

市報千曲

2026 (令和8年)

CHIKUMA

10

No.277

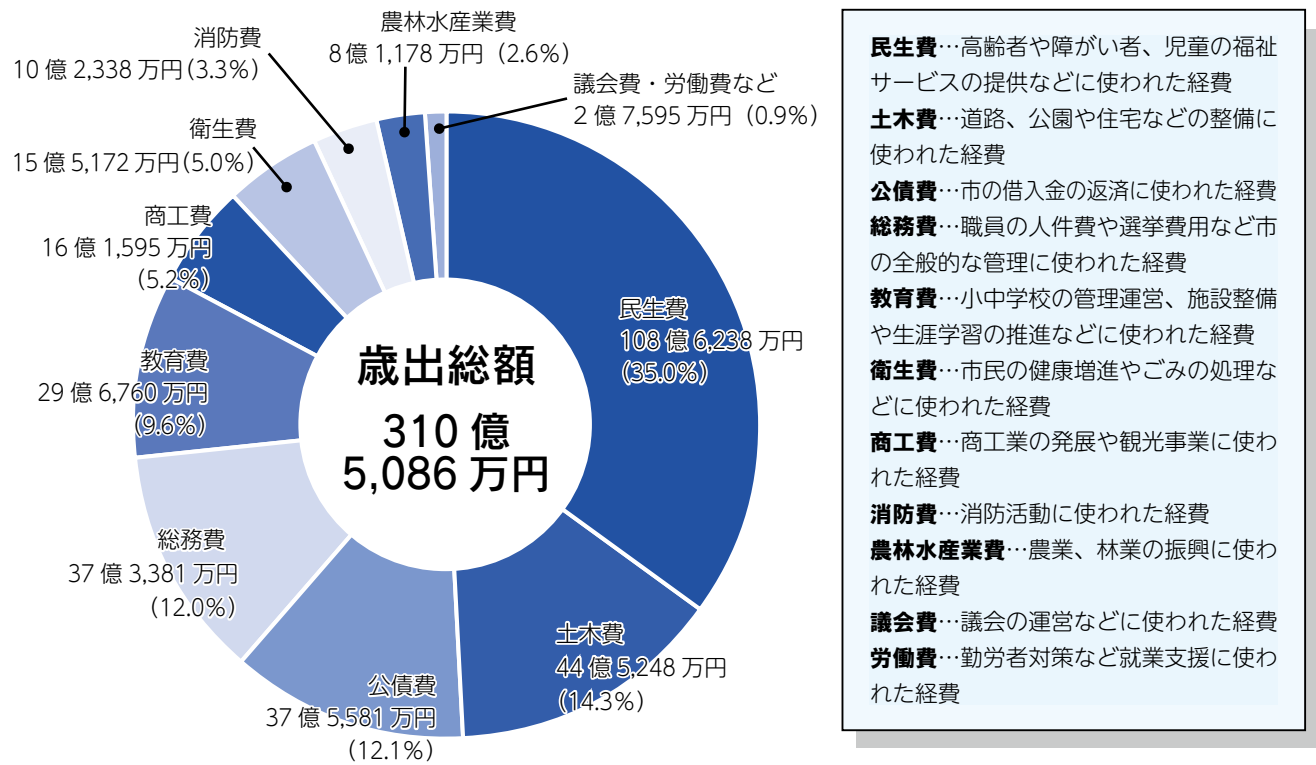


特集
令和7年度の決算を
お知らせします



一般会計歳出

土木費は、一重山2号線の整備事業を進めていることなどにより、前年度より23.2%増で8億3,701万円増加しました。総務費は、定額減税補足給付金給付事業（調整額給付）や旧更埴庁舎の解体が前年度で終了したことなどにより、9.9%減で4億1,038万円減少しました。教育費は、更埴文化会館や五加小学校の施設整備事業が前年度で終了したことなどにより、16.6%減で5億8,960万円減少しました。



令和7年度に実施した子育て関連事業の主な経費

- ▶ **子どもの福祉医療費給付金の窓口無料化事業** 1億5,024万円（民生費）
これまでも子どもの医療費窓口負担分は500円としていたところ、さらなる子育て世帯の経済的な負担軽減のため、令和7年8月診療分から窓口負担分を全額無料化しました。
- ▶ **保育園改築事業** 2億3,020万円（民生費）
五加保育園未満児室の増築、戸倉保育園改築の設計や屋代保育園の建て替えにともなう旧園舎の解体など、保育施設の整備を実施しました。
- ▶ **学校給食食材高騰分支援事業** 3,957万円（教育費）
保護者の負担を増やすことなく安定的な給食を提供するため、高騰する食材費の増額分を公費により支援しました。

市民1人当たりに使われたお金は 53 万 494 円



* 令和8年1月1日現在の住民基本台帳人口5万8,532人で算出

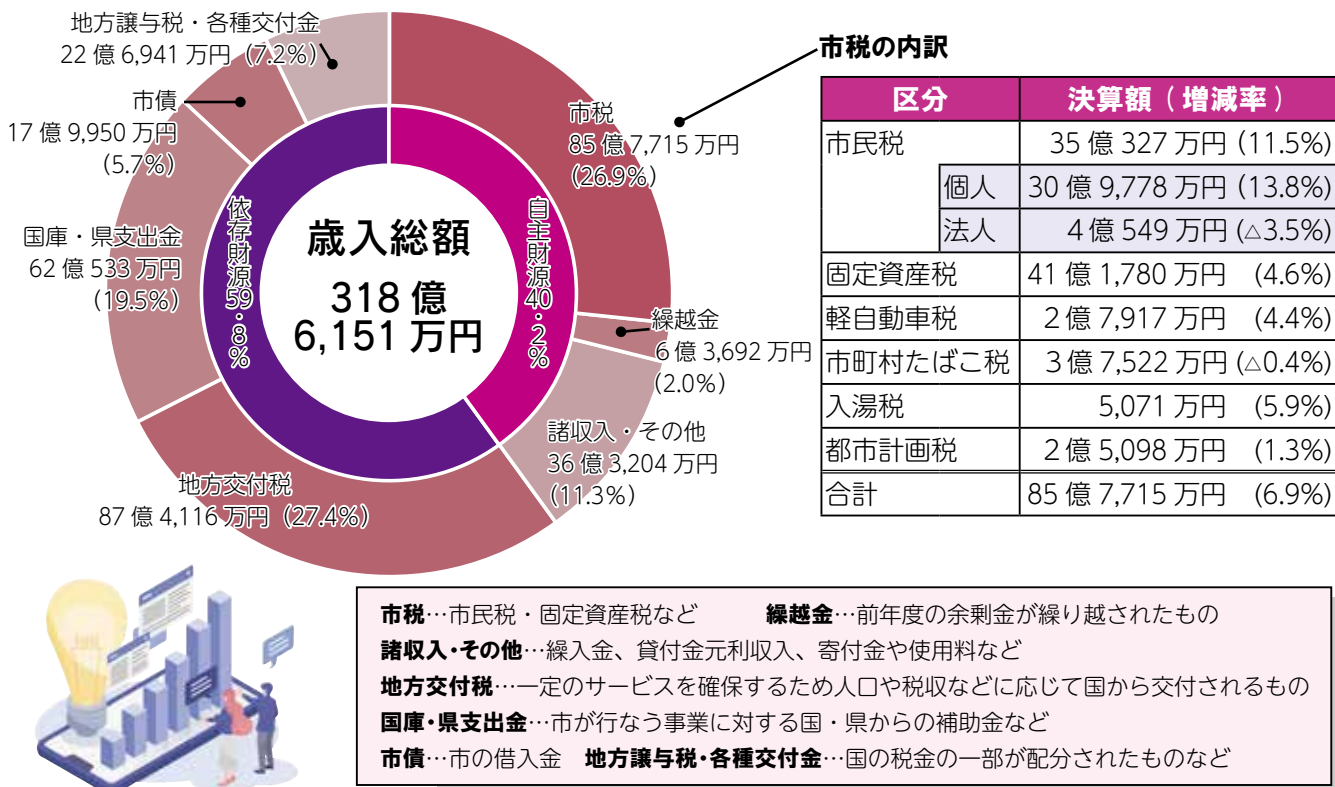
令和7年度の 決算をお知らせします

財政課（内線4154）

一般会計の歳入決算総額は、318億6,151万8,990円で前年度比1.2%の減、歳出決算総額は、310億5,085万9,740円で前年度比0.2%の減となりました。
翌年度への繰越財源を除いた実質収支額は、7億196万7,250円の黒字となりました。

一般会計歳入

市税は、個人住民税のほか、これまで行なってきた企業誘致などの成果により固定資産税が増収となり、全体で前年度より6.9%増で5億5,661万円増加しました。
地方交付税のうち普通交付税は、子ども子育て費などの増額により、2.0%増で1億5,600万円増加しました。
市債は、主に旧更埴庁舎の解体・更埴文化会館の改修・屋代保育園の改築・五加小学校の施設整備などが前年度で終了したことより、借入額が減少し、11.8%減で2億4,040万円減少しました。



特別会計・企業会計決算

特定の事業を行なうために一般会計と分けて設置される特別会計には、国民健康保険、介護保険と後期高齢者医療の各会計があります。他に企業会計として水道事業と下水道事業があります。

特別会計	歳入	歳出	差引額
国民健康保険特別会計	51 億 2,244 万円	50 億 8,023 万円	4,221 万円
介護保険特別会計	56 億 7,797 万円	56 億 1,686 万円	6,111 万円
後期高齢者医療特別会計	11 億 2,065 万円	10 億 9,430 万円	2,635 万円

企業会計		収入	支出	差引額
水道事業会計	収益の収支（消費税抜き）	1 億 6,990 万円	1 億 6,706 万円	（純利益） 284 万円
	資本の収支（消費税込み）	2 億 2,416 万円	2 億 8,521 万円	△ 6,105 万円
下水道事業会計	収益の収支（消費税抜き）	30 億 6,875 万円	23 億 8,051 万円	（純利益） 6 億 8,825 万円
	資本の収支（消費税込み）	6 億 190 万円	21 億 2,538 万円	△ 15 億 2,348 万円

