

佐久をもっと好きになる

広報佐久

SAKU NO MIJIKANA JOHO.

令和6年

Saku
LIFE 12
No.261

KOHO SAKU

- P8 年末年始 市の業務スケジュール
- P13 新佐久市誕生20周年
- P22 地産地消推進の店
- P23 公民館報さくし
- 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。



【特集】
冬がやってくる



クイズ「観測史上の最低気温は？」

昨シーズンにおける気象庁 佐久観測所(中込)で観測された最低気温は、1月12日の -10.9°C でした。また、1日の最高気温が最も低かったのは、2月5日の -0.8°C でした。

それでは、佐久観測所で観測が始まった昭和53年以降、「最低気温」と「最も低かった1日の最高気温」は、何 $^{\circ}\text{C}$ だったのでしょうか？ 答えは、17ページをご覧ください。



冬

特集

がやってくる

冬は寒くて苦手だという方は多いのではないのでしょうか。しかし、この季節でしか堪能できない伝統文化やアクティビティが佐久にはたくさん詰っています。今月号の広報佐久では、冬を彩る佐久の魅力を紹介します。



信州佐久市観光フォトコンテスト2024の応募作品を募集しています。詳細は、裏表紙をご覧ください。

冬を彩る祭り

春日 道祖神まつり



1月3日に行われる春日本郷地区の道祖神祭りは、子どもたちの健やかな成長・健康長寿・五穀豊穡・天下泰平を祈願する祭りです。

「お籠り小屋」と呼ばれる御輿が建てられ、その中に道祖神が祭られます。夜には、神輿の提灯が灯され、太鼓を打ち鳴らしながら、子どもたちが「よいい、よいい」と掛け声をかけながら、地区を引き回します。神輿の正面のキリ「灯籠」の図柄が見所です。

上原 鳥追い祭り

五穀豊穡、家内安全を祈る正月行事で、江戸時代中期から200年以上続いています。もともとは田畑に集まる鳥を追いつために始まったとされています。1月3日、午前中は、法被姿の小中学生や獅子舞が結婚や新築したばかりの家を回り、家内安全を祈願します。午後は、のぼり旗を掲げ、屋台を引きながら沿道をねり歩きます。高さ3メートルの大御幣おおおんべとのぼり旗の練り歩きは地域独特のもので、多くの見物客が訪れます。



新海三社神社 御田植祭り



五穀豊穡を祈願して、神楽を奉納するお祭りです。

1月6日の夕刻より神楽殿で行われ、お祓いと祝詞奏上の後に、地域の皆さんがキツネや神様など、様々な登場人物となり、「田植え」や「草刈り」、「雀追い」など稲作の1年間をユーモラスに表現します。

最後は、豊作満年となり、護符やみかんなどが配られます。

鼻顔稲荷神社 初午祭

2月11日に行われる「初午」では、天下泰平、五穀豊穡、家内安全、商売繁盛、交通安全、進学成就を願い、1万人もの参拝客が訪れます。境内から参道には、だるま市や福飴、福餅などの縁起物売る露店が色鮮やかに、また威勢よく立ち並び、多くの参拝客で賑わいます。

夕方は、祭りのクライマックス「奉焼祭」ほうしょうで、古いだるまのおたき上げをして、今年の無事と幸せを願います。



冬を熱くする 伝統行事



どんど焼き

日本全国に伝わる小正月の火祭り行事。正月の松飾、しめ縄、だるまなどを持ち寄り、矢倉を組み上げます。市内各所で矢倉が立つ様子は、この時季の風物詩。お正月に各家庭に訪れた年神様を、正月飾りなどを燃やした煙とともに見送る「送り火」のような意味が込められています。熱い火にあたって体を暖めたり、焼いた団子やおもちを食べながら、無病息災、家内安全、五穀豊穡などを祈願します。

節分の豆まき

節分の豆まきは、災いを象徴する鬼を追い払い、福を招くためにに行います。全国的には大豆をまくのが主流ですが、長野県内は、落花生を使うことが多いです。所変われば品変わるですね。神社、お寺で行う豆まきは、福を得ようとたくさんの方が集まります。野沢の成田山・薬師寺や、岩村田の円満寺、浅科の八幡神社などで行われますが、豆だけではなく日用品などもまくので、集まった人たちの熱い熱気が伝わってきます。



商店街の福引

市内商店街の歳末セールなどで、買い物を楽しんだ後のお楽しみ。福引の起源は、奈良時代、聖武天皇が正月の酒宴で、諸臣にくじで褒美を与えた余興に由来しています。日本人は古来より、くじを引くことが好きなので、抽選機「ガラガラ」を回す時のわくわく感は、福引ならではの。ガラガラから玉が落ちる熱い瞬間を楽しみましょう。



冬を遊ぶ

すぐそこにあるスキー場 佐久スキーガーデンパラダ

ファミリー、初心者に 優しいスキー場

遠くの山へ行かなくても、佐久市内でスキーができる。市民にとってスキーを身近なレジャーにしてくれたのが、佐久スキーガーデンパラダです。平成6年にオープンし、今シーズンで30周年を迎えました。

もともと、佐久市は、降雪の少ない地域ですが、寒冷な気候を利用した人工降雪が可能だからこそ営業できるスキー場です。佐久の寒さが、こんな形で生きているんですね。

そして、佐久市は、晴天率が高いのもいいですね。冬の晴天率は90%だといいます。標高の高いスキー場のように、急に天候が悪化するということがあまりないのも魅力です。

「日本一ファミリーと初心者に優しいスキー場を目指します」と、PRす



《佐久スキーガーデンパラダ》

営業期間 12月20日～
3月23日(予定)

営業時間 土日祝 8:30～16:30
平日 9:00～16:30

リフト料金 大人1日券 5,600円
シニア(60歳～) 4,900円
中学～大学生 4,600円
小学生 3,200円
幼児(3～6歳) ... 2,200円

佐久市上平尾2066-1
☎0267-68-5116

るパラダ。親切丁寧なスクールがあるの、初心者でも安心。子どものスキーデビューにはもってこい。小さい子どもが楽しめるキッズランドが屋内外にあるので、正に、ファミリーに優しいスキー場といえます。その日に思い立って、「今日はパラダへスキーに行こう」なんていうことも可能です。

金曜・土曜・祝前日は、ナイター営業もあるので、仕事帰りにひと滑りというのも地元ならではの利点です。体が冷えたら、「平尾温泉 みはらしの湯」で、体を温めましょう。

今シーズンのオープンは、12月20日の予定です。待ち遠しいですね。

平尾山から 初日の出を見よう

平尾山山頂から2025年の初日の出を見ませんか。南パラダのリフト乗り場から山頂までの所要時間は、徒歩15分も含め40分弱。元旦のリフト運行時間は、午前5時半から午前7時45分。リフト料金は、大人、子どもともに往復で600円。

例年、多くの人がここからの初日の出を楽しんでいます。この時季、朝はマイナス10度ぐらいになることが多いので、暖かい服装で出かけましょう。

2025年がよい年でありますように。



平尾山山頂から見た初日の出



1月 能登半島地震 被災地支援

元日に発生した能登半島地震。佐久市では最大震度4を観測しました。市や広域消防、水道企業団により、被災地支援を行いました。市民の皆さんからも、多くの義援金が寄せられました。

佐久市の主な出来事



3月 本願橋（北岩尾） 開通

令和元年東日本台風災害により通行ができなくなっていた「本願橋」の架け替え工事が完了しました。



3月 ラウンドアバウト完成（野沢）

野沢地区都市構造再編集集中支援街路事業として、市内初のラウンドアバウトが完成しました。



5月 モンゴル国 ウランバートル市 スフバートル区と姉妹都市協定締結

佐久市の熱気球とパイロットを派遣した縁で、友好都市として交流を続けてきた「モンゴル国ウランバートル市スフバートル区」との姉妹都市協定調印式が執り行われました。





7月 新一万円札発行記念くす玉大作戦

新紙幣発行を記念して、渋沢栄一の生誕地である深谷市の企画に賛同し、渋沢栄一第二のふるさと佐久として、一緒にお祝いをしました。

8月 佐久千曲川大花火大会

歴史ある大花火大会を新たな組織体制により開催しました。約4千発の花火が夜空を彩り、観客動員数は約4万5千人となりました。



6月 ツキノワグマの出没が多発

内山、志賀地区を中心に、クマの出没が多発しました。佐久地域にはツキノワグマ出沒警報が発出されました。



8月 大相撲 佐久場所 開催

新佐久市誕生20周年のプレイベントとして、大相撲佐久場所が開催されました。佐久市での巡業は8年ぶりとなり、約3,700人の観客が熱い取り組みに声援を送りました。

振り返る 2024年



9月 ぴんころウォーク 開催（臼田）

5年ぶりの開催となりました。「あいとびあ臼田」を発着として、9キロと5キロのコースに約700人が参加し、気持ちの良い秋空の中を歩きました。



10月～11月

川村吾蔵展

彫刻家・川村吾蔵の生誕140周年と新佐久市誕生20周年を記念し「川村吾蔵展～20世紀アメリカに生きた彫刻家～」を開催しました。



10月 新佐久市誕生20周年記念事業スタート

佐久市は、令和7年4月1日に20周年を迎えます。その前後半年間となる令和6年10月1日から令和7年9月30日までを事業期間として、様々な記念事業を実施します。



年末年始

市の業務スケジュール

○…通常営業

▲…時間短縮もしくは一部営業

休…休業

		27日 (金)	28日 (土)	29日 (日)	30日 (月)	31日 (火)	1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)	5日 (日)	6日 (月)	備考
戸籍 業務	出生・死亡・婚姻届 等	○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	本庁舎は宿日直で受付 支所は休業
	火葬場	○	休	○	○	○	休	休	○	○	○	○	
	諸証明の発行	○	休								休	○	
市税等収納業務		○	休								休	○	
浅間総合病院		○	休								休	○	救急外来は24時間受付
児童館		○	○	休					休	○	休	○	岩村田・中込児童館は日曜日も開館
駒場 公園	屋内プール	○	○	休								休	
	テニスコート・弓道場	○	○	休					休	○	○	○	
各体育施設		○	○	休					休	○	○	○	
文化 施設	近代美術館	休							休	○	○	○	展示替えのため12月16日から休館
	図書館	○	○	休					休	○	○	休	
	子ども未来館	○	○	休				休	○	○	○	○	
	五稜郭 であいの館	○	休								休	○	
	市民創練センター	○	○	休					休	○	○	○	
	生涯学習センター	○	○	休					休	○	○	○	
	公民館	○	○	休					休	○	○	○	
	うすだ健康館	○	○	休					休	○	○	○	
温泉 施設	あさしな温泉 穂の香乃湯	○	○	○	休	▲	▲	▲	▲	○	○	休	31日は午前11時～午後6時、1日は午後12時～午後8時、2日・3日は午前11時～午後8時
	布施温泉	休	○	○	○	▲	▲	▲	▲	○	○	○	31日は午前11時～午後6時、1日は午後12時～午後8時、2日・3日は午前11時～午後8時
	春日温泉 もちづき荘	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	日帰入浴＝午前11時～午後5時（最終受付：午後4時15分）
	平尾温泉みはらしの湯	○	○	○	○	▲	○	○	○	○	○	○	31日は時間短縮営業
道の駅	ほっとばーく浅科	○	○	○	○	休			休	○	○	○	
	ヘルシーテラス佐久南	○	○	○	▲	休	休	▲	▲	○	○	○	30日、2日、3日は午前9時～午後5時まで
堆肥製産センター		○	休								休	○	
うな沢第2 最終処分場		○	休								休	○	
デマンドワゴン さくっと		○	休								休	○	年明けの予約は左ページを参照
路線バス		○	休								休	○	中仙道線、佐久御代田線、山手線、久保通線、布施線、春日線

