

知 小諸市公式LINEをご登録ください!

市公式LINEでは、防災・防犯情報をお知らせしています。

平時・緊急時の情報取得に、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

「自分が望む最後を迎えるために」のお話や楽しく頭を使いながらの軽い体操を行います。ぜひお出かけください。(申込不要・無料)

▶日時 3/14(火) 13:30～15:00

▶場所 高齢者福祉センター
こもればい

▶対象 60歳以上の市民

☎ 高齢福祉課 長寿支援係

知 簡単! 食事チェック

しっかり食べているつもりでも、気づかないうちに栄養不足になっていることも! 簡単な測定機を使い、普段の食事をチェックしてみませんか? 美味しく食べるためのお口を維持するポイントや口腔ケアもお伝えします。測定のための教室なので、一人10分で終了! (申込不要・無料)



▶日時 3/15(水) 10:00～11:30

※時間内では、いつでも測定可能

▶場所 高齢者福祉センター
こもればい

▶対象 60歳以上の市民

☎ 高齢福祉課 長寿支援係

知 新型コロナワクチン接種に関するお知らせ 【小諸市の集団接種会場は3月末で終了予定です】

令和5年2月15日現在、国が定める新型コロナワクチン接種の実施期間は令和5年3月31日までとなり、令和5年4月以降につきましては、「必要な接種を受けられるようにする」との方針が示されていますが、具体的な実施内容は未定となっています。市役所隣接特設会場で実施中の集団接種につきましては、令和5年3月末で終了予定ですので、接種の対象となっている方は、お早めの接種をご確認ください。

▶12歳以上の方

初回接種(1・2回目接種)を完了している方は、「令和4年秋開始接種」の対象となります。令和4年秋開始接種では、3回目から5回目接種において、1人1回オミクロン株対応ワクチンの接種を受けることができます。なお、初回接種を完了していない方は、従来型ワクチンでの初回接種を受けることができます。

▶小児(5歳～11歳)・乳幼児(生後6か月～4歳)の方

令和4年9月より、小児(5歳～11歳)の3回目接種が開始されました。また、令和4年10月からは、乳幼児(生後6か月～4歳)の接種も開始されています。小児・乳幼児の接種は、市内医療機関での個別接種で実施中です。

※乳幼児接種は11週間をかけ3回の接種が必要なため、接種券については、令和5年3月末に3回接種が可能な令和4年6月までの誕生者に送付しております。令和4年7月以降に生まれた方の接種をご希望の場合は、コールセンターまでご連絡ください。

▶お問い合わせは、下記へお電話ください

小諸市新型コロナワクチン接種コールセンター

☎ 0570-07-1700【受付時間】9:00～17:00(土日・祝日を除く)

知 浄化槽維持管理費補助金をご活用ください

市内の浄化槽について、維持管理にかかる費用の一部を補助しています。

▶交付対象(以下条件を全て満たす浄化槽が補助金対象)

- 市内公共下水道及び農業集落排水の処理区域を除く地域に設置されている。
- 住宅または店舗併用住宅に設置された10人槽以下の合併処理浄化槽である。
- 申請者に市税、水道料金等の滞納がない。

▶支給上限額(年)

【保守点検:13,000円】 【法定検査:5,000円】 【清掃:10,000円】

▶申請期限

- 令和3年度中に実施・支払いをした点検など → R5/3/31(金)
 - 令和4年度中に実施・支払いをした点検など → R6/3/29(金)
- (点検・検査等を実施、支払いをした次の年度の末日まで申請できます。)

▶申請方法

申請用紙を下水道課窓口で受取るか、市HPよりダウンロードしていただき、直接提出または下水道課まで郵送でお送りください。

※支払をした金額が分かる領収書等の写しを添付してください。

☎ 下水道課 普及整備係

知 林地開発許可制度が変わります

森林を開発して太陽光発電設備を設置する場合の林地開発許可の面積要件が、令和5年4月より、以下のとおり変更となります。

▶変更内容

(～R5/3) 「1ha」を越える場合は、県知事による林地開発許可が必要
(R5/4～) 「0.5ha」を越える場合は、県知事による林地開発許可が必要

☎ 長野県佐久地域振興局 林務課 ☎ 0267-63-3156
農林課 林務係

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 3/20(月) 9:30～11:30
13:00～15:30

