

すざか

広報

2017
(平成29年)

8



●キッズライダー導入
(詳細は19ページ)



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「かんなちゃん」

健康長寿発信都市



須坂JAPAN
Suzaka

- 今月号の主な内容 -

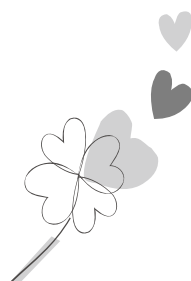
- P2 特集「やさしさあふれる活動～
ぶれジョブの取り組み～」
- P6 平和な未来をつくるのは私たちです
- P8 長野都市圏パーソントリップ調査
- P10 新生活運動を実行しましょう
- P12 生ごみを堆肥化しましょう

- P14 信州デスティネーションキャン
ペーンが開催されています
- P16 みんなの広場(お便り紹介・クイズなど)
- P18 まちの出来事
- P20 情報ファイル
- P27 公民館だより



特集

やさしさあふれる活動 ～ぷれジョブの取り組み～



「ぷれジョブ」とは？

「ぷれジョブ」は、平成15年に岡山県倉敷市で始められた活動で、支援を必要とする子どもたちが、地域のみなさんの力を借りて行う職業体験活動です。

対象は小学校5・6年生～中学生（一部高等部生）の子どもたちで、週一回1時間、ボランティアのジョブサポーターさんとともに、地域の企業など（お店や保育園、福祉施設なども含む）で職場体験（ジョブ）をし、それを半年間単位で続けます。

職場体験を繰り返すことで、子どもたちは成長し、また地域でのつながりも生まれます。

須坂市のぷれジョブ

平成22年、須坂市のぷれジョブを運営する「須坂ぷれジョブ推進会議」が設立し、「ぷれジョブすみさか」の活動を開始しました。

ぷれジョブは、生活圏である中学校区ぐらいの範囲が望ましいといわ

支援を必要とする子どもたちの職場体験活動「ぷれジョブ」。「関わるすべての人が笑顔になり、やさしい気持ちになる」、ぷれジョブにはそんな魅力があります。今回の特集では「誰もが心豊かに暮らせるやさしさあふれる町、すざか」を目指す、須坂市のぷれジョブをご紹介します。

須坂ぷれジョブ推進会議

ぷれジョブ すみさか

平成22年11月にスタート。これまでに12期を実施し、合わせて12人が参加。

ぷれジョブ おおもり

平成23年7月にスタート。これまでに10期を実施し、合わせて10人が参加。

ぷれジョブ ときわ (東中学校区も含む)

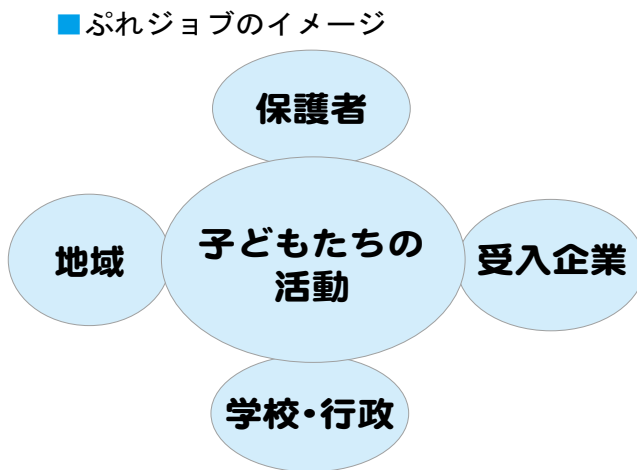
平成24年6月にスタート。これまでに9期を実施し、合わせて10人が参加。

須坂市のぷれジョブ発足当時は、県内では初の取り組みでした。その活動が広がり、現在では、県内約15のぷれジョブが活動しています。

れていて、現在は、中学校区ごとの3つのぷれジョブ組織で活動しています。

ぷれジョブってなあに？

「ぷれジョブ」と言っても、後の就労に直結するような職業準備訓練ではありません。ぷれジョブを行うことによって、子どもたちを真ん中に、企業・地域・学校・保護者それぞれの立場の方々が、少しずつ力を出し合って手をつなぎ、みなさんが仲良くなっていけます。誰もが持っているやさしさを引き出して、心と心をつないでくれる活動です。



■ ジョブサポーター

子どもたちが地域で生きるためのお手伝いをしています。
▼支援が必要な子どものしごと体験活動のサポートをします（特別な資格はありません）。
▼定例会（4ページ参照）で子どもたちの活動の様子を報告します。

■ 受入企業

（保育園や福祉施設、図書館、公民館なども含む）

地域への貢献や子どもたちのしごと体験の場を提供します。

▼1週間に1時間程度しごとを提供します。

▼しごとはジョブサポーターが付き添います。

▼雇用関係はありません。

■ 学校・行政

学校と行政が一つになって子どもたちを見守ります。

▼情報の提供・収集：地域にある企業などや地域のサポーター、学区の保護者、児童生徒との間をつなぎます。

▼定例会への参加協力：子どもたちの学校生活の中でのジョブ活動への反応などを報告します。

▼子どもの活動を支援します。

ぷれジョブの流れ



■定例会で想いを共有

ぷれジョブの活動の中に、子どもたちが職業体験したことをそれぞれの立場で振り返る「定例会」を月に一度行っています。

子どもたちは、しごと内容や感想などを話します。

ジョブサポーターは、子どもとの会話やしごとの様子、感じたことなどを話します。

保護者は、家庭での子どもの様子などを話します。

学校の先生は、こどもの学校生活の様子などを話します。



▲ぷれジョブすみさかの報告会の様子

〈定例会での報告で出された意見〉

- ◆家ではいつも叱るばかりになってしまうのですが、ぷれジョブではみなさんが子どもの良いところを見つけて褒めてくださり、本当にありがたいです。(保護者)
- ◆それまでは、学校の様子を聞いてもなかなか話してくれなかったのですが、少し心配していましたが、ぷれジョブを始めてから、家でも笑顔が増えて、たくさん話しをしてくれるようになりました。(保護者)
- ◆ぷれジョブに参加する前は、子どもを知らない方に預けるのが不安でしたが、サポーターさんたちは子どものために本当に良くしてくださり、今は信頼しています。(保護者)
- ◆近所で買い物をしていたら知らない方に声をかけられ、息子はうれしそうにしていました。ぷれジョブの受け入れ先の方でした。息子の方が、私より顔が広がってきています。(保護者)
- ◆こんなに難しい仕事をしているなんて驚きです。多くの方にあたたく見守っていただいたおかげで、学校でも積極的な姿が出てきたり下級生の面倒をよく見てくれたりと、なんだか生きる自信がついてきている気がします。(先生)
- ◆仕事の時にはきちんとけじめをつけていて、自分が好きな気になるものがあったとしても我慢している姿は立派です。学校でも自分の役割に責任を持つ姿が見られます。(先生)
- ◆定例会で感想が話せず、机の下に隠れてしまっていたお子さんが、自分の仕事を堂々と説明する姿に、参加者一同感激する場面がありました。(サポーター)
- ◆ぷれジョブを始めた頃は、私の陰に隠れるようにしてお店に入っていたのですが、今では自分からドアを開け、私のことを気遣ってくれるようになりました。また、お客様に「ありがとうございました」と、はっきり言うこともできました。それを見た私の方がうれしくなり、家に帰ってから笑顔で家族と過ごせました。(サポーター)
- ◆初めはお互いに緊張していて、なかなか会話も進みませんでしたが、最近では学校での出来事などを自分から話してくれます。〇〇さんの笑顔は宝物のようです。ぷれジョブに関わって本当に良かったと思います。(サポーター)
- ◆〇〇君が来てくれる1時間は、何だか時間の流れが変わるような不思議な時間です。もうけとか、出来栄えとか、そんなことを超越して大切なことを思い出させてくれるようなあたたかな時間。私たちスタッフにとっても、とても貴重な時間です。(受入企業)
- ◆〇〇さんのあいさつは社員の手本です。〇〇さんが来てくれるのを社員みんなで心待ちにしています。〇〇さんは、職場の雰囲気をも明るくしてくれます。(受入企業)



ぷれジョブによせる願い



菅沼美知子さん
(須坂ぷれジョブ
推進会議会長)

■活動を始めた時の想い

須坂の地に「ぷれジョブ」が生まれて、早7年が経ちました。

7年前、ぷれジョブを始めた時、私は「いつの日かぷれジョブの活動によって、地域みなさんに支えられ生き生きと仕事をする子どもたちの姿が町のあちこちに見られるようになれば、須坂の町は障がいのある人もない人も、すべての人同士が思いやりにあふれて暮らせる町になると信じています」と語っていました。

■活動を知っていただきたい

今、須坂の町のあちこちに、「ぷれジョブ実施中」ののぼり旗(下の写真)がはためいています。この7年、地道に少しずつではありますが、やさしさの輪、ありがとうの輪は確実に広がっていると実感しています。

ぷれジョブは「賃金を得るジョブ」だけでなく「人にものを考えさせるジョブ」です。生まれた地域にそれぞれの役割を持って、それぞれの命

が喜ぶことを目指す活動なのです。

こんなステキな活動をいつの日か、須坂の全員の方々に知っていただけるよう、これからもずっと続けていきたいと思っています。

最後に、全国で初めてぷれジョブの活動を始めた西幸代さんの言葉をご紹介します。

やさしい社会の作り方

生活圏域につくる小さなちいさな四つ葉のクローバー。
子どもたちのジョブをおはなしの真ん中にして、立場のちがうなかまたちが集う活動です。

子どもたちの体の中にある多くの自然に触れるので、ジョブサポーターの方も企業の方もかわるみんなが豊かさに懐かしさを取り戻してゆかれます。

ぷれジョブがめざすことは、この子どもたちが抱く自然を管理し征服するのではなく不思議を感じ共生していくこと。

縁あってこの地域に生まれた命一つ一つ「ありがとう」と言われる存在になれるよう、あり方を探していく道すじです。



全国で初めてぷれジョブの活動を始めた

西幸代さんの詩(抜粋)をご紹介します。

ぷれジョブってなあに？

1週間に1時間ジョブをすること。
小学生から始めて十年続けること。
ジョブサポーターさんと知り合うこと。
地域の企業の人と知り合うこと。
月1回の定例会でみんなに会うこと。
障がいのある子どもたちが地域を豊かにしていくこと。

ぷれジョブってなあに？

かあさんが段々安心していくこと。
かあさんが一人ぼっちじゃなくなること。
かあさんがいっぱい笑顔になること。
かあさんが僕からちよつと離れること。
とうさんが僕の未来と向き合うこと。
かあさんととうさんが僕のことと本当に仲良くなること。

ぷれジョブってなあに？

隣のおじいさんがジョブサポーターに
変身すること。
サポーターさんが定例会で僕の自慢を
すること。
サポーターさんと6カ月経ったらお別
れすること。
新しいサポーターさんと出会うことに
わくわくすること。

ぷれジョブってなあに？

時間を守る意味を知ること。
挨拶(あいさつ)って気持ちいいなって思うこと。
仕事(いしごと)っていろいろあるんだって気づくこと。
いろいろな人が仕事には必要だってわかること。
仕事が終わって社長さんと腕相撲すること。

ぷれジョブってなあに？

町の風景が変わっていくこと。
人の顔が優しくなること。
生まれてきた意味を考えること。
出会えたことに感謝したくなること。
まだ明日(あした)元気ががんばろうと思っていくこと。

ぷれジョブってなあに？

ガラス細工みたいに壊れやすそうに思えるもの。
止まるとよごんで腐るもの。
失くしたくなくてがんばりたくなるもの。
集まる人が入れ替わっても川の流れみ
たいにつけつがれていくもの。

あなたの

ぷれジョブってなあに？

平和な未来をつくるのは 私たちです



◀原爆ドーム

問合せ 総務課(☎026-248-9000)

黙とうに ご協力ください

昭和20年8月6日、9日に広島と長崎に原爆が投下されてから72年が経過します。今年も広島と長崎で、慰霊ならびに平和祈念の式典が举行されます。

式典では、全世界に向け、核戦争の悲惨さと核兵器の廃絶を訴える「平和宣言」が行われるとともに、広島に原爆が投下された8月6日午前8時15分と、長崎に原爆が投下された8月9日午前11時2分に、平和の鐘を合図に1分間の黙とうが捧げられます。各家庭や職場などでも黙とうが捧げられますよう、ご協力をお願いします。

「生徒平和学習団」参加者の 作文を紹介します

須坂市では、平成7年から「生徒平和学習事業」を実施しています。毎年、市内4中学校の代表生徒が「須坂市生徒平和学習団」として、平和記念式典に参列しています。

昨年、「生徒平和学習団」に参加した東中学校生徒(当時)の君塚紅さんの感想文を紹介します。

「原爆投下の地、広島へ 行つて」

東中学校 君塚 紅

私は、8月5日、6日、7日、市の代表の一人として、広島へ平和学習に行ってきました。6日には、平和記念式典に参加したり、被爆体験談の語り部の方のお話を聞いたりしました。

私が、最も印象に残ったのは、被爆体験談の語り部の方のお話です。私は、今まで広島で被爆された方のお話を直に聞くことはありませんでした。今回初めて被爆されたご本人のお話をお聞きし、「二度と戦争などしてはいけない。」という感想をもちました。こういう言葉は、よく聞きますし、だれもが思っていることだと思えます。ですが、体験した方のお話の中で聞いた「二度と戦争はいけない」という一言は、すごく、すごく、重みのある、心に響く言葉でした。

原子爆弾を受けたときのお話も伺いました。「痛い」と感じる暇もないくらい、一瞬のうちにオレンジ色の光を全身に浴び、気がついたら、周り

の友だちが苦しんでいて、それでやつと状況を飲み込む…。戦争を経験したことのない私ですら、恐怖を感じました。事前に調べてきた原子爆弾についてのことと同じ内容のことを聞いているはずなのに、まったく違う世界の話を聞いているような感覚でした。

平和記念式典に出席したときも、同じようなことを感じました。これまでに私は、テレビで式典を見たことが何度かあります。しかし、今回実際に出席して、自分の目で見て、いろいろな人の、いろいろな人から聞いたお話は、とても考えさせられるものがありました。テレビで見るだけでは、感じることも、考えることもなかったかもしれません。

私が、今回の平和学習で、一番強く感じたことは、「人間には欲がある。欲があるから、人間同士で争う。争うということ、とても醜い。」ということです。国同士の事情は、もちろんあると思います。ですが、多くの尊い命を犠牲にしてしまうほどの事情などあるのでしょうか。そのような点に関しても、深く考えさせられました。



▲昨年の「生徒平和学習団」が被爆体験談を語り部の方から聞く様子

の日本は、私が経験した戦争直前に状況がとてもよく似ている。このままだと、また、同じことが繰り返される。」というお話がありました。私は、背筋がぞつとするような、そんな気分でした。

これからの未来を築いていくのは、私たちです。戦争のお話を聞かせてくれる方は、今、少なくなってきました。そんな中で、私たちが何をしなければならぬのか、どのように対応すればいいのか、私たちの年齢からしっかりと考えなければいけないと感じました。私は、この体験を通して実感した平和の大切さを、まわりの人達に広めていきたいです。

