

市報 千曲

2026 (令和8年)

CHIKUMA

1

No. 268

迎春

躍進の一年に



謹賀新年

新年、あけましておめでとうございます。市民の皆さまにおかれましては、清々しい希望に満ちた新春を迎えられたことと、心よりお慶び申し上げます。旧年中は、市議会に對しまして深いご理解と温かいご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。昨年を振り返りますと、この地域では大きな災害もなく、比較的穏やかな一年であったように感じます。また、千曲市を舞台にしたアニメ「Turkey!」や、姨捨駅をロケ地とした人気ドラマの放映などにより、市の魅力が再認識された年となりました。第11回を迎えた「千曲川ハーフマラソン」には、県内外から約二千人のランナーが参加し、地域の活力を感じることができました。

一方で、日本を取り巻く政治・経済環境は、トランプ関税や「台湾有事」を巡る中国の反発、また人手不足や燃料・原材料費の高騰、賃金や金利の上昇など、予測困難な要素が多く、地域経済の先行きは依然として不透明です。さらに、物価高や気候変動による異常気象が日常生活に厳しい影響を及ぼし、市民の皆さまの暮らしにもさまざまな困難をもたらしています。



千曲市議会議長
金井 文彦

憲政史上初の女性首相として発足した高市内閣は、戦略的な財政出動を基本に、物価高対策を最優先課題とし、21兆円の経済対策を打ち出しました。市議会としては、国や県の動向を注視しつつ、市独自の経済対策や災害対策、地域活性化に向けた政策提言を積極的に行なっており、ます。

千曲市議会では、一昨年に制定した「千曲市議会基本条例」に基づき、議会改革を着実に進めております。昨年9月には、市の財政チェック機能を強化するため、千曲市議会として初の「決算特別委員会」を設置し、令和6年度決算の認定を行ないました。また、本会議での討論も活発化

し、議会力の向上につながっています。さらに、本年4月からは市民の意見をより多く議会活動に反映させるため、「議会広報モニター制度」を新たに導入する予定です。

現在、千曲市は多くの重要なプロジェクトを抱えています。市議会では是々非々の立場で行政としっかり対峙できる合議体として、市民から信頼される議会となるよう、全議員一丸となって全力で取り組んでまいります。

結びに、本年が市民の皆さまにとって健康で幸多き年となりますよう、ご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。謹んで新年のごあいさつを申し上げます。市民の皆さまには、日頃より市政にご理解ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年、千曲市が舞台のテレビアニメ「Turkey!」が7月から3か月にわたって放送されました。アニメの世界で、市内のさまざまな場所や風景が鮮やかに描かれていました。放送終了後、聖地巡礼のほかスタンプラリーにも多くの人が訪れるなど、関係の皆さまのご協力をいただく中で、アニメによるシテイプロモーションを展開することができました。

さて、人口減少の加速的な進行、首都圏への人口集中による人手不足の状況が続いています。急激な人口減少は、行政サービスを含め、あらゆる産業において担い手不足が深刻化し、インフラや公共交通、物流の維持に支障を生じさせるなど、社会経済のさまざまな分野において影響を与え始めています。

こうしたことから、人口減少を最小限に抑制し、懸念される人口減少と地域経済の縮小・地域活力の低下を克服し、将来を見据えた持続可能で誰もが安心して暮らせる活力あるまちづくりが求められています。千曲市では、子育て支援施策の充実、働く場所

を確保する企業誘致、移住定住施策の推進に取り組んでまいりました。その結果として、2016年から9年連続で社会増（転入者数が転出者数を上回る）を継続しています。これは子育て世代の転入が増えたためと捉えています。

一方、進学や就職で都市部へ移動せざるを得ない若年層の流出が続いており、その対策にも取り組んでいます。その一つとして、令和9年4月には、清泉大学（仮称）農学部の開設が予定されています。市内初となる高等教育機関の設置は、若年層の県外への流出抑制、各種産業の担い手不足の解消、雇用の場の創出など、人口の増加と地域の活性化を促進する効果が期待できると考えています。開学を見据

え大学・行政・地域・事業者などとの連携についても取り組みを進めてまいります。

令和8年度は、千曲市第三次総合計画の最終年度となります。諸課題が山積する中ではありますが、「すべては市民のために」の思いを心に刻み、市の発展のため努力を重ね、持てる力のすべてを傾注してまいります。

市民の皆さまには、引き続きお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆さまにとりまして、希望に満ちた実りある年となりますようご祈念申し上げ、新年のごあいさついたします。



千曲市長
小川 修一

「もしも」のときのためにいま考える ～「人生会議」をしませんか～

☎ 高齢福祉課（内線 1181）

あなたは「もしも」のことを考えたことがありますか。人は誰でも、いつでも命に関わるような大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約 70% の人が治療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

治療やケアに関する考えを家族や信頼する人と話し合っておくと、もしもの時にあなたの考えに沿った治療やケアを受けられる可能性が高くなります。

人生の終わりまで自分らしく生きるために、あなたが望む医療やケアについて考え、家族や大切な人たちと共有してみませんか。この取り組みのことを「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼んでいます。



話し合いの進め方（例）

～ステップ①～

あなたが大切にしたいことを考えてみましょう

あなたの思いや考えを示しておくことは、将来家族があなたの気持ちを考えて判断するのに役立ちます。

～ステップ②～

かかりつけ医に相談しましょう

かかりつけ医にあなたの健康について相談することが大切です。

～ステップ③～

あなたの代わりに気持ちを伝えてくれる人を探しましょう

自分で判断できなくなったときに、あなたの代わりに伝えてくれる人（代理人）を決めておきましょう。

～ステップ④～

希望する終末期の医療やケアについて、話し合いましょう

どのような治療を受けたいか、どこで誰と最期を過ごしたいかなどを、家族、友人や医療者などと共有しましょう。

～ステップ⑤～

その都度、書き留めておきましょう

話し合ったことは記録に残し、大切な人たちと共有しましょう。

いつ話し合えばいいの？

- ・正月やお盆、法事、自分の誕生日など、家族が顔を合わせたとき
- ・仕事を退職、引退したとき
- ・病気になったとき
- ・介護が必要になったとき

*一度決めたことでも、状況に応じて意思は変わることがあります。何度でも繰り返し考え、見直すことができます。

*人生会議の取り組みは個人の考えによって進めるものです。知りたくない、考えたくない人への十分な配慮が必要です。



▲人生会議について
（厚生労働省ホームページ）



▲「もしも」の時の医療・ケアについて（市ホームページ）

市では、市内各地で開催されている「いきいきサロン」で、「私が望む、人生の最終段階の迎え方」というタイトルで、「人生会議」や人生の最終段階の医療・ケアについて、手作りの紙芝居を使いながら講話をしています。また、話し合った過程を記録できる『「もしも」の時の医療・ケアについて（「もしも」のときの私の願いシート付き）』を発行しました。詳細は、高齢福祉課へ問い合わせてください。

こどもの権利を知らう

こども基本法 と 子どもの権利条約

☎ こども未来課（内線 1253）



▲こども基本法についてはこちら



市では「こどもまんなか宣言」に基づき、こどもや若者にとって最もよいことは何かを考え、「すべてのこどもが幸せに暮らせる千曲市」を目指して施策に取り組んでいます。「こどもまんなか宣言」の宣言文にもある「こどもの権利の尊重」について理解を深めてもらうため、「こども基本法」と『子どもの権利条約』の4つの原則について紹介します。

