

知

認知症講演会のご案内



認知症のご本人やご家族の方から、今までの体験や想いを直接聞くことができる貴重な機会です。認知症になってからも自分らしく生き生きと暮らすヒントを学んでみませんか。

- ▶日時
- 10/23 (木) 13:30 ～ 15:00
- ▶場所
- 市役所 3階 第1・2会議室
- ▶講演者
- ・認知症のひとと家族の会 長野県支部代表 伝田 景光 氏
・認知症のご本人とご家族

- ▶定員
- 先着 50 名
- ▶申込
- 10/17 (金)までに高齢福祉課へ
電話か右記ながの電子申請から
申込み
- 申込みは
コチラ
- ☎ 高齢福祉課 長寿支援係



募

心理師(士)職員 募集します

- ▶要件
- S55/4/2 以降に生まれ、「公認心理師」・「臨床心理士」の
どちらか一方の資格を有する方
- ▶申込期間
- 10/1 (水)～ 10/20 (月) 詳細は
コチラ▶
- ▶一次試験日
- 11/16 (日)
- ☎ 総務課 職員係



知

秋の高齢者予防接種がスタートします

秋の高齢者予防接種が下記のとおり始まります。

- ▶注意点
- ①予診票は送られないため、医療機関のものをお使いください。
②新型コロナウイルス感染症の自己負担額が変更になりました。

	高齢者 インフルエンザ	新型コロナ ウイルス感染症
期間	R7/10/1 (水) ～	R8/2/28 (日)
対象者	接種日の年齢が 65 歳以上の方	
自己負担額	1,300 円	4,000 円
接種回収	年一回	

- ▶接種の流れ
- ①病院へ予約をしてください（接種の 3 日前まで）
②氏名住所が記載された身分証明書をご持参ください
- ▶生活保護受給者の方について
- 予診票（無料券）の申請方法が下記のとおりとなります。
【今年度から】
生活保護受給証明書を提示して健康づくり課窓口で申請
※受給証明書は福祉課へ申請してください。
※代理申請の場合は健康づくり課までお問合せください。
- ☎ 健康づくり課 保健予防係



知

「要約筆記入門講座」
受講生募集のお知らせ

【要約筆記】その場の話の内容を文字で表して、耳の聞こえにくい方々に伝える通訳の方法です。障害者相談支援センターにて入門講座を開催します。この機会に要約筆記を始めてみませんか。耳の聞こえにくい方も是非ご参加ください。見学のみでもご参加いただけます。

- ▶対象者
- 佐久地域に居住または勤務されている方
- ▶場所
- 佐久市生涯学習センター会議室 1
- ▶日時
- 【全 3 回】11/12 (水)、11/19 (水)、11/26 (水)
各 13:30 ～ 15:30
- ▶内容
- 【第 1 回】聞こえにくいとは
【第 2 回】要約筆記ってなに
【第 3 回】要約筆記体験
- ▶費用
- 無料
- ▶定員
- 15 名
- ▶申込み・問合せ
- 10/27 (月)までに佐久広域連合
障害者相談支援センターへ申込み
☎ 0267-63-5177

知

固定資産評価通知書及び
公租証明書の交付ができなくなります

地方公共団体情報システムの標準化に関する法律に基づき、12/1 (月)から「固定資産評価通知書」「公租証明書」の交付ができなくなります。以降は「固定資産評価証明書」「公課証明書」が代替となりますが、手数料 300 円がかかります。なお固定資産評価額等は、毎年 4 月に送付する固定資産税課税明細書でも確認できます。

☎ 税務課 資産税係

知

【佐久広域消防本部】
はしご付き消防自動車の点検を実施します

佐久広域連合消防本部に配備されている「はしご付き消防自動車」は、導入から 17 年が経過しています。今後も安全に使用するにあたり、専門技術者による分解・点検整備、老朽化や劣化した部品の交換を行います。

- ▶点検期間
- 10 月上旬 ～ R8/2/28 (土)
- ▶点検中の対応
- 上田地域広域連合消防本部から状況で、
はしご車を要請します。現場への急行に時間を要する場合
もありますので、ご理解ご協力をお願いします。
- ☎ 佐久広域消防本部 ☎ 0267-64-0119

ご芳志をいただきました

- ▶ふるさと納税寄附金
- 2,236 件 46,767,000 円 (R7/8)
- ▶小諸高原美術館・白鳥映雪館の充実のため
- 「小山周次の絵画 計 11 点」 中村 精作 様
- ▶学校教育に資するため
- 「金 1,000,000 円」 匿名 様

