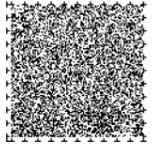


特集

千曲市に残る歴史

松田館

今月の表紙	今月の主な紙面
<p>武水別神社神主松田館・長屋門</p> <p>近世初頭から武水別神社の神主を務める松田家。松田館は、神官の住居として屈指の屋敷構えを持ち、当時の屋敷環境のほとんどが保たれている貴重な遺構です。</p>	<p>市政トピックス 2～3 阿部知事が新幹線新駅誘致期成同盟会顧問に就任 など 【特集】 松田館 4～7 4月から導入「副学籍」 8～9</p>



北陸新幹線 新駅誘致期成同盟会 阿部知事が顧問に就任



平成29年2月3日に、阿部知事が北陸新幹線新駅誘致期成同盟会の顧問に就任しました。阿部知事の顧問就任により、北陸新幹線新駅誘致期成同盟会は、県内18市の市長と市議会議長などとともに、全県的な体制が整いました。同盟会には県経営者協会など71団体が参画しており、県関係の国會議員など、顧問は111人、相談役と参加者が78人、会を運営する役員は71人、会員は約1万2700人となっております(2月現在)。

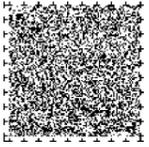
阿部知事の顧問就任を受け、市は期成同盟会とともに今後、JR東日本長野支社などに新駅設置を要望し、引き続き新駅設置の有効性を市民の皆さんにご理解いただけるよう努めていきます。



▲12月19日に更埴文化会館で開催された北陸新幹線新駅誘致期成同盟会総会

また、期成同盟会では新幹線新駅誘致実現のための賛同署名活動に取り組んでおり、市民の皆さんのなご一層のご支援をよろしく願っています。

■問い合わせ先 更埴庁舎・新幹線対策室(内線5321)



4月1日設立に向けて準備中!!

一般社団法人「信州千曲観光局」設立に向けて 千曲版DMOセミナー開催

■問い合わせ先 上山田庁舎・観光課(内線7222)



▲官民が連携した千曲版DMOの設立準備委員会を開催

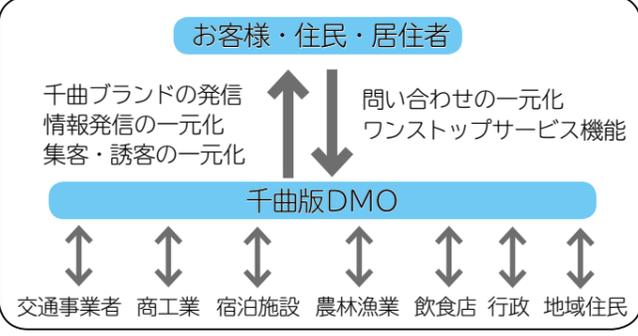
日時 3月8日(水)午後7時～8時30分
場所 更埴文化会館 小ホール

*参加費無料、どなたでも参加できます

観光を取り巻く目まぐるしい変化に対応するため、千曲市観光の将来を見据えた戦略と実行体制のさらなる進化が重要であることから、現千曲市観光協会を解散し、魅力ある観光地域づくりに取り組むための新たな観光推進組織(千曲版DMO)「信州千曲観光局」を設立します。

セミナーでは、日本版DMOの第一人者である清水慎一さん(まちづくりアカデミーアドバイザー)が「観光による豊かな地域づくり」「千曲版DMOに期待される役割」など全国の事例と実績とを比較しながら解説します。

【イメージ図】



別冊KURA「信州千曲市」を作成

千曲市移住ガイドを ご活用ください

■問い合わせ先 戸倉庁舎・地域活力創造課(内線6272)



市では、市外・県外からの移住や千曲市民の定住を促すため、先ごろ、出版社との官民協働事業により、別冊KURA「信州千曲市」を作成しました。

市内では、移住経験を持つた皆さんの市民が活躍しており、そうした人たちが感じている千曲のさまざまな魅力には、移住を考えている市外・県外の移住希望者を千曲市へ引き寄せてくれる力があります。この本は、最近話題の市民活動や千曲で自慢の農業、ものづくり、芸術、歴史などを、市民の笑顔と四季折々のすばらしい風景の写真とともに1冊に収めた、千曲の魅力満載の移住ガイドブックです。

勉強などでふるさとを離れたお子様や市外・県外で移住を考えている知り合いの方がおりましたら、このガイドブックをお勧めください。

千曲市移住ガイドブック、別冊KURA「信州千曲市」は、県内の書店、コンビニなどで取り扱っていますので、お買い求めください。

「科野の国 さらしな はにしな 史都がにぎわう 信州の交流拠点 千曲」

第二次千曲市総合計画(案)に 対して審議会が最終答申

■問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5314)



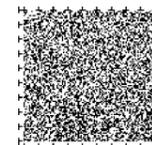
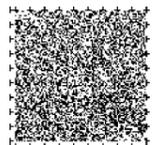
▲岡田市長に答申書を手渡す藤居良夫会長(中央)と鹿田厚子副会長(右)

千曲市総合計画審議会は、平成28年8月と10月に岡田市長より諮問された第二次千曲市総合計画「基本構想案・基本計画案」の審議・調査を終え、2月13日に市役所更埴庁舎で岡田市長に最終答申をしました。

市政運営の長期的な指針となる「千曲市総合計画」は、現計画(平成19～28年度)の計画期間が平成28年度で終了することから、市では第二次千曲市総合計画の策定を進めてきました。同審議会は市長からの諮問を受け、10回にわたり審議会を開催し、慎重に審議・調査を重ねてきました。

答申には、おおむね諮問案を了承したうえで、「将来にわたって持続可能なまちづくり、持続可能な財政運営をより一層堅持していただきたい」など計画を進めて行くうえで4つの留意事項が付けられました。

これを受けて、市では審議会からの答申を最大限に尊重し議案としてまとめ、市議会3月定例会に提出します。



松田館 歴史年表

- 天正12年(1584) 上杉景勝 稲荷山城を築く
この頃に松田館が設けられたとみられる
 - 文禄元年(1592) 頭人行事の頭人名が記された「御頭帳」が残る
 - 江戸時代前期 主屋など建築
幕末に隠居屋・齋館建築
 - 明治元年(1868) 神仏分離(廃仏稀釈)により神宮寺が廃寺となる
 - 明治時代 新座敷建築
八幡村役場・駐在所・郵便局などが置かれる
-
- 平成7年～15年 松田家資料調査を市民団体の協力を得て実施
 - 平成15年 千曲市指定有形文化財「松田邸」
 - 平成16年1月 松田家資料保存整備計画策定
 - 平成16年11月 長野県宝「松田家住宅主屋」
 - 平成17年～ 松田家資料保存整備事業着手
 - 平成18年4月 長野県史跡「武水別神社神主松田家館跡」
 - 平成26年2月 長野県宝「松田家齋館」
 - 平成26年 長屋門修理完成
 - 平成28年 堀修理完成

▶明治34年(1901) 「長野縣更級郡八幡郷松田棟並邸宅」より



長野縣
更級郡八幡村
松田棟並邸宅

博物館として公開予定
平成16年に武水別神社宮司の松田孝弘さんから、長野県宝に指定された松田家住宅主屋や市指定文化財の付属建物など11棟を市に寄贈していただき、市は建物や一万数千点の古文書など資・史料の保存・活用を図るため、松田家資料等保存整備計画を策定しました。現在まで、主屋・土墨・堀の整備などが完了し、平成31年度には全体を博物館として公開する予定です。

中世から残る貴重な神主屋敷
八幡地区の中心に位置する武水別神社では、毎年12月に国選択無形民俗文化財に指定されている「大頭祭」が行なわれており、400年もの歴史があるとされています。
松田館は、この神社西側を通る県道から大門を入った先に、1866坪(南北約93m、東西約73m)の屋敷を構えています。土墨(土手状の防御施設)や幅約4m、深さ約2mの堀に囲まれています。現在残る堀は東側のみで、ほかは堀が埋まっています。これまでの発掘調査の結果から、土墨は、16世紀代室町から戦国時代の築造と推定されています。
現在の松田館は、主屋や御霊屋・西の土蔵などが寛政3年(1791)以前に、齋館や長屋門・隠居屋などは江戸時代後半から明治時代に建てられたとされています。中世からの神主の館が、現在も神社や祭礼と一体になって機能していることは全国的にも珍しいものです。



▲屋敷の北側の堀跡を発掘調査、幅約4m、深さ約2mであることが判明



▲堀跡から、内耳鍋やかかわらけと呼ばれる戦国時代の土器が出土



▲天正12年(1584)上杉景勝から松田氏に、稲荷山城と八幡神領の管理を命じた文書

まつだやかた 松田館

特集

戦国時代に建てられたとされる松田館。武水別神社神官の松田家の神主屋敷として、県内屈指の屋敷構えを持ち、一万数千点にのぼる古文書・書画・道具類などの貴重な資・史料が残されています。今回の特集は、400年以上の歴史を持つ長野県史跡「松田館」を紹介します。

松田館の魅力

室町・戦国時代からつづく屋敷跡には、18世紀前半に建てられた茅ぶきの主屋があります。江戸時代は仏教が国教で、更級八幡宮(武水別神社)は寺院とされ、信州八幡神宮寺が將軍にお目見えの特権をもち、神主は松代藩の寺社奉行の管轄下でした。そのため、近世の神主屋敷は民家造りであり、禊(まじ)用の湯殿(身を清める場所)をもっていることが神主屋敷としての最大の特徴です。普通の民家にはないものですから、民家よりも格が上だということがわかります。

ところが、19世紀から国学や尊王思想が広がり、神社の神道思想が高まってきて、更級八幡宮は「武水別神社」と社号を変更しました。幕末の1861年には神事のための神殿として松田家齋館が増築されました。明治維新以降、明治政府により廃仏稀釈(仏教を排斥すること)運動が進められ近代神主邸宅として整備されます。その後、八幡村役場が置かれて、知事らを接待するための新座敷が新築されるなど、規模や建物が増

松田館に現存する建物

県宝指定。近世の神社神主家の住宅が文化財として保存されている例は、全国的にみても非常に少なく貴重な建物です。



松田家住宅主屋



▲玄関の土間に入ると、とりつぎの間・なかの間・客間・座敷と続いています

松田館は、中世から近世を経て近代に至るまでの神主邸宅の景観を追体験できる貴重な文化財です。



国立歴史民俗博物館
総合研究大学院大学

名誉教授 井原 今朝男 さん

松田家資料保存整備委員会座長・市文化財保護審議会会長としてご指導されています。

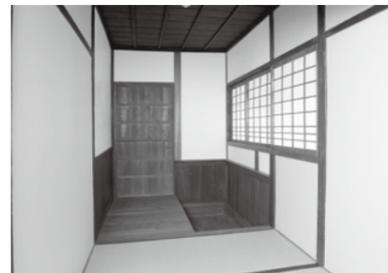
加しました。このように松田館は、江戸時代には民家造りの神主屋敷であったのが、明治になり国家神道の宗教政策の下で近代神主邸宅に整備された景観が見られる全国でも唯一の場所でもあるのです。

また、松田家文書は、室町時代から江戸時代の和歌・連歌・俳句などの文学史料のほかに、武田信玄・今川義元・上杉景勝など戦国大名や歴代の徳川將軍家の発給文書、近世の更級八幡宮の社務関係文書などが大量に残されており、現在も整理調査が進められています。

県宝指定。江戸時代の終わりに改築され、現在も仲秋祭や大頭祭の出達式が行なわれています。



齋館



▲主屋から齋館に向かう途中に、身体を清める「湯殿」があるのが大きな特徴です

県知事を接待するために明治になって建てられた八幡の迎賓館です。



新座敷

寛政6年(1794)に建てられ、墨書が天井の梁に見つかりました。展示室に改装しました。



味噌蔵

明治になって建てられた裏門で、門の下に水路を通し、屋敷内に水を引いています。



裏長屋

幕末に建てられたもので、この時に土塁を壊していることが調査で判りました。



隠居屋

神主松田さんが紹介する松田館

主屋には、22年ほど前(平成6年)まで実際に住んでいました。祭りのときは、今も齋館を使用しています。神主住宅の特徴として、「おたや」「御霊屋」は普通の住宅では見られない珍しい建物です。