- * 収益的収支…料金収入や施設の維持管理費など、毎年度の経営に関する収入と支出
- * 資本的収支…施設の整備・更新など、将来の経営基盤に関する収入と支出
- * 金額は1万円未満の数を四捨五入しています。
- * 水道・下水道事業会計の資本的収支の不足額は、当年度分消費税資本的収支調整額などの補てん財源により補てんしました。

基金残高（一般会計）

128 億 4,695 万円

基金は、一般家庭の貯金にあたるもので、支出目的に沿った事業や臨時の出費、財源不足が見込まれる場合に切り崩します。令和 7 年度は、「その他特定目的基金」のうち、「魅力あるまちづくり基金」から企業立地推進事業などへ 4 億 688 万円、「公共施設等総合管理基金」から旧屋代保育園の解体などへ 1 億 4,979 万円など、合計約 9 億 3,178 万円を活用しました。一般会計全体の基金は、「財政調整基金(*)」を取り崩さなかったことや前年度の決算剰余金などの積立により、約 1 億 397 万円増加しました。

*年度間の財源の不均衡を調整するための基金。税収の減少や不測の支出増加による財源不足が生じた際に切り崩して補填します。

市債残高（一般会計）

246 億 6,707 万円

市債残高は、市役所新庁舎建設事業や令和元年東日本台風災害の復旧事業などで借り入れた市債の元金償還が進み、約 18 億円減少しました。令和 7 年度の市債借入額は、旧更埴庁舎の解体・更埴文化会館の改修・屋代保育園の改築・五加小学校の施設整備の終了などにともなう借入額の減少により、約 2.4 億円減少しました。

*一般会計などの市債残高のうち、償還額の約 73%が国からの交付税で賄われるため、実質的な地方債残高は66億8,000万円です。

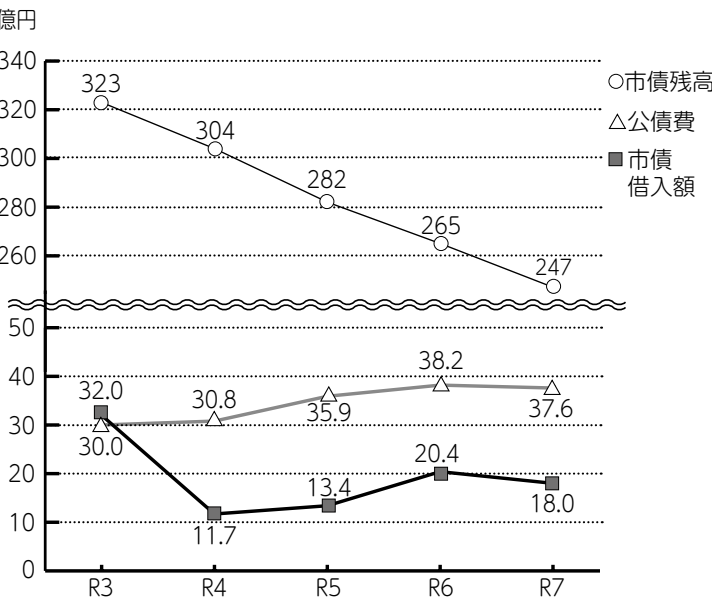
会計ごとの市債残高

会計	令和 7 年度末
一般会計	246 億 6,707 万円
水道事業会計	7 億 3,383 万円
下水道事業会計	169 億 78 万円

会計ごとの基金残高

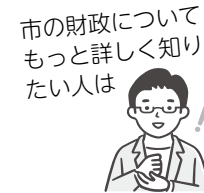
会計	令和 7 年度末	令和 6 年度末
一般会計	128 億 4,695 万円	127 億 4,298 万円
(内訳) 財政調整基金	48 億 3,971 万円	43 億 2,410 万円
減債基金	4 億 8,885 万円	6 億 494 万円
その他特定目的基金	67 億 6,130 万円	70 億 5,832 万円
土地開発基金	6 億 5,192 万円	6 億 5,067 万円
奨学基金	1 億 517 万円	1 億 495 万円
国民健康保険特別会計	6 億 8,367 万円	6 億 8,205 万円
介護保険特別会計	15 億 6,918 万円	15 億 3,176 万円

市債の残高と借入額、公債費の推移（一般会計）



今後の財政運営

市の基金は、地域福祉センター改修、旧屋代保育園舎・力石支館の解体、商工業振興事業助成金などに活用したものの、財政調整基金の切り崩しをしなかったことや前年度の決算剰余金などの積立により、令和 7 年度決算では、残高(貯金)を増やすことができました。また、令和元年東日本台風災害で借り入れた市債の償還を行なっているため、しばらくの間、公債費は高い水準が続きますが、市債残高は順調に減少しています。大型事業が控えるなか、安定的な財政運営を可能としていくため、今後も経費を抑制することと、健全な行財政運営に努めていきます。詳細は、市ホームページの決算報告を確認してください。



市生涯学習出前講座で財政状況を説明します

市生涯学習出前講座に「市の財政について」という出張講座があります。職員が直接出向いて市の財政状況を説明しますので、希望する団体は、申請書を生涯学習課に提出してください。

▲決算報告はこちら

▲市生涯学習出前講座について

指標からみる市の財政状況



標準財政規模

182 億 150 万 4,000 円

地方公共団体が自由に使い道を選択できる一般財源(市税や普通交付税など)の標準規模を示すものです。令和 7 年度は、主に市税が増加したことから、前年度より約 6 億 4,353 万円大きくなりました。

財政力指数

0.502

地方自治体が標準的な行政サービスを行なうために必要な費用に対し、自前の税収などでどれだけまかなえるかを示す指標で、3 か年の平均で表します。財政力指数が高いほど自主財源の割合が高く、財政力が強い団体となります。指数が 1 を超える団体には、普通交付税は交付されません。前年度から 0.002 悪化しましたが、大きな変化はありませんでした。

経常収支比率

94.0%

市税・普通交付税などの経常的に得られる一般財源が、継続的な事業や公共施設の維持管理などの経常経費にどの程度充当されているかを表す比率です。比率が高いほど柔軟な財政運営がしにくくなり、自由に使える財源が少ないことになります。令和 7 年度は、歳入面で市税や普通交付税が増加したこと、歳出面で市債の償還額が減少したことなどにより 1.2%改善しました。

健全化判断比率

指標名	健全化判断比率 (千曲市)	早期健全化基準 (国の基準)
実質赤字比率	—	12.58%
連結実質赤字比率	—	17.58%
実質公債費比率	11.8%	25.00%
将来負担比率	0.5%	350.00%

実質赤字比率…一般会計などに生じている赤字の大きさを財政規模に対する割合で表したもの
連結実質赤字比率…地方公共団体の全会計に生じている赤字の大きさを財政規模に対する割合で表したもの
実質公債費比率…借入金(地方債)の返済額(公債費)の大きさを財政規模に対する割合で表したもの(3か年平均で表す)
将来負担比率…借入金(地方債)など現在抱えている負債の大きさを財政規模に対する割合で表したもの

資金不足比率

企業会計の名称	資金不足比率 (千曲市)	経営健全化基準 (国の基準)
水道事業会計	—	20.0%
下水道事業会計	—	

令和8年度 千曲市長表彰

市制施行記念日にあたる9月1日(火)に市役所で千曲市長表彰式典が行なわれ、統計調査・青少年健全育成・社会福祉・地域振興の各分野に功績のあった8人と2団体の皆さんが表彰を受けました。

統計調査功労



まつばやし けさみさん
(稲荷山)

統計調査員を務められ、多年にわたり地方自治の振興に尽力。

統計調査功労



たけい ほづみさん
(桜堂)

統計調査員を務められ、多年にわたり地方自治の振興に尽力。

統計調査功労



おの さと子さん
(八幡)

統計調査員を務められ、多年にわたり地方自治の振興に尽力。

青少年健全成功功労



おかざき こうじさん
(八幡)

育成会をはじめ関連団体の要職などを務められ、青少年健全教育の推進に尽力。

社会福祉功労



はまだ まさつねさん
(戸倉)

民生児童委員、市民生児童委員協議会長などを務められ、多年にわたり社会福祉の向上に尽力。

社会福祉功労



おかみつお 光男さん
(戸倉)

民生児童委員を務められ、多年にわたり社会福祉の向上に尽力。

社会福祉功労



まつもと あつこ 敦子さん
(稲荷山)

民生児童委員を務められ、多年にわたり社会福祉の向上に尽力。

社会福祉功労



あかしお ようこ 曜子さん
(内川)

人権擁護委員、長野人権擁護委員協議会の要職などを務められ、社会福祉の向上に尽力。

地域振興功労



やまぶき会

大田原地区で栽培された野菜・果物の販売やそばと野菜をメインとした食堂運営など、食と農を中心に地域活性化および地域振興などに尽力。

地域振興功労



千曲市川西地区振興連絡協議会

八幡・稲荷山・桑原の3地域にて、遊歩道の維持管理や森林整備など、自然環境の保全や地域住民の交流促進に寄与し、住み良いまちづくりに尽力。



第32回

さらしなの里縄文まつり

日時

令和8年10月25日(日)

午前9時30分～午後1時30分

会場

さらしなの里古代体験パーク

主催

さらしなの里縄文まつり実行委員会

さらしなの里縄文まつり実行委員会事務局

(千曲市さらしなの里歴史資料館内)

〒389-0812 長野県千曲市大字羽尾247-1

TEL: 026-276-7511 FAX: 026-261-4161

詳細はこちら

青空市グルメ

古代体験

古墳見学バスを無料でご利用になれます

収穫感謝

ステージ

古代の夢を感じよう 秋の収穫に感謝しよう

第34回

森将軍塚まつり

2026.11.3 (火・祝) 開会式 9:00

会場 科野の里歴史公園 (森将軍塚古墳登り口)

