

広報

須



坂

12
2022

特集

須坂市この1年



信州須坂ロゲイニング
絶景ポイント発見!!

須坂市

この1年

2022年も残り一月となりました。ウィズコロナで従前とは異なった開催方法でイベントなどが開催されました。

皆さんにとつて、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相田みつをさんのご子息一人さんによる講演。



③田嶋幸三日本サッカー協会会長も出席されました。



④新たな複合機能施設として、須坂駅前ビル「シルキー」1階にオープンしました。



①386人が出席しました。

7月			6月	5月	4月			3月	2月		1月						
24日	20日	18日	1日	21日	29日	24日	9日	2日	1日	21日	23日	5日	27日	16日	9日	1日	
須坂みんなの花火無観客開催			須坂市子育て就労総合支援センター(bota)開設④	相森町花街道同好会が第33回全国「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞	▼動物園ゴールデンウィークだよ！ワクワクふれあいフェア(〜5月5日)			▼五月人形菖蒲の節句(〜6月28日)		動物園代表動物選挙でシロフクロウの「ムース」が代表動物に決定		男女共同参画いきいきフォーラム 相田みつを展(〜3月21日)②		三十段飾り・千体の雛祭り(〜6月28日) 新型コロナウイルス感染症 長野県初「まん延防止等重点措置」が適用(〜2月20日)		動物園でハッピーニューイヤー(〜3日) ▼消防出初式 ▼成人式①	
長野県全県に「医療警報」			須坂市お店限定応援商品券販売開始		北部運動広場人工芝キックオフイベント③			須坂市文化会館メセナホール開館30周年記念公演「コバケンとその仲間たちオーケストラin須坂」		▼須坂市の人口が49,910人となり、5万人を割る		▼須坂市消防団機能別団員制度発足		臥竜公園さくらまつり(〜24日)			
(〜2023年2月28日)																	



⑦色鮮やかな菊を楽しみました。



⑤須坂市動物園開園60周年で大勢の方と動物パレードでお祝いました。



⑧うまいもん祭りに大勢の方が訪れました。



⑥華道家の假屋崎省吾さんによるトーク&デモンストラ
ーションが4回行われました。

11月						10月						9月				8月																																																							
18日	10日	14日	13日	4日	3日	2日	1日	30日	26日	25日	20日	3日	1日	23日	22日	21日	8日	8日	5日	30日																																																			
知事との県民対話集会						新型コロナウイルス感染症「医療緊急事態宣言」 戦没者追悼式						第38回須坂市消防団音楽隊定期演奏会 警戒レベル5「医療特別警報」 長野県全県に新型コロナウイルス感染症						▼「恋人の聖地」プロモーション花火 長野県全県に新型コロナウイルス感染症 感染警戒レベル4「医療警報」 須坂フルーツロゴマーク決定 ▼須坂市表彰式 ▼うまいもん祭り⑧・えびす講						▼カピバラ温泉「華の湯」(〜2023年2月28日) ▼長野県域に新型コロナウイルス感染症 感染警戒レベル4「医療警報」 須坂フルーツロゴマーク決定 第11回須高地域医療福祉を考える集い						第35回信州須坂大菊花展(〜11月15日)⑦ 須坂市建物火災ゼロ365日達成						コンビニ交付サービス開始 デーIn假屋崎省吾⑥ 長野県全県に警戒レベル4「医療警報」						▼須坂市動物園開園60周年⑤ ▼須坂市恋華めぐり2022 スペシャル						アートパーク 恋人の聖地事業 スペシャルデーIn須坂						観光集客施設用地造成工事完了 須坂長野東インターチェンジ周辺地区開発 須坂市賑わい創出拠点「やまじゅう」開設 試行開始 旭ヶ丘地区で住民による生活支援サービス						長野県全県に「医療非常事態宣言」 しよ信州」運用開始 市町村と県による協働電子図書館「デジとしよ信州」運用開始						信州須坂健康スミージーフェス2022 (〜10月2日)					

農業振興を考える

須坂市は日本有数の果樹生産地で、須坂市で生まれた品種はいくつもあります。

須坂市フルーツロゴマークには、須坂市を代表する果実、リンゴ、ブドウ、モモを使っています。10月号はブドウ農家、11月号ではリンゴ農家、今月号はモモ農家にお話をお聞きます。農業振興を考えるは今月号で終了となります。

「ワッサー」は須坂産まれ



なかむらとよひこ
中村豊彦さん（八重森町）

校の時、同じクラスに中村さんが複数人いて、中村さんと呼ぶとみんな振り向くので、担任の先生は父のことを「わたさん」と呼んでいたそうです。そこから同級生は「わたさん」と呼ぶようになりました。

私の父が「山根白桃」と「水野ネクタリン」を混植し、偶然にもモモやネクタリン風味を持ち、食べると口の中に果汁が広がり、カリツとした食感のある「ワッサー」ができました。1988年に登録出願し、1990年に品種登録されました。

父の名前は中村渡で、小学

新しい果物の名前を付けるとき、シンプルでインパクトがあるものにしようと、当時市内にあった青果市場で話をしていると、たまたま同級生もいて「これわたさんのモモかい」という言葉がでて、「ワッサー」がいいということとで「ワッサー」にしました。これが晩生種という品種でお盆頃が食べ頃になります。ほかにも「早生ワッサー」、「中生ワッサー」という品種も父が研究して開発しました。この3種で1カ月ほどワッサーを楽しむことができます。



ます。わずかではありますが、リンゴも栽培しています。リンゴと比較すると、収穫してからすぐに販売し、消費者が口にするまでの期間が短いことに難しさがあります。ワッサーは須坂市で生まれた果物であるからこそ、どこよりもおいしいものを消費者に届けなければならぬと思っています。また果樹栽培に適した地域だからこそ、生産者がおいしいものを消費者に提供することが大切です。地域のレベルアップがより須坂市のブランド力を高めます。須坂全体で盛り上げれば、さまざまな果物の魅力アップにもつながっていきます。

常に平均以上を目指す



かねばやしひろまさ
神林宏昌さん（上八町）

以前は桑畑だったところに父が40〜50年前にモモの木を植えました。小さい頃から自宅の裏に畑があり、いつかは継がないといけないと思い、今年3月に退職してから専業農家として本格的に腰を据えました。それまでは妻が畑を守り、私は休日などに手伝っていました。

現在は、ながの農業協同組合須高もも部会長、フルーツセンター運営委員会副委員長を務め、モモとリンゴを栽培しています。

モモは川中島白桃、白鳳など6品種を栽培しています。例年、モモは台風が来るまでに収穫を終えることができますが、花が咲き出す頃に霜や凍害に遭ってしまつと、その年は収穫できなくなつてし

まいます。そのために、農業共済に加入し、異なる品種、多角的な栽培をしています。

県外の友人にモモを送ると「こんなにおいしいモモを食べたことがない」との感想をもらいます。須坂市の農家の方は良いものを作りたいという思いが強くあります。私も平均以上のものを作りたいと思っています。これが須坂市のおいしい果物作りにつながっていると思います。さらなる向上心が底上げにもつながります。

収穫のために、1年間多くの作業をします。自然相手で難しいところはありますが、消費者の皆さんにおいしいものを届けたい、この一心で頑張っています。



須坂市フルーツロゴマーク決定

問合せ 須坂市農業再生協議会事務局（農林課内）（☎026-248-9004）

総投票数1084中、最多435票、最終審査を経て「須坂市フルーツロゴマーク」のデザインが決定しました。多くの方に投票いただきましたありがとうございます。須坂市産果実のPRなどにご利用ください。

【使用基準】

須坂市産果実の販売、販売促進、消費拡大、普及、

PRなどの目的および本市のイメージアップに寄与する目的で使用する場合に許可します。

【使用上の注意】

▼ロゴマークの使用料は無料です。

▼必ず提供したデータを使用し、形状などを変更しないでください。

▼ロゴマークの標準色は別に

定めるプロセスカラーとします。ただし、グレースケール、単色でも使用を認めます。※商標登録出願中です。

【申請方法】

電子申請フォームより必要事項を記入し、申請してください。申請時に記載されたメールアドレスにダウンロードページのURLをお送りします。

※インターネットの利用が困難な方には、紙による利用申請書の提出を受け付けます。



詳細はこちら



電子申請フォーム

須坂フルーツロゴマークを使って須坂産果実のPRをしてもらいたい



あまのほづみ
天野穂積さん

天野穂積さんは静岡県静岡市在住のグラフィックデザイナーです。退職前は化粧品メーカーでパッケージなどをデザインしていました。

以前、長野県に旅行に来た時、須坂市はブドウなどの果樹の畑が広がっているという印象を受けました。デザインするにあたり、須坂市をマーケティングし、蔵の町ということを知りました。最初は蔵をメインにしたデザインにしようと思いましたが、「信州は山」というイメージが強

く、自然が豊かであること、山のふもとから扇状地をなし、果樹王国としておいしい果物が栽培されるという事をテーマにしました。

今回のデザインは、モモ・ブドウ・リンゴの3種をモチーフとし組み合わせ、さらに信州須坂市の文字をリボンフレームで飾ることでよりブランドイメージを強調しました。リボンフレームは「今後須坂市がさらなるブランド力を高めてもらいたい」との思いを込めました。自然豊かな四阿山、奇妙山、峰の高原を配し、日本有数の果樹産地を表現しました。

投票には、地元のお子さんも参加したと聞きしました。地域の方から選んでもらえたことはとてもうれしく思います。

須坂市フルーツロゴマークを使用していただき、須坂市がおいしい果物の産地であることを全国に発信していくってほしいと思います。

新型コロナウイルスの感染拡大で、医療非常事態宣言が発出されました。例年、冬場は心筋梗塞や脳卒中の発症が多くなり、感染拡大がさらに継続した場合、医療への負荷がさらに深刻化し、手術の延期や救急搬送に時間を要するなど、生活に影響を及ぼすことが懸念されます。引き続きの感染対策をお願いします。

また万が一に備え、下記のとおり準備をしておきましょう。

この冬は、ワクチン接種と、新型コロナ抗原定性検査キット・解熱鎮痛薬の準備を

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時流行すると、発熱外来がひっ迫する可能性があります。

接種を検討してください

新型コロナワクチンの接種

新型コロナワクチンの早期の接種をお願いします。

インフルエンザワクチンの接種

65歳以上の方などの定期接種対象者で、接種を希望される方は早めの接種をお願いします。



発熱などの体調不良時に備え、早めに購入しておきましょう

新型コロナ抗原定性検査キット 解熱鎮痛薬

かかりつけ薬剤師・薬局にお気軽にご相談ください。



市内の検査キット取り扱い薬局



市販の解熱鎮痛薬

あわせて確認しておきましょう

電話相談窓口などの連絡先

受診・相談センターなどお住まいの地域の相談窓口、「救急車医療マニュアル」の参照や#7119（救急要請相談）、#8000（こども医療相談）など

その他、生活必需品なども用意しておきましょう。
（体温計・日持ちする食料（5～7日分）など）



受診・相談センター



救急車利用マニュアル

国が承認した新型コロナ抗原定性検査キットを選びましょう

「研究用」ではなく、国が承認した「医療用」もしくは「一般用」のキットを使用してください。

体外診断
用医療品

医療用

第一類
医療品

一般用

研究用



医療用



一般用



新型コロナワクチン接種

問合せ 新型コロナウイルスワクチン接種推進室(☎026-248-9068)

■2023年1月から集団接種会場を 「須坂市老人福祉センターくつろぎ荘」に変更します

現在、北部体育館で実施している集団接種会場を、**2023年1月から「須坂市老人福祉センターくつろぎ荘」**(須坂市大字仁礼7-16:下図参照)に変更します。

なお、**12月中はこれまでと同様に北部体育館で実施**しますので、お間違えのないようお願いいたします。
【集団接種の予約】※くつろぎ荘では、予約を受け付けておりません。

12月の北部体育館と、2023年1月以降のくつろぎ荘で実施する集団接種は、引き続き下記の方法で予約を受け付けていますので、接種を希望される方は早めの予約をお願いします。

●電話予約…須坂市新型コロナワクチンコールセンター

☎ 0120-567-096 (受付時間: 平日午前9時～午後5時)

●web 予約…右の2次元コードから



予約サイト



※須坂市老人福祉センターくつろぎ荘は、仁礼コミュニティーセンターと同じ建物です。

■追加接種（3回目以降の接種）の使用ワクチンの追加

ワクチンの種類	モデルナ社 オミクロン株(BA.4-5)対応2価ワクチン	武田社ワクチン（ノババックス）
接種対象者	前回接種日から <u>3カ月経過した、18歳以上</u> の方	前回接種日から <u>6カ月経過した、18歳以上</u> の方
留意事項	オミクロン株対応2価ワクチンは、ワクチンのメーカー（ファイザー社やモデルナ社）や、種類（BA.1やBA.4-5）にかかわらず一人1回のみ接種可能です。	ファイザー社やモデルナ社のオミクロン株対応2価ワクチンとは異なり、従来型の1価ワクチンですが、オミクロン株対応2価ワクチンを何らかの理由で接種できない方のための選択肢と位置付けられています。11月8日からは、3回目以降の接種としてこのワクチンを接種した場合、オミクロン株対応2価ワクチンの接種は受けられません。
最寄りの長野県 集団接種会場	・ホテルメトロポリタン長野 (長野市南石堂町1346 JR長野駅ビル直結)	・ホテルメトロポリタン長野 ・長野県長野保健福祉事務所 (長野市大字中御所字岡田98-1)
予約・問合せ	長野県ワクチン接種会場運営事務局 (☎ 026-480-0400 午前9時～午後5時30分)	

V 3 優勝 V 2 昇格



須坂市を拠点にする長野ガロンスのバレーボールVリーグ3部（V3）男子の2022-23シーズンが11月5日に開幕し、10チームが参戦しています。各チームと3回対戦し、3勝2敗で順位は4位（11月22日時点）です。V3優勝、V2昇格を目指し選手は奮闘しています。また今シーズンは有観客となり、ホームゲームの須坂市市民体育館では大勢の方の応援が選手を後押しします。多くの方のご来場をお待ちしています。

試合日程

- 12月3日(土)午後1時
須坂市市民体育館 VS クボタ
- 12月4日(日)午前11時
須坂市市民体育館 VS クボタ
- 2023年1月7日(土)午後1時
奈良県 VS 奈良
- 1月8日(日)午後2時
大阪府 VS 東京V
- 1月9日(月)午前10時
大阪府 VS 千葉
- 1月14日(土)午後1時
須坂市市民体育館 VS 警視庁
- 1月15日(日)午前11時
須坂市市民体育館 VS 近畿
- 1月21日(土)午後1時
愛知県 VS トヨタ自動車

- 1月22日(日)午後1時
愛知県 VS 奈良
- 1月29日(日)午後3時
兵庫県 VS 福岡WS
- 2月4日(土)午後3時
大阪府 VS 福岡WS
- 2月5日(日)正午
大阪府 VS 東京V
- 2月11日(土)午後1時
福岡県 VS 福岡WS
- 2月12日(日)午後2時
福岡県 VS 千葉
- 2月18日(土)午後3時30分
千葉県 VS 警視庁
- 2月19日(日)午後1時
千葉県 VS 千葉
- 2月25日(土)午後3時
大阪府 VS トヨタモビリティ
- 2月26日(日)正午
大阪府 VS 近畿
- 3月4日(土)午後1時
須坂市市民体育館 VS 奈良
- 3月5日(日)午前11時
須坂市市民体育館 VS トヨタ自動車

