

広報

須



坂市

7
2024

特集 町並みとともに これまでも、これからも



蔵の町並み散策&スイーツ食べ歩き
観光ガイドさんの案内で散策を満喫しました♪



特集

町並みとともに これまでも、これからも

須坂の町並みが重要伝統的建造物群保存地区に選定されます

問合せ 文化スポーツ課 (☎026-248-9027)

また、伝建地区のうち、国にとって価値が高いとされる地区は「重要伝統的建造物群保存地区（以下、重伝建地区）」に選定され、国や都道府県も、保存のためのさまざまな支援を行います。1975年（昭和50年）の制度開始からこれまで、全国で105市町村127地区、県内では6市町村7地区が重伝建地区に選定されています。

「伝統的建造物群保存地区（以下、伝建地区）」は、伝統的な建築物および工作物（以下、特定物件）とその周辺環境を、将来にわたって保存すると市区町村が定めた地区で、条例や計画に基づき保存のための事業が行われます。

何代にもわたり受け継がれてきた集落・町並みなどの伝統的な建造物群は、地域の歴史を語る貴重な文化遺産であり、後世に伝えるべきもの。こうした考えに基づき、「伝統的建造物群保存地区制度（以下、伝建制度）」は生まれました。

歴史的な町並みを保存する
「伝統的建造物群保存地区制度」

30年以上前に始まった須坂市の町並み保存活動。このたび須坂市の伝統的な町並みが、国の「重要伝統的建造物群保存地区」に選定される予定となりました。
今月号では、伝統的建造物群保存地区制度と保存地区の概要、町並み保存に関するこれまでの経緯などを紹介します。



▲長野市戸隠の町並み

■県内重要伝統的建造物群保存地区一覧

選定年	保存地区名称	種別
1976年(昭和51年)	南木曾町妻籠宿	宿場町
1978年(昭和53年)	塩尻市奈良井	宿場町
1987年(昭和62年)	東御市海野宿	宿場・養蚕町
2000年(平成12年)	白馬村青鬼	山村集落
2006年(平成18年)	塩尻市木曾平沢	漆工町
2014年(平成26年)	千曲市稲荷山	商家町
2017年(平成29年)	長野市戸隠	宿坊群・門前町

保存地区の概要

北信地方の製糸業の隆盛を伝える
豪壮な主屋が建ち並ぶ近代の商家町

名称 須坂市須坂伝統的建造物群
保存地区（以下、保存地区）

種別 製糸町・商家町

範囲 中町交差点を中心とする
約18.3ヘクタール

保存地区は、近世から十字に交わる街道に沿って町場が形成されており、近代以降の製糸業の隆盛とともに商業地として栄えました。製糸家の店舗や住居として建てられた豪壮な土蔵造（柱や梁を壁で覆い、表から見えないように仕上げ、屋根は瓦葺きとする造り）の町並みを中心に、繭蔵として建てられた土蔵や、町場の拡大に伴い建てられた長屋群など、多様な町並みが形成されています。



▲妻入と平入が混在する白漆喰仕上げの町並み



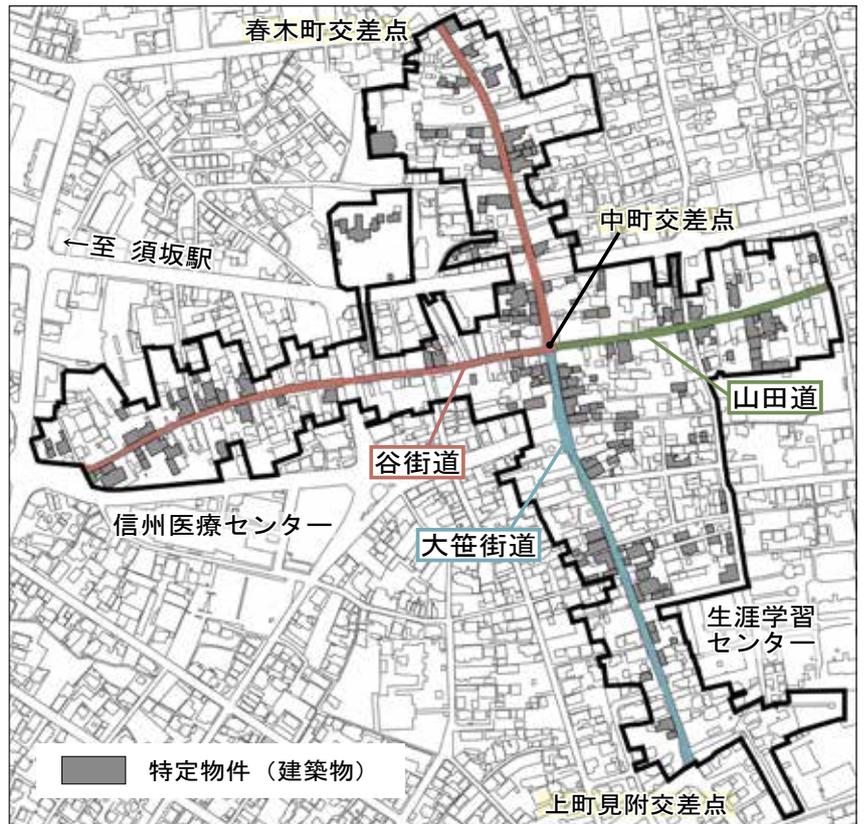
▲中塗り仕上げの町並み



▲店舗と店舗の間に設けられた脇門



▲建物の基礎に見られるぼたもち石積み



■保存地区の範囲と特定物件の位置図

詳細は、市ホームページをご覧ください。



魅力豊かな町並み

保存地区の町並みは「蔵の町」と呼ばれるように、屋根が瓦葺きで土壁の建築物が特徴的ですが、外壁の仕上げ、屋根形状、軒周りのデザインなどにそれぞれ違いがあり、それらの個性が町並みの大きな魅力となっています。

また、建築物以外にも、店舗と店舗の間に設けられた「脇門」、建物の基礎に設けられた「ぼたもち石積み」など、保存地区ならではの特徴が数多く見られます。

知っているのとちよつと楽しい♪建物用語解説

■妻入・平入：切妻造（2方向に傾斜がある三角形の屋根形状）で、屋根の三角形を表に向けるものが妻入、三角形を横に向けるものが平入。

■脇門：店舗は表の街道から入るが、店舗の後ろにある主屋へは店舗の横に設けられた脇門から外通路を通り、玄関に入る。須坂の町並みの特徴の一つ。

■ぼたもち石積み：丸々とした大きな石を積んだもの。石一つ積むのに1日かかると言われるほど、石工の技術と時間を要するものだった。

須坂の町並みの魅力は

1988年、大学生で須坂の最初の調査に参加しました。当時、「京都の町家と同じで、奥に深い」と思ったことを覚えていますが、この「奥」は須坂の魅力の一つといえます。

須坂の街道沿いの屋敷地では、表に面して土蔵造の建物が建ち、ここで店が営まれます。一方、店の横の脇門を入った奥には、表とは装いの異なる住居部分が存在します。これらの表と裏は密接に結びついて家全体を形成し、また、一体となって須坂の町並みを構成しています。

町並みを見る際は、あてなく歩き回って先入観なく観察してみることがおすすです。せっかく須坂の町並みが広く評価されたので、どこが良いのか、悪いところも含めてしっかりと見つめて、「これが須坂」と感じられるものを見つけていくと思います。



土本 俊和 さん
信州大学工学部 教授
須坂市伝建保存審議会 会長



小林 義則 さん
須坂景観づくりの会 理事長
須坂市伝建保存審議会 副会長

思いをつなぐ役割を期待

須坂の町並み保存活動のきっかけとなり主体となったのは、1986年に地元有志で結成された「信州須坂町並み保存の会」。後で知りましたが、私の父も会のメンバーでした。家業は立町の居酒屋ですが、私が小学生の頃は、町並みを巡るイベントのために昼営業をしていた記憶があります。そんな頃からずっと勉強会やイベントが開催されてきました。

重伝建地区選定は、こうした親の世代、さらに前の先人たちによって残されてきた建物や町並みを、次の世代に受け継いでいく手段です。建物の修理に国などから補助があることは大きな点ですが、「地域にとって大切なもの」という思いを共有し、つないでいくために役立つことを期待しています。地域の人が町の見所を知っていて、案内できるような町になったらすてきですよ。

町並み保存活動の経緯

- 1985年 ○須坂新聞で「須高地方の民家と町並み」の連載開始（〜1989年）
- 1988年 ○日本ナショナルトラストによる観光資源調査（旧須坂町）を実施
- 1989年 ○「須坂の歴史的町並み」を刊行
- 1990年 ○伝統的建造物群保存対策調査を実施
- 1990年 ○「信州須坂の町並み」伝統的建造物群保存対策調査」を刊行
- 1993年 ○須坂市須坂地区歴史的景観保存対策事業を実施（〜2009年）
- 1995年 ○街なみ環境整備事業補助金を導入して整備（〜2009年）
- 2006年 ○社会資本整備総合交付金を導入して整備（〜2015年）
- 2010年 ○蔵の町並みキャンパス事業を開始（〜現在）
- 2010年 ○伝統的建造物群保存対策調査対象建築物の現況確認調査を実施
- 2012年 ○歴史的建造物登録制度を創設（〜現在）
- 2012年 ○歴史的建造物を活かしたまちづくり事業補助金を創設（〜現在）
- 2013年 ○須坂市景観計画を策定（〜現在）
- 2018年 ○伝統的建造物群保存対策調査を実施（〜2020年）
- 2020年 ○「須坂」伝統的建造物群保存対策調査報告書」を刊行
- 2023年 ○須坂伝建地区を都市計画決定
- 2023年 ○須坂伝建地区「保存活用計画」を告示
- 2023年 ○須坂伝建地区の重伝建地区選定の申出書を文部科学大臣へ提出
- 2024年 ○須坂伝建地区「保存活用計画」の改正告示
- 2024年 ○国文化審議会より、文部科学大臣あてに重伝建地区選定の答申



旧越家住宅の実測調査



旧小田切家住宅



1989年発行『信州須坂の町並み』

町並みを保存するために 基準を設けています

保存地区内では、町並みが変わる恐れのある行為に対し、町並みに調和するような基準を設けています。この基準は、須坂ならではの町並みを保存し、後世に継承するために大切なものです。

保存地区内で工事を行う際には、建築物だけに限らず、門や塀、樹木や土地などに行うすべての行為に対し、事前に市への申請が必要です。申請内容が基準に適合しているか、市が確認し許可を出します。許可を

保存地区内で着手前に許可が必要な行為

- ◆ 建築物その他の工作物（以下「建築物など」）の新築、増築、改築、移転または除却
- ◆ 建築物などの修繕、模様替えまたは色彩の変更でその外観を変更することとなるもの
- ◆ 宅地の造成その他の土地の形質の変更
- ◆ 木竹の伐採
- ◆ 土石類の採取
- ◆ 水面の埋立てまたは干拓



受ける前に工事などに着手することはできません。許可を受けるためには基準に適合させる必要がありますが、基準に依りて補助金の交付を受けられる場合もあります。工事などを計画される際は、まずは文化スポーツ課にご相談ください。

使い続けることが 守ること

これまで、住民の皆さんをはじめとする市民の皆さんのご理解・ご尽力のもと行われた町並み保存活動により、須坂の歴史的な町並みは現在の姿まで守られてきました。近年は古民家の持つ魅力を生かし、店舗や宿泊施設などとして修理し活用する動きも大きな流れとなり、町のにぎわい創出にもつながっています。

伝統的な町並みを保存し継承するためには、何よりもそれぞれの建築物を使い続けることが重要です。伝建制度は、建築物の伝統的な技術や外観を維持することを目的としており、住み続けるため、使い続けるための内部の改修は自由にできます。外観は町並みと調和させながらも、生活の場や商いの場である内部は便利にすることができ、こうした形での建築物の更新の積み重ねが、町並みの保存と保存地区全体の価値向上につながっていきます。

一方、古くからの町並みに住み続

けるためには、地震・火災への備えなど、現代に即した安全性の確保も重要な課題です。今後は、保存地区の防災計画の策定を含め、保存地区の具体的内容を、住民の皆さんの声を聞きながら検討、実施していきます。

須坂市須坂伝統的建造物群保存地区シンポジウム

「わたしたちの町並みを 未来へ引き継ぐために」

須坂の町並みが重伝建地区として選定されることを記念し、シンポジウムを開催します。

これまでの町並み保存の経緯や、調査で見えてきた町並みの特徴・価値に関する講演、パネルディスカッションを行います。これからのまちづくりや課題を一緒に考えましょう。

と き 7月28日(日) 午後1時～4時30分

ところ 生涯学習センター3階ホール

基調講演

- ① 西村幸夫さん（國學院大學観光まちづくり学部学部長）
- ② 土本俊和さん（信州大学工学部教授、須坂市伝建保存審議会会長）

パネルディスカッション

コーディネーター

渡邊泰さん（元塩尻市文化財課担当課長、須坂市伝建保存審議会委員）

パネリスト

- 梅干野成央さん（信州大学工学部准教授、須坂市伝建保存審議会委員）
小林義則さん（須坂景観づくりの会理事長、須坂市伝建保存審議会副会長）
山上万里奈さん（ゲストハウス蔵代表）
梅津章子さん（文化庁文化財第二課主任文化財調査官）
三木正夫（須坂市長）



