

## イ 長野県障がい者文化芸術祭 in ながの



障がい者の文化芸術活動の振興と社会参加の促進を図るため、文化芸術活動の成果を発表し、その成果を多くの人に広める機会として、「第27回長野県障がい者文化芸術祭 in ながの」が開催されます。

- ▶日時 9/28(土)～9/29(日)
- ▶場所 長野県障がい者福祉センター「サンアップル」  
長野市下駒沢 586 ☎ 026-295-3111

### ▶内容

県内障がい者の絵画・手工芸・書道・写真・文芸等の作品展示、文化芸能の発表・製作品の展示即売等  
☎ 福祉課 福祉係

## 募 味工房小諸すみれ 料理講習会のご案内



### ■9月は、トマトソースです！

- ▶日時 ①9/18(水) 9:30～  
②9/28(土) 9:30～
- ▶場所 小諸市農産物加工施設（御影新田 2107-1）
- ▶持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- ▶費用 1,000円 ▶定員 10名
- ▶申込 味工房小諸すみれ ☎ 25-1706  
(市外の方も申込可)
- ▶その他 午後の部の開催はありません  
☎ 農林課 農業ブランド振興係

## 知 【情報発信をしてみませんか】 会見場として市役所庁舎を利用できます

小諸市民の皆さまや、市内の事業者様が行う活動をPRするため、記者会見場として市役所の会議室等を無料で利用できます。報道機関等に対して、会見内容の告知を市から発信することもできますので、積極的にご活用ください。

- ▶対象 ・小諸市民  
・小諸市内に住所を有する企業や団体など
- ▶会場 ・小諸市役所 1階展示情報コーナー  
・会議室
- ▶時間 市役所開庁日の13:00～17:15  
準備及び片付けを含めて1時間以内
- ▶予約期間及び予約方法  
会見の1カ月前から1週間前までの間に、  
所定用紙により申請してください。
- ▶その他 小諸市庁舎利用要領を遵守してください。  
☎ 企画課 企画広報係

## イ 脳いきいき教室

### 【9月のテーマ】

“認知症を知ろう～こんな時どうすればいいの？～”  
についてのお話や楽しく頭を使いながらの軽い体操を行います。お出かけください。

- ▶日時 9/26(木) 13:30～15:00
- ▶場所 高齢者福祉センター こもれび
- ▶対象 60歳以上の市民
- ▶費用 無料
- ▶申込 不要

☎ 高齢福祉課 長寿支援係



## 知 県下一斉 司法書士無料法律相談

10月1日の「法の日」に合わせて、県下の市町村において無料法律相談を実施しますので、お気軽にお出かけください。

- ▶日時 10/5(土) 13:30～16:30
- ▶場所 小諸市市民交流センター 2階
- ▶主催 長野県司法書士会佐久支部
- ▶内容 不動産登記、会社の登記、贈与相続、空き家  
遺言、不動産売買、成年後見に関する相談 他
- ▶費用 無料
- ▶予約 不要

☎ 渡邊貴樹司法書士・行政書士事務所  
☎ 0267-31-6472

## 募 高峯聖地公園利用者 随時受付中です

### 【一般聖地】

個々に区画された焼骨を埋蔵するための聖地で、大きさは4平方メートルから8平方メートルです。

▶応募資格 申請者の住所地は市内・市外を問いません。  
※市外にお住まいの方は小諸市に住所のある「管理人」を定め、連署して申請していただきます。

### 【合葬式聖地】

一つのお墓に他のお骨とともに合葬する墓地で、「一定期間個別埋蔵方式」と「共同埋蔵方式」の2種類があります。

▶応募資格 申請者の住所地は市内・市外を問いません。  
※市外にお住まいの方は「ふるさと納税」返礼品としての申請も可能です。  
使用料等の詳細はお尋ねください。

☎ 生活環境課  
生活環境係



聖地公園の様子

## 知 職場における化学物質規制の見直しについて

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月1日から職場における化学物質規制が、大きく見直しとなっています。ご注意ください。

