あなたの生活と行政をつなぐ

Saku LIFE ライフ

12

No.225 広報佐久
令和3年12月

特集

健康でいきいき暮らすために
人との繋がりと居場所

【表紙】「武論尊×佐久市」ラッピング車両　©武論尊・原哲夫／コアミックス1983

目　次　令和3年 12月

頁

3 特集 健康でいきいき暮らすために 人との繋がりと居場所

7 NHKのど自慢　出場者・観覧者募集

8 令和３年を振り返る

10 令和４年度～令和６年度　実施計画を策定しました

12 「第四次佐久市行政改革大綱」素案、「佐久市公共施設等総合管理計画」素案および「個別施設計画」素案に係る意見を募集します
災害時に「通行できない道路」等の情報をインターネット上の地図でお知らせします

13 除融雪作業へのご理解とご協力をお願いします
工事・コンサル等の入札参加資格（定期）申請について
個人住民税の特別徴収と給与支払報告書

14 固定資産税に関する届出・申告
３月９日「佐久市民の日」の協賛事業を募集します
佐久市都市計画審議会の委員を公募します

15 令和４年佐久市消防出初式
講演会「地球温暖化対策について、一緒に考えてみませんか?」
劇団四季ファミリーミュージカル公演「はじまりの樹の神話~こそあどの森の物語~」

16 インフォメーション

27 年末年始の市の業務

28 公民館報 さくし

33 広告ページ

34 健康のカレンダー

36 経済復興祈念花火　他

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　12月26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

特殊詐欺被害急増

市職員や警察官、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　こころがホッ

☎0120−07−5560

■相談日時
月～金曜日
（祝日・年末年始を除く）
午前８時30分～午後５時15分

国民健康保険税の納め忘れはありませんか？

納期限までに必ず納めましょう。
滞納が続くと、有効期間の短い「短期被保険者証」が交付される場合があります。

データファイル

人　口

総　数	98,555人	（＋19人）
男	48,441人	（−14人）
女	50,114人	（＋33人）
世帯数	42,746世帯	（＋25世帯）

〈11月１日現在〉　（増減は前月比）

交通事故・救急火災

	10月の月間件数	令和3年1月~10月の累計
人身事故	27件	185件
死　亡	0人	1人
負　傷	34人	231人
救　急	445件	3,818件
火　災	4件	56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
12月15日㈬　午後1時30分~4時　あいとぴあ臼田
12月15日㈬　午後１時~４時　市役所２階市民ホール
■問合せ　総務課　☎62-3002

司法書士無料法律相談
12月10日㈮　午後1時～3時　浅科支所
■問合せ　長野県司法書士会佐久支部　☎92-3011

生活・就労相談（まいさぽ佐久市）
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　まいさぽ佐久市　☎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~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（祝日を除く）
午前9時～午後4時（相談無料）
事前にお電話の上、お越しください。
■問合せ　長野地方法務局佐久支局　☎67-2272

人権特設相談所
12月4日㈯　午前10時~午後3時（相談無料）
野沢会館
■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

健康でいきいき暮らすために

人との繋がりと居場所

私たちが長く健康でいるためには、地域の中で楽しく暮らすこと、暮らしの中で安心感や充実感を十分に持つことが大切だといわれています。これらは地域での助け合いや支え合い、また楽しむことができる機会や場所の中で築かれる人間関係から生まれます。

今回は、地域の方々とのつながりがある方や集まりに関わる方を取材しました。

いくつになってもイキイキと暮らす

森澤ますさん 望月地区

インタビューでは昔のことも先日の事のように鮮明に覚えていて、99歳とは思えないほどハキハキと話をし、元気な笑顔を見せてくれた森澤さん。現在は、裁縫を趣味に近所の方々とのつながりを楽しんでいます。若い頃は地域の集まりやグループにも積極的に顔をだし、長らく活動してきたそうです。

森澤さんが、使わなくなった着物で仕立てた洋服。着物の生地のためしっかりしていて、着心地も良いです。

私は、望月で生まれ育ち、洋裁を学ぶため東京の文化服装学園に入学しました。この時に習った技術を活かして、現在は、使わなくなった着物や洋服を仕立て直すことが趣味になっています。いつのまにかご近所の皆さんに私の趣味の話が広がり、「タンスで肥やしになっている着物がもったいない。何かにできないか」「帽子を作ってほしい」。こういったお願いをたくさんいただき、1日に3時間程、ミシンでの作業をして、仕立てています。仕立てたものを渡すと、「99歳でこんなに洋裁している人はいないよ」「着ていてとても具合がいい」などと喜んでくれるので、私も嬉しく思いながら、楽しみながら毎日縫っています。99歳だからといって毎日何もしないで過ごしているより、何か皆さんにボランティアできればという想いで始めたことが、ここまで続いています。

また、若い頃は婦団連というグループを発足して、地域に新たな会社や施設ができれば見学に行っていました。60歳を過ぎてから民謡を習い、佐久市だけでなく小諸や上田の施設に訪問しては踊りや三味線を披露するなどの活動を、つい数年前までやっていましたね。苦労も多くありましたが、仲間と一緒に活動することは、今思えば楽しいことばかりでした。

この歳になると一人で暮らしていくことは難しいので、隣に住む家族がサポートしてくれます。今年15人目のひ孫も産まれ、日々楽しく暮らしています。

森澤さんとひ孫さん。大好きな家族に囲まれて、楽しく過ごしています。

仲間と学ぶ

灯の家サロン（ともしびのいえ）
内山地区

古くから伝わる“内山小唄”を教わっている参加者の皆さん。講師の佐藤さんは“内山小唄”を途絶えさせてはいけないと、踊りを覚えたそうです。

東京で暮らしていた平塚さんがUターンをして、生家を〝ご近所さんが集う居場所〟として提供したのが「灯の家サロン」です。

ここでは、月に1回2時間程、講座や発表会、体操などを行っています。

また、独居高齢者の支え合いや連絡先などの情報の場づくりも担っています。

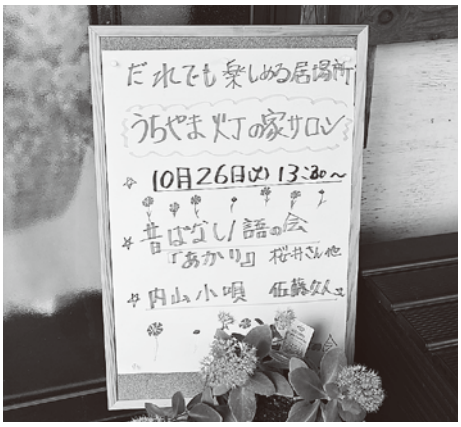
●会の代表に話を聞く　平塚長子さん

シニア大学の「自分たちの地域づくりを考えよう」という講座の中で、「一人暮らしの高齢者が家に籠らずに仲間と支え合って、おしゃべりや学びをしながら誰もが楽しみ支え合う居場所をつくりたい」と、8名の仲間で〝秋桜の会〟を立ち上げました。居場所づくりの拠点（場所）をどこにしようかと考えていた時、私の母も90歳過ぎまで一人暮らしでご近所の皆さんに支えられていたので、そのご恩返しにお役にたてたらと思い、「私の家で良ければお使いください」と自宅を開放して「灯の家サロン」を始めました。

サロンでは、健康づくり・仲間づくりをテーマに、これまで草笛コンサートや朗読、健康体操を行ったり、内山の文化や歴史を学んだり、地元のお巡りさんに話をしていただいたりなど、様々な講座を開催してきました。一時期はスタッフが少なくなったこともありましたが、地域包括支援センターの方に協力していただきながら、市の出前講座を利用するなどして、現在まで活動を続けることができています。

参加されている皆さんは、サロンに来て仲間と話をすることを楽しみにされている方が多くいます。中には、病院通いや介護で外に出かけることがなかった方が参加してくださり、自分の病気のことを忘れて幸せな時間だったと喜んでくださいました。ここに来て、皆さんが笑顔になってくれる事が嬉しいですね。また、私自身もここでのつながりをきっかけに、仲間と朗読やカラオケをしたり、近所の方に野菜をいただいたりと、人と人とのつながりができて輪が広がっていくことも楽しみです。

昔、ご近所の皆さんが縁側でお茶を飲みながらおしゃべりをしていた頃のように、気軽に寄っていただき、皆さんで楽しく学び支え合える居場所として使っていただけるとありがたいです。



サロンの日には、入口に手作りの看板が立てかけてあり、その日のサロンの内容が書かれています。

コロナ禍になる前の年末には、皆さんでピンコロかるたを楽しみました。

買い物＋
お茶のみの場所

いきいき中央センター はらっぱ
中込地区

佐久市役所向かいにある直売所のはらっぱには、買い物をしながらお茶飲みやおしゃべりをすることができる休憩所が併設されています。

また、1ヶ月に1度皆で集まって様々な催しをする「ゆったりサロン」も開催。買い物、お茶飲みなど、多機能性をもった場所です。

●店長さんに話を聞く　櫻井洋子さん

はらっぱは創業11年目になりま

みかんの袋づめを手伝っている常連さん。「お客さんに手伝ってもらってありがたい」と店長の櫻井さんは話します。

はらっぱで会話を楽しむ櫻井さんと皆さん

すが、野菜や果物などを買いに来ていただく方、お店を手伝いに来てくださる方、お話に来られる方など、多くの方が毎日来てくださっています。ここに集まると、知らない方同士でもいつのまにか知り合いになっていて、来てくださっている方の中には、ここに集まってお話をすることを楽しんでくださっている方、毎日来ていただくことが日課になっているという方もいます。また、はらっぱに来てくださった方々が口コミでお店のことを広めてくださるので、新たに遊びに来てくださる方もいて、自然と仲間の輪が広がっています。

配達などで店を離れないといけない時は、常連さんが店番をしてくださったり、お客さんにお茶を出しておもてなしをしてくださったり、買い物の袋づめを手伝ってくださったりと、準スタッフのように手伝っていただいています。

初めてお店に来られる方でも、気軽に休みながらお話ができるアットホームな場所です。市役所の帰りや散歩の休憩などに寄ってみてください。

常連さんの声「近頃顔を出していない人がいると、〝どうしたのかな？〟と連絡をしてみます。安全確認の場にもなっていますね。」

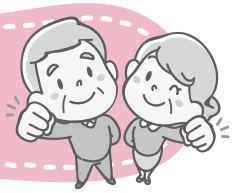
また、はらっぱでは「ゆったりサロン」を定期的に行っています。現在コロナ禍で開催できていませんが、ここでは毎回12名程集まって、民生委員さんに体操を教えていただいたり、手話をしながら歌ったり、お茶の先生にお抹茶をたてていただいたりして楽しんでいます。コロナの状況を見ながら、徐々に再開していきたいと思っています。

常連さんがお客さんにお茶入れをすることもしばしばあるそうです。常連さんが店長の櫻井さんにお茶入れすることも。

お買い物に来たお客さんも、必ずといっていい程お店にいる皆さんと楽しく話をしていきます。

●営業時間　午前11時～午後5時30分
●休 業 日　土日、祝日
●電話番号　88-7228

地域包括支援センターでは、地域の支え合い、活動する場づくりを支援します



地域包括支援センターとは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で、安心した生活を続けられるように支援を行う相談窓口です。

長土呂・小田井 平根・中佐都・高瀬	佐久平・浅間 地域包括支援センター	☎88-6281 小規模多機能あったかほーむいしずえ北側／長土呂907-1
猿久保・岩村田・東	岩村田・東 地域包括支援センター	☎67-6910 金澤病院南側／岩村田802-1
中込・平賀・内山	中 込 地域包括支援センター	☎64-1751 サテライト老健なかごみ西側／中込3-15-8
大沢・野沢 桜井・岸野・前山	野 沢 地域包括支援センター	☎63-8430 シルバーランドきしの内／根岸113-1
臼田地域全域	臼 田 地域包括支援センター	☎81-5100 臼田健康活動サポートセンター内／臼田2175-1
浅科・望月地域全域	浅科・望月 地域包括支援センター	☎53-8801 望月総合支援センター内／望月317-2

市では、地域の繋がりを活かした介護予防の取り組みを支援します

ボランティア活動や趣味のグループ・地域のサロン※に参加するなど、自分に合った活動の機会を増やすことも介護予防です。活動的な生活を行うことで、いつまでも住み慣れた地域で元気に過ごしましょう。

介護予防教室

●はつらつ音楽サロン

（5月～12月に月1回 市内6会場）

65歳以上の見守りや介助を必要としない方を対象に、歌や交流を通して右脳を刺激し、認知症の予防を行います。

●ほねぶと健康クラブ

（月1回　市内13会場）

65歳以上の見守りや介助を必要としない方を対象に、転倒骨折予防を中心とした介護予防のための運動を行います。

●脳いきいき健康教室

（月1回　市内3会場）

脳の健康度測定を受けた方を対象に、認知症予防のための運動や講話を行います。

サロン等への支援

地域で活動するサロン等に保健師、栄養士、理学療法士などの専門職を派遣し、普段の生活に役立つ健康講話、栄養講話、運動指導、認知症講話等を行っています。

お達者応援団育成塾

地域で活躍する介護予防活動リーダーを育成するため、栄養、口腔、運動などの様々な介護予防の講座を開講しています。支え合う地域づくりを目指した研修です。基礎講座を修了するとより高い知識を学べるレベルアップ講座を受講できます。

※サロン…人が集まって交流する場

■問合せ　高齢者福祉課　☎62-3157

出場者・観覧者募集

ＮＨＫと佐久市では「NHKのど自慢」をコスモホールで実施します。
この番組は「歌で思いを届ける！」をテーマに地域のみなさんの元気な歌声を全国にお届けします。
皆さんの参加をお待ちしています！

NHK のど自慢

放送予定
午後０時15分～１時
テレビ総合・ラジオ第１・国際放送で生放送

令和４年２月20日（日）
場所：佐久市コスモホール
開演：午前11時50分
（開場：午前11時15分）
終演予定：午後１時15分

〈予選会〉 ※非公開
２月19日（土） 開会：正午
結果発表：午後５時30分予定（当日発表）

ゲスト

由紀さおり

純烈

司　会
小田切千アナウンサー

出場申し込み

応募は郵便往復はがき（私製を除く）のみで、１人（組）１件に限ります。

●必要事項を記入し、**１月12日（水）**必着でお送りください。

往信表面	返信裏面	返信表面	往信裏面
380-8502 往信 長野市稲葉210-2 NHK長野放送局 「のど自慢出場」係	※ここは白紙のまま	返信 ご自分の ①郵便番号 ②住所 ③名前	