詳細はこちら

長野県立歴史館・森将軍塚古墳館・

主催

森将軍塚まつり実行委員会

森将軍塚まつり実行委員会事務局

(千曲市森将軍塚古墳館内)

〒387-0007 長野県千曲市大字屋代 29-1

TEL: 026-274-3400 FAX: 026-274-3403

長野県千曲市

令和9年4月、プラスチック製品が「ごみ」から「資源」へ

環境課 (内線2211)

令和4年4月施行の「プラスチックに係る資源循環の促進等に関する法律」に基づき、プラスチック製品の再商品化や資源循環を促進するため、現在「葛尾組合 新リサイクルセンター」の整備を進めています。施設の稼働に合わせてプラスチック製品を資源として収集できるよう、令和9年4月からプラスチック製品は「可燃ごみ」から「プラスチック資源」に分別方法が変わります。

プラスチック製品

プラスチック 100% で、長さ 50cm 未満かつ厚さ 5mm 未満のもの。

*現在は「可燃ごみ」として排出。

+

プラスチック製容器包装

商品(中身)を入れたり包んだりしているプラスチック製品で、「プラマーク」がついた資源のこと。

令和9年
4月から

各家庭で専用の「プラスチック資源用袋」を購入し、

「プラスチック資源(*)」

として、毎週(一部地域は月2回)水曜日に排出。

*左記の「プラスチック製品」と「プラスチック製容器包装」をまとめたもの。左記に該当しないプラスチック100%製品は「可燃ごみ」として排出。

「プラスチック資源」分別方法の一部変更に関する説明会

事前申し込みは不要です。可能な日程で参加してください。説明会にかかる時間は40分程です。

講演会のお知らせ

プラスチック資源の現状や「ごみ」に関する話を楽しく聞いて、リサイクルなどの資源循環や今後のごみ分別について学びませんか。

▶日時 11月18日(水) 午後6時40分～

*午後5時40分開場、同日午後6時からの説明会に続けて開催します。

▶場所 信州の幸 あんずホール

▶演題 マシンガンズ滝沢と考えるゴミ問題
～清掃員から見た景色～

*入場無料。申込不要ですが、入場は市民に限ります。入場の際、住所の確認できる運転免許証などの提示が必要となる場合があります。

講師

滝沢秀一さん(マシンガンズ)

環境省「サステナビリティ大使」。お笑い芸人の仕事をしながらごみ収集会社に就職し、ごみ収集中の体験や気づきを発信したSNSが注目を集めている。

日程	会場	開始時間
10月25日(日)	上山田文化会館	午前10時30分 午後1時30分 午後3時30分 午後5時30分
11月1日(日)	信州の幸 あんずホール	午前10時 午前11時30分 午後1時30分 午後3時
11月17日(火)	信州の幸 あんずホール	午前10時30分 午後1時30分 午後3時30分 午後5時30分 午後7時
11月18日(水)	信州の幸 あんずホール	説明会 午後10時30分 午後1時30分 午後3時30分 説明会+講演会 午後6時
11月19日(木)	戸倉創造館	午後3時30分 午後5時30分 午後7時
11月20日(金)	上山田文化会館	午後1時30分 午後3時30分 午後6時
12月13日(日)	戸倉創造館	午後1時30分 午後3時30分 午後5時30分

●説明会への参加が難しい人へ

動画を見ることで分別方法の確認ができます。質問についても、右記の二次元コードから受け付けます。質問への回答は、市ホームページや市報に掲載します。

▶動画公開・質問受付 10月25日(日)から

▲説明動画

▲質問受付

9 令和8年10月

CHIKUMA

CHIKUMA 令和8年10月 8

Pick Up!
お知らせ

年に1度の健康チェック！ 一般健康診査を行ないます

☎健康推進課(内線2112)

予約はこちら▼ 詳細はこちら▼



一般健診は、加入している医療保険に関わらず受診が可能です。将来のためにも、若い頃から健診を受け、生活習慣病の発症・重症化を予防しましょう。

▶日時

- 12月2日(水) 午前9時～11時15分、午後1時～3時15分
- 12月18日(金) 午前8時45分～11時15分、午後1時～3時

▶会場

市役所3階会議室

▶対象者

令和8年度に20～39歳になる市民

*40～74歳になる人は、特定健康診査の対象です。

▶健診費用

2,800円
健診内容 問診、身体計測(身長、体重、腹囲)、血圧測定、診察、血液検査(中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、血糖、HbA1c、AST、ALT、γ-GT、尿酸、クレアチニン、ヘマトクリット、血色素、赤血球)、尿検査(糖、たんぱく、潜血)

▶申込方法

12月7日(月)までに電話または市公式LINEにより申し込んでください。
*今回から市公式LINEから予約できるようになりました。友だち登録後に、公式アカウントのオンライン予約メニュー(または上記の予約用二次元コード)から申し込むと、一般健診の案内などの通知をLINEメッセージで受け取れます。



Pick Up!
お知らせ

みんなで語ろう「こどもまんなか」の まちづくり2026を開催します

☎実行委員会事務局(こども未来課内、内線1400)

申込はこちら▼



西野 博之さん

認定NPO法人フリースペースたまりば理事長。川崎市子ども夢パーク・フリースペースえんほか、各事業総合アドバイザー。精神保健福祉士。不登校などの若者の居場所づくりに関わり続けている。

「こどもまんなか」の本当の意味を学び合い、こどもたちが伸び伸びと主体性を発揮できる「新しい環境」を地域全体でどう作っていくか、ともに考えます。聞こえにくい人も安心して参加できるよう手話通訳と要約筆記を用意します。

▶日時

10月31日(土) 午後1時30分～4時30分

▶場所

戸倉創造館

▶内容

- 第1部 基調講演「こどもまんなか社会とこどもの権利」西野博之さん
- 第2部 パネルディスカッション「こどもまんなかの千曲市に向けて、私達ができること」小川修一市長、蟹澤友司教育長、大滝仁さん(五加小学校長)、峯村怜子さん(長野県教育委員)、市内の子どもたちほか

▶定員

200人(先着順)
申込方法 10月30日(金)までに上記の申込用二次元コード(ポリネコ! CHIKUMA)または電話で申し込んでください。

*手話・要約筆記が見えやすい席の希望、その他サポートが必要な人は、申し込みの際に伝えてください。

Pick Up!
お知らせ

市の入札・契約事務を電子化します

☎管財契約課(内線4124)

詳細はこちら▼



市では、行政手続のデジタル化と事業者の利便性向上を目的として、新たに「入札・契約事務の電子化」を実施します。インターネットにより、市が発注する建設工事や物品調達に関する入札の公告から落札決定、さらに落札業者による契約締結に至るまでのプロセスをすべて電子化し、事業者がオフィスや自宅のパソコンからスムーズに手続を完結できる環境を整備します。

●導入によって期待されるメリット

これまでの紙ベースの手続から電子化へと移行することにより、以下のようなメリットが生まれます。

▶来庁負担の軽減 契約締結や書類提出での市役所への来庁が不要になり、時間や労力を大幅に節約できます。

▶事務負担の軽減 紙の入札書や契約書の作成・管理の手間が省け、業務効率が向上します。

▶経費の削減 紙の入札書や契約書が不要となるほか、契約書に貼付していた収入印紙代が不要になるため、コスト削減につながります。

●電子入札の対象案件

市が発注する以下の案件が対象となります。

▶対象分野 建設工事、建設コンサルタント等業務、製造の請負、物品の買入れなど

▶入札方式 一般競争入札(事後審査型を含む)、指名競争入札

*随意契約(複数者または1者)、プロポーザル方式、単価契約は、電子入札の対象外です。

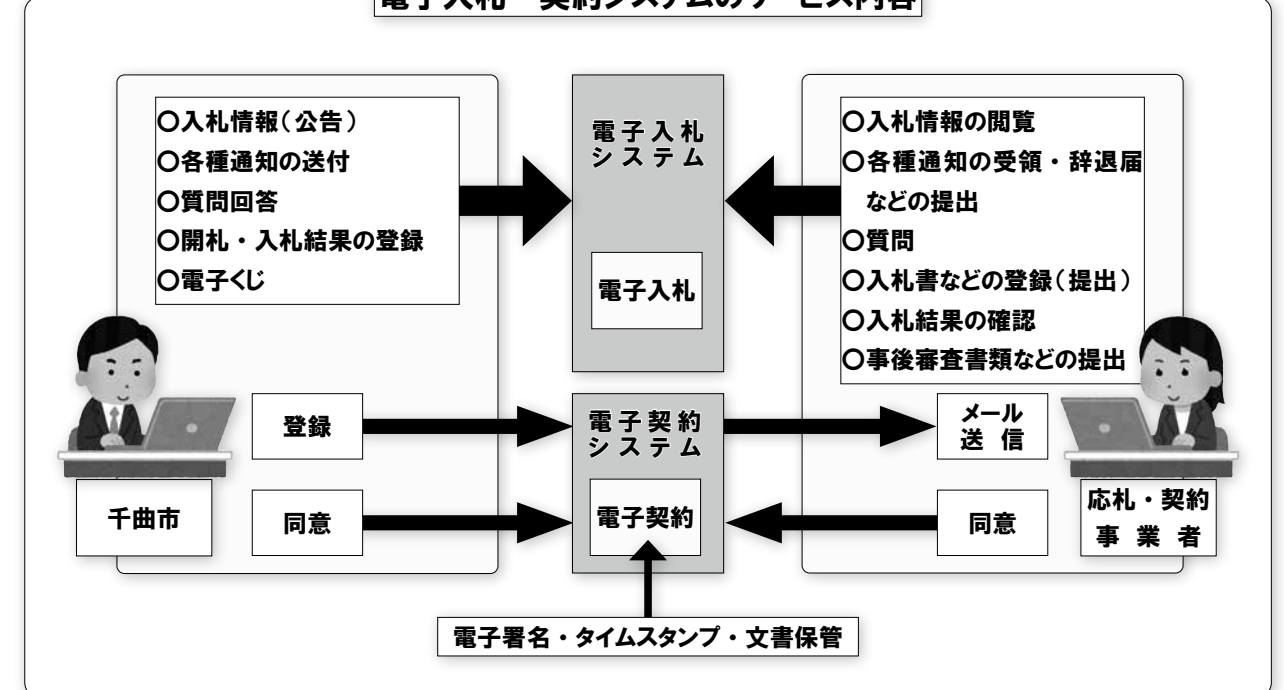
●今後のスケジュール(予定)

