

すずか



●メセナホール開館25年を祝う歌声(詳細は23ページ)

- 今月号の主な内容 -

- P2 須坂市この一年
- P4 除雪作業にご協力をお願いします
- P6 全国学力・学習状況調査の結果
- P8 見逃さないで！うつ病のサイン
- P10 「まいさほ須坂」へご相談ください
- P12 12月から洗濯表示が変わります
- P14 須坂駅前広場の再整備工事
- P16 市役所嘱託・臨時職員募集
- P18 年末年始の主な生活関連施設案内
- P20 みんなの広場(お便り紹介コーナー)
- P24 情報ファイル
- P31 公民館だより



須坂市花と緑のまちづくり事業「ふれあいおやん」

平成28(2016)年



▲市章



▲市の花
レンゲツツジ



▲市の木
クマシギ

主なできごと

須坂市長選挙でスタートした2016年。今年は米子瀑布群が国の名勝に新指定され、新聞やテレビ、ラジオなどで大きく取り上げられた年でした。

☆☆☆☆☆☆☆☆ 7月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 3日 妊娠・子育てワークショップ開催
- 15日 旧小田切家住宅オープン(写真⑤)・開館記念特別展「笹本恒子写真展」(~8月31日)
- 16日 第39回須坂カッタカタまつり
- 24日 第5回臥竜公園フェスティバル
- 31日 須坂市消防団が第25回長野県消防ラッパ吹奏大会で優勝(写真⑥)

☆☆☆☆☆☆☆☆ 8月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 6日 第18回信州岩波講座2016(~11月)
- 23日 男女共同参画推進講演会
- 26日 米子大瀑布PR用ペットボトル水「信州須坂の水」を製造(協力店などで販売開始)
- 28日 須坂市総合防災訓練

☆☆☆☆☆☆☆☆ 9月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 3日 世界の民俗人形博物館 開館20年記念特別展「小池千枝の軌跡~100年の情熱」(~11月29日)
- 23日 須坂JAPAN創生プロジェクト認定スミージーを開発

☆☆☆☆☆☆☆☆ 10月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 1日 須坂市独自割引「すざか市民バスKURURU(くるる)昼割」運用開始
- 3日 米子瀑布群が国の名勝に新指定(写真⑦)
- 12日 県立病院機構へ須坂病院産科医確保要望書を提出
- 12日 認知症カフェ「オレンジカフェまゆ」オープン
- 13日 信州須坂プチ移住体験を銀座NAGANOで開催(~14日)
- 14日 須坂市消防団が全国消防操法大会でラッパ単独吹奏(県大会優勝曲)・式典音楽演奏
- 15日 フードドライブを実施
- 16日 第28回竜の里須坂健康マラソン全国大会
- 19日 第20回須坂市花と緑のまちづくりコンクール表彰式
- 22日 第29回信州須坂大菊花展(~11月8日)

☆☆☆☆☆☆☆☆ 11月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 1日 カピバラ温泉「華の湯」(~平成29年4月)
- 3日 平成28年度須坂市表彰式(写真⑧)
- 3日 蔵のまち須坂 銀座通りうまいもん市2016
- 3日 メセナホール開館25年記念演奏会
- 5日 長野☆ガロonzがVリーグチャレンジIIに参戦
- 8日 須坂市戦没者追悼式
- 19日 第44回部落差別をはじめあらゆる差別をなくす市民大集会

☆☆☆☆☆☆☆☆ 12月(予定) ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 10日 堀直虎没後150年祭プレ事業・開館50周年記念特別展「北村方義~堀直虎の側近として活躍した偉大な須坂藩士の足跡~」(~平成29年2月19日)
- 16日 須坂市歴史的建造物を5件登録
- 17日 第9回クリスマスレクチャーin須坂2016(~22日)



⑤旧小田切家住宅(春木町)の修復工事が完了しオープンしました 【7月15日】



⑥須坂市消防団が第25回長野県消防ラッパ吹奏大会で優勝しました 【7月31日】



⑦米子瀑布群が国の名勝に新指定(滝では県内初)されました 【10月3日】



⑧須坂市の発展のためにご尽力いただきありがとうございます…須坂市表彰式 【11月3日】

平成28年も残すところわずかになりました。
須坂市の主なできごとを振り返ってみましょう。
みなさんにとって、今年
はどんな一年でしたか？

須坂市 この一年



①シロフクロウ「ハク」(写真左)のお嫁さん「ラン」(写真右)が仲間入りしました【1月25日】



②須坂 結婚・子育てハッピー大使をこてつさんに任命しました【4月18日】



③健康増進の活動ありがとうございます…須坂市保健補導員会が「緑綬褒章」を受章【4月29日】



④市内で2カ所目となるラウンドアバウト(環状交差点)が沼目地籍に開通しました【6月29日】

☆☆☆☆☆☆☆☆ 1月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 1日 「須坂藩 時の鐘」について新年を迎えよう
- 10日 平成28年消防出初式
- 10日 平成28年成人式
- 17日 須坂市長選挙・須坂市議会議員補欠選挙
- 20日 働きざかりの健康づくり研究会発足10周年記念講演会
- 25日 動物園のシロフクロウ「ハク」にお嫁さん(写真①)
- 30日 第10回人権を考える市民のつどい

☆☆☆☆☆☆☆☆ 2月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 6日 男女共同参画いきいきフォーラム
- 8日 新豊丘地域公民館が竣工
- 9日 須高歯科医師会、北信薬剤師会と「災害時の医療救護活動に関する協定」を締結
- 15日 食文化伝承人材養成事業「すざか食の匠講座」(～3月24日)
- 20日 ふるさと信州須坂のつどい

☆☆☆☆☆☆☆☆ 3月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 19日 動物園避難所が竣工
- 24日 新日滝地域公民館が竣工
- ☆☆☆☆☆☆☆☆ 4月 ☆☆☆☆☆☆☆☆
- 1日 須坂 妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」開設
- 1日 介護予防・日常生活支援総合事業開始
- 1日 宮城県塩竈市へ一般職員を派遣(～平成29年3月)
- 1日 須坂オープンガーデン(～10月)
- 1日 臥竜公園さくらまつり(～24日)
- 8日 長野養護学校高等部すざか分教室開室
- 8日 NPO法人コメリ災害対策センターと「災害時における物資供給に関する協定」を締結
- 16日 文化財保存活用倉庫開きを初開催
- 18日 須坂 結婚・子育てハッピー大使を任命(写真②)
- 29日 須坂市保健補導員会が「緑綬褒章」を受章(写真③)

☆☆☆☆☆☆☆☆ 5月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 22日 須坂 JAPAN創生プロジェクト「キックオフ・イベント」開催
- 29日 町並みクリーン&ウォーク作戦

☆☆☆☆☆☆☆☆ 6月 ☆☆☆☆☆☆☆☆

- 1日 オープンデータの取り組みが「情報通信月間・信越総合通信局長表彰」を受賞
- 4日 信州須坂レンゲツツジin五味池(～19日)
- 5日 埋蔵文化財整理室開放を初開催
- 11日 須坂市立博物館開館50周年記念特集展「印籠・根付～ニッポンが世界に誇るものづくりのルーツ～」(～8月21日)
- 12日 第38回消防団技術大会・第26回親子写生大会
- 12日 上八町児童青少年育成会が第27回「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞
- 29日 沼目ラウンドアバウト開通(写真④)

思いやりの心、みんなの力で安全安心を守りましょう

除雪作業に、みなさんのご協力をお願いします



問合せ 道路河川課 (☎026-248-9006)

市では、降雪時に安全で円滑な道路交通を確保するため、迅速かつ適切な除雪作業を行なっています。

バス路線と幹線市道は市が、国道と県道は県がそれぞれ除雪していますが、すべての道路を除雪することは困難です。

昨年度は、例年になく少雪でしたが、凍結防止剤散布などの経費を含め、約7500万円を支出しました。

自宅の周りなどの除雪にご協力をお願いします

▼身近な生活道路などの除雪
▼除雪ドーザーなどによる除雪作業後、家などの前に残ってしまう雪の片付け

▼高齢者世帯などの除雪が大変な場合
ご近所のみなさんのご協力をお願いします。

宅地などの雪は道路に出さないでください

▼宅地などの雪を道路に出すと、車道が狭まったりして交通の障害になりますので、絶対に道路に出さないでください。
▼道路の雪は、歩行者や車の通行の妨げにならないよう、道路脇や空き地などに積み上げてください。

▼雪を水路に捨てると、水があふれて水害が起こることがあります。下流域のみなさんの迷惑になりますので、やめてください。

道路や歩道に障害物を置かないでください

道路に駐車したり、歩道に障害物を置かないでください。除雪作業の支障になります。

凍結防止剤は各町区から受け取ってください

市道に散布するための凍結防止剤を各町区に配付しています。

配付している凍結防止剤は環境に配慮した製品で、年々値上がりしています。財政負担が年々増加しているため、適切な使用をお願いします。

落雪にご注意を

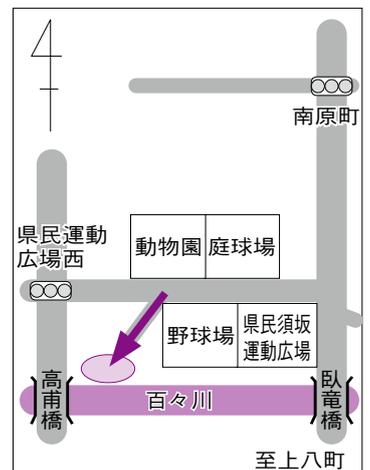
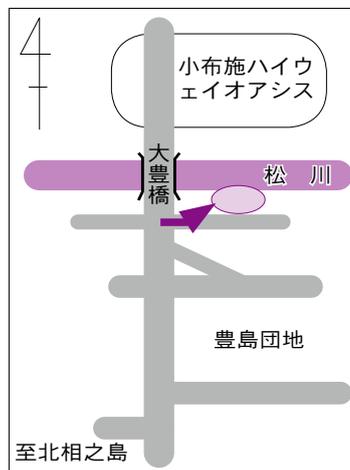


屋根に大量の雪が積もるとたいへん危険です。屋根の上の積雪量に注意しましょう。また、屋根に落下防止の器具をつけるなどして、被害防止に努めましょう。

たまった雪は指定の場所に捨ててください

たまった雪は、市が指定している2カ所の排雪場所に捨ててください。(図の○の場所)

雪と一緒に、ごみを捨てるのは絶対にやめてください。※奥から整然と捨ててください。



開場時間…午前8時～午後5時

消火栓や防火水槽付近の除雪もお願いします

冬期間は、消防団や消防署が消火栓と防火水槽の除雪を行なっていますが、降雪直後は消火栓や防火水槽の位置がわかりにくく、消火活動に支障をきたす恐れがあります。ご自宅近くの消火栓や防火水槽の除雪のご協力をお願いします。

【冬期間通行止めの県道と林道】

▼県道五味池高原線

(大字豊丘字上原～五味池破風高原)
…平成29年5月12日(金)午前10時まで通行止め

▼林道米子不動線

(大字倉倉～米子大瀑布駐車場)
…平成29年4月下旬まで通行止め

※積雪状況などにより期間を変更する場合があります。詳しくはお問い合わせください。

除雪に取り組み町区を紹介

市内には町区民や有志が集まって除雪を行なっている地域があります。
今回は、本郷町区長と野辺町区長からお話を聞きました。

■本郷町の取り組み

本郷町の除雪体制は、隣組を中心として、組内とあらかじめ決まった区域の除雪をお願いしています。

除雪の目安は、積雪が20cm以上や降り積もる可能性があるときで、原則午前6時頃判断します。

除雪を行うとなれば、土木水利部長から各土木水利班長へ連絡が入り、各班長は各組長へ、各組長が各戸へ連絡する体制になっています。

除雪は、通学路を優先的に、次に通勤に使う道路と優先順



▲本郷町区長 永井久司さん

位をつけて行なっています。

また、市などに対する除雪要望は、区長が取りまとめます。窓口を一本化することで、市との効率的な除雪体制の連携が可能となります。

この体制は、平成4年に体系化されたもので、脈々と受け継がれて現在に至っています。

本郷町でも高齢化が進む中、高齢者宅の除雪への協力が必須です。お隣同士、組単位とそれぞれ取り組み方は異なりますが、区や各種団体が行う事業への区民の参加、相互の協力の意識が高く、これが除雪協力にも反映されているものと思います。

基本となるのは、日頃からのコミュニケーションの醸成です。
この地域の良いものを後世に伝えていきたいと考えています。

■野辺町の取り組み



▲野辺町区長 富沢悟さん

野辺町は昔から、自分の家の周辺の除雪は自分たちで行う習慣があります。

平成17年、18年に大雪が続く、通行などに支障をきたしたことから、区が呼びかけ、小型除雪機や除雪ができる農作業用トラクターなどを所有する有志18人がボランティアで除雪を行う「除雪協力隊」を結成しました。

除雪の目安は、積雪15cmです。区長からの出動を要請することもありますが、各自が判断して除雪を行うことが多いです。また、目安の積雪にならなくても自発的に除雪を行う隊員が多いです。

除雪は、通学路や通勤に使う歩道を優先的に行なっています。また、農家の方が多いため、狭い農道もいつの間にか除雪が行き届いています。
除雪協力隊が結成して、今年で10年たちます。隊員の入

れ替えはありませんが、結成当初と変わらず18人です。隊員も少しずつ高齢化してきていますが、若い人も加わり、この先20年30年と除雪協力隊が続いてほしいです。

野辺町の良いところは、除雪協力隊以外にも、小型除雪機や除雪ができる農作業用トラクターなどを所有している方が、自発的に除雪を行なっているところです。

普段から、困ったことがあれば助け合うという意識が大切で、除雪協力隊に属しているのが野辺町であると自負しています。

また、普段からの近所のコミュニケーションが、助け合いの精神につながっていると思います。



▲除雪協力隊が除雪している様子

水道の凍結にご注意
ください

給水装置(メーター含む)は個人の財産です。水道管の凍結防止のため、次のことを行いましょう。

▼保温材や電熱帯などの凍結防止器材の点検をする。

▼メーターボックス内に保温材を入れる。

※水道管が破裂した場合は、市の指定給水装置工事業者に連絡・相談してください。費用は自己負担です。

メーターボックス周辺の除雪などにご協力ください

メーターボックスの周辺に、積雪や車などの障害物があったり犬がいたりすると検針ができないことがあります。

料金の算定に影響が出たり、漏水の発見が遅れたりする場合がありますので、除雪などのご協力をお願いします。

問合せ 営業課

(026-248-9012)

平成28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)

今年4月に小・中学校で「全国学力・学習状況調査」を実施しました。
須坂市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。その内容をお知らせします。

調査の対象者と内容

【調査日】

平成28年4月19日(火)

【対象】

- ▼小学校6年生 420人
- ▼中学校3年生 520人



【内容】

■ 教科に関する調査

小学校6年生（調査結果の概要は、下表参照）

- ▼国語(A・B)
- ▼算数(A・B)

中学校3年生（調査結果の概要は、左ページの表参照）

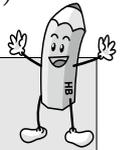
- ▼国語(A・B)
- ▼数学(A・B)

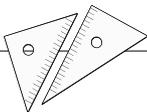
※Aは、主として「知識」に関する問題、Bは、主として「活用」に関する問題です。

■ 生活習慣や学習環境などに関する質問紙調査（調査結果の概要は、左ページ参照）

■ 教科に関する調査結果の概要(小学校6年生)

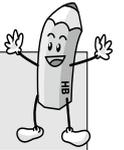
下表の▼は考察(領域別平均正答率から成果や課題)、◆は対策(今後の指導に生かしたいこと)を記述しています。

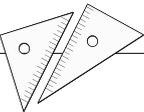


調査内容	市全体の平均正答率	考察および対策
国語A 	全国平均とほぼ同程度	<ul style="list-style-type: none"> ▼漢字やローマ字の読み書きに関しては、力がついてきています。 ◆テーマに沿って短文をまとめることに抵抗なく取り組める習慣をつけることを考えていきます。また、漢字を書きとどめるだけの家庭学習にならないよう工夫を加えていきます。
国語B	全国平均をやや下回る	<ul style="list-style-type: none"> ▼目的や意図に応じて文章構成を考えたり、読み手に与える効果を意識しながら表現したりする力に課題があります。 ◆「書くこと」単元の再点検をし、個人の推敲や友だちとの交流で伝えたいことが伝わったかの検証や表現の工夫について振り返ることを考えていきます。
算数A 	全国平均とほぼ同程度	<ul style="list-style-type: none"> ▼基礎的な計算はほぼ身につけていますが、小数の大小と計算、割合の意味理解に課題があります。 ◆小数を含め、数の仕組みの一層の理解を図り、それと関連づけて、計算の仕方を考えるようにしていきます。割合に関しては、日常生活との関連を図りながら、問題場面を図に表すなどして関係を捉えさせるようにしていきます。
算数B	全国平均とほぼ同程度	<ul style="list-style-type: none"> ▼日常生活の事象を数理的に捉え、そうなるわけを式や言葉で説明していく力をさらに伸ばしていきたいです。 ◆生活場面で、算数での学習を活用することを大事にしながら、言葉や数・式・図などを用いて、筋道をたてて論理的に考えたり説明したりすることを考えていきます。

■教科に関する調査結果の概要(中学校3年生)

