

広報

さわま

2018 August

8

No.497

平成30年8月



日本の古典芸術に親しむ
3 小学校で能楽教室を開催



毎年8月30日～9月5日は防災週間です

近年、地震や集中豪雨などの大規模な自然災害が多く発生し、甚大な被害をもたらされています。このような自然災害による被害を最小限にとどめるためには、私たち一人ひとりが災害・防災に対する知識を深め、食料品などの備蓄や避難場所・避難経路の確認を行うなど、日頃からの備えが必要です。

また、地域のつながりや助け合いといったネットワークづくりも、災害発生時において重要となってきます。

町では、下記のとおり防災訓練を行います。いざという時に備えて、積極的に参加しましょう。都合により参加できない方や対象地区以外の方も、この機会にハザードマップを再確認し、ご家族や周りの方と防災について話し合いをしましょう。



対象地区の世帯には、訓練の流れ等を記載したチラシを配布していますので、ご覧ください。

総合防災訓練

日時 8月26日(日)

午前7時30分～

場所 文化センターグラウンド

対象 中之条区・四ツ屋区・

成久保区

訓練内容

大規模な地震災害が発生したことを想定し、住民の皆さんにもご参加いただく各種訓練を行います。



当日は、訓練用の情報を、防災行政無線(同報系)の屋外スピーカー及び戸別受信機から放送するとともに、防災WEB、さかまちすぐメール、ツイッター、UCVのL字放送に配信するほか、左記時間帯には町に滞在する方に向けて緊急速報メールを配信します。

・午前7時35分～45分頃

専用の警告音が鳴ります

※緊急速報メールは、マナーモードにしても警告音が鳴ります。鳴らないようにするためには、携帯電話の電源をお切りください。

8月から子ども福祉医療費受給者証が 新しくなりました

8月診療分から、子ども受給者（0歳から平成31年3月31日までに18歳に達する方）が、医療機関を受診する際に提示する福祉医療費受給者証が、今までの若草色から**水色**の新しいものに変更になりました。**8月1日以降、受診の際は必ず水色の福祉医療費受給者証を提示してください。**



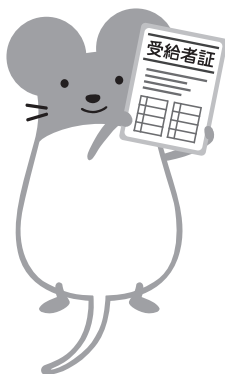
旧

福祉医療費受給者証	
市町村番号	事業番号
受給者番号	
居住地	長野県
受給者氏名	
生年月日	年 月 日生 男・女
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
摘要	
発行機関名 及び印	長野県
交付年月日	年 月 日

※「現物」と記載されています

新

現物	福祉医療費受給者証	
公費負担者番号		
受給者番号		
受給者住所		
氏名		
生年月日	年 月 日	
自己負担金	入院	院
	通	院
	保	険
	調	剤
	訪	問
	看	護
	入院時食事療養費	
摘要		
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで	
交付年月日	年 月 日	



○**薬局を利用される際の留意点**
薬局では、病院等が発行した処方箋ごとに上限500円を薬局の窓口でお支払いいただく必要があります。

1レセプトあたり、受給者負担金（500円）のみの支払いで受診ができるようになります。
※レセプト：患者が受けた保険診療について、医療機関が保険者に請求する医療報酬明細書のこと。
レセプトは月ごと、病院・薬局ごと、または種別（医科、歯科、調剤、訪問看護）ごとに作成されるため、8月以降は、レセプト1枚あたり500円を自己負担金として各医療機関の窓口でお支払いいただきます。

医療機関受診時の

支払い方法

◎問い合わせ先

福祉健康課福祉係

☎82-3111（内線136）
直通75-6205

子ども受給者の方で、お手元に新しい受給者証が届いていない方、紛失された方は福祉健康課へご連絡ください。転出した場合は受給者証を使用せず、必ず福祉健康課まで返却するか、ご自身で処分してください。

新旧受給者証の
取扱いについて



左上に**現物**と記載された水色の受給者証が新しいものになります。

8月以降、今まで使用していた若草色の受給者証は有効期間内であっても使用できません。

後期高齢者医療保険・国民健康保険のお知らせ

後期高齢者医療保険の新しい保険証は黄色です

8月1日から、後期高齢者医療保険の保険証が新しくなりました。医療機関などで受診するときは、新しい保険証をお使いください。保険証は7月下旬に郵送しましたので、住所・自己負担割合などの記載内容をご確認いただき、誤りがありましたら福祉健康課保険係へご連絡ください。

古い保険証は8月1日以降使えませんが、役場へ返却していただくか、各自で破棄するなど必ず処分してください。新しい保険証の色は「黄色」に変更となりました。

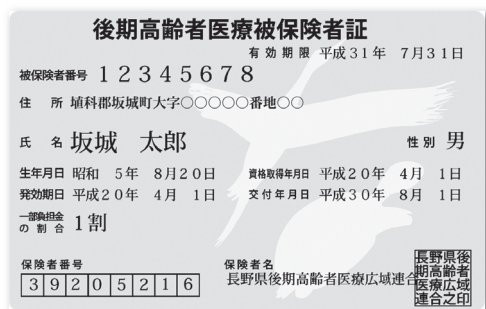
高齢受給者証が更新に

8月1日から、70歳以上75歳未満の方の高齢受給者証が新しくなりました。該当される方には、7月下旬に新しい受給者証を郵送しましたので、8月以降に病院や薬局に行くときは、保険証と新しい高齢受給者証を忘れずにお持ちください。