(※原文のまま掲載)

平成29年度須坂市一般会計補正予算 第1号(6月補正予算)が成立しました

～平成29年6月市議会定例会で可決されました～

問合せ 財政課(☎026-248-9016)

補正予算額は2億4500万1千円で、予算累計額は、209億9500万1千円でした。

事業ごとの補正金額と主な補正内容をお知らせします。
※補正したすべての内容を記載していないので、事業ごとの補正金額とは一致しない場合があります。

**みんなが快適に生活できるまちづくり
(都市基盤整備)**



【調査・計画策定事業】

〈1500万円〉

須坂長野東IC周辺開発の促進を図るため、都市計画マスタープランの見直しと、地域未来投資促進法による基本計画と土地利用調整計画の策定を行います。

問合せ まちづくり課

(☎026・248・9007)

【街路整備事業】

〈1億4931万9千円〉

国の社会資本整備総合交付金の内示により、街路整備事業(八町線泉小路)の整備費を増額しました。

問合せ 道路河川課

(☎026・248・9006)

**みんなが主役の
まちづくり(行政経営)**

【市民支援事業】

〈500万円〉

県市町村振興協会の助成金を活用し、備品整備を行う区への補助金を計上しました。

問合せ 市民課

(☎026・248・9002)

**豊かな自然あふれる地域
環境を守り、安心して安
全に暮らせるまちづくり
(環境・安心安全)**

【一般管理事務費(常備消防費)】

〈160万円〉

県市町村振興協会の助成金を活用し、自主防災活動用の消火栓放水器具を更新します。

問合せ 消防本部総務課

(☎026・245・4100)

**子どもたちが未来に夢を
もてるまちづくり
(子育て・教育)**



【就学援助事業】

〈120万円〉

新入学児童生徒学用品費の単価改正により、就学援助費を増額しました。

問合せ 学校教育課

(☎026・248・9010)

**みんなが助け合い、健康
に暮らせるまちづくり
(健康・福祉)**

【健康増進事業】

〈840万円〉

国の地方創生推進交付金を活用し、果物や野菜の摂取量増加と地産地産をすすめるため、協議会を結成して「須坂JAPAN創生プロジェクト」で開発されたオリジナル健康スムージーの普及促進を図ります。

問合せ 健康づくり課

(☎026・248・9018)



▲甘酒スムージー

**みんなの活力があふれる
まちづくり(産業振興)**

【農業振興対策事業】

〈1371万2千円〉

活動組織の増により、多面的機能支払交付金を増額しました。

【産地ブランド推進事業】

〈224万9千円〉

県の地域発・元気づくり支援金を活用し、食と運動をテーマに健康スイーツ考案やヨガを取り入れた市内でのイベントを行い、併せて東京で試食会を兼ねたイベントを開催し、果実の販売促進を図ります。

【産地ブランド環境整備事業】

〈3033万1千円〉

国の産地パワーアップ事業補助金を活用し、ぶどうの有利販売のためにリース方式による冷蔵庫の導入を支援します。

問合せ 農林課

(☎026・248・9004)

**多様な文化を学び育て、
交流する創造的なまちづ
くり(生涯学習・文化振
興・スポーツなど)**

【一般管理事務費(社会教育総務費)】

〈750万円〉

県の補助金を活用し、県から市に譲与された、旧「須坂青年の家」のうち、今後利用見込みのない建物(職員住宅2棟)を解体します。

問合せ 生涯学習スポーツ課

(☎026・248・9027)

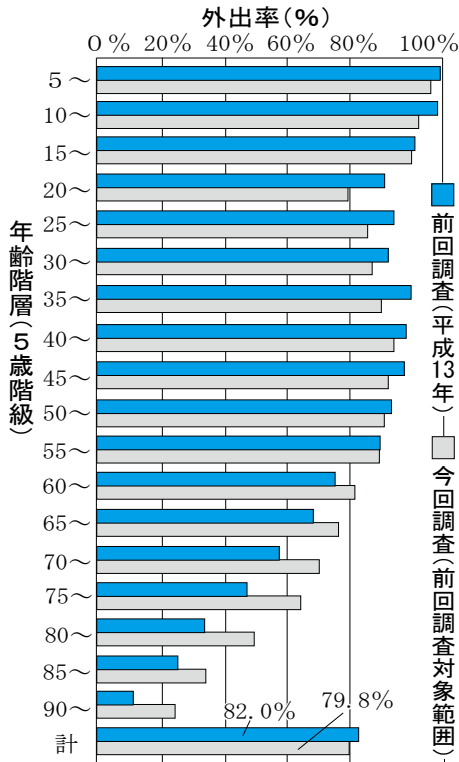
長野都市圏パーソントリップ調査を実施しました

調査にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。



問合せ ▼長野県都市まちづくり課(☎026-235-7297) ▼須坂市まちづくり課(☎026-248-9007)

■グラフ①調査当日の外出状況



パーソントリップ調査は、皆さんが日頃の生活の中で、自動車・バス・鉄道などを利用して、どのように移動しているのかを調査し、今後のまちづくりや交通計画の策定などに広く役立てることを目的としています。

対象 長野都市圏(下図参照)にお住まいの約24万世帯の中から、無作為に選ばれた、約4万9千世帯

回答 約1万8千世帯(回答率 37.8%)

調査の目的と対象

長野都市圏総合都市交通計画協議会は、平成28年10月から12月にかけて、パーソントリップ調査(人の動きに関する交通実態調査)を実施しました。その概要をご紹介します。

■調査対象エリア



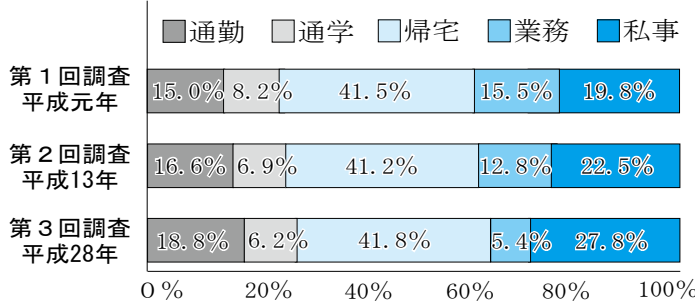
調査当日の外出状況は？

調査日に外出した方の割合は79.8%で、平成13年度に実施した前回調査(82.0%)と比べ、わずかに低くなりました(グラフ①参照)。

また、年齢別にみると、60歳未満の方の外出率は前回と比べ低下しました。一方で、高齢者の方の外出率は高くなっており、活動的な高齢者が増えていることがわかります。

■グラフ②外出する目的

※調査各回の対象区域全体で比較



外出する目的は？

調査日に外出した方の目的は、「私事」、「通勤」、「通学」、「業務」の順となっており、「私事目的」の増加と「業務目的」の減少が特徴的でした(グラフ②参照)。

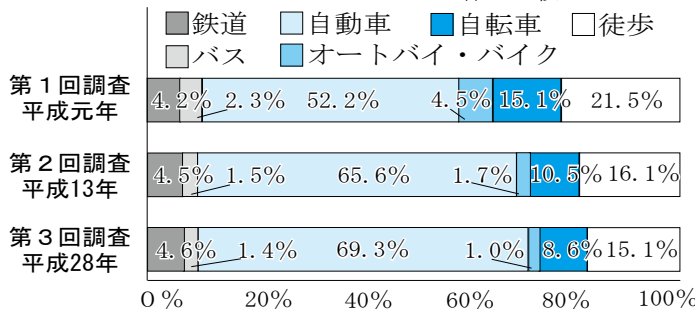
外出時の交通手段は？

調査日に「自動車」で外出した方の割合は69.3%で、第2回調査(65.6%)と比べ、増えました(グラフ③参照)。

一方で、「徒歩や自転車」で外出した方は減っており、「バ

■グラフ③外出時の交通手段

※調査各回の対象区域全体で比較



スや鉄道」などの公共交通で外出した方は、合わせて全体の約6%と低い状況です。

今年度は、調査結果を踏まえ、将来のまちづくりや交通のあり方を示す総合交通計画を策定します。

また、今回の詳しい調査結果は、長野県ホームページ(<http://www.pref.nagano.lg.jp/toshikei/infra/toshi/keikaku/pt/ptindex.html>)に8月中旬に掲載予定です。ご覧ください。

平成29年度の取組内容

～住宅の改修、建築・購入費用の一部を助成～ 多世帯での同居・近居を支援 します



申込・問合せ まちづくり課(☎026-248-9007)

市では、子育て世帯の方や高齢者が安心して定住できるように「多世帯同居・近居支援事業」を行っています。事業では、住宅の改修、建築・購入費用の一部を助成します。

対象者

- 市外から転入する親世帯や子世帯(単身世帯は除く)などと同居・近居するために、住宅を改修、建築・購入する方のうち、次のすべてに該当する方
- ▼住宅の改修、建築・購入を市内業者と契約する方
- ▼平成30年3月31日(土)までに居住を開始できる方
- ▼近居の場合は、市内のおおむね同一または隣接小学校区に居住する方
- ▼改修、建築・購入した住宅に5年以上居住する見込みがある方
- ▼同居・近居予定者を含む世帯の構成員に市町村税の滞納がない方
- ▼転入者が2年以内に市内から転出していない方 など

補助額・募集件数など

- ▼住宅の改修：対象経費の3分の1の額(上限50万円)

- ▼住宅の建築・購入：上限50万円
- 募集件数 6件
- 受付期限 12月28日(木)
- ※申請件数が募集件数に達した時点で、受け付けを終了します。

申請方法

まちづくり課(本庁舎3階)にある交付申請書に記入し、提出してください。申請書は市ホームページからもダウンロードできます。

手続きの流れ



- ①まちづくり課へ「交付申請書」を提出する
- ②「補助金交付決定通知書」が市から届く
- ③転入後、まちづくり課へ「実績報告書」を提出する
- ④「補助金確定通知書」が市から届く
- ⑤まちづくり課へ「補助金交付請求書」を提出する
- ⑥補助金を受け取る(市から振り込まれる)

空き家バンク事業のしくみ



これまでも皆さんに登録い

空き家を有効活用しませ
んか

空き家バンクとは

空き家売りたい方、貸したい方に空き家物件を登録していただき、その情報を市のホームページなどで公開し、移住希望者へ情報提供するシステムです。

問合せ 政策推進課(☎026-248-9017)

空き家バンクに登録いただける 物件を募集しています

移住・定住

ただいた物件を、都会などからの移住者の方々に繋げることができました。

移住・定住を促進し、地域を活性化するため、須坂市内に空き家を所有し有効活用を検討されている方は、ぜひ「空き家バンク」への登録をお願いします。

注意事項

- ▼老朽化の激しい住宅などは登録ができない場合もあります。長野県宅建物取引業協会の会員業者が立ち合い協議、査定します。
- ▼須坂市では、ホームページなどでの物件の情報提供や連絡調整は行いますが、「所有者」と「利用者」間で行う物件の売買や賃貸借、契約交渉に関する紛争などに関しは、一切の責任を負いません。

一人ひとりの心がけが大切です

みんなで新生活運動を 実行しましょう



問合せ 市民課 (☎026-248-9002)

新生活運動推進委員会では、明るく健康で住み良い社会を目指し、無駄な出費を抑えた合理的な生活のため、新生活運動(①～⑥)を進めています。

①結婚祝

▼華やかな結婚式は控え、会費制にしましょう。

▼祝宴費用は会費内でまかないましょう。

②病氣見舞

▼お見舞いは二千元以内にしましょう。

▼お礼は口頭または「新生活はがき」にしましょう。

③葬儀

▼香典は千円以内にしましょう。

▼お礼は口頭または「新生活はがき」にしましょう。

▼お焼香は平服でも失礼にはあたりません。

④環境美化

家の周りを整理して、花と緑で飾りましょう。

⑤始めよう、ごみを出さない暮らし方

▼過剰な包装を断わり、買い物袋を持参しましょう。

▼繰り返し使える物は何度も使い、使えなくなったら資源としてリサイクルしましょう。

⑥健康で明るいまちづくり

▼地域の奉仕活動や行事に、進んで参加しましょう。

▼毎月第3日曜日の「家庭の日」には、家族のふれあいを深めましょう。

【注意事項】

▼①～③は近親者を除きます。

▼②③で使用する「お見舞い袋」、「香典袋」、「見舞返礼はがき」は、新生活運動推進委員会が印刷したものを1枚10円でお譲りしています。

取扱場所 ▼市民課(窓口1番・本庁舎1階)：夜間、土・日曜日、祝日は、市役所直直で取り扱います ▼中央公民館 ▼各地域公民館

▼毎月第3日曜日の「家庭の日」には、家族のふれあいを深めましょう。



■婦人会による衣裳の貸し出し一覧

種類	料金
男物式服	5,000円
喪服(夏・冬)	3,500円
留め袖(帯つき)	8,000円
色留め袖・訪問着	8,000円
お宮参り掛衣装(男女)	3,000円
男児七五三羽織はかま一式	3,500円

貸衣裳の問合せ 中央公民館 (☎026-245-1598)

消費生活情報

子どもの周りには危険がいっぱい！

夏休み！安全に楽しく遊びましょう

問合せ 消費生活センター(☎026-248-9002)

海、川、プールは要注意

水辺のトラブルは命にかかわる重大事故になりやすいです。子どもの事故は、特に河川で多発しています。

花火で遊ぶ時の注意点

▼子どもは予期せぬ行動をするため必ず保護者が付き添う

▼本体やパッケージなどに記載されている注意事項を守る

▼火が移りにくい素材の服を着るなど服装にも注意

▼海や川では、水面が穏やかでも急な深みや滑りやすいと

着用する

▼ライフジャケットを正しく

▼必ず大人が付き添い、子どもから目を離さない

▼水辺で遊ぶときの注意点

▼子どもは予期せぬ行動をするため必ず保護者が付き添う

▼本体やパッケージなどに記載されている注意事項を守る

▼火が移りにくい素材の服を着るなど服装にも注意



子どもの安全、携帯しよう 「子ども安全メールfrom消費者庁」

- ▼毎週木曜日に主に0歳～小学校入学前の子どもの安全情報が配信されます。
- ▼事故予防の豆知識や、消費者庁に集約される事故情報などをお届けします。

＜過去に配信したメールタイトル＞

- ▼「たばこを誤飲したときは、水や牛乳を飲ませないで！」
- ▼「子ども(1～4歳)の家庭内での死亡事故の3割はお風呂！」

★登録は消費者庁ホームページ「子どもを事故から守る！プロジェクト」から
<http://www.caa.go.jp/kodomo/mail/>

子どもを事故から守る！プロジェクト

みんながルールを守って快適な環境を

下水道をやさしく使いましょう

問合せ 上下水道課(☎026-248-9013)

