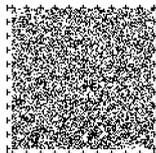


お知らせ・募集・催し物

TEL 026-273-1111 (代表)



お知らせ

6月納期の市税・使用料など

- 市県民税(1期分)
- 介護保険料(3期分)
- 保育料(6月分)
- 公共下水道使用料(3期分)
- 倉科・森・羽尾排水施設使用料(3期分)

○市営住宅・駐車場使用料、共益費(6月分)

○市営水道料金(6月分)

■納付期限 7月1日(月)

【ご寄付ありがとうございます】

○株式会社ユニオンプレート様(内川)

■寄付内容・用途 ワイヤレスアンプ、ワイヤレスマイク一式・戸倉上山田中学校で使用してもらうため

7月1日から

市役所庁舎敷地内が禁煙

改正健康増進法を受け、市では7月1日から市役所更埴庁舎、戸倉庁舎、上山田庁舎の敷地内を禁煙とします。望まない受動喫煙の防止を図るため、ご理解をお願いします。

■問い合わせ先 更埴庁舎・総務課(内線5214)

「児童手当現況届」の提出と児童手当の振り込み

児童手当を受給している人に「児童手当現況届」を6月中旬に郵送します。この届け出で、6月1日現在の養育状況を確認し、引き続き手当を受けられるかどうかを確認しますので、必ず提出してください。現況届の提出が無いと、10月から手当が受給できなくなります。

■提出期限日 6月28日(金)

■提出先 戸倉庁舎こども未来課、更埴庁舎福祉支援係、上山田庁舎市民窓口課

○受給者には、2月から5月分までの児童手当を6月10日(月)に指定口座に振り込みます。

■問い合わせ先 戸倉庁舎・こども未来課(内線6217)

千曲川クリーン作戦

第14回千曲川クリーン作戦を実施します。多くの皆さんの参加をお願いします。広範囲の作業となるため、事業所(企業)やボランティアなどの参加も広く募集します。

地区別の区域割りを設けています。詳細は市報6月号と一緒に配布した「回覧チラシ」で確認してください。

■日時 6月16日(日)午前8時～9時

■問い合わせ先 更埴庁舎・廃棄物対策課(内線5423)

生ごみ減量・堆肥化講習会

ダンボール箱を使った生ごみの堆肥づくりの講習会です。堆肥化に必要な材料などを用意していますので、講習を受けたいその日から自宅で挑戦できます。

■日時・場所

○6月10日(月)午後1時30分

～3時30分頃・稲荷山公民館

○6月29日(土)午後1時30分

～3時30分頃・屋代公民館

○7月23日(火)午後1時30分

～3時30分頃・戸倉創造館

■定員 各日15人

■申込方法 事前に電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 更埴庁舎・廃棄物対策課(内線5423)

胃がん・大腸がん検診

○胃がん検診 胃部レントゲン検査(空腹時にバリウムを飲み、エックス線間接撮影をします。)

○大腸がん検診 便潜血反応検査(専用の容器2本に便を採り、検診会場で回収します。)

■申込方法 申込みをした人には、検診案内を郵送します。

申込みをしていない人で受診を希望する人は、問い合わせてください。

*大腸がん検診を申し込んだ人で、受診しない場合は必ず検査容器を返却してください。

■申込・問い合わせ先 更埴庁舎・更埴保健センター(内線5507)

「千曲市緑の基本計画」の推進事業団体が決定

■団体名・内容

○稲荷山公園クリーンボランティア

○屋代第2区・あんず街道角公園の緑化推進

○中町区ねむの木公園 花を育てる会・ねむの木公園の緑化推進

○園芸福祉ボランティアグループ「笑」すまいる・公共施設地と地域での園芸活動

○五加の庄花緑コミュニティパーク公園を愛する会・五加の庄花緑コミュニティパークの緑化推進

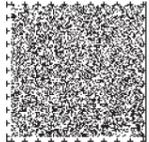
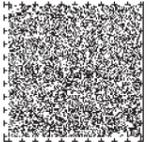
○屋代を語る会・屋代駅前通り花いっぱい事業

○五加地区花の会・県道沿いの花壇作り

○プランター41会・尾米川沿いの緑化推進

■問い合わせ先 更埴庁舎・都市計画課(内線5622)

* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



お知らせ

生活支援コーディネーターを配置



4月から高齢者の在宅生活を支える調整役「生活支援コーディネーター」を4人、配置しています。コーディネーターは、地域のニーズや高齢者の日常生活の課題を発掘し、行政などと情報を共有することで、サービスの開発やネットワークづくりなどに取り組みます。

