

GREETINGS FROM THE MAYOR

市長あいさつ

千曲市長
小川 修一



千曲市は、「人をてらす 人をはぐくむ 人がつながる 月の都～文化伝承創造都市・千曲」を将来像としています。月明かりのように人にやさしく、ロマンを感じるまち、先人が築いて来た市内の様々な文化を磨き上げ、進化させ、新たな文化を創造するまちを目指し、市民の皆さまのご協力をいただきながら、市政の発展に努めてまいります。

このたび作成した「千曲市暮らしのガイドブック2022」は、官民協働事業によるもので、制作に賛同された皆さまの広告費で制作されています。ご協力いただきました多くの皆さまに厚くお礼申し上げます。

本冊子では、市の紹介、市民の皆さまの暮らしに役立つ行政情報、地域情報などが分かりやすくまとめられていますので、皆さまにとって利便性の高い冊子となっています。日常生活のガイドとしてご活用いただけると幸いです。

千曲市のシンボル

市花



あんず



節分草

市木



あんず



市章

デザインは、「共生と交流の和・環をイメージし、千曲市の「千」を表現」したもので、合併時に掲げた市の将来都市像である「千曲川に月や花が映える共生と交流の都市(まち)」実現への願いが込められている。



市民憲章

千曲の清流、月の名勝 姨捨山、日本一のアんずの里、豊かな温泉など、恵まれた風土と縄文以来の長い歴史や文化をもつふるさとに育まれているわたしたちは、千曲市民としての誇りと責任をもち、未来への限りない発展を願って、次のことを誓います。

- 1 清らかな水と澄んだ空、郷土の歴史や文化を大切にす豊かなまちをつくります。
- 1 たがいに支え合い、安心して暮らせるあたたかなまちをつくります。
- 1 心身をきたえ、元気にはたらく活力あるまちをつくります。

CONTENTS

- 1 市長あいさつ



千曲市ガイド

- 6 千曲市のお役立ち情報ツール
8 千曲市の基本情報

特集 ～月見の物語～

- 10 日本遺産「月の都 千曲」
12 3つのストーリー



行政ガイド

- | | | | |
|----|-------------|-----|----------|
| 34 | いざというときのために | 81 | 健康づくり |
| 50 | 市庁舎・業務案内 | 82 | 子育て・教育 |
| 55 | 各種相談 | 90 | ごみ・上下水道 |
| 58 | 届出・証明 | 95 | すまい・暮らし |
| 63 | 税金・年金・国保 | 100 | 仕事・産業 |
| 73 | 高齢者福祉 | 102 | 施設一覧・MAP |
| 80 | 障がい者福祉 | | |

特集

ぐる〜っと、ちくま ジモトタビ

- 14 **レキクタビ** 埴科古墳群をぐる〜り!!
- 16 **イデユクタビ** レトロな温泉街をぐる〜り!!
- 18 **ミドリタビ** 残したい千曲の自然をぐる〜り!!
- 20 **グルメタビ** うまい!きれい!大好き!地元ブランドをぐる〜り!!
- 22 **アソビタビ** 憩いの場、交流の場、冒険の場 近くの公園をぐる〜り!!
- 24 **マツリタビ** 四季のうつろいをぐる〜り!!

特集

共につくる、ハートのまち千曲

- 26 心強いサポートがたくさんある 千曲市の子育て環境
- 28 千曲市、福祉のこれから。誰もがイキイキ元気に暮らすまち
- 30 「する」「みる」「ささえる」千曲市のスポーツ

生活ガイド

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| 116 千曲医師会 | 120 千曲市 健康マップ |
| 117 更級歯科医師会
埴科歯科医師会 | 122 葬儀の流れ |
| 118 更埴薬剤師会 | 123 エンディングノートを
準備しませんか? |
| 119 千曲商工会議所
戸倉上山田商工会 | 124 リフォームの基礎知識 |