下水道に接続しましょう

下水道は、豊かな自然や美しい水、健康的で快適な生活環境を次世代に残すために重要で不可欠な施設です。

下水道に接続すると、トイレや台所などで使った水は、地下に埋められた下水道の管を通じて下水処理施設に集められます。

下水道に接続していないと、使われた水は側溝に流され、臭いや虫が発生する原因になり、近隣の方に迷惑をかけてしまいます。

須坂市の水洗化率は94・6%です。下水道に接続しましょう。

下水道の接続を考えている方へ



須坂市では、トイレをくみ取りから水洗に、新たに下水

事業所や飲食店・スーパーなどのみなさんへ

油など有害物質を分離する処理機の定期的な清掃・点検をお願いします。

管やマンホール内の腐食、管のつまりなどの原因になります。

水道局職員を装った訪問販売などにご注意を！

水道局の委託であるかのように装って訪問し、高額な浄水器の購入をすすめたり、なかば強引に給水管や排水管の点検・清掃・修理を行って、高額な代金を請求する訪問販売が行われています。

水道局ではこのような業務を事業者に委託することはありません。

道に接続する方を対象に、融資あつせんを行っています。※住宅の新築や改築（建て替え）は対象になりません。詳しくはお問い合わせください。

ルールを守りましょう

大量の食品くずや衣類などが流され、マンホールポンプなどの設備が停止する事態が発生しています。使用上のルールを守りましょう。

【使用上のルール】

- ▼水洗トイレには、トイレレットペーパー以外の紙や生理用品などを流さない
- ▼ラードや食用廃油（天ぷら油など）、ガソリンやシンナー、石油などを流さない
- ▼割り箸や紙おむつ、ビニール製品などを流さない
- ▼風呂場や洗面所など髪の毛を取り除く など

人権

町別人権問題学習会の取り組みをご紹介します

問合せ 人権交流センター(☎026-245-0909)

市では、一人ひとりが理解と認識を深め人権意識を養うため、区と公民分館主催の町別人権問題学習会を年2回開催しています。

各町がそれぞれ学習会の内容を工夫していますが、その中から、2つの新しい取り組みをご紹介します。

子育てセミナーと合同開催

この町では、子育てセミナーと合同開催することにより、PTAをはじめ幅広い年代層の方が多く参加されました。学習会は、町内の2人の方に「いじめの問題」と「障がい者の問題」の意見発表をしていただき、その後参加者で自由討論を行いました。

町内の若い方の意見を全面的に取り入れたことにより、さまざまな方々と分館役員とのつながりも深まったそうです。



▲米持町人権問題学習会の様子
(平成29年6月23日)

町内の方を講師に学習会

この町はここ数年、町内の方を講師に学習会を実施し、参加者も多い学習会です。今回は、講師の方に長年の教員生活の中で経験されたこととお話いただきました。こういったご自身が経験されたお話は、聞く方にも考えたり共感したりすることが多く、自分のこととして捉えることのできる学習会につながります。

今年2回目の町別人権学習会は、10月・11月頃に開催されます。



生ごみを堆肥化しましょう

問合せ 生活環境課(☎026-248-9019)

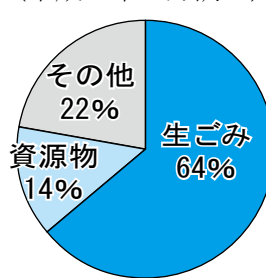
家庭から出る可燃ごみの6割以上(重量比)は生ごみです(円グラフ参照)。

生ごみを減らせれば可燃ごみが減り、ごみ袋の節約や古くなっている清掃センターの負担を減らすことにつながります。

堆肥化は簡単にできます

エコサポートすざか(旧上高井郡役所敷地内)と生活環境課(窓口7番・本庁舎1階)では、みかん箱ほどの大きさのダンボール箱で簡単にできる生ごみ堆肥化キットを1袋100円で販売しています。1袋で3カ月ほど使うことができます。できた堆肥は家庭菜園などに使えます。

可燃ごみの内訳



生ごみ処理機などの助成

内容	補助額	申請条件
電動(手動)生ごみ処理機	購入額の2分の1 (上限3万円)	7年に1度申請可能
生ごみ堆肥化処理容器(コンポストなど)	購入額の2分の1 (上限5千円)	1世帯につき、年2台まで申請可能

※それぞれ予算の範囲内での補助となります。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

補助金を交付しています

市では、電動生ごみ処理機や生ごみ堆肥化容器などを購入する場合に補助金を交付しています(左表参照)。

堆肥化したものをご家庭で使わない場合は、エコサポートすざかまたは生活環境課で引き取ります。ダンボール箱に入れてお持ちください。

「生ごみ出しません袋」配付中です!!

「生ごみを出さない」と宣言し、生ごみの自家処理を実施している世帯を対象に、生ごみ以外の可燃ごみ専用のごみ袋(生ごみ出しません袋・左の写真)を配付しています。8月中旬に申請した世帯には30枚配付となります。これを機に生ごみを出さないよう意識してみませんか。



ごみの排出量の目標値

平成28年度の可燃ごみの排出量は1万471tで、一人あたり203.6kgのごみを出していることになります。市では、平成32年度の可燃ごみの排出量の目標値を一人あたり197kgと設定しています。現在よりも一年間で6kgの減量が必要です。日頃から分別や水切りなどを意識し、ごみの減量にご協力ください。

国民健康保険

国民健康保険に関するお知らせ

申込・問合せ 健康づくり課(☎026-248-9018)

保険証を簡易書留で受け取ることができます

国民健康保険の保険証の更新は10月1日です。

新しい保険証は9月末までに普通郵便でお送りします。簡易書留で受け取りたい方は申し込んでください。

申込方法 ハガキ(または封書)に▼保険証番号▼住所▼世帯主の氏名▼電話番号▼保険証の簡易書留を希望する旨を明記し郵送してください。※健康づくり課(窓口4番・本庁舎1階)で直接手続きもできます。

郵送先 〒382-8511 (住所不要) 須坂市役所健康づくり課

申込期限 8月31日(木)(必着) 注意事項 ▼電話での受け付けはできません▼簡易書留で受け取る手続きをすべしした方は、再度申し込む必要はありません▼簡易書留を受け取る時は、受領印が必要です

国民健康保険の加入・脱退の手続きはお済みですか



次の①②に該当する方は、健康づくり課で国民健康保険の加入・脱退の手続きをしてください(同一世帯ならどなたでも手続きできます)。

①国民健康保険の被保険者で就職や扶養になるなどの理由により社会保険などに加入した方

②退職して社会保険などの資格を喪失した方
持ち物 身分を証明するもの(運転免許証など)

①に該当する方:▼社会保険などの保険証(写しでも可)

②に該当する方:健康保険資格喪失証明書

注意事項 ①に該当する方が国民健康保険からの脱退の手続きをしない場合、国民健康保険税と社会保険料を二重に支払う可能性があります。

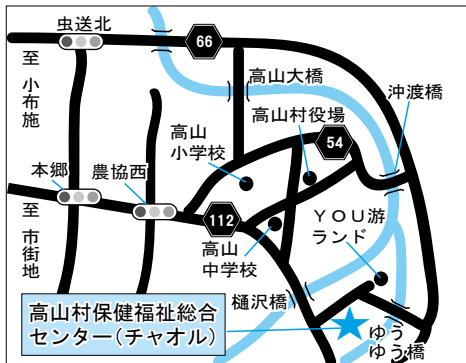
「第7回 須高地域医療福祉を考える集い」を開催します



とき 8月20日(日)午後1時30分～4時15分

ところ 高山村保健福祉総合センター(チャオル)【下図参照】

問合せ 地域医療福祉ネットワーク推進室(☎026-248-9101)



在宅で看取りができる地域をめざして、今年も集いを開催します。

内容は、寸劇と、体操を交えた講演会です。

ぜひご家族皆さんでご参加ください。

内容

【オリジナル寸劇】

「私にもできる？おうちで介護」

「元気な人が突然病気で倒れたら？」「家ではどう見たらいいの？」など、在宅介護を支えるサービスをわかりやすくお伝えします。

出演 須高地域医療福祉推進協議会オリジナルメンバー(須高地域で働く看護師やケアマネジャー、消防士など、医療福祉介護の関係者が出演します)

入場は無料で、どなたでもご参加いただけます(事前申込不要)。

多くの皆さんのお越しをお待ちしています。



※集いのポスター・チラシは、公会堂などにも掲出予定です。

【同時開催】

▼介護用福祉用具の展示

▼障がい福祉サービス事業所のグッズ販売

時間 午後1時～4時15分



▲中村崇さん(南佐久郡出身)

【講演会】

「ピンピンキリと生きるために、最新まで元気で過ごす秘訣とは？」

転倒予防などの話がとてもわかりやすく楽しいと人気の先生です。

講師 中村崇さん(地域リハコーディネーター・理学療法士)



▲「発酵パワーでおいしいおやつ」の様子

「健康応援教室」は、市内にある室や健康づくりの取り組みを広く市民の方に体験していただき、ご自身の健康づくりに役立てていただくことを目的に実施しています。

内容は、食や運動など、毎月テーマに沿って実施し、各専

食や運動などで健康応援

市では、「健康長寿発信都市『須坂JAPAN』創生プロジェクト」を実施し、市民の皆さんのさらなる健康増進に向けて取り組んでいます。

プロジェクトの一環として、「健康応援教室」を実施しています。

健康づくり

「健康応援教室」にご参加ください

申込・問合せ 健康づくり課(☎026-248-9018)

門分野の方が講師を務めます。関心のある方などなたでも参加可能です。ご自身の健康づくりを見つめなおしてみませんか。

【健康応援教室】

とき 毎月最終日曜日
午前10時～11時30分

ところ 蔵のまち観光交流センター(東横町)

※参加費は、教室の内容により発生します。

【今後の予定】

■8月27日(日)

内容 伝統野菜を使った簡単料理教室

講師 郷土食ブランド作りグループ

■9月24日(日)

内容 カシスジャム作り

講師 そのさとブルーベリー農園

■10月29日(日)

内容 アプリを使ったウォーキング教室

講師 遠藤守さん(名古屋大学准教授)



信州デスティネーションキャンペーンが開催されています

問合せ 商業観光課(☎026-248-9005)

7月1日(土)から9月30日(土)までの3カ月間、信州デスティネーションキャンペーン(以下、DC)が開催されています。

DCは、JRが長野県や地元観光関係者、自治体と協力し、全国の旅行会社などの協力を得ながら、全国にその地域を旅行先としてPRする国内最大級の観光キャンペーンです。

今回のDCは「世界級リゾートへ、ようこそ。山の信州」をテーマに、長野県内全域でさまざまな取り組みが進められています。また、新聞やテレビ、ラジオ、雑誌などでは、DCの話題に限らず長野県が特集され、長野県の魅力が全国に発信されています。



世界級リゾートへ、ようこそ。山の信州
▲DCのロゴ

須坂市の主な取り組み

須坂市・小布施町・高山村3市町村が協力し、4月にJR長野駅で合同PRイベントを開催し、7月1日(土)には長野電鉄須坂駅と小布施駅でお出迎えイベントを実施し「須高地域」での集客に取り組んでいます。



▲須坂駅でのお出迎えイベントの様子(7月1日)

須坂市を巡る特別なツアー

DC期間中、JR東日本が旬の見どころを紹介する特別な観光バス「びゅうばす」が運行されています。

須坂市内を巡るコースは、「米子不動尊・秘仏」をツアー参加者限定で公開し、その後「蔵の町巡り」と「みそすき井」を楽しむんだ後に、中野市・飯山市・野沢温泉村・山ノ内町を巡ります。

このコースは、DC期間中の土・日曜日、祝日にJR長野駅から出発しています。この機会に市民の皆さんもご利用ください。

申込・問合せ JR東日本(☎050-2016-1600)
※JR東日本の「えきねっと」(http://www.eki-net.com/travel/?link_id=navi01)からも申し込み可能です。

私たちができること

DCにより長野県の魅力が多くの方に知っていただくことも大切ですが、私たちが改めて地域の山岳観光地に出かけたり、地域の食を満喫したり、新しいお店に入ってみたりすることで、地域の魅力を再発見することも大切です。

夏休みに入り、お盆に里帰りするご家族・ご親戚や、出かけてくる友人・知人の方を「私のお気に入りの場所やおいしいもの」で、もてなしてみましよう。

緊急度を素早く判定、救急車を呼ぶ目安に!!

救急受診アプリ「Q助」



問合せ 消防本部警防課(☎026-245-4900)

緊急度の判断を支援

救急受診アプリ「Q助」は、急な病気やけがをしたときに緊急度の判断を支援するアプリです。

該当する症状を画面で選択していくと、緊急性をイメージした色とともに対応を表示します。

【表示例】

▼今すぐ救急車を呼びましょう(赤色)
▼できるだけ早めに医療機関

を受診しましょう(黄色)

▼緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう(緑色)
▼引き続き注意して様子をみてください(水色)

その後119番通報や医療機関の検索(「医療情報ネット」にリンク)、受診手段の検索(「全国タクシーガイド」にリンク)を行うことができます。

消防庁ホームページ、または下のQRコードからダウンロードできますので、活用ください。



▲症状の緊急度を素早く判定するアプリです

「ふれあい館しらふじ」の 活用方法の意見を募集します

問合せ まちづくり課(☎026-248-9007)

「ふれあい館しらふじ」とは

明治期に建てられた旧丸田
医院を整備し、平成14年に開
館した国の登録有形文化財に
指定されている建物です。
現在、観光客の方の見学や
地域の会議、サークル活動の
場として活用されています。

「ふれあい館しらふじ」の 活用方法の意見を募集

市では、近年、施設の利用
が停滞していることなどの理
由から、今後の活用方法を検
討しています。
今後の施設の活用方法の参
考にしたいため、市民の皆さ
んのご意見を募集します。

募集期間・応募方法

募集期間 8月1日(火)～9月
29日(金)

応募方法

▼市ホームページから応募：
市ホームページのトピックス
に掲載しています。

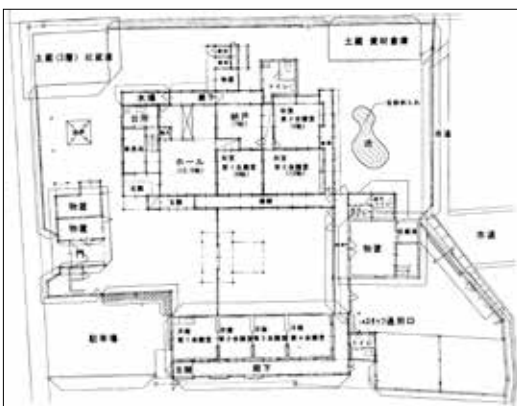
▼郵便で応募：〒382-8
511須坂市役所まちづくり
課(住所不要)

※応募様式は問いませんが、
住所・氏名の記載をお願いします。

なお、建物が歴史的建造物
であり今後も保存していくべ
き建物であることから、「施設
の大規模改修」や「破却する」
など以外の活用方法のご提案
をお願いします。



▲ふれあい館しらふじ(本上町)



▲施設平面図



▲地図(所在地:須坂市大字須坂32-1)

