

市報千曲

2023 (令和5年)

CHIKUMA

12

No. 243

特集

つながりの輪を広げて 笑顔で過ごせる地域に

【その他の主な紙面】

P 4 除雪作業協力をお願い

P 5 叙勲、褒章受章者を紹介します

P 7 年末年始のごみ収集・し尿汲み取りなど

P22 ちくピ（市内のニュース）

秋の智識寺（合成）

ESTD
2003
2023

千曲
20
th

Chikuma city Anniversary

つながりの輪を広げて

笑顔で過ごせる地域に

「理解を深める「歩み寄り」の心」

福祉課（内線1274）



障害者週間は、障がいのある人への理解を深めるとともに、障がいのある人が社会、文化などさまざまな分野の活動に参加する意欲を高めることを目的としています。

そこで、障がいのある人への理解を深めていただくため、今年3月に誕生した千曲・坂城地域の精神障がい当事者の会「ひこばえの会」の活動について紹介します。

「ひこばえの会」誕生のながれ

以前から、精神障がいのある人の当事者会が必要だという声はありましたが、千曲・坂城地域には活動団体がない状況が続いていました。

令和4年度の千曲・坂城地域自立支援協議会のこのころ部会でピアサポーター（*）を学ぶ研修会が開催され、想いのある当事者が参加しました。

「誰かのために何かをやりたい」

という想いと当事者が集まれる場が必要という地域の想いが融合して、「まずは集まってみよう!」ということになり、研修会に参加した当事者を中心に準備が進められ、令和5年3月に千曲・坂城地域の「ピア（なかま）の会」が誕生しました。

*ピアサポーター 障がいや病気など共通する困難な経験や悩みを抱える人同士で体験を共有したり情報を交換し、支え合う活動のこと。

ピア（なかま）の会の名前を「ひこばえの会」に決定

3月23日（木）、第1回目の当事者会が開催されました。最初は少人数で始めたいという希望もあり、9人の当事者と関係者を合わせて19人のスタートになりました。

第1部は「言いたい事・話したい事あるよね」と題してこれまでの経験や今の自分が思うことを参加者で共有する時間にしました。緊張しながらも、自分の言葉で語られる一言一言には想いが込められていて、参加者も真剣な表情で聞いていました。

第2部では、参加者で当事者会の名前を考えました。たくさん候補の中から決まった名前は「ひこばえの会」。ひこばえとは切り株などの根元から新たに生える芽のことを言います。樹木が自ら蘇生する力、森が再生する生命力の象徴として使われることが多いことばで、参加者の想いが伝わってきます。

コロナ禍での開催でしたが、参加者からは「集まるって良いな。話せ



▲第1回目の当事者会の様子

る場があるって良いな」「病気があっても危なくない。偏見をもってはダメ。とても楽しかった」などの感想が寄せられました。



ひこばえの会 赤坂雅文さん（左）、北島直也さん（右）

みんなで楽しめる会

ひこばえの会は月に1回程度のペースで定例会を行なっています。会では、メンバーのやりたい事や挑戦したい事などを仲間と企画しています。

最初に開催したイベントは「残暑払い」の「Cafe CoCo Rest」の協力のもと、貸し切りパーティを開催しました。当日の食事会のメニュー・チラシ作り、買い物、受付、司会……みんなで役割分担を決めて準備を進め、8月22日（火）、当事者14人と関係者合わせて25人が参加し、1回目と比べてスケールアップしました。

ビュッフェ形式の食事会では、美味しい料理と楽しい会話で笑顔があふれ、食事の後は、チーム対抗戦のゲームやスイカ割りで盛り上がりました。ゲームの後はデザートタイムもあり皆さん大満足でした。

参加者からは「初めて参加し、とても楽しかった」「選べるメニュー、どれも美味しかった」などの声が寄せられました。また、企画から参加したメンバーは「皆でメニューを考えたり楽しかった」



「買い物を担当して緊張したけど頑張れた」などの感想を話していました。

一緒に活動しませんか

「ひこばえの会」の今後の活動

「ひこばえの会」は、まだ結成したばかりであるため、まずは自分達が楽しめることを第一に活動していますが、ゆくゆくは、自分達も楽しみながら、「障がいのある人もない人も、誰もが安心して暮らせる地域づくり」につながっていく活動にしていきたいと考えています。

障がいへの理解を深める活動や、同じ悩みを持つ当事者同士の交流、地域へ当事者の声を届ける活動など、さまざまな取り組みができればと考えています。

それを実現するためには、障がいのある人もない人も皆が障がい者の置かれている状況に関心を持って、

やれることがあれば少しでも行動に移してみることがとても大切です。「ひこばえの会」の活動に、ご協力・ご支援いただける人がいましたら、一緒に活動してみませんか。

「ひこばえの会」からのメッセージ

●北島直也さんの声
もっと会員が増えたらうれしいです。今は不定期で開催している定例会ですが、会いたいときにいつでも行ける拠点ができると良いなと思います。

●赤坂雅文さんの声
当事者同士だからこそ分かり合えることがあると思います。たくさんの方に参加してもらい、この会がみんなの「ひこばえ」になって、みんなで成長していけたらうれしいです。

●千曲・坂城地域自立支援協議会

障がいのある人もない人も、誰もが安心して暮らせる地域を目指して、さまざまな議論を行なっています。

協議会には6つの専門部会があり、その中の「このころ部会」は精神障がいのある人がいきいきと暮らすための地域づくりを目指して活動しています。

●「ひこばえの会」のイベントに参加しませんか

会では令和6年2月に第3回目のイベントを計画しています。参加してみたい人、興味のある人は下記まで問い合わせてください。

千曲・坂城障がい者（児）基幹相談センター ☎026-275-0548

叙勲、褒章受章者を紹介します

叙勲は、国家または公共のために功労のあった人などを対象に発令され、春秋叙勲、高齢者叙勲、危険業務従事者叙勲があります。褒章は、社会や公共の福祉、文化などに貢献した人を顕彰する国の栄典の一つで、事績により6種類があります。

秋の叙勲 瑞宝小綬章

古内 幸雄さん(新田)



昭和48年から33年にわたり、県短期大学生活科学科で食品学担当教員として教育・研究に従事。研究面ではクルミの加工などについて研究され、現在は同学名誉教授として食品学の振興と進展に尽力されています。

秋の褒章 藍綬褒章

塚原 佐久子さん(羽尾)



平成8年から保護司を務め、非行少年ら保護観察者が立ち直るため寄り添い・助言、社会復帰のための環境調整を行なうほか、犯罪予防活動に尽力されています。

危険業務従事者叙勲 瑞宝双光章

中村 正信さん(内川)



昭和44年に県警察官に採用され、主に刑事課で勤務。平成23年3月に警部として定年退職するまで、42年間の長きにわたり、地域の安全・安心、治安維持に尽力されました。

高齢者叙勲 瑞宝小綬章

竹内 長生さん(千本柳)



昭和34年に教員に採用され、長野県篠ノ井高等学校長などを歴任。平成8年3月に退職されるまで37年間にわたり、教育の振興と進展に尽力されました。

高齢者叙勲 瑞宝双光章

白石 秋男さん(屋代)



昭和34年に教員に採用され、旧更埴市立屋代中学校長などを歴任。平成8年3月に退職されるまで37年間にわたり、教育の振興と進展に尽力されました。

高齢者叙勲 瑞宝双光章

山岸 和雄さん(上徳間)



昭和37年に長野労働基準局に入局し、長野労働基準監督署長などを歴任。平成8年3月に定年退職されるまで34年間にわたり、働く人の労働条件の向上、労働安全、衛生の確保に尽力されました。

除雪作業協力をお願い

公道河川課(内線3201)



これから雪のシーズンを迎えます。市では一定以上の積雪時に、幹線道路を中心に朝の通勤・通学時間帯に間に合うよう除雪作業を行います。また、道路状況により凍結防止剤を散布します。生活道路や歩道などの除雪は、市民の皆さんの協力が欠かせません。安全で円滑に除雪が終わるよう、ご協力をお願いします。

