どなたでも

▽内容 70年代ブームとなった
ディスコ・ダンスをみんなで
楽しく踊りましょう。

○講師
kazu Suzuki氏(ダンサー)

○共通事項

▽会場 コスモホール小ホール

▽定員 30名

▽申込 文化事業団まで

今回は、エストニア共和国のITについて紹介します。

エストニア共和国は、国を挙げてIT化社会を推進しているITの先進国です。

行政サービスのIT化も進んでおり、役所への届出や納税など諸々の手続きがインターネットで迅速に行え、住民は何度も役所に足を運ぶ必要はなく、効率的な行政サービスが提供されています。

2005年には、地方選挙で世界初の本格的なインターネット投票を実施し、現在は国政選挙、地方選挙ともにインターネット投票を行っています。

また、エストニア共和国は、日本はもちろん世界でも広く利用されているスカイプ（無料のインターネット電話サービス）の発祥の地でもあります。



エストニア共和国「ホストタウン」交流事業

- ※順不同
- ・小林進一様
 - ・森 康樹様
 - ・森根根子様
 - ・青木 央様
 - ・相山琢磨様
 - ・太田康弘様
 - ・谷 和益様
 - ・中道 聡様
 - ・猪又賢介様
 - ・藤原豊和様
 - ・内田博実様
 - ・豊島良彦様
 - ・蓑口浩通様
 - ・鈴木陽二様
 - ・新井健太様
 - ・森 悠様
 - ・西尾祐馬様
 - ・石田哲二様
 - ・村中範明様
 - ・大田翔一郎様
 - ・竹井嘉樹様
 - ・中野圭介様
 - ・土岐麻由子様
 - ・藤本幸司様
 - ・姫田優香理様
 - ・堀ノ内悟様
 - ・鈴木崇之様
 - ・濱野光優様

- 一般寄附
- ▽市へ
 - ・現金2千円 佐久の鯉太郎様
- ▽中佐都保育園へ
 - ・すいか9玉 佐藤つる子様
 - ・ままごとハウス1台、テーブル付ベンチ1台、手押し車6台 小林竹子様
 - ・すいか16玉、とまと4.8kg 小林一三様
 - ▽田口保育園へ
 - ・羊毛フェルト人形40体 堀口幸彦様

- ▽高瀬保育園へ
 - ・すいか16玉、きゅうり8kg、とまと5kg 小林一三様
- ▽中佐都小学校へ
 - ・金管楽器（ユーフォニアム）一式 小林竹子様



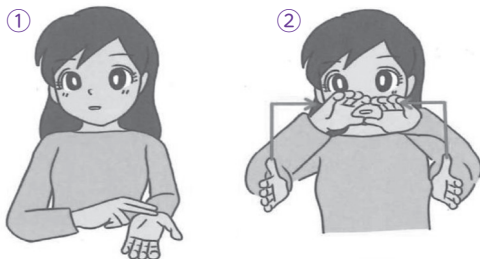
納期限	10月31日(木)
市税等	市県民税（3期）
	国民健康保険税（4期）
	介護保険料（7期）
	後期高齢者医療保険料（4期）

納期内の納付にご協力をお願いします

今月の納付

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。

病院



- ①左手の平を上に向け、右手の人差し指と中指を伸ばし、脈を図るように左手の手首に当てます。
- ②両手を胸の辺りで肩幅に広げ、上に向かって、四角い建物の形を表現します。