市長の

いきいき 通信

平和は不断の学びと実践

8月は、広島と長崎が被爆を受け、そして、太平洋
戦争が終戦を迎えた月です。

須坂市は、昭和60年6月21日に、非核三原則が完全
に実施されることを願うとともに、美しい自然と輝か
しい伝統を子々孫々に継承すべく「非核平和都市宣言」
をしました。

このたび、広島への原爆投下からひと月あまりで爆
心地近くで咲いたカンナの花の写真パネル(左の写真)
が、広島平和記念資料館の改修工事に伴い撤去される
ことになり、縁あって須坂市が譲り受けました。この
カンナの写真は多くの方に希望を与え、平和の尊さを
訴え続けてきました。メセナホールに展示し、平和の
尊さを感じていただき、また、平和学習に役立てたい
と考えています。

平和を継承するためには、偏狭な心ではなく、広い
視野での不断の学びと実践が必要です。第19回信州岩
波講座は「激変する世界をどう読むか」をテーマに開催
され、8月5日は寺島実郎さん(日本総合研究所会長)
が講演されます。寺島さんは、ベストセラー『シルバー！
デモクラシー 戦後世代の
覚悟と責任(岩波書店)』
の著者でもあります。信
州岩波講座で、平和を考
えてみませんか。



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



お便り紹介コーナー

～7月に届いたお手紙から～



根曲り竹

根曲り竹を天ぷらやみそ汁焼いて食べました。おいしかったです。
でも、皮をおくのがひと間でした。

(神林さん 66歳)

●皮むき大変ですよ。また、皮をむき終えた根曲り竹は小さくなり、皮がかさばりますが、味は最高ですね。自然の恵みに感謝です。

須坂のおすすめ

須坂に来て一年経ちますが観光名所など、どこにも行けていません。

おすすめがありましたら、教えてください。

(上條さん 27歳)

●須坂には臥竜公園や米子大瀑布など観光名所があります。他にも須坂の良いところがたくさんあります。ぜひ上條さん須坂市内に出かけて、良いと思うことを感じてみてはいかがでしょうか。

人生自立

私は70歳まで病氣知らずでしたが、8年ほど前に関節痛に悩み、手術を経て、回復しています。

これからは自立生活をゆつくり楽しみたいと思います。

(ペンネーム)

ゆつくりさん 78歳

●順調な回復、おめでとうございませう。ゆつくりさんのペースでこれからの生活を楽しんでください。

酔活

最近、酔活を始めました。心なしか、体が軽くなったような感じがします。

お酔を上手に活用して、暑い夏を乗り切りたいです。

(ペンネーム)

時雨さん 44歳

●お酔には食欲増進の効果があるといわれています。食欲がなくなる夏にはぜひ酔の物を食べて夏を乗り切りたいですね。

架空請求

『広報すざか』や回覧でも度々特殊詐欺など注意喚起されていますが、先日ついに私にも架空請求が届きました。

SNSから「登録料金の未納が発生しております。本日より連絡がなき場合、法的手段に移行いたします。〇〇電話番号××××とありました。明日はわが身、気を付けたいです。

(ペンネーム)

うさたまさん 36歳

●いつどこで架空請求が届くかわかりません。うさたまさんのように、日頃から問題意識を持つことが大切です。市でも引き続き特殊詐欺など防止の啓発をしていきます。架空請求が届きましたら、迷わず家族などに相談しましょう。

手作りのバスタオル

この4月から孫が小学生になりました。

プールが始まり、友達はラップタオル(体に巻くタオル)を使っていますが、孫はバスタオルを使っています。

孫にラップタオルを買いに行くと聞いたところ「おばあちゃんを作ったもので良い」というので、孫のためならと思い、早速作りました。

孫は喜んで学校へ持って行っています。とてもうれしいです。

(丸田さん 68歳)

●丸田さんの温かさが伝わる手作りのバスタオルを大切に使用しているお孫さんの姿が目に浮かびます。物を大切にする学びにもなるのではないかと思います。

バジル

今年は、プランターでバジルを育てています。

市販のピザに添えたりといういろいろな料理に使っています。

(中澤さん 43歳)

●市販のピザに中澤さんが育てたバジルを添えることで、見た目と味が変わりますよ。ひと工夫が大切ですね。



※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	
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

菅平グリーンゴルフ提供

③菅平グリーンゴルフプレー券(ペア) ……1人

支援を必要とする子どもたちの職場体験活動
問題ぶ○ジョブ
ヒント…2～5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 8月17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。

FAX 026・246・0750

Eメール info@city.suzaka.nagano.jp

●Eメール info@city.suzaka.nagano.jp

●Eメール info@city.suzaka.nagano.jp

●Eメール info@city.suzaka.nagano.jp

nagano.jp

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～)

- 2日(水) ふわふわしゃぼん玉であそぼう
…みんなでしゃぼん玉であそび
ましょう。
- 30日(水) プールじまい…たくさん水遊
びができたかな。

★8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。9月はそれぞれ行います。

★ミニ講座(11:00～)

- 3日(木) らぴか パネルシアター…親子
で楽しいお話を見ましょう

★子育て支援センターの開放…月曜日～土曜日10:00～18:00

★南部・東部・北部の児童センターも開放しています。

▼月曜日～金曜日10:00～12:00 ▼土曜日は午後も利用できます。詳しくは各児童センターへお問い合わせください。

▼水曜日は「集まりの日」です。

問合せ 子育て支援センター(中央児童センター内)

☎/FAX 245-6588

小学校の夏休み期間中、南部・東部・北部児童センターは、登録児童が終日利用しています。

詳細は各センターにお問い合わせください。

午前8時30分～午後5時15分
☎0800-800-7223
(土日祝、祝日、年末年始を除く)

午前8時30分～午後5時15分
☎213-6400
(土日祝、祝日、年末年始を除く)

午前9時～午後4時
☎248-9023
(土日祝、祝日、年末年始を除く)

妊婦・子育てなんでも相談
「おひさま」
☎0800-800-7223
(土日祝、祝日、年末年始を除く)

センターに遊びにくるお友達を紹介



芋川紗桜ちゃん
好きな食べ物…にんじん

各種健康相談

保健センター健康相談

体やこころの健康相談・血圧や体脂肪測定なども行っています。

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 2日(水)、3日(木) 15:00～ ペットボトル水族館を作ろう
9日(水) 15:00～ シャボン玉で遊ぼう

南部児童センター 屋部町 ☎/FAX248-2330

- 幼児・親子 23日(水) 10:30～ かわいいうちわを作ろう！
30日(水) 10:30～ 夏野菜のおやきをつくろう！

- 児童 1日(火) 10:00～ 映画を見に行こう！
3日(木) 10:00～ 折り紙教室に行こう！
7日(月) 10:00～ 夏の工作
30日(水) 16:00～ 避難訓練(地震)

東部児童センター 高橋町 ☎/FAX246-0079

- 幼児・親子 23日(水) 11:00～ 色水あそび&カレンダー作り※
30日(水) 11:00～ 納涼おたのしみ会※

- 児童 2日(水) 14:30～ 夏まつり準備会
9日(水) 10:30～ 夏まつり
22日(火) 14:30～ おばけやしき
30日(水) 16:00～ 認定会

北部児童センター 北旭ヶ丘町 ☎/FAX248-8381

- 幼児・親子 30日(水) 11:00～ 牛さん見学※
- 児童 1日(火) 10:00～ 夏休み工作
25日(金) 16:00～ 認定会(一輪車・トランポリン)
30日(水) 16:00～ 避難訓練

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を行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「オリンピックホストタウンの取り組み(仮)」を9月11日(月)から放送する予定です。詳細は9月号でお知らせします。お楽しみに♪

「“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28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

こばやし たいが
小林 大琥くん

(1歳2か月)

お父さん…憲さん／お母さん…由紀子さん

「琥」という字は、王だけが持つことのできる宝石であり、王の証という意味があります。リーダーシップをとれる器の大きい、心の強い人に成長してほしい。そして、どんなことでも良いから1番になれるものができますように。と願い、名付けました。

最近は、周囲のまねをするようになりました。いただきます、ごちそうさまをして、食事する姿は愛らしいです。これからも健やかに成長してね。

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(☎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。

アスリートが特別授業

子どもたちは一流の技に大興奮

パフォーマンス集団「サムライ・ロック・オーケストラ」の須坂市特別公演が10月7日に開催されます(24ページ参照)。それに先立ち、出演者の池谷直樹さんが市内の小・中学校を訪問し、跳び箱などの指導教室とパフォーマンス披露を行いました。日野小学校の児童は「教えてもらったやり方だと跳び箱を上手に跳べた」と話していました。〔7月6日〕



▲日野小学校で跳び箱を教える元体操選手の池谷直樹さん

須坂祇園祭

天王おろしと笠鉾巡行

須坂の夏の風物詩、須坂祇園祭で天王おろしと笠鉾巡行が行われました。

市の有形民俗文化財の笠鉾11基と大みこし、神楽などが芝宮墨坂神社を出発し、市街地を巡りました。

また、大みこしの下をくぐると「風邪をひかない」などの言い伝えがあり、須坂小学校の全校児童らが大みこしの下をくぐりました。〔7月21日〕



坂市内郵便局との包括的連携に関する協定



市内の郵便局と包括的連携協定

地方創生や市民の暮らしの向上に寄与することを目的に、市内の郵便局3局(須坂、仁礼、井上)と包括的連携協定を締結しました。

これにより、相互に連携しながら安心・安全な暮らしの実現や地域経済の活性化、若者支援などに取り組みます。〔7月20日〕



長野県立信州医療センターに改称

旧長野県立須坂病院が、病院名を「長野県立信州医療センター」に変更しました。

また、がん診療機能の向上や健康増進・予防医療の充実、近隣関係機関との連携強化などのため、新たに東棟も開設しました。〔7月1日〕



上手に飾り付けできたー！

七夕まつりとシルバー交流

子育て支援センターで七夕まつりを開催し、利用する親子と須高広域シルバー人材センターの会員の皆さんが交流しました。

参加者は、シルバー会員の方に手伝ってもらいながら折り紙で飾りを作り、「元気に育ちますように」などの願い事を書いた短冊と一緒に笹に飾り付けていきました。また、「たなばたさま」の歌を全員で歌うなど、季節の行事を楽しみました。〔7月5日〕



ビジネスアイデアなどを学ぶ

須坂創成高校で出張授業

須坂創成高校商業科ビジネスプランニングコースの2年生が、「第5回創造力、無限大∞ 高校生ビジネスプラン・グランプリ」(日本政策金融公庫主催)に挑戦するため、日本政策金融公庫の職員を招いて、ビジネスアイデアの発想法やビジネスプランの考え方を学びました。

授業を受けた生徒は、「初めて聞く言葉があり、これからの勉強に役立てたい」と話していました。〔7月3日〕

すざか 表紙の 写真から

キッズスライダー導入

サマーランドには、県内一の長さを誇るスライダープール(120m)がありますが、身長120cm以下の方は使用できないことから、今年から新たにキッズスライダーを導入し、子どもたちに大人気です。対象は身長120cm以下で5歳以上です。〔7月15日〕

◎平成28年熊本地震災害義援金を平成30年3月31日(土)まで受け付けています。 問合せ 福祉課(☎248・9003)

情報ファイル 8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

●新しい農業委員さん・農
地利用最適化推進委員さ
んを紹介します

【農業委員】

任期 平成29年7月20日～
平成32年7月19日

(敬称略)

長野 衛 坂田町
春原 博 南原町
中村嘉博 本郷町

●ペレットストーブなどの
設備導入費の一部を補助
します

長野県産の木材の利用促進
と温暖化防止対策の一環とし
て、ペレットストーブなどの
購入費用の一部を補助します。
対象 市内に居住する個人
または事業所を有する事業者

【農地利用最適化推進委員】
任期 平成29年7月24日～
平成32年7月19日
(敬称略)
小林郁雄 相森町
依田浩明 小島町
小林英次 高梨町
神林秀明 幸高町
豊田耕一 下八町
竹前清孝 米子町
市川和志 豊丘町
問合せ 農業委員会
(☎248・9015)

●平成29年8月から高額介
護サービス費の利用者上
限額が変わります

介護サービスの利用者負担
には、負担能力に応じて月々
の上限額が設定されています。
そのうち、世帯のどなたかが
住民税を課税されている方の
介護サービス利用者負担の上
限額が、3万7200円から
4万4400円に引き上げら
れます。

で、市税の滞納をしていない方
補助額 上限10万円
※補助金の予算額(10万円)に
達しだい締め切ります。
申請開始 8月1日(火)～
※申請がなかった場合は、12
月中に受け付けを終了するこ
とがあります。
補助対象 ペレットストーブ
とペレットボイラーの購入費用
交付条件 ▼長野県内に事業
所または代理店がある事業者
から購入したもの▼県産材を
利用したペレットを使用する
こと など
※購入を検討している方は事
前に相談してください。交付
決定前の事前着工は認められ
ません。
問合せ 生活環境課
(☎248・9019)

●夏の防犯運動
8月10日(休)～17日(休)

防犯対策は、一人ひとりが
日頃から防犯意識を持って、
犯罪を起こさせない環境をつ
くることが大切です。
【特殊詐欺対策】
▼還付金などを名目に、ATM
へ誘導するのは詐欺の手口です。
▼不審な電話は一人で判断せ
ず、すぐに家族や警察に相談
する。
【自転車などの盗難対策】
▼自転車やバイクから離れる
ときは短時間でも必ず鍵をか
ける。
▼自宅の敷地内に置く場合も
鍵をかけておく。
【車上ねらい対策】
▼車内に物を置かない。
▼車から離れるときは窓を完
全に閉め、鍵をかける。
【空き巣対策】
▼でかける前に必ず施錠の再



広告の問い合わせは(株)サンワシステム

業所へ(☎050-5838-2344)

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

株式会社 **サンワシステム**

まずは
お問合せ
ください!

