

市報 千曲

2021 (令和3年)

CHIKUMA

8

No. 215



【主な紙面】

P.2 “逃げ遅れゼロ”へ マイタイムラインを作ろう

P.4 「いざ」という時に備えて

P.6 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

表紙 梅雨の晴れ間に咲く智識寺の紫陽花 (上山田)

台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に 「避難行動判定フロー」を確認しましょう

平時に
確認

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自宅の
災害リスクととるべき行動を確認しましょう。

避難行動判定フロー

あなたがとるべき避難行動は？

必ず取り組みましょう

ハザードマップ(*)で自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

*ハザードマップは浸水や土砂災害が発生する恐れの高い区域を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどに住んでいる人は、市区町村からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として、自宅の外に避難が必要です。

例外

●浸水の危険があっても
①洪水により家屋が倒壊または崩落してしまう恐れの高い区域の外側である。
②浸水する深さよりも高いところにいる。
③浸水しても水がひくまで我慢できる、水・食糧などの備えが十分にある場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です。

ご自身または一緒に避難する人は避難に時間がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

いいえ

はい

いいえ

警戒レベル3が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル3が出たら、市町村が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

警戒レベル4が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル4が出たら、市町村が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

*内閣府「避難行動判定フロー」を基に作成

“逃げ遅れゼロ”へ マイタイムラインを作ろう



■問い合わせ先 危機管理防災課 (内線 4161)

「マイタイムライン」とは、災害時に取るべき行動を時系列に沿ってあらかじめ決めておく、避難行動確認計画です。家族構成や生活環境に合わせて、必要な避難行動、避難のタイミングや自分にあった避難場所などを話し合い、日頃から避難行動や非常時の持出品などを確認し、自分だけの「マイタイムライン」を作成しておきましょう。

マイタイムライン作成の3つのポイント

POINT 1 自宅や地域の危険度をチェック



5月に配布した「防災ガイドブック」などで、自宅や地域の危険な箇所を確認しておきましょう。



防災ガイドブックは市ホームページにも掲載しています。



◀市ホームページはこちら

POINT 2 気象や避難の情報をチェック

気象情報や避難情報から避難の準備や避難開始のタイミングを考えておきましょう。

<p>○気象庁 長野地方気象台</p>  <p>警報・注意報、台風経路図が確認できます</p>	<p>○長野県防災情報ポータル</p>  <p>気象・土砂災害警戒・避難情報などが確認できます</p>	<p>○長野県河川砂防情報ステーション</p>  <p>雨量、河川の水位や土砂災害発生の危険度が確認できます</p>
--	--	---

POINT 3 避難行動をチェック

「自らの命は自らが守る」という意識を持ち、自分がとるべき避難行動とコロナ禍での避難を考慮し、避難所への避難だけでなく分散避難も検討しましょう。

避難先は、市が優先的に開設する小・中学校や体育館だけではありません。親戚・知人宅や安全な場所での車内などで待機することも考えられます。

マイタイムラインを作成しよう！

3つのポイントと次ページの「避難行動判定フロー」を参考に、「マイタイムライン」を作成しましょう。本紙折り込みの「マイタイムライン(避難行動確認計画)」に避難前からの準備、避難のタイミングや避難先などの主な備えについて、時系列順に記入していきましょう。

千曲川増水時に堤防道路と栗佐橋の

通行止めを行ないます

令和元年東日本台風の教訓から、通行車両の安全確保のため、千曲川の増水時に危険と判断した場合に、市内11か所で通行止めを実施します。

杭瀬下水位観測所の水位が氾濫危険水位（5㍎）付近まで上昇し、その後も増水しそうな場合、危険な箇所から順次通行止めを実施します。通行止めを実施する場合は、千曲市メール配

信サービスや市公式SNSでお知らせします。

栗佐橋以外の橋や県道などについては、現在調整中です。詳細が決まりましたら、あらためてお知らせします。

■問い合わせ先 建設課（内線3223）

「いざ」という時に備えて

災害に備えて、市が行なっている計画や災害時に対する取り組みなどをお知らせします。

通行止め区間



番号	通行止め区間
1	国道403号合流地点（雨宮緑地付近）～篠ノ井橋合流地点
2	篠ノ井橋合流地点～栗佐橋ふれあい公園前
3	栗佐橋
4	栗佐橋ふれあい公園前～千曲橋入口（右岸側）
5	千曲橋入口（右岸側）～県道姨捨停車場線合流地点
6	平和橋入口（右岸側）～冠着橋入口（右岸側）
7	冠着橋入口（右岸側）～大正橋入口（右岸側）
8	大正橋入口（右岸側）～万葉橋入口（右岸側）
9	万葉橋入口（右岸側）～国道18号合流地点
10	県道長野上田線合流地点～万葉橋入口（左岸側）
11	万葉橋入口（左岸側）～女沢橋合流地点

最新の情報は市ホームページを確認してください。



市ホームページはこちら

東日本台風災害からの復旧

8月1日から大西緑地公園および上山田中央緑地の利用を再開します



▲芝生工事が完了した上山田中央緑地

東日本台風災害で被災した大西緑地公園サッカー場、上山田中央緑地の野球場（3面）とサッカー場の復旧工事が完了したことから、8月1日より利用を再開します。

なお、上山田中央緑地は、公園内で一部園路改修工事を行なっていますのでご注意ください。

*雨宮緑地、千曲橋緑地、平和橋緑地のマレットゴルフ場は、現在、復旧工事を行なっています。利用開始時期については、あらためてお知らせします。

■問い合わせ先

- スポーツ振興課（戸倉体育館内、TEL026-276-1731）
- 都市計画課（内線3253）

要支援者の支援計画の作成・更新を行ないます

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

また、平成27年度から、この名簿を活用した個別支援計画（災害対策基本法で定める「個別避難計画」）の作成も行なっています。8月から区・自治会で、新規対象者の計画作成と、すでに作成されている計画の更新を行ないます。この計画により、災害などで避難が必要となった時に円滑・迅速な支援につなげることができます。

■問い合わせ先

- 高齢福祉課（内線1154）
- 危機管理防災課（内線4161）

個別支援計画の作成と運用

- ①市から、各区・自治会へ名簿情報を提供
- ②区・自治会は、要支援者とその家族、避難支援等関係者と相談し、10月までに個別支援計画を作成
- ③作成した個別支援計画は、各区・自治会や市で平常時の避難訓練などに活用（1年に1回内容を見直し）
- ④災害などで避難が必要となったとき、個別支援計画に沿って避難を支援

千曲市メール配信サービスの出張登録を行ないます

出張登録の日時・会場

市では市内の災害や防犯情報をメールで配信しています。日中市外にいる人、耳の不自由な人や屋外告知放送が聞き取りづらかった場合でも情報を受け取ることが出来ます。各会場でメール配信サービスの登録を行ないますので、この機会に登録し、災害などに備えましょう。

■日時・会場 下表のとおり

■問い合わせ先 危機管理防災課（内線4161）

出張登録の日時・会場

期日	時間	会場
8/24（火）	午前9時30分～正午	八幡公民館
	午後1時30分～4時	上山田文化会館
8/25（水）	午前9時30分～正午	戸倉創造館
	午後1時30分～4時	屋代公民館
8/26（木）	午前9時30分～正午	埴生公民館
	午後1時30分～4時	稲荷山公民館

メモ 個別支援計画

要支援者が、区・自治会、自主防災組織、民生児童委員やそのほか避難支援に関わる人など（避難支援等関係者）と声かけや避難支援の方法を決めておくものです。

メモ 個別支援計画の対象者

災害時避難行動要支援者名簿に登録されている人のうち、避難支援等関係者へ事前に名簿情報を提供することに同意している人が対象となります。

千曲市メール配信サービスの登録方法

- ①下のQRコードを読み込み
 - ②表示されたメール画面から空メールを送信
 - ③メールが届くので、メール本文のURLをクリック
 - ④本登録サイトが表示されるので、指示に従い登録
 - ⑤登録後、登録完了メールが届きます
- *迷惑メール防止設定をしている人は「mail-dpt@city.chikuma.lg.jp」からのメールを受信できるように設定してください。設定の方法は利用している電話会社へ問い合わせてください。



千曲市メール配信サービスの登録はこちら

お得に「常連店」や「お気に入りの店」を応援しよう！ お 千曲市推し店プラチナチケットのお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大による外出自粛や大人数での会食の減少などにより、大きな影響を受けている市内の事業者（店舗）を支援するため「千曲市推し店プラチナチケット」の販売を開始します。取扱店舗で前売り販売しますので、皆さんもお得に「常連店」や「お気に入りの店」を応援しましょう。

事業概要

販売・利用期間

9月1日（水）～12月31日（金）

販売価格

1冊3,000円（実質利用額5,000円）

*1人1回2冊まで購入可能です。



チケット内容

500円券×10枚

利用可能店舗

取扱販売店の登録事業者（市内約300店舗）

8月20日以降に市ホームページや新聞折込チラシなどでお知らせします。

利用方法

ステップ1

市ホームページか折込チラシで
取扱販売店を確認



市ホームページや新聞折込チラシで、応援したい取扱販売店、チケット販売開始日や販売方法を確認する

ステップ2

販売価格
3,000円
+
プレミアム分
2,000円
実質利用額 5,000円

取扱販売店で5,000円分の「推し店プラチナチケット」を3,000円で購入する

ステップ3



チケットを使って
お買い物！
チケット購入日から12月31日まで、購入店舗でプラチナチケットを使って5,000円分の飲食や買い物が可能！

*新型コロナウイルス感染症の感染状況により、利用期間を変更する場合があります。

問い合わせ先

千曲市推し店プラチナチケット事業事務局
〒380-0834 長野市問御所1306-1 株式会社アサヒエージェンシー
千曲市推し店プラチナチケット担当 Tel.026-233-2230（平日午前9時～午後5時）