○11月 「建設工事関係(建設工事、建設コンサルタント等)」業務に対する説明会の開催

○令和9年1月 「建設工事関係」電子入札の実施、「物品調達関係(製造の請負、物品の買入れ、その他の契約)」業務に対する説明会の開催、電子契約の開始

○令和9年3月 「物品調達関係」電子入札の実施

電子入札・契約システムのサービス内容



Pick Up!
募 集

ファミリー・サポート・センターの
提供会員を募集します

☎更埴子育て支援センター (026-273-6180)

詳細はこちら▼



ファミリー・サポート・センターは、子育ての「手助けをしてほしい人(依頼会員)」と「手伝いをしたい人(提供会員)」が会員登録し、子育ての相互援助を有償で行なう会員組織です。

今回は、子育ての手伝いをしたい人(提供会員)を募集します。

▶対象 市内在住で、子育ての手伝いに理解と熱意があり、子どもを預かれる人

*資格や経験などは問いませんが、「相互援助活動講習会」の受講が必要です。

▶支援の内容 保育園、幼稚園、児童館、児童センターなどへの送迎や時間外、保護者の冠婚葬祭や通院、仕事などの際に子どもを預かります。

▶申込方法 11月6日(金)までに、更埴子育て支援センターに電話で申し込んでください。

●相互援助活動講習会

講習会の日程は、下記の表のとおりです。

▶会場 市役所3階会議室



▲消防職員から普通救命講習を受ける受講者

開催日	時 間	内 容
11月12日(木)	午前9時～正午	○心の発達とその問題 ○障がいのある子どもの預かりについて
	午後1時～3時	子どもの栄養と食生活
	午後3時10分～5時	身体の発達と病気
11月13日(金)	午前8時50分～10時50分	安全と事故
	午前11時～正午	子どもの世話
	午後1時～2時	保育の心
	午後2時10分～4時	○ファミサポ事業について ○児童虐待と社会的養護
	午後4時10分～50分	子どもの遊び

Pick Up!
募 集

果樹剪定枝・薪ストーブ活用推進事業
薪の提供者・希望者を募集しています

☎環境課(内線2203)

詳細はこちら▼



長野地域連携中枢都市圏9市町村は、連携して二酸化炭素排出量の削減、不要な剪定枝の有効活用を通じ農業振興支援を図るため、「果樹剪定枝・薪ストーブ活用推進事業」を実施しています。

果樹剪定枝や伐採木の処分に困っている農家の人、薪を自己調達したい薪ストーブユーザーにそれぞれ登録してもらい、提供者、薪利用者をそれぞれに紹介します。

▶対象者 市民または畑などを保有している人

▶事業の流れ

①参加を希望する薪ストーブユーザー・薪提供者が県環境保全協会に参加申し込みをする。

②協会は、申し込み情報を取りまとめ、参加者に住所・氏名など必要な情報を提供する。

③各参加者は、提供された情報を基に条件の合う相手方に問い合わせをする。

④収集の日時・場所を調整し、果樹剪定枝などを収集する。

▶申込方法 11月6日(金)までに、環境課窓口または市ホームページにある申込書に必要事項を記入のうえ、県環境保全協会に郵送(当日必着)・電子メール・FAXいずれかの方法で申し込んでください。

▶申込先 一般社団法人長野県環境保全協会(〒380-0835 長野市新田町1513-2、☎026-237-6620、FAX 026-238-9780、電子メール na-nace@janis.or.jp)



Pick Up!
募 集

会計年度任用職員(一般事務補助)
を募集します

☎市民生活課(内線2231)

詳細はこちら▼



県民交通災害共済の加入申込事務や、市民生活課の窓口業務の事務を補助する職員を募集します。勤務条件や応募方法などは、下記のとおりです。

▶勤務先 市民生活課(市役所2階)

▶業務内容 令和9年度県民交通災害共済加入申込に係る事務、窓口業務

▶募集人員 2人

▶資格など 市内在住で、エクセル、ワードなどの基本的なパソコン操作ができる人

▶勤務日数 12日/月

▶勤務時間 午前9時～午後5時(昼休憩1時間)

▶任用期間 12月1日(火)～令和9年3月31日(水)

▶報酬 時給1,217円、通勤手当

▶応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、10月20日(火)までに市民生活課に持参するか、郵送(当日必着)してください。

*応募書類は返却しません。

▶面接試験 11月上旬

*詳細は応募者に連絡します。

▶応募先 市民生活課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地)



Pick Up !
募 集

市歴史講座の受講生を募集します

詳細はこちら▼


☎さらしなの里歴史資料館 (026-276-7511)

▶時間 午後1時30分～3時

▶会場 さらしなの里歴史資料館

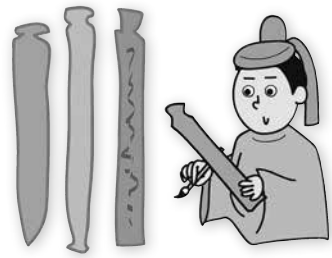
▶定員 各回40人(先着順)

▶受講料 1講座につき資料代として200円(受講時に納入)

▶申込方法 10月31日(土)までに電話で申し込んでください。
*希望する回のみ参加できます。

▶市歴史講座の日程

開催回	期 日	講座名	講 師
第1回	11月14日(土)	古代の馬と信州	小出 祥太郎さん (市歴史文化財センター主任)
第2回	12月12日(土)	近世信濃の暮らしかた	酒井 実姫さん (市歴史文化財センター主任)
第3回	令和9年1月9日(土)	古代埴科・更級群の木製祭祀具	杉木 有紗さん (県立歴史館文化財専門員)
第4回	令和9年2月13日(土)	北信濃の勢獅子と屋台	樋口 明里さん (長野市立博物館学芸員)
第5回	令和9年3月13日(土)	我が国の弓矢文化といくさ	平林 大樹さん (市歴史文化財センター係長)



Pick Up !
お知らせ

市総合計画の審議会を開催します

☎総合政策課 (内線4131)

第四次千曲市総合計画の策定に向け、第3回および第4回総合計画審議会が開催されます。どなたでも傍聴できます。

▶会場 市役所3階会議室

*資料を用意する関係上、傍聴を希望する人は、開催日の前日までに、総合政策課に電話または電子メール(seisaku@city.chikuma.lg.jp)で連絡してください。

開催回	日 時	審議内容
第3回	10月6日(火) 午後1時30分～3時30分頃	 詳細はこちら▲
第4回	10月27日(火) 午前10時30分～正午頃	 詳細はこちら▲

Pick Up !
募 集

屋代地区地区計画案の縦覧を行ないます

☎都市計画課 (内線3252)

(仮称)屋代スマートインターチェンジ西側周辺の計画的な土地利用を進めるため、地区計画の案を作成しましたので、縦覧と意見を募集します。

●計画案の縦覧

▶期間 10月2日(金)～15日(木)

*土、日、祝日を除きます。

▶時間 午前8時45分～午後4時30分

▶場所 都市計画課窓口、市ホームページ

●意見書の提出

▶対象 計画に関係する住民、利害関係者

▶提出方法 縦覧場所にある意見書を記入し、10月15日(木)までに都市計画課に持参するか、郵送(〒387-8511千曲市杭瀬下二丁目1番地、当日必着)してください。


詳細はこちら▲

Pick Up !
お知らせ

都市計画道路戸倉上山田線の計画変更素案の閲覧と公聴会を開催します

詳細はこちら▼


☎都市計画課 (内線3252)

市と県は、温泉街の山際を通る「都市計画道路戸倉上山田線」の変更を検討しています。この計画変更について、住民や関係者の意見を聞くため、変更素案の閲覧と公聴会を開催します。

●変更素案の閲覧

▶期間 10月2日(金)～23日(金)*土、日、祝日を除きます。

▶時間 午前8時45分～午後4時30分、(県)午前8時30分～午後5時15分

▶場所 都市計画課窓口、(県)千曲建設事務所整備課窓口、都市・まちづくり課窓口

*市または県のホームページでも閲覧できます。

●公聴会の開催

▶日時 10月25日(日)午前10時～正午(予定) ▶場所 市総合観光会館

●公述の申出

▶対象 計画の変更に関係する住民、利害関係者など

▶提出方法 10月2日(金)から16日(金)までの期間内に、閲覧場所にある公述申出書に必要事項を記入のうえ、提出先のいずれかに持参または郵送(当日必着)してください。

▶提出先

○都市計画課(〒387-8511千曲市杭瀬下二丁目1番地)

○県千曲建設事務所整備課(〒387-0007千曲市大字屋代1881)

○県都市・まちづくり課(〒380-8570長野市大字南長野字幅下692-2)

Pick Up !
募 集

地区計画区域内における建築物の制限に関する条例骨子に関する意見を募集します

詳細はこちら▼


☎都市計画課 (内線3252)

(仮称)屋代スマートインターチェンジの西側エリア(屋代地区)において、計画的な土地利用を進めるための「地区計画」の検討を進めています。この地区計画の作成にあわせ、区域内の建築ルール(用途制限、壁面位置の制限、高さの最高限度など)を定める条例を制定します。

今回、この条例の骨子がまとまりましたので、市民の意見(パブリックコメント)を募集します。

▶募集期間 10月2日(金)～11月2日(月)

