令和２年12月１日（毎月１回１日発行）第898号

広報 須坂（すざか） 12

2020

特集　須坂市この１年

今年初の観光協会イベント
町中の路地裏を歩きました

須坂市 この1年

2020年も残りわずかとなりました。今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のためイベントなどが中止・縮小されました。

皆さんにとって、今年はどんな1年でしたか？須坂市の1年間の主な出来事を振り返ります。

②リュウが須坂市動物園の顔に。

③市内企業の協力で、皆さんに配布できました。

④緑地推進の活動模範として評価を受けました。

①666人が参加し厳粛に挙行されました。

1月

12日 ▼消防出初式①

18日 ▼成人式

19日 防災講演会を開催

須坂市長選挙

2月

2日 市内の小学校・中学校・特別支援学校が一斉臨時休業（～卒業式前日）

3月

22日 動物園代表動物選挙でアカカンガルーの「リュウ」が代表動物に決定②

4月

1日 ▼須坂市生涯学習センター（旧須坂市中央公民館）に改称し、同センター内に中央地域公民館を新設

▼運転免許自主返納高齢者支援事業

7日 長野県を含む7都道府県に対する緊急事態宣言、これを受け市内の小学校・中学校・特別支援学校が13日午後から臨時休校（～5月25日）、市の施設も11日から利用休止

14日 長野圏域、松本圏域に新型コロナウイルス感染症警戒宣言が長野県知事から発令

16日 全国に緊急事態宣言

27日 次亜塩素酸水の無料配布③

30日 令和元年東日本台風の被害を受けた千曲川河川敷内などの農地に堆積した土砂などの撤去完了

5月

4日 緊急事態宣言の延長（～5月31日）

11日 須高地域の医療を守ろう義援金の受付開始

14日 長野県を含む39県の緊急事態宣言を解除

16日 「森上小学校ＰＴＡ東横町支部および子ども会 東横町老人クラブ『東寿会』」が第31回全国「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞④

18日 特別定額給付金申請の受付開始（～8月17日）

⑧市政に尽力された22人、８団体を表彰しました。

⑨総合計画審議会の会長遠藤守信信州大学特別特任教授から第六次須坂市総合計画・前期基本計画の答申を受けました。

⑤令和元年東日本台風に対する救助などの活動をたたえられました。

⑥笠鉾巡行など一連の祇園祭が指定を受ける。

⑦７カ月ぶりにＮＨＫのど自慢が再開、18 組が出場。

11月

- 1日 ▼カピバラ温泉「華の湯」（～２０２１年４月25日）
- 3日 ▼須坂市表彰式⑧
- 3日 ▼復興花火（信州須坂・希望・絆の花火）
- 8日 第36回須坂市消防団音楽隊定期演奏会を無観客で実施
- 11日 ▼戦没者追悼式
- 11日 ▼第六次須坂市総合計画・前期基本計画の答申を受領⑨

10月

- 1日 ▼プレミアム付商品券利用（～２０２１年１月31日）
- 1日 ▼地域経済復興事業「街ぶらすざか」を実施
- 1日 ▼すざか乗り合いタクシーにＩＣカードを導入
- 1日 ▼インフルエンザ予防接種助成対象の拡大（～２０２１年１月31日）
- 3日 ＮＨＫのど自慢予選会がメセナホールで開催
- 4日 ＮＨＫのど自慢がメセナホールで公開生放送⑦
- 18日 歴史文化講座（講演会）「須田満親の生涯」を開催

９月

- 1日 須坂市消防団が令和２年防災功労者内閣総理大臣表彰を受賞⑤
- 5日 消防団救急用ボート取り扱いおよび操船訓練
- 28日 「須坂祇園祭」が長野県無形民俗文化財に指定⑥

８月

- 23日 須坂市総合防災訓練を規模縮小で実施

７月

- 22日 信州須坂健康スムージーフェス２０２０（～11月３日）

６月

- 31日 指定避難所の須坂温泉古城荘の耐震補強等工事完了

須坂駅前ビル「シルキー」の１階に複合機能施設を計画

須坂市は、須坂駅前ビル「シルキー」の１階に、子育て支援センターを含めた複合機能施設の計画を検討しています。令和４年４月からの稼働に向けて、現在準備を進めています。

問合せ　子ども課（☎０２６-２４８-９０２６）

シルキー1階の現状と提案

１９８６(昭和61)年に須坂駅前ビル「シルキー」が建築され、市の玄関口としてにぎわいをもたらしてきました。しかし、近年は店舗の撤退により、１階の大部分が閉鎖された状態が続き、にぎわい創出を求める声が各方面から多数寄せられていました。

一方で、子育て支援センターは、中央児童センターと併設しているため、「施設が狭い」「駐車場が少ない」「小学生が同じ空間で遊ぶので危ない」などの課題があり、利用者・議会・現場職員など関係各所から改善要望の声をいただいていました。

現在、シルキーに本社を有する株式会社Goolightから、産官共創事業として、いつでもだれでも気軽に立ち寄れる空間づくりの提案があり、市が要望する子育て支援センターなど複合機能施設を設置する構想が示されました。

この提案を検討した結果、市の課題を解決でき、さらにより良い子育て環境を提供できる提案であることから、シルキーの１階に子育て支援センターと就労支援施設を中心とした複合機能施設を開設することを検討しています。

なお、子育て支援センターの建物は、中央児童センターとしてそのまま残しますので、外遊びやプール遊びなどこれまでどおりご利用いただけます。

新しいコンセプトの施設を

現在計画中の複合機能施設は、新しいタイプの子育て支援を中心とした複合機能が入った施設を目指しています。

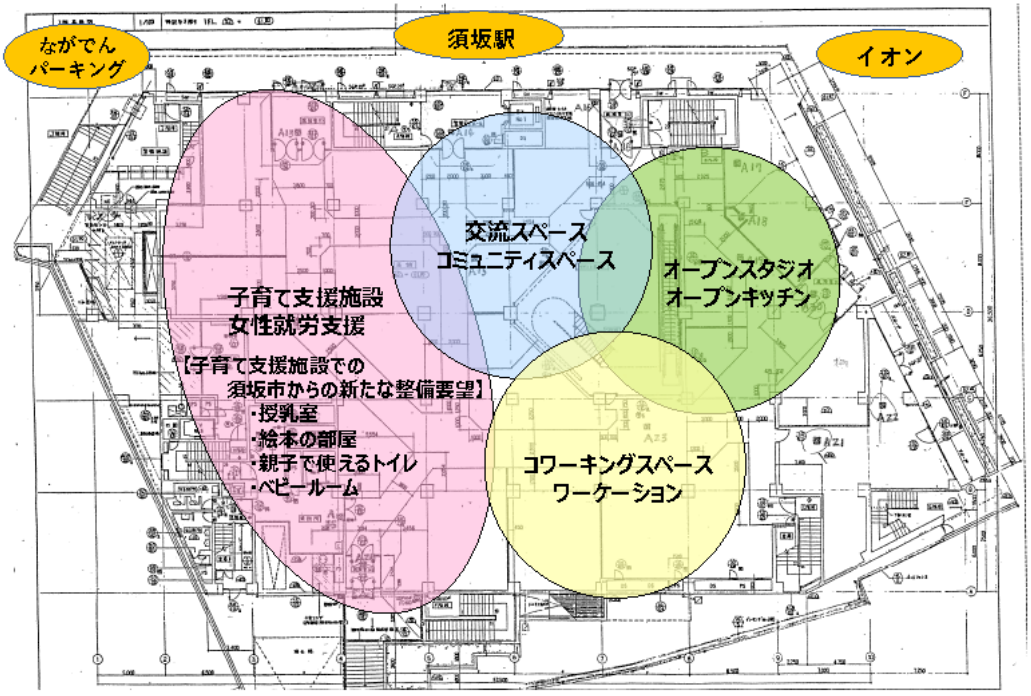
子育て支援として現在の子育て支援センターを移転し、さらに就労支援やワーケーション拠点、移住促進などにつながる機能を考えています。

また、市の玄関口として観光客が立ち寄れ、市民も集える場を目指します。

具体的には子育て支援センターのほか、コワーキングスペース、コミュニティスペース、オープンスタジオやオープンキッチンなどの複合機能施設を計画しています。

なお、現在詳細について検討中ですので、今後変更する可能性があります。

シルキー1階配置イメージ（1階全体面積1366.02㎡）



※右の「シルキー」の1階のイメージ図は、エリアを正確に表示するものではありません。また、計画は現在検討中であり、図のとおり完成するわけではありません。

「新型コロナウイルス感染症」・「季節性インフルエンザ」の対策をしましょう

県立信州医療センター　副院長　感染症センター長　山﨑善隆
同センター　感染制御部　感染管理認定看護師　目黒美紀

今年の冬は、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの流行期が重なることが想定されます。皆さんの備えが必要です。

新型コロナウイルス感染症

２０１９年12月に中国湖北省武漢にて発生した新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は急速に世界中に広がりました。

【各国の状況】

ＷＨＯの発表によると、２０２０年11月７日現在、世界の患者数は約４７９３万人、死亡者数は約１２２万人を数えています。

【日本国内の状況】

厚生労働省によると11月５日現在、日本国内での新型コロナウイルス感染症の感染者は10万３８３８例、その中で入院治療などを要する者は６８１５人です。

長野県の流行は、東京都など首都圏の影響を受けやすく、感染者が多発している地域との往来にあたっては、特に注意が必要です。

【感染を拡げないために】

政府の新型コロナウイルス感染症対策専門家会議によると、これまで集団感染が確認された場所に共通するのは、次の３つの条件（３つの密）が同時に重なった場所です。

①換気の悪い密閉空間
②多くの人が密集していた
③近距離（互いに手を伸ばしたら届く距離）で会話や発声が行われた

こうした場所で、より多くの人が感染したと考えられます。これら３つの条件が重なる場所や場面をできるだけ避ける行動をとりましょう。

【感染リスクが高まる５つの場面】

10月23日、新型コロナウイルス感染症対策分科会より感染リスクが高まる「５つの場面」が提言されました。（右図）

「場面１」
飲酒を伴う懇親会など

「場面２」
大人数や長時間におよぶ飲食

「場面３」
マスクなしでの会話

「場面４」
狭い空間での共同生活

「場面５」
居場所の切り替わり（仕事での休憩時間に入った時など）

【感染防止のために守るべきこと】

「全ての場面でこれからも引き続き守ってほしいこと」として次の項目が挙げられています。

▼基本はマスク着用や３密回避。室内では定期的に換気を行う
▼集まりは、少人数・短時間で行う
▼大声を出さず、会話はできるだけ静かに行う
▼共用施設の清掃・消毒、手洗い・アルコール消毒を徹底する

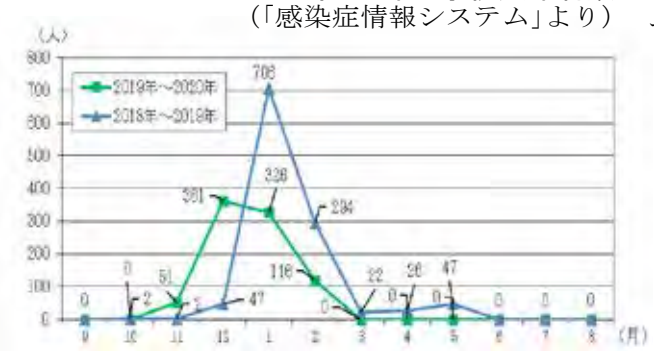
〈参考〉「日本感染症学会提言『今冬のインフルエンザとCOVID-19』に備えて」、「感染症予防接種ナビ」

季節性インフルエンザ

インフルエンザは例年、冬から春先にかけて流行します。38度以上の発熱、頭痛、関節痛などが主な症状で、潜伏期間は１日から２日で比較的急速に現れるのが特徴です。

今シーズンは、現在までは全国的に感染者が少ない状況です。

インフルエンザによる市内の園・学校欠席者数
（「感染症情報システム」より）



【感染を拡げないために】

インフルエンザも感染力の強いウイルスです。自分が感染しない、人にうつさないために、次のことを実践しましょう。

▼体の抵抗力を高めるため、十分な休養と栄養摂取を心がけましょう

▼具合が悪くなったら会社や学校などを早めに休みましょう。会社や学校などに無理をして行くことが、感染症の流行が始まる原因となります

▼医療機関を受診する際は直接来院は避け、事前に医療機関へ電話で相談しましょう。感染症の場合、待合室で待っている間に拡めてしまう可能性があります

▼日本臨床内科医会は「ワクチン接種は有効性が高い」としています。予防接種を検討しましょう

▼咳やくしゃみのしぶきは約1・5m先まで拡散するので、咳などが出るときはマスクをして、マスクがないときは鼻・口をティッシュや二の腕などで覆い、他の人に顔を向けないようにしましょう。咳やくしゃみを手で押さえてしまったら、すぐに手を洗うかアルコールで手指消毒をしましょう

▼インフルエンザに感染した方と接触した場合は、できるだけ早く予防内服（インフルエンザ薬を飲む）をしましょう。詳しくはかかりつけの病院・診療所などに相談してください

▼喉を守るため50～60％の湿度を保ちましょう

【こんなときは】

特に高齢者の方が、インフルエンザ薬を飲むと一般的に25時間前後で熱が下がりますが、2～3日熱が下がらず咳や痰が多くなった場合は、「肺炎」も疑い、早めに医療機関を受診しましょう。

〈参考〉「首相官邸ホームページ」、「厚生労働省インフルエンザ（総合ページ）インフルエンザQ＆A」、「インフルエンザ施設内感染予防の手引き 厚生労働省健康局結核感染症課日本医師会感染症危機管理対策室」