本社:須坂市仁礼1235-1 塩川オフィス:須坂市塩川503-12

☎0120-207-117

サンワスタイル 検索

SANWA HOUSE

サンワハウス

家づくり

リフォーム

土地さがし

広告欄

確認をする。

▼敷地内の清掃や草木の剪定（せんてい）を行い、見通しの悪い場所を改善する。

問合せ 市民課

(☎248・9002)

●お盆中のごみなどの収集

【ごみの収集】

通常どおり行います。6月に全戸配付した新しいごみカレンダーをご覧ください。

【エコサポートすざか】

8月12日(土)と13日(日)は休みます。

【し尿の収集】

8月11日(金)～16日(水)は営業しませんので、収集や電話による受け付けはできません。

問合せ ▼ごみのこと：生活環境課(☎248・9019)

▼し尿のこと：㈱環境クリエーション(☎245・9400)

【清掃センター】

通常どおりごみを受け入れます。

ごみ持ち込みのため、米子町内などの道路を通行する際、法定速度を守り、幅員の狭い道路は徐行や道を譲るなどして交通事故防止に努めましょう。

問合せ 清掃センター

(☎246・9000)

●お盆中のお墓参りは渋滞緩和にご協力ください

【坂田霊園周辺】

8月13日(日)と16日(水)は交通規制を行います。車でお越しの方は、臨時駐車場(坂田浄水場など)をご利用ください。

※霊園内の駐車場は障がいのある方などが優先です。路上駐車は近隣の方のご迷惑になりますので、ご遠慮ください。

臨時駐車場(坂田浄水場内のみ)の開放時間

▼13日：午前5時～午後7時

▼16日：午前9時～午後7時

【松川霊園周辺】

霊園前の道路に駐車しないでください。警備員や案内標識の指示に従い、霊園西側の臨時駐車場や新霊園内の駐車場をご利用ください。

問合せ 生活環境課

(☎248・9019)

●障害者等用駐車場の適正利用をお願いします

障害者等用駐車場に障がいのない人が駐車しているために、障がいのある人が駐車できない問題が発生しています。また、車いす使用者が乗降するためには、自動車のドアを全開にする必要があり、広

いスペースが必要です。

「少しの時間だけ」「空いている」という理由で障害者等用駐車場を利用すると、本当に必要な人が利用できなくなってしまう。

誰もが住みやすいまちづくりに向けて、皆様のご理解ご協力をお願いします。

問合せ 福祉課

(☎248・9003)

●夏休みを利用して早めに予防接種を受けましょう

麻しん・風しん第2期は、保育園・幼稚園の年長児相当の年齢のお子さん、二種混合は11歳～13歳のお子さんを対象に実施しています。

まだ接種されていないお子さんは、夏休みを利用して早めの接種をお勧めします。

問合せ 健康づくり課

(☎248・9018)

●上水道本管の埋設位置の調査を行います

水道局では、平成28年度から上水道の書類や図面の調査整理を進めています。今年度は上水道管路の埋設位置を確認するため、現地調査を行いますので、ご理解と

見込まれる方

ご協力をお願いします。

調査期間 9月～12月

ところ 市内全域

内容 公道内や水道施設内などの仕切弁や消火栓の位置などの確認作業

※委託業者である㈱バスコ職員が、水道調査業務員証の腕章を付けて調査をします。

問合せ 上下水道課

(☎248・9013)

●サマーランド無料入場券を利用しましょう

市内の幼稚園・保育園児や小学生、中学生に、サマーランド無料入場券を一人10枚ずつ交付しています。

市内在住で、須坂市・小布施町・高山村以外の幼稚園・保育園、小学校、中学校に通っている方は、お問い合わせください。

受付時間 月曜～金曜日の午前8時30分～午後5時15分

問合せ 須高行政事務組合

(☎245・1173)

●水稲共済加入者の皆さんへ

対象 自然災害や病害虫などにより、耕地ごとに、平年に比べて3割を超える減収が見込まれる方

問合せ 福祉課(☎248・9003)

提出方法 被害届(損害評価野帳)に必要事項を記入のうえ、提出してください(用紙は提出先にあります)。

※必ず収穫前に申し出てください。

提出先 ▼長野県農業共済組合▼市農林課▼JAながの各支所

提出期限 9月5日(火)

※8月下旬から被害調査を行います。そのときに坪刈りをする場合があります。

問合せ 長野県農業共済組合

(☎219・2892)

●借り入れの返済にお困りの方は長野財務事務所に相談しましょう

長野財務事務所では、ローンやクレジットの返済にお悩みの方からの相談を受け付けています。必要に応じて法律の専門家を紹介します。相談は無料。匿名でもかまいません。まずは、ひとりで悩まずに相談してください。

とき 月曜～金曜日▼午前8時30分～正午▼午後1時～4時30分

ところ 長野財務事務所(長野市)

問合せ 長野財務事務所

(☎234・2970)

募 集

●第21回花のまちづくり
コンクール参加募集

花壇やフラワーロードなどの
植栽に取り組んでいる個人
や団体のコンクールを実施し
ます。

部門 ▼大規模花壇（おお
むね100㎡以上）・フラワー
ロードの部▼中規模花壇（お
おむね50㎡以上100㎡未満）
の部▼小規模花壇（おおむね
50㎡未満）の部▼プランター
の部▼育成会の部▼学校の部
※審査のうえ、金賞ほか各賞
を決定し、賞状を授与します。
申込方法 まちづくり課（本
庁舎3階）にある申込書に必
要事項を記入し、写真（植え付
け当時・中間管理の作業風景・
満開の時）を添えてまちづく
り課へ提出してください。
※申込書は市ホームページか
らダウンロードできます。
申込期限 8月10日（木）（必着）
申込・問合せ まちづくり課
（☎248・9007）

●竜の里須坂健康マラソン
全国大会ボランティア募集

とき 10月15日（日）午前8時

30分〜正午
内容 ▼給水所での手伝い
▼参加賞交付・会場整理の手
伝い など
※募集人数はすべて若干人
申込期限 9月1日（金）
※大会オリジナルグッズを差
し上げます。
申込・問合せ 生涯学習スポ
ーツ課（☎248・2020）

●母子父子家庭のみなさんへ
「親子の集い」参加者募集

とき 11月25日（土）午前5時
市役所集合、午後9時30分現
地出発
ところ 東京デイズニールランド
参加費 ▼大人：8500円
▼中学生・高校生：7500円
▼4歳〜小学生：6000円
（バス代、チケット代含む）
対象 市内在住の母子・父
子家庭
募集人員 84人（申込順）
申込期間 9月1日（金）〜22日（金）
申込・問合せ 福祉課
（☎248・9003）

●「絹婚式」の参加者募集

絹の生産で栄えたまち・須
坂で「絹婚式」を行います。
「恋人の聖地」須坂アートパ
ークで、結婚12周年の絹婚式

をお祝いしてみませんか。
とき 9月23日（土）午前11時
〜正午
ところ 世界の民俗人形博物
館前庭（須坂アートパーク内）
内容 ▼愛のメッセージ交
換▼記念写真の撮影▼お楽し
み抽選会 など
参加費 無料
対象 平成17年に結婚した
夫婦
定員 12組
※応募多数の場合は抽選
申込期限 9月15日（金）
申込・問合せ 市観光協会
（☎215・2225）

●第49回須坂市民（区対抗）
バスケットボール大会
参加者募集



とき 9月10日（日）
午前8時30分開会
ところ 市民体育館
参加費 1チーム3000円
※詳細は、須坂市体育協会ホ
ームページをご覧ください。
申込期限 8月18日（金）
申込・問合せ 須坂市バスケ
ットボール協会（丸山）
（☎246・3694）

●放送大学10月入学生募集

放送大学は、テレビなどの

放送を利用して授業を行う通
信制の大学です。
科学・文化・心理学・経営
学など、さまざまな分野を幅
広い世代の方が学んでいます。
詳しくはお問い合わせくだ
さい。

※放送大学ホームページ（<http://www.ouj.ac.jp>）でも受け
付けています。
出願期限 9月20日（水）
申込・問合せ 放送大学長野
学習センター
（☎0266・58・2332）
※月曜日・祝日休み
〒392・0027 諏訪市湖
岸通り5・12・18（諏訪市文
化センター敷地内）

●自衛官募集

【防衛大学校学生】
受験資格 高校卒業（見込み
含む）以上21歳未満
受付期間 ▼推薦：9月5日
（火）〜7日（木）▼総合選抜：9月
5日（火）〜7日（木）▼一般（前期）
：9月5日（火）〜29日（金）
【防衛医科大学校医学科学生】
受験資格 高校卒業（見込み
含む）以上21歳未満
受付期間 9月5日（火）〜29日（金）
【防衛医科大学校看護学科学生】
受験資格 高校卒業（見込み
含む）以上21歳未満

広告欄

地域密着型小規模 特別養護老人ホーム そのさと オープニングスタッフ募集

介護は心を配るお仕事。スタッフが100%の力を発揮できるよう運営がスタッフのサポートとケアを最大限に実践します。ともに笑顔の職場を創りたい方、ぜひ一度お会いするご縁をいただければと思います。お気軽にお問い合わせください。

職 種 / ユニットリーダー【正社員】 給 料 / 当法人規定による
介護職【正社員・パート】（未経験者可） 待 遇 / 通勤費、資格手当、賞与年2回、ほか
看護師【正社員】（夜勤なし） 勤務地 / 須坂市大字豊丘2754番地1
生活相談員【正社員】 ※複数資格所持者優遇
ケアマネジャー【正社員】

社会福祉法人なすな「そのさと」開設準備室（担当：徳竹）
〒382-0021 須坂市大字豊丘2754番地1

就職説明会を企画！ お問い合わせください

☎080-9655-1849

そのさとの最新情報はこちら！
<https://www.facebook.com/care.sonosato/>



8月の各種無料相談

- 行政相談 ☎248-9002
と き 3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 5日(土)、9月2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 23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 15日(火) 10:00～12:00
ところ 人権交流センター
問合せ 人権同和政策課
- 結婚相談 ☎214-2994
と き 6日(日)、20日(日)、9月3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 10日(木)、24日(木) 13:00～16:00
ところ すざか女性未来館
問合せ まいさば須坂(要予約)
- 司法書士法律相談 ☎245-0031
と き 24日(木) 13:00～15:00
ところ 須坂商工会議所
- 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 23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 18日(金) 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

	6月	平成29年 1～6月	昨年 同期
火災	2	11	9
死者	0	1	0
傷者	0	0	2
救急出動	173	1111	1045
交通事故	22	66	70
急病	107	711	656
その他	44	334	319
救助	3	6	19
交通事故	1	3	8
その他	2	3	11

★交通事故

	6月	平成29年 1～6月	昨年 同期
件数	15	78	93
死者	0	0	0
傷者	17	87	88

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

行事・催し

●第27回消防親子写生大会
入賞作品展

期間 8月20日(日)まで
毎日午前10時～午後10時
ところ 湯つ蔵んど
問合せ 消防本部総務課
(☎245-4100)

●動物園イベント情報

【サタデーナイトズー】

今年、開園時間を午後9時まで延長します。
普段は見られない夜の動物たちの様子をお楽しみください。

とき ▼8月5日(土)▼12日(土)▼14日(月)▼19日(土)▼26日(土)

内容 ▼動物のガイド▼動物とのふれあい など

入園料 ▼高校生以上200円▼中学生以下70円(保護者付き添いの未就学児は無料)

※南園からは入園できません。
【ハッチおじいちゃんのお墓参り】

8月13日は、「ハッチ」の孫の「イチチ」の誕生日です。
お盆にあわせて、ハッチお

●須坂フルーツ発泡酒
お披露目会



とき 8月26日(土)▼午後2時30分～3時15分(事業報告会)▼午後2時30分～午後5時(試飲)

ところ 須坂駅前ビルシルキー13階

内容 須坂産りんご(ふじ)を使用したフルーツ発泡酒3種類をご提供します。
参加費 500円



定員 100人

申込方法 市ホームページから申込書をダウンロードして、FAXまたは電子メールでお申し込みください。

申込期限 8月10日(木)

※詳細はお問い合わせください。

申込・問合せ 産業連携開発課(☎248-9033 FAX 2463489)

●8月23日(水)は「市民防災の日」です

「市民防災の日」に、防災の取り組みを区や事業所で行ってください。また、市民の皆さんは、その取り組みに参加しましょう。

※防災の日(9月1日(金))や防

災週間(8月30日(水)～9月5日(火))に防災の取り組みを行っても構いません。

【須坂市総合防災訓練】

とき 8月27日(日)午前7時～9時

※午前6時ごろ、防災行政無線で訓練の放送が入ります。

ところ 墨坂中学校

内容 ▼初期消火訓練▼煙体験▼応急救護訓練▼水防訓練 など

【黙とうにご協力ください】
昭和56年の災害で亡くなられた方のご冥福を祈るため、8月23日(水)正午から1分間の黙とうをお願いします。

問合せ 総務課(☎248-9000)

●アクロバット・ミュージカル「AMAZING 八犬伝」

跳び箱23段の世界記録を日本人で初めてクリアした池谷直樹氏が率いる、サムライ・ロック・オーケストラの須坂市特別公演「AMAZING 八犬伝」が、開催されます。

世界レベルのアスリートやメダリストが、鍛え上げた筋肉と技でストーリーを表現する、新感覚のアクロバット・ミュージカルです。

とき 10月7日(土)午後6時～

ところ メセナホール
チケット販売場所 ▼学校教育課 ▼メセナホール ▼市観光協会

チケット代 ▼一般：5000円 ▼中学生以下：2500円 ※全席指定です。

問合せ 学校教育課
(0248・9010)

●蔵の夕市お花市



とき 8月12日(土)午後5時～8時30分

ところ 市道銀座通り線 ※歩行者天国になります。

内容 ▼S級グルメ出店 ▼蔵かべ映像 ▼蔵フト市 など
問合せ 蔵のまち観光交流センター (0248・6867)

●夏休み開催のワークショップ

期間 8月30日(水)まで(木曜日を除く)の午前10時30分～午後3時

ところ 須坂クラシック美術館

【型染めうちわ作り】
参加費 1枚400円(入館料別)

【絵葉書づくりと香り袋づくり】
料金 ▼絵はがき1枚100円 ▼香り袋1個300円

※5人以上の場合は要予約 ※状況により体験できない場合もあります。

申込・問合せ 須坂クラシック美術館 (0246・6474)

期間 8月31日(木)までの午前9時～午後4時

ところ 笠鉾会館ドリームホール

参加費 300円

【まゆコサージュ作り】
※小さいお子様には保護者が同伴してください。

【まゆストラップ作り】
問合せ 笠鉾会館ドリームホール (0246・7100)

ところ 旧小田切家住宅

【昔遊び～紙芝居と水鉄砲～】
とき 8月1日(火)午後1時30分～3時

材料費 300円(アイス・麦茶付き)

【ミニ講座】和の心を学ぼう！
内容・日にちなど

①お抹茶体験：8月2日(水)
②和菓子づくり：8月11日(金)
持ち物 ▼エプロン ▼三角巾

③香道教室：8月19日(土)
ミニ講座共通

時間 午後1時30分～3時
参加費 ▼子ども600円 ▼親一人・子一人1300円(入館料込)

定員 15人(申込順)
申込期限 各開催日の前日

申込・問合せ 旧小田切家住宅
(0246・2220)

●行政書士相談



とき 8月28日(月)午後1時30分～4時

ところ 須坂商工会議所

※相談無料・申込不要
問合せ 須坂商工会議所
(0245・0031)

●障がい福祉サービス通所事業所説明会・販売会

須高地域の「障がいのある方が日中通われている福祉サービス事業所」が集まり、事業所の様子や活動内容を紹介しします。また、物品の販売会

も同時開催します。
とき 9月2日(土)午後1時45分～4時

講座・教室

●消防署から講座のお知らせ

ところ 消防本部3階
【応急手当普及員講習会(全3回)】

とき ▼9月23日(土)▼30日(土)▼10月1日(日)午前8時30分～午後5時30分

内容 所属している事務所や防災組織などで普通救命講習を指導できる資格です。

定員 5人(先着順)
受講料 無料

※テキスト代3672円は実費
申込期限 9月8日(金)

