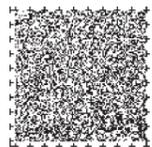


今月の表紙

4月8日に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、子どもの健やかな成長を願い、獅子舞を披露しました。獅子舞になじみがない子どもたちは、怖がりながらも興味津々の様子でした。

今月の主な紙面

| | |
|--------------------------|--------|
| 「長野地域連携中枢都市圏」の取組が地域を元気に！ | …… 2～3 |
| 第二次国土利用計画（千曲市計画）を策定 | …… 4～7 |
| 特定健診の受診を | …… 8～9 |



1

フレックスジャパン株式会社
レディス事業部
宮入 啓一さん
上徳間在住



就職情報サイト「おしごとながの」活用事業

長野市が運営している就職情報サイト「おしごとながの」に関係市町村を加えて広域化するなど、地域への就職支援強化を図ります。

仕事は、レディス商品の商談などを行なっています。自分が商談した商品が店頭で並ぶことがうれしく、やりがいに感じています。この仕事に出会えたきっかけのひとつが、就職情報サイト「おしごとながの」です。インターネットには就職情報サイトが多数ありますが、「おしごとながの」は長野市が運営しており、安心感があります。長野地域で働きたい人と企業をつなぐ良いツールです。



▲おしごとながのホームページ
(<http://oshigoto.nagano.jp/>)



合同プロモーション事業

長野地域内の地域資源をエリア全体でPRすることで、信州ブランドとしての価値を高め、販路拡大を図ります。

昨年10月に霞が関ビルディング(東京)で、長野地域の事業所と一緒に、サラリーマンやOLの皆さんへ信州そばやおやき、信州千曲ブランド認定商品などの郷土料理を提供し、長野地域の魅力をPRしてきました。この事業の魅力は、ひとつの会場で長野地域の郷土食や特産品を味わえることです。千曲市を知らない人に、長野地域の郷土食や特産品と一緒に千曲市のことも知ってもらおうことができました。



▲霞が関ビルディングで販売した信州千曲ブランド認定商品



2

栄泉堂(稲荷山)
政木 紳一さん



移住・定住促進事業

移住・定住希望者のさまざまなニーズやライフスタイルに合わせた効果的な提案が可能となり、長野地域市町村への移住促進を図ります。

昨年の9月に東京都から千曲市に移住してきました。移住の決め手は、戸倉上山田温泉とコンパクトなまちで生活がしやすかった点です。4月15日に東京で行なわれた移住相談会に、移住経験者として参加してきました。千曲市ってどこの？と思っている人もまだまだ多いので、千曲市単独で開催するより、知名度が高い長野市を中心にプロモーションする方が、千曲市の魅力を効果的に伝えられると感じました。



「長野地域連携中枢都市圏」の取組が地域を元気に！

■問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5315)

長野地域9市町村では、平成27(2015)年度から長野地域連携中枢都市圏を形成し、地域活性化や人口減少対策に向けて、経済活性化、研究開発などの環境整備、住民の利便性向上などに協力して取り組んでいます。

長野地域9市町村 (3市4町2村)



連携中枢都市圏とは？

人口減少、少子・高齢社会にあっても、住民の皆さんが安心して快適な暮らしを営んでいけるよう、長野市(中枢都市)と、近隣の市町村が個別に協約を結び、連携した取組を行なう活気ある圏域の実現を目指すための政策です。

目指す姿

元気な森は、一本一本の木々が土壌に力強く根を張ってつづられます。長野地域は社会的・経済的な結びつきが強く、従来から顔の見える生活圏域の森を形づくっています。将来にわたって長野地域の森全体が元気であり続けられるよう、一本一本の木々となる市町村が、連携中枢都市圏における3つの役割により、力強い根を張りめぐらせて互いに連携し、活気に満ちた持続可能な地域社会の実現を目指します。なお、このための具体的な目標として、2040年の長野地域の人口を476,000人(平成27年国勢調査時543,524人)としています。

元気な森

「長野地域連携中枢都市圏」

～2040年の目標人口 476,000人～



①経済活性化

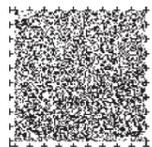
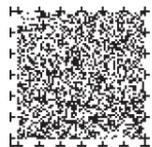
- 企業誘致
- 農産物の販路拡大
- 広域観光
- 地元就職の促進など

②研究開発などの環境整備

- 産業・農業分野などの専門人材の育成
- など

③住民の利便性向上

- 休日・夜間の救急患者受け入れ体制の充実・強化
- 図書館資料の貸出し広域化
- など



第二次国土利用計画 (千曲市計画)を策定

■問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5315)

前月号では、千曲市の区域における国土(市土)の利用に関して、行政上の指針となる第二次国土利用計画(千曲市計画)の、基本構想などを紹介しました。
今月号では、市土の利用区分ごとの規模の目標と地域別の概要を説明します。

▼利用区分ごとの規模の目標

左表は、利用区分ごとの規模の目標値を表したものです。

これまでの「すう勢(現在までにどのくらいの増減が続いていたかを基に推測するもの)」に加えて、第二次千曲市総合計画に基づく政策的な土地利用転換を加味して定めました。

市が第二次千曲市総合計画に基づく各種施策を実施した結果、目標年次である2026年の規模の増減は次のとおりです。

▼農地

優良農地を確保しつつ、社会経済情勢の進展や変化に対応し、その他から32鈔、道路へ10鈔、宅地へ115鈔の転換を見込んでいます。

▼水面・河川・水路

現状を維持することとし、水路は田の宅地への利用転換に伴う改廃により、2鈔の減少を見込んでいます。

▼道路

一般道は、幹線道路の整備や宅地化による区画道路の整備により、農地から10鈔、その他から5鈔の転換を見込んでいます。

▼住宅地

生活基盤である住宅を確保するために、農地から44鈔、その他から13鈔の転換を見込んでいます。

▼工業用地

産業構造の変化や用地需要の変化に的確に対応することとし、農地から3鈔の転換を見込んでいます。

▼その他宅地

新たな産業用地の確保などにより、農地から68鈔、水面・

河川・水路から2鈔の転換を見込んでいます。

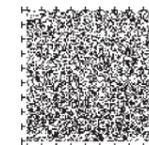
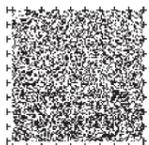
▼その他(公園・緑地・ゴルフ場、荒廃農地など)

荒廃農地などを有効活用することとし、農地へ32鈔、道路へ5鈔、宅地へ13鈔を見込んでいます。

利用区分ごとの規模の目標

| 利用区分 | 基準年次 a (2014年) | | 中間年次 (2020年) | | 目標年次 b (2026年) | | 増減 b-a (ha) |
|----------|-------------------|------------|-----------------|------------|-------------------|------------|-------------------|
| | 面積 (ha) | 構成比 (%) | 面積 (ha) | 構成比 (%) | 面積 (ha) | 構成比 (%) | |
| 農地 | 1,591 | 13.3 | 1,557 | 13.0 | 1,498 | 12.5 | ▲93 |
| 森林 | 6,884 | 57.5 | 6,884 | 57.5 | 6,884 | 57.5 | 0 |
| 原野等 | 4 | 0.0 | 4 | 0.0 | 4 | 0.0 | 0 |
| 水面・河川・水路 | 317 | 2.6 | 316 | 2.6 | 315 | 2.6 | ▲2 |
| 道路 | 658 | 5.5 | 666 | 5.6 | 673 | 5.6 | 15 |
| 宅地 | 1,276 | 10.7 | 1,320 | 11.0 | 1,406 | 11.8 | 130 |
| 住宅地 | 829 | 6.9 | 857 | 7.2 | 886 | 7.4 | 57 |
| 工業用地 | 92 | 0.8 | 93 | 0.8 | 95 | 0.8 | 3 |
| その他宅地 | 355 | 3.0 | 370 | 3.1 | 425 | 3.5 | 70 |
| その他 | 1,249 | 10.4 | 1,232 | 10.3 | 1,199 | 10.0 | ▲50 |
| 合計 | 11,979 | 100.0 | 11,979 | 100.0 | 11,979 | 100.0 | 0 |

*構成比は、少数点以下第2位を四捨五入しているため、集計地が合わない場合があります。



地域別の概要

③南部市街地地域



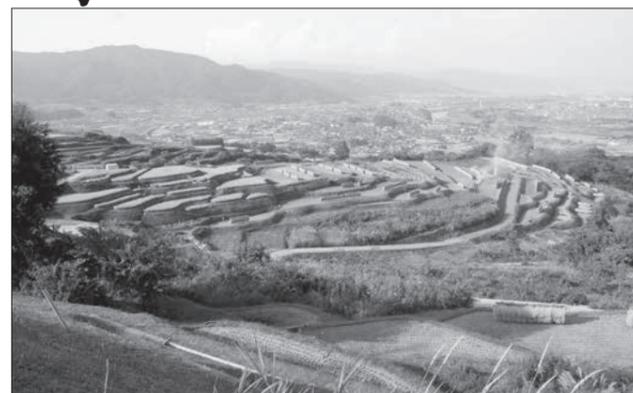
- 目標 スポーツによる地域活性化と温泉の魅力が交流と活力を生み出す有効かつ効率的な土地利用を図ります。
- 基本方向
 - 戸倉駅周辺地区、戸倉・上山田温泉地区
温泉街を活かした観光・交流拠点の形成を図るため、多様な都市機能が集積する市街地整備を進めます。
 - 戸倉体育館、萬葉の里スポーツエリアの周辺
多くの市民が気軽にスポーツ・レクリエーションを楽しむことができるよう施設の整備・充実を図ります。

④東部農山村地域

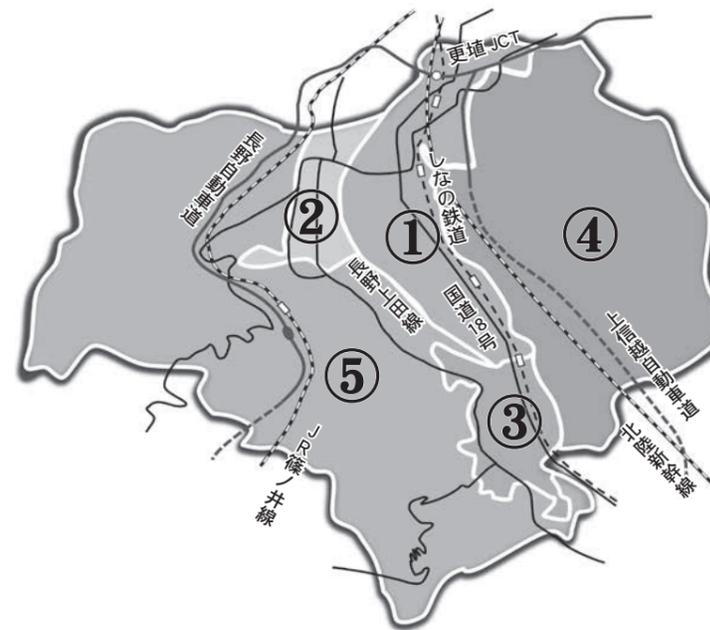


- 目標 地域の特性に応じた良好な農業生産活動と生活環境の一体的な形成を進めるとともに、森林や農地などの適切な保全管理を図ります。
- 基本方向
 - あんずの里
地域の合意形成を図りながら自然環境と一体となった眺望や色彩にも配慮した美しい農村景観の創出に努め、担い手を確保して、農業の継続と農地の確保・保全を進めます。
 - 地域の大部分を占める森林
健全な森林資源の保全と市民が身近に利用できる憩いの場としての多面的利用を図ります。

⑤西部農山村地域



- 目標 里山などの美しい自然環境を保全し、農業生産活動と生活環境の一体的な形成を進め、森林や農地などの適切な保全管理を図ります。
- 基本方向
 - 生産性の高い優良農地
農道・用水路など農業生産基盤の整備を進めるとともに、荒廃農地の発生防止・解消に努め、優良農地の確保・保全を図ります。
 - 農村集落
集落内の道路・公園の整備、下水道の普及等生活環境の整備を進めるとともに、定住地との調和に配慮した計画的な土地利用を図ります。



地域区分は、本市における自然的、社会的、経済的及び文化的条件を考慮して、次の5地域に区分しました。

| 地域名 | 地域の概要 |
|----------|-------------------------|
| ①東部市街地地域 | 千曲川右岸の都市計画用途地域及び周辺部 |
| ②西部市街地地域 | 千曲川左岸の北西部の都市計画用途地域及び周辺部 |
| ③南部市街地地域 | 千曲川両岸南部の都市計画用途地域及び周辺部 |
| ④東部農山村地域 | 千曲川右岸で①③以外の地域 |
| ⑤西部農山村地域 | 千曲川左岸で②③以外の地域 |