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ



■問い合わせ先 健康推進課（内線2111）

●64歳以下の「ワクチンロスなくし隊」登録者を募集します

■対象者
接種した日から3週間後の同じ曜日に2回目の接種を受けられる人

■応募方法
任意の様式に、接種券番号、氏名、住所、生年月日、電話番号（連絡のつきやすい番号）、接種可能な日（平日、土・日曜日など）を記入し、ファックス（FAX 0261-27216558）で送信してください。

■注意事項
○キャンセルが出た場合、登録受付順に電話で連絡します。指定した時間に接種を受けられない、電話に出られない場合は次の人へ連絡します。
○ワクチンロスを防ぐため、年代や基礎疾患の有無は問いません。

●ワクチン接種特設会場を設けました

これから大雨や台風など、災害の多い時期を迎えることから、災害時の指定避難所となっているふれあい福祉センター（旧戸倉庁舎）や各小学校から、新たな集団接種会場として「千曲市コロナワクチン接種特設会場」を設置しました。



▲ワクチン接種特設会場



位置図

■場所 白鳥園南側
■駐車台数 120台
*車は、会場西側（堤防側）を入口、東側を出口の一方通行にします。

新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金を支給します

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、すでに特例貸付（総合支援資金）の再貸付が終了するなどにより、特例貸付を利用できない世帯に対して、就労による自立や就労が困難な場合に円滑な生活保護の受給を図るため、「新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金」を支給します。

■支給期間 3か月間
■給付額（月額）
○単身世帯 6万円
○2人世帯 8万円
○3人以上世帯 10万円
*住宅確保給付金と併用可能

■対象者 長野県社会福祉協議会が実施する特例貸付における総合支援資金の再貸付（以下「再貸付」という。）の最終借入月が到来した世帯や再貸付が不承認となった世帯などで、一定の要件を満たす人

*詳細は福祉課に問い合わせてください。
■申請期限 8月31日（火）
*制度の概要について知りたい人は、厚生労働省の特設ホームページを確認するか、専用ダイヤル（Tel.0120-14618-030、平日午前9時～午後5時）へ問い合わせください。
■問い合わせ先 福祉課（内線1265）

令和3年度 市民意識調査の結果

- 調査票配布数 2,000 票 (市民個人あて)
- 有効回収数 1,268 票 (うち Web 回答数 160 票)
- 有効回収率 63.4% (うち Web 回答数 8%)

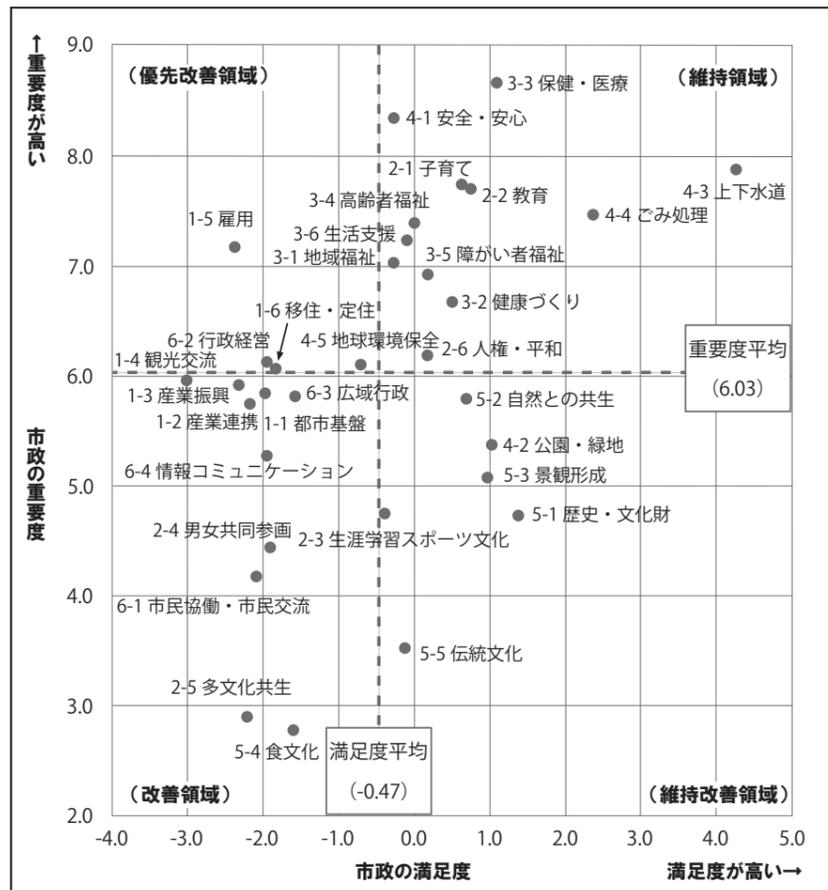
市民意識調査(旧市民満足度調査)は、「千曲市総合計画」に掲げた 32 項目の達成方針について、市民の皆さんが「どの項目を重要と考え、どの項目に満足しているのか」などを調査し、今後の市政運営に反映させるため、平成 20 年度から実施しています。

「市民とともに考え、市民とともに決定する」というパートナーシップの理念のもとに、第三次千曲市総合計画の策定を進めています。

市総合計画策定の参考にするため、市の未来に関心のある人を募集して、市の将来を考える「まちづくりワークショップ」を開催しました。また、満 18 歳以上の市民 2,000 人を対象に毎年行なっている「市民意識調査」を 5 月に実施しました。

今月号は、これらの取り組みで寄せられた市民の皆さんの意見を紹介します。

市政の満足度・重要度相関図



【優先改善領域】 満足度が低く、重要度が高い領域(グラフ左上)。【1-5 雇用】、【1-6 移住・定住】、【4-5 地球環境保全】、【6-2 行政経営】が該当します。早急な改善が求められる分野です。

【維持領域】 満足度、重要度がともに高い領域(グラフ右上)。【4-3 上下水道】、【4-4 ごみ処理】が突出しています。現状を維持していく分野です。

【改善領域】 満足度、重要度ともに低い領域(グラフ左下)。主に【2-4 男女共同参画】、【2-5 多文化共生】、【5-4 食文化】、【6-1 市民協働・市民交流】が該当します。今後、改善が必要な分野です。

【維持改善領域】 満足度が高く、重要度が低い領域(グラフ右下)。主に【4-2 公園・緑地】、【5-1 歴史・文化財】、【5-3 景観形成】、【5-5 伝統文化】が該当します。現状を維持しながら改善を検討する分野です。

第1回まちづくりワークショップ【5月29日(土)開催】

テーマ 千曲市の良いところや魅力に気づいてみよう

10代から90代までの48人が参加し、4人で1グループとなり「千曲市のいいこと・いいひと・いいところ」について、いろいろな人と話し合い、最後に「良いところを伸ばすにはどうしたらいいか」をグループごとに発表しました。

参加者からの主な意見

千曲市のいいこと・いいひと・いいところ	良いところを伸ばすには？
自然の美しさ、豊かさ、里山(古い木)、千曲川	○ネット(SNS)などの情報発信を工夫する
住みやすい、不便がない	○市民会議などを開催し、幅広い世代からの意見を取り入れる
交通が便利、道路が広い	○市内外・世代間・市民と行政のつながりづくり
温泉が豊富	○観光客・移住者を受け入れる環境整備
農産物が豊富	○子どもの頃から地域に親しむ教育
特徴のある学校	

第2回まちづくりワークショップ【6月19日(土)開催】

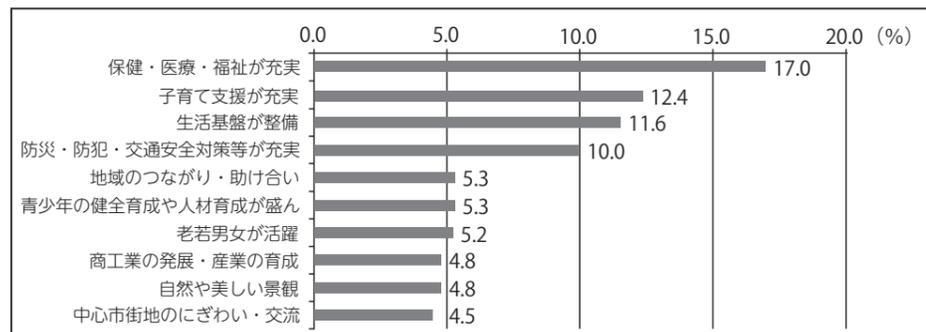
テーマ こんな千曲市にしたい！

幅広い世代の43人が参加し、第1回で出された意見を基に意見交換をしました。10個のテーマの中から、興味のあるテーマごとにグループを作り、他のテーマとのつながりを見つけ出し、最後にグループで「千曲市の近未来物語」を創り発表しました。

10個のテーマ

- ①自然が美しい・豊か
- ②観光資源のポテンシャルが高い
- ③野菜(農産物)がおいしい・豊富
- ④住みやすい
- ⑤交通の便利さ
- ⑥子育てがしやすい
- ⑦人とのつながり・市民活動・協働が活発
- ⑧福祉が充実
- ⑨市民学習・子どもの教育が大切
- ⑩美術・芸術・伝統行事に積極的