裏庭には、裏長屋から長屋門の堀まで流れる水路があり、昔は生活用水として使っていて、ホタルも舞っていた時期もありました。屋敷全体の雰囲気を通して、その時代に生きていた人たちの生活を想像しながら、ゆったりとした時間を過ごしてもらいたいと思います。



武水別神社神主 松田 直隆さん

注目 3月21日～26日まで
松田館を一部公開

- 日時 3月21日(火)～26日(日)まで 午前10時～午後4時
- 会場 松田館(武水別神社西側) 車でお越しの際は、武水別神社の駐車場をご利用ください。
- 対象 どなたでも見学できます。
- 内容 係員が会場で解説します。期間中お茶会や水彩画展を行ないます。
- 申込方法 事前申込み不要
- 問い合わせ先 市歴史文化財センター(Tel.026-261-3210)

地域の仲間と「つながり」を 持ち続けてほしい

副学籍とは

副学籍とは、特別支援学校(在籍校)で学ぶ子どもたちが、居住する地域の小・中学校に「副学籍」をおき、交流や共同学習をとおして、居住地域の小・中学校の児童生徒とのつながりを継続し、仲間意識を高める取り組みです。

対象となる子ども達は

市内に居住して、現在、特別支援学校(稲荷山養護学校、長野ろう学校、長野盲学校、若槻養護学校、信州大学附属特別支援学校など)に通学している児童生徒が対象になります。副学籍を希望する保護者が特別支援学校に申し出て、子どもや保護者の希望を聞きながら進めていきます。

具体的な交流内容は

子どもの健康状況や交流内容の希望を基本に、保護者と在籍校、副学籍校で相談をしながら計画を

立てていきます。

- 学校行事(入学式・卒業式・運動会・音楽会・文化祭・学年行事など)への参加
- 交流・共同学習(活動可能な教科学習・総合的な学習の時間など)への参加
- 学校だよりなどの配布
- 地域行事(地域行事や小・中学校の地区単位で行なう行事など)への参加などが考えられます。

期待できる効果

特別支援学校で学ぶ児童生徒は居住地の小・中学校で生活体験を広げ、地域の児童生徒との仲間意識を育むことができます。地域の小・中学校児童生徒は障がいのある児童生徒とふれあい、共に活動をするにより個々の違いを認め合いながら仲間意識を高め、共に尊重しあう心が育ちます。そして将来的に「地域とのつながり」を大切にしながら「共生社会につながる行動力と豊かな人間性の形成」につながっていきます。

4月から導入 副学籍

■問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6318)

キーワードは「つながる」

インタビュー interview 2

「将来のために、今から
社会を広げてもらいたい」

小学1年生の息子をもつ保護者の方

副学籍をおく殖生小学校には、保育園で一緒だったお友だちがいるので、その子たちと一緒に活動する機会が増えることや、息子のことを知らない子との交流も期待しています。

小学校へは親の付き添いが必要なので、私の仕事の都合により交流の回数に限られてしまうのではないかと心配しています。また、本人は気にしない性格ですが、障がいのことからかわれないかという不安があります。ただ、それを恐れて何もしないより、小さい頃から周りの交流を多く持ち、将来一人になることがないよう、つながりは大事にしてほしいと思います。

「もっと深く交流ができる
ようになればうれしい」

中学1年生の娘をもつ保護者の方

娘は小学6年生までは地域の小学校に通っていましたが、中学からは稲荷山養護学校に通っています。これまで居住地間交流として年数回の交流はありましたが、学校が別ということもあってお客さんのような立場だったので打ち解けにくい雰囲気がありました。仲が良かったお友だちと会う機会も限られていたので、今回の制度で、できる限り交流をもつてほしいと思いますし、同じクラスのお友だちとして、もっと深い関係を築いてほしいと思います。



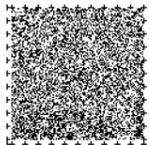
稲荷山養護学校 宮坂 正 校長

インタビュー interview 1

のだと思います。

地域の学校の子どもたちにとつてみても、これから社会を作っていくためには、障がいのある方々を含め、いろいろなことに理解が必要で、多様性を認めて生きていく力がなければ、これからの世の中はうまくいかないことが多くなってくると思います。

また、学校生活に限らず地域の中でも、障がいのある子どもを忘れないでほしいと思います。みんなが配慮をしながらも、地域の行事に誘って一緒にやろうじゃないか」というような気持ちが高まってくれることも期待しています。



市教育委員会が

キャリア教育優良教育委員会 文部科学大臣表彰

を受賞しました



■問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6314)

1月17日、長野県教育委員会
の推薦をいただき千曲市教育委員
会が「第10回キャリア教育優
良教育委員会文部科学大臣表
彰」を受賞しました。
これは、市内各学校の担当教
諭で構成する「千曲市キャリア教
育推進委員会」が中心となって進
める公開授業、講演会、実践事例
集の編集・発行など各校のキャ
リア教育が意図的、計画的に推
進されていることや、ニーズに寄
り添った学校支援、職場体験の
事業所開拓、通信「キャリアかわ
らばん」発行による産学の情報
共有などの取組みが認められた
ものです。
今後、地域の皆さんのご理
解とご協力をいただきながら、
市教育委員会では「学校・
家庭・地域をつなげるキャ
リア教育」を推進していきま
す。

*キャリア教育

一人一人の社会的・職業的
自立に向け、必要な基盤と
なる能力や態度を育てるこ
とを通して、キャリア発達
を促す教育



堀内由貴 隊員

地域おこし協力隊員 奮闘記

第3回



千曲市トークイベント in 台湾

今回は1月に台湾で行なわれた台湾人パワ
ーブロッガーによる千曲市トークイベントをご
紹介します。

昨年10月にブロッガーの方に千曲市内と近
隣エリアを5日間にわたって旅行してもらい
ました。その体験を抽選で選ばれた100名を
超える参加者に向けてお話してもらいました。

台湾から千曲市までのアクセスから始まり、
実際に訪れてみないと分からない千曲市のデ
ィープな魅力をユーモアを交えながら伝え、
参加者は終始興味を持ってトークを聴いてい

ました。トーク以外にも杏製品や日本酒など
千曲市名産品の試飲試食や顔出しパネル、手
湯体験なども行ない、イベント会場は賑わい
に包まれました。告知用に壁に貼っていた千
曲市のポスターも持って帰りたいという方が
多く、イベント終了時には全部無くなってしま
うほどでした。

一方で会場で取ったアンケートでは「千曲市
に行ったことがある」という人はほぼゼロだっ
たので、台湾でユーザーの多いSNSを効果的
に使い、PRしていく必要があると実感しまし
た。



▲千曲市名産品展示コ
ーナー



▲手湯体験、折紙の展
示



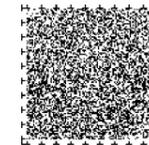
▲あん姫のぬいぐるみと
写真撮影をする親子



▲イベントの最後に来場者
の皆さんと記念撮影

次代のまちづくりのために

～立地適正化計画の策定に向けて～ vol. 5



前号では、立地適正化計画の内容についてご紹介しました。
今月号では、計画が公表された場合に必要となる届出についてご紹介し

■問い合わせ先 更埴庁舎・都市計画課(内線5622)

立地適正化計画では、居住を誘導する「居住誘導区域」と、生活サービスを誘導する「都市機能誘導区域」を定め、都市機能誘導区域には、その区域に誘導する施設(誘導施設)を定めています。

立地適正化計画が公表(3月31日予定)された場合、都市再生特別措置法に基づき、以下の届出の対象となる行為を行なう場合、これらの行為に着手する日の30日前までに、市長への届出が必要です。

詳細については、市ホームページをご覧ください。また、都市計画課までお問い合わせください。

居住誘導区域に関する届出

都市計画区域のうち、居住誘導区域外で以下の行為を行なおうとする場合

●開発行為の場合

- ①3戸以上の住宅の建築を目的とする開発行為
- ②1戸又は2戸の住宅の建築を目的とする開発行為で、その規模が1,000㎡以上のもの

●建築等行為の場合

- ①3戸以上の住宅を新築しようとする場合
- ②建築物を改築し、又は建築物の用途を変更して3戸以上の住宅とする場合

誘導施設に関する届出

都市計画区域内に、誘導施設を立地しようとする場合(ただし、都市機能誘導区域内で、それぞれの区域に定められた誘導施設を立地しようとする場合は不要)

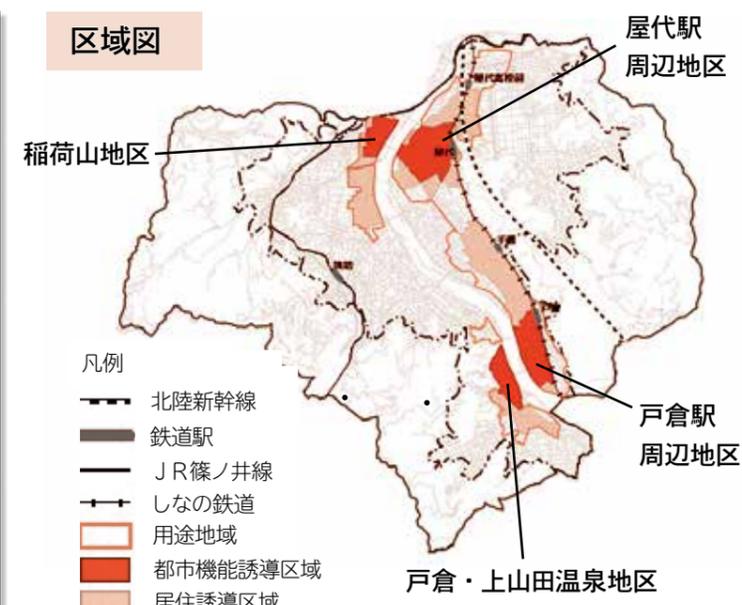
●開発行為の場合

- ①誘導施設を有する建築物の建築目的の開発行為を行なおうとする場合

●建築等行為

- ①誘導施設を有する建築物を新築しようとする場合
- ②建築物を改築し、誘導施設を有する建築物とする場合
- ③建築物の用途を変更し、誘導施設を有する建築物とする場合

誘導施設	適用
体育館	延床面積3,000㎡以上のもの
図書館	図書館法第2条第1項に定めるもの
病院	医療法第1条の5に定める「病院」で内科または外科を有するもの
地域交流センター	地域住民の相互交流を目的とし、地域活性化の拠点として文化・交流などの都市活動・コミュニティ活動を支える中核的な施設
観光交流センター	地区を訪れる観光客への観光案内や観光客と地域住民のための施設



守ろう大切ないのち

3月は自殺対策強化月間

3月は、進学・就職・転勤・転居など生活環境が大きく変わり、精神的に不安定になりやすい時期です。周囲の人の気づき・声かけが自殺予防につながります。他人ごとと思わず、一人ひとりが勇気を持って声をかけてみませんか？

自殺は特別なことではありません

全国において、平成10年以降、自殺で命を落とした人は年間3万人を超えていました。平成24年以降3万人を下回りやや

減少傾向にありますが、自殺未遂者はその10倍、その周囲で自殺の影響を受ける人は5〜6倍存在するといわれており、私たちの身近に起こりうる深刻な状況が続いています。

「このサインに気づいてください」

自殺に傾いている人は、何かしらのサインを出しています。しかし、誰にも相談できず、孤立感を高めている場合が多く、周囲の人の気づきが、命を救うことにつながります。

「眠れない」「食欲がない」「口数が少なくなった」「いなくなってしまう」と話すと、聞いてくれる人がいれば、まずは声をかけてみましょう。

「どうしたの？辛そうだけど……」「眠れていますか？」「良かったら話を聞きましょう」など、声をかけることで「ひとりではな

い」というメッセージを届けることができます。

相談されたら……

相談された場合は、聞き役にまわり、気持ちを受け止めるつもりで聞いてみましょう。自分が聞き役として適切かと迷ったら、何かアドバイスをしなくてもは……と思いがちですが、何も言わなくても良いのです。他者とながっているという安心感が、心理的孤立を和らげてくれます。