小諸市役所 〒 384-8501 小諸市相生町 3-3-3
☎ 0267-22-1700 FAX0267-23-8766 https://www.city.komoro.lg.jp/

募

令和 7 年度 秋季 自衛官募集案内

- 【一般曹候補生】
- ▶受験資格
- 18 歳以上 33 歳未満の人
- ▶受付期間
- 11/21 (金) まで
- ▶試験期日
- (1 次) 11/29 (土) ～ 12/4 (木)※学科試験 (web)

- 【自衛官候補生】
- ▶受験資格
- 18 歳以上 33 歳未満の人
- ▶受付期間
- 11/21 (金) まで
- ▶試験期日
- (1 次) 11/29 (土) ～ 12/4 (木)の指定する一日
※学科試験 (web)

【陸上自衛隊高等工科学校生徒】

- 【推薦】▶受験資格
- 男子で中学校卒(見込含)の学校長が推薦できる人
- ▶受付期間
- 10/1 (水) ～ 11/28 (金)
- ▶試験期日
- R8/1/10 (土) ～ 12 (月)の指定する一日
- 【一般】▶受験資格
- 男子で中学校卒(見込含)の 17 歳未満の者
- ▶受付期間
- 10/1 (水) ～ R8/1/15 (木)
- ▶試験期日
- (1 次) R8/1/24 (土)または 25 (日)の
指定された一日

☎ 自衛隊上田地域事務所 ☎・FAX 0268-22-5267
(上田市中央西 2-3-13 上田法務総合庁舎 1F)

知

ハロウィンジャンボ宝くじ等 販売中！
ぜひご購入を！ ☎ 総務課 総務係

「ハロウィンジャンボ宝くじ」「ハロウィンジャンボミニ」が 2 種類同時に販売されています。ぜひ長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。また、インターネットなら 24 時間いつでも宝くじが購入可能です！

この宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分されています。市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われていますので、ぜひご購入ください。

- ▶販売期間
- 9/19 (金)～ 10/19 (日)
- ▶抽選日
- 10/28 (火)

り
が
と
う
ご
ざ
い
ま
した。
(小山)

も
ら
い
ま
し
た。
あ

い
た
だ
き
、
元
気
を

楽
し
く
取
材
さ
せ
て

ち
や
に
さ
れ
な
が
ら

お
子
さ
ん
に
も
み
な

の
取
材
で
は
小
さ
な

し
た。
特
に
保
育
園

さ
せ
て
い
た
だ
き
ま

や
お
子
さ
ん
を
取
材

ご
く
集
支
は
■
家
さ
で
の
育
子
の
特
族
の
月
号

編集後記
editorial note

く
る
み
ど
い
は
ら

く
る
み
の
香
り
と
味
噌
の
旨
み

鴨
せ
い
ろ

じ
ゅ
く
り
炊
き
出
し
た
鴨
肉
ガ
ラ
の
コ
ク

ど
ち
ら
も
1
袋
2
食
入
り
6
8
0
円
(税
込)

ご
贈
答
用
に
も
お
す
す
め

半
生
麺
(つ
ゆ
付)

◎賞味期限:常温で1ヶ月

蕎
麦
粉
屋
大
西
製
粉

店
内
全
品
10%OFF

〒384-0801小諸市甲1581-3 TEL0267-22-0585

有効期限2025年11月30日まで

募

佐久地域ゲートキーパー養成研修会

【ゲートキーパー】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
- 10/27 (月) 13:30 ～ 15:30
- ▶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 保健師の方
- 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

【中級編】初級編に参加した方が対象

- ▶日時
- 11/28 (金) 13:30 ～ 15:30
- ▶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 気づき、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

【初級編・中級編共通事項】

- ▶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)
- ▶申込期限
- 10/9 (木)

※原則、初級編・中級編の両方も受講をお願いします。
なお、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 ☎ 25-1880 (直通)

知

味工房小諸すみれ ☎ 農林課
料理講習会のご案内 農業ブランド振興係

■ 10 月は、さつまいもの鬼まんじゅうです！

- ▶日時
- 10/22 (水) 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
- 5 人以上の希望があれば午後の部も開催します

昼食

夕食

フードサービスことぶき
お届けします！

宅配

ご飯付き(1食分)
620円 (税込)
※おかずのみは1食分500円(税込)

週1回おかず1食からのご注文もお気軽に♪

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 小諸市御影新田池ノ上2090-1

【受付時間】9時～17時(土・日・祝除く)

