

市役所新庁舎移転作業に伴い、8月9日(金)午後7時頃から10時頃まで、市役所代表電話Tel026-273-1111が不通になります。

お急ぎの場合は、Tel026-275-0004に電話してください。



【特集】防災～命を守るために～

..... P2 ~ P9

なぜ千曲市はハンガリーのホストタウンになったの？

..... P10 ~ P11

新庁舎の業務開始日と営業時間 P12

表紙は、7月12日に行なわれた屋代保育園の地震避難訓練の様子です。園児たちは防災頭巾を被り、手をつないで静かに園庭へ避難しました。

マチイロ

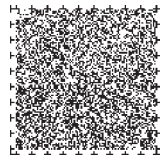
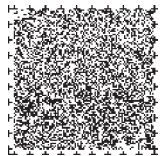


毎月最新の市報をスマホやタブレットにお届けします。

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(令和元年7月1日現在)

		令和元年 6月中の動き	
世帯数	22,132(+10)	転入	103人
人 □	59,262人(-11)	転出	75人
男	28,699人(-1)	出生	24人
女	30,563人(-10)	死亡	63人



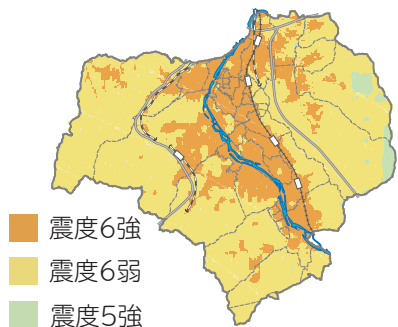
千曲市に大きな被害を及ぼす地震を確認

想定地震を知る

長野県では、県内に大きな被害を発生させる地震として、活断層による5つの地震と東海地震を想定しています。

このうち、千曲市で最も大きな被害が予想される地震は、「糸魚川-静岡構造線(北部)の地震」(マグニチュード8.0)で、今後30年以内に16%の確率で発生するとされています。

「糸魚川-静岡構造線(北部)を震源とする地震」(マグニチュード8.0)が発生した場合の震度分布



長野県周辺の主要な活断層と想定される地震の規模

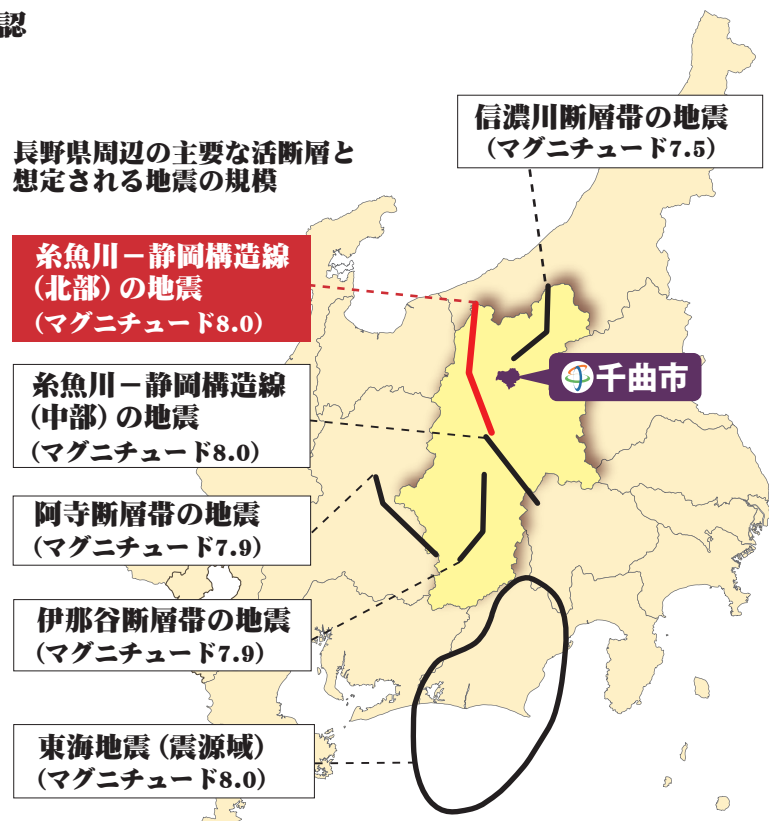
糸魚川-静岡構造線(北部)の地震
(マグニチュード8.0)

糸魚川-静岡構造線(中部)の地震
(マグニチュード8.0)

阿寺断層帯の地震
(マグニチュード7.9)

伊那谷断層帯の地震
(マグニチュード7.9)

東海地震(震源域)
(マグニチュード8.0)



「長野県地震対策基礎調査報告書(平成14年3月)」を参考に作成

台風の発生が増える時期を前に確認

洪水に備えて

これから台風や大雨の時期を迎え、河川の洪水や土砂災害の危険が高まります。

河川の水位情報や洪水時の浸水想定区域、土砂災害警戒区域、避難施設などは、インターネットを通じて確認することができます。

地域の災害発生の危険度や災害に対する準備などをあらかじめ確認しておきましょう。

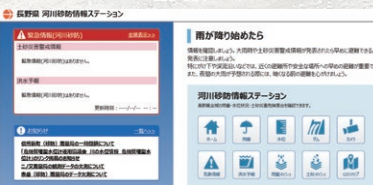
重ねるハザードマップ

重ねるハザードマップでは、関係機関が作成した洪水浸水想定区域、土砂災害警戒区域や避難施設などの防災情報をまとめて、地図や写真に自由に重ねて表示することができます。



