

お知らせ 募集・催し物

★更 埴 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-273-1004
 ★戸 倉 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-275-0238
 ★上 山 田 庁 舎 TEL026-273-1111 FAX026-276-0796
 ○市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>

お知らせ

空間放射線量の測定結果

5月8日に更埴庁舎で測定した結果は次のとおりで、健康に影響のない値でした。

■調査結果(天候 晴れ)
 ○地上10メートル付近
 毎時0・05マイクロシーベルト

○地上1メートル付近
 毎時0・06マイクロシーベルト

■問い合わせ先 更埴庁舎・環境課(内線5414)

介護用パジャマの注文

屋代南高校ライフデザイン科では介護用パジャマ「楽らくねまき」のお直しと注文をお受けしています。3年生が心を込めて製作します。30着限定、生地は持ち込み、または実費をいただきます。

■問い合わせ先 屋代南高校 家庭科(TEL026-127216723)

ペレットストーブなどの購入経費を一部補助します

市では、県産材の活用と木質バイオマスエネルギーなどの新エネルギーの利用促進を図るため、ペレットストーブや薪スト

ーブなどの購入経費の一部を補助しています。

■補助金の交付額 本体購入経費の2分の1以内

■補助限度額

○ペレットストーブ・ペレットボイラー 10万円

○薪ストーブ 1万円

*交付要件など詳細は、市ホームページまたは農林課まで問い合わせください。

■問い合わせ先 上山田庁舎・農林課(内線7263)

小学校教科用図書「特別の教科道徳」の展示会

平成30年度から使用する小学校の教科書を展示します。

■時間 午前9時〜午後5時45分

■会場 総合教育センター2階
 *会場には投函箱がありますので、意見を寄せてください。

*展示期間の詳細は、教育総務課に問い合わせください。

■問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課(内線6314)

「児童手当現況届」の提出と児童手当の振り込み

児童手当を受給している人に「児童手当現況届」を6月中旬に郵送します。記入・押印・必要書類を添付し提出してください。未定出の場合、10月から手当が支給されなくなります。

■提出期限 6月30日(金)

■提出先 戸倉庁舎こども未来課、更埴庁舎福祉支援係、上山田庁舎市民窓口課

*平成29年1月2日以降に転入した人は、現況届提出の際、平成29年1月1日現在の住所地で平成29年度の所得証明書を取得してください。

●受給者の皆さんには、2月から5月分までの児童手当を、6月9日(金)に指定口座に振り込みます。通帳などで入金を確認してください。

■問い合わせ先 戸倉庁舎・こども未来課(内線6227)

北信地域合同就職面接会

ハローワークでは、北信地域の企業約120社との合同就職説明会を開催します。当日は企業の採用担当者と直接面談ができます。

■日時 6月16日(金)午後1時〜4時30分

*学生受付は、正午〜午後4時

■会場 メルパルク長野

■対象
 ○平成30年3月に大学・短大・専修学校などの卒業予定者

○大学など卒業後3年以内の求職者

■問い合わせ先 ハローワーク篠ノ井(TEL026-1293-8609)

6月1日〜7日は「水道週間」

6月1日から7日まで、「あたりまえそんなみずこそ たからもの」をスローガンに第59回水道週間が実施されます。

水道は、健康で文化的な生活や社会経済活動を支える必要不可欠な生活基盤施設として、重要な役割を果たしています。安全で良質な水を安定的に供給できる整備や地震などの災害に強い水道づくりなどへの取り組みを進めている中、さらに水道についての理解を深めていくために実施されます。

この週間にあわせて、普段当たり前のように身近にある水道の重要さや水の大切さについて考えてみましょう。

■問い合わせ先 更埴庁舎・下水道課(内線5619)

浄水場の一般公開

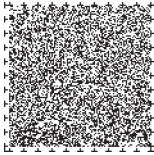
■日時 6月1日(木)〜7日(水)午前9時〜午後4時

■場所 長野県企業局諏訪形浄水場(上田市諏訪形613)

■内容 職員が浄水場内を案内し、千曲川から取水した原水が水道水になるまでの経過を説明します。

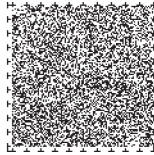
■問い合わせ先 長野県企業局上田水道管理事務所(TEL0268-122-2110)

* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



音声コード

視覚障がい者などの皆さんに市の情報を提供するためのコードで、専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。



歯科検診

歯周病は自覚症状がないまま進行し、痛みや腫れなどの症状が出た時は、すでに重症化していることがあります。また、歯周病の原因である歯周病菌は動脈硬化や心疾患、肺炎など全身の病気に影響することも知られています。是非この機会に受診しましょう。

● 歯の健康を守る検診

■対象者 ①平成29年度内に40、50、60、70歳になる人(対象者には市より5月下旬に通知しています)

②市内に住所がある妊婦(母子健康手帳交付時に受診票を渡します)

■検診内容 歯周病・むし歯の検査、口腔衛生状態の確認、咬合状態の確認、歯の磨き方指導

■費用 500円

■検診期間 ①6月1日(木)～12月28日(木) ②4月1日(土)～通年

■検診場所 市内の歯科医院

*市外の歯科医院を受診希望する場合は、事前に健康推進課へ問い合わせてください。 ■問い合わせ先 戸倉庁舎・健康推進課(内線6257)

● 後期高齢者歯科健診

■対象者 平成29年度内に75歳になる人(対象者には広域連合より6月下旬に通知します)

■検診内容 歯周病・むし歯の検査、口腔衛生状態の確認、咬合状態の確認、嚥下機能の検査(飲み込む力など)

■健診期間 7月1日(土)～12月30日(土)

■健診場所 長野県歯科医師会加入の歯科医院

■問い合わせ先 長野県後期高齢者医療広域連合 業務課(内線026122915320)

● 共通事項 *治療や精密検査が必要な場合の治療費は自己負担です。 *歯科医院に直接電話予約して受診してください。 後期高齢者医療の保険料軽減が変わります

後期高齢者医療の保険料軽減の一部が、段階的に変更となります。 ○所得割の軽減率変更 年収約153万円から約211万円の人の所得割軽減率

募 集

明るい選挙啓発ポスターコンクール

■持ち物 バスタオル、飲み物 ■申込方法 6月1日(木)から15日(木)までに、更埴西図書館に電話か直接窓口で申し込んでください。 ■問い合わせ先 更埴西図書館(TEL026127318060)

■対象 小学生から高校生 ■作品の大きさ 画用紙の四つ切または八つ切 ■募集方法 8月28日(月)までに、更埴庁舎選挙管理委員会事務局に作品を持参のうえ、申し込んでください。 ■表彰 入選者には賞状と副賞が贈られます。 ■その他 入選作品の著作権は主催者に属します。入選者の氏名などは公表します。 ■問い合わせ先 更埴庁舎・選挙管理委員会事務局(内線5722) ■更埴中央公園市民プール 監視員・受付事務員 ■募集人員 監視員10人、受付事務員2人