監督・選手の声

※試合会場と対戦相手の名称を省略しています。

【監督】

メンバーの変更は大きくありませんが、昨シーズンと大きく異なるのは、トータルディフェンスと、シンクロ



しのざきひろし 篠崎 寛 総監督・ジェネラルマネージャー

フォーのオフセンスです。個人技に片寄っていた部分をチーム全体でシステムとして構築しました。バレーボールのスタイルが変わった点に注目してください。目標はV2昇格です。

【選手】
● 福池凌汰(りょうた) キャプテン(背番号4)

今シーズンはより攻撃的なチームになり、チームとしても勝利する姿を皆さんと一緒に味わいたいと思います。多くの声援がチームに力を与えてくれます。迫力あるプレーを観に会場に来てください。
● 矢澤雅敦(みやざわ まこと) 選手(背番号12)
須坂市出身です。ポジションはリベロで、ピンチサーバーも担います。週6日練習し、練習の成果が試合に出るよう一本一本を大切にしています。勝利やV2昇格が須坂市への恩返しにつながります。須坂市市民体育館では、多くの方に来場していただきたいと思います。

須坂市議会議員一般選挙の投票日は 2023年2月5日

問合せ 選挙管理委員会(☎026-248-9022)

任期満了に伴う須坂市議会議員一般選挙を次の日程で行うことを決定しました。

告示日 2023年1月29日

(日)

期日前投票

期間 1月30日(月)～2月4日(土)午前8時30分～午後8時

ところ 市役所305会議室(本庁舎3階)

投票日 2月5日(日)午前7時～午後8時

※第16投票所(峰の原高原)は午前8時～午後6時



立候補される方

次のすべてに該当する方は立候補できます。

▼2022年10月28日までに、須坂市内に住民登録し、引き続き3カ月以上登録のある方で、満25歳以上の日本国籍の方

※立候補する方は供託金30万円が必要です。

立候補手続き等説明会

とき 1月10日(火)午前10時

ところ 市役所305会議室(本庁舎3階)

※各陣営2人まで。

出納責任者会議

とき 1月17日(火)午後1時30分

ところ 市役所305会議室(本庁舎3階)

立候補届出事前審査

とき 1月19日(木)～20日(金)午前9時～午後5時

ところ 市役所305会議室(本庁舎3階)

立候補届出

とき 1月29日(日)午前8時30分～午後5時

ところ 消防本部3階会議室

開票立会人届出

期間 1月29日(日)～2月2日(木)午前8時30分～午後5時

ところ 選挙管理委員会事務局(本庁舎3階)

【立候補予定者の禁止事項】

▼市内に住んでいる方への寄附や贈り物

▼年賀状を出すこと(市外の方や答礼のための自筆のものを除く)

▼正月の自宅への訪問者に飲食物を出すこと(親族を除く)

郵便等による不在者投票 ができます

次の条件に該当する方は、自宅で投票を行える「郵便等投票制度」をご利用いただけます。

対象者

【身体障害者手帳をお持ちの方】

▼両下肢、体幹、移動機能の障がい程度が1級・2級

▼じん臓、呼吸器、心臓、ぼうこう、直腸、小腸の障がい程度が1級・3級

▼免疫、肝臓の障がい程度が1級・3級

【介護保険の被保険者証をお持ちの方】

▼要介護状態区分が要介護5

※戦傷病者手帳をお持ちの方で、制度をご利用される方は事前に選挙管理委員会へお問い合わせください。

申請方法

郵便投票を行うには、事前に次の手順で手続きが必要です。手続きに数日かかるため、早めの手続きをお願いします。

①郵便等投票証明書の申請

郵便投票を行うには、郵便投票ができる者である旨の証明書が必要ですので、お持ち

でない方は選挙管理委員会へ申請してください。

②投票手続き

郵便等投票証明書とあわせて、選挙管理委員会へ投票用紙の請求が必要です。その後、ご自宅に届いた投票用紙を記入し、郵便等により返送することです投票が完了します。

詳しくは、選挙管理委員会へお問い合わせください。



明るい選挙啓発ポスター 作品展

小・中学生から応募いただいたポスターを展示します。

とき 12月19日(月)～2023年1月20日(金)(土・日曜日、12月29日～1月3日を除く)午前8時30分～午後5時15分

ところ 市役所本庁舎3階西側(305会議室)廊下

問合せ 選挙管理委員会事務局(☎026・248・9022)

電力・ガス・食料品等価格高騰 緊急支援給付金

問合せ 福祉課（☎026-213-6131）

広報須坂11月号でお知らせした電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金（1世帯あたり5万円）の詳細をお知らせします。

①住民税均等割非課税世帯

令和4年9月30日に須坂市に住民登録がある世帯で、世帯全員の令和4年度住民税均等割が非課税である世帯

【申請不要の方】

支給対象となる住民税均等割非課税世帯のうち、須坂市から「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」の支給を受けた世帯で、令和4年9月30日時点で世帯構成が同じ世帯には、「お知らせ通知」を送付します。

※「支給のお知らせ」が届いた方には、令和4年12月22日（木）に振込先口座に振込を予定しています。

【申請が必要な方】

世帯主の変更など、世帯に異動があった世帯には11月30日（水）に確認書を送付しました。印字された振込先口座など記載内容を確認し、必要事項を記入の上、返信用封筒で郵送してください。

②令和4年1月以降家計急変世帯

①以外の世帯で予期せず令和4年1月から12月までの家計が急変し、世帯全員が住民税均等割非課税世帯と同様の状況にあると認められる世帯（家計急変世帯）

申請方法

市ホームページで申請書をダウンロードし、必要事項を記入の上、添付書類とともに電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金受付窓口（本庁舎2階）に持参または郵送で提出してください。
申請期限 令和5年1月31日（火）

家計急変世帯の判定方法【令和4年1月から12月までの任意の1カ月の収入×12】が、下表と同じまたはそれ以下

扶養している親族の状況	非課税相当収入限度額	非課税相当所得限度額
単身または扶養親族がいない	930,000円	380,000円
配偶者・扶養親族（計1人）を扶養している	1,378,000円	828,000円
配偶者・扶養親族（計2人）を扶養している	1,683,999円	1,108,000円
配偶者・扶養親族（計3人）を扶養している	2,099,999円	1,388,000円
配偶者・扶養親族（計4人）を扶養している	2,499,999円	1,668,000円
障がい者、未成年者、寡婦、ひとり親※	2,043,999円	1,350,000円

※障がい者、未成年者、寡婦、ひとり親の場合で、限度額に示す金額を超えた場合は、扶養親族などの人数に応じた金額により判定します。

※住民税所得割非課税世帯への、長野県生活困窮世帯緊急支援金（1世帯あたり3万円）は、広報須坂1月号で詳細をお知らせします。

大手事業者・公的機関をかたる SMSの料金未納請求に要注意

問合せ 須坂市消費生活・特殊詐欺被害防止センター
（☎026-248-9002）

SMS（ショートメッセージサービス）とは、携帯電話の番号を宛先にして、短いメッセージのやりとりができるサービスです。

メール内容に従って、記載の電話番号に連絡すると、身に覚えのない料金を要求されます。

この手口は、不特定多数の番号に一斉に送信し、返事がある人を待ち構え、お金を要求します。

次が一例です。

① ある日メールが届いた

利用料金に未納分があります。至急連絡願います。連絡なき場合は法的手続きに移行します。
〇〇サポートセンター
電話 〇〇〇-〇〇
〇〇-〇〇〇〇

② 電話をかけてしまう

もしもし、何のことなのか…

48万円が未納です。このままだと訴訟になります。5万円で訴訟を止めます。コンビニで5万円のプリペイドカードを購入したら連絡ください。

③ もしもし…

5万円分買ってきました。カードの裏面を削ってください。IDを読みあげてください。

④

ID：こここれらはSAGI…

IDは「こここれ…」この瞬間、相手に5万円が渡ります。

SMSを使った料金請求は詐欺です。身に覚えのない請求は無視しましょう！

2023年度 会計年度任用職員募集

受付期間 12月1日(木)～2023年1月6日(金)

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		必要な経験・資格・免許 (取得見込みを含む)
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 ☐ 学芸員 ☐ 現業(技能技術員) ☐ 動物飼育技術員 ☐ 調理技術員(保育園での業務)	▼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 ▼歯科衛生士…歯科衛生士免許 ▼学芸員…学芸員資格 ▼動物飼育技術員…動物に関する学校において、動物飼育業務に係る専門教育の受講者、もしくは動物園などで動物飼育業務に携わった経験 ▼栄養士…栄養士免許 ▼介護支援専門員…介護支援専門員資格 ▼運転技術員…大型1種免許 ▼作業療法士…作業療法士免許 ▼調理技術員…調理師免許、栄養士免許
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 ☐ 一般事務(障がい者) ☐ 徴収員 ☐ 現業(施設管理などの業務) ☐ 現業(障がい者) ☐ 介護支援専門員 ☐ 運転技術員	
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(障がい者) ☐ 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) ☐ 現業(障がい者) ☐ 教員補助員(小・中・支援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)	住所要件
		原則として、応募日現在、須坂市に住所を有する方を優先(市外の方も可)

募集職種・受験資格 上表のとおり

募集人員 各職種とも若干人

申込方法 総務課にある試験申込書に必要事項を記入し、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ダウンロードできます。

申込期限 2023年1月6日(金)(郵送の場合、1月6日(金)必着)

面接試験 1月19日(木)～25日(水)を予定(職種で試験日が異なります)

任用 登録制です。4月から雇用とは限りません(雇用しない場合もあります)。

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

2022年度「全国学力・学習状況調査」 結果の分析と考察

問合せ 学校教育課(☎026-248-9010)

4月に小・中学校で「全国学力・学習状況調査」を実施しました。
須坂市の小・中学校全体の指導の充実や学習状況の改善を目的に、結果の分析・考察をしましたので、その内容をお知らせします。

調査の対象者と内容

【調査日】
2022年4月19日(火)

【対象】

▼小学校6年生：420人
▼中学校3年生：403人

【調査内容】

■教科に関する調査

小学校6年生

▼国語

▼算数

▼理科

中学校3年生

▼国語

▼数学

▼理科

■生活習慣や学習環境等に関する質問紙調査



■教科に関する調査結果の概要（小学校6年生）

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

調査内容	教科別 平均正答率	考察および対策
国語	全国平均を やや下回る	■物語の理解では、内容を叙述や描写を基に捉えられています。また、話し合いの学習では、互いの良さを伝え、認め合いながら話し合いを進め、伝えたいことが明確に捉えられています。 ■文章の要旨を読み取り、記述してまとめることに課題が見られます。また、説明文などの日頃なじみのない文章は、限られた時間で長文を読んで文意をつかむことが難しいようです。 ◆漢字の読み書きは、当該学年で定着できなかった漢字を、ICTなどを活用しながら復習できるよう支援していきます。また、文章の読み取りや要旨をまとめることを正確に行うために、多くの文章に触れる機会をとったり、自分の考えを簡潔に書いたりする学習活動を充実させていきます。
算数	全国平均を 下回る	■正しくかけ算を行い、答えを求める問題や最小公倍数を求める問題の正答率は全国平均とほぼ同じです。 ■自分の考えを記述する問題形式の正答率が低く、無回答率が高い傾向にあります。また、図形の問題では、作図の仕方を筋道立てて説明することに課題が見られます。 ◆答えを求めるだけでなく、その式や答えになる理由を説明する力が求められています。授業では、ペアやグループで考えたり、説明し合ったりする学習活動を取り入れ、自分の考えを説明する力を養っていきます。

調査内容	教科別 平均正答率	考察および対策
理科	全国平均を 下回る	■「エネルギー」「生命」「地球」の3領域は、全国平均に近い結果です。問題形式では、選択式の正答率が比較的高く、記述式の問題で無回答率がやや高めとなっています。 ■質問紙調査では、「理科の学習は好き」「学習したことを日常生活の中で活用できないか考える」と回答した児童の割合が、全国平均を大きく上回っています。学習と生活を結びつけて考えようとする姿勢が育ってきています。 ◆問題解決の力を伸ばしていくために、気付いたことを基に分析解釈し適切な問題を見いだすこと、自分の考えをまとめ文章にすること、知識を生活に関連付けて理解することなどを大切に授業を行っていきます。

■教科に関する調査結果の概要(中学校3年生)

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

調査内容	教科別 平均正答率	考察および対策
国語	全国平均を 下回る	■「わが国の言語文化に関する事項」は、特に書写の分野の知識では全国平均とほぼ同じ正答率となっています。 ■「情報の扱い方に関する事項」は、無回答率が高く、文章中から必要な情報を引用し自分の考えを書くことに課題が見られます。 ■「思考力・判断力・表現力等」は、全国平均を下回っており、特に会話文の一部を出題の条件に沿って話し言葉に直し、書くことに課題が見られます。 ◆言語の知識はあるが活用しきれず、情報を読み取り表現することに課題が見られるため、さまざまな文章に触れ情報を読み取り、グループ学習などで表現し合う授業を積み重ねて力をつけていきます。
数学	全国平均を 下回る	■データの傾向を捉え判断の理由を説明する問題は、全国平均とほぼ同じで、判断の理由を数学的な表現を用いて説明することができています。一方で、与えられた表やグラフを用いて解決の方法を説明する問題、目的に応じその意味を読み取る問題、事柄が成り立つ理由を説明する問題に課題が見られます。 ◆自分の考えをノートへ記述する際に、自分自身の言葉や表現での記述を増やすことや、グループで発表の場を増やし、友だちの意見や考え方をすることで、整理して理解を深めていくことを大切に授業を進めていきます。
理科	全国平均を やや下回る	■エネルギーを柱とする領域では、力とばねの伸びに関する問題、静電気の性質など身近な事象に関する知識・技能は全国平均とほぼ同じです。自然事象に触れる機会を大切に、実験を十分に行うことで自然事象に対する興味関心や問題を追究するための技能を高めることができています結果と考えられます。 ◆脊椎動物の骨格の観察など規則性を考察する問題に課題が見られます。授業では、実験の考察を自分の言葉できちんと文章にし、友だちの考察と比較することを通して、実験結果から論理的な考察をする力を身につけさせていきます。

■生活習慣や学習環境等に関する質問紙調査の結果概要

学習意欲や学習方法、学習環境、生活の諸側面等に関する調査です。

【自分の良さを自覚し、前向きに生活していこうとする姿が見られます】

自分には良いところがあると思う	小学生の回答は79%であり、全国平均より10ポイント高く、中学生の回答も79%であり、全国平均より5ポイント高いことが分かりました。自己肯定感の高さは、物事に対する意欲と行動力につながります。
自分でやると決めたことは、やり遂げるようにしている	小学生の回答は87%であり、全国平均より4ポイント高く、中学生の回答も87%であり、全国平均より7ポイント高いことが分かりました。目標や目的をもって、粘り強く物事に取り組むことのできる児童生徒が多いことが分かります。
難しいことでも、失敗を恐れずに挑戦している	小学生の回答は73%であり、全国平均より6ポイント高く、中学生の回答は67%であり、全国平均より14ポイント高いことが分かりました。励まし合ったり、認め合ったりする雰囲気や、何事にも挑戦できる環境があることを示しています。生活の中で達成感や満足感を味わえるような取り組みを、今後も大切にしていけます。