⚠️ 除雪に関する3つの注意点 ⚠️

① 敷地内の雪を道路に出さない

凍結すると交通事故の原因となります。出入口の雪などは道路へ出さずに、道端の安全な場所に積むか敷地内へ片付けてください。

② 側溝・河川には雪を捨てない

下流で雪が詰まると、水があふれだす恐れがあります。

③ 除雪車には近づかない

作業中の除雪車は大変危険ですので、近づかないでください。また、車で追い越す際は十分に注意してください。

生活道路の雪かきと凍結防止剤の散布にご協力を



地域の生活道路や歩道などの雪かき・凍結防止剤の散布は、市民の皆さんで協力して行なってください。凍結防止剤は区・自治会に配布します。不足したときは、区長・自治会長に問い合わせてください。

* 地域の除雪や凍結防止剤の散布については、区長・自治会長に相談してください。

* 国道や県道の除雪は、それぞれ管轄している国や県が行ないます。歩道の除雪は市民の皆さんのご協力をお願いします。

10cm以上の積雪時には除雪車が出動



午前3時頃の積雪が平地で10cm以上になると除雪車が出動します。バス路線などの幹線道路を中心に、通勤・通学時間帯に間に合うよう除雪を行います。ただし、積雪の状況などにより作業が追いつかず、終了時間が遅れたり、日中に作業を行なう場合がありますので注意してください。

山間部などの地区で、区や自治会が除雪機を運転する場合は、除雪時間が多少異なります。

上下水道メーター周辺の除雪にご協力を

上下水道メーターボックスに積雪があると、位置がわからなくなったり凍結によりボックスの蓋が開かなくなったりしてまい検針が行えない場合があります。検針員が上下水道メーターの正確な検針を行なえるよう、メーターボックス周辺の除雪をお願いします。

なお、各地区の検針時期については問い合わせてください。

▼ 問い合わせ先

- 県営水道
- 【更埴地域】ヴェオリア・ジェネッツ株式会社 中島事務所 (☎01201971105)
- 【戸倉上山田地域】ヴェオリア・ジェネッツ株式会社 田事務所 (☎01201971124)
- 市営水道・下水道(自家水・減算用私設メーター)
- 千曲市上下水道料金等お客様センター (☎026127217556)

Pick Up!
お知らせ

年末年始のごみ収集・し尿汲み取りなどの業務案内

環境課(内線2222)

期日	市役所 開庁日	ごみ収集				し尿 汲み取り	ちくま環境エネ ルギーセンター	葛尾組合
		可燃ごみ	ビン・缶・ ペットボトル	不燃ごみ ／乾電池 ・蛍光灯	プラスチック製 容器包装		可燃ごみ 焼却施設 (直接搬入)	不燃ごみ 処理場 (直接搬入)
12/27 (水)	○	×	×	×	○ 該当地区	定期収集 のみ	○	○
12/28 (木)	○	○ 月・木 地区	○ 該当地区	○ 該当地区	×	定期収集 のみ	○	○
12/29 (金)	×	○ 火・金 地区	×	×	×	×	○	×
12/30 (土)	×	×	×	×	×	×	△ 午前11時30分まで	×
12/31 (日)	×	×	×	×	×	×	×	×
1/1 (月・祝)	×	×	×	×	×	×	×	×
1/2 (火)	×	×	×	×	×	×	×	×
1/3 (水)	×	×	×	×	×	×	×	×

* 地区別のごみ収集日は「ごみ収集カレンダー」で確認してください。
* 午前8時までに収集所へ出してください。

ホリデーステーション

- ▶ **人権ふれあいセンター西側駐車場(旧更埴庁舎北西)、ふれあい福祉センター(旧戸倉庁舎)駐車場(毎月第2・4土曜日の午前9時~10時)**
12月9日、23日、令和6年1月13日、27日
- ▶ **西友上山田店駐車場(毎週土曜日の午後1時~2時)**
12月は23日まで、1月は6日から実施します。
* 12月30日は実施しません。

家庭用庭木剪定枝

- 令和6年1月・2月は収集依頼・搬入の受付をしていませんので注意してください。
- ▶ **12月の直接搬入日(無料)** 12月9日(土)、16日(土)
* 12月23日(土)の直接搬入はできません。
* 排出の際は、「家庭ごみ・資源物の出し方」を確認し、ビニールひもなどで縛らずに搬入してください。
 - ▶ **戸別収集(有料)の最終受付日** 12月20日(水)
☎ 更埴地域シルバー人材センター(☎026-272-5630)

不定期し尿汲み取り

- ▶ **不定期、臨時収集の最終受付日** 12月8日(金)
* 受付は平日のみです。
* 12月11日(月)以降の受付は、年内の収集ができません。
* 令和6年の受付は、1月4日(木)からです。
☎ 千曲市清掃組合(☎026-273-1894)

知っていますか？

償却資産は申告が必要です

固定資産税は、土地、家屋、償却資産に課税されます。土地、家屋には登記制度がありますが、償却資産には登記制度がないため、所有している法人・個人による毎年の申告が地方税法により義務づけられています。令和6年1月1日時点で市内に償却資産を所有・所在している法人、個人は確定申告とは別に申告書を提出してください。

申告方法

申告書に記入のうえ、税務課に持参するか、郵送(当日必着)してください。eLTAXによる電子申告も可能です。
昨年度申告のあった法人・個人には、12月中に申告書を郵送します。新規で申告する場合は、税務課に連絡してください。
* 全資産申告(所有している全ての資産を申告する方法)の場合は、申告書を送付していません。

償却資産とは…

事業用に使用しており、減価償却費として法人税または所得税法の規定により必要経費に算入できる構築物、機械、車両および運搬具(自動車税・軽自動車税の対象は除く)、工具・備品などです。
* 事業用や売電(一般住宅を含む)のために設置した太陽光発電設備も対象となります。

申告期限

令和6年1月31日(水)

土地・家屋の現況を変更した場合は届出が必要です

土地・家屋に課税される固定資産税は毎年1月1日に所有している人に対し、現況に応じて課税されます。そのため、土地、家屋の現況に変更があった場合には、届出が必要となります。

土地・家屋の届出が必要な事例

- ① 家屋を取り壊した(滅失証明書の提出が必要な場合あり)
- ② 登記されていない建物(未登記建物)の所有者が変わった
- ③ 土地や建物の用途を変更した
- ④ 建物の増築、一部取り壊しを行なった(サンルームの増築も課税対象)

提出方法

市ホームページに掲載または税務課に設置してある各報告書を記入し、提出してください。
* ①は「建物取り壊し・新増築報告書」、②は「未登記建物所有権移転報告書」の提出が必要です。③④は電話か窓口で問い合わせてください。
* 登記申請が必要な場合は、長野地方法務局(☎026-235-6611)へ相談してください。

届出期限

12月22日(金)

市ホームページは
こちら



■ 提出・問い合わせ先 税務課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、内線1134)

Pick Up!
お知らせ

長野県子育て世帯生活支援特別給付金 (低所得世帯分)を支給します

詳細はこちら▼



☎こども未来課 (内線1251)

食費などの物価高騰に直面し、特に影響を受けている低所得の子育て世帯を支援するため、長野県子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。なお、国が実施している個人住民税非課税世帯などへの「子育て世帯生活支援特別給付金」(児童一人あたり5万円)の支給対象になった児童は対象外です。

- ▶**対象児童** 令和5年3月31日時点で、18歳未満(障がい児の場合、20歳未満)である児童
- ▶**申請が不要な対象者** 次のいずれかに該当し、令和5年度個人住民税所得割が非課税である人
 - ①児童手当・特別児童扶養手当受給者(令和5年4月分の児童手当・特別児童扶養手当受給者)
 - ②新規児童手当・特別児童扶養手当受給者(令和5年5月分から令和6年3月分までの児童手当・特別児童扶養手当の受給資格の認定または額改定の認定を受けた人)
- *「支給のお知らせ」を随時郵送します。
- ▶**申請が必要な対象者** 次のいずれかに該当し、市内に住所を有する人
 - ①平成17年4月2日(特別児童扶養手当の児童は平成15年4月2日)から令和6年2月29日までの間に出生した児童の養育者であり、令和5年度個人住民税所得割が非課税である人
 - ②食費などの物価高騰の影響を受けて令和5年1月から令和5年12月までの家計が急変し、個人住民税の所得割が非課税相当の収入になっている人
- *高校生のみを養育する世帯や公務員の世帯などは申請が必要です。
- *申請書類は、市ホームページからダウンロードすることができます。
- ▶**給付額** 児童一人あたり一律3万円 ▶**申請期限** 令和6年2月29日(木)