▶閲覧場所 市ホームページ、都市計画課窓口

▶意見を提出できる人 以下の①～③のいずれかに該当する人

①市内在住、在勤・在学する人

②市内に事務所、事業所を有する個人、法人、団体

③パブリックコメント手続に利害関係を有する個人、法人、団体

▶意見の提出方法 閲覧場所にある「意見提出用紙」に意見などの必要事項を記入のうえ、都市計画課窓口を持参するか、郵送(当日消印有効)、ながの電子申請サービス(市ホームページに掲載)、FAX、電子メールのいずれかで提出してください。

▶提出先 都市計画課(〒387-8511千曲市杭瀬下二丁目1番地、FAX 026-273-1517、電子メール tosikei@city.chikuma.lg.jp)





膝腰サポート塾生



膝や腰の痛みの軽減や生活機能低下の予防につなげましょう。

▶日程

○11月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)

○12月3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)

○令和9年1月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)

▶時間 午後1時30分～3時 ▶会場 ことぶきアリーナ千曲

▶対象者 65歳以上の市民

▶定員 25人 *申込多数の場合は、新規申込を優先

▶講師 理学療法士 ▶参加費 1回 300円 *送迎なし

▶申込方法 10月1日(木)から9日(金)までに電話で申し込んでください。

☎ 高齢福祉課(内線1181)



10月「臓器移植普及推進月間」



毎年10月は「臓器移植普及推進月間」として、臓器移植の一層の定着・推進を図るために、臓器移植の現状を周知するとともに、移植医療に対する理解と協力のための普及啓発を行ないます。

臓器移植とは、重い病気や事故などにより臓器の機能が低下した人に、他者の健康な臓器と取り替えて機能を回復させる医療です。第三者の善意による臓器の提供が必要です。

臓器提供の意思表示は、マイナンバーカードや運転免許証、インターネットによる意思登録、臓器提供意思表示カードで行なえます。

☎ 健康推進課(内線2113)



10月「骨髄バンク推進月間」



白血病などの血液疾患に有効な治療法として、骨髄移植や末梢血幹細胞移植がありますが、この治療法には骨髄や末梢血幹細胞を提供していただけるドナーが必要です。移植を必要としている患者は、毎年約2,000人程度います。多くの患者を救うため、1人でも多くのドナー登録が必要ですが、特に若い世代のドナー登録が少ない状況です。ドナー登録の詳細は、長野献血ルーム(☎026-219-2480)に問い合わせてください。

また、市では「骨髄等ドナー支援事業」として、(公財)日本骨髄バンクの実施する骨髄提供をした市民と、その人を雇用する事業所に対する助成金交付制度があります。提供したドナーには、その提供のための入通院に対し、上限は10日で1日あたり2万円、その勤務事業所には、1日あたり1万円を交付します。詳細は、移植実施前に問い合わせてください。

☎ 健康推進課(内線2113)



認知症カフェ(認知症の人や家族の交流の場)



認知症や物忘れで困っている人、その家族、地域の人も、ホッと一息、気軽に話ませんか。

●オレンジカフェ ちくま

▶日時 10月20日(火) 午後1時30分～3時30分

▶会場 市総合観光会館

▶参加費 1人200円

▶その他 事前申込不要

☎ 高齢福祉課(内線1181)

●オレンジカフェ まゆ

▶日時 10月23日(金) 午後2時～3時30分

▶会場 グループホームまゆ更科(杭瀬下2-85)

▶参加費 1人100円

▶その他 事前申込不要

☎ グループホームまゆ更科(☎026-273-7080)



がん検診を受けましょう



▶検診名

①肺がんCT検診

②前立腺がん検診

▶対象者 ①40歳以上の人

②50歳以上の男性

▶内容

①らせんCTによる撮影検査

②血液検査によるPSA値測定

*PSAは前立腺の上皮細胞から分泌されるたんぱくで、がんができると値が高くなります。

▶費用 ①3,900円 ②1,100円

▶検診日程 上記二次元コードから市ホームページを確認してください。

*各種検診希望調査で申し込みをした人には、検診案内を送付します。申し込みをしていない人で検診を希望する人は、問い合わせてください。

☎ 健康推進課(内線2122)



「ちくま検定」受検希望者

▶日時 11月29日(日) 午前10時～

▶場所 市総合観光会館

▶定員 60人(先着順)

▶受検料 1,000円(中学生以下は無料)

▶申込方法 10月13日(火)から11月2日(月)の午前10時から午後4時までに、ちくま未来戦略研究機構(屋代西沢書店2階)で直接申し込んでください。

☎ (一社)ちくま未来戦略研究機構(☎026-214-7905)



家庭での食品ロス削減(家庭版20・10運動)



10月は食品ロス削減月間です。食品ロスの約半分は、一般家庭からのものと言われています。「家庭版20・10運動」は、冷蔵庫の中を定期的(毎月10日と20日)にチェック・整理する習慣をつけることにより、家庭から発生する食品ロスを削減する運動です。

●毎月10日・20日は冷蔵庫の中を整理しましょう

賞味期限・消費期限の近いものや、野菜・肉などの傷みやすいものを積極的に使用しましょう。

●「家庭版20・10運動」のスキリポイント

①食材の使いキリ

②残さず食べキリ

③野菜などの生ごみの水キリ

☎ 環境課(内線2211)



上中町区が宝くじ助成事業を活用

宝くじの社会貢献広報事業である「地域活動助成事業」を活用し、公益財団法人長野県市町村振興協会より宝くじの助成を受けて、コミュニティ活動に必要な机、イスを整備しました。

☎ 市民生活課(内線2233)



第15回フードドライブ

食品・日用品の寄付を募集します。寄付されたものは、こども食堂や困っている家庭などに届けます。

▶日時 10月14日(水) 午前10時～午後1時

▶会場 市役所南側駐車場

▶寄付できる食品

缶詰、カップ麺、レトルト食品、乾麺、お米(古古米まで)、ミルクなど保存できるもの

*賞味期限が明記され、募集日から1か月以上先のもの

*未開封のもの

*包装・外装が破損していないもの

*生鮮食品以外のもの

▶寄付できる日用品

おむつ、生理用品、トイレットペーパー、洗剤、タオルなど未開封のもの

▶当日持参できない場合

通年で寄付を募集していますので、連絡をお願いします。

☎ 更埴ライオンズクラブ(☎026-272-4500、午前10時～午後2時)

インフォメーション

「お知らせ」「募集」「イベント」など暮らしに役立つ情報をお届けします。



お知らせ



募集



イベント

千曲市役所 ☎026-273-1111(代表)
〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地

特段記載のない場合は費用は無料で、申込先は問い合わせ先と同じです。



ようこそ市長室

市政に対する意見・提案について小川市長と懇談します。1組25分以内です。

▶日時 10月28日(水) 午前9時～11時

▶場所 市長室ほか

▶申込方法 10月1日(木)から10月21日(水)までに電話で申し込んでください。(先着順)

☎ 秘書広報課(内線4201)



市政へのご意見・ご提案

よりよいまちづくりを進めていくためにさまざまな声を聞かせてください。意見の提出には、以下の3つの方法があります。

①ポリネコ! CHIKUMA



上記二次元コードの住民参加型システム「ポリネコ! CHIKUMA」から提案できます。

②ながの電子申請サービス



左記二次元コードの「ながの電子申請サービス」から提案できます。

③市公共施設に設置の用紙

市役所、市の公共施設、しなの鉄道各駅などに設置してある用紙から提案できます。

☎ 秘書広報課(内線4201)



第4回男女共同参画セミナー



誰もが自分らしく輝けて「ここで働きたい、暮らしたい」と思える長野をつくるには……。そのヒントをデータから探ってみませんか。(県男女共同参画センター主催「第2回“あいとぴあ”さんかくセミナー」の映像を上映します)

- ▶**日時** 10月23日(金)午後1時30分～3時30分
- ▶**会場** 市役所3階会議室
- ▶**講師** 山脇 絵里子さん(共同通信社編集局メディアセンター長)
- ▶**演題** 都道府県版ジェンダー・ギャップ指数から見える課題と可能性
- ▶**申込方法** 10月20日(火)までに、上記二次元コードの市ホームページにある申込フォームか、電話で申し込んでください。

☎ 人権・男女共同参画課(内線4121)



特定疾患等患者見舞金支給申請



特定疾患および小児慢性特定疾患の人の精神的、経済的な負担を軽減するため、見舞金を支給しています。

▶**対象者** 10月1日現在で市内に住所がある人で、次のいずれかの受給者証の交付を受けている人

- ①特定医療費(指定難病)受給者証
- ②特定疾患医療受給者証
- ③長野県特定疾病医療受給者証
- ④小児慢性特定疾病医療受給者証
- ⑤先天性血液凝固因子障害等医療受給者証

- ▶**支給額** 1万円
- ▶**申請方法** 10月30日(金)までに、福祉課窓口に受給者証を持参して申し込んでください。

☎ 福祉課(内線1271)



学校給食センター 一般見学・試食会

学校給食への理解を深めるため、市民を対象に一般見学・試食会を行ないます。

- ▶**日時** 11月10日(火)、18日(水)の午前10時～正午
- ▶**会場** 第1、第2学校給食センター *両日とも2会場で実施
- ▶**内容** 給食・献立の説明、調理の見学、試食など。各日の試食会の献立は、10日(火)は両センターとも「ごはんの献立」、18日(水)は第1が「パンの献立」、第2が「ごはんの献立」となります。
- ▶**定員** 各日、各センター20人(先着順) ▶**試食費** 1食370円
- ▶**申込方法** 10月5日(月)から16日(金)の平日午前9時から午後4時30分までに、各学校給食センターにある申込書に必要事項を記入のうえ、試食費を添えて、直接申し込んでください。

☎ 第1学校給食センター(☎026-272-2114)、第2学校給食センター(☎026-275-0365)



中小企業退職金共済制度加入促進強化月間



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。10月は加入促進強化月間です。○掛金の一部を国が助成します。○掛金は全額非課税で、手数料もかかりません。○パートタイマーや家族従業員も加入できます。○外部積立型で管理が簡単です。○他の退職金・企業年金制度などとの資産移換も可能です。
*詳細は「中退共」のホームページで確認してください。

☎ 中小企業退職金共済事業本部(☎03-6907-1234)