### 【変更点】

- ・化学物質の製造事業者およびそれを取り扱う事業者における危険性・有害性に関する情報の伝達が、強化されます。
- ・事業者は、その情報に基づいてリスクアセスメントを行い、化学物質によるばく露防止対策を自ら選択して、実行する必要があります。
- ・今後数年かけて、SDS(※1)やラベル(※2)の交付対象物質が約900物質から約2,300物質に拡大します。
- ・事業所によっては、新たに「化学物質管理者」の選任義務が発生します。

※1 SDSとは、Safety Data Sheetの頭文字をとったもので、事業者が化学物質および化学物質を含んだ製品を、他の事業者に譲渡・提供する際に交付する、化学物質の危険有害性情報を記載した文書のことです。

※2 ラベルとは、SDS情報を簡略化し、化学品の危険有害性の種類や程度に関する情報を、容器や包装に貼り付けたもののことです。

☎ 事業者のための化学物質管理無料相談窓口  
☎ 050-5577-4862

ケミサポ  
ホームページ▶



## 知 こもれび体チェック教室

簡単な体チェックで自分の体の状態を知り、理学療法士からの個別アドバイスと体操で、動き続けられる体を目指しましょう。運動習慣がない方でも安心して参加できます。

▶日時 10/1(火) 13:15～16:15 ※予約制

▶場所 高齢者福祉センター「こもれび」

▶内容 1人45分間の教室です。

- ・体組成計(体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量、体重、BMI)
- ・握力等の測定とアドバイス
- ・体操等

▶対象 60歳以上の市民

※今年度の体チェック教室

および運動教室に参加された方は対象外です。

▶費用 無料 ▶定員 28名

▶申込 9/24(火)までに電話で申込み

☎ 高齢福祉課 長寿支援係



## 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。防災情報無線で放送した内容も配信していますので、聞き逃した場合も確認することができます。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

## 学び 【浅間南麓こもろ医療センター】第41期 実践保健大学

☎ 浅間南麓こもろ医療センター 事務局：保健予防課 ☎ 0267-22-1070 (代表)

「誰もが健康で安心して暮らすこと」は、地域で生活する私たちみんなの願いです。そして、この願いを実現するためには、そこで暮らす住民自身が「自分の健康は自分で守る」「暮らしの主人公は自分自身である」という自覚を持って、主体的に行動することが何より大切です。

実践保健大学は、健康に関する知識と意欲を高め、家庭の中で健康づくりを実践する人、さらには地域の中で健康づくり活動を実践・推進するリーダーを養成するために開講しており、今年で41回目を迎えます。修了生は1,100名を超え、健康づくりのリーダーや仲間たちは、それぞれの家庭や地域で大いに活躍されています。暮らしのなかで実践できる健康づくりについて私たちと一緒に楽しく学びませんか？

内容	医師等、病院職員による「健康づくりに関する講座」
日程	9/14(土)、9/28(土)、10/12(土)、10/26(土)、11/9(土)、12/14(土) ※全6回、スポット受講も可能
会場	浅間南麓こもろ医療センター6階会議室 ※第2回(9/28(土))は「老人保健施設こまくさ」
定員	30名
費用	資料代等 5,000円(税込) ※スポット受講の場合 → 1回1,000円(税込)

## 知 小諸駅前広場 社会実験のため 中央交通島の撤去を行います

昨年、駅前広場の社会実験で行った歩車道分離によって、9割近くの方が「安全性は高まった」と実感される一方で、送迎車待機場からの横断などによる課題も見られました。より安全性の高い駅前広場の再整備に向けて、令和6年10月からの駅前広場社会実験に合わせて、中央交通島の撤去工事を行います。工事期間中は、送迎車待機場所が利用できなくなりますので、市営小諸駅前駐車場(2時間無料)等をご利用くださいますようお願いいたします。

▶**工事期間** 令和6年8月下旬～10月上旬

☎ 都市計画課 まち整備係

## 知 屋外広告物の適正管理に ご協力ください

案内看板や店舗などの屋外広告物は、良好な景観の形成、住民の安全確保のためにルールが定められていますので、設置する前に必ずご相談ください。

■毎年9/1～9/10は屋外広告物適正化旬間です

旬間に違反広告物パトロールの実施を予定していますので、ご理解ご協力をお願いします。

■屋外広告物の定期点検が義務付けられています

屋外広告物の落下により歩行者が死亡・負傷する事故が全国で起きていることを受け、平成29年10月1日から定期点検が義務となりました。安全面や景観上からも管理者の適切な維持管理をお願いします。

