

広報

須



坂

市

12
2025

特集 須坂市この1年

竜ヶ池周辺の花壇整備
高校生が小学生に紙芝居で
花の植え方を教えました



須坂市この一年

2025年も残りひと月となりました。
新たなまちの玄関口がオープンし、須坂市の未来に向けて歩みを進めたこの1年を振り返ります。
皆さんにとって、どんな1年だったでしょうか？

1/12 二十歳を祝う会

これからの人生が実り多いものとなることを願い、335人が華やかな振り袖やスーツに身を包み、友人や恩師との再会を喜びました。



5/11 春の臥竜公園写生大会



臥竜公園や動物園の動物たちを熱心に観察しながら一生懸命に描いた作品が並びました。応募は142点、そのうち114点が入賞しました。



7/19 第48回須坂カッタカタまつり

36の踊り連が参加し、華やかな衣装と力強い踊りで会場を盛り上げました。当日は天候にも恵まれ、大勢の来場者でにぎわい、笑顔と活気に包まれたお祭りとなりました。

8/2 戦後80年特別事業 須坂市民学園公開講演会 「上高井の満蒙開拓から～戦争体験を次世代につなぐ～」



市内在住の満蒙開拓団帰還者の二人が、自身の体験を通して戦争の悲惨さや平和への願いを語り、約140人が耳を傾けました。参加者は、当時の厳しい状況や次世代へ伝えたい思いを真剣に聞いていました。

8/30 イオングループとの協定締結

「地域貢献連携協定」など3つの協定を締結しました。双方が緊密に連携し、それぞれの資源を有効に活用した協働によって、地域のさらなる活性化と市民サービスの向上を目指します。



1/16 版画美術館リニューアルオープン

2/1 市制70周年記念「100年後に残したい須坂 写真展示会」(～28日)

2/19 長野都市ガス(株)と「災害時における都市ガス供給等の相互協力に関する協定」を締結

3/25 九反田町ラウンドアバウト交差点開通式

3/25 動物園で県内初ニホンイヌワシのヒナ誕生

4/1 臥竜公園さくらまつり、夜間ライトアップ(～20日)

4/1 須坂市結婚サポートデスク設置

6/17 須坂市がふるさと納税の対象となる地方団体の指定取り消し処分を受ける

7/1 「ハリマヤハイパークロコンコース峰の高原」命名

7/12 第14回須高地域医療福祉を考える集い「須高地域で人生会議を広めるための取組みと課題」

7/23 須坂学園構想基本方針(案)地域説明会(～8月19日)

8/24 須坂市総合防災訓練

8/30 こころの健康づくり講座「ストレスと上手に付き合うために～気持ちがお楽になる考え方を身につけよう～」

9/1 須坂市キャッシュレスポイント還元キャンペーン（～22日）

10/1 あなたの命を守る「マイナ救急」の開始

10/1 すざか市民バス運用ルート変更

10/7 中学校部活動の地域移行のための須坂市地域クラブ設立

10/7 博物館特別展「音楽・版画・俳句を愛した須坂の人たち～文化・芸術へのまなざし～」（～11月24日）

10/16 イオンモール(株)や東日本高速道路(株)などと「災害時における緊急待避所としての施設使用に関する協定」を締結

10/30 令和7年度全国伝統的建造物群保存地区協議会、関東・甲信越ブロック会議・研修会（～31日）

11/1 「防災すざか」アプリ運用開始

11/1 市民課窓口申請書作成支援システムを導入

11/1 須坂芸術祭HIBIKI初開催（～3日）

11/1 第38回信州須坂大菊花展（～16日）

11/6 戦没者追悼式

11/29 市民健康づくり講座「お酒を飲まない人も要注意！あなどれない脂肪肝の話」

12/6 須坂市民生委員・児童委員および主任児童委員就任式

12/18 アークランズ(株)と「災害時における救援物資提供に関する協定」など2つの協定を締結

10/3 イオンモール須坂開業 畑と台所（須坂市ブース）出店

1階食物販ゾーンSUZAKA蔵内に須坂市のブースを設置しました。市特産品の紹介・販売や観光PRを行うほか、シェアキッチンでは郷土食や地元飲食店の味を紹介しています。



10/12 第37回信州須坂ランニングフェス



臥竜公園庭球場前をスタート地点に「信州須坂ランニングフェス」を開催しました。当日は天候にも恵まれ、約1200人のランナーが高甫・井上地区を駆け抜け、沿道からは多くの声援が送られました。

11/3 須坂市表彰式 名誉市民称号記・章贈呈式

各分野において永年にわたり市の発展にご尽力いただいた方を表彰しました。また、公共の福祉の増進に特に功績がある村石久二さんを、7人目の須坂市名誉市民に推戴しました。



11/9 第41回須坂市消防団音楽隊定期演奏会

消防団音楽隊が、火災予防の啓発や日頃の訓練成果の発表を目的に、恒例の演奏会を開催しました。ラッパ隊、カラーガード隊、分団長をはじめ、出演団員が一体となって会場を盛り上げました。



地域福祉の担い手

民生委員・児童委員

問合せ 福祉課(☎026-248-9003)

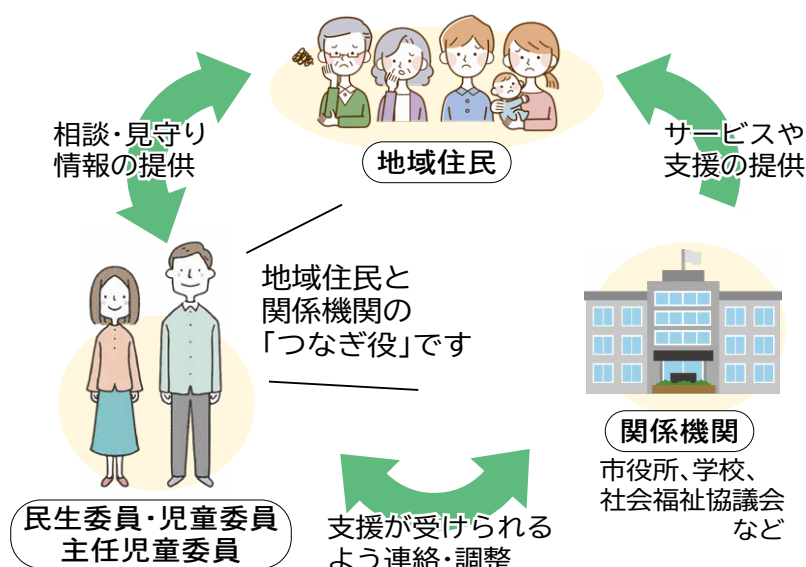
民生委員・児童委員は、地域の皆さんからの困り事や心配事などの身近な相談相手となり、行政や関係機関との「つなぎ役」として、高齢者や障がいのある方、子育て中のご家庭など、暮らしの中で生まれるさまざまな課題や不安に対し、幅広い福祉の相談や必要な情報提供を行っています。

民生委員・児童委員、主任児童委員とは

民生委員・児童委員は、民生委員法に基づき全ての市区町村に設置されます。厚生労働大臣から委嘱された非常勤の特別職の地方公務員で、「身近な相談役」「支援へのつなぎ役」として、地域住民の皆さんが抱える課題を解決するために活動します。

主任児童委員は、子どもや子育て家庭への支援を専門に担当しています。

任期はそれぞれ3年で、民生委員は児童委員を兼ねています。



地域でこんな活動をしています

●地域住民からの相談

高齢者や障がいのある方、子育て世帯などが抱える課題や地域住民からの生活上のさまざまな相談に乗り、ニーズに応じて行政サービスなどを紹介しています。

●ふれあいサロンなどの運営協力

高齢者の居場所づくり、仲間づくりを目的とした「ふれあいサロン事業」などの運営に協力しています。

●子どもたちの安全を守る活動

登下校時の子どもたちの見守りや声掛け、通学路周辺のパトロール活動などを行っています。

●避難行動要支援者の避難支援態勢づくり

区と協力しながら、高齢者や障がいのある方など避難行動要支援者の災害時の避難支援態勢づくりのために、「新・地域見守り安心ネットワーク事業」に取り組んでいます。

●小・中学校や保育園への協力

子どもたちの健やかな育ちを支援するため、行事への参加や福祉教育などに協力しています。

●高齢者世帯などの訪問・見守り

高齢者世帯などを定期的に訪問し、相談に乗ったり、体調の悪化や犯罪被害防止のために、見守りを行っています。

新しい民生児童委員の皆さんを紹介します（敬称略） 任期…2028年11月30日まで

上部地区	穀 町	宮崎 安妃子
	上 町	青木 俊晴
	本上町	加藤 洋子
	上中町	村石 澄子
東部地区	中 町	中野 博勝
	春木町	角田 智子
	春木町	西野 憲衝
	春木町	小林 美雪
	太子町	千村 博子
西部地区	新 町	土屋 厚子
	常盤町	森 依子
	横 町	岡田 瑞恵
	東横町	玉井 千永子
	南横町	下村 敦子
南部地区	北横町	黒岩 正
	立 町	田尻 亮子
	馬場町	山田 直美
	馬場町	岡田 俊昭
	馬場町	高島 好子
	須坂ハイランド町	荒井 和夫
	坂田町	伊藤 康雄
	坂田町	境 由美子
	南原町	坂田 信幸
	南原町	須田 進
	南原町	岩本 信義
	北原町	堀内 康雄
	北原町	返町 好美
	小山町	滝澤 明
	小山町	永井 公子
	屋部町	平林 直子
	屋部町	高橋 洋子
	屋部町	山崎 照夫
	屋部町	西澤 みゆき
	八幡町	山岸 あつ子
	八幡町	宮下 けさ子
	八幡町	飯塚 正行
	境沢町	永田 繁江
	境沢町	佐藤 達夫

日滝地区	相森町	内田 和彦
	相森町	宮入 敦子
	高橋町	岡本 洋子
	高橋町	目黒 敦子
	高橋町	北村 恵美
豊洲地区	大谷町	小林 和代
	大谷町	山際 智子
	本郷町	永田 美智代
	本郷町	深井 俊一
	高畑町	宮尾 悦子
日野地区	南小河原町	塚田 廣
	小河原町	竹前 あけみ
	新田町	加藤 康恵
	小島町	依田 菜穂子
	相之島町	赤沼 益子
	北相之島町	中根 紀子
	北相之島町	森泉 あや子
	豊島町	畠山 正
	旭ヶ丘町	滝澤 真由美
	旭ヶ丘町	篠原 恵子
	旭ヶ丘町	大島 幸治
	北旭ヶ丘町	関谷 みちえ
井上地区	北旭ヶ丘町	関谷 俊生
	北旭ヶ丘町	東海林 文子
	松川町	宮川 治枝
	光ヶ丘ニュータウン	豊田 孝美
	八重森町	駒津 幸男
	沼目町	勝山 昇
	塩川町	有坂 昇悦
	塩川町	有坂 裕子
	塩川町	長野 弘志
	塩川町	吉川 一夫
井上地区	高梨町	池田 雄二
	高梨町	中島 明美
	五閑町	田村 憲雄
	村山町	豊田 満佐雄
	田の神町	牧 宏友

井上地区	井上町	青木 伸二
	井上町	一色 学
	福島町	平野 宏子
	中島町	堀内 一好
	九反田町	塩崎 八重子
高南地区	幸高町	佐藤 香代子
	米持町	北堀 豊一
	米持町	板倉 由美子
	二睦町	高橋 秀一
	上八町	本藤 洋子
東地区	下八町	村石 喜一
	野辺町	返町 昭子
	村石町	東嶋 雄二
	明德町	吉越 進
	望岳台	村石 健一
	望岳台	柴田 麗子
	仁礼町	金井 美恵子
	仁礼町	中嶋 茂樹
	仁礼町	和久井 義春
	亀倉町	羽生田 修
東地区	亀倉町	百瀬 富士彦
	亀倉町	小山 ちよみ
	夏端町	上林 美知子
	米子町	竹前 真理子
	塩野町	西澤 えみ子
	峰の原高原	中澤 王久東
	大日向町	宮本 一敬
	豊丘町	山岸 美和子
東地区	豊丘町	久保田 弘美
	豊丘上町	小林 正寿



