

広報

さわき

2020 September

9

No.522

令和2年9月

コロナに負けない！

町内3箇所打ち上げ花火

※関連記事11ページ

雇用調整助成金等申請支援補助金(新設)

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、従業員等の雇用の維持を図るため、国の雇用調整助成金または緊急雇用安定助成金の助成を受けようとして、その申請書作成に係る業務を社会保険労務士に委託し、支払った経費に対して補助をします。

補助対象者 町内の事業所の事業主で、国の「雇用調整助成金」または「緊急雇用安定助成金」の申請を社会保険労務士に依頼した方

補助限度額 10万円(補助率10/10)[1事業者1回限り]

申請期限 令和2年12月28日(月)まで
(対象期間:緊急対応期間<4月1日~9月30日>に実施した休業等)

補助対象経費 「雇用調整助成金」または「緊急雇用安定助成金」の申請書作成業務等を社会保険労務士に委託して支払った費用(消費税を除く)



社労士

※その他、申請方法や提出書類については下記までお問い合わせください。

◎申請・問い合わせ先 商工農林課商工観光係 ☎82-3111(内線153) 直通75-6207

小規模事業者等持続化応援支援金(延長)

新型コロナウイルス感染症の拡大により、大きな影響を受けている町内小規模事業者(農家を含む)に対して、事業の継続を下支えし、経営の安定化を応援するため、事業全般に広く使える支援金の申請期限を令和3年1月29日(金)まで延長します。

支給対象者 町内小規模事業者(法人、個人事業主)
※従業員:製造業ほか20人以下、商業サービス業5人以下

支給額 一律20万円(補助率10/10)[1事業者1回限り]

申請期限 令和3年1月29日(金)まで

支給要件(概要) ○令和2年2月から12月までのうち任意の1か月の売上げが、前年同月比で30%以上50%未満減少し、前年同月比の売上高が20万円以上減少していること。
○国の「持続化給付金(売上げが前年同月比で50%以上減少している事業者等を対象とした給付金)」の申請をしていないこと。



※その他、申請方法や提出書類については下記までお問い合わせください。

◎申請・問い合わせ先 商工農林課商工観光係 ☎82-3111(内線153) 直通75-6207

新型コロナウイルス感染症により、売上げが減少するなどの影響を受けた農家の方へ

高収益作物次期作支援交付金のご案内

対象生産者

○次の要件をすべて満たす生産者が対象となります。

- ①令和2年2月から4月の間に、作物（花き、野菜、果樹など）について出荷実績がある、または出荷できずに廃棄した実績がある生産者の方。（5月以降に出荷実績のある品目についても、今後対象となる見込みです。）
- ②収入保険、野菜価格安定制度、農業共済等のセーフティーネットに加入していること、または加入を検討していること。

支援内容

※下記支援内容は令和2年4月30日以降に実施した取り組みが対象となりますのでご注意ください。

■ 支援内容その1

→高収益作物（花き・野菜・果樹・茶）の次期作に向けた取り組みに対して、以下のとおり支援します。

- 【支援単価】 ①基本単価・・・5万円/10a
②施設栽培のうち高集約型品目の単価（下表参照）



高集約型品目 （新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減少した品目）	交付単価
施設栽培の花き、大葉及びわさび	80万円/10a
施設栽培のマンゴー、サクランボ及びぶどう	25万円/10a

※対象施設・・・加温装置（空調装置）またはかん水装置がある施設（雨よけハウスを除く）

【対象となるための取り組み】

高収益作物の次期作の作付に向けた取り組みを2つ以上実施する必要があります。

■ 支援内容その2

→需要促進に取り組む生産者に対し、新たな品種の導入や新たな販売契約に向けた取り組みを支援します。

【支援品目】 花き・野菜・果樹・茶 【支援単価】 2万円/10a

【対象となるための取り組み】 次期作の需要促進につながる取り組みを実施する必要があります。

■ 支援内容その3

→高品質なものを厳選して出荷するなどの取り組みに対し、その人数・日数に応じて1人・1日当たり2,200円を支援します。

【対象品目】 花き、茶、施設栽培の大葉、わさび、マンゴー、サクランボ及びぶどう

申請方法

町ホームページに掲載した「高収益作物次期作支援交付金について」をご覧ください、「取組計画書」に必要事項を記入のうえ、下記申請先へそれぞれ申請してください。

申請先

○申請する方によって、書類の提出先が異なりますのでご注意ください。

- ①農協組合員の方：JA ながのちくま営農センター（千曲市）及び各アグリサポートセンター
- ②農協組合員以外の方：坂城町農業再生協議会事務局（役場商工農林課内）

申請期限

現時点（8月21日現在）では国から申請期限が示されていないため、できる限り早めに申請してください。期限が決まり次第、町ホームページでお知らせします。

※詳しい内容については、町ホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

◎問い合わせ先 商工農林課農業振興係 ☎82-3111（内線152） 直通75-6207

新型コロナウイルス
感染症対策にもなる！

ご家庭でのごみの捨て方

家庭ごみを出すときに心がける4つのこと

1 ごみ袋はしっかり縛って出しましょう！

ごみの散乱を防ぎ、ごみ出し、収集運搬の際の感染予防になります。



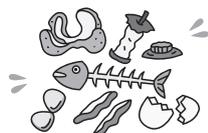
2 ごみ袋の空気を抜いて出しましょう！

ごみ袋を運びやすくし、ごみ収集車両内での破裂を防ぎます。



3 生ごみは水切りをして出しましょう！

余分な水分を切ることでごみの重さを減らすことができます。
※生ごみ処理機等の町の補助制度については、下記までお問い合わせください。



4 普段からごみの減量を心がけましょう！

家での食事が増える中、購入した食品は食べきる、資源物は分別するなど、ごみを出さない工夫をしましょう。



※新型コロナウイルス感染症などを予防するためにも、マスクや鼻水の付いたティッシュ等のごみには直接触れないようにしましょう。また、ごみを捨てた後はしっかり手洗いをしましょう。

