

ご寄付・お知らせ 募集・催し物

千曲市役所
Tel.026-273-1111 (代表)

更埴庁舎 FAX026-273-1004
戸倉庁舎 FAX026-275-0238
上山田庁舎 FAX026-276-0796

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

ご寄付

ありがとうございました

●更埴ロータリークラブ様
(千曲市)

【寄付内容・使途】

時計4台・ことぶきアリーナ
千曲(更埴体育館)に設置す
るため

●アートサロン千曲(桜堂)
西澤賢史様

【寄付内容・使途】

渡辺文平作 日本画1点・公共
施設などに展示し、市民の皆さ
んの文化振興に役立てるため

お知らせ

空間放射線量の測定結果

9月5日(水)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10m付近
毎時0.04マイクロシーベ
ルト

○地上1m付近
毎時0.05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)

野外焼却は法律で禁止されて います

刈草などを含む廃棄物の野外
焼却は、法律で一部の例外を除
き禁止されています。

野外焼却は煙や悪臭が発生す
るため、ご近所の迷惑になる場
合があり、最近、野外焼却によ
る火災も多発しており、住宅へ
延焼したものもあります。

野外焼却をせず廃棄物は市指
定ごみ袋に収納し、排出してく
ださい。

■問い合わせ先 更埴庁舎・環
境課(内線5413)

児童手当の振り込み

■振込日 10月10日(水)

■内容 6月から9月分までの
児童手当

*受給者の皆さんは、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6217)

精神障がい者家族会

家族会は、精神障がい者を家
族に持つ人たちが互いの体験や
悩みを語り合い、支えあう会で
す。話し合いの内容は、その場
限りのものとし、口外しないこ
とを約束します。

家族会の入会希望者、活動を
知りたい人は問い合わせしてく
ださい。

■問い合わせ先
更埴庁舎・更埴保健センター
(内線5507)

ひきこもり家族支援のつどい

●昼の部

■日時 10月4日(木)・18日
(木)、11月1日(木)午後1時
30分～3時30分

■会場 戸倉人權はつらつセン
ター

●夜の部
■日時 10月10日(水)午後7時
～9時

■会場 更埴保健センター

■申込方法 事前に電話で申し
込んでください。

■申込・問い合わせ先
更埴庁舎・更埴保健センター
(内線5507)

本人ミーティングながの

「本人ミーティング」は、主に
北信地域の認知症の人が集い、
自らの体験、悩みや希望などを
語り合い、これからのよりよい
暮らし、暮らしやすい地域のあ
り方を地域に伝えていくための
集まりです。

■日時 10月20日(土)、11月17
日(土)、12月15日(土)、平成
31年1月26日(土)、2月23日
(土)、3月16日(土)いずれも
午後1時30分～3時30分(予
定)

■会場 長野市ふれあい福祉セ
ンター

*11月17日(土)のみ安茂里公民
館(長野市)

■対象 認知症と診断を受けた
人(もしくは疑いがあり悩ん
でいる人)とそのご家族など
*日程などが変更になる場合もあ
るため、参加を希望される人は
事前に問い合わせてください。

■問い合わせ先 長野県若年
性認知症支援コーディネータ
ー 伝田(Tel.026-2292-
2243)

ハロウィンジャンボ宝くじ

市町村振興宝くじとして「ハ
ロウィンジャンボ」「ハロウイ
ンジャンボミニ」が全国で発売
されます。

この宝くじの収益金は、市町
村の環境保全や高齢化対策な
ど、地域住民の福祉向上のため
に活用されます。

県内で購入すると県の販売実
績として反映されますので、購
入は是非、県内の宝くじ売り場
でお願いします。

■販売期間 10月1日(月)～
23日(火)

■抽選日 10月30日(火)

■問い合わせ先
長野県市町
村振興協会
(Tel.026-
1234-
3611)



* 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。

宝くじスポーツフェア「はつらつママさんバレーボールin千曲」

宝くじの社会貢献広報事業として、オリンピックメダリストや世界選手権出場経験者ら12人のバレーボール選手と地元ママさんバレーボールチームとの親善試合などを行います。

日時 11月25日(日)午前9時〜午後2時50分

会場 ことぶきアリーナ千曲(更埴体育館)

内容 バレーボール教室、アトラクション(スパイクで百発百中、ドリブルつなげてリレー)、フレンドリーマッチ(きつきクラブ、紅クラブ、あみずクラブ)、ドリーム抽選会

* 入場には整理券が必要です。整理券は、10月下旬にことぶきアリーナ千曲(更埴体育館)、戸倉体育館、勤労者体育センター、農業者トレーニングセンターで配布しています。

問い合わせ先 戸倉体育館内・スポーツ振興課(TEL 026-276-1173)

スポーツ講演会

日時 11月2日(金)午後7時30分〜9時

会場 市総合教育センターおとりプラザ大研修室

第2学校給食センター 一般見学・試食会

期日

10月24日(水)ソフト麺の献立

10月31日(水)ごはんの献立

時間 午前10時〜午後1時頃

会場 第2学校給食センター

内容 給食・献立の説明、調理の見学、試食など

定員 各30人(先着順)

試食費 1食320円

申込方法 第2学校給食センターにある申込書に記入のうえ、10月17日(水)までに試食費を添えて直接申し込んでください。

申込・問い合わせ先 第2学校給食センター(TEL 026-275-0365)

わたしが創るわたしの「ト」女性の起業を応援!

