



市報

千曲

No.203
2020年
(令和2年)
8月号

【主な紙面】

市議会議員に20人が当選
……2～3

「月の都 千曲」が日本遺産に
認定されました ……4～5

自らの命、家族の命を守るた
めに ……6～7

認定された日本遺産の構成文化財の一つ「姨捨の棚田」



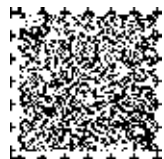
JAPAN HERITAGE

日本遺産

●発行 長野県千曲市(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地) ●Tel.026-273-1111 (代表) ●編集 総務部秘書広報課

*乱丁・落丁はお取替えます。

●印刷 寺沢印刷(千曲市大字八幡2069番7) ●市報8月号の印刷費 1部あたり約27円



市議会議員に

■問い合わせ先 選挙管理委員会（内線 5101）

20人が当選



市議会議員の紹介（得票順・敬称略）

任期満了に伴う千曲市議会議員一般選挙が7月12日（日）に執行され、市議会議員20人が決まりました。（年齢は7月12日時点の満年齢）

各投票所の投票状況

投票区	投票所	有権者数 (人)	投票者数 (人)	投票率 (%)
1	東部児童センター	3,271	1,752	53.56
2	倉科公民館	1,283	646	50.35
3	あんずの里観光会館	1,914	1,221	63.79
4	屋代保育園	2,319	1,185	51.10
5	屋代公民館	2,951	1,579	53.51
6	屋代第六区公民館	517	252	48.74
7	屋代駅市民ギャラリー	1,675	1,043	62.27
8	寂蒔団地集会所	921	439	47.67
9	埴生児童センター	2,350	1,179	50.17
10	中公民館	694	444	63.98
11	杭瀬下公民館	3,452	2,164	62.69
12	稲荷山公民館	1,888	1,029	54.50
13	更埴西中学校第1音楽室	2,232	1,253	56.14
14	小坂公民館	273	200	73.26
15	桑原転作研修センター	968	665	68.70
16	大田原公民館	104	75	72.12
17	八幡公民館	3,031	1,627	53.68
18	郡公民館	375	276	73.60
19	中原公民館	191	106	55.50
20	峯公民館	143	97	67.83
21	姨捨公民館	120	75	62.50
22	大池公民館	131	90	68.70
23	代公民館	379	214	56.46
24	磯部公民館	1,519	750	49.37
25	福井公民館	691	350	50.65
26	千曲市役所旧戸倉庁舎	1,851	864	46.68
27	今井町公民館	1,004	521	51.89
28	柏王公民館	624	390	62.50
29	若宮公民館	599	342	57.10
30	芝原公民館	526	294	55.89
31	黒彦公民館	508	283	55.71
32	更級児童館	803	420	52.30
33	羽尾第四区公民館	468	277	59.19
34	羽尾第五区公民館	340	217	63.82
35	上徳間公民館	1,710	985	57.60
36	内川公民館	1,642	872	53.11
37	千本柳公民館	1,495	793	53.04
38	小船山公民館	656	364	55.49
39	八坂林業集会所	572	369	64.51
40	上山田小学校体育館	1,346	866	64.34
41	上山田児童館	1,080	604	55.93
42	総合観光会館	1,170	596	50.94
43	力石公民館	589	336	57.05
合 計		50,375	28,104	55.79

候補者別の得票結果

当	宮下 繁 明	2,190.677
当	中村 恒 彦	1,973.756
当	聖澤多 貴雄	1,473
当	柳澤 眞由美	1,453
当	和田 英 幸	1,394.851
当	北川原 晃	1,372
当	滝沢 清 人	1,282
当	川嶋 敬 信	1,269
当	林 慶太郎	1,264
当	袖山 廣 雄	1,248
当	吉池 明 彦	1,227
当	倉島 清 香	1,202
当	和田 重 昭	1,048.470
当	金井 文 彦	1,032
当	前田 きみ子	1,022
当	田中 秀 樹	1,018
当	荻原 光 太郎	896
当	小玉 新 市	893
当	中村 眞 一	890.243
当	飯島 孝	863
	大澤 洋 子	748
	齋藤 正 徳	649
	小林 直 彦	575
	高村 隆 徳	548
	櫻井 明	282

●当日の有権者数

5万375人

男 2万4,398人

女 2万5,977人

●投票率 55.79%

●有効投票数 2万7,814票

●無効票 290票

●法定得票数 347.675票



和田 英 幸
62歳
無所属 現
（屋代）



柳澤 眞由美
59歳
公明党 現
（桑原）



聖澤多 貴雄
59歳
無所属 新
（新田）



中村 恒 彦
63歳
日本共産党 新
（戸倉）



宮下 繁 明
62歳
無所属 新
（新山）



袖山 廣 雄
69歳
無所属 現
（桑原）



林 慶太郎
26歳
無所属 新
（森）



川嶋 敬 信
64歳
無所属 新
（小島）



滝沢 清 人
64歳
公明党 現
（磯部）



北川原 晃
60歳
無所属 現
（八幡）



前田 きみ子
65歳
日本共産党 現
（稲荷山）



金井 文 彦
55歳
無所属 現
（杭瀬下）



和田 重 昭
75歳
無所属 現
（若宮）



倉島 清 香
36歳
無所属 現
（雨宮）



吉池 明 彦
66歳
無所属 新
（上徳間）



飯島 孝
72歳
無所属 現
（中）



中村 眞 一
74歳
無所属 現
（内川）



小玉 新 市
71歳
無所属 現
（稲荷山）



荻原 光 太郎
64歳
無所属 現
（上山田温泉）



田中 秀 樹
44歳
無所属 新
（雨宮）

「月の都 千曲」が 日本遺産に認定されました

■問い合わせ先 歴史文化財センター（TEL 026-261-3210）
観光交流課（内線 3293）

© 信州千曲観光局

6月19日、文化庁から令和2年度の「日本遺産」が発表され、千曲市が申請していた『月の都 千曲―姨捨の棚田がつくる摩訶不思議な月景色―田毎の月―』が認定されました。

■認定されたストーリーの概要

今回認定された日本遺産は、「月見」をテーマとして、29の文化財が3つのストーリーを構成しています。本来、「月の都」さらしな」が歴史的名称ですが、月に関係する文化財や行事は市内全域に広がっており、広く千曲市をアピールするため、「月の都 千曲」を採用しています。

① 古人の「遊び心」

● 憧れの月の名所

「我が心慰めかねつ更級や姨捨山に照る月を見て」と平安時代の『古今和歌集』に詠まれた姨捨山。その山裾には、京の都に続く「東山道の支道」が通っていました。旅人は、姨捨山から照る月を見て、都から離れた心情を和歌に詠みました。和歌を通して姨捨山の月を知った京の都人らは、まだ見ぬ姨捨山に照る月への憧れとともに寂しさや哀れを想いました。

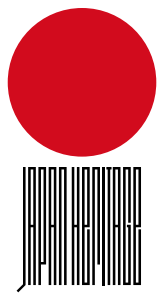
日本遺産とは

平成27年に創設された制度で、地域の歴史的魅力や特色を通じて文化・伝統を語るストーリーを文化庁が認定するものです。

ストーリーを構成する魅力溢れるさまざまな文化遺産を、地域が主体となって総合的に整備や活用し、国内だけでなく海外へも戦略的に発信していくことにより、地域の活性化を図ることを目的としています。

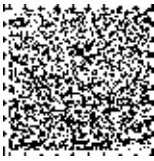
今年度は、全国各地から69件の申請があり、千曲市を含む21件が認定され、合計104件になりました。

