

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(令和元年8月1日現在)

		令和元年 7月中の動き	
世帯数	22,119(-13)	転入	108人
人口	59,222人(-40)	転出	115人
男	28,668人(-31)	出生	29人
女	30,554人(-9)	死亡	62人

市政トピックス 2
消費税引き上げに伴う価格表示のお知らせ 3
保育園の入園申込みの受付を開始 4~5
誰も自殺に追い込まれることのない千曲市を目指して 6

消費税引き上げに伴う価格表示のお知らせ

10月1日（火）から消費税率が引き上げられます。買い物などで留意していただきたいことをお知らせします。

■商店などの宣伝、広告の表示

○表示できるもの

- ・「10月1日以降〇%値下げ」
- ・「10月1日以降〇%ポイント付与」など

×表示できないもの

- ・「消費税還元セール」
- ・「消費税はいただいていません」
- など消費税と直接関連したもの

■価格の表示

商店などの価格表示は税込価格の「総額表示」が義務付けられていますが、特例として、以下のように「税抜価格であること」がはっきりと表示してある場合は、令和3年3月31日まで税抜価格の表示が認められています。

- 個々の値札等において税抜価格であることを表示する場合

- ・〇〇〇円（税抜価格）
- ・〇〇〇円（税別）
- ・〇〇〇円（本体価格）
- ・〇〇〇円 + 税
- ・〇〇〇円 + 消費税 など

●店内における掲示、チラシなどにおける表示により一括して税抜価格であることを明示する場合は個々の値札などまたは、個別の商品の価格の部分には「〇〇〇円」と税抜価格を表示し、それとは別に、消費者が商品などを選ぶとき目につきやすい場所に「当店（本チラシ）の価格は全て税抜き表示となっています」など。

■消費税（宣伝・広告、価格表示、便乗値上げなど）に関する問い合わせ先

○消費税価格転嫁等総合相談センター（TEL 0570-200-123、受付時間午前9時～午後5時、土・日、祝日、年末年始を除く）

- 問い合わせ先 生活安全課（内線 2242）



新庁舎開庁の9月から

子育て世代包括支援センター開設

■問い合わせ先 健康推進課（内線2122）

妊娠・出産・子育てを切れ目なく支援するための相談窓口である「子育て世代包括支援センター」を開設します。

●子育て世代包括支援センターについて？

関係機関と連携し、妊娠から子育て期の皆さんが安心して過ごせるよう支援します。

●一人で悩んでいませんか？

「初めての妊娠で不安がいっぱい」「母乳やミルクが足りていない」「身近に協力してくれる人がいない」など、妊娠・出産・子育てに関するさまざまな不安や悩み、困りごとなど、まずはご相談ください。

■窓口

- 保健センター【健康推進課】
- 更埴子育て支援センター（TEL 026-273-6180）
- 上山田子育て支援センター（TEL 026-275-6017）

【こども未来課】

申請場所が変わります

10月1日から市役所でパスポートの申請業務を開始

■問い合わせ先 市民課（内線1216）

券申請ができなくなります。

○千曲市以外の市町村に住民登録があり、千曲市にお住まいの人は、県地域振興局での申請になり、千曲市役所では受付できません。

○9月30日（月）までに県の旅券窓口（各地域振興局）で申請をされた人のパスポートの受取りは申請した窓口です。

■受付窓口 市役所1階市民課パスポート窓口

■受付時間

- 月・水・金曜日 午前8時30分～午後5時
- 火・木曜日 午前8時30分～午後7時
- 第3日曜日（交付のみ） 午前8時30分～午後5時15分

■その他

○千曲市に本籍がある人は、市民課窓口で同時に戸籍の取得ができます。

○市役所1階売店で、収入印紙・県収入証紙を販売。1階フロアに証明用写真機を設置しています。

10月1日（火）から、市民の旅券（パスポート）の申請、交付窓口が県地域振興局から原則千曲市役所になります。

■対象者 千曲市に住民登録がある人

*長野地域振興局管外の県内市町村に勤務・通学などのために住んでいる人は、最寄りの県地域振興局で申請できる場合がありますので、事前に問い合わせてください。

■注意事項

○10月1日（火）からは、原則として県の地域振興局では旅券申請ができません。

2019年10月1日、消費税・地方消費税の税率は10%へ。

※10%のうち2.2%は地方消費税です。

ポイント1 税率上げは社会保障制度を次世代に引き継ぎ、みんなが安心できる社会にするために必要です。

みんなが安心できる社会にするためには、安定した財源を確保し、社会保障制度を、次世代に引き継ぐとともに、全世代型へ転換していく必要があります。そのためには10%への税率の引上げが必要です。

ポイント2 引上げ分は、すべての世代を対象とする社会保障のために使われます。

引上げ分は、消費税・地方消費税ともに、子ども・子育て、医療・介護、年金など、子育て世代・現役世代を含む全世代を対象とする社会保障の充実と安定のために使われます。

ポイント3 家計と景気、両方の視点から対策を実施します。

飲食料品（お酒・外食を除く）と新聞（定期購読契約、週2回以上発行）に係る税率を8%に据え置きます（軽減税率制度）。このほか、家計や景気への影響を緩和するための各種対策を実施します。

知っていますか、地方消費税

一般に「消費税」と言うのは、消費税（国税）と地方消費税（地方税）を合計したものです。地方消費税は、地方自治体の貴重な財源として、住民の皆様への身近な行政に生かされています。

政府広報 消費税 検索

事業者の皆様！/ 2019年10月1日から消費税・地方消費税の軽減税率制度がスタート。仕入税額控除の方式が変わります！

標準税率 10% と、
飲食料品（酒類・外食を除く）
新聞（定期購読契約された週2回以上発行されるもの）
に係る軽減税率 8% について

帳簿・請求書・レシート等の記載を複数税率に対応させる必要があります。

全ての事業者の方に関係があります！
飲食料品等の仕入れがあれば、対応が必要に。

レジや受発注・請求書管理システムの導入・改修が必要となることがあります。

中小企業・小規模事業者等の方向けに軽減税率対策補助金が拡充されました！

制度についてのお問い合わせ

●消費税軽減税率相談センター（フリーダイヤル） ☎ 0120-205-553
受付時間は平日午前9時から午後5時まで。
*ナビダイヤル0570-030-456（通話料がかかります）もご利用いただけます。

補助金についてのお問い合わせ

●軽減税率対策補助金事務局（フリーダイヤル） ☎ 0120-398-111
受付時間は平日午前9時から午後5時まで。

令和2年度 保育園の入園申込みの受付を開始

■問い合わせ先 保育課(内線1242)

保育園には、市内に住民登録がある0歳から就学前までのお子さんが入園できます。

保育園を利用するには、保護者や同居家族の就労など、「家庭で保育ができない」理由が必要で、入園の申込受付後に「保育の必要性の認定」を行います。その後、保育園の入園や保育料の決定をします。

入園申込説明会は各保育園で

入園申込書など必要な書類を説明会時に配布します。申込書の書き方や、保育園での生活で分からないことなどを気軽に相談できます。

都合がつかない場合は、各保育園にお問い合わせください。

■説明会日時

○公立保育園、あかね保育園、あかね北保育園

10月2日(水)午前10時30分～11時30分頃

*当日は保育園開放日です。午前9時30分から園庭と遊戯室を開放しています。

○満照寺保育園

10月1日(火)午前10時～11時

○徳応院保育園

10月2日(水)午前10時～11時

■対象者 新入園児の保護者
入園申込みの手順

①入園申込書を取得してください。

②申込書は、入園申込説明会のほかに各配布場所に用意しています(表1)。市ホームページからも取得できます。

③申込書に記入のうえ、第一希望の保育園の入園申込受付日に必要書類を持参し、申し込んでください(表2)。

④入園申込受付時に、簡単な面接を行います。

お子さんと一緒に来園してください。

*入園申込受付日に都合がつかない場合は、希望保育園の受付日の翌日から11月8日(金)までに申込みができます。

*入園希望の保育園に事前に電話連絡のうえ面接を行い、申込書を提出してください。

10月1日(火)から、保育所、認定こども園、幼稚園などを利用する3歳から5歳までの子どもと住民税非課税世帯の0歳から2歳までの子どもの利用料が無償化されます。

■主な内容 左表のとおり

*給食費は、原則保護者負担となります(条件により副食費の徴収免除の制度あり)。

*一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業は、条件により、無償化の対象となる場合があります。

*就学前の障がい児の発達支援を利用する子どもは、3歳から5歳までの利用料が無償化されます。詳細は、本紙16ページをご覧ください。

施設を見学したい場合や入園を希望する場合は、各施設に直接問い合わせください。

幼児教育・保育の無償化が10月から開始

■問い合わせ先 保育課(内線1242)

