

佐久をもっと好きになる

広報佐久

〔特集〕

働きたい女性を応援

SAKU NO MIJIKANA JOHO.

令和6年

Saku
LIFE 4
No.253

KOHO SAKU



目次

- P6 佐久バルーンフェスティバル2024
- P8 令和6年度から佐久市ではこう変わります
- P21 イベント・講座情報
- P24 公民館報さくし
- P29 佐久平女性大学卒業生コラム
- P30 相談コーナー・データファイルほか

電子書籍版

広報佐久は、スマートフォン等からもご覧いただけます。



働きたい 女性を 応援

特集

デジタル人材育成
就労支援事業“Cosmosta+”

近年、急速なデジタル化やジェンダーギャップなどを背景に、デジタル人材や女性のキャリア支援というワードを耳にする機会が増えてきています。

昨年からは佐久市でもキャリア形成に繋がるITスキルを実践形式で学べる講座「Cosmosta+(コスモスタプラス)」が始まりました。

Cosmosta+の第1期メンバーとして受講した3名(OJT重視型2名・オンライン型1名)の方に、プロジェクトを受講した理由や今後の意気込みを伺いました。



オンライン型
小泉 真希子さん
(こいずみ まきこ)
(上田市出身)

【前職】金融機関での営業
出産を機に退職し
令和4年に夫の出身地の
佐久市へ移住

Cosmosta+の意味・・・

[Cosmos][Start][+]=Cosmosta+

佐久市のシンボルであるコスモス(Cosmos)。その花言葉は調和やバランス、女性の真心。自然豊かな佐久市で、子育てや家庭とのバランスをとりながら、デジタルスキルを身につけ新たなキャリアのスタート(Start)をきってほしい。そして、理想だけでなく現実的に稼ぐ力(+)を身につけられるようにという強いメッセージが込められています。



Cosmosta+は、今後成長が見込まれるデジタル分野において、IT経験の有無や経済状況に左右されることなく、キャリア形成にチャレンジし、自分にあった働き方が選択できるようデジタルスキルの習得から就労までを支援するプロジェクトです。

事業のサポートは、協和に事務所を置く「株式会社はたらクリエイト」が行っています。基礎的なPCスキルを座学で学ぶだけでなく、実際に外部の仕事をごこなしながら学ぶ「OJT重視型講座」と、在宅で自分の好きな時にオンラインで学べる「オンライン型講座」の2つから自分のライフスタイルに合わせて講座を選択でき、どちらも就労までサポートが受けられます。

OJT重視型
関 菜奈さん
(せき なな)
(千葉県出身)

【前職】教員
夫の転勤のため
令和4年に佐久市へ移住

OJT重視型
花里 美徳さん
(はなざとみのり)
(佐久市出身)

【前職】保育士
妊娠をきっかけに退職



Cosmosta+を知ったきっかけ、受講しようと思った理由は？

花里さん:妊娠した時に貰った案内で登録していた市公式LINEからCosmosta+を知り、説明会への参加を決めました。

子育てと仕事の両立をしながらPCスキルを身につけることが可能だと感じ、受講しようと思いました。子どもを産んで1年経っていませんでしたので、託児所も併設されているはたらクリエイティブさんなら、安心できる環境だなと思いました。

前職ではパソコン仕事がほとんどなく、パソコン作業への苦手意識がありました。直接顔を見ながら教えてもらう環境が良く、OJT重視型を選択しました。



関さん:昨年子どもが保育園に通うようになり、自分のキャリアについて考えていたところ、保育園からのチラシでCosmosta+を知り、説明会に参加しました。

チラシに載っていた「結婚や移住でこれからの働き方を考えている人」「確実にキャリアアップしたいと考えている人」「PCスキルを基礎から身につけて実際に仕事をしたい人」に当てはまり、目を惹かれました。全く知らない土地で、知り合いもおらず、とにかく人との繋がりを増やしたかった時期だったのも理由の一つです。

小泉さん:Cosmosta+は、市長のX(旧Twitter)で知りました。前職の経験から退職後に自分ができる仕事があるのかとても不安でした。0からスキルを身につけてキャリアアップできるチャンスは多くないので、このようなプロジェクトはありがたいです。

子どもの体調は日々目まぐるしく変化するので、それに合わせて働くことは簡単ではないと感じ、自分で時間調整が可能なオンライン型を選択することに決めました。



**受講してみても良かったこと
大変だったこと**

花里さん…最初は不安だらけでしたが、隣を見れば同じことに取り組み仲間がいって心強かったです。

関さん…新しいことを学ぶ楽しさとありがたさを感じています。花里さんはじめOJT重視型のメンバーやはたらクリエイティブで働くメンバーと地元の話や子育てトークなどができて、とても有意義な時間を過ごしています。また、できることが増えていく喜びを日々噛みしめています。

小泉さん…素人同然で受講したので、個人的には簡単ではなかったです。オンライン型なのでもっと孤独になるのかと思っていましたが、オンライン型で頑張っているメンバーと会える機会があったので、そこで連絡先や情報交換ができて、とても仲間になりました。家庭や職場環境が違って、同じ目標に向かって頑張る仲間たちとの出会いはかけがえのないものになりました。



ポートがあるの
で、相談しながら
進めています。機
会があれば、佐
久市への恩返し
ができれば嬉し
いです。



花里さん…パソコン作業に慣れてきたと
はいえ、今の業務も完璧ではないので、ま
ずは今の業務をしっかりとこなしていきたい
です。パソコンへの苦手意識はなくな
り、SNS運用などに興味があるので、
様々な業務に挑戦していきたいです。
関さん…まずは業務のスキルアップを大
事にしたいです。もつといろいろなことに
挑戦しつつ、子育てや体調管理も大切に
頑張りたいです。

今後に向けての
目標や意気込みを

小泉さん…オンライン型講座で必須の
試験に合格しても、実際に就職して仕事
ができるかという不安がありました。が、
Cosmosta+ではその先までサ
ポートがあるの
で、相談しながら
進めています。機
会があれば、佐
久市への恩返し
ができれば嬉し
いです。

Cosmosta+への参加を
迷っている方、
子育てとキャリアに
悩む女性たちへ、メッセージを
花里さん…子育てしながら0からの状
態で本当に勉強出来るのか不安でした。
しかし、想像以上にワークライフバランス
がとれて、安心して受講できました。近
くには頼れる人たちがいるので大丈夫で
す！ぜひ一歩、踏み出してほしいです。
関さん…心細さや不安が大きいなかでの
挑戦でした。でも、ほんの少し勇気を出
して踏み出せば、仲間や居場所が必ずで
きます！移住して来る人の励みになれ
ば嬉しいです。

Cosmosta+

デジタルキャリアを はじめよう！

「Cosmosta+ (コスモスタプラス)」は、子育てや介護などの理由により、就労機会を失ってしまった方や非正規雇用からのキャリアアップが難しかった方でも、時間や場所にとらわれず多様な働き方の実現を目指し、働けるチャンスを広げる支援を行うプロジェクトです。

また、可処分所得(手取り収入)が増えることで、生活に余裕が生まれたり、自分のために使えるお金が増えたりなど、幸福度の向上や心のゆとりにつなげることも目指しています。

転勤や移住でこれからの働き方を考えている方、子育て中で今後不安がある方、自身のキャリアをもっと向上させたい方、ITスキルを基礎から学びたい方、まずは説明会へのご参加をお待ちしています。

【応募要項】

○JT重視型講座／オンライン型講座

■定員／60名程度 ■開講／説明会で案内

※応募には、事前説明会への参加が必要となります。

※「Cosmosta+」応募方法の詳細は、説明会でご案内いたします。

【説明会】

■日時／5/8(水) 10:00～11:30
5/13(月) 14:00～15:30
5/18(土) 10:00～11:30
5/26(日) 10:00～11:30

※各回50名程度

■会場／市民創練センター 大会議室
(佐久市猿久保165番地1)

■申込方法／インターネットから申込

※右のQRコードから申し込みください。

申込開始日／4/1(月)



■申込期限／各回開催日1週間前まで

■参加対象者／佐久市在住の方、佐久市へ移住予定の方

■参加費／無料

■問合せ／情報政策課 ☎62-3923

最新の情報はCosmosta+ホームページをチェック <https://cosmosta.jp/>



2024熱気球ホンダグランプリ第1戦 佐久バルーンフェスティバル2024

熱気球競技スケジュール

5月3日(金・祝)
6:00~・15:00~
5月4日(土・祝)
6:00~・15:00~
5月5日(日・祝)
6:00~

会場：千曲川スポーツ交流広場



注目イベント

5/3 14:30~



おもしろ荘2024準優勝！
ネクストブレイクカリスマ芸人
リダカラ-∞による
お笑いステージ

5/4 13:30~



佐久市出身アイドル！
7限目のフルール
ミニライブ

5/4 11:30~
14:30~



子ども達の
スーパーヒーロー！
小島よしお
お笑いステージ



●イベント司会者
佐久市観光大使
小林アナ

- 佐久市ゆかりのまち朝霞市よさこい鳴子踊りによる
バルーンイリュージョンとのコラボ演舞
- オープントップバスによる周遊など見所満載！



熱気球係留体験

※事前予約制 4月8日(月) 8:00~専用フォームから申込
定員に達し次第終了
大人(中学生以上) 2,000円、小学生1,000円、未就学児500円



申込先
QRコード

出店

5月3日 7:00~17:00
5月4日 7:00~19:30
5月5日 7:00~13:00

熱気球教室

5月3日 11:00~・14:00~
5月4日 11:00~・14:00~
5月5日 11:00~

各種体験ブース

木工教室、凧作り教室、バルーンアート、
フットダーツ、ぼろ織体験ほか

バルーンイリュージョン

5月4日 19:00~19:30



ステージイベント

地元保育園によるステージ、浅間中学校・
白田中学校吹奏楽部によるステージ、信
州プロレスバルーンフェスティバルマッ
チほか

協賛イベント

お得なキャンペーンや割引など、
市内各所の事業所等において実施
されます。ぜひご利用ください!

フォトコンテスト

バルーンフェスティバルの感動と美
しさを撮影して、コンテストに応募
してみませんか。
応募締切: 6月3日(月)

【会場周辺の交通規制の実施等において】

- ・円滑なイベント運営を図るため、会場周辺の道路にお
いて、交通規制を行いますので、ご注意ください。
- ・駐車場には限りがございますので、シャトルバス等
のご利用に、ご協力をお願いします。

【ご注意】

- ・会場を飛び立ったバルーンは、当日の風向きにより市
内各地へ飛行し、着陸後は、機体をたたむ作業を行
います。ご観覧の皆さんは、事故や渋滞の原因、通行
の妨げとなりますので、路上駐車はおやめください。
- ・バルーンを見ながらの移動は大変危険ですので、お止
めください。周囲の車両、歩行者、自転車など交通に
十分ご注意くださいながら、ご観覧いただきますよう
お願いいたします。
- ・当日の天候等により、競技やイベントが変更または中
止となる場合がありますので、ご了承ください。

【会場周辺交通規制実施路線】

交通を規制する道路



※交通規制の詳細は、市ホームページでご確認ください。



第62回

佐久鯉まつり



5/5

ステージイベント 千曲川スポーツ交流広場 開会式 9:00~

- ・佐久鯉太鼓演奏 9:30~
- ・佐久鯉拝領の儀 10:00~
- ・新生児出世健康祈願 10:30~
- ・佐久鯉まつり泣き相撲大会 11:30~



さくごい
39.51mの鯉のぼりが
会場のどこかにあるよ!
見つけてみてね!