家庭ごみの排出量が増えています。ごみ減量にご協力をお願いします。

資源物・粗大ごみ・小型家電の回収

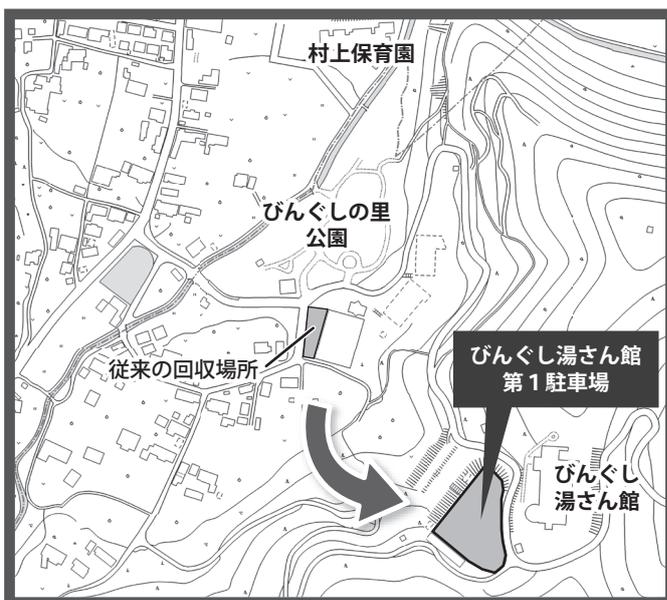
サンデーリサイクル 回収場所を変更します

資源物・粗大ごみ等の回収量増加と利用者の方の密を避けるため、7月に村上地区の回収場所を「びんぐしの里公園駐車場」から「びんぐし湯さん館第1駐車場」に変更しましたが、引き続き、11月と翌年3月についても、「びんぐし湯さん館第1駐車場」で回収を行いますのでお間違えのないようご注意ください。

資源物「サンデーリサイクル」・粗大ごみ・小型家電 回収日程

日付	回収場所
9月6日、20日	坂城中学校 南側駐車場
10月4日、18日	日精樹脂工業(株)様 駐車場
11月1日、15日	びんぐしの里公園 駐車場 →びんぐし湯さん館第1駐車場
12月6日、20日	坂城町役場 北側駐車場
1月10日、24日 ※第2・4日曜日	坂城中学校 南側駐車場
2月7日、21日	日精樹脂工業(株)様 駐車場
3月7日、21日	びんぐしの里公園 駐車場 →びんぐし湯さん館第1駐車場

回収時間 午前8時30分～10時



紙類、衣類等の布、プラスチック製容器包装等、資源物はリサイクルへ！

◎問い合わせ先 住民環境課環境保全係 ☎82-3111(内線125) 直通75-6204

「イトーヨーカドーあんしんお届け便」移動販売サービスが終了



買い物にお困りの方、不便を感じている方の支援を目的として、毎週月曜日(泉区公民館、北日名公民館)と木曜日(坂木宿ふるさと歴史館駐車場)の週2回、町内で運行されていた「イトーヨーカドーあんしんお届け便」は、8月27日(木)をもって移動販売サービスが終了となりました。

今後は、小型移動販売車により、ご希望のある方の自宅前などで商品を販売し、地域と連携しながら高齢者の方などを見守る新販売サービスを予定していますので、詳細が決まり次第、広報さかきや町ホームページでお知らせします。
詳しくは左記までお問い合わせください。

◎問い合わせ先

商工農林課商工観光係
☎82-3111(内線153)
直通75-6207

消防団の機動性向上を目指して

資機材収納用ラック・組立式水槽・ワンタッチテント・安全長靴を整備

町消防団では、市町村振興宝くじ(サマージャンボ)の収益金を財源としている公益財団法人長野県市町村振興協会の地域活動助成事業を活用し、資機材収納用ラック・組立式水槽・ワンタッチテント・カバー付安全長靴を整備しました。

これらの整備により、資機材の迅速かつ安全な運搬・設置等が可能となり、昼夜を問わず災害時に活動する消防団員の機動性を高め、地域防災力の向上と地域の安心・安全のための消防団活動を実施していきます。

なお、町消防団では新規団員を随時募集していますので、興味のある方は下記までご連絡ください。



▲ 資機材収納用ラック



▲ 組立式水槽



▲ ワンタッチテント



▲ カバー付安全長靴

◎問い合わせ先 住民環境課生活安全係 ☎82-3111(内線124) 直通75-6204

保健センターだより

保健センター
☎82-3111 (内線511)
直通75-6230

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

自殺についての正しい知識を普及するため、9月10日から16日までを「自殺予防週間」と定め、国や地方公共団体、関係団体等が連携して「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けた相談事業及び啓発活動を毎年実施しています。

悩みを抱えたときの相談窓口を知っておきましょう

つらい気持ちが続いている時は、一人で抱え込まず、まずは相談しましょう。

○身近なところの健康に関する相談窓口 (いずれも平日午前8時30分～午後5時15分)

- ・坂城町保健センター ☎82-3111 (内線511・512) 直通75-6230
- ・長野保健福祉事務所 ☎026-225-9045
- ・長野県精神保健福祉センター ☎026-227-1810

