

知 脳いきいき教室

「健康長寿を支える、脳とお口の関係」のお話や楽しく頭を使いながらの軽い体操を行います。

▶日時 1/25(火) 13:30～15:00

▶場所 高齢者福祉センター
「こもれび」

☎ 高齢福祉課 長寿支援係

知 けんこう 健口栄養相談室 ～転ばぬ先のフレイルチェック～

食品サンプルを選んでのせるだけであつという間にカロリーや塩分量を判定できるシステムで栄養バランスをチェック！全身の筋力の目安となる握力やお口の動きを測定し、自分の身体の状態を知ってフレイル予防を始めましょう。

▶日時 1/19(水) 10:00～11:30

▶場所 市役所3階 第2会議室

▶対象 市内在住の概ね65歳以上の方

☎ 高齢福祉課 長寿支援係

知 高齢者交通安全体験教室



運転や歩行に必要な判断力や動作能力がわかる機器(シミュレーター)を体験してみませんか。どの機器も短時間で体験できます。

▶日時 1/12(水)、1/21(金)
9:30～12:00

▶場所 高齢者福祉センター
「こもれび」

※「こもれび」利用には利用者証が必要です。(当日申請可)

☎ 小諸警察署 交通課

《上記3教室について》

- 参加費無料、申込不要です。
- 参加される方は、マスク着用をお願いします。発熱・風邪症状のある方は、参加をご遠慮ください。

知 集団特定健診(無料)を追加実施します!

生活習慣病(糖尿病、高血圧、脂質異常症など)の予防や早期発見を目的としたものです。生活習慣病は自覚症状なく進行するため、1年に1度は生活習慣病予防健診を受け、自分の健康状態をチェックしましょう。

今年度、まだ生活習慣病予防健診をしていない方は、この機会にお申込みください。いまならもちろん、「こもろ健康マイレージ」のポイントがもらえます!

▶日時 1/27(木)、28(金) 午後(時間指定制)

▶場所 保健センター(市役所2階)

▶費用 無料 ▶申込 1/21(金)までに電話でお申込みください。

▶対象 ①国民健康保険加入の40歳～74歳の方
②後期高齢者医療保険加入の方

※既に個別生活習慣病予防健診、人間ドックを受診した方は受けることはできません。

なお、人間ドックを受診した方は、市民課国保年金係で補助金申請をしてください。

☎ 健康づくり課 健康支援係

知 子育て世帯への臨時特別給付(先行給付金)

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、子育て世帯への生活支援を行うため、高校生までのお子さんがある世帯に対し、子育て世帯への臨時特別給付(先行給付金)を支給します。該当者には申請書をお送りしますので、必要書類を添付のうえ、お申込みください。

※児童手当受給者(公務員・特例給付を除く)には、12/24(金)に児童手当の口座へ給付金を支給済みです。

▶給付申請対象者

H15/4/2～R4/3/31までに生まれた児童を養育している父母等で、以下のいずれかに該当する方。

- ①高校生等(15～18歳)の児童のみを養育している方
- ②公務員の方
- ③11月以降にお子さんが生まれた児童手当受給者

▶支給条件 下記の所得制限限度額未満であること

扶養親族等の数	所得制限の限度額	収入額の目安
0人	622万円	833.3万円
1人	660万円	875.6万円
2人	698万円	917.8万円
3人	736万円	960万円

▶給付金額 児童一人につき 一律5万円

▶申請方法(申請期限 R4/3/31)

対象者には1月中に申請書をお送りしますので、必要事項を記載のうえお申込みください。②の児童手当受給者は、児童手当を受給していることが分かる書類が必要です。③の12月生まれ以降の児童手当受給者の方は、児童手当認定請求時にあわせて申請してください。

☎ 厚生課 家庭支援係



詳細はこちら

知 【新和田トンネル有料道路】割引回数通行券について

長野県道路公社が管理している「新和田トンネル有料道路」は、R4/4/1午前0時から無料開放となります。小諸市が販売している、新和田トンネル有料道路の時間帯割引回数通行券は、払戻しや他の路線の通行には利用できません。計画的なご利用をお願いします。