下表の▼は考察(領域別平均正答率から成果や課題)、◆は対策(今後の指導に生かしたいこと)を記述しています。



調査内容	市全体の平均正答率	考察および対策
国語A 	全国平均とほぼ同程度	▼「話す・聞く」「書く」「読む」「伝統的な言語文化」の4領域はいずれもできています。また漢字や語句を文脈の中で正しく使うことも高い正答率でした。しかし聞き手に伝わるように話したり自分と相手の考えを比較しながら聞いたりすることに課題があります。 ◆発表後に、子ども同士の相互評価の工夫や文を推敲することなど、「日常的な知識の活用」を考えていきます。
国語B	全国平均をやや下回る	▼「書くこと」「読むこと」は、正答率50%を上回っていますが、表現の工夫や効果を答える問題では低い正答率でした。「読むこと」では、文脈から必要な情報を読み取り根拠を明確にして書くことに課題があります。 ◆「書くこと」では、表現の工夫や効果をまとめグループ交流すること、「読むこと」では、目的に応じ新聞や雑誌・情報ネットワーク・図書館などさまざまな手段を活用していくことを考えていきます。
数学A 	全国平均をやや下回る	▼「数と式」「図形」「関数」領域で下回っています。特に関数では正答率50%を下回る問題が多く、大きな課題があります。 ◆前年度までの学習内容で定着が不十分な領域に関して、確認ドリルを取り入れ、家庭学習とのサイクルの中で学習内容が定着するよう工夫していきます。
数学B	全国平均をやや下回る	▼「数と式」「図形」「関数」「資料の活用」すべての領域で課題があります。 ◆基礎学習の繰り返しを徹底し、学習と日常生活の場面とをつなげて考える習慣が身につくようにしていきます。

学習意欲や学習環境などに関する質問紙調査の結果概要

学習意欲・学習方法・学習環境・生活の諸側面などに関する調査です。生活習慣や学習環境は学力と相関関係にあるものが多いとの分析があります。

【正答率との関係が大きい質問項目】

- ▼毎日朝食を食べている
- ▼一日当たりのゲーム時間
- ▼最後まで成し遂げた経験
- ▼友だちとの約束
- ▼話を最後まで聞く
- ▼考えを発表することが得意
- ▼自分で考えた課題に取り組み
- ▼家で宿題をする
- ▼家で学校の話をよくする

中には「はい」と「いいえ」と答えた正答率の比較が54%に及んでいる教科もあります。学校では、児童生徒の成功体験を増やす活動を考えたり、グループ活動やICT機器の活用、課題に向かい自分の考えをまとめたり発表したりする活動を大切にしていきます。

また、授業と連動した家庭学習の工夫や個々の課題を丁寧に表示していくことなどを考

えていきます。

家庭では、朝食の大切さやスマホやゲーム利用のルールを尊重しているかを子どもたちと共に考えていただきたいと思えます。

【全国より上回っている質問項目】

- ▼地域の行事に参加している
- ▼読書が好き
- ▼全国より下回っている質問項目
- ▼予習や復習をしている
- ▼失敗を恐れないで挑戦する
- ▼自分には良いところがある

一人ひとりの良さを認めていくこと、地域の中で育てていただいていること、自己有用感を高めていくことなどを大切に考えていきます。

調査結果を生かすために

子どもは須坂の宝です。どの子も豊かな人間性とその子に合った基礎学力を身に付けるため、学校では「互いに認め合える集団づくり」を中心に授業改善や家庭学習に力を入れていきます。

ご家庭や地域でも「毎日の朝食」「会話」「規則正しい生活」などのお力添えをお願いします。

見逃さないで！うつ病のサイン

～うつ病を理解し、早めに対処しましょう～



問合せ 保健センター(☎026-248-9023)

うつ病を正しく理解しましょう

うつ病は誰でもかかる可能性があります。
本人はもちろんですが、家族や周囲も病気を正しく理解することが、早い回復につながります。

うつ病のサイン

身体や気分の不調を「そのうち治る」と放っておいていませんか。
それは、うつ病のサインかもしれません。

【体に出るサイン】

- ▼食欲がない
- ▼頭痛や肩こりがある
- ▼胃の不快感
- ▼体がだるい
- ▼めまい
- ▼動悸

【自分で気づくサイン】

- ▼何事にも興味が湧かず、楽しくない
- ▼疲れているのに眠れない
- ▼わけもなく疲れたと感じる
- ▼自分には価値がないと感じる

▼自分を責めてしまう

死にたいと感じる など

【周りが気づくサイン】

涙もろくなった



- ▼表情が暗く、元気がない
- ▼飲酒量が増えた
- ▼人との交流を避けるようになった

その他にも、いつもと様子が違うと感じたり、少しでも気になる様子があるときは、うつ病の可能性を考えてみましょう。

うつ病の対処法

うつ病にはさまざまなタイプがあり、それにより本人の気持ちや家族の対応も大きく異なります。

うつ病を治すためには、医療機関を受診して主治医と内服や治療法をよく相談すること、そしてゆっくり休養することが大切です。

早めに精神科や心療内科の専門医を受診し、他の病気と同様に、病気を治すことに専念しましょう。

受診にはできるだけ家族が付き添いましょう

家族と一緒に主治医の話を聞くことで、どんなこと気をつけてサポートすれば良いかわかることがあります。また、家族からの情報が治療に役立つこともあります。

うつ病の理解や身近な人への接し方などを学びましょう

講演「うつ病を“もっと”理解するために～うつ病と躁うつ病の違い～」

とき 12月4日(日)午後1時30分～3時30分
 ところ 保健センター3階(リハビリルーム)
 講師 鷲塚伸介さん(信州大学医学部精神医学教室教授)
 参加費 無料(申込不要)
 問合せ ▼保健センター(☎026-248-9023)
 ▼健康づくり課(☎026-248-9018)

「うつ病の方の家族教室」

とき 12月15日(木)午後1時30分～3時30分
 ※毎月1回開催予定です
 対象 うつ病の方の家族
 参加費 無料
 ※参加ご希望の方は、保健センターにご連絡ください。詳細をお伝えします。



専門医に抵抗がある場合は、内科などのかかりつけ医に相談してみるのも良いでしょう。また、保健センターでも相談に応じています。お気軽にご相談ください。

悩みを相談しませんか

※相談は匿名でも可能です。

■悩み無料ダイヤル

相談・通話無料の相談ダイヤルです。

(☎0800-800-7223)
とき 月曜日～金曜日(祝日・12月29日～1月3日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

■長野いのちの電話

(☎026-223-4343)
とき 毎日午前11時～午後10時



■精神保健相談

精神科医師が心の健康に関する相談に応じます。

とき 毎月第3木曜日午後3時30分～
ところ 保健センター
申込・問合せ 長野保健福祉事務所

(☎026-225-9039)

インフルエンザ感染の 予防を心がけましょう

冬はインフルエンザが流行します。高熱や関節の痛みなどを伴い、人によつては重症化することもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に入れないことが大切です。

■予防方法

【インフルエンザにかからないために】

- ▼外出の後や調理の前後、食事前などは、せっけんと流水で手を洗きましょう。
- ▼十分な休養とバランスのとれた食事を心がけましょう。
- ▼空気の乾燥を避けるため、湿度は50〜60%に保ちましょう。
- ▼予防接種を受けましょう。ワクチンは、発症しても重

症になるのを防ぐ効果があります。接種した（13歳未満の場合は2回接種した）2週間後から5カ月程度まで効果が期待できます。

- ▼人混みなどへの外出は避けるか、できるだけ短時間にししましょう。
- ▼体調が悪い時は無理せず、学校や仕事を休みましょう。
- ▼せきエチケットで他人にうつさない
- ▼せきやくしゃみが出ているときは、マスクを着用し

■正しいマスクの着用の仕方

出典：内閣府大臣官房政府広報室政府広報オンライン



隙間がないよう鼻まで覆う

ゴムひもを耳にかける

鼻と口の両方を確実に覆う

【最新情報を「ご覧ください」】

須坂市・小布施町・高山村の感染症情報などの状況は、市ホームページ「須高地域感染症情報」でお知らせしています。ご活用ください。



▶QRコード

問合せ 地域医療福祉ネットワーク推進室 ☎026・248・9101

スキー場

峰の原高原スキー場を ご利用ください



問合せ ▼スキー場に関すること：峰の原高原スキー場 ☎0268・74・2561 ▼イベントに関すること：峰の原高原観光協会 ☎090・4949・3080 ▼リフト割引券に関すること：生涯学習スポーツ課（スポーツ振興係 ☎026・248・2020）

峰の原高原スキー場は 12月17日(土)オープン

▼デモボード ▼お子さんへのプレゼント など

リフト割引券を配付します

変化に富んだ地形を生かしたコースで、家族連れも上級者も存分に楽しめるほか、昨年から設置したキッズパークとスノーパークも大人気です。また、シーズン中、子どもが楽しめるイベントや各種教室などを開催する予定です。※オープンは天候により変更する場合があります。

【リフト券(1日)】

- ▼大人：3500円 ▼子ども(中学3年生以下)：1500円 ▼高校生：2500円 ▼シニア(55歳以上)：3000円

【12月のイベント】

とき 12月24日(土)午後1時〜

内容 ▼ワイン・豚汁サーブ ▼写真撮影 ▼デモスキー

対象 市内の小・中学校に通う子どもとその保護者

割引額 ▼子ども：1500円(1日分) ▼保護者(大人)：1000円(1日分)

配付予定 12月第3週(スキー場オープン前)

利用期間 12月17日(土)〜平成29年3月26日(日)

※利用上限に達ししだい、期間中でも利用を締め切ります。

利用方法 リフト券売場へ割引券を提出してください。

注意事項 ▼スキー学校・教室での割引券の利用はできません ▼割引券の転売・複写は禁止です

生活にお困りの方は「まいさぼ須坂」へ ご相談ください

問合せ 福祉課 (☎026-248-9003)

相談窓口 「まいさぼ須坂」とは

市では、昨年4月に総合的な相談窓口として須坂市生活就労支援センター「まいさぼ須坂」(以下「まいさぼ須坂」)を須坂ショッピングセンター内に開設(市社会福祉協議会に事業委託)しました。

「まいさぼ須坂」では、専門の支援員が相談者に寄り添いながら、相談者が抱えている課題を一緒に整理して、一人ひとりの状況に合わせて、他の専門機関と連携して、解決に向けた支援を行います。

平成27年度は159人 らの相談がありました

「まいさぼ須坂」の平成27年度の相談者数は159人(下のグラフ参照)、述べ1406回の相談がありました。

主な相談内容は▼収入・生活費:62件▼求職・就職:55件▼病気・健康・障がい:27件などでした。

主な支援内容とその状況

- ▼相談・助言で解決:27人
- ▼他機関への紹介:24人
- ▼就労による生活状況の改善

- ▼生活保護の受給:7人
- ▼:11人

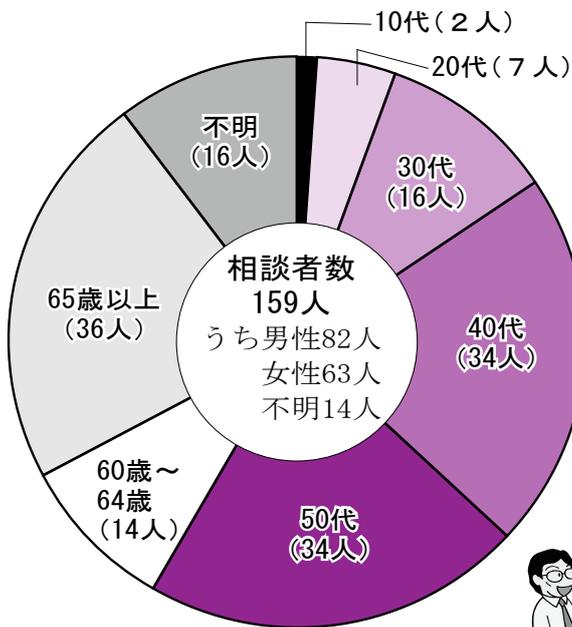
お気軽に「まいさぼ須坂」にご相談ください

生活保護を受給していない方で、生活にお困りの方はどなたでも相談できます。年齢に制限はありません。

「長く失業している」「ひきこもりで悩んでいる」「働いた経験がなく不安」など、生活の問題を抱えている方はお気軽にご相談ください。

「まいさぼ須坂」では、相談される方の気持ちをしつかりとお聞きし、問題の整理を一緒にしながら、暮らしと就労に関わる相談を広く受け止め

「まいさぼ須坂」への相談者の内訳 (平成27年4月～平成28年3月の合計)



「まいさぼ須坂」の情報

ていきます。

相談できる時間 月曜日～金曜日(祝日・12月29日～1月3日を除く) 午前9時～午後5時

相談料 無料

※相談は原則予約制です。希望する方はご連絡ください。
所在地 須坂市大字須坂344-1-60(須坂ショッピングセンター内)

☎026-248-9977
FAX026-214-9883
Eメール maisapo@suzaka-shakyo.jp

「フードドライブ」を 開催しました

市では、10月15日にメセナホールで開催された「第35回ふれあい広場」で、フードドライブを開催しました。フードドライブは、まだ食べられるのに捨てられている食べ物「食品ロス」を減らし、それらをまとめて地域の福祉団体や施設などに寄附する活動です。

当日は、缶詰やレトルト食品、インスタント食品、お米など234点、約136kgの食品を33人の方からご寄附いただきました。

今回ご寄附いただいた食品は、NPO法人フードバンク信州をとおして、食料を必要としている世帯や地域の支援団体、福祉施設などに無償で届けられます。



▲フードドライブの様子(10月15日)

問合せ 福祉課
(☎026-248-9003)

信州パーキング・パーミット(障がい者等用駐車場利用証)制度 利用証の申請が市役所でもできます



▲利用証

申請・問合せ ▼下表①～⑤・⑧…福祉課(☎026-248-9003) ▼下表⑥…高齢者福祉課(☎026-248-9020)
▼下表⑦…健康づくり課(☎026-248-9018)

信州パーキング・パーミット制度とは

公共施設や店舗など、さまざまな施設に設置されている「障がい者等用駐車区画」を適正にご利用いただくための制度です。

障がいのある方や高齢の方、妊産婦の方など歩行が困難な方に、県内共通の「利用証」を長野県が交付しています。

利用証の種類と利用できる駐車場

利用証は、申請者の状況に応じて、車いす使用者用の利用証または車いす使用者以外の利用証(右上の図)のいずれかを交付します。

利用証は、この制度に賛同する協力施設の、専用の案内表示のある駐車区画で利用できます。

平成29年1月4日から市役所でも申請・利用証の交付を始めます

持ち物 障害者手帳など交付基準(下表参照)に該当するものとがわかるもの
※申し込み方法など詳しくはお問い合わせください。

■利用証の交付対象者・有効期間

区分		交付基準	有効期間	
①身体障がい者	視覚障がい	4級以上の方	発行日から5年以内	
	聴覚障がい	3級以上の方		
	ろうあ	3級以上の方		
	平衡機能障がい	5級以上の方		
	肢体不自由	上肢		2級以上の方
		下肢		6級以上の方
		体幹		5級以上の方
		脳原性		2級以上の方
		上肢機能移動機能		6級以上の方
	心臓機能障がい	4級以上の方		
	腎臓機能障がい	4級以上の方		
	呼吸器機能障がい	4級以上の方		
	ぼうこうまたは直腸の機能障がい	4級以上の方		
	小腸機能障がい	4級以上の方		
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい	4級以上の方			
肝臓機能障がい	4級以上の方			
②知的障がい者	療育手帳所持者で障害程度欄がA1、A2の方			
③精神障がい者	精神障害者保健福祉手帳が1級の方			
④発達障がい者	歩行に介助者の特別な注意が必要と医療機関などが認めた方			
⑤難病患者	▼特定医療費(指定難病)受給者▼特定疾患医療受給者▼長野県特定疾病医療受給者▼先天性血液凝固因子障害等医療受給者			
⑥高齢者	介護保険の要介護状態区分が1以上の方	発行日から2年以内		
⑦妊産婦	母子健康手帳を取得した方(産後は2歳未満の子どもの同伴する場合に限る)	母子健康手帳の取得から出産後の2年間		
⑧その他けが人または病気などの方	けがまたは病気などにより歩行が困難であることが診断書などにより確認できる方	医師の診断書などによる必要期間以内		

12月から洗濯表示が変わります



問合せ 市民課(☎026-248-9002)

新しい洗濯表示

【5つの基本記号】

洗濯表示の基本となる5つの記号です。

洗濯表示は、5つの基本記号と下の付加記号を組み合わせて表示されます。



乾燥



アイロン



家庭洗濯

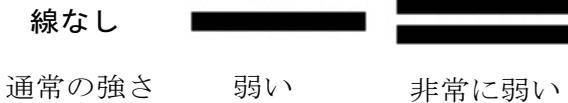


漂白



クリーニング

【付加記号(強さ)】



【付加記号(温度)】



【表示例】



液温は40℃を限度とし、洗濯機で弱い洗濯ができる



日陰のつり干しが良い

新しい洗濯表示

洗濯表示とは、衣類や日用品などの繊維製品につけられる洗濯時の取り扱い方法を表した記号です。
12月から洗濯表示が新しくなり、新しい記号がつけられた衣類などの販売が始まりました。