新しい主任児童委員の皆さんを紹介します（敬称略） 任期…2028年11月30日まで

上部	松澤 智恵子（穀町）
東部	浦野 澄子（太子町）
西部	西田 幸恵（立町）
南部	神戸 要子（北原町）
	後藤 ひでみ（屋部町）

日滝	白川 理（高橋町）
豊洲	永井 英一（小島町）
	佐藤 里美（光ヶ丘ニュータウン）
日野	中島 貴洋（高梨町）
井上	塚田 厚子（福島町）

高南	前島 章良（明德町）
東	返町 幸見（亀倉町）
	坂田 啓子（豊丘上町）



「助け合い」の除雪にご協力をお願いします



問合せ 道路河川課(☎026-248-9006)

市では、降雪時に除雪作業を行っていますが、全ての道路を除雪することは困難です。自宅周りや生活道路などは、地域住民の皆さんでの除雪作業にご協力をお願いします。

「助け合い」の除雪をお願いします

- ▶身近な生活道路など
- ▶除雪車などによる除雪後に残ってしまう雪
- ▶高齢者世帯など、除雪が困難なご近所さんの宅地

雪を片づける場所に注意

- ▶宅地などの雪は道路に出さない
- ▶道路の雪は道路脇に寄せる
(注意) 水路に雪を捨てると水があふれて水害の原因になります。

たまった雪は、指定の2カ所の排雪場所に捨ててください

排雪場所 百々川緑地排雪場、大豊橋排雪場
(右図のとおり)

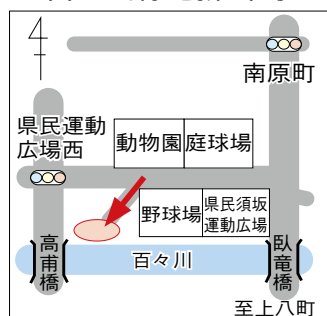
開場時間 午前8時～午後5時

※奥から整然と捨て、ごみは取り除いてください。

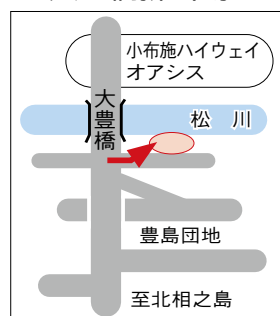
お願い

- ❄ 路上駐車は除雪作業の妨げになるので、おやめください。
- ❄ 市道に散布するための凍結防止剤を各区に配布していますので、適切な利用をお願いします。

▼百々川緑地排雪場



▼大豊橋排雪場



凍結に注意！水道管の冬支度はお早めに

問合せ 上下水道課(☎026-248-9013) 営業課(☎026-248-9012)

冬季の冷え込みにより、水道管が凍結し破損してしまう恐れがあります。冷え込みが厳しくなる前に凍結防止対策を行いましょう。

凍結防止対策の例

- ▶水道管や蛇口に、保温材や凍結防止用の電熱線などを巻いて保温する。
- ▶水抜栓(不凍栓)を操作して水道管の水抜きを行う。

※市ホームページでも対策方法を紹介していますので、ご覧ください。

市ホーム
ページ



水道管が破損してしまった場合は

メーターボックス内の元栓を閉め、市指定の給水装置工事業者に相談・修理依頼してください。修理にかかった費用は、全額自己負担になります。市では、修繕工事などの対応はできません。

メーターボックス周辺の除雪にご協力を

ふたを開けて検針できるよう、積雪時はメーターボックスや止水栓周辺の除雪をお願いします。検針ができない場合、暫定的に推量で認定し、次回以降の精算となります。



空き家などの水回りが凍結破損し、大量の水が出続け、高額な水道料金が発生する事例が増えています！

※使用者(管理者)の責任となるため、請求した額をお支払いいただきます。

空き家の所有者、家を長期不在にする予定の方は、次の対策を行ってください。

- 水道局に連絡し、閉栓を行う
- メーターボックス内のバルブを閉め、使用時のみ開ける

須坂図書館からのお知らせ



問合せ 市立須坂図書館（☎026-245-0784）

開館時間 火～金曜日 午前9時30分～午後7時／土・日・祝日 午前9時～午後5時
※毎月最終金曜日は館内整理のため休館になります（12月は26日）。

月曜日が祝日の場合、次の平日が休館になります。

右の二次元コードから市立須坂図書館ホームページをご覧ください。



こどもクリスマス会

図書館のクリスマス会は、おはなしいっぱい！楽しさいっぱい！ぜひ、ご来場ください。

とき 12月13日(土) 午前10時30分～11時30分

ところ 旧上高井郡役所2階 多目的ホール1

内容 絵本の読み語り、パネルシアター、ミニ工作

出演 おはなしボランティアの皆さん

対象 幼児～小学校低学年程度の子どもとその保護者

定員 40人（申込不要・参加費無料）



須坂新聞社×市立須坂図書館合同企画 「ほのぼの川柳ほくしん流」作品募集

第47回のお題は「勝」または「負・敗」。1人何句でも応募できます。

応募方法 須坂図書館にある投句用紙に必要事項を記入し、館内の投句箱へ入れてください（ペンネーム可）。

応募期限 12月28日(日)

【年間大賞を決定する投票を行っています】

今年1年間の優秀作品を展示しています。皆さんの投票で年間大賞を決定します。ぜひ、投票にお越しください。

投票期限 12月28日(日)

年末年始は休館します

期間

12月29日(月)～2026年1月3日(土)

★書籍・雑誌・CD・DVDは12月16日(火)～28日(日)に借りると、返却日が休館明けになり、通常より長く借りることができます。

休館中は返却できません

年末年始休館中、本の返却はできません。お正月はゆっくり読書をお楽しみいただき、1月4日(日)以降に返却してください。



須坂図書館公式キャラクター
ぶっくろーと本のぼんちゃん

利用者カードを持参しなくても、Web利用者カードの提示で本を借りられる “スマホで貸出” はじめました！

お手持ちのスマートフォンで須坂図書館の蔵書検索（インターネットサービス）のページにログインし、画面に表示されるバーコード（Web利用者カード）を提示することで、本を借りることができます。

利用できる方

須坂図書館の「利用者カード」をお持ちで、須坂図書館のインターネットサービスに使うパスワード（4桁の数字など）を登録している方
※利用者カードの交付や、インターネットサービスに使うパスワードの登録申請は、いつでも図書館カウンターで受け付けています。

※これまでの利用者カード（印字式）も引き続き使えます。

須坂図書館のインターネットサービス

▶蔵書検索

▶貸出・予約ランキングの閲覧

パスワードを登録するとさらに次のことができるようになります！

▶スマートフォンにWeb利用者カードを表示

▶借りている本のタイトルと返却期限の確認

▶本の貸出期間の延長※期限当日までに、1回のみ

▶本の貸出予約（順番待ち）※須坂市・小布施町・高山村に在住・在勤の方のみ

図書館インターネットサービス



お知らせ

12月3日～9日は 障害者週間 共に支え合い みんながいきいきと 暮らせる社会のために

問合せ 福祉課(☎026-214-7019)

毎年12月3日から9日は「障害者週間」です。この週間は、障がいのある方の社会参加を促進することを目的に、「障害者基本法」に基づいて定められています。

須坂市は「障がいのある人もない人も、みんながいきいきと安心して暮らせるまち」を目指しています。

見えない障がいを知っていますか？

外見からは分からなくても、精神障がい・聴覚障がい・内部障がい・難病など、「見えない障がい」により支援を必要としている方がいます。

【困りごととは人それぞれ】

人混みや大きな音が苦手、長く並ぶのが難しい、言葉での説明が理解しにくい、声が聞こえにくいなど、見えないからこそ周囲の人が気付きにくく、誤解を受けてしまうこともあります。

静かな場所で話す、急がせない、筆談や手話を使うなど、ちょっとした配慮やあたたかな見守りが、障がいのある方の安心や生きやすさにつながります。

見えない障がいを周囲に知らせるマークがあります

ヘルプマーク

外見からは分からなくても援助や配慮を必要としていることを周囲に知らせることで、思いやりの支援を受けやすくなるためのマークです。

【配布場所】

- ▶福祉課（窓口8番・本庁舎1階）
- ▶県立信州医療センター



ヘルプカード

「手助けしてほしいこと」「わかってほしいこと」などをあらかじめ記入し、日常生活でちょっとした支援が欲しいときや、体調不良・災害時などに示すことで、周囲からの配慮や援助を受けやすくなるためのカードです。

【配布場所】

- ▶福祉課（窓口8番・本庁舎1階）
- ▶須高地域総合支援センター



ヘルプマークやヘルプカードを見かけたら、電車やバスで席を譲る、困っている様子があれば声をかける、災害時には安全に避難できるよう支援するなど、思いやりのある行動を心がけましょう。

障がいのある方への相談支援

障がいのある方が安心して地域で暮らせるよう、須坂市・小布施町・高山村では、共同で障がいのある方への相談支援事業を実施しています。福祉サービスの利用をはじめ、日常生活に関するさまざまな相談に、専門の相談員がきめ細かく対応します。

時 間 月～金曜日午前9時～午後6時（祝日、年末年始を除く）

と ころ 須高地域総合支援センター（大字須坂1387（本上町））

相談内容 ▶福祉、保健、医療などサービスの情報提供 ▶家庭訪問や来所による相談
▶地域資源全般に関する相談など

問合せ NPO法人須高地域総合支援センター（☎026-248-3750）

お知らせ

主な生活関連施設 年末年始の営業案内

12月26日(金)～2026年1月5日(月)は下記のとおり営業します

詳しくは、各施設
などへ直接お問い合わせください。
※市外局番はすべて
☎026です。



○…営業 △…一部営業 □…休み	12月						1月				
	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)
市役所(水道業務含む)	○										○
ごみの収集	○			△	△						○
ながの環境エネルギーセンター	○	△		○	○						○
清掃センター	○				△						○
すざか市民バス	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	○
すざか乗合タクシー	○	○									○
松川苑(火葬場)	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○
し尿の収集	○			○							○
湯っ蔵んど	○	○	○	○	○	△	△	○	○	○	○
須坂温泉古城荘	○	○	○	○	○	△	△	○	○	○	○

市役所

【死亡届と婚姻届の受け付け】 問合せ 市民課(☎248-9002) 市役所代表電話番号(☎245-1400)

▶死亡届の受け付けや埋葬・火葬許可証の発行は毎日行います。平日の夜間や休日、12月27日(土)～1月4日(日)は、宿直の窓口(市役所本庁舎西側)にお越しください。

▶婚姻届を平日の夜間や休日、12月27日(土)～1月4日(日)に提出する場合は、必ず提出希望日前の開庁時間内(午前8時30分～午後5時15分)に市民課で書類の事前審査を受けてください。

【漏水、水道管凍結などの場合】 問合せ 塩野浄水場(☎245-1402)

市指定給水装置工事事業者へ連絡して、修理を依頼してください。

ごみの持ち込み ごみの収集は「ごみカレンダー」をご覧ください。

▶ながの環境エネルギーセンター(可燃ごみ)(☎222-5301)

受入時間 月～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

▶須坂市清掃センター(不燃ごみ)(☎246-9000)

受入時間 午前8時40分～午後4時30分

12月30日(火) 午前8時40分～正午

▶エコサポートすざか(資源物など)

年内は12月14日(日)で終了し、2026年は1月10日(土)から営業します。

問合せ 生活環境課(☎248-9019)

