

## 今月の表紙

## 信州ブレイブウォリアーズ ホーム開幕戦白星

2年目を迎えるBリーグ2部の信州ブレイブウォリアーズは、 9月30日からの開幕連勝に続き、10月7日のホーム開幕戦 (戸倉体育館)でも勝利し、スタートダッシュに成功しました。

## 今月の主な紙面

【市政トピックス】 千曲線 平成30年度開通に向

け最後の工事に着手 など

全国学力・学習状況調査の結果を公表

 $\cdots 2 \sim 3$  $\cdots 4 \sim 5$ 

····· 6 ~ 8 市職員の給与や勤務状況を公表

## 市政トピックス



合

併支援道

路

線(鋳

物師

屋

寂蒔区間)

合

併の総仕上

げ

来年

度の開通を目

指し

一千

曲線」の工事

大

## 成 30 年 度開通に 向 け最後の 工事

# に着手

めています。220㍍の道路新設工事を進が完了しており、現在、残り約

る都

期待されるほか、歩道新設に「中」交差点付近の渋滞解消がすることで現在の「新田南」・ 鋳物師屋・ 寂蒔区間が開通

> 通行できるようになります。 また、 歩行者や自転車が安全に

にご不便をおかけしますが、 工事期間中は市民の皆さん

を受けて随時工事を進めてい拡幅については、国の交付金また、内川方面からの道路

\*千曲線は、旧更埴市の都市・半千曲線は、旧更埴市の都市計画道路大西線が繋がった国道18号線粟佐北交がった国道路川東線と旧戸倉町・ 近までの計画延長約9書以 の都市計画道路です。

区間は、新田南交差通が予定されている 寂蒔区間)は、平成30年度の開市計画道路千曲線(鋳物師屋・ 蒔方面までの650 沿ほどで、 までに約430岁の工事 新田南交差点から寂 ます。 この

新幹線新駅誘致 賛同署名の結果報告

賛同署名数は、入会署名と合わせて2万2207人

■問い合わせ先 更埴庁舎・新幹線対策室(内線5321)

います 要望活動を行なうこととして

国など関係機関 今後も引  $\mathcal{O}$ 

北陸新幹線新駅誘致期成 同盟会では、平成28年度から「新幹線新駅誘致実現の 時間、今年2月からはその 開し、今年2月からはその 開し、今年2月からはその に取り組みました。多くの皆 さんのご理解とご協力をいた だいた結果、1万5163人 から賛同署名をいただきまし 2 万 2 2 0 7 した結果、署名数は入会署名た。重複署名者を除いて集計 1万2796人と合わ 期成同盟会では、 人となりま せて

県内の専門職員らが集まり回収・洗浄など作業 松田館の焼け跡から 文化財救出作業を実施

■問い合わせ先 歴史文化財センター(TELO26-261-3210)

歴史の記憶を紡ぐことが大事さんは「今後、大きな災害があるかもしれません。そのときるかもしれません。そのときるかもしれません。そのときるがあるがあるがある。 から文化財資料を救出する回62人が集まりました。灰の中 行なわれました。 収納班などに分かれて作業が 資料を洗浄し収納する洗浄・ や陶磁器など焼け残っ る資料班、 9月25日に32人、 系専門職員に派遣を要請し、 日と10月2日の両日に、 更埴市民プー ル

▲写真② 内川方面(南側)に向けて撮影。写真奥 には接続される道路が見える。







新田方面(北側)に向けて撮影。 ▲写真①



育委員会・博物館などの歴史員会を通じ、県内各市町村教員会を通じ、県内各市町村教財の救出作業が行なわれまし 全焼した「松田館」で、9月25よって県宝の主屋など7棟を よって県宝の主屋など7棟を9月6日に発生した火災に 救出した資料を分類す 10月2日に た文化 文書 で



▲7月29日に科野青年会議所が屋代駅

様子

と屋代高校前駅で行なった署名活動の

▲焼け跡から、文書や陶磁器などを救出 する専門職員

庫に保管して無事だっ

な古文書類は市民の皆さんに

公開を予定してい

・ます。

です」と話しました。

今後、

救出した資料や収蔵

市報千曲 平成29年11月

県教育委員会と協議を進め 建物などの再整備については、 ■問い合わせ先

更埴庁舎・建設課

(内線56

4



○学習習慣 ています。

○地域とのつながり 全国 計画的な家庭学習につ 全国と比べると、 復習や主体的、 全国と 課題 7 出

が多いとの分析があります。 学力との相関関係があるもの の諸側面などに関する調査で す。生活習慣や学習習慣は、 ۲, 一調査結果 学習意欲や学習方法、 ある一方、数値が下 平成28年度と比較する 改善が図られた項目が 下表のとおりで

○生活習慣 慣については、 る」という基本的な生活習 あります 「毎日朝食をと ほぼ良好な

生活習慣や学習習慣などに関する調査の主な結果

いる項目もみられ、

課題が -がって

テレビゲ ムな

○余暇利用 結果です。

について実態を把握し、家にあり、個々の児童・生徒どに費やす時間が多い傾向 要があります。 庭と連携して改善を図る必

## 学習状況調査の 国 学力 結果を公表

市では、

児童・生徒一人ひとりの基礎学力の定着状

に役立てるため、国の全国学力・学習状況調査に積 況を把握し、学力向上に向けた授業改善や学習指導

■問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6314)

生徒数が異なるため)

○中学校3年生 ■ 対 象 平成29年4月18日(火) 525人(教科により参加 市内4中学校 522人~ 生徒数が異なるため) 市内9小学校 小学校6年生 499人(教科により参加 4 9 7

\*調査結果は、 ○生活習慣や学習習慣などに ○教科に関する調査 ■調査内容 関する調査 の一側面をとらえたもので で、 学校における教育活動 学力の一部分

> 学力 (教科に関する) 調査 ○「国語A、 算数・数学A」

■調査結果 ○「国語B、算数・数学B」主として知識に関する問題 ○結果の概要 ○教科別平均正答率 平均値と、 主として活用に関する問題 を比較しています。 長野県の公立小・中学校の 市全体の平均値 下表のとおり 市の状況を中 全国や

調査日

心に記述しています

極的に参加し、その結果を活用しています。 中学校で実施しましたの

で、その結果を公表します。 平成29年度も市内の全小・



## 学力(教科に関する)調査の結果

	ナバ (教行に関する) 間直の相木					
調査	内容	教科別平均正答率	結果の概要			
	国語 A	全国、県と同程度	漢字を正しく読むことは、よくできました。ことわざの意味を理解し、その使い方がわかっていました。手紙の構成を理解し、後付けを書くことに課題があります。			
  小 	国語 B	全国、県と同程度	登場人物の相互関係や心情、場面についての描写を捉えることができました。目的 や意図に応じ、必要な内容を整理して書くことに課題があります。			
学校6年生	算数 A	全国、県と同程度	小数の乗法において小数を整数に置き換えて考えるときに用いる乗法の性質を理解しています。 資料を二つの観点から分類整理し、表を用いて表すことに課題があります。			
生	算数 B	全国、県と同程度	いずれの問題も全国と同程度でした。問題に示された二つの数量の関係を一般化して捉え、そのきまりを記述することに課題があります。身近なものに置き換えた基準量と割合を基に、比較量に近いものを判断し、その判断の理由を言葉や式を用いて説明することに課題があります。			
	国語 A	全国、県と同程度	文脈に即して漢字を正しく読んだり、語句の意味を理解し、文脈の中で適切に使ったりできました。事象や行為などを表す多様な語句について課題があります。楷書と行書の違いについての理解に課題があります。			
中学校3	国語 B	全国、県と同程度	登場人物の言動の意味を考えたり、場面の展開や登場人物などの描写に注意して 読んだりして内容を理解できました。表現について捉え、自分の考えを書くこと に課題があります。自分の考えを書く際に、根拠を明確にして、自分の考えを具 体的に書くことに課題があります。			
年生	数学 A	全国、県と同程度	平行移動した図形をかいたり、円錐が回転体としてどのように構成されたりしているか理解できていました。円周率πを用いて解く問題について課題があります。関数の意味や比例・反比例などの理解や数学的な用語の理解に課題があります。			
	数学 B	全国、県と同程度	与えられた表やグラフから、必要な情報を適切に読み取ることができました。記述式問題のうち、図形の性質について筋道を立てて証明することや与えられた式を用いて問題を解決する方法を数学的に説明することに課題があります。			

生活

【各学校】

今後の

対応につい

て

調査実施後、

速や

かに自校の結果を

果と課題を明確にしたうえで改善策分析・考察し、これまでの指導の成

重要であるとの認識から、家庭学習が、学力の定着・向上を図るうえで基本的な生活習慣や学習習慣の確立

取り組みます

を策定し、

年度当初より授業改善に

内容の見直しや家庭学習の仕方に

5

いて指導し、

家庭と連携して生活・

関する調査

生活習慣や学習習慣などに

IV		「はい」と回答	した割合(%)	
分	質問	小学校 6 年生 ( )は28年度	中学校3年生 ()は28年度	全国との比較
生活習慣	朝食を毎日食べていますか。	89.3 (90.2)	86.0 (91.7)	小6児童、中3生徒ともにやや上回っています。
余暇	平日に2時間以上テレビ ゲームをしていますか。	27.7 (25.2)	32.4 (30.5)	小6児童はやや下回り、中3生徒は下回っています。
余暇利用	平日に30分以上読書をしていますか。	41.5 (36.7)	30.6 (27.6)	小6児童は上回り、中3生徒はやや上回っています。
地域との	ますか。	55.7 (66.2)	43.9 (42.1)	小6児童、中3生徒ともに上回っています。
学習	学校の宿題をしています か。	86.9 (83.8)	74.9 (73.3)	小6児童は同程度で、中3生徒は上回っています。
学習習慣	平日2時間以上勉強していますか。	15.5 (21.4)	28.2 (26.2)	小6児童、中3生徒ともに下回っています。

児童・生徒個々の結果は、

努めます。

学習習慣の改善に向けた取り組みに

【市学力向上推進委員会】 題に応じた学習指導を適切に行ない会などを通じて伝え、それぞれの課児童・生徒個々の結果は、個別懇談 ます。

【教育委員会】 援を行なうとともに、 改善などに生かします。 中学校の授業改善や児童生徒の生活

学校の状況に応じた必要な指導や支 や配置など、 教育施策の充実に努め 教職員の研修

「千曲市小中学校『全国学力・学習状 の策定などを推進・支援し、市内小とにした各校の分析・考察・改善策況調査結果の分析の手引き』」をも

市報千曲 平成29年11月 市報千曲 平成29年11月



## (4)職員の初任給(H28.4.1現在)

X	分	千曲市	長野県	国
一般行政職	大学卒業者	17万6,700円	18万6,300円	17万6,700円
77又1」以49以	高校卒業者	14万4,600円	15万1,500円	14万4,600円