県内では、上田市の『レイラインがつなぐ「太陽と大地の聖地」』と生きるまち信州上田・塩田平』とともに認定されました。



JAPAN HERITAGE
日本遺産

日本遺産ロゴマーク



■歌川広重「信濃更科田毎月鏡台山」

② 先人の「暮らしの知恵」

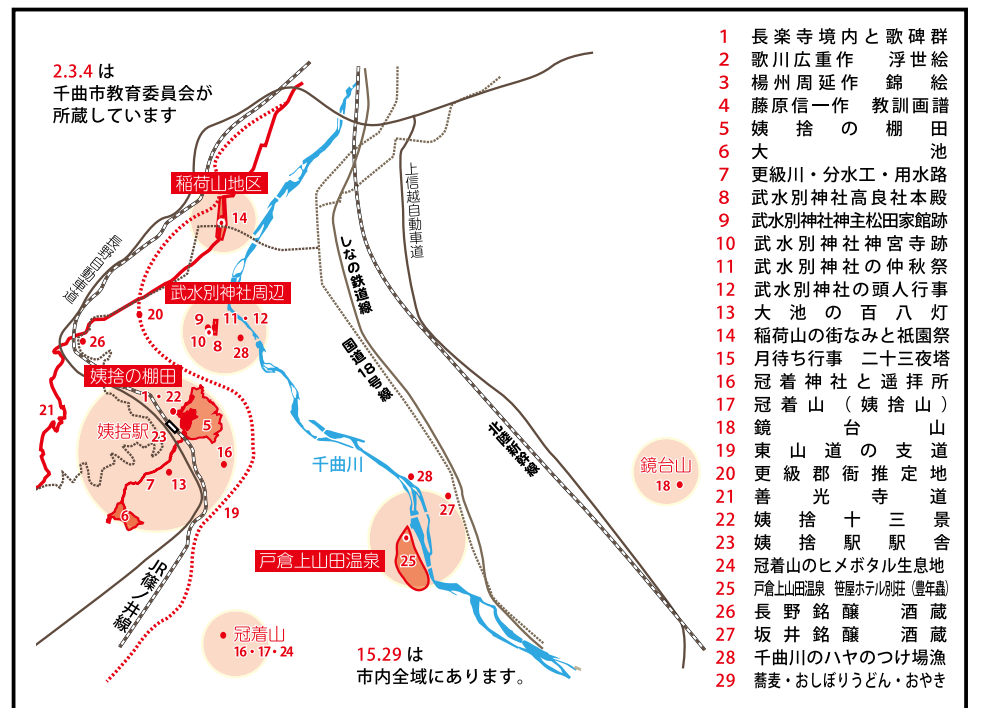
● 棄老物語

姨捨山は『今昔物語集』などで、年老いた母を捨てる棄老の山として登場します。これまで、姨捨山の棄老は史実であるかのように伝えられてきました。実際には、都人が創作した説話なのですが、父母や古老の知恵を大切にする教えとして、今日まで地域で語り継がれています。

● 姨捨の棚田

「姨捨の棚田」は、江戸時代に、湧水を貯める「大池」が上流に築かれ、斜面全体に水田がつくられました。美しい棚田の姿は、200年以上もつづく水利慣行

日本遺産を構成する文化財の位置図



鎌倉時代の歌人藤原定家は、この地を「月の都」（月で有名な場所の意）と称賛しています。

● 鏡台山に昇る月

江戸時代になると、観月の場所が長楽寺に移動します。松尾芭蕉は『更科紀行』で、鏡台山から昇る月を眺め、歌を詠みま

によって守られています。

● 月にかわる信仰

冠着山山頂にある冠着神社には月の神、月読尊をはじめとする神々が祀られています。7月の夜、ヒメボタルが山頂に舞う光景は幻想的です。

麓の八幡地区には、上杉謙信が戦勝を祈願した武水別神社の鎮守の森を中心に、広大な神官屋敷「松田館」や神仏分離で廃寺となった神宮寺跡などの佇まいが良く残り、神仏習合の姿を今に伝えています。

また、重伝建地区の稲荷山をはじめ、街かどには、「二十三夜塔」と刻まれた約50基の石碑があり、月待ち行事が盛んであったことを物語っています。

③ 今に生きる「月見の地」

● 伝統的な月見の場所

姨捨の長楽寺は芭蕉が訪れたのち観月の名所となり、多くの人が鏡台山に昇る月を愛でるようになりました。現在でも、長楽寺の月見殿でコンサートが開かれ、境内は月見や吟行を楽しむ人びとで賑わいます。

● 新たな月見の場所

鉄道や高速道路の開通は、新たな月見の場所を生み出しまし



▲ JR 姨捨駅から見える月景色



自らの命、家族の命を守るために

■問い合わせ先 危機管理防災課（内線 4161）

■災害前の確認事項

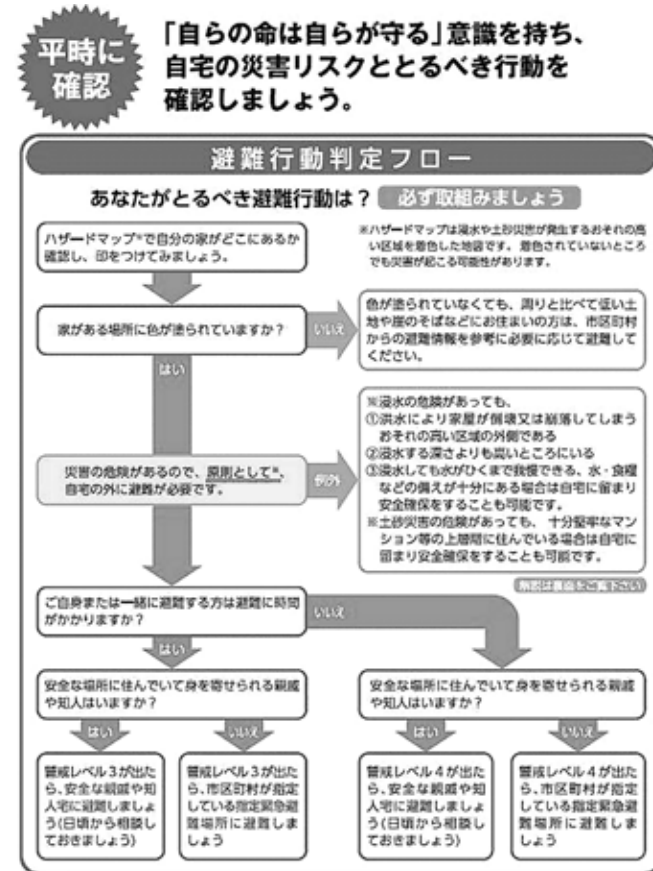
台風や大雨によって引き起こされる河川の洪水や土砂災害は人命や財産などに大きな被害をもたらします。平時から、自分の住んでいる場所にはどのような災害の危険があるのか、あらかじめ確認しておきましょう。

また、新型コロナウイルス感染症が流行するなかでの避難となり、避難所は多くの人が訪れると感染リスクを高める密閉、密集、密接の「3密」が起こりやすい空間になります。

避難とは「難」を「避」ける

ことです。自宅が安全な場所にある安全の確認が可能な場合は必ずしも避難所に行く必要はありません。避難先は小中学校や公民館だけではありませんので、安全な場所にいる親戚や知人の家に避難することも考え、災害と新型コロナウイルス感染症の複合災害に備え、自分にあった避難場所・避難方法を日頃から確認しておきましょう。

避難の際は、自分が一晩過ごすために必要な物を絞り込み、リュックなどに入れて日頃から準備しておきましょう。



千曲市総合防災訓練の中止のお知らせ

毎年、9月1日の防災の日にあわせ実施していましたが千曲市総合防災訓練は、新型コロナウイルス感染症の感染者が全国的には一旦落ち着いてきたものの首都圏などで再び増加する傾向にあり長野県内も新たな感染者が確認されています。

■問い合わせ先 危機管理防災課（内線 4161）

新型コロナウイルスの感染を防止しましょう

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、信州版「新たな日常のすすめ」を参考に感染を防止するための行動を実践するようお願いいたします。



長野県ホームページより

■避難所での新型コロナウイルス感染症対策

○避難所への持出品
非常持出品のほかに、可能な範囲で「マスク」「アルコール消毒液」「体温計」などの衛生用品を持参してください。

○避難所での衛生管理の徹底
避難所では、手洗い、手指消毒、咳エチケットなどの基本的な感染対策を徹底してください。

○換気の徹底とソーシャルディスタンス（社会的距離）の確保
避難所では、十分な換気を行なうとともに、避難者同士の間隔を空けて滞在するなど、ソーシャルディスタンスを確保してください。

●車による緊急避難

避難場所での新型コロナウイルス感染症対策の一環として、警戒レベル3・4発令時の車による緊急避難および警戒レベル3以下になるまでの車内での安全確保を認めます。

■市が指定する車専用の避難場所・駐車可能台数
○森将軍塚古墳館・約100台
○第一学校給食センター・約100台

要支援者の支援計画の作成・更新をします

市では災害対策基本法・千曲市地域防災計画に基づいて、災害時の避難に支援を要する人を登録した「千曲市災害時避難行動要支援者名簿」を作成しています。

平成27年度から、この名簿を活用した個別支援計画の作成を行なっています。今年度も8月から区・自治会により、新規対象者の計画作成と既に作成されている計画の更新を行ないます。

■個別支援計画とは

区・自治会、自主防災組織、民生児童委員や避難支援に関わる人など（避難支援等関係者）が要支援者への声かけや避難支援の方法を決めておくものです。この計画により、災害などで避難が必要となった時に円滑・迅速な支援につなげることができます。

■個別支援計画作成の対象者

災害時避難行動要支援者名簿に登録されている人のうち、避難支援等関係者へ事前に名簿情

○第二学校給食センター・約30台

○さらしなの里歴史資料館・約30台

*地図情報は、事前に県ホームページ「車で避難、安全確認避難場所マップ」で確認してください。

■車で避難における注意点

○豪雨時の車での避難は非常に危険ですので、避難する際は警戒レベル3の発表と同時に避難を開始するなど、普段の避難行動より時間に余裕をもった行動をしてください。

○食事や水分を十分とらない状態で、車の中など狭い座席で長時間同じ姿勢をとっていると、肺塞栓（エコノミークラス症候群）や脳卒中、心臓発作などを起こす恐れがあります。大雨の最中でも車の中で足首を回したり、かかとを上下するなどの体操などをしてください。