年末年始のし尿汲み取り

問合せ：生活環境課 ☎62-3094

年末のし尿汲み取りは、大変混雑するため、余裕を持った申込みにご協力ください。

■年末年始の休業 12月28日(土)～1月5日(日)

■申込先

【佐久・臼田地区】

- ・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

※初めて申し込む方は、佐久平環境整備事業協同組合☎54-8111へお申し込みください。

【浅科地区】

- ・(株)浅科衛生センター ☎58-2018

【望月地区】

- ・(有)望月広衛社 ☎53-4870

デマンドワゴンさくっと 年始の予約受付開始日

問合せ：生活環境課 ☎62-3094

令和7年1月6日(月)～10日(金)分の予約は、2週間前から受付となります。

1月6日(月)の予約日…12月23日(月)から
1月7日(火)の予約日…12月24日(火)から
1月8日(水)の予約日…12月25日(水)から
1月9日(木)の予約日…12月26日(木)から
1月10日(金)の予約日…12月27日(金)から

予約は、「さくっとコールセンター」で受け付けます。

☎050-2018-8665

※1月14日(火)以降の予約は、通常どおり1週間前からの受付となります。

※利用には、事前に会員登録が必要です。



年末年始のお知らせ



カニなど海産物等の 電話勧誘トラブルに注意

問合せ：佐久市消費生活センター ☎62-7501

年末にかけて、電話でカニなど海産物の購入を勧誘し、強引に購入させたり、無断で商品を送りつける手口の被害が増加する可能性があります。

また、「国産品」と偽り、安価な海外産を販売するケースや、日本産海産物の輸入規制に伴い「困っているので支援してほしい」などの勧誘も見られます。

おかしいと感じたらきっぱりと断りましょう。無断での商品送りつけは、受取や代金の支払いを拒否しましょう。

電話契約もクーリング・オフの対象です。



年末の交通安全運動

問合せ：生活環境課 ☎62-3094

年末の交通安全運動が下記の日程で行われます。寒さが厳しくなる冬は、積雪や凍結により、道路環境が悪くなります。

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

歩行者や自転車利用者は、夕暮れや夜間に外出する際は、反射材の着用やライトを点灯しましょう。

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。

実施期間 12月15日(日)～31日(火)

スローガン 信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道



市では、令和7年度から令和9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、8月下旬から9月上旬にかけて市民の皆さんから募集した意見の結果などを踏まえ、事業化の判断等を行いました。



実施計画の公表

実施計画は、市ホームページ、市役所本庁企画課、本庁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、以下によりお知らせします。
なお、意見募集をした事業の概要は、広報佐久9月号をご覧ください。

■意見募集の結果 提出者数 4人（複数意見の提出あり）

■各事業の留意点

- 事業費は、令和7年度～令和9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。（広報佐久9月号掲載時から、事業費の精査を行っています。）
- 実施計画に計上された事業の内容・事業費等は、あくまでも現時点のもので、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。

AED

事業No.	1	事業名	365日24時間誰でもAED設置事業 
■意見の数・要旨等		3件	意見を募集した時の内容
- 必要な時にAEDの設置場所が簡単に検索できるアプリや地図があると良い。 - 地球温暖化に伴う熱中症患者の増加により、医療現場が逼迫しAEDが必要となる場面も増えるかもしれない。それに備えることは良いが、なぜ増えているのか、どうしたら使用する場面を減らせるのかについても考えてほしい。 - 多くの人の命を救うためには、どこに設置するかが重要と思う。 - AEDの設置場所を増やすと同時に、緊急時の対応を学べる講習会等を定期的の実施し、AEDを適切に使用できる人材を増やしてほしい。			R7年度 R8年度 R9年度
			事業費： 16,300千円
■事業化への判断結果等		計画計上を見送り	実施計画に計上した内容
- AEDの設置場所や設置方法について、精査が必要なため再度検討します。 - 意見は、事業をより良いものとするための参考とします。			R7年度 R8年度 R9年度
			事業費： 0千円



事業No.	2	事業名	1か月児健康診査費用助成事業
■意見の数・要旨等		1件	意見を募集した時の内容
とてもありがたい取組であると思う。			R7年度 R8年度 R9年度
			事業費： 11,700千円
■事業化への判断結果等		当初の計画どおり実施	実施計画に計上した内容
医療機関と連携を密にし、家庭に寄り添う相談支援の充実を図るとともに、虐待の予防や早期発見につなげ、必要な支援体制を整えます。			R7年度 R8年度 R9年度
			事業費： 11,700千円



事業No.	3	事業名	保育補助員任用事業
■意見の数・要旨等	2件	意見を募集した時の内容	
・任用にあたり、年齢層や勤務日時などの緩和があれば参加希望者は多いと思う。 ・とても良い取組であると思う。 - ただし、保育園に子どもを預ける方や保育士が安心できるよう、必要な研修等はしっかりと行ってほしい。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	200,700千円
■事業化への判断結果等	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、事業規模を精査して実施します。 ・事業効果を検証するため、一部の保育所に保育補助員を配置します。 ・多くの意欲のある皆さんに応募してもらえるよう、要件等について検討します。 ・安心・安全な保育所運営を図るため、研修等による職員の資質向上に努めます。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	62,400千円



事業No.	4	事業名	新規就農者定着支援施設整備事業
■意見の数・要旨等	2件	意見を募集した時の内容	
・農業は、設備投資のハードルが高いため、地区ごとに設備の貸出やアドバイスが受けられる環境づくりを支援してほしい。 ・新規就農者を増やすのも良いが、既存農家の離農を防ぐためのサポートにも力を入れてほしい。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	21,000千円
■事業化への判断結果等	当初の計画どおり実施	実施計画に計上した内容	
・新規就農者の地域定着を促進し、地域農業の核となる担い手の確保を図ります。 ・新規就農者からの機械設備の購入や貸出し等の相談には、農機センターの紹介や技術支援等により支援しています。既存農業者にも、栽培品目や栽培時期の提案などの技術支援や、出荷方法等の販路支援を行っています。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	21,000千円



事業No.	5	事業名	企業DX推進事業
■意見の数・要旨等	0件	意見を募集した時の内容	
・意見なし	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	71,500千円
■事業化への判断結果等	当初の計画どおり実施	実施計画に計上した内容	
・市内企業のデジタルシステム・ツールの導入を補助することで、市内企業のDX化の推進と生産性の向上を図ります。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	71,500千円



事業No.	6	事業名	佐久平駅前広場自家用車整理場機器更新事業
■意見の数・要旨等	1件	意見を募集した時の内容	
・駅周辺の道路の状況が悪いので、精算機より安全面を先に整備してもらいたい。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	27,500千円
■事業化への判断結果等	当初の計画どおり実施	実施計画に計上した内容	
・機器の不具合による不便を解消するとともに、キャッシュレスでの支払いを可能とすることで利便性向上を図ります。 ・意見は、今後の事業の参考とします。	R7年度	R8年度	R9年度
		事業費：	27,500千円



2025年農林業センサスの実施



農林水産省では、令和7年2月1日現在で、全国一斉に「2025年農林業センサス」を実施します。
この調査は、農林業の実態を明らかにし、国や都道府県、市区町村はもちろん各方面にわたり、広く利用できる総合的な統計資料を得るために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。
全国の農家や林家をはじめ、すべての農林業関係者を対象に行われる『農林業の国勢調査』ともいうべきものです。皆様のお宅や会社等に調査員が調査に伺いましたら、ご協力をお願いします。

調査対象

農家や林家、会社や集落営農など、農林業を営んでいる全国全ての農林業関係者

調査方法

12月中旬から調査対象のもとへ調査員が訪問し、耕地面積などの聞き取りを行い、該当となる方に調査票を配布します。
オンライン回答、調査員への提出のいずれかでご回答ください。

オンライン回答

オンライン回答は、国で審査を行うので、調査員や市職員に回答を見られたくない方におすすめです。

また、時間や場所を問わず回答できるため、調査票回収の時間を調査員と合わせるなどの手間を省くこともできます。

市では、オンライン回答支援窓口を開設し、回答のサポートを行います。
パソコンやスマートフォンがある方もない方も予約のうえご利用いただけます。
詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

詐欺に注意

本調査では、金銭の要求、クレジットカードや口座番号の聞き取りは行いません。
調査を語った詐欺には十分ご注意ください。
調査員は、県知事に任命され、顔写真付きの調査員証を携帯しています。
疑わしい場合は、調査員証を確認してください。

- 記入の仕方、インターネット回答のやり方など = 配布された「調査票の記入の仕方」に記載されている『2025年農林業センサスコールセンター』へお問い合わせください。
- 調査員に関すること、調査書類の追加依頼など = 佐久市公式LINEまたは☎78-5811（統計事務室直通）



市公式LINE

※LINE問い合わせは12月16日から開始します。

過去の調査結果

これまでの農林業センサスにおける佐久市の調査結果はこちらをご覧ください。



市ホームページ

豆知識



農林業センサスマスコットキャラクター

センサス (census) の語源

古代ローマに“センソール”という職の役人がいました。
この役職は、5年ごとにローマ市民の数などを調査することを仕事としており、センソールが行う調査を“センサス”と呼んでいたといわれています。
このことから、センサスとは、通常すべてを調査の対象とし、個々の対象に調査票を使って、全般的な多項目にわたる調査を行うことを意味します。（農林水産省ホームページより）