写真提供 一般社団法人信州千曲観光局 千曲市観光写真コンテスト

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| P1:「完熟の十二単挽ぎ取って」池田利昭/特選(2016) | P24:「満開の杏の花」竹内 實/入選(2020) |
| P9:「咲き誇る花々」森晴雄/入選(2018) | P24:「只今火熾し中」森 晴雄/入選(2016) |
| P12:「染まる長楽寺」鈴木 功/入選(2019) | P25:「熱気」滝沢 豊満/信州千曲観光局賞(2017) |
| P18:「更科川のホタル」大代 孝浩/準特選(2019) | P25:「信州大輪の華」樽沼 政男/特選(2017) |
| P23:「あっぱれ!」森 晴雄/入選(2012) | |

ライフサイクル インデックス

CHIKUMA CITY LIFE CYCLE INDEX



赤ちゃんが生まれたら

出生届 ▶ P58

生まれた日から14日以内に届出



- 69 国民健康保険
(加入の手続き)
- 82 母子健康手帳



**育児
CHILD
REARING**



- 82 出産・育児
- 83 予防接種
- 84 子育て支援
- 85 保育園・幼稚園・認定こども園・小規模保育施設

- 87 児童施設
- 88 小・中学校
- 89 教育費補助制度・教育相談など

**教育
EDUCATION**



**成人
ADULT**



- 66 国民年金
- 69 国民健康保険

必要な方
印鑑登録 ▶ P59



引っ越しに関する届出

市外から引っ越ししてきたら

転入届 ▶ P59

引っ越ししてきた日から14日以内に届出

市内で引っ越すとき

転居届 ▶ P59

引っ越しした日から14日以内に届出

市外へ引っ越すとき

転出届 ▶ P59

あらかじめもしくは引っ越し後14日以内に届出



35 防災

46 避難場所

家族が亡くなったら

死亡届 ▶ P58

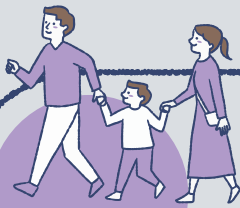
死亡の事実を知った日から7日以内に届出

66 国民年金

71 後期高齢者医療制度

73 高齢者福祉

76 介護保険



55 相談

61 証明書の請求

63 税金

90 ごみ

91 上水道

92 下水道

95 ペット

102 施設一覧



婚姻届 ▶ P58



千曲市のお役立ち情報ツール



市からのお知らせ

千曲市公式ホームページ

くらしの情報や行政に関する情報等を掲載。最新の情報は新着情報から確認することができます。音声読み上げ機能や外国語自動翻訳にも対応しています。



千曲市

市報千曲

月1回発行。市内の各家庭に配布しています。市政や催し物などの各種お知らせ、まちの出来事などの情報を掲載。バックナンバーは、二次元コードからご確認ください。



COLUMN

必要な手続きをチェック!