日時 11月12日(月)午後1時〜3時

会場 上田市サントミューゼ

内容 上田市創業支援プラットフォームの女性起業家支援施策の紹介、県内の女性起業家のパネルトーク、交流タイム* 託児可能(人数上限あり)。

申込方法 11月5日(月)までに、上田市創業支援プラットフォームホームページから申し込んでください。

問い合わせ先 広域関東圏女

テーマ 「支え合うってなんだろう」

講師 山崎福太郎さん(信州大学教育学部附属特別支援学校教諭)

問い合わせ先 特定非営利活動法人千曲市スポーツ協会(TEL 026-273-0010)

第3回「働き方改革」講演会

「カエル会議」という手法を用いて、課題の抽出と解決策を提案する演習を体験します。

日時 11月8日(木)午後3時〜5時

会場 更埴文化会館小ホール

講師 福盛二郎さん(キャリアアコンサルタント・イーキュア株式会社)

対象 市内の企業経営者、総務担当者、現場・若手職員など(複数参加も可能)

定員 40人

申込期限 11月2日(金)

申込・問い合わせ先 上山田庁舎・産業振興課(内線7334)

働き方が変わります

2019年4月1日から働き方改革関連法が順次施行されます。

① 時間外労働の上限規制が導入

② 大企業 2019年4月1日

③ 中小企業 2020年4月1日

性起業者等サポートネットワーク(TEL 03-6225-2081)

認知症サポーター養成講座

日時 10月30日(火)午前10時20分〜11時20分(予定)

会場 戸倉創造館大ホール

持ち物 上履き、ヨガマット

またはバスタオル、飲み物

* 同講座のほかに健康づくり応援団(ボランティアサークル)と一緒に軽体操も行ないます。

問い合わせ先 更埴庁舎・更埴地域包括支援センター(内線5522)

就職応援会

求人企業の担当者から直接求人内容の説明が聞けます。

日時 10月17日(水)午後1時30分〜3時30分

会場 地域職業相談室

対象 千曲市・坂城町に在住する求職者

問い合わせ先 ハローワーク篠ノ井(TEL 026-1293-8609 音声ナビ3番)

「釣りリズム信州」冬期ニジマス釣り場開設

期間 10月1日(月)〜平成31年2月15日(金)

会場 千曲川万葉橋から大正橋の間

釣り方(キャッチ&リリース)

お知らせ

中原区が宝くじ助成事業を活用

中原区は、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、発電機ほかコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。



問い合わせ先 更埴庁舎・総合政策課(内線5314)

② 年次有給休暇の確実な取得

施行日 2019年4月1日

③ 正規雇用労働者と非正規雇用労働者の間の不合理な待遇差が禁止

施行日

大企業 2020年4月1日

中小企業 2021年4月1日

* 詳細は、厚生労働省ホームページで確認してください。

問い合わせ先 長野労働局(TEL 026-223-0551)

北信地域合同企業説明会

60社以上の企業採用担当者とは直接面談ができ、企業情報を得る絶好の機会です。

日時 10月29日(月)午後1時〜4時

会場 ホテル信濃路2階(長野市)

えさ釣り・ルアー釣りなど

ニジマス放流日程 10月1日(月)と10、11月の毎週土曜日

放流時間 午前9時頃

放流場所 戸倉千曲川緑地公園

* 10月6日(土)午前8時45分からオープニングセレモニーを同公園で開催します。

* 釣りをする際は事前に遊漁券を購入してください。更埴漁業協同組合や一部のセブンイレブンなどで販売しています。取り扱い店舗の詳細は、問い合わせてください。

* 日釣券520円、年度券5400円、中学生以下は無料

問い合わせ先 更埴漁業協同組合(TEL 026-1275-1536)

募集

介護予防 転倒予防教室

期間 11月〜平成31年3月

* 月3回程度で午前中1時間30分の開催となります。

会場 市内5会場(雨宮会館、八幡公民館、ふれあい情報館、戸倉創造館、人権ふれあいセンター)

対象 65歳以上の市民で、次のいずれにも該当する人

○ 参加にあたり介助を必要とされない人

対象

○ 平成31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(TEL 026-1293-8609 音声ナビ3番)

長野一日合同行政相談所

不動産の登記、年金、道路や農地など行政の仕事について、関係機関や弁護士など専門家に相談できます。

日時 11月6日(火)午前10時〜午後3時

* 受付は午後2時30分まで

会場 長野市生涯学習センター4階大学習室2及び3

問い合わせ先 総務省長野行政監視行政相談センター(TEL 026-1235-1100)

れない人

○ 介護保険サービスで通所型サービス(デイサービスなど)を利用されていない人

内容 介護予防に効果的な運動やレクリエーションを学び、実践します。

* 送迎あり(詳細は配布する申込み案内をご覧ください)。

参加費 1600円(1か月)

募集人数 5会場で約20人

* 申込み多数の場合は、抽選で参加者を決定します。

* 参加を希望される人は、10月10日(水)までに申込み案内を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で取得してください。なお、郵送もしますので連絡してください。

問い合わせ先 更埴庁舎・更埴地域包括支援センター(内線5522)

千曲川の河川敷内樹木伐採

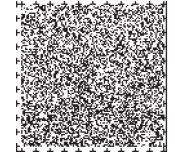
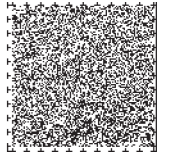
千曲川河川敷内の樹木を伐採していただく人を募集します。

* 伐採者には、伐採した樹木を譲ります。

申込方法 詳細は、千曲川河川事務所ホームページで確認してください。

問い合わせ先 千曲川河川事務所(TEL 026-1227-9261)

* 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。



生ごみ減量・堆肥化講習会

日時 10月23日(火)午後1時30分〜3時30分頃
会場 戸倉創造館
定員 15人
申込方法 事前に電話で申し込んでください。
申込・問い合わせ先 更埴庁舎・廃棄物対策課(内線5423)

パソコン操作習得講座

コース(日程)
①パソコン(ウインドウズ10)入門 11月1日、2日
②インターネット・メール活用 11月6日、7日
③ワード(文章)基礎 11月9日、13日、14日、16日、20日、21日
④エクセル(表計算)基礎 11月12日、19日、26日
⑤初心者向けエクセル 11月29日、30日
時間 ①②③午前9時〜正午、④午前9時〜午後4時、⑤午後1時30分から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)
参加費 ①②は5000円、③④は1万4000円、⑤は3500円
申込方法 10月9日(火)から各受講開始日の1週間前まで