▶場所 市役所 1階北側

▶種類 全血献血 (400ml)

▶採決基準

【年齢】 男性 17～69歳

女性 18～69歳

【体重】 男女とも 50kg以上

※65～69歳の方は、60～64歳までに献血の経験がある方

▶持ち物

献血手帳・カード、顔写真入りの身分証明書 (運転免許証など)

☎ 健康づくり課 保健予防係

募 審議会委員等の募集

【小諸市青少年補導委員】



青少年の健全育成・環境浄化に関する活動をしていただきます。

▶応募資格

市内に在住又は通勤・通学する満18歳以上で、以下を満たす方
○市の他審議会等の委員になっていない方

○市税及び市の料金に滞納がない方

▶活動 支部による補導活動

(年4回程度)

▶任期 2年 (R5/4～R7/3)

▶人数 10名程度

▶応募 3/17(金)までに、住所・氏名・電話番号・生年月日・性別を明記し、メール、郵送、または直接下記までご提出してください。

※その後、面接をおこないます。

☎ 文化財・生涯学習課

文化財・生涯学習係

✉gakushu@city.komoro.nagano.jp

イ 浅間山火山防災講演会

災害から身を守るための第一歩は、「災害を知る」ことです。活火山「浅間山」を知り、いざという時のために防災力を身につけましょう。

▶日時 3/11(土) 13:30～15:30

▶場所 市民交流センター ステラホール

▶講師 ○気象庁浅間山火山防災連絡事務所 事務所長 飯島聖氏
○日本大学文理学部 教授 安井真也氏

▶内容 「浅間山の現状と火山防災について」「浅間山の噴火史と小諸市」
☎ 危機管理課 危機管理防災係

イ ゼロカーボン・環境フォーラム

小諸市は2050年までに「ゼロカーボンシティ(二酸化炭素排出量実質ゼロ)」を目指しています。「ゼロカーボンシティ」の推進に関わる様々な内容をテーマに、講演会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

▶日時 3/21(火・祝) 13:30～15:00

▶場所 市民交流センター ステラホール

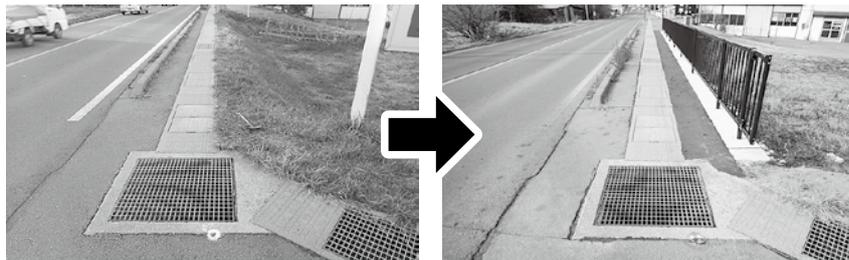
▶内容 「ゼロカーボン・脱炭素を考える」「補助金制度のご案内」
「ごみの減量と分別」

☎ 生活環境課

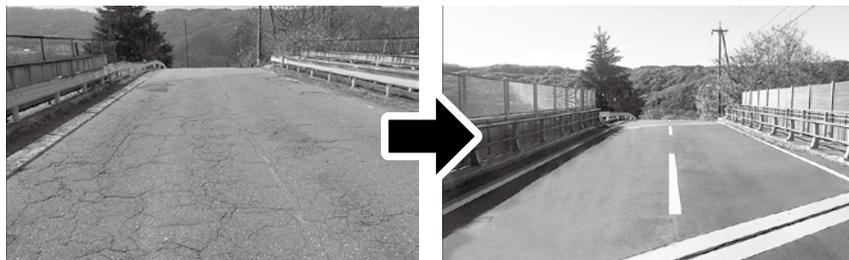
知 市道のリニューアル工事を進めています

建設課では、老朽化した橋梁やアスファルト舗装の更新、歩道の新設等を進めています。今後も、安心して通行できる市道を目指して、更新等工事を進めてまいりますので、工事の際はご理解・ご協力をお願いします。