バス・乗合タクシー

【すざか市民バス】

問合せ 長電バス(☎296-3208) まちづくり課(☎248-9007)

▶仙仁線…運休なし

(おはようライナーは12月27日(土)～1月4日(日)は運休)

▶その他の路線…12月28日(日)～1月4日(日)は運休

※長電バスは便により運休があります。詳細は長電バスホームページをご覧ください。



長電バス

【すざか乗合タクシー】 問合せ まちづくり課(☎248-9007)

申込期限 利用希望日の前日午後3時まで

申込先 予約センター(☎248-0777)午前9時～正午、午後1時～3時

※12月27日(土)～1月4日(日)は休業

松川苑(火葬場)

1月1日(木)のみ休業します。

問合せ 松川苑(☎245-2268)

し尿の収集

年内は12月29日(月)まで収集します(申込は12月15日(月)まで)。

申込・問合せ

環境クリエーション(☎245-9400)

湯っ蔵んど

営業時間 午前10時～午後10時

12月31日(水) 午前10時～午後6時

※入館は午後5時まで

1月1日(木) 午前11時～午後9時

※入館は午後8時まで

問合せ 湯っ蔵んど(☎248-6868)

須坂温泉古城荘

営業時間 午前6時～午後10時

12月31日(水)・1月1日(木) 午前6時～午後9時

※入館は午後8時まで

問合せ 古城荘(☎245-1460)

募集

2026年度の
会計年度任用職員を募集します

市ホームページ

4月1日～翌3月31日の期間内で雇用する非常勤の地方公務員です。任用期間はいつでも1年度以内です。

募集区分および職種

フルタイム（月額給料）

勤務形態 1日7時間45分、ひと月20日程度

職種 ▼保健師▼看護師▼主任介護支援専門員▼社会福祉士▼管理栄養士▼歯科衛生士▼学芸員▼動物飼育技術員

パートタイム（時間報酬）

勤務形態 1日6時間30分以内（ひと月20日以内）または、1日7時間45分（ひと月15日以内）

職種 ▼一般事務▼一般事務（障がい者）▼保健師▼看護師▼作業療法士▼管理栄養士▼歯科衛生士▼栄養士▼介護支援専門員▼現業▼児童生徒支援員

※受験資格などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

※原則として、応募日現在、須坂市に住所を有する方を優先します（市外の方も応募できます）。

共通事項

募集人員 各職種とも若干名

申込方法 申込書を市ホームページからダウンロードし、作成の上、市ホームページ上の申し込みフォームから電子申請で申し込んでください。電子申請による申し込みができない場合は、総務課（〒382-8511 須坂市役所〈住所不要〉）に郵送または持参してください。メールなどによる申し込みは受け付けません。

申込期限 2026年1月5日（月）※郵送の場合、1月5日（月）必着

試験方法 書類選考の上、面接試験を実施します（面接試験は1月26日（月）～2月5日（木）に実施予定）。

任用 登録制です。4月からの雇用とは限りません（雇用しない場合もあります）。

社会保険など 勤務日数・勤務時間が一定以上の方は、社会保険などに加入します。

【問合せ】▼印：総務課（☎026・248・9000）

▼印：学校教育課（026・248・9010）

伝建地区とは

伝建地区（伝統的建造物群保存地区）とは、町家や土蔵などの伝統的建造物と石積みや樹木などの周辺環境を、歴史的・景観的にまとまりのあるものとして、市が将来にわたり保存していくと定めた地区です。

※伝建地区の詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

工事基準と事前申請

地区内で建物の改修や修繕など現状を変更する工事を行う場合は、次の基準に沿い、事前の申請をすることが必要です。

▼修理基準（特定物件）

▼修景基準（特定物件以外）

▼許可基準（最低限の基準）

工事内容が決まる前に、まずはご相談ください。

補助金の申し込み

修理・修景基準を満たした工事には、補助金を活用できる場合があります。

お知らせ

伝建地区での修理・修景には
補助制度を活用できます

ます。補助を受けるためには、工事年度の前々年から各種書類の提出が必要で、2027年度に修理などで補助金を希望する方は、早めにお申し込みください。

※希望件数や優先度、緊急度など、ご希望の年度に沿えない場合があります。ご承知おきください。

申込書類 補助事業実施希望申込書
申込期限 2026年1月30日（金）

※補助金の詳細や申込書のダウンロードは、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



【申込・問合せ】文化スポーツ課（☎026・248・9027）

お知らせ

残さず食べよう！30・10運動

この運動
いちまゐ

12月～1月は宴会食べきりキャンペーン期間です



宴会の最初の30分と最後の10分は自分の席で料理を楽しみ、食べ残し（食品ロス）を減らす運動です。

食べ残しのない宴会を

年末年始は宴会が増える時期です。幹事の皆さんは左の呼びかけ例を参考に、宴会開始時やお開きの前に食べ切りを呼びかけてください。

「もったいない」を合言葉に気持ちのいい宴会にしましょう。

宴会開始時の呼びかけ例



食品ロス削減を目的とした「30・10運動」というものがあります。これは、宴会の最初の30分と最後の10分を自分の席で食事を楽しむことで、宴会を楽しみながら食品ロス削減に貢献しようという取り組みです。食べ残しのないように、最初の30分と最後の10分は自分の席で食事を楽しんでいただくようお願いします。

「食べ残しのない宴会」の心得

- ☑ 適量を注文する
- ☑ 開始時に幹事さんから「おいしく食べ切ろう」と呼びかける

食べ残しを減らそう協力店に登録しませんか

- ☑ 最初の30分と最後の10分は自分の席で食事を楽しむ
- ☑ 食べ切れない料理は仲間で分ける
- ☑ お開きになる前に「有るを尽くして食べ切ろう」と呼びかける

飲食店、宿泊施設、食料品販売関連事業者を対象に、「食べ残しを減らそう協力店」を募集しています。

食べ残しを減らす呼びかけや小盛りメニューの導入など、ご協力いただけるお店は登録をお願いします。詳細は県ホームページをご覧ください。

問合せ ▼長野地域振興局環境・廃棄物対策課（☎026・234・9533）▼県資源循環推進課（☎026・235・7181）



県ホームページ

イベント

2026年
はたち
須坂市二十歳を祝う会

二十歳を迎えられた皆さん、おめでとうございます。

須坂市・須坂市教育委員会では、皆さんの前途をお祝いするため、「2026年須坂市二十歳を祝う会」を行います。大勢の方のご出席をお待ちしています。

日程

とき 2026年1月11日(日)

午後2時～4時30分

ところ メセナホール大ホール

受付

午後1時15分～1時50分

セレモニー

午後2時～2時25分

アトラクション

午後2時40分～3時30分

恩師との交流会

午後3時35分～4時30分

★アトラクションは二十歳を祝う会スタッフの皆さんが企画しています！お楽しみに！



▲昨年の様子

対象

2005年4月2日～2006年4月1日生まれで本人または家族が市内在住の方
※該当の方には案内状をお送りしました。案内状が届かない場合はご連絡ください。

その他

▼会場に入場できるのは二十歳を祝う会の対象者のみです。記念撮影などでの会場内への入場はお控えください。

▼当日、対象者のうち体調不良などにより出席を控えた方や保護者に向けて、インターネット配信をする予定です。視聴方法は案内状でご確認ください。

★参加にあたっての詳細内容は、案内状または市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



【問合せ】生活環境課

（☎026・248・9019）

【問合せ】生涯学習推進課

（☎026・245・1598）

例年より早い流行期入り インフルエンザに備えましょう！

市では、須高地域（須坂市、小布施町、高山村）の幼稚園・保育園や小・中学校などにご協力いただき、「子どもたちがどのような感染症で欠席しているか」の情報を毎日集積し、市ホームページでお知らせしています（左下の二次元コードからご覧いただけます）。

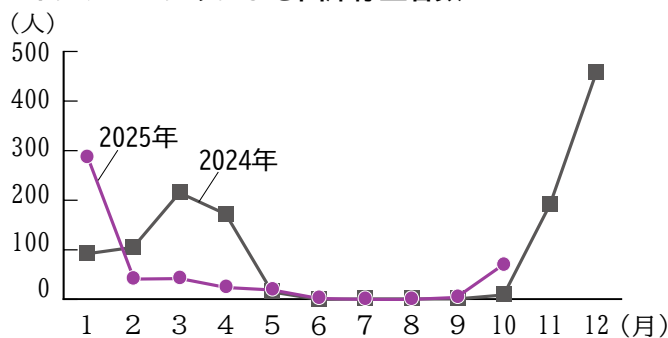
2023年1月から2025年10月の主な感染症別出席停止者数は左上表のとおりです。

■2023年1月～2025年10月の感染症別出席停止者数

（単位：人）

	2023年 1～12月	2024年 1～12月	2025年 1～10月
インフルエンザ	2,228	1,259	478
新型コロナウイルス感染症	574	616	269
手足口病	6	568	17
溶連菌感染症	126	288	92
マイコプラズマ感染症	3	141	78

■インフルエンザによる出席停止者数



感染予防策の継続を

インフルエンザは11月から2025年1月にかけて増加しました。

インフルエンザの主な感染経路は飛沫感染と接触感染です。今年は全国的に例年より早くインフルエンザが流行期入りしています。今後の動向に注意し、感染予防策を継続しましょう。

【感染予防策】

- ▼外出後や調理前の流水、せっけんによる手洗い
- ▼マスクの着用と咳エチケットの実施
- ▼適度な湿度（50～60パーセント）の保持
- ▼十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ▼暖房器具を使用しながらのこまめな換気



須高地域
感染症発生情報

信州医療センターからの重要なお知らせ
外来診療の受け入れなどを制限します

信州医療センターでは、2026年1月の電子カルテシステムの更新に伴い、外来診療および救急車の受け入れを制限します。また、更新後の1週間は、想定外のトラブルなどにより、通常より待ち時間が長くなることが予想されるため、外来診療の予約を制限しますが、皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

●外来診療・救急車の受け入れ制限

期間 2026年1月9日（金）午後6時～13日（火）午前8時30分

●須高休日緊急診療室の受け入れ制限

期間 2026年1月11日（日）～12日（月）

●外来診療の予約制限

期間 2026年1月13日（火）～16日（金）
※この期間は、診療開始時間が午前9時になります。

【システム更新に合わせて導入します】

システム更新に合わせて、待ち時間緩和のため、新たに番号案内システムおよび自動精算機を導入します。

問合せ 長野県立信州医療センター

（026）245-1650

情報ファイル12月

須坂市役所 代表 ☎245-1400
 〒382-8511 須坂市大字須坂1528-1
 Eメール info@city.suzaka.nagano.jp
 ホームページ https://www.city.suzaka.nagano.jp/
 市役所の業務時間 平日の午前8時30分～午後5時15分
 (土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く)

お知らせ

●ホームタンクからの流出事故にご注意を

事故の多くは、ホームタンクから灯油用ポリタンクなどへ小分けするときに起きる流出事故です。次の点に注意してください。

▼ホームタンクの固定状況を確認しましょう。

▼配管などに腐食や亀裂がないか確認しましょう。

●消防団歳末特別警戒

▼定期的にホームタンクの残量を確認しましょう。

▼小分け中は、絶対にその場を離れないようにしましょう。

▼小分けした後は、バルブを完全に閉めましょう。

問合せ 消防本部予防課
 (☎245・4200)

●固定資産税のお知らせ

須坂市消防団では、災害の未然防止や早期発見のため、警鐘や拍子木を鳴らしながら巡回する歳末特別警戒を実施します。

地域の安全を守るため、皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

期間 12月26日(金)～30日(火)
 問合せ 消防本部総務課
 (☎245・4100)

●2025年中に家屋を新築・増築・取り壊した方

家屋の固定資産税は、毎年1月1日時点の所有者に課税されます。市内に家屋(住宅・車庫・物置などを含む)を新築・増築した方で、税務課の家屋調査を受けていない場合はご連絡ください。