重ねるハザードマップへの二次元コード▲

長野県河川砂防情報ステーション



長野県河川砂防情報ステーションでは、雨量や河川の水位、土砂災害発生の危険度が確認できます。



長野県河川砂防情報ステーションへの二次元コード▲

千曲川河川事務所河川情報



千曲川河川事務所河川情報では、千曲川の水位や樋門・排水機場の内水位、外水位が確認できます。



千曲川河川事務所河川情報への二次元コード▲

だから、常に備えることが大事。
災害はいつ起こるか分からない。

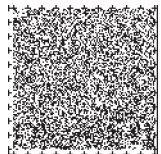
「自分が災害に遭うことはないだろう」と思っていますか。しかし近年、地震や大雨による自然災害で多くの尊い命が犠牲となっています。合併後、大災害に見舞われていない千曲市でも、平成29年に土砂災害による「避難準備・高齢者等避難開始」の避難情報が発令されました。災害は決して他人事ではありません。いつ起こるか分からない自然災害の怖さを知りつつ、備えの無いままではいけません。今回の特集では、自分と家族、大切な人たちの命を守るために、いまできること、すべきことを考えます。

特集 防災

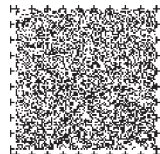
命を守るために



災害に備えて、日頃から訓練をする自衛隊や消防署、警察署の職員たち。私たちにも、自らの命や大切な人の命を守るために、日頃から準備できることがあるはずです。



【特集】防災
～命を守るために～



市民の皆さんの取り組みを紹介



耐震補強工事を実施
高澤 正枝さん(桑原)

平成25年に市の補助金を活用して、自宅の耐震補強を行ないました。平成23年の長野県北部地震の際に自宅がかなり揺れたこと、主人がパーキンソン病で身体障害のため、もしものときに備えようと思ったのがきっかけです。災害はいつ起きるか分かりませんので、自分のできる範囲内で備えることが大事だと思います。



持ち出し品を常備
竹田 博子さん(千本柳)
美穂ちゃん

災害に備えて、食料品、飲料水、携帯トイレや懐中電灯などの持ち出し品をすぐに持ち出せるように玄関近くの収納に用意しています。避難所生活になった場合、小さいお子さんがいる家庭では、お子さんの食べ物に困りますので、離乳食やおむつなどの備えが必要だと思います。

活に必要なもの(持ち出し品)をリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

また、家族同士の安否確認方法を事前に決めておくことも必要です。東日本大震災の際には、TwitterやFacebookなどのSNS(ソーシャルネットワーク)

ングサービス)が活用され、避難所・交通情報の収集などにも役立てられました。

災害による被害は、「日常の備え」によって最小限に食い止めることができます。そして、一人ひとりが防災について考えることは、自分や家族、大切な人の命を守ることに繋がります。

いつ起こるか分からない災害では、誰かの指示を待つてばかりはられません。加えて、災害が大規模であればあるほど、公的機関による救助や支援には時間を要します。

そのため、災害発生時には自らの確な判断で身の安全を守ること(自助)が最も重要です。千曲市防災ガイドブックや市ホームページで避難場所や避難経路を事前に確認し、テレビ、ラジオでの防災情報、千曲市メール配信サービスに登録して防

大災害が発生したときには、電気、ガス、水道や通信などのライフラインが止まってしまいう可能性もあります。ライフラインが止まっても生活できるように、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことも大切です。