①郵便番号　②住所　③名前（ふりがな）　④年齢
⑤性別　⑥電話番号
⑦職業 ※中学生・高校生・大学生は学年・部活動なども記入
⑧歌う曲目とその歌手名　⑨選曲理由（詳しく）

〈注意事項〉
●応募者の中から180組程度を上限に選出の上、前日の予選会に出場いただきます。当選の方には予選会の案内を、落選の方には落選通知を、はがきで１月31日（月）頃発送します。
●中学生以上の方で、原則としてアマチュアの方が対象です。なお、中学生は予選会・本選どちらも保護者の同伴が必要です。保護者の名前と電話番号も記入してください。
●グループで申し込む場合は、全員の名前（ふりがな）・年齢・性別・職業を明記の上、代表者が申し込みしてください。
●グループで参加される方は、ステージでの歌唱の際、一定の距離をとっていただきます。そのため人数は4名を上限とします。
●応募後の曲目・出場者の変更はできません。
●記入内容に不備があった場合は無効となります。
●「返信用裏面」には選出結果を印刷しますので、白紙のままお送りください。紙・シール等の貼り付け、修正液の使用は行わないでください。
●摩擦熱で色が消えるボールペンは使用しないでください。

観覧申し込み

応募は「郵便往復はがき（私製を除く）」のみで受け付けます。入場は無料です。

●必要事項を記入し、**１月19日（水）**必着でお送りください。

往信表面	返信裏面	返信表面	往信裏面
384-0303 往信 佐久市下小田切124-1 佐久市文化事業団 「のど自慢観覧」係	※ここは白紙のまま	返信 ご自分の ①郵便番号 ②住所 ③名前	ご自分の ①郵便番号 ②住所 ③名前 ④電話番号 ⑤観覧希望人数 （２名まで）

〈注意事項〉
●応募多数の場合は、抽選の上、当選の方には希望人数（２名まで）で入場可能な入場整理券を、落選の方には落選通知を、はがきで２月４日（金）頃発送します。なお、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、間隔をとった座席を、入場整理券で事前に指定します。
●１歳以上のお子様から入場整理券が必要です。
●記入内容に不備があった場合は無効となります。
●「返信用裏面」には抽選結果を印刷しますので、白紙のままお送りください。紙・シール等の貼り付け、修正液の使用は行わないでください。
●摩擦熱で色が消えるボールペンは使用しないでください。
●入場整理券の売買は固くお断りします。転売を目的とした申し込みであると判明した場合は抽選対象外とします。また、売買が確認された場合は入場をお断りします。
●インターネット売買サイト等での入場整理券の偽造や架空売買に伴うトラブルが発生していますので、ご注意ください。

*ご応募の際にいただいた情報は、抽選結果のご連絡のほか、NHKでは受信契約者情報との照合、受信料のお願いに使用させていただくことがあります。
*新型コロナウイルスの感染状況・荒天などの影響により公演を中止する場合があります。その場合、他の公演への振替はありません。

■問合せ　【出場】NHK長野放送局　☎026-291-5200　【観覧】（一財）佐久市文化事業団　☎82-3962

令和３年を振り返る

令和３年も残りわずかとなりました。未だ新型コロナウイルス感染症が終息せず、今年も我慢が続く年となりましたが、一方で明るい話題もありました。
市政の主なできごとを掲載し、写真とともに１年を振り返ります。

①

1月
- 臼田地区新小学校校名案発表「佐久市立 臼田小学校」
- 日本初！自治体が運営するSlackを活用した移住のオンラインサロン「リモート市役所」を開設【写真①】

2月
- 男女共同参画推進事業者として株式会社堀内組、岸野親芋の会を表彰
- 駒場公園テニスコートリニューアル
- 浅科支所複合施設竣工【写真②】

②

3月
- 店舗等利用促進券「がんばろう佐久！応援券2021」を配布
- 新型コロナワクチン接種に係る立科町との調印締結
- 中佐都バイパス（県道塩名田佐久線）が開通
- コロナ禍で命のケアをする医療従事者に向けたバルーングロー
- 佐久市子ども未来館開館20周年イベント
  油井亀美也氏のオンライントークショー
- 稲荷山公園複合滑り台リニューアル、滑り初め式【写真③】
- 佐久総合運動公園の全整備完了
- 令和元年東日本台風で被災した
  佐久市下水道管理センター等の下水道施設本復旧

③

4月
- 東京2020オリンピック聖火リレー【写真④】
- JAXA美笹深宇宙探査用地上局が開局【写真⑤】
- 柳田清二市長が４期目の就任【写真⑥】

④

5月
- 佐久バルーンフェスティバル　初めての無観客開催
- 明治安田生命保険相互会社と健康増進に関する連携協定を締結
- 新型コロナワクチン接種（個別・集団）が開始
- 吉岡道明教育長が就任
- 樫山孝様寄贈のエストニアピアノお披露目【写真⑦】

⑦

⑤

⑥

④

⑧

⑨

⑩

⑪

⑫

⑬

⑭

⑮

6月
- 県内自治体初！電子クーポン発券サイト「佐久ハレタ」でさく割電子クーポンの配布開始
- 佐久市、日本郵便株式会社佐久市内郵便局及び佐久警察署との包括連携に関する協定を締結
- ユーグループと佐久市との包括連携に関する協定を締結
- 香坂山遺跡で出土した旧石器時代の石器「石刃（せきじん）」が国内最古となる３万6800年前のものと発表【写真⑧】
- 佐久市とソフトバンク株式会社との地域活性化事業連携に関する協定を締結

7月
- 臼田地区新小学校建築工事着工
- 野沢会館（生涯学習センター）改築工事着工
- エストニア共和国オリンピック選手団による事前合宿【写真⑨】

8月
- 「武論尊100時間漫画塾」第３期生卒塾
- エストニア共和国ケルスティ・カリユライド大統領来訪「テッラ・マリアナ十字勲章」授与【写真⑩】
- 東京2020パラリンピック聖火フェスティバル
- 令和３年度外務大臣表彰受賞（エストニア共和国サク市との交流）
- 新型コロナワクチン接種PRキャンペーンを実施
- 「武論尊原作展　デビューからの軌跡　武論尊／史村翔の世界」を開催【写真⑪】

9月
- 「武論尊100時間漫画塾」第４期生入塾
- 佐久臼田インター工業団地竣工

10月
- 「デマンド交通さくっと」実証運行開始【写真⑫】
- 北斗の拳マンホールカード第２弾「ジャギ」を制作・配布開始【写真⑬】
- 学校給食臼田センター建築工事着工
- 「武論尊×佐久市」ラッピング車両お披露目【写真⑭】

11月
- 経済復興祈念花火の打上げ【写真⑮】
- 佐久市交通事故防止市民週間
- 東会館竣工

令和４年度～令和６年度
実施計画を策定しました

市では、令和４年度から令和６年度までを期間とする実施計画を策定しました。実施計画は、総合計画に基づき事業を計画的かつ効果的に推進するため、翌年度からの３年間を対象とする短期的、具体的な計画です。

計画策定に当たっては、策定方針を定め、緊急性・必要性・費用対効果など多角的な視点から検討を行うとともに、市民の皆さんからの意見募集結果などを踏まえ、事業化の判断等を行いました。

■実施計画の公表について

実施計画に計上した全ての事業計画は、ホームページ、企画課、市役所市民ホール行政資料閲覧コーナー、各支所総務税務係で閲覧することができます。

意見募集結果および事業化の判断結果

実施計画を策定するに当たり実施した意見募集の結果および事業化の判断結果についてお知らせします。なお、意見募集をした事業の概要は、市広報紙「サクライフ」９月号別冊をご覧ください。

※提出された全ての意見は、所管課が内容を確認しており、事業実施や今後の事業化検討に当たっての参考とさせていただいています。

■意見募集の概要

- ●募集期間　８月26日（木）～９月17日（金）
- ●意見提出方法　郵送、電子メール、ファックス、直接持参

■意見募集の結果

- ●意見提出者数　８名（複数意見の提出あり）

No.1　行政ＤＸ推進事業

■いただいた意見の数・要旨等	3件	意見を募集した時の内容
・業務の棚卸しを行い、事業内容を精査する中でデジタル化による効率化を図ってほしい。 ・各種オンライン手続の利用状況を具体的に示してほしい。 ・携帯アプリケーションの活用など、広報の在り方を時代に即したものに変えてほしい。		R4　R5　R6 事業費：　56,000千円
■事業化についての判断結果等	**計画内容等を見直し実施**	**実施計画に計上した内容**
・当初の計画から、事業量を精査して実施します。なお、ご意見の趣旨は、事業を推進する上で参考とさせていただきます。 ・BPR（業務棚卸し）を実施することによりデジタル技術やAI等の活用可能性を探るとともに、市民サービスの向上につながるデジタル技術等を活用した行政サービスの改革を進め、社会の在り方をより良い方向へ変革（DX）します。 ・現在、各種健（検）診やコロナワクチン接種予約等のオンライン手続が可能となっており、今後、マイナンバーカードを活用した子育てや介護関係のオンライン手続の拡充を図ります。 ・時代に即した広報の実現に向け、複数の情報発信手段を活用するなど、引き続き発信の多重化を図ります。		R4　R5　R6 事業費：　41,000千円

No.2　ビッグデータ活用ツール導入事業

■いただいた意見の数・要旨等	1件	意見を募集した時の内容
・どういったビッグデータを、どのような政策に生かしていくのか具体的に示してほしい。		R4　R5　R6 事業費：　6,000千円
■事業化についての判断結果等	**計画内容等を見直し実施**	**実施計画に計上した内容**
・民間が持つ検索データや位置情報データといった、これまで市では得られなかったビッグデータを取得・活用するためのツールを導入するとともに、オンライントレーニング支援などを活用しつつ、様々な分野でデータに基づく政策立案の強化を図ります。 ・当初計画から導入期間を令和６年度までと変更し、その後については、活用実績や効果などを総合的に勘案して継続の必要性を検討します。		R4　R5　R6 事業費：　4,200千円

No.3　佐久平女性大学（仮称）設立事業

■いただいた意見の数・要旨等	2件	意見を募集した時の内容
・子育てが一段落した人のための学び（学び直し）の場の設置を検討してほしい。 ・女性リーダー研修の成果検証を踏まえ、関心を引く学びの場の提供を進めてほしい。		R4　R5　R6 事業費：　16,500千円
■事業化についての判断結果等	**当初の計画どおり実施**	**実施計画に計上した内容**
・ご意見の趣旨は、事業を推進する上で参考とさせていただきます。 ・地域や職場などで活躍したいと希望する女性の支援として、女性リーダー研修の成果を生かしつつ、実践を伴う講座を導入し、地域などで活躍できる男女共同参画推進リーダーの育成につなげます。		R4　R5　R6 事業費：　16,500千円

No.4　地域公共交通体系運営事業

■いただいた意見の数・要旨等	2件	意見を募集した時の内容
・地域住民の希望を踏まえた路線の設定を進めてほしい。 ・交通弱者のための公共交通の在り方の検討を進めてほしい。		R4 R5 R6 事業費：685,600千円
■事業化についての判断結果等	**計画内容等を見直し実施**	**実施計画に計上した内容**
・当初の計画から、事業量を精査して実施します。なお、ご意見の趣旨は、事業を推進する上で参考とさせていただきます。 ・「誰もが便利な公共交通」から「本当に困っている人のための公共交通」への転換を図るとともに、「分かりやすい・使いやすい・スマートな公共交通」の構築を目指し、10月から実証運行を行っています。実証運行期間中のアンケートやモニタリング調査結果などを踏まえ、経費の節減を図りつつ、より良い公共交通の運行方法について更に検討を重ね、令和５年度から本格運行を実施します。		R4 R5 R6 事業費：667,500千円

No.5　中込地区新保育園整備事業

■いただいた意見の数・要旨等	0件	意見を募集した時の内容
・意見なし		R4 R5 R6 事業費：411,600千円
■事業化についての判断結果等	**当初の計画どおり実施**	**実施計画に計上した内容**
・老朽化した中込第一保育園及び中込第二保育園を統合し、中込地区に新しい保育園を整備します。		R4 R5 R6 事業費：411,600千円

No.6　家庭ごみ・粗大ごみ収集支援事業

■いただいた意見の数・要旨等	1件	意見を募集した時の内容
・ごみの運搬については、トラック事業者に委託する方法も検討してほしい。		R4 R5 R6 事業費：3,600千円
■事業化についての判断結果等	**当初の計画どおり実施**	**実施計画に計上した内容**
・ご意見の趣旨は、事業を推進する上で参考とさせていただきます。		R4 R5 R6 事業費：3,600千円

No.7　春日温泉施設運営適正化整備事業

■いただいた意見の数・要旨等	2件	意見を募集した時の内容
・近隣の民間施設等、周辺環境との一体的な整備の検討をしてほしい。 ・施設の建替えを視野に入れ、バリアフリー化等による新たな宿泊客の獲得に向けた検討をしてほしい。		R4 R5 R6 事業費：389,400千円
■事業化についての判断結果等	**計画内容等を見直し実施**	**実施計画に計上した内容**
・ご意見の趣旨は、事業を推進する上で参考とさせていただきます。 ・まず、令和４年度に、地域における春日温泉の位置付けや在り方についての検討と、基本構想策定を進めることとします。		R4 R5 R6 事業費：10,000千円