▲基礎がぼたもち石積み
の土蔵

国民健康保険・後期高齢者医療制度 保険証を更新します



問合せ 医療保険課(☎026-248-9034)

現在お使いの保険証の有効期限は、令和6年(2024年)7月31日です。8月1日からの新しい保険証を7月中旬に発送しますので、現在お使いの保険証は8月以降に処分してください。

加入者全員のマイナンバー(下4桁)を保険証との紐づけに関わらず、保険証の台紙に記載しています。お手元に届いたら、誤りがないかご確認ください。

国民健康保険被保険者証



青色の封筒に入れて送付します

空色から「うぐいす色」に変わります



有効期限 令和6年7月31日

新しい保険証(うぐいす色)

【有効期限】
令和7年(2025年)7月31日
※70歳、75歳になる方などは有効期限が異なる場合があります

- ①70歳以上74歳以下の方は、「兼高齢受給者証」と記載
- ②現役並み所得のある方…3割
上記以外の方…2割

後期高齢者医療被保険者証



黄色の封筒に入れて送付します

だいだい
橙色から「黄色」に変わります



有効期限 令和6年7月31日

新しい保険証(黄色)

【有効期限】
令和7年(2025年)7月31日

医療費の自己負担割合は、前年収入や所得をもとに判定します。詳しくは同封のリーフレットをご覧ください。

後期高齢者医療制度に 加入している皆さんへ

● 令和6年度(2024年度)の保険料額 を通知します

保険料額の決定通知書などが入った封筒(橙
色)を7月中旬に発送します。お手元に届いたら
必ず内容を確認してください。

【保険料納付の注意事項】

- ▶現金納付の方には納入通知書を同封します。
各納期限内に納付してください。
- ▶10月から新たに年金天引きになる方は、9月
までは現金で保険料を納付してください。
8月分から口座振替に変更することができます。
- ▶年金天引きを口座振替に変更することができ
ます。
- ▶口座振替を希望する方は医療保険課(窓口5
番・本庁舎1階)で手続きをしてください。
必要書類 口座を確認できるもの、口座の登
録印

● 「限度額適用認定証」、「限度額適用・ 標準負担額減額認定証」

医療費が高額になった場合、医療機関窓口で
認定証を提示すると、支払い額を自己負担限度
額までとすることができます。認定証は、原
則、申請月の1日から適用となり、有効期限は
毎年7月31日です。

認定証が必要な方は、申請してください。
※すでに交付を受けていて、引き続き対象にな
る方は、申請不要です。保険証と一緒に送り
します。

申請方法 申請書類を医療保険課へ提出

必要書類 保険証、本人確認書類、マイナンバー
確認書類

65歳以上で一定の障がいをお持ちの方は、後
期高齢者医療制度の被保険者になることができ
ます。詳しくはお問い合わせください。

国民健康保険に加入し ている皆さんへ

● 令和6年度(2024年度)の納税額を 通知します

国民健康保険税の納税通知書を7月中旬に世
帯主宛てに発送します。お手元に届いたら必ず
内容を確認してください。

令和6年度(2024年度)の主な改正

【課税限度額の引き上げ】

税制改正により、支援金分が22万円から24万
円に引き上げられました。

【軽減判定基準の見直し】

低所得世帯に対する軽減の判定合計所得の計
算が変更となり、5割軽減と2割軽減の対象と
なる世帯が拡大されました。

問合せ 税務課(☎026-248-9001)

● 「限度額適用認定証」、「限度額適用・ 標準負担額減額認定証」

医療費が高額になった場合、医療機関窓口で
認定証を提示すると、支払い額を自己負担限度
額までとすることができます。認定証は、原
則、申請月の1日から適用となり、有効期限は
毎年7月31日です。

8月からの認定証が必要な方は、8月1日以
降に申請してください。

※すでに交付を受けていて、引き続き必要な方
も改めて申請してください。

申請方法 電子申請または医療保険課(窓口4
番・本庁舎1階)

必要書類 保険証、来庁する場合は、本人確認
書類、マイナンバー確認書類

※ご家族分の代理申請も可能です。

右の二次元コードから電子申請でき
ます。



【12月2日から保険証の発行が終了します】

マイナンバーカードと保険証は一体化され、12月2日からは、マイナ保険証を利用することを
基本とする仕組みに移行予定です。

- ▶マイナ保険証を利用するには、利用申込が必要です。市民課(窓口1番・本庁舎1階)で申込
支援を行っていますので、ご利用ください。
- ▶12月1日までに交付された保険証は有効期限までご利用いただけます。
- ▶マイナンバーカードをお持ちでない方などには、別途「資格確認書」が交付される予定です。
詳細は『広報須坂』11月号でお知らせします。

募集

2025年度採用市役所職員募集

市民の皆さんとともに、新たなプロジェクトを創造し、
実行していく意欲と行動力のある方を募集します

申込・問合せ 総務課(☎026-248-9000)

募集職種・受験資格 下表のとおり
 募集人員 若干人
 募集期間 7月1日(月)～8月6日(火)
 受験手続 市ホームページからお申し込みください。



市ホームページ

試験方法	職種	年齢	学力・職歴など
I	一般事務	1998年4月2日～2007年4月1日生まれの方	高校卒業程度の学力を有する方（4年制大学卒業・卒業見込み者を除く）
	障がい者一般事務	1984年4月2日～2007年4月1日生まれの方	高校卒業程度の学力を有する方で、次の要件をすべて満たす方 ▼すでに障害者手帳の交付を受けている方 ▼介助者なしに職務を遂行できる方 ▼採用試験で、活字印刷文による出題に対応できる方
	消防	1995年4月2日～2007年4月1日生まれの方	高校卒業程度の学力を有する方
	土木B	1998年4月2日～2007年4月1日生まれの方	高校卒業程度の学力を有する方
	消防(救急救命士)	1995年4月2日～2005年4月1日生まれの方	救急救命士資格を有する方または2025年3月末までに救急救命士資格を取得見込みの方
II	行政(情報処理)	1990年4月2日～2003年4月1日生まれの方	4年生大学卒業程度の学力を有し、民間企業などでICT業務経験を3年以上有する方で、独立行政法人情報処理推進機構が実施する情報処理技術者試験レベル2（基本情報技術者など）以上の資格を有する方
	行政(社会福祉士)	1990年4月2日～2003年4月1日生まれの方	社会福祉士資格を有する方、または2025年春までに資格を取得見込みの方
	土木A	1995年4月2日～2005年4月1日生まれの方	4年生大学または高専の土木専門課程卒業程度の学力を有する方

住所要件などの詳細は市ホームページをご覧ください。

【一次試験】

- 試験方法Ⅰ…9月22日(日) (筆記・適性検査・作文)
- 試験方法Ⅱ…9月15日(日)～22日(日) (SPI3による能力検査・性格検査)

【二次・三次試験(個別面接・集団討議)】 一次・二次試験の合格者に通知





2023年度 予算執行状況

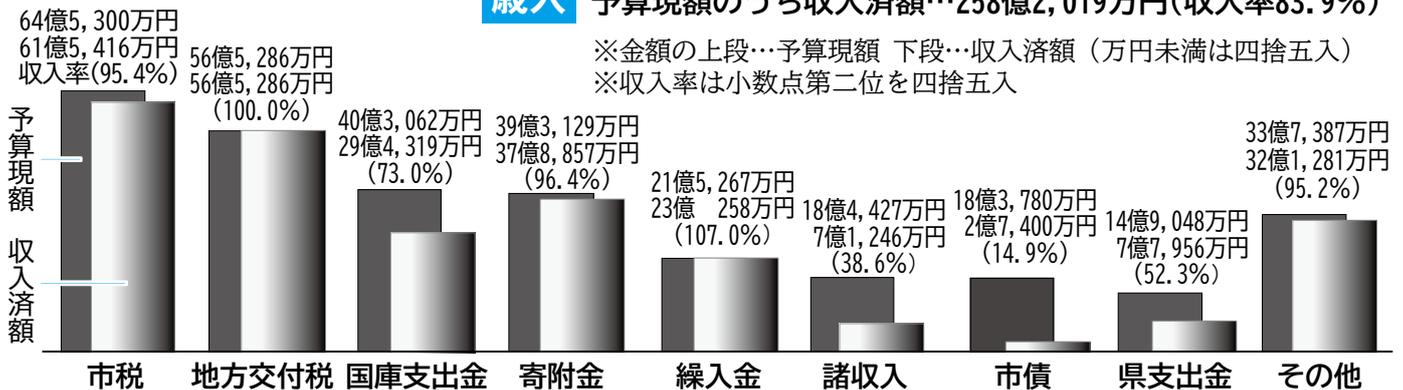
市の予算や収入・支出の状況を年2回公表しています。今回は、2023年度予算の各会計の歳入と歳出の執行状況（2024年3月31日現在）をお知らせします。
※現金の未収や未払いを整理する期間（4月1日～5月31日）があるので、決算の数値とは異なります。

問合せ 財政課(☎026-214-5029)

【一般会計】…予算現額 307億6,686万円

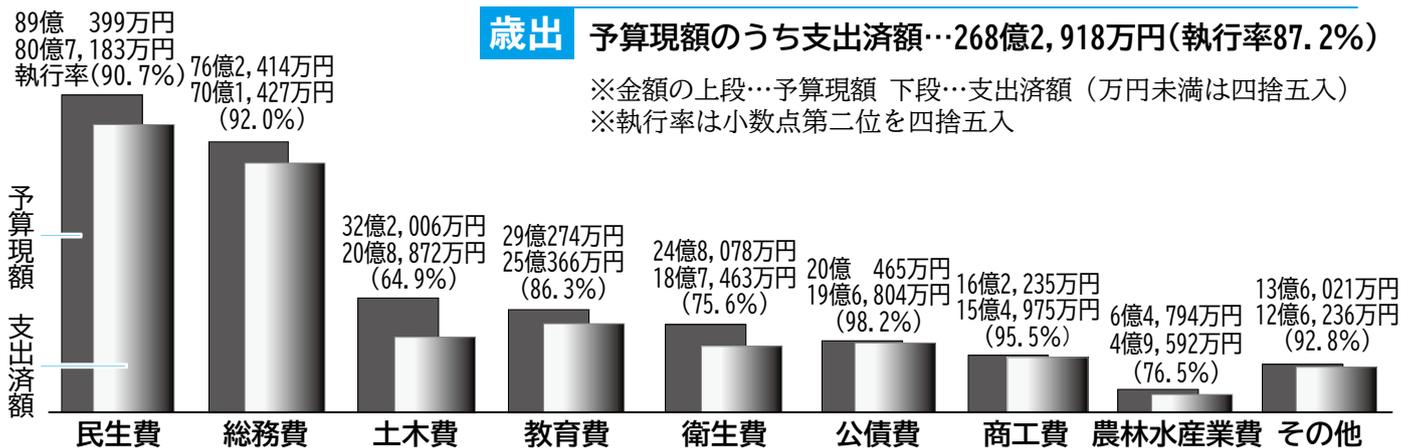
歳入 予算現額のうち収入済額…258億2,019万円(収入率83.9%)

※金額の上段…予算現額 下段…収入済額（万円未満は四捨五入）
※収入率は小数点第二位を四捨五入



歳出 予算現額のうち支出済額…268億2,918万円(執行率87.2%)

※金額の上段…予算現額 下段…支出済額（万円未満は四捨五入）
※執行率は小数点第二位を四捨五入



【企業会計】

■水道事業

		予算現額	収入・支出済額
収益的 収支	収入	12億5,684万円	13億944万円
	支出	12億4,368万円	10億1,215万円
資本的 収支	収入	7億8,502万円	6億5,652万円
	支出	18億644万円	13億4,154万円

■下水道事業

		予算現額	収入・支出済額
収益的 収支	収入	19億4,142万円	19億7,654万円
	支出	19億3,117万円	18億681万円
資本的 収支	収入	10億3,069万円	9億7,625万円
	支出	19億5,473万円	18億1,362万円

■宅地造成事業

		予算現額	収入・支出済額
収益的 収支	収入	801万円	801万円
	支出	1,306万円	905万円
資本的 収支	収入	0円	0円
	支出	0円	0円

【特別会計】

	予算現額	収入済額	支出済額
国民健康保険	49億8,623万円	43億6,023万円	43億8,978万円
井上、幸高、九反田、中島財産区	834万円	833万円	777万円
介護保険	46億7,735万円	46億6,551万円	41億8,145万円
後期高齢者医療	7億9,340万円	7億6,946万円	7億6,810万円

【用語解説】

▼収益的収支とは

…事業の経常的な経営活動の収入と支出を示すもの

▼資本的収支とは

…将来の経営活動に備えて行う建設改良や現在の経営活動に用いられている施設にかかる企業債償還金などの収入と支出を示すもの

お知らせ

国民年金保険料の免除・納付
猶予の制度があります



日本年金機構ホームページ

国民年金保険料が免除になる方

【届け出ると免除になる方】

- ▼生活保護法による生活扶助を受けている方
- ▼障害基礎年金や障害厚生年金などを受けている方 など
- ▼申請して認められると、免除になる方】

- ▼申請者や配偶者、世帯主の前年の所得が一定額以下の方
- ▼障がい者または寡婦で、前年の所得が135万円以下の方
- ▼天災や失業による減収などで、保険料を納めることが困難な方