【パンフレット】

「新しい！衣類の取扱表示」を市民課消費者相談窓口(窓口①・1・本庁舎1階)でお渡ししています。

新しい洗濯表示の参考

増え、よりきめ細かい表示になりました。
▼表示にある強弱や温度は取り扱い方の上限を表します。

【消費者庁ホームページ】

「新しい洗濯表示」ページをご覧ください。
下のQRコードから接続できます。



問題



【ヒント】アイロンの中に温度の付加記号があります

洗濯表示クイズ

【政府インターネットテレビ】政府インターネットテレビ「記号をよく見て 洗濯上手に！新しい洗濯表示の記号」のDVDを市民課で貸し出ししています。希望する方は、お問い合わせください。

【問題】左の洗濯表示を参考に、次の洗濯表示の意味を考えてください。

【答え】アイロン使用時は、高温(上限200℃)で使用できる
洗濯表示で衣類を正確に扱きましょう
衣類は適切に扱うことで長くきれいに着ることができま
す。
お店で商品を選ぶときに洗濯表示を確認しておく、購入後のお手入れを想像できるのでおすすめです。
これを機会に、洗濯表示の記号の意味を理解し、衣類に合わせた取り扱いをしましょう。

多重債務で悩んでいませんか



問合せ 市民課 (☎026-248-9002)

多重債務とは、複数の業者からお金を借りることをいいます。多重債務に陥ると、個人の知恵や努力だけでは解決はきわめて困難になります。無理をして支払い続けるのではなく、弁護士や専門機関に相談し、返済すべき債務額を確定させたうえで支払方法を見直すことが必要になります。このような手続きを債務整理といいます。手続きを始めるのと請求が止まり、返済額が減少する場合があります。

債務整理のための4つの方法



①任意整理

債権者(貸主)と話し合いをして借金の返済方法や金額を決めなおす方法です。個人で債権者と交渉するのは難しいため、通常は弁護士や司法書士に手続きを依頼します。

②特定調停

裁判所に申し立てをして調停により借金の返済方法や金額を決めなおす方法です。

簡易裁判所で行う任意整理で、支払いのめどが立つことが前提条件です。

③個人民事再生

収入を得る見込みのある債務者が対象です。裁判所が認

可した再生計画に基づいて債務を返済します。

④個人再生

裁判所に申し立てをして、不動産などの一定額以上の財産を処分しての再出発になります。速やかに生活再建を促す手段です。

市民課消費者相談窓口へまずはご相談ください

市役所の市民課消費者相談窓口(窓口①・1・本庁舎1階)では、債務整理方法に関する情報提供や状況の把握などを行い、弁護士などの専門家へ相談するためのお手伝いをします。

(☎026-248-9002)

多重債務者無料相談会

弁護士・司法書士が相談者に合わせた解決方法をアドバイスします。

※前日までに電話で予約してください。

とき 12月14日(水)正午～午後7時

ところ 北信消費生活センター(長野市)

予約・問合せ 北信消費生活センター

(☎026-223-6777)

消防

消防器材などを新たに整備しました

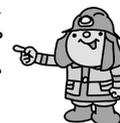
問合せ 消防本部警防課(☎026-245-4900)

消火栓器具箱を設置しました

宝くじの助成金が財源の(公財)長野県市町村振興協会助成事業を活用して、消火栓器具箱一式を市内15カ所に設置しました。(10月20日)

小型動力消防ポンプ付き積載車を整備しました

小型動力消防ポンプ付き積載車一式を須坂市消防団第1分団第2部と第7分団第5部に整備しました。(11月4日)



須坂駅前広場の再整備工事を 実施します

期間 12月～平成30年3月まで

問合せ ▼須坂建設事務所整備課(☎026-245-4493) ▼市まちづくり課(☎026-248-9007)

工事期間中はご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。



須坂駅前広場の再整備が 始まります

県と市では、長野電鉄とバスを利用するみなさんの安全性と利便性を向上させるため、須坂駅前広場を再整備します。工事は、須坂駅とシルキービルを結ぶ歩道橋の橋脚移設が完了し、12月から平成30年3月までの予定で本体工事を行います。

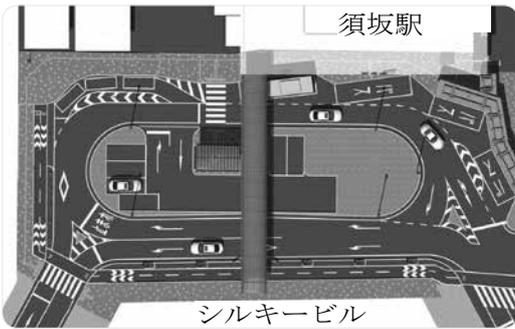
この工事にあたっては、車や歩行者を通しながらの工事となります。工事看板などの誘導に従い、気をつけて通行してください。

整備計画の方針

次の整備方針に基づき、平



▲北側からのイメージ図



▲真上からのイメージ図

成25年12月～平成26年1月に、市民のみなさんから計画に対する意見を募集しました。いただいた意見は整備計画に反映しています。

【整備方針】

- ▼「須坂の顔」としてふさわしい、利用者のためのゆとりある駅前広場をつくります。
- ▼「バス」、「自家用車」の駅への乗り入れを重視した駅前広場をつくります。
- ▼「自転車」や駅前広場を「通過する自転車」の安全性を配慮した駅前広場をつくります。

※計画の詳細は、須坂建設事務所ホームページ (<http://www.pref.nagano.lg.jp/suizakaken/>) をご覧ください。

イベント

動物園イベント情報

申込・問合せ 臥竜公園管理事務所(☎026-245-1770)

冬至イベント

ゆず湯につかるカピバラや動物へ、冬至にちなんだ野菜をプレゼント(エサやり体験など)をします。

とき 12月21日(水)

メリークリスマズOO

とき ▼12月23日(金)～25日(日) 午前9時～午後4時45分

内容 ▼動物たちにクリスマスプレゼントをあげよう▼動物たちとクリスマスカードの写真を撮ろう▼クリスマス工作教室

動物園で ハッピーニューイヤー



おみくじを引いて新年の運勢をしませんか。動物園グッズなどが当たります。

とき 平成29年1月1日(日) 3日(火)午前10時～午後3時

※入園は午後2時30分まで

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。

抽選で100人に、その動物から、動物園入園券付きの「写真付年賀状」が届きます。

※年賀状は「ふれんZO」(ペンギン舎隣)で展示します。

募集期間 12月15日(木)～平成29年1月15日(日)

送付先 〒382-0028 須坂市臥竜2-4-8 須坂市動物園

お知らせ

12月29日(木)～31日(土)は休園日です。



※イベントなどの詳細は、動物園ホームページをご覧ください。どうか、お問い合わせください。

新しい民生児童委員のみなさんを紹介します



市民のみなさんと行政機関とのパイプ役として、高齢者・障がい者・児童・母子福祉や生活保護など、地域福祉増進のための相談や援助の活動をしていただきます。お気軽にご相談ください。(委員の任期：平成31年11月30日までの3年間) 問合せ 福祉課(☎026・248・9003)

各町担当の民生児童委員(敬称略)

【上部地区】

穀町	若林 久枝
上町	牧野 勇治
本上町	岩田 好子
上中町	中田 淑子
【東部地区】	
中町	高橋 道子
春木町	岩井 玲子
春木町	中澤 強
春木町	角田 正雄
太子町	牧 美知子
新町	藤澤 滝子
常盤町	勝山 ひろみ
【西部地区】	
横町	高橋 敬
東横町	五十嵐あや子
南横町	塩崎 つや子
北横町	善財 さち子
立町	西田 幸恵
馬場町	小池 まさ枝

【南部地区】

馬場町	小林 美代子
馬場町	青木 松子
須坂ハイランド町	細井 洋子
坂田町	宮崎 時雄
坂田町	塚田 啓子
南原町	市村 忠彦
南原町	業田 素子
南原町	深谷 茂子
北原町	山岸 英樹
北原町	増田 美智子
小山町	松田 達雄
小山町	松井 あさ子
屋部町	山口 幸枝
屋部町	高橋 芳子
屋部町	武藤 悦朗
屋部町	大内 幹雄
八幡町	原田 喜一
八幡町	山岸 利子
八幡町	龍野 優子
境沢町	永田 繁江
境沢町	永田 正幸

【日滝地区】

相森町	内田 和彦
相森町	藤井 孝子
高橋町	市川 久雄
高橋町	古平 たい子
高橋町	橋本 貞子
大谷町	峰村 永子
大谷町	山浦 迪博
本郷町	高津 龍一
本郷町	羽生田 順子
【豊洲地区】	
高畑町	多比良八重子
南小河原町	綱島 千秋
小河原町	袖山 妙子
新田町	土屋 睦枝
小島町	笹平 悦子
相之島町	市村 文男
北相之島町	新井 新二
北相之島町	吉澤 五子
北相之島町	新井 たけ子
豊島町	宮川 陽子
旭ヶ丘町	岡沢 袈裟則
旭ヶ丘町	和久井 弘
旭ヶ丘町	大島 幸治
北旭ヶ丘町	山崎 美代子
北旭ヶ丘町	児玉 弘道
北旭ヶ丘町	東海林 文子
松川町	高橋 市子
光ヶ丘ニュータウン	小林 瑞枝
八重森町	佐藤 文雄
塩川町	藤澤 通子
塩川町	大峽 弘子
塩川町	小川 秀光
塩川町	高野 次男

【井上地区】

井上町	滝澤 通
井上町	片桐 千歳
福島町	井上 智秀
福島町	堀内 浩司
中島町	駒木 厚夫
九反田町	柳澤 文雄
幸高町	小林 悟
米持町	久保田 純子
米持町	弓田 高義
二陸町	関野 幸子
上八町	村石 博明
下八町	村石 善一
野辺町	松澤 孝之
村石町	北村 紀男
明德町	三澤 祥二朗
望岳台	青木 祥二朗
望岳台	藤澤 ひろ子
望岳台	田中 政宏
仁礼町	羽生田よし美
仁礼町	目黒 照久
仁礼町	羽生田 修
仁礼町	駒津 加代子
亀倉町	楠 千代治
亀倉町	山下 美知子
夏端町	上原 清子
米子町	滝澤 寿枝
塩野町	湯沢 恵美子
峰の原高原	竹内 富美子

【高南地区】

宮口 俊夫	
高梨町	笠原 ミサヲ
高梨町	羽生田 義夫
五閑町	黒岩 貢
村山町	横澤 秀水
田の神町	滝澤 通
井上町	片桐 千歳
井上町	井上 智秀
福島町	堀内 浩司
福島町	駒木 厚夫
中島町	柳澤 文雄
九反田町	小林 悟
幸高町	久保田 純子
米持町	弓田 高義
米持町	関野 幸子
二陸町	村石 博明
上八町	村石 善一
下八町	松澤 孝之
野辺町	北村 紀男
村石町	三澤 祥二朗
明德町	青木 祥二朗
望岳台	藤澤 ひろ子
望岳台	田中 政宏
望岳台	羽生田よし美
仁礼町	目黒 照久
仁礼町	羽生田 修
仁礼町	駒津 加代子
亀倉町	楠 千代治
亀倉町	山下 美知子
夏端町	上原 清子
米子町	滝澤 寿枝
塩野町	湯沢 恵美子
峰の原高原	竹内 富美子

【東地区】

宮口 俊夫	
高梨町	笠原 ミサヲ
高梨町	羽生田 義夫
五閑町	黒岩 貢
村山町	横澤 秀水
田の神町	滝澤 通
井上町	片桐 千歳
井上町	井上 智秀
福島町	堀内 浩司
福島町	駒木 厚夫
中島町	柳澤 文雄
九反田町	小林 悟
幸高町	久保田 純子
米持町	弓田 高義
米持町	関野 幸子
二陸町	村石 博明
上八町	村石 善一
下八町	松澤 孝之
野辺町	北村 紀男
村石町	三澤 祥二朗
明德町	青木 祥二朗
望岳台	藤澤 ひろ子
望岳台	田中 政宏
望岳台	羽生田よし美
仁礼町	目黒 照久
仁礼町	羽生田 修
仁礼町	駒津 加代子
亀倉町	楠 千代治
亀倉町	山下 美知子
夏端町	上原 清子
米子町	滝澤 寿枝
塩野町	湯沢 恵美子
峰の原高原	竹内 富美子

豊丘町	下平 純子
豊丘町	山田 喜久子
豊丘上町	坂田 賢一

各地域担当の主任児童委員(敬称略)

町(区)の民生児童委員さんと連携・協調し、地区の児童健全育成に対する相談や支援活動をしていただきます。

【上部地区】

上中町	森園 洋子
-----	-------

【東部地区】

春木町	角田 一男
-----	-------

【西部地区】

馬場町	小林 かず子
-----	--------

【南部地区】

小山町	熊田 幸子
境沢町	松野 今朝文

【日滝地区】

本郷町	山岸 厚
-----	------

【豊洲地区】

豊島町	北澤 晶子
-----	-------

【日野地区】

北旭ヶ丘町	小林 和子
-------	-------

【井上地区】

沼目町	長張 光洋
-----	-------

【高南地区】

九反田町	竹内 安治
------	-------

【東地区】

村石町	小泉 淳子
塩野町	宮下 芳一
豊丘上町	阪田 智栄子

※未決定の区は、現在、国へ推薦中です。

市役所嘱託・臨時職員募集

受付期間 12月12日(月)～平成29年1月13日(金)

申込・問合せ ▼総務課(☎026-248-9000)▼学校教育課(☎026-248-9010)
〒382-8511 須坂市役所(住所不要)

募集職種		○の問い合わせは総務課へ ●の問い合わせは学校教育課へ	必要な経験・資格・免許 (取得見込みを含む)
嘱託職員 (月額報酬・1年以内の雇用)	<ul style="list-style-type: none"> ○一般事務 ○徴収員 ○保健師 ○看護師 ○社会福祉士 ○管理栄養士 ○学芸員 ○理学療法士・作業療法士 ○栄養士 ○介護支援専門員 ○現業(施設管理などの業務) ○動物飼育技術員 ○電気・機械(設備管理維持などの業務) ○歯科衛生士 ●家庭児童相談員 ●青少年指導員(市役所での業務) ●調理技術員 		<ul style="list-style-type: none"> ▼一般事務…パソコン操作の経験 ▼徴収員…パソコン操作の経験 ▼保健師…保健師免許 ▼看護師…看護師免許 ▼社会福祉士…社会福祉士資格 ▼管理栄養士…管理栄養士免許 ▼学芸員…学芸員資格 ▼理学療法士・作業療法士…理学療法士免許・作業療法士免許 ▼栄養士…栄養士免許 ▼介護支援専門員…介護支援専門員資格 ▼動物飼育技術員…動物に関する学校において、動物飼育業務に係る専門教育の受講者、もしくは動物園などで動物飼育業務に携わった経験 ▼電気・機械…民間企業などで電気や機械設備の設計・施工管理などに携わった経験 ▼歯科衛生士…歯科衛生士免許 ▼家庭児童相談員…▽児童福祉司任用資格▽社会福祉士▽保育士▽幼稚園教諭▽教員免許▽保健師のいずれかの資格を有し、実務に携わった経験 ▼青少年指導員…教員免許
臨時職員2種 (時間賃金・1日7時間以内、1年以内のパート雇用)	<ul style="list-style-type: none"> ○一般事務 ○一般事務(料金徴収・各種検診受付時の事務) ○保健師 ○看護師 ○歯科衛生士 ○介護支援専門員 ○現業 ●保育キーパー(保育園の施設管理、保育補助業務) ●放課後児童支援員(児童センター・児童クラブでの業務) ●教員補助員(小・中学校での教員補助業務) ●調理技術員 		住所要件 原則として応募日現在、須坂市に住所を有する方を優先(市外の方も可)

募集職種・受験資格 上表のとおり

募集人員 各職種とも若干人

申込方法 総務課にある試験申込書に必要事項を記入し、持参または郵送してください。
※申込書を郵送で請求する場合は、返信用封筒(82円切手を貼付)を同封してください。
申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

申込期限 平成29年1月13日(金)(必着)

面接試験 1月25日(水)、26日(木)、27日(金)、30日(月)、31日(火)の予定(職種で試験日が異なります)

任用 登録制です。4月から雇用する場合は、3月上旬までに連絡します(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、社会保険と雇用保険に加入します。

～DV(ドメスティック・バイオレンス)知っていますか?～

誰もが安心して暮らせる社会をめざして

問合せ 男女共同参画課(☎026-248-9034)

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは

配偶者やパートナーなどの親密な関係にある人からふるわれる暴力という意味です。

相手を暴力という力で支配して自分の思いどおりに動かし、相手の自己決定権まで奪ってしまう人権侵害です。

暴力は、身体的暴力だけでなく、精神的・経済的・社会的・性的暴力などさまざまな種類があります。

特に、学生など若者の間で、交際相手から受ける暴力のことを「デートDV」と呼んでいます。

男女間のあらゆる暴力をなくす

DVの被害者は圧倒的に女性が多く、相談件数や警察での対応件数も全国的に増えています(下のグラフ参照)。

また、夫婦間の暴力は、夫婦であればやむをえないという意識がまだ根強く存在しています。

暴力は、その対象の性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。誰もが安心して暮らせる社会を実現するため

