

KOMORO

広 報 こ も ろ  公 民 館 報

【トピックス】

- p.02 小諸市長 小泉俊博 所信表明
- p.04 【対談】新型コロナウイルスと小諸市の取り組み
- p.06 令和3年度 市役所職員任用候補者募集
- p.09 新型コロナウイルス感染症対策 市内飲食店応援企画

写真：満開に咲き誇る菜の花畑（みはらし交流館にて撮影）

6

2020
No.705

所信表明



先の選挙におきまして、多くの皆様のご支援をいただき、最終的には、無投票となりましたが、再び小諸市政の舵取りの重責を担わせていただくこととなりました。

あらためまして市民の皆様には、厚く御礼を申し上げますとともに、私にお寄せいただきました多くのご期待にお応えするべく、力の限りを尽くして、誠心誠意、市政経営に邁進いたしますことをここにお願い申し上げます。

最重要課題としての

「新型コロナウイルス対策」

政府は、4月7日に7都府県に緊急事態宣言を発出。その後、緊急事態宣言の対象区域を長野県を含む全国に拡大しました。5月4日には、感染拡大に歯止めがかからないことから、宣言

期間を当初の6日から31日に延長しました。その後、一部地域を除き段階的に解除となりました。

先行きが見えず、市民生活に大きな不安が残り、ややもすれば心が折れそうな状況だからこそ、自分や大切な人の命や健康、暮らして日常を守るために、地域全体が協力し合い、感染拡大と医療崩壊の防止、さらに社会や経済の立て直しに取り組んでいかなければなりません。この闘いは、想像した以上に長期戦になり、相当な痛みが伴います。これまで以上に強い意志と覚悟が必要であると考えています。

この間、市では、十数回にわたり対策本部会議開催。さまざまな対策を展開してきました。私も5回にわたり、市長メッセージとして、市民の皆様へのお願いとエールを自分の言葉で発してきました。対策初期では、感染拡大防止に向けた啓発、施設運営や事業における感染拡大防止策の実施、関係機関、関係団体との連携強化の連絡会議開催、市役所内での感染防止と業務継続計画の策定等を実施。さらに、感染拡大防止策を強化するとともに、特に経済対策や困窮者支援に重きを置いた対策を実施してきたところです。

今後、市民の皆様への命と健康、安心・安全な暮らしを守るために、国や県、関係機関、各種団体や事業者の皆様と一丸となって、「新型コロナウイルス感染症対策」に力を注いでまいります。

市政経営に向かう上での

基本的な考え方

日本社会は今、多層的、複合的な課題が山積し、将来を描くことが困難な状況です。小諸市においても、少子高齢化・人口減少の進行、これまで以上に厳しさを増す行財政、地域特性を活かした発展、安全・安心のための防災・減災体制の構築など多くの課題があります。

特に人口減少問題は、今まで経験したことのない厳しさで、将来を展望した時、正に待ったなしの深刻な問題であることは、疑う余地がありません。小諸市が元氣と活力ある都市であり、そこに暮らす市民の皆様が幸せを感じ続けられるまちであるためには、ここでただ手をこまねいているわけにはいきません。

幸いにして小諸市は自然環境にも恵まれ、首都圏に近い地の利があり、さらに歴史やそれに裏付けられた文化芸術活動、自然災害に強いといわれる土地柄に加え、これまで歴代の市政で取り組んできた子育てやまちづくりの施策な

ど、多くの財産があります。

「健幸都市こもろ」を目指して

これらを最大限活かして、「小諸市でなければできない」「小諸市だからこそ選ばれる」ということを意識した市政経営を展開することで、人口減少問題に果敢に挑戦し、小諸市が「持続可能なまち」であり続けるための礎を構築してまいります。これらを実現する上でのビジョン・あり方として、「健幸都市こもろ（小諸版ウエルネス・シティ）」を掲げます。（詳細左図）

時代は平成から令和に変わりました。「厳しい寒さの後に、春の訪れを告げ、見事に咲き誇る梅の花のように」。そんな願いで決まった元号です。小諸市が梅花と縁が深いことから、「いよいよ令和は小諸の時代だ！」と激励してくださいる方もいらっしゃると思います。「令和は小諸の時代！」を体現すべく、市民の先頭に立ち、小諸の未来に向け、誠実に、粘り強く、全力を尽くして取り組んでまいります。

小諸市の明るい未来を切り拓くための歩みを、どうか私と共に、進めていただきますことを心からお願ひ申し上げます。市長2期目の所信表明といたします。

健幸都市こもろ とは…

【小諸版ウェルネス・シティ】

市民が健康で生きがいを持ち、安心・安全で豊かな人生を営むまち
小諸を訪れる国内外の人々が“自分に還る” “何度でも帰りたい” まち



このビジョンを実現し、人口減少社会にあっても“選ばれるまち”となるために
6つの政策の柱を掲げ、具体的重点施策としています

①心豊かで自立した人が育つまち

子育て
教育

- 民間のチカラを基本にした事業を研究し、子育て支援を充実させます
- 少子化を見すえ、よりよい保育環境を継続するために「保育園再配置計画」を策定します
- 地域の皆さんの想いを受けとめ、学校の統廃合を含めた議論を進めていきます
- ICT環境など学習環境を充実させ、新たな学習指導要領に沿った学びを推進します
- 安全で美味しい「自校給食」を継続するため、給食業務の民間委託を推進します
- 高地トレーニング事業として、トップアスリートと子どもたちの交流事業を推進します
- 小中学校音楽活動を推奨し、まちじゅうに音楽があふれるまちの実現を目指します

環境

②豊かな自然と環境を未来につなぐまち

- ごみの減量化と再資源化を進め、資源循環型・環境保全型社会の形成を目指します
- 豊かな自然環境の保全や優れた景観と調和した再生可能エネルギーの活用をおこないます
- 森林税を有効活用し、企業や関係機関・団体の活力を借りながら、森林保全に取り組みます

健康
福祉

③すべての人のいのちが輝くまち

- 逆転の発想「坂のまち」だからこそ“よいウォーキングができる”で、適度な運動習慣を身につけ、健診受診率向上、市民健康意識の向上の定着を図ります
- 関係機関との連携を密にし、妊娠から出産・子育てまで、切れ目なく支援をおこないます
- 高齢者をみんなで支える地域ネットワーク構築事業を継続します
- 自らの経験や興味などを通じ、やりがいを実感しながら社会貢献できる仕組みを構築します

産業
交流

④稼ぐ力をもった元気なまち

- 農工商業者、企業人との協働により、食と農による「小諸のブランド化」を推進します
- こもろ観光局や民間企業と協力し情報発信に力を入れ、交流人口、関係人口を増やします
- 「小諸ふるさと市民」「ふるさと納税」「こもろキャンパス構想」等による小諸ファンを増加を将来的なUターンによる定住人口に繋がめます
- 開園100年を迎える小諸市動物園の再整備を、国の補助金や企業、個人からの幅広い支援を受けて最優先に進めます

生活基盤
整備

⑤安全・安心で暮らしやすいまち

- 「自助・共助」「訓練と備え」を基本として、「災害に強いまちづくり」を進めます
- 複合型中心拠点誘導施設の整備を着実に進め、施設の利用・運営計画を策定します
- コミュニティ交通（こもろ愛のりくん、愛のりすみれ号）の利便性と効率化のバランスを図り高齢者の外出機会創出と交通事故防止、快適に暮らせるまちづくりの実現に繋がります
- 道路や橋梁等の適正な維持管理をおこない、長寿命化を図ります
- 上水道事業の業務管理を厳格におこない、水道水の安定供給と持続的な安定経営に努めます

協働
行政経営

⑥市民協働で支える健全な行政経営

- 自治会や各種団体の自発的で主体的な取組みを支援します
- ソーシャルキャピタル（社会的つながり）の高い職員を育成します
- 産業振興などによる自主財源の確保、ふるさと納税など「新たな財源確保」に努めます
- 行政経営の「ムダ・ムリ・ムラ」をなくし、「計画～実施～評価～改善」のサイクルを回します
- 公共施設の効率化、複合化、統廃合を含めた再配置を検討し、総量縮減を図ります

小諸市の取り組み

小諸市長

小泉 俊博

この難局を
協力して
乗り越えましょう!



Q 小諸市の取り組み

を教えてください

小諸市では、長野県の新型コロナウィルス感染症対策本部の設置を受けて、1/3に市の対策本部を立ち上げました。その後、対策本部会議を十数回開催し、対応を検討・実施してきました。

● 情報発信

感染拡大防止を図るために、広報こもろや市ホームページ、SNS、防災行政無線、各戸配布

隣組回覧などの様々な方法で、周知啓発をおこなってきました。コミュニケーションテレビこもろさんにもご協力いただき、その一翼を担っていただきました。また折に触れ、市長メッセージとして5回、市民の皆さまへ直接語り掛け、感染拡大を防止するための具体的な行動のお願いをしてきました。

● イベントの中止・延期 ● 公共施設の閉鎖・使用制限

市主催イベント、会議については、緊急事態宣言期間中は原則中止や延期としました。懐古園桜まつりや小諸市民まつりについても、感染のリスク、市民の皆さまの命と健康を第一に考え、今年度は中止の決定をしております。新型コロナウィルス感染症の終息のめどがつかず、多くの方々が集まるイベントについては、その都度開催の是非を検討していきます。同様に市の施設の利用についても、情勢を踏まえつつ、判断してまいります。市民の皆さまには大変ご不便をおかけしていますが、感染拡大防止のため、引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

● 学校の休校に伴う対応

臨時校長会、教育委員会をきめ細かく開催し、子どもたちへの感染防止と、学業の両立のために何をすべきか話し合ってきました。国の要請を受け、3/4

ら複数回にわたり臨時休校とし、休校期間中も教職員による相談体制を確保しました。学習番組の制作や授業動画のDVD配布、教育ソフトの利用によって、児童生徒が自宅で勉強できる体制も整えています。また、子どもたちだけで過ごすことが難しいご家庭のために、児童館や児童クラブを開館し、細心の注意を払い受け入れを行っています。大型連休明けからは、安定的に学習を進めるために、分散型登校による学校の再開を始めています。

● 経済対策（事業者・個人）

3/4に経営相談窓口を設置。緊急経済対策として、特例的な条件で利用できる「新型コロナウィルス感染症対策資金（貸付限度額2千万）」を新設し運用を始めています。また、特に影響が大きい旅館・飲食店業にむけては、旅館事業継続給付金制度の新設、テイクアウト・出前を行う飲食店への多面的支援を実施しています。個人向けとしては、特別定額給付金（市民一律10万円）に関するプロジェクトチームを設置し、皆さまにいち早く給付金をお届けできるよう取り組んでいます。また、地域経済回復を目的に、「小諸市つなぐ応援プロジェクト」としてプレミアム率20%の商品券を発行・販売いたします。

（事業者・個人向けの各種支援については広報こもろ7月号に掲載いたします）

● 3密を避けること

黒柳院長…3密は密閉・密集・密接のことで、換気がされない空間で、多くの人が集まり、飛沫が届くような1.5m程度範囲でマスクなしで会話などがされている状態です。空気がよどんでいるような場合は、換気を行います。余裕を持って2m以上離れましょう。

小泉市長…小諸市でも啓発ポスターを作成し、小中学校や幼児保育園に配布・掲示しています。希望される方にも配布して市外からも利用したいとの声をいただいています。

黒柳院長…感染終息するまでは、なんとか続けていくことが重要だと思っています。

● 医療・行政機関として

黒柳院長…新型コロナウィルスへの対応力を高めるために様々な準備を行っています。患者さんとの相談のうえで、可能な診察や手術については延期してまいります。診療に余裕を持たせることで、もしもの時にも、対応可能な体制をつくっています。市民の皆さまにもご協力をお願いいたします。

小泉市長…行政も市民生活を守るという使命のもと、機能を停止しないことが重要です。職員の外出自粛、体調管理の徹底を行っています。また、万一の事態に備え、時差出勤や分散勤務を行い、テレワーク、テレビ会議等の準備も進めています。

新型コロナウイルスと

浅間南麓こもろ医療センター

院長 **黒柳 隆之**

風邪の症状が
でたら、
まず電話相談を!



