

あなたの生活と行政をつなぐ

Saku

ライフ

5

No.218 広報佐久
令和3年5月

東京2020オリンピック聖火リレー



特集

佐久市外の方から見たらうらやましい！
佐久市の魅力

目次

令和3年 5月

表紙写真：(左上より) 上野裕一郎さん、掛川興太郎さん、伊藤敬三さん、佐藤杏香さん、清水治孝さん、永井敦さん、菅沼晃さん、イチカワドイル徳恵さん、相馬栄治郎さん、土屋海斗さん、松本健一さん、油井亀美也さん

- 3
- 4
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 22
- 27
- 28
- 30

佐久市議会議員一般選挙・佐久市長選挙結果

特集

佐久市外の方から見たらうらやましい！
佐久市の魅力

佐久市の中小企業店舗をみんなで応援！
県内自治体初 電子クーポン発券サイトははじめます！

佐久パルーンフェスティバル2021・第59回佐久鯉まつりを開催します！
令和3年度農作業標準作業労賃および機械作業標準料金

高齢者向け新型コロナワクチン接種
軽自動車税(種別割)の減免制度
保育士を目指す学生を奨学金で支援します

移住に関する補助金
高齢者等実態調査を実施します
「令和3年経済センサス-活動調査」を実施します

令和3年度の健診が始まります
佐久市ジュニアリーダー研修生を募集します
コレクション展 アートでトラベル 一絵画で国内・世界を旅しようー

エストニアピアノお披露目式を開催します
第13回こころのミュージカル出演者&スタッフを募集します
さく・さく食育応援隊養成講座受講者を募集します

インフォメーション

公民館報 さくし

広告ページ

健康のカレンダー

東京2020オリンピック聖火リレー

休日・夜間窓口〈各種証明書発行、マイナンバーカード交付(要予約)〉

- 休日窓口 5月23日(日) 午前8時30分～午後0時30分
・市民課、税務課、収税課
- 夜間窓口 平日 午後5時15分～6時30分
・市民課、税務課、収税課
・臼田支所、浅科支所、望月支所は月曜日(祝日の場合はその翌日)のみ
- マイナンバーカード交付専用窓口(要予約) 5月9日(日) 午前8時30分～午後0時30分
・市民課

特殊詐欺
被害急増

市職員、警察官や
病院職員などを装った
特殊詐欺にご注意ください！



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 | 98,559人 (-63人) |
| 男 | 48,444人 (-47人) |
| 女 | 50,115人 (-16人) |
| 世帯数 | 42,530世帯 (+155世帯) |
| (4月1日現在) | (増減は前月比) |

交通事故・救急火災

| | 3月の月間件数 | 令和3年1月～3月の累計 |
|------|---------|--------------|
| 人身事故 | 16件 | 41件 |
| 死亡 | 0人 | 0人 |
| 負傷 | 21人 | 51人 |
| 救急 | 376件 | 1,084件 |
| 火災 | 9件 | 31件 |

相談コーナー

新型コロナウイルス感染症の影響により中止・延期となる場合があります。

行政相談

5月17日(月)午後1時～4時 浅科支所
5月19日(水)午後1時30分～4時 あいどびあ臼田
5月20日(木)午後1時～4時 望月支所4階会議室
■問合せ 総務課 ☎62-3002

司法書士無料法律相談

5月22日(土)午後1時～3時
イオン佐久平イベントホール
■問合せ 長野県司法書士会佐久支部 ☎86-3785

生活・就労相談(まいさぼ佐久市)

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 まいさぼ佐久市 ☎88-6511

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(午前10時～午後1時)
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
■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(祝日は除く)
午前9時～午後4時(相談無料)
事前にお電話の上、お越しく下さい。
■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

佐久市議会議員一般選挙・ 佐久市長選挙結果

任期満了に伴う佐久市長選挙と佐久市議会議員一般選挙は、市長選挙に、現職1人、市議会議員一般選挙に、現職18人、元職2人、新人6人が立候補し、いずれも定数を超えなかったため、無投票当選となりました。



柳田 清二氏 (51)
無所属 (現)
野沢

市長選挙当選者



城田 領氏 (55)
無所属 (新)
安原



柳澤 潔氏 (72)
無所属 (現)
中込



加藤 夕紀子氏 (49)
無所属 (新)
下越

市議会議員一般選挙当選者

※届出順



小林 松子氏 (64)
日本共産党 (現)
協和



清水 秀三郎氏 (53)
無所属 (現)
中込



三石 知志氏 (35)
日本共産党 (新)
入澤



神津 正氏 (73)
無所属 (現)
岩村田



江本 信彦氏 (65)
公明党 (現)
春日



篠原 勤氏 (73)
無所属 (元)
鍛冶屋



市川 稔宣氏 (74)
無所属 (現)
野沢



小林 歳春氏 (65)
公明党 (現)
横和



木内 義春氏 (60)
無所属 (新)
伴野



小林 貴幸氏 (47)
無所属 (現)
岩村田



渡邊 康徳氏 (51)
公明党 (新)
志賀



土屋 俊重氏 (64)
無所属 (現)
上平尾



土屋 啓子氏 (68)
無所属 (現)
野沢



小金澤 昭秀氏 (64)
日本維新の会 (元)
岩村田



高柳 博行氏 (61)
無所属 (現)
塩名田



三石 義文氏 (66)
無所属 (現)
入澤



大塚 雄一氏 (56)
無所属 (現)
望月



高橋 良衛氏 (56)
無所属 (現)
下越



吉川 友子氏 (49)
無所属 (現)
協和



中條 壽一氏 (78)
自由民主党 (現)
香坂



内藤 祐子氏 (66)
日本共産党 (現)
平賀



小林 英朗氏 (45)
無所属 (新)
根岸



塩川 浩志氏 (53)
無所属 (現)
瀬戸

特集

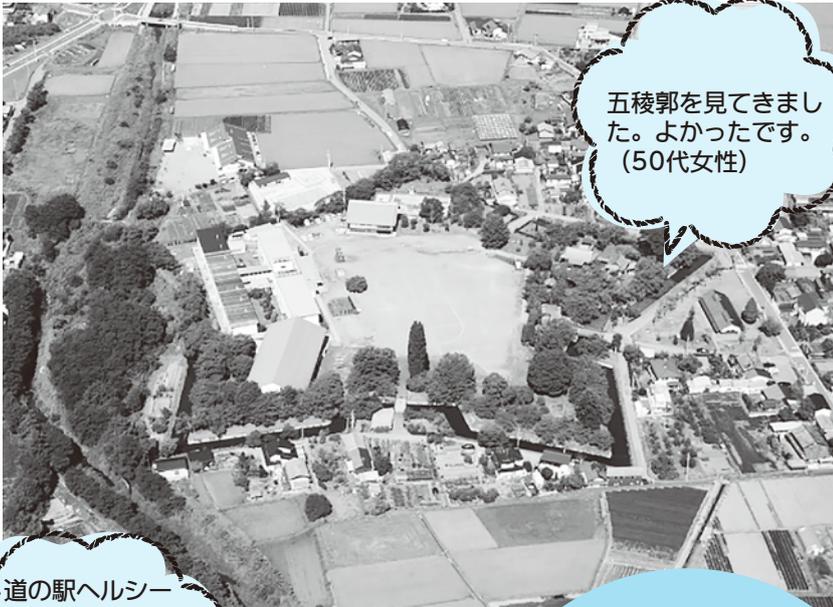
佐久市外の方から見たらうらやましい!

佐久市の魅力

佐久市の魅力と聞いて何を思い浮かべますか？

自然が豊か、野菜・果物・お米が美味しい、水が美味しいなど・・・

まずは、市内に宿泊された方を対象に行ったアンケートの回答を一部紹介します！



五稜郭を見てきました。
よかったです。
(50代女性)



佐久スキー
ガーデンパラダへ
行ってきました。
とても良い所です。
(20代女性)

道の駅ヘルシー
テラス佐久南は毎回
立ち寄ります。
とてもきれいで充実
しています。
(60代男性)



Q
佐久市を訪れて
感じたことを
教えてください!



浅間山がきれいに
見えて良かった。
(40代女性)



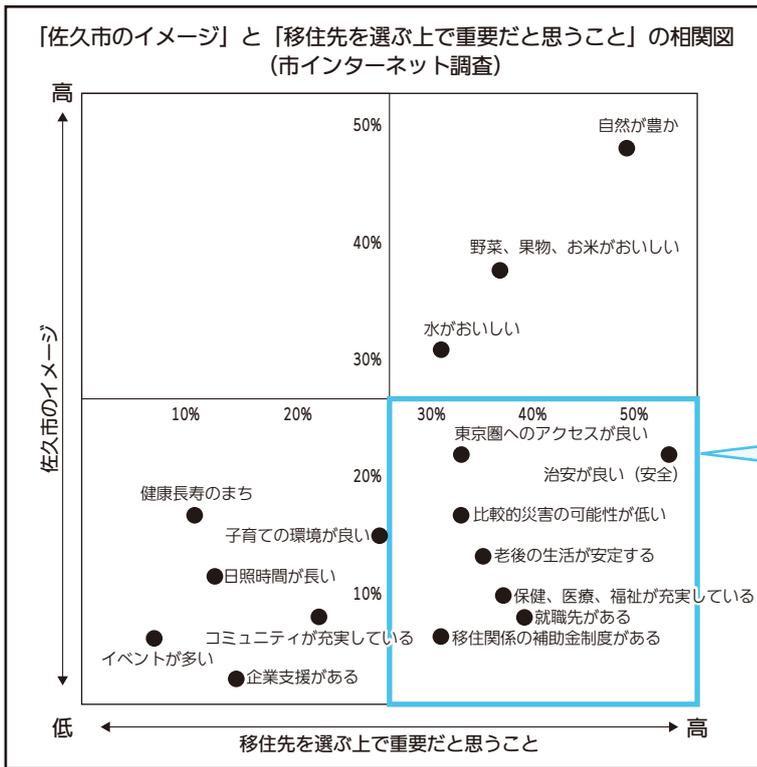
ひんころ地蔵と
城跡を徒歩でめぐった
が、静かに過ごせるの
でそれが最高の贅沢
だなあと思います!
(40代女性)



農地が開けて
広大な風景が広がっ
ていて気持ちがいい。
夏になったらまた
来たい。
(50代男性)

調査で
分かった!

佐久市って移住先としてどう思いますか？ 佐久市のイメージと移住先を選ぶ上で重要なポイント



東京圏在住者、移住経験者、市民の方など、約3万人を対象にインターネット調査を行いました。「自然の豊かさ」は移住先を選ぶ上で重要で、佐久市のイメージも高めになっています。

ポイント!

太枠内の

“佐久市のイメージとしては低いけれど、移住先を選ぶ上で重要なこと”
これが実は佐久市に揃っていて、佐久市の魅力でもあります。

これらの魅力が伝えられるよう
これからも情報発信していきます。

■保健・医療・福祉が充実している

●長年にわたり積み重ねられてきた健康づくり



昭和30年代の佐久地域は、脳卒中の死亡率が高く全国最低水準でした。そこで、医療との連携による保健事業と共に「減塩運動」「一部屋温室づくり運動」「食生活改善運動」などの予防活動を医師や保健師、地域の住民（保健補導員等）が一体となり取り組み、脳卒中の死亡率を低下させた歴史もあり、現在まで充実した地域医療が続いています。

●充実した医療環境

[単位：人]

| 人口10万人あたりの人員数 | 佐久市 | 全国平均 |
|---------------|--------|--------|
| 医師 | 372.35 | 244.11 |
| 歯科医師 | 86.55 | 81.14 |
| 薬剤師 | 184.16 | 108.35 |

※データは2018年11月現在（日本医師会 地域医療情報システムより）

●妊娠から出産後・子育てのサポート



コウノトリ支援事業（不妊症だけでなく不育症にも対応、所得制限や年齢制限なし）など、妊娠から出産まで、佐久市独自の施策でサポートしています。

また、佐久市発！「教えて！ドクター」のアプリでは、受診のタイミングや、よくある病気、ケガのホームケア法など、便利な情報が満載です。市内だけでなく全国各地で多くの方に利用されています。

佐久市は全国平均の
約1.5倍!!!



■東京圏へのアクセスが良い



東京圏へのアクセスが優れていることから、東京方面へ新幹線通勤をしている方も多くいます。

市内には6か所のICが整備されており、市内各所へ最寄りのICからアクセスできる！



佐久市の魅力をより多くの人に知ってもらうために!!



