

広報

さわかま

2010 June

6

No.399

平成22年6月



5月9日(日)

子どもフェスティバル
in びんぐしよ

6月は環境月間です

捨てるゴミ 知恵と工夫で リサイクル

環境保護を推進するために
毎年6月が「環境月間」と定められ、全国でさまざまな行事や啓発活動が行われます。この機会に、普段の生活や身の回りの「環境問題」について、改めて考えてみましょう。

ごみ・資源物の分別回収を徹底しましょう！

坂城町では、現在10区分19種類の分別によって、家庭ごみ・資源物の収集をしています。資源物の分別徹底が、可燃ごみの焼却量＝CO₂の削減につながります。皆さんのご協力をお願いします。

なお、今年4月から家庭ごみの有料化が始まっています。旧指定袋を使用する際は、所定の「手数料納付済シール」を貼っているかを確認のうえ使用してください。

不法投棄は犯罪です 絶対にやめよう！

人目につきにくい山林や河川などへ廃棄物を不法に投棄する犯罪行為が後を絶ちません。不法投棄は景観を損ねるだけでなく、自然環境や生活環境への悪影響を及ぼします。不法投棄は犯罪です。絶対にやめましょう。不法投棄をした人は、投棄物の撤去を求められるだけでなく、左記のとおり重い刑罰が科せられます。

- ・個人：5年以下の懲役、1千万以下の罰金又はこの併科
- ・法人：1億円以下の罰金

レジ袋の削減から 3Rを広げよう！

買い物をする際には、なるべくレジ袋を使用しないようマイバッグを持参し、レジ袋を削減しましょう。

- 3つの行動宣言
- ・マイバッグを持ち歩きます！
- ・不要なレジ袋はもらいません！
- ・家族へ地球へ広がります！

地球と家計にやさしい エコドライブを始めよう！

長野県は人口あたりの自動車保有数が高く、自動車などの運輸部門から排出されるCO₂などの温室効果ガス排出量は、排出量全体の26%を占め、大きな割合となっています。

エコドライブとは、普通の運転のなかで、少し穏やかに運転することです。

エコドライブの例として…

- ① 発進時は5秒で時速20kmになるように「ふんわり」とアクセルを踏む
- ② 加速や減速の少ない運転をする
- ③ 5秒以上停車するときはエンジンを切る

◎問い合わせ先

住民環境課環境保全係
☎ 82-3111
(内線125)
有線 88-11025

アメリカシロヒトリなどの駆除はお早めに！

害虫が発生する時季になりました。特にアメリカシロヒトリは、樹木の葉を食い散らした後に、樹木に移り被害を拡大させていきます。近隣とのトラブルの原因になる場合もあります。庭木に発見した時は周辺の樹木に被害を及ぼさないよう、こまめに消毒と、早めの駆除を心がけ、被害防止につとめてください。

◎問い合わせ先

住民環境課環境保全係
☎ 82-3111
(内線125)
有線 88-11025

家庭用ごみ収集 新指定袋・手数料納付済シール販売所

- ・役場住民環境課窓口……………(土日祝日休み)
- ・びんぐし湯さん館……………(第2・第4水曜休み)
- ・勤労者総合福祉センター……………(月曜休み)
- ・坂城テクノセンター……………(土日祝日休み)
- ・鐵のほそみち(鉄の展示館向かい)……………(月曜休み)
- ・開畝共同作業所……………(土日祝日休み)
- ・坂城町社会福祉協議会……………(土日祝日のみ販売)

大腸菌群の基準値上回る みんなの協力で

きれいな川に！ 河川等水質定期検査

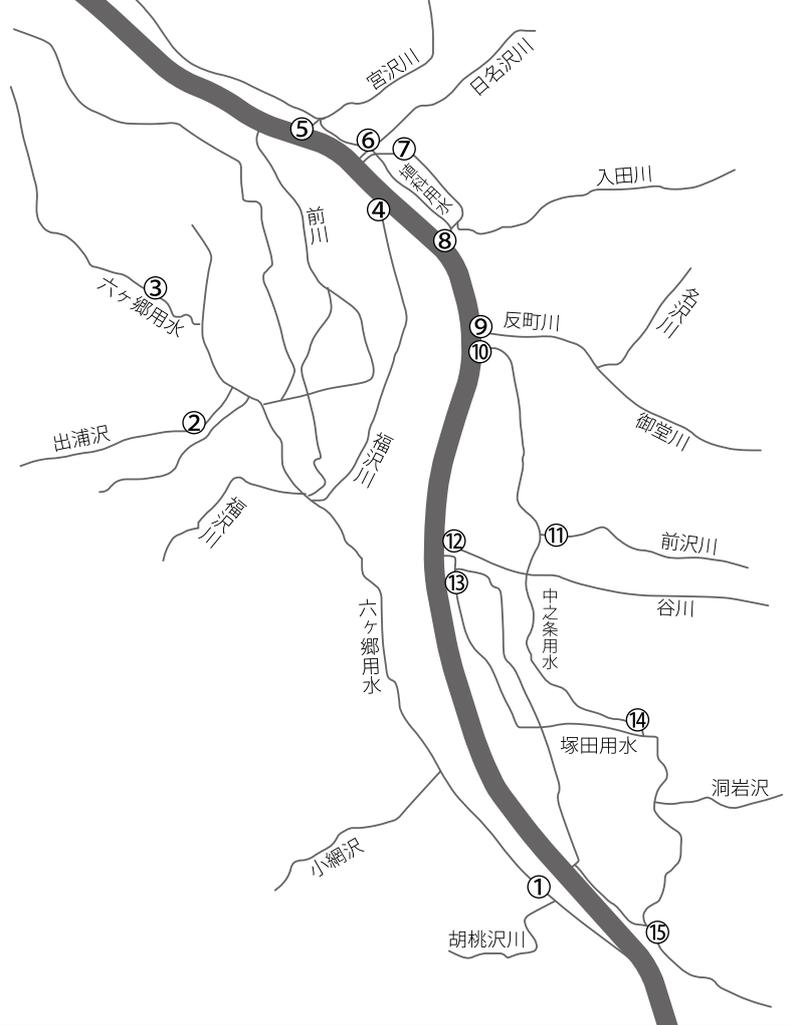
町内主要河川水質調査表

(調査日 平成22年3月15日)