相談を受けた人が、どのように対応したら良いか困った場合は、専門家に相談するとアドバイスを受けることができます。

自殺予防を目的とした相談窓口

○長野いのちの電話
Tel026-223-4343
毎日午前11時～午後10時

○自殺予防いのちの電話
Tel0120-783-556
毎月10日、24時間無料
午前8時～翌11日午前8時

○こころの健康相談
統一ダイヤル
(県精神保健福祉センター内)
Tel0570-064-556
午前9時30分～午後4時
(月～金曜日)

*消えてしまいたいなど自殺に傾いている方、家族や知人に死にたいと訴えられる方、身内が自死して悲観している方などの相談に応じます。

市の関連相談窓口

○更埴庁舎
更埴保健センター
Tel026-273-1111
(内線5507)

保健師による相談(随時)、精神科医による精神保健相談会(要予約)

○千曲市消費生活センター
(更埴庁舎・生活安全課内)
Tel026-274-0820
多重債務や借金などの悩み相談(要予約)

軽自動車の廃車・名義変更の

手続きは済んでいますか？

■問い合わせ先 更埴庁舎・税務課(内線5245)

軽自動車税は、軽自動車などを使用しているかどうかに関係なく、毎年4月1日(賦課期日)現在の車両の所有者(所有権留保付販売の場合は買主)に課税される税金です。

月割課税の制度はありませんので、4月2日以降に廃車や譲渡されても、1年分の税金が課税されます。軽自動車などを所有しているかどうかは、所有者の申告に基づきます。軽自動車などを廃車または他人に譲渡、住所変更をしたときには、すみやかに申告手続きをしてください。車種によって手続き場所・手続き方法が異なりますので、注意してください。

軽自動車税の税率が変更

平成28年度分限り適用されていた四輪車などのグリーン化特例(軽課税率)

の特例措置が1年間延長されました。これにより、四輪車などの軽自動車のうち、車検証に記載された「初度検査年月」が平成28年4月から平成29年3月までの一定の環境性能を有する車両には、平成29年度分に限り、燃費性能などに応じてグリーン化特例が適用されます。平成28年度課税分がグリーン化特例に該当していた軽自動車は、平成29年度から標準税率になります。

表 四輪以上・三輪 車種ごとの取扱窓口など

区分	取扱窓口	持ち物
原動機付自転車(125cc以下)	○更埴庁舎税務課 (内線5245)	標識(ナンバープレート)、 印鑑、標識交付証明書
小型特殊自動車 (農耕用作業車含む)	○戸倉庁舎市民窓口課(内線6263) ○上山田庁舎市民窓口課(内線7105)	
125ccを超え 250cc以下のバイク	長野県軽自動車協会 (Tel026-243-1967)	各取扱窓口にお問い合わせ てください。
三輪・四輪の 軽自動車(乗用、貨物)	軽自動車検査協会 長野事務所(Tel050-3816-1854)	
250ccを超える バイク	長野運輸支局 (Tel050-5540-2042)	

表 四輪以上・三輪

区分	初度検査年月別税率(年額)						
	平成27年 3月まで	平成27年 4月以降	初度検査年 月から13年 経過【重課税率】 (*注)	平成28年4月～平成29年3月までのグリーン 化特例対象車【軽課税率】			
				電気自動車・天 然ガス自動車①	ガソリン車・ハイブリット車 ②	③	
三輪	3,100円	3,900円	4,600円	1,000円	2,000円	3,000円	
四輪 以上	乗用	営業用	5,500円	6,900円	8,200円	1,800円	3,500円
		自家用	7,200円	10,800円	12,900円	2,700円	5,400円
	貨物用	営業用	3,000円	3,800円	4,500円	1,000円	1,900円
		自家用	4,000円	5,000円	6,000円	1,300円	2,500円

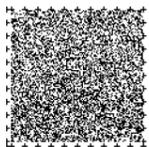
*注：電気・天然ガス・メタノール・混合メタノール・ハイブリットや被けん引車は除きます。

①電気自動車・天然ガス軽自動車(平成21年排出ガス10%低減)

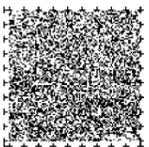
②乗用：平成32年度 燃費基準+20%達成車、貨物用：平成27年度 燃費基準+35%達成車

③乗用：平成32年度 燃費基準達成車、貨物用：平成27年度 燃費基準+15%達成車

*ただし、②③に該当する場合、いずれも平成17年度排出ガス基準75%低減達成車(★★★★)に限ります。



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。



民生・児童委員の紹介

1月1日付で山崎清美さん（植生桜堂地区担当）と松岡欣之輔さん（八幡北堀地区担当）が民生・児童委員として厚生労働大臣から委嘱されました。

身近な地域での生活上の問題、家族の問題、身体障害者福祉、高齢者福祉や児童福祉など

いろいろな相談に応じ、助言や調整などを行ないます。任期は平成31年11月30日までです。

■問い合わせ先
 戸倉庁舎・福祉課（内線6212）

公益的市民活動推進委員を募集

「協働のまちづくり」の実現に向けた指針や具体的な行動計画について、市と一緒に考え行動してくれる「公益的市民活動推進委員」を募集します。

■募集人員 若干名
 ■応募資格 次のすべてに該当

○20歳以上の市民
 ○できるだけほかの審議会委員などに委嘱されていない人
 ■任期 委嘱の日から平成31年3月31日まで
 ■応募方法 任意の様式に「協

働を進めるために大切なこと」をテーマに800字程度にまとめ、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入のうえ、3月17日（金）までに郵送（当日消印有効）または電子メール（seisaku@city.chikuma.）

nagano.jp）で応募してください。
 ■選考方法 書類選考
 ■郵送・問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課（〒387-1851 千曲市大字杭瀬下84番地、内線5312）

都市計画審議会委員を募集

都市計画について調査や審議を行なう「千曲市都市計画審議会」の委員を募集します。

■募集人員 若干名
 ■応募資格 20歳以上の市民で、市他の審議会委員などになっていない人
 ■任期 任命の日から平成31年

3月31日まで
 ■応募期限 3月22日（水）
 ■応募方法 A4サイズの用紙（任意様式）に、住所・氏名（フリガナ）・電話番号・年齢・性別・主な職歴・応募理由を書き、「千曲市の都市計画」をテ

ーマにした800字程度の作文（A4サイズの任意様式）を添えて、更埴庁舎都市計画課へ持参するか郵送（当日消印有効）またはファックス、電子メール（tosikei@city.chikuma.nagano.jp）で応募してください。

■選考方法 書類選考
 ■応募・問い合わせ先 更埴庁舎・都市計画課（〒387-1851 千曲市大字杭瀬下84番地、内線5622、FAX026-1273-11921）

臨時職員（事務補佐員）を募集

■募集人員 1人
 ■勤務内容 日本赤十字社千曲市地区に関わる事務補助など
 ■募集要件 市内在住で、パソコンができる人

■勤務場所 戸倉庁舎福祉課
 ■勤務期間 4月1日～平成30年3月31日
 ■勤務日数 12日/月
 ■勤務時間 午前8時30分から午後5時15分

■賃金 月額6090円
 ■応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、3月15日（水）までに持参するか郵送（当日必着）してください。

■面接試験 3月下旬
 ■応募・問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課（〒389-10892 千曲市大字戸倉2388番地、内線6213）

嘱託職員（介護認定調査員）を募集

■募集人員 1人
 ■職種 介護認定調査員
 ■募集要件 看護師または准看護師の資格がある人で、普通自動車免許を保持しパソコンができる人
 ■勤務場所 戸倉庁舎高齢福祉

課認定調査係
 ■勤務期間 4月1日～平成30年3月31日
 ■勤務日数 一般職員に準じる
 ■勤務時間 午前8時30分～午後5時15分（原則）
 ■賃金 月額19万8000円

■応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、募集要件に係る資格・登録などの証明書の写しを添えて、3月15日（水）までに持参するか郵送（当日必着）してください。

■面接試験 3月下旬
 ■応募・問い合わせ先 戸倉庁舎・高齢福祉課（〒389-10892 千曲市大字戸倉2388番地、内線6238）

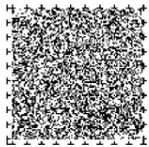
嘱託職員（社会福祉士）を募集

■募集人員 若干名
 ■職種 社会福祉士など（高齢者の相談支援業務、介護予防ケアマネジメント業務など）
 ■募集要件
 ①社会福祉士資格を有する人
 ②介護支援専門員の業務経験が3年以上あり、高齢者の保健福祉に関する相談援助業務に

3年以上従事した経験を有する人
 *①、②ともに普通自動車免許を保持しパソコンができる人
 ■勤務場所 更埴庁舎更埴地域包括支援センター
 ■勤務期間 4月1日～平成30年3月31日
 ■勤務日数 一般職員に準じる

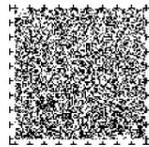
■勤務時間 午前8時30分～午後5時15分（原則）
 ■賃金 月額20万8900円
 ■応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、社会福祉士登録証又は介護支援専門員証の写しを添えて、3月13日（月）までに持参するか郵送（当日必着）してください。

■面接試験 3月中～下旬
 ■応募・問い合わせ先 更埴庁舎・更埴地域包括支援センター（〒387-1851 千曲市大字杭瀬下84番地、内線5521）



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。



届け出が必要な事例

こんなとき	どうする
引っ越しをした	千曲市に転入 第1号被保険者は、原則手続き不要 第2号、第3号被保険者の人は、本人または配偶者の勤務先で手続き
	千曲市外へ転出 第1号被保険者の人は、転出先の市町村で手続き (必要なもの)年金手帳
	千曲市内で転居 第1号被保険者の人は、住民異動届をお出しくください。 国民年金の手続きは不要
会社を退職した	国民年金加入の手続き (必要なもの)年金手帳、離職日の確認できるもの
会社に就職した	勤務先が厚生年金や共済組合の加入 手続きをするので、市役所での手続きは不要

学校が変わった場合は、改めて申請が必要になります。在学証明書や学生証の写しを添付のうえ、国民年金担当窓口(更埴庁舎市民課、戸倉庁舎・上山田庁舎市民窓口課)で申請してください。

■問い合わせ先
 ○長野南年金事務所
 (TEL 026-2227-1284)
 ○更埴庁舎・市民課
 (内線5434)

平成29年度障害者等タクシー利用料金助成回数券の交付

重度な障がいがある人などの生活圏拡大と社会参加の推進を図るため、タクシー利用料金の一部を助成します。

■対象 市内在住で、次のいずれかに該当する人です。
 ○身体障害者手帳所持者(下肢または体幹1・2・3級、内部または視覚障がい1級の人)
 ○人工透析を受けている人
 ○療育手帳所持者(A1・A2の人)
 ○精神保健福祉手帳所持者(1級の人)
 ○特定疾患医療受給者証の交付を受けている人(難病患者)
 ■交付枚数 4月から1か月当たり2枚の割合(年度内24枚

平成29年度市民農園利用者を募集

農家以外の皆さんが、家庭用の野菜を作り、土に親しんでもらうため、市民農園の利用者を募集します。市民農園で楽しく「農」にふれてみませんか。

■利用時期・期間 4月1日から利用できます。利用期間は1年から3年と農園毎に異なります。

■申込方法 希望者は、上山田庁舎農林課にある市民農園利用申込書に記入して、3月23日(木)までに農林課に提出してください。

■利用上の注意事項
 ○市民農園利用者は、千曲市に住んでいる人で、家庭菜園を楽しみたい人に限ります。
 ○駐車場がないため住んでいる所から近い区画を利用してください。
 ○営利を目的での使用はできません。
 ■問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7271)

国民年金に関する届け出を忘れずに

3月は、就学や卒業などによる市内外への転入出や、勤務先での異動が多い時期です。左表の事例を参考に、忘れずに届け出をお願いします。

■国民年金の種類
 ○第1号被保険者 自営業、学生、フリーターなどの人
 ○第2号被保険者 会社員、公務員などの人
 ○第3号被保険者 第2号被保険者に扶養されている妻または夫

平成28年度に学生納付特例が承認されていた人で、4月以降も在学予定の人に、平成29年度学生納付特例手続きのお知らせが3月下旬に郵送で届きます。引き続き「学生納付特例制度」の利用を希望する人は、同封の申請書(ハガキ)に必要な事項を記入のうえ、保護シールを貼り郵送してください(在学証明書や学生証の写しの添付は不要です)。