○避難の際は、最低限の水や食料を持参してください。
○自宅が被災し、避難が長期化する場合は、車中泊ではなく市が開設した指定避難所へ移動してください。

報を提供することに同意している人。

■個別支援計画の作成と運用

①市から、各区・自治会へ名簿情報を提供します。

②区・自治会では、要支援者とその家族、避難支援等関係者と相談し、10月までに個別支援計画を作成します。

③作成した個別支援計画は、各区・自治会や市で平常時の避難訓練などに活用します。また、年に1回内容の見直しを行ないます。

④災害などで避難が必要となったときには、個別支援計画に沿って避難の支援につなげます。

■問い合わせ先 高齢福祉課（内線 1154）



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。



褒章受章者を 紹介します

市内在住の中村光敬さんに、紺綬褒章が贈られました。
褒章とは、ある分野に功績のあった人を表彰するために国から贈られる栄典の一つです。
褒章には、人命の救助に尽力した人に授与される「紅綬褒章」、社会奉仕活動において顕著な実績のある人に授与される「緑綬褒章」、公益のために私財を寄付した人に授与される「紺綬褒章」など6種類があります。
中村さんには、市役所新庁舎竣工を記念して、市長室に壁飾り組子「市章」、眺望ロビーに組子屏風を寄付していただきました。

紺綬褒章



中村 光敬さん
(若宮)

8月3日から千曲市協働事業提案制度の事業募集を開始します

千曲市協働事業提案制度は、市民の皆さんの視点から地域の課題解決や市民満足度の向上につながる事業を提案してもらい、市と協働で行なうものです。

■提案の種類

①市民テーマ型

皆さんが、市と協働で取り組みたい公益性のあるテーマを、自由に設定し、提案できます。

②行政テーマ型

市が、皆さんと協働で取り組みたいテーマを設定し、提案してもらいます。

*今年度の募集テーマと担当部署は、「多文化共生のための『人づくり、ネットワークづくり』事業」生涯学習課です。

■対象者と対象事業

募集要項で示した要件を満たす団体と事業

■募集日程

8月3日(月)～10月23日(金)

*提案団体は、必要書類を提出のうえ、9月30日(水)までに担当部署と事前協議してください。

ださい。

■審査方法

書類審査、公開プレゼンテーション

■事業費の考え方

事業の実施に直接必要な経費を算出し、役割分担に応じて市と提案者で負担し合います。

■市が負担する経費(または委託料)

1事業100万円を上限に予算の範囲内

■事業の実施期間

原則として令和3年度からで、最大3年まで継続可。ただし、予算成立状況により変動します。

*募集要項や様式などは、市民協働課で配布しています。また、市ホームページや「みんなの街まちサイト」からも取得できます。

■問い合わせ先

市民協働課
(内線4133)

協働事業提案制度採択事業例

●千曲ふるさと物語の集い



●白鳥園協働の公園づくり



施設名・担当課・指定期間

番号	施設名	住所	担当課	指定期間
1	千曲市市民交流センター	大字屋代128番地1	市民協働課 (内線4132)	令和3年4月1日～ 令和8年3月31日 (5年間)
2	白鳥園	大字戸倉2254番地	生活安全課 (内線2242)	
3	大池森林総合施設	大字八幡2番地	農林課 (内線3264)	令和3年4月1日～ 令和6年3月31日 (3年間)
4	埴生児童センター	大字鋳物師屋108番地1	こども未来課 (内線1251) *戸倉・更級・五加老人コミュニティセンターは、高齢福祉課(内線1151)	令和3年4月1日～ 令和8年3月31日 (5年間)
	稲荷山児童センター	大字桑原1826番地1		
	屋代児童センター	大字屋代2226番地4		
	八幡児童センター	大字八幡3094番地5		
	東部児童センター	大字生萱122番地		
	戸倉児童館(戸倉老人コミュニティセンター)	大字戸倉1972番地2		
	更級児童館(更級老人コミュニティセンター)	大字羽尾1812番地		
	五加児童館(五加老人コミュニティセンター)	大字千本柳328番地		
	上山田児童館	上山田温泉四丁目29番地1		

市内施設の指定管理者を募集します

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

■募集する施設など

下表のとおり

■申請受付期間

8月24日(月)～31日(月)

■募集要項など

下表の担当課窓口または市ホームページから取得できます。

■詳細は、下表の担当課に問い合わせてください。

*募集番号4は、括弧内の併設施設を含めた、12施設の一括応募を受け付けます。

令和3年4月採用の職員を募集します

■試験日時・会場

○第1次試験 9月20日(日)
午前8時50分～・千曲市役所
○第2次試験 10月下旬から11
月に予定
*詳細は、第1次試験合格者に
通知します。

■受付期間

8月3日(月)から17日(月)
までの土・日曜日、祝日を除
く、午前8時30分から午後5
時15分

■申込方法

市役所1階パンフレット棚ま
たは総務課にある申込書に記
入のうえ、総務課に提出また
は郵送(17日の消印有効)し
てください。

*受験案内、申込書は市ホーム
ページからも取得できます。

■郵送・問い合わせ先 総務課
(〒387-8511 千曲市
杭瀬下二丁目1番地、内線4
141)

試験区分・募集人数・受験資格

試験区分	募集人数	受験資格
上級(管理栄養士)	若干名	平成2年4月2日以降に生まれた人で、管理栄養士資格を有する人 (令和3年の春までに資格を取得する見込みの人を含む)
初級(行政)	若干名	平成11年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、高校 卒業程度の学力を有する人
初級(行政) 身体に障害のある人	若干名	昭和55年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、高校 卒業程度の学力を有し、身体障害者手帳の交付(令和2年8月17日 までに交付見込みの人を含む)を受けている人 また、活字印刷文による出題に対応できる人

特別定額給付金の申請はお済みですか

新型コロナウイルス感染症の緊急経済対策の特別定額給付金の申請期限は、8月11日(火)です。申
請書を提出していない人は期限までに提出してください。

■対象者 基準日(令和2年4月27日)に、市の住民基本台帳に登録されている人

■給付金額 世帯構成員1人につき10万円

*原則として世帯主に一括給付

■申請方法 郵送申請またはマイナポータル上でのオンライン申請

*市ホームページにある申請書(1枚目、2枚目両方必要)をダウンロードして、提出することもできます。

■申請期限 8月11日(火)(当日消印有効)

■郵送先 〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地

■問い合わせ先

○特別定額給付金に関すること 総務課(内線4144)

○配偶者からの暴力を理由に避難している人 こども未来課(内線1261)

ひとり親世帯に臨時特別給付金を給付します

ひとり親世帯を支援するた
め、児童扶養手当受給世帯など
に給付金を支給します。

■基本給付

①令和2年6月分の児童扶養手
当を受けている人

②公的年金給付などを受けてい
ることにより、令和2年6月

分の児童扶養手当の支給を受
けていない人

③新型コロナウイルス感染症の
影響を受けて家計が急変する
など、直近の収入が児童扶養
手当の対象となる水準に下が
った人

■給付額 1世帯5万円、第2
子以降1人につき3万円

●追加給付

■支給対象者 基本給付の支給
対象者①、②のうち、新型コ
ロナウイルス感染症の影響を
受けて家計が急変し、収入が
大きく減少した人

■給付額 1世帯5万円

●共通事項

■申請方法

○基本給付支給対象者①は申請
不要

○それ以外の人には、7月に郵
送した申請書に記入のうえ、
こども未来課に提出してくだ
さい。

■問い合わせ先 こども未来課
(内線1251)

児童扶養手当「現況届」・特別児童扶養手当「所得状況届」を提出してください

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

●児童扶養手当とは

父母の離婚などにより、父ま
たは母と生計を同じくしていな
い児童(18歳になった年の年度
末までの児童)を養育している
「ひとり親家庭の父や母」、「父
母にかわってその児童と同居し

養育している人」に支給されま
す。ただし、一定額以上の所得
がある場合は支給されません。

●特別児童扶養手当とは

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

額以上の所得がある場合は支給
されません。

■提出方法

●児童扶養手当 こども未来課
に直接提出してください。

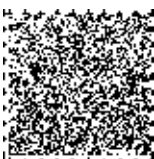
●特別児童扶養手当 こども未
来課に持参するか郵送で提出
してください。

*現在受給している人には7月
に書類を郵送しています。
■提出期限 8月31日(月)

*提出がない場合、児童扶養手
当は11月分以降、特別児童扶
養手当は8月分以降受けられ
なくなります。

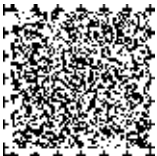
*これまで手当を受給していな
い人で、該当すると思われる
人は、問い合わせてください。

■郵送・問い合わせ先 こども
未来課(〒387-8511
千曲市杭瀬下二丁目1番地、
内線1251)