▼このクリーム色(うすい黄色)の封筒で届きます



▼保険証の見本



限度額適用認定証の申請をお忘れなく

医療費が高額になる場合、医療機関に提示することで窓口での支払額を限度額までにするための「限度額適用認定証」の有効期限は、毎年7月31日までとなっています。8月以降に引き続き認定証が必要な場合は、忘れずに役場福祉健康課にて交付申請をお願いします。

国民健康保険の届出はお早めに

国民健康保険(以下:国保)に加入するときや、やめるときは、届出が必要となります。国保から社会保険(以下:社保)への異動、社保から国保への異動は、忘れずに届出をお願いします。

加入の届出が遅れると

届出日ではなく、加入資格が発生した日(転入日または社会保険資格喪失日など)までにか

のぼり、保険税を納めることとなります。その間、保険証がないと、医療費は全額自己負担になります。

- ・国保加入に必要なもの
- ・社会保険資格喪失証明書等(離職票ではありません)
- ・印鑑

喪失の届出が遅れると

社保などに加入した場合、国保に届出がないと、喪失状況が分からず、保険税の課税が続きます。

- ・国保喪失に必要なもの
- ・新しい社保等の保険証または資格取得証明書等
- ・国保の保険証
- ・印鑑

保険切替え手続き中の受診について

社保等に加入した際の「加入日」は、皆さんのお手元に社保保険証が「届いた日」ではなく、保険証に記載された「資格取得年月日」です。国保の資格喪失は、社保等の資格取得年月日が基準

となります。

この切替え手続きの間に医療機関で受診する際は、必ず医療機関に手続き中であることを伝えてください。社保資格取得日以降に国保の保険証で受診した場合、国保で負担した医療費は返還していただくことになります。

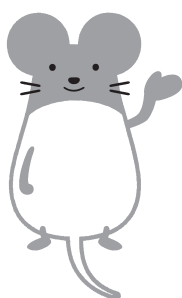
親元を離れて就学する場合

就学のために坂城町以外に住む(転出した)場合は、申請すると学生用の保険証(学保険証)が交付されます。

- ・【手続きに必要なもの】
- ・在学証明書(合格通知等)
- ・印鑑

◎問い合わせ先

福祉健康課保険係
☎ 82-3111(内線133)
直通75-6205



— 認知症へのこんな疑問や不安はありませんか —

認知症は
歳をとれば誰もが
かかる病気なの？



認知症になると
もう治らないの？

地域ではどんな
サポートが
受けられるの？



認知症講演会のお知らせ

認知症の人と 家族に寄り添う町づくり

日時 9月22日(土)
午後1時30分～3時
※午後1時から開場

会場 文化センター 大会議室

講師 櫻井 記子 氏
(社会福祉法人ジェイエー長
野会教育顧問)

※どなたでもお気軽にご参加くだ
さい。

認知症は私たちにとって身近な病気です。しかし、病気への誤解や過度な不安は正しい予防やケアの妨げになります。認知症について正しく理解するところから始めましょう。

◎問い合わせ先 坂城町地域包括支援センター(役場福祉健康課内) ☎82-3111(内線137・138) 直通75-6205

保健センターだより

保健センター
☎82-3111(内線511)
直通75-6230

— 夏バテせずに夏を乗り切るために —

夏バテとは？

病名ではありませんが、夏の暑さによって体温調節や内臓を動かす自律神経系の働きが弱まり、それによって生じる様々な症状を指すことが多いです(重症になると熱中症や脱水症になります)。

症状は？

主に全身の倦怠感、食欲不振、下痢、嘔吐、頭痛など



夏バテを予防するには？

- ①十分な睡眠をとる
- ②汗をかいて汗腺を開き、体温調節機能を高める(軽い運動がおすすめ)
- ③食事は麺やパンなど炭水化物だけに偏らないようにバランスよくとる

タンパク質(卵、肉、魚など)、ビタミン・ミネラル(野菜類)も毎食とるようにしましょう。例えば、豚肉と野菜の炒め物、トマトとレタスの卵スープ(下記参照)などがおすすめです。
野菜類は水分を多く含んでおり、消化に時間がかかり体内に水分を長く保持することができるため、脱水症予防になります(加熱すると消化がよくなり、胃腸への負担が少なくなります)。

④食間に水分をこまめにとる

(ジュースやスポーツドリンクなど糖分を含むものは控えましょう。)
アルコールは利尿効果があるので控えましょう。



トマトとレタスの卵スープ(1人分)

トマト中1個、レタス2枚を食べやすく切り、鍋に水と一緒に加えて加熱し、コンソメ1/2個で味付けし、溶き卵1個を落とす

★1品でOK! 五目そうめん(1人分)

乾麺50g(ご飯100g分)に、ゆで卵1個、ツナオイル漬け1/3缶、野菜130g(オクラ、トマト、ほうれん草など)のをせ、麺つゆ大さじ2をかける

児童扶養手当・特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当

期限までに「所得状況届」や「現況届」の提出をお願いします

毎年、児童扶養手当を受給している方は「現況届」、特別児童扶養手当を受給している方は「所得状況届」、特別障害者手当・障害児福祉手当を受給している方は「現況届」と「生計維持関係等申出書」の提出が必要です。受給者の皆さんには届出書類を送付しますので、期限までに提出をお願いします。

● 児童扶養手当「現況届」

届出期間 8月1日(水)～31日(金) ※土・日曜日・祝日を除く

受給対象者 ひとり親家庭など（父または母が重度の障がいがある場合を含む）で18歳未満の児童を養育している方
※児童扶養手当受給から5年を経過された方には「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書」を送付してあります。該当される方は、あわせて提出してください。