くらしの手続きナビ

生活に必要なさまざまな手続き情報を調べ、オンライン申請できる手続きなども紹介しています。手続きをする前にぜひ活用してみましょう。



ソーシャルメディア

長野県千曲市(公式) ツイッター

市政情報やイベント情報などをタイムリーに発信します。



長野県千曲市 フェイスブック

市のイベントや行事、災害など緊急時の情報も発信します。



千曲市役所公式 YouTubeチャンネル

市内外の閲覧者に千曲市の魅力を発信します。



千曲市防災情報 ツイッター

災害等の緊急時にいち早く関連情報を発信します。





子育て情報

千曲市子育てガイドブック

千曲市で子育てされる方に必要な情報をまとめた冊子です。子育ての心強いサポーターとして活用ください。母子手帳発行の際や子育て世帯の転入時等に配布しています。



電子書籍



千曲市子育て応援アプリ

市の子育てポータルとして、子育て支援に関する情報がこのアプリにぎゅっと集約されています。市が配信する子育て情報を受け取ることができます。ぜひご利用ください。



iOS



Android



おでかけ情報

一般社団法人 信州千曲観光局

観光情報サイトです。市内にあるスポット紹介やイベント、体験プログラムなども掲載しています。



みちさき案内ナビ

市内の観光情報はもちろん、市の施設情報などくらしのサポートとしても活用できる情報サイトです。



千曲市の基本情報



位置・地勢

千曲市は、長野県北信地域の南東部に位置し、西は大林山、冠着山、東は鏡台山をはじめとする山地に囲まれています。そのほぼ中央を、東南から北東に大きく曲がりながら千曲川が流れています。千曲川をはさんで両岸には平坦部が広がり、北は善光寺平に接しています。

標高の最高地点は大林山で1,333m、最低地点は雨宮起返下ノ割の水田353mです。

現在、市の北部には、首都圏と北陸圏を結ぶ上信越自動車道と、中央自動車道につながる長野自動車道が結ばれる更埴ジャンクションがあり、高速交通網の要の役割を果たしています。

人口

58,852人

世帯数

22,023世帯

人口密度

491.3人/
平方キロメートル

姉妹都市

- ▶宇和島市(愛媛県)
- ▶射水市(富山県)
- ▶横芝光町(千葉県山武郡)

令和2年国勢調査結果(令和2年10月1日現在)

千曲市の一日



出生

0.9人
(令和3年度)



転入

4.4人
(令和3年度)



結婚

0.9組
(令和3年度)



救急

7.7件
(令和3年度)



交通事故

0.4件
(令和3年度)



死亡

2.3人
(令和3年度)



転出

4.1人
(令和3年度)



離婚

0.2組
(令和3年度)



火災

0.07件
(令和3年度)



刑法犯

0.2件
(令和3年)

成り立ち

昭和初期、この地域は埴科郡と更級郡の2つの郡、5町6村から成り立っていました。

昭和の大合併を契機に更埴市、戸倉町、上山田町が誕生し、1市2町は隣接する自治体として、ごみやし尿の共同処理、常備消防や中学校の共同運営など、さまざまな業務で協力しあってきました。

近年、行政のスリム化や健全化などを進める地方分権の時代になり、さらに一体化、効率的なまちづくりを推進することを目指して、平成15(2003)年9月1日、千曲市が誕生しました。

産業

観光業

古くから善光寺参りの精進落としての湯として栄えてきた戸倉上山田温泉は、開湯120年を経て信州屈指の温泉街を形成し、周囲には「さらしなの里」「名月の里」「あんずの里」の観光地が形成されています。令和2(2020)年には、姨捨の棚田をはじめとした「月見」の物語が日本遺産に認定され、さらなる観光需要が見込まれています。



▲千曲市日本遺産センター

農業



▲満開のあんずの花

千曲川の豊かな水によって育まれた肥沃な大地に恵まれ、「日本一」といわれるトルコギキョウを中心とした花卉栽培、リンゴやブドウなど多品目の果樹栽培が盛んです。また、観光とのタイアップによる姨捨の棚田のオーナー制度、「一目十万本」といわれる「日本一のあんずの里」など魅力ある農業を進めています。

工業

首都圏と北陸圏を結ぶ高速道路のジャンクションという立地を活かし、最先端のハイテク産業、精密加工業、食品産業が育っています。



▲開発中の八幡東産業団地

千曲市歌

作詞:金子双葉

補作:新実徳英

補作:神尾直子(市歌制定委員会)

作曲:新実徳英

1

わが街流るる 千曲川
豊かなる水 よどみなく
新たな潤い もたらして
太陽を浴びて きらきらと
さざなみ煌く その流れ
常に勢い あふれたり

2

わが街見守る 山々は
冠着 姨捨 一重山
新たな風を 巻き起こし
千曲の大地 駆け巡る
光をまといし その緑
常に堂々 そびえたり

3

新たな歴史を 刻みつつ
未来に残そう 温もりを
どれだけ時が 流れても
変わらぬ想い この先も
人々包みし その笑顔
常に希望に あふれたり