農作業体験の参加者

地元農家と触れ合いながら、玉ねぎの収穫が体験できます。 ■日時 6月11日(日)午前8時30分～午後1時(雨天決行) ■集合場所 小船山公民館 ■定員 20人(先着順) ■参加費 大人1000円、小学生500円、未就学児無料 *参加費には昼食代とお土産の玉ねぎ代が含まれています。 ■持ち物 手帕サミ、軍手、雨具 ■服装 収穫できる服装、長靴 ■申込方法 6月8日(木)までに、電話か直接窓口で申し

狩猟免許試験 県内に住所がある人(網猟及びわな猟免許は18歳未満の人、第一種及び第二種銃猟免許は20歳未満の人は受験できません) ■受験手数料 長野県収入証紙5200円(既に免許を所持しており、さらに他の免許を受験する人は、3900円) ■問い合わせ先 長野地域振興局 林務課 林務係(TEL026123419521)

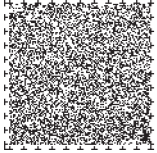
試験の日程など table with columns: 申込期間, 講習会, 試験日

「福祉移送サービス運転者講習」の受講者

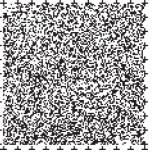
日程 左表のとおり ■受講対象 ○シルバー会員となって就業を希望される概ね60歳以上の人 ○シルバー会員で就業を希望する人 ■定員 15人(先着順) ■申込方法 6月21日(水)までに更埴地域シルバー人材センターに直接申し込んでください。 ■申込・問い合わせ先 更埴地域シルバー人材センター (TEL026127215630)

講習内容 table with columns: 期日, 時間, 講習内容, 会場

* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



音声コード …… 視覚障がい者などの皆さんに市の情報を提供するためのコードで、専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。



自衛官採用試験

- ① 航空学生
- 受験資格 高校を卒業した(見込含)21歳未満の人(航空自衛隊)、23歳未満の人(海上自衛隊)
- 受付期間 7月1日(土)～9月8日(金)
- 一次試験日 9月18日(月・祝)
- ② 一般曹候補生
- 受験資格 18歳以上27歳未満の人
- 受付期間 7月1日(土)～9月8日(金)
- 一次試験日 9月16日(土)、17日(日)のいずれか1日
- ③ 自衛官候補生
- 受験資格 18歳以上27歳未満の人
- 受付期間 年間を通じて行なっています。
- 試験日
 - 男子 受付時にお知らせします。
 - 女子 9月24日(日)、10月15日(日)

パソコン操作習得講座

- * 受験資格や申込方法など詳細は問い合わせください。
- 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 026-123516026)

七夕おはなし会

- 日時 7月2日(日)午前10時30分
- 会場 更埴西図書館
- 内容 職員による読み聞かせ、工作、雑誌付録抽選会、雑誌古本市コーナー
- 問い合わせ先 更埴西図書館(TEL 026-27318060)

accotoの絵本の世界

- 軽井沢町在住の絵本作家ふくだとしお、あき子夫妻のユニット accoto (あつこと) と、ちくまおはなしネットワーク代表の小林いせ子さんによる対談を交えながら、夫妻が書いた絵本の話しや読み聞かせの実演を行います。
- 日時 7月2日(日)午後1時30分～3時
- 会場 更埴文化会館小ホール
- 問い合わせ先 更埴図書館(TEL 026-27312989)

初夏の大池自然観察会

- 千曲高原大池の自然観察歩道を散策して花々を観察し、野鳥のさえずりに耳を傾けます。
- 日時 6月10日(土)午前9時～正午ごろ(悪天中止)
- 集合場所 大池キャンプ場の駐車場

- コース(日程)・受講料
 - ① ワード(文章)中級(7月11日・13日・18日・20日)・1万1000円
 - ② エクセル(表計算)基礎(7月3日・4日・5日・10日・11日・12日)・1万4000円
 - ③ ホームページ作成(7月23日・30日・8月6日)・1万4000円
- 時間 ①午後6時～9時、②③午前9時～正午
- 会場 長野地域職業訓練センター
- 定員 各10人
- 申込方法 受講料を持参のうえ、受講日の1週間前までに直接申し込んでください。6月8日(木)から受け付けます。
- 申込・問い合わせ先 長野地域職業訓練センター(TEL 026-122110505)

催し物

- たまねぎ祭り
- 第16回戸倉たまねぎ祭り
- 日時 6月10日(土)午前7時30分～(雨天決行)
- 会場 旧JAちくまパリオ店北側の畑

- 更埴たまねぎ祭り
- 日時 6月10日(土)午前8時30分～(雨天決行)
- 会場 JANAがのあんず店南側の畑

- 共通事項
- 参加方法 当日会場専用ネット袋(10キ用1000円、20キ用2000円)を購入し、各自で収穫してください。
- * たまねぎが終わり次第終了となります。
- 持ち物 手バサミ、軍手、雨具(雨天の場合)
- 服装 収穫できる服装、長靴
- 問い合わせ先
 - 長野農業改良普及センター (TEL 026-123419535)
 - 上山田庁舎・農林課(内線7242)

更級人「風月の会」春の講演会

- 日時 6月17日(土)午後4時
- 会場 明徳寺(羽尾1309番地)
- 講師 矢島宏雄さん(歴史文化財センター所長)
- 演題 広深な八幡の歴史と武水別神社・大頭祭、松田館
- * 講演会終了後に希望者による懇親会があります。会費1700円、予約が必要です。

男女共同参画セミナー

- 男女共同参画社会のリーダーを育成し、スキルアップを図るためのセミナーを開催します。
- 日程 左表のとおり
- 申込方法 名前、住所、連絡先、参加を希望するセミナーを記入のうえ、開催日の前日までにFAXまたはメール

- 観察場所 大池周辺(自然観察歩道)
- 持ち物 双眼鏡、筆記用具、雨具、飲み物、おやつ、持っている人は千曲市自然観察ガイドブック
- 服装 長袖、長ズボン、帽子、履き慣れた靴
- 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 080-699414820 連絡は月曜日から金曜日の午前9時～午後5時まで)
- 日時 6月10日(土)午後1時30分～3時
- 会場 戸倉創造館大ホール
- 講師 林家源平さん(落語家)
- 演題 「落語家のヘルパー修業日記」介護は十人十色
- 問い合わせ先 上山田公民館(TEL 026-27615842)



▲ 介護落語をお楽しみください!