に、お互いの違いを認め助け合うこと、また、男性も女性も人として対等で、ともに社会をつくっていくという意識が必要です。

一人で悩まないでください

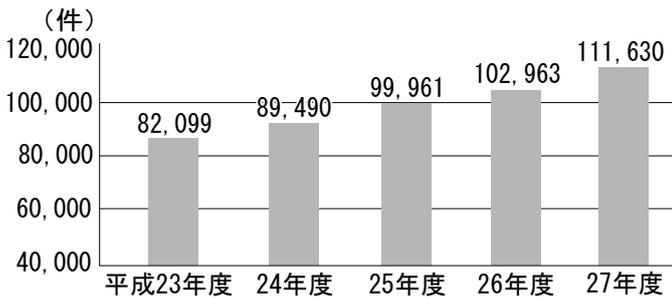
暴力を受けているのは、あなたのせいではありません。勇気を出して相談してください。

DV相談ナビ

(☎0570・0・55210)

■長野県性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」(☎026・235・7123)

■全国の配偶者暴力相談支援センターにおける相談件数 (内閣府調べ)



募集

須高行政事務組合職員募集

申込・問合せ 須高行政事務組合(☎026・245・1173)

T382・8512 須坂市大字小山2104・36

須高行政事務組合では、次のとおり職員を募集します。

募集職種 上級

募集人員 1人

受験資格 次のすべてに該当する方

▼昭和57年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方

▼4年制大学卒業程度の学力を有する方で、民間企業などの職務経験を2年以上有する方

試験日 ▼一次試験(筆記)：平成29年2月5日(日)(教養・専門・事務適性検査・職場適応検査・作文)▼二次試験(面接)：一次試験合格者に試験日程をお知らせします。

申込方法 須高行政事務組合ホームページ(http://www.suzaka.info/sukougyouse)

g)にある試験申込書に必要事項を記入し、持参または郵送してください。

詳しくは、須高行政事務組合のホームページをご覧ください。



※申込書・受験案内を郵送で請求する場合は、返信用封筒(A4サイズが入るもの・82円切手を貼付)を同封してください。

受付期間 12月1日(木)～平成29年1月20日(金)(20日の消印有効)

その他

▼応募者多数の場合は、一次試験の前に書類選考を行う場合があります。

▼最終合格者は、平成29年4月1日付けで採用予定です。

▼勤務場所は、須高行政事務組合です。

年末年始の主な生活関連施設などのご案内

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。



12月28日(水)～平成29年1月4日(水)の営業は下表のとおりです

○…営業 △…一部営業 ×…休み	12月				1月			
	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)
市役所(水道業務含む)	○	×	×	×	×	×	×	○
ごみの収集	○	○	○	×	×	×	×	○
清掃センター	○	○	○	×	×	×	×	○
し尿の収集	○	○	×	×	×	×	×	○
松川苑(火葬場)	○	○	○	○	×	○	○	○
すざか市民バス	○	○	△	△	△	△	△	○
すざか乗合タクシー	○	×	×	×	×	×	×	○
須高休日緊急診療室	×	○	○	○	○	○	○	×
湯っ蔵んど	○	○	○	△	○	○	○	○

市役所

【死亡届と婚姻届の受け付け】

▼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、年末年始は、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、年末年始に提出する場合は、必ず提出希望日前の平日の開庁時間内に市民課(窓口①番・本庁舎1階)で書類の事前審査を受けてください。

※開庁(営業)時間は午前8時30分～午後5時15分です。

問合せ ▼市民課(0248-9002) ▼市役所代表電話番号(0245-1400)

【漏水などの場合】

市指定給水装置工事事業者へ連絡し、修理してください。

問合せ 塩野浄水場(0245-1402)

ごみの収集

詳細は全戸配布した「ごみカレンダー」をご覧ください。

問合せ 生活環境課(0248-9019)

清掃センター

受付時間 午前8時40分～午後4時30分(12月23日(金)は午前8時40分～正午まで)



問合せ 清掃センター(0246-9000)

し尿の収集

年内は12月29日(木)まで収集します。12月20日(火)までに申し込んでください。

申込・問合せ 環境クリエーション(0245-9400)

松川苑(火葬場)

1月1日(日)のみ休業します。

問合せ 松川苑(0245-2268)

すざか市民バス



▼明徳団地線・北相之島線・米子線・おはようライナー(米子明徳線・仙仁豊丘線)・おかえりライナーの運休日：12月30日(金)～1月3日(火)

※米子線は1月1日(日)は運行

▼仙仁線は毎日運行します。

▼長電バスの山田温泉線・須坂屋島線・屋代須坂線は毎日運行しますが、運休する便があります。

問合せ ▼長電バス(0296-3208) ▼市民課(0248-9002)

すざか乗合タクシー

申込期限までに電話かFAXで申し込んでください。12月29日(木)～1月3日(火)は運休します。

申込期限 ▼午前の便：利用希望日の前日の午後8時まで
▼午後の便：利用希望日の午前11時まで
※予約受付時間は午前9時～午後8時(正午～午後1時は除く)です。

申込 すざか乗合タクシー予約センター(0248-0777)

問合せ 市民課(0248-9002)

須高休日緊急診療室

診療時間 ▼午前9時～正午

▼午後1時～5時

※須高休日緊急診療室(南棟1階) 問合せ 須高休日緊急診療室(0245-1650)

湯っ蔵んど

12月31日(土)のみ午後6時に閉館します。

※最終入館時間は午後5時になります。

問合せ 湯っ蔵んど(0248-6868)

第9回クリスマスレクチャー

in 須坂2016



問合せ 政策推進課(☎026-248-9017)

「グローバル人材を育むまちSUZAKA」をテーマに、全国や世界の各分野で活躍している方の講演をお聞きします。

- 司会：須坂高等学校と須坂高等学校の生徒
- 出店：須坂商業・須坂創成高等学校まちなかSHOP「くますぎ」
- 展示発表：須坂創成高等学校・長野養護学校高等部さざか分教室
- パーティー料理提供：須坂市食生活改善推進協議会のみなさん
- 聴講券の販売場所：▼政策推進課(市役所2階)▼産業連携開発課(須坂駅前ビルシルキー2階)▼須坂商工会議所▼JANAなどの須坂支所

レクチャー①



とき 12月17日(土)午前9時

午後0時20分

ところ メセナホール(大ホール)

参加費 無料

■ウエルカムコンサート

出演 須坂東高等学校ウィンドアンサンブル

■オリエンテーション

「クリスマスレクチャーとは」遠藤守信さん(信州大学特別特任教授)

■プレゼンテーション

「風さやか」がおこす稲作の新しい風

発表者 須坂園芸・須坂創成高等学校作物クラブ

■講演①

「海外研究の魅力」ヨーロッパ・アルプスで地理学を考える

講師 呉羽正昭さん(筑波大学生命環境系教授・須坂高等学校出身)

■ミニコンサート

出演 須坂高等学校吹奏楽部

■講演②

「人工知能とは何か」

講師 渡辺澄夫さん(東京工業大学情報理工学大学院教授・須坂高等学校出身)

レクチャー②



とき 12月20日(火)午後5時

30分〜8時

ところ シルキーホール(須坂駅前ビル3階)

参加費 500円(学生無料)

■ウエルカムコンサート

出演 牧さちこさん、山口泰一郎さん、藤巻良康さん

■講演

「水の信仰と米子大瀑布」

講師 笹本正治さん(長野県立歴史館長・信州大学名誉教授)

■わいがやパーティー

レクチャー③



とき 12月22日(木)午後5時

30分〜8時

ところ シルキーホール(須坂駅前ビル3階)

参加費 500円(学生無料)

■ウエルカムコンサート

出演 村石達哉さん、綿貫舞乃さん、中村ひろ子さん

■講演

「日本近海の海底資源」開発の現状と研究の最新線

講師 木川栄一さん(国立研究開発法人海洋研究機構海底資源開発センター長)

■わいがやパーティー

「わいがやパーティー」

市長の

いきいき通信



「感謝」

今年も残すところ一月となりました。

今年の幕開けは、正月の箱根駅伝で青山学院大学が優勝するなど峰の原高原クロスカントリーコースを利用しての各チームが大活躍。また米子大瀑布が、1月スタートのNHK大河ドラマ「真田丸」のオープニング映像に使用されるとともに、10月には米子瀑布群が国の名勝に指定されました。1月の市長選挙では、市民のみなさんのご支援を賜り、4期目の市政を担うことになりました。4期目は健康長寿発信都市「須坂JAPAN」の実現に向けて、健康を基軸とした健康観光などに取り組んでいます。

また、全小・中学校、全公立保育園、全公民館などの耐震化が完了しました。世界の民俗人形博物館特別展「小池千枝の軌跡」100年情熱では、日本を代表する世界的デザイナーの作品展示を行いました。

消防団は、県消防技術大会ラッパ吹奏の部で4年ぶりの優勝を遂げ、さらに、長野市で開催された第25回全国消防操法大会で、市消防団音楽隊とラッパ隊が県内消防団を代表して記念の演奏を披露しました。11月30日で任期満了となった民生児童委員・主任児童委員のみなさんには、3年間にわたりご尽力を賜りました。多くの方のおかげで、市政が順調に進捗しています。心から感謝を申し上げます。

▼市長のメールマガジン「虹のほほえメール」を毎週木曜日にお届けします。登録はホームページから
<http://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/meInaga/>

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～



き、10個ずつ縛り付けました。軒下には24列並び、まさに柿のれんのできあがり。
(ペンネーム)

なべちゃんさん 64歳)

●柿は、たくさん実がなる年とならない年が交互に来るようです。上手に摘花をすれば、毎年同じ量がとれるかもしれませんよ。

カシスジャム



寒さ
朝晩が寒くなってきました。早く起きて、朝食や弁当作りなどを済ませようと思っているのに、寒くて布団から出られません。
今から寒さに参っているのは、今後の寒さに耐えられる心配です。
(ペンネーム)

ホワイトさん 42歳)

●季節の変わり目は体が寒さに慣れていませんが、ずっと寒い日が続くとは慣れてきませんので、今後の寒さは心配いらないと思いますよ。

柿が大豊作

今年柿が大豊作でした。小春日和に縁側で柿の皮をむ

れて、とても良い記念になりました。
(ペンネーム)

優優GTRさん 42歳)

●優優GTRさんのおばあさんは、ひ孫も着物を着ると思っただけだったのでしようか。ご家族にとって、とても思い出深い着物ですね。これからも大切にしてください。

世界でたった一つの掃除機

保育園に通う子どもが「お母さんの誕生日プレゼントは何が良い？」と聞くので、テレビ「マーシャル」に映っていた掃除機を指差して「あれが良いかな」と答えました。すると、「作れるかな」と言いながら、段ボールとガムテープで作りました。吸引力は期待できないけど、世界でたった一つの掃除機。完成を楽しみに待っています。
(ペンネーム)

大掃除がんばるぞ！さん 42歳)

●大掃除がんばるぞ！さんの娘さんは、段ボールとガムテープを用意して、すぐに作り始めたところが、とてもお母さん思いだと感じました。一生の宝物になりますね。

サツマイモの茎

サツマイモの茎が食べられ

ることを教えてもらい、食べてみました。
色が変わらず、食感はシヤキシヤキとしておいしかったです。
(久保田さん 70歳)

●サツマイモの茎を小さいころに食べた記憶がありますが、どんな味が忘れてしまいました。ぜひ今度食べてみたいと思います。

素晴らしい町

41年ぶりに須坂へ帰ってきました。こんなに素晴らしい自然あふれた町とは忘れていません。
とても素晴らしい町に住めてうれしいです。
(小松さん 64歳)

●お帰りなさい。41年ぶりの須坂は、以前と変わっていないでしょうか。自然以外にも良いところがありましたら、また教えてください。

※お便りの掲載とクイズの当選は別になります。ご了承ください。

郵送

切手	382-8511
	須坂市役所 政策推進課 「みんなの広場」係行
	住所・氏名・年齢・電話番号 クイズの答え・希望の プレゼント番号・ご意見

市報クイズ

■今月のプレゼント
湯っ蔵んど提供

①湯っ蔵んど入浴券(ペア) ……5人

②須坂温泉入浴券(ペア) ……5人

③峰の原高原スキー場提供
リフト一日券(ペア) ……3人

※スキー場の情報は9ページをご覧ください。

12月に3回開催します

問題 第〇回クリスマススレクチャ
in 須坂 2016
コト…19ページ

応募方法

クイズの答えと、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、希望するプレゼントの番号、とっておきの話や日頃感じていることなど、何か一言ご意見を必ず書き添えて、左のあて先へお送りください。(FAX・Eメール可)。

※いただいたご意見は紙面で紹介いたします。紹介はペンネーム可。字数などの都合で内容を調整し掲載することがあります。ご了承ください。

●応募締切 12月14日(水)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。

●FAX 026-246-0750
●Eメール info@city.suzaka.nagano.jp

蔵の町の
さくらちゃん
十カムラサトシ

104



12月から新しくなる洗濯表示の情報は、
12ページをご覧ください。
問合せ 市民課(☎026-248-9002)

須坂 結婚・子育てハッピー大使

さ ま つ め

須坂で
ハッピー



10月21日に「女性のためのALL IN ONE健康教室」に参加しました(写真左下)。お母さんたちは、女性のからだに関して学び、ヨガでリラックスしていました。毎日の子育てで忙しい中、自分のからだを考えるきっかけになって良かったと思いました。

10月26日は、須坂保育園の臥竜山散歩に参加しました(写真右下)。道の歩き方を学んだり、臥竜公園の自然に触れることができ、とても良い時間だと思いました。須坂市は、子どもからお母さんまで、みんなにやさしいまちであると実感しました!



問合せ 保健センター(☎026-248-9023)

広報テレビ番組

「“共創”皆でつくろう元気なすざか」
(須高ケーブルテレビ)

市が市民のみなさんとともに行なっている事業の紹介や地域で活動している方の紹介、各町の自慢や特徴などを紹介する番組です。

今回は「イチオシ! わがまち自慢⑨～井上町～」を平成29年1月16日(月)から放送する予定です。詳細は1月号でお知らせします。

「“共創”皆でつくろう元気なすざか」の過去の放送分は、市ホームページ「すざか映像館」でご覧いただけます。

また、平成25年度～平成27年度の放送分(DVD)は、図書館で貸し出しています。



Beautiful Name
ビューティフルネーム

わだ あおば
和田 碧波 くん

(2歳2か月)



お父さん…吉広さん/お母さん…雅美さん

木々が力強く芽吹くようたくましく生きてほしいと願い「あおば」という響きに、また、姉の虹海と同じ広く雄大な海をイメージして「碧波」という漢字をつけました。

働く車が大好きで、誕生日にももらったパトカーが大好きなお気に入り。最近では飼い犬のお世話も頑張ってくれています。優しいお姉ちゃんが好きで、いつも二人で楽しく遊んでいます。

このコーナーに登場してくれるお子さんを募集しています。掲載を希望される方はお気軽に政策推進課へ(☎026-248-9017)

まちの出来事

地域の行事や市政など、まちの
さまざまな話題をお伝えします。

ようやく抜けた！

小学生がヤーコン収穫体験

「須坂ヤーコン研究会」が育てたヤーコンを豊丘小学校3・4年生が収穫しました。

地元の農産物への関心を深めてもらう地産地消の一環として行われたもので、児童たちは、強く根をはるヤーコンを力いっぱい引き抜いていました。

ヤーコンは、学校給食の食材としても使われています。 [11月7日]

中心市街地でさまざまな催し

多くの人でにぎわう

11月3日に中心市街地でさまざまなイベントが開催され、多くの市民のみなさんでにぎわいました。

笠鉾会館ドリームホールでは、展示してある屋台の上で、お囃子や日本舞踊が披露されました。また、旧小田切家住宅では、のり巻きづくり体験が行われ、参加した市内の6歳女兒は「のりを巻くところが楽しかった」と話していました。 [11月3日]



▲のり巻きづくりを体験(旧小田切家住宅)



▲屋台の上で日本舞踊を披露(笠鉾会館ドリームホール)



技能五輪で5人が入賞

第54回技能五輪全国大会の「冷凍空調技術」職種に県代表で出場したオリオングループの5人全員が入賞しました。中でも、菅沼幸希さん(写真中央・オリオン機械)は金賞を受賞。来年は国際大会に出場します。〔11月8日〕



V・チャレンジリーグII開幕

約700人が長野☆ガロンズを応援

バレーボールのV・チャレンジリーグII男子2016/17シーズンが11月5日に市民体育館で開幕しました。

全8チームが市民体育館に集まり、開幕セレモニーが行われました。須坂市民球団である「長野☆ガロンズ」が初参戦、応援ソングも披露され、約700人が詰めかけ、拍手や大きな声で選手を応援しました。結果は24ページに掲載しています。〔11月5日〕



第27回PTA音楽祭

須坂市と小布施町、高山村の小・中学校のPTAが今年もメセナホールで開催。今年から各校1曲の発表になりました。参加者は「たくさんの方が参加する素晴らしい音楽会になった」と話していました。〔11月5日〕



350人の愛犬家が集まる

わんわんランドinすぎか

須坂市ドッグラン施設で「わんわんランドinすぎか」を開催し、県内外350人の愛犬家が集まりました。

ふれあい度を競う「わが家のアイドル犬コンテスト」や犬の運動会「ワンリンピック」では、笑い声や犬の鳴き声で会場がにぎやかになりました。伊那市から参加した20代女性は、「来て良かった。楽しい思い出になりました。来年も参加します」と話していました。〔11月6日〕