☎ 建設課 管理係

知 高齢者のインフルエンザ 予防接種の期間延長

- ▶対象 満65歳（接種当日に65歳）以上の方
 - ▶期間（変更後） R3/10/15（金）～ R4/3/31（木）
 - ▶費用 1,300円
 ※生活保護世帯の方は事前に健康づくり課へ申請することで無料。
 - ▶接種方法
 《市内医療機関》
 事前予約が必要です。
 《市外医療機関》
 事前に、希望する医療機関へ予防接種実施の有無を確認してください。
 ※県外医療機関は対象外です。
- ☎健康づくり課 保健予防係

知 地域発元気づくり支援金 事前相談会

- 長野県主催の令和4年度「地域発元気づくり支援金」事前相談会を開催します。希望の団体は、事前に予約をお願いします。
- ▶日時 1/13（木）
 - ▶時間 1団体当たり20分程度
 - ▶場所 市役所3階 第4会議室
 - ▶主催 佐久地域振興局（長野県）
 - ▶申込 1/11（火）までに市民課に電話でお申込みください。
- ☎市民課 市民協働・相談係
 ☎内線 2117

募 小諸市ごみ指定袋掲載 の有料広告主募集

- ▶期間 R4/4/1～R5/3/31
 ※期間中に製造するごみ指定袋。
 - ▶掲載枠 各種類2枠
- | 種類 | 予定数 | 料金（1枠） |
|-------------|-------|---------|
| 燃やすごみ | 95万枚 | 95,000円 |
| 埋立ごみ | 6万5千枚 | 6,500円 |
| 生ごみ | 49万枚 | 49,000円 |
| プラスチック製容器包装 | 37万枚 | 37,000円 |
| 事業系燃やすごみ | 34万枚 | 34,000円 |
- ▶申込 1/31（月）までに申込書に必要事項を記入のうえ、広告案を添えて下記までお申込みください。
- ☎生活環境課 ごみ減量推進係

知 認可外保育施設等の第3子以降の子どもの保育料助成

- 認可外保育施設等に第3子以降の子どもを預けている世帯の保育料の一部を助成します。申請方法等については、令和4年1月31日（月）までにお問い合わせください。
- ▶補助額 月6千円を上限に交付
 ※他の減免制度がある場合は、その制度利用後の残額が対象となります。
 ※幼稚園（3歳の誕生日を迎えた幼児含む）、認定子ども園、保育園に通園する年少クラス以上の子どもは、この助成制度の対象外です。
 ※保育園及び認定子ども園に通園する3歳未満の子どもは、助成部分をあらかじめ保育料から差し引いているため申請不要です。
- ☎子ども育成課 子ども育成係

知 育児相談を行うセミナーを開催しています

- 市内保育園では、保育園を地域の子育てセンターとして活用していただくため、親子で来園し、園の遊具等を利用して遊んでもらいながら気軽に育児を相談できる場として育児セミナーを開催しています。
- ご希望される方は保育園に電話等でお問い合わせのうえ、日程を調整していただき、お出かけください。
- ▶セミナーを実施する保育園
 公立保育園、ポッポの家保育園、さくら保育園
- ☎子ども育成課 子ども育成係



知 令和3年度 小諸市立保育所給食調理業務委託 総合評価結果（4月～9月分）

令和3年4月から保育所給食調理業務の民間委託を実施しています。民間委託後も、これまで提供してきた「安全でおいしい、こだわりの給食」やその運営体制が確保されているか確認するために、業務評価を行いました。

▶Aブロック受託者（株式会社魚国総本社 名古屋本部）

施設名	総合評価	ブロック全体の評価（子ども育成課）
東保育園	A	●他自治体の実践例やノウハウを生かし、衛生面や食物アレルギー対応でより安全な体制を整えることができた。 ●食育においては、園の食育活動への協力や独自の提案がされた。子ども達が興味を持ちやすい紙芝居や着ぐるみを活用し、お米について学べる良い体験ができた。
美里保育園	A	
南保育園	A	

▶Bブロック受託者（株式会社メフォス）

施設名	総合評価	ブロック全体の評価（子ども育成課）
千曲保育園	A	●各種マニュアルの整備や、調理従事者向けの研修会等の実施で、衛生面でより安全な体制を整えることができた。 ●食育においては、園の食育活動への協力や独自の特微なども記載した写真を使って紹介したり、実物を見て触れる活動も行われ、子ども達が旬の食材について知ったり、興味を持ったりできる良い体験となった。
西保育園	A	
芦原保育園	A	
中央保育園	A	