自宅が被災したときは、安全な場所に避難して、避難生活を送ることになります。避難所生



危機管理防災課 和田 崇 主事

「一人ひとりが自分の身の安全を守る」

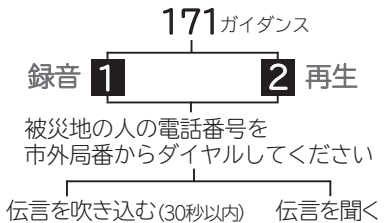
Check 4 家族同士の安否確認方法を決める

災害が発生した場合でも家族の安否を確認できるよう、安否確認の方法や集合場所などを、事前に決めておきましょう。

災害時には、携帯電話の回線が繋がりにくくなり、連絡がとれない場合もあります。その際には以下のサービスを利用しましょう。

災害用伝言ダイヤル

局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。



Check 3 非常時に役立つ生活必需品や備蓄品持ち出し品を用意する

持ち出し品・備蓄品チェックリスト

- | | | |
|---|--|--|
| <p>●飲料水・非常食</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 飲料水(1人1ℓほど) <input type="checkbox"/> 非常食(調理不要のもの) <p>●防災用品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器 <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 予備の電池 <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災頭巾 <input type="checkbox"/> マッチ・ライター <input type="checkbox"/> ローソク <input type="checkbox"/> 軍手・手袋 <input type="checkbox"/> ロープ <input type="checkbox"/> ナイフ・缶切り <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> ホイッスル <input type="checkbox"/> レジャーシート | <p>●日用品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> せっけん <input type="checkbox"/> ティッシュ <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> 安全ピン <input type="checkbox"/> 歯ブラシ <input type="checkbox"/> 上着 <input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 寝袋 <input type="checkbox"/> レインコート <input type="checkbox"/> 毛抜き・爪切り <input type="checkbox"/> 綿棒 <input type="checkbox"/> 布ガムテープ | <p>●医療品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 持病薬 <input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> 解熱剤・かぜ薬・胃腸薬 <input type="checkbox"/> ばんそうこう・包帯・傷薬 <input type="checkbox"/> おくすり手帳 <p>●貴重品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 身分証コピー <p>●乳児用品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 粉ミルク・離乳食 <input type="checkbox"/> 哺乳瓶・携帯やかん <input type="checkbox"/> 紙おむつ・おしりふき <input type="checkbox"/> 母子手帳 |
|---|--|--|
- 抜粋：千曲市防災ガイドマップ

Check 2 千曲市メール配信サービスに登録する

屋外告知放送で放送する災害や火災などの防災情報を、登録されたメールアドレスへ配信するサービスです。屋外告知放送で放送された内容を配信しています。

いざというときに適切な行動がとれるように、積極的な情報収集と災害に対する備えとして役立ててください。

登録方法

- 二次元コード(下)を携帯で読み取り、登録サイトを表示。
- 登録サイトの内容をよく読んで、メール配信申込みのリンクをクリック。
- メールアドレス欄に登録するメールアドレスを入力し、登録をクリックすれば完了。



千曲市メール配信サービスへの二次元コード▲

Check 1 避難場所や避難経路を確認する

災害が起きたときに慌てず避難するために、自分が住んでいる地域の避難場所や災害時の防災施設を千曲市防災ガイドブックで確認しておきましょう。どのような経路で避難場所にたどり着くか事前に知っておくことで、より安全かつ迅速に避難することができます。

千曲市防災ガイドブックには、防災マップ(避難所、消火栓、病院など)のほかに洪水・土砂災害マップ、地震(建物被害)マップを掲載しています。市ホームページからも確認できます。



▲千曲市防災ガイドブックへの二次元コード



*一部、「政府広報オンライン」から転載



地域の安全は地域で守る

近年、地震や豪雨などにより、全国各地で大きな被害が発生しています。市では大規模地震が発生したという想定で、今年も「千曲市総合防災訓練」を実施します。
被害を最小限にするのは、一人ひとりの適切な行動（自助）と地域の人との協力（共助）が必要です。防災訓練に積極的に参加して、非常時の対応と知識を身に付けましょう。

防災訓練は9月8日(日)

問い合わせ先

危機管理防災課・防災係

重点地区防災訓練

■時間 午前8時～11時30分

■会場 五加小学校

■対象地域 五加地区

■訓練内容

避難・給食・消火・水防・救助・避難所設営・救護・給水・高所人命救助などを予定しています。

緊急速報メール 配信訓練

(市内全地区対象)

携帯電話会社各社が提供する緊急速報メール（エリアメール）を用いた避難情報の配信訓練です。

■時間 午前8時33分頃

■内容 市から市民の皆さんの携帯電話に訓練用のメッセージを配信し、専用の警告音でお知らせします。

各地区防災訓練

■日時 9月8日(日)

または各区・自治会で決めた日・時間

■会場 各区・自治会で決めた会場

■訓練内容

避難、消火、水防、救護訓練など各区・自治会で決めた訓練です。

*マナーモードでも警告音が鳴ります。配信を受けたくない場合は、当日午前8時30分から40分までの間、携帯電話の電源をお切りください。



訓練することが大切

地域で地域を守る取り組みの一つが防災訓練です。毎年、繰り返して行なうことで、いざというときに、自然に避難などに対する行動ができるように訓練をお願いします。初期消火に重要な消火訓練や、救護訓練を体験していただくことも重要です。

また、訓練に参加することで、地域に住んでいる方たちの顔を知る機会にもなります。一人でも多く防災訓練に参加していただき、地域防災力を向上させましょう。

地域で助け合う力が重要

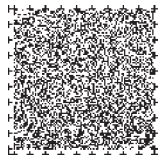
今年の防災訓練の重点地区である五加地区の小平宗孝区長会長に、共助と防災訓練の大切さについてお話を伺いました。

私は、区長就任にあたり総会で「向こう三軒両隣の精神を持って、地域のコミュニティを大事にしてください」とあいさつしました。防災で言えば、高齢者や体を悪くしている方たちが避難するとき、自助の取り組みだけで、避難することは難しいです。そんなとき、必要なのが地域で助け合う「共助」の力です。

近年、核家族化が進み、地域との関わり合いが希薄化している地域もあります。しかし、もしものとき大切なのは地域とのつながりです。この住所に住んでいるのではなく、この地域に住んでいることを自覚し、地域で地域を守る取り組みに関心を持ってもらいたいです。



五加地区区長会長 小平 宗孝さん



Interview



千曲坂城消防本部 新村 悟 消防司令

自助・共助・公助
災害が発生したら、私たちは全力で救助に当たります。しかし、東日本大震災のように、広域で多発する災害の場合、限られた人数の「公助」には限界があります。さらに、道路や交通手段に大きな被害が出ると、物資を運ぶ物流機能も低下します。阪神・淡路大震災では、生き埋めや閉じ込められた人のうち、消防などの公的機関（公

