

広報

須



坂

12
2021

特集 須坂市この1年

11月14日のゴミ拾いボランティアに210人が参加しました

ガールスカウト長野県第1団の皆さん



長野西高等学校JR◎班の皆さん

須坂市

この1年

2021年も残り一月となりました。今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のためイベントなどが中止・縮小されました。皆さんにとって、今年はどうな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北部体育館で集団接種を行いました。



③市内の小・中・特別支援学校に、1日4,300食の安全でおいしい給食を提供しています。



④4月2日の満開は22年間(2000～21年)で一番早い記録となりました。



①モルモットとふれあいました。

5月	4月				3月			2月		1月			
1日	30日	29日	12日	3日	1日	21日	17日	11日	8日	6日	1日	16日	11日
峰の高原にZEEKKEI GLAMPI NG RESORTがオープン	▼五月人形菖蒲の節句(5月27日) ゴールデンウィークUIターン移住相談会(5月2日)				▼第六次須坂市総合計画「須坂みらいチャレンジ2030」開始	動物園代表動物選挙でモルモットの「ちくわ」が代表動物に決定		新型コロナウイルスワクチン接種開始②(11月30日)	長野広域連合一般廃棄物最終処分場「エコパーク須坂」埋め立て開始		広報須坂900号発行	動物園でハッピーニューイヤー①(3日)	
			長野圏域、新型コロナウイルス感染症「警戒レベル5」市の施設利用休止(21日)	り④(11日)								お正月Uターン移住相談会(8日)	メセナホール大規模改修(12月17日)
			▼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)	竜ヶ池開池90周年記念臥竜公園さくらまつり								三十段飾り・千体の雛祭り(4月18日)	



⑦田の神町老人クラブ「ほたる会」が受賞されました。



⑤観光集客施設用地の工事が始まりました。



⑧市政に尽力された18人、3団体を表彰しました。



⑥大規模改修を終え、リニューアルオープンしました。

11月					10月		9月		8月			7月			6月		
27日	21日	13日	10日	3日	2日	30日	1日	25日	20日	21日	14日	12日	25日	22日	17日	1日	
須坂市豊洲防災コミュニティセンター竣工 しんぐう					カピバラ温泉「華の湯」(2022年4月24日)		第10回須高地域医療福祉を考える集い		須坂市 お店限定応援商品券利用開始 (2022年1月31日)		新型コロナウイルス感染症「長野県医療非常事態宣言」市の施設利用休止(9月12日)			信州須坂健康スミージュフェス2021 (10月3日)			須坂長野東インターチェンジ周辺地区開発
観客で実施					▼須坂市表彰式⑧		▼「須高地域成年後見支援センター」開所		田の神町老人クラブ「ほたる会」が第32回全国「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰を受賞⑦		高齡者等避難を発令			竜ヶ池開池90周年記念第10回臥竜公園フェスティバル			観光集客施設用地の工事着工⑤
第37回須坂市消防団音楽隊定期演奏会を無					▼長野県内経済復興祈念花火		▼須坂市立博物館と須坂市笠鉾会館ドリー		須坂市アオハル塾第1回セミナー		令和3年8月前線による大雨で市内10町に			竜ヶ池開池90周年記念第10回臥竜公園フェスティバル			須坂版画美術館開館30周年記念展
戦没者追悼式					▼須坂市表彰式⑧		▼「須高地域成年後見支援センター」開所		田の神町老人クラブ「ほたる会」が第32回		令和3年8月前線による大雨で市内10町に			竜ヶ池開池90周年記念第10回臥竜公園フェスティバル			須坂版画美術館開館30周年記念展

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

障がいのある方の地域生活
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8時30分～
午後5時15分

ところ 須高地域総合支援セ
ンター（須坂ショッピングセ
ンター内）

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、
日常的な場面でちよつとした

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】

▼電車やバスでは席をお譲り
ください。
▼駅や商業施設などで、困つ
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。

有料道路の障がい者割引 の申請時に必要となる書 類が一部変更になります

身体障がいまたは知的障が
いのある方で、有料道路の障
がい者割引が適用されている
方のうち、ETCカードによ
る割引を受けている方は、更
新時に必要な書類が次のとお
り変更になりました。
必要書類 ▼ETCカード▼
ETC車載器セットアップ申
込書・証明書▼運転免許証▼
委任状▼車検証▼障害者手帳
※更新手続き時に、登録内容
を変更しない場合は、ETC
カードや車載器の番号の記入
や提示などを省略することが
できます。

お酒との付き合い方 見直してみませんか

問合せ 保健センター(☎026-248-9023)

新型コロナウイルス感染症の拡大により、外出自粛や在宅勤務など私たちの生活は大きな影響を受けています。

環境の変化からストレスを感じ、お酒でストレスを緩和している方もいらっしゃるのではないのでしょうか。長時間お酒を飲む、アルコール度数の高いお酒を飲むなどアルコール依存症のリスクが増加することが懸念されます。

次の項目に思い当たる場合は、お酒との付き合い方を見直してみませんか。

□飲酒量が増えた

□飲むペースが早い

□飲む時間が長く、回復にも時間が長くなる

□お酒を飲まないで手指の震えや発汗などの症状が起きる



お酒の適正量

アルコールは適度に飲むことで、食欲増進やストレスを和らげるなどの効果があるとされています。適量を守り、適切に飲酒することが重要です。

主なお酒の目安量（純アルコール20g）

厚生労働省では、1日のお酒の目安量は、純アルコール20g程度としています。



ビール(5%)
中瓶 1本(500ml)



チューハイ(7%)
缶1本(350ml)



ワイン(12%)
グラス 2杯(210ml)



日本酒(14%)
1合(180ml)

※純アルコール量は、お酒の量(ml)×アルコール度数(%)の場合0.05×アルコール比重(0.8)で計算されます。

多量なお酒で悪影響

多量のお酒を長時間飲み続けると、肝機能障害や高血圧、肥満、糖尿病などさまざまな病気を引き起こす恐れがあります。

お酒の飲み過ぎが続くと「アルコール依存症」になる可能性があります。アルコール依存症になると、自分では飲酒をコントロールできず、繰り返し多量にアルコールを摂取してしまいます。心身の不調だけでなく、周囲の人にも迷惑をかけるなど、さまざまな悪影響を及ぼします。

妊娠中や授乳中は禁酒を

女性は男性よりも肝臓が小さく、体脂肪が多いことから、アルコールの影響を受けやすいと言われています。また、妊娠中や授乳中にアルコールを飲むと、胎児や乳児の身体発育に悪影響を与える可能性があります。そのため、妊娠中や授乳中はアルコールを控えるようにしましょう。

一人で悩まないで

アルコールの問題は、自分自身で自覚するよりも家族な

ど周囲の方が気付くことが多いです。お酒の飲み方で困っている、心配しているなどがありましたら、一度ご相談ください。



【主な相談機関】

●医療機関（精神科、心療内科）

●市保健センター

時間 平日午前8時30分～午後5時15分
☎026-248-9023

●長野保健福祉事務所

時間 平日午前8時30分～午後5時15分
☎026-225-9039

●長野県精神保健福祉センター

時間 平日午前8時30分～午後5時15分
☎026-266-0280

●アルコール依存症に関する自助グループ

断酒会へ参加を希望される方は直接各グループへお問い合わせください。

合わせください。



新型コロナウイルス感染症や 冬の感染症にご注意ください

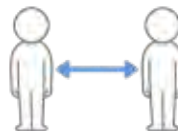
問合せ 地域医療福祉ネットワーク推進室(☎026-248-9101)

【新型コロナウイルス感染症】

全国的に新型コロナウイルス感染症の陽性者は減少していますが、年末年始は人の動きが増えます。また、新型コロナワクチンの接種が済んでいるからと言って、基本的な取り組みを続けないと、万が一症状がなかった場合に、人にうつしてしまう可能性があります。感染しない・させない・ひろげないためや、再拡大防止のために、基本的な取り組みを続けましょう。

- ◆手洗いを徹底（厚生労働省が推奨する手洗いの5つのタイミング：「公共施設から帰った後」「咳やくしゃみ、鼻をかんだ後」「食事の前後」「病気の人のケアをした時」「外にあるものを触った時」）
しょう
- ◆マスクは隙間なく着用しましょう
- ◆人との距離を取りましょう
- ◆こまめな換気を徹底しましょう
- ◆少しでも具合が悪ければ仕事や学校を休みましょう
- ◆医療機関を受診の際は、必ず事前に電話で相談しましょう
- ◆会食は感染防止ガイドラインを守っているお店を選びましょう
- ◆混雑した時間や場所を避けましょう

※政府インターネットテレビ「新型コロナウイルス対策『2021 秋冬感染再拡大防止の取り組み』編」



【冬に流行する感染症にご注意ください】

●インフルエンザ

例年、冬～春先にかけて流行しますが、2020/2021シーズンは、須高地域の園や学校での発生報告はありませんでした。県内では患者数が12人と極端に少ないシーズンとなり、流行せずに終息したのは、調査が始まった1999年以来初だそうです。

日本感染症学会では、新型コロナウイルス感染対策として普及した手指衛生やマスク着用、3密回避、国際的な人の移動の制限などの感染対策がインフルエンザの感染予防にも効果的であったが、前シーズン、罹患した人数は極めて少数であったため、2021/2022シーズンは社会全体の集団免疫が形成されていないと考えられています。インフルエンザを含め、ワクチンで予防できる疾患は、積極的な接種を行うことでコロナ禍における医療機関への受診を抑制し、医療現場の負担を軽減することにもつながります。

●感染性胃腸炎

例年より少ないものの、2020年9月～2021年2月まで須高地域の園や学校における欠席報告が多い感染症でした。家庭内や集団で生活している施設でノロウイルスが発生した場合、感染した人の便や吐物からの二次感染や、飛沫感染を予防する必要があります。ノロウイルスが流行する冬期は、乳幼児や高齢者の下痢便や吐物に大量のノロウイルスが含まれていることがあるため、おむつなどの取り扱いには十分注意してください。また、アルコールによる手指消毒はノロウイルスにはあまり効果がないと言われていいますので、こまめな手洗いが重要です。



【須高地域の感染症発生情報】

最新情報は市ホームページ「須高地域感染症発生情報」に掲載しています。どうぞご利用ください。



新型コロナウイルスワクチン 3 回目接種

※今回の内容は11月22日時点の計画であり、今後、変更になる場合があります。

問合せ 新型コロナウイルスワクチン接種推進室(☎026-248-9018)

新型コロナウイルスワクチンを2回接種した場合であっても、接種後の時間の経過とともにワクチンの効果が低下することが報告されていることから、国から3回目接種の実施に関して方針が示されました。須坂市では、国の方針に基づき、新型コロナウイルスワクチンの3回目接種を12月から順次実施します。

■対象者と3回目接種時期

3回目接種は、2回目接種を終了した18歳以上（3回目接種日現在）の方で、原則8カ月以上※経過した方を対象に、追加接種を1回行います。接種時期は、2回目接種を受けた日から8カ月以上経過した時期を予定しており、12月以降、医療従事者の方から順次接種を開始します。接種に必要な接種券や予約方法などの詳細は、それぞれの3回目接種時期に応じて、下記のとおり発送します。

2回目の接種月	3回目接種の予定時期	接種券の発送予定時期	主な接種対象予定者
2021年3～4月	2021年12月	送付済み	医療従事者
5月	2022年1月	2021年12月中旬	
6月	2月	2022年1月中旬	65歳以上の方 高齢者施設従事者
7月	3月	2月中旬	
8月	4月	3月中旬	64歳以下18歳までの方 接種順に応じて
9月	5月	4月中旬	
10月	6月	5月中旬	
11月	7月	6月中旬	

※「8カ月以上」とは、2回目接種を終了した日から「8カ月後の同日以降」です。

【例①】6月1日（2回目接種日）→2月1日以降から3回目接種可

【例②】6月29～30日（2回目接種日）→3月1日以降から3回目接種可…8カ月後に同日がない場合（例②の場合は2月29～30日がない）は、その翌月1日から接種可能です。

■接種会場

3回目接種は、1・2回目と同様に、個別接種と集団接種を実施する予定です。

接種会場は、原則として1・2回目の接種を受けた医療機関（集団接種の方は北部体育館）で接種を受けていただく予定です。

※個別接種・集団接種ともに予約が必要です。予約方法などの詳細は、3回目の接種時期に応じて順次発送する接種券に同封予定の案内をご覧ください。



■接種券の発行申請が必要となる方

3回目接種を希望し以下の条件に該当する方は、接種券の発行申請が必要です。

- ・須坂市以外の市区町村が発行した接種券で1・2回目の接種を受けた方（ワクチン2回接種後に須坂市に転入された方）
- ・海外で2回接種した方 など

申請場所 健康づくり課（窓口6番・本庁舎1階）

持ち物 ▼1・2回目の接種済証 ▼本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）



■1・2回目の接種を希望される方

新たに1・2回目の接種を希望される方で、3回目までの接種を希望される場合は、接種実施期間が2022年9月30日までとなっていることから、12月末までに1回目の接種を受ける必要がありますので、なるべく早く接種の予約をお願いします。