問い合わせ先 更埴庁舎・高齢福祉課(内線5528)

いのちを支える千曲市自殺対策推進計画を策定

「生きることの包括的な支援」として、誰もが自殺対策に関する必要な支援が受けられるよう、自殺対策を総合的かつ効果的に推進する計画を策定しました。
■スローガン 「誰も自殺に追い込まれることのない千曲市の実現」
■計画期間 令和元年度(平成31年度)～令和4年度
■数値目標 令和4年の自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)を13以下
現状値16.2(平成26年度)

経済センサス基礎調査の実施にご協力を

6月から経済センサス基礎調査が実施されます。この調査は、全国すべての事業所の活動状態などの基本的構造を明らかにすることなどを目的としています。調査員が順次事業所を訪問して、外観などから活動状態を確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。調査へのご理解・ご回答をお願いします。
■調査対象 市内すべての事業所
■調査期間 6月～令和2年3月
■調査内容 事業所の名称、所在地、活動状態、従業員数、事業の内容、年間総売上高、法人番号など
■問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5316)
■日時 6月15日(土)午後1時30分～3時(受付は午後1時)

■日時 6月15日(土)午後1時30分～3時(受付は午後1時)
■会場 更埴文化会館小ホール
■内容 色で自分の心と向き合い、本当の気持ちに気づく体験を通して、今後の生活に役立ちます。
■講師 中村奈美さん(カラーアナリスト、セラピスト)
■定員 50人(先着順で事前申

ひきこもり家族支援のひきこもり

ひきこもりなど同じ経験を持つ家族同士が集まり、研修や交流をします。
■日時・会場 6月6日(木)、20日(木)午後1時30分～3時30分・戸倉人權はつらつセンター
○6月12日(水)午後7時～9時

込みが必要)

*1歳から就学前の子どもを対象に、先着6人まで託児ができません。(事前申込みが必要)
■持ち物 筆記用具・色鉛筆(12色程度)
■申込・問い合わせ先 戸倉庁舎・人権・男女共同参画課(内線6331)

エコアクション21セミナー

日時 6月22日(土)午後1時30分～3時50分
■会場 戸倉創造館小ホール
■内容 事業者が取り組む環境マネジメントシステム「エコアクション21」による組織の活性化について、事例発表
■定員 40人(先着順)
■申込方法 6月17日(月)までに市ホームページから様式をダウンロードし、(一社)長野県産業環境保全協会へFAX(026-1228-15872) またはメール(ea21nasa@valley.ne.jp)で申し込んでください。
■問い合わせ先 上山田庁舎・産業振興課(内線7335)

狩猟免許の講習会・試験

農作物被害などによる有害鳥獣駆除・捕獲をしたい場合は、狩猟免許が必要です。
●初心者狩猟免許試験講習会

歯の健康を守る検診

■対象者 ①今年度内に40、50、60、70歳になる人(対象者には5月下旬に通知を郵送しています。)
②市内に住所がある妊婦(母子健康手帳交付時に受診票を渡します。)
■検診内容 歯・歯肉の検査、検査結果の説明、歯科保健指導
■費用 3000円(個人負担500円、市補助2500円)
■検診期間 ①6月1日(土)～12月28日(土)
②通年
■受診方法 市内歯科医院に電話予約し、受診してください。
■問い合わせ先 戸倉庁舎・健康推進課(内線6257)

農薬の適正使用と管理を

農薬の使用・管理の不備などによる事故が多発しています。次の取り扱いに注意し、安全に使用してください。
○使用基準を厳守する。
○近隣の住民に連絡したうえで時間帯や風向きなどに注意し

●狩猟免許試験

●狩猟免許試験
*テキスト(税込み3380円)を講習会当日に購入してください。
■期日 ①10月1日(火)
②令和2年2月22日(土)
■会場 長野県長野合同庁舎5階会議室
■対象者 県内に住所がある人(網猟及びわな猟免許は18歳未満の人、第一種及び第二種銃猟免許は20歳未満の人は受験できません。)
■受験手数料 長野県収入証紙5200円(既に免許を所持しており、さらに他の免許を受験する人は、3900円)
■申込・問い合わせ先 長野地域振興局 林務課(内線026-1234-9521)

ベビーマッサージ教室

日時 6月13日(木)午前10時30分～11時30分
■会場 更埴西図書館談話室
■内容 童謡を交え、赤ちゃんと一緒にリラックスタイムを

農薬によるミツバチへの被害の防止にご協力を

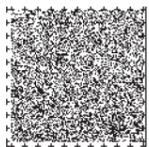
農作物づくりにおいて大切な役割をするミツバチを農薬被害から守るため、農薬を散布するときは、次の取り扱いに配慮してください。
○気温が低く、風が弱い早朝に散布する。
○使用基準を厳守する。
■問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7243)