●こどもの権利の尊重のために

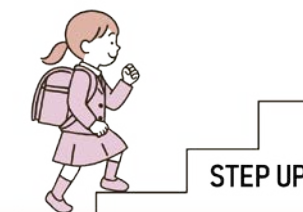
こどもはおとなと同じように、一人の人間として権利を持っています。そのことを、一人ひとりのおとなが認識し、地域や社会で共有することが必要です。また、こども自身が、自らの権利について知り、尊重することを学ぶ機会を作ることも大切です。まずは、こどもの権利を正しく知ることからはじめましょう。

●「こども基本法」とは

「日本国憲法」と「児童の権利に関する条約（子どもの権利条約）」の趣旨を踏まえ、すべてのこどもや若者が幸せな生活を送ることができるよう、社会を実現することを目的として作られた法律です。市では、こども基本法に基づく「千曲市こども計画」を策定し、こどもに関する施策を進めています。

命が守られ成長できること

すべてのこどもの命が守られ、もって生まれた能力を十分に伸ばして成長できるよう、医療、教育、生活への支援などを受けることが保障されます。



こどもにとって最もよいこと

こどもに関することが決められ、行なわれるときは、「そのこどもにとって最もよいことは何か」を第一に考えます。



子どもの権利条約 4つの原則

「千曲市こども計画」は、こども基本法が基礎としている「子どもの権利条約」の4つの原則を、施策の基本的な視点として推進しています。

差別のないこと

すべてのこどもは、こども自身や親の人種や国籍、性、意見、障がい、経済状況などどんな理由でも差別されず、権利が保障されます。



こどもの意見の尊重

こどもは自分に関係のある事柄について自由に意見を表すことができ、おとなはその意見をこどもの発達に応じて十分に考慮します。



Pick Up!
お知らせ

スマートフォン確定申告書作成講習会を開催します

簡単作成・送付！

☎税務課（内線1141）

2月16日（月）からの確定申告相談会場は例年大変混雑します。この講習会では、スマートフォンで実際に確定申告書を作成して送信まで行ない、早期に手続きを終えられます。スマホ操作に自信がない人も、税務署職員と市の職員が丁寧にサポートします。

▶日時 2月4日（水）午前10時～正午 ▶会場 市役所3階会議室 ▶定員 50人（先着順）

▶申告できる内容 医療費控除、寄付金控除、生命保険などの控除の追加、年末調整を受けていない給与がある人など＊不明な人は予約時に問い合わせてください。

▶対象 下記①～③の条件をすべて満たす人

①所得の種類が「給与のみ」「年金のみ」「給与・年金のみ」のいずれかの人

②マイナンバーカードおよびマイナンバーカードを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書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、令和7年分の確定申告書を作成し、送信まで行ないます。

▶持ち物 マイナンバーカードを読み取り可能なスマートフォン、マイナンバーカードおよびカードを取得した際に設定したパスワード、申告に必要な書類（源泉徴収票、社会保険料の支払証明書、生命保険料などの控除証明書など）

▶申込方法 2月3日（火）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）
講習の申込みについて 税務課（内線1141）

Pick Up!
お知らせ

第28回長野県障がい者文化芸術祭市内関係者2人と1団体が受賞しました

☎福祉課（内線1272）

詳細はこちら▼



県障がい者文化芸術祭「作品展」において、市内在住の小山太馳さんが工芸部門で長野県障がい者文化芸術祭実行委員長賞を、同じく市内在住の小林夏葉さん、市内施設の「稲荷山太陽の園」の日中活動クラブの皆さんが、手芸部門で長野県障がい者福祉センター所長賞を受賞しました。

この芸術祭は、障がい者の文化芸術活動の振興と社会促進を図るため、この活動の成果を発表し多くの人に広める機会として開催されています。

受賞された皆さんの個性豊かな力作は、1月20日（火）から25日（日）まで市役所1階マルチルームにて展示を予定しています。



＊当芸術祭に出展されたすべての作品は「長野県障がい者文化芸術祭 WEB 展示会」ホームページで閲覧できます。

教育長・教育委員会委員を紹介します

☎ 教育総務課（内線 4102）

市議会 12 月定例会で議会の同意を得て、市長から教育長に蟹澤友司さんが任命され、教育委員に新海敦子さんが任命（再任）されました。教育長の任期は令和7年12月22日から3年間、教育委員の任期は令和7年12月5日から4年間です。

教育長
かにさわ ゆうじ
蟹澤 友司 さん
（稲荷山）



教育委員
しんかい あつこ
新海 敦子 さん
（小島）



葛尾組合新リサイクルセンター 建設工事の進捗状況

☎ 環境課（内線 2222）

市報千曲令和6年6月号で工事開始について掲載した「新リサイクルセンター」の、令和7年12月現在の状況を報告します。

旧ごみ処理焼却施設は解体撤去・整地工事が令和7年5月末で終了しました。跡地に建設中の新リサイクルセンターは4月21日に起工式を挙行し、12月現在、基礎工事を実施しています。

今後は、1月を目途に基礎工事完了後、一部プラント機械搬入の開始を予定しています。

最新の新リサイクルセンター建設工事の進捗状況については、建設工事特設サイトおよび葛尾組合ホームページも併せて確認してください。

▶工事に関する問い合わせ 葛尾組合（☎0268-82-2349）

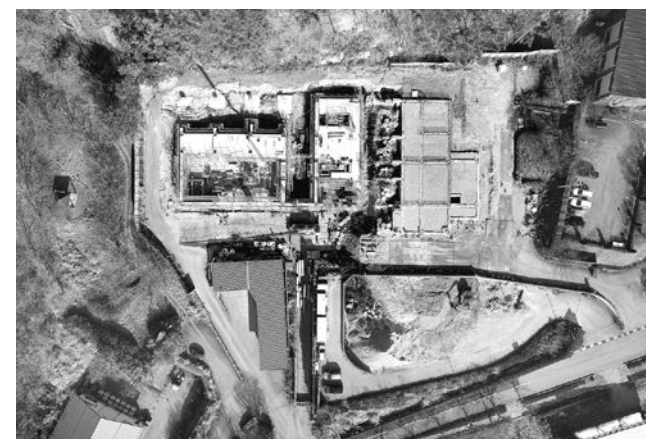
＊新リサイクルセンターイメージ図



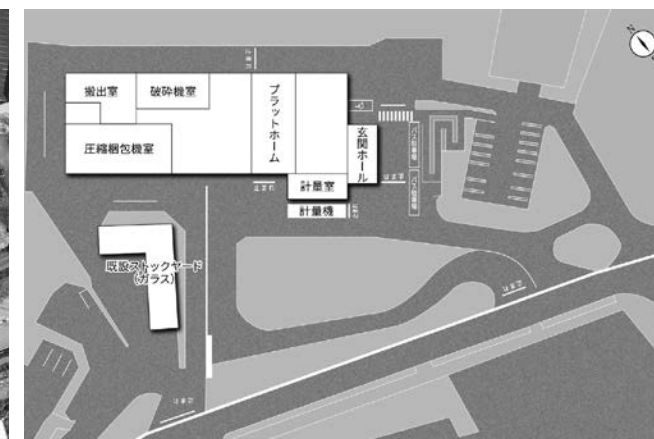
▲建設工事特設サイト



▲葛尾組合ホームページ



▲新リサイクルセンター工事進捗写真
（令和7年12月5日撮影）
＊引用：建設工事特設サイト



▲新リサイクルセンター施設配置図
＊引用：建設工事特設サイト

Pick Up !