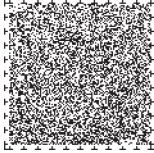
日時	会場	講師	内容
6月18日(日) 午後1時30分～3時30分	戸倉創造館大ホール	山崎 浩さん (声楽家・作曲家・清泉女学院短期大学教授)	音楽セミナー (清泉女学院出張講座) 「音楽リフレッシュ明日も笑顔でいるために」
9月28日(木) 午後1時30分～3時30分	更埴文化会館大会議室	小林 敦子さん (博士(総合社会文化)政策コンサルタント)	学習会 「ジェンダー・ハラスメントを考える」
10月14日(土) 午後1時30分～3時30分	総合観光会館大会議室	鈴木 優子さん (コミュニケーションアドバイザー)	実践セミナー(長野県共同開催) 「初対面からスムーズに話せるコミュニケーション術」
11月4日(土) 午後1時30分～3時	戸倉創造館大ホール	林家 うん平さん (落語家)	落語とお話「男女で共に生きる喜びを楽しく語ろう」
平成30年1月20日(土) 午後1時30分～4時	更埴文化会館あんずホール	蓮池 薫さん (新潟産業大学経済学部准教授)	「第14回人権を守る市民集会」記念講演「夢と絆」
平成30年2月17日(土) 午後1時30分～3時40分	総合観光会館大会議室	高橋 圭子さん (ながの若者サポートステーション所長)	実践セミナー 「改めて学ぼう～大人のマナー講座～」

- 問い合わせ先 更級人「風月の会」事務局(TEL 026-127615933)
- 日時 6月11日(日)午後1時30分～3時(小雨決行)
- 会場 科野の里歴史公園
- 科野のムラお田植えまつり
- 内容 矢代一重山太鼓の音頭で早乙女さんが古代米の田植えをします。
- * 田植えの飛び入り参加も大歓迎です。参加したみなさんにおやつを差し上げます。
- * 当日は、県立歴史館と森將軍塚古墳館の入館料、古墳見学バスの利用料が無料です。
- 問い合わせ先 森將軍塚古墳館(TEL 026-27413400)



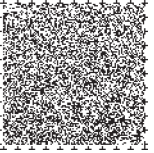
▲ 飛び入り参加できる田植え体験

* イベントなどで特別に記述がなければ、申し込みは不要、参加費は無料です。



音声コード

視覚障がい者などの皆さんに市の情報を提供するためのコードで、専用の読み上げ装置により、活字を音声に変換できます。



白鳥園イベント

① 屋代中学校吹奏楽部ミニ演奏会

■日時 6月10日(土) 午前11時半～正午
 ■内容 色とりどりの花が美しいガーデンテラスにて、屋代中学校吹奏楽部の皆さんによる迫力の演奏をお楽しみください。

② 布小物作り教室

■日時 6月10日(土) 午前9時30分～正午
 ■内容 ミシンでフタ付きポシエット(フタの部分はマグネット)を制作します。ミシンに不慣れな人も丁寧に指導します。

■講師 青木まゆみさん

■定員 5人(要予約)

■参加費 2,200円(スイーツ、ドリンク付き)

■持ち物 家庭用ミシン、裁ち切りばさみ、糸切りばさみ、マチ針、チャコペンシルまたは鉛筆、長めの定規
 ■その他 ミシンを持っていない人は1台300円でレンタルできます。

③ おばあちゃんの手作り講座

くおやき編
 ■日時 6月11日(日) 午前10時～正午

⑧ 自分でできる！ 浴衣着付け教室

● 1回目
 ■日時 6月24日(土) 午前9時30分～正午
 ■内容 1回目(全2回)は補正作りから着付けまでをマスターします。

■講師 塩入直美さん

■定員 8人(要予約)

■参加費 2,500円(ドリンク付き)

■持ち物 裁縫道具(縫い針、まち針、白い縫い糸)、薄手のタオル3～4枚、浴衣、腰ひも3本、伊達締め1本、帯(複数可)、帯板

● 2回目

■日時 7月1日(土) 午前9時30分～正午
 ■内容 浴衣の着付けから帯結びをマスターします。

■講師 塩入直美さん

■定員 8人(要予約)

■参加費 2,500円(ドリンク付き)

■持ち物 薄手のタオル3～4枚、浴衣、腰ひも3本、伊達締め1本、帯(複数可)、帯板

⑨ インターバル速歩&健康ラン

■日時 6月25日(日) 午前9時30分～正午
 ■内容 IWT(インターバ

■内容 信州の郷土料理「おやき」の作り方をマスターしましょう。

■講師 秦子ヨ子さん

■定員 10人(要予約)

* 子ども連れもOKです

■参加費 1,500円

■持ち物 エプロン

④ 自宅で出来る！ 肩・腰・膝痛改善予防運動

■日時 6月15日(木) 午前10時30分～11時30分
 ■内容 痛みの原因や仕組みを理解し、簡単な体操や運動を実践します。

■講師 金子千泰さん

■定員 10人(要予約)

■参加費

65歳以上 500円

65歳未満 1,000円

⑤ ベビーマッサージ×ポーセラーツ

■日時 6月16日(金) 午前10時～正午
 ■内容 栄養たっぷりの植物性オイルを使ったマッサージでスキンケアをした後は、オリジナルの手形入りプレート作りを楽しみましょう。

■講師 まとうまりのさん、武田紗知さん

■定員 10組(要予約)

■参加費 3,500円(スイーツ、ドリンク付き)

ル・ウォーキング・トレーニング)を活用して心身を鍛え、健康的な生活の再設計に挑戦してみませんか？ウォーキングの後は栄養バランスの摂れた食事をご提供します。

■講師 近藤新一さん

■定員 10人(要予約)

■参加費 1,500円(講師料、ランチ代)

■持ち物 帽子、飲み物など

* ウォーキングできる服装と靴でお越しください

⑩ 白鳥園ガーデンサポーターズ倶楽部

■日時 6月26日(月) 午前9時～
 ■内容 花と緑が好きなお客のためのクラブです。毎月1回の自由参加で、白鳥園ガーデンの花のお手入れをしながら、仲間作りや情報共有を楽しみませんか。

■持ち物 帽子、軍手などガーデニングができる服装

⑪ 大人のキレイ講座～アイメイク編～

■日時 6月26日(月) 午前10時～11時30分
 ■内容 アイメイクは顔の印象を決める大事な要素。その人それぞれに似合うアイメイクをレクチャーします。目を大きく見せる体操もあります。

* プレートとマッサージ風景の写真データプレゼント
 ■持ち物 バスタオル(1枚×2枚)

⑥ 父の日だもの♪親子でピザ作り体験

■日時 6月17日(土) 午前9時～(30分毎に2組ずつ)
 ■内容 白鳥園の本格ピザ釜で、ピザ作りを体験しましょう。

■定員 8組(要予約)

■参加費 2,500円(親子ペア入浴券、ペアドリンク込み)