<sup>\*</sup>初仟給は、試験採用に係るものです。

## (5)職員の経験年数別·学歴別平均給料額(H28.4.1現在)

X	分	経験年数7年以上10年未満	経験年数10年以上15年未満	経験年数15年以上20年未満
负几少二工行 形址	大学卒業者	22万6,500円	26万1,000円	31万5,300円
一般行政職	高校卒業者	20万4,400円	23万8,700円	27万6,500円
技能労務職	高校卒業者	_	20万8,100円	21万3,300円

<sup>\*</sup>経験年数とは、卒業後直ちに採用され、引き続き勤務している場合は、採用後の年数をいいます。

## (6)級別職員数(H28.4.1現在)

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	
標準的な 職務内容	主事・技師	主任	主査	係長・ 企画主査	主幹・技幹	課長・ 副参事	部長・参与	合計
職員数(人)	91	66	120	122	15	42	13	469
構成比(%)	19.4	14.1	25.6	26.0	3.2	8.9	2.8	100

<sup>\*「</sup>千曲市一般職の職員の給与に関する条例」に基づく給料表の級区分による職員数です。

## (7)職員手当

## (7-1)期末・勤勉手当

区分	千曲	市	国		
区分	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当	
6月期	1.225月分	0.8月分	1.225月分	0.8月分	
12月期	1.375月分	0.9月分	1.375月分	0.9月分	
合 計	2.60月分	1.7月分	2.60月分	1.7月分	

<sup>\*</sup>職制上の段階、職務の級などによる加算措置があります。

## (7-2)退職手当

	千	曲市	国			
区分	自己都合	勧奨・定年	自己都合	勧奨・定年		
勤続20年	20.445月分	25.55625月分	20.445月分	25.55625月分		
勤続25年	29.145月分	34.5825月分	29.145月分	34.5825月分		
勤続35年	41.325月分	49.59月分	41.325月分	49.59月分		
最高限度額	49.59月分	49.59月分	49.59月分	49.59月分		
	**************************************		- 1 8 1 1			

<sup>\*</sup>そのほかの措置として特例給料月額制度があります。

## (7-4)時間外勤務手当(一般会計)

支給総額	職員1人当たり支給年額
9,538万円	26万1,300円

## (8)特別職の報酬など(H28.4.1現在)

×	分	月 額
給料	市長	86万円
	副市長	70万2,000円
	議長	44万5,000円
報酬	副議長	37万円
	議員	34万5,000円

## (7-3)特殊勤務手当

X	分	全 職 種
支給総額	(一般会計)	62万9,900円
手当の種	類 (手当数)	12種
代表的な手当	1件当たり の支給額が 多い手当	行路死病人取扱手 当、福祉業務手当、 浄化槽管理手当、 下水道管理手当、 清掃等作業手当
の名称	多くの職員 に支給され ている手当	用地交渉手当、福 祉業務手当、清掃 等作業手当、保健 指導手当、下水道 管理手当

## (7-5)そのほかの手当

区分	内 容	国の制度 との同異
扶養手当	扶養親族のある職員に支給されます。	
住居手当	借家または借間に居住し、一 定額を超える家賃を支払って いる職員に支給されます。	
通勤手当	通勤のために交通機関などを 利用して、その運賃などを負 担することを常例とする職員 に支給されます。	同じ
宿日直手当	週休日・祝日などに3庁舎の 日直業務に従事した職員に支 給されます。	

## 1. 職員の任免と職員数に関する状況

## (1)職員の採用・退職(H28.4.2 ~ H29.4.1)

<単位:人>

職種	H28.4.1現在	退職者などの数	採用者などの数	H29.4.1現在
一般事務職	335	8	8	335
技術職	31	0	2	33
保健師	19	1	1	19
保育士	67	6	7	68
技能労務職	17	1	1	17
合 計	469	16	19	472

## (2)部門別職員数(各年4月1日)

部門	職員数(人)		拼法米	所 属	
□ □ 1 ]	28年度	29年度	増減数		
議会事務局	6	6	0	議会事務局	
総務部	79	79	0	総務課、秘書広報課、財政課、税務課、債権管理課、危機管理防災課、情報政策課、 戸倉庁舎・上山田庁舎市民窓口課	
企画政策部	24	22	<b>1</b> 2	総合政策課、管財契約課、新幹線対策室、 新庁舎建設室	
市民環境部	37	36	<b>1</b>	市民課、生活安全課、消費生活センター、 環境課、廃棄物対策課	
健康福祉部	78	79	1	福祉課、高齢福祉課、健康推進課、福祉 監査室、人権・男女共同参画課	
次世代支援部	80	82	2	こども未来課、保育課(保育園を含む)	
経済部	35	36	1	産業振興課、産業支援センター、企業立 地推進課、農林課、観光交流課	
建設部	53	54	1	建設課、都市計画課、上下水道課	
教育委員会	63	64	1	教育総務課、給食センター、生涯学習課、 公民館、図書館、文化課、文化会館、歴史 文化財センター、スポーツ振興課	
会計課	6	6	0	会計課	
監査・選挙・公平 委員会事務局	4	4	0	監査委員事務局、選挙管理委員会事務 局、公平委員会事務局	
農業委員会事務局	4	4	0	農業委員会事務局	
合 計	469	472	3		

# 「千曲市人事行政の運営等に関する条例」に基づき、 ■問い合わせ先

めることを目的に、 市職員の人事行政の運営状況などを公表します。 人事行政の公平性と透明性を高 更埴庁舎・総務課(内線521

## 2. 職員の給与の状況

## (1)人件費(平成28年度普通会計決算額)

	本台帳人口 3.31現在)	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率 (B/A)
6万1	,185人	265億1,314万3千円	8億4,962万円	37億897万5千円	14.0%

<sup>\*</sup>人件費とは、特別職の給料や報酬、職員の給料・手当・共済費・災害補償費などです。

## (2) 職員給与費(平成29年度普通会計当初予算額)

職員数		給与費					
(A)	給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	給与費(B/A)		
450人	16億3,434万4千円	2億5,565万円	6億3,755万3千円	25億2,754万7千円	561万7千円		
*職員手	当とは、扶養手当・管	・ 時間外勤 を は は は は は は は は は は は は は は は は は は	務手当・通勤手当など	で、退職手当は含まれ	ていません。		

## (3) 職員の平均給料・平均給与月額・平均年齢(H2841現在)

(0) 概員の1つ加	们们的加丁门联	しる一面にいて	0.寸. 1列11/		
一般行政職			技能労務職		
平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
30万9,600円	35万6,186円	41歳7月	26万2,000円	29万1,729円	46歳3月

<sup>\*</sup>一般行政職とは、税務職員・保育士・保健師・栄養士・企業職員(水道・下水道)・技能労務職などを除いた 職員をいいます。技能労務職とは、調理技手などをいいます。

市報千曲 平成29年11月 市報千曲 平成29年11月



市職員の給与

勤務状況を

成28年度

<sup>\*</sup>標準的な職務内容は、それぞれの級に該当する代表的な職名です。

<sup>\*</sup>特別職とは、市長・副市長・市議会議員・農業委員会委員・教育委員会委員・監査委員・選挙管理委員会委 員・公平委員会委員・消防団員及び各種審議会委員などをいいます。

<sup>\*</sup>給与月額とは、給料月額に扶養手当、寒冷地手当、住居手当、管理職手当を加えた額です。

## 暖房を消して

## 暖かいところに集まろう!

**■問い合わせ先** 更埴庁舎・環境課(内線5414)

冬の節電・省エネ対策の一つとして、暖房エネルギーの節約を図る「ウォーム シェア(あったかシェア)」があります。

市民の皆さんも無理のない節電・省エネルギーへのご協力をお願いします。



## あったかシェアとは

家庭の暖房器具を止めて、身近にある暖かい場所へ出かけて、暖 かさをみんなで分け合うというアイデアです。社会全体での節電・ 省エネルギーを図るとともに、地域経済の活性化にも資する取り 組みです。下表に市内のあったかシェア登録スポットを掲載しま した。信州の長い冬をあったかシェアスポットで過ごしませんか。





家庭で一つの部屋に集まって過ごせ ば、エネルギー消費を減らせるととも に、コミュニケーションが深まります。 近所にお声がけをするきっかけにも。



ベントに出かけたり、スポーツで汗を流した りすれば、家庭のエネルギー消費が減るとと もに、暖かく楽しく過ごせます。

## 市内の「信州あったかシェアスポット」登録施設

施設名	P R ポイント	問い合わせ先
白鳥園(戸倉)	温泉は内湯に加え露天風呂やサウナも設置されています。さまざまな体験イベントや教室などを開催しています。	Tel.026-275-0400
つるの湯(上山田温泉)	天然温泉につかり、1日ゆっくり楽しめます。売店コーナーがあるので、軽食を取ることができます。	Tel026-261-0770
健康プラザ(倉科)	売店コーナーがあるので、入浴したり軽食を取ったりと、1日ゆっくり楽しめます。	Tel026-272-5818
長野県立歴史館(屋代)	静かな環境で歴史を学びませんか。常設展示室のほかに 図書室、閲覧室があるので、調べものにも最適です。	Tel026-274-2000
森将軍塚古墳館(屋代)	静かな環境で歴史を学びませんか。	Tel 026-274-3400
更埴図書館(杭瀬下)	学習室を備えてあるので、落ち着いて学習ができます。	Tel 026-273-2989
更埴西図書館(稲荷山)	暖かい館内で、ゆっくり読書が楽しめます。	Tel026-273-8060
戸倉図書館(戸倉)	暖かい館内で、ゆっくり読書が楽しめます。	Tel026-276-7001



## 3. 職員の勤務時間、そのほかの勤務条件の状況

## (1)職員の勤務時間

開始時刻	終了時刻	休憩時間	
午前8時30分	午後5時15分	正午~午後1時	

## (2)有給休暇(H28.1.1~H28.12.31)

	制度の概要	平均取得日数
É	1年につき20日付与(付与された翌 軍に限り繰越可能で、最大40日)	8.1⊟

## (3)育児休業(H28.4.1現在)

取得者	取得期間					
数	3か月以内	3~6か月	6~12か月	1~3年		
10人	0人	4人	2人	4人		

## 4. 職員の分限と懲戒処分の状況

分限処分者(人)					i	懲戒処	L分者	(人)	
免職	休職	降任	降給	計	免職	停職	減給	戒告	計
0	3	0	0	3	0	1	0	0	1

- \*分限処分とは、職員がその職責を十分に果たすこ とができない場合に行なわれる処分で、公務能率 の維持を目的として行なわれます。
- \*懲戒処分とは、職員の一定の義務違反に対する道 義的責任を問うための処分で、公務における規律 と秩序を維持することを目的として行なわれます。

7. 職員の福祉と利益の保護の状況

## (1)職員の定期健康診断

健康診断の種類	受診者数
定期健康診断	246人
人間ドック	212人

## (2)公務災害補償の認定状況

区分	認定件数
公務災害	2件
通勤災害	O件

## (3)職員互助会の設置

地方公務員法第42条に基づく職員の保健、元気回 復そのほか厚生に関する事項を実施するために、千曲 市職員互助会を設置し、保健、教養、体育などの事業 を行なっています。