募 集

市環境審議会委員を募集します

☎環境課 (内線2201)

「市環境審議会」では、学識経験者、各種団体から推薦された委員のほかに、一般公募による委員を募集します。詳細は下記のとおりです。

▶**内容** 市長の諮問事項に対し、環境行政に係る計画や生活環境保全条例、廃棄物の処理などに関する基本的事項などの審議

▶**募集人員** 若干名

▶**応募資格** 4月1日時点で満18歳以上の市民で、市の他の審議会委員などの委員に委嘱されていない人

▶**任期** 委嘱の日から2年間(4月1日～令和10年3月31日)

▶**報酬** 日額6,300円(協議会が4時間以内の場合は3,150円)

▶**応募方法** 任意の様式に「身近な環境問題から地球規模の環境問題について」の考えを400字程度にまとめ、住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、主な職歴など必要事項を記入のうえ、環境課に持参するか、郵送(当日消印有効)または電子メールで応募してください。

▶**応募期限** 1月30日(金)

▶**選考方法** 書類選考(提出された書類は返却しません)

▶**提出先** 環境課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、電子メール kankyou@city.chikuma.lg.jp)


Pick Up !

募 集

千曲市屋代駅市民ギャラリー条例改正
骨子(再検討案)に関する意見を募集します

☎総合政策課 (内線4131)

詳細はこちら▼



千曲市屋代駅市民ギャラリーの名称、設置目的や開館時間などを変更し、子どもや若者の活動支援および幅広い世代の交流ができる施設とするため、「(仮称)千曲市屋代駅ナカラウンジ設置条例」に全部改正します。

条例改正にあたり、条例の骨子(再検討案)を作成しましたので、市民の皆さんの意見を募集します。


▶**募集期間** 1月14日(水)まで

▶**閲覧場所** 市のホームページ、総合政策課窓口

▶**意見を提出できる人** 市内在住、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、パブリックコメント手続に係る事案に利害関係を有する者

▶**意見の提出方法** 閲覧場所にある「意見提出用紙」に意見など必要事項を記入のうえ、総合政策課へ提出するか、郵送(当日消印有効)、ながの電子申請サービス、FAX、電子メールで提出してください。

▶**提出先** 総合政策課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、FAX 026-273-8787、電子メール seisaku@city.chikuma.lg.jp)



▲ながの電子申請
はこちら

Pick Up !

お知らせ

上田長野地域水道事業広域化
協議会の取組みを紹介します

☎上下水道課 (内線3221)

詳細はこちら▼



市は、長野市、上田市、坂城町および県企業局とともに、事業統合による水道事業の広域化を検討しています。

令和7年11月4日(火)に開催された「第6回上田長野地域水道事業広域化協議会」では、今後の協議、検討を進める上で指針とするための基本計画が策定されました。

水道事業の広域化に関することには、構成団体の審議会や議会委員会から意見や要望などが寄せられていますので、これらを尊重するとともに、引き続き丁寧な説明に努めていきます。

▶**基本計画の概要**

①総務、施設整備、危機管理などの業務運営の基本方針

②組織体制・職員の基本方針

③財務運営・水道料金・一般会計繰出金の基本方針

④広域化の時期・近隣水道事業体との広域連携の基本方針

⑤その他の基本方針

*基本計画本文については、市ホームページから確認してください。




Pick Up !

募 集

戸倉上山田地区かわまちづくり推進
協議会委員を募集します

☎都市計画課 (内線3252)

詳細はこちら▼



国土交通省のかわまちづくり支援制度に申請した「戸倉上山田地区かわまちづくり計画」が、令和7年8月1日に新規登録を受けました。

本計画の着実な推進のための協議を行なう「戸倉上山田地区かわまちづくり推進協議会」の設立にともない、一般公募による委員を募集します。

▶**内容** 本計画を推進するために計画の点検や協議などを行なう

▶**募集人員** 1人

▶**応募資格** 次のすべてを満たす人

○4月1日時点で満18歳以上の市民で、市の他の審議会委員などの委員に委嘱されていない人

○市民の立場から建設的な意見を述べられる人

○平日の昼間に開催する協議会などに出席できる人(年数回程度)

▶**任期** 委嘱の日から2年間

▶**報酬** 日額6,300円(協議会が4時間以内の場合は3,150円)

▶**応募方法** 任意の様式に「戸倉上山田地区かわまちづくり計画について」の意見を400字程度にまとめ、住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、主な職歴などを記載し、都市計画課に持参するか、郵送(当日消印有効)または電子メールで応募してください。

▶**応募期限** 1月21日(水)

▶**選考方法** 書類選考(提出された書類は返却しません)

▶**郵送先** 都市計画課(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地、電子メール tosiikei@city.chikuma.lg.jp)

*戸倉上山田地区かわまちづくり計画の詳細は市ホームページを確認してください。

Pick Up !
募 集

葛尾霊園かつらおの使用者を募集します

☎葛尾組合 (0268-82-2349)

葛尾組合では、返還された霊園区画の使用者を募集します。現地を確認したい人は問い合わせてください。

新たに募集された霊園(24区画)

聖地名 / 番号	面積	永代使用料	管理料 / 年	建立歴
和式1号聖地 96	12㎡	600,000 円	2,500 円	有
和式1号聖地 128				
和式1号聖地 130				
和式2号聖地 27	9㎡	450,000 円	2,000 円	有
和式2号聖地 105				
和式3号聖地 113	6㎡	300,000 円	1,500 円	有
和式3号聖地 115				有
和式3号聖地 386				有
和式3号聖地 397				有
和式3号聖地 59-99				無
和式3号聖地 59-114				有
和式3号聖地 62-3				有
和式3号聖地 63-8				無
和式3号聖地 63-45				無
規格統一聖地 18-67 (白碑石)	5㎡	420,000 円	1,500 円	無
規格統一聖地 D-1 (黒碑石)				無
規格統一聖地 I-2 (黒碑石)				無
規格統一聖地 K-5 (黒碑石)				有
規格統一聖地 M-21 (黒碑石)				有
規格統一聖地 N-10 (白碑石)				有
規格統一聖地 O-12 (白碑石)				無
規格統一聖地 P-5 (白碑石)				無
芝生聖地 95	6㎡	160,000 円	1,500 円	有
芝生聖地 191				

*規格統一聖地は、墓石の色、大きさなどが統一の規格となります。
*芝生聖地は、墓石の高さ、大きさなどに制限があります。困障の設置および樹木の植え込みはできません。

- ▶**申込方法** 葛尾組合窓口にある「霊園使用応募申込書」を提出してください。
▶**霊園住所** 坂城町大字中之条1850番地 *上信越自動車道「坂城インター」から車で1分

合葬式墓地のご案内

霊園敷地内に「合葬式墓地」を整備しています。お墓の承継や管理が困難な場合、宗教や宗派問わず使用できます。生前予約も受け付けています。申込資格など詳細は二次元コードから確認してください。

種別	埋葬数	永年使用料	詳細
個別埋蔵場所	200 体	150,000 円	焼骨（ご遺骨）を個別に埋蔵。使用期間は15年。15年経過後は共同埋蔵場所に焼骨を移します。
共同埋葬場所	4,000 体	50,000 円	多くの焼骨（ご遺骨）を合同で埋蔵。使用期間は永年。埋蔵後の焼骨は返還できません。