自助・共助・公助
自助：自分の力で、自身の身を守る
公助：国や自治体の支援を受ける
共助：近隣や地域と協力して身を守る

被災地の現実
私は、東日本大震災が起きた3日後に第3次隊として4日間、現地に入りました。避難所は、食料や飲料水などが不足している状態で、加えて寒さもあつたため、避難されている方たちは過酷な環境下で生活をされています。また、情報が錯綜しており、今どんなことが起きているのかも分からない状態でした。避難されている方に家族との連絡手段を伺ったところ、自宅や車に「この避難所にいます」と張り紙をする人が多かったことを覚えています。

命を守るために
市から避難指示が発令されたら、必ず避難してください。避難するタイミングを逃すと避難できなくなり、生死を分ける場合もあります。災害にならないから大丈夫だろうという考え方はやめましょう。合併してから、千曲市では幸いなことに大きな災害の被害を受けていません。しかし、だからこそ危険です。備えがない、経験もない、油断をするからです。命を守るために、日頃から準備できることはあります。自分たちの身は自分たちで守る意識と、人とのつながりを大切にしましょう。そして、「もしも」を「いつも」の備えに変えてください。

命を守るために
市から避難指示が発令されたら、必ず避難してください。避難するタイミングを逃すと避難できなくなり、生死を分ける場合もあります。災害にならないから大丈夫だろうという考え方はやめましょう。合併してから、千曲市では幸いなことに大きな災害の被害を受けていません。しかし、だからこそ危険です。備えがない、経験もない、油断をするからです。命を守るために、日頃から準備できることはあります。自分たちの身は自分たちで守る意識と、人とのつながりを大切にしましょう。そして、「もしも」を「いつも」の備えに変えてください。

命を守るために
市から避難指示が発令されたら、必ず避難してください。避難するタイミングを逃すと避難できなくなり、生死を分ける場合もあります。災害にならないから大丈夫だろうという考え方はやめましょう。合併してから、千曲市では幸いなことに大きな災害の被害を受けていません。しかし、だからこそ危険です。備えがない、経験もない、油断をするからです。命を守るために、日頃から準備できることはあります。自分たちの身は自分たちで守る意識と、人とのつながりを大切にしましょう。そして、「もしも」を「いつも」の備えに変えてください。

News

水害・土砂災害の防災情報を5段階の警戒レベルに整理

警戒レベル	避難情報・とるべき行動
警戒レベル5	災害発生情報 既に災害が発生している状態。命を守るための最善の行動が必要。(市町村が発令)
警戒レベル4 【全員避難】	避難勧告 / 避難指示(緊急) 災害が発生する恐れが極めて高く、速やかに避難場所へ避難する。困難な場合は、近くの安全な場所へ避難。(市町村が発令)
警戒レベル3	避難準備・高齢者等避難開始 避難に時間がかかる人は避難開始。その他の人も避難の準備を整える。(市町村が発令)
警戒レベル2	洪水注意報、大雨注意報 避難に備え、千曲市防災ガイドブックなどにより、自らの避難行動を確認。(気象庁が発令)
警戒レベル1	警報級の可能性 災害への心構えを高める。(気象庁が発令)

市から警戒レベル3,4が発令された地域にお住まいの人は、速やかに避難してください。

屋外告知放送の一部を防災行政無線として整備



避難勧告及び避難指示
こちらは千曲市です。○○地区に洪水に関する「警戒レベル4」避難勧告を発令しました。○○地区の人は速やかに全員避難を開始してください。

問い合わせ先 危機管理防災課・防災係

災害時避難行動要支援者名簿を活用した個別支援計画の作成・更新

市では災害対策基本法・千曲市地域防災計画に基づいて、災害時の避難に支援を要する人を登録した「千曲市災害時避難行動要支援者名簿」を作成しています。平成27年度から、この名簿を活用した個別支援計画の作成を行っており、今年度も8月から区・自治会で、新規対象者の個別支援計画の作成と既に作成した人の更新を行ないます。

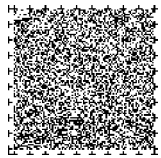
■個別支援計画作成の対象者
災害時避難行動要支援者名簿に登録されている人のうち、避難支援等関係者へ事前に名簿情報を提供することに同意している人。

■個別支援計画の作成
①市から、各区・自治会へ名簿情報を提供します。
②区・自治会は、要支援者とその家族、避難支援等関係者と相談し、10月までに個別支援計画を作成します。

■個別支援計画に運用
○作成した個別支援計画は、各区・自治会や市で平常時の避難訓練などに活用します。また、年に1回内容の見直しを行ないます。
○災害などで避難が必要となったときには、個別支援計画に基づいて避難の支援を行ないます。

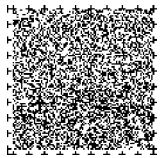
個別支援計画とは
区や自治会・自主防災組織・民生児童委員・そのほか避難支援に関わる人など(避難支援等関係者)と声かけや避難支援の方法を決めておくものです。個別支援計画は、災害などで避難が必要となったときに円滑・迅速に支援を行なうために作成するものです。