職員互助会は、職員の掛け金(毎月給料月額の 1,000 分の 4.5) で運営されています。

## 5. 職員の服務の状況

## 営利企業従事制限にかかる許可

申請件数	許可件数	内容
83件	83件	区長(1件) 消防団員(75件) 各種調査調査員(7件)

## 6. 職員の研修の状況

研修区分	講座数	受講者数	内 容
市主催研修	13	1,381人	新規採用職員研 修など
市町村職員研修セ ンター主催研修	20	114人	法制執務研修など
長野広域連合主催 職員共同研修	2	4人	講演会など
専門研修	27	462人	嘱託登記事務研 修など
合 計	62	1,961人	

## 8. 勤務条件に関する措置の要求の状況

要求件数 なし

## 9. 不利益処分に関する不服申し立ての状況

申し立て件数 なし

市報千曲 平成29年11月 市報千曲 平成29年11月

監査事務に精励し、 さん (上山田) が

多年にわたり

監査委員の若林民雄

とは、

ませ

## に子どもを預かったりしまの送り迎えをしたり、時間外児童館、児童センターなどへ ■講習会日時 ●相互援助活動講習会 員になれます

○12月1日(金)

○12月2日(土) 午後1時~5時15分

○12月4日(月) 午前8時50分~午後5時15分

依頼会員

きにも、

子どもを預かります。

修会参加や授業参観などのと

す。冠婚葬祭、

通院、

仕事、研

\*託児あり(要予約) 午後1時~5時15分

■会場 更埴子育て支援センタ

か月から12歳までの子どもを内の事業所に勤務し、生後3■対象 市内に在住、または市

■申込方法 11月24日(金)まで

へ申し込んでくださいに、更埴子育て支援な 更埴子育て支援センター

■申込方法 更埴・上山田子育

をしてほしい人。

育てていて、子育ての手伝い

## 両方会員

対象 問い合わせ先 要件に該当する人。 依頼会員・ 提供会員の

026-273-更埴子育て支援センター 6 1 8 0  $\widehat{\text{Tel}}$ 



会員組織です。 ■支援の内容

保育園、

、幼稚園、

と岡田市長(右)

# 長野県食生活改善功労者表彰受賞者を紹介

評価され、10月11日に長野県食づくりに大きく貢献したことが 生活改善功労者表彰を受賞しま る活動を中心として地域の健康 にわたり の三井澄子さん (屋代)が、 三井さんは、 千曲市食生活改善推進協議会 食生活の大切さを伝え 多年

まで、 副会長を平成25年から現在まで 進協議会長を平成20年から現在 県食生活改善推進協議会

市食生活改善推



▲表彰状を手にする三井澄子さん

持参してください

明用に3秒四方の写真2枚を

ぐに会員になれます。 てください。説明終了後、 て支援センターで説明を聞

会員証

すい

■ 対 象 提供会員 市内に在住し、

自宅で

## 般健診 の 受診を 20 歳から 39歳ま で の皆さん

(一般健診)を実施します。 し予防するため、 予防するため、一般健康診査生活習慣病などを早期に発見

学校健診、 る人、 たんぱくや尿糖が出たことのあ学校健診、妊婦健診などで、尿 必須です。 とのある人は、 療保険に関わらず受診が可能で 血圧が高いといわれたこ 子どもの頃の健診や 年1回の健診は

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。

今年度の健診を申し込んでな

康状態を確認しましょう。

■日時・会場

一般健診は、加入している医

○12月15日(金)午 0 分・更埴保健センター時30分、午後1時~ 倉 時 30 舎 分、 12月13日(水)午 午後1 午後1時~3時 時~3時・ - 前9時~ 前9時~ 30 11

■対象者

1年に1回健診を受けて健 電話で申込みができま

戸 11

○検尿(糖・

たんぱく・

潜血)

○血圧測定

ら39歳になる人 対象者 平成29年度に20歳か

\*今年度40歳から74歳になる は特定健診を受けましょう。

■一般健診の内容 身体計測(身長・

○問診 ・腹囲) 体重・ В M

○血液検査(HDL・LDLコ モグロビンAlc アチニン、 尿酸、 血糖、 G O T ク

> ○診察 血色素、 G P T  $\wedge$ マトクリッ G T P 赤血球、

健診機関 千曲中央病院

で申し込んでください。 申込方法 でに更埴保健センター 11月10日(金) に電話 ま

更埴庁舎・更埴保健センタ 申込・問い合わせ先 (内線5509)

## 定健診 の 受診を は、是非受診してください 40 歳から 74 歳ま で の 国民健康保険加入

ん。特に、 進行して・ 頼ると発見が遅れてしまいます。 重症化して透析直前になるまでん。特に、慢性腎臓病(CKD)は 症状がほとんどなく、 CKDの早期発見のために、平 生活習慣病の多くは、 しても自覚症状がありませ 自覚症状に かなり

検査」を追加しました。従来の検 成28年度から尿検査に尿中たん く分かる検査です。 査より尿中のたん白出現が詳 ぱく量を測定する「尿たん白定量 本年度健診を受けていない

> ■日時: 会場

○12月4日(月)・ 更埴保健 アセン

○12月5日(火)・戸倉庁舎 なる場合があります。受付日・申込人数により日程が変更に 知らせします。 時は申込み後、 案内通知でお

○血圧検査

■対象者 \*平成30年3月までに人間ドッ 国民健康保険加入者 40歳から74歳までの

クを受診する人は、

■特定健診の内容 の受診は必要ありません。

○身体計 測(身長・体重・ В

M

○血液検査(HDL・LDLコレ ○検尿(糖・たんぱく・潜血) ニン、尿酸、GOT、 ロビンA1c、 ステロール、 G T P 赤血球、血色素、 中性脂肪、 血糖、 G P T クレアチ ヘモグ

者

○心電図(希望者のみ)

■費用 \*心電図を希望する人 は 別途

■健診機関 1620円かかります。 JA長野県厚生連

申込方法 に更埴保健センターに電話 佐久健康管理センタ 11月10日(金)まで

舎・更埴保健センタ 申込・問い合わせ先 申し込んでください。 更埴庁 (内線 で 11

市報千曲 平成29年11月

ト

センタ

ĺ

会員を募集

I募集人員

若干名

2



## 臨時職員 (税務課 般事務) 一勤務日数 15日/月 を募集

**|** 募集要件 ン操作ができる人 若干名

4

一勤務時間 後5時15分 午前8時30分~ 午

入のうえ、11月24日(金)まで応募方法 市販の履歴書に記

■ 賃 金 ■応募方法 日額620

> か、郵送(当日消印有効)してに更埴庁舎税務課に持参する ください

> > 84番地、 8 5

内線524

曲市大字杭瀬

■郵送・問い合わせ先\*詳細は応募者に通知します。■面接試験 12月上旬

# 市内在住でパソコ

■勤務期間 ■勤務場所 平成30年1月~4

臨時職員 (生活安全課一

般事務)

を募集

■募集要件 ■募集人数

市内在住でパソコ

ン操作ができる人(エクセル、

■勤務場所 更埴庁舎生活安全

■勤務時間 ■勤務日数

■勤務期間 月(5か月間) 12日/月

平成30年1月~5

午前8時30分~ 午

応募方法 入のうえ、

に更埴庁舎生活安全課に持参 11月22日(水)まで市販の履歴書に記

12月上旬

\*詳細は応募者に通知します。

■郵送・問い合わせ先 3 8 7 杭瀬下8番地、内線5520) 更埴庁舎・生活安全課(〒 8 5 千曲市-大字

## 非常勤職員 ドが使える人) <mark>(</mark>第 学校給食セ ■賃金 後5時15分 日額6200円 夕 代 替調理員) ■面接試験 するか、郵送(当日消印有効) してください

■勤務場所 ■募集要件 一勤務期間 年3月31日 12月1日~平成30 第2学校給食セン 市内に在住の人

ら6時間

てください

■勤務時間 \*常勤職員の休暇日に代 午後3時3分のうち2時間か新務時間 午前8時3分から は月によって変わります。の勤務となります。勤務日数 わって

■応募方法 賃金 入のうえ、 時給860円

を募集

参するか、郵送(当日必着)しに第2学校給食センターに持 11月17日(金)まで市販の履歴書に記

> ■郵送・ \*詳細は応募者に通知します。 問い合わせ先

字若宮640番地、 3 8 9 -0 8 1 3 第2学校給食センター 275-0365) TEL 千 0 曲 2 市 6  $\stackrel{\cdot}{=}$ 

## 野外焼却 (野焼き) は法律で 禁止され て 11 ます

資源として出すなど適正に処理 法律で禁止されています。ごみは ます。野焼きは一部例外を除いて しましょう。 野外焼却せず、 いて多くの相談が寄せられてい 市内では毎年、ごみの焼却につ 市のごみ収集や

農業を営むためにやむを得ず、

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。

所の迷惑にならないように行な する場合は、次の点に配慮し、近稲わら・果樹剪定枝などを焼却 あらかじめ声をかけることが必 ってください。なお、住宅、アパ などが隣接している場合は、

快適な生活環境が保てるよう、

をお願いします。 市民の皆さんのご理解とご協力

0 ○不必要な野焼きはしないで「可 ■焼却上の注意点 に焼却し、特に風向きには気近所の迷惑にならない時間帯 やむを得ず焼却する場合は、 燃ごみ」に出す。

> ○よく乾かし、 をつける。 時間で燃やす。 小分けにして短

○住宅の近くで焼却しない。

■問い合わせ先

更埴庁舎・ 環境課(内 線

# 加工食品を対象に 「信州千曲ブラ ンド 認定商品を募集

ます。 と募集・更新を行なっており、っています。この制度は、2年 回は「加工食品」を対象に募集し ップと地元商品の販売促進を図 定制度を創設し、市のイメージア 市では「信州千曲ブランド」認 2 年 ご 今

## ■認定対象商品

商品であること 以下のすべての条件を満たす

○市内で製造された加工食品、

使用した加工食品 たは市内で生産された原料を ま

○市内に本店または主な事業所

○食品関係法規などの法令に違 反していないもの 品として市販するもの

○千曲市のイメージを著しく損 ○使用する原材料は千曲市内ま 使用すること(ただし調味料はたは国内で生産されたものを なう恐れのないもの

\*使用する原材料の基準について

■募集期間 日(木) は問い合わせてください 11 月 1 日(水) 30

■応募方法 記入のうえ、 認定申請書などに 観光交流課まで

> \*書類一式は観光交流課の窓口、 または市ホ 直接提出してください -ムページから取

## ■提出書類

得できます。

○信州千曲ブランド認定申請書 (様式第1号)

○食品営業許可指令書またはこ ○信州千曲ブランド認定(更新) ○信州千曲ブランド認定申請商 品調書(様式第2号) に係る誓約書(様式第3号)