市民の皆さんにとって当たり前の事が、実は移住を検討する方にとっては魅力的なポイントです。そんな魅力を伝えるために、チャットツールを使った「リモート市役所」をオープンしました。

リモート市役所とは？

- ・市民の方、佐久市や移住に興味のある方が参加しています！
- ・佐久市のこと、移住のこと等をなんでも気軽に投稿や質問できる交流サイトです！

登録簡単

皆さんもぜひ「リモート市役所」に参加してみませんか。

あなたも佐久市の魅力の発信者！

詳しくはこちら

- ▼ リモート市役所 | 佐久市シティプロモーション
<https://www.city.saku.nagano.jp/outside/citypromotion/salon/>
- ▼ リモート市役所公式Twitter
<https://twitter.com/SAKUonlinesalon>



ホームページ
QRコード

こんなやり取りがされています！

Q. 移住した方に質問です！
移住するときに、「ここはチェックしておいた方が良い！」というポイントはありますか？

A. 東京と違って、ごみを捨てる時は、袋が有料で記名式です。

A. 車がメインの移動手段になるので、東京に比べて歩く機会が減りました。



県内
自治体初

電子クーポン 発券サイト はじめます！

新型コロナウイルス感染症により低迷した市内の消費を回復させるため、市では市内事業所で使えるウェブクーポン「さく割電子クーポン」を発券します。

参加した市内の飲食店や小売店などで**最大30%割引**を受けられるお得なクーポンで、**利用期間は令和3年6月1日（火）～8月31日（火）**まで。お会計時にダウンロードしたウェブクーポンをスマートフォンに表示するだけで簡単に利用できます。ぜひ、この機会に「さく割電子クーポン」を使って市内の中小企業店舗を応援しよう！

概要

- クーポン名 さく割電子クーポン（ウェブクーポン） ※紙面での商品券ではありません。
- 使用期間 令和3年6月1日（火）～8月31日（火）
- 額面 最大**30%割引**（クーポンは以下4通り利用可）
 - ・4,000円以上のお買い物で1,200円割引
 - ・3,000円以上のお買い物で900円割引
 - ・2,000円以上のお買い物で600円割引
 - ・1,000円以上のお買い物で300円割引
- 予定発行数 各取扱店補助額6万円に達し次第終了（予定店舗数：700店舗、最大発券総額4,200万円）
- 発行方法 スマホで事前登録すればどなたでも利用可能
クーポンの発券は6月1日以降に特設ページから
- 事業主体 佐久市（委託佐久市観光協会）



◎さく割電子クーポン配布事業とは？



さく割電子クーポン配布事業の概要をご覧ください。

<https://shop.cheerup-saku.jp/freepage/7>

◎事業説明動画



さく割電子クーポン配布事業の概要、会員登録、クーポンのダウンロード方法等を紹介した動画です。

<https://youtu.be/bitfm6IVwT4>

■「がんばろう佐久！応援券2021」取扱店舗の皆さんへ

さく割電子クーポンは、「がんばろう佐久！応援券2021」の取扱店舗を対象に実施しますが、参加申込が必要となります。参加を希望される事業者の方は、佐久市観光協会までご連絡ください。

また、本事業への参加を検討されている方、事業参加に不安を感じられている方は、お気軽にご相談ください。

佐久市を
お得に楽しもう！



■問合せ 佐久市観光協会事務局（観光課内）
☎62-3285

さく割電子クーポン
佐久ハレク

佐久バルーンフェスティバル2021(無観客) 第59回 佐久鯉まつり を開催します!

今年度の佐久バルーンフェスティバルは、5月3日(月・祝)から5日(水・祝)の3日間、「無観客」で開催します。会場には競技関係者以外入ることはできません。また、佐久鯉まつりは、関係者のみで実施する催事をテレビ等で放送するほか、各主管団体によりスポーツ大会を実施します。
ご自宅や市内各所で楽しめるイベント等企画していますので、ぜひご覧ください。

佐久バルーンフェスティバル2021

■会場 千曲川スポーツ交流広場

■熱気球競技飛行時間

午前6時15分～

午後3時～

※5日は午前6時15分の競技のみ

※無観客での開催のため会場内には駐車場やステージイベント、飲食ブース等はありません。



ホームページ
QRコード



佐久市
チャンネル

おうちで熱気球を観戦しよう

ツイッター、インスタグラム、佐久市チャンネルにて競技の様子をライブ配信します。ぜひご覧ください!



熱気球ホンダグランプリ
公式Twitter



AIRBBALLOONS
公式Instagram



佐久市
チャンネル

第59回 佐久鯉まつり

名産佐久鯉の振興と子どもたちの健やかな成長を祈るため、「新生児出世健康祈願」と「佐久鯉報恩感謝の儀」の様子をテレビとインターネットで放映します。

■放映先・日時

・佐久ケーブルテレビ

5月5日(水・祝) 午前10時～

・佐久市チャンネル (YouTube公式チャンネル)

■市内各所でスポーツイベントが行われます。

※佐久鯉マラソン大会は中止となりました。

■ 問合せ 観光課 ☎62-3285

令和3年度 農作業標準作業労賃および機械作業標準料金

この労賃・料金は標準として提示したものです。
圃場の条件や作業内容などに合わせて双方の話し合いで決定してください。

(単位:円)

| 作業名 | 使用作業機名 | 標準料金 | 備考(税込) | 作業名 | 使用作業機名 | 標準料金 | 備考(税込) | |
|-----------------|-----------------------|-------|----------------------------------|----------|----------------|----------------------------------|---|--------------|
| 一般作業(労賃) | | 860 | 1時間当たり | 水田収穫作業 | バンダー | 12,300 | 10a当たり | |
| 耕起 | 整備田 ロータリー | 8,200 | 10a当たり | | ハーベスター | 11,000 | 10a当たり | |
| | 普通田 ロータリー | 8,800 | 10a当たり | | 自脱コンバイン 結束料金含む | 27,500 | 10a当たり(整形地田) | |
| | 水田 すき起こし | 9,700 | 10a当たり | | 自脱コンバイン(1俵) | 2,750 | 運賃は別途(整形地田) | |
| | 畑 ロータリー | 8,200 | 10a当たり | | 自脱コンバイン(倒伏田) | 両者で協議のうえ 割増しの上限は 27,500円以内 | 10a当りの割増料金。倒伏・雑草 管理状況・面積の大小により当事 者間で割増料金の調整を行う。 | |
| 代掻 | 整備田 ドライブハロー | 7,800 | 10a当たり | | 自脱コンバイン(湿田) | 5,400 | 湿田など著しく作業が困難 な圃場割増料金 10a当たり | |
| | 普通田 ドライブハロー | 8,400 | 10a当たり | | 籾運賃 | 5 | 玄米換算 1kg当たり | |
| わら処理 | カッター | 6,000 | 1時間当たり | 田植 | 整備田 田植え機 | 10,200 | 植付のみ 10a当たり | |
| | ミニロールベラー | 300 | 一束当たり(作業時間等により 当事者間で料金の調整を行う) | | 普通田 田植え機 | 10,700 | 植付のみ 10a当たり | |
| | 畦切り | 1,200 | 畦間避堀のみ100m当り | | 10a未満の普通田 田植え機 | 14,200 | 植付のみ 10a当たり | |
| | 畦塗り | 100 | 1m当たり | | 普通田・整備田 側条施肥田植 | 2,100 | 割増料金 10a当たり | |
| 水田 除草剤 散布 | ミスト薬剤散布 作業補助者は受託者側 | 2,400 | 10a当たり | 水稻苗 | 稚苗(出芽苗) | 1箱当たり | 583 | |
| | 代掻きおよび田植え 時に同時機械散布 | 1,200 | 10a当たり | | 稚苗(植付苗) | 1箱当たり | 990 | |
| 堆肥散布 | マニアスプレッター | 5,700 | 1台当たり 積込散布2トン | | 中苗(出芽苗) | 1箱当たり | 539 | 箱使用料33円は別途料金 |
| 肥料散布 | ライムソアー等 | 2,700 | 10a当たり | | 中苗(植付苗) | 1箱当たり | 1,034 | 箱使用料33円は別途料金 |
| | | | | 苗運賃(植付苗) | 1箱当たり | 165 | | |

■ 問合せ 農業委員会 ☎62-3518



高齢者向け新型コロナワクチン接種

■問合せ 佐久市新型コロナワクチンコールセンター ☎88-7466

5月10日(月)から、新型コロナウイルスワクチンの高齢者への接種を開始します。

■ワクチン接種までの流れについて
市役所から、次の①と②の郵便物を発送します。②の通知を受け取った方から、接種予約ができます。

①接種券
65歳以上の方(昭和32年4月1日までに生まれた方)には、4月13日(火)に発送しました。

②予約開始通知
80歳以上の方(昭和17年4月1日までに生まれた方)には、4月27日(火)に発送します。65歳から79歳までの方には、ワクチンの供給状況により、5月下旬に発送する予定です。

■接種開始について
5月10日(月)から個別接種(医療機関での接種)を開始し、5月下旬から、集団接種(特設会場での接種)を開始する予定です。

▽4月26日(月)から一部の医療機関で接種が行われます
5月10日(月)の開始に向けた準備として、一部の医療機関では入院患者やかかりつけ患者を対象に、ワクチン接種を試行的に実施します。市民の皆さんは、5月10日(月)の開始をお待ちください。
※接種開始は、ワクチンの供給量等により変更される場合があります。



ホームページ
QRコード



軽自動車税(種別割)の減免制度

■問合せ 税務課 ☎62-3040 または各支所総務税務係

障がい者手帳等をお持ちの方が所有する軽自動車、もしくは身体障がい者用の構造を有する軽自動車は、一定の要件にあてはまる場合、申請手続きをすることにより軽自動車税(種別割)の減免を受けることができます。

■申請先
税務課または各支所総務税務係
※出張所では申請を受けられません。
■申請期限 5月31日(月)
■申請時の持ち物

| 申請時の持ち物 | 障がい者手帳等をお持ちの方 ^{※3} | 身体障がい者用の構造を有する軽自動車 |
|-----------------------------|-----------------------------|--------------------|
| 納税通知書 | ○ | ○ |
| 車検証(コピー可) | ○ | ○ |
| 障がい者手帳等 | ○ | |
| 運転をする方の免許証 | ○ | |
| 同一生計証明書 ^{※1} | ○ | |
| 個人番号がわかるもの ^{※2} | ○ | ○ ^{※4} |
| 車両写真 (構造および車両番号が確認できるもの) | | ○ |

※1 障がいのある方以外の方が所有・使用する軽自動車の場合に必要です。
※2 マイナンバーカードまたは個人番号通知カード
※3 障がい者手帳をお持ちの方1人につき、軽自動車税と自動車税のいずれか1台のみ減免が受けられます。
※4 法人の場合は法人番号の記載が必要になります。

※詳細は、ホームページをご覧ください。



保育士を目指す学生を奨学金で支援します

■問合せ 学校教育課 ☎62-3478 / 子育て支援課 ☎62-3149

保育士を目指し、令和3年度から進学または在学中の学生の皆さんに奨学金を貸与し、支援します。

■募集人員 10名以内
■対象の大学・短大・専門学校
都道府県が指定する保育士養成施設(通信制・通信教育は除く)

■対象となる学生
・佐久市内に親元(実家)がある学生
・佐久市に転入し、下宿先等から通学している学生

■貸与月額(無利子)
▽国公立 3万円
▽私立 4万円
※月額を半年毎にまとめて貸与

■償還期間 卒業後、市外へ引越、保育士以外の職種に就職、償還免除制度を利用しない場合、貸与を受けた2倍期間以内に全額を償還する必要があります。

■償還(返済)免除制度 卒業後は佐久市内に住み、佐久市指定の保育施設で保育士として一定期間働いた場合、奨学金の償還を全額免除する制度の利用ができます(他にも要件有)。

