

市報 千曲

2022 (令和4年)

CHIKUMA

12

No. 231

コップ一杯の水・水道水っていくら？



特集

未来の水道のためにできること

水道事業が抱える3つの課題



将来の水道事業のイメージ

個別経営 個別経営の場合(現行)

- 施設の統廃合や施設の縮小(小型化)を図りながら、限られた人員で運営していきます。

広域化 広域化(事業統合)した場合

- 施設を共有することで、施設の統廃合が可能となり、最適な施設規模となります。
- 一定規模の職員を確保することで、専門職員の確保・育成や危機管理体制の強化が図れます。

市内の水道のイマ

市内には、県営水道(市内約9割)と市営水道(市内約1割)があり、それぞれ個別に経営を行ない各家庭へ給水を行っています。水道施設には、浄水場、配水池、ポンプ場、水道管などさまざまな施設があり、これらのすべての維持管理・更新費用は水道料金により支えられています。

*県営水道および市営水道の従量料金にあたる金額

コップ一杯の水道水はいくら?



未来のために水道事業の広域化を検討しています

水道事業は、将来の人口減少に伴って料金収入が減少する一方、古くなった施設や水道管の更新費用の増加が見込まれており、事業経営は年々厳しくなっています。また、近年多発する大規模災害への対応などが必要であり、今後はさらに経営が深刻になっていくことが見込まれています。

このため、できる限り将来世代の負担を抑えながら、施設や水道管の更新を確実にこなしていくことが求められています。

このような課題は、千曲市に限らず、全国の水道事業で共通の大きな課題となっています。課題解決には、広域化や広域連携が有効策の一つとされています。そのため、千曲川流域にある県営水道(長野県企業局)、長野市・上田市・千曲市の各市営水道と坂城町が「上田長野地域水道事業広域化研究会」を設置して研究を進めています。ごみの共同処理や広域消防と同じように、水道事業を広域で効率的に運営することによる課題解決を目指しています。

水の恵みを 未来へつなぐ

長野県企業局

水道にまつわる様々な情報を発信中

長野県企業局 ホームページ Instagram Twitter

長野県企業局は、千曲市の約9割の皆さまをはじめ、千曲川沿岸の上田市の一部、長野市の一部および坂城町の約7万9,000戸(約18万5,000人)の皆さまに水道を供給しています。水道事業では、この他、松本市、塩尻市および山形村の自治体向けに水道用水の供給も行なっています。さらに、電気事業として、23か所の水力発電所の運営を行なっています。

長野県企業局 PR キャラクター **水望 メグ**



災害時に相談業務を実施

長野県弁護士会と災害時における相談業務に関する協定を締結

10月17日(月)、「災害時における相談業務に関する協定」の調印式が市役所で行なわれ、長野県弁護士会の中村威彦^{なかつら けんご}会長と小川修一^{おがわ しゅういち}市長が出席し、協定書に調印しました。

この協定は、災害時に被災者支援のための相談業務を円滑に実施するためのもので、市の要請により同会がローン債務や事業関係、保険関係、借地借家関係などの法律相談を無料で実施するものです。

同会は、これまでに千曲市を除く県内13市町村と災害協定を締結。令和元年東日本台風災害の際には、災害協定に基づき佐久市で法律相談会を実施しました。

調印式で、中村会長は「地道な連携活動や日常での情報交換などを通じて、自治体と円滑な連携をとることが災害への備えの第一歩になると考えています」。小川市長は「被災された方々の想いに寄り添うには、法律的な問題は避けて通れませんが、市民の生活再建のためにお手伝いいただけます」という事で大変うれしく思います」とそれぞれあいさつしました。



プラチナシティに認定

シェアサイクルの取り組みがプラチナ大賞の優秀賞を受賞

詳細はこちら▶



市が県、上田市と進めている「広域シェアサイクル」の取り組みについて、10月24日(月)に東京都千代田区で開催された第10回プラチナ大賞最終審査発表会・表彰式において「優秀賞(広域資源活用賞)」を受賞しました。本審査会では、長野県・関昇一郎副知事とともに、上田市・吉澤猛副市長、大内保彦副市長が共同でプレゼンテーションを行ないました。この受賞により、千曲市は「プラチナシティ」に認定されました。

■プラチナ大賞概要

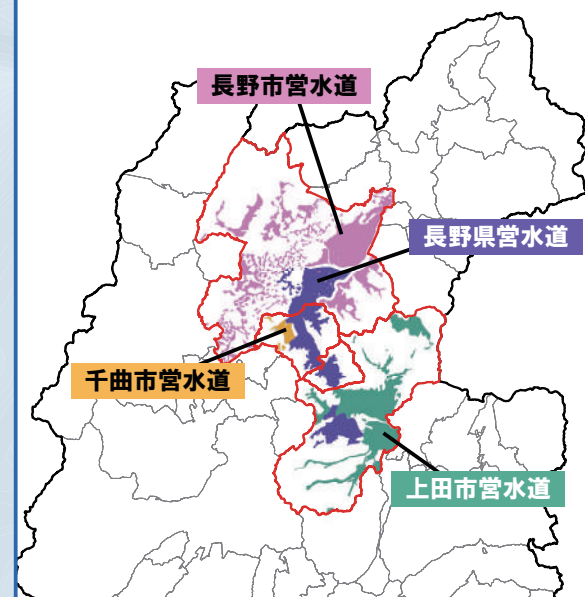
イノベーションによる新産業の創出やアイデアあふれる方策により、地域や社会の課題を解決している自治体や企業などの取り組みを賞という形で称えるもので、平成25年から一般社団法人プラチナ構想ネットワークが実施しています。

■プラチナシティ認定制度

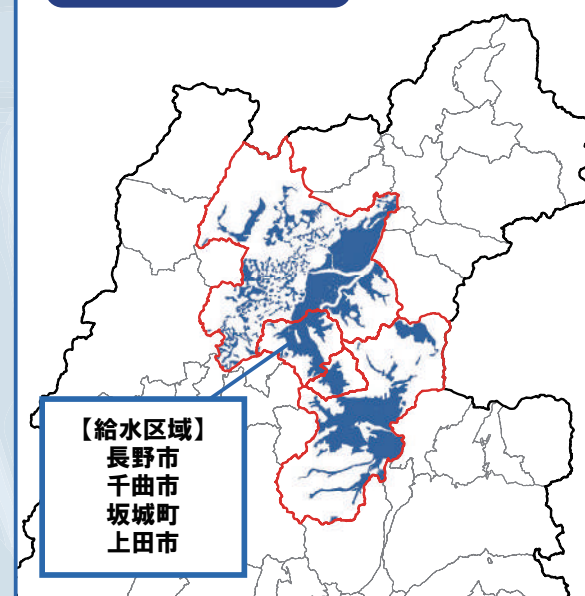
「プラチナ大賞」において、大賞または優秀賞を受賞した自治体は「プラチナシティ」に認定されます。

給水区域のイメージ

個別経営(現行)



広域化(事業統合)



水道事業は生活に欠かせないライフライン

安全安心な水道を、将来の子どもたちに繋げていく。研究会では、行政や世代の枠を超えて地域全体で支え合うことが、持続可能な水道事業に繋がると考え、広域化を検討しています。今回は検討途中の内容になりますが、今後も市民の皆さまの考えをお聞きしながら進めていきたいと考えています。

説明会などで配布した資料は、市ホームページでも公開しています。

■問い合わせ先 上下水道課 (内線 3231)