【須高地域の感染症情報】

最新情報を市ホームページ「須高地域感染症情報」でお知らせしていますので、活用してください。

※下記QRコードからもご覧いただけます。

発熱などの症状がある方の相談方法などが変わりました

県では、季節性インフルエンザの流行期に備え、発熱患者などがかかりつけ医など地域の医療機関に直接電話相談のうえ、診療・検査を受けられる体制を整えました。

【相談・受診のポイント】

①まずは、電話でかかりつけ医などに相談しましょう。

②かかりつけ医を持たない人、土・日曜日、祝日、夜間などは「受診・相談センター」へ電話で相談しましょう。

③電話で案内された医療機関に電話で相談してから、必ずマスクを着用の上、指示に従って受診しましょう。

最寄の受診・相談センターの連絡先

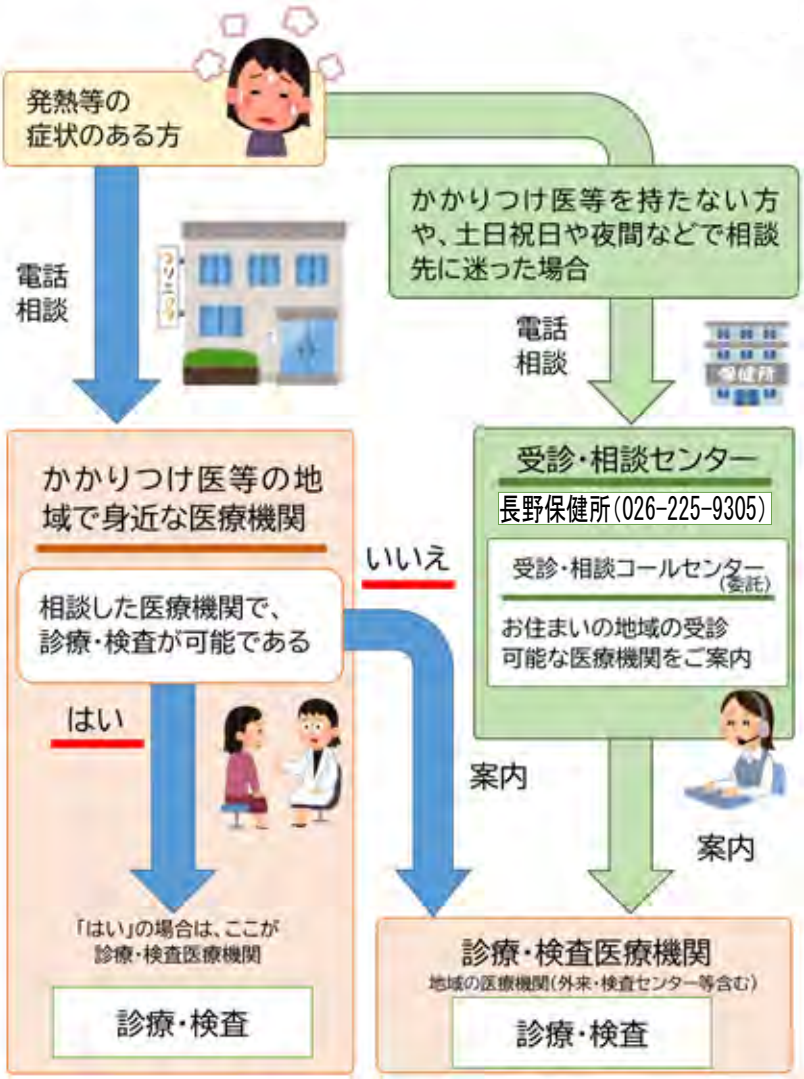
長野保健福祉事務所（長野保健所）（☎026-225-9305）（24時間対応）

※県では診療・検査医療機関を当面公表せず、地域の医療機関をはじめとした関係者間で情報を共有し、発熱患者などに、診療およびその他の対応が可能な医療機関を紹介できる体制を整えています。

※詳細は、左図の患者などの外来診療フロー図をご覧ください。

問合せ 長野保健所 健康づくり支援課（☎026-225-9039）

季節性インフルエンザ流行期における新たな相談・受診・検査の流れ（イメージ）



地域医療福祉ネットワークの窓

身近で相談しやすい「かかりつけ医」、「かかりつけ歯科医」、「かかりつけ薬局」を持ちましょう

【かかりつけ医とは】

日頃から患者の病歴や健康状態など生活背景を把握し、診療のほか患者やその家族の健康管理のアドバイスなども相談できる身近な医師のことです。

日頃の健康状態を把握しているかかりつけ医がいることで、医療面で早めの対応ができたり、自己判断による受診控えによる重症化などを防げます。

インフルエンザと新型コロナウイルスが同時に流行した場合など、自院も含めどこで診療や検査が受けられるか教えてもらえたり、専門的な検査や治療が必要になった場合にも、症状に適した専門医療機関を紹介してもらうことができます。

【かかりつけ歯科医とは】

定期的に歯科健診を受けるなど、歯の健康を守るために、いつでも気軽に相談できる歯科医師のことです。

在宅医療を受けていて歯医者へ行くのが難しい場合にも、かかりつけ歯科医に相談すると往診に応じてもらえたり、訪問診療を行っている歯科医を紹介してもらえます。

【かかりつけ薬局とは】

薬や健康のことなど患者のニーズに沿った相談に応じることのできる薬局のことです。

飲み残しの薬の確認や引き取り、重複している薬の有無、最適な組み合わせなどを教えてもらえたり、飲みにくい薬を液剤にすることや飲む回数を相談することができます。

外出が難しい高齢者などの自宅へ訪問して、薬の説明や飲み残しの薬の確認といった在宅医療のサポートをしてもらえます。

※かかりつけ薬局に行くときには、必ずお薬手帳を持参しましょう。薬剤師はこの手帳から、これまで処方された薬の記録などを確認します。もしも災害が起こり避難することになったらお薬手帳も忘れずに携帯しましょう。

（お薬手帳に関しては、広報須坂２０２０年７月号12ページに関連情報が載っていますので、ご覧ください。）

問合せ　地域医療福祉ネットワーク推進室（☎０２６-２４８-９１０１）

意見募集

第二期長野地域スクラムビジョン（案）への意見を募集します

問合せ　政策推進課（☎０２６-２４８-９０１７）

第二期長野地域連携中枢都市圏ビジョン（長野地域スクラムビジョン）を策定するにあたり、パブリックコメントを実施します。

ビジョン策定の趣旨

長野地域連携中枢都市圏の構成市町村（長野市、須坂市、千曲市、坂城町、小布施町、高山村、信濃町、小川村、飯綱町）が、さまざまな地域の課題に対し、合併によらずスクラムを組んで取り組み、圏域全体を活性化させることを目的に策定するものです。

意見募集など

【閲覧場所】

▼市役所情報コーナー（本庁舎２階政策推進課内）▼市ホームページ

【意見の提出方法】

市役所情報コーナーにある「意見・提案用紙」に記入の上、次のいずれかの方法で提出してください。（様式は市ホームページからもダウンロードできます）

▼持参…政策推進課へ（本庁舎２階）

▼郵送…〒３８２-８５１１須坂市役所宛て（住所不要）

▼ファクシミリ…０２６-２４６-０７５０　政策推進課宛て

▼電子メール…seisakusuishin@city.suzaka.nagano.jp

※電話や口頭によるご意見はお受けできません。

【募集期間】

12月18日㈮～２０２１年１月18日㈪

【意見の公表】

いただいたご意見に対する反映状況などは、市ホームページおよび計画の閲覧場所でお知らせします。（住所・氏名などの個人情報は公表しません）

※提出いただいたご意見などに個別の回答はしません。

お酒を飲み過ぎていませんか ～アルコールとの上手な付き合い方～

問合せ　保健センター（☎026-248-9023）

今年は新型コロナウイルス感染症の拡大で、私たちの生活に大きな影響が出ています。環境の変化や外出を控えてしまい不自由さを感じるなどのストレスや緊張を、お酒で紛らわせている方もいらっしゃると思います。

次の項目に心当たりのある方は、お酒との付き合い方を見直してみませんか。

▼自宅で過ごす時間が増え、お酒の量が増えた。
▼飲んでいる時間が長くなった。
▼記憶がなくなるまでお酒を飲むことが増えた。
▼アルコール度数の高いお酒を飲むようになった。
▼飲まないと眠れないことが増えた。

お酒の適正量

適量には個人差があります。同じ量を飲んでも、その日の体調によって酔い具合が異なります。一般的に1日に純アルコール量(※)20ｇが適量と言われています。女性や65歳以上の方、アルコール代謝能力の低い方などは、より少ない量が適量となります。

(※)純アルコール量は、お酒の量(㎖)×アルコール度数（5％の場合0・05）×アルコール比重(0.8)で計算されるアルコール量です。

■主なお酒の適量目安（純アルコール量20g）

ビール(アルコール度数５度)
中瓶１本(500㎖)

日本酒(アルコール度数15度)
１合(180㎖)

ワイン(アルコール度数14度)
ボトル1/4本(約180㎖)

焼酎(アルコール度数25度)
コップ半分(約100㎖)

お酒の上手な飲み方

空腹時に飲酒すると、急速にアルコールが吸収され、すぐに酔いが回ってしまいます。食事を取りながらお酒を飲むことで、飲み過ぎの予防につながります。自分に合ったペースで、適正量を飲むことが大切です。

また、毎日お酒を飲み続けると肝臓に負担がかかってしまいます。週に２日以上は休肝日を作るようにしましょう。

お酒がもたらす危険

飲み過ぎが続くと、高血圧や高尿酸血症といった身体の不調だけでなく、心の不調や社会的な問題を引き起こしてしまいます。

次の項目に当てはまることはありませんか。

▼適量で止めようと思っても、つい酔いつぶれるまで飲んでしまう。
▼今日はお酒を飲まないと決めていても、つい飲んでしまう。
▼二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守れなかったことがある。
▼嫌なことがあるとお酒で発散する。
▼お酒が切れた時に、汗が出たり、手が震えたり、イライラすることがある。

当てはまる項目がある場合、お酒の飲み方を自分でコントロールできない、「アルコール依存症」かもしれません。このような状態になると心身の健康を損なうばかりでなく、家庭や仕事、生活にさまざまな問題が起きてしまいます。

依存症は本人の意志の問題ではなく、病的な症状として捉えることが必要です。家族や周囲の人たちだけで何とかしようとするのではなく、精神科、心療内科に相談することが大切です。

お酒の飲み方で困っている、身近な人がアルコール依存症かもしれないなど、心配なことがありましたら、保健センターへご相談ください。

みんなが助け合い地域で暮らせる社会をつくりましょう

問合せ　福祉課（☎026-248-9003）

須坂市は「障がいのある人もない人も、全ての人が地域の中で孤立や孤独にならないよう、地域全体で見守り、寄り添い、支援することができるまち」を目指しています。そのためには、1人1人が障がいに対する理解を深め、お互いを尊重する姿勢が大切です。

障がい福祉に関する計画を更新します

市では障がい福祉に関する施策を計画的に推進するため、第四次須坂市障がい者等長期行動計画（市町村障がい者計画）・第5期須坂市障がい福祉計画・第1期須坂市障がい児福祉計画を策定しました。

これらの計画期間は本年度終了するため、新たな計画を策定する必要があります。

〈障がい者等長期行動計画〉

障がい者のための施策に関する基本的な事項を定める中長期的な計画です。

〈障がい福祉計画・障がい児福祉計画〉

福祉サービスや地域生活支援などの提供体制の確保に関する計画です。

【第6期障がい福祉計画・第2期障がい児福祉計画の基本指針】

▼施設入所者の地域生活への移行
▼精神障がい者にも対応した地域包括ケアシステムの構築
▼地域生活支援拠点の機能充実
▼福祉施設から一般就労への移行
▼障がい児支援の提供体制の整備
▼相談支援体制の充実・強化など

【今後の予定】

障がい福祉に関する有識者・事業者などを交えた須坂市障害福祉施策推進懇話会における意見交換などを行い、2021年4月からの新たな計画を作成します。計画期間は障がい福祉計画・障がい児福祉計画は3年間です。障がい者等長期行動計画は、計画期間も含めた見直しを行います。

誰もが安心して生活できる地域のために

障害者差別解消法が施行されています

障がいを理由とする差別の解消を推進することにより、障がいの有無によって分け隔てられることなく、ともに生きる社会を目指すための法律です。

【不当な差別的取り扱いの禁止】

障害者差別解消法では、障がい者であることを理由に「不当な差別的取り扱い」を禁止しています。

【合理的配慮の提供】

障がいのある方から支援の申し出があった場合、国や地方公共団体、事業者は負担が重すぎない範囲で対応することが求められています。

成年後見制度を活用しましょう

【成年後見制度とは】

認知症、知的障がい、精神障がいなどで判断能力が不十分な方の権利や財産を保護し、日常生活を法律的に支援する仕組みです。「法定後見制度」と「任意後見制度」があります。

【「法定後見制度」の仕組み】

家庭裁判所がご本人の判断能力の程度によって、「後見」、「保佐」、「補助」の3類型から支援者を選任します。

▼「後見」、「保佐」、「補助」の3類型

判断能力が欠けている方	成年後見人	ご本人の財産を管理し、ご本人に代わって契約を交わしたり取り消したりすることができます。
判断能力が著しく不十分な方	保佐人	重要な契約には保佐人の同意が必要になります。保佐人の同意を得ずに行った契約は取り消すことができます。
判断能力が不十分な方	補助人	家庭裁判所に申し立てをして定められた範囲内での契約の代理や取り消しを行います。

【「任意後見制度」の仕組み】

あらかじめ任意後見人をお願いできる方と話し合い、どんなことをお願いしたいかその内容を公正証書にしておきます。ご本人の判断能力が不

十分になってから、所定の契約行為などを任意後見人が行います。

【成年後見制度を利用するには】

本人や配偶者、４親等以内の親族が家庭裁判所に申し立てを行います。「法定後見制度」の申し立ては、該当する親族がいない、音信不通である場合は、市町村長が申し立てることができます。

【成年後見制度の利用促進に向けて】

市では、成年後見制度の利用を促進するため、相談対応や申し立て支援などを行う窓口として、成年後見支援センターを２０２１年度に開設する準備を進めています。設置場所や時期の詳細は、改めて広報須坂・市ホームページなどでお知らせします。

問合せ　福祉課
（☎０２６-２４８-９００３）
高齢者福祉課
（☎０２６-２４８-９０２０）

ヘルプカード・ヘルプマークを配布しています

【ヘルプカードとは】

障がいのある方が周囲に助けを求めるための手段の一つです。２０１６年３月に須高地域自立支援協議会で作成し、配布しています。

「手助けしてほしいこと」「わかってほしいこと」などをあらかじめカードに書いておき、日常的な場面でちょっとした手助けがほしい時や具合が悪くなった時などの緊急時、災害時などにカードを示すことで、周囲からの配慮や援助を受けやすくするものです。

配布場所
▼福祉課（窓口８番・本庁舎１階）
▼須高地域総合支援センター（須坂ショッピングセンター内）

▲ヘルプカード

【ヘルプマークとは】

外見からはわからなくても周囲の人に配慮を必要としていることをお知らせし、援助を得やすくするものです。

２０１２年に東京都が作成し、全国的な統一マークとして２０１８年７月から長野県でも導入しました。

配布場所
▼福祉課（窓口８番・本庁舎１階）
▼県立信州医療センター

▶ヘルプマーク

【ヘルプカード・ヘルプマークを見かけたら】

▼電車やバスでは席をお譲りください。
▼駅や商業施設などで、困っている様子を見かけたら声をかけるなどの配慮をお願いします。
▼災害時は、安全に避難するための支援をお願いします。

