

知 固定資産税評価替えに向けた 標準地等の実地調査を行います

固定資産税の評価額は、3年に一度全国一斉に評価替え（価格見直し）を行います。それに伴い令和9年度評価替えに向けて、事前に現地確認調査を行っています。ご理解ご協力をお願いします。

- ▶日時 R7/3/31 (月)まで
- ▶場所 小諸市全域
- ▶内容 標準地見直し調査等（撮影含む）
- ▶調査員 委託業者（株）パスコ ※調査員は身分証を所持。
☎ 税務課 資産税係

知 宝くじの助成金で整備しました

（一財）自治総合センターが実施している「コミュニティ助成事業」を活用し、両神区が会議用テーブル、椅子、複合機等を整備しました。また、（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、芝生田区が会議用テーブルと椅子を、荒堀区自主防災組織がテントほか防災備品を整備しました。

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 総務係



【写真】

- ①投光器（荒堀区自主防災組織）
- ②会議用テーブル（両神区）
- ③会議用テーブルと椅子（芝生田区）

知 【ご案内】終活支援セミナー

終活で必要となってくる相続や空き家についてお話しします。お気軽にご参加ください。

- ▶日時 R7/1/19 (日) 14:00 ~ 16:00
- ▶場所 市民交流センター ステラホール
- ▶内容 ・講演会
「円満な相続に向けて
～家族・家・お金について学ぼう～」
・小諸市空き家バンクについて
・地域事業者による個別相談会（講演会終了後）

▶申込 R7/1/16 (木)までに電話で申込み

☎ 高齢福祉課

募 令和7年度会計年度任用職員 （非常勤職員）を募集します

- ▶任用期間 R7/4/1 ~ R8/3/31
※職種により短期間のものがあります。

- ▶申込期間 R6/12/5 (木) ~ (随時)
※ R7/4/1 からの勤務を希望する場合は、R6/12/27 (金)までに申込みのあった方を優先して選考します（所管課が学校教育課、こども家庭支援課の申込は R6/12/20 (金)まで）。

- ▶募集職種 一般事務、保育士、保健師、給食調理員等
（詳細は募集要項等をご覧ください）

- ▶申込資格 ・日本国籍を有する方
・R7/4/1 現在、満18歳以上の方
・地方公務員法第16条の欠格事項に該当しない方
・通勤可能な方
・資格免許を要する職種は当該免許を有する方

- ▶選考審査・採用
申込書に必要事項を記入の上、必要書類を添えて総務課または担当課まで提出してください。希望職種等を確認し、書類審査及び面接審査により担当課が選考し採用者に通知します。任用する人員枠が限られていますので、希望者多数の職種等は任用期間内に採用されない場合がありますのでご了承ください。

- ▶募集要項・申込書
総務課窓口及び市公式 HP からダウンロードできます。
☎ 総務課 職員係

＼2つの味で新発売！／

くるみ
くるみの香りと味噌の旨み

鴨せいろ
じっくり炊き出した鴨肉ガラのコク

どちらも1袋2食入り640円(税込) 半生麺(つゆ付) ◎賞味期限:常温で1ヶ月

お歳暮にもおすすめ

〆キリトリ

笹の粉屋 大西製粉 店内全品 **10%OFF**
有効期限2025年1月31日まで

〒384-0801 小諸市甲1581-3 TEL0267-22-0585

草刈り・剪定・伐採

お任せください！ お見積り無料 お気軽にお問い合わせください

草刈り	1坪あたり	100円～150円(税込)	※草丈や地形(傾斜)によって料金が変わります。
剪定	1時間あたり	3,000円(税込)	
伐採	1本あたり	2,000円～(税込)	※樹高によって料金が変わります

※各作業 別途基本料金 2,000円

株式会社アルファーム
〒389-0516 東御市田中253-1
総合サービス事業部 担当:小林

☎ 0268-75-7494
携帯 090-8803-7472
※9:00～18:00(月曜日除く)

募 小諸市特別職報酬等審議会委員を募集します

小諸市特別職(議員)の報酬等について審議します。

▶人 数 若干名 ▶選考方法 書類審査等

▶応募方法 氏名、生年月日、住所、電話番号、応募動機を記載し、郵送、FAX 又は E メールでご応募ください。

▶申込期限 12/25 まで

☎ 総務課 職員係 / ✉ shokuin@city.komoro.nagano.jp

知 小諸市健康づくり協力事業所のご紹介

健康づくり協力事業所「こもろ健幸応援団」は、市民の健康づくりに無償で協力する事業所です。認定された事業所には、登録ステッカーを交付するとともに、市と連携して市民の健康づくりを推進していただいています！