将来の千曲市がどのようなまちになってほしいか(上位10項目)



「将来の千曲市がどのようなまちになってほしいと思うか」について、17項目から3項目を選択してもらったところ、「保健・医療・福祉が充実」が1番多くの回答を得ました。

千曲市近未来物語 「人と環境にやさしいまち、千曲市」

テーマ ④住みやすい

設定 都会の大学に行き、10年後に千曲市に帰郷した若者が目にした千曲市の姿

「エコに力を入れ、自然エネルギーを重点に使用するまち」に変わっていて、冬の電気代がすべてタダになっている。また、エコ住宅を建てた住民やお店の固定資産税が控除される。こうした優遇政策により移住者が増え、人口も税収も増加することで、さらに住民サービスが良くなるという好循環が生まれ、活気のあるまちとなった！

全 11 グループが創造した「千曲市の近未来物語」は、市ホームページに掲載しています。

まちづくりワークショップ、市民意識調査の結果など、詳細は市ホームページで公開しています。

■問い合わせ先 総合政策課(内線 4131)



市ホームページはこちら



千曲市を訪れる観光客に、日本遺産「月の都千曲」の構成文化財を案内するガイドを養成します。全受講者には修了証をお渡しします。



日本遺産ガイド養成講座 受講生を募集します

月の都千曲

■申込・問い合わせ先 日本遺産推進室（内線 4122）

- 日程・テーマ 下表の通り
- 会場 市総合観光会館
- 対象者 日本遺産の案内に興味があり、全5回すべてを受講できる人
- *参加者は講座受講終了後、実際にガイドをお願いします。
- 定員 40人（先着順）
- 申込方法 8月2日（月）から8月31日（火）までに電話で申し込んでください。
- *日程、内容などは変更になる場合があります。

日程・講座内容など

回数	期日	時間	テーマ	講師
第1回	9月13日（月）	午後1時～1時15分	講座のガイダンス	—
		午後1時20分～2時20分	「月の都 千曲」と日本遺産制度	市歴史文化財センター職員
		午後2時30分～4時	ストーリーから見える千曲市の歴史	井原今朝男さん (国立歴史民俗博物館名誉教授)
第2回	10月11日（月）	午前9時～午後3時	構成文化財のガイド実習 姨捨の棚田・大池・善光寺道・長野銘醸・武水別神社・松田館など	楽知会
第3回	11月15日（月）	午前9時～午後3時	上田市の日本遺産現地視察 国分寺・生島足島神社・前山寺・安楽寺など	調整中
第4回	12月13日（月）	午後1時～2時	峠と道から考える信州	桜井秀雄さん (長野県埋蔵文化財センター)
		午後2時10分～3時10分	姨捨の棚田	内川義行さん (信州大学准教授)
第5回	令和4年 1月17日（月）	午後1時～2時	小林一茶と与謝蕪村	調整中
		午後2時10分～3時10分	月の満ち欠けと暦	陶山徹さん (長野市立博物館学芸員)
		午後3時15分～3時30分	修了式	—

市政トピックス

副市長に

大内保彦氏が就任

7月6日（火）に開かれた市議会臨時会で、副市長に大内保彦氏を選任する人事案が同意されました。

大内氏は、長野県松代高等学校を卒業後、昭和52年4月に旧更埴市職員として採用されて以来、議会議務局長、議会議務局長、総務部長、参与を歴任されました。

7月6日をもって市職員を退職し、7月7日付けで副市長に就任しました。任期は4年です。



おおうち だいすけ 大内保彦氏
(屋代)

マイナンバーカードの出張申請を行ないます

カードの申請方法がわからない人や市役所まで受け取りに行くことができない人などのため、マイナンバーカードの出張申請を行ないます。カードは申請から1か月程度で、本人あてに本人限定受取郵便で郵送します。この機会にマイナンバーカードを作ってみませんか。

■定員 各会場20人（先着順）

■予約方法 8月2日から各日程の2日前までの間に市民課に電話で予約してください。

■日時・会場 下表のとおり

■持ち物 通知カード、住基カード

ド（持っている人）、本人確認書類（有効期限内で記載事項が最新のもの）

■注意事項

- 必ず本人がお越しください。15歳未満の人は法定代理人の同席が必要です。
- 持ち物が足りない場合は申請できませんのでご注意ください。
- 当日、カードに使用する写真を撮影します。

■予約・問い合わせ先 市民課（内線1212、電話予約受付時間は平日午前8時30分から午後4時30分）

出張申請日時・会場

日時	会場
8月19日（木）午後2時～4時	上山田文化会館
8月20日（金）午後2時～4時	戸倉創造館
8月24日（火）午前9時30分～11時30分	屋代公民館
8月25日（水）午後2時～4時	埴生公民館
8月26日（木）午後2時～4時	八幡公民館
8月27日（金）午後2時～4時	稲荷山公民館

* 24日（火）のみ時間が異なります。

夜間申請日時・会場

日時	会場
8月23日（月）午後5時30分～7時30分	市役所1階市民課

マイナンバーカードの申し込みはお早めに！

令和3年4月末までにマイナンバーカードを申請した人は、マイナンバー付与の対象です。カード受け取り後、マイナンバーを申し込み、9月末までに指定のキャッシュレス決済サービスを利用するとマイナンバーを受け取ることができます。

■申込に必要なもの
マイナンバーカード、数字4

桁のパスワード（暗証番号）、マイナンバーの対象となるキャッシュレス決済サービスのID、セキュリティコード

■申込方法
パソコン、スマートフォンやコンビニなどの手続きスポットで申し込みください。

*情報政策課の窓口でも申し込み支援をしています。

■問い合わせ先
○マイナンバー総合フリーダイヤル（TEL 0120-9510178、音声ガイダンスに従って「5番」を選択）

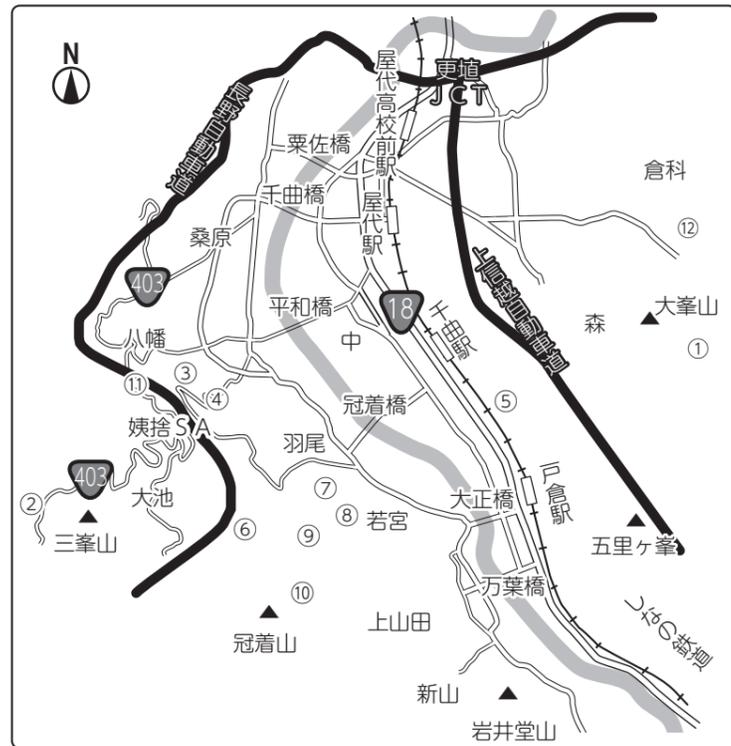
○情報政策課（内線4162）

*マイナンバーの付与条件などは利用するキャッシュレス決済サービス業者に問い合わせてください。

湧き水の水質検査の結果をお知らせします

■問い合わせ先 環境課（内線 2201）

湧き水の水質検査地位位置図 採水日：6月15日（火）



市では毎年、市内の湧き水の水質検査を行っています。今回の検査では、⑤柏清水（戸倉）、⑥こわ清水（羽尾）、⑩不動尊の滝（羽尾）で大腸菌が検出されました。大腸菌が検出された湧き水では、生水での飲用は控えてください。

⑧大瀧社の清水（羽尾）、⑨花柄の清水（羽尾）、⑪郡頭無し（八幡）では水質基準を満たしていましたが、飲用は個人の責任により行なってください。⑫お林の湧水（倉科）は、昨年度に続き湧出していないため再検査は行ないません。湧き水を採水する際、色度・濁度に異常がみられる場合は飲用しないでください。

調査結果一覧

検査項目	基準値	① 縄文の名水（倉科）	② 樺平（桑原）	③ 小滝沢（八幡）	④ 桜清水（八幡）	⑤ 柏清水（戸倉）	⑥ こわ清水（羽尾）	⑦ 弁天（羽尾）	⑧ 大瀧社の清水（羽尾）	⑨ 花柄の清水（羽尾）	⑩ 不動尊の滝（羽尾）	⑪ 郡頭無し（八幡）
PH	5.8～8.6	7	7.4	7.5	7.5	8.2	7.6	7.9	7.1	7.8	7.6	7.9
臭気	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし
味	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし
色度	5度以下	0.5未満	0.5未満	0.5未満	2.5	1	1.7	0.5	0.5未満	0.5未満	3.1	0.5未満
濁度	2度以下	0.1未満	0.1未満	0.1未満	0.3	0.3	0.3	0.1未満	0.1未満	0.1未満	0.6	0.1未満
硝酸態窒素・亜硝酸態窒素	10mg/ℓ以下	0.47	0.84	2.4	2.5	0.04未満	1.3	0.04未満	5.2	0.04未満	0.37	1.4
塩化物イオン	200mg/ℓ以下	1.8	1.5	7.2	26	5.8	2.7	1.5	4.9	2	2	4.9
有機物	3mg/ℓ以下	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.5	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.8	0.3未満
一般細菌	100個/ml以下	0	1	1	20	5	2	5	5	0	28	0
大腸菌	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	検出	検出	不検出	不検出	不検出	検出	不検出
水質基準適合判定		適合	適合	適合	適合	大腸菌不適合	大腸菌不適合	適合	適合	適合	大腸菌不適合	適合