Q 新型コロナウイルス

について教えてください

人から人へ感染する7個目の
コロナウイルスです。インフル
エンザに近い感染性の高さがあ
りますが、一部で重篤な症状を
引き起こすので、注意が必要で
す。新たなウイルスであり大多
数の方に抗体がないため、感染
が広がっています。当初医療現
場においても情報が少なく、こ
の3カ月くらいの経過を見る限
り、予想以上に手強いウイルス
となっています。

● 主な症状

発熱、咳、のどの痛み、だる
さなど風邪に似た症状がでてき
ます。症状が長引いたり、いつ
たん治まったものが再発し、肺
炎になるのも特徴です。潜伏期
間は概ね5日程度で、症状がな
いこともあり。肺炎症状が、
一部で急激な変化をすることが
確認されているため、特に強い
だるさ・脱力感がある場合、高
齢者や持病がある方で発熱や風
邪症状がある場合は、かかりつ
け医や保健所へ相談しましょう。

● 感染者の症状の割合

- 80%…無症状が軽症
- 20%…入院を必要とする肺炎
- (うち5%…人工呼吸器が必要な重症もしくは死亡)
- ※年代により異なる

● 感染経路

感染方法の一つが、「飛沫感染」
です。咳やくしゃみにより、「飛
び出す小さな水滴」⇨飛沫が粘
膜に付着して感染します。飛沫
は1.5m程度で地面に落ちますが、
換気が悪い場所ではその限りで
はありません。もう一つが、「接
触感染」です。手や環境に飛沫
が付着することでウイルスが残
ります。その環境に触れた手を
経由し、ウイルスが体内に入り
感染します。

● 付着したウイルスが残る時間

- ダンボール表面 ↓ 24時間
- プラスチックなど ↓ 2〜3日
- ※空気の流れない温度湿度
が管理された部屋での実験

● 一般的な予防策

手洗いを徹底しましょう。そ
して、顔に触れないことが大切
です。□や鼻からの感染リスク
を下げるができます。生活
で必ず触れることになるドアノ
ブや携帯電話にも注意が必要で
す。定期的に消毒すると効果的
です。

● マスクの使い方について

- ・口に当たるマスク表面に触れない
- ・外したら折ってビニール袋へ
- ・布マスクは洗剤で軽くもみ洗い
- ・乾かす場合は陰干しがよい
- (繊維を傷つけないため)

Q 「風邪の症状がある」

どうすればいいですか

現在多くの病院では院内感染
を防ぐために、玄関で発熱など
のチェックを行っています。ま
ずは熱を測り、かかりつけ医に
電話で相談しましょう。症状の
出方によっては、保健所へ連絡
をしたり、検査を行うことがあ
ります。

Q 「持病で受診したい」

どうすればいいですか

風邪などの症状がない場合で
も検温しましょう。熱がある場
合は、事前に電話連絡し、受診
するか相談します。現在は、既
往歴や持病などを知っているか
かりつけ医の場合は、広く「電
話再診」を行っています。来院
しなくても電話で確認し、お薬
を出してもらうことも可能です。

※内容は対談をもとに再構成し
たもの(4月23日時点)

● 関係機関が連携して

黒柳院長…幸いにも、佐久圏域
では%以降、感染者は発生して
いません。しかしながら、今後
この地域で感染者や発熱での受
診者が増えた場合、病院の体制
に余裕がなくなります。そう
いった場合には佐久圏域全体
で、一体となって対応していく
ことが必要だと思っています。

小泉市長…市は医療の専門家
ではありません。そのため、これ
までも医療センターや医師会の
先生方に市の対応について相談
をしてきました。%からは総合
連絡会議として、医師会、こも
ろ医療センター、商工会議所
警察・消防の皆さんと情報共有
を行い、顔の見える関係を作っ
ていきます。協力関係の下、冷静
に対応できるよう準備していま
す。

● 市民の皆さまへお願い

黒柳院長…風邪の症状がある場
合は、若い方で持病がなければ
自宅待機をしていただき、3日
以上続く場合には、かかりつけ
医や保健所への相談をお願いし
ます。

小泉市長…人と人との接触をで
きる限り減らすことで、感染拡
大を急速に抑えることができる
といわれています。感染者が多
発している地域への往来だけで
なく、不要不急の外出を控えて
ください。改めて、一般的な予
防策とともに、3密を避ける努
力・工夫をお願いいたします。

市役所職員任用候補者



写真：今年度入庁した職員



求む、新たな志。
共に市が輝く未来へ

募



集



▶職種及び採用予定者数《いずれも若干名》

- 行政Ⅰ（大学卒業程度）
- 土木Ⅰ（大学卒業程度・高専卒業程度）
- 保育士Ⅰ（専門学校・短大卒業程度）
- 保健師Ⅰ（大学卒業程度）

▶受験資格（次のすべてに該当する人）

- 採用後に市内に居住することが確実な人
- 日本国籍を有する人
- 地方公務員法第16条の規定に該当しない人

【行政Ⅰ】

平成2年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業した程度の学力を有する人（令和3年3月卒業見込み含む）

【土木Ⅰ】

平成2年4月2日以降に生まれた人で、大学の土木課程又は高専の土木課程を卒業した程度の学力を有する人（令和3年3月卒業見込み含む）

【保育士Ⅰ】

平成2年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を有する人（令和3年3月卒業見込み含む）

【保健師Ⅰ】

平成2年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人（令和3年3月卒業見込みの人で資格取得見込み含む）

▶第一次試験の日時及び場所

日時：7月12日(日)

場所：小諸市役所（午前9時試験開始）

▶受験手続・申込受付（土日祝日は閉庁）

○申込受付 総務課職員係

○受付期間

5月18日(月)～6月12日(金)

午前8時30分～午後5時15分（土日祝日は閉庁）

※郵便での申込は、簡易書留等確実な方法により、84円切手を貼った返信用封筒を同封のうえ郵送してください。
6月12日(金)までの消印のあるものに限り受け付けます。

○受験申込書・案内書の交付

総務課職員係で交付します。

※郵便で請求する場合は、140円切手を貼った宛名明記の返信用封筒を同封してください。

※市ホームページからダウンロードした書式でも可能です。

○受験票の交付

受験票は、申込を受けた際に交付します。

郵送の場合、6月18日(木)までに受験票が届かないときは必ず照会してください。

申込書類、試験の内容等の詳細は、受験案内書又は市ホームページをご覧ください。不明な点はお問い合わせください。

▶採用予定日 令和3年4月1日(木)

▶給与 小諸市給与条例等の定めに従い支給します。

☎ 総務課 職員係

【次の職種を広報こもろ7月号で募集予定】

▶職種及び採用予定者数《いずれも若干名》

- 行政Ⅱ（高校卒業程度）
- 行政Ⅲ（障がい者枠）
- 行政Ⅳ（実務経験者：学芸員）
- 土木Ⅱ（土木課程の高校を卒業した者）
- 土木Ⅲ（実務経験者）
- 保育士Ⅱ（実務経験者）
- 保健師Ⅱ（実務経験者）

▶第一次試験の日時及び場所

日時：9月20日(日) 場所：小諸市役所

▶受付期間 7月6日(月)～8月7日(金)

※なお、申込書類、受験資格、試験内容等の詳細は、7月上旬に総務課窓口又は市ホームページでご案内いたします。

☎ 総務課 職員係

新保育園の設計を進めています!

イメージ

これまでの経過

中央・芦原保育園の老朽化にあたり、平成 29 年度に小諸市公立保育園の整備充実に関する検討会を設置し、保護者の皆様や関係者から意見をいただきました。検討会では、子どもたちの安心・安全を確保するとともに、今後、園児数の減少が見込まれる中においても、一定規模の集団での保育環境を確保することが必要であることから、「2園を統合して建て替えることが望ましい」との結論に至り、「建て替えには、南城公園 50 mプール（閉鎖中）と冒険の森の一部を候補地とする」ことになりました。



ワークショップの様子

3つのテーマを大切に

その後、保護者の皆様や保育士等が集まり「どのような保育園を建設するのか」についてワークショップを開催。その中から意見をまとめ、次の3つのテーマを重視し、設計計画をすすめていくこととなりました。

- ① 「豊かな自然環境を生かした保育環境を整える」
- ② 「防犯・危機管理に優れた施設とする」
- ③ 「送迎時等におけるスムーズな導線と駐車スペースの確保」

開園へ向けて

設計事業者の決定では、より良い事業者を選定するため公募型プロポーザル方式を採用した結果、(株)宮本忠長建築設計事務所が設計事業者として選ばれました。

令和 4 年 4 月開園を目指し、保護者・保育士等からの意見を設計に反映し事業を進めています。ご意見等ありましたら子ども育成課までご連絡ください。



平面図 (案)

園 子ども育成課 子ども育成係

内容	R2年4月～6月	7月～9月	10月～12月	R3年1月～3月	R3年4月～R4年3月	R4年4月～
基本設計業務	■					
実施設計業務		■	■	■		
新保育園建築工事					■	
新保育園開園						■

新保育園開園までのスケジュール

新規指定文化財のご案内

令和2年4月1日付で「氷式土器」及び「石神遺跡出土品」を小諸市重要有形文化財に指定しました。

「氷式土器」

長野県小諸市氷区にある氷遺跡から出土した、縄文時代晩期末から弥生前期の土器資料です。

① 氷遺跡について

氷遺跡は、氷区に所在する縄文時代晩期末の集落遺跡です。昭和30年と平成6年に国学院大学が、平成8年には小諸市教育委員会が発掘調査を実施しています。

② 氷式土器の特徴

国学院大学の永峯光一博士が、発見された遺跡名より命名しました。

浮線文や変形工字文と呼ばれる特徴的な文様を施す土器で、文様にはすでに稲作を行っていた東海地方の影響も見られます。



③ 文化財としての評価

日本列島が縄文から弥生へと時代が移ろうとする中で登場する土器であり、各地で弥生文化がどのように受け入れられ、また広がっていったのかを考えるうえで非常に重要な資料です。

「石神遺跡出土品」

小諸市大字八満にある石神遺跡から出土した縄文時代前期から晩期の考古資料です。

① 石神遺跡について

縄文時代前期から晩期と平安時代の集落遺跡です。浅間山南麓の豊富な湧水群に支えられた、八ヶ岳山麓に勝るとも劣らない縄文文化の一例として注目されています。

② 石神遺跡出土品の特徴

石神遺跡の出土品は縄文時代前期の資料から認められます。特に縄文時代後・晩期の遺物は質、量ともに豊富で、目を引くものに、遮光器土偶、ネックレスを表現した板状土偶、顔面を表現する注口土器、ミニチュア土器、多量の耳飾、玉、骨角器があります。