Pick Up!
お知らせ

確定申告のスマホ申告講習会を開催します

☎税務課 (内線1141)

- ▶**日時** 1月24日(水)午前10時~正午、午後1時30分~3時30分(1日2回開催)
- ▶**会場** 市役所3階会議室
- ▶**対象者**
 - ①令和5年分の確定申告をする人で所得の種類が給与や年金の人
 - ②マイナンバーカードおよびマイナンバーカード読み取り可能なスマートフォンを持っている人
 - ③マイナンバーカードの署名用電子証明と利用者証明用電子証明書の暗証番号を把握している人
- ▶**内容** スマートフォンを使用し、持参した源泉徴収票などを用いて、実際に令和5年分の確定申告書を作成し、送信・提出できます。
- ▶**持ち物**
 - ①マイナンバーカード読み取り可能なスマートフォン
 - ②マイナンバーカードおよび取得した際に設定したパスワード
 - ③申告に必要な書類(源泉徴収票、社会保険料の支払証明、生命保険料の控除証明など)
- ▶**定員** 30人(先着順)
- ▶**申込方法** 令和6年1月15日(月)までに、電話で税務課へ申し込んでください。
- ▶**問い合わせ先**
 - 講習の内容について 上田税務署個人課税第一部門(☎0268-22-1234、内線333)
 - 講習の申込みについて 税務課(内線1141)

Pick Up!
お知らせ

使用済み小型家電の無料回収を実施します

詳細はこちら▼



☎環境課 (内線2221)

- ▶**日時** 12月10日(日)午前8時30分~10時(雨天決行)
- ▶**会場**
 - 更埴会場 人権ふれあいセンター西側駐車場(旧更埴庁舎北西)
 - 戸倉上山田会場 ふれあい福祉センター(旧戸倉庁舎)駐車場
- ▶**回収品目** 電気や電池で動く小型電子機器や家電製品
- ▶**回収できないもの**
 - ①家電リサイクル法対象品目(テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、乾燥機、エアコン)
 - ②フロンを使用したもの(除湿機、冷風機、製氷機など)
 - ③事業活動に伴い排出される使用済小型家電
 - ④大型の家電製品(1人で持ち運びできないもの)
 - ⑤その他特殊な家電(マッサージチェア、温水便座など)
- ▶**注意事項** ファンヒーターは灯油を完全に抜いたもの(本体油受皿内も付属スポイトなどで抜くこと)のみ、電気こたつは発熱部分のみ、電気カーペットや電気毛布はコードを含むコンローラー部分のみ回収できます。
- *詳細は市ホームページ、または環境課に問い合わせてください。

Pick Up!
お知らせ

市内入浴施設年末年始の営業時間



☎市民生活課 (内線2242)

- ▶**営業時間** 下表のとおり(通常の開館時間と異なる日があります)
- ▶**問い合わせ先**
 - 湯のさとちくま白鳥園(☎026-275-0400)
 - 健康プラザ(☎026-272-5818)
 - 多世代健康交流プラザつるの湯(☎026-261-0770)
 - Re SPA シンコースポーツ(☎026-214-5690)
 - 佐野川温泉竹林の湯(☎026-272-6500)

	湯のさとちくま 白鳥園	多世代健康交流プラザ つるの湯	佐野川温泉 竹林の湯	健康プラザ	Re SPA シンコースポーツ
期日	営業時間				
12月28日(木)	午前9時30分 ~ 午後9時	午前9時~午後8時	午前10時~午後9時	午前10時~午後7時	午前10時~午後8時
12月29日(金)				午前10時~午後5時	
12月30日(土)					
12月31日(日)	午前9時30分 ~ 午後9時 * 食事処は午前 11時~午後3時	休館日	休館日	休館日	休館日
1月1日(月・祝)					
1月2日(火)					
1月3日(水)	午前9時30分 ~ 午後9時		午前10時~午後9時	午前10時~午後5時	
1月4日(木)		午前9時~午後8時		午前10時~午後7時	午前10時~午後8時
1月5日(金)					

Pick Up!
お知らせ

千曲市健康づくり計画「健康アップ千曲21(第三次)」(案)および「第2次いのち支える千曲市自殺対策推進計画」(案)への意見募集

☎健康推進課(内線2131)

千曲市健康づくり計画「健康アップ千曲21(第三次)」(案)および「第2次いのち支える千曲市自殺対策推進計画」(案)の策定にあたり、内容を公表し、市民の皆さんから意見を募集します。

▶**受付期間** 12月14日(木)～令和6年1月12日(金)

▶**閲覧場所** 市ホームページ、健康推進課(市役所2階)、上山田戸倉出張所

▶**意見を提出できる人**

市内に在住、在勤・在学する人や市内に事務所、事業所を有する個人、法人、団体、当該パブリックコメント手続きに利害関係を有する人(市外の大学などに在学中の人、市内出身の人などを含む)

▶**意見の提出方法**

閲覧場所にある「意見提出用紙」に意見などを記入のうえ、健康推進課または上山田戸倉出張所へ提出するか、郵送(当日消印有効)、ながの電子申請サービス、ファックス、電子メールで提出してください。

▶**提出期限** 令和6年1月12日(金)

▶**提出先** 健康推進課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、FAX026-272-6558、電子メール kenko@city.chikuma.lg.jp)

「健康アップ千曲21(第三次)」(案)はこちら▼



「第2次いのち支える千曲市自殺対策推進計画」(案)はこちら▼



Pick Up!
お知らせ

千曲都市計画ごみ焼却場の変更およびごみ処理場の決定の素案の閲覧と公聴会の開催

☎都市計画課(内線3252)

千曲市と坂城町で構成する葛尾組合では、屋代地区に建設したちくま環境エネルギーセンター(ごみ焼却施設)の稼働に伴い、廃炉となっている坂城町の葛尾組合焼却施設を解体し、新しいリサイクルセンター(不燃ごみおよび資源ごみ処理施設)の建設を計画しています。

このことに併せて必要となる千曲都市計画の変更や決定について、市民や関係者の皆さんの意見を聞くために、変更素案および決定素案の閲覧と公聴会を開催します。

●**素案の閲覧**

▶**閲覧期間** 12月1日(金)～22日(金)午前8時30分～午後5時15分(土、日除く)

*閲覧期間を変更する場合は、市ホームページでお知らせします。

▶**閲覧場所** 市役所3階 都市計画課

●**公聴会**

▶**日時** 令和6年1月14日(日)午前10時～正午

▶**場所** 市役所3階会議室

●**公述の申出**

▶**意見を提出できる人** 公述の申出ができる人は、計画の変更および決定に関係する市民、

利害関係者などです。

▶**提出方法** 都市計画課にある「公述申出書」を記入し、12月15日(金)までに都市計画課に持参するか、郵送(当日必着)してください。

*公述申出者が多数の場合は、公聴会での公述時間を制限する場合があります。

*公述申出書の内容が不適当な場合は、申出を受け付けることができません。

*公述申出者がいない場合は、公聴会を中止し、市ホームページでお知らせします。

▶**提出先** 都市計画課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地)

Pick Up!
お知らせ

令和6年1月以降の新型コロナワクチン接種のお知らせ

☎感染症対策室(内線2112)

発券申請方法は
こちら▼



現在行なっている新型コロナワクチン令和5年秋開始接種は、生後6ヵ月以上の人を対象にオミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチンを使用し、無料で実施しています。