No.8　中央図書館再整備事業

■いただいた意見の数・要旨等	3件	意見を募集した時の内容
・専門家の声をよく聞きながら、市の誇りとなるような施設として、居心地の良い滞在空間づくりを進めてほしい。 ・子育て世代が利用しやすくなるような整備を検討してほしい。 ・市の文化の多くを担う施設として機能の複合化や充実を図るとともに、必要規模の確保に努めてほしい。		R4 R5 R6 事業費：47,600千円
■事業化についての判断結果等	**計画内容等を見直し実施**	**実施計画に計上した内容**
・ご意見の趣旨は、事業を推進する上で参考とさせていただきます。 ・図書館は、単に「本を借りる」場だけではなく、様々な活動を行うことで人やまち、社会を育む場であると考えています。図書館がその役割を十分発揮し、時代に即した施設となるよう、まず、令和５年度までに、多くの皆様のご意見を聞きながら、施設の在り方について検討を進めることとします。		R4 R5 R6 事業費：1,000千円

■留意点

・事業費は、令和４年度～令和６年度の３年間分で、各年度の事業費を10万円単位で四捨五入した額の合計です。
・実施計画に計上された事業の内容・事業費等はあくまで現時点のもので、予算額とは異なります。
・社会経済情勢等の変化により、予算編成および来年度以降の実施計画策定の段階で、今回実施計画に計上された内容等が見直される場合があります。

■問合せ　企画課　☎62-3067

「第四次佐久市行政改革大綱」素案、「佐久市公共施設等総合管理計画」素案および「個別施設計画」素案に係る意見を募集します

市では、現在、「第三次佐久市行政改革大綱」に基づき行政改革を進めていますが、令和３年度をもって大綱の終期を迎えることから、令和４年度を始期とする新たな５年間の「第四次佐久市行政改革大綱」の策定に取り組んでいます。

また、多くの公共施設が老朽化に伴う更新時期を迎える中、人口減少による税収減少が見込まれており、施設を現状のまま維持していくことは困難なことから、今後の施設の方向性（更新・集約化・廃止等）を検討していく必要があります。このことから、施設ごとの具体的な対応方針を定める「個別施設計画」の策定を進めるとともに、「個別施設計画」を踏まえた「佐久市公共施設等総合管理計画」の改訂に取り組んでいます。

「第四次佐久市行政改革大綱」素案と、タウンミーティング等による意見等を踏まえて、「佐久市公共施設等総合管理計画」素案および「個別施設計画」素案をまとめましたので、住民説明会およびパブリックコメント（意見募集）を実施します。

■住民説明会

対象	日時	会場
旧佐久地区の施設	12月20日(月) 午後７時～	市民創錬センターホール
臼田地区の施設	12月21日(火) 午後７時～	あいとぴあ臼田ホール
浅科地区の施設	12月22日(水) 午後７時～	交流文化館浅科ホール
望月地区の施設	12月23日(木) 午後７時～	駒の里ふれあいセンター大ホール
市内全域の施設	12月26日(日) 午前10時～	浅間会館会議室１・２

※「第四次佐久市行政改革大綱」素案の説明内容は、全会場同一となります。

■パブリックコメント（意見募集）

▽募集期間

12月20日(月)～令和４年1月19日(水)

▽閲覧場所

ホームページ、市役所市民ホール（行政資料閲覧コーナー）、企画課・各支所総務税務係窓口

▽意見の募集方法

任意の様式により、意見のほか「氏名」「住所」「電話番号」を記入の上、郵送、Ｅメール(kikaku@city.saku.nagano.jp)、ＦＡＸ(63-3313)、持参のいずれかで提出

※電話や口頭により意見をいただくことはできません。

■問合せ　企画課　☎62-3067

災害時に「通行できない道路」等の情報をインターネット上の地図でお知らせします

台風接近時など、災害発生が予想される際に、公開地図を市ホームページ等※でお知らせし、「道路の通行不能箇所」等を掲載します。

掲載情報は、主に市職員と消防団員により確認された時点のものです。

市内全ての被害情報を把握するためのものではないため、参考情報としてご活用ください。

※ホームページのほか「さくネット」「さくステ」「市公式SNS（Twitter、Facebook、LINE）」で公開地図のURLをお知らせします。

公開地図公開時のホームページへの掲載イメージ
地図公開時にホームページにリンクを表示します。

公開地図の表示イメージ
確認された通行不能箇所等が表示されます。

■問合せ　広報広聴課　☎62-3075

お知らせ 除融雪作業へのご理解とご協力をお願いします

■問合せ　土木課　☎62-3302

■佐久市の除融雪体制

市道の中で、主要幹線道路や地区の重要路線を除雪路線に指定し、委託業者により除雪を行います。

また、除雪路線の一部や、日陰の道、急な坂道などを凍結防止剤散布路線に指定し、融雪・凍結を防止するため、委託業者により凍結防止剤の散布を行います。

■除雪作業にご協力を

・歩道や各戸出入口部分および生活道路の除雪をお願いします。また、通路や水路に雪を出すことはやめましょう。

・道路に張り出した樹木等は、除雪作業の支障となるので、所有者の方は適切な管理をお願いします。

・豪雪時は外出を控えましょう。外出する際は、スタッドレスタイヤなどの装着と安全運転に心がけ、除雪の妨げになるような路上駐車はやめましょう。

・気象情報などの情報収集を心がけましょう。

■国道・県道の除融雪体制

国道・県道は佐久建設事務所が除雪や凍結防止剤の散布を行います。

▽臼田を除く地域

佐久北部事務所維持管理課
☎63-3173

▽臼田地域

佐久建設事務所維持管理課
☎82-8273

お知らせ 工事・コンサル等の入札参加資格（定期）申請について

■問合せ　契約課　☎62-3084

市が発注する建設工事および建設コンサルタント等の業務の入札に参加を希望される方は、2年に一度、市が付与する入札参加資格を得る必要がありますので、左記により申請してください。

期間中に申請のない場合、令和4・5年度の入札参加資格が認められませんので、忘れずに提出してください。

■受付期間

令和4年2月1日㈫～28日㈪
（土日祝日を除く）
午前8時30分～正午、午後1時～5時

■提出（受付）場所

▽持参　市役所7階　703会議室

▽郵送　契約課　契約係

■提出方法　提出書類等を持参または郵送（郵送の場合は書留郵便とし、提出期限内の消印のあるものに限る）

※提出書類等関係様式はホームページに掲載

■有効期間　令和4年6月1日～令和6年5月31日

■入札参加資格の種類

①建設工事（建設業法の定める29業種）
②建設コンサルタント等の業務（測量、地質調査、建築・建設・補償コンサルタントの5種類）

ホームページ
QRコード

お知らせ 個人住民税の特別徴収と給与支払報告書

■問合せ　税務課　☎62-3040

■個人住民税の特別徴収（給与天引き）

従業員の個人住民税は、所得税の源泉徴収義務のある事業者が、個人住民税の特別徴収義務者として毎月従業員に支払う給与から差し引き、従業員に代わって納税することが原則となっています。特別徴収の対象となる従業員は、原則として、アルバイト、パート等を含む全ての従業員です。

■給与支払報告書の提出について

▽紙で提出する場合

税務課へ持参、または郵送で提出してください。

なお、普通徴収（従業員の方個人が納付書により納付する方法）とする従業員がいる場合は、「普通徴収切替理由書（兼仕切紙）」の添付と給与支払報告書の摘要欄への記載が必要です。

▽電子データで提出する場合

電子申告サービス「eLTAX（エルタックス）」を利用して提出してください。また、光ディスク（CD等）により提出することもできます。

※令和2年に税務署へ提出すべき源泉徴収票の枚数が100枚以上であった事業所は、給与支払報告書をeLTAXまたは光ディスク等により提出することが義務付けられています。

▽提出期限　令和4年1月31日㈪

ホームページ
QRコード

お知らせ 固定資産税に関する届出・申告

■問合せ　税務課　☎62-3040

固定資産税は、毎年1月1日を賦課期日として資産の所有者に課税されるため、次の場合は届出が必要です。

■家屋を取り壊した場合

家屋を取り壊したとき（一部取り壊しを含む）は、滅失の登記をすることになっています。登記が遅れる場合や、未登記の家屋を取り壊したときは、「家屋滅失届」を提出してください。

■未登記家屋の所有者を変更した場合

未登記の家屋を売買・相続・贈与などにより、令和3年中に所有権が移転した場合には、「所有者変更届」を提出してください。

これらの届出用紙は、税務課および各支所、またはホームページから取得できます。

▽提出期限　12月28日㈫

■償却資産の申告について

法人や個人で工場や農業、太陽光発電等による売電事業などを営んでいる方は償却資産が市内にある場合、市に申告しなければなりません。

申告書類は、昨年度申告のあった所有者に対して本年12月に郵送しますので、期限までに申告してください。また、新しく事業を始めた方で申告書類が必要な方は、ご連絡ください。

▽申告期限　令和4年1月31日㈪

募集 3月9日「佐久市民の日」の協賛事業を募集します

■問合せ　総務課　☎62-3002

■3月9日「佐久市民の日」について

佐久市民の日は、市民の皆さんが佐久市の魅力を再発見し、ふるさとへの愛着と誇りを持ち、佐久市を更に盛り上げていくことを考える日です

市民の皆さんと市が一丸となり、新型コロナウイルス感染症による影響を受けた社会経済活動の活性化を図るため、記念事業の実施を予定しています。

■協賛事業を募集しています

「佐久市民の日」に賛同する皆さんが新型コロナウイルス感染症対策を実施したうえで主催するものであれば、応募できます（イベント、セール、プレゼント等）。一緒に「佐久市民の日」を盛り上げませんか。

▽実施期間　3月1日㈫～31日㈭の間で実施が可能な期間

▽応募方法　事業計画書を総務課へ提出

3月9日 佐久市民の日

ホームページ
QRコード

募集 佐久市都市計画審議会の委員を公募します

■問合せ　都市計画課　☎62-3404

■申込資格　次のすべてに該当する方（基準日：令和3年12月1日現在）

①基準日に年齢が満20歳以上の方
②市内に在住、在勤、または在学する方
③市税等を滞納していない方
④市の他の審議会等の委員でない方
⑤市議会議員または市職員でない方
⑥平日昼間に開催する会議に出席できる方
⑦審議会の所掌する事務と密接な利害関係がない方
⑧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団的、または常習的に暴力的不当行為を行うおそれがある組織の構成員でない方

■審議会の事務　市長の諮問等に応じ、都市計画に関する事項の審議

■委員の任期　選任の日から2年間

■募集人員　2名（委員総数15名以内）

■必要書類　都市計画審議会公募委員申込書
※様式はホームページに掲載

■申込方法　必要書類を都市計画課へ持参またはEメール（toshikei@city.saku.nagano.jp）で提出

■申込期限　1月14日㈮午後5時15分（必着）

※募集人員が2名を超えた場合は、委員会全体の男女比率の均衡を考慮して選定し、必要に応じて公開抽選を実施

ホームページ
QRコード

イベント 令和４年佐久市消防出初式

■問合せ　危機管理課　☎64-4119

新春恒例の佐久市消防団出初式を行います。地域の安心と安全を守る消防団員や消防車両の勇壮な行進をご覧ください。

■**日時**　１月８日㈯午前10時～

■**内容**　分列行進、車両パレード

国道１４１号「浅間中学西交差点」から「佐久平駅東交差点」

※国道１４１号「浅間中学西交差点」から「佐久平駅東交差点」までの小諸方面へ向かう２車線が車両通行止めとなりますので、迂回にご協力ください。

■**通行制限時間**

午前９時55分～10時30分

■**渋滞予想区間**

・長土呂東交差点から信州短大入口交差点付近

・赤岩橋東交差点から浅間病院入口交差点付近

・佐久平駅周辺

イベント 講演会「地球温暖化対策について、一緒に考えてみませんか？」

■問合せ　環境政策課　☎62-2917

世界的課題となっている地球温暖化問題。持続可能な地域を目指して私たちにいま何ができるでしょうか。講師の先生や学生の皆さんと一緒に、地球温暖化対策について考えてみませんか。

水素自動車やペレットストーブの展示、太陽光と自転車の発電をミニカーで比較する体験型ブースもあります。

なお、来場者には先着でアサガオの種をプレゼントします。

■**日時**　令和４年２月11日（金・祝）

午後１時30分～４時

■**会場**　佐久平交流センター

■**入場料**　無料

■**対象**　どなたでも（小学生以下保護者同伴）

■**内容**

【講演】

▽**テーマ**　持続可能な地域を目指すには

▽**講師**　千葉商科大学　准教授

田中 信一郎氏

【パネルディスカッション】

▽**テーマ**　未来のために今できることを考えよう

▽**コーディネーター**　田中 信一郎氏

▽**パネラー**　一級建築士事務所　暮らしと建築社　須永 理葉氏、地域の大学生、高校生、阿部守一長野県知事、栁田清二佐久市長

■**定員**　４００名程度

■**申し込み**　不要

ホームページ
QRコード

イベント 劇団四季ファミリーミュージカル公演「はじまりの樹の神話～こそあどの森の物語～」

■問合せ　文化振興課　☎62-5535

引っ込み思案で自分一人の世界を楽しんでいた少年の心の成長の物語を描いた新作です。ぜひご覧ください。

■**日時**　令和４年３月17日㈭

午後６時30分開演

（開場：午後５時45分）

■**会場**　佐久市コスモホール

■**チケット**（全席指定）

・一般　５０００円

・高校生以下　４０００円

※３歳未満の入場不可

○市民限定・チケット先行販売

■**日時**　12月12日㈰午前10時～

■**販売場所**　佐久市コスモホール

■**持ち物**　住所確認ができるもの

■**購入整理券配布日時**

12月12日㈰午前９時30分～

■**購入整理券配布場所**

コスモホール正面入口

※購入枚数は一人４枚まで

※整理券を入手していても、呼び出しの際に販売場所に居ない場合は無効

※予定枚数に達し次第、先行販売は終了

○一般販売

■**日時**　12月18日㈯午前10時～

■**販売場所**　佐久市コスモホール

「はじまりの樹の神話
～こそあどの森の物語～」

ホームページ
QRコード

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

ペレットストーブ等の設置に対し補助金を交付しています。

▽**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）

▽**申請方法**　着工前に申請書類等を環境政策課へ提出

※様式はホームページに掲載

▽**ペレットストーブ利用者の声**
・やわらかい暖かさが気持ち良いです。
・結露せず、洗濯物がよく乾きます。
・いちいち薪を投入しなくて良く、煙も少ないので手軽に使用できます。
・薪割りがいらないので高齢の方にもおすすめです。など