○自殺予防のための相談窓口

「消えてしまいたい」「家族や知人に死にたいと訴える人がいる」などの自殺に関する相談をお受けしています。

- ・**こころの健康相談統一ダイヤル** ☎0570-064-556
(長野県精神保健福祉センター内) 平日午前9時30分～午後4時

○ラインなどのSNSやチャットによる相談

電話では相談しにくい方や夜遅く相談したい方は、SNSやチャットでも相談ができます。厚生労働省の案内ページをご覧ください。(「厚生労働省 SNS 自殺相談」で検索)

☆坂城町こころの健康相談

精神科医師・精神保健福祉士によるこころの健康相談を実施しています。ご自身のことについて、家族のことについてなど、日頃から悩んでいることについて相談できます。1人1時間ごとの完全予約制です。相談料は無料ですので、お気軽にご利用ください。

- ・日時：令和2年11月12日(木) 午後2時～5時
令和3年1月13日(水) //
3月16日(火) //
- ・場所：坂城町保健センター
- ・予約方法：坂城町保健センターまでお電話でお申込みください。

こころ・法律・仕事のなんでも相談会

「借金を返せない」「眠れない」「仕事がつらい」「生きるのがつらい」など、どこに相談していいかわからない様々な悩みや事情を、弁護士や精神科医師等の専門家がじっくりお聞きします。相談料は無料で秘密は厳守されます。事前の予約が必要となります。

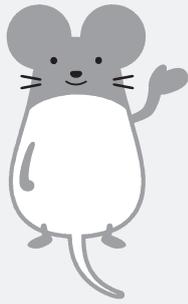
- ・日時：10月4日(日) 午後0時30分～4時30分
- ・場所：千曲市保健センター(千曲市役所2階)
- ・予約方法：坂城町保健センターまでお電話でお申込みください。



もしも周りで悩んでいる人がいたら、声をかけ、話を聞いて、必要な場合は上記の専門機関へ支援をつなげましょう。あなたの小さな行動で、かけがえのない大切な命を救うことができるかもしれません。

がん検診を
定期的に
受診しましょう

ー 9月は「がん征圧月間」ですー



平成 29 年 (2017 年) にがんで亡くなった人は全国で 37 万 3334 人で、死亡総数の約 3 割を占めています。昭和 56 年 (1981 年) 以降、36 年間連続で死因のトップになっています。

がん検診を受けることにより、自覚症状のない早い段階でがんを発見でき、適切な治療を行うことで治る確率が高くなるといわれています。特に、胃がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん・大腸がんの 5 つのがんは、それぞれの検診の発見率が高いことが科学的に証明されています。年に一度、定期的ながん検診を受けましょう。

今年度の坂城町がん検診について

新型コロナウイルス感染症が流行している状況ですが、町や実施機関では感染予防対策を徹底し、受診される皆さんにもご協力いただきながら、がん検診を実施しています。

今年度これから 予定している がん検診

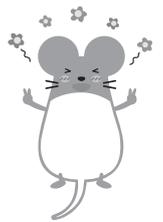
- 胃検診・大腸検診 → 9 月
- 乳房検診 → 10 月 (超音波検診)・11 月 (マンモグラフィ検診)
- 子宮頸がん検診 → 9 月・10 月 (集団検診)・11 月 (施設検診)

※申込みをされていない方で受診を希望される場合は、保健センターまでご連絡ください。

◎問い合わせ先 保健センター ☎82-3111 (内線 511・512) 直通 75-6230

上田地域定住自立圏主催「婚活交流会」を開催します ～自然と芸術がおりなす芸術むらで結ばれる出逢い～

上田地域定住自立圏 (上田市・東御市・青木村・長和町・坂城町・立科町・嬭恋村) では、39 歳以下の独身の方を対象とした「婚活交流会」を開催します。



■日時

10 月 24 日 (土) 午後 1 時～4 時 30 分
※午後 0 時 30 分から受付開始

■会場

東御市芸術むら公園 (東御市八重原 1806-1)

■対象者

39 歳以下の独身の方 (昭和 56 年以降生まれの方)
【男性】上田地域定住自立圏に在住または在勤の方
【女性】県内または嬭恋村に在住または在勤の方

■定員

男女各 20 名 (計 40 名)
※申込み多数や男女に偏りがある場合は、抽選を行います。

■参加費

【男性】1,800 円 【女性】1,200 円
※事前のお支払いで、返金はしません。

■申込方法

10 月 7 日 (水) までに、メールまたは右記 QR コードを読み取ってお申込みください。

メール: iju@city.ueda.nagano.jp
(上田市移住交流推進課縁づくり担当まで)

※各市町村の特産品などのおみやげ付き
※新型コロナウイルス感染症対策を徹底し開催しますが、状況によっては中止となる場合があります。



QRコード

◎問い合わせ先 福祉健康課福祉係 ☎82-3111 (内線 132) 直通 75-6205
上田市移住交流推進課 ☎0268-21-0061

ぜひご利用ください

所有する空き家を有効活用しませんか？

空き家情報バンクへの登録物件・ 利用登録者を募集しています！

空き家情報バンクへの登録物件・利用登録者を募集しています！

町内に所有する空き家の売却・賃貸をお考えなら、「坂城町空き家情報バンク」へ登録してみませんか？登録すると専用ホームページなどで情報が公開され、空き家を利用したい方が見つかるかもしれません。これまでも、売買や賃貸で何件も成約されています。