遮光器土偶は長野県内でも希少な資料で、また、土偶でネックレスを表現するのは全国的にも珍しいものです。骨角器、耳飾りは丁寧な装飾が施されているものもあり、石神遺跡の出土品は優品揃いです。

③ 文化財としての評価

縄文時代後期から晩期の生活様式、生業、信仰等を理解するうえで重要な考古資料で、学術的に高い価値があり、石神遺跡の名は全国的に知られています。



文化財・生涯学習課



TAKE OUT

★ テイクアウトできるお店を紹介しています ★

#コロナに負けるな
コモロめし



小諸市内のテイクアウトや出前がとれる飲食店の情報を「小諸もろもろマップ」に掲載しています。

小諸もろもろマップは、小諸市内の暮らし・防災・観光などに役立つ情報を、住民や来訪者の皆さんへ地図上で提供するウェブマップで、どなたでも無料でご利用いただけます。お手持ちのスマートフォンやパソコンで閲覧可能で、ルート検索もできます。新型コロナウイルスの影響で、外食が難しくなっておりますが、テイクアウトや出前により市内の飲食店をご利用ください！ ※マップ登録順に紹介

Takeout

ごはんや みんけい

所 小諸市平原 1074-3

☎ 23-0227 **中華料理**

ボリューム満点でコスパ抜群の各種メニューを取り揃えています。「鶏の唐揚げ¥800」「豚肉と卵の辛味炒め¥700」など。

Takeout
出前

焼肉屋 七福神

所 大手 1-4-8 NKビル

☎ 26-2133 **焼肉丼他**

肉専門店の味を楽しめます。「カルビ丼」「ハラミ丼」「ローストビーフ丼」などがワンコイン¥500。5個以上の注文で出前可。

Takeout

ミナト食堂

所 相生町 2-2-27 1F

☎ 25-2570 **ピッツア**

手作り生地のもちもちのピッツアを楽しめます。「マルゲリータ¥980」「リンゴとベーコン¥1,100」など。

Takeout
出前

日本料理 音羽

所 鶴巻 2-2-27

☎ 22-2225 **和食**

創業93年の料亭。「松花堂弁当¥3,240」「上うな重¥3,230」など。一部メニューは、当日注文も可能です。

Takeout
出前

Nao's kitchen

所 甲 1639-12

☎ 28-9076 **中華料理**

小諸、長野産食材を使用。「ソースかつ丼¥540」「中華風そばろ丼¥390(開店2周年メニュー)」など。出前は要相談。

Takeout

やきとり 街あわせ

所 加増 3-7-13

☎ 23-4712 **焼き鳥他**

備長炭で焼き上げた本格焼き鳥をご家庭で。「焼鳥13種1本¥120～」「もつ煮¥500」「牛すじ煮¥500」など。

Takeout

そば七

所 本町 3-1-2

☎ 22-7688 **蕎麦**

小諸産そば粉使用。手打ちの生そばがテイクアウトできます。「手打ち生そば(2人前400gつゆ付) ¥1080」

Takeout

ベルコーヒー

所 大手 2-1-30

☎ 22-0698 **コーヒー**

1970年開業の喫茶店の味をお楽しみください。「ブレンドコーヒー¥450」「珈琲豆(100g)¥400」「カフェオーレ¥450」など。

Takeout

レストラン 車留夢・兎月

所 六供 2-8-3

☎ 23-3310 **洋食**

「イタリアンハンバーグ」「ペッパーハンバーグ」などグラムを落とさず、提供。ライスサラダ・副菜をセットで一律¥1,055。

Takeout
出前

つるやホテル

所 本町 3-2-19

☎ 22-0041 **和食**

四季折々の食材をいかした会席料理を提供。テイクアウト、配達可能です。3日前までに要予約。お値段は相談によって決定。

Takeout

ナパキッチンカー

所 出張販売のみ

☎ 080-6963-3633 **アジア料理**

本場タイの味を気軽に楽しめます。「ガパオライス ¥750」「カオガンマイ(鳥炊込ご飯) ¥750」など。電話での事前予約可。

Takeout
出前

TEPPAN kitchen PORKY

所 山浦 939-5

☎ 23-0639 **鉄板焼**

お好み焼きや地元食材を使った鉄板料理のお店。「広島風お好み焼き¥970」「鉄板ナポリタン¥920」など。注文数で配達あり。

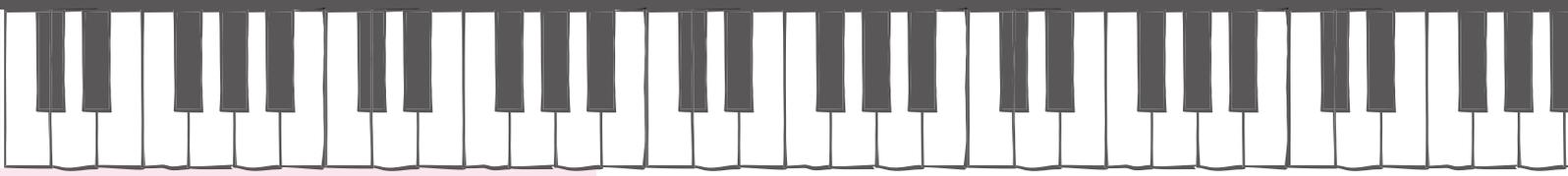


作曲家 **横山 克** 先生による

音楽セミナー

「作曲っておもしろい！」 参加者募集！

参加費
無料



よこやま まさる
作曲家 **横山 克**

●プロフィール

1982年生まれ。長野県東筑摩郡筑北村出身。3歳からピアノを習い始め、小学生でコンピュータを使いこなし、高専へ進学。卒業後、国立音楽大学に進み、在学中よりCM音楽を手がけ始める。その後、アニメやドラマ、映画などの映像作品の音楽を担当するほか、ももいろクローバーZをはじめとしたアイドルへの楽曲提供を手がける。世界各地でのレコーディングや、自ら制作するサンプリング素材でのサウンド構築など、常に固有の音楽を探し求めている。

●代表作

【映画】「ちはやふる」「空の青さを知る人よ」「AI崩壊」など
【テレビ・ドラマ】NHK連続テレビ小説「わろてんか」「Nのために」「絶対零度～未然犯罪潜入捜査～」など
【アニメ】「四月は君の嘘」「機動戦士ガンダム鉄血のオルフェンズ」など
【アーティストへの楽曲提供】ももいろクローバーZ「Chai Maxx」「D'の純情」「白金の夜明け」早見沙織「mist」など

皆さんは、作曲したことがありますか？
なんだかむずかしそうだなあ…。自分にはとても無理…。
と、思っているみなさんもいるかもしれません。
作曲するのに最も大切なのは「アイデア」です。
世の中に流れているたくさんの音楽。
コンピュータを使ってアイデアを音楽にするという、
キッカケの瞬間をお見せします。
そこから、音楽を楽譜にしていくにはどうすればいいのか、
私と一緒に学びましょう！

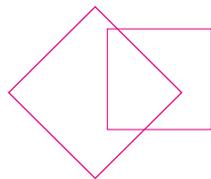
日時：8月1日（土）13：30～15：30

場所：市民交流センター

（第1・2・3会議室）

定員：小・中・高校生 合計30名

申込み方法：電話で下記へ申込み



作曲ってこんなに面白い！と
思ってもらえるセミナーです！
たくさんの皆さんの参加を
お待ちしております！

担当：浅野



【問い合わせ・申込み先】

小諸市教育委員会事務局 文化財・生涯学習課内

「音楽のまち・こもろ 作曲コンクール」

実行委員会事務局 担当：浅野

TEL 0267 - 22 - 1700（内線2281）

FAX 0267 - 23 - 8857

Eメール ongakunomachi@city.komoro.nagano.jp

令和元年度 情報公開制度・個人情報保護制度運用実績

☎ 総務課 総務係

小諸市情報公開条例・小諸市個人情報保護条例の規定に基づき、令和元年度の「情報公開制度」と「個人情報保護制度」の実績を公表します。「情報公開制度」では、市が所有する情報について、個人に関する情報を除き原則として公開しています。また、個人に関する情報については、「個人情報保護制度」により適正に管理しています。

開示請求件数と請求者の内訳（平成31年4月～令和2年3月）

区分	請求・申出の件数	開示の可否決定件数			開示の方法		
		開示	部分開示	不開示	閲覧	閲覧と写し交付	写し交付
開示請求件数	37件	22件	14件	1件	3件	1件	32件

個人情報取扱業務の登録の状況

項目	H30年度末現在	R元年度中の増	R元年度中の減	R元年度末現在
個人情報取扱業務登録	595件	23件	2件	616件

自己情報の開示請求等の状況（平成31年4月～令和2年3月）

項目	請求件数	決定件数		
		承諾	一部承諾	不承諾
自己情報の開示請求	7件	4件	3件	0件
自己情報の訂正請求	0件	0件	0件	0件
自己情報の削除請求	0件	0件	0件	0件
目的外利用等の中止請求	0件	0件	0件	0件

ご覧ください

令和元年度下半期

市の家計簿

市では、年2回「市の家計簿」として、予算や収入・支出の状況をお知らせしています。今回は、令和元年度下半期（3月31日現在）の財政状況をお知らせします。※出納整理期間（4月1日から5月31日）中の変動があるため、決算の数値とは異なります。

☎ 財政課 財政係



主な会計の執行状況（万円未満四捨五入）

会計名	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
一般会計	182億円	144億9,538万円	79.6%	145億7,605万円	80.1%
国民健康保険事業	44億9,386万円	40億1,093万円	89.3%	40億7,122万円	90.6%
後期高齢者医療	5億306万円	5億139万円	99.7%	4億9,876万円	99.1%
介護保険事業	39億5,649万円	36億8,690万円	93.2%	34億1,604万円	86.3%
小諸公園事業	1億4,330万円	1億4,156万円	98.8%	1億486万円	73.2%
野生鳥獣商品化施設運営事業	2,561万円	2152万円	84.0%	2,391万円	93.3%



日々の健康を維持するために

図 高齢福祉課 包括支援係

新型コロナウイルス感染拡大防止のため先の見えない自粛生活が続きますが、フレイル（筋力や心身の機能が低下し、弱った状態）が進行していかないように以下の点に注意して生活しましょう。

1. まずは手洗い、咳エチケット

【手洗い】風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に一人一人の手洗い、咳エチケットの実施がとても重要です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。

【咳エチケット】咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖、肘の内側を使って、口や鼻をおさえることです。咳やくしゃみの飛沫により人に感染させないために、咳エチケットをお願いします。外出時や屋内で会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用しましょう。

2. 運動をしよう

「動かない」生活が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが懸念されます。また、転倒を予防するためにも日頃からの運動が大切です。

- ・一人や少人数で散歩する。
- ・家の中や庭などでできる運動（ラジオ体操、テレビ体操や自分でできるストレッチなど）を行う。
- ・家事（庭いじりや片づけ、立位で調理など）や農作業で身体を動かす。
- ・座っている時間を減らし、足踏みをするなど身体を動かす。