湧き水の水質検査の結果をお知らせします



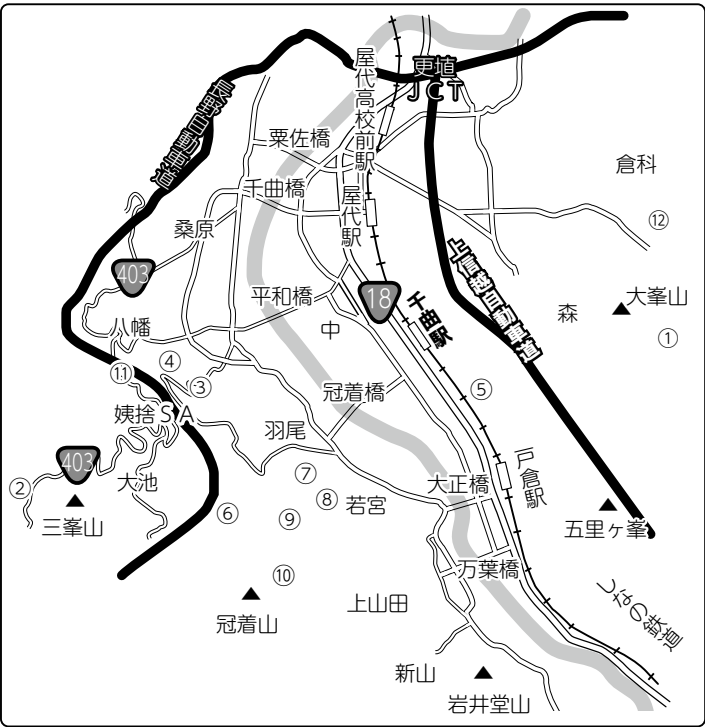
■問い合わせ先 環境課（内線 2201）

市では毎年、市内の湧き水の水質検査を行っています。今回の検査では、③小滝沢（八幡）、④桜清水（八幡）、⑥こわ清水（羽尾）、⑧大瀧宮（羽尾）、⑨花柄の清水（羽尾）、⑩不動尊の滝（羽尾）⑪郡頭無し（八幡）で大腸菌が検出されました。大腸菌が検出された湧き水では、生水での飲用は控えてください。

①縄文の名水（倉科）、②樺

平（桑原）、⑤柏清水（戸倉）、⑦弁天（羽尾）では水質基準を満たしていましたが、飲用は個人の責任により行なってください。⑫お林の湧水（倉科）は湧出していませんでした。昨年度に続き湧出していないため再検査は行ないません。湧き水を採水する際、色度・濁度に異常がみられる場合は飲用しないでください。

湧き水の水質検査地位置図 採水日：6月15日（月）



調査結果一覧

検査項目	基準値	①縄文の名水（倉科）	②樺平（桑原）	③小滝沢（八幡）	④桜清水（八幡）	⑤柏清水（戸倉）	⑥こわ清水（羽尾）	⑦弁天（羽尾）	⑧大瀧宮（羽尾）	⑨花柄の清水（羽尾）	⑩不動尊の滝（羽尾）	⑪郡頭無し（八幡）
PH	5.8～8.6	6.9	7.3	7.5	7.4	8.1	7.4	7.9	6.8	7.7	7.4	7.8
臭気	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	微土臭	異常なし	微土臭	異常なし
味	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし	—	異常なし	異常なし	異常なし	—	異常なし	—	異常なし
色度	5度以下	0.9	0.5未満	0.5未満	5.7	1	21	0.7	2.4	0.8	5.7	4.6
濁度	2度以下	0.1	0.1未満	0.1未満	0.9	0.3	3.1	0.1未満	0.6	0.2	1.2	0.4
硝酸態窒素・亜硝酸態窒素	10mg/ℓ以下	0.87	0.75	2.4	2.5	0.04未満	1.7	0.04未満	3.5	0.06	0.58	1.5
塩化物イオン	200mg/ℓ以下	1.8	1.4	8	25	6.2	2.2	1.5	3.6	2.2	1.9	4.7
有機物	3mg/ℓ以下	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.4	0.3未満	0.6	0.3未満	0.3未満	0.3未満	1.3	0.3未満
一般細菌	100個/mℓ以下	0	0	0	8	0	8	3	17	2	94	18
大腸菌	不検出	不検出	不検出	検出	検出	不検出	検出	不検出	検出	検出	検出	検出
水質基準適合判定		適合	適合	大腸菌不適合	大腸菌色度浮遊物有不適合	適合	大腸菌色度濁度不適合	適合	大腸菌臭気不適合	大腸菌不適合	大腸菌色度臭気不適合	大腸菌不適合

市内の防犯灯をLED化します

現在、市が設置している防犯灯は市内に約6400基あり、照明器具が破損したところから順次LED化をし、約800基がLED化されています。今年度、環境負荷が少なく長寿命であるLEDの照明器具へ一斉に交換することで、電気の

使用量を削減し地球温暖化にかかる温室効果ガスの排出を抑制するとともに、維持管理業務の効率化を図ります。防犯灯のLED化は、市内防犯灯すべての現地調査終了後、順次照明器具の交換と管理番号のプレート設置作業を行ない、

令和3年3月末完了の予定です。交換作業は周囲の安全に十分配慮して行ないますが、一時的に作業車両などが交通の支障となる場合があります。また、球切れや故障している防犯灯から優先的に交換しますので、作業終了までの間お待ちいただく場

合があります。市民の皆さんにはご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いします。■問い合わせ先 生活安全課（内線2242）

会計年度任用職員（一般事務補助）を募集します

■募集人員 若干名
■職種 一般事務補助
■募集要件 市内在住で、普通免許を保有し、パソコン操作ができる人
*窓口業務経験者が望ましい
■業務内容 施設の管理運営、

イベント運営
■勤務場所 稲荷山宿蔵し館（千曲市大字稲荷山931）
■勤務期間 9月1日～令和3年3月31日
*再度任用する場合あり
■勤務日数 月15日

■勤務時間 午前8時45分～午後5時15分
■報酬 時給933円
■応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、8月14日（金）までに更埴文化会館に持参するか、郵送（当日必着）してく

ださい。
■面接試験 8月下旬
*詳細は応募者に通知します
■郵送・問い合わせ先 更埴文化会館（〒387-0011 千曲市杭瀬下一丁目64番地、TEL026-273-1880）

会計年度任用職員（司書）を募集します

■募集人員 1人
■職種 司書
■募集要件 司書資格を有し、ワード・エクセルなどの基本的な操作ができる人
■勤務場所 更埴図書館（市内3図書館の異動あり）

■勤務期間 9月1日～令和3年3月31日
■勤務日数 月18日以内
*土・日曜日、祝日の勤務あり
■勤務時間 午前8時30分から午後5時または午前9時30分から午後6時

■報酬 時給1078円
■応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、8月18日（火）までに更埴図書館に持参するか、郵送（当日必着）してください。

■面接試験 8月下旬
■郵送・問い合わせ先 更埴図書館（〒387-0011 千曲市杭瀬下一丁目64番地、TEL026-273-2989）
*詳細は応募者に連絡します。

「介護予防教室」参加希望者の事前登録を受け付けします

介護予防教室は、新型コロナウイルス感染症の状況を見ながら開催の調整をしています。教室が「3密」にならないよう、人数、時間などを制限しての開催になりますので、参加を希望する人の事前登録を受け付けします。日時などの詳細は、教室の開催が決まりましたら、個別にお知らせします。

●元気なつどい

●会場 ことぶきアリーナ千曲、戸倉創造館

■対象者 65歳以上の市民
■定員 各会場20人程度
■内容 ストレッチや有酸素運動で身体をほぐして筋力をつけていきます。
■参加料 1回あたり200円
■持ち物 室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水分補給の飲み物、タオル
●介護予防・健康づくり応援団の体操教室
介護予防・健康づくり応援団は、地域の皆さんと一緒に体操

をして健康づくりに取り組んでいるボランティアサークルです。
■会場 戸倉創造館
■対象者 65歳以上の市民（応援団へ入っていないなくても参加できます）
■定員 20人程度
■内容 応援団と一緒に軽体操を行います（おおむね1時間）
■参加料 無料
■持ち物 室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水

分補給の飲み物、タオル
●共通事項
■事前登録方法 8月6日（木）から14日（金）に電話で申し込んでください。
■注意事項 教室へ参加するにあたり、体温測定、手指消毒、マスクの着用をお願いします。
■申込・問い合わせ先 高齢福祉課（内線1181）

令和3年4月採用 千曲坂城消防組合消防職員を募集します

■試験区分 消防（初級）

■募集人員 若干名

■受験資格

次のすべてに該当する人
○平成10年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人
○高等学校卒業程度の学力を有する人または令和3年3月に卒業見込みの人
○令和3年4月1日時点で市内

または坂城町に住所登録をして居住している人で、将来にわたって管内（千曲市、坂城町）に居住する予定の人

■試験日程・会場

○第1次試験 10月18日（日）
消防本部庁舎
○第2次試験 11月27日（金）
消防本部庁舎など
■申込期間 8月11日（火）～

9月11日（金）
■申込方法 千曲坂城消防本部または各消防署にある受験願書に記入のうえ、千曲坂城消防本部または各消防署に持参するか、郵送（当日必着）してください。
*受験願書の郵送を希望する人は、210円切手を貼り、返信先を記入したA4サイズの

封筒を同封して郵送してください。
■郵送・問い合わせ先 千曲坂城消防本部総務課（〒389-1080 千曲市大字磯部1-2-1番地、TEL026-12751212）