支払いを猶予できる方

50歳未満の方で、申請者本人と配偶者の所得が一定以下で、国民年金保険料の納付が困難な方

届け出・申請をしてください

開始日 7月1日(月)

承認期間は7月～翌年6月です。

※申請月から2年1カ月前までしかのぼって申請できません。

届け出・申請方法 医療保険課（窓口4番・本庁舎1階）または電子申請



電子申請

届け出・申請の注意点

- ▼免除や納付猶予を受ける方は、毎年申請してください。
- ▼退職や失業などを理由に免除を申請する場合（特例免除）は、雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票の写しなどを添付してください。
- ▼特例免除以外の方で、全額免除・納付猶予に該当し、継続申請をしている場合は、毎年申請する必要はありません。
- ▼免除や納付猶予を受けた方は10年以内に限り納付（追納）できます。
- ※学生の方は「学生納付特例制度」をご利用ください。
- ※出産の際は「国民年金保険料の産前産後期間の免除制度」をご利用ください。

【問合せ】 医療保険課

（☎026・248・9034）

お知らせ

一人一人の心がけが大切です
新生活運動をしましょう



新生活運動推進委員会では、明るく健康で住み良い社会を目指し、過度な出費を抑え、合理的な生活のため、新生活運動を進めています。

①結婚祝

▼華美な結婚式は控え、会費制としましょう▼祝宴費用は、会費内でまかないましょう

②病氣見舞

▼お見舞いは、2千円以内としましょう▼お礼は、口頭または「見舞返礼はがき」にしましょう

③葬儀

▼香典は、千円以内としましょう▼お礼は、口頭または「新生活はがき」にしましょう▼お焼香は、平服でも失礼にはあたりません

④環境美化

▼家の周りを整理して、花と緑で飾りましょう

⑤健康で明るいまちづくり

▼地域の奉仕活動や行事に、すすんで参加しましょう▼毎月第3日曜日の「家庭の日」には、家族のふれあいを深めましょう

⑥始めよう、「ごみを出さない暮らし方

▼マイバッグを使いましょう▼リサイクル・リユースを意識しましょう

【注意事項など】

- ▼①～③は近親者を除きます。
- ▼②③で使用する「お見舞い袋」、「香典袋」、「見舞返礼はがき」は新生活運動推進委員会が印刷したものを1枚10円で販売しています。
- 取扱場所 ▼市民課（窓口1番・本庁舎1階）：夜間、土・日曜日、祝日は市役所直で取り扱っています。
- ▼生涯学習センター▼各地域公民館

■須坂市連合婦人会の衣装貸出をご利用ください

種類	料金
男物式服	5,000円
喪服（夏・冬）	3,500円
留袖（帯付き）	8,000円
色留袖・訪問着	8,000円
お宮参り掛衣装（男女）	3,000円
男児はかま一式	3,000円

取次ぎ 生涯学習センター（☎026-245-1598）
貸出担当者の連絡先をお伝えします。

【問合せ】 市民課

（☎026・248・9002）

お知らせ

生涯学習センター・各地域公民館の利用の
範囲を拡大します。使いやすい施設を目指します。

市民の皆さんにとって使いやすい施設とするため、生涯学習センター、各地域公民館の利用方法などを見直しました。ぜひご利用ください。

■ 予約がない部屋の活用

【子ども学習室を開放】

小・中学生の学習室としてご利用いただけます。



利用時間 平日の午前9時～午後4時30分（8月13日～16日、12月29日～1月3日を除く）

※生涯学習センター、仁礼コミュニティセンターは、高校生もご利用いただけます。

【「コミュニティスペース」を設置】

市民が誰でも出入りできる部屋として開放します（貸し切りではありません）。

利用時間 平日の午前9時～午後4時30分（8月13日～16日、12月29日～1月3日を除く）

子ども学習室、「コミュニティスペース」は、利用者登録不要です。空き状況は、事前に利用したい施設へお問い合わせください。

■ 個人で貸切利用できます

通常、貸館の対象は団体のみですが、次の施設に限り、個人でも予約して貸切利用できます。

施設 ▼生涯学習センター▼南部地域公民館▼仁礼コミュニティセンター

利用者登録 必要

予約開始日 希望日の10日前

利用時間 1日3時間まで

※南部地域公民館、仁礼コミュニティセンターは、平日の午前9時～午後5時に限ります。

利用料 冷暖房料は有料

予約・利用方法は、各施設へお問い合わせください。

【生涯学習センター2階「ふれあいギャラリー」で個人展示も可能です】

絵画などの作品を展示できます。

利用者登録 必要

予約開始日 展示開始日の6カ月前

利用料 無料

準備や片付けは、ご自身で行ってください。



お知らせ

一般廃棄物最終処分場（エコパーク須坂）
環境調査結果

長野広域連合が2023年度に実施した一般廃棄物最終処分場（エコパーク須坂）の環境調査の結果を仁礼町区との協議に基づき、お知らせします。

■ 地下水

モニタリング井戸上流、下流3地点および周辺湧水（鷹清水）の地下水環境基準項目を測定

結果 すべての地点、項目で、環境省が定めた地下水の環境基準値を下回っていました。

■ 浸出水・処理水

埋立地内で、埋立地に降った雨水が埋立物と接触した水（浸出水）と、浸出水を処理した水（処理水）の下水排除基準項目を測定

結果 すべての項目で、下水排除基準値（下水道に流すことができる化学物質濃度）を下回っていました。

■ 粉じん（浮遊粒子状物質）

埋立地内および周辺4地点（仁礼小学校他）で、粉じんのうち大気中の10マイクロメートル以下の小さな粒子の量を測定

結果 全ての地点で、環境省が定めた大気環境基準値0・10ミリグラム毎立方メートル（1時間値の1日平均値）を下回っていました。

■ 空間放射線量

埋立地内で、空間の放射線の強さを測定

結果 環境省で示した基準値0・23マイクロシーベルト毎時（年間追加被ばく線量1ミリシーベルト換算と自然放射線量の合計値）を下回っていました。

※結果の詳細は長野広域連合ホームページをご覧ください。



【問合せ】長野広域連合環境推進課
（☎026-213-5300）

イベント

サマーランド開場・イベント情報



開場期間

▼昼間の営業(午前9時30分～午後5時)：7月13日(土)～15日(月)、7月20日(土)～8月22日(木)、24日(土)、25日(日)
▼夜間の営業(午後5時30分～8時)：7月20日(土)～8月18日(日)

各種料金

【入場料】



昼間
▼一般：500円
▼中学生以下・6歳以上：300円
▼夜間 一律300円
※3歳未満は無料
【1コース専用使用料】
800円(1時間あたり)

無料入場券

市内の園児と小・中学生に、学校などを通じて無料入場券を一人10枚交付します。市内在住で、須高地域以外の学校などに通っている方は、須高行政事務組合にご連絡ください。

イベント情報

▼SUP体験イベント：7月21日(日)
▼飛び込み体験会(小学5年生以上)：8月上旬予定
▼短期子ども水泳教室(小学3年生以上)：8月中旬予定
▼プロジェクトジョンマッピング：8月中旬の夜間営業予定
▼来場者150万人を達成した場合、記念イベントを開催!
※詳細は須高行政事務組合ホームページをご覧ください。
※場内の日よけテントには限りがあります。個人用テントなどの持ち込みをおすすめします。



【問合せ】 須高行政事務組合
(☎026・245・1173)

募集

認知症になっても暮らしやすい地域を
目指しましょう。参加者募集のお知らせ

オレンジガーデニングプロジェクト



「認知症になっても暮らしやすいまちをみんなで創っていきましょう!」という思いを共有しながら、認知症啓発のシンボルカラーであるオレンジ色の花を咲かせる活動です。

9月のアルツハイマー月間に向けて花を育て、認知症のことを考えるきっかけとしてみませんか。参加者には、花苗を無料配布します。
配布物 ▼マリーゴールドまたはジニアの花苗2ポット ▼認知症啓発のプレート1枚
配布数 20セット(申込順)
申込期間 7月8日(月)～16日(火)
※申し込み時に、受け取り方法をお伝えします。

認知症を考える市民講座
映画「オレンジ・ランプ」
上映会

若年性認知症の本人とその家族が工夫して周囲の理解を得ながら、前向きに生きる姿を描いた作品です。

映画を通して、認知症のことを考えましょう。
とき 7月14日(日)午後2時～4時
ところ メセナホール小ホール
入場料 無料
定員 100人(申込順)
申込方法 電子申請または電話

認知症キャラバン・メイト養成研修会



認知症を理解し、地域で支える「認知症サポーター」を養成していきます。養成講座の講師「キャラバン・メイト」の研修会を行います。
とき 7月26日(金)午前9時30分～午後4時30分
ところ dotami ティングルーム
対象 ▼認知症サポーター養成講座の講師として活動できる方 ▼認知症カフェなどで活動できる方
定員 25人
申込期限 7月10日(水)

【申込・問合せ】
地域包括支援センター
(☎026・245・4566)

募 集

市制70周年記念
「新・BS日本のうた」観覧者募集

須坂市とNHK長野放送局では、市制70周年を記念して「新・BS日本のうた」の公開収録を実施します。豪華な出演者が、素晴らしい名曲の数々をお届けします。

収録日時 9月5日(木)午後6時30分～8時30分(予定)

ところ メセナホール

出演者 (敬称略、五十音順)
青山新、小林幸子、佐々木秀美、竹島宏、はやぶさ、原田悠里、舞乃空、美川憲一、山西アカリ、山本譲二



▲美川憲一



▲小林幸子

放送日 未定(NHK BS・プレミアム4K)

入場料 無料。1歳以上の方は、入場整理券の事前申込が必要です。整理券1枚で2人まで入場できます。

申込方法 NHKホームページにある申込フォームからお申し込みください。 <https://www.nhk.or.jp/nagano/getevent/>



※「nhk.or.jp」からのメールを受信できるように、あらかじめ設定をお願いします。

※応募は1人1回のみです。
※入場整理券の売買は固くお断りします。

申込期限 7月31日(水)
入場整理券の送付 応募多数の場合は抽選となり、当選者には入場整理券を8月19日(月)頃に郵送します。落選者には8月19日(月)午後3時以降にメールでお知らせします。

【問合せ】▼NHK長野放送局
(☎026-291-5200)
▼政策推進課
(☎026-248-9017)

募 集

ホームタウン須坂市！みんなで応援に行こう！
AC長野パルセイロ応援バスツアー



須坂市はサッカークラブ「AC長野パルセイロ」のホームタウンです。地域一体となって応援し、多くの皆さんに観戦を楽しんでいただくため、須坂市役所と試合会場(長野Uスタジアム)間をバスで送迎する「応援バスツアー」を開催します！

応援バスツアー実施試合

2024明治安田生命J3リーグ
【第25節 大宮アルディージャ戦】
とき 8月24日(土)午後6時～

ツアーの内容

特典 参加者限定で、選手のサイン入りクリアファイルをプレゼント！さらに、選手がアップしている様子をピッチ内で見学できます。

行程 須坂市役所発(午後4時)ー長野Uスタジアム着ーアップ見学(30分間)ー試合観戦ー長野Uスタジアム発ー須坂市役所着(午後8時45分)

ツアー参加費 ▼一般500円▼高校生300円▼小・中学生200円▼未就学児無料

※当日受付時にお支払いください。
※チケットは不要です。

対象 市内在住の方
定員 47人(申込順)

申込期間 7月23日(火)午前9時～8月19日(月)
※最少催行人数は30人です。

申込方法 申込フォームからお申し込みください。
<https://arenabus.jp/trip/20240824/>



7月のホームゲーム情報

ところ 長野Uスタジアム(長野市)
【第21節】いわてグルージャ盛岡戦
とき 7月13日(土)午後6時～
【第22節】FC今治戦
とき 7月20日(土)午後6時～



チケット

【問合せ】▼(株)長野パルセイロ・アスレチッククラブ(☎026-244-7780)
▼応援バスに関すること…(株)アリーナ(☎026-299-6200)

お知らせ

「物価高騰対応重点支援給付金」 「定額減税調整給付金」

【注意】給付金の「振り込め詐欺」や「個人情報」の搾取にご注意ください。自宅や職場などに、国・都道府県・市区町村の職員などを語る不審な電話や郵便があった場合は、最寄りの警察署または警察専用電話（#9110）へご連絡ください。

物価高騰対応重点支援給付金

令和6年度分の住民税が「新たに均等割非課税となる世帯」または「新たに均等割のみ課税（定額減税前）」となる世帯に給付金を支給します。
※令和5年度物価高騰対応重点支援給付金（7万円、10万円）を受給された世帯は除く（未申請の世帯や受給辞退世帯を含む）。

※住民税均等割が課税されている者の扶養親族等のみからなる世帯は除く。
申請方法 対象世帯には7月下旬に確認書を送付します。記載内容を確認し、必要事項を記入のうえ、返信用封筒で申請してください。