また、家屋を取り壊した場合

合もご連絡ください。

【2025年中に土地・家屋の所有者が死亡した場合】

市内の土地・家屋の所有者が死亡した場合は、相続人代表者の指定手続きなどが必要です。まだ手続きが済んでいない方は、ご連絡ください。

※2024年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。

【事業用償却資産を所有する方】

償却資産とは、事業のために所有している構築物・機械・工具・備品などの資産です。工場・事務所・商店・駐車場・アパート・農業の経営者など、個人・法人を問わず固定資産税が課税されます。

確定申告とは別に、申告書を提出してください。

対象 2026年1月1日時点で市内に償却資産を所有する方

申告期間 2026年1月6日(火)～30日(金)
 申告・問合せ 税務課
 (☎248・9001)

●無料クーポンの乳がん検診は1月31日まで

7月に対象者へ無料クーポン券を送付しました。期限内に受診しましょう。

期限 2026年1月31日(土)
 対象 1984年4月2日～1985年4月1日生まれの方

実施医療機関 県立信州医療センター(地域医療福祉連携室 ☎246・6577)

※事前予約をしてから受診してください。

問合せ 健康づくり課
 (☎248・9018)

●技術情報センターを閉館します

技術情報センターは、施設の利用状況などを踏まえて閉館いたします。2000年の開館以来、多くの皆さまにご利用いただきましたことに、心より感謝申し上げます。

なお、会議室などが必要な場合は、生涯学習センター、地域公民館、勤労者研修センター、旧上高井郡役所、人権交流センターなど、市内の他の貸館施設をご利用ください。

閉館日 2026年3月31日(火)
 問合せ 産業連携開発課
 (☎248・9033)



貸館施設一覧

広告欄

親身に相談にのってくれる

信頼の住宅リフォーム屋さん

まずはお気軽に
ご相談ください!株式会社
山岸建築キッチン/トイレ/浴室/外壁塗装/増築/新築など
お問い合わせはこちら

☎0120-507-006

https://www.yamagishi-k.jp/

〒382-0016 長野県須坂市高橋町1072-1 受付時間/9:00～18:00 TEL.026-245-1738 FAX.026-245-1748 e-mail.info@yamagishi-k.jp

山岸建築

検索

広告の問い合わせは(株)ジチタイア
 ドへ(☎092-716-1401)

●コンビニ交付サービスを一時休止します

システムのメンテナンスに伴い、証明書のコンビニ交付サービスを一時休止します。

期間 ▼12月29日(月)～2026年1月3日(土)▼1月19日(月)～2月1日(日)

休止するサービス ▼住民票の写し▼印鑑登録証明書▼所得・課税証明書▼戸籍謄抄本▼戸籍の附票の写し▼本籍地利用登録申請

問合せ 市民課
(☎248・9002)

●年末特別警戒と交通安全運動

期間 12月15日(月)～31日(水)

《特別警戒》～みんなであつこう 安心の街～

犯罪被害を防ぐためには、自分の身は自分で守ることが大切です。自宅の戸締りや自転車の施錠など、できることから始めましょう。

【電話でお金・SNS型投資・ロマンス詐欺に注意】

▼電話は常に留守番電話に設定し、相手を確認してから対応しましょう。

▼SNSを利用した詐欺が増えています。知らない相手に

お金を渡さないようにしましょう。

【不審な人や車を見かけたら通報を】

▼普段見かけない人や車に「おかしいな」と感じたなら、すぐに警察へ通報しましょう。

【空き巣や車上ねらいに注意】

▼少しの外出でも玄関や窓の戸締りを忘れずにしましょう。

▼車を離れるときは必ず鍵をかけ、車内に貴重品やバッグを置かないようにしましょう。

《交通安全運動》～信濃路はみんなの笑顔 つなぐ道～

【夕暮れ時・夜間の歩行者事故防止】

▼車や自転車は早めのライト点灯を心がけましょう。

▼歩行者は夜光反射材を身に付け、運転手に自分の存在を知らせましょう。

▼路面凍結に備え、冬用タイヤへ早めの交換をしましょう。

▼積雪・凍結路ではスピードを控え、車間距離を十分に取ります。

【高齢運転者の交通事故防止】

▼慣れた道でも安全確認を徹底して「かもしれない運転」を心がけましょう。

▼運転に不安を感じたら、家族や警察署に相談しましょう。

【自転車利用とルール遵守】

▼通行ルールを守り、命を守

るためにヘルメットを着用しましょう。

▼自転車の酒気帯び運転、飲酒提供、車両提供はすべて罰則の対象です。

【飲酒運転・危険運転の根絶】

▼飲酒運転は犯罪です。「しない」「させない」「許さない」を徹底しましょう。

▼あり運転などの危険運転は厳罰対象です。思いやりとゆずり合いの運転を心がけましょう。

問合せ 市民課
(☎248・9002)

●2026年度採用一般任期付職員募集

2026年4月1日から一定期間(3～5年間)に限り、子ども課兼福祉事務所で「子ども家庭支援員」として従事する職員を募集します。

募集期間 12月1日(月)～15日(月)

募集人員 1人

※受験資格、応募方法などの詳細は市ホームページをご覧ください。

申込・問合せ 総務課
(☎248・9000)



市ホームページ

●すぎか未来探求フェス クラウドファンディング実施中

11月9日(日)、市民参加イベント「すぎか未来探求フェス」を開催しました。多くの皆さまに支えられ、盛況のうちに無事終了しました。

事後精算や今年度のまとめ、次年度に向けた準備を目的に、クラウドファンディングを実施しています。この取り組みを「続く地域の資産」にするため、皆さんの応援をお待ちしています。

※詳細は支援ページをご覧ください。

受付期限 12月31日(水)

問合せ 森上小学校
(☎245・0236)



支援ページ

●「駒澤嘉須坂生涯学習振興基金」活動助成

生涯学習を実践している団体や個人を対象に、活動費用の一部を助成します。

交付時期 2026年5月頃

対象 学んだ成果を豊かな地域づくりに生かし、地域に貢献している団体または個人

広告欄

須坂市民限定

婚活応援プラン

これまで一步を踏み出せなかった方にも、安心・安全で質の高い出会いを体験していただきたい。そんな想いから、私の地元、須坂市の皆さまへ向けた応援プランのお知らせです。

※本プランは予告なく終了する場合がございます。
※企業向けの福利厚生にも対応しています。

代表カウンセラー
新井 結子

毎月限定5名

Plan

—入会金無料—

ライトサポート	スタンダードサポート
登録料: 1万円	登録料: 1万円
月会費: 5,000円	月会費: 1万円
成婚料: 20万円	成婚料: 20万円 (税込)

※初期サポート希望の方は別途必要。詳しくはHPをご覧ください。

対象: 20～45歳の須坂市民の独身男女
面談場所: 須坂市内の公共施設 (毎月第1日曜日)
※日程が合わない場合は、オンラインまたはお電話で対応いたします。

IBJ 正規加盟店 **ながの結婚相談所シアワセロード** | Tel. 026-217-1394

詳細はこちら

広告の問い合わせは(株)ジチアードへ(☎092・716・1401)

の活動

※次に該当するものは対象外
 ▼国・県・市の補助や他の代替措置を受けるもの▼趣味や自己啓発を目的とするもの▼公序良俗に反するもの▼宗教的・政治的な宣伝を目的とするもの

申込方法 市ホームページまたは生涯学習センターにある申込書に必要事項を記入して提出してください。

申込期間 12月15日(月)～2026年2月13日(金)(消印有効)

申込・問合せ みずほ信託銀行(株)内公益信託駒澤嘉須坂生涯学習振興基金事務局
 (☎03-6631-7638)
申込相談窓口 生涯学習推進課(☎245-1598)



市ホームページ

●須坂ファミリーフェスティバル2026実行委員募集

子育て世代を中心に、家族で楽しみ、交流できるイベントを開催します。企画や運営に携わっていただける実行委員を募集します。みなで力を合わせて、楽しいイベントをつくり上げましょう！

開催日 2026年6月21日(日)

対象 打ち合わせ(市内)

とイベント当日に参加できる方
申込方法 専用ホームページからお申し込みください。

問合せ 須坂ファミリーフェスティバル実行委員会窓口(人権同和・男女共同参画課)
 (☎245-0909)



専用ホームページ

●広域計画(素案)への意見を募集します

長野地域の9市町村では、人口減少社会の中でも持続可能な地域社会の創生と地域全体の発展を目的に、長野地域連携中枢都市圏を形成しています。

現在、具体的な取り組みを示す「第三期長野地域スクラムビジョン」の策定を進めており、皆さんからのご意見を募集します。

募集期限 12月26日(金)

※詳細は長野市ホームページをご覧ください。

問合せ 長野市企画政策部企画課(☎224-5010)



長野市ホームページ

●宝くじ助成金により整備

宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用し、(一財)自治総合センターから宝くじの助成を受けて、相森町区、九反田町区、豊丘上町区に除雪機を整備しました。

問合せ 道路河川課
 (☎248-9006)



整備した除雪機

●入札参加資格の中間申請

市が発注する建設工事や建設コンサルタントなどの業務の中間申請(新規、評点の再審査、業種・営業所・団体の追加)を受け付けます。

資格有効期間 2026年6月1日～2028年5月31日

申請方法 インターネット申請
申請期間 12月22日(月)～2026年2月6日(金)

※詳細はポータルサイトをご覧ください。

問合せ 財政課
 (☎248-9016)



ポータルサイト

●2026年鳥獣被害対策カレンダーを配布します

鳥獣被害への理解を深めてもらうためのカレンダーを配布します(数量限定)。
配布開始 12月15日(月)
配布・問合せ 農林課
 (☎248-9004)

●捕獲檻を貸し出します

農林課と各地域公民館では、ハクビシンなどの小型有害獣用捕獲檻を貸し出しています(数量限定)。事前に捕獲許可の手続きが必要ですので、お問い合わせください。

冬から春先にかけては野生鳥獣の餌が少なくなるため、捕獲しやすい時期です。また、畑に放置された果実や生ごみを減らすことで、捕獲効果が向上します。ご協力をお願いします。

申込・問合せ 農林課
 (☎248-9004)

広告欄

「困ったなあ」と思ったら
 なんでもご相談を!