▶評価基準

- 特に優れている = S / 優れている = A / 適正である = B / 改善が必要である = C
- ☎子ども育成課 子ども育成係

知 長野県最低賃金のお知らせ【R3/10改定】

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和3年10月1日から時間額877円に改正されています。

なお、対象となる賃金は、通常の労働時間・労働日に対応する賃金で、臨時に支払われる賃金、精皆勤手当、通勤手当及び家族手当などは含まれません。

中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施しています。ご活用ください。

☎ 026-223-0555 または
最寄りの労働基準監督署



「業務改善助成金」
「キャリアアップ助成金」
等についてはこちら
をご確認ください。

長野労働局 HP

募 ハートトレーニング 3月開講コース

ものづくりの知識・技能・技術を身に付ける公共職業訓練です。

▶募集コース・人員

①機械 CAD / NC 加工科 15名

②建築 CAD デザイン科 20名

▶期間 R4/3/1(火)～8/24(水)

▶会場 ポリテクセンター長野

▶受講料 無料(テキスト代等別途)

▶申込

1/25(金)までに、お近くのハローワークへお申込みください。

☎ 026-243-7856

知 【新成人の皆さまへ】国民年金のご案内

▶国民年金は20歳になると必ず加入をする制度です

加入に際し、届出は不要です。国民年金は老後の生活に備えるためだけではなく、病気や事故により一定の障がい状態になった場合にも受け取ることができます。また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族が受け取ることができます。なお、受給するには、一定の納付要件を満たす必要があります。

▶口座振替やクレジットカードでのお支払いがおすすめです

詳しくは、下記をご確認ください。

▶国民年金保険料を納めることが経済的に難しい場合は…

免除・納付猶予制度や、学生納付特例制度の手続きを行ってください。未納のまま放置しておくと、将来年金を受け取れなかったり、受け取る金額が少なくなってしまう場合があります。

☎ 0267-22-1482/ 市民課 国保年金係

知 【国民年金保険料を納付書で納めている方へ】 〈口座振替〉や〈クレジットカード納付〉のおすすめ

▶3つのおすすめ

1. 毎月金融機関・コンビニエンスストア等へ納付に行く手間・時間が省けます。
2. 保険料の納め忘れがありません。※預金残高にご注意ください。
3. 口座振替やクレジットカードでまとめて前払い(前納)すると割引になります。

▶前納割引とは…

前納には「6カ月前納(4～9月)(10～翌年3月)」「1年前納(4～翌年3月)」「2年前納(4～翌々年3月)」「早割(口座振替のみ・毎月50円割引)」の4種類あり、まとめる期間が長いほど割引額も高くなります。

▶申込方法

お申込みをされる方は、「国民年金保険料口座振替納付申出書」または「国民年金保険料クレジットカード納付申出書」をお近くの年金事務所または市民課窓口にご提出ください。

▶申込期限

○まとめて前払い(前納)の場合

「6カ月前納(4～9月)(10～翌年3月)」「1年前納(4～翌年3月)」「2年前納(4～翌々年3月)」「早割(口座振替のみ・毎月50円割引)」は令和4年2月28日(月)までにお申込みください。※必着

○毎月払い(早割含む)の場合

いつでも申込みでき、申込みの1～2か月後からの開始となります。

☎ 0267-22-1482 / 市民課 国保年金係

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お届けします!
【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。
TEL.0267-25-8009
〒384-0808 小諸市御影新田池ノ上2090-1
【受付時間】9時～17時(土・日・祝除く)

隣地との境界を明確にして お互いすっきりとしましょう!
土地の境界 / 土地の境界には筆ごとの範囲を公的に区分する「筆界」と、所有権の及ぶ範囲を区分する「所有権界」があります。一般にはこの両者は一致するものですが、所有権界は当事者間の合意や時効取得などにより変動することがあり、筆界と相違する場合もあります。
最新のGPS(衛星からの)測量技術で正確さを競っています。
TEL0267-22-9491
土地家屋調査士 川上 陽次郎
小諸市六供1-3-17 丸山写真館様3軒うえ
(株)ユーアール測量設計代表