初回接種・追加接種いずれの場合も、接種は令和6年3月末まで実施の予定ですが、集団接種会場での接種は今月末で終了し、令和6年1月以降は個別医療機関のみでの接種となります。集団接種を希望される人は、早めの予約をお願いします。

なお、接種を希望される人で64歳以下の令和5年春開始接種を未接種の人は、事前に接種券の発行申請が必要です。

●**接種券の発券申請方法** 次のいずれかの方法で申請してください。

▶**電話申請** 市ワクチンコールセンター(☎0570-026-273、月曜日～土曜日午前9時～午後5時、日曜日除く)へ問い合わせてください。なお、令和6年1月4日より受付時間が月～金曜日(祝日除く)午前9時～午後5時に変更となります。

▶**郵送・メール申請** 市ホームページより申込用紙をダウンロードのうえ、本人確認書類の写し(転入した人は本人確認書類の写しと前回の接種記録証の写し)を添付し申し込んでください。

▶**窓口申請** 本人確認書類(転入した人は前住所地発行の接種券(原本)または前回の接種記録証)を用意し窓口で手続きしてください。

*令和5年春開始接種を接種済みの人でも、転入した人や海外で接種を受けた人などで、市に接種歴の登録申請をしていない人は申請が必要です。

Pick Up!
お知らせ

不妊治療費を助成します(わかば支援事業)

☎健康推進課(内線2123)

詳細はこちら▼



市では、不妊治療を行なう夫婦の経済的負担を軽減するため、治療費の一部を助成しています。

▶**助成要件**

- 不妊治療を行なっている夫婦であること(事実婚関係にある人も対象)
- 助成金の交付申請日に夫婦の双方または一方が市内に1年以上住所を有すること
- 市税の滞納がないこと

▶**助成内容**

- 医師が認める不妊治療費であること
- 不妊治療に関する医師への相談、検査、治療での自己負担額のうち、保険適用にならない経費
- 他の市町村や県から助成を受けていない期間の経費
- *一部、対象とならない経費があります。

▶**助成金額** 対象経費の2分の1以内(上限30万円/年)

▶**助成対象期間** 令和5年4月1日(土)から令和6年3月29日(金)

▶**申請方法** 印鑑を持参のうえ、保健センターで申請書類の交付を受けてください。年度内に受けた治療分は、まとめて1回で申請してください。

▶**提出期限** 令和6年3月29日(金)

Pick Up!
募集

会計年度任用職員を募集します

☎市民課(内線1216)、保育課(内線1243)

- ▶ **募集人員** いずれも1人
- ▶ **応募条件** 原則、市内在住の人
- ▶ **勤務先など** 下表のとおり
- ▶ **応募方法** 市販の履歴書に記入の上、下表記載の応募期限までに各所属へ持参するか、郵送(当日必着)してください。
- ▶ **郵送先** 〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地(番地に続いて勤務希望先の所属名を記載してください)
- ▶ **面接試験** 12月下旬
*詳細は応募者に通知します。

所属	勤務先	職種	業務概要	資格など	給与・報酬	任用期間	勤務時間	勤務日数/月	応募期限
市民課	市役所	一般事務補助	申請や届出の受付、交付等窓口業務および事務補助	ワード・エクセルの基本的な操作ができる人	時給973円	令和6年1月1日 ～ 3月31日	午前8時30分～ 午後5時15分 間の7時間30分	17～20日 (要相談)	12月18日(月)
保育課	市内公立保育園	給食補佐員	主任調理員の補佐および調理補助	普通自動車運転免許	時給1,001円	令和6年4月1日 ～ 令和7年3月31日	午前8時30分 ～ 午後4時30分	20日	12月13日(水)

Pick Up!
お知らせ

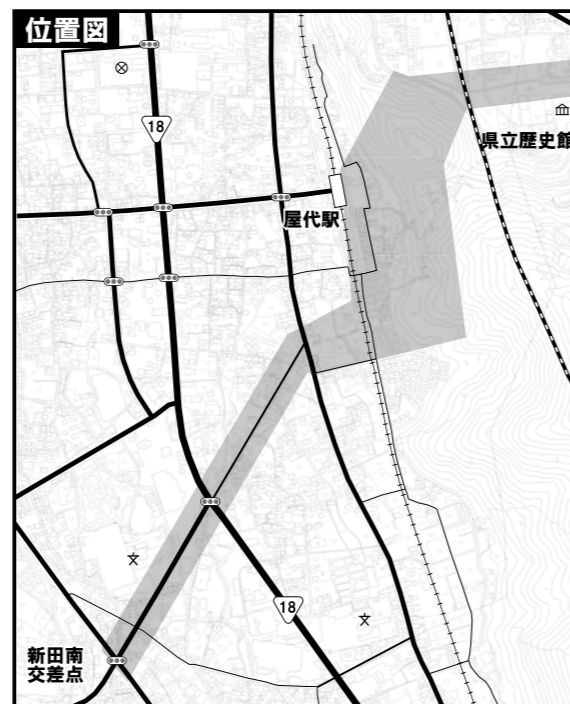
都市計画道路一重山線の測量調査の実施

☎道路河川課(内線3203)

市では、都市計画道路「一重山線」の一部である「一重山2号線」(国道403号「工場団地前」交差点から県立歴史館前まで)の整備に着手しているところですが、その先線となる県立歴史館から県道姨捨停車場線「新田南」交差点までの測量調査に着手いたします。測量内容は、今後計画を進めるにあたり現地の地形状況を把握するための調査です。

測量の際は、沿線の土地に立ち入らせていただく事もありますので、ご理解ご協力をよろしくお願いします。

- ▶ **測量期間(予定)** 令和5年12月～令和6年2月末
- ▶ **測量業者** (株)協同測量社 千曲営業所



Pick Up!
お知らせ

「第二次千曲市教育振興基本計画(後期計画)」(案)と「千曲っ子教育ビジョン」(案)の意見を募集します

☎教育総務課(内線4102)

市教育委員会では、教育振興に関する総合的かつ計画的な振興を図るため、その基本的な方針や講ずべき施策を定める「第二次千曲市教育振興基本計画(後期計画)」(案)と個別計画である「千曲っ子教育ビジョン」(案)を策定しました。この計画(案)の内容を公開し、市民の皆さんから意見を募集します。

- ▶ **受付期間** 11月27日(月)～12月26日(火)
- ▶ **閲覧場所** 市ホームページ、教育総務課(市役所4階)、上山田戸倉出張所
- ▶ **意見を提出できる人** 市内に在住、在勤・在学する人や市内に事務所、事業所を有する個人、法人、団体、当該パブリックコメント手続きに利害関係を有する人(市外の大学などに在学中の人、市内出身の人などを含む)
- ▶ **意見の提出方法** 閲覧場所にある「意見提出用紙」に意見などを記入のうえ、教育総務課または上山田戸倉出張所へ提出するか、郵送(当日消印有効)、ながの電子申請サービス、ファックス、電子メールで提出してください。
- ▶ **提出期限** 12月26日(火)
- ▶ **提出先** 教育総務課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、FAX026-273-8787、電子メール kyoiku@city.chikuma.lg.jp)

詳細はこちら▼



Pick Up!
募集

有料広告の募集

☎総務課(内線4143)

市公用車のうち、総務課で所管する一部の集中管理車の車体(左右ドア)に掲載する広告を募集します。希望する事業者は総務課へお問い合わせください。

- ▶ **車種** 軽自動車・普通自動車
- ▶ **規格(一面)** 縦30cm×横50cm(0.15㎡)
- ▶ **掲載料(両面)** 年額12,000円
- *申込者多数の場合、先着順となります。



Pick Up!
募集

運転手募集～あなたの力を貸してください～

☎総合政策課(内線4132)

運転手の不足などにより、地域の公共交通を維持することが極めて困難な状況です。市内公共交通を運行するバス事業者、タクシー事業者では、経験の有無を問わず運転手を募集していますので、関心のある人は、各事業者にお問い合わせください。



- **更埴観光タクシー(株)**
配車センター ☎026-272-0036
事務所(採用担当) ☎026-273-2627
- **(有)信州観光バス** ☎026-272-8100
- **(有)シンリク観光** ☎026-273-5825
- **(資)畑山自動車商会** ☎026-275-0555

