

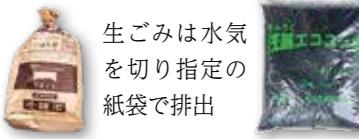
小諸市の ごみのこと、 ご存じですか？



小諸市と「生ごみ」

小諸市では昭和53(1978)年から「生ごみ」を分別収集し再資源化しています。現在は浅麓環境施設組合で「浅麓エココンポ」という肥料へ再生しています。

■住所：小諸市甲1845 ☎ 22-7710



生ごみは水気を切り指定の紙袋で排出
肥料は予約のうえ、受け取ることができます



▲小諸市「ごみ・資源収集カレンダー」



◆細かいごみの分別方法は「ごみサク」での検索が便利です。

になりかねません。クリーンヒルこもろは市民の大事な財産であり、ごみの減量を進めることができ、この財産を守るために大切になります。

ごみの減量には、一人ひとりの意識が重要です。「出してしまえば関係ない」ではなく「出す前に一度考えて実行すること」が、必要とされています。

ごみの中で一番多いのが、家庭から出る「燃やごみ」です。令和6年度は5,007トン（家庭ごみのみ）排出されており、コロナ禍をピークに排出量は減少傾向にありますが、依然として高い数値で推移しています。

「燃やごみ」はパッカー車で菱野区のごみ処理施設「クリーンヒルこもろ」に運搬後、焼却処理されます。しかし、ごみが多い状況は焼却炉へ負担が掛かり、結果として施設の耐用年数を縮めること

は簡単なことではありません。しかし、捨てる前に一人ひとりがもう一度「これは何ごみになるのかな？」と考えることで、循環型のまちづくりにつながります。

全部のごみの分別を間違えずに捨てるのには簡単なことではありません。しかし、捨てる前に一人ひとりがもう一度「これは何ごみになるのかな？」と考えることで、循環型のまちづくりにつながります。

細かく分別する理由はいくつもあります。資源の有効活用（リサイクル・再資源化）と環境保護、そして焼却施設などの長寿命化が主な理由で、「ごみを「資源」と捉え、持続可能な社会を目指していくことを目的としているためです。

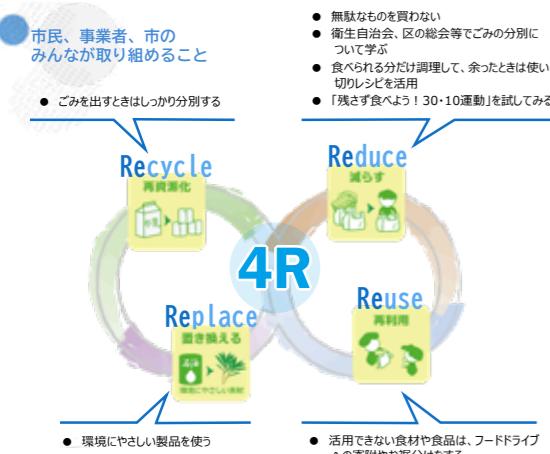
日々の生活で、必ず排出される「ごみ」。普段は何気なく捨てている方が多いかもしれません。小諸市のごみの分別は細かいと言われています。いったい何種類あるかご存じでしょうか？実は全部で13区分に分類され、市民の皆さんに協力をいただいています。





みんなで取り組めること

第2次小諸市ごみ処理基本計画から抜粋



令和6年3月、第2次小諸市ごみ処理基本計画を策定しました。小諸市のごみ処理の課題と目指す方針が示されています。燃やすごみへの古紙類や生ごみの混入が目立ちます。両方も燃やすとコストが掛かるため、分別・減量を呼びかけます。

燃やすごみの中の「使える資源」を分別する

燃やすごみへの古紙類や生ごみの混入が目立ちます。両方も燃やすとコストが掛かるため、分別・減量を呼びかけます。

燃やすごみは燃やさない

現在「プラスチック製容器包装」として分別回収しているプラスチック製品について、分別方法をもつと分かりやすくし、資源化することを目指しています。

燃やすごみは燃やさない

ゼロカーボンとなががっているごみが減るとクリーンヒルもろで消費するエネルギーを削減でき、温室効果ガスの排出も抑制できます。



【写真】

①ごみ組成調査の様子。手作業でごみ袋の中身を確認しています。②クリーンヒルこもろのごみピット内部。ごみの排出量が増加するとピットを逼迫し、処理が追いつかなくなることもあります。③日々の作業員の収集で、地域の美化が保たれています。④クリーンヒルこもろでは剪定枝をチップにし、無料で配布しています。

令和7年度組成調査結果

61.1%

約 3,100 万円

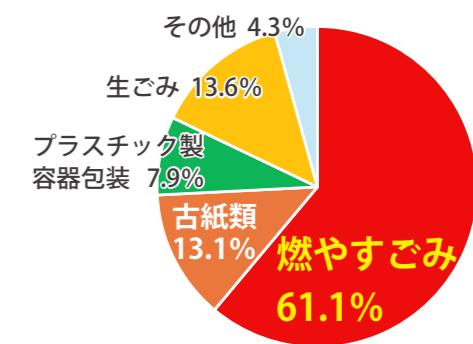
「燃やすごみ」の袋の中身のうち、適正に排出された割合

古紙類がきちんと分別・排出された場合、小諸市にもたらす利益(年間)

小諸市では、組成調査(正しくごみが分別・排出されているかを確認する調査)を毎年行っています。令和7年の調査の結果、燃やすごみ指定袋の中には、資源としてリサイクルできるものが約40%も含まれました。特にここ数年、古紙類の割合が増加しています。まずは燃やすごみの減量から意識してみませんか？

資源として売却すると、約830万円の収入

焼却費用として、約2,300万円の処理経費合算すると約3,100万円の損失を年間で負っている計算になります。「どうせ紙は燃えるから」と燃やしてしまうのはもったいないことです。一人ひとりの意識で、結果は大きく変わります。まずは燃やすごみの減量から意識してみませんか？



4月1日製造分のごみ袋から

ごみ袋の名称が変わります

燃やすごみ
▼
燃やすしかないごみ

※分別変更ではありません



市区・耳取区・森山区

ごみ減量モデル地区に指定



【写真】左から小林区長(耳取区)、荻原区長(市区)、塩川区長(森山区)

令和7年6月に市内の三岡地区(市区・耳取区・森山区)をごみ減量モデル地区に指定しました。同地区は、市の出前講座を活用した学習会や、クリーンヒルこもろなどの見学を行ってきました。また燃やすごみ減量を進めるため、専用の古紙回収袋を地区内全戸に配布しました。

► 古紙類を排出するときは、ココを チェック

小さめの紙は、紙袋に入れ
て排出すると便利！



バラバラにならないよう、紙
紐で十文字にしばって排出！



折り込みチラシは、
新聞と一緒に出してOK！



資源回収やスーパー等の回
収ボックスもご利用ください！



衛生自治会は、市内全員で386名の委員がとも活動しています。特に苦労していることは、ルール違反のごみの対応です。転入の方や自治会に未加入の方は、ごみ出しルールを知らない方もいらっしゃるかもしれません。しかしごみの排出と処理は「身近な市民協同」として、皆さんが主体的に取り組む必要があると考えています。クリーンヒルこもろは建設費が約22億円、運営委託費が約30億円かかっています。焼却コスト削減や長寿命化は市民の方全員の共通課題として、これからもごみの分別・減量を進めていきたいと思います。

03

小諸市衛生自治会 会長
原 桂一 さん



【写真】①整理された綺麗な集積所の例。②排出ルールが守られないと、他の方に迷惑がかかってしまいます。

ごみと向き合う方々の声



▲小学校の環境学習やイベントでもアドバイザーは活躍しています。



04

小諸市
ごみ減量アドバイザー
木内 洋子 さん

小諸市の皆さんへ送る ごみ減量アドバイザーの ごみ減量大作戦！

01 冷蔵庫を整理する日を作る

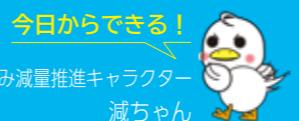
食品口を減らすため、
買い物に行く前に冷蔵庫の中身をチェック！
カレーやお鍋は余った
食材で調理ができる
とっても便利！