☎ 健康づくり課 健康支援係

【協力事業所名】

住友生命保険相互会社 長野支社 ^{みなみ}こもろ美南支部



▶支部長からひと言

市民の皆さんの健康づくりに繋がるよう頑張っていきます！

▶協力内容

- ・ウォーキングイベントの共催等
- ・血管年齢測定等
- ・こもろ健幸マイレージ事業参加者への景品の提供
Vitality グッズ 個数：10 個

非売品の Vitality オリジナルグッズです。ウォーキングがさらに楽しくなっただければとの想いをこめてプレゼントします！

知 集団特定健診を追加実施します

今年度、まだ特定健康診査を受診していない方は、この機会にぜひお申し込みください！

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 度は特定健診を受け、自分の健康状態をチェックしましょう。

さらに！特定健診を受けると、もれなく「こもろ健幸マイレージ」のポイントがもらえます！

▶日 時 R7/1/23 (木)、24 (金)の午後
(時間は割り振らせていただきます)

▶場 所 市役所 2 階 保健センター ▶費 用 無料

▶対象者 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

※受診日に①②の保険に加入していない場合や、既に個別特定健診を受けられた方、人間ドックを受け市の補助金申請をする方は、この健診は受けられません。

▶申込み R7/1/14 (火)までに電話で申込み

☎ 健康づくり課 健康支援係

イ 第 19 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 19 回小諸市人権フェスティバル」を開催します。

▶日 時 R7/2/16 (日) 13:00 ～ 15:30

▶場 所 小諸市人権センター

※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コンクール表彰式

○発 表 いきいき体操 / 童謡を歌ってリフレッシュ教室

○講演会 14:00 ～ 15:30 (手話通訳あり)

【演 題】「いのちの大切さと人権」

～交通犯罪の被害者遺族として歩んだ道～

【講 師】長野県犯罪被害者遺族自助グループ ～つむぐ～
世話人代表 大塚 清美さん

【費 用】無料

【申 込】不要(人数が多い場合は入場を制限することがあります)

○展 示 小・中学校人権啓発作品コンクール応募作品
集会所事業作品 / 絵手紙サークル作品
人権センター利用団体作品

○販 売 手作り小物 / 焼き芋 / ヘチマ水

☎ 小諸市人権センター ☎ 23-5521 / FAX 23-5554

募 【新規会員募集中】シルバーで新たな生きがいを見つけて、イキイキと生涯現役！

シルバー人材センターは、小諸市、御代田町、軽井沢町、立科町にお住いの健康で働く意欲のある元気な方が、様々な就業で活躍中です。あなたの知識・経験・資格を活かしてみませんか。まずは、説明会にお越しください。

▶日 時 R6/12/2 (月)、12/16 (月)、R7/1/6 (月)、1/20 (月)、
2/3 (月)、2/17 (月)、3/3 (月)、3/17 (月)

13:30 ～ (1 時間 30 分程度、月 2 回開催)

▶会 場 小諸北佐久シルバー人材センター 小諸事務所
(小諸市六供二丁目 2 番 5 号)

とりわけ、草木の剪定や草刈り作業など外作業に就業される方を大募集しています。あなたも挑戦してみませんか？

☎ 小諸北佐久シルバー人材センター小諸事務所 ☎ 24-0333

募 令和 7 年度「花いっぱい運動」の参加者を募集します

令和 7 年度の「花いっぱい運動」に参加を希望する団体と花苗生産者を募集します。(令和 7 年 6 月実施)

▶参加団体

市提供の花苗を公共施設等に植えて、その後の維持管理を行い、市内の環境美化に取り組んでいただける団体

▶花苗生産者

「マリーゴールド」「ペチュニア」「百日草」「ペコニア」の花苗それぞれ約 7,000 本を市内で育苗し、指定日に納品できる事業者

▶申込方法 12/27 (金)までに下記へ申込み

☎ 都市計画課 まち整備係

知 宅地造成及び特定盛土等規制法について

長野県では、令和3年7月に静岡県熱海市で発生した土石流災害を踏まえて施行された「宅地造成及び特定盛土等規制法（通称：盛土規制法）」に基づく規制区域を指定するため、基礎調査を実施しました。その概要についてお知らせします。