質問紙調査では、小中学生ともに、肯定的に回答した児童生徒は、国語、算数・数学、理科の正答率が高い傾向にあります。

【1人1台端末を活用した学習が進みつつあります】

学校で、授業中に自分で調べる場面で、PC・タブレットなどのICT機器を、週に3日以上使用している(インターネット検索など)	小学生の回答は54%であり、全国平均より10ポイント高く、中学生の回答は46%であり、全国平均より9ポイント高いことが分かりました。教科書では分かりにくい内容や、さらに詳しく調べたい内容などを、個人で深く追究することができています。また中学生では、国語、数学、理科に苦手意識をもつ生徒ほど、ICT機器を多く利用して分からないことを調べていると回答する傾向が見られました。
学校で、学級の生徒と意見を交換する場面で、PC・タブレットなどのICT機器を、週に3日以上使用している	小学生の回答は30%であり、全国平均より8ポイント高く、中学生の回答は21%であり、全国平均より4ポイント高いことが分かりました。授業では、グループ学習などで、1人1台端末を使って友だちと意見交換したり、考えを深め合ったりする学習が行われるようになってきています。
学校で、自分の考えをまとめ、発表する場面で、PC・タブレットなどのICT機器を、週に3日以上使用している	小学生の回答は24%であり、全国平均より3ポイント高く、中学生の回答は21%であり、全国平均より6ポイント高いことが分かりました。発表のための資料を、パソコン上で作成し、発信する機会が増えることにより、児童生徒が主体的に学習に関わる機会が増えてきています。

勉強に苦手意識のある児童生徒にとって、端末で分からないことを調べたり、友だちの考えを知ったりするなど、学習の手助けとなっていることが分かります。今後も1人1台端末を活用した学習を積極的に行い、児童生徒の資質・能力の育成に努めていきます。

※ICTとは、「information and communication technology」の略語で、情報通信技術を使ってデジタル化された情報をやりとりする技術のことです。

新しい民生児童委員の 皆さんを紹介します

市民の皆さんと行政機関とのパイプ役として、高齢者・障がい者・児童・母子福祉や生活保護など、地域福祉増進のための相談や援助の活動をしていただきます。お気軽にご相談ください。（委員の任期：2025年11月30日までの3年間）
問合せ 福祉課（☎02612489003）

各町担当の 民生児童委員（敬称略）

穀町	宮崎 安妃子
上町	牧野 勇治
本上町	小林 幸江
上中町	山崎 ゆき
中町	中野 博勝
春木町	高相 道子
春木町	中澤 強
春木町	佐藤 政世
太子町	渡辺 淳子
新町	廣田 優美子
常盤町	久保 隆子
東横町	永井 裕子
南横町	高原 里子
立町	西田 幸恵
馬場町	小池 まさ枝

馬場町	岡田 俊昭
馬場町	高島 好子
須坂ハイランド町	荒井 和夫
坂田町	伊藤 康雄
坂田町	塚田 啓子
南原町	黒岩 和茂
南原町	市原 紀伊子
南原町	大峽 ユリ子
北原町	遠藤 孝夫
小山町	小林 正人
小山町	永井 公子
屋部町	小林 富美子
屋部町	豊田 和美
屋部町	佐藤 昭雄
屋部町	松田 タツ子
八幡町	田幸 久子
八幡町	松野 妙子
八幡町	池田 尚登
境沢町	永田 繁江
境沢町	佐藤 達夫

相森町	内田 和彦
相森町	土屋 敦子
高橋町	岡本 洋子
高橋町	目黒 敦子
高橋町	北村 恵美
大谷町	小林 茂子
大谷町	遠藤 秀夫
本郷町	中村 賀文
本郷町	竹本 清子
本郷町	返町 貞子
高畑町	黒岩 健一
南小河原町	竹前 あけみ
小河原町	山岸 衛
新田町	佐藤 かほる
小島町	市村 茂
相之島町	市村 紀子
北相之島町	中根 紀子
北相之島町	市村 さち子
北相之島町	森泉 あや子
豊島町	竹村 美穂
旭ヶ丘町	塚田 文子
旭ヶ丘町	久保田 香代子
旭ヶ丘町	大島 幸治
旭ヶ丘町	山崎 美代子
北旭ヶ丘町	関谷 俊生
北旭ヶ丘町	東海林 文子
北旭ヶ丘町	富田 正文
松川町	豊田 孝美
光ヶ丘ニュータウン	駒津 幸男
八重森町	勝山 昇
沼目町	田中 尚子
塩川町	有坂 裕子
塩川町	長野 弘志

塩川町	中澤 正彦
高梨町	池田 雄二
高梨町	伊藤 京子
五閑町	青木 信一
村山町	豊田 満佐雄
田の神町	市村 佳一
井上町	佐藤 元
井上町	清水 明子
井上町	丸山 訓宏
福島町	滝澤 勝己
中島町	竹内 清美
九反田町	丸田 勉
幸高町	小林 健一
米持町	西澤 京子
米持町	三浦 周治
二睦町	関野 孝子
上八町	丸田 千代美
下八町	萩原 正直
村石町	稲田 恭久
明徳町	西澤 富夫
望岳台	小林 良子
望岳台	小林 良子
望岳台	望岳台
仁礼町	卯之原 慶治
仁礼町	滝澤 やすえ
仁礼町	村橋 照男
仁礼町	羽生田 修
亀倉町	宮川 節子
亀倉町	松峯 悦子
夏端町	水落 和子
米子町	竹前 眞澄
塩野町	山岸 けい子
峰の原高原	三上 葉子
大日向町	宮本 一敬

豊丘町	黒岩 晴子
豊丘町	山口 和代
豊丘上町	山岸 チイ子

各地域担当の 主任児童委員（敬称略）

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

上町	朝間 春子
新町	荒井 忠男
東横町	廣田 紀子
南原町	須田 朋子
境沢町	小泉 善彦
相森町	松崎 喜和
新田町	加藤 善正
旭ヶ丘町	坪井 一憲
高梨町	中島 貴洋
米持町	岡田 哲夫
塩野町	宮下 芳一
豊丘町	丸山 由利子

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる社会のために

問合せ 福祉課(☎026-248-9003)

毎年12月3日から9日まで
は「障害者週間」です。障害
者週間は、障がい者があらゆ
る分野の社会活動に参加する
ことを促進するため、「障害
者基本法」により定められて
います。

須坂市は「障がいのある人
もない人も、みんな同じく、
いきいきと安心して暮らせる
まち」を目指しています。そ
のためには、お互いが尊重し
あい、支えあう社会に向けて
理解と行動が必要です。



**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。

障がい児・者への相談支援

障がいのある人の地域生活
を支援するため、須坂市・小
布施町・高山村が共同で障が
い者の相談事業を委託してい
ます。福祉サービスの利用や
地域生活全般の相談にきめ細
かに対応します。

時間 平日午前9時～午後
6時

ところ 須高地域総合支援セ
ンター（須坂シヨツピングセ
ンター内）

相談内容 ▼福祉、保健、医療
などサービスの情報提供▼家
庭訪問や来所による相談▼地
域資源全般に関する相談など
問合せ NPO法人須高地域
総合支援センター
☎026-248-3750

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



▲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。



▶ヘルプマーク

配布場所

▼福祉課
▼県立信州医療センター

**【ヘルプカード・ヘルプマーク
を見かけたら】**

▼電車やバスでは積極的に席
をお譲りください。
▼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。

**生活のしづらさなどに
関する調査（全国在宅障が
い児・者等実態調査）**

厚生労働省では、障がい者
施策の推進に向け、在宅の障
がい児・者などの生活実態と
ニーズを把握することを目的
とした調査を実施します。

調査地区内の世帯に調査員
が訪問し、趣旨などを説明の
上、調査対象者の有無を確認
します。該当者がいる場合は
調査票をお渡ししますので、
ご協力をお願いします。

※調査員は、長野県知事から
委嘱された調査員証を提示し
ます。

期 間 12月1日(木)～22日(木)
問合せ 福祉課
☎026-248-9003

人生の最期に幸せが増えるように「家族らと」人生会議を 須高地域医療福祉を考える集い

10月29日、平方眞愛と病院副院長を講師に招き、メセナホールで講演会を開催し、87人が参加しました。

人生の最期に「これで良かった」と思える人生を送るためにも、元気なときから自分が望む最期を伝えることや話し合うことが大切です。平方講師は、そのために役立つ会話は全部「人生会議」であることや、人生が残りわずかであるとかかった時に行う「死の準備」と、気持ちの準備である「死



の覚悟」は分けて考えることが良いと伝えていきます。

人生会議

「ご本人とご家族が、医療従事者や介護提供者などと一緒に、現在の病気だけでなく、意思決定する能力が低下した場合に備え、あらかじめ、終末期を含めた今後の医療や介護に関して話し合うことや、意思決定ができなくなった時に備えて、本人に代わって意思決定をする人を決めておくプロセスのことです。」

人生会議の目的

自分が望んでいることは何か、大切にしていることは何か、不安に感じていることは何かなどを、主体的に考え、家族や友人など周囲で最も信頼できる人として

もに話し合っていていき、「本当の思い」を共有することです。

人生会議を気楽に始めましょう

切羽詰まった状態で話を始めると、焦って結論を急いでしまい希望が十分反映されないことがあります。人生会議は「早いうちからちよつとずつ、できることから話を始める」ことが大切です。

当日の様子は、左の2次元コードからアクセスできます。



まとめ

- ・人生は一度きり、そしていつか終わる
- ・人生は予定通りに行くとは限らない
- ・予定通りでないときに「こんなはずじゃない」と思わないための準備は必要
- ・そのために「人生会議」
- ・今できることをしておくこと、機会をみつけて人生会議を始める勇気が必要
- ・死ぬときには「これで良かった」と思いたい

かかりつけ医を持つことが大事です

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。

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、自己判断による受診控えによる重症化などを防ぎます。

家族などと「人生会議」をする上でも、大事な存在になります。

今冬はインフルエンザの流行にも注意しましょう

国内で新型コロナウイルス感染症の流行が始まった2020年2月以降、インフルエンザの患者数が減少し、過去2年間国内での流行がなかったため、インフルエンザに対する集団免疫が低下していると言われてます。そのため、感染が起ると全ての年齢の方が感染する可能性があるため、インフルエンザにも注意が必要です。

インフルエンザの感染は、咳や鼻汁からの飛沫感染、接触感染です。

感染対策としては、予防接種と感染予防が重要で、季節性インフルエンザワクチン接種は発症予防と重症化予防の効果がありますので、積極的な接種を推奨します。

感染予防のためには、咳エチケットや手洗い、マスクの着用が大切です。また、三密（密集、密接、密閉）の回避のため、冬場もこまめな換気（エアコン併用で室温28℃以下）を心がけましょう。

冬の省エネ・節電をしましょう！

問合せ 生活環境課(☎026-248-9019)

地球温暖化の原因は、温室効果ガスの増加です。中でも、二酸化炭素が大きな影響を及ぼしています。二酸化炭素を減らすためには、省エネ・節電で、エネルギーの使用量を減らすことが一つの対策とされています。

国では、燃料価格の高騰などによる電力需給の逼迫や電気料金の値上がりを踏まえ、12月1日～2023年3月末まで節電要請を行っています。

また「2050ゼロカーボン」の実現のためにも、省エネ・節電に取り組み、寒さ対策をしましょう。

省エネ・節電しながら冬を快適に

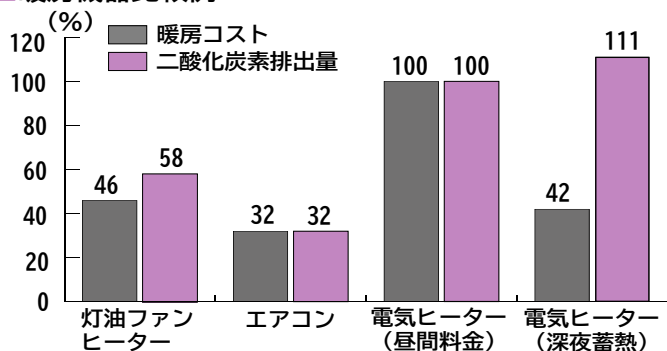
①暖房器具はエアコンを選ぶ
エアコンは、電気で熱を発生させるのではなく、ヒートポンプという効率性の高い技術で外気から熱を集め、室内に放出します。そのため、少ない電力で、室内を暖めることができます。

★「エアコンを賢く使いましょう」
暖房は20℃を目安としましょう。1℃の変更に約10%の省エネにつながります。
★風向き板を上手に使用しましょう。暖房の場合は下向きにすると効果的です。
★室外機の吹き出し口周辺には物を置かず、降雪時には、

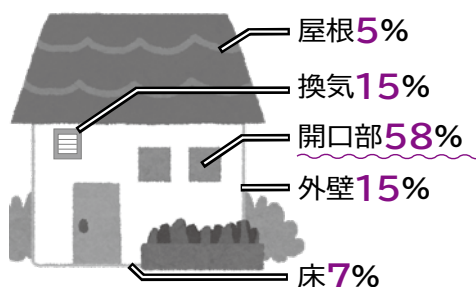


エネ基準達成率の高い機種を選びましょう。

■暖房機器比較例（出典 信州版冬の省エネガイドブック 2021）



■熱が流出する割合（暖房時）



（参考 信州版冬の省エネガイドブック 2021）

②窓から熱を逃さない
熱は、温度の高いところから低いところへ移動するため、建物の各部から外へ流出してしまいます。
★雪対策も行いましょう。
★フィルターは2週間に1度掃除しましょう。

③ウォームビズであたたまる首・手首・足首の「三つの首」をあたたため、お腹の中から温まる熱い飲み物・食事をとるなど、自分自身があたたまる工夫をしましょう。
右図のように、流出する割合が最も高いのは、窓などの開口部です。窓を断熱することで暖房時に必要なエネルギーを減らすことができます。
【窓の断熱をしましょう】
★断熱性の高い遮熱カーテンを活用し、丈は床に届く長さにしましょう。

【その他の省エネ・節電対策】
★こたつの下敷きの下に、アルミ蒸着シートのアルミ面を上に向け敷くと保温効果があります。
★お風呂の追いだきや自動保温を減らすため、2人以上の家庭は、間隔を開けずに続けて入りましょう：2時間の放置で4・5℃低下した200リットルの追いだきを1日1回減らした場合、年間約6000円の節約につながります。
★シャワーの流しっぱなしに気を付けましょう：45℃のお湯を1分間短縮した場合、光熱水費は年間約3000円の節約につながります。
【信州版冬の省エネガイドブックで温暖化防止】
長野県地球温暖化防止活動推進センターホームページにて、一般家庭向けの取組例を紹介していますので、ご覧ください。



除雪

除雪作業にご協力をお願いします

問合せ 道路河川課(☎026-248-9006)

市では、降雪時に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6300万円を支出しました。

自宅の周りなどの除雪にご協力をお願いします

- ▼身近な生活道路などの除雪
- ▼除雪ドーザ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、車道が狭まり、交通に支