■持ち物 エプロン

⑦ ママも子どももハッピーに！(子育て講座)～しなやかで折れない心の育て方～

■日時 6月20日(火) 午前10時～正午
 ■内容 人生の中で起こる困難な事にも柔軟に対応し乗り越えていけたら、その経験は大きな宝となります。「強固な心」ではなく柔軟な「しなやかで折れない心」を育てるための子どもとの関わり方について楽しく学びましょう。

■講師 IFO「HSC」コロサロン

■定員 6人(要予約)

■参加費 1,500円(スイーツ、ドリンク付き)

■持ち物 筆記用具

■講師 市川愛子さん
 ■定員 5人(要予約)
 ■参加費 1,800円(スイーツ、ドリンク付き)
 ■持ち物 持っている人は、アイメイクアイテム

⑫ 新しい刺激を楽しもう！笑顔で脳トレいきいきヨガ+健康ランチ

■日時 6月28日(水) 午前10時～
 ■内容 簡単な動きで体をほぐし、脳と体のアンチエイジングで健康促進を図ります。終了後は、管理栄養士考案の健康ランチでさらなるアンチエイジング！

■講師 青木芽里さん

■定員 10人(要予約)

■参加費 1,900円(講習、ランチ代)

■持ち物 ヨガマット(または大きめのバスタオル)、タオル、飲み物など

● 共通事項

■会場 白鳥園

■申込方法 電話またはメールで申し込んでください。

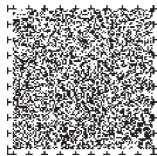
■申込・問い合わせ先 湯のさとちくま白鳥園(TEL026

1275-10400、メール

info@hakuchoen.jp)

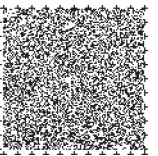
〈広告欄〉

〈広告欄〉



定例の掲示板

★更埴庁舎 TEL026-273-1111 FAX026-273-1004
 ★戸倉庁舎 TEL026-273-1111 FAX026-275-0238
 ★上山田庁舎 TEL026-273-1111 FAX026-276-0796
 ○市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>



日曜・祝日の当番医・当番薬局(千曲市・坂城町)

月/日	内科・外科系(午前9時～午後5時)	歯科系(午前9時～正午)	薬局
6/4 (日)	安川整形外科クリニック(屋代) 026-273-6611 とぐらクリニック(戸倉)026-275-0405	近藤歯科医院 (坂城町) 0268-82-5121	やしろ薬局(屋代)026-272-8461 上戸倉ノリ薬局(戸倉) 026-275-7787
6/11 (日)	稲荷山医療福祉センター(野高場) 026-272-1435 中島産婦人科小児科(上山田温泉) 026-275-0111	たけい歯科クリニック (鑄物師屋) 026-272-8000	元町薬局(稲荷山)026-214-3282 やまざき薬局(上山田温泉) 026-261-0071
6/18 (日)	千曲中央病院(杭瀬下)026-273-1212 さかき生協診療所(坂城町)0268-82-0101	あんず歯科クリニック (須坂) 026-214-6654	お日さま薬局(小島)026-272-0229 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
6/25 (日)	鶴沢内科クリニック(屋代)026-272-3713 かいぬま耳鼻咽喉科医院(内川) 026-275-3341	竹内歯科医院 (稲荷山) 026-274-7050	宮下薬局(屋代)026-272-0064 ウエルシア薬局千曲内川店(内川) 026-261-5280
7/2 (日)	中沢医院(小島)026-272-0131 やまざき医院(上徳間)026-276-2700	樽沼歯科医院 (内川) 026-261-5005	小岩薬局(桜堂)026-272-0210 戸倉いせや薬局(上徳間) 026-261-0070

*千曲中央病院では、内科・外科
 以外は受け付けていません。
 *変更になる場合があります。受診する人は消防署に確認してください。
 ○戸倉上山田消防署(Tel.026-276-0119)○更埴消防署(Tel.026-274-0119)

リサイクルコーナー



*譲渡は当事者間での話し
 合いになります。品物によ
 り有償の場合があります。

ゆずってください

電動自転車、リヤカー、子
 も用キックボード、子ども用
 ストライダー、車用パイプ車
 庫、帯戸、ベビーチェア、ベ
 ーサークル、レコードプレー
 ヤー、車いす

■問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5515)

ゆずりませ

家具調ポータブルトイレ、ベビーカー、ガラスケース
 入り人形、漬物容器、シーリングライト、遠赤外線ド
 ーム、プラスチックケース入り人形、木製ベッド、成人式
 用着物、猫用ゲージ、女性用ブーツ、熊のぬいぐるみ、
 キッチンラック、自転車

<広告欄>

6月納期の市税・使用料など

- 市県民税(1期分)
 - 介護保険料(3期分)
 - 保育料(6月分)
 - 公共下水道使用料(3期分)
 - 倉科・森・羽尾排水施設使用料(3期分)
 - 市営住宅・駐車場使用料、共益費(6月分)
 - 西部水道料金(6月分)
- 納付期限 6月30日(金)

6月の休日開庁(第3日曜日)

■日時 6月18日(日)午前8時30分～午
 後5時15分
 ■会場 更埴庁舎市民課
 *市民課、税務課、債権管理課の窓口業務
 を行ないません。詳細は担当課に問い合
 せてください。

委員会の開催

傍聴希望者は問い合わせてください。
 ●教育委員会
 ■日時 6月28日(水)午前9時～
 ■会場 戸倉庁舎 4階会議室
 ■問い合わせ先 戸倉庁舎・教育総務課
 (内線6316)
 ●農業委員会
 ■日時 6月28日(水)午後3時～
 ■会場 上山田庁舎 3階302会議室
 ■問い合わせ先 上山田庁舎・農業委員会
 (内線7231・7232)

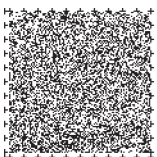
ようこそ市長室

市政に対する意見・提案について岡田市長と懇談し
 ます。一組30分以内です。開催日の3日前までに更埴
 庁舎秘書広報課に電話で申し込んでください。
 ●6月27日(火)午前9時～11時 更埴庁舎市長室
私のまちづくり提案(市政への意見・提案)
 用紙は更埴庁舎の市民課・案内所、戸倉庁舎・上山
 田庁舎の市民窓口課、公民館、しなの鉄道の各駅ほか、
 市の公共施設にあります。市ホームページの「ながの
 電子申請サービス」からも提案できます。
 ■問い合わせ先 更埴庁舎・秘書広報課(内線5221)