灯油などの油漏れに注意

これからの時期はストーブなど暖房機器の使用が増えます。ホームタンクからの油漏れに注意してください。油漏れの事故があった場合は、最寄りの消防署と環境課へ至急連絡してください。

灯油を入れる際は、その場を離れず、入れ終わったら確実に栓を閉めてください。また、ホームタンクやポリタンクを点検し、破損などがあった場合は、対処してください。

なお、油・農薬などの河川への不法投棄は、法律により禁止されています。

☎ 環境課(内線2201)、更埴消防署(☎026-274-0119)、戸倉上山田消防署(☎026-276-0119)

クリスマスおはなし会

▶日時 12月16日(土) 午前10時30分～11時30分

▶会場 戸倉創造館
▶内容 クリスマスのおはなしなど

▶対象者 乳児～小学校2年生
▶定員 15組(先着順)
▶申込締切 12月13日(水)
▶申込方法 窓口または電話で申し込んでください。

☎ 戸倉図書館(☎026-276-7001)

武水別神社神官松田邸 臨時開館

武水別神社大頭祭期間中は臨時開館します。

▶臨時開館日 12月11日(月)～14日(木)

☎ 武水別神社神官松田邸(☎026-247-8760)

令和6年元旦マラソン

▶期日 令和6年1月1日(月・祝)

▶申込方法 直接会場で受付をしてください。小学生以下は保護者が同伴してください。

●更埴会場
▶日程 午前8時20分～40分(受付)、午前9時(スタート)

▶集合場所 市役所南側駐車場

▶コース 市役所～千曲川堤防左岸～武水別神社(往復約6km)

●戸倉会場
▶日程 午前9時20分～40分(受付)、午前10時(スタート)

▶集合場所 ふれあい福祉センター駐車場(旧戸倉庁舎)

▶コース ふれあい福祉センター～千曲川堤防左岸～冠着橋手前(往復約4km)

☎ 特定非営利活動法人 千曲市スポーツ協会(☎026-273-0010、ことぶきアリーナ千曲内)

第2回空き家相談会

実家が空き家になった、空き家の売却や賃貸を検討しているなど相談内容に合わせて法律、建築、不動産などの専門家に相談できます。

▶日時 令和6年1月10日(水) 午前9時～

▶会場 市役所3階会議室

▶対象者 市内に空き家を所有している人

▶定員 5人(先着順)

▶申込方法 電話で事前に申し込んでください。

▶受付期間 12月1日(金)～15日(金)
*平日のみ、午前8時30分～午後5時15分

☎ 建築課(内線3222)

第18回人権を守る市民集会

人権意識を高め、差別のない明るい社会の実現に向けた市民集会を開催します。

▶日時 令和6年1月13日(土) 午後1時30分～4時20分

▶会場 戸倉創造館

▶内容 ○午後1時30分～ ナテックウィングスによる発表

○午後2時10分～ 埴生中学校、屋代南高校の生徒による実践発表

○午後2時40分～ 講演会

▶講師 ブルボンヌさん(女装パフォーマー/ライター)



▶演題 「男らしさ、女らしさより自分らしさが社会を変える～LGBT・男性・女性とは～」

▶定員 390人(先着順)

▶対象者 市内在住・在勤・在学する人

▶申込方法 電話または上記二次元コードから申し込んでください。

▶申込期間 12月1日(金)～令和6年1月8日(月)

☎ 人権・男女共同参画課(内線2253)

水道管の凍結予防

冬期は水道管の凍結や破裂(漏水)が多発する季節です。適正な管理と早めの準備をお願いします。

▶不凍栓で水道管の水抜き 冷え込む夜間やしばらく水道を使用しないときは、各家庭の不凍栓(水抜栓)で水道管の水抜きを行なってください。また、メーターによる確認も行なってください。

▶むき出し配管の対策 外気にさらされている水道管には、凍結防止帯(電熱帯)や保温材を巻くなどして凍結対策を行なってください。凍結防止帯などが劣化している場合は、早めに取り替えてください。

▶長期不在になる場合は閉栓手続き 仕事などで長期間不在になる場合は、漏水の発生を防ぐため水道の閉栓手続きを行なってください。

▶凍結してしまった場合 蛇口を開き、凍結した部分にタオルを巻いて、ゆっくりとぬるま湯をかけてください。水道管を急に温めると、管が破裂する場合があります。

▶凍結や水道管が破損したとき ○県営水道修繕センター(☎0120-813-283、24時間対応)

*県営水道、市営水道どちらの使用者でも利用できます。

○指定を受けた給水工事業者 *県営水道と市営水道で異なります。

☎ 市営水道 上下水道課(内線3231)、県営水道(更埴地域) 川中島水道管理事務所(☎026-284-1700)、県営水道(戸倉上山田地域) 上田水道管理事務所(☎0268-22-2110)

お詫びと訂正

市報11月号に掲載した記事で、下記のとおり誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

●23ページ 「日曜・祝日の当番医・当番薬局」内の11月23日の歯科系に誤りがありました。

▶訂正前 滝沢歯科医院(磯部)

▶訂正後 こみやま歯科医院(力石)

☎ 健康推進課(内線2134)

●27ページ 11月12日「長野県サッカー選手権大会」にリベルタス千曲FCは出場しませんでした。

☎ 一般社団法人リベルタス千曲FC(☎026-285-9171)

ご寄付ありがとうございます

○セイコーエプソン株式会社様(諏訪市)

▶寄付の内容・使途 環境教育用ノート4,450冊(1人1冊)・市内小中学校児童生徒の環境学習のため、再生紙2万枚・市役所庁舎で活用

☎ 教育総務課(内線4103)

林道の冬期間閉鎖

12月1日から令和6年4月中旬頃まで、市内の林道を閉鎖します。閉鎖期間中は落石や倒木処理、除雪作業などは行いません。

森林所有者などでやむを得ず林道を通行する場合には、安全を十分に確認し、無理な通行はしないでください。令和6年4月中旬以降に残雪の状況を見て、落石・倒木処理を行ない、安全が確認された路線から順次閉鎖を解除していきます。

☎ 農林課(内線3264)

インフォメーション

「お知らせ」「募集」「イベント」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

☎ お知らせ ☎ 募集 🚩 イベント

千曲市役所 ☎026-273-1111(代表) 〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地

特段記載のない場合は費用は無料で、申込先は問い合わせ先と同じ

ようこそ市長室

市政に対する意見・提案について小川市長と懇談します。1組25分以内です。

▶日時 12月26日(火) 午前9時～11時

▶場所 市長室ほか

▶申込方法 12月19日(火)までに電話で申し込んでください。

☎ 秘書広報課(内線4201)

市政へのご意見・ご提案

以下の3つの方法があります。

①ポリネコ! CHIKUMA

☎ 行政マネジメント室(内線4204)

②ながの電子申請サービス

☎ 秘書広報課(内線4201)

③市公共施設に設置の用紙

☎ 秘書広報課(内線4201)

**公共職業訓練 2月開講
コース**

- ▶**コース**
CAD ものづくりサポート科
- ▶**定員** 15人
- ▶**期間** 令和6年2月1日(木)～6か月間
- ▶**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** テキスト代など
- ▶**申込期限** 令和6年1月5日(金)
- ▶**申込先** 近くのハローワーク
- 職業訓練施設見学会**
- ▶**日時** 12月6日(水)、20日(水) 午前10時～正午
- ▶**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
- ▶**内容** 公共職業訓練の説明、施設見学など
- ☎ ポリテクセンター長野(☎026-243-7856)

**新型コロナワクチンコー
ルセンター時間変更**

- 新型コロナワクチンコー
ルセンターの接種予約受付時間が変わります。
- ▶**変更日** 令和6年1月4日(木)
- ▶**変更後の受付時間**
月曜日～金曜日(祝日除く)
午前9時～午後5時
- *12月29日(金)～令和6年1月3日(水)はお休みです。
- ☎ 感染症対策室(内線2112)