問い合わせ先
高齢福祉課・高齢者係



●ハンガリー語であいさつしてみよう！

こんにちは Jó napot kívánok. (ヨー ナポト キヴァーノク)
さようなら Viszontlátásra. (ヴィソントラターシュラ)
ありがとう Köszönöm. (クスヌム)



■ハンガリーってどんな国？
30年前までは社会主義国だったハンガリーは、教会や国会議事堂など重厚な石造りの建造物と社会主義国時代の名残である真四角の飾り気のないビルが点在する不思議なコントラストが魅力のひとつです。
また、料理は素材の使い方や味付けが日本人の好みに合い、国内には温泉が点在しています。さらに、あんずの木がまちらの至る所にあり、少しシャイで

■協定を締結して、これからどうなるの？
世界を転戦するトップアスリートは、大きな大会が開催される都市の周辺で大会前に合宿をすることが多く、ハンガリーの卓球選手は、来年のオリンピックをはじめとする、国際大会に出場する前に、千曲市で気温や時差などに体を慣らしてから大会に臨みます。世界レベルの選手を間近で見たり、練習試合や交流したりすることで、卓球の競技人口の増加や競技者のレベルアップが期待できます。

■ハンガリーの文化を知ろう
今後、ハンガリーをより身近に感じてもらえるよう、千曲市ハンガリー友好協会や関心のある多くの市民とともに、さまざまな交流事業・イベントなどを行なっていきます。
来年のオリンピック・パラリンピックに向けて、熱く盛り上がっていきましょう。
■問い合わせ先 生涯学習課・生涯学習係

優しい国民性など、千曲市民には違和感なく親しめる国です。ぜひ、皆さんもハンガリーとの交流に関わってください。
▶ブダペスト最大の聖堂、聖イシュトヴァーン大聖堂



なぜ千曲市はハンガリーの ホストタウンになったの？

▲国会議事堂（東側）

市は、ハンガリー卓球連盟と2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の「事前合宿」に向けた協定を締結しました。市民が主体的に進めてきた国際交流の流れがオリンピックを契機に盛り上がりようとしています。今回はハンガリーとの交流について紹介します。

■市民を中心とした交流がスタート

千曲市とハンガリーとの交流は、上山田に住む銅版画家の若林文夫さんがハンガリーの工房で作品を制作し、平成3年に上山田文化会館で「日本・ハンガリー現代版画展」を開催したことがきっかけで始まりました。同版画展が、2年に1度開催されることになり、当時交流のあったハンガリーの若手作家達は、今ではハンガリーを代表する有名な芸術家になり、銅版画家としての地位を確立した若林さんも、ハンガリー人陶芸家のアーグネス・フスさんと結婚して、自宅でそれぞれの作品制作に忙しい毎日を送っています。また、版画展の実行部隊として組織された実行委員会は、千曲市に合併後、名前を「千曲市ハンガリー友好協会」に変え、

ハンガリーの音楽とワインを紹介するイベントの開催やハンガリーからの来客の対応、代々の駐日ハンガリー大使、大使館との付き合いを通じて、交流の灯を絶やさずにつなげてきました。

■行政の動き

平成17年に開催されたスペインオリンピックス冬季世界大会長野の際、ハンガリーからの選手団50人のホストタウンとなり、白鳥園をベースに事前合宿を受け入れました。この時、多くの市民がハンガリーから千曲市へやってきたアスリートと交流を深めました。

■ハンガリー卓球連盟と協定を締結

市民を中心とした交流をきっかけに、岡田市長がパラノビッチ

ノルバート駐日特命全権大使と交流をスタート。そこからハンガリー卓球連盟の事前合宿招致を進めることになりました。平成30年3月21日には、ハンガリー卓球連盟のドゥベーツィ・ゾルタン理事が建設中のことぶきアリーナ千曲を訪れ、事前合宿地としてふさわしいとの感触を持ち、一気に話が進みました。11月14日、岡田市長がハンガリーの首都ブダペストを訪れ、協定を締結しました。



▶ハンガリー卓球連盟のナトラン・ローランド会長と協定を締結

世界に羽ばたく 若き演奏家によるコンサート



7月13日、日本とハンガリー国交開設150周年を記念して戸倉創造館で「世界に羽ばたく若き演奏家によるコンサート」が開催されました。ハンガリーで活躍している千曲市出身の宮本慶子さん、梨本卓幹さんらが奏でる音色に観客は熱心に聴き入っていました。

Next Event

ハンガリー料理教室

- 日時 9月1日(日)午後1時～
- 会場 戸倉創造館調理室
- 対象者 ハンガリー料理を覚えたい市民、お店でハンガリー料理を出してみたい飲食店の人
- 内容 スープ、メインディッシュ、デザートを作って食べます。
- 参加費 無料
- 定員 20人(先着順)
- 申込方法 8月6日(火)午前9時から電話で申し込んでください。
- 申込・問い合わせ先 生涯学習課・生涯学習係