● 特別児童扶養手当「所得状況届」

届出期間 8月10日(金)～9月11日(火) ※土・日曜日・祝日を除く

受給対象者 20歳未満で精神、又は身体に障がいをもつ児童を家庭で監護、養育している父もしくは母、又は父母に代わって児童を監護している方

● 特別障害者手当・障害児福祉手当「現況届」と「生計維持関係等申出書」

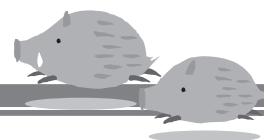
届出期間 8月10日(金)～9月11日(火) ※土・日曜日・祝日を除く

受給対象者 (1)特別障害者手当 日常生活において、常時特別の介護を必要とする20歳以上の重度障がい者（障がいを重複して有する方）
(2)障害児福祉手当 日常生活において、常時介護を必要とする20歳未満の重度障がい児

※各種手当については、随時、新規で受給したい方や現在手当を受給している方で、状況が変化した方などからの相談を受け付けていますので、下記までご連絡ください。

◎提出・問い合わせ先 福祉健康課福祉係 ☎82-3111（内線136）直通75-6205

新規狩猟免許取得試験費用の助成をします



坂城町有害鳥獣駆除対策協議会では、近年増加している鳥獣の農作物被害対策として、新規に狩猟免許を取得された方へ助成金を交付しますので、希望される方は**事前**にお問い合わせください。

※試験に合格した場合のみの助成金交付となります。

◎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

狩 猟 免 許 の 種 類	第一種銃猟免許、第二種銃猟免許、網猟免許、わな猟免許
助 成 対 象 者	1. 町内に住所を有し、新規に狩猟免許を取得する方 2. 免許取得後は坂城町猟友会に入会し、有害鳥獣捕獲に従事することができる方
助 成 金 額	1. 狩猟免許試験受験手数料 5,200円（実費分） 2. 狩猟免許取得講習会テキスト代 3,240円（実費分）
助 成 金 の 交 付 申 請	「狩猟免許取得助成金交付申請書」に、次の書類を添えて提出してください。 1. 狩猟免許試験受験手数料領収書の写し 2. 狩猟免許取得講習会テキスト代領収書の写し

【平成30年度狩猟免許試験】

1. 試験実施日 10月2日(火)
2. 初心者試験講習会実施日 9月25日(火)
3. 受付期間 9月3日(月)～14日(金)
4. 講習会及び試験会場 長野合同庁舎

※試験の詳細等については、下記までお問い合わせください。

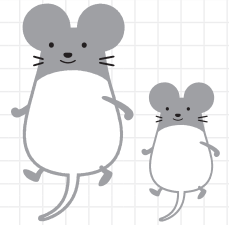
◎問い合わせ先 長野地域振興局林務課林務係 ☎026-234-9521

平成30年度 坂城町職員採用試験 受験案内

区 分		採用予定人員	資 格
大学卒 程 度	管 理 栄 養 士	若 干 名	昭和62年4月2日以降に生まれた方で、管理栄養士の資格を有する方、または平成31年3月までに確実に取得できる見込みの方。

受 験 資 格

- ・平成31年4月1日時点で坂城町に住所登録がされている方とします。
- ・次のいずれかに該当する方は、受験できません。
 - 1) 日本の国籍を有しない方
 - 2) 地方公務員法第16条に規定する欠格事項に該当する方



受 験 手 続 き

受験申込書及び履歴書

- ・郵便で請求する場合は、封筒の表に「坂城町職員募集要項 請求」と朱書きし、92円切手を貼ったあて先明記の返信用封筒を同封して坂城町役場総務課総務係へ郵送してください。（町ホームページにも募集要項及び受験申込書を掲載します。）
 - ・受験申込書及び履歴書に、本人が必要事項を記入し、坂城町役場総務課総務係(庁舎2階)に持参又は郵送してください。
- （受験申込書及び履歴書に記載された個人情報は適正に管理し、職員採用試験のみに使用します。）

受付期間 平成30年8月1日(水)～8月13日(月)

受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分 ※郵送の場合は、8月13日の消印のあるものまで有効

受 験 票 受付期間終了後に郵送します。9月5日(水)までに届かない場合は、お問い合わせください。
なお、受験票には履歴書と同一の写真を貼付してください。

試験の方法及び内容

第1次試験 日時：平成30年9月16日(日) 午前10時（受付開始：午前9時30分） 場所：坂城町役場

試験の種類	試験区分	種 目	内 容
大 学 卒 程 度	管 理 栄 養 士	教養試験 (2時間)	時事、社会・人文、自然に関する一般知識を問う問題【20題】 文章理解、判断・数的推理、資料解釈に関する能力を問う問題【20題】 (40題 択一式)
		専門試験 (1時間30分)	社会生活と健康、人体の構造と機能、食品と衛生、栄養と健康、 栄養の指導、給食の運営 (30題 択一式)
		各種検査 (合計50分)	事務適性検査、職場適応性検査及び一般性格診断検査

第2次試験 日時・場所は、11月中旬までに第1次試験合格通知書で通知します。

最終学校卒業(または見込み)証明書、同校成績証明書の提出を求めます。

面接試験：個別面接による試験 **作文試験**：一般事項などについての作文試験

資格検査：受験資格の有無及び申込書記載事項の真否についての調査

結果発表・採用

結果発表 第1次試験の結果は10月下旬から11月中旬までに、第2次試験の結果は12月下旬頃までに通知します。

採 用 最終合格者(第2次試験合格者)は、平成31年4月1日以降に採用する予定です。ただし、管理栄養士の資格を取得できなかった場合は採用しません。また、採用後の健康管理の参考とするため、健康診断書(様式指定・医療機関で受検)の提出を求めます。