募 「第11次小諸市交通安全計画」 のパブリックコメント

令和3年度をもって「第10次小諸市交通安全計画」が満了となるため、令和4年度から令和8年度の期間を対象とした市内の交通安全に関する施策の大綱を定めた「第11次小諸市交通安全計画」を策定します。

つきましては、広く市民の皆様の考えを反映させるため、ご意見を募集します。

▶素案閲覧及び意見の提出

市ホームページ、または、生活環境課窓口でご確認ください。

▶募集期間

1/4(火)～1/25(火)(必着)

☎ 生活環境課 生活環境係

募 統計調査員の募集

調査員は、国などが行う統計調査において、調査対象の世帯や事業所への調査票の配布、回収をします。調査員には、国の基準により報酬が支払われます。

▶主な業務内容

世帯・事業所への調査票の配布、記入依頼、回収及び市役所への提出

▶応募要件

- ①市内在住の満20歳以上の方
- ②税業務・警察業務・選挙等に直接関係のない方
- ③調査時に知り得た情報を保護し、責任を持って調査に従事できる方

▶応募方法

応募書類をお送りしますのでご連絡ください。書類は市ホームページからもダウンロード可能です。

☎ 企画課 企画広報係

《統計調査員の身分》

総務大臣や県知事から、統計調査の都度に期間を定めて任命される公務員です。期間中は一般公務員と同様の身分を有しますが、業務が一時的であるため、非常勤の国家公務員または地方公務員となります。また、調査活動中に災害にあった場合は、一般の公務員と同様に公務災害補償が適用されます。

知 小諸市都市計画と畜場の変更(廃止)に係る 素案の閲覧と公聴会を開催します

佐久広域食肉流通センターは、将来の処理頭数増加が見込めないことから、令和3年3月31日をもって業務を廃止しました。今後は、県内他施設において食肉流通の機能維持を図る方向性が示されていることから、都市施設からと畜場を廃止する都市計画変更を進めています。計画案作成にあたっては、地域住民の皆様からのご意見を伺うために、次のとおり素案の閲覧と公聴会を開催します。

【素案の閲覧】

▶期間 R3/12/24(金)～R4/1/18(火) ▶場所 都市計画課窓口(開庁日のみ)

【公聴会の開催】

▶日時 1/19(水) 9:00～12:00 ▶場所 市役所3階 第4会議室

※公聴会の傍聴を希望する方は、直接会場にお越しください。なお、公述の申出がない場合は中止となります。R4/1/7(金)以降にお問い合わせいただくか、ホームページからご確認ください。

【公述の申出】

公聴会で発言する方は、あらかじめ公述の申出が必要です。R3/12/24(金)～R4/1/7(金)までに「公述申出書」に必要事項を記入のうえ、都市計画課へ提出してください。申出書は閲覧場所に用意してあります。なお、郵送の場合は、1/7(金)必着とします。 ※申出提出は、市民及び利害関係を有する方に限る。

☎ 都市計画課 都市計画係

募 小諸市国民健康保険運営協議会委員の募集

小諸市国民健康保険の運営事業等について、市長の諮問に応じ審議していただく委員を募集します。

▶応募資格 ①任期の初日に年齢満20年以上の者であること ②小諸市国民健康保険の被保険者であること ③国民健康保険税に滞納のない世帯に属する者であること ④小諸市の他の委員会、審議会等の委員でないこと ⑤その他市長が定める事項に該当しない者であること

▶応募方法 申請書・履歴書・国民健康保険に関する作文(400字程度)を提出

▶選考方法 書類選考 ▶任期 R4/2/26～R7/2/25(3年間)

▶募集人数 1名 ▶募集期限 ～1/21(金) ☎ 市民課 国保年金係

募 令和4年春季自衛官等の募集

【予備自衛官補(一般・技能)】

▶身分 非常勤の特別職国家公務員

自衛隊長野地方
協力本部 公式HP

▶受験資格 ※年齢はR4/7/1現在

(一般)18歳以上34歳未満の方

(技能)国家資格免許を保有する18歳以上53歳～55歳未満(保有する免許による)