住まいの
 お困りごと
 解決します



安心・快適な暮らしのトータルサポート

株式会社 **サンワシステム**

☎026-246-7101

〒382-0925 須坂市大字仁礼1235-1

✉info@sanwahouse.net

🌐https://sanwahouse.net



広告の問い合わせは(株)ジチタイア
 ドへ(☎092-716-1401)

●蜜蜂飼育届提出のお願い

蜜蜂を飼育されている方は、養蜂振興法に基づき、飼育届を毎年県に提出する必要があります。

提出方法 ▼郵送▼メール▼窓口

提出期限 2026年1月30日(金)

※様式は県ホームページからダウンロードしてください。

提出・問合せ 長野農業農村支援センター(☎234-9514、〒380-0836 長野市大字南長野南県町68-1、メール nagano-nosei@pref.nagano.lg.jp)



県ホームページ

●農業収入保険に加入しましょう

農作物などの市場価格の低下や自然災害など、不測の事態に備えるため、収入保険への加入をおすすめします。

市では、加入を促進するために農家負担掛金の一部を補助しています。

補助対象 12月31日までに加入した方(新規・継続問わず)
補助内容 保険料の40パーセ

ント

補助上限 ▼認定農業者・認定新規就農者：5万円▼その他農業者：3万円

※申請は不要です。掛金支払い後に補助金が振り込まれます。

問合せ NOSAI長野北信支所(☎219-2893)

催し・講座

●第29回メセナ少年少女合唱団定期演奏会

今年は蔵のまちフィルハーモニー合唱団をゲストに迎えて開催します。

とき 12月7日(日)午後2時

〜(開場は午後1時30分)

ところ メセナホール大ホール

曲目 ▼点描の唄▼デイズ

ニ音楽特集▼ふるさとほか

問合せ メセナホール(☎245-1800)

●北島敬三写真展 借りた場所、借りた時間

須坂市出身で写真家の北島敬三(1954年〜)。木村

伊兵衛賞を受賞した初期作品から、東日本大震災後の日本各地の風景を撮影した近作まで展示し、50年にわたる創作

の軌跡をご紹介します。

展示期間 2026年1月18

日(日)まで午前9時〜午後5時

※展示室入場は午後4時30分

まで

※水曜日、年末年始(12月28

日(日)〜1月3日(土)は休館

ところ 県立美術館

入場料 ▼一般：1000円

▼大学生および75歳以上：8

00円▼高校生以下または18

歳未満：無料

※詳細は県立美術館ホーム

ページをご覧ください。

問合せ 県立美術館(☎232-0052)



県立美術館ホームページ



長野県 須坂市 2018年1月9日
Courtesy of the artist
©KEIZO KITAJIMA

●世界の民俗人形博物館 クリスマスイベント

「クリスマスオーナメント作り」

松ぼっくりなどを使って、オリジナルオーナメントを作ります。

とき 12月14日(日)午後1時

30分〜3時

ところ 世界の民俗人形博物館

参加費 500円

※別途入館料1000円が必要

定員 10人(申込順)

申込期限 12月12日(金)

「音楽であそぼう!クリスマス

スリトミック」

クリスマスやディベアに

ちなんだリトミックと絵本の

読み聞かせを開催します。

とき 12月21日(日)午前10時

30分〜11時30分

ところ 版画美術館

講師 服部知子さん

参加費 500円

対象 3〜9歳程度

定員 15人(申込順)

持ち物 お気に入りのぬいぐるみ1つ

申込期限 12月19日(金)

申込・問合せ 世界の民俗人

形博物館(☎245-2340)

●オリジナル麴作り教室

とき 12月15日(月)午前10時

〜11時30分

ところ 南部地域公民館

内容 簡単な道具と工程で

できる塩麴・チョコ麴作り

講師 小池鮎子さん

参加費 2000円(材料費)

定員 8人(申込順)

広告欄

☎026-285-0941

弁護士法23条により、弁護士にはご相談者の秘密を守る義務がありますので、安心してご相談ください。



法律事務所
MAIMEN

離婚/相続/交通事故/企業法務

債務整理/自己破産/DV/成年後見/消費者契約/不動産関係/
労働問題/外国人問題/会社設立/事業承継/刑事事件/少年事件など

長野県弁護士会所属

弁護士

ふじわら ひろふみ
藤原 寛史

くまがい とおる
熊谷 暢

〒382-0914 長野県須坂市大字幸高222番地2
E-mail: mail@maimen.jp H P: <https://www.maimen.jp>

持ち物 エプロン、フェイスタオル

申込・問合せ 南部地域公民館(☎245・0273)

※平日午前9時～午後4時30分

●お正月の

アレンジフラワー教室

花器を使わずに和紙でラッピングし、お正月用のアレンジフラワーを作ります。

とき 12月26日(金)午後1時30分～3時30分

ところ 日滝地域公民館

講師 安野悦子さん

参加費 3500円

持ち物 花ばさみ、定規、ホチキス

定員 15人(申込順)

申込期間 12月8日(月)～19日(金)

申込・問合せ 日滝地域公民館(☎248・1686)

※平日午前9時～午後4時30分

●書初めをしよう!

みんなと一緒に書初めをしませんか。半紙に新年の抱負を書きましょう。高校生の書道、パフォーマンスも見られます。

※個別指導はありません。

とき 2026年1月5日

(月)午後1時30分～3時30分

ところ 生涯学習センター

講師 市内の高校生

対象 小学3年生以上

定員 ▼小学生：30人▼

大人：10人(申込順)

持ち物 ▼小学生：書道道具、書初め用紙、新聞1日分、

学校で配布されるお手本

▼大人：書道道具、新聞1日分(あれば半紙)

申込期間 12月8日(月)～18日(木)

申込・問合せ 中央地域づくり推進委員会事務局(中央地域公民館内)

(☎214・6086)

※平日午前9時～午後4時30分

●初めて学ぶマージャン

(全6回)

基本を学び、頭と手先をフル活用して楽しみましょう。

とき ▼2026年1月13日(火)▼20日(火)▼27日(火)▼2月3日(火)▼10日(火)▼17日(火)午前9時～午後0時30分

ところ 生涯学習センター

講師 ▼傳田明康さん

健康マージャン)

対象 初めてマージャンを学ぶ18歳以上で、市内在住・

在勤の方

定員 8人(抽選)

持ち物 筆記用具、飲み物

申込期間 12月8日(月)～18日(木)

抽選会 12月22日(月)午前10時

※申込後、抽選会にご参加ください。

申込・問合せ 中央地域公民館(☎214・6086)

※平日午前9時～午後4時30分

●健やかyoga

歪みを整えて、より端麗により健康に(全5回)

ヨガで身体の健康と心の安定を取り戻しましょう。

とき ▼2026年1月10日(土)▼17日(土)▼24日(土)▼31日(土)▼2月7日(土)午後2時～3時

ところ 井上地域公民館

講師 小野澤智子さん

対象 市内在住の方

定員 20人(申込順)

持ち物 大きめのタオル、5本指の靴下、飲み物(あればヨガマット)

※託児があります(要申込)

申込・問合せ 井上地域公民館(☎246・2488)

※平日午前9時～午後4時30分

●日本酒座談会

全国の日本酒と創作料理のペアリングを楽しみながら、

参加者同士で日本酒の魅力や

味合いを語り合います。

とき 2026年1月25日

(日)午後2時～4時

ところ 臥竜山公会堂

講師 新崎酒店

ナビゲーター 小林知美さん

参加費 4000円(飲食代)

定員 30人(申込順)

持ち物 筆記用具

申込方法 ▼電子申請▼電話

申込期間 12月8日(月)～2026年1月13日(火)

申込・問合せ 仁礼コミュニケーションセンター

(☎245・8118)

※平日午前9時～午後4時30分



電子申請

●市民学園公開講演会

市内在住で、県外の交響楽団などで活躍された笠井先生のヴァイオリン演奏と講演会を開催します。笠井先生と共にボランティアで演奏活動をしている皆さんも参加予定です。

とき 12月20日(土)午後2時～3時30分

ところ 生涯学習センター

演題 「音楽と旅」

講師 笠井美智子さん

問合せ 生涯学習推進課

(☎245・1598)

広告欄

マリアこども園インフルエンザ対策 Best 3

寒くなり、インフルエンザなどの感染症が流行しやすい季節になりました。感染症対策としてマリアこども園では手洗いをこまめに行っています。マリアこども園での主なインフルエンザ対策を紹介します。

1位 週3回のヨーグルトで免疫力UP!
マリアこども園では、園児の免疫力を活性化するために給食で週3回程度ヨーグルトを提供しています。ヨーグルトに多く含まれる乳酸菌に免疫を活性化する効果があることは、さまざまな研究で明らかになっています。

2位 安心の除菌「ハセツパー水(次亜塩素酸水を弱酸性にしたもの)」での加湿
マリアこども園では、各お部屋に加湿器を設置し、インフルエンザウイルスの生存率が低くなる湿度になるよう環境を整えています。また加湿する水分についても、殺菌力の高いハセツパー水を利用しています。

3位 オゾン発生器による室内除菌
マリアこども園では、こども達の降園後や夜間にオゾン発生器よりオゾン消臭、殺菌を行っています。

幼保連携型認定こども園
マリアこども園
Tel 026-245-0012 www.mariakids.jp

Maria
Kodomoen

広告の問い合わせは(株)ジチタイアド(☎092・716・1401)

長野☆Garons ホームゲーム

「レヴィス栃木戦」

とき ▼12月6日(土)午後1時～7日(日)午前11時
ところ 市民体育館

※チケット販売は、ガロンスホームページをご覧ください。
問合せ 信州スポーツプロモーション (☎405-6569)



チケット

AC長野パルセイロ ホームゲーム

「レディースチーム」

第14節 日テレ・東京ヴェルディバレーザ戦
とき 12月20日(土)午後2時～

ところ 長野Uスタジアム (長野市)

※チケット販売は、パルセイロホームページをご覧ください。
問合せ AC長野パルセイロ事務局 (☎244-7780)



チケット

映像で学ぶ人権

学習教材として貸出可能な

DVDを上映します。他の作品も随時ご覧いただけます。

とき 12月16日(火)午後1時30分～2時46分

ところ 人権交流センター
上映作品 ▼「わからないから、確かめ合う」…29分
「シェアしてみたらわかったこと」…46分

問合せ 人権交流センター (☎245-0909)

地域交流学習会

とき 12月17日(水)午後7時～8時30分

ところ 二睦学習センター
演題 「差別事件から学ぶ2」
講師 篠塚勉さん

問合せ 部落解放同盟須坂市協議会 (☎248-0456)

会議術・心が伝わる話し方講座

とき 2026年1月17日(土)午後1時30分～3時45分

ところ 旧上高井郡役所
内容 ▼会議の進行方法
あいさつのポイント▼人をひきつける話し方など

講師 山田千津子さん(コミュニケーションカウンセラー)

定員 30人(申込順)

申込期間 12月8日(月)～2026年1月13日(火)

※託児あり(無料、要申込)
申込・問合せ 人権同和・男女共同参画課 (☎245-0909)

認知症家族のつらい

須坂市では年4回、認知症の方を介護するご家族を対象に、相談や情報交換を目的としたつどいを開催しています。日頃の介護の思いや悩みを話してみませんか。

とき 12月9日(火)午後1時30分～3時

ところ 旭ヶ丘ふれあいプラザ
対象 ▼認知症の方を介護している方▼関心のある方

問合せ 地域包括支援センター (☎245-4566)

介護教室

高齢者に起こりやすいお口のトラブルや困りごとに対し、家庭でできる口腔ケアの方法を学びます。

とき 12月18日(木)午後1時30分～3時30分

ところ 須坂駅前ビルシルキー3階第一ホール
※送迎が必要な方はご相談ください。

テーマ 「高齢者のお口の健康について」

講師 坂田美香さん(歯科衛生士)

対象 ▼介護している方▼テーマに関心のある方
持ち物 筆記用具、水分補給用の飲み物

申込期限 12月15日(月)
申込・問合せ 地域包括支援センター (☎245-4566)

高齢者健康教室

自宅でできる転倒予防の体操や認知症予防のコツを学び、みんなで楽しく頭と体を動かしましょう。

とき 12月19日(金)午前11時10分～11時50分

ところ 保健センター
内容 ▼体操▼脳トレ▼血圧測定・健康相談(希望者)

対象 市内在住65歳以上の方
持ち物 飲み物、タオル

※動きやすい服装、マスク着用
問合せ 地域包括支援センター (☎245-4566)

リサイクル情報

《差し上げます》

▼漬物用ポリケース(角型)
▼漬物用の丸かめ▼座卓▼折

広告欄

頼れる人がいない！
人生後半はどうなる？

自宅で一人倒れたら、誰が見つけてくれるのか。誰が一歩引いて認知症になつたら、誰が気づいてくれるのか。入院中に買い物が必要になつたら、誰が買い物をしてくれるのか。通院するに必要なら、その時は誰が買い物をしてくれるのか。

考えてみれば、頼れる人がいない！その時になつてようやくそのことに気が付く人は少なくありません。中には「家族がいるから大丈夫」と考える人もいます。ですが、夫婦もいずればどちらかが一人になるし子供だつていつまでも近くにいるとは限りません。