①東部市街地地域

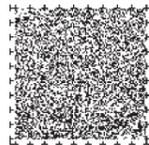


- 目標 農業的土地利用や生活環境との調和を図りながら、都市機能が集積した集約型の市街地を目指します。
- 基本方向
 - しなの鉄道屋代駅周辺地域
人が集まり賑わう市の中心拠点として、多様な都市機能が集積する市街地整備を推進します。
 - 更埴インターチェンジから両宮地区北部周辺
高速交通の利便性などの立地条件を活かし、計画的な産業用地の整備を図ります。
 - 屋代地区の上信越自動車道西側周辺
更埴インターチェンジへのアクセス機能を高め、新たな賑わいと交流を生み出す土地利用を図ります。

②西部市街地地域



- 目標 地域の活性化に向けて、地域固有の歴史や文化を再評価するとともに、地域の魅力を最大限に活かした土地利用を進めます。
- 基本方向
 - 稲荷山、八幡地区に残る歴史的建造物周辺
地域の合意形成を図りながら、眺望や色彩にも配慮した良好なまちなみ景観の形成を図ります。また、伝統的建造物群を活かした観光・交流拠点の形成を図ります。
 - 国道18号バイパス東側周辺
都市計画制度を適切に運用し、農業的土地利用との調和を図りながら、既成市街地との都市機能のバランスに配慮した良好な市街地の形成を進めます。



後期高齢者健康診査

■期間 6月1日(金)～平成31年2月28日(木)
■対象 後期高齢者医療加入者

*生活習慣病により医療機関で治療や検査を受けている人、病院・介護保険施設などに入院・入所している人は対象となりません。

■費用 無料
■申込方法 健康診査を希望する人は、更埴保健センターに電話で申し込んでください。
■受診方法 後日、問診票などを郵送します。事前に予約のうえ、市指定の医療機関(下表参照)で受診してください。

◎医療機関で受診する場合は、10月以降になるとインフルエンザの予防接種で混み合うことが予想されるため、9月末までに受診してください。

◎全国健康保険協会、健康保険組合、共済組合など会社で保険に加入されている人は、加入している医療保険者が実施する特定健康診査を受診してください。

特定健康診査

■対象 40歳～74歳(千曲市国民健康保険加入者)
■費用 1,000円
*昭和53年4月1日から54年3月31日までに生まれた(平成30年度に40歳になる)人は無料です。

◎集団健診(市の公共施設で受診)
■期日・会場
○5月7日(月)、9日(水)、23日(水)・更埴保健センター
○5月8日(火)・市総合観光会館
○5月10日(木)、18日(金)・戸倉庁舎
○5月15日(火)・稲荷山公民館
○5月16日(水)・屋代公民館
■受診方法 既に申し込んでいる人には個人通知を郵送します。日程など詳細を確認して受診してください。新たに集団健診を希望する人は問い合わせてください。

◎個別健診(市指定医療機関で受診)
■期間 6月1日(金)～平成31年2月28日(木)
■受診方法 集団健診や人間ドックを受診しない人に問診票を郵送します。事前に予約のうえ、市指定の医療機関(下表参照)で受診してください。

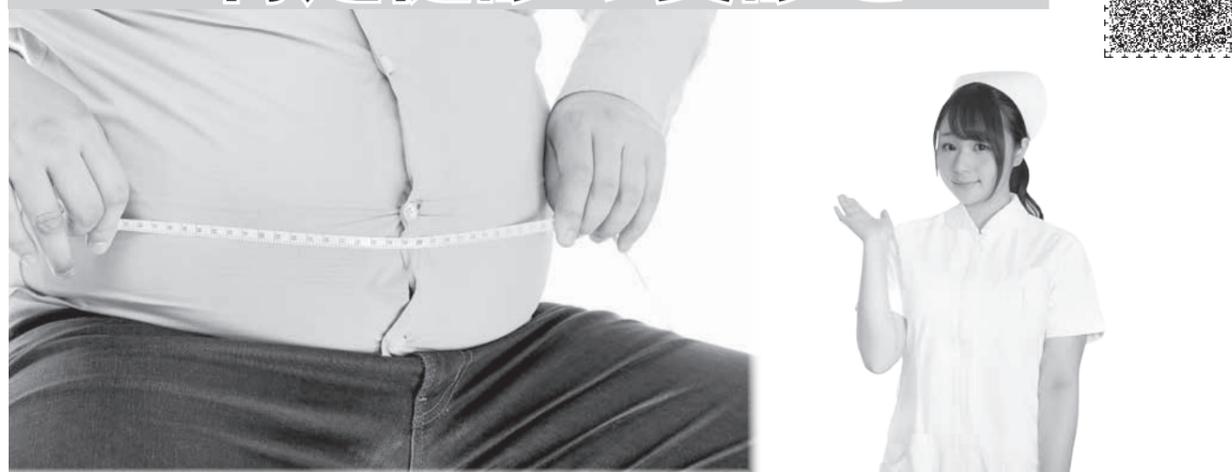
市が指定する医療機関(個別健診・後期高齢者健康診査)

| 医療機関名 | 電話番号 | 医療機関名 | 電話番号 |
|-----------------|--------------|-------------------|--------------|
| あんずの里クリニック(森) | 026-272-1005 | 安里医院(内川) | 026-275-7800 |
| 菅谷東クリニック(栗佐) | 026-272-0493 | とぐらクリニック(戸倉) | 026-275-0405 |
| 坂口整形外科(屋代) | 026-273-8680 | やまざき医院(上徳間) | 026-276-2700 |
| 鶴沢内科クリニック(屋代) | 026-272-3713 | とよき内科(磯部) | 026-276-0413 |
| 島谷医院(杭瀬下) | 026-273-1201 | とも泌尿器科クリニック(磯部) | 026-261-5815 |
| 千曲中央病院(杭瀬下) | 026-273-1725 | 市川内科医院(上山田温泉) | 026-275-5515 |
| 中沢医院(小島) | 026-272-0131 | 長野寿光会上山田病院(上山田温泉) | 026-275-1581 |
| 島田クリニック(小島) | 026-273-8788 | いろかわ医院(坂城町) | 0268-82-2143 |
| もみのき内科クリニック(寂蒔) | 026-272-3610 | 松尾医院(坂城町) | 0268-82-2013 |
| 飯島医院(中) | 026-272-0269 | さかき生協診療所(坂城町) | 0268-82-0101 |
| 岡田外科医院(稲荷山) | 026-272-2828 | 武市医院(坂城町) | 0268-82-2606 |
| 菅谷医院(稲荷山) | 026-272-1024 | 村上堂大井クリニック(坂城町) | 0268-81-3131 |
| 中沢内科医院(稲荷山) | 026-272-1013 | 東信よしだ内科(坂城町) | 0268-81-1330 |

【郵便番号順】

一年間の安心を、年一回の検診で

特定健診の受診を



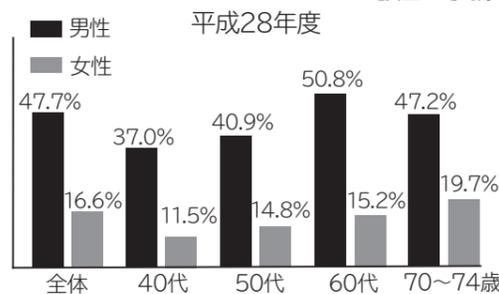
■問い合わせ先 更埴庁舎・更埴保健センター(内線5508)

【検査項目】

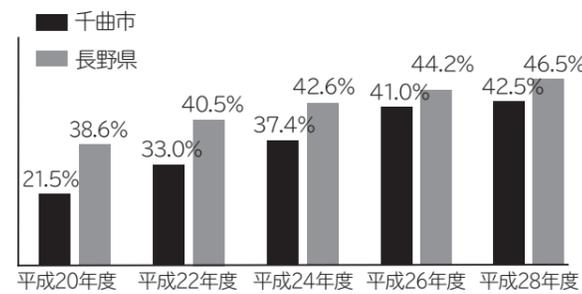
| | | | |
|---|------|----|----|
| 身体測定(身長・体重・腹囲) | 血圧測定 | 問診 | 診察 |
| 血液検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、GOT、GPT、γ-GTP、血糖、ヘモグロビンA1c、血清クレアチニン、尿酸、赤血球、色素量、ヘモトクリット) | | | |
| 尿検査(定性検査[糖、たんぱく、潜血]、定量検査[蛋白、クレアチニン]) | | | |
| *心電図検査(別途料金がかかります) | | | |

特定健診を受診しましょう
千曲市国民健康保険では、生活習慣病の予防のため、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査」を実施しています。
受診率は徐々に伸びてきていますが、受診する人は約4割です(グラフ1)。自分や大切な家族のためにも、年一回の健康診査を受診しましょう。
健診結果などから保健師、管理栄養士による保健指導を実施しています。

【グラフ2】千曲市国民健康保険特定健診受診者の内、メタボリックシンドローム該当・予備軍の割合



【グラフ1】千曲市国民健康保険特定健診の受診率



TOPICS 2

乳がん検診

乳がんは、女性にできるがんのなかで一番多く、年間約1万3000人が亡くなっています。しかし、早期段階で見つけることで、5年生存率は、98・2%といわれています。
市内では、平成29年度の乳がん検診で4人に乳がんが発見されました。定期的に検診を受け、がんがまだ小さい早期の段階で見つけることが大切です。

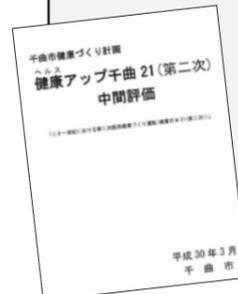


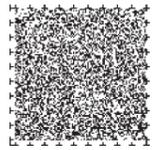
- 対象 乳房超音波単独検診 20歳から39歳と75歳以上の女性
- 乳房レントゲン検診 40歳から74歳の偶数年齢の女性
- 検診日程 市報4月号折込の「平成30年度各種検診日程のご案内」を確認してください。
- 料金 ○乳房超音波単独検診 2200円 ○乳房レントゲン検診 3200円(車検診)、3300円(施設検診)
- 申込方法 更埴保健センターに電話で申し込んでください。

TOPICS 1

健康アップ千曲21(第二次)中間評価

市では、平成25年に健康寿命の延伸、健康格差の縮小などを目的に、健康づくり計画「健康アップ千曲21」(第二次)を策定しました。計画期間は平成25年度から10年間です。
計画の5年目となる平成29年度に事業の進捗状況を基に現状を把握し、今後の事業方針や取り組みを見直しました。
①「健康寿命の延伸」の目標数値の追加
②「肺がん」「大腸がん」「乳がん」の目標値を変更
③「脳血管疾患」「虚血性心疾患」の年齢調整死亡率の目標値を変更
④「歯・口腔の健康」の指標項目の変更、「3歳児でう蝕のない者の割合」「12歳児の1人平均う歯数」の目標値を変更
⑤「こころの健康」で「エジンバラ産後うつ病質問票」の導入
*詳細は、市ホームページで確認できます。

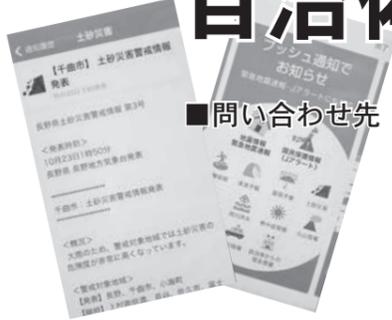




Yahoo! 防災情報で配信開始

自治体からの緊急情報

■問い合わせ先 更埴庁舎・危機管理防災課(内線5251)



市は、Yahoo!防災速報「自治体からの緊急情報」の配信を開始しました。

千曲市メール配信サービスが受信できない人は、「Yahoo!防災速報」を利用してください。

■Yahoo!防災速報「自治体からの緊急情報」

「Yahoo!防災速報」の利用者に、市が発表する災害情報などを直接配信します。

「Yahoo!防災速報」には、スマートフォンやタブレットにアプリをダウンロードして利用するアプリ版と、パソコンや従来型携帯電話で利用するメール版があります。

■配信する災害情報など

- 避難所などの開設情報
- ライフラインに関する情報(断水・給水・停電など)
- その他野生動物の出没、大規模火災

*千曲市メール配信サービスで配信される情報のうち、災害発生時や台風接近時などの注意喚起やライフライン情報などを配信します。

■配信対象者

「Yahoo!防災速報」のアプリ版やメール版を利用している

人で、次のいずれかに該当する人

- 通知対象地域を千曲市に設定している人
- 現在地連動通知の設定を「オン」にし、市内にいる人(スマートフォン)などのアプリ版のみ)