接種場所 轟病院（接種日程や予約は轟病院へお問い合わせください。☎026-245-0126）

須坂版画美術館 平塚運一版画美術館

開館時間 午前9時～午後5時（最終入館は午後4時30分）
休館日 水曜日、年末年始（12月29日～1月3日）
入館料 300円
問合せ 026・248・6633



小林朝治



1991（平成3）年12月19日、須坂版画美術館・平塚運一版画美術館が開館し、開館30年を迎えます。

須坂版画美術館には須坂出身の版画家小林朝治の版画作品や、全国の版画家たちの作品コレクション、版画同人誌などが展示されています。

小林朝治は医者の傍ら、版画家として活動してきました。今回は須坂に縁のある小林朝治をご紹介します。



● 1898年1月10日
須坂町本上町（現・須坂市）で生まれる

● 1921年4月
金沢医科大学（現・金沢大学医学部）入学

● 1927年1月
愛媛県吉田町（現・宇和島市）に眼科医として赴任

● 1931年8月
須坂町に戻り眼科医院開業

● 1939年8月5日
死去

● 1989年
小林朝治版画作品484点
他須坂市に寄贈



▲「志賀高原夜雪」1939年

小林朝治は赴任していた愛媛県で版画の創作を始め、須坂に帰郷した後も版画作品を制作しました。また、小学校の眼科の校医となり、教員と交流が生まれ、その教員らが小学校で版画を教えることに力も注ぎ、現在の市内小学生版画展にも結び付いています（26ページ参照）。

県内の版画の第一人者として普及活動に努め、版画のまち須坂を築くきっかけにつながっています。

がつています。

朝治の作品は、身近なものを題材に、住んでいた土地の美しい景色を版画で残しています。郷土玩具を集めていたため、郷土玩具の作品も数多くあります。

また、小林朝治と親交のあった平塚運一を講師として須坂に招いた縁もあり、「平塚運一版画美術館」が併設されました。須坂市に寄贈された500点余りの作品が展示されています。

小林朝治の生涯や作品、平塚運一版画美術館の紹介を動画にまとめました。

下記二次元
バーコードか
らご覧いただ
けます。



● 収蔵品展

『櫟』とその仲間たち

『櫟』第100号の発行を記念し、収蔵品展を開催します。

期間 2022年1月15日（土）～4月17日（日）

※版画同人誌『櫟』は、創作版画の普及と版画制作の発表の場として、発行され続けています。小林朝治が「木を楽しもう」と命名し、第1号が1933（昭和8）年に発刊されました。



▲『櫟』第80～99号

須坂市新型コロナウイルス中小企業者等 特別応援金〈第2弾〉

申請・問合せ 産業連携開発課(☎026・248・9033)
〒382-0077 須坂市大字須坂1295-1
駅前ビルシルキー2階 産業連携開発課

新型コロナウイルス感染症の拡大により、売り上げが大きく減少した事業者への影響を緩和するため、「須坂市新型コロナウイルス中小企業者等特別応援金(第2弾)」を支給します。

特別応援金の概要

支給対象者

国の「緊急事態措置またはまん延防止等重点措置の影響緩和に係る月次支援金8月分または9月分」、県の「長野県新型コロナウイルス中小企業者等特別応援金(第2弾8月または9月)」を受給していない中小企業者または個人事業者
※法人の場合、本店または主たる事務所が市内にあり、かつ法人市民税を市に納税していること。

- ※個人事業者の場合、住所が市内にあり、かつ事業収入の確定申告または住民税申告を行っていること。
- ▼市税の滞納がない方
- ▼新型コロナウイルス感染症の影響で、2021年8月または9月(対象月)の事業収入が、2019年または2020年の同月(基準月)と比較して、20%以上50%未満の範囲内で減少していること
- ▼特別応援金の受給後も事業を継続する意思があること
- ▼個人事業者は、健康保険の被扶養者に該当しないこと
- 支給金額(上限)
- ▼中小法人など：40万円
- ▼個人事業者：20万円
- ※1事業者につき1回限り。
- 申請期間 12月13日(月)～2022年1

月31日(月)
※1月31日(月)の消印有効
申請書類

【法人・個人事業者共通】

- ▼支給申請書兼誓約・同意書兼口座振替依頼書
- ▼申請金額計算書
- ▼提出書類確認表
- ▼振込口座の通帳など(写し)
- ※対象月の売上台帳(写し)は、日ごとの売上額と、月の合計売上額が確認できるもの。
- ※第1弾を申請した方で申請者情報に変更がない場合は、一部の書類を省略できます。

【法人の場合】

- ▼履歴事項全部証明書
- ▼法人税の確定申告書別表1の写し
- ▼法人事業概況説明書の写し
- ※月ごとの売り上げの記載がない場合は、基準月の売上台帳(写し)
- ▼対象月の売上台帳(写し)

【個人事業者】

- ▼健康保険証の写し
- ▼身分証明書の写し
- ▼確定申告書第1表の写しまたは住民税申告書の写し
- ▼所得税青色申告決算書または収支内訳書の写し
- ▼対象月の売上台帳(写し)
- ※書類は、産業連携開発課にあります。市ホームページからダウンロードできます。

宿泊事業者等新型コロナウイルス感染症防止対策事業補助金を実施します

申請・問合せ 産業連携開発課(☎026・248・9033)

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、宿泊施設において、換気対策のための物品購入に対し補助金を交付します。

補助金の概要

- 対象 市内で宿泊業を営む方で、申請時点で市税の滞納がない方
- 補助額 対象経費合計額の4分の3以内の額(上限50万円)
- 対象経費 10月1日(金)～12月24日(金)の期間に宿泊施設内の各客室、共有スペースなどにおいて換気対策で使用する物品の購入経費
- 【例】
- ▼空気清浄機
- ▼換気扇
- ▼サーキュレーター
- ▼CO2センサー
- ※空気清浄機は、「新型コロナウイルス感染症防止に効果がある」などの記載のあるものが対象です。
- ※エアコンは対象外です。
- 申請期間 12月13日(月)～2022年1月24日(月)(土・日曜日、祝日を除く)
- 申請書類
- ▼交付申請書
- ▼収支予算書
- ▼事業に関わる見積書(領収書)の写し
- ▼誓約書 など
- ※書類は、産業連携開発課にあります。市ホームページからダウンロードできます。
- 交付決定 交付の可否は、申請受付後に審査を行い、順次決定します。
- 交付条件 業務の発注および物品購入などは市内事業者に依頼すること
- ※発注できない特別な理由がある場合を除く。
- 実績報告 交付決定を受けた事業者は、補助対象事業完了後に、実績報告として必要書類を提出していただきます。
- 実績報告および補助金請求書の提出は、交付決定後に別途通知します。

2021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)

5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】

2021年5月27日(木)

【対象】

▼小学校6年生：427人
▼中学校3年生：410人

【調査内容】

■教科に関する調査

小学校6年生

▼国語

▼算数

中学校3年生

▼国語

▼数学

■生活習慣や学習環境など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	■「話す・聞く」領域は、全国平均よりやや上回っています。「書く」領域は、全国平均を下回っており、「読む」領域は、全国平均をやや下回っています。 ■文の中で正しく漢字を書くこと、修飾語と被修飾語との関係を捉えることに課題が見られました。特に「書く」領域は、自分の主張が明確に伝わるように、文章全体の構成や展開を考える力をつける必要があります。 ◆漢字の読み書きの正答率が低く、無回答率が高いので、学年の配当漢字の定着を図り、各学年で学年修了時まで漢字を実用的に使えるように支援していきます。また、設問で何を問われているかを正確に理解し書く力を高めるために、100字程度の字数で自分の考えを簡潔に書く学習活動を充実させていきます。
算数	全国平均を やや下回る	■「数と計算」「図形」「測定」「変化と関係」の領域は、全国平均とほぼ同じです。記述式の問題では、全国平均を上回っています。中でも、「事実」や「理由」を記述する問題で正答率が高い結果でした。しかし、「データの活用」の領域は、全国平均をやや下回りました。グラフからデータの特徴や傾向を読み取ったり、データを2つの観点から分類整理し、表に表したり読んだりすることに課題が見られました。

調査内容	教科別 平均正答率	考察および対策
算数	全国平均を やや下回る	◆身の回りの事象に関して、事象の関係を漠然と捉えるのではなく、データに基づいて統計的に捉えることが求められています。そのために、児童自身が、興味関心に基づき、「問題の設定・データの収集・分類整理・表現・考察する」という流れで学習していく経験を積んでいきます。また、授業の中で、公式やきまりのわけを考えたり、問題の解き方や考え方が分かるようにノートに書いたりすることを今後も大事にしていきます。

■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 やや下回る	■「書く」と「伝統的な言語文化と国語の特質に関する事項」の2領域は、全国平均とほぼ同じです。一方、「話す・聞く」と「読む」の2領域は、全国平均を下回りました。「話す・聞く」領域では、話し合いの方向を的確に捉え、その後どのように発言すればよいかを根拠をもとに具体的に考えることに課題が見られました。また、「読む」領域では、登場人物の言動の意味を考えて内容を理解したり、文章に表れているものの見方や考え方を捉えて自分の考えをもったりすることにも課題が見られました。 ◆「話す・聞く」領域では、授業の中に「話す・聞く」学習を系統立てて位置づけるとともに、生徒にとって必要感と相手意識が明確になる題材を選んで「話す・聞く」学習を進めていきます。また、「読む」領域では、教科書で扱う文学的文章や説明的文章の他、さまざまな形態の文章に積極的に触れながら、文章の正確な読み取りにとどまらず、自分の考えをもち、友達と考えを交流する学習を日常的に行っていきます。
数学	全国平均を 下回る	■「資料の活用」の領域は、全国平均とほぼ同じです。データから中央値を求めたり、データの傾向を捉えて判断の理由を説明したりすることができています。一方で「関数」の領域は、全国平均をやや下回り、「数と式」および「図形」の2領域では、全国平均を下回りました。特に、「数と式」の領域では、目的に応じて式を変形したり、その意味を読み取ったりして、事柄が成り立つ理由を説明することなどに課題が見られます。また「図形」の領域では、おうぎ形の中心角と弧の長さの関係など、理解を伴った知識の定着が課題です。 ◆「数学的な技能」の観点全国平均とほぼ同じであることから、計算などの反復練習による技能の習熟には一定の成果が見られます。今後はさらに考える力を高めていくために、意味を考えたり、理由を説明したりする学習をバランスよく取り入れ、肯定的な回答率が低かった質問項目「公式やきまりを習うとき、そのわけを理解するようにしている」や「問題の解き方や考え方が分かるようにノートに書いている」の改善も図っていきます。

■生活習慣や学習環境などに関する質問紙調査の結果概要

学習意欲や学習方法、学習環境、生活の諸側面などに関する調査です。今年は、昨年4月の新型コロナウイルス感染症による臨時休業中の生活、学習に関しても調査が行われましたので、それを中心に報告します。

【臨時休業中、分からないことがあっても自分で調べる習慣が身についてきています】

臨時休業中に勉強に不安を感じた	小学生の回答は55.9%であり、全国平均と同じでしたが、中学生の回答は57.3%であり、全国平均より5ポイント低くなっていました。全国同様に須坂市の小・中学生も半数以上が、長期にわたる臨時休業に不安を感じていたことが分かります。
臨時休業中に計画的に学習を続けることができた	小学生の回答は78.4%であり、全国平均より13ポイント以上高く、中学生の回答は37.1%であり、全国平均と同様でした。小学校では子どもたちの実態に応じた学習課題が出題され、計画表をもとに学習を進めることができたためと思われます。
臨時休業中に規則正しい生活を送ることができた	小学生の回答は72.3%であり、全国平均より9ポイント以上高く、中学生の回答は55.7%であり、7ポイント高い結果となりました。これは小・中学校ともに計画表を作成させ、一日の過ごし方を家族とともに考える時間を確保したり、定期的に学習課題を提出させて確認したりするなど、学校の支援が行き届いていたためと思われます。
臨時休業中、学校からの課題で分からないことがあったとき、家族に聞いた	小学生の回答は84.5%であり、これは全国平均より6ポイント近く高く、中学生の回答は45.4%であり、ほぼ全国平均と同じでした。
臨時休業中、学校からの課題で分からないことがあったとき、自分で調べた	小学生の回答は68.4%、中学生は67.8%であり、これは小・中学生ともに全国平均より6ポイント高い結果となりました。小・中学生は、分からないことがあったときに、自分で考えたり自分で調べたりする習慣が身につくにつれて、それが伺えます。