広報 **すぎか** 表紙の
写真から

メセナホール開館25年を祝う歌声

今年、開館25年を迎えたメセナホール。記念演奏会では、市民177人で構成する「祝典合唱団」と、オペラ歌手の佐野成宏さんが歌を披露し開館25年を祝いました。

また、来場者も一緒に「須坂市民歌」などを歌い、お祝いムードに包まれました。〔11月3日〕

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 http://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

●国民健康保険加入者で医療費控除の申告をする方は高額療養費の申請をしてください

医療費の自己負担額が高額になったとき、申請により高額療養費が支給される場合があります。該当すると思われる方は、確定申告で医療費控除の申告

をする前に、健康づくり課窓口④番・本庁舎1階)で高額療養費の申請をしてください。持ち物 ▼医療費の領収証(申請後に返却します) ▼世帯主のはんこ ▼振込口座番号がわかるもの(通帳など)

※高額療養費の詳細は、保険証更新時に同封したパンフレット『国保のポイント』15～20ページをご覧ください。申請・問合せ 健康づくり課 ☎248・9018

●消防本部歳末特別警戒 12月26日(月)～30日(金)

市消防本部では、火災や事故の防止と災害の早期発見のため、警鐘を鳴らして巡回するなどの特別警戒を行います。全国的に放火が多い状況です。建物の周囲に燃えやすいものを放置しないようにしましょう。

問合せ 消防本部総務課 ☎245・4100

●年末特別警戒 12月1日(木)～31日(土)

犯罪被害にあわないためには、自分の身は自分で守ることが大切です。カギかけなど、できること

から始めましょう。

【車上ねらいに注意】

▼バッグや財布など、物を車内に置かないようにしましょう。
 ▼車から離れるときは必ずカギを抜き、ドアロックをしましょう。

【特殊詐欺被害に注意】

▼「携帯電話の番号が変わった」と聞いたら、前の番号に電話してみよう。
 ▼一人での判断は危険です。家族や警察に相談しましょう。

問合せ 市民課 ☎248・9002

●年末の交通安全運動 12月1日(木)～31日(土)

道路が凍結する季節です。時間に余裕を持ち、スピードを落とし、安全運転に努めましょう。

夕暮れ時や夜間は人も自転車も運転手から見えにくくなります。

▼自転車や車のライトは早めに点灯しましょう。

▼自転車に乗る人や歩行者は夜光反射材や自発光材を使い、自分の存在を知らせましょう。

▼もしものときに備えて、自転車保険に加入しましょう。問合せ 市民課 ☎248・9002

●がん検診を無料クーポン券で受診しましょう

無料クーポン券により子宮がん検診と乳がん検診を無料で受けることができます。まだ受診していない方は、この機会にぜひ受診しましょう。

※予約が必要な医療機関があります。事前に医療機関へお問い合わせください。期間終了間際は混雑が予想されます。早めに受診してください。

受診期限 平成29年1月31日(火)
 対象 ▼子宮がん：20歳
 ▼乳がん：40歳

※平成28年4月1日現在の年齢です。対象者には、7月中旬に無料クーポン券を送付済みです。

問合せ 健康づくり課 ☎248・9018

●長野☆ガロンス 試合結果



「長野☆ガロンス」のV・チヤレンジリーグⅡの開幕戦が11月5日(土)・6日(日)に行われました(23ページの写真参照)。

【試合結果】

▼11月5日(土)きんでんトリニティブリッツ戦：1対3惜敗
 ▼11月6日(日)東京トヨペットグリーンズパーク戦：3対

広告欄

SANWA HOUSE サンワハウスが提案する安心とハイクオリティの

リフォーム・新築

床・壁の張替からお家の大改装・新築まで
 どんなことでも、あなたのお家にピッタリのプランを提案します!

総合建設業 一級建築士事務所 宅地建物取引業

まずはお問い合わせください! ☎0120-207-117

本社：須坂市仁礼1235-1 塩川オフィス：須坂市塩川503-12

SANWA HOUSE サンワハウス
 家づくり
 リフォーム
 土地さがし

0初勝利

※次回は平成29年2月11日(土)・12日(日)のホームゲームもぜひ応援をお願いします。

問合せ 生涯学習スポーツ課

(☎248・2020)

●生活のしづらさなどに関する調査(全国在宅障害児・者等実態調査)を行います

厚生労働省が障がい者施策の推進に向け、在宅の障がい児・者の生活実態とニーズを把握することを目的に実施します。

該当地区には調査員が訪問して調査の主旨などを説明し、該当される方がいる場合は調査票をお渡します。ご協力をよろしくお願いします。

期間 12月1日(木)～22日(木) ※調査員は県知事から委嘱された調査員証を提示します。 問合せ 福祉課 (☎248・9003)

●高齢者等実態調査を行います

介護保険を利用していらっしゃる方や高齢の方の意向と実情を把握し、第7期介護保険事業計画など各種計画の策定資料とするため、高齢者等実態調査を行います。ご協力をよろし

くお願いいたします。

期間 12月中旬～平成29年1月上旬

対象 12月1日現在、要介護・要支援認定の方全員および65歳以上の方400人

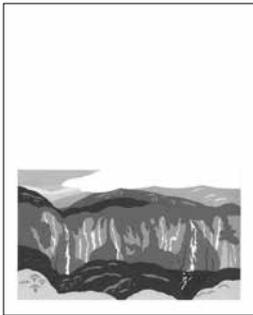
調査方法 調査票を郵送します(施設に入所されている方は、施設に調査依頼します)。

提出・問合せ 高齢者福祉課 (☎248・9020)

●オリジナル年賀はがきをご利用ください

市を宣伝するオリジナル年賀はがきの図柄が決まりました。5点の作品を市ホームページから無料でダウンロードできます。

問合せ 商業観光課 (☎248・9005)



▲米子大瀑布の図柄

●ゆるキャラグランプリ2016の結果

須坂市花と緑のまちづくり事業マスコットキャラクター

「かんちゃん」の投票結果は、

全体では323位(1421体中)、ご当地部門別では196位(842体中)、長野県内では9位(40体中)でした。

投票いただきありがとうございました。

問合せ まちづくり課 (☎248・9007)

●元旦の「須坂藩 時の鐘」の鐘つきは行いません

例年、大みそかから元旦にかけて行なってきましたが、

今後は行いません。 ※5月開催予定の「蚤譜の杜 桜まつり」で行う予定です 問合せ 生涯学習スポーツ課 (☎248・9027)

●公的個人認証サービスの電子証明書の申請(e-Tax)ご利用のみなさんへ

昨年12月22日に住民基本台帳カードの電子証明書を更新するサービスが終了し、今年から電子証明書を搭載したマイナンバーカードの交付をしています。

住民基本台帳カードの電子証明書は、有効期限まで利用可能ですが、有効期限を過ぎると、マイナンバーカードの

交付申請をする必要があります。

また、マイナンバーカード交付は、申請後約1カ月かかります。

今年の確定申告などで電子証明書を利用する方は、申請してください。

※申請に関しては、お問い合わせください。

申請・問合せ 市民課 (☎248・9002)

●『広報すざか合冊版』第8集と第10集が完売しました

第17集まで発行済みの『広報すざか合冊版』の第8集と第10集が完売しました。第4集以前と第11集もすでに在庫がありません。

在庫がわずかなものもありますので、お早めにお買い求めください。

問合せ 政策推進課 (☎248・9017)

●ホームタンクからの流出事故に注意してください

次の点に注意し、漏えい事故を未然に防止しましょう。

【点検】

▼ホームタンクの固定状況を確認する

▼タンクや配管などに腐食や

亀裂がないか確認する

▼定期的にはホームタンクの残量を確認する

【ポリ缶などに小分けするときの注意】

▼小分け中は、絶対にその場を離れない。また、バルブを閉めたか確認する

問合せ 消防本部予防課 (☎245・4200)

募 集

●消防団「女性対象の入団説明会」

女性消防団員を募集しています。消防団に興味がある女性のみなさん、お友達や家族の方とお出かけください(主婦や会社員など職業は問いません)。

すぐに入団ではなく、まず、女性消防団員の活動を知っていただく機会として開催しますので、お気軽にご来場ください。

とき 12月11日(日)午前10時

ところ 消防本部(3階)

入団資格 市内に在住または勤務する18歳以上の女性 問合せ 消防本部総務課 (☎245・4100)



●市有地の入札を行います

市有地1件の一般競争入札を次のとおり行います。所在地 旭ヶ丘10番35地目 宅地面積 614.20㎡最低売却額 1260万円入札資格 次の規定や事項に該当しない方▼暴力団およびその構成員▼未成年者▼市長が適当でない認められた方受付期間 12月1日(木)〜28日(水)午前9時〜午後5時(平日のみ)に財政課(市役所本庁舎2階)で「入札参加申込書」を受け付けます。※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。現地説明会 平成29年1月11日(水)午後2時〜入札日 平成29年1月18日(水)午前10時〜※物件は第一種低層住居専用地域で、現状有姿での譲渡になります。問合せ 財政課(0248-9016)

●「上下水道使用量のお知らせ」へ掲載広告を募集

水道メーター検針時に各戸に配付する「上下水道使用量のお知らせ」の表面に掲載す

る有料広告を募集します。市内約1万9600世帯へ2カ月に一度配付します。掲載期間 平成29年4月〜平成30年3月検針分(一年間)広告枠のサイズ 縦15mm×横75mm(55文字以内)広告掲載料 年12万円(消費税別)申込方法 営業課(窓口⑩番・東庁舎1階)にある「須坂市水道事業有料広告掲載申込書」に必要事項を記入し、提出してください。※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。募集期間 12月5日(月)〜16日(金)(必着)

●「信濃寮」入寮者募集

寮の所在地 東京都小金井市東町3-17-43(0422-325479)入寮資格 首都圏の4年制大学(医・歯・薬学は6年)に、平成29年に入学を予定しているか現在在籍している長野県出身の男子募集人員 25人

●「千曲寮」入寮者募集

寮の所在地 東京都三鷹市下連雀6-6-30入寮資格 ▼長野県関係者の大学生や大学院生の男子▼平成29年入学予定の男子募集人員 10人程度面接日 平成29年3月5日(日)午後1時〜3時面接会場 長野J△長野ビル12階(長野市)毎月の寮費 4万円(朝・夕食付き)※詳しくは、ホームページ(utp.p://www.k2.dion.ne.jp/~chi.kuma)をご覧ください。申込・問合せ (公財)千曲寮(0422-460726)

行事・催し

●福井敬一常設展

今回は、人物をモチーフにした作品をご紹介します。福井が出会った世界の人々が描かれています。ぜひご覧ください。とき 12月1日(木)〜平成29年5月14日(日)ところ 須坂駅前ビルシルキ1(2階)入場料 無料問合せ 生涯学習スポーツ課(0248-9027)



▲展示作品「鳩と老人」

●食育講演会

子どもたちの成長にとって、なぜ朝ごはんが重要なのか、朝ごはんでは生活リズムの作り方など、一緒に学びませんか。とき 12月10日(土)午後1時30分〜3時30分(午後1時開場)ところ 中央公民館(3階)演題 「学力・体力・気力の向上は生活習慣の立て直しか

マリアこども園 子育て支援事業『マリアクラブ』のお知らせ 参加費無料 日時:12月13日火曜日10:00~11:30 場所:マリアこども園 子育て支援室 お子様と心の通うスキンシップ術 子どもが感情豊かで思いやりのある大人へと成長するためには、小さいころからの親子の「スキンシップ」が大切です。限られた時間の中で、子どもに十分愛情を伝えるスキンシップを学んで、もっと笑顔ママになれる方法をマザーズパートナーと一緒に考えましょう。 Maria Kodomoen 認定こども園 マリアこども園 須坂市春木町1092 Tel 026-245-0012 www.mariakids.jp info@mariakids.jp

広告欄

12月の各種無料相談

行政相談 ☎248-9002
とき 8日(木) 14:00~16:00
ところ 市役所相談室(本庁舎2階)
問合せ 市民課(要予約)

子ども課相談室 ☎248-9026
(子育て相談、家庭生活など)
とき 月曜日~金曜日 8:30~17:15
ところ 子ども課

教育相談室 ☎248-0001
とき 月曜日~金曜日 8:30~17:15
ところ 学校教育課

休日就業相談(要予約) ☎246-3501
とき 3日(土)、1月14日(土)
13:00~17:00
ところ ゆめわーく須坂
(須坂駅前ビルシルキー2階)

もの忘れ相談日 ☎245-4566
とき 21日(水) 8:30~17:15
ところ 地域包括支援センター(市役所本庁舎2階)

よろずなんでも相談 ☎245-0909
とき 14日(水) 10:00~15:00
ところ シルキーホール(須坂駅前ビル3階)
問合せ 人権同和政策課

結婚相談 ☎214-2994
とき 4日(日)、18日(日)、1月15日(日)
9:00~12:00
ところ 社会福祉協議会(要予約)

弁護士の無料法律相談 ☎248-9977
とき 8日(木)、22日(木) 13:00~16:00
ところ すざか女性未来館
問合せ まいさぼ須坂(要予約)

日本政策金融公庫特別相談会
相談希望がありましたらお問い合わせください。
ところ 須坂商工会議所
問合せ 須坂商工会議所(☎245-0031)

シルバー人材センター入会説明 ☎246-2003
とき 21日(水) 13:30~※時間厳守
ところ シルバー人材センター

不動産無料相談 ☎228-2130
とき 15日(木) 10:00~15:00
ところ 長野県不動産会館(長野市)
問合せ 県宅地建物取引業協会長野支部

年金相談 長野北年金事務所 ☎244-4100(代)
とき 月曜日~金曜日、第2土曜日
※時間や場所など詳細はお問い合わせください。

★災害情報

Table with 3 columns: 10月, 平成28年1~10月, 昨年同期. Rows include 火災, 死者, 傷者, 救急出動, 交通事故, 急病, その他, 救助, 交通事故, その他.

★交通事故

Table with 3 columns: 10月, 平成28年1~10月, 昨年同期. Rows include 件数, 死者, 傷者.

ストップ

◎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

日常生活での困りごとや嫌がらせ、差別などご相談ください。匿名でも受け付けます。
受付時間 月曜日~金曜日 午前9時~午後5時
※祝日、12月29日~1月3日を除く
相談窓口 (公財)人権教育啓

アイヌの方々のための電話相談

らく一流スポーツ選手・タレント・作家・大学生から学ぶ8つの生活習慣
講師 小澤治夫さん(東海大学スポーツ医科学研究所教授)
入場料 無料(申込不要)
※託児を希望する方は、事前にお申し込みください。
申込・問合せ 健康づくり課
(☎248-9018)

12月4日~10日は「第68回人権週間」です

「みんなで築こう人権の世紀」考えよう相手の気持ち、未来へつなげよう違いを認め合う心」を重点目標に掲げ啓発活動を行います。
人権パネルの展示やよろずなんでも相談(左記参照)を開設します。
【人権パネル】
とき 12月1日(木)~14日(水)
ところ 須坂駅前ビルシルキー

人権啓発ビデオ上映会

とき 12月19日(月)午後1時30分~4時
ところ 人権交流センター
上映する作品
▼「ぬくもりの彩」: 36分
▼「夕映えのみち」: 34分
問合せ 人権交流センター
(☎245-0909)

料理交流会

手打ちそばを作って試食しながら交流しませんか。
とき 12月20日(火)午前9時



第18回市内小学生版画展・アトリエ作品展

版画作品約200点が展示室を彩ります。小学生の力作や版画教室受講生、市内版画サークルのみさんの展示会です。
とき 12月1日(木)~平成29年1月9日(月)
ところ 須坂版画美術館
入場料 無料
休館日 ▼12月7日(水)▼14日

パステル・クレイ(粘土)アート展

パステルとクレイアート教室を開講している笹岡理恵さん(井上町)と生徒さんの作品展示会です。
とき 12月4日(日)~25日(日)
午前9時~午後5時
ところ 蔵のまち観光交流センター(1階)
入場料 無料
※車でお越しの方は、市営駐車場をご利用ください。
問合せ 蔵のまち観光交流センター(☎248-6867)

●須坂アートパーク
イルミネーションウォ
ストザ・ファイナル

須坂の冬を彩る一大イベントが、今年最後の開催になります。

期間中は、イルミネーション作品コンテストや世界の民俗人形博物館で展望喫茶を開いています。ぜひ見に来てください。

期間 12月16日(金)～25日(日)
午後5時～9時

ところ 須坂アートパーク
入場料 無料

【点灯式】

とき 12月16日(金)午後5時～

ところ 世界の民俗人形博物館前

【光のかんたん工作体験】

とき 期間中随時

【ミニコンサート】

とき ▼12月17日(土)▼18日(日)▼23日(金)▼24日(土)各日とも

午後6時～、8時～

【ファイナルコンサート】

とき 12月25日(日)午後8時～

ところ 須坂版画美術館

出演 清水まなぶさん

問合せ 須坂市文化振興事業

団イルミネーション係(メセナホール内)

(☎245-1800)

●明るい選挙啓発ポスター展

小・中学生の応募作品103点を展示します。

とき 12月7日(水)～25日(日)午前9時～午後5時

ところ 須坂駅前ビルシルキ

ー(2階)

問合せ 選挙管理委員会

(☎248-9022)

●第48回市内高等学校合同
チャリティコンサート

とき 12月9日(金)午後4時～(午後3時45分開場)

ところ メセナホール(大ホール)

入場料 無料

問合せ 須坂東高等学校(清水)

(☎245-0331)

講座・教室

●認知症高齢者の家族の
つどい

認知症の介護者同士、日頃の介護体験や感じたことなどを話し合い、交流を深めましょう。

とき 12月6日(火)午後1時30分～3時30分

ところ すざか女性未来館大

講習室(中央公民館2階)

対象 認知症高齢者の介護者
参加費 無料
問合せ 地域包括支援センター
(☎245-4566)

●高齢者健康教室

転倒予防や認知症予防に関するコツを学び、みんなで楽しく脳も体も動かしましょう。

とき 12月15日(木)午前10時30分～11時45分

ところ 保健センター

内容 ▼介護予防に関する講話▼体操・脳トレ など

参加費 無料

対象 市内在住の65歳以上の方

持ち物 ▼飲み物▼タオル▼動きやすい服装

※事前申し込みは不要です。

問合せ 地域包括支援センター
(☎245-4566)

●介護教室

日々の介護の疲れを癒やしませんか。

アロマオイルを使った自宅でも簡単にできるリンパ・フットマッサージを紹介します。

とき 12月22日(木)午後1時30分～3時

ところ 須坂病院(北棟4階)

テーマ リフレクソロジーで

リフレクソロジーしませんか
講師 水島悠貴さん(アンナ・ルール整骨院柔道整復師)

対象 ▼家族を介護している方▼介護に関心のある方

参加費 無料

持ち物 フェイスタオル

申込期限 12月19日(月)

問合せ 在宅介護支援センター
1須坂やすらぎの園
(☎246-6883)

●人権問題学習会

とき 12月10日(土)午後7時～8時30分

ところ 本郷人権ふれあいセンター

講師 篠塚勉さん

参加費 無料

問合せ 部落解放同盟須坂市協議会(☎248-0456)

●すざかこども食堂

とき 12月17日(土)午前11時～

ところ 中央公民館

参加費 ▼子ども：無料▼大人：200円

※カレーに入れる野菜を提供いただける方は、12月15日(木)までにご連絡ください。

問合せ すざかこども食堂実行委員会(藤本)

(☎090-8729-9976)



広告の問い合わせは(株)ホープ長野営業所へ(☎050-5838-2344)

子ども向け英語スクール COCO塾ジュニア (資料請求番号:C88F)

ホームインストラクター募集中!