市民からよく聞かれる質問を紹介します

●質問 燃えるごみに名前を書くのは個人情報か漏
 れ、とても嫌な思いをします。
 また、分別収集の時、ごみ当番の方がいてとても出
 しづらいです。改善していただけないでしょうか？
 ●回答 ごみ袋の記名制については、最後まで自分の
 出したごみには責任を持っていただくという趣旨でお
 願いをしております。また、無分別などの不適正ごみ
 が収集所に排出されて、ごみが収集業者に回収されな
 かった場合、地区の役員さんが排出者へ返す目的でも
 記名していただいております。
 資源ごみ収集日の当番制については、区・自治会の
 ご協力により市民の皆様が当番に立っていただくこと
 で、分別に対する理解が深まり適正な排出ひいては、
 ごみの減量化・再資源化につながっています。
 今後も環境に配慮した千曲市を目指すため、市民の
 皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

<広告欄>



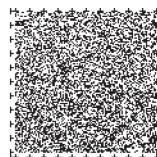
市立図書館 & 千曲警察署から

★更埴図書館 (Tel.026-273-2989)
 ★戸倉図書館 (Tel.026-276-7001)
 ★更埴西図書館 (Tel.026-273-8060)
 ■開館時間 午前9時30分～午後6時
 ★上山田公民館図書室 (Tel.026-276-5842)
 ■開館時間 午前8時30分～午後5時15分

定例の相談

— 相談は無料です —

★更埴庁舎 Tel.026-273-1111 FAX026-273-1004
 ★戸倉庁舎 Tel.026-273-1111 FAX026-275-0238
 ★上山田庁舎 Tel.026-273-1111 FAX026-276-0796
 ○市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>



としよかんへ『来・ぶらりー』

○小説
 『錆びた太陽』恩田陸
 『さすらいの皇帝ペンギン』高橋三千綱
 『松ノ内家の居候』瀧羽麻子
 ○ノンフィクション
 『きょうだいの育て方』小崎恭弘
 『行動しながら考えよう』島岡要
 ○児童向け
 『いろいろなおてがみ』えがしらみちこ
 『オバケとキツネの術くらべ』富安陽子

更埴図書館 新刊図書
 ○小説
 『嫁をやめる日』垣谷美雨
 『十代に共感する奴はみんな嘘つき』最果タヒ
 『血縁』長岡弘樹
 ○ノンフィクション
 『ビッグデータという独裁者』マルク・デュガン
 『日本木造校舎大全』角皆尚宏
 『高齢ドライバーの安全心理学』松浦常夫
 ○児童向け
 『3つ数えて走りだせ』エリック・ペッサン
 『えいせいえいせい』佐藤可士和

人気のベスト5 【エッセイ】

- 1位 『過去をもつ人』荒川洋治
- 2位 『人生の踏絵』遠藤周作
- 3位 『野良猫を尊敬した日』穂村弘
- 4位 『笑って、泣いて、考えて。』永六輔
- 5位 『山猫珈琲 上・下巻』湊かなえ

6月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	*30	

■ 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

* 図書整理休館日：6月30日(更埴・更埴西・戸倉図書館)

戸倉図書館 おすすめの一冊



「有元葉子 私の住まい考」

著/有元 葉子
 出版社/平凡社

人気料理家の有元葉子が、インテリア、収納、景色など幸せに暮らすための理想の住まいについて考える。

更埴西図書館 新刊図書

○小説
 『犬の報酬』堂場瞬一
 『不死探偵事務所』縞田理
 ○ノンフィクション
 『迷わないおしゃれ』高橋愛
 『絶対おいしいキャンパス』はん
 『ワタナベマキ』
 ○児童向け
 『リア友トラブル』長江優子
 『ひよこ』がようい

【おはなし会】

○更埴図書館
 毎週土曜日午前10時30分
 ○戸倉図書館
 毎週木曜日午前10時30分
 6月24日(土)午前10時30分
 分(ロビーおはなし会)
 ○更埴西図書館
 毎週水曜日午前10時30分

千曲警察署から

《Tel.026-272-10110》

覚せい剤など薬物乱用の防止

最近、高校生を中心とした大麻所持グループの摘発や本県でも野外音楽活動家らによる大麻使用実態が明らかになり、大規模グループの摘発がありました。覚せい剤や大麻といった薬物や危険ドラッグが若年層に浸透しています。

購入について、覚せい剤及び大麻は、密売人との取り引きのほか、宅配便や郵便物利用が多く、危険ドラッグの場合、店舗やインターネット利用が大半を占めています。薬物の使用は、身近なところまで浸透していますので、家族や友人を含め、今一度「危険なものだ。絶対に使用しない」という認識を持つてください。

平成29年市内事件・事故累計 (4月末現在の暫定値)

種類	件数 (前年同期比)	
	件数	(前年同期比)
盗難事件	万引き	15件 (-1)
	自転車盗	7件 (±0)
	車上狙い	2件 (-4)
	その他	7件 (-6)
交通事故	件数	91件 (-7)
	死者	2人 (+1)
	傷者	110人 (-11)

相談内容	日時	時間	場所	連絡先
職業相談 (ハローワーク)	平日	午前8時30分～午後5時	千曲市地域職業相談室(旧JAちくま杭瀬下地区センター)	千曲市地域職業相談室 Tel.026-261-3609
若者・子育て世代の就労相談	平日	午前9時30分～午後4時30分	千曲市地域職業相談室 上山田庁舎・産業振興課	上山田庁舎・産業振興課 内線7335 (要予約)
家庭児童相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	家庭児童相談室(戸倉庁舎・こども未来課内)	内線6219
教育相談	平日	午前9時～午後5時	千曲市教育相談センター 教育相談専用電話	Tel.026-273-5105
心配ごと相談	6月14日(水)	午後1時30分～4時	ふれあい福祉センター更埴	千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687 (要予約)
精神保健相談	6月14日(水)	午後1時30分～4時30分	更埴保健センター	更埴庁舎・更埴保健センター 内線5507 (要予約)
借金問題・消費生活相談	平日	午前8時30分～午後5時	更埴庁舎・生活安全課	千曲市消費生活センター Tel.026-274-0820 (要予約)
結婚相談	6月3日(土) 7月1日(土)	午前9時～正午	更埴文化会館 2階小会議室	千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687 *相談日直前の金曜日正午までに電話予約が必要です。
	6月11日(日)		戸倉創造館 創作室2	
市民に寄り添う人権相談	6月1日(木)	午前9時～午後3時	屋代公民館 和室	戸倉庁舎・人権・男女共同参画課 内線6331 *県人権啓発センターでも火曜から日曜までの午前8時30分から午後5時まで受付 Tel.026-274-3232
	7月20日(木)	午後1時～4時	稲荷山公民館 和室	
障がい者(児)相談	平日	午前9時～午後4時	千曲・坂城障がい者(児)相談支援室(戸倉庁舎)	Tel.026-275-0548、FAX026-214-3013
介護相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	更埴庁舎・更埴地域包括支援センター 戸倉上山田地域包括支援センター	内線5521 Tel.026-214-7780
司法書士法律相談	6月1日(木) 7月6日(木)	午後1時30分～4時30分	ふれあい福祉センター更埴	千曲市社会福祉協議会 Tel.026-276-2687 (要予約)
	6月15日(木)		千曲市ふれあい福祉センター	
法律相談	7月11日(火)	午後1時～3時	更埴文化会館 2階小会議室	更埴庁舎・総務課 内線5212 *前日までに予約必要
	7月25日(火)		戸倉庁舎 4階会議室	
行政相談	6月10日(土) 6月13日(火)	午後1時～3時	稲荷山太陽の園	更埴庁舎・総務課 内線5212
	6月10日(土) 6月13日(火)		更埴文化会館 1階学習室	
年金相談(更埴)	毎週火・金曜日	午前9時～午後5時	更埴庁舎年金相談コーナー	更埴庁舎・市民課 内線5434 長野南年金事務所お客様相談室 Tel.026-227-1286 (要予約)
	6月8日(木) 6月22日(木)	午前9時30分～午後3時		
年金相談(戸倉)	毎週水曜日	午前9時～午後5時	戸倉庁舎年金相談コーナー	戸倉庁舎・市民窓口課 内線6265
	6月12日(月)	午前9時～午後4時		