千曲市余熱利用施設のネーミングライツ・パートナーと愛称を募集します

ネーミングライツとは、市が所有する施設などの名称に、企業名や商品名などの愛称を一定期間、命名することができる権利（命名権）です。

新しいごみ焼却施設の熱エネルギーを利用する「千曲市余熱利用施設」の命名権者（ネーミングライツ・パートナー）および愛称を募集します。

ネーミングライツ・パートナーは命名権の対価（命名権料）を市へ納めます。

■施設住所 千曲市大字屋代3083番地1

■施設概要 男女浴室・トレーニングルーム・休憩室ほか

■命名期間 令和4年6月1日～令和9年3月31日

■命名権料（希望金額） 年額120万円（税込）
*当該金額未満での応募も可能
*令和4年度の命名権料は、年額（税込）の12分の10の金額（1円未満切捨て）

■特典
○毎年度、命名権料（年額）の10分の1にあたる施設利用券を交付します。
○施設内に企業案内や商品などを掲示できるPRコーナーを設置します。



▲新しいごみ焼却施設と余熱利用施設イメージ図

■ネーミングライツ・パートナーの公表
市報や市ホームページなどを通じて、法人等名、命名期間、命名権料などを公表します。

■愛称の普及
広報印刷物や市ホームページなどで愛称を積極的に使用します。

■申込方法 8月30日（月）までに書類を持参するか、簡易書留などで郵送（当日必着）してください。

*詳細は市ホームページを確認するか問い合わせください。

■問い合わせ先 廃棄物対策課（内線2233）

新しいごみ焼却施設の位置図



▲新しいごみ焼却施設イメージ図

新しいごみ焼却施設が試験運転を開始します

新しいごみ焼却施設（仮称）長野広域連合B焼却施設（屋代）は、12月から試験運転を開始します。

試験運転の開始に伴い、可燃ごみの搬入先が、現在の葛尾組合焼却施設から新しいごみ焼却施設に変わります。

●可燃ごみの直接持込の受入日時と処理料金（12月～）

○月々金曜日 午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分

○土曜日 午前8時30分～11時30分

*日曜、祝日は受け入れしません。

■処理料金 20kgまで400円
*超過料金20kgまでごとに400円

*指定ごみ袋に入れて持ち込む場合も処理料金がかかります。

■問い合わせ先
○廃棄物対策課（内線2233）
○長野広域連合環境推進課（TEL 026121315310）



令和4年4月採用 千曲市職員(初級行政)を募集!

- 試験区分・募集人員
初級(行政)・1名程度
- 受験資格
平成12年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人で、高校卒業程度の学力を有する人
- 試験日・会場
○第1次試験 9月19日(日) 午前8時50分～千曲市役所
○第2次試験 11月上旬から中旬に予定(詳細は第1次試験合格者に通知します)
- 受付期間 8月2日(月)から8月16日(月)までの土・日曜日、祝日を除く、午前8時30分から午後5時15分
- 申込方法 市役所1階パンフレット棚または4階総務課にある申込書に記入のうえ、総務課に提出または郵送(消印有効)してください。
*受験案内・申込書は市ホームページからも取得できます。
- 郵送・問い合わせ先
総務課(〒387-1851 千曲市杭瀬下二丁目1番地、内線4141)



▲市ホームページはこちら

千曲市協働事業提案制度の事業を募集します

皆さんのアイデアや情熱をお寄せください

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

■提案の種類
○市民テーマ型
皆さんが、市と協働で取り組みたい公益性のあるテーマを自由に設定し、提案できます。

*今年度の行政テーマ型募集はありません。

■対象者と対象事業
募集要項で示した要件を満たす団体と事業

■募集日程
8月2日(月)～10月22日(金)
*提案団体は、必要書類を提出のうえ、9月30日(木)までに事前協議してください。

■審査方法
書類審査、公開プレゼンテーション

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

■市が負担する経費
1事業100万円を上限に予算の範囲内

■事業の実施期間
原則として令和4年度からで、最大3年まで継続可。ただし、予算成立状況により変動します。

*募集要項や様式などは市ホームページから取得できます。

■問い合わせ先 市民協働課(内線4133)

協働事業提案制度採択事業例

- 女性のためのライフワーク・プロジェクト
- 猫の適正飼育啓発と地域猫モデル事業



▲市ホームページはこちら

市内施設の指定管理者を募集します

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

■募集する施設など
下表のとおり

■申請受付期間
8月24日(火)～30日(月)

■募集要項など
下表の担当課窓口または市ホームページから取得できます。
*詳細は担当課にお問い合わせください。

施設名・担当課・指定期間

番号	施設名	住所	担当課	指定期間
1	千曲市あんずの里物産館	大字屋代 507 番地 1	農林課(内線 3284)	令和4年4月1日～令和9年3月31日
2	千曲市余熱利用施設	大字屋代 3083 番地 1	廃棄物対策課(内線 2233)	(5年間)

児童扶養手当「現況届」・特別児童扶養手当「所得状況届」を提出してください

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

●児童扶養手当とは
父母の離婚などにより、または母と生計を共にしていない児童(18歳になった年の年度末までの児童)を養育している「ひとり親家庭の父や母」、「父母にかわってその児童と同居し養育している人」に支給されます。

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

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

*一定額以上の所得がある場合、どちらも支給されません。

■提出方法
●児童扶養手当 こども未来課に直接提出してください。
●特別児童扶養手当 こども未来課に持参するか郵送で提出してください。

*現在受給している人には7月に書類を郵送しています。

■提出期限 8月31日(月)
*提出がない場合、児童扶養手当は11月以降、特別児童扶養手当は8月以降受けられなくなります。

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

■郵送・問い合わせ先 こども未来課(〒387-1851 千曲市杭瀬下二丁目1番地、内線1251)

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)の申請はお済みですか?

① 新型コロナウィルス感染症の影響を受けたひとり親世帯に、給付金を支給します。

■支給対象者
① 公的年金などの受給により、令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない人

② 新型コロナウィルス感染症の影響で、直近の収入が児童扶養手当の対象水準に下がった人

*ひとり親世帯以外の子育て支援特別給付金の受給者を除く

■支給額 児童1人につき5万円

■申請方法 支給要件に該当す

る人は、5月に郵送した申請書に記入のうえ、こども未来課に提出してください。

■申請期限
令和4年2月28日(月)

■問い合わせ先 こども未来課(内線1251)

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。
千曲市役所 TEL026-273-1111 (代表)
〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地

新型コロナウイルス感染症などの影響で、市報に掲載しているイベントや講座などの開催内容が中止・変更になる場合があります。

お知らせ

- 8月納期の市税・使用料など
○市県民税(2期分)
○国民健康保険税(2期分)
○介護保険料(5期分)
○後期高齢者医療保険料(2期分)
○保育料・保育所給食費

長野技術専門校入校生

- 令和4年度入校生の受付が始まります。詳細は長野県ホームページを確認するか問い合わせください。
■受付開始 9月27日(月)
■問い合わせ先 長野県産業人材育成課(TEL026-123517199)

中小企業退職金共済制度

- 同制度は、従業員のための外部積立型の国の退職金制度です。掛金は全額非課税で一部を国が助成、パートさんや家族従業員も加入できます。
■問い合わせ先 中小企業退職金共済事業本部(TEL031690711234)

取引・証明用に使用する「はかり」の定期検査

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

(8月分)

- 公共下水道使用料(5期分)
○倉科・森・羽尾排水施設使用料(5期分)
○下水道受益者負担金(8月分)
○市営住宅・駐車場使用料・共益費(8月分)
○市営水道料金(8月分)
○学校給食費
■納付期限 8月31日(火)
ひきこもり支援「本人と家族のためのつどい」
■日時・会場
○8月5日(木)、26日(木)
午後1時30分～3時30分
・戸倉人權はつらつセンター
○8月18日(水)午後7時～9時・市役所2階保健センター
■申込方法 電話で申し込んでください。
■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)
■子宮頸がん検診を受けましょう
■対象者 20歳以上の女性
■検診方法 車検診か指定医療機関での検診
■指定医療機関 中島産婦

を落としてから持ち込んでください。

- 日時
①10月7日(木)午前10時～正午、午後1時～3時30分
②10月8日(金)午前10時～正午、午後1時～3時30分
■会場 市役所立体駐車場1階
■対象地域
①八幡、桑原、稲荷山、森、倉科、生萱、雨宮、土口地区
②殖生、屋代、粟佐地区
■持ち物 はかり(付属品一式)、検査手数料
*検査手数料などの詳細は長野県計量検定所のホームページを確認するか問い合わせください。
■問い合わせ先
○長野県計量検定所(TEL026314714006)
○市産業支援センター(内線3302)
■鳥よけ爆音機の使用は適切に
■使用上の注意事項
○住居から直線距離で200m未満の位置で使用し

人科小児科(上山田温泉)、厚生連南長野医療センター篠ノ井総合病院(長野市)

■検診日程

- ①車検診は4月配布の「令和3年度各種検診日程のご案内」を確認してください。
②指定医療機関での検診は8月2日から10月30日までです。

■申込方法

各種検診希望調査で申し込みをした人には、検診1か月前に検診票を郵送します。新たに検診を希望する人や検診方法を変更したい人は問い合わせください。
■問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

フードバンクに食料支援を!