図書館まつり



▶**日時** 11月14日(土)午前9時30分～午後4時30分

▶**場所** 更埴図書館、信州の幸あんずホール

▶**内容** 古書市、おはなし会、親子工作教室「ボッチャボールを作って遊ぼう」(年中～小学生の子ども先着20人)、大人向け手作り講座「和装本で作る読書手帳」(先着15人)、子どもひろば

*親子工作教室と大人向け手作り講座は、10月6日(火)から窓口か電話で申し込んでください。

☎ 更埴図書館(☎026-273-2989)



人権啓発 児童・生徒作品展

- ▶**期間** 10月22日(木)～11月5日(木)
- ▶**会場** 戸倉創造館
- ▶**内容** 令和7年度差別の解消をめざすことをテーマとした標語入選作品(小学生)、ポスター入選作品(小・中学生)を展示します。

☎ 人権ふれあいセンター(☎026-273-3693)



戸倉図書館 おとなの折り紙教室



両面折り紙で折ったパーツを貼り合わせてリースを作ります。

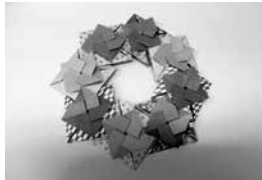
▶**日時** 10月31日(土)午前10時～11時30分

▶**会場** 戸倉創造館

▶**定員** 先着10人

▶**申込方法** 10月1日(木)から28日(水)までに、電話または窓口で申し込んでください。

☎ 戸倉図書館(☎026-276-7001)



出会いと縁づくり 多肉植物の寄せ植え&みかん狩りで恋を实らせよう



共同作業と季節のレジャーを楽しみながら、仲を深められる婚活イベントです。1対1のトークタイムも設け、もっと話したいと思う相手を投票するカップリングも行ないます。

- ▶**日時** 11月29日(日)午前10時30分～午後3時30分
- ▶**会場** あんずの里アグリパーク、信州の幸あんずホール
- ▶**対象** 25～35歳の独身者

○男性 市内・坂城町に在住または在勤の人

○女性 年齢以外の条件なし

▶**定員** 24人(男女各12人)

▶**参加費** 2,000円(ランチ代含む)

▶**申込方法** 上記二次元コードの申込フォームか電話で申し込んでください。 *応募多数の場合は抽選とし、後日結果を郵送します。

☎ 市社会福祉協議会(☎026-276-2687)



ガーデンサポーターズ

仲間と一緒に楽しみながら花の手入れなどをしませんか。

▶**日時** 10月13日(火)、26日(月)午前9時から

▶**場所** 白鳥園

▶**持ち物** 手袋、スコップ、花切ばさみ、草刈り鎌

▶**服装** 作業できる服装

☎ ガーデンサポーターズ事務局 北村さん(☎090-2563-6573)



大雲寺池自然観察会

▶**日時** 10月24日(土)午前9時～正午頃

*悪天中止

▶**集合場所** 大雲寺駐車場(八幡)

▶**観察場所** 大雲寺池周辺

▶**持ち物** 筆記用具、雨具、飲み物、おやつ、持っている人は双眼鏡、カメラ

▶**服装** 長袖、長ズボン、履きなれた靴

▶**参加費** 50円(保険代など)

▶**申込方法** 窓口または電話で申し込んでください。

☎ 環境課(内線2203)



更埴図書館短期講座

絵本を「哲学的」に考えてみませんか。一冊の絵本を通して、考えやことばを伝えることを楽しく学びます。

▶**日時** 11月8日(日)、12月5日(土)の午前10時～11時30分

*両日の参加が必要です。

▶**会場** 更埴図書館

▶**講座名** 絵本 de 哲学

▶**講師** 馬場 智一さん(法政大学教授)

▶**定員** 先着15人

▶**申込方法** 電話か窓口で申し込んでください。

☎ 更埴図書館(☎026-273-2989)



甲種防火管理新規講習



▶**日時** ○11月26日(木)午前9時～午後5時

○11月27日(金)午前9時～午後3時

*両日の受講が必要です。

▶**会場** 千曲坂城消防本部

▶**受講料** 6,000円

*受講日に徴収します

▶**定員** 30人

▶**申込期間** 10月26日(月)から11月13日(金)の午前8時30分から午後5時15分までに、各消防署で申し込んでください。

*受講申請書は、上記二次元コードの消防本部ホームページまたは各消防署にあります。
*申請者は受講者本人以外の人でも可能です。

*土、日、祝日受付可能

☎ ○戸倉上山田消防署予防係(☎026-276-0119)

○更埴消防署予防係(☎026-274-0119)

○坂城消防署予防係(☎0268-82-0119)



県立歴史館 10月のイベント



●秋季企画展（県成立150年・県史編さん開始記念）長野県150年のあゆみ～県民の“お宝”公文書の世界～

▶期間 10月3日（土）～11月8日（日）

●秋季企画展講演会①

▶日時 10月11日（日）午後1時30分～3時

▶テーマ 世界史のなかで日本の近代を考える

▶講師 加藤 聖文さん（駒澤大学文学部教授）

▶聴講料 共通券（一般500円）

▶申込方法 上記二次元コードのホームページ上にある、講演会詳細ページの申込フォームから申し込んでください。

●秋季企画展講演会②

▶日時 10月24日（土）午後1時30分～3時

▶テーマ 長野県150年の基礎を作った明治、大正期のインフラの歴史－歴史館所蔵資料からひもとく－

▶講師 山浦 直人さん（県立歴史館名誉学芸員）

▶聴講料 共通券（一般500円）

▶申込方法 講演会詳細ページの申込フォームから申し込んでください。

●体験講座「寒天版印刷に挑戦しよう！～親子で体験する明治時代のプリント技術～」

▶日時 10月31日（土）○午前の部 10時～11時

○午後の部 1時30分～2時30分 ▶定員 各部15組

▶申込方法 講演会詳細ページの申込フォームから申し込んでください。

☎ 県立歴史館文献史料課（☎026-274-3993）

●県立歴史館講座 ＊事前申込不要

▶日時 10月17日（土）午後1時30分～3時

▶テーマ 生誕160年 画家、書家 中村不折と近代日本の美術

▶講師 林 誠さん（県立歴史館総合情報課）

▶聴講料 常設展観覧券（一般300円）または共通券が必要

●長野都市ガスの日 10月31日（土）

長野都市ガス株式会社の協賛により入館料が無料になります。

●共通事項

▶会場 県立歴史館

☎ 県立歴史館総合情報課（☎026-274-3991）



児童手当の振り込み

下記のとおり振り込みますので、受給者は入金を確認してください。

▶振込日 10月9日（金）

▶内容 8月分から9月分まで

☎ こども未来課（内線1251）



職業訓練施設見学会

▶日時 10月7日（水）、21日（水）午前10時～正午

▶会場 ポリテクセンター長野（長野市）

▶対象者 求職中または転職を検討中の人

☎ ポリテクセンター長野（☎026-243-7856）



個別労働紛争あっせん制度

県労働委員会では、労働者と事業主との間に生じたトラブル（解雇、賃金、パワハラなど）について、労働問題の専門家が中立、公正な立場で両者から丁寧な話を聞き、円満な解決を手伝いする「あっせん」を行なっています。手続きは簡単・無料で、秘密は厳守されます。

☎ 北信労政事務所（☎026-234-9532）、県労働委員会事務局（☎026-235-7468）



松田邸企画展開連事業「屋代秀正の居城・屋代城をめぐる」



屋代家文書に登場する屋代秀正の居城・屋代城跡を歩き、戦国時代の遺構を体感するイベントです。

▶日時 11月14日（土）午前9時30分～正午

▶対象者 自由に参加できますが、起伏のある道を歩きます。

▶案内役 一重山みらい会議

▶定員 20人（先着順）

▶参加料 50円（保険料）

▶申込方法 10月2日（金）から11月8日（日）までに、電話もしくは松田邸窓口で申し込んでください。

☎ 武水別神社神宮松田邸（☎026-247-8760）



パソコン操作習得講座（11月開始）

▶コース・日程

①パソコン入門 11月12日（木）、13日（金）、19日（木）、20日（金）

②ワード文章基礎 11月4日（水）、11日（水）、18日（水）

③エクセル表計算基礎 11月21日（土）、28日（土）、12月5日（土）

④JW_CAD中級 11月10日（火）、17日（火）、24日（火）

▶時間 ①午後1時30分～4時30分、②③④午前9時30分～午後4時30分

▶会場 長野地域職業訓練センター（長野市）

▶定員 各10人（先着順）

▶費用 ①9,000円、②③1万5,000円、④1万9,000円

▶申込方法 受講日の1週間前までに電話で申し込んでください。

☎ 長野地域職業訓練センター（☎026-221-0505）



第22回千曲演劇祭出演団体

▶開催日（予定） 令和9年2月28日（日）

▶場所 上山田文化会館

▶申込方法 10月30日（金）までに電話で申し込んでください。

☎ 上山田文化会館（☎026-275-0500）



第15回千曲市スポーツチャレンジデー



▶日時 11月23日（月・祝）午前9時～午後1時

*受付は8時30分から

▶会場 ことぶきアリーナ千曲

▶対象 1チームあたり小学生以上の市民4人（ただし市内で勤務する人が2人以上いれば可）

○一般の部 中学生以上

○ファミリーの部 チームに1人以上の小学生が参加

○小学生の部 小学生のみ（学年によりハンデあり）

▶内容 ハンドボール、サッカー、卓球、バスケットボール、弓道、ボッチャの6種目 *一部変更する場合あり

▶定員 21チーム *応募多数の場合は抽選

▶申込方法 10月1日（木）から21日（水）までに、上記二次元コードの申込フォームか、ことぶきアリーナ千曲もしくは戸倉体育館で直接申し込んでください。

☎ 市スポーツ協会事務局（ことぶきアリーナ千曲内、☎026-273-0010）



自衛官採用試験

●陸上自衛隊高等工科学校生徒

▶資格 令和9年4月1日現在で15歳以上17歳未満の男子

▶受付 ○推薦 10月1日（木）～11月27日（金）

○一般 10月1日（木）～令和9年1月14日（木）

▶試験日

○推薦 令和9年1月9日（土）～11日（月・祝）の指定する1日

○一般 1次試験は令和9年1月23日（土）、24日（日）の指定する1日、2次試験は令和9年2月11日（木・祝）～14日（日）の指定する1日

●第3回一般曹候補生

▶資格 18歳以上33歳未満の人 ▶受付 11月20日（金）まで

▶試験日 ○1次 11月28日（土）～12月6日（日）のいずれか1日

○2次 令和9年1月9日（土）～12日（火）のいずれか1日

●第3回2等陸・海・空士

▶資格 18歳以上33歳未満の人 ▶受付 11月16日（月）まで

▶試験日 ○Web試験（学科試験） 11月25日（水）、26日（木）

○身体検査・口述試験 11月28日（土）

☎ 自衛隊長野地方協力本部 長野地域事務所（☎026-235-6026）

あなたに夢を。宝くじ 街に元気を。

クーちゃん

ハロウィンジャンボ宝くじの販売が始まりました

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が全国で販売されています。宝くじの収益金は、長野県の販売実績によって配分され、市町村の明るく住みよいまちづくりに活用されます。購入の際はぜひ県内の売り場でお願ひします。