就職応援会

日時 6月19日(水)午後1時30分～3時30分
■会場 千曲市地域職業相談室
■内容 求人企業の担当者から直接、求人内容の説明が聞けます。
■対象者 千曲市・坂城町に在住する求職者
■問い合わせ先 ハローワーク篠ノ井(内線026-1293-8609 音声ナビ3番)

「認知症になった波平」事例でわかる成年後見制度 講演会

サージを楽しく学びます。図書館職員による読み聞かせもあります。
■講師 岡村和枝さん(ベビーマッサージインストラクター)
■定員 10組(先着順)
■持ち物 バスタオル、飲み物
■申込方法 6月12日(水)までに電話か、直接窓口で申し込んでください。
■申込・問い合わせ先 更埴西図書館(内線026-1273-8060)
■日時 6月25日(火)午後1時30分～3時30分
■会場 市総合観光会館
■内容 「サザエさん」一家を題材に、成年後見制度について、わかりやすくお話しします。
■講師 渡辺哲雄さん(前NPO法人東濃成年後見センター理事長)
■定員 80人(先着順)
■申込方法 6月20日(木)までに電話かFAXで申し込んでください。FAXには、氏名、地区、連絡先、年代を記載してください。
■申込・問い合わせ先 千曲市成年後見支援センター(内線026-1276-12687、FAX026-1214-7776)



膝腰サポート塾

日時 6月27日～9月26日までの毎週木曜日、午後1時30分～3時(全12回、8月15日と29日は休み)

会場 殖生公民館2階講堂
内容 膝痛、腰痛の予防・改善に取り組みます。

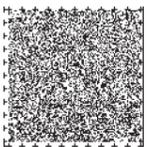
対象者 65歳以上の人
講師 理学療法士
定員 21人(先着順)
参加費 1回200円

申込方法 6月6日(木)から12日(水)までに電話で申し込みください。

6月1日～7日は「水道週間」
「いつものむい」いつもの水に日々感謝」をスローガンに、第61回水道週間が全国的に実施されます。

水道は、健康で文化的な生活や社会経済活動を支える必要不可欠な生活基盤施設として、重要な役割を果たしています。安全で良質な水を安定的に供給できる整備や地震などの災害に強い水道づくりなどへの取り組みを進めている中、さらに水道についての理解を深めていくために実施されます。

* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



千曲市地球温暖化対策協議会の会員

同協議会は、地球温暖化の原因とされる日常生活における温室効果ガス排出量の削減を目的として、一般家庭などの省エネ、エコライフの推進を行っています。

一緒に活動していただける人や団体を随時、募集しています。

問い合わせ先 更埴庁舎・環境課(内線5414)

大田原農業体験(そば栽培)の参加者

期日・内容
① 7月28日(日)・そばの種蒔き、じやがいも堀り

② 8月11日(日)・祝・そばの土寄せ、おやき作り

③ 10月20日(日)・そばの収穫
④ 令和2年2月16日(日)・そば打ち、そばせんべい作り

* 雨天などで延期または中止となる場合があります。
時間 各回ともに午前9時～午後4時頃まで(予定)

集合場所 大田原公民館
募集人数 約30人
参加費 ①③各1000円、②1500円、④2000円

* 各回昼食代込みで、小学生以下は半額です。

募集

更埴中央公園市民プール
監視員・受付事務員
募集人員 監視員15人、受付事務員3人
募集条件 18歳以上で健康な人(高校生不可)

勤務日 7月1日(月)から8月26日(月)までの間で勤務できる日

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分

賃金(日額)
監視員6880円
受付事務員6800円

申込方法 市販の履歴書(写真添付)に記入のうえ、6月17日(月)までに郵送(当日必着)するか、直接持参してください。

郵送・問い合わせ先
スポーツ振興課(〒389

第九合唱団の団員
令和2年3月22日に開催予定の「ことぶきアリーナ千曲・新庁舎落成記念『第九』演奏会」に参加する合唱団の団員を募集します。

募集開始日 6月15日(土)
募集要項と申込書は、6月8日(土)から市ホームページまたは上山田文化会館、戸倉創造館、更埴文化会館にあります。

* 詳細は、募集要項を確認してください。

問い合わせ先 更埴庁舎・市民協働課(内線5312)

パソコン操作習得受講生

コース・日程
① パソコン入門・7月9日(火)、10日(水)

② エクセル基礎・7月4日(木)、11日(木)、18日(木)

③ エクセル中級・7月25日(木)、8月1日(木)

