

知 小諸市公式LINEを ご登録ください!

市では、防災・防犯情報に特化した公式LINEアカウントを開設しています。防災・防犯情報の取得方法の一つとして、ぜひご利用ください。

☎ 危機管理課

危機管理防災係



登録はこちら

知 脳いきいき教室

【介護保険制度ってなあに?】

介護保険についてのお話や楽しく頭を使いながらの体操を行います。お出かけください。

▶日時 2/22(火) 13:30～15:00

▶場所 高齢者福祉センター
「こもれび」

【認知症 家族の対応について】

認知症の方への対応について理解を深めるための講演会を開催します。

▶日時 3/4(金) 13:30～15:00

▶場所 市役所3階 第1・2会議室

▶講師 医療法人山月会小諸病院
副院長 高木啓倫医師

▶定員 40名

▶申込 3/3(木)までに電話でお申込みください。

☎ 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 2/17(木) 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

《上記2教室について》

○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。

イ 第17回小諸市人権フェスティバル

福祉の向上や、差別解消に向け、多くの方に人権について考えていただく機会として「第17回小諸市人権フェスティバル」を開催します。

▶日時 2/20(日) 13:00～15:30

▶場所 小諸市人権センター(御幸町1-10-11)

※駐車場は、小諸市宮野球場をご利用ください。

▶内容

●小・中学校人権啓発作品表彰式

●発表 ・芦原中学校ダンス動画視聴

・童謡を歌ってリフレッシュ教室

●講演会(14:00～15:30)

演題 「認知症の人を支えることについて」

講師 上田市NPO法人やじろべー代表 中澤純一さん

定員 50人(先着)※新型コロナウイルス感染防止のため、人数制限を行います。

申込 2/16(水)までに電話、FAXでお申込みください。

●展示 ・小中学校人権啓発作品・絵手紙サークル作品・集会所事業作品 他

●販売 ・手づくり小物・焼き芋・ヘチマ水

※新型コロナウイルスの感染状況により中止する場合があります。

☎ 小諸市人権センター ☎23-5521 FAX 23-5554

イ 【地震体験車】様々な地震・震災の揺れを体験しよう!

長野県に1台の地震体験車で過去の地震・震災の体験ができます。

▶日時 2/11(金) 9:00～11:00 小諸消防署(駐車場)

2/12(土) 9:00～11:00 ツルヤ小諸東店(駐車場)

2/13(日) 9:00～11:00 南城公園(駐車場)

▶定員 1回4名

▶申込 なし(当日来場順に体験)

※新型コロナウイルスの感染状況により中止する場合があります。

☎ 小諸消防署 警防係

知 小諸市市民活動促進事業補助金

市民活動の促進を図ることを目的に、市民活動団体が行う公益的な市民活動に対し、事業にかかる費用の一部を補助します。

▶補助金の種類

【チャレンジコース】上限20万円

初めて補助を受ける団体が対象。

【ステップアップコース】上限15万円

チャレンジコースで補助を受け、継続的・発展的に活動している団体が対象。

※原則、前年度交付団体は除く

▶応募方法(事業計画書提出)

【受付期間】2/1(火)～2/17(木) 【受付場所】市民課

※応募用紙は2/1(火)より市民課で配布。市ホームページからもダウンロード可能。

☎ 市民課 市民協働・相談係

知 2月は児童手当の支給月です

- ▶支給日 2/15(火)
※10～1月分を支給。
 - ▶対象 0歳から中学校修了前の児童を養育している方
 - ▶支給額(月額)
 - 3歳未満 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子以降)
 - 中学生 1万円※特例給付(所得制限限度額に該当する場合は、児童一人につき月額5千円。
- ☎ 厚生課 家庭支援係

