

# お知らせ

## 9月の税の納期

**固定資産税(第3期)**  
**国民健康保険税(第3期)**  
**介護保険料(第3期)**  
 納期限は9月30日(木)

納期限までに最寄りの金融機関またはコンビニエンスストアなどで納めてください。(介護保険料はコンビニエンスストアでは納付できません。)  
 □座振替は、9月30日(木)に指定口座から振替をしますの  
 で、振替日前日までに残高をご確認ください。

納付方法や口座の変更を希望される場合は、9月17日(金)までにご連絡ください。(ゆうちょ銀行は次の期からの振替になります。)

### ◎問い合わせ先

総務課収納推進係  
 ☎82-3111(内線142)  
 直通75-6206

## 町民運動会・交通安全町民大会中止のお知らせ

10月2日(土)に開催を予定していた「第61回町民運動会・第43回交通安全町民大会」は、実行委員会による協議の結果、

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止することとなりました。

開催を楽しみにされていた皆さんには大変残念なお知らせになりますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

### ◎問い合わせ先

坂城町公民館(文化センター内)  
 ☎82-20069

## 葛尾組合ペット火葬休止のお知らせ

設備メンテナンスのため、左記の期間はペット火葬の受付を休止します。

### 休止期間

9月28日(火)～10月18日(月)

### ◎問い合わせ先

葛尾組合  
 ☎82-23349

## ハロウィンジャンボ宝くじ発売!

今年のハロウィンジャンボは、1等・前後賞合わせて当せん金額は5億円です!

- ・1等3億円×11本
- ・前後賞各1億円×22本
- (発売総額330億円)
- ・11ユニットの場合)

発売金額 1枚300円

## 発売期間

9月22日(水)～10月22日(金)  
 また、ハロウィンジャンボにも同時発売します。

この宝くじの収益金は、長野県内での販売実績により各市町村に配分されますので、県内の売り場でお買い求めください。

## 司法書士無料法律相談

10月1日の「法の日」を中心に、県下全域で司法書士無料法律相談を実施します。

日時 10月2日(土)  
 午後1時～4時

場所 役場3階第3会議室

相談内容 不動産・法人の登記、多重債務、高齢者・障がい者などの財産管理、相続、不動産の取引、裁判所への提出書類作成など

予約 不要

### ◎問い合わせ先

小林竜朗司法書士事務所  
 (長野県司法書士会上田支部長)  
 ☎22-8110  
 (午前9時～午後5時)

## あなたの大切な遺言書を法務局が守ります

ご自身で作成した「自筆証書遺言書」を法務局で保管するこ

とができるようになりました。今まで自筆証書遺言書の問題点であった、「発見されない場合がある」、「改ざんされるおそれがある」ことが解消されます。また、家庭裁判所の検認も必要ありません。

ご自身の財産をご家族等に確実に託すために、自分で書いた遺言書を法務局に保管しませんか。詳しくは、左記までおたずねください。

### ◎問い合わせ先

長野県司法書士協議会  
 長野地方司法書局上田支局  
 ☎23-2001

## 養育費に関する無料電話相談を実施します

長野県青年司法書士協議会および全国青年司法書士協議会との共催により、司法書士による養育費に関する無料電話相談会を実施します。

日時 9月25日(土)

午前10時～午後4時

電話番号

0120-567-301

(平日のみの専用番号です)

※相談は無料で秘密は厳守します。

### ◎問い合わせ先

長野県司法書士会  
 ☎026-232-7492

障害年金専門の社会保険労務士による

事前予約制



# 無料 障害年金相談会

秘密厳守

…………… 社会保険労務士には専門家としての知恵があります ……………

1 うつ病・精神・知的・発達障害・心の病気等の方

2 人工関節・人口血管・人工弁・人工透析・ペースメーカー・特定疾患等の方

3 がん・心臓病・糖尿病・脳梗塞・視力聴力の低下等  
 身体の後遺症の機能・病状・精神の状態等で  
 日常生活や労働で制限のある方(働いていても受給可)

4 障害年金の審査請求・再審査請求でお悩みの方

手数料は完全成功報酬ですので受給できなかった場合にはかかりません。お気軽にご相談ください。

場所▶毎月第1水(変更あり)  
 上田市ふれあい福祉センター

▶毎月第3水(変更あり)  
 坂城町文化センター

時間▶13時30分～16時30分

▶土・日も相談可能(要予約)

お問合せは下記事務所まで

長野障害年金研究会  
 西澤社会保険労務士事務所/☎0268-21-7070  
 大井社会保険労務士事務所/☎0268-82-2188  
 芹澤社会保険労務士事務所/☎0268-75-8931