- 支援できる人 個人、企業、ボランティア団体
■受付窓口 千曲市社会福祉協議会(旧戸倉庁舎)
■対象品目 レトルト食品、缶詰、カップ麺、お菓子、お米、水、清涼飲料水
*お米は新米、または1年前までの古米に限ります。
■注意事項 次の条件を全

て満たす食料品

- 賞味期限が明記され、1か月以上あるもの
○未開封のもの
○生鮮食品以外で常温保存ができるもの
○日本語表記されているもの



■問い合わせ先 千曲市社会福祉協議会(TEL026127612687)

あんず細菌性病害対策の助成事業

- 対象薬剤 ICボルドー66D(1キログラムまたは5キログラム)
■補助率 市3分の1、JA3分の1以内
*JA以外で購入された人は市の補助のみ
■申込方法
○申込書は市ホームページか農林課で取得できま

ることができません。

- 日時 8月14日(土)午後1時30分～3時30分
■会場 ことぶきアリーナ千曲ロビー
■問い合わせ先 スポーツ振興課(TEL026127611731)

上徳間区が宝くじ助成事業を活用

上徳間区は、一般財団法人自治総合センターの宝くじ助成事業を活用し、コピー機などコミュニケーションに必要な備品を整備しました。



▶助成事業を活用して整備されたコピー機など



- 問い合わせ先 市民協働課(内線4133)

- ため池は地元の皆さんが管理している大切な農業用施設です。大変危険ですので許可なく立ち入ったり、フェンスを壊したり、ブラスチックバスなど外来魚の放流・釣りなどは絶対にしないでください。これらの行為をした場合は、警察へ通報します。
■問い合わせ先 農林課(内線3271)
■緑の募金活動のお礼
募金総額は、37万238

ため池への立ち入り・魚釣り禁止

■問い合わせ先 農林課(内線3283)

令和3年度千曲市成人式

- 日時
①令和4年1月8日(土)午後1時30分
②令和4年1月9日(日)午後1時30分
■会場 上山田文化会館
■対象者
①屋代小学校、東小学校、治田小学校、八幡小学校に在籍した人
②殖生小学校、戸倉小学校、更級小学校、五加小学校、上山田小学校に在籍した人
■問い合わせ先 屋代公民館(TEL026127210234)

パラリンピック聖火ピジット

パラリンピック聖火フェスティバルの一環として、「聖火の展示(ピジット)」が行なわれます。展示時間内は自由に見学・撮影をす

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。
千曲市役所 TEL026-273-1111 (代表)
〒387-8511 千曲市杭瀬下二丁目1番地

新型コロナウイルス感染症などの影響で、市報に掲載しているイベントや講座などの開催内容が中止・変更になる場合があります。

お知らせ

- 8月納期の市税・使用料など
○市県民税(2期分)
○国民健康保険税(2期分)
○介護保険料(5期分)
○後期高齢者医療保険料(2期分)
○保育料・保育所給食費

長野技術専門校入校生

- 令和4年度入校生の受付が始まります。詳細は長野県ホームページを確認するか問い合わせください。
■受付開始 9月27日(月)
■問い合わせ先 長野県産業人材育成課(TEL026-123517199)

中小企業退職金共済制度

- 同制度は、従業員のための外部積立型の国の退職金制度です。掛金は全額非課税で一部を国が助成、パートさんや家族従業員も加入できます。
■問い合わせ先 中小企業退職金共済事業本部(TEL031690711234)

取引・証明用に使用する「はかり」の定期検査

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

(8月分)

- 公共下水道使用料(5期分)
○倉科・森・羽尾排水施設使用料(5期分)
○下水道受益者負担金(8月分)
○市営住宅・駐車場使用料・共益費(8月分)
○市営水道料金(8月分)
○学校給食費
■納付期限 8月31日(火)
ひきこもり支援「本人と家族のためのつどい」
■日時・会場
○8月5日(木)、26日(木)
午後1時30分～3時30分
・戸倉人權はつらつセンター
○8月18日(水)午後7時～9時・市役所2階保健センター
■申込方法 電話で申し込んでください。
■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)
■子宮頸がん検診を受けましょう
■対象者 20歳以上の女性
■検診方法 車検診か指定医療機関での検診
■指定医療機関 中島産婦

を落としてから持ち込んでください。

- 日時
①10月7日(木)午前10時～正午、午後1時～3時30分
②10月8日(金)午前10時～正午、午後1時～3時30分
■会場 市役所立体駐車場1階
■対象地域
①八幡、桑原、稲荷山、森、倉科、生萱、雨宮、土口地区
②殖生、屋代、粟佐地区
■持ち物 はかり(付属品一式)、検査手数料
*検査手数料などの詳細は長野県計量検定所のホームページを確認するか問い合わせください。
■問い合わせ先
○長野県計量検定所(TEL026314714006)
○市産業支援センター(内線3302)
■鳥よけ爆音機の使用は適切に
■使用上の注意事項
○住居から直線距離で200m未満の位置で使用し

人科小児科(上山田温泉)、厚生連南長野医療センター篠ノ井総合病院(長野市)

■検診日程

- ①車検診は4月配布の「令和3年度各種検診日程のご案内」を確認してください。
②指定医療機関での検診は8月2日から10月30日までです。

■申込方法

各種検診希望調査で申し込みをした人には、検診1か月前に検診票を郵送します。新たに検診を希望する人や検診方法を変更したい人は問い合わせください。
■問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

フードバンクに食料支援を!

- 支援できる人 個人、企業、ボランティア団体
■受付窓口 千曲市社会福祉協議会(旧戸倉庁舎)
■対象品目 レトルト食品、缶詰、カップ麺、お菓子、お米、水、清涼飲料水
*お米は新米、または1年前までの古米に限ります。
■注意事項 次の条件を全

て満たす食料品

- 賞味期限が明記され、1か月以上あるもの
○未開封のもの
○生鮮食品以外で常温保存ができるもの
○日本語表記されているもの



■問い合わせ先 千曲市社会福祉協議会(TEL026127612687)

あんず細菌性病害対策の助成事業

- 対象薬剤 ICボルドー66D(1キログラムまたは5キログラム)
■補助率 市3分の1、JA3分の1以内
*JA以外で購入された人は市の補助のみ
■申込方法
○申込書は市ホームページか農林課で取得できま

ることができません。

- 日時 8月14日(土)午後1時30分～3時30分
■会場 ことぶきアリーナ千曲ロビー
■問い合わせ先 スポーツ振興課(TEL026127611731)

上徳間区が宝くじ助成事業を活用

上徳間区は、一般財団法人自治総合センターの宝くじ助成事業を活用し、コピー機などコミュニケーションに必要な備品を整備しました。



▶助成事業を活用して整備されたコピー機など



- 問い合わせ先 市民協働課(内線4133)

更埴図書館 各講座の日程など

講座名	日程	会場	定員 (先着順)	内容	講師
島崎藤村 ～人と作品～	10月6日(水)～ 毎月第1水曜日 (全4回)	埴生公民館	30人	信州出身の文豪「島崎藤村」の作品を、その背景を探りながら読み進めます	滝沢通雄さん (元東小学校長)
中学歴史をもう一度	10月12日(火)～ 毎月第2火曜日 (全4回)	稲荷山公民館	40人	中学校の教科書をもとに、日本の歴史をもう一度学びなおします	栗林秀夫さん (NPO法人夢空間松代のまちと心を育てる会 理事)
読み聞かせと絵本の豊かな世界を楽しむ	10月15日(金)～ 毎月第3金曜日 (全4回)	稲荷山公民館	15人	さまざまな絵本に触れながら、読み聞かせを楽しみます	小林いせ子さん (JPIC読書アドバイザー)
語りを楽しみましょう	10月21日(木)～ 毎月第3木曜日 (全4回)	稲荷山公民館	30人	民話・文学分野を広く取り上げ、声を出し「語り」を楽しみます	小林けい子さん (瓜生喬氏師事)

更埴図書館 通年講座の受講生

■日程など 左表のとおり

■時間 午前10時～11時30分

■受講料 400円

■申込期間 8月7日(土)

21日(土)・先着順

■申込方法 更埴図書館窓口または電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 更埴図書館(TEL0261-27312989)

人権擁護委員の紹介

7月1日付けで、瀧澤順造さん(屋代・新任)、赤沼香代子さん(桜堂・新任)、杉浦一弥さん(八幡・再任)が、法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。人権擁護委員は、市民の皆さんが人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったり、法務局や特設相談所などで人権相談を受けたりするなどの活動をしています。

■問い合わせ先 人権・男女共同参画課(内線2253)

地域のモヤモヤをワックに変えるための地域講座(第2回)

■日時 8月21日(土)午後1時30分～3時30分

■会場 ちくま未来ステーション

■講師 荒木孝文さん(一般社団法人zingzing代表理事)ほか

■内容 地域で活躍する若者の取り組みに学ぶ

■受講料 一般1000円、学生500円(ドリンク、スイーツ付き)

■定員 20人(先着順)

■申込方法 QRコードからFacebookイベントページに参加予定を押し込んでいただくか、電話で申し込んでください。



Facebook イベントページはこちら

■申込・問い合わせ先 千曲商工会議所(TEL0261-27213223)