ホームページ QRコード

電気自動車の購入に対する補助金

環境政策課　☎62-2917

電気自動車の購入に対し補助金を交付しています。

▽**対象**
・市内に住所があり、市税等を滞納していない方
・国の補助金の交付を受けて電気自動車を購入する方
・令和3年7月1日以降に自動車検査証に記載されている電気自動車を購入し、自らが継続して使用する方
・市内の事業所または代理店等から電気自動車を購入する方

▽**補助率**　国の補助金の2分の1以内（上限額20万円）

▽**予定補助台数**　約15台（申込先着順）

▽**申請方法**　申請書等を環境政策課へ提出

※申請書等様式はホームページへ掲載

▽**申請期限**　国の補助金額が確定された日の翌日から90日以内

ホームページ QRコード

うな沢第2最終処分場 日曜日の開場

生活環境課　☎62-3094

▽**日時**　12月26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。

※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（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。

▽**持ち物**　住所が確認できる証明書（運転免許証等）

なお、平日（祝日・年末年始は除く）も同じ時間で開場していますので、ご利用ください。

ホームページ QRコード

農業者年金に加入しましょう

農業委員会　☎62-3518

農業者年金は農業者の老後の備えとして国民年金に上乗せする公的年金です。

20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事している方はどなたでも加入できます。

▽**確定拠出型の積立方式です**
現行の農業者年金は加入者の積立した保険料と、その運用益の合計により年金額が決まる確定拠出型の積立方式です。この方式は、支払者数や受給者数が変化しても、影響を受けない安定した制度になっています。

▽**保険料は加入者が決めます**
保険料は、月額2万円から6万7000円の間で加入者が決めることができ、加入後の見直しも自由です。また、保険料は全額社会保険料控除の対象です。

▽**終身年金です**
年金は65歳から支給され、終身（生涯）受け取ることができます。80歳到達前に死亡された場合は、80歳までの支給見込額が一時金として遺族に支払われます。

▽**国庫補助を受けられる方がいます**
認定農業者や認定新規就農者で青色申告者、家族経営協定締結の後継者等で、39歳までに加入した方の場合、一定の要件を満たせば、4000円から1万円の範囲で保険料の国庫補助を受けられます。

マイナポイントの申請期限は12月末まで

市民課または各支所市民係
マイナンバー総合フリーダイヤル　☎0120-95-0178　☎77-7933

▽**対象　令和3年4月末までにマイナンバーカードを申請済みの方**
マイナンバー（個人番号）カードを使って、予約・申し込みを行い、選択したキャッシュレス決済サービスでチャージや買い物をすると、利用金額の25％分（上限5000円分）がマイナポイントとして付与されます。

※カードに利用者証明用電子証明書が搭載されている場合のみ申請可能

▽**申請期限**　12月31日㈮

ホームページ QRコード

市税年末一斉滞納整理月間

収税課　☎62-3043

12月は、市税年末一斉滞納整理月間です。納付のお願いに市職員が訪問しますので、納税にご協力をお願いします。

なお、訪問する職員は「身分証明書」を携帯しています。

▽口座振替のご案内　市税の納付は、安心・便利・確実そして感染症の予防にもなる口座振替をお勧めします。納期限を忘れていても、自動的に口座から引き落としができ、忙しい時期や月末混雑する金融機関での納付の手間が省けます。毎月20日までに収税課に到着した依頼分について、月末からの口座振替が可能になります。早めにお申し込みください。

国民年金保険料は社会保険料控除の対象です

小諸年金事務所　☎0267-22-1482
ねんきん加入者ダイヤル　☎0570-003-004

国民年金保険料は、納付した金額が、所得税・市民税の社会保険料控除の対象となります。

国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、毎年1月1日から12月31日までの間に納付した国民年金保険料の額を証明する書類の添付が必要です。

証明書は、日本年金機構より11月上旬に送付されています。証明書が届かないときや紛失した場合には、小諸年金事務所、またはねんきん加入者ダイヤルまでお問い合わせください。

年末年始のし尿汲み取り

生活環境課　☎62-3094

年末のし尿汲み取りは混雑しますので、余裕を持った申し込みにご協力ください。

▽年末年始の休み
12月29日(水)～1月3日(月)

【佐久・臼田・浅科地区】
佐久平環境衛生組合☎62-1119

▽汲み取り業者
・浅間清掃㈲　☎62-2025
・千曲清掃㈲　☎62-3488
・佐久浄設工業㈲　☎82-2653
・㈲東信環境衛生社　☎82-3651
・㈱浅科衛生センター☎58-2018

【望月地区】
川西保健衛生施設組合衛生センター　☎0268-67-2128

▽汲み取り業者
・㈲望月広衛社　☎53-4870

国の教育ローン

教育ローンコールセンター　☎0570-008656
ナビダイヤル
☎03-5321-8656

国の教育ローンは、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さんがいる家庭を対象とした公的な融資制度です。

▽融資金額　1人につき350万円以内
▽金利　年1.66％
※母子家庭の方などは年1.26％（令和3年6月1日現在）
▽返済期間　15年以内
※母子家庭の方などは18年以内

「食品ロス」を減らそう

生活環境課　☎62-3094

▽食品ロスの現実
日本では、食べられるのに捨てられてしまう食品「食品ロス」の量が年間600万トン（平成30年度農林水産省推計）で、国民一人当たりお茶碗1杯分（約130g）の食べ物が毎日捨てられていることになります。非常にもったいないと思いませんか。

▽食品ロス削減のポイント
・買い物前に冷蔵庫の中を確認して、買いすぎないようにしましょう。
・食べきれる量だけ作るようにしましょう。
・余った料理は別の料理にアレンジして食べ切りましょう。
・テイクアウトも含め、おいしく食べきるように呼びかけましょう。
・生ごみを捨てる前には、水気を切って、においの防止とごみの減量につなげましょう。

ホームページQRコード

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。

雪（が降る）

両手2指の輪をひらひらさせながら上から下へおろします。

※イラスト：長野県手話ガイドブックより

下水道使用開始の届出を忘れていませんか

下水道課　☎63-0101

▽下水道の使用開始時には
排水設備届出書（下水道使用開始届）の提出により下水道使用料が請求されます。必ず届出書の提出をお願いします。（上水道の使用開始届とは異なりますので、ご注意ください）

▽下水道の無断使用が発覚した場合には
使用開始から判明時までの下水道使用料が請求されます。

▽増改築、水道メーターの増設の際には
排水設備届出書の提出が別途必要になる場合がありますので、下水道課までご相談ください。

▽指定工事店の皆さんへ
設置者から相談がありましたら、排水設備届出書の提出についてご確認ください。

妊婦歯科健診を受けましょう

健康づくり推進課☎63-3781

妊娠中の方を対象に、歯科健診を無料で実施しています。妊娠中にお母さんのお口の中をきれいにしておくことは、生まれてくるお子さんのむし歯予防につながります。

母子健康手帳交付時に配布される妊婦歯科健診票で受診することができます。体調の良い時に、ぜひ受診してください。

▽健診場所　市内歯科医院等
※医療機関の一覧はホームページに掲載
▽対象　妊娠中の市民の方
▽内容　歯科健診、歯みがき指導
▽持ち物　母子健康手帳、妊婦歯科健診票（歯ブラシは歯科医院で用意します）
▽予約　歯科医院等へ直接予約

ホームページQRコード

寄附禁止のルールを守り、明るい選挙を実現しましょう

選挙管理委員会事務局
明るい選挙推進協議会
☎62-3502

▽寄附の禁止
政治家（現職、立候補者、立候補予定者）および、政治家が役職員・構成員の団体や会社が、政治家の氏名を表示または、氏名が類推される方法で選挙区内の人へ寄附を行うことは、特定の場合を除き禁止されています。

また、個人や団体の皆さんが政治家へ寄附の勧誘や要求することも、禁止されています。

▽あいさつ状などの禁止
政治家は、選挙区内にある者に、答礼のための自筆のものを除き、年賀状、寒中見舞状等の時候のあいさつ状を出すことは禁止されています。

政治家および後援団体が、あいさつを目的として、新聞、テレビ、ラジオ等に有料広告を出すことも禁止されています。

「猫のTNR活動応援プロジェクト」クラウドファンディング受付期間延長

環境政策課　☎62-2917

7月20日から実施しました「猫のTNR活動応援プロジェクト」に、多くの皆さんからご支援いただき、ありがとうございました。10月17日で寄附金の受付を終了する予定でしたが、地域猫活動に関する事業のより一層の推進を図るため、目標金額達成に向けて寄附金の受付期間を12月31日㈮まで延長しました。

一匹でも多くの猫の命を守り、人と動物が共生できる社会を目指していきますので、引き続きご支援をお待ちしています。

▽寄附方法　プロジェクトページより申し込み
・URL　https://www.furusato-tax.jp/gcf/1248
※インターネットが利用できない方は、環境政策課へお電話ください。

プロジェクトページQRコード

今月のクールチョイス

2050ゼロカーボンに向けて、今できることを実践しよう

COOL CHOICE

宅配便の再配達を無くそう！

今や生活に欠かせない便利な宅配サービスですが、再配達の増加が大きな社会問題となっていることをご存知ですか。再配達で排出されるＣＯ2排出量は年間約42万トンであり、東京ドーム約170杯分にもなります。

再配達にかかる時間も問題です。年間1.8億時間にもなり、これは宅配ドライバーの10人に１人が一日中再配達のためだけに働いていることになります。

再配達を減らすためには、宅配便を１回の配達で確実に受け取ることが大切です。戸建て住宅用の宅配ボックスの設置や、運送会社の営業所や近くのコンビニで受け取れるサービスの活用が効果的です。また、配達の時間指定の活用やアプリによる配達日時の変更等も再配達の手間を減らすことができます。

ＣＯ2排出量の削減に向けて、宅配便の再配達防止にご協力をお願いします。

環境政策課　☎62-2917

冊子「佐久の先人」販売中

文化振興課　☎62-5535

「佐久の先人」は、佐久市にゆかりがあり、全国や世界を舞台に活躍した「先人たち」を、写真を交えわかりやすく紹介した冊子です。

「佐久の先人（一）」「佐久の先人（二）」では、芸術・スポーツ・教育・医学・政治・経済など多方面で遺業を成した53名の先人を紹介しています。ぜひご一読ください。

▽販売場所　文化振興課、川村吾蔵記念館、五郎兵衛記念館、天来記念館、望月歴史民俗資料館、中央・浅間・野沢・中込・東・臼田・浅科公民館

▽販売価格　各冊子500円（税込）

冊子「佐久の先人」

ホームページ
QRコード

合併処理浄化槽等の保守点検・清掃に努めましょう

下水道課　☎63-0101

浄化槽は、浄化槽法に基づき法定検査等が義務付けられています。浄化槽の機能を保つためにも、しっかりとした管理を行いましょう。

▽保守点検　浄化槽が適正に機能しているか、ブロワの稼働や汚泥の溜まり状況などを確認します（保守点検時間の目安は約20分）。

▽清掃　浄化槽内に溜まった汚泥の引き抜きなどを行います。保守点検業者と相談し、実施してください。

▽法定検査　長野県の指定検査機関（長野県浄化槽協会）により行われます。浄化槽は、左記の場合に手続きが必要となります。忘れずに届出をしてください。

・長期間使わないため、休止するとき
・下水道へ切り替える、家を使わないので廃止するときなど

気付いて、知らせて障がい者の虐待防止

福祉課または各支所高齢者児童福祉係　☎62-3147

障害者虐待防止法では、虐待に気付いた人は通報の義務が定められており、障がい者の自立や社会参加を進めるためにも、虐待を防止することが非常に重要です。

▽障がい者虐待の種類

①身体的虐待　たたく、殴る、蹴る、ベッドに縛り付けるなど

②性的虐待　わいせつな行為やその強要など

③心理的虐待　悪口やひどい事を言う、怒鳴るなど

④放棄・放置　食事を与えない、あまり入浴させないなど

⑤経済的虐待　年金や賃金を渡さない、勝手に使うなど

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

12月3日から9日は障害者週間です

福祉課　☎62-3147

12月3日から9日は、障害者基本法で「障害者週間」と定められています。

障害者週間とは、障がい者の福祉についての関心と理解を深め、また障がい者が社会、経済、文化、その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的とし、全ての人が共に暮らし支え合う共生社会の実現を目指して一人ひとりが考える週間です。

障がいの有無に関わらず、誰もが地域や職場、学校などで人格と個性を尊重し合い、全ての人が支え合い、協力し合える社会を目指すため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

年末の交通安全運動

生活環境課　☎62-3094

▽期間　12月15日㈬～31日㈮

▽スローガン

信濃路は　みんなの笑顔　つなぐ道

積雪や凍結により、道路環境が悪くなる季節です。ドライバーは、心と時間に余裕を持ち、安全運転に心がけましょう。

また、年末は飲酒の機会が増えます。飲酒運転は重大事故の原因となり、悪質な犯罪です。絶対にやめましょう。

通信販売での「定期購入」は契約内容をよく確認！

佐久市消費生活センター　☎62-7501

通信販売による健康食品や化粧品の「定期購入」のトラブルに関する相談が多くなっています。

トラブルの内容は、「1回だけの注文のはずが、定期購入になっていた」「一定期間の購入が条件になっていた」など様々なケースがあります。

▽トラブル防止のポイント

・通信販売はクーリング・オフができません。注文前に返品・解約の条件等を確認しましょう。
・低価格を強調する広告は、特に詳細を確認しましょう。
・注文する前に、販売サイトを隅々まで確認しましょう。
・注文時やトラブルになった際など、事業者に連絡を取った時の記録を残しましょう。
・不明、不安なことがあったら、家族等に相談してから注文しましょう。

12月4日から10日は人権週間です

人権同和課　☎62-3135

国際連合は、世界人権宣言が採択された12月10日を「人権デー」と定め、日本では「人権デー」である12月10日を最終日とした1週間を人権週間と定めています。

この機会に、改めて人権を尊重することの大切さを確認し、お互いの立場を思いやった行動を心がけましょう。

令和4年度佐久市まちづくり活動支援金説明会

広報広聴課　☎62-3075

「佐久市まちづくり活動支援金」は、地域が抱える様々な課題に対して、市民の皆さんが自主的かつ主体的に取り組む公益的な事業を応援する支援金です。

支援金の説明会を開催しますので、活用を検討されている方は、ご参加ください。

▽**日時**
・12月18日(土)午後1時30分～2時30分
・12月20日(月)午後6時～7時
▽**場所**　市役所8階大会議室
▽**申込方法**　広報広聴課へEメール（kohokotyo@city.saku.nagano.jp）または電話で希望の日時と説明会参加予定人数を連絡
▽**申込期限**　12月13日(月)