3. 食生活・口腔ケアをしっかり

低栄養を予防し、免疫力を低下させないために栄養をとることやお口の健康を守ることが大切です。

- ・3食欠かさずバランスよく食べましょう。主食（ごはん、パンなど）、主菜（肉、魚、大豆食品、卵など）、副菜（野菜、海藻、きのこを使った料理）をそろえることで、いろいろな栄養素をとることができます。
- ・十分な睡眠をとり、規則正しい生活を心がけましょう。
- ・お口周りの筋肉を保つために、食事中はしっかり噛むこと、早口言葉（例「肩固かったから買った肩たたき器」「打者走者勝者走者一掃」）などで口を動かすことが大切です。



4. 人との交流をしましょう

孤独を防ぎ、心身の健康を保つためには人との交流や助け合いが大切です。

- ・家族や友人と電話で話す。
- ・買い物や移動など困った時に助けを呼べる人を考えておく。事前に話し合っておくことが大切です。



後期高齢者歯科口腔健診のお知らせ 令和2年度の対象者は下記のとおりです。

- (1) 昭和19年4月1日～昭和20年3月31日生まれの方
- (2) 昭和15年4月1日～昭和19年3月31日生まれの方のうち案内が届いた方
(直近で生活習慣病に係る受診歴があり、かつ令和元年度に歯科受診をされていない方)

6月中にご案内と受診券をお送りします。健診期間は、7月から12月までとなっていますので、ぜひこの機会に受診しましょう。

図 長野県後期高齢者医療広域連合 ☎ 026-229-5320

ささいなお口の不調を放っておかないで！



定期購入トラブルにご注意を！

消費生活センター

「初回〇百円」「〇日間解約保証」等の広告を見て、商品を注文したら次々と品物が届いてしまったことや、身体にあわないので解約を申し出ると「〇ヵ月以上の定期購入が条件なので、〇ヵ月後に連絡が必要」「通常価格の〇万円の支払いが必要」と言われたことはありませんか？



アドバイス

商品を注文する時は、「初回〇百円」「初回実質無料(送料のみ)」といった価格等だけでなく、

- ① 定期購入が条件となっていないか
- ② 定期購入の場合の継続期間
- ③ 支払うことになる総額

などの契約内容をよく確認しましょう。

継続期間が定められていない場合でも、解約にあたって次回発送日の〇日前までに申出が必要などの「申請期限の制限」や、通常価格〇万円の支払いが必要のように、「通常価格の支払い等の条件が定められている」場合があります。

解約・返品可否や条件をしっかりと確認しましょう。

見守り新鮮情報

インターネット通販で、「初回300円、〇日間解約保証」と表示されたダイエットサプリメントを注文した。効果を感じられなかったため、解約保証期間内に解約を申し出ると、「4ヵ月以上の定期購入が条件の契約となっているので、解約には4ヵ月後に連絡が必要」と言われた。「〇日間解約保証のはずだ」と言うと、「その場合は通常価格1万5千円の支払いが必要」との回答だった。そのような規約はページのかなり下部まで見ないと分からなかった。
(60歳代 男性)

「解約保証」のはずが…定期購入トラブルに注意

本文イラスト：室崎 玄 見守り新鮮情報 第359号（2020年2月26日）発行：独立行政法人国民生活センター



長野県消費者被害防止キャラクター「もシカっち」

困ったときは、お気軽にご相談を！

▼相談窓口（※土日祝日、年末年始の休日を除く）

- ・小諸市消費生活センター（市民課 市民係内） ☎ 31-5100(消費生活相談専用)
- ・長野県東信消費生活センター（上田合同庁舎内） ☎ 0268-27-8517
- ・消費者ホットライン ☎ 188

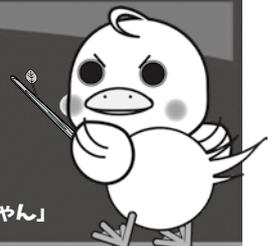
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、来庁による相談は休止しています。ご相談は、お電話にてお願いします。



『減ちゃんのごみ分別相談所』

今月は「丸い」アレについてだよ！

小諸市ごみ減量キャラクター「減ちゃん」



使用済みのボタン電池、どう処分してるかな？ え？ 埋立ごみで出してるって！？ それは困るよー。こたえは、「**ボタン電池回収協力店に出す**」だよ。安全のため、1個ずつセロハンテープで絶縁処理をして、回収協力店に設置された回収缶に入れてね。

※回収協力店など詳しいことについては、(社)電池工業会（ボタン電池回収推進センター）に問い合わせてね。インターネット検索もできるよ。

あ！ 見た目は似てるけど、**コイン電池の場合は**、ボタン電池回収協力店では回収できないんだ。「**埋立ごみ**」として出せるよ。この場合も、安全のため、絶縁処理するのを忘れないでね。



ボタン電池

コイン電池



処理しないと火事などの原因に！

生活環境課 ごみ減量推進係

令和2年度 信州・御代田龍神まつりを中止

7月最終土曜日の25日（土）に開催を予定していましたが「信州・御代田龍神まつり」は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止を決断しました。

例年、まつりを楽しみにされている皆さまには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

☎ 御代田町産業経済課商工観光係
☎ 0267-32-3133



KARUIZAWA

軽井沢の植物と方言

軽井沢町内にも自生し、本州（中北部）の山地の岩地等に生える落葉低木です。6月頃、緑白色の花をつけます。アブラツツジの名前は、葉の裏面が滑らかで光沢があり、油を塗ったように見えることに由来するそうです。

《方言と由来等》

- ①クロボウキ … 黒い^{ほうき}箒の意味。軽井沢の一部ではこの植物で箒を作り使用し、また販売もしていたそうです。
- ②ホウキノキ … 箒を作ることに由来します。

【参考文献】佐藤邦雄（1978）信州佐久の植物方言

☎ 軽井沢町植物園 ☎ 0267-48-3337



箒の木 アブラツツジ

自治基本条例の実践 こもろ協働ス・タ・イ・ル☆「南町区夏祭り」

南町区では、毎年8月の第1日曜日に夏祭りを開催しています。

この夏祭りは、20年以上続いていて、「金魚すくい」や「流しそうめん」をしたり、「もちこし焼き」「焼きそば」「焼き鳥」「石焼窯で焼いたピザ」をみんなで食べたりして、南町区民の70人～80人が参加し、盛り上がります。すべて無料で行い、「もちこし焼き」のおみやげ付でみんな喜んで参加してくれています。

前日までの準備や当日朝早くから南町区のすべての組織（区・育成会・老人会・分館・神輿保存会・獅子舞保存会）が協力して夏祭りを行っているため、南町区の団結がさらに深まります。

今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で開催できるかわかりませんが、開催できるようになったら例年以上の夏祭りになるよう計画中です。

☎ 総務課



知 児童手当の現況届は 忘れずに

児童手当・特例給付を受給している方は、6月1日現在の養育状況について届出をしていただく必要があります。

6月上旬に対象者へ現況届を送付しますので、ご確認の上、忘れずに提出してください。提出がない場合は、6月以降の児童手当・特例給付が受けられませんのでご注意ください。

【児童手当の支給】

6月は、児童手当の支給月です。2月～5月分の児童手当を6/15(月)に支給します。

▶対象

0歳から中学校修了前の児童を養育している方

▶月額

- ・3歳未満(一律)1万5千円
- ・3歳から小学校修了前 1万円(第1子・第2子)、1万5千円(第3子)
- ・中学生(一律)1万円

※特例給付(所得制限限度額に該当する場合)児童一人につき月額5千円

☎ 厚生課 家庭支援係

知 子育て世帯への 臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策として、子育て世帯の児童手当を受給する世帯に対し、児童一人につき1万円を支給します。

▶給付額

対象児童一人につき1万円(1回限り)

▶支給対象者

令和2年3月31日時点で小諸市に住民登録のある、令和2年4月分(3月分を含む)の児童手当受給者。

※児童手当が特例給付(5千円)の方は対象外。

▶対象児童

令和2年3月31日までに生まれた15歳までの児童。(令和2年3月まで中学3年生だった児童を含む)

▶申請

原則不要。ただし、公務員の方は所属庁が配布する申請書に支給対象者である証明を受けた上で、住民登録のある市町村に申請してください。

▶支給方法

児童手当登録口座へ振り込みます。口座を変更している場合は、6/5までに届出書をホームページでダウンロードして送付するか、厚生課までご連絡ください。

▶支給日 6/15(月)

☎ 厚生課 家庭支援係

知 7/1 レジ袋有料化 スタートします!

プラスチックは、あらゆる分野で私たちの生活に貢献していますが、廃棄物・資源制約、海洋プラスチックごみ、地球温暖化などの課題もあります。私たちは、プラスチックの使用量を減らす必要があります。

このような状況を踏まえ、令和2年7月1日より、全国でプラスチック製買物袋、いわゆるレジ袋の有料化が始まります。

普段何気なくもらっているレジ袋を有料化することで、それが本当に必要かどうかを考えてもらうために。この機会に、自身の生活様式を見つめ直し、エコバッグを持ち歩く等、プラスチックをなるべく使わない工夫をしてみませんか?

▶有料化に関する電話相談窓口

☎0570-080180(消費者向け)

☎0570-000930(事業者向け)

▶制度について

経済産業省ホームページ

https://www.meti.go.jp/policy/recycle/plasticbag/plasticbag_top.html

2次元コード
はコチラ



☎ 生活環境課 ごみ減量推進係

知 大栄小諸球場のラバーフェンスを改修しました

公益財団法人日本スポーツ振興センターの助成金を活用し、大栄小諸球場のラバーフェンスを改修しました。助成制度については、日本スポーツ振興センターホームページをご覧ください。(https://www.jpnsport.go.jp/)

☎ スポーツ課 スポーツ振興係



お中元にご利用下さい。

信州そばの風味・香りをお手頃なセットで。

ご贈答に一番人気!! 信州小諸信濃半生そばセット2,000円
◎発送承ります...2,600円(送料込み)

「小諸市民限定クーポン」ご利用下さい

そば粉からそば道具まで粉の専門店

蕎麦の粉屋 大西製粉 店内全品 **10%OFF**

〒384-0008 小諸市東小諸甲1581 TEL0267-22-0585 有効期限2020年7月31日まで

高齢者の宅配 お食事

昼食 夕食

ご飯付き(1食分) **530円(税込)**
※おかずのみは1食分430円(税込)

週1回おかず1食からのご注文も

フードサービスことぶきがお届けします!

配達無料 で **ご自宅** まで

【配達エリア】小諸市内・御代田町・軽井沢町・佐久市の一部エリアOK!
※上記以外にお住まいの方もお気軽にご相談ください。

●ご注文・お問い合わせはお気軽にどうぞ!