▶整備された市道の例をご紹介します



防災・安全社会資本整備交付金事業 市道0146号線 歩道改良工事



国補道路メンテナンス事業 狐原橋 道路橋補修工事 (市道0128号線)

市内に建設された市道の延長は「951km」(内舗装延長は703km)、橋梁は「222橋」。補修件数は、年間約3,000件にも上ります。

☎ 建設課 建設係

募 市民農園を ご利用ください！

野菜や花を育てながら、土と触れ合ってみませんか？

▶利用開始日 R5/4/1

▶面積 1区画 50㎡ (約 15 坪)

▶募集区画

農園名	募集区画数
六供	1
小原	3
東雲	9

▶利用金額 年額 2,500 円

▶応募方法 3/24 (金)までに所定用紙に必要事項を記入のうえ、農林課までお申込みください。

☎ 農林課 農地調整係

募 小諸市公園 クリーン活動団体

小諸市クリーン活動奨励金を活用し、公園及び除草のボランティア作業をしてくださる団体を募集します。

▶活動内容 ○月1回以上の清掃
○年2回以上の除草

▶奨励金 (年額)

【実績面積 240㎡以上】

→ 面積 (㎡) × 25 円 (上限 12 万円)

【実績面積 60㎡以上 240㎡未満】

→ 6,000 円

▶対象公園 市が管理している都市公園や緑地公園等

☎ 都市計画課 まち整備係

知 本陣主屋の指定管理期間の変更について

大手門公園内にある本陣主屋は、これまで指定管理制度のもと、NPO 法人こもろの杜様により管理が行われてきました。この度、市として本陣主屋を「教養施設」から「便益施設」へと変更したことをもって、指定管理による管理を令和 5 年 3 月末をもって終了とすることとしました。

このことにより、4 月以降は施設利用及び見学ができなくなりますのでお知らせいたします。今後の管理及び利用方法については、決定次第、広報こもろ等でお知らせします。

☎ 商工観光課 企業立地定住促進係

募 令和5年度 春季自衛官等募集案内

【予備自衛官補 (一般・技能)】 (身分：非常勤の特別職国家公務員)

▶受験資格 ※資格は R5/7/1 現在

(一般) 18 歳以上 34 歳未満の方 (技能) 国家資格免許を有する 18 歳以上 53 歳未満 (保有免許による) の方

▶受付期間 R5/1/10 (火) ~ 4/6 (木)

▶一次試験 R5/4/8 (土) ~ 23 (日)

【自衛隊幹部候補生】

▶受験資格 ※資格は R5/4/1 現在

(大卒程度) ① 22 歳以上 26 歳未満の方 ② 20 歳以上 22 歳未満で大学を卒業した方 (卒業見込みを含む) ③ 22 歳以上 28 歳未満で修士課程等を修了 (見込み含む) またはこれに相当する方 (院卒者) 20 歳以上 28 歳未満で修士課程を修了した方

▶受付期間 R5/3/1 (水) ~ 4/14 (金)

▶一次試験 R5/4/22 (土)・23 (日)

【一般曹候補生】

▶受験資格 18 歳以上 33 歳未満の方

▶受付期間 R5/3/1 (水) ~ 5/9 (火)

▶一次試験 R5/5/19 (金) ~ 28 (日)

【自衛官候補生】

▶受験資格 18 歳以上 33 歳未満の方

▶受付期間 随時

▶試験期日 受付時にお知らせします。

☎ 自衛隊上田地域事務所 ☎・FAX 0268-22-5267



詳細はこちら

募 令和5年度 人権センター講座・教室

人権センターは部落差別をはじめとするあらゆる差別をなくし「人権が尊重されるまちづくり」の拠点です。人と人とのふれあいからお互いを理解し、絆が出来ることをめざし、各種講座・教室を開催します。(参加費無料)