町では毎年定期的に河川などの15箇所で行い、水質状況の監視及び汚濁防止に努めます。平成21年度末の検査結果は下表のとおりです。項目によっては環境基準を上回る箇所もあり、特に大腸菌群数は15箇所中全箇所です。基準値を上回っていました。河川の水質汚染の原因は生活排水が8割を占めているといわれています。

★河川へのごみの不法投棄や農業の投棄は絶対にしないでください。

す。使用したテンプラ油を直接流さないなど、家庭から出る水を汚さないようにしましょう。また、下水道供用開始区域内で未接続の場合は早めに接続を済ませましょう。



| 調査項目 | pH | BOD | SS | DO | 大腸菌群数 |
|---------------|---------|---------|----------|-----------|------------------|
| 環境基準 | 6.5~8.5 | 2mg/l以下 | 25mg/l以下 | 7.5mg/l以上 | 1000 MPN/100ml以下 |
| ①六ヶ郷用水上流 | 7.5 | 0.9 | 60 | 11 | 1400 |
| ②出浦沢川 | 7.1 | 0.5 | 6 | 12 | 1700 |
| ③六ヶ郷用水下流 | 7.7 | 0.9 | 9 | 12 | 33000 |
| ④福沢川 | 7.2 | 1.3 | 9 | 10 | 700000 |
| ⑤宮沢川 | 7.9 | 0.9 | 7 | 11 | 13000 |
| ⑥日名沢川 | 7.7 | 0.5 | 32 | 12 | 2700 |
| ⑦前田用水 | 8.3 | 0.8 | 2 | 12 | 50000 |
| ⑧入田川 | 7.7 | 1.5 | 10 | 11 | 18000 |
| ⑨反町川(御堂川) | 7.5 | 0.8 | 10 | 11 | 63000 |
| ⑩中之条用水下流 | 7.6 | 1.4 | 7 | 11 | 63000 |
| ⑪前沢川 | 7.2 | 1.9 | 9 | 10 | 33000 |
| ⑫谷川 | 7.2 | 0.7 | 16 | 11 | 1100 |
| ⑬塚田用水 | 7.7 | 5.2 | 14 | 11 | 6000 |
| ⑭中之条用水・塚田水分岐点 | 7.4 | 1.6 | 6 | 12 | 14000 |
| ⑮欠口用水 | 8.3 | 1.3 | 6 | 11 | 28000 |

用語解説

pH：水中の水素イオン濃度を示す。値が7の時は中性、これより高くなればアルカリ性が、低くなれば酸性が強くなります。

BOD(生物化学的酸素要求量)：河川などの汚れの程度を示すもので微生物によって消費される酸素の量です。値が高いほど有機物の量が多く汚れていることを示します。

SS(浮遊物質)：粒径2mm以下の水に溶けない物質です。水の濁りの原因となるので浮遊物が有機性である場合は腐敗し、水質が悪化します。

DO(溶存酸素)：中に溶け込んでいる酸素の量。水の自浄作用や水生生物の生存にかかせないもので、清浄な河川に有機物の流入量が多くなり汚濁が進行すると減少します。

大腸菌群数：人や動物の腸管に常存しており、魚類の腸内や畑など土中にも生存しています。

◎問い合わせ先

住民環境課環境保全係

☎ 82-3111

(内線125)

有線 88-1025

国民健康保険加入者の皆さん

特定健康診査を忘れずに! <40~74歳対象>

町では、国民健康保険加入者を対象に特定健康診査を行っています。他の健康保険などに加入されている方は各保険者にお問い合わせのうえ受診してください。

国民健康保険加入の40歳~74歳の方を対象に「集団」「個別(医療機関受診)」「人間ドック」の3方法により**特定健康診査**を実施します。

《集団・個別の場合》

検査項目：身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査（集団は全員実施。個別は希望実施）、眼底検査（集団は希望実施。個別は実施なし）、診察

健診費用：集団 2,500円(眼底400円追加)
個別 2,600円(心電図1,500円追加)

健診期間：集団…下表参照

個別…6月1日(火)~H23年2月28日(月)

申込方法：町保健センターへ申し込んでください。

案内通知、問診票などをお送りします

《人間ドックの場合》

受診者が直接医療機関に予約し、保健センター窓口で補助券を受け取ってから受診してください。

健診予定表 特定健診対象者以外の方は「一般健康診査」として受診できます。

| 日程 | 場所 | 受付時間 | 対象者及び料金 |
|--------------------|---------|---------------------------|--|
| 6月16日(水) | 保健センター | 午前8時30分~11時 午後1時~3時30分 | 《特定健康診査(心電図含)》 2,500円 眼底検査は+400円 《一般健康診査》 75歳以上：無料 39歳以下：2,800円 心電図は+900円 眼底検査は+400円 《大腸・前立腺がん・肝炎・骨検診》 特定健診・一般健診とのセットまたは単独受診もできます。 対象 ・大腸検診…40歳以上 ・前立腺がん検診…50歳以上の男 ・骨検診…40歳以上女 ・肝炎ウイルス検診…40歳の方と41歳以上で過去に未検査または肝機能異常を指摘されたことのある方 |
| 17日(木) | 文化センター | | |
| 18日(金) | J A 村上店 | | |
| 7月4日(日) ※特定健診のみ | 保健センター | 午前8時30分~11時 午後1時~3時 | |
| 22日(木) ※一般健診のみ | | | |
| 23日(金) | | | |

生活習慣病対策には**まず健診!**

毎年の健診受診の結果、何割かの人は糖尿病や高血圧などの「生活習慣病」が見つかり、治療を開始しています。生活習慣病は自覚症状が少なく、自分では気がつかなかつたけれど、健診で見つかるといったケースが多くあります。気がつかずに放置し、症状が悪化していけば、やがて脳血管疾患や心疾患などの命にかかわる大病につながる恐れもあります。

しかし、まだ毎年の特定健診を受診していない方が大勢いるのが現状です。「自分は大丈夫」と思いこまずに、自身の体の状態を確認し、健康で安心な生活を送るため、必ず毎年の特定健診を受診しましょう。