知 宝くじの助成金で整備しました

(公財)長野県市町村振興協会が実施している「地域活動助成事業」を活用し、区民の安全確保と地域活動の充実のために、天池区が屋外放送設備を整備しました。

この事業は、宝くじの収益金により実施され、社会貢献広報事業の一環として、自治会等のコミュニティ活動に必要な備品の整備に役立っています。

☎ 総務課



募 「信濃川水系河川整備計画(変更原案)」に対する意見募集

この度、国土交通省千曲川河川事務所では、信濃川水系の今後の川づくりについて具体的な実施内容となる信濃川水系河川整備計画(変更原案)を作成しました。信濃川水系整備計画(変更原案)に対するご意見を関係住民の皆様から募集します。

詳細につきましては、専用ホームページ(右記二次元コード)をご確認下さい。



☎ 国土交通省千曲川河川事務所調査課
☎026-227-9434

知 【後期高齢者医療】人間ドック補助金申請時の必要書類等について

令和4年4月1日から、後期高齢者医療に加入の方が人間ドックの補助金を申請するにあたって必要な書類等に、下記のとおり「受診結果」が加わります。

R4/3/31 までに申請する場合	R4/4/1 以後に申請する場合
<ul style="list-style-type: none">・領収書・振込先口座が分かるもの・印鑑 (申請者と口座名義人が異なる場合)	<ul style="list-style-type: none">・領収書・振込先口座が分かるもの・印鑑 (申請者と口座名義人が異なる場合)・受診結果(※)

※令和4年4月1日以降にこもる医療センター、浅間総合病院、佐久総合病院で受診する方で、受診の際に「人間ドック受診結果提供同意書」を記入いただいた場合には、同意書の本人控えをお持ちください。病院から市に受診結果が提供されますので、受診結果の提出は不要です。

☎ 市民課 国保年金係

知 【令和3年度男女共同参画セミナー】「初対面からスムーズに話せるコミュニケーション術」

初対面の人と話すのは緊張したり、苦手意識でついつい億劫になってしまったりしがちです。聞き方や話し方のスキルを学ぶことで、コミュニケーション能力が高まり、人間関係もスムーズになります。

仕事でも役に立つスキルを、この機会に身につけてみませんか。

- ▶日時 2/26(土) 13:30～15:30
- ▶会場 人権センター2階 大会議室
- ▶講師 鈴木 優子さん(コミュニケーションアドバイザー)
- ▶定員 30名 ▶託児 無料(事前にお申し込みください)
- ▶申込 2/18(金)までに電話・ファックス・メールでお申し込みください。

※新型コロナウイルスの感染状況により中止となる場合があります。

☎ 人権政策課(内線2311) FAX23-8857 ✉seisaku@city.komoro.nagano.jp

知 「地域猫講演会～みんなで解決!野良猫トラブル～」

野良猫による近隣トラブルは、多くの相談が寄せられている身近な環境問題です。個人の力で解決が難しいこの問題は、地域の問題として解決していく必要があります。野良猫による環境被害を減らし、人と猫が共生していくための講演会を開催します。猫が好きな方や猫でお困りの方は、ぜひお越しください。

- ▶日時 3/6(日) 13:30～15:00(開場:13:00)
- ▶会場 市民交流センター ステラホール
- ▶申込 下記へ電話でお申込みください。
- ▶定員 156名(先着順)
- ▶後援 佐久保健福祉事務所
長野県動物愛護会佐久支部

※新型コロナウイルスの感染状況により入場制限や中止となる場合があります。

☎ 生活環境課 生活環境係
(内線2275)

講師:NPO法人ねりまねこ(東京都練馬区)
亀山 嘉代さん(副理事長) 亀山 知弘さん(理事長)
(東京都動物愛護推進員、練馬区地域猫推進ボランティア)