無償化の主な内容

各施設	内容	市内の園
保育園	3～5歳児(年少以上児)、住民税非課税世帯の0～2歳児の保育料が無償化	公立12保育園、満照寺保育園、徳応院保育園、あかね保育園、あかね北保育園
認定こども園	○1号認定児は、満3歳から保育料が無償化。また、保育の必要性がある場合は、預かり保育料も月額1万1,300円まで無償化 ○2、3号認定児は、保育園の内容と同じ	稲荷山くるみこども園
幼稚園 (新制度未移行幼稚園)	○満3歳を迎えた子どもから、月額2万5,700円まで授業料が無償化 ○保育の必要性がある場合は、預かり保育料も月額1万1,300円まで無償化	さゆり幼稚園
認可外保育施設	保育の必要性がある場合は、3～5歳児(年少以上児)が月額3万7,000円まで、住民税非課税世帯の0～2歳児が月額4万2,000円まで利用料が無償化	さらしなの里自然保育ぼっこ、ちくまの森保育園 genius、アルファベット・キッズ・インターナショナル保育園、千曲中央病院院内託児室

*市外の保育園などでも無償化の対象になりますので、詳細は問い合わせください。

市内の幼稚園・認可外保育施設一覧

名称・問い合わせ先	対象者	定員	備考
さゆり幼稚園・ Tel.026-275-0370	2歳～5歳	220人	入園申込みは9月2日(月)から受け付けます。
さらしなの里自然保育ぼっこ・ Tel.090-4153-9046	2歳～5歳	20人	信州やまほいく認定園(申請中)。認定園は、3歳児以上で無償化対象外の場合、県の保育料補助制度があります。入園申込みは随時受け付けています。
ちくまの森保育園 genius (ジーニアス)・ Tel.026-405-1050	0歳(3か月頃)～2歳	12人	企業主導型保育所。病児保育があります。入園申込みは10月2日(水)から受け付けます。
アルファベット・キッズ・インターナショナル保育園(AKI保育園)・ Tel.080-4834-7703	2歳～5歳	20人	ネイティブな英語環境の中で、保育をしています。週3日か5日で選択可能です。入園申込みは随時受け付けています。
千曲中央病院院内託児室・ Tel.026-273-1212	1歳～2歳	12人	院内で働いている医師、看護師のお子さんを対象とした保育施設です。

幼稚園・認可外保育施設の紹介

市内には、幼稚園1園と県に設置の届出をし、指導監督を受けている認可外保育施設が4施設あり、各施設それぞれに特色があります。

施設を見学したい場合や入園を希望する場合は、各施設に直接問い合わせください。

表1 入園申込書の配布場所など

申込書の配布場所	配布期間
○市内各保育園 ○市役所保育課 ○更埴・上山田子育て支援センター	9月18日(水)～

合もありません。詳細は問い合わせてください。

■入園の決定 令和2年2月中旬に入園の決定をし「支給認定決定通知書」「支給認定証」などを郵送します。

*在園児の継続利用申込書は、通園中の保育園で配布します。

認定こども園について

●稲荷山くるみこども園

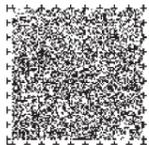
■説明会日時 9月20日(金)午前10時～11時

■願書受付 9月24日(火)～

*詳細は稲荷山くるみこども園(Tel.026-272-1215)にお問い合わせください。

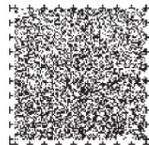
表2 入園申込書の受付日程など

期日	受付・面接会場	受付時間・提出書類
10月15日(火)	満照寺保育園(Tel.026-272-0241)、杭瀬下保育園(Tel.026-273-2974)	午後2時30分～4時 ○入園申込書 ○保育料口座振替依頼書 ○就労証明書などその他必要書類
16日(水)	徳応院保育園(Tel.026-273-3051)、八幡保育園(Tel.026-272-1650)	
17日(木)	あかね保育園(Tel.026-273-2415)、あんず保育園(Tel.026-272-1731)	
18日(金)	あかね北保育園(Tel.026-273-2975)、雨宮保育園(Tel.026-272-3150)	
21日(月)	桑原保育園(Tel.026-274-1107)、戸倉保育園(Tel.026-276-5717)	
23日(水)	屋代保育園(Tel.026-272-1726)、五加保育園(Tel.026-275-1489)	
24日(木)	稲荷山保育園(Tel.026-272-1315)、埴生保育園(Tel.026-273-2382)	
25日(金)	上山田保育園(Tel.026-275-1477)、更級保育園(Tel.026-275-0943)	



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。



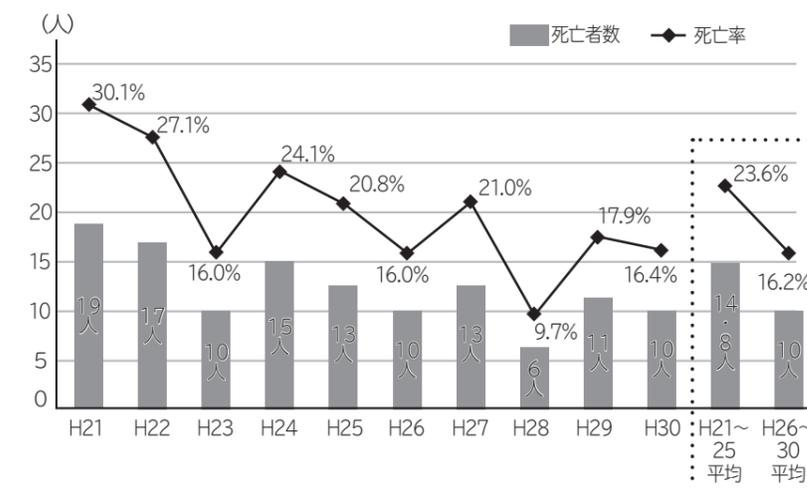
誰も自殺に追い込まれることのない 千曲市を目指して

■千曲市の自殺の現状

日本の自殺死亡率（人口10万人当たりの年間自殺者数）は、主要先進7か国の中で最も高く、自殺者数の累計は毎年2万人を超えています。

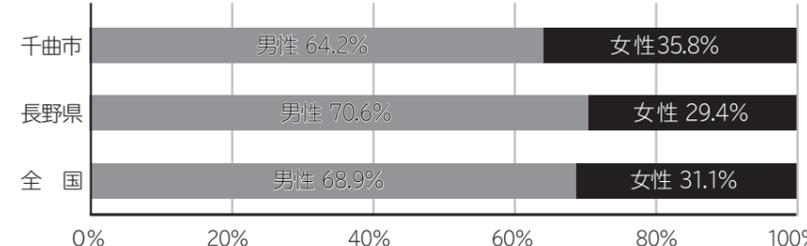
千曲市の自殺者数は、平成23年以降、年間15人以下となり、自殺死者数の平均をみ

図1 千曲市自殺死亡率・自殺死者数の推移



ると、平成21年から25年は14.8人に対して、平成26年から30年は10人と減少しています（図1）。

図2 性別自殺者割合（平成25年～29年）



- ① 気づき 家族や仲間の変化に気づいて声をかける。「心配している」というメッセージを示すことから始めます。
 - ② 傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。
 - ③ つなぎ 本人が抱えている問題を整理し、必要な支援者や相談機関へつなげる。
 - ④ 見守り 支援が途切れることのないように、寄り添いながら、じっくり見守る。
- ゲートキーパー研修
内容 保健師が町内会、職場、有志の集まりなどに出向いて学習会を行います。
- 申込・問い合わせ先
参加者が10人以上の場合は、

■みんなで取り組む自殺対策 ゲートキーパー

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守れる人のことです。家族、地域や職場など、誰もがゲートキーパーになります。

●ゲートキーパーの活動

- 申込・問い合わせ先 健康推進課（内線2132）
 - 日時 9月21日（土）午後0時30分～5時30分（受付は4時30分まで）
 - 会場 市役所2階集団指導室
 - 相談対応者 弁護士、精神科医、生活・就労相談員、保健師
- *事前予約は不要。混雑状況により、お待ちいただく場合があります。
- 申込・問い合わせ先 健康推進課（内線2132）
- ところ・法律・仕事のなんでも相談会
ところ・法律・仕事の悩みに関する相談会を開催します。「借金を返せない」「眠れない」「生きるのがつらい」など、どこに相談していいかわからない、さまざまな相談や事情を弁護士や精神科医などの専門家がお聞きします。
- 参加者が5人以上10人未満の場合は、健康推進課に申し込んでください。
- 生涯学習課（内線4114）に出前講座を申し込んでください。

市営水道料金などの改定

10月1日（火）からの消費税率の引き上げに伴い、市営水道（八幡・桑原・稻荷山の一部地区）の料金を改定します。

新料金の適用は、10月使用分（12月請求分）からです。10月1日以降に新規で使用する場合は、使用開始日から新料金が適用されます。ただし、9月30日以前から継続的に市営水道を使用している場合、11月検針分（12月請求分）は旧料金での請求となり、新料金での請求は、令和2年1月検針分（2月請求分）になります。