■日時 8月21日(土)午後1時30分～3時30分

■会場 市民交流センター「てとて」

■定員 40人(先着順・事前申込制)

■内容 夏野菜の観察方法・秋野菜の準備

■参加費 500円

■申込・問い合わせ先 ひまわりの会青木(TEL0901-966812169)



募集

ふるさと納税返礼品協力事業者

市の魅力発信、地元特産品などのPRや販路拡大による地域活性化を図るため、ふるさと納税(ふるさと千曲市応援寄附金)寄附者への返礼品の提供にご協力いただける事業者を募集します。

■対象者 市内に本社(本店)、支社(支店)、事務所、工場、畑など生産拠点がある企業、団体または農業生産者

■申込方法 総合政策課へ電話で申し込んでください。

■問い合わせ先 総合政策課(TEL0261-21415799)

千曲市スポーツチャレンジ参加者

■日時 9月11日(土)午前8時30分～午後1時

■会場 ことぶきアリーナ千曲

■対象者 小学生以上の市民

募集日程など

募集種目	受付期間	試験期日
防衛大学校	9月5日(日)～10日(金)	9月25日(土)・26日(日)
		一次試験 9月25日(土)
防衛医科大学校	10月27日(水)まで	一次試験 11月6日(土)・7日(日)
	10月13日(水)まで	一次試験 10月23日(土)
看護学科	10月6日(水)まで	一次試験 10月16日(土)

*二次試験の試験期日は一次試験合格者に通知します。

防衛大学校・防衛医科大学校学生

■日程など 左表のとおり

■受験資格 高卒(見込み含む)21歳未満の人

■問い合わせ先 自衛隊長野地方協力本部・長野地域事務所(TEL0261-23516026)

職業訓練施設見学会

■日時 8月4日(水)、18日(水) 午前9時45分～午後0時30分

■会場 ポリテクセンター長野(長野市)

■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

■申込・問い合わせ先 ポリテクセンター長野(TEL0261-24317856)

家事援助講習からウロコの家事力アップ

■日程(全4回) ①9月1日(水)、②9月8日(水)、③9月15日(水)、④9月22日(水)

■時間 ①②午前9時30分～午後0時30分、③④午前9時30分～11時30分

■会場 戸倉創造館

■対象者 千曲市・坂城町在住の概ね60歳以上の人

*シルバール人材センターへの入会が必要です。

■定員 10人

■内容 水回りの掃除、洗濯、収納の基本から応用

■講師 中村祐一さん、株

市民

■申込方法 8月25日(水)までにことぶきアリーナ千曲か戸倉体育館で申し込んでください。

■定員 20チーム(1チーム4人・先着順)

■内容 バスケットボール、ソフトバレーボール、ハンドボール、サッカー、卓球、弓道

■主催・問い合わせ先 千曲市スポーツ協会事務局(ことぶきアリーナ千曲内・TEL0261-27310010)

パソコン操作習得講座

■コース・日程

①ワード入門・9月3日(金)、6日(月)

②エクセル入門・9月3日(金)、6日(月)

③ワード基礎・9月15日(水)、22日(水)、29日(水)

④エクセル基礎・9月30日(木)、10月7日(木)、14日(木)

■受講料 ①②5000円、③④1万5000円

■時間 ①午前9時30分～午後0時30分、②午後1時30分～4時30分、③④

ワイン用ぶどう園場見学会

■日時 8月21日(土)午前9時～正午

■会場 市内4か所の園場(桑原・八幡・倉科)

■集合場所 市役所駐車場

■内容 市内でワイン用ぶどうを栽培している生産者4人の園場見学と講習

*集合後に乗り合いで移動します。

■定員 20人(先着順)

■申込期限 8月10日(火)

■持ち物 帽子、飲み物

■申込・問い合わせ先 農林課(内線3282)

市営住宅入居者

入居可能な市営住宅への入居者と入居補欠者を抽選で決定します。

■対象者 現在、住宅に困窮している低額所得者

*入居には所得額など一定の条件があります。

■募集団地 鋳物師屋団地、埴生団地1号棟、寂時団地1号棟

■月額家賃 5200円～5万6800円

■申込受付期間 8月4日(水)～20日(金)

*申込書類は8月4日(水)から建設課で配布します。

■抽選日 9月9日(木)

■入居可能日 10月1日(金)

■申込・問い合わせ先 建設課(内線3211)

子育て支援センターからのお知らせ



施設ご利用にあたってのお願い

当分の間、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予約制にしています。

【予約方法】

1. 利用時間帯①～④の中から希望の時間帯を電話で予約してください。
2. 1つの時間帯で8組を超える予約があった場合は、利用時間帯を変更していただくことがあります。
3. 予約が混雑する場合は利用回数を制限させていただくことがありますので、ご協力ください。

利用時間帯	
①	9:00～10:30
②	10:30～12:00
③	13:30～15:00
④	15:00～16:00

就労相談(事前予約)

■日時・会場

- ① 8月4日(水) 午前9時30分～11時30分
更埴子育て支援センター
- ② 8月10日(火) 午前10時～正午
上山田子育て支援センター

■申込方法 事前に電話で申し込んでください。

*相談は1組30分で、1日4組まで

栄養相談(事前予約)

■日程・会場

- ① 8月5日(木)・上山田子育て支援センター
- ② 8月18日(水)・更埴子育て支援センター

■時間 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分

■申込方法 事前に電話で申し込んでください。

*相談は1組30分で、1日8組まで

親子で工作(事前予約)

■会場 更埴子育て支援センター

■受付期間 8月16日(月)～24日(火)

午前8時30分～午後5時

■実施期間 8月25日(水)～31日(火)

午前9時～午後4時

マイ誕生日会(事前予約)

みんな一緒に誕生日会ができない状況です。ひとりひとりの誕生日会を、支援センターでお祝いしませんか。身長・体重・手形・親子写真を載せた誕生日カードをお作りします。

■写真代 40円

プチ相談・身体測定なども行なっています。お気軽に予約してください。



千曲市子育て応援アプリ

ダウンロードはこちらから→



問い合わせ先

更埴子育て支援センター Tel.026-273-6180

開館時間 午前9時～午後4時

休館日 毎週土曜日

住所 千曲市杭瀬下三丁目18番地

上山田子育て支援センター Tel.026-275-6017

開館時間 午前9時～午後4時

休館日 毎週日曜日

住所 千曲市大字上山田825番地2

催し物

- 県営住宅入居者**
- 受付期間** 8月18日(水)～27日(金)
- *土曜日を除く
- 受付会場** 長野県住宅供給公社 長野県住宅供給公社 県営住宅課 (Tel.026-1227-1232)
- *募集団地などを8月上旬頃に同公社ホームページに掲載します。
- 問い合わせ先** 長野県住宅供給公社
- ひだまりカフェ&カフェ** という名の交流の場
- 日時** 8月18日(水) 午前9時～午後2時30分
- 会場** 市役所ガレリア
- 内容** ハンドメイド作品の展示・販売、農産物の販売など
- *子どもたちのお楽しみ会開催のための募金箱を設置します。
- 問い合わせ先** NPO法人元気お届け隊 長浦 (Tel.090-15404-17347)

- 大田原のトンボ観察会**
- 日時** 8月21日(土) 午前9時～正午ごろ(雨天中止)
- 集合場所** 大田原マレットゴルフ場駐車場
- 観察場所** 大田原のため池
- 持ち物** 筆記用具、水筒、おやつ、捕虫網、図鑑、観察ガイドブック(持っている人)
- 服装** 未舗装の道を歩ける靴、服装、帽子
- 参加費** 300円
- 主催・問い合わせ先** NPO法人千曲市環境市民会議事務局 (Tel.080-1699414820、月～金曜日午前9時～午後5時)
- 第3回考古学講座**
- 日時** 8月28日(土) 午後1時30分～3時
- 会場** 長野県立歴史館
- テーマ** 地震と洪水の痕跡
- 講師** 鶴田典昭さん(県立歴史館考古資料課専門主事)
- 料金** 講座券が必要

- 定員** 80人(長野県立歴史館ホームページなどによる事前申込制)
- 問い合わせ先** 長野県立歴史館考古資料課 (Tel.026-1274-13992)
- ガーデンサポーターズ倶楽部**
- 日時** 8月23日(月) 午前9時
- 会場** 白鳥園
- 内容** 花のお手入れをしながら、仲間づくりや情報共有を楽しみます。
- 持ち物** 手袋、スコップ、花切はさみ、草刈り鎌
- 服装** 作業できる服装
- 申込・問い合わせ先** 湯の里ちくま白鳥園 (Tel.026-1275-1040)
- 日本遺産認定1周年企画展**
- 期間** 8月10日(火)～9月5日(日)
- 会場** 市民ギャラリー
- 内容** 日本遺産に関連する考古資料や古文書などを展示します。
- 問い合わせ先** 歴史文化財センター (Tel.026-126113210)

上山田文化会館からのお知らせ

宝くじ文化公演 名曲歌酔いコンサート



とき 9月19日(日) 開演 16:00

ところ 上山田文化会館

入場券 完売しました 00円

- *宝くじの助成により特別料金になっています。
- *前売り入場券が完売した場合は、当日入場券の販売はありません。
- *未就学児の同伴、入場はご遠慮ください。