問合せ 情報政策課 ☎78-5811（統計事務室直通）

新佐久市誕生20周年記念

抽選で素敵なプレゼント

あなたの見つけた 佐久の「いいね」 大募集キャンペーン！



皆さんの好きな佐久市の場所・イベント・景色・食べ物などを、「X」[Instagram]への投稿や、応募用紙により教えてください。
抽選で素敵な特産品をプレゼント！
詳細は、特設サイトをご覧ください。

【応募締切：1月31日】



専用「X」



「Instagram」



20周年特設サイト

抽選で16名様にプレゼント！

SINANO
WORKS
北の拳



1名

北斗の拳等の原作者
武論尊先生の故郷
佐久市で製造
SINANO WORKS ×
北斗の拳40thモデル
焚火セット



5名

信州プレミアム牛肉認定 佐久市産 信濃美味牛
サーロインステーキ



10名

浅間山麓の天・地・人が織りなす
佐久のプレミアムクラフトコーラ
浅間コーラ200ml



新佐久市誕生20周年特集

Vol.3



佐久市は、令和7年4月に合併20周年を迎えます。令和7年9月号まで20周年特集ページを掲載します。

数字でみる20年

【事故と事件の発生件数】

	交通事故	刑法犯罪
平成17年	701件	1,786件
令和 4年	229件	449件



安心・安全に暮らせるまち！

市内の交通事故発生件数、刑法犯罪の発生件数（佐久市を所管する警察署管内の件数）ともに、大幅に減少しています。

交通事故は、信号無視や安全運転違反を原因とした事故が減り、刑法犯罪は、窃盗犯の件数が特に減少しました。

安心・安全な佐久市をつくりましょう。

平成12年度から、市民のスポーツニーズに応えるため、公式大会が開催でき、かつ、広域的な利用ができる多目的総合運動公園として整備されました。平成22年のマレットゴルフ場の完成を始めて、平成25年に第2種公認陸上競技場（サッカー競技場併設）、平成26年に補助競技場、平成31年にはプロ野球規格の野球場、令和2年のクロスカントリーコースのオープンにより、総合運動公園全ての施設が完成しました。

第12位 佐久総合運動公園の完成



2020年（4年前）

市民が選んだ
20年間のできごと

これまでのランキング

- ① 平成26年 大雪災害
- ② ?
- ③ ?
- ④ ?
- ⑤ ?
- ⑥ ?
- ⑦ ?
- ⑧ 東日本大震災と復興支援
- ⑨ ?
- ⑩ ?
- ⑪ ?
- ⑫ 佐久総合運動公園の完成

年間を通じて、公式大会や合宿など、市内外の多くの皆さんに利用されているほか、少年野球のナイター試合など、子どもたちの思い出に残るイベントも開催されています。

特別な利用として、2020東京オリンピックのエストニア選手団事前合宿（写真②）や、新佐久市誕生10周年の記念として開催された「AC長野パルセイロVS松本山雅FC」のトレーニングマッチ（写真③）、アイドルグループ日向坂46のミュージックビデオのロケ地としても利用されました。



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



■市の除融雪体制

市道のうち、主要幹線道路や地区の重要路線を除雪路線に指定し、委託業者による除雪作業を行います。

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、委託業者による凍結防止剤の散布を行います。

■除雪作業にご協力を

▽歩道や各戸の出入箇所、生活道路の除雪をお願いします。また、車道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ります。所有者は適切な管理をお願いします。

▽冬季は、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。

▽気象情報の収集に心がけ、豪雪時は外出を控えましょう。

■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。

▽**田を除く地域** 佐久北部事務所維持管理課 ☎63・3173

▽**田地域** 佐久建設事務所維持管理課 ☎82・8273

お知らせ

固定資産税に関する届出・申告

■問合せ 税務課 ☎78-3070

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ます。次に該当する場合は、期限までに届出を行ってください。

■家屋を取り壊した場合

家屋を取り壊し（一部取り壊しを含む）、滅失の登記が遅れるときや、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

未登記家屋の所有権を、売買・相続・贈与などにより変更したときは、「所有者変更届」を提出してください。

■提出方法

市ホームページから届出用紙を取得して税務課窓口へ提出するか、「ながの電子申請サービス」から届け出てください。

■償却資産の申告

工場や農業、太陽光発電等により売電などの事業を営んでいる法人や個人の方は、償却資産が市内にある場合、地方税法により申告が義務付けられています。

申告書類は、昨年度に申告のあった所有者に対して本年12月に郵送します。

新規で事業を開始し、申告書類が必要な方は、ホームページから様式を取得するか、電子申告サービス「eLTAX（エルトックス）」から申告してください。

▽**申告期限** 令和7年1月31日（金）



届出



償却資産

お知らせ

個人住民税の特別徴収と給与支払報告書について

■問合せ 税務課 ☎62-3040（直通）



■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（従業員の個人が納付書により納付する方法）とする従業員の方がいる場合は、「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（エルトックス）」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5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、eLTAXまたは、光ディスク等による提出が義務付けられています。

▽**提出期限** 令和7年1月31日（金）

お知らせ 劇団四季ファミリーミュージカル「ガンバの大冒険」

■問合せ 文化振興課 ☎62-5535



恐ろしい敵から、仲間を救い出すために、冒険の旅に出るガンバたち。私たちに強さと優しさを教えてくれます。

■日時 令和7年3月22日(土)
午後4時開演

(開場・午後3時15分)

■会場 コスモホール

■チケット

・一般 5千円

・高校生以下 4千円

※全席指定・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22日(日)午前9時～12月26日

(木)午後5時

▽販売場所 コスモホール

▽購入整理券配布

・日時 12月22日(日)のみ午前8時30分～

・配布場所 コスモホール正面入口

・持ち物 佐久市民であることが確認できるもの(市民向け先行販売のため、住所の確認ができる公的証明書を持参してください。)

※整理券をお持ちでも、お呼びした際に販売場所に居ない場合は無効

※購入枚数は、一人4枚まで

※予定枚数に達し次第、先行販売は終了

■一般販売

日時 12月27日(金)

午前10時～

販売場所

コスモホール



お知らせ 受験者募集！佐久大学自治体推薦入試

■問合せ 企画課 ☎62-3067



佐久大学では、地域社会で活躍できる人材育成を目的に、総合型選抜(市町村制)を行っています。佐久市の推薦者を決める佐久市選抜試験の受験者を募集します。

■募集学部・学科

人間福祉学部人間福祉学科・信州短期大学部子ども福祉専攻

■募集人数 若干名

■出願期間 1月17日(金)～31日(金)

■選抜試験 2月7日(金)

■選抜試験会場 佐久市役所

■出願資格等

▽佐久市に住民登録をしている方または市内の高等学校に通学している方

▽次の項目のうち、いずれか一つに該当する方

・高等学校(中等教育学校の後期課程を含む)を卒業した方または令和7年3月卒業見込みの方

・通常の課程による12年の学校教育を修了した方または令和7年3月修了見込みの方

▽佐久大学を第1志望とし、入学を許可された場合、必ず入学する方

▽在学する、または卒業した学校長等の推薦を受けた方

※受験案内等は、企画課で配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■募集学部・学科

人間福祉学部人間福祉学科・信州短期大学部子ども福祉専攻

■募集人数 若干名

■出願期間 1月17日(金)～31日(金)

■選抜試験 2月7日(金)

■選抜試験会場 佐久市役所

■出願資格等

▽佐久市に住民登録をしている方または市内の高等学校に通学している方

▽次の項目のうち、いずれか一つに該当する方

・高等学校(中等教育学校の後期課程を含む)を卒業した方または令和7年3月卒業見込みの方

・通常の課程による12年の学校教育を修了した方または令和7年3月修了見込みの方

▽佐久大学を第1志望とし、入学を許可された場合、必ず入学する方

▽在学する、または卒業した学校長等の推薦を受けた方

※受験案内等は、企画課で配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

お知らせ 住民票等各種証明書の申請について

■問合せ 市民課 ☎62-3087



■書かない窓口のご案内

本庁舎市民課では、各種証明書申請や住所変更などの手続きの際、専用のタブレットに住所・氏名などを入力するだけでシステムに申請データを取り込むことができます。ペーパーレスで手続きができる「書かない窓口」を導入しています。さらに、マイナンバーカードを利用して申請した場合は、氏名・住所・生年月日・性別が自動で反映されるため、とても便利になっています。

■キャッシュレス決済導入のお知らせ

12月より、各種証明書の手数料の支払いに、クレジットカードや電子マネー等が利用できるようになります。

■証明書は、コンビニで取得できます

マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストア等に設置されているマルチコピー機で住民票の写し等の証明書を取得できます。

交付手数料も、市役所窓口より50円安くなっています。

▽ご利用時間

毎日午前6時30分～午後11時(メンテナンス日を除く)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。くか、市民課へお問い合わせください。

15 広報佐久 令和6年12月



体育施設使用仮予約申請の受付
スポーツ課
☎ 62・4004

令和7年度中に開催予定の大会・イベント・行政区等の行事の仮予約申請の受付を開始します。(練習等の申請は不可)
▽申請書類 大会仮予約申請書および開催要項等

▽申請方法 各施設管理者へ書類を提出
・佐久総合運動公園および駒場公園内の施設は、各管理事務所へ提出
・それ以外の施設は、佐久市総合体育館へ提出

▽申請期間

・駒場公園内の施設

12月2日(月)～1月24日(金)

・駒場公園以外の施設

12月2日(月)～12月16日(月)

▽問合せ先

・佐久市総合体育館 ☎ 88・6123

・佐久総合運動公園 ☎ 63・7101

・駒場公園 ☎ 68・1399



寄附禁止のルール

選挙管理委員会・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。

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。寄附禁止のルールを守り、明るい選挙を実現しましょう。



土地台帳の閲覧廃止について

税務課
☎ 78・3070

市では、法務局からの登記情報を基に土地台帳を整備して閲覧を実施してきましたが、個人情報等をより慎重に取り扱うため、12月27日をもって、土地台帳の閲覧を廃止します。

なお、地方税法に基づく固定資産課税台帳の閲覧は、従来どおり行います。

これ以降の不動産情報の確認は、インターネットにて「登記情報提供サービス」をご利用いただくか、長野地方税務局佐久支局にて登記事項証明書の交付を受けてください。



ホームページ
QRコード

介護保険利用者負担援助事業について

高齢者福祉課
☎ 62・3154

低所得者のうち、特に生計維持が困難な方が介護保険サービスを利用した場合に、介護保険利用者負担援助金を支給する事業です。

▽対象者 ①または②に該当する方

①市民税非課税世帯に属する方で老齢福祉年金を受給している方

②生活保護法に規定する要保護者と同等の生活水準であると認められる方

※対象サービスと支給額は、市ホームページをご確認ください。



ホームページ
QRコード

佐久市
根岸

天然温泉付住宅型有料老人ホーム

ウェルハウスのぞみサンピア

本館 一般居室

自由に活動的な生活を
(ペット同居可/日帰り温泉施設併設)