▶受付期間 1月上旬～4月上旬 ▶採用試験 4月中旬頃の指定日

【自衛官候補生】

▶受験資格 18歳以上33歳未満の男子

▶受付期間 年間を通じて(随時)

▶採用試験 1/29(土)、2/26(土)、3/12(土)

令和3年度の採用人員数に達した場合、採用試験を見送らせていただく可能性があります。また、資格等については、条件により異なります。詳しくは自衛官募集ホームページをご覧ください。

☎ 自衛隊上田地域事務所 電話・FAX:0268-22-5267

ホームページ: <https://www.mod.go.jp/pco/nagano/>



無料相談

相談はすべて無料です。お気軽にご利用ください。
※新型コロナウイルスの感染状況により延期または中止する場合があります。

市民法律相談 (事前申込制・前々日まで)

▶日時 1/21(金) 3/18(金) 9:30～16:30
▶場所 市役所3階 会議室
☎ 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 (事前申込制)

多重債務等で悩んでいる方、ひとりで悩まずにご相談ください。

▶日時 1/19(水) 15:00～17:00
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 (会場はお申込時にご案内します)

消費生活相談 (申込不要)

訪問販売、クレジット契約など消費者のお悩みについて、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 (祝日除く)
8:30～16:00 (相談受付時間)
▶場所 小諸市消費生活センター (市民課内)
※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。
☎ 市民課 市民協働・相談係 ☎0267-31-5100
消費者ホットライン ☎188 (休日はこちら)

佐久広域無料法律相談 (事前申込制)

▶日時 1/19(水) 9:30～16:30
2/2(水) 13:00～16:30
▶場所 佐久広域連合事務局
☎0267-62-7721 (受付開始 1/4(火) 8:30～)

行政相談 (申込不要)

国の仕事や、国からの法定受託事務として、地方公共団体などが行っている仕事に関する意見・要望をお聞きます。

▶日時 1/13(木) 13:00～16:00
▶場所 市役所3階 第5会議室
☎ 市民課 市民協働・相談係

相続登記はお済みですか月間 (事前申込制)

相続登記義務化の法律改正に伴い、「登記」「遺産分割」「遺言」などの相談をお受けします。

▶日時 2/1(火)～2/28(月) 9:00～16:00
(土曜・日曜・祝日除く)
▶場所 県内各司法書士事務所
▶予約 各司法書士事務所にお問合せください。
☎ 長野県司法書士会 ☎026-232-7492

+ 休日緊急医

[診療時間]

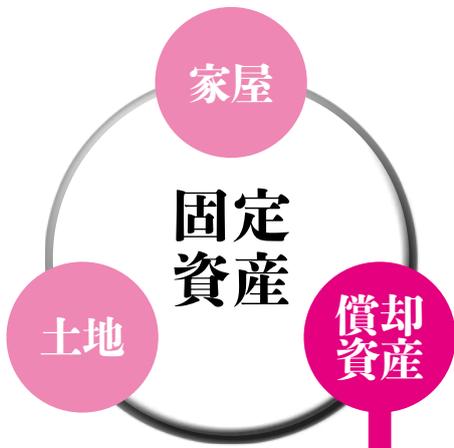
○医科 9:00～17:00 ●歯科 9:00～12:00

月/日	○医科 ●歯科 ◎薬局	電話番号	月/日	○医科 ●歯科 ◎薬局	電話番号
1/1 (土)	○浅間南麓こもろ医療センター(相生町) ◎こもろ薬局(赤坂) ◎赤坂てんじん薬局(赤坂)	22-1070 25-2002 31-0407	1/2 (日)	○小岩井整形外科(御影) ○柳橋脳神経外科(諸) ◎小諸あさま薬局(御影) ◎てんじん薬局(諸)	26-6788 23-6131 26-6226 31-6772
1/3 (月)	○小諸病院(荒町) ○桜井クリニック(滋野) ◎小諸のぞみ薬局(新町)	22-0250 26-1188 25-3981	1/9 (日)	○甘利医院わだ(和田) ●林歯科医院(相生町) ◎アイン薬局和田店(和田)	26-5500 22-0152 31-5512
1/10 (月)	○関医院(大手) ○武重医院(本町) ●おおつか歯科医院(六供) ◎こもろ相生薬局(相生町) ◎ほんまち薬局(本町)	22-2205 22-0171 24-6480 31-6334 26-1193	1/16 (日)	○小諸南城クリニック(小原) ○由井医院(田町) ●ゆみ歯科医院(御影) ◎小諸コスモス薬局(小原) ◎わかな薬局(田町)	26-5222 22-0327 26-2580 26-2282 26-3636
1/23 (日)	○高橋内科医院(古城) ○須江医院(赤坂) ●山口歯科医院(赤坂) ◎お天気堂薬局(相生町) ◎古城てんじん薬局(古城)	23-8110 22-2060 22-0442 25-4193 31-6556	1/30 (日)	○うすだ医院(御影) ○鳥山クリニック(八満) ◎みかげ薬局(御影) ◎小諸八満ほしまん薬局(八満)	22-0483 26-0308 24-3344 26-0881