公共職業訓練12月期受講生

訓練期間 12月4日(火)から6か月間
会場 ポリテクセンター長野(長野市)
対象 ハローワークに求職の申込みをしている人
定員 機械CAD/NC加工科15人
受講料 無料
*テキスト代は別途必要です。
内容 ものづくりの技術・設備の保守などの知識・技能・技術を身につけます。
申込期限 10月29日(月)
*申込方法など詳細は、問い合わせてください。
申込・問い合わせ先 ポリテクセンター長野(TEL0261-24317856)

信州花フェスタ「イベント出展者・ボランティア」

来年の春に、信州スカイパークをメイン会場として、第36回全国都市緑化信州フェア「信州花フェスタ2019」を北アルプスの贈りもの〜を開催します。全国都市緑化フェアは、長野県では初めてとなる国内最大

級の花と緑のイベントです。

期間 平成31年4月25日(木)〜6月16日(日)
会場 松本平広域公園
イベント出展者の内容
○花と緑の体験プログラム
○ステージを使用した演奏・ダンスなどのステージパフォーマンス
ボランティアの内容
会場運営・催事業務のサポート、花から摘みなど
申込方法 詳細は、信州花フェスタ公式ホームページを確認してください。
申込期限
○イベント出展者 10月31日(水)
○ボランティア 平成31年1月31日(木)
問い合わせ先 第36回全国都市緑化信州フェア実行委員会事務局(TEL0263-1881183)

自衛官採用試験

陸上自衛隊高等工科学校生徒(男子)
受験資格 中学校を卒業している(見込含む)17歳未満の人
【推薦】
申込受付期間 11月1日(木)〜30日(金)
試験日 平成31年1月5日(土)から7日(月)までのいずれか1日

【一般】

申込受付期間 11月1日(木)〜平成31年1月7日(月)
1次試験日 平成31年1月19日(土)
申込方法 詳細は、自衛隊長野地方協力本部ホームページで確認してください。
問い合わせ先 自衛隊長野地方協力本部・長野地域事務所(TEL0261-23516026)

催し物

図書館まつり

日時 10月27日(土)午前9時30分〜午後5時
会場 更埴図書館、更埴文化会館
内容 古本市、職員によるおはなし会、通年講座受講生による朗読発表会、おりがみ工作教室、ガラス小物づくり体験
*ガラス小物づくり体験は、定員30人です。10月23日(火)までに電話または直接窓口で申し込みください。参加費は1300円から1400円です。
申込・問い合わせ先 更埴図書館(TEL0261-27312989)

催し物

第22回荒砥城まつり

日時 10月21日(日) 午前10時〜午後2時
会場 城山史跡公園荒砥城跡
*当日は車の乗り入れができません。
*市総合観光会館からバスが出ます。
内容 よろいかぶとを着て荒砥城主体験、戦国弓矢体験、乗馬体験、お茶会、戦国鍋のお振舞い(先着500食)など
問い合わせ先 荒砥城まつり実行委員会事務局 宮島(TEL090-2483-4012)



ひとり親あみんず会 「科学にチャレンジ!!」

「県下最大級のプラネタリウム」と「科学体験工房」で思いっきり科学を体験しませんか。未来の可能性を広げる施設「佐久市子ども未来館」で楽しみながら学びましょう。
期日 10月28日(日)
会場 佐久市子ども未来館
集合場所 戸倉庁舎駐車場
出発時間 午前10時
到着時間 午後5時30分
内容 プラネタリウム観賞、科学体験工房での体験、常設科学展示の見学
対象 ひとり親家庭の親子
定員 親子で30人(先着順)

子どものおはなし会

日時 10月27日(土)午前10時〜正午
会場 戸倉創造館1階ロビー
内容 ○ハロウィンのおはなし読み聞かせ(大型絵本、パネルシアターの上演など)
*この催し物に参加された子ども

手作りぎょうざ教室

日時 10月21日(日)午前9時30分〜午後0時30分
会場 埴生公民館調理室
定員 20人(先着順)

もは、カプセルトイを1回まわせます。
対象 保育・幼稚園児、小学生
*園児・小学校低学年は保護者と参加してください。
定員 20人
申込方法 電話または、直接窓口で申し込んでください。
申込・問い合わせ先 戸倉図書館(TEL0261-27617001)

健康プラザ「秋の音楽祭」

日時 10月20日(土)午前10時30分〜11時30分
会場 健康プラザ大広間
演奏者 埴代高等学校吹奏楽班
問い合わせ先 千曲市健康プラザ(TEL0261-27215818)

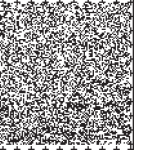
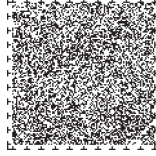
催し物

第26回さらしなの里 縄文まつり

日時 10月28日(日) 午前9時20分〜午後2時30分
会場 さらしなの里古代体験パーク
内容
○縄文釣り、縄文編物、火おこし、弓矢などの各種縄文生活体験
○イノシシの焼肉、縄文シシ肉だんご、イワナの炭火焼きなど縄文料理の食体験
問い合わせ先 さらしなの里歴史資料館(TEL026-276-7511)