空き家情報バンクQ&A

Q 空き家情報バンクに登録するにしても、家財の処分はどうしたらいいですか？

A 空き家情報バンクに登録された物件を対象に、家財道具の片付け、リフォーム費用の一部を最大10万円まで補助します。

Q 購入・賃貸した物件のリフォームのために、何か補助制度はありますか？

A 空き家情報バンクに登録された物件を購入され、定住を目的とする方にリフォーム費用の一部を最大50万円まで補助します。また、賃貸される方にも補助できる場合があります。

※空き家情報バンクや補助制度について、詳しくは専用ホームページ（町ホームページからリンク）をご覧ください。下記までお問い合わせください。



町ホームページのバナーをクリック！

◎問い合わせ先 建設課管理係 ☎82-3111（内線176） 直通75-6208

「令和2年版高齢者福祉・介護保険サービスガイド」訂正のお知らせ

令和2年8月に各世帯にお配りした「令和2年版高齢者福祉・介護保険サービスガイド」のうち、25～28ページに掲載の《介護保険サービス事業者一覧》に下記のとおり誤りがありました。

訂正してお詫び申し上げます。

○26ページ 『グループホームサンタクロース 電話番号』

【誤】0268-81-3661 → 【正】0268-81-3611

○28ページ 『長野広域圏内の介護老人保健施設（老健） 3行目』

【誤】介護老人保健施設フランセーズ悠こうしょく → 【正】削除

◎問い合わせ先 福祉健康課保険係 ☎82-3111（内線134） 直通75-6205



万一のために安心カプセルを冷蔵庫へ備えておきましょう

救急医療情報キット(安心カプセル)安心カードの更新について

町では平成26年度から、各自治区からの要望を受け、救急医療情報キット(安心カプセル)の配布を各区を通して行っており、各家庭の冷蔵庫への保管を呼びかけてきました。

安心カプセルの中には、このページの裏面にある「安心カード」(ご本人の情報、かかりつけの医療機関、身体の状況や病名、緊急連絡先などを記入)がセットされていますが、ご記入いただいた情報が年々古くなることから、定期的な更新をおすすめしています。前回、この安心カードの更新をおすすめしてから3年が経過しましたので、この機会に安心カードの更新をお願いします。

更新する際は、下記の記入例を参考に、裏面の「安心カード」に直接ご記入いただくか、必要な枚数をコピーしてご利用ください。

なお、転入された方で、まだ安心カプセルが配布されていない世帯については、お住まいの地区の区長さんにご連絡をお願いします。以前からお住まいの方で、安心カプセルが配布されていない、または、見当たらない場合についてもご連絡をお願いします。

記入例

安心カード

救急車・消防連絡先は **119** 緊急時はこのカードを提示してください

【ご本人の情報】 記入日/令和 2 年 9 月 1 日

ふりがな 氏名	さかき たろう 坂城 太郎 (男・女)	生年月日 (大正・昭和・平成) 10年 10月 10日
住所	坂城町大字 坂城10000-1	電話 82-XXXX 携帯電話 090-1111-0000
血液型	A・B・AB・O Rh (+・-)	
代筆者 ふりがな 氏名 住所	(続柄) 電話	
その他(伝えたいこと)		

※代筆された場合は、代筆者名をお書きください。

障がいの手帳、特定疾病医療費受給者証などをお持ちの方は「写し」を容器に入れてください。

身体の状況 (持病・障がいの状態等)	持病…ぜんそく・高血圧・心臓病 障がいの状態…腎機能障害(人工透析)・聴覚障害
-----------------------	--

アレルギー	あり…何のアレルギーですか? なし
-------	----------------------

ハウスダストなどの環境アレルギー、たまごなどの植物アレルギー、造影剤などの薬アレルギーを記入してください。

常用している薬	
---------	--

書ききれない場合は薬情報提供書やお薬手帳の「写し」を容器に入れてください。

かかりつけの病院	坂城病院
診療科	整形外科 坂城 一郎
病院電話番号	0268-82-□□□□
診察券番号	000123456
今かかっている病気	腰痛

緊急連絡先	
ふりがな 氏名	さかき はなこ 坂城 花子 (続柄 子) (同居の有無 有・無)
住所	坂城町大字坂城10000-1 電話 080-2222-△△△△
ふりがな 氏名	(続柄) (同居の有無 有・無)
住所	電話

日中・夜間つながる電話番号をお書きください。

※このカードに記入された個人情報は、救急・災害時以外には使用いたしません。 坂城町

◎問い合わせ先
企画政策課まち創生推進室
☎82-1311-11(内線223)
直通75-6211

安心カード

救急車・消防
連絡先は

119

緊急時はこのカードを提示してください

【ご本人の情報】

記入日／令和 年 月 日

ふりがな 氏名	(男・女)	生年月日	(大正・昭和・平成) 年 月 日
住所	坂城町大字	電話	A・B・AB・O
		携帯電話	Rh (+・-)
代筆者	ふりがな 氏名	(続柄)	その他(伝えたいこと)
	住所	電話	

※代筆された場合は、代筆者名をお書きください。

身体の状況 (持病・障がいの状態等)	
アレルギー	あり … 何のアレルギーですか? なし
常用している薬	
かかりつけの病院	
診療科 担当医	
病院電話番号	
診察券番号	
今かかっている病気	

【緊急連絡先】

ふりがな 氏名	(続柄)	(同居の有無 有・無)
住所	電話	
ふりがな 氏名	(続柄)	(同居の有無 有・無)
住所	電話	

※このカードに記入された個人情報は、救急・災害時以外には使用いたしません。

坂城町

走攻守で大活躍!!