**ひきこもり支援「本人
と家族のためのつどい」**

- ▶**日時・会場**
- 12月7日(木)、21日(木) 午後1時30分～3時30分・戸倉人権はつらつセンター
- 12月13日(水) 午後7時～9時・市役所2階保健センター
- ▶**申込方法** 事前に電話で申し込んでください。
- ☎ 健康推進課(内線2132)

**古墳館こども教室
「古代稲を使って
リースを作ろう」**

- ▶**日時** 12月17日(日)
午前9時30分～正午
- ▶**会場** 森將軍塚古墳館
- ▶**対象者** 市内小学生と保護者
- ▶**定員** 20人(先着順)
- ▶**持ち物** 飲み物、フェイスタオル、作業ができる服装(長袖)
- ▶**申込開始** 12月8日(金)
午前9時30分
- ▶**申込方法** 電話で申し込んでください。
- ☎ 森將軍塚古墳館(☎026-274-3400)

千曲市を楽しく知る講座

市の歴史や風土などを「楽しく知る」ことができる講座を開催します。
市内の観光地のほか、歴史・史跡などを楽しく学び、千曲市の素晴らしさを知ることができる良い機会です。講座最終日には市内観光地などの視察を予定しています。

▶**日程**

第1回	令和6年1月18日(木)
第2回	令和6年2月1日(木)
第3回	令和6年2月15日(木)
第4回	令和6年2月29日(木)
第5回	令和6年3月14日(木)

- ▶**時間** 午後1時30分～3時30分頃
- *第5回は、市内視察研修予定のため時間が異なります。
- ▶**会場** 市総合観光会館
- ▶**定員** 20人(先着順)
- ▶**費用** 2,000円(バス代、保険料および視察時昼食代)
- ▶**申込方法** 12月15日(金)までに電話で申し込んでください。
- ☎ 観光課(内線3291)

県立歴史館講座

- ▶**日時** 12月9日(土) 午後1時30分～3時10分
- ▶**テーマ・講師** 「赤い土器のクニ」一邪馬台国時代へのあゆみー町田 勝則さん(県立歴史館総合情報課)
- ▶**会場** 県立歴史館
- ▶**費用** 常設展示券(一般300円、大学生150円、高校生以下無料)が必要です。
- ▶**申込方法** 窓口またはFAXなどで申し込んでください。
- ☎ 長野県立歴史館総合情報課(☎026-274-3991)

パソコン操作習得講座

- ▶**コース・日程**
- ①パソコン入門・令和6年1月16日(火)、17日(水)、23日(火)、24日(水)
- ②エクセル応用・令和6年1月13日(土)、20日(土)
- ③エクセルビジネス・令和6年1月27日(土)、2月3日(土)
- ④ホームページ作成・令和6年1月22日(月)、29日(月)、2月5日(月)
- ▶**時間**
- ① 午前9時30分～午後0時30分
- ②③④ 午前9時30分～午後4時30分
- ▶**受講料** ①9,000円 ②③12,000円 ④15,000円
- ▶**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** 受講日の1週間前までに、電話で申し込んでください。
- *受講希望者が少ない場合、開催されない場合があります。
- ☎ 長野地域職業訓練センター(☎026-221-0505)

**森將軍塚古墳周辺自然
観察会**

- ▶**日時** 12月16日(土) 午前9時～正午頃(悪天中止)
- ▶**集合場所** 森將軍塚古墳館駐車場
- ▶**参加費** 300円(保険料など)
- ▶**持ち物・服装** 双眼鏡、筆記用具、雨具、飲み物、おやつ、千曲市の自然観察ガイドブック(持っている人)、防寒着、履き慣れた靴
- ☎ NPO法人千曲市環境市民会議事務局(☎080-6994-4820、平日午前9時～午後5時)

市消防団歳末特別警戒

- 消防団員の負担軽減のため、例年より期間を短縮して行ないます。
- ▶**実施期間** 12月28日(木) 午後7時～9時頃(時間は地区により変更する場合があります)
- ▶**実施内容** 消防団の車両が区域内を巡回します。
- ☎ 危機管理防災課(内線4164)

宝くじ助成事業を活用

- 市は、宝くじの収益金を財源とした公益財団法人長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、市消防団に防寒衣100着を配備しました。
- ☎ 危機管理防災課(内線4164)



**歯と口の健康を守る検
診を受けましょう**

- 今年度、20・30・40・50・60・70歳になる人には、令和5年5月に歯科検診のクーポン券(はがき)を送付しました。
- ▶**自己負担額** 500円
- ▶**受診期限** 令和6年1月31日(水)
- *クーポンが見当たらない場合、再発行ができますのでお問い合わせください。
- ☎ 健康推進課(内線2134)

**公的年金などの源泉徴
収票を郵送します**

- 令和5年中に支払われた老齢年金の金額や源泉徴収された所得税額などを通知する源泉徴収票を、令和6年1月に郵送します。
- 確定申告の添付書類などに必要ですので、大切に保管してください。
- ☎ 長野南年金事務所(☎026-227-1284)

**相続登記の申請が義務
化されます**

- 令和6年4月1日以降、不動産を相続した場合は、その取得を知った日から3年以内に相続登記を申請することが義務になります。
- 令和6年4月1日より前に不動産を相続し、その取得を知っていた場合も対象です。
- 相続未登記の不動産はないかを確認して、今から備えましょう。



◀ 制度について



◀ 申請手続きについて

- ☎ 長野地方法務局不動産登記部門(☎026-235-6611代)

職人さんたちが施設を直してくれました

11月11日(土)に長埴建設労働組合による奉仕活動が行なわれ、市立保育園、児童館・児童センターの無償修繕をしていただきました。この奉仕活動では、毎年子どもたちが利用する施設を中心に修繕の申し出をいただいております。今回は保育園6園と児童館・児童センターの6か所で、約20人の職人の皆さんに修繕をしていただきました。

子どもたちをはじめ保護者の皆さんや現場の職員も、大変感謝しています。長埴建設労働組合の皆さんありがとうございました。



☎ 保育課(内線1235)

日曜・祝日の当番医・当番薬局

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
12/3 (日)	もみのき内科クリニック(寂時) 026-272-3610 あんずの里クリニック(森) 026-272-1005	小宮山歯科医院(坂城町) 0268-82-2029	JA あんずいせや薬局(雨宮) 026-273-3108 小岩薬局(桜堂) 026-272-0210
12/10 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	たけい歯科クリニック (鑄物師屋) 026-272-8000	あさひ薬局千曲店(桜堂) 026-214-6686
12/17 (日)	市川内科医院(上山田温泉) 026-275-5515 みやばやし小児科アレルギー科 (上徳間) 026-261-5221	前山歯科医院(上徳間) 026-276-0282	上徳間薬局(内川) 026-276-7790 やまざき薬局(上山田温泉) 026-261-0071
12/24 (日)	島田クリニック(小島) 026-273-8788 かつの耳鼻咽喉科(栗佐) 026-274-3387	竹内歯科医院(稲荷山) 026-274-7050	クスリのアオキ栗佐薬局(栗佐) 026-273-8210 お日さま薬局(小島) 026-272-0229
12/30 (土)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212 安里医院(内川) 026-275-7800	しおいり歯科医院(雨宮) 026-273-8080	あさひ薬局千曲店(桜堂) 026-214-6686 アイン薬局千曲内川店(内川) 026-261-5711*旧内川土屋薬局
12/31 (日)	岡田外科医院(稲荷山) 026-272-2828 森本眼科クリニック(内川) 026-285-0020 こうだ内科(坂城町) 0268-75-7887	こみやま歯科医院(力石) 0268-81-7011	コスモファーマ稲荷山薬局(稲荷山) 026-247-8032 タカチ薬局(内川) 026-275-1624 南条薬局(坂城町) 0268-82-7289
1/1 (月・祝)	やしろあきたクリニック(屋代) 026-247-8468 安川整形外科クリニック(屋代) 026-273-6611 とよき内科(磯部) 026-276-0413	あかいけ歯科クリニック (坂城町) 0268-81-3377	やしろ薬局(屋代) 026-272-8461 アイン薬局千曲磯部店(磯部) 026-275-6464*旧磯部土屋薬局
1/2 (火)	飯島医院(中) 026-272-0269 かいぬま耳鼻咽喉科医院(内川) 026-275-3341 村上堂大井クリニック(坂城町) 0268-81-3131	あんず歯科クリニック (須坂) 026-214-6654	ウエルシア薬局千曲内川店(内川) 026-261-5280 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020
1/3 (水)	島谷医院(杭瀬下) 026-273-1201 二階堂医院(磯部) 026-275-5582 東信よしだ内科(坂城町) 0268-81-1330	竹内歯科医院(稲荷山) 026-274-7050	信州調剤薬局(杭瀬下) 026-214-6868 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020