平成29年度学生納付特例のお知らせを郵送

を限度)
 *自動車税・軽自動車税の減免を受けている人は、年間4枚の交付となります。
 ■助成額 1枚650円を限度
 ■申請開始日 3月21日(火)
 ■申請方法 印鑑と「身体障害者手帳・療育手帳・精神保健福祉手帳・特定疾患医療受給者証のいずれかひとつ」を持参のうえ、戸倉庁舎福祉課、更埴庁舎福祉支援係または上山田庁舎市民窓口課で申請し、交付を受けてください。家族や日常的介護者などの代理申請もできます。
 ■問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(内線6224)

市民農園の利用区画など

農園No.	地区名	農園名	面積(m ²)	年間使用料	募集区画	農園位置
103	打沢	越田	66	2,000円	2	打沢会館南側
104	打沢	松在毛	66	2,000円	1	打沢会館東側
105	稻荷山	伊勢宮	66	2,000円	5	更埴西中学校東側
112	八幡	坪鼻	83	2,500円	1	八幡保育園東側
115	杭瀬下	見崎	66	2,000円	3	更埴体育館南側
116	稻荷山	元町	66	2,000円	1	治田池北側
118	稻荷山	元町	66~100	2,000円~3,000円	3	治田池北側
119	八幡	社地川原	66	2,000円	1	武水別神社東側
204	戸倉	上町2	92	2,800円	1	上町ふれあい広場北側
208	戸倉	上中町2	66	2,000円	1	上中町踏切南側
214	上徳間	上徳間	180	5,400円	1	伊勢社北側

4月1日(土)から循環バスなどのダイヤが変わります

千曲市循環バスのダイヤ改正

循環バスの主な改正内容は次のとおりです。詳細は千曲市総合交通マップ・時刻表で確認してください。

■大循環線
 ①「平日限定便」を運行(東部線の車両)
 ②土曜日とも5便を運行
 ③「JAあんず店西」の停留所を増設(東部線共用)

■東部線
 ①5便、6便の運行を早め、10人乗り車両で運行(料金は変更なし)
 ②「白鳥園」「つるの湯」行きを毎週火曜日と第2金曜日に減便(毎週木曜日の運行は取りやめ)

③「菅谷医院前」の停留所を増設(姨捨線共用)

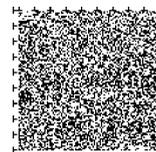
■姨捨線
 「姨捨駅入口(降車専用)」の停留所を増設

■大田原線
 「治田山」の停留所を廃止

めぐりきり号のダイヤ改正

便	運行時刻表
1便	8:30~
2便	9:30~
3便	10:30~
4便	11:30~
5便	12:30~
6便	14:30~
7便	16:00~

①「JAあんず店西」の停留所を新設
 ②17時の8便の運行を廃止し、17時台は東部線の5便が定時定路線で運行
 ■問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5531)



指定校変更と区域外就学の制度

適正な規模の学校で、教育の機会均等と教育水準の維持向上を図るという趣旨から、それぞれの小・中学校に通学区域を設定しています。(下表)

1) 通学区域は、地理的な条件や地域の歴史的な経緯などから設定され、学校教育法施行令の規定に基づき、学校を指定する際の基準となります。

市内ではほかの通学区域にある学校への就学(指定校変更)や、市外の学校への就学(区域外就学)を希望する人には、一定の要件により認められる制度があります(下表2)。希望する人は問い合わせてください。

■問い合わせ先

戸倉庁舎・教育総務課
 (内線6315)



表1 小・中学校の通学区域

学校名	通学区域
屋代小学校	大字屋代、大字粟佐
東小学校	大字雨宮、大字土口、大字生萱、大字森、大字倉科
埴生小学校	大字寂蒔、大字鑄物師屋、大字打沢、大字小島、大字桜堂、大字杭瀬下、杭瀬下一・二・三・四・五・六丁目、大字新田、大字中
治田小学校	大字稲荷山、大字野高場、大字桑原、大字八幡のうち中原区
八幡小学校	大字八幡(中原区を除く)
戸倉小学校	大字磯部、大字戸倉、大字戸倉温泉、大字若宮のうち八王子地区、大字上徳間のうち今井町区・柏王区、大字内川のうち柏王区
更級小学校	大字若宮(八王子地区を除く)、大字羽尾、大字須坂
五加小学校	大字上徳間(今井町区・柏王区を除く)、大字内川(柏王区を除く)、大字千本柳、大字小船山
上山田小学校	大字力石、大字新山、大字上山田、上山田温泉一・二・三・四丁目
屋代中学校	大字屋代、大字粟佐、大字雨宮、大字土口、大字生萱、大字森、大字倉科
埴生中学校	大字寂蒔、大字鑄物師屋、大字打沢、大字小島、大字桜堂、大字杭瀬下、杭瀬下一・二・三・四・五・六丁目、大字新田、大字中
更埴西中学校	大字稲荷山、大字野高場、大字桑原、大字八幡
戸倉上山田中学校	大字磯部、大字戸倉、大字戸倉温泉、大字若宮、大字羽尾、大字須坂、大字上徳間、大字内川、大字千本柳、大字小船山、大字力石、大字新山、大字上山田、上山田温泉一・二・三・四丁目



表2 指定校変更・区域外就学の要件

区分	要件	許可期間
地理的な条件	指定校への通学が距離的に過重な負担となるとき。 (杭瀬下土地区画整理事業地域内で、指定校である埴生小学校から1.5Km以上の通学距離がある場合に、埴生小学校または隣接する通学区にある屋代小学校の選択が可能です)	卒業まで
最終学年	小学校6年、中学校3年で夏休み以降の住所の異動。	
学期途中	学期途中の住所の異動。	学年末まで
転出転居予定	住宅新築のため住所の異動が確実なとき。	住所を異動するまで
家庭の理由	両親が共働きなどのため祖父母宅などから通学するとき。	小学校3年まで
教育的配慮	いじめ、不登校などの理由から指定校への就学が児童・生徒・保護者にとって著しく過重な負担になると予測されるとき。	申請理由が解消するまで
その他	その他の理由により教育委員会が認めたとき。 (杭瀬下土地区画整理事業地域内で、屋代小学校への指定校変更許可を受けた児童が、中学入学の際、屋代中学校を希望する場合など)	

お知らせ 募集・催し物

★更 埴 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-273-1004
 ★戸 倉 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-275-0238
 ★上 山 田 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-276-0796
 ○市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>

お 知 ら せ

空間放射線量の測定結果

2月1日に更埴庁舎で測定した結果は次のとおりで、健康に影響のない値でした。

■調査結果(天候くもり)
 ○地上10メートル付近
 毎時0・05マイクロシーベルト

○地上1メートル付近
 毎時0・06マイクロシーベルト

■問い合わせ先 更埴庁舎・環境課(内線5414)

精神障がい者家族会 定例会

家族会は、精神障がい者が家族に持つ人たちが互いの体験や悩みを語り合い、支えあう会です。

■日時 3月22日(水)午前10時～11時30分

■会場 戸倉保健センター
 更埴庁舎・更埴保健センター(内線5507)

ひきこもり家族支援のつどい

同じ経験を持つ家族同士が気軽につどい、研修や交流をします。

●昼の部

■日時 3月2日(木)、16日(木)午後1時30分～3時30分

■会場 戸倉人権はつらつセンター
 ●夜の部

■日時 3月22日(水)午後7時～9時

■会場 更埴保健センター
 ■申込方法 事前に電話か、直接窓口で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先
 更埴庁舎・更埴保健センター(内線5507)

春の全国火災予防運動 3月1日(水)～7日(火)

「住宅用火災警報器」にホコリなどが付くと火災を感知しにくくなります。半年に1回は清掃し、作動点検を行ないましょう。古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感知しなくなる場合があります。10年を目安に交換しましょう。

■防火標語 「消しましょうその火その時その場所で」

■いのちを守る習慣と対策【3つの習慣】

○寝たばこは、絶対やめる。
 ○ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
 ○ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

【4つの対策】

○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
 ○防災製の寝具、衣類やカーテンを使用する。

○火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を設置する。

○お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力を制をつくる。

■問い合わせ先 千曲坂城消防本部・予防課(TEL026-274-0119)

住所変更の手続きを忘れずに

春は異動の季節です。転入や転出、転居したときは、住所変更の手続きをしてください。

■手続方法 通知カードまたはマイナンバーカードと本人確認書類、印鑑などを持参のうえ、更埴庁舎市民課、戸倉庁舎・上山田庁舎の市民窓口課にある「住民異動届」に記入し届出してください。

■届け出事例
 ○千曲市に転入する場合
 住み始めた日から14日以内に、「転出証明書」を持参のうえ、手続きをしてください。

「転出証明書」は、在住していた市区町村で発行を受けられます。

○千曲市から転出する場合
 届出後、「転出証明書」を発行しますので、転入先の市区町村窓口で手続きをしてください。

○市内で転居する場合
 住み始めた日から14日以内に手続きをしてください。

■問い合わせ先
 更埴庁舎・市民課(内線5431・5432)

長野県民交通災害共済の加入手続きはお済みですか

2月に申込用紙を配布しました。まだ、加入手続きが済んでいない人は、申込みをお願いします。

■加入対象 市内に居住している人

*被扶養者で、就学のため市外に居住している人も加入できます。

■会員の期間 4月1日～平成30年3月31日

*期間中であればいつでも加入できますが、この場合の会員期間は会費納入日の翌日から平成30年3月31日までの期間です。

■会費 1人につき400円

*年度途中の加入も同額です。

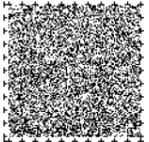
■申込方法 各区で取りまわっているほか、生活安全課、各庁舎市民窓口課でも申込みができます。

*中学生以下の子どもは、加入手続きが不要です。市が会費を負担し、加入手続きを行いません。

■問い合わせ先
 更埴庁舎・生活安全課(内線5515)

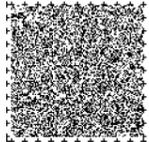


* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



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。



千曲市地球環境デー
2016冬の実施結果

平成28年12月18日に実施した「千曲市地球環境デー2016冬」チエックシートの結果がまとまりました。皆さんの小さな一歩が大きな結果となりました。これからも皆さんのご協力をお願いいたします。

- 参加人数 約7400人
- CO2削減量 約805キログラム(灯油18リットル缶を18缶燃やした場合のCO2排出量と同量)
- 問い合わせ先 更埴庁舎・環境課(内線5414)

奨学金貸与制度と寄付

- 経済的な理由で大学・高等学校などへの就学が困難な人に、奨学金を貸与します。
- 対象 市内に住所があり、次のすべてに該当する人です。
 - 成績が優秀な人
 - 連帯保証人と保証人を得られる人
- 日本学生支援機構の第1種奨学金を受けていない人
- 貸与額(学校別)
 - 大学(短期大学を含む)・大学院・専修学校の専門課程 月額3万8000円
 - 高等学校(全日制・定時制)・高等専門・専修学校の高等課程 月額1万4000円

- 春は空気が乾燥し、山火事が一番多い季節です。山際でのたき火やたばこの火の始末には注意しましょう。
- 森林は空気をきれいにしたり、山崩れや洪水を防いだりしてくれる大切な財産です。火災により森林を失わないように、みんなで守りましょう。
- 問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7263)

第十回特別弔慰金

- 戦没者などのご遺族の皆さんで要件に該当する人に支給されます。請求期間が残り1年となりました。未請求の人は、早めの手続きをお願いします。
- 支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債
- 請求期間 平成27年4月1日から平成30年4月2日まで
- 請求期間を過ぎると請求することができません。
- *対象と思われる人には、平成27年7月に書類を郵送してありますが、今回新たに対象となる人や通知が届かない人は、担当窓口で書類を受け取り請求してください。
- *請求書類は、市で受付後、裁定都道府県へ進達され、その後国などの処理が加わる