*霊園管理料は、個別埋蔵場所、共同埋蔵場所ともに不要です。



▲詳細はこちら

- ▶**申込受付期間** 1月15日(木)～22日(木) (土・日曜日を除く)
*同一区画の希望者が複数となった場合は、抽選となります。
▶**受付時間** 午前8時30分～午後5時15分
▶**抽選日** 1月27日(火)午後2時
*抽選は、葛尾組合事務所で葛尾組合の責任で抽選を行ないます。なお、本人または親族など関係者の立会いができます。
*抽選の結果は、該当者へ連絡します。

- ▶**申込条件**
①組合地域内(市内または坂城町)に住所を有する人。なお、組合地域外居住者の購入にあたっては、組合地域内に住所を有する代理人が必要です。
②申込みは1使用者につき1区画とします。
③霊園使用許可の際に永代使用料と管理料を納入できる人
④当組合の規定による墓石を建立できる人
*設置基準などの詳細は問い合わせてください。
⑤分譲区画の維持管理ができる人

Pick Up !
募 集

会計年度任用職員(作業療法士)を募集します

☎高齢福祉課 (内線1182)

- ▶**勤務場所** 市役所高齢福祉課(地域包括支援センター)
▶**募集人員** 1人 ▶**職種** 作業療法士(理学療法士、保健師も応募可能)
▶**応募要件** 作業療法士(理学療法士、保健師)の資格を有し、普通自動車免許があり、パソコンの基本操作ができる人
▶**業務概要** 介護予防事業業務および高齢者の総合相談業務
▶**任用期間** 4月1日～令和9年3月31日 *任用期間延長の可能性あり
▶**勤務時間** 午前8時30分～午後5時
▶**勤務日数** 月18日
▶**給料** 時給1,492円(社会保険有・雇用保険有)
▶**応募方法** 市販の履歴書に必要事項を記入のうえ、作業療法士免許証(理学療法士免許証、保健師免許証)の写し(A4サイズ)を添付し、1月23日(金)までに高齢福祉課地域包括支援センターに持参するか郵送(当日消印有効)してください。
▶**面接試験** 2月上旬～中旬 *詳細は応募者に通知します。
▶**応募先** 高齢福祉課 地域包括支援センター(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地)

Pick Up !
募 集

会計年度任用職員(管理栄養士 産休代替)を募集します

☎健康推進課 (内線2131)

- ▶**勤務場所** 市役所健康推進課(保健センター)
▶**募集人員** 若干名
▶**応募要件** 管理栄養士の資格を有し、普通自動車免許があり、パソコンの基本操作ができる人
▶**任用期間** 4月1日～令和9年3月31日 *勤務の開始時期については相談に応じます。
▶**勤務時間** 午前8時30分～午後5時
▶**勤務日数** 月20日
▶**給料** 時給1,492円
▶**応募方法** 市販の履歴書に必要事項を記入のうえ、管理栄養士免許証の写し(A4サイズに縮小)を添付し、1月23日(金)までに健康推進課保健センター(市役所2階)に持参するか郵送(当日消印有効)してください。
▶**面接試験** 2月中旬～下旬 *詳細は応募者に通知します。
▶**応募先** 健康推進課 保健センター(〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地)

ひきこもり支援「本人と家族のためのつどい」

▶日時・会場
○1月8日(木)、22日(木) 午後1時30分～3時30分・戸倉人權はつつセンター
○1月14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2122)

巡回労働相談

賃金、休暇、職場環境など労働や雇用に関する疑問・悩みについて、公正・中立な立場で労働相談員がアドバイスします。
▶日時 2月16日(月) 午後2時～4時
*相談は1人1時間程度
▶会場 人權ふれあいセンター
▶申込方法 2月13日(金) 午後1時まで電話で予約してください。
☎ 長野県北信労政事務所(☎026-234-9532)

第13回遊びで育てるパパママ教室

▶日時 1月31日(土) 午前10時～午後1時めぐみ
▶会場 信州の幸あんずホール
▶対象者 乳幼児から小学生までの親子・祖父母などの子育て世帯
▶内容 ダンボール・新聞紙あそび、乳幼児あそびコーナー、ビーズあそび、マイバッグづくりなど
▶参加費 1人300円(保険代込)
*0歳児無料、子ども3人目以降100円
☎ パパママ教室実行委員会(☎026-274-1224)

ご寄付ありがとうございます

●千曲商工会議所ふくかいとう 副会頭 馬場 條 様
▶寄付の内容・使途 更埴図書館へ書籍「娵捨山考」1冊・千曲市の世界に誇れる歴史文化を広く知ってもらうため。(館内閲覧)
☎ 更埴図書館(☎026-273-2989)

新春古本市

図書館で除籍、不要となった本を譲ります。1人につき10冊程度持ち帰れます。また、家庭で不要となった本があれば、希望する人に譲りますので持参してください。
*百科事典や美術・文学全集、汚れている本、壊れている本の持ち込みはできません。
▶日時 1月10日(土)～12日(月) 午前9時30分～午後6時
▶会場 戸倉創造館
☎ 戸倉図書館(☎026-276-7001)

自衛隊への情報提供の除外申請

毎年、自衛官募集の一環として、翌年度に18歳になる人の名簿を自衛隊へ提供しています(自衛隊法施行令第120条の規定に基づく)。自衛隊への提供を望まない人は除外申請できますので、受付期間内に市民課へ除外申請書を提出してください。詳細は市民課のホームページを確認してください。
▶提出方法 市民課窓口へ直接提出または郵送(当日消印有効)
▶受付期間 1月6日(火)～3月5日(木)
☎ 市民課(内線1216)

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です。

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 1月21日(水) 午前9時～11時
▶場所 市長室ほか
▶申込方法 1月5日(月)から1月14日(水)までに電話で申し込んでください。(先着順)
☎ 秘書広報課(内線4201)

市政へのご意見・ご提案

よりよいまちづくりを進めていくためにさまざまな声を聞かせてください。意見の提出には、以下の3つの方法があります。

①ポリネコ！CHIKUMA



上記二次元コードの住民参加型システム「ポリネコ！CHIKUMA」から提案できます。

②ながの電子申請サービス

左記二次元コードの「ながの電子申請サービス」から提案できます。

③市公共施設に設置の用紙

市役所、市の公共施設、しなの鉄道各駅などに設置してある用紙から提案できます。
☎ 秘書広報課(内線4201)

Pick Up !
お知らせ

国民年金の加入は20歳から

☎長野南年金事務所(☎026-227-1284)、市民課(内線1222)

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の人は国民年金の被保険者となるため、20歳になると日本年金機構で自動的に国民年金加入の手続きを行ないます。(厚生年金に加入している人は除く)

20歳の誕生日から約2週間後に、日本年金機構から加入のお知らせ、基礎年金番号通知書(20歳前に基礎年金番号がある人には同封されません)と国民年金保険料納付書などが郵送で届きます。基礎年金番号通知書は、加入する年金制度の変更手続きや年金の請求手続きなど生涯を通して使用するため、大切に保管してください。

●保険料の納付が困難な時は

▶保険料免除制度 本人、配偶者および世帯主の前年所得が基準額を超えないとき、保険料の全額または一部が免除される制度です。

▶保険料納付猶予制度 50歳未満の人で、本人と配偶者の前年所得が基準額を超えないとき、保険料の納付が猶予される制度です。

▶学生納付特例制度 学生で前年所得が基準額を超えない場合に、保険料の納付が猶予される制度です。

●追納の利用を推奨します

免除・納付猶予を承認された保険料は、納付ができるようになったときに過去10年間にさかのぼって納付できます。

Pick Up !
お知らせ

上田税務署での確定申告について

☎上田税務署(0268-22-1234)