④ ホームページ作成・7月21日(日)、28日(日)、8月4日(日)

時間 ①午後9時30分～午後

自衛官採用試験

10806 千曲市大字磯部1406番地1 戸倉体育館内、Tel026-276-1731

① 航空学生

受験資格 高卒(見込み含む)

航空自衛隊 21歳未満の人

海上自衛隊 23歳未満の人

受付期間 7月1日(月)～9月6日(金)

一次試験日 9月16日(月・祝)

一般曹候補生

受験資格 18歳以上33歳未満の人

受付期間 7月1日(月)～9月6日(金)

一次試験日 9月20日(金)

22日(日)のいずれか1日

自衛官候補生

受験資格 18歳以上33歳未満の人

受付期間 通年

試験日 受付時にお知らせします。

* 詳細は、問い合わせしてください。

問い合わせ先

自衛隊長野地方協力本部・長野地域事務所(Tel026-23516026)

募集 市内循環バス運転手



市では市民の生活の移動を支えるため、9台のバスを運行していますが、バスの運転手が不足しています。

小さなバスなら運転できそう、接客が好き、外で働いてみたいなど、循環バスの運転手に興味や関心がある人は、詳細を問い合わせてください。

問い合わせ先

- 有限会社信州観光バス(Tel026-272-8100)
○有限会社シンリク観光(Tel026-273-5825)
○アルピコ交通株式会社(Tel026-254-6582)

0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
定員 各10人
参加費 ①4000円、②④1万4000円、③1万1000円

申込方法 受講料を持参のうえ、受講日の1週間前までに直接申し込んでください。6月10日(月)から受け付けます。

申込・問い合わせ先 長野地域職業訓練センター(Tel026-2221-0505)

催し物

第18回戸倉たまねぎ祭り

日時 6月8日(土)午前7時30分～(雨天決行)

* たまねぎが終わり次第終了

集合場所 JANAがの旧中部営農センター

内容 当日、専用ネット袋(10キ用1000円、20キ用2000円)を購入し、各自で収穫します。

服装・持ち物 収穫できる服装、手バサミ、軍手、長靴、雨天の場合は雨具など

問い合わせ先

○長野農業改良普及センター(Tel026-2612341-9535)
○上山田庁舎・農林課(内線7243)

小船山たまねぎ収穫体験

日時 6月9日(日)午前8時30分～正午(少雨決行)

集合場所 小船山公民館

会場 小船山地区の圃場

参加費 1000円(中学生以下500円、未就学児無料)

* 参加費には昼食代・お土産のたまねぎ代が含まれます。

服装・持ち物 収穫のできる服装、軍手、長靴、帽子、雨天の場合は雨具など

定員 20人(先着順)

申込・問い合わせ先

上山田庁舎・農林課(内線7243)

七夕おはなし会

日時 7月7日(日)午前10時30分～11時50分

会場 更埴西図書館

内容 職員による読み聞かせ、工作、雑誌付録抽選会、雑誌古本市コーナー

問い合わせ先

更埴西図書館(Tel026-27318060)

市立図書館からの お知らせ

- ★更埴図書館 (Tel.026-273-2989)
- ★戸倉図書館 (Tel.026-276-7001)
- ★更埴西図書館 (Tel.026-273-8060)
- 開館時間 午前9時30分～午後6時
- ★上山田公民館図書室 (Tel.026-276-5842)
- 開館時間 午前8時30分～午後5時15分

- 更埴図書館新刊図書
- 小説
 - 『箱の中の天皇』赤坂真理
 - 『崩壊の森』本城雅人
 - 『呪護』今野敏
 - ノンフィクション
 - 『旅立つあなたへ 自分を愛するのための20章』五木寛之
 - 『子どもと作れる12か月のパン』吉永麻衣子
 - 児童向け
 - 『ピョピョスーパーマーケット』工藤ノリコ
 - 『いいおといっぱい』いりやまさとし
- 戸倉図書館新刊図書
- 小説
 - 『とめどなく囁く』桐野夏生
 - 『方丈の孤月』梓澤要
 - ノンフィクション
 - 『アスパラガス採りつきり栽培』元木悟
 - 『夢見る美しき古都ハンガリー・ブダペストへ』鈴木文恵
 - 『至福のどんぶりレシピ』今井亮
 - 児童向け
 - 『おさいふのかみさま』荻田澄子
 - 『妖精のカレーパン』齊藤栄美

人気の本ベスト5 【紙芝居】

1位『あしながてなが』	かなだ たえ
2位『あんなちゃんのおさんぽ』	たけした ふみこ
3位『なんだ・なんだ?』	古川 タク
4位『いやいやたまご』	竹下 文子
5位『おばけちゃんことこ』	長野 ヒデ子