申請期限 10月31日(木)※当日消印有効
【給付金の内容】
①新たに住民税均等割非課税・新たに住民税均等割のみ課税（定額減税前）となる世帯への給付金

条件 令和6年6月3日に須坂市に住民登録がある世帯で、「世帯全員の令和6年度住民税均等割が非課税である世帯」または「世帯全員の令和6年度住民税所得割が課税されず、うち少なくとも一人

が住民税均等割のみ課税に該当する世帯」支給額 1世帯あたり10万円
②こども加算 対象 ①の世帯のうち、18歳以下の児童（平成18年4月2日生まれ以降の児童）がいる世帯
支給額 児童1人あたり5万円

【申請・問合せ】
福祉課専用窓口（☎026-214-2302）

定額減税調整給付金

定額減税額が定額減税前の「市・県民税所得割額」や「所得税額」を上回っている方に、その差額を調整給付金として給付します。
申請方法 対象者には8月下旬以降に郵送でお知らせします。記載内容を確認し、必要書類などを添付の上、電子申請または返信用封筒で申請してください。

※対象者のうち、すでに公金受取口座を登録している方は申請不要です。送付するお知らせの内容に変更がないかご確認ください。

【申請・問合せ】 総務課
☎026-248-9000

市長の

いきいき通信

重要伝統的建造物群保存地区選定と歴史上の人物



製糸業で栄えた豪壮な商家をはじめ多様な建造物群が残る地区「須坂市須坂伝統的建造物群保存地区」が国の重要伝統的建造物群保存地区に選定される予定です。須坂の製糸業には、多くの歴史上の人物が関係しています。7月3日に、一万円、五千元、千円の三券種が改刷されます。新一万円札は、渋沢栄一が肖像になります。渋沢栄一は、「製糸王」と呼ばれた越後三郎が創立に携わった私立須坂商業学校の顧問を務め、旧越家住宅には、渋沢栄一の書が保存されています。

臥竜公園の設計者は、明治神宮の森や日比谷公園などを設計した日本最初の林学博士、本多静六です。臥竜公園の設計は1926年にされましたが、築造は1931年であり、世界恐慌の影響を受けた昭和恐慌（1930年～1931年）の中、須坂の製糸工場で働いていた多くの人々の失業者対策としても行われました。

7月20日(土)に開催する須坂カッタカタまつりの「須坂小唄」は、系線の音が由来となっており、野口雨情(作詞)、中山晋平(作曲)により作られました。須坂市でもロケが行われた中山晋平の生涯を描く音楽映画「歌こそすべて」中山晋平・歌と愛の生涯（仮題）は、今秋に公開される予定です。

▼市長のメールマガジン「虹のほほえメール」を毎週木曜日にお届けします。市ホームページから登録ください。ホームページID 3784

みんなの広場

お便り紹介コーナー

～6月に届いたお手紙から～



られる最近です。家族全員で免疫力を付けようと思ひます。

(ペンネーム) たぬきちさん 28歳

運動会

徐々に小学校へ運動会を見に行ってきた。元気いっぱいの子もたち、かけっこは女の子が早かった!

(ペンネーム) ひろちゃんさん 73歳



海に行きたい

これから暑くなりそうですが、色々とお出かけたくなる季節なので楽しみます。子どもがまだ海に行けたことがなく、「行ってみたい!」と言っている。今年には海に連れて行くつもりです。

(ペンネーム) みずいろさん 38歳



熊に気を付ける

最近各地で熊の目撃情報や被害が報道されています。近隣市町村でも被害があり、身近な事なんだと改めて実感しました。今の季節、山菜採りなどで山間地域に出かけるこ



ともあり、十分に気を付けたらと思います。

(佐藤さん 60歳)

芽が出るかな

以前、大葉の種をプランターに植えました。芽が出てこなかった。最近見かける水耕栽培を試してみましたが、種からなので、なかなか芽が出るのを楽しみにしてキッチンに置いてあります。水換えをしつつ様子を見ていきたいです。

(ペンネーム) くまさん 35歳

※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。

市報クイズ

■今月のプレゼント

①湯つ蔵んど入浴券(ペア)5人

②須坂温泉入浴券(ペア)5人

③AC長野パルセイロ トップチームホームゲーム チケット(ペア)5人

※長野パルセイロ・アスレチッククラブ提供

認知症啓発のシンボルカラーは何色?

○○○○色

ヒント:12ページ

●応募方法

クイズの答えと、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、希望するプレゼントの番号、と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。(メール・FAX・電子申請可)。

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

●応募締切 7月18日(休)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。

下半期突入

もう6月。下半期に突入。早すぎます。

(ペンネーム) イポママさん 40歳

あつという間に

家の近所のシャインマスカットやリンゴの木が小さい実を付け始めました。気付けば6月で、あつという間に月日が過ぎていきます。

(石塚さん 45歳)

免疫力を付けよう

息子が風邪をひいて、治ったと言っていたら、今度は夫が...。夫が回復したと思ったら、今度は自分が...。その1週間後、再び息子と夫が発熱。どうして...。寒暖差にや

散歩で健康になるように

臥竜公園はベンチも多く、大きな木がたくさんあるので、日陰で休みながら歩くとあまり疲れないです。

(田幸さん 58歳)

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

●メール info@city.suzaka.nagano.jp

●電子申請

●FAX 026-246-0750

情報ファイル 7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

●夏の交通安全やまびこ運動

期間 7月11日(木)～20日(土)
 ▼「思いやり」を持った運転で、子どもと高齢者を交通事故から守りましょう。
 ▼車両の運転者は、横断歩道の手前ではスピードを落とし、横断者がいたら必ず止まりましょう。
 ▼夕暮れ時や夜間は周囲の見通しが悪くなります。昼間よ

り速度を落として運転しましょう。

▼早朝、夜間に徒歩で外出するときは、車両の運転手に気付けられるよう明るい服装や夜光反射材を着用しましょう。
 ▼自転車を利用するときはヘルメットを着用し、交通ルールを守りましょう。

問合せ 市民課
 (☎248-9002)

●サマージャンボ宝くじの購入は県内の売り場で

サマージャンボ宝くじおよびサマージャンボミニは、県内の売り場で購入しましょう。
 ※収益金は長野県の販売実績で配分され、市町村のまちづくりに使われます。

販売期間 7月8日(月)～8月8日(木)
問合せ 財政課
 (☎214-5029)

●お盆中のし尿の収集

8月10日(土)～12日(月)、13日(火)午後～15日(木)は休みます。
 8月9日(金)までに収集をご希望の方は7月31日(水)までにお申し込みください。

申込・問合せ 環境クリエイション(☎245-9400)

●民生児童委員の委嘱

坂田町 吉越 義明 (敬称略)
 ※任期は2025年11月30日まで

問合せ 福祉課
 (☎248-9003)

●福祉医療費給付金制度 受給者証の更新

子どもやひとり親家庭、障がいのある方などを対象に医療費を助成する制度の受給対象者のうち該当する方に、8月1日から使用する新しい受給者証を発送します。

手続きが必要な方には申請書を送付しますので、書類を確認し申請してください。
該当者 ▼ひとり親家庭▼障がいのある方
 ※子ども、自立支援医療(精神通院)対象者の受給者証の更新はありません。
更新できない方
 ▼所得が限度額を超えている
 ▼世帯で所得の申告をしていない方がいる

▼転入などにより世帯で所得の確認ができない方がいる
 ※更新できない方には、別途通知します。
【資金貸付制度】
 医療費の支払いが困難な場

合は、資金貸付制度がありません。事前にご相談ください。
申請・問合せ 医療保険課
 (☎248-9034)

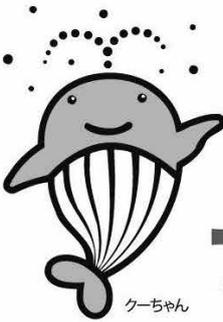
●令和6年度児童扶養手当・特別児童扶養手当の手続きをお忘れなく

令和6年度の児童扶養手当の「現況届」と特別児童扶養手当の「所得状況届」の手続きが8月から始まります。すでに受給している方(支給停止者も含む)には、8月中旬に「現況届」または「所得状況届のお知らせ」を送付します。

令和5年度、所得制限により申請していない方は、令和5年分の所得を確認し、7月中に申請してください。
 ※制限所得額など詳細はお問い合わせください。
【児童扶養手当の対象】
 18歳に達する日以降の最初の3月31日までにいる児童を養育している母子・父子家庭など

【特別児童扶養手当の対象】
 精神・知的・身体に障がい(内部障がいを含む)のある20歳未満の児童を監護する父母など
申請・問合せ 子ども課
 (☎248-9026)

広告欄



サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5,000万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月8日月2種類同時発売!

発売期間 7/8月～8/8日
 抽せん日 8/23日

公益財団法人長野県市町村振興協会

各1枚 300円

● 介護保険負担限度額認定を受けている方の、居住費の負担限度額が上がります

負担限度額認定証制度は、申請により、所得に応じて介護保険施設の居住費や食費の負担を軽減する制度です。

近年の水道光熱費の高騰や在宅で生活する方との負担の均衡を図るため、居住費（滞在費）の負担限度額が引き上げられます。

対象 介護保険負担限度額認定証の交付を受けている方
内容 1日あたり60円引き
変更日 8月1日(木)
※金額の詳細は市ホームページをご覧ください。

問合せ 高齢者福祉課 (0248-9020)



市ホームページ

● 乳がん検診を無料クーポン券で受診してください

対象者には7月中旬に無料クーポン券を送付しますのでこの機会に受診してください。

受診期間 8月1日(木)～2025年1月31日(金)
対象 1983年4月2日

～1984年4月1日生まれの女性

※乳がん検診の検査方法はマンモグラフィです。予約が必要ですので、事前に医療機関へお問い合わせください。

問合せ 健康づくり課 (0248-9018)

● 薬物乱用は「ダメ。ゼツタイ。」

薬物乱用は、ルールや法律から外れた目的や方法で薬物を使用することです。大麻や覚醒剤、麻薬などの薬物は、誰かに渡したり、持っているだけでも法律で厳しく処罰されます。また、健康被害や二次的犯罪が多発するなど、薬物乱用は乱用者個人の問題ではなく、家族も周囲も不幸にします。理解と認識を高め、薬物乱用を許さない社会環境をつくりましょう。

問合せ 健康づくり課 (0248-9018)

● 車いすなどの利用者が受診できる結核健診

移動に車いすやストレッチャーを使用している方で、通常の結核健診が受診困難な方に向け、リフト付き検診車

で健診を行います。とき・ところ 左表参照
対象 65歳以上の方
申込方法 デイサービスセンター利用の方はデイサービスセンターへ、それ以外の方は健康づくり課へお申し込みください。

申込期限 7月26日(金)
申込・問合せ 健康づくり課 (0248-9018)

実施日	時間	実施場所	町名
8月26日(月)～30日(金)	13:00～13:40	デイサービスセンターことぶき・ぬくもり園	村石町
	14:00～15:00	デイサービスセンター須坂やすらぎの園	本郷町
10月21日(月)～25日(金)	9:30～9:50	グリーンデイサービスセンター	仁礼町
	10:10～10:30	デイサービスセンターがりゅうの里	野辺町
	12:50～13:10	デイサービスセンターすえひろ	馬場町
	13:30～14:00	ケアネットデイサービスセンター長野第一	高梨町

※会場までの送迎は各自で手配をお願いします。本年度、医療機関などで胸部レントゲンを実施、または実施予定の方は対象外です。

● 「須坂エクササイズ」Tシャツ・ポロシャツ販売中

保健指導員の皆さんが考案した健康体操「須坂エクササイズ」がモチーフのTシャツ・ポロシャツを販売しています。

【Tシャツ】
色 ▼ホットピンク ▼ライトブルー
価格 1400円(税込み)

【ポロシャツ】
色 紺色
価格 1500円(税込み)

※サイズなどの詳細は市ホームページをご覧ください。
販売場所 ▼保健センター・須坂市動物園
問合せ 保健センター (0248-9023)



市ホームページ

● 生ごみ処理機の購入補助

補助対象 電動(手動)生ごみ処理機または、生ごみ堆肥化処理容器(コンポストなど)の購入費用

補助額および条件
▼電動(手動)生ごみ処理機：購入額の2分の1(上限3万円)、7年に1度申請可能

▼生ごみ堆肥化処理容器：購入額の2分の1(上限5万円)、1世帯につき年2台まで申請可能

※予算の範囲内での補助となります。申請方法などの詳細はお問い合わせください。

問合せ 生活環境課 (0248-9019)

● 農薬散布の際は周囲への配慮をお願いします

農薬の散布は病害虫防除のために重要な作業ですが、宅地に隣接している畑では、周辺に事前連絡する、通勤・通学中の時間帯を避ける、飛散防止に配慮するなど、トラブル防止に心がけてください。

問合せ 農林課 (0248-9004)

● 高山蝶の保護にご協力を

県指定天然記念物の高山蝶(ミヤマモンキチョウ、ベニヒカゲ)が、峰の高原や五味池破風高原に生息していますが、これらの高山蝶を捕獲することは禁止されています。

貴重な高山蝶の保護にご協力ををお願いします。
問合せ 文化スポーツ課 (0248-9027)