■Yahoo!防災速報「自治体からの緊急情報」登録方法

- スマートフォン・タブレットからアプリをダウンロード。
- ①Yahoo!防災速報ホームページから「メール版簡易登録へ」または「メール版はこちら」に進む。
- パソコン・従来型携帯電話
- ①Yahoo!防災速報ホームページから「メール版簡易登録へ」または「メール版はこちら」に進む。
- ②「通知先の設定」で受信したいメールアドレスを登録。
- ③「地域の設定」で「千曲市」を設定。
- ④「通知する情報の設定」で「自治体からの緊急情報」にチェックを入れる。



▲Yahoo!防災速報ホームページ

■問い合わせ先
千曲川河川事務所・防災情報課(TEL 026-1227-17875)



▲川の防災情報(観測場所:杭瀬下)



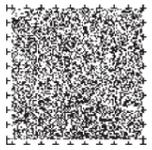
千曲川の洪水情報が緊急速報メールで配信

千曲川の増水などにより氾濫の危険が高まった際に、緊急速報メールが自動で配信されます。緊急速報メールを受信したら、雨量や千曲川の水位を国土交通省ホームページの「川の防災情報」で確認してください。

■注意事項

- 基地局の関係により、配信エリア近郊の人にも緊急速報メールが届くことがあります。
- 機器の電源が入っていない場合や圏外、電波状況の悪い場所、機内モード時、通話中の場合は受信できません。
- ご利用の機種により、緊急速報メールに対応していない場合があります。

*詳細は市ホームページで確認してください。



空き家の問題で困っている人へ

千曲市空家等対策計画が完成

■問い合わせ先 更埴庁舎・建設課(内線5645)

一般住宅の空き家には所有者がいますので、市が勝手に直したり壊したりすることはできません。管理責任を負う所有者は、近所に迷惑をかけないように適正に空き家を管理する必要があります。

▲空き家は年々増加

使う予定のない空き家をどのように管理すればいいのか、誰かに売りたいがどのような方法があるのか、といった疑問を解決できないまま、空き家を放置している所有者が多く、空き家は年々増加しています。

また、何もしなければ空き家になってしまいう「空き家予備軍」に対する正しい対処方法が分からず、空き家化を食い止められなかったケースも多くなっています。

▲千曲市空家等対策計画

千曲市空家等対策計画は、空き家の問題で困っている人、問題解決の情報提供を行ったり、活用希望者とのマッチングをしたりしていくことで、地域の問題解決や活力の再生を進めていきます。

また計画では、直接的に空き家による被害や迷惑を受ける区・自治会などの地域自治組織との協働を進め、所有者情報の把握や共有など、連携体制の強化を進めていくことを大きな目標としています。

| 空家等の有効活用対策 | 内容 |
|-------------------|-----------------------------------|
| 宿泊施設への活用 | グリーンツーリズムの取組などと連携し、宿泊施設として活用を検討 |
| 滞在型シェアハウス | 複数の人々が共有する会員制簡易宿泊所として活用を検討 |
| 福祉活動拠点・子育て支援施設 | 高齢者福祉活動拠点や子育て支援施設への利用を検討 |
| 空き店舗などの活用 | テレワーク事業の拠点施設に活用など |
| 教育施設への活用 | 学習塾などの教育施設などへ転用を検討 |
| 信州まちなかりノベーション推進事業 | 空き家の所有者と空き家を借りたい人のマッチング |
| 住宅リフォーム支援 | 資金補助制度を検討し、空き家活用による移住・定住の促進に向けた支援 |

標に掲げています。
*詳細は、市ホームページで確認できます。

▲特定空家等の指定に注意

「特定空家等」として「空家等対策の推進に関する特別措置法」(空家法)に基づく指定を受けたあと、法第14条に基づく「勧告」の措置を受けた場合は、特例が外されて土地に係る固定資産税が最大6倍に跳ね上がります。

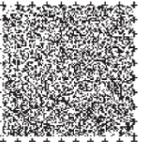
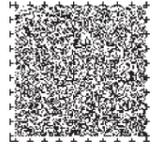
空き家を放置している状況を打開するために、市では、この計画に従い、「特定空家等」の確認・調査などを実施して、指定を進めていきます。

市内に管理不全の空き家を放置している人は、「特定空家等」に指定され固定資産税が上がってしまう前に、建設課空き家対策係へ相談してください。

特定空家等とは

そのまま放置すれば倒壊など著しく保安上危険となるおそれのある状態又は著しく衛生上有害となるおそれのある状態、その他周辺の生活環境の保全を図るために放置することが不適切である状態などにあると認められる空き家などです。

*空家法第2条第2項に定める「特定空家等」です。



▲尾米川沿いの花壇の植栽活動

市内をみどりでいっぱい

平成30年度 「千曲市緑の基本計画」 推進事業団体が決定

■問い合わせ先 更埴庁舎・都市計画課(内線5621)

- 尾米川沿いの花壇の植栽活動
- 稲荷山公園の緑化推進事業
- 稲荷山公園クリーンボランティア
- 五加小学校前に花を植え花壇にする植栽活動
- 五加小学校前の空き地敷か所への植栽活動
- 県道・通学路沿いの空き地敷による花壇づくり
- 内川交差点へのプランター設置による花壇づくり
- 五加地区 花の会
- 更埴文化会館前、尾米川沿いの緑化推進事業
- 五加地区 花の会
- 内川交差点へのプランター設置による花壇づくり
- 県道・通学路沿いの空き地敷か所への植栽活動
- 五加小学校前に花を植え花壇にする植栽活動
- 稲荷山公園クリーンボランティア
- 稲荷山公園の緑化推進事業



千曲市の魅力を世界に発信

鍵盤ハーモニカ奏者の TommyChoさんが 観光大使に

■問い合わせ先 市総合観光会館・観光交流課
(Tel.026-275-1753)

岡田市長は3月16日、神戸市在住の鍵盤ハーモニカ奏者であるTommyChoさんに、市をPRする千曲市観光大使を委嘱しました。

更埴庁舎で委嘱状を受け取ったTommyさんは「県外者であるからこそ分かる千曲市の魅力を、県内外問わず海外でも、どんどんアピールしていきます」と意気込みを話してくれました。

Tommyさんは、テレビなどの各種メディアから鍵盤ハーモニカ奏者として注目されているほか、音楽のレコーディングにおいても国内外のアーティストから厚い信頼を受けている人物です。阪神淡路大震災で被災された経験から、台湾大地震や中国四川大震災、東日本大震災では現地へ赴き、震災孤児たちに楽器と演奏を贈る復興支援活動も行なっています。

千曲市との縁は、2005年の長野県ツアーで千曲市を訪れ、市内各所で演奏したことから始まりました。これまでに、更埴文化会館での単独コンサートや「あん姫のうた」の作曲に携わりました。

このまちに笑顔を広げる民生・児童委員

福祉台帳と高齢者台帳の 作成にご協力を

■問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(内線6212)



▲各地区会長(敬称略)
前列左から 春日和子(屋代)、大島剛(上山田)、濱田政常、(戸倉)
後列左から 稲玉幸信(東部)、宇都宮新二(埴生)、青木俊夫(八幡)、山崎文清(稲荷山)

民生委員は、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員であり、児童福祉法に定める児童委員を兼ねています。給与の支給はなく、ボランティアとして活動し、任期は3年です。現在千曲市では151人が民生・児童委員として活動しています。

市では、民生・児童委員に、各世帯の状況を把握するための「福祉台帳」と、高齢者の緊急時の連絡先を把握したり、高齢者に各種サービスを提供するために必要な「高齢者台帳」の作成・確認を依頼しています。そのため、民生・児童委員が訪問した際には、ご協力をお願いします。

*各区域の民生・児童委員は暮らしのカレンダーでご確認ください。

民生・児童委員の活動内容

- 高齢者や障がい者の安否確認、見守り
- 子どもたちへの声かけ
- 母子父子家庭に関する相談
- 虐待やDVに関する相談
- 失業や経済的困窮による生活上の心配ごとなどさまざまな相談

地域特有のデザインが魅力

マンホールカードを 配布

■問い合わせ先 市総合観光会館・観光交流課
(Tel.026-275-1753)
更埴庁舎・上下水道課(内線5633)



市は全国で大人気のマンホールカードの配布を始めました。マンホールカードとは、ご当地ならではの名所や名物が描かれたマンホールの蓋を図柄にしたものです。

デザインの由来や説明、マンホールの設置開始日や位置座標が記載されています。デザイン性あふれるマンホールをコレクションすることが出来ます。

今回配布するのは、旧上山田町でデザインし設置した千曲川と戸倉上山田温泉の街並みと山や、当時の町木「ヤマザクラ」、町花「ヤマツツジ」を描いたマンホール蓋のカードです。

■配布場所 市総合観光会館
*先着順で配布しますので、事前予約や郵便での取り扱いは行ないません。

*配布は、ひとり一枚までです。

■大きさ 縦8・8センチ×横6・3センチ

■表面 マンホールの蓋の写真、所在地、位置座標など

■裏面 デザインの由来や説明、デザインに関する画像、設置開始日、配布場所など

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。

平成30年度の区長・自治会長を紹介

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|------------|------------|------------|------------|--------------|------------|-------------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|-------------|-----------|------------|----------|----------|----------|-----------|----------|---------|--------------|---------|----------|------------|------------|----------|---------|-------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|----------|---------|-------------------|----------|----------|-------------|----------|------------|----------|------------|----------|------------|-------------|----------|----------|----------|------------|------------|----------|----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|--------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|-------------|-----------------|---|
| 更埴地区 (敬称略) | 屋代第1区 渡邊和巳 | 屋代第2区 町田泰喜 | 屋代第3区 富田昭男 | 屋代第4区 西山善隆 | 屋代第5区 五十嵐一比古 | 屋代第6区 横山悟朗 | 東部地区 | 雨宮区 富澤幸正 | 土口区 平林敏夫 | 生萱区 野澤孝幸 | 森東区 竹内袈裟延 | 森西区 久保秋雄 | 倉科区 高木俊雄 | 埴生地区 | 寂蒔区 大久保正志 | 鑄物師屋区 寺沢昭夫 | 打沢区 湯原昌三 | 小島区 吉池守彦 | 桜堂区 山崎良彦 | 杭瀬下区 寺澤文雄 | 新田区 長坂進一 | 中区 春原俊二 | 稲荷山地区 | 荒町区 清水始 | 中町区 山本直寛 | 本八日町区 飯田哲司 | 上八日町区 山口清史 | 治田町区 藤岡忠 | 元町区 林恒夫 | 桑原地区 | 小坂区 中山博雅 | 桑原東区 高野利直 | 桑原西区 小林洋一 | 桑原原区 唐澤益雄 | 大田原区 松林秀一 | 八幡地区 | 代池区 玉井晶 | 大捨区 西野入明 | 姨捨区 小野尚武 | 峯原区 古家信明 | 中原区 和田義人 | 郡原区 永田輝男 | 上町区 宮坂富雄 | 辻町区 渡邊正直 | 新宿区 岡野喜好 | 森下区 久保田唯夫 | 北堀区 小藤恒昭 | 志川区 近藤昭 | 戸倉地区 (敬称略) | 磯部区 瀬在節雄 | 福井区 荒井徳芳 | 新戸倉温泉区 滝澤長壽 | 上町区 吉池茂雄 | 上中町区 井出今朝幸 | 中町区 滝沢保明 | 今井町区 矢島久良夫 | 柏王区 中村和介 | 戸倉温泉区 畑山佳則 | 更級地区 | 若宮区 高松重雄 | 芝原区 中村好孝 | 仙石区 西澤源治 | 羽尾第四区 塚田茂雄 | 羽尾第五区 中澤良一 | 須坂区 塚田保隆 | 黒彦区 櫻田精一 | 五加地区 | 上徳間区 田中健一 | 内川区 中村忠夫 | 千本柳区 米澤辰男 | 小船山区 神谷里志 | 上山田地区 (敬称略) | 力石自治会 牛澤榮一 | 新山自治会 宮原秀幸 | 漆原自治会 寺澤正俊 | 三本木自治会 宮坂實雄 | 八坂自治会 坂口徹雄 | 中央自治会 田玉幸男 | 城腰自治会 五十嵐仁一 | 温泉地区自治会連合会 森義一郎 | 丑丸明英(校長会) 任期 4月1日から2年 問い合わせ先 戸倉庁舎・生涯学習課(内線6341) |
|-------------------|------------|------------|------------|------------|--------------|------------|-------------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|-------------|-----------|------------|----------|----------|----------|-----------|----------|---------|--------------|---------|----------|------------|------------|----------|---------|-------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|----------|---------|-------------------|----------|----------|-------------|----------|------------|----------|------------|----------|------------|-------------|----------|----------|----------|------------|------------|----------|----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|--------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|-------------|-----------------|---|