02 生ごみは水に濡らさない

水分が多い生ごみ。
シンクの三角コーナーではなく、外に置いて水気を切ることでごみの重量を減らせます。

03 燃やすごみ袋の横に、古紙袋を設置

ついで燃やすごみに入
れてしまいがちな古紙
類。燃やすごみの指定袋
の横に古紙回収袋を置く
ことで、分別が簡単にでき
るようになります。



みんなで考え実践したい



01 浅麓工業企業組合 専務
清水 洋介 さん



日頃からごみの適切な分別・排出にご協力いただき感謝いたします。施設で特に多いトラブルは「プラスチック製容器包装」への異物混入です。作業員が手作業で選別を進めていますが、インスリンの注射針やガラス片が混入していることがあります。手に刺さる可能性もあり大変危険です。安全のためにも、適正な分別・排出にご協力をお願いします。また直接搬入の際もルールをご確認の上、ご協力をお願いいたします。クリーンヒルこもろは今年で供用開始から11年目を迎えた。家庭から排出されるごみを減らしつつ、これからも施設を大切に利用していただけたと嬉しいです。



02

クリーンヒルこもろ 所長
中屋 嘉智 さん



一緒に活動しませんか？ 第12期 ごみ減量アドバイザー 募集します

小諸市のごみ減量について、一緒に考える仲間を募集中です！

- ▶ 任 期 R8/4/1 ~ R10/3/31 (2年間)
- ▶ 内 容 養成講座の受講、アドバイザーミーティングへの出席
出前講座の講師、啓発資料の作成、啓発活動への参加等
- ▶ 費 用 報奨金・費用弁償あり
- ▶ 定 員 若干名
- ▶ 申 込 3/13(金)までに小諸市HP掲載の応募用紙で申込み
間 生活環境課 ごみ減量推進係



「小諸市公共施設予約システム」

運用が始めります

市内の貸館施設の空き状況の確認や予約を、お手持ちのスマートフォンやパソコンから行えるようになります。また、順次オンライン決済もご利用いただける予定です。スマートフォンやパソコンをお持ちでない方、操作に不安がある方は、貸館施設の窓口で職員がサポートしますので、安心してご利用ください。詳細は、各施設にお問い合わせください。

■予約可能な施設一覧

施設名	施設連絡先	システムからの予約開始日
大栄小諸球場 / 小諸市営球場 小諸市総合運動場	スポーツ課スポーツ振興係 ☎ 22-1700 (内線 2282)	3/10 (火)~ ※施設利用開始日は 4/1 (水)~
小諸市乙女湖公園運動場	▪ スポーツ課スポーツ振興係 ☎ 22-1700 (内線 2282) ▪ 小諸市文化センター ☎ 22-8880	2/2 (月)~ ※施設利用開始日は 4月中旬以降
総合体育館 / 武道館 すぱーく小諸 / 和田体育館	小諸市総合体育館 ☎ 23-3800	2/2 (月)~
小諸市市民交流センター	小諸市市民交流センター	2/2 (月)~
小諸市複合型中心拠点誘導施設 (こもテラス)	☎ 25-1890	4/1 (水)~
小諸市人権センター	小諸市人権センター ☎ 23-5521	2/2 (月)~
小諸市文化センター (公民館・文化会館)	小諸市文化センター ☎ 23-8880	2/3 (火)~



予約はコチラから
できます▲



利用方法はコチラ▲



「物価高対応子育て応援手当」の 申請はお済みですか？

問 こども家庭支援課 こども保育係



物価高が長期化し、その影響を強く受けている子育て世帯を力強く支援するため、0歳から高校生年代までの
お子さんを養育されている児童手当受給者に、物価高対応子育て応援手当（児童1人2万円）を支給してい
ます。申請が必要な方は、下記のとおりです。まだ申請がお済みでない方は忘れずに申請してください。

▶申請が不要な方（1/30（金）に支給）

- ①令和7年9月分の児童手当の受給者（令和7年9月出生児童は10月分）
- ②令和7年10月以降に出生した児童で12/26までに児童手当の認定請求が済んでいる受給者

▶申請が必要な方 ※対象児童が市外にお住まいの場合はご連絡ください

H19/4/2～R8/3/31までに生まれた児童を養育している父母等で、以下のいずれかに該当する方

- ①児童手当受給者が公務員の方 / ②12月以降に生まれた児童の児童手当受給者
- ③R7/12/26～R8/3/31までの間に、離婚で児童手当の申請が必要になった保護者

▶給付金額 児童1人につき2万円（1回限り）

▶申請方法

申請書に必要事項を記載の上、口座のわかるものの写しを添付し、こども家庭支援課へ提出してください。

- ①の児童手当受給者は、申請書が所属庁から配布されますので、まずは所属庁へご確認下さい。
- ②、③の児童手当受給者は、児童手当認定請求時にあわせてご案内しています。

▶申請期限 3/31（火）必着

※詳細は市HPをご覧ください。また他市町村で受給済みの場合は受け取ることができません。



詳しくは
市HPから
ご覧ください

市の施設の予約が
便利にできるよう
なります！



遊びに来てね～！

●受付開始
2/2（月）～

●利用開始
4/1（水）～

問 こども家庭支援課
こども保育係

こども誰でも 通園制度 始まります！

■ どんな制度なの？

理由を問わず利用できます。

【対象】ふだん保育園に通っていない生後6か月～2歳のこども

【利用時間】

毎月10時間まで保育園などに通うことができます

【利用料金】

300円/1時間
(別途実費負担がかかる場合があります)

■ どんなことができるの？

Q. 育児休業中なので保育園に預けられません

A. 子育て中のどんなご家庭も保育園などに預けることができます。

【同世代のお友達と遊んでほしい】

A. 園の活動に参加でき、成長や発達にも刺激をもらえます。

【誰かに育児の悩みを相談したい】

A. 保育士から具体的なアドバイスを受けることができます。

■ 利用までの流れ

「こども誰でも通園制度総合支援システム」により、認定申請や利用予約を行います。実施施設や利用登録の申込み等の詳細は市HPをご覧ください。



詳しくは
コチラ

Komomag.

小諸の情報、コレ1つで。

楽しい街アプリ誕生。



DLはこちらから



●申告相談の日程・受付枠

	●午前の部 9:00 ~ 12:00 (受付時間 8:45 ~ 11:00)			●午後の部 13:00 ~ 17:15 (受付時間 8:45 ~ 16:00)		
	受付枠	内 LINE 予約枠	内当日枠	受付枠	内 LINE 予約枠	内当日枠
2/16(月)	60	—	60	上限なし	—	上限なし
2/17(火) ~ 3/16(月) ※(木)・(土)・(日)・祝を除く	60	30	30	上限なし	45	上限なし
2/21(土) 及び 3/1(日) ※休日開催日	70	70	—	▪ 休日開催日は午前のみとなります。 ▪ LINE による事前予約のみで 当日受付はありません。		

●ご注意ください

- 受付枠の上限に達した場合は、時間内であっても受付を終了します。予めご了承ください。
- 午後の受付枠上限はありませんが、当日受付の場合、相談を受けるまでかなりの待ち時間が生じる可能性があります。また、目安となる時間は受付時にお伝えしますが、当日の状況により相談時間が目安より遅れることがあることをご理解・ご承知の上、当日受付をお願いいたします。
- 市民交流センターの開館は 8:30 です。時間前に来られても、会場には入れません。
- 毎週木曜日は、会場が休館日のため申告相談は行いません。
- 市役所地下駐車場（第 1 駐車場）は、混雑が予想されます。周辺駐車場もご利用ください。
- 期間中は、税務課での申告相談はお受けできません。

★例年、申告会場は大変な混雑となります。

混雑緩和のために、便利な以下の方法についてもご検討・ご活用をお願いします。

小諸市公式 LINE で 相談の予約ができます

当日受付に並ぶことなく、待ち時間の少ない便利な LINE 予約をぜひご利用ください。本人が LINE 予約できない場合でも、ご家族やお知り合いの方が代理で申請することも可能です。（LINE 1 アカウントあたり 3 名まで予約可能です）

▶期間
希望する相談日の前日 17:00 まで
(3/15(日)まで)

▶方法
小諸市公式 LINE のメニューから
予約申し込み

24 時間 365 日申告可能な オンライン申請(e-Tax)をご利用ください

申告会場における混雑緩和のため、メンテナンス期間を除きいつでもどこでもお手持ちのスマートフォン等で申告可能な e-Tax の積極的なご利用をお願いします。

▶ご利用いただいたの方の割合
⇒ 約 55%

R6 年分申告では、確定申告をした 7571 人の市民の方の内、4201 人（約 55%）が e-Tax（税務署でのスマホ申告を含む）をご利用いただいている。

スマホ申告説明会を開催します

市民交流センターにて、佐久税務署の職員の説明によるスマホ申告説明会を開催します。お手持ちのスマートフォンを操作しながら、実際に確定申告が行えます。

▶開催日 2/3(火)