©2023年度須坂市人権教育啓発標語優秀作品……友だちのかなしい気持ちを半分こ 豊洲小4年 依田日咲さん

● はかりの定期検査

今年度の検査は10月に行います。対象者には9月にはがきで通知し、詳細は『広報須坂』10月号でお知らせします。
問合せ 消費生活・特殊詐欺被害防止センター
(☎248-9002)

● 須坂温泉古城荘「入浴育月間」で小学生無料です

期間中は、保護者が同伴する小学生以下の入浴料が無料です。暑さで疲れた体をゆつくり癒やすとともに、家族の楽しいコミュニケーションの場にご利用ください。お風呂で遊べるおもちゃや、キッズルームもあります。
期間 7月1日(月)～8月31日(土)
問合せ 須坂温泉古城荘
(☎245-1460)

募集

● 人権教育啓発標語募集

差別のない明るい社会を目指し、人権啓発標語を募集します。優秀作品は人権啓発に活用します。
募集期限 9月2日(月)

応募資格 ▼市内在住または市内出身の高校生以上の方

留意事項 ▼応募は一人1点
▼「五・七・五」の俳句形式
応募方法 電子申請または応募用紙
※応募用紙は、市ホームページ、人権交流センター、生涯学習センター、各地域公民館などに用意しています。
提出・問合せ 人権同和教育課
(☎245-0909)



● 「家庭の日」作文・ポスター募集



明るく楽しい家庭づくりの推進のため、家庭の日に関する作文・ポスターを募集します。
募集期限 9月13日(金)
応募資格 市内在住の小・中学生
作品規定
▼作文：400字詰め原稿用紙4枚以内
▼ポスター：B3(四つ切り)画用紙を使用し、「家庭の日」と「毎月第3日曜日」を入れる。
提出先 在籍する小・中学校

※市外の学校在籍者は子ども課(東庁舎1階)へ。

問合せ 子ども課
(☎214-6061)

● 生涯学習コーディネーター 新支援技法研修受講生募集

生涯学習コーディネーターは、地域において人・情報・学習資源をつなぎ、生涯学習を支援する人です。求められる知識や技法を学び、地域で生かしてみませんか。
学習期間 4カ月(通信講座)
受講料 3万9500円
※ただし、修了者には予算の範囲内で、2分の1以内の額を補助します。
申込・問合せ 生涯学習推進課
(☎245-1598)

● 農業サポーター募集

繁忙期に農作業をしてくださる方を募集しています。
作業内容 果樹・野菜の栽培に関する作業
報酬単価 最低賃金(時給948円)以上
※求人者とサポーターの両者で決定します。
申込・問合せ 須坂市農業サポートセンター(農林課内)
(☎248-9004)

● ふるさとCM大賞作品募集

第24回ふるさとCM大賞NAGANO(長野朝日放送主催)への出品作品を募集します。
内容 須坂市の特徴を表現した30秒の未発表CM作品
募集期限 7月26日(金)
作品提出期限 8月23日(金)
※作品は、須坂市でまとめて長野朝日放送へ提出します。
提出・問合せ 政策推進課
(☎248-9017)

● 信州ねりんピック シニア作品展作品募集

展示期間 11月15日(金)～17日(日)午前10時～午後4時(17日は正午まで)
展示場所 ホクト文化ホール(長野市)
応募資格 県内に在住の60歳以上のアマチュアの人
部門 ▼日本画▼洋画▼彫刻▼手工芸▼書▼写真
出品料 無料(作品返却時の運送料は出品者が負担)
申込方法 高齢者福祉課にある出品票を記入し、高齢者福祉課または長野保健福祉事務所へお申し込みください。
申込期限 8月20日(火)
※詳細は、長野県長寿社会開発センターホームページを)

須坂市在住の「空き家・空き地」でお困りの方へ

空き家 無料 電話 相談会 実施中

年間400件以上※の「相談対応」実績を持つアキソルと一緒に解決を目指しましょう ※令和5年度実績

0120-772-135

【相談窓口】 akisol(アキソル)カスタマーサポート 【受付時間】平日9時～18時

運営：株式会社ジチタイド / 所在地：福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F / メール：akisol@zaigenkakuho.com

アキソル 空き家

検索



広告欄

広告の問い合わせは(株)ジチタイドへ(☎09277161401)

覧いただくか、お問い合わせください。
申込・問合せ 高齢者福祉課
(☎248-9020)



ホームページ

●太陽光発電設備の共同購入希望者募集

県では、太陽光発電設備を安く購入できる共同購入事業を実施しています。

申込期限 9月4日(水)

申込・問合せ 長野みんなのおうちに太陽光事務局(アイチューザー1棟) (☎0120-698-300) ※平日午前10時〜午後6時



ホームページ

行事・催し

●世界の民俗人形博物館

「ヨーロッパの人形たち」

現代にも通じる民俗衣装のファッション性や、素朴で穏やかな表情の民俗人形をお楽しみください。

期間 7月21日(日)まで

開館時間 午前9時〜午後5時

休館日 水曜日
入館料 300円
問合せ 世界の民俗人形博物館 (☎245-2340)

●旧小田切家住宅イベント

開館時間 午前9時〜午後5時

休館日 木曜日

入館料 300円

【琉球の歴史と伝統工芸】

沖縄県と長野県の交流連携協定を記念し、琉球の伝統工芸「紅型」と琉球の歴史を語る創作人形を展示します。

期間 8月25日(日)まで

【須坂製糸業と輪島漆器展】

須坂の製糸業にかかわる輪島漆器を、豪華なものから日用雑器まで多数展示します。

期間 11月24日(日)まで

【お祭りの夜に、納涼夜間開館】

開館時間を延長し、お化けのランタンづくりなどのイベントを開催します。

とき 7月20日(土)午後5時〜8時

問合せ 旧小田切家住宅 (☎246-2220)

●須坂クラシック美術館 イベント

開館時間 午前9時〜午後5時

入館料 300円

【花の「サーージュ作り」】
とき ▼7月20日(土)・21日(日)
参加費 1個500円
【お祭りの夜に、夕涼み開館】
開館時間を延長し、館内や庭をほんのりライトアップ。

とき 7月20日(土)午後5時〜8時

【夏の虫干し】

夏着物を中心に20点程度、着物の虫干しをします。

とき 7月21日(日)午前10時〜午後3時(雨天荒天時および台風の前後は中止)

問合せ 須坂クラシック美術館 (☎246-6474)

●教科書展示会

小・中学校で使用している教科書を展示します。

とき 7月4日(木)〜18日(木)

午前9時〜午後10時

ところ 生涯学習センター

問合せ 北信教育事務所 (☎234-9549)

●映像で学ぶ人権

学習教材として貸出可能なDVDを上映します。

とき 7月16日(火)午後1時30分〜2時40分

ところ 人権交流センター
上映するDVD ▼「わっか

カフェへようこそ」…32分
「老いを生きる〜今日もどこかでサインが〜」…35分
問合せ 人権交流センター (☎245-0909)

●学校人権教育を考える会

とき 8月8日(木)午後6時30分〜8時

ところ 人権交流センター

演題 「寝た子はネットで起こされる」

講師 月岡英明さん(人権同和教育課指導員)

問合せ 人権交流センター (☎245-0909)

●プログラミングでドローンをとばせ!!

小型のドローンを思い通りに飛ばしてみませんか。

とき 7月31日(水)午前9時30分〜11時30分

ところ 南部地域公民館3階

講師 NPO法人信州SO

H O 支援協議会

持ち物 筆記用具、飲み物

対象 小学生

定員 9人(申込順)

申込開始 7月8日(月)

申込・問合せ 南部地域公民館 (☎245-0273)

※平日午前9時〜午後4時30分

まずはお気軽にご相談ください!

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

株式会社 山岸建築

キッチン/トイレ/浴室/外壁塗装/増築/新築など
お問い合わせはこちら

0120-507-006

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

〒382-0016 長野県須坂市高橋町1072-1

受付時間/9:00~18:00 TEL.026-245-1738

FAX.026-245-1748 e-mail.info@yamagishi-k.jp

山岸建築

検索

広告欄

広告の問い合わせは(株)ジチタイア
ドへ(☎092-716-1401)

●夏休み会社見学会〜オリジナリティシャツももらえる〜

セイコーエプソン株式会社(塩尻市)を見学します。
とき 7月31日(水)午後0時30分〜6時
集合 須坂市役所
※バスで移動します
参加費 無料
対象 小学4年生〜中学生(保護者同伴可)

定員 10人(申込順)
申込期間 7月5日(金)〜19日(金)
申込・問合せ 産業連携開発課(☎248-9033)

●夏休み子どもわくわくSDGs Day!

催し物がたくさんある1日です。お弁当を持参して、たっぷり楽しみましょう。
とき 8月1日(木)午前10時〜午後2時
ところ 生涯学習センター3階ホール

内容 【午前】…わくわく縁日(和紙絵体験、いろいろな工作、ニュースポーツ)
【午後】…ヒーローショー

▼みんなで歌おう
持ち物 お弁当、飲み物
対象 小学生
主催 中央地域づくり推進

委員会

問合せ 中央地域づくり推進委員会事務局(中央地域公民館)(☎214-6086)
※平日午前9時〜午後4時30分

●ECO探検隊

とき 8月2日(金)午前9時〜午後3時
ところ 旧上高井郡役所
内容 ▼電気やガスを使わないピザ作り▼資源物を使った工作▼ごみや食品ロスに関する講座

対象 小学3年生〜6年生
定員 20人(申込順)
申込期間 7月10日(水)〜24日(水)
申込・問合せ ▼人権同和・男女共同参画課(☎245-0909) ▼生活環境課(☎248-9019)

夏休みものづくり体験講座
色々なモータを工夫して作ってみよう!

とき 8月5日(月)午前9時〜正午
ところ 須坂駅前ビルシルキー3階第2ホール
講師 田中秀登さん(長野工業高等専門学校教授)
参加費 1000円
対象 小学4年生〜中学生

(保護者同伴可)

定員 10人(申込順)
申込期間 7月1日(月)〜29日(月)
申込・問合せ 産業連携開発課(☎248-9033)

●せせらぎサイエンス

鮎川で魚や水生昆虫などを採集・観察します。生き物と触れ合いながら楽しく学んでみましょう。
とき 7月27日(土)午前9時〜11時30分(雨天時は下八町公会堂内で開催)

ところ 鮎川(参宮橋付近)
集合 下八町公会堂
講師 杉本淳さん(長野県自然観察インストラクター)
参加費 50円(保険料)
服装 川に入れる服装
対象 市内在住の小学生とその保護者

定員 20人(申込順)
申込期間 7月5日(金)〜17日(水)
申込・問合せ 生涯学習推進課(☎245-1598)



●博物館「臥竜山たんけん」

定員 各15人(申込順)
持ち物・服装 50円(保険料)、帽子、長袖、長ズボン、履き慣れた運動靴または長靴、雨具、水筒、蚊よけ対策(お持ちの方は、双眼鏡やルーペ、捕虫網)
※黒っぽい服装は避ける
【親子なんでも自然かんさつ会「夏」】

盛んに活動する昆虫など夏の里山の自然を観察しましょう。ウスバキトンボの長距離移動を探るため、マーキング調査にも挑戦します。

とき 8月4日(日)午前8時30分〜11時(荒天中止)
ところ 鎌田山、坂田山周辺
集合 さかた山風の子保育園駐車場
対象 小学生以下とその保護者

申込期間 7月20日(土)〜8月1日(木)
「臥竜山のセミのぬげがら調査しよう!」

臥竜山や臥竜公園のセミのぬげがらを集め、種類や数を調べてセミの不思議を探ります。過去の調査データとも比較してみましよう。

とき 8月18日(日)午前9時〜正午(小雨決行)

マリアこども園「誰でも通園制度」が試行的にスタートしてます!!