社会教育委員を紹介

- 社会教育委員
白石もと子(屋代)
鎌林清美(埴生)
小林いせ子(稲荷山)
小林京子(八幡)
- 賃金 時給1110円
堀口強(五加)
小松信美(更級)
田嶋一利(上山田)
小宮山司(上山田)

各種検診スタッフ(看護師)を募集

- 募集人員 若干名
- 勤務内容 各種検診の問診や診察介助
- 勤務場所 更埴保健センターなどの検診会場
- 勤務時間 各種検診により1時間30分から7時間
- 賃金 時給1110円
- 応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、看護師の免許証の写しを添えて、5月15日(火)までに更埴庁舎更埴保健センターに持参するか、郵送(当日必着)してください。
- 面接試験 5月下旬
- 郵送・問い合わせ先 更埴庁舎・更埴保健センター(〒387-1851 千曲市大字杭瀬下84番地、内線5509)

非常勤職員(アレルギー対応給食栄養士)を募集

- 募集人員 1人程度
- 募集要件 栄養士の資格を有し、普通自動車免許があり、パソコンができる人
- 勤務内容 アレルギー対応給食の献立作成・調理・事務など
- 勤務場所 第1学校給食センター
- 勤務期間 6月1日〜平成31年3月31日
- 勤務日数 一般職員に準ずる
- 勤務時間 午前8時30分〜午後5時15分
- 賃金 月額17万5300円
- 応募方法 市販の履歴書に記入のうえ、5月18日(金)までに第1学校給食センターに持参するか、郵送(当日必着)してください。
- 面接試験 5月下旬
- 郵送・問い合わせ先 第1学校給食センター(〒387-1002 千曲市大字稲荷山1240番地、TEL 026-1272-2114)

平成30年度消防団の幹部を紹介(敬称略)

| | |
|-------|-------|
| 団長 | 武井郁郎 |
| 副団長 | 岡田正 |
| 副団長 | 山崎亜成 |
| 副団長 | 瀬在順一 |
| 分団長 | 横山裕貴 |
| 第一分団 | 青柳匡幸 |
| 第二分団 | 橘田千比路 |
| 第三分団 | 宮入文彦 |
| 第四分団 | 青木幸司 |
| 第五分団 | 宮澤聖一 |
| 第六分団 | 宮崎清治 |
| 第七分団 | 永井康一 |
| 第八分団 | 矢島真也 |
| 第九分団 | 猪又厚介 |
| 第十分団 | 竹内徳安 |
| 第十一分団 | 寺澤通彦 |
| 第十二分団 | 鎌田貞治 |



▲左から瀬在副団長、岡田副団長、武井団長、山崎副団長

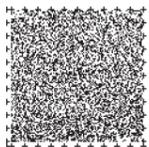
射水市観光情報

姉妹都市である富山県射水市の観光情報をご紹介します。
第40回 越中だいまん風まつり



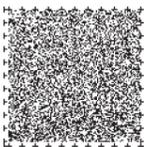
五月晴れの空に、たくさんの風が舞い揚がる光景も、今年で40回を迎えます。全国有名風揚げ競技や地元自治会大風揚げ競技のほか40周年記念の特別企画として、来場者が手ぶらで来ても楽しめる参加型の企画も用意しています。

- 日時 5月20日(日)午前8時20分〜午後4時
- 場所 大門カイトパーク(庄川左岸河川敷)
- 問い合わせ先 越中だいまん風まつり実行委員会(射水市港湾・観光課内、TEL 0766-15116676)



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。

音声コード ……



風しんワクチン予防接種の費用を助成

市では、先天性風しん症候群の発症を防ぐため、風しんワクチン予防接種費用の一部を助成します。

- 対象者
 - ①助成申請受付時・接種当日に千曲市に住民登録がある人。
 - ②保健所(保健福祉事務所)が実施する風しん抗体検査を受け、予防接種が必要と判定さ

れた人(HI法で風しん抗体価が8倍未満、8倍又は16倍と判定された人)

- 対象回数 1回
- 助成金額 風しんまたは、麻しん風しん混合ワクチン代
- 個人負担金 2982円
- 助成期間 平成31年3月31日まで
- 助成申請・接種方法

- ①県内の保健所で風しん抗体検査を受けてください。
- ②検査の結果、予防接種が必要と判定された人は、窓口で助成申請を行なってください。申請時には、風しん抗体検査の結果通知書、本人確認ができる物(免許証などの顔写真付きの身分証明書)、妊娠している人の同居者が申請する場

- 合は母子健康手帳を持参し、必要な書類(予防票など)の交付を受けてください。
- ③市内指定医療機関に電話予約し、予防票を持参のうえ予防接種を受けてください。
- 申請窓口 戸倉庁舎健康推進課または更埴保健センター
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・健康推進課(内線6256)

軽自動車税の納税、減免申請

軽自動車税は、4月1日現在の車両所有者に課税されます。平成30年度の納付期限は5月31日(木)です。納税通知書が届かない場合や、廃車の申告をしたのに納税通知書が届いた場合は、納付期限までに問い合わせてください。

■納税証明書

口座振替で納税される人の納税通知書は、車検を受ける際の「納税証明書」として使用できません。市で口座からの振替を確認した後、「納税証明書」を郵送します。郵送は6月上旬から中

旬ごろになるため、その間に車検が切れる人は、事前に各庁舎税務窓口で「納税証明書」を受け取り、車検を受けてください。

■減免申請

- 身体障害者等減免
身体・知的・精神障がい者や戦傷病者が所有する軽自動車、身体障がい者で年齢18歳未満の人または知的・精神障がい者と生計を一にする人が所有する軽自動車で、一定の要件に該当する人。
- *減免されるのはひとり1台です。普通自動車税の減免を受

けている人は対象になりません。

○公益減免

- 営利を目的としない社会福祉事業を行なう団体が所有し、入所者の送迎や通院、外出に使用する軽自動車。
- 構造減免
障がい者用の装置が付いている軽自動車や、障がい者本人が運転するために特別の改造が加えられた軽自動車。
- *申請用紙は更埴庁舎税務課 戸倉・上山田庁舎市民窓口課にあります。マイナンバー制

- 度の利用開始により申請書へ納税義務者の個人番号(マイナンバー)または法人番号の記載が必要です。公益減免、構造減免の申請は毎年必要です。前年に減免を受けている場合でも、申請してください。
- 申請期間 5月24日(木)まで
*要件や減免の必要書類などは市ホームページで確認するか、問い合わせてください。
- 問い合わせ先 更埴庁舎・税務課(内線5245)

木造住宅の耐震化を支援

木造住宅の耐震診断と耐震改修の補助を実施しています。耐震改修は最大100万円(耐震補強に直接要する工事費の2分の1以内)の補助を行ないます。

■耐震診断の対象住宅

- 次の全てに該当する住宅です。
- 昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅

- 一戸建ての個人所有の住宅(店舗などの部分が延べ床面積の2分の1未満の併用住宅も含みます)
- 2階建て以下の木造在来軸組工法の住宅
- *長野県木造住宅耐震診断士登録名簿に登録された診断士が診断を行ないます。
- 耐震診断費用 無料
- *申込み多数の場合は、診断が

翌年度になる場合があります。

■耐震補強補助対象住宅

- 市が耐震診断士を派遣して実施した耐震診断の結果、耐震性の低い住宅
- *補助対象になる工事には、一定の要件があります。
- *既存住宅を耐震改修した場合、一定の要件により所得税と固定資産税が軽減され

- る措置があります。所得税は上田税務署(TEL0268-2211234)に、固定資産税は更埴庁舎税務課(内線5239)に問い合わせてください。
- 申込・問い合わせ先 更埴庁舎・建設課(内線5641)

ファミリー・サポート・センターの会員を募集

ファミリー・サポート・センターとは、子育ての手助けをして欲しい人と、子育ての手伝いをしたい人が会員として登録し、子育ての手伝いを有償で行なう会員組織です。

■支援の内容

- 保育園、幼稚園、児童館、児童センターなどへの送り迎えをしたり、時間外に子どもを預かったりします。冠婚葬祭、通院、仕事、研修会参加や授業参観などのときにも、子どもを預かります。

依頼会員

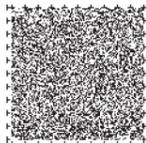
- 対象 市内に在住、または市内の事業所に勤務し、生後3か月から12歳までの子どもを育てていて、子育ての手伝いをしてほしい人。
- 申込方法 更埴子育て支援センターで説明を聞いてください。説明終了後、すぐに会員になれます。会員証明用に3枚四方の写真2枚を持参してください。

■申込方法

- 更埴子育て支援センターで説明を聞いてください。説明終了後、すぐに会員になれます。会員証明用に3枚四方の写真2枚を持参してください。
- 提供会員
■対象 市内に在住し、心身共に健康かつ、子育ての手伝い

- に理解と熱意があつて、子どもを預かれる人。
- *資格、経験、性別は問いませんが、市が行なう「相互援助活動講習会」を受講してから会員になれます。
- 相互援助活動講習会
- 講習会日時
○6月22日(金)午後1時〜午後5時15分
○6月23日(土)午前8時50分〜午後5時15分
○6月25日(月)午後1時〜午後5時15分

- *託児あり(要予約)
- 会場 更埴子育て支援センター
- 申込方法 6月15日(金)までに、更埴子育て支援センターに申し込んでください。
- 両方会員
■対象 依頼会員・提供会員の要件に該当する人。
- 申込・問い合わせ先 更埴子育て支援センター(TEL026-273-6180)

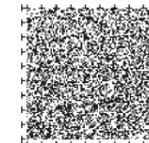


音声コード ……

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。

千曲市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>
千曲市役所 TEL026-273-1111 (代表)

更埴庁舎 FAX026-273-1004
戸倉庁舎 FAX 026-275-0238
上山田庁舎 FAX 026-276-0796



| 期 日 | 集合時間 | 種 目 | 会 場 | 対象/競技方法 |
|------------------------------|------|-----------|---------------------|--|
| 8/19 (日) | 8:00 | 水泳 | おおとりプール | 男女学年別(小学生1・2年、3・4年、5・6年)、成人は10歳別/タイム決勝レース |
| | | バレーボール | 戸倉体育館・農業者トレーニングセンター | 市内中学生以上/6人制 |
| 8/26 (日) | 8:00 | 陸上 | 萬葉の里スポーツエリア | ○60m走 小学校低学年 ○100m走 小学校高学年、中学生、高校生、一般 ○1500m走 小学校高学年 ○3000m走 中学生、高校生、一般 |
| 9/16 (日) | 8:00 | 空手道 | 戸倉体育館柔道場 | 幼年~中学生 |
| 9/23 (日・祝) | 9:00 | 柔道 | 更埴体育館柔道場 | 小・中学生、高校生、一般 |
| 11/4 (日) | 9:00 | 少林寺拳法 | 更埴体育館剣道場 | 一般市民、市内勤務者/個人戦 |
| 11/11 (日) | 8:00 | ソフトバレーボール | 戸倉体育館 東部体育館 | 一般市民、協会員、市内勤務者 |
| H31. 1/13 ~2/24 の毎週日曜日 | 8:00 | サッカー | 千曲市サッカー場 | 総当たりリーグ戦 |
| H31. 2/17 (日) | 9:30 | スキー | 菅平高原スキー場 | 小学校4年生~一般 |
| 未定 | 未定 | ソフトボール | 未定 | |



○千曲市体育協会(勤労者体育センター)内 TEL026-276-1273
10010)

○スポーツ振興課(戸倉体育館)内 TEL026-276-1173

■問い合わせ先

○スポーツ振興課(戸倉体育館)内 TEL026-276-1173

1)

○千曲市体育協会(勤労者体育センター)内 TEL026-276-1273

10010)