▶申込み

右の二次元コード
から申込み▶



所得税・個人消費税・贈与税の 確定申告

佐久税務署にて申告会場を開設します。詳しくは広報こもろ 1 月号 P16 をご覧ください。



予約方法はコチラ▶



e-Tax について▶



市県民税等 申告相談

期間 2/16(月) ~ 3/16(月)



詳細はコチラ▶

会場 市民交流センター（こもろプラザ 2 階）

- 問 ▪市県民税申告相談について 税務課 市民税係
▪確定申告、源泉徴収票、e-Tax について 佐久税務署 0267-67-3460

●申告が必要な方

- 申告については、広報こもろ 1 月号の 9 ページ及び 16 ページ（佐久税務署からのお知らせ）もあわせてご確認ください。
○所得税に関するご相談や過年の確定申告に関するご相談、内容が複雑な申告等については税務署での確定申告をお願いします。詳しくは佐久税務署へお問い合わせください。



▲広報こもろ
1 月号

●申告相談に必要なもの

※申告内容に応じて、次の資料等をご用意ください。

- マイナンバーカードまたは、マイナンバー通知カード及び運転免許証等の身分を証明するもの
- 利用者識別番号が確認できる書類（所得税の確定申告をする方）
- 給与や年金の源泉徴収票
- 営業・農業・不動産所得がある方は、収支内訳書と収入・経費の確認できる帳簿や領収書
- 国民年金や健康保険等の保険料の領収書や証明書
- 生命保険料や地震保険等の領収書や払込証明書
- 医療費控除の明細書
- 障害者手帳、要介護認定書
- 還付を受ける本人の預金通帳



●各種書類の準備について

国税庁ホームページ「令和 7 年分 確定申告特集」も参考にしてください。



国税庁 HP ▶

●事前の準備をお願いします

会場の混雑緩和や滞在時間の短縮のため、必要書類の事前作成にご協力をお願いします。

- 営業・農業・不動産所得のある方 「収支内訳書」を必ず作成してください。
- 医療費控除を申告する方 「医療費控除の明細書」を必ず作成してください。

★「収支内訳書」や「医療費控除の明細書」を作成していない場合、申告相談はお受けできません。
必ず事前に作成の上お越しください。

●申告を忘れると…

所得額や税額は国・県・市の様々な制度を利用する際の基準となるため、申告を忘ると、国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険・国民年金保険・保育料・市営住宅使用料等に影響を及ぼすことがあります。



教室・講座・講演会のご案内

2/19(木) 脳いきいき教室

■ 2月のテーマ

「よりよく生きるための『心づもり』～終活に向けて～
これからも安心して自分らしく毎日を過ごすためのヒントを見つめましょう。楽しく頭を使いながら軽い体操も行います。

▶日 時 2/19(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 ▶申込 不要
問 高齢福祉課 長寿支援係

3/3(火) 生活習慣病予防講演会

■ テーマ

「かかりつけ」+「セルフケア」で守る
血圧管理の二刀流！！

生活習慣病の原因となる高血圧などについて、
お話しいただきます。

▶日 時 3/3(火) 13:30～15:00

▶場 所 小諸市役所 3階 第1・2会議室

▶講 師 医療法人柳泉会 柳橋脳神経外科
院長 柳橋 万隆 先生

▶定 員 50名

▶申込 3/2(月)までに電話または小諸市公式LINEで申込み
問 高齢福祉課 長寿支援係

申込みは市公式LINEが便利です▶



3/8(日) 空き家セミナー

下記テーマについて専門家に講演してもらいます。また講演会後は個別相談も受け付けます。(若干名、予約・申込不要)

▶日 時 3/8(日) 10:30～12:00 (開場 10:00)

▶場 所 市民交流センター ステラホール

▶講 師 ・エイワ税理士法人 担当者

・空き家バンク協議会会長 小林 光一郎 氏

▶テマ ①空き家の売買や相続にかかる税金について

②効率の良い実家じまいの仕方

問 建設課 管理係

3/11(水) 健幸応援！生活塾

■ テーマ

「笑顔で過ごすために」～心とからだのセルフケア～

心の健康を保つための食事や心と体のほぐし方に
ついてお伝えします。お話しの後は、栄養や介護、
お口の相談事やフレイルチェック、参加者同士の
交流もできます。

▶日 時 3/11(水) 10:00～11:30

▶場 所 高齢者福祉センターこもれび

▶定 員 25名

▶対 象 60歳以上の市民

▶申込 事前に電話で申込み

問 高齢福祉課 長寿支援係



3/21(土) 第27回虚子・こもろ全国俳句大会 表彰式・記念講演会

大会にご応募いただいた句のうち、小学生の部・中学生の部・高校生の部・一般の部の表彰をし、高校生の部・一般の部の入選句の披講を行います。あわせて記念講演会も開催します。

▶日 時 3/21(土) 13:00～16:00 (開場 12:30)

■ 記念講演会 13:00～14:00

【演題】「医師が病むとき 一相馬遷子の医師俳句と闘病俳句」

【講師】仲 寒蟬 氏

■ 表彰式 14:30～16:00

▶場 所 市民交流センター ステラホール

▶定 員 150名 (申込不要)

▶費 用 ・募集句にご投句いただいた方: 無料
・ご投句されていない方: 資料代 500円

▶その他

当日会場にて作品集などの販売も行います。またご来場いただいた方には第27回俳句大会作品集を贈呈いたします。



【講師紹介】**仲 寒蟬 氏**
大阪府出身。佐久市在住。1996年、『港』に入会され大牧広に師事。現在は俳句結社『牧』『平』代表、『群青』同人、俳人協会会員、現代俳句協会会員として

てもご活躍中の仲寒蟬氏を講師に迎え、俳人と医師の二刀流をこなすお立場から「医師が病むとき 一相馬遷子の医師俳句と闘病俳句」と題してご講演いただきます。

問 文化財・生涯学習課 生涯学習係

1) フレイル予防の第一歩は「社会や人とのつながり」

私たちは、色々な人と様々な形で地域や社会とのつながりを持って生活しています。近年、そういった地域・社会とのつながりが豊かな方が、将来長く健康でいられ、フレイルや認知症にもなりにくいことが知られています。

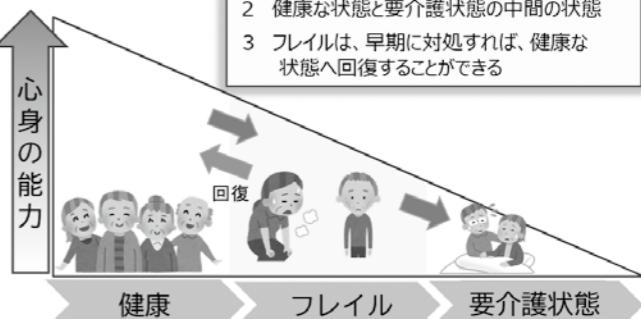
しかし、年を重ねるにつれ、特に

高齢期には社会とのつながりが少なくなりやすい状況にあります。社会(人)とのつながりが薄くなつてくると、家に引きこもりがちになり生活範囲も狭くなり、気分も落ち込みがちになります。

すると人と話すことが少なくなるのでお口の機能が低下し、食事も上手に取れなくなるため、最後には身体に変調をきたしてしまいます。

フレイルって何？

- 1 年をとて心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態
- 2 健康な状態と要介護状態の中間の状態
- 3 フレイルは、早期に対処すれば、健康な状態へ回復することができる



2) 社会参加の3つのポイント

1日1回以上

外出しよう
01



きっちりとした予定でなくとも、外出する理由はどのようなものでも構いません。意識して出かける用事をつくることが大切です。
外出は身体と頭を活性化させます！



週1回以上
友人・知人などと
交流しよう
02

月1回以上

楽しさ・やりがいのある
活動に参加しよう
03



「学ぶ」「働く」「集う」「趣味」「地域貢献」など様々な社会参加活動があります。何より大切なのは、楽しさややりがいのある活動であることです。また、参加しているだけでも要介護リスクが低下するという研究結果もあります。