信州パーキング・パーミット制度の利用証を配布しています

【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利用していただくため、県が利用対象者に、県内共通の利用証を交付する制度です。

▼障がい者等用駐車場利用証

【利用対象者】

▼障がい者（身体・知的・精神・発達）▼難病患者▼高齢者▼妊産婦▼けがまたは病気などで歩行が困難な方

※障がいの程度により対象とならない場合があります。詳細は長野県公式ホームページ（下記ＱＲコードから接続できます）をご覧ください。

【利用できる駐車場】

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。

▲案内表示のある駐車区画の例

【申請方法】

▼**窓口での申請**（原則、即日交付）
持ち物　障がいなどの状況が分かる書類（身体障害者手帳、介護保険被保険者証など）
▼**郵送での申請**（後日、郵送交付）
申請書に必要事項を記入し、障がいなどの状況の分かる書類（身体障害者手帳など）のコピーと返信用切手（１４０円）を同封して、長野県地域福祉課へ郵送してください。

▼市の申請窓口

対象者	申請窓口	電話番号
障がい者など	福祉課	☎ 026-248-9003
高齢者	高齢者福祉課	☎ 026-248-9020
妊産婦	健康づくり課	☎ 026-248-9018

▼郵送申請先
〒380-8570（住所記載不要）
長野県地域福祉課　☎ 026-232-0053

皆さん１人１人のご理解とご協力をお願いします。

2021年度 会計年度任用職員募集

受付期間　12月１日㈫～2021年１月８日㈮

申込・問合せ　▼総務課（☎026-248-9000）▼学校教育課（☎026-248-9010）
▼子ども課（☎026-248-9026）
〒382-8511　須坂市役所（住所不要）

募集職種

【フルタイム会計年度任用職員（月額給料・1年以内の雇用）】
○保健師
○看護師
○主任介護支援専門員
○社会福祉士
○管理栄養士
○歯科衛生士
○学芸員
○動物飼育技術員
※勤務日を1カ月ごとにシフトで決定しています。
□調理技術員（保育園での業務）
※ローテーションにより土曜日勤務があります。

【パートタイム会計年度任用職員（月額報酬・1年以内の雇用）】
○一般事務
○徴収員
○現業（施設管理などの業務）
○栄養士
○介護支援専門員

【パートタイム会計年度任用職員（時間報酬・1年以内の雇用）】
○一般事務
○一般事務（料金徴収・各種検診受付時の業務）
○保健師
○看護師
○作業療法士
○歯科衛生士
○栄養士
○介護支援専門員
○現業（施設管理などの業務）
●教員補助員（小・中学校での教員補助業務）
□保育事務
□保育キーパー（保育園の施設管理、保育補助業務）
□調理技術員（保育園での業務）
※ローテーションにより土曜日勤務があります。

問合せ先
○は総務課へ
●は学校教育課へ
□は子ども課へ

必要な経験・資格・免許など（取得見込みを含む）

▼一般事務・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
▼主任介護支援専門員…主任介護支援専門員資格
▼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
▼歯科衛生士…歯科衛生士免許
▼動物飼育技術員…動物に関する学校で、動物飼育業務に係る専門教育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。普通自動車運転免許
▼栄養士…栄養士免許
▼介護支援専門員…介護支援専門員資格
▼作業療法士…作業療法士免許

共通事項

募集人員　各職種とも若干人
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）
申込方法　総務課にある試験申込書に必要事項を記入し、総務課に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（84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。電子メールでの受け付けは行いません。
申込期限　2021年1月8日㈮（郵送の場合、1月8日の消印有効）
面接試験　1月22日㈮～2月2日㈫を予定（職種で試験日が異なります。試験日時は申し込みされた方に連絡します）
※2020年度に須坂市で任用会計職員であった方および現在職員である方は、選考試験とします。
任　用　登録制です。4月から雇用とは限りません。（欠員に応じた雇用のため、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。

一般任期付職員（子ども家庭支援員）募集

4月1日から一定期間、子ども課で子ども家庭支援員として従事する職員を募集します。

募集人員　1人
受験資格　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（過去に免許を有していた者を含む）、保健師のいずれかの資格を有し、実務に携わった経験
任用期間　2021年4月1日～2024年3月31日
※採用された日から最長5年を超えない範囲内で任期を延長する場合があります。
受験手続　総務課にある試験申込書に記入し、持参または郵送で提出してください。
※市ホームページからもダウンロードできます。
申込期間　12月1日㈫～18日㈮（郵送の場合、18日の消印有効）
試験方法　▼書類選考▼面接試験（1月実施予定）
申込・問合せ　総務課（☎248-9000）
〒382-8511（住所不要）　須坂市役所

除雪

除雪作業に皆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、全ての道路を除雪することは困難です。

昨年度は凍結防止剤散布などの経費を含め、約3800万円を支出しました。

自宅の周りなどの除雪にご協力をお願いします

市や県は降雪時に市内道路の除雪を行いますが、市内全ての道路を同時に完全に行うことができません。皆さんの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　など

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に支障が出ますので、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、水があふれて水害の原因になります。下流域の皆さんの迷惑にもなりますので、やめてください。

※除雪作業に支障が出ますので、道路へ駐車したり、障害物を置いたりしないでください。

落雪にご注意ください

屋根に大量の雪が積もると大変危険です。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、危険防止に努めましょう。

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

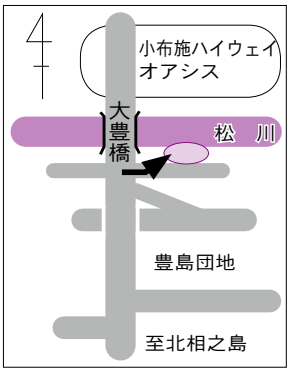
●排雪場所

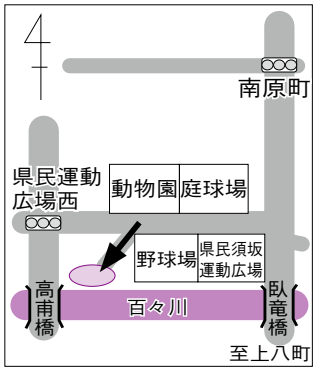
たまった雪は、市が指定している2カ所の排雪場所に捨ててください。（図の◯の場所）

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





消防

消火栓器具箱・消防器具を更新・整備しました

問合せ　消防本部警防課（☎026-245-4900）

市町村振興宝くじの収益金を財源とする（公財）長野県市町村振興協会の地域活動助成事業を活用して、消火栓器具箱一式（写真①、②）を相森町、井上町、西町、福島町、望岳台の自治会5カ所に設置しました。

▲写真①

▲写真②

また同事業を活用して、市消防団第6分団1部（高梨町）に、小型動力ポンプ（写真③、④）、消防ホースなどの消防資機材一式を更新整備しました。

▲写真③

▲写真④

峰の原高原スキー場が新名称でオープンします

問合せ　商業観光課（☎026-248-9005）

峰の原高原スキー場は、運営事業者が変わり、「REWILD NINJA SNOW HIGHLAND」（リワイルド　ニンジャ　スノーハイランド）と名称を変え、新たにオープンします。市内唯一のスキー場であり、観光だけでなく、地域振興にとっても重要な施設であることから、市としても支援を行っています。

スキー場の基本情報

スキー場の新たなコンセプト
「NINJAでアソブ！雪山エンターテイメント！」

施設名
REWILD NINJA SNOW HIGHLAND（リワイルド　ニンジャ　スノーハイランド）

プレオープン　12月5日(土)～

グランドオープン（アクティビティおよびショースタート）
12月19日(土)～

営業日　原則、金・土・日曜日および祝日、年末年始は営業します。（詳しくはホームページに掲載の営業日カレンダーをご確認ください）

営業時間　午前8時30分～午後4時30分（12月25日、2021年1月1・8日、2月12日以外の金曜日は正午～午後4時30分）

問合せ
株式会社信光オールウェイズ
☎0268-71-0464

※感染症対策のため、施設運営に関わる感染症予防に十分配慮しています。
※その他の詳細はホームページ（下記のQRコードからアクセスできます）でご確認ください。

アクティビティなどの紹介

「ゲレンデ＝滑る」に留まらない多彩なアクティビティが体験できます。

また、地元の新鮮食材とNINJAをモチーフにしたおいしいフードを提供します。

アクティビティの一部を紹介します。

【大人向けのアクティビティ】
▼心臓バクバク！雪山めがけて横っ飛び、日本初「バギージャンプ」
▼絶景！日本アルプスに向かってこぎだす、日本最長級の「パノラマロングブランコ」
▼高さ6m級の「アイスクライミング」　など

【キッズ向けのアクティビティ…NINJAチャレンジ】
▼シュリスビー～手裏剣フリスビーで的を撃て！～…的を目掛けて、手裏剣（フライングディスク）を投げ入れろ！
対象年齢…5歳以上
▼NINJAボーリング～10人のNINJAを跳ね飛ばせ！～…斜面から専用のソリにのり、エアーボーリングピンを弾き飛ばして、ストライクを狙え！
対象年齢…5歳以上　など

その他スキー場内に直径16mの巨大かまくら型ドームを設置し、光と音の空間を創造します。夜は場内に演出したオーロラに包まれながらカフェタイムを過ごすこともできます。

スタンプラリーも開催しますので、ぜひご参加ください。

キッズフリー情報

峰の原高原旅館組合加盟のペンションなどに、宿泊いただいた中学生以下の方を対象に、リフト券をサービスします。ファミリーも大満足なキッズフリーをご利用ください。

問合せ　峰の原高原旅館組合
☎070-4494-2801

リフト券の引換券と割引券を配布します

対象者　市内在住の小・中学生などとその保護者

割引対象　1日リフト券

割引額　▼小・中学生…全額
▼保護者…1500円

配布予定　12月中旬に市内の小・中学校などから配布します。
※市外に通学する小・中学生などには、自宅に郵送します。

利用期間　12月中旬から2021年3月28日(日)
※利用上限枚数（大人と子ども合わせて約1200枚）に達した場合は、期間内でも利用を締め切ります。

利用方法　リフト券売り場へ引換券、割引券を提出してください。

問合せ　文化スポーツ課
☎026-248-2020

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(月)～2021年１月４日(月)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(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	１日(金)	２日(土)	３日(日)	４日(月)
市役所（水道業務含む）	○	×	×	×	×	×	×	○
松川苑（火葬場）	○	○	○	○	×	○	○	○
ごみの収集	○	○	×	△	×	×	×	○
ながの環境エネルギーセンター	○	○	○	×	×	×	×	○
清掃センター	○	×	△	×	×	×	×	○
し尿の収集	×	×	×	×	×	×	×	○
すざか市民バス	○	○	△	△	△	△	△	○
すざか乗合タクシー	○	×	×	×	×	×	×	○
湯っ蔵んど	○	○	○	△	○	○	○	○
須坂温泉古城荘	○	○	○	○	○	○	○	○

市役所

【死亡届と婚姻届の受け付け】
▼死亡届の受け付けや埋葬・火葬許可証の発行は毎日行います。平日の夜間や休日、12月29日(火)～1月3日(日)は、宿直の窓口（市役所本庁舎西側）にお越しください。
▼婚姻届を平日の夜間や休日、12月29日(火)～1月3日(日)に提出する場合は、必ず提出希望日前の開庁時間内に市民課で書類の事前審査を受けてください。
※開庁時間は午前8時30分～午後5時15分です。
問合せ　▼市民課（☎248-9002）▼市役所代表電話番号（☎245-1400）

【漏水、水道管凍結などの場合】
市指定給水装置工事事業者へ連絡して、修理を依頼してください。
問合せ　塩野浄水場（☎245-1402）

松川苑（火葬場）

1月1日(金)のみ休業します。
問合せ　松川苑（☎245-2268）

ごみ関係

【ごみの収集】
詳細はごみカレンダーをご覧ください。

【ながの環境エネルギーセンター（可燃ごみ）】
受け入れ時間は午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分です。

【須坂市清掃センター（不燃ごみ）】
12月30日(水)午前8時40分～正午のみ受け入れます。

【エコサポートすざか（資源物など）】
年内は12月20日(日)で終了し、年明けは1月16日(土)から通常営業します。
問合せ　生活環境課（☎248-9019）

し尿の収集

年内は12月26日(土)の午前中まで収集します。12月19日(土)の午前中までに申し込んでください。
申込・問合せ　環境クリエイション（☎245-9400）

すざか市民バス

▼仙仁線…運休なし
▼その他の路線…12月30日(水)～1月3日(日)は運休
※米子線は1月1日(金)は運行。
▼長電バス…便によって運休あり（詳細は長電バスホームページをご覧ください。）
問合せ　▼長電バス（☎296-3208）▼市民課（☎248-9002）

すざか乗合タクシー

12月29日(火)～1月3日(日)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
※受付時間は午前9時～午後8時（正午～午後1時を除く）
申込　すざか乗合タクシー予約センター（☎／FAX248-0777）
問合せ　市民課（☎248-9002）

湯っ蔵んど

12月31日(木)のみ午後6時に閉館（最終入館時間は午後5時）します。
営業時間　午前10時～午後10時
問合せ　湯っ蔵んど（☎248-6868）

須坂温泉古城荘

年末年始は休まず営業します。
営業時間　午前10時～午後8時
問合せ　須坂温泉古城荘（☎245-1460）

須坂図書館からのお知らせ

年末年始の返却は開館日にお願いします

問合せ　市立須坂図書館
（☎026-245-0784FAX026-245-4313）
開館時間　火～金曜日
午前９時～午後７時
土・日・祝日
午前９時～午後５時
図書館のホームページは、右のＱＲコードからアクセスできます

こどもクリスマス会

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

とき　12月19日(土)
午前10時30分～11時30分
ところ　旧上高井郡役所２階多目的ホール１
内容　絵本の読み聞かせやペープサートなど
参加費　無料
対象　乳幼児～小学校低学年程度の子どもとその保護者
定員　40人(事前申込不要)
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用や健康チェック表の記入などにご協力をお願いします。