◎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
☎0268-82-3111 (内線212) 直通75-6210 Eメール soumu@town.sakaki.nagano.jp

小・中学生(陸上)

6月24日(日)、第35回長野県小学生陸上競技大会が松本市で行われ、5年女子100mに出場した大熊杏美さんと、女子4×100mリレーに出場した清水咲歩さん、金子亜瑠さん、宮下小牧さん、吾妻恭佳さん、西澤佑果さんが見事1位になり、第34回全国小学生陸上競技交流大会に出場します。さらに、6年女子100mに出場した風間優奈さんは5位に入賞し、第4回東海小学生陸上競技大会に出場します。

また7月1日(日)、松本市で行われた第57回長野県中学校総合体育大会陸上競技大会において、女子共通走幅跳に出場した牧内愛実さんが見事1位になり、第45回全日本中学校陸上競技選手権大会に出場します。さらに、女子2年100mで宮原凜成さんが1位に、女子共通4×100mリレーで富山萌衣さん、宮原凜成さん、宮下留花さん、牧内愛実さんが2位になり、第39回北信越中学校陸上競技大会に出場することが決まりました。



▲各種大会に出場する陸上選手の皆さんが町長を表敬訪問(7月18日)

高校生(陸上・ハンドボール・レスリング)



▲(左から)山村町長、滝澤建介さん、大石岳さん、塚田 坂城町体育協会会長

○5月25日(金)～27日(日)、長野県高等学校総合体育大会陸上競技大会が松本市で行われ、女子4×100mリレーに出場した田村純菜さん(市立長野高校)が見事1位になり、全国高校総体(インターハイ)陸上競技に出場します。

○6月1日(金)～3日(日)、長野県高校総体ハンドボール競技が千曲市で開催され、大石岳さんが所属する長野南高校が見事優勝し、全国高校総体ハンドボール競技に出場します。

○6月2日(土)、長野県高校総体レスリング競技大会が上田市で行われ、上田西高校の滝澤建介さんが80kg級の団体戦に出場、見事優勝し、全国高校総体レスリング競技に出場します。

長野県社会福祉協議会委託事業

「福祉のお仕事 復帰支援研修」

介護の資格は取得したけれど、介護分野で勤めていない方、または、以前勤めていたことがあって、再度介護への就職を考えている方など、1日の研修で介護分野への復帰を考えるきっかけをつくりませんか。

日時 9月8日(土) 午前10時20分～午後3時

場所 千曲市ふれあい情報館 第2研修室
(千曲市屋代128-1)

対象者 介護の有資格者で、現在は介護の仕事に就いていない方

受講料 無料

内容 福祉現場の現状について、介護の基本と新しい技術など

※9月6日(木)までに下記へお申込みください。

◎問い合わせ先

長野県高齢者生活協同組合
北信地域センター ☎026-217-3601



この度、文化センター1階の男子及び女子トイレのリニューアル工事が終了しました。男子トイレは、小便器を自動洗浄機付きに取替え、臭気対策を施しました。女子トイレは、4か所が和式から洋式便器になりました。文化センターにお越しの際は、ぜひリニューアル後のトイレをご利用ください。



文化センターのトイレを
リニューアルしました

長年にわたる功績が評価

柳沢謙二さんが全国危険物安全協会から表彰されました



表彰を受けて柳沢さんは「事故を未然に防ぐため、安心安全について日頃から心がけてきました。今後も事故を出さないようにしたい。」と話されていました。

坂城町在住で、千曲坂城危険物防火管理協会の会長を務めている柳沢謙二さんが、長年にわたり、危険物の安全管理や災害防止に関する事業を積極的に推進し、保安体制の確立に貢献したとして、一般社団法人全国危険物安全協会から表彰され、6月7日(木)に町長を表敬訪問しました。

政治や議会を身近に感じる

坂城高校3年生が町議会一般質問を傍聴

傍聴には、授業で「政治経済」を選択している24名が訪れ、真剣な表情でメモを取りながら、就労・就職についての現状や町の支援などをテーマにした一般質問を傍聴しました。

坂城高校では、傍聴に先立ち5月22日(火)に、町議会の仕組みと、公職選挙法の概要などについて、町議会事務局と選挙管理委員会職員による事前学習を行っており、18歳になり有権者となる3年生にとって、政治を身近に感じ、理解を深める体験となりました。

6月12日(火)、坂城高校の3年生が町議会6月定例会の一般質問を傍聴しました。



今年も盛大に

第40回納涼音楽会が開催されました

7月8日(日)、文化センター大会議室において、坂城音楽愛好会と町公民館の共催で今年も納涼音楽会が開催されました。

最初に「坂城町の歌」を参加者全員で斉唱し、納涼音楽会は盛大にスタートしました。その後、モアナハワイアンズ(バンド演奏)、村上小学校2学年(合唱)、アルストロメリア(コカリナ演奏)、坂城高校合唱部、坂城コーラス(合唱)、南条小学校金管バンド部「南条ハッピープラス」(金管合奏)、坂城中学校吹奏楽部、童謡・唱歌を楽しむ会(合唱)、坂城小学校合唱部、坂城オカリナ教室(オカリナ演奏)、坂城町吹奏楽団(合奏)の11団体が参加し、暑さを吹き飛ばす合唱や演奏が披露されました。



お知らせ

8月の税の納期

町県民税(第2期)

国民健康保険税(第2期)

介護保険料(第2期)

納期限は8月31日(金)