障が生じますので、絶対に道路に出さないでください。

▼道路の雪は、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。

※雪を放置すると、徐々に水分を吸い、凍結してしまいます。降雪後は、なるべく早めの除雪をお願いします。

凍結防止剤は各町区から受け取ってください

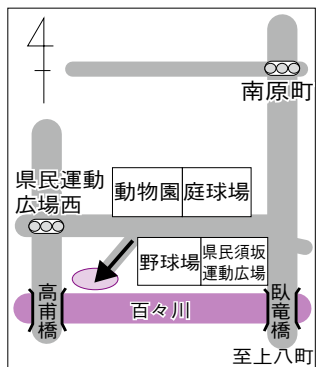
市道に散布するための凍結防止剤を各町区に配布しています。凍結防止剤は、年々値上がりしています。財政負担が増加しているため、適切な使用をお願いします。

●排雪場所

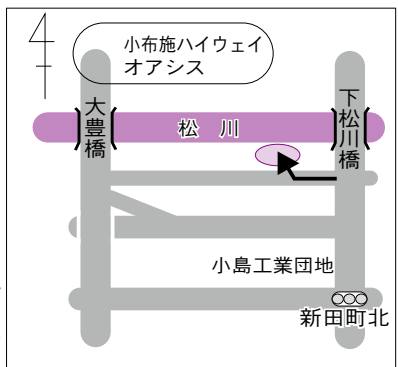
たまった雪は、市が指定している2カ所の排雪場所に捨ててください。(図の○の場所)
※雪と一緒に、ごみを捨てるのは絶対にやめてください。
※奥から整然と捨ててください。

開場時間：午前8時～午後5時

▼百々川緑地排雪場



▼下松川排雪場



※下松川排雪場は幅員が狭いため、2t車以下のみ利用可能です。

水道

冬季の水道管理

問合せ 上下水道課(☎026-248-9013)

水道の凍結対策

給水管、蛇口、トイレのタンクなどの給水装置は、建物の所有者の設備です。

マイナス4℃以下になると水道管や蛇口は、凍結し破裂してしまふ恐れがあります。

凍結防止のため、次の対策を行いましょう。

▼水道管の水抜きを行う。

特に、屋外にある水道は凍結しやすいです。また、空き家などで水道管の凍結による破裂が増加しています。長期間使用する予定のない水道も必ず水抜きを行ってください。

水抜き方法 ①水抜き栓を閉める②蛇口を開ける③水が抜けたら蛇口を閉める

▼メーターボックス内に保温材などを入れる。

メーターは貸与品です。破損した場合は弁償金をいただきます。

▼むき出しになっている水道

管などには、保温材や凍結防止用の電熱線を巻く。

▼凍結防止用の電熱線が巻いてある場合、冬季間は、コンセントに差したままにする。

※破裂してしまった場合は、市指定の給水装置工業者に相談・修理依頼してください。

修理にかかった費用は、全額自己負担になります。

※水道局では、修繕工事、凍結対応業務、水抜き作業などに対応できません。

メーターボックス周辺の除雪にもご協力を

ふたを開けて検針できるように、積雪時は、メーターボックスや止水栓周辺の除雪をお願いします。

※検針ができない場合は、暫定的に推量で認定し、次回以降の精算となります。

問合せ 営業課

☎026-248-9012

年末年始の主な生活関連施設などのご案内

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



12月28日(水)～2023年1月4日(水)の営業は下表のとおりです

○…営業 △…一部営業 ×…休み	12月				1月			
	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)
市役所(水道業務含む)	○	×	×	×	×	×	×	○
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(木)～1月3日(火)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(木)～1月3日(火)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(0248-9002) ▼市役所代表電話番号(0245-1400)

【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
(0245-1402)

松川苑(火葬場)

1月1日(日)のみ休業します。
問合せ 松川苑
(0245-2268)

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)

営業日の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(金)は午前8時40分～正午まで受け入れます。

▼エコサポートすざか資源物など年内は12月18日(日)で終了し、年明けは1月14日(土)から通常営業します。

問合せ 生活環境課
(0248-9019)

し尿の収集

年内は12月28日(水)まで収集します。12月15日(木)の午後5時までに申し込んでください。

申込・問合せ 環境クリエーション(0245-9400)

すざか市民バス

▼仙仁線：運休なし
▼その他の路線：12月30日(金)～1月3日(火)は運休
※米子線は1月1日(日)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(0296-3208) ▼市民課(0248-9002)

すざか乗合タクシー

12月29日(木)～1月3日(火)は運休します。

申込期限 ▼午前の便：利用希望日の前日の午後8時まで
▼午後の便：利用希望日の午前11時まで

※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
(0248-0777)

問合せ 市民課
(0248-9002)

湯っ蔵んど

31日(土)は午後6時閉館(入館午後5時まで)します。1月1日(日)午前11時～午後9時です。

営業時間 午前10時～午後10時
問合せ 湯っ蔵んど
(0248-6868)

須坂温泉古城荘

年末年始は休業します。
営業時間 午前6時～午後9時
問合せ 須坂温泉古城荘
(0245-1460)

地方創生関連交付金などを活用した事業

事業名	事業内容	事業費
「フルーツエール」を核とした果樹振興と賑わい創出事業（2017～19年度）	須坂産の「くだもの」を使用したフルーツ発泡酒「フルーツエール」を通じて、まちの賑わい創出と「くだもの」のまち須坂の全国PR、須坂産果物のブランド化を図る。	7,543万円 (うち交付金3,774万円)
健康スミージーを活用したまちのにぎわいづくり事業（2017～19年度）	須坂産の「くだもの」などを使用したオリジナル健康スミージーの開発・普及、販路拡大による町の賑わい創出を図る。	2,251万円 (うち交付金1,125万円)
『まるごと博物館構想』を核とした「人・地域資源」で紡ぎだすまちの元気創出事業（2020～22年度）	市内におけるあらゆる地域資源を活用した「まるごと博物館構想」による文化振興と新たな市の観光イメージとしてブランディング化を図り、訪れる人の流れを市内各所に循環させる仕組みをつくる。	3億5,633万円 (うち交付金1億7,816万円)
子育て・就労総合支援拠点（仮称）整備計画（2021～22年度）	就労相談・利用者用託児など子育てから交流、そして就労まで一貫したワンストップの支援機能を有する多機能・分野横断型サービス施設を整備。	3億9,549万円 (うち交付金1億9,644万円)

※地方創生関連交付金には交付税のほかに交付税により財源措置があります。

詳細は市ホームページに掲載してあります。2次元コードを読み取ってご覧ください。



子や孫に過度の負担をさせず、持続的発展する須坂市を目指して

今年故人になられた実業家の稲盛和夫氏は「より良い仕事をしていくには、自分のことだけを考えて判断するのではなく、まわりの人のことを考え、思いやりに満ちた『利他の心』に立って判断をすべき」と述べています。

市内で会社経営をされている方、自営業の方は、稲盛氏の考え「利他の心」で経営をされ、お話を伺いすると多くのことを学べます。市民サービスも「利他の心」は、一番肝要と私は考えていますので、市政運営、財政運営の参考になります。

【厳しい財政状況と知恵を絞った賢い補助制度の活用】

須坂市民一人当たりの市税収入は県内19市中17番目であり、財政基盤は脆弱であります。しかし、厳しい財政状況の中、行財政改革を実施するとともに、国、県などの補助制度を活用し、市役所庁舎、小・中学校などの耐震補強工事と老朽化した施設の建替えや長寿命化改修工事を進めてきました。

市役所庁舎、小・中学校舎、市民体育館の耐震補強、保育園、地域公民館、学校給食センターの建て替え、メセナホールの長寿命化改修、須坂市子育て就労総合支援センター設置、恋人の聖地事業などを国や県の補助制度を賢く活用したほか、世代間の負担の公平のため、職員が知恵を絞り財源措置のある「有利な市債」も活用してきました。

【今後の見通しと対策】

人口減少と超高齢社会の到来により、収入は減少し、社会保障費が増加、さらに、道路、橋梁などの公共施設の老朽化などにより維持修繕費は増加します。このような中、「信州須坂ふるさと応援寄附金」が、2021年度は受け入れ額で、県内市町村の中で第2位となり、税収の約3分の1にあたる、過去最高額の約23億円のご寄附をいただきました。収入の支えとなった「ふるさと応援寄附金」は安定財源ではありません。したがって、引き続き、真に必要な事業の選択、維持管理費の配慮、広域連携、デジタル化、徹底した財源確保、職員のチャレンジ精神の一層の醸成、教育、産業など成長分野への投資と社会的要支援者へ配慮を念頭に須坂市の持続的発展を目指してまいります。

須坂市長 三木正夫

木

金

土

1 マ 東横町公会堂・大日向町公会堂(P38) パ 仁礼コミュニティセンター(10:00~12:00)	2 マ 穀町公会堂・相森町公会堂(P38) 健 3カ月児健康診査(P32)	3 イ 長野☆ガロンスホームゲーム(P8) イ 市内小学生版画展(~25日)(P30)
8 マ 大谷町研修センター・中町公会堂(P38)	9 マ 新町公会堂・高梨町公会堂・村山町公会堂(P38) イ 認知症家族のつどい(P30)	10 イ 版画美術館イベント(P30) イ 長野パルセイロレディースホームゲーム(P30)
15 講 高齢者健康教室(P30) 講 もぐもぐ離乳食講座(P32)	16 マ 豊島町公会堂・松川町公会堂(P38) 健 1歳6カ月児健康診査(P32)	17 講 うつ病の方の家族教室(P30) 講 SNS活用セミナー(P31) 知 空き家相談会(P27) イ REWILD NINJA SNOW HIGHLANDオープン予定日(P24) イ データベース体験会(P25)
22 健 3歳児健康診査(P32) イ 動物園冬至イベント(P42)	23 イ クリスマスに聴く「ナルニア国」の物語(P25)	24 イ メリークリスマスZOO(~25日)(P42)
29 診 信州医療センター	30 診 信州医療センター	31 診 信州医療センター
5 健 3カ月児健康診査(P32)	6	7

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(要予約) と き 月~金曜日※、第2土曜日 ところ・問合せ(いずれも長野市) ▼長野北年金事務所 ☎244-4100 ▼長野南年金事務所 ☎227-1284
結婚相談 ☎214-1026 と き 18日(日) 9:00~12:00 ところ 社会福祉協議会(要予約)
弁護士の無料法律相談 ☎248-9977 と き 8日(木)、22日(木) 13:00~16:00 ところ 須坂市生涯学習センター 問合せ まいさぼ須坂(要予約)
不動産無料相談 ☎228-2130 と き 15日(木) 10:00~15:00 ところ 長野県不動産会館(長野市) 問合せ 県宅地建物取引業協会長野支部
シルバー人材センター入会説明 ☎246-2003 と き 21日(水) 13:30~ ところ シルバー人材センター
もの忘れ相談日 と き 28日(水) 8:30~17:15 ところ ▼地域包括支援センター (本庁舎2階) ☎245-4566 ▼地域包括支援センター須坂 やすらぎの園 ☎214-2611

※12月29日~2023年1月3日を除く

2022年

12月

- マ …マイナンバーカード支援窓口
- 診 …休日緊急診療室
- 健 …各種健康診査など
- 講 …各種講座・教室
- 知 …お知らせなど
- イ …イベント情報など
- パ …おでかけパソコン教室など

税金などの納期限

納期限・口座振替日
12月26日(月)

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

日 月 火 水

●スマートフォンやタブレット、パソコンの操作などでお困りのことがありましたら、須坂市技術情報センターにご相談ください。
☎026-251-2255

4 診 信州医療センター イ 長野☆ガロンスホームゲーム(P8)	5 マ 野辺町公会堂・望岳台公会堂(P38)	6 マ 馬場町公会堂・春木町公会堂・明徳町公会堂(P38) 講 かみかみ離乳食講座(P32)	7 マ 新田町公会堂・八幡町公会堂・上町公会堂(P38)
11 診 信州医療センター	12 マ 五閑町公会堂(P38)	13 マ 上中町公会堂(P38) 健 2歳児健康相談(P32) 講 高津住職のお勝手(P34)	14 マ 光ヶ丘ニュータウン公会堂(P38) 講 介護教室(P30)
18 「須坂市家庭の日」 診 信州医療センター 知 すざかこども食堂フードパントリー(P27) イ 世界の民俗人形博物館イベント(P30)	19 イ 明るい選挙啓発ポスター作品展(～2023年1月20日)(P9) パ 日野地域公民館(10:00～12:00)	20 健 1歳児健康相談(P32) イ 料理交流会(P30)	21
25 診 信州医療センター イ 動物園干支の引き継ぎ式(P42)	26 税金などの納期限 ※詳細は上段をご覧ください。	27	28 講 お正月のアレンジフラワー教室(P34) 講 お正月の盛花アレンジメント教室(P34)
1/1 診 信州医療センター イ 動物園でハッピーニューイヤー(～3日)(P42)	2 診 信州医療センター イ 坂田山新春ウォーキング(P30)	3 診 信州医療センター	4 知 お正月Uターン移住相談会(～6日)(P27) イ 書き初めをしよう！(P34) イ 須高書道大会作品展(～31日)(P35)



を利用して
峰の原を楽しもう！



公式LINE



公式ホームページ

問合せ 商業観光課(☎026-248-9005)

須坂市峰の高原にある「REWILD NINJA SNOW HIGHLAND」は市内唯一のスキー場で市街地から車で30分程度の場所にあります。
リフト券や物販の購入、ペンションで使える「須坂市お店限定応援商品券」を利用して、峰の原をお得に満喫しませんか。



オープン情報

初心者・中級者・上級者コースの全10コースがあります。
駐車場は800台分のスペースを確保し、無料でご利用いただけます。
オープン日 12月17日(土)午前8時30分オープン予定

「スキー場営業日時」

期 間 2023年3月26日(日)まで
営業時間 午前8時30分～午後4時30分
※原則土・日曜日および祝日、年末年始の営業です。詳しくは公式ホームページをご確認ください。
問合せ REWILD NINJA SNOW HIGHLAND
☎0268-71-0464

アクティビティの紹介

●雪山を使ったオーロラ・イルミネーションが大出現！
日没後、雪山全体を幻想的に彩るオーロラ・イルミネー



ションショー「ボレアリゾン」を開催します。入場無料です。
●家族で遊べるキッズパーク
利用時間は午前10時から午後3時までです。レンタルでそり遊びもできます。スノーチューブコース、8mのロングブランコ、30種以上のアクティビティをご用意しています。



1日リフト券割引券をご利用ください

昨年まで須坂市内の小中学生を対象に配布していたリフト券割引券を、今年度から須坂市内にお住まいの方であれば、どなたでも使えるように、全戸に配布するようにしました。
1日券が1500円割り引きになります。利用総数が1700枚に達し次第終了となりますので、お早めにご利用ください。
詳細は配布しましたチラシをご覧ください。

ペンションに宿泊してみませんか

峰の高原旅館組合加盟のペンションなどに宿泊された中学生以下の方を対象に、リフト券をサービスしています。
ペンションのおいしい食事とアットホームな空間でリゾート気分を味わいましょう。
※「須坂市お店限定応援商品券」が利用できるペンションもあります。

問合せ 峰の高原旅館組合
☎070-4494-2801

利用期間 12月17日(土)予定
2023年3月26日(日)
利用方法 リフト券売り場へ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



利用総数を確認できます

須坂図書館からのお知らせ

問合せ 市立須坂図書館

(☎026-245-0784 FAX 026-245-4313)