“リトルリーグ”インターミディエット 2020 信越大会 優勝

7月19日(日)に松川村で開催された「インターミディエット2020信越大会兼第2回上田城南ライオンズクラブ杯争奪戦」において、坂城千曲リトルリーグ所属の選手3人が参加した「東北信連合チーム」が見事優勝しました！
試合では、3人が大活躍し、優勝に大きく貢献しました。
今年には新型コロナウイルス感染対策のために、残念ながら全国大会は中止となつてしまいましたが、信越大会で優勝した自信を胸に、さらなる活躍が期待されます。



▲【左から】浅川大翔さん(青木中1年)、日比野大葵さん(坂城中1年)、内山隼汰さん(坂城中1年)

コロナウイルスに負けない!とどけ「元気」!

「チア・アップ! さかき2020!」が開催されました



▲ (撮影) 木下悠史さん

新型コロナウイルスによる移動自粛や新しい生活様式など、例年とは異なる状況の中、町民の皆さんを元気づつようと、8月12日(水)、「チア・アップ! さかき2020!」が開催されました。
(主催: (株)まちづくり坂城、共催: 町・町商工会、花火協賛: テクノさかき工業団地組合)
日中は鉄の展示館周辺で、盆花や農産物、パン、かき氷などの販売が行われました。イベントの開催にあたっては、来場者の方の検温やマスクの着用、手指の消毒、密を避けるなど、新型コロナウイルス感染症対策を徹底し開催されました。



また、夜には町内3箇所(上五明運動公園周辺・千曲川河川敷内(南条)・鼠マレットゴルフ場周辺)から五穀豊穰・疫病退散などの願いが込められた花火が打ち上げられました。距離が離れた複数箇所から同時に花火が打ち上がるのは珍しいことで、色鮮やかな花火を打ち上げる音が町内に響き渡りました。

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(水)

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。)

口座振替は、9月30日(水)に指定口座から振替をします。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(木)までにご連絡ください。(ゆうちよ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

ペレットストーブなどの設備導入費を補助します

町では、県産材の活用並びにペレットストーブ・ペレットボイラーの普及による木質バイオマスエネルギーの利用促進

を図るため、その購入費用の一部を補助します。交付条件などの詳細については左記までお問い合わせください。

対象者 町内に居住もしくは事業所を有する個人または事業者で、町税を滞納していない方

補助額 ペレットストーブ及びペレットボイラーの本体購入経費及び施設整備に要する経費の2分の1以内(限度額10万円)

※予算額10万円に達し次第締切

◎問い合わせ先
商工農林課農林整備係
☎82-3111(内線155)
直通75-6207

「公証週間」のお知らせ

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までの一週間を「公証週間」と定め、皆さんに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。

公証制度は、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、証書の作成などによって公証人に証明させる制度で、次のような約束事には公

正証書の作成をおすすめします。

○遺言・お金の貸し借り・不動産の売買や貸し借り・離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払い・任意後見契約など大切な契約や取引において、公正証書は皆さんの権利を正しく確実に守ってくれますのでご利用ください。

◎問い合わせ先
上田公証役場
☎0268-22-5477

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)

発売期間
9月23日(水)～10月20日(火)
発売金額 1枚300円

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。

トルコギキョウの産地見学会を開催します

JANAの及び長野農業農村支援センターでは、トルコギキョウ生産者の確保・育成を図るため、収穫時期の栽培ハウスを見学する「産地見学会」を開催します。トルコギキョウに関心のある方や栽培経験のない方でもご参加いただけますので、お申込みください。(お花のプレゼントもあります)

日時 10月10日(土)

午前9時～11時30分

集合場所 JANAのちくま北都アグリサポートセンター駐車場(千曲市)

申込方法 10月2日(金)までに左記へお電話でお申込みください。

◎申込・問い合わせ先

長野農業農村支援センター
☎026-234-9535
JANAのちくま宮農センター
☎026-261-0180

みつばちへの農業被害の防止について

農業によるみつばちへの被害を防止するためには、農業使用者とみつばち飼育者が周辺の環境を十分に確認し、情報

交換をすることが大切です。巣箱周辺の作物の防除方法やみつばちの飼育場所など、ご不明な点は左記までお問い合わせください。

◎問い合わせ先

長野農業農村支援センター
農業農村振興課
☎026-234-9514

・農業、防除に関すること
長野農業農村支援センター
技術経営普及課
☎026-234-9536

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3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

※事前予約制(左記まで連絡)

◎予約・問い合わせ先

室川司法書士事務所
(長野県司法書士会上田支部長)
☎0268-28-8440
(午前9時～午後5時)

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、身体的・感覚的・知的に優れた子どもたちを育てる楽しい教室です。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 令和2年10月7日から
令和3年2月24日まで
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

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(火)〜

◎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

運動のきつかけづくりとして、血流を良くし、筋肉をほぐす効果があるストレッチをしてみませんか？

今年度はより多くの方が参加できるように昼の部を開設しました。健康運動指導士のもと、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を加え、活動量の増加を目指します。

運動習慣をつけたい方、最近体型が気になる方、そして初めての方も受講をお待ちしています。

申込方法などについて詳しくは、下記までお問い合わせください。

日程

【昼の部】10月8日、10月22日、11月5日、11月26日、12月3日(木曜 計5回)

【夜の部】11月9日、11月16日、12月14日、12月21日、1月18日、1月25日、2月8日、2月15日(月曜 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】1500円

【夜の部】2000円

申込締切

【昼の部】9月25日(金)