○申請産品に関するパンフレット ○FCP展示会・商談会シ れに類するもの

> ■審査 会ブランド認定審査部会で、 に通知し、 審査を行ないます。 平成30年2月頃に申 市報などで発表する 場に申請者を指果

## ■認定商品のPR内容

○市内外への展示会や販売会へ の参加

○市報や市ホ トへの掲載 曲ブランド認定商品パンフレ ムペ ジ、 信州千 ッ

214 - 5799(総合観光会館内、 問い合わせ先 観光交流課 Tel 0 2 6

市報千曲 平成29年11月 13

更埴庁舎・税務課(〒387



# 無許可のごみ回収業者にご注意を!!

家庭から出る廃家電や粗大ごみなどのごみを回収するために 千曲市一般廃棄物処理業の許可が必要です。

する業者などが多く見られますなどで巡回しながら廃品を回収 廃品を回収する業者やト 可のごみ回収業者です。 このような業者の大半が 各戸ヘチラシを投函し -ラック 無

また、 がされているか確認することがごみは、法を守った適正な処理 が不法投棄された」などのトラ料金を請求された」「出した物 できません。 ブルが全国で多発しています。 を利用したことで「高額な処理 ごみを出す際は、市が案内す 安易に無許可のごみ回収業者 このような業者に出した

る方法で出すようお願いし ま

## |特定家電の出し方

冷蔵庫、洗濯機)は、法律により特定家電(テレビ、エアコン、 することが定められています。 リサイクル料金を負担して処分

> す。または、買い替え時に小○過去に購入した小売店に出処分方法は次のとおりです 売店に出す

○郵便局でリサイクル券を購入 粗大ごみ収集日に出す(収集 指定引取業者に出す

指定引取業者 深澤産業株式

## 粗大ごみの出し方

○指定業者へ回収を依頼する ンダーを確認してください) 日と収集場所は暮らしのカレ

■問い合わせ先 棄物対策課(内線5423) 更埴庁舎・ 廃

ンダーを確認してください) 日と収集場所は暮らしのカレ

○指定業者へ持ち込む ○粗大ごみ収集日に出す(収集

ル事業協同組合(屋代)

\*指定業者 千曲資源リサイク

## 情報 公開 公開制 • 開示状況 度

•

個

**人情報開示制度** 

とその決定状況を公表します。情報公開、個人情報開示の請求報保護に関する条例」に基づく 情報公開及び個人情

況です。

の1年間にあった公開・開示状1日から平成29年3月31日まで公表するのは、平成28年4月

ぎ:--」 な取扱いと個人の権利利益の保するとともに、個人情報の適正 公開し、市民の知る権利を保障 公開し、市民の知る権利を保障 護を目的としてい ■問い合わせ先

## 情報公開の状況

実施	請求	公開決定の 種類・件数			
機関(請求先)	件数	全部公開	部分公開	非公開 (不存在 を含む	
市長	24件	17件	4件	3件	
選挙管理委員会	1件	0件	1件	0件	
議会	3件	2件	1件	0件	
승 計	28件	19件	6件	3件	

実施	請求	公開決定の 種類・件数		
機関(請求先)	件数	全部 公開	部分公開	非公開 (不存在 を含む)
市長	24件	17件	4件	3件
選挙管理委員会	1件	0件	1件	0件
議会	3件	2件	1件	0件
合 計	28件	19件	6件	3件

実施	請求		公開決定の 種類・件数	
機関(請求先)	件数	全部 公開	部分公開	非公開 (不存在 を含む)
市長	24件	17件	4件	3件
選挙管理委員会	1件	0件	1件	0件
議会	3件	2件	1件	0件
合 計	28件	19件	6件	3件

実施	公開決定の 種類・件数 請求			
機関(請求先)	件数	全部 公開	部分公開	非公開 (不存在 を含む
市長	24件	17件	4件	3件
選挙管理委員会	1件	0件	1件	0件
議会	3件	2件	1件	0件
合 計	28件	19件	6件	3件

個人情報開示の状況					
実施	插粗 • 化		開示決定の 種類・件数		
機関(請求先)	計求 件数	全部開示	部分開示	非開示 (不存在 を含む)	
市長	1件	1件	0件	0件	

## 地域おこし協力隊員 集落支援員

8

第

【シリーズ】

空き家のはなし

No.2

を変える

家に対する考え方

知っておきたい

職・転職関係など、お困りごとった性格です。パソコン系や就 することが大好きな少し変わに着任しました。課題を改善 エージェントを経て今年の4月 隊員の相馬です。 こんにちは。地域おこし協力 ITエンジニア・転職 信州大学を

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、

中古住宅は供給過剰で価値は

ていくことが賢明な選択であだけ早期に次の活用先を探し地域住民のためにも、できる

大きく下落

専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。

千曲市おもてなし祭り」を担当 Rに繋がることをどんどん行 事を把握し落ち着いてきまし ないたいと考えています。 た。ということで、千曲市のP 7月に「信州さらしなの里 上半期を経て、観光局の仕 ツアー客をはじめ沢山の人

賃貸の相手を探すお手伝いをき家バンク」に登録しませんに、まだ住める家は「千曲市空に、まだ住める家は「千曲市空

端に少なくなっています。ま減少の影響もあり買い手が極いため、中古住宅市場は人口

もあって新築件数が減少しな実現ととらえる日本人の気風

えてくる

空き家を放置して

価値

空き家バンクの取扱い数が増

社会」です。自宅の建設を夢の

世の中は空前の「家あまり

るといえます

で、価格は下がっていくこと回り始めているため供給過剰た、多くの空き家が市場に出

▲ITの経験を活かして、HP の改修などを行なっています

ば夢を実現することは十分可

それを相続する家族や

建設課(内線5645)

また、住まなくなった

上山田庁舎でもお渡しして

ドできるほか、

更埴・戸倉・

はこのサイトからダウンロ 物件をご覧ください。

申込書

ームやリノベーションをすれた中古住宅を購入してリフォ

中古住宅の活用を

新築でなくても、

気に入っ

き家バンク」で検索して、取扱意していますので「千曲市空インターネットサイトを用

が予想されています。

しています。



▲信州さらしなの里 千曲市お もてなし祭りを企画・運営

はこちら

よう改善していきます くの集客を実現しPRできる 課題も見えてきました。更に多 に訪問していただいた一方で トで市内

め、観光局のホームページに掲つからないことが多かったたの飲食店情報を検索しても見 らない情報があるかもしれま時掲載しています。皆さんも知 せんので、 しようと動き出しました。 情報収集をしながら随

現在、

があればいつでもどうぞ!

▲信州千曲観光 局飲食店情報

ださい

ば、ご覧く よろしけれ

市報千曲 平成29年11月

15

お知らせ

視覚障がい者の皆さんなどへ、市の情報を提供するためのコードで、

Ĝ

## 専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。

## 福井神楽保存会が 宝くじ助成事業を活用

福井神楽保存会(戸倉)は、宝くじ の社会貢献広報事業である「地域活 動助成事業」を活用し、公益財団法人 長野県市町村振興協会より宝くじの 助成を受けて、獅子頭ほか神楽用品 を整備しました。



■問い合わせ先

更埴庁舎・総合政策課(内線5314)

■問い合わせ先

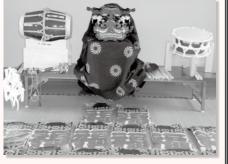
更埴庁舎・

(内更

(菓子代・保険料など)

埴地域包括支援センタ

## ■ 日 時 場所 ・雨天の 口



■参加費

回100円

科(杭瀬下2丁目8番地)

ムまゆ更

# 

(30分程度) 場合は 11 月 16

」交差点の歩道上 戸倉「千曲市戸倉庁舎

戸倉保育園児と千曲市

11月13日(月)午前10 (木)

エコドライブ啓発活動 13

更埴庁 舎・ 環 境 課(内

■講師 ■ 会 場 会議室 **会場** 坂城町文化センター時3分~3時3分

立信州医療セン 赤松泰次さん(長野県 タ 副院長

内視鏡センター 「ピロリ 埴科地域包括医療協議 ^菌と胃がん]

■ 主 催

会

■ 演 題

■問い合わせ先

戸倉庁舎・

健康推進課(内線

3 5

0067

目時 していますが、11月と12月は第ロン」は毎月第4木曜日に開催 住民が集い、 3木曜日に開催します! 日(木)午前10時~11時30分日(木)午前10時~11時30分 認知症の人やその家族、 交流する「ゆめ

説明会の開催日程				
開催日	開催時間	開催場所		
11月16日(木)	【軽減税率制度】午前9時30分~11時 【年末調整】 午後1時30分~3時30分	上田市丸子文化会館 セレスホール		
11月17日(金)	【軽減税率制度】午前9時30分~11時 【年末調整】 午後1時30分~3時30分	更埴文化会館 大ホール		
11月20日(月)	【軽減税率制度】午前10時30分~正午 【年末調整】 午後1時30分~3時30分	上田市交流文化芸術センター サントミューゼ 大ホール		
11月21日(火)	【軽減税率制度】午後1時30分~3時	東御市中央公民館		

を持って啓発活動を行ないま地球温暖化対策協議会が風船

 $\bigcirc$ 

坂 城

町

保健

セ

ン 3

ター

Tel

8 2 1

北陸新幹線の夜間訓練走行

問い合わせ先 境課(内線54 更埴庁舎 4

区間

長野駅~軽井沢駅(1

往復予定)

日時

~8日(水)午前5時 時 11月7日(火)午

月7日(火)午後

目的

異常時を想定した訓練

はつらつ健康講演会

胃がんについ

ての最新の

知

また予防の観点からの情報

やすく提供

11月25日(土)午

後

問い合わせ先

合わ

せセ

0

■日時り

# **ポ4回看護職の就職プレ相談会**

どのための相談会を行ないまある人や働き方を変えたい人な看護職を離職してブランクの

■ 時 日 30 **時** 月 日(火) 午 ·後 1

■申込・問い合わせ先 会 時 場 30 長野県看護協会(阻0263 分 ハロ (ローワーク長野)4時(予約制) ク長野会議

め地域

	説明会の開催日程	
開催日	開催時間	開催場所
11月16日(木)	【軽減税率制度】午前9時30分~11時 【年末調整】 午後1時30分~3時30分	上田市丸子文化会館 セレスホール
11月17日(金)	【軽減税率制度】午前9時30分~11時 【年末調整】 午後1時30分~3時30分	更埴文化会館 大ホール
11月20日(月)	【軽減税率制度】午前10時30分~正午 【年末調整】 午後1時30分~3時30分	上田市交流文化芸術センター サントミューゼ 大ホール
11月21日(火)	【軽減税率制度】午後1時30分~3時	東御市中央公民館