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2次元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！ ぜひご来場ください。

とき 12月10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

出演 親子紙芝居「かみっばの皆さん」

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

※申込不要・参加費無料。

※コロナ対策として、間隔を空けた椅子席でご覧いただきます。マスクの着用や検温のご協力をお願いします。



法情報データベース体験会

身近なことから本格的な質問まで、この機会に調べてみましょう。

とき ▼12月17日(土)▼2023年1月21日(土)▼2月18日

(土)各日とも午後1時～4時
ところ 須坂図書館1階ロビー
講師 第一法規(株)担当者
対象 小学生以上
※申込不要・参加費無料。

クリスマスに聴く「ナルニア国」の物語

ファンタジーの傑作「ナルニア国ものがたり」の魅力を初心者にも分かりやすくお話しします。

本がたぐコミユニティ広場「どこでも図書館」の読書会として開催しますが、どなたでもご参加いただけます。

とき 12月23日(金)午後2時～3時30分

ところ 生涯学習センター3階ホール

講師 堀越喜晴さん(明治大学非常勤講師)

参加費 無料

定員 50人(申込順)

申込方法 電話または館内のカウンターでお申し込みください。

申込期限 12月20日(火)

須坂新聞社×市立須坂図書館合同企画「ほのぼの川柳ほくしん流作品募集」

第35回のお題は「朝」また

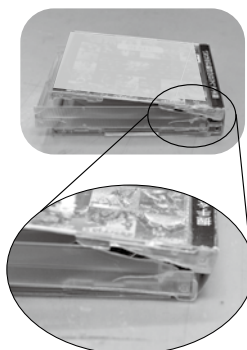
CD・DVD・紙芝居は、図書返却口や返却ポストに入れしないでください

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

年末年始休館のお知らせ

12月29日(木)～2023年1月3日(火)は休館します。

書籍・雑誌・CD・DVDは12月15日(木)～28日(水)に借りると、返却日が休館明けになり、通常より長く借りられます。

【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4日(水)以降に返却してください。

情報ファイル12月

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

お知らせ

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、警鐘や拍子木を鳴らして巡回するなど特別警戒を行います。

皆さんのご理解とご協力を
お願いいたします。

期 間 12月26日(月)～30日(金)
問合せ 消防本部総務課
(☎245-4100)

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ふことが原因です。

次の点に注意し、流出事故を未然に防止しましょう。

▼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。

▼ホームタンクの固定状況を確認しましょう。



問合せ 消防本部予防課
(☎245-4200)

12月4日～10日は「第74回人権週間」です

法務省では各関係機関などと協力して、人権啓発活動と

展開し、人権尊重思想の普及高揚を呼びかけています。
問合せ 人権交流センター
(☎245-0909)

年末特別警戒と交通安全運動12月15日(木)～31日(土)

《特別警戒》 みんなでつくろう 安心の街

犯罪被害に遭わないためには、自分の身は自分で守ることが大切です。

《特殊詐欺被害に注意》

▼常に留守番電話に設定して相手を確認しましょう。

▼警察官や役所、金融機関職員が自宅まで来てキャッシュカードを預かることは絶対にありません。

《空き巣や車上ねらいに注意》

▼自宅や車から離れるときは必ず鍵を掛けましょう。

《交通安全運動》 信濃路はみんなの笑顔 つなぐ道

《夕暮れ時・夜間、冬季の事故防止》

▼自転車・バイク・車のライトは早めに点灯し、歩行者は夜光反射材などを身に付け、存在を知らせましょう。

▼ハイビームを活用し、歩行者・自転車を早めに発見しましょう。

▼道路の凍結に備え、早めに

冬用タイヤに交換しましょう。

《高齢運転者の交通事故防止》

▼運転に不安を感じたら、家族や警察に相談しましょう。

《自転車ルールの遵守》

▼通行ルールを守り、ヘルメットを着用しましょう。

《悪質・危険運転の根絶》

▼飲酒運転を絶対「しない」「させない」「許さない」環境をつくり、根絶しましょう。

コンビニ交付サービスを一時停止します

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

《二部のサービスが使えません》

期 間 12月24日(土)～25日(日)
停止するサービス ▼戸籍謄抄本▼戸籍の附票の写し▼本籍地利用登録申請

《全てのサービスが使えません》

期 間 12月29日(木)～2023年1月3日(火)
停止するサービス ▼住民票の写し▼印鑑登録証明書▼所得・課税証明書▼戸籍謄抄本▼戸籍の附票の写し▼本籍地利用登録申請

問合せ 市民課
(☎248-9002)

広告欄

広告宣伝・出展・店舗改装・商品開発など、小規模事業者の様々な取り組みを支援します!

ホームページや販促チラシを作りたい!

店舗の改装や看板を新調してイメージを変えたい!

展示会や商談会に出て販路を開拓したい!

新商品の開発がしたい!

ネットショップを開業したい!

補助金を活用して販路開拓をしてみませんか?



小規模事業者持続化補助金とは、小規模事業者の皆様が、持続的な経営に向けた経営計画に基づき行う、地道な販路開拓(例:看板やホームページ、チラシ作成等)を支援するために、それらに要する経費の一部を補助するものです。
※5名以下、または20名以下の企業様が対象です。業種によりご案内致しかねる場合がございます。

そんな方はお気軽にお問い合わせください!

申請・書類作成のお手伝いも致します!

補助金の概要や申請の流れについてご興味ございましたら
https://wi-t.net HPよりお問い合わせください!



株式会社ウィット 大阪府高槻市城北町1丁目 14-17-501
営業時間:9:00～18:00(土・日・祝日) TEL:072-668-3275

個人事業主・事業者のみさまへ
小規模事業者
持続化補助金を
使って広告宣伝を
しませんか?

最大200万円助成!
補助率2/3

広告の問い合わせは(株)ウィットへ
(☎072-668-3275)

●固定資産税のお知らせ

「2022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。

「2022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2023年1月31日まで】

償却資産は、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、事業のために所有する構築物・工具や備品などの資産です。償却資産も土地や家屋と同様に固定資産税として課税されます。個人・法人に関わらず確定申告とは別に

申告書を提出してください。

対象 2023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 2023年1月4日(水)～31日(火)

申告・問合せ 税務課
(☎248・9001)

●肥料価格高騰対策事業

国および県は、肥料価格の高騰による農業経営への影響緩和のため、化学肥料の低減に向けて取り組む販売農業者の肥料費を支援します。

化学肥料低減の取り組みを行った上で、前年度から増加した肥料費を、国が7割、県は、化学肥料の削減割合に応じ1～3割を交付します。

※申請方法などの詳細はお問い合わせください。

問合せ 長野農業農村支援センター(☎234・9592)

●捕獲おりを貸し出します

ハクビシンなどの小型有害獣用捕獲おりを、無料で貸し出しています。冬から春先は野生獣の餌が少なく捕獲しやすい時期です。さらに畑に放置された果実や生ごみなどを少なくすることで、捕獲促進

につながりますので、ご協力をお願いします。

希望される方は捕獲許可とお借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(おりの数に限りがあります)。

申込・問合せ 農林課
(☎248・9004)

●すざかこども食堂フードパントリー

お米・野菜・保存食品などを配布します。なくなり次第終了とさせていただきます。

とき 12月18日(日)午前11時～正午

ところ 市役所西側多目的防災広場

【食料品の寄付受付】

対象品 ▼お米▼野菜▼保存食品(消費期限が2023年1月以降のもの)

問合せ すざかこども食堂実行委員会(斎藤) (☎090・4460・2919)

●空き家相談会

市内で空き家を所有・管理する方などを対象とした相談会です。管理、相続、処分などに関する悩みを専門家に無料で相談できます。

とき 12月17日(土)午前9時～正午

※相談時間は30分です。

ところ 生涯学習センター
相談員 ▼司法書士▼宅地建物取引士

対象 ▼市内にある空き家の所有者または管理者▼今後市内にある空き家を所有する見込みの方

定員 12組(一人でも可)

申込方法 電話でお申し込みください。

申込・問合せ まちづくり課
(☎248・9007)

●お正月Uターン移住相談会

お正月の帰省中に市役所で移住相談をしませんか。移住に伴う就職相談や、自分に合う仕事の選び方などの機会にご相談ください。

とき 2023年1月4日(水)～6日(金)午前9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)

●宝くじ助成金の活用

公益財団法人長野県市町村振興協会が実施する「地域活動助成事業」を活用し、消防団

第9分団第3部(仁礼町)に、小型動力ポンプ、消防ホースなどの消防資機材一式を整備しました。

問合せ 消防本部警防課
(☎245・4900)



九反田町区では、一般財団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施する「コミュニティ助成事業」を活用し、複合機、和机、会議用チェア、エアコンなどを整備しました。

問合せ 市民課
(☎248・9002)



●**無料クーポンの乳がん検診は1月31日(火)まで**

2022年度の対象者には7月に無料クーポン券を送付しました。対象の方は期限内に無料で受診しましょう。
受診期限 2023年1月31日(火)
対象 1981年4月2日～1982年4月1日生まれの方

※事前に医療機関へお問い合わせください。
実施医療機関 ▼県立信州医療センター▼新生病院(小布施町)

問合せ 健康づくり課
 (☎248・9018)

●**風しんの感染を拡大させないために**

1962年4月2日から1979年4月1日生まれの男性で、風しんの抗体検査・予防接種をされていない方は早めに医療機関を受診してください。対象の方には4月中旬に通知と無料クーポン券を送付しました。

※無料クーポンの有効期限は2025年2月28日です。
市内の実施医療機関 ▼轟病院▼やすらぎクリニック須坂

●**日本脳炎予防接種**

▼しづさわ耳鼻咽喉科医院▼滝澤内科医院▼クリニックスニレイ▼松澤内科クリニック▼たむらこどもクリニック▼宮下医院▼小池医院▼佐藤医院▼スザカ心療内科クリニック▼旭町医院▼田崎内科クリニック▼大島医院▼県立信州医療センター▼小林医院▼細川医院▼山口内科医院▼永田医院▼西沢内科胃腸科医院▼たけまえ医院▼大峽耳鼻咽喉科▼かねこ医院
問合せ 健康づくり課
 (☎248・9018)

日本脳炎定期予防接種の積極的勧奨の差し控え(2005年5月～2009年3月)によって、接種機会を逃した方は、20歳の誕生日の前日まで、不足回数分を無料で接種できます。18歳になる年度の4月に「2期の接種勧奨」の通知が届いた方は、早めの接種をお願いします。

また、2005年4月2日～2007年4月1日生まれの方は、日本脳炎1期の接種履歴を母子健康手帳で確認していただき、計3回の接種が済んでいない場合は、早めの接種をお願いします。

●**高齢者等実態調査にご協力をお願いします**

介護保険の利用者や高齢者の意向と実情を把握し、第9期介護保険事業計画など各種計画の策定資料にするため、アンケート調査を行いますのでご協力をお願いします。
期間 12月上旬～中旬
対象 10月1日現在▼要介護・要支援認定者のうち自宅で生活されている方▼要介護認定を受けていない65歳以上の方から無作為に抽出した500人

調査方法 調査票を郵送します。回答いただき、同封の返信用封筒でご郵送ください。
問合せ 高齢者福祉課
 (☎248・9020)

●**須坂市プロモーション動画アンケート回答のお願い**

須坂市の魅力を発信する動画「山本奈衣瑠さんの須坂市

デトックス旅」を制作しました。動画をご覧いただき、感想や須坂市の印象をアンケートにてお寄せください。いただいた意見などは、今後の須坂市魅力発信のために活用させていただきます。
期限 2023年1月31日(火)
設問数 8問(個人を特定する内容はありません)
回答方法 ながの電子申請サービスからご回答ください。
問合せ 信州須坂まちの元気創出推進委員会事務局(文化スポーツ課)
 (☎248・9027)



動画の視聴・アンケートはこちら

●**オリジナルカレンダー販売中**



博物館ボランティア会製作の2023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「臥竜山」です。
価格 1枚300円(税込み)
販売場所 ▼須坂市立博物館

広告欄

マリアこども園 ユニフォームが4月より変更になります！

制服納入業者より値上げのお知らせを受け、保護者負担軽減のため2023年度4月より長年愛された制服を、入園式等のセレモニー時も着用できる、ユニフォームに変更します。

新たなユニフォームに変更するにあたり、以下の点を考慮し選考いたしました。

- 1 昨今の夏場の気温の上昇に対応できる素材。
- 2 きめ細かいサイズ展開があるもの。
- 3 入園式等のセレモニーに着用できるもの。
- 4 多様性(ジェンダーレス等)に対応するもの。
- 5 現行スポーツウェアよりも、優れた素材。(洗濯後の乾きやすさ、毛玉のつきにくさ等)

Maria 認定こども園
 Kodomoen マリアこども園

須坂市春木町 1092 Tel 026-245-0012
 www.mariakids.jp info@mariakids.jp



新しいユニフォームも

いままで通り可愛がってください

広告の問い合わせは(株)ウィットへ
 (☎072・668・3275)

▼笠鉾会館ドリームホール▼
文化スポーツ課▼生涯学習セ
ンター▼市立須坂図書館▼旧
小田切家住宅▼須坂駅前観光
案内所▼蔵のまち観光交流セ
ンター▼湯つ蔵んど▼須坂温
泉古城荘
問合せ 須坂市立博物館
(☎245・0407)

●ながのグループマッチを ご活用ください

ながのグループマッチは異
なる業種の異性の方との新た
な出会い・交流創出のため、
県が開設したマッチングサイ
トです。県内企業などに勤務
する18歳以上の独身の方が、
セミナー参加による交流やグ
ループ同士の交流ができます。
問合せ ながのグループマッ
チ事務局 (☎080・1198
2・5897)

募 集

●オープンガーデンマップ 広告掲載者募集

2023年信州須坂オー



はら
詳細こ
こ

ンガーデンマップに掲載して
いただける広告を募集します。
広告サイズ・掲載料(税込み)
▼縦132mm×横62mm(1/3ページ)
…5000円
▼縦132mm×横95mm(1/2ページ)
…8000円
▼縦132mm×横194mm(1ページ)
…1万5000円
【マップの概要】
仕様 A5判、再生コート、
オールカラー4色刷り(両面)
申込期限 2023年1月13
日(金)
申込・問合せ まちづくり課
(☎248・9007)

●「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19日(月)～20
23年2月17日(金)(必着)
※交付は4月下旬ごろ(予定)
申込・問合せ 生涯学習推進
課 (☎245・1598)



市ホー
ページ

●学校給食用物資の納入業 者募集

2023年度に学校給食セ
ンターへ小・中・特別支援学
校の給食用食材を納入する業
者を募集します。

応募資格 市の物品購入等入
札(見積)参加資格を有し、
保健所の監視評価が良好で、
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。

募集期間 2023年1月13
日(金)～31日(火)(土・日曜日を
除く)
申請・問合せ 学校給食セン
ター (☎246・2104)

●須坂ファミリーフェスティ バル2023実行委員募集

子育て世代を中心とした仲
間たちの手で、家族で楽しみ

交流できるイベントを行いま
す。企画・運営に関わって
くださる実行委員を募集します。
一緒に盛り上げましょう。
対象 市内で実施する実行
委員会の打ち合わせおよび
2023年6月24日(土)のイベ
ントに参加できる方

申込方法 専用ホームページ
からお申し込みください。

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



専用ホー
ムページ

●放送大学4月入学生募集

心理学・福祉・経済・歴
史・文学・情報・自然科学な
ど、約300の幅広い授業科
目があり、1科目から学ぶこ
とができます。

資料を無料で差し上げてい
ます。お気軽にお問い合わせ
ください。

出願期限 ▼第1回:202
3年2月28日(火)▼第2回:3
月14日(火)

申込・問合せ 放送大学長野
学習センター
(☎0266・58・2332)

※月曜日、祝日を除く

広告欄

SANWA HOUSE 情熱の家づくり

リフォーム・新築

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
頼んでもいいかわからない…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

本社:須坂市大字仁礼1235-1 塩川オフィス:須坂市塩川503-12

まずは
お問合せ
ください！

SANWA HOUSE

サンワハウス 家づくり リフォーム 土地さがし

サンワスタイル 検索

行事・催し

●認知症家族のつどい

認知症の方の介護者同士で日頃の介護体験などを話し合い、交流を深めませんか。
 とき 12月9日(金)午後1時30分～3時30分
 ところ 生涯学習センター203教室(2階)
 対象 認知症の方の介護者など
 問合せ 地域包括支援センター(☎245・4566)

●須坂版画美術館イベント

【第24回市内小学生版画展】
 市内の小学生の版画作品162点が展示室を彩ります。
 期間 12月3日(土)～25日(日)(水曜日を除く)
 入場料 無料

●「消しゴムハンコ」で来年のカレンダーを作ろう!!