納期限までに最寄りの金融機関またはコンビニなどで納めてください。(介護保険料はコンビニでは納付できません)。口座振替は、8月31日(金)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、8月22日(水)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。)

◎連絡・問い合わせ先

総務課収納推進係

☎82-3111(内線142)

直通75-6206

町敬老祝事業

9月に敬老祝いをお渡しします

町では、高齢者の方に敬老の意を表し長寿をお祝いするため、毎年9月に、該当される方に敬

老祝いをお渡ししています。該当者 次の(1)もしくは(2)に該当し、9月1日現在で、町内に住所を有する方

(1)今年度99歳以上の方

(大正9年3月31日以前生まれの方)

(2)今年度88歳になる方

(昭和5年4月1日～昭和6年3月31日生まれの方)

※養護老人ホームなど福祉施設に入所されている方は対象になりません。

該当される方には訪問日時などについて個別に通知をしますが、要件に該当する方で8月中旬に通知の届かない方はご連絡ください。

◎連絡・問い合わせ先

福祉健康課福祉係

☎82-3111(内線134)

直通75-6205

献血にご協力を！

保健センターに献血採血車が来ます。輸血を必要としている方の尊い命を救うため、多くの皆さんのご協力をお願いします。

日時 8月8日(水)

午後1時30分～2時30分

【採血基準(全血献血400ml)】

・年齢 男性17～69歳

女性18～69歳

※65～69歳の方は、60～64歳の間に献血経験のある方に限ります。

・体重 50kg以上

他に血圧、血色素量、献血回数などの基準があります。

◎問い合わせ先

保健センター

☎82-3111(内線511)
直通75-6230第47回坂城町文化祭
出品者・出演者募集！

第47回坂城町文化祭を開催するにあたり、展示作品や芸能公演の出演者を募集します。皆さんでつくる文化祭です。日頃、手がけている作品や習っている歌、踊り・演奏など、この機会に発表してみませんか。

開催日 10月27日(土)・28日(日)

会場 【作品展示】

文化センター、文化センター体育館、格致学校

【芸能公演】

文化センター(大会議室)

【お茶席】文化の館

申込期限 8月17日(金)

※代表者会議が9月3日(月)

午後7時から行われます。

◎申込・問い合わせ先

坂城町公民館(文化センター内)

☎82-22069

農地パトロール【利用状況調査】を実施します

農業委員会・農業委員・推進委員(では、8月中旬から下旬にかけて、町内全農地を対象とした農地パトロール(利用状況調査)を実施します。

遊休農地の実態把握と発生防止・解消、農地の違反転用防止対策等のため、農業委員会と役場職員が町内を巡回し調査します。遊休農地や違反転用農地を発見した場合は、土地の所有者等に対し指導を行います。

調査にあたり、農地内に立ち入る場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

◎問い合わせ先

農業委員会事務局

☎82-3111(内線156)

直通75-6207

第23回更埴地区短詩型文学祭

更埴公民館運営協議会では、文化の向上と文芸の振興を願い、短詩型文学祭を開催します。皆さんのご投稿をお待ちしております。(投稿用紙は坂城町公民館にあります。)

部門 短歌、俳句、川柳、現代詩

投稿料 応募用紙1枚(短歌1首、俳句2句、川柳2句、現代詩1篇につき400円)

応募期間 8月1日(水)～31日(金)

表彰式

11月17日(土)午前9時30分

千曲市屋代公民館

◎投稿・問い合わせ先

坂城町公民館(文化センター内)
☎82-22069公共職業訓練受講生募集
「医療クラーク養成科」

医師が行う診断書作成等の事務作業を補助する医療クラークの養成コースです。

訓練期間

9月7日(金)～12月6日(木)

場所 ニチイ学館上田校

(上田駅前ビルパレオ6階)

費用 受講料無料

(教科書代等は受講者負担)

定員

求職者20名

入校選考 8月22日(水)

午後1時30分～

※8月7日(火)までに、ハローワーク篠ノ井訓練窓口へお申込み下さい。

◎問い合わせ先

長野県工科短期大学校

☎0268-39-1111

県営住宅8月統一募集

受付期間

8月21日(火)～30日(木)

受付場所

長野県住宅供給公社3階

募集団地等

8月10日(金)頃から、長野県住宅供給公社ホームページに掲載します。

◎問い合わせ先

長野県住宅供給公社県営住宅課

☎026-227-2322

千曲・坂城地域自立支援協議会「全体会」

「誰もが暮らし良いやさしい町を目指して～みんなで変えていこう!この地域を～」

日時 9月1日(土) 午前10時30分

場所 千曲市総合観光会館

内容

- ・事業所説明会
- ・講演会「みんなで考えよう障がいのある人の住まい・暮らし」

○講師 又村あおい氏

(全国手をつなぐ育成会連合

会政策センター委員)

◎問い合わせ先

千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援センター

☎026-275-0548

国税庁 経験者採用試験

国税局や税務署において、税のスペシャリストとして働く職員(国家公務員)を募集します。

受験資格 平成30年4月1日に

おいて、大学等(短期大学を除く。)を卒業した日、または大学院の課程等を修了した日のうち、最も古い日から起算して8年を経過した者

試験日

・第1次 9月30日(日)

※詳しくは人事院ホームページをご覧ください。

◎問い合わせ先

関東信越国税局人事第二課試験係
☎048-600-3111

計量器(はかり)定期検査

農産物や食品、製造品等を測る計測器、学校等において体重を測定するはかりなど、取引や証明に使用する「はかり」は、2年に1回の定期検査を受ける必要があります。

今回、坂城町の事業所等を対象とした定期検査を実施しますので、「はかり」を持参し、必ず検査を受けてください。なお、検査には手数料(検査代金)が必要となります。

日時 9月21日(金)