長野県立歴史館と連携に関する協定を締結しました



▲左から県立歴史館の笹本正治館長、岡田昭雄市長

6月23日、市は地域活性化のため、長野県立歴史館と相互の連携に関する協定を締結しました。協定の内容は、企画展などの文化・教育振興、学芸員の相互派遣など人的資源の交流や歴史的・文化的資源を活用した観光振興などを連携して行っていくというものです。

市役所で行なわれた調印式には、長野県立歴史館の笹本正治館長と岡田昭雄市長が出席し、協定書に署名をしました。

岡田市長は「長野県立歴史館や市の活性化のため、さまざまなイベントを協力して開催していきたいです」とあいさつ。笹本館長は「千曲市には

数多くの文化財があります。より多くの人に共有してもらえよう、地元と連携して頑張っていきたいです」と述べました。

現在、長野県立歴史館と森將軍塚古墳館などとの共通入館券の発行を検討しています。

■問い合わせ先 総合政策課（内線 4131）

信州ブレイブウォリアーズ ～新加入選手を紹介②～

■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）



第92回

プレーア



#21 増子 匠 選手
■生年月日 平成3年1月9日
■身長・体重 187cm・89kg
■ポジション ガード
■出身地 埼玉県

信州ブレイブウォリアーズでプレーする機会を与えてくださった片貝社長をはじめ、チーム関係者の皆さまに心から感謝しています。

伝統のある素晴らしいチームでプレーできることを大変嬉しく思ってます！

自分の長所をしっかりと出して、チームの勝利に貢献できるように頑張りますので、応援よろしくお願いします！！

信州ブレイブウォリアーズのファンの方々に、会えるのを楽しみにしています。



#27 ヤン・ジェミン 選手
■生年月日 平成11年6月22日
■身長・体重 201cm・93kg
■ポジション フォワード
■出身地 大韓民国

Bリーグのような競争盛んなリーグでプレーするチャンスをくれた勝久コーチに感謝し、彼から沢山のことを学びたいと思います。そして、私をずっと支え続けてくれている両親と兄弟にも感謝しています。

今までさまざまな国でプレーした経験は、日本のプロバスケットボール生活に役立つと思います。

一生懸命練習して成長し、チームの勝利のために頑張ります。日本でプレーすることと皆さんに会えるのを楽しみにしています！

お知らせ・募集・催し物

TEL 026-273-1111 (代表)

お知らせ

8月納期の市税・使用料など

- 市県民税(2期分)
- 国民健康保険税(2期分)
- 介護保険料(5期分)
- 後期高齢者医療保険料(2期分)
- 保育料・保育所給食費(8月分)
- 公共下水道使用料(5期分)
- 倉科・森・羽尾排水施設使用料(5期分)
- 下水道受益者負担金(8月分)
- 市営住宅・駐車場使用料、共益費(8月分)
- 市営水道料金(8月分)

■納付期限 8月31日(月)

イベント・行事の中止などのお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次のイベントは中止となりました。

第6回千曲川ハーフマラソン

■問い合わせ先 スポーツ振興課(TEL 026-1276-1173)

ご寄付ありがとうございます

○小林陶春 様(長野市)

■寄付内容・使途 陶芸作品5

中小企業退職金共済制度

同制度は、従業員のための外部積立型の国の退職金制度です。掛金は全額非課税で一部を国が助成、パートや家族従業員も加入できます。

■問い合わせ先 中小企業退職金共済事業本部(TEL 03-6907-11234)

福祉の職場説明会

「福祉の職場をくわしく知りたい」または「就職を考えた」という人のために、福祉の職場説明会を行います。

■日時 8月5日(水)午後1時30分～3時30分

■会場 ホテル信濃路(長野市)
*詳細は長野労働局または長野県福祉人材センターのホームページを確認するか問い合わせてください。

問い合わせ先

○ハローワーク篠ノ井(TEL 026-1293-18609、ナビ5番)
○長野県福祉人材センター(TEL 026-1226-7330)

鳥よけ爆音機の使用は適切に

■使用上の注意事項

○住居から直線距離で200メートル未満の位置で使用しない。

点・文化振興のため

中区が宝くじ助成事業を活用

中区は、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、テーブルのほ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

市民協働課
(内線4133)



一般競争入札により市有地を売却します

不要となった市有地の売却を行います。

■物件

○所在地 千曲市大字戸倉温泉字向島3055番71
○地目・地積 宅地・318.71平方メートル

緑の募金活動のお礼

200名離れた位置に設置する場合も、設置期間を収穫時期に限るなど必要最小限に留める。

○早朝及び夜間は使用しない。

原則として日の出から日没までとし、近隣に住居がある場合は、睡眠の妨げにならないよう早朝は使用しない。

○地形や周辺環境を考慮し、簡先を住宅地に向けない。

■問い合わせ先 農林課(内線3283)

募金総額は、31万5809円になりました。寄せられた募金は、みどりの少年団の活動などに充てられます。ご協力ありがとうございました。

■問い合わせ先 農林課(内線3262)

甲種防火管理資格取得講習会

■日程(2日間) 10月7日(水)

午前9時～午後5時と10月8日(木)午前9時～午後3時

■会場 千曲坂城消防本部

■定員 定員になり次第締切

■受講料 6000円

■申込方法 9月7日(月)から25日(金)までに、受講料を持参のうえ、各消防署へ直接申し込んでください。

○最低売却価格 525.9万円

■申込期間 8月17日(月)～

28日(金)午後5時(土・日曜日、祝日は除く)

■売却方式 一般競争入札(最低売却価格以上で一番高い額で入札した人に売却する方法)

■入札会(予定) 9月10日(木)

午前10時

■申込方法

詳細は市ホームページを確認するか問い合わせてください。

■問い合わせ先 管財契約課(内線4121)

令和3年千曲市成人式

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための「新しい生活様式」を取り入れて実施します。

■開催日

①令和3年1月9日(土)

*屋代小学校、東小学校、治田小学校、八幡小学校に在籍した人

②令和3年1月10日(日)

*埴生小学校、戸倉小学校、更級小学校、五加小学校、上山田小学校に在籍した人

■時間

○受付 午後1時～

○式典 午後1時30分～

■会場 上山田文化会館

■問い合わせ先 上山田公民館

(TEL 026-1276-1584)

取引・証明用に使用する「はかり」の定期検査

学校などの体重測定、農産物や食品のパック詰めなど、取引・証明に使用する「はかり」は、2年に1回の定期検査を受ける必要があります。対象地域の人は、必ず検査を受けてください。

また、はかりに付着した粉、水分、ほこりなどを落としてから持ち込んでください。

■日時 10月1日(木)午前10時～正午、午後1時～3時30分

■会場 戸倉創造館

■対象地域 上山田・戸倉・更級・五加地区

■持ち物 はかり(付属品一式)、検査手数料

*検査料など詳細は長野県計量検定所のホームページを確認するか問い合わせてください。

■問い合わせ先

○長野県計量検定所 検定・検査課(TEL 0263-4714006)
○市産業支援センター(内線3301)

なるべく9月までに受診してください。

■集団健診日程・会場

9月28日(月)市総合観光会館・9月29日(火)ことぶきアリーナ・10月5日(月)市役所2階保健センター・10月27日(火)戸倉創造館・10月28日(水)稲荷山公民館・10月29日(木)戸倉創造館・10月30日(金)稲荷山公民館・11月4日(水)市役所2階保健センター

■対象者 今年度40歳～74歳の千曲市国民健康保険被保険者

■検査内容 身体測定、問診、血圧測定、診察、血液検査、尿検査、心電図検査

■費用 1000円(心電図検査代を含む)

*今年度40歳になる人は無料

■受診方法

5月の集団健診を申し込んだ人は、6月上旬に郵送したハガキに記載の健診日、時間に受診してください。

新たに集団健診を希望する人は、問い合わせてください。

*混雑しないように健診日と受付時間を指定しています。

*マスクを着用し、体調が悪い場合は健診日の変更をお願いします。

■問い合わせ先 健康推進課(内線2102)

* 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 ……

視覚障がい者の皆さんなどへ、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。



乳房レントゲン検査の受診を

■対象者 今年度40歳～74歳の偶数年齢になる女性

■検査方法 施設検診(指定医療機関での検診)か車検診

■検診日程 施設検診は8月1日～令和3年1月31日

* 車検診の日程は4月配布の「令和2年度各種検診日程のご案内」を確認してください。

■費用

○施設検診 3300円

○車検診 3200円

■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

無料クーポンで女性がん検診の受診を

■対象者

○乳がん検診 昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれの女性

○子宮がん検診 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの女性

■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

延期になった肺がん検診を実施します

■対象者 40歳以上の人

■日程 下表のとおり

新型コロナウイルス感染症などの影響で、市報に掲載しているイベントや講座などの開催内容が中止・変更になる場合があります。最新の情報は、直接問い合わせるか市ホームページ「新型コロナウイルス関連情報」をご確認ください。