会場内イベント

- ・佐久鯉振興ブース 7:00~
(鯉の展示、物産販売、子ども向けレクリエーション等)
- ・新生児出世健康祈願札の頒布 11:00~ (神事終了後)



※時間、内容に変更が生じる場合があります。詳細は観光協会ホームページをご覧ください。

問合せ: 佐久バルーンフェスティバル組織委員会事務局・
佐久鯉まつり実行委員会事務局(観光課内) ☎62-3285



佐久バルーン
フェスティバル



佐久鯉まつり

令和6年度から 佐久市ではこう変わります



市では、令和6年4月から、市民の皆さんの暮らしを支える各種制度の新設・変更などを行います。下記に記載する事業の詳細は、それぞれの担当課へお問い合わせください。

1 保健・福祉・医療に関すること

内 容	今まで	こう変わります
(1) 佐久地域平日夜間急病診療センターの設置 (詳細は11ページ参照)	NEW 新たな取組 夜間に急病となった軽症患者を診察する診療所を、佐久地域11市町村が主体となって設置 【診療日】 平日 (土日・祝日・年末年始は除く) 【診療時間】 午後7時から (受付は午後7時から9時まで) 【診療場所】 浅間総合病院	
(2) 胃がん検診 (内視鏡) の対象年齢の変更	【対象者】 ・50歳以上の市民	国の指針に沿ったがん検診の見直し → 【対象者】 ・50歳以上の偶数年齢の市民
(3) 新型コロナウイルスワクチンの接種対象者、接種費用の変更	【接種対象者】 ・生後6カ月以上の全ての方 【接種費用】 ・全額無料	→ 【接種対象者】 ・65歳以上の高齢者 ・一定の基礎疾患を有する60歳から64歳の方 ※接種は年1回、秋～冬に行います。 【接種費用】 ・自己負担あり (免除制度あり) ※接種対象者以外の方は、接種費用全額自己負担
(4) ひとり暮らし高齢者緊急通報システムの回線タイプの追加	【緊急通報システム】 ・固定電話回線タイプ (月額利用料 500円/台)	回線タイプに携帯電話回線タイプを追加 ※固定電話回線タイプの月額利用料は変更なし → 【緊急通報システム】 ・携帯電話回線タイプ (月額利用料 1千円/台)
(5) 介護保険料所得段階の細分化	・本人や家族の収入・所得等の状況に応じて1～9の所得段階に区分 ※これにより、収入・所得状況に変更がなくても、所得段階が変更になる場合があります。詳細はホームページをご覧ください。	→ ・本人や家族の収入・所得等の状況に応じて1～13の所得段階に区分 ・所得段階を区分する基準となる、合計所得金額が変更 (※)



問合せ (1) 健康づくり推進課 保健医療政策係：62-3524、浅間総合病院：67-2295
 (2) 健康づくり推進課 健診推進係：62-3196
 (3) 健康づくり推進課 保健予防係：62-3527
 (4)、(5) 高齢者福祉課：62-3154

2 子育てに関すること

内 容	今まで	こう変わります
保護者が新たに生まれた子どもの育児休業を取得する際の保育認定要件の見直し (いわゆる「育休退園」の廃止)	・既に保育所等に通っている児童がいる場合、3歳以上のクラスの児童のみ引き続き保育所等に通園できる	→ ・既に保育所等に通っている児童がいる場合、公私立市内全ての保育所等において全年齢で引き続き保育所等に通園できる (退園不要)

担当課 子育て支援課：62-3149



3 教育に関すること

内 容	今まで	こう変わります
(1) 奨学資金貸付金の一部償還免除制度の拡充	・償還期間において、市内に居住し、就業している場合は、就業先の所在地は問わずに償還額の3分の1を免除	→ ・左記の条件に加えて、就業先が、市内に本社または本店を有する企業等の場合、3分の1免除に <u>6分の1免除を上乗せ</u>
(2) 「スクールメンタルアドバイザー」の名称の変更	・スクールメンタルアドバイザー ※教育相談員は、小中学校生に関する様々な相談業務、児童生徒支援を担当します。	→ ・教育相談員

問合せ 学校教育課：62-3478

4 環境に関すること

内 容	今まで	こう変わります
(1) 太陽光発電設備・蓄電システム導入補助金(蓄電システム分)の対象設備の変更	【補助対象(蓄電システム分)】 ・太陽光発電設備と共に設置する蓄電システム：蓄電システム設置の実支出額(上限10万円)	→ 既存の太陽光発電設備と連結する蓄電システム単体の設置でも補助金を受けられるよう変更 【補助対象設備(蓄電システム分)】 ・蓄電システムの設置：蓄電システム設置の実支出額(上限10万円)
(2) 省エネ家電製品普及促進事業補助金の対象製品の追加	【補助対象】 ・LED照明の買い換え(上限：5千円～2千円) ・電気冷蔵庫の買い換え(上限：3万円～1万円)	→ 【補助対象(追加)】 ・エアコンの買い換え -市内に本店を有する事業所で購入した場合：対象経費の5分の1を補助(上限：3万円) -その他の市内事業所で購入した場合：対象経費の10分の1を補助(上限1万円)

問合せ 環境政策課：62-2917

5 税に関すること

内 容	今まで	こう変わります
(1) 国民健康保険税の賦課限度額の引上げ	・後期高齢者支援金分：22万円 ※医療給付費等分・介護納付金分は変更なく、賦課限度額は合計で106万円になります。	→ ・後期高齢者支援金分：24万円
(2) 国民健康保険税の軽減判定所得の基準額の拡大 ※7割軽減は変更なし	≪5割軽減≫ 43万円+(29万円×☆)+(10万円×★)以下の世帯 ≪2割軽減≫ 43万円+(53万5千円×☆)+(10万円×★)以下の世帯 ☆…被保険者数と特定同一世帯所属者の合算数 ★…給与所得者等の数-1	→ ≪5割軽減≫ 43万円+(29万5千円×☆)+(10万円×★)以下の世帯 ≪2割軽減≫ 43万円+(54万5千円×☆)+(10万円×★)以下の世帯

問合せ 国保医療課：62-3164

6 行政に関すること

内 容	今まで	こう変わります
市役所 組織見直し	組織体制の見直しに伴う、課・係等の新設・廃止および変更 (詳細は14ページ参照)	

問合せ 総務課：62-3019



LINEでアンケート！

こちら広報取材班

佐久市の桜ランキングの巻

いよいよお花見シーズン！

市内おすすめのお花見スポットを、佐久市公式LINEでアンケート調査しました。

みなさんから寄せられた見どころやエピソードとあわせ、ランキングで紹介します！

第1位

さくらさく小径【767票】
中込（浅茅大橋付近）



- 桜並木が美しいだけでなく、川のせせらぎが聞こえ、足元には水仙が咲き、さらに浅間山の残雪も見え、すごく贅沢な場所だと思います。
- 移住して初めての春に夜桜を見に行き、とてもキレイで静かな空気だったことが印象的でした！
- 大学時代付き合っていた彼が、佐久市の桜スポットだと教えてくれました。その彼は旦那となり、子どももでき毎年家族でお花見を楽しんでいます。

第2位

茨城牧場長野支場【372票】
新子田2029-1



- 毎年子どもと桜の下で駆け回りながらお花見をしています。花のトンネルのようで幻想的です。
- 九州の実家を離れ、不安と緊張でいっぱいの中、薄い色づいたピンクとほのかな香りの桜を、山羊と一緒に見たことは長野県で初めての思い出です。

第3位

龍岡城五稜郭【318票】
田口下町3000-1



- お堀と桜がとても絵になり、県外のお友達にも観光コースのひとつに勧めています。
- 母校の桜、卒業してもみたくなる桜。給食を食べながら眺めたり、堀に散るピンクの絨毯だったり、何年たっても思い出は消えません。

第4位

佐久医療センター【243票】
中込3400-28



- 咲き乱れる桜は圧巻で、入院患者さんやご家族、医療スタッフと、沢山の人が寄り添ってくれる優しい桜だと思います。

コスモタワー【121票】第5位
勝間108-1



- 子どもを遊ばせながら、桜を眺めます。遊具とのコラボレーションが素敵です。

第6位

鼻顔稲荷神社【109票】
岩村田4261



- 大学受験の合格を祈願した。桜を見ながら合格を報告しに行った。

第7位

関所破りの桜【93票】
甲14-1



- 開花が農作業の開始を教えてくれる苗代桜です。

第8位

旧中込学校【72票】
中込1877-1



- 学校の白壁と桜のコントラストがとても美しいです。

佐久市内の桜の開花状況は佐久市観光協会のSNSをチェック！

第11位

福王寺【29票】
協和1054



- お寺の白壁に枝垂れ桜。青空と白い雲があれば最高です。

第10位

五本木の桜【35票】
根岸4293-4



- 200年を超える紅白の枝垂れ桜はとても綺麗です。

第9位

ふるさとの森公園【44票】
東立科2693



- ピンクの桜と黄色の水仙のマッチングがグッドです！



佐久市観光協会Instagram
@saku_kankou

お知らせ

新佐久市誕生20周年記念事業

■問合せ 新佐久市誕生20周年記念事業実行委員会事務局（総務課） ☎62-3002



平成17年4月1日に、1市2町1村の合併により誕生した「新佐久市」は、令和7年4月1日に20周年を迎えます。

「新佐久市」が市民の皆さんと歩んできた20年を振り返り、佐久市の魅力を再認識し、佐久市に住むことに誇りを感じられるよう、市民の皆さんや事業者の皆さんと連携しながら、記念事業を展開していきます。

■20周年事業実施期間

令和6年10月1日～令和7年9月30日
(令和7年4月1日の前後の半年間)

■事業内容

▽シンボル事業

「記念式典」など新佐久市20周年を祝う特徴的なイベントを実施します。また、20周年事業に先駆けたプレイベントを実施します。

▽公募事業

「ロゴマーク」、「キャッチフレーズ」や「長野県民手帳カバーデザイン」を市内外から公募し、事業PRに活用します。

▽冠事業 市や事業者・市民等の皆さんが実施するイベント等に「祝新佐久市誕生20周年」等の冠称を付して実施いただきます。

▽その他 イベントや公募等の情報は、広報佐久、市ホームページ等で随時お知らせします。

お知らせ

市立小中学校における夜間・休日等の電話対応

■問合せ 学校教育課 ☎62-3478

市では、学校における教職員の長時間労働を是正するとともに、教職員が子どもと向き合う時間を確保するために、働き方改革の一環として、市立小中学校に自動音声対応電話を導入します。

■運用開始日 令和6年4月1日(月)

■自動音声対応電話による応答時間

(1)平日(学校登校日)

- ・小学校 午後6時30分～午前7時30分
- ・中学校(4月、10月) 午後7時～午前7時30分
- ・中学校(11月、3月) 午後6時30分～午前7時30分

※諸事情により時間を変更する場合があります。

(2)土日祝日、学校閉庁日等

- ・小中学校共通 終日

※授業や学校行事、部活動等を実施する場合は、この限りではありません。

■自動音声対応電話の内容

メッセージによる対応(録音機能はありません)

■緊急時の連絡先

児童・生徒の生命や安全に関わる重大事態など、緊急を要する場合には、市役所宿直直(☎62・2111)へご連絡ください。



お知らせ

佐久地域平日夜間急病診療センターの開始

■問合せ 健康づくり推進課 ☎62-3524

4月1日から、佐久地域11市町村が主体となって、平日の夜、佐久地域の軽症患者の対応にあたる、急病診療センターを浅間総合病院内に設置します。

平日の夜間に、急な病気で、診療が必要になった際にご利用ください。

▽診療対象

一般内科および小児科の初期救急患者

▽診療日 平日(土日祝日・年末年始(12月29日から1月3日)を除く)

▽診療時間 午後7時～午後9時までに受付した患者さんが終了するまで

▽診療場所 浅間総合病院内
(佐久市岩村田1862・1)

▽連絡先 090・8589・7635
(センター専用)

※午後6時から電話での相談を行います。事前に連絡をして受診してください。
※詳細は佐久広域連合ホームページをご覧ください。(4月1日から公開)



お知らせ

佐久市老人福祉計画・第9期介護保険事業計画の策定

■問合せ 高齢者福祉課 ☎62-3154 (直通) または各支所高齢者児童福祉係

段階	対象者	年額	段階	対象者	年額
1	世帯非課税	19,300円	8	本人課税	101,700円
2		32,800円	9		115,200円
3		46,400円	10		128,800円
4	本人非課税	59,600円	11		142,300円
5	(世帯課税)	67,800円	12		155,900円
6	本人課税	81,300円	13		162,700円
7		88,100円			