午前10時30分～正午
午後1時～2時30分

場所

B・プラザさかき(坂城駅前)

◎問い合わせ先

・商工農林課商工観光係

☎82-3111(内線154)

直通75-6207

・長野県計量検定所検定・検査課

☎0263-47-4006

職業訓練施設見学会

日時 8月7日(火)・22日(水)

午前9時45分～午後0時30分

場所

ポリテクセンター長野
(長野市吉田4-25-12)

内容

ポリテクセンター長野で実施する公共職業訓練の説明、施設の見学など

対象者 ハローワークに求職の申込みをしている方

◎問い合わせ先

ポリテクセンター長野

☎026-243-7856

公共職業訓練10月開講コース 受講者募集

募集コース

・電気設備技術科 15名

・ビル設備サービス科 15名

訓練期間 10月3日(水)～平成

31年3月29日(金)

場所 ポリテクセンター長野

(長野市吉田4-25-12)

対象者 ハローワークに求職の申込みをしている方

◎問い合わせ先

受講料 無料(テキスト代別途)

内容 ものづくりの技術、設備の保守などの知識・技能・技術を身につけ、早期に就職をさせていただくための公共職業訓練です。

申込み先 8月27日(月)までに

お近くのハローワークへお申込みください。

◎問い合わせ先

ポリテクセンター長野

☎026-243-7856

福祉の職場説明会を開催します

「福祉の職場を詳しく知りたい」または「就職を考えたい」という方のために、福祉の職場説明会(職場や仕事・資格の説明、面談)を行います。福祉事業所の方と直接面談することができ

ます。詳しくは、長野労働局ホームページ、または長野県福祉人材センターホームページをご覧ください。

日時 8月3日(金)

午後1時30分～3時30分

※午後0時30分から職場プレゼンテーションを実施します。

会場 メルパルク長野

(長野市鶴賀752-8)

◎問い合わせ先

・ハローワーク篠ノ井

☎026-2293-8609

・長野県福祉人材センター

☎026-226-7330

ダイバーシティ人材適材適所推進体感型ワークショップセミナー

日時 8月23日(木)

午後1時30分～5時

会場 上田信用金庫「しんきん

イベントホール」

対象 企業経営者、人事・総務担当者など

参加費 無料 定員 50名

申込締切 8月15日(水)

※プログラム等の詳細は、WEB「地域人材バンクながの」

(http://jinzaibank-nagano.com/)をご覧ください。

◎申込・問い合わせ先

(一財)浅間リサーチエクステンションセンター(AREC)

☎0268-21-4377





学校だより

南条小学校児童会長 中村 光毅
「絆を大切に助け合える学校」



ぼくは平成三十年度、南条小学校児童会長です。「いろいろな人と絆を深めよう」を目標に日々がんばっています。

この目標を達成するために、まずぼくがやるべきことは、いろいろな人の関わりを増やすことだと思っています。そのために、先日は「全校集会」で鬼ごっこを行いました。ルールを工夫することで、ふだん一緒に遊ばない他の学年の人と関わる姿があちこちで見ることができました。これをきっかけに仲良くなり、絆がうまれるといいなと願っています。また、このような集いを何度も全校でやっていけば、たくさんさんの絆がうまれ、一人一人が助け合える学校をつくれると思います。



このほかにも「特技大会」を計画しています。その人の個性を見ることが、その人に興味がわき、知り合うきっかけになれば新たな絆が広がります。その絆をどんどん広げていくことで全校の絆が深まり、それが南条小学校の良いところとなっていくはずですね。

南条小学校には、校庭や体育館のほかには上履きのまま遊べる中庭もあり、みんなが遊べる場所がたくさんあります。そんな場所を活用しながら学年を超えて遊び、楽しみながら助け合える学校をつくりたいと思います。

このような活動を通して「一人のかげやき みんなのかげやき」という学校目標のような姿を作っていきたいと思っています。

交番だより

坂城町交番
☎82-2008



夏の行楽期の交通事故防止

交通安全「私から!!」運動実施中!

歩行者の皆さんは「止まる」「見る」「目立つ」、ドライバーの皆さんは「指差し確認」「早めの点灯」「シートベルト」を合い言葉に、道路を安全に使用してください。



渋滞時の追突や安全不確認による出会い頭の事故に注意!

行楽期は大勢の人や車で混雑します。道路状況を確認してドライバーの皆さんは運転に集中しましょう。

また、渋滞時の「漫然運転」や「わき見運転」は、追突事故の原因となるため車間距離をとりましょう。

一時停止場所や優先道路手前では必ず止まり、危険を予測した「かもしれない運転」を心掛けましょう。

上手な水分補給をしましょう!

【食事から】

水分は汁物をはじめ、ごはんやおかずにも含まれているので、三度の食事からもかなりの水分をとることができます。

特に汗をかいた時には、みそ汁やスープなどの汁物でミネラル補給するのがおすすめです。

【スポーツの時は】

運動をしてたくさん汗をかいた時は、こまめに水分補給をすることが大切です。汗で失ったミネラルを補うためには、スポーツドリンクが適していますが、糖分も多く含まれているので、飲み過ぎに注意しましょう。水で薄めたり、ドリンクの代わりに水にひとつまみの塩を入れて飲んでも良いです。

水分補給はなぜ大切なのでしょう?