また、新規に給水を申し込む際の加入金も改定します。詳細は問い合わせください。皆さんの暮らしと未来を支える水道事業にご理解、ご協力をお願いします。

■問い合わせ先

- 市営水道 上下水道課（内線3241）
- 県営水道 川中島水道管理事務所（Tel 026128411700）
- 上田水道管理事務所（Tel 02681221110）

市営水道料金表（2か月分 消費税込）

■八幡・桑原（樺平別荘地を除く）・稻荷山の一部

メーター口径	基本水量	現行		改定後	
		基本料金	超過料金	基本料金	超過料金
13mm	20㎡まで	2,776円		2,826円	
20mm	40㎡まで	6,516円		6,626円	
25mm	50㎡まで	8,386円		8,526円	
30mm	80㎡まで	1万3,996円	基本水量超過1㎡につき187円	1万4,226円	基本水量超過1㎡につき190円
40mm	120㎡まで	2万1,476円		2万1,826円	
50mm	200㎡まで	3万6,436円		3万7,026円	
75mm	400㎡まで	7万3,836円		7万5,026円	

【計算例】メーター口径13mm 2か月の使用水量39㎡場合
2,826円(基本料金) + (39㎡-20㎡)×190円=6,436円

■樺平別荘地

用途	現行		改定後	
	基本料金	超過料金	基本料金	超過料金
一般別荘地用	6,490円	1㎡につき329円	6,610円	1㎡につき335円
その他(寮など大型施設用)	1万4,814円		1万5,088円	

【計算例】別荘として利用 2か月の使用水量13㎡の場合
6,610円(基本料金) + 13㎡×335円=1万965円

公共下水道・農業集落排水施設使用料の改定

10月1日(火)からの消費税率の引き上げに伴い、公共下水道、農業集落排水施設使用料を改定します。

新使用料の適用は、10月使用分からです。ただし、9月30日以前からの継続的に使用している場合、検針サイクルにより、原則的に県営水道または自家水を使用している人は1月請求分から、市営水道を使用している人は、3月請求分から新料金となります。

下水道は、台所やお風呂、トイレなどの汚れた水をきれいにし、河川や水路の水質を保全するなど、快適な生活環境づくりに大きな役割を果たしています。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

■問い合わせ先 上下水道課(内線3234)

使用料金表(2か月分 消費税抜)

基本使用量 20㎡まで	超過使用料(1㎡につき)	
	汚水排除量	使用料
2,800円	21㎡~60㎡	155円
	61㎡~100㎡	160円
	101㎡~200㎡	165円
	201㎡~600㎡	170円
	601㎡以上	175円

使用料金早見表(2か月分 消費税込)

使用水量	現行	改定後
20㎡	3,024円	3,080円
30㎡	4,698円	4,785円
40㎡	6,372円	6,490円
50㎡	8,046円	8,195円
60㎡	9,720円	9,900円
70㎡	1万1,448円	1万1,660円
80㎡	1万3,176円	1万3,420円

【計算例】 水道水 2か月の使用水量 57㎡の場合
 2,800円(基本料金 20㎡まで) + (57㎡-20㎡)×155円=8,535円
 8,535円×1.1(消費税率)≒9,388円(1円未満切り捨て)

非常勤職員(高齢福祉課 事務員)を募集

- 募集人員 1人
- 職種 嘱託職員
- 募集要件 市内在住で、普通自動車免許を有し、パソコン操作(ワード、エクセルなどで文書作成程度)ができる人
- 勤務場所 高齢福祉課
- 勤務期間 10月1日(火)～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 一般職員に準ずる(1月は17日)
- 賃金 月額15万2100円(一般職代替)
- 応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、9月13日(金)までに持参するか、郵送(当日必着)してください。
- 面接試験 9月下旬
- *詳細は応募者に連絡します。
- 郵送・問い合わせ先 高齢福祉課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、内線1151)

インフルエンザワクチン予防接種費用を助成

高齢者、中学生や高校生に相当する子どもがいる世帯の経済的負担の軽減とインフルエンザの流行、重症化を防ぐため、接種費用の一部を助成します。

高齢者インフルエンザ予防接種

■対象者 市内に住民登録があり、接種日に65歳以上の人
 *市内実施医療機関(左表)に予診票を用意しています。
 ■対象期間 10月1日(火)～令和2年1月31日(金)

■助成回数 1回
 ■自己負担金 1000円
 ■接種方法 実施医療機関で個別接種

*左表以外の医療機関で接種を希望する場合は、問い合わせください。
 *保険証と接種料金を持参してください。
 *医療機関によって予約が必要です。

中学生・高校生インフルエンザ予防接種

■対象者 ○市内に住民登録がある中学生から高校3年生の年齢に相当する人(9月末までに予診票を送付します)
 ○高校に在籍している年度末年齢が20歳までの人(要申出)
 ■対象期間 10月1日(火)～令和2年1月31日(金)
 ■助成回数 1回

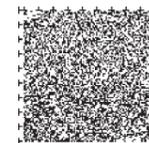
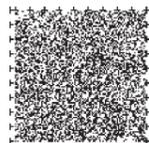
■接種費用 医療機関の定める接種料金から、助成額1000円を差し引いた料金
 ■接種方法 市内実施医療機関で個別接種

*左表の市内実施医療機関のみで実施します。
 *予診票と母子健康手帳、接種料金を持参してください。
 ■問い合わせ先 健康推進課(内線2113)

インフルエンザ予防接種実施医療機関(50音順)

医療機関	連絡先	予約
安里医院	275-7800	不要
あんずの里クリニック	272-1005	要
飯島医院	272-0269	不要
市川内科医院	275-5515	不要
稲荷山医療福祉センター	272-1435	要
いなりやまクリニック	214-3501	不要
岡田外科医院	272-2828	不要
かいぬま耳鼻咽喉科医院	275-3341	不要
兒玉医院	272-4300	不要
坂口整形外科	273-8680	要
篠ノ井橋病院	272-0744	要
島田クリニック	273-8788	不要
島谷医院	273-1201	高齢者は不要
菅谷医院	272-1024	要
菅谷東クリニック	272-0493	要
千曲中央病院	273-1212	不要
鶯沢内科クリニック	272-3713	不要
とぐらクリニック	275-0405	不要
とも泌尿器科クリニック	261-5815	要
とよき内科	276-0413	不要
中沢医院(小島)	272-0131	不要
中沢内科医院(稲荷山)	272-1013	不要
中島産婦人科小児科	275-0111	高齢者は不要
長野寿光会上山田病院	275-1581	要
長野松代総合病院ちくま診療所	273-8511	要
みやばやし小児科アレルギー科(*)	261-5221	要
もみのき内科クリニック	272-3610	不要
安川整形外科クリニック	273-6611	不要
やまざき医院	276-2700	要

*みやばやし小児科アレルギー科では、中高生のみインフルエンザ予防接種を受け付けています。



結核検診の日程

期日	時間	会場
10月3日 (木)	9:10~9:50	竹林の湯駐車場
	10:15~10:25	和田酒店
	10:50~11:10	小坂公民館
	13:20~13:30	大池公民館
	13:55~14:15	姨捨公民館
	14:40~15:50	更埴図書館南側
10月4日 (金)	9:00~9:15	屋代第六区公民館
	9:40~10:20	屋代第五区区民館
	10:45~11:00	屋代児童センター
	11:25~12:05	聚楽館
	13:30~14:40	埴生公民館
	15:05~15:25	中公民館
10月7日 (月)	9:10~10:00	八幡公民館
	10:25~10:45	斎森神社
	11:10~11:40	代公民館
	13:15~13:55	伊勢社
	14:20~15:20	市役所
10月8日 (火)	9:15~10:15	稲荷山公民館
	10:40~11:10	稲荷山温泉杏泉閣
	13:00~13:40	倉科コミュニティセンター
	14:05~14:15	バス停「倉科入口」向かい
	14:40~14:50	中村農村センター
	15:15~15:35	あんずの里観光会館
10月9日 (水)	9:20~9:35	大田原公民館
	10:00~10:20	郡公民館
	10:45~11:05	志川コミュニティセンター
	13:00~13:20	生萱公民館
	13:45~14:35	雨宮研修センター
	15:00~15:20	土口公民館