とき 12月10日(土)▼午前9時30分～正午▼午後1時30分～4時
 参加費 500円(入館料別)
 定員 各回10人
 申込期限 12月8日(木)
 申込・問合せ 須坂版画美術館(☎248・6633)

●世界の民俗人形博物館クリスマスイベント

ミニキャンドルケーキづくりとクイズを行います。
 とき 12月18日(日)午後1時30分～3時30分
 参加費 200円(入館料別)
 申込期限 12月16日(金)
 申込・問合せ 世界の民俗人形博物館(☎245・2340)

●料理交流会

手打ちそばを作って試食しながら交流しませんか。
 とき 12月20日(火)午前9時30分～午後0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 12人
 申込期限 12月9日(金)
 問合せ 人権交流センター(☎245・0909)

●AC長野パルセイロレディースチームホームゲーム

【第6節 ノジマステラ神奈川相模原戦】
 とき 12月10日(土)午後2時～
 ところ 長野Uスタジアム



講座・教室

●介護教室「おいしく食べるための口腔ケア」

口腔の健康は、食べる機能、話す機能を保ち、食欲増進や体力向上、生きる意欲へとつながります。口腔ケアを学んでみませんか。
 とき 12月14日(水)午後1時30分～3時30分
 ところ 生涯学習センター
 講師 篠原昭子さん(社会福祉法人グリーンアルム福祉会介護支援専門員・歯科衛生士)

●坂田山新春ウォーキング

とき 2023年1月2日(月)午前9時～11時解散予定
 集合場所 風の子保育園駐車場
 参加費 無料
 問合せ NPO法人坂田山共生の森を愛する会(宮崎)(☎246・4507)



こちら
 チケッ
 トは

(長野市)
 問合せ AC長野パルセイロ事務局(☎/FAX 244・7780)
 ※定休日は日・月曜日、祝日

●高齢者健康教室公開講座

転倒予防の体操や認知症予防のコツを学び、楽しく頭も体も動かしましょう。
 とき 12月15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 市内在住の65歳以上の方
 持ち物 ▼飲み物▼タオル
 ※動きやすい服装・マスク着用
 問合せ 地域包括支援センター1(☎245・4566)

●うつ病の方の家族教室

家族だけで悩まず、本人との関わり方や支援方法を一緒に学びませんか。
 とき 12月17日(土)午後1時30分～3時30分
 ところ 保健センター
 内容 ▼講話「うつ病の理解と家族の関わりについて」

広告欄

親身に相談にのってくれる

信頼の住宅リフォーム屋さん

まずはお気軽にご相談ください!

株式会社
 山岸建築

キッチン/トイレ/浴室/外壁塗装/増築/新築 など
 お問い合わせはこちら

☎0120-507-006

「どんなリフォームができるの?」
 施工事例はホームページへ!!



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

〒382-0016 長野県須坂市高橋町1072-1

受付時間/9:00～18:00

TEL.026-245-1738

FAX.026-245-1748

e-mail.info@yamagishi-k.jp

山岸建築

検索

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントや講座などが延期または中止になることがあります。

▼グループワーク

講師 田玉逸男さん（医療法人鶴賀会鶴賀病院副院長）

対象 うつ病の方の家族

定員 15人

申込方法 電話または窓口でお申し込みください。

申込期限 12月16日（金）

個別での相談にも応じます。ご相談ください。

申込・問合せ 保健センター

（☎248・9023）

●はじめてのSNS活用セミナー（フェイスブックで情報発信）

とき 12月17日（土）午後1時30分～3時30分

ところ 技術情報センター

講師 寺島広美さん（NPO法人信州S.O.H.O支援協議会理事）

持ち物 スマートフォン

対象 市内在住または市内で活動をする方

定員 20人

※託児もあります（要予約）

申込期限 12月14日（水）

申込・問合せ 人権同和・男女共同参画課

（☎245・0909）

●親のほっとタイム

子育ての情報交換や仲間づくりを一緒にしましょう。

とき・対象 ▼2023年1月17日（火）：2021年4月～2022年12月生まれの子の保護者

▼24日（火）：2019年4月～2021年3月生まれの子の保護者

各日とも午前10時30分～正午

ところ ｈｏｔａｍｉーティンブルーム

定員 各回8組（託児あり）

申込開始 12月19日（月）

申込・問合せ 子育て支援センター（☎245・6588）

●トランポリン体験会

トランポリンで跳ぶ不思議な感覚を体験してみませんか。

とき ▼2023年1月29日（日）午前11時45分～午後1時

▼午後1時30分～2時45分

2月5日（日）午前11時45分～午後1時

▼午後1時30分～2時45分

後1時～午後1時30分

45分

▼12月（日）午前10時～11時

15分

午前11時45分～午後1時

ところ 須坂勤労青少年体育センター

講師 中西拓さん（ソルト

レックシティーオリピック

エアリアル日本代表）

参加費 無料

対象 市内に住所を有する

小学生以上でトランポリンの大会に出場したことのない方

定員 各回12人（申込順）

申込方法 ながの電子申請サービスからお申し込みください。

申込期間 12月12日（月）～26日（月）

問合せ 文化スポーツ課

（☎248・2020）

《差し上げます》

▼二人掛けソファ

▼天体望遠鏡

▼耐火金庫

▼ベビラック

《譲ってください》

▼そろばんの練習帳

【申込期限と抽選日】

申込期限 12月12日（月）

交渉順位抽選 12月15日（木）午前

申込・問合せ 市民課

（☎248・9002）

●市営住宅入居者募集

募集期間 12月1日（木）～9日（金）

（土・日曜日を除く）

抽選日 12月14日（水）午前9時

▼屋部（3DKY）：1戸

▼豊丘（3DKB）：9戸

※Y：浴槽あり・B：浴槽なし

※市税条件や連帯保証人など



申し込みはこちら

リサイクル情報

に関してお困りの方はご相談ください。

申込・問合せ 長野県住宅供給公社須坂管理センター

（☎214・5620）

《善意の窓口》

▼自作の絵画など107点

（市内文化施設収蔵品充実のため）：岡信孝様

【お詫び】

広報須坂11月号の16ページで左表の掲載漏れがありました。お詫びします。

1日の食塩の目標量（18歳以上）と須坂市の食塩摂取状況

（『日本人の食事摂取基準2020』より）

	目標量	2021年度須坂市尿中塩分測定結果
男性	7.5g未満	9.3g
女性	6.5g未満	9.6g

※高血圧の方の目標量は6.0g未満

問合せ 政策推進課

（☎248・9017）

善意の窓口

《善意の窓口》

（市内文化施設収蔵品充実のため）：岡信孝様

【お詫び】

広報須坂11月号の16ページで左表の掲載漏れがありました。お詫びします。

1日の食塩の目標量（18歳以上）と須坂市の食塩摂取状況

（『日本人の食事摂取基準2020』より）

	目標量	2021年度須坂市尿中塩分測定結果
男性	7.5g未満	9.3g
女性	6.5g未満	9.6g

※高血圧の方の目標量は6.0g未満

問合せ 政策推進課

（☎248・9017）

広告欄



お家の本物のあたたかさ 体験

土地探し・買取 須坂土建工業株式会社 新築 + リフォーム 〒382-0014 須坂市大字須坂851



0120-032-154

日曜日・祝日などの当番薬局

12月11日(日) 須坂いせや薬局
 12月18日(日) スザガ岡田薬局
 12月25日(日) 須坂まい薬局
 12月31日(土) スズラン薬局、わかば薬局
 1月1日(祝) オオクマ薬局、オリジン薬局
 1月2日(祝) さくら薬局、すみさか土屋薬局
 1月3日(火) 大丸薬局、立町中央薬局
 ※蔵の町薬局は31～3日を除き、営業します。
 ※薬局 マツモトキヨシ芝宮前店は18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29日(木)～1月3日(火)
 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3日を除く

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	12/2(金)	13:10～	令和4年8月1日～8月31日生
	1/6(金)		令和4年9月1日～9月30日生
1歳児健康相談	12/20(火)	9:15～	令和3年11月19日～12月19日生
	1/12(木)		令和3年12月20日～令和4年1月12日生
1歳6カ月児健康診査	12/16(金)	13:10～	令和3年5月24日～6月15日生
	1/20(金)		令和3年6月16日～7月7日生
2歳児健康相談	12/13(火)	9:15～	令和2年11月11日～12月12日生
	1/17(火)		令和2年12月13日～令和3年1月16日生
3歳児健康診査	12/22(木)	13:10～	令和元年11月26日～12月22日生
	1/26(木)		令和元年12月23日～令和2年1月20日生
もぐもぐ離乳食講座	12/15(木)	13:00～	令和4年6月1日～6月30日生
	1/24(火)		令和4年7月1日～7月31日生
かみかみ離乳食講座	12/6(火)	13:00～	令和4年3月1日～3月31日生
	1/10(火)		令和4年4月1日～4月30日生

※乳幼児健康診査・相談・離乳食講座はWEB予約制です。実施日の2カ月前から3日前までに受付時間を予約してください。

※持ち物は「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。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、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。



WEB
予約は
こちら

【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4年10月生	ロタウイルス	出生6週0日後～24週0日後まで
	ロタリックス	出生6週0日後～32週0日後まで
	ロタテック	出生6週0日後～32週0日後まで
	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)
令和4年9月生	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4年7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4年7月生	B C G	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3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
令和3年12月生	水痘	生後12カ月～36カ月(3歳)の前日まで
令和元年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25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23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」……自分のスマホを持つときがルール作りのタイミング

(☎072-668-3275) 広告の問い合わせは(株)ウィットへ



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

弁護士 熊谷 暢

〒382-0047 長野県須坂市大字幸高222番地2

E-mail: mail@maimen.jp HP: https://maimen.jp

広告欄

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

米作り体験を通じた食育

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、毎年井上小学校5年生の児童と米作りを行っています。今年も児童31人と5月に田植え、9月に収穫、10月に脱穀、11月に餅つきを行いました。米作りを通し、児童たちは食べ物大切さを学びました。

脱穀機具の発展を感じる

毎年行っているこの事業は今年で13年目を迎え、自分たちで育てたお米を食べる体験を通し、児童たちに総合的な米作りや食べ物大切さを伝えていきます。

10月に行った脱穀では、委員の皆さんから使い方を教わりながら、昔と現代の農機具の使い比べも体験しました。

現代は、自動の機械を使いますが、昔は機具を使って手作業で行うため、時間がかかり、力も必要のため、機具の扱いが難しいです。

鉄の歯に稲穂を通してのみを落とす「千歯抜き」を使っていた児童は、顔を真っ赤にしながら稲穂を引っ張り「昔の人たちはとても苦労してお米を脱穀していたんだ」と驚いていました。



▲初めて千歯抜きを体験

達成感と感謝する心を学ぶ

11月には収穫祭を開催し、児童たちが楽しみにしていた餅つきを行いました。

蒸されたお米が臼に入れると「わあ！おいしそう」と元気な声があがり、体全体を使って、力いっぱいお餅をついていきました。

「よいしょ！」とみんなで声を合わせて餅をつく姿を見て、委員の皆さんからも笑顔がこぼれました。つきたてのお餅をきな粉とごまの2種類で味付けし、み

んなでおいしく食べました。児童たちは「つきたてを食べるのは初めて」「いつも食べるのお餅よりもおいしい」とうれしそうに様子でした。先生は児童たちに「日頃食べているお米などの食材は、いろんな人が手間をかけて作っている。そのことを忘れずにいてほしい」と話しました。

児童たちは、田植えから米作りを体験し、食べ物を作ることの大変さや達成感、そして作っている人たちへの感謝の心を学びました。



▲おいしくいただきました

児童たちの感想

・昔の道具も使ってみて、今は機械で多くの米を脱穀できることがすごいと思った。

・お米を作るのは大変だったけど、自分たちで作ったお餅だからこそ、とてもおいしかった。

がりがや山

デジタル・トランスフォーメーション略して「DX」。2021年3月に総務省が定義し日本における情報化・デジタル化の推進事業の一つである。デジタル化の流れはDX推進の前から少しずつ目にするようになってきた。医療機関の事前予約や買い物もインターネットでできる▼最近、馴染みの店から暑中見舞いや年賀状までもがSNSで送られてきた。割引商品や期間限定商品のお知らせがメインのため、SNSで一斉送信すればハガキ代や郵便料などもかからないので、コストパフォーマンスは「良」である。しかし、今までは手書きのコメントがあり、コミュニケーションを感じる部分であったので、SNSでの送信には少し寂しさを感じる▼年の瀬となり、そろそろ年賀状のデザインなどを考える時期に入る。「どんな一年を過ごしたのかな」など相手へ思いを寄せながら、あえて「手書き」のコメントにこだわってみるのも良いのでは。

★こちらのブログもご覧ください。



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントや講座などを中止・延期する場合があります。主催者に確認をお願いします。

お知らせ

日滝地域公民館

体験

高津住職のお勝手

元地域おこし協力隊でソルガムを栽培している早川航紀さんから、ソルガムの魅力や活用方法などを学び、日滝地区産ソルガムを使った料理を作ります。

ソルガムは、世界五大穀物の一つです。グルテンを含んでおらず、栄養価が高いためスーパードードとして注目されています。



とき 12月13日(火)

午前9時～午後1時

ところ 日滝地域公民館

講師 高津孝道さん

(満龍寺住職)

参加費 500円

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、はし、食器

用ふきん、持ち帰り容器

定員 10人(申込順)

申込開始 12月6日(火)

問合せ ☎248・1686

※平日午前9時～午後4時30分

体験

お正月の 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28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

参加費 3000円(材料費)

持ち物 花ばさみ、定規

定員 15人(申込順)

申込期間 12月6日(火)～21日(水)

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

お正月の 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



レンジを楽しみませんか。

とき 12月28日(水)

午前10時～正午

ところ 日野地域公民館

講師 古平静子さん

参加費 2000円(材料費)

持ち物 花ばさみ(お持ちの方)

定員 10人(申込順)

申込開始 12月6日(火)

問合せ ☎246・2274

※平日午前9時～午後4時30分

井上地域公民館

体験

初心者ヨガ教室 (全10回)

ヨガで、体と心をリフレッシュしましょう。
※無料託児があります。申込時にお伝えください。

とき 2023年

1月12日(木)、19日(木)、

26日(木)、

2月2日(木)、9日(木)、

16日(木)、

3月2日(木)、9日(木)、

16日(木)、23日(木)

各回ともに午前10時30分～

ところ 井上地域公民館

講師 藤澤佳子さん

参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物、ヨガマット(お持ちの方)

定員 20人(申込順)

申込開始 12月6日(火)

問合せ ☎246・2488

※平日午前9時～午後4時30分

南部地域公民館

体験

体スッキリ体操 (全4回)

ストレッチや、ボールなどを使った運動をします。

とき 2023年

1月12日(木)、26日(木)、

2月9日(木)、

3月9日(木)

各回ともに午後1時30分～

ところ 2時30分 南部地域公民館

講師 富田加代さん

参加費 無料

持ち物 運動ができる服装、飲み物、タオル

対象 70歳以上の方

定員 15人(申込順)

申込開始 12月6日(火)

高南地域公民館

学ぶ

大人のための漢字教室 (全4回)

季節や方位など暮らしの中でよく使う漢字の成り立ちなどを学びます。

とき 2023年

1月17日(火)、31日(火)、

2月14日(火)、28日(火)

各回ともに午後1時30分～3時

ところ 高南地域公民館

講師 北原真由美さん

(漢字教育サポーター)

参加費 無料

持ち物 筆記用具、飲み物

定員 20人(申込順)

申込開始 12月6日(火)

問合せ ☎248・1925

※平日午前9時～午後4時30分

生涯学習団体のお知らせ

参加者募集

書初めをしよう!