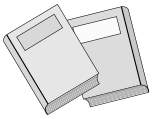
年末年始休館のお知らせ

12月28日(月)～1月4日(月)は休館します。

書籍・雑誌は12月15日(火)～27日(日)、ＣＤ・ＤＶＤは12月22日(火)～27日(日)の間に借りると、返却は休館明けになり、通常より長く借りられます。

今年度から年末年始休館中は返却できません

年末年始休館中、本の返却はできません。お正月はゆっくり読書をお楽しみいただき、1月5日(火)以降に返却してください。

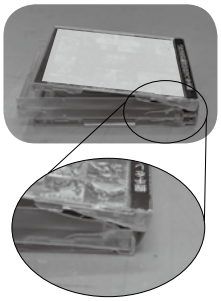


「CD」「DVD」「紙芝居」は、図書返却口や返却ポストに入れないでください

「ＣＤ」「ＤＶＤ」「紙芝居」は大変壊れやすく、返却口やポストに返却すると破損する場合がありますので、必ず開館日にカウンターでお返しください。

ご理解、ご協力をお願いします。

▲返却ポスト内の様子


▲衝撃で割れたＣＤケース

須坂市プレミアム付商品券販売方法についてお詫び申し上げます

10月1日から募集を開始しましたプレミアム付商品券事業につきましては、発行総数7万2千冊に対して、約17万冊の応募がございました。

コロナ禍で苦しむ市内店舗の経済支援のため、多くのご応募をいただき感謝申し上げます。

購入者の決定は、10月1日に受付しました約3万7千冊を先着分で決定し、残数の約3万5千冊につきまして、予定数を超えた日の10月2日受付分から、15日までの受付分のはがきに対して抽選により決定させていただきました。

今回の事業は、過去に須坂市で実施した経済支援のためのプレミアム付商品券事業の販売状況や他市町村の方法なども参考にして実施いたしましたが、想定以上のご応募をいただき、大勢の市民の方が購入できなかったことは、見通しの難しかった面がございます。

しかしながら、不公平と感じたなどというご意見もいただいており、広報や販売方法について多々反省すべき点がございましたことについて、お詫び申し上げます。

いただきましたご意見につきましては、今後様々な事業を実施するにあたり、しっかりと活かしてまいります。

なお、引き換えされなかった商品券につきましては、10月2日から15日までの受付分で当選されなかった方を対象に再抽選を行いました。

当選された方へは、本事業の委託先である須坂商工会議所から直接購入方法などについてご連絡申し上げます。

須坂市長　三木正夫

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～

すざかスイーツスタンプラリー

娘とスイーツスタンプラリーに参加しました。初めて行くお店にワクワクしています。娘も気に入ったお菓子を見つけて喜んでいます。

コロナで外出が難しい中、このような企画は本当にうれしいです。ありがとうございました。

（保谷さん　36歳）

●すざかスイーツスタンプラリーの詳細は24ページに掲載しています。皆さんも自分好みのスイーツ探しをしてみてください。

私の朝は早い

私の朝は「明けの明星、冬の星座オリオン座がきれいでよし、出発。」

背筋を伸ばして今日も仕事に励もう。

（ペンネーム　霜月～師走さん　66歳）

●まだ寝静まっている時間に出発されるのですね。冬の星空はきれいですが、寒さが身にしみますね。これからも体に気をつけて頑張ってください。

わが子

もうすぐ2歳になるわが子。今まではジジとババを見てもなかなか懐かなかったけど、最近は慣れてきた様子。

あっという間に育っていくわが子に驚かされる毎日です。

（ペンネーム　気付いたらさん　33歳）

●子どもの成長は早いもので、あっという間に育っていきますね。おじいちゃんやおばあちゃんも、お子さんに会うのが楽しみだと思いますよ。

蔵のまち菊花展

毎年楽しみにしている信州須坂大菊花展がコロナで中止になりました。

残念な思いでいましたが、銀座通りで「蔵のまち菊花展」が行われ、色とりどりの菊の美しさにうっとりしながら楽しませてもらいました。

（ペンネーム　さざんか花さん　83歳）

●銀座通りの雰囲気に、菊の花はよく映えますね。コロナ禍でイベント中止になっていますが、違った形のイベントが開催されてうれしいですね。

特殊詐欺

ある日突然電話がかかってきました。妻が電話に出て、何かお金が安くなるという内容の話でした。

妻に通話を止めるように諭し、かかってきた電話番号を私は警察に伝えました。

知らない人からのお金の話は特殊詐欺だと思っています。皆さんも気を付けてください。

（中村さん　83歳）

●中村さんのようにおかしいと気づくことが大事です。警察に連絡するところも迅速な対応ですね。特殊詐欺は巧妙な手口です。

感謝

11月3日の花火は素晴らしかったです。思っていたよりも多く上がり、被災された方も勇気をもらえたと思います。

私は気持ちが非常に沈んでいましたが、この素晴らしい花火を見て、とても感動しました。花火が上がっているときは、疫病退散、被災された方が元気になりますように願いました。こんな素晴らしい花火をあげてくださった方に感謝です。

（ペンネーム　たまちゃんさん　49歳）

●この花火は、コロナ禍の中でとても素晴らしい企画だったと思います。見る人に多くの勇気や希望を与えてくださいました。本当に感謝です。

慣れてきたかな？

須坂に転入して、あっという間に1年が過ぎてしまいました。やっと環境などに慣れてきたかなと思います。

（山岸さん　46歳）

●1年間暮らすことで、町の様子なども分かってきますよね。須坂の住み心地はいかがですか。

※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

㈱古城荘提供
②須坂温泉入浴券（ペア）……5人

株式会社信光オールウェイズ提供
③峰の原高原スキー場リフト一日券…5人

※スキー場の情報は14ページをご覧ください。

市民リレーインタビューは今月号で何番ですか？

No.○

ヒント…35ページ

●応募方法

クイズの答えと、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**、左上のあて先へ郵送・FAX・Eメールでご応募ください。

※いただいたご意見は紙面で紹介します。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16日㈬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

メモ

木	金	土
3	4 健 ３カ月児健康診査(P26)	5 イ「リワイルド ニンジャスノー ハイランド」プレオープン(P14)
10 健 ２歳児健康相談(P26)	11 イ 認知症家族のつどい(P24)	12
17 講 高齢者健康教室公開講座(P25)	18 健 １歳６カ月児健康診査(P26)	19 イ 図書館「こどもクリスマス会」(P16) イ「リワイルド ニンジャスノー ハイランド」グランドオープン(P14) イ 動物園「メリークリスマZOO」(～20日)(P34)
24 講 もぐもぐ離乳食講座(P26)	25 税金などの納期限 ※詳細は上段をご覧ください。	26 相 年末困りごと電話相談会(P23)
31 診 信州医療センター	1 診 信州医療センター イ 動物園「動物園でハッピーニューイヤー」(～３日)(P34)	2 診 信州医療センター

市外局番…(026)

■子ども課相談室☎248-9026
（子育て相談、家庭生活など）
と　き　月～金曜日※　8:30～17:15
ところ　子ども課(東庁舎１階)

■教育相談室☎248-0001
と　き　月～金曜日※　8:30～17:15
ところ　学校教育課(東庁舎１階)

■空き家バンク活用相談☎248-9017
と　き　月～金曜日※　9:00～17:00
ところ・問合せ　政策推進課
(本庁舎２階、要予約)

■日本政策金融公庫相談会☎245-0031
ところ・問合せ　須坂商工会議所

■年金相談☎244-4100(代表)
と　き　月～金曜日※、第２土曜日
ところ・問合せ　長野北年金事務所
(長野市、要予約)

■結婚相談☎214-2994
と　き　６日(日)、20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　須坂市生涯学習センター
(旧須坂市中央公民館)
問合せ　まいさぽ須坂(要予約)

■よろずなんでも相談☎245-0909
と　き　11日(金)　10:00～15:00
ところ　シルキーホール
(須坂駅前ビルシルキー３階)
問合せ　人権同和政策課(要予約)

■不動産無料相談☎228-2130
と　き　15日(火)　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

■シルバー人材センター入会説明☎246-2003
と　き　16日(水)　13:30～
ところ　シルバー人材センター

■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
(本庁舎２階)

※12月29日(火)～１月１日(金)を除く

2020年

12月

診…休日緊急診療室
健…各種健康診査など
講…各種講座・教室
イ…イベント情報など
パ…おでかけパソコン相談室
相…各種相談など

税金などの納期限

納期限・口座振替日
12月25日(金)

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

日	月	火	水
		1 講 かみかみ離乳食講座（P26） パ 仁礼コミュニティセンター（10:00～）	2
6 診 信州医療センター	7	8	9
13 診 信州医療センター	14 イ ハッピーエンド講演会（P29） イ 旧小田切家「小田切家のくらし『衣』」（～２月９日）（P24）	15 健 １歳児健康相談（P26） イ 動物園「動物たちに年賀状を送ろう」（～１月15日）（P34） 講 人権問題学習会（P24）	16
『須坂市家庭の日』 20 診 信州医療センター イ 動物園「干支の引き継ぎ式」（P34）	21 イ 明るい選挙啓発ポスター展（～１月22日）（P23）	22 健 ３歳児健康診査（P26） イ 動物園「冬至イベント」（P34）	23
27 診 信州医療センター	28	29	30 診 信州医療センター
3 診 信州医療センター	4	5	

◎須高地域の医療を守ろう義援金を受け付けています。問合せ　総務課（☎248-9000）

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1日を除く）

お知らせ

●結婚新生活支援事業補助金

対象　次の要件をすべて満たす世帯
▼2020年1月1日～2021年3月15日までに婚姻▼婚姻日における夫婦の年齢が34歳以下▼夫婦の合計所得が340万円未満（貸与型奨学金を返済している場合は、年間返済額を所得から差し引きます。申請時に無職の方は所得なしで算出）▼夫婦ともに須坂市に住所がある▼対象の住居が須坂市にある
※このほかにも要件があります。
対象費用　①新居の購入費②新居の家賃（敷金や礼金、共益費も含む）③引越業者や運送業者に支払った引越費用
※費用の対象は2020年1月1日～2021年3月15日
補助額　①～③の合算額（上限30万円）
※予算がなくなり次第終了になります。
申込・問合せ　政策推進課（☎248-9017）

●年末特別警戒と交通安全運動12月15日㈫～31日㈭

《年末特別警戒》　年の暮れ　みんなでつくろう　安心の街

【特殊詐欺被害に注意】
▼犯人と話さないためにも常に留守番電話に設定し、非通知やメッセージを残さない電話には出ないと決めましょう。
▼警察官や役所・金融機関職員が訪問してキャッシュカードを預かることは**絶対に**ありません。キャッシュカードや通帳を要求されても、**絶対に**渡さないでください。
▼他人にキャッシュカードの暗証番号を**絶対に**教えないでください。

【不審な人や車を見かけたら】
▼見かけない人や車など、不審に思った時は、警察に通報しましょう。

【空き巣や車上ねらいに注意】
▼ちょっとした外出でも、家の戸締りをしましょう。
▼バッグや財布など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鍵をかけましょう。

【万引きの防止】
▼万引きは犯罪です。「しない」「させない」環境づくり。

《交通安全運動》　思いやり　乗せて信濃路　咲く笑顔

【夕暮れ時・夜間の事故とスリップ事故の防止】
▼自転車や車などのライトは早めに点灯しましょう。
▼車のライトはこまめに上下切り替えを行い、歩行者を早めに発見しましょう。
▼自転車に乗る人や歩行者は、反射材などを使って自分の存在をアピールしましょう。
▼車に乗ったら、全ての座席でシートベルトを着用しましょう。大切な子どもを守るためにチャイルドシートは正しく使用をしましょう。
▼道路が凍結する季節です。冬用タイヤなどへの早めの履き替えをしましょう。
▼路面が積雪・凍結している場所や日陰、橋の上、トンネルなど凍結の恐れのある場所では、あらかじめ速度を落とすとともに、車間距離を十分にとりましょう。

【自転車の安全利用と横断歩道の安全確保】
▼保険に加入し、自転車に乗る時は、通行ルールを守りましょう。
▼命を守るためにヘルメットを着用しましょう。

【高齢運転者の交通事故防止】
▼高齢に伴って、身体機能が低下します。丁寧な安全確認とブレーキやアクセルの確実な操作を心掛けましょう。
▼運転に不安を感じたら、家族や警察に相談しましょう。

【飲酒運転・あおり運転の防止】
▼飲酒運転を根絶しましょう。
▼あおり運転は重大な交通事故につながります。絶対にやめましょう。

問合せ　市民課（☎248-9002）

●消防団歳末特別警戒

須坂市消防団では、歳末の火災や事故の防止、災害の早期発見のため、半鐘や拍子木を鳴らして巡回するなど特別

広告欄
法律事務所 MAIMEN
☎026-285-0941
弁護士法23条により、弁護士にはご相談者様の秘密を守る義務がありますので、安心してご相談ください。
離婚/相続/交通事故/企業法務
債務整理/自己破産/DV/成年後見/消費者契約/不動産関係/労働問題/外国人問題/会社設立/事業承継/刑事事件/少年事件など
長野県弁護士会所属　弁護士 藤原 寛史（ふじわら ひろふみ）　弁護士 北村 純子（きたむら じゅんこ）
〒382-0047 長野県須坂市大字幸高222番地2
E-mail : mail@maimen.jp　HP : http://maimen.jp
広告の問い合わせはアド・コマーシャル㈱へ（☎291-5070）

警戒を行います。
皆さんのご理解とご協力をお願いします。
期　間　12月26日(土)～30日(水)
問合せ　消防本部総務課
(☎245-4100)

●固定資産税のお知らせ

【2020年中に家屋を新築・増築・取り壊した方】
家屋の固定資産税は、毎年1月1日の所有者に課税されます。家屋（住宅以外の車庫や物置なども家屋の対象となる場合があります）を新築または増築をした方で、税務課の家屋調査を受けていない場合は、ご連絡ください。
また、家屋を取り壊した場合は、必ず税務課に届け出をしてください。

【2020年中に土地や家屋の所有者が死亡した場合】
死亡した方が須坂市の土地や家屋の所有者の場合、税務課で相続人代表者指定などの手続きをする必要があります。まだ手続きが済んでいない相続人の方は、ご連絡ください。

【償却資産の申告は2021年2月1日まで】
償却資産とは、工場・事務所・商店などを経営している方、駐車場・アパートなどを貸し付けている方や農業をしている方が、事業のために用いている構築物・工具や備品などの資産です。償却資産は土地や家屋と同様に固定資産税として課税されます。
対　象　2021年1月1日現在、市内に所在する償却資産を所有する方
申告期間　2021年1月4日(月)～2月1日(月)
※新型コロナウイルスに関する事業用資産の軽減申告も同期間で受け付けています。詳細はお問い合わせください。
申告・問合せ　税務課
(☎248-9001)