● 透析の方も可

小諸市
和田

自立型サービス付高齢者向け住宅

タウンコートのぞみ

全てが徒歩圏内に揃う
街に住まう(ソリヤみかげ店隣り)
(ペット同居可)

● 60歳以上の方

〔介護が必要な方もご相談ください〕

【問】のぞみグループ本部 ☎ 0267-22-9274

小諸市和田 841-7
https://www.nozomi-g.co.jp/

無料

障害年金相談会

障害年金専門の社会保険労務士による

◆ 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

佐久市高齢者・障害者
外出支援サービスの拡充

福祉課
高齢者福祉課
☎62・3147
☎62・3154

公共交通機関の利用が困難な高齢者・障がい者の方への外出支援サービス（車両送迎）について、業務委託に伴い支援内容を拡充しました。

▽主な拡充

- ・外出先に、通院のほか、買物、公共機関の手続等を追加
- ・外出時の1箇所可能な立寄り先に、通院における薬局のほか、買物、公共機関の手続等を追加

▽対象者要件の確認

サービスの利用には、対象者要件に該当するかの確認調査が必要となります。事前に担当課へお問い合わせください。

▽問合せ先

- ・障がいのある方 福祉課
- ・高齢の方 高齢者福祉課



ホームページ
QRコード

12月3日～9日は障害者週間

福祉課障害福祉係 ☎62・3147

障害者基本法により、12月3日から9日までの1週間は「障害者週間」と定められています。

障害者週間は、障がい者の福祉についての関心と理解を深めると同時に、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して皆さんのご理解とご協力をお願いします。

■障がい者の当事者会・家族会の紹介

市内の当事者会・家族会を障害者手帳の種類で紹介します。

当事者会・家族会は、交流事業を通じて、同じ悩みや経験を持つ会員同士の情報交換や相談の場として活用されています。

▽佐久市身体障害者福祉協会（身体）

中込共同作業センター

☎63・3784

▽佐久市手をつなぐ育成会（知的）

岩村田共同作業センター

☎68・4974

▽佐久市精神障害者家族会（精神）

健康づくり推進課

☎62・3189

障がい者への虐待防止について

福祉課
または各支所高齢者児童福祉係 ☎62・3147

障がい者の権利を守るためには、虐待行為を防止することが重要です。

虐待行為は、身体的虐待、性的虐待、心理的虐待、放棄・放任、経済的虐待の5種類に分けられます。

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います。

障がい者への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連絡・ご相談ください。

2ページ「観測史上の最低気温」の答え

佐久観測所 「観測史上の最低気温」

正解＝ －18.3℃（昭和56年2月28日観測）
家庭用冷蔵庫の冷凍室とほぼ同じ温度です。

佐久観測所 「最も低い1日の最高気温」

正解＝ －5.9℃（平成8年2月2日観測）
水道管が凍り始めるといわれる温度です。

なお、日本国内の観測史上最低気温は、明治35年1月25日に北海道旭川市で観測された－41℃です。

八甲田雪中行軍遭難事件は、この寒気の中で発生しました。

助け合いのしるし

「ヘルプマーク」について

福祉課障害福祉係 ☎62・3147
または各支所高齢者児童福祉係

「ヘルプマーク」は外見からは分かりにくくても、援助や配慮が必要な方が身に付けるマークです。

■配布について

▽対象者 障がいのある方、難病の方、妊娠初期の方など、外見からは分かりにくくても、援助や配慮が必要な方

▽配布場所 福祉課および各支所高齢者児童福祉係

※来所が困難な方は、郵送での交付も可能です。

※申請に必要なものではありませんが、必要な理由等を伺いますので、ご協力をお願いします。申請は、本人または家族に限りです。

■ヘルプマークを見かけたら

電車・バス内で席を譲る、困っているようであれば声を掛けるなど思いやりのある行動をお願いします。



妊婦歯科健診の無料実施

健康づくり推進課 ☎63・3781

妊娠中の方を対象に、市内の歯科医院等で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、生まれてくる子どものむし歯予防につながります。

体調の良い時に受診してください。

▽健診場所 市内歯科医院等

▽対象者 妊娠中の市民

▽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（母子手帳交付時に配布）

▽その他 予約して受診してください。



ホームページ
QRコード

2歳児歯（は）っぱ教室の開催

健康づくり推進課 ☎63・3781

2歳児は、色々なものを食べられるようになり、むし歯の危険も増えてきます。教室に参加して食べる時間、仕上げみぎのポイントをつかみましょう。

▽会場 佐久市口腔歯科保健センター（サングリモ中込2階）

▽対象者 市民で2歳2か月・2歳3か月のお子さんと保護者

▽その他 口腔歯科保健センターへ電話予約。（定員36組先着順）

※誕生日により開催月日が異なります。

※開催日時など詳細はホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

12月1日は「世界エイズデー」

健康づくり推進課 ☎62・3527

エイズは、HIVウイルスに感染することによって起る病気です。エイズの発症を防ぐためには、HIV感染の早期把握、治療の早期開始・継続が重要です。

県内の保健所では、HIVのほか、梅毒などの性感染症の検査を匿名・無料で実施しています。

▽エイズに関する相談、HIV検査窓口

佐久保健福祉事務所

（佐久合同庁舎1階）

☎63・3164



ホームページ
QRコード

部落差別（同和問題）の解消に向けて

人権同和課 ☎62・3135

「部落差別の解消の推進に関する法律」は、現在もなお部落差別が存在していることや、情報化の進展に伴って部落差別に関する状況の変化が生じていることを踏まえ、部落差別は許されないものであるとの認識の下に、部落差別のない社会を実現することを目的としています。

一人ひとりの尊厳と人権が尊重され、誰もが自分らしく生きることのできる社会を実現していけるよう、部落差別をはじめとするあらゆる差別を解消するために、差別をみんなで解決することの必要性について、理解を深めていきましょう。

人権デーおよび人権週間

人権同和課 ☎62・3135

国際連合は、昭和23年12月10日に世界人権宣言が採択されたことから、この日を「人権デー」と定めています。

日本では12月4日から10日までを「人権週間」と定め、人権尊重思想の普及高揚を図るための活動を行なっています。この機会に、改めて人権を尊重することの大切さについて認識を深めましょう。

また、人権週間に合わせ、人権擁護委員による特設相談所が開設されます。

▽日時 12月1日（日）

午前10時～午後3時

▽会場 浅間会館

▽相談料 無料

▽問合せ 佐久人権擁護委員協議会

（法務局佐久支局内）

☎67・2272

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

人権同和課 ☎62・3135

平成18年に「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、毎年12月10日から16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」と定めています。

拉致問題の解決は、国際社会を挙げて取り組むべき課題です。この機会にこの問題について一人ひとりが関心と認識を深めましょう。

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



■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。



エフビー介護サービス 検索

福祉用具レンタル・販売 住宅改修



エフビー介護サービス株式会社

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

児童手当の振り込みのお知らせ
子育て支援課
または各支所市民係
☎62・3149

令和6年10月から令和6年11月分までの児童手当を12月10日(火)に指定口座に振り込みます。受給者の皆さんは、通帳を記帳して入金をお確かめください。

※児童手当の制度改正後、今回が初めての振り込みとなります。

改正により、支給額がこれまでと変わる場合があります。

制度改正の詳細は、広報佐久9月号または、市ホームページにてご確認ください。



ホームページ
QRコード

**国民年金保険料は
社会保険料控除の対象**

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。

控除の申告には、日本年金機構から11月上旬に送付される「令和5年分社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の添付が必要です。

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。

佐久都市計画下水道に係る変更案の縦覧

下水道課

☎63・0101

佐久都市計画下水道に係る変更案を作成しましたので縦覧します。

この変更案について、意見のある方は、市長宛てに意見書を提出することができます。

▽縦覧期間 12月10日(火)～23日(月)

午前8時30分～午後5時15分

※土日祝日を除く

▽縦覧場所 都市計画課

▽意見書の提出方法

都市計画課に持参または郵送で提出

※郵送の場合は、12月23日(月)必着

※意見書の様式は、都市計画課窓口および市ホームページにあります。



ホームページ
QRコード

都市計画案の縦覧とは

都市計画は、住民の皆さんに影響を与えるものであるため、都市計画を決定しようとするときは、都市計画法第17条第1項の規定により、その案を2週間公衆の縦覧に供しなければならないとされています。

また、住民および利害関係人は、都市計画の案について、縦覧満了の日までに佐久市長に意見書を提出することができます。

提出された意見書は、都市計画審議会での審議の検討資料とされます。

中小企業退職金共済制度のご案内

中小企業退職金共済事業本部

☎03・6907・1234

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

▽掛金の一部を国が助成

▽掛金は、全額非課税、手数料不要

▽パートタイマーや家族従業員も加入可能

▽外部積立型で管理が簡単

※一部対象外と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。



ホームページ
QRコード

佐久市農業者物価高騰緊急支援事業補助金について

農政課

☎62・3203

燃料価格高騰に伴い、販売農家の燃料費や電気料に対し補助金を交付します。

▽対象者 市内に住民票がある農業者。

生産した農産物を販売している個人経営農家、法人経営農家。

▽補助金額 令和5年農業申告の「動力

光熱費」欄記載額の2割(上限5万円)

▽申請期間 12月2日(月)～令和7年2月

28日(金)(期間内であっても予算に達し

次第、受付を終了します)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

地域のみなさまに支えられて。

～ミヤモリグループ～

暮らし創造企業



木材・建材・住宅設備販売

ミヤモリ株式会社

上下水道設備工事・水廻り設備工事・浄化槽設備工事

ミヤモリ株式会社 サクスイ

新築・リノベーションの設計施工

コージホーム株式会社

いい笑顔はいい住まいから

ミヤモリ不動産株式会社

佐久・上田・長野・松本

ホームメイトFC

中古住宅専門店おらんち

<https://miyamori-g.co.jp/>

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



お問い合わせ

TEL. 0120-811-772

小諸市御影新田字池ノ上2090-1
(ことぶきの家 小諸内)