とき 2023年1月4日(水)
午前10時～正午

ところ 生涯学習センター
講師 田中義人さん
持ち物 学校で配布された手本、書初め用紙、書道道具一式、新聞紙

対象 小学生・中学生
定員 20人(申込順)

申込開始 12月6日(火)
主催 生涯学習推進委員会

共催 中央地域づくり推進委員会

問合せ ☎245-1598
 (生涯学習センター)



展示 第55回須高書道大会作品展

一般公募した作品から優秀作品200点以上を展示します。作品は幼稚園・保育園から一般までの12部門です。

とき 2023年

1月4日(水)～31日(火)
 午前9時～午後10時
 ※最終日は午後4時まで

ところ 生涯学習センター2階

問合せ ☎245-15320
 (須坂新聞社)

生涯学習推進課のお知らせ

床のクリーニングを行います

次の期間中は、生涯学習センター本館のみ使用できません。

期間 12月25日(日)～26日(月)

年末年始の休館

生涯学習センター、各地域公民館、旧上高井郡役所は次のとおり終日休館します。

期間 12月29日(木)～
 2023年1月3日(火)

サーマルカメラ(検温カメラ)を設置しました

各地域公民館、旧上高井郡役所にサーマルカメラを設置しました。引き続き新型コロナウイルスの感染対策にご協力をお願いいたします。

問合せ ☎245-1598

各地域公民館で

マイナンバーカード申請
 の手伝いをしています

詳細は38ページをご覧ください。

2023年 須坂市二十歳を祝う会

二十歳を迎えられた皆さん、おめでとうございます。

須坂市・須坂市教育委員会では、皆さんの前途をお祝いするため、2023年須坂市二十歳を祝う会を行います。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 2023年1月8日(日) 午後2時30分～4時
ところ メセナホール
内容 ・受付 午後1時40分～2時20分
 ・セレモニー 午後2時30分～2時55分
 ・アトラクション セレモニー終了後 1時間



対象者 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれで本人または家族が市内在住の方
 ※該当の方には案内状をお送りしました。案内状が届かない場合はご連絡ください。

その他 ・新型コロナウイルス感染症などの状況により、中止または延期となる場合があります。その場合は、12月19日(月)以降、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。
 ・中止や延期に伴う振り袖レンタル費用などの補償はできません。ご了承ください。
 ・感染予防対策のため、会場に入場できるのは二十歳を祝う会の対象者のみです。記念撮影などでの敷地内へのご来場はお控えください。
 ・当日、体調不良などにより出席を控えた方や保護者に向けてインターネット配信をする予定です。

問合せ 生涯学習推進課 ☎245-1598



★参加にあたっての詳しい内容などは案内状または市ホームページをご確認ください。右の2次元コードからもご覧いただけます。

市ホームページ

お便り紹介コーナー

～11月に届いたお手紙から～



食欲の秋

食欲の秋です。新米が食べられる季節になりました。毎日の食事がさらにおいしく楽しく感じられます。食欲の秋を楽しみたいと思います。

(ペンネーム

△ギさん 29歳)

●新米は、風味や粘りがあり、香りもよく、おいしいですね。またおいしいものを食べると心もお腹も満たされますね。

一人時間

食料品などが高くなり生活が大変です。

私は春先に冷凍しておいたノビロ、ワラビ、野沢菜を使います。また時間があるとき

は近くの温泉へ行ってのんびり一人時間を楽しんでいます。

(小西さん 71歳)

●食料などが高騰し、小西さんのように工夫した生活が大切ですね。またコロナで人と会うことを控えてしまいがちですが一人で楽しむことも良いですね。

秋映が一番

関西の友人にリンゴを送るため、直売所で秋映やシナノスイート、シナノゴールド、新世界を購入し、私も食べました。どれもおいしいですが、私は秋映が一番好きです。

(ペンネーム

タンタンメンさん 48歳)

●須坂産のリンゴはどれもおいしく、新鮮でシャキシャキ感がたまりませんね。きっと友人の方も楽しみに待っていますね。

健康に過ごす

日に日に寒くなってきました。今冬は昨年よりも寒くなるということなので、体調管理をしっかりと、健康に過ごしたいと思います。

(佐藤さん 59歳)

●これからますます寒くなっていくしますので、しっかり体

調管理をしないといけないですね。

雪や寒さ対策

寒くなってきたので、フロントガラスが凍るようになりました。雪や寒さ対策を早めにしたいです。

(石塚さん 43歳)

●寒くなるときは事前に雪や寒さ対策をしたいですね。特に出勤時は忙しく、出勤間際に対応すると慌ててしまいますので：(気を付けないと)。

2児の成長を楽しむ

先日娘が生まれました。上の子も生まれてきた妹にメロメロです。

日々成長していく娘の姿に、上の子の関わり方も変化しているのを楽しみながら見えています。

(村端さん 30歳)

●子どもは日々成長し、特に幼少時の成長スピードは早いですね。村端さんのように子育てを楽しむことが一番ですね。

忘れられないイベント

10月にメセナホールで行われたイベントに3歳の息子と0歳の娘と一緒に行きまし。会場はたいへんにぎわい、

イベントを楽しみました。

駐車場へ向かうと、息子がもらった風船が割れてしまいました。娘を抱っこし、大泣きする息子をなだめていると、後ろから歩いてきたご婦人は「風船2つあるから、お一つどうぞ」と声をかけてくださいました。私にとつて忘れられないイベントとなり、この場を借りてお礼申し上げます。

(曾津さん 37歳)

●大変な状況だっただけに、ご婦人の厚意はありがたかったですね。とてもすてきなお話に心温まりました。



※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	

●Eメール info@ci.ty.suzaka.nagano.jp



市報クイズ

■今月のプレゼント

①湯つ蔵んど入浴券(ペア) 湯つ蔵んど提供

.....5人

②須坂温泉入浴券(ペア) 榑古城荘提供

.....5人

③AC長野パルセイロレディースチームホームゲームチケット(ペア).....5人

④長野パルセイロ11月14日ホームゲームチケット(ペア).....各5人

信州スポーツプロモーション提供

⑤長野ガロンスの目標は？

長野ガロンスの目標は？

一問題 V3優勝○2昇格

ヒント...8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、とつ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(金)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 026246-0750



子育て支援センター・児童センター



【子育て支援センター】 ☎ 245-6588

集まりの日(10:30~)

★8日(木) つくっcyao! 簡単なクリスマス制作を親子で楽しみましょう。

★15日(木) クリスマス会 クリスマスをみんなで楽しみましょう。

ミニ講座(10:30~)

★19日(月) 親子で楽しむクリスマスミニコンサート

オカリナ奏者「カモミール」の皆さんのすてきな音色に包まれたひとときを過ごしてみませんか。

子育て相談(11:00~)

★5日(月) 子ども家庭支援員による子育て相談

★26日(月) 管理栄養士による食育相談

【児童センター】 乳幼児親子・集まりの日 ❄

★中央児童センター ☎245-5010

7日(水)11:00~ ブラーヴェXmasコンサート♪

14日(水)~16日(金)各11:00~

Xmasプレゼント作りをしよう

21日(水)11:00~ Xmas会☆

27日(火)10:30~ しめ縄作りをしよう ❄

★北部児童センター ☎248-8381

7日(水)11:00~ クリスマスプレゼント作り♪

14日(水)11:00~ 買い物ごっこをしよう!

20日(火)11:00~ クリスマスパティー☆ ❄

★南部児童センター ☎248-2330

7日(水)11:00~ 飛びだすXmasカード作り

14日(水)11:00~ クリスマスお楽しみ会

(キラキラパーク)

21日(水)11:00~ スノードームを作ろう! ❄

★東部児童センター ☎246-0079

7日(水)11:00~ Xmasプレゼント作り(要申込)

14日(水)11:00~ 釣りごっこをしよう!

21日(水)11:00~ クリスマス会♪(要申込) ❄

■利用時間(未就学児)

♥子育て支援センター 月~土曜日(12月29日(木)~2023年1月3日(火)を除く)9:00~16:00

♥児童センター 月~土曜日(12月29日(木)~2023年1月3日(火)を除く)10:00~12:00

■利用申込

それぞれ予約制(先着順)です。事前に利用施設へお電話をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の状況により利用方法などが変更になる場合があります。各施設へお問い合わせください。

※南部・東部・北部児童センターは、冬休み期間中、放課後児童クラブ登録児童が終日利用します。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。 ❄



子育て支援センターブログ

GOTA.KOSDATE
インスタグラム児童センター
ホームページ家庭でも簡単に作れる
おもちゃの紹介

「紙皿でクリスマスリース」 ❄



紙皿で簡単に作れるクリスマスリースです。クリスマスに向けて、うちでお子さんと作って、飾ってください。 ❄

【材料】

♥紙皿1枚 ♥折り紙 ♥はさみ
♥のり ♥穴あけパンチ ♥ひも

【作り方】

- ①紙皿の真ん中をはさみで丸く切り取る。
- ②好きな色の折り紙をちぎる。
- ③紙皿にちぎった折り紙をのりで貼る。
- ④穴あけパンチで1カ所に穴を開け、ひもを通して完成! ❄

Beautiful Name

ビューティフルネーム

こばやし あんず
小林 杏奈 ちゃん

(1歳6カ月)



お父さん…尚樹さん/お母さん…麻美さん

「杏」は白やピンク色の美しい花を咲かせ、甘くておいしい実を付けます。容姿だけではなく、中身も素晴らしい人に育ってほしいと願いを込めてました。また「杏」は実をたくさん付けるので、実りある人生を送ってほしいと思い名付けました。

最近は児童センターなどで、体を動かしたり、お絵描きを楽しんだりしています。

これからも笑顔で元気に成長して行ってほしいです。

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)

マイナンバーカードの申請をお急ぎください

国では、現行の健康保険証を2024年秋に廃止してマイナンバーカードに一体化、2024年度末までの運転免許証との一体化を進めています。

須坂市では「11月をマイナンバーカード取得促進強化月間」とし、各地域公民館や各町（区）公会堂など支援窓口を開設し、市民の皆さんのマイナンバーカード取得促進に取り組んできました。

10月末時点で申請累計数が28,570件、須坂市の人口の56.8%が申請されましたが、まだ申請されていない方がいらっしゃいます。下記のとおり支援窓口を開設しますので、申請がお済みでない方はお近くの公会堂へお出かけください（町（区）民以外の方も申請できます）。

2022年12月末日までにマイナンバーカードを申請した方には、マイナポイント（キャッシュレス決済で使えるポイント）が**最大20,000円相当のポイント**付与される特典が、今月末で終了します。

この機会にぜひ取得してください。

須坂市では、2021年4月1日に“誰一人取り残さない”“人に優しい”「デジタルファースト」を宣言しています。

と き		ところ	と き	ところ
12月1日(木)	午後6～8時	東横町公会堂	12月8日(木)午後6～8時	大谷町研修センター
	午後5時30分～7時30分	大日向町公会堂		中町公会堂
12月2日(金)午後6～8時		穀町公会堂	12月9日(金)午後6～8時	新町公会堂
		相森町公会堂		高梨町公会堂
				村山町公会堂
12月5日(月)午後6～8時		野辺町公会堂	12月12日(月)午後6～8時	五閑町公会堂
		望岳台公会堂	12月13日(火)午後6～8時	上中町公会堂
12月6日(火)午後6～8時		馬場町公会堂	12月14日(水)午後6～8時	光ヶ丘ニュータウン公会堂
		春木町公会堂		
		明德町公会堂		
12月7日(水)午後6～8時		新田町公会堂	12月16日(金)午後6～8時	豊島町公会堂
		八幡町公会堂		松川町公会堂
		上町公会堂		

持ち物 個人番号カード交付申請書

※個人番号カード交付申請書をお持ちでない場合は、運転免許証や保険証などの本人確認書類

問合せ 市民課(☎026-248-9002)



公会堂以外の受付窓口



●地域公民館でも引き続き支援しています

時 間 午前9時30分～午後4時

「申請したいけど、難しそう」という方は「個人番号カード交付申請書」を持って、お近くの地域公民館へお越しください。写真撮影は無料です。職員が講座などの事業を行っている場合がありますので、事前にご連絡ください。

※申請書をお持ちでない方は市民課へお問合せください。

問合せ 各地域公民館

●市内の事業所

ドコモショップ須坂店 ☎0120-081-360

営業時間 午前9時～午後6時

auショップ須坂 ☎0800-700-0479

営業時間 午前10時～午後7時

ソフトバンク須坂 ☎026-247-0055

営業時間 午前10時～午後7時

※定休日がありますので、各店舗にご確認ください。

スマートフォンによる申請は簡単です



- ①スマートフォンで顔写真を撮影。
- ②スマートフォンで交付申請書の2次元コードを読み取る。
- ③申請用ウェブサイトでメールアドレスを登録。
- ④申請者専用のウェブサイトのURLが届いたら、顔写真を登録。必要事項を入力して申請完了。

●市役所市民課の窓口

と き ▼月～金曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く) 午前8時30分～午後5時15分(木曜日は午後7時まで)

▼12月10日(土)、11日(日)の午前9時～正午

※土・日曜日は、マイナンバーカードの受け取りのみとなります(予約制)。

☎ 026-248-9002



マイナンバーカード取得のメリット

- 本人確認書類になる
- コンビニで各種証明書が取得できる
- 健康保険証として使える
- マイナポイントがもらえる
- 新型コロナワクチン接種証明書の電子交付にも利用
- オンラインで行政手続き
- 「マイナポータル」で暮らしがもっと便利に
- 民間のサービスでも使える