【普通救命講習会】
とき 9月24日(日)午前9時～正午

内容 ▼1歳以上に対する心肺蘇生法(人工呼吸・胸骨圧迫心臓マッサージ) ▼A E

学校法人聖母マリア学園
マリアこども園入園説明会に参加してください!!
8月29日(火) 10:00～11:00
平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれのお子様対象
入園説明会に参加するとこんなことがわかります
①園長、教職員がどんな人かわかります!
②マリアこども園の特色がわかります!
③お子様がマリアこども園でどんなことをするのかわかります!
④園内の様子がわかります!
⑤入園申し込みなど不安な点が解消できます
⑥在園時の様子がわかります!
ご好評いただいている、マリアカフェは、2学期は8月31日より開始します。火曜日・木曜日はマリアこども園子育て支援室マリアカフェをご利用ください。10:00～14:00 利用料500円 9月26日はお休みです。
見学随時受付中!! Maria Kodomoen 事前に電話にてご予約ください

広告欄

マリアカフェ
ご好評いただいている、マリアカフェは、2学期は8月31日より開始します。火曜日・木曜日はマリアこども園子育て支援室マリアカフェをご利用ください。10:00～14:00 利用料500円 9月26日はお休みです。
見学随時受付中!! Maria Kodomoen 事前に電話にてご予約ください

学校法人聖母マリア学園
マリアこども園入園説明会に参加してください!!
8月29日(火) 10:00～11:00
平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれのお子様対象
入園説明会に参加するとこんなことがわかります
①園長、教職員がどんな人かわかります!
②マリアこども園の特色がわかります!
③お子様がマリアこども園でどんなことをするのかわかります!
④園内の様子がわかります!
⑤入園申し込みなど不安な点が解消できます
⑥在園時の様子がわかります!
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

広告の問い合わせは榊ホープ長野営業所へ(050・5838・2344)

D(自動体外式除細動器)の取り扱い方法
 定員 10人(先着順)
 受講料 無料
 申込期限 9月21日(木)
 申込・問合せ 消防署
 (☎245・0119)



●うつ病の方の家族教室

とき 8月10日(木)午後1時
 30分〜3時30分
 対象 うつ病の方の家族
 受講料 無料
 ※参加を希望する方は、事前に保健センターへご連絡ください。詳細をお伝えします。個別での相談にも応じます。お気軽にお問い合わせください。
 問合せ 保健センター
 (☎248・9023)

●介護教室

とき 8月25日(金)午後1時
 30分〜3時
 ところ 中央公民館(3階)
 テーマ 高齢者と運転・改正道路交通法と認知症のこと
 講師 赤尾満さん(長野県警察本部東北信免許課)
 対象 ▼家族を介護している方
 ▼介護や教室のテーマに関心のある方

●高齢者健康教室 公開講座

参加費 無料
 申込期限 8月22日(火)
 申込・問合せ 地域包括支援センター(☎245・4566)
 とき 8月17日(木)午前11時〜11時45分
 ところ 保健センター(3階)
 内容 ▼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(事前申込不要)
 持ち物 ▼飲み物▼タオル▼動きやすい服装
 問合せ 地域包括支援センター(☎245・4566)

●料理交流会



とき 8月22日(火)午前9時
 30分〜午後1時30分
 ところ 人権交流センター
 参加費 200円
 対象 市内在住の方
 定員 10人(申込順)
 申込期間 8月1日(火)〜14日(月)
 問合せ 人権交流センター
 (☎245・0909)

●人権教育講座

とき 8月24日(木)午後6時

●B型肝炎訴訟説明会

集団予防接種が原因で、B型肝炎ウイルスに感染した方には、一定の要件を満たすと国から給付金が支払われます。全国B型肝炎訴訟長野弁護団の弁護士が、訴訟の要件を説明します(無料)。
 とき 8月5日(土)午後1時30分〜
 ところ シルキーホール第2ホール(須坂駅前ビル3階)
 問合せ B型肝炎訴訟長野弁護団事務局(和田清二法律事務所内)(☎234・7754)

リサイクル情報

《差し上げます》
 ▼カナディアンカー▼座卓
 ▼おんぶ紐▼ママコート▼五月人形▼ひな人形▼藤娘人形

▼中学生用ヘルメット▼漬物石▼インクカートリッジ
 《譲ってください》
 ▼ミシン▼図鑑▼ゲートボールステイック
 【《差し上げます》の申込期限と抽選日】
 申込期限 8月8日(火)
 交渉順位抽選日 8月10日(木)午前

善意の窓口

※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。
 申込・問合せ 市民課
 (☎248・9002)

寄附募集

《寄附》(敬称略)
 ▼小学校の図書館充実のため(写真絵本31冊)：一般社団法人Earth Color Project

届出1件

【複十字シール運動に係わる郵送募金】

募集責任者 関隆教(結核予防会長野県支部 支部長)
 募集金品の額 4万5千円

●県営住宅統一募集

募集期間 8月22日(火)〜31日(木・土・日曜日含む)
 ※詳細はお問い合わせください。
 申込・問合せ 長野県住宅供給公社県営住宅課
 (☎227・2322)

●入居者募集

【市営住宅】

募集団地	間取り
○豊丘	6戸 3DKB
○境沢	3戸 3KB
○かんまち	1戸 3DKY
○屋部	2戸 3DKB
○屋部	1戸 3DKY

【特定公共賃貸住宅】

募集団地	間取り
○末広603号	3LDKY
家賃	75,000円
敷金	家賃の3カ月分
要件	同居親族・所得など
※Y…浴槽あり	B…浴槽なし

募集期間 8月1日(火)〜9日(水) 抽選日時 8月15日(火)午前9時
 問合せ まちづくり課(☎248・9007)

日曜・祝日の当番薬局

8月6日(日) サンタグリーン
8月11日(祝) 須坂あすなろ
8月13日(日) 須坂いせや
8月20日(日) オリジン・大丸
8月27日(日) スズラン
9月3日(日) すみさか土屋
※芝宮前中島ファミリー薬局は
20日(第3日曜日)を除き、すべて営業します。

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
ところ 県立信州医療センター
(旧県立須坂病院)
問合せ ☎245-1650

※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。

税金などの納期限

納期限・口座振替日
8月31日(木)

市・県民税(普通徴収)……2期
国民健康保険税(普通徴収)…2期
後期高齢者医療保険料(普通徴収)…2期
介護保険料(普通徴収)…5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。

8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	4 (金)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成29年4月1日~4月15日生 平成29年4月16日~4月30日生
	9/8 (金)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成29年5月1日~5月15日生 平成29年5月16日~5月31日生
1 歳 児健康相談	22 (火)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成28年7月23日~8月7日生 平成28年8月8日~8月16日生
	9/14 (木)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成28年8月17日~8月31日生 平成28年9月1日~9月14日生
1歳6か月児健康診査	18 (金)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成28年1月18日~1月31日生 平成28年2月1日~2月15日生
2 歳 児健康相談	7 (月)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成27年7月12日~7月28日生 平成27年7月29日~8月7日生
	9/12 (火)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成27年8月8日~8月19日生 平成27年8月20日~9月7日生
3 歳 児健康診査	29 (火)	13:00~13:30 13:30~14:00	平成26年7月28日~8月17日生 平成26年8月18日~8月28日生
もぐもぐ離乳食講座	24 (木)	13:00~13:15 14:15~14:30	平成29年2月1日~2月15日生 平成29年2月16日~2月28日生
かみかみ離乳食講座	1 (火)	13:00~13:15 14:15~14:30	平成28年11月1日~11月15日生 平成28年11月16日~11月30日生
	9/5 (火)	13:00~13:15 14:15~14:30	平成28年12月1日~12月15日生 平成28年12月16日~12月31日生

持ち物は、「健康カレンダー」をご覧ください。健康づくり課母子支援係へお問い合わせください。

開始対象者	予防接種名	対象者
平成29年6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29年5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29年3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28年8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26年8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)
平成20年8月生	日本脳炎2期	9歳~13歳の前日まで※ (標準的な接種期間は9歳~10歳の前日)
平成18年8月生	二種混合	11歳~13歳の前日まで (標準的な接種期間は11歳~12歳の前日)

※生年月日によって対象年齢が異なります。詳しくは「健康カレンダー」をご確認ください。

【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(☎050-5838-2344)



TVでおなじみの
特許泡洗浄お仏壇本舗

お彼岸の汚れは心の汚れ

お彼岸や法要に合わせて・ご自宅に出張致します。

お仏壇の出張クリーニング

先祖の思いをお安く・安全・安心にリフォーム。お悩みご相談下さい。

安心の見積り
無料です

- 金箔のはがれ
- ススの汚れ
- 紗の張り替え
- その場で確認
- プロの技で新品のように蘇ります



しゃらく 026-232-2814 担当: 和田

長野市 写楽

検索

公民館だより

すざか

平成 29 年

No.664

8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

霧の中のオープンガーデン散策

仁礼コミュニティセンター

6月26日(月)、仁礼コミュニティセンターが主催した講座に19人が集まり、峰の高原にあるオープンガーデンを巡りました。霧が立ち込める中、素晴らしい庭園とそこにあ

オープンガーデン散策

はじめに『ひらたペンション』で特徴的なロックガーデン(岩石を配置した庭園)の見学をしました。庭園には、オーナーである平田英之さんが全国から探し集めてきた山野草が植えられています。植えてある植物の種類についての説明のほか、本来の生息場所についての説明を聞き、参加者は驚いている様子でした。



▲自身の庭の植物について説明する様子

須坂では、個人のお宅の庭園を開放していただき、

散策しながら参加者は気になった植物について質問し、平田さんは、その植物の名前に加えて、どんな性質を持つのか、育てる際にはどんなことに気を付けたのか、などを丁寧に説明していました。話の中で平田さんは「生涯学習という言葉がありますが、その言葉通り私はどんなことでも学習になると思っています。遊びも学習、このオープンガーデンも学習です」と話しました。

その後は、峰の原にある他のオープンガーデンをまわり、魔女の庭をイメージした庭園や、自生している山野草が中心の庭園などを見学しました。

霧の中、幻想的な雰囲気

で庭の散策を楽しみ、霧

が晴れるとそこには美しい景色が広がっていました。

高原の花々

浜茄子(ハマナス)

1つの花が1日で枯れてしまふ儚い花です。秋には赤い実をつけ、ローズヒップとしてお茶やジャムになります。

金鎖(キングサリ)

別名黄花藤ですが、藤ではなく豆の仲間であり、有毒の植物です。金の鎖が連なったような美しい花を咲かせます。



参加者の感想

・素晴らしい庭園を見せてもらいました。季節が変わったら今度は友達を誘って行きたいと思います。
・初めて見る草花も多く、とても満足しました。テレビドラマのロケ地になったこともあると聞き、驚きました。

がりがや山

雨あがりにきれいな花を見ると癒されるのはなぜか？やはり我々の心の感性がそうさせるのだろうか

か▼最近、思うところがある。それは便利すぎる世の中についてである。昨今の状況は、何かしらの考え方の相違が生まれているような気がする。世の中には便利な道具があふれているが、問題は相手のことを考えずに答えを出し、それを使って発言することにある。便利なものほどなおさら正しく使用しなければならぬ▼「文字」を組み合わせることで「言葉」となり「意味」が生まれる。この成り立ちは、小さい頃から親、家族、学校、地域から学んできた道具である。これらを今も大事にしている人が多くいるが、そういった人たちはいづれも「人格」や「品格」が備わっている人たちである▼今学校では、子どもたちの成長に合わせて段階を踏んだ指導を行い、子どもたちに教えると共にそんな子どもたちから先生自らも学んでいる。「共に考え合う」というのは生きるための基本である。雨に打たれる花を見ながら、文字、言葉、意味合いについて改めて考えさせられた。

学校では学べない知恵や工夫

「高甫の文化事業」クラブ活動開講式

6月15日(木)より高甫地域づくり推進委員会が主催する高甫小学校のクラブ活動が始まり、高甫地域公民館に高甫小学校児童をはじめ42人が集まりました。開講式には推進委員長の宮城清さんや、各講座の講師が出席しました。

開講式

開講にあたり、宮城さんは「好奇心旺盛な子どもたちが集まってくれて、とても嬉しく思います。やりたいと思う気持ちを大切に、学校とは違った知恵や工夫で課題に取り組んで下さい」と話しました。さらに各講座の代表の児童が「がんばります」、「しっかりと覚えたい」と元氣よく抱負を述べました。

6つの講座

【手作りおもちゃ】

須坂寺子塾の河野清一さんを講師に迎え「さらさらシヤ



▲竹ひごとテープを組み合わせて形を作っていきます

【生け花・茶道】

二つの講座を隔週ごとに行い、初回は茶道でした。講師の青木けさみさんのやり方を見て、お辞儀の仕方からお茶の淹れ方までを実践しました。

【手作りブローチ】

田中裕義さんを講師に迎え、トンボの形をしたブローチを作りました。針金に細かいビーズを通すのは難しいのですが、子どもたちは田中さんの話をよく聞き、集中して作っていました。

【八町手まり】

「八町手まりの会」会員の村石光子さんと佐藤喜美子さ



▲時には村石さんと佐藤さんの手を借りる様子も見られました

【オカリナ】

永山浩さんからオカリナの吹き方を教わりました。音の出し方だけでなく楽曲の演奏もでき、充実した時間を過ごしたようです。



▲永山さんに合わせ、一生懸命吹きます

【郷土のおやつ】

食生活改善推進協議会のみなさんを講師に迎え、2つの味のにらせんべい作りに挑戦しました。出来立てのにらせんべいを味わい、子どもたちも大満足でした。

カンボジアの文化を学びました

中央公民館 異文化理解講座

7月5日(木)に中央公民館で開催された異文化理解講座に11人が集まり、カンボジア出身のトン・ロタナさんから、カンボジアの文化や習慣について聞きました。(以下、要旨)

日本との違い

私が子どものころを思い出すと、今の日本の子どもたちは幸せだなと感じます。そして食べ物の好き嫌いが多いことに驚いています。

当時の私のカンボジアでの食事は主食のご飯におかずが一つでした。おかずが一つということは選択肢がないということです。他に食べるものはありません。そのおかげか好き嫌いはほとんど無く日本食も大好きです。

現在でもカンボジアの都市から少し離れた地域では、当時の私のような生活を送っています。



▲講師のトン・ロタナさん

「食べる国」カンボジア

カンボジアの家庭では、昼食を家族で共にするのが一般的です。学生も働いている人も、昼食の時には一度家に帰り家族で食べます。

また、おやつや夜食を食べる家庭が多く、定番は具材をたっぷり乗せたラーメンやかゆです。日本の間食とは違い主食に近い内容です。

私も日本に來たばかりのころ、一日三食では足りないと感じ、家族と別に一人で夜食を食べることもありました。

直接感じてほしい！

カンボジアのシンボルである「アンコールワット」は日本という京都のような場所だと思っています。大小たくさんのお寺跡があり、私は昨年行きました。あの独特な雰囲気を感じると「ずっとここにいたい」という気持ちになります。みなさんにもぜひ行って体感してほしいです。

参加者の感想

- ・カンボジアについて知る機会がなかったので参加してよかった。
- ・アンコールワットなどにぜひ行ってみたいと思った。

お知らせ

須坂市中央公民館

学ぶ
おとなのピアノ教室
〈全10回〉

初心者向けの講座です。音符の読み方、指の置き方から習います。

とき 8月21日(月)

9月4日(月)・19日(火)

10月2・16・30日(月)

11月6・20日(月)

12月4・18日(月)

午前10時〜11時

講師 ヤマハ音楽教室講師

参加費 6000円/人

(テキスト代ほか)

定員 10人

申込 8月17日(木)まで

問合せ ☎ 245・1598

聞く
市民学園
公開講演会

上田市にある「無言館」の館主から、太平洋戦争の戦没画学生の遺作とおし、平和と非戦の講話をお聞きします。

とき 8月19日(土)

午後2時〜3時30分

ところ 中央公民館
ホール(3階)

演題 「無言館」20年を
ふりかえる

〈戦没画学生が遺したものと〉

講師 窪島誠一郎さん

入場料 無料

問合せ ☎ 245・1598

学ぶ

夏の日を乗り切るため、
涼しくなる食材を使って、
薬膳料理を作ります。

※無料託児あります。ご希望
の方は申し込みの際にお知
らせください。

とき 8月23日(水)

午後6時30分〜9時

ところ すさか女性未来館

講師 お楽しみに!