期日	時間	会場
10月10日 (木)	9:40~10:00	長門屋建具店前
	10:25~10:45	元町公民館
	11:10~11:30	峯公民館
	13:00~13:20	埴生保育園前
	13:45~14:05	寂蒔団地集会所
	14:30~15:30	屋代公民館
10月11日 (金)	9:10~9:30	羽尾第五区公民館
	9:55~10:15	羽尾第四区公民館
	10:40~11:40	旧戸倉庁舎
	13:30~13:50	芝原公民館
	14:15~14:35	須坂公民館
	15:00~15:20	黒彦公民館
10月15日 (火)	9:20~9:40	仙石公民館
	10:05~10:25	若宮公民館
	10:50~11:50	戸倉創造館
10月16日 (水)	9:10~9:30	磯部公民館
	9:55~10:15	福井公民館
	10:40~11:40	旧戸倉保健センター
	13:10~13:30	温泉公民館
	13:55~14:35	上山田文化会館
	15:00~15:20	城腰公民館
10月17日 (木)	9:10~9:40	小船山公民館
	10:05~10:55	五加コミュニティセンター
	11:20~11:50	上徳間公民館
	13:10~13:40	旧上山田庁舎
	14:05~14:20	新山公民館
	14:45~15:00	漆原集落センター
	15:25~15:35	八坂林業センター
	9:10~9:30	戸倉上町公民館
	9:55~10:25	今井公民館
10:50~11:10	柏王公民館	
10月18日 (金)	11:35~11:55	内川公民館
	13:20~13:50	力石支館(力石公民館)
	14:15~14:35	三本木公民館
	15:00~15:30	千曲市ふれあい福祉センター

市道1-21号線(千曲線) 道路拡幅工事にご協力を

市道1-21号線(千曲線)の道路拡幅工事を8月から下記区間で進めています。長期間にわたる交通規制となり、沿線の皆様や通行する方々にはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

なお、平成18年度から工事着手した市道1-21号線(千曲線)

は令和2年9月頃に完成する見込みとなりました。

■問い合わせ先 建設課(内線3202)



結核検診(胸部エックス線撮影)の受診を

65歳以上の人は、法律により、1年に1回、胸部エックス線などの結核定期検診の受診が義務付けられています。

■対象者 65歳以上の人(20歳から64歳までの人も受診可)

*結核患者、既に医療機関で受診済みの人、医師の診断により免除されている人、肺がん検診を受診した人は除きま

す。

■検診費用 無料

■検診方法 今年度に65歳になる人と、過去3年度内に結核検診を受診した65歳以上のの人に、9月中に受診票を郵送します。受診票を持参のうえ、都合のよい会場で受診してください。なお、受診票が郵送されない人で受診を希望する人は、直接会場に来てくださ

い。

■検診日時・会場 10月31日(木) 午前9時30分~11時30分 市役所

*結核患者、既に医療機関で受診済みの人、医師により免除されている人、肺がん検診を受診した人は除きます。

ストレッチャー車対応の結核検診

■対象者 寝たきりなどのため、立った姿勢での検診が難しい人

○午後1時30分~3時30分 旧戸倉保健センター

■検診費用 無料

■申込方法 事前に健康推進課に電話で申し込んでください。申込者には受診票を郵送します。受診票は受診時に持参してください。

■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2112)

第36回信州さらしな・おぼすて観月祭

9月13日(金)～10月12日(土)

古くは平安時代から、月の名所として知られる姨捨の地を中心に、全国俳句大会をはじめとした数々のイベントを開催します。

農道道しるべ

- 日時 9月13日(金)～10月12日(土) 夕方
- 会場 棚田姪石苑周辺の農道
- 内容 四十八枚田や田毎観音、棚田の姪石苑方面の農道にフットライトを設置

高山賢人さんの二胡ミニコンサート

- 日時 9月13日(金) 午後6時～7時30分
- 会場 姨捨サービスエリア上り線の広場
- 内容 二胡奏者 高山賢人さんによるミニコンサート

長楽寺ライトアップ

- 日時 9月13日(金)～18日(水) 午後5時～9時
- 会場 長楽寺境内
- 内容 長楽寺入り口のライトアップ

お月見会(観月と宴)

- 日時 9月13日(金) 午後6時
- 会場 さらしなの里展望館

- 内容 月見そばやお酒を楽しみながらのお月見
- *姨捨孝子観音の参拝もできます。

- 参加費 2500円
- 申込方法 事前にさらしなルネサンス事務局へ申し込んでください。
- 申込・問い合わせ先 さらしなルネサンス事務局(TEL026127615933)

第4回 面影塚祭

- 日時 9月14日(土) 午前11時～正午
- 会場 姨捨長楽寺面影塚前
- 内容 面影塚建立250年目を迎え、読経と句碑めぐりを行います。

文学講座「面影塚250年」

- 日時 9月14日(土) 午後2時～4時
- 会場 市総合観光会館
- 内容 矢羽勝幸さんによる「芭蕉面影塚」の公演会
- 参加費 1000円(テキスト代)
- 問い合わせ先 屋代西沢書店(TEL02612721217)

お茶と月を楽しむ会

- 日時 9月14日(土) 午後4時～6時30分
- 会場 開眼寺
- 内容 お抹茶接待、お月見、二胡や尺八などの演奏
- 参加費 1000円(お茶代など)
- 問い合わせ先 ○川西地区振興連絡協議会 高橋(TEL0801693216251)
- 開眼寺(TEL026127215019)

長楽寺満月ライブ

- 日時 9月15日(日) 午後6時30分
- 会場 長楽寺本堂
- 内容 吉川忠英さんのフォークギターコンサート
- 参加費 2500円(軽食付、要事前予約)
- 申込・問い合わせ先 ○木の花屋本店(TEL026127413001)
- 長楽寺(TEL026127313578)

観月祭案内

- 日時 期間中の土・日曜、祝日の午前10時から午後3時
- 会場 姨捨駅
- 内容 くつろぎの駅友の会などによる観月祭の見どころを案内

*各イベント内容などは、変更になる場合があります。詳細は一般社団法人信州千曲観光局に問い合わせください。

- 問い合わせ先 ○一般社団法人信州千曲観光局(TEL026126110300)
- ホームページ(https://chi-kuma-kanko.com/)

中秋の名月 9月13日(金)

- 日時 10月5日(土)～14日(月・祝) 受付午前9時～10時30分
- 受付場所 姨捨駅
- 内容 姨捨駅から棚田へ稲荷山駅までハイキング
- 申込方法 JR東日本のホームページ(https://www.jr-east.co.jp/ekihai/)から申し込んでください。

姨捨観月トーク&コンサート

- 日時 10月12日(土) 午後3時

満月 9月14日(土)

- 日時 9月28日(土) 午前9時30分～午後1時
- 内容 稲刈り、秋のみのり感謝祭
- 日時 10月12日(土) 午前8時30分～午後2時
- 内容 脱穀、収穫祭
- 共通事項
- 会場 姨捨の棚田の姪石苑周辺
- 問い合わせ先 農林課(内線3262)

JR駅からハイキング

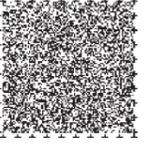
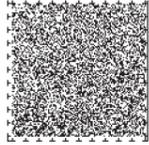
- 日時 10月12日(土) 午前10時30分～午後4時
- 会場 姨捨観光会館
- 内容 入選句、当日句の講評、表彰式
- 問い合わせ先 稲荷山町くらしと心を育む会 宮坂(TEL090471513981)
- 「信州さらしな月の里唄」と組曲「月の花挽歌」披露
- 時間 午後1時～全国俳句大会講師の講演前
- 名物月見汁のふるまい

秋の棚田散策

- 日時 期間中の土・日曜、祝日の午前10時から午後2時(2コース)
- 集合場所 姨捨観光会館
- 内容 秋の美しい姨捨棚田を専門のガイド(楽知会)と散策

お知らせ・募集・催し物

TEL 026-273-1111 (代表)



お知らせ

9月納期の市税・使用料など

- 国民健康保険税(3期分)
- 介護保険料(6期分)
- 後期高齢者医療保険料(3期分)
- 保育料(9月分)
- 公共下水道使用料(6期分)
- 市営住宅・駐車場使用料、共益費(9月分)

納付期限 9月30日(月)

「寄付ありがっこう」になります

- 中村木工所様(若宮)
- 寄付内容・使途 市章の壁飾り組子と組子屏風・市役所に展示
- サクラ精機株式会社様(鋳物師屋)
- 寄付内容・使途 殖生小学校にテント1張と折畳椅子25脚、八幡小学校に書画カメラ2台

使用済み小型家電の無料回収

- 日時 9月15日(日)午前8時30分～10時(雨天決行)
- 会場 旧市役所更埴庁舎第一駐車場、旧市役所戸倉庁舎駐車場
- 回収品目 電気や電池で動く

農業委員

農地利用最適化推進委員の紹介

市長から15人の農業委員が任命され、会長に荒井忠男委員、会長代理に瀧澤文武委員が互選されました。また、遊休農地の解消や担

手への農地の集積などを推進する、農地利用最適化推進委員が委嘱されました。
■問い合わせ先 農業委員会(内線3282)

農業委員・農地利用最適化推進委員名簿(敬称略)