計画関連



保険料関連

この計画は、令和6年度から令和8年度までの市の高齢者施策の基本的な方針を定めたものです。
 詳細は市ホームページをご覧ください。
令和6年度の介護保険料
 65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料は、表のとおりとなりました。
 詳細は市ホームページまたは納付書をご確認ください。

お知らせ

福祉関連手当額の改定

■問合せ 子育て支援課 ☎62-3149 (直通) / 福祉課 ☎62-3147 (直通)

対象	手当	令和4年度	令和5年度	担当課	
ひとり親 家庭等	児童扶養手当	(全部支給)	44,140円	45,500円	子育て 支援課
		(一部支給)	44,130円 ~10,410円	45,490円 ~10,740円	
		第2子加算	10,420円 ~5,210円	10,750円 ~5,380円	
		第3子以降加算	6,250円 ~3,130円	6,450円 ~3,230円	
障がい 関連	特別 児童扶養手当	(1級)	53,700円	55,350円	福祉課
		(2級)	35,760円	36,860円	
	特別障害者手当	27,980円	28,840円		
	障害児福祉手当・経過的福祉手当	15,220円	15,690円		



ひとり親
家庭等



障がい関連

福祉関連手当額は、毎年の消費者物価指数の変動に応じて手当額を改定する物価スライド制となっています。
 2023年の全国消費者物価指数の実績値が前年比プラス3.2%でしたので、手当額は表のとおり改定されます。

お知らせ

令和6年度 市民意見公募 (パブリックコメント) の実施予定

■問合せ 広報広聴課 ☎62-3075



案件名	意見募集予定時期	担当課
令和6年度実施計画 (令和7年度~9年度)	令和6年9月頃	企画課 ☎62-3067
第3次佐久市健康づくり 21計画	令和6年7月から8月頃、令和6 年12月から令和7年1月頃	健康づくり推進課 ☎62-3524
第二次佐久市一般廃棄物 (ごみ) 処理基本計画	令和6年9月頃	生活環境課 ☎62-3094
佐久市子ども計画	令和6年7月から8月頃、令和6 年12月から令和7年1月頃	子育て支援課 ☎62-3149
佐久市立中央図書館建 替再整備基本構想	令和6年7月頃	中央図書館 ☎67-2111
第四次佐久市子ども読 書活動推進計画	令和6年12月頃	

パブリックコメント手続とは、市民の皆さんから意見を募集し、その意見を考慮して市の基本的な政策などの策定を行うものです。この手続の実施により、行政運営の透明性向上を図るほか、市民の皆さんの市政への参加機会の拡大を図り、公正で開かれた市政の実現を目指します。
 令和6年度に実施予定のパブリックコメントは次のとおりです。実施時には、個別に詳細を広報佐久や市ホームページ等でお知らせします。
 なお、本表は現時点での予定であり、今後、変更となる場合があります。

募集

糸洲の壕学習環境整備に係る支援のお願い

■問合せ 文化振興課 ☎62-5535



国内外で優れた功績や地域社会へ貢献された方を顕彰する「佐久の先人」の一人である小池勇助軍医は、沖繩戦時、自身が隊長を務めていた野戦病院に配属された「ふじ学徒隊」に対し、「生きて親元に帰り、戦争の悲惨さと平和の大切さを伝えるよう」訓示されました。

多くの女子学徒隊が戦闘に巻き込まれたり、集団自決により亡くなられる中、小池軍医の言葉を守った「ふじ学徒隊」の戦死者は3名にとどまりました。

市では、ふるさと納税制度を活用したクラウドファンディングにより、小池軍医の最後の地となった沖繩県糸満市にある「糸洲の壕（ウツカーガマ）」に必要な修繕等を行い、沖繩戦の悲惨さや、命の尊さを学べる「平和学習」の場とすることで、一般の巡拝者や修学旅行生に現地を訪れ追体験して欲しいと考えています。

大勢の皆さんのご支援・ご協力をよろしくお願いします。

■実施期間 4月8日(月)～7月6日(土)

■寄附方法

・右上のQRコードのプロジェクトページから申込（4月8日から公開）

・文化振興課 窓口

※詳細はプロジェクトページをご覧ください。



募集

キッズ・サーキット in 佐久2024「クーポン持参者特典」事業者募集

■問合せ 文化振興課 ☎62-5535



キッズ・サーキットの開催に併せて実施する「クーポン持参者特典事業」にご賛同いただける事業者を募集します。特典事業の内容は問いませんので、一緒にキッズ・サーキットを盛り上げていただける事業者の皆さんの応募をお待ちしています。

■実施期間 7月19日(金)～8月18日(日)の間で実施が可能な期間

※右記のうち、キッズ・サーキット開催予定期間（8月2日(金)～4日(日)）は極力実施をお願いします。（期間中に定休日がある場合は、営業日のみの実施で結構です。）

■特典事業の主権者 市内に事業所を有する事業者等

■特典事業例 ドリンク等のサービス、代金の割引、粗品進呈など

※特典事業の実施に係る経費は、事業者の負担となります。

※法令・公序良俗に反する事業などは対象外とします。

■応募方法 「協賛事業申込書」を文化振興課へ提出

■応募期限 5月17日(金)

※クーポンは東信地域の公共施設、民間施設を中心に最大10万枚を配布予定です。

※詳細は市ホームページをご覧ください。（昨年のチラシを掲載してありますので、参考にしてください。）

募集

令和6年度佐久市芸術文化活動事業補助金

■問合せ 文化振興課 ☎62-5535



市民による主体的な芸術文化活動が発見されること、また、様々な芸術文化活動を鑑賞する機会が広がることを目的として、市文化振興基金の運用益の一部を補助金として交付します。

■補助対象者 市内に活動拠点を有し、市民が含まれる団体

■補助対象事業

①市民を対象として行われる芸術文化に関する事業

②市内で行われ、市民が鑑賞できる事業
※この他にも要件がありますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。

■補助金の額

・プランA 上限10万円

・プランB 上限30万円

■申請期間

・プランA 4月1日(月)～令和7年2月28日(金)

・プランB 4月1日(月)～5月10日(金)

■事業の審査

申請のあった事業は市教育委員会が採択・不採択を決定します。

■申請方法

「佐久市芸術文化活動事業補助金交付申請書」の他、イベント等の概要が分かるものを文化振興課へ提出





国民年金保険料と学生納付特例制度
 小諸年金事務所
 ☎0267・222・1482
 国保医療課
 ☎62・3093

○国民年金保険料

令和6年度の国民年金保険料は、月額1万6980円です。

保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、申請により口座振替やクレジットカードを利用した納付もできます。

○学生納付特例制度

経済的な理由等で国民年金保険料を納めることが困難な学生は、申請により納付が猶予される制度があります。

なお、申請者の前年所得が一定額以下の学生が対象となります。

▽必要書類
 ・基礎年金番号がわかるもの
 ・在学期間がわかる在学証明書の原本または、学生証の写し



ホームページQRコード

市の組織体制の見直し
 総務課
 ☎62・3019

4月からの組織体制を見直しました。

▽建設部関係

都市開発室を廃止し、同室の「区画整理係」を都市計画課に移管します。

▽浅間総合病院関係

・「経営戦略室」および同室内に「経営戦略係」を新設し、病院の経営に係る業務を担当します。
 ・診療部に「大腸・肛門外科」を新設します。

・看護部の「東3階病棟」を廃止します。

・「医事政策課」を「医事課」に名称を変更し、「診療録管理係」を「情報管理係」に統合します。

指定管理者の指定
 企画課
 ☎62・3067

令和6年4月1日からの「指定管理者」を指定しましたので、お知らせします。

▽指定管理者制度とは？

「公の施設」の管理運営を広く民間の事業者や団体に委ねることができる制度で、民間の力を活用し、市民サービスの向上等を図ることを目的としています。
 ※施設および指定管理者の一覧はホームページをご覧ください。



ホームページQRコード

ゴールデンウィーク中の
 し尿汲み取り
 生活環境課
 ☎62・3094

ゴールデンウィーク前後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。

○ゴールデンウィーク中（4月27日（土）～5月6日（月・祝））の営業日

4月30日（火）、5月1日（水）、5月2日（木）

▽佐久・臼田地区

佐久平環境整備事業協同組合
 ☎54・8111

汲み取り業者

浅間清掃(有) ☎62・2025

千曲清掃(有) ☎62・3488

佐久浄設工業(有) ☎82・2653

(有)東信環境衛生社 ☎82・3651

▽浅科地区

(株)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

(有)望月広衛社 ☎53・4870

わくわく×学び×安心
民間学童保育

年長さんから入れる安心の預かり学童保育に「学び」をプラスし、愛と笑顔いっぱい子どもたちの放課後を見守ります。



1階 学童保育スペース
 【預かり時間】学校のある平日……………14:00～18:00
 土・祝・休校日・長期休み（日・年末年始休み）8:00～18:00
 （7:00～8:00、18:00～19:00〔延長あり・要予約〕）

佐久市長土呂1199-1
 （佐久平浅間小近く）
☎0267-68-1155
 （担当：木内）

2階 習い事スペース のぞみkidsの習い事
 習い事だけでも通う事ができます ● 学研教室 ● 英会話 ● プログラミング ● そろばん ● ピアノ ● バイオリン ● 中学生ゼミ
 メール nozomikids@nozomi-g.co.jp
<https://nozomikids.com/>

定期的にわくわくイベント開催中!!

無料
障害年金相談会

◆場所：野沢会館（事前予約制）
 ◆日時：毎月第二水曜日 13時30分～16時30分
 ＊人工透析・人工関節・人工肛門・ペースメーカー等
 ＊がん・糖尿病・特定疾患・脳疾患等
 ＊うつ病などの精神の病、視力・聴力の低下、生活や労働に制限のある方等（労働していても受給可）

※受給するには諸条件があります。お気軽にご相談下さい。

長野障害年金研究会

社会保険労務士依田謙二事務所
 芦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

白田駅の窓口開設日時等の変更

白田支所 経済建設環境係

☎82・3113

JR小海線白田駅の「みどりの窓口」が3月末日に営業終了することに伴い、4月以降は市で「乗車券等販売窓口」業務をJR東日本から受託して行います。

なお、窓口開設時間、取り扱い切符等については、左記のとおり変更となりますので、ご確認の上ご利用ください。

▽窓口開設日

水・金・土・日曜日（ただし、12月29日から1月3日を除く）

※他の曜日に購入する場合は、中込駅、佐久平駅をご利用ください。

▽窓口開設時間

・午前10時～午前11時45分
・午後0時35分～午後3時

▽取り扱い切符

普通乗車券・普通回数乗車券・急行券・特別乗車券・寝台券・座席指定券・定期乗車券（団体乗車券、各種割引券の取り扱いはありません。）

※お支払いは、現金のみとなります。

※小海線および近距離までの切符は、引き続き券売機にて購入できます。

▽列車時刻等は「JR東日本お問い合わせセンター」へお問い合わせください。

☎050・2016・1600

春の全国交通安全運動

生活環境課

☎62・3094

▽期間 4月6日(土)～15日(月)

春は新しい環境で通学や通勤を始める季節です。自動車や自転車に乗る際は、交通ルールに不慣れな新入学児童などに十分気を付けて運転しましょう。

また、出かける時間に余裕を持ち、優しい心でゆずり合いのできる「スロードライブ」に努めましょう。

また、夕暮れ時は、運転手は早めのライト点灯、歩行者は反射材着用に心がけ、交通事故を防ぎましょう。

小中学校就学援助

学校教育課

☎62・3478

就学援助とは、小中学校の教育に必要な費用の一部を援助する制度です。

▽対象者 子どもの住所が佐久市にあり、児童扶養手当を受給しているまたは世帯総所得が基準以下である等の要件を満たす方

▽申請方法 在籍する学校へ申請書を提出（申請書は在籍する学校にあります）

▽受付期間 随時受付します。

※ただし、年度当初認定のための申請期限については在籍する学校へお問い合わせください。



ホームページ QRコード

空き家の適切な管理のために

建築住宅課

☎62・3430

空き家を放置したままにしておくと、様々な問題が生じます。次のことを心掛け、適切に管理をしましょう。

▽適切な管理

建物内の空気の入替えを行い、定期的にメンテナンスを行いましょう。また、草木が繁茂する前に、早めの除草や剪定を心掛け、近隣の迷惑にならないようにしましょう。

▽登記手続き

令和6年4月から相続登記の申請が義務化されました。それ以前に相続した不動産においても、相続登記をしない場合、3年以内に相続登記をしなければなりません。弁護士や司法書士等の専門家に相談するなどして、対応しましょう。