催しま

■ 日 程 ■問い合わせ先 法人課税部門(囤0268 左表のとおり 上田税務署

る説明会と年末調整説明会を開対象とした軽減税率制度に関す上田税務署が、事業所などを

## 〇市ホームページ http://www.city.chikuma.lg.jp

時に必要ですので、

大切に保管

■循環バス割引回数券料金

す。延期する場合は、 は翌日19日(日)に延期

申込者

切ります

窓口で申し込んでください。申込方法 事前に電話か直接

ま

,雨決行、

時

行、荒天中止の場合2~2時30分

に電話で連絡します。

できます。

してください

|控除証明書専用ダイヤ

0 j

■利用期間

12月~平成30年3

\*通常は1000円(12枚綴り)

■会場

平和橋資材置場(八幡)

\*会場図は市ホ

ムペ

ージで確

認できます

600円(12枚綴り)

\*平成3年3月15日(木)まで

○長野南年金事務所(№026

○市外の小中学校に通学して■対象

ラックか乗用車に限ります。○運搬車両は、2½車以下の5■留意事項

更埴庁舎・≒

合わせ先

廃棄物対策課(内

8時30分からです

申込みは11月9日(木)

午前

■問い合わせ先

送します。年末調整や確定申告人には、平成30年2月上旬に郵めて国民年金保険料を納付したに、10月から12月までに今年初までに納付した人には11月上旬

る循環バスの割引回数券を購入る学生は、冬期間のみ利用できーか外の小中学校に通学してい

★更 埴 庁 舎 Tel026-273-1111 FAX026-273-1004 舎

TEL026-273-1111 FAX026-275-0238 ★上山田庁舎 Tel026-273-1111 FAX026-276-0796

険料と家族の保険料を支払って国民年金保険料は、自身の保

■申込・問い合わせ先窓口で申し込んでください 窓口で申し込んでください

険料控除の対象となり

íます。

(内線5507)

更埴庁舎・更埴保健センタ

活安全課(内線553:■問い合わせ先 更埴庁

更埴庁舎・

きません。

○安全にチップの配布を行なう

庭木剪定枝チップの無料配布

控除証明書は、

1月から9月

環バス割引回数券の販売

**受期**付日

午前9時~

時 30

分、

で、申込みの受付を締め ○チップの全体量は限られてい ○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 るため、アオリなどの工作物は

1月18日(土)

いる分も合わせて全額が社会保

の電柱・

街路灯柱・街路樹など

広告業者と協力して、

戸倉地区

流をします

昼の部

点検を行ないました。の屋外広告物の禁止物件の一斉

■日時

(木) 午

昨年度の稲荷山地区に続き、

■会場

戸倉人権はつらつセン

置はありませんでした。 今年度も違反広告物の表示

■問い合わせ先

更埴庁舎・

夜の部

時 9 会場

更埴保健センタ

が直接

○自宅が最寄りの駅から1\*点○自宅が最寄りの駅から1\*点

い。会場でりませして立ててから来場してリを設ける場合は、

組立はで

○運搬用に荷台へ

合は、事前に組へ板などでアオ

一日時

月8日(水)午

画課(内線5622)

## **|外広告物禁止物件一斉点検** 市は、9月8日(金)に市内の

## お





## 更埴庁舎 市 民課(内

線

つ家族同士が集まり、 ひきこもり家族支援のつどい ひきこもりなど同じ経験を持 研修や交

## 1 月 日 2 30日 (木)・ 分 3· 時16 30日

## お知らせ

## 羽尾神楽保存会が 宝くじ助成事業を活用

羽尾神楽保存会は、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、獅子頭ぼかコミュニティ活動 に必要な備品を整備しました。



■問い合わせ先

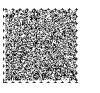
更埴庁舎・総合政策課(内線5314)

■問い合わせ先

戸倉庁舎・

ども未来課(内線6217)

## \*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。



専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。

## \*テキスト:

■申込期限 内容 就職を目指す訓練です。 技術を身につけ、 11月27日(月)

わせてください 合わせ先 長野(配 2 6 IJ ·テクセ. 合 3

■会場

ホテル

メトロポリタン

25歳から40歳までの

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、

でくださ

に電話か直接窓口で申

し込ん

■ 日 時

11月6日(木)午前2

10

談所登録者、ま\*男性は千曲市・

または千曲市で坂城町結婚短

着点とし、

有明山、

くます。 、五里ヶ

参加エントリーは終了して鏡台山などを巡ります。

内容

科野の里歴史公園を発

曲市

婚を真剣に考える独身者

30 分

■会場

更埴西図書館談話室

対象

市内在住の

■ 日 時

11月25日(土)午後

場 戸倉創造館大ホート 2時3分

こども環境サミット

■定員

男女各20人

坂城町の在住者か在勤者

\*応募者多数の場合は抽選です。

■参加費

男性8000円、

女

トレイル

ホ

**ームページをご覧科野の国ラウンド** 

ージをご覧

ください

問い合わせ先

の

国ラウ

レ

大会事務局(囮

\*詳しくは、

ます

性4000円

12 月 7

日(木)

住

講師

岡村和枝さん(ベビ

ジインストラクター)

■定員

10組(先着順)

■ 内 容

持ち物

申込方法

( 11月15日(水)までバスタオル、飲み物

★ロビーでま1ーう内容 市内の小学生が学校などで環境について学習・研究とが学校なる

所・性別・年齢・ でに電話または、 12月7

## 申込・ 問い合わせ先

更 2 7 3 西 図 8060) 書 館(1026

問い

合わせ先

更埴庁舎・

連の研究作品を展示してい

ま

jp)で申し込んでください wedding@chikuma-shakyo.

(休館日は除きます)。

\*電子メ

ールで申し込む場合は

■期間

12月1日(金)~5日

The only one を見つけて

件名を「クリスマスパ

ー」と入力してください

ら12月3日(日)まで、

環境関

明示

し電子メール(sapo-

年齢・

連絡先を 氏名・

0 8 0

2205

4385)

12 回

クロ

スロ

境課(内線5414)

■会場 ■訓練期間 公共職業訓練1月期受講生 金) から6か月間 平成30年1月5日

■ 対 象 申込みをしている人|対象 ハローワークに求職の|会場 ポリテクセンター長野

■会場

大田原マ

レッ

ウス

(日)午

時 〈

日時

月 11

日(土)、 午後2時

12

日

福祉課(阻026

■定員 設備サ 電気設備技術科、 無料 -ビス科 各科 1.5 ビル

そば類通常価格よ

内容 クラブ

おとうじそば

問い合わせ先

術を身につけ、早期に設備の保守などの知 代は別途必要です

\*申込方法など詳細は、

■日時

12月23日(土・

祝) 午

後3時~

8時

もを見つけた場合は、

迷わず連

虐待を受けたと思われる子ど

月は児童虐待防止推進月間

絡してください

●今年の標語 『いちはぬ

『いちはやく

知

が提供されるほか、県内6映画スポート」の期間限定サービスまで「ながの子育て家庭優待パ の上映会など、親子で一緒に楽館で赤ちゃん連れの母親のため 体で応援する機運を高めるた 子どもの成長と子育てを社会全 を大切にするライフスタイルや めるイ 今年から定められました。 い育児の日は、 11日(土)から26日(日) 家族や家庭

育児の日」をご覧くだ ベント が行なわれま ペ ○戸倉庁舎・家庭 ■ 連 絡 • 2 3 8

## 11月9日(木)~この全国火災予防 月9日(木)~ 15 日

■今年の防火標語 |住宅の防火やい ことばを形に のちを守る7 『火の用心

## ○寝たばこは、

○ガスコンロなどのそばを離れ 4つの対策】 るときは、 から離れた位置で使用する。 ーブは、 必ず火を消す 燃えやす いも

○寝具・ 火災を防ぐために、 衣類・カーテンからの 防炎品を

○火災を小さい する。 住宅用消火器などを設置 うちに消す ため

○お年寄り 体制をつくる。 を守るために、 Ŕ

○心理的虐待

言葉による脅

にする、養育の放棄など

○ネグレクト(育児放棄)

性器や性交を見せるなど

食事を与えない、

ひどく不潔

○性的虐待

性的行為の強要、

○身体的虐待 ■児童虐待とは

殴る、

蹴る、

ゃ

けどを負わせるなど

○身体的虐待 17 ■平成28年度市中 ○性的虐待 ○心理的虐待 ○ネグレクト 相談先 8 23 18 0 17 内 件件件件件 **6** 件件 **6** 件数

○中央児童相談所(№026 家庭児童相談室

【3つの習慣】 つのポイン 絶対や める。 0)

川火災警報器を設置する。○逃げ遅れを防ぐために、住宅

# 使用する。

めに、隣近所の協力や身体の不自由な人

11月19日は「いい育児の日」

可能性があります

合わせ先

問い 276-5875) 防本部·予防課(E 予防課(100

■日時 戦苦闘を土台に誕生した戸倉上 山田温泉の歴史を学びます

講師 ■ 会 場

ー 申 込・ 図書館(配0 でに電話か直接窓口で申し込 んでください 問い 合わせ先 Ž

■ 日 時 士に相談できます 12月3日(日)午前

空き家に関することを司法書

ない状態で放置されてしまう ጛٞ

○本体の消耗・劣化を考慮し、 ·曲坂城

源泉発掘と相次ぐ洪水との悪

ホテル社長)

■演題 ■定員 生~ 発展 そして戦中・ 「戸倉上山田温泉の 人 (先着順)

## 1 0 番

午後4時

点検を怠ると、正常に機能□住宅用火災警報器の点検

11月25日(土/上 11時30分 11月25日(土/上 11日(土/上 11日(上 11日(土/上 11日(上 11日

戦後」

■申込方法 月22日(水)ま

更埴

正常に機能

## ハソコン操作習得講座

■コース (日程) 日(木)、 ドビジネス活用 14日(木) 12 月 7

■時間 ②デジタル写真活用年賀はが (水)、 き作成 8日(金) ①は午前9時~午後4 12 月 5 日 火、 6 日

■会場 ②は午前9時~正午 長野地域職業訓練セン

■受講料 各10人(先着順) 1 万2000円、

■定員

タ

■申込方法 ② 8 0 で申 に受講料を添えて、 各受講開始日の し込んでくださ 0 0 円 11月8日(水)から 週間前まで 直接窓口

026-221-6地域職業訓練↓ い合わ センタ せ先 l 医 医

## 科野の里ふれあい公園 イルミネーション

(屋代130-1)

■点灯時間 午後5時~10時



こきめきクリスマスパーティー

272-8989)

まぶき食堂(回026

科野の里ふれあい公園

■点灯期間 12月3日(日)~ 平成30年1月27日(土)



# 付野の国ラウンドトレ

■問い合わせ先 千曲商工会議所青年部

▲昨年のイルミネーション

■期日 11月11日(土)

曲市社会福祉協議会・ 2 地域 ■ ■ 会 時 場 間 ■内容 荷山 養護学校前)