国税庁LINE公式アカウント▼



所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を下記のとおり開設します。

▶期間 2月16日(月)～3月16日(月) *土、日および祝日は除く。

▶相談受付時間 相談受付 午前8時30分～午後4時 *相談開始は午前9時から

▶会場 上田税務署

▶入場整理券について 確定申告会場の入場には、入場整理券が必要です。

○事前取得 国税庁LINE公式アカウントから取得してください。上記の二次元コードから友だち追加できます。

○当日取得 税務署で取得できます。

*配付状況により相談受付を終了する場合があるので、事前取得を推奨します。

▶注意事項

○確定申告会場では、マイナンバーカード方式によるスマホ申告を基本とした相談体制にしています。マイナンバーカードと併せてパスワード(①署名用電子証明書用 英数字6～16文字、②利用者証明用電子証明書用 数字4桁)がわかるように準備してください。

○上記期間前は、税務署に確定申告会場はありません。期間前に所得税・個人消費税・贈与税の申告相談を希望する場合は、事前に相談日時などを予約する必要があります。予約のない場合には、相談は受けられないので注意してください。



手形あそび教室

- ▶日時 1月22日(木)午前10時30分～11時30分
 - ▶会場 更埴西図書館
 - ▶対象者 市内在住の人(以前受講済の人の参加も可能)
 - ▶内容 子どもの肌にやさしい染料を使い、取った手形や足形を絵にします。図書館職員の読み聞かせも行ないます。
 - ▶講師 岡村 和枝さん(ベビーマッサージインストラクター)
 - ▶定員 5組(先着順)
 - ▶持ち物 バスタオル、飲み物、ウェットティッシュ
 - ▶申込方法 1月4日(日)から21日(水)までに、更埴西図書館に電話するか窓口で申し込んでください。
- ☎ 更埴西図書館(☎026-273-8060)



戸倉図書館
おとなの折り紙教室

- 同じパーツを組み合わせる「ユニットおりがみ」で箱を作ります。(令和7年11月に実施した教室と同じ内容です)
- ▶日時 1月17日(土)午前10時～11時30分
 - ▶会場 戸倉創造館
 - ▶定員 先着10人
 - *未受講者優先
 - ▶申込方法 1月4日(日)午前9時30分から15日(木)までに電話または窓口で申し込んでください。前回参加した人は申込できない場合があります。
- ☎ 戸倉図書館(☎026-276-7001)



新春健プラ寄席

- ▶日時 1月10日(土)午前10時～11時30分
 - ▶会場 健康プラザ
 - ▶内容 断家「信濃家あい橋さん」による独演会
- ☎ 健康プラザ(☎026-272-5818)



固定資産に係る税額明細書の無料交付を廃止します

システムの標準化にともない、固定資産税などの税額が資産ごとに記載された「税額明細書」の出力機能が税務システムから削除されます。これにともない、これまで申告期間に限り行なってきた「税額明細書」の無料交付を廃止します。確定申告などの際に固定資産に係る税額の確認が必要となった場合には、下記の証明書などで確認してください。

名称	手数料	備考
固定資産公課証明書	300円/通	納税義務者以外の人が申請する場合には委任状が必要です。
名寄帳	300円/通	
固定資産課税明細書	—	納税通知書に同封。再発行不可。

☎ 税務課(内線1132)



出会いと縁づくり
シャトレゼホテルケーキバイキングで

- 第1部ではグループトーク、第2部では1対1のトークタイム、第3部ではケーキを食べながらフリートークと盛りだくさんな婚活イベントです。
- ▶日時 3月8日(日)午後1時～5時
 - ▶会場 シャトレゼホテル長野(長野市)
 - ▶対象 20代、30代の独身者
 - 男性 千曲市・坂城町に在住または在勤の人
 - 女性 年齢以外の条件なし
 - ▶定員 50人(男女各25人)
 - ▶参加費 3,500円
 - ▶申込方法 2月13日(金)午後5時までに上記の二次元コードまたは電話で申し込んでください。
 - *応募多数の場合は抽選とし、後日結果を郵送で通知します。
- ☎ 市社会福祉協議会(☎026-276-2687)



長野県最低賃金

県内の事業所で働くすべての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和7年10月3日から時間額1,061円に改正されています。この機会に確認してください。

☎ 長野労働局 労働基準部賃金室(☎026-223-0555)



戸倉千曲川緑地
冬鳥観察会

- ▶日時 2月14日(土)午前9時～正午(悪天中止)
 - ▶集合場所 戸倉千曲川緑地公園(噴水の近く)
 - ▶観察場所 万葉橋～大正橋
 - ▶持ち物 筆記用具、雨具、飲み物、おやつ、持っている人は双眼鏡、カメラ
 - ▶服装 防寒着、手袋、防寒靴
 - ▶費用 50円(保険代など)
 - ▶申込方法 2月13日(金)午後5時までに環境課窓口または電話で申し込んでください。
- ☎ 環境課(内線2203)



社会福祉施設などに入所または通所している人に扶助費を支給



▶支給対象者
令和7年12月1日現在で市内に住所を有し、次のいずれかに該当する人

- ①障がい者の社会福祉施設などに入所または入居し、市が援護をしている人の保護者(介護保険での入所は除く)
 - ②特別支援学校などに通園または通学している人(入寮者を除く)の保護者
 - ③障がい者の社会福祉施設などに通所し、在宅で市が援護している人、またはその保護者(児童福祉法による児童発達支援および放課後等デイサービス、ならびに介護保険での通所は除く)
- ▶支給金額
①②年額1万3,000円、③通所の日数により年額1万9,000円～2万6,000円
 - ▶申請期限 2月6日(金)
 - *申請方法や対象施設などの詳細は問い合わせてください。
- ☎ 福祉課(内線1272)



第6回男女共同参画セミナー



「かんてんぱぱ」でお馴染みの伊那食品工業株式会社は、売上げや利益よりも社員の幸せ、社会への貢献を第一に考え、あらゆる判断基準の軸を社員に置いた経営を実践した結果、長年に渡り増収増益を続けています。社員は家族と考え、家族のような環境下で社員が生き生きと働き幸せになることが、やがて社会の幸せに繋がっていくとしています。

本セミナーではこの好循環を生む独自の取り組みについて話を聞き、私たちの生活をよりウェルビーイングなものに変えていくヒントを見つけましょう。経営に携わる人でなくともぜひ参加してください。

- ▶日時 1月20日(火)午後1時30分～3時
- ▶会場 市役所3階会議室
- ▶講師 塚越 英弘さん(伊那食品工業株式会社代表取締役社長)
- ▶演題 いい会社をつくりましょう
- ▶定員 150人程度(先着順)
- ▶申込方法 1月16日(金)までに上記の二次元コードの申込フォームか電話で申し込んでください。

☎ 人権・男女共同参画課(内線4121)



▲塚越英弘さん



県立歴史館1月のイベント



- 県立歴史館冬季企画展「**霊場小菅～飯山の遺産と文化～**」
 - ▶期間 1月10日(土)～3月1日(日)
 - 冬季企画展関連イベント
 - ①講演会「小菅の魅力」
 - ▶日時 1月17日(土)午後1時30分～3時
 - ▶講師 笹本 正治さん(県立歴史館特別館長)
 - ②講演会「遺跡からみた小菅」
 - ▶日時 2月14日(土)午後1時30分～3時
 - ▶講師 丑山 直美さん(飯山市教育委員会)
 - ③ギャラリートーク
 - ▶日時 1月24日(土)、2月28日(土)午後1時30分から
 - 第5回県立歴史館講座「**丸山晩霞と日本の水彩画**」
 - ▶日時 1月31日(土)午後1時30分～3時
 - ▶講師 林 誠さん(県立歴史館総合情報課)
 - 冬季企画展関連イベント・講座共通
 - ▶聴講料 常設展観覧券(一般300円)が必要
 - ▶会場 県立歴史館
 - ▶参加方法 メール、FAXなどによる事前申込制
 - KOAの日 1月17日(土)はKOA株式会社の協賛により終日入館料が無料となります。
- ☎ 県立歴史館総合情報課(☎026-274-3991、FAX 026-274-3996、電子メール rekishikan-sogojoho@pref.nagano.lg.jp)