【ＩＣＴ機器を活用して友達と意見交換したり調べたりする授業が進みつつあります】

コンピュータなどのＩＣＴ機器を活用した授業に関して週１回以上使用している	小学生の回答は48.2%であり、全国平均より8ポイント高く、中学生の回答は37.3%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。昨年度の時点では、まだ一人一台端末が配備されていませんでしたが、学校では積極的に授業にＩＣＴを活用している成果と考えます。
あなたは学校で、コンピュータなどのＩＣＴ機器を活用して、週１回以上友達と意見交換したり調べたりしている	小学生の回答は46.6%であり、全国平均より7ポイント高く、中学生の回答は78.3%であり、全国平均より43ポイント以上高いことが分かりました。学校では、ＩＣＴ機器を活用した共に学び合う学習（協働的な学び）を通して思考力・判断力・表現力の育成に努めています。今後は一人一台端末を活用して、より子ども一人一人の理解度に応じた学習が期待されます。

学校では、新たな時代にふさわしい学びを創っていきます。

2022年度 会計年度任用職員募集

受付期間 12月1日(水)～2022年1月7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 ☐ 歯科衛生士 ☐ 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 ▼女性相談員…社会福祉主事任用資格 ▼運転技術員…大型1種免許 ▼作業療法士…作業療法士免許
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) ☐ 栄養士 ☐ 介護支援専門員 ☐ 女性相談員 ☐ 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 2022年1月7日(金)(郵送の場合、1月7日(金)の消印有効)

面接試験 1月24日(月)～28日(金)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。

リ ワ イ ル ド ニ ン ジ ャ ス ノ ー ハ イ ラ ン ド REWILD NINJA SNOW HIGHLANDを 利用して峰の原を楽しもう！



公式ホームページ

問合せ 商業観光課 (☎026-248-9005)

須坂市峰の原高原にある「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

オープン日 12月25日(土)午前8時30分オープン予定
オープンングイベントとして、午前11時から「オープンングXmasカーニバル in 峰の原」が開催されます。サンタクロースからすてきな

もちややお菓子などがプレゼントされます。

【スキー場営業日時】

期 間 2022年3月27日(日)まで

営業時間 午前8時30分～午後4時30分

※原則金～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 株式会社信光オールウェイズ
☎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
超ロング3連スノーチューブコース、8mのロングブランコなど、30種以上のアクティビティをご用意しています。

A Happy New Year ナイトカーニバル

ゲレンデ内で花火とオーロラショーを見ながら、新年を祝いましょう。
と き 2022年1月1日(土)午後8時30分
※この他にも、イベントを毎週末開催予定です。

ペンションに宿泊してみませんか



峰の原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 峰の原高原旅館組合
☎070・4494・2801

1日リフト券の引換券・割引券をご利用ください

利用総数が1200枚に達し次第、割引を終了します。
対象者 市内在住の中学生までの子どもとその保護者

割引額 ▼4歳～中学生：全額▼保護者：1500円

配布方法 文化スポーツ課スポーツ振興係窓口(須坂市勤労青少年ホーム創造の家内)でお渡しします(配布枚数は子ども1人につき2枚までです)。

※小・中学生には学校を通して配布または郵送していますので、窓口での配布は1枚のみとなります。

※3歳以下の方はリフト券が無料ですが、保護者の方で配布を希望される方は窓口にお越しください。
利用期間 オープン日～2022年3月27日(日)
利用方法 リフト券売り場へ引換券・割引券を提出してください。
問合せ 文化スポーツ課
☎026・248・2020



詳細はこちら

除雪

除雪作業のご協力をお願いします

問合せ 道路河川課(☎026-248-9006)

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

バス路線と幹線市道は市が、国道と県道は県がそれぞれ除雪していますが、全ての道路を除雪することは困難です。昨年度は凍結防止剤散布などの経費を含め、約3800万円を支出しました。

自宅の周りなどの除雪にご協力をお願いします

市内全ての道路の除雪を、同時に完全に行うことはできません。皆さんのご協力をお願いします。

▼除雪ドーザーなどによる除雪作業後、家などの前に残ってしまう雪の片付け

▼高齢者世帯などの除雪が大変な場合

▼身近な生活道路などの除雪など

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、通行の妨げとならないよう、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。

落雪にご注意ください

屋根に大量の雪が積もると大変危険です。屋根の上の積雪量に注意しましょう。

また、屋根に落下防止の器具をつけるなどして、危険防止に努めましょう。

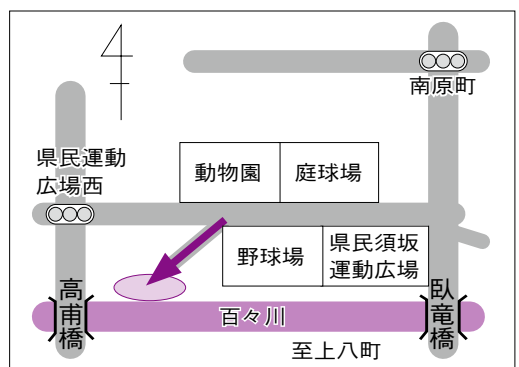
凍結防止剤は各町区から受け取ってください

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

排雪場所

雪は、市が指定している左略図の○に捨ててください。なお、雪と一緒に、ごみを捨てるのは絶対にやめ、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



※松川河川敷(豊島団地北側大豊橋付近)は、災害復旧工事のため使用できません。

消防

消火栓器具箱・消防器具を更新・整備しました

問合せ 消防本部警防課(☎026-245-4900)

宝くじの社会貢献広報事業「地域活動助成事業」を活用し、公益財団法人長野県市町村振興協会の宝くじの助成を受け、消火栓器具一式(写真①、②)を市内5ヶ所(本郷町、福島町、豊丘上町、屋部町、八幡町)に設置しました(9月14日)。



▲写真②



▲写真①

また、宝くじの社会貢献広報事業「地域活動助成事業」を活用し、公益財団法人長野県市町村振興協会の宝くじの助成を受け、市消防団第5分団2部(小河原町)に、小型動力ポンプ(写真③、④)、消防ホースなどの消防資機材一式を整備しました(8月22日)。



▲写真④



▲写真③

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(火)～2022年1月4日(火)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(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)
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(水)～1月3日(月)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(水)～1月3日(月)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(0245-14002)

松川苑(火葬場)

1月1日(土)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)】

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(木)午前8時40分～正午のみ受け入れます。

【エコサポートすざか(資源物など)】

年内は12月19日(日)で終了し、年明けは1月15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27日(月)の午前中まで収集します。12月20日(月)の午後5時までに申し込んでください。

申込・問合せ 環境クリエイション(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(木)～1月3日(月)は運休

※米子線は1月1日(土)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(水)～1月3日(月)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

12月28日(火)は午後9時、31日(金)は午後6時(最終入館時間)は午後5時に閉館します。

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

年末年始は休まず営業します。

営業時間 午前6時～午後9時

問合せ 須坂温泉古城荘(0245-1460)

須坂図書館からのお知らせ

**年末年始の返却は開館日に
お願いします**

問 合 せ 市立須坂図書館
☎026-245-0784 / 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

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11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 キラキラぱくくの皆さん

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、健康チェック表の記入などにご協力をお願いします。



やさしい朗読講座

〈全3回〉

プロの手ほどきで、朗読の技術を身につけませんか。
と き 2022年1月22日

(土)、29日(土)、2月5日(土)各回とも午後1時30分～3時30分

と ころ 市立須坂図書館西館2階講習室1

講 師 今井理恵子さん(一社)

社) 日本朗読検定協会認定エ
ルダー・プロフェッサー)

参加費 無料

持ち物 筆記用具、朗読してみたい作品

対 象 初めて朗読に触れる方、幼稚園・保育園の先生、読み聞かせをしたい方などで、3回続けて受講できる方

定 員 15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。

申込開始 12月8日(水)午前9時

【Wi-Fiが使えます】館内のWi-Fi環境が整い、スマートフォンやタブレットなどでインターネットを利用して、図書の検索や調べものの学習などができます。利用を希望する方は、職員にお声がけください。

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31回のお題は「浮」また

は「沈」(浮き沈み、浮上沈没、沈黙など)。一人何句でも応募できます。

応募方法 須坂図書館にある投句用紙に必要事項を記入し、館内の投句箱へ入れてください。ペンネームも可。

応募期限 12月28日(火)

【年間大賞を決定する投票を行っています】

今年1年間の優秀作品を展示し、年間大賞を決定します。ぜひ、投票にお越しくください。

投票期限 12月28日(火)



年末年始休館のお知らせ

12月29日(水)～1月3日(月)は休館します。

書籍・雑誌・CD・DVDは12月15日(水)～28日(火)に借りると、返却は休館明けになります。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。お正月は読書をお楽しみいただき、1月4日(火)以降に返却してください。



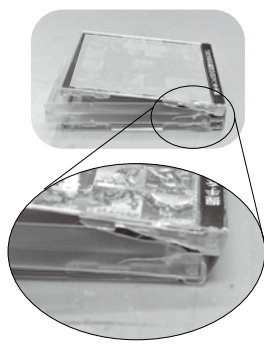
CD・DVD・紙芝居は、図書返却口や返却ポストに入れないでください

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

ご理解、ご協力をお願いします。



▲返却ポスト内の様子



▲衝撃で割れたCDケース

2021年4月末までにマイナンバーカードを申請した方へ

マイナポイントのお手続きはお済みですか？

～マイナポイントの付与期間は2021年12月末まで～

問合せ 政策推進課 (☎026-248-9017)

マイナポイントを取得できる方

2021年4月末までにマイナンバーカードを申請された方は、マイナポイントをもたうことができます。

マイナンバーカード取得後、マイナポイントの申し込みを行い、2021年12月末（9月末から3カ月延長になりました）までにチャージまたはお買い物をすることで付与されます。

ポイント取得のイメージ

- ① 予約・申し込みをする
マイナンバーカードと4桁のパスワードを使って、パソコン（カードリーダーライターの必要）はマイナポイント予約・申込サイトから、スマートフォン（対応不可の機種あり）は、マイナポイントアプリからマイナポイントを予約し、予約後に利用する民間キャッシュレス決済サービスの一つを選択してマイナポイントの申し込み。
- ② チャージまたは買い物を
選択したキャッシュレス

決済サービスでチャージまたはお買い物を（2021年12月末まで）。

③ ポイントの付与
選択したキャッシュレス決済サービスにマイナポイント25%（最大2万円のチャージで5千円）が国から付与される。

市役所でも予約・申し込みの支援窓口を開設

とき ▼ 平日の午前8時30分～午後5時15分（木曜日は午後7時まで）▼ 12月4日（土）26日（日）午前8時30分～正午（要予約）

ところ 政策推進課（本庁舎2階）

※窓口で対応できない決済サービスがあります。事前に選択するキャッシュレス決済サービスの詳細をご確認の上、ご来庁ください。

※選択できるキャッシュレス決済サービスやスマートフォンとの対応機種などの詳細は「マイナポイント事業ホームページ（マイナポイント事業で検索）」をご覧ください。お問い合わせください。

● 注意事項
マイナポイント事業をかけた不審な電話やメール、手紙、訪問などには十分ご注意ください。

市長の

いきいき通信

縁と感謝

今年も残すところ一月となりました。お正月恒例の箱根駅伝では、出場20校中、今年の優勝の駒澤大学をはじめ13校が峰の高原クロスカントリースキーコースを利用されました。2020年12月に開業した須坂市唯一のスキー場「リワールド ニンジャスノー ハイランド」は、特色あるスキー場として好評でした。2021年2月には長野広域連合一般廃棄物最終処分場「エコパーク須坂」の埋め立てが開始されました。9月には須坂長野東インターチェンジ周辺地区開発地のうち「観光集客施設用地」に立地するイオンモール株式会社、アークランドサカモト株式会社、ルートインジャパン株式会社が公表されました。狭い、駐車場が少ないなどの課題がありました子育て支援センターは、託児・就労相談・コワーキングスペースなど子育てから交流、そして就労まで一貫した多機能分野横断型サービスを提供する「産官共創事業」の提案を、株式会社グーライトから受け、2022年5月にシルキービル1階での開設を目指し、須坂駅前の活性化も期待されます。令和元年東日本台風の復旧・復興も順調に進んでいます。

新型コロナウイルス感染症は、市民、医療従事者などの大勢の方のご協力により、第5波は収まりましたが、引き続き、感染予防対策と経済的支援を行ってまいります。今年を顧みると、市民、議会はじめ、市外の方との縁とご支援も感じます。皆さまに感謝申し上げます。

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



みんなの広場

お便り紹介コーナー

～11月に届いたお手紙から～



信州須坂のレシピ

信州須坂の台所のレシピをいつも楽しみにしています。身近な旬の材料で、しかも短時間でできるメニューなのが気に入っています。

11月の「サケとハクサイとホウレンソウの豆乳煮」も早速作ってみました、おいしく家族に好評でした。

(ペンネーム

akmamaさん 63歳)