販売期間 10月16日（金）まで
抽選日 10月26日（月）

長野県市町村振興協会（☎026-234-3611）

休日緊急医・当番薬局

緊急医は、休日の急病患者の応急診療を行なうためのものです。ご理解ご協力をお願いします。

月／日	内科・外科系(午前9時～午後5時)	歯科系(午前9時～正午)	薬局
10／4 (日)	いなりやまクリニック(稲荷山) 026-214-3501 東信よしだ内科・リウマチ科(坂城町) 0268-81-1330	宮坂歯科医院(小島) 026-272-0133	元町薬局(稲荷山) 026-214-3282 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020
10／11 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	林歯科医院(上山田温泉) 026-275-1064	あさひ薬局千曲店(桜堂) 026-214-6686
10／12 (月・祝)	やまざき医院(上徳間) 026-276-2700 いらかわ医院(坂城町) 0268-82-2143	宮島歯科医院(栗佐) 026-273-3064	戸倉いせや薬局(上徳間) 026-261-0070 さかき薬局(坂城町) 0268-71-5896
10／18 (日)	けんたろう脳神経外科(鋳物師屋) 026-214-3380 森本眼科クリニック(内川) 026-285-0020	滝沢歯科医院(栗佐) 026-272-1132	埴生いせや薬局(鋳物師屋) 026-214-9202 タカチ薬局(内川) 026-275-1624
10／25 (日)	とぐらクリニック(戸倉) 026-275-0405 村上堂大井クリニック(坂城町) 0268-81-3131	こみやま歯科医院(力石) 0268-81-7011	上戸倉ノリ薬局(戸倉) 026-275-7787 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020
11／1 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	滝沢歯科医院(磯部) 026-276-4636	あさひ薬局千曲店(桜堂) 026-214-6686

* 緊急医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に開院・開局しているかを事前に確認してください。
また、緊急医が開院している場合は、事前に連絡をしてから受診してください。
○戸倉上山田消防署(☎026-276-0119) ○更埴消防署(☎026-274-0119)
* 急な病気やケガなどで救急車を呼ぶか、病院に行くか迷ったときは、下記へ電話してください。
15歳以上の人は#7119へ、15歳未満の人は#8000へ (平日は午後7時～翌日午前8時、土日祝日年末年始は午前8時～翌日午前8時)
* 千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。
また、歯科は専用番号となっていますので確認のうえ、電話してください。

健康に役立つ情報が掲載されている
埴科地域包括医療協議会発行の
健康ニュースはこちら▶



〈広告欄〉 広告掲載のお問い合わせは株式会社アサヒエージェンシー(Tel.026-233-2222)まで

子育て支援センターからのお知らせ

01 誕生会(事前予約)

お子さんの誕生日を支援センターでお祝いしませんか。
身長・体重・手形を載せた誕生日カードを作成します。
■日程・会場 *①、②ともに所要時間は30分程度
①10月21日(水) 午前10時30分～・上山田子育て支援センター
②10月22日(木) 午前10時30分～・更埴子育て支援センター
■申込方法 市公式LINEアカウントで申し込んでください。 予約はこちら



02 ベビーマッサージ、親子ふれあい遊び(事前予約)

■日時 10月19日(月) *①、②ともに所要時間は50分程度
①ハイハイや歩きはじめたお子さん向けの親子ふれあい遊び 午後1時30分～
②首がすわったお子さん向けのベビーマッサージ 午後2時40分～
■会場 更埴子育て支援センター
■申込方法 市公式LINEアカウントで申し込んでください。

親子ふれあい
遊びの予約



ベビーマッサージの予約



03 就労相談、栄養相談(事前予約)

■申込方法 市公式LINEアカウントなどで申し込んでください。



	更埴子育て支援センター	上山田子育て支援センター	定員
就労相談	—	10月21日(水) 午前10時30分～11時、 午前11時10分～11時40分	1日2組まで
栄養相談	10月7日(水) 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分	10月15日(木) 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分	1組30分以内 1日8組まで

千曲市子育て
応援アプリ

ダウンロード
はこちらから



04 問い合わせ先など

	更埴子育て支援センター	上山田子育て支援センター
開館時間	午前8時30分～午後5時	
休館日	毎週土曜日	毎週日曜日
住所	千曲市杭瀬下三丁目18番地	千曲市大字上山田825番地2
電話	026-273-6180	026-275-6017

令和8年度
子育てひろば

申込は
こちらから



〈広告欄〉 広告掲載のお問い合わせは株式会社アサヒエージェンシー(Tel.026-233-2222)まで

千曲市の準公式サイト

まちナビちくま

まちナビちくまは、「千曲市 × 市民 × 地元企業」でつくる地域情報サイトです。
千曲市に関するイベント情報、おすすめ情報、求人やメンバー募集などの情報を
「誰でも自由に無料」で投稿・閲覧ができます！
ぜひ一度ご覧いただき、「まちナビちくま」へお気軽に投稿をお寄せください。

お問い合わせ：秘書広報課(内線 4202)

サイトはコチラ！



＊わたしの育て

Vol.186

今月の寄稿者

栗岩 なつみさん（内川）



6歳の双子の娘と0歳の娘がいます。双子が産まれてからは、1年間育児をとった主人とヒーヒー言いながら……いや、ヒーヒー言う余裕もないくらい寝不足の夜を過ごしていました。今となっては、主人と一緒に初めての育児に奮闘したあの1年間も大切な宝物です。

あんなに寝られなかった日々も、振り返ればあっという間。気づけば2人はお互いを見て真似をし、教え合い、時には競い合いながらできることを増やしていました。

「私もやってみたい!」とお互いに刺激を受けながら成長する姿に、双子っていいなと感じました。

道端で赤ちゃんとすれ違ったり「かわいいね」と言うようになり、いつしか「2人がお姉ちゃんになっ

たら、どんなかわいいう姿が見られるだろう!」と思うように。「お世話をしたり、一緒に遊んだりするのかな。そんな2人を見てみたい!」という願いを三女がかなえてくれました。

お姉ちゃんになった2人は、三女を笑わせることに一生懸命。三女もお姉ちゃんが大好きで、いつも後を追っています。ご飯を食べさせてもらおうと、笑いすぎて口に入らないことも(笑)。そんな三女は我が家の癒しです。

3姉妹のかわいいやりとりが見られること、家族みんなで支え合いながら今日まで歩んで来られたことが何よりの幸せです。これからも親も子も一緒に、日々を楽しみながら成長していきたいです。

としょかん通信

●更埴図書館 026-273-2989

●戸倉図書館 026-276-7001

●更埴西図書館 026-273-8060

●上山田公民館図書室 026-276-5842



▲市立図書館
ホームページ

新着おすすめ本

更埴

犬と逃げる

著者／佐藤青南
出版社／実業之日本社

長崎の小学校で保護された迷い犬。東京で発生した事件の容疑者は行方不明で……。奇妙な絆で結ばれた1人と1匹が辿り着く場所とは。人と犬の愛情を描く感動ミステリー。

戸倉

一角通り商店街のこと

著者／武嶋麻衣子
出版社／小学館

大学入学を機に一人暮らしを始めた雄士。個性派ぞろいの近所の商店街にはたらく人々との交流を、美味しく、楽しく、温かく描いた小説。

更埴西

悪行の王 切支丹陰陽師

著者／武川祐
出版社／文藝春秋

織田信長に仕える陰陽師・賀茂在昌は本能寺の変を予知する。謀反人は明智光秀と盟友・長岡藤孝だった。謀反の企てとその先の未来を知った在昌は友を救おうと動き出す。

更埴

室町「下剋上」サバイバル

著者／清水克行
出版社／文藝春秋

中世日本を専門とする歴史学者がひも解くワンダーランド。室町時代の人々はどのように生活していたのか、その魅力を余すことなく伝える1冊。

戸倉

47 とどうふけんをおぼえる妖怪ずかん

著者／朝里樹 妖怪監修
出版社／文響社

こわくてふしぎな妖怪たちが日本地図に大変身! 自分に似た形の都道府県にばけていますよ。オールカラーでイラスト満載の一冊。日本全国をめぐる、妖怪たちに会いにいこう!

更埴西

おばけばけばけおばけ

著者／海野あした
出版社／ニコモ

りんご、メロン、スイカ……。くだものを頭にかぶった動物たちが、他の動物をおどかします。「おばけだじょ〜」すると、本物のおばけが出てきてびっくり!

防災情報

令和8年度千曲市消防団フェスタを開催します!