誰しもが直面し得るこの問題に対し「自分は大丈夫」とあなたは断言できますか？

ずっと頼れる人がいるだから、もう怖くない
私たち一般社団法人終活協議会が提供する心託しサービスは、入院中の買い物や通院への付き添い、安否の見守り、入院手続き、介護施設探し、身元保証といった生前サポートから葬儀、納骨、相続のための公正証書作成といった亡くなった後の手続きまで、すべてを一つの窓口を通じて対応しますので、生涯を通じて頼りにして頂けます。

終活協議会は、シアアの聖地として知られる東京の巣鴨からスタート、北は北海道から南は沖縄まで、全国四十七都道府県すべてに支部を構え、身寄りのないおひとりさまや、家族がいても頼れない方々などから多くのご相談を承っています。

まずは、心託でお手伝い出来ることをまとめた資料を送ります。
資料をご請求頂いた方には、終活に役立つエンディングノートも一緒にお届けしますので、ぜひ将来への準備にお役立てください。

資料請求でエンディングノート
無料プレゼント
資料請求はお電話で(無料)
「資料送付を希望」とお伝えください

050-1880-6771
受付時間 10:00～17:00(年中無休)

一般社団法人 終活協議会 想いこーポレーショングループ
〒170-0002 東京都豊島区巣鴨2-11-4 第3高橋ビル11F

サービス詳細・料金をこちらの資料でご案内します

入会金:1万円(税込) / 身元保証:死後事務などの各種サービスは、入会金とは別料金となります。※月額8年会費無料 / 資産開示不要代金のお支払い方法は銀行へのお振り込みとなります。お振り込み手数料はお客様の負担となります。お客様の氏名・住所などの個人情報、弊社サービスのご案内・資料のご送付以外には使用いたしません。

広告の問い合わせは(株)ジチタイア
ドへ(☎092-716-1401)

りたたみ式座卓▼スリッケー
ス▼アウトドア用リクライニ
ングチェア▼額縁▼ハムス
ター用ケース

《譲ってください》

▼介護用すりすり▼稲刈用パイ
ンダー

申込期限 12月11日(木)

交渉順位決定 12月12日(金)

※希望者が複数人となった場
合は事務局で厳正な抽選を行
い、交渉順位を決定します。

※物品は情報提供者が保管し
ています。譲り渡し交渉は、
当事者同士で行ってください。

※リサイクル情報の登録は、
随時受け付けています。

※掲載されている物品は、情
報提供者の事情により取り消
しになる場合があります。

※情報提供者が登録後に物品
を他の人へ譲る場合は、譲る
前に市民課へご連絡ください。

申込・問合せ 市民課
(☎248-9002)

市民の掲示板

●すぐかごも食堂

当日調理するおにぎり・け
んちん汁を提供します。お米、
野菜などの寄附も受け付けて
います。

とき 12月14日(日)午前11時

午後0時30分(なくなり次
第終了)

ところ 生涯学習センター

参加費 ▼18歳以下…無料▼

19歳以上…2000円

問合せ すぐかごも食堂実
行委員会(斎藤)

(☎090-4460-2919)

●中国語勉強会

連続ドラマ『安家』、『家
るオンナ(中国版)』、映画
『哪吒1』を見ながら中国語
を学びます。

とき 2026年2月3日

(火)午後2時～4時

ところ メセナホール

対象 中国語学習者(中
上級)

定員 5人(申込順)

申込・問合せ 中文映画クラ
ブ(movie@allkenkou.com)

(☎070-83335-1963)

市内団体の活
動情報などを
掲載します。



市ホーム
ページ

善意の窓口(寄附)

▼須坂音楽文化歴史探訪『清
水弥平物語』(自費出版本)
30冊(地域・音楽学習の一助
とするため)…山岸順一様

休日緊急診療室(小児科・内科)

とき 日曜日・祝日
午前9時～正午、午後1時～5時

ところ 県立信州医療センター内

問合せ ☎245-1650

※咳、発熱、喉の痛みなど風邪症状のある方は、受診前
に必ず電話してください。

※休日緊急診療室は、須高医師会、信州医療センター、
須高行政事務組合が共同で運営しています。

日曜日・祝日の当番薬局

12月7日(日)…りんどう薬局

12月14日(日)…わかば薬局

12月21日(日)…ファーマライズ薬局須坂店

12月28日(日)…アキヤマ薬局

12月31日(水)…イオン薬局須坂駅前店・立町薬局

1月1日(祝)…蔵の町薬局・モリキ小布施薬局

1月2日(金)…ウエルシア薬局須坂日滝店・わかば薬局

1月3日(土)…オリジン薬局・ファーマライズ薬局墨坂店

1月4日(日)…クスリのアオキ旭ヶ丘薬局

※蔵の町薬局は、12月31日、1月2～3日を除き営業
します。薬局マツモトキヨシ芝宮前店は、12月21日、
31日～1月3日を除き営業します。

納期限・口座振替日 12月25日(木)

- ◆固定資産税・都市計画税…3期
- ◆国民健康保険税(普通徴収)…6期
- ◆後期高齢者医療保険料(普通徴収)…6期
- ◆介護保険料(普通徴収)…9期

各種相談・説明会など

シルバー人材センター入会説明(☎246-2003)

12月17日(水) 午後1時30分～(2時間程度)
ところ・問合せ シルバー人材センター

もの忘れ相談日

12月24日(水) 午前8時30分～午後5時15分
ところ・問合せ
▶地域包括支援センター(☎245-4566)
▶地域包括支援センター須坂やすらぎの園
(☎214-2611)

健康相談(要予約☎248-9023)

月～金曜日※ 午前9時～午後4時
ところ・問合せ 保健センター

教育相談室(☎248-0001)

月～金曜日※ 午前8時30分～午後5時15分
ところ・問合せ 学校教育課

悩み無料ダイヤル(☎0800-800-7223)

月～金曜日※ 午前8時30分～午後5時15分
※祝日を除く

■災害情報

	10月	2025年 1～10月	昨年 同期
火災	2	32	13
死者	0	1	0
傷者	0	6	2
救急出動	223	2280	2222
交通事故	12	93	97
急病	129	1602	1528
その他	82	585	597
救助	2	23	22
交通事故	1	8	10
その他	1	15	12

■交通事故

	10月	2025年 1～10月	昨年 同期
件数	9	72	64
死者	0	0	1
傷者	10	81	78

◎火災・救急・救助は
局番なしの119
◎火災などの問合せは
消防情報ダイヤル
☎245-1119

みんなの広場

お便り紹介コーナー

～11月に届いたお手紙から～



心躍る秋

「文化の秋」で、各所でイベントがあり心躍ります。行ける限り参加して大いに楽しみたいと思います。

(ペンネーム

こけこっこさん 75歳)

餅まきで

先日、イベントの餅まきに参加して、お餅を24個拾いました。前回は3個だったけど、今回は運が良かった！早速磯辺焼きにして食べました。

(ペンネーム

あみちゃんファンさん 65歳)



クマよ

今年はクマが突然現れて襲われたというニュースが多くて、怖くて紅葉を見に行く気になりません。クマよ、山奥で静かに過ごして…と言いたくなります。

(ペンネーム

ひまわりさん 79歳)

あつという間に冬

ここ最近ぐつと寒くなり、ちらほら雪の話も出てきました。週に1度、臥竜公園の鯉に餌やりに行くのですが、2週間前から池に亀の姿が見えなくなり、逆に渡ってきた鴨が増えました。先月は狂い咲きの桜が咲いているのを見かけたのですが、あつという間にいろんな所に冬を感じます。

(ペンネーム

ちよぼさん 45歳)

どうせ寒いなら

寒すぎて困っています。どうせ寒いなら、雪が降って、雪で子どもと遊びたいなと思います。

(ペンネーム

ヨウさん 32歳)



歯は大事

毎日の歯みがき、忙しくなると簡単に済ませてばかりとふと自覚。しっかり時間をかけてみがきたいと思います。(ともちゃんさん 59歳)



4世代家族そろって

母の還暦祝いに4世代家族でお出かけしました。2年前

5年前の私からの手紙

父の還暦祝いから家族が5人増え、祖父94歳から兄の子の6カ月の姪っ子までみんな参加でき、とても良い思い出になりました。次は祖父の白寿のお祝いに、またみんなで集まったら嬉しいです。(高田さん 31歳)

「5年後のあなたへ」の手紙を発見。内容は、その当時のやりきれない思いを未来の自分に嘆くもの。5年前の私！今は今で大変だけど、子ども2人も授かって幸せに暮らしているよ！ありがとう！(ペンネーム ゆいちさん 31歳)



市報クイズ

■見えない障がい（外見からは分からなくても援助や配慮を必要としていること）を周囲に知らせ、思いやりの支援を受けやすくするためのマークは？

〇〇〇マーク



ヒント 8 ページ
見かけたら思いやりのある行動を心がけましょう！

■今月のプレゼント

- ①湯っ蔵んど提供 湯っ蔵んど入浴券（ペア）…5人
- ②㈱古城荘提供 須坂温泉入浴券（ペア）……5人
- ③㈱信州スポーツプロモーション提供
長野ガロンズホームゲームチケット（ペア）…2人

【応募方法】

- ▶電子申請
- ▶メール info@city.suzaka.nagano.jp
- ▶FAX 026-246-0750
- ▶はがき



電子申請



メール

〒382-8511 須坂市役所政策推進課「みんなの広場」係

【応募内容】

クイズの答え・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・希望するプレゼント・とっておきの話や日頃感じていることなど、何か一言ご意見

※いただいたご意見は紙面で紹介します（ペンネーム可）。字数などの都合で内容を調整することがあります。

※ご意見の掲載とクイズの当選は別になります。

【応募締切】

12月11日(木)必着（当選はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます）

SUZAKA PHOTO NEWS

市内の出来事を写真とともにお届けします



歴史的建物で音楽・アートを堪能

須坂芸術祭 HIBIKI 初開催

11月1日～3日、市民有志の実行委員会が須坂芸術祭HIBIKIを初開催。旧上高井郡役所や重伝建地区内の歴史的建物など10会場で、コンサートやアート展示など、30を超える企画が行われました。1日に旧上高井郡役所で開催された「童謡・唱歌のふるさと 北信濃生まれの二人が贈る歌の花束」では、東京混声合唱団の小巻風香さん（相森中学校卒業）がピアニストの山本貴志さんの伴奏で歌声を披露。市内外から大勢が来場し、間近で聞くプロの演奏を堪能しました。

クリスマス飾りを手作りで制作

南部地域公民館のデコパージュ教室



11月6日、南部地域公民館でクリスマス飾りのデコパージュ教室を開催。10人の参加者は、講師から絵の描かれた紙を切り貼りする基本的な技法を学び、粘土や装飾品も使いながら夢中で制作。参加者それぞれの個性が光る、アンティーク調のすてきな作品が完成しました。



たき火でじっくり焼き芋会

11月12日、中央児童センターが焼き芋会を開催し28組の親子が参加。火の熱、煙の臭いを感じながらの体験とゲームを楽しんだ後、出来たての甘い焼き芋をみんなでおいしく食べました。



色づく米子大瀑布に大勢の観光客

今年の米子大瀑布の紅葉は10月23日に見頃を迎え、県内外から多くの観光客が訪れました。15年ぶりに見られるようになった奇妙滝を楽しむ姿も多く見られました。



子育て通信

問…問合せ先



子育て支援センター

問 子育て支援センター ☎026-245-6588

子育て支援センターは、就学前のお子さん
と保護者が利用できる施設です。毎月楽しい
行事や育児講座を開催しています。



ブログ



Instagram

【利用時間】 月～土曜日9:00～16:00

※12月28日(日)～1月5日(月)は休館日

【利用方法】 インターネット予約制(先着順)です。
右の二次元コードから会員登録し、
ご予約ください。



予約サイト

集まりの日(10:30～)

♥12月11日(木) つくろうday! (クリスマス)

クリスマス気分を味わいながら、親子で楽しく作りま
しょう!