私たちの体の65〜70%は水分です。この水分は汗をかくことで体温調節をしたり、血液や体中の細胞を健康に保つために大切な働きをしています。

汗を大量にかく夏場や運動中は、適度な水分補給をしないと熱中症などを引き起こし、命の危険が及ぶこともあります。のどが渇いたと感じる前に水分補給をするようにしましょう。



食育だより

食育・学校給食センター
☎82-25559

★子育て支援センターだより★

— 子育て支援センター ☎ 82-2291 —

すくすく子育て「心の基地」

一人間には安心できる「心の基地」が必要ですー

「心の基地」は、乳幼児期に身近な大人と密接な関係を持つことで形成されます。それが「自分は自分のままでいい」という自己肯定感と困難を乗り越えていく力を育みます。

「愛され不足」の子は、大人になっても不安感を抱え、本心を見せられません。小中学校生、高校生、成人でも赤ちゃん返りをし、親の愛情を求めることがあるそうです。

乳幼児期に、甘えさせてあげたり、遊んだり、本を読んであげたり…育児のすべてが大切なのですね。



8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(水)	プールあそび	午前10時
7日(火)	おはなしでてこい	午前10時
9日(木)	図書交換	午前9時30分
20日(月)	就労相談	午前10時
	ボランティア懇話会	午後1時
21日(火)	わくわくタイム	午前10時
25日(土)	開館日 母親教室	午前中
27日(月)	1歳までの子育てとあそび①	午前10時
30日(木)	身体測定と食育相談	午前10時



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 28日(火)	午前9時～午後1時
		坂城保育園 22日(水)	
		村上保育園 30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。			

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4土曜日 午前9時～正午

新規参加者募集中！

1歳までの子育てとあそび

前回の「いちごグループ」は、ホットな雰囲気の中、初めての子育てに頑張っているママや2人目・3人目の子育てで少し気持ちに余裕があるママも一緒になって、子育ての基本となる話を聞いたり、子どもとふれあい遊びを楽しんだりしました。

今回の「めろんグループ」は8月27日～10月2日の全5回コースです。

内容は…

- ①自己紹介・ふれあい遊び
- ②助産師による「赤ちゃんマッサージとママフィットネス」
- ③保健師による「身体測定と病気の話」
- ④言語聴覚士の方のお話し
- ⑤栄養士による「赤ちゃんの栄養の話」

生後4か月から1歳までの赤ちゃんとお母さんが対象です。定員は10組ですので、お早めにお申込みください。



8月の子育てグループの予定

ノンタン（木曜日）

23日：プールあそび
リーダー：荒井 文さん

いっぱい遊ぼうグリとグラ（月曜日）

20日：プールあそび
リーダー：富田 佐奈さん



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）



8月

5日(日) とぐらクリニック 【千曲市戸倉】 ☎(026)275-0405
 あんずの里クリニック 【千曲市森】 ☎(026)272-1005
 青木歯科医院 【千曲市八幡】 ☎(026)272-1335

11日(土) やまざき医院 【千曲市上徳間】 ☎(026)276-2700
 鶴沢内科クリニック 【千曲市屋代】 ☎(026)272-3713
 若林歯科医院 【千曲市杭瀬下】 ☎(026)273-0103

12日(日) 村上堂大井クリニック 【網掛】 ☎81-3131
 菅谷東クリニック 【千曲市栗佐】 ☎(026)272-0493
 宮原歯科医院 【網掛】 ☎82-8711

〔お盆期間中【14日(火)～16日(木)】に内科関係の医療機関を受診する場合は、各医療機関にご確認のうえ受診してください。〕

14日(火) 長野寿光会上山田病院歯科室 【千曲市上山田温泉】 ☎(026)276-0300
 15日(水) 樽沼歯科医院 【千曲市内川】 ☎(026)261-5005
 16日(木) こみやま歯科医院 【千曲市力石】 ☎81-7011
 19日(日) 武市医院 【中之条】 ☎82-2606
 かつの耳鼻咽喉科 【千曲市栗佐】 ☎(026)274-3387
 竹内歯科医院 【千曲市屋代】 ☎(026)273-4500

26日(日) 二階堂医院 【千曲市磯部】 ☎(026)275-5582
 千曲中央病院 【千曲市杭瀬下】 ☎(026)273-1212
 松尾歯科医院 【御所沢】 ☎82-6988

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	平成30年4月生	31日(金)午後1時
7か月児健康相談	平成30年1月生	22日(水)午前9時
10か月児健康相談	平成29年10月生	21日(火)午前9時
1才児健康相談	平成29年6月生～7月生	1日(水)午前9時
1才6か月児健康診査	平成28年12月生～平成29年1月生	24日(金)午後1時

粗大ごみの回収



5日(日)、19日(日) 午前8時30分～10時
 坂城町役場 北側駐車場

- 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)
 - ③小型家電の無料回収

6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)

■平成29年6月分 205.92 t
 ■平成30年6月分 189.94 t **←15.98 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(金)、20日(月)
 午前9時30分～正午
 役場第4・5会議室(3階)

10日は弁護士、20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

17日(金) 午前9時～正午
 役場第5会議室(3階)

年金相談

22日(水) 午前9時～午後4時
 役場第4会議室(3階)

相談をご希望の場合は、8月14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

1日・8日・22日・29日(すべて水曜日)
 午後1時30分～4時
 役場第5会議室(3階)