▽売却や賃貸

人が住まなくなった住宅は早く傷みます。誰かに住んでもらうことも考えましょう。

▽建物の除却

建物を除却して、跡地を駐車場や家庭菜園とするなど、様々な活用の可能性があります。

※市では空き家所有者等の同意のもと、空き家の情報を関係団体へ提供し、各団体から売買や除却などの提案が行われる取組を行っています。



ホームページ QRコード

処方せん調剤・介護用品・医薬品・化粧品
皆様のかかりつけ薬局をめざして…



萬寿堂薬局

佐久市白田224

TEL.0267-82-3141 FAX.0267-82-3142

開局時間 ●9:00～18:30 ●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

調剤用薬品備蓄
約2300品目

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)

開設

ことぶきの家
総合相談室

住宅耐震診断と補強の補助制度

建築住宅課

☎62・6637

市では、木造住宅の耐震化を促進するため、耐震診断（無料）および耐震補強工事に対し、補助金を交付しています。

▽耐震診断（無料）

・対象 昭和56年5月31日以前に着工した木造在来工法の住宅

▽耐震補強工事（最大130万円）

・対象 耐震診断の結果倒壊の可能性があると判定された住宅

※いずれも申請者に制限があります。
※詳細はお問い合わせください。



ホームページ
QRコード

緑の募金にご協力を

耕地林務課

☎62・3242

4月1日から5月31日まで「緑化推進特別強調月間」です。

市では、これに合わせ、身近な環境の緑化、健全な森林づくりや緑豊かな環境づくりを進めるため、緑の募金運動を行っています。

期間中、各区役員が、各ご家庭に募金のお願いに伺うことがありますので、その際にはご協力をお願いします。

皆さんからいただいた募金は市内の緑化木事業やみどりの少年団育成、国や県による森林整備にも活用されています。

▽実施期間 4月12日(金)～5月17日(金)

▽募金の種類 家庭募金

松くい虫被害木の処理対応と市への要望について

耕地林務課

☎62・3242

市では松くい虫被害の急激な被害拡大を抑制するため、被害木の伐倒およびくん蒸処理をしています。

周りで、急に枯れたアカマツが目立つてきたなどお気付きの場合には、松くい虫被害の可能性がありますので、耕地林務課や地元区長にご相談ください。

また、二次被害等の恐れがあり早急な対応が必要な場合は所有者の直接対応をお願いします。ただし、市から所有者等への補助金等はありませんのでご理解ください。

※市が処理対応できない場合もあります。（宅地や工場などの庭木、崖地及び構築物、お墓、小屋、電線などがあり伐採作業等が不可能な場合）

都市再生整備計画の事後評価

都市計画課

☎62・3404

市では、平成29年度に「佐久平駅南地区」の都市再生整備計画を策定し、地域の特徴を生かした機能集約型のまちづくりを進めてきました。

この度、計画期間が終了したため、事後評価を実施しました。事後評価結果は、市ホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

高齢者等訪問理美容サービス事業

高齢者福祉課

☎62・3154

福祉課
または各支所高齢者児童福祉係

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

▽対象 市内在住の市民税非課税世帯に属する次のいずれかに該当する方

- ① おおむね65歳以上の要介護度3以上の方
- ② 身体障害者手帳1級または視覚、下肢もしくは体幹の障害2級の方（準ずる方）
- ③ 療育手帳A1の方

▽内容 理美容業者が居宅へ訪問し理美容を行い、出張経費を市が負担します。※理美容料金は、利用者負担です。

▽申請方法 本人または代理人の方が各担当課へ申請

- ・①の方 高齢者福祉課
- ・②③の方 福祉課または各支所高齢者児童福祉係

要介護認定者介護用品の給付

高齢者福祉課

☎62・3154

または各支所高齢者児童福祉係

在宅の要介護認定者を介護している方に、介護用品を給付しています。令和6年度の申請を次のとおり受付します。

▽申請受付開始 4月1日(月)

▽対象者 ①②③の全てに該当する方

- ① 要介護1～5の高齢者を在宅で介護している方
- ② 要介護高齢者および介護者が、市内に住所を有する方
- ③ 要介護認定者および介護者双方の世帯全員が、市民税非課税である方

▽給付する介護用品 紙おむつ、尿とりパッド、防水シーツ、口腔ケア用品、ウロガードなど

▽給付限度額 要介護度や申請する月により異なります。

▽申請方法 申請書類に必要事項を記入し、介護用品取扱指定業者からの見積書と一緒に高齢者福祉課または各支所高齢者児童福祉係へ提出。

※申請書は申請先窓口または市ホームページに掲載



ホームページ
QRコード

重度障害者介護用品の給付
福祉課障害福祉係 ☎62・3147
または各支所高齢者児童福祉係

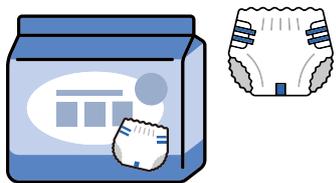
在宅の寝たきり障がい者を介護している介護者の負担軽減を図るため、紙おむつ等の介護用品を給付します。

▽対象者 市内に住所を有する65歳未満の障がい者を介護する市民税非課税世帯に属する介護者の方

▽給付する介護用品 紙おむつ、尿とりパッド、使い捨て手袋、防水シーツ等

▽申請に必要なもの 申請書（福祉課・各支所で配布）、見積書、障害者手帳、マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード

※障害者手帳の等級、申請する月により給付限度額が異なります。詳細は福祉課までお問い合わせください。



ホームページ
QRコード

身体障害者用自動車改造費補助金
福祉課障害福祉係 ☎62・3147
または各支所高齢者児童福祉係

身体障がい者の社会参加促進のため、自動車の改造に要する経費について補助金を交付します。

▽対象者 身体障害者手帳所持者で、上肢・下肢または体幹の機能障害がある方（所得制限があります。）

▽交付対象となる経費および補助額 自ら所有し、運転する自動車の操作装置、駆動装置等を改造する経費（上限10万円）

▽申請に必要なもの 申請書、改造を行う業者の見積書、改造をする箇所の写真、車検証、運転免許証、身体障害者手帳、マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード

※事前申請が必要です。詳細は福祉課までお問い合わせください。



ホームページ
QRコード

身体障害者自動車運転免許取得費補助金
福祉課障害福祉係 ☎62・3147
または各支所高齢者児童福祉係

身体障がい者の社会参加促進のため、自動車運転免許の取得に要する経費について補助金を交付します。

▽対象者 身体障害者手帳1級から4級までに該当する方（所得制限あり）

▽交付対象となる経費および補助額 第1種普通自動車運転免許を取得するための経費の3分の2以内（上限10万円）

▽申請に必要なもの 申請書、身体障害者手帳、マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード

※事前申請が必要です。詳細は福祉課までお問い合わせください。

特産物産地育成事業補助金
農政課 ☎62・3203

りんご、もも、プルーン、日本すもも、醸造用ぶどうで、市が指定した品種の苗木を品目ごとに10本以上（りんごは50本以上）導入する際の経費に補助を行います。

▽補助率 苗木購入代金の3分の1以内（申請件数が多い場合、補助率が小さくなる場合があります）

▽申請方法 苗木の購入前に交付申請書、苗木の見積書の写しを農政課に提出

▽申請期間 4月1日（月）～26日（金）



ホームページ
QRコード

令和6年度慰霊巡拝の実施（予定）
福祉課 ☎62・2919

厚生労働省では、旧主要戦域となった陸上や遺骨収集の望めない海上等における戦没者、また抑留中死亡者の埋葬地において、慰霊・追悼を行うため、遺族を主体とした巡拝を予定しています。

令和6年度の巡拝は8月から3月までの間に順次予定しています。日程・場所・申込締切日等の詳細は、福祉課にお問い合わせください。

※厚生労働省からの正式な実施通知により、日程等が変更となる場合があります。

野立て太陽光発電を行う事業者へ
長野県環境部ゼロカーボン推進室
☎026・235・7179
電子メール
taiyoko-jorei@pref.nagano.lg.jp

令和6年4月以降、長野県内に地上設置型の太陽光発電施設（出力10kW以上建築物の屋根、屋上等に設置されるものを除く。）を新たに設置する場合は、許可申請、届出などの手続きが必要になる場合があります。また、既に運転中の施設や工事中の施設についても、届出等が必要になる場合があります。

詳細は県ホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

募集



長野県民交通災害共済の加入募集
生活環境課
☎62・3094

「みんなで加入 みんなが安心」長野県民交通災害共済に加入しましょう。

▽長野県民交通災害共済とは

交通事故で負傷された場合、実入通院日数に応じてお見舞金を支払う助け合いの制度です。まさか！に備えてご加入ください。

▽加入方法 年間を通じ、生活環境課、

各支所経済建設環境係、各出張所の窓口で加入できます。
QRコード
ホームページ

災害時協力井戸の募集

環境政策課
☎62・2917

「災害時協力井戸」は、災害が発生した場合に、洗濯やトイレ等に利用する生活用水として、所有者または管理者のご厚意により、近隣住民の皆さんに、無償提供いただく井戸のことです。

災害時には多くの生活用水が必要になりますので、井戸をお持ちの皆さんの積極的なご登録をお願いします。

※3月1日現在で41件の井戸が登録済

▽新規にご登録いただいた皆さん (令和

5年3月～令和6年2月)

- ・鈴木正則様
- ・駒村英二様
- ・株式会社上田技研様



**野沢地区の
農地利用最適化推進委員の募集**

農業委員会事務局
☎62・3518

○農地利用最適化推進委員の推薦・応募
▽委員の業務内容 担い手への農地の集積・集約化、耕作放棄地の発生防止・解消等

▽任期 委嘱日～令和8年5月19日

▽募集人員 1人

▽担当区域 取出町・本新町

▽募集期間 4月3日(水)～30日(火)

午前8時30分～午後5時15分

(土日・祝日は除く)

▽提出先等 農業委員会事務局

※募集の詳細、所定の書式等については、市ホームページをご覧ください。
QRコード
ホームページ

**市立中央図書館建替再整備
ワークショップ参加者募集**

中央図書館
☎67・2111

市立中央図書館建替再整備にあたり、基本構想(案)策定の参考にするため、ワークショップを開催します。

▽日時 6月16日(日)午後1時30分～4時

▽対象者 15歳以上(令和6年4月1日)

で、市内在住若しくは市内に在勤または在学している方

▽募集人員 20名程度(申込先着順)

▽参加費 無料

▽申込方法 LINEまたは電話、窓口

のいずれかで中央図書館へ申し込み

▽申込期限 5月31日(金)

**佐久市スポーツ推進審議会委員の
募集**

スポーツ課
☎62・4004

○委員の業務内容 教育委員会の諮問に
応じて、スポーツの推進に関する重要事項について調査審議

▽委員任期 委嘱の日から2年間

▽募集人員 2名(委員総数10名以内)

▽必要書類 スポーツ推進審議会公募委員申込書(スポーツ課窓口で配布または市ホームページに掲載)

▽申込方法 必要書類を持参、郵送、FAX(63・0480)、メール(rikku@city.sakunaganano.jp)のいずれか

からスポーツ課へ提出

▽申込期限 4月22日(月)午後5時15分

※申込資格等の詳細は市ホームページをご覧ください

QRコード
ホームページ

令和7年4月入隊自衛官等の募集

自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所
☎0268・22・5267

○一般曹候補生

▽受験資格 18歳以上33歳未満の者

▽受付期限 5月7日(火)