子どもから高齢者まで、初心者の方も腕自慢の人も気軽に参加できます。

*卓球、射撃、ソフトボールの詳細は問い合わせてください。

■日程 表のとおり

■対象 市内に在住・在勤・在学の人

■申込方法 各競技開催日の10日前までに、勤労者体育センター(9月以降は更埴体育館)または戸倉体育館にある申込書に記入のうえ、直接申し込んでください。

第15回 市民体育祭

市民体育祭の日程など

| 期 日 | 集合時間 | 種 目 | 会 場 | 対象/競技方法 |
|-------------|-------|----------|----------------------|-----------------------------|
| 5/11 (金) | 19:00 | 開会式 | 戸倉体育館 | |
| 5/13 (日) | 8:00 | マレットゴルフ | 萬葉の里マレットゴルフ場 | 一般市民 |
| 6/3 (日) | 9:00 | 太極拳 | 戸倉体育館柔・剣道場 | 一般市民(講習会形式) |
| 6/24 (日) | 7:30 | ゴルフ | 千曲高原カントリークラブ | 一般市民 *申込場所は千曲高原カントリークラブ |
| | 8:00 | OB野球 | 中央公園 平和橋グラウンド | 参加希望チームによるトーナメント方式 |
| | 9:00 | テニス | 東部テニスコート 更埴テニスコート | 一般市民/ダブルス 男女別トーナメント |
| 6/26 (火) | 8:00 | ゲートボール | 更埴ゲートボール場 | 一般市民 |
| 6/30 (土) | 8:30 | バドミントン | 戸倉体育館 | 一般市民(小学生以上)/シングルス・ダブルス |
| 7月上旬 | 8:00 | 卓球 | 五加小学校体育館 | 一般市民 |
| 7/15 (日) | 未定 | 射撃 | 長野射撃場 | 一般、鉄砲所持許可者 |
| 7/22 (日) | 8:30 | 弓道 | 千曲市弓道場 | 一般、市内高校生/個人戦 |
| | 9:00 | ソフトテニス | 更埴テニスコート | 一般、シニア |
| 7/29 (日) | 7:30 | 剣道 | 埴生中学校体育館 | 小・中学生/個人戦 |
| | 14:00 | 合気道 | 戸倉体育館柔道場 | 一般市民/演武 |
| 8/4 (土) | 9:00 | 新体操 | 勤労者体育センター | ジュニア~シニア |
| 8/5 (日) | 7:30 | バスケットボール | 戸倉体育館 | 一般市民 |
| | 8:00 | 早起き野球 | 中央、平和橋、萬葉A Bグラウンド | 市内連盟加盟チーム、一般公募チーム(先着順)/リーグ戦 |

松田館の歴史探訪

第1回

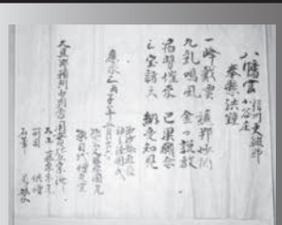
千曲市文化財保護審議会長 井原 今朝男

武水別神社は江戸時代末期の1836年に神祇官家吉田家から改名・認可されたもので、それ以前は、ずっと「小谷別宮」「更科八幡宮」「八幡宮」と呼ばれ、山城国石清水八幡宮の末社で「小谷庄」という寺領荘園でもありました。

戦国時代から八幡宮の神主家であった松田家は、中世の居館跡でもあり、県史跡に指定されています。県史跡であった齋館や主屋などは無念にも昨年の火災で焼損しましたが、多くの貴重な文化財や社宝が伝来しています。そこで、現存する貴重な文化財の一部を紹介いたします。

松田家には、応永三年(1396年)5月26日に信州更科郡小谷庄八幡宮に奉納された梵鐘の銘文(写真1)が伝来していま

嘉吉三年(1443年)6月に銅製透釣燈籠(写真2)が寄進され、「信州八幡宮三灯口、願主 源大夫志也、大工上金屋徳阿」と刻銘され、神社に現存する県宝です。大工とは八幡宮専属の職人頭で、上金屋は鍛冶・鋳物師・タタラを兼ねた金具職人で、阿弥号を名乗っていました。八幡宮に所属していた技術者と職人集団が室町文化を支えていたことがわかります。



▲写真1 【松田家文書】



▲写真2 【武水別神社所蔵】

ご寄付 お知らせ

ありがとうございました

★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

ご寄付・お知らせ
 募集・催し物

* 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。

工業統計調査にご協力を
 5月中旬から調査員が事業所を訪問し、調査の依頼をします。この調査は、国の工業実態を明らかにし、産業政策、中小企業政策など、国や都道府県、地方公共団体の行政施策の基礎資料とするために行なわれます。

- 調査基準日 6月1日(金)
- 調査対象 市内で製造業を営むすべての事業所
- 調査内容 事業所の名称や所在地、本社または本店の名称や所在地、他事業所の有無、経営組織、資本金額または出資金額、従業者数など
- * 従業者が3人以下の事業所は除きます。
- 問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5316)

第一回男女共同参画セミナー(終活セミナー)

- 日時 6月16日(土)午後1時30分～3時30分(受付は午後1時～)
- 会場 更埴文化会館小ホール
- 内容 終活の始め方、エンディングノートの書き方
- 講師 佐々木悦子さん(エンディング・コンサルタント)
- 定員 80人(先着順)
- 申込方法 人権・男女共同参画課へ電話で申し込んでくだ

- ハナサカ軍手イプロジエクト代表 飯島悠太郎様(上田市)
- 寄付内容・使途 市内小学校2年生に「ちび軍手」(子ども用軍手)445組・軍手をつけて子どもたちに楽しく外で元気に遊んでもらうため(東京都)
- 日本マクドナルド株式会社様(東京都)
- 寄付内容・使途 小学校新1年生の皆さんへ安全笛500個・子どもが被害に遭う事件や事故を未然に防ぐため
- 株式会社信州スポーツスピリット様(千曲市)
- 寄付内容・使途 市内保育園の皆さんへバスケットボール24個・バスケットボールの普及のため
- 株式会社アスク様(長野市)
- 寄付内容・使途 回覧板1000部・各地区の回覧板に使用するため
- あいおいニッセイ同和損害保険株式会社長野支店様(長野市)
- 寄付内容・使途 10万円・千曲市の防災対策のため

- 同日開催 成年後見制度・法律・相続などの無料相談会
- 時間 セミナー終了後、午後3時30分～5時(1組30分以内)
- 会場 更埴文化会館小会議室・学習室
- 定員 6組(先着順)
- 申込方法 「終活セミナー」申込みの際に、併せて申し込んでください。
- 申込・問い合わせ先 戸倉庁舎・人権・男女共同参画課(内線6331)

特別障害者手当・障害児福祉手当の支給

- 特別障害者手当
- 対象 常時介護を必要とする20歳以上の在宅の重度障がい者。おおむね国民年金の1級程度の障がいがあるか(内部障がいの重複は除く)、これと同程度以上の障がいがあると、医師の診断書などにより認定された人。
- * 病院・診療所に継続して3か月を越えて入院している場合、施設などに入所している

平成30年度 循環バス時刻表の訂正

平成30年4月1日改正の「千曲市総合交通マップ・時刻表」7ページ、やまびこ号(更級戸倉線)7便「明治新道入口」の時刻に誤りがありました。お詫びして訂正します。

- 訂正前 16:42
- 訂正後 16:45
- 問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5531)

転倒予防教室の休止

3月に配布した暮らしのカレンダー「介護予防」内に掲載の「転倒予防教室」は、都合により4月から休止とさせていただきます。今後については、改めて市報などでお知らせします。

- 問い合わせ先 更埴庁舎・更埴地域包括支援センター(内線5522)

庭木剪定チップの無料配布

- 期日 5月22日(火)
- 受付 午前9時～11時30分、午後1時～2時30分
- * 小雨決行、荒天中止の場合、翌日23日(水)に延期します。延期する場合は、申込者

- 障害児福祉手当
- 対象 常時介護を必要とする20歳未満の在宅の重度障がい児。おおむね身体障害者手帳1級と2級の一部、療育手帳A1の一部、またはこれと同程度以上の障がいがあると医師の診断書などにより認定された人。
- * 施設に入所している場合や本人・配偶者・扶養義務者の所得が一定以上ある場合などには支給されません。
- 支給額 月額1万4650円
- * 各手当の申請方法など詳細は問い合わせてください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(内線6223)

ひきこもり家族支援のついで

- 昼の部
- 日時 5月10日(木)、24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 5月16日(水) 午後7時～9時
- 会場 更埴保健センター
- 申込方法 事前に電話で申し

に電話で連絡します。

- 会場 平和橋資材置場(八幡)
- * 会場図は市ホームページで確認できます。
- 留意事項
- 運搬車両は、2ト車以下のトラックか乗用車に限ります。
- 運搬用に荷台へ板などでアオリを設ける場合は、事前に組立ててから来場してください。
- 会場での設置・組立はできません。
- 安全にチップの配布を行なうため、アオリなどの工作物は確実に固定してください。
- 運搬時の飛散防止のためのシートを準備してください。
- チップの全重量は限られているため、配布予定量に達した時点で、申込みの受付を締め切ります。
- 申込方法 事前に電話か直接窓口で申し込んでください。
- * 申込みは5月10日(木)午前8時30分からです。
- 申込・問い合わせ先 更埴庁舎・廃棄物対策課(内線5423)

日赤活動資金の募集活動

千曲市赤十字奉仕団では、5月の赤十字会員増強運動に合わせ、日赤活動資金の募集活動を行ないます。

日赤活動資金は、日本赤十字社が行なう災害救護・国際救

献血にご協力を

移動採血車による献血を行ないます。

- 期日 5月16日(水)
- 会場・時間 更埴保健センター・午前9時～11時30分
- 更埴庁舎北庁舎会議室・午後1時～2時
- 採血基準 左表のとおり
- * 採血基準を満たしていても、献血時の検査や問診内容(病気・服薬など)により、献血ができないことがあります。
- * 65歳から69歳までの人は、60歳から64歳までの間に献血経験のある人に限ります。
- * 献血手帳(カード)を持っている人は持参してください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・健康推進課(内線6256)

| | |
|---------|---|
| 区分 | 400ml 献血 |
| 年齢 | 男性17～69歳 女性18～69歳 |
| 体重 | 男性・女性50kg以上 |
| 年間総献血量 | 200ml 献血と400ml 献血を合わせて男性1,200ml以内、女性800ml以内 |
| 前回献血の間隔 | 男性12週間後、女性16週間後同様に献血ができます |

援・ボランティア活動などの財源です。平成29年度は、皆さんの協力により、1130万円の活動資金を日本赤十字社長野県支部に納入しました。

各地区の奉仕団員が活動資金の募集で伺った際にはご協力をお願いいたします。

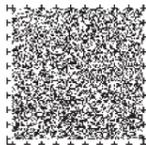
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・福祉課(内線6213)
- 日本赤十字社長野県支部(内線026122612073)

保育園などの園開放

小学校入学前の乳幼児を対象に、市内の保育園・認定こども園で園庭と遊戯室を開放します。

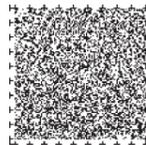
- 市内公立保育園・あかね保育園・あかね北保育園
- 5月16日、6月13日、7月18日、10月3日、11月14日、平成31年1月16日
- * すべて水曜日
- * 時間 午前9時30分～11時
- 満照寺保育園・徳応院保育園 毎日
- 稲荷山くるみこども園 月2回
- * 満照寺保育園、徳応院保育園、稲荷山くるみこども園の開放日時は、直接各園に問い合わせてください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・保育課(内線6214)

* 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。



景観育成住民協定

景観育成住民協定は、地域に暮らす皆さんが、地域の特色ある景観を守り育てるための協定を締結した場合に、県知事が認定する制度です。

協定の内容は、建物や工作物などの位置・規模・デザイン・色彩などに関することや、敷地や沿道の緑化や樹木の保存などに関するることなど、地域の景観の保全・育成に関することが含まれていれば特に制限がなく、広くまちづくり全般についての約束もできます。

また、千曲市には、市長が認定する「景観形成住民協定」があります。内容や認定要件、締結に向けた流れなどは景観育成住民協定とほぼ同じであるため、市では同時の認定申請を薦めています。

認定要件

○町内会・商店街などおおむね1軒以上の一団の土地、若しくはおおむね30以上の建物をその範囲に含む一団の土地、又は沿道などおおむね100㎡以上にわたる土地を対象としていること。

○協定の区域内の住民などのおおむね3分の2以上の合意によるものであること。
*申請方法などの詳細は問い合わせてください。

ごみゼロ運動を実施

地域の環境美化のために、区・自治会、PTAなど各団体、事業所から多くの参加をお願いします。

期日 5月27日(日)

*開催時間は、各区・自治会により異なりますので、各区・自治会などの指示に従ってください。

■問い合わせ先 更埴庁舎・廃棄物対策課(内線5423)

水路にごみを捨てないでください

水路にごみや刈草などを捨てると、水が汚れるだけでなく、流れたごみが水路をふさぎ、水が水路からあふれてしまいます。

田んぼで水をたくさん使う時期は、ごみが原因で頻繁に水路があふれてしまい、水路沿線の人が大変困っています。

このような被害が起こらないよう、また水路の環境美化のため、水路にごみを捨てないように十分注意してください。

■問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7251)