開設

ことぶきの家
総合相談室

募集



令和7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組む公益的な事業を応援する支援金です。

令和7年度の支援金の説明会を開催します。活用を検討される方は、ご参加ください。

▽日時

・12月13日(金) 午後6時～7時
・12月14日(土) 午前10時～11時

▽場所 市役所8階大会議室

▽申込方法

LINE、広報広聴課へメール (koh.okotoy@city.saku.nagano.jp) または電話で希望の日時、団体名、説明会参加予定人数、参加代表者氏名、電話番号を連絡

▽申込期限 12月9日(月)



ホームページ
QRコード

「佐久市集落支援員」の活動希望 地域等の募集

企画課 62・3067

地域の課題解決および活性化を図るため、集落支援員による活動を希望する地域等を募集します。

▽募集対象 活動を希望する区や地域活性化に取り組む地域団体等1団体

※地域等が推薦する方(集落支援員候補者)をセットで応募してください。

※人口集中地区は、活動地域の対象外

▽応募方法 必要事項を記入した設置要望書等を企画課まで提出

▽募集期限 1月24日(金)【必着】

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

第39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を公募します。

▽応募資格

・佐久地域に関心がある方
・平成21年4月1日以前に生まれた方
(高校生以上の方)

・作品を直接搬入できる方

▽募集作品

・平面部門(日本画・油彩画等)
・立体造形部門(彫刻・工芸等)

▽作品搬入・受付日程

令和6年12月6日(金)・7日(土)

▽搬入場所 近代美術館



ホームページ
QRコード

第3次佐久市健康づくり21計画 (素案)への意見募集

健康づくり推進課 62・3524

市では、健康増進法に基づく「佐久市健康づくり21計画」と食育基本法に基づく「佐久市食育推進計画」の両方の性格を併せ持つ、「第3次佐久市健康づくり21計画」を策定中です。

この計画の素案に対する意見を募集します。

▽募集期間 12月11日(水)～1月10日(金)

▽閲覧場所 市ホームページ、市役所市民ホール(行政資料閲覧コーナー)、健康づくり推進課・各支所健康づくり推進係

▽提出方法 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、メール(kenko@city.saku.nagano.jp)、FAX(64-1157)、ながの電子申請サービス、持参のいずれかで健康づくり推進課へ提出

※電話や口頭は不可



ホームページ
QRコード

佐久市こども計画(素案)への 意見募集

子育て支援課 62・3149

市では、こども基本法に基づき、各種こども子育て施策を展開するための「佐久市こども計画」を策定中です。

この計画の素案に対する意見を募集します。

▽募集期間 12月11日(水)～1月10日(金)

▽閲覧場所 市ホームページ、市役所市民ホール(行政資料閲覧コーナー)、子育て支援課・各支所高齢者児童福祉係窓口

▽提出方法 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、メール(kosodate@city.saku.nagano.jp)、FAX(62-2172)、ながの電子申請サービス、持参のいずれかで子育て支援課へ提出

※電話や口頭は不可



ホームページ
QRコード

第四次佐久市子ども読書活動推進
計画（素案）への意見募集

中央図書館 67・2111

市では、子どもの読書活動をさらに充実、推進するために「第四次子ども読書活動推進計画」を策定中です。
この計画の素案に対する意見を募集します。

▽募集期間 12月12日（木）～1月12日（日）

▽閲覧場所 市ホームページ、市役所市民ホール（行政資料閲覧コーナー）、中央図書館、サングリモ中込図書館、白田図書館、浅科図書館、望月図書館、各支所総務税務係窓口

▽提出方法 指定または任意の様式で、意見のほか「氏名」「住所」「電話番号」を記入の上、郵送、メール（tosy@city.saku.nagano.jp）FAX（67・7772）、持参のいずれかで中央図書館へ提出
※電話や口頭は不可



佐久市立中央図書館建替再整備基本
構想（案）への意見募集

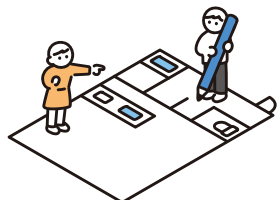
中央図書館 67・2111

市では、中央図書館の建替再整備に向けて、検討委員会やワークショップを開催しながら、「佐久市立中央図書館建替再整備基本構想」を策定中です。
この構想案に対する意見を募集します。

▽募集期間 12月12日（木）～1月12日（日）

▽閲覧場所 市ホームページ、市役所市民ホール（行政資料閲覧コーナー）、中央図書館、サングリモ中込図書館、白田図書館、浅科図書館、望月図書館、各支所総務税務係窓口

▽提出方法 指定または任意の様式で、意見のほか「氏名」「住所」「電話番号」を記入の上、郵送、メール（tosy@city.saku.nagano.jp）FAX（67・7772）、持参のいずれかで中央図書館へ提出
※電話や口頭は不可



防災豆知識



Q Jアラートが流れる基準とは？～火山噴火編～

A 佐久市では、浅間山が噴火した場合、「噴火警報」または「噴火速報」がJアラートにより配信されます。
「噴火警報」は、浅間山の噴火による被害が居住地域まで及ぶ可能性があり、避難が必要となった場合に発信されます。

「噴火速報」は、浅間山が噴火したこと、または噴火した可能性があることを、登山者や周辺住民に端的にいち早く伝えるために発信されます。

噴火等の情報が発信された場合は、被害が想定される範囲の外へ避難するなど身を守る行動をとってください。



●期限内の納付をお願いします

納期限	1月6日（月）
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。

※口座振替の方は、振替日の前日までに残高の確認をお願いします。

今月の納付



寄附



■一般寄附（順不同）

▽市へ

・タオル 56枚

・空間除菌消臭装置 10台
佐久市更生保護女性会様

・現金 522,500円
（株）ナノシード様

・明治安田生命保険相互会社様

・池田晶子著「14歳からの哲学」7冊、
「14歳の君へ」14冊

・松井聖様（松聖村塾主宰）

・交通安全ドリル2種類計1,840冊

・ユーグループ様

・現金 2,000円

・佐久の鯉太郎様

・「望月町誌」編纂時使用古文書等

・大草 竜也様

■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。寄附者名は市ホームページに掲載しています。



ふるさと納税

佐久市 地産地消推進の店

見て・知って・巡って・味わって

佐久市内で生産される農林水産物やその加工品を積極的に販売・活用し、市民の皆さんへ安全安心な市内産の良さを宣伝していただけるお店を「佐久市地産地消推進の店」として認定しています。



オススメの地産地消推進の店、投稿お待ちしています。
投稿は、「佐久市役所LINE支所」の「報告・連絡」から行えます。



横和 木次 凌駕さん
華さん

レストランシマヤの「ステーキとハンバーグ」

デカイ肉が食べたい？ならここで決まり！
溢れる肉汁とご飯（おかわり自由）が止まらない！4種のソースから選べますが、オススメは調味（もろみ）ソースです！

今月号のお店の情報

■鶏バルワインのぐっさん
佐久市佐久平駅南15-3 0267-88-6117
営業＝18:00～24:00 (L.O. 23:00)
休み＝日曜、12/31、1/1、1/2

■レストランシマヤ
佐久市原420 0267-62-3036
営業＝11:30～14:00 17:00～20:00
休み＝水曜、12/31（夜）～1/5

職場の仲間
畠山さん、篠原さん、小平さん



鶏バル ワインのぐっさん 「チーズと蜂蜜のピザ」

種類豊富な創作料理がホント絶品！！
人気の鶏料理とワインを楽しんだ後に、大好きなピザをいただきました！
雰囲気も良いので、女子会にお勧めです。

今が旬！ 野沢菜の浅漬け



野沢菜は、霜にあたると甘みが増して柔らかくなります。食物繊維やカリウムが豊富で、発酵が進むと、また違う美味しさを味わえます。

手話 コーナー

申し訳ありません



右手の親指と人差し指で、眉間をつまむ動作をしたあと、その手を顔の前に立て、少し頭を下げながら、その手を前方へ出します。

「申し訳ない」という気持ちをこめた表情も加えましょう。

※イラスト：長野県手話ガイドブックより

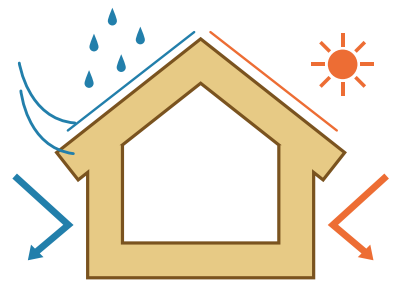
電気も省エネ 断熱住宅



住まいの窓や壁等を、熱を伝えにくいものにする「断熱住宅」にすることで、室内外への熱の出入りを抑え、夏は涼しく、冬は暖かい快適な室内環境となります。これにより、冷暖房の使用量を抑え、CO2排出量や光熱費を削減することができ

ます。
また、部屋間の寒暖差が小さくなることで、入浴中のヒートショックを予防するなど健康面でも大きなメリットがあります。

住宅を建てたり、リフォームを検討する際には、断熱性能について考えてみてはいかがでしょうか。



問合せ：環境政策課 ☎62-2917



中部横断自動車道
八千穂高原ICより23分

CHÂTEAISE GROUP

八ヶ岳の裾野に佇む
シャトレゼバウムクーヘン工場
& ヤツドキテラス

バウムクーヘンの焼き上がりから見えるカフェと、
高原の風を感じるテラスでの寛ぎのひとときを

シャトレゼ ヤツドキテラス小海

営業時間/11月～4月
平日9:30～17:00 土休日9:00～17:30

長野県南佐久郡小海町豊里5009-1
TEL0267-78-3836

お菓子屋さん「シャトレゼ」が贈るスノーリゾート！



詳しくは
WEBで



WEB SITE

WINTER SEASON

12/14SAT OPEN!