主催 千曲市・一般財団法人自治総合センター

問い合わせ先 上山田文化会館 Tel.026-275-0500



社の音シンガーズ

指揮者 家田厚志

スペシャルゲスト 由紀さおり

N響団友オーケストラ

月/日	内科・外科系(午前9時～午後5時)	歯科系(午前9時～正午)	薬局
8/1 (日)	坂口整形外科(屋代) 026-273-8680 とぐらクリニック(戸倉) 026-275-0405	林歯科医院(上山田温泉) 026-275-1064	小岩薬局(桜堂) 026-272-0210 上戸倉ノリ薬局(戸倉) 026-275-7787
8/8 (日)	かつの耳鼻咽喉科(栗佐) 026-274-3387 みやばやし小児科アレルギー科 (上徳間) 026-261-5221	宮島歯科医院(栗佐) 026-273-3064	クスリのアオキ栗佐薬局(栗佐) 026-273-8210 上徳間薬局(内川) 026-276-7790
8/9 (月・振休)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	大塚歯科クリニック (上山田温泉) 026-276-5508	やしろ薬局(屋代) 026-272-8461 正林堂薬局(戸倉) 026-275-0180
8/14 (土)	お盆期間中の診療は、各医療機関によって異なります。 診療日程は各医療機関にお問い合わせください。	宮坂歯科医院(小島) 026-272-0133	お盆期間中の営業は、各薬局によって異なります。 営業日程は各薬局にお問い合わせください。
8/15 (日)	中沢医院(小島) 026-272-0131 こうだ内科(坂城町) 0268-75-7887	あんず歯科クリニック (須坂) 026-214-6654	いせや薬局(稲荷山) 026-273-4489 南条薬局(坂城町) 0268-82-7289
8/16 (月)	お盆期間中の診療は、各医療機関によって異なります。 診療日程は各医療機関にお問い合わせください。	千曲中央病院歯科 (杭瀬下) 026-273-2130	お盆期間中の営業は、各薬局によって異なります。 営業日程は各薬局にお問い合わせください。
8/22 (日)	中沢内科医院(稲荷山) 026-272-1013 さかき生協診療所(坂城町) 0268-82-0101	滝沢歯科医院(栗佐) 026-272-1132	いせや薬局(稲荷山) 026-273-4489 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
8/29 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	大塚歯科クリニック (上山田温泉) 026-276-5508	ウエルシア薬局千曲稲荷山店(稲荷山) 026-273-8208
9/5 (日)	島田クリニック(小島) 026-273-8788 東信よしだ内科(坂城町) 0268-81-1330	若林歯科(杭瀬下) 026-213-7574	お日さま薬局(小島) 026-272-0229 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020

* 新型コロナウイルス感染予防のため、いきなり受診することはおやめください。
 * 当番医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に開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(Tel026-276-0119) ○更埴消防署(Tel026-274-0119)
 * 熱が続くなどの症状がある場合は、かかりつけ医か長野保健所Tel026-225-9305に電話してください。
 * 千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。

<広告欄>

8月の休日開庁日
 ■日時 8月8日(日) 午前8時30分～午後5時15分
開設窓口 市役所1階市民課
 *市民課の一部業務を実施します。住所の異動、税務関係の証明は、取り扱いできません。
問い合わせ先 市民課(内線1216)
ようこそ市長室
 市政に対する意見・提案について小川市長と懇談します。一組25分以内です。
日時 8月20日(金)、24日(火) 午前9時～11時
会場 市長室ほか
申込方法 8月13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 秘書広報課(内線4201)
市政への意見・提案
 市役所、市の公共施設、市の鉄道各駅などに設置してある用紙や市ホームページの「ながの電子申請」から「電子申請サービス」から提案できます。
問い合わせ先 秘書広報課(内線4201)

 ▲ながの電子申請サービスはこちら

各種相談(相談無料)

相談内容	期日	時間	会場	問い合わせ先
健康相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	市役所2階保健センター	健康推進課(内線2131)
法律相談	8月24日(火)	午後1時～3時	市役所3階	総務課(内線4153・要予約)
	9月14日(火)			
行政相談	8月10日(火)	午後1時～3時	市役所1階	総務課(内線4153)
年金相談	祝日を除く毎週火・水・金曜日 *8月13日(金)は除く	午前9時～正午 午後1時～5時	市役所1階年金相談コーナー *受付は終了時刻の30分前までです	市民課(内線1213)
	8月19日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時		
	8月12日(木)	午前9時30分～正午 午後1時～3時		
8月26日(木)			市役所1階年金相談コーナー	長野南年金事務所 Tel026-227-1286(要予約)
市民に寄り添う人権相談	8月24日(火)	午後1時～4時	戸倉創造館	人権・男女共同参画課(内線2252)

* 平日とは、土・日曜日、祝日、振替休日、年末年始(12月29日～1月3日)を除いた日のことです。
 * 介護、借金問題・消費生活、外国籍市民のための生活、職業、若者・子育て世代の就労、女性、教育、家庭児童、児童虐待障がい者(児)相談は、「暮らしのカレンダー」をご覧ください。

<広告欄>

フォトニュース

6月23日(水) 食べて応援、姉妹都市宇和島市と“タイ”アップ

市第1学校給食センターが管轄する市内小中学校で、姉妹都市の愛媛県宇和島市産のマダイを使った学校給食が提供されました。この学校給食は、新型コロナウイルス感染症の影響で消費が低迷している国産食材の販路拡大を目的とした国の支援事業を活用し、同市から無償でマダイの提供を受けたことで実現した取り組みです。

この日、提供されたメニューは「宇和島産マダイのみかんソースがらめ」で、同市の学校給食で実際に提供されているメニューです。



7月1日(木) 上田市・千曲市広域シェアサイクル オープニングイベントを開催

市が上田市と連携して行なう広域シェアサイクルの社会実験を開始するにあたり、市総合観光会館でオープニングイベント「千曲市モビリティ FES」が開催されました。

レンタサイクルやガイド付きツアーなどを行なう「ずくだしエコツアーズ」(上山田温泉)代表のタイラー・リンチさんは「昨年秋に金沢市へ視察に行き、大変刺激を受けて千曲市にも導入しようと強い意志を持ちました。自転車が気持ちよく走れるまちだと思うので、この夏はシェアサイクルで盛り上がるよう、皆さんよろしく願います」とあいさつしました。



7月12日(水) 小出岳悠くんがレオニード・コーガン国際コンクール2位入賞を報告

東小学校4年生の小出岳悠くんが市役所を訪れ、第5回レオニード・コーガン国際コンクールの結果を小川修一市長へ報告しました。

同コンクールは、若手ヴァイオリニストのための国際コンクールであり、岳悠くんは6歳から9歳を対象としたカテゴリーに出場し、2位入賞と好成績をおさめました。

岳悠くんは「自分が演奏しながら描いているイメージを、聞いている人にも感じてもらえるようなヴァイオリニストになりたいです」と今後の抱負を話しました。



リベルタス千曲 FC NEWS

北信越リーグ2部 第11節

■日時 8月29日(日) 午前11時

■会場 千曲市サッカー場

■対戦相手 CUPS 聖龍

公式ホームページはこちらから→→→

■問い合わせ先 一般社団法人リベルタス千曲 FC (Tel.026-285-9171)

■そのほか市の情報はこちらからご覧ください

千曲市役所 YouTube チャンネル

千曲市メール配信サービス

市立図書館 お知らせ

更埴図書館 新刊図書

- 小説 『星落ちて、なお』澤田瞳子 『月下のサクラ』柚月裕子
- ノンフィクション 『人間であることをやめる』半藤一利
- 児童向け 『ねこすけくんがねているあいだに…』さいとうしのお 『すてきなひとりぼっち』なかがわちひろ

戸倉図書館 新刊図書

- 小説 『海辺の金魚』小川紗良
- ノンフィクション 『ナショナルラジオグラフィック別冊 脱プラスチック』レイチェル・サルト
- 児童向け 『きみはぼうさいたいし』かなざわまゆこ

更埴西図書館 新刊図書

- 小説 『神さまのいうとおり』谷瑞恵
- ノンフィクション 『学習の作法』天流仁志 『ねぼけノート 認知症はじめました』あさとひわ
- 児童向け 『びりびり』中新井純子

おはなし会 *新型コロナウイルス感染防止のため、中止になる場合があります。

- 更埴図書館 毎週土曜日午前10時30分~11時
- 戸倉図書館 毎週木曜日午前10時30分~11時
- 8月28日(土) 午前10時30分~11時 (ロビーおはなし会)
- 更埴西図書館 毎週水曜日午前10時30分~11時

市立図書館おすすめの一冊

『ぼくとがっこう』文/谷川俊太郎 絵/はたこうしろう 出版社/アリス館

うちにいるとぼくは子ども。ぼくはぼくでいられる。学校に行くとぼくは生徒。ぼくは大勢の中のひとりになる。なじめない中で、少しずつ自分の見たいもの、感じたいものを見つけ……。少年のかけがえのない日々を描く。

人気の本ベスト5 【絵本】

- 1位 「だるまさんと」 かがくいひろし
- 2位 「アンパンマンはじめてのことばえほん」 やなせたかし
- 3位 「おたすけびととおべんとう」 なかがわちひろ
- 4位 「はらぺこあおむし」 エリック・カール
- 5位 「ぐりとぐら」中川李枝子

★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

■休館日 2日、10日、16日、23日、30日 ■月末図書整理休館日 26日(戸倉)、27日(更埴・更埴西)

★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

■休館日 1日、7日、8日、9日、14日、15日、21日、22日、28日、29日

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口(7月1日現在)

世帯数 22,430(-14)

人口 58,617人(-58)