* 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。



期日	時間	内容	参加費
10月3日(水)	午前10時～正午	【スマートフォン&タブレット教室】	1,700円
10月5日(金)	午前10時～正午	【パステルアートで希望の丘を描こう!】	2,000円
10月12日(金)	午前10時～11時30分	【セルフマツエク体験レッスン】	1,500円
10月15日(月)	午前11時～午後1時	【「きのこの日」鑑定セミナー & きのこランチ】	1,800円
10月16日(火)	午前10時～正午	【羊毛フェルト講座】 黒猫を羊毛フェルトで刺繍します。	1,200円
10月17日(水)	午前9時30分～正午	【布小物教室 初級編】 鍋敷きにもなるハートの鍋つかみを作ります。	2,200円
10月19日(金)	午後1時～2時30分	【あなたの悩み、骨盤の歪みのせいかも?】 骨盤の歪みによる悪影響などの講義です。	1,500円
10月20日(土)	午前10時～正午	【ジェルキャンドルレッスン】 お花を入れたジェルキャンドルを作ります。	2,300円
10月24日(水)	午前10時～	【笑顔で脳トレいきいきヨガ + 健康ランチ】	1,900円
10月27日(土)	—	【白鳥園誕生祭3周年記念イベント】	—
10月28日(日)	午前9時30分～正午	【インターバル速歩 & 健康ランチ】 健康的な生活の再設計に挑戦します。	1,500円
10月30日(火)	午前10時～11時30分	【アロマワックスカップ講座】 火を灯さずにアロマの香りを楽しめるアロマワックスカップを作ります。	2,300円

白鳥園イベント

- 共通事項
- 会場 白鳥園
- 申込方法 電話か電子メールで申し込んでください。

* 持ち物などは申込時に問い合わせてください。
 ■ 申込・問い合わせ先 湯のきとちくま白鳥園(TEL0261-27510400、電子メール info@hakuchoen.jp)

体育の日に大林山に登ろう

- 日時 10月8日(月・祝) 午前8時30分～午後4時頃(雨天中止)
- 集合場所 四十八曲坂上トンネル口広場
- コース 四十八曲トンネル広場↓反射板↓大林山↓八頭↓四十八曲峠↓旧道↓四十八曲トンネル広場
- * 登りのきつい斜面もあるので、体力を考えて参加してください。
- 参加費 100円
- 持ち物 昼食、飲料水、おやつ、雨具
- 服装 長袖、長ズボン、帽子、軍手、山道を歩ける靴
- 問い合わせ先 みどりを守る会 杉本(TEL080-1103818623)

自然観察会

- 森將軍塚古墳周辺を散策して、紅葉や野鳥などを観察します。
- 日時 10月27日(土) 午前9時～正午頃(悪天中止)
- 集合場所 森將軍塚古墳駐車場
- 観察場所 森將軍塚古墳周辺
- 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の自然観察ガイドブック
- 服装 長袖、長ズボン、履き慣れた靴
- 参加費 300円

催し物

第27回森將軍塚まつり

- 日時 11月3日(土・祝) 午前8時40分～午後3時
- 会場 科野の里歴史公園
- 内容
 - 屋代駅から森將軍塚古墳までのパレード
 - 古墳上での収穫感謝の儀式
 - 青空教室(歴史講座)
 - 森將軍塚鍋やキビ餅のサービス(先着2,000人)
 - 森將軍塚ウォークなど(屋代駅～有明山～森將軍塚古墳)

* 当日は長野県立歴史館・森將軍塚古墳館の観覧、森將軍塚古墳見学バスの利用が無料となります。

* 会場周辺は混雑しますので、徒歩または屋代駅からのシャトルバスの利用をお願いします。

■ 問い合わせ先 森將軍塚古墳館(TEL026-274-3400)



長野県立総合リハビリテーションセンター祭

- 主催・問い合わせ先 NPO法人千曲市環境市民会議事務局(TEL0801-699414820 連絡は月曜日から金曜日の午前9時～午後5時まで)
- 日時 10月27日(土) 午前10時～午後2時30分
- 会場 長野県立総合リハビリテーションセンター(長野市)
- 内容
 - 講演会 テーマ「老化と勘違い 忍び寄る廃用症候群」講師 清野良文さん(長野県立総合リハビリテーションセンター医師)
 - センター寄席、足腰の筋肉を鍛える運動、お食事なんでも相談、義肢装具の展示・体験
 - 豚汁の提供、センター祭名物焼きそば、リハビリセンター産男爵イモ詰め放題
- 主催・問い合わせ先 長野県立総合リハビリテーションセンター(TEL0261-29613953)

射水市観光情報

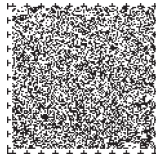
新湊カニかに 海鮮白えびまつり

富山県内でも有数の食の祭典です。富山湾を代表する「ベニズワイガニ」や「シロエビ」など鮮度抜群の海の幸の即売のほか、アツアツのカニ鍋などが味わえます。カニの即売は毎年すぐに売り切れてしまうほどの人気です。また、ステーションではさまざまな催しも行なわれ、大人から子どもまで楽しむことができます。

- 日時 10月14日(日) 午前8時～午後2時30分
- 会場 新湊漁港(東地区)富山県射水市八幡町1-1100
- 問い合わせ先 実行委員会(射水市観光協会・TEL076618414649)

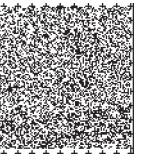


姉妹都市の観光情報



定例の掲示板

千曲市役所 TEL026-273-1111 (代表) 市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>
 更埴庁舎 FAX026-273-1004 戸倉庁舎 FAX026-275-0238 上山田庁舎 FAX026-276-0796



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
10/7 (日)	いなりやまクリニック(稲荷山) 026-214-3501 みやばやし小児科アレルギー科(上徳間) 026-261-5221	竹内歯科医院(稲荷山) 026-274-7050	元町薬局(稲荷山)026-214-3282 上徳間薬局(内川)026-276-7790
10/8 (月・祝)	中沢医院(小島)026-272-0131 森本眼科クリニック(内川) 026-285-0020	樽沼歯科医院(内川) 026-261-5005	お日さま薬局(小島)026-272-0229 タカチ薬局(内川)026-275-1624 正林堂薬局(戸倉)026-275-0180
10/14 (日)	島谷医院(杭瀬下)026-273-1201 松尾医院(坂城町)0268-82-2013	前山歯科医院(上徳間) 026-276-0282	信州調剤薬局(杭瀬下)026-214-6868 日野屋薬局(坂城町)0268-82-2324
10/21 (日)	坂口整形外科(屋代)026-273-8680 とよき内科(磯部)026-276-0413	こみやま歯科医院(力石) 0268-81-7011	クスリのアオキ栗佐薬局(栗佐) 026-273-8210 磯部土屋薬局(磯部)026-275-6464
10/28 (日)	千曲中央病院(杭瀬下)026-273-1212 稲荷山医療福祉センター(野高場) 026-272-1435	しおいり歯科医院(雨宮) 026-273-8080	あんず薬局(桜堂)026-272-8200 荒井薬局(坂城町)0268-82-2244
11/3 (土・祝)	鶴沢内科クリニック(屋代) 026-272-3713 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	関歯科医院(栗佐) 026-285-0418	やしろ薬局(屋代)026-272-8461 村上日野屋薬局(坂城町)0268-81-2020