CHÂTEAISE シャトレゼスキーバレー 小海



公民館報さくし

No.237

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

市民総合文化祭が開催されました！

今年度も市民創錬センターと生涯学習センター（野沢会館）の2会場での開催となりました。11月2日（土）から4日（祝月）の3日間で合計1,539人の方々にご来館いただきました。

佐久市内で文化活動をされているグループや個人の皆さんの作品展示のほか「佐久市菊花展」並びに「佐久市障がい者福祉展」も同時開催しました。21部門の作品及び菊花展と福祉展を合わせて815点が出品されました。生涯学習センターでは、書道や絵画、切り絵などの展示のほか5年ぶりに茶道部門による「茶席コーナー」が開催され、市民創錬センターでは華道やフラワーデザインなどが展示されました。

来場者からは「身近にもすばらしい作品を作っている方が多くて驚いた」「小学生の作品も上手でびっくりした」「自分もやってみたいことが沢山あった」などの声をいただきました。

（事務局：公民館係 茂木）



切り絵の会場



菊花展



茶席コーナー

コラム
色えんぴつ

赤岩

西川 喜代志
きよし

「サンタのなぞ？」

昭和63年4月に転職し小学校の教員から家のガソリンスタンドを継ぎました。子どもの笑顔がすてきなので、来店する子ども達が喜ぶことをいろいろ考えてやっていました。その1、2年後、新聞のチラシにサンタの着ぐるみが載っていました。「これだ！」と思い、すぐにその店に買いに行きました。

サンタの着ぐるみは、ふわふわの眉毛やヒゲまで全て揃っていて、全部着けると本当のサンタの気分になってしまいます。

それからずっと、クリスマスの3、4日前からサンタになってスタンドでアイキャッチャーをやっていました。お客様や前の歩道を帰る子ども達をつかまえて「君はよい子にとるかな？」と声をかけては、ミニブーツのプレゼントを渡していました。

そしてそれから20年以上も経ったある日、お客様も通りすがりの人もいなくなった夕方、このニセサンタの頭の中に、パツとひらめいたのです。「サンタはなぜ夜、子ども達の枕元にプレゼントを置いていくのか？」それが解ったのです。それは、「子ども達の寝顔が世の中で一番かわいくてすばらしいから、サンタはそれを見たくて一夜のうちに世界中の子ども達の枕元に置いていくのだ」ということを……。

これが解ってニセサンタは、何だか本物サンタになった気分になってしまいました……。
(これはこだけの話!!だれにも話さないでね!!)

ふれあい あれこれ

あなたも学習グループに入りましょう！ ～中込公民館～

中込公民館には文化や芸術、軽スポーツなど30の多彩な学習グループがあります。学習グループに参加する皆さんは、仲間とともに新しい生きがいをみつけて楽しく活動しています。今回はその中から3つのグループについて紹介します。
(編集委員：江原)

下手でいい、下手がいい、自分らしく描く「絵手紙中込教室」

色使い豊かで個性的な「絵手紙」、気になりませんか？「描きたいものを自由に表現できたら、こんな楽しいことはない」「自分が感じたものを感じたままに、自分らしく楽しく描く」「描く対象を観察して気づく・発見することが楽しい」と絵手紙中込教室の仲間たち。「下手でいい、下手がいい、ほめて、ほめられて」ととても楽しそう。

「まずは楽しむこと。絵手紙のハードルは高くありません。絵手紙をポストに入れるとこんなにも喜んでくれる人がいる。会えない人にも絵手紙でご挨拶、絵手紙はじめましょう」と講師の岩本幸恵先生。

家族や友達、そして大好きなあの人に、心が元気になる絵手紙を送ってみてはいかが。教室の皆さんの描いた絵手紙は中込公民館のギャラリーに展示中です。

(取材協力者：会長渡辺さんと仲間たち)



野草に会いたい、自然の中を歩くのが好き「野草に親しむ会」

「雑草という草はない」この言葉、朝のドラマで聞いた方もおられるのでは？「道端の花や植物の名前を知ればもうそれは雑草でなくなる。身近な野草を知ろう！」自然が好き、そして植物に興味をもつ人たちの集まりが「野草に親しむ会」。

会では中山冽先生を講師にお迎えし、毎年4月から10月の毎月1回の植物観察会を計画。佐久近郊や県内各地、県外の高原や植物園などに出かけます。

観察会当日は中込会館に集合してバスで出発、観察会では散策しながら事前に役員の方が作成してくださる植物の資料を参考に名前や特徴などを学びます。メモを取る姿は生涯学習そのものです。さあみんなで野草の世界へ出かけよう。

(取材協力者：会長相澤さん)



宿場や史跡などを案内するボランティアガイドの会「佐久歴史の道案内人の会」

中山道を中心とした宿場・沿道や史跡などのガイド活動を通じて、佐久地域の観光や商業の振興・発展に貢献することを目指して活動しており、同時に、会員のスキルアップと会のすそ野を広げるための学習・教育活動にも熱心に取り組んでいます。

会の運営の原則は全会員参加、みんなで検討・決定・行動すること。歴史好きが集まって、地域の歴史を学びます。

ガイド活動や研修会などの現場では「毎回新たな気づきがある」「みんなで探して発見する喜びがある」とのこと。

歴史を知れば地域をもっと広く、深く知ることができます。あなたもグループに参加して、いっしょに学び、発見しませんか！

(取材協力者：事務局担当小林さん)



一念発起! この冬はあなたも俳句を始めましょう!



世界で最も短い詩と言われる「俳句」。日記にもなり脳トレにもなる俳句に興味をお持ちの方も少なくないと思います。公民館の学習グループだけでも市内に9つもあるそうです。昭和62年の発足以来楽しみながら俳句づくりに取り組み、今年37周年を迎えた「望月俳句グループ」代表の比田井喜美子さんに俳句の楽しみ方について教えてもらいました。

(編集委員：窪田)

<学習グループの句会って?>

「俳句で脳トレを! 俳句教室でいつまでも元気で!!」これは私の所属する望月俳句グループのキャッチフレーズです。俳句は皆さんご存じのように、季語を入れた5・7・5です。声に出してリズムを感じることも大切で、私たちは朗読と手指の運動を同時に行うことで脳トレをしています。スリルがあって脳が活性化していくのを実感できます。あなたもぜひ一緒に!

現在は「市民総合文化祭」「望月地区館のつどい」への出品が主な活動で、短冊に筆で自分の俳句を書いたり、展示された多くの人の俳句を読んで回るのも楽しみです。



講師の窪田英治先生を囲んで
(前列右から2番目)



月に1度の定例会

望月俳句会は、毎月第1金曜日夜7時から「駒の里ふれあいセンター」で開催しています。私たちの句会の方法ですが、期日までに3句を講師の窪田先生に提出。全員の句を1枚にまとめていただいたものを事前にじっくり読んで、一人3句選句して会に臨みます。会では先生の選評と会員個々の選評を紹介し合います。先生や仲間からたくさんの感想や批評をいただき、新たな気づきも多く、とても勉強になります。

<吟行句会って?>

写真は金沢市の東茶屋街を吟行したときのものです。同じ場所で同じものを見ても、句には人それぞれ個性的な見方が表現され、とても勉強になります。じっと座って作るより、外に出て様々な事物を見て作ると、とても良い句が生まれます。決められた時間までに作った俳句を提出すると、句会が始まります。先生を囲み、皆さんで選評し合い、時の経つのも忘れるほど熱中してしまいます。



名所旧跡に出かけて作句

<あなたも身近な自然や日常のあれこれを5・7・5に書き留めてみませんか?>

- ◇通信俳句講座・・・句会に出かけることが難しいあなたは、通信講座はいかがですか。
- ◇俳句ポスト・・・岩村田鼻顔稲荷神社、パラダ、貞祥寺、内山コスモス祭(祭開催期間)の俳句ポストに投句を!
- ◇令和7年2月1日(土)には中央公民館で短詩型(短歌・俳句・川柳・詩)文学祭が開催されます。どなたでも。詳細は1月号でお知らせします。
- ◇地区公民館の「つどい」やお近くの地域公民館の文化祭にも俳句が展示されます。

【問合せ】中央公民館 電話 66-0551/望月公民館 電話 53-2548

◎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。

■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 ■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
中央公民館	◎祝新佐久市誕生20周年 わがまちふるさと探検 佐久市の公民館・美術館・図書館を回って見学します。普段は見られない場所も公開します。この機会に佐久の文化施設を知り日常的に利用できるようにしましょう！	1月25日(土) 9:00~12:00	集合：中央公民館（市民創縁センター） →近代美術館 →中央図書館 解散	各館長	<参加費>無料 <持ち物>筆記用具・利用者カード（ある人）・飲み物 <定 員>15名程度 ※申込受付期間 1月14日(火) 8:30~20日(月) 17:15
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 6日(月) 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>書初め用の太筆と下敷き・用紙・お手本・書道道具・新聞紙 <定 員>12名 ※小学3年生以下は保護者同伴 ※申込受付開始 12月11日(火) 8:30
	◎ ママ・パパ・子どもの3B体操 (全3回) 寒い季節でも、親子で一緒に楽しく運動をしましょう	① 1月17日(金) ② 1月24日(金) ③ 1月31日(金) (時間) 10:00~11:30	浅間会館 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>運動のできる服装・汗拭きタオル・飲み物 <定 員>15組程度 ※申込受付開始 12月18日(火) 8:30
野沢公民館	◎古楽への誘い 戦国時代！秀吉も聴いた！弦楽器ヴィオラ・ダ・ガンバのやさしい音色を聴いてみませんか	12月 8日(月) 13:30~15:30	生涯学習センター（野沢会館） 大会議室1・2	佐久古楽合奏団の 皆さん	<参加費>無料 <持ち物>飲み物 <定 員>50名程度 ※申込受付中
	◎発酵ワークショップ（第4回） だし麴（胡麻だし） 簡単お手軽に鍋ベースや炒め物、和え物に使えるおいしい麴調味料を作ります（作った調味料持ち帰り有り）	12月18日(火) 10:00~13:00	生涯学習センター（野沢会館） 料理講習室・食育室	食ママ倶楽部 代表 栄養士 高地清美先生	<参加費>1,500円程度（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾・ふきん <定 員>16名 ※申込受付中
	◎楽しく歌おう（冬） 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！	1月28日(火) 13:30~15:30	生涯学習センター（野沢会館） 大会議室1・2	歌唱指導 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 ※事前申込不要。お気軽にご参加ください
中込公民館	◎ 親子書初め教室 書初めは公民館に集まってみんなで楽しく！	1月 6日(月) 9:30~11:30	中込会館 大会議室	中込公民館書道 学習グループ ・佐久書道会 ・白樺書道会	<参加費>無料 <持ち物>書初めの太筆と下敷き・用紙・お手本・書道道具・新聞紙 <定 員>20名程度 ※小学3年生以下は保護者同伴 ※申込受付開始 12月5日(火) 8:30
	◎やさしいヨガ（全2回） やさしいヨガで心も身体もリフレッシュしましょう！	① 1月16日(火) ② 2月13日(火) (時間) 10:00~11:30	中込会館 大会議室	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>30名程度（大人のみ） ※申込受付開始 12月16日(月) 8:30
	◎家庭で本格中華 プロの料理人に家庭でも簡単においしくできる中華料理のコツを教わります。今回は、ばらばらチャーハンと麻婆豆腐を作ります	1月23日(火) 10:00~12:00	中込会館 料理講習室	中華照龍 中村照久先生	<参加費>1,000円程度（材料費） <持ち物>エプロン・三角巾・マスク・ごはん・持ち帰り用容器 <定 員>10名 ※申込受付開始 12月25日(火) 8:30
東公民館	◎書初め教室 新たな年に願いを込めて・・・ 宿題もみんなで楽しく	1月 6日(月) 9:30~11:30	東会館 会議室1・2	前 天来記念館館長 木内恵理子先生	<参加費>無料 <持ち物>書道道具・書初め用の紙 <定 員>10名程度 ※小学3年生以下は保護者同伴 ※申込受付開始 12月6日(火) 8:30
	◎初めての茶道教室（冬） 寒い季節は、美味しいお茶でほっこりしましょう	1月24日(金) 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（お茶・菓子代） <持ち物>白い靴下 <定 員>10名程度 ※申込受付開始 12月24日(火) 8:30
臼田公民館	◎書初展作品募集 一第60回（令和7年）臼田地区書初展の作品を次のとおり募集します— 課 題 未就学児「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。ただし未就学児は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7年1月15日（水）までに臼田公民館へ提出をお願いします。 展 示 令和7年1月22日（水）～令和7年1月28日（火）（あいとびあ臼田ホール）9:00~17:00（22日は13:00から・28日は15:00まで）				
	◎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 ※天候が悪い場合も開催します	1月22日(火) 19:30~21:00	あいとびあ臼田 多目的室3・4	うすだスター ドーム職員	<参加費>無料 <持ち物>防寒着 <定 員>15名程度 ※暖かい服装でお出かけください ※申込受付開始 12月23日(月) 8:30