フードサービス ことぶき TEL.0267-25-8009

〒384-0808 小諸市御影新田池ノ上2090-1 検索 【受付時間】9時~17時(土・日・祝除く)

知 ブロック塀等除却 補助金

道路に面する危険なブロック塀等の除去に対し補助金を交付します。

- ▶**対象者** (下記のいずれも該当する方)
- ・市内に住宅または事業所を有する方、または使用する方
 - ・市税等の滞納が無い方

▶補助金額

除去に要する工事費の 1/2 以内の金額 (上限5万円)

▶申請方法

補助が決まる前に工事に着手した場合は、補助金が受けられませんので、必ず事前に補助対象となるか建設課へご相談ください。

▶申請期間

R2/12/25 (金)まで。

ただし、予算に達し次第終了

▶その他

自力での除去は補助対象外です。詳しくは問い合わせください。

☎ 建設課 管理係

募 養育家庭「フォスター ホーム」募集

長野県では、里親支援事業を(福)敬老園「うえだみなみ乳児院」に委託し、主に0~2歳の赤ちゃんを短期間(数日~数か月程度)ご自宅で預かってくださる「フォスターホーム」を募集しています。

「フォスターホーム」とは、様々な事情で家族と暮らせない子どもを、児童福祉法の規定に基づき一定期間ご自分の家庭に迎え入れて子育てをする「養育里親」のことを言います。子どもに寄り添いその成長を支える「フォスターホーム」が地域で活躍していただけるよう、うえだみなみ乳児院が関係機関と連携しながらサポートいたします。

「フォスターホーム」についてご興味のある方は、お気軽に下記までお問い合わせください。

▶申込み

うえだみなみ乳児院 上田原事務所

電話 0268-28-1192

mail kateiyougo@keiroen.or.jp

web <http://nyujiin.keiroen.or.jp/>

☎ 子ども育成課 子ども相談係

知 マイナンバーカードの 受取・更新について

マイナンバーカードの受取、電子証明書の更新については、手続きの都合上、市民課窓口に来庁いただく必要があります。

しかし、新型コロナウイルスの影響により、不要不急の外出の自粛を求められていることから、マイナンバーカードの受取・更新の手続きについては、通知(ハガキ・封筒)に記載した期限を過ぎても手続きは可能ですので、ご安心下さい。

但し、電子証明書の有効期限が切れた場合は、更新するまで電子証明書は利用できません。また、市外からの転入によるマイナンバーカードの継続利用の手続きについては、転入日から90日以内の手続きが必須となりますので、ご注意下さい。

☎ 市民課 市民係

知 運転免許証の更新等 について

新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策に伴い、小諸警察署において4/21(火)から運転免許更新事務を一時休止していましたが、6/1(月)から通常の更新業務を再開します。(高齢者講習終了の方及びR2/5/31までに誕生日を迎える方の更新業務は既に再開しています)

なお運転免許証有効期間の延長措置は、引き続き実施します。運転免許証の有効期間は満了日がR2/7/31までの方は手続きにより、運転及び更新が3か月後まで可能となります。延長手続きは、有効期間の満了日までに①運転免許窓口^{に直接来所} / ②郵送による申請 / ③代理人(3親等以内の親族)による申請によるいずれかの方法です。

詳細は下記にお問い合わせいただくか、長野県警察ホームページをご覧ください。

☎ 小諸警察署交通課 ☎ 22-0110



知 防災ラジオの販売終了

電波法改正に伴いR4/11/30に防災行政無線のアナログ放送を終了します。**防災ラジオはアナログ波を受信しているため、アナログ放送終了後は防災行政無線の受信ができなくなります。**そのため、防災ラジオは、現在の在庫がなくなり次第、販売を終了しますので、ご承知ください。

なお、防災ラジオに代わる情報伝達手段については、現在検討中のため、決定次第、お知らせします。

また、防災行政無線の放送内容は、下記でもご確認できますので、ご利用ください。

●電話(0120-910-285)

市役所、消防署、警察署からの直近の防災行政無線の放送内容をご家庭の電話から確認できます。なお、回線数に限りがありますので、話し中の場合は掛けなおしてください。

※携帯電話の利用不可

●市ホームページ

(<https://www.city.komoro.lg.jp/>)

小諸市公式ホームページにある防災行政無線放送履歴で、過去の防災行政無線の放送内容を確認できます。



●小諸もろもろマップ

(メールマガジン)

小諸もろもろマップのユーザー登録をすると市のメールマガジンも登録ができ、防災・防犯情報をメールで受信できます。

※警察署、消防署の情報は配信されません。

☎ 危機管理課 危機管理防災係



知 SNSでも 情報発信しています!

小諸市では、TwitterなどのSNS上で、市政情報や四季折々の小諸情報や写真を投稿しています。

ぜひご覧ください。

☎ 企画課 企画広報係



公式ツイッター

募 脳いきいき教室

認知症の発症リスクを少なくする上で大切な生活習慣病についてのお話と、楽しく頭を使いながら軽い体操を行います。ぜひ、お出かけください。

- ▶日 時 6/25(木)
13:30～15:15
- ▶場 所 市役所3階
第1・2会議室
- ▶費 用 無料
- ▶申込み 不要

☎ 高齢福祉課 包括支援係

募 けんこう 健口栄養相談室 ～転ばぬ先のフレイルチェック～

食品サンプルを選ぶだけで、あっという間に栄養バランスを判定できるシステムと、簡単な自己チェックで身体やお口の状態を知ってフレイル予防を始めましょう。

- ※「フレイル」とは筋力や心身の機能が低下し弱った状態をいいます。
- ▶日 時 6/17(水)
10:00～11:30
- ▶場 所 保健センター(市役所2F)
- ▶対 象 市内在住65歳以上の方
- ▶費 用 無料
- ▶申込み 不要

☎ 高齢福祉課 包括支援係

知 献血にご協力ください

安全で安定した血液製剤の供給ができるよう、献血へのご協力をお願いいたします。

- ▶日 時 6/30(火)
9:30～11:30
13:00～15:30
 - ▶場 所 市役所1F
(健康づくり課隣)
 - ▶種 類 全血献血(400ml)
 - ▶採血基準
年齢 男性17歳～69歳
女性18歳～69歳
※65歳以上は、60～64歳までに献血経験がある方のみ
体重 男女ともに50kg以上
 - ▶持ち物 献血手帳・カード、顔写真入りの身分証明書(運転免許証等)
- ☎ 健康づくり課 保健予防係

※参加される際は、マスクの着用をお願いします。
※体温が37度5分以上ある場合、風邪症状がある場合は参加をご遠慮ください。
※中止等の情報は、高齢福祉課までお問い合わせください。

こもろ健幸マイレージ×てくてく小諸人 参加者募集

健(検)診を受けて、ウォーキングをすると500円分野菜券がもらえる「こもろ健幸マイレージ」。さらにウォーキングを続けると、お楽しみ抽選会に参加できます。皆さんもウォーキングを続けて、「てくてく小諸人」になろう！こもろ健幸マイレージの詳細は、広報こもろ5月号又は市ホームページをご覧ください。

☎ 健康づくり課 ☎ 25-1880



仲間とウォーキングしたい方におすすめ

名称	日程	時間	場所	問い合わせ先
セカンドフライデーウォーキング	第2金曜日 (8月まで)	18:00～19:00	小諸市役所前市民ひろば	健康づくり課 ☎ 25-1880
あさまウォーキング	第1・3土曜日	9:30～10:30	小諸ユースホテル	小諸ユースホテル ☎ 23-5732
こもろウォーキング	第2日曜日	7:00～7:30	懐古園馬場	まきはうす ☎ 090-1047-8065
キザキウォーキング	毎週水・金曜日	8:00～9:00	(株)キザキ本社	(株)キザキ ☎ 22-1354
ブルーマリン ノルディックウォーキング	第3金曜日 (8月まで)	10:00～11:00	ブルーマリンスポーツクラブ小諸店玄関前	ブルーマリンスポーツクラブ ☎ 23-3535

※記載されたウォーキングは、自主サークル活動となります。保険等の加入は、各自でお願いします。また、活動中の体調管理等は、ご自身で責任を持っていただきますようお願いいたします。
※中止等の情報は、市ホームページまたは各会場にお問い合わせください。



詳細はこちらの2次元コードを読み取ってご覧ください。

「ゴミ」ではなく「資源」として活かす。命を無駄にしないために

5月8日より株式会社尚美堂(小諸市相生町2-1-6)で、小諸市野生鳥獣商品化施設(解体施設)で解体された鹿の皮を活用した鹿革製品「名刺入れ」「ペンケース」「ネクタイ」の販売が始まります。

解体した鹿肉のペットフード需要は伸びていますが、鹿皮の利活用は進んでいませんでした。今回の製品化及び販売により、鹿革の活用が進むことで、命を無駄にしない取り組みがまた一歩前進します!!

☎ 商工観光課 企業立地定住促進係



小諸警察署 からののお知らせ

☎ 小諸警察署 ☎ 22-0110

⚡ ご注意を! ⚡

交通事故防止

人身交通事故の昨年中の発生形態は、追突事故が全体の46%、出会い頭事故を含めると全体の約7割になります。

人身交通事故が発生しやすい場所としては、国道上の事故が全体の33%になります。発生時間帯として朝夕の時間帯が多いことから注意してください。

怪我のない交通事故は、年間1,000件近く発生していますが、約3割は道路以外の場所で発生しています。特に店舗の駐車場などでは、思わぬところから人が歩いてきたり、車が入って来たりしますので、注意してください。

☎ 小諸警察署 交通課

山岳遭難防止

浅間山は現在、噴火警戒レベル1(火口付近立ち入り禁止、活火山であることに留意)であり、前掛山まで登山できます。

しかし、天候の急変による低体温症や、視界不良による道迷いになるリスクがありますので、下記に留意し安全な登山をしましょう。

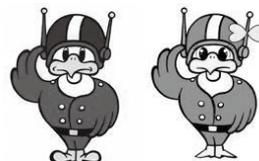
○体力に応じた無理のない登山計画を立てましょう。

○登山予定は家族と共有し、登山届を提出しましょう。

○天候の急変に備えた服装・装備を準備しましょう。

○天候悪化や、体力の衰えによっては、途中で下山しましょう。

☎ 小諸警察署 地域課



長野県警察シンボルマスコット
「ライボくん」「ライビィちゃん」

電話で金の話は「詐欺」。キャッシュカードの暗証番号は、教えない。渡さない。

市営住宅入居者募集

☎ 長野県住宅供給公社小諸管理センター
☎ 31-6790 (市役所2階)

【募集团地】 2団地3戸

①富士見平団地【丙454-3】

772号【簡易、平屋、4軒長屋、2DKB】
昭和49年竣工、家賃5,800円～

②中松井団地【東雲5-4-1】

B-2024号【中耐、3階建(3階)、2DKY(UB)】
平成9年竣工、家賃21,600円～

③中松井団地【東雲5-4-1】

F-2077号【中耐、3階建(3階)、3DKY(UB)】
平成12年竣工、家賃27,800円～

▶募集期間 6/5(金)～6/12(金) 8:30～17:15 ※土日は除く

▶申込み

申込用紙と所得証明と納税証明(所得証明/納税証明は高校生以上)と住民票(単身者は戸籍謄本も)を添えて市役所2階住宅供給公社へ申込みください。

※応募者が募集戸数を超えた場合は、公開抽選となります。

【抽選日 6/17(水)】

▶現地事前公開6月5日(金)

① 10:00～10:30 富士見平団地772号

② 11:15～11:45 中松井団地F-2077

※スリッパをご持参下さい

▶応募要件

① 同居親族があること(但し、60才以上の方または、障がい者等は単身入居可)

② 所得が概ね158,000円/月以下(障がい者214,000円/月以下)

③ 住宅に困窮していることが明らかなこと

④ 小諸市に住所を有しているか勤務先があること

⑤ 地方税の滞納が無いこと

⑥ 入居者及びその同居者が暴力団員でないこと

⑦ 入居指定日に入居可能なこと

県営住宅入居者募集

☎ 長野県住宅供給公社佐久管理センター

☎ 0267-78-5410 FAX 0267-78-5413

▶募集期間

6/1(月)～6/8(月)