武水別神社神官松田邸速報展 新発見「羽柴千句」

▶**公開期間** 1月23日(金)～3月1日(日)の金、土、日曜日 午前9時～午後5時 *入館は午後4時30分まで

▶**会場** 武水別神社神官松田邸

▶**内容** 天正6年(1578年)の羽柴秀吉による中国地方攻めを戦勝祈願した連歌の原本を特別公開します。八幡の松田家で発見されたもので、現在知られるかぎり全国で唯一のものです。

▶**観覧料** 一般300円、高校生150円、中学生以下無料。

*団体(20人以上)料金は、一般250円、高校生100円です。

▶**展示解説** 1月24日(土)、2月7日(土)、21(土)、28日(土) 午後1時30分から20分程度

☎ 武水別神社神官松田邸(☎026-247-8760)



パソコン操作習得講座

▶コース・日程

①パソコン入門 2月5日(木)、6日(金)、12日(木)、13日(金)

②ワード基礎 2月10日(火)、17日(火)、24日(火)

③エクセル基礎 2月18日(水)、25日(水)、3月4日(水)

④パワーポイント(プレゼン)基礎 2月7日(土)、14日(土)

▶**費用** ①9,000円、②③1万5,000円、④1万2,000円

▶**定員** 10人(先着順)

▶**時間** ①午後1時30分～4時30分、②③④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)

▶**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。

☎ 長野地域職業訓練センター(☎026-221-0505)



犯罪被害者等研修



突然犯罪などに巻き込まれ、被害者やその家族・遺族になってしまうことは、誰にでも起こりうることで、他人事ではありません。犯罪被害者への対応や接し方などについて講演します。

*本研修は市職員研修として開催しますが、一般参加も可能です。ぜひ参加いただき、一緒に理解を深めましょう。

▶**日時** 2月5日(木)午後1時30分～2時30分、午後3時～4時

*2回開催します。

▶**会場** 市役所3階会議室

▶**講師** 岡本 かおりさん(清泉大学 人間学部教授、公認心理師・臨床心理士)

▶**定員** 各回30人(先着)

▶**申込方法** 2月2日(月)までに、上記の二次元コードの申込フォームか電話で申し込んでください。

☎ 人権政策課(内線4121)



森將軍塚古墳 ボランティアガイド

森將軍塚古墳の見学者へ、古墳や周辺施設の説明をします。ガイドになるには5回の講習を全て受講する必要があります。

▶**講習日程** 1月25日(日)、2月8日(日)、21日(土)、3月7日(土)、22日(日)

▶**講習時間** 午前9時30分～11時30分

▶**会場** 森將軍塚古墳館ほか

▶**申込方法** 1月18日(日)までに電話で申し込んでください。

☎ 森將軍塚古墳館(☎026-274-3400)



公共職業訓練3月 開講コース

▶コース

①機械 CAD / NC 加工科

②建築 CAD デザイン科

▶**定員** ①15人、②20人

▶**期間** 3月3日(火)～8月25日(火) *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** 2月6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** 1月7日(水)、21日(水) 午前10時～正午

▶**会場** ポリテクセンター長野

▶**対象者** 求職中または転職を検討中の人

▶**内容** 公共職業訓練の説明など
☎ ポリテクセンター長野(☎026-243-7856)



ワンふらバレー交流 大会参加者



▶**日時** 2月22日(日)午前8時30分～

▶**会場** ことぶきアリーナ千曲

▶**募集** 20チーム(先着順)
*応募要件についてはホームページを確認してください。

▶**申込方法** チームごとに申込書を記入し、1月28日(水)までに戸倉体育館へ提出してください。申込書は市ホームページからダウンロードできます。

☎ スポーツ課(戸倉体育館内、☎026-276-1731)



企画展「マッチ箱に 描かれたさらしな・ はにしなの昭和」



昭和30年代から50年代の商店や旅館が配布していたマッチ箱を展示します。

▶**期間** 3月29日(日)まで 午前9時～午後5時

*休館日は月曜日(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日、年末年始(1月3日まで)です。

▶**会場** 日本遺産センター
☎ 歴史文化財センター(☎026-214-2741)



自動捕捉式はかりの早期受検にご協力ください



自動捕捉式はかりを「取引・証明」に使用するためには、検定に合格しなければなりません。「既に使用している自動捕捉式はかり」の検定の受検期限(令和9年3月末)が迫っています。受検期限直前の令和8年度に受検申請が集中すると、希望のスケジュールどおりに検定を受検できなくなるおそれがあるため、令和7年度中の早期受検に協力してください。

▶**検定の対象となる自動捕捉式はかり** 目量が10ミリグラム以上であって、目盛標識の数が100以上のものであり、ひょう量が5キログラム以下の、下記のもの。

○自動重量選別機(質量と基準設定値との差に応じて複数のサブグループに分類するもの)

○質量ラベル貼付機(質量の計量値のラベルを製品に貼り付けるもの)

○計量値付け機(表示質量値および単価を基に料金を計算してラベルを製品に貼り付けるもの)

*検定の申し込み先である指定検定機関などの詳細は、上記二次元コードから確認してください。

☎ 経済産業省 計量行政室(☎03-3501-1688)、商工課(内線3301)



献血にご協力を

移動採血車による献血を行ないます。

▶**日時** 1月19日(月)午前9時30分～11時30分、午後1時～4時

▶**会場** 市役所こもれびテラス(受付は1階マルチルーム)

▶採血基準

区分	全血献血(400ml 献血)
年齢	男性 17 歳～ 69 歳、女性 18 歳～ 69 歳
体重	男性・女性共に 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、女性 800ml 以内
前回献血との間隔	男性 12 週間後、女性 16 週間後の 同じ曜日から献血ができます

*献血カードを持っている人は持参してください。

*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がある人に限ります。

☎ 健康推進課(内線2134)