●ホームタンクからの流出防止

ホームタンクからの流出事故のほとんどは、ホームタンクからポリ容器に灯油を小分け中に、その場を離れてしまうことが原因です。
次の点に注意し、流出事故を未然に防止しましょう。
▼ホームタンクの固定状況を確認しましょう。
▼配管などに腐食や亀裂がないか確認しましょう。
▼定期的にホームタンクの残量を確認しましょう。
▼ポリ容器に小分け中は、絶対にその場を離れず、目を離さないようにしましょう。
▼ポリ容器に小分けした後は、バルブを完全に閉めましょう。
▼万が一に備え、防油堤を設けましょう。
問合せ　消防本部予防課
(☎245-4200)

●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▼振込先がわかるもの（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『国保ガイド』の15ページから20ページをご覧ください。
申請・問合せ　健康づくり課
(☎248-9018)

●お正月Uターン移住相談会

須坂市にUターン移住をしたい方に向けた移住相談会です。お正月の帰省中に市役所で移住相談ができます。
Uターンを希望していても、どんな求人企業があるのか、自分に合う仕事をどうやって選んだらいいか迷っている方もこの機会にご相談ください。
Iターン移住希望者も大歓迎です。
と　き　2021年1月3日(日)～8日(金)午前10時～午後4時
ところ　政策推進課（本庁舎2階）
問合せ　政策推進課
(☎248-9017)

●無料クーポンのガン健診は1月30日(土)まで

今年度の対象者には7月に無料クーポン券を送付済みです。対象の方はこの受診期限内に受診しましょう。無料はこの期限内だけです。
受診期限　令和3年1月30日(土)
対　象　▼子宮頸がん…平成11年4月2日生～平成12年4月1日生▼乳がん…昭和54年4月2日生～昭和55年4月1日生
※事前に医療機関へお問い合わせください。
市内の実施医療機関
子宮頸がん…▼県立信州医療センター▼島田医院
乳がん…県立信州医療センター
問合せ　健康づくり課
(☎248-9018)

●小型有害獣用捕獲おりを無料で貸し出しています

ハクビシンなどの小型有害獣用捕獲おりは、自分の農地や自宅へ設置する場合に限り、狩猟免許が不要です。
希望される方は捕獲許可とおり貸し出しの手続きが必要になりますので、お問い合わせください。冬から春先にかけ、有害鳥獣のエサが少なくなり、捕獲のしやすい時期となります。（おりの数に限りがあります）
申込・問合せ　農林課
(☎248-9004)

◎2019年度須坂市小・中学生人権教育啓発標語優秀作品……無意識に　知らないからこそ　生む差別　墨坂中3年　永田匠

◎東日本大震災義援金と平成28年熊本地震災害義援金を受け付けています。問合せ　福祉課(☎248-9003)

●須坂市文化会館メセナホール休館のお知らせ

メセナホールを長く大事に使用するため、耐震化工事・長寿命化工事を行います。

工事期間中は休館となり、入館・使用ができません。

ご不便をおかけしますがご理解ご協力をお願いします。

期　間　2021年1月11日～2022年1月9日

問合せ　文化スポーツ課(☎248-9027)

●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。

▼保温材を巻きつけたり、電熱帯などの凍結防止ヒーターを使用する。

▼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、車や物があると、料金算定のための検針ができません。また漏水などの発見が遅れる場合があります。メーターボックス上の車や物の移動、除雪にご協力をお願いします。

問合せ　営業課(☎248-9012)

●民生児童委員さんの交代がありました

(敬称略)

明徳町　富樫義孝

※任期は2022年11月30日までです。

問合せ　福祉課(☎248-9003)

●オリジナルカレンダー販売中

毎年好評をいただいている、博物館ボランティア会製作の2021年カレンダーを販売しています(右の写真)。

今回のテーマは、須坂の製糸王・越寿三郎です。須坂町の豪農東小田切家の三男に生まれ、製糸業をはじめとして須坂の発展に大きく貢献したことを市内外の皆さんに知っていただきたいとの願いを込めて作製しました。

価　格　1枚250円

販売場所　▼博物館事務室(南部地域公民館1階)▼文化スポーツ課▼生涯学習センター▼図書館▼旧小田切家住宅▼市観光協会▼蔵のまち観光交流センター▼湯っ蔵んど▼須坂温泉古城荘

問合せ　須坂市立博物館(☎245-0407)

●令和元年東日本台風で被災された地域にお住まいの方のための総合相談会

生活再建に向けてさまざまな不安や悩み、精神的なストレスを抱えられた被災地域にお住いの方の相談会を開催します。

と　き　12月12日(土)正午～午後4時(受付は午後3時まで)

ところ　長野市豊野保健センター

対　象　被災された地域にお住まいの方

相談員　▼精神科医▼弁護士▼保健師▼まいさぽ　など

※原則予約制のため、事前予約が必要です。

※12月20日(日)に千曲市役所2階保健センターでも開催されます。

申込・問合せ　長野県健康福祉部保健・疾病対策課(☎235-7109)

●新型コロナウイルス対策ダイヤル

長野県弁護士会では、「新型コロナウイルス対策ダイヤル」を設けました。お電話いただくと、2～3営業日以内に弁護士から折り返しお電話します(20分以内)。(無料)

事業や労働問題、ローン債務、人権問題など法的アドバイスを行います。

☎026-232-2104

時　間　平日午前9時～午後5時

●新型コロナウイルスと偏見・差別プライバシー侵害ホットライン

新型コロナウイルスが原因で、偏見や差別を受けたり、プライバシーが侵害されたことがありませんか。弁護士が無料で相談に応じます。

と　き　▼12月4日(金)午前10時～午後8時▼5日(土)午前10時～午後5時

☎0120-320-794(さべつをなくす)

広告欄

SANWA HOUSE　情熱の家づくり

リフォーム・新築

まずはお問合せください!

新築・リフォームのことなら何でもおまかせください！どこへ頼んでいいかわからない・・どんなことでもお気軽にご相談ください！

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

0120-207-117　サンワスタイル　検索

本社：須坂市大字仁礼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

広告の問い合わせはアド・コマーシャル㈱へ(☎291-5070)

※2日間のみの専用番号です。
【メール相談】
期　間　12月4日(金)～10日(木)
Eメール　jfba-hotline@nichibenren.or.jp
※電話とメールが難しい方のみFAX相談(12月4・5日)
FAX 03-3580-2896

●年末困りごと電話相談会

司法書士による無料電話相談を行います。秘密は厳守されます。
とき　12月26日(土)午前10時～午後4時
☎0120-448-788
※当日のみの専用番号です。
相談内容　▼借金▼離婚▼労働問題▼相続▼消費者トラブル▼新型コロナの影響で生活が苦しい　など
問合せ　長野県司法書士会(☎232-7492)

●カレンダー配布事業の中止

例年、カレンダーの募集と無料配布を行っていましたが、新型コロナウイルス感染症の状況を鑑みて中止させていただきます。ご理解いただきますようお願いいたします。
問合せ　須坂商工会議所(☎245-0031)

募集

●「駒澤嘉須坂生涯学習振興基金」活動助成

生涯学習を実践している団体や個人に対し、活動費用の一部を助成します。
対　象　学んだ成果を豊かな地域づくりに生かし、貢献している団体または個人の活動
※次に該当するものは対象外▼国・県・市の補助やほかの代替措置を受けるもの▼趣味や自己啓発が目的のもの
申込方法　生涯学習推進課(生涯学習センター内)または市ホームページにある申込書に必要事項を記入し提出してください。
申込期間　12月21日(月)～2021年2月19日(金)(必着)
※助成は4月下旬ごろを予定しています。
申込・問合せ　生涯学習推進課(☎245-1598)

●須坂市民スキー教室参加者募集

とき　1月11日(月)午前9時30分～午後3時(午前8時30分～受け付け)
ところ　リワイルド ニンジャスノーハイランド(旧峰の原高原スキー場)
参加費　▼小中学生2千円▼大人3千円
※保険料は含みますが、リフト代、昼食代は各自負担。
定　員　100人
申込期限　12月27日(日)
※詳細はお問い合わせいただくか市スポーツ協会ホームページをご覧ください。
申込・問合せ　須坂スキークラブ(春原)(☎080-6936-1194)

●オープンガーデンマップ広告掲載者募集

2021年信州須坂オープンガーデンマップに掲載していただける、企業などの広告を募集します。
広告サイズ・掲載料(消費税込み)
▼縦132㎜×横62㎜(1/3ページ)
▼縦132㎜×横95㎜(1/2ページ)
▼縦132㎜×横194㎜(1ページ)
【マップの概要】
仕　様　A5版、再生コート、オールカラー4色刷り(両面)
申込期限　2021年1月15日(金)
※詳細はお問い合わせください。
申込・問合せ　まちづくり課(☎248-9007)

●学校給食用物資の納入業者募集

2021年度に学校給食センターへ小・中・支援学校の給食用食材を納入する業者を募集します。
募集期間　2021年1月8日(金)～29日(金)
応募資格　市の物品購入等入札(見積)参加資格を有する業者で▼保健所の監視評点が良好な業者▼納入業者指定要綱に基づき納入できる業者
応募方法　学校給食センターにある申請書に必要事項を記入し提出してください。
申込・問合せ　学校給食センター(☎246-2104)

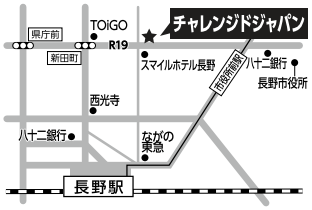
行事・催し

●明るい選挙啓発ポスター展

小・中学生の応募作品23点を展示します。
とき　12月21日(月)～2021年1月22日(金)午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日、12月29日(火)～31日(木)を除く)
ところ　市役所本庁舎3階
問合せ　選挙管理委員会(☎248-9022)

◎令和元年東日本台風　義援金を受け付けています。問合せ　高齢者福祉課(☎248-9020)

広告欄

障がいがあるから…仕事が決まらない、仕事が長く続かない
/在/宅/訓/練/体/制/完/備/
チャレンジドジャパンが就職をサポートします!
わたしたちは、精神障がい、知的障がい、発達障がい、身体障がい、難病などで悩んでいる方々の就職活動を支援しています。利用者様に合わせたプログラムで、就労をサポート。就労後も、職場定着できるまでご希望に応じて訪問を行うなど、フォローアップこそが大切な支援と捉えて取り組んでいます。
一人一人にぴったりの進路を叶えて、目指すは「進路満足度100%」!
利用者様が必ず満足できる未来のために、全力を尽くします。
チャレンジドジャパン
就職実績1,500名超!!
全社累計 2020年3月現在


本事業所は障害福祉サービスに基づく就労移行支援事業所です
見学・体験随時受付中!お気軽にいらしてください。
保護者の方のみのご見学も可能です。
チャレンジドジャパン 長野センター
Tel.026-219-5077
長野市大字鶴賀上千歳町1137-23 長野1137ビル2階
Mail:nagano@ch-j.jp
※10/1より「就労支援センターひゅーまにあ長野」から「チャレンジドジャパン」へ社名変更いたしました。

広告の問い合わせはアド・コマーシャル㈱へ(☎291-5070)

◎平成30年7月豪雨災害義援金を受け付けています。問合せ　福祉課(☎248-9003)

●12月4日～10日は「第72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運動を行います。

人権パネルの展示や「よろずなんでも相談所」(18ページ参照)を開設します。お気軽にご相談ください。

【人権パネルの展示】
期　限　12月11日(金)午後5時
ところ　生涯学習センター(旧中央公民館)
問合せ　人権交流センター(☎245-0909)

●認知症家族のつどい

認知症の方の介護者同士、日頃の介護体験や感じたことなどを話し合い、交流を深めませんか。今回は家族や仲間同士で上手に話しを聞く方法も学びます。

と　き　12月11日(金)午後1時30分～3時30分
ところ　生涯学習センター(旧中央公民館)203教室
対　象　認知症の介護者など
参加費　無料
問合せ　地域包括支援センター(☎245-4566)

●AC長野パルセイロ トップチームホームゲーム

ところ　長野Uスタジアム(長野市)
▼第33節　FC岐阜戦
と　き　12月13日(日)午後2時～
▼第34節(最終戦)　いわてグルージャ盛岡戦
と　き　12月20日(日)午後1時～
問合せ　AC長野パルセイロ事務局(☎244-7780)
※日・月曜日、祝日は定休日

●小田切家のくらし「衣」

くらしをテーマに「衣・食・住」を3回に分けて収蔵品展を開催しています。

第2回目は「衣」にまつわる資料を展示します。

期　間　12月14日(月)～2021年2月9日(火)
入館料　300円(市内70歳以上および中学生以下無料)
問合せ　旧小田切家住宅(☎246-2220)

●人権問題学習会

と　き　12月15日(火)午後7時～8時30分
ところ　本郷人権ふれあいセンター
演　題　「松代藩の『孫六』について　その2」
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)

●第22回市内小学生版画展

市内の小学生の版画作品約196点が展示室を彩ります。

開催期限　12月27日(日)
ところ　須坂版画美術館
入場料　無料
問合せ　須坂版画美術館(☎248-6633)

●すざかスイーツスタンプラリー

市内には、クラシックな老舗菓子店、おやつ処、カフェなどスイーツのお店がたくさんあります。蔵の町並みを眺めながらスイーツ巡りを楽しみませんか。

期　限　2021年2月28日(日)
参加方法　参加店で税込500円以上のスイーツ購入(または飲食)をすると、応募台紙にスタンプを一つ押印してもらえます。市内の23店舗の参加店を巡って、スタンプを三つ集めると、粗品がもらえます。

※台紙は、市観光協会、蔵のまち観光交流センター、参加店で配布しています。観光協会ホームページからダウンロードできます。
※詳細はお問い合わせいただくか観光協会ホームページをご覧ください。
問合せ　須坂市観光協会(☎215-2225)

講座・教室

●介護予防サポーター養成講座〈全5回〉

介護予防を地域で実践するボランティアの養成講座です。

※教室修了者は、地域で介護予防を目的とする自主グループ活動や、市の介護予防教室のボランティアスタッフなどで活躍しています。

と　き　▼12月18日(金)▼2021年1月15日(金)▼1月29日(金)▼2月中旬▼2月下旬　各回ともに午前9時30分～11時45分
ところ　防災活動センター
内　容　▼介護保険制度と介護予防▼転ばない体づくりのコツ▼認知症の理解▼これか