●akmamaさんがおっしゃっているとおりのコンセプトで毎月掲載しています。レシピ動画も作成していますので、ぜひご覧ください。

ひ孫

2人目のひ孫が10月に生ま

れました。1人目は女の子、2人目は男の子です。

まさか2人のひ孫が見られるとは。大きくなって遊べることを楽しみにしています。

(中島さん 78歳)

●ひ孫さんはすくすく成長し、すぐに遊べるようになりますね。成長につれ、遊び方も変わっていきますので、いろいろな遊びができますね。

須坂長野東インター周辺開発

須坂長野東インター周辺に観光集客施設ができるのが、今からとても楽しみです。

須坂にたくさん観光客が来てもらい、須坂のいいところを知ってもらいたいのです。

(小林さん 47歳)

●須坂長野東インター周辺の工事が着々と進んでいます。

どんなお店が入るのか楽しみです。市外からも多くの方が訪れると思いますので、須坂市を知ってもらおうよいアピールになると思います。

ウォーキング1万歩の壁

私は車通勤で、1万歩はかなり難しい。そこで、買い物はできるだけ遠くに駐車したり、自宅の階段を上ったり下りたりを繰り返しています。

以前はつまづくこともありま

したが、足腰が鍛えられ、今はそれもなくりました。

(小山さん 60歳)

●つまづくことがなくなったお話を聞き、ウォーキングで健康を得られますね。できることから始めたいですね。また「継続は力なり」ですね。

健康と家族のありがたさ

10月、脊椎に菌が入って1カ月間入院しました。

初めての入院で、健康と家族のありがたさを再認識できました。

(大内さん 47歳)

●初めての入院、しかも1カ月間。とても不安が大きかったと思います。家族の支えや励まし、健康の大切さをとても実感しますね。

笑顔

新型コロナウイルスの感染状況が落ちついてきて、笑顔が自然に出てきました。

(神田さん 75歳)

●悩みや不安を抱えていると笑顔になりにくいですが、自然に笑顔が出てくることは良いことですね。コロナは早く終息してもらいたいですね。

須坂はお気に入り

須坂市に引越してきて半

年が経ちました。過ごしやすく、ずっとここにいたいと思うくらい気に入っています。

(酒井さん 23歳)

●とてもありがたい言葉ですね。一人でも多くの方に住んで良かったと思えるまちでありたいですね。

四季の美しさ

あつという間に寒くなり、紅葉がきれいな季節になりました。

毎日散歩している臥竜公園の木々がとてもきれいで、日本の四季の美しさを感じます。

(宮川さん 32歳)

●紅葉や風情ある自然の移り変わり魅力の一つです。四季折々に感じるものがたくさんあり、素晴らしいですね。

※お便りの掲載とクイズの当選は別になります。ご了承ください。



郵送

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@city.suzaka.nagano.jp



市報クイズ

■今月のプレゼント

湯つ蔵んど提供

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

③峰の高原スキー場 1日リフト券…5人

④長野☆ガロンズ1月15・16日 ホームゲームチケット…各5人

⑤11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑥11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑦11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑧11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑨11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑩11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑪11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑫11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑬11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑭11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑮11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑯11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑰11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

⑱11月14日のゴミ拾いボランティアの参加人数は? ……5人

木

金

土

2

3

4

健 3カ月児健康診査
(P28)

9

10

11

イ 認知症家族のつどい
(P26)

イ こどもクリスマス会
(P17)

講 認知症サポーター講座
(P26)

16

17

18

講 もぐもぐ離乳食講座
(P28)
講 高齢者健康教室公開
講座(P27)
講 うつ病の方の家族教室
(P27)

健 1歳6カ月児健康診査
(P28)

講 市民健康づくり講座
(P27)

23

24

25

健 3歳児健康診査(P28)

イ メリークリスマスZOO
(P38)

イ REWILD NINJA SNOW
HIGHLAND オープン
予定日(P14)

イ メリークリスマスZOO
(P38)

30

31

1/1

診 信州医療センター

診 信州医療センター

診 信州医療センター
イ A Happy New Yearナ
イトカーニバル(P14)
イ 「動物園でハッピー
ニューイヤー」(~
1/3)(P38)

6

7

8

知 お正月Uターン移住
相談会(P24)

健 3カ月児健康診査
(P28)

知 お正月Uターン移住
相談会(P24)

市外局番…(026)

■子ども課相談室 ☎248-9026

(子育て相談、家庭生活など)

と き 月～金曜日※ 8:30～17:15

ところ 子ども課(東庁舎1階)

■教育相談室 ☎248-0001

と き 月～金曜日※ 8:30～17:15

ところ 学校教育課(東庁舎1階)

■空き家バンク活用相談 ☎248-9017

と き 月～金曜日※ 9:00～17:00

ところ・問合せ 政策推進課
(本庁舎2階、要予約)

■日本政策金融公庫相談会 ☎245-0031

ところ・問合せ 須坂商工会議所

■年金相談 ☎244-4100(代表)

と き 月～金曜日※、第2土曜日

ところ・問合せ 長野北年金事務所
(長野市、要予約)

■弁護士の無料法律相談 ☎248-9977

と き 9日(木)、23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)

■司法書士による「空き家問題110番」

と き 11日(土) 10:00～16:00

専用電話番号 0120-448-788

(当日のみ)

問合せ 長野県青年司法書士協議会

☎214-3776

■不動産無料相談 ☎228-2130

と き 15日(水) 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 15日(水) 13:30～

ところ シルバー人材センター

■結婚相談 ☎214-1026

と き 19日(日) 9:00～12:00

ところ 社会福祉協議会(要予約)

■もの忘れ相談日

と き 22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

■司法書士による無料電話相談

「年末困りごと電話相談会」

と き 25日(土) 10:00～16:00

専用電話番号 0120-448-788

(当日のみ)

問合せ 長野県司法書士会 ☎232-7492

※12月29日～1月3日を除く

2021年

12月

- 診 …休日緊急診療室
- 健 …各種健康診査など
- 講 …各種講座・教室
- 知 …お知らせなど
- イ …イベント情報など

税金などの納期限

納期限・口座振替日
12月27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

			1 イ 市内小学生版画展 (~12/26) (P26)
5 診 信州医療センター	6	7 講 かみかみ離乳食講座 (P28)	8
12 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(P22) イ 桜木町通り蚤の市(P25)	13 講 介護教室(P26)	14 健 2歳児健康相談(P28) 知 くらしと健康の相談会(P22)	15 イ 人権問題学習会(P26)
19 『須坂市家庭の日』 診 信州医療センター イ 注連縄づくり教室(P31)	20 イ 明るい選挙啓発ポスター展(~1/21)(P26) イ 粋な健康教室ほか3回(P31)	21 健 1歳児健康診査(P28) 知 くらしと健康の相談会(P22) イ 料理交流会(P26) イ お正月寄せ植え講座(P31)	22 講 おでかけパソコン教室スマホ・タブレット講座(~24日)(P31) イ 冬至イベント(P38) 講 認知症サポーターステップアップ講座(P26)
26 診 信州医療センター イ メリークリスマスZOO、干支の引き継ぎ式(P38)	27 税金などの納期限 ※詳細は上段をご覧ください。	28 講 お正月アレンジフラワー教室(P31) 講 お正月用盛花アレンジメント教室(P31) 知 くらしと健康の相談会(P22)	29 診 信州医療センター
2 診 信州医療センター イ 坂田山新春ウォーキング(P26)	3 診 信州医療センター	4 知 お正月Uターン移住相談会(P24) イ 書初めをしよう!(P32)	5 知 お正月Uターン移住相談会(P24)

情報ファイル12月

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

お知らせ

●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します。

期間 12月26日(日)～30日(木)
問合せ 消防本部総務課

(☎245・4100)

●地区計画(案)の縦覧

都市計画法第17条の規定により、地区計画(案)の縦覧を行います。

都市計画手続きの状況により、縦覧期間および意見書提出期間が変更になる場合があります。

地区計画の位置 ▼須坂市大字井上字前田の一部▼大字九反田字前田の一部

縦覧期間 12月2日(木)～16日(木)(土・日曜日を除く)

閲覧場所 ▼まちづくり課(本庁舎3階) ▼市ホームページ

提出方法 縦覧場所にある意見書様式に記入し、郵送または持参でまちづくり課に提出してください。

提出期間 12月16日(木)(必着)まで

提出・問合せ まちづくり課(☎248・9007)

●くらしと健康の相談会

失業、低収入、多重債務、家庭内の問題などで悩んでいませんか。弁護士による専門相談会を開催します。予約制で相談は無料です。

利用開始 12月15日(水)

利用時間 午前9時～午後10時
利用料 なし
※冷暖房を利用する場合は1

とき ▼12月14日(火)▼21日(火)▼28日(火)各日とも午後1時30分～3時30分

ところ 長野保健福祉事務所(長野市)

相談時間 1時間の個別相談(保健師による10分程度の問診を含む。希望者には健康相談を実施)

申込方法 各相談日前週の金曜日午前中までに電話でお申し込みください。

申込・問合せ 長野保健福祉事務所健康づくり支援課(☎225・9039)

※受付時間は月・金曜日の午前8時30分～午後5時15分

●須坂市豊洲防災コミュニティセンターの研修室など貸し出し開始

「須坂市豊洲防災コミュニティセンター」が完成しました。災害時には、地域の自主防災組織などの活動拠点となる防災コミュニティ施設で、

平常時は研修室などを貸し出します。なお、施設の詳細は『広報須坂』1月号でお知らせします。

利用開始 12月15日(水)

利用時間 午前9時～午後10時
利用料 なし
※冷暖房を利用する場合は1

※冷暖房を利用する場合は1

時間100円かかります。

※詳細は総務課にお問い合わせください。市ホームページをご覧ください。

問合せ 総務課(☎248・9000)



詳細はこちら

●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。数量に限りがありますので、無くなり次第終了します。マスク着用でご来場ください。

とき 12月12日(日)午前11時

ところ 須坂市役所西側多目的防災広場

問合せ すざかこども食堂実行委員会(斎藤)(☎090・4460・2919)

●年末特別警戒と交通安全運動12月15日(水)～31日(金)

《特別警戒》く年の暮れみんなでつこう 安心の街く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

広告欄

ご実家の処分・残置物の事・
空き家の管理・住宅ローン返済が厳しい・
任意売却など、不動産に関わる事、
全てご相談ください。

安心査定! 迅速買取! 相談無料!

お気軽にご相談ください。

土地・建物・アパート高価買取中!

長野県宅地建物取引業協会会員 長野県知事(2)5384号
株式会社 アークライフ不動産

〒382-0099 須坂市墨坂4-10-12

TEL 026-214-8737 FAX 026-214-8738

[HP] http://www.arklife-estate.com [E-mail] info@arklife-estate.com

相手を確認しましょう。

▼警察官や市役所、金融機関職員が自宅まで来てキヤッシユカードを預かることは絶対ありません。

【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》く信濃路はみんなの笑顔 つなぐ道く

▼自転車や車のライトは早めに点灯しましょう。

▼夜間の外出時は夜光反射材などを身に付けて自分の存在を知らせましょう。

▼道路の凍結に備え、早めに冬用タイヤに交換しましょう。

【飲酒運転の根絶】

▼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。

【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。問合せ 市民課

(0248・9002)

●農業収入保険の申し込みは12月28日(火)までです

自然災害や価格の低下といった農業経営のリスクに対し、収入保険へ加入して経営の安定を図りましょう。市では農家負担掛け金の一部を補助しています。2021年(2022年産対象)に限り補助額が割り増しになります。

※収入保険への新規加入、その他詳細は、NOSAI長野北信支所(0219・2893)へお問い合わせください。

問合せ 農林課

(0248・9004)

●冬に向けて水道局からのお願い

水道管の凍結防止のため次のことを行いましょう。

▼メーターボックスに保温材などを入れる。

▼宅内の配管には電熱帯など凍結防止ヒーターの使用や保温材を巻く。

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

※修理にかかる費用は全額自己負担です。

※水道局では修繕工事も凍結対応業務もできません。

【メーターボックス周辺の除雪にご協力ください】

ふたを開けて検針ができるよう、メーターボックスや止水栓までの通路周辺の除雪にご協力ください。

※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

(0248・9012)



●「須坂市 お店限定応援商品券」ご利用ください

「須坂市 お店限定応援商品券」の販売期間は2022年1月20日(木)までです。販売中のお店は商業観光課にお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

直接店舗などへお問い合わせください。

購入した商品券は、2022年1月31日(月)までにご利用ください。2月1日(火)以降は商品券の払い戻しや利用はできません。

問合せ 商業観光課

(0248・9005)



詳細はこちら

●小型有害獣用捕獲おりを無料で貸し出しています

ハクビシンなどの小型有害獣用捕獲おりは、自分の農地

や自宅へ設置する場合に限り、狩猟免許が不要です。

希望される方は捕獲許可とお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。これからの季節は有害鳥獣の餌が少なくなり、捕獲がしやすくなります(おりの数に限りがあります)。