社協
結婚相談

4日(土)
 午前9時～正午
 老人福祉センター夢の湯

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説明いたします

YM 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

図書館へ行こう

町立図書館 ☎82-3371 開館時間：午前9時30分～午後6時

8月は通常より30分早い**午前9時30分**に開館します。
平日(火～金)は午後7時まで開館しています。

8月の催し物

- ☆おはなし会 25日(土) 午前11時～ 2階・集会室
- ☆点字・点訳講座 午後2時～ 2階・集会室
7日(火)、21日(火) 講師：山口静枝さん

新着図書

6月には、一般書139冊、児童書200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

がんばるのりもの紙芝居「ピーポーピーポー！さあいそげ！」救急車(作：元浦年康／教育画劇)

救急車のほかにも、ショベルカー、ダンプカーなど働くのりものたちの写真紙芝居が8冊入りました。図書館ではほかにも日本や世界のお話、季節の行事など、たくさんの紙芝居がそろっています。保育園や幼稚園、イベントなどで活用ください。紙芝居は一般の方でも借りられます。



8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	31	

が休館

☆☆空YOGA☆☆を開催します！

自然のエネルギーをたくさん感じながらヨガをしませんか。ココロもカラダもリセット出来ます。

日時 8月5日(日) 午前6時30分～7時30分

場所 びんぐしの里公園 参加費 1人500円

※参加費は全額を平成30年7月豪雨の災害義援金として寄付させていただきます。

持ち物 飲み物、ヨガマット(レジャーシート可)、タオル

◎問い合わせ先 山崎さん 090-3585-3599

同報系防災行政無線のお知らせ

■戸別受信機の配布に伴うお願い

同報系防災行政無線整備に伴い、現在、全戸・全事業所に戸別受信機の配布を行っています。配布時に不在であった場合は、不在票を投函しています。まだ戸別受信機が配布されていない世帯・事業所については、下記連絡先までご連絡ください。

また、受信状態が悪く、戸別受信機から定時放送等が流れない場合や戸別受信機の設置場所を変更したい場合は、受信状態の確認を行っていますので、お問い合わせください。

■有線放送電話設備の撤去について

現在、有線放送電話の宅内設備(スピーカーや配線など)と屋外のケーブルや柱の撤去作業を行っています。有線放送電話に加入していた方で、まだ撤去に伺っていない世帯については、もうしばらくお待ちください。また有線柱撤去の際に、土地の所有者の方に立ち会いをお願いしていますのでご協力ください。

有線放送電話設備を撤去したことにより、戸別受信機からの放送が聞こえなくなった・雑音が入るなどのお問い合わせをいただくことがあります。

撤去後に受信状況をご確認いただき、放送が聞こえない場合は下記までご連絡ください。

戸別受信機の配布・受信状態の確認、有線設備の撤去などのお問い合わせは、午前8時から午後8時まで、平日に限らず土日に対応しています。

連絡先

上田日本無線株式会社 現場事務所
電話番号：0268-82-5561
受付時間：午前8時～午後8時

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6時

※上記のほか、放送を行うことがあります。

※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。

まちのうごき

世帯数：6,147世帯(－1)
人口：15,150人(－6)
男：7,474人(－10)
女：7,676人(＋4)

平成30年7月1日現在
※()は前月比

まちの交通事故

件数：5件
累計：31件(－1)
死者：0人
累計：1人(＋1)
負傷者：7人
累計：43人(＋5)

平成30年6月中
※累計は1月から
()は前年比

日頃の訓練の成果を発揮!!

消防ポンプ操法大会・ラッパ吹奏大会

7月8日(日)、千曲市大西緑地公園で、第59回埴科消防ポンプ操法大会及び第13回埴科消防ラッパ吹奏大会が開催され、ポンプ車操法の部において第2分団(金井)が第3位、小型ポンプ操法の部において第11分団(上平)が第3位、ラッパ分団(本部付)が準優勝となりました。3分団とも日頃の訓練の成果を存分に発揮し、素晴らしい成績を収めました。

また、それぞれの部の出場選手の中で、指揮者、番員ごとに最も優秀な成績を収めた方が個人表彰され、第2分団の三井佑輔さん(1番員)、第11分団の永井伸幸さん(1番員)が選ばれました。



▲第2分団



▲第11分団



▲ラッパ分団

なお、この埴科消防ポンプ操法大会には、町消防ポンプ操法大会(左記参照)のポンプ車操法の部・小型ポンプ操法の部でそれぞれ優勝した分団が出場しました。

町大会結果(7月1日開催)

【ポンプ車操法の部】

優勝 第2分団(金井)
準優勝 第9分団
(網掛・小網・月見)

【小型ポンプ操法の部】

優勝 第11分団(上平)
準優勝 第10分団(上五明)
第3位 第3分団
(入横尾・泉・町横尾)

消防団員随時募集中!

町の消防団は、火災発生時にはもちろん、地域の安全を守るために日々活動をしています。興味のある方は下記までご連絡ください。

◎問い合わせ先 住民環境課生活安全係
Tel82-3111 (内線 124) 直通 75-6204

大塚製薬(株)と(公財)日本中学校体育連盟による取り組み 坂城中学校に自動販売機が設置されました



▲売り上げの一部は県中学校体育連盟と坂城中学校に寄附されます

水分補給や熱中症対策、また、災害発生時の飲料水確保や栄養補給を目的として、坂城中学校北側社会体育入り口付近に自動販売機が設置されました。

平日は午後7時から翌午前6時まで、休日は24時間稼働しており、主に社会体育を利用される方や休日の部活動に参加する生徒が使用できます。休日は体育館やグラウンドで大きな大会が開催されることも多く、近年増加している熱中症の対策として期待されます。

また、災害発生時には無償で飲料水を取り出すことができ、カロリーメイトなどの健康食品も導入されています。

坂城中学校は、町の中核避難所に指定されていることから、災害対策の強化としても自動販売機の設置が進められました。

「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