広告欄

1歳児対象「子育て支援プログラム」参加費無料
平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれのお子様対象
多数のご要望がありました、1歳児対象の親子体操をおこないます。
よしみつ先生と親子体操
日　時：1月21日木曜日 10:00～11:00
場　所：認定こども園 マリアこども園
持ち物：お子様の上履き・保護者の上履き

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

右のQRコードから申し込みをお願いします。

佐藤良光先生　プロフィール
1998年　コスモスポーツクラブ入社
2006年　同クラブ千葉総武第一支部 支部長
2020年　同クラブ長野支部 支部長

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため上記プログラムが今後の状況により中止あるいは延期の可能性があります。

広告の問い合わせはアド・コマーシャル㈱へ(☎291-5070)

らの活動について　など
※市の介護予防教室や自主グループの見学（2回程度）もあります。
参加費　無料
対　象　▼ボランティア活動に興味のある方▼介護予防に関心のある方▼自主グループ活動を行いたい方▼自分の生きがいづくりや仲間づくりをしたい方　など
※市内で活動していただける方に限ります。
定　員　20人程度
申込方法　地域包括支援センター窓口（本庁舎2階）などにあるチラシに必要事項を記入し、直接またはFAXでお申し込みください。電話でも受け付けています。
申込期限　12月11日(金)（土・日曜日を除く）
申込・問合せ　地域包括支援センター（☎245-4566　FAX248-1119）

●高齢者健康教室公開講座

転倒予防の体操や認知症予防に関するコツを学び、楽しく頭も体も動かしましょう。
と　き　12月17日(木)午前11時15分～正午
ところ　保健センター（3階）
内　容　▼体操▼脳トレ　など
対　象　市内在住65歳以上の方
持ち物　▼飲み物▼タオル▼マスク
※動きやすい服装
問合せ　地域包括支援センター（☎245-4566）

●うつ病の方の家族教室

うつ病は回復に時間がかかることが多く、本人だけでなく家族も不安や悩みを抱えています。一人で悩まず、病気や本人との関わりを一緒に学びませんか。
と　き　12月17日(木)午後1時30分～3時30分
ところ　保健センター
講　話　「うつ病の理解と家族の関わりについて」
講　師　杉浦宏子さん（佐藤病院副院長・精神科医）
対　象　うつ病の方の家族
参加費　無料
定　員　15人（先着順）
申込方法　電話または窓口でお申し込みください。定員に達し次第、申し込みを終了させていただきます。
※個別での相談にも応じます。
申込・問合せ　保健センター（☎248-9023）

◎令和2年7月豪雨災害義援金を受け付けています。問合せ　福祉課（☎248-9003）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントや催し、講座などが延期または中止になることがあります。
なお、開催に関しては主催者にお問い合わせください。

善意の窓口

《寄附》
▼地域貢献のため（消毒液スタンドと消毒液3セット）…第一生命保険株式会社須坂中央営業オフィス様▼災害時に役立つため（非常食100食分）…三益消防機材株式会社様▼高齢者福祉のため（現金）…株式会社みらいさい福祉会（愛光苑すざか運営法人）様▼地域産業の発展のため（現金）…一般社団法人長野県労働基準協会連合会様・一般社団法人中野労働基準協会様▼博物館収蔵資料の充実のため（吉向焼1点）…小池よし子様▼動物園の充実のため（現金）…匿名

リサイクル情報

《差し上げます》
▼スキーウェア女児用（140と150サイズ）
《譲ってください》
▼ベビーハイチェアー▼ベビー服女児用（80～90サイズ）▼幼稚園の制服・運動着（女児用）
【《差し上げます》と《譲ってください》の申込期限と抽選日】
申込期限　12月8日(火)
交渉順位抽選　12月10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。
申込・問合せ　市民課（☎248-9002）

入居者募集

【市営住宅】

募集団地		間取り
○屋　部	1戸	3DKY
○屋　部	2戸	3DKB
○豊　丘	8戸	3DKB
○境　沢	1戸	3KB
○末　広	1戸	2DKY※
○西　原	1戸	3LDKY

【特定公共賃貸住宅】

募集団地	間取り
○旭ケ丘S2-204	3DKY

家　賃　66,000円
敷　金　家賃の3カ月分
要　件　同居親族・所得など
※…身体障がい者世帯用
※Y…浴槽あり　B…浴槽なし
募集期間　12月1日(火)～9日(水)（土、日曜日を除く）
抽選日時　12月14日(月)午前9時
申込・問合せ　長野県住宅供給公社須坂管理センター（☎214-5620）

広告欄

仏壇仏具　修理・修復もおまかせください！

八代目店主
北信地域初!!
樹木葬大好評分譲中!!
飯山で創業200余年　山崎本店　飯山市愛宕町3050
お問い合わせ　TEL.0269-62-3242　営業時間／9:00～18:00／火曜定休

供養でお困りの方、お気軽にご相談ください。
仏壇じまい
まずは、仏壇の扉を閉めてサイズ計測

サイズ（巾/高/奥行cm）	区分	料金
50cm以内/70cm以内/40cm以内	小型仏壇	¥20,000+税
70cm以内/175cm以内/70cm以内	中型仏壇	¥40,000+税
90cm以内/175cm以内/90cm以内	大型仏壇	¥50,000+税
上記以上のサイズ	特大型仏壇	¥60,000+税

お仏具のお引取は上記価格に含まれております。遺影、その他の宗教用具・神棚のお引取は別途料金がかかります。ご相談ください。

樹木葬　ご好評につき新区画増設　25万円～
樹木葬霊園　花もみじ　中野　隆源寺墓苑内
隆源寺墓園内　中野市吉田880
樹木葬 花もみじ

広告の問い合わせはアド・コマーシャル㈱へ（☎291-5070）

日曜日・祝日の当番薬局

12月６日(日)　かおり薬局
12月13日(日)　クスリのアオキ旭ケ丘薬局
12月20日(日)　クスリのアオキ墨坂薬局
12月27日(日)　蔵の町薬局、薬局 マツモトキヨシ芝宮前店
12月31日(木)　グリーン薬局、立町中央薬局
１月１日(祝)　蔵の町薬局、コスモス薬局
１月２日(土)　幸高中島ファミリー薬局、わかば薬局
１月３日(日)　オリジン薬局、コスモファーマ高山薬局

※蔵の町薬局は31日と２～３日を除き、営業します。
※薬局 マツモトキヨシ芝宮前店は20日と31～３日を除き、営業します。

休日緊急診療室(小児科・内科)

と　き　日曜日・12月30日(水)～2021年１月２日(土)
9:00～12:00、13:00～17:00
ところ　県立信州医療センター
問合せ　☎245-1650

※咳、発熱、喉の痛みなど風邪の症状のある方は、受診前に必ず電話してください。
※休日緊急診療室は、須高医師会、信州医療センター、須高行政事務組合が共同で運営しています。

各種健康相談

【保健センター健康相談】
電　話　☎248-9023
と　き　月～金曜日※9:00～16:00
ところ　保健センター
※来所前にお電話で予約してください。

【妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」】
電　話　☎213-6400
と　き　月～金曜日※8:30～17:15

【悩み無料ダイヤル】
電　話　☎0800-800-7223
と　き　月～金曜日※8:30～17:15
※12月29日～１月１日を除く

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）

健診名	日	受付時間	対象者
３カ月児健康診査	４(金)	混雑を避けるため、受付時間を変更して開催します。対象の方には個別にご連絡します。	令和２年８月１日～８月31日生
	１/８(金)		令和２年９月１日～９月30日生
１歳児健康相談	15(火)		令和元年11月14日～12月15日生
1歳6カ月児健康診査	18(金)		令和元年５月15日～６月９日生
２歳児健康相談	10(木)		平成30年11月４日～12月10日生
	１/12(火)		平成30年12月11日～平成31年１月７日生
３歳児健康診査	22(火)		平成29年11月22日～12月22日生
もぐもぐ離乳食講座	24(木)		令和２年６月１日～６月30日生
かみかみ離乳食講座	１(火)		令和２年３月１日～３月31日生
	１/14(木)		令和２年４月１日～４月30日生

※持ち物は各戸に配布している健康カレンダーをご確認いただくか、健康づくり課までお問い合わせください。３カ月児健康診査・１歳児健康相談・１歳６カ月児健康診査・離乳食講座はバスタオルを、１歳６カ月児健康診査・３歳児健康診査はフェイスタオルをお持ちください。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を中止・延期する場合があります。市ホームページなどでお知らせしますので、ご確認ください。

【個別予防接種】　（会場：各医療機関）

開始対象者	予防接種名		対象年齢
令和２年10月生	ロタウイルス	ロタリックス	生後６週～24週
		ロタテック	生後６週～32週
	Ｂ型肝炎		生後12カ月（１歳）の前日まで（標準的な接種期間は２カ月～９カ月の前日）
	ヒブ・小児用肺炎球菌		生後２カ月～60カ月（５歳）の前日まで
令和２年９月生	四種混合１期初回		生後３カ月～90カ月（７歳半）の前日まで
令和２年７月生	ＢＣＧ		生後12カ月（１歳）の前日まで（標準的な接種期間は５カ月～８カ月の前日）
令和元年12月生	麻しん・風しん1期		生後12カ月～24カ月（２歳）の前日まで
	水痘		生後12カ月～36カ月（３歳）の前日まで
平成29年12月生	日本脳炎１期初回		生後６カ月～90カ月（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23年12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21年12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）

【持ち物】対象予防接種の予診票、母子健康手帳、住所確認ができるもの
※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）

◎毎月第３日曜日は「家庭の日」……親子でルールを決めていこう　スマホやゲームの使い方

広告の問い合わせはアド・コマーシャル㈱へ（☎291-5070）

広告欄

GOTOトラベルで半額!!ゆうざんで会食&宿泊
2021年1月末日まで
1泊2食10,600円→4,890円
※消費税・入湯税込 ※地域共通クーポン券も利用しての割引額です。
★夕食時はお酒類、ソフトドリンクなどご自由に（無料）
☆和食お膳料理は11品！きっとご満足いただけます！
夕食会場、朝食とも貸切の会場です
戸倉上山田温泉
湯楽ゆうざん
〒389-0821 千曲市上山田温泉2-32-11
TEL 026-275-2333

２０２０年１２月１日発行

No.704

公民館だより 須坂

発行・編集 須坂市生涯学習推進課（須坂市生涯学習センター） 〒382-0013 須坂市大字須坂747番地イ
TEL 026-245-1598 ／ FAX 026-246-3906 ／ E-mail：shogaku@city.suzaka.nagano.jp

語り継ぐ小串鉱山の遺産

中央地域づくり推進委員会 第3部会

10月6日㈫、生涯学習センターで歴史講座が開催され、55人が集まりました。かつて栄えた小串鉱山の記録映画「雲上のまち　小串鉱山」の鑑賞と、講師の小山賢一さんから小串鉱山についてお話を聞きました。

鉱山街の暮らし

長野県高山村と群馬県嬬恋（つまごい）村の県境に「小串鉱山跡」があります。かつては国内２番目の硫黄生産量を誇る鉱山で、最盛期の昭和30年代には月に約２千トンもの硫黄を生産していました。鉱業従事者とその家族が暮らす人口２千人ほどの鉱山街があり、学校や診療所などさまざまな施設もそろっていました。

▲小串鉱山の町並み

昭和43年の大気汚染防止法制定に伴い、石油から硫黄が生産されるようになりました。この方法はコストがかからず多くを生産できるため、鉱山での仕事が減り、採算が取れなくなってしまった各地の硫黄鉱山は次々と閉山していきました。そして小串鉱山も昭和46年に約50年の歴史に幕を閉じました。

須坂の町と小串鉱山

須坂は小串鉱山からの硫黄搬出の起点であり、鉱山で採掘された硫黄は、索道（ロープウェイ）を使って峠を越え高山村に運搬され、その後トラックで長野電鉄須坂駅に、そこから全国へ運ばれました。

生活物資や生産資材の供給地としても関係が深く、鉱山での物資の多くは須坂の商店から索道を使って運ばれていました。時には薬屋や呉服屋が直接鉱山街に出向いて各家を回ることもありました。

小串で暮らす人たちの生活圏が須坂にあったため物がよく売れ、当時の須坂の商店は大いににぎわったそうです。

小中学校を小串で過ごした講師の小山さんは「素晴らしい自然の中にある鉱山周辺には、荒廃した建物や鉱山くずが今も残っています。産業遺産との声もありますが、自然を戻し『生の遺産』を後世に残していってほしいと考えています」と話しました。

▲当時の須坂駅前にあった鉱山事務所。現在はシルキー

参加者の感想

・小串鉱山のことは知っていましたが、硫黄鉱山などの歴史を知らずただただ驚いています。このことが語り継がれていくことを願わずにはいられません。

がりゃう山

大学４年間、苦楽を共にした友人たちと離れて、間もなく40年になる。お互いの安否確認は、もっぱら年賀状とそれぞれ季節の地場産品を送り合っての電話となる▼それぞれの環境や立場により違いはあるが、話題の中心は年代とともに変わり、主に青年期では恋愛・結婚・子ども、中年期は仕事・社会情勢、そして現在は健康・親・孫、さらに（ある意味人類の危機と言える）コロナ禍が追加▼永い地球史の中で生物と言われる物が登場し、生存競争やさまざまな地球環境の変化により大半の生物が絶滅し、生き残った生物の中でまた大半が絶滅…を幾度も繰り返し、生き残った生物が環境に適応して進化し、幾多の危機を乗り越え現在に至る。現人類もその一種だそうだ。連綿とつないで来た命。気が遠くなるような永い道のりだ▼話しは飛んでしまったが、今（まで）生きている自分、昔からの友達との会話は、元気をもらえる。会ってまた飲みたいものだ。今後の話題の中心は何か？終活か？まだ早い。人生１００年時代。…と言われている。

実りの秋にお米を収穫

井上地域づくり推進委員会

井上地域づくり推進委員会・ふれあい教室実行委員会では「子どもの食育」などを目的として水稲づくりを行っています。5月に植えた稲が立派な穂を付け、井上小学校5年生児童46人が実行委員の皆さんと一緒に収穫しました。

待ちに待った収穫

田んぼ一面が黄金色に色付き、実った稲穂を前に子どもたちが並び、稲刈りが始まりました。委員の皆さんが子どもたちに「鎌を使う時は力を入れすぎなくて大丈夫だよ。」などとアドバイスしていました。初めはぎこちなかった子どもたちも時間の経過とともにどんどん上達していきました。刈った稲は4～5株をひもで束ねるのですが、すぐバラバラになってしまうので、子どもたちは「難しい」と言いながら悪戦苦闘していました。