スマホにカード機能が搭載！2023年度中予定
健康保険証、運転免許証と一体化！
2024年度予定

出張申請をご利用ください

市内の事業所・団体などで、須坂市に住民登録があり、申請の受付人数が5人以上は出張申請できます。

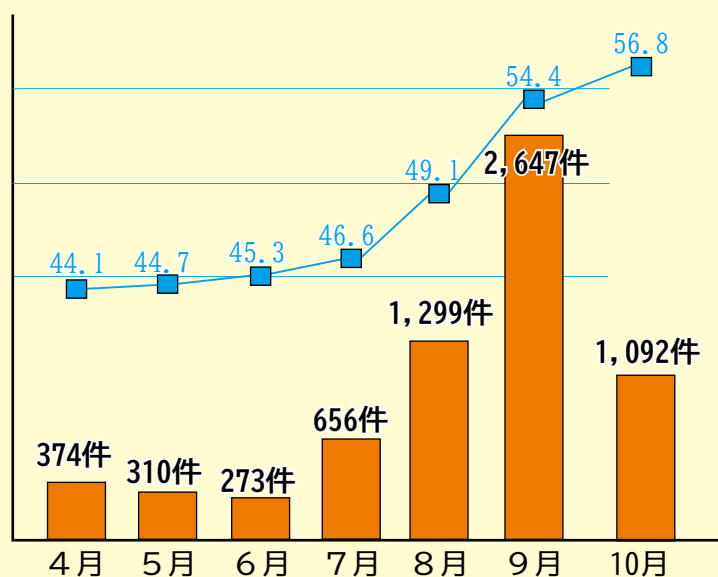


出張申請

マイナンバーカードを申請したままで、取りに来ていない方が**約2,000人**います。お早めに取りにお越しください(該当者には交付通知を送付しています)。

須坂市のマイナンバーカードの申請件数

申請件数



申請率(%) 10月末までの申請累計件数

28,570件です

マイナポイントを受け取れる方は、12月末までにマイナンバーカードを申請した方です。12月中は窓口が非常に混雑することが予想されます。早めの手続きでマイナポイントをゲットしよう。



マイナンバーカードは安全です

暗証番号を一定回数誤るとロックされます。無理に情報を読み取ろうとすると**ICチップ**が壊れる仕組みになっています。



マイナンバーカードのICチップには税や年金の情報、病歴などの**プライバシー性の高い情報は記録されません**。

オンラインの利用には、ICチップに格納されている電子証明書を使います（マイナンバーは使いません）。なお、ICチップには**プライバシー性の高い情報は入っていません**！



コンビニ交付も、保険証利用も、e-Tax のログインも…
オンラインではマイナンバーカードと暗証番号がなければ何もできません！

マイナンバーカードと暗証番号がないと、ICチップを使ったオンラインの手続きは一切できません！

暗証番号はマイナンバーカード交付時に設定するよ。

暗証番号
(4桁数字)

&



マイナンバーカードを紛失・盗難された場合は、24時間365日、マイナンバーカードの利用停止をマイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)で受け付けています。

Q. マイナンバーも漏えいする場合があるのではないですか。

A. マイナンバー制度では、制度・システム両面でさまざまな安全管理措置を講じています。手続きが必要な際はマイナンバーのみでできないようにしているほか、情報の分散管理やシステムへのアクセス制御、通信の暗号化などを行っています。さらに、独立性の高い第三者機関（個人情報保護委員会）が監視・監督を行い、故意にマイナンバーを含む個人情報を提供などすれば、厳しい罰則を適用します。

Q. マイナンバーを取り扱う場合に何に注意すればいいですか。

A. マイナンバーは生涯にわたって利用する番号です。マイナンバーカードをなくしたり、マイナンバーをむやみに提供したりしないようにしてください。マイナンバーの通知や利用、マイナンバーカードの交付などの手続きで、行政機関などが口座番号や口座の暗証番号、所得や資産の情報、家族構成や年金・保険の情報などを聞いたり、お金やキャッシュカードを要求したりすることは一切ありません。銀行のATMの操作をお願いすることもあります。こうした内容の電話、手紙、メール、訪問などには絶対に応じないよう、注意してください。

【マイナポイント支援窓口】

●須坂市役所 支援窓口（本庁舎2階）(☎026-214-6608)

月～金曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）午前8時30分～午後5時15分（ただし、木曜日は午後7時まで）

※市民課でマイナンバーカード休日臨時交付窓口（12月10日(土)、11日(日)の午前9時～正午）の予約をされた方は予約日の同日にマイナポイントの申し込みや予約も受け付けます。

●須坂市技術情報センター（大字井上1835-1/☎026-251-2255）

月～土曜日午前8時30分～午後5時

※上記の日程は祝日、12月29日～1月3日を除く。

持ち物など マイナンバーカード、マイナポイントを受け取るキャッシュレス決済サービスの「決済サービスID」と「セキュリティコード」、公金受取口座を登録される方は預貯金口座の情報がわかるもの（通帳、キャッシュレスカードなど）

今すぐ

まだ間に合う

マイナンバーカード



の申請を！

12月末までの申請で

1人20,000円相当のポイント

キャッシュレス決済で使える

がもらえます



マイナポイント第2弾は12月末までにマイナンバーカードを申請された方が対象です

◎マイナンバーカードを新規に取得した方や第1弾※に申し込みをしていない方に**最大5,000円相当のポイント**

◎健康保険証としての利用登録を行った方に**7,500円相当のポイント**

◎公金受取口座の登録を行った方に**7,500円相当のポイント**

※第1弾は、2021年4月末までにマイナンバーカードを申請した方で、マイナンバーカード取得後、2021年12月末までにマイナポイントの申し込みを済ませた方にプレミアム方式でポイントを付与する事業です。

4人家族(夫婦と子2人)の場合 **80,000円相当のポイント** がもらえます

20,000円相当
のポイント



父

20,000円相当
のポイント



母

20,000円相当
のポイント



子

4人がマイナンバー
カードを申請すれば



20,000円相当
のポイント



子

みてみてすぞかしぶんぶんえん③

ペンギンのトオちゃん
36歳を迎えます

須坂市動物園には、平均年齢を超えた「長寿動物」がたくさんいます。

その中でも、ペンギンの平均年齢25歳を大きく上回っているのが雄のフンボルトペンギン「トオちゃん」です。12月12日で36歳を迎えるトオちゃんは、歩くスピードはゆっくりですが、若いペンギンにも負けないくらい食欲旺盛です。

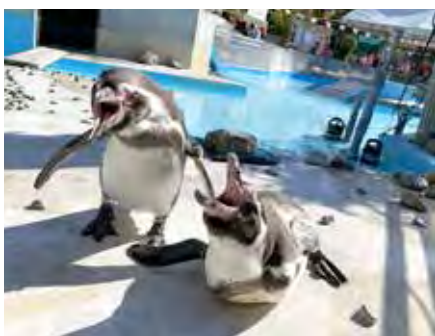


トオちゃん

今年ペアになった雌のダイブ（18歳）と一緒に巣で築きそうにのんびり過ごしています。年は一回り以上離れていますが、ダイブの方からトオちゃんの巣へ通うようになりました。それからは一緒に仲

良く生活し、トオちゃんもダイブのこを受け入れていきます。

マイペースなトオちゃんは時々巣に戻らないことがあります。ダイブが心配して迎えに行き、トオちゃんに駆け寄って「一緒に帰ろう」と言っているかのように一緒に巣へ帰っていく光景がとてもほほ笑ましく、2羽の絆はとて深く感じます。この光景は1日数回見られますので、ぜひ来園して観察してみてください。



ダイブ（左）とトオちゃん

12月12日(月)はトオちゃんの36回目の誕生日です。「トオちゃんのバースデーインスタライブ」を行いますので、ぜひインスタグラムもチェック

してみてください
い！



Instagram

■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(木)

■メリークリスマスMOO

とき 12月24日(土)～25日

■干支の引き継ぎ式

寅から卯へ干支を引き継ぎます。

とき 12月25日(日)午後1時20分

■動物園でハッピーニューイヤ

とき 2023年1月1日(日)～3日(火)午前10時～午後3時

(券売は午後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(木)～2023年1月15日(日)

送付先 〒382-0028

須坂市臥竜2-4-8

須坂市動物園

■年末など休園日のお知らせ

12月29日(木)から31日(土)は休園日です。



シリーズ⑤実践してみよう!!
私たちにできるSDGs

問合せ 政策推進課 (☎026-248-9017)

SDGsの17の目標のうち、今回はゴール11とゴール12を（）紹介します。

ゴール11「住み続けられるまちづくりを」

安全かつ強靱で持続可能な都市（自然災害などにあっても、いち早く元の状態に回復できる持続可能な都市）および人のつながりも含めた人間居住を実現することが目標です。

例えばこんなことに取り組んでみませんか？

- 地域の清掃活動、子どもの見守り、行事などへ主体的に参加する
- 万一の災害に備え、飲料水や食料品を備蓄する
- 防災訓練への参加やハザードマップの確認など、日頃から防災意識を高める
- 地域活性化のため、市の特徴や魅力を積極的に発信する

ゴール12「つくる責任つかう責任」

持続可能な生産消費形態を確保することが目標です。

例えばこんなことに取り組んでみませんか？

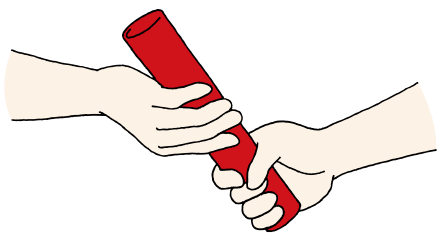
- 消費期限・賞味期限の近い商品を買う
- ごみの資源化（5Rやアップサイクル※）に取り組む
- 持ち物を整理し、必要なものを洗い出す
- 中古品や共有も、選択肢に入れる
- 環境に優しい自然素材のものを選択する
- マイバッグ、マイボトルを持ち歩く習慣をつける
- ※5RとはRefuse(断る)、Reduce(減らす)、Reuse(再利用)、Repair(修理)、Recycle(再利用)のことで、アップサイクルとは新たに付加価値を持たせ再生されることです。

市民リレー インタビュ

No.33

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します。

今月のインタビュは、外村修一郎さんからバトンを引き継いだ小池龍来さんです。



遊び場から仕事へ

私は一人っ子であったため、父が経営する工場が遊び



こいけ たつき
小池龍来さん（相森町）

小池龍来さんは、須坂で生まれ育ちました。小学生になると父が経営する工場に連れて遊んでいた機械を分解したりして遊んでいました。機械の構造や仕組みに興味を持ち始め、中学卒業時には車やバイクの整備に携わる仕事をした。と思うようになりました。

場の一つとなっていました。機械をいじっているうちに、構造に興味を持ち、小さいながらに工具をいじっていた記憶があります。また若かったため、自動車やバイクに興味があり、自動車の整備に携わりたいと思いました。自動車企業に就職しますが、配属は整備ではなく板金塗装でした。ショックを受けましたが、入社したばかりであったため一生懸命働きました。しかし、どうしても整備をしたいという気持ちを抑えきれず、父に相談すると、始めは自分で決めた仕事だからと言い門前払いでしたが、少しずつ気持ちを察してくれ、小池農機はクボタのディーラー販売店でもあったため、クボタに面接したらどうかとアドバイスももらい、関東甲信クボタに入社しました。長野市で4年、飯山市で7年間務めた後、父が経営する小池農機に入りました。自動車企業を退職後、すぐに家業に入らず、クボタに就職したことで、社会性が身に付きました。また、地域によって農産物が異なるため、使う農機具も異なり、農機具の知識が広がり、今考えると修理の幅も広がりました。今までは雇われていたため、ノ

ルマがあり、仕事をこなすことが主でしたが、家業に入ったことで、お客さまから仕事をもらわないと生活できないことを痛感し、お客さまへ感謝する大切さも学び、自分自身の視野も広がりました。

メンテナンスの大切さ

農機具は効率性を考えると、農作業に欠かすことができないと思います。特に10年前から農機具はコンピューター制御によるものが増え、複雑多様化しています。自動車と同様、農機具の原材料費が高騰し、壊れたので新しいものがほしいと言われても納期がいつになるかわからない昨今です。

農機具は、舗装されない道を走ったり、泥の中で作業したり、砂ぼこりがたまったりと過酷な環境で作動します。そのため、故障しやすく、自動車のように車検があるわけではないため、メンテナンスが重要になります。また年に数回しか使わないので、オイルがきれいだと思っているかもしれませんが、オイルは酸化してしまっています。

農機具が壊れ、修繕費のお



信州須坂の台所 71



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ご紹介します。



伊達巻き



調理時間約15分

1人分の成分

■エネルギー…107kcal	■たんぱく質…6.7g
■炭水化物…6.2g	■脂質…6.2g
■塩分…0.7g	

レシピ動画(第57弾)

今月のレシピを動画でご覧いただけます。レシピ動画は1分程度です。



食べ物マメ知識

伊達巻きは縁起のよいおせち料理の一つで、形が書物の巻物に似ていることから「知恵がついて賢くなるように」の意味が込められています。卵とはんぺん（魚のすり身）を使っているため、たんぱく質が豊富です。

【材料】(4人分)

■卵…4個	■しょうゆ…小さじ1
■はんぺん…1枚	■油…小さじ1
■砂糖…大さじ1	
■みりん…大さじ1	
■白だし…小さじ1	

【作り方】

- ① ミキサーに卵、はんぺん、砂糖、みりん、白だし、しょうゆを入れ、滑らかになるまでかくはんする。
- ② フライパンに油を引いて①を流し入れ、弱火で5分焼き、裏返して1分焼く。
- ③ ②を熱いうちに巻きすで巻く。

人口・世帯数

人口	49,825(-39)
男	24,201(-17)
女	25,624(-22)
世帯	20,543(+6)

2022.11.1現在、()内は前月比住民登録者数による集計



「須坂市公式LINE」

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」

★災害情報

	10月	2022年 1~10月	昨年 同期
火災	0	3	17
死者	0	0	1
傷者	0	0	4
救急出動	185	1926	1842
交通事故	16	83	86
急病	110	1302	1241
その他	59	541	515
救助	2	18	11
交通事故	2	7	4
その他	0	11	7

★交通事故

	10月	2022年 1~10月	昨年 同期
件数	8	76	78
死者	0	0	1
傷者	10	93	88

◎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
☎026-245-1119

▼ロゲイニングに同行させていただきました。市内のさまざまな場所写真撮影しました。時間の経過とともに疲れがはじまりましたが、ご家族の表情は時間とともに和らいでいきました。きれいな紅葉とご家族の笑顔。

（岡田）

▼伊達巻きと並び、わが家のおせちに欠かせない「けんちん巻き」。学生時代に他県に住んで初めて、長野県（北信）の郷土食で、他地域には存在しないと知りました。全く気付かずだったことに、割と動揺した記憶があります。（三ツ井）

▼クリスマス、年越し、ワクワクな12月のスタートです。冬はやっぱり温かいおでんが食べたい！家族や友達と囲んで食べるお鍋もいいです。体の中からあたたかためて、寒い冬も元氣よく過ごしていきたいと思います。（土屋）

よもやまばなし