広域化による

3つのメリット

①料金上昇の抑制

現在の「個別経営」を続けた場合と広域化による「事業統合」をした場合、本格的な人口減少により、どちらの場合も水道料金は値上がりします。ただし、「広域化(事業統合)」した場合は、効率的な施設の運用による経費削減や国庫補助金の活用などにより、値上がりの幅を低く抑えられることに加えて値上げの時期を遅らせることができます。その効果は、広域化全体で、今後50年間で約669億円と試算しています。このうち、千曲市における値上げの抑制効果(市営+県営)は、71億円と試算され、これは「今後50年間で毎年1億円以上の経費削減効果が生まれる」と言えます。

②専門人材の確保・非常時への備え

近年多発する大規模災害や渇水時など、緊急時支援体制を構築する必要性が高まっています。広域化した場合、専門的な人材の確保に加え、送水管路を二重化することで災害時でも送水を継続することができ、断水への備えが地域全体で強化されます。

③広域化した場合の水道水

上田市から長野市までを一体的に考え、高低差を活かして施設の最適な配置を考えた場合、市営水道の一部施設の廃止が可能となり、市内の大部分へ現在の県営水道から配水が可能となります。これにより、施設の維持管理費や工事費を削減することができ、平常時や消火活動時においても安定的で効率的な給水が実現します。

アンケート実施中

この記事やホームページ掲載の資料をご覧ください、アンケートへもご協力をお願いします。皆さまの意見をお聞かせください。



除雪作業にご協力を

■問い合わせ先 建設課（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ないます。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ないます。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。

■問い合わせ先
○県営水道
【更埴地域】ヴェオリア・ジェ
ネッツ株式会社川中島事務
所（Tel 0120-1971-
105）
【戸倉上山田地域】ヴェオリ
ア・ジェネッツ株式会社上
田事務所（Tel 0120-19
71-124）
○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（Tel 026-12
72-17556、内線37
10）

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
らなかつたり凍結によりボッ
クスの蓋が開かなくなつてし
まい検針が行なえない場合が
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してくださ
い。

叙勲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。

秋の叙勲 旭日双光章

宮入 高雄さん（上徳間）



平成16年から令和2年まで16年にわたり千曲市議会議員を務め、千曲市議会副議長を歴任するなど地方自治の振興に尽力されました。

危険業務従事者叙勲 瑞宝双光章

石井 光吉さん（屋代）



昭和43年に県警察官に採用され、交通警察に従事。42年間にわたり、地域住民の安全・安心、治安維持に尽力されました。

高齢者叙勲 瑞宝小綬章

塩澤 久夫さん（内川）



昭和35年に教員に採用され、丸子実業高校長などを歴任。35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

南波 芳明さん（上山田）



昭和25年に郵政省に採用され、小千谷郵便局長などを歴任。44年間にわたり、郵政事業の発展と地域の活性化に尽力されました。

千曲市の「いま」を知りたい！伝えたい！
シティセールスサイトが始まります！
市では「市民×行政」で創るシティセールスサイト「まちナビちくま」を令和5年2月1日に公開します。このサイトは、市の魅力を市民の皆さんをはじめ、市周辺にお住まいの皆さんや観光で訪れる地域外の皆さんへ向けて発信し、情報を活用できるシティセールスサイトです。市が発信する情報に加え、市だけではフォローしきれないさまざまな【地元ならではの気づき】を、市民の皆さんの「投稿」という形で加えることで、よりきめの細かい情報発信を行なうことを目指しています。



事前投稿募集中！
令和5年2月1日のサイト公開に先行して、市内のイベント情報・おすすめ情報・求人情報の事前投稿を、12月中旬頃から開始します。ぜひ、ご利用ください。

令和5年2月1日OPEN!



サイトの詳しい説明はこちら♪



認め合い、ともに生きる社会へ。

毎年12月3日から9日は「障害者週間」

「障がい」を知ること。それは、誰もが安心して暮らせる地域を作る第一歩です。
実際に障がいと向き合う方々の声に耳を傾け、私たちにできることは何なのか一緒に考えてみましょう。

当事者のこえ



北島 直也さん
(森)

私は、中学校3年生の時に、「精神分裂病」と診断され、高校では、通院や服薬が滞っていたこともあり不安定な生活を送っていました。高校卒業後は作業所に通いましたが、最初の頃は、薬に対する不信感もあり服薬をしつかりせず、生活も安定していませんでした。しかし、自分でも「このままではいけない」と思い、通院や服薬をしつかりするようして徐々に安定し、令和2年3月から、上山田の「つるの湯」に就職しています。

「精神分裂病」は、今は「統合失調

症」といい、学生の頃は幻聴や無気力などの症状に悩まされてきました。高校卒業後は、幻聴はないものの、夜にいろいろ考えてしまい眠れず昼夜逆転の状態が続くようになりました。
今は、自分の障がいも段々と理解でき、周りに相談できる人もいて、職場での人間関係も築けるようになり、安心して生活を送れるようになりました。

私は、この病気は無理に治らなくても、良い状態を続けることが大事だと思っています。

■みなさんへのメッセージ■
実際に接してみると、「ふり幅の大きい個性」はあるかもしれないが、「味わいのある人間」が多いので、特別ではなく、普通に接してもらいたいです。



当事者のこえ



柳澤 富子さん
(稲荷山)

私は、障がいにより両松葉杖や車いすを状況によって使い分けて生活をしています。

30歳の頃、元々あった病気が原因で上肢と下肢に障がいが発生しました。

「障がい者」となってから、今まで出来たことが出来なくなったり辛い思いもしましたが、3年ほど経った頃には、「自分の障がい」を受け入れ、社会に関わっていくという前向きな気持ちに切り替えることが出来るようになりました。

気持ちを切り替えてからは、共同作業所連絡会に関わったり、趣味として車いすテニスをやったり、ボランティアの協力を得ながら障がい者を連れて旅をする「ひまわり号」を走らせる会」の委員長を2年間続けました。現在は、身体障害者福祉協会の女性部長、ボランティア連絡協議会の会長を務めるなど、積極的に社

会参加をしています。

体が不自由な分、大変な事も多いのですが、そうした活動の中で、障がいがあったとしても誰かの役に立っていることがうれしいです。活動に対して理解と協力をしてくれている同じ障がい者でもある主人にはとても感謝しています。

■みなさんへのメッセージ■
障がいのあるなしに関わらず、ともに良い地域づくりを目指していいと思います。



／みんなで野菜の収穫！／

当事者家族のこえ



佐藤 幸子さん
(鋳物師屋在住)

私は、知的障がいの息子を持つ母親で、千曲市手をつなぐ育成会の会長を務めております。

息子は、生後3か月の頃、染色体異常が見つかりました。先生から成長・発達の遅れについて説明された時には、「リハビリの他には、親が子にとって良いと思うことは全てやって下さい」と助言があり、今後のことに対してとても不安でした。

外出や市の検診などでは、自分の子と他の子との違いに辛い思いもしました。病院へのリハビリや市の心身障害児母子通園訓練施設「あすなろ園」に行っている間に、同じような環境の親との関係もでき、保健師さんや福祉課など市との関係も深くなり、少し気が楽になりました。

地元の保育園卒園後は養護学校に通いましたが、当時は養護学校に入ると地元との関わりが薄くなり、息子の存在を地域にもっと知ってもら

うため、親が教育委員会や学校に相談し、地元の小学生との交流活動を行なうなどの苦労もしました。

養護学校卒業後は、自宅で障害福祉サービスも利用しながら日中は施設へ通い、軽作業や散歩、仲間や地域の方との交流や機能訓練などして過ごしていますが、今でも常に見守りが必要であり、親も年を取っていく中で大変な時もあります。

■みなさんへのメッセージ■

障がい者やそのご家族の方は、一歩外へ出ることに不安も大きいと思いますが、その存在を地域に知ってもらうことはとても重要であり、勇気を出して外へ出ることはとても大切だと思います。地域で障がい者が安心して暮らせる居場所をつくるのが大切で、そこから同じ悩みを持った仲間なども増えていきます。