- 申込期間 4月3日(月)～5月10日(水)
- *申込方法、償還方法など詳細は問い合わせください。
- 奨学基金への寄付のお願い
千曲市の将来を担う多くの子どもが奨学金の貸与を受けられるよう、奨学基金への寄付をお願いします。
- 寄付の手続方法 戸倉庁舎教育総務課に電話で連絡してください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6322)

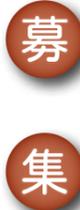
- 万一のケガや事故の備えに「スポーツ安全保険」に加入を
- 対象 スポーツ・文化・ボランティア・地域活動を行なう4人以上のアマチュア団体に属する人
- 掛金 年額800円～1850円
- *年齢や条件により異なります。
- 保険責任期間 平成29年4月1日～平成30年3月31日
- *加入手続きが4月1日以降の場合は「加入手続き完了日」の翌日から有効となります。
- *補償内容などの詳細は、スポーツ安全協会ホームページで確認してください。
- 申込方法 八十二銀行各支店、更埴体育館または戸倉体育館にある加入依頼書に記入

- 申込期間 4月3日(月)～5月10日(水)
- *申込方法、償還方法など詳細は問い合わせください。
- 奨学基金への寄付のお願い
千曲市の将来を担う多くの子どもが奨学金の貸与を受けられるよう、奨学基金への寄付をお願いします。
- 寄付の手続方法 戸倉庁舎教育総務課に電話で連絡してください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6322)

- め、審査から国債の交付まではかなりの時間がかかります。あらかじめご了承ください。
- 請求窓口 戸倉庁舎福祉課、更埴庁舎福祉支援係、上山田庁舎市民窓口課
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(内線6213)

公共職業訓練5月期受講生

- 訓練期間 5月10日(水)から約7か月間
- 会場 ポリテクセンター長野
- 対象 次に該当する人です。
 - 雇用保険受給資格者で受講開始日に所定給付日数の残日数が一定以上ある人
 - ハローワークに求職の申し込みをしている人
- 定員 CAD/CAM技術若年者コース15人
- 受講料 無料
- *テキスト代は別途必要です。
- 内容 機械加工、CAD/CAMなどの技能技術を習得し、さまざまな製品・部品をつくる機械関連職種への就職を目指します。
- 申込期限 3月30日(木)



- のうえ、八十二銀行か郵便局で申し込んでください。
- 問い合わせ先 スポーツ振興課(戸倉体育館内026-276-1173)

- 集合場所 治田公園管理棟
- 対象 誰でも参加できます。*小学生以下は保護者が同伴してください。
- 内容 治田公園の桜の木に肥料を与える作業(穴掘り・施肥・埋戻しなど)
- その他 作業のできる服装で参加してください。
- 問い合わせ先 更埴庁舎・都市計画課(内線5621)
- *通院距離により変わります。

- 対象 市内に住所を有し、腎臓機能障がいによる人工透析療法を受けるために通院している人
- 支給金額 月額3000円～6000円
- *通院距離により変わります。

- 公共職業訓練見学説明会
 - 日時 3月23日(木)午前10時～正午
 - 会場 ポリテクセンター長野
 - 対象 公共職業訓練5月期受講生の対象者と同じです。
 - 内容 公共職業訓練の説明、施設見学など
 - 問い合わせ先 ポリテクセンター長野(026-1243-1785)

- 公共職業訓練見学説明会
 - 日時 3月23日(木)午前10時～正午
 - 会場 ポリテクセンター長野
 - 対象 公共職業訓練5月期受講生の対象者と同じです。
 - 内容 公共職業訓練の説明、施設見学など
 - 問い合わせ先 ポリテクセンター長野(026-1243-1785)

アプリコットスポーツクラブランニング会員

- ランニングコース 千曲橋緑地公園～サイクリングロード
- 年会費 8000円(保険料含む)
- 講師 高橋光治さん(千曲市スポーツ推進委員)
- 申込方法 参加費を添えて直接申し込んでください。
- 申込・問い合わせ先 千曲アプリコットスポーツ

- 申請に必要なもの 医療機関の証明、印鑑、対象者名義の預金通帳
- *医療機関の証明の用紙は、福祉担当窓口(戸倉庁舎福祉課、更埴庁舎福祉支援係、上山田庁舎市民窓口課)にあります。
- 申請方法 福祉担当窓口にある申請書に記入のうえ、医療機関の証明書を添えて3月31日(金)までに福祉担当窓口へ提出してください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(内線6223)

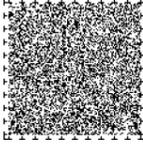
- 平成29年度指定ごみ袋購入チケットを郵送
- 平成29年度の指定ごみ袋購入チケットを3月下旬に郵送します。宛名面には「指定ごみ袋購入チケット在中」と明記されています。届いたらミシン目に沿って切り開き、内側に印刷されているチケットを確認してください。チケットは届いた日から使用できます。
- 問い合わせ先 更埴庁舎・廃棄物対策課(内線5423)

Appricot Sports Club
指定ごみ袋購入チケット在中
指定ごみ袋購入チケットは、指定された日までに届いた日から使用できます。

屋代駅前第一駐車場利用者

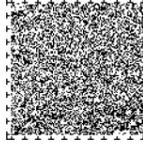
- 屋代駅のエレベーター設置工事にとまない、利用を停止していた屋代駅前第一駐車場の定期利用を5月から再開します。この月極め駐車場の利用を希望する人は、応募用紙により申し込んでください。
- 駐車場台数 35台
- *応募者が駐車場台数を超えた場合は抽選となります。
- *一時預かりはありません。
- 利用料金 5000円(1か月)
- 申込窓口(受付時間)
 - 屋代駅前駐輪場入口の管理人室(午前7時～午後7時)
 - 更埴庁舎生活安全課(平日の午前8時30分～午後5時15分)
- 申込期間 3月18日(土)から31日(金)まで
- 申込方法 申込窓口にある応募用紙に記入のうえ申し込んでください。
- *応募用紙は市のホームページからダウンロードできます。
- 駐車場の決定 駐車場所は抽選で決定します。
- 問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5515)

* 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。



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。



第13回戸倉祭りイベント参加者・出展者

- 日時 5月5日(金・祝) 午前10時〜午後2時頃
- 会場 白鳥園南多目的広場
- 対象
 - 舞踊・ダンス・コーラス・ライブなどのイベント参加者
 - 産地直売、各種販売、露店などの出店者
 - *野菜や地元特産品などの販売も大歓迎です。
- 申込方法 3月31日(金)までに、電話で申し込んでください。イベント参加希望者については「代表者氏名、電話番号、参加人員、内容」を、露店出店希望者については「代表者氏名、電話番号、販売種類」を確認します。
- *申込多数の場合は選考し、後日連絡します。
- 申込・問い合わせ先 戸倉祭り実行委員会 吉田(TEL0901800017813)



▲子どもから大人までみんなで楽しめる戸倉祭り

催し物

さらしなの里歴史資料館講演会
■日時 3月19日(日) 午後1時30分から3時

- 嘱託職員(福祉課)
- 募集人員 若干名
 - 勤務内容 定期的に生活困窮者などの自宅へ訪問し、学習支援、学習環境づくりなどを行ないます。
 - 募集要件 小・中学校教諭免許がある人
 - 勤務場所 戸倉庁舎福祉課
 - 勤務期間 4月1日〜平成30年3月31日
 - 勤務日数 一般職員に準じる
 - 勤務時間 午前8時30分から午後5時15分
 - 賃金 月額18万3200円
 - 応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、3月15日(水)までに持参するか郵送(当日必着)してください。
 - 面接試験 3月下旬
 - 応募・問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(〒38910892 千曲市大字戸倉2388番地、内線6220)

アグリサポーター

- 千曲市営農支援センターが仲介役となり、市内農家の繁忙期にお手伝いをするアグリサポーターを募集します。
- 応募資格 農作業が出来る70歳位までの健康な人
 - *農業未経験でも可能です。
 - 作業内容 摘果・葉つき・収穫・房こき・摘粒・袋かけ
 - *脚立使用の作業があります。
 - 作業期間 農家から作業依頼のあった日(4月〜7月・9月〜11月の予定)
 - 作業時間 約7時間30分/日
 - *相談に応じます。
 - 作業場所 千曲市内
 - 賃金 時給800円
 - 募集人数 10人
 - 応募期限 3月31日(金)
 - 申込方法 上山田庁舎農林課にある申込用紙に記入のうえ応募してください。面接により決定します。
 - 問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7273)

パソコン操作習得講座

- 日程・受講料 ①パソコン(ウィンドウズ10)入門 4月6日、7日・5000円
- ②インターネット・メール活用 4月13日、14日・5000円 ③ワード(文章)基礎 4月18日、20日、25日

さらしなの里歴史資料館

- 会場 さらしなの里歴史資料館
- 演題 「ヒトはなぜ絵を描くのか」チンパンジー研究から洞窟壁画まで〜
- 講師 齋藤亜矢さん(京都造形芸術大学准教授)
- 定員 80人(先着順)
- 申込・問い合わせ先 さらしなの里歴史資料館(TEL026127617511)

城山史跡公園「荒砥城」ボランティアガイド養成講座

- 初めての人も安心して始めることができる講座です。聴講だけでも構いませんので、気軽に参加してください。
- 日時 3月12日(日) 午後1時30分から
 - 会場 上山田文化会館 2階 中会議室
 - 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 市歴史文化財センター(TEL026126113210)

第4回防災のあり方を考えるシンポジウムin千曲・坂城

- 障がい者や高齢者など、要援護者の命を守る防災のあり方を考えるシンポジウムです。
- 日時 3月5日(日) 午後1時30分〜4時30分
 - *受付は午後1時からです。

募集

戸倉セツブンソウを育てる会

群生地地の巡視などセツブンソウの保護、育成活動を行なっています。見学者も県内外からとても多く、活動を通じ見学者との交流の場ともなっています。一緒に活動する皆さんの入会をお待ちしています。

■問い合わせ先 戸倉セツブンソウを育てる会 坂井(TEL026-275-2768)



▲美しく咲き誇るセツブンソウの花

- 日時 27日・1万4000円
- 時間 午前9時〜正午
- 会場 長野地域職業訓練センター
- 定員 各10人(先着順)
- 申込方法 3月8日(水)から各受講開始日の1週間前までに受講料を添えて、直接申し込んでください。
- 申込・問い合わせ先 長野地域職業訓練センター(TEL026122110505)

日中友好訪中団派遣者

- 中国河北省邢台市とは2014年からあんずを共通として交流が始まりました。本年、日中外交正常化45周年にあたり、友好を深める良い機会として、市民の皆さんの参加をお待ちしています。
- 日程 5月8日(月)〜12日

- 会場 更埴文化会館小ホール
- 参加費 無料(希望者に100円で資料を配布)
- 内容 ○基調講演 講師・松丸道男さん(NPO法人介護家族サポートセンターレインボーハウス) リアルホールディングス)
- 市身体障害者福祉協会や市ボランティア連絡協議会、市危機管理防災課職員などの皆さんによるシンポジウム
- 主催・問い合わせ先 NPO法人介護家族サポートセンターレインボーハウス 松丸(TEL026127215460)

戸倉セツブンソウ観察会

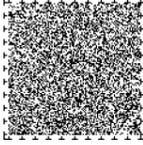
- 春の妖精のセツブンソウや野鳥などを戸倉地区のセツブンソウ群生地周辺で観察します。
- 日時 3月19日(日) 午前10時〜正午(悪天中止)
 - 集合場所 戸倉宿キティパーク(下から2番目の駐車場)
 - 観察場所 戸倉地区セツブンソウ群生地
 - 持ち物 筆記用具、水筒、おやつ、千曲市の自然観察ガイドブック(持っている人)
 - 服装 防寒着、手袋、歩きやすく汚れてもよい靴
 - 参加費 300円(保険代など)
 - 主催・問い合わせ先 NP

「第19回八王子山のかたくりまつり」

- 日時 4月2日(日) 午前10時から午後3時
- 会場 佐良志奈神社境内
- 内容 ○かたくり群生地の説明 ○社務所内にてお菓子と抹茶のサービス ○地元農産物、加工品、山野草の笛などの販売
- 春めいた八王子山での自然観察
- 日時 4月1日(土) 午前10時頃から1時間程度
- 集合場所 大正橋西詰めの鳥居下 集合10時(駐車場有)
- 内容 八王子山での自然観察
- 服装 歩きやすい靴でお願いします。
- 問い合わせ先 みどりのサポート隊 豊城(TEL0901169319057)