▶写真はイメージです

新庁舎の業務開始日と営業時間

*障害者用駐車スペースは、新庁舎南側入口付近に4台、立体駐車場に7台設けていますので、ご利用ください。

市役所新庁舎への移転を8月に実施します。
 移転は、土曜日と日曜日を利用した『分散型移転』となり、移転が完了した部署は新庁舎（杭瀬下二丁目1番地）において業務を開始します。
 部署により新庁舎での業務開始日が異なりますので、左表で確認してください。

■戸倉庁舎に「連絡所」を設置
 戸倉庁舎・上山田庁舎の市民窓口課での窓口業務（戸籍などの発行、住民票・所得証明書などの取扱い、税金等の支払いなど）は、8月9日（金）までとなりますが、戸倉庁舎には、文書の取次ぎや簡易な相談窓口として「連絡所」を設けます。

業務開始日	新庁舎フロア	該当部署
8月5日（月）	5階	議会議務局、選挙管理委員会事務局
	4階	秘書広報課、総務課、危機管理防災課、財政課、総合政策課、市民協働課、管財契約課、情報政策課、教育総務課、生涯学習課、人権・男女共同参画課
8月13日（火）	1階	市民課、税務課、債権管理課、会計課、福祉課、高齢福祉課、保育課、こども未来課、健康推進課国保医療係、法務局証明サービスセンター、八十二銀行派出所
8月19日（月）	2階	環境課、廃棄物対策課、生活安全課、健康推進課（国保医療係以外）、千曲市ふるさとハローワーク
8月26日（月）	3階	建設課、都市計画課、上下水道課、上下水道料金等お客様センター、地域開発推進室、農林課、農業委員会、産業振興課、観光交流課

- 移転作業のため新庁舎南側駐車場が利用できません
 ○期間 8月3日（土）から25日（日）までの土・日曜日と12日（月・振休）
- 営業日・営業時間のお知らせ
- 市役所
 平日 午前8時30分～午後5時15分
- 法務局証明サービスセンター
 平日 午前9時～午後4時30分
 ■千曲市ふるさとハローワーク
 平日 午前8時30分～午後5時
- 八十二銀行派出所
 平日 午前9時～午後3時
 ■ATM共同キャッシュコーナー
 平日 午前8時～午後9時
 土・日、祝日 午前9時～午後7時
- 売店（Yショップ千曲市役所店）
 平日 午前8時30分～午後5時30分
- *営業日、営業時間は変更になる場合があります。
- 問い合わせ先 総務課・庶務係

- 非常勤職員（保健師）を募集
 募集人員 若干名
 募集要件 保健師の資格を有し、普通自動車免許があり、パソコンができる人
- 勤務先 健康推進課（保健センター）
- 勤務期間 10月1日～令和2年3月31日
- 勤務時間 午前8時30分～午後5時15分
- 勤務日数 20日/月
- 賃金 月額20万9500円
- 応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、保健師免許証の写し（A4サイズに縮小）を添付し、8月30日（金）までに直接提出するか、郵送（当日消印有効）してください。
- 面接試験 9月上旬～中旬
 *詳細は応募者に通知します。
- 応募・問い合わせ先 健康推進課・保健センター健康増進係（〒387-8511 千曲市杭瀬下84番地）
 8月19日（月）以降は、千曲市杭瀬下二丁目1番地に郵送してください。

令和2年4月採用千曲市職員の募集

- 試験日・会場
 ○第1次試験 9月22日（日）午前8時50分～千曲市役所
- 第2次試験 11月中を予定
 *詳細は、第1次試験合格者に通知します。
- 申込期間 8月5日（月）～19日（月）の午前8時30分～午後5時15分
 *土・日、祝日は除きます。
- 応募方法 総務課・更埴庁舎案内にある申込書に記入のうえ、直接提出するか郵送（19日の消印有効）してください。受験案内・申込書は市ホームページからも取得できます。
 *詳細は、受験案内をご覧ください。
- 応募・問い合わせ先
 総務課・職員係（〒387-18511 千曲市杭瀬下2丁目1番地）

試験区分・募集人数・受験資格

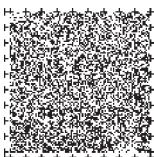
試験区分	募集人数	受験資格
上級（学芸員） 社会人経験者	若干名	昭和44年4月2日以降に生まれた人で、大学または大学院の日本中世史に関する専門課程を卒業（修了）し、学芸員の資格を有する人。また、民間企業などでの職務経験が7月末までの直近7年中5年以上ある人。
初級（行政）	若干名	平成10年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、高校卒業程度の学力を有する人
初級（行政） 身体に障がいのある人	若干名	昭和54年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、高校卒業程度の学力を有し、身体障害者手帳の交付を受けている人。また、活字印刷文による出題に対応できる人。
給食調理員	若干名	昭和49年4月2日以降に生まれた人で、調理師免許を有する人