6月の図書館カレンダー

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*						

■更埴・更埴西・戸倉図書館 休館日
■上山田公民館図書室 休館日
*全館休館日：6月30日

市立図書館
おすすめの1冊



「麦本三步の好きなもの」
著/住野 よる
出版社/幻冬舎
朝寝坊、チーズ蒸しパン、本。図書館勤務の20代女子の好きなものがたくさん詰まった本。

- 更埴西図書館新刊図書
- 小説
 - 『隠居すごろく』西條奈加
 - ノンフィクション
 - 『和のきれいな配色』ナイスク
 - 児童向け
 - 『どうぶつたちのうた』二宮由紀子
- 【おはなし会】
- 更埴図書館
 - 毎週土曜日午前10時30分
 - 戸倉図書館
 - 毎週木曜日午前10時30分
 - 6月29日(土)午前10時30分
 - 分(ロビーおはなし会)
 - 更埴西図書館
 - 毎週水曜日午前10時30分

催し物

科野のムラお田植えまつり



▲飛び入り参加できる田植え体験

- 日時 6月9日(日)午後1時30分～3時(小雨決行)
- 会場 科野の里歴史公園「科野のムラ」の田んぼ
- 内容 矢代一重山太鼓の音頭で早乙女さんが古代米の田植えをします。
*田植えの飛び入り参加も大歓迎です。参加した皆さんにおやつを差し上げます。
*当日は、県立歴史館と森將軍塚古墳館の入館料、古墳見学バスの利用料が無料です。
- 問い合わせ先 森將軍塚古墳館 (Tel.026-274-3400)

千曲川の水辺観察会

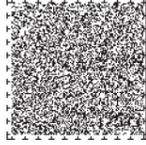
- 日時 6月9日(日)午前9時～正午頃(悪天や増水の場合は中止)
- 集合場所 冠着橋右岸(千本柳運動場)の駐車場
- 観察場所 冠着橋近くの水辺
- 持ち物 魚取り用の網、筆記用具、飲み物、おやつ、千曲市の自然観察ガイドブック(持っている人)
- 服装 濡れてもよい服装や靴、長靴、着替え、タオル
- 参加費 300円
- 主催・問い合わせ先 NPO法人千曲市環境市民会議事務局(TEL0801-699414820、連絡は平日の午前9時～午後5時)

さらしな学・わくわく講座「姨捨の棚田」誕生物語

- 国の重要な文化的景観「姨捨の棚田」の成り立ちを現地を歩きながら解き明かします。
- 日時 6月29日(土)午後2時～(少雨決行)
- 集合場所 姨捨観光会館駐車場
- 案内人 地学団体研究会長野支部会員であり、信州大学名誉教授の赤羽貞幸さんと塚原弘昭さん
- 主催・問い合わせ先 さらしなルネサンス 塚原

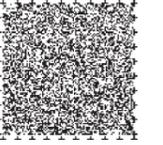
白鳥園イベント

- ①温泉ランニングクラブ
 - 日時 6月8日(土)、22日(土) 午前9時
 - 内容 千曲川と信州の山々の中でランニングをします。
 - 申込方法 電話または電子メール (info@hakuchoen.jp) で申し込んでください。
- ②戸倉上山田中学校 吹奏楽部演奏会
 - 日時 6月23日(日) 午前11時～正午頃
 - 内容 恒例の演奏会を白鳥座ガーデンが楽しめる1階カフェで行ないます。
- ③ガーデンサポーターズ倶楽部
 - 日時 6月24日(月) 午前9時
 - 内容 花のお手入れをしながら、仲間づくりや情報共有を楽しみます。
 - 持ち物 手袋、汚れてもいい服装、小さなスナップ、花切りはさみ
 - 申込方法 白鳥園フロントで申し込んでください。
 - 共通事項
 - 会場 白鳥園
 - 申込・問い合わせ先 湯のきとちくま白鳥園(Tel.0261-27510400)



定例の掲示板

TEL 026-273-1111 (代表)



日曜・祝日の当番医・当番薬局(千曲市・坂城町)