担当地区(大字)	農業委員	農地利用最適化推進委員
寂蒔・鋳物師屋・打沢・小島・桜堂・杭瀬下・新田・中	岡田 和孝 伊藤 尚子	山崎 健樹
屋代・栗佐	保木野 幸雄	児島 學
雨宮・土口・生萱	島田 孝	平林 修
森・倉科	嶋田 孝	笠井 英幸 竹内 袈裟延
稻荷山・野高場	荒井 忠男 北澤 眞理子	唐木沢 清澄
桑原		池内 信治
八幡	長門 公春 綿貫 孝美 渡邊 菊	長門 千春 和田 正浩
若宮・羽尾・須坂	高松 久男	夏目 益雄 宮原 雅彦 大谷 章
磯部・戸倉・戸倉温泉・上徳間・内川・千本柳・小船山	瀧澤 文武 緑川 忠一	北澤 秀一
上山田・上山田温泉	栗原 正明 中嶋 喜代栄	篠原 昌昭
新山・カ石		宮原 秀幸

小型電子機器や家電製品

■回収できないもの

- ①家電リサイクル法対象品目(テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・乾燥機・エアコン)
- ②フロンを使用したもの(除湿機、冷風機、製氷機など)
- ③事業活動に伴い排出される使用済み小型家電

*ファンヒーターは灯油を完全に抜いたもの(本体油受皿内も付属スポイトで抜くこと)のみ、電気こたつは電球部分のみ、電気カーペットや電気毛布はコードを含むコントローラー部分のみ回収できます。
*詳細は市ホームページで確認してください。

■問い合わせ先 廃棄物対策課(内線2231)

庭木剪定チップの無料配布

■期日 9月21日(土)

■受付 午前9時～11時30分、午後1時～2時30分(少雨決行)
*荒天中止の場合は翌日22日(日)に延期します。延期する場合は、申込者に電話で連絡します。

■会場 平和橋資材置場(八幡)

*会場図は市ホームページで確

姉妹都市の観光情報を紹介

射水市観光情報

海老江曳山まつり

海老江加茂社の秋季例祭で、3基の曳山が昼は花山、夜は提灯山で町内を練り歩きます。西町のからくり人形は瞬時に唐子や猿の顔に変身し「世界のからくり人形展」にも出展されました。

- 期日 9月23日(月・祝)
- 会場 海老江山町内一円



大門曳山まつり

大門神社の秋季例祭で4基が町内を練り廻ります。庄川に架かる大門大橋を4基揃って渡る姿は圧巻です。昼は花山、夜は提灯山に装いを変えます。

- 期日 10月13日(日)
- 会場 大門山町内一円



新湊曳山まつり

放生津八幡宮の例大祭で、13基の曳山が昼は花山、夜は提灯山に装いを換え、町中を勇壮に練り廻ります。「イヤサー、イヤサー」の掛け声とともに狭い街角を急曲がりする勇壮さは見どころです。映画「人生の約束」の題材にもなりました。

- 期日 10月1日(火)
- 会場 放生津・新湊山町内一円



■問い合わせ先 射水市観光協会 (TEL0766-84-4649)

認してください。

■留意事項

- 運搬車両は、2ト車以下のトラックか乗用車に限ります。
- 運搬用に荷台へ板などを用いてアオリを設ける場合、会場での設置・組立はできません。
- 安全にチップの配布を行なうため、アオリなどの工作物は確実に固定し、飛散防止のためのシートを準備してください。

○チップの全体量は限られているため、配布予定量に達した時点で、受付を締め切ります。
■申込方法 9月11日(水)以降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 廃棄物対策課(内線2231)

甲種防火管理資格取得講習会

- 日程(2日間) 10月3日(木)午前9時～午後5時と10月4日(金)午前9時～午後3時
- 会場 千曲坂城消防本部
- 定員 40人(先着順)
- 受講料 6000円
- 申込方法 9月2日(月)から20日(金)までに印鑑と受

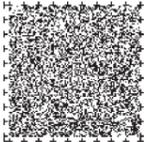
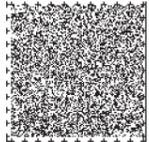
宝くじ助成事業を活用

打沢自衛消防団は、一般財団法人自治総合センターの宝くじ助成事業を活用し、AEDほかコミュニケーション活動に必要な備品を整備しました。



■問い合わせ先 市民協働課(内線4133)





* 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

市役所新庁舎とことぶきアリーナ千曲で
公衆無線LANサービスが利用可能

市役所新庁舎とことぶきアリーナ千曲で、市民の皆さんが自由に利用できる公衆無線Wi-Fiの運用を開始します。お手持ちのスマートフォンやタブレットなどで簡単な操作をすることにより、無料でインターネットに接続することができます。

■利用可能なエリア

- ことぶきアリーナ千曲 アリーナ内、柔剣道場、軽運動室
- 屋外 こもれびテラス
- 新庁舎 1F ガレリア、貫通通路、市民ロビー、マルチルーム、エレベータホール、2F~4Fエレベータホール、5Fエレベータホール、傍聴ロビー



▲こもれびテラス

■利用可能時間

午前8時30分~午後10時(1度のログインで60分間の利用が可能)

■SSID Chikuma_Free_Wi-Fi

メールアドレスの登録、SNSやSMSでのログインで簡単にインターネットにつながります。

■問い合わせ先 情報政策課(内線4163)

障がい児支援サービスの無償化

- 開始日 10月1日(火)
- 対象者 就学前障がい児(3歳から5歳まで)
- 対象サービス 児童発達支援、医療型児童発達支援、居宅訪問型児童発達支援、保育所等訪問支援、福祉型障害児

入所施設、医療型障害児入所施設

* 医療費や食費などの実費負担は無償となります。

■対象期間 満3歳になって初めての4月1日から就学するまでの3年間
* すでに対象サービスを利用している人は、新たに手続きする必要はありません。

国民健康保険証の更新など

10月1日から新しい保険証にかわります。国民健康保険に加入している人には、9月下旬に一般分は藤色、退職分はクリーム色の保険証を郵送します。

* 社会保険に加入しても、自動的に国民健康保険からは脱退できませんので、必要書類を問い合わせのうえ、市役所で脱退の手続きをしてください。

* 国民健康保険では、高額療養費の支給申請の際に、医療機関や薬局などが発行した領収書を確認します。領収書は大切に保管しておいてください。

■問い合わせ先 健康推進課(内線1234)

ひきこもり家族支援のついで

ひきこもりなど同じ経験を持つ家族同士が集まり、交流します。

■日時・会場 ○9月5日(木)、19日(木)、10月3日(木)午後1時30分~3時30分・戸倉人権はつらつセンター

○9月11日(水)午後7時~9時・市役所2階
■申込・問い合わせ先 健康推

進課(内線2134)

きのこ中毒防止展

■日時・会場 ○10月7日(月)午前10時~午後4時・綿半スパーセンタ1千曲店
○10月16日(水)午前9時30分~午後3時30分・Aコープあみず店
■内容 きのこの展示、鑑別指導
■問い合わせ先 健康推進課(内線2112)

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。

■対象者 ①65歳以上で、老齢基礎年金を受給し次の要件をすべて満たしている人

○世帯全員が市民税非課税
○前年の年金収入額とその他所得額の合計が87万9300円以下
②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が「462万1000円+扶養親族の数×38万円」以下の人

る必要はありません。
■問い合わせ先 福祉課(内線1275)

要約筆記体験入門講座

■日時 10月19日(土)午前10時~午後3時
■会場 殖生公民館
■対象者 高校生以上で、市内に在住・在勤している人
■定員 10人
■申込方法 福祉課窓口へ備付けの申込用紙に記入のうえ、9月30日(月)までに申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 福祉課(内線1271)

千曲市男女共同参画セミナー

■日時 9月28日(土)午後1時30分~3時(開場午後1時)
■会場 戸倉創造館
■内容 働き方改革講演会「私にこの会社・仕事・家族」
■講師 佐々木常夫さん(元東レ株式会社役員)
■問い合わせ先 人権・男女共同参画課(内線4123)

小型獣の捕獲

ハクビシン・タヌキ・アナグマなどの小型獣を捕獲する場合は、鳥獣保護法により市町村長

請求手続

対象者には、日本年金機構から請求手続きのご案内が9月上旬頃に届きます。ご案内の中に同封されている年金生活者支援給付金請求書(ハガキ)を記入し、10月末までに日本年金機構に郵送してください。

* 日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内に注意してください。日本年金機構や厚生労働省から、口座番号を聞くことや手数料などの金銭を求めることはありません。

■問い合わせ先 年金生活者支援給付金専用ダイヤル(TEL 0570-10514092)

千曲・坂城地域自立支援協議会「全大会」

■日時 9月14日(土)午前10時30分

■会場 坂城町文化センター
■演題 笑顔で築くユートピア・コミュニケーション

■講師 塚原成幸さん(道化師・清泉女学院短期大学准教授)

* 千曲市・坂城町の障がい者事業所の自主製品の販売を行います。
■問い合わせ先 千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援セ