講座名	講師	開催日	開催時間	定員
身体かるやか「いきいき体操教室」A	田澤幸枝	毎月第1火曜 (全12回)	13:30 ~ 14:15	25名
身体かるやか「いきいき体操教室」B	田澤幸枝	毎月第1火曜 (全12回)	14:30 ~ 15:15	25名
歌って長寿「カラオケ教室」	土屋千明	毎月第2金曜 (全12回)	13:30 ~ 15:00	20名
「童謡を歌ってリフレッシュ教室」	臼田隆子	毎月第4水曜 (全12回)	13:30 ~ 15:00	40名
「古文書をもとに部落史を学ぶ会」	市川包雄	毎月第2水曜 (全12回)	19:00 ~ 20:30	15名
初めての「太極拳教室」	小出義宗	5 ~ 10月 第1・3金曜 (全12回)	14:00 ~ 16:00	25名
体の変化にそなえる「ゆったりヨガ教室」	臼田貴子	毎月第3火曜日 (全12回)	13:30 ~ 15:00	35名
夕刊にトライ!「新聞活用 (NIE) 講座」※	木内清	毎月第4水曜 (全12回)	19:00 ~ 20:30	15名

▶申込 人権センター窓口 または 電話・FAX (下記) へお申込みください。(先着順) ※「新聞活用 (NIE) 講座」のみ、教材費別途で年 1,000 円。

4/3 (月)より受付を開始いたします。(窓口 8:30 ~ 電話・FAX 13:00 ~)

【問合せ・申込先】 人権センター ☎ 23-5521 FAX 23-5554

健康

こもろ健幸マイレージ×てくてく小諸人



☎ 健康づくり課 ☎ 25-1880

こもろ健幸マイレージは、健(検)診を受けてウォーキングをすることで楽しく健康になれる企画です。今年度は直売所利用券と飲食券が合計 1,000 円分もらえ、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。18 歳以上(高校生を除く)の方が対象です!



最新情報

仲間と歩きたい方におすすめ (予約不要・無料) → 1 回参加で、1 スタンプゲット!

名称	日程	集合時間(歩く時間)	集合場所	問い合わせ先
あさまウォーキング	3/4(土)、18(土) 4/1(土)、15(土)	9:30(約1時間)	小諸ユースホステル	小諸ユースホステル ☎ 23-5732
こもろウォーキング	3/5(日)、4/23(日) ※1	8:00(約20分)	懐古園馬場	まきはうす ☎ 090-1047-8065
キザキウォーキング	毎週水曜	8:00(約20分)	㈱キザキ本社	㈱キザキ ☎ 22-1354

※1 こもろウォーキングの開催日は、4月から第4日曜日に変更となります。

自分のペースで歩きたい方におすすめ (対象:専用アプリの利用が難しい方)

名称	内容	貸出場所	問い合わせ先
図書館ウォーキング	開業時間内に歩数計を貸出します。 3000歩以上でスタンプを付与。	市立小諸図書館	市立小諸図書館 ☎ 22-1019
野岸の丘ウォーキング	(1日1回まで)	ワークポート野岸の丘	ワークポート野岸の丘 ☎ 24-1244

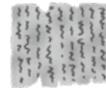
【マイレージの景品交換申請期限のお知らせ】

各カードの申請期限は、右のとおりとなっています。スタンプがたまっている方は、アプリ内か健康づくり課窓口でお早めに申請をお願いします。

カードの種類	申請期限
ファーストカード	R5/4/14(金)
ウォーキングカード	R5/4/7(金)

学び

令和5年度 古文書学習講座



☎ 文化財・生涯学習課 ☎ 22-1700 FAX 23-8857 ✉ gakushu@city.komoro.nagano.jp

小諸市に関連する古文書をテキストにして、古文書の読み方や、郷土の歴史を学ぶ講座です。

コース名	内容	定員	開催日
① 初級者コース (古文書いろは塾)	字のくずし方、読み方など、古文書学習の基本的なことについて学びます。	25名	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/22、 10/27、11/24、12/22、1/26、2/16、3/22
② 中級者以上コース (古文書ほへと塾)	古文書の複製を読みながら、郷土史の理解を深めていきます。	25名	4/20、5/18、6/15、7/20、8/17、9/21、 10/19、11/16、12/21、1/18、2/15、3/21