【鳥獣被害対策カレンダーの配布】

鳥獣被害を知ってもらうために2022年鳥獣被害対策カレンダーを作成しました。

12月1日(水)から農林課窓口で配布します。

配布枚数 200枚

申込・問合せ 農林課

(0248・9004)

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

医療費の自己負担額が高額になったとき、申請により高額療養費が支給される場合があります。

該当すると思われる方は、確定申告で医療費控除の申告をする前に、健康づくり課(窓口4番・本庁舎1階)で高額療養費の申請をしてください。

問合せ 須坂市立博物館

(0245・0407)

●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2022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「電鉄」です。

価格 1枚250円(税込)

販売場所 ▼須坂市立博物館

▼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▼市観光協会

▼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

◎令和3年長野県茅野市土石流災害義援金を受け付けています。問合せ 福祉課(☎248・9003)

●お正月Uターン移住相談会

須坂市にUターン移住をしたい方に向けた移住相談会です。お正月の帰省中に市役所で移住相談ができます。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。

Iターン移住希望者も大歓迎です。

とき 2022年1月4日(火)7日(金)午前9時〜午後5時

ところ 政策推進課(本庁舎2階)

問合せ 政策推進課(☎248・9017)

●ホームタンクからの流出防止

ホームタンクからの流出事故のほとんどは、ホームタンクからポリ容器に灯油を小分け中に、その場を離れてしまうことが原因です。

次の点に注意し、流出事故を未然に防止しましょう。

- ▼ホームタンクの固定状況を確認しましょう。
- ▼配管などに腐食や亀裂がないか確認しましょう。
- ▼定期的にホームタンクの残量を確認しましょう。
- ▼ポリ容器に小分け中は、絶

対にその場を離れず、目を離さないようにしましょう。

▼ポリ容器に小分けした後は、バルブを完全に閉めましょう。

▼万が一に備え、防油堤を設けましょう。

問合せ 消防本部予防課(☎245・4200)



●12月4日〜10日は「第73回人権週間」です

法務省では「みんなで築こう人権の世紀」を考えよう相手の気持ち、未来へつなげようの違いを認め合う心」を重点目標に掲げ、各関係機関などと協力して、人権啓発活動を展開し、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)

●須坂市文化会館メセナホール開館のお知らせ

2021年1月から耐震化・長寿命化工事を行い、ご不便をおかけしていますが、工事終了に伴い、開館します。

開館日 2022年1月9日(日)から

問合せ 文化スポーツ課(☎248・9027)

●固定資産税のお知らせ

【2021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、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、税務課に届け出をしてください。

【2021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2022年1月31日まで】

償却資産とは、企業や個人事業主、不動産を貸し付けている方や農家の方が、事業のために保有する構築物・工具や備品などの資産です。償却

資産も固定資産税として課税されます。

対象 2022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 2022年1月4日(火)〜31日(月)(土・日曜日、祝日を除く)

申告・問合せ 税務課(☎248・9001)

●成人歯周病検診・妊婦歯科健診を受けましょう

市内に住所を有し、2022年3月31日時点で40歳・50歳・60歳・70歳の方と、市内に住所を有する妊婦の方は無料で歯科健診(検)診を受けることができます。

対象者には5月下旬に受診券を送付しました。受診期限が迫ってきましたので、この機会に受診しましょう。

受診券を紛失した方は健康づくり課で再発行します。

受診期限 ▼成人歯周病検診：2022年1月31日(月)

▼妊婦歯科健診：2022年3月31日(木)

問合せ 健康づくり課(☎248・9018)



詳細はこちら

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

サンワスタイル 検索



SANWA HOUSE

サンワハウス
家づくり
リフォーム
土地さがし

広告欄

広告の問い合わせはアド・コマーシャル(株)へ(☎291・5070)

●**無料クーポンの乳がん検診は1月31日(月)まで**

2021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。対象の方はこの受診期限内に無料で受診しましょう。

受診期限 2022年1月31日(月)

対象 昭和55年4月2日(昭和56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

問合せ 健康づくり課
(☎248・9018)

●**「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20日(月)～2022年2月18日(金)(必着)

※助成は4月下旬ごろを予定しています。

申込・問合せ 生涯学習推進課(☎245・1598)

募 集

●**ファミリー・サポート・センター提供会員募集**

短時間の預かり、保育園・幼稚園、習い事の送迎など、子育て中の世帯のお手伝いをしてくださる方を募集しています。提供会員になるために事前講習会を受ける必要があります。

【事前講習会】

とき・内容 ▼12月7日(火)午前10時30分～11時：保育のこころと遊び、午前11時～正午：乳幼児期の発達と食事
▼14日(火)午前10時30分～11時30分：乳幼児の発達と関わり方
▼17日(金)午前10時30分～11時30分：乳幼児の家庭看護

参加費 無料
※詳細はお問い合わせください

い。問合せ ファミリー・サポート・センター(子育て支援センター内)

(☎245・6588)

●**学校給食用物資の納入業者募集**

2022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。

募集期間 2022年1月11日(火)～31日(月)(土・日曜日を除く)

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。
問合せ 学校給食センター(☎246・2104)

●**オープンガーデンマップ 広告掲載者募集**



2022年信州須坂オープンガーデンマップに掲載して

いただける、企業などの広告を募集します。

広告サイズ

▼縦132mm×横62mm(1/3ページ)
▼縦132mm×横95mm(1/2ページ)
▼縦132mm×横194mm(1ページ)

仕様 A5版、再生コート、オールカラー4色刷り(両面)

申込期限 2022年1月14日(金)

申込・問合せ まちづくり課(☎248・9007/FAX248・9040)

行事・催し

●**桜木町通り蚤の市**

今回のテーマはクリスマス。フードなどの販売やワークショップを行います。

とき 12月12日(日)午前10時～午後3時
ところ ツツミベースを中心とした桜木町通り

※駐車場は須坂駅ロータリー南側の長電パーキングをご利用ください(30分無料)。

問合せ 商業観光課(☎248・9005)



広告欄

ぎっくり腰・ヘルニア・ムチウチ・肩こり・腰痛・ひざの痛み…そのつら～い症状…諦める前にご相談ください!!

なかなか治らないその症状、骨格の歪みが原因かも!!

仙骨むつつ療法

弱い力での施術なので痛みが少なく短時間で終わります

結果が出る施術院 [新型コロナウイルスの感染防止対策をしてお待ちしております]

すだか健康回復センター

須坂市南横町1628-10 勝山ビル1F [P]3台

TEL.026-247-0310

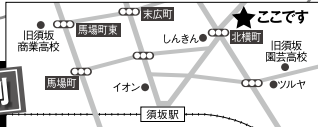
完全予約制

骨格の土台「仙骨」を調整することで、

お体のお悩みを解決するお手伝いをいたします。



予約時に「広報須坂を見た」とお伝えください
初回無料体験できます!



◎令和3年台風9号大雨災害義援金を受け付けています。問合せ 福祉課(☎248・9003)

●認知症家族のつどい

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

とき 12月10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

対象 認知症の方の介護者など

参加費 無料

問合せ 地域包括支援センター(☎245・4566)

●人権問題学習会

とき 12月15日(水)午後7時～8時30分

ところ 本郷学習センター

演題 「被差別部落地名リスト訴訟について」

講師 篠塚勉さん

問合せ 部落解放同盟須坂市協議会(☎248・0456)

●須坂版画美術館イベント

【第23回市内小学生版画展】

市内の小学生の版画作品を展示しています。

開催期間 12月26日(日)まで

入場料 無料

アルミ板を使った水と油の反作用を利用した凹凸のない版画の技法。初心者も単色、経験者は多色刷りに挑戦できます。

とき 12月11日(土)、18日(土)午前10時～午後4時

講師 松川幸寛さん(版画家)

参加費 3000円(入館料含む)

定員 7人(先着順)

申込期限 12月7日(火)

申込・問合せ 須坂版画美術館(☎248・6633)

●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21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(先着順)

申込期限 12月10日(金)

問合せ 人権交流センター(☎245・0909)

【明るい選挙啓発ポスター作品展】

とき 12月20日(月)～2022年1月21日(金)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)

ところ 市役所本庁舎3階西側廊下(305会議室前)

問合せ 選挙管理委員会事務局(☎248・9022)

●坂田山新春ウォーキング

とき 2022年1月2日(日)午前9時～11時解散予定

集合場所 風の子保育園

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)

講座・教室

●介護教室

自分や身近な人が望む人生の最期の過ごし方を一緒に考えてみませんか。

とき 12月13日(月)午後1時30分～3時30分

ところ 生涯学習センター3階

テーマ 「人生の最終章を考えよう」

講師 北村美代子さん(社)

会福祉法人グリーンアルム福祉会グリーン訪問看護ステーション管理者・看護師)対象 ▼介護している方▼

テーマに関心のある方

参加費 無料

申込期限 12月7日(火)

申込・問合せ 居宅介護支援事業所 須坂荘(☎242・5440)

●認知症サポーター養成講座および認知症サポーターステップアップ講座

認知症の基礎知識や適切な対応方法を学ぶ講座です。認知症の方やその家族を地域で支える方法を一緒に考えてみませんか。

ところ 生涯学習センター3階

参加費 無料

定員 各30人程度(先着順)

【認知症サポーター養成講座】

とき 12月11日(土)午前10時～正午(受付午前9時40分)

講師 島田恵美さん(キャリアバン・メイト)

対象 認知症のことを学びたい方

申込期限 12月8日(水)



法律事務所
MAIMEN

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

〒382-0047 長野県須坂市大字幸高222番地2
E-mail: mail@maimen.jp H P: http://maimen.jp

弁護士 藤原 寛史

弁護士 北村 純子

長野県弁護士会所属

広告欄

●うつ病の方の家族教室

うつ病の家族ならではの悩みがあると思います。一人で



※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
(☎245・4566)

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
(☎245・4566)

転倒予防の体操や認知症予防に関するコツを学び、楽しく頭も体も動かしましょう。
とき 12月16日(木)午前11時15分～正午
ところ 保健センター3階
内容 ▼体操▼脳トレなど
対象 市内在住65歳以上の方

●高齢者健康教室公開講座

講師 村田志保さん(栗田病院副院長)
対象 認知症サポーター養成講座を受講したことがある方で、認知症の方やその家族などに関わるボランティア活動に興味のある方
申込期限 12月17日金
申込・問合せ 地域包括支援センター
(☎245・4566)

●市民健康づくり講座

循環器の専門医から、高血圧が及ぼす影響や血圧管理の方法を学びます。講演後は、管理栄養士から減塩の工夫やポイントの話を聞きます。
とき 12月18日(土)午後1時30分～3時
ところ 保健センター
講演 「高血圧が引き起こすいろいろな病気」 血圧管理の重要性
講師 丸山隆久さん(県立信州医療センター 第一循環器内科部長)
受講料 無料
定員 40人(先着順)
申込期限 12月17日金
問合せ 保健センター
(☎248・9023)

リサイクル情報

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

《差し上げます》

▼エレクトーン▼植木鉢▼スキーセット(大人用)▼学習机(椅子、本棚付き)
《譲ってください》

▼ワープロ用の共通リボンカセット(TY2BK)▼電動ミシン▼耕運機(家庭用)
《差し上げます》《譲ってください》の申込期限と抽選日
申込期限 12月8日(木)
抽選日 12月10日(金)午前

※希望者が複数の場合、市役所で抽選を行います。
※物品の譲り渡し交渉は、当事者同士が行います。
申込・問合せ 市民課
(☎248・9002)

善意の窓口

《寄附》
▼日本画1点(郷土にゆかりのある画家の作品を市民に周知していただきたいため)：田幸礼子様
▼無線LANルーター6台、加湿空気清浄機5台、テレビ1台、屋外テント1張り、手すり付き丸太ステップ1台他(墨坂中学校、井上小学校、井上保育園、千曲保育園の新型コロナウイルス感染症対策および青少年健全育成などに係る設備充実のため)：井上、幸高、九反田、中島共有山林管理委員会様

入居者募集 【市営住宅】

募集団地	間取り
○屋部	2戸 3DKY
○屋部	1戸 3DKB
○豊丘	9戸 3DKB

【特定公共賃貸住宅】

募集団地	間取り
○旭ヶ丘	S2-204 3DKY
家賃	66,000円
敷金	家賃の3カ月分
要件	同居親族・所得など

※Y…浴槽あり B…浴槽なし

募集期間 12月1日(水)～9日(土、日曜日を除く)
抽選日時 12月14日(火)午前9時
※申込資格の条件など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)