最後に、障がい者が他者との関わりを持つことは、障がい者本人にとっても、その家族にとっても大きな力となります。行政や地域みんなで、地域で障がい者が安心して暮らせる社会づくりにご協力をお願いします。

千曲・坂城地域自立支援協議会 会長 安藤 正幸さん

現在千曲市においても、障がい者は増加傾向にありますが、障がいに対する理解も年々醸成されています。しかし、まだまだ障がい者やその家族が安心して地域で暮らせる社会の実現には至っていないのも事実です。

障がいがあるからと言って何か人として劣るわけではありません。少し周りの手を借りてそれぞれの「特性」にあった活動の場を得ることが出来れば、もっと輝けるのではないかと思います。

障がい者にとって過ごしやすい社会は、誰にとっても過ごしやすい社会になると思います。この「障害者週間」を機会に、障がいについての理解を深め、人を幸せにすること、そして自分が幸せになることを考えてみてはいかがでしょうか。



「こころの体温計」を試してみませんか？

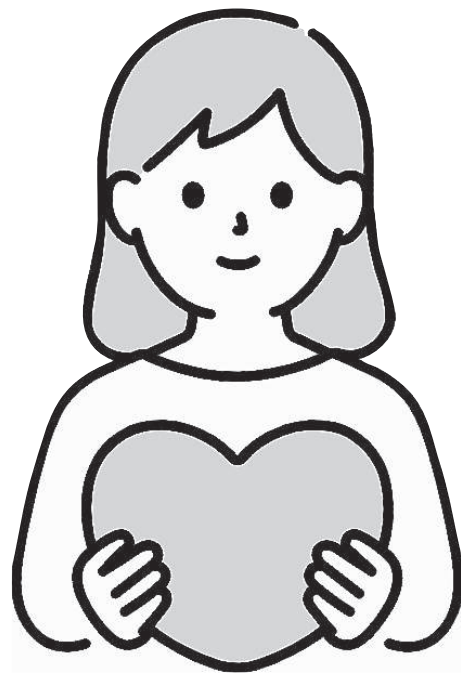
最近、心の疲れや不調を感じていませんか。日々の生活で無理が続くと心のバランスが崩れやすくなります。

「こころの体温計」とは？

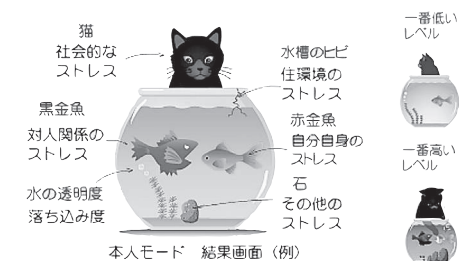
パソコン、スマートフォンなどで簡単な質問に答えると、気軽にいつでも、今の心の状態をチェックできるシステムです。

モード別に5種類のチェックができ、自分自身だけでなく、大切な家族や身近な人のチェックもできます。結果とともに、相談窓口を案内しています。

ぜひ、あなたのこころのケアに活用してください。



本人モード



自分のストレス度や落ち込み度をチェックすることができます。自分自身のストレス度は赤金魚で表示し、ストレス度が上がるほど赤金魚がケガをしていきます。落ち込み度は、水槽の水の透明度で表示し、落ち込み度が上がるほど水が濁ります。社会的なストレスは猫、対人関係のストレスは黒金魚で表示しています。

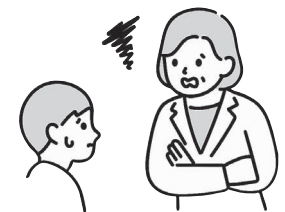
その他のモード

家族モード



大切な人の心の状態を家族や身近にいる人の目でチェックができます。

ストレス対処法テスト



ストレスの対処法をタイプ別に分け、ストレスを乗り越えるためのヒントがわかります。

赤ちゃんママモード



赤ちゃんを育てているお母さんの心の状態をチェックできます。

アルコールチェック



アルコール依存症の可能性をチェックすることができます。「本人モード」と「家族モード」の2種類あります。

■問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

こころの体温計は
こちら



市ホームページは
こちら



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、償却資産に区分されます。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5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月中旬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。

申告期限

令和5年1月31日(火)

土地・家屋の現況を変更した場合は届出が必要です

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(滅失証明書または領収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)の所有者が変更になった
- ③店舗など事業用の建物を住宅に変更した、またはその逆の場合
- ④土地の用途を変更した
- ⑤増改築により床面積、構造などを変更した(サンルームの増築など)

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・新增築報告書」、②は「未登記建物所有権移転報告書」の提出が必要です。③から⑤は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(Tel.026-235-6611)へ相談してください。

届出期限

12月23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1133)

「WARM BIZ」で温暖化対策をしましょう

■「WARM BIZ」って

○過度な暖房に頼らず、冬を快適に過ごすライフスタイル

環境省では、平成17年度から冬期の地球温暖化対策のひとつとして、暖房時の室温を20度(目安)で快適に過ごすライフスタイルを推奨する「WARM BIZ」を呼びかけています。

○暖房利用による二酸化炭素を削減し、地球温暖化防止をしよう

暖房に必要なエネルギー使用量を削減することによって、二酸化炭素の発生を削減し、地球温暖化を防止することが目的です。

電力による冷暖房を行なう場合、室温設定の調節による省エネ効果は、夏よりも冬の方が大きいことが知られています。冬の暖房機器使用時に室温設定を今までよりも下げると、二酸化炭素削減効果だけでなく、電気代の節約にもつながります。エネルギー価格が上昇しているので、ちょっとした工夫で、その影響を少しでも抑えることができます。

■「WARM BIZ」のポイント

今までのライフスタイルを少し見直すだけで、無駄になっってしまう

エネルギーを節約することができます。

①太い血管のある部分を重点的に温めることで、からだ全体が温まり冷え性などの改善にも役立ちます。マフラー、手袋、レッグウォーマーを活用しましょう。

②冬、家全体の暖かい空気の約50％は窓から流出していきます。断熱シート、複層ガラス、二重サッシや厚手のカーテンなど、工夫をしましょう。

③暖かい空気は上に溜まります。扇風機を短時間だけつけて空気を循環させましょう。

④同じ部屋に長くいると実際よりも寒く感じたり、暖かく感じたりします。温度計、湿度計を置いて、室内環境を「見える化」して無駄な暖房使用を控えたり、逆に冷えによる体調不良にも気をつけましょう。

■問い合わせ先 環境課(内線2202)

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金のお知らせ

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯(住民税非課税世帯等)に臨時的な措置として、1世帯あたり5万円を給付します。

令和4年度住民税均等割非課税世帯で給付金の対象になると思われる世帯には、12月上旬に「支給のお知らせ」または「確認書」を発送します。また、家計が急変した世帯については12月5日(月)から申請を受け付けます。

■対象者

①住民税(市県民税)均等割非課税世帯(令和4年度課税分の住民税(市県民税)均等割が非課税の世帯)

*令和4年度課税分の住民税(市県民税)均等割が課税されている人の扶養親族等のみの世帯は該当しません

②家計急変世帯

①に該当しない世帯のうち、予期せず令和4年中の家計が急変し、①と同様の事情にあると認められる世帯

③生活保護世帯

■基準日

○住民税(市県民税)均等割非課税世帯 9月30日現在で、市内に住民登録がある人

○家計急変世帯 申請日時時点で、市内に住民登録がある人

■支給額 1世帯あたり5万円

■申請期間 12月5日(月)～令和5年1月31日(火)

■注意事項 この緊急支援給付金を受給した人でも、その後の修正申告により本人や扶養者が課税されたり、新たに子や親族の被扶養者になったりした場合は、対象者となりません。