◎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。

■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	◎星空ウォーキング～星の教室(月)～ 星空観望会です。今回は、月の観察です 夜空を一緒に楽しみましょう！ ※天候が悪い場合も開催します	2月5日(水) 19:30～21:00	あいとびあ臼田 多目的室3・4	うすだスター ドーム職員	<参加費>無料 <持ち物>防寒着 <定 員>15名程度 ※暖かい服装でお出かけください ※申込受付開始 1月8日(水) 8:30
	◎ステンドグラス講座(全2回) 抽選 ～内裏雛を作ろう！～ ひな祭りに飾ってみましょう	① 1月19日(水) ② 2月 1日(土) (時間) 13:00～16:30	あいとびあ臼田 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>15名 ※申込受付期間 12月16日(水) 8:30～ 12月19日(土) 17:15
浅科公民館	◎囲碁体験講座 初心者大歓迎！ 囲碁をみんなで楽しみましょう！	1月 8日(水) 9:30～11:30	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>無料 <持ち物>飲み物 <定 員>12名 ※申込受付開始 12月6日(金) 8:30
	◎姿勢改善ヨガ教室Ⅲ(全3回) 全身の筋膜をほぐして、姿勢改善エクサ サイズに挑戦しましょう ※今年度3回目の開催です。初参加の方を 優先となります	① 1月 7日(水) ② 1月22日(水) ③ 2月 6日(水) (時間) 10:00～11:30	浅科会館 会議室1・2	全米ヨガアライ アンス協会認定教師 山浦佳子先生	<参加費>無料 <持ち物>運動のできる服装・ヨガマット・飲み物 <定 員>24名 ※申込受付期間 12月10日(水) 8:30～ 12月17日(水) 17:15
	◎飾り巻き寿司教室 切ってびっくり！？飾り巻き寿司に挑戦し ましょう ～春バージョン～	1月16日(水) 13:30～16:00	浅科会館 料理講習室・食 育室	飾り巻き寿司イン ストラクター 菊原訓子先生	<参加費>1,000円(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・ふきん・ 巻きす・ラップ・持ち帰り用容器・ 開いた牛乳パック(まな板代わり) <定 員>12名 ※申込受付開始 12月17日(水) 8:30
	◎囲碁大会 日頃の成果を発揮して、上位を目指して頑 張ろう！	1月26日(水) 受 付 11:30～12:00 大会開始 12:00～17:00	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 <持ち物>飲み物 <定 員>30名 ※申込受付期間 12月13日(金) 8:30～ 1月10日(金) 17:15
望月公民館	◎人権講座 身近な人権について考えましょう	12月12日(水) 18:30～19:15	駒の里ふれあい センター 会議室	社会教育指導員	<参加費>無料 ※事前申込不要
	◎親子ふれあい劇場 マーチングエンターテイメントを楽しもう！	12月15日(水) 13:00～15:00	駒の里ふれあい センター 大ホール	Gluon(グルー オン)の皆さん	<参加費>無料 ※事前申込不要
	◎繻クラフト講習会 まゆの可愛いお雛さま飾りを作りましょう (ケース入)	1月16日(水) 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 <持ち物>はさみ・飲み物 <定 員>8名 ※申込受付開始 12月17日(水) 8:30
	◎家族の笑顔が一番 ～しあわせクッキング～③ メニュー：おすし・エビチリ・ ガトーショコラ	1月22日(水) 9:30～12:00	駒の里ふれあい センター 講習室	料理研究家 内田すみ江先生	<参加費>800円程度 <持ち物>エプロン・三角巾・飲み物・ 持ち帰り用容器 <定 員>8名 ※申込受付開始 12月19日(水) 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、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

昨年5月より新
型コロナ感染症が
2類から5類に移
行され、公民館活
動も含め様々な活
動がコロナ前の水
準に戻りつつあり
ます。令和5年度は
浅科地区公民館の
4年度は総合文化
祭をフルスベック
で開催するけれど
は、4年間のブラン
クは大きく、公民
館役員で前回経験
者がほとんどおら
ず、前回の資料を
見ながら準備が進
められました。

結果は、多少の反
省点はあったもの
で、4年ぶりの開
催にしては概ねう
まくできたように
思います。そして
何よりの成果は役
員の中から「次回
はこうしよう」「今
度はここに気を付
けよう」など前向
きな会話が聞かれ
たことです。

コロナ禍の中で幾
つもの行事が消え
ていききました。一
度やめてしまっ
た活動を再開す
ることが困難な
のが現実です。わ
たたくした活動の
継続、次の時代へ
の継承をしていか
なければならな
いと感じました。

浅科地区協議会
前会長 中澤 通裕

図書館 からの お知らせ

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

図書館イベント

申込・参加費不要

イベント名	日 時	場 所
クリスマスちいさい子のおはなし会（対象：乳幼児）	12月12日(木) 10:30	浅科図書館
おはなしの会クリスマススペシャル	12月14日(土) 10:30	中央図書館
おはなし会クリスマススペシャル	12月14日(土) 10:30	臼田図書館
ものがたりふれあいトーク クリスマススペシャル	12月14日(土) 11:00	望月図書館
赤ちゃんのおはなし会クリスマススペシャル（対象：乳幼児）	12月19日(木) 10:30	中央図書館
ぼっけおはなしの会クリスマススペシャル	12月21日(土) 10:30	中央図書館
ブック☆ブックお話の会	12月21日(土) 11:00	臼田図書館
クリスマスのおはなし会	12月21日(土) 11:00	浅科図書館
ザ・フレンズ朗読会	12月25日(木) 11:00	中央図書館

郷土新聞の デジタル アーカイブ化

市では、明治から昭和初期にかけて佐久地方で発刊された「信濃佐久新聞」の寄贈を受けました。この新聞を長期的に保存し、当時の地域の情勢を未来へ継続して伝えていくために、デジタルアーカイブ化を行いました。

中央図書館でデジタルデータと縮刷版の閲覧ができますので、お気軽に職員にお声掛けください。

※信濃佐久新聞…明治41年に創刊し、大正15年に中信毎日新聞に改題されて以降、昭和17年の廃刊まで、佐久地方の政治・経済の情報や小説等を掲載した新聞です。



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
「ものづくり体験」 しめ縄を作ってみましょう	12月12日(木) 13:30~15:00	生涯学習センター 創作室
「ヨガ教室」 ヨガのポーズで心身ともにリラックスしましょう	12月20日(金) 13:30~15:00	生涯学習センター 2F 和室1・2
「健康体操教室」 無理なく体を動かして楽しみましょう	令和7年1月9日(木) 13:30~14:30	生涯学習センター 大会議室1・2

スマートフォン教室

下記の日程と内容で、スマートフォン教室を開催します。
お手持ちのスマートフォン契約会社にかかわらず参加可能です。スマホをお持ちでない方には、貸出スマホをご用意します。

- 定員 各回8名
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具、スマートフォン
- 申込方法 委託業者ドコモショップ佐久平店（申込先電話番号）へ電話で申込
- 申込先 ドコモショップ佐久平店 ☎080-8891-0675
- 申込受付時間 9:00~18:00



※予約の際は「佐久市の講座に参加したい」とお伝えください。

※講座単位での予約が必要です。予約の際は、希望する講座番号（例：1と5）をお伝えください。

※予約の電話が混み合った際は、時間をおいておかけ直してください。

日付	場所	時間	講座名	講座番号
12月10日(火)	あいとぴあ臼田 多目的室1	9:30~10:30	電源の入れ方、ボタン操作	1
		11:00~12:00	佐久市公式LINE	2
		14:00~15:00	電話、カメラの使い方	3
12月24日(火)	市民創練センター 多目的室1	9:30~10:30	SNSの使い方（LINE）	4
		11:00~12:00	佐久市公式LINE	5
		14:00~15:00	メールの使い方	6

問合せ：情報政策課 ☎62-3923

イベント

イベント名	日 時	場 所	問合せ
祝 新佐久市誕生20周年 トワイライトコンサート ～映画やミュージカルの名場面が歌と音楽で蘇る～	12月15日(日) 15:00～16:00	コスモホール 大ホール	文化事業団 ☎82-3962
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	12月26日(木) 11:00～17:00 (最終受付16:15)	もちづき荘	もちづき荘 ☎52-2515
	12月26日(木) 10:00～21:00 (最終受付20:30)	布施温泉	布施温泉 ☎53-0181
	12月26日(木) 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	12月27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
児童青少年演劇全国縦断公演 沖縄燦燦 長野公演	12月27日(金) 14:00～15:00	コスモホール 大ホール	文化事業団 ☎82-3962