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
6/2 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	青木歯科医院(八幡) 026-272-1335	小岩薬局(桜堂) 026-272-0210 加賀屋薬局(戸倉) 026-276-7437
6/9 (日)	あんずの里クリニック(森) 026-272-1005 とぐらクリニック(戸倉) 026-275-0405	若林歯科医院(杭瀬下) 026-273-0103	J A あんずいせや薬局(雨宮) 026-273-3108 上戸倉ノリ薬局(戸倉) 026-275-7787
6/16 (日)	中沢医院(小島) 026-272-0131 松尾医院(坂城町) 0268-82-2013	あかいけ歯科クリニック(坂城町) 0268-81-3377	やしろ薬局(屋代) 026-272-8461 日野屋薬局(坂城町) 0268-82-2324
6/23 (日)	いなりやまクリニック(稲荷山) 026-214-3501 中島産婦人科小児科(上山田温泉) 026-275-0111	竹内歯科医院(屋代) 026-273-4500	元町薬局(稲荷山) 026-214-3282 西沢薬局(上山田温泉) 026-276-0501
6/30 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	松尾歯科医院(坂城町) 0268-82-6988	小岩薬局(桜堂) 026-272-0210 日野屋薬局(戸倉) 026-275-3074
7/7 (日)	中沢内科医院(稲荷山) 026-272-1013 長野寿光会上山田病院(上山田温泉) 026-275-1581	あかいけ歯科クリニック(坂城町) 0268-81-3377	いせや薬局(稲荷山) 026-273-4489 やまざき薬局(上山田温泉) 026-261-0071

*千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。当番医・当番薬局は変更になる場合があります。当番医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に確認してください。

○戸倉上山田消防署(Tel026-276-0119) ○更埴消防署(Tel026-274-0119)

市内事件・事故累計 (平成31年4月末現在の暫定値)

種類	件数 (前年同期比)	
	件数	前年同期比
盗難事件	万引き	12件 (-9)
	自転車盗	12件 (+2)
	車上狙い	5件 (+1)
	その他	11件 (+3)
交通事故	件数	68件 (-2)
	死者	1人 (+1)
	傷者	84件 (-5)

覚醒剤や麻薬などに関する情報や相談は、千曲警察署刑事課まで連絡してください。

危険な薬物は、密売人との取引や宅配便、インターネットなどで簡単に入手できる現状にあり、皆さんの身近なところまで浸透してきています。覚醒剤や麻薬などに関する情報や相談は、千曲警察署刑事課まで連絡してください。

千曲警察署から

TEL 026-1272-0110

覚せい剤など薬物乱用の防止

危険ドラッグの検挙は、10代から30代の若者が多くを占めており、確実に若年層に浸透されていることが分かります。

身体に有害であるばかりでなく、場合によっては、死に至る最悪の事態を招くこともありますので、絶対に手を出さないようにしましょう。

〈広告欄〉

6月の休日開庁日

■日時 6月16日(日) 午前8時30分～午後5時15分

■会場 更埴庁舎市民課

*市民課、税務課、債権管理課の窓口業務を行いません。詳細は担当課にお問い合わせください。

*住民異動届(住所の異動)は、取り扱いません。

よりこそ市長室

市政に対する意見・提案について岡田市長と懇談します。一組30分以内です。開催日の3日前(土日・祝日を除く)までに更埴庁舎秘書広報課に電話で申し込んでください。(先着順)
■日時 6月19日(水) 午前9時～11時
■会場 更埴庁舎市長室
■問い合わせ先 更埴庁舎・秘書広報課(内線5221)
私のまちづくり提案(市政への意見・提案)

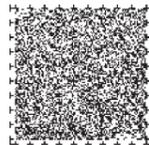
用紙は更埴庁舎の市民課・案内所、戸倉庁舎・上山田庁舎の市民窓口課、公民館、市の各駅ほか、市の公共施設にあります。市ホームページの「ながの電子申請サービス」からも提案できます。
■問い合わせ先 更埴庁舎・秘書広報課(内線5221)

各種相談(相談無料)

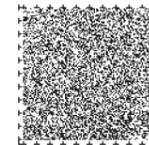
相談内容	日時	時間	会場	連絡先
精神保健相談	6月12日(水)	午後1時30分～4時30分	戸倉保健センター	更埴庁舎・更埴保健センター 内線5507(要予約)
市民に寄り添う人権相談	6月1日(土)	午前9時～午後3時	屋代公民館	戸倉庁舎・人権・男女共同参画課 内線6331
	7月19日(金)	午後1時～4時	稲荷山公民館	
介護相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	更埴庁舎・更埴地域包括支援センター 戸倉上山田地域包括支援センター	内線521 Tel026-214-7780
法律相談	7月9日(火)	午後1時～3時	更埴文化会館 2階小会議室	更埴庁舎・総務課 内線5212(前日までに予約)
	7月23日(火)		戸倉庁舎 4階会議室	
行政相談	6月8日(土)	午後1時～3時	稲荷山太陽の園	更埴庁舎・総務課 内線5212
	6月11日(火)		更埴文化会館学習室	
年金相談(更埴)	毎週火・金曜日	午前9時～午後5時	更埴庁舎年金相談コーナー	更埴庁舎・市民課 内線5434 長野南年金事務所 Tel026-227-1286(要予約)
	6月13日(木) 6月27日(木)	午前9時30分～午後3時		
年金相談(戸倉)	毎週水曜日	午前9時～午後5時	戸倉庁舎年金相談コーナー	戸倉庁舎・市民窓口課 内線6265
	6月10日(月)	午前9時～午後4時		