※イラスト：長野県手話ガイドブックより

手話コーナー

●高効率な照明製品への切替えを考えましょう

環境政策課 ☎62-2917

環境省および経済産業省は、照明について省エネ性能に優れたLED照明や有機EL照明等の高効率な製品への切替えを推進しています。

家庭やオフィスにはたくさんの照明があるため、ひとつひとつは小さくても電気使用量は全体として大きくなります。

しかし、高効率な照明製品への切替えが進むと大きな節電効果が期待できます。

照明での小さな省エネの積み重ねが、効果的な節電とCO₂の削減につながっていきます。

秋になり、照明を使う時間も長くなりますので、これを機に高効率な照明への切替えを考えてみませんか。



今月のCOOL CHOICE

夏休み子ども公民館を開催しました

中央公民館の夏の風物詩である夏休み子ども公民館が7月28日に市民創練センターで開催されました。75名の小学生が「LEDソーラーランタンを作ろう」「地球の模型を作ってみよう」「粘土でミニチュアスイーツを作ろう」の3つのコースに分かれて製作しました。夏休みの自由研究の一つにもなったようです。昼は創練流し（流しそうめん）を楽しみ、竹の筒を流れて来るそうめんやキュウリ、ミカン、ブドウ等を口いっぱい頬張っていました。家族や友達と楽しい夏の思い出ができたようです。

今年は8名の方がボランティアとして参加してくださいました。



2019 (令和元年)

10

かなづき
神無月

公民館報

No. 175

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



ちょっとひとこと

区民研修旅行に参加して

本牧 藤田秀信



7月7日の日曜日、望月地区・本牧公民館主催の区民研修旅行で、岐阜県飛騨高山市を訪れました。

曇り空。雨になるかなと気をもみながら、参加者78名、大型バス2台での出発です。三才山トンネルを抜けると結構な雨！参加者の誰もが「せっかくの旅行が…」と、口には出さなくても思いは同じでした。

しかし、バスの中は気心知れたご近所同士。和気藹々あたたかで話も弾み、高山への思いも膨らみます。参加者の思いが通じたのか、安房トンネルを抜けると初夏の太陽が出迎え、誰もが「我こそ晴れ〇〇〇」と思ったとか？

高山では、全国で唯一現存する高山陣屋やまちの博物館などを見学。三町伝統的建造物保存地区では名物の【みたらし団子・飛騨牛のにぎり】の食べ歩きを楽しみながら、歴史と伝統を大切にされた観光客への対応と暮らしぶりを学びました。昼食は待ちかねた飛騨牛ステーキ御膳を堪能。美味しさ格別！大満足でした。

毎年開催される研修旅行。次の機会もご一緒させていただくのを楽しみに、旅行地や研修内容等を考え、大変な労力をかけて地域住民の融和に奔走して下さった役員の皆様方に、感謝の思いをお伝えします。

令和2年 成人式のご案内

佐久市成人式を次のとおり開催します。社会に成人として認められる人生の節目となる式典です。多くの新成人の皆さんのご参加をお待ちしております。

- 日 時 令和2年1月3日(金) 午後1時
- 会 場 長野県佐久創造館 (駒場公園内)
- 令和2年成人対象者
平成11年4月2日から
平成12年4月1日までに生まれた方

※令和元年9月30日現在、佐久市に住民登録をされている方は申し込みの必要はありません。

※進学や就職で佐久市外に転出し、佐久市に住民登録の無い方で、成人式の参加を希望される方は、下記によりお申し込みください。

《電話申込み》

佐久市中央公民館 (市民創練センター内)
☎0267-66-0551

《電子申請》

佐久市ホームページからの申込み

※サイト内検索で“お役立ちガイド”にて検索。
“ながの電子申請”内の「成人式のお知らせ」
でお申し込みください。

なお、成人式の案内状は、11月下旬にお送りします。

公民館の特色ある講座紹介②

5月号に続き、「佐久を学ぶ」というテーマで実施した3地区館と高齢者大学大学院（中央公民館）の講座を紹介します。

《探してみよう！海の化石》 中込公民館

◆子ども公民館の一環として、夏休みの親子を対象に「探してみよう！海の化石」を実施しました。佐久市の内山地区は約3200万年前は海の底だった！という事実を実感しながら、夏休みに山で海の化石を見つけるという貴重な体験ができました。