【学校再編基本構想(案)】 市民説明会を開催

市内小中学校の再編に関わり、令和3年4月に小諸市学校教育審議会の答申を受け、教育委員会において学校再編検討会を15回に渡り開催しました。

その結果をまとめた「学校再編基本構想(案)」について、下記日程で、市民説明会及びパブリックコメントの募集を実施します。

多くの皆様のご参加をお待ちしております。

【第1回市民説明会】

- ▶日時 2/14(月) 18:30～
- ▶会場 芦原中学校

【第2回市民説明会】

- ▶日時 2/15(火) 18:30～
- ▶会場 小諸東中学校

※新型コロナウイルス感染症対策として、市民説明会への参加を希望される方は事前に学校教育課までお申込みください。

※感染警戒レベル3以下の場合は会場での開催とし、感染警戒レベル4以上の場合は動画での配信を行います。

【パブリックコメント募集期間】

2/14(月)～3/14(月)

市民説明会及びパブリックコメントに関する詳細は、小諸市公式HPにて、随時更新いたします。公式HP内で「学校再編検討会」と検索するか、



左記二次元コードからアクセスし、ご確認ください。

☎ 学校教育課 教育総務係

【小諸市都市計画と畜場の変更(廃止)に係る 計画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。

ついでに、地域住民の皆様からのご意見を伺うために、次のとおり計画案の閲覧と公聴会を開催します。

【計画案の閲覧】

- ▶期間 2/3(木)～2/17(木)
- ▶場所 都市計画課窓口(開庁日のみ)

【公聴会の開催】

- ▶日時 2/18(金) 9:00～
- ▶場所 市役所3階 第3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。2/10(木)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。2/3(木)～2/10(木)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、2/10(木)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ります。

☎ 都市計画課 都市計画係

【「低所得の子育て世帯生活支援特別給付金」の 申請は、お済みですか?】

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて低所得の子育て世帯を対象に「子育て世帯生活支援特別給付金」を支給しています。

令和3年1月以降の収入が減少し、住民税非課税の水準となった方やひとり親世帯で児童扶養手当受給者と収入が同等の水準となった方で、まだ申請の済んでいない方は申請してください。

※既に、0～18歳のお子さんのいる世帯で住民税非課税の方及び児童扶養手当受給者の方には、支給済みです。

- ▶申請期限 2/28(月)

- ▶申請方法 申請方法の詳細は、下記二次元コードよりご確認ください。



ひとり親世帯以外 ←



ひとり親世帯 ←

低所得の子育て世帯
生活支援特別給付金
(ひとり親世帯以外
の子育て世帯分)

低所得の子育て世帯
生活支援特別給付金
(ひとり親世帯分)

☎ 厚生課 家庭支援係

ひよこの日 入園前の親子参加の皆さま対象 無料

2/10(木)「みんな集まれ!ふれあい遊び」

【受付】9:45～10:00
【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。

1号認定:3歳のお誕生日より入園できます
詳しくは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>

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

デイサービスセンター

軽費老人ホーム

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

知 【出張がん相談】 オンラインセミナーの開催

がん治療中は「病気のこと」「薬のこと」「お金のこと」「仕事のこと」など様々な不安や疑問を抱きやすくなります。

闘病生活に必要な情報や心得をオンラインでお伝えします。

▶日時

3/16(水) 13:30～14:30

▶講師

- 原菜緒 医師
 (佐久総合病院地域ケア科及び
 ほっちのロッジ診療所)
- 井出康江 緩和ケア認定看護師
 (佐久医療センター
 がん相談支援センター)
- 猿橋澄子 ソーシャルワーカー
 (浅間南麓こもる医療センター)

▶受講料

無料 ※通信費用は自己負担

▶定員

100名(先着)

▶申込

3/13(日)までに下記二次元コードかURL (<https://is.gd/jbRsAm>)よりお申込みください。招待メールを送らせていただきます。



お申込み
 フォーム



▶その他

相談事項等がある方は、お申込みフォームにご入力ください。

☎ 健康づくり課 健康支援係

知 【小諸市福祉燃料等助成事業】燃料券の送付について

小諸市は、厳寒期を迎える中において石油価格の高値が続いている状況を踏まえ、暖房費用等の一部を助成することにより家計の負担軽減を図るため、対象の世帯に燃料券を送付しました。