*千曲中央病院では、内科・外科以外は受け付けていません。当番医・当番薬局は変更になる場合があります。当番医の場合は消防署に、当番薬局の場合は各薬局に確認してください。
 ○戸倉上山田消防署(Tel026-276-0119)○更埴消防署(Tel026-274-0119)

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

キュボロ、農業用トンネル、ウェットスーツ、ストライダー、卓球台、ガスコンロ、電子ピアノ(キーボード)

*リサイクルコーナーは平成31年3月末で終了します。
■問い合わせ先 更埴庁舎・生活安全課(内線5515、5532)

ゆずります

ケヤキの根、VHSビデオテープ、エレクトーン、ポータブルトイレ、電動介護ベッド、スキーウェア、油絵用イーゼル、子ども服、冷風機、幼児用イス(テーブル付き)、ジェルマット、自転車用チャイルドシート、水槽

〈広告欄〉

委員会の開催

●教育委員会
 ■日時 10月31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 10月29日(月) 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)

10月の休日開庁(第3日曜日)

■日時 10月21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す。詳細は担当課に問い合わせてください。
 *住民異動届(住所の異動)は、取り扱いません。

10月納期の市税・使用料など

- 市県民税(3期分)
- 国民健康保険税(4期分)
- 介護保険料(7期分)
- 後期高齢者医療保険料(4期分)
- 保育料(10月分)
- 公共下水道使用料(7期分)
- 倉科・森・羽尾排水施設使用料(7期分)
- 下水道受益者負担金(10月分)
- 市営住宅・駐車場使用料、共益費(10月分)
- 市営水道料金(10月分)

■納付期限 10月31日(水)

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。(先着順)

●10月24日(水)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。

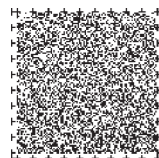
■問い合わせ先 更埴庁舎・秘書広報課(内線5221)

姉妹都市「宇和島市」への義援金のお礼

「平成30年7月豪雨」で甚大な被害を受けた愛媛県宇和島市を支援するため、千曲市区長会連合会、各区・自治会を通して義援金を募ったところ、多くの市民の皆さんからご協力をいただきました。この義援金は、直接宇和島市に送金しました。ご協力ありがとうございました。

■募金総額 360万6613円
 ■問い合わせ先 千曲市区長会連合会事務局(更埴庁舎・総務課内、内線5211)

〈広告欄〉



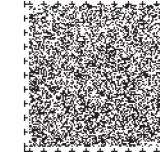
市立図書館 & 千曲警察署から

★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 —

千曲市役所 更埴庁舎 FAX026-273-1004
 Tel.026-273-1111 (代表) 戸倉庁舎 FAX026-275-0238
 上山田庁舎 FAX026-276-0796
 市ホームページ <http://www.city.chikuma.lg.jp>



～今月は「麻薬・覚せい剤乱用防止運動月間」です～

相談内容	日時	時間	会場	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	10月10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)
女性相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	戸倉庁舎・こども未来課	戸倉庁舎・こども未来課 内線6225
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	10月6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。 *両日とも新規登録を受け付けます。
	10月14日 (日)		戸倉創造館 創作室2	
市民に寄り添う人権相談	10月19日 (金)	午後1時～4時	戸倉創造館	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
障がい者 (児) 相談	平日	午前8時30分～午後5時15分	千曲・坂城障がい者 (児) 基幹相談支援センター (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 内線5521 戸倉上山田地域包括支援センター Tel.026-214-7780	
司法書士法律相談	10月4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)
	10月18日 (木)		千曲市ふれあい福祉センター	
法律相談	11月13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
	11月27日 (火)		戸倉庁舎 4階会議室	
行政相談	10月10日 (水)	午後1時～3時	更埴文化会館 1階学習室	更埴庁舎・総務課 内線5212
	10月13日 (土)		稲荷山太陽の園	
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)
	10月11日 (木)・10月25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
	10月15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。

としょかんへ『来・ぶらりー』

更埴図書館 新刊図書

○小説
 『悪玉伝』朝井まかて
 『新・水滸後伝上・下巻』田中芳樹
 ○ノンフィクション
 『主婦力ゼロからのやってきた家事』マルサイ
 『夏の甲子園100回故郷のヒーロー 完全保存版』週刊朝日編集部
 ○児童向け
 『ハンカチががし』岡田千晶
 『女の子だって、野球はできる!』長谷川晶一

戸倉図書館 新刊図書

○小説
 『引火点』笹本稜平
 『ふたりぐらし』桜木紫乃
 『ギケイキ』町田康
 ○ノンフィクション
 『咳をしても一人と一匹』群ようこ
 『知識ゼロからの甘酒入門』石澤清美
 ○児童向け
 『なにはこんでるの?』スズキサトル
 『ひとりぼっちもいいよ』石田享子