♥12月24日(水) クリスマス会

サンタさんは来るかな? クリスマスの歌やお話を楽し
みましょう!

須坂市
子育てガイド



広報須坂 Ver.

問 子ども課 ☎026-248-9026

公立保育園給食レシピより 米粉のホワイトスープ



野菜たっぷり栄養満点! 寒い季節にぴったりです!

【材料】(子ども4人分)

- ◆ジャガイモ…140g
- ◆タマネギ…120g
- ◆ニンジン…60g
- ◆ホウレンソウ…40g
- ◆ホールコーン…20g
- ◆豚肉…140g
- ◆米粉…大さじ1と1/2
- ◆豆乳…150ml
- ◆水…300ml
- ◆顆粒コンソメ…小さじ1と1/2
- ◆塩…ひとつまみ
- ◆こしょう…適量
- ◆油…小さじ1

【作り方】

- ①野菜は食べやすい大きさに切り、ホウレンソウはゆでる。
- ②鍋を火にかけて油をひき、豚肉、タマネギ、ニンジン、ジャガイモを炒める。
- ③水を入れ煮立ったらコンソメを加え、野菜が柔らかくなるまで煮込む。
- ④ボウルで米粉と豆乳をよく混ぜ合わせておき、③に少しずつ加え、混ぜながら煮込む。
- ⑤コーン、ホウレンソウを加え、塩こしょうで味を調える。



乳幼児健診・相談・講座

問 健康づくり課母子支援係 ☎026-248-9023

会場 保健センター

健診名	日	対象者
3カ月児健康診査	1/9(金)	2025年9月1日 ～9月30日生
1歳児健康相談	12/16(火)	2024年11月21日～ 12月16日生
1歳6カ月児健康診査	12/12(金)	2024年5月18日～ 6月10日生
2歳児健康相談	12/9(火)	2023年11月7日～ 12月5日生
	1/15(木)	2023年12月6日～ 2024年1月8日生
3歳児健康診査	12/18(木)	2022年5月28日～ 6月27日生
もぐもぐ離乳食講座	1/8(木)	2025年7月1日 ～7月31日生
かみかみ離乳食講座	12/25(木)	2025年3月1日 ～3月31日生

※WEB予約制です。実施日の2カ月前から3
日前までに予約サイトから受付時間を予
約してください。

※その他の詳細は、健康カレンダーをご確
認ください。



予約サイト



健康カレンダー

個別予防接種

問 健康づくり課保健予防係 ☎026-248-9018

会場 各医療機関

開始対象者	予防接種名
2025年10月生	□タウウイルス B型肝炎 小児用肺炎球菌 五種混合
2025年7月生	B C G
2024年12月生	麻疹・風しん1期 水痘
2022年12月生	日本脳炎1期
2016年12月生	日本脳炎2期
2014年12月生	二種混合

すくすく PHOTO



ほり しょうたろう
堀 承太郎 ちゃん(7カ月)
むちむちビッグベビー、産まれて
くれてありがとう！これからた
くさん遊ぼうね！



ゆもと こうき
湯本 航生 ちゃん(11カ月)
笑顔が素敵なこうき。これから
たくさん食べて、元気に動き回っ
てね！毎日癒しをありがとう♡



『広報須坂』にお子さんの写真を掲載しませんか？

市内在住の0～6歳のお子さんの
写真を募集しています。お誕生日や
入卒園、できるようになった記念な
ど、お子さんの成長の記念にぜひご
応募ください♪

申込方法

電子申請で、お子さんの名前(ふりが
な)、生年月日、メッセージ(45文字
以内)、応募者の名前、電話
番号、メールアドレスを入力し、画像データを添付し
てご応募ください。



電子申請

☎ 政策推進課
広報広報係 ☎026-248-9017



妊娠・子育て
なんでも相談

おひさま ☎026-213-6400

相談時間 月～金曜日8:30～17:15
(祝日・年末年始を除く)

保健師や管理栄養士、子ども家庭支援員などが専門的な立場
からご相談をお受けし、関係機関にコーディネートします。

児童センター

児童センターは、18歳未満のお子さんと保護者が利用できる施設で
す。各施設の「集まりの日」には、季節の遊びやミニイベントを開催
しています。

【利用時間】

♥中央児童センター 月～土曜日10:00～12:00、14:00～17:00

♥南部・東部・北部児童センター

未就学児…月～金曜日10:00～12:00

…土曜日10:00～12:00、14:00～17:00

児童…月～金曜日14:00～17:00

…土曜日10:00～12:00、14:00～17:00



センターブログ
(ホームページ)

※12月28日(日)～2026年1月4日(日)は休館日

※冬休み期間中、南部・東部・北部児童センターは、放課後児童クラ
ブ登録児童が終日利用しています。

「集まりの日」行事予定

中央児童センター

馬場町 ☎026-245-5010

未就学児	10日(水) 11:00～	Xmasプレゼント作り
	24日(水) 11:00～	Xmas会 ♪
児童	18日(木) 15:30～	Xmas会 ♪
	25日(木) 15:00～	シルバー交流 しめ縄作り

南部児童センター

屋部町 ☎026-248-2330

未就学児	10日(水) 11:00～	Xmasスノードーム作り(要申込)
	17日(水) 11:00～	Xmasランドへようこそ☆ (要申込)
児童	9日(火) 15:45～	Xmas制作
	12日(金) 15:45～	Xmas制作
	23日(火) 15:45～	Xmasお楽しみ会

東部児童センター

高橋町 ☎026-246-0079

未就学児	10日(水) 11:00～	Xmas工作
	17日(水) 11:00～	マグネット釣りごっこ
	24日(水) 11:00～	Xmas会(要申込)
児童	17日(水) 15:45～	Xmas工作
	24日(水) 15:45～	認定会
	26日(金) 14:00～	大掃除&ビンゴゲーム

北部児童センター

北旭ヶ丘町 ☎026-248-8381

未就学児	10日(水) 11:00～	親子ピクス
	17日(水) 11:00～	クリスマス会 ♪
児童	9日(火)～11日(木)	15:15～ クリスマス飾りを作ろう ♪
	12日(金) 15:15～	認定会
	25日(木) 10:00～	クリスマスお楽しみ会

2025年度 「全国学力・学習状況調査」 結果の分析と考察

問合せ 学校教育課(☎026-248-9010)

4月に市内小・中学校で小学6年生(393人)、中学3年生(351人)を対象に、「全国学力・学習状況調査」を実施しました。須坂市の小・中学校全体の指導の充実や学習状況の改善を目的に、結果の分析・考察をしましたので、その内容をお知らせします。

教科に関する調査結果の概要

		平均正答率の比較、成果・課題	今後の指導に生かしたいこと
小学校6年生	国語	全国平均をやや下回る いくつかある情報を関連付け、関係を図に表す力がついており、情報の活用の仕方の理解ができています。授業の中で、複数の資料を関連付けて読んだり、一人一台端末を活用して情報を収集・整理したりする学習が充実したためと思われます。	「知識及び技能」では、伝統的な言葉の文化の理解に課題がみられます。言葉は時代とともに形や意味が変わることなどを知り、理解を深める学習を大切に指導していきます。 「思考力・判断力・表現力等」では、話すこと聞くことに課題がみられます。自分の意見を伝えるだけでなく、相手の意見を聞くことや相手に質問することを通して、自分の考えを広め深める学習を大切にして指導していきます。
	算数	全国平均を下回る 「知識及び技能」では、図形の意味や性質を問う問題で全国平均を上回りました。台形の問題は、全体の正答率が全国平均を上回りました。計測に関する問題は、「知識及び技能」で全体の正答率が全国平均をやや下回っていますが、日常生活での基本的な測定技能は全国平均と同程度といえます。	小数の意味の理解と計算技能に課題がみられます。実生活と結びついた小数の問題を通して、計算の必要性や意味が理解できるように指導していきます。 「思考力・判断力・表現力等」では、実生活に応用する問題、複数の情報から考える問題、考えの筋道を記述する問題で全国平均を下回りました。実生活と関連付け、筋道を立てて式や言葉を用いて記述するよう指導していきます。
	理科	全国平均を下回る 「思考力・判断力・表現力等」では、実験や観察を伴う授業を進んで取り入れている「エネルギー」「植物」の分野で、実体験と結び付けて考え、内容を捉えることができています。一方、水の状態変化など、現象をもとにして本質を捉え説明する力に課題がみられます。	学習に対する意欲は高く、実験を伴う学習の理解度が高いことから、今後も実体験を伴う学習を大切に指導していきます。 記述問題の無回答率が高いことから、自分の考えを自分の言葉で表すことができるよう、実験後の考察を自分の言葉で記述する時間を確実に設けるなど、書く活動を充実させていきます。
中学校3年生	国語	全国平均とほぼ同じ 「知識及び技能」では、誤った漢字を見付けて修正する問題、正しい説明を選択する問題で全国平均を上回りました。授業の始めに漢字小テストを実施していること、単元の始めに語句調べを行い意味や用法を丁寧に確認していることが成果につながっていると考えられます。 「思考力・判断力・表現力等」では、読むことに該当する項目全てで全国平均を下回りました。SNSなどで短い文のやり取りが増え、略語の使用や、文末や主語の省略が当たり前になっている時代性が反映されていると考えられます。	指導の際には、読解のポイントや登場人物たちの関係を明確に示し、丁寧に描写をたどる指導を充実させていきます。また、記述式の問題になると正答率が全国平均を下回ってしまうため、初読の感想や自分の考えなどを文章として表す学習を授業の中に確実に設けていきます。

		平均正答率の比較、成果・課題	今後の指導に生かしたいこと
中学校3年生	数学	全国平均を下回る 領域別では、どの領域も全国平均を下回りましたが、データの活用領域の、確率を使って説明する問題では、全国平均をやや上回り、理解が進んでいると考えられます。 「知識及び技能」では全国平均を下回り、用語の理解が十分でなく、正答できないことが考えられます。記述式の問題は、全国平均を下回るものが多く、無回答率も上回りました。記述式の問題への苦手意識が課題と考えられます。	授業で扱う問題やテスト問題に、記述式の問題を増やし、書き方の例を示すなどして、自分の考えを書くことへの抵抗感を減らす指導を心がけていきます。また、学び直しの機会を、授業やドリルの時間に位置付け、基礎的・基本的な内容が確実に定着するような指導に力を入れていきます。
	理科	※一人一台端末を用いて、問題の組み合わせが各自異なる出題形式で調査。IRT(項目反応理論)に基づき学力を推定。 全国平均とほぼ同じ IRTスコアは全国平均の503に対し、須坂市平均は498でほぼ同程度で、IRTバンド(平均は3、最高は5)は、4や5に該当する生徒の割合が全国よりも少なく、2に該当する生徒の割合が全国よりも多くなりました。 「知識及び技能」では、実験操作に関する設問で全国平均を上回る項目がみられました。日頃の授業で実験や観察などの体験的な活動が充実しており、学んだ内容が実生活や社会と結びついていることが伺えます。	「思考力・判断力・表現力等」では、「知識及び技能」を活用して考えたり表現したりする設問で、正答率が全国平均を下回りました。実験・観察の予想や考察の場面で、知識を活用したり関連付けたりする力を育むための指導を充実させていきます。

生活習慣や学習環境に関する調査の結果概要

学習意欲や学習方法、学習環境、生活の諸側面などに関する調査です。

▶高い自己肯定感を持っています

「自分には良いところがある」と答えた小学生は91%、中学生は87%にのぼり、全国平均よりも高い値で、昨年度と比べても少し増えました。こうした高い自己肯定感の背景には、先生が一人一人の良さを見付けて認める関わりを続けていることがありと考えるられます。今後もこの姿勢を大切にしていきます。