■申込方法 学校教育課へ関係書類を添えてお申し込みください。

■申込期限 5月31日(月)午後5時15分
※詳細は、ホームページをご覧ください。か、学校教育課・子育て支援課までお問い合わせください。

お知らせ 移住に関する補助金

■問合せ 移住交流推進課 ☎62-4139

○リモートワーク実践者スタートアップ支援金

リモートワークを実践する移住者および二地域居住者に支援金を交付します。

■リモートワーク支度金 5万円

■新佐久市民応援金(移住者のみ) 10万円

※子ども、新幹線通勤等の加算あり

○移住促進住宅取得費等補助金

佐久市へ移住される方が住宅を取得する場合、費用の一部を補助します。

■取得費用の補助

▽新築物件 上限40万円

▽中古物件 上限20万円

※子ども、新幹線通勤等の加算あり

○UIJターン就業・創業移住支援事業補助金

長野県内企業等の担い手不足の解消や地域課題の解決、移住促進を図るため、補助金を支給します。

■補助額

▽単身 60万円

▽複数人世帯 100万円

○移住促進サポート清掃費等補助金

市内に空き家を所有する方が、空き家バンクを利用して、移住希望者と売買契約・賃貸借契約を締結する場合、費用の一部を補助します。

■家財道具等の処分 上限10万円

■住宅の清掃 上限5万円

※これらの交付要件、申請方法等は、必ず事前に移住交流推進課までお問い合わせください。

お知らせ 高齢者等実態調査を実施します

■問合せ 高齢者福祉課 ☎62-3154

要支援者を把握し、高齢者や障がい者の支援および災害時の対応等に役立てることを目的に、民生児童委員さんのご協力を得て、毎年調査を実施しています。地区の民生児童委員さんがお伺いした際は、ご協力をお願いします。

■調査期間 5月1日(土)～6月30日(水)

■調査対象者

- ・70歳以上のひとり暮らしの方
- ・70歳以上のみの世帯の方
- ・障がいのある方

■調査者 各地区民生児童委員(厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員)

■調査の活用方法 災害時や緊急時の対応を含め、次のとおり高齢者・障がい者支援に活用します。

- ・災害などの有事の安否確認
- ・日常の地域の支え合いのため、地域の支援機関への情報提供
- ・生命や財産を守るために自主防災組織、消防署、警察署への情報提供
- ・「災害時住民支え合いマップ」の作成等



お知らせ 「令和3年経済センサス-活動調査」を実施します

■問合せ 情報政策課 ☎62-3923

「経済センサス-活動調査」は、日本のすべての産業分野における事業所・企業の経済活動の状況を全国的・地域別に明らかにすることを目的としており、国が行う調査の中でも特に重要かつ大規模な統計調査です。

■調査基準日 令和3年6月1日

■調査対象 すべての事業所・企業

■調査方法 調査票を、県知事が任命した調査員がお伺いして直接配布するか、国が郵送します。

■回答期限 令和3年6月8日(火)

■回答方法 調査員が事業所を訪問して行う調査では、インターネット回答または、紙の調査票を調査員に提出する方法となります。国が郵送にて行う調査では、インターネット回答または郵送回答となります。

調査へのご理解・ご回答をよろしくお願いいたします。



ホームページ QRコード

4月下旬から5月上旬にかけて令和3年度佐久市健（検）診受診券（みどり色）をお届けします。受診券が届いたら早めに申し込みをしましょう。

■申込方法

医療機関での受診（個別健診）をご希望の場合は、直接医療機関へ予約をお願いします。

地域集団健診・車検診を希望の場合は、同封の申込書を記入し、市へ返送してください。集団健診は、携帯電話やスマートフォンからQRコードによる申し込みもできます。詳しくは、受診券に同封の案内をご覧ください。

■基本健診が受診しやすくなりました

令和2年度から、36歳～39歳の健診料金を一律千円に引き下げました。また、40歳～74歳の佐久市国保加入者および75歳以上の方については健診料金が無料で受診できます。

基本健診は気付かないうちに進行してしまう生活習慣病の早期発見・早期治療重症化予防に有効とされています。新型コロナウイルス感染症の影響により、自粛期間中に思わぬ疾病が進行しているかもしれません。

ご自身の健康状態の把握のためにも、1年に1度は健診を受診しましょう。



■目的 多彩な体験の機会を設け、「生きる力」を持った人間性豊かな子ども
の育成や、市内から研修生が集まって一緒に活動することにより、たくさんの友達をつくると共に、子ども会などのリーダーとなることを目指します。

■期間 6月～1月の土・日曜日
(全15回)

※午前と午後の部に分けて行います。

■場所 市民創練センター 他

■参加費 5千円

■対象 市内在住の小学5・6年生

■研修内容 望月少年自然の家での自然体験・カヌー体験など

※内容は変更となる場合があります。

■募集人数 午前の部、午後の部各20名

■申込方法 申込書を担任の先生に提出してください。

※申込書は、各小学校、生涯学習課にあるほか、ホームページにも掲載しています。

■申込期限 5月7日(金)

※詳細は、ホームページをご覧ください。



コロナ禍により、人々の生活が一変した昨年。楽しみにしていた旅行ができなかった方や、ふるさとに帰れなかったという方も多かったのではないのでしょうか。本展では、当館の豊富なコレクションから、景勝地を中心に国内外の風景を描いた絵画作品を展示し、皆さんに「旅気分」をお届けします。

■会期 4月29日(木・祝)～6月13日(日)

■開館時間 午前10時～午後4時30分

■会期中の休館日 月曜日(祝日の場合は開館)、祝日の翌日

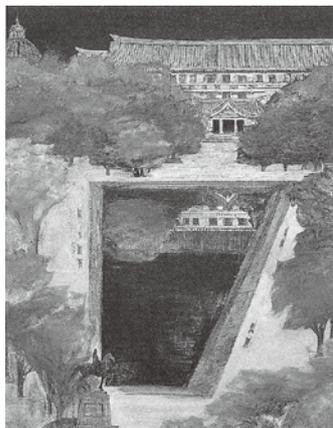
■会場 近代美術館

■観覧料 無料

※令和4年3月31日までに近代美術館で開催される展示会は、全て観覧料が無料となります。

○常設展示

平山郁夫《天山南路(夜)》ほか



毛利武彦《公園の風景》



エストニアピアノお披露目式を開催します

■問合せ 移住交流推進課 ☎62-3283

オリンピックパラリンピックホストタウン、そして姉妹都市サク市のあるエストニア共和国で造られたグランドピアノを、エムケー榎山グループ元会長榎山孝様より市へご寄附いただきました。そこで、このピアノのお披露目式を開催します。

ゲストピアノニスト田崎悦子さんのピアノ披露演奏、また、エストニア国家の誕生を描いた感動のドラマをショートミュージカル仕立てでご覧いただきます。

■日時 5月23日(日)
午後1時30分～2時30分

■会場 イオンモール佐久平1階セントラルコート

■観覧料 無料

■出演 竹花摩耶氏(オペラ歌手)・COSMO☆アカデミア・コスモホール
佐久第九合唱団有志・地域ダンサー有志

■演奏 原いづみ氏・関本裕子氏

■定員 17名(申込先着順・座席指定)

■申込方法 移住交流推進課へ電話で申込み

※ご寄附いただいたエストニアピアノは、5月30日(日)まで同会場に展示しており、午後2時から4時まで試弾できます。

また、展示期間中の5月29日(土)午後2時から2時45分まで、佐久地域の若手ピアノニストによるエストニアピアノ演奏会を開催します(観覧申込不要)。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、内容を変更する場合があります。



第13回こころのミュージカル出演者&スタッフを募集します

■問合せ 「こころのミュージカル」制作委員会 ☎090-3228-5563/文化事業団 ☎82-3962



第12回こころのミュージカル



ホームページ
QRコード

あなたも市民参加型ミュージカルに出演してみませんか。練習、公演を通じて仲間を思いやり、自分を見つめ直す、そんなきっかけをくれる素敵な時間。ひとつの舞台を一緒に作りましょう。市民の皆さん一人ひとりが主役です。

■申込方法 応募用紙に必要事項を記入し、写真を添付してコスモホール窓口へ提出してください。

※応募用紙は、こころのミュージカルホームページからダウンロードできます。

■申込期限 7月25日(日)(消印有効)

○説明会&キャストオーディション

■日時 8月1日(日) 午前10時開始予定

■会場 コスモホール(小ホール)

○第13回こころのミュージカル

■演目 「黄金の群れ」水の調べは明日への扉」

「五郎兵衛用水」世界かんがい施設遺産」登録3周年記念」

■日時 11月13日(土)午後6時、
11月14日(日)午前10時30分、
午後3時、

■会場 コスモホール



さく・さく食育応援隊養成講座受講者を募集します

■問合せ 健康づくり推進課 ☎62-3189

「食育」について楽しく学び、仲間と共に「食」の大切さを子どもたちへ伝える活動に参加してみませんか。

■日時 5月31日(日)、6月28日(月)、
7月21日(水)、9月13日(月)、10月7日(木)、
午前9時半～正午

※内容により午後2時までになる場合があります。また、5回の内容は異なりますので、全て受講していただくことを基本とします。

■会場 佐久市保健センター 他

■参加費 無料(調理実習の負担金あり)

■対象 食育に興味のある市民の方

■内容 食事と運動・食品衛生・長野県や佐久市の食育について・運動の実践・調理実習・食育人形劇の実習等

■講座修了後の活動 子育てサロンや、

つどいの広場などで乳幼児とその保護者の方に向け、食育活動を行います。

受講後は、地域で活動する食生活改善推進協議会に加入もできます。

■定員 20名

■申込期限 5月21日(金)



お知らせ

生ごみ処理機等購入費補助金

生活環境課 ☎62・3094

生ごみ処理機・生ごみ処理容器を購入された方を対象に、補助金を交付いたします。生ごみの堆肥化で可燃ごみを減らしましょう。

なお、交付を受けてから6年経過すると、再度申請ができません。

▽補助金額 生ごみ処理機等の本体購入価格に2分の1を乗じた額

▽上限額

- ・生ごみ処理機 3万円
- ・生ごみ処理容器 1台あたり6千円

(1回の申請に2台まで申請可)

▽申請方法 申請書類等(ホームページまたは生活環境課、各支所経済建設環境係窓口で入手可)を生活環境課または各支所経済建設環境係へ提出(郵送可)

※詳細は、生活環境課までお問い合わせください。

アスベスト調査・除去に対する補助制度

建築住宅課 ☎62・6637

市では、アスベストの飛散による市民の健康被害を防止するため、建物所有者等が行うアスベスト分析調査およびアスベスト等の除去事業に対して補助金を交付しています。

▽アスベスト分析調査事業

・対象建築物 アスベストを含有するおそれのある吹付け建材が使用されている建築物

▽吹付けアスベスト等除去事業

・対象建築物 多数の者が利用する建築物で、多数の者が共用で利用する部分において吹付けアスベスト等が露出しているもの

※国・県の補助金を活用した事業のため、期間に余裕を持って事前にご相談ください。

※詳細は、建築住宅課までお問い合わせください。

生活就労支援センター

「まいさぼ佐久市」

生活就労支援センター(愛称「まいさぼ佐久市」) ☎88・6511

▽時間 平日午前9時30分～午後5時

▽場所 野沢会館2階(佐久市社会福祉協議会事務所内)

まいさぼ佐久市は、生活や仕事に問題を抱えて困窮されている方に対し、解決に向けたサポートを行っています。「失業・債務・病氣・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、必要な支援を行います。

相談は無料です。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。

※令和3年4月より、生活就労支援センターの愛称が「まいさぼ佐久」から「まいさぼ佐久市」に変更となりました。

また、場所・電話番号も変更となりましたので、相談の際はご注意ください。

「がんばろう佐久!応援券2021」の受け取り

観光課 ☎62・3285

市内の飲食店などで利用できる1人あたり3千円分の「がんばろう佐久!応援券2021」を郵送しましたが、不在等により返戻となったものは観光課で保管しています。本人確認資料(運転免許証等)をお持ちのうえ、観光課窓口へお越しください。

なお、ご本人または同居人以外の方が受領される場合は、委任状が必要です。

佐久市まちづくり活動支援金2次募集

広報広聴課 ☎62・3075

(佐久・白田・浅科地区対象) 望月支所総務税務係 ☎53・3111 (望月地区対象)

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、応援する制度です。

▽対象団体 市内に事務所および活動場所有り、5人以上で組織する市民活動団体

▽交付額 交付対象経費の2分の1以内(上限100万円)

【重点テーマに該当する場合】

交付対象経費の4分の3以内(上限150万円)

▽応募期間 5月6日(木)～28日(金)

山手線のダイヤ改正

生活環境課 ☎62・3094

望月バスターミナルと中込駅の区間を浅科・野沢地区を経由して結ぶバス路線「山手線」のダイヤが、4月から改正されています。

市議会から提言のあった「高校生の通学利便性向上」および高校生アンケートの結果を踏まえ、山手線の全便が、望月バスターミナルと中込駅の区間を乗り換え無しで運行します。なお、この改正による運賃・定期券額の変更はありません。