広告欄



Swingseat Tango

ここが知りたいマリアこども園北須坂分園Vol.2

Q.マリアこども園北須坂分園には、園庭遊具がありますか？

A.北須坂分園は、0～3歳児の施設ですので、園庭遊具についても0～3歳児が楽しく遊べる園庭遊具を設置します。また、日本国内で1基しか導入されていない、大人とこどもが一緒に乗って楽しめるブランコ「タンゴ」を設置する予定です。「タンゴ」を開発したHAGS社はスウェーデンで約70年の歴史をもつヨーロッパ最大の公園施設メーカーです。「タンゴ」はスウェーデンの厳格な安全基準をクリアした遊具です。親子でいっぱい笑顔になってください。



Swingseat Tango

認定こども園
マリアこども園
きたすざか
www.mariakids.jp info@mariakids.jp
須坂市旭ヶ丘 1986-2 Tel 026-245-0012

日曜日・祝日などの当番薬局

12月12日(日) さくら薬局
 12月19日(日) サンタグリーン薬局
 12月26日(日) 須坂あすなろ薬局
 12月31日(金) さくら薬局、須坂いせや薬局
 1月1日(祝) サンタグリーン薬局、わかば薬局
 1月2日(日) スザカ岡田薬局、立町中央薬局
 1月3日(月) 須坂まい薬局、蔵の町薬局

※蔵の町薬局は31～2日を除き、営業します。
 ※薬局 マツモトキヨシ芝宮前店は19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(水)～1月3日(月)

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	12/3(金)	13:10～	令和3年8月1日～8月31日生
	1/7(金)		令和3年9月1日～9月30日生
1歳児健康相談	12/21(火)	9:15～	令和2年11月20日～12月21日生
	1/13(木)		令和2年12月22日～令和3年1月13日生
1歳6カ月児健康診査	12/17(金)	13:10～	令和2年5月27日～6月16日生
	1/21(金)		令和2年6月17日～7月21日生
2歳児健康相談	12/14(火)	9:15～	令和元年11月13日～12月14日生
	1/18(火)		令和元年12月15日～令和2年1月18日生
3歳児健康診査	12/23(木)	13:10～	平成30年11月19日～12月23日生
	1/27(木)		平成30年12月24日～平成31年1月22日生
もぐもぐ離乳食講座	12/16(木)	13:00～	令和3年6月1日～6月30日生
	1/25(火)		令和3年7月1日～7月31日生
かみかみ離乳食講座	12/7(火)	13:00～	令和3年3月1日～3月31日生
	1/11(火)		令和3年4月1日～4月30日生

※今年度から乳幼児健康診査・相談・離乳食講座の受付時間がWEB予約制になりました。詳細は「健康カレンダー」をご確認ください。
 ※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3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
	B型肝炎	生後12カ月(1歳)の前日まで (標準的な接種期間は2カ月～9カ月の前日)
	ヒブ・小児用肺炎球菌	生後2カ月～60カ月(5歳)の前日まで
令和3年9月生	四種混合1期初回	生後3カ月～90カ月(7歳半)の前日まで
令和3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2年12月生	麻しん・風しん1期	生後12カ月～24カ月(2歳)の前日まで
	水痘	生後12カ月～36カ月(3歳)の前日まで
平成30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24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22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)



たった1台のエアコン暖房で、床まであたたかい。

モデルハウス **Fika** 須坂市大字日滝954-11

- 吹抜けリビングなのに寒くない
- 使い勝手の良いダブルウォークインクローゼット
- 玄関手洗い・テレワークスペースなど現代を感じさせる仕上がり
- 高性能住宅なのに低価格

モデルハウスの体感はいつでも歓迎！
前日までに
ご予約ください。



ALPHA 100 SKY HOME SUZAKA JAPAN

アロハ100



LINE



新築 + リフォーム

須坂土建工業株式会社

〒382-0014 須坂市大字須坂851

TEL: 0120-032-154

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

三原道をたどり地域の歴史を知る

豊丘地域公民館

10月23日(土)、豊丘地域公民館で「三原道探索」を開催し、8人が参加しました。講師を園里郷土資料保存の会、会長の小林道男さんにお願ひし、新たに作成した切り絵の紙芝居で三原道の学習をした後、実際に三原道をたどりました。

三原道と大笹街道

「大笹街道」は、須坂市福島を起点に仁礼、鳥居峠を越えて群馬県大笹宿を終点として知られています。一方「三原道」は大笹街道より半日早く高崎まで行くことができるといわれています。

三原道は、坂田町の三差路を起点に、豊丘を通って塩野から米子山の尾根に登り、上州境の峯山峠を超えて千俣へ通じます。

荷役の大変さを感じる

始めに、講師の小林さんによる「三原道と豊丘のなりたち」の切り絵の紙芝居で、三原道探索の予習をしました。その後、車と徒歩で三原道を探索しました。三原道は険しい山道や岩場が多く、昔は荷役として、馬より踏ん張りの強い牛が活躍し、明治期に

入ると荷役用の牛に代わって乳牛が導入され、灰野村（現在の豊丘地域）は灰野牛の里として有名になりました。また、牛の守り仏である大日如来の碑が現在も各地に多く残っています。

探索途中に、牛にとつて難所の一つ観音崎（豊里バス停した）や、山仕事に行く人々が安全祈願をした「山の神」を見学し、参加者は尾根道を歩いて下り、牛方の変さを感じることができました。



▲大日如来の碑(道しるべ)

参加者の感想
・自分で歩いてみて、当時は

この細く険しい道を、馬よりゆつたりした牛とともに歩いていくことに驚きました。先に紙芝居で学習すること、当時の三原道の様子を想像しながら現地学習ができました。



▲険しい坂を歩きました

歴史を残していくために

小林さんは「園里郷土資料保存の会では、道中の草刈りや案内板の設置などをし、三原道を保存するために整備しています。講座を通して、三原道をはじめ、地域の歴史や文化を知ってもらおうことが、豊丘地域の活性化にもつながると考えています。」と話されました。



▲三原道の案内板



今年も早いもので師走を迎えた。振り返ってみるとコロナ禍で大変な一年だった。でもコロナ禍が

きっかけで変わったことがある▼以前の私は、ICT機器に対して苦手意識が強く、あまり関心がなかった▼しかし、コロナ禍で始めた「リモート会議」や、児童を対象にICT機器を活用した講座では、画面越しに会話をする児童らの姿を見て、ICT機器を活用する時代になったことを痛感させられ、時代の変化を受け入れ、順応していかなければならないと突き動かされた。今ではICT機器への関心が高まり、この学びを楽しんでいる▼これからは「ウイズコロナ」の時代。コロナ禍を経験したことで新しいことが生まれている。飛躍的なICT機器の発展や普及もコロナ禍で加速した▼今年もあとわずか、コロナ禍で得た貴重な体験を大切にして、明るい気持ちで新しい年を迎えたい。

★こちらのブログもご覧ください。



20年続く柿の皮むき体験会

高甫地域づくり推進委員会

10月25日(月)、高甫地域づくり推進委員会と高甫小学校が「柿の皮むき体験会」を開催しました。全校児童が推進委員やPTA役員の皆さんと一緒に柿の皮むき体験を通して、平和について学びました。

高甫小学校と柿の木

かつて高甫地区には、柿の木がたくさんあり、「柿の里」といわれ、高甫小学校の校章にも柿の花がデザインされています。

2000年度に、高甫地域づくり推進委員会が、柿の里づくり事業を開始し、「平和のありがたさ」や「命の大切さ」を児童たちと一緒に考えていくため、長崎から譲り受けた「長崎被爆二世柿」の苗木を2001年3月に高甫小学校に2本植樹しました。

この事業は地域の方と連携し、収穫時には、平和について学んでいます。

柿の皮むき体験会を行う趣旨の一つに「ころ柿(干し柿)作りを通して、高甫地区が『柿の里』であったことを知り、自分たちの住んでいる地域に関心を持って、ふるさとを愛する心を育てる」という思い

があります。

経験を下級生に教える

児童は、1～6年の縦割り10班に分かれ、推進委員やPTA役員の皆さんに教わりながら、柿の皮むきを体験しました。上級生は、うまくむけない下級生を気遣い「どうやって説明すればいいかな」と戸惑いながらも、自分の経験をともに、下級生が分かる



▲柿の皮むき体験の様子

ように優しく教えていました。皮むきを終えた柿は、6年生が校舎のベランダに干しました。今後、4年生が柿もみをし、5年生が柿の取り込み作業を推進委員と一緒にを行います。12月末頃、干し柿は食べ頃を迎えます。

児童の感想

・高甫小学校の柿の木の歴史を知ること、戦争や平和について知ったり、考えたことがあることができ、大切な体験会だと思った。
・柿の皮むきは家ではあまり体験できないので、よい経験ができた。
・縦割りの班の活動だったので、低学年のお友達と仲良くなれてうれしかった。

思い出になるように

推進委員会、体験会の主任の宮澤優子さんは「けがもなく楽しく体験会が終了して良かったです。家に帰って、家の方にこの体験を話したり、子どもたちが大きくなった時に思い出したりしてくれると、うれしい」と話しました。学校と地域が連携した地域づくりの事業は、今後も続いていきます。

生涯学習推進委員会

活動だより

「地域と学校で取り組むSDGs」の研修から

10月12日(火)、長野県生涯学習推進センター主催のオンライン研修会に参加しました。

皆さんはSDGsという言葉を知ることがあります。これはSustainable Development Goals「持続可能な開発目標」を示す言葉で、英単語の頭文字をつなげた略語です。このSDGsは2015年の国連サミットで採択されました。最近のニュースや宣伝広告などでよく見聞きする言葉で、取り付

きにくそうに感じていた私の印象は、この研修会を通して大きく変わりました。研修会では、このSDGsと、学校関係でよく使われるESDを目指す二つの活動が紹介されました。ESDとは、SDGsの目標実現の鍵とされ、持続可能な社会の創り手を育む教育です。

一つ目は、白馬高校の実践で、地域に出るボランティア活動の他、校内にある自動販売機の使用を減らすため、地元の水を使うウォーターサーバーを導入しようと奮闘した生徒の活動です。この事例はSDGs「気候変動に具体的な対策」の取り組みです。二つ目は、飯田市南信濃公民館が、児童数の激減をふまえて、地域の生き残りもかけて学校と連携するという事例です。子どもたちを中心に地区の行事や作業をする様子や、学習会を開いて老若男女が真剣に学び合う姿が印象的でした。この事例は、SDGs「住み続けられるまちづくりを」の取り組みです。

これらを通して、SDGsとは何も難しいものではなく、1日に一つゴミを拾う、通学する子どもたちに声がけをするなど、誰でもいつでも行動できる身近なものだと分かりました。

2年間に及ぶコロナ禍の今、私たちの社会がいかにもろく壊れやすいものであるかを知り、日本人の忍耐強さや優しさにも気付かされる中で、より良い世界を未来の子どもたちに残したいというSDGsの願いに希望の光を見たとように思いました。

(生涯学習推進委員会広報部会 海沼 記)

※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

仁礼コミュニティセンター

作る 注連縄づくり教室

お正月にかかせない注連縄を作ってみませんか。

とき 12月19日(日)

午前9時～正午

ところ 仁礼コミュニティセンター

講師 竹前正義さん

参加費 300円(材料費)

持ち物 花ばさみまたは摘果ばさみ、霧吹きまたはペットボトル

定員 10人(申込順)

申込開始 12月6日(月)

問合せ ☎245・8118

※平日午前8時30分～午後5時

体験 お正月用 寄せ植え講座

アレンジした華やかな寄せ植えで新年を迎えましょう。

とき 12月21日(火)

集合 午前10時～正午
関谷温泉スタンド
講師 田邊恵徳さん
(田邊花卉園)

参加費 300円(材料費)

持ち物 手袋、移植ごて、花ポットを持ち帰る袋

定員 10人(申込順)

申込開始 12月6日(月)

問合せ ☎245・8118

※平日午前8時30分～午後5時



▲昨年の参加者作品

学ぶ

おでかけパソコン教室
スマホ・タブレット講座
〈全3回〉

スマホに切り替えたいけど操作がわからない方、基本から学びます。

とき 12月22日(水)～24日(金)

※各回とも午前10時～正午

ところ 仁礼コミュニティセンター

講師 NPO法人信州SOSHIO支援協議会の方

問合せ ☎245・8118

体験

粋な健康教室
〈全4回〉

K・P・Oの曲に合わせてディスコダンスを楽しく踊りましょう！

とき 12月20日、2022年

1月17日、31日、2月7日

※各回とも月曜日

ところ 午後2時～3時
日滝地域公民館

講師 山崎優子さん
(信州太極拳連盟顧問)

参加費 無料

持ち物 室内靴、タオル、飲み物

定員 15人(申込順)

申込開始 12月6日(月)

問合せ ☎248・1686

※平日午前9時～午後4時30分

体験

お正月 アレンジフラワー教室

花器を使わず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(火)

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
(幸アレンジフラワー協会)

参加費 2800円(材料費)

持ち物 花ばさみ、定規

定員 15人(申込順)

申込期限 12月6日(月)

問合せ ☎248・1686



体験

あいさつから始める やさしい英会話
〈全6回〉

英会話を学びませんか。初心者大歓迎です。

とき 2022年

1月13日、27日、2月3日、17日、3月10日、24日

問合せ ☎246・2274

※平日午前8時30分～午後5時

※各回とも木曜日

ところ 午前10時～11時30分
日滝地域公民館

講師 ロランド・グレゴリーさん

参加費 無料

持ち物 筆記用具

定員 10人(申込順)

申込開始 12月6日(月)

問合せ ☎248・1686

※平日午前9時～午後4時30分

日野地域公民館

体験

お正月用 壁花アレンジメント教室

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

とき 12月28日(火)

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 1900円(材料費)

持ち物 花ばさみ(お持ちの方)

定員 15人(申込順)

申込開始 12月6日(月)

問合せ ☎246・2274

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 2022年1月18日、
2月1日、15日、
3月1日

※各回とも火曜日

午後1時30分～3時

ところ 高甫地域公民館
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(月)

問合せ ☎ 248・1925

※平日午前9時～午後4時30分

生涯学習団体からのお知らせ

参加者募集

書初めをしよう!