参加費 800円/人

持ち物 エプロン、三角巾、
ふきん、筆記用具

対象 18歳〜30歳代で、市
内に在住または勤務
している方

定員 12人

申込 8月16日(木)まで

問合せ ☎ 245・1598



旭ヶ丘ふれあいプラザ

体験者が語る

長野大空襲

ジオラマ展と講演

1945年の長野大空襲で
は、北信地方、特に鉄道関係が
集中的に攻撃されました。長
野飛行場、長野機関区のジオ
ラマで体験者がお話しします。

とき 8月5日(土)

午後1時〜3時

ところ 旭ヶ丘ふれあいプラザ

講師 小原憲一さん

(ジオラマ作成者)

石澤正さん

(旧国鉄SL・D.C.
EC車両検査掛)

入場料 無料

問合せ ☎ 246・3783

聞く

体験者が語る

長野大空襲

ジオラマ展と講演

1945年の長野大空襲で
は、北信地方、特に鉄道関係が
集中的に攻撃されました。長
野飛行場、長野機関区のジオ
ラマで体験者がお話しします。

とき 8月5日(土)

午後1時〜3時

ところ 旭ヶ丘ふれあいプラザ

講師 小原憲一さん

(ジオラマ作成者)

石澤正さん

(旧国鉄SL・D.C.
EC車両検査掛)

入場料 無料

問合せ ☎ 246・3783

日滝地域公民館

作る
お盆のアレンジ
フラワー講座

お盆の花をおしゃれにアレ

ンジして飾ってみませんか。
楽しくアレンジフラワーを
作りましょう。

とき 8月9日(水)

午後1時30分〜3時

ところ 日滝地域公民館

講師 安野悦子さん

材料費 1500円/人

持ち物 はなバサミ、ものさ
し、筆記用具

定員 15人

申込 8月7日(月)まで

※平日の午前8時30分〜
午後5時

問合せ ☎ 248・1686

仁礼コミュニティセンター

今年もやります!

第14回

仁礼の里・泥んこ

バレーボール大会

遊休農地を活用し地域の有
志ではじまった泥んこバレー
ボール大会も今年で14年目を
迎えます。中・高生も大歓迎
です。

スイカやゆでトウモロコシ
の振る舞いもあります。観覧

とき 8月23日(水)

午後1時30分〜
3時30分

ところ 井上地域公民館

演題 特殊詐欺被害に遭わ
ないために

講師 長野県くらし安全・
消費生活課

参加費 無料

問合せ ☎ 246・2488

井上地域公民館

夏の講演会

「詐欺の手口と
対処方法」を
体験して学ぼう

特殊詐欺の手口を再現し、
実際に電話機を使用して対応
方法の訓練を行います。また、
現在、頻繁に発生している現
状や手口、被害防止対策など
もお聞きします。

とき 8月20日(日)

小雨決行

受付 午前8時30分〜9時

定員 12チーム

参加料 4000円/1チーム

主催 仁礼の里・泥んこバレー
ボール実行委員会

問合せ ☎ 245・8118

体験

特殊詐欺の手口を再現し、
実際に電話機を使用して対応
方法の訓練を行います。また、
現在、頻繁に発生している現
状や手口、被害防止対策など
もお聞きします。

とき 8月23日(水)

午後1時30分〜
3時30分

ところ 井上地域公民館

演題 特殊詐欺被害に遭わ
ないために

講師 長野県くらし安全・
消費生活課

参加費 無料

問合せ ☎ 246・2488

南部地域公民館

学ぶ

オリンピックパラリンピック
ホストタウン事業
かんたん・
楽しい・身体によい
「イスハチ」

体力に自信がない人でもす
ぐに始めることができる「イ
スハチ（いすに座って行う太
極拳）」を一緒にやってみま
せんか。

とき 9月13日(水)
午前10時～11時30分

ところ 南部地域公民館
講堂（3階）

講師 山崎優子さん
（信州太極拳連盟 顧問）

定員 30人
参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物
申込 8月17日(木)から

※平日の午前8時30分～

問合せ 午後5時
☎ 245・0273



おでかけパソコン教室

講座名	とき	定員・参加費	申込	ところ・問合せ
①ワード&エクセル講座 ＜全5回＞	8月21日(月)～25日(金) 午前10時～正午	10人 500円/人	8月1日(火)～ ※平日の午前8時30分～午後5時	豊洲地域公民館 ☎ 246 - 3232
②スマホ&タブレット講座 ＜全3回＞	8月21日(月)～23日(水) 午後2時～4時	10人 500円/人	8月1日(火)～ ※平日の午前8時30分～午後5時	日滝地域公民館 ☎ 248 - 1686
③初級総合講座＜全5回＞ ※平日のみ	8月24日(木)～30日(水) 午後2時～4時	10人 500円/人	8月1日(火)～ ※平日の午前8時30分～午後5時	中央公民館 ☎ 245 - 1598
④パソコン相談室	8月31日(木) 午後2時～4時	なし 無料	不要	仁礼コミュニティセンター ☎ 245 - 8118
⑤パソコン相談室	9月1日(金) 午前10時～正午			高甫地域公民館 ☎ 248 - 1925
⑥パソコン相談室	9月1日(金) 午後2時～4時			
⑦ワード&エクセル講座 ＜全5回＞	9月4日(月)～8日(金) 午前10時～正午	10人 500円/人	8月1日(火)～ ※平日の午前8時30分～午後5時	日滝地域公民館 ☎ 248 - 1686
⑧スマホ&タブレット講座 ＜全3回＞	9月4日(月)～6日(水) 午後2時～4時	10人 500円/人	8月1日(火)～ ※平日の午前8時30分～午後5時	井上地域公民館 ☎ 246 - 2488

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。

①・④・⑤・⑥はパソコンの持込可

社会教育団体からのお知らせ

会員募集

GIVE (英会話)

グループ・オブ・インタープリター・
ボランティア・イン・イングランド・
英語を通じて世界と交流す
ることを目指し、いろいろな
国・地域の方を招いて自然や
文化を学びます。また、活動
に求められる実践的英会話能
力のスキルアップのために英
会話教室も開催しています。
会の活動に関心があり、英
語を積極的に話したい人、大
歓迎です。

とき 毎月第2・4土曜日
午後2時～4時

ところ 中央公民館

会費 2500円/月
問合せ ☎ 248・3111 (深海)

ボランティア募集

日本語教室

在住外国人の日本語学習サ
ポートを一緒にしてくださる
方を募集します。お気軽に見
学や体験にお越しください。

とき 毎月第1・2・3火曜日
午後7時30分～9時

ところ 中央公民館

問合せ ☎ 245・1598
(中央公民館)

備品を貸し出しています

中央公民館には、社会教育団体への貸し出し用備品があります。
ご活用ください。 問合せ 中央公民館 ☎ 245 - 1598

展示パネル	暗幕	スクリーン	DVDプレイヤー	展示幕	白布
プロジェクター	ポータブルアンプ	みどり幕	スポットライト	ビデオデッキ	

貸出DVD作品(この他にも作品がありますのでお問合せください)

作品名	上映時間	作品名	上映時間
泣いた赤おに (1話)	20分	ウォーキング with ダイナソー (2話)	58分
ちいちゃんのかげおくり (1話)	14分	ふしぎの国のアリス (1話)	75分
ミッキーマウス (8話)	60分	トムとジェリー (7話)	52分

すざか女性未来館だより

No.101

【各講座について】

- 申込受付開始は、午前8時30分です。
- 無料託児あります（事前の申し込みが必要です）。
- 筆記用具を持参してください。
- 男性の参加も歓迎します。

○参加費のお支払いは、おつりのないよう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。

講座・催し

チョークアートを やってみよう！

「オイルパステル」を使って黒板に絵を描くチョークアートは、手描きならではの温かみのある絵に仕上がります。挑戦してみませんか。

とき 9月4日(月)

午前9時30分～正午



▶お店の看板などで見かけたことはありませんか？

親子料理教室

学校がお休みの日、お父さんやお母さんと一緒に楽しく料理をしませんか。



とき

9月9日(土)
午前10時～午後1時

ところ すざか女性未来館
講習室（2階）

講師 小泉和喜子さん
参加費 1200円／人
（材料代）

支払期限 8月25日(金)

定員 12人

申込 8月23日(水)まで

問合せ ☎ 214・6041

ところ すざか女性未来館
料理実習室（2階）

内容 2種のロールサンド
他2品

講師 市食生活改善推進協
議会のみなさん

参加費 500円／人(材料代)

支払期限 8月31日(木)

持ち物 エプロン、三角巾、
食器用ふきん

定員 親子10組

対象 小学生とその保護者

申込 8月25日(金)まで

問合せ ☎ 214・6041

家庭料理講座

須坂市のご当地グルメ「みそすき井」をご家庭でも作ってみませんか。

とき 9月15日(金)

午前10時～午後1時

ところ すざか女性未来館
料理実習室（2階）

内容 みそすき井 他3品

講師 みそと伝統食のみなさん

参加費 600円／人(材料代)

支払期限 9月8日(金)

持ち物 エプロン、三角巾、
食器用ふきん

定員 16人

申込 8月14日(月)～

問合せ ☎ 214・6041

「なべ帽子」を使った 木工料理体験教室

「なべ帽子」は、時間のかかる煮込み料理も火にかける時間を短縮し、保温効果で美味しく仕上がります。

「なべ帽子」で美味しくエゴに調理してみましよう。

とき 9月20日(水)

午前10時～正午

ところ すざか女性未来館
料理実習室（2階）

内容 鶏肉のはちみつ煮
茶碗蒸し 他1品

講師 須坂友の会のみなさん

参加費 1000円／人
（材料代）

支払期限 9月13日(水)

持ち物 エプロン、三角巾、
食器用ふきん

定員 16人

申込 8月14日(月)～

問合せ ☎ 214・6041



10月に「なべ帽子」を実際に作る講座を開催します。

「マイなべ帽子」を作ってみませんか。

詳細は、すざか女性未来館だより9月号に掲載します。

おでかけパソコン教室

参加者
募集中！

- ①デジカメ写真整理術
- ②ムービーメーカー講座



すざか女性未来館だより7月号に掲載をした「おでかけパソコン教室」の定員に空きがあります。引き続き募集しておりますので、みなさんのお申し込みをお待ちしています。

- ①デジタルカメラに保存されている写真をパソコンに取り込んで仕分けをする「整理術」を学びます。
 - ②パソコンに保存した写真に、音楽をつけるなどの編集をしたスライドショーの作り方を学びます。
- ※①、②とも「パソコンの持ち込み可」になりました。

日時などの詳細はすざか女性未来館だより7月号をご覧ください。

問合せ ☎ 214・6041



須坂市民総合大学

伊能忠敬公の須坂測量と 生き方の魅力を 学びました

7月3日(月)、須坂市民総合大学第1回公開必修講座を開催し、50人が参加しました。

講師に、伊能忠敬研究者の市川三津夫さんを迎え、伊能忠敬公が1814年に須坂村を測量した際の道筋や村の対応などを学びました。



▲講師の市川三津夫さん

須坂測量の道筋と風景

伊能忠敬公が測量した緯度一度は、現代の計測値と比較しても、その誤差が100分の2という極めて正確な値でした。

須坂に來た経緯は、種子島

と屋久島の測量を目的とした第8次(※)測量隊が江戸へ帰る途中、善光寺街道を北上しながら飯山城下まで行き、その後、谷街道を通って須坂に立ち寄りました。

迎え入れた須坂村では、荷物の運搬や測量の手伝い、宿の提供など村をあげて協力したと考えられます。

※測量隊が江戸を出発して目的地の測量を終えて江戸に帰ってくる行程を1次測量調査と称し、第10次測量調査まで行いました。

伊能公の生き方の魅力

伊能忠敬公は町人だったため、その生き方は共感しやすく、現代を生きる私たちにとって「生きる勇氣」をもらえるものがあります。

「算術を学び世の役になることをしたい」という若い頃からの夢を実現するため、50歳の時に19歳年下の高橋至時(よしとき)に弟子入りし、天文暦学や観測実技の習得に没頭しました。

そして、人生50年といわれた時代に、55歳から71歳までの17年間、地球一周に近い4万キロメートルを歩き「日本地図を作るための全国測量」という大仕事を成し遂げました。



▲「何かを始めるに遅いということはない。勇氣を持って一歩踏み出すことが大事」との講師の言葉にうなづく参加者

参加者の感想

- ・50歳を過ぎて勉強し実行された熱意が素晴らしい。
- ・須坂市内の測量ルートを歩いてみたいと思った。

報告 まなびー号

やさしい須坂の歴史

本年度のまなびー号新企画「子どもたちに教えられる」やさしい須坂の歴史」講座を、6月17日(土)に開催し、市民や市内小学校の先生方など20人が参加しました。

さん、小林義則さんによる案内で勝善寺、寿泉院、大乘寺、太子堂、芝宮を巡りました。

織田信長と関わりのある寺 勝善寺(本上町)

織田信長は、敵対していた比叡山延暦寺を1年で攻め落としましたが、石山本願寺は10年もかかりました。その理由として、石山本願寺へ勝善寺や普願寺から兵糧米や金を送り続けたことにあります。その感謝状が勝善寺に残されています。



▲勝善寺本堂前にて

福島正則ゆかりの地 寿泉院(上町)

福島正則が行った広島城の改築が、武家諸法度にふれるものとして広島藩から高井野(現上高井郡高山村)へ改易になりました。高井野に陣屋ができるまでの間、2代目須坂藩主堀直升の紹介で寿泉院に仮陣屋を構えていました。

福島正則の子・忠勝の菩提寺 大乘寺(小河原町)