▶時間 18:30 ~ 20:00 ▶会場 古文書調査室(旧臨時小諸図書館) ▶受講料 年 1,000 円(各コース)

▶申込 3/6(月) ~ 3/17(金)の間に、電話、郵便、メール、FAX のいずれかの方法でお申込みください。

住所、氏名、電話番号、希望コースをご連絡・ご記載ください。(先着順)

りん ち きょう かい めい かく
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があります。

最新のGPS(衛星からの)測量技術で正確さを競っています。

お気軽にお電話ください
TEL 0267-22-9491 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

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
〒384-0808
小諸市御新田池ノ上2090-1
TEL.0267-25-8009
●ご注文・お問い合わせはお気軽にどうぞ!
【受付時間】9時~17時(土・日・祝除く)

スポーツ 令和5年度 体育施設の予約受付

☎ スポーツ課 スポーツ振興係 ☎ 22-1700 (代表)

令和5年度の体育施設の予約受付を開始します。それぞれの窓口または電話でお申込みください。

体育施設	受付開始日		予約方法	予約・問合せ先 (受付時間)
	①市内在住または 勤務・通学の方	②市外の方		
○大栄小諸球場 ○市営野球場 ○総合運動場	2/22(水)～ 3/3(金)	3/13(月)～	4月～11月分の予約を受け付けます。 ①の場合、記載期間内にお申込みください。 ※申込日が重複した場合、担当課で調整いたします。 ②の場合は、先着順で受け付けます。	スポーツ課 スポーツ振興係 ☎ 22-1700 (平日 9:00～17:00)
乙女湖公園運動場 (テニスコート・ ゲートボール場)	2/24(金)～	3/14(火)～	4月～11月分の予約を受け付けます。 調整会議は行わず、先着順となります。	文化センター ☎ 23-8880 (平日 9:00～17:00)
○総合体育館 ○武道館 ○屋内ゲートボール場 すぱーく小諸 ○和田体育館	3/1(水)～	3/15(水)～	4月～9月分の予約を受け付けます。 詳細は、直接お問合せください。	総合体育館 ☎ 23-3800 (9:00～17:00) 指定管理者： 小諸市体育協会

スポーツ 総合体育館自主事業に参加しませんか

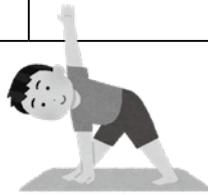
☎ 小諸市総合体育館 ☎ 23-3800 FAX 25-0070 (指定管理者：小諸市体育協会)

小諸市総合体育館では、様々なスポーツ教室を開設しています。トレーニングルームとあわせて、ご利用ください。

りらくす ヨガ教室

開催日	開催時間	開催場所
4/7、4/14、4/21、 5/12、5/19、5/26、 6/9、6/23、6/30 ※全て金曜日	①9:30～10:30 ②10:45～11:45	総合体育館 1階

- ▶対象者 一般 ※初心者大歓迎
- ▶定員 各回 20名
- ▶講師 白石奈美さん
- ▶参加費 1回 800円/1人
(当日持参)
- ▶申込 総合体育館まで電話でお申込みください。
途中参加も可能です。



ストレッチポール教室

開催日	開催時間	開催場所
4/8、4/22、5/13、 5/27、6/10、6/24 ※全て土曜日	9:30～10:30	総合体育館 2階

- ▶対象者 一般 ※初心者大歓迎
- ▶定員 各回 10人 ▶講師 岡田淳史さん
- ▶参加費 1回 1,000円/1人 (当日持参)
- ▶申込 総合体育館まで電話でお申込みください。