COCO塾のメソッドを使って、ご自宅で子ども達に英語を教えてみませんか?
初期費用が安くなる「開校応援キャンペーン」は12月まで!

COCO塾インフォメーションセンター長野 〒380-0824 長野市南石堂町1277-2長栄第2ビル6F
月～金: 10:00～17:00 土日祝はご遠慮
☎026-228-0924 0120-615-212

説明会 予約制

日時	12/7(水) 10:00～
場所	中野地域職業訓練センター
日時	12/7(水) 14:00～
場所	飯山市文化交流館なちゅら
日時	12/13(火) 10:00～
場所	COCO塾長野校

広告欄

リサイクル情報

《譲ります》

▼座椅子▼女性用ゴルフセット(練習用4本・ラウンド用7本)▼ついたて(籐)▼エアロバイク

《差し上げます》

▼花器▼げた(男性用)▼ガラス板(座卓用)▼鏡台▼着物▼電池式センサーライト▼Wベツド▼3人がけソファ▼座卓

《譲ってください》

▼カセットテープレコーダー

【譲ります】《差し上げます》の申込期限と抽選日】

申込期限 12月6日(火)
抽選日 12月8日(木)午前

※リサイクル情報の登録は随時受け付けています。また、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。

【お知らせ】

『広報すぎか』のリサイクル情報をより気軽にご利用いただくため、平成29年4月から有償の《譲ります》を廃止します。それに伴い、11月から《譲ります》への登録は受け付けていません。《差し上げます》《譲ってください》は継続します。

申込・問合せ 市民課
(☎248-9002)

善意の窓口

《寄附》

(敬称略)

▼版画美術館の収蔵資料充実のため(畦地梅太郎、北岡文雄、池田満寿夫の版画作品3点) : 手塚とし江▼親子通園施設くれよん、子育て支援センターを利用するお子さんの心身発達のため(遊具、おもちゃ) : 国際ソロプチミスト長野、みすず

児童センターで遊ぼう!

※印は母親クラブ共催行事

中央児童センター 馬場町 ☎245-5010/FAX245-6588	
児童	7日(水) 15:45~ 絵手紙教室 13日(火)~15日(木) 15:45~ クリスマス工作
南部児童センター 屋部町 ☎/FAX248-2330	
幼児・親子	7日(水) 10:30~ クリスマスプレゼント作り 14日(水) 10:30~ 誕生会(10~12月) クリスマスプレゼント作り 21日(水) 10:30~ クリスマス会(きらきらパーク)
児童	6日(火) 15:45~ 避難訓練 13日(火) 15:30~ ブルーヴェェクリスマスコンサート 14日(水)~16日(金) 15:45~ クリスマス工作 21日(水) 15:45~ クリスマスお楽しみ会
東部児童センター 高橋町 ☎/FAX246-0079	
幼児・親子	7日(水) 11:00~ 誕生会(10月~12月生まれ) 14日(水) 11:00~ クリスマスプレゼント作り 21日(水) 11:00~ クリスマス会※
児童	7日(水) 15:45~ クリスマスキャンドルをつくろう 16日(金) 15:45~ クリスマスおたのしみ会 21日(水) 15:30~ 子ども人権教室 28日(水) 14:00~ センター・クリーン作戦
北部児童センター 北旭ヶ丘町 ☎/FAX248-8381	
幼児・親子	7日(水) 10:30~ クリスマスプレゼント作り 14日(水) 11:00~ クリスマスコンサート 21日(水) 10:45~ クリスマス会(要申込)※
児童	7日(水)~12日(月) 15:45~ クリスマス制作 13日(火) 15:45~ 一輪車認定会 16日(金) 15:30~ たんぽぽの会 X'masお楽しみ会 22日(木) 15:45~ 大掃除

入居者募集

【市営住宅】

【特定公共賃貸住宅】

募集団地	間取り	募集団地	間取り
○豊丘	6戸 3DKB	○末広603号	3LDKY
○境沢	2戸 3KB	家賃	75,000円
○末広	1戸 2LDKY	敷金	家賃の3カ月分
○屋部	1戸 2DKY	要件	同居親族・所得など
○こくまち	1戸 2DKY		
○こくまち	1戸 3DKY		

※Y…浴槽あり B…浴槽なし

募集期間 12月1日(木)~9日(金) 抽選日時 12月14日(水)午前9時
問合せ まちづくり課(☎248-9007)

保健センター健康相談

子どもの何でも相談
とき 12月14日(水)・28日(水)
午前9時~正午

こころの健康相談
とき 12月21日(水)
午前9時~正午

健康ミニチェック
とき 12月21日(水)
午後1時~4時

問合せ 保健センター
(☎248-9023)

悩み無料ダイヤル

☎0800-800-7223
午前8時30分~午後5時15分
(土・日曜、祝日、12月29日~1月3日を除く)

子育て支援センターだより ※印は母親クラブ共催行事

★集まりの日(11:00~)

- 7日(水) ブルーヴェェ コンサート
…エレクトーンとピアノのすてきな演奏をお楽しみください
- 14日(水) ぶんぶんおにぎりを作ろう
…持ち物:水筒(水またはお茶)
- 21日(水) クリスマス会※
…みんなで歌を歌ったり、サンタさんからプレゼントをもらいましょう

センターに遊びにくるお友達を紹介



しい 相澤志維ちゃん
好きな食べ物…ラザニア

★12月の「家庭児童相談員による子育て相談」と「管理栄養士による食育相談」はお休みです。

★子育て支援センターの開放…月曜日~土曜日10:00~17:00
12月29日(木)~1月3日(火)は休館します。

★南部・東部・北部の児童センターの開放…月曜日~土曜日10:00~12:00(土曜日は午後も)。水曜日は「集まりの日」です。

小学校の冬休み期間中は、学童が利用しています。
12月29日(木)~1月3日(火)は休館します。
詳細は各児童センターへお問い合わせください。

問合せ 子育て支援センター(中央児童センター内)
☎/FAX245-6588

◎平成27年度須坂市小・中学生人権教育啓発標語応募作品

…考えて。言ってからでは遅すぎる

東中学校2年 久保田彩夏さん

◎毎月第3日曜日は「家庭の日」……「ありがとう」は最大のほめ言葉、子どものやる気を育てます

日曜・祝日の当番薬局

- 4日(日) 須坂いせや
 - 11日(日) スザカ岡田
 - 18日(日) さくら、スズラン
 - 23日(祝) すみさか土屋
 - 25日(日) 大丸
 - 31日(土) 高梨土屋
 - 1月1日(祝) 小布施、わかば
 - 1月2日(祝) 山下
 - 1月3日(火) りぼん
- ※29日(木)～31日(土)の営業は各薬局にお問い合わせください。
 ※芝宮前中島ファミリー薬局は、18日(第3日曜日)と12月31日(土)～1月3日(火)を除き、営業します。

休日緊急診療室(小児科・内科)

とき 日曜・祝日・年末年始
 9:00～12:00、13:00～17:00
 ※18ページをご覧ください。
 ところ 県立須坂病院
 問合せ ☎245-1650

※休日緊急診療室は、須高医師会、須坂病院、須高行政事務組合が共同で運営しています。

税金などの納期限

納期限・口座振替日
 12月26日(月)

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

- ◆納期限内の納付をお願いします。
- ◆便利な口座振替をご利用ください。
- ◆市税は、インターネットを通じてクレジットカードで納付できます。お問い合わせは税務課(☎248-9001)へ。

12月の乳幼児健康診査・相談・講座、予防接種

【乳幼児健康診査・相談・講座】(会場:保健センター、持ち物:母子健康手帳)

健診名	日	受付時間	対象者
3か月児健康診査	2(金)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成28年8月1日～8月15日生 平成28年8月16日～8月31日生
	1/13(金)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成28年9月1日～9月15日生 平成28年9月16日～9月30日生

持ち物…おむつ、バスタオル、3か月児健康診査票

1歳児健康相談	12(月)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成27年11月9日～11月23日生 平成27年11月24日～12月12日生
	1/17(火)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成27年12月13日～12月31日生 平成28年1月1日～1月15日生

持ち物…おむつ、歯ブラシ、1歳児健康相談票

1歳6か月児健康診査	16(金)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成27年5月16日～5月31日生 平成27年6月1日～6月16日生
------------	-------	----------------------------	---------------------------------------

持ち物…おむつ、歯ブラシ、1歳6か月児健康診査票

2歳児健康相談	8(木)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成26年11月4日～11月15日生 平成26年11月16日～12月3日生
---------	------	----------------------------	--

持ち物…歯ブラシ、2歳児健康相談票、2歳児健康相談(おたずね)

3歳児健康診査	20(火)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成25年11月10日～11月27日生 平成25年11月28日～12月13日生
	1/19(木)	13:00～13:30 13:30～14:00	平成25年12月14日～12月31日生 平成26年1月1日～1月13日生

持ち物…歯ブラシ、尿、目と耳に関するアンケート、3歳児健康診査票、おたずね

もぐもぐ離乳食講座	22(木)	13:00～13:15 14:15～14:30	平成28年6月1日～6月15日生 平成28年6月16日～6月30日生
-----------	-------	----------------------------	---------------------------------------

持ち物…おむつ、おしぼり、らくらく離乳食ガイドブック、離乳食講座おたずね

かみかみ離乳食講座	6(火)	13:00～13:15 14:15～14:30	平成28年3月1日～3月15日生 平成28年3月16日～3月31日生
	1/12(木)	13:00～13:15 14:15～14:30	平成28年4月1日～4月15日生 平成28年4月16日～4月30日生

持ち物…おむつ、おしぼり、らくらく離乳食ガイドブック、離乳食講座おたずね、もぐもぐ離乳食講座の資料

【個別予防接種】(会場:各医療機関)

開始対象者	予防接種名	対象者
平成28年10月生	B型肝炎	生後12か月(1歳)の前日まで (標準的な接種期間は2か月～9か月の前日)
	ヒブ・小児用肺炎球菌	生後2か月～60か月(5歳)の前日まで
平成28年9月生	四種混合1期初回	生後3か月～90か月(7歳半)の前日まで
平成28年7月生	B C G	生後12か月(1歳)の前日まで (標準的な接種期間は5か月～8か月の前日)
平成27年12月生	麻疹・風しん1期	生後12か月～24か月(2歳)の前日まで
	水痘(水ぼうそう)	生後12か月～36か月(3歳)の前日まで
平成25年12月生	日本脳炎1期初回	生後6か月～90か月(7歳半)の前日まで (標準的な接種期間は3歳～4歳の前日)

※個別通知はしません。各戸に配付した「健康カレンダー」をご覧のうえ、医療機関で受けてください。

【問合せ】

- ▼乳幼児健康診査・相談・講座…健康づくり課母子支援係(☎248-9023)
- ▼個別予防接種…健康づくり課保健予防係(☎248-9018)

広告の問い合わせは(株)ホープ長野営業所へ(☎0550-58338-2344)



個別指導塾
まつがく

今回のテスト
なかったことにしたい…

ま っ が く は そ ん な キ ミ の 味 方 で す !

冬休みに大逆転!

対象学年 小学生・中1・中2 (中3生は別途お問合せください)

個別冬期講習会

期間12/23(金)▶1/8(日)

冬休みの予定に合わせて日時・コマ数が選べる!

★中2以下・初めての方★
1コマ(90分) 3,600円

5コマまで **1,500円**
最大10,500円分おトク!

「広報すざかを見て」とお電話ください
13時～21時半(日曜休)にっこり◎ ジュク いこー

☎0120-25-1915

広告欄

公民館だより

すざか

平成 28 年

No.656

12月1日発行

発行・編集 須坂市中央公民館
〒382-0013

須坂市大字須坂747番地イ

TEL 026-245-1598

FAX 026-246-3906

E-mail : s-kouminkan@city.suzaka.nagano.jp

復活した遊休農地で芋掘り体験

旭ヶ丘地域づくり推進プロジェクト

10月4日(火)、旭ヶ丘地域づくり推進プロジェクト農地活用チームが芋掘り体験を主催しました。光ヶ丘農園に、北旭ヶ丘保育園の年長組の園児24人が集まってサツマイモ掘りを行いました。

光ヶ丘農園とは

この農園は元々遊休農地でしたが、平成24年に地域づくり推進プロジェクトのメンバーが借り上げて整備し、カシスを植えました。今ではカシスも増え、更には野菜を育てたりバラ園として活用する他、一般家庭に家庭菜園用に貸し出したりしています。

今回の芋掘りの4ヶ月前に北旭ヶ丘保育園の園児たちによるサツマイモの苗の植え付けが行われました。



▲6月の植え付けの様子

がんばった芋掘り

午前10時に子どもたちが農園に集まりました。はじめに地域づくり推進プロジェクトの上野敏一さんが



▲上野さんからアドバイスをもらいながら芋を引き抜く子どもたち

「みなさんが植えた苗がこんなに大きくなりました。掘り出す時は地上に出ている蔓の下がどうなっているかなどをよく観察してみてください」と話しました。その後子どもたちは早速芋掘りに取り掛かりました。子どもたちは大きな芋を掘り出すと、それを掲げながら担任の先生や友達に自慢していました。

芋を掘り出す際に、虫が見つかると、その虫を興味深そうに観察している子どもにも上野さんは「栄養のない土には虫も寄ってきません。虫がたくさんいるのは、畑が

豊かな証拠です」と話しました。

芋はコンテナ7つ分にもなり、今年は豊作で昨年よりもたくさん収穫できました。

この日は推進プロジェクトのみなさんが用意した蒸かし芋をみんなで食べ、子どもたちは満足そうにっていました。

焼き芋会

収穫した芋は約2週間寝かされ、11月1日(火)の北旭ヶ丘保育園での焼き芋会でも使われました。

推進プロジェクトのメンバーも招待されました。芋を焼いている間の交流会では、子どもたちとメンバーが一緒にダンスや歌、ジャンケンゲームなどで盛り上がりました。

最後は焼き芋をみんなでいっしょに食べ、子どもたちは「美味しい」、「楽しかった」と話していました。



▲できたてアツアツな焼き芋をほおばりました

がりがやん

最近テレビで、雑学ものを多く見るようになりまし。生活に役立つ知識から、身近な物の知られざる一面を専門誌などを読まずに知る事ができるので、とても気に入っています。自分にも他人との会話の幅を広げたいという思いから、最近ではテレビ番組でも、雑誌でも、インターネットの存在です。テレビよりも手軽に情報を得る事ができ、最近ではスマホなどの普及により身近になり、誰もが活用しやすくなりまし。色々なサイトを閲覧した。動画を楽しんだりすることもでき、さらにテレビ番組の一部を配信などで見る事ができるため、人によってはテレビが不要だという人も少なくありません▼現代においてテレビやインターネットをはじめ、新聞、ラジオなど情報を得る手段は多岐にわたります。しかし「これがあれば他は不要」といった考え方をせず、その時の状況や目的に合った媒体を利用し、活用していくのが良いのではないかと思います。

最近テレビで、雑学ものを多く見るようになりまし。生活に役立つ知識から、身近な物の知られざる一面を専門誌などを読まずに知る事ができるので、とても気に入っています。自分にも他人との会話の幅を広げたいという思いから、最近ではテレビ番組でも、雑誌でも、インターネットの存在です。テレビよりも手軽に情報を得る事ができ、最近ではスマホなどの普及により身近になり、誰もが活用しやすくなりまし。色々なサイトを閲覧した。動画を楽しんだりすることもでき、さらにテレビ番組の一部を配信などで見る事ができるため、人によってはテレビが不要だという人も少なくありません▼現代においてテレビやインターネットをはじめ、新聞、ラジオなど情報を得る手段は多岐にわたります。しかし「これがあれば他は不要」といった考え方をせず、その時の状況や目的に合った媒体を利用し、活用していくのが良いのではないかと思います。

●● ちょこっと講座 ●●

6月17日(金)から10月21日(金)までの5回、高甫地域公民館で「ちょこっと講座」が行われました。毎回違ったテーマで夕方の4時15分から45分まで、帰宅時間になった児童と、その保護者を対象としています。バルーンアートや、腹話術など毎回違ったテーマで夕方のちょこっとの時間を親子で楽しみました。



▲最終回は「音楽を楽しもう」をテーマに、先生といっしょに元気いっぱい歌いました



▲美しい光沢を持つ自分だけの松代焼が完成しました

柿の皮むき
開会にあたり高甫小学校の竹内由紀教頭が「毎年皮むき

今回収穫したのは「みしらず柿」と「蜂屋柿」という種類で、蜂屋柿は大きく、みしらず柿は味がとても良いのが特徴です。推進委員は、皮むきに適したちょうど良い固さの柿を見極め、高枝切りばさみを使って約1000個もの柿を収穫しました。



▲子どもたちのために柿を収穫する推進委員

その後柿は、干し柿にするために学校のベランダに干されました。
今回の体験会に際し、高甫地域づくり推進委員の村石博明さんは「子どもたちの生き生きとした様子を見ることができ、毎年楽しみにしています。高甫に根付くこの特色ある行事をこれからも続けていきたい」と話しました。

地域の方やPTAのみならずも応援にかけつけました。高学年の子どもたちは慣れた手つきでどんどん皮をむいていきます。低学年の子どもたちも、推進委員や地域の人に見てもらいながら一所懸命柿の皮をむいていました。



▲見守られながら柿をむく子どもたち

自分だけの器を作ろう!