《佐久を知り隊！》 臼田公民館

◆「暮らしの中の身近な歴史と今を味わおう！」をテーマに、佐久市内各地を訪れ、知っているようで知らなかった佐久について学習しています。地元の企業視察や自然豊かな歴史ある場所を訪れながら佐久の魅力に触れていきます。

《歴史講座》 望月公民館

◆7月28日に、身近な山である蓼科山を含む八ヶ岳火山の生い立ちについて講義を受けました。それを現地での観察を通して学ぶため、9月には北八ヶ岳の坪庭自然園を訪れました。10月には大河原峠を見学する予定です。

《佐久の魅力は大発見！》 高齢者大学大学院

◆佐久の身近な施設や佐久で操業している企業の工場見学等を行いながら、まだまだ知らない佐久の魅力を探し出す講座です。11月には、私たちの暮らしを支える佐久広域連合消防本部や学校給食北部センター、軽井沢ブルワリーに見学へ行く予定です。

市立図書館より ～録音図書（DAISY図書）をご存じですか？～

佐久市立中央図書館では、視覚に障がいがある等の理由により、読書が困難な皆さんを対象に、録音図書の貸出しを行っています。

録音図書とは、書籍を朗読し、その音声を収録した資料で、耳で聞いて楽しむものです。佐久市では、録音図書制作のボランティアグループ「音の会」の皆さんにご協力いただき、同会が制作した録音図書を使用させていただいています。

録音図書の制作は、大変手間のかかる作業ですが、「音の会」の皆さんの活動はとても精力的で、これまでに94冊を制作していただいています。

以下に現在貸出しを行っている録音図書の一部をご紹介します。（令和元年7月末現在）

※（ ）内は著者名

- ・生まれてくれてありがとう（倉本美香） ・神奈備（馳星周）
- ・孤独のすすめ（五木寛之） ・夢を売る男（百田尚樹）
- ・コーヒーが冷めないうちに（川口俊和） ・蝸の記（葉室麟）
- ・西の魔女が死んだ（梨木香歩） ・くちづけ（宅間孝行）
- ・人生、山あり時々谷あり（田部井淳子）
- ・だれにも話さなかった祖父のこと（マイケル モーパール）

録音図書の利用をご希望の方は、直接、中央図書館（☎67-2111）にお問い合わせください。

・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



人権の芽生え

「おはようございます」「おはよう」

今日もそんな当たり前のように、温か味のある挨拶から保育園の一日が始まる。

園までの短い道すがら、道端の動植物に目をおぼあちゃん。子どもの目の高さまでしゃがみ込み、まるで覗き込むように「○○ちゃん。おはよう！」と笑顔で声がけをする保育士。目線の方に顔を向け、「○○先生。おはようございます！」と元気に挨拶を返す子ども達……。ゆったりとした朝の時間の中で、子ども達は自分の荷物を整理し、それぞれの子どもがそれぞれの友達の輪の中に入って、遊びに興じ始める。

子どもらしい感性を受け止めてくれる祖母。こだわりの強い子や、自分を発揮しにくい子に、その子の良さを生かそうと、その子だけの魔法の言葉をかける保育士。押し付けではなく、じっくりと待ち、「やったね！」「すごいね！」「よかったね！」と声がけをし、一人一人の成就感を大切に、自尊の感情を育もうとする保育士。

大人のゆとりを持ったあたたかな眼差しの中で、「私っていいよね」「友達っていいんだ」「大人って素敵だな」という人への思いが育つのではないか、その積み重ねが人権の芽生えになっていくのではないかと思う。

人権同和教育推進員 池田 喜忠

※お問い合わせ等は人権同和課まで（☎62-3135）

第15回 佐久市民総合文化祭のご案内

佐久市にお住まいの方や市内で文化活動をされている方が、日頃の活動の成果である作品を発表する場です。身近な方も出品しています。多くの皆様のご来場をお待ちしております。

●開催日時 11月2日(土)～11月4日(月) 午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)