休日緊急医・当番薬局

緊急医は、休日の急病患者の応急診療を行なうためのものです。ご理解ご協力をお願いします。

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
1／1 (木・祝)	おかだクリニック(稲荷山) 026-272-2828 安里医院(内川) 026-275-7800 さかき生協診療所(坂城町) 0268-82-0101	前山歯科医院(上徳間) 026-276-0282	コスモファーマ稲荷山薬局(稲荷山) 026-247-8032 アイン薬局千曲内川店(内川) 026-261-5711 日野屋薬局(坂城町) 0268-82-2324 荒井薬局(坂城町) 0268-82-2244 南条薬局(坂城町) 0268-82-7289
1／2 (金)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212 坂口整形外科(屋代) 026-273-8680	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
1／3 (土)	とよき内科(磯部) 026-276-0413 かいぬま耳鼻咽喉科医院(内川) 026-275-3341 こうだ内科(坂城町) 0268-75-7887	関歯科医院(栗佐) 026-285-0418	ウエルシア薬局千曲内川店(内川) 026-261-5280 アイン薬局千曲磯部店(磯部) 026-275-6464 南条薬局(坂城町) 0268-82-7289
1／4 (日)	あんずの里クリニック(森) 026-272-1005 いなりやまクリニック(稲荷山) 026-214-3501 いろかわ医院(坂城町) 0268-82-2143	若林歯科(杭瀬下) 026-213-7574	J A あんずいせや薬局(雨宮) 026-273-3108 元町薬局(稲荷山) 026-214-3282 さかき薬局(坂城町) 0268-71-5896
1／11 (日)	安川整形外科クリニック(屋代) 026-273-6611 武市医院(坂城町) 0268-82-2606	宮原歯科医院(坂城町) 0268-82-8711	やしろ薬局(屋代) 026-272-8461 荒井薬局(坂城町) 0268-82-2244 南条薬局(坂城町) 0268-82-7289
1／12 (月・祝)	島田クリニック(小島) 026-273-8788 あおぞら整形外科クリニック(内川) 026-276-1550	竹内歯科医院(屋代) 026-273-4500	お日さま薬局(小島) 026-272-0229 マツモトキヨシ千曲内川店(内川) 026-261-0570 タカチ薬局(内川) 026-275-1624
1／18 (日)	菅谷東クリニック(栗佐) 026-272-0493 二階堂医院(磯部) 026-275-5582	大村歯科医院(戸倉) 026-275-0066	モリキ千曲栗佐薬局(栗佐) 026-462-0314
1／25 (日)	飯島医院(中) 026-272-0269 中島産婦人科小児科(上山田温泉) 026-275-0111	滝沢歯科医院(磯部) 026-276-4636	信州調剤薬局(杭瀬下) 026-214-6868 西沢薬局(上山田温泉) 026-276-0501
2／1 (日)	鵜沢内科クリニック(屋代) 026-272-3713 とも泌尿器科クリニック(磯部) 026-261-5815	宮本歯科医院(戸倉) 026-276-7030	あんず薬局(桜堂) 026-272-8200 日野屋薬局(戸倉) 026-275-3074

* 緊急医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に開院・開局しているかを事前に確認してください。
また、緊急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)
* 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、下記へ電話してください。
○15歳以上の人は#7119へ、15歳未満の人は#8000へ (平日は午後7時～翌日午前8時、土日祝日年末年始は午前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。
また、歯科は専用番号となっていますので確認のうえ、電話してください。

健康に役立つ情報が掲載されている
埴科地域包括医療協議会発行の
健康ニュースはこちら▶



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作成します。

■日程・会場

- ①1月26日(月) 午前10時30分～・上山田子育て支援センター
- ②1月29日(木) 午前10時30分～・更埴子育て支援センター

■申込方法 市公式LINEアカウントで申し込んでください。



予約はこちら



02 ベビーマッサージ、親子ふれあい遊び(事前予約)

■日時 1月19日(月) *①、②ともに所要時間は40分程度

- ①首がすわったお子さん向けのベビーマッサージ 午前10時～
- ②ハイハイができるお子さん向けの親子ふれあい遊び 午前10時50分～

■会場 上山田子育て支援センター

■申込方法 市公式LINEアカウントで申し込んでください。

ベビーマッサージの予約



親子ふれあい遊びの予約



03 各種相談(事前予約)

就労相談の予約

栄養相談の予約

■申込方法 市公式LINEアカウントで申し込んでください。



	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	1月16日(金) 午前10時30分～11時、 午前11時10分～11時40分	—	1日2組まで
栄養相談	1月14日(水) 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分	1月8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

千曲市子育て
応援アプリ

ダウンロード
はこちらから



04 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

令和7年度
子育てひろば

申込は
こちらから





私は中3、中1、年長の男の子を育てる母です。まさか3兄弟の母となるなんて、想像していませんでしたが、毎日ドタバタしながらも過ごしています。

末っ子の三男は10月で6歳となり、車が大好きな、優しくて素直な子に成長しました。

そんな息子は、12月生まれの予定が少し早めに産まれました。長男、次男は当時小3、小1で、急な私の入院で二人が生活できるの不安でしたが、家族や周りのお母さん、学校の先生が子どもたちの生活を支えてくれました。出産後は、先に私が退院し、NICU（新生児特定集中治療室）に面会に行きました。NICUの皆さんは、息子をとてかわいがってくださり、息子の写真を撮って様子を教



今月の寄稿者

宮川 めぐみさん（力石）



えてくれました。退院後、3歳まで発達フォローを受けさせてもらい、相談できる場所や見守ってくれる人に頼ることができたので、悩みながらも安心して生活できました。年の離れた弟ができた長男と次男も、頼もしく成長してくれました。

年少から保育園に入園して、たくさん泣いて行きたがらず困った事もありましたが、今ではすっかりお友達と先生が大好きで、園での生活を楽しんでいます。春からは小学生。これからどんどん離れていってしまうのかと思うとさみしいですが、「ママ大好き!!」と言って笑顔で手をつないでくれる今を大切に、感謝を忘れず、日々過ごしていきたいです。



さあ、午年の始まりです。賢く優しい馬は身近な動物として、昔から私たちの歴史・文化と深く関わってきた存在です。馬とのつながりで、千曲市にも興味深い話があります。

まず、八幡の武水別神社（オスの馬）として奉納されていた牡馬（オスの馬）「黎明号」の子ども「第三春山号」が現在の本曾馬の祖となり、剥製として開田高原の開田郷土館に展示されています。また、森將軍塚古墳のふもとにある県立歴史館には復元された「古墳時代の武人馬」の展示があります。県内の古墳から馬の埴輪や馬具も見つかっています。

馬は、優れた走力とたくましさを持つ反面、繊細で利口で社会性があることから、「馬が合う」「老いたる馬は道を忘れず（経験を積んだ者は正しい判断や道理を心得ている）」など、人間関

Mayor's column


千曲市長の客万来

第36回

「馬に乗って」



千曲市長 小川 修一



▲画・金井月光氏

係・人生訓を表すことわざが多いようです。粋な語呂合わせ「馬九行久」には「何事も上手いく」という願いが込められています。九頭の馬は勝負運・金運・出世運・家庭運・愛情運・健康運・商売繁盛・豊漁豊作・受験合格の九つの運氣を表しています。なんと贅沢な縁起言葉でしょうか！

馬は力強さや成功の象徴。あやかって今年は飛躍・前進の年にしたいものです。皆さんが今年目指すことは何でしょうか。

私の場合は、市民のために悩み、考え、解決策を実行することですが、今年も大いに悩むことにします。「馬の目（350度の広い視野）」を持って、「汗馬の勞（走り回り苦労すること）」をいとわず、「馬九行久」よう道なき道を突き進みます。

最後に、2026年のスタートにウォーミングアップの早口言葉を一緒にどうぞ！

「武具馬具、武具馬具、三武具馬具、合わせて武具馬具、六武具馬具」（目標3回!!）



新 着 お す す め 本

更埴

図書だよりと
ひみつのノート

著者／赤羽じゅんこ
出版社／さ・え・ら書房

図書委員長になった陶子は、みんなが読みやすい「図書だより」を作ろうと友だちの千絵梨に相談をしに行く。しかしなぜだか千絵梨の様子がいつもと違っていて……。

戸倉

水は動かず芹の中

著者／中島京子
出版社／新潮社

スランプ中の小説家は、気分転換に旅へ。旅先の窯元の夫婦から、天下第一の茶人が愛でた茶碗と、戦により天竺から逃れた「水神」にまつわる奇想天外な物語を聞くことになる。