糖尿病・高血圧が発見された人の割合

平成20年度の特定健診結果から
総数 新規受診者：500人 継続受診者：839人のうち

| 新規受診 | 継続受診 | 新規受診 | 継続受診 |
|--|---------------|--|---------------|
| 9.4% (47人) | 4.5% (38人) | 8.6% (43人) | 7.1% (60人) |
| 糖尿病といえる人 空腹時血糖…126以上 随時血糖…200以上 HbA1c…6.5以上 (糖尿病学会基準) | | 高血圧の人 160/100以上 (高血圧学会基準) | |

平成22年度坂城町職員採用試験 受験案内

まちづくりへの情熱！ 新卒・社会人から幅広く募集します

試験区分・採用予定人員

| 区分 | 採用予定人員 | 資格 |
|--------|--------|---|
| 上級 行政 | 1～2名 | 昭和54年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた者で、行政について大学卒業程度の知識を有する者。 |
| 上級 保健師 | 1名 | 昭和51年4月2日から平成2年4月1日までに生まれた者で、大学卒業程度の知識を有し、保健師の資格を有する者又は平成23年4月1日までに確実に取得できる見込みの者。 |
| 中級 保育士 | 1～2名 | 昭和58年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた者で、短期大学卒業程度の知識を有し、保育士の資格を有する者又は平成23年4月1日までに確実に取得できる見込みの者。 |

受験資格

- ①行政職及び保育士については、平成23年4月1日時点で坂城町に住所登録がしてある者とし、保健師については、通勤可能な者としします。
- ②次に該当する者は、受験資格がありません。 ア…日本の国籍を有しない者 イ…成年被後見人又は被保佐人 ウ…禁固以上の刑に処せられ、その執行を受けている者

受験手続

- ①申込用紙の請求先は、役場総務課です。郵便で請求する場合は、封筒の表に「職員採用試験受験案内申込書請求」と朱書きし、90円切手を貼ったあて先明記の返信用封筒を必ず同封してください。
- ②申込方法は、申込書に本人が必要事項を記入し役場総務課に持参するか、郵送してください。
- ③受付期間は、6月1日(火)～16日(水)まで、受付時間は、平日の午前8時30分から午後5時15分までです。郵送の場合は6月16日の消印のあるものまで有効です。
- ④受験票は受付期間終了後に郵送します。7月5日(月)までに受験票が到着しないときは、照会してください。

試験の方法及び内容

第一次試験

| 試験の級 | 区分 | 種目 | 内 容 |
|------|-------|------------------|---|
| 上 級 | 行 政 | 教養試験 (2時間) | 社会、人文及び自然に関する一般知識並びに文章理解、判断推理、数的推理及び資料解釈に関する一般知能 40題 |
| | | 専門試験 (2時間) | 政治学、行政学、憲法、行政法、民法、刑法、労働法、経済学、財政学、社会政策及び国際関係 40題 |
| | | 各種検査 (1時間10分) | 事務適正検査、職場適応性検査及び一般性格診断検査 |
| 上 級 | 保 健 師 | 教養試験 (2時間) | 社会、人文及び自然に関する一般知識並びに文章理解、判断推理、数的推理及び資料解釈に関する一般知能 40題 |
| | | 専門試験 (1時間30分) | 地域看護学、疫学・保健統計(情報処理を含む。)及び保健福祉行政論 30題 |
| | | 各種検査 (1時間10分) | 事務適正検査、職場適応性検査及び一般性格診断検査 |
| 中 級 | 保 育 士 | 教養試験 (2時間) | 社会、人文及び自然に関する一般知識並びに文章理解、判断推理、数的推理及び資料解釈に関する一般知能 40題 |
| | | 専門試験 (1時間30分) | 社会福祉、児童福祉、発達心理、保育原理・保育内容及び保健衛生 30題 |
| | | 各種検査 (1時間) | 職場適応性検査及び一般性格診断検査 |

第二次試験 面接試験：個別面接による試験 作文試験：一般事項についての作文試験

身体検査 職務遂行上必要な健康度について、健康診断書(様式指定・医療機関で受験)に基づく検査

資格検査 受験資格の有無及び申込書式事項の真否についての調査

受験日時及び場所 第一次試験：7月25日(日)午前9時(受付開始：8時30分) 場所：坂城町役場

第二次試験については第一次試験合格者に通知します。

合格発表 第1次試験合格者は8月下旬から9月上旬までに通知、最終合格者は10月下旬までに通知します。

合格から採用まで 最終合格者は、坂城町職員採用候補者名簿に登載され欠員が生じた場合、成績順に優先的に採用されます。採用はおおむね平成23年4月1日以降になります。

◎受験申込用紙の請求・提出 問い合わせ先 〒389-0692 長野県埴科郡坂城町大字坂城 10050 番地
坂城町役場総務課総務係 ☎82-3111 (内線213) 有線88-1006

子ども手当現況届の提出を

子ども手当を受けている保護者の方は、6月1日における状況を記載し、手当を引続き受ける要件があるかどうか確認するため「平成22年度子ども手当現況届」の提出が必要です。この届の提出があるまでは、引続き手当を受ける権利があっても支給されませんので、必ず提出してください。

なお、今回この届出は、お子さんが中学校1年生以下のみの保護者の方が対象となります。現況届の用紙は町からお送りしますが、6月中旬になっても届かない場合にはご連絡ください。

子ども手当現況届
健康保険証の写し

※ご家庭の状況によっては、別途添付書類の提出をお願いする場合があります。
提出期限 6月30日(水)
提出・問い合わせ先
福祉健康課福祉係
☎82-3111
(内線136)
有線88-1026

農薬を使用する皆さんへ

不用農薬は適正に処分しましょう

農繁期を迎え、農薬を使用する機会が多くなります。農薬は非常に有効ですが、使用方法を誤った際には、危害が発生し、その対処によっては大きな問題となる場合があります。

農薬の使用や保管、処分をする際には次の点に注意し、農薬を適正・安全に使用しましょう。

不用農薬などの処分

①登録失効農薬・有効期限切れ農薬・使用の見込みがない

などの不用農薬は、農協、販売店などに相談のうえ、適正に処分してください。
②不用農薬は、河川などへ絶対に捨てないでください。

農薬の保管・管理

①保管する場所には、必ずカギをかけましょう。
②毒物・劇薬は毒性が強いので、危害や盗難がないよう特に注意してください。

★盗難・紛失事故が発生した場合

に注意してください。

合は、警察署に届けましょう。

空容器などの処理

農薬の空容器・空袋などは、農協・販売店などに相談のうえ、適正に処理をしましょう。

問い合わせ先

産業振興課産業振興係
☎82-3111
(内線152)
有線88-1036

土砂災害にご用心!