*平日とは、土・日曜日、祝日、振替休日、年末年始(12/29～1/3)を除いた日のことです。

千曲市協働事業提案制度の採択団体の声を紹介いたします。

〓 今月は「戸倉セツブソウを育てる会」

代表の宮本章さんにお聞きしました。

戸倉セツブソウを育てる会は、戸倉宿キティパーク付近の山に群生するセツブソウの保護活動を行なっています。今年度は、見学路の補修作業やパンフレットの作成などを市と協働で実施します。

Q この事業の目的は？

セツブソウは市花で、市の天然記念物にも指定されていますが、絶滅危惧植物Ⅱ類にも指定されている守るべき花です。この群生地では以前、写真を撮るなどで群生地に入り込んだ



▲観察会でセツブソウに見入る参加者

り、株ごと盗掘されることもあり、そのために、当会では群生地を守り、育てるために、群生地の巡視や案内、説明看板の設置やマップの作成を行なってきました。今年度は勉強会やマップ作成などにより、セツブソウについて知り、理解を深める活動を行ないます。

Q 読者へのメッセージを

春先に咲くセツブソウを多くの人に知ってもらおうとにも、群生地を訪れ、実際に花を見て、花の素晴らしさや可愛らしさを肌で感じ、この花を大切に育てなければならぬ気持ちを抱いていただければと思います。また、巡視活動を通して、見学者との交流の場もなっています。一緒に活動する皆さんの入会をお待ちしています。

■問い合わせ先 戸倉セツブソウを育てる会 代表 宮本章 (Tel.026-275-0928)

わたしの子育て

第74話



高羽 麻衣さん (铸物師屋)

妊娠中に性別が男の子だと分かったり、漠然と「きつと生まれたら元氣いっぱい動き回ったり、遊ぶんだらうな、やんちゃで大変だったりして……笑」と想像を膨らませていました。

しかし、生まれてきた我が子とはどうと想像とは真逆のかなり甘えん坊&よく泣く子で、産後は抱っこを求める息子を毎日抱いて家事・育児をする日々でした。そんな息子も現在1歳5か月。公園で遊んだり音楽に合わせて踊ったりと動きも活発になって好きな遊びも増えてきました。甘えん坊&泣き虫な所は相変わらず。

先日、そんな息子を共に見送ってきた夫が「今、こんなに抱っこしてあげたり、一緒に過ごした思い出も大きくなったら全部忘れちゃうんだもんな。覚えてくれてたらいいに」と寂しそう

にぼつり。

確かに、幼い頃の記憶は忘れてしまう。でも、共に泣いたり笑ったりした日々や愛された記憶はきつと形を変えて息子の「こころの根っこ」になって残っていくのだと私は思います。

まだまだ未熟なお母さんだから怒ったり、失敗する日もあるけれど、今しか見ることの出来ない、ぶにぶにのほっぺ♡小さな手足♡あどけない表情を目に焼きつけて息子の成長を見守っていきたくです。

そして「もう僕、抱っこはいよいよ」なんて言われる日まで変わらぬ私は甘えん坊な息子を抱きしめて、たくさん大好きを伝えていこうと思います。

健康コラム

「心身ともに健康な生活を」

ご存知ですか？「オーラルフレイル」

第38回

高齢になると、足腰が弱くなる、食欲が落ちるなど生活機能が落ちやすくなります。生活機能が低下し始める軽度の衰弱、すなわち健康な状態と要介護状態の中間の予防可能な状態を「フレイル(虚弱)」といいます。その中でも、口の機能の虚弱を「オーラルフレイル」といいます。

具体的には、①滑舌の低下②食べこぼし、むせ③噛めない食べ物が増えるなどがあげられます。

こういった変化は、ほんの些細な症状であり、緩やかに起こるので見逃しやすく気がつきにくいのが特徴です。

「最近、固いものが噛みにくくなった」「お茶や汁物でむせることがある」「口が渇く」などといった症状がある人は、口の機能が低下しているかもしれません。

全身の状態とオーラルフレイル

全身の筋力や運動機能の低下の段階としてオーラルフレイルの症状がはじめるといわれ

ています。歯や口のまわりの健康と全身の状態は深く関係しています。65歳以上で歯の数が19本以上の人は20本以上の人に比べて1.2倍要介護状態になりやすいといわれています。また、19本以下で入れ歯を使用していない人は20本以上の人に比べて認知症の発症率が1.9倍、転倒のリスクは2.5倍高まるといわれています。

健康長寿の秘訣

フレイルのリスクを少なくするためには、歯と口の健康が重要です。日頃から、しっかりと歯を磨く、よく話す、笑う、歌うなど口を良く動かす習慣をつける、よく噛んで食べることを意識しましょう。また、かかりつけの歯科を持ち、定期的に歯や口の健康状態を診てもらうことも重要です。家族や知人と一緒に食事をすることで、外出の機会も増え会話はずみ、多様な食品を食べる機会も増えます。歯だけでなく、口のまわりの健康も意識してみましよう。

信州ブレイブウォリアーズ

BE THE WINNER

2016-17シーズンスローガン

Bリーグ元年 シーズン終了

残念ながら、プレイオフには進出ができませんでしたが、メンバーが若く来季以降に向けて活躍が期待されます。

今シーズンは長野市・ホワイトリングにて3,900人の球団史上最多となり、B1クラスの動員となりました。B1への昇格に向けてより一層のご協力、ご支援を引き続きよろしくお願い致します。