▶対象世帯

令和3年12月1日現在で住民基本台帳に登録されている令和3年度の住民税非課税世帯で次のいずれかに該当する世帯または生活保護世帯

- ①75歳以上の方のみで構成されている世帯
- ②身体障害手帳の級別が1級または2級に該当する方がいる世帯
- ③療育手帳の障害程度がA1またはA2に該当する方がいる世帯
- ④精神障害者保健福祉手帳の障害等級が1級に該当する方がいる世帯
- ⑤母子及び父子世帯

※社会福祉施設等への入所者除く。

▶助成額 1世帯につき10,000円(燃料券1,000円分を10枚)

※重複して該当する世帯は、10,000円を上限とする。

※燃料券は、市内登録店舗で灯油・ガソリン・軽油・ガスの購入に利用可能

▶利用可能期間 ～3/31(木)

▶その他 対象世帯には、世帯主あてに1月中に簡易書留にて送付。

☎ 高齢福祉課

知 令和4年度 マレットゴルフ場団体予約

令和4年度のマレットゴルフ場の団体利用予約を開始します。

利用を希望する団体はお申込みください。

▶対象施設

市内マレットゴルフ場
 (南城公園・平成の森・御影)

▶申込開始日

2/22(火)

▶その他

団体が多数の場合、ご希望に添えないことがあります。

☎ スポーツ課 スポーツ振興係



知 令和4年度 学校体育施設開放事業

学校の体育施設の利用を希望する団体は、お申込みください。

▶対象施設

市内小・中学校の体育館及び校庭

▶申込期間 2/7(月)～2/21(月)

▶対象団体 (下記すべてに該当)

- ①市内在住、在勤または在学する方で構成された10人以上の団体
- ②指導者、責任者がいて、練習計画またはプログラムがある団体
- ③年間を通して利用する団体

▶その他

団体が多数の場合、ご希望に沿えないことがあります。新規または再登録する団体は、事前にご相談ください。

☎ スポーツ課 スポーツ振興係

高齢者の お食事宅配 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。
フードサービスことぶき ●ご注文・お問い合わせはお気軽にどうぞ!
 〒384-0808 TEL.0267-25-8009
 小諸市御影新田池ノ上2090-1 フードサービスことぶき 検索 【受付時間】9時～17時(土・日・祝除く)

2月15日(火)※販売開始!
寒ざらし蕎麦粉 毎年大好評
 【1kg】2,400円(税込) / 【500g】1,300円(税込)
※気候により販売開始日が多少変動する場合がございます。また、加工状況によって販売が延期になる場合もございます。お問い合わせください。
半生麺 3月1日(火)より販売! 4食1,200円(税込)
【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
蕎麦粉屋 大西製粉 店内全品 **10%OFF**
〒384-0008 小諸市東小諸甲1581 TEL.0267-22-0585 有効期限2022年3月31日まで

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 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

佐久広域無料法律相談 (事前申込制)

▶日時 2/16(水) 9:30～16:30
3/2(水) 13:00～16:30
▶場所 佐久広域連合事務局
☎0267-62-7721 (受付開始 2/1(火) 8:30～)

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)

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 2/17(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

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 2/16(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)

人権特設相談所 (申込不要)