毎月の広報こもろに、様々な行事や教室について案内を掲載しています。高齢福祉課で開催している教室等もありますので、ぜひお出かけください。

また、高齢者福祉センター「こもれび」では本年度から新たに各区で開催している健

康達人区らぶを開催しています。区を超えた交流ができますのでぜひご参加ください。

▶健康達人区らぶ 問合せ: 小諸市社会福祉協議会 ☎ 25-7337

転ばぬ先の杖

フレイル予防

「社会参加」

問 高齢福祉課

長寿支援係

「まなびのまち造形講座」受講生募集

創作活動は、人生に潤いや喜び、夢や生きる力など、何ものにも代えがたい大切な宝物を与えてくれます。市立小諸高原美術館・白鳥映雪館では、下記により、令和8年度「まなびのまち造形講座」の受講生を募集します。

あなたも、「日本画」「洋画（水彩・油彩）」「デッサン」「書道」に取り組んでみませんか。多くの皆様のご応募をお待ちしています。

講座名	講師	開講日	内容	募集人員
日本画「基礎」	田辺 満智子	第1・3土曜日 午後	画材の基本的な使い方を学び、4号以上の作品を仕上げる	5
洋画「基礎（水彩）」	白鳥 敦生	第2・4日曜日 午前	構図、混色、着彩など 水彩画の基礎を学ぶ	15
洋画「基礎（油彩）」	塩川 勇	第2・4火曜日 午前	一人ひとり描きたいモチーフを選び 作品を描く	5
デッサン「基礎」	塩川 勇	第2・4土曜日 午前	基礎を中心に様々なモチーフの 描写を学ぶ	10
書道「基礎」	堀内 昌英	第2・4水曜日 午前	筆の扱い方、姿勢、基本点画、 古典の臨書	10

募集期間 **3/1(日)～3/8(日)**

▶受講期間

4～11月の8ヶ月間（月2回 合計16回）

▶受講料 月1,000円

※受講のために個人的に必要な用具や材料等の費用は、受講料とは別に個人負担となります。

▶場所 市立小諸高原美術館・白鳥映雪館 絵画室

▶申込

- ・3/1(日)～3/8(日)の9:00～16:00の間に、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、市立小諸高原美術館・白鳥映雪館へ提出してください。（ただし、3/2(月)は休館です。）
- ・申込用紙は、市立小諸高原美術館・白鳥映雪館受付前にあります。
- ・市内在住の方を優先いたします。受講申込者が募集定員を超えた場合は、受講をお断りする場合があります。

▶その他

- ・受講申込者が募集定員の半数に達しない場合は、講座は開講しません。
- ・各講座は、受講生と講師による自主的な運営となっており、受講生の皆様にも講座の運営に関わっていただきます。

▶申込み・問合せ

市立小諸高原美術館・白鳥映雪館

☎ 26-2070

市の審議会等の委員を募集します

▶応募資格 市内に在住または通勤もしくは通学する年齢18歳以上の方（※）で、次の1、2の要件も満たす方
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

※⑯小諸市健康づくり推進協議会委員は、18歳以上75歳未満の方

▶応募方法 希望する審議会等の名称、氏名、性別、生年月日、住所、電話番号を記載し、郵送、FAXまたはEメールでご応募ください。（※複数の審議会等に応募することはできません。）

▶任期 R8/4/1～R10/3/31（2年間） ▶申込期限 2/27(金)

名 称	審議事項	活動の種類と頻度	募集人数	小論文・面接	応募・問い合わせ先
① 小諸市部落差別等撤廃 人権擁護審議会委員	部落差別等あらゆる差別をな ぐすための重要事項	会議 ※平日昼間 (年1～3回程度)	1名	応募用紙提出・ 面接	人権政策課 TEL 384-8501 小諸市相生町3-3-3 E-mail seisaku@city.komoro.nagano.jp
② 小諸市隣保館運 営審議会委員	人権センターの運営に関する 重要事項	会議 ※平日昼間 (年1～3回程度)	1名	応募用紙提出・ 面接	TEL 22-1700／FAX 23-8857
③ 小諸市男女共同 参画審議会委員	男女共同参画の推進状況の確 認と評価及び男女共同参画社 会づくりに関する事項	会議 ※平日昼間 (年1～3回程度)	2名以内	応募用紙提出・ 面接	E-mail seisaku@city.komoro.nagano.jp
④ 小諸市スポーツ 推進審議会委員	スポーツの施設及び設備に関す る事項、スポーツの事業の実 施及び奨励に関する事項、ス ポーツ推進計画に関する事項	会議 ※平日夜間 (年3回程度)	若干名	小論文（応募動 機）300字程 度を提出・面接	スポーツ課 スポーツ振興係 TEL 384-8501 小諸市相生町3-3-3 E-mail sshinko@city.komoro.nagano.jp
⑤ 小諸市スポーツ 推進委員	スポーツの実技の指導に関する 事項、学校等の教育機関やスポ ーツ団体の行うスポーツの行事又 は事業の協力に関する事項、ス ポーツ推進計画に関する事項	会議 ※平日夜間 (月1回) 実技指導、研修等 ※主に土日昼間 (年に数回程度)	若干名	小論文（応募動 機）300字程 度を提出・面接	こども家庭支援課 こども政策係 TEL 384-8501 小諸市相生町3-3-3 E-mail kseisaku@city.komoro.nagano.jp
⑥ 小諸市青少年補 導委員	青少年の健全育成、育成環境 の浄化に関する事項	支部で補導活動 (年4回程度)	10名 以内	応募用紙提出・ 面接	文化財・生涯学習課 生涯学習係 TEL 384-8501 小諸市相生町3-3-3 E-mail gakushu@city.komoro.nagano.jp
⑦ 小諸市社会教育 委員	社会教育に関する計画立案、 教育委員会の諮問に応じ意見 を述べること	会議 ※平日夜間 (年5回程度) 研修 ※平日昼間 (年5回程度)	1名	応募用紙提出・ 面接	市立小諸図書館 TEL 384-8501 小諸市相生町3-3-3 E-mail tosho@city.komoro.nagano.jp
⑧ 市立小諸図書館 協議会委員	小諸図書館の事業運営に関す る事項	会議 ※平日昼間 (年3回程度) 研修 ※平日昼間 (年1回程度)	1名	応募用紙提出・ 面接	小諸市立藤村記念館 TEL 384-0804 小諸市丁315-1(懐古園内) E-mail toson@city.komoro.nagano.jp
⑨ 小諸市立藤村記念 館協議会委員	藤村記念館の事業運営に関す る事項	会議 ※平日昼間 (年2回程度)	1名	応募用紙提出・ 面接	市立小諸高原美術館・白鳥映雪館 TEL 384-0041 小諸市菱平2805-1 E-mail kogen@city.komoro.nagano.jp
⑩ 小諸市立藤村記念 館協議会委員	小諸高原美術館・白鳥映雪館 の事業運営に関する事項	会議 ※平日昼間 (年2回程度)	2名	応募用紙提出・ 面接	市立小諸高原美術館・白鳥映雪館 TEL 26-2070／FAX 26-2071 E-mail kogen@city.komoro.nagano.jp
⑪ 小諸市立小山敬 三美術館運営委 員会委員	小山敬三美術館の事業運営に 関する事項	会議 ※平日昼間 (年2回程度)	1名	応募用紙提出・ 面接	小諸市立小山敬三美術館 TEL 384-0804 小諸市丁221-3(懐古園内) E-mail keizo@city.komoro.nagano.jp
⑫ 小諸市懐古園 運営委員会委員	市長の諮問に応じ、懐古園の 維持保存及び円滑な運営に 関する事項	会議 ※平日昼間 (年2回程度)	若干名	小論文300字 程度を提出・ 面接	懐古園事務所 TEL 384-0804 小諸市丁311 E-mail kaiko@city.komoro.nagano.jp
⑬ 小諸市公民館 運営審議会委員	小諸市公民館の事業運営に 関する事項	会議 ※平日夜間 (年3回程度)	2名以内	面接	小諸市文化センター TEL 384-0801 小諸市甲1275-2 E-mail bunka@city.komoro.nagano.jp
⑭ 小諸市健康づくり 推進協議会委員	健康づくり計画の進捗状況の確 認と評価及び健康づくりのため の事業の推進に関する事項	会議 ※平日夜間 (年2～4回程度)	2名	面接	健康づくり課 健康支援係 TEL 384-8501 小諸市相生町3-3-3 E-mail shien@city.komoro.nagano.jp