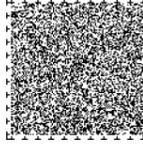


* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



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。



白鳥園イベント

① ママはスタイリスト！ 特別な日の女の子へヘアアレンジ講座

日時 3月5日(日) 午前10時～正午

内容 卒園式や入学式、やっぱり我が子がかわいくしたい！そんなママのために、特別な日に映える、簡単でかわいいう女の子へヘアアレンジをお教えします。髪の毛の長さ別に指導しますので、お子様と一緒にご参加ください。

講師 塩入直美さん

定員 5人(要予約)

参加費 親子で1500円

※お子様には、プレゼントヘア小物付きです。

持ち物 普段お使いのブラシ、コーム、ヘアゴム、お子様の髪飾り(持っている人)

② オリジナルネックレス(ラリエット)とピアス・イヤリング作り

日時 3月7日(火) 午前10時～正午

内容 お好きなパーツを選んで自分オリジナルのネックレス(ラリエット 留め金具のない長いネックレス)とフープピアス・イヤリングを作りましょう。

講師 hitotsubu

定員 5人(要予約) 参加費 2700円(材料費込み、ドリンク付き) 持ち物 筆記用具

③ 指先まで可愛く！ ジェルネイル♪

日時 3月7日(火) 午前10時～正午

内容 年齢を問わず、長持ちもするジェルネイルは、ママから働く女性まですべてのオシャレ女子の味方です♪指先までかわいく飾ってみませんか？

講師 ネイリスト nico

定員 1人(要予約) 参加費 4000円(アート代込み)

④ アロマ講座

日時 3月9日(木) 午前10時～正午

内容 『ホームケア編』自然由来のアロマで作る、手にも家にも環境にも優しいホームケアのいろいろ。クラフト2点を和気あいあいと楽しく作りましょう！

講師 kokaroma

定員 3人(要予約) 参加費 1500円(ドリンク付き)

持ち物 筆記用具

⑤ やっぱり手作り！ 入園入学グッズ

日時 3月15日(水) 午前9時30分～正午

内容 来春用の入園・入学グッズを作製します。今回は何でもOK！ 必要なものを各自制作します。

講師 青木まゆみさん

定員 5人(要予約) 参加費 1000円+材料費

(生地や材料を注文する場合) 持ち物 生地(持込みの人)、家庭用ミシン、裁ち切りばさみ、糸切りばさみ、マチ針、チャコペンシルまたは鉛筆、長めの定規

その他 ミシンを持っていない人は1台300円でレンタルあります。

* 布の注文を受け付けます。希望者は事前に「Loroミシンのあるくらし」までメール(loro.handmade@gmail.com)で連絡してください。

* 当日は布以外の材料の販売もありません。

⑥ 自宅でできる肩・腰・ひざ痛改善予防トレーニング

日時 3月17日(金) 午前10時30分～11時30分

内容 年齢を重ねる毎に目立つ肩・腰・ひざの痛みの原因を知り、自宅でできるトレーニング方法を学びます。

きめのバスタオル、タオル、飲み物など

⑨ 羊毛フェルト講座

日時 3月23日(木) 午前10時～正午

内容 羊毛フェルトを使ってリングのピンクッションとピアスを使ったオリジナルまちな針を作ります。

講師 和田康子さん

定員 10組(要予約) 参加費 800円(ドリンク付き)

⑩ 子どもと遊びながらのママ向けダイエット教室

日時 3月24日(金) 午前10時30分～11時30分

内容 産後の体の状態を理解し、子どもと遊びながら体重を落とす方法をレクチャーします。

講師 金子千泰さん

定員 10組(要予約) 参加費 500円

持ち物 タオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル

⑪ インターバル速歩&健康ランチ

日時 3月25日(土) 午前9時30分～正午

内容 MWJ(インターバル・ウォーキング・トレーニン

グ)を活用して心身を鍛え、健康的な生活の再設計に挑戦してみませんか？ 実践の後には栄養バランスの取れた食事を提供します。

⑫ 野菜を育ててみませんか？ (全4回開催の2回目)

日時 3月28日(火) 午後1時30分～3時

内容 野菜の栽培を技術専門家から学んでみませんか？

講師 山本宗輝さん(野菜と花き専門技術者)

定員 20人(要予約) 参加費 1000円(ドリンク代込み)と初回のみテキスト代として1080円がかかります。

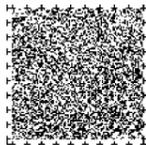
持ち物 筆記用具

● 共通事項

会場 白鳥園 申込方法 電話またはメールで申し込んでください。 申込・問い合わせ先 湯のさとちくま白鳥園(TEL 026-1275-0400、メール info@hakuchoen.jp)

<広告欄>

<広告欄>



定例の掲示板

★更 埴 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-273-1004
 ★戸 倉 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-275-0238
 ★上山田庁舎 TEL026-273-1111 FAX026-276-0796
 ○市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>



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
3/5 (日)	千曲中央病院(杭瀬下)026-273-1212 二階堂医院(磯部)026-275-5582	渡辺歯科医院(稲荷山)026-272-1313	お日さま薬局(小島)026-272-0229 いわかた薬局(戸倉)026-275-0269
3/12 (日)	兒玉医院(寂蒔)026-272-4300 鶴沢内科クリニック(屋代)026-272-3713 いろかわ医院(坂城町)0268-82-2143	柳沢歯科医院(稲荷山)026-273-5638	元町薬局(稲荷山)026-214-3282 上徳間薬局(内川)026-276-7790
3/19 (日)	中沢医院(小島)026-272-0131 安川整形外科クリニック(屋代)026-273-6611 松尾医院(坂城町)0268-82-2013	宮坂歯科医院(小島)026-272-0133	あんず薬局(桜堂)026-272-8200 日野屋薬局(坂城町)0268-82-2324
3/20 (月・祝)	千曲中央病院(杭瀬下)026-273-1212 森本眼科クリニック(内川)026-285-0020	林歯科医院(上山田温泉)026-275-1064	ウエルシア薬局千曲稲荷山店(稲荷山)026-273-8208 タカチ薬局(内川)026-275-1624
3/26 (日)	あんずの里クリニック(森)026-272-1005 かつの耳鼻咽喉科(栗佐)026-274-3387 さかき生協診療所(坂城町)0268-82-0101	宮島歯科医院(栗佐)026-273-3064	J A あんずいせや薬局(雨宮)026-273-3108 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 日野屋薬局(坂城町)0268-82-2324 荒井薬局(坂城町)0268-82-2244 南条薬局(坂城町)0268-82-7289
4/2 (日)	もみのき内科クリニック(寂蒔)026-272-3610 村上堂大井クリニック(坂城町)0268-81-3131	大塚 歯科クリニック(上山田温泉)026-276-5508	あんず薬局(桜堂)026-272-8200 戸倉いせや薬局(上徳間)026-261-0070

*千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。

*変更になる場合があります。受診する人は消防署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)

リサイクルコーナー



*譲渡は当事者間での話し合いになります。品物により有償の場合があります。

ゆずってください

電動自転車、ミシン置き台、リヤカー、子ども用キックボード、子ども用ストライダー、車用パイプ車庫、帯戸、製麺機、ベビーチェア、ベビーサークル、子ども用2段ベッド

■問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5515)

ゆずりませ

ポータブルトイレ、ベビーカー、成人女性用下駄、ガラスケース入り人形、鏡台、漬物容器、シーリングライト、潜水用のフィン、潜水用ゴム製手袋、遠赤外線ドーム、リビングボード、ジュニアシート、ジュニア用ソリ、プラスチックケース入り人形、木製ベッド、成人式用着物、猫用ゲージ、女性用ブーツ

<広告欄>

3月納期の市税・使用料など

- 介護保険料(12期分)
- 後期高齢者医療保険料(9期分)
- 保育料(3月分)
- 公共下水道使用料(12期分)
- 市営住宅・駐車場使用料、共益費(3月分)

■納付期限 3月31日(金)

3月の休日開庁(第3日曜日)

■日時 3月19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。

委員会の開催

傍聴希望者は問い合わせてください。

- 教育委員会
- 日時 3月29日(水)午前9時~
- 会場 戸倉庁舎 4階会議室
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6316)
- 農業委員会
- 日時 3月28日(火)午後3時~
- 会場 上山田庁舎 3階302会議室
- 問い合わせ先 上山田庁舎・農業委員会(内線7231・7232)

市民からよく聞かれる質問を紹介します

●質問 稲荷山塩崎間の国道18号バイパスの進捗状況は？

●回答(建設課)

市内千曲川西側に予定されている国道18号バイパスは、国土交通省が事業主体となり平成17年度から部分的に開通してきています。ご質問の稲荷山塩崎間は、平成22年度から用地取得が始まり、用地取得が終了した地域の一部では埋蔵文化財の調査が始まっています。文化財の調査終了後、早期完成に向けて、トンネル工事などを実施し、事業を推進するとしています。

ご存知のとおり、現国道18号の渋滞は慢性化しており、渋滞解消のためにも早期の完成が強く望まれていることから、市でも早期完成を国に強く要望しているところですが、また、併せて、八幡から更級・上山田地区を通り坂城町へ抜ける区間についても、渋滞解消だけでなく、観光・産業の発展への寄与が強く期待されることから、早期の事業化を国に要望し続けていきます。

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。

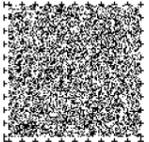
●3月23日(木)午前10時30分~正午 更埴庁舎市長室

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、しなの鉄道の各駅ほか、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 更埴庁舎・秘書広報課(内線5221)

<広告欄>



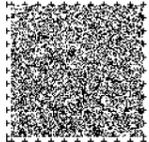
市立図書館 & 千曲警察署から

- ★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

定例の相談

— 相談は無料です —

- ★更埴庁舎 Tel.026-273-1111 FAX026-273-1004
- ★戸倉庁舎 Tel.026-273-1111 FAX026-275-0238
- ★上山田庁舎 Tel.026-273-1111 FAX026-276-0796
- 市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>



としよかんへ『来・ぶらりー』

- 更埴図書館 新刊図書**
- 小説
 - 『大鯉』藤原新也
 - 『Good old boys』本多孝好
 - 『また、桜の国で』須賀しのぶ
 - 『満潮』朝倉かすみ
 - 『抱卵』堀真潮
 - ノンフィクション
 - 『柴犬のひみつ』長島孝行
 - 『禅トレーニングでつくるさらわれぬ心』植西聰
 - 『お母さん、旅はじめました』後藤由紀子
 - 児童向け
 - 『銀杏堂』橘春香
 - 『宇宙からのことば』毛利衛
 - 『どうぶつドドド』矢野アケミ
- 戸倉図書館 新刊図書**
- 小説
 - 『冒険の森へ6』吉行淳之介ほか
 - 『掟上今日子の旅行記』西尾維新
 - 『under the bridge』堂場瞬一
 - 『あおなり道場始末』葉室麟
 - ノンフィクション
 - 『パブロフの犬』アダム ハート
 - 『デイヴィス』
 - 『おかわりちようだい！ 保育園ごはん』家庭栄養研究会
 - 児童向け
 - 『へんてこ生物のクイズ図鑑』学研プラス
 - 『ペネロペゆきあそびをする』アンダートマン

人気の本ベスト5 【料理】

- 『浜内千波の子どもがよるこが野菜レシピ』浜内千波
- 『おにぎらずとおにぎらずロール』郷知詠子
- 『作りおきそうざい』主婦の友社
- 『基本がわかる！ハツ江の料理教室』高木ハツ江
- 『昔ながらのお母さんの味』主婦の友社

3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	31*	

■ 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
 * 図書整理休館日：更埴・更埴西・戸倉図書館は3月31日(金)

更埴西図書館 新刊図書

○小説

- 『ネコと昼寝』群ようこ
- 『幻庵上・下』百田尚樹
- 『サーベル警視庁』今野敏
- ノンフィクション
 - 『世界の天空の城』アフロ
 - 『使えるきのこレシピ』野永喜三夫
 - 児童向け
 - 『どんねるをぬけると』片山健