第5回千曲川ハーフマラソン エントリー受付中

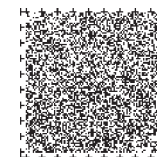
- 市民の皆さんの健康づくりの一環として、また、県内外からも大勢の皆さんが千曲市を訪れていた「第5回千曲川ハーフマラソン」のエントリー受付中です。
- 日時 11月24日（日）午前8時30分スタート、11時30分競技終了
- 主会場 白鳥園
- コース（変更になる場合があります）
 白鳥園（スタート）↓万葉橋↓上山田温泉↓大正橋↓千曲川右岸↓千曲橋↓千曲川左岸↓冠着橋↓白鳥園（フィニッシュ）
- *交通規制の終了予定は午前11時30分です。規制箇所などの詳細は、市ホームページや市報でお知らせします。
- 定員 2500人（先着順）
- 参加資格 18歳以上の男女（高校生を除く）
- 参加費 5000円
- 申込方法
 ランネット (<http://runne>)
- お問い合わせ先 スポーツ振興課（戸倉体育館内 026-276-11731）
- 申し込み 9月29日（日）
 *詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- 問い合わせ先 スポーツ振興課（戸倉体育館内 026-276-11731）



▶昨年は、約14000人のランナーが駆け抜けました。



音声コード …… 視覚障がい者などの皆さんに市の情報を提供するためのコードで、専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。



市内7施設の指定管理者を募集

民間の能力やノウハウを活用して、利用者へのサービス向上や効率的な施設運営を行うため、次の施設の指定管理者を募集します。

■募集する施設 下表のとおり

■申請期間 8月23日(金)～29日(木)

■募集要項 担当課窓口にあります。市ホームページからも取得できます。

*詳細は、下表の担当課に問い合わせてください。

募集する施設名・担当課・指定期間

施設名	住所	担当課	指定期間
千曲市健康プラザ	大字倉科76番地1	生活安全課	令和2年4月1日～ 令和7年3月31日(5年間)
ことぶきアリーナ千曲	杭瀬下2丁目4番地	スポーツ振興課 (TEL026-276-1731)	令和2年4月1日～ 令和7年3月31日(5年間)
勤労者体育センター	大字稲荷山2086番地2		
東部体育館	大字生萱120番地		
更埴テニスコート	大字稲荷山2131番地2		
東部テニスコート	大字森86番地		
千曲市弓道場	大字稲荷山2086番地9		

暑い夏は涼しさを分け合う「クールシェア」

●信州クールシェアスポット
 夏の暑い日は、家庭の電気使用量の半分以上をエアコンが占めています。

そこで、家庭のエアコンの電気を止めて、もともと涼しい場所へ出かけ、涼しさをみんなで分け合い(シェアする)、社会全体で節電・省エネルギーを図る「信州クールシェア」を県で展開しています。市内でも、涼しく快適に過ごせる図書館、自然の中の涼しい場所などが県のホームページに登録されています。

みんなで楽しく涼しくクールに節電しましょう。

●クールシェアのコツ

- 家庭でクールシェア
 例えば3台のエアコンをつけていたら2台を止め、1部屋に集まってみんなで過ごそう。
- 自然の中でクールシェア
 木陰や水辺など、自然が多く涼しい場所に行き、天然のクールシェアを体感しながら、ゆったりとした時間を過ごそう。

市内の主な「信州クールシェアスポット」登録施設

施設名	PRポイント
白鳥園、健康プラザ、つるの湯、竹林の湯	天然温泉に入って、無料休憩室や食堂で軽食を取るなど1日ゆっくり楽しめます。
長野県立歴史館、森將軍塚古墳館	静かな環境の中で、歴史が学べます。
大池自然の家、大池市民の森	聖高原県立自然公園内に施設があります。爽やかな高原の中、森林浴を楽しみながら涼しいひとときが過ごせます。
更埴図書館、更埴西図書館、戸倉図書館	涼しく静かな環境の中で、ゆっくり読書が楽しめます。

○街でクールシェア
 地元のお店やカフェなど、身近で涼しい場所に集まって、楽しい時間を過ごそう。

○イベントでクールシェア
 みんなが集まれるイベントに参加し、暑さを忘れて楽しく時間を過ごそう。

■問い合わせ先 環境課・環境推進係

非常勤職員(維持管理・補修作業員)を募集

■募集人員 1人

■職種 道水路などの維持管理・補修作業員

■募集要件 市内に在住の人(移动式クレーン、シヨベルカーなどの建設機械の運転・作業技能を有する建設業の従事経験者が望ましい)

■勤務場所 建設課(道水路などの現場)

■勤務期間 9月2日～令和2年3月31日

■勤務時間 午前8時30分～午後5時15分

■勤務日数 一般職員に準じる
 *災害対応、除雪作業などによる

り土・日、祝日及び時間外に勤務する場合があります。
 ■賃金 月額6590円
 ■応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、8月15日(木)までに直接提出するか、郵送(当日必着)してください。
 ■面接試験 8月下旬

*詳細は応募者に連絡します。
 ■郵送・問い合わせ先 建設課・維持係(〒387-8511 千曲市杭瀬下84番地)