12月1日は「世界エイズデー」です

健康づくり推進課☎62-3527

WHO（世界保健機関）は、1988年にエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に世界エイズデーを制定し、世界各国でエイズに関する啓発活動が行われています。

エイズは、HIVというウイルスに感染することで起こる病気です。HIV感染の早期把握、治療の早期開始・継続、治療法の進歩によりエイズの発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。

令和2年の1年間の新規HIV感染者数は令和元年より減少している一方で、新規エイズ患者数は増加傾向です。保健所で、検査当日に結果をお伝えできる迅速検査が受けられますので、お問い合わせください。

▽**エイズに関する相談、HIV検査窓口**
・**場所**　佐久保健福祉事務所（佐久合同庁舎1階）
・**電話番号**　☎63-3164
・**相談・検査料**　無料

物品等の入札参加資格申請について

契約課　☎62-3084

市が発注する物品購入等（役務・委託等の業務を含む）の入札（見積）に参加を希望される方は、入札参加資格申請を行ってください。

▽**受付期間**　12月1日(水)～24日(金)　午前8時30分～正午、午後1時～5時（土・日曜日を除く）
▽**提出（受付）場所**
・**持参**　市役所7階703会議室
・**郵送**　契約課　用度係
▽**提出方法**　提出書類等を持参または郵送（郵送の場合は書留郵便とし、提出期間内の消印のあるものに限る）
※提出書類等関係様式はホームページに掲載

ホームページQRコード

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」（商工振興課内）
求職者専用ダイヤル　☎0120-151-394

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。

就職活動中の学生の方や、仕事をお探しの方の相談を受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

▽**対象**　市内事業所へ就職を希望する方
▽**求人の取扱範囲**　市内の事業所の求人

ホームページQRコード

体育施設使用仮予約申請の受付

佐久市体育協会　☎88-6123
シンコースポーツ㈱　☎63-7101

▽**対象**　令和4年度（令和4年4月～令和5年3月）に開催予定の大会、イベント、行政区等の行事
▽**必要書類**　大会仮予約申請書および開催要項
▽**申込方法**　必要書類を各施設管理者へ提出
・佐久総合運動公園　シンコースポーツ㈱
・それ以外の施設　佐久市体育協会
▽**申込締切**　12月16日(木)
※練習等の申請は不可

ホームページQRコード

1月・2月の駒場公園施設利用受付

駒場公園管理事務所　☎68-1399　FAX68-1853

▽**対象施設**　テニスコート、ギリシャ劇場
※多目的広場は令和4年3月末まで、弓道場は令和4年3月中旬（予定）まで利用不可
▽**窓口受付開始**　12月1日(水)午後1時～
※申し込みが重複した場合は抽選
▽**電話・FAX受付開始**　12月10日(金)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。

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

市では、市内に居住する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利用できますので、ぜひご活用ください。

▽**対象** 佐久市勤労者互助会会員および長野県労働金庫互助会の会員労働組合員の方（その他条件あり）

▽**融資金額** 最高300万円

▽**返済期間** 最長10年

▽**対象資金** 自動車資金、教育資金、住宅資金、その他生活資金

▽**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

ホームページQRコード

くらしと健康の相談会

佐久保健福祉事務所 ☎63-3164

各相談日の前週金曜日の昼までにお申し込みください。

▽**日程** 12月7日㈫・14日㈫・21日㈫・28日㈫

▽**時間** 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

※匿名での相談は受付不可

※同じ方による同一内容の相談は一回のみ

司法書士による無料電話相談「年末困りごと電話相談会」

長野県司法書士会 ☎026-232-7492

▽**日時** 12月25日㈯午前10時～午後4時

▽**電話番号** 0120-448-788（当日のみの専用電話）

▽**相談料** 無料（秘密厳守）

▽**相談例** 借金で苦しんでいる、生活に困っていて年が越せない、労働問題、離婚問題、消費者トラブル、相続について、新型コロナの影響で生活が苦しいなど

ホームページQRコード

募集

第36回佐久平の美術展作品募集

近代美術館 ☎67-1055

次のとおり出品作品（平面および立体造形）を公募します。

▽**応募資格等**
・佐久地域に関心がある方
・平成18年4月1日以前に生まれた方
・直接搬入に対応できる方

▽**作品搬入・受付日時** 12月10日㈮・11日㈯ 午前10時～正午、午後1時～3時

▽**搬入場所** 近代美術館

※作品搬入にあたって不明な点は、事前にお問い合わせください。

▽**応募手数料** 1点3000円（令和4年3月31日時点で20歳未満の方は1000円）

▽**入賞・入選作品展示** 令和4年1月8日㈯～30日㈰

※詳細は、近代美術館で配布する募集要項をご覧ください。

「信州佐久市観光フォトコンテスト2021」作品募集

佐久市観光協会（観光課内） ☎62-3285

▽**部門** ①自然・花 ②文化・歴史 ③祭り・行事

▽**賞**
・佐久市観光協会長賞（最優秀賞）1点（賞状・賞金5万円）
・優秀賞 3点（賞状・賞金2万円）
・準優秀賞 10点（賞状・賞金3千円）

※このほか、各賞を用意しています。

▽**応募方法** 応募票を写真裏へ貼付し、観光協会等へ提出

※応募票および提出先はホームページ、チラシに掲載

▽**応募期限** 令和4年1月7日㈮（当日消印有効）

▽**応募上の注意**
・応募点数の制限はありませんが、未発表写真に限ります。
・郵送返却をご希望の方は、返信用封筒と切手を同封してください。

ホームページQRコード

障がい者生活支援及び社会参加促進事業受託者募集

福祉課 ☎62-3147

佐久市障害者自立生活支援センターでは、障がいを持つ方およびその家族が気軽に日常生活における相談ができる「相談窓口業務」と、障がいを持つ方が地域で生きがいを持って活動的に生活するために、料理教室や運動教室等の講座・教室の開催による「社会参加促進事業」を行っています。

令和4年度からの相談窓口業務と社会参加促進事業の受託を希望する事業者を募集します。

▽**委託期間** 令和4年4月1日～令和7年3月31日

▽**応募書類の提出期間** 12月1日㈬～令和4年1月12日㈬

▽**提出先** 福祉課

ホームページQRコード

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　☎62-3424
土木課　☎62-3298

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。

アダプトシステム活動に参加してみませんか。

▽**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と活動場所・内容を打ち合わせ後、アダプトシステムの協定を締結

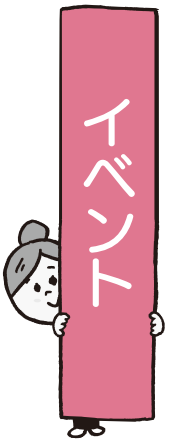
ホームページQRコード

スポーツ大会参加者募集

佐久市体育協会　☎88-6123

■**第55回佐久市スケート大会**
▽**日時**　1月23日(日)午後1時～
▽**会場**　松原湖高原スケートセンター
▽**参加費**　1000円
▽**申込方法**　体育協会窓口で申し込み
▽**申込期間**　12月24日(金)まで

■**第16回市民元旦マラソン大会**
新型コロナウイルス感染症の状況を考慮し、中止します。



長野県宝「東一本柳古墳出土品」の展示

文化振興課（文化財事務所）　☎63-5321

10月18日に長野県宝の指定を受けた「東一本柳古墳出土品」を、文化財事務所併設の考古遺物展示室で展示します。

▽**期間**　12月1日(水)～令和4年3月25日(金)
▽**開館時間**　午前9時～午後5時
▽**場所**　文化財事務所考古遺物展示室
※土日、祝日、年末年始は閉館

鎌倉彫記念館企画展「紙粘土人形二人展」

文化事業団　☎82-3962

紙粘土で表現した立体人形中心の作品展です。ブローチやアマビエの小物など約80点を展示します。

▽**日時**　12月5日(日)～26日(日)　午前9時～午後5時（26日(日)は午後3時まで）
※12月6日(月)・13日(月)・20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）

図書館　12月の行事予定

中央図書館	☎67-2111
臼田図書館	☎82-3932
浅科図書館	☎58-4321
望月図書館	☎53-0230

12月の行事は、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**　11日(土)午前10時30分
▽**赤ちゃんのおはなし会**
・**日時**　16日(木)午前10時30分
・**対象**　乳幼児
▽**ぽっけおはなしの会**
・**日時**　18日(土)午前10時30分
▽**ザ・フレンズ朗読会**
・**日時**　22日(水)午前11時
▽**佐久の先人を語る**
西洋式『神津牧場』を作った邦太郎
・**日時**　25日(土)午後1時30分
・**講師**　小林 收氏

■**臼田図書館**
▽**おはなしの会**
・**日時**　11日(土)午前10時30分
▽**ブック☆ブックお話の会**
・**日時**　18日(土)午後2時

■**浅科図書館**
▽**ちいさい子のおはなし会**
・**日時**　16日(木)午前10時30分
▽**おはなし会**
・**日時**　18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**　12日(日)午前11時

国際交流サロン「国際交流会 in winter」

移住交流推進課　☎62-3283

いろいろな国の文化に触れながら交流してみませんか。

▽**日時**　12月12日(日)午前10時～正午
▽**会場**　中込会館大会議室
▽**参加費**　無料
▽**内容**　和柄のポストカード作り、ゲーム、各国のお菓子紹介など
▽**定員**　40名（申込先着順）
▽**申込方法**　移住交流推進課へ電話または参加申込書を窓口で提出
※申込書はホームページに掲載
▽**主催**　国際交流ネットワーク佐久・佐久市国際交流ボランティア合同会議

ホームページQRコード

「佐久平駅お客様感謝祭」エキナカ縁日

プラザ佐久　☎68-7433

▽**日時**　12月12日(日)午前10時～午後3時
▽**会場**　JR佐久平駅・プラザ佐久
▽**内容**　Nゲージの展示、ポップコーンの無料配布、駅弁の販売（数量限定）、酒蔵発！ノンアルコール商品フェア
▽**共催**　JR東日本長野支社佐久平駅

ぐるっと佐久スタンプラリー実施中

ぐるっと佐久スタンプラリー実行委員会（文化振興課内）
☎62-5535

市内文化施設や市内事業所を巡る「ぐるっと佐久スタンプラリー」を実施しています。条件を満たした参加者には、武論尊先生・史村翔先生原作の「北斗の拳」「BEGIN」を使用したオリジナルの限定ピンバッジを記念品として贈呈します。

▽**実施期間** 12月12日㈰まで
▽**会場** 市内文化施設および参加事業所
▽**参加方法** 市内文化施設の入館や参加事業所での一定金額のお会計等を条件とし、合計6か所または8か所を巡ってください。

©史村翔・池上遼一／小学館
©武論尊・原哲夫／コアミックス 1983

ホームページQRコード

うすだスタードーム12月のイベント

うすだスタードーム
☎82-0200

■ふたご座流星群観望会
▽**日時** 12月14日㈫午後9時～午前0時（自由解散）
▽**内容** ふたご座流星群観望、流星群のお話ほか
▽**定員** 20名程度（申込先着順）

■クリスマス観望会
▽**日時** 12月25日㈯午後7時30分～9時
▽**内容** 冬の天体観望、クリスマスと星のお話ほか
▽**定員** 20名程度（申込先着順）

■イベント共通
▽**参加費**（入館料）
・一般　520円
・小中学生　260円
▽**申込方法** うすだスタードームへ電話で申し込み

平尾温泉みはらしの湯「佐久市民DAY」

平尾温泉みはらしの湯
☎68-0261

市民の方を対象に、入浴料割引サービスを行います。

▽**期日** 12月24日㈮
▽**入浴料**（通常料金25％割引）
・大人（中学生以上）600円
・小人（小学生）　300円
▽**持ち物** 市内在住を証明できるもの
※他割引との併用不可

毎月26日「風呂の日」サービス

もちづき荘　☎52-2515
布施温泉　☎53-0181
穂の香乃湯　☎58-0033

▽**期日** 12月26日㈰
▽**サービス内容**
・入浴料50円引（他割引券との併用不可）
・3つの温泉めぐりスタンプカードのポイントが3倍

旧中込学校ノベルティプレゼントキャンペーン

佐久市観光協会（観光課内）
☎62-3285

地域外への旅行が困難な今、あらためて身近な観光スポットに目を向けてみませんか。

旧中込学校の宣伝大使に認定された方限定で、旧中込学校のイラストや説明文が書かれた絵馬をプレゼントしています。ぜひこの機会に旧中込学校までお越しください。

▽**キャンペーン期間** 12月28日㈫まで
※毎週月曜・第2火曜日は休館日のため除く
※無くなり次第終了
▽**配布場所** 旧中込学校管理事務所
▽**宣伝大使認定条件** 旧中込学校管理事務所内で、次の項目について行っていただける方
①旧中込学校のSNS公式アカウント（インスタグラム、フェイスブックまたはツイッターのいずれか）をフォローする。
②旧中込学校の写真等をSNSで投稿する。
▽**配布個数** 500個

バレエコンサート

文化振興課　☎62-5535

■バレエ・エスポワール
国内外で活躍する著名なバレエ団のトップスターをお迎えしてバレエコンサートを開催します。

▽**日時** 令和4年1月16日㈰午後3時～
▽**会場** コスモホール
▽**チケット**（現在好評発売中）
・一般　3000円
・18歳以下　2500円
※全席指定・3歳以下入場不可
▽**プレイガイド** 文化振興課、市役所望月支所、コスモホール、交流文化館浅科、佐久市コスモホール、佐久平交流センター
※公開ワークショップを、令和4年1月15日㈯に予定しています。

ホームページQRコード

新品目導入試験事業講演会

農政課　☎62-3203

佐久市営農支援センターでは、佐久市の気候や風土に合うブランド品目の育成や水田転作に向く品種の普及を図るための試験事業を行っています。この試験結果の報告と農業振興に資する講演会を開催します。