人気の本ベスト3 【児童・読み物】

1位 『びょういんのおばけずかん』齊藤洋
 2位 『にちようびは名探偵』杉山亮
 3位 『おばけのたからもの』むらいかよ

10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	31*			

更埴・更埴西・戸倉図書館 休館日
 上山田公民館図書室 休館日

*蔵書点検、図書システム更新作業休館日：
 10月1日 (更埴・更埴西・戸倉図書館・上山田公民館・屋代駅市民ギャラリー)
 *月末図書整理休館日：10月31日

更埴西図書館 おすすめの一冊



「秘録 島原の乱」
 著/加藤廣、出版社/新潮社
 炎上する大坂城から脱出した秀頼。その後、秀頼亡きあと、秀頼の意思を継ぐ軍団と島原に現れた天草四郎。彼らは起つ時を窺っていた。加藤廣遺作の長編時代小説。

上山田公民館図書室 新刊図書

○小説
 『ファーストラブ』島本理生
 ○ノンフィクション
 『賢い化粧品選び方』小澤貴子
 ○児童向け
 『明日ともだちに話したくなる野菜の話』稲垣栄洋

【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～
 ○更埴西図書館
 毎週水曜日午前10時30分～

平成30年市内事件・事故累計 (8月末現在の暫定値)

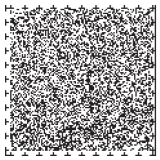
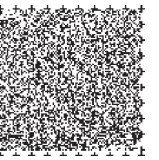
種類	件数 (前年同期比)
盗難事件	万引き 32件 (+4)
	自転車盗 16件 (±0)
	車上狙い 10件 (+1)
	その他 23件 (+7)
交通事故	件数 139件 (+14)
	死者 0人 (-3)
	傷者 177件 (+27)

千曲警察署から
 《Tel.026-272-10110》

平成30年全国地域安全運動の実施について

地域安全に資する関係機関、団体及び警察が、地域安全活動を強化し、一層連携していくことにより、安心して暮らせる地域社会の実現を図るために、10月11日から20日までの10日間、
 県下統一スローガン
 「日本一安全・安心な
 長野県をめざして」
 として、全国地域安全運動を実施します。

期間中、子ども・女性の犯罪被害防止、高齢者を狙った特殊詐欺などの被害防止対策として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。



地域おこし協力隊員 集落支援員

奮闘記



第17回

地域おこし協力隊の服部で

千曲市に着任して7月で満1年。農業関係や食農関係に参加し、あつという間の1年でした。

姨捨の棚田貸します制度の稲刈り、脱穀イベントなどをメインに、各種産業展などで、姨捨の棚田や棚田貸します制度のPR、棚田米の販売・宣伝をしたり、箱膳など千曲市の伝統食を学んだりしてきました。今年の3月からは、少しでも多くの人に米作りをしてもらえるよう、自給稲作入



▶棚田の田起こしに挑戦！



▲大田原農業体験にて、初めてのおやき作り。皮を薄く均一にするのが難しかったです。

門講座を運営し、受講生が実際に米作りを体験するための田んぼの管理もしています。この市報が発行されるときには、棚田の稲刈りも終わりはせ掛けの頃でしょう。昔ながらのはせ掛け、天日干し風景は、まさに日本の原風景。棚田での作業は、大型機械が入らず手作業がメインですが、手作業だからこそその充実感、棚田の風の爽快感を味わうことができます。善光寺平を一望にできる姨捨の棚田で、お米作りを楽しんでみませんか？

健康コラム

「心身ともに健康な生活を」

子どもの成長を支える生活リズム

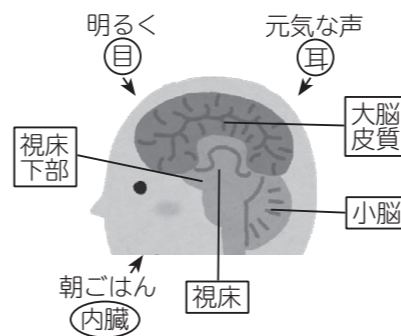
第53回

人間は、日の出とともに目覚め、日暮れとともに休むというリズムができています。また、脳の視床下部という場所が、外からの明るさや暗さを眼球を通してキャッチし体のリズムを作っています。

生活リズムは、私たちの体にとって大切なホルモンと関係があります。特に成長期にある子どもの場合、夜しっかりと眠ることが大切です。

眠りと関係がある2つのホルモンを紹介します。①「成長ホルモン」は眠っている間に脳から出て、骨を伸ばし、筋肉に働きかけ、大脳や神経を育てるなど子どもの成長、発達に大きく関わっています。このホルモンは夜8時頃から出始め、夜中の1時頃にピークになるので、夜9時頃には寝かしつけ、夜中1時には熟睡していることが望ましいでしょう。②「メラトニンホルモン」は気持ちを安定させ、眠気を誘う働きがあります。ぐっすり眠るために必要なホルモんで、周りが暗いことでたくさん

出ます。子どもを寝かしつけるときには、部屋を暗くし、光や音などの刺激を無くすることが必要です。このように早寝早起きの生活リズムを作ることは、子どもの健やかな成長につながります。生活リズムは子どもだけでなく身につけることは難しく、親や周囲の大人が助けてあげることが必要です。次の3つを心がけましょう。①6時頃にはカーテンを開けたり、電気をつけて部屋の明るくしましょう。②子どもに「おはよう」と声をかけ、音の刺激を与えましょう。③朝ごはんを食べさせ、体に刺激を与えましょう。



わたしの子育て

第90話



小林 くみこさん(屋代)

結婚して2年目に入った頃に妊娠が分かり、とても嬉しかったことを懐かしく思います。初めての妊婦生活は、日々大きくなっていくお腹に手を当てながら、出産に対しての不安が増していったのを思い出します。

長女が産まれたのは、予定日の1週間後でした。産まれてからは休む間もなく、おっぱいをあげたりおむつを換えたりと、右も左も分らない中で、お世話をしました。寝不足になりながらも、隣ですやすやす眠っている姿を見ると、1日の疲れが癒される瞬間です。長女はありがたいことに、おっぱいを良く飲み、夜泣きもほとんどせず、あまり手のかからない子になりました。しかし、1歳8か月を過ぎた今、気に入らないことややりたくないことがあると「ヤダ」とはつきり意思表示をする