*当番医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に開局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(☎026-276-0119) ○更埴消防署(☎026-274-0119)

*熱が続くなどの症状があり、受診先を相談したい場合は、長野県新型コロナ受診・健康相談センター(☎0120-924-444 フリーダイヤル・24時間対応)に電話をしてください。

*急な病気やケガなどで救急車を呼ぶか、病院に行くか迷ったときは、#7119に電話をしてください。(相談無料・平日は午後7時～翌日午前8時、土日祝は午前8時～翌日午前8時)

*千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。

<広告欄> 広告掲載のお問い合わせは株式会社アサヒエージェンシー(Tel.026-233-2222)まで

子育て支援センターからのお知らせ

01 誕生会(事前予約)

お子さんの誕生日を、支援センターでお祝いしませんか。身長・体重・手形を載せた誕生日カードをお作りします。事前に各子育て支援センターへ申し込んでください。

■日程・会場

- ①12月8日(金)・上山田子育て支援センター
 - ②12月21日(木)・更埴子育て支援センター
- 時間 午前10時30分～

03 プレマトーク(事前予約)

■日時・会場

- 12月21日(木) 午前10時30分～11時30分
 - ・上山田子育て支援センター
- 申込方法 事前に電話または来館の際に申し込んでください。

04 各種相談(事前予約)

	更埴子育て支援センター	上山田子育て支援センター	定員
就労相談	—	12月20日(水) 午前10時～正午	1組30分以内 1日4組まで
栄養相談	12月6日(水) 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分	12月14日(木) 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分	1組30分以内 1日8組まで

05 問い合わせ先など

	更埴子育て支援センター	上山田子育て支援センター
開館時間	午前8時30分～午後5時	
休館日	毎週土曜日	毎週日曜日
住所	千曲市杭瀬下三丁目18番地	千曲市大字上山田825番地2
電話	026-273-6180	026-275-6017

02 親子で工作(事前予約)

クリスマスリースを作って、お家に飾ってみませんか。親子で一緒に楽しく工作をしましょう。

- 日程 12月4日(月)、6日(水)、7日(木)
- 時間 午前9時30分～11時
- 会場 上山田子育て支援センター
- 申込方法 事前に電話または来館の際に申し込んでください。



千曲市子育て
応援アプリ

ダウンロード
はこちらから



*12月からアプリが変更になりました。

令和5年度
子育てひろば

ホームページ
はこちらから



<広告欄> 広告掲載のお問い合わせは株式会社アサヒエージェンシー(Tel.026-233-2222)まで



新着おすすめ本

<p>更埴 ドードー鳥と孤独鳥 著者/川端裕人 出版社/国書刊行会</p> <p>絶滅動物を愛する、科学記者タマキとゲノム研究者のケイナ。20年ぶりに再会した二人が「ドードー鳥」の謎と行方を追う旅に出て……。</p>	<p>戸倉 星空とよかんの王子さま 著者/小手鞠るい 出版社/小峰書店</p> <p>シリーズ第3弾。お姉ちゃんが借りた「星の王子さま」をこっそり読んだまさのりくん。お話に感動した彼は、作者に手紙を書き……。</p>	<p>上山田公民館 かたばみ 著者/木内昇 出版社/KADOKAWA</p> <p>女性の生き方もままならない戦後の混乱と高度成長期の中、血の繋がらない親子を描く、笑い涙のホームドラマ。</p>
<p>更埴 おいしいおいしいかくれんぼ 著者/村田夏佳 出版社/アリス館</p> <p>食べ物の中に可愛らしい犬たちがかくれんぼ! さてさて、どこに隠れているのかな? 言葉の繰り返しを楽しみ絵本。</p>	<p>戸倉 ミドルノート 著者/朝比奈あすか 出版社/美業之日本社</p> <p>働くスタイルや活躍の場が異なる4人のアラサー女性。焦りや不安、プレッシャーのなか彼女たちが拠りどころにしたものとは……!?</p>	<p>上山田公民館 マティスを旅する 著者/小野佑次 出版社/家庭画報ビジネスパートナーズ</p> <p>20世紀を体表する芸術家、アンリ・マティス。生まれ故郷から光と色彩に惹かれ晩年を過ごしたニースを巡るフォトブック。</p>

我が家は、走るの大好きマイペースな8歳の長男と、いつもニコニコ元気で動物が大好きな6歳の長女と、兄弟大好きでわんぱくな1歳の次男と、県外出身子煩悩な夫と私の5人家族です。11月末に1歳を迎えたばかりの次男ですが、彼が生まれる前、長男は不安でいっぱいになってしまい情緒不安定でした。長女は真逆で、生まれてくるのを毎日楽しみにしていました。長男のことが心配でしたが、生後数日で次男を受け入れてくれて、今ではとても可愛がり面倒をよく見てくれる頼りになる存在です。長女は毎日可愛いと溺愛してくれています。新しい家族が増えたことでより一層賑やかで笑顔が何倍にもなりました。子ども



今月の寄稿者
 阿比留 純恵さん (戸倉)



達3人は誕生月は違いますが全員27日生まれで運命的な繋がりを感じています。末っ子の名前は永遠に仲良く平和に3人の輪を大切にしたいと願いを込めてつけました。成長する日々の中で、この先どんなことがあっても兄妹仲良くまじくいられるように願うばかりです。今は育児休業中で育児に没頭できますが、仕事が始まると時間に余裕がなくなり子ども達と向き合う時間も限られてしまします。できるだけ毎日たくさん話を聞き子どもたちの気持ちに寄り添えるように今しかできない子育てを楽しみたいと思います。最後にいつも頼りになる夫と全力で子育てのサポートをしてくれる母と姉に感謝を込めて……いつもありがとう。

イベント案内

館名	とき	内容
更埴	毎週土曜日 午前10時30分～11時	おはなし会
戸倉	毎週木曜日 午前10時30分～11時	おはなし会
戸倉	12月23日(土) 午前10時30分～11時	ロビーおはなし会
更埴西	毎週水曜日 午前10時30分～11時	おはなし会
更埴西	12月17日(日) 午後3時～3時30分	サン3おはなし会

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
 ■ 全館 休館日

*月末図書整理休館日 12月28日(更埴・戸倉・更埴西)

いつでも、どこからでも、電子書籍を無料で借りられます。初めての方は上記の市立図書館で申込が必要です。

テーマ：もうすぐお正月 和食を再発見!

1日で作れるおせち

更埴西図書館
 著者/みないきぬこ
 出版社/主婦の友社

作りやすい分量で、定番おせち料理が15品。無駄を省き1日でできる、上品なお味のおせちはいかがですか。お正月料理のぞう煮、もち、おかゆのレシピもあり。

人気の本ベスト5【料理】

- 『松田リエの12kgやせた! 1か月献立カレンダー』松田リエ
- 『信州のおばあちゃんたちに聞いた100年後にも残したいふるさとレシピ100』大和書房編集部/編
- 『「さ・し・す・せ・そ」だけでできる黄金比レシピ』近藤幸子
- 『女子キャンプごはん』柚木さとみ
- 『メシ通レシピ』『メシ通』編集部/監修

師走

を。帰省する家族との再会を楽しみにしている方も多いでしょう。私は高校卒業後、東京の大学に進学をしたのですが、いつも地元のことを気にして、時を経て、引き寄せられるように地元に戻った私は、今こうして仕事をしています。

さて、10月30日、人気お笑いコンビ「鬼越トマホーク」(坂井良太さん、金ちゃんこと金野博和さん)に千曲市PR大使の委嘱状を交付しました。坂井さんが千曲市出身ということで、市がYouTube配信しているPR動画に出演されたことがきっかけです。全国的な知名度を活かした発信力に期待しています!