*制度の概要について知りたい人は、厚生労働省のホームページか、緊急支援給付金専用ダイヤル(TEL0120015261145)へ問い合わせてください。

■問い合わせ先 福祉課(内線1265)

不妊治療費を助成します

■助成要件

○不妊治療を行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

○市税に滞納がないこと

■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、対象とま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 4月1日(金)から令和5年3月31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5年3月31日(金)

■申請・問い合わせ先 健康推進課(内線2123)

使用済み小型家電の無料回収を実施します

■日時 12月11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

千曲市総合運動公園基本構想(案)への意見を募集します

令和3年度から策定している千曲市総合運動公園基本構想(案)を公表し、市民の皆さんの意見を募集します。

■閲覧場所 都市計画課(市役所3階)、市ホームページ

■閲覧・意見提出期間 12月9日(金)～令和5年1月10日(火)

■意見を提出できる人

○市内に在住、在勤、在学する人

○市内に事務所または事業所を有する個人、法人、その他の団体

○当該基本構想に利害関係がある個人、法人、その他の団体(千曲市出身で市外に在住、在勤、在学す

る人を含む)

■提出方法 閲覧場所に設置および市ホームページに掲載される「意見・提案用紙」に記入のうえ、持参、郵送(当日消印有効)、ながの電子申請、電子メールまたはファックスで提出してください。

■提出・問い合わせ先 都市計画課(〒387-8511千曲市杭瀬下二丁目1番地、内線3252、FAX026-1273-11517、電子メールtosikei@city.chikumai.lg.jp)

小型家電

④大型の家電製品(1人で持ち運ぶできないもの)

④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トローラー部分のみ回収できます。

*詳細は市ホームページ、または廃棄物対策課に問い合わせてください。

■問い合わせ先 廃棄物対策課(内線2231)

年末年始のごみ収集・し尿くみ取りなどの業務案内

期日	市役所開庁日	ごみ収集				し尿くみ取り	長野広域連合	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（火）	○	○火・金地区	○該当地区	○該当地区	×	定期収集のみ	○	○
12/28（水）	○	×	×	×	○該当地区	定期収集のみ	○	○
12/29（木）	×	○月・木地区	×	×	×	×	○	×
12/30（金）	×	○火・金地区	×	×	×	×	○	×
12/31（土）	×	×	×	×	×	×	×	×
1 / 1（日）	×	×	×	×	×	×	×	×
1 / 2（月）	×	×	×	×	×	×	×	×
1 / 3（火）	×	×	×	×	×	×	×	×

* 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時までには収集所へ出してください。
■問い合わせ先 廃棄物対策課（内線 2222）

ホリデーステーション

■旧更埴庁舎西側人権ふれあいセンター駐車場、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10日、24日、令和5年1月14日、28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24日まで、1月は7日から実施します。

* 12月31日は実施しません。

■問い合わせ先 廃棄物対策課（内線 2 2 2 2）

不定期し尿くみ取り

■不定期、臨時収集の最終受付日

12月9日（金）

* 受付は平日のみです。

* 12月12日（月）以降の受付は、年内の収集ができません。

* 令和5年の受付は、1月4日（水）からです。

■申込・問い合わせ先 千曲市清掃組合（Tel 0 2 6 1 2 7 3 1 1 8 9 4）

家庭用庭木剪定枝

令和5年1月・2月は収集依頼・搬入の受付をしていませので注意してください。

■12月の直接搬入日（無料）

12月10日（土）、17日（土）

* 12月24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19日（月）

■申込・問い合わせ先 更埴地域シルバー人材センター（Tel 0 2 6 1 2 7 2 1 5 6 3 0）

職種・募集人員・資格など

職種	クラス担任 保育士	加配保育士		長時間保育士	代替（登録） 保育士	
問い合わせ先	保育課（内線 1243）					
募集人員	5 人	20 人		5 人	10 人	
勤務場所	市内公立保育園					
資格	保育士					
給与・報酬	月額 19 万 2,400 円	時給 1,110 円		時給 1,346 円	時給 1,110 円	
勤務時間 / 日	午前 8 時 30 分 ～ 午後 5 時 15 分	午前 8 時 30 分 ～ 午後 4 時 30 分	午前 9 時 ～ 午後 4 時	午前 7 時～ 8 時 30 分と午後 4 時 30 分～ 7 時 * 上記を含めた ほかの時間の 勤務も可能	午前 9 時 ～ 午後 4 時	午前 8 時 30 分 ～ 午後 4 時 30 分
勤務日数 / 月	常勤職員 に準じる	18 ～ 20 日	11 日	13 日	25 日以内	13 日 以内
備考	通勤手当、 超過勤務手 当、一時 金、退職金 等各種手当 など有	加配保育士・障害児 加配保育士 通勤手当・一時金な どの各種手当有 * 勤務日数・勤務時 間により手当の内 容が変わります。		通勤手当・一時 金などの各種手 当有 * 勤務日数・勤 務時間により 手当の内容が 変わります。	各保育園で必要 が生じた場合に 登録者へ依頼し ます。	

■所属・応募要件など 表のとおり
■応募方法 市ホームページに掲載の「登録申込書」または市販の履歴書に記入のうえ、持参または郵送してください。
* 郵送の場合、保健師のみ当日消印有効。その他は当日必着。
■応募・問い合わせ先
○保育課または健康推進課（〒3 8

7 1 8 5 1 1 千曲市杭瀬下二丁目1番地）
○歴史文化財センター（〒3 8 7 1 0 0 1 2 千曲市大字桜堂 2 6 8 番地1）
○第1学校給食センター（〒3 8 7 1 0 0 2 1 千曲市大字稻荷山 1 2 4 0 番地）

会計年度任用職員（保育士・一般事務補助・保健師・代替給食補佐員）を募集します

所属・応募要件など

所属・電話	歴史文化財センター・Tel 026-261-3210	健康推進課・内線 2101	第 1 学校給食センター・Tel 026-272-2114
勤務先	松田館（千曲市大字八幡 3033 番地 25）	市役所（保健センター）	第 1 学校給食センター
募集人数	1 人	若干名	若干名
応募要件	普通自動車運転免許があり、ワード・エクセルの基本操作ができる人	保健師の資格を有し、普通自動車運転免許があり、パソコン操作のできる人	－
職種・業務内容	一般事務補助、入館受付など	保健師 * 応募書類に保健師免許の写し（A 4 サイズに縮小したもの）を添付	代替給食補佐員・常勤職員が休暇の時に代わって調理業務を行ないます
勤務期間	令和 5 年 2 月～ 3 月 * 月曜日休み。土・日曜日、祝日勤務あり	令和 5 年 2 月～ 3 月	令和 5 年 1 月～ 3 月
報酬	時給 933 円	月額 20 万 8,700 円	時給 919 円
勤務日数 / 月	16 日 * 2 月は 3 日	20 日	10 日以内 * 勤務可能な日
勤務時間	午前 8 時 45 分～午後 5 時 15 分	午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分	午前 8 時 30 分～午後 3 時 30 分の間で 2 ～ 6 時間
申込期限	12 月 16 日（金）		
面接試験	* 詳細は書類選考通過者に個別に連絡します。	12 月下旬 * 詳細は応募者に個別に連絡します。	12 月下旬 * 詳細は応募者に個別に連絡します。

■問い合わせ先 長野南年

令和4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が、令和5年1月に郵送で届きます。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。

▶助成事業を活用して整備された雨衣



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、雨衣116着を購入し、消防団に配備しました。

宝くじ助成事業を活用し、消防団員の装備品を拡充

令和4年12月分

○公共下水道使用料(9期分)

○倉科・森・羽尾排水施設使用料(9期分)

○下水道受益者負担金(12月分)

○市営住宅・駐車場使用料・共益費(12月分)

○市営水道料金(12月分)