実施期間 令和6年6月3日(月曜日)〜令和7年3月31日(月曜日)
(土曜日、日曜日、祝休日を除く実施日)



詳しい内容はコチラから

対象となるお子様
利用日において、0歳6カ月から満3歳未満の保育所等を利用していないこども

1カ月あたりの利用時間 利用料
こども1人あたり月10時間まで 1時間300円



マリアこども園
須坂市春木町1092 TEL 026-245-0012
www.mariakids.jp info@mariakids.jp



広告の問い合わせは(株)ジチタイア
ドへ(☎0927716140)

広告欄

ところ 臥竜山、臥竜公園、南部地域公民館
集合 須坂市立博物館前
申込期間 8月3日(土)～15日(木)
申込・問合せ 須坂市立博物館 (☎245-0407)



● **五味池破風高原の自然と高山蝶ベニヒカゲに会おう**

山歩きしながら、高原の自然や高山蝶ベニヒカゲの観察を楽しみます。

とき 8月10日(土)午前9時～正午(雨天中止)
集合 五味池破風高原第二駐車場
参加費 ▼小・中学生：50円
 ▼高校生以上：250円
 ※昼食代1500円(希望者のみ。小学生以下は無料)
対象 おおむね小学3年生以上で約3時間の山道を歩ける方
 ※小・中学生は保護者同伴
定員 20人(申込順)
申込期間 7月16日(火)～31日(水)
申込・問合せ 文化スポーツ課 (☎248-9027)

● **夏休み親子映画会**

上映する映画は会場により異なります。内容の詳細はお問い合わせください。

【南部地域公民館】
とき 8月8日(木)午前10時～11時30分
問合せ ☎245-0273
 ※平日午前9時～午後4時30分
 【中央地域公民館】
とき 8月9日(金)午前10時～正午
問合せ ☎214-6086
 ※平日午前9時～午後4時30分

● **須坂市ロケ映画「アルビノの木」上映会&監督舞台挨拶**

米子「北の沢」などをロケ地として撮影された映画の上映会を開催します。金子雅和監督、主演俳優松岡龍平さんをゲストにお招きします。
とき 8月3日(土)午後2時～4時
ところ 仁礼コミュニティセンター2階
定員 50人(申込順)
申込期間 7月8日(月)～26日(金)
申込・問合せ 仁礼コミュニティセンター (☎245-8118)
 ※平日午前9時～午後4時30分

● **須坂市民学園公開講演会 映画「望郷の鐘」満蒙開拓団の落日」上映**

中国残留孤児の肉親探しに尽力し「中国残留孤児の父」と呼ばれた山本慈昭。その生涯を描いた映画を鑑賞します。
とき 8月3日(土)午後2時～3時45分
ところ 生涯学習センター3階ホール
問合せ 生涯学習推進課 (☎245-1598)

● **満蒙開拓平和記念館 パートナー自治体イベント**

須坂市は2023年に満蒙開拓平和記念館(阿智村)の自治体パートナーに加入し、歴史継承を支援しています。
 【夏休み子どもウィーク】
 パートナー自治体の高校生以下は、入館料が無料です。
期間 7月31日(水)～8月5日(月)
問合せ 満蒙開拓平和記念館 (☎0265-4315580)
 【須坂市バスツアー】
とき 8月1日(木)午前7時50分～午後4時30分
集合 市民体育館多目的広場
 ※バスで移動します
対象 小学5年生以上

講座・教室

● **人権問題学習会**

とき 7月17日(水)午後7時30分～9時

ところ 二睦学習センター
演題 「差別事件について」
講師 篠塚勉さん
問合せ 部落解放同盟須坂市協議会 (☎248-0456)

● **人権交流講座**

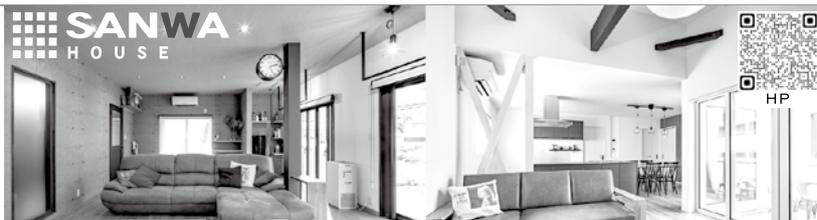
とき 7月23日(火)午後6時30分～8時

ところ メセナホール小ホール
演題 「ハンセン病問題を学ぶことは大切です」みんなが当事者だから」
講師 清水稔さん(長野県同和教育推進協議会事務局次長)
問合せ 人権交流センター (☎245-0909)

広告欄

「困ったなあ」と思ったなら
 なんでもご相談を!

住まいの
 お困りごと
 解決します



安心・快適な暮らしのトータルサポート

☎0120-207-117

株式会社 **サンワシステム**

本社 〒382-0034 須坂市大字仁礼1235-1 堀川営業所 〒382-0052 須坂市堀川503-12
 ☎ info@sanwahouse.net 🌐 https://sanwahouse.net



新築



リフォーム



水まわり



土地

広告の問い合わせは(株)ジチタイプ
 ド(☎0927161401)

うつ病の方の家族教室 学習会

家族の関わり方を学び、社会復帰や自立への一歩につながる支援の方法を考えます。

とき 7月18日(木)午後1時30分～3時30分

テーマ 「うつ病の理解と家族の対応」

講師 根井南実さん(東口メンタルクリニック公認心理士)

申込・問合せ 保健センター (☎248-9023)

親子で時間感覚を体験 「カラダづくり」(全2回)

とき ▼8月4日(日)▼2025年2月11日(火)午前9時～

内容・講師 ▼自分のカラダをはかってみよう!

▼火をつかわないクッキング

参加費 1000円

対象 年中園児～小学2年生とその保護者

持ち物・服装 動きやすい服装、体育館用運動靴、飲み物、タオル

申込方法 申込フォーム

申込期限 7月27日(土) 問合せ 須坂市スポーツ協会 (☎248-0892)



ポッチャ体験会



年代・性別を超えて楽しめるスポーツを学びましょう。

とき 8月17日(土)午前10時～正午

講師 ▼相澤秀明さん(長野県ポッチャ協会理事、事務局長)

大会出場選手) ▼相澤啓一朗さん(ポッチャ大会出場選手)

申込・問合せ 生涯学習推進課 (☎245-1598)

スマホ・タブレット教室 (全3回)

とき ▼7月24日(水)▼25日(木)▼26日(金)午後2時～4時

講師 NPO法人信州SOHO支援協議会

参加費 500円(テキスト代)

申込・問合せ 旭ヶ丘ふれあいプラザ (☎246-3783)

高校生が教えるスマホ講座

とき 8月7日(水)午後5時～6時

申込・問合せ Let's try Project (井上) (☎090-5315-2166)

郷土食を学ぼう第1弾 おやきづくり教室

3種類のおやきを作ります。

申込・問合せ 生涯学習センター (☎209)

講師 須坂市食生活改善推進協議会のみなさん

参加費 500円

持ち物 マスク、エプロン、三角巾、食器用布巾、飲み物、筆記用具

申込・支払期間 7月8日(月)～19日(金)

申込・問合せ 中央地域公民館 (☎214-6086)

介護予防サポーター養成講座 (全6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。

とき ▼7月22日(月)▼8月6日(火)▼20日(火)▼9月3日(火)▼10月1日(火)

時間 午後2時～3時30分

内容 ▼介護予防・地域づくりの講話

対象 ▼介護予防に関心がある方

広告欄

～須坂市地産地消 特別メニュー～

農とつながる こだわりランチ

1日限定80食! 450円!

農業者×須坂市産農産物×たけちゃん食品

第1弾

7月25日(木) 11:30～14:00

第2弾

9月26日(木) 11:30～14:00

第3弾

11月21日(木) 11:30～14:00

場所:須坂市役所 地下食堂

お問い合わせ先:須坂市農業再生協議会

(事務局:須坂市農林課)

電話:026-248-9004



メニューはInstagramまたは須坂市ホームページをご覧ください!

※ラストオーダーは13:30です

広告の問い合わせは(株)ジチタイアドへ(☎0927-716-1401)

いただける方▼ボランティア活動に興味がある方など
定員 30人程度
申込方法 電子申請または電話
申込期限 7月26日(金)
申込・問合せ 地域包括支援センター(☎245-4566)



申し込み

●介護教室

高齢者の救急要請時の注意点や家庭でできる応急手当などを学びましょう。
とき 7月23日(火)午後1時30分～3時30分
ところ 生涯学習センター3階ホール
テーマ 「高齢者の家庭内の緊急時の対応について」
講師 須坂市消防本部消防署員
対象 ▼介護している方▼
 テーマに関心のある方
申込期間 7月8日(月)～19日(金)
申込・問合せ 地域包括支援センター(須坂やすらぎの園(☎214-2611))

●高齢者健康教室

自宅で行える転倒予防の体操や認知症予防を学びます。

●さわやか貯筋教室(全12回)

とき 7月22日(月)午前11時10分～11時50分
ところ 保健センター3階
内容 ▼体操▼脳トレなど
持ち物 飲み物、タオル
※動きやすい服装・マスク着用
対象 市内在住の65歳以上の方
問合せ 地域包括支援センター(☎245-4566)

とき・ところ 8～11月の毎週決まった曜日、午前9時30分～11時30分
▼南部地域公民館：8月2日(金)から原則毎週金曜日
▼シルキーホール：8月7日(水)から原則毎週水曜日
内容 ▼健康運動指導士によるストレッチ▼筋力トレーニングなど
※南部地域公民館では、全12回のうち3回程度、ポールウォーキングを実施予定です。ポールは市で貸し出します。
参加費 1回200円
対象者 市内在住の65歳以上の方
定員 各20人
※定員を超えた場合は初めて参加する方を優先します。
申込方法 窓口(本庁舎2階)または電話

●お達者クラブ中期(全10回)



申込期間 7月8日(月)～19日(金)
申込・問合せ 地域包括支援センター(☎245-4566)
とき ▼8月23日(金)▼30日(金)▼9月6日(金)▼13日(金)▼27日(金)▼10月4日(金)▼11日(金)▼25日(金)▼11月1日(金)▼8日(金)午後1時～2時30分
ところ 須坂温泉古城荘
内容 ▼腰痛・膝痛予防体操▼筋トレ体操▼脳トレなど
参加費 1回250円
対象 市内在住の▼75歳以上の方▼74歳以下で後期高齢者医療制度に加入している方
※後期(11～2月)は湯つ蔵などで開催予定です。年度で1回まで申し込みできます。
定員 15人(申込順)
申込方法 窓口(本庁舎2階)または電話
申込期間 7月16日(火)～26日(金)
申込・問合せ 地域包括支援センター(☎245-4566)

●普通救命講習I

成人の心肺蘇生法、AEDの取り扱い方法を学びます。
とき 8月11日(日)午前10時～正午

リサイクル情報



申し込み

ところ 須坂市消防本部
受講料 無料
対象 須高地域に在住または在勤の方を優先します
※事前にWEB講習(eラーニング)の受講が必須です。
定員 10人(申込順)
申込方法 電子申請または電話
申込期間 7月22日(月)～8月2日(金)
申込・問合せ 消防署(☎245-9100)
※平日午前9時～午後5時

《差し上げます》

▼食器棚▼子ども用椅子▼ベビー用ハイチェア▼植木鉢▼角型植木鉢▼囲碁セット▼ソファセット▼洋服たんす▼軽自動車用タイヤ・ホイール(中古)

《譲ってください》

▼家庭用耕運機(歩行型)▼鋤▼家庭菜園用ビニールハウス一式

申込期限 7月10日(水)
交渉順位抽選 7月16日(火)午前
申込・問合せ 市民課(☎248-9002)

広告欄

「**広報須坂**」に**PR**を掲載して**サービス・集客**しませんか?

広報紙広告ならではの**メリット**》》》

エリアを絞った**情報発信**

地域での**知名度向上**

自治体発行の**信頼度の高い**広報媒体

他エリア自治体広告もお任せください!

お問い合わせ **092-716-1401**

株式会社 **ジチタイアド**

福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F

財源確保

検索

※株式会社ホープの広告事業は、2021/12/1付で「株式会社ジチタイアド」に会社化しております。

広告の問い合わせは(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)

善意の窓口

〔寄附〕

▼図書券 (学校図書館用図書 充実のため) : 一色修治様
▼碁盤・碁石一式、シルバークート1台(生涯学習の推進、来館者の利便性向上のため) : 山岸順一様

市民の掲示板

●須坂祇園祭

【天王下し 神輿・笠鉾巡行】
とき 7月21日(日)午前7時30分

【天王上げ 神輿・灯笼行列】

とき 7月25日(木)午後7時
【神輿の下ぐべり(疫病除け)】
お坂宮にて21日正午から25日午後7時まで実施します。
問合せ 芝宮 墨坂神社氏子大総代(荒井) (☎248-3935)

●すざかこども食堂

当日調理のマーボー丼、保存食品などを配布します(なくなり次第終了)。お米、野菜などの寄附も受け付けています。
とき 7月28日(日)正午
ところ 生涯学習センター
参加費 ▼子ども(18歳まで)

無料▼大人:200円
問合せ すざかこども食堂実行委員会(斎藤)
(☎090-4460-2919)

市報へ掲載する
情報をお寄せください。



◆市営住宅入居者募集

募集期間 7月1日(月)~9日(火)(土・日曜日を除く)
抽選日 7月12日(金)午前9時
▼屋部(2DKY) : 1戸
▼屋部(3DKY) : 1戸
▼豊丘(3DKB) : 2戸
※Y:浴槽あり、B:浴槽なし
※連帯保証人は不要です。
※市税条件などでお困りの方は、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)

【お詫言と訂正】

『広報須坂』2024年6月号の18ページ3段目に掲載した「甲種防火管理新規講習会」の日程に誤りがありました。
正しくは、30日(金)午前9時~午後3時35分です。
お詫言して訂正します。

問合せ 消防本部予防課
☎245-4200

納期限・口座振替日 7月31日(水)
◆固定資産税・都市計画税…2期 ◆後期高齢者医療保険料(普通徴収)…1期
◆国民健康保険税(普通徴収)…1期 ◆介護保険料(普通徴収)…4期

各種相談・説明会など

司法書士法律無料相談(要予約☎245-0031)

25日(木) 午後1時~3時
ところ・問合せ 須坂商工会議所

行政相談(要予約☎248-9002)

8月1日(木) 午後2時~4時
問合せ 市民課

シルバー人材センター入会説明(☎246-2003)

10日(水)、17日(水) 午後1時30分~
ところ・問合せ シルバー人材センター

もの忘れ相談日

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

健康相談(要予約☎248-9023)

月~金曜日※ 午前9時~午後4時
ところ・問合せ 保健センター

教育相談室(☎248-0001)

月~金曜日※ 午前8時30分~午後5時15分
ところ・問合せ 学校教育課

悩み無料ダイヤル(☎0800-800-7223)

月~金曜日※ 午前8時30分~午後5時15分
※祝日を除く

休日緊急診療室(小児科・内科)

とき 日曜日・祝日
午前9時~正午、午後1時~5時
ところ 県立信州医療センター内
問合せ ☎245-1650
※咳、発熱、喉の痛みなど風邪症状のある方は、受診前に必ず電話してください。
※休日緊急診療室は、須高医師会、信州医療センター、須高行政事務組合が共同で運営しています。

日曜日・祝日の当番薬局

7月7日(日)…山下薬局
7月14日(日)…りぼん薬局
7月15日(祝)…りんどう薬局
7月21日(日)…さくら薬局
7月28日(日)…アイリス薬局
8月4日(日)…アキヤマ薬局
※蔵の町薬局は、15日を除き営業します。
※薬局マツモトキヨシ芝宮前店は、21日を除き営業します。

Table with 3 columns: 災害情報, 交通事故, and comparison data for 5 months, 2024 (1-5 months), and previous year (same period). Rows include fire, deaths, injuries, emergency response, traffic accidents, and other categories.