ようになってきています。動くことや音楽に合わせて踊ることが好きな娘は、公園に行ったり、支援センターを利用したりして思いっきり遊んでいます。センターに初めて行ったのは娘が9か月位の頃で、最初はどんな所なのかと不安な気持ちが強かったが、明るく優しい先生方や子どもをききかけに母親同士で話す機会が増え、困っていることや悩んでいることを気軽に話せるようになり、仲良くなつた仲間たちに会えるのが嬉しかったです。センターは子育てに関わる人たちを繋いでいる所なのだと思えています。私は、家族に支えられて恵まれた環境で子育てできていることを幸せに思います。元気にすぐすくと成長している奈那子。これからもたくさんの笑顔を見せてね。

信州ブレイブウォリアーズ

「はじめてでも楽しい！ウォリアーズ観戦イロハ」

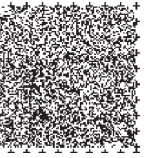
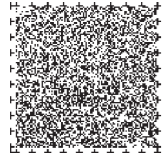


- 試合会場の「ことばきアリーナ千曲(更埴体育館)」は土足OK！ 飲食OK！ アルコールOK！
- バスケットボールではファンのことを「ブースター」、応援することを「ブーストする」といいます。
- バスケットボールは流れのスポーツです。ウォリアーズが押し押せで相手がたまらずタイムアウトをしたときは、応援タオルをブンブン回して追い風を送りましょう。
- バスケットボールで守りは、とても大事。選手・ベンチ・ブースター全員で守ることが鉄則です。守りのコールは大きな声で「ディーフェンス！」。
- 誰にも邪魔されずに打てるのが「フリースロー」。1投1点。複数回打るときは初投が決まったら、心ひとつに「ワンモア！」
- 勝負を決する最終10分間の「第4クォーター」では、ウォリアーズの選手が最初のフィールドゴールを決める

まで、みんなで一緒にする応援があります。MCの説明に注目してください。

○ウォリアーズのホームゲームはチアリーダー「ジャスパーズ」が会場を盛り上げます。初めての人もダンスパフォーマンスを楽しみましょう♪

■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)



募集!

「スマイル in ちくま」への応募をお待ちしています!

■応募方法

- ①子どもの氏名(ふりがな)、性別、生年月日
 - ②保護者氏名 ③住所 ④電話番号
 - ⑤家族からのメッセージ(20文字程度)
- を書いた用紙と写真を電子メールで提出してください。

*写真に子どもが複数いる場合は写真の位置を明記してください。

*応募者多数の場合は、掲載に時間をいただくことがあります。

■申込・問い合わせ先

更埴庁舎・秘書広報課(内線 5223、電子メール koho@city.chikuma.lg.jp)



●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
10月3日(水)	うたってあそぼう&お話ネットワークによる絵本の読み聞かせ
10月10日(水)	うたってあそぼう&ドレミファランド
10月17日(水)	うたってあそぼう&わくわくおはなしランド
10月24日(水)	うたってあそぼう&上山田保育園との交流
10月31日(水)	うたってあそぼう&リズムであそぼう

更埴子育て支援センター

開催日	内容
10月4日(木)	うたってあそぼう&お話ネットワークによる絵本の読み聞かせ
10月11日(木)	うたってあそぼう&ハーブコンサート
10月18日(木)	うたってあそぼう&ぐるぐるお絵かき
10月25日(木)	うたってあそぼう&ハロウィン&工作

*10月25日の工作は事前に申し込みが必要です。

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

【更 埴】毎週土曜日

【上山田】毎週日曜日

○連絡先

【更 埴】

TEL026-273-6180

【上山田】

TEL026-275-6017

●子育てひろば

午前10時~11時30分

(受付9時30分~)

*開催日・会場・内容については、平成30年度の「暮らしのカレンダー」で確認するか、子育て支援センターへお問い合わせください。

●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 10月15日(月)

*お母さん同士が交流をして、新しい友達を作りませんか。子育ての楽しみ、悩みなどをお話ししましょう。

●栄養相談

午前10時~午後3時

上山田 10月11日(木)

更 埴 10月12日(金)

*子どもの成長発達や子どもの食事について個別に栄養士と相談できます。お気軽にお出かけください。



更埴子育て支援センター(8月お誕生日おめでとう会)



上山田子育て支援センター(8月お誕生日おめでとう会)

給食レシピ紹介



第2学校給食センター

なめたけあえ

【材料(4人分)】

- ほうれんそう 40g
- キャベツ 120g
- にんじん 20g
- なめたけ 60g
- 薄口しょう油 小さじ2分の1強
- 酢 小さじ1

【作り方】

- ① ほうれんそうは2cm程度のざく切り、キャベツは1cm幅の短冊切り、にんじんはせん切りにして、ゆでてしっかりと水を切り、冷やしておく。
 - ② 食べる直前に、①となめたけ、薄口しょう油、酢をよく和える。
- * 調味料の分量はお好みで変えてください。酢を加えることで、さっぱりとした味わいになります。
- * 長野県はえのきたけの生産量が日本一です。なめたけはそのまま食べることも多いかと思いますが、野菜と和えてもおいしくいただけます。

●お誕生日おめでとう会

午前11時~正午

(10分前にお越しください)

上山田 10月25日(木)

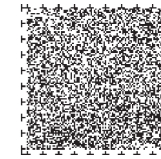
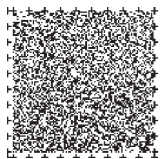
更 埴 10月26日(金)

■持ち物 麦茶、お手ふき

■参加費 150円(写真代など)

■対象 10月に生まれた子どもとその保護者です。

*事前に各子育て支援センターに申し込んでください。



9月7日 「救急の日」啓発活動を実施



9月9日の「救急の日」に先立ち、国際ソロプチミスト千曲、千曲医師会、千曲中央病院、千曲坂城消防本部は、戸倉駅、屋代駅、屋代高校前駅で啓発活動を行いました。応急手当の重要性を伝えるため、心肺蘇生法を記載したカードを配布しながら、いざというときに役立たせてもらうよう説明しました。