ブロック塀等の撤去に対する補助制度

建築住宅課 ☎62・6637

安全性の確認できないブロック塀等の撤去等を行う方に、補助金を交付いたします。

▽対象 高さ80cm以上のブロック塀等を撤去するか50cm以下に改修を行う工事

▽補助率 補助対象工事費の2分の1(上限額10万円)

※工事契約前に申請してください。なお予算の上限に達した時点で、今年度の受付は終了となります。

※この他に条件があります。詳細はホームページをご覧ください。建築住宅課までお問い合わせください。

**看板の落下や転倒による
人身等被害を防ぎましょう**

建築住宅課 62・6637

近年、適正に管理されていない看板などの屋外広告物が落下すること等による重大な事故が全国的に発生しています。これを未然に防ぐため屋外広告物を設置あるいは管理する方は、日常の補修などに加え、風雨や経年劣化によって屋外広告物に崩壊・落下等が生じないように3年以内ごとに点検が必要です。また、高さ4メートルを超える屋外広告物は、有資格者等による点検が必要です。

屋外広告物の定期的な点検および適正な管理を行い、看板の落下や転倒による人身等被害を未然に防ぎましょう。
※詳細は、ホームページをご覧ください。また、か、建築住宅課までお問い合わせください。



野生鳥獣に対する注意喚起

耕地林務課 62・3242

クマに対する注意事項

- ・山林等に入る際は、クマの出没情報に気を付ける
- ・クマに出会わないためにクマ鈴等で存在を知らせる
- ・クマに出会ってしまったら、落ち着いて、背を向けずにその場を離れる

- ・収穫後の農作物、家庭の生ごみは野外に放置しない
- ・イノシシに出会ってしまったら、落ちて、背を向けずにその場を離れる
- ・大声を出す、物を投げる等イノシシを刺激しない
- ・収穫後の農作物、家庭の生ごみは野外に放置しない

サルに対する注意事項

- ・サルに出会ってしまったら、威嚇されたといい襲う場合があるため、目をあわせない
- ・大声を出す、物を投げる等サルを刺激しない
- ・周囲の人家に侵入する恐れがあるため、餌付けをしない

行政相談委員(ア)相談ください

総務課 62・3002

行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間の有識者で、国の行政活動全般に関する苦情や相談を受け付け、相談者への助言や関係機関に対する改善の申し入れなどを行っています。

相談日や場所は、サクライフの相談コーナーに掲載します。相談は無料で、秘密は厳守されます。

- ・どこに相談したらよいか分からない問題や、複数の行政機関にまたがる問題についてなど、お気軽にご相談ください。
- ・現在の行政相談委員は、次の5名の皆さんです。
- ・佐久地区 茂木勝利委員

- ・佐久地区 青木賢司委員
- ・白田地区 木内千義委員
- ・浅科地区 鬼久保長治委員
- ・望月地区 比田井正弘委員

**「第二の故郷」
信州佐久紹介コーナー**

観光課 62・3285

「近代日本経済の父」と呼ばれ、今年大河ドラマ(NHK)の主人公である渋沢栄一と第二の故郷と呼ばれた佐久市のつながりを展示会場の紹介コーナーで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

展示会場

- ・道の駅ヘルシーテラス佐久南
- ・プラザ佐久(佐久平駅2階)
- ・内山牧場キャンプ場レストハウス

観覧料 無料

※展示コーナーは、季節、イベント等により移動する場合があります。

**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

- ・2月から4月分の手当を5月10日(月)に指定口座へ振り込みます。なお、受給者が次に該当した場合は、速やかに届け出てください。届出がなく支給を受けた場合は、返金していただくことがあります。
- ・施設へ入所した時
- ・死亡した時
- ・住所を変更した時
- ・障がい程度が軽減した時
- ・特別障害者手当の受給者で、病院への

入院・老人保健施設への入所が3ヶ月を超えた時

・障害児福祉手当の受給者で、児童施設等に入所した時

▽特別障害者手当 20歳以上で、障がいの重複により日常生活に常時特別の介護を必要とする在宅の障がい者に、支給されます。

▽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。

※いずれも所得制限あり

春からの農作業の注意点

農政課 62・3203

農作業事故を防止しましょう

県下では農作業中の死亡事故が多数発生しています。死亡事故を防ぐために、次の事項を必ず守りましょう。

- ・トラクターに乗る際はシートベルトとヘルメットを着用し、下敷きにならないよう安全フレームを使用しましょう。
- ・野焼きによる死亡事故が発生しています。 unnecessary 野焼きはやめ、実施せざるを得ない場合でも、風向きに注意し、風が強ければ延期しましょう。
- ・農作業を行う前に、家族や仲間と作業を行う場所や帰宅時刻を伝えましょう。

道路に泥を落とさないようにしましょう

トラクターなどから泥のかたまりが道路に落ちると、自転車や自動車などの通行の妨げになることがあります。農作業後は、田畑から出る前に必ず泥を洗い落とし、道路に泥を落とすようにしましょう。

佐久市勤労者生活資金等 融資制度

長野県労働金庫ローンセンター佐久
☎62・8591

佐久市内に在住の勤労者の皆さんの生活の安定と福祉の増進を図るため、長野県労働金庫佐久支店と市で協調し、融資を行っています。

- 通常適用される利率より低い利率でご利用いただけます。ぜひご利用ください。
 - ▽融資対象者 佐久市勤労者互助会会員 および長野県労働金庫の会員労働組合にご加入の組合員の方(その他条件あり)
 - ▽融資金額 最高300万円
 - ▽返済期間 最長10年
 - ▽融資対象資金 自動車資金、教育資金、住宅資金、その他生活資金
 - ▽融資利率 長野県労働金庫で扱う融資商品の適用金利より0.03%引き下げた利率
- ※詳細は、長野県労働金庫ローンセンター
→佐久までお問い合わせください。

助け合いのしるしヘルプマーク

福祉課
☎62・3147
または各支所高齢者児童福祉係

ヘルプマークは、義足の方や妊娠初期の方など、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方が、周囲の方に知らせるためのマークです。ヘルプマークを見かけたら電車内で席をゆずる、困っているようであれば声をかけるなど思いやりのある行動をお願いします。

▽配布対象者 障がいがある方、難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方

▽配付場所 福祉課および各支所高齢者児童福祉係
※申請に必要なものはありませんが、必要な理由等をうかがいます。また、申請は本人または家族に限ります。



信州パーキング・パーミット制度

福祉課
☎62・3147
または各支所高齢者児童福祉係

信州パーキング・パーミット制度とは、公共施設や店舗等に設置されている障がい者等用駐車区画を適正にご利用いただくために長野県内共通の「利用証」を交付する制度です。



▽対象者 身体・知的・精神・発達障がい者、要介護認定者、難病患者、妊産

婦、けがなどで歩行が困難な方
▽必要書類 障がい等の状況が分かる書類(障がい者手帳等)

▽申請場所 福祉課、高齢者福祉課、国保医療課、母と子のすこやか相談室、各支所高齢者児童福祉係

※障がいの程度によって対象とならない場合があります。詳細は県ホームページをご覧ください。問い合わせください。

防災行政無線を用いたJアラートによる全国一斉情報伝達試験

危機管理課
☎62・3008

▽日時 5月19日(木)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、全国一斉試験を行います。

民生委員・児童委員の日、活動強化週間

福祉課
☎62・2919
または各支所高齢者児童福祉係

毎年5月12日は「民生委員・児童委員の日」です。
また、民生委員・児童委員活動について知っていただくために、5月12日から18日までの一週間を「活動強化週間」としています。

▽民生児童委員とは

民生委員法により厚生労働大臣から委嘱された委員で、大正6年に岡山県で創

設された「済世顧問制度」に始まり、創設100年以上の歴史を持ちます。佐久市には230名の民生児童委員が活動しており、そのうち、児童福祉に関する事項を専門的に担当する主任児童委員が15名います。

▽民生児童委員の役割・活動

皆さんが抱える福祉に関する悩みや心配ごとなどについて、親身に相談に乗り、必要なサービスが受けられるよう、関係機関との「つなぎ役」になります。

医療や介護の悩み、妊娠や子育ての不安、失業や経済的困窮による生活上の心配ごとなどありましたら、民生児童委員までご相談ください。民生児童委員は、非常勤の地方公務員であり、職務上知り得た秘密を固く守ることが義務付けられています。

▽安心で暮らしやすい地域社会をつくるために

皆さんの地域でも民生児童委員が活動しています。お気軽にご相談ください。

中佐都児童館内つどいの広場

子育て支援課
☎62・3149

新たに中佐都児童館内つどいの広場を開設しましたので、ご利用ください。

▽場所 中佐都児童館内

▽開催曜日 月・火・水・木

▽時間 午前9時～正午

▽対象 市内に在住の保護者と未就園のお子さん

※詳細は、ホームページをご覧ください。

不動産取得税

長野県東信県税事務所 (佐久合同庁舎内)
☎63・31338

不動産取得税は、不動産(土地・家屋)を取得したときに、取得した方に納めていただく税金(県税)です。

土地や家屋を購入された場合などは、所有権移転の登記月の概ね5か月後に、納税通知書をお送りします。納税を願います。

住宅等を新築された場合は、新築された翌年8月頃に納税通知書をお送りします。ただし、特例控除によって免税点未満となり、納税通知書が送付されない場合もあります。

また、不動産を取得した場合は、不動産取得申告書の提出をお願いします。※詳細は、県ホームページをご覧ください。

住宅セーフティネット制度

長野県建築住宅課

☎026・235・7339

住宅セーフティネット制度とは、高齢者や障がい者、低所得者等の方への入居を拒まない賃貸住宅として民間賃貸住宅や空き家等を県に登録する制度です。円滑な入居の促進と、入居後の居住支援活動の推進を目的として運用しています。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

建築士による
空き家の管理に関する相談会

(公社) 長野県建築士会佐久支部
☎63・8080

▽日時 毎月15日

午後1時～4時(完全予約制)

※土日祝日の場合は直前の平日

▽会場 佐久合同庁舎会議室

▽内容 空き家管理、売買や賃貸、解体等に関する相談

▽申込方法 毎月11日(土日祝日の場合は直前の平日)までに電話で申込み(平日午前8時30分～午後5時15分)

6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、

ギリシヤ劇場、多目的広場

▽窓口受付開始 5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

5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。

コンビニ交付サービスのご案内

市民課 ☎62・3087

コンビニ交付とは、マイナンバーカードを利用して住民票の写し等の証明書を全国のコンビニエンスストアのマルチコピー機から取得することができるサービス

スです。マルチコピー機に個人情報残りますので、安心してご利用いただけます。

▽利用可能日時

毎日(メンテナンス日を除く)

午前6時30分～午後11時

▽運用停止のお知らせ

5月1日(土)から5日(水・祝)までの期間は、メンテナンスのため、終日利用できません。

プロへの扉が佐久市で開く!
『武論尊100時間漫画塾』
第4期生募集中!!