8:30～17:15 ※土日を除く

※募集の詳細は、5月下旬に長野県ホームページまたは上記までお問い合わせください。

▶受付場所

佐久合同庁舎4階(佐久市跡部65-1)

長野県住宅供給公社佐久管理センター

休日緊急医

[診療時間]
○医科：9：00～17：00 / ●歯科：9：00～12：00

月/日	○医院・●歯科・◎薬局	電話番号	月/日	○医院・●歯科・◎薬局	電話番号
6/7 (日)	○小諸南城クリニック（小原） ○うすだ医院（御影） ●わたなべ歯科医院（和田） ◎小諸コスモス薬局（小原） ◎みかげ薬局（御影）	26-5222 22-0483 23-1100 26-2282 24-3344	6/21 (日)	○武重医院（本町） ○花岡レディースクリニック（市町） ◎ほんまち薬局（本町）	22-0171 23-4103 26-1193
6/14 (月)	○高橋内科医院（古城） ○東小諸クリニック（御影） ◎御影のぞみ薬局（御影）	23-8110 25-8104 26-3981	6/28 (日)	○浅間南麓こもろ医療センター ●おおつか歯科医院（六供） ◎こもろ薬局（赤坂） ◎勉強堂薬局（相生町）	22-1070 24-6480 25-2002 22-0508

・都合により変更になる可能性があります。休日夜間緊急医案内サービス☎0570-088-199でご確認をお願いします。
・浅麓地区、軽井沢地区の緊急医・薬局については、市ホームページをご覧ください。

マスクの寄付、ありがとうございました！

寄付者氏名	マスクの種類	数量(枚)	マスクの使い道(寄付者意向)
信州おもてなし未来塾 6期生 佐藤 夏枝 様	布マスク	131	小諸市におまかせ
株式会社 Greve.t (農業生産法人こもろっこふぁーむ) 様	不織布マスク	10,000	小諸市内児童・生徒用
代表 小諸青年会議所 様 (小諸商工会議所、小諸ロータリークラブ、小諸浅間ロータリークラブ 小諸ライオンズクラブ、小諸青年会議所シニアクラブ) ※順不同	不織布マスク	20,000	小諸市内児童・生徒・教職員用
防衛協会 様	不織布マスク	6,300	市内児童・生徒・教職員用
与良館 様	手作りマスク	70	保育園 / 児童館 / 児童クラブの職員用
渡辺パイプ株式会社 様	不織布マスク	1,800	市内各施設職員の窓口対応用
星野 理慧 様	不織布マスク	2,500	市内各施設職員の窓口対応用
匿名	サージカルマスク	3,500	保育園職員用
ハイカラコモロ(鮭川理恵・芦田美穂・西嶋光) 様	手作りマスク	200	市役所来庁者用
匿名	手作りマスク	70	市役所来庁者用

ご芳志ありがとうございました

▶ふるさと納税寄付金

1382件 (R.2.4) 19,330,000円

▶文化振興のため

「甘利紘 陶芸 50年の今 2019 書籍 2冊」

甘利 紘 様

「軽井沢花だよりほか書籍 2冊」

石川 寛 様

▶高齢者福祉のため

「金一封」 李 鴻淑 様

編集後記
editorial note

5月1日付人事異動で、広報こもろ担当を卒業しました！令和に変わった昨年5月号から1年間を担当し、本当に多くの皆さんにご協力をいただきました。又、沢山の応援メッセージや、直接会いたいという役所までお越しいただいた方もいらっしやいました。皆さまに心から感謝申し上げます。今後も小諸市・広報こもろに対してご支援、ご協力の程よろしく願います。(小林)

6月号より広報こもろの担当となりました。以前には公民館報こもろを担当し、紙面作成を行っていました。《小諸市が伝えたい情報》をただお届けするだけでなく、《市民の皆さまが求める情報》を考えながら、しっかりと届ける広報紙でありたいと思っています。よろしく願います。(塩川)

緑の丘にふれあいの鐘が鳴る
やまびこ園

障害者グループホーム
障害者支援施設
軽費老人ホーム

デイサービスセンター
認知症対応型グループホーム

社会福祉法人 **小諸青葉福祉会** 小諸市大字柏木1328
☎0267-23-9515

お気軽に遊びに来てください

参加無料

ひよこの日
7/14(火)

入園前の親子の皆さま対象

「動物さんとふれあおう！」(雨天中止)

【集合場所】ハローアニマル【集合時間】10時 ご予約不要
【持ち物】ハンドタオル・着替え 詳しくは電話でお問い合わせ下さい。

認定こども園 **こもろようちえん** ☎0267-22-0355 小諸市三和 1-5-16
<http://www.komoroyouchien.ed.jp>

無料相談

相談はすべて無料です。お気軽にどうぞ

市民法律相談 (担当：弁護士)

▶日時 7/1 (水) 8:50～16:40

▶場所 市役所3階

※事前に下記まで申込みください

☎ 市民課 市民協働・相談係

佐久広域無料法律相談 (担当：弁護士)

▶日時 6/18 (木) 9:30～16:30

7/ 1 (水) 13:00～16:30

▶場所 佐久広域連合事務局

※事前に佐久広域連合事務局へ申込み

☎0267-62-7721 (受付開始 6/1 (月) 8:30～)

消費生活相談 (※)

消費者生活に関するトラブルで悩んでいませんか？訪問販売・クレジット契約・送りつけられた商品など、消費者の方のお悩みについて、解決に向けた助言を行いますのでお気軽にご相談ください。

▶日時 月曜～金曜 (祝日は除く) 8:30～17:15

▶場所 小諸市消費生活センター

※相談内容により専門相談機関を紹介する場合があります。

※事業者の方の相談はお受けできません。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、窓口相談は休止しています。ご相談は、お電話にてお願いします。

☎ 市民課 市民協働・相談係

クレジット・サラ金・ヤミ金・商工ローン相談会

多重債務等で悩んでいる方、一人悩まずご相談ください。

▶日時 6/17 (水) 15:00～17:00

※事前に下記まで申込み。

小諸クレジット・サラ金・商工ローンの被害をなくす会

☎0267-25-1307 会場は申込みの際にご案内します。

行政相談 (※)

▶日時 6/11 (木) 13:00～16:00

▶場所 市役所3階 第2会議室

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になることもございます。事前にお問い合わせください。

☎ 市民課 市民協働・相談係

主任児童委員の「子育て相談」

子育ての不安、いじめや虐待、不登校などの悩みについて、主任児童委員が相談に応じます。お気軽に申込みください。

▶日時 6/14 (日) 10:00～12:00

▶場所 人権センター小会議室1 (御幸町1-10-11)

☎ 厚生課 保護社会係

職員募集

令和2年度の公務員募集及び採用試験についてお知らせします

佐久広域連合職員

令和2年10月1日付け職員採用に伴う募集及び試験を実施します。

▶試験区分および採用予定人員 (勤務予定機関)

一般事務職員：初級 若干名

(佐久広域食肉流通センター)

▶試験日 (第1次) 7/12 (日)

▶試験会場 佐久広域連合 事務局 講堂

▶受付期間 6月1日(月)～6月30日(火)

▶提出書類 ①試験申込書 (本人記入)

②最終学校の学業成績証明書

▶申込書交付 5/25 (月)から交付します。

(郵送請求は、宛先を明記した返信用封筒(角2型)に140円切手を貼付したものを同封)

☎ 佐久広域連合事務局 庶務課庶務係

☎0267-62-7721

税務職員 (国家公務員)

税務署や国税局で「税のスペシャリスト」として勤務する税務職員 (国家公務員) を募集します。

▶受験資格

①令和2年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者及び令和3年3月までに高等学校又は中等教育学校卒業見込みの者

②人事院が上記1に掲げる者に準ずると認める者

▶試験の程度 高等学校卒業程度

▶申込方法等 【原則】下記よりネット申込み

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

▶試験日 第1次 9/6 (日)

第2次 10/14 (火)～10/23 (金)の

いずれか (通知書指定日)

☎ 関東信越国税局人事第二課試験係

☎048-600-3111 (内線2097)



Facebook



Twitter

▼今月の郷土の小ばなしと一冊

【佐久鉄道(現:小海線)の開通と小諸】

明治21年(1888)12月1日、直江津線(直江津―軽井沢間)が開通し、小諸・御代田・軽井沢の3駅が開業しました。

鉄道開通は旅行や輸送に大きな変化をもたらしましたが、佐久平の住民にとっては駅までの長い道のりを徒歩か馬車で移動しなければならず、鉄道敷設への期待が高まっていました。明治末期から大正にかけての軽便鉄道ブームのなか、大正3年(1914)5月、中込村(現佐久市)に佐久鉄道株式会社(資本金25万円)が創立されました。社長は大井富太(県議・製糸家)、取締役にも木内吾市ら、小諸から島田常蔵(豪商)・塩川一郎(資産家)が、監査役には平野五兵衛が加わりました。

工事は小諸から始まり、大正4年(1915)8月8日、小諸―中込間が開通し、中込駅で盛大な開通式が行われ、開通列車をひと目見ようと詰めかけた大勢の人で賑わいました。その後、大正8年(1919)3月、当初計画していた小諸―小海間(30.6キロ)が全線開通。これにより南佐久地方の産業は発展し、駅周辺には新しい街が形成されました。小諸駅前にも新しい商店街が形成され、本町や荒町中心であった商店街が相生町へと変わり始めました。

【参考文献】

「信州の鉄道物語(下) 走り続ける鉄道編」信濃毎日新聞社/編 信濃毎日新聞社 2014
「小諸市誌 近・現代篇」小諸市誌編纂委員会/編 小諸市教育委員会 2003

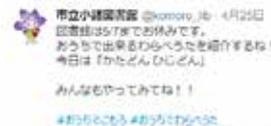


旧小諸駅舎
(小諸図書館蔵)

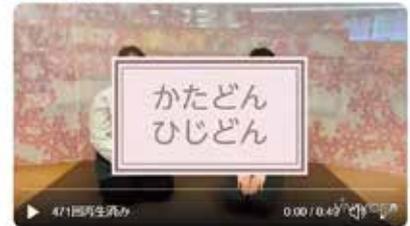
▼休館中の図書館の仕事

新型コロナウイルス感染症対策のため、小諸図書館は4月10日から臨時休館となっております。休館中の図書館では、返却や新刊受入などの通常業務の他に書架や見出しの整理、案内冊子の見直しなど、利用者の方がより使いやすい工夫をしたり、書庫資料の整理、動画配信など、今だからできることを実践しました。

また、9月に予定していた蔵書点検を休館中に実施しました。そのため、9月7日～9月9日は通常通り開館します。



こんなことに挑戦!