\* 12 月 3 午前 10 日(日)は休業日 時 午 -後4時

お茶処やじろべ え(稲

■申込・問い合わせ先

■問い合わせ先 0 2 6 人しあわせクロスロード 織物製品の展示、 社会福祉法 3485) Tel

8

無料 空き家を相続し 4 8 8

司法書士協議会(阻026 利活用の方法はあるか知 7 8 0 長野県青年 た

■問い合わせ先

たいなど

\*小学校高学年であれば、八\*親子での参加となります。

ひと

服装

ガーデニングができる

服装

ません

仲間作りや情報共有を楽しみ

自由参加で、

ーデン

めのクラブです。毎月1回の

■講師

I'PO

メンバ

-の皆さ

花と緑が好きな人のた

の花のお手

入れをしながら、 白鳥園ガ

■ 円 参 加 費

各体験1回/50

りでも参加可能です

講師

西條智香さん

■持ち物

帽子、

軍手など

■日時

月25日(土)午前10

8アイシングクッキ

・レッスン

■ ■ 内 時 日 容 <sup>〜</sup> 時

■内容

砂糖で作るアイシング

クッキ

を作ります。

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。

■講師

柿崎隆二さん、

南澤恵

装**、**靴

■持ち物

帽子、

飲み物など

○キラキラポンポンピアス or

子さん

リスマスリー 様々な

様々な素材を使ってク

スを作ります。

■服装

ウォ

キングできる服

料、ランチ代) ■ 参加費 15

5

円

■内容

○木のはがきで作るクリスマス○身近な薬草でお茶づくり

■日時

月29日(水)午前10

午後2時

12 IPO ワー

クショップ

■定員

人(要予約)

■参加費

3000円(スイ

⑪白鳥園ガ

ーデンサポ

ーターズ

○おうちのライ

イヤリング

倶楽部

月27日(月)

午前

\*所要時間は、約3分の予定○飾ってかわいい夢マップ作○プラバンでアクセサリー作

作作

定で

ドリンク付き)

⑦季節の装飾

〜クリスマスリ

日時

月22日(水)

(\*) 午前10 10

■講師

挑戦してみませんか

え、健康的な生活の再設計にニング)を活用して心身を鍛

ウォーキン

グ

 $\mathcal{V}$ 

ン

タ

8

5人(要予約)5川愛子さん

一愛子さん

定員

10人 (要予約) 近藤新一さん

`~正午

大きめのバスタオル)、**■持ち物** ヨガマット(まランチ代)

(または

■内容 IWT(イ 時30分~正午 日時 11月26日(日

月26日(日)午前9

1900円(講習、

ル、飲み物など

①セルフマツエク体験レ (日)午前10時~11時30 日時 11月7日(火)、

ンツスン

■ 内 容

ネイルやお化粧をする

1時30分

19 日

エク体験レッスンです。クステをつける」セルフマツように「自分自身でまつげエ

③ジャガイモ収穫体験と詰め放題祭り

■日時 11月11日(土)、12日(日)

講師

水戸部美耶さん

参加費

1300円(スイ

各6人(要予約)

リンク付き)

**②** 布 小物教室

講師 定員 内容 金)、 な除菌ウェットティッシュ スを作ります。 各10人(要予約) 青木まゆみさん

■参加費

1700円 (ド

IJ

ン

ク付き)

\*女性限定です。■定員 15人(要

15人(要予約)

■持ち物

ハンドタ

オル

枚

筆記用具

刺激を楽しもう

いきヨガと健しもう! 笑

きい

縫い糸は鉛筆、長めの定規、縫い針、マチ針、チャコペンシルまた ■持ち物 参加費 切りばさみ、 チャコペンシルまた 家庭用ミシン、 ンク付き) 2200円(スイ 糸切りばさみ、 裁ち

④デコナージュレッスン 日時 正午 月16日(木)午前10

日時 ⑤あなたの悩み、 ■定員 ■講師 ■内容 好きな色の生地とリボ ■持ち物 ■参加費 内容 ます せいかも? 西條智香さん 5人(要予約) 1400円(ス

響などの講義と骨盤の検査を 時~2時30分 骨盤の歪みによる悪影 11月18日(土)午後

リンク付き) 裁ち切りばさみ 骨盤の歪みの

宮崎寛之さん、 中澤由

6新しい刺 ■内容 ■日時 ■講師 康ランチ ぐし、 ップ レ (1

■講師 青木芽里さんングで健康促進を図り 脳と体のアンチエイジ ・簡単な動きで体をほ笑顔で楽しく脳機能ア 11月22日(水)午前10

午前10時~正午 \*雨天中止(小雨決行) ■集合場所 白鳥園 ■収穫場所 弥生農園の無農薬畑

■内容 ジャガイモ詰め放題は、ネットに 入ればいくつでも大丈夫です。

■講師 弥生農園さん ■参加費 1,500円(温泉入浴料込み)

■服装 汚れてもいい服装、軍手、長靴

**■持ち物** 持っている人はスコップ ■その他

\*当日参加可能です。

\*別途料金がかかりますが、ジャガイモ以外の 野菜も収穫できま

す(ほうれん草、水 菜など)。

参加費 定員 タオル 一持ち物 4組(要予約) ンク付き) エプロン、 600円(ス

三角巾

9インタ バ ル速歩と健康ラン

■日時 ⑪大人のキレイ講座「顔ヨガ」 ■日時 11月27日(月)午前10 時~11時0分 時~10年前10 日前 11月27日(月)年前10 日前 11月27日(月)年前10 日前 11月27日(月)年前10 日前 11月27日(月) 内容 きる顔の体操です。 康に効果的で誰でも簡単に 「顔ヨガ」は美容

●共通事項

■会場 ■申込・問い合わせ ■申込方法 さとちくま白鳥園(囮026 で申し込んでくださ 白鳥園 電話またはメ ル

〈広告欄〉

info@hakuchoen.jp)

2 7 5

〈広告欄〉

市報千曲 平成29年11月



	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	
(		島田クリニック(小島) 026-273-8788 いなりやまクリニック (稲荷山) 026-214-3501 さかき生協診療所 (坂城町) 0268-82-0101	小宮山歯科医院 (坂城町) 0268-82-2029	お日さま薬局(小島)026-272-0229 小岩薬局(桜堂)026-272-0210 元町薬局(稲荷山)026-214-3282 正林堂薬局(戸倉)026-275-0180 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	
	11/5 (日)	千曲中央病院(杭瀬下)026-273-1212 中島産婦人科小児科(上山田温泉) 026-275-0111		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	
		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 安里医院 (内川) 026-275-7800	前山歯科医院 (上徳間) 026-276-0282	やしろ薬局 (屋代) 026-272-8461 粟佐ひとみ薬局 (粟佐) 026-273-6730 内川土屋薬局 (内川) 026-261-5711	
	11/19 (日)	中沢内科医院 (稲荷山) 026-272-1013 かつの耳鼻咽喉科 (栗佐) 026-274-3387 松尾医院 (坂城町) 0268-82-2013	竹内歯科医院 (稲荷山) 026-274-7050	いせや薬局 (稲荷山) 026-273-4489 日野屋薬局 (坂城町) 0268-82-2324	
	(木・祝)	兒玉医院 (寂蒔) 026-272-4300 鴇沢内科クリニック (屋代) 026-272-3713 とも泌尿器科クリニック (磯部) 026-261-5815	榑沼歯科医院 (内川) 026-261-5005	宮下薬局 (屋代) 026-272-0064 あんず薬局 (桜堂) 026-272-8200 正林堂薬局 (戸倉) 026-275-0180 磯部土屋薬局 (磯部) 026-275-6464	
11/26 (日)		千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212 とよき内科(磯部) 026-276-0413	松尾歯科医院(坂城町) 0268-82-6988	ウエルシア薬局千曲稲荷山店 (稲荷山) 026-273-8208 磯部土屋薬局 (磯部) 026-275-6464	
	12/3 (日)	島谷医院 (杭瀬下) 026-273-1201 岡田外科医院 (稲荷山) 026-272-2828 二階堂医院 (磯部) 026-275-5582	こみやま歯科医院 (力石) 0268-81-7011	信州調剤薬局 (杭瀬下) 026-214-6868 荒井薬局 (坂城町) 0268-82-2244	

\*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 (TELO26-276-0119) ○更埴消防署 (TELO26-274-0119)

ゆずります

ケース入り人形、成人式用着物、猫用ゲージ、熊のぬいぐるみ、剣道の防具、子ども用布団、

着せ替え人形、三味線、洋服ダンス、保育園用

お昼寝布団、照明器具、子ども用自転車、柔道

着、ケヤキの根、オイルヒーター、VHSビデオ

テープ、エレクトーン、漬物用容器、つり竿

## 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

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、ベビー サークル、レコードプレーヤー、車い す、電動ミシン、女子用卓球ユニフォ 一ム、ぶらさがり健康器、キュボロ、 ガスコンロ

■問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5515)

〈広告欄〉

| ●市営住宅・駐車場使用料、共| ●公共下水道使用料(8期分)| ●保育料(11月分)

共益費(11

1月分)

います。以上のことから適切かつ適量のおやつを提供してます。以上のことから適切かつ適量のおやつを提供して中心に生活習慣病予防を考慮し、内容と量を決めてい

また、昼食との栄養バランスを考え、手作りのものを

■納付期限

11月30日(木)

●後期高齢者医療保険料(5期分)

います。

●介護保険料(8期分)

国民健康保険税(5期分)

月納期の市税・

使用料など

★更 埴 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-273-1004

★戸 倉 庁 舎 Tel026-273-1111 FAX026-275-0238

Tel026-273-1111 FAX026-276-0796

〇市ホームページ http://www.city.chikuma.lg.jp



## ■ 日 時

■会場 午後5 時 11 月 19 更埴庁舎市民課

せてください。\*市民課、税務課、 詳細は担当課に問い合わい、債権管理課の窓口業務

## 月 の 休日開庁 (第3日

曜日)

月19日(日)

午前8時

30

分~

■問い合わせ先 上山田■会場 上山田庁舎 3匹●農業委員会 (内線7231・7232) 上山田庁舎・農業委員会 3階302会議室 午後3時~

市の公共施設にあります。市ホームペ田庁舎の市民窓口課、公民館、しなの鉄

Pホームページの「ながの、 、しなの鉄道の各駅ほか、 案内所、戸倉庁舎・上山

用紙は更埴庁舎の市民課・案内所、

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)



委員会の開催

傍聴希望者は問い

■問い合わせ先 戸倉庁■会場 戸倉庁舎 4階合●教育委員会 合わせてください

4階会議室

戸倉庁舎・教育総務課 午前9時~



私のまちづくり提案(市政への意見・提案)

ようこそ市長室

●11月16日(木) 午前9時~11時 更埴庁舎市長室庁舎秘書広報課に電話で申し込んでください。ます。一組30分以内です。開催日の3日前までに更埴ます。一組3分以内です。開催日の3日前までに更埴