▶盛土規制法の概要

長野県知事が、盛土等により人家やその他の保全対象に被害を及ぼす可能性のある区域を指定します。規制区域内で一定の盛土等を行う場合は許可申請等が必要となります。

規制区域の種別	宅地造成等 工事規制区域	特定盛土等規制区域
区域のイメージ	市街地や集落など、人家や建築物がまとまって存在しているエリア	地形条件等から保全対象に被害を及ぼす可能性があるエリア
規制対象	盛土高2m超 盛土又は切土の面積500㎡超など	盛土高5m超 盛土又は切土の面積3,000㎡超など

▶規制の開始時期 令和7年5月予定

☎ 長野県建設部 都市・まちづくり課
☎ 026-235-7297 / FAX026-252-7315



詳細は県HPからご覧になれます▲

募 小諸市福祉有償運送運営協議会委員を募集します

NPO法人等が市内で行う福祉有償運送に関する協議を行います。

▶活動内容 会議（年2回程度、平日昼間開催）

▶任期 R7/2/1～R9/1/31（2年間）▶募集人数 1人

▶資格 市内在住又は通勤・通学する満18歳以上の方で、次の1、2の要件を満たす方

1. 市の他の審議会等の委員になっていない方
2. 市税及び市の料金に滞納がない方

▶選考方法 面接

▶応募方法 氏名、生年月日、住所、電話番号を記載し、郵送、FAX又はEメールでご応募ください

▶申込期限 R6/12/24（火）17:00まで

☎ 福祉課 福祉係

✉ fukushi@city.komoro.nagano.jp / FAX0267-22-1966

知 味工房小諸すみれ 料理講習会

■12月は、「そば粉を使ったおやつ」です！

▶日時 R6/12/7（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、タッパー

▶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



高齢者福祉センター ともれび 教室のご案内

12/20～ 【ともれび運動教室】 ～冬場集中体メンテナンスコース～

家の中で過ごす時間が多くなると、筋力は低下しやすくなります。教室では、理学療法士が体の動かし方や家でできる体操をお伝えします。

▶日程 12/20（金）、1/17（金）、2/21（金）、3/21（金）

▶時間 13:30～15:00

▶場所 高齢者福祉センター ともれび

▶内容 1回目と4回目に体力測定（体組成計、握力測定、5回立ち上がりリテスト、片足立ちテスト）、体操、健康講話等

▶対象 60歳以上の市民

▶費用 無料 ▶定員 25名

▶申込 12/13（金）までに電話で申込み

※4回継続して参加できる方のみ、お申し込みください。

※令和5年度及び今年度のともれび運動教室に参加済みの方は対象外です。今年度体チェック教室へ参加の方も対象外となります。

12/26 【第3回ともれび講座】 ～ワインの奥深さを知ろう～

今回のともれび講座は「ワイン」がテーマです。

ともれびを利用したことがない方も受講できます。あわせて浴室等館内の様子もご覧ください。なお、利用が初めての方は窓口で利用者登録が必要です。

▶日時 12/26（木）10:00～11:00

▶会場 高齢者福祉センター ともれび

▶講師 テールドシエル代表 池田 岳雄 氏
糠地にワイナリーがあります！

▶対象 60歳以上の市民

▶費用 無料（申込不要、当日参加OK!）

▶備考 当日の試飲・販売等はありません。

☎ 小諸市社会福祉協議会 総務係 ☎ 25-7337

健康

こもろ健幸マイレージ×てくてく小諸人



問 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（下記参照）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	12/7 (土)、21 (土) 1/4 (土)、18 (土)	9:30 (約 1 時間)	小諸ユースホステル (南ヶ原)	小諸ユースホステル ☎ 23-5732
■こもろウォーキング	12/22 (日)、1/26 (日) ※雨天中止	8:00 (約 30 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 (1/1 は休)	8:00 (約 30 分)	(株)キザキ本社 (加増)	(株)キザキ ☎ 22-1354

🔊 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

※上記ウォーキングへ参加した際は、紙のカードでスタンプをためてください。カードは各ウォーキング会場、健康づくり課などで配布しています。専用アプリと合算する際は、健康づくり課窓口までお越しください。
※自主サークル活動となります。活動中の体調管理等はご自身で責任を持ってお願いします。
※クマの出没情報等を参照し、対策をお願いします。
※中止になる場合がありますので、市 HP または各会場にお問い合わせください。