5月5日(土・祝)から11日(金)は「児童福祉週間」です
■平成30年度「児童福祉週間」

■問い合わせ先 更埴庁舎・都市計画課(内線5621)

市税の納め忘れはありませんか。5月は滞納整理月間です。

市税は、定められた期限内に納めなければなりません。指定納期限までに納付がないと、20日以内に市から督促状を発送します。

督促状を発送した日から10日を経過した日までに完納されていない場合には、地方税法第331条の規定に基づき、滞納処分を実施することになります。

税を滞納すると延滞金が発生

納期限までに納めた人と滞納している人との公平性を保つため、督促手数料(100円)や延滞金を徴収します。

コンビニでも納付できます

市税(法人市民税を除く)は、全国の主なコンビニエンスストアで、営業時間内であればいつでも納付できます。

問い合わせ先

更埴庁舎・債権管理課(内線5242・5243)

看護職の就職プレ相談会

看護職を離職してブランクのある人などのために行ないます。

■日時 5月24日(木)午後1時

時30分〜4時(予約制)

■会場 ハローワーク長野
■申込・問い合わせ先 公益社団法人長野県看護協会(☎0263-3510067)

就職応援会

求人企業の担当者から直接、求人内容の説明が聞けます。

■日時 5月23日(水)午後1時30分〜3時30分

■会場 千曲市地域職業相談室(杭瀬下一丁目66番地)

■対象 千曲市・坂城町に在住する求職者

■問い合わせ先 ハローワーク篠ノ井(☎026-29318609 音声ナビ3番)

北信地域合同就職面接会

■日時 5月18日(金)午後1時〜4時

*受付は正午からです。

■会場 メルパルク長野

■対象 ○平成31年3月に大学・短大・専修学校などの卒業予定者
○大学など卒業後3年以内の求職者

■問い合わせ先 ハローワーク篠ノ井(☎026-29318609)

千曲市の郷土食を作ろう

「郷土料理講習会」

千曲市に伝わる昔ながらの郷

14日(月)

■受付場所 住宅供給公社3階
*募集の詳細は、長野県住宅供給公社ホームページで確認してください。

■問い合わせ先 長野県住宅供給公社・県営住宅課(☎026-22712322)

河川愛護モニター

国土交通省では、河川に関する情報や意見を把握するため、河川愛護モニターを募集します。

■募集人員 若干名

■応募資格 満20歳以上で、千曲川・犀川に接する機会が多く、河川愛護に関心がある人。活動範囲の近隣(5㎡以内)に居住する人。

*公職に就いている人は除きます。

■業務内容 千曲川・犀川における河川の利用状況や河川環境に関する意見など最低月1回の報告をしてもらいます。

■任期 7月1日から1年間

■報酬 月額4580円(予定)

■応募締切 5月25日(金)

■応募方法 郵便はがきまたはファックスに住所、氏名、電話番号を明記し「河川愛護モニター応募用紙希望」と記載のうえ応募用紙を取得する

土食や伝統食を皆さんと一緒に作りま。

■日程 左表のとおり

■時間 午後1時30分〜3時30分

■会場 戸倉創造館

■講師 かけはしの会(食農教育地域リーダー)

■定員 20人

*家族での参加も可能です。

*応募多数の場合は抽選です。

■材料費 1回につき大人500円、子ども300円

■申込方法 5月25日(金)までに電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7272)

郷土料理講習会の日程など

| 期日 | 郷土食 |
|--------------|-----------------|
| 6月9日(土) | かしわ餅 |
| 7月14日(土) | 季節の野菜のうすやき |
| 9月8日(土) | うずまきかりんとうきのこの漬物 |
| 12月8日(土) | おとうじ |
| 平成31年2月9日(土) | やしようま |

か、千曲川河川事務所ホームページの「手続き・募集」から応募用紙を取得し、記入のうえ河川愛護モニター募集係に提出してください。

■応募・問い合わせ先 国土交通省千曲川河川事務所 所用調整課(〒38010903 長野市鶴賀字峰村74番地、☎026-22717768、FAX 026-22714071)

甲種防火管理資格取得講習会

■日程(2日間)

○6月7日(木) 午前9時〜午後5時

○6月8日(金) 午前9時〜午後3時

■会場 更埴文化会館小ホール

■定員 70人(先着順)

■受講料 6000円

■申込方法 5月14日(月)から25日(金)までに印鑑と受講料を持参のうえ、各消防署で直接申し込んでください。

■申込時間 午前8時30分〜午後5時

*土曜・日曜を除きます。

■申込・問い合わせ先 戸倉上山田消防署(☎026-27610119) 更埴消防署(☎026-27410119)

催し物

ちくま未来フェスタ

誰もが気軽に楽しめる交流イベント「ちくま未来フェスタ」を開催します。今年のテーマは「いろいろな体験をしてみよう」です。

- 日時 5月26日(土)午前10時～午後3時
- 会場 更埴文化会館(インナーコリドーほか)
- 内容 体験ブース(自衛隊、重機、職業体験など)、協賛企業ブース、フリーマーケット、フードコート、ステージ発表、大抽選会など
- *体験コーナーでは当日受付を行ないます。
- 問い合わせ先 ちくま未来フェスタ実行委員会事務局 伊藤(TEL080-1341514183)

第12回みんなで育てる協働の森づくり(千曲市植樹祭)

- 大池市民の森で植樹作業を行います。小さな苗木なので、子どもでも簡単に植えられます。
- 市民や企業の皆さんの参加で、緑あふれる森を育てましょう。
- 日時 5月12日(土)午前9時～午後2時30分頃(小雨決行)
- 集合場所 戸倉体育館
- コース 戸倉体育館↓福井↓五里ヶ峰↓磯部↓戸倉体育館
- 持ち物 昼食、水筒、おやつ、雨具など
- 申込方法 5月18日(金)までに、戸倉体育館または、勤労者体育センターにある申込用紙に記入のうえ、申し込んでください。
- 主催・問い合わせ先 五里ヶ峰市民登山実行委員会(千曲市体育協会事務局内TEL026-1273-0010)

五里ヶ峰市民登山

- 日時 5月27日(日)午前8時～午後2時30分頃(小雨決行)
- 集合場所 戸倉体育館
- コース 戸倉体育館↓福井↓五里ヶ峰↓磯部↓戸倉体育館
- 持ち物 昼食、水筒、おやつ、雨具など
- 申込方法 5月18日(金)までに、戸倉体育館または、勤労者体育センターにある申込用紙に記入のうえ、申し込んでください。
- 主催・問い合わせ先 五里ヶ峰市民登山実行委員会(千曲市体育協会事務局内TEL026-1273-0010)

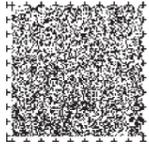
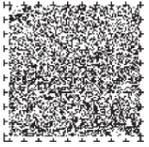
人形芝居を見に行こう

スリル満点、抱腹絶倒、奇想天外の人形劇です。一人の人形つかいが、人形だけでなく、ハイモニカ、布、木魚、番傘、お客さんまでつかいます。大道芸の雰囲気をお楽しみください。

- 日時 6月17日(日)
- 開演 午前10時30分
- 会場 戸倉庁舎4階大会議室
- 対象 ひとり親家庭
- 内容 肩掛け人形芝居
- 申込方法 5月18日(金)までに電話か直接申し込んでください。
- 問い合わせ先 戸倉庁舎・子ども未来課(内線6225)

*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。



時30分～午後3時30分
*小雨決行・荒天中止
■会場 大池市民の森(八幡)

- 内容 ○午前 植樹活動 ○午後 木工教室、薪割り体験など(雨天時は内容変更あり)
- *小学生以下は保護者が同伴してください。詳細は市ホームページで確認してください。
- 持ち物 昼食、飲み物、タオル、雨具
- *昼食時に汁物が出ます。
- 服装 長袖、長ズボン、長靴、帽子、軍手
- 申込方法 5月11日(金)までに大池総合案内所(TEL026-1272-15372)に電話で申し込んでください。
- 受付時間 午前9時～午後5時
- 問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7261)

冠着山と古道を歩こう

- 日時 5月13日(日)午前8時30分～午後4時頃(雨天中止)
- 集合場所 智識寺
- コース 智識寺↓林道登り口↓曾根堂↓県道↓冠着山↓四十八曲峠(古道)↓林道登り口
- *登りのきつい斜面があります。
- 服装 長袖、長ズボン、履きなれた靴
- 参加費 300円(保険代)
- 主催・問い合わせ先 NPO法人千曲市環境市民会議事務局(TEL080-1699414820 連絡は月曜日から金曜日の午前9時～午後5時まで)

白鳥園イベント

- 共通事項
- 会場 白鳥園
- 申込方法 電話か電子メール

| 期日 | 時間 | 内容 | 持ち物 | 参加費 |
|----------------|--------------|---|---------------------------|------------------------------|
| 5月11日(金) | 午後1時～2時30分 | 【あなたの悩み、骨盤の歪みのせいかも?】骨盤が歪むとなぜいけないのか? その講義と骨盤の検査をします。 | ハンドタオル、ノート、筆記用具 | 1,500円 |
| 5月11日(金)26日(土) | 午前10時～11時30分 | 【セルフマツエク体験レッスン】自身でまつげエクステをつける体験をします。 | - | 1,500円 |
| 5月18日(金) | 午前9時30分～正午 | 【布小物教室 初級編】子どもに人気の移動ポケットを作ります。 | 家庭用ミシン、裁縫道具 | 1,900円 |
| 5月19日(土) | 午前10時～正午 | 【ローズキャンドルレッスン】ローズとアジサイでデコレーションしてキャンドルを作ります。 | エプロン | 1,500円 |
| 5月22日(火) | 午前10時～正午 | 【羊毛フェルトで作る多肉植物】「多肉植物」を羊毛フェルトで作ります。 | - | 1,200円 |
| 5月23日(水) | 午前10時～ | 【新しい刺激を楽しもう! 笑顔で脳トレいきいきヨガと健康ランチ】アンチエイジングで健康促進を図ります。 | ヨガマットまたは大きめのバスタオル、タオル、飲み物 | 1,900円 |
| 5月24日(木) | 午前10時～正午 | 【手帳型スマートフォンカバー作り】お気に入りの布でスマホカバーを作ります。 | 布、スマホハードカバー(平面のもの) | 1,500円 |
| 5月27日(日) | 午前9時30分～正午 | 【インターバル速歩と健康ランチ】健康的な生活の再設計に挑戦します。 | 帽子、飲み物 | 1,500円 |
| 5月30日(水) | 午前10時～正午 | 【パースデーとハーフパースデーフォト】写真映りがよいブースでかわいい子どもの写真を撮ります。 | 子ども着替え | 2,500円 |
| 6月2日(土)3日(日) | 午前10時～ | 【旬たまねぎの収穫体験】たまねぎの収穫体験をします。 | 長靴、軍手、はさみ | 1,000円(10kg) 2,000円(20kg) |

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(TEL026-275-0400、電子メール info@hakuchoen.jp)

す。体力を考えて参加してください。
■参加費 100円(資料代など)

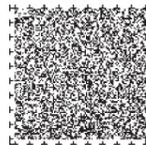
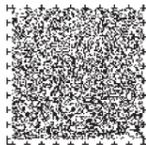
- 持ち物 昼食、飲料水、おやつ、雨具など
- 服装 長袖、長ズボン、帽子、軍手、山道を歩ける靴
- 主催・問い合わせ先 みどりを守る会 杉本(TEL080-1103818623)

春の冠着山自然観察会

- 新緑の冠着山をゆつくり登りながら、登山道脇の花々や夏鳥などを観察します。
- 日時 5月19日(土)午前9時～午後2時頃(悪天中止)
- 集合場所 坊城平(こいの森)駐車場
- 観察場所 坊城平～冠着山山頂
- 持ち物 双眼鏡、筆記用具、雨具、昼食、飲み物、おやつ、持っている人は千曲市自然観察ガイドブック
- 服装 長袖、長ズボン、履きなれた靴
- 参加費 300円(保険代)
- 主催・問い合わせ先 NPO法人千曲市環境市民会議事務局(TEL080-1699414820 連絡は月曜日から金曜日の午前9時～午後5時まで)