更埴西

失われた貌 Lost Identity

著者／櫻田智也
出版社／新潮社

山奥で身元不明の変死体が発見された。報道後、警察署に小学生が訪れ「死体は失踪した父親かもしれない」と話す。無関係にみえる出来事が絡み合い、事件は思いがけない方向へ。

更埴

総理にされた男
第二次内閣

著者／中山七里
出版社／NHK 出版

“替え玉総理”が政治を動かす！舞台役者・加納が総理として秘密裏に就任して2年。経済問題やパンデミックなど次々と問題が起こり、日本は未曾有の困難へと巻き込まれていく……。

戸倉

おかしのいえ
けんせつがいしゃ

著者／あさのますみ・作
しんたにともこ・絵
出版社／ポプラ社

「おかしのいえけんせつがいしゃ」へようこそ！お客さまから好きなおかしを聞いたら、さっそく工事にとりかかります。どんないえができあがるでしょうか。

更埴西

飼い犬に腹を噛まれる

著者／彬子女王
出版社／PHP 研究所

私は自他共に認める事件体質である～皇族三笠宮家の彬子女王殿下の日常は、ささいな事から大事件まで色々起こる。巻末にマンガ家ほしよりこ氏とのスペシャル対談も収録。

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	1月17日（土）、31日（土） 午後3時30分～4時	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	1月18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

■ 全館 休館日
■ 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

* 月末図書整理休館日 1月29日（戸倉）、30日（更埴・更埴西）

デジとしょ信州

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：年初め 新しいことへチャレンジ！

テーマブック

たのしい 江戸絵画入門 ～「推し」の魅力に漫画で迫る～

更埴図書館

著者／長田結花
出版社／講談社

7人の絵師の拘りや見どころを、漫画やイラストを使いながらわかりやすく解説。江戸絵画のことを知らなくても読んでいる内に魅力の虜になる一冊。



人気の本ベスト5【文庫】

- 1位 「青い壺」有吉佐和子
- 2位 「御子柴くんの甘味と捜査」若竹七海
- 3位 「おでかけ料理人」中島久枝
- 4位 「夏の庭」湯本香樹実
- 5位 「幻夜」東野圭吾

令和7年千曲市

おめでとう

「戸倉上山田地区かわまちづくり計画」が 国の「かわまちづくり支援制度」に登録

かわまちづくり計画の対象エリアは、万葉橋の上流～大正橋（右岸側）、戸倉千曲川緑地公園（左岸側）です。「かわを感じる・かわと親しむ・かわを楽しむ」を整備コンセプトに、河川と親しみながらレクリエーションが楽しめる空間整備を目指し、国や関係者などと連携していきます。



8月

名月の里おばすて「棚田貸します制度」 30周年

9月27日（土）の稲刈り、ハゼ掛け作業に併せて記念式典が開催されました。平成8年に17組のオーナーでスタートした棚田貸します制度も、今では93組のオーナーが参加しています。



9月

子どもの医療費窓口無料化

市の福祉医療費の拡充により、窓口における子どもの医療費の自己負担が8月から無くなりました。福祉医療費受給者証を医療機関などで提示することで、無料で医療サービスが受けられます。
*保険適用外となる診療分の医療費は除きます。



8月

千曲市立屋代保育園新園舎完成

令和5年9月から着工していた新園舎が完成し、4月9日（水）に竣工式を、13日（日）に内覧会を開催しました。21日（月）から利用を開始し、園児たちが元気いっぱいに登園しています。



4月

千曲市の人口社会増減9年連続プラス

1月に県が公表した毎月人口異動調査に基づく年間人口増減数によると、市の社会増減数は平成28年から令和6年までの9年連続でプラスとなることがわかりました。令和6年は236人の社会増となり、増減率は19市中3番目でした。

戸倉駅前歓迎アーチ看板撤去

戸倉上山田温泉の玄関口である戸倉駅前に長年にわたり設置され、多くの観光客を出迎えてきた歓迎アーチ看板が、経年劣化および安全面から惜しまれながらも撤去となりました。



3月

千曲市が舞台！ テレビアニメ「Turkey!」放送

7月から約3か月にわたり放送されました。放送に先立ち、3月に市内施設へのガラスラッピングなどやラッピングバスの運行を開始し、5月18日（日）には上山田文化会館で先行上映会を開催しました。放送中は、千曲川納涼煙火大会とコラボレーションした特大スターマインが打ち上げられました。10月からは、市内を巡るスタンプラリーや聖地巡礼マップ配布を開始し、市内には多くのファンが訪れています。



©BR・PC / TKP

7月

清泉大学（仮称）農学部 令和9年4月開設に向けて準備進む

9月に信州の幸あんずホールで市民参加型プレオープンキャンパスを開催し、10月には阿部守一長野県知事へ県の財政支援を求める要望書を提出しました。令和8年1月から、市役所更埴庁舎跡地での校舎建築工事を開始します。



9月

10月

「世界の持続可能な観光地TOP100選」 に千曲市が2年連続で選出

グリーン・デスティネーションズ・トップ「Green DestinationsTOP100選」に（一社）信州千曲観光局の「生きた伝統、永続する影響力：芸者文化の持続可能な未来」が選出されました。芸者体験や着物での街歩きなど、文化継承と観光振興の両立を目指した「芸者文化再生事業」が、好事例として高く評価されました。



9月

信州やまなみ国スポ・全障スポ 開催正式決定

7月の開催正式決定を受け、市の準備委員会は8月に実行委員会へ名称を改め、令和10年の大会に向けて準備を進めています。また「あん姫」の新デザインも制作し、大会をPRしていきます。



8月



千曲市キャラクター「あん姫」



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！

11
16

2年間の運行に感謝を込めて

Turkey! ラッピングトレイン公開イベント 作品原画展 & 声優トークショー

令和5年7月より、しなの鉄道で運行していたテレビアニメ「Turkey!」ラッピングトレインが11月で運行終了となることにともない、しなの鉄道屋代駅にて公開イベントが開催されました。

イベントではラッピングトレイン車内での「Turkey!」の原画展示や記念乗車券・入場券販売のほか、駅市民ギャラリーでは三鷹希役の声優天麻ゆうきさんによるトークショーが行なわれ、会場は100人を超える多くの来場者で賑わいました。

東京から来場した大野さんは「2年前のラッピングトレインお披露目式にも参加しましたが、今回はアニメ放送終了後ということもあり、人の多さに驚きました。また、イベントの雰囲気も良く、地域とアニメ作品がセットで盛り上がっている感じがとても良かったです」と話してくれました。

イベント終了後は、天麻さんの合図のもとラッピングトレインが屋代駅を出発し、来場者全員でその姿を見送りました。



千曲市の人口

住民基本台帳人口

令和7年12月1日現在		前月比
世帯数	24,972 世帯	20
人口	58,555 人	-13
男	28,502 人	0
女	30,053 人	-13

● 今月より住民基本台帳人口を記載しています。

● 前月まで掲載していた「国勢調査からの推計人口」および「月毎の人口の動き（転入、転出、出生、死亡）」は、県の公表に合わせて市ホームページに掲載します。

* 「国勢調査からの推計人口」は、直近の国勢調査確定人口からその後の住民基本台帳の人口増減を集計して算出したものです。

図 総合政策課（内線4131）



市ホームページ
はこちら▲

〈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（☎026-233-2222）まで

☎ 026-273-1111 FAX 026-273-1004

ホームページ <https://www.city.chikuma.lg.jp/>

1部あたりの印刷費 29円 * 乱丁・落丁はお取替えします。