講座・教室・スポーツ大会

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。



講座名	日 時	場 所	問合せ等
「真珠湾攻撃の日に戦争を考える」 講師：小林収氏（郷土史研究者）	12月7日(土) 13:30～15:00	臼田文化センター 2階展示室	臼田文化センター ☎82-3634 参加費：無料 定員：40名
土星食観望会	12月8日(日) 17:30～19:30	うすだ スタードーム	うすだスタードーム ☎82-0200 参加費：一般520円、小中学生260円（入館料）
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	12月9日(月) 13:30～15:00	浅科会館 会議室1・2	高齢者福祉課 ☎62-3157 参加費：無料 申込不要
お口の相談日	12月12日(木) 9:30～12:00 (一人30分程)	サングリモ中込 2階 口腔歯科 保健センター	健康づくり推進課 ☎63-3781 参加費：無料 定員：5名
ふたご座流星群観望会	12月13日(金) 21:00～24:00	うすだ スタードーム	うすだスタードーム ☎82-0200 参加費：一般520円、小中学生260円（入館料）
第8回国際交流サロン 「ミニ国際交流フェスティバル」 ～世界の遊びを楽しもう～	12月15日(日) 10:00～12:00 (9:30受付開始)	中込会館 大会議室	移住交流推進課 ☎62-3283 参加費：無料 定員：定員80名 申込期間：11月26日(火)～12月11日(木)
家族介護者交流会 テーマ：数秘&カラーで自分の強みを知ろう！	12月18日(水) 13:30～15:00	臼田健康活動サポ ートセンター1階 ふれあい広場	臼田地域包括支援センター ☎81-5100 参加費：無料 定員：20名
クリスマス観望会	12月21日(土) 19:30～21:00	うすだ スタードーム	うすだスタードーム ☎82-0200 参加費：一般520円、小中学生260円（入館料）
佐久鯉料理講習会 お年取りに向けて、うま煮とアラ汁の料理方法	12月23日(月) 13:30～16:00	ヘルシーテラス 佐久南	農政課 ☎62-3203 参加費：無料 定員：12名（定員超過時は抽選） 申込期間：11月29日(金)～12月13日(金)
正月の生け花教室	12月26日(木) 13:30～15:30	佐久市 中央隣保館	中央隣保館 ☎62-0991 参加費：2,800円（釣銭の無いようお願いします） 定員：15名 申込期間：12月9日(火)～19日(木) 持ち物：花器（大きめの物）、剣山、はさみ、新聞紙、上履き
「木彫りを楽しもう」 スマートフォン立て、または手鏡の裏に花などの 浮き彫りを楽しみます ※小学生は保護者同伴	令和7年1月18日(土) 9:00～16:00	川村吾蔵記念館 多目的室	川村吾蔵記念館 ☎81-5353 参加費：1,000円 定員：6名程度 申込期間：12月18日(火)～1月17日(金) 持ち物：昼食、筆記用具、彫刻刀

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参照。

祝 新佐久市誕生20周年 第58回佐久市スケート大会	令和7年1月11日(土) 競技開始13:00(予定)	松原湖高原 スケートセンター	佐久市スポーツ協会 ☎88-6123 申込期間：12月3日(火)～20日(金)
少年少女スキー教室	令和7年1月12日(日)、 19日(日)、26日(日) 9:00～11:30	スキージャーデン パラダ	佐久市スポーツ協会 ☎88-6123 申込期間：12月3日(火)～26日(木)
目指せ美ボディ！ エクササイズ教室	令和7年1月15日(火)、 22日(火)、29日(火)、 2月5日(火)、12日(火) 14:00～16:00	市総合体育館 トレーニング室	佐久市スポーツ協会 ☎88-6123 申込期間：12月3日(火)～1月8日(火)
祝 新佐久市誕生20周年 第3回佐久市長距離記録会	令和7年3月8日(土) 10:00～14:00	佐久総合運動公 園陸上競技場	佐久市スポーツ協会 ☎88-6123 申込期間：12月16日(月)～2月3日(月)



相談コーナー

行政相談

総務課 ☎62-3002

12月18日(木) 午後1時30分～3時30分 佐久市役所2階市民ホール

司法書士無料法律相談

長野県司法書士会佐久支部 ☎66-7100

12月20日(金) 午後1時～3時 浅科支所

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 あいとおびあ田(相談無料)
※要電話予約

くらしと健康の相談会 佐久保健福祉事務所 ☎63-3164

12月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)
午前10時～12時、午後1時30分～3時30分(1件1時間)
佐久合同庁舎

法律や健康、生活・就労の無料相談
※各相談日の前週金曜日の午後1時までに予約

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

12月13日(金) 午後1時～4時 佐久合同庁舎会議室
※12月10日(火)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。

肝臓から脂肪を落とす! 浅間総合病院スマート外来担当医

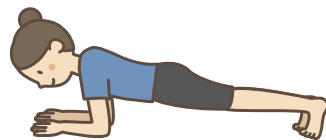
尾形 哲先生の X(旧Twitter) ポスト録

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

肝臓がヨロコブ筋トレ #プランク
30秒キープ➡10秒休憩 3セット
慣れてきたら60秒キープ
1日1回5分間で体幹の筋力UP
1週間続けると
ラクにできるようになり
腰痛も軽減します



公式SNSで行政情報等を発信しています!



LINE



X(旧Twitter)



youtube

休日・夜間窓口 〈各種証明書発行〉

- 休日窓口 12月22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

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

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



処方され、飲み残した薬はありませんか?

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。



データファイル

人口

総数	97,504人	(-47人)
男	47,946人	(-23人)
女	49,558人	(-24人)
世帯数	43,767世帯	(+45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6年1月～10月の累計
人身事故	17件	191件
死亡	0人	1人
負傷	17人	232人
救急	419件	4,612件
火災	1件	28件

12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
12月 1日(日)	坂戸クリニック	63-6323
	しのはら形成・皮ふクリニック	67-8825
12月 8日(日)	小林内科クリニック	66-0500
	たむらペインクリニック	82-3981
12月15日(日)	小松耳鼻咽喉科クリニック	66-6300
	中澤眼科クリニック	62-0157
12月22日(日)	佐久長土呂クリニック	68-7899
	ねむの木公園クリニック	67-8866
12月29日(日)	田嶋クリニック	81-5151
	はせがわ皮ふ科クリニック	78-3116
12月31日(火)	川西赤十字病院	53-3011

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
12月 1日(日)	浅間総合病院	67-2295
12月 8日(日)		
12月15日(日)		
12月22日(日)		
12月29日(日)	12月31日(火)	

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

休日救急歯科診療所（予約制）

期 日	医療機関名	電話番号
12月 1日(日)	休日救急 歯科診療所 (サングリモ 中込2階)	63-3783
12月 8日(日)		
12月15日(日)		
12月22日(日)		
12月29日(日)		
12月30日(月)		
12月31日(火)		

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

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～）
【診療時間】 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

献血 献血

期 日	時 間	会 場
12月 2日(日)	午前9時30分～11時30分 午後1時～2時	長野県佐久合同庁舎
12月22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
12月25日(水)	午前9時30分～11時30分	佐久市保健センター

■ 問合せ：健康づくり推進課 ☎62-3527

地域集団健診

日 程	会 場
12月11日(水) 肺がん検診セット	野沢会館

※詳細については、令和6年度佐久市健康カレンダーをご覧ください。
■ 問合せ：健康づくり推進課 健診推進係 ☎62-3196

子宮頸がん検診

日 程	会 場
12月 5日(木)	あいとぴあ臼田

※詳細については、令和6年度佐久市健康カレンダーをご覧ください。
■ 問合せ：健康づくり推進課 健診推進係 ☎62-3196

乳がん検診

骨粗しょう症検診

日 程	会 場
12月 3日(火) 乳がん検診のみ	望月総合支援センター
12月10日(火) 乳がん検診のみ	佐久市保健センター
12月13日(金)	あいとぴあ臼田

※詳細については、令和6年度佐久市健康カレンダーをご覧ください。
■ 問合せ：健康づくり推進課 健診推進係 ☎62-3196

子育てサロン（児童館）

期 日	会 場	期 日	会 場
12月 2日(日)	小田井	12月13日(金)	岩村田
12月 3日(火)	東・臼田	12月16日(月)	岸野
12月 4日(水)	佐久平・泉	12月17日(火)	東・青沼
12月 5日(木)	中込	12月18日(水)	佐久平・泉
12月 6日(金)	中佐都・望月	12月19日(木)	中込
12月 9日(日)	平根	12月20日(金)	中佐都・望月
12月10日(火)	切原	12月23日(月)	平根
12月11日(水)	高瀬・野沢	12月24日(火)	田口
12月12日(木)	城山・あさしな	12月25日(水)	高瀬・野沢

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
12月 2日(日)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都	12月16日(月)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都
12月 3日(火)	中込・もちづき・中佐都	12月17日(火)	中込・もちづき・中佐都
12月 4日(水)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都	12月18日(水)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都
12月 5日(木)	もちづき・うすだ・中佐都	12月19日(木)	もちづき・うすだ・中佐都
12月 6日(金)	中込・あさしな・うすだ	12月20日(金)	中込・あさしな・うすだ
12月 7日(土)	中込	12月21日(土)	中込
12月 9日(日)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都	12月23日(月)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都
12月10日(火)	中込・もちづき・中佐都	12月24日(火)	中込・もちづき・中佐都
12月11日(水)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都	12月25日(水)	中込・あさしな・もちづき うすだ・中佐都
12月12日(木)	もちづき・うすだ・中佐都	12月26日(木)	もちづき・うすだ
12月13日(金)	中込・あさしな・うすだ	12月27日(金)	中込・あさしな・うすだ
12月14日(土)	中込	12月28日(土)	中込

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）
もちづき ➡ もちづき保育園内（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

佐久バルーンフェスティバル2024 フォトコンテスト入賞作品



優秀賞「胎動」池田敦子さん



優秀賞「立ち上がり」鈴木清久さん



優秀賞「元気一杯」渡辺俊夫さん

佐久バルーンフェスティバル2024のフォトコンテストには、県内外から87名、計255点の応募がありました。応募作品の中から、最優秀賞1点、優秀賞3点、入選20点が選出されています。

入賞作品は、佐久市観光協会のホームページでご覧いただけます。



最優秀賞「3!2!1!バーナーON!」土浦翔吾さん

応募作品募集中 佐久市観光フォトコンテスト2024



佐久市の観光地、祭り、イベント、自然の美しさ等をテーマとした作品を募集しています。

応募期間：11月29日（金）～12月20日（金）

募集部門： ①「自然・花」部門 …… 自然風景、草花など
②「文化・歴史」部門 …… 名所旧跡、文化施設など
③「祭り・行事」部門 …… お祭り、伝統行事など

※最優秀賞 賞金50,000円

※詳細は、佐久市観光協会ホームページをご覧ください。



問合せ：佐久市観光協会（観光課内） ☎62-3285



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）