▽1次試験 5月17日(金)～5月26日(日)の指定する1日

○自衛官候補生

▽受験資格 18歳以上33歳未満の者

▽受付期間 通年

▽試験期日 受付時に通知



長野県警察職員の募集

佐久警察署総務課
☎68・0110

○長野県警察官A(第1回)

▽受験資格 平成元年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業した人または令和7年3月までに卒業見込みの人

▽受付期限 4月15日(月)

▽第1次試験日・試験地 5月12日(日) 長野市、松本市、東京都または愛知県

○長野県警察官B(令和6年10月採用)

▽受験資格 平成元年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人(ただし、大学を卒業した(または卒業見込み)人は除く)

▽受付期限 4月15日(月)

▽第1次試験日・試験地 5月12日(日) 長野市、松本市、東京都または愛知県

※詳細は長野県警察のホームページをご覧ください

お問い合わせください。
QRコード
ホームページ



キッズ・サーキットin佐久2024
ボランティアスタッフ募集
文化振興課 ☎62・5535

- 8月2日(金)～4日(日)に開催するキッズ・サーキットin佐久の運営をお手伝いいただける方を募集します。
- ▼業務内容 ホールの受付、扉開閉、客席案内、場内誘導など
- ▼申込資格 高校生以上で、舞台芸術やイベントに興味がある方
- ▼申込期限 5月31日(金)(必着)
- ▼申込方法等 申込書を持参・郵送・FAX(64・6132)・メール(hnukasinko@city.sakunagano.jp)のいずれかで文化振興課へ提出
- ※申込書は、文化振興課およびコスモホールで配布するほか、市および市文化事業団のホームページからもダウンロードできます。
- ▼提出先 佐久市文化振興課
住所：佐久市中込3056 佐久市役所南棟
- ※主催者で保険に加入します。
- ※交通費・食費は、各自負担です。
- ※業務内容等の詳細は、資料を事前配付する予定です。



シニアクラブ入会のお誘い
佐久市社会福祉協議会
シニアクラブ事務局 ☎67・2463

- シニアクラブは、住み慣れた地域の仲間と共に、生きがいのある毎日を過ごせるような活動する、自主的な組織です。
- ▼主な活動内容 つどいの場・仲間づくりの場・笑いの場・スポーツの場・安らぎの場となる活動
- 仲間と一緒に笑ったり、スポーツや体操をすることで体力の維持、健康増進につながります。また、仲間との交流が孤独感の解消、情報交換に役立ちます。
- ▼社会活動の担い手としての活動
環境美化活動や住みよい地域づくりの活動に参加することで、地域での役割を担っています。
- ※入会方法等詳細は佐久市社会福祉協議会シニアクラブ事務局までお問い合わせください。

青年国際交流事業参加者募集
内閣府青年国際交流担当室
☎03・6257・1434

内閣府では、国際社会・地域社会で活躍するグローバルリーダーの育成を目指し、5つの国際交流事業を実施しています。現在、令和6年度の参加者を募集中です。詳細は内閣府ホームページをご覧ください。



今月の納付

●期限内の納付をお願いします

納期限	4月30日(火)
市税等	固定資産税・都市計画税(第1期)
	介護保険料(第1期)

※納付は、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。

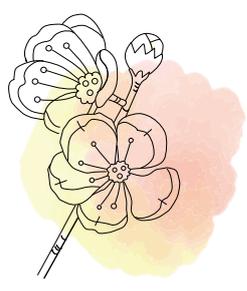
防災豆知識 Q&A

- Q 避難所で役立つ便利なものは？
- A 水や食料などに加え、災害時に持ち出すと役立つ便利なものとして、新聞紙とポリ袋があります。
- ▽お皿・コップ
箱型やコップの形にした新聞紙にポリ袋を被せて使用する
- ▽簡易トイレ
断水時でも、新聞紙をいれたポリ袋を便座に被せて使用できる
- ▽防寒対策
新聞紙を丸めて詰めたポリ袋に足を入れれば、暖がとれる
非常用持出品の中に新聞紙とポリ袋を追加してみてください。



寄附

- 一般寄附(順不同)
 - ▽市へ
 - ・こどもの難聴 早期発見のしおり 600部 佐久ライオンズクラブ様
 - ・現金2,000円 佐久の鯉太郎様
 - ▽近代美術館へ
 - ・美術品「逆立する仏」1点 瀧本 光國様
 - ▽旧中込学校へ
 - ・三脚1台 令和5年度中込小学校6年竹組一同様
- ふるさと納税寄附
ふるさと納税でご寄附いただき、ありがとうございます。寄附者名はホームページに掲載しています。



令和6年度 市税等納期限一覧表

月別	固定資産税 都市計画税	市県民税 (普通徴収)	軽自動車税 (種別割)	国民健康保険税 (普通徴収)	介護保険料 (普通徴収)	後期高齢者 医療保険料 (普通徴収)
4月	第1期 (30日)				第1期 (30日)	
5月			全期 (31日)		第2期 (31日)	
6月		第1期 (7月1日)			第3期 (7月1日)	
7月	第2期 (31日)			第1期 (31日)	第4期 (31日)	第1期 (31日)
8月		第2期 (9月2日)		第2期 (9月2日)	第5期 (9月2日)	第2期 (9月2日)
9月	第3期 (30日)			第3期 (30日)	第6期 (30日)	第3期 (30日)
10月		第3期 (31日)		第4期 (31日)	第7期 (31日)	第4期 (31日)
11月	第4期 (12月2日)			第5期 (12月2日)	第8期 (12月2日)	第5期 (12月2日)
12月		第4期 (1月6日)		第6期 (1月6日)	第9期 (1月6日)	第6期 (1月6日)
1月				第7期 (31日)	第10期 (31日)	第7期 (31日)
2月				第8期 (28日)	第11期 (28日)	第8期 (28日)
3月					第12期 (31日)	第9期 (31日)

口座振替日は納期限日です。振替日の前日までに残高の確認をお願いします。

納付は安心・便利な口座振替をご利用ください

一度手続きをすると、その後は自動的に引き落としされますので、納付に向く手間や納め忘れがなく、便利で安心です。

口座振替をご希望の方には「口座振替依頼書」をお送りしますので、ご連絡ください。

●利用できる金融機関

八十二銀行、長野銀行、上田信用金庫、長野県信用組合、長野県労働金庫、佐久浅間農業協同組合、ゆうちょ銀行・郵便局

〈問合せ〉

収 税 課 ☎ 62-3043…収納全般、納税相談
 税 務 課 ☎ 62-3040…市県民税、軽自動車税(種別割)
 固定資産税・都市計画税
 国 保 医 療 課 ☎ 62-3164…国民健康保険税
 ☎ 62-2915…後期高齢者医療保険料
 高齢者福祉課 ☎ 62-3154…介護保険料

スマートフォンアプリ・クレジットカード等でも納付ができます

納付書のバーコードをスマートフォンのアプリで読み取ることで、金融機関やコンビニに向くことなく、市税などの納付ができます。

また、市税は『地方税お支払いサイト』へアクセスし納付書の二次元コード(eL-QR)を読み取ることで、クレジットカード等の納付もできます。

※領収証書は発行されません。領収証書や納付後すぐ納税証明書が必要な場合は、納付書裏面に記載の納付場所での納付をお願いします。

※クレジットカード等の納付についての詳細は『地方税お支払いサイト』をご確認ください。

地方税お支払いサイト



新佐久市誕生20周年記念イベント

「令和6年夏巡業 大相撲 佐久場所」

開催

平成28年以来、佐久市では8年ぶりに大相撲の巡業が行われます。また、長野県立武道館では開館以来初開催です。迫力の相撲をぜひ会場でご覧ください！

日時 8月4日(日)
開場 午前9時～打ち出し午後3時(予定)
場所 長野県立武道館(佐久市猿久保165-1)
一般プレイガイド販売 3月30日(土) 午前10時～

スポーツ課
大相撲佐久場所事務局

☎62-4004

☎026-236-3399(信濃毎日新聞社事業部内)

市スポーツ少年団員募集

スポーツ少年団事務局(佐久市スポーツ協会内) ☎88-6123

令和6年度のスポーツ少年団員を募集します。各団の募集内容は、佐久市スポーツ協会のホームページをご覧ください。お問い合わせ先は、スポーツ少年団事務局までお問い合わせください。



スポーツ大会・教室

スポーツ教室の参加対象は初心者です。詳細はホームページをご覧ください。

イベント名	日時	場所	申込期間	問合せ先等
筋力トレーニング&ストレッチ教室	5月8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)、6月5日(水)、7日(金)、12日(水)、19日(水)、21日(金)、26日(水) 9:30~11:00	総合体育館	4月2日(火)~30日(火)	佐久市スポーツ協会 ☎88-6123
弓道(佐久)教室	5月17日(金)、24日(金)、31日(金)、6月7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)、7月5日(金)、12日(金)、19日(金) 19:00~21:00	駒場公園弓道場	4月2日(火)~5月2日(木)	
マレットゴルフ教室	5月9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)、6月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)、7月4日(木)、11日(木) 13:00~15:00	駒場公園 マレットゴルフ場	4月2日(火)~30日(火)	
スピードスケートローラー教室	5月19日(日)、26日(日)、6月2日(日)、9日(日)、16日(日)、23日(日)、30日(日) 9:00~11:00	美笹ローラースケート場	4月2日(火)~5月10日(金)	
ゴルフ教室	5月21日(火)、23日(木)、28日(火)、30日(木)、6月4日(火)、6日(木)、11日(火)、13日(木)、18日(火)、20日(木) 19:30~21:00	佐久平ゴルフ練習場	4月2日(火)~5月10日(金)	
卓球教室	5月16日(木)、23日(木)、6月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)、7月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木) 19:00~21:00	総合体育館	4月2日(火)~5月9日(木)	
親子新体操教室	5月15日(水)、22日(水)、29日(水) 10:10~11:00	総合体育館	4月2日(火)~5月8日(水)	
第20回 佐久市民ゴルフ大会	5月26日(日) 8:30競技開始	サニーカントリークラブ	4月2日(火)~5月8日(水)	
もちづき総合型スポーツクラブによるスポーツ教室(7教室)	詳細はもちづき総合型クラブのホームページかもちづき総合型クラブだより第50号(配布は望月地区のみ)参照		3月4日(月)~随時	



イベント・講座情報

イベント

イベント名	日時	場所	問合せ先
コレクション展 コレクション2000-2022 同時開催：新・収蔵品展—令和4年度収蔵—	3月16日(土)～5月6日(月) 9:30～17:00	佐久市立近代美術館	近代美術館 ☎67-1055
毎月26日「風呂の日」サービス ・入浴料50円引き ※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	4月26日(金) 11:00～17:00 (最終受付16:15)	もちづき荘	もちづき荘 ☎52-2515
	4月26日(金) 10:00～21:00 (最終受付20:30)	穂の香乃湯	穂の香乃湯 ☎58-0033
平尾温泉みはらしの湯「佐久市民DAY」 ・佐久市民を対象に入浴料が割引になります ※他割引との併用不可	4月26日(金) 11:00～21:00 (最終受付20:30)	平尾温泉 みはらしの湯	平尾温泉みはらしの湯 ☎68-0261
島崎藤村旧宅公開開始	4月28日(日)～11月2日(土)のうち、 土(毎月第2土曜を除く)・日曜、 祝日、ゴールデンウィーク、お盆 の期間 10:00～15:00	島崎藤村旧宅 (貞祥寺境内)	文化振興課文化財事務所 ☎63-5321

図書館イベント

申込・参加費不要

イベント名	日時	場所
おはなしの会	4月13日(土) 10:30	中央図書館
赤ちゃんのおはなし会 (対象：乳幼児)	4月18日(木) 10:30	中央図書館
ちいさい子のおはなし会 (対象：乳幼児)	4月18日(木) 10:30	浅科図書館
ぼっけおはなしの会	4月20日(土) 10:30	中央図書館
ブック☆ブックお話の会	4月20日(土) 11:00	臼田図書館
おはなし会	4月20日(土) 11:00	浅科図書館
ザ・フレンズ朗読会	4月24日(水) 11:00	中央図書館
語りのおもてなし	4月27日(土) 15:00	中央図書館
ものがたりふれあいトーク	4月27日(土) 11:00	望月図書館