◎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



まつり全般の問合せ
商業観光課(☎ 026-248-9005)

と き 7月20日(土)小雨決行

踊りゾーン 横町中央交番北側～末広町交差点、須坂駅前交差点～市営駐車場前

交通規制 規制区間は下図のとおり(国道403号および県道344号須坂停車場線)

規制時間 午後2時30分～9時30分

※すぎか市民バスの「末広町」「芝宮」停留所は、午後2時30分以降バスが停車しません。

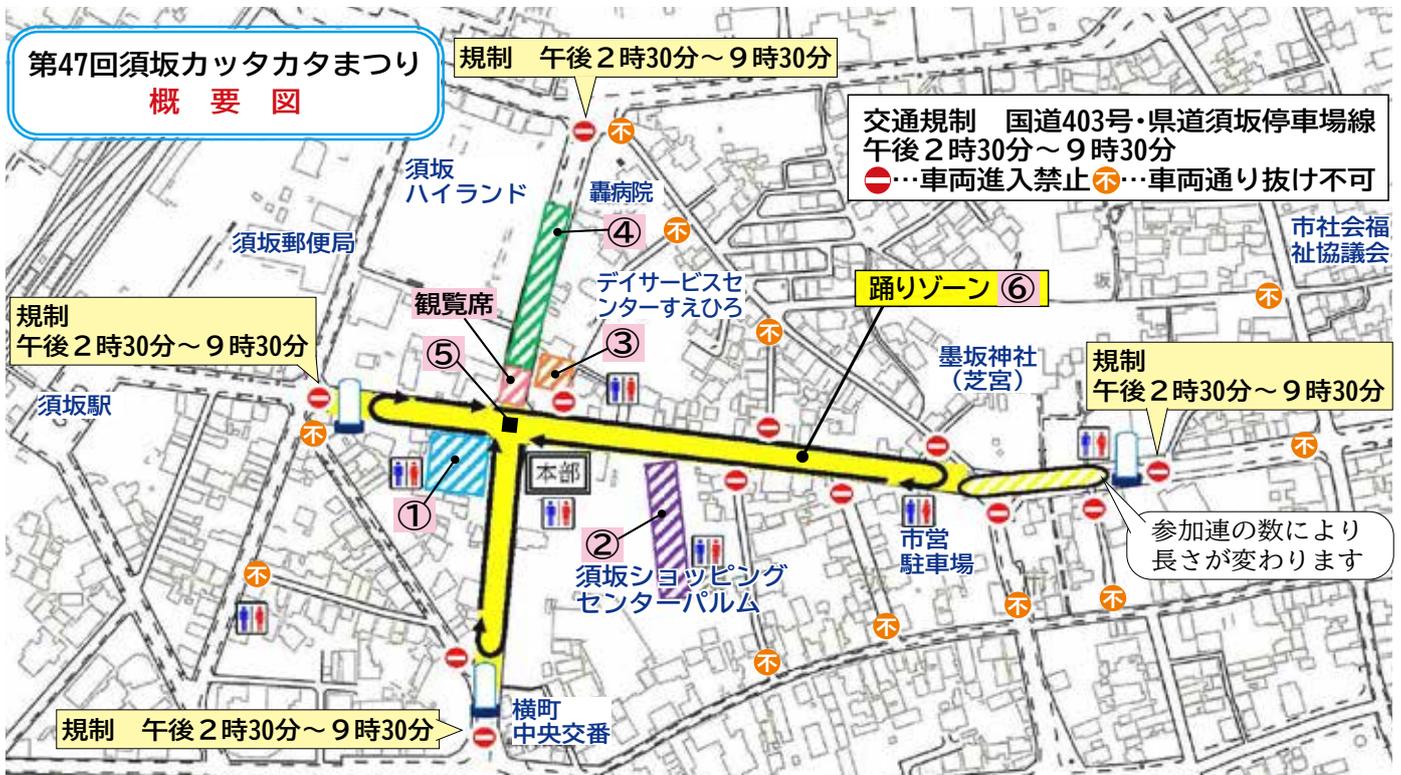


まつり詳細

	内容	時間	会場
イベントスケジュール	カッタカタマルシェ	午後3時～9時	①
	ホームラン亭&金太郎の「流しつけ麺」	午後3時～5時	②
	トランポリン体験	午後3時～5時	③
	車いすチャレンジ!	午後3時30分～5時	④
	信州プロレス～カッタカタマッチ～	午後4時16分～5時	⑤
	みんなの人気夏歌ランキング	午後5時～5時35分	⑥
	消防団音楽隊パレード	午後5時35分～5時55分	⑥
	踊りの祭典	午後6時～8時	⑥
	高校生ダンスパフォーマンス	午後6時20分～6時30分 午後7時35分～7時45分	⑤
	竜みこし	午後6時50分～7時20分	⑥

【無料駐車場】

- A 市役所庁舎前駐車場 91台
- B 市役所第2駐車場 21台
- C 市役所第3駐車場 33台
- D 消防署前駐車場 160台



公衆用トイレ…芝宮、須坂ショッピングセンター内、北横町
仮設トイレ…市営駐車場内、ローソン東横町店駐車場内、
蔵の町スクウェア、デイサービスセンターすえひろ前
障がい者用トイレ…デイサービスセンターすえひろ内

【踊りの祭典 飛び入り参加大歓迎!】
参加したい方は、踊り開始前、休憩時間中に、まつり本部へお越しください。



高齢者の生活を見守る
イメージキャラクター

地域とのつながりの中でいきいきとした生活を送りましょう！

問合せ 地域包括支援センター (☎ 026 - 245 - 4566)

地域とのつながりが減るとフレイルに

近年、全国的に高齢者の一人暮らしや高齢者のみの世帯が増加している中で、新型コロナウイルス感染症流行の影響もあり、地域とのつながりが弱まっています。

コミュニケーションの不足や、不活発な生活は、心身の機能が衰えた状態である「フレイル」につながる恐れがあります。

「誰かと一緒」が脳や心に良い効果

日々の運動は大切ですが、運動習慣はなくても、囲碁や将棋などの「文化活動」や、ボランティアなどの「地域活動」を行う人は、「運動のみを行う人」よりもフレイルになるリスクが低いと言われています。

ちよつとしたあいさつや会話でも、脳や心に良い影響を与えてくれます。地域のイベントや活動などに参加し、誰かと一緒に交流を楽しみましょう。



介護予防を考える市民講座 参加者募集

健康長寿のために大切なこと「介護予防と地域づくり」

住み慣れた地域で支えあい、自分らしく、いきいきと生活していくために役に立つ介護予防と地域づくりを学びます。※申し込みは不要。

とき 7月22日(月)午後2時～4時(受付午後1時30分～)

ところ 生涯学習センター3階

講師 中村崇さん(健康福祉広域支援協会代表理事・理学療法士)

◎16～24ページ「情報ファイル」でも各種講座をご案内していますので、ご参加ください。

地域で活躍する男性高齢者グループをご紹介します！

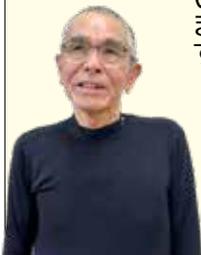
2022年9月、「地域に男性が参加しやすいグループがない」「男性専用のグループを立ち上げたい」といった男性高齢者の声から「男の生き方研究会」が日滝地域公民館で立ち上がりました。初めは9人でのスタートでしたが、徐々に参加者が増え、現在は仁礼コミュニティセンター、旭ヶ丘ふれあいプラザにも拡大し、合わせて40人の方が活動しています。

ストレッチや筋トレ、椅子に座ったエアロビクスなどを行う「筋トレ塾」、減塩料理や災害時の炊き出しなどに挑戦する「料理塾」もあり、活動は月2回程度です。毎回参加できなくても、自分のペースで無理なく続けられます。参加方法などは地域包括支援センターにお問い合わせてください。

【参加者の声】

いつまでも自分の足で歩いていられるようにウォーキングは続けていました。それでも、体の衰えを感じ、グループに参加しました。そのおかげか、今でも釣りや山菜採りに出かけることができています。運動を一人で続けることは難しいですが、みんなと一緒になら続けられています。

運動のほかに男同士で料理なども楽しみながら活動しています。



▲「料理塾」炊き出しに挑戦



▲「筋トレ塾」椅子に座って行うエアロビクス



▲「筋トレ塾」椅子に座って行うエアロビクス



熱中症に注意しましょう

問合せ 健康づくり課 (☎026-248-9018)

熱中症予防のポイント

- 【暑さを避ける、身を守る】
 - 扇風機やエアコンで温度調節する。
 - 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する。
 - 室温をこまめに確認する。
 - 気温が高い日は日中の外出をできるだけ控える。
 - 外出する場合は、日傘や帽子を着用し、日陰の利用、こまめな休息を意識する。
- 【体の蓄熱を避ける】
 - 吸湿性・速乾性のある通気性の良い衣服を着用する。
 - 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす。
- 【こまめな水分補給】
 - のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分・塩分などを補給する。

次の症状がでたら熱中症を疑いましょう

- ▼めまい▼立ちくらみ▼大量の発汗
- ▼筋肉痛▼こむら返り
- ▼症状がすすむと…
- ▼頭痛▼嘔吐▼倦怠感▼虚脱感▼判断力低下

熱中症かも…と思ったら

- ▼エアコンが効いている室内や風通しの良い日陰などへ避難する。
 - ▼衣服をゆるめ、首の周り、脇の下、足の付け根などを冷やす。
 - ▼水分・塩分やスポーツドリンクなどを補給する。
- 自力で水が飲めない、意識がはっきりしない場合は、すぐに救急車を呼んでください。**
- 【熱中症予防情報メールサービス】
暑さ指数や熱中症警戒アラートなどをメールでお知らせする無料サービスです。下の二次元コードからご登録ください。

クールシェアスポット
をご利用ください



涼しく過ごせるフロアなどを開放している市内のスポットです。

- ▼須坂市役所▼市立須坂図書館▼旭ヶ丘ふれあいプラザ▼メセナホール
 - ▼Hota▼ウエルシア須坂日滝店▼峰の原高原▼米子大瀑布
- 問合せ 生活環境課
(☎026-248-9019)

KURURUが新しくなります

バスも鉄道も買い物もピッ！でスムーズに

2025年春、バスICカード「KURURU」が新しくなり、Suica機能やバスの定期券機能などが備わります。

改札もタッチでピッ！
全国の交通機関でSuicaとして利用可能になります。

バスもSuicaでピッ！
長野地域のバスもSuica・モバイルSuicaが利用可能になります。

スーパーやコンビニでピッ！とお買い物
Suica機能で、スーパーやコンビニなどSuica利用可能店舗でお買い物できます。



新カード導入により、現KURURUのポイント制度が変わります

- ①ポイント還元単位 2024年7月16日(火)から、バスの運賃として利用できるポイントの還元単位が1,000ポイントから100ポイントになります。
- ②ポイント付与の終了 2024年12月以降の乗車にはポイントがつきません。現在のKURURUは新カード導入に伴い、2025年2月頃にサービスが終了します。

詳細はKURURUホームページ



※Suicaは東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。KURURUは長野市公共交通活性化・再生協議会の登録商標です。長野県PRキャラクター「アルクマ」©長野県アルクマ23-0090

問合せ まちづくり課 (☎026-248-9007)



子育て通信



☎問合せ先

子育て支援センター

☎子育て支援センター ☎026-245-6588

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



ブログ



Instagram

【利用時間】 月～土曜日9:00～16:00

※8月5日(月)は休館日です。

【利用方法】 予約制(先着順)です。電話でご予約ください。

集まりの日(10:30～)

♥7月18日(木) ふれあいあそび

親子でふれあい、楽しい時間を過ごしましょう!

♥8月1日(木) あそぼうday(夏祭り)

いろいろなコーナーで遊び、お祭り気分を味わいましょう!