○学校給食費

■納付期限 12月26日(月)

■農業共済の「収入保険」に加入をしましょう

「収入保険」は、すべての農産物を対象に、自然災害や価格低下のほか、経営努力では避けられない収入減少を補償しています。

農業者ごとに基準収入の9割を下回った場合、下回った額の9割を上限に補填される制度です。加入申請は12月末までで、加入申請時には、青色申告の実績が最低でも1年分必要です。青色申告を新たに始める場合、3月15日までに「青色申告承認申請書」を税務署に提出してください。

市の補助があるため、保険料負担が軽減されます。

■問い合わせ先 農業共済

金事務所(Tel026-2711284)

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

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



組合更埴出張所(Tel026121413258)

林道の冬期間閉鎖

12月1日から令和5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、除雪作業などは行ないません。

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5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。

■問い合わせ先 農林課(内線3264)

日赤活動資金募集のお礼

日赤奉仕団の皆さんを中心に日赤活動資金募集活動を行なっていただきました。地域の皆さんの協力のもと、約1101万円の活動資金が集まりました。ご協力ありがとうございました。

集まった活動資金は、日本赤十字社長野県支部に送金し、災害時医療救護活動、救護物資の整備・配布などに活用されます。

つ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の連絡先

○県営水道修繕センター(Tel0120-8131283、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)

■問い合わせ先

○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(Tel026-28411700)

○県営水道(戸倉上山田地域) 上田水道管理事務所(Tel026812212110)

★クリスマス★

おはなし会のお知らせ

	クリスマスおはなし会	ミニクリスマスおはなし会
日	12月17日(土)	12月11日(日)
時	午前10時30分～11時30分	午前11時～11時50分
会	戸倉創造館 国際交流室	更埴西中学校 音楽室
内	クリスマスのおはなし(職員による読み聞かせ)など	職員による読み聞かせ、工作など
対	乳児～小学2年生	未就学児など
定	どちらも先着15組	
申	電話か以下の図書館窓口で申し込んでください。	
込	12月14日(水)	12月9日(金)
期		
限		
申	戸倉図書館(Tel026-276-7001)	更埴西図書館(Tel026-273-8060)
問		
合		
わ		
せ		
先		

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

12月納期の市税・使用料など

○固定資産税(3期分)

○国民健康保険税(6期分)

○介護保険料(9期分)

○後期高齢者医療保険料(6期分)

○保育料・保育所給食費

組合更埴出張所(Tel026121413258)

林道の冬期間閉鎖

12月1日から令和5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、除雪作業などは行ないません。

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5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。

■問い合わせ先 農林課(内線3264)

日赤活動資金募集のお礼

日赤奉仕団の皆さんを中心に日赤活動資金募集活動を行なっていただきました。地域の皆さんの協力のもと、約1101万円の活動資金が集まりました。ご協力ありがとうございました。

集まった活動資金は、日本赤十字社長野県支部に送金し、災害時医療救護活動、救護物資の整備・配布などに活用されます。

■問い合わせ先 福祉課(内線1265)

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。

■連絡・問い合わせ先

○更埴消防署(Tel026-27410119)

○戸倉上山田消防署(Tel026-27610119)

○環境課(内線2201)

職人さんたちが施設を直してくれました

11月12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が実施されました。

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があり、今回は保育園5園と児童館・児童センター4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、保護者のみなさんや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。

■問い合わせ先 保育課(内線1252)

- 日時 12月16日(金) 午後1時30分

■会場 戸倉創造館

■題名 「ぼけますから、よろしくお願いします。」

■定員 80人(先着順)

■申込方法 電話で申し込んでください。

■申込期限 12月14日(水)

■申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会 成年後見支援センター(Tel 026127612687)
- 日時・会場

○12月8日(木)、22日(木)

午後1時30分～3時30分

・戸倉人權はつらつセンター

○12月14日(水)午後7時～9時・市役所2階保健センター

■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

■第2回 CHIKUMA STEAM PARK!

屋代高校附属中学校科学班によるSTEAM教育次世代型ワークショップが開催されます。

■日時 12月11日(日)

①午前10時～午後0時30分

②午後2時30分～4時

*①のみ事前申込が必要

■会場 屋代高校附属中学校

■対象者 市内の小学5年生から中学生

■定員 ①15組(定員を超えた場合抽選)・②無し

*1人での参加も可能です。

■参加費 ①400円、②300円

■申込方法 12月5日(月)

募集

パソコン操作習得講座

■コース・日程

①パソコン入門・令和5年1月13日(金)

②ワード入門・令和5年1月16日(月)、20日(金)

③エクセル入門・令和5年1月16日(月)、20日(金)

④エクセル基礎・令和5年1月21日(土)、28日(土)、

▲参加申込はこちら

▲第1回 CHIKUMA STEAM PARK!の様子

までに左の二次元コードから申し込んでください。

■問い合わせ先 屋代高校附属中学校 青木さん(Tel 026127219201)

2月4日(土)

⑤ホームページ作成・令和5年1月12日(木)、19日(木)、26日(木)

■受講料 ①6100円、②③6320円、④⑤1万5000円

■時間 ①④⑤午前9時30分～午後4時30分、②午前9時30分～午後0時30分、③午後1時30分～4時30分

■会場 長野地域職業訓練センター(長野市)

■定員 各10人(先着順)

■申込方法 12月8日(木)午前9時から受講日の1週間前までに、電話で申し込んでください。

■その他 受講希望者が少ない場合、開催されない場合があります。

■申込・問い合わせ先 長野地域職業訓練センター(Tel 026122110505)

見本

ちくま生活応援券

¥1,000

有効期間:令和4年12月12日～令和5年1月31日

有効期限を過ぎた応援券は使用できません。

発行者:千曲市

▲ちくま生活応援券(おもて)

▲取り扱い店舗など詳しくはこちら

令和4年度 第⑥回

古墳館子ども教室の参加者を募集します

親子で一緒にしめ縄作りに挑戦します。自分で作ったしめ縄で新年を迎えてみませんか?

作る! 見る! 学ぶ!

親子で体験!

■日時 12月18日(日) 午前9時30分～正午頃

■会場 森將軍塚古墳館

■対象者 市内小学生の親子(親1人、子1人)

■定員 5組(10人)

*申し込み多数の場合は先着順となります。

*参加は1家族につき1組に限ります。

■申込方法 12月8日(木)午前9時30分から、電話でのみ受付します。古墳館へ電話で申し込んでください。

■持ち物 飲み物、汚れてもよいタオル・服装

■申込・問い合わせ先 森將軍塚古墳館(Tel 026-274-3400)

令和4年度 第⑥回

古墳館子ども教室の参加者を募集します

親子で一緒にしめ縄作りに挑戦します。自分で作ったしめ縄で新年を迎えてみませんか?

作る! 見る! 学ぶ!

親子で体験!

■日時 12月18日(日) 午前9時30分～正午頃

■会場 森將軍塚古墳館

■対象者 市内小学生の親子(親1人、子1人)

■定員 5組(10人)

*申し込み多数の場合は先着順となります。

*参加は1家族につき1組に限ります。

■申込方法 12月8日(木)午前9時30分から、電話でのみ受付します。古墳館へ電話で申し込んでください。

■持ち物 飲み物、汚れてもよいタオル・服装

■申込・問い合わせ先 森將軍塚古墳館(Tel 026-274-3400)

- 日時 12月16日(金) 午後1時30分

■会場 戸倉創造館

■題名 「ぼけますから、よろしくお願いします。」

■定員 80人(先着順)

■申込方法 電話で申し込んでください。

■申込期限 12月14日(水)

■申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会 成年後見支援センター(Tel 026127612687)
- 日時・会場

○12月8日(木)、22日(木)

午後1時30分～3時30分

・戸倉人權はつらつセンター

○12月14日(水)午後7時～9時・市役所2階保健センター

■申込・問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

■第2回 CHIKUMA STEAM PARK!