同 危機管理防災課(内線4164)



市民との交流を通じ、消防団の活動周知と防災意識の向上を図ります。

▼日時 10月31日(土) 午前10時〜午後2時

▼会場 市役所南側駐車場、1階ロビー付近、こもれびテラス

▼内容 消防団車両の展示、放水体験、ラッパ分団による演奏会、防災グッズの紹介、スタンプリリーなど



詳細はこちら▲

▲去年の消防団フェスタの様子

イベント案内		
館名	とき	内容
更埴	毎週土曜日 午前10時30分〜11時	おはなし会
戸倉	10月3日(土)、10日(土)、24日(土)、31日(土) 午後2時30分〜3時	おはなし会
更埴西	毎週水曜日 午前10時30分〜11時	おはなし会
更埴西	10月18日(日) 午後3時〜3時30分	サン3おはなし会

カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12*	13*	14*	15*	16*	17*
18*	19*	20*	21*	22*	23*	24*
25*	26*	27*	28*	29*	30*	31*

*蔵書点検休館日 10月12日〜13日(上山田公民館)、12日〜21日(戸倉)、22日〜26日(更埴西)、22日〜11月2日(更埴)

■ 更埴・更埴西・戸倉図書館 休館日
■ 更埴・更埴西図書館 休館日
■ 戸倉図書館 休館日
■ 上山田公民館図書室 休館日

いつでも、どこからでも、電子書籍を無料で借りられます。初めての方は上記の市立図書館で申し込みが必要です。

テーマブック

テーマ：秋といえば…?
〜読書の秋! 図書館で本を読もう〜

十歳までに読んだ本

更埴図書館
著者／西加奈子ほか全70人
出版社／ポプラ社

70人の著名人が子どもの頃に読み、自身の核となった本について語るエッセイ集。幼い頃、心揺さぶられた物語にもう一度出会うことが出来るかも。



人気の本ベスト5【スポーツ・アウトドア】

1位 「だれでも安全・快適に歩ける! 日帰り低山ハイキングを楽しむ教科書」 好日山荘

2位 「サッカー足ワザ大事典 毎日フェイント! 200テクニック」 菊原志郎

3位 「人生100年時代の安全登山ハンドブック」 橋本しをり

4位 「山に登るなら知っておきたい登山のための食事と栄養」 清野隼

5位 「ソフトテニス基本と勝てる戦術 強豪校が実践する必勝法を伝授」 野口英一

25 令和8年10月 CHIKUMA

CHIKUMA 令和8年10月 24



このコーナーでは、地域の行事やイベントなどの様子を紹介します。
市公式ホームページでも配信しています！

8/25 14年ぶりの「自力出場」！千曲市出身の4選手が健闘を誓う 県ハンドボール成年女子選抜チームがあおもり国スポ出場

県ハンドボール成年女子選抜チームの千曲市出身選手4人が、9月3日(木)から開催される「あおもり国スポ」に北信越代表として出場することを小川修一市長に報告しました。

代表チームは7月18日(土)、19日(日)に千曲市、上田市、東御市で開催された北信越国スポ予選大会で準優勝し、県成年女子としては14年ぶりに、国民スポーツ大会への自力出場を勝ち取りました。

また、代表チーム選手の多くは「長野Bloomy」という社会人チームから選出されており、同チームは令和9年開催の宮崎国スポのリハーサル大会の位置づけとして、8月9日(日)から11日(火)まで開催された「第31回ジャパンオープントーナメント」で、県勢として初めて4位入賞を果たしました。



9/3~5 ものづくりの「凄さ」と「楽しさ」と、「地元企業の魅力」に触れる体験型展示会 ものづくりフェア千曲 2026

市と市内製造事業者で組織する「ものづくりネット千曲」は、今回で3回目となる企業展示会「ものづくりフェア千曲2026」を戸倉創造館で開催しました。

この展示会は、次代を担う市内の子どもたちに、ものづくりの「凄さ」や「楽しさ」を見て・触れて・学んでもらうことで地元企業に興味を持ってもらい、将来的な就職につなげることを主な目的としています。

会場ではホール内を千曲市全域に見立て、千曲川や国道18号を表示して実際の企業所在地に合わせてブースを配置。企業所在地の近くにある建物や目印をブースに掲示するなど、地元企業に親しみを持ってもらう工夫を凝らしていました。

また、清泉大学、長野大学、長野県立大学の大学生が企業の社員になりきり、仕事内容や商品を来場者に説明したことも大きな特徴です。これには「企業は若者の価値観を知る」「中学生は歳の近い大学生との交流を通じて親近感を持つ」「大学生は千曲市の企業を知る」という狙いもあります。

展示は市内企業による体験型ブースを中心に、ほかにも清泉大学による杏加工の研究発表などの企画が催されました。



千曲市の人口

住民基本台帳人口

令和8年9月1日現在			前月比
世帯数	25,159 世帯		0
人口	58,241 人		-62
男	28,346 人		-24
女	29,895 人		-38



人口データはこちら▲

1月に誕生日を迎える人へ

市民課
(内線1212)

マイナンバーカードおよび電子証明書の有効期限を確認してください。有効期限を迎える人には、誕生日の3か月前から順次「有効期限通知書」が届きますので、更新を希望する人は手続してください。



詳細はこちら▲

8/7 豪雨にも負けない、夜空に咲いた1万発の花火 第95回信州千曲市千曲川納涼煙火大会

毎年恒例の千曲川納涼煙火大会が千曲川河畔で行なわれました。当日は打ち上げ開始直前からの激しい雨となるあいにくの天候になりましたが、定番のスターマインを始め、華やかな約1万発の花火が打ち上げられました。

今年は、千曲市が舞台のテレビアニメ「Turkey!」のオープニングテーマ「ヒャクニチソウ」を用いたミュージック花火も打ち上げられました。楽曲に合わせて各キャラクターのイメージカラーの花火が夜空をきれいに彩り、来場した多くの観客を魅了しました。

屋台でグルメを買い求める姿や、花火が終わるたびに拍手が起こるなど、夏の風物詩を楽しむ様子が見られました。



8/18 決勝大会初出場での快挙！ 全国ボッチャ選抜甲子園決勝大会での準優勝を報告

稲荷山支援学校のチーム「Fox Boccias」が、第11回全国ボッチャ選抜甲子園の決勝大会で準優勝したことを小川修一市長に報告しました。

同チームは、高等部2年生の高橋 美羽さん、山本 羽美さん、大井 悠さん、目崎 翔大さんの4人で構成されています。初出場だった昨年は予選敗退で決勝大会に進めませんでしたが、今年は予選会1位タイとなり、決勝大会への出場権を獲得していました。

決勝大会は、8月8日(土)にひがしんアリーナ(東京都墨田区)で開催され、予選上位14チームにシード校など2チームを加えた計16チームのトーナメント方式で優勝が争われました。

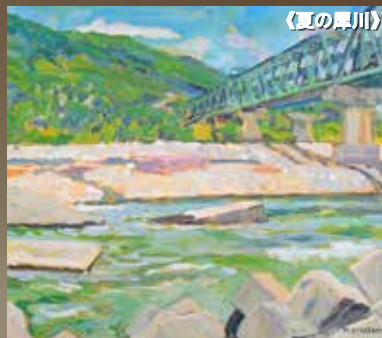
同チームは準決勝までの3試合をすべて4対0で完勝を収め、決勝で地元開催の墨東旋風 Kids(東京都、墨東特別支援学校)に惜しくも1対6で敗れたものの、決勝大会初出場で準優勝という素晴らしい快進撃を見せました。

4人のチームメンバーからは「準優勝はうれしいけれど、来年は優勝を目指したい」という再挑戦に向けた意気込みが語られ、これに対し小川市長は「気持ちを新たに来年の優勝、再来年の全障スポ(全国障害者スポーツ大会)を目指してぜひ頑張ってもらいたい」とエールを送りました。





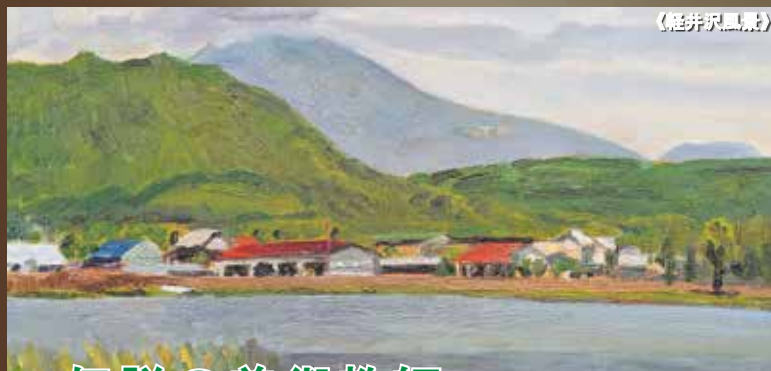
《秋の八王子山と千曲川》



《夏の千曲川》



《自画像》



《千曲川風景》



《戸倉上山田中学校》

伝説の美術教師 Mamoru Hi yazaki

飛矢崎真守回顧展

その画筆で甦る、昭和の信濃

ふ で よみがえ

10.17[±]▶ 11.15^日

腰に手拭い、一本の筆。あの日、先生が見つめていた信濃が、ここに 있습니다。

●特別開催「チャリティー頒布会」(1階会場・会期中開催)

●ギャラリートーク「絵の向こうに、先生がいる」

日程 11月15日(日) 10時～11時 / 参加費無料(要当日観覧券)

▶会場 アートまちかど ▶観覧料 一般300円、高校生150円、中学生以下無料 ▶休館日 月曜日・祝日の翌日(11月4日※)

▶観覧時間 午前9時から午後5時(入館は午後4時30分まで)(最終日のみ午後3時終了) ▶主催 千曲市 ▶主管 飛矢崎真守回顧展実行委員会



☎アートまちかど (026-272-4152)

〈広告欄〉——— 広告掲載のお問い合わせは株式会社アサヒエージェンシー(☎026-233-2222)まで

☎ 026-273-1111 FAX 026-273-1004

ホームページ <https://www.city.chikuma.lg.jp/>

1部あたりの印刷費 29円 *乱丁・落丁はお取替えします。