ミニ講座(10:30～)

♥7月11日(木) キラキラぱ～く

親子で一緒にパネルシアターや歌あそびを楽しみましょう。

乳幼児健診・相談・講座

☎健康づくり課母子支援係 ☎026-248-9023

会場 保健センター

健診名	日	対象者
3カ月児健康診査	8/2(金)	2024年4月1日～4月30日生
1歳児健康相談	7/25(木)	2023年6月11日～7月10日生
1歳6カ月児健康診査	7/19(金)	2022年12月15日～2023年1月12日生
2歳児健康相談	7/11(木)	2022年6月12日～7月11日生
	8/6(火)	2022年7月12日～8月1日生
3歳児健康診査	7/29(月)	2021年6月20日～7月18日生
もぐもぐ離乳食講座	8/8(木)	2024年2月1日～2月29日生
かみかみ離乳食講座	7/23(火)	2023年10月1日～10月31日生

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

※その他の詳細は、健康カレンダーをご確認ください。



予約サイト



健康カレンダー

個別予防接種

☎健康づくり課保健予防係 ☎026-248-9018

会場 各医療機関

開始対象者	予防接種名
2024年5月生	□タウウイルス B型肝炎 小児用肺炎球菌 五種混合
2024年2月生	B C G
2023年7月生	麻しん・風しん1期 水痘
2021年7月生	日本脳炎1期
2015年7月生	日本脳炎2期
2013年7月生	二種混合

須坂市
子育てガイド



広報須坂 Ver.

☎子ども課 ☎026-248-9026

保育園などのお申し込み

●新年度(2025年4月～)の入園

保育園、認定こども園(保育部分)の入園申し込みのお知らせは『広報須坂』10月号に掲載する予定です。

お子さんと一緒に保育園を見学し、希望園(第1～第3希望)を選んでおきましょう。

●今年度(2024年度)の途中入園

途中入園は、定員に空きがある園をご案内しています。入園希望の前月10日までに、申込書の提出が必要です。まずは、子ども課にご相談ください。

園開放に行ってみよう!

公立園では、毎日園庭・園舎内を開放しています。未就園児とその保護者はどなたでもご利用いただけますので、遊びや交流、体験の場として、お子さんとお気軽にお越しください。

私立園の日程などは、各園へお問い合わせください。



すくすく PHOTO



まるやま はる
丸山 羽琉ちゃん(1歳)
絵本とプーさんと食べることが大好きな羽琉君。もうすぐ歩いてくれるかな??とても楽しみです。



とくしげ ひなこ
徳繁 白菜子ちゃん(3歳8カ月)
毎日元気いっぱい!たくさん遊んで、たくさん食べて、すくすく元気に育ってね。



あおつか
大塚 さくらちゃん(4歳1カ月)
今年の4月に入園しました。優しい先生やお友達にも恵まれ、毎日楽しく元気に通っています。

市内在住の0~6歳のお子さんの写真を募集しています。

申込方法

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



電子申請

政策推進課

広聴広報係 ☎026-248-9017



妊娠・子育て
なんでも相談

おひさま ☎026-213-6400

相談時間 月~金曜日8:30~17:15
(祝日・年末年始を除く)

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

児童センター

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



プログラム

【利用時間】

♥中央児童センター 月~土曜日10:00~12:00、14:00~18:00

♥南部・東部・北部児童センター

未就学児...月~金曜日10:00~12:00

...土曜日10:00~12:00、14:00~18:00

児童...土曜日10:00~12:00、14:00~18:00



ホームページ

「集まりの日」行事予定

中央児童センター

馬場町 ☎026-245-5010

未就学児	10日(水) 11:00~	乳幼児救急法
	24日(水) 11:00~	サマークラフト♪
	31日(水) 11:00~	五関太鼓の響きを楽しもう♪
児童	10日(水) 16:00~	パンケーキ作りをしよう!
	17日(水) 16:00~	避難訓練(不審者)
	25日(木) 15:30~	じゃがいも掘りをしてみよう!
	30日(火) 15:30~	スライム作りを楽しもう!
	8月2日(金) 15:30~	トランポリン教室

南部児童センター

屋部町 ☎026-248-2330

未就学児	10日(水) 11:00~	さりまさんのパネルシアター
	12日(金) 11:00~	じゃが芋収穫祭
	17日(水) 11:00~	家庭でできる応急手当
児童	11日(木) 16:00~	七夕お楽しみ会!
	22日(月) 10:00~	避難訓練(不審者)
	24日(水) 10:00~	紙芝居と朗読(須坂あかりの会)
	30日(火) 14:00~	レクリエーションスポーツ
	8月1日(木) 10:00~	防災啓発プログラム

東部児童センター

高橋町 ☎026-246-0079

未就学児	10日(水) 11:00~	七夕飾りをつくろう☆
	17日(水) 10:45~	お誕生日会(4~7月生)&乳幼児救急法
児童	10日(水) 16:00~	ドッチビー大会(3~6年生)
	26日(金) 14:00~	認定会
	29日(月) 10:30~	マンカラ大会

北部児童センター

北旭ヶ丘町 ☎026-248-8381

未就学児	11日(木) 11:00~	乳幼児救急法
	17日(水) 11:00~	しゃぼん玉アート
児童	25日(木) 10:00~	囲碁教室
	26日(金) 10:00~	夏の工作(要予約)
	31日(水) 10:00~	ブーヴェコンサート♪
	8月2日(金) 10:00~	昔の話&昔の遊びをしよう!

◎毎月第3日曜日は「家庭の日」

...

自然の中で原体験

生きる力を育もう

※「みてみてすぎかしどうぶつえん」はお休みさせていただきます。

須坂市動物園などのイベント

申込・問合せ 臥竜公園管理事務所

(☎026-245-1770)

夏休みの自由研究を動物園でしよう

①シカ角でインテリアを作ろう

とき 7月26日(金)午前10時30分～11時30分、27日(土)午前10時～11時

ところ 中央休憩所

②くらべて、知って、作ってみよう！～モルモットとヒトのご飯の違い～

とき 7月26日(金)、28日(日)午後2時30分～3時30分

ところ ふれあいハウス

③草食動物のうんちで着火剤を作ろう

とき 7月27日(土)午前11時～正午、28日(日)午前10時30分～11時30分

ところ 南園休憩所

④これ誰の???～南園動物のご飯とうんちを当てよう～

とき 7月27日(土)、28日(日)午後1時30分～2時30分
ところ トカラヤギ舎前
①～④共通事項
対象 小学3～6年生

参加費 無料(入園料は必要)
定員 各4～10人(申込順)
持ち物 筆記用具、カメラ、水筒

申込期間 7月1日(月)～25日(木)

第13回 臥竜公園フェスティバル

とき 7月28日(日)

※雨天は屋外イベント中止

【施設無料開放】

須坂市動物園と須坂市立博物館を無料で開放します。

【はじり車といっしょに写真をとろう】

時間 午前10時～11時30分
ところ 博物館前駐車場
【動物の竜ヶ池散歩】

時間 午前10時30分～午後1時30分
ところ 古墳人のアクセサリーづくり

時間 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
ところ 須坂市立博物館

【臥竜公園商店会の催し】
時間 午前10時～午後3時
▼かき氷を割引で提供。



2024年度須坂市動物園代表動物トビ「八兵衛」

わーわーくく臥竜山

わくわくキラキラの制作体験です。夏休みの工作にも!

とき 7月28日(日)、8月18日(日)

ところ 南部地域公民館、臥竜山公会堂

内容 ▼ペットボトルランタン▼ゴムてっぽう▼オリジナルキーホルダー▼サンキャッチャー▼ガラスのジオラマ▼クレーンゲーム▼フェルトであそぼう▼トンボとフクロウ▼オイルパステル▼多肉植物の寄せ植え▼ねんど体験▼手形でアート▼パンの販売

※要申込。日によって開催内容が異なります。
※小学生以下は保護者同伴

申込・問合せ 長野経済研究所 臥竜公園活性化チーム

(☎026-2224-0504)

※時間や参加費などの詳細は、イベントホームページをご覧ください。

お問い合わせ



地域おこし協力隊



地域おこし協力隊 村田健児隊員

僕らはみんな食べていく

7月末で地域おこし協力隊の任期を終えます。8月以降も須坂市に定住し、3年の任期中に始めた活動を今後も続けていく予定です。農業はまだスタートしたばかりで作物の生産量も収入もないですが、朝の畑で日を全身で浴びると体の芯から温まるようで気持ちがよく、日が昇って、日が沈むまで働く、生活リズムが、まさに自分らしい働き方ができていると感じています。「私は農家です!」と胸を張って言えるよう、安定した作物の栽培を目指します。草刈り事業は、家の敷地から畑まで、さまざまな場所の草刈りを請け負っており、おかげさまで依頼も増えてきました。大変な仕事ではありますが、地域をきれいにすることで社会貢献できていると実感しています。

インドの紅茶「チャイ」作りにも力を入れました。スパイス、茶葉などにこだわり、「ムラタのチャイ」としてイベントなどで販売しました。須坂市とチャイは関係ありませんが「須坂市でチャイといえば、ムラタのチャイだよね」と言われるようになってきました。

いつかは空き家を利活用して、畑で育てた野菜のサラダとチャイを提供するお店を須坂市に構えたいと思っています。



▲ひまわりも育てています

第5版

瓦版

SUZAKA PHOTO NEWS

市内の出来事を写真とともにお届けします



オープンガーデンの魅力を再発見

市制施行70周年、
花と緑のまちづくり事業30周年記念

6月2日(日)、メセナホールで「花と緑のまちづくり事業30周年記念式典・講演会」を開催しました。元NHKアナウンサーの須磨佳津江さんがオープンガーデンをテーマに「庭は幸せの玉手箱」と題した講演をし、「庭は人を元気にします」などと聴講者に庭造りの魅力を伝えました。

補助犬を知り、犬たちとふれあう

どうぶつフェスティバル



5月25日(土)に須坂蔵の町スクウェアで開催された「どうぶつフェスティバル」。聴導犬体験や犬とのふれあいなどが行われ、多くの親子連れでにぎわいました。

聴導犬体験で、朝、犬に起こしてもらった体験をした参加者は「体に優しく乗ってくれて、パートナーへの思いやりを感じた」と話していました。



わらべうたと絵本で、言葉の響きを共有

6月6日(木)・13日(木)、市立須坂図書館で「わらべうた遊びと絵本講座」を開催。親子4組が参加し、絵本にふれたり、わらべうたの心地よいリズムにあわせたスキンシップを楽しみました。



ワイン&肉フェスタ 大盛況!

5月25日(土)・26日(日)に須坂駅前広場、イオン須坂店屋上駐車場で開催された「ワイン&肉フェスタin須坂」!多くの方が来場し、肉料理、ワイン、ビールなどを味わいました。

信州須坂の台所 90

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。



エスニック風キーマカレー



調理時間約20分

1人分の成分 (ライスなしの成分値)

- エネルギー…200kcal
- たんぱく質…10.7g
- 炭水化物…14.0g
- 脂質…13.1g
- 塩分…1.1g

レシピ動画 (第76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。



YouTube

香りが食欲をそそります

セロリの香りには、精神を落ち着かせイライラを鎮めたり、食欲を増進させるなどの働きがあります。夏に旬を迎える長野県のセロリ。食が進むカレーとの組み合わせは、夏バテ防止メニューにぴったりです。

【材料】(2人分)

- タマネギ…1/2個
- セロリ…60g
- カットトマト…140g
- 豚ひき肉…100g
- ウスターソース…小さじ2
- すりおろししょうが…大きじ1/2
- すりおろしにんにく…大きじ1/2
- サラダ油…小さじ2
- カレー粉…大きじ1/2
- 塩…ひとつまみ
- ガラムマサラ…お好み

◆◆◆【作り方】◆◆◆

- ① タマネギ、セロリをみじん切りにする。
フライパンに、サラダ油、しょうが、にんにくを入れ炒める。にんにくの香りが立ったら、タマネギ、セロリを入れ、火が通るまで炒める。
- ② 豚ひき肉を入れ、色が変わるまでよく炒め、カットトマト、カレー粉を加えて味をなじませる。
- ③ 塩、ウスターソースを加え、お好みでガラムマサラを加える。

人口・世帯数

人口…49,430(+7)
 男…24,063(+14)
 女…25,367(-7)
 世帯…20,755(+25)

2024.6.1現在、()内は前月比
住民登録者数による集計



市公式
LINE



市公式
X



市公式
Facebook



市公式
Instagram

スマホやパソコンなどで『広報須坂』を読めます



マイ広報紙



マチイロ



NAGANO
ebooks

海水浴場などへのお出かけ前に みなさんでご確認ください

津波フラッグを見たらすぐ逃げて!



「津波フラッグ」は津波警報などが発表されたことを知らせる旗です。海水浴場などで見たら、すぐに海から離れ、高い場所へ急いで避難しましょう。

避難場所の標識



よもやまばなし

◆表紙は観光協会様主催ツアーの参加者の皆さん。スイーツ食べたさに私も参加させていただきました。軽妙で分かりやすい案内に各種銘菓、市内外の参加者の皆さんと須坂の魅力も語り合え、とても楽しい撮影になりました♪(三ツ井)

◆7月はサマーランドの開場や須坂カタカタまつりなどが予定されており、いよいよ夏本番! というワクワクした気持ちになります。気温が高くなりそうなので、熱中症予防、水分補給を忘れず、楽しい思い出を作りたいです(土屋)