おうちにいながら親子で体を動かせる
わらべうたのやり方を動画で紹介!
動画シリーズは他にも計画中♪

▼休館期間に関するおわび

広報こもろ5月号でお伝えしていました6月4日の防犯訓練は中止となりました。

また、広報こもろ5月号では、新型コロナウイルス感染症拡大防止のための臨時休館延長のお知らせが間に合わず、ご迷惑をおかけしましたことをおわびいたします。

図書館ホームページでは決定次第、情報を更新しておりますのでご確認ください。今後の状況により運営が急に変更になる場合もございますので、確認してからお出かけくださいますようお願いいたします。

毎年6月から9月は平日午後8時までの開館でしたが、6月は新型コロナウイルス対策のため午後7時までの開館となります。ご了承ください。



小諸図書館キャラクター すみれちゃん



こもろ応援チケットを発行します！

(地域応援・消費回復商品券)

～新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けた地域経済の回復と生活支援を図ります～

プレミアム率 20%

- ▶ 1冊 12,000 円分の商品券を 10,000 円で購入できます！
- ▶ 市内の飲食店・宿泊施設や一般店舗、大型店で使用できます！
- ▶ お一人 50,000 円 (額面：60,000 円) まで購入できます！

※販売方法や期間、利用店舗、利用期間等については 6 月中旬の区長配布チラシにて詳しくお知らせします。チラシが届かない方は商工観光課までご連絡ください。

☎ 商工観光課 商工振興係



マイナポイントでお得にお買い物！ マイナンバーカードをつくりましょう！

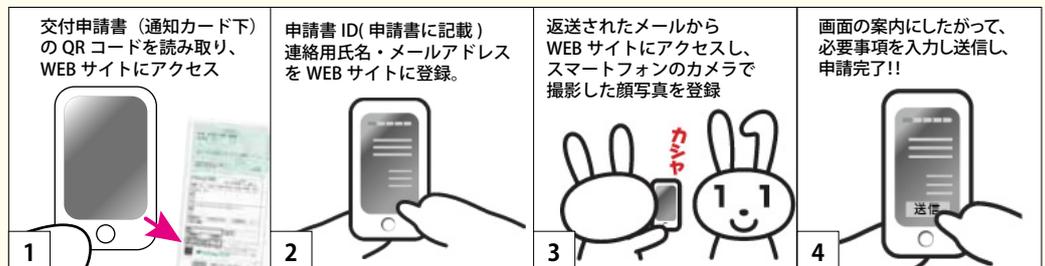


マイナンバー PR キャラクター「マイナちゃん」

マイナンバーカードは、本人確認の際の身分証明書として利用できたり、コンビニなどで各種証明書を取得できたりします。2020 年 9 月からは、キャッシュレス決済手段の利用金額に対し、**25% (最大 5 千円) のプレミアムを上乗せする、「マイナポイント事業」**が始まります。

☎ 市民課 市民係 / 企画課 行政経営係

※右の図は、スマートフォンでの申請方法ですが、郵送申請の場合は、交付申請書に必要事項を記入し、顔写真を貼って、送付用封筒に申請書を入れて投函することで申請完了となります。
※申請後に郵送される「カード交付通知書」を市民課へ持参いただき、カード交付となります。



市立保育園給食の今後を考える市民懇談会

現在、小諸市立保育園では子ども達の成長のために、手作りでおいしい給食を提供しています。栄養バランスに配慮し子どもたちの身体の成長を支援することに加え、調理している音やにおい、作る人の様子がわかる自園調理を通し、心の成長も支援することに力を注いでいます。

しかし、各園での調理体制は、今後、職員の定着や人材確保が非常に困難となってくることが予想されます。

そこで、小諸市立保育園において、**安全・安心でおいしい給食を継続的に提供していくための方法を市民の皆様と話し合う場**として、市民懇談会を開催いたします。

保育園の保護者の皆様をはじめ、これから保育園の入園を考えている皆様など、多くの方のご参加をお待ちしています。

- ▶ **日時**：7月5日 (日) 10:00 ~ 11:30
- ▶ **場所**：市民交流センター会議室 1、2、3
- ▶ **申込**：申込みは必要ありません。
※託児をご利用の場合は事前にご連絡ください。
- ▶ **その他**：新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクの着用をお願いいたします。また、新型コロナウイルス感染症の影響で中止とする場合があります。

☎ 子ども育成課 子ども育成係



No.125

個々の店舗を「店線」でつなぐ

アイズドレッシングキッチン代表 谷口 愛さん (40歳)

これまで点在していた個々のお店を「店線」で繋ぐ取り組みが始まっている。フランス語で「点と線」を意味する「ポワン エリーニュ」と銘打たれたこの企画は、協賛店のレシート(販売証明書等)を他の協賛店で提示すると割引などのサービスが受けられるというもので、現在テイクアウト可能な5店舗が参加している。発案したのは相生町の「アイズドレッシング

キッチン」。旬の味覚や栄養バランスに配慮した、野菜たっぷりの日替わり弁当に定評がある弁当専門店だ。

代表の谷口愛さんは幼いころから食べることが好きで、自分が作った料理で喜んでほしいと飲食の道に進んだ。出身は三重県。関西や軽井沢の飲食店で経験を積み、2016年に小諸商工会議所の「チャレンジショップ事業第一期生」としてドレッシングキッチンを開業した。店舗のほか、市内のイベント・市

役所・駅などでの出張販売も定期的に行なっている。「市や商工会議所の方が、生産者さんや専門店と引き合わせてくださることも多く、おかげでたくさん繋がりに支えられています。うちはお弁当だけしかできないので、素敵な人やお店と助け合っていたらと思っていて、これまでもコラボに取り組んできました。今回の企画も、いつかは取り組みたいと前から計画していたものです。このような時に始まりましたが、小諸の店

を利用するきっかけになればと思います。」
企画は当初5月中旬までの予定だったが、相次ぐイベント中止を受け7月末日までの延長を決定した。「飲食店に限らず、皆さまに興味を持ってもらえたら」と谷口さん。最新情報は、ほぼ毎日更新しているインスタグラムをチェック。
<https://www.instagram.com/aidsdressingkitchen/>
(取材・文 村松 マヤ)



谷口さんの手作り弁当は華やかで、見た目でも楽しめる。

【ポワン エリーニュ】

レシート持参で特典が受けられる参加店はこのロゴが目印。詳細は各店のSNS・店頭ポップなどで要確認



◆ドレッシングキッチン (相生町) 弁当・サンドイッチ店

【特典】弁当 500円以上で50円引券 【営業】サンドイッチ朝7時～・弁当 11時～13時半。土日祝休

【問】080-7942-1002



◆風味堂 (荒町) 和菓子店

【特典】団子・大福・すあまのいずれか1個プレゼント【営業】10時～17時。木曜・日曜午後休 【問】23-1815



◆ベルコーヒー (大手) 喫茶店

ドリンクのテイクアウト可(予約がベター) 【特典】50円引き 【営業】7時～18時(土曜は12時～)。日曜休 【問】22-0698



◆酔心 (大手) 和食・創作

料理テイクアウトメニューあり(要予約) 【特典】チーズ入り芋餅磯部を1個プレゼント 【営業】17時～22時半。日曜休 【問】24-0800



◆ガネーシャ (相生町) ネイルサロン

【特典】店頭商品5% off、施術(要予約)200円引券 【営業】10時～21時。不定休 【問】23-3533

ゆらさんの四季の薬膳

免疫力強化①きのこ

新型コロナウイルスという未知なる脅威の前に、免疫力が見直されています。免疫力とは、病原菌やウイルスなどの侵入者を死滅させたり、がんなどの増殖細胞を排除するからだが本来持っている防衛システムのことです。その免疫力が、自然のリズムとかけ離れた現代生活では弱くなっているといわれています。

ところで、免疫力を高める食物ってないの？あるのです。最初に挙げたいのが、信州ではお馴染みの、きのこ。種類も豊富で、1年中手に入り、まつたけ以外は値段も手頃。えのきだけ、エリンギ、椎茸、しめじ、なめこ、ひらたけ、舞茸、マッシュルームなどなど。これらのきのこにはβ-グルカンという不溶性食物繊維が含まれ、ウイルスや細菌からからだを守る免疫細胞を活性化してくれます。

また椎茸だけに含まれるレンチナンも免疫力を高め、がんを抑制する働きがあります。さて、今晚はきのこづくしの食卓にしましょうか。

(国際中医薬膳師 小清水由良)



小諸市の様々な話題をお届けする「カメラ散歩」。
4月～5月の話題をご紹介します。※不定期掲載

News01

不織布マスク合計 3万枚の寄付を受納

株式会社 Greve.t (こもろっこふあーむ) 様から1万枚の不織布マスクを、また小諸青年会議所様より不織布マスク2万枚を寄付していただきました。両者とも、市内でのマスク不足を心配し、子どもたちへマスクを届けたいというあたたかい想いから寄付に至りました。

寄附いただいたマスク合計3万枚のうち、2万8千枚は市内の小中学生に、残りの2千枚は、新型コロナウイルスに関する緊急事態宣言が最初に発令された7都府県にお住まいで、帰省を自粛している小諸市出身学生に送られました(5/14から、7都府県を全国へ拡大)。

このほかにも多くの方からマスクの寄付をいただいております。ありがとうございました。(詳細は23ページにて)



株式会社 Greve.t 代表取締役 吉岡 秀之 様(中央左)
「こもろっこふあーむ」を設立し、ワインづくりを開始しました。



小諸青年会議所 理事長 柴崎 晋輔 様(中央右)
副理事長 鷹野 裕一 様(右端)
同地域の絆み委員会 委員長 宮崎 翔平 様(左端)

News02

新消防庁舎 5月26日から運用開始

災害応急対策の拠点として機能を発揮できる庁舎、各種訓練施設等様々な機能を有する庁舎、地震・各種災害に強い庁舎、人と環境にやさしい庁舎、市民に親しまれる庁舎をコンセプトに建設が進められた新消防庁舎が5月26日から運用開始しました。



【建物概要】

庁舎：鉄骨造 地上3階建て 延べ面積約1,884㎡

副訓練塔：鉄筋コンクリート造 地上4階建て 延べ面積約264㎡

水防庫：鉄骨造平屋建て 延べ面積約131㎡

【住所・連絡先】

住所：小諸市与良町6丁目5番6号

電話：0267-24-0119



私たちは、小諸市民の健康づくりをお手伝いします！

～小諸市健康づくり協力事業所「こもろ健幸応援団」～

有限会社 芳光（平原）



協力内容：「健幸マイレージ」の
お楽しみ抽選会 商品提供

提供商品：ご飯によく合う和食セット



ドレッシング、混ぜご飯のもと、
なめたけ等の総菜をセットにした
人気ナンバーワンの和食セットで
す。年齢問わず、どなたからも喜
ばれます。

スタッフより一言

地産地消を心がけ、身体に良い商
品の提供を目指しています。今後
も新たな商品開発を目指してい
きたいと思っています！

こもろ食堂（相生町）

健幸応援団として、「健康づくりに適した料
理の共同研究」を市と行い、「信州食育発信
3つの星レストラン」を取得しました！

共同研究し、考案した「鶏肉の塩麴焼き定食（900円税別）」



- ・エネルギー 675Kcal
- ・食塩 3.3g
- ・野菜 175g（1日に必要な半分の量が摂取できます）

お肉は、ジューシーで柔らかく、塩分控えめ、
野菜たっぷりのメニューです。ご飯は、白米か
玄米を選べます。ぜひ、ご賞味ください！

※小諸市民の健康づくりを応援していただける事業主の皆さんを随時募集しています。 ㊦ 健康づくり課 健康支援係

○ 催しの中止について 下記の催しが中止となりましたのでお知らせします。

日にち	中止・延期	催し名	開催場所	担当課
6/7(日)	中止	小諸市消防団ポンプ操法大会	消防庁舎	消防課
6/8(月)、17(水)、26(金)	中止	工事現場見学会(砂防堰堤工事)	濁川、蛇堀川など	建設課
6/28(日)	中止	いきいきトークこもろ	人権センター	人権政策課
7/4(土)	中止	小諸市障がい者ニュースポーツ大会	総合体育大会	スポーツ課
7/5(日)	中止	ママさんバレーボール大会	総合体育館	スポーツ課
7/18(土)	中止	市民マレットゴルフ大会	平成の森マレットゴルフコース	スポーツ課
7/25(土)、26(日)	中止	児童生徒夏季体育大会	大栄小諸球場他	スポーツ課
8/8(土)	中止	プールまつり	南城公園プール	スポーツ課