みんなと一緒に広いホールで書初めをしましょう!

とき 2022年1月4日(火)

午前10時～正午

高甫地域公民館

ところ 生涯学習センター

3階ホール

講師 田中義人さん

参加費 無料

定員 30人(申込順)

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

主催 生涯学習推進員会

中央分会

申込・問合せ

☎ 245・1598

(生涯学習センター)

生涯学習センターからのお知らせ

施設の利用制限

床のクリーニングを行うため、生涯学習センター西館を除き利用できません。

とき 12月26日(日)～28日(火)

年末年始休館

生涯学習センター、各地域

公民館、仁礼コミュニティセ

ンター、旭ヶ丘ふれあいプラ

ザ、旧上高井郡役所は次のと

おり終日休館します。

期間 12月29日(水)～

2022年1月3日(月)

問合せ ☎ 245・1598

令和4年 須坂市成人式

新成人の皆さん、おめでとうございます。

須坂市・須坂市教育委員会では、新成人の前途をお祝いするため、令和4年の成人式を行います。友人同士お誘いあわせのうえご出席をお待ちしています。

とき 2022年1月9日(日)

ところ メセナホール

内容 ・受付 午後1時40分～2時20分
・式典 午後2時30分～2時55分
・アトラクション 式典終了後、約1時間対象者 平成13年4月2日～平成14年4月1日までの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、中止または延期する場合があります。
・感染予防対策のため、家族などの入場はできません。会場に入場できるのは新成人のみです。

※参加にあたっての詳細は、案内状または市ホームページをご確認ください。

区および公民分館役員の皆さまにお願い

感染予防対策のため、記念撮影などでのご来場はお控えください。

問合せ 生涯学習推進課 ☎ 245・1598

市ホームページ



☆2023年から成人式は「20歳のつどい」として開催します

民法改正により、2022年4月から成年年齢が18歳に引き下げられます。成人式の対象年齢を18歳にすると、多くの方が就職・進学などの重要な時期と重なるため、2023年以降の成人式は「20歳のつどい」として開催します。

次回日程 2023年1月8日(日) (予定) 対象者 平成14年4月2日～平成15年4月1日生

問合せ 生涯学習推進課 ☎ 245・1598



子育て支援センター・児童センター



★集まりの日(11:00～)

7日(火) すくすく子育て応援☆管理栄養士
「乳幼児期の発達と食事」の講話をお聞き
します。講話終了後に個別相談もあります。
15日(水)・16日(木) クリスマスプレゼント作り♪
22日(水)・23日(木) クリスマス会

★ミニ講座(11:00～)

8日(水) ブラウヴェ クリスマスコンサート
エレクトーンとピアノによる楽しい演奏
会です。クリスマスの雰囲気をみんなで
楽しみましょう。

※12月の「子ども家庭支援員による子育て相談」はお
休みです。

問合せ 子育て支援センター ☎/FAX 245-6588

南部児童センター 屋部町 ☎/FAX 248-2330

8日(水) 11:00～ すくすく子育て応援☆管理栄養士
15日(水) 11:00～ Xmasペーパークラフト
(サンタ・トナカイ)
22日(水) 11:00～ クリスマスお楽しみ会

東部児童センター 高橋町 ☎/FAX 246-0079

8日(水) 11:00～ クリスマス工作
22日(水) 11:00～ クリスマス会☆

北部児童センター 北旭ヶ丘町 ☎/FAX 248-8381

8日(水) 11:00～ クリスマスプレゼント作り♪
22日(水) 11:00～ クリスマスパティー☆

【未就学児の利用時間】

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

【一般児童の利用時間】

中央児童センターの一般児童の利用は、月～金曜日は15:00～17:30、土曜日は14:00～17:00です。
南部・東部・北部児童センターの一般児童の利用は、土曜日のみ10:00～12:00と14:00～17:00です。

【子育て支援センター・各児童センターの利用に関して】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間は利用人数などを制限しての利用になります。

また、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、施設の
利用方法などが変更になる場合があります。詳細は各セン
ターへお問い合わせください。子育て支援セ
ンター・各児童センターの利用制限などの詳
細は、市ホームページでも確認できます。



子育てワンポイントアドバイス

<たくさんほめよう>

お子さんに対して「そういえば、最
近ほめていない」「何をほめればいい
のか…」と思うことはありませんか。

親の価値観で、「うちの子はできて
当たり前、やって当たり前」と思って
いませんか。親の気になることばかり
目を向けて注意していると、子どもは
また注意されると思い、自信がなくな
り意欲も低下してしまいます。

子どもは、ほめられるとうれしくな
り「もっとやりたい」「自分はできる
んだ」という気持ちになります。ま
た、お手伝いをしてくれたら「ありが
とう」「きれいになったね」などと伝
えることも大切です。

日頃から、お子さ
んをたくさんほめる
ことで、よい親子関
係を築くことができ
ますよ。



子育て応援メルマガ No.506から

Beautiful Name

ビューティフルネーム

なかむら かりん
中村 果琳 ちゃん
(1歳1カ月)

お父さん…直樹さん／お母さん…萌子さん



果実が大きく実る10月に生まれました。ぶどう畑やリ
んご畑で、陽をいっぱい浴びてキラキラと輝いている果
実を見て、この子にも明るく実り多い人生を歩んでほし
いと思いました。「果」は果実がみずみずしいイメージと、
何事にも挑戦し、やり通してほしいという願いを、「琳」
は宝石、玉が触れ合う時の澄んだ音という意味から、透
明感のある華やかさをイメージして、名付けました。

たくさん歩けるようになって、散歩を楽しんでいます。
近所の方々がいつも声をかけてくださいます。

いろんなことを経験しながら、自分のペースで大き
なっていこうね。

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

クリーンピア千曲災害復旧だより

令和元年東日本台風により被災したクリーンピア千曲の、現在の状況をお知らせします。

処理場からの悪臭について

脱臭装置などの復旧が遅れており、まだ悪臭を抑えられていない状態で、時間帯や風向き、天候、復旧作業内容などによって、強い臭気が漂うことがあります。

近隣の皆様にはご迷惑をおかけし大変申し訳ありませんが、復旧まで、いましばらくお待ちいただきますよう、何卒お願い申し上げます。



©長野県アルクマ

処理場の耐水化

令和元年東日本台風による甚大な被害の経験から、処理場が約4m浸水しても機能を喪失させないための耐水化を、復旧工事とあわせて行っています。

防水ドア、防水シャッターの設置や窓の閉塞などを行うほか、処理場全体を動かす電力を確保するための電気室を1階から2階に移設しました。



(新)
電気室を
2階へ移設



(旧)
被災直後の電気室



防水ドア

水質試験の再開

被災後は、全ての水質試験を計量証明事業者へ外部委託し、令和2年6月から一部の試験（pH、COD、SS）のみ自主分析を行ってきましたが、令和3年10月に水質試験室の全工事が完了し、測定機器も整え、全て自主分析を行うことができるようになりました。



(新)
復旧した水質試験室



(旧)
被災直後の水質試験室

じょじん 除塵施設の再稼働

通常、処理場に流れ込む下水は、ゴミ（髪の毛、細かい野菜くずなど）や砂を沈砂池で取り除いてから水処理施設で浄化しますが、被災後は除塵施設（かき揚げ機、コンベアなど）を動かせないため、沈砂池や最初沈殿池でゴミなどをバキューム吸引していました。

令和3年10月から施設が復旧し、こうしたバキューム作業が不要になりました。

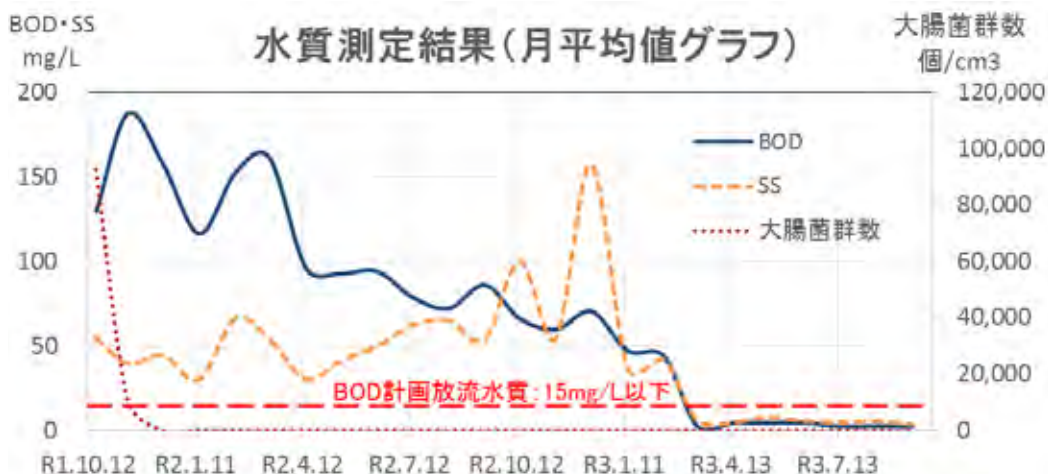


最初沈殿池
バキューム作業

放流水の水質管理

放流水質は、令和3年3月の水処理施設の復旧以降、法令に定める排水基準を達成し、良好な状態を維持しています。

また、水処理中の水質をリアルタイムで監視する装置や制御機能が一部復旧し、細かな水質管理ができるようになりました。



反応槽DO計



反応槽MLSS計

お願い

最近、下水道に異物（使い捨てマスクや紙おむつなど）が流れ込み、マンホールポンプに詰まって故障する事故が頻発し、とても困っています。

決してゴミは下水道に流さないでください。

今後の予定

汚泥焼却炉など残った被災施設は、令和4年3月までに復旧の予定です。

なお、グラウンド、テニスコートなどの運動施設は、令和4年度中に復旧の予定です。

今後も一日も早い完全な復旧を目指してまいりますので、引き続き、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



—お問い合わせ先—

長野県千曲川流域下水道事務所下流施設課(クリーンピア千曲)

電話:026-257-4000 FAX:026-257-4428

電子メール:chikumagawaryuiki@pref.nagano.lg.jp

ホームページ:<https://www.pref.nagano.lg.jp/chikumagawaryuiki/>



V3優勝し、 V2昇格へ！

長野☆ガロンズは、須坂市を拠点に活動している、地域に密着した男子バレーボールチームです。

2020・21シーズンは、Vリーグ2部(V2)に参戦し、12チーム中6位でしたが、経済力や財務力、運営力が不足していたため、2021・22シーズンは降格し、V3に参戦することになりました。練習はもちろん、選手一丸となって、チームを知ってもらうために、SNS発信など強化しています。選手やチーム関係者の中には、須坂市で生まれ育ったり、須坂市に移住し仕事をしている方などとても身近です。チーム名も臥竜公園から由来しています。

市民の皆さんも長野☆ガロンズと一緒に応援しましょう。

間もなく開幕を迎える、監督や選手にお話を聞きました。

問合せ ▼(株)信州スポーツプロモーション

(026)405-6569

若さと経験



しのざきひろし 総監督・ジェネラルマネージャー

今シーズンの目標は「V3優勝、V2昇格」です。今年のチームは昨シーズンV2を経験した選手が主体として残り、より若い選手で一新し

ました。選手間の力も均衡しており、チーム力としての高さを感じます。また、選手の年齢が近いということでも、もの言いがやすい雰囲気、選手同士も仲がよく、チームの完成度はとても高いと自負しています。また、若さゆえに勢いのあるチームですが、油断は最大の敵で、勝つて兜の緒を締めよを心掛け、選手をサポートしていきたいと思っています。運営資金を調達するため、クラウドファンディングを行い、おかげさまで目標額に達しました。また、全