☎ 都市計画課 まち整備係

## 知 広報こもろ担当者が イベント等にお邪魔します

市内で行われるイベント・会議等で、広報こもろ担当者が取材で写真や動画の撮影を行うことがあります。良い紙面づくりに、引き続きご協力をお願いします。

▶**特徴** 黄緑色の腕章をつけています

☎ 企画課 企画広報係



## 募 佐久地域ゲートキーパー養成研修会

受講無料  
先着90名

「ゲートキーパー」とは、自殺を予防する命の門(ゲート)の守り人(キーパー)のことです。あなたのまわりの大切な命を守るために参加してみませんか。

【初級編】ゲートキーパーに関心のある方が対象

▶日時 10/28(月) 13:30～15:30

▶会場 佐久市佐久平交流センター第5会議室  
(佐久市佐久平駅南4-1)

▶内容

■研修Ⅰ「自殺の実態とゲートキーパーについて」

講師 佐久市役所 心といのちの支援相談員 保健師  
波間春代氏

■研修Ⅱ「心の健康の理解～うつ病・アルコール問題を中心に～」

講師 独立行政法人 国立病院機構 小諸高原病院 院長  
村杉謙次氏

▶申込期限 10/11(金)

【中級編】初級編に参加した方が対象

▶日時 11/25(月) 13:30～15:30

▶会場 佐久市佐久平交流センター第5会議室  
(佐久市佐久平駅南4-1)

▶内容

■研修「ゲートキーパー養成講座 中級編

～あなたもできる気付き、傾聴、つなぐ、見守る～」

講師 NPO法人ウィズハートさくワークポート野岸の丘  
所長 精神保健福祉士 新津薫氏

▶申込期限：11/8(金)

※初級編と同時に申し込み可能です。

※初級編と中級編の両方を受講された方には修了証をお渡しします。

▶**申込み・問合せ** 健康づくり課 健康支援係

☎ 22-1700

✉ [shien@city.komoro.nagano.jp](mailto:shien@city.komoro.nagano.jp)

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>

ひよこの日 入園前の親子の皆さま対象 参加無料  
9/12(木)「わらべうた遊び」  
講師に「わらべうた遊び」主宰の原山克江先生をお迎えします。  
親子で楽しみましょう!  
【受付】9:45～【開始時間】10:00  
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

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

## 「信州 火山防災イベント」開催します

「信州 火山防災の日」のイベントを開催します。親子向けの火山防災教室や浅間山の成り立ちの講演、噴火経験者による噴火体験談を行います。

▶日時 9/14(土) ① 11:00 ~ 12:30  
② 13:15 ~ 16:00  
※予約制。時間は予定となります。

▶場所 小諸市市民交流センター

▶内容 ※どちらか一方の参加も可能  
・親子向け火山防災教室(先着15組30名)  
・講演会(基調講演+噴火体験談)

▶申込み・問合せ

長野県危機管理防災課  
☎026-235-7184

申込み・詳細は  
こちらから▶



## 知 し尿・浄化槽汚泥収集運搬 手数料の改定

長年(約20年)手数料を改定していないことや、燃料費高騰等を踏まえ、**令和6年10月1日収集分から、下記のとおり改定することとなりました。**利用者のご負担が増えることとなりますが、収集事業の安定と継続のため、ご理解をお願いいたします。

【し尿・浄化槽汚泥収集運搬手数料】

改定前(R6/9/30まで)	改定後(R6/10/1から)
152円/18L(税別)	190円/18L(税別)

☎ 浅麓環境施設組合 ☎22-7710  
生活環境課 ごみ減量推進係

## 知 10/1 ~ 10/7 は「公証週間」です

法務省と日本公証人連合会では、毎年10/1 ~ 10/7までの一週間を「公証週間」と定めて、公証制度を正しく理解していただくとともに、制度の利用を呼びかけています。大切な契約や取引において、公正証書は皆さんの権利を確実に守ります。ぜひご活用ください。