▶先生との信頼関係のもとで学校生活を送っています

「困ったことや不安があるときに、先生や学校の大人に相談できる」と答えた小学生は79%、中学生は76%でした。また、「先生は授業やテストで分からなかったところを、分かるまで教えてくれている」と答えた小学生は90%、中学生は86%で、いずれも全国平均を上回りました。子どもたちが先生を信頼し、安心して相談できるのは、先生の丁寧な指導や支える体制があるからだと考えられます。今後もこの関係を大切にしていきます。

▶学んだことを自分の考えにつなげようとしています

「学んだことを生かして自分の考えをまとめる活動をしていた」と答えた小学生は82%、中学生は76%でした。また、「授業で学んだことを次の学習や生活に結びつけられる」と答えた小学生は87%、中学生は80%で、全国平均を大きく上回っています。これは、学んだことを応用する課題や、つなげて考える学習の機会が増えていることが影響していると考えられます。今後は、これらの学習活動が学習内容の定着に結び付けられるように指導していきます。

▶タブレットやパソコンの使用は全国に比べて少なめです

授業でのICT機器の使用を「ほぼ毎日」または「週3回程度」と答えた小学生は66.3%(全国平均71.7%)、中学生は48.6%(全国平均76.5%)、「週1回程度」と答えた小学生は26.2%(全国平均18.0%)、中学生は29.6%(全国平均15.7%)でした。本市では授業でタブレットやパソコンを使う頻度が全国より少ないことが分かります。今後は授業でのICT活用の工夫を進め、効果的に利用していきたいと考えています。

▶教科学習への意欲を高めていく必要があります

調査では、国語・算数・数学、理科の学習について「得意ですか」「好きですか」「授業内容はよく分かりますか」が共通して問われました。小学校では「そう思う」と回答した児童の割合が、3教科とも全国平均を下回り、教科学習への意欲の底上げが課題としてみえてきています。中学校で「そう思う」と回答した生徒の割合は、国語、数学の「得意ですか」「よく分かりますか」の質問で全国平均を上回っていました。反面、「好きですか」の質問では全国平均を下回るか同程度となり、小学校、中学校共に、学習への意欲が課題となっています。子どもたちの興味関心を沸き立て「分かる、できる」と実感できる授業が求められています。

食欲旺盛！未っ子カンガル

現在、須坂市動物園では、雄3頭、雌2頭の合計5頭のアカカンガルを飼育しています。雄は「マツチ」「エイト」「ライト」、雌は「いと」「さくら」で、全頭、全国からの人気を集めた当園の名誉園長「ハッチ」の子孫です。今回は、さくらをご紹介します。



大きな瞳が魅力



左:さくら 右:いと

灰色の方がさくらです。

さくらは、とにかく食欲旺盛！好奇心旺盛！ですが、一方で「ビビリ」でもあり、少し怒りっぽい面もあるおてんば娘です。食欲旺盛なところは母親の「おとひめ」譲りで、餌の時間が遅くなったり、餌が足りなかったりすると飼育員に飛びつき、怒ってくるほどの食いしん坊さんです。飼育員が近付くと期待のこもったキラキラの瞳で見つめてきますが、餌が無いと分かるとすぐに去っていきます…。

カンガルは、早朝や夕方の薄暗い時間帯に活動する習性のため、日中は寝ていることが多いですが、そんな姿にもきつと癒されるはず。もし餌の時間に遭遇したら、もりもり食べるさくらにご注目！感情表現豊かで、いろいろな姿を見せてくれるさくらに、ぜひ会いにきてください！（飼育員谷川）

イベント情報

■動物たちに年賀状を送ろう
動物園にいる好きな動物に年賀状を送ってください。

募集期間 12月15日(月)～2026年1月15日(木)

送付先 〒382-0028 須坂市臥竜2-4-8

須坂市動物園

■メリークリスマスZOO

とき 12月20日(土)、21日(日)

■干支の引き継ぎ式

已から午へ干支を引き継ぎます。

とき 12月21日(日)午後2時～2時30分

■動物園でハッピーニューイヤー

とき 2026年1月4日(日)、10日(土)～12日(月)

年末年始の休園日

12月29日(月)から2026年1月3日(土)は休園日です。

問合せ 臥竜公園管理事務所

☎026-245-1770

市長の

いきいき
通信

共に創る須坂の未来 年末の「挨拶」

世界では、多くの地域で紛争が続き、深刻な人道危機が発生しています。幸いにもわが国は、戦後80年となる今年も平和な歳末を迎えることができました。1962年に、市民の皆さまによって建立された芝宮墨坂神社の「平和の礎」は、平和の尊さを将来にわたり語り継いでいく象徴です。市遺族会の呼びかけによる浄財により、年内に修復される予定です。

ふるさと納税につきましては、市の対応が遅れた結果、多くの皆さまにご迷惑をおかけしましたことを改めてお詫び申し上げます。2年後の再開に向けて、組織・人事などの改革に取り組んでまいります。継続して寄附を受け付けることができる企業版ふるさと納税につきましても、積極的に推進してまいります。また、市の財政状況が厳しい中、須坂芸術祭をはじめとした行政に頼らない自立的な活動に深く敬意を表します。

10月には、イオンモール須坂が開業しました。関係機関のご尽力によって交通渋滞を最小限に抑えることができ、市内外の幅広い世代の方々にご来場いただいております。イオングループは、地域との連携を重視されており、須坂市とも地域貢献連携協定をはじめ3つの協定を締結しました。インター周辺開発が、さまざまな分野でプラスとなるよう、市民や団体の皆さまと共創しながら進めてまいります。

▼市長のメールマガジン「虹のほほえメール」を毎週配信しています。市ホームページ(ID 3784)からご登録ください。



を利用して

冬の峰の原高原を楽しもう！

問合せ 商業観光課(☎026-248-9005)

市内唯一のスキー場♪
市街地から車で約30分！

ニンジャ スノー ハイランド
須坂市峰の原高原にある「NINJA SNOW HIGHLAND」は、初心者・中級者・上級者向けの全10コースと、豊富な雪上アクティビティが楽しめるスキー場です。

スキー場情報

11月29日(土)オープン

※降雪の状況により遅れる場合があります。

営業期間 2026年4月12日(日)まで(予定)

※原則、土・日曜日および祝日、年末年始(12月25日(木)～2026年1月7日(水))の営業です。

営業時間 午前8時30分～午後4時30分



公式ホームページ



公式LINE

イベント情報

■クリスマスイベント

と き 12月25日(木)

ゲレンデにサンタさんが登場！子どもたちにお菓子をプレゼントします。

■ハッピーニューイヤーイベント

と き 2026年1月3日(土)

レストランMINEのオープンテラス前で、甘酒や豚汁などを無料で振る舞い！ゲレンデの音楽はお正月気分の曲で盛り上げます！

■ハッピーバレンタインイベント

と き 2026年2月14日(土)、15日(日)

「ニンジャオリジナルチロルチョコ」を各日先着400人にプレゼント！チケットセンターでリフト券購入時にお渡しします。

問合せ NINJA SNOW HIGHLAND(☎0268-71-0464)

峰の原高原のペンションに 宿泊してみませんか

峰の原高原旅館組合加盟のペンションなどに、対象のプランで宿泊した中学生以下の方に、リフト券を差し上げています。

ペンションでは個性豊かなオーナーたちがおいしい食事とアットホームな空間を提供。地元リゾートで、のんびりした時間・体験をお楽しみください。

※イベントなどの情報は、峰の原高原観光協会ホームページをご覧ください。

問合せ 峰の原高原観光協会

(☎090-4949-3080)

※月～金曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く)午前9時～午後5時



観光協会
ホームページ

リフト1日券2,000円割引チケット(子ども対象)をご利用ください

利用できる方 須坂市在住の子ども(4歳から中学3年生まで)

利用期間 2026年3月31日(火)まで

※利用総数が上限に達し次第終了になります。お早めにご利用ください。

利用方法 リフト券売り場へ、下の割引チケットと本人確認書類を提出してください。

問合せ 文化スポーツ課スポーツ振興係(☎026-248-2020)



利用総数
確認ページ

▶割引券は切り取ってリフト券売り場に出してください。
▶本券1枚につき、リフト券1日券1枚限り利用可能です。
▶半日、1回(5枚綴り含)券には利用できません。
▶スキー教室・アクティビティ等の割引には利用できません。
▶他の割引券等との併用や換金および返金はできません。
▶割引チケット利用状況につきましては、
須坂市ホームページでご確認ください。



須坂市 文化スポーツ課 スポーツ振興係
電話 026-248-2020(係専用)

▶割引券は切り取ってリフト券売り場に出してください。
▶本券1枚につき、リフト券1日券1枚限り利用可能です。
▶半日、1回(5枚綴り含)券には利用できません。
▶スキー教室・アクティビティ等の割引には利用できません。
▶他の割引券等との併用や換金および返金はできません。
▶割引チケット利用状況につきましては、
須坂市ホームページでご確認ください。



須坂市 文化スポーツ課 スポーツ振興係
電話 026-248-2020(係専用)

▶割引券は切り取ってリフト券売り場に出してください。
▶本券1枚につき、リフト券1日券1枚限り利用可能です。
▶半日、1回(5枚綴り含)券には利用できません。
▶スキー教室・アクティビティ等の割引には利用できません。
▶他の割引券等との併用や換金および返金はできません。
▶割引チケット利用状況につきましては、
須坂市ホームページでご確認ください。



須坂市 文化スポーツ課 スポーツ振興係
電話 026-248-2020(係専用)

←裏面

蔵のまち 須坂の魅力発見

No. 7

2024年8月、須坂市須坂伝統的建造物群保存地区が重要伝統的建造物群保存地区(重伝建地区)に選定されました。歴史的な建物が多く残り、特有の町並みや景観を形成する重伝建地区の特徴・魅力などをご紹介します。

さまざまな種類の屋根



切妻造平入の建物



置き屋根の土蔵

須坂地区には多様な建物がありますが、建物の屋根にもさまざまな種類のものが見られます。

街道沿いに多く見られる土蔵造(土壁で柱を覆い、屋根には瓦を乗せた防火性能に優れた造り)の建物も、それぞれ屋根形式に違いがあり、「切妻造」や「撞木造」、「寄棟造」、「入母屋造」などがあります。須坂地区の場合、切妻造の屋根が多く見られます(左上写真)。表や道に対し、屋根の三角形の面を向けるものを「妻入」、四角形の面を向けるものを「平入」と呼びます。

また、街道に面していないところでは、長屋や付属屋などには板葺き屋根が多く、土蔵には置き屋根など特徴のある屋根も見られます(右上写真)。長屋や小規模住宅などの板葺きの建物は瓦葺きの建物に比べて屋根の勾配が緩く、街道沿いとはまた違った町並みを形成しています。



須坂地区の詳細

人口・世帯数

人口……………48,912(+16)
男……………23,832(+22)
女……………25,080(-6)
世帯……………20,994(+36)
2025.11.1現在、()内は前月比
住民登録者数による集計



市公式
LINE



市公式
X



市公式
Facebook



市公式
Instagram

スマホやパソコンなどで
『広報須坂』を読めます



市ホーム
ページ



マイ広報紙
SUZAKA CITY



NAGANO
ebooks

★峰の原高原 NINJA SNOW HIGHLAND リフト1日券割引チケット(子ども対象)をご利用ください。



使用日:

月

日

リフト1日券

2,000円割引チケット

対象: 須坂市在住の子ども
(4歳から中学3年生まで)

有効期限

2025年スキー場オープン～

2026年3月31日(火)



使用日:

月

日

リフト1日券

2,000円割引チケット

対象: 須坂市在住の子ども
(4歳から中学3年生まで)

有効期限

2025年スキー場オープン～

2026年3月31日(火)



使用日:

月

日

リフト1日券

2,000円割引チケット

対象: 須坂市在住の子ども
(4歳から中学3年生まで)

有効期限

2025年スキー場オープン～

2026年3月31日(火)