私たちのチームは、他チームと比べると身長は低いですが、速さを武器に攻撃を組み立てます。また、粘り強いレシーブでつないでいきます。

チームにはベテラン選手はいないですが、年齢が近いことで仲がよく、意見も言いやすい雰囲気があります。また、多くの選手が、昨シーズンにV2を経験したことで、より強いチームと対戦できたことなどが経験となり、今シーズンに生きてく



まつしたゆうた
松下祐太キャプテン

速さで立ち向かう

国には応援してくださる方がたくさんいることも認識できました。

選手は仕事の傍ら、ガロンズの活動に参加しています。開幕に向け、終業後に練習をしています。

今シーズンは有観客で試合を行います。選手の頑張っている姿を見て、皆さんに元気が届けられたらと思っています。

ぜひ会場に足を運んで、ガロンズを応援してください。

チームとしては、仲が良いだけでは駄目で、お互いが意見を言い合えることが、チーム力を高めていきます。今シーズンを迎えるにあたり、チームとして、選手一人ひとりとしっかりコミュニケーションをとることで、バレーボールだけでなく、私生活から意識付け、メリハリのある生活を心掛けてきました。

また、ガロンズを知っていただくために、SNSの発信を強化し、多くのメッセージをいただいています。今シーズンはV3優勝、V2昇格を目指します。そのためには、多くの皆さんの声援が必要です。ぜひ会場に足を運んでいただき、私たちと一緒に戦ってください。

私は小学3年生まで須坂に住んでいました。須坂は自然が多く楽しかった思い出がたくさんあります。3年前にガロンズに所属でき、須坂で試合ができることを縁と感じます。市民体育館で行うホームゲームでは県外の方が来られます。ガロンズが活躍することで、多くの方が須



いざか
石坂ハスナヌ副キャプテン

須坂の良さをアピール

坂を訪れたり、興味を持ってもらえるので、ホームタウンの須坂を知ってもらおうことにもつながります。

多くの方に応援されるチーム、地元の皆さんに愛されるチームになれるよう、選手一人ひとりが高い意識を持って、今シーズンを戦っていきたいと思います。

【サポート会員募集】

会員区分によって、特典が異なります。詳しくは長野☆ガロンズホームページ(<http://garons.jp>)をご覧ください。



試合日程



【第1・2節】

とき ▼12月4日(土)午後1時～▼5日(日)正午～

ところ 板橋区立上板橋体育館(東京都)

対戦相手 ▼アイシン▼近畿

【第3・4節】

とき ▼2022年1月9日(日)午後3時30分～▼10日(月)午後1時30分～

ところ 淀之水学院 城山キャンパス体育館(大阪府)

対戦相手 ▼トヨタモビリティ▼アイシン

【第5・6節】

とき ▼1月15日(土)午後1時～▼16日(日)午前11時～

ところ 須坂市市民体育館

対戦相手 ▼トヨタモビリティ▼近畿

【第7節】

とき 1月29日(土)午後4時～

ところ 碧南市臨海体育館(愛知県)

対戦相手 近畿

【第9・10節】

とき ▼2月12日(土)午後1時～▼13日(日)午後1時～

ところ ▼江戸川区スポーツセンター(東京都)

対戦相手 ▼アイシン▼トヨタモビリティ

【第11・12節】

とき ▼2月19日(土)午後1時～▼20日(日)午前11時～

ところ 須坂市市民体育館

対戦相手 ▼近畿▼アイシン

【第13・14節】

とき ▼3月5日(土)午後1時～▼6日(日)午前11時～

ところ 須坂市市民体育館

対戦相手 ▼トヨタモビリティ▼近畿

【第15・16節】

とき ▼3月12日(土)午後2時～▼13日(日)午後1時～

ところ 碧南市臨海体育館(愛知県)

対戦相手 ▼アイシン▼トヨタモビリティ

みてみてすぞかしどいぶひえん ②0

モルモットのちくわ

須坂市動物園では、毎年3月に、次年度の動物園の顔となる動物を決める代表動物選挙を行っています。

2021年3月の代表動物選挙では、11種類の動物が出馬し、「もるもつ党」から初出馬したモルモットのメス「ちくわ」は、なんとも言えない愛らしい表情が人気を集め、2位に150票以上の大差をつけ、見事当選を果たし、2021年度の代表動物になりました。任期は2022年3月末までです。



「癒やしをモット届けたい」を公約に掲げましたが、コロナ禍の今、少しでも皆さんに癒やしを届けられるようにふ



れあいイベントの開催やSNSでの発信に力を入れていきます。現在モルモットのふれあいは、動物の体調面や新型コロナウイルスの感染状況により、変則的になっています。参加をご希望される方は動物園ホームページ、来園された際は園内の看板をご確認ください。

明るい茶色の毛に、うっすら白いおでこの毛がトレードマークのちくわは、2018年生まれの3歳。これからのちくわの活躍に期待するとともに、次年度の代表動物選挙はどの動物が出馬し、飼育員はどんな応援演説をするのかを楽しみにしてください。

■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(水)

■メリークリスマスZOO

とき 12月24日(金)〜26日

(日)

■干支の引き継ぎ式

丑から寅へ干支を引き継ぎます。

とき 12月26日(日)午後1時15分〜1時25分

■動物園でハッピーニューイヤー

とき 2022年1月1日(土)〜3日(月)午前10時〜午後3時(入園は午後2時30分まで)

■動物たちに年賀状を送ろう

動物園にいる好きな動物に年賀状を送ってください。

募集期間 12月15日(水)〜2022年1月15日(土)

送付先 〒382-0028 須坂市臥竜2-4-8

須坂市動物園

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

■年末など休園日のお知らせ

12月29日(水)から31日(金)は休園日です。

地域おこし協力隊員の紹介



むらた けんじ
村田健児隊員

9月から地域おこし協力隊に着任した神奈川県川崎市出身で、二男の村田健児です。元地域おこし協力隊員からなる「須坂市地域おこし協議会」に属し、遊休農地や空きペ

ンションなどの未利用地の解消に取り組んでいます。須坂に来る前は兵庫県姫路市で鉄鋼関係の仕事をしていましたが、大学3年生の頃から狩猟に興味があり、他県の地域おこし協力隊が狩猟の仕事に従事していることを知り、須坂市で地域おこし協力隊員の募集があり、任期終了後の起業ビジョンも明確だったので、須坂市に来ました。

現在は、キャンプ場整備やソルガム栽培などさまざまな活動に携わる傍ら、交流の輪を広げるために農家や猟師の方の仕事も手伝っています。

将来は狩猟からジビエまでを一手に担う起業をしたいのですが、地域課題を解決することが本場の意味での地域おこしにつながると考え、さまざまな方から話を聞くことで課題があることに気付かされます。私に悩みを相談してくださる方もいて、野菜やジビエなどの流通に関する相談が多く、それを解決するための一つの発想にジビエ料理を提供するお店の開業があります。須坂の高地で美しい景色が楽しめます、知り合った農家や猟師の方から仕入れた地元産の食材が使えたら最高です。

3年間の任期で地元の声を聞き、地域の方々と連携して地域に貢献できる会社を起業したいです。

市民リレー インタビュー

No.21

このコーナーは、普段思っていることや、考えていることなどを市民の方にインタビューします。

今月のインタビュアーは、日向野忠音さんからバトンを引き継いだ山崎永一さんです。



山崎永一さんは、東京や大阪など都市部で幼少期を過ごし、小学生の時には5回も転校しました。高校生の時に須坂市に引っ越して来ましたが、大学進学に伴い須坂市を離れ、26歳の時に須坂市に戻り、旅行会社に勤務します。妻と子ども1人、義父の4人の3人で生活しています。



やまざきえいいち
山崎永一さん
(北旭ヶ丘町)

青年会議所の活動で 考えや視野が広がる

20代後半に須坂青年会議所に入りました。最初は「自分の利益のために」との思いが強かったのですが、地域のために活動するさまざまな方たちと触れ合い活動していく中で、人のために行動してこそ、多くの共感を得ることができ、結果としてより大切なものを得られることを学びました。理事長に就任した2019

年は、令和元年東日本台風により、市内に多くの被害が発生しました。

できることはないかと市役所や社会福祉協議会を訪ね、ボランティアセンター開設の準備を手伝ったり、重機を持つ仲間が現場に駆け付けて、自分たちのできることをしました。ボランティアセンター閉鎖まで、連日仲間と交代で手伝いをさせていただきましたが、結果的に自身自身の成長や、会議所としてその後の活動につながる大切なものを多く得ることができたと感じています。



ボランティアセンターが日野地域公民館に開設。山崎永一さん(左)

旅行を通して須坂の良さを知る

私は旅行会社に勤務し、添



コロッセオ (イタリア)

乗員として国内外各地をまわってまいりました。

若いころには「何もない」と思っていた須坂ですが、いろいろな場所を見てきたからこそ、たたくさんの魅力に気付きました。須坂には歴史を感じることができ、町並み、個性あふれる個人店が多く、5つの味噌蔵や日本酒、ブルワリーやワイナリーなどの発酵食品、絶品のフルーツ。星空がとてもしきれいで、自然豊かな峰の高原など挙げればきりがありません。

コロナ禍で旅行ができない期間が続く、皆さんも身近なところに出かけ、須坂の良さに改めて気付いたという方もいるかもしれませんね。全国的にはまだ知られていないとっておきの観光資源が須坂にはたくさんあります。

持続可能なまちへ

私には故郷と呼べるところがありませんでしたが、須坂を愛する多くの人と出会い、地域の魅力を知った今では、須坂が故郷だと胸を張って言えます。

須坂に暮らしていながらも地域に関心のない大人がいれば、その魅力に気付いてほしいですし、何よりこの町で生まれ育った子どもたちには「須坂が好きだ」「須坂に生まれてよかった」と思ってもらいたいと願っています。それが持続可能なまちへの第一歩だと信じており、そのために自分ができることを精一杯取り組んでいきたいです。



私のお気に入りのスポット銀座通り



「クックパッド」須坂市公式キッチン

信州須坂の台所 59

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



油揚げの昆布巻



調理時間40分

食べ物マメ知識

昆布は「よろこぶ」の語呂合わせから、縁起物としておせち料理に用いられます。昆布にはミネラルが豊富に含まれ、ヨウ素は代謝を高めるホルモンのもととなり、全身の細胞・内臓を活性化させる働きがあります。

レシピ動画 (第45弾)

今月のレシピを1分程度の動画でご覧いただけます。



【材料】(4人分)

- 早煮昆布…4枚
- ニンジン…1/4本
- ★酒…大さじ2
- ★みりん…大さじ1と1/2
- ★しょうゆ…大さじ1と1/2
- 水…800ml
- 油揚げ…4枚
- ★砂糖…大さじ1
- ★酢…大さじ1/2

【作り方】

- ① 早煮昆布は軽く水で洗い、800mlの水にひたしておく。ニンジンの長さは昆布と同じ幅に1cm角のスティック状に切る。油揚げは短い1辺を残して周りを切って開く。
- ② 戻した早煮昆布の上に開いた油揚げを1枚重ね、ニンジンを中心に端から巻き、楊枝で止める。
- ③ 鍋に①の昆布の戻し汁と★を入れ、煮立ったら②を入れやわらかくなるまで煮る。

1人分の栄養成分

- エネルギー…86kcal
- 炭水化物…8.6g
- たんぱく質…3.1g
- 脂質…3.5g
- 塩分…1.1g

人口・世帯数

人口…50,112(−33)
男…24,380(−20)
女…25,732(−13)
世帯…20,344(−7)

2021.11.1現在の住民登録者数による集計、()内は前月比

スマホやパソコンなどで『広報須坂』を読めます



「マチイロ」



「マイ広報紙」

よもやまばなし

▼ゴミ拾いボランティアを取材させていただきました。皆さん一生懸命ゴミを拾われ、作業終了後の笑顔とても良かったです。市外の方から「須坂市はゴミが少ないですよ」との話を聞き、市民の皆さんのおかげだと思いました。(岡田)

▼この季節の永遠の命題に「12月生まれの人誕生日とクリスマスを一緒に祝われる問題」があります。さらに恐ろしいことに、12月末に生まれるとお年玉までセットにされるといふ話もあるようです。12月生まれに幸あれ…。(東城)

▼三原道探索を取材させていただきました。当日はあいにくの雨。牛方たちがこの道を通っていたときも、天候が悪い日があったはず。雨や雪、暑い日や寒い日にも歩いて荷物を運んでいたなんて。交通機関の発達にありがたさを感じました。(土屋)

★災害情報

	10月	2021年 1~10月	昨年 同期
火災	2	17	24
死者	1	1	2
死者	1	4	5
救急出動	200	1842	1655
交通事故	12	86	84
急病	128	1241	1072
その他	60	515	499
救助	0	11	16
交通事故	0	4	9
その他	0	7	7

★交通事故

	10月	2021年 1~10月	昨年 同期
件数	11	78	87
死者	0	1	0
傷者	14	88	99

◎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