Mayor's column

千曲市長の客万来

第17回 「いつも心にふるさとが」

千曲市長 小川 修一

坂井さんは記者の質問に「長野県千曲市っていうのを全国的にアピールできたなら光栄」「東京で活動していくと、あまり好きじゃなかった地元がいいなと思えたり、年を重ねていくと生まれたところに貢献していきたいという気持ちが出てきた」と率直に答えていたことが印象的でした。

たしかに、みんながみんなずっと地元大好きという訳ではないです。多感な時期にいろいろなことがあって、早くこの場所から出て行きたいという気持ちも分かります。しかし、常にふるさとを想う気持ちがあったはず。坂井さんの地元に対する距離感の変化、正直な心の動きにグッと来ました。千曲市を内と外から見ると坂井さんだからこそ、心から市の魅力を発信してくれると確信しました。

地元でずっと残る人も離れた人も、いつも心に「ふるさと」千曲市がある。遠く離れても思いをはせる「ふるさと」千曲市。離れた人が再び戻って来なくなるようなあたったかい場所。そして、新しく千曲市に移り住む人たちの「第二のふるさと」。誰にでもあたたかく、やさしいまちを皆でつくっていきましょう。



このコーナーでは、地域の行事やイベントなどの様子を紹介します。
市公式ホームページでも配信しています！

10 / 28・29

しなの鉄道沿線でワインを楽しむイベント 「千曲川ワインゴーランド」が開催



千曲川ワインバレー特区連絡協議会が特区全体を盛り上げるべく、しなの鉄道の沿線上の各駅で、同時多発的にワインのイベントを開催しました。

戸倉駅に停車中の観光列車「ろくもん」車内でワインを楽しんでいた門井さん(横浜市)は親戚と2人で来訪。「普段からワインが好きで全国各地のイベントに参加しています。チーズとワインがこれまた合うんですよ。明日も坂城町で開催されるイベントに参加を予定しています」と話していました。

このほか、市内では戸倉駅会場として、戸倉駅前のそば処「壺」で千曲市周辺のワインをはじめとしたさまざまなお酒やキッチンカーなどが出店するイベントが開催され、店内は多くのお客さんで賑わいました。

10 / 30

千曲市役所公式 YouTube チャンネルに出演 「鬼越トマホーク」に千曲市 PR 大使委嘱状を交付

市は、坂井良多さん(千曲市出身)と相方の金ちゃんこと金野博和さんのコンビ「鬼越トマホーク」を千曲市 PR 大使に委嘱したことに伴い、委嘱状交付式を市役所で開催しました。

鬼越トマホークは、2010年5月に結成した吉本興業株式会社に所属するお笑いコンビで、全国的に人気を集めています。

坂井さんは「年を重ねるにつれ、生まれた場所に貢献したい気持ちが芽生えてきました。全力で千曲市を PR していきたいと思っています」と意気込みを述べ、小川市長は「お二人の知名度を生かして全国に千曲市の魅力を PR していただけることを大いに期待しています」と話しました。



10 / 13

地元食材でお祝い 千曲市誕生 20 周年記念 給食を小中学校に提供

千曲市誕生 20 周年記念として、千曲市への愛着、郷土愛の醸成や名所をイメージしてもらえるメニューとして、千曲市産のうるち米を使用した「赤飯」、姉妹都市宇和島市のじゃこ天に野菜を混ぜた「じゃこカツ」、千曲市産の4種類のきのこのこと月の都千曲をイメージしたかぼちゃ団子が入った「きのこ月見汁」、千曲市産のあんずを使った「あんずゼリー」などを提供しました。

東小学校5年の青柳奏寿さんは、「じゃこカツは外がサクサクでじゃこの味がしっかりしていました。きのこ月見汁は団子がモチモチでした。あんずゼリーはもう一つ食べたいです」と話しました。



10 / 8・9

千曲市誕生 20 周年記念協働事業 千曲市ハロウィン フェスティバル

千曲商工会議所青年部主催のハロウィンフェスティバルが盛大に開催されました。8日は上山田文化会館、9日は信州の幸あんずホールをメイン会場として、トリックオアトリート、仮装コンテスト、お化け屋敷、スカイランタン、クラフト販売などが行なわれ多くの人で賑わいました。仮装コンテストにゾンビの仮装で出場した唐木陽愛さん(屋代)と長谷川恵万さん(屋代)は、「衣装を作るときに血の色をアクリル絵の具を使ったり、傷のメイクはシールを使ったりして工夫しました。ステージでは緊張したけど、楽しい思い出ができました」と話しました。2日間で約4,000人が参加しました。



10 / 18

災害時における避難者の受け入れに関する協定 戸倉上山田温泉旅館組合連合会と協定を締結

市は、戸倉上山田温泉旅館組合連合会と「災害時における避難者の受け入れに関する協定」を締結しました。

協定の内容は、災害発生時または発生するおそれがある場合に、同連合会に加入している21軒の旅館、ホテルが最大978人の避難者を受け入れるものです。(受け入れ人数は宿泊者数などの状況によります)

同連合会小平和正会長は「市と連携し地域の皆さまが安心して避難できるよう宿泊施設を提供します」と話しました。

小川修一市長は「今回の協定締結によって、より多くの避難者を、より高い建物で受け入れられるようになります。関係者の皆さまには心より感謝いたします」と話しました。



人の動き

令和2年国勢調査からの推計人口

	11月1日現在	前月比
世帯数	22,564世帯	14
人口	57,890人	-42
男	27,968人	-14
女	29,922人	-28

10月中の動き

転入	143人	出生	23人
転出	131人	死亡	76人

2025年日本国際博覧会(大阪・関西万博) チケット前売開始!

万博開催期間: 2025年4月13日~10月13日

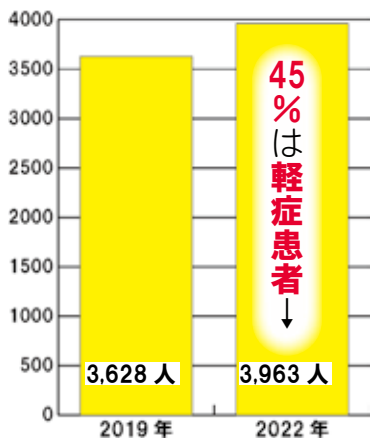
前売チケット 開幕券 大人4,000円、小人1,000円
(発売~24年10月) 前期券 大人5,000円、小人1,200円
一日券 大人6,000円、小人1,500円

会期中販売チケット 一日券 大人7,500円、小人1,800円

提供: (公社) 2025年日本国際博覧会協会

千曲市の救急医療の現状とお願い

市内救急搬送数



救急搬送数増加

救急車出動件数や病院受入件数が増加しています。
2022年の1年間に搬送された急病者の45%は入院を必要としない軽症患者でした。

医師の働き方改革

2024年4月から国が進める「医師の働き方改革」により医師の時間外労働時間が制限されます。

市内で救急を受け入れている千曲中央病院でも「医師の働き方改革」による影響があります。その一方で、救急科医師を増員し、平日時間内の対応にあたっています。

体調が悪く感じたときは 明るいうちに助けを求めよう！

- * 「救えるはずの命」を救うために、救急車の適正利用にご協力をお願いします
- * 病院時間外時に体調不良で受診に迷う時は、**長野県救急安心センター#7119**（小児#8000）に相談する
- * 緊急・重症の場合は、迷わず**119番通報**する



問い合わせ先 ▶救急医療に関すること 健康推進課（内線2134）
▶救急搬送に関すること 千曲坂城消防本部（☎026-276-0119）

〈広告欄〉 広告掲載のお問い合わせは株式会社アサヒエージェンシー（Tel.026-233-2222）まで