湧き水の水質検査の結果

市では毎年、市内の湧き水の水質検査を行なっています。検査項目は、PH、色度、濁度、硝酸態窒素・亜硝酸態窒素、塩化物イオン、有機物、一般細菌、大腸菌です。

今回の検査では、③小滝沢(八幡)、⑤柏清水(戸倉)、⑥こわ清水(羽尾)、⑦弁天(羽尾)、⑧大瀧宮(羽尾)、⑩不動尊の滝(羽尾)で大腸菌が検出されました。

大腸菌が検出された湧き水では、生水での飲用は控えてください。

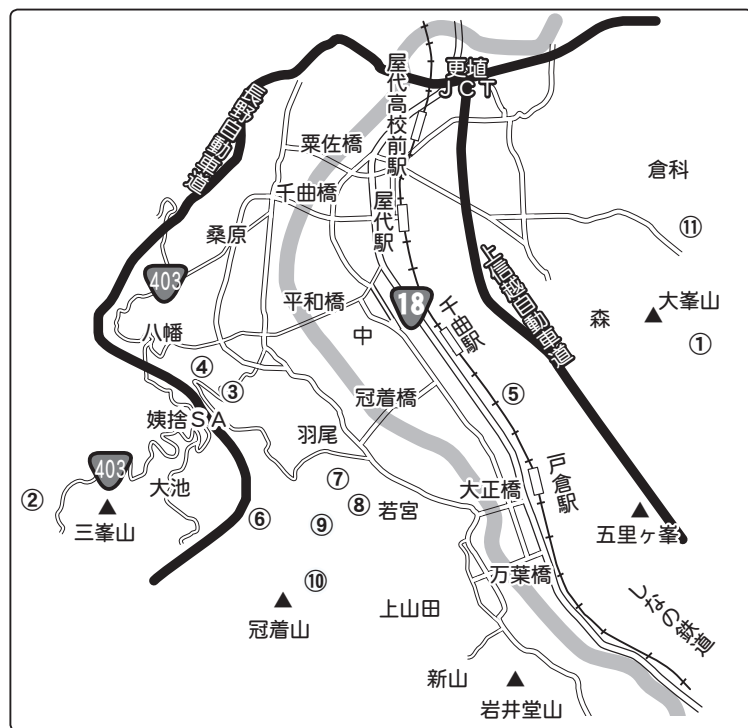
①縄文の名水(倉科)、②樺平(桑原)、⑨花柄の清水(羽尾)で

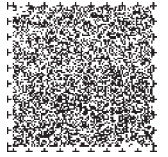
は水質基準を満たしていましたが、飲用は個人の責任により行ってください。④桜清水(八幡)、⑪お林の湧水(倉科)は昨年度に続き採水時に湧出していないため再検査は行いません。また、湧き水を採水する際、色度・濁度に異常がみられる場合は飲用しないでください。

なお、水質検査地ごとの検査項目の数値は、市ホームページで公表しています。

*郡頭無し(八幡)は10月以降市ホームページに掲載します。
 ■問い合わせ先 環境課・環境保全係

湧き水の水質検査地位置図 採水日：6月12日(水)





児童扶養手当「現況届」・特別児童扶養手当「所得状況届」の提出を

児童扶養手当を受給している人は「現況届」、特別児童扶養手当を受給している人は「所得状況届」の提出が毎年必要です。児童扶養手当とは

父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない児童(18歳になつた年の年度末までの児童)を養育している「ひとり親家庭の父や母」、「父母にかわつてその児童と同居し養育している人」に支給されま

す。特別児童扶養手当とは

精神または身体に一定以上の障がい(慢性疾患などで対象となるものもあります)のある20歳未満の児童を監護している「父母」、「父母にかわつてその児童と同居し養育している人」に支給されます。

■提出方法 現在受給している人には7月下旬に書類を郵送します。8月30日(金)までに

提出してください。提出がない場合は、8月分以降の手当が受けられなくなります。*一定額以上所得がある場合は支給されません。

*児童扶養手当を受給している人は、受給者本人が提出してください。*これまで手当を受給していない人で、該当すると思われる人は問い合わせてください。■提出先

○児童扶養手当 戸倉庁舎こども未来課 ○特別児童扶養手当 戸倉庁舎こども未来課 更埴庁舎福祉支援係

*両手当ても、8月13日(火)以降は、新庁舎こども未来課に提出してください。■問い合わせ先 こども未来課・子育て支援係

介護予防教室の開催

老化は筋力の低下から始まります。いつまでも元気な体づくりを始めませんか。

●元気なつどい

■期日・会場

- 8月7日(水)、9月11日(水)、10月9日(水)、11月6日(水) 戸倉創造館大ホール
- 8月27日(火)、10月29日(火) 屋代公民館2階講堂
- 9月25日(水)、11月20日(水) 八幡公民館2階講堂

■時間 午前10時～11時30分 ■対象者 65歳以上の市民 ■内容 ストレッチや有酸素運動で身体をほぐして筋力をつけていきます。

■参加費 1回200円 ■持ち物 室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水分補給の飲み物、タオル ■ボランティアサークル「介護予防・健康づくり応援団の体操教室」

■期日 8月22日(木)、9月19日(木)、10月24日(木)、11月26日(火) ■時間 午前10時30分～11時30分 分頃

■会場 戸倉創造館大ホール ■対象者 65歳以上の市民 ■内容 応援団と一緒に軽体操 ■参加費 無料 ■持ち物 室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水分補給の飲み物、タオル

●その他 「介護予防」や「認知症」に係わる講座があります。詳しくは「暮らしのカレンダー」の「千曲市地域包括支援センター」のページをご覧ください。■問い合わせ先 高齢福祉課・更埴地域包括支援センター相談支援係