●開催場所 野沢会館

【駐車場】 野沢会館駐車場・県民佐久運動広場

●展示部門

絵画、書道、篆刻、刻字、写真、盆栽、華道、木彫、
フラワーデザイン、水墨画、短歌、俳句、川柳 茶道、
表装、ちぎり絵、陶芸、拓本、仏像、絵手紙、民芸、
工芸銅板、衝立、切手、押し花

●同時開催 第15回佐久市障がい者福祉展

第41回佐久市菊花展

【問合せ】 佐久市中央公民館(市民創錬センター内)

☎66-0551 FAX66-0553



第14回市民総合文化祭より

公民館

おさそいカレンダー

■浅間公民館 ☎67-2110 ■中込公民館 ☎62-0504

	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	◎洋風クッキング パン作りに挑戦してみましょう メニュー：エビ(麦の穂パン)、ムニエル、ラズベリーのムース	10月18日(金) 9:30～13:00	浅間会館 料理講習室・ 食堂	内田すみ江先生	〈参加費〉800円程度(材料費等) 〈持ち物〉三角巾・エプロン・ 持ち帰り用の容器 〈定員〉20名程度 ※申込受付開始 9月19日(木) 8:30
	◎元気なおやしシリーズ② ～ウォーキングで紅葉狩り～ 男性限定の講座です。ポールを使ったウォーキングで、春日の森の紅葉を楽しみましょう	10月24日(木) 13:00～17:00	集合： 浅間会館 →春日の森	井出泰生先生	〈参加費〉200円(保険料) 〈持ち物〉雨具・飲み物 〈定員〉20名 ※申込受付開始 9月24日(火) 8:30
	◎元気なおやしシリーズ③ ～そば打ち～ 男性限定の講座です。そば打ちに挑戦してみましょう	11月26日(火) 9:00～13:00	浅間会館 料理講習室・ 食堂	佐久おやじの会	〈参加費〉1,000円程度(材料費等) 〈持ち物〉三角巾・エプロン・ 持ち帰り用の大きめの容器 〈定員〉16名 ※申込受付開始 10月23日(火) 8:30
	◎ママと子どもの3B体操(全4回) 親子で一緒に楽しめる体操です。寒い季節も元気に乗り切りましょう	①11月29日(金) ②12月6日(金) ③12月13日(金) ④12月20日(金) (時間)10:00～12:00	浅間会館 会議室1・2	佐藤美穂先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉汗拭きタオル・飲み物・ 運動のできる格好 〈定員〉20組程度 ※申込受付開始 10月28日(月) 8:30
中込公民館	◎包丁と鎌の研ぎ方教室 切れ味よければ仕事もはかどる！正しい研ぎ方を学びましょう	10月3日(木) 9:30～11:30	中込会館 創作室	田中廣治先生	〈参加費〉無料 〈持ち物〉包丁・砥石(中砥石#1000)・ 鎌(希望者)・鎌用の砥石・ 古いタオル・小さい洗面器 〈定員〉30名程度
	◎楽しくクッキング(全3回) 旬の食材を使った季節の料理で食卓に彩りを添えましょう	①11月29日(金) 9:30～12:00	中込会館 料理講習室	中村美登里先生	〈参加費〉800円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾 〈定員〉20名 ※申込受付開始 10月25日(金) 8:30
	◎そば打ち体験講座 一人一鉢、新そばを使ったそば打ちに挑戦してみませんか。試食と持ち帰りがあります	11月26日(火) 9:30～12:30	中込会館 料理講習室	依田栄太郎先生	〈参加費〉1,000円程度(材料費) 〈持ち物〉エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器 〈定員〉15名 ※申込受付開始 10月15日(火) 8:30
	◎カラダいきいき健康講座(全5回) 腰痛、膝痛、肩こり等を改善するための体操を学びましょう。楽しく、無理なく、いつまでも若々しく！	①10月17日(木) ②10月24日(木) ③11月7日(木) ④11月19日(火) ⑤12月12日(木) (時間)13:30～15:00	中込会館 大会議室	くろさわ病院 理学療法士 作業療法士	〈参加費〉無料 〈持ち物〉飲み物、ヨガマット 〈定員〉30名
	◎【初心者向け】バラの育て方 バラの手入れや管理の仕方を学びましょう	11月14日(木) 9:30～11:30	中込会館 会議室4・1	佐久市営農支援 センター職員	〈参加費〉無料 〈定員〉30名程度