# 市民から寄せられた質問を紹介します

くリズムを作り、バランスよく食べられるように考えて度です。当市は15%に設定し、夕食には十分にお腹が空ら、適切なエネルギー量と栄養素量を設定しています。たちの発育状況などを把握・評価しています。そこか 回答(保育課) 市は国の指導に基づき、毎年子ども えると、もっと内容と量を見直していただけないでしょのを出しているという話を聞きます。子どものことを考いように感じます。他市ではもっとボリュームのあるも●質問─公立保育園の午後のおやつについて、量が少な

〈広告欄〉



谷口智則 『ブタのド

『とりこしふくろう』滑川

ま

人気のホベスト与

2位『騎士団長殺し第1部』

11月の図書館カレンダー

水

8

15

22

29

更埴・更埴西・戸倉図書館 休館日

木

2

9

16

23

1位『蜜蜂と遠雷』

5位『月の満ち欠け』

3位『福袋』

4位『劇場』

月

日

5

12

19

26

戸倉図書館)

ナツやさん』

○児童向け

『フランスの花の村を訪ねる』

方』鍵山秀三郎

な

い生き

【小説】

恩田陸

村上春樹

朝井まかて

又吉直樹

佐藤正午

土

4

11

18

25

金

3

10

んしゃ』間瀬なおかた『ぐるぐるまわろう ぐるぐるで

## 半館&

## 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



○小説 『すぐに結果を求め

『銀河の通信所』長野まゆみ 〇ノンフィクション 『ソロ SOLO』 笹本稜平 『ゴースト』中島京子 『満州開拓団の真実』小林弘忠

戸倉図書館 ユ・テウン 新刊図書

更埴図書館

ファニー 13歳の指揮官」

著/ファニー・ベン=アミ

出版社/岩波書店 フランスに暮らしてい

たユダヤ人の少女、フ

アニーの戦争体験の実

話です。この物語は、

いまを生きるわたした

ちへのメッセージで

ガリア・バーンスタイン『サイモンは、ねこである 『サイモンは、ねこである。』『おしりのねっこ』林なつこ 『きみはライオン!』

『最もシンプルな世界史のつ『天気のしくみ』森田正光 他 ○児童向け み方』祝田秀全 か

おすすめの一冊

『いただきます? 〇児童向け 福原秀一郎 鈴木真実

のおつきさま』

『盤上の向日葵』柚月裕子 『エナガの一生』松原卓二 〇ノンフィクション 『人魚に嘘はつけない』半田畔

〇ノンフィクション『R帝国』中村文則

『移植医たち』谷村志穂

の女王』尾崎将也

『悠々として、

人生を降りる』

『警視庁生きものがかり』

北義則

○小説

○小説

更埴図書館

新刊図書

更埴西図書館

新刊図書

【おはなし会】

Ŧ

曲警察署か TEL 0261

Ó

0

毎週土曜日午前10時30分~ ○**更埴図書館** 

○戸倉図書館○戸埴西図書館○更埴西図書館毎週木曜日午前10時30分~毎週木曜日午前10時30分~

平成 29 年市内事件・事故累計

	種類	件数 (前年同期比)			
次	万引き	33件 (-7)			
難	自転車盗	23件 (-12)			
事件	車上狙い	10件 (-5)			
1+	その他	17件 (-12)			
交	件数	185件 (-20)			
通虫	死者	4人 (+1)			
故	傷者	224人 (-34)			

(9月末現在の暫定値)

14

21

28

上山田公民館図書室 休館日

\*図書整理休館日:11月30日(更埴・更埴西

た捜査活動には、市民の皆さんのごこの指名手配被疑者の発見に向け 協力が是非とも必要です。 ど、わずかなことでも結構ですのよく似た人を見かけたという情報 警察に通報してください

います

す。

警察の総力を挙げて追跡捜査を行な早期発見を図るため、11月中に全国者を選定した上で、これら被疑者の警察では、特に重大な犯罪の被疑

窃盗、 恐れがあります。 **別は、ことの凶悪事件のほか、** て指名手配され、 また。 でれ、再び犯行を行なうでもれ、再び犯行を行なうでも、 、横領などの事件に関してい、場行、傷害、 は、

から指名手配されてい 指名手配被疑者の検挙にご協力を」 平成29年8月末現在、 全国の警察

660人に上っています。

これらの被疑者は、

強盗な

一 相談は無料です 一

★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

〇市ホームページ http://www.city.chikuma.lg.jp



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(旧 JA ちくま杭瀬下地区センター)	千曲市地域職業相談室 Tel026-261-3609	
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	1	・	
教育相談	平日	午前9時~ 午後5時		育相談センター 舌 ™026-273-5105	
心配ごと相談	11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 TeL026-276-2687 (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 Tel026-274-0820 (要予約)	
☆十十世 十□ ニ・ハ	11月5日(日)	<i>⁄</i>	   戸倉創造館 創作室2 	千曲市社会福祉協議会   Tal026-276-2687  *相談日直前の金曜日正午までに	
結婚相談	11月18日(土)	十前9時~正午   	更埴文化会館 2階小会議室	電話予約が必要です。 *偶数月の相談日は新規登録者の 受付も行ないます(要予約)。	
市民に寄り添う 人権相談	11月21日(火)	午後1時~4時	屋代公民館 和室	戸倉庁舎・人権・男女共同参画課 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 TEL026-274-3232	
障がい者(児)相談	平日	午前8時30分~ 午後5時15分		幹相談支援センター(戸倉庁舎) 8、FM026-214-3013	
介護相談	平日	午前8時30分~ 午後5時15分	I	舌支援センター 内線5521 センター TeL026-214-7780	
司法書士法律相談	11月2日(木)	   午後1時30分~	ふれあい福祉センター更埴	   千曲市社会福祉協議会	
可以自工以件作政	11月16日(木)	4時30分	千曲市ふれあい福祉センター	Tel026-276-2687 (要予約)	
法律相談	12月12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	
AHION	12月26日(火)	1 12 1 10 3 10	戸倉庁舎 4階会議室	*前日までに予約必要	
行政相談	11月11日(土)	   午後1時~3時	稲荷山太陽の園	更埴庁舎・総務課	
门政行品次	11月14日(火)		上山田庁舎 1階	内線5212	
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	
十业省成(实地)	11月9日(木)	午前9時30分~ 午後3時	火炮川 6 十亚伯砂 1 一 / 一	長野南年金事務所お客様相談室 TEL026-227-1286 (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	
十並他談(尸居)	11月13日(月)	午前9時~ 午後4時		内線6265	

\*平日とは、土・日曜日、祝日、振替休日、年末年始(12/29~1/3)を除いた日のことです。

## 

# 地域に根ざす一路節の記号可ぐ切

干曲市協働事業提案制度の採択団体の声を紹介します。

代表理事の山田千代子さんにお聞きしま。今月は「特定非営利活動法人長野県NPOセンター」 🛕

たく

課と協働でひとり親家庭へのサす。その一環として、こども未来進を目的に事業を行なっていまなどとのパートナーシップの促りを進めるとともに、行政企業 幅広く活動するための基盤づく動団体が地域や分野を越えて 発展を目指し、NPOや市民活民による非営利な自主的活動の長野県NPOセンターは、市 くりに取り組んでいます。 ートとして子どもの居場所づ たちの温かな繋がりをつくりた提供しています。地域と子どもを受けながら、おいしいご飯をのやフードバンク信州から寄贈 ご飯を食べ、時には遊んだりも生から高校生が一緒に勉強し、づくりを目指しています。小学 のやフードバンク信州改善推進員が担当し、 改善推進員が担当し、JAながくれます。食事づくりは食生活 の皆さんが丁寧に勉強を教えて いと思っています。 しています。教員OB、信州大学

## Q<br /> この事業の目的は?

Q

読者へのメッセージを

どもが1週間に1回通い して過ごすことのできる居場所 ひとり親家庭などの地域の子 安心



連絡ください。また、「あんずカ受け付けています。お気軽にごて、参加希望者からの申込みを参加してもらえることを期待し参加してもられることを期待し いご支援をよろしくお願いしま子どもたちのため、皆さんの厚 材の寄付も受け付けています。 フェ」で使用する野菜などの食 ■問い合わせ先

長野県NPO 026 - 2690 0 1 5) セ ンター

vol.85 健康コラム

# 「心身ともに健康な生活を」

# 「子どもの感染症予防~ 免疫について」

の学習をしています。 きに病原体をやっつける「免疫」 抗体を作り、 このとき、 親は心配です。しかし、子どもは 止まらず苦しそうにしていると 子どもが熱を出したり、 病原体と闘うことで 病気にかかったと 咳が

## 体の症状

②これらの症状で排除しきれな 嘔吐、下痢といった症状です。くしゃみや鼻水、咳、たん、外に出そうとします。それが、 ①病原体が、 す。このとき、発熱の症状が血球やリンパ球が攻撃しま と 起こります。 粘液が病原体を包み込み、 かった病原体は、 体内の粘膜の表面にある 体内に侵入する 血液中の白

## 抗体づくり

原体を記憶し「抗体」を作りまたときのために、リンパ球が病同じ病原体が、再度入って来 ないように準備し感染に強い体 り、また、かかっても重症になら す。同じ病気にかかりにくくな

> ①抗体を作る能力を利用して スや細菌の病原性を弱め、症で重症化する前に、ウィ 全な状態でワクチンを体に入 感染 安

すべての抗体を作れないため、風邪などのウイルスの場合は、②病源体の型が変化しやすいれて「抗体」を作ります。 繰り返しかかることで、何度もかかります。し 闘い方を学び、 していきます。 免疫力を強く しかし、

## 対策・予防

○普段から、

バランスのとれた

○病気が流行っている時期は、 とで、 いを行ないましょう。マスクの着用・手洗い・うが病原体を寄せ付けないように おきましょう。 食事や生活リズムを整えるこ 体の細胞を元気にして

○粘膜を丈夫にするため、 湿・水分補給・ビタミン補給 保

○発熱が続くときは、

内服し、 に過ごすようにしましょう 体を休め室内で静か



## **B.THE WINNER**

と拒否することを覚えていくのる。今度は敢えて「やらない」族を見て誇らしげな顔をしてい族を見て誇らしげな顔をしていっていい!」と手放しで喜ぶ家「すごい!」と手放しで喜ぶ家

脱走したりする。できること、

ングまでのドアを二つ開けて

寝かしつけをしていても、

いっぱいだ。今は、 やりたいことが増えて、

何をしても やる気

だろう。それも生きていく上で

必要なことだとわかってはいる

これから迎えるイヤイ

していただろう。しかし、夫はだ」と決め付けて手を出し補助し、こぼしたら片付けが面倒隣にいたら「できるはずがないけて飲もうとしていた。私がけて飲もうとしていた。私が 思った。 界を勝手に決めてはいけないと飲むことができたのだ。娘の限すると、娘はお椀から味噌汁を 娘のやりたいようにやらせた。 き、 落ちないときもあった。あると に夫は私を諭す。 「子育て共育ち」と事ある 娘が味噌汁をお椀に口をつ それが腑に