梅雨時や、台風シーズンには長雨や集中豪雨により、地すべりやがけ崩れなどの土砂災害や洪水の発生が心配されます。恐ろしい災害を可能な限りの小さい被害で食い止めるため、日頃から災害に対して十分な備えをしておきましょう。

日頃からの備えが大切

■住んでいる地域を調べる
・今までにどんな災害が発生したか
・どんな災害が発生しやすいか
・付近の水路に詰まりはないか
・自宅の裏山などはどうなっているか

■災害発生時にどのように行動したらよいかを調べる
・自宅や勤務先にもっとも近い避難場所はどこか
・避難場所までの道順はどうなっているか、道路の状況はどううか
・家族との連絡方法や落ち合う方法

■災害発生時に必要なものを備え、いつでも持ち出せるようにしておく
・食糧、飲料水、懐中電灯、携帯ラジオ、ろうそく、貴重品、衣料品、衣類など

まず正しい情報を

■正しい情報入手し、早めの対応を
・降り続く雨の量に注意
・テレビ、ラジオの気象情報に注意

・有線放送の防災情報に注意
・左記の長野県ホームページ「砂防情報ステーション」で土砂災害警戒情報、時間雨量、累計雨量の情報を24時間お知らせしています。

インターネットURL
<http://133.105.11.45/>
携帯電話用URL
iモード用
<http://133.105.11/45/>
ソフトバンク用
<http://133.105.11.45/v/>
Ezweb用
<http://133.105.11.45/e/>

村小4年東組主催 ホタルの美しさをもっと知ってほしい！

村小ホタル祭り&ナイトミュージアム

村上小学校4年東組では、地域の川にホタルを復活させるための様々な活動を行っており、昨年度にはその活動が評価され環境省主催の「平成21年度『子どもホタルンジャー』表彰式」で優秀賞も受賞しています。

今回、子どもたちの「ホタルの美しさをもっとたくさんの人に知ってもらいたい」という願いから、これまでの学習内容の発表や、福沢川でのホタル鑑賞のほか、体育館の照明をほとんど消したなか光を利用した図工作品を展示する「ナイトミュージアム」などを行う『4年東組主催 村小ホタル祭り&ナイトミュージアム』を開催します。

ぜひ多くの方に参加していただき、小学生たちの学習成果とホタルがいる川の素晴らしさを体感してください。



日程・内容

- 6月29日(土)
- 午後6時30分〜(村小体育館)
- アトラクション(合唱の発表)
- ホタル学習発表
- 午後7時〜(村小体育館)
- ナイトミュージアム
- 午後8時〜(福沢川)
- ホタル鑑賞

※雨天の場合は体育館行事のみ
※ナイトミュージアムは午後9時まで開催

農産物直売市 開催中！

坂城町農産物直売生産者の会では、今年も農産物の直売を開催しています。地元でとれた新鮮な農産物を販売しますので、ぜひご利用ください。

土曜夕市 (毎週土曜日)

時間 午後5時30分〜6時
場所 鐵のほそみち駐車場 (横町 鐵の展示館向い)

びんぐし湯さん館直売市

(毎週日曜日)
時間 午後2時〜3時30分
場所 びんぐし湯さん館展望テラス

【開催日程】

金曜夕市 (毎週金曜日)
時間 午後5時30分〜6時
場所 シンフォニックヤード (中之条 武道館西側)

直売会員募集中！

つくる楽しみだけでなく、自分で売る楽しみ、お客さんに喜んでもらえる満足感を体験してみませんか。

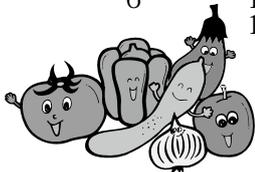
◎問い合わせ先
産業振興課産業振興係

☎ 82-3111

(内線152)

有線

88-1036



さかきふれあい大学教養講座 加瀬清志さん講演会

さかきふれあい大学では、放送作家・エッセイストで、日本記念日協会代表や、テレビ出演など、様々な場で活躍されている加瀬清志さんを講師にお迎えした講演会『あなたの人生をすぐに楽しくする5つの方法』を開催します。毎日の暮らしを楽しくするヒントを見つけてみませんか？

日時 6月13日(日) 午後2時〜3時30分予定

場所

文化センター大会議室

講師 加瀬清志さん

※受講料無料

参加申込不用

◎問い合わせ先

文化センター内

教育文化課生涯学習係

☎・有線82-2069



隣保館ふれあい交流フェスティバル

日頃隣保館で活動しているサークルの皆さんの発表などのほか、ピアノ・フルートと歌のコンサートも行われますので、ぜひご参加ください。

日時 6月26日(土) 午前9時〜午後5時

場所 坂城町隣保館

内容

- ・作品展…午前9時〜午後5時
ちぎり絵、手芸、てまり、俳句、絵手紙など
- ・グループ発表…午後1時30分〜3時
社交ダンス、コーラス、太極拳、俳句、オカリナ、フォークダンスなど
- ・ふれあいコンサート…午後3時〜4時
歌のおねえさん・村上淳子さんと、フルート奏者・千葉麻美さんによるピアノ・フルートと歌のコンサート