▲一生懸命刈りました

▲「おいしくな～れ」と願いを込めてはぜ掛けしました

稲刈りが終わると「はぜ掛け」です。稲を干して穂を乾燥させるための大事な工程です。手間はかかりますが、乾燥機を使うよりもおいしいお米になります。

委員の方から指導を受けながら、束にした稲を7対3に割って掛けていきます。抱えきれないほど運ぶ子や1束ずつ持ってくる子などさまざまですが一生懸命作業しました。

脱穀を体験

稲刈りから約2週間後、脱穀作業を行いました。機械の他、昔ながらの千歯こきや足踏み脱穀機を使って、やり方を学びながら「昔と今ではこんなに違うんだね」と作業や効率の違いに驚いていました。

最後にふれあい教室実行委員長の花井さんは「皆さんのおかげで、無事に収穫を終えることができました。今日の経験を小学校時代の思い出の一つにしてください」と話しました。

▲昔の機械は大変と力を入れて脱穀しました

子どもたちの感想

・稲を刈ったり束ねたりするのは思った以上に大変だったけど、すごく達成感がありました。

・田植えはできなかったけど、収穫は自分たちでできて良かったです。

トールペイントを楽しみました

豊洲地域公民館

10月10日(土)、豊洲地域公民館で「ハロウィンを飾るトールペイント」が行われ、参加者12人でハロウィンにぴったりなカッティングボードのペイントを楽しみました。ジャパンカントリーアート協会認定講師の丸山志保さんが講師を務めました。

夢中になって色付け

トールペイントは、アクリル絵の具を使った手芸の一つで、木やガラスなどに描くアートです。古くはヨーロッパで彫刻や家具、ブリキなどに絵を描いて装飾していたことが始まりと言われています。

▲見本を見ながらガボチャやお化けに色を付けます

講師の丸山さんから月と夜空が描かれたカッティングボードが配られました。ボードにはうっすらとカボチャやお化けのキャラクターの輪郭が描いてあり、それに沿って色を塗っていきます。一度塗っただけでは完全に色が付かず、何度も同じ箇所を塗っては、その都度ドライヤーで乾かして上塗りしていくことで、絵に厚みが出ることを丸山さんから教わりました。

完成には約3時間要しましたが、参加者は作品を見てとても満足そうにしていました。

▲右側が完成品です。楽しさが伝わってきます

参加者の感想

・初めての経験でしたが、とても楽しく夢中になってしまいました。

・先生のサポートが大変助かりました。技術などをこれから覚えていきたいです。

生涯学習推進員会 活動だより

アレンジフラワーサークル「チューリップ」

アレンジフラワーサークル「チューリップ」は、アレンジフラワー講座を受講した仲間が立ち上げた自主グループで、20年続いています。活動の場を井上地域公民館に移して3年目になります。

現在の会員は8人で、講師は生涯学習推進員の小森カズエさんです。毎月第2金曜日の午後6時から午後9時まで活動しています。

花の長さ・挿す順番・場所などを示したテキストと講師の見本を参考に、皆さんが作業を進めていきます。私も体験させていただきましたが、同じ材料でも花の向きや先端の曲がり具合で挿す位置も違って、とても難しかったです。また、「花の形を生かして挿してみて」と講師からアドバイスをもらい、講師が残った花と花材を見て「材料を無駄にしないで使うのよ」と、花への愛情もしっかり伝授してもらいました。

▲講師の作品

▲楽しく活動しています

長く続いている理由をお聞きすると「花のある暮らしが良い」「そのまま持って帰って飾れる気軽さが良い」「仕事が終わってから来ても講師が待っていてくださる。それに仲間がいいの」と、笑顔で話されました。お互いを思いやる優しい気持ちがあふれている会でした。皆さんの弾む声を聞き、私のアレンジも講師に助けられ、花が踊っているように出来上がりました。

これからも、仕事や育児、家事、アレンジフラワーと忙しいと思いますが、どれも頑張ってくださいね。応援しています。

（生涯学習推進員会広報部会　竹前　記）

お知らせ

井上地域公民館

聞く　ハッピーエンド講演会

元気な時から、人生の最期のステージを自分らしく迎えるために「今」何をしたらよいか考えてみませんか。

とき　12月14日(月)　午後1時30分～3時30分
ところ　井上地域公民館
講師　宮澤智史さん（司法書士）
参加費　無料
定員　30人（先着順）
問合せ　☎246-2488
※平日午前8時30分～午後5時

仁礼コミュニティセンター

体験　クリスマス・お正月用寄せ植え講座

アレンジした華やかな寄せ植えで新年を迎えましょう。

とき　12月17日(木)　午前10時～正午
ところ　田邊花卉園（たなべかき）
講師　田邊恵徳さん
定員　10人（先着順）
参加費　3000円（材料費）
持ち物　手袋、移植ごて、花ポットを入れる袋
申込開始　12月1日(火)
問合せ　☎245-8118
※平日午前8時30分～午後5時

日滝地域公民館

体験　お正月アレンジフラワー教室

和紙でラッピングして、お正月のアレンジを作ります。

とき　12月25日(金)　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
参加費　2800円（材料費）
持ち物　花ばさみ、定規、筆記用具
定員　15人（先着順）
申込期限　12月17日(木)
問合せ　☎248-1686
※平日午前9時～午後4時30分

体験　高津住職のお勝手

ふっくらジューシーなチキングリルを作ります。

とき　令和3年1月12日(火)　午前9時30分～正午
ところ　日滝地域公民館
講師　高津孝道さん
内容　チキングリル
参加費　1500円（材料費）
持ち物　ナイフ、フォーク、エプロン、三角巾、食器用ふきん、持ち帰り用容器
定員　10人（先着順）
申込期限　令和3年1月5日(火)
問合せ　☎248-1686
※平日午前9時～午後4時30分

日野地域公民館

体験　お正月用盛花アレンジメント教室

同じお花を使っても作品に個性が出ます。自分なりのアレンジメントを楽しみませんか。

とき　12月28日(月)　午前10時～正午
ところ　日野地域公民館別館
講師　古平静子さん
参加費　1900円（材料費）
持ち物　花ばさみ（お持ちの方）
定員　15人（先着順）
申込開始　12月1日(火)
問合せ　☎246-2274
※平日午前8時30分～午後5時

令和３年　須坂市成人式

新成人の皆さん、おめでとうございます。
須坂市・須坂市教育委員会では、新成人の前途をお祝いするため、令和３年の成人式を行います。
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　令和３年１月10日(日)　午後３時15分～４時55分
ところ　メセナホール
内容
・受付　午後２時30分～３時10分
・オープニング　午後３時15分～３時20分
・式典　午後３時20分～３時45分
・アトラクション　午後３時55分～４時55分

対象　平成12年４月２日～平成13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、11月中に案内状をお送りしました。案内状が届かない場合はご連絡ください。
駐車場　混み合いますので、できるだけ乗り合わせて、お早めにおでかけください。

お願い　新成人、保護者以外の入場はご遠慮ください。
飲酒されての入場、および飲食物のホールへの持ち込みはできません。
メセナホールは全館禁煙です。喫煙はご遠慮ください。
その他　当日、体調不良等により出席を控えた、新成人および保護者に向けて、インターネット配信する予定です。
※成人式の様子をＤＶＤにして、３月上旬に1,000円で頒布します。
ご予約など、詳細は１月号で掲載します。
問合せ　生涯学習推進課　☎２４５－１５９８

令和３年の成人式を盛り上げるため、新成人スタッフが会議を行い、アトラクションを企画中です！「あんなこともあったな」と、懐かしい気持ちになれる内容を考えていますので、新成人の皆さんお楽しみに♪

新型コロナウイルス感染症の状況によっては、成人式の予定を変更する場合があります。詳細は市ホームページでお知らせします。
右のＱＲコードからご覧いただけます。

生涯学習推進課からのお知らせ

エレベーター改修工事

令和３年１月７日(木)から２月下旬までの予定で、生涯学習センターのエレベーター改修工事を行います。

●工事期間中は終日、エレベーターを使用することができません。
●正面北側の出入口が使用できませんので、正面南側または駐車場側の入口をご利用ください。

各部屋は通常どおりご利用できますが、工事に伴う騒音や振動、においなどが発生する可能性もあります。また、一部の通路などを利用制限する場合もあります。
ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。
問合せ　☎２４５－１５９８

施設が使用できません

床のクリーニングを行うため、生涯学習センターを使用することができません。
※西館は使用できます。
とき　12月26日(土)～27日(日)
問合せ　☎２４５－１５９８

年末年始の休館のお知らせ

生涯学習センター、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、旧上高井郡役所は次のとおり終日休館します。
【休館期間】
12月29日(火)～令和３年１月３日(日)
問合せ　☎２４５－１５９８

書初めをしよう！中止のおしらせ

来年の「書初めをしよう！」は新型コロナウイルス感染症予防のため中止とさせていただきます。
問合せ　生涯学習センター
☎２４５－１５９８

子育て支援センター・児童センター

★集まりの日(11:00～)

９日㈬　おはなしポケット

職員による、クリスマスのおはなしや歌遊び、ふれあい遊びなどを親子で楽しみましょう。

15 日㈫、16 日㈬　クリスマスプレゼント作り

牛乳パックを使って、とびたすビックリ箱を親子で作りましょう。

23日㈬、24日㈭　クリスマス会

皆で歌を歌ったり、サンタさんからプレゼントを　もらいましょう。

※12月の「家庭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。

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

南部児童センター		屋部町 ☎/FAX248-2330
幼児・親子	２日㈬ 11:00～	ミニ運動会(パラバルーンなど)
	９日㈬ 11:00～	カレンダー作り＆お話しを楽しもう！
	16日㈬ 11:00～	☆クリスマスお楽しみ会☆(楽器を作ろう！)
東部児童センター		高橋町 ☎/FAX246-0079
幼児・親子	２日㈬ 11:00～	クリスマスプレゼント作り
	16日㈬ 11:00～	松ぼっくりツリーを作ろう
	23日㈬ 11:00～	☆クリスマス会☆
北部児童センター		北旭ケ丘町 ☎/FAX248-8381
幼児・親子	２日㈬ 10:30～	クリスマスプレゼント作り♫
	９日㈬ 11:00～	ヨガ教室
	23日㈬ 11:00～	☆クリスマス会☆

【未就学児の利用時間】

子育て支援センターの利用は、月～金曜日は10:00～12:00と13:00～14:45、土曜日は10:00～12:00です。
南部・東部・北部児童センターの親子の利用は、月～金曜日10:00～12:00です。

【一般児童の利用時間】

中央児童センターの一般児童の利用は、月～金曜日は15:00～17:00、土曜日は14:00～17:00です。
南部・東部・北部児童センターの一般児童の利用は、土曜日のみ10:00～12:00と14:00～17:00です。

【子育て支援センター・各児童センターの利用に関して】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間は利用人数などを制限しての利用になります。また、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、施設の利用方法などが変更になる場合があります。詳細は各センターへお問い合わせください。子育て支援センター・各児童センターの利用制限などの詳細は、市ホームページ（右記ＱＲコードから接続できます）でも確認できます。

子育てのお悩み相談コーナー

子育て支援センターの保育士が皆さんの悩みにお答えします。

【言葉のお悩み】

Q.　２歳３カ月の男の子を育てています。周りの子より発語が遅いように感じます。どうしたら良いですか。

A.　発達には個人差があります。大人の言葉をある程度理解しているのであれば、様子を見てください。言葉の発達には親の関わりがとても重要です。身近にあるものを繰り返し教えたり、いろいろな遊びを経験し、たくさん話しかけるなどすることで言葉を覚えていきます。お子さんが身振りで伝えてきたら、しっかり状況を読み取って言葉で伝えてあげましょう。口元が見えると言葉を覚えるのにプラスになりますが、現在はマスクが欠かせない状況ですね。お子さんは表情をよく見ています。笑顔で優しく接してください。

２歳６カ月を過ぎても言葉の遅れが気になりましたら、妊娠・子育てなんでも相談に相談してみてください。

Beautiful Name
ビューティフルネーム

柴田（しばた） 律樹（りつき） くん
（１歳３カ月）

お父さん…直樹さん／お母さん…茜さん

お父さんの「樹」を使った名前にしたいと考え、「律」がふっと浮かびました。「律」を調べてみると、「正しい」や「強い意志」など意味も良く、何よりボウリングが大好きな一家なので、かつてのボウリング黄金期を築いた１人である中山律子さんと同じ字というところも決め手になりました。

律樹はボール投げが大好きで、家族でよく行くボウリング場で誰かがストライクを取ると、最近では拍手をして盛り上げてくれます。

いつも元気で日々家族を笑顔にしてくれる律樹と一緒にボウリングできる日が楽しみです。

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(☎248-9017)

クリーンピア千曲災害復旧だより

昨年10月の令和元年東日本台風から１年が経過しました。大きな被害を受けたクリーンピア千曲ですが、復旧作業も徐々に進み施設の機能も一歩ずつ回復してきましたので、11月現在の状況をお伝えします。

揚水ポンプの復旧　（R2.9）

地下約20mの下水管から汚水を汲(く)み上げる揚水ポンプが10月に復旧し、運転を再開しました。このポンプの復旧により、安定した汚水の汲み上げが可能になり、雨天時などにマンホールから汚水が溢(あふ)れる心配や、管渠(かんきょ)内で滞留した汚水による悪臭も低減しました。

揚水ポンプが復旧するまでの間は、仮設ポンプ８台を設置して、地上の仮設配管で水処理施設に送水していましたが、現在は仮設ポンプ、仮設配管の撤去も進み、雑然とした場内の風景がまた一歩、従来の姿に近づきました。

また、汚水の浄化については、これまで５系列中２系列の池で生物処理を再開していましたが､11月からはさらに１系列を復旧し、現在､３つの系列で生物処理を行っています。