■費用 3900円

* 検診票、同意書を記入のうえ、持参してください。

* 延期のはがきを郵送した人には、10月上旬に検診日程の通知を郵送します。

* 新規で検診を希望する人は問い合わせてください。

■問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

肺がん検診 日程表

検診日	会場
11月11日(水)	市役所2階保健センター
11月17日(火)	市役所2階保健センター
11月18日(水)	(午前) 上山田文化会館 (午後) 市役所3階会議室
11月19日(木)	(午前) 上山田文化会館
11月24日(火)	市役所2階保健センター
12月2日(水)	旧戸倉庁舎4階会議室
12月10日(木)	旧戸倉庁舎4階会議室
12月15日(火)	市役所3階会議室

* 午前、午後の記載がない日は終日

乳幼児健康診査・育児相談

新型コロナウイルス感染症予防に伴い、乳幼児健診などにおける注意事項などをホームページに掲載しています。今後も日程変更などの可能性がありますので、健診前にはホームページを確認するか問い合わせてください。

さい。

■問い合わせ先 健康推進課(内線2122)

ひきこもり支援「本人と家族のためのつどい」

■日時・会場

①8月6日(木)、27日(木)午後1時30分～3時30分、戸倉人権はつらつセンター

②8月19日(水)午後7時～9時、市役所2階保健センター

■申込方法 直接電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

こころ・法律・仕事の何でも相談会

「借金を返せない」「眠れない」「仕事がつらい」など、どこに相談していいかわからない、さまざまな悩みや相談を弁護士や精神科医などの専門家がお聞きします。

■日時・会場

①8月20日(木)午後2時～6時・須坂市シルキーホール

②9月13日(日)午後1時～5時・長野市保健所

* ①、②ともに予約制

■申込・問い合わせ先 ①高山村・村民生活課(TEL026124211202)、②長野

10時～午後5時

■専用電話番号 012010071110

■問い合わせ先 長野地方事務局・人権擁護課(TEL026123516634)

人権啓発 児童・生徒作品展

■日時 8月3日(月)午後1時～8月26日(水)午後3時

■会場 市役所ガレリア

■内容 差別解消をめざすことをテーマとした標語(小学生)、ポスター(小・中学生)の入選作品を展示します。

■問い合わせ先 人権ふれあいセンター(TEL026127313693)

養育費相談会

司法書士による養育費に関する無料電話相談会です。

■日時 9月12日(土)午前10時～午後4時

■専用電話番号 012015671301

■問い合わせ先 長野県司法書士会(TEL026123217492)

相続登記特別無料相談

■日時 8月3日(月)～7日(金)午前9時～午後4時

■会場 県内の各司法書士事務

市保健所・健康課(TEL026122619965)

第3回ふれあいセミナー

■日時 8月22日(土)午後2時～3時30分

■会場 人権ふれあいセンター
■内容 インターネットやスマートフォンをどう使いこなす、SNSにどう接していけばよいかを考えます。

■講師 宮原明人さん(戸倉小学校長)

■定員 22人(先着順)

■申込方法 電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 人権ふれあいセンター(TEL026127313693)

人権擁護委員の紹介

7月1日付けで、宮本真知子さん(上山田・再任)、宮坂君江さん(戸倉・再任)が、法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。

人権擁護委員は、市民の皆さんが人権について関心を持つてもらえるような啓発活動を行ったり、法務局や特設相談所などで人権相談を受けたりするなどの活動をしています。

■問い合わせ先 人権・男女共同参画課(内線2253)

所

* 事務所により電話相談などの場合もあります

■申込方法 相談を希望する司法書士事務所に直接電話で申し込んでください。

■問い合わせ先 長野県司法書士会(TEL026123217492)

募集

市営住宅入居者

入居可能な市営住宅への入居者と入居補欠者を抽選で決定します。

■対象 現在、住宅に困窮している低額所得者

* 入居には所得額など一定の条件があります。

■募集団地 屋代団地、寂蒔団地1号棟、埴生団地、志川団地、薬師堂団地

■月額家賃 5200円～4万3200円

■申込受付期間 8月6日(木)～20日(木)

* 申込書類は8月6日(木)から建設課窓口で配布します。

■抽選日 9月10日(木)

■入居可能日 10月1日(木)

■申込・問い合わせ先 建設課(内線3211)

* 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 ……

視覚障がい者の皆さんなどへ、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。



県営住宅入居者

■受付期間 8月19日(水)～28日(金)

*22日(土)を除く

■受付会場 県住宅供給公社
*募集団地などを8月上旬頃に同公社のホームページに掲載します。

■問い合わせ先 長野県住宅供給公社・県営住宅課(TEL 026-227-2322)

更埴地域シルバー人材センター講習会

●植木初心者講習

■日時(全3コース)

①8月25日(火)午前10時15分～午後4時

②9月25日(金)午前10時～午後4時

③11月20日(金)午前10時～午後4時15分

■会場 八幡公民館、更埴中央公園

■対象者 市内在住で、シルバー人材センターに入会、就業を希望するおおむね60歳以上のの人

■講師 田村宏平さん(グリーンテック樹林・樹木医)

■定員 15人(先着順)

■申込方法 8月12日(水)までに直接窓口で申し込んでく

ださい。

●60歳からの健康いきいき体操

■日時 8月26日(水)午前10時～11時30分

■会場 戸倉創造館

■対象者 市内在住でシルバー人材センターの活動に興味があるおおむね60歳以上のの人
■内容 膝・腰・関節に負担をかけず、楽しく体を動かします。

■講師 日野文子さん(フィットネスインストラクター)

■定員 30人(先着順)

■申込方法 直接窓口で申し込んでください。

●60歳からの素敵な時間

■日時(全4回)

9月9日(水)、17日(木)、10月7日(水)、21日(水)の午前10時～11時30分

■会場 戸倉創造館

■対象者 市内在住でシルバー人材センターの活動に興味があるおおむね60歳以上の女性
■内容 松代焼のマグカップ作りやメイク術などの女子力アップ講座

■定員 15人(先着順)

■申込方法 直接窓口で申し込んでください。

*各講座の詳細は問い合わせてください。

■申込・問い合わせ先

公益社団法人 更埴地域シルバー人材センター
○本所(TEL 026-272-15630)
○戸倉上山田支所(TEL 026-276-6680)

自衛官採用試験

①防衛大学校学生

■受験資格 高卒(見込み含む)で21歳未満の人

■受付期間 ○推薦 9月5日(土)～9月11日(金)

○総合選抜 9月5日(土)～9月11日(金)

○一般 7月1日(水)～10月22日(木)

■試験日 ○推薦 9月26日(土)、27日(日)

○総合選抜(1次) 9月26日(土)

○一般(1次) 11月7日(土)、8日(日)

②予備自衛官補

■受験資格 ○一般 18歳以上34歳未満の人
○技能 18歳以上で国家免許資格などを有する人

*保有する資格により年齢制限が異なるので、問い合わせてください。

■受付期限 9月11日(金)

■試験日 10月3日(土)～6日(火)のいずれか1日

■問い合わせ先 自衛隊長野地方協力本部・長野地域事務所(TEL 026-235-16026)

ハンガリー卓球ナショナルチームへの励ましの手紙

来年、千曲市で東京2020オリンピック・パラリンピックの事前合宿を行なう予定の「ハンガリー卓球ナショナルチーム」へ励ましの手紙を送ってみませんか。便せんやはがきにメッセージ、差出人の住所、氏名を記入のうえ、生涯学習課に持参するか郵送してください。市でまとめて英訳し、ハンガリー卓球連盟へ送ります。英語の手紙や絵手紙も大歓迎です。

卓球ハンガリー代表は、五輪の女子シングルスに2人、女子団体とパラリンピックに3人が出場を内定しています。

■第1回取りまとめ期限 9月16日(水)

*2回目以降の取りまとめについては市ホームページを確認するか問い合わせください。

■郵送・問い合わせ先 生涯学習課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目一番地、内線4113)

アグリサポーター

■日時 農家から依頼のあった日の午前8時30分～午後5時

*期間は9月～12月を予定。

■対象者 農作業ができる健康な人

*農業未経験、子育て中の人も可能です。

■時給 890円

■募集人数 5人

■申込方法 市ホームページから市営農支援センターに設置してある申込用紙に必要事項を記入し、8月28日(金)までに持参してください。

■問い合わせ先 市営農支援センター(農林課内、内線3282)

公共職業訓練10月開講コース

■コース・定員

①電気設備技術科・15名

②ビル設備サービス科・15名

■期間 10月6日(火)～令和3年3月30日(火)

■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

■受講料 無料(別途テキスト代など)

■申込期限 9月4日(金)

■申込先 近くのハローワーク

■問い合わせ先 ポリテクセンター長野(TEL 026-243-17856)

●職業訓練施設見学会

■日時 8月5日(水)、25日(火)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)

■内容 公共職業訓練の説明、施設見学など

■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 026-243-17856)

パソコン操作習得講座

■コース・日程

①エクセル・入門コース、9月10日(木)、17日(木)、24日(木)

②ワード・基礎コース、9月1日(火)、8日(火)、15日(火)

■受講料 ①4000円、②1万4000円

■時間 ①午前9時30分～11時30分、②午前9時30分～午後4時30分

■会場 長野地域職業訓練センター(長野市)