	学級及び学習内容	日時	場所	講師・指導者	費用・持物等
野沢公民館	◎クラシック音楽入門 戦国時代に信長も聴いたという弦楽器ビオラ・ダ・ガンパのやさしい音色。それを古楽合奏団の演奏で味わってみませんか？	10月 6日(日) 13:30~15:30	野沢会館 会館ホール	佐久古楽合奏団	〈参加費〉100円 ※申込受付開始 9月3日(火) 8:30 ※当日参加もできます
	◎楽しく歌おう (秋) 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！	10月15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
	◎人権講座 身近な人権について一緒に考えましょう	11月16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 久保田好文先生	〈参加費〉無料 ※当日参加もできます
	◎楽しい陶芸教室 初心者でも大歓迎。世界で一つのオリジナル作品を作ってみませんか	《粘土の成形》 11月16日(土) 13:30~15:30 《色づけ》 12月 1日(日) 13:30~15:00	野沢会館 創作室	佐藤山章彦先生	〈参加費〉600円(材料費) 〈持ち物〉汚れてもよい服装 〈定員〉20名 ※申込受付開始 10月11日(金) 8:30
	◎キムチを作ろう！ 「辛ーい！でも食べたい」そんな癖になる本場キムチを作りましょう。昼食もキムチ料理を作って食べます	11月20日(水) 9:30~13:00	野沢会館 調理室	藤田英俊先生	〈参加費〉1200円程度 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持ち帰り容器又ジップロック(中) 〈定員〉20名 ※申込受付開始 10月18日(金) 8:30
◎そば打ち講習会 自分で打ったそばは格別。持ち帰りもあります	11月27日(水) 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 〈持ち物〉エプロン・三角巾・持ち帰り容器 〈定員〉20名 ※申込受付開始 10月24日(水) 8:30	
東公民館	◎絵手紙教室 (全3回) 10月は絵手紙の描き方を学び、11月、12月には年賀状を作ります	①10月 2日(火) 9:30~11:30 ②11月 6日(火) // ③12月 4日(火) //	東会館 大会議室	岩本幸枝先生	〈参加費〉400円程度 (材料費) 〈持ち物〉絵筆・パレット・顔彩・墨液・水入れ・モチーフ(秋の野菜や果物)・新聞紙・ティッシュ 〈定員〉20名程度 ※道具レンタル1回600円 (事前申込みが必要)
	◎歴史講座 ～佐久三十三番観音札所 その1～ 江戸時代後期から巡礼が行われるようになった佐久三十三番観音札所について、その歴史を学んでみませんか	11月10日(日) 9:30~11:30	東会館 大会議室	佐久市教育委員会 職員	〈参加費〉無料 〈定員〉30名程度 ※申込受付開始 10月15日(火) 8:30
	◎おしゃれな料理教室～秋～ 春の料理教室に続き、秋の食材を使った料理作りについて学びます メニュー：いか飯・きのこのキッシュ・モンブラン	10月23日(水) 9:30~13:00	東会館 料理講習室	内田すみ江先生	〈参加費〉800円 (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 9月30日(月) 8:30
	◎健康教室 介護予防の体操をしましょう。頭の体操もします	10月18日(金) 13:30~15:00	東会館 大会議室	健康運動指導士 茂原徹也先生	〈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
浅科公民館	◎人権講座 身近な人権について一緒に考えましょう	11月 9日(土) 13:00~14:00	浅科会館	人権同和教育推進員 佐藤和夫先生	〈参加費〉無料 ※当日参加もできます
	◎切り絵教室～年賀状編～(全2回) 2020年の年頭のあいさつに、切り絵の手作り年賀状を送ってみてはいかがでしょうか	①11月11日(月) 9:30~11:30 ②11月25日(月) //	浅科会館	竹内芳枝先生	〈参加費〉800円程度 (材料費) 〈持ち物〉デザインカッター・カッター版 (お持ちの方) 〈定員〉15名 ※ 申込受付開始10月9日(水) 8:30
	◎そば打ち教室 自分の力で作ったそばの味は格別です。チャレンジしてみませんか！	11月20日(水) 9:30~13:30	観音峯活性化センター	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 〈定員〉15名 ※申込受付開始 10月10日(水) 8:30