チンまで持ってきたり、寝室でおやつの入っていた器をキッ

寝室で リビ

らしい。

る。実際には、ちっとも飛べてッ!」と言いながら飛ぼうとす

ブ!」と声をかけると「ジャン

この夏に一歳半を迎えた娘

第 79 話

くるくるとまわり「ジャン

いないその姿がたまらなく可愛る。実際には、ちっとも飛べて

つなげてくれた出会いのお陰ンターの先生やお友だち。娘が方、産院やリトミックや支援セ娘に声をかけてくれる近所の せてもらっている。娘の成長す る早さに置いていかれない に共に育っていきたいと思う。 親子ともども楽しく過ごさ

## 信州ブレイブ ウォ IJ P

ズ

ブレア-

第 61 回

笠川

麻由香さん(上徳間)

# はじめてでも楽しい

○試合会場の戸倉体育館は土足ウォリアーズ観戦イロハ」 ルOK-OK! 飲食OK! アルコ

○会場に駐車場はあり スが運行しています。戸倉駅からは無料シャトルバ )ますが、

パーツです。ウォリアーズが○バスケットボールは流れのス ○バスケットボールではファン することを「ブーストする」と のことを「ブースター」、 います。 -ズが 応援

押せ押せで相手がたまらずタ

○バスケットボールで守りは、い風を選手に送りましょう。援タオルをブンブン回して追 ムアウトをしたときは、 応

○勝負を決する最終10分間の ります。MCの説明に注目しみんなで一緒にする応援があ リアーズの選手が最初のフィ てください。 の説明に注目 鉄則です。守りのコールは大ブースター全員で守ることが 「第4クオーター」では、 きな声で「ディーフェンス!」。 とても大事。選手・ベンチ ルドゴー ルを決めるまで、 ウ オ

ズと対戦します。是非、生の試倉体育館で福島ファイヤーボン 合の迫力を体感してください ○ウォリアーズのホ ズ」が会場を盛り上げます。はチアリーダー「ジャスパ ンスを楽しみましょう♪ めての人もダンスパフォ 月18日(土)、19日(日)は戸 · ム ゲ マ 初

■問い合わせ先 日午前9時~午後5時) 2 1 4 リツ ス ピ リット 7 0 2 2 . 株式会社信 Tel 平

チケット購入QRコー

第43回

市報千曲 平成29年11月



## 更埴子育て支援センター 上山田子育て支援センター

開館日 午前8時30分~午後5時 休館日 毎週土曜日(更 埴) 毎週日曜日(上山田) 16.026-273-6180(更 埴)

TELO26-275-6017 (上山田)

## ● 栄養相談

午前10時~午後3時 更 埴 11月10日(金) 上山田 11月16日(木)

## ベビーママサロン

午前10時~11時 上山田 11月10日(金) 更 埴 11月13日(月)

## ● 親子ふれあいミニミニ講座

午前11時~11時30分

## ●お誕生日おめでとう会

午前11時~正午 (10分前にお越しください) 更 埴 11月24日(金) 上山田 11月30日(木)

## ■持ち物 麦茶、お手ふき

■参加費 150円(写真代など)

■対象 11月に生まれた子ど

## 上山田子育て支援センター

	<u> </u>			
開催日	内容			
11月1日(水)	あらふしぎ?			
11月8日(水)	ドレミファランド			
11月15日(水)	たのしいお話			
11月22日(水)	ララさ・り・まさんによる おはなしシアター			
11月29日(水)	れいんぼうさんとのお楽しみ会			

## 更埴子育て支援センター

開催日	内容
11月2日(木)	花音trioコンサート
11月9日(木)	絵本シアター
11月16日(木)	杭瀬下保育園児との交流会
11月30日(木)	工作

上山田子育て支援センター(9月お誕生日おめでとう会)

もとその保護者です。

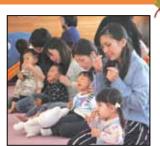
\*事前に各子育て支援センターに 申し込んでください。

## 親子ふれあいミニミニ広場

## おはなしネットワークによる絵本読み聞かせ







更埴子育て支援センターで開かれた「おはなしネッ トワーク」による絵本読み聞かせ。絵本3冊と紙芝居 1冊の読み聞かせがあり、参加した20組の親子は笑 顔溢れる楽しい時間を一緒に過ごしました。

## ママの声

中山 徳子さん (倉科) 結月ちゃん(2歳)

初めて参加した読み聞かせで す。絵本「だるまさんが」のお話 が面白く、子どもと一緒に楽し めました。



更埴子育て支援センターで杭瀬 下神楽保存会の皆さんが、子ども たちのために獅子舞を披露。怖が りながらも獅子舞に頭を噛まれる 子どもの姿が可愛かったです。



開かれた親子ふれあいミニミニ広 場。子どもたちはペットボトルで 作ったマラカスを振って、ハッピ ージャムジャムを踊りました。

## 給食レシピ紹介



第1学校給食センター

## 三色揚げ煮

秋においしい「さつまいも」を使った料理です。 ケチャップ味で、子どもたちにも人気があります。

## 【材料 (4人分)]-

さつまいも……125 g にんじん……30 g 鶏もも肉……150 g 濃口しょうゆ……小さじ1弱 みそ……小さじ1と1/2 おろし生姜……2 g 酒……小さじ1

片栗粉……25 g 揚げ油……適量 トマトケチャップ……40g 砂糖……小さじ2と1/2 水……大さじ1

①さつまいもは、2cmの角切りにして油で揚げる。 ②にんじんは、いちょう切りにして、ゆでる。

③鶏もも肉は一口大にし、濃口しょうゆ、おろし生姜、酒で 下味をつけ、片栗粉をつけて油で揚げる。

④トマトケチャップ、みそ、砂糖、水を混ぜ、火にかけ、タレ

⑤①、②、③を④のタレであえる。

\*タレを作るときは、電子レンジで加熱しても良いです。

まちの話題 ちくまトピックス







千曲市の魅力や市内の情報を動画で発信中

ちくまトピックスに掲載しきれない情報

は千曲市 Facebook で発信中



## **CHIKUMA TOPICS**

## 屋代寄席に林家たい平さん、林家あずみさん



屋代町の商店で構成する屋代商業振興会が、毎年企画 している「屋代寄席」が9月25日で記念すべき20回を 迎え、特別に屋代中学校で開催されました。今回は、落語 家の林家たい平さんと三味線漫談家の林家あずみさんが 出演。二人は巧みな話術を披露し、生徒たちは話芸を楽し みました。

たい平さんは「中学時代は何でもできます。自分は無理 だなんて思わないでいろんなことを経験し、挑戦してくだ さい」と生徒たちへエールを送りました。

## **CHIKUMA TOPICS**

市協働事業提案制度

公開プレゼンテーション



市は、市民と行政による協働のまちづくりを進めるた め、市民活動団体などから提案された事業の公開プレゼ ンテーションを 10月12日に更埴文化会館で行ないまし た。この制度は今年で3年目となり、採択された団体は来 年から市などと協働で事業を実施し、最大3年間、必要 経費の一部を市が負担します。この日は事前の書類審査 を通過した4団体(4事業)が、審査員や一般参加者の前 で事業の目的や効果についてアピールしました。



## **CHIKUMA TOPICS**





NPO法人エリアネット更埴が、長野県地域発元気づく り支援金を活用して「あん姫のうた」ダンスコンテストを 9月18日に更埴文化会館で開催しました。発表の形式 は、ステージ上での発表と事前に撮影したダンスの模様を 流す2種類で8チームが参加しました。各チームのオリジ ナリティ溢れるダンスで会場は盛り上がり、コンテスト最 優秀賞に輝いたのは、花笠を使って発表した屋代小学校 4年生チームでした。最後には、参加者全員で「あん姫の うた」ダンスを笑顔で元気いっぱいに踊りました。



## **CHIKUMA TOPICS**

おばすてマラソン大会・

千曲川駅伝競走大会



千曲橋緑地グラウンドで10月9日に、おばすてマラソ ン大会・千曲川駅伝競走大会が行なわれました。毎年恒 例の小学生の部に加え、好評であった小学生から大人まで 参加できる一般の部、親子の部も開催しました。

今年度はゲストランナーとして室伏由佳さんが参加さ れ、一層会場を盛り上げました。当日は7歳から74歳ま での選手 420 人が集まり、それぞれの種目で自慢の脚を 競い合いました。



## interview

去年のホーム開幕戦では、 逆転負けをしましたが、今年 は危なげなく勝ってくれま したので、非常にうれしいで す。信州BWの試合の魅力 は、観客と一体になっての応 援です。会場の一体感が何と も言えないくらい素晴らしい です。



片岡 平さん(上田市)

## interview

初めて、戸倉体育館で信州 BWの試合を観戦しました。 とても、興奮して汗が滝のよ うに流れるぐらい応援しまし た。開幕から連勝しているの で、次の試合も勝って、連勝 をこのまま続けてほしいで す。また、ジャスパーズのパフ ォーマンスが素敵でした。



山崎 敏夫さん(内川)

31 市報千曲 平成29年11月 市報千曲 平成29年11月 30 マチイロ(無料アプリ)で市報を読もう 千曲市情報メール配信サ

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

千曲市から災害情報、 防犯情報などを電子メ 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。



一度スポットライトを浴びると、また演じたい。生

編

記

となく、気軽に演劇を楽しめ、心に伝えることをした 熱い思いは衰えることがない。 北村さん。年齢を重ねても、この い」と熱意に燃えている。 緒に演劇で市を盛り上げること。「場所にこだわるこ ッ」の番組内で放送される。 っと変わらない」と目を輝かす 北村さんの夢は、千曲市が好きな熱い人たちと一 「千曲市が好きな気持ちは、 独自の切り口で郷

過去の「ふるさとCM 大賞NAGANO」の 作品はこちらから

秋で決まりです。

を見ながら芸術かつ食欲の 対ハマります。今年は映画 ださい。甘いもの好きは絶 は、ぜひ一度食べてみてく

ます。先に言っておきます ることが好きです。就職 が、さみしくなんかありま でもよく一人で見に行き てからハマってしまい、今 私 は映画館で映画を見

昼ドキ

## 人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口 (平成29年10月1日現在)

自らも芝居を行なう。同劇団は、毎年

21,893(-6)世帯数 59,792人(-15) 男 28,926人(-5) 女 30,866人(-10)

平成29年 9月中の動き 126人 転出 104丿 出生 25) 死亡

|演劇文化を広げたい」との一心で、劇団を一人で立

千曲市役所の住所、電話・FAX番号

です。食べたことがない人

ブコーン(キャラメル味)

したいのは、映画館のポッ

今回皆さんにおすすめ

更埴庁舎(〒387-8511長野県千曲市大字杭瀬 戸倉庁舎(〒389-0892長野県千曲市大字戸倉2388番地、 Tel026-273-1111,

平成29年11月

32

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、16026-273-1111、FAX026-276-0796)