▽**日時**　1月20日㈭午後1時30分～
▽**会場**　市民創錬センター大会議室
▽**参加費**　無料
▽**内容**　「今年度の試験結果について」、「獣害（ハクビシン、鹿等）対策について」、「ドローンによるスマート農業について」
▽**定員**　70名（申込先着順）
▽**申込期間**　12月3日㈮午前9時～24日㈮午後5時
▽**申込方法**　農政課へ電話、FAX（62-2269）、またはEメール（nosei@city.saku.nagano.jp）で申し込み

ホームページQRコード

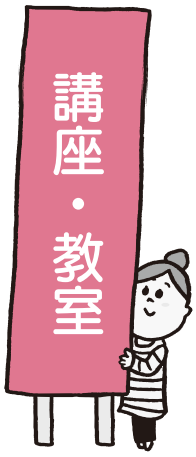
信州佐久　太鼓の共演

文化事業団　☎82-3962

勇壮な太鼓の響きと、華やかな照明のコラボレーションをお楽しみください。

▽**日時**　2月6日㈰午後2時開演
▽**会場**　交流文化館浅科（穂の香ホール）
▽**チケット（全席自由）**
・大人　500円
・小中学生　200円
▽**出演**　中山道宿場太鼓保存会、信州望月太鼓、臼田小満太鼓愛好会、佐久鯉太鼓保存会

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
FAX64-0213

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。必ず事前に電話、FAXまたは窓口でお申し込みください。

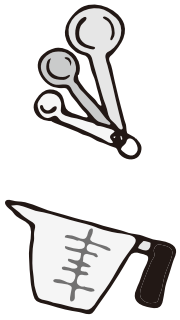
■**健康体操教室**
▽**日時**　12月9日㈭　午後1時30分～2時30分
▽**会場**　野沢会館2階　中会議室
▽**参加費**　無料
▽**持ち物**　飲み物
▽**服装**　運動のできる服装

■**ピアのつどい**
▽**日時**　12月14日㈫午後1時30分～3時
▽**会場**　野沢会館　103号室
▽**参加費**　無料
▽**内容**　クリスマス演奏会

■**ヨガ教室**
▽**日時**　12月17日㈮　午後1時30分～2時30分
▽**会場**　野沢会館2階　和室2・3号
▽**参加費**　無料
▽**持ち物**　飲み物、ヨガマット（ある方）
▽**服装**　運動のできる服装

■**エンジョイ・アート**
▽**日時**　12月21日㈫午後1時30分～3時
▽**会場**　野沢会館　創作室
▽**参加費**　100円（材料費）
▽**内容**　クリスマスアート、絵手紙
▽**服装**　汚れてもよい服装

■**料理教室**
▽**日時**　1月13日㈭午前10時～午後1時
▽**会場**　あいとぴあ臼田　調理室
▽**参加費**　400円（食材費）
▽**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り
※申込後のキャンセルは前日の午前中まで



資金調達講座入門編～寄付集め・初めの一歩～参加者募集

市民活動サポートセンター
☎64-6362

▽**日時**　12月11日㈯　午前10時～午後0時30分
▽**会場**　野沢会館2階ホール
▽**参加費**　無料
▽**対象**　佐久地域で市民活動に関わる方
▽**内容**　事例紹介・講座（ワーク含む）
▽**ゲストスピーカー（事例紹介）**　長岡　秀貴氏（認定NPO法人侍学園スクオーラ・今人理事長）
▽**講師**　鴨崎　貴泰氏（NPO法人日本ファンドレイジング協会常務理事）
▽**定員**　25名（申込先着順）
▽**申込方法**　市民活動サポートセンターへ電話またはEメール（sakusapo@sakunet.ne.jp）で申し込み
▽**申込期限**　12月8日㈬

ホームページQRコード

寅の年賀状をつくろう

川村吾蔵記念館 ☎81-5353

▽**日時** 12月12日(日) 午後1時30分～3時30分
▽**会場** 川村吾蔵記念館多目的室
▽**参加費** 500円（材料費）
▽**対象** どなたでも
▽**内容** 木版画による年賀状の制作
▽**持ち物** 彫刻刀、ハガキ
▽**定員** 10名（申込先着順）
▽**申込方法** 川村吾蔵記念館へ電話で申し込み

ホームページQRコード

オレンジカフェ座談会

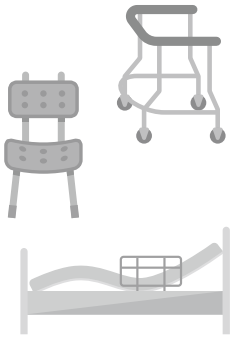
高齢者福祉課 ☎62-3157

▽**日時** 12月14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
▽**対象** 認知症の方、認知症の方を介護されている方
▽**内容** レクリエーション、座談会
▽**持ち物** 飲み物
▽**申し込み** 不要

家族介護者交流会「こんなに便利になった介護用品～来て！見て！触れて！～」

佐久平・浅間地域包括支援センター ☎88-6281

▽**日時** 12月18日(土) 午後1時30分～3時30分
▽**会場** 佐久平交流センター
▽**参加費** 無料
▽**対象** 家族の介護をしている方、介護に関心のある方など
▽**内容** 介護用品の体験
▽**持ち物** 飲み物
▽**定員** 20名
▽**申込方法** 佐久平・浅間地域包括支援センターへ電話で申し込み



正月の生け花教室・アロマ教室

中央隣保館 ☎62-0991

■正月の生け花教室
▽**日時** 12月28日(火) 午前9時30分～11時30分
▽**会場** 中央隣保館
▽**参加費** 2500円（花代）
▽**講師** 佐藤 澄子氏
▽**持ち物** 花器（大きめのもの）、剣山、はさみ、新聞紙、上履き
▽**定員** 15名（申込先着順）
▽**申込方法** 中央隣保館へ電話で申し込み
▽**申込期限** 12月20日(月)

■アロマ教室
▽**日時** 1月25日(火)午前10時～正午
▽**会場** 中央隣保館
▽**参加費** 1000円（材料費）
▽**内容** アロマオイルを使い自分だけのクリーム（またはリップクリーム）を作ります。
▽**講師** 佐藤 恵氏
▽**持ち物** 筆記用具、上履き
▽**定員** 10名（申込先着順）
▽**申込方法** 中央隣保館へ電話で申し込み
▽**申込期限** 1月12日(水)

スポーツ教室参加者募集

スポーツ課 ☎62-4004

■少年少女スキー教室
▽**日時** 令和4年1月16日(日)・23日(日)・30日(日)（全3回） 午前9時～11時30分
▽**会場** 佐久スキーガーデンパラダ「北パラダ」
▽**参加費** 4000円（リフト券別途）
▽**対象** 小学3年生～中学生
▽**定員** 40名

■目指せ美ボディ！エクササイズ教室
▽**日時** 令和4年1月15日(土)～2月12日(土)（全5回） 午前11時30分～午後1時30分
▽**会場** 佐久市総合体育館
▽**参加費** 1500円
▽**対象** 18歳以上（高校生を除く）
▽**定員** 20名

■卓球教室
▽**日時** 令和4年1月20日(木)～3月24日(木) 午後7時～9時
▽**会場** 佐久市総合体育館
▽**参加費**
・高校生以上 2500円
・中学生以下 1500円
▽**対象** 小学生以上
▽**定員** 30名

■各教室共通
▽**申込方法** スポーツ課窓口で申込書の提出および参加費の支払い
▽**申込開始** 12月1日(水)

今月の納付

●期限内の納付をお願いします

納期限	12月28日（火）
市税等	市県民税（第4期）
	国民健康保険税（第6期）
	介護保険料（第9期）
	後期高齢者医療保険料（第6期）

※納付は、安心便利な口座振替をご利用ください。また、口座振替は感染症の予防にもなります。
※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。

お詫びと訂正

市広報紙「サクライフ」令和3年11月号、7ページ「佐久市まちづくり活動支援金優良事業表彰」に掲載しました写真の説明文に一部誤りがございました。次のとおり訂正させていただくとともにお詫び申し上げます。

▽訂正箇所　優秀賞「〝跡部の踊り念仏〟の保存・伝承事業」写真の説明文

▽訂正　野沢中学校の生徒を対象とした学習会

寄附

ご寄附ありがとうございます

■ふるさと納税寄附（順不同）

會田弘文様／青木央様／青木実様／赤地拓也様／阿部健様／阿部健太郎様／有本真己様／飯田正一様／飯田裕一様／井口利夫様／池上満様／池上美代子様／石井健太様／石川治様／石川雄大様／石川達彦様／板倉敦様／井出徹様／出澤修介様／伊藤淳子様／伊藤太斉様／伊藤司様／伊藤直樹様／伊藤康紀様／井上真様／井上悠冴様／岩上真咲様／岩切雄様／岩田戦太郎様／岩本浩介様／岩本実様／ウ雪様／上垣和彦様／上野和宏様／宇佐美悦子様／内原智幸様／梅澤聡様／梅澤麻以子様／梅田武男様／梅津直生様／梅村卓巳様／浦野政利様／永楽祐一郎様／江本孟紀様／大熊愛子様／大倉亮二様／大坂泰斗様／大谷晃良様／大塚健太郎様／大伴里沙様／大西悟様／大西裕介様／大村利彦様／大森寛様／岡田欣也様／岡田崇様／緒方仁志様／尾形正芳様／岡村征吾様／岡本浩明様／小川修三様／尾勢英彦様／小田川大地様／鬼塚真様／影山努様／梶田明正様／片岡恵一郎様／片倉佑佳様／加藤誠一様／加藤敢様／加藤正行様／加藤安朗様／金井恵子様／金ヶ瀬光正様／金子繁様／金子礼寛様／川並和之様／川西稔展様／川村哲也様／河原崎昌義様／岸本隼人様／北冨浩崇様／木村亨輝様／木村勇一郎様／木村勇太様／日下部崇之様／楠浩平様／久野慎介様／小井土雄一様／神津拓人様／河野俊郎様／古賀麗雄様／小柴孝志様／小島大輝様／小平洸嗣様／小西洋子様／小林洋二様／小松靖直様／小宮一明様／近藤篤様／坂本瑞樹様／佐々木隼哉様／佐々木慎之介様／佐藤慎一様／佐野達郎様／椎名裕城様／塩谷盛泰様／篠原敬志様／柴山博治様／芝山昌史様／渋田周平様／渋田貴正様／嶋村善隆様／庄田直子様／白井茂晶様／白石明香様／白鳥頼利様／白鳥達郎様／杉浦健吾様／菅野雄登様／鈴木忍様／鱸史郎様／角江大樹様／諏訪通博様／関口英樹様／関根優様／芹澤未来様／先崎和也様／仙田美登里様／宗崎菜々子様／園又しおり様／染谷一成様／高尾和宏様／高野公志様／高橋寛昭様／高松信吾様／高見澤渉様／高谷宗臣様／高山伸様／武重哲様／竹月英俊様／田島茂様／田島聖様／田中英子様／田中秀昭様／田中允樹様／田中将也様／田部俊幸様／谷佳祐様／谷口文也様／谷口諒様／茅野せりか様／塚田和明様／土屋考史様／角田夏樹様／角田洋晴様／鶴島浩史様／手塚信彦様／寺本育生様／東郷幹男様／徳田研一様／徳永知樹様／徳久雅弘様／轟弘史様／冨田かおり様／冨田夕映子様／友野由香様／永井雅之様／長瀬貴幸様／中田安希子様／中塚心治様／中野博紀様／中村聖弥様／中村匠様／中山孝吉様／中山弘子様／並木一樹様／成迫恵三様／西浦翔様／西村良平様／羽毛田諭様／華房誠様／林礼司様／半田康平様／日名内竜也様／平田陽一様／平林俊様／平原涼太郎様／平松直人様／廣田裕輔様／福間崇志様／福山重喜様／福山智之様／藤岡靖英様／伏見洋人様／藤原靖司様／古旗園子様／北條彰人様／牧野拓哉様／間下健介様／増田篤昭様／益田裕太様／松井俊己様／松尾泰明様／松田文子様／松村美紀様／松本貴子様／眞野薫様／眞野悠人様／三浦康平様／水田宜良様／溝口洋介様／南浩二様／向殿麻衣子様／村上大悟様／目黒駿一様／森昭文様／矢田雅也様／柳川昌大様／山浦弘太郎様／山岡英行様／山口崇起様／山口琢也様／山崎美鈴様／山下恒久様／山下航様／山田杏奈様／山田英貴様／山西史哲様／山本清成様／湯本崇之様／横田和之様／横山絢子様／吉川裕喜様／Ramachandran Gopalakrishnan様／若山滋様／湧井智様／渡辺雅彦様

■一般寄附

▽市へ

・アルコール除菌ウエットティッシュ　1200個
　連合長野　会長　根橋美津人様
　連合長野佐久地域協議会　議長　依田孝彦様

・現金　2000円
　佐久の鯉太郎Z様

▽市内保育園へ

・紙芝居　15組
　長野県労働金庫様

▽中込第二保育園へ

・ムラサキイモ・ベニハルカ　約200kg
　木下息様

▽切原保育園へ

・米　15kg
　新海武男様

■クラウドファンディング

▽みんなの力で守れる猫の命がある～人と動物が共生できる社会を目指して～

・今井麻美様
・大橋光希様
・高麗敏恵様
・小林郁子様
・佐藤寿晃様
・藤井美和様
・吉川民子様
・梅村元子様
・小野山隆信様
・越治佳子様
・近藤俊樹様
・高橋　梢様
・横山真代様