塾生が続々デビュー!! 令和3年5月31日(月)必着

●漫画アプリ

みやけりくさん

▷『異世界ナンパ～無職ひきこもりのオレがスキルを駆使して猫人間や深宇宙ドラゴンに声をかけてみました～』連載中(構成担当)

千葉桜恒美さん

▷『トリの米屋と社長の僕』連載中

彩naTsuさん

▷2021年4月9日発刊
『ビートルズ×ラブ! 1』

●小説

西山暁之亮さん

▷2021年5月15日頃発刊
『パワー・アントワネット 2』
『カンスト村のご隠居
デーモンさん 2』

●漫画雑誌

小町さんぺいさん

サイとウマおさん

時田鈴さん



©時田鈴/小学館『片恋ワンスモア』



Twitterアカウント @100hmangajuku



ホームページ QRコード

●期限内の納付にご協力をお願いします。

| | |
|-----|----------------|
| 納期限 | 5月31日(月) |
| 市税等 | 軽自動車税(種別割)(全期) |
| | 介護保険料(第2期) |

※納入は、安心便利な口座振替をご利用ください。
※口座振替の方は、振替日の前日までに残高の確認をお願いします。

今月の納付

■事務局 生涯学習課 ☎62-0671

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

募集

佐久市無電柱化推進計画（素案）に関する意見募集

都市計画課 ☎62・3404

災害の防止、安全・円滑な交通の確保、良好な景観の形成等を図ることを目的とした無電柱化を計画的に進めていくための方向性を示した「無電柱化推進計画」を策定するにあたり、意見を募集します。

▽計画（素案）の公表・閲覧場所

市ホームページ、市民ホール行政資料閲覧コーナー、市都市計画課窓口、各支所経済建設環境係窓口

▽意見提出方法 任意様式により、ご意見のほか「氏名」「住所」「電話番号」をご記入のうえ、次のいずれかの方法でお寄せください。

・郵送 市役所都市計画課宛

・Eメール toshikei@city.saku.nagano.jp

・FAX 63・7750

・持参 都市計画課窓口

・電子申請（ホームページよりアクセス可）

※電話や口頭によりご意見をいただくことはできませんので、ご承知ください。

▽募集期間 4月19日（月）～5月14日（金）

親子向け森林セラピー体験ツアー

健康づくり推進課 ☎62・3524

▽日時 5月22日（土）

・午前1部 午前9時～11時

・午前2部 午前10時～正午
▽会場 森林セラピー基地「平尾の森」（南パラダ内）

▽参加費 無料

▽対象 親子（祖父母可）

▽定員 各回5名程度（申込先着順）

▽内容 専門の資格を持った森の案内人のガイドによる森林散策、クラフト（木工）体験等

▽申込方法 健康づくり推進課へ電話で申込み

▽申込期限 5月11日（火）

第17回佐久市ママさんバレーボール大会参加者募集

佐久市体育協会 ☎88・6123

▽期日 7月4日（日）

▽会場 佐久市総合体育館

▽参加費 1チーム15000円

▽対象 市内在住の既婚女性（35歳以上の独身女性を含む）

▽申込期限 6月3日（木）

※詳細は、市または体育協会ホームページをご覧ください。問い合わせください。

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 3戸

・家賃 1万4900円

・泉団地 3DK 2戸

・家賃 1万9800円

・一本柳団地 2DK 1戸
家賃 1万7700円
・庄ノ上団地 3DK 1戸
家賃 1万7000円

▽受付日時 5月6日（木）～13日（木）（土・日を除く）

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）

▽抽選会 5月20日（木）午後1時30分

▽入居指定日 6月1日（火）

公園・道路のアダプトシステム活動参加者募集

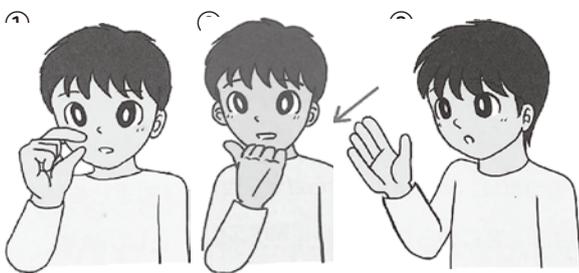
公園緑地課 土木課 ☎62・3424 ☎62・3298

アダプトシステム活動に参加していただける皆さんを募集します。

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の紹介を行います。

少々お待ちください



- ①右手の親指と人差し指を伸ばし、指の間を狭めます。
- ②右手の親指以外の4指を折りあごの下につけます。
- ③顔の中央で右手を立てたまま前方へ下げます。

※イラスト：長野県手話ガイドブックより

▽アダプトシステム活動とは

個人や企業、団体が、公園や道路などの公共施設の「里親」となり、清掃や手入れをするボランティア活動です。

▽参加者の活動 清掃や花壇の手入れ、草刈り、剪定、トイレ清掃等

▽市からの支援 活動に必要な機材の貸し出し、燃料の提供等

▽募集期間 随時募集

▽参加方法 公園緑地課または土木課へ電話で申込み

※活動場所・内容を打ち合わせ後、アダプトシステムの協定を結んでいただきます。



ホームページQRコード

イベント

白田小満祭の開催中止について

白田小満祭実行委員会(白田支所内)
☎82・31113

新型コロナウイルスの感染症拡大防止のため、令和3年白田小満祭は、中止することとしました。

龍岡城跡お台所 一般公開

文化振興課(文化財事務所)
☎63・5321

龍岡城跡(国史跡)に唯一残る建造物「お台所」の内部を一般公開します。

「お台所」とは、主に龍岡城の食事を作っていた建物で、明治8年からは尚友学校(現田口小学校)の校舍として使われ、現在は龍岡城に関する資料などが展示されています。ぜひご覧下さい。

▽日時 5月2日(日) 5日(水・祝)
午前10時〜午後3時



旧大沢小学校 一般公開

文化振興課(文化財事務所)
☎63・5321

旧大沢小学校(市有形文化財)を一般公開します。かつて市内にあった木造校舎のパネル展示のほか、屋根裏も見学できます。

▽日時 5月2日(日) 5日(水・祝)

午前10時〜午後4時
※公開日以外の見学を希望される場合は、二週間前までにご連絡ください。なお、見学対応ができません場合もあります。



鎌倉彫教室生作品展

文化事業団 ☎82・3962

教室生が丹精込めて仕上げた作品を展示します。手彫りで表現された刃跡の繊細さ、力強さ、温かさなど様々な表情を持つ魅力的な作品をご覧ください。

▽日時 5月15日(土) 6月30日(木)
午前9時〜午後5時

※毎週月曜日は休館

▽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

※10名以上の団体でお越しの場合は、事前にご連絡ください。

ひろばにおいでよ!

ガーデンピクニックフェスタ

NPO法人さくのわ花物語
☎070・5595・1863

▽日時 5月23日(日)
午前10時〜午後4時

▽会場 市民交流ひろば(佐久平駅南)

▽参加費 無料

▽内容 ファミリー写生大会(午後2時まで)、ひろばのなぞをときあかせ!

ラリー、音楽ライブ、キャンピングカ

・展示、インラインスケート体験、フリーマーケット、キッチンカー、花苗プレゼント
▽後援 公園緑地課

ランチタイムコンサート

文化事業団 ☎82・3962

▽日時 5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

▽入場料 無料

▽内容 佐伯周子氏によるシューベルトピアノソロ曲

※事前に佐久平交流センターで無料入場券をお求めください。

うすだスタードーム

5月のイベント

うすだスタードーム ☎82・0200

各イベントの参加費(入館料)は一般520円、小中学生260円です。

▽こどもの日観望会

・日時 5月5日(水・祝)
午後7時30分〜9時

・内容 大型連休の星空を楽しむ天体観望

・定員 20名程度(申込先着順)

▽第1回星座教室「北斗七星と春の星座を見つけよう!」

・日時 5月14日(金)午後7時30分〜9時

・内容 春の星座観望

・定員 20名(申込先着順)

▽皆既月食観望会

・日時 5月26日(木)午後6時30分〜10時

・内容 皆既月食観望
・定員 20名程度(申込先着順)

図書館 5月の行事予定

| | |
|-------|-----------|
| 中央図書館 | ☎67・21111 |
| 白田図書館 | ☎82・3932 |
| 浅科図書館 | ☎58・4321 |
| 望月図書館 | ☎53・0230 |

5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】

▽子ども読書まつり おはなしの会

・日時 1日(土)午前10時

▽あかちゃんのおはなし会

・日時 20日(木)午前10時30分

・対象 乳幼児

▽ぼっけおはなしの会

・日時 15日(土)午前10時30分

▽ザ・フレンズ朗読会

・日時 19日(水)午前11時

▽語りのおもてなし

・日時 22日(土)午後3時

▽佐久の先人を語る

・日時 29日(土)午後1時30分

【浅科図書館】

▽おはなし会

・日時 15日(土)午前11時

【望月図書館】

▽ちいさい子のおはなし会

・日時 14日(金)午前10時30分

・対象 乳幼児

▽ものがたりふれあいトーク

・日時 22日(土)午前11時

講座・教室

ふれあいポルdeウォーキング 5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 5月2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 100円

▽内容 公園内と長野支場散策

※体験講習もあります。

▽持ち物 飲み物、雨具

○軽井沢発地・散策ウォーク

▽日時 5月16日(日)
午前10時～午後0時30分

▽集合 風越公園駐車場

▽参加費 100円

▽内容 新緑の軽井沢発地散策

▽持ち物 飲み物、雨具

○会員募集中

▽年会費 千円(各種特典付き)

教室参加者募集

障害者自立生活支援センター

☎64・02112

FAX 64・02113

参加対象者は障がいのある方です。感染症対策のため参加人数を制限しています。必ず事前にお申し込みください。

▽音楽を楽しむつどい

・日時 5月7日(金)

午後1時30分～2時30分
・会場 野沢会館205号室

▽料理教室

・日時 5月14日(金)午前10時～午後1時

・会場 あいどびあ白田調理室

・参加費 食材費400円

・持ち物 持ち帰り容器、エプロン、三角巾

※作った料理は持ち帰っていただきます。

申込みのキャンセルは、前日の午前中

までにお願います。

▽陶芸教室(全2回)

・日時 5月20日(木)、6月17日(木)

午後1時30分～3時

・会場 野沢会館創作室

・参加費 粘土代1玉300円

・服装 汚れてもよい服

▽気功教室

・日時 5月26日(木)

午後1時30分～2時30分

・会場 野沢会館和室1・2号

・服装 楽に動ける服装

・持ち物 飲み物

家族介護者交流会

野沢地域包括支援センター

☎63・8430

地域包括支援センターでは、介護者同士の交流会や介護についての講座を毎月開催しています。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。

▽日時 5月8日(土)午前10時～正午

▽会場 野沢会館2階 和室1・2号室

▽参加費 無料

▽内容 足つばセルフケア・リフレクソロジー

▽講師 ほつとスペースSNOB

市川信子氏

▽定員 20名程度

▽申込方法 野沢地域包括支援センターへ電話で申込み

※足が出せる動きやすい服装でお出かけください。

望月歴史民俗資料館
5月のイベント

望月歴史民俗資料館

望月歴史民俗資料館

☎54・2112

各イベントは望月歴史民俗資料館へ電話でお申し込みください。

▽資料館講座

・日時 5月22日(土)午後1時30分～3時

・会場 駒の里ふれあいセンター

(大ホール)

・参加費 無料

・内容 「佐久郡寛永総検地の地域性、現在につながる村々の成立」

・講師 多福寺住職 山崎哲人氏

・定員 70名程度(先着順)

▽前期機織体験教室

・日時 5月～7月 第1・3金曜日

【午前】午前10時～正午

【午後】午後1時30分～4時

・会場 望月歴史民俗資料館

・講師 望月多恵子氏

・対象

【午前】経験者

【午後】どなたでも

・定員 各部5名(申込先着順)

・参加費 510円(入館料込)

※織った布は、後日お渡しします。

開館記念無料ワークショップ
「『いろ』と『かたち』で遊んでみよう!」

近代美術館

☎67・1055

5月26日で開館38周年を迎えることを記念し、無料のワークショップを開催します。

クレヨンや色鉛筆から日本画材、卵ペンペラまで、さまざまな技法を体験しながら、「いろ」と「かたち」を組み合わせて、オリジナルの作品を作ってみよう。

▽日時 5月22日(土)・23日(日)

①小中学生と保護者向け

午前10時30分～正午

②高校生以上向け

午後1時30分～3時30分

▽会場 近代美術館視聴覚室

▽参加費 無料

▽定員

①各日6組(1組3名まで)

②各日12名

▽申込方法 近代美術館へ電話で申込み(先着順・定員に達し次第受付終了)

▽申込開始 5月1日(土)



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

ご家族が自死で亡くなると、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、わかち合う場です。

▽日時 5月28日(金)

午後1時30分～3時30分

▽会場 佐久市内

※安心してご参加いただくため、申込時に詳しくご案内します。

▽参加費 1000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(予約制)

※その他の方の参加は、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わかちあい⑤参加しての感想

スポーツ教室参加者募集

スポーツ課 ☎62・4004

申込みは5月6日(木)から受け付けます。

▽ゴルフ教室(全10回)

・日時 5月25日～6月24日(火・木)

午後7時30分～9時

・会場 佐久平ゴルフ練習場

・参加費 大人 3千円

中学生以下 2千円

・対象 小学生以上

▽弓道(佐久)教室(全10回)

・日時 5月28日～7月30日(毎週金曜)

午後7時～9時

・会場 駒場公園弓道場

・参加費 2500円

・対象 中学生以上

▽ヨガ(夜間)教室(全10回)

・日時 6月7日～8月30日(毎週月曜)

午後7時～8時30分

・会場 あいとびあ白田

・参加費 大人 1500円

中学生以下 1000円

・対象 小学生以上

▽スピードスケートローラー教室(全10回)

・日時 5月30日～8月1日(毎週日曜)