いじめ、差別、虐待、近隣間の騒音、金銭貸借、その他の人権に関わる問題でお悩みの方は、ご利用ください。秘密は固く守られます。

▶日時 2/2(水) 13:00～15:00
▶場所 人権センター
☎ 人権政策課

+ 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
2/6 (日)	○桜井クリニック(滋野) ○矢島医院(乙女) ●小池歯科医院(紺屋町) ◎小諸コスモス薬局(乙女)	26-1188 22-8148 22-0130 26-2282	2/11 (金)	○佐々木医院(南町) ◎小諸あさま薬局(御影) ◎さかもと薬局(南町)	22-0503 26-6226 23-8228
2/13 (日)	○東小諸クリニック(御影) ○関医院(大手) ◎御影のぞみ薬局(御影) ◎こもろ相生薬局(相生町)	25-8104 22-2205 26-3981 31-6334	2/20 (日)	○浅間南麓こもろ医療センター(相生町) ●堀籠歯科医院(御幸町) ◎こもろ薬局(赤坂) ◎勉強堂薬局(相生町)	22-1070 23-0575 25-2002 22-0508
2/23 (水)	○甘利医院わだ(和田) ◎アイン薬局和田店(和田)	26-5500 31-5512	2/27 (日)	○武重医院(本町) ○鳥山クリニック(八満) ●山口歯科医院西小諸診療所(滋野) ◎ほんまち薬局(本町) ◎小諸八満ほしまん薬局(八満)	22-0171 26-0308 24-8148 26-1193 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(右記二次元コード)からご確認ください。



休日当番医一覧表



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2戸

◆富士見平団地【丙 455】

○765号【簡易、平屋、4軒長屋、3DKB】
 昭和49年竣工、家賃6,200円～

◆囃団地【東雲 6-7-1】

○240号【簡易、2階、5軒長屋、3DKB】
 昭和58年竣工、家賃17,600円～

▶募集期間

2/4(金)～2/10(木) 8:30～17:15 ※土日除く

▶現地事前公開 (スリッパをご持参下さい)

富士見平団地 765号 2/4(金) 10:00～10:30
 囃団地 240号 2/4(金) 10:45～11:15

▶応募要件

- ① 同居親族があること (ただし、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有ること
- 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

▶申込方法

申込用紙・所得証明・納税証明 (所得証明/納税証明は高校生以上)・住民票謄本 (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 2/15(火)】

県営住宅入居者募集

※受付時間、休日の受付はお問い合わせください。

▶募集期間 2/9(水)～2/18(金)

※募集の詳細は、2月上旬に長野県ホームページまたは下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

☎ 長野県住宅供給公社佐久管理センター

☎ 0267-78-5410 FAX 0267-78-5413

ご芳志ありがとうございました

▶ふるさと納税寄付金

5,543件 123,414,000円 (R3/12)

▶企業版ふるさと納税寄附金

「10,000,000円」 渡辺パイプ株式会社 様

▶高齢者福祉のため

「金一封」 李 鴻淑 様

▶文化振興のため

「金一封」 林 嘉市 様

編集後記 *editorial note*

今月号巻頭では、「公募設置管理制度を利用した小諸市飯綱山公園官民連携魅力向上事業」を、お知らせしました(長くて難しい言葉ですね笑)。ぜひ、感想やご意見をお寄せください。

この事業では、公園施設の収益が、施設整備に還元されることが大きな特徴となっています。新たな魅力を手に入れる飯綱山公園。私も、とても楽しみです!

もう一つの特集は、成人年齢18歳への引き下げに伴う消費者トラブルの、注意喚起です。華々しい門出に、思わぬトラブルに巻き込まれぬよう、ご一読ください。身近な方と話題にしていただけと嬉しいです。(塩川)

運用代行サービスいたします! twitter facebook Instagram YouTube Google Youtube

これから始めるWEB広告

こんなお悩みありませんか?

WEB広告を出してみたいけど、何をすれば良いかわからない...

自社の商品・サービスをどうやってPRすれば良いかわからない...

そもそも良くわからないし、忙しくてやっつけられない...

様々な種類のSNS・WEB広告を一括サポートします!

Q1 どのくらい費用がかかるの?

1ヶ月の目安

一日1,100円～始められます!
66,000円～

※契約期間6か月以上の場合、6か月に満たない場合、初期費用が必要となります。

内訳 ◎広告費: 33,000円～(税込) ◎運用代行費: 33,000円～(税込)

Q2 運用代行って具体的には何を?

- 結果を分析し、予算の中で効率化します
- 利用開始の手続き
- 表示する広告原稿の制作 (※制作する内容により、別途お見積り) など

A/C 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