*平日とは、土・日曜日、祝日、振替休日、年末年始(12月29日～1月3日)を除いた日のことです。
*職業、若者子育て世代の就労、家庭児童、教育、心配ごと、女性、借金問題・消費生活、障がい者(児)相談は、「暮らしのカレンダー」をご覧ください。

〈広告欄〉



ちくまっご通信



保育園・幼稚園ってなあに？

子どもの入園を考えている保護者を対象に、保育園・幼稚園・認定こども園の違いについて市の職員がお話します。

- 開催日 上山田 7月1日(月)
更 埴 7月2日(火)
- 時間 午前11時～11時30分



子育てひろば

- 時間 午前10時～11時30分
(受付は午前9時30分～)
- *開催日・会場・内容は、「暮らしのカレンダー」で確認するか、子育て支援センターへ問い合わせください。

ベビーママサロン

お母さん同士が交流をします。子育ての楽しみ、悩みなどを話して、お友だちを作りませんか。

- 開催日 更 埴 6月24日(月)
上山田 今月はありません
- 時間 午前10時～11時

栄養相談

子どもの成長発達や食事について、個別に栄養士と相談できます。お気軽にお出かけください。

- 開催日 上山田 6月6日(木)
更 埴 6月19日(水)
- 時間 午前10時～午後3時

親子ふれあいミニミニ講座

- 時間 午前10時～11時30分

上山田	内容
6月5日(水)	うたってあそぼう&うらさ・り・まさん
6月12日(水)	うたってあそぼう&しゃぼん玉
6月19日(水)	うたってあそぼう&二胡コンサート
6月26日(水)	うたってあそぼう&工作(事前予約)

【上山田子育て支援センター】Tel026-275-6017

開館時間 午前8時30分～午後5時
休館日 毎週日曜日
住 所 千曲市大字上山田825番地2

更 埴	内容
6月6日(木)	うたってあそぼう&わらべ踊り
6月13日(木)	うたってあそぼう&は・ハ・歯の話
6月20日(木)	うたってあそぼう&ぐるぐるお絵描き
6月27日(木)	うたってあそぼう&工作(事前予約)

【更埴子育て支援センター】Tel026-273-6180

開館時間 午前8時30分～午後5時
休館日 毎週土曜日
住 所 千曲市杭瀬下三丁目18番地



更埴子育て支援センター(4月お誕生日おめでとう会)



上山田子育て支援センター(4月お誕生日おめでとう会)

お誕生日おめでとう会

- 開催日 上山田 6月27日(木)
更 埴 6月28日(金)
- 時間 午前11時～正午(10分前にお越しください)
- 持ち物 麦茶、お手ふき
- 参加費 150円
- 対象 6月に誕生日を迎えるお子さん
*事前に各子育て支援センターに申し込んでください。



小泉 肇さん(倉科)

私は次男が生まれてから、ありがたいことに約1か月間、育児休暇を取得できました。1か月の休みというと、大学の休み以来で、どことなくウキウキしていたのですが、いざ始まってみると毎日の慌ただしさに、すぐにその考えは吹き飛びました。

普段は、仕事から帰ってきてからの育児や家事なので、できることだけやっていましたが、今回は1日中一緒にいるので、そうはいきません。元々できている1日のルーティーンの中に、素人みたいなのがヒョコッと入ってきてかき回すので、妻を余計に疲れさせてしまったかもしれません。

「オレってまるで新入社員じゃない……」と思いました。そうやって、仕事から帰ってきてから、育児や家事なので、できることだけやっていましたが、今回は1日中一緒にいるので、そうはいきません。元々できている1日のルーティーンの中に、素人みたいなのがヒョコッと入ってきてかき回すので、妻を余計に疲れさせてしまったかもしれません。

最後に日々、家事・育児に頑張ってくれている妻に感謝です。ありがとうございます。

思ってから、少しずつですが謙虚な気持ちになり、物事がうまく回っていた気がします。また、長男も保育園に入る前だったので、毎日一緒にいれて、たくさん遊んでやれたので、良い時間を過ごすことができました。この子が成長したとき、覚えていてくれたら嬉しいです。