問合せ：
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

図書館ホームページ

障害者自立生活支援センター講座

問合せ：障害者自立生活支援センター ☎88-6561
FAX88-6562

参加対象は障がいのある方です。必ず事前に電話、FAXまたは窓口でお申し込みください。

イベント名	日時	場所
陶芸教室 (全2回) 自分だけの作品をつくろう	①4月18日(木) ②5月30日(木) 13:30～15:00	野沢会館 創作室
「気功教室」心身の緊張をほぐして健康になろう	4月24日(水) 13:30～14:30	野沢会館 和室1・2
「音楽を楽しむつどい」季節の曲を楽しもう	5月10日(金) 13:30～15:00	交流文化館浅科 音楽室1・2



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。

必要なものを、必要な時に、
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

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

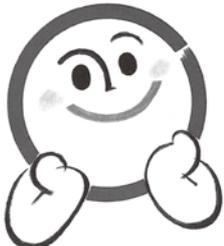
講座・教室

LINEから申し込みができる市主催のイベント等は、右記QRコードからお申し込みください。



イベント名	日時	場所	問合せ先等
オレンジカフェ座談会(認知症カフェ) 認知症当事者の方、介護しているご家族、認知症に関心を持つ地域の方の交流の場です	4月15日(月) 13:30~15:00	生涯学習センター 会議室1・2	高齢者福祉課 ☎62-3157 参加費:無料 申込不要
家族介護者交流会 テーマ:血管年齢・野菜摂取量チェック	4月24日(水) 13:30~15:00	生涯学習センター	野沢地域包括支援センター ☎63-8430 参加費:無料 定員:30名
4月歴史講座 「根神社 式三番叟 見学会」 保存会会員より講義を受けた後、式三番叟を見学します。 (望月歴史民俗資料館より市バスを利用し現地まで移動します。)	4月29日(月・祝) 12:00~15:15 集合12:00 講義12:30~ 見学13:30~ 解散15:15	集合・解散場所 望月歴史民俗資料館 見学先 望月春日 根神社	望月歴史民俗資料館 ☎54-2112 参加費:100円 定員:20名程度(申込先着順) 申込期間:4月4日(水)9:00~28日(日)
春の野鳥観察会	5月11日(土) 8:00~10:30	旧美笹自然観察園	環境政策課 ☎62-2917 参加費:無料 定員:20名程度(申込先着順) 申込期間:4月10日(水)~5月1日(水)
森林セラピー 「森の中で、癒しとリフレッシュ」	5月11日(土) 9:30~12:00	平尾の森 (南パラダ内)	健康づくり推進課 ☎62-3524 参加費:無料 定員:20名程度(抽選) 申込期間:4月3日(水)~12日(金)
5月歴史講座 「中山道 八幡宿を巡る春の散歩」 中山道八幡宿について現地にて研修します。	5月18日(土) 8:50 浅科支所集合 9:00~11:45 フィールドワーク 11:45 解散	浅科支所 中山道八幡宿	望月歴史民俗資料館 ☎54-2112 参加費:100円 定員:30名程度(申込先着順) 申込期間:4月18日(水)9:00~5月17日(金)
初心者向け「グリーンカーテンの 作り方講習会」	5月18日(土) 10:00~12:00	佐久市役所 議会棟前	環境政策課 ☎62-2917 参加費:無料 定員:20名程度(申込先着順) 申込期間:4月15日(月)~5月7日(火)
お達者応援団育成塾 (基礎講座 全8回)	6月6日(木)(第1回) 13:30~15:00 (一部15:30)	市民創縁センター	高齢者福祉課 ☎62-3157 参加費:無料 定員:100名程度 申込期間:4月1日(月)~5月17日(金)
手話奉仕員養成講座(入門課程)	5月15日~10月2日 (毎週水曜(8月14日 は除く)全20回) 19:00~20:30	佐久市福祉総合 センター	佐久広域連合 障害者相談支援センター ☎63-5177 参加費:3000円(別途テキスト代3300円) 定員:20名 申込期間:4月16日(水)~4月22日(火)(8:30~17:00)
前期機織教室	5月~7月 第1・3金曜 午前の部 10:00~12:00 午後の部 13:30~16:00	望月歴史民俗 資料館	望月歴史民俗資料館 ☎54-2112 参加費:200円+入館料 定員:午前の部・午後の部共に5名程度
絵手紙教室 講師 岩本 幸枝氏	6月~11月 第1・3水曜 13:00~16:00	中央隣保館	中央隣保館 ☎62-0991 参加費:無料(材料費実費) 定員:20名(LINE申込10名※電話申込10名※申込先着順) 申込開始:4月3日(水)9:00~(申込先着順)
手話教室 講師 岡村真奈美氏・松川たか子氏	5月~2月 第3土曜 9:30~11:30	中央隣保館	中央隣保館 ☎62-0991 参加費:無料 定員:20名(LINE申込のみ※申込先着順) 申込開始:4月4日(水)9:00~(申込先着順)
生け花教室 講師 佐藤 澄子氏	5・7・9・11・1月 第4木曜 13:30~15:30	中央隣保館	中央隣保館 ☎62-0991 参加費:無料(材料費実費) 定員:8名(LINE申込4名※電話申込4名※申込先着順) 申込開始:4月5日(木)9:00~(申込先着順)





素敵な笑顔を咲かすのも
私達の仕事です。

親切がモットーの
宅地建物取引業免許/長野県知事(7)第4151号
ミヤマモリ不動産

佐久本店 ●営業時間/午前9:00~午後6:00
佐久市岩村田751 info@miyamori-fudosan.com ☎0267-68-2001

<https://www.miyamori-fudosan.com/>

週末限定
お得なランチ
&
温泉プラン

**ガトキン
エンジョイランチ**



- ◆開催日:毎週土・日曜日
- ◆営業時間:11:30~14:00(13:30LO)
- ◆料金:2,100円~ ※差額メニューあり
- ※ご予約制ではありません
(満席・混雑の際はご容赦ください)
- ※温泉営業時間:6:00~23:00 ※22:30最終入場
(レストランの営業時間外も温泉はご利用可能です)

GATEAUX KINGDOM | KOUMI

お問い合わせ
ご予約

南佐久郡小海町松原湖高原
TEL.0267-93-2211

WEB SITE

ガーデンが一番美しい
季節がはじまります



ガーデンタワー
フォトブース

CHATEAU GARDEN TERRACE Saku
旧 風の丘にある

中部横断自動車道 佐久南ICより5分
佐久市根岸 3870-1 TEL0267-88-7761

WEB SITE

公民館報さくし

No.229

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

祝 文部科学大臣表彰受賞

～佐久市中央公民館が「優良公民館表彰」を受賞しました！～

この度、佐久市中央公民館が「第76回優良公民館表彰」を受賞しました。2月9日（金）に東京都文部科学省で開催された表彰式には職員が出席し、賞状の授与を受けました。今回の受賞は、『子どもを核として人と人をつなぐ取組み』をキャッチフレーズとした取り組みが認められたものです。

この表彰は昭和23年度より毎年実施しており、本年度の受賞は全国で69館でした。



表彰状と盾



優良公民館表彰 表彰館代表者での記念撮影



立て看板の前で

今回の受賞は、中央公民館、各地区公民館が一体となって、長年にわたり活動してきた成果が認められたものと大変光栄に思います。この受賞を励みに、一層公民館事業に尽力して参ります。

受賞記念として、25ページに今回受賞した取り組みの内容を特集します。

(中央公民館主事：佐藤・箕輪)

コラム 色えんぴつ



常和 鈴木 純

「災い転じて」

かつては義父の一族の行事（墓掃除や一族祭）のお手伝いに例年訪れていた常和。義父が少年時代を過ごしたこの地に住めるようにと、8年前に母屋を解体して建てた家は、義父の施設入所でも願わくはならずとはなりましたが、これを利用して、すべく首都圏との二拠点生活を続けてきました。一族の方とだけだったお付き合いも、ご近所の方々と広がり、同時に、畑や裏庭に来るものも含め、常和で一番面積の大きい山林内の多様な動植物と出会え、自然豊かな常和への愛着は年々増す一方でした。

そんな中、令和元年の東日本台風は常和に未曾有の被害をもたらしました。我が屋も敷地の一部と家の前の橋が流出し、ご近所さんのお宅への避難も体験しました。その復興計画では、川沿いの土地が道路用地になったり、工事ヤード用に旧家屋を解体して土地を提供したり、めまぐるしい変化は、今も経験中です。

この災害をきっかけに、防災とコミュニティ再生を目指す常和復興まちづくり協議会が立ち上がりました。その一員に加えていただき、集落のより多くの方々との交流を持ち、また生物系大学教員としての専門を活かして、集落の今後はどう関わっていくか思いを馳せてきました。

この3月末で定年退職、そのまま常和に定住します。4月からどうぞよろしくお願ひします。

～子どもを核として人と人をつなぐ公民館活動～

佐久市中央公民館では、乳児から若者に至るまで、様々な機会に公民館活動に参加し、大人世代と交流できる仕組みを作っていることに対する貢献を認められ、公民館表彰を受賞しました。

◎取組内容

乳幼児

「ベビーマッサージ教室」
「乳幼児学級」



小学生

「親子ふれあい学級」
「小・中学生公民館体験学習」
「夏の子ども公民館」



中学生

「短詩型文学交流会」
「つどい（文化祭）のボランティア」



中・高校生

「学習室利用」



高校生

「インターンシップ」



大学生

「学習グループとの交流」
「公民館活動のボランティア」

乳幼児



↑乳幼児学級のテーマは「仲間づくり」

・年間13回の乳幼児学級を毎年開催している。
・R5年度 親子73組 160人参加
参加された保護者から「コロナ禍の影響で家にいる時間が多かったけど乳幼児学級で同じ年頃のお友達やお母さん方と交流できて楽しかった」「私自身県外出身かつコロナ禍の中の子育てでしたので温かく迎えてくださる先生方、同じママとのコミュニケーションにとっても救われた」等の感想を得ており、ここで知り合った仲間での他の活動にも参加するなど、子育て仲間の輪は確実に広がっている。

小学生



←夏の子ども公民館の一例～川で宝石を探そう！～

・毎年7～9月にかけて親子（小学生）を対象とする「ものづくり」「自然・社会体験」等の約25講座を開催。日常の学校生活の中ではなかなか体験できない野外学習や本格的な工作等に浸りこむ子どもたちの姿が見られる。全市を対象にしていることで、学校の枠を越えて関わり合う子どもたちの姿が見られる。

★子どもだけでなく大人世代や地域社会の活性化も願っている

◎成果の一例 ～「公民館体験学習」白田中学校3年生105名と公民館学習グループとの交流～

中学生



↑【空手】【俳句】【はつらつ運動】の皆さんと交流

「はつらつ運動」に参加した中学生からは「おば様方、すごくキレッキレでカッコ良かった」などの感想があった。学習グループは進んで生徒に声をかけるなど積極的に関わり、「若いパワーをもらった」等と好評だった。後日、校長先生から「地域のおじさん・おばさん方と話をしたり触れ合ったりすることは今の中学生にとって貴重な体験。時として、校内で教員から話を聞くこと以上に心に響き、子ども達が成長するきっかけとなる。本当にありがたい取り組みだった」との言葉をいただいた。3者にとって有意義なこのような取り組みを毎年小中学校対象に実施。

◎さらに良い公民館とするために

- ◆中央公民館と7地区館および235地域公民館が連携した活動を推進。
- ◆評価・検証を行いながら、市民・地域の実情や要望に応える事業を企画。
- ◆「集う・学ぶ・結ぶ」の役割を踏まえ、生涯にわたって学び、活かし、支え合う人づくり、地域づくりを推進。