【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、毎週土曜日午前11時
- 更埴西図書館 毎週水曜日午前10時30分

おすすめの一冊

戸倉図書館
おすすめの一冊

オムライスのおたまご

作/森絵都・絵/陣崎草子
出版社/講談社

たまごというものは、もともと、ゆめみがちなたべものとして、にわたりのママからうまれたときから白いからの中にはゆめがいつぱいつまっています……。身近なたべものがテーマの親しみやすい物語。巻末の「まめちしき」でたべものへの理解が深まります。

千曲警察署から

《Tel.026-272-10110》

知ってくださる被害者・ご家族の気持ち

犯罪の被害は、ある日突然に降りかかります。犯罪などの被害に遭うときさまざまな問題を抱え込みます。周囲の人の言葉・関係者の対応などから二次的被害にも苦しみます。その結果、身体的・精神的・社会的に苦しむこととなります。このため被害者は、被害に遭ったことを一人で悩み、我慢しています。心の不安から夜も眠れない状態が続きます。犯罪被害者を支える市民として無責任な噂話ほししない

○興味本位で話しかけない

○プライバシーには介入しない

○ことに心配りをしましょう。

一人で悩まず相談する勇気を

犯罪被害者支援センターは、電話相談を開設しています。

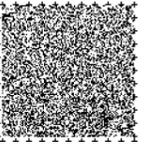
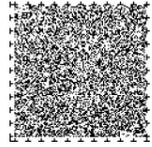
■電話相談窓口 (Tel.026-233-17830)

平成29年市内事件・事故累計 (1月末現在の暫定値)

種類	件数 (前年同期比)
盗難事件	
万引き	53件 (+3)
自転車盗	42件 (-11)
車上狙い	19件 (+2)
その他	39件 (+8)
交通事故	
件数	34件 (+7)
死者	1人 (+1)
傷者	43人 (+9)

相談内容	日時	時間	場所	連絡先
職業相談 (ハローワーク)	平日	午前8時30分～午後5時	千曲市地域職業相談室 (JA ちくま旧杭瀬下地区センター)	千曲市地域職業相談室 Tel.026-261-3609
若者・子育て世代の就労相談	平日	午前9時30分～午後4時30分	千曲市地域職業相談室 上山田庁舎・産業振興課	上山田庁舎・産業振興課 内線7335 (要予約)
家庭児童相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	家庭児童相談室 (戸倉庁舎・こども未来課内)	内線6219
教育相談	平日	午前9時～午後5時45分	千曲市教育相談センター	教育相談専用電話 Tel.026-273-5105
心配ごと相談	3月8日(水)	午後1時30分～4時	千曲市ふれあい福祉センター	千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687 (要予約)
精神保健相談	3月8日(水)	午後1時30分～4時30分	更埴保健センター	更埴庁舎・更埴保健センター 内線5507 (要予約)
借金問題・消費生活相談	平日	午前8時30分～午後5時	更埴庁舎・生活安全課	千曲市消費生活センター Tel.026-274-0820 (要予約)
結婚相談	3月4日(土)	午前9時～正午	更埴文化会館 2階小会議室	千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687
	3月12日(日)		戸倉創造館 創作室2	*相談日直前の金曜日正午までに電話予約必要。
市民に寄り添う人権相談	3月22日(水)	午後1時～4時	稲荷山公民館 和室	戸倉庁舎・人権政策課 内線6331 *県人権啓発センターでも火曜から日曜までの午前8時30分から午後5時まで受付 Tel.026-274-3232
障がい者(児)相談	平日	午前9時～午後4時	千曲・坂城障がい者(児)相談支援室 (戸倉庁舎)	Tel.026-275-0548、FAX026-214-3013
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5521 Tel.026-214-7780
司法書士法律相談	3月2日(木)	午後1時30分～4時30分まで	ふれあい福祉センター更埴	千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687 (要予約)
	4月6日(木)		千曲市ふれあい福祉センター	
法律相談	4月11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
	4月25日(火)		戸倉庁舎 4階会議室	*前日までに予約必要
行政相談	3月11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
	3月14日(火)		上山田庁舎 1階	
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
	3月9日(木)	午前9時30分～午後3時		長野南年金事務所お客様相談室 Tel.026-227-1286 (要予約)
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
	3月13日(月)	午前9時～午後4時		

*平日とは、土・日・祝日・振替休日・年末年始を除いた日のことです。



私はなかなか子宝に恵まれず、子どもは諦めようかと思っていました。そんな矢先妊娠が分かり、その時は、喜びよりも正直、無事に育ってくれるかという心配の方が大きかったです。しかし、そんな心配をよそに、お腹の子は順調に育って産まれてきてくれました。「命ですごくいい、尊い」と思いました。



ともみ 南澤 友美 さん (八幡)

初めての子育ては、やはり分からないことだらけです。ですが、家族や周りの方にいろいろ教えていただけることがとても有り難いです。また、息子を連れて行くと、行く先々で声をかけてくださる方がたくさんいます。スーパーではお客のおじいさんが笑顔で頭をなでてくださいたり、散歩に行けば近所の方が話しかけてくださったりします。そんなときは息子も私もとても穏やかでうれしい気持ちになります。

わたしの子育て 第71話

日々の忙しさに忘れがちではありませんが、子育てで大変なときこそ、子どもが産まれてきてくれたときに感じた生命の尊さ、子どもがいるおかげで子育てができるという喜び、そして周りの人が支えてくださっている有り難さを思い出し、がんばろうと思います。

そして、息子にも大きくなったらときに、多くの方に支えられて成長できているということ伝えていきたいと思っています。

地域に根ざす 協働のまちづくり vol.77

今年度の「千曲市協働事業提案制度」では、昨年10月に行なわれた公開プレゼンテーション・審査選考会を経て、以下の5事業8団体が採択されました。提案団体と市の協働により、来月4月から本格的に事業を実施する予定です。来月号からこのコーナーで各団体の声をお伝えします。

提案団体名	事業名	事業内容	担当課
まちの学校			
長野県NPOセンター 企業組合労協ながの	地域で支える“ひとり親家庭”サポート事業	子どもの居場所づくりとして、“ひとり親家庭”の子どもたちへの学習支援と食事の提供を行なう。	こども未来課
一般社団法人 稲荷山町くらしと心を 育む会	「重伝建」のまち・稲荷山の明日を考える「このまちのカタチ 今日そして明日」事業	街並みウォーキングやシンポジウム、パンフレットの作成を通じて、稲荷山のランドデザインをつくりあげる。	都市計画課
えんがわ	ガイドブック更新・発行	「車椅子の子どもがいる親のためのガイドブック」最新版を発行する。	福祉課
倉科の自然を守る会 戸倉セツブンソウを 育てる会	市花「セツブンソウ」を知ろう学ぼう護ろう事業	市花セツブンソウを市民に知ってもらうための勉強会の開催や、見学路補修を行なう。	歴史文化財センター
パパママ教室実行委員会	遊びで育てるパパママ教室	体を動かす遊びの大切さを子育てで家族に伝えるイベントを開催する。	こども未来課

■問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5314)



第53回

信州ブレイブウォリアーズ

BE THE WINNER

2016-17シーズンスローガン



←チケット購入はこちら

<http://www.bleague-ticket.jp/club/sw/>

島田秀平さんウオリバサダー就任

長野市出身で、ホワイトリングゲームでウォリアーズとしてデビューを飾る三ツ井選手の出身中学校の先輩にあたる、手相芸人の島田秀平さんにウォリアーズのPR大使「ウオリバサダー」に就任して頂くことになりました。

■ウオリバサダーとは

信州ブレイブウォリアーズを応援して下さる長野県に縁のある著名人を「ウォリアーズアンバサダー」、略して「ウオリバサダー」と呼びます。これまで発表した「名誉ブースター」の方々にも今後は「ウオリバサダー」として、ありとあらゆるところで信州ブースターと共にウォリアーズをPR、フルブーストしていただきます。



■試合情報(会場：市戸倉体育館)

- 3月4日(土) 18:00 試合開始 vs. 群馬
- 3月5日(日) 14:00 試合開始 vs. 群馬
- 4月1日(土) 18:00 試合開始 vs. 奈良
- 4月2日(日) 14:00 試合開始 vs. 奈良
- 4月15日(土) 18:00 試合開始 vs. 名古屋
- 4月16日(日) 14:00 試合開始 vs. 名古屋
- 4月29日(土・祝) 18:00 試合開始 vs. 東京Z
- 4月30日(日) 14:00 試合開始 vs. 東京Z

■市内チケット販売扱い店

- 千曲市観光協会
- 湯のさとちくま「白鳥園」
- 千曲市更埴庁舎本館西側1階売店
- 信州ブレイブウォリアーズクラブオフィス

■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)

健康コラム

「心身ともに健康な生活を」

第35回

血管内皮を守りましょう！ part2 (最終回)

今回は正常な血管内皮細胞について紹介しました。(図1)

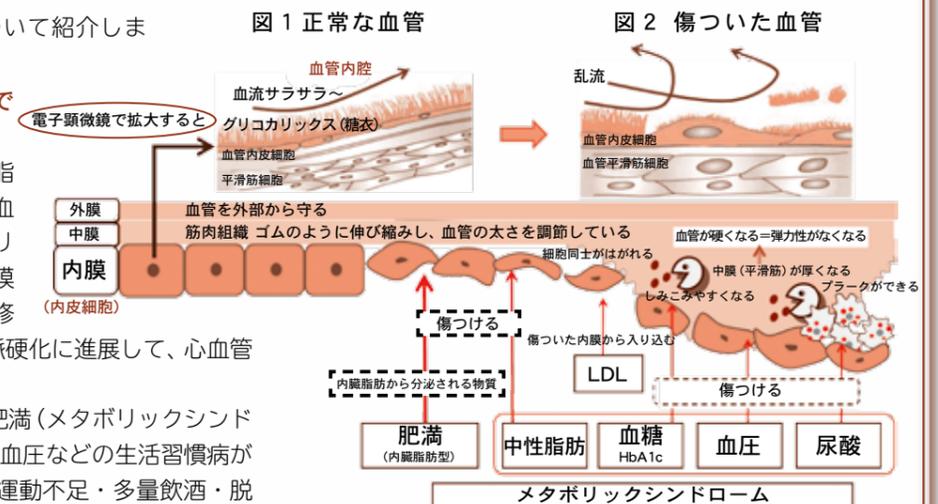
血管内皮機能が傷害されることで動脈硬化へ

慢性的な高血糖による糖尿病や脂質異常症、高血圧などが続くと、血管内皮細胞を守っているグリコカリックスがはがれて修復されず、内膜が傷み、傷ついた血管内皮細胞は修復を繰り返すことで硬くなり、動脈硬化に進展して、心血管病の発症につながります。(図2)

血管内皮を傷めるリスクには、肥満(メタボリックシンドローム)・糖尿病・脂質異常症・高血圧などの生活習慣病があり、その発症要因には食生活・運動不足・多量飲酒・脱水・睡眠不足・交代勤務・ストレス・家族歴(狭心症・心筋梗塞・脳血管疾患)・閉経・加齢などの背景があります。

血管内皮を守るには

動脈硬化の初期段階では、リスクを減らすことで血管内皮改善効果があるといわれています。生活習慣の改善、生活習慣病を適切に治療し、血管内皮を守り動脈硬化を防ぎましょう！



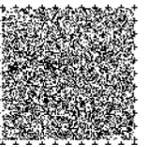
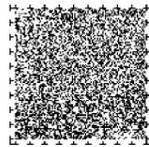
参考：「血管内皮機能を診る」(南山堂、2015) 東條美奈子著

子育ての広場

★「スマイル in ちくま」への応募をお待ちしています！
住所・氏名、連絡先、子どもの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、家族からのメッセージ、写真に子どもが複数いる場合は写真の位置を明記し、写真をメール(3MB以内)で送信してください。
不明な点は、更埴庁舎・秘書広報課(内線5223)に電話するか電子メール koho@city.chikuma.nagano.jp へご連絡ください。

■3月の休館日
○更埴子育て支援センター
4日、11日、18日、25日
○上山田子育て支援センター
5日、12日、19日、26日

★更埴子育て支援センター(Tel.026-273-6180) ■開館時間 午前8時30分～午後5時
★上山田子育て支援センター(Tel.026-275-6017)
～特別に記述がなければ、申込は不要、参加費は無料です～



スマイル in ちくま



篠原 杏奈 ちゃん
(1歳8か月 歴代)

家族からのメッセージ

元気よくすすく育ってね♡



中村 陽太 くん (1歳6か月 上山田・右)
志乃 ちゃん (2歳10か月 上山田・左)

家族からのメッセージ

二人仲良く元気に大きくなってね!!