※諸条件により、請求・受給できないことがあります。

## 甲種防火管理 新規講習の開催について

千曲坂城消防本部では、甲種防火管理新規講習を開催します。この講習を修了することにより、甲種防火管理者となるための資格を有することになります。

なお、講習は新型コロナウイルス感染症拡大防止策を行ったうえで開催します。また、講習が中止となる可能性がありますのでご了承ください。

**日時** 10月14日・15日の2日間

・14日(木)午前9時～午後5時

・15日(金)午前9時～午後3時

**会場** 千曲坂城消防本部会議室

**受講料** 6000円

受講料は講習会初日に徴収します。

**定員** 30名(定員になり次第締切)

**申込期間**

9月14日(火)～9月30日(木)

※午前8時30分から午後5時

15分まで、土日祝日も可

**申込方法** 申請者は、消防署までお申込みください。(申請

者は受講者本人以外でも可)

◎**申込・問い合わせ先**

坂城消防署予防係

☎82-0119

## 講座・教室

### リトミック教室(後期) を開催します

音楽を通じて、豊かな感性や情緒を育むお手伝いをする楽しい教室です。保護者の方と一緒に参加をお願いします。

興味のある方は、体験してから参加することもできますのでお問い合わせください。

**日時** 10月6日から2月16日

までの毎週水曜日

午前10時～11時30分

**場所** 文化センター大会議室

※場所は変更する場合があります。

**指導者** 中沢敏江さん

**参加費** 4000円

**対象** 1歳半～3歳児と保護者

**申込受付** 9月1日(水)

◎**申込・問い合わせ先**

坂城町公民館(文化センター内)

☎82-2069



### ストレッチ& ウォーキング教室

運動を始めるきっかけづくりとして、まずはからだを動かしてみませんか?

筋肉をほぐして血流を良くすると脳が活性化します。疲労予防効果としてもお勧めです。

昼の部はストレッチを中心に筋力の維持を、夜の部はさらにウォーキング要素を加え活動量の増加を目指します。コロナ禍で運動不足になった、運動習慣をつけたい、最近体型が気になる方、そして初めての方もお待ちしています。

**申込方法** など詳しくは、下記までお問い合わせください。

**日程**

【昼の部】9月30日から3月

10日までの第2・4木曜日

(計10回)

※12月はお休みです

【夜の部】10月4日から11月

22日までの毎週月曜日

(計8回)

**時間**

【昼の部】午後2時～3時

【夜の部】午後7時～8時

**内容** 体組成測定(教室開始前)、

ストレッチ・有酸素運動、筋力

トレーニング、ウォーキング

**場所** 保健センター

**講師** 宇治春菜先生(健康運動指導士)

**受講料**

【昼の部】3000円

【夜の部】2000円

**申込期限**

【昼の部】9月24日(金)

【夜の部】9月28日(火)

◎**申込・問い合わせ先**

保健センター

### ヨガ教室を開催します

9月から健康増進のためヨガ教室を開催します。

コロナ禍で外出が減っている今、筋肉を使うことで血流を改善し、脳卒中などの血管病や膝痛予防に効果を発揮します。

参加を希望される方は、下記までお申し込みください。

**日程** 9月22日、10月13日、10

月27日、11月10日、11月24日、

12月1日、12月22日、1月5

日、1月26日、2月9日(水曜

計10回)

**時間** 午後2時～3時

**場所** 保健センター

**参加費** 3000円

**定員** 15名

**持ち物** ヨガマットまたはバ

スタオル、飲み物

**Music Information**

坂城町吹奏楽団 残暑お見舞い「スイング・ジャズ」コンサート開催

**日時** 9月4日(土) 午前10時開場 10時30分開演

**場所** びんぐしの里公園「びんぐしわくわくステージ」(屋外ステージ)

**演奏曲目** 茶色の小瓶、レッツ・スイング、ファンダンゴ、生命の奇跡、となりのトトロ ほか

**申込期限** 9月17日(金)

◎**申込・問い合わせ先**

保健センター

☎82-3111(内線511)

直通75-6230



### 坂城町吹奏楽団 残暑お見舞い「スイング・ジャズ」コンサート開催

**日時** 9月4日(土) 午前10時開場 10時30分開演

**場所** びんぐしの里公園「びんぐしわくわくステージ」(屋外ステージ)

**演奏曲目** 茶色の小瓶、レッツ・スイング、ファンダンゴ、生命の奇跡、となりのトトロ ほか

**入場料** 無料

♪ 新型コロナウイルス感染症対策を講じたうえで、マスク着用でお越しください。♪

◎問い合わせ先 吾妻さん ☎82-4813