【夜の部】10月16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

ヨガ教室を開催します

保健センターでは10月から健康増進のため「ヨガ教室」を開催します。筋肉を使うことで、脳卒中などの血管病や筋力低下の予防に効果があります。参加を希望される方は下記までご連絡ください。

日程 10月15日、10月29日、11月12日、11月19日、12月17日、12月24日、1月14日、1月28日、2月18日、2月25日(木曜 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

申込期限 9月25日(金)まで
◎申込・問い合わせ先
保健センター

☎82-3111(内線511)
直通75-6230

シルバー人材センター
「健康スマイル体操」
受講者募集

やさしい先生と楽しく体を動かしましょう。運動習慣のない方でもお気軽にご参加いただけます。

日程・会場

○9月4日(金)・10月2日(金)
○9月30日(水)

ことぶきアリーナ(千曲市)
八幡公民館(千曲市)

時間

午前10時15分〜11時15分

講師 日野文字氏(フィットネスインストラクター)

参加費 1回500円(シルバー人材センター登録会員は無料)

持ち物 水分補給用の飲み物
ヨガマットまたはバスタオル、上履き、フェイスタオル

定員 15名(定員になり次第締切)

対象 坂城町・千曲市在住の概ね60歳以上の方

※新型コロナウイルス感染症防止のため、マスクを着用して受講してください。

◎申込・問い合わせ先

(公社)更埴地域シルバー人材センター

【坂城支所】☎82-2316

【本所】

☎026-272-5630

かいごに関する入門的研修
受講者募集

長野県高齢者生活協同組合では、左記のとおり介護に関する4日間の研修を実施します。介護福祉に興味のある方、家族やご自身の今後のために介護を学びたい方など、どなたでも受講できます。

日時 10月24日・11月7日・11月14日・11月21日(すべて土曜日)

会場 上田市技術研修センター(上田市下之郷812-10)

受講料 無料

定員 20名(定員になり次第締切)

申込締切 10月15日(木)

◎申込・問い合わせ先

長野県高齢者生活協同組合

☎026-217-3601



学校だより

坂城小学校

「新しい生活様式」による学校生活の紹介

坂城小学校では「新しい生活様式」をふまえながら、「人とつながり、幸せを感じる学校」を大切に様々な工夫を行っています。

1. WEB 会議システムを使った取り組み

★「児童集会」

顔を見てやり取りができるようにしたいと願った6年生が、WEB 会議システムで各教室をつないで児童総会を行いました。各委員会へたくさんの意見が出るなど、いつも以上に積極的な意見交換がなされました。



2. 密を回避しての工夫した活動

★「5・6年生から1年生への本の読み聞かせ」

今までは図書館で行っていた「読み聞かせ」、密を避けて方法を工夫して行いました。6年生はペアの1年生に読み聞かせ、5年生はグループで読み聞かせ動画を作成し、1年生を楽しませました。

興味をもって聴いてくれている1年生の姿に、自己有用感を高めた5・6年生です。



★「リモート社会見学」

ぶどう農家の成澤さんに3年生がパソコンを通じてインタビュー、ぶどう作りの工夫点や苦労していることを教えていただきました。地域の方の思いに触れ、一層坂城に愛着を深めた子ども達です。



生活習慣病・肥満の原因になる

血糖値が上がると血管が傷つきやすくなり生活習慣病のリスクが高まります。また、使われなかった余分な糖分は、脂肪として蓄えられてしまいます。



食欲がわかなくなり、むし歯になりやすい

血液中の糖分量が急に増え、脳は栄養が満たされたと間違えます。また、口の中は砂糖水ですぐれた状態になります。飲んだ後はうがいや歯磨きを。



水か麦茶で!

糖分が多く水分が体に吸収されにくい。普段は水か麦茶を飲みましょう。飲みすぎると急性の糖尿病になる可能性も。



水分補給に向かず、のども渴きやすい

暑い日は、甘くて冷たい清涼飲料水(ジュース)を口にする機会が多くなります。しかし、水代わりに飲み続けると、生活習慣病のリスクを高めてしまいます。清涼飲料水の次の点に注意しましょう。

のどが渴いた時、何を飲んでいただけますか?



食育だより

食育・学校給食センター
082-2559

☆ 子育て支援センターだより ☆

— 子育て支援センター ☎ 82-2291 —

“いざ”というときのために 非常食を備えておきましょう！

災害が発生した際、支援態勢が整うのは発生から3日目以降とされています。そのため、非常食は最低3日分用意するようにしましょう。準備しておきたいのは、水、パン、レトルトご飯、肉・魚・豆などの缶詰、即席麺、離乳食、粉ミルク、乾物、卓上コンロ、ラップフィルム、紙皿、プラスチックスプーンなどです。年に数回中身を確認し、賞味期限などを確認しておくことも大切です。

9月の行事予定 〈時間正確にお集まりください〉

日程	内 容	時 間
1日(火)	幼稚園・保育園入園説明会	午前10時
7日(月)	1歳までの子育てとあそび④	午前10時
8日(火)	おはなしでてこい(ららさりまさん)	午前10時
11日(金)	タッチケア	午前10時
12日(土)	開館日	午前中
17日(木)	ボランティア懇話会	午後1時
18日(金)	わくわくタイム(ミニ運動会)	午前10時
25日(金)	親子リトミック	午前10時
26日(土)	開館日	午前中
29日(火)	お散歩(びんぐしの里公園)	午前10時