大学生



↑浅科公民館講座「ママの料理教室」における佐久大学生の託児ボランティア

これらは中央公民館・7つの地区館の活動の一部であり、他にもすべての年代の方がご利用いただける活動や講座を行っています。ぜひお気軽に公民館へお越しください！

今回の受賞を励みに、一層公民館事業に尽力して参ります。公民館事業に対してのご感想やご意見がありましたら、下記またはお近くの地区公民館までお寄せください。

ご意見・問合せ先：佐久市中央公民館 ☎ 66-0551

地区公民館の「つどい」を開催！

望月地区公民館



会場では「日頃の成果を発表できて良かった」また「どの作品も力作で感心した」などの声も聞かれ、賑やかなつどいとなりました。

令和5年11月18日(土)・19日(日)に駒の里ふれあいセンターにて「総合作品展・芸能祭」を開催しました。

総合作品展には様々なジャンルの手作り作品が多数展示されました。中でも本牧公民館が取り組んだ「今昔写真展」は、同じ場所から撮影された昭和と令和2枚の風景写真が比較展示され多くの皆さんが立ち止まり、なつかしうにまた興味深げに観賞していました。

芸能祭では15グループが日頃の練習の成果を発表したほか、もちづき子ども太鼓「駒」やひまわりクラブ(キッズダンス)の発表もあり、つどいを盛り上げてくれました。

(望月地区公民館主事：小林)

中込地区公民館



を見事に発揮していました。延べ600人余りの皆さんが楽しく観賞しました。

運営委員をはじめみんなで力を合わせ、感動の1日となりました。

(中込地区公民館主事：高橋)

1月23日(火)から2月21日(水)に中込会館にて、作品展及び体験教室を実施しました。作品展には書道、きり絵、俳句、表装、リフォーム、洋裁、銅板、絵手紙、写真等15グループ、201点の作品が展示され、どれも力作ばかりで1年間の成果が見事に現れていました。体験会は、6グループで実施され、114人の皆さんが参加しました。

2月25日(日)には4年ぶりのステージ発表が行われ、中込小学校金管バンドをはじめ、フラダンス、大正琴、コーラス、演劇、キッズダンス、社交ダンス、マジック等17グループ、179人の皆さんがステージで日頃の練習の成果

浅科地区公民館



天候には恵まれませんでしたでしたが来年度以降も浅科地域のお祭りのひとつとして続けていきたいと思ひます。ご来館いただきました皆様、ありがとうございました。

(浅科地区公民館長：浅川)

2月24日(土)・25日(日)に交流文化館浅科を会場に浅科地区公民館のつどいが開催されました。

今年度は4年ぶりに総合文化展・芸能文化祭の同時開催となり、学習グループ、地域公民館等で活動されている皆さん、個人、それぞれの作品展示とステージ発表が行われました。また、24日(土)には学習グループ主催の体験コーナーとして、絵手紙、どら焼きづくり、小物入れづくり、囲碁、25日(日)には抹茶サービスも行われ、大勢の方に楽しんでもらいました。また、チャリティーバザーとして陶芸や手芸の作品を販売し、売上げを能登半島地震の義援金にさせていただきます。

※東(11/18・19)、浅間(2/17・18)、臼田(3/3・9・10)、野沢(3/16・17)の「つどい」も好評のうちに終了しました。

◎お住まいの住所に関係なく、どの公民館の講座にも参加できます。

■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
 ■臼田公民館 ☎82-2106

	講座及び学習内容	日 時	場 所	講師・指導者	費用・持ち物等
浅間公民館	◎自然観察教室 旧美笹自然観察園で、季節の植物や自然保護について学びませんか 	5月17日(金) 9:30~11:30	現地集合 旧美笹自然観察園	元自然保護レンジャー — 佐藤文一先生	<参加費>100円 (保険料等) <持ち物>昼食、飲み物、雨具、野外活動に適した服装 <定 員>20名 ※詳細は参加者に後日お知らせします ※申込受付開始 4月24日(水) 8:30
	◎楽しく歌おう (春) 季節の歌やなつかしい歌を、ピアノの生演奏でみんなで楽しく歌いましょう！	4月 9日(水) 13:30~15:30	生涯学習センター (野沢会館) 大会議室1・2	進行 上野ひとみ先生 伴奏 大井清子先生	<参加費>無料 <持ち物>飲み物 ※事前申込は不要です。気軽にご参加ください。
野沢公民館	◎100歳まで歩く！筋肉づくり 抽選 (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をします 	① 5月17日(金) ② 5月24日(金) ③ 5月31日(金) ④ 6月 7日(金) ⑤ 6月14日(金) (時間) 13:00~14:45	生涯学習センター (野沢会館) 大会議室1・2	雨宮病院 理学療法士	<参加費>100円 (資料代) <持ち物>飲み物・運動靴・タオル・運動ができる服装 <定 員>25名 ※申込受付期間 4月17日(水) 8:30~4月19日(金) 17:15まで
	◎人権同和研修 身近な人権について一緒に学びましょう。参加お待ちしております	① 5月10日(金) ② 5月18日(水) (時間) 11:00~12:00	中込会館 大会議室	人権同和教育推進委員	<参加費>無料 ※事前申込は不要です。気軽にご参加ください。
中込公民館	◎お子様連れOK 「ママのためのリラックスヨガ」 子育て中のママさん、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 	5月24日(金) 10:00~11:30	中込会館 大会議室	和ヨガ講師 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) ※子ども同伴可 ※申込受付開始 4月26日(金) 8:30
	◎初めての茶道教室 (春) いつもとちがった空間に身を置いて…皆さんで茶道を楽しみましょう 初めての方、大歓迎です 	5月14日(水) 9:30~11:30	東会館 和室1・2	表千家茶道講師 保坂真千子先生	<参加費>600円程度 (お菓子、お茶代等) <持ち物>白い靴下 <定 員>10名程度 ※申込受付開始 4月15日(水) 8:30
東公民館	◎写経体験教室 気持ちを落ち着かせて、写経を体験してみませんか	5月30日(水) 9:30~11:30	現地集合 法禅寺 (志賀)	法禅寺住職 坂部深雅先生	<参加費>300円程度 (写経代等) <定 員>10名程度 ※申込受付開始 4月25日(水) 8:30
	◎パステル画講座 パステル画の基本を学び、描くことを楽しみながら、作品を作りましょう 	5月26日(日) 13:30~15:30	あいとびあ臼田 多目的室3.4	パステル画制作指導 小山さち子先生	<参加費>500円程度 (材料費) <持ち物>お手拭き・作品を持ち帰る袋・カッターマット (お持ちの方) <定 員>10名 <対 象>小学生以上 (低学年は保護者同伴) ※申込受付期間 4月9日(水) 8:30~
臼田公民館					

◎お住まいの住所に関係なく、どの公民館の講座にも参加できます。
 ■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
◎簡単!くんせい講座 くんせいの方法や、くんせい料理について学びます	5月21日(火) 9:30~13:00	浅科会館 料理講習室 食育室	学習グループ 「くんせい同好会 スモーくん」の皆さん	<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 ※申込受付開始 4月24日(火) 8:30
◎古跡めぐる歴史探訪講座① 歩いて浅科の塩名田・御馬寄地区の石仏をめぐり、郷土の歴史を学びましょう 	5月28日(火) 9:50~13:30 ※小雨決行	勝手神社 山の神石祠 石仏十王像 五輪塔群ほか	市文化財事務所職員	<参加費>300円程度 (保険料等) <持ち物> 昼食・飲み物・動きやすい服装・運動靴・雨具 <定員>20名 ※浅科地域を歩いて回ります ※詳細は参加者に後日お知らせします ※申込受付開始 4月26日(金) 8:30
◎気軽にらくらくストレッチ (前期 全4回) 気軽に楽しくストレッチ体操をしましょう	① 4月26日(金) ② 5月10日(金) ③ 6月14日(金) ④ 6月28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>40名 ※申込受付開始 4月4日(木) 8:30
◎趣味のデジカメ講座 (全2回) 風景や人物の撮影テクニック等を学びます。 新たな趣味として、仲間づくりに参加してみませんか? 	① 5月29日(火) 9:00~15:00 ② 6月 7日(金) 9:00~12:00	①撮影会:小諸城跡周辺を予定 ②作品講評:駒の里ふれあいセンター	写真館店主 諸山貴之先生	<参加費>1,100円 (プリント代) <持ち物>デジタルカメラ・野外活動に適した服装・雨具・飲み物 <定員>10名 ※申込受付開始 5月8日(火) 8:30
◎浅間山の歴史と今を学ぶ (全3回) 本講座は「浅間山」の成り立ちや天明の大噴火の歴史等についての講義と現地学習により、様々な角度から「身近な活火山・浅間山」について学びます。 火山防災にも役立つ講座です	① 6月 1日(日) 10:00~12:00 ② 6月11日(火) 10:00~12:00 ③ 7月 4日(木) 9:00~15:00 現地学習会	①・②:駒の里ふれあいセンター ③佐久市・御代田町・浅間山火山防災連絡事務所(気象庁)	明治大学黒曜石研究センター客員研究員 堤 隆先生 気象庁浅間山火山防災連絡事務所職員	<参加費>無料 ※現地学習時の施設入場料等は実費 <持ち物>筆記用具ほか <定員>20名 ※申込受付開始 5月9日(火) 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)
 ※申込受付は平日の8:30~17:15です。ただし望月公民館は原則として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、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

横浜より佐久へUターンして22年。3年前に妻が他界しましたが、公民館活動、素人農業、旅行などで第二の人生を過ごしています。特に公民館活動では多くの皆さんとの触れ合いを通して、自分の人生をより豊かで充実したものにできたと感じています。

米国人サミュエル・ウルマンの詩「青春」の一説に「青春とは人生のある時期を言うのではなく、あなたの中の心の様相を言うのだ」があります。80歳を超えても気持ちの持ちようで、ずうっと青春時代を過ごせるのですね。私は30代後半にこの詩に出会ってから座右の銘のように大切に生きて来ました。愚作短歌「春浅く君三回忌いつの日もコーヒー供え惜別、感謝」
 「あの時もクルーズ船の寄港地で君と手を組みこの坂上がった」など妻への感謝と追憶が、私の80代青春の支えです。

さて、短詩型文学祭は今年度第20回を迎えます。ますます多くの皆さんに参加頂けるよう念願しております。そして私は6年間務めた文学祭運営委員長をそろそろ引き継ぎたく、どなたか立候補してくれませんか!
 (令和5年度短詩型文学祭 運営委員長 白田 弘茂)

あなたはどんな人生を

送りたいですか

澤 直美

問合せ：人権同和課 ☎62-3135



表題の問いにあなたなら何と答えますか。

私の答えはこれです。「自分の気持ちに正直に、そして自分らしく楽しめる人生にしたい」

佐久平女性大学で得た私の答えです。

私は以前、仕事や人生において目指す方向が定まらず、「それ」が見えないまま、もがき、『今の自分ではだめ、もっと頑張らなくては』と必死になっていました。そんな私に佐久平女性大学は、「自分らしさ」を認め合える学びの場を提供してくれました。

大学で出会った素晴らしい講師の方々や、仲間との対話の中から学んだことを2つ紹介します。

1つ目は、こうあるべきという凝り固まった意識の視点を変え、自分の正直な心の声に耳を傾けることです。例えば、辛い時や大変な努力をしている時、必死に頑張ることで、自分が目指すものに近づ

いたり、自分が納得してやっているのなら、大いに力を注ぐべきだと思います。でも、私はふとしたとき、自分は無理をし過ぎていて、とか、楽しくないな、とネガティブな状況に陥ってしまうことがありました。

講座を受けたことで、そんな時には自分の正直な気持ちにとことん向き合い、自分が心地良いと思える状態、自分の興味や性格にあう状態に環境を変えるチャレンジをして、もいいたと思えたことで、私は随分気持ちが楽になりました。

2つ目は、皆、自分の足りないところを見がちですが、誰しも必ず持っている良いところ（優しいとか根気がある）

とか何でも）を、もっと自分自身で認め伸ばすことが大切だということです。△△は得意でないけど、○○は好きだから私はその部分で貢献しよう、といった風に。そうすることで、不完全だと感じていた自分でも、自信を持つて自分らしくいられる気持ちになりました。ありきたりの考え方もありませんが、私は、女性大学の一年で、自分の中にそういう気持ちを落とし込むことができました。