☆ 1月のお誕生日おめでとう会(上山田) ☆



☆ 1月のお誕生日おめでとう会(更埴) ☆

●お誕生日おめでとう会 午前11時～正午 ■持ち物 麦茶、お手ふき ■参加費 150円(写真代など)
【上山田】 3月23日(木) ■対象 3月に生まれた子どもとその保護者です。
【更埴】 3月24日(金) *事前に各子育て支援センターに申し込んでください。

●子育て支援相談
○更埴・上山田子育て支援センター 開館日 午前8時30分～午後5時
○市立の各保育園(電話相談) 祝日を除く毎週火曜日 午後1時～3時
○児童館・児童センター 開館日 午前10時～正午
*各保育園、児童館、児童センターで相談を希望する人は、事前に連絡してください。

●栄養相談 午前10時～午後3時
【上山田】 3月9日(木)
【更埴】 3月10日(金)
*来館した保護者の皆さんと一緒に、子どもの食事について栄養士さんと語り合う良い機会です。お気軽にお出かけください。

●子育てひろば 午前9時30分～11時30分
開館日・会場・内容については、平成28年度の「暮らしのカレンダー」で確認してください。

●ベビーママサロン 午前10時～11時
【上山田】 3月3日(金)
【更埴】 3月13日(月)
●3歳児あつまれ 午前10時～11時(要予約)
【上山田】 3月10日(金)
【更埴】 3月8日(水)

●親子ふれあいミニミニ講座 午前11時～11時30分

上山田子育て支援センター

開催日	内容
3月1日(水)	うたってあそぼう&ひなまつり会
3月8日(水)	うたってあそぼう&お話しネットワークによる絵本の読み聞かせ
3月15日(水)	うたってあそぼう&人形劇ちびまる
3月22日(水)	うたってあそぼう&工作
3月29日(水)	うたってあそぼう&みんな集まれりんごっこ

更埴子育て支援センター

開催日	内容
3月2日(木)	うたってあそぼう&ひなまつりコンサート
3月9日(木)	うたってあそぼう&楽器あそび
3月16日(木)	うたってあそぼう&ハッピーイースター
3月23日(木)	うたってあそぼう&お話しネットワークによる絵本の読み聞かせ
3月30日(木)	うたってあそぼう&花咲くコンサート

伊勢宮公園

稲荷山幼稚園の裏に位置する公園です。駐車場はありませんが、通りから少し奥に入った公園のため、車の騒音を気にせず過ごせます。園内は広いので、キャッチボールなどいろいろな遊びが楽しめそうです。

主な遊具・設備など
駐車場…なし、遊戯施設、トイレ、水飲み場(冬季閉鎖中)など



萬葉公園

千曲川左岸万葉橋脇にある公園で園内には多くの歌碑があり、ボタンを押すと五木ひろしの歌「千曲川」を聴くことができる石碑もあります。千曲川に飛来する野鳥なども観察でき、ゆったりと過ごせます。

主な遊具・設備など
駐車場…なし、東屋、バンチ、石碑



公園めぐり vol.16

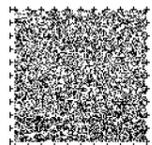
子どもと一緒に楽しめる市内の公園を紹介いたします。
*公園はルールを守って遊びましょう



子どもイベントニュース 親子ふれあいミニミニ講座

上山田子育て支援センターで2月8日、ララサリまん♪によるおはなしシアターが行なわれました。会場は多くの親子連れの皆さんが訪れていました。優しい口調で物語が始まると、白いパネルにさまざまなかわいい動物が次々と貼り出されていきました。パンダや猿、キリン、象さんなどが現れると、子どもたちは興味津津の様子でお話の世界にすっかり引き込まれていました。親子で仲良く楽しいひと時を過ごしていました。





食べることは生きること

郷土の食文化を未来へ

「第8回千曲市食の文化祭」が1月29日に戸倉創造館で行なわれました。会場では、かけはしの会の皆さんによる1年間の展示発表や千曲ブランド認定商品・地元農産物の販売、おとうじなどが振る舞われたほか、かざり巻きずし・納豆づくり・箱膳体験は、子どもから大人まで多くの来場者で賑わっていました。

箱膳体験では、東京や群馬、茨城県から参加した人も見られ、「ひとつひとつ心がこもった料理で大変おいしかった」「小さい頃を思い出しても懐かしかった」などの感想が多く聞かれました。

また、長野県農村文化協会事務局長の相澤啓一さんによる講演も行なわれ、休耕農地を直売所の実験農場にした例やじゃがいもの浅植え栽培、軽トラ市など相澤さんの多岐にわたる体験談に聴衆の皆さんは熱心に耳を傾けていました。



▲食と農の大切さをにこやかに話す相澤さん

CHIKUMA TOPICS

1/29



CHIKUMA TOPICS

福を呼ぶ良い年になりますように

2/3

2月3日に武水別神社境内で恒例の節分祭が行なわれました。天候に恵まれ、子どもからお年寄りまで大勢の来場者で賑わっていました。

「福は～内!!」と大きなかけ声とともに福豆がまかれると、大勢の人々が手をいっぱい伸ばして福を求め合う姿が見られました。坂城町から訪れた女性は、景品を手にとり「来てよかったです。ありがとうございます」と笑顔で話していました。



CHIKUMA TOPICS 姉妹都市児童交流事業

思い出に残るスキー体験

2/3~5

2月3日に姉妹都市である愛媛県宇和島市の小学6年生児童20人が千曲市を訪れ、市内9校の代表児童と交流を深めました。滞在中は、森將軍塚古墳の見学、黒姫高原スノーパークでのスキーや交流先の児童家庭でのホームステイなどを体験しました。2日目のスキー交流会は天候に恵まれ、白銀の世界を、慣れないスキーに苦労しながらインストラクターの指導のもと、なだらかな斜面を元気いっぱい滑る姿が見られました。



▲五加小学校6年生児童の皆さん



▲優しい口調で朗読する浜このみさん

1/21 CHIKUMA TOPICS

人権を尊重し合う 差別のない千曲市を実現しよう

更埴文化会館あんずホールで、1月21日に「第13回人権を守る市民集会」が開かれました。オープニングでは、五加小学校6年生児童の皆さんによる「友～旅立ちの時～」「いのちの歌」の2曲が披露され、児童の美しく澄んだ歌声がホール中に響き渡っていました。実践発表では、屋代中学校2年生の佐藤優希君と若林里歩さん、屋代高等学校2年生の神田玲志君の3人の生徒による人権に関する意見発表があり、会場から大きな拍手が送られていました。

記念講演では、クッキングコーディネーターの浜このみさんが講演し、いろいろな絵本をスクリーンに映し出し、本の特徴や内容を丁寧に説明していました。浜さん本人の心のこもった朗読も披露され、聴衆の皆さんの最後まで真剣に聴講する姿が見られました。



▲佐藤優希君



▲若林里歩さん



▲神田玲志君

リポルト・ブラZZ Aチームが 北陸甲信越予選大会出場を報告



千曲市を拠点に活動しているダーツチーム「リポルト・ブラZZ Aチーム」のキャプテン・松林良治さんが1月26日更埴庁舎を訪問し、群馬県前橋市で行なわれるジャパンソフトダーツリーグ北陸甲信越中央地区エリア予選大会への出場を岡田市長に報告しました。

リポルト・ブラZZ Aチームは今回で8年連続長野県の代表。キャプテンの松林さんは「ダーツはメンタルが強くないとできないスポーツ。集中力を切らさず、プレッシャーに打ち勝ち、全国へと進みたい」と意気込みを話していました。

CHIKUMA TOPICS

1/26

歴史的 文化財を 後世に

CHIKUMA TOPICS

1/26



「文化財防火デー」の1月26日、県立歴史館を会場に防災訓練が行なわれました。市職員、消防職員、歴史館職員、消防団員など約100人が参加して、避難訓練や負傷者の救護搬送訓練などを行ないました。訓練終盤には大型はしご車からの梯上放水訓練も行なわれ、高く伸びた梯子から山林付近へ向けて放水する様子を市民や保育園児らが見守っていました。

●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。



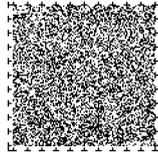
▲利用登録はこちら

●千曲市情報メール配信サービス

千曲市から災害情報、防犯情報などを電子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。



「世界中の花屋さんに新しい色を届けたい」

株式会社ナカソネリシアンサス 代表取締役社長 中曽根 健さん(カ石・51歳)

長野県はトルコギキョウの出荷量全国1位を誇る。大切な人へ贈るには最高の花だ。そんなトルコギキョウの中でも高級ブランドとして知られ、国内外から人気を博す「コサージュ」をご存じだろうか。開発したのは民間では数少ない育種家の中曽根健さんだ。

中曽根さんは大学の頃からトルコギキョウの育種を手伝う。大学卒業後は実家に帰省。父親の家業を継ぎ、育種や品種開発の経験を積んでいった。そんな中、JTが撤退するという出来事があり、JT系の生産者から販売用の育種を頼まれるようになった。今まで自分のための育種をしていた中曽根さんも、この頃から本格的に販売用の育種へと意識が変わり始めたという。試行錯誤による新品種開発の結果、2006年に誕生したのが「コサージュ」だ。大輪フリンジ八重咲。従来のトルコギキョウのイメージを変えた新品種だ。毎年1200以上の親から200回を超える掛け合わせを試し、最終的に販売されるのはわずか4種類ほど。カラーバリエーションが豊富できれいなフリルと八重品種の鮮やかさ。そして花持ちも良く凛と咲く見事な花になった。「高級品を作りたい」と同じ志を持つ「コサージュ会」では、中曽根さんが認めた人だけに栽培が許される。栽培には細かい規定があり、非常に高い技術が要求され、手をかけないと育たない。コサージュは県内では手に入れるのがなかなか難しい高級な花だ。

今まで数々の賞を受賞した中曽根さんでも、今も記憶に残る賞がある。平成19年、日本フラワー・オブ・ザ・イヤ12007切花部門で「コサージュグリーン」が育種で初めて最優秀賞に輝いた。今もその時の受賞を励みに、育種や花卉栽培に取り組んでいる。「バラよりもいい賞をもらうというのは花屋さんのイメージを変え、一般の人の花のイメージも変えるのでは」とコサージュへの期待を話す。

将来の夢は「ヨーロッパでの販売をスタートして、街角とかでコサージュ系が売られているようになればうれしいですね」と海外展開を視野に入れる。千曲から世界に向けてコサージュが咲く日がきつと来る。

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(平成29年2月1日現在)

世帯数	21,776 (+8)	平成29年	
		1月中の動き	
人 □	60,020人(-13)	転入	113人
男	29,038人(-1)	転出	83人
女	30,982人(-12)	出生	39人
		死亡	82人

編集後記

先日、車を運転していると信号機のない横断歩道を一人の男の子が渡るうとしていました。それに気づいた私は、車を停車させ男の子が渡り終えるのを待ちました。見た目から小学生低学年くらいの子だったでしょうか？小走り横断したその男の子は、最後にクルっとこちらに向きをかえ、深々と頭を下げて走り去っていききました。

それを見てなんだか心がとても温かくなりました。大人の私たちも、見習わなくてはいけないと思いました。平塚

●千曲市役所の住所、電話・FAX番号 ●市報千曲3月号の印刷費は、1部あたり約28円です。

更埴庁舎(〒387-8511長野県千曲市大字杭瀬下84番地、TEL026-273-1111、FAX026-273-1004)

戸倉庁舎(〒389-0892長野県千曲市大字戸倉2388番地、TEL026-273-1111、FAX026-275-0238)

上山田庁舎(〒389-0897長野県千曲市上山田温泉四丁目15番地1、TEL026-273-1111、FAX026-276-0796)