図書館ひろば

居心地のいい図書館

みんなの
サードプレイスを目指して

もうすぐ

来館者数 200 万人

新図書館はもうすぐ来館者数が 200 万人を突破します。
みなさん、もう図書館には行きましたか？

行ったらわかる！ 図書館クイズ

Q1 授乳室があるひろばはどこ？

- ①すみれのひろば
- ②ひだまりのひろば
- ③こもろのひろば



鍵もかかるし
お湯も出るよ。
安心して
過ごせるね♪

Q2 図書館の冬の平日の開館時間は？

- ①午前 9 時～午後 5 時
- ②午前 9 時～午後 6 時
- ③午前 9 時～午後 7 時

Q3

次の 3 冊は、2025 年上半期でたくさん借りられた本ベスト 3 です。順番に並べ替えると？

(集計期間 2025/4/1-9/30)

- ①『成瀬は天下を取りにいく』(宮島未奈 著 / 新潮社)
- ②『11 ぴきのねこ』(馬場のぼる 著 / こぐま社)
- ③『こんとあき』(林明子 さく / 福音館書店)



答えは図書館に来て確かめよう！

【小諸図書館・資料の調べ方講座】開催！

3月 21 日(土) 14:00 ~ 15:00 (要申込)

詳しい
図書館
情報は
コチラ



ホームページ



facebook



X



Instagram

はじめました！

【開館時間】平日 9:00 ~ 19:00
土日祝 9:00 ~ 18:00
【休館日】毎週木曜日

市立小諸図書館
KOMORO CITY LIBRARY
☎ 0267-22-1019

令和 8 年 2 月のイベント	
1 日(日)	こうめちゃんわらべうの会
8 日(日)	おはなし玉手箱
20 日(金)	おはなしきしゃポッポ
21 日(土)	ひだまりサロン 15:30 ~ 池田真弓さんの朗読テーマ「ばけばけ」
22 日(日)	すみれちゃん【チキンパイ】 おはなし会

※おはなし会は 10:30 ~ です

赤ちゃんも安心
授乳室あるよ！

土日は
午後 6 時までだよ

スマホでみてみよう！
今の貸出が多い本



図書館のホームページから
貸し出しが多い本、
予約が多い本、新しく入った
本を調べることが出来るって
知った？

あなたでも見ることが
出来ます！

小諸市医療費特別給付金事業（福祉医療）のご案内

福祉医療って なんだろう？

県内の医療機関へ受診した際に、受給者証を提示し忘れて
しまいました。

学校内や部活・下校中のけがで病院へ受診をしたいのですが…。

障がい者で福祉医療受給者証を持っていますが、新しい受給者証が届きません。

同じ月のうちであれば、受診された医療機関へご相談ください。月が変わってしまっている場合は、医療機関から発行された領収書を福祉課へお持いただき、申請をお願いします。なお、県外の医療機関で受診した場合は、必ず福祉課へ申請が必要となります。

医療機関窓口で受付時に、学校管理下での負傷または疾病であることを必ず伝えいただき、福祉医療受給者証は提示せずに自己負担をお支払いください。

障がい者手帳をお持ちの方は、手帳の期限に基づいて有効期間が決まります。手帳の有効期間をご確認ください。有効期間が過ぎていて、手帳更新後引き続き福祉医療の該当となった場合、手帳の引渡しの際に福祉医療受給者証もお渡します。通常の更新と異なり受給者証は郵送しませんのでご了承ください。

【対象となる方】次のいずれかに該当し受給されていない方は申請をお願いします

●乳幼児・児童

○出生から 18 歳に到達する学年までの子ども

●ひとり親家庭等

○ひとり親家庭の母または父および児童※

○父母のいない児童※

●障がい者（児）

○身体障害者手帳 1 ~ 3 級 ○療育手帳 A1・A2・B1

○精神保健福祉手帳 1・2 級※ ○障害年金の受給者※

※印がある資格区分は、所得制限があります。

【ご利用される皆様へのお願い】

○助成を受けるには、あらかじめ申請が必要です。資格認定された場合に受給者証が交付されます。

○受診される際は必ず医療機関の窓口へ受給者証をご提示ください。

○加入している健康保険が変わった場合には変更届の提出が必要になります。

詳細はこちる →



軽自動車・バイク等の手続きはお済みですか？

問 税務課 市民税係



軽自動車・バイク等を所有し、下記の場合は各種手続きが必要となります。

3 月は窓口が大変混み合うため、早めの手続きにご協力をお願いします。

■ 転出等により軽自動車・バイク等の定置場を変更した場合

■ 軽自動車・バイク等を廃車した場合

■ 他人へ譲渡した等で所有権が移転した場合

なお軽自動車等を「使用していない」または「車検が切れている」等の事由があつても、4 月 1 日時点の所有で課税対象となります。また、原動機付自転車、小型特殊自動車は“一時的に使用しないから廃車にする”などの理由で標識を返納することはできません。

車両種別	手続き先	必要なもの
▪ 原付 (125cc以下のバイク) 等	市役所 税務課	ナンバープレート / 免許証 / あれば標識交付証明書
▪ 小型特殊自動車(農耕作業車含む)		
▪ 軽自動車 (四輪乗用・貨物)	長野県軽自動車検査協会※ ☎ 050-3816-1854	■一般的な場合 車検証 / 手数料 / ナンバープレート(廃車時のみ)
▪ 125cc超~250cc以下のバイク	長野運輸支局※ ☎ 050-5540-2042	■名義変更 新所有者の住民票 等 ※提出先へご確認ください。
▪ 250ccを超えるバイク		

※長野県自家用自動車協会小諸支部でも手続き可能 ☎ 22-0496 (旧小諸消防署隣り)

**知** 淨化槽維持管理の補助金申請 受付中

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。2~3月は窓口が混み合うため、申請予定の方は、早めまたは郵便での提出にご協力をお願いします。

▶交付対象 (以下の条件を全て満たす浄化槽が対象)

- ・市内の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こと
- ・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こと
- ・申請者に市税、水道料金等の滞納がないこと

▶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6年度中に実施・支払いをした点検など…R8/3/31(火)

令和7年度中に実施・支払いをした点検など…R9/3/31(水)

▶その他

点検を実施・支払いした次の年度の末日まで申請できます。
申請用紙は下水道課窓口や市公式HPから取得できます。

問 下水道課 普及整備係

知 就職ガイダンス in 佐久平

「好きな街で好きな自分でいたらく」

小諸佐久地域の企業が集まり、採用担当者による面談と情報・資料提供を行う合同説明会を開催します。

▶日 時 3/13(金) 13:30~**▶場 所** 佐久一萬里温泉ホテル (佐久市中込3150-1)**▶対 象**

- ・R8/3月に大学、短大、専門学校等卒業見込の求職者
- ・R9/3月大学、短大、専門学校等卒業見込者
- ・UIJターン、既卒等による就職検討者

▶その他

佐久までの交通費の補助あり (バス・新幹線代)

※上限 3,000円

問 小諸職業安定協会事務局 (小諸商工会議所内)

☎ 22-3355

ご芳志をいただきました

▶ふるさと納税寄附金

3,285件 78,120,000円 (R7/12)

▶社会福祉のため

「金20,000円」小諸市建築士会様

▶テニスコートの整備のため

「テニスコート整備用トラクター1台(70万円相当)」

上田 章男 様

▶テニスコートの整備のため

「金100,000円」甘利 秀明 様

知 「認可外保育施設」を利用している多子世帯等の保育料を助成します

子育て世帯を支援するため、認可外保育施設を利用している多子世帯及び低所得世帯の保育料を軽減する補助金を交付します。

▶対象世帯

認可外保育施設に入所している保育の必要性がある3歳未満の子どものうち、以下に該当する世帯

区分	助成額
【多子世帯】 年収 360万円相当 (市町村民税所得割 課税額 57,700円) 以上の世帯	○第2子 保育料の半額(月額 21,000円を上限) ○第3子以降 保育料の全額(月額 42,000円を上限)
【低所得世帯】 年収 360万円相当 (市町村民税所得割 課税額 57,700円) 未満の世帯	○第1子 保育料の半額(月額 21,000円を上限) ○第2子以降 保育料の全額(月額 42,000円を上限)