年末年始の市の業務

○…通常営業　休…休業　△…時間短縮もしくは一部営業

業務＼日付		28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	備考
戸籍業務	出生・死亡・婚姻届 等	○	△	△	△	△	△	△	○	本庁は宿日直で受付 支所は日直で受付（8：30～17：15）
	火葬場	○	○	○	休	→	○	○	○	
	諸証明の発行	○	休	→	→	→	→	→	○	28日～3日までコンビニ交付は利用できません
市税等収納業務		○	△	△	休	→	→	→	○	29・30日は8：30～17：15（本庁のみ） （証明書の発行業務は行いません）
浅間総合病院		○	休	→	→	→	→	→	○	
児童館		○	休	→	→	→	→	→	○	
駒場公園	屋内プール	○	休	→	→	→	→	→	→	1月5日まで休館
	テニスコート	○	休	→	→	→	→	→	○	弓道場は3月中旬（予定）まで利用できません
各体育施設		○	休	→	→	→	→	→	○	4日は各体育施設抽選会
近代美術館		休	→	→	→	→	→	→	→	1月7日まで休館
図書館		○	休	→	→	→	→	→	○	
各文化施設（観覧系、ホール、生涯学習センター）		○	休	→	→	→	→	→	○	28・4日は川村吾蔵記念館、臼田文化センター、うすだスタードームは休館
五稜郭　であいの館		休	→	→	→	→	→	→	→	1月5日から開館
あさしな温泉　穂の香乃湯		休	○	○	△	△	△	○	休	31日は10：00～18：00、 1日は12：00～20：00、2日は11：00～20：00
布施温泉		○	休	○	△	△	△	○	○	31日は10：00～18：00、 1日は12：00～20：00、2日は11：00～20：00
春日温泉　もちづき荘		△	△	△	△	△	△	△	△	宿泊は休まず営業、外来入浴は11：00～17：00（最終受付16：15）
春日温泉　ゆざわ荘		休	→	→	→	→	→	→	→	臨時休業中
平尾温泉みはらしの湯		○	○	○	△	○	○	○	○	31日は11：00～18：00
市民創錬センター		○	休	→	→	→	→	→	○	
各地区公民館		○	休	→	→	→	→	→	○	駒の里ふれあいセンターは4日まで休館
うすだ健康館		休	→	→	→	→	→	→	→	1月5日から開館
道の駅ほっとぱーく浅科		△	△	△	休	→	→	△	休	27日～30日は10：00～16：00、3日はレストランのみ営業、売店は5日から通常営業
道の駅ヘルシーテラス佐久南		○	○	○	休	→	△	△	○	2・3日は17：00閉店
堆肥製産センター		○	休	→	→	→	→	→	○	
うな沢第2最終処分場		○	休	→	→	→	→	→	○	
路線バス		○	休	→	→	→	→	→	○	中仙道線、佐久御代田線、山手線、久保通線、布施線、春日線
デマンド交通さくっと		○	休	→	→	→	→	→	○	
さくっと定時便		○	休	→	→	→	→	→	○	

つどい　学び　むすぶ

公民館報さくし

No.201

2021
令和３年
12月

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
Tel.0267-66-0551 Fax.0267-66-0553
E-mail: kominkan@city.saku.nagano.jp

新しい東会館をご利用ください

改築事業を進めてきました東会館の整備が終了し、12月から貸館のご利用が可能となります。

新東会館は、地域の指定緊急避難場所という側面を持ち、施設のバリアフリー化や、公衆無線LAN設備等ハード面の充実に加え、防災意識の高揚や防災知識の普及を図るための講座や、地域の皆さんの様々な活動を実施する拠点となります。冊子の裏表紙にも東会館の紹介がありますのでご覧ください。

新東会館の貸室予約や、利用方法に関しては、東公民館（電話67-2545）までお問い合わせください。

【東会館の使用料】

部屋名		使用料（１時間）	冷暖房使用料（１時間）	収容人数（人）	部屋名		使用料（１時間）	冷暖房使用料（１時間）	収容人数（人）
2階	会議室１	540	120	60	2階	和室１	150	10	8
	会議室２	450	70	45		和室２	320	30	20
	会議室１・２の一体利用	590	190	105	1階	学習室兼小会議室	160	20	15
	音楽室１	200	30	24		料理講習室	460	40	20
	音楽室２	150	30	18		食育室兼会議室	220	30	24
	音楽室１・２の一体利用	350	60	42		創作室	360	50	24

※使用料・冷暖房使用料は、入場料等の徴収を伴う使用の場合には２倍、営利目的の使用の場合には３倍となります。

ちょっとひとこと

いいことに繋がっている掃除

鳴瀬　　渡辺　邦子

米オールスター戦に出場した大谷翔平選手が足元のゴミを拾いポケットにしまった振る舞いに、名だたるメディアが驚き称賛した。彼にとっては当たり前のことで、高校時代の監督に「ゴミは人が落とした運。ゴミを拾うことで運を拾い、自分にツキを呼ぶ。そういう発想をしなさい」と教わったそうである。

また青山学院大学の原（はら）晋（すすむ）監督も「時を守れ。礼を尽くせ。居を清潔に」を掲げて、箱根マラソン４年連続優勝に導いたと聞く。華やかな宝塚音楽学校でも、授業前に１時間半かけて掃除する伝統があり、しかも決められた場所の掃除を一年間続けるそうだ。きっと集中力や注意力が研ぎ澄まされていくのだろう。

一見本来の目的とは関係なさそうな掃除だが、何かたくさんのいいことに繋がっている気がする。

そんな思いから、まず身の回りの整理から始めた。書類等をファイルし置き場所を決め、重要な事柄を家族に周知、共有。最小限に整理した。心が軽くなった。

整理された部屋は掃除もし易い。災害時の持ち出しも容易となろう。綺麗になれば花を飾りたくなり、友も招きたくなる。物の多さには驚くばかりだが、スマホの利用で更に減らせよう。古いけれど心地よいこの家で清（すが）しく暮らしていくために、後回しの場所の片付けを再開しよう。

ふれあい あれこれ

望月公民館　「繭クラフト講習会」

10月６日、繭玉のコスモスをあしらったリースを望月まゆの会のご指導で作りました。紫や黄色、緑に色づけした繭玉で花や葉の形を切って慎重に薄くはがし、コスモスの形に作り上げリースに飾り付けました。

浅科公民館　「初心者切り絵講座（全２回）」

９月27日、10月18日の２回、矢嶋の竹内芳枝さんを講師に「初心者切り絵講座」を開催しました。先生が描いた、「案山子と稲穂を持つ童」の牧歌的な原風景の図案を題材に、皆さん熱心に切り絵に挑戦しました。

野沢公民館　「佐久の先人～相馬遷子（そうませんし）～」

９月14日、3年前から毎年開催している「佐久の先人」についての講座を開催しました。今回は、丸山正俊先生を講師に迎え、俳人として活躍された相馬遷子を取り上げ、俳句からうかがえるその生涯について学びました。

浅間公民館　「親子あそび＆リトミック」

10月26日、神津恭子先生・小山里美先生を講師に、親子で音楽にあわせて体を動かして音楽的な感性や創造性を育む「リトミック」の講座を開催しました。参加者からは「楽しく参加できた」「親子で良い運動になった」などの感想がありました。

人権シリーズ

誰もが自分らしく生きることができる時代へ
～男女平等と男女共同参画～

最近、新聞やメディアにおいて、各分野における女性の活躍など男女共同参画に関する話題を目にする機会が増えています。

「男女平等」とは権利が平等であることをいいますが、「男女共同参画」とは性差にとらわれず、個々の多様性を認め、尊重しあいながら社会の様々な分野に参画し、役割や責任を一緒に担っていくことを言います。

市においては男女共同参画の推進を目指して各種事業を実施しておりますが、その中から「佐久市男女共生ネットワーク」の活動を紹介します。

「佐久市男女共生ネットワーク」には、パートナーシップ佐久をはじめとする10団体が所属しており、男女がともに認め合い支え合う社会を築くために学習を重ねるとともに、講演会や朗読劇などの発表を通じて、人権の尊重と福祉の向上に寄与し、男女共同参画の推進を図っています。本年５月には、男女共同参画に関する身近なテーマを題材にした手作りの朗読劇が完成し、来年３月に開催予定の「佐久市人権・男女共生フェスティバル」で発表をする予定です。

「佐久市男女共生ネットワーク」では、ともに活動する団体を募集しています。誰もが自分らしく輝いて暮らすことができる社会を目指し、男女平等や男女共同参画について一緒に考え、各種活動に参加してみませんか。

※お問い合わせ等は人権同和課まで（☎62－3135）

第17回 佐久市短詩型文学祭のご案内

短歌・俳句・川柳・詩を募集したところ大勢の皆さんから投稿がありました。作品作りに励まれた皆さんはもとより、市民の皆さんが集い、より一層短詩型文学に親しんでいただきたく、下記のように文学祭を開催します。

●開催期日　令和４年１月29日（土）
　　午前９時20分～12時30分
●会　　場　佐久市市民創錬センター
●内　　容　午前９時20分～開会式
　　午前10時～児童生徒の部表彰式
　　午前10時30分～選者を囲んで部門別学習会
※今後感染症の拡大状況によっては開催内容が変更となる場合があります。

【問合せ】　佐久市中央公民館　電話66-0551

ショウマ咲く白いわたあめ甘い風（中一女子）

10月7日、野沢中学校１年生８名と公民館の俳句講師との交流を行い、作った俳句は短詩型文学祭へ投稿しました。

よりよい公民館活動を目指して

～令和３年度 佐久市公民館運営審議会を傍聴して～

私たちが日々親しんでいる公民館ですが、その活動や運営を支えている「佐久市公民館運営審議会」が開かれると聞き、館報編集委員２名が傍聴しましたのでその模様を報告します。

10月１日、市民創錬センターに於いて、今年度第１回目の審議会が行われました。社会教育関係者などから委嘱された17名の審議委員が出席されていました。

審議内容は、令和２年度及び３年度上半期の事業報告と新規事業の検討などです。利用件数、利用人数など、地区館ごとに細かい数字が出されていましたが、新型コロナのための臨時休館期間もあり、利用実績の良し悪しは簡単に判断できないようでした。しかしながら、コロナ禍の中、会の延期や分散開催など、工夫して開催した事務局の熱意を感じとることができました。

講座の中には、野外講座や料理講座のように希望者が多くお断りをしなければならなかった、という嬉しい悲鳴の講座もあったとのこと。午前・午後の２部制にする工夫により参加者に喜ばれたという事務局の報告もあり、市民の意欲的な参加が感じられました。

また、資料として、地区館講座に伴う参加者のアンケート調査報告がまとめられていました。委員の「公民館活動のことを知らない人が多いので、講座や学習グループの学びを公民館報などでもっと宣伝したらどうか」「公民館の利用の仕方もアピールしてほしい」との意見もあり、これからの公民館事業の企画や取り組み方に市民の声であるアンケート結果の活用を期待したいと思いました。

公民館は、「つどい・学び・むすぶ」が合言葉です。私たちの公民館が、気軽に参加でき、仲間づくりができる場であってほしいと願っています。

審議会の傍聴により、公民館がまた一歩身近になりました。（編集委員：原、小林ち）

公民館 おさそいカレンダー

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。

■中央公民館☎66-0551　■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

	講座及び学習内容	日　時	場　所	講師・指導者	費用・持ち物等
中央公民館	【創錬の森 市民大学】 ◎芸術鑑賞　クラシック音楽 ２台のピアノでのアンサンブルなど多彩なプログラムをご用意しています♪	12月 8日㈬ 10:00～12:00	市民創錬センター 大会議室	佐久演奏家協会 原いづみ先生 他	<参加費>無料 <定　員>10名程度 ※学生の後方での聴講となります
中央公民館	【創錬の森 市民大学】 ◎学長講話 佐久市の現状や未来について本学学長柳田市長よりお話をお聞きします	12月22日㈬ 10:00～12:00	市民創錬センター 大会議室	創錬の森市民大学学長 柳田清二市長	<参加費>無料 <定　員>10名程度 ※学生の後方での聴講となります
浅間公民館	◎書初め教室 お正月の伝統行事「書初め」で、新年の抱負や目標を書きましょう	1月 5日㈬ 9:00～11:30	浅間会館 会議室1・2	書道講師 原野節子先生	<参加費>無料 <持ち物>書初めの道具・用紙・お手本・新聞紙 <定　員>15名 ※申込受付開始 12月2日㈬ 8:30
浅間公民館	◎クラフト教室（全２回） クラフトテープを使って、かごを作りましょう。参加お待ちしています	①　1月18日㈫ ②　1月25日㈫ （時間）13:30～15:30	浅間会館 創作室	クラフト講師 木内公子先生	<参加費>500円（材料費） <持ち物>ハサミ・洗濯バサミ30個 <定　員>8名 ※申込受付開始 12月23日㈬ 8:30
野沢公民館	◎老後を自分らしく（全４回） だれもが迎える老い。自分のため、自分らしく生きるための老い方について学びましょう ①相続・遺言・エンディングノートについて ②介護が必要になった時どうしますか？ ③心地よい暮らしの整理方法について ④お楽しみ講座・まとめ	①　1月13日㈬ ②　1月20日㈬ ③　1月27日㈬ ④　2月　3日㈬ （時間）14:00～15:30	野沢会館 会議室２０５	①司法書士 山際隆浩先生 ②地域包括支援センター職員 ③整理収納アドバイザー 丸山まゆ美先生 ④市高齢者福祉課	<参加費>無料 <持ち物>飲み物 <定　員>30名 ※申込受付開始 12月7日㈫ 8:30
中込公民館	◎カラダいきいき健康講座⑤ 「楽しく、無理なく、いつまでも若々しく」あなたが主役の健康づくりを応援します。今回はリハビリテーションの観点から、認知症予防について、体操などを交えながら楽しく学びます	12月 9日㈬ 13:30～15:00	中込会館 大会議室	理学療法士 高地祐一郎先生 作業療法士 小林由佳先生	<参加費>無料 <持ち物>飲み物 <定　員>30名程度 ※申込受付中
中込公民館	◎親子書初め教室 書き初めは公民館に集まってみんなで新年の抱負を語り合いながら楽しく書きましょう！	1月 4日㈫ 9:30～11:30	中込会館 大会議室	学習グループ ・佐久書道会 ・白樺書道会 の皆さん	<参加費>無料 <持ち物>書き初めの道具・用紙・お手本・新聞紙 <定　員>20名 ※保護者同伴でお願いします ※申込受付期間 12月1日㈬ 8:30～12月20日㈰17:15まで
中込公民館	◎毛糸を活用！編み物教室（全３回） 冬のお家時間、編み物を楽しみませんか かわいいパンツを作ります	①　1月11日㈫ ②　1月25日㈫ ③　2月　8日㈫ （時間）10:00～12:00	中込会館 大会議室	学習グループ「楽しくリフォーム」講師 菊池たか子先生、 グループの皆さん	<参加費>無料 <持ち物>太めのかぎ針・棒針４号・毛糸（並太9玉分） <定　員>20名程度 ※申込受付開始 12月14日㈫ 8:30
中込公民館	◎癒しの和ヨガ（全２回） ヨガで心も身体もリフレッシュしましょう！	①　1月26日㈬ ②　2月　9日㈬ （時間）10:00～11:30	中込会館 大会議室	和ヨガ講師 金沢優子先生	<参加費>無料 <持ち物>ヨガマット・飲み物 <定　員>20名（大人のみ） ※申込受付開始 12月22日㈬ 8:30
東公民館	◎書初め教室（全２回） 新年、新たな気持ちで書初めをしませんか。冬休みの宿題もバッチリ！一日だけの参加も可能です	①　1月　4日㈫ ②　1月　5日㈬ （時間）9:30～11:30	東会館 会議室1,2	書道講師 中嶋嘉子先生	<参加費>無料 <持ち物>書初め用の太筆と下敷き・用紙・お手本・書道道具・新聞紙 <定　員>12名程度 ※小学3年生以下は保護者同伴 ※申込受付開始 12月10日㈮8:30
東公民館	◎絵手紙教室（全３回） 絵手紙を描いてみませんか。 ヘタでいい、ヘタがいい・・・ 一緒に楽しみましょう 	①　1月11日㈫ ②　2月　2日㈬ ③　3月　2日㈬ （時間）9:30～11:30	東会館 会議室1.2	絵手紙講師 岩本幸枝先生	<参加費>400円程度（画仙紙代等） <持ち物>絵筆・パレット・顔彩・墨液・水入れ・新聞紙・ティッシュ・モチーフ <定　員>16名 ※道具レンタル600円（事前申込み） ※申込受付開始 12月14日㈫ 8:30
東公民館	◎リラックスヨガ教室（全３回） 運動不足になりがちな冬、リラックスヨガで気持ち良く体を動かしましょう	①　1月13日㈬ ②　2月10日㈬ ③　3月10日㈬ （時間）10:00～11:30	東会館 会議室1.2	ヨガインストラクター 平林里恵子先生	<参加費>無料 <持ち物>運動のできる服装・ヨガマット・五本指靴下・小さめのブランケット・飲み物 <定　員>14名 ※申込受付開始 12月16日㈬ 8:30