〈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 |
|--------------|---|---------------------------------|---|
| 5/3 (木・祝) | 鶴沢内科クリニック(屋代)026-272-3713 坂口整形外科(屋代)026-273-8680 やまざき医院(上徳間)026-276-2700 | あかいけ歯科クリニック(坂城町)0268-81-3377 | お日さま薬局(小島)026-272-0229 戸倉いせや薬局(上徳間)026-261-0070 |
| 5/4 (金・祝) | 稲荷山医療福祉センター(野高場)026-272-1435 かいぬま耳鼻咽喉科医院(内川)026-275-3341 東信よしだ内科(坂城町)0268-81-1330 | 柳沢歯科医院(稲荷山)026-273-5638 | あんず薬局(桜堂)026-272-8200 ウエルシア薬局千曲内川店(内川)026-261-5280 |
| 5/5 (土・祝) | 千曲中央病院(杭瀬下)026-273-1212 市川内科医院(上山田温泉)026-275-5515 | 千曲中央病院歯科(杭瀬下)026-273-2130 | ウエルシア薬局千曲稲荷山店(稲荷山)026-273-8208 やまざき薬局(上山田温泉)026-261-0071 |
| 5/6 (日) | かつの耳鼻咽喉科(栗佐)026-274-3387 長野寿光会上山田病院(上山田温泉)026-275-1581 | 長野寿光会上山田病院歯科(上山田温泉)026-276-0300 | 栗佐ひとみ薬局(栗佐)026-273-6730 大井薬局(上山田温泉)026-275-1045 |
| 5/13 (日) | あんずの里クリニック(森)026-272-1005 森本眼科クリニック(内川)026-285-0020 | こみやま歯科医院(力石)0268-81-7011 | JA あんずいせや薬局(雨宮)026-273-3108 タカチ薬局(内川)026-275-1624 |
| 5/20 (日) | 二階堂医院(磯部)026-275-5582 村上堂大井クリニック(坂城町)0268-81-3131 | しおいり歯科医院(雨宮)026-273-8080 | 磯部土屋薬局(磯部)026-275-6464 |
| 5/27 (日) | 岡田外科医院(稲荷山)026-272-2828 いろかわ医院(坂城町)0268-82-2143 | 関歯科医院(栗佐)026-285-0418 | 上野屋薬局(稲荷山)026-272-1053 南条薬局(坂城町)0268-82-7289 |
| 6/3 (日) | 島田クリニック(小島)026-273-8788 稲荷山医療福祉センター(野高場)026-272-1435 | あかいけ歯科クリニック(坂城町)0268-81-3377 | 調整中 |

*千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。当番医・当番薬局は変更になる場合があります。受診する人は、当番医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に確認してください。
 ○戸倉上山田消防署(Tel026-276-0119)○更埴消防署(Tel026-274-0119)

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

レコードプレーヤー、女子用卓球ユニフォーム、キューポロ、製麺機、農業用トンネル、ビデオデッキ、ロッキングチェア、ウエットスーツ

■問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5515)

ゆずります

剣道の防具、洋服ダンス、照明器具、ケヤキの根、VHSビデオテープ、エレクトーン、漬物用容器、つり竿、電子ピアノ、ポータブルトイレ、子ども用学習机、電動介護ベッド、スキーウェア、ロックミシン、たこやき器、まき用の木、食器棚、電子ピアノ、米びつ

<広告欄>

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 5月30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 5月28日(月) 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)

5月の休日開庁(第3日曜日)

■日時 5月20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。

5月納期の市税・使用料など

5月納期の市税・使用料など

○固定資産税・都市計画税(1期分)

○軽自動車税

○介護保険料(2期分)

○保育料(5月分)

○公共下水道使用料(2期分)

○市営住宅・駐車場使用料、共益費(5月分)

■納付期限 5月31日(木)

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。

●5月17日(木)午前9時～11時 更埴庁舎市長室(先着順)

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)

市民から寄せられた質問を紹介します

●質問 千曲市に結婚相談ができる場所がありますか。

●回答(こども未来課) 千曲市では、千曲市社会福祉協議会(以降、市社協)に委託して、結婚を真剣に考える独身者を対象に結婚相談事業を行なっています。登録料は、2年間で1万円、相談料、お見合い料や成婚料は一切かかりません。また、10人の相談員が、月2回(第1週土曜日、第2週日曜日)相談に応じています。これに加えて、市社協の担当職員が平日の午前9時から午後4時30分の間は、いつでも相談に応じる体制をとっています。

安心して婚活ができること好評を得ており、現在登録者は90人を超え、平成23年4月から平成30年1月までで44組が成婚しています。

登録方法などの詳細は、市社協(Tel27612687)へお問い合わせください。

<広告欄>

★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

— 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

としょかんへ『来・ぶらりー』

更埴図書館 新刊図書
 ○小説
 『修羅の都』伊東潤
 『身代わり忠臣蔵』土橋章宏
 『樽とタタン』中島京子
 ○ノンフィクション
 『動物はいつから眠るようになったのか?』大島靖美
 『ハギレで作るかわいい布こもの』ブティック社
 ○児童向け
 『くだものこの花』たかどのほうこ
 『しらとりくんはてんこうせい』杵野浩一
 『だれのいす?』クリストファー・ウェイアント
戸倉図書館 新刊図書
 ○小説
 『浅見光彦と七人の探偵たち』内田康夫
 『雲上雲下』朝井まかて
 ○ノンフィクション
 『美女は天下の回りもの』林真理子
 『かしこい子が育つ足うらマツサージ』鈴木きよみ
 『きみに贈る本』中村文則
 ○児童向け
 『もうちよつともうちよつと』(日本傑作絵本シリーズ) 高島純
 『かぶきやパン』かねまつすみれ

人気の本ベスト3 【旅行】

1位 『るるぶ信州18』JTBパブリッシング
 2位 『石垣・宮古 竹富島・西表島17-18』昭文社
 3位 『るるぶ東京観光18』JTBパブリッシング

5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
 *祝日振替休館日: 5月1日
 *月末図書整理休館日: 5月31日

更埴図書館 おすすめの一冊



「こんにちは! シャンシャン」
 著/高氏貴博
 出版社/宝島社
 2017年6月12日に上野動物園で5年ぶりとなるジャイアントパンダの赤ちゃんが誕生しました。その名はシャンシャン。あなたはもう会いに行きましたか。

更埴西図書館 新刊図書
 ○小説
 『イザベルに薔薇を』伊集院静
 『怪盗不思議紳士』我孫子武丸
 ○ノンフィクション
 『カジュアルは楽しい!』あわのきこ
 『たすかる料理』按田優子
 ○児童向け
 『かぜかぜかぜ』山田美津子
 『きもだめしキャンプ』吉田純子

【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
 5月26日(土)午前10時30分
 分(ロビーおはなし会)
 ○更埴西図書館
 毎週水曜日午前10時30分

千曲警察署から

《Tel.026-272-0110》

落とし物・拾い物は届出を

平成29年中、千曲警察署管内では、落とし物は1575件あり、拾い物は2121件の届出がありました。

○落とし物をしたとき
 落とし物の届出は、電話でも可能です。落とし物の調査ができる品が入っておらず、落とし物の届出がないため返還できない小銭入れや鍵などが沢山あります。諦めずにお電話でお問い合わせください。

また、長野県警察ホームページから落とし物情報の検索もできます。

○拾い物をしたとき
 落とし主に早く返還できるように、お近くの交番・駐在所・警察署に届けてください。ただし、お店で拾い物をした場合は、従業員を通じて、施設占有者に届けてください。連休中に取扱が増加する傾向にあります。お出かけの際はお気を付けてください。

平成30年市内事件・事故累計 (3月末現在の暫定値)

| 種類 | 件数 (前年同期比) |
|------|------------|
| 盗難事件 | |
| 万引き | 17件(+5) |
| 自転車盗 | 7件(±0) |
| 車上狙い | 4件(+2) |
| その他 | 5件(-1) |
| 交通事故 | |
| 件数 | 69件(-5) |
| 死者 | 0人(-2) |
| 傷者 | 90人(+1) |

| 相談内容 | 日時 | 時間 | 会場 | 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 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 | 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 | 5月9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 | 5月9日(水) | 午後1時30分～4時30分 | 戸倉保健センター | 更埴庁舎・更埴保健センター 内線5507 (要予約) |
| 女性相談 | 平日 | 午前8時30分～午後5時15分 | 戸倉庁舎・こども未来課 | 戸倉庁舎・こども未来課 内線6225 |
| 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 | 5月12日(土) | 午前9時～正午 | 戸倉創造館 創作室2 | 千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687 *相談日直前の金曜日正午までに電話予約が必要です。 |
| | 5月20日(日) | | 更埴文化会館 2階小会議室 | |
| 市民に寄り添う人権相談 | 5月19日(土) | 午後1時～4時 | 戸倉創造館 創作室2 | 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 Tel.026-274-3232 |
| 障がい者(児)相談 | 平日 | 午前8時30分～午後5時15分 | 千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援センター(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 | 内線5521 戸倉上山田地域包括支援センター Tel.026-214-7780 |
| 司法書士法律相談 | 5月10日(木) | 午後1時30分～4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 Tel.026-276-2687 (要予約) |
| | 5月24日(木) | | 千曲市ふれあい福祉センター | |
| 法律相談 | 6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 *前日までに予約必要 |
| | 6月26日(火) | | 戸倉庁舎 4階会議室 | |
| 行政相談 | 5月8日(火) | 午後1時～3時 | 戸倉庁舎 2階 | 更埴庁舎・総務課 内線5212 |
| | 5月12日(土) | | 稲荷山太陽の園 | |
| 年金相談(更埴) | 平日の毎週火・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 長野南年金事務所お客様相談室 Tel.026-227-1286 (要予約) |
| | 5月10日(木) 5月24日(木) | 午前9時30分～午後3時 | | |
| 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 |
| | 5月14日(月) | 午前9時～午後4時 | | |

*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。

地域おこし協力隊員 集落支援員

奮闘記



第12回

信州千曲観光局で旅行業を担当している堀内由貴です。観光局ではこの春から新たな取り組みとして、観光局企画・実施の「着地型旅行商品」の販売を開始しました。この旅行商品の中には地域の方々の声を参考に作られたものも多くあります。「地元の人だから知っているおすすめポイント」と「よそ者目線で見つけた千曲市の魅力」を組み合わせた商品に仕上がったのではないかと感じています。



▲「ちくま旅」パンフレット

近隣にお住まいの方にも楽しんでいただけるプログラムを多数ご用意しています。「千曲市民だけこんな場所やお店があるなんて知らなかったよ！」なんて声も聞こえてきます。今後観光局では季節に合わせた魅力的なプログラムを販売していく予定です。「ちくまの魅力」を再発見する意味でも、地元の方々のご参加を心よりお待ちしております！パンフレットやチラシを見かけたら、ぜひお手にとって見てみてください♪



▲4月1日に実施した「座禅・寺ヨガ体験」の様子

健康コラム

「心身ともに健康な生活を」

健康を健康づくりに役立てよう

第49回

健康は自分の健康状態を知り生活習慣を振り返る絶好の機会です。自分は健康だから大丈夫と思っても、生活習慣病は自覚症状がないことが多く、気が付かないうちに進行します。血管が傷み動脈硬化が進行すると、心疾患や脳血管疾患など命にかかわる疾患につながります。

○健診データと生活の関係

健診受診後は結果をその後の生活に役立てましょう。健診データには、体質や年齢、遺伝的要素、生活習慣として食生活、飲酒、喫煙、仕事・運動、生活リズムが関係します。

下表は基準より高(低)値の検査項目と関係する栄養素などの関係を表しました。

○健診を受診して健康管理を

健診は毎年継続して受診することで、データの経年変化を見るができます。健診結果により治療が必要となった場合は、適切な治療により値をコントロールするとともに生活習慣を見直すことで、血管を守り、

| 検査項目(血液中の物質) | 関係する栄養素など | 主な食品 |
|--------------------------|----------------|--------------------------|
| 血糖 | 糖 | ごはん、果物、菓子類(砂糖)、酒類 |
| 中性脂肪 | 脂質、糖、たんぱく質 | 調味料(油脂)、肉、魚、大豆類、卵 |
| LDLコレステロール HDLコレステロール | 蛋白質、脂質 | |
| AST、ALT、γ-GTP | アルコール、糖、脂質、蛋白質 | すべての食品 |
| 尿酸 | プリン体(蛋白質) | 肉、魚、きのこ |
| 血圧 | 食塩(Na) | 調味料(塩、醤油、みそなど)加工品、練り製品など |

生活習慣病の発症・重症化を予防することができます。

わたしの子育て

第84話



岡村 恵理奈さん(新田)

3歳の長女が泣いている。1歳になったばかりの次女は心配そうに姉の顔をのぞき込み、背中を擦ったり頭をなでたりしている。優しさに姉妹愛を感じ、愛おしく思う瞬間だ。

長女は、次女妊娠中に赤ちゃん返りが見られ、断乳していたのに、いつでもどこでもおっぱいを触りたがった。いざ出産したら妹をいじめないか心配だった。しかし今、そんな心配をよそに長女は次女の面倒をよく見してくれる。おむつ交換や着替えの手伝いのほかに、次女が泣くと「大丈夫だよ」と言ってギューと抱きしめてくれる。一番心配していた授乳の際は「いっぱい飲んでね」と言いながら沢山出るようにおっぱいを揉んでもくれる。次女はこのような姉の優しさを肌で感じ、それを行動として表している。姉が大好きで仕方がない様子だ。

もちろん大変なことも多い。何でも自分でやろうとするが、できないとすぐ癇癪を起す。大音量で泣く。食事時間もかかる。遊んだ後の片づけを素直にできないなど色々あるが、成長の証とは思いつつ「早く食べて」「片づけしないと捨てるよ」など典型的なNGフレーズでしか叱ることができない。これではまずいと思い、先日、励ましの技術を学べる講座に参加した。そこでは「〇時までに食べよう」「一緒に片づけよう。どっちが早いかな」などポジティブな言葉で伝えられた方がいいことを学んだ。子どもがより良い成長をするための言葉かけはとても難しいことだが、「ママ大好き」と言ってくれる娘たちのために私も成長していきたい。

信州ブレイブウォリアーズ

戸倉体育館ラストゲーム

会場を満員にしよう!