屋代高校附属中学校科学班によるSTEAM教育次世代型ワークショップが開催されます。

■日時 12月11日(日)

①午前10時～午後0時30分

②午後2時30分～4時

*①のみ事前申込が必要

■会場 屋代高校附属中学校

■対象者 市内の小学5年生から中学生

■定員 ①15組(定員を超えた場合抽選)・②無し

*1人での参加も可能です。

■参加費 ①400円、②300円

■申込方法 12月5日(月)

千曲マンドリンアンサンブルによる発表

○午後2時10分～2時30分

・屋代中学校、屋代高校の生徒による実践発表

○午後2時30分～4時・講演会

■講師 落合恵子さん(作家)

■演題 「いのちの感受性」

■定員 120人(先着順)

■申込方法 電話で申し込んでください。

■申込・問い合わせ先 人權・男女共同参画課(内線2253)

ちくま生活応援券の発送について

新型コロナウイルス感染症拡大や原油・物価高騰による市民生活支援などのため、市内の取扱店で使用できる「ちくま生活応援券」を順次発送しています。

手元に届いたら、有効期限内に利用してください。

■有効期間 12月12日(月)～令和5年1月31日(火)

見本

ちくま生活応援券

¥1,000

有効期間:令和4年12月12日～令和5年1月31日

有効期限を過ぎた応援券は使用できません。

発行者:千曲市

▲ちくま生活応援券(おもて)

▲取り扱い店舗など詳しくはこちら

取扱店舗 市内363店舗(11月8日現在)

■問い合わせ先 ちくま生活応援券運営事務局(千曲市役所1階マルチルーム、内線1704)

*問い合わせ受付時間は12月1日(木)～令和5年1月31日(火) 平日9時～午後5時、ただし祝日・年末年始は除く。

見本

ちくま生活応援券

¥1,000

有効期間:令和4年12月12日～令和5年1月31日

有効期限を過ぎた応援券は使用できません。

発行者:千曲市

▲ちくま生活応援券(おもて)

▲取り扱い店舗など詳しくはこちら

市内入浴施設などの年末年始の営業時間						
	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	リ ス パ Re SPA シンコースポーツ	
期 日	営業時間					
12月28日（水）	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9時 ～午後7時	
12月29日（木）				午前10時 ～午後5時		
12月30日（金）						
12月31日（土）	午前9時30分 ～午後6時	休館日	休館日	休館日	休館日	
1月1日（日・祝）	午前9時30分 ～午後9時					
1月2日（月）						午前10時 ～午後9時
1月3日（火）		午前9時 ～午後8時	午前10時 ～午後7時	午前9時 ～午後7時		
1月4日（水）						
1月5日（木）						
問い合わせ先	Tel026-275-0400	Tel026-261-0770	Tel026-272-6500	Tel026-272-5818	Tel026-214-5690	

* 通常の開館時間と異なる場合があります。

*通常の開館時間と異なる場合があります。

子育て支援センターからのお知らせ

01 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、完全予約制にしています。来館利用が中止になった場合も、電話による育児相談およびファミリーサポート事業は実施しています。

【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。予約は利用日の当日に連絡してください。
2. 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。予約状況は「千曲市子育て応援アプリ」で確認できます。

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

02 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・親子写真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。

更埴子育て支援センターは月1回、
上山田子育て支援センターは個別予約制で開催！

■日程・会場

- ①12月22日（木）・更埴子育て支援センター
- ②随時・上山田子育て支援センター

■写真代 40円

03 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7日（水） 午前9時30分～11時30分	12月15日（木） 午前10時～正午	1組30分以内 1日4組まで
栄養相談	12月14日（水） 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分	12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

親子で消火訓練を実施しました！



〈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

公共職業訓練2月開講
コース

■コース

①生産システムエンジニア科
②CADもののづくりサポーター科（女性対象）

■定員 ①20人、②15人

■期間 令和5年2月3日（金）～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5年1月10日（火）

■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7日（水）、22日（木）、令和5年1月11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

■申込・問い合わせ先 ポリテクセンター長野（Tel.026-273-6180）

02612431785
6）
自衛官候補生

技能と体力を一心に磨く
任期制自衛官を募集します。

■受験資格 18歳以上33歳未満の人

■受付期限 令和5年1月16日（月）

■試験日 令和5年1月20日（金）～22日（日）

■申込・問い合わせ先 自衛隊長野地方協力本部
長野地域事務所（Tel.026123516026）

■スポーツ教室（ポッチャ）

■日時（全8回） 令和5年1月14日（土）～3月18日（土）午前10時～正午

■会場 東部体育館

■対象者 市内在住または市内の事業所に勤務する人

■内容 市スポーツ協会の会員が丁寧に指導します。ポッチャに興味がある人、障がいがある人、どなたでも参加できます。

■定員 20人（先着順）

■受講料

○高校生以上20000円
○小中学生10000円
＊受講料にはスポーツ傷害保険料を含みます。

■申込方法 受講料を添えてことぶきアリーナ千曲または戸倉体育館の窓口で申し込んでください。

■申込期限 12月27日（火）

■問い合わせ先 スポーツ振興課（Tel.026127611731）



催し物

ガールズサポーターズ
倶楽部

■日時 12月19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 湯のさとちくま白鳥園（Tel.02612751040）

冬の大雲寺周辺
自然観察会

冬の大雲寺周辺を散策してカモ類などの冬鳥を観察します。

■日時 12月17日（土）午前9時～正午ごろ（悪天中止）

■集合場所 大雲寺駐車場

■観察場所 大雲寺池→外池→水田地帯→大雲寺駐車場

■持ち物 筆記用具、水筒、おやつ、図鑑、双眼鏡、千曲市の自然観察ガイドブック（持っている人）

■服装 防寒着、手袋、未舗装の道を歩ける靴、帽子

■参加費 300円（保険代など）

■主催・問い合わせ先 NPO法人千曲市環境市民会議事務局（Tel.0801699414820、平日午前9時～午後5時）

〈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

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
12／4 (日)	安川整形外科クリニック(屋代) 026-273-6611 村上堂大井クリニック(坂城町) 0268-81-3131	宮島歯科医院(栗佐) 026-273-3064	やしろ薬局(屋代) 026-272-8461 村上日野屋薬局(坂城町) 0268-81-2020
12／11 (日)	島谷医院(杭瀬下) 026-273-1201 あおぞら整形外科クリニック(内川) 026-276-1550	滝沢歯科医院(栗佐) 026-272-1132	信州調剤薬局(杭瀬下) 026-214-6868 タカチ薬局(内川) 026-275-1624 マツモトキョシ千曲内川店(内川) 026-261-0570
12／18 (日)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212	青木歯科医院(八幡) 026-272-1335	あんず薬局(桜堂) 026-272-8200
12／25 (日)	菅谷東クリニック(栗佐) 026-272-0493 松尾医院(坂城町) 0268-82-2013	あかいけ歯科クリニック (坂城町) 0268-81-3377	モリキ千曲栗佐薬局(栗佐) 026-462-0314 日野屋薬局(坂城町) 0268-82-2324
12／30 (金)	中沢医院(小島) 026-272-0131 かつの耳鼻咽喉科(栗佐) 026-274-3387 武市医院(坂城町) 0268-82-2606	滝沢歯科医院(磯部) 026-276-4636	クスリのアオキ栗佐薬局(栗佐) 026-273-8210 荒井薬局(坂城町) 0268-82-2244 南条薬局(坂城町) 0268-82-7289
12／31 (土)	坂口整形外科(屋代) 026-273-8680 やまざき医院(上徳間) 026-276-2700 さかき生協診療所(坂城町) 0268-82-0101	小宮山歯科医院(坂城町) 0268-82-2029	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
1／1 (日・祝)	千曲中央病院(杭瀬下) 026-273-1212 いろかわ医院(坂城町) 0268-82-2143	若林歯科(杭瀬下) 026-213-7574	磯部土屋薬局(磯部) 026-275-6464
1／2 (月)	もみのき内科クリニック(寂時) 026-272-3610 いなりやまクリニック(稲荷山) 026-214-3501 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	元町薬局(稲荷山) 026-214-3282 大井薬局(上山田温泉) 026-275-1045
1／3 (火)	鵜沢内科クリニック(屋代) 026-272-3713 とぐらクリニック(戸倉) 026-275-0405 とも泌尿器科クリニック(磯部) 026-261-5815	前山歯科医院(上徳間) 026-276-0282	クスリのアオキ栗佐薬局(栗佐) 026-273-8210 上戸倉ノリ薬局(戸倉) 026-275-7787 磯部土屋薬局(磯部) 026-275-6464