公民館 おさそいカレンダー

■臼田公民館☎82-2106　■浅科公民館☎58-3957　■望月公民館☎53-2548

	講座及び学習内容	日　時	場　所	講師・指導者	費用・持ち物等
臼田公民館	◎書初め展作品募集　－令和４年書初展の作品を次のとおり募集します－ 課題　幼児・保育園「もち」　小１「もち」　小２「ひので」　小３「つよい心」　小４「生きる力」　小５「正月の朝」　小６「強い信念」 中１「不言実行」　中２「生命の尊厳」　中３「澄心静慮」　高校生・一般は自由　※この他学校の授業での課題も対象とします 用紙　半切（35cm×136cm）１人１点。ただし幼児・保育園は24cm×100cmでもよい 高校生・一般は裏打ちをし、中学生以下は仮巻きをつける 応募　令和４年１月13日㈭までに臼田公民館に持ち込み（審査は1月21日㈮） 展示　１月21日㈮～１月26日㈬ 15：00（あいとぴあ臼田ホール）				
	◎星空ウォーキング～星の教室（冬） 星空観望会です。冬は星空がきれいに見える季節です！季節の星空を楽しみませんか	1月27日㈭ 19:30～21:00	あいとぴあ臼田 多目的室3・4	臼田スタードーム 職員	<参加費>無料 <持ち物>防寒着 <定　員>15名 ※暖かい服装でお出かけください ※申込受付開始 12月23日㈭ 8:30
	◎切り絵教室（全４回） 初心者も経験者も、素敵な作品に挑戦してみましょう	①　1月14日㈮ ②　1月28日㈮ ③　2月　4日㈮ ④　2月25日㈮ （時間）13:30～15:30	あいとぴあ臼田 多目的室3・4	切り絵制作指導 六川信幸先生	<参加費>300円程度（材料費） <持ち物>筆記用具・はさみ・カッター・ホッチキス・デザインカッターとカッターマット（ある方のみ） <定　員>10名程度 ※申込受付期間 12月14日㈫ 8:30～1月7日㈮ 17:15
	◎ステンドグラス体験（全２回） ～内裏雛（だいりびな）を作ろう！～ ひな祭りに飾ってみましょう	①　1月23日㈰ ②　1月30日㈰ （時間）13:00～16:30	あいとぴあ臼田 工作室	工芸作家 中野稔先生	<参加費>4,000円(材料費) <持ち物>ビニール手袋・汚れても良いタオル・軍手 <定　員>10名程度 ※申込受付期間 12月22日㈬ 8:30～1月18日㈫
浅科公民館	**◎囲碁・将棋体験講座** 初心者大歓迎！ 囲碁・将棋の魅力を感じ、みんなで楽しみましょう♪　目指せ！藤井聡太棋士！！	1月　6日㈭ 9:30～11:30	あさしな児童館	学習グループ「浅科囲碁愛好会」の皆さん	<参加費>無料 <持ち物>飲み物 <定　員>12名 ※申込受付開始 12月8日㈬ 8:30
	◎さわやか！３B(サンビー)体操（全３回） 音楽に合わせて、3B（ボール、ベル、ベルター）用具を使って体を動かしましょう♪ ※感染症等の状況により、内容が変更になる場合があります	①　1月12日㈬ ②　1月26日㈬ ③　2月　9日㈬ （時間）10:00～11:30	浅科会館 会議室１・２	日本3B体操協会 公認指導者 佐藤美穂先生	<参加費>無料 <持ち物>運動靴・運動のできる服装・飲み物 <定　員>14名 ※申込受付開始 12月13日㈪ 8:30
	◎囲碁・将棋大会 日頃の対局の成果を発揮して、上位目指して頑張ろう！	1月30日㈰ 13:00～17:00	浅科会館 会議室１・２	学習グループ「浅科囲碁愛好会」の皆さん	<参加費>大人500円、小・中・高校生300円（参加料） <持ち物>飲み物 <定　員>30名 ※ 申込受付期間12月10日㈮ 8:30～1月12日㈬ 17:00
望月公民館	**◎家族の笑顔が一番** ～しあわせクッキング⑤～ メニューは、かきのクリーム煮、フォンダンショコラ、サンラータンです	1月13日㈭ 9:30～12:00	駒の里ふれあいセンター 講習室１・２	料理研究家 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・持ち帰り容器 <定　数>８名 ※申込受付開始12月16日㈭ 8:30
	◎繭クラフト講習会② まゆでお雛様をつくりましょう （ケース付）	1月28日㈮ 13:30～16:00	駒の里ふれあいセンター 会議室	望月まゆの会の皆さん	<参加費>500円程度（材料費） <持ち物>ハサミ <定　員>8名程度 ※申込受付開始 12月21日㈫ 8:30

※一部を除き、事前に電話または窓口にて、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。ただし、初めての方を優先する講座もあります。
　また、抽選 のマークが付いている講座は、申込多数の場合抽選とし、当選者には後日通知します。
※「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。

瀬音

佐久市公民館報が発行され２００号となりました。表題のデザインも新しくなりましたが、皆さんお気づきでしょうか。

編集委員から原稿執筆を依頼された市民の皆さんは、なぜ私が?!と驚かれたことでしょう。その困惑は手に取るように分かります。限られた字数と遠くない締切日、そして顔写真まで。躊躇しますよね。何を書けばいいのか、読んだ人はどう思うか、自分の思いは伝わるのか・・・。複雑な思いを抱いて原稿用紙に向かわれたことと思います。本当にありがとうございます。

これまでご協力をいただきました皆さんに、深く感謝申し上げます。

今こうして一字一句を確かめながら原稿用紙に向かう自分もいます。思いや願いは「口にすること」も大事ですが、私は「書いて伝え、残すこと」が必要だと思います。美辞麗句でなく、普段遣いの言葉で書くことの大切さ。用が済めばどんどん消去されるスマホの時代だからこそ、書いて残すことを大切にしたいと思います。

（館報編集委員長　窪田光男）

無料 障害年金専門の社会保険労務士による
障害年金相談会
◆場所：野沢会館　（事前予約制）
◆日時：毎月第二水曜日 13時30分～16時30分
＊人工透析・人工関節・人工肛門・ペースメーカー 等
＊がん・糖尿病・特定疾患・脳疾患 等
＊うつ病などの精神の病、視力・聴力の低下、生活や労働に制限のある方 等（労働していても受給可）
※受給するには諸条件があります。お気軽にご相談下さい。
長野障害年金研究会
社会保険労務士依田謙二事務所
芹澤社会保険労務士事務所
西澤社会保険労務士事務所
Tel. 0267-68-7367
佐久市鳴瀬 1804-2

信虎
11月12日(金)より TOHOシネマズ 上田にて公開
武田信玄 生誕五百年 記念映画
視て聴いて体感する"新"戦国時代劇
信虎の娘婿・禰津氏も登場
主演 寺田 農（『天空の城ラピュタ』）
榎木孝明・永島敏行・渡辺裕之／隆 大介・荒井敦史・谷村美月
石垣佑磨・杉浦太陽・矢野聖人
川野太郎・柏原収史・外波山文明
監督 金子修介（『デスノート』）
音楽 池辺晋一郎（『影武者』）
武田家監修 平山 優
優待チケットのご案内
お得な前売鑑賞券ムビチケ（定価1900円）を1400円にてご購入頂けます。
詳しくは、このQRコードか、ミヤオビピクチャーズの電話・FAX・メールまでお願いします。
ミヤオビピクチャーズ
京都市上京区小山町908-27
TEL：075-803-3300
FAX：075-803-3311

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）

浅間山を一望できる 天然温泉
さんぴあ温泉
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]10:00～21:00（最終受付20:30）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]●さんぴ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

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
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。
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

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
●くるまやラーメン佐久店　佐久 0267-62-1014
千曲バス
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

つどいの広場
サングリモ中込内：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
うすだ健康館内　：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

子育てサロン　午前９時30分～11時30分

献血　①午前9時30分～11時30分、午後1時00分～2時00分
②午前9時30分～11時30分
③午前9時30分～11時45分、午後1時30分～3時30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 佐久平浅間児童館 泉児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内 佐久市保健センター 献血 長野県佐久合同庁舎①	**2** 中込児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**3** 中佐都児童館 望月児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内	**4** サングリモ中込内 佐久市保健センター （肺がん検診セット）
8 高瀬児童館 野沢児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**9** 佐久城山児童館 あさしな児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内 佐久市保健センター （肺がん検診セット）	**10** 岩村田児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内	**11** サングリモ中込内
15 佐久平浅間児童館 泉児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**16** 子 中込児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**17** 中佐都児童館 望月児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内	**18** サングリモ中込内
22 高瀬児童館 野沢児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**23** 佐久城山児童館 あさしな児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**24** 岩村田児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内 献血 佐久市保健センター②	**25** サングリモ中込内
29	**30**	**31** 小児 歯 雨宮病院 ☎82-5311	

■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。
相談日時：毎日午後７時～翌日午前８時
問合せ：局番なしの「#8000」
ダイヤル回線・IP電話
「0263-34-8000」

■佐久市足育推進協議会足育サポートセンター
足や靴に関してお困りの方はお気軽にご相談ください。事前予約制ですので、電話にてご予約ください。
事前予約・相談日：毎週木曜日（12月30日を除く）
（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。

■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

２歳児歯っぴー教室（要予約）
対象：令和元年９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：12月16日㈭（時間は予約時に確認）
会場：口腔歯科保健センター（サングリモ中込２階）
持ち物：母子健康手帳、歯ブラシ（子ども用と仕上げみがき用）、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㈹

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、午後１時～２時（サングリモ中込２階）
☎63-3783

【平日夜間急病診療センター】　当面の間、休診します。

地域集団健診　**乳がん検診**　**子宮頸がん検診**
申込み：健康づくり推進課健診推進係　☎62-3196
または各支所健康づくり推進係

健康のカレンダー

[2021年]

12月

日 sun	月 mon	火 tue
5 小児 歯 小林内科クリニック ☎66-0500 博愛こばやし眼科 ☎63-1300	**6** 岸野児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内 浅間会館	**7** 東児童館 臼田児童館 サングリモ中込内 もちづき保育園内 中佐都児童館内 臼田保健センター（あいとぴあ臼田）
12 小児 歯 こすも内科クリニック ☎88-7211 ながうら整形外科クリニック ☎67-8055 浅間会館	**13** 平根児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**14** 切原児童館 サングリモ中込内 もちづき保育園内 中佐都児童館内
19 小児 歯 小松耳鼻咽喉科クリニック ☎66-6300 みらい・そだちクリニック ☎77-7660	**20** 小田井児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	**21** 東児童館 青沼児童館 サングリモ中込内 もちづき保育園内 中佐都児童館内
26 小児 歯 関口内科クリニック ☎63-5100 増田医院 ☎66-0303 献血 イオンモール佐久平③	**27** サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内	**28** サングリモ中込内 もちづき保育園内

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必要に応じて診療・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

経済復興祈念花火

甚大な被害をもたらした令和元年東日本台風災害からの復旧・復興メッセージ、新型コロナウイルスによる経済低迷からの復興祈念、コロナ禍における医療従事者への感謝の気持ちを表すため、県内20市町村で花火が打ち上げられました。

野沢・中込地区

東地区

望月地区

臼田地区

浅科地区

新東会館が完成

12月4日(土)オープン！

改築を進めてきました東会館の整備が終了しました。

新東会館は、バリアフリー化などの施設の充実に加え、新たにJA佐久浅間東店との複合化が図られるなど、地域コミュニティの核として、多くの皆さんにご利用いただくことが期待されます。(P28参照)

会議室１・２

調理講習室

VEGETABLE OIL INK
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市民創錬センター内）館報編集委員会（TEL 66-0551）