トレーニングルーム

- ▶開設場所 総合体育館 2階
- ▶利用料金 【1回】350円 (2時間) 【11回】3,500円
【1カ月券】5,000円

ご芳志ありがとうございました

- ▶ふるさと納税寄付金
366件 8,232,000円 (R5/1)
- ▶高齢者福祉のため
「金一封」 李鴻淑様
- ▶新入学児童のヘルメット購入費用のため
「金 202,000円」 小諸ライオンズクラブ様

編集後記 editorial note

今月は、水木一
さんの追悼記事
を掲載しました。
熱いメッセージ
をお寄せくださ
った皆様、あり
がとうございました。
2019年に小諸市
が水木さんとPR
動画を制作した
際には、撮影で
緊張する私に「
コタロー君、今
日は頑張ろう！
と気さく声をか
けてくださいま
した。張り詰め
た気持ちが一瞬
でほぐれました。
延期を重ね、3
年越しの開催と
なった市内で
のアニソンコン
サート。「アニ
キ」の笑顔は
忘れられません
。ドカンショ
で、その歌声を
再び！（塩川）

無料相談



司法書士による無料電話相談 (申込不要)

「昔の借金の請求が来たけど、払わなければいけない?」「認知症の父に借金の請求がきているけど、どうしたらいい?」など、昔の借金に関する相談をお受けします。

- ▶日時 3/4(土) 10:00～16:00
- ▶番号 0120-448-788 (フリーダイヤル)
- ☎ 長野県司法書士会 ☎026-232-7492

弁護士による佐久広域法律相談 (事前申込 3/1(水) 8:30～)

- ▶日時 ① 3/16(木) 10:00～16:00
② 4/5(水) 13:00～16:30
- ▶場所 ①御代田町役場
②佐久市生涯学習センター (野沢会館)
- ☎ 佐久広域連合事務局 ☎0267-62-7721

消費者トラブル情報バックナンバー

これまで広報こもろに掲載してきた「消費者トラブル情報」を、市公式HPにまとめて紹介しています。



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・要望を行政相談員がお聞きします。

- ▶日時 3/9(木) 13:00～15:00
- ▶場所 市役所3階 第3会議室
- ☎ 市民課 市民協働・相談係

弁護士による市民法律相談 (事前申込制・前々日まで)

- ▶日時 3/17(金) 9:30～16:30
- ▶場所 市役所3階 第5会議室
- ☎ 市民課 市民協働・相談係
- ※市民を対象とした法律相談です。(事業者は相談対象外)

+ 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
3/5 (日)	○甘利医院わだ(和田) ○アイン薬局和田店(和田)	26-5500 31-5512	3/12 (日)	○ひかり医院(御幸町) ○柳橋脳神経外科(諸) ●松永歯科医院(八幡町) ○小諸東のぞみ薬局(御幸町) ○てんじん薬局(諸諸)	22-8878 23-6131 23-8488 26-1141 31-6772
3/19 (日)	○高橋内科医院(古城) ○小岩井整形外科(御影) ●浅川歯科医院(耳取) ○古城てんじん薬局(古城) ○小諸あさま薬局(御影)	23-8110 26-6788 23-4050 31-6556 26-6226	3/21 (水)	○関医院(大手) ○小諸南城クリニック(小原) ●関歯科クリニック(柏木) ○こもろ相生薬局(相生町) ○小諸コスモス薬局(小原)	22-2205 26-5222 25-3456 31-6334 26-2282
3/26 (日)	○矢島医院(乙女) ○鳥山クリニック(八満) ○お天気堂薬局(相生町) ○小諸八満ほしまん薬局(八満)	22-8148 26-0308 25-4193 26-0885	※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、市公式HPからご確認ください。		



動画製作 お任せください!

4K・8K対応 空撮ドローン対応

- プロモーションPR ●商品サービス紹介 ●WEB動画
- 会社・学校等施設紹介 ●プランディング ●テレビCM
- デジタルサイネージ ●マニュアルHow to ●インバウンド向け

お見積り・ご相談 無料 (サンプル動画はこちらからご覧ください)

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

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

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