第67回

いよいよ5月5日、6日は今シーズンの最終戦を迎えます。また、7シーズンホームアリーナとして活動していた戸倉体育館でのラストゲームとなります。Bリーグ「小さく」、最も「アツい」アリーナ戸倉体育館。会場の雰囲気を目に焼き付けてみませんか? 迎え撃つのは強豪秋田ノーザンハピネッツ。会場をウォリアーズイエローに染めて勝利でシーズンを締めくくりましょう!

来シーズンはどんな感動、興奮が待っているのか! シーズンオフの動きも気になるところです。また、来シーズンの『ウォリアーズタウン会員』も募集を開始しています。■問い合わせ先 株式会社信州スポーツスピリット(TEL 026-1214-7022、平日午前9時~午後5時)

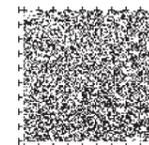
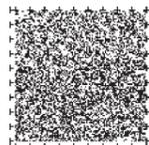
■チケット購入QRコード



▲会場をブースターで満員にしよう

| 入会特典 | (税込) | | |
|----------------------|--------------------|-------------------|---------------|
| | ゴールドタウン 35,000円 | ネイビータウン 3,000円 | イエロータウン 無料 |
| 年会費 | ● | ● | ● |
| メルマガ | ● | ● | ● |
| 会場ポイント | ● | ● | ● |
| チケット先行販売 | 10日前 | 7日前 | 3日前 |
| 各種イベント | ● | ● | ● |
| 先行入場 | 30分前 | 10分前 | 一般入場 |
| 会員証 | ● | ● | ● |
| 限定Tシャツ | ● | ● | ● |
| 2階自由席引換券 | 4枚 | 2枚 | |
| 年賀状 | ● | | |
| オーペンアップフォーム | 半額! | | |
| 早期入会特典 (4月、5月入会者) | 200P | 100P | |
| 継続入会特典 (4月、5月入会者) | 300P | 200P | |

▶来シーズンのブースタークラブの申込みが始まりました



更埴子育て支援センター (3月お誕生日おめでとう会)

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
 【更 埴】毎週土曜日
 【上山田】毎週日曜日
 Tel026-273-6180 (更 埴)
 Tel026-275-6017 (上山田)



上山田子育て支援センター (3月お誕生日おめでとう会)
 (今回は、支援センターに遊びに来ていたお友だちと一緒に祝いました)

- 栄養相談
 午前10時～午後3時
 上山田 5月10日(木)
 更 埴 5月18日(金)
- ベビーママサロン
 午前10時～11時
 上山田 5月18日(金)
 更 埴 5月21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)
 ■参加費 150円(写真代など)
 ■対象 5月に生まれた子どもとその保護者です。
 上山田 5月24日(木) *事前に各子育て支援センターに
 更 埴 5月25日(金) 申し込んでください。
 ■持ち物 麦茶、お手ふき

| 上山田子育て支援センター | |
|--------------|-------------------------------|
| 開催日 | 内容 |
| 5月2日(水) | うたっぴあそぼう&大型絵本 |
| 5月9日(水) | うたっぴあそぼう&うらさ・り・まさんによるおはなしシアター |
| 5月16日(水) | うたっぴあそぼう&お話ネットワークによる絵本の読み聞かせ |
| 5月23日(水) | うたっぴあそぼう&避難訓練 |
| 5月30日(水) | うたっぴあそぼう&わくわくおはなしランド |

| 更埴子育て支援センター | |
|-------------|------------------------------|
| 開催日 | 内容 |
| 5月10日(木) | うたっぴあそぼう&こどもの日おめでとう会 |
| 5月17日(木) | うたっぴあそぼう&パネルシアター |
| 5月24日(木) | うたっぴあそぼう&お話ネットワークによる絵本の読み聞かせ |
| 5月31日(木) | うたっぴあそぼう&工作 |

うたっぴあそぼう&はじめまして



更埴子育て支援センターで「うたっぴあそぼう&はじめまして」が開かれました。今年度初めての親子ふれあいミニミニ講座でしたが、26組の親子が参加しました。お母さんも子どもも仲良くなるために自己紹介をしたり、歌、体操や絵本の読み聞かせなどで楽しんだりしていました。



Voice
 子どもが大きくなったので初めて参加しました。子どもが好きな電車のおもちゃなどがあり、楽しく遊んでいてよかったです。

齋藤 真由さん (打沢) 光くん

給食レシピ紹介



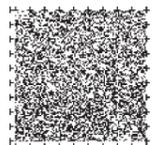
第1学校給食センター

ひじきサラダ

給食で人気のあるサラダです。煮物とは違った調理法で、ひじきをおいしく食べられます。

【材料 (4人分)】
 生ひじき 40g (乾燥ひじきの場合は4.5g) 上白糖 小さじ1/2
 キャベツ 150g 塩 少々
 きゅうり 35g こしょう 少々
 にんじん 10g 酢 小さじ1と1/2
 薄口醤油 小さじ1強 サラダ油 小さじ1弱

【作り方】
 ① 生ひじきはゆでて冷やし、薄口醤油で下味をつける(乾燥ひじきを使う場合は、戻してからゆでる)。
 ② キャベツ、にんじんはせん切りに、きゅうりは輪切りにし、ゆでて冷やしておく。
 ③ 上白糖、塩、こしょう、酢、サラダ油を混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
 ④ ①と②を、③のドレッシングであえる。
 * 調味料の分量はお好みで変えてください。



市内の情報を Facebook と動画で発信中



平昌パラリンピックでパラアイスホッケー代表として出場し、8位の成績を収めた千曲社会福祉協議会所属の中村稔幸選手(内川)が更埴庁舎市長室を訪れました。

2回目のパラリンピック出場となった中村選手は、今大会5試合に出場し「競技をやるからには目指していた舞台。その舞台に立てたことは光栄です」と話しました。

報告

CHIKUMA TOPICS

ピョンチャン

平昌パラアイスホッケー代表、中村稔幸選手が市長に出場報告



報告

CHIKUMA TOPICS

ピョンチャン

平昌オリンピックスケルトン代表、小口貴子選手が市長に出場報告



3月28日に平昌オリンピックでスケルトン女子代表として初出場し、19位の成績を収めた丸善食品工業株式会社所属の小口貴子さん(長野市)が更埴庁舎市長室を訪れました。

小口さんは2003年の大学2年生のときに同競技と出会いました。一時、競技から離れていましたが2008年に復帰し、競技を続けました。「(大会で)記憶があるのは自分の名前をコールされながらスタートラインに立った瞬間です」と振り返り、また「長年、ずっと夢見てきたオリンピックの舞台に立てたことは、皆さんの応援のおかげです」と話しました。

報告

CHIKUMA TOPICS

千曲キューティアンズ全国大会出場



3月22日にチアリーディングチーム「千曲キューティアンズ」のメンバー4人が更埴庁舎市長室を訪問し、「USA ナショナルズ(全国選手権大会)」の出場報告を行いました。同チームは信州ブレイブウォリアーズの公式戦や千曲川ハーフマラソンなどに出演し、パフォーマンスを披露しています。

3月25日に幕張メッセで行なわれた全国大会では、すばらしい活躍を見せてくれました。

任命

CHIKUMA TOPICS

千曲市消防団・婦人消防隊任命式



4月1日に更埴庁舎講堂で、平成30年度千曲市消防団・婦人消防隊の任命式が行なわれました。新団長へ任命書が渡されたほか、新幹部、新入団員など約150名に辞令が交付されました。

消防団は、住民の生命、身体、財産を災害から守り被害を軽減することを任務とし、婦人消防隊は災害時の応急手当などの後方支援を行ないます。平成30年度の消防団員は785人、婦人消防隊は429人です。

視察

CHIKUMA TOPICS

ハンガリー卓球理事、千曲市を視察



3月21日にハンガリー卓球連盟ゾルタン・ドゥバーツィ理事が2020年東京オリンピック・パラリンピックに向け同国卓球チームの事前合宿の候補地として建設中の新更埴体育館を視察しました。当日は、ハンガリー友好協会、県卓球連盟など約60人が同国の国旗を振りながら歓迎しました。なお、市は2005年に開催されたスペシャルオリンピックス冬季世界大会長野で、同国のホストタウンになっています。

行事

CHIKUMA TOPICS

第63回 あんずまつり



第63回あんずまつりが4月1日から4月15日まで開催されました。

満開を迎えたあんずの里スケッチパークでは、お花見を楽しむ家族連れなどが写真撮影をしながら楽しんでいる姿が見られました。

今年のあんずの開花は3月29日で例年より9日早く、観測史上2番目に早い開花となりました。

●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。



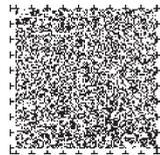
▲利用登録はこちら

●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。

小説も料理も「面白い」がテーマ!



チクマビト
NO. 33

柏屋七代目当主 塚田 浩司さん(屋代・34歳)

「第15回坊っちゃん文学賞」の短編ショートショート部門で、応募総数1087点の中から大賞を受賞した作品「オトナバー」の作者が、料理店「柏屋」七代目当主の塚田浩司さんだ。

塚田さんは、21歳のときに長野市でダイニングバーを経営し始め、23歳のときに「柏屋」の七代目当主となった。以前から小説を書くことに興味はあったが、仕事の忙しさから書くことはできなかった。しかし、2015年にお笑いコンビ「ピース」の又吉直樹さんが「芥川賞」を受賞したのをきっかけに「自分でも書けるかも知れない」と思い、2016年1月から執筆活動を始めた。

小学生の頃はコントのネタを作り、高校生の頃にはバンドのオリジナル曲を作るなど、「クリエイティブなことが好き」と語る塚田さん。小説を書くことの魅力は「自分の中でたまっている物を作品として表現することの楽しさ」と声を弾ませる。また、小説と料理の共通点は「どうしたら面白いものができるか考えること」であり、「小説を書き始めてから、アンテナを高くしたことで情報が集まってきて両方にいい影響が出ている」と塚田さんは実感している。

今回受賞したショートショート部門は、原稿用紙15枚で表現するもの。「藤子・F・不二雄さんのドラえもんから、短い文章の中で起承転結を表現することを学んだ」と漫画好きの一面も明かす。今後は「小説の執筆は続けていき、将来は本を出したい」と語る。

小説家と料理人。一見関係がないと思えることも「読む方」と「食べる方」のことを考えて創作することは共通している。今後とも千曲市の二刀流は多くの人を魅了し続ける。

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(平成30年4月1日現在)

| | | | |
|-----|--------------|-------------|------|
| 世帯数 | 21,900(+32) | 平成30年3月中の動き | |
| | | 転入 | 401人 |
| 人口 | 59,544人(-85) | 転出 | 453人 |
| 男 | 28,810人(-49) | 出生 | 33人 |
| 女 | 30,734人(-36) | 死亡 | 66人 |

編集後記

新年度を迎えて1か月が経ちますが、新入生や新入社員の方々は、新しい環境に慣れてきたでしょうか。私も、今年度から新しく秘書広報課に配属となりましたが、いまだにわからないことがばかりで忙しい日々を過ごし、家に帰ると泥のように眠る毎日です。張り切って頑張ることも大切ですが、疲れすぎて5月病にならないよう、適度な息抜きもしつつ、新生活を充実させましょう!

滝沢

●千曲市役所の住所、電話・FAX番号

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)

●市報千曲5月号の印刷費は、1部あたり約29円です。