午前9時～11時

・会場 美笹ローラースケート場

・参加費 1500円

・対象 年中から小学生

隣保館教室参加者募集

中央隣保館 ☎62・0991

望月人権文化センター

☎51・1135

浅科人権文化センター

☎58・2039

各教室ともスリッパを持参してください。パソコン教室は、各自パソコンをお持ちください。

【中央隣保館】

電話でお申し込みください。

▽ヨーガ健康教室(全18回)

・日時 6月14日～2月28日

第2・4月曜日 午後1時30分～

・参加費 3千円

・講師 白田貴子氏

・定員 25名(申込先着順)

・申込開始 5月7日(金)午前8時30分

▽初級パソコン教室(全12回)

・日時 6月15日～12月7日

第1・3火曜日 午後1時～4時

・参加費 テキスト代500円

・定員 16名(申込先着順)

・申込開始 5月7日(金)午後1時

▽自分で作る「EMぼかし教室」

・日時 5月25日(火)

午前9時30分～11時30分

・参加費 500円

・講師 パートナーシップ佐久

・服装 作業のできる服装

・定員 15名(申込先着順)

・申込期限 5月18日(火)

【望月人権文化センター】

電話でお申し込みください。

・申込開始 5月7日(金)

▽ヨーガ健康教室(全18回)

・日時 6月3日～2月17日

第1・3木曜日 午後1時30分

・参加費 3千円

・講師 井出智衣子氏

・定員 25名(申込先着順)

▽初級パソコン教室(全11回)

・日時 6月11日～12月24日

第2・4金曜日 午後1時～4時

・参加費 テキスト代500円

・定員 10名(申込先着順)

▽手芸教室(全6回)

・日時 6月10日～12月9日

第2木曜日 午後1時30分

・参加費 無料

・講師 小山三保子氏

・定員 10名(申込先着順)

▽コース(全11回)

・日時 7月12日～12月20日

第2・4月曜日 午後1時30分

・参加費 無料

・講師 小林美智子氏

・定員 20名(申込先着順)

▽和文文化教室(全7回)

・日時 6月7日～12月6日

第1月曜日 午後1時30分

・参加費 和菓子とお茶代実費

・内容 お茶と着付け

・講師 職員

・定員 10名(申込先着順)

▽大人のピアノ教室(全7回)

・日時 6月18日～12月17日

第3金曜日 午後1時30分

・参加費 無料

・講師 館長 大井清子氏

・持ち物 キーボード

・定員 10名(申込先着順)

【浅科人権文化センター】

電話でお申し込みください。

▽初級パソコン教室(全10回)

・日時 7月2日～11月19日

第1・3金曜日 午後1時～4時

・参加費 テキスト代500円

・定員 12名(申込先着順)

・申込開始 5月7日(金)

オレンジカフェ座談会

高齢者福祉課 ☎62・3157

▽日時 5月11日(火)

午後1時30分～2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

▽内容 レクリエーション、座談会

▽対象 認知症の方、認知症の方を介護されている方

▽持ち物 飲み物

▽申込み 不要

心の健康づくり講座

「心がラクになる

認知行動療法のススメ」

健康づくり推進課 ☎62・3189

▽日時 ①6月3日(木) ②7月8日(木)

両日とも午後2時30分～4時

▽会場 市民創練センター

▽対象 佐久市民の方

▽内容

①【考え編】前向きに考えるのではなく、考えを広げる

②【行動編】上手くやるのではなく、実験してみる

※全2回コースです。両日参加すること原則とします。

▽講師 川中島Fメンタルクリニック

院長 福家知則氏

※「認知」とは、ものの受けとり方や考え方という意味です。講座では認知行動療法を用いて、心がラクになるコツ

をお話いただきます。

▽定員 100名

▽申込方法 健康づくり推進課へ電話で申込み

▽申込期間 5月10日(月)～27日(木)

今月の「COOL CHOICE」

クールビズに取り組もう

環境政策課 ☎62・2917

環境省では、地球温暖化に資するあらゆる「賢い選択」を促す国民運動「COOL CHOICE (賢い選択)」を推進しており、その主要施策のひとつとして、過度な冷房に頼らず様々な工夫をして夏を快適に過ごすライフスタイルである「クールビズ」を提唱しています。

▽取組例

・「28℃」を目安に、冷やしすぎない室温管理

・TVなど家電からの放熱は冷房効率に影響するので、使わない家電の電源を切る

・グリーンカーテンを設置する

・うちわや扇子を利用して体感温度を下げる

・ポロシャツやかりゆし、機能・素材を活かしたスポーツアイテムなどを着用する

・ご家庭やオフィスでお試しいただき、暑い季節を快適に過ごしませんか。

寄附

●寄附ありがとうございます

○ふるさと納税寄附

- ・青木一憲様/飯室ひとみ様/石川治様
 - ・市川拓志様/伊藤直樹様/伊藤祐輔様
 - ・入澤康夫様/宇治琢磨様/遠藤智明様
 - ・大川幸弘様/大崎一男様/大杉圭様
 - ・大美賀良様/大村利彦様/小笠原康洋様
 - ・岡田忠夫様/荻原広様/甲斐一郎様
 - ・加藤龍一様/北川淳様/北澤敬吾様/木村健様/久保竣太郎様/黒岩崇様/小岳陽様/小林靖明様/近藤陽介様/最勝卓道様/齊藤徹様/澤田英典様/嶋田毅様/清水好仁様/新保将様/鈴木完様/鈴木美由紀様/鷺見郁宏様/関口正宏様/高垣昭二様/竹村聡司様/多田正二様/徳田泰明様/富澤大喜美様/永澤江奈様/中村仁様/西村拓朗様/野澤元樹様/野路研様/馬場智之様/早川和哉様/蛭田洋之様/前田幸夫様/松永真穂様/三上哲史様/森北信也様/山岸美香様/山口隆明様/山下恒久様/山下政憲様/山田剛史様/山田直幸様/吉田学様/立仙祐美子様/渡川正徳様 ※順不同
- 一般寄附
- ▽市へ
 - ・現金2百万円 (有)セントラル様
 - ・手作りのシトラスリボン390個 佐久商工会議所女性会様
 - ・現金50万円 (一社) 長野県ゴルフ振興基金様
 - ・現金10万円 第一生命長野支社様

- ・現金2千円 佐久の鯉太郎様
- ・エストニア共和国製グランドピアノ、ピアノカバー、ピアノベンチ、台車 榎山孝様

▽市内小学校・市立図書館へ

- ・絵本 童話の花束 39冊 (株)武重商会様

▽佐久平浅間小学校へ

- ・読売KODOMO新聞創刊10周年記念号 430部 読売センター岩村田様

▽平根小学校へ

- ・トランペット 高橋優様

▽近代美術館へ

- ・美術品1点(作長岡國人) 長岡國人様

▽浅間総合病院へ

- ・手指消毒液 千曲運輸(株)様

●令和元年東日本台風による被害に
対し、心のこもったご支援をいただきありがとうございます

○災害義援金

▽個人の皆様

- ・北村礼桂様
- ・竹並和國様

▽企業・団体の皆様

- ・岩村田北保育園きりん組保護者一同様
- ・佐久市観光協会様

佐久市災害義援金は、令和3年3月末をもって受付を終了しました。大勢の皆さんにご支援をいただき、ありがとうございました。

No. 194

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

生涯学習
マスコット
マナビィ

地域の絆を深める地域公民館の活動

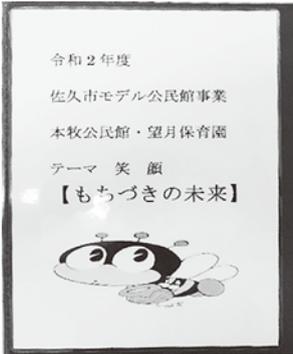
～第14次モデル地域館事業（令和元～2年度より）～

第14次モデル地域館事業が7地区（下平尾・下県東・松井・駒場・旭ヶ丘・駒寄・本牧地区）で実施され、それぞれの地域の特色を活かした事業が展開されました。コロナ禍ということもあり、なかなか思うように活動できない館もありましたが、それぞれに工夫して事業を進めました。

その中で、本牧地区公民館が実施した「写真展」を紹介します。

「笑顔～もちづきの未来～」と題したこの写真展は、保育士が撮影した望月保育園児の日常の姿をつどいに展示して地域の活性化に役立てようと企画したものです。コロナ禍の影響でつどいが中止となってしまいましたので、望月公民館のロビーに1週間ほど展示して地域のみなさん

にご覧いただきました。子どもたちの溢れんばかりの笑顔の写真展は、家庭・地域の絆を結ぶ取り組みとして大変好評でした。



本牧地区公民館の写真作品集



ちょっとひとこと

地域防災への一歩

田口（下町区） 山本 隆



令和元年の東日本台風（台風19号）。私の住む地域も土砂災害や床上・床下浸水等の被害。避難所生活も経験した。前区長の孤軍奮闘が目につく。

昨年区長を引き継いだ私は、配布資料の「防災士」に目が留まり、かねてより地域とのかかわりを考えていたので、この資格に挑戦することを決意。募集要項には13項目のレポート提出と2日間13時間の講座受講後資格取得試験とある。幸い何とか合格。要件をクリアし、昨年12月晴れて「防災士」を取得し、地域防災の一歩を踏み出すことができた。感染防止策を充分にとり、仲間と飲んだ「合格祝いの紹興酒」、何ともおいしく嬉しかった。

地区では昨年8月、「自主防災組織改編プロジェクト」を立ち上げた。若い組長の柔軟な発想と対応力、駐在所員や地区消防団員等の豊富な経験・知識をお借りし、組織の見直し、地区防災マップや自主避難計画、「ご近助カード」等の作成と掲示、配布を行った。これらの活動が、地域の若い力や年配者の豊富な経験・知識を活かすことにつながり、皆で助け合い、防災を考えるきっかけとなれば幸いである。

4カ月に渡り地域防災に協力いただいたことを感謝し、私も地区の一人として微力ながら地域防災に役立ちたいと思っている。

佐久市高齢者大学・大学院は
創錬の森 市民大学・大学院
に名前が変わります！

65歳以上の佐久市民の皆様を対象に毎年開講している佐久市高齢者大学・大学院は、人生100年時代をより健康で、活力を持って生活できることを願って今年度より名称を変更することとなりました。名称案は昨年度の学生や市民の皆様から計80件のご応募をいただき、事務局案を加えて運営委員会で検討し、決定しました。

新名称として決定した『創錬の森 市民大学』（略称：創大）は、市民創錬センターや県立武道館周辺を一体とした『創錬の森』に市民が集い、学生同士の交流を深めながら学ぶことのできる場という想いを込めました。

その他候補

佐久市コスモス大学・佐久市ふれあい大学
佐久市生涯学習大学・佐久市はつらつ大学など

今年度は5月26日に開講予定です。（学生の募集は既に終了しています）なお、午前中の講義は佐久市民のどなたでも聴講できます。収容人数に限りがありますので、聴講を希望される方は事前に電話でお申し込みください。詳しい開講日程等は開講式後に佐久市ホームページや各月の公民館報に掲載します。

一層パワーアップする『創大』をよろしくお願ひします！

問合せ先：中央公民館 66-0551

たくさんのご応募
ありがとうございました！



東公民館 きのこ栽培教室

3月6日、佐久森林組合の方を講師に「きのこ栽培教室」を開催しました。「シイタケ」と「クリタケ」の栽培・管理方法を学び、原木にドリルで穴を空け種駒を打ち込みました。木洩れ日の下に置き、乾燥させなければ、1年半後の秋には美味しいきのこを収穫できるそうです。待ち遠しいですね。



浅間公民館 伝えたい佐久の味④

2月10日、佐久農村マイスターの会を講師に「おやきづくり」を行いました。今回は蒸し器を使わずにフライパンで作りました。「思ったより簡単にできたので家でも作ってみたい」との声や、子育て世代のママからは「おやつに作ってあげたい」などの声が上がリ、楽しいひとときでした。



臼田公民館 子ども小満太鼓教室

11月から2月にかけて、臼田小満太鼓愛好会の皆さんを講師に「子ども小満太鼓教室」を開催しました。公民館のつどいでのステージ発表が中止となったため、最終日の2月20日に保護者の方を対象に練習の成果を発表しました。あいとびあ臼田のホールに力強い太鼓の音が響き渡りました。



望月公民館 家族の笑顔が一番しあわせクッキング

3月4日、内田すみ江先生を講師に、牛肉の香り醤油、ミルフィーユなどを作りました。先生の、レシピにもない巧みな「話術スパイス」が加わって、さらに素晴らしい出来ばえとなりました。今年も、参加者から「わあ！」と驚きと喜びの歓声があがる秘伝の“感嘆”レシピが楽しみです。