今思うとあつという間の育児休暇でしたが、貴重な体験をさせて頂きました。この制度を利用して本当に良かったと思います。また、家族以外に近所の方にも面倒を見て頂くこともあり、非常に恵まれていると感じました。

まちの話題 ちくまトピックス

4月27日 県市町村対抗駅伝競走大会



松本平広域公園陸上競技場(松本市)で「第29回長野県市町村対抗駅伝競走大会」と「第15回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会」が開催されました。

一般の部では陸上競技場を出発し、9区間42.195kmの道のりを、小学生の部では4区間6.1kmの周回コースを走り、タスキをつなぎました。

千曲市代表チームの結果は、一般の部が52チーム中11位、小学生の部が60チーム中23位で、選手全員が一丸となった素晴らしい走りを見せてくれました。

4月19日 映画「透子のセカイ」一般上映



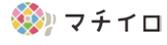
千曲市を主な舞台として撮影された映画「透子のセカイ」が、4月18日から21日まで開催された第11回沖縄国際映画祭で、初めて一般上映されました。

4月21日には、主演の吉本実憂さん、白石優愛さん、監督の曾根剛さん、岡田市長ら映画関係者が、那覇国際通りに敷かれたレッドカーペットを歩き、映画をPRしました。

ロケは、姨捨の棚田や戸倉上山田温泉、武水別神社などで行なわれ、映画は今後、全国公開を予定しています。

●マチイロ(無料アプリ)で市報を読もう

毎月最新の市報をスマホやタブレットにお届けします。



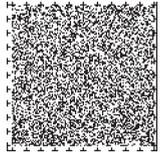
▲利用登録はこちら

●千曲市メール配信サービス

千曲市から災害情報、防犯情報などをメールでお届けします。



▲利用登録はこちら



- 市外で活躍している千曲市出身者や市内で頑張っている人を「チクマビト(千曲人)」として紹介しています。



チクマビト NO. 41

「バスケットが好き。同じような思いの人たちと仕事をしていきたい」

信州ブレイブウォリアーズヘッドコーチ 勝久 マイケルさん(屋代・36歳)

© SHINSHU BRAVE WARRIORS

男子プロバスケットボールリーグ「B1 LEAGUE(Ｂリーグ)」のＢ２王者に輝いた信州ブレイブウォリアーズ。チームを指揮し、１年目で初のＢ２優勝に導いたのが、勝久マイケルヘッドコーチだ。

東京都出身で、父は日本人、母はアメリカ人。都内のインターナショナルスクールに通っていた小学校１年生時にバスケットに出会い、「二生、バスケットがしたい」と思えるほど無我夢中になった。小学校から高校まで毎年、アメリカのサマーキャンプに参加し、一週間バスケットの毎日を通して、スキルを磨いた。

大学卒業後の２００９年に、bjリーグ(Ｂリーグの前身)の大阪エヴェッサに入団し、ポイントガードとして活躍。２０１０-１１シーズンを最後に選手生活を退き、指導者となる。アシスタントコーチとして、横浜ビー・コルセアーズの２０１２-１３シーズン優勝に貢献。ヘッドコーチとして、島根スサノオマジックをＢ２からＢ１に昇格させた。

今シーズン、多数のオフアワーが舞い込む中、ウォリアーズのヘッドコーチに就任。チーム編成なども任せられる環境に惹かれ、自分のビジョンを遂行できるチームとして選択した。「日々成長」の目標を掲げ、人間性を重視する指導方針。練習・ビデオミーティング・試合、いつでも、チームで大切にしていることを絶え間なく呼びかけた。

今シーズン印象に残る試合は、敵地での島根スサノオマジック戦と西宮ストークス戦。強豪相手に連勝でき、チームの成長が見えた。「チームが成長し続けてきた結果が、優勝につながった。素晴らしい選手たちを誇りに思う」と今シーズンを振り返る。

幼少の頃からバスケット一筋の優勝請負人は、ウォリアーズを更なる高みへと導いてくれるだろう。

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口 (令和元年5月1日現在)

世帯数	22,117(+43)	平成31年4月中の動き	
人口	59,304人(+10)	転入	179人
男	28,694人(+8)	転出	142人
女	30,610人(+2)	出生	30人
		死亡	57人

編集後記

今年のGWは10連休でしたが、いかが過ぎられましたか。私は取材などがあり普段と変わらずでしたが、燻製作りをしました。

最初に、ピザを燻製器にかけましたが火加減が強すぎて黒焦げ。何回かやることに上手く(旨く?)なっています。

「あーだ、こーだ」言いながらも楽しく作りました。個人的に好きだったのが、ベーコンとチーズの組み合わせです。次は何を燻製にしようかと考える今日この頃。皆さんのおすすめも教えてください。

澤上