※保育の必要性(保護者の就労等)がある場合に該当となります。
※他の減免制度がある場合、その制度利用後の残額が対象です。

▶申請期限 3/31(火)まで

申請方法等詳しくは市HPをご覧ください▶

問 こども家庭支援課 こども保育係

**知** 2月は児童手当の支給月です

R7.12月～R8.1月分の児童手当を支給します。

▶対 象 0歳から高校生年代のお子さん
(18歳到達後最初の3/31まで)

▶支給日 2/13(金)**▶金 額(月額)**

	3歳未満	3歳～高校生年代
第1子・第2子	15,000円	10,000円
第3子以降	30,000円	30,000円

問 こども家庭支援課 こども保育係

知 味工房小諸すみれ
料理講習会のご案内**▶2月は、こんなにやくづくりです！****▶日 時** 2/18(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**▶申 込** 味工房小諸すみれ ☎ 25-1706(市外の方も申込可)**▶その他の** 5人以上の希望があれば午後の部も開催します

問 農林課 農業ブランド振興係

募 第4次小諸市食育推進計画(案)に対するパブリックコメントを実施します**【小諸市食育推進計画】**

“かしこく食べて元気な心と体を育もう”を基本理念に、「若い世代への食育」「健康長寿を目指す食育」「食の循環と地域の食を意識した食育」「食を育む健康づくり」を推進する計画です。

▶募集期間 1/26(月)～2/26(火)**▶閲覧場所** 小諸市役所健康づくり課窓口、市ホームページ

▶対象者

- ・小諸市に住所を有する人
- ・市内で働く人、学ぶ人
- ・市内で活動する人・団体
- ・市内の事業者

▶提出方法

郵送、FAX、窓口、e-mailのいずれかの方法でご提出ください。様式は問いませんが、住所、氏名、連絡先を必ず明記してください。

▶意見の取扱い

意見の概要と回答を市HPで公表します。個別には直接回答しません。また個人情報は他の目的で利用しません。

問 健康づくり課 保健予防係

✉ yobo@city.komoro.nagano.jp

募 令和8年度
長野県シニア大学佐久学部学生募集

人生100年時代！より楽しく輝いて生きるために、幅広い分野の学習や実践ができる講座に参加してみませんか？

▶入学資格

50歳以上の佐久・上小国域に在住の方

▶学習期間・時間

2年(1日4時間×年間15日、年間60時間)の予定

▶学習内容

①教養講座 ②趣味・健康・交流講座 ③地域づくり講座

▶授業料 年額12,000円(教材費等別途)**▶募集期間** 2/2(月)～3/31(火)**▶申込み** 願書を佐久保健福祉事務所または市高齢福祉課へ提出
(願書は各窓口で配布します)

※申請時に住所・氏名記入の返信用封筒をご提出ください
(長形3号、110円切手を貼付)

問 佐久保健福祉事務所 ☎ 0267-63-3141

募 県営住宅の入居者募集します**▶募集期間** 2/12(木)～2/26(木)

(受付：土・日・祝を除く 8:30～17:15)

▶受付場所 長野県住宅供給公社 佐久管理センター
(佐久市跡部65-1 佐久合同庁舎4階)

▶その他の

詳しいについては長野県HPでご確認ください
下記までお問い合わせください。

問 長野県住宅供給公社 佐久管理センター

☎ 0267-78-5410



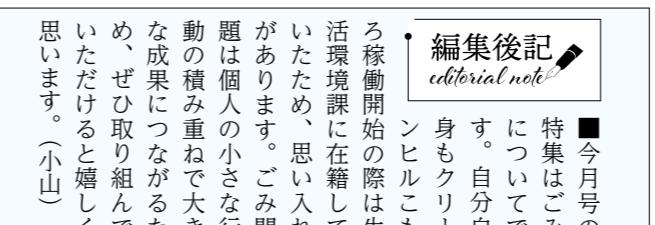
県営住宅情報
(長野県HP)

イ 消防団音楽隊 ふれあいコンサート

音楽隊は演奏を通して皆様の防火意識の向上を目指しています。

▶日 時 2/8(日) 13:30～(開場13:00)**▶場 所** 小諸市文化センター**▶入場料** 無料**▶演 目** MISS SAIGON、ジャパニーズ・グラフィティXIV

問 消防課 消防係

**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 お気軽にお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・被覆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 その他生活に間わるお困りごとがあれば相談下さい ※内容により料金が変わります。

※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)

緑の丘にふれあいの鐘が鳴る**やまびこ園**

社会福祉法人 小諸青葉福祉会 ☎ 0267-23-9515

御代田町・軽井沢町のイベント情報などをお知らせします。

浅鹿 Walker MIYOTA

第20回 あつもりピアノリレーコンサート



あつもりピアノリレーコンサートは、エコールみよたが誇るスタインウェイのピアノを一人でも多くの方に楽しんで演奏してもらうことを目的としたコンサートです。多くの参加者によって紡がれる多彩な音色をぜひ聞きに来てください。

▶日 時 3/1(日) 9:00 ~ 12:00頃(予定) ※開場 8:30

▶会 場 エコールみよた あつもりホール

▶入場料 無料

問 教育委員会生涯学習係 ☎ 32-2770



KARUIZAWA

追分宿郷土館 冬季企画展 「昔の道具と暮らし」

▶期 間 3/31(火)まで 9:00 ~ 17:00
(入館は 16:30 まで / 水曜休館。祝日の場合は開館。)

▶と こ ろ 追分宿郷土館

▶入館料 大人 400円 / 小中高生 200円 (20名以上は団体割引あり)

▶内 容 洗濯、炊事、遊びなど、人々の生活で使われていた道具や資料から、昭和から現在の暮らしの移り変わりについて紹介・展示します。昔懐かしい道具や、昔使われた「ものの単位」など、展示を通して「暮らし」に触れてみませんか。

問 追分宿郷土館 ☎ 45-1466 追分宿郷土館 冬季企画展
「昔の道具と暮らし」



応援いただける事業主さん、随時募集中!

小諸市健康づくり協力事業所の ご紹介

問 健康づくり課 健康支援係

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る!

デリシア小諸インター店 (諸 303)

ユーパレット小諸店 (御影新田 1850)



協力内容

・指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)としての指定及び運営
※来年度以降、該当の日にご利用いただけます。

店長からひとこと

地域に密着した食品スーパーとして、お客様に「おいしさ」と「安心」な、おいしい商品をお届けします。お買物を通して、地域の皆さんとの食卓と笑顔を支えるお店です。ぜひご来店下さい。

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

「イベント」「お知らせ」「募集」など
の情報コーナーです。

無料相談

弁護士による佐久広域法律相談 (事前申込 2/3(火) 8:30~)

▶日 時 2/19(木) 9:30 ~ 16:30
3/4(水) 13:00 ~ 16:30

▶場 所 佐久市振興公社ビル(佐久広域連合)
問 佐久広域連合事務局 ☎ 0267-62-7721

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 2/19(木) 13:00 ~ 15:00

▶場 所 市役所3階 第5会議室

問 市民課 市民協働・相談係

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。

問 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・土日祝除く前々日まで)

▶日 時 3/27(金) 9:30 ~ 16:30

▶場 所 市役所3階 第5会議室

問 市民課 市民協働・相談係

☎ 22-1700

年間の相談日は
コチラ▼



※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。

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
2/1 (日)	○柳橋脳神経外科(諸) ○鳥山クリニック(八代) ○てんじん薬局(諸) ○わたびー薬局小諸八満店(八代)	23-6131 26-0308 31-6772 26-0885	2/8 (日)	○桜井クリニック(芝生田) ○Aiクリニック整形外科(諸) ●山口歯科医院西小諸診療所(芝生田) ○アイン薬局小諸店(新町) ○水明てんじん薬局(諸)	26-1188 25-0555 24-8148 25-3981 31-5956
2/11 (水祝)	○東小諸クリニック(和田) ○ひかり医院(御幸町) ○アイン薬局御影新田店(和田) ○アイン薬局小諸東店(御幸町)	25-8104 22-8878 26-3981 26-1141	2/15 (日)	○こどもクリニックこもろ(田町) ○小諸医院(荒町) ●関歯科クリニック(柏木) ○田町てんじん薬局(田町) ○お天気堂薬局(相生)	31-0086 22-0250 25-3456 31-0349 25-4193
2/22 (日)	○小岩井整形外科(一ツ谷) ○武重医院(本町) ○小諸あさま薬局(一ツ谷) ○ほんまち薬局(本町)	26-6788 22-0171 26-6226 26-1193	2/23 (月祝)	○小諸南城クリニック(小原) ○佐々木医院(南町) ●松永歯科医院(八幡町) ○小諸コスモス薬局(小原) ○さかもと薬局(南町)	26-5222 22-0503 23-8488 26-2282 23-8228

専門家からアドバイスを受けられます

救急車を呼ぶか悩んだときは慌てずに

☎ #7119 / ☎ #8000

へご相談を!