従来の仮設配管

仮設配管の撤去

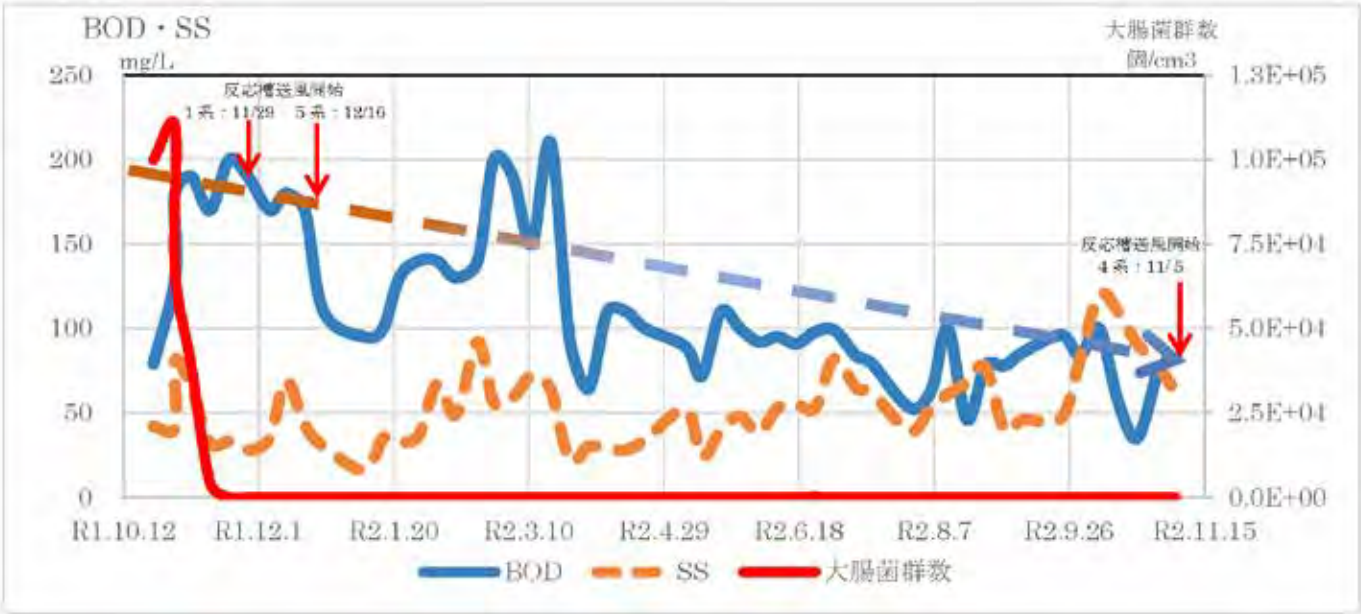
整備中のエアレーション装置

復旧した水処理系列（R2.11）

No1 仮設脱水機の撤去（R2.9）

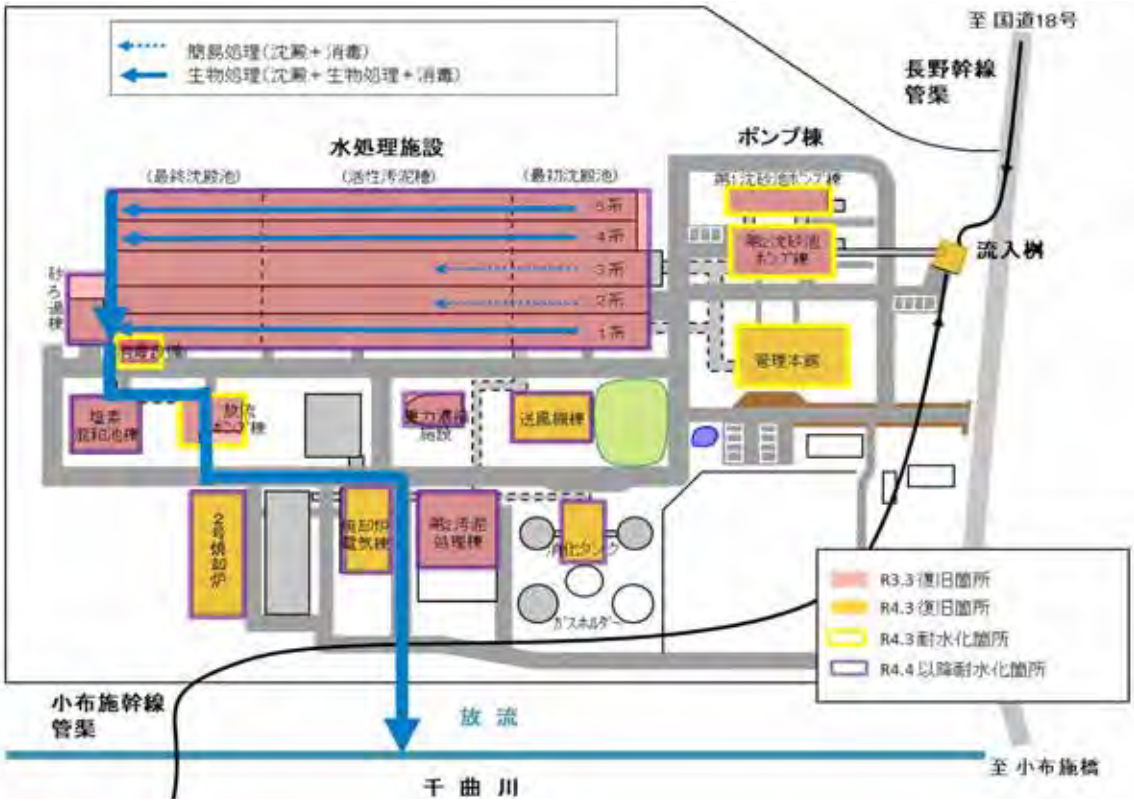
さらに、汚水を浄化する際に発生する汚泥の脱水機も２台中１台が10月に復旧し、屋外に設置していた仮設の汚泥脱水機２台のうち１台を撤去しました。

被災直後からの放流水質の変化



放流水質はその時々の復旧工事などの影響も受け変動していますが、12月以降、５系列の水処理施設のうち残る２つの系列についても順次復旧し、今年度末には５系列全ての池で生物処理を行う予定です。また、汚泥焼却炉、管理本館電源設備・運転制御設備など全ての施設（運動施設を除く。）の本復旧は令和４年３月を目指しています。

現在の汚水処理工程の概要



クリーンピア千曲では「ONE　NAGANO」を合言葉に、多くの皆様の力を得て復旧を急いでいます。ご迷惑をおかけしている皆様には、今しばらくのご理解とご協力をお願いいたします。

ONE NAGANO
みんなでひとつに　がんばろう信州
Working together to support one another

ーお問い合わせ先ー
千曲川流域下水道事務所下流施設課（ｸﾘｰﾝﾋﾟｱ千曲）
電話：026-257-4000　FAX：026-257-4428
電子メール：chikumagawaryuiki@pref.nagano.lg.jp
ホームページ：https://www.pref.nagano.lg.jp/chikumagawaryuiki/

みてみて すざかしどうぶつえん⑧

快適住宅はどんな家

私たち人間は住宅に求める条件がいろいろあります。動物たちにもそれぞれ住まいに求める環境があります。

今回は、チリーフラミンゴたちの獣舎の工夫を紹介します。

野生のチリーフラミンゴは、南アメリカにあるペルーからチリ南端、ブラジル南端からアルゼンチンの山地の塩水湖に数百から数千にもなる**群れ**を作って生活しています。

当園では現在21羽のフラミンゴを飼育しています。野生と比べると、とっても小さな群れです。野生環境とは異なりますが、安心して暮らすことができています。さらに安心して繁殖ができるように、今春からフラミンゴ舎に**鏡**を設置しました。鏡に映る自分たちの姿を見て「たくさんの仲間がいる」と思ってもらえることが目的です。

最初は驚いてしまったのか、鏡のある場所になかなか近づこうとしなかったフラミンゴたちですが、しばらくすると鏡の近くでよく過ごすようになりました。今年の繁殖シーズンは残念ながら卵を産むことはありませんでしたが、フラミンゴたちが一生懸命巣作りした様子を観察できました。

安心して繁殖できるように、これからもよりよい住環境を求めていきます。

■メリークリスマZOO

とき 12月19日(土)、20日(日)

■干支(えと)の引き継ぎ式

子(ネズミ)から丑(ウシ)へ干支を引き継ぎます。

とき 12月20日(日)午後1時15分～1時40分

■冬至イベント

カピバラ温泉が**ゆず湯**になります。

とき 12月22日(火)

■動物園でハッピーニューイヤー

とき 2021年1月1日(金)～3日(日)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。

募集期間 12月15日(火)～2021年1月15日(金)

送付先 〒382-0028 須坂市臥竜2-4-8 須坂市動物園

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントは縮小させていただいております。

■年末など休園日のお知らせ

12月28日(月)から31日(木)は休園日です。

プロジェクションマッピングで医療従事者などへ応援メッセージ

問合せ 健康づくり課(☎026-248-9018)

市では、新型コロナウイルス感染症の治療などに対応されている医療従事者をはじめ、コロナと闘う全ての方を応援しようと、感謝と応援メッセージをツイッターで募り、23件が寄せられました。

寄せられたメッセージの一部を、名古屋大学大学院情報学研究科の遠藤守准教授と、市内在住で長野工業高等専門学校1年生の山岸翔梧さんが時間をかけて作り込んだプログラムをその場で調整し、10月31日午後7時から市役所東庁舎に投影され、応援メッセージを送りました。

プロジェクションマッピングとは、コンピュータで作成したCGとプロジェクタなどの映写機器を使って、建物の壁などに映像を映し、時には音と同期させる技術の総称です。

応援メッセージの他にも、須坂エクササイズや須坂みんなの花火、スザカイザーなども投影されました。

10月31日は、人が集まらないように場所などを非公開とさせていただきました。

当日の映像に加えて、今回寄せられた23件全てをご紹介した動画を作りましたので、下のQRコードからアクセスしてください。

市民リレーインタビュー

No. 9

このコーナーは、普段須坂市に関して思っていることや、考えていることなどを市民の方にインタビューします。

今月号は、アオキタカエさんからバトンを引き継いだ永山宏さんにインタビューしました。

永山宏さんは、群馬県で生まれましたが、幼少期に長野市に来ます。高校卒業後、美術を学ぶため東京の専門学校へ行きました。一昨年結婚し、店舗兼住宅を求め、昨年須坂市に引っ越してきました。

永山宏（ながやまひろし）さん（福島町）

手描きの看板屋さん

祖父が絵描きであったためその影響を受け、小さいころから絵を描くことが好きでした。

前職の木材建築金物店で働く傍ら、Tシャツなどをデザインしていたこともあり、閉業を機に自分の好きな手描きをやろうと決意しました。

「KOKA FACTORY」の名で手描きの看板屋として店を構え、手描き文字やイラストをバイクや車などにも描きます。

手描きは唯一無二で、個性があります。それらに加えて風合いもあります。

昔の看板には味があり、その時代の様子が分かります。文字やイラストにしても同じ物がなく、そんなところが大好きです。職業病なのか、物を見るとき、イラストや字体が目に入ります。見たことのない字体に出会うと、ワクワクします。

この仕事は感性も大切で、たくさんの物を見るようにしています。気になった物は写真に撮るなどしています。

須坂の町並みも好きで、蔵の町の建物や看板からも刺激を受けて得ることが多いです。

リフレッシュできる自然が豊か

妻の影響を受けて自然にふれる楽しさを知りました。

描くことが仕事なので、自然にふれることで、非日常的な感覚になり、リフレッシュできます。須坂には自然がたくさんあり、お昼を持って臥竜公園や百々川へ出かけ、ゆっくりした時間を過ごします。

また自宅周辺にも緑が多く、癒やされます。

来年1月には家族が1人増えるので、3人で須坂の自然を満喫したいと思います。

町や近所付き合い

引っ越して来て感じたことは、近所の温かさです。町のことを親切に教えてくれたり、妻が妊娠しているため、身体を気遣ってくださいます。

また町の役員や消防団の入団も決まっています。地域とのつながりを大切にしていきたいと思います。

広報須坂
発行日 2020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) FAX026-246-0750
〒382-8511 長野県須坂市大字須坂1528-1
URL https://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19,700部(印刷経費1部あたり約37円)

健康長寿は食事から
健康長寿レシピ

「クックパッド」須坂市公式キッチン

信州須坂の台所 47

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、毎月おすすめ料理を紹介します。

松風焼き

食べ物マメ知識

お正月料理の一つとされる松風焼き。表面にごまをまぶし、裏は何もない状態の食べ物であることから「裏には何もない。隠し事がない正直な生き方ができるように」という意味が込められています。

【材料】(４人分)

- 鶏むねひき肉…200ｇ
- ゆでたけのこ…50g
- コマツ菜…50g
- みそ…大さじ1/2
- 酒…大さじ１
- 片栗粉…大さじ２
- 青のり…適量
- シイタケ…２個
- ニンジン…50g
- 卵…１個
- しょうゆ…大さじ１
- 砂糖…大さじ１
- 白、黒ゴマ…適量

【作り方】

① シイタケ、ゆでたけのこ、ニンジンはみじん切りにする。コマツ菜は小口切りにする。

② ボウルに鶏むねひき肉を入れて①と卵、みそ、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉を加えよくこねる。

③ フライパンにアルミホイルを敷き、②を入れ形を整え、青のり、白、黒ごまをふる。

④ ふたをして、中火で15分焼く。

１人分の成分

- エネルギー…181kcal
- 炭水化物…8.6g
- 塩分…1.1g
- たんぱく質…13.1g
- 脂質…10.2g

レシピ動画(第33弾)

レシピ動画は、１分程度です。右のＱＲコードをアクセスすると、ご覧いただけます。

スマホやパソコンなどで『広報須坂』を読めます

「マチイロ」 「マイ広報紙」

よもやまばなし

▼表紙は11月14日に行われたイベントです。市外から参加された男性は、坂田山共生の森にある竜の割石を見てから、このイベントに参加されたそうです。この割石は「鬼滅の刃」の主人公竈戸炭次郎の影響により知名度アップ中です。(岡田)

▼12月になり、そろそろクリスマスの雰囲気が出始める時期ですが、今年のクリスマスは、例年とはプレゼントが違ってくるかもしれませんね。おしゃれなマスクや空気清浄機など…。どんなクリスマスになるか注目しています。(小池)

▼休日の二度寝は幸せな気分になりますが、これは幸福感に作用する脳内ホルモンによるもので、ストレス軽減効果もあるようです。ただし寝すぎて「休日を無駄にした…」と再びストレスを溜めないように注意したいものです。(浦野)

2020年11月１日現在

人口	50,345(−22)
男	24,493(−12)
女	25,852(−10)
世帯	20,224(+10)

(　)内は前月比
※住民登録者数による集計

★災害情報

	10月	2020年1~10月	昨年同期
火災	2	24	14
死者	0	2	0
傷者	0	5	2
救急出動	176	1655	1950
交通事故	8	84	93
急病	114	1072	1302
その他	54	499	555
救助	2	16	14
交通事故	2	9	6
その他	0	7	8

★交通事故

	10月	2020年1~10月	昨年同期
件数	7	87	97
死者	0	0	0
傷者	11	99	112

◎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