「令和2年度 人権啓発標語優秀作品」

佐久市教育委員会と佐久市企業人権同和教育推進連絡協議会では、市内小学校5年生を対象に人権啓発標語を募集しています。昨年度の優秀作品に選出された3点と作者の感想を紹介します。

認め合う 個性がちがう いい仲間

人権啓発が少し難しかったので、私のことを考えました。私のことを受け入れてくれて、良いところを話してくれたら、注意してくれる友達がいきました。考えが違うことがあっても、分かり合って友達になったことを思い出して、その思いを表すやさしい言葉を考えました。

岩村田小学校 和賀井 晴菜さん

勇気出せ 君の一言 友救う

あなたは、いじめを見ているだけでいいのですか？ 勇気を出して自分の一言で友達を救ってみませんか？ その一言によって自分も勇気を出せるし、相手もとても助かります。いじめを見たらぜひに友達を救ってあげてください。

中佐都小学校 小林 靖矢さん

悪口は 人をつきさす 言葉の矢

「悪口」をどんな言葉に例えるか考えて、「言葉の矢」と表しました。
悪口を言うと、相手を傷つけ、悲しませてしまいます。心の傷は簡単には治らないので、人を傷つけるようなことを言わないで欲しいです。

佐久城山小学校 菊池 勇斗さん

※お問い合わせ等は人権同和課まで(☎62-3135)

公民館の学習グループ紹介①

公民館では多くの学習グループが集い、多様な活動を繰り広げています。あなたも仲間に入りませんか？

【問合せ】：各地区公民館までお電話ください。

《みやびの会》

東公民館

◆平成12年から活動している「箏（琴）」の会です。邦楽好きが集まり、唱歌から古典まで、幅広く箏を楽しんでいます。ボランティアで施設等でも演奏し皆さんに喜んでいただいています。月2回木曜日に練習し、みやびな音色を奏でています。

《扇巳紀会》（西川流日本舞踊）

浅科公民館

◆平成16年4月から旧浅科会館を利用して活動を始めたこの会の特徴は、ボランティア活動にとても熱心ということです。敬老会や老人ホーム等に年10回以上も訪問し、踊りの披露をとおしてお年寄りとの交流を続け、大変喜ばれています。

《やまぼうし》（銭太鼓の演奏）

野沢公民館

◆銭太鼓は古くから伝わる民族楽器で、叩くと銭の鳴る音から名付けられています。迫力ある音が魅力のひとつで、脳トレや認知症予防にも最適です。結成10年で月2回木曜日に、仲間の輪を大切に和気あいあいと練習しています。

銭太鼓



《中込銅板教室》

中込公民館

◆平成20年に発足し、現在会員12名、銅板に図柄を写し釘打ちをして薬品液に浸して着色。誰にでもでき、楽しめる制作活動です。一緒に楽しみませんか。



市立図書館より

図書館ミニ講座「佐久を知る」第2弾

佐久の先人を語る

佐久市では、「佐久の先人」と題して冊子を2冊刊行しています。図書館では「佐久を知る」第2弾として、昨年度までの、「おさむ 収おじいちゃんが語る佐久の今昔」に続き「佐久の先人」で紹介された方々について、さらに詳しく知っていただくために、ミニ講座を開催いたします。

講師には、執筆者をはじめ先人に造詣の深い方々をお招きし、お話しさせていただきます。

| | |
|-------|------------------------------------|
| 日 時 | 5月29日(土曜日) 13:30~15:30 |
| 場 所 | 佐久市立中央図書館 視聴覚室 |
| 講座内容 | 第1回目は新田開拓者「市川五郎兵衛」について紹介とトークを行います。 |
| そ の 他 | 詳細については佐久市立図書館ホームページをご覧ください。 |

☎ 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

佐久市少年センター補導委員の活動をご紹介します！

佐久市少年センター補導委員協議会は、地域の皆さんの中から選出された80名と、市内の各小・中・高等学校の先生達の中から選出された33名の、計113名の委員で構成されています。地域から選出された80名の補導委員は、地域ごとに4人で1つの班を作り、主に平日の午後4時～午後5時30分（11月～3月は午後3時30分～午後5時）に、街頭補導活動として地域の見回りを行っています。子ども達が集まる公園や商業施設、児童館などを訪問し、訪れる子ども達の様子をお店の人や館長さんに伺ったり、子ども達への声かけを行ったりしています。

補導委員協議会では「青少年は地域で育む」という思いのもと、巡回中に出会う子ども達への「声かけ」や「対話」を積極的に行っています。

この1年間は新型コロナウイルス感染症の影響により、活動が制限されてしまうことも多くありましたが、引き続き感染防止対策をしながら、今年度も可能な限り活動を行っていききたいと思います。

子ども達の安全で健やかな成長のためにも、補導活動へのご理解、ご協力をお願いいたします。



少年センターだより



伸びよう
伸ばそう
青少年

5月11日は「信州あいさつの日」・5月16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）

下記の講座は開催できるよう準備を進めておりますが、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止または延期とする場合があります。不明の点は、各公民館にお問い合わせください。なお、参加の際は、全員マスクの着用をお願いします。

■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

| | 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 | ◎ ストレッチ教室Ⅱ ～ご自身の体と健康のために～ 今年度2回目の募集です。初参加の方が優先となります。もう1回募集予定です | ① 6月 8日(火) ② 7月13日(火) (時間) 10:00～11:30 | 浅間会館 会議室1、2 | ストレッチ指導員 益戸早苗先生 | <参加費> 無料 <持ち物> ヨガマット・タオル・飲み物 <定 員> 20名程度 ※申込受付開始 5月11日(火) 8:30 |
| | ◎ 伝えたい佐久の味① ～草もち～ 今年度の1回目は草もちを作ります。ふるってご参加ください | 6月22日(火) 9:30～12:00 | 浅間会館 料理講習室 | 佐久市農村生活マイスターの会 | <参加費> 500円程度 <持ち物> エプロン・三角巾・持ち帰り容器 <定 員> 12名 ※調理のみで試食は行いません ※申込受付開始 5月20日(火) 8:30 |
| 野沢公民館 | ◎ 100歳まで歩く！筋肉づくり(全5回) 自分の体と向き合い、100歳まで歩ける筋肉づくりを学び、実際に体操します！ | ① 5月18日(火) ② 5月25日(火) ③ 6月 8日(火) ④ 6月15日(火) ⑤ 6月22日(火) (時間) 13:00～14:45 | 野沢会館 会館ホール | 兩宮病院 理学療法士 | <参加費> 100円(初回のみ資料代) <持ち物> タオル・飲み物・運動靴 <定 員> 30名 ※運動ができる服装でご参加ください ※申込受付中 |
| | ◎ ふるさとウォッチング① 築128年！佐久市指定有形文化財「旧大沢小学校」と大沢地区の時代背景を学びます | 5月28日(金) 9:30～11:30 | 現地集合：旧大沢小学校(校庭) | 大沢地区文化財保存会会長 永井一男先生 | <参加費> 100円(保険料) <持ち物> 飲み物 <定 員> 20名 ※申込受付中 |
| | ◎ ふるさとウォッチング② 「野沢の町歩き」知っているようで知らない町の魅力を発見しましょう！ | 7月 1日(木) 9:00～11:00 | 野沢宿 びんころ地蔵 | 佐久歴史の道案内人の会 | <参加費> 100円(保険料) <持ち物> 飲み物 <定 員> 30名 ※ 申込受付開始 6月1日(火) 8:30 |
| 中込公民館 | ◎ 子育て楽しみ隊・和ヨガ教室(全2回) 子育て中の皆さん、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 | ① 5月26日(水) ② 6月23日(水) (時間) 10:00～11:30 | 中込会館 大会議室 | 和ヨガインストラクター 金澤優子先生 | <参加費> 無料 <持ち物> ヨガマット・飲み物 <定 員> 15名(産後4か月以上の方) ※申込受付中 |
| | ◎ 高原鉄道小海線の魅力① FMさくだいら「Mo鉄ちゃんの鉄分補給出発進行」でおなじみ、小海線をこよなく愛する茂木先生による講演と、車両見学(HIGH RAIL1375)を行います | 6月 9日(水) 10:00～12:00 | 中込会館 JR中込駅 | FMさくだいらパーソナリティ 「Mo鉄ちゃん」茂木二剛先生 協力：JR東日本長野支社小海線営業所 | <参加費> 無料 <持ち物> 筆記用具・飲み物 <定 員> 20名 ※昨年度と同じ内容となりますので、初めて参加される方を優先します ※申込受付開始 5月10日(月) 8:30 |
| 東公民館 | ◎ 自然散策～高峰山～ 佐久平を一望しながら初夏の山歩きを楽しみましょう | 6月 3日(木) 9:00～16:00頃 | 集合：市民創練センター | 元自然保護レンジャー 佐藤文一先生 | <参加費> 200円 <持ち物> 登山のできる服装・軽登山靴・昼食・飲み物・手袋 <定 員> 12名 ※詳細は参加者に後日お知らせします。 ※申込受付開始 5月11日(火) 8:30 |
| | ◎ おしゃれな料理教室 リッチな食パン、シュークリーム、チキンの惣菜を作ります | 6月23日(水) 9:30～12:30 | 市民創練センター 調理室 | 料理研究家 内田すみ江先生 | <参加費> 800円程度 <持ち物> エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 <定 員> 12名 ※調理のみで試食は行いません ※申込受付開始 5月19日(水) 8:30 |
| | ◎ 渋沢栄一と佐久 «野沢・中込・東公民館合同開催» 渋沢栄一と佐久のかかわりについて学びましょう | 7月 5日(月) 14:00～16:00 | 創練センター 大会議室 | 前望月歴史民俗資料館館長 上原美次先生 | <参加費> 100円(資料代) <持ち物> 飲み物 <定 員> 80名 ※申込先：東公民館 ※申込受付開始 6月4日(金) 8:30 |

下記の講座は開催できるよう準備を進めておりますが、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止または延期とする場合もあります。不明の点は、各公民館にお問い合わせください。なお、参加の際は、全員マスクの着用をお願いします。

■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 | |
|----------|---|---|---------------------|----------------------------|--|
| 臼田公民館 | ◎ふるさと学習 ふるさとの魅力を再発見！ 依田信蕃公と蕃松院の歴史を学びましょう | 6月9日(水) 9:00~11:30 | 現地集合：蕃松院 | 佐久市文化財保護審議会委員 鷲見和人先生 | <参加費>200円程度（保険料等） <持ち物>飲み物・雨具 <定員>20名 ※詳細は後日参加者に通知します ※申込受付開始 5月10日(水) 8:30 |
| | ◎防災教室「ハザードマップを知る」 (全2回) 防災マップの見方を知り、いざという時に役立てましょう | ① 6月25日(金) ② 6月30日(水) (時間) 9:30~11:30 | あいとびあ臼田多目的室 | 佐久市危機管理課職員 佐久市社会福祉協議会職員 | <参加費>無料 <定員>15名程度 ※申込受付開始 5月12日(水) 8:30 |
| 浅科公民館 | ◎ 簡単！くんせい講座 誰でも出来る簡単な「くんせい」を作ってみませんか♪ | 6月10日(水) 9:30~12:30 | 浅科会館 創作室 | 学習グループ「くんせい同好会メンバー」 | <参加費>1,000円程度（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾 <定員>12名 ※調理のみで試食は行いません ※申込受付開始 5月12日(水) 9:00 |
| | 【夏休み子ども公民館】 ◎みんなで楽しむ陶芸教室（全2回） 出来上がりの感動を一緒に楽しみましょう。作品は自由です。子どもは保護者と一緒に。大人のみの参加もできます。お待ちしております♪ | ① 6月27日(水)《作品作り》 ② 7月25日(水)《色付け》 【午前の部】 9:30~11:30 【午後の部】 13:30~15:30 ※①,②とも、午前か午後の部のいずれかをお選びください | 浅科会館 創作室 | 学習グループ「陶友会」 | <参加費>一組1,000円程度 <持ち物>エプロン・古いタオル（手ぬぐい） <定員>午前、午後の部各16名（8組程度） ※作品引渡し 8月10日(水) ※申込受付開始 5月26日(水) 9:00 |
| | ◎初夏の飾り巻き寿司教室 ～何が現れるのか？切ってみよう！！～ 初夏の飾り巻き寿司に挑みましょう | 6月30日(水) 13:30~16:00 | 浅科会館 料理講習室 | 飾り巻き寿司インストラクター 菊原訓子先生 | <参加費>1,000円程度（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾・ふきん・巻きす・ラップ・開いた牛乳パック（まな板替り）・持ち帰り用容器 <定員>8名 ※調理のみで試食は行いません ※申込受付開始 5月28日(金) 9:00 |
| 望月公民館 | ◎気軽にらくらくストレッチ（全10回） 気軽に楽しくストレッチ体操をしませんか | ① 6月11日(金) ② 6月25日(金) ③ 7月 9日(金) ④ 7月23日(金) ⑤ 8月13日(金) ⑥ 8月27日(金) ⑦ 9月10日(金) ⑧ 9月17日(金) ⑨10月 8日(金) ⑩10月22日(金) (時間) 10:00~11:30 | 駒の里ふれあいセンター 大ホール | ストレッチ指導員 益戸早苗先生 | <参加費>無料 <持ち物> タオル・ヨガマット・飲み物 <定員>25名 ※申込受付開始 5月20日(水) 9:00 |
| | ◎お父さんの元気ストレッチ（全5回） お父さん！固いのは頭だけにして一緒に始めましょう！奮ってご参加ください | ① 6月 5日(土) ② 7月17日(土) ③ 8月21日(土) ④ 9月18日(土) ⑤10月16日(土) (時間) 10:00~11:30 | 駒の里ふれあいセンター 大ホール | ストレッチ指導員 益戸早苗先生 | <参加費>無料 <持ち物> タオル・ヨガマット・飲み物 <定員>15名 ※申込受付開始 5月18日(水) 9:00 |