☎ #7119 (15歳以上の方)

▶時 間 19:00 ~ 翌朝 8:00
(土・日・祝日は朝 8:00 ~)

ダイヤル回線・IP電話からは
☎ 026-231-3021

☎ #8000 (15歳未満の方)

▶時 間 19:00 ~ 翌朝 8:00
ダイヤル回線・IP電話からは
☎ 026-235-1818

(夜間休日にこどもが病気のとき)



令和8年 二十歳を祝う会 感謝と決意



△△△△△△△△△△
● 依田 土屋 佐藤 神谷 荒木かれん
● 隼弥 凜華 暁璃 未来

池田	風夏	小野澤志衣敏
塩川	未妃	小山
蒼羅		大翔
土屋瑠獅亞		
柳澤	小山	
優弥	晃太	
(五十音順)		



正副実行委員長から二十歳を迎えての決意をお聞きしましたのでご紹介します。

実行委員の皆さんをご紹介します。

式典では、小中学校時代の恩師からご祝辞をいただくとともに、それぞれの小中学校のクラブ活動や卒業式などの思い出動画が上映され盛り上がりました。また、卒業式後は恩師との記念撮影会や懇親会なども行われました。



◆ 内容

- | | | | |
|------|--|------|-------------------------------|
| 0.24 | 令和8年二十歳を祝う会 | p.28 | 「えんぴつリレー」(東山区 塩川裕二さん) |
| 0.26 | 「今支館・分館では」(御牧ヶ原分館)
「見た!聞いた!出前講座」(四ツ谷分館) | | 小諸市公民館の料金区分と
貸館区分の一部変更について |
| 0.27 | 【報告】シニア教室/公民館講座ほか | p.29 | 「ぼくとわたしの作品」(野岸小学校) |

2月は旧暦で「如月」とも言います。由来は諸説あるようですが、厳しい寒さに備えて重ね着をする「衣更着」が転じた説があるそうです。「立春」を迎える暦の上では春が始まりますが、実際にはまだ厳しい寒さが続きます。

「鬼は外！福は内！」 今月は節分があります。私も子どもの頃は父親が仕事から帰宅すると、窓を全開にして煎った大豆や落花生をまき、邪氣や災いを追い払って、福の神を呼び込む「邪氣払いの儀式」を行いました。

その後に、拾った豆を歳の数だけ食べて（実際は歳の数以上に食べていましたが）、無病息災を祈願していました。

私も結婚し子どもができ、同様に豆まきを行いましたが、子どもが世帯を持ち独立し、私と妻の2人世帯になつたら豆まきは行わなくなつてしましました。この原稿を書きながら、数十年ぶりに窓を全開にして、鬼を追い出し福の神を呼び込む豆まきをしてみようかなと思つてします。

隱幾錄

など思つてい

カラー版は[こちら](#)

小諸の高校生 × 日本の大人 「表現の泉」

日時 2/21(土) 13:30～15:00 (開場 13:00)

会場 市民交流センター ステラホール

小諸市では、地域の魅力発信の一環として、「小諸の水の魅力」を伝えることを目的に、「小諸の水循環」をテーマとした授業を実施しました。小諸商業高等学校の生徒が市内の水環境や水資源について学び、その魅力を自分たちの言葉で表現する短文づくりに取り組む内容です。本活動の総括として、下記のとおり公開イベントを開催し、高校生ならではの視点でとらえた小諸の魅力を広く発信します。

・授業プログラム及び経過の説明

内容 ①小諸商業高校生による作品発表

②講師と小諸商業高校生によるディスカッション

【写真】小諸市には様々な水源があり、小諸商業高校の生徒に「小諸の水の魅力」を知らせるための授業を実施しました。



【講師】**指出一正 氏**

社会と環境をテーマにしたメディア『ソトコト』編集長。SDGsや地域創生に関する政府委員も多数務める。



【講師】**川口洋一郎 氏**

小諸の水魅力発信プロジェクトを企画・運営。地域の魅力を伝える企画・デザインに多数携わる。



【講師】**東郷友裕 氏**

株式会社水みらい小諸代表取締役。出向時に国の水循環施設に関わり、水循環白書等の取りまとめを行う。

□ 上水道課

定員先着 200 名 / 申込不要



ご利用ください

こもろ生活応援商品券を送付します

小諸市は、国が交付する物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、物価高騰の影響を受けているすべての市民の皆様の生活費負担軽減のため、こもろ生活応援商品券(一人6,000円分)を2/2(月)から、世帯主宛に順次送付します(利用可能な加盟店一覧も同封)。

■配達までお時間がかかります

小諸市全世帯への発送で郵便物が大量となるため、お手元に届くのに数週間のお時間が掛かることが予想されます。また、ゆうパックでの配達のため直接の受取りが必要となります。

■配達されない場合は――

2/27(金)までに届かない場合は、企画課企画調整係までお問合せください。



◀商品券
イメージ

□ 企画課 企画調整係

教育部会



教育部会では、10月30日に12のワーキンググループの正副委員長の先生方にお集まりいただき、基本設計と目指す教育の適合について考える機会として、研修会を開催しました。基本設計図案をもとに、「今委員会で検討している教育活動は、ここスペースをこんな風に活用したらどうか」など、ワークショップ形式で意見交換を行いました。当日はファシリテーターとして、静岡大学の島田桂吾准教授をお招きし、指導や助言をいたしました。

参加した先生方からは、「学びの街角」では、地域の方々をお呼びして、アウトプットやフィードバック等の表現活動に生かしたらどうか」などの意見や、子どもたちの居場所をつくるスペースなどのアイデアが出されました。

8月に開催した第2回小諸市立小中学校統合準備委員会以降も、4つの専門部会ではそれぞれ調査・研究協議を進めています。教育部会では、10月に正副委員長の先生方を対象とした研修会を開催しましたので、その様子をお知らせします。

小諸市「学校再編」の進捗状況をお知らせします

「小諸市学校再編計画」に基づき、学校再編を進めています

□ 再編整備係

□ 学校教育課

義務教育学校に係る 意見交換会

基本設計・実施設計に関する市民懇談会 (第5回ワークショップ)

R6/9月に策定した『小中一貫教育推進基本方針』の策定に関し、義務教育学校に係る検討経過をお知らせし、市民の皆さんとの対話を深めるため、下記のとおり意見交換会を開催します。

日 時 2/7(土) 13:30～16:00

場 所 市役所3階 第1・2会議室

内 容 ①義務教育学校に関する
検討経緯について
②意見交換 ほか

芦原中学校区義務教育学校の整備に関し、基本設計の最終案を公表するとともに、実施設計の進捗状況をお知らせし、広く市民の皆さんの意見をお伺いする機会として、下記のとおり市民懇談会を開催します。大勢の皆さんのご参加をお待ちしております。

日 時 2/22(日) 14:00～15:30

場 所 ステラホール

内 容 ①基本設計最終案の公表
②実施設計における進捗状況の説明
③意見交換 ほか

※意見交換会・市民懇談会ともに事前申込不要

音楽のまち・こもろミニコンサート

小諸市は、市民の音楽活動を支援し、音楽文化の振興を目指しています。□ 文化財・生涯学習課



オギタカルテット

～Love & Groove～

日時：2/23(月祝) 18:00～(開場 17:30)

会場：市民交流センター ステラホール

入場無料 先着 150 名

・オギタカ (ボーカル&ピアノ) / ■星山剛 (ブルースハープ)
・岡部哲 (ベース) / ■柴崎直也 (ドラムス)

オギタカの詩と楽曲を中心にブルースやジャズのフィールを盛り込んだ「愛とグルーヴ」に満ちたオリジナル性の高いサウンドです。昨年ステラホールでの初ライブで200人以上の動員を記録しました。あの感動を再び！！ご来場をお待ちしています。

【プログラム】オリジナルソングの他、「上を向いて歩こう」など

【次回】オープンガク堂 Cafe 音楽と語り～春祭りの夜に～ 3/28(土) 11:00～ステラホール

クイズに答えて食事券をGet!! しよう 広報こもろクイズ

▶今月のクイズ

「燃やすごみ」の袋は、ごみの減量を目指して今年4月の製造分から名称が変わります。

その袋の名称はズバリ「●●●●●●ごみ」???