ここまで、このコラムで私は「自分」という言葉を何度も使いました。自身の在り方に迷っていた私が、自ら考え選択した佐久平女性大学への入学、その経験から得た大切な気付き。私に見えなかった「それ」は「自分」だったのです。

自分が選んだ道に納得できるって素晴らしい！
自分のため、人のため、チャレンジする選択肢は、案外あちこちにありそうです。



とか何でも）を、もっと自分自身で認め伸ばすことが大切だということです。△△は得意でないけど、○○は好きだから私はその部分で貢献しよう、といった風に。そうすることで、不完全だと感じていた自分でも、自信を持つて自分らしくいられる気持ちになりました。ありきたりの考え方もありませんが、私は、女性大学の一年で、自分の中にそういう気持ちを落とし込むことができました。

グリーンカーテンを作ってみよう

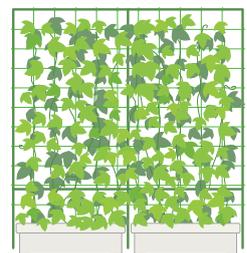


グリーンカーテンとは、ゴーヤやアサガオなどのつる性植物を窓の周りの壁などにカーテンのように生育させたものです。

直射日光を遮るだけでなく、窓の周辺の地面や壁からの放射熱を抑える効果があります。建物の中が涼しくなるため、冷房の使用頻度が減り、夏の節電効果が期待できます。

花を觀賞したり果実を収穫したりする楽しみもありますので、自宅や会社等で挑戦してみたいかたがでしょうか。

※グリーンカーテンの作り方講習会を開催します。詳細は23ページのイベント・講座情報をご覧ください。



問合せ：環境政策課 ☎62-2917

手話 おみやげ

コーナー



右手を紙袋の紐をつまむような形にして、左の手のひらの上に構え、両手を同時に小さく上下させる。

※イラスト：長野県手話ガイドブックより

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 総務課 ☎62-3002
4月17日(水) 午後1時30分～3時30分
市役所2階市民ホール

生活・就労相談(まいさぼ佐久市)
まいさぼ佐久市 ☎88-6511
平日 午前8時30分～午後5時15分
あいとぴあ臼田(相談無料)

子育て相談 子育て相談室 ☎63-3794
木曜・祝日を除く午前10時～午後3時30分
※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

家庭児童相談
家庭児童相談室(子育て支援課) ☎62-3149 または各児童館
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

教育相談 教育相談室 ☎62-2918
平日 午前8時30分～午後6時 市役所南棟3階教育相談室

人権なんでも相談所
長野地方法務局佐久支局 ☎67-2272
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。

消費生活相談 佐久市消費生活センター ☎62-7501
または生活環境課 ☎62-3094
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)

空き家の管理・売買・解体等に関する相談会
長野県建築士会佐久支部 ☎63-8080
4月15日(月) 午後1時～4時 佐久合同庁舎会議室
※4月10日(水)までに要電話予約・相談無料
※建築士、宅地建物取引士が相談に対応いたします。

電話でお金詐欺被害急増  **市職員や警察官などを装った「電話でお金詐欺」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
■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
お悩み相談 ところがホッ
☎0120-07-5560 

処方され、飲み残した薬はありますか?
残薬は、本人になら再利用できることがあります。
お薬手帳を活用して、今どんな薬を飲んでるかを医師・薬剤師に相談してみましょう。


浅間総合病院スマート外来担当医

肝臓から脂肪を落とす! 尾形 哲先生の X (旧Twitter) ポスト録



肝臓専門医の尾形哲先生が、X (旧Twitter) で投稿している肝臓に関する記事を毎月紹介しています。



@ogatas0520

朝食を食べよう!

朝食を欠食すると・・・

- ① 体重増加
- ② 筋肉量減少
- ③ 糖尿病リスク上昇



朝食欠食者の共通点

- ① 外食が多い
- ② インスタント食品の利用が多い
- ③ 一人暮らし
- ④ 遅い就寝時刻

朝食を食べないことより
食べることができない
生活に問題ありか? 😞

公式SNSで行政情報等を発信しています!



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 4月28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(祝日の場合は翌日)のみ

データファイル

人口	
総数	97,566人 (-120人)
男	48,006人 (-62人)
女	49,560人 (-58人)
世帯数	43,389世帯 (-49世帯)
〈3月1日現在〉 (増減は前月比)	

交通事故・救急火災

	2月の月間件数	令和6年1月～2月の累計
人身事故	15件	27件
死亡	0人	0人
負傷	20人	37人
救急	450件	923件
火災	2件	6件

4月の医療・子育て情報

※最新の情報は市ホームページをご覧ください。
 ※市外局番は0267です。
 ※詳細については各機関に直接お問い合わせください。

休日当番医

期 日	医療機関名	電話番号
4月 7日(日)	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
4月14日(日)	坂戸クリニック	63-6323
	はせがわ皮ふ科クリニック	78-3116
4月21日(日)	佐久長土呂クリニック	68-7899
	たかみ耳鼻咽喉科クリニック	67-8733
4月28日(日)	川西赤十字病院	53-3011
	たむらペインクリニック	82-3981
4月29日(月)	金澤病院	67-2048
	しのはら形成・皮ふクリニック	67-8825

時間：午前9時～午後5時

小児 佐久地域休日小児科急病診療センター

期 日	医療機関名	電話番号
4月 7日(日)	浅間総合病院	67-2295
4月14日(日)		
4月21日(日)		
4月28日(日)		
4月29日(月)		

【受付時間】 午前8時30分～正午
 【診察時間】 正午までに受付した患者さんの診療が終わるまで

佐久地域平日夜間急病診療センター

概 要	医療機関名	電話番号
【診療対象】 一般内科および小児科の初期救急患者 【診療日】 平日（土日・祝日・年末年始（12/29-1/3）を除く）	浅間総合病院	090-8589-7635 (センター専用)

【受付時間】 午後7時～9時（電話相談：午後6時～）
 【診察時間】 午後9時までに受付した患者さんの診療が終わるまで
 ※要事前連絡

休日救急歯科診療所（予約制）

期 日	医療機関名	電話番号
4月 7日(日)	休日救急 歯科診療所 (サングリモ 中込2階)	63-3783
4月14日(日)		
4月21日(日)		
4月28日(日)		
4月29日(月)		

【診療時間】 午前9時～正午／午後1時～3時
 【受付時間】 午前8時30分～午後2時

献血 献血

期 日	時 間	会 場
4月28日(日)	午前9時30分～正午 午後1時30分～3時30分	イオンモール佐久平

■ 問合せ：健康づくり推進課 ☎62-3527

子育てサロン（児童館）

期 日	会 場	期 日	会 場
4月11日(木)	城山・あさしな	4月19日(金)	中佐都・望月
4月12日(金)	岩村田	4月22日(月)	平根
4月15日(月)	小田井・岸野	4月23日(火)	田口
4月16日(火)	東・青沼	4月24日(水)	高瀬・野沢
4月17日(水)	佐久平・泉	4月25日(木)	城山・あさしな
4月18日(木)	中込	4月26日(金)	岩村田

時間：午前9時30分～11時30分
 ■ 問合せ：子育て支援課 ☎62-3149

つどいの広場

期 日	会 場	期 日	会 場
4月 1日(月)	中込・あさしな・もちつきうすだ	4月16日(火)	中込・もちつき・中佐都
4月 2日(火)	中込・もちつき	4月17日(水)	もちつき・うすだ・中佐都
4月 3日(水)	中込・あさしな・もちつきうすだ	4月18日(木)	もちつき・うすだ・中佐都
4月 4日(木)	もちつき・うすだ	4月19日(金)	中込・あさしな・うすだ
4月 5日(金)	中込・あさしな・うすだ	4月20日(土)	中込
4月 6日(土)	中込	4月22日(月)	中込・あさしな・もちつきうすだ・中佐都
4月 8日(月)	中込・あさしな・もちつきうすだ	4月23日(火)	中込・もちつき・中佐都
4月 9日(火)	中込・もちつき・中佐都	4月24日(水)	もちつき・うすだ・中佐都
4月10日(水)	中込・あさしな・もちつきうすだ・中佐都	4月25日(木)	もちつき・うすだ・中佐都
4月11日(木)	もちつき・うすだ・中佐都	4月26日(金)	中込・あさしな・うすだ
4月12日(金)	中込・あさしな・うすだ	4月27日(土)	中込
4月13日(土)	中込	4月30日(火)	中込・もちつき・中佐都
4月15日(月)	中込・あさしな・もちつきうすだ・中佐都		

時間：中 込 → サングリモ中込内（午前9時～午後4時）
 あさしな → あさしな保育園内（午前9時～午後2時）
 もちつき → もちつき保育園内（午前9時～午後2時）
 うすだ → うすだ健康館内（午前9時～午後2時）
 中 佐 都 → 中佐都児童館内（午前9時～正午）

■ 問合せ：子育て支援課 ☎62-3149

子どもの予防接種

大切なお子さんを感染症から守るため、また、周囲への感染拡大を防ぐために、予防接種が必要です。忘れずに受けましょう。
▽市で実施している定期予防接種

ヒブ、小児用肺炎球菌（4月から13価から15価に変更予定）、B型肝炎、ロタウイルス、四種混合（4月から五種混合開始予定）、BCG、麻しん・風しん混合、水痘、日本脳炎、二種混合、子宮頸がん予防

▽市で実施している任意予防接種
 おたふくかぜ



定期接種
任意接種

令和6年度高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種

▽対象者 今までに高齢者肺炎球菌の予防接種を受けたことがない方で

- ①接種当日65歳の方
65歳を迎えた方へ順次個別に通知します
- ②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓または呼吸器の機能、およびヒト免疫不全ウイルスの疾病により、1級の身体障害者手帳をお持ちの方
※詳細はお問い合わせください。

▽接種費用 自己負担2000円
 ※事前申請により、自己負担免除となる場合があります



ホームページ
QRコード

風しん追加的対策に関する抗体検査・予防接種

風しんの公的な予防接種を受ける機会がなかった方を対象に、公費（無料）で風しんの抗体検査、予防接種を実施します。

▽対象者 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性

▽期間 令和7年3月31日まで

※クーポン券を利用して抗体検査・予防接種が受けられるのは今年度までです。

詳細は5月に送付予定のクーポン券をご覧ください。



ホームページ
QRコード

■ 問合せ：健康づくり推進課 ☎62-3527

信州佐久市 観光フォトコンテスト 2023 入賞作品



信州佐久市観光フォトコンテスト2023は、県内外64名の方から、計344点の応募をいただき、最優秀賞1点、優秀賞3点、ほか28点で合計32点の入賞作品が決定しました。

■ 問合せ 観光課 ☎62-3285



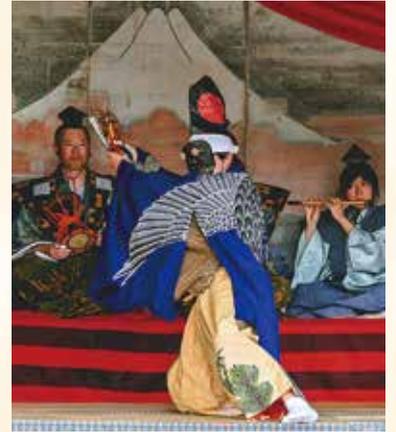
【最優秀賞】 大空と遊ぶコスモス
(坂本 美江子さん)



【優秀賞】 古木の春
(井出 操さん)



【優秀賞】 晩秋の参道
(山口 敬一さん)



【週刊さくいだいら賞】 一体の演技
(丸山 良平さん)



【優秀賞】 藤の花に囲まれて
(山極 寛治さん)



【準優秀賞】 かわいいお客様
(池田 正夫さん)



【準優秀賞】 牧場の春
(小平 靖子さん)



【入賞】 志 高く
(池田 敦子さん)

写真webサイト「佐久市デジタルフォトギャラリー」

市が所有する市内の風景写真や古写真等をオープンデータとして、公開しています。

本サイトでは閲覧や画像を一部ダウンロードし活用することができます。



■ 問合せ 広報広聴課 ☎62-3075



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)