- * 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〉————— 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(Tel026-233-2222) まで

12月の休日開庁日

日時 12月11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 12月22日(木) 午前9時～11時

会場 市長室ほか

申込方法 12月14日(水)までに電話で申し込んでください。

申込・問い合わせ先 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」の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	12月27日 (火)	午後 1 時～ 3 時	市役所 3 階	総務課 (内線4153・要予約)
	1 月10日 (火)			
行政相談	12月13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 *12月30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	市民課 (内線1222)
	12月19日 (月)	午前 9 時～正午 午後 1 時～ 4 時		
	12月 8 日 (木)	午前9時30分～正午 午後 1 時～ 3 時		長野南年金事務所 Tel026-227-1286 (要予約)
	12月22日 (木)			
市民に寄り添う 人権相談	12月 4 日 (日)	午後 1 時～ 4 時	埴生公民館	人権・男女共同参画課 (内線2252)
精神保健相談	12月 7 日 (水)	午後 1 時30分～ 4 時30分	市役所 2 階 保健センター	健康推進課 (内線2131)

- * 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〉————— 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(Tel026-233-2222) まで

フォトニュース

10月4日(火) 塚田浩司さんが第2回ステキブンゲイ大賞で 大賞を受賞し、市長を表敬訪問

柏屋料理店(屋代)の当主を務める塚田さんが、小説投稿サイト「ステキブンゲイ」の文学賞で大賞を受賞し、市長に報告しました。受賞作品「WASHOKU ～コイの物語～」は、アイドルへの夢が破れた女子高生が新たに「和食の甲子園」を目指す小説です。塚田さんは「作品を作る時は親しみやすい題材を選び、簡単に説明できる物語にすることを心がけています。小説もお店も売れるように頑張っていきたいです」と話しました。作品は10月に「コイのレシピ」のタイトルで書籍化されました。



10月30日(日) 第28回さらしなの里縄文まつりが開催

さらしなの里古代体験パーク(羽尾)で3年ぶりに「さらしなの里縄文まつり」が行なわれました。

更級小学校の児童の皆さんによる縄文人や縄文時代に関する発表、縄文太鼓の演奏が行なわれ、保護者などが見守る中、堂々とした演奏や演技がお祭りを盛り上げました。また、「さらしなの里縄文まつり実行委員会」による娯楽山の寸劇では、迫真の演技に子どもたちが見入っていました。

PTAの皆さんによるチーム対抗火起こし競争も行なわれ、なかなか火が付かず苦戦する保護者に子どもたちが手伝いに行くシーンも見られ、会場は笑顔に包まれました。



11月7日(月) 戸倉宿キティパークに戸倉小6年生が 提案した大型遊具を設置

戸倉宿キティパークに新しく遊具が設置されました。この遊具は、戸倉小学校6年松組の児童が設置を提案し、市が作成した4案の中から、児童の投票により決定したものです。

この日、同組の児童19人が同公園を訪れ、設置されたばかりの大型遊具で思い思いに遊びました。

高柳校長は「この遊具が、次の世代の子どもたちに繋がって、未来に残っていったくれればうれしいです」と話しました。

児童会長の瀧澤菜々子さんは「斜面を使っている遊具なので、平面にある遊具と違った楽しさがあります」と話しました。



**リベルタス千曲 FC**
2023シーズン夜間型セレクション開催
■会場 千曲市サッカー場
■時間 午後7時30分～
*目付など詳細はメール(libertaschikuma.fc.2008@gmail.com)で問い合わせください。
■問い合わせ先
一般社団法人リベルタス千曲FC (TEL026-285-9171)



■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



マチイロ



千曲市メール
配信サービス



市立図書館おすすめの一冊



『黒紙の魔術師と白銀の龍』
著者／鳥美山貴子
出版社／講談社

悠馬は大きな黒いとかげを捕まえたが、気づくとそれは紙になっていた。しかし、真夜中にとかがけがふたたび意思を持って動き始めて…？命が吹きこまれたおりがみをめぐる、時代を超えた少年たちの大冒険！

人気の本ベスト3 【児童書】

- 1位 『ふしぎ駄菓子屋銭天堂12』
廣嶋玲子
- 2位 『十年屋6 見習いのお時間です』
廣嶋玲子
- 3位 『わかったさんのプリン』
寺村輝夫

更埴図書館 新刊図書
○小説
『たとえば、葡萄』
大島真寿美
『ハヤブサ消防団』
池井戸潤
○ノンフィクション
『なんでもない一日の辞典』
山口謠司
『おいしい絵本レシピ』
野口真紀
○児童向け
『びんにいれてごらん』
デボラ・マルセロ

戸倉図書館 新刊図書
○小説
『愚者の階梯』松井今朝子
○ノンフィクション
『抹茶のおやつ100』
福田淳子
○児童向け
『記憶の引き出し』
水溜真乃介
更埴西図書館 新刊図書
○小説
『夏日狂想』窪美澄
○ノンフィクション
『ほんとうの定年後「小さな仕事」が日本社会を救う』坂本貴志
○児童向け
『おすしがふくをかいにきた』田中達也

おはなし会

以下の午前10時30分～11時に開催

- 更埴図書館 毎週土曜日
○戸倉図書館 毎週木曜日
□ビーおはなし会 12月24日(土)
○更埴西図書館 毎週水曜日

デジタル信州

いつでも、どこからでも、電子書籍を無料で借りられます。

初めての方は下記の★の図書館で申込が必要です。



★更埴図書館 (TEL026-273-2989) ★戸倉図書館 (TEL026-276-7001) ★更埴西図書館 (TEL026-273-8060)

■開館時間 午前9時30分～午後6時 ■休館日 5日、12日、19日、26日、29日、30日、31日

■月末図書整理日 28日(更埴・戸倉・更埴西)

☆上山田公民館図書室 (TEL026-276-5842) ■開館時間 午前8時30分～午後5時

■休館日 3日、4日、10日、11日、17日、18日、24日、25日、29日、30日、31日

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)

世帯数 22,385(+34)
人 □ 58,213人(+4)
男 28,068人(±0)
女 30,145人(+4)
*()内は前月比

10月中の動き	
転入	139人
転出	92人
出生	25人
死亡	68人

年末を迎え、人の動きが活発化することに伴い、強盗などの凶悪犯罪、電話でお金詐欺(特殊詐欺)などの各種犯罪および交通事故などの増加が懸念されます。このため、みなさんの生活の安全と安心を確保するため広報啓発活動を実施するほか、街頭警戒活動を強化してまいりますので、ご理解とご協力をお願いします。

■実施期間 12月15日(木)～31日(土)
■スローガン
○年末特別警戒
年の暮れ みんなでつくる 安心の街
○年末の交通安全運動
信濃路は みんなの笑顔つなぐ道