※南城公園プールは、今シーズンの営業を中止します。



親子で作ろう！
「食育レシピ」

岩石揚げ

6月4日は『6(む)4(し)』の語呂合わせから“虫歯予防デー”といわれています。噛みごたえのある食材やカルシウムが多く含まれる食材をたくさん食べて、じょうぶで健康な歯を保ちたいですね。

しっかり噛んでもらえるように、保育園で6月のおやつによく出すメニューをご紹介します。

【材料 (4人分)】

乾燥大豆(水煮大豆)	16g (40g)
芽ひじき	4g
さつまいも	1/3本 (80g)
小麦粉	60g
しょうゆ	小さじ2 (12g)
砂糖	小さじ2 (6g)
水	適宜
揚げ油	適宜

【作り方】

- ①乾燥大豆、ひじきは水でしっかりもどす。
- ②大豆を形が残るくらいに刻む。
- ③さつまいもは5mmほどの角切りにする。
- ④材料をすべて混ぜ合わせ、かき揚げくらいの固さになるまで水を加える。
- ⑤スプーンですくい、油で揚げたら完成！

※水煮大豆でもおいしく作れます。
乾燥大豆で作るよりも軟らかく仕上がります。

園 子ども育成課 子ども育成係

昆虫写真家

海野和男の小諸日記



ミヤマクワガタ

ミヤマクワガタはいかつい大顎を持つ格好良いクワガタだ。ノコギリクワガタと共に格好良い大型クワガタの代表だ。ミヤマと名が付くように、ノコギリクワガタよりは山地に多く見られる。小諸では場所によってはノコギリクワガタより多いと思う。ノコギリクワガタが千曲川沿いのヤナギなどに多く見られるのに対し、ミヤマクワガタはコナラやミズナラの林に多い。

ぼくのいる御牧の台地ではノコギリクワガタよりずっと多いが、木が高いので、なかなか見つからない。狙いは夜の街灯だった。けれど、最近は水銀灯や蛍光灯がLEDライトに変わってしまった。LEDライトにはクワガタはほとんどやってこない。それで、家では蛍光灯をベランダにつけている。ミヤマクワガタが最初に飛来するのは、だいたい6月中旬。8月初めまでやってくるが、多いのは梅雨明けまでだ。ミヤマクワガタは前年の秋には成虫になり、土の中でそのまま動かずに冬を越す。雨が降って地面が柔らかくなると這い出してくるようだ。



家の明かりに飛んできたミヤマクワガタを撮影

今、多言語対応が常識です ●WEBサイト・資料制作・各種印刷物など

翻訳

ほんやく

- | | | |
|---------|---------|---------|
| 対応言語 | イタリア語 | ドイツ語 |
| 中国語(簡体) | ウクライナ語 | ノルウェー語 |
| 中国語(繁体) | オランダ語 | ハンガリー語 |
| 韓国語 | ギリシャ語 | フィンランド語 |
| ロシア語 | スウェーデン語 | フランス語 |
| タイ語 | スペイン語 | ブルガリア語 |
| インドネシア語 | スロバキア語 | ポルトガル語 |
| マレー語 | セルビア語 | ポーランド語 |
| ベトナム語 | チェコ語 | ルーマニア語 |
| アラビア語 | デンマーク語 | 日本語 |
| | トルコ語 | ほか |

アイクにお任せください！ ●言語、原稿量に応じて御見積致します。お気軽にお問い合わせください！



地域情報&広告
株式会社 アイク

小諸市御幸町2-12-1
Tel.0267-23-4474
www.aic-ad.co.jp

クイズに答えて食事券をGet!!しよう 広報こもるクイズ

▶アンケート内容

氷遺跡から出土した新規指定文化財の名前は？

▶今月のプレゼント

いなか蕎麦なごみや ☎ 25-7701(平原 1062-2)
500円分食事券を10名様にプレゼント!!

※プレゼントの食事券は、掲載された小諸飲食店組合加盟店様の
ご厚意によるものです。



玄そばから挽いたこだわりの挽きぐるみのそばを
セミセルフ方式で提供しています。店内には、テー
ブル席と小上がり席があります。

皆様のご来店をお待ちしております。

▶応募方法

クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、広報
こもるを読んでの感想(あれば可)を記入の上、は
がき・FAX・電子申請のいずれかにより、6/30(木)必着
でご応募ください。(一世帯1通に限ります)

当選者の発表は食事券の発送をもって代えさせていただきます。

【応募・問い合わせ先】

〒384-8501(所在地記載不要)
小諸市役所 企画課 FAX: 23-8766
市ホームページ又は右記の二次元コードより応募



▶小諸飲食店組合 食事券提供特別企画

広報こもるクイズ提供店12店で使える!
2,000円分の食事券を
抽選で15名様にプレゼント!
(提供:小諸飲食店組合)

2020年1月~12月の一年間、食事券当選者を除いた全正解
者の中から抽選で賞品が当たります。(毎月1通、年間で12通の
応募が可能。食事券が1回当たった場合、残りの11通が抽選対象。)

【先月号の答え】5月

市立

小諸高原美術館・ 白鳥映雪館



丘の上の「小諸高原美術館」に新コーナー新設!

『学芸員が選ぶ美術館所蔵の逸品』

市立小諸高原美術館・白鳥映雪館では、現在、
白鳥映雪作品約300点、その他の郷土ゆかりの
作品約600点、下高原健二氏のペン画作品約
5,900点の約6,800点の作品を所蔵しています。

これらの作品は、白鳥映雪特別展示室の展示
替えや「所蔵作品展」の開催などを通じて、で
きるだけ皆様にご覧いただけるようにしようと
努めていますが、なかなか展示する機会に恵ま
れない作品も少なからずあるのが実情です。

そこで、展示する機会の少ない作品を皆様に
楽しんでいただけるよう、6月から、ホワイエ
の一角に『学芸員が選ぶ美術館所蔵の逸品』と
いうコーナーを新設することにしました。

このコーナーでは、収蔵庫で大切に保管して
いる作品の中から、「学芸員が選ぶ逸品」を2~
3か月に一度のペースで順次紹介していきます。
スタートとなる6月から展示するのは、長野県
出身の母袋俊也氏の《M504 TA KO MO RO 2》
という作品。日本障屏画の絵画様式から着想を
得たもので、浅間山の麓、小諸の風景を、余白
と色画で画面分割し、東洋絵画・西洋絵画の二
つの絵画様式と精神性の結合を試みながら、広
大な空間が描かれています。どうぞご期待くだ
さい!

▶開館時間 9:00~17:00

▶観覧料 一般500円(400円)

小中学生250円(200円)

()内は、30名以上の団体料金

▶6月の休館日 1日(月)~5日(金)、8日(月)、15日(月)、
22日(月)、29日(月)

☎ 小諸高原美術館・白鳥映雪館 ☎ 26-2070

子育てを応援するフリーマガジン [ママモ]

mamamo

ママモ42号は6月下旬配布予定です!

家族で読みたい 親子でできる!
特集 予定 おすすめの本 / キッキング・運動

※特集内容は予告なく変更になる場合がございます

お便り、お写真など投稿募集中 → <http://mamamo.info/> 右のQRからもどうぞ。

企画・編集・発行:株式会社アイク 佐久市猿久保805-1 TEL.0267-66-6660 FAX.0267-66-6661

小諸市内をはじめ
佐久地域の
幼稚園・保育園で
園児一人一人に
無料配布しています!



特定外来生物の駆除にご協力ください

これらの三種は、特定外来生物に指定されています！



敷地内等で見つけたら駆除しましょう！



オオキンケイギク



キク科の多年草。春から初夏にかけて、直径5～7cmの黄橙色の花を咲かせる。葉は細長いへら状をしており対生する。路傍、河川敷、線路際等の日当たりの良い場所に生育する。

※キレイな花ですが、栽培してはいけません

オオハンゴンソウ



キク科の多年草。夏に、花弁が10枚程度で、やや垂れ下がった直径10cmを超える大きな黄色い花を咲かせる。葉は3～5裂で互生し、毛が生えていて触るとザラザラしている。

アレチウリ



ウリ科の一年草、葉はザラザラしており、粗い毛を密生したつるを伸ばして群生する事が多い。夏から秋に直径1cm程度の黄白色の花が咲き、鋭い棘が密生した果実をつける。日当たりの良い場所を好み様々な土壌に生育できるが、特に栄養豊富な場所を好む。

駆除や処分は、 どうすればいいの？

- 特定外来生物とは、海外起源の外来種で生態系や人の生命・身体・農林水産業への被害を及ぼすもの、また及ぼす恐れのある生物で、外来生物法（特定外来生物による生態系等に係る被害の防止に関する法律）に基づいて指定された生物の事です。
- 特定外来生物に指定された生物は、飼養・保管・運搬・売買・譲渡・輸入・野外に放つこと・種をまく等は原則禁止されており、違反すると罰則が科せられることもあります。

駆除方法

処理する際は、**根こそぎ駆除**しましょう。同じ場所で、翌年も続けて抜き取りすると効果的です。また、場所によっては除草剤による駆除も効果的です。

処分方法

抜いたその場所から**種子**が飛散して**拡がらないよう**、小諸市指定の燃やすごみ袋に入れ、**しっかりと口を縛って**集積所に出しましょう。

注意事項

駆除作業を行う際は、生育している場所の土地所有者や管理者に了解を得て行ってください。



詳細は、お問い合わせください。
☎ 生活環境課 生活環境係

自立型サービス付き高齢者向け住宅

入居者募集中!

介護が必要な方もご相談下さい

3ヶ月以上の短期入所もできます

のぞみサンピア、佐久平駅方面への無料送迎バス運行

タウンコートのぞみ

小諸市御影 **全てが徒歩圏内に揃う地にペットとともに住まう** [全50室] (便利) (安心)

全室に完備 | ●浴室 ●トイレ ●キッチン ●床暖房 ●ウォークインクローゼット

●ミニドッグラン ●遊歩道 ●バーベキューコーナーも!

●入居資格 / 60歳以上の方(お二人の場合どちらかが) ●所在地 / 小諸市御影新田2569-1 ●事業主体 / 社会福祉法人のぞみ福祉会

お申し込みお問い合わせ **社会福祉法人のぞみ福祉会** ☎0267-24-3311 小諸市和田 966-151 (山口)

<http://www.nozomi-g.co.jp/>

R141 佐久北I.C.近く。黄色い看板が目印

こもろ動物病院

☎0267-23-6644

小諸市御影新田2728-1

至山田 四ッ谷 至サンライン 平原 至軽井沢

R141 R18

セブンイレブン ツルヤ ● ユニクロ ● ツタヤ ● 夢屋 ● ダイナム ●

ここです ● 佐久北I.C

佐久平駅 長土呂東

携帯からHPへ簡単アクセス!