【公証制度とは…】

私たちの日常生活における法的紛争を未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。

【公証人とは…】

判事、検事、法務事務官などを長く務めた法律実務の経験豊かな者の中から、法務大臣が任命した法律の専門家です。

【次のような場合は公正証書の作成をお勧めします】

- ・遺言
- ・お金の貸し借り
- ・不動産の売却や貸し借り
- ・離婚にともなう養育費や慰謝料等の支払い
- ・任意後見契約(公正証書によることが必要)等

▶最寄りの公証役場

佐久公証役場 公証人 渡辺 英樹  
〒385-0027  
佐久市佐久平駅北 26-7 藤ビル 2階  
☎0267-54-8305 / FAX 0267-54-8306

## 知 マイナンバーカードの取得はお早めに



今年の12/2(月)から、現行の健康保険証は発行されなくなります。これに伴い、12月以降は、マイナンバーカードの申請・受取窓口の混雑が予想されます。マイナンバーカードの作成を希望される方は、早目の申請と受け取りをお願いいたします。

※現在、マイナンバーカードの申請から受け取りまで、3週間程かかっていますが、混雑時期はそれ以上お待ちいただく可能性があります。

※身体の障害や高齢等の事情でマイナンバーカードの申請が困難な場合は、ご親族のスマートフォン・タブレット端末でも申請可能ですのでご相談ください。

☎ 市民課 市民係

## ご芳志をいただきました

### ▶ふるさと納税寄付金

1,069件 19,293,500円 (R6/7)

### ▶資料の保護、市の地域研究のため

「小諸城下町絵図」ほか古文書等 計7点  
荻原 諒 様

### ▶市内学校で使用する

楽器の購入・維持のため  
「2,000,000円」 匿名様

### ▶高齢者福祉のため

「金一封」 李 鴻淑 様

## 編集後記

editorial note

■暑い日が続いています。ビールが美味しい季節ですね。しかし最近家で飲むときは健康にも気を使っています。(?)、トマトジュースで割り、レッドアイで飲むことが増えました。  
さて、最近の取材で一番楽しかったのは、やはり市民まつり「みこし」と「ドカンショ」です。参加した皆さんの楽しそうな姿から元気をもらいました。ありがとうございました。(小山)

# 無料相談



## 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 9/26(木) 13:00～15:00
- ▶場所 市役所3階 第5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 9/27(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)

## 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、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)

## 弁護士による佐久広域法律相談 (事前申込 9/3(火) 8:30～)

- ▶日時 ① 9/19(木) 10:00～16:00  
② 10/2(水) 13:00～16:30
- ▶場所 ① 御代田町役場  
② 佐久市振興公社ビル (佐久広域連合)
- ☎ 佐久広域連合事務局 ☎ 0267-62-7721

# + 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
9/1 (日)	○ひかり医院 (御幸町) ◎アイン薬局小諸東店 (御幸町)	22-8878 26-1141	9/8 (日)	○矢島医院 (乙女) ●小林歯科医院 (与良) ◎美里薬局 (耳取)	22-8148 25-3708 24-0032
9/15 (日)	○甘利医院わだ (和田) ◎アイン薬局和田店 (和田)	26-5500 31-5512	9/16 (月)	○市川医院 (市町) ◎市町てんじん薬局 (市町)	25-1200 31-0992
9/22 (日)	○高橋内科医院 (古城) ◎古城てんじん薬局 (古城)	23-8110 31-6556	9/23 (月)	○小諸南城クリニック (小原) ●林歯科医院 (相生) ◎小諸コスモス薬局 (小原)	26-5222 22-0152 26-2282
9/29 (日)	○柳橋脳神経外科 (諸) ●ゆみ歯科医院 (御影) ◎てんじん薬局 (諸)	23-6131 26-2580 31-6772	※最新情報は、休日夜間緊急医案内サービス (☎ 050-3033-0665) をご利用いただくか、小諸市公式 HP からご確認ください。		

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。

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

フードサービスことぶき  
 お食事宅配

昼食 夕食  
 ご飯付き(1食分) 600円(税込)  
 ※おかずのみは1食分500円(税込)

週1回おかず1食からのご注文も  
 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 TEL 0267-25-8009  
 〒384-0808 小諸市御影新田池ノ上2090-1