

広報

須



坂

4
2021

特集 2021年度 事業目標と方針・予算

長野☆ガロンス選手とチームスタッフが
須坂で新生活を始めます





特集 2021年度 事業目標と方針・予算

第六次 須坂市総合計画

第六次須坂市総合計画「須坂みらいチャレンジ2030」(2021年度～2030年度)がこの4月から始まります。「豊かさ」と「しあわせ」を感じる共創のまち「須坂」の将来像を表現するため、今年度から各施策に取り組み、まちづくりを進めていくうえで共有すべき3つの基本的な視点を持って取り組みます。

●まちづくりの基本的な視点

【チャレンジ指針(まちづくりの基本指針)】

課題に向けて前向きなチャレンジをしていくために、全ての政策分野にチャレンジ指針「継承」「進化」「学びと行動」を定め取り組みます。

【4者共創によるまちづくり】
「市民・企業・活動団体・行政」の4者が切磋琢磨し、協力した共創によるまちづくりに取り組みます。

【国際目標「SDGs」(持続可能な開発目標)】

各施策にSDGsの17の目標を関連付けて取り組みます。

■効率的な組織体制の充実を図るため市役所の組織改正

【「デジタル活用推進室」の新設】
国ではデジタル庁の創設を進めるなど、行政のデジタル化が急速に進んでいます。本市においても行政事務や手続きのデジタル化、デジタル情報活用による市民サービスの向上施策を推進します。

【改正前】

政策推進課	政策秘書係
	広聴広報係
	信州須坂移住支援チーム
	情報統計係

【改正後】

政策推進課	政策秘書係
	広聴広報係
	信州須坂移住支援チーム
デジタル活用推進室	情報化推進係

総務部

▼総務課 ▼政策推進課
▼財政課 ▼税務課

市民が主役のまちづくりを進めます



総務部長 上原祥弘

■新たに設置するデジタル活用推進室を中心に、「須坂市デジタルファースト宣言」に基づき、デジタル化による行政運営の効率化を図り利便性を向上するとともに、定型業務に要する時間を削減し、市民の皆さんに寄り添い対応するための時間をより多く生み出すことに努めます。

■「令和元年東日本台風」災害からの復興を進めるとともに、全面改定した須坂市地域防災計画やハザードマップをもとに、安心・安全な地域づくりを進めます。

■新型コロナウイルス感染症などに対応した危機管理体制の充実に努めます。

■長期的展望に立った行財政運営を進めるため、「須坂市行財政改革プラン2025」および「第三次須坂市滞納整理対策チャレンジプラン」に基づき、支出内容を見直し、収入の確保に努めます。

■ふるさと納税制度を活用し、須坂の特産品PRと信州須坂ふるさと応援寄附金の増額を図るとともに、地域おこし協力隊の活用、「移住支援信州須坂モデル」および結婚支援事業の充実、情報発信などを通じ地方創生を推進します。