■来季2017-18シーズンのブースタークラブ 会員募集中

詳しくは、下記 URL よりご覧ください。

<https://www.b-warriors.net/wtown/>

■チアダンススクール「JEY'S」千曲校 募集中

詳しくは、下記 URL よりご覧ください。

<https://www.b-warriors.net/company/>

■問い合わせ先 株式会社信州スポーツスピリット (Tel.026-214-7022・平日午前9時~午後5時)



第56回

5月7日アウェー奈良にてBリーグ元年となる2016-17シーズンが幕を閉じました。

昨年までのbjリーグ時代より8試合多い60試合となり約8か月間の過密スケジュールを戦い、14勝46敗・B2中地区6位の成績となりました。

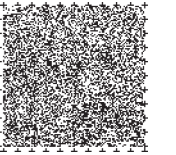
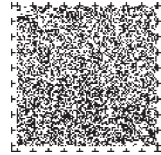


子育ての広場

★「スマイル in ちくま」への応募をお待ちしています！
住所・氏名、連絡先、子どもの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、家族からのメッセージ、写真に子どもが複数いる場合は写真の位置を明記し、写真をメール(3MB以内)で送信してください。
不明な点は、更埴庁舎・秘書広報課(内線5223)に電話するか電子メール koho@city.chikuma.nagano.jp へご連絡ください。

■6月の休館日
○更埴子育て支援センター 3日、10日、17日、24日
○上山田子育て支援センター 4日、11日、18日、25日

★更埴子育て支援センター(Tel.026-273-6180) ■開館時間 午前8時30分～午後5時
★上山田子育て支援センター(Tel.026-275-6017)
～特別に記述がなければ、申込は不要、参加費は無料です～



スマイル in ちくま



石塚 結月 くん (1歳3か月 機部)

家族からのメッセージ

元気一杯に毎日遊ぶのが楽しいね。これからもたくさん食べてたくさん遊んで看板息子として、お客様をニコニコにしてくださいね♡



丸山 一心 くん (2歳11か月 倉科・後)
丸山 日菜乃 ちゃん (8か月 倉科・前)

家族からのメッセージ

仲よし兄妹で、げんきいっぱい大きくなってね。



☆ 4月のお誕生日おめでとう会(上山田) ☆



☆ 4月のお誕生日おめでとう会(更埴) ☆

●お誕生日おめでとう会 午前11時～正午 ■持ち物 麦茶、お手ふき ■参加費 150円(写真代など)

【上山田】 6月29日(木) ■対象 6月に生まれた子どもとその保護者です。
【更埴】 6月30日(金) *事前に各子育て支援センターに申し込んでください。

●子育て支援相談

○更埴・上山田子育て支援センター 開館日 午前8時30分～午後5時

○市立の各保育園(電話相談)

祝日を除く毎週火曜日 午後1時～3時

○児童館・児童センター 開館日 午前10時～正午

*各保育園、児童館、児童センターで相談を希望する人は、事前に連絡してください。

●栄養相談 午前10時～午後3時

【上山田】 6月8日(木)

【更埴】 6月9日(金)

*来館した保護者の皆さんと一緒に、子どもの食事について栄養士と語り合う良い機会です。お気軽にお出かけください。

●子育てひろば 午前9時30分～11時30分

開催日・会場・内容については、平成29年度の「暮らしのカレンダー」で確認してください。

●ベビーママサロン 午前10時～11時

【上山田】 今月はありません

【更埴】 6月19日(月)

●親子ふれあいミニミニ講座 午前11時～11時30分

上山田子育て支援センター

開催日	内容
6月7日(水)	うたってあそぼう&りんごっこコンサート
6月14日(水)	うたってあそぼう&しゃぼん玉あそび
6月21日(水)	うたってあそぼう&あらふしぎ?
6月28日(水)	うたってあそぼう&工作 七夕飾りを作ろう

更埴子育て支援センター

開催日	内容
6月1日(木)	うたってあそぼう&は八歯の話
6月8日(木)	うたってあそぼう&しゃぼん玉あそび
6月15日(木)	うたってあそぼう&大型紙芝居
6月22日(木)	うたってあそぼう&マジックショー
6月29日(木)	うたってあそぼう&工作 たなばた飾りをつくろう

千曲川水辺の楽校親水公園

川西地区の平和橋下に広がる親水公園です。アオサギ、カワセミ、セグロセキレイなどの野鳥を観察することができます。芝生広場と遊歩道が整備されているため、千曲川を眺めながらゆったり散歩も楽しめます。園内には千曲川からの水が出ている親水池があり、この季節は千曲川の自然に触れ合うこともできます。



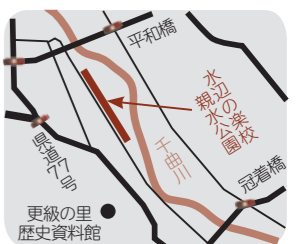
主な遊具・設備など

駐車場、芝生広場、植栽、遊歩道、野鳥観察看板、便所など

公園めぐり

vol.19

子どもと一緒に楽しめる市内の公園を紹介します。
*公園ではルールを守って遊びましょう



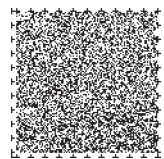
子どもイベントニュース

うたってあそぼう & こどもの日おめでとう会

5月11日に更埴子育て支援センターで「うたってあそぼう&こどもの日おめでとう会」が開かれました。

支援センターの先生による一寸法師の寸劇が行なわれ、室内は楽しい笑いに包まれていました。こどもたちへ紙かぶとのプレゼントもありました。最後に、参加した親子37組でこいのぼりの歌を歌いました。





CHIKUMA TOPICS

4/29

長野県市町村対抗駅伝競走大会

▶小学生の部に出場した選手や監督、コーチの皆さん



松本平広域公園陸上競技場で「第27回長野県市町村対抗駅伝競走大会」と「第13回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会」が開催されました。

一般の部では陸上競技場を出発し、9区間42.195kmの道のりを、小学生の部では4区間6.1kmの周回コースを走りタスキをつなぎました。

千曲市代表チームの結果は一般の部が58チーム中16位、小学生の部は62チーム中31位で、選手全員が一丸となった素晴らしい走りを見せてくれました。



◀一般の部に出場した千曲市代表チームの皆さん



CHIKUMA TOPICS

5/6

姨捨駅に「TRAIN SUITE 四季島」

JR東日本の豪華寝台列車「TRAIN SUITE 四季島(トランスイート しきしま)」が県内を通るコースを初めて運行し、午後8時40分に岡田市長や地元住民グループなどが出迎える中、姨捨駅に到着しました。

29人の乗客は、駅内にあるバーラウンジ「更級の月」から善光寺平の夜景を眺めながら、地酒を楽しみました。四季島が駅を発車するころには、駅の周りにはたくさんの地元住民が集まり、手を振って発車を見送りました。