入場料 無料

◎問い合わせ先

坂城町隣保館 ☎・有線 82-6603

長野広域連合看護師募集

長野広域連合では、次のとおり職員を募集します。

職種及び採用予定人員

老人ホームなどに勤務する看護師
若干名

年齢・条件など

年齢…59歳以下の者
条件…看護師資格及び普通自動車免許を有する者。土曜、日曜、祝日などにも勤務できる者

採用予定 随時

給与 長野広域連合給与規定による 選考試験

採用試験…随時（試験の日時は申込書受理後通知）

試験方法…作文及び面接試験

受験申込方法

所定の申込用紙で長野広域連合へ提出

◎申込書請求・提出・問い合わせ先

長野広域連合事務局総務課

〒380-0801

長野市箱清水1-3-8

☎026-252-7030

海上保安庁職員募集

海上保安庁では、巡視船艇、航空基地などで勤務する海上保安官を採用するため、すでに海技免許などを有している方を対象に職員を募集します。採用されると、海上保安学校門司分校（北九州市門司地区）で約6ヶ月間、海上保安官として必要な初任研修を受けた後、各部署に勤務することになります。

受付期間 6月11日（金）まで

採用予定人員 航海：20人、機関：5人、通信・技術：15人、飛行：若干名、整備：5人

試験日

第1時試験 7月4日（日）

※必要な免許や年齢、申込方法など詳しくは海上保安庁ホームページをご覧ください。

◎問い合わせ先

第九管区海上保安本部総務部

☎025-244-5040

http://www.kaiho.mlit.go.jp

味ロジックわくわくさかき会員募集

味ロジックわくわくさかきは、町内産の農産物を使った加工品を生産・販売するグループです。現在、ねずみ大根ドレッシングやおやき、ジャムなどを一緒に作る会員を募集しています。

◎問い合わせ先

・産業振興課産業振興係

☎82-3111（内線153）

有線88-1039

・味ロジックわくわくさかき

☎・有線82-0141

千曲市・坂城町 結婚活動応援講演会 「自分らしい結婚のために」

社会福祉協議会では、真剣に婚活（結婚活動）をしている皆さんを応援するため、講演会・交流会を開催します。未婚の男女またはご家族の方など、どなたでも参加できる講演会と、講演会終了後には希望者参加の交流会を行います。講演会・交流会とも、参加には予約が必要です。下記までお申し込みください。

日時 7月10日（土）

講演会：午後1時30分～3時

交流会：午後3時30分～4時30分

場所 千曲市総合観光会館2階

講師 大橋清朗さん

（NPO法人花婿学校代表）

演題 自分らしい結婚のために

参加費 講演会：無料

交流会：1,000円
※交流会の定員は先着50人までです。参加を希望される方はお早めにお申し込みください。

◎参加予約・問い合わせ先

坂城町社会福祉協議会

地域福祉係

☎・有線82-2551

テニス教室参加者募集

テニスのシーズンとなりました。町体協テニス部では、テニス教室を開催します。初心者の方でも気軽に参加ください。日頃の運動不足を解消しましょう！

期間

6月23日～8月25日の毎週水曜日（全10回）

時間 午後7時30分～9時

場所 びんぐしの里公園屋外テニスコート

指導者

体協部員の宮本さん・日向さん

定員 15人程度

受講料 3,000円

（初日にお持ちください。）

対象者 町内在住及び町内勤務者（高校生以下は参加できません）

◎申込・問い合わせ先

町体協テニス部事務局 池田さん

☎090-8328-8148



広告募集！ 広報さかきに広告を

広報さかきでは、広報紙紙面に有料広告欄を設けます。掲載枠の大きさはこの記事と同じ大きさです。広報紙紙面に広告を掲載してみませんか。

掲載料金 1回1枠：10,000円（1紙単位で連続12か月まで※空きがある場合は更新できます）

掲載サイズ 48mm×177mm（この記事の枠と同じ大きさです）

※掲載希望申込を受け、町が定める要綱により掲載の可否を決定します。詳しくは下記へお問い合わせください。

◎問い合わせ先 企画政策課まちづくり推進室 ☎82-3111（内線223） 有線88-1010

インフォメーション

6月は 町県民税(普通徴収)の納入月 6月の納期限は6月30日(月)

今月から平成22年度町県民税(普通徴収)の納税が開始されます。納税通知書は6月中旬頃発送予定です。

納期限までに最寄りの金融機関で納入してください。口座を登録されている方は、6月30日(水)に指定口座より振替をします。振替日までに残高をご確認ください。なお、町県民税(普通徴収)の納付方法には、期別納付と、全期前納納付とありますので、納税通知書にて確認をしてください。

口座の変更を希望する場合は、6月22日(火)までに下記へご連絡ください。

◎問い合わせ先

総務課収納推進係
☎82-3111(内線142)
有線 88-1032

平成22年国勢調査員を募集

町では、今年10月1日を基準日に全国一斉に実施される「平成22年国勢調査」に従事していただける調査員を募集します。調査は基準日の前後1か月程度で、調査票の配布、回収、聞き取りが主な業務内容です。

募集締切 6月25日(金)
報酬 国の基準に基づきます

◎申込・問い合わせ先

企画政策課企画調整係
国勢調査担当
☎82-3111(内線225)
有線88-1018

金婚式を迎えられる皆さんへ

町では、今年金婚式を迎えられるご夫婦をお祝いする合同金婚式を計画しています。

今年該当するのは昭和35年1月1日から同年12月31日までに入籍し、現在町内にお住まいのご夫婦です。該当される方は6月25日(金)までに下記へご連絡ください。

◎福祉健康課福祉係

☎82-3111(内線132)
有線88-1028

設置義務化から1年 つけましたか?住宅用火災警報器

千曲坂城消防組合管内(坂城町・千曲市)では、昨年の6月1日からすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務づけられました。住宅火災の犠牲者のうち約6割が65歳以上の方で、その主な原因が逃げ遅れによるものです。まだ設置されていない住宅は、早めの設置をお願いします。

◎問い合わせ先

千曲坂城消防本部予防課
☎026-276-0119

上級救命講習会

AED(自動体外式徐細動器)を用いた心肺蘇生法、大出血時の止血法のほか、ケガの手当や搬送法などを学ぶ上級救命講習会を開催します。いざというときに備え、あなたも参加してみませんか。講習修了者には修了証を交付します。

日時 7月19日(月 海の日)

午前9時~午後5時

場所 千曲坂城消防本部
2階会議室

定員 20人(受講申込は随時受付)

持ち物 筆記用具、昼食、必要に応じて着替え・タオルなど(動きや

すい服装でご参加ください。スカート不可)