の許可と狩猟免許が必要です。狩猟免許を持っていない人も、自己の敷地内では捕獲許可が下りる場合があります。ただし、捕獲した獣を自ら処分することが条件です。また、市では市民を対象に小型の箱わなを貸し出ししていますのでご利用ください。
■問い合わせ先 農林課(内線3281)

停電情報お知らせサービス

「停電情報お知らせサービス」アプリ(無料)は、地域単位だけでなく、お客さまの契約地点の停電情報を受け取ることができます。

また停電の際は、オペレーターと直接メールのやりとりができるため、相談・質問にすばやく答えることができます。

■アプリの取得先

App Store・Google Play
■問い合わせ先 中部電力株式会社(TEL 0120-9851232)



▲ App Store



▲ Google Play

ンター(TEL 026-27510548)

更埴ライオンスクラブフードドライブ

■日時 9月26日(木)午前10時~午後1時
■会場 市役所南側駐車場
■受付品 次の条件を満たす缶詰、カップ麺、レトルト食品、乾麺、お米など

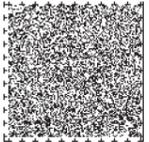
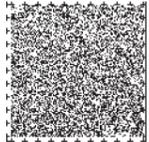
○賞味期限が明記され、1か月以上あるもの
○未開封で包装や外装が破損していないもの
○生鮮食品以外のもの(米は古米まで)

■問い合わせ先 更埴ライオンズクラブ(TEL 026-127214500)

職業訓練施設見学会

■日時 9月10日(火)、25日(水)午前9時45分~午後0時30分
■会場 ポリテクセンター長野(長野市)

■対象者 ハローワークに求職の申し込みをしている人
■申込・問い合わせ先 ポリテクセンター長野(TEL 026-24317856)



* 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

循環バスの減便

循環バスの深刻な運転手不足に伴い、10月1日(火)から下記の路線を減便、一部変更します。
なお、10月15日(火)に大循環線を中心にダイヤ改正を予定しています。

- 減便する路線
更級戸倉線9便、東部線3便と4便、大循環線平日限定便
一部変更する便
東部線2便(ことぶきアリーナ千曲西止まり)
更級戸倉線8便(羽尾5区公民館止まり)
問い合わせ先 生活安全課(内線2252)



健康づくり講演会

- 日時 10月25日(金)午後2時~3時30分(開場午後1時30分)
会場 戸倉創造館
演題 長野県発酵のある暮らしで長寿
*来場者には歩数計をプレゼントします。
講師 横山タカ子さん(郷土料理研究家)
定員 200人(先着順)
申込方法 戸倉創造館にある申込書に記入のうえ、FAX(026-235-7088)

蔵の会歴史講座

- 日時 9月12日(木)午後1時30分~3時30分
会場 旧カクイチ田中商店(稲荷山)
内容 佐久間象山と桑原関家の往来30年史
講師 関章さん(桑原伴月桜記念館元館長)
参加費 300円

パソコン操作習得受講生

- 会場 戸倉千曲川緑地公園
対象者 小中学生(小学生は保護者同伴)
内容 えさ釣りまたはルアー釣り(申込時に、どちらか希望を伝えてください)
定員 30人(先着順)
申込方法 平日の午前9時から午後4時までに電話で申し込んでください。
申込・問い合わせ先 更埴漁業協同組合(TEL026-275-1536)

コース・日程

- ①パソコン入門・10月8日(火)、11日(金)
②ワード入門・10月8日(火)、11日(金)、15日(火)
③エクセル入門・10月24日(木)、31日(木)、11月7日(木)
④ワード基礎・10月23日(水)、29日(火)、11月6日(水)
⑤ワード中級・10月2日(水)、9日(水)
⑥ワードビジネス・10月19日(土)、26日(土)
⑦エクセル基礎・10月3日(木)、10日(木)、17日(木)
時間 ①午前9時30分~午後0時30分、②午後1時30分~午後3時30分、③午前9時30

募集

- 介護予防 転倒予防教室参加者(追加募集)
期間 10月~令和2年3月
回数 3回程度で、午前中1時間30分の開催です。
会場 埴生公民館、八幡公民館、戸倉創造館、市総合観光会館
対象者 65歳以上の市民で、次のいずれにも該当する人

高齢者健康体操教室

- 定員 20人
申込・問い合わせ先 NPO法人稲荷山蔵の会 田中(TEL026-272-1333)
日時 9月5日(木)、19日(木)午前10時~11時
会場 佐野川温泉 竹林の湯
内容 笑いヨガ・脳トレ・筋トレなどを総合的に取り入れた高齢者健康体操教室です。
講師 清水一枝さん(AFA認定エアロビクスインストラクター)
参加費 1回1000円
問い合わせ先 佐野川温泉 竹林の湯(TEL026-272-16500)

公共職業訓練12月期受講生

- 期間 12月3日(火)から令和2年5月29日(金)
会場 ポリテクセンター長野(長野市)
コース 機械CAD/NC加工科
定員 15人
対象者 ハローワークに求職の申し込みをしている人
受講料 無料
*テキスト代は別途必要です。
申込方法 9月6日(金)から11月14日(木)までに、ハローワークに申し込んでください。
問い合わせ先 ポリテクセンター長野(TEL026-243)

長野県計量モニター

- 日常購入している食品などの内容量が正しく表記されているかの調査を行ないます。
募集人数 30人(先着順)
調査期間 11月1日(金)~30日(土)
申込期限 9月30日(月)
申込・問い合わせ先 長野県計量検定所(TEL0263-47-4006)

JICA海外協力隊2019年秋

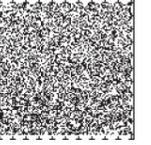
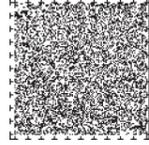
- 応募区分 一般案件、シニア案件
応募期限 9月29日(日)
対象者 20歳~69歳の人
募集説明会期日・会場 9月14日(土)・長野市TOiGO
*詳細はJICA海外協力隊ホームページで確認してください。
問い合わせ先 JICA駒ヶ根 小川(TEL0265-182-16151)

催し物

長野県障がい者文化芸術祭

- 日時 9月14日(土)~15日(日)午前9時~午後4時45分(15日は午後1時まで)
会場 上田市丸子文化会館
内容 県内の障がいのある人が制作した文化芸術作品の展示や販売、文化芸術活動の体験コーナーやステージイベント
問い合わせ先 長野県障がい者文化芸術祭実行委員会事務局(TEL026-295-3111)

* 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。



秋季企画展 「さらしなはにいな寺仏」
 屋代寺跡出土瓦や、羽尾地区から出土した密教法具など、千曲地域の仏教関連資料を一堂に展示します。初公開の資料が多数あります。
 ■期間 9月29日(日)まで
 ■時間 午前9時～午後5時 (入館は午後4時30分まで)
 ■会場 森將軍塚古墳館
 ■休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)
 ■入館料 200円(中学生以下無料)
 ■展示解説 9月8日(日)、21日(土)午後1時30分～
記念講演会
 屋代にある県内唯一の修理工房で、全国の仏像の修復を手がけている仏師の講演会です。
 ■日時 9月15日(日)午後1時30分～3時予定
 ■会場 屋代公民館
 ■演題 「仏像修理と山岳修行〜カミか? ホトケか? 日本信仰再発見〜」
 ■講師 長谷川高隆さん(信濃仏像修復所代表・智照院副住職)
 ■問い合わせ先

森將軍塚古墳館(TEL026-274-3400)
桑原さわやかウォーキング
 ■日時 10月26日(土)午前9時15分～11時30分(雨天中止)
 ■集合場所 桑原研修センター前駐車場(竹林の湯入口前)
 ■コース 桑原研修センター↓治田神社上宮↓在沢川石堰堤↓雁塚霊園桜花苑↓佐野薬師↓天満宮↓佐野川温泉「竹林の湯」
 ■参加費 100円
 ■問い合わせ先 桑原振興会 戸谷(TEL026-274-1307)
手作りぎょうざ教室
 ■日時 9月29日(日)午前9時30分～正午(受付午前9時～)
 ■会場 殖生公民館
 ■定員 20人(先着順)
 ■参加費 500円
 ■持ち物 エプロン、マスク、頭巾など
 ■申込方法 FAX(026-273-2429)で申し込んでください。
 ■申込・問い合わせ先 千曲市日中友好協会 島田(TEL026-273-2429)

白鳥園イベント
 ①温泉ランニングクラブ
 ■日時 9月15日(日)、29日(日)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ガーデンサポーターズ倶楽部
 ■日時 9月24日(火)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、小さなスコップ、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。
 ③越ちひろモデル・キラキラ車椅子試乗撮影会
 ■日時 9月28日(土)、29日(日)午前10時～午後6時
 *ソフトドリンク付き
 ●共通事項
 ■会場 白鳥園
 ■申込・問い合わせ先 湯のさとちくま白鳥園(TEL026-275-0400)