■定員 各10人(先着順)

■申込方法 受講料を持参のう

かいごに関する入門的研修4日コース受講者

■日時 8月22日(土)、29日(土)、9月19日(土)、26日(土)の午前10時～午後4時30分

■会場 かがやきスペース(長野市)

■対象者 介護の知識を学びたい人はどなたでも参加可能

■定員 20人(先着順)

■申込方法 8月12日(水)までに電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先

長野県高齢者生活協同組合(TEL 026-217-13601)

催し物

「地酒王国 信州」関連イベント

■日時 ①8月8日(土)、②8

月22日(土)午後1時30分～3時

■会場 県立歴史館

■参加料 常設展示券(300円)が必要です。

■内容 ①トークセッション「地酒王国・信州の地域性、自然、未来」

②講演会「信州の酒文化と歴史・雑学」

■講師 相沢節子さん(長野県原産地呼称管理委員会 日本酒・焼酎委員会相談役)

■申込・問い合わせ先 長野県立歴史館・総合情報課(TEL 026-274-13991)

白鳥園イベント

ガーデンサポーターズ倶楽部

■日時 8月11日(火)、24日(月)午前9時～

■内容 花のお手入れをしながら、仲間づくりや情報共有を楽しみます。

■持ち物 手袋、スコップ、花切はさみ

*8月の休館日は4日(火)となります

■申込・問い合わせ先 湯のさとちくま白鳥園(TEL 026-275-0400)



日曜・祝日の当番医・当番薬局（千曲市・坂城町）

＊新型コロナウイルス感染予防のため、いきなり受診することはおやめください。

＊当番医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に開院しているかを事前に確認してください。また、当番医が開院している場合は、事前に連絡をしてから受診してください。

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

＊熱が続くなどの症状がある場合は、長野保健所Tel026-225-9039に電話してください。

＊千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。



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
8／2 （日）	坂口整形外科（屋代）026-273-8680 とよき内科（磯部）026-276-0413	あんず歯科クリニック（須坂）026-214-6654	お日さま薬局（小島）026-272-0229 磯部土屋薬局（磯部）026-275-6464
8／9 （日）	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	やしろ薬局（屋代）026-272-8461 ウエルシア薬局千曲内川店（内川）026-261-5280
8／10 （月・祝）	鵜沢内科クリニック（屋代）026-272-3713 いろかわ医院（坂城町）0268-82-2143	渡辺歯科医院（稲荷山）026-272-1313	あんず薬局（桜堂）026-272-8200 正林堂薬局（戸倉）026-275-0180
8／14 （金）	お盆期間中の診察は、各医療機関によって異なります。 診察の日程は、各医療機関に問い合わせてください。	あかいけ歯科クリニック（坂城町）0268-81-3377	お盆期間中の営業は、各薬局によって異なります。 営業の日程は、各薬局に問い合わせてください。
8／15 （土）		竹内歯科医院（稲荷山）026-274-7050	
8／16 （日）	岡田外科医院（稲荷山）026-272-2828 中島産婦人科小児科（上山田温泉）026-275-0111	宮本歯科医院（戸倉）026-276-7030	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
8／23 （日）	あんずの里クリニック（森）026-272-1005 村上堂大井クリニック（坂城町）0268-81-3131	柳沢歯科医院（稲荷山）026-273-5638	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
8／30 （日）	島田クリニック（小島）026-273-8788 松尾医院（坂城町）0268-82-2013	宮坂歯科医院（小島）026-272-0133	小岩薬局（桜堂）026-272-0210 日野屋薬局（坂城町）0268-82-2324
9／6 （日）	中沢内科医院（稲荷山）026-272-1013 二階堂医院（磯部）026-275-5582	林歯科医院（上山田温泉）026-275-1064	いせや薬局（稲荷山）026-273-4489 マツモトキヨシ千曲内川店（内川）026-261-0570

定例の掲示板

Tel 026-273-1111（代表）

8月の休日開庁日

■日時 8月16日（日）午前8時30分～午後5時15分

■会場 市役所1階市民課

＊税証明の交付は電話予約サービスに移行しました。

＊住民異動届（住所の異動）は、取り扱いできません。

■問い合わせ先 市民課（内線1216）

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 8月26日（水）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	期 日	時 間	会 場	問い合わせ先
介護相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	基幹地域包括支援センター（高齢者相談センター、市役所1階）	高齢福祉課（内線1181）
			更埴川東地域包括支援センター（高齢者相談センター）	更埴川東地域包括支援センター Tel026-213-5085
			戸倉上山田地域包括支援センター（高齢者相談センター）	戸倉上山田地域包括支援センター Tel026-214-7780
健康相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	市役所2階保健センター	健康推進課（内線2131）
法律相談	8月25日（火）	午後1時～3時	市役所3階	総務課（内線4153・要予約）
	9月8日（火）			
行政相談	8月11日（火）	午後1時～3時	市役所1階	総務課（内線4153）
市民に寄り添う人権相談	電話による相談を受け付けています。 みんなの人権110番 Tel0570-003-110 子どもの人権110番 Tel0120-007-110 女性の人権ホットライン Tel0570-070-810 月曜日から金曜日（祝日を除く）の午前8時30分から午後5時15分			人権・男女共同参画課（内線2252）
年金相談	祝日を除く毎週火・水・金曜日 ＊8月14日（金）は除く	午前9時～正午 午後1時～5時	市役所1階年金相談コーナー ＊受付は終了時刻の30分前までです	市民課（内線1213）
	8月17日（月）	午前9時～正午 午後1時～4時		
	8月20日（木） 27日（木）	午前9時30分～正午 午後1時～3時	市役所1階年金相談コーナー	長野南年金事務所 Tel026-227-1286（要予約）
新型コロナウイルスに係る納税相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	市役所1階債権管理課	債権管理課（内線1123）

＊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。

＊借金問題・消費生活、外国籍市民のための生活、職業、若者・子育て世代の就労、女性、教育、家庭児童、児童虐待障がい者（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〉



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



新型コロナウイルス感染症などの影響で、市報に掲載しているイベントや講座などの開催内容が中止・変更になる場合があります。
 最新の情報は、直接問い合わせるか市ホームページ「新型コロナウイルス関連情報」をご確認ください。



子育て支援センターからのお知らせ



ありがとう、ことぶきアリーナ千曲柔道場

令和元年東日本台風の影響で更埴子育て支援センターが閉館し、昨年11月からことぶきアリーナ千曲柔道場に会場を移して「出張子育て支援センター」を行なってきましたが、6月30日で終了しました。更埴子育て支援センターは、復旧工事も無事に終わり、7月13日より開館しています。
 柔道場はとても広く、畳が柔らかいのでよちよち歩きの赤ちゃんに「転んでも痛くないよ」と大人気でした。
 子育てひろばは、今後ことぶきアリーナ千曲柔道場で開催するので楽しみにしてください。

○施設ご利用にあたってのお願い

当分の間、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、市内に住所のある未就園児の利用とし、利用時間を完全予約制にしています。
 ただし、里帰りの人や千曲市近隣の人などは時間帯によって利用可能ですので、合わせてください。

* 1つの時間帯につき8組まで

【予約方法】

1. 利用時間帯①～④の中から希望の時間帯を電話（午前8時30分～午後5時）で予約してください。
 予約は利用日の前日または当日とし、休館日明けの予約は、更埴は金曜日、上山田は土曜日に連絡してください。
2. 時間帯により8組を超える場合は他の時間帯に変更していただく場合があります。
3. 予約が混雑する場合は利用回数を制限させていただくことがありますのでご協力ください。

* 千曲市子育て応援アプリで、その日の予約状況を確認できますので、利用してください。

○お家で工作（事前予約）

お家で簡単に工作が楽しめるキットをお配りしています。大好評につき、第4弾を実施します。

■期日

受付：8月17日（月）～9月4日（金）午前8時30分～午後5時
 配布：9月1日（火）～18日（月）午前9時～午後4時

○マイ誕生日会（事前予約）

みんな一緒にの誕生日会ができない状況です。ひとりひとりの誕生日会を、支援センターでお祝いしませんか。
 身長・体重・手形・親子で写真を撮って、お誕生日カードをお作りします。閉館により誕生日会をできなかったお友だちも大歓迎です。

■写真代 40円

【更埴子育て支援センター】 Tel.026-273-6180

開館時間 午前9時～午後4時
 休館日 毎週土曜日
 住 所 千曲市杭瀬下三丁目18番地

【上山田子育て支援センター】 Tel.026-275-6017

開館時間 午前9時～午後4時
 休館日 毎週日曜日
 住 所 千曲市大字上山田825番地2

プチ相談・身体測定なども行なっています。お気軽に予約してください。

▼千曲市子育て応援アプリのダウンロードはこちら



android版



iphone版

市立図書館 おすすめの一冊



ウイルスにもガンにも野菜スープの力
 著者／前田浩 出版社／幻冬舎
 野菜の力と恵み、ファイトケミカルとは？コロナウイルスから肺炎にいたるメカニズム。栄養成分を吸収するには生より野菜スープ！なぜ野菜スープが万病の予防に良いのか、様々なデータを分かりやすく説明した一冊。