福島正則の子・忠勝は、22歳の若さで亡くなりました。生前、大乘寺の和尚に信仰と教えを学んでいたことから、この寺に葬られました。



▲大乘寺には福島氏ゆかりの遺品といわれる種子島銃などが残されている

受講者の感想

- ・学校の子どもたちを連れて見せてあげたいです。
- ・インストラクターのみなさんが、とても勉強されていました。

【訂正とお詫び】

広報すぎか4月号別紙の須坂市生涯学習まちづくり出前講座No.101「生活改善で健康づくり」の内容に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

講座の概要・サブテーマ
(2項目目)

(正) 脳や心臓の血管を守る
(誤) 脳や心臓の四管を守る



須坂市民総合大学

第2回公開必修講座の お知らせ

須坂とその周辺の 和算の歴史と魅力について

～和算で簡単にやさしい例題を
解いてみませんか～

和算は江戸時代の数学です。測量などの実務に携わる人だけでなく、多くの人々が算学を楽しんで学んでいました。須高には、師匠も数名おりました。算額は数学の問題を寺社に奉納したのですが、県下に74面、須高に3面現存しています。和算では数式をどのようにに表し、計算したのかを見ながら、簡単にやさしい問題を解いてみましょう。



▲塩川町公会堂にある和算が記された天井図

とき

8月20日(日)
午後1時30分
～3時30分

ところ

中央公民館
ホール(3階)

講師

北原勲さん
(長野県和算研究会
副会長)

対象

中学生以上

参加費

無料

申込・問合せ

生涯学習推進センター
214・6086

生涯学習須坂学舎だより (第10期生)

臥竜公園の植物観察 ～竜ヶ池周辺の植物～

須坂学舎の第4回学習会は、講師に自然観察インストラクターの堀米富平さんを迎え、臥竜公園竜ヶ池周辺の植物観察を行いました。

講座の概要

市立博物館前に栃の木がありますが、須坂市で一番太い栃の木は上八町から南の山の方にあります。



▲“卵の花の匂う垣根に…”で有名な卵木(ウツギ)。きれいな白い花を咲かせます

幹の周囲が7メートルあり、

長野県の中でも名木になります。ブナの木は、葉脈の先が丸みを帯びているのが特徴です。大概、葉脈の先はとがっていますが、ブナの木だけは丸いのです。

西洋タンポポは、ガク片が下を向いています。一方、日本タンポポはガク片が上を向いているので区別がつけます。矢竹は、戦国時代に弓の矢として用いました。筋が大きくなり、スツと伸びているので矢にちょうど良く、城下町にはたくさんありました。



▲弁天島にあるクヌギの木(右)のこぶが、隣のケヤキの木(左)に張り付いている珍しい光景

受講生の感想

竜ヶ池周辺には桜を中心に数多くの植物が植えられていることに驚きました。ソメイヨシノを主に、桜の種類も多く花見の時期が違うので長い間楽しめるように工夫されて

いること、環境を維持・保護するために多くの方々の努力があることを知り、大切にしていきたいと思いました。

南部地域公民館前のメタセコイヤの太木にも感動しました。小山町出身の原家にゆかりがあり、須坂市の繁栄を願って植えられたとのこと。公民館に行った際には説明書きを読むでもなく、ただ「高い木だなあ」と見上げていただけでした。堀米先生の豊富な知識と話題も楽しく、それぞれの木肌の違い、小さな草花の葉っぱの違いなど大変興味深く教えていただきありがとうございました。

(10期生 勝山信子)

生涯学習推進員が 取材しました

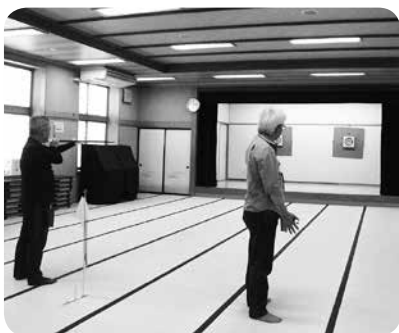
スポーツ吹矢

日野同好会

「スポーツ吹矢」は、腹式呼吸法を用いた健康法と、ルールを決めスポーツ性を持たせた吹矢を融合し、1998年に日本で生まれました。「誰でも」「どこでも」「いつでも」「健康に良い」がキャッチフレーズで、高い運動能力、腕力はいりません。円形の的

をめがけて息を使って矢を放ち、1回5本の矢を吹き点数を数えます。矢はプラスチックで出来ているので安全です。平成28年4月に同好会を立ち上げ、60歳～88歳の方が健康づくりに励んでいます。

「まずはやってみるといいよ!」と支部長さんにご指導いただき、思いがけず挑戦することになりました。礼に始まり礼に終わる、日本古来の武芸の雰囲気があります。背筋がしゃんとし、すがすがしい気持ちになりました。



▲呼吸を整え、的に向かう様子

毎週第2・第4水曜日の午後2時～4時と午後7時～9時、日野地域公民館別館大広間で行っています。まずは、お気軽に体験にお出かけください。

問合せ

日野地域公民館
2146・2274

(旭ヶ丘・日野分会 記)



図書館だより

▶ぶっくるー

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
Tel 2445・0784
Fax 2445・4313
休館日 7・14・21・25・28日・9月4日

6月
来館者数 4,046人
貸出冊数 12,124冊

行事のご案内

おはなしびっくり箱

「おはなしの会」をはじめとするボランティアのみなさんの楽しい発表会です。

とき 9月3日(日)

午前10時～

ところ 旧上高井郡役所2階

内容 ▼よみがたり▼人形劇▼パネルシアター▼大型紙芝居 など

対象 幼児・小学校低学年
※参加費無料、事前申し込み不要です。

信州岩波講座特別企画

第19回信州岩波講座にあわせてロビーに講演者の著書や関連する本を展示し、貸し出しをしています。どうぞご利用ください。

※信州岩波講座は各講座ともメセナホールで行われます。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

講演者と著書

■寺島実郎さん(日本総合研究所会長)：『シルバー・デモクラシー』『新・観光立国論』『時代を見つめる「目」』

■加藤典洋さん(文芸評論家)：『言葉の降る日』『さようなら、ゴジラたち』『敗戦後論』

■内田樹さん(神戸女学院大学名誉教授)：『困難な結婚』『困難な成熟』

■落合恵子さん(作家)：『三匹の犬と眠る夜』『てんつく怒髪』

■河邑厚徳さん(映画監督)：『藝大生の自画像』『エンデの遺言』

▼こわい話
▼手芸・料理
▼のりもの(鉄道・自動車)
▼外国語の絵本

【児童室】

夏休みの宿題や自由研究などの調べものに便利な本がたくさんそろっています。

▼百科事典・ずかん
▼生き物・草花・動物やこん虫の飼い方

▼地理・自由研究
▼工作

※じぶんの利用者カードをつくりましょう。

※本のさがし方がわからないときは、職員におたずねください。

児童コーナーが広くなり、新しいお部屋もできました。暑い夏、涼しい図書で楽しくすごしませんか。

小中学校のみなさん 夏休みは図書館で

【新設コーナー】
▼読書案内
▼昔話・全集・落語(昔話、落語の絵本もあります)

児童コーナーが広くなり、新しいお部屋もできました。暑い夏、涼しい図書で楽しくすごしませんか。



▲新児童室の様子

新刊案内

絵本

へんがおあそびうそみーるめがね
きやべつばたけのびよこり
パリのエマ

クレール・フロツサル

きむらゆういち
いわむらかずお
甲斐信枝

児童

釣りにいこうよ
3人のおひめさま
幻影の町から大脱出
きんたろうちゃん

講談社
間所ひさこ
三田村信行
齊藤洋

一般

人生を動かす仕事の楽しみ方
木工手道具の基礎と実践 道具の種類
やさしい歌舞伎
「男はつらいよ」を旅する
なんでも自分で包む本
バラ色の未来
じごくゆきつ
悪左府の女

新津春子
誠文堂新光社
朝日新聞出版
川本三郎
洋泉社
真山仁
桜庭一樹
伊東潤

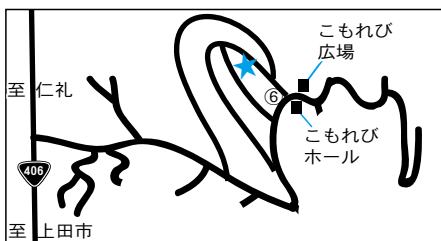
信州須坂どこでも図書館紹介①⑦



どこでも図書館

マジョカフェ 空とぶほうき「絵本やまのおうち」

こもれび広場で遊んだあとは、近くの絵本館に立ち寄りませんか？ちいさなおうちに主の魔女さん厳選の絵本2千冊が読み放題！隣のカフェでは摘みたてのハーブでいれたお茶や窯焼きピザも楽しめます。



開館日時 金・土・日曜日午前11時～午後5時
※どなたでも入館できます。冬期は休館
電話番号 0268-71-5553



須坂市立博物館 博物館だより

開館時間
休館日

午前9時～午後5時
7・14・21・28日・9月4日
Tel 245・0407
Fax 214・5548

入館料
高校生以上…100円
小中学生・市内在住70歳以上…無料

テーマ展

「古代須坂びとのくらし」

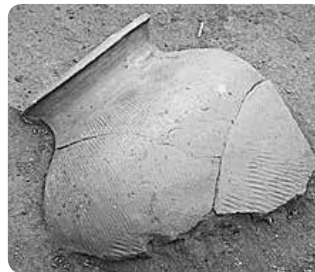
須坂園芸高等学校発掘速報」

8月27日(日)まで開催

「ギャラリートーク」

とき 8月11日(金)
午前11時～

内容 展示品に関して学芸員が解説します。



▲園芸高校から出土した土器



「臥竜山たんけん」2017 アサギマダラのマーキング

とき 9月3日(日)午前8時30分～午後1時

集合 博物館前

ところ 五味池破風高原

※安全確保のため、保護者同伴です。

参加費 50円(保険料)

持ち物 ▼虫取りあみ

▼帽子 ▼昼食 ▼水筒

対象 小学校3年生

以上

定員 15人(申込順)

申込期間 8月5日(土)

8月27日(日)



▲アサギマダラ

堀直虎没後150年記念事業 博物館特別展予告

須坂藩堀家14代

期間 9月9日(土)～11月19日(日)

須坂藩は、江戸期約250年間にわたり藩主の転封・改易なく、堀家14代の藩主によって治められました。

藩の成立から明治維新まで、須坂藩歴代藩主の関係資料を一堂にご紹介し、須坂藩堀家の歴史を見つめます。

この機会にぜひご覧ください。
※関連イベントは9月号でお知らせします。



▲須坂藩初代藩主堀直重肖像
(千葉県香取市宗勝寺蔵)



堅穴住居の体験入居のはなし

昭和51(1976)年に、須坂園芸高等学校社会科学クラブの生徒たちによって、須坂市立博物館裏に堅穴住居が復元され、「堅穴住居での暮らし体験」が行われました。

【体験入居にいたる動機と経過】 縄文時代の堅穴住居を模範に、直径3m、壁高50cm、深さ30cmの堅穴住居をつくりました。柱材や屋根材など生徒たちの手で集め、縄文時代人が使った打製石斧を使って作業し、堅穴住居を完成させました。

【冬の体験入居】 昭和51年1月24日～25日実施、前夜の大雪で20cmの積雪
(衣) 毛皮だけでどれほど寒さに耐え得るか試みました。最寒氷点下3度です。十分耐えられることがわかりました。
(食) 米と塩のない食べ物を調理して、縄文人の味覚を試みました。調理法は煮る、焼く、生食です。食材は肉や魚・いも類・野菜を煮ました。土器は炉の中へ置いたて煮ましたが、煮ることになんの問題もありませんでした。

(住) 堅穴住居の住み心地は、堅穴の深さや煙出しの方法、火棚の有無など単純な相違で住み心地は異なります。中でも炉は暖房・調理・照明などの多目的な役割をはたしています。
【夏の体験入居】 昭和51年7月10日～11日に夏の湿気に対する堅穴住居の住み心地を検証しました。昭和二十年代ころまでの農村の家(茅葺、いりり、土間)の暮らしと近似した臨場感が体験できました。(須坂市誌「原始・古代・中世」編コラムより)



▲建設中の堅穴住居



▲初雪の堅穴住居

信州須坂の台所 8

レシピ投稿検索サイト「クックパッド」に、須坂市公式キッチン「信州須坂の台所」を掲載しています。その中から、おすすめ料理を毎月ご紹介します。



【郷土食】おやき

調理時間
約90分

健康長寿レシピのマメ知識

8月のお盆には欠かせないおやき。ご先祖様がこの世とあの世の境にある重い石扉を破るためにおやきを作って供えるといういわれがあります。また、ご先祖様がこの世とあの世を行き来する道中の携帯食という意味もあるそうです。

【材料】(18個分)

- 小麦粉(中力粉)…500 g ■ぬるま湯…200～250cc
- 塩…小さじ1/2 ■サラダ油…大さじ1
- ベーキングパウダー…大さじ1 ■砂糖…大さじ1
- あん(切り干し大根、なすとみそ など)…適量

レシピの内容は、「クックパッド」須坂市公式キッチン「信州須坂の台所」(<http://cookpad.com/kitchen/14040295>)をご覧ください。右のQRコードからもアクセスできます。 ▲QRコード



一人分の成分

■エネルギー…150～170kcal ■塩分…0.7～1.0g

◆◆【作り方】◆◆

- ① 小麦粉やベーキングパウダー、砂糖、塩を合わせておく。
- ② ①にぬるま湯とサラダ油を粉がなじむように少しずつ入れていき、耳たぶぐらいのかたさになるまでよくこね、30分くらい寝かす。
- ③ 中身のあんは1個45gくらいに分割しておく。
- ④ 生地を18個に分け、平たく伸ばし中身のあんを入れ包む。
- ⑤ 蒸し器にふきを敷いて、おやきのつなぎ目を下にして置き、20分蒸す。

須坂市の公式SNSや便利なスマートフォンアプリをご活用ください！



市公式
ホームページ



市公式ブログ



市公式
ツイッター



市公式
フェイスブック



イベント情報
カレンダー
(須坂市公認サイト)



「マチイロ」 「マイ広報紙」
スマホやパソコンなどで
『広報すざか』を読めます

2017. 7. 1現在()内前月比
人口……………51, 256(+ 1)
男 ……………24, 796(+12)
女 ……………26, 460(-11)
世帯……………19, 741(+23)

広報

すざか

発行日 平成29年8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32円)

▼サマールランドへ取材に行きました。ここ数年の入場者数が伸びているそうです。幼稚園・保育園児や小学生の皆さんは無料入場券10枚を利用しましょう。私もサマールランドへ行き、少し黒く日焼けをしたと思います。(岡田)

▼「ふれジョブ」の取り組みを取材させていただきました(詳細は25ページ参照)。みなさんは「より多くの方にふれジョブを知ってもらいたい」という想いがあります。今回の記事で、その一助になればと願っています。(佐藤)

▼暑い日はわが家でもエアコンが欠かせません。しかし使いすぎは夏バテの原因になる他、電力消費が大きくなって環境にも良くありません。便利な反面、そういったことも考慮しながら使い方には気を付けたいと思います。(浦野)

よもやまばなし