◎申込・問い合わせ先

千曲坂城消防本部
☎026-276-0119

一緒に活動しませんか 町精神障害家族会「ひまわり会」

「ひまわり会」は、坂城町にお住まいの精神障害者のご家族が集まり、互いの悩みを語り合い、病気や障害、福祉制度について学ぶ会です。ひとりで悩まず、会に参加してみませんか。

活動内容 2~3か月に一度の定例会や施設見学、研修会などへの参加

定例会開催場所 町保健センター

年会費 2,000円

◎申込・問い合わせ先

ひまわり会事務局
(町保健センター内)
☎82-3111(内線512)
有線88-1047



精神保健相談のご利用を

精神的な病気や心の健康のことでお悩みの方とご家族を対象に、精神科専門医師による相談を行います。相談は無料で秘密は固く守られます。予約制で行いますので、相談を希望する場合は、下記まで事前にお申し込みください。

日時 毎月第4木曜日

午後1時30分~(予約制)

場所 長野県千曲庁舎
(千曲市屋代1881)

◎申込・問い合わせ先

長野県保健福祉事務所
☎026-223-7669

広告募集! 広報さかきに広告を

広報さかきでは、広報紙紙面に有料広告欄を設けます。掲載枠の大きさはこの記事と同じ大きさです。広報紙紙面に広告を掲載してみませんか。

掲載料金 1回1枠: 10,000円(1紙単位で連続12か月まで※空きがある場合は更新できます)

掲載サイズ 48mm×177mm(この記事の枠と同じ大きさです)

※掲載希望申込を受け、町が定める要綱により掲載の可否を決定します。詳しくは下記へお問い合わせください。

◎問い合わせ先 企画政策課まちづくり推進室 ☎82-3111(内線223) 有線88-1010

学校だより

「がんばったよ!楽しかったよ!葛尾城趾への遠足」
坂城小学校3年

交番だより

坂城町交番 ☎有線82-2008

最近の事件の傾向

4月中に町内で発生した事件は▼自転車盗2件▼車上狙い1件▼その他の犯罪(干し物盗)1件の計4件でした。4月中も自転車盗が増加傾向にあります。上田市内で自転車を盗んで乗っていた被疑者1名は検挙となっています。被害状況をみると、まだまだ無施錠の自転車が狙われていますので、自転車を停める際は必ず施錠するよ

うにしましょう。

交通安全に皆さんのご協力を!

3月から増加傾向にある人身の交通事故が4月に入り急増しました。特に高齢者の方が主な事故原因となる事故や交差点での事故が増えています。警察でもより一層取り締まりなどを強化していきますが、児童や高齢者の方へ声かけ・アドバイスなど、地域の皆さんのご協力をお願いします。

葛尾へ登りました。私は保育園の時に登り、微妙にその記憶が残っていました。私が一番大変だった所は、山に入っていく所です。一番怖かった所は、ロープを使って登る所でした。私は、そこを登る時、ドキドキしました。いっぱい登っていたら、葛尾に着きました。私は3年生なので、疲れませんでした。私は、葛尾に着いたとき「やったー!」と思いました。

(高橋志帆さん)

遠足に行きました。歩き出して1時間位でちよつと疲れました。本当に細い道で、登り坂で大変でした。1回空が見えました。「頂上かな?」と思っていたら、もつと歩きました。やっと頂上に着きました。山から見た景色はきれいでした。勉強が終わって、山から下る時心配でした。本当に急でし



た。がんばりました。(藤澤優奈さん)
かつらおじょうしにのぼりました。さいしよは、きつい坂と岩のかいだんのような道がつづきました。ぎざぎざ道やのぼり道、くだり道をやつとぬけてちよう上につきました。ちよう上から、坂き小学校は見えなかつたけど、けしきはさいこうでした。(神方千尋さん)

上りはきつかつたけど、きゆうけいしたらのぼる気がわいてきました。ちよう上はさむかつたけど、みんな食べたおべん当は、おいしかったです。その後、ちよう上から見えるさかき町のけしきをかきました。その中で一番きれいだったのは、ちくま川です。もう一回みんながかつらおじょうしに行きたいです。(永井陸斗さん)

食育だより

食育・学校給食センター ☎有線82-2559

食物繊維 足りていますか?

食物繊維は生活習慣病の予防のためにぜひとりたい栄養素です。しかし、食物繊維は50年ほど前に比べ半分ほどしか摂取されておらず、不足が指摘されています。穀類、野菜や果物などから意識してとるようにしましょう!

主食でとる

日本人の食物繊維摂取量が減った理由のひとつに主食が白米や精白した小麦粉のパンに替わったことがあげられます。お米に雑穀を混ぜたり、全粒粉入りのパンを取り入れると毎日の摂取量を効率よく増やせます。



おかずでとる

食物繊維が多く含まれる野菜、豆類、いも、海藻などの食材をおかずとして毎日食事に取り入れましょう。調理法では煮物やいためもの、みそ汁やスープの具にするとたっぷりとれます。



果物でとる

果物も食物繊維が豊富です。朝食などに積極的に取り入れましょう。しかし、糖分が高いため、食べ過ぎには注意してください。



子育て支援センターだより

子育て支援センター ☎有線82-2291

安心こども基金で

センターのえほんが増えました!



長野県産木材で作った特注の本棚一式と、0~3才向けのえほんや、4~5才児が大好きな恐竜えほん245冊が増えました。家庭での読み聞かせにご利用ください。



また、センターへあそびに来た親子に、午前11時30分から「ミニおはなし会」を行っています。0・1・2才の子どもたちが、だんだんおはなしに集中できるようになっていく様子はとてもうれしいですね!



歯の衛生講座に参加しませんか!

6月15日(火) 午前10時~

6月4日は「虫歯予防デー」です。乳歯は虫歯になりやすく進行も早いです。

●歯みがきはいつから?

●歯みがき嫌がって

やらせてくれない!