井上地域公民館 陶芸講座

10月19日(水)、井上地域公民館の陶芸講座に15人が集まりました。講師に長野市で松代焼の窯を構えている「陶房ひがしやま」の東山託也さんを迎え、松代焼の湯呑み・コーヒーカーップ・ご飯茶碗などを作りました。

松代焼とは

鉄分の多い松代地域の粘土を使用しており、灰などの天然素材で作られた釉薬によって生まれる青緑色の光沢と、それが流れることによる「青流し」の模様が特徴です。

松代焼を作る

今回はタタラ作りと言い、薄い板状の粘土を型に貼り付けて作りしました。

まずは先生がお手本を作りながら説明をし、その後タタラの粘土が配られました。

みなさん真剣な表情で一所懸命です。それぞれの形ができると、底を付け、高台を付け、マグカップは取っ手も付けたりと、形をきれいに整えるのは難しく、何回も整えながら「なかなか上手くいかないね」と試行錯誤を重ねていました。質問している様子も多く見られ、先生は忙しく動きまわり



丁寧な説明していました。それぞれの個性のある自分だけの器が完成し、みんな作品について話し、楽しい時間を過ごしました。

参加者の感想

「テレビなどで見たことはあったが、作るのは初めてでした」「とても難しかったが作った作品について語り合えるのは楽しかったです」と話していました。

柿の皮むき体験会 高甫地域づくり推進委員会

11月1日(火)、高甫小学校にて高甫地域づくり推進委員会が主催した柿の皮むき体験会が行われ、体育館に全校生徒が集まりました。

高甫の柿を使って

10月27日(木)、皮むき体験会にむけて柿の収穫が行われました。10人の推進委員が集まり、八丁鎧塚古墳などの柿を収穫しました。

体験会があるおかげで高甫の子どもたちは包丁の使い方がとても上手になりました。この行事がずっと続けられているのも、地域のみなさんのおかげです。感謝の気持ちをもち、楽しい会にしましょう」と話しました。



**公民館等の
冷暖房等設備使用における
実費徴収への対応について**

日頃は公民館活動にご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。公民館等施設ご使用の皆様には、日頃から節電等にご協力いただきまして誠に有難うございます。これまでいくつかの公共施設では冷暖房使用の実費分を徴収していましたが、徴収を行っていない施設との不公平感を感じ、使用者負担の原則に基づき、全公共施設について冷暖房使用料の実費徴収を行うことといたしました。目的をご理解頂き、ご協力くださいますようお願い申し上げます。公民館等職員一同、ご使用の皆様にご提供すべく、より一層努めてまいりますので、今後とも宜しくお願い申し上げます。

であることが望まれますが、施設の維持管理などに必要な経費を税金で賄うこととなり、施設を使用する者と使用しない者で不均衡が生じることとなります。この不公平感に基づき、実費徴収を行います。

方 針 冷暖房や夜間照明等設備など、使用した時間分の実費を平成29年度から徴収いたします。

※冷暖房使用料については、1台100円/時間
問合せ 中央公民館管理係
☎245・1598

須坂市中央公民館

**聞く
市民学園公開講演会
〜新田次郎の
聖職の碑〜**

美しい西駒ヶ岳、元気な子どもたち、学校登山の悲劇はなぜ起こってしまったのか。新田次郎の小説を通して、先生の愛と献身のお話です。

とき 12月17日(土)
午後2時〜3時30分
ところ 中央公民館
ホール(3階)

講師 堀井正子さん
(文学研究家)

※講師の著書の販売とサイン会があります。

入場料 無料
問合せ ☎245・1598

作る

青年パラエティー講座
〜自遊時感〜
薬膳料理で
体を温めよう!

体を温める食材を中心に、クリスマスにも使えるおしゃれなパーティーメニューを作ります。

とき 12月20日(火)
午後7時〜9時
ところ すざか女性未来館
料理実習室(2階)
内容 お楽しみに!
講師 山崎まきさん
(国際薬膳師)

参加費 800円/人
持ち物 エプロン、三角巾
対象 ふきん、筆記用具
18歳〜30歳代で、市内在住または勤務している方

定員 15人
申込 12月13日(火)まで
問合せ ☎245・1598

仁礼コミュニティセンター

クリスマスや
お正月に向けての
寄せ植え講座

花の少ない時期、クリスマスや新年に向け、玄関先やペランダを明るく彩る寄せ植え教室に参加してみませんか。

とき 12月15日(木)
午前9時〜11時30分

集合 関谷温泉スタンド
講師 田邊恵徳さん
(田邊花卉園)

参加費 3000円/人(材料費)
持ち物 エプロン、軍手
定員 20人
申込 12月5日(月)〜
※平日の午前8時30分〜
午後5時まで

問合せ ☎245・8118

豊丘地域公民館

おでかけ健康教室in豊丘
「スロージョギングと
健康食について学ぼう」
〈全5回〉

冬場室内でも気軽にできるスロージョギングなどの運動

**年末年始の
休館のお知らせ**

中央公民館、各地域公民館、仁礼コミュニティセンター、旭ヶ丘ふれあいプラザ、旧上高井郡役所、すざか女性未来館は、次のとおり終日休館します。

〈休館期間〉
12月29日(木)〜
平成29年1月3日(火)

と、健康を守る食事(試食有)について学びます。
とき 平成29年
1月16日・30日
2月13日・27日
3月13日

※各回とも月曜日
午後2時〜3時30分

ところ 豊丘地域公民館
講師 松川敬子さん
(健康運動指導士)

参加費 無料
持ち物 タオル、飲み物、室内運動靴
定員 30人
申込 12月12日(月)〜
※平日の午前8時30分〜
午後5時まで

問合せ ☎245・9768

施設が使用できません

下記の期日、終日にわたり床のクリーニングを行うため、次のとおり施設の一部が使用できません。



中央公民館(西館を除く)
期日 12月27日(火)〜28日(水)

平成29年 須坂市成人式

新成人のみなさん、おめでとうございます。

須坂市・須坂市教育委員会では、新成人の前途をお祝いするため、平成29年の成人式を行います。

楽しく思い出に残る成人式にしようと、新成人の代表がスタッフとなり企画・運営などを進めてきました。

当日は、友人同士お誘いあわせのうえ大勢の方のご出席をお待ちしています。

とき 平成29年1月8日(日) 午後2時20分～4時

ところ メセナホール

内容

- ・受付 1時30分～2時10分
- ・オープニング 2時20分～
- ・式典 2時30分～
- ・アトラクション 3時5分～4時

※アトラクション終了後、午後5時まで式に出席された恩師と交流ができます。

対象 平成8年4月2日～平成9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、12月上旬に案内状をお送りします。案内状が届かない場合はご連絡ください。

駐車場 混みあいますので、できるだけ乗りあわせて、お早めにおでかけください。

お願い 飲酒されての入場、および飲食物の会場への持ち込みはできません。

その他 成人式の様子をDVDにして、2月下旬以降に千円で頒布します。ご希望の方は中央公民館までご連絡ください。

問合せ 中央公民館 ☎245-1598



体験

**お正月盛花
アレンジメント講座**

お正月に自分でアレンジした、お花を飾って楽しみませんか。



▲作品例

日野地域公民館

とき 12月27日(火)
午後4時～6時

ところ 日野地域公民館

講師 古平静子さん

参加費 1700円/人

持ち物 花ばさみ
(お持ちの方のみ)

定員 15人

申込 12月7日(水)～
※平日の午前8時30分～

問合せ 午後5時まで
☎246-2274

体験

**編み物教室
〈全3回〉**

寒い冬を温かく過ごすために、かぎ針で「マフラー」と「レッグウォーマー」を作り

南部地域公民館

ましよう。
※無料託児あります(事前の申し込みが必要です)

とき 12月21日・
平成29年
1月11日・18日

ところ ※各回とも水曜日
午前10時～正午
南部地域公民館

講師 1階実習室
山岸 芳江さん

参加費 1500円/人
(毛糸代)

持ち物 かぎ針7号、はさみ、
毛糸針(中)、メジャー

定員 10人

申込 12月7日まで
※平日の午前8時30分～

問合せ 午後5時まで
☎245-0273

旧上高井郡役所 利用者の皆様へ 施設の一部が使用できません

下記の期日、終日にわたりトイレ改修工事を行うため、次のとおり使用できません。
旧上高井郡役所
(トイレ、給湯室、IHクッキングヒーター、電子レンジ)
※仮設トイレと多目的トイレをご利用ください。

期日 11月10日(木)～
平成29年3月10日(金) 予定

社会教育団体からのお知らせ

須坂市文化芸術協会主催
第7回子どもわくわく
フェスティバル

箏・日舞・剣詩舞・チアダンス・尺八・バレエ・いけ花・手まり。大人だけのものではありません。
未来に夢をのせて子どもたちもがんばっています。
お友だちやご家族を誘って見に来てください。

とき 12月11日(日)
【展示発表】
正午～4時

【舞台発表】
午後1時30分～4時

ところ 須坂市文化会館
(メセナホール)
小ホール

▽正派雅尚会

▽藤洋会

▽成山吟道会

▽花柳葉緑社中

▽信州チアダンス教室

COSMOS須坂

▽花房多都蔵社中

▽尺八汎山会

▽白鳥バレエ学園須坂教室

▽子どもいけ花教室(草月流)

▽子どもいけ花教室(小原流)

▽八町手まりクラブ

問合せ ☎248-2557

☎090-8329
・6192(南澤)

○講座の申込受付開始は、午前8時30分です。
 ○講座に無料託児あります
 (事前の申し込みが必要です)
 ○講座には筆記用具を持参してください。
 ○参加費のお支払いは、支払期限までにお願います(平日の午前8時30分〜午後5時)。
 ○キャンセルや欠席をされる場合は、1週間前までに連絡をお願いします。
 ○男性の参加も歓迎します。

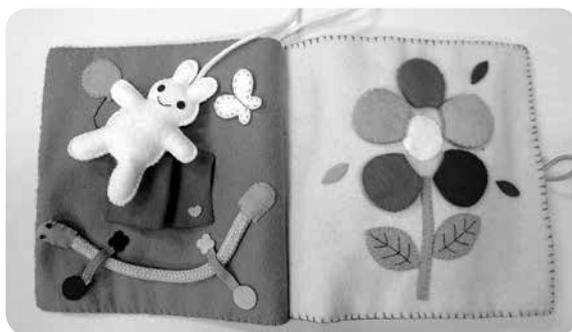
講座・催し

布絵本を作ろう!

〈全3回〉



布絵本は、小さいお子さまが見たり触ったりすることに特化した、五感の刺激に最適な知育ツールです。子どもたちにも、手作りの布絵本をプレゼントしませんか。



▲袋やとびらなどの「しかけ」がある布絵本を作ってみましょう

とき	1月16日・30日 2月6日
※各回とも月曜日、	
ところ	午前10時〜正午 すぎか女性未来館 大講習室(2階)
講師	山岸芳江さん
参加費	1500円/人 (材料費)
支払期限	12月20日(火)
持ち物	裁縫道具、はさみ、ものさし
定員	10人
申込	12月5日(月)〜 12月16日(金)まで
問合せ	☎214・6041

「JYO」の
くるし飾り講座を
開催しました!

10月23日・30日・11月6日の3回にわたって開催された、ちりめん素材の布を使ったつるし飾り作り講座に参加者7名が集まりました。

講師の「須坂ひな細工の会」のみなさんに教えていただきながら、からだ、はね、尾などのパーツを作り組み合わせます。作る人や使った布の色柄で1羽1羽に個性が出る作品になりました。
 参加者同士も作品を見せ合うなど和やかな雰囲気でした。



▲ケースに入れて飾るのも良いですね

参加者の感想

・始めたときは難しく感じましたが楽しくできました。
 ・材料を購入して自宅でも挑戦中です。完成したものは挑む飾りたいです。

万能!

トマトソースの作り方

創作洋食料理教室で使用したトマトソースの作り方を紹介します。シンプルなソースで色々な料理に使えます。冷凍保存ができ、作り置きにおススメです。

材料 ※作り置き用に多めのご紹介です

A	トマト水煮(缶づめなど)	サラダ油……………少々
	……………1kg	★にんにく……………3片
	ケチャップ…1/4カップ	★玉ねぎ……………200g
	バター……………5g	塩・こしょう……………適量
	ローリエ……………2枚	オリーブ油…お好みで

- 1、トマトを粗みじん、★をみじん切りにする。
- 2、サラダ油で★を炒める(玉ねぎが透きとおる程度)。
- 3、炒めた★とAをあわせ、時々かき混ぜながら3分の2程度になるまで中〜弱火で煮詰める。
- 4、塩・こしょう、オリーブ油で味を調節して完成。

おでかけパソコン教室

講師 NPO法人信州SOHO支援協議会 ※パソコンは主催者が用意します。

講座名	とき	定員・参加費	申込	ところ・問合せ
①パソコン相談室 ※パソコン持ち込み可	12月19日(月) 午後2時〜4時	なし 無料	なし	中央公民館 ☎245-1598
②ワード&エクセル講座 〈全5回〉	平成29年1月16日(月)〜20日(金) 午前10時〜正午	10人 500円/人	12月16日(金)〜 ※平日の午前8時30分〜午後5時	豊丘地域公民館 ☎245-9768
③パソコン総合講座 〈全5回〉	平成29年1月23日(月)〜27日(金) 午前10時〜正午	10人 500円/人	平成29年1月5日(木)〜 ※平日の午前8時30分〜午後5時	南部地域公民館 ☎245-0273
④ワード入門講座 〈全5回〉	平成29年1月23日(月)〜27日(金) 午後2時〜4時	10人 500円/人	12月15日(木)〜 ※平日の午前8時30分〜午後5時	井上地域公民館 ☎246-2488

生涯学習
推進センター
だより
No.202
スガッピー

須坂市民総合大学

**健康長寿講演会を
開催しました**

「ことばで人が変わる」としても大切なことを学ばせていただきました

こんな温かい感想を参加者からいただきました。10月29日(土)、健康長寿をテーマに須坂エクササイズとのコラボ企画「こころ元気エクササイズ」を開催し、64人が集いました。



▲参加者全員で須坂エクササイズを体験

須坂エクササイズ
オープンニングは保健補導員会体操ユニットの「須坂エクササイズ」でリフレッシュ。7種類の健康体操を考案し

みなさんが丁寧に体操を指導し、「しゃぼん玉」の曲から始まると緊張がほぐれ、参加者の表情も次第に笑顔に変わりました。



▲にこやかに体操をする会場のみなさん

4種類の健康体操が終わると、心地よい疲れと爽快感に参加者から「アンコール」の声がかかり、「須坂ドレミDE体操」が会場をさらに盛り上げました。

現在269人で「自分の健康は自分で守る」を柱に活動を進めている保健補導員のみなさん。そのいきいきとした姿に、参加者はたくさんのエネルギーをいただきました。

こころ元気エクササイズ

リフレッシュした後は、講師に、元ロンドン五輪卓球女子団体銀メダリストの平野早矢香選手のメンタルトレーナーを務めた加藤史子さんを迎え、心の健康について学びました。

加藤さんは「メンタルトレーニングは、こうなったらいいな」というイメージを映像化し、幸せな将来や未来を想像することで「けち」というとマイナスなイメージですが、視点を変えれば堅実、計画性がある、物を大切にすることといったプラスのイメージにすることができ、不思議と力が湧いてきます。フレームを変えると意味が変わり、反応感情、行動も変わります(リフレーミング)。そしてすべてのことは自分にとって役立つものになります」と伝えました。