※一部を除き、事前に個人（家族）ごとの申込みが必要です。（詳しくは各公民館へお問い合わせください）

※望月公民館は、月曜日と祝日の翌日は休館です。

※<定員>のあるものは、先着申し込み順で、定員になり次第締切となります。

※「全〇〇回」の表記は、シリーズで行う講座で、継続しての参加をお願いします。

「おじいちゃん、読んでみて。」
10歳の孫が原稿用紙を差し出しました。題名は「20歳の私へ」とあります。

「20歳の私へ」

元氣ですか？夢だった山の暮らしはどうですか。怖いことはありませんか？夢は変わっていませんか。変わっていても無理しないでください。苦しいことやつらいこともあるけれど、頑張ってくださいね。

「20歳の私より」

夢を追いかけてます。心の中で遊んでいます。大好きだったぬいぐるみは、今も元気にしていますか？いつもそばにいて話しかけてくれたよね。おじいちゃん、おばあちゃんはいつも抱きしめてくれた。とても温かかった。お父さんお母さんは話を聞いてくれた。みんなに囲まれて大きくなりました。みんな「ありがとう」こんな自分が大好きです。20歳の私は夢を追いかけてます。これからも心の自分と一緒にがんばろう。

幼き日に大切にされた思いというものが、こんなに深く根をおろしているのかと、春の日差しと共に温かでした。

（編集委員）

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



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

ことぶきの家
総合相談室
開設

浅間山を一望できる
天然温泉

温泉の後は **湯上がり味処のぞみ**

新メニュー 続々登場

テイクアウトも 充実

おすすめ 大人気
安養寺ら〜めん

カレーや丼も好評!!

【営】10:00～21:30 (最終受付21:00) 味処11:00～20:30 (ラストオーダー20:00) 他各施設要問合せ
 【休】第3木曜日 【入浴料】●さんびあ温泉地域会員証をお持ちの方 / 大人600円、小学生300円、4歳～未就学児100円、3歳以下無料、●お持ちでない方 / 大人850円、小学生400円、4歳～は上記料金

スパリゾートのぞみサンピア佐久 佐久市根岸3203-2
0267-63-3900

【併設】有料老人ホームウェルサンピア(住宅型・介護付) ◎入居のご相談は☎0267-22-9274

処方せん調剤 | 介護用品 | 医薬品 | 化粧品

萬寿堂薬局
 調剤用薬品備蓄 約2300品目

皆さまの身近に
 そっと寄り添う、安心の
 かかりつけ薬局でありたい。
 それが願いです。

佐久市臼田224

☎ **0267-82-3141**
 FAX **0267-82-3142**

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

地域の皆さまと共に、
 これからも
 歩んでまいります

Chikuma Bus Group
千曲バス

千曲バスグループ

- 千曲バス営業部 小諸 0267-26-2600
- 千曲バス観光部 小諸 0267-24-3300
- 千曲広告 佐久 0267-62-5110
- 東信観光バス 佐久 0267-53-5522
- 千曲通商 佐久 0267-62-5130
- 千曲観光 佐久 0267-62-1000
- 千曲ハイヤー 佐久 0267-67-1010
- 佐久ハイヤー 佐久 0267-62-1515
- ニュー交通 佐久 0267-65-7070
- 東部湯の丸サービエリア下り線 東御 0268-62-6102
- くるまやラーメン佐久店 佐久 0267-62-1014

本社 / 佐久市野沢20 佐久 0267-62-0081
 上田営業所(0268)22-2363 小諸営業所(0267)22-2100 <http://www.chikuma-bus.com>

必要なものを、必要なときに、必要な期間だけ
 品質と安全性を充たした安心な商品をお届けいたします

エフビー介護サービス 検索

福祉用具レンタル・販売 住宅改修

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

佐久営業所
 〒385-0021 長野県佐久市長土呂862-2
TEL 0267-66-3339
FAX 0267-68-7016

福祉用具、介護用品についてのお悩みなど、お気軽にご相談ください。

つどいの広場

サングリモ中込 : 午前9時～正午、午後1時30分～3時30分
 あさしな保育園内 : 午前9時～正午
 もちづき保育園内 : 午前9時～正午
 うすだ健康館 : 午前9時～正午
 中佐都児童館内 : 午前9時～正午
 ※利用制限がありますので、ホームページをご覧ください。

児童館午前中開放事業

対象 : 就学前のお子さんと保護者等の方
 日時 : 日曜日、年末年始および小学校休業日を除く日の午前10時～正午
 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

献血

①午前9時30分～11時30分、午後1時～4時
 ②午前9時30分～11時30分、午後1時～2時
 ③午後3時～4時20分
 ※400ml献血限定となります。
 ※会場および日時は、都合により時間等変更になる場合があります。
 ※新型コロナウイルスを含む感染症対策として、会場での手指消毒、手洗い、マスク着用などの咳エチケットにご協力ください。
 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

| | | | |
|--|--|--|---------------|
| | | | 1 サングリモ中込 |
| 5 小児 歯 関口内科クリニック ☎63-5100 佐久平みゆき眼科 ☎68-5422 | 6 中込児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 | 7 中佐都児童館 望月児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 うすだ健康館 | 8 サングリモ中込 |
| 12 高瀬児童館 野沢児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 | 13 城山児童館 あさしな児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 | 14 岩村田児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 うすだ健康館 | 15 サングリモ中込 |
| 19 佐久平浅間児童館 泉児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 | 20 中込児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 | 21 中佐都児童館 望月児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 うすだ健康館 | 22 サングリモ中込 |
| 26 高瀬児童館 野沢児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 献血 長野県佐久合同庁舎② 佐久税務署③ | 27 子 城山児童館 あさしな児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内 | 28 岩村田児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 うすだ健康館 | 29 サングリモ中込 |

発熱等の症状がある方の相談・受診について

- ①発熱等の症状がある方は、まずは電話でかかりつけ医や地域の身近な医療機関にご相談ください。
- ②電話での案内に従い、医療機関での診察・検査を受けていただきます。
- ③必要に応じて診察・検査ができる別の医療機関をご案内します。
 休日・夜間やかかりつけ医を持たず、受診先に迷う方は、受診・相談センター（佐久保健所コールセンター）☎63-3178にご相談ください。

■新型コロナウイルス感染症に関する情報は、ホームページをご覧ください。



ホームページ QRコード

■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。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 : 佐久大学 ☎68-6680
 ※新型コロナウイルス感染症予防の観点から、閉所となる場合がありますので、電話でご確認ください。



2歳児歯っぴー教室（要予約）

対象：平成31年2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、歯科相談、上の前歯のフッ素塗布（希望者のみ）

日時：5月27日（休）（時間は予約時に確認）

会場：口腔歯科保健センター（サングリモ中込2階）

持ち物：母子健康手帳、歯ブラシ（子ども用と仕上げみがき用）、
バスタオル

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



休日当番医 診療時間：午前9時～午後5時

※発熱がある方は、事前に電話でご相談ください。



休日小児科急病診療センター 診療時間：午前9時～

受付時間：午前8時30分～正午 浅間総合病院 ☎67-2295(代)



休日救急歯科診療所 診療時間：午前9時～正午、午後1時～3時

受付時間：午前9時～正午（サングリモ中込2階） ☎63-3783

【平日夜間急病診療センター】 当面の問、休診します。



子育てサロン 午前9時30分～11時30分

健康のカレンダー

[2021年]

5月

| 日 sun | 月 mon | 火 tue |
|--|--|--|
| <p>小児 2</p> <p>高橋医院 ☎53-2366 たむらペインクリニック ☎82-3981</p> | <p>小児 3</p> <p>すみだクリニック ☎62-7122 しのはら形成・皮ふクリニック ☎67-8825</p> | <p>小児 4</p> <p>佐久長土呂クリニック ☎68-7899 さとう泌尿器科クリニック ☎68-2233</p> |
| <p>小児 9</p> <p>坂戸クリニック ☎63-6323 中澤眼科クリニック ☎62-0157</p> | <p>10</p> <p>平根児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内</p> | <p>11</p> <p>白田児童館 サングリモ中込 もちづき保育園内 中佐都児童館内</p> |
| <p>小児 16</p> <p>わかば内科クリニック ☎67-6655 ねむの木公園クリニック ☎67-8866</p> | <p>17</p> <p>岸野児童館 小田井児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内</p> | <p>18</p> <p>東児童館 青沼児童館 サングリモ中込 もちづき保育園内 中佐都児童館内</p> |
| <p>小児 23</p> <p>こすも内科クリニック ☎88-7211 たかみ耳鼻咽喉科クリニック ☎67-8733 献血 イオンモール佐久平①</p> | <p>24</p> <p>平根児童館 サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内</p> | <p>25</p> <p>田口児童館 サングリモ中込 もちづき保育園内 中佐都児童館内</p> |
| <p>小児 30</p> <p>小林内科クリニック ☎66-0500 みらい・そだちクリニック ☎77-7660</p> | <p>31</p> <p>サングリモ中込 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館 中佐都児童館内</p> | <p>■長野県小児救急電話相談</p> <p>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可否等について助言を行います。</p> <p>相談日時：毎日午後7時～翌日午前8時</p> <p>問合せ：局番なしの「#8000」</p> |

■休日当番医は、都合により変更になる場合があります。受診前に電話または佐久医師会ホームページで、ご確認ください。



佐久医師会ホームページ
QRコード

東京2020オリンピック聖火リレー

夢と期待をのせて繋いだ聖火

3月25日に福島県をスタートした東京2020オリンピック聖火リレー。佐久市では4月1日に実施され、佐久市役所から長野県立武道館までの約2.5kmを第1走者の上野裕一郎さんから第12走者の油井亀美也さんまで12名のランナーが、聖火を繋ぎました。

聖火リレーのスタート式では、佐久鯉太鼓保存会の皆さんの迫力ある演奏、フィニッシュ地点の長野県立武道館では、浅間中学校吹奏楽部の演奏を皮切りに、野沢小学校合唱部の合唱、ダンスチームKDCのチアダンス、白田中学校吹奏楽部のマーチング演奏が披露され、聖火の到着を盛り上げていただきました。

昨年、聖火リレーの延期により、出演できなかった児童・生徒さん達の想いも込められたパフォーマンスが披露され、会場は大きな温かい拍手で包まれました。



第1走者 上野裕一郎さん
Photo by Tokyo 2020



佐久鯉太鼓保存会の演奏



第8走者の
イチカドイル 徳恵さん
Photo by Tokyo 2020



応援する佐久幼稚園の園児



第4走者の佐藤杏香さん
Photo by Tokyo 2020



パーフォーマーの応援



野沢小学校合唱部の合唱



第12走者の油井亀美也さん
Photo by Tokyo 2020



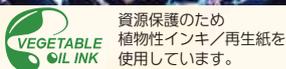
ダンスチームKDCのチアダンス



浅間中学校吹奏楽部の演奏



白田中学校吹奏楽部のマーチング演奏



資源保護のため
植物性インキ/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/企画部広報広聴課 (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市民創練センター内) 館報編集委員会 (TEL 66-0551)