※最新情報は、休日夜間緊急医案内サービス(☎0570-088-199)をご利用いただくか、小諸市公式HPでご確認ください。

申告 ご存知ですか？ 3つの「固定資産」

税務課 資産税係



固定資産には、土地・家屋・償却資産の3つがあります。この固定資産の所有者が、固定資産の所在する市町村に納めるのが「固定資産税」です。

償却資産については、申告が必要です

毎年1月1日現在に償却資産を所有している者は、地方税法により償却資産が所在する市町村に所有状況を申告する必要があります。申告により発生した税金額は4月中旬に所有者に通知します。※資産額によっては税金が発生しないこともあります。



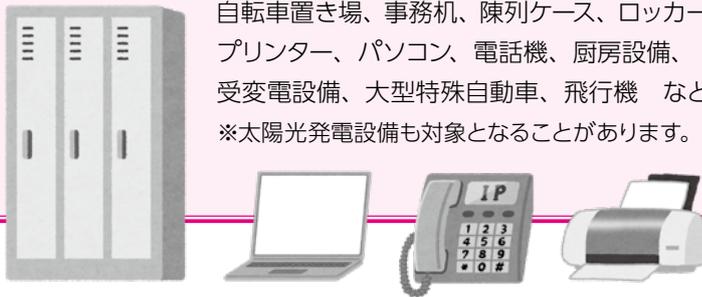
▶申告期限 1/31(月)

期限間近になると窓口が混雑します。
 お早めの提出にご協力ください。

しょうきゃくしさん 償却資産とは？

会社や個人が事業のために所有する機械、器具、構築物など

例えば … 駐車場の舗装、看板、フェンス、外灯、外構、
 自転車置き場、事務机、陳列ケース、ロッカー、
 プリンター、パソコン、電話機、厨房設備、
 受変電設備、大型特殊自動車、飛行機 など
 ※太陽光発電設備も対象となることがあります。



※昨年度まで申告のあった方や開業等をされた方には、ご案内を送付しております。

※今まで未申告の方や開業等をされてもご案内が届かない方など、申告書がお手元にならない方にはお送りいたします。税務課までご連絡ください。記載内容は、会計士様や税理士様などにご相談ください。なおeLTAXでも申告可能です。

ご芳志をいただきました

- ▶ふるさと納税寄付金 2,425件 44,117,000円 (R3/11)
- ▶高齢者福祉のため 「金一封」 李鴻淑様
- ▶文化振興のため 「木口木版画1点」 高橋公一様 / 「金一封」 小諸教育を愛する会様
- ▶市内小学校の音楽活動のため 「バリトンサクソフォン1本」 匿名希望
- ▶市内中学校の教育活動のため 「FF式石油暖房機、レーザープリンタ各1台」 匿名希望

編集後記 editorial note

新年、明けましておめでとうございます。新年号では、小諸を盛り上げる取り組みを「タネ」に見立てて紹介いたしました。皆さんが育てる「未来へのタネ」は、どんなものでしょうか。2022年も、広報こもろをよろしくお願いたします。(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

参加無料
あそびひよこの日
 1/19(水) 入園前の親子の皆さま対象
「冬のあそびを見つけよう!」
 【受付】9:45~10:20 【活動時間】11:40まで
 ご予約いりません。詳しくは電話でお問い合わせ下さい。

園見学いつでもお受けしています

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>