千曲警察署 お知らせ

TEL026-272-0110

市内事件・事故累計 (10月末現在の暫定値)

種類		件数 (前年同期比)
盗難事件	万引き	24件 (-18)
	自転車盗	21件 (+5)
	車上狙い	2件 (-2)
	その他	64件 (+28)
交通事故	件数	142件 (+21)
	死者	0人 (-1)
	傷者	168人 (+27)

ちくま ら いぶらり



@norimeguaki

タイトル：姨捨の棚田で脱穀
気持ちいい秋晴れの中、脱穀作業された
んですね！作業自体は大変だと思います
が、青空と景色に癒されそうですね！頑
張って収穫したお米で炊いたご飯おいし
そうです。(広報 T)



「秋晴れ/収穫」をテーマに市報10月号で募集し、Twitter、Facebookで投稿された写真の中から、魅力的な写真を紹介します。



タイトル：千曲線の紅葉並木
市役所前の赤く色づくトウカエデの並
木をとらえた写真をいただきました。
青空と紅葉が見事にマッチしていてス
テキです。(広報 T)



@sonehikageishi6

作品募集中!!

12月のテーマ

おすすめの散歩コース

問い合わせ先

秘書広報課(内線4202)

詳しくは

ちくまぶらり



応募はTwitter/Facebookから!

- ①テーマに関する写真を市内で撮影!
- ②千曲市公式アカウントをフォロー
- ③撮影場所と写真タイトルを入れて、『# ちくまぶらり』『# 千曲市』をつけて投稿!

応募規程

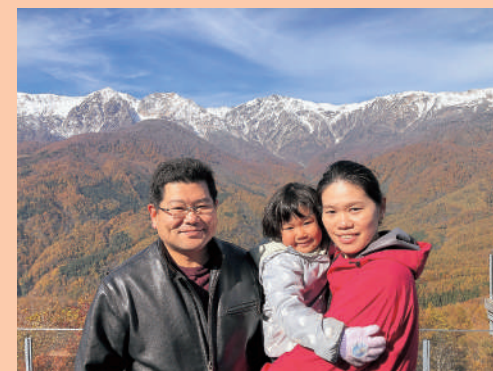


わたしの 子育て

Vol.140

今月の寄稿者

つきおか よしたけ
月岡 祥岳さん(上徳間)



私の出身地は北信地方の飯山市です。学生時代は松本市、就職してからは坂城町でそれぞれ一人暮らしをしていましたが、千曲市には結婚を機に居を定めました。「住めば都」とはよく言ったもので、非常に快適な日々を過ごしています。

一人娘は現在6歳で、地元の保育園に毎日元気に通っています。家内も徒歩圏内の職場、私も隣の企業へ通勤と、近隣で生活圏がぎゅっとまとまっており、その分余暇を楽しむ時間が確保されていると感じています。

若い時分は仕事や自らの生活に手いっぱい、家庭や子どもを持

つことなど想像もできませんでしたが、いざその立場に置かれると、親として日々学ぶことばかりで己の至らなさを痛感する毎日です。子どもと常に真正面から向き合い、全力で接するという理想には遠く及びませんが、要所ではきちんと伝えるべきこと、大事にしてほしいことは話ができていないのではないかと思っています。

私の周囲には大都市、あるいは海外で暮らす選択をした友人もいますが、田舎育ちの私にとって千曲市は十分利便性が高く、妻子と共に暮らす桃源郷ならぬ「杏源郷」といった住処だと感じています。

Mayor's
column

千曲市長の 客万来

第9回

「今こそ断捨離を」



千曲市長 小川 修一

今年ももう12月。大掃除の季節ですね。最近、日頃からの掃除と一緒に断捨離というかたちで常に家の整理整頓をしている人がいる時代です。私もここ最近、洋服や靴、趣味のもの、そして大量の書類を溜め込まないよう、コツコツと断捨離しています。

○「断」 入ってくる不要な物を断つ

○「捨」 不要な物を捨てる

○「離」 物への執着から離れる

断捨離は単なる片付けでなく、物に執着しないことで快適な生き方を目指すものとされています。私も当初は恐る恐る始めたのですが、乗ってくると気分爽快! 気が

付くと、自分にとって本当に必要なものが見えてきます。その結果、新しい物を取り入れる空間と思考回路が生まれ、気持ちにも余裕が出てきます。ただ捨てるだけではなく、心が整うのです。

そこで、古いものに執着しないという断捨離の考え方を市政でも取り入れ、進めていきたいと思っています。備品を処分するという物の断捨離ではなく、古い考え方に執着しないということです。

もちろん、古い考え方に見えても法令上のルールや合理的理由があれば従う必要がありますが、そうではなく前例だからと漫然と行なわれているようなことがないか、常に必要性をよく吟味して、業務改善、業務効率化、市民の負担軽減につなげていきたいと考えています(昨年度は押印廃止について可能な限り進めました)。

市政でも断捨離をすれば無駄が省かれ、業務に余裕が生まれます。そして、大事なものが見えてくるはずです。さらに新しい発想を取り入れれば、職員も今まで以上にやる気を出して、想像力と創造力を今まで以上に発揮してくれるものと信じています。働き方改革も断捨離から始まります。

心の片隅に今こそ断捨離を!



Special Interview

今崎 嘉樹
いまざき よしき

ヘッドアスレティックトレーナー
パフォーマンスコーディネーター

- 誕生日 1992年8月29日
- 出身地 千葉県
- 経歴
 - 2017 ロサンゼルス・チャージャーズ(NFL) トレーナー ※インターン
 - 2018-19 アルダーソン・ブローダス大学 トレーナー ※インターン
 - 2019-20 サンロッカーズ渋谷 トレーナー兼スポーツパフォーマンスアシスタント
 - 2020- 信州ブレイブウォリアーズ ヘッドアスレティックトレーナー兼パフォーマンスコーディネーター



■ 今崎トレーナーのチームでの役割は何ですか。

アスレティックトレーナーとしては、選手がけがをしたときの応急処置などの対応やリハビリなど、選手の健康面の管理をしています。また、パフォーマンスコーディネーターとしては、選手のパフォーマンスを上げるため、トレーニングの運動量の管理やトレーニングの指導やメニューを考えたりしています。

■ 試合中はどんなことをしていますか。

ベンチの端に待機し、選手にけがが起きたときには、応急処置とけがの評価をして、試合を続行できるかどうかの判断をしています。

■ チームの特徴を教えてください。

まじめな選手が多い印象です。私が出したトレーニングメニューにも熱心に取り組んでくれる選手が多いです。

■ 千曲市の皆さんにメッセージをお願いします。

いつも熱心に応援ありがとうございます。マザータウンである千曲市のみなさんの声援は僕たちの力になっています。これからもサポートよろしくお願いします。



12月～年末年始の試合日程

チケットの購入はこちらから ▶▶▶



AWAY	 京都	12/3 土 15:05	12/4 日 15:05	第9節 @京都市体育館
AWAY	 東京	12/7 水 19:00		天皇杯 4次ラウンド @アリーナ立川立飛
HOME	 北海道	12/10 土 15:05	12/11 日 15:05	第10節 @松本市総合体育館
AWAY	 三遠	12/14 水 19:05		第11節 @豊橋市総合体育館

AWAY	 滋賀	12/17 土 14:05	12/18 日 14:05	第12節 @滋賀ダイハツアリーナ
HOME	 島根	12/24 土 15:05	12/25 日 15:05	第13節 @ホワイティング
AWAY	 川崎	12/28 水 19:05		第14節 @川崎市とどろきアリーナ
HOME	 宇都宮	12/31 土 15:05	1/1 日 15:05	第15節 @ホワイティング

最新情報はこちら



HP