<広告欄>

ポアールス長野 千曲市民D AY
 フットサルチーム「ポアールス長野」が参戦するF1リーグのホームゲームです。
 ■日時 9月16日(月・祝)午後1時試合開始(開場午前11時予定)
 ■会場 ことぶきアリーナ千曲
 ■対戦相手 シュライカー大阪
 ■入場料(税込)
 ○前売り券 大人1000円、

高校生・中学生500円
 ○当日券 大人1500円、高校生1000円、中学生500円
 ■市民向けの特典 市内幼稚園・保育園、市内小中学校・特別支援学校から配布される千曲市民デーのチラシを持参された人は、保護者または支援者1人までが無料となります。チラシは市役所でも配布します。
 ■問い合わせ先

下水道ふれあいデー
 ■日時 9月7日(土)午前10時～午後3時
 ■会場 千曲川流域下水道上流処理区終末処理場アクアパル千曲(長野市)
 ■内容 普段見られない下水処理施設の見学ツアー、顕微鏡による微生物の観察教室など
 ■問い合わせ先 千曲川流域下水道事務所(TEL026-283-4170)

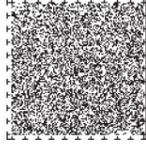
<広告欄>

催し物
みんなで育てる協働の森づくり



■日時 10月5日(土)午前9時30分～午後3時30分(小雨決行・荒天中止)
 ■会場 大池市民の森
 ■内容 育樹作業(午前)、小学生対象の木工教室など(午後)
 ■服装 汚れてもいい服装(長袖・長ズボン)、帽子、軍手、長靴
 ■持ち物 昼食、飲み物、タオル、雨具
 ■申込方法 10月4日(金)までに大池総合案内所(TEL026-272-5372)に申し込んでください。
 ■問い合わせ先 農林課(内線3281)

スポーツ振興課(TEL026-276-1731)
八幡さわやかウォーキング
 ■日時 9月28日(土)午前8時30分～午後1時(雨天中止)
 ■集合場所 姨捨観光会館駐車場
 ■コース 姨捨観光会館↓小滝沢清水↓郡の頭無↓山の神清水↓嘉歴清水↓大池弁天清水↓大池キャンプ場↓栃窪池↓姨捨観光会館
 ■参加費 100円
 *昼食(姨捨観光会館で当日予約可能)
 ■問い合わせ先 千曲市川西地区振興連絡協議会 高橋(TEL080-6932-6251)



日曜・祝日の当番医・当番薬局(千曲市・坂城町)

*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(Tel.026-276-0119)○更埴消防署(Tel.026-274-0119)

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
9/1(日)	あんずの里クリニック(森) 026-272-1005 東信よしだ内科(坂城町) 0268-81-1330	こみやま歯科医院(力石) 0268-81-7011	JA あんずいせや薬局(雨宮) 026-273-3108 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020
9/8(日)	島田クリニック(小島) 026-273-8788 いらかわ医院(坂城町) 0268-82-2143	しおいり歯科医院(雨宮) 026-273-8080	小岩薬局(桜堂) 026-272-0210 いわかた薬局(戸倉) 026-275-0269
9/15(日)	岡田外科医院(稲荷山) 026-272-2828 かいぬま耳鼻咽喉科医院(内川) 026-275-3341	関歯科医院(栗佐) 026-285-0418	ウエルシア薬局千曲稲荷山店(稲荷山) 026-273-8208 ウエルシア薬局千曲内川店(内川) 026-261-5280
9/16(月・祝)	いなりやまクリニック(稲荷山) 026-214-3501 長野寿光会上山田病院(上山田温泉) 026-275-1581	長野寿光会上山田病院歯科(上山田温泉) 026-276-0300	元町薬局(稲荷山) 026-214-3282 大井薬局(上山田温泉) 026-275-1045
9/22(日)	島谷医院(杭瀬下) 026-273-1201 とも泌尿器科クリニック(磯部) 026-261-5815	あんず歯科クリニック(森) 026-214-6654	信州調剤薬局(杭瀬下) 026-214-6868 磯部土屋薬局(磯部) 026-275-6464
9/23(月・祝)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	千曲中央病院歯科(杭瀬下) 026-273-2130	あんず薬局(桜堂) 026-272-8200 正林堂薬局(戸倉) 026-275-0180
9/29(日)	中沢内科医院(稲荷山) 026-272-1013 中島産婦人科小児科(上山田温泉) 026-275-0111	渡辺歯科医院(稲荷山) 026-272-1313	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
10/6(日)	かつの耳鼻咽喉科(栗佐) 026-274-3387 市川内科医院(上山田温泉) 026-275-5515	柳沢歯科医院(稲荷山) 026-273-5638	栗佐ひとみ薬局(栗佐) 026-273-6730 クスリのアオキ栗佐薬局(栗佐) 026-273-8210 西沢薬局(上山田温泉) 026-276-0501

救急医療機関の適正な利用にご協力を

9月9日は、救急の日です。大切な命を守り、本当に救急医療を必要とする人のために、救急医療機関の適正な利用をお願いします。

救急医療機関を受診する場合は、事前に受診を希望する医療機関に電話で連絡し、現在の症状を伝えて指示を受けてください。持ち物は、保険証、福祉医療費受給者証や母子健康手帳などです。

■救急医療体制を守るために緊急性がなく軽症の人は受診を控える。

○「かかりつけ医」を持つ。

○「長野県小児救急電話相談」を利用する。

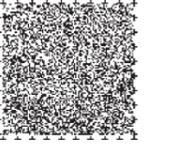
子どもの夜間のケガや急病などの対処に戸惑うときや、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しいときに看護師などが相談・助言を行います。

*「長野県小児救急電話相談」の電話番号は、局番なしの「#8000」(アナログ回線・IP電話はTel.02631341800)、受付時間は、毎日午後7時から翌日午前8時まで。

■問い合わせ先 健康推進課 (内線2112)

定例の掲示板

TEL 026-273-1111 (代表)



9月の休日開庁日

■日時 9月15日(日)午前8時30分～午後5時15分

■会場 市役所1階市民課

*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。

ようこそ市長室

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・日曜日、祝日を除く)までに電話で申し込んでください(先着順)。

■日時 9月26日(木)午前9時～11時

■会場 市役所4階市長室

■申込・問い合わせ先 秘書広報課(内線4201)

私のまちづくり提案(市政への意見・提案)

用紙は市役所、公民館、市の鉄道の各駅ほか、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 秘書広報課(内線4201)

各種相談(相談無料)

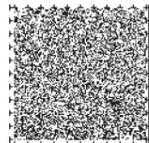
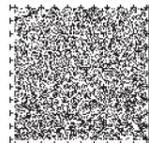
相談内容	日時	時間	会場	問い合わせ先
精神保健相談	9月11日(水)	午後1時～4時30分	市役所2階保健センター	健康推進課(内線2132)
市民に寄り添う人権相談	9月20日(金)	午後1時～4時	埴生公民館	人権・男女共同参画課(内線4123)
介護相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	更埴地域包括支援センター(市役所1階)	高齢福祉課(内線1181)
			戸倉上山田地域包括支援センター	戸倉上山田地域包括支援センター Tel.026-214-7780
法律相談	10月8日(火)	午後1時～3時	市役所3階	総務課(内線4153・要予約)
	10月24日(木)			
行政相談	9月10日(火)	午後1時～3時	市役所1階	総務課(内線4153)
	9月14日(土)		稲荷山太陽の園	
年金相談	毎週火・水・金曜日	午前9時～午後5時	市役所1階年金相談コーナー	市民課(内線1216)
	9月9日(月)	午前9時～午後4時		
	9月12日(木)、26日(木)	午前9時30分～午後3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>

<広告欄>

いこいの広場



毎週末、家族で児童館に通うほど、バドミントンが今一番大好きな息子。寝起きの第一声が「なんかたべゆ(食べる)ものちようだい♪」の甘え上手&食いしん坊な娘。二人の名前には「思いやりがあり、人を和ませられるような人に育ってほしい」という願いから「和」の字を用いました。

毎日、その日を過ごすだけで精一杯な私ですが、子ども達との関わりや仕事などに癒され、和ませてもらっています。

例えば、娘が息子のお菓子を食べてしまい、それを知った息子は号泣して怒りました。すると、原因をつくったはずの娘は涼しい顔で、「まあまあまあ……」と息子をなだめるではありませんか! しかも、2歳児が



こだま あやこ
児玉 綾子さん(カ石)