〈広告欄〉

浅間縄文ミュージアム

ナイトミュージアムのお知らせ



弥生時代の磨製石鏃（細田遺跡）

10/1 (水)から始まる秋季企画展「みよたを掘る!!～浅間南麓の古代史～」の関連企画として、学芸員解説付きのナイトミュージアムを開催します。

秋の夜長に浅間縄文ミュージアムで御代田町の古代に想いをさせてみませんか。

- ▶と き 10/18 (土) 18:30～20:00
- ▶定 員 25名 (小学生以下は保護者同伴)
- ▶その他 入館有料・事前予約制 (電話にてお申し込みください)
- ▶予約申込先 浅間縄文ミュージアム ☎ 0267-32-8922

KARUIZAWA



旧三笠ホテル
リニューアル
オープン

旧三笠ホテルは、耐震補強を含む保存修理工事が完了し、10/1 (水)にリニューアルオープンします。今回の工事により大正末期から昭和初期にかけてのホテルの姿をより忠実に復原しています。また、エレベーターの新設やバリアフリー化、防災設備の整備も行い、より多くの方に安心して来館していただける施設となりました。木造建築の優美な意匠と西洋文化が融合した歴史香る旧三笠ホテルへぜひお越しください。皆さんの来館をお待ちしています。

詳しくは、軽井沢町ホームページをご覧ください。

☎ 教育委員会 生涯学習課



▲軽井沢町
ホームページ

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!

▶▶▶ 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	期日	集合時間(歩く時間)	集合場所	問合せ先
■あさまウォーキング	10/4 (出)、10/18 (出) 11/1 (出)、11/15 (出)	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	10/26 (日)、11/23 (日)	8:00 (約30分) ※雨天中止	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1時間)	㈱キザキ本社(加増)	㈱キザキ ☎ 22-1354



最新情報

無料相談



弁護士による市民法律相談 (事前申込制・土日祝除く前々日まで)

- ▶日 時 ① 10/21 (火) 9:30～16:30
② 12/24 (水) 9:30～16:30

- ▶場 所 ①市役所3階 第5会議室
②市役所3階 第6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)

※年間の相談日については
広報こもろ 4月号にも掲載しています。

年間の相談日は
コチラ▼



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)

+ 休日緊急医

〔診療時間〕

○内科 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
10/5 (日)	○柳橋脳神経外科 (諸) ●松永歯科医院 (八幡町) ◎てんじん薬局 (諸)	23-6131 23-8488 31-6772	10/12 (日)	○桜井クリニック (芝生田) ●浅川歯科医院 (耳取) ◎お天気堂薬局 (相生)	26-1188 23-4050 25-4193
10/13 (月)	○鳥山クリニック (八満) ●木村歯科 (市町) ◎わたびー薬局小諸八満店 (八満)	26-0308 23-1515 26-0885	10/19 (日)	○小諸医院 (荒町) ◎金沢薬局 (荒町)	22-0250 22-0038
10/26 (日)	○こどもクリニックこもろ (田町) ◎田町てんじん薬局 (田町)	31-0086 31-0349	最新情報は、小諸市公式 HP からご確認ください▶		



草刈り・剪定・伐採・その他お困りごと。お任せください

お見積り無料 お気軽に問い合わせください!

草刈り	1坪あたり	100円～150円 (税込)	※30坪以下は別料金、草丈・地形(傾斜)によって料金が変わります
剪定	1時間あたり	4,000円 (税込)	※片付け・運搬・その他に掛かる時間も含まれます
伐採	1mあたり	2,000円～ (税込)	※樹高と太さによって料金が変わります

その他お困りごと その他生活に関わるお困りごとがあれば相談下さい ※内容により金額が変わります

※各作業 別途基本料金 2,000円 ※各作業の詳細はお問合せ時、またはお見積り時にご説明いたします。

株式会社アルファーム ☎ 0268-75-7494
〒389-0516 東御市田中253-1 携帯 090-8803-7472
総合サービス事業部 担当: 小林 ※9:00～18:00(月曜日除く)

小諸幼稚園運動会

ひよこさんも遊びに来てね!

10/4 (土) 9:00～雨天中止

未就園対象の競技あります 9:10迄にお越し下さい

坂の上小学校グラウンド HP等でご確認ください。

認定こども園 小諸市三和 1-5-16

こもろようちえん ☎ 0267-22-0355 http://www.komoroyouchien.ed.jp