※3日(木)・10日(木)・15日(火)・28日(月)に「安心感の輪 子育てプログラム」(午前10時～)を開催します。詳しくはセンターまでお問い合わせください。

今月の相談日

家庭児童相談員	支 援 センター	火・水・木曜日 午前9時～午後5時(分室訪問時間を除く)	
	分室訪問	南条保育園 1日(火)、15日(火)	午前9時 ～ 午後1時
		坂城保育園 2日(水)、23日(水) 村上保育園 3日(木)、17日(木)	

○保育園分室では、育児・子育てのご相談をお受けします。また、保育園栄養士の食育相談(離乳食、幼児食、食べ方についてなど)も行っています。
○どちらも気軽に相談ができますので、希望する方は、支援センターまたは各保育園へお申込みください。

※行事予定および相談日については、新型コロナウイルス感染症の影響により中止・変更となる場合があります。

あそびに 来る方へ

開館日・時間

- ◇平日 午前9時～正午・午後2時～4時30分
- ◇第2・4土曜日 午前9時～正午

坂城町の「育メン」紹介！



天田 真吾さん(四ツ屋)
なぎさ
凧咲ちゃん(平成31年3月生)

ママと七夕制作に参加した凧咲ちゃんの様子を見たいと、パパも顔を出してくれました。凧咲ちゃんのいつもニコニコ元気なところが大好きとおっしゃっていました。

外遊びもセンターも大好きな凧咲ちゃんは、もうすぐお姉さんになるので、仲良く遊んでくれる優しいお姉さんになって欲しいそうです。



9月の子育てグループの予定

いっぱい遊ぼうグリとグラ(月曜日)

14日：ミニ運動会
リーダー：池田 麻衣子さん

はらぺこあおむし(金曜日)

11日：水遊び
リーダー：笠井 菜さん

センターへの持ち物

水分補給のお茶、おむつ、おしりふき、お手ふき、ティッシュ、着替え、ごみ袋、お弁当(希望者)

当番医（医科・歯科）



9月

6日(日) 二階堂医院	【千曲市磯部】 ☎(026)275-5582
中沢内科医院	【千曲市稲荷山】 ☎(026)272-1013
林歯科医院	【千曲市上山田温泉】 ☎(026)275-1064
13日(日) 千曲中央病院	【千曲市杭瀬下】 ☎(026)273-1212
宮島歯科医院	【千曲市粟佐】 ☎(026)273-3064
20日(日) とぐらクリニック	【千曲市戸倉】 ☎(026)275-0405
鴫沢眼科	【千曲市屋代】 ☎(026)272-0031
大塚歯科クリニック	【千曲市上山田温泉】 ☎(026)276-5508
21日(月) 市川内科医院	【千曲市上山田温泉】 ☎(026)275-5515
菅谷東クリニック	【千曲市粟佐】 ☎(026)272-0493
滝沢歯科医院	【千曲市粟佐】 ☎(026)272-1132
22日(火) やまざき医院	【千曲市上徳間】 ☎(026)276-2700
かつの耳鼻咽喉科	【千曲市粟佐】 ☎(026)274-3387
青木歯科医院	【千曲市八幡】 ☎(026)272-1335
27日(日) 千曲中央病院	【千曲市杭瀬下】 ☎(026)273-1212
若林歯科医院	【千曲市杭瀬下】 ☎(026)273-0103

診療時間 医科：午前9時～午後5時 歯科：午前9時～正午

※都合により変更になる場合がありますので、当番医を利用される場合は、電話・新聞などでご確認ください。

乳幼児健診

実施場所：保健センター
☎82-3111(内線 511、512) 直通 75-6230



健診	対象児	受付日時
4か月児健康診査	満3か月～4か月児	3日(木)午後1時
10か月児健康相談	令和元年11月～12月生	17日(木)午前9時
2歳児健康相談	平成30年5月～6月生	24日(木)午前9時
3歳児健康診査	平成29年3月～4月生	8日(火)午後1時

粗大ごみの回収・資源物のサンデーリサイクル

6日(日)、20日(日) 午前8時30分～10時
坂城中学校 南側駐車場

- | | |
|------|---|
| 対象品目 | ①粗大ごみ、家電6品目(有料) |
| | ②資源物のサンデーリサイクル
(びん・缶・ペットボトル・プラスチック容器包装・紙類等・古着等の布類) |
| | ③小型家電の無料回収 |

7月分の家庭系可燃ごみの前年比 (家庭から収集所へ出される量と直接葛尾組合に出される量の合計)

■令和元年7月分 215.50 t
■令和2年7月分 213.28 t ← **-2.22 t**

ごみを減らしましょう！

いろいろな相談



心配ごと
法律相談

10日(木)、18日(金)
午前9時30分～正午
役場第4・5会議室(3階)

10日は弁護士、18日は司法書士による法律相談です。相談をご希望の場合は、相談日の3日前までに社会福祉協議会【☎82-2551】へ予約してください。

行政相談

15日(火) 午前9時30分～正午
役場第5会議室(3階)

年金相談

16日(水) 午前9時～午後4時
役場第3会議室(3階)

相談をご希望の場合は、8日(火)までに住民環境課住民係【☎82-3111(内線122) 直通75-6204】へお申込みください。

障がい者(児)
相談

2日・9日・16日・23日(すべて水曜日)
午後1時30分～4時
老人福祉センター

すこやか相談

18日(金) 午前9時～正午
保健センター

お子さんの体重測定や子育て・離乳食の相談など、お気軽にご相談ください。相談をご希望の場合は、事前に保健センター【☎82-3111(内線512) 直通75-6230】へお申込みください。