9月6日 松田家齋館修理工事に伴う防火指導



松田館火災から1年となることから、防火対策の徹底を図るため、千曲坂城消防本部に依頼して防火指導を受けました。
消防本部職員から初期消火の再確認、消火栓の場所の把握や定期的に消火訓練を行なう大切さなどの話がありました。

8月26日 第9回千曲市ふれあい広場



白鳥園南側イベント広場で「第9回ふれあい広場」が開催されました。併せて24時間テレビ41「愛は地球を救う」のチャリティー募金も行なわれました。会場はチャリティー募金のほか、さまざまな体験コーナーや飲食物の販売もあり、家族連れや地域の人などで賑わっていました。

8月25日 第4回全国ふるさと甲子園



ドラマや映画のロケ地となった全国の自治体が魅力を競う「第4回全国ふるさと甲子園」が東京・秋葉原で開催され、地域の魅力をPRしました。千曲市は、「あんずコンポート入りフローズンヨーグルト」などを提供し、審査員と来場者の投票でグルメ大賞「デザート・ドリンク部門」で1位になりました。

● 市内の情報をチェック

イベントや市政情報など市内の情報を Facebook と動画で配信中



千曲市公式 Facebook ページ

千曲市役所 YouTube チャンネル



● マチイロ (無料アプリ) で市報を読もう



● 千曲市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届けます。



9月8・9日 姉妹都市交流事業 「山の生活体験交流会」



姉妹都市である富山県射水市の小学6年生24人が千曲市を訪れ、市内の小学6年生22人と交流しました。大池自然の家での宿泊や「かけはしの会」の指導によるおやき作りなどを体験しました。
教科書に載っている「森將軍塚古墳」に登ることを楽しみにしてきたという射水市児童のあいさつもあり、小雨の降る日でしたが、古墳へ登ると、学校や家の場所を説明する姿が見られました。

9月2日 千曲市総合防災訓練



糸魚川・静岡構造線(断層帯)「北部」を震源とする大地震を想定した総合防災訓練が、市内55会場で行なわれました。主会場の更級小学校では地元住民、警察など1079人が参加しました。
消火器による初期消火訓練や消防署職員による高所救出訓練など、さまざまな内容が行なわれました。

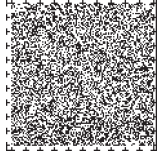
9月1日 Tommy ☆ PiaNica Soul



今年3月に市観光大使に就任した鍵盤ハーモニカ奏者 TommyCHO さんによる千曲市誕生15周年を祝う特別コンサートが更埴文化会館あんずホールで開かれました。
コンサートは2部構成で、「あん姫のうた」や「信濃の国」などを演奏し、観客を魅了していました。

●チクマビトとは・・・

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。



▶版画用のローラーで油性インクを版上に盛る梅田さん



チクマビト
NO. 37

「やりたいことをやり続けられた
幸せを感じています」

梅田版画工房主宰

梅田 明雄さん(上山田・61歳)

現代アートの公募展「萱アートコンペ2018」が、10月6日から28日にかけて、R.A.U.M.戸倉宿蕎麦料理処「萱」内のギャラリー「ブラン」・「蔵」・「昭和蔵」で開かれる。市内に新たな文化・芸術の交流の場をつくろうと企画し、実行委員長を務めるのが、上山田で版画工房を主宰する梅田明雄さんだ。

梅田さんが取り扱う版画は、リトグラフ。石灰石やアルミ版などの平らな版面を使い、水と油の反発を利用して印刷する。色が30色あれば、30枚の版を作るため、ひとつの作品にかかる制作期間は、2か月から3か月。これまでに、千曲市名誉市民の倉島重友さんをはじめ数々の有名な画家の作品を版画にしてきた。最近では、日本と欧米などで活躍するピアニストのフジコ・ヘミングさんからの仕事を請け負っている。

梅田さんがリトグラフに出会ったのは、18歳のときに東京で開かれたフランスの画家ロートレック(1864年～1901年)の展覧会。「将来は絶対に版画、特にリトグラフをやりたい」。そんな思いを抱き、名古屋芸術大学に入学した。その後、坂城町の森工房にリトグラフの刷り師として勤務し、38歳のときに独立。現在は、刷り師の傍ら、自分の作品の個展やグループ展、趣味の音楽活動を楽しむ。

梅田さんが、刷り師として大切にしていることは「アーティストの考えを理解すること」。「アーティストとの意思疎通が不十分で苦労するときもあるが、工房で制作したことによって、想像以上の作品に仕上がったとアーティストから感謝されるときに、達成感や満足感がある」と微笑む。

梅田さんの現在の夢は、若い世代にリトグラフの魅力を伝えること。国内で珍しいリトグラフの刷り師は、10代の頃に出会った感動や憧れを胸に、これからもアートを追求し続ける。

人の動き

平成27年国勢調査からの推計人口
(平成30年9月1日現在)

世帯数	22,001(+16)	平成30年8月中の動き	
		転入	129人
人口	59,470人(-10)	転出	136人
		出生	46人
男	28,774人(-3)	死亡	49人
女	30,696人(-7)		

編集後記

お盆中に膝を痛めてしまいました。椅子から立つだけでも痛みが走り、趣味のサッカーや登山にも支障がでてきます。原因に身に覚えがなく困惑していますが、加齢とともに筋肉が衰えてきたということでしょうか。

今年、私は父が他界した年齢になりました。同僚から「早く医者に行け」と言われてもなかなか行かない私ですが、父の命日を前に「健康であることに感謝する」という言葉を噛みしめています。

丸山

●千曲市役所の住所、電話・FAX番号

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)

●市報千曲10月号の印刷費は、1部あたり約29円です。