CHIKUMA TOPICS

5/7

牛に引かれて善光寺詣り

牛に引かれて善光寺詣りの故事にちなみ、戸倉上山田温泉から善光寺までを歩くイベントが行なわれました。参加者は305人で、牛も各地点で参加者と一緒に歩きました。

午前7時30分に市総合観光会館駐車場を出発した一行は、約30kmの道のりを歩き、午後3時ごろ善光寺に到着しました。頭に檜笠をかぶった参加者たちは、暖かい春の風を感じながらゴールデンウィーク最終日を楽しみました。



CHIKUMA TOPICS

5/11

屋代南高校生があんずの摘果作業

あんずの里スケッチパークで、屋代南高校ライフデザイン科1年生の40人が、あんずの摘果作業を行ないました。この取組みは、同高校から市へ校外学習の依頼があり、特産物の産業を学んでもらうために始まりました。

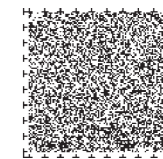
NPO法人 あんずの里振興会の皆さんが講師となり、果実の発育をはかるため、まだ小さい果実を間引きました。



▲橋の上から逆さづりにされ水面を叩く「橋懸かり」

雨宮坐日吉神社を中心に、3年に一度の国重要無形民俗文化財指定「雨宮の神事芸能」が行なわれました。神事の意味は、疫病や田畑の荒廃といった「たたりの元凶」となる怨霊を、華やかな踊りや囃子で盛大に送り出し、五穀豊穡を祈願するものです。終盤の「橋懸かり」では、斎場橋から逆さづりにされた4人の獅子が、水面に頭を叩き付けて乱舞しました。激しい水しぶきを上げながら舞う姿に、観衆から大きな拍手と歓声が沸き起こりました。

▲雨宮坐日吉神社境内での御神事踊り



4/29

CHIKUMA TOPICS

3年に一度 国重要無形民俗文化財「雨宮の神事芸能」



CHIKUMA TOPICS

5/1

千曲坂城消防本部 戸倉上山田消防署竣工式

千曲坂城消防本部戸倉上山田消防署の庁舎竣工式が、現地で行なわれました。工事は平成27年6月から始まり、平成29年3月に終了しました。式には、関係者約50人が出席し完成を祝いました。新庁舎は、鉄骨造2階建、延床面積1,683.86㎡で、総事業費は約6億1,466万円です。大規模地震にも耐えうる構造を有しているほか、通信指令機器の高性能化を図りました。

CHIKUMA TOPICS

4/22

稲荷山くるみこども園開園記念式

学校法人稲荷山幼稚園が「幼保連携型認定こども園」に移行し、4月から稲荷山くるみこども園となりました。市内では初の認定こども園です。

認定こども園では、未満児を受け入れることができ、預かり時間も長くできます。

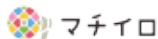
式典で、土井宏純理事長は「これまでの伝統を大切に、子どもたちが主体となるような幼児保育を、ここ稲荷山の地で進めたい」と式辞を述べました。



▲式辞を述べる土井宏純理事長

●マチイロ(無料アプリ)で市報を読もう

毎月最新の市報をスマホやタブレットにお届けします。



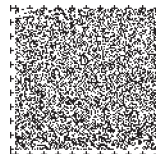
▲利用登録はこちら

●千曲市情報メール配信サービス

千曲市から災害情報、防犯情報などを電子メールでお届けします。



▲利用登録はこちら



- 市外で活躍している千曲市出身者や市内で頑張っている人を「チクマビト(千曲人)」として紹介しています。



チクマビト
NO. 22

「今やれることを
出し惜しみなくやっていきたい」

株式会社春夏冬(ミルクマーケット)代表取締役社長 小林 直彦さん(戸倉・43歳)

「大人が本気で遊べば、それが仕事になる」。そう話すのは、乳製品宅配業で画期的なサービスにより、業界に新しい旋風を巻き起こしている小林直彦さんだ。

株式会社春夏冬(ミルクマーケット)は、明治37年創業の老舗企業。同社は千曲市、上田市や坂城町を中心に1700件ほどの個人宅に約40種類の乳製品を配達している。小林さんは、顧客の中心層である高齢者に対して、安否確認を行なうサービスを生み出した。週2回の商品配達時に前回届けた商品が配達箱に残っていた場合、家にいるかどうか声を掛ける。呼びかけに応じず安否確認ができれば事前に登録された緊急連絡先に電話する仕組みだ。市と協定を結んでおり、高齢者らの異変に気付いたときは、市や消防署の関係機関へも連絡する。加えて、受け箱に張るシールを通常用と高齢者用に使い分けられている。有事の際に備え、地域住民が高齢者宅であることを一目で判別できるように工夫を施した。

高齢化社会が進む現代。「顔が見える宅配は必要不可欠な存在になる」という信念のもと、顧客が何を求めているか考えた末に生まれたのが、安否確認サービスだ。このサービスと優秀な経営成績が評価され、(公財)食品流通構造改善促進機構主催の優良経営食料品小売店等表彰事業において「食品流通構造改善促進機構会長賞」を受賞した。

「業種やメーカーにこだわることなく、同業者や他の宅配業者も巻き込んで協力し合うことが大切。これにより、地域に安心安全を届ける宅配サービスが可能になる。地域全体で気づき気遣えることにより、高齢者を支える優しい地域をつくれること」小林さんは確信している。「仕事を通して人の役に立つこと」を熱心に考えているニューヒーローの活躍が、これからの高齢化社会に希望の光を与えてくれる。

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(平成29年5月1日現在)

世帯数	21,864 (+13)	平成29年4月中の動き	
		転入	143人
人口	59,848人(-18)	転出	127人
		出生	27人
男	28,954人(+1)	死亡	61人
女	30,894人(-19)		

編集後記

日が長くなってきました。1日は24時間で変わらないのに、日が長いと1日が長く感じます。

仕事が終わりに、外に出てまだ明るいときは得した気分になります。そんな時はビールを買って家でゲームをしながら飲むのが私の至福の時です。そんなことばかりやっているせいか、最近は大げさな……。

せっかく日が長くなったので運動してみながら羨む体を手に入れてみせます！

羽藤

- 千曲市役所の住所、電話・FAX番号
- 市報千曲6月号の印刷費は、1部あたり約33円です。

更埴庁舎(〒387-8511長野県千曲市大字杭瀬下84番地、TEL026-273-1111、FAX026-273-1004)

戸倉庁舎(〒389-0892長野県千曲市大字戸倉2388番地、TEL026-273-1111、FAX026-275-0238)

上山田庁舎(〒389-0897長野県千曲市上山田温泉四丁目15番地1、TEL026-273-1111、FAX026-276-0796)