※紙面のスペースの関係で、公民館の掲載順序が変わっています。

	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	◎元気長生き健康講座 (全3回) いきいきとした生活を送るための知識や、身体の不調を予防・改善するための体操を学びましょう	②10月15日(火) 13:00~15:00 ③11月19日(火) //	あいとぴあ 白田ホール	古清水将志先生 高橋勁士先生	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 運動靴・タオル・飲み物 〈定員〉 60名
	◎季節の料理教室 旬の食材を使った、家庭で簡単にできるレシピを覚えよう!	10月21日(月) 9:30~12:00	あいとぴあ白田 調理室	土屋やよい先生	〈参加費〉 500円程度 (材料費) 〈持ち物〉 エプロン・三角巾・ 持ち帰り容器 〈定員〉 20名
	◎佐久を知り隊! ~暮らしの中の身近な歴史と今を味わおう~ 佐久には、もっと知りたい魅力ある所がいっぱい!今回は、佐久消防署や文化財事務所等を見学します	10月29日(火) 9:00~15:00	集合: あいとぴあ白田	現地説明員	〈参加費〉 100円程度 (保険料等) 〈持ち物〉 昼食・飲み物・雨具 〈定員〉 20名 ※詳細は後日参加者に通知します
	◎第45回ふるさと写生大会 白田稲荷山公園で、秋の風に吹かれながら写生を楽しんでみませんか。画用紙は1人1枚受付でお渡しします 〈日時〉 11月3日(日) 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	※11月6日(午後)~13日(午前)まで、あいとぴあ白田で作品展示を行います。			
	◎ステンドグラスに挑戦! 高校生と一緒に、ステンドグラスのストライプボックス作りを楽しみませんか	11月11日(月) 13:00~16:00	地球環境 高等学校	地球環境高等学校 中野稔先生 生徒の皆さん	〈参加費〉 2,500円 (材料費) 〈持ち物〉 ビニール手袋・タオル・ 上履き 〈定員〉 15名 ※申込受付開始 10月8日(火) 8:30
	◎年賀状パソコン教室 (全3回) 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限定	①11月15日(金) 9:30~11:30 ②11月22日(金) // ③11月29日(金) //	あいとぴあ白田 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
◎星空ウォーキング! ~星の教室(秋)~ 星空観望会です。秋の星空を楽しみませんか	11月21日(木) 19:30~21:00	あいとぴあ白田	教育委員会職員	〈参加費〉 無料 〈持ち物〉 防寒具 〈定員〉 30名	
望月公民館	◎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	⑦10月16日(火) 13:30~15:00 ⑧11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648円
	◎家族の笑顔が一番 ~しあわせクッキング~ はちみつチャーシュー、チョコレートケーキ、秋野菜の惣菜を学び、楽しい食卓づくりに役立てください	11月14日(木) 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・ 米1/2合 〈定員〉 16名 ※申込受付開始 10月10日(木) 9:00
	◎樹木剪定教室 庭木などの樹木剪定の仕方を学び、自宅の庭をもっと整えてみませんか	11月9日(土) 9:00~12:00	駒の里ふれあい センター 2階会議室	荻原忠義先生	〈参加費〉 100円(資料代等) 〈持ち物〉 飲み物 〈定員〉 15名 ※申込受付開始 10月29日(火) 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