など、赤ちゃんや1~3才児のケアは、なにかと大変です。歯科衛生士さんを囲んで、子どもの虫歯予防の知識を直接教えてもらいましょう。



6月の子育てグループの予定

グループに申し込まれた方は次のグループにお出かけください。

6月の行事予定 [時間正確に集合してください]

| 赤ちゃん小組 (毎週水曜日) | 日程 | 内容 | 時間 |
|---|---|---|--|
| 2日: 助産師さんの講話「ママたちの性教育」 9日: ママストレッチ 16日: ねんどあそび 23日: どんぶらこ劇場 30日: お休み リーダー: 百瀬じゅんさん | 3日(木) | 牛乳パックでアイス作り 持ち物: 布きりばさみ、布60×95cm | 午前10時 |
| | 4日(金) | 子育て講座② 依田栄養士 「1才半からの幼児の食事」 | 午前10時 |
| | 7日(月) | 1才までの子育て&あそび② 持ち物: バスタオル、ママの飲み物、ミルク、おむつ、筆記用具 | 午前10時 |
| リズム小組 (第1・第3金曜日) | 14日(月) | 子育てを考える会 | 午後1時30分 |
| 4日: びんぐし公園であそぼう 18日: 親子リズム (武道館) リーダー: 岩戸智江美さん | 15日(火) | 歯科衛生講座 沓掛里佳歯科衛生士 | 午前10時 |
| | 17日(木) | おひさま広場「砂水あそび」 持ち物: 帽子、お手拭き、飲み物、着替え | 午前10時 |
| サークルどんぐり (第1・第3火曜日) | 22日(火) | ボランティア懇話会 | 午後1時 |
| 1日: 室内・お庭遊び 15日: 歯科衛生講座に参加 | 24日(木) | ママフィットネス 山崎千枝インストラクター 持ち物: 親子ともに上履き(運動靴) マザーリーフの会 | 午前10時 午後1時30分 |
| スコーレ母親教室 (第2火曜日) | 28日(月) | 1才までの子育て&あそび③ 持ち物: バスタオル、ミルク、筆記用具 | 午前10時 |
| 8日: 金子通子先生と子育てトーク 「健康な心と体を作る子育てを」 リーダー: 太田とよ子さん | 持ち物: 飲み物、お手拭き、着替え(おしり拭きも)、ティッシュ、タオル(ハンカチ) ※取り替えたおむつ、パンツ、出たごみや持ち物は忘れずに持ち帰りましょう! | | |
| いっぱいあそぼうグリとグラ(第2・4金曜日) | 11日: 4月、5月のお誕生会 25日: しゃぼん玉・水あそび リーダー: 宮嶋莉恵さん | 今月の相談日 | 細江相談員 1日、8日、15日、22日、29日(火曜日) 午前9時30分~午後4時30分 ※毎週火曜日になりました。お間違えなく! 食育相談・依田栄養士 随時 希望される方は事前に連絡をお願いします! |

土曜・日曜・祝祭日以外は開館しています。

(午前9時~正午 午後2時~4時30分)

サークルのある日でも遊べますよ!

★6月の土曜開館日: 12日、26日 (午前9時30分~正午)

第2土曜日は男性が参加しやすいように「パパと遊ぼう会」を10時から行いますが、おじいちゃん、おばあちゃん、お母さんも大歓迎です! 第4土曜日はフリー開館日です。

当番医(医科・歯科)

| | | | | |
|---------|-------------|----------|--------|----------|
| 6月6日(日) | 松尾医院 | 【立町】 | ☎・有線 | 82-2013 |
| | こみやま歯科医院 | 【千曲市力石】 | ☎ | 81-7011 |
| 13日(日) | 武市医院 | 【中之条】 | ☎・有線 | 82-2606 |
| | しおいり歯科医院 | 【千曲市雨宮】 | ☎(026) | 273-8080 |
| 20日(日) | よしだ内科クリニック | 【上五明】 | ☎・有線 | 81-1330 |
| | 関歯科医院 | 【千曲市粟佐】 | ☎(026) | 285-0418 |
| 27日(日) | とも泌尿器科クリニック | 【千曲市磯部】 | ☎(026) | 261-5815 |
| | 渡辺歯科医院 | 【千曲市稲荷山】 | ☎(026) | 272-1313 |
| 7月4日(日) | 安里医院 | 【千曲市内川】 | ☎(026) | 275-7800 |
| | 柳沢歯科医院 | 【千曲市稲荷山】 | ☎(026) | 273-5638 |

※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、新聞などで確認をしてください。

粗大ごみの回収

| | |
|--------|-------------|
| 20日(日) | 午前8時30分～10時 |
| | 日精樹脂工業様駐車場 |

相談日 6月

| 相談 | 日時/場所 | |
|------------|--|-------------|
| 心配ごと相談 | 10日(木) | 午前9時～正午 |
| | 21日(月) | 役場第4会議室(3階) |
| | 10日は司法書士、21日は弁護士による法律相談をあわせて開設 (※弁護士の相談は9時30分～11時30分) | |
| 行政相談 | 15日(火) | 午前9時～正午 |
| | | 役場第5会議室(3階) |
| 障がい者相談 | 9日(水) | 午後1時30分～4時 |
| | 23日(水) | 役場第5会議室(3階) |
| ハローワーク出張相談 | 14日(月) | 午前10時～午後3時 |
| | 28日(月) | 坂城テクノセンター |

6月の健診 保健センター ☎82-3111(内線511、512) 有線 88-1047

☆乳幼児健診 (実施場所は保健センター)

- 4か月児健康診査 24日(木) 午後1時集合
平成22年2月生
- 7か月児健康相談 30日(水) 午前9時集合
平成21年11月生
- 10か月児健康相談 29日(火) 午前9時集合
平成21年8月生
- 1才児健康相談 22日(火) 午前9時集合
平成21年4月生・5月生
- 1才6か月児健康診査 9日(水) 午後1時集合
平成20年10月生・11月生

まちのうごき

平成22年5月1日現在

※()は前月比

| | | |
|-----|---------|-------|
| 世帯数 | 5,840世帯 | (+4) |
| 人口 | 16,130人 | (-15) |
| 男 | 7,910人 | (+4) |
| 女 | 8,220人 | (-19) |

まちの交通事故 (平成22年4月中)

※()は前年同月比

| | | |
|-----|-----|------|
| 件数 | 8件 | (-1) |
| 死者 | 0人 | (±0) |
| 負傷者 | 13人 | (+2) |