専用アプリはコチラから↑

簡単予約

令和7年度(令和6年分) 市県民税等申告相談会LINE予約のご案内

問 税務課 市民税係

昨年から始まり好評でした小諸市公式 LINE からの市県民税等申告相談会の受付予約を、R7/1/10 (金)から行います。事前に相談日時を指定でき、受付で並ぶことなく待ち時間も少ない便利な LINE 予約を是非ご利用ください。

- ▶ **申告相談会** R7/2/17 (月) ~ 3/17 (月)
※希望する申告相談日の 4 日前まで LINE 予約が可能
- ▶ **予約方法** 小諸市公式 LINE のメニューから予約申込み
※友だち登録が必要です

申告相談会 LINE 予約期間
▶ R7/1/10 (金) ~ 3/13 (木)

LINE
登録は
コチラ▶



【参考】
予約画面は
コチラ



ご芳志をいただきました

▶ ふるさと納税寄付金

1,270 件 30,777,000 円 (R6/10)

▶ 市内小中学校 ICT 環境整備のため

- ・ 75 インチ電子黒板 (M75CE3X) 3 台
- ・ 昇降式スタンド (MP-STC75UD)
- 内蔵 OPS ユニット / ChromeOS Flex (MP-OPS-GX-T) 3 式
- 日精エー・エス・ビー機械株式会社 代表取締役会長 青木 大一 様

編集後記 editorial note

■前月の 11 月号では紙面を交換して姉妹都市特集を組ませてもらいました。さらに 10 月 31 日には滑川市職員の方が交流事業として小諸へ来ていただき、意見交換や懇親会に自分も出席しました。色々な話や交流が出来てとても充実した時間となりました。ありがとうございます。小学生の時から滑川市には訪問できていないので、どこかでお邪魔したいと考えています。(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(道路、社会福祉、年金など)。

▶日時 12/19(木) 13:00 ~ 15:00

▶場所 市役所3階 第4会議室

☎ 市民課 市民協働・相談係

弁護士による佐久広域法律相談 (事前申込 12/3(火) 8:30~)

▶日時 12/17(火) 9:30 ~ 16:30

1/8(水) 13:00 ~ 16:30

▶場所 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

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)

弁護士による市民法律相談 (事前申込制・前々日まで)

▶日時 12/20(金) 9:30 ~ 16:30

▶場所 市役所3階 第4会議室

☎ 市民課 市民協働・相談係 ☎ 22-1700

※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
12/1 (日)	○小岩井整形外科(一ツ谷) ○武重医院(本町) ●松永歯科医院(八幡町) ◎小諸あさま薬局(一ツ谷) ◎ほんまち薬局(本町)	26-6788 22-0171 23-8488 26-6226 26-1193	12/8 (日)	○東小諸クリニック(御影) ○佐々木医院(南町) ●浅川歯科医院(耳取) ◎アイン薬局御影新田店(御影) ◎さかもと薬局(南町)	25-8104 22-0503 23-4050 26-3981 23-8228
12/15 (日)	○Aiクリニック整形外科(諸) ○ひかり医院(御幸町) ●木村歯科(市町) ◎水明てんじん薬局(諸) ◎アイン薬局小諸東店(御幸町)	25-0555 22-8878 23-1515 31-5956 26-1141	12/22 (日)	○甘利医院わだ(和田) ◎アイン薬局和田店(和田)	26-5500 31-5512
12/29 (日)	○市川医院(本町) ○うすだ医院(御影) ◎市町てんじん薬局(市町) ◎みかけ薬局(御影)	25-1200 22-0483 31-0992 24-3344	12/31 (火)	○桜井クリニック(芝生田) ○矢島医院(乙女) ●わたなべ歯科医院(和田) ◎アイン薬局小諸店(西原) ◎美里薬局(耳取)	26-1188 22-8148 23-1100 25-3981 24-0032

※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。

フードサービスことぶき
お届けします!

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。

●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 小諸市御影新田ノ上2090-1

【受付時間】9時~17時(土・日・祝除く)

園児さんごきげん
お受け下さいませ

ひよこの日

入園前の親子の皆さま対象 参加無料

12/4(水)「ひよこのクリスマス」

クリスマスのおはなし、クリスマスオーナメントをつくりましょう!

【受付】9:45~10:00
【活動時間】11:45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。

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>