小中の同級会が近郊の温泉宿でもたれた。宴会半ばに「田んぼりンクをゲロリッで滑ったな」と、子どもの頃の話が語られ始めた。

そんな最中「ゲロリッって何?私知らないよ」と、予期していなかった質問が飛び出し、それに続いて「俺も」「私も」と同調者が出てきたからビックリ。ゲロリは下駄スケートのことと知る者には、狐につままれたような話。見ると学校近くの町場の者ばかりが「知らない」という。

ところが今度は山手に住む者から「俺達は知っているぞ」の声。「真田紐がよく絞まったな」とか「足袋を履いて滑った」等の説明も加わり、瞬く間に会場は喧々囂々、全員参加で大騒ぎになった。

ひと昔前の佐久の人間ならゲロリという言葉は誰もが知っていると思いついて使ってきた。そんな思い込みが何故起こったのか結論は出さじまいだったが(民俗学的には好材料かも知れないが)、今では死語ともいえるゲロリという言葉一つで幼い頃が生き生きと甦り、我を忘れて自己主張し合うという愉快な一夜となった。

「またこんな話が出ると楽しいな」という友の呟きに頷きながら、来年の再会を約して宿を後にした。

(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

タウンコートのぞみ

入居者募集中!
 介護が必要な方は
 ご相談下さい

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
<http://www.nozomi-g.co.jp/> (山口)

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



ことぶきの家
総合相談室
 開設

お問い合わせ
TEL. 0120-811-772
 小諸市御影新田字池ノ上2090-1
 (ことぶきの家 小諸内)

処方せん調剤・介護用品・医薬品・化粧品
 皆様のかかりつけ薬局をめざして…

萬寿堂薬局

佐久市白田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

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。

京都・大阪線
 軽井沢・佐久・小諸・東御・上田
 ↔ 京都・大阪

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!!

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!

お問い合わせご予約は

全線共通
 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

(千曲川ライナー) 共同運行近鉄バス
 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

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 ・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 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
 〒385-0021 長野県佐久市長土呂 159-2 TEL 0267-88-8188 FAX 0267-65-8809 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)
- 👩‍⚕️** 地域集団健診 **👶** 子宮頸がん検診 **♀** 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)
- 😊** 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午後1時～2時 ②午前10時～11時30分/午後1時～3時30分
③午後1時30分～4時 ④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

- 平日☺** **2**
- 😊** 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☺** **3**
- 献血🩸** 市役所望月支所①
 - 😊** 中佐都児童館
 - 👶** もちづき保育園 うすだ健康館

- 平日☺** **4**
- 👶** 望月総合支援センター (肺がんセット)
 - 👶** サングリモ中込 あさしな保育園 うすだ健康館

- 👶** 浅科保健センター (肺がんセット) **5**
- 👶** サングリモ中込

- 平日☺** **9**
- 😊** 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☺** **10**
- 😊** 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☺** **11**
- 😊** 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

- 👶** 佐久市保健センター (託児あり) **12**
- 👶** サングリモ中込

- 平日☺** **16**
- 😊** 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☺** **17**
- 😊** 中佐都児童館
 - 👶** もちづき保育園 うすだ健康館

- 平日☺** **18**
- 👶** サングリモ中込 あさしな保育園 うすだ健康館

- 献血🩸** 佐久大学② **19**
- 👶** サングリモ中込

- 平日☺** **23**
- 😊** 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☺** **24**
- 献血🩸** 佐久市工場団地 事業協同組合会館③
 - 👶** あいとびあ日田
 - 😊** 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☺** **25**
- 😊** 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