信州ブレイブウォリアーズ

「新加入選手を紹介②」



#7 井上 裕介 選手
いのうえ ゆうすけ



#13 青木 龍史 選手
あおき りゅうじ

「この度、信州ブレイブウォリアーズでプレイさせていただくことになりました井上です。まず、入団にあたりご尽力くださった全ての方々に感謝申し上げます。勝久マイケルヘッドコーチのもと、B2優勝を成し遂げた素晴らしいチームの一員としてプレイできることは大変嬉しく、楽しみです。とても熱い信州ブリースターの皆さんの期待に応えられるよう全力を尽くします! 応援よろしくお願ひします」

「2019-20シーズンより、信州ブレイブウォリアーズでプレイさせていただくことになりました青木龍史です。新たな環境で、レベルの高いバスケットボールができることに大変感謝しています。チームの勝利に貢献できるよう、日々努力し、選手として成長していきたいと思ひます。応援よろしくお願ひいたします」

■身長・体重
194センチ・100キログラム

■ポジション PF

■出身地 滋賀県

■生年月日 昭和57年9月7日

■身長・体重
183センチ・80キログラム

■ポジション G

■出身地 愛知県

■問い合わせ先 株式会社信州スポーツスピリット(TEL 026-214-7022、平日午前9時~午後5時)

市立図書館 & 千曲警察署から

- ★更埴図書館 (TEL026-273-2989)
- ★戸倉図書館 (TEL026-276-7001)
- ★更埴西図書館 (TEL026-273-8060)
- 開館時間 午前9時30分~午後6時
- ★上山田公民館図書室 (TEL026-276-5842)
- 開館時間 午前8時30分~午後5時15分

- ### 戸倉図書館 新刊図書
- 小説 『ノーサイド・ゲーム』 池井戸潤
 - 『旅は道づれきりきり舞い』 諸田玲子
 - ノンフィクション 『手塚治虫とトキワ荘』 中川右介
 - 『ドキュメント「働き方改革」』 澤路毅彦ほか
 - 児童向け 『ようかいむらのびっくりりゅうえんち』たかいよしかず 『そうめんソーター』 岡田よしとか

- ### 人気の本ベスト5 【エッセイ】
- 1位『九十歳。何がめでたい』 佐藤 愛子
 - 2位『自分流のすすめ』 曾野 綾子
 - 3位『人生は美しいことだけ憶えていればいい』 佐藤 愛子
 - 4位『思わず考えちゃう』 ヨシタケ シンスケ
 - 5位『おやつが好き』 坂木 司

9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
*蔵書点検休館日：9月2日~9日(戸倉)、9月3日(上山田)、9月24日~26日(更埴西) 9月24日~10月3日(更埴)

市立図書館 おすすめの一冊



「ヴェルサイユ宮殿 影の主役たち」
著/ジャック・ルヴロン
出版社/河出書房新社

世界一華麗な王宮であり続けたヴェルサイユ。フランス王室の絶頂期を使用人たちの眼を通して知ることができる、裏方たちの知られざるドラマの本。

- ### 更埴図書館 新刊図書
- 小説 『ライフ』小野寺史宜
 - 『119』長岡弘樹
 - 『待ち遠しい』柴崎友香
 - ノンフィクション 『1億3000万人のためのeスポーツ入門』但木一真
 - 『呪いの言葉の解きかた』 上西充子
 - 児童向け 『よろしくパンダ広告社』 間部香代
 - 『しのぶよしのぶよ』 よこやまかんな

- ### 更埴西図書館 新刊図書
- 小説 『希望の糸』東野圭吾
 - ノンフィクション 『3歳からできるお片づけ習慣』伊東裕美
 - 児童向け 『ハッピーボーギー』 くりはらたかし

【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~
- 9月28日(土)午前10時30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~

市内事件・事故累計 (令和元年7月末現在の暫定値)

種類	件数 (前年同期比)	
	盗難事件	交通事故
万引き	20件 (-12)	
自転車盗	18件 (-3)	
車上狙い	8件 (-2)	
その他	21件 (+4)	
件数	107件 (-20)	
死者	1人 (+1)	
傷者	129件 (-33)	

千曲警察署から

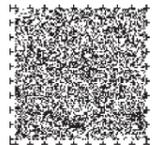
《TEL026-272-0110》
秋の全国交通安全運動
9月21日(土)~30日(月)

【全国重点】

- 『子どもと高齢者の安全な通行の確保』
- 『高齢運転者の交通事故防止』
- 『運転に不安を感じたら、運転免許の返納について考えてみましょう。』
- 『夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止』
- 『全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底』
- 『飲酒運転の根絶』

【長野県重点】

- 『通学路・生活道路などの安全確保と歩行者保護の徹底』
- 『車両の運転者は、歩行者などを保護するという意識をしっかりと持ちましょう。』



ちくまっ通信

子育て支援センターからのお知らせ



落合 陽翔 くん (2歳3か月 打沢・写真右)
 落合 絢翔 くん (0歳2か月 打沢・写真左)
 家族からのメッセージ
 たくさん食べて大きくなってね。



更埴子育て支援センター(7月お誕生日おめでとう会)



上山田子育て支援センター(7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 9月26日(木) 更埴 9月27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 9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。

■時間 午前11時~11時30分

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 9月9日(月) 上山田 9月13日(金)
- 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 9月12日(木) 更埴 9月18日(水)
- 時間 午前10時~午後3時

親子ふれあいミニミニ講座

上山田	内容
9月4日(水)	うたってあそぼう&レインボーさんとのお楽しみ会
9月11日(水)	うたってあそぼう&工作(事前予約)
9月18日(水)	うたってあそぼう&ちびまるさんの人形劇
9月25日(水)	うたってあそぼう&ぽっかぽかコンサート

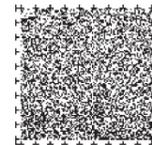
更埴	内容
9月5日(木)	うたってあそぼう&ちびまるさんの人形劇
9月12日(木)	うたってあそぼう&マンドリンコンサート
9月19日(木)	うたってあそぼう&新聞紙であそぼう!
9月26日(木)	うたってあそぼう&工作(事前予約)

【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

ちくまトピックス

まちの話題をお届け フォトニュース



市内の情報を Facebook で発信中



7/26

千曲市役所新庁舎竣工式

旧市町の関係者、施工業者や地元区長など214人の参加により、千曲市役所新庁舎竣工式が行なわれました。岡田市長は「新庁舎、ことぶきアリーナ千曲が完成したことで市の新たな拠点が整備されました。今後は、更に行政機関として質の高い市民サービスの実現を目指し、市民満足度の高い市政経営に努めていきます」と式辞を述べました。

新庁舎は鉄骨造り5階建て、延べ約1万2400平方メートル。市民利用の多い窓口部門を低層階に配置したほか、災害時には防災拠点としての機能を果たすため、免震構造の採用や受変電設備、非常用発電機などを配備しました。



女子ボクサー宮尾綾香選手が市長を表敬訪問



8/9

倉科出身で世界ボクシング協会(WBA)女子アトム級暫定王者の宮尾綾香選手が市役所を訪れ、岡田市長に正規王者のモンセラット・アラルコン選手(メキシコ)と対戦することを報告しました。王座統一戦は、9月12日の後楽園ホール(東京都)です。宮尾選手は「統一戦に勝って正規王者として、胸を張って千曲市に帰ってきたいです」と決意を話しました。

射水市・千曲市スポーツ少年団交流大会



8/3・4

千曲市の姉妹都市である富山県射水市で、スポーツ少年団交流大会が開催され、射水市の歌の森運動公園野球場でソフトボールの交流試合を行ないました。また、海王丸パークの施設見学、海老江海浜公園での昼食交流会などで、射水市と千曲市の児童たちは親睦を深めました。

宝くじ公式サイトで宝くじを 購入できるようになりました!

お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

宝くじ
公式サイトは
こちらから

STEP1 「宝くじ公式サイト」を検索!メールアドレスの登録(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、
宝くじ公式サイトの新規会員登録ページで
メールアドレスを登録(仮登録)します。



クリック!



STEP2 会員情報の入力(会員登録)

入力いただいた
メールアドレス宛に、
メールが届きます。



メールに記載
されている
会員登録用の
URLをクリック
します。



画面に従って、
氏名や生年月日
等の情報を入力
いただくと
新規会員登録が
完了します。



宝くじ売り場でポイントをためる/つかうための手続きは以上で完了です。
宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」
および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります!

クレジットカード情報のご登録にあたり、下記の2点をご確認ください。

- ① **宝くじ公式サイトで利用可能なクレジットカード発行会社か**
 - ② **本人認証サービス(3Dセキュア)を有効化しているか**
- クレジットカード発行会社の確認方法、本人認証サービス(3Dセキュア)について
詳しくは https://www.takarakuji-official.jp/special/creditcard_guide/ をご確認ください。

宝くじコールセンター
 本件に関するお問い合わせ先
TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) **TEL 011-330-0777** (有料)
 受付時間 10:30~18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く)
 ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

*サマージャンボ、ハロウィンジャンボの収益金は、市町村の環境保全や高齢化対策など、地域住民の福祉向上のために活用されます。