国会公務員Ⅲ種(税務)採用試験

受験資格 平成元年4月2日()

平成5年4月1日生まれの方

試験の程度 高等学校卒業程度

受験申込書請求先

最寄りの税務署(総務課)、関東信越国税局人事第二課又は人事院関東事務局

受付期間

6月22日(火)～6月29日(火)
(土曜・日曜日は除く)

試験日

第1次試験 9月5日(日)

試験地

第1次試験 人事院各地方事務局が示した試験地であれば、受験者の希望する全国のどの試験地でも受験することができます。

試験種目

第1次試験 教養試験、適性試験及び作文試験

第2次試験 人物試験及び身体検査

採用日 平成23年4月1日

受験申込書提出先

人事院関東事務局
〒330-9712

埼玉県さいたま市中央区新都心1番地1
さいたま新都心合同庁舎1号館

☎048-740-2006～8

◎問い合わせ先

関東信越国税局人事第二課試験係
☎048-600-3111

(内線2095又は2097)

図書館へ行く

町立図書館 ☎・有線 82 - 3371

開館時間 午前 10 時～午後 6 時

本の予約、リクエストはお気軽に
お問い合わせください。

□ 6月の催し物 □

☆おはなし会☆

12日(土)午前10時30分～

おはなし会は毎月第2土曜日の午前10時30分から!

☆としょかん講座☆

点字・点訳講座

1日、15日(火)午後2時～ 講師:山口静枝さん

源氏物語を読む

19日(土)午後2時～ 講師:塚田睦樹さん

□ 新刊図書 □

☆おすすめの本☆

日本なんでも年表

(編:日本なんでも年表編集委員会/岩崎書店)

歴史的な事柄の年表だけでなく、政治・産業・科学・宗教・芸術・スポーツなど、身近な暮らしの発展や変化を、テーマ別にまとめられた年表です。家電製品や野菜の伝来、日本のお菓子の歴史などといった、細かなテーマの年表も種類が豊富です。



☆一般図書☆

- ・ビアトリクス・ポターが残した風景 (写真:辻丸純一/メディアファクトリー)
- ・よくばらない (著:鎌田實/PHP研究所)
- ・牛乳で作るアイスクリーム (著:島本薫/文化出版局)
- ・親子の法律相談 (編:床谷文雄・清水節/有斐閣)
- ・これからはじめるチェス (著:渡辺暁/ナツメ社)



☆児童図書☆

- ・みんなで! どうろこうじ (作:竹下文子 絵:鈴木まもる/偕成社)
- ・ちっちゃなトラックレッドくん (作・絵:みやにしたつや/ひさかたチャイルド)
- ・CO2がわかる辞典 (監修:栗岡誠司/PHP研究所)
- ・数のひみつ 数え方の練習帳 (著:瀬山士郎/さえら書房)

有線

6月の番組表

| | 番組名 | 内容 / 出演 |
|--------|------------|---------------------------|
| 3日(木) | わが家の花は元気です | 植物の管理 御所沢 前沢新一さん |
| 6日(日) | 楽しい民話 | おんぶおんぶ 北日名 春日秀子さん |
| 8日(火) | 明日の農業 | 野菜の管理 JAちくま 田中営農指導員 |
| 9日(水) | こちら119番 | 危険物安全週間 消防署 |
| 13日(日) | 楽しい民話 | 込山 岡田由貴子さん |
| 15日(火) | 信号は赤です | 交通事故防止 坂城町交番 |
| 16日(水) | 税務署だより | 税務職員募集 上田税務署 |
| 17日(木) | 川 柳 | J A 文芸から 選者 内山金時さん |
| 20日(日) | 楽しい民話 | ボ ホ ボ ホ 金井 青木典子さん |
| 22日(火) | 明日の農業 | 果樹の管理 JAちくま 小宮山営農指導員 |
| 23日(水) | 明るい消費生活 | 最近の消費生活相談から 長野消費生活センター |
| 27日(日) | 楽しい民話 | ねことねずみ 鼠 玉井かつ子さん |

●チャンネル放送番組

操作方法は **9・4・チャンネル番号**

終了するとき **9・4・0**

チャンネル番号 6 / 1 ~ 6 / 30

- 1.....音楽放送
- 2.....FM長野
- 3.....NHK・FM
- 4.....音楽放送
- 5.....J A 川柳

◆有線本部

☎82-3111(内222)

有線88-1000

■ 6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 | | | |

第33回町民まつり 開催のお知らせ

坂城どんとどん

期日 7月31日(土)予定

場所 横町・立町通り

日程・内容については、今後
実行委員会などで決定してい
きます。

参加申込など詳しくは次号
広報さかきでお知らせします。
みんなで郷土のまつりを盛り上
げていきましょう！

◎問い合わせ先

産業振興課商工観光係
☎82-3111
(内線154)
有線88-1037



小学生駅伝大会で3位!



4月29日(木)、松本平
広域公園陸上競技場で行わ
れた長野県市町村対抗駅伝
競走大会・小学生駅伝競走
大会に坂城町からそれぞ
れ1チームが出場し、参加
市町村との熱いレースを走
り抜きました。一般チーム
は残念ながら上位入賞を果
たすことはできませんでし
たが、小学生チーム(千野
恵実さん・中沢広野さん・
竹内優花さん・中村祐太さ
ん)が、長野市、駒ヶ根市
に引き続き総合3位(町の
部では1位)と素晴らしい
結果を残しました。

■編集・発行

〒389-0692 坂城町役場企画政策課
長野県埴科郡坂城町大字坂城10050
☎(0268) 82-3111 FAX(0268) 82-8307
●ホームページ <http://www.town.sakaki.nagano.jp/>
●E-mail kikaku@town.sakaki.nagano.jp

■印 刷 滝沢印刷(坂城町)

すくすく育つて



けんご 健吾 くん(1歳)
政博さん・直美さん(立町)

道端の草や小石は口に入れるのに…お皿の
緑色野菜は上手につまみ出してポイします。
体の大半はバナナとお肉でできているの
では?!と思われる程、大好きです。スクスクと
体重を増加させる健吾をおんぶして、パパと
ママは腰痛になりながらも、幸せの重みをし
みじみと実感するのです。