- 👶** 浅間会館 **26**
- 👶** サングリモ中込

- 平日☺** **30**
- ♀** 望月総合支援センター
 - 👶** 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☺** **31**
- 👶** 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、保護者の方々が対応に戸惑う時や、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
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]

10月



2歳児歯っぴー教室 (要予約)

対象 平成29年7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 10月24日(木) (時間は予約時に確認)

会場 口腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)

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

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>平日 ☽ 1</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 ☽ 6</p> <p>小林内科クリニック ☎66-0500 佐久平透析クリニック ☎65-7700</p>	<p>平日 ☽ 7</p> <p>野沢会館 (肺がんセット) 岸野児童館 小田井児童館 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</p>	<p>平日 ☽ 8</p> <p>切原児童館 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 ☽ 13</p> <p>野澤医院 ☎62-0272 斎藤産婦人科医院 ☎62-0823</p>	<p>小児 ☽ 14</p> <p>都甲クリニック ☎64-1050 おおくら皮フ科 ☎65-9915</p>	<p>平日 ☽ 15</p> <p>東児童館 青沼児童館 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 ☽ 20</p> <p>坂戸クリニック ☎63-6323 はせがわ皮ふ科クリニック ☎78-3116</p>	<p>平日 ☽ 21</p> <p>あいとぴあ白田 (肺がんセット) 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>小児 ☽ 22</p> <p>岡田医院 ☎53-2123 くろさわ病院 ☎64-1711</p>
<p>小児 ☽ 27</p> <p>佐久長土呂クリニック ☎68-7899 増田医院 ☎66-0303 献血 ☼ イオンモール佐久平④</p>	<p>平日 ☽ 28</p> <p>浅科保健センター 平根児童館 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</p>	<p>平日 ☽ 29</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>

■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

第3期生募集中!

募集期間
2019年
9月2日(月)~
2020年
1月15日(水)

プロへの扉が佐久市で開く!! 2020年4月第3期開塾!!

漫画原作者・武論尊塾長主催のもと、
プロとして通用する技術や知識を、
無料で学べる漫画塾のサードシーズン!!
第3期塾生を募集します!

第1期卒業生が大活躍!!

◆塾生 サイトウマおさん
講談社別冊少年マガジン 連載 

◆塾生 小町さんぺいさん
集英社ジャンプSQ.RISE スプリング号 読切2作同時掲載

◆塾生 今條真理之さん
GANMA! 連載 

100時間漫画塾

揮毫：佐久市長 柳田清三

第1期・第2期講師実績

武論尊 塾長

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

青山剛昌 先生
「名探偵コナン」等

あだち充 先生
「タッチ」等

安倍夜郎 先生
「深夜食堂」等

荒木幸 先生
「ニーチェが京都にやってきて17歳の私に哲学のこと教えてくれた。」等

井浦秀夫 先生
「刑事ゆがみ」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

かとうひろし 先生
「マンガのマンガ」等

草壁エリザ 先生
「ホリデイラブ ~夫婦間恋愛~」等

業田良家 先生
「機械仕掛けの愛」等

古賀慶 先生
「トレース科捜研法医研究員の追想」等

コージ城倉 先生
「江川と西本」等

森高夕次 先生

すぎむらしんいち 先生
「右向け左!」等

真島ヒロ 先生
「EDENS ZERO」等

美樹本晴彦 先生
「マクロスTHE FIRST」等

三田紀房 先生
「ドラゴン桜」等

宮崎かずしげ 先生
「月マガ大(?)辞典」等

やまさき十三 先生
「釣りバカ日誌」等

現役・OB編集者も多数参加!

武論尊100時間漫画塾運営委員会事務局——長野県佐久市教育委員会生涯学習課 電話:0267-62-0671
問合せ——株式会社 銀杏社「武論尊100時間漫画塾」係 電話:03-3942-0260 メール:info@manga-gai.net

Twitterアカウント
@100hmangajuku



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)