更埴西図書館 新刊図書
 ○小説
 『家族じまい』桜木紫乃
 『じんかん』今村翔吾
 ○ノンフィクション
 『折り鶴クラフト』森本美和
 『ラクラク！自家製お漬け物』島本美由紀
 ○児童向け
 『かえるじゃん』つるたあき
 『教室の日曜日』村上しいこ

【おはなし会】
 ○更埴図書館 毎週土曜日 午前10時30分～11時
 ○戸倉図書館 毎週木曜日 午前10時30分～11時
 8月29日（土）午前10時30分～11時（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～11時

千曲警察署から

《Tel.026-272-10110》

防災意識の高揚について

昨年発生した令和元年東日本台風災害は、県内各地に甚大な被害をもたらした。千曲市においても広範な浸水被害が発生しました。
 今後も災害に備えて、自治体が発表する気象情報に注意し、警報などが発表された場合には早めに避難を開始するなど、適切に対応する必要があります。

自治体からは、
 ①警戒レベル3 高齢者等避難開始
 ②警戒レベル4 全員避難
 ③警戒レベル5 災害発生中の順序で発令されますので、日頃から避難先や非常持出品などを確認し、警戒レベル3以上が発令された場合は、迅速な避難を心掛け防災意識の高揚に努めましょう。

市内事件・事故累計（6月末現在の暫定値）

種類		件数 (前年同期比)
盗難事件	万引き	19件 (+1)
	自転車盗	9件 (-7)
	車上狙い	2件 (-6)
	その他	30件 (+10)
交通事故	件数	74件 (-24)
	死者	0人 (-1)
	傷者	101人 (-16)



第一生命保険株式会社が市に マスク600枚と消毒用アルコール4本を寄贈



第一生命保険株式会社長野支社（長野市）の久留嶋純支社長ら3人が市役所を訪れ、市役所で感染対策に使用するための不織布マスク600枚と消毒用アルコール4本を市に寄贈しました。

久留嶋支社長は「地域のために感染予防に役立つものを寄贈しようと考えました。今後もこういった活動を定期的に行なっていきたいです」と語りました。内田雅啓副市長は「感染が小康状態になっている今、今後の流行に備えておくことが大切なので、大変ありがたいです」と感謝の言葉を述べました。

リベルタス千曲 FC が市長を表敬訪問



千曲市を拠点に活動する社会人サッカークラブ「リベルタス千曲 FC」の富松清次代表ら4人が市役所を訪れ、岡田昭雄市長に北信越フットボールリーグの開幕に向けての意気込みを語りました。

北信越フットボールリーグは、新型コロナウイルス感染症の影響により開幕が延期となっていました。リベルタス千曲 FC は7月19日に千曲市サッカー場で開幕戦を行ない、3対1で勝利しました。

しなの鉄道株式会社が 新型車両「SR1系」を公開



しなの鉄道株式会社（上田市）は、7月4日から運行を開始した新型車両「SR1系」を公開しました。車体は信州のさわやかな風をイメージした鮮やかな青色で、寒さの厳しい冬でも温かみを感じられるよう、シートには赤色が採用されました。また、車内設備には無線LAN、電源コンセントやバリアフリートイレを配備し、従来の車両より利便性が向上しました。

土・日曜日と祝日は観光有料快速「軽井沢リゾート号」として、千曲市産の旬の食材を使った軽食が楽しめるプラン（事前予約制）が用意されています。

屋代駅前通り商店街がテラス営業を開始



国土交通省は6月から、新型コロナウイルス感染症への緊急措置として、沿道飲食店などの路上利用の占用許可基準を緩和しました。

屋代駅前通り商店街では、これを利用してテラス営業などを開始しました。県内で緊急措置による道路占用許可を受けた取り組みは千曲市が初めてで、屋代駅前通り商店街では、11月30日まで歩道の一括占用許可を受けていることから、今後はテラス営業などを行なう店舗を増やしていく予定です。



私には4月から幼稚園に通い始めた4歳の娘とイヤイヤ期真っ只中の1歳の息子がいます。娘が弟のお世話をしてくれたり、息子が姉のやることを真似したり、最近是一緒に遊ぶことも増え、2人で楽しそうに笑っている姿に癒されています。娘のイヤイヤ期には、気に入らないことがあると頭を床や壁に打ちつけて泣き叫ぶ娘に、人の目が気になって家に引きこもって過ごしたこともありましたが、さらに息子を妊娠中だったこともあり、とにかく大変だったという記憶がありません。今はちょうど息子がイヤイヤ期です。また、外では手が届かない子に思われがちな娘ですが、幼稚園に通い始めて慣れない環境で疲れもあるのか、夕方

になると機嫌が悪く癇癪を起すようになりました。夕方の忙しい時間に2人の癇癪が重なる、もう大変です。それでも今では子どもたちを通してできた友人と楽しく話したり、育児の悩みを共感してもらうことでリフレッシュして、楽しみながら育児ができています。また、支援センターや幼稚園の先生方から頂けるアドバイスも前向きな気持ちになることができ、周りの人に支えられていることを実感して感謝の気持ちでいっぱいです。怒りすぎてしまつて寝顔を見て反省することも多いですが、今しかない貴重な時間を一緒に過ごせることに感謝し、これからも子どもたちとともに成長していきたいです。



宮入 唯さん（小島）



はじめよう！SDGs ～SDGsって何？～ 第1回

今月号から「はじめよう！SDGs」を連載します。まず、「SDGs」って何でしょう？「SDGs」は「エス・ディー・ジーズ」と読みます。これは、2015年9月の国連サミットで採択した「持続可能な開発目標」で、17のゴール（目標）と169のターゲット（具体的な目標）が示されています。

この目標の達成に向けて、国際社会全体で、2030年までに「誰一人取り残さない」社会の実現を目指しています。

日本でも国・自治体・企業などで目標達成に向けた取り組みが始まっています。決して難しい取り組みではなく、一人ひとりが身近な問題に取り組むこと、例えば省エネに取り組む、マイバックを持参する、食べ残しを減らすことなどが目標の達成に繋がります。

市も「誰一人取り残さない」社会の実現に向けて、SDGsを推進していきますので、みんなで「はじめよう！SDGs」。興味がある人は、インターネットで「SDGs」と検索してみてください。

【豆知識】

タイトルの上部にある17色のホイールのアイコンやピンバッジを見たことがある人もいないのでしょうか？この17色がSDGsの17の目標の色を表しています。

次回からは、この17の目標について紹介していきます！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



- 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。



有限会社宮城商店 専務取締役 宮城 恵美子さん(中・60歳)

6月19日に、日本遺産に認定された姨捨の棚田。古くから名月で有名なこの地で、景色と音楽を楽しむ「長楽寺満月ライブ」を開催しているのが、有限会社宮城商店専務取締役の宮城恵美子さんだ。

宮城さんは小島出身。高度経済成長期で、時代の最先端である東京に憧れ、大学進学を機に上京。

20歳の時、研修で訪れたドイツで、人々の郷土愛と街の至る所で生演奏の音楽や地元の食材を使った料理やお酒を楽しむ光景に、生活の豊かさを感じたという。27歳で千曲市へ帰郷。現在の宮城商店の社長宮城俊木さんと結婚し、宮城商店へ就職した。地元を知るために市内各地へ出かけ、長楽寺からの景色や月に魅了された。この場所に心地よい音楽とおいしい食事があれば、ドイツで感じた豊かな生活に近づくと考え、平成24年から「長楽寺満月ライブ」を始めた。長楽寺では「木花咲夜姫」と書かれた古文書と出会った。容姿の美しい木の花姫を羨む叔母の大山姫が、木の花姫に連れられて姨捨山から見た棚田の景色に心が洗われるという話で、自分の目指す人生と合致したため、地元の野菜で作る漬物屋の名前を「木の花屋」にした。

そんな宮城さんを令和元年東日本台風が襲った。宮城商店が浸水し、商品には泥が付き、工場の機械は水没した。「当時はつらかった。しかし、人の温かさははじめ、多くを学ぶことができた」と宮城さんは話す。機械の修理に2か月かかると言われたが、30年以上前から取引のある工場が、同じ機械を所有しており、部品を貸してくれたおかげで、被災から2週間で営業を再開することができた。

「日々の生活では何があってもいい。日々の生活の楽しみだけで終わるのではなく、人生が楽しかったと思えるように生きていきたい。水害や新型コロナウイルスで苦しい状況が続いているが、ここから這い上がりたい」と今後の目標について明るく話す宮城さん。前例のない状況の中で奮闘する宮城さんは、今後も豊かな人生を追求していく。

●千曲市メール配信サービス

千曲市から災害情報、防犯情報などを電子メールでお届けします。



▲利用登録はこちら

●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

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(令和2年7月1日現在)

世帯数 22,203(－11)
人口 58,883人(－52)
男 28,541人(－23)
女 30,342人(－29)

令和2年 6月中の動き	
転入	98人
転出	111人
出生	25人
死亡	64人