広告枠



あなたは今車に乗るだけ！

スーパー乗るだけセット

月々8,640円から 頭金0円 車検も税金も新車に乗れます！でもOK！ 全てコミコミ！



環境車検

エンジンを新車の状態に近づけます。お待ち頂いている間に検査員が点検見積りして分かりやすくご説明いたします



柳沢モータース

YANAGISAWA MOTORS

坂城町上五明1798-1
☎0268-82-7043
弊社HPはこちらからどうぞ



図書館へ行く

町立図書館 ☎82-3371 開館時間：午前10時～午後6時

- 9月30日(水)から10月5日(月)まで、蔵書点検のため休館します。返却は返却ポストにお願いします。エコール内のほかの図書館もご利用ください。
- 9月の催し物は、新型コロナウイルス感染症対策のため中止します。
- ご来館の際は、マスクの着用・手指の消毒・咳エチケットの徹底にご協力をお願いします。

新着図書

7月には、一般書 217 冊、児童書 112 冊が入りました。町ホームページで新着図書のリストが見られます。

☆おすすめの本 ベージュ

(著：谷川俊太郎／新潮社)



1952年に第一詩集『二十億年の孤独』でデビューした詩人の谷川俊太郎さんの最新の詩集です。暑い日が続きますが、時には詩を読んでみるのもいいものです。川柳のアンソロジー『金曜日の川柳』(編著：樋口由紀子／左右社)もどうぞ。

☆一般図書

- ・パソコンの超残念な使い方 プロが教える新常識 (著：吉岡 豊／青春新書プレイブックス)

☆児童図書

- ・すみっコぐらしのおかたづけ (監修：水谷 妙子、イラスト：サンエックス／小学館・ちゃおブックス)

9月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

防災行政無線(同報系)のお知らせ

戸別受信機の受信・取り扱いについて

- 戸別受信機から放送が流れない・流れなくなった・音が途切れる・雑音が入るなどの状況になった場合は、アンテナを伸ばす・アンテナの位置や受信機本体の場所を変えてみるなど、受信ができるようまずご自身でお試しください。
- ※ご自身で試しても受信ができない場合は、町から業者を手配し、電波の受信状況を確認しますので、下記問い合わせ先までご連絡ください。
- 戸別受信機には乾電池が内蔵されていますが、乾電池は停電などの非常時に使用できるよう、普段は付属のACアダプタでコンセントから電源を取ってください。また、乾電池は残量があっても、長期間使用すると液漏れする場合がありますので、1年毎の交換を推奨します。(乾電池・電気代などの維持管理に係る費用は自己負担となります。)

転出等による戸別受信機の回収について

各世帯・事業所に配布している戸別受信機は、無償貸与しているため、転出する場合は役場への返却が必要となります。また、町内で他の自治区へ転居する場合は、戸別受信機の地区設定の変更等が必要となるため、役場に一旦ご持参ください。

このほかにも、変更の手続きが必要な場合がありますので、戸別受信機をお持ちの方で、転出・転居する場合は、下記問い合わせ先までご連絡ください。

定時放送の時間

朝：午前7時 昼：午後0時30分 夜：午後8時

定時時報の時間

昼：正午 帰宅：午後5時30分(9月)

※放送内容を「聞き逃した」「もう一度聞きたい」場合は、自動応答電話サービス☎82-1070で確認できます。

◎問い合わせ先 企画政策課まち創生推進室

☎82-3111(内線223) 直通75-6211

まちのうごき

世帯数：6,227世帯(−3)
人口：14,793人(−27)
令和2年8月1日現在
男：7,301人(−18)
※()は前月比
女：7,492人(−9)

まちの交通事故

件数：6件
累計：19件(−7)
令和2年7月中
死者：0人
※累計は1月から
累計：0人(±0)
()は前年比
負傷者：10人
累計：25人(−13)

鉄の展示館

お守り刀特別展

願いを込めて

開館時間

午前9時～午後5時
(入館は午後4時30分まで)

休館日

月曜日(月曜祝日の場合は翌日)

入館料

大人一般500円
※中学生以下及び障がい者手帳をお持ちの方
(介護者1名含む)は無料
※20名以上の団体料金400円



▶ 拵こしらえ(宮入小左衛門行平監修作品)
◀ 短刀(宮入小左衛門行平作品)

皇室に伝わる「賜劍しきげんの儀」に代表される「お守り刀」には、子どもの成長を願い、愛する人をあらゆる災難から断ち切り、持ち主の身を守ってほしいという願い、祈りが込められています。今回、新型コロナウイルス感染拡大を受け、「魔を除け邪を祓はらう」祈りが込められたお守り刀の力で、世の中の平穏を願う思いを込めて展覧会を開催します。

本展では、「お守り刀」の伝統とともに作刀、刀剣研磨、木工芸、金工、漆芸、組紐と日本の伝統美術工芸職人が伝える技の集大成である刀剣美術を観覧できますので、ぜひこの機会にご覧ください。

◎問い合わせ先

鉄の展示館 ☎82-1128

「広報さかき」へのご意見・ご要望をお寄せください

■編集・発行 〒389-0692 長野県埴科郡坂城町大字坂城10050
坂城町役場企画政策課 ☎0268-82-3111
直通0268-75-6211 FAX 0268-82-8307
■印刷 滝沢印刷合同会社

さかきまち
すメール

— 配信情報 —

災害・防災情報 町からのお知らせ
安心・安全情報 町のイベント情報

登録をご希望の方は、QRコードからアクセスするか次のメールアドレスへ空メールを送信してください。 t-sakaki@sg-m.jp



QRコード