男 28,385人(-39)

女 30,232人(-19)

6月中の動き	
転入	81人
転出	105人
出生	27人
死亡	61人

●外国人雇用事業主の皆さまへ
不法就労は、法律で禁止されています。不法就労した外国人だけでなく、不法就労させた事業主も処罰の対象となります。在留カードを見れば外国人が就労できるか容易に確認することができます。必ず在留カードを確認してください。

●不法就労となる場合
① 不法滞在者が働く場合
② 出入国在留管理庁から働く許可を受けていないのに働く場合

●注意
近年は、精巧な偽造在留カードなどを行使するなどの不法滞在外国人が増加しています。

●問い合わせ先
外国人雇用や在留資格、不法滞在外国人などに関する相談・情報提供は、出入国在留管理庁又は警察署まで。

千曲警察署 お知らせ

不法就労防止

Tel.026-272-0110

市内事件・事故累計 (6月末現在の暫定値)

種類	件数 (前年同期比)
盗難事件	万引き 26件 (+8)
	自転車盗 6件 (-3)
	車上狙い 2件 (±0)
	その他 21件 (-6)
交通事故	件数 68件 (-6)
	死者 0人 (±0)
	傷者 82人 (-19)

わたしの子育て

第124話



西野入 ひかりさん(屋代)

私たち夫婦は、働く車とお外が大好きで、夏を前にすでに真っ黒な長男と、目があえばニコニコ癒し系の次男の子育てに日々奮闘中です。長男の影響で、興味のなかった働く車を見る度に一緒にワクワクしてしまふ自分に驚いています。

長男が誕生し間もない頃は、あまりにも可愛くて息子に怒ることなんてあるのだろうかと思はれたことを考えていましたが、今は自分でもびっくりするくらい怒ってしまつては、もう少し冷静に伝えられれば良かったなと反省を繰り返しています。

そんな中、すぐくお世話になっているのが子育て支援センターです。職員の方は全力で子どもたちと遊んでくださり、真剣に悩みも聞いてくださいます。そして、客観的な周りの目があることによって、小さな成長に気付けることもあり、私にとつてとても大切な場所になっていきます。次男が誕生し、さらに子育ては周りの支えが必要なのだと思ふ実感し、一緒に子どもの成長を見守ってくださる存在が居ることの安心感はとても大きいと感じています。

毎日の生活に追われるとつい、今しか過ごせないこの時間の大切さを忘れがちになります。でも「だっこだっこ！」と言ってくれる期間は短く、今の貴重で最高に可愛いこの時期を楽しんで育児ができるよう、周りの助けを借りながら、頑張っていきたいです。

信越放送70周年記念映画

ヘルセ。ホネーの泪

Vol.3

出演者が感じた千曲市の魅力



撮影で印象に残っているシーンは？

おやき七福本店さんで、おやきを食べるシーンがあったのですが、ものすごく美味しく感動しました！ジューシーで味も濃くて、特になすが気に入って、お土産にも持って帰りました。

撮影中の思い出は？

玉の湯さん、荻原館さんでの撮影が終わった後、旅館の方のご好意で温泉に入っていたかったです。泉質がとても良くて、お肌がすべすべになりました。ご飯も美味しいし、またプライベートで遊びに行きたいです。

千曲市の印象は？

撮影がない時間は温泉街を散歩したり、湯の華銭

湯・瑞祥さんでゆっくりさせていただいたり、ジンギスカン万蔵さんで夜ご飯を食べたりもしました。人も優しく、温泉も素晴らしいので仕事で行ったのに癒されて帰ってきました(笑)

どんな役でしたか？

剛力彩芽ちゃん演じる実の敵か味方が分からない怪しい役どころです。渡部秀さん演じる風太に言いよるシーンや実と対峙するシーンは注目してください。

千曲市の皆さんへ一言

千曲市の風情あるきれいな風景や空気がたくさん詰まっている映画です。ストーリーも不思議な世界へ連れていってくれる楽しいものになっています。皆さん劇場でぜひご覧ください。



橋本 マナミ

プロフィール
生年月日：1984年8月8日
出身地：山形県
第7回全日本国民的美少女コンテストで演技部門賞を受賞。
以降、ドラマ、CMなど幅広く活躍。2020年7月、第1子を出産



第13回 はじめよう！SDGs

⑫ つくる責任つかう責任

今回は、17の目標の12番目、「つくる責任つかう責任」です。

具体的には、「持続可能な消費と生産を確保する」ということです。

「エコロジカルフットプリント」という言葉を聞いたことがありませんか？これは人間がどれほど自然環境に依存しているかを表す指標のことです。2019年時点では世界中の人の生活を支えるためには地球1.75個分の自然資源が必要であると示されています。つまり私たちは将来のための資源まで使いながら生活していることになります。

私たちの生活はこの数十年でも便利になりました。手ごろな価格でたくさん物を買うことができます。これは生産性の向上により「大量生産・大量消費」が可能となったためです。しかし、このことが地球に大きな負担をかけ、さらには「大量廃棄」という問題を発生させました。廃棄された大量のごみは、焼却

処分による二酸化炭素の排出や不法投棄による水環境への影響などさまざまな問題を引き起こします。

また、「食品ロス」も大きな問題です。本当は食べられるのに捨てられてしまう食品のことで、日本では年間約643万トンの食品ロスがあります。世界が途上国に援助している食べ物390万トンであるため、いかに多くの食料を廃棄しているかがわかります。

市では分別収集やごみ処理の有料化、ごみケットの配布などによりごみの減量化を進めるほか、地域の皆さんと協力して不法投棄されたごみの回収を行なっています。また「20・10運動」により食品ロスを減らす取り組みも進めています。

冒頭の「エコロジカルフットプリント」には「地球の自然生態系を踏みつけた足跡」という意味もあります。限りある資源を大切にしましょう。

■問い合わせ先 総合政策課 (内線4131)

第8回

安全を守る 地域のヒーロー

千曲市消防団

第7分団(八幡)

私たち第7分団は武水別神社のお膝元である八幡地区を管轄し、活動を行なっています。主な活動は、地域の防災設備の点検・管理、操法大会への出場、仲秋祭・大頭祭・年末年始初詣・どんど焼きなどの行事での警戒などです。また、有事の際の消火・救命活動、行方不明者の捜索なども私たちの役目であり、このような活動を通して地域の安全を守っています。

しかし、いまだに終息の兆しの見えぬ、新型コロナウイルス感染症の感染拡大という未曾有の災害に伴い、各種行事も開催中止となり、普段の消防活動も制限され、限定的な活動を余儀なくされているのが現状です。

毎年行なわれている操法大会も、昨年に引き続き中止となりました。そんな中、「有事に備えて操法の練習だけでもしよう。新入団員にいざという時の動き方だけでも覚えてもらおう」との声が分団員の



▲放水している様子
▶可搬ポンプの操作説明を受けている様子



■問い合わせ先 危機管理防災課 (内線4164)



SHINSHU BRAVE WARRIORS HOMETOWN INFORMATION

NEW PLAYERS PROFILE

#11 熊谷 航

くまがい こう

- ▷生年月日：1996/5/7
- ▷身長/体重：173cm/70kg
- ▷ポジション：G
- ▷出身地：大分県



- ▷経歴：シーホース三河 (2018-21) 特別指定含む→ 信州ブレイブウォリアーズ (2021～)
- ▷受賞歴：B.LEAGUE 2019-20シーズン 新人賞ベスト5
- ▷代表歴：2014年度 U18日本代表候補、2018年度 U22日本代表

COMMENT

チームの一員として迎え入れて頂いて感謝しています。チームの勝利に貢献できるように、また勢いを与えられるように頑張りたいと思います。ファンの皆さんに会うのが楽しみです!! 応援のほどよろしくお願いします!

#15 前田 怜緒

まえだ れお

- ▷生年月日：1997/9/15
- ▷身長/体重：191cm/83kg
- ▷ポジション：G / F
- ▷出身地：宮城県



- ▷経歴：滋賀レイクスターズ (2019-21) 特別指定含む→ 信州ブレイブウォリアーズ (2021～)
- ▷代表歴：2018年度 U22日本代表候補、2019年度 U22日本代表

COMMENT

チームの一員になれることを心より嬉しく思います。コロナ禍で大変な時期ではありますが、少しでもチームに貢献し応援して下さるファンの皆さんの前でエネルギッシュなプレーを見せられるよう頑張りたいと思います。

#77 岡田 侑大

おかだ ゆうた

- 生年月日：1998/6/10
- 身長/体重：189cm/80kg
- ポジション：PG/SG
- 出身地：京都府



- ▷経歴：シーホース三河 (2018-20) 特別指定含む→ 富山グラウジーズ (2020-21) → 信州ブレイブウォリアーズ (2021～)
- ▷受賞歴：Bリーグ 2018-19シーズン 新人賞
- ▷代表歴：2016年度 U18日本代表、2018年度 U22日本代表

COMMENT

「日本一」を目指すチームでプレー出来ることを心より感謝しています。自分自身のテーマに「挑戦」を掲げ、チームと共に成長し、貢献できるよう日々の練習を大切にしていきたいです。皆様の活力になれるよう全力で頑張ります。

2021-22 SEASON

HOME GAME SCHEDULE

会場 **ことぶきアリーナ千曲**

10. 27 VS レバンガ北海道

12. 29 VS 京都ハンナリーズ

3. 16 VS 三遠ネオフェニックス

4. 27 VS 名古屋ダイヤモンドドルフィンズ

最新情報はこちら



You
Tube



HP