▶今月のプレゼント 藤舟 ☎ 22-5021(本町1-1-2)

「500円 お食事券」を5名様にプレゼント!

※プレゼントの食事券は、掲載された小諸飲食店組合加盟店様のご厚意によるものです。



ふっくらと美味しい饅を中心、かつ重やきも焼、ヒレ酒も提供しています。静かに食事を楽しむことができるため、特別な日にもお使いいただけます。ぜひご賞味ください。

【営業時間】11:30～13:30 / 17:30～19:30

【定休日】毎週火曜の夜・毎週水曜日

▶応募方法

クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号・広報こもろを読んでの感想(あれば可)を記入のうえ、はがき・FAX・電子申請のいずれかで、2/28(土)必着でご応募ください。(一世帯1通に限ります。)

※当選者発表は、食事券の発送をもって代えさせていただきます。

▶応募・問い合わせ先

〒384-8501 (所在地記載不要)

小諸市役所 企画課 FAX 23-8766
(右二次元コードから応募可能)

【先月号の答え】警察官



■小諸飲食店組合 食事券提供特別企画

広報こもろクイズ提供店12店で使える
食事券2,000円分を、抽選でプレゼント!(合計15名様)
(提供:小諸飲食店組合)

2026年1月～12月の一年間、食事券当選者を除いた全正解者の
中から抽選で賞品が当たります。(毎月1通、年間で12通の応
募が可能。食事券が1回当たった場合、残りの11通が抽選対象。)



白菜はアブラナ科の野菜で、冬が旬の野菜です。水分が多く淡泊な味わいが特徴。ビタミンCや食物繊維が豊富で低カロリーなため、炒め物、煮物、サラダなど様々な料理に活用できます。

【材料(2人分)】

食材	分量
■白菜	350g
■春雨(乾)	50g
■豚バラ	150g
■ニラ	1/2束
■いりごま	適宜
調味料	
■ニンニクすりおろし	小さじ1
■醤油	大さじ2
■ごま油	大さじ1/2
■砂糖	大さじ1
■水	100cc
■塩・こしょう	適宜

【作り方】

- 白菜は繊維を切るように、1cmの幅に切る。豚バラも同様に、ニラは2～3cm位に、春雨は長さを半分に切る。
- 鍋にAの調味料と水を入れて煮立ったら、春雨、白菜を重ねて入れ最後に豚肉を広げて乗せて塩、こしょうをふり、蓋をして弱火で7～8分煮て、最後にニラといりごまを入れて合わせる。

※お好みで豚バラを牛肉、人参をパプリカなどに変更しても美味しいです。得意な方は、辛味を入れてもOKです。

【レシピ提供】食ママ俱楽部 高地 清美さん
間 健康づくり課 保健予防係

市立
小諸高原美術館・
白鳥映雪館

～20年後の自分へ送るメッセージと自画像展～
令和7年度

20年後のわたしへ展



東小・水明小・奥南ガ丘小・千曲小・野岸小・底の上小

2026
2/1 sun - 2/23 mon 9:00-16:00

市立小諸高原美術館・白鳥映雪館 第1・第2展示室
TEL 0267-26-2070
入館料:一般200円、小中学生100円
休館日:3/3(月)、9月3、10/1(月)

市内6小学校6年生全員の「自画像」と20年後の自分に宛てた「メッセージ」約300点が一堂に並びます。小学校卒業を間近に控えた6年生が、中学校という新しいステージへ羽ばたこうとする自分と向き合い、様々な技法で今の自分を表現しています。一人一人のメッセージにはどんな思いが込められているのでしょうか。ぜひ、会場にてご覧ください。また、芦原中学校、東中学校の生徒による作品も併せて展示します。

- ▶期間 2/1(日)～2/23(月)
- ▶観覧料 一般200円、小中学生100円
- ▶開館時間 9:00～16:00
- ▶休館日 2/2(月)、9(月)、16(月)

間 市立小諸高原美術館・白鳥映雪館 ☎ 26-2070

昆虫写真家

海野和男の小諸日記

海野宿



隣町の東御市に海野宿という古い宿場町がある。この街には電線がない。重要伝統的建造物群保存地区に指定され電線が地中に埋められたからである。電線がないだけで、時代が遡った感じがする。それにしても、何故、日本は電柱と電線を地中化しないのだろうか。そうすればもっと美しい日本ができる。道路を造るのはもう結構だから、景気対策の公共事業をやるのなら、景観や豊かな自然を取り戻すための事業をやってほしいものである。

今回の写真はそんな町並みをデジカメのモノクロモードで撮影したものだ。こういった撮影には一眼レフではないレンジファインダーのカメラを使うのがよい。というわけで借りてきましたレンジファインダータイプのデジカメで撮影。

海野宿は中世の豪族海野にちなむ宿場町である。僕はその末裔と言われている。江戸時代は北国街道の宿場町として栄えた。現存する建物の原型は明治の蚕種業が盛んだった時のものである。



子育てを応援するフリーマガジン【ママモ】

mamamo
ママモ76号は2月下旬配布予定です!

- ・「時間管理のしくみ」を知ろう!
- ・家族でたのしむ「ボードゲーム」

お便り、お写真など投稿募集中 → <http://mamamo.info/> 右のQRからもどうぞ。

小諸市内をはじめ
佐久地域の
幼稚園・保育園で
園児一人一人に
無料配布しています!

mamamoの
LINE
QRより「お友だち追加」
をお願いします!

- 「お友だち追加」でうれしい特典●
- ①ママモの表紙モデルに
応募できる!
- ②会員さん限定のお得な
情報をゲット! などなど…

企画・編集・発行:株式会社アイク 佐久市猿ヶ原805-1 TEL.0267-66-6660 FAX.0267-66-6661



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ます。筆界と相違する場合もあります。

最新のジオラマ(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
土地の境界を明確にして
お互いすっきりとしましょう!



小諸市の様々な話題をお届けする「カメラウォーカー」。1月の出来事をご紹介します。

News 01

御影新田の道祖神祭り (1/7)



県の無形民俗文化財に指定の御影新田の道祖神祭りが開催。300年以上続く伝統行事で、五穀豊穫や無病息災を願い、地区の子どもたちを乗せた2台の山車が激しくぶつかり合います。山車の上から沿道へお菓子などを撒く催しも行われ、祭りは盛り上がりをみせました。

【撮影】こもろ魅力表現ディレクター 蕨野 真衣さん

News 02

新年走り初め & ウォーキング (1/10)



新春恒例の走り初め&ウォーキングが懐古園馬場で開催。約200人が汗を流し、最後には甘酒なども振舞われ、参加者はイベントを楽しんでいました。

News 03

第21回 JOC ジュニアオリンピックカップ
全国エアロビック選手権大会 表敬訪問 (1/13)

1/25から静岡県袋井市で開催される上記大会に出場する選手が小泉市長を訪問し、決意表明しました。

【左から】中沖 実梨夏選手、田中 杏選手
富岡 契選手、横田 葉南選手

北国街道 小諸宿の
お人形さんめぐり

2/21(土)▶3/8(日)

問 (一社)こもろ観光局



【会場】本町通り・ほんまち町屋館・与良館 相生町・大手・市町・荒町・与良

**佐久市
根岸** **のぞみグループの自立型施設** **小諸市
和田**

天然温泉付住宅型有料老人ホーム
**ウェルハウス
のぞみサンピア
本館 一般居室**
自由に活動的な生活を
(ペット同居可/日帰り温泉施設併設)
透析の方も可

自立型サービス付高齢者向け住宅
タウンコートのぞみ
全てが徒歩圏内に揃う
街に住もう
(ツルヤみかけ店様隣り)
(ペット同居可)
60歳以上の方

【問】のぞみグループ本部
0267-22-9274 小諸市和田 841-7
<https://www.nozomi-g.co.jp/>

R141 佐久北I.C近く。黄色い看板が目印



0267-23-6644

小諸市御影新田2728-1

至サンライン

平原

至軽井沢

至上田 四ツ谷 R141

セブンイレブン
ツルヤ ユニクロ
ダイナム モンテロード
ここです ユニクロ
佐久平駅 モンテロード
佐久北IC 長土呂東詳しい情報は
HPで!