▲「プラスの考えは心を元気にします」と話す加藤さん

会場から「平野選手はどのように育てたのですか」と質問

問があり「ものすごい反省から後悔してしまつたため、後悔を課題に変えるトレーニングをしました。中国選手を相手にすると勝てないと思ひ込んでしまつたので、どうしたら勝てるのか。相手より強いんだ！」という良いイメージを描くトレーニングをしました」と実践的な言葉が印象深く残りました。



▲講師の話に熱心に耳を傾けていました

参加者の感想

参加されたみなさんから「とても元気の出る良いお話でした。心の置き方では本当に幸せに過ごせることを実践したい」「人生健康で生き残るためには心のポジションのあり方が大切と思いました」「須坂エクササイズは初めて体験しました。とてもリラックスしていい気持ちになりました。前向きな気持ちでいこうと思ひました」などたくさんの感想をいただきました。

**第7回公開必修講座の
お知らせ**

ゲストハウス蔵のラウンジには、年々多くの外国人が集まり、交流の輪が生まれリピーターも増えています。

オーナーの山上万里奈さんが、生まれ育つた信州須坂で地域融合型ゲストハウスをオープンして4年。異国間交流の拠点として地域に根ざした取り組みや、今後目指していることなどをお話します。

とき 12月17日(土)
午後1時30分～3時

ところ 旧上高井郡役所
ラウンジにゲストあ
ふれる異国間交流
「ゲストハウス蔵」

講師 山上万里奈さん
(ゲストハウス蔵オーナー)

参加費 無料
問合せ 生涯学習推進センター
☎214-6086



▲築100年以上の古民家を利用したゲストハウス蔵

須坂市生涯学習 まちづくり出前講座

～受講者からの感想をご紹介します～

生涯学習推進センターの「まちづくり出前講座」は、市や各種機関・市内の企業・団体・個人のみなさんご協力のもと、136講座の豊富なメニューを取りそろえています。

出前講座開設当時の平成10年度は、講座メニューが63講座、受講者が延584人でしたが、年々講座メニューの増加とともに受講者数も増え、平成28年11月1日現在、すでに延3,478人の方に受講していただいています。

今回、町の人権問題学習会として出前講座を受講した方の感想をご紹介します。

出前講座No.83

「認知症を正しく知る」を受講して

「今回の受講者は、60歳以上の方が多く、最近もの忘れ置き忘れが多くなり、自分も認知症になるのではと不安を抱いている人がほとんどです。加齢によるもの忘れと、認知症との違いもわかり、今のところホッとしている部分もありますが、高齢化が進んでい

る昨今、認知症の人々を支えていくためには、家族みんなの正しい理解が必要だと思います。いただいた資料を家族に見せたいです。

保健師さんのお話は、とてもわかりやすく、また、興味深いテーマでもありましたので、あっという間に時間が過ぎてしまいました。認知症の義母を見送った今、振り返ると外見の変化に戸惑い、いら立つばかりで、本人の心の苦しさを、悲しさもわかってやれずにいました。どうしてもつと優しくしてあげられなかったのかと後悔、反省の気持ちでいっぱいです。こういう講座をもっと早く受けておけば良かったと思います」
(村山町 黒岩滝子)



▲出前講座の様子

☆「まちづくり出前講座」に関するお問い合わせは、生涯学習推進センターまで

☎214・6086

書初めを書こう！

参加者募集

みんなで一緒に中央公民館の広いホールで伝統行事の書初めをしましょう！



▲広いホールでのびのびと書けます！
(昨年の様子)

とき 平成29年1月4日(水)
午前10時～正午

受付 午前9時30分～
(事前申込不要)

ところ 中央公民館
ホール(3階)

講師 田中義人さん

参加費 無料

持ち物 学校で配布されたお手本、書初め用紙、書道道具一式

対象 小学生、中学生

問合せ ☎214・6086
(生涯学習推進センター)

生涯学習推進員より

「やんしゃ2016」

相森町を訪問して

「やんしゃ2016」は、この地区に流れる八木沢川の愛称「やんしゃ」から「日滝地区の明るい地域づくりの集い やんしゃ〇〇年」と名づけ、昭和59年に第1回目の学習会を開催しました。今年の10月15日には第32回目を迎え、長い歴史を刻んでいます。本郷町、大谷町、高橋町、相森町の4町で当番区を決め「テーマ」を持ち、地域を見つめ故郷を掘り起こす住民活動が展開されています。

今回は、相森町が当番区となり立案、企画、運営いたしました。テーマは、1「相森新田と水」、2「大東亜戦争の頃の相森新田」です。

当日を迎えるにあたり、畔上征三副実行委員長と講師の和田邑吉さんが中心となり事前準備がなされ、配布資料も準備万端、天候にも恵まれ史跡を歩いて回るには最適な環境の中、参加者50人を迎え正午にスタートしました。

相杜神社境内から史跡めぐりをスタートし、和田さんの解説をお聞きしながら相森町

公会堂へ向かいました。公会堂で写真による史跡の説明を受けた後、実際に日露戦役記念碑、山丸組山大製糸工場跡、相森水源などの史跡を徒歩で回りました。史跡一つ一つの丁寧な説明に、参加者は熱心に耳を傾け積極的に質問をしていました。

史跡めぐりの後は、公会堂にて「大東亜戦争の頃の相森新田」をテーマにした講演と参加者とのディスカッションがあり、楽しく有意義な時間に時の流れを忘れるほどでした。



▲大東亜戦争の頃の相森新田について説明する講師の和田さん(写真右)

まだまだ和田さんのお話も尽きる事がありませんでしたが、時間の都合もあり今日の続きは次回の講演に期待する事になりました。

やはり、ことわざにあります「温故知新」これからはますます大事にしたいと思います。

(生涯学習推進員日滝分会)

小林 記



図書館だより

開館時間
平日 午前9時～午後7時
土日祝 午前9時～午後5時
休館日 1月3日

10月
来館者数 9,325人
貸出冊数 21,671冊

行事のご案内

※参加費無料で事前の申し込みも不要です。

こどもクリスマス会

とき 12月3日(出) 午前11時～
ところ 講習室(2階)

おはなしの会

とき 毎週土曜日午前11時～
ところ えほんコーナー(1階)
おはなしの会の参加シールを20枚ためると「ぶつくるー」からお手紙が届きます。「おはなしポイントカード」はカウンターで差し上げています。

特集「百年目に逢った漱石」

12月6日は夏目漱石の没後百年忌です。今も色あせない世界にふれてみませんか。
著書と作家 ▼『漱石全集』(第一～二十七巻) ▼『夏目漱石を読む』:吉本隆明 ▼『漱石のことば』:姜尚中 ▼『漱石先生からの手紙』:小山文雄 ▼『声で読む夏目漱石』:坂本浩

年末年始休館のお知らせ

12月28日(水)～平成29年1月3日(火)は休館します。

本の返却は、玄関左側にある「返却ポスト」をご利用ください。CD・DVD・紙芝居は、破損の恐れがありますので、後日カウンターまでお持ちください。



「図書館まつり」を開催しました



▲好評のブックリサイクル市。本好きさんが集まりました。(10月30日)

平成28年度須高読書感想文コンクール受賞者

●小学生低学年 (敬称略)

1類	金賞	清水菜依	井上小2年
2類	須坂市教育長賞	小池さくら	井上小2年
	金賞	中村麟	日野小2年
3類	金賞	湯本颯	森上小2年

●小学生中学年

1類	高山村公民館長賞	原山駿	日滝小3年
	金賞	清水藍衣	井上小4年
2類	小布施町立図書館長賞	山本光輝	日滝小4年
	金賞	横山香伶	井上小3年
3類	金賞	竹本由奈	栗ガ丘小3年

●小学生高学年

1類	小布施町教育長賞	滝澤璃歩	栗ガ丘小6年
	金賞	伊藤瞳	日滝小6年
2類	市立須坂図書館長賞	伊藤翼	日滝小5年
	金賞	鈴木日菜子	栗ガ丘小6年
3類	金賞	篠原乃愛	小山小6年

●中学生

1類	金賞	黒岩芽生	高山中3年
	須坂新聞社賞	伊藤嶺花	常盤中3年
2類	金賞	遠山愛弥	相森中3年
	高山村教育長賞	長谷川璃子	東中1年
3類	金賞	傳田響	常盤中2年

信州須坂どこでも図書館紹介⑨



「わがままkitchen A」

焼き立てのパンをほおぼりながら、料理の本や雑誌が楽しめます。かわいい手作り雑貨が飾られたお店では、ワークショップやパン教室も開催しています。予約をすれば食事でもできる楽しいカフェです。



開館時間 午前11時30分～午後6時
定休日 月曜日
電話番号 080-5145-9051

一般

要点スツキリ 解説 固定資産税Q&A
島田秀平の幸せ引き寄せ手相占い
ニセモノ図鑑
コケを見に行こう!
宿根草でつくる自分好みの庭
海外ドラマの間取りとインテリア
こちら文学少女になります

安部和彦
島田秀平
西谷大
左古文男
NHK出版
小野まどか
小嶋陽太郎

児童

仙台真田氏物語
都道府県のかたちを絵でおぼえる本
しゅくだいとびばこ
サバンのいちいち

実務教育出版
福田岩緒
斉藤洋
堀米薫

絵本

おとうさんねずみのクリスマススイブ
みかんのめいさんち
ぼくはイスです
いちばーんのり

クレメント・ムーア
平田昌広
長新太
おかいみほ

新刊案内



須崎市立博物館 博物館だより

開館時間
休館日

午前9時～午後5時
5・12・19・23・26・29日(1月3日)
Tel 245・0407
Fax 214・5548

入館料(特別展中)
高校生以上…300円
小中学生・市内在住70歳以上…無料

堀直虎没後150年祭プレ事業
博物館開館50周年記念特別展

北村方義

堀直虎の側近として活躍した
偉大な須坂藩士の足跡

期間 12月10日(土)～平成29年2月19日(日)

須坂藩13代藩主・堀直虎の側近として活躍し、また、直虎没後は藩存続に力を注ぎ、混乱の続く幕末から明治への須坂藩の導き役となった北村方義の生涯や書などを紹介します。



▲北村方義
(『哨古堂遺稿』より)

【ギャラリートーク】
とき 12月18日(日)午前11時～
内容 展示品などを学芸員が解説します。
※事前の申し込みは不要です。

第3回歴史文化講座 「須坂地域の古墳文化」

とき 12月14日(水)午後2時～3時30分
ところ 旧上高井郡役所(2階)
講師 土屋積さん(中野市立博物館長)
参加費 無料

博物館ボランティア会作成
オリジナルカレンダー第8弾

堀直虎没後150年記念 「須坂藩堀家14代」販売中



毎年好評をいただいている「オリジナルカレンダー」の平成29年版を販売中です。

今回のテーマは「須坂藩」。

藩成立の歴史や歴代藩士の業績、藩主にまつわる書や絵などを紹介しています。

価格 1枚200円

販売場所 ▼博物館 ▼生涯学習スポーツ課 ▼市観光協会 ▼蔵のまち観光交流センター ▼田中本家博物館 ▼須坂温泉古城荘 ▼湯つ蔵んど

年末年始休館のお知らせ

12月29日(木)～平成29年1月3日(火)は休館します。

市誌編さん 窓の室

《中世須坂の仏教美術調査資料から④》
浄土教(善光寺信仰の浸透と善光寺三尊仏)



北信濃には、善光寺を中心とした浄土信仰が早くから浸透していました。善光寺信仰が広まるようになったのは、中世に入ってからです。

ご本尊の「善光寺如来」は、一つの光背の内に阿弥陀三尊が収まる一光三尊像です。善光寺の信仰は、同像の模刻やその霊験を絵画化した善光寺如来絵伝が数多く制作されて世間に広まりました。

【源信寺の観音菩薩立像】

源信寺(相之島町)は、現在は曹洞宗ですが、同寺に伝わる観音菩薩立像は、こうした善光寺信仰の所産です。

特異な印相を結ぶ図像上の特徴から善光寺式阿弥陀三尊像の左脇侍の観音菩薩立像であることがわかります。

形状は、六角形で筒型の宝冠をかぶっています。着衣は条帛や腰布、裙をつけ、天衣をかけています。腹前で右手を上にして手のひらを重ねる梵篋印を結び、両足をそろえて直立しています。宝冠の意匠や耳の彫り、着衣の衣紋などいずれも丁寧に仕上げられ、心ひかれる像容です。類似例は意外とみあたらず、建長6(1254)年の銘を持つ東京国立博物館の善光寺如来脇侍(重要文化財)と衣紋表現が比較的類似する点は看過できません。鎌倉時代の優品に近い作風を呈する佳品です。



▲源信寺の観音菩薩立像
制作年代 鎌倉時代
品質構造 鋳銅製
法量 像高32.7cm

私が選ぶ 須坂百景

平成25年に須高ケーブルテレビ株式会社が開局25周年を記念して企画(須坂市共催)した「私が選ぶ須坂百景」で選ばれた、須坂の宝を紹介します。



「ひとときわ目立つその姿が、昔の旅人の道しるべとなっていたと聞いてから、地域の誇りと感じるようになりまし」との推薦がありました。

亀倉の萬龍寺にあるクマスギは、高さ約30m、幹回り約5mの大木で、須坂市指定天然記念物です。また、樹齢は300年といわれています。このクマスギは、古くから、この地方の母樹と考えられています。

99 萬龍寺のクマスギ



幕末の歴史ミステリーに思いをさせるのは、本当に楽しい」との推薦がありました。

98 堀直虎

堀直虎は、須坂藩の第13代藩主です。大政奉還後、幕末の徳川幕府が最も困難な時期に、若年寄兼外国惣奉行という要職に就きました。鳥羽・伏見の戦いに敗れた幕府が善後策を話し合う会議の席上で、直虎は徳川慶喜に意見を言上し、江戸城内で切腹して果てました。「直虎が、何を將軍に意見し、とがめられ、自刃したのか。幕末の歴史ミステリーに思いをさせるのは、本当に楽しい」との推薦がありました。



奇妙山の石仏



千体仏

「萬龍寺の千体木仏は、人々を救済するのが目的で作られたというところで、歴史的・文化的にもたいへん貴重な文化財」との推薦がありました。



米子山の国有林内に奇妙山石仏群があります。これは、萬龍寺(亀倉町)を開山した但唱上人が草の根や木の皮だけを食べる木食行をしながら、石仏・木仏を刻んだと伝えられる遺跡です。遺跡内の石仏群と呼ばれる場所には、今も但唱上人が刻んだ石仏が残っています。また、但唱上人が刻んだ木仏は萬龍寺に安置しており、千体仏と呼ばれています。「奇妙山石仏群と千体仏」は、須坂市指定有形文化財です。

100 奇妙山石仏群と千体仏(萬龍寺) 但唱上人の木食行 信仰遺跡

【お知らせ】「私が選ぶ須坂百景」シリーズは今月号で終了します。

「須坂百景」の映像は、スマートフォンアプリ「須坂まちウォーク」でご覧いただけます。まずは、スマートフォンに専用アプリをインストールし、トップ画面から「私が選ぶ須坂百景」を選択。ジャンル別に分かれていますので、見たいものを選んで百景の映像をお楽しみください。DVDは図書館や市内各公民館でも貸し出しています。

須坂まちウォークQRコード



よもやまばなし

▼今年も残すところあと一月。毎日同じ生活リズムだと時間が過ぎるのが早く感じてしまうので、何か新しいことに取り組みたいと思うのですが、それより、まずは「広報すざか」を読みやすくしなくてはと、少し早い来年の抱負です。(岡田)
▼先日、自動販売機でお茶を購入したら当たりが出てもう一本。別の日にも、卵を割ったら黄味が2つでした。小さな幸運が続いたので、この勢いで宝くじでも購入しようかな！っていうか、もう年末なんですね。一年が早いです。(佐藤)
▼寒くなり、朝布団から出たくなってしまうことが多いです。特に、予定がない日は誘惑に負けてつい長時間ウトウトしてしまいます。その間は幸せなのですが、時間がもったいなかったと後悔することも多いので、やはり改めた方がいいのかもしれない。(浦野)

2016. 11. 1現在()内前月比
人口.....51, 398(-37)
男24, 854(-33)
女26, 544(- 4)
世帯.....19, 605(- 2)

広報 **すざか**

発行日 平成28年12月1日
発行/編集 須坂市役所/総務部政策推進課
☎026-245-1400(代表) ☎026-246-0750
〒382-8511 長野県須坂市大字須坂1528-1
URL <http://www.city.suzaka.nagano.jp>
Eメール info@city.suzaka.nagano.jp
印刷 株式会社オフセット

印刷部数19,600部(印刷経費1部あたり約33円)

『広報すざか』は、スマートフォンアプリ「マチイロ」やインターネット無料配信サービス「マイ広報紙」でもご覧いただけます。