■若手職員による「あいさつ課」の活動などにより、「笑顔とあいさつ」のまちを市民の皆さんとともに築きます。

健康福祉部

▼福祉課 ▼高齢者福祉課
▼健康づくり課

健康で、支え合い、共に生きるまちづくり



健康福祉部長 浅野章子

■医療・介護・福祉に係るすべての方を支援・連携し、その人らしく暮らせる地域づくりに取り組みます。

■須高三市町村が須坂市社会福祉協議会に新たに設置する「成年後見支援センター」の周知と連携に取り組みます。

■障がいのある人や生活に困窮している人の自立のために、各種事業を実施し支援します。

■計画初年度の「高齢者いきいきプラン」に基づき、高齢者の支援を進め、住み慣れた地域で、継続して暮らせる社会の実現に向けて取り組みます。

■住民の皆さんが主体の『生活支援・介護予防の取り組み』を進め、「地域包括ケアシステム」の充実に取り組みます。

■新型コロナウイルスワクチン接種が、円滑に行われるよう取り組みます。

■生活習慣病の予防、特に高血圧症の予防と減塩運動に取り組みます。

■野菜の摂取量を増やし、健康づくりをさらに進めるため、市内飲食店や関係団体と協働し、健康スムージーの普及に取り組みます。



▲災害などで使用するコミュニケーションボードを市施設に配置

市民環境部

▼市民課
▼生活環境課

誰もが安心して快適に暮らせる地域づくり



市民環境部長 青木一浩

■バス共通ICカード「KURURU」の普及を図るとともに、安全で利用しやすく持続可能な公共交通を目指します。

■マイナンバーカード普及のため、受付体制を整え親切・丁寧な対応に努めます。

■特殊詐欺の被害防止のため、警察などの関係機関と連携し、水際防止対策の強化や注意喚起、情報提供に取り組みます。

■「第三次須坂市環境基本計画」に基づき、環境への負荷が少ない持続可能な社会の構築に向けた取り組みを進めます。

■地下水の適切な保全と活用を図るため、引き続き「水資源保全条例」の改正を検討します。

■長野広域連合「エコパーク須坂」に係る地元振興事業の具体化を、これからも地元区とともに取り組みます。



▲啓発ポスター



▲エコパーク須坂

社会共創部

- ▼文化スポーツ課
- ▼生涯学習推進課
- ▼人権同和政策課
- ▼男女共同参画課

一人ひとりが学び、活躍できるまち



社会共創部長 小林宇吉

■人権が尊重され、差別のない明るい須坂を目指すため、「須坂市人権政策推進基本方針」に基づき、あらゆる差別をなくす事業を進めます。また、人権啓発事業により市民意識の向上を図る施策を推進します。

■男女共同参画社会の実現を目指し、「須坂市男女共同参画計画」に基づき、男女共同参画の意識づくりや女性が活躍できる環境づくりなどの施策を推進します。

■地域公民館を拠点として、「ひとづくり、つながりづくり、地域づくり」の一層の充実を図ります。

■市立博物館本館・分館をリニューアルするなどし、「機能分散型総合博物館」とします。併せて市内全域を博物館と捉える「まるごと博物館」を推進するとともに、「まるごと博物館」を核とした地域の元気創出事業に市民、関係団体とともに取り組みます。

■「重要伝統的建造物群保存地区」選定を目指し、市民意識の高揚と、対象地域住民の理解を深めます。

■被災した福島運動広場の天然芝生広場代替えとして、北部運動広場を多目的人工芝化します。

産業振興部

- ▼農林課
- ▼商業観光課
- ▼産業連携開発課

活力とにぎわいのある自立したまち



産業振興部長 新井修一

■全国有数の果樹産地を支えるため担い手の育成や農地の集約集積、労働力の確保、有害鳥獣害対策を関係団体と連携して進めます。

■松くい虫対策に引き続き取り組み、新たな森林管理システムおよび森林環境譲与税の円滑な運用を図ります。

■UIJターン就業・創業移住支援金を通じ、3大都市圏からの移住・就労の促進とともに、学生など地元への就職を支援します。

■未来を担う小中学生や高校生を対象に講演会を開催し、自ら考え、社会に対し積極的に行動できる人材の育成を目指します。

■工場用地への転換が可能な土地や空き工場などの物件把握に努め、企業立地を促します。

■辺地対策事業債を活用し、峰の原高原のスキー場の施設整備を支援します。

■わざわざ店等開設支援事業補助金による新規開業支援や、地域おこし協力隊による空き店舗のマッチング、官民連携による「まちの駅」活動により、まちのにぎわい創出を図ります。



▲峰の原高原のスキー場

まちづくり推進部

- ▼道路河川課
- ▼まちづくり課
- ▼臥竜公園管理事務所

安心・安全で快適に生活できるまち



まちづくり推進部長 滝沢健一

■須坂長野東インター周辺開発は、開発事業者と協力して、新たな交通量の増加に対応できるよう、周辺の道路整備を本格的に進め、快適に生活できるまちを目指します。

■国が進めている「信濃川水系緊急治水対策プロジェクト」に協力し、千曲川堤防強化、河道掘削などの推進を図るとともに、相之島や福島、福島北、中島排水機場の整備点検と、老朽化した機器の更新を進め、豪雨災害に備えます。

■道路や水路の整備、橋梁や道路舗装の長寿命化による修繕、交通安全施設の整備など、安心して住み続けられるまちづくりを進めます。

■市民の憩いの場である臥竜公園、動物園の魅力を高め、来園者に一層楽しんでもらえる魅力ある公園づくりを進めます。

■花と緑のまちづくり事業や歴史的景観の保存活用など、住民参加による快適な生活環境と、訪れる人にやさしい、魅力あるまちづくりを進めます。

■空家対策などによる良好な住環境の整備に努め、住宅などの耐震化を促進し、地震に強いまちづくりを進めます。

教育委員会 事務局

▼学校教育課▼子ども課
▼人権同和教育課

子どもの個性と力
が育つまち



教育次長 清水秀一

これからの社会が、どんなに変化して予測困難な時代になっても、子どもたちには、自ら課題を見つけ、自ら学び、自ら考えて判断し、行動し、それぞれに思い描く幸せを実現してほしい。そして、明るい未来をと共に創っていきたくて願っています。子どもたちがのびのびと育ち、子育て世代に選ばれるまちを目指します。

■ 須坂駅前ビル・シルキー1階に、就労支援なども含めた子育て支援施設「(仮称)子育て・就労総合支援拠点」を整備し、子育て環境を充実します。

■ 貧困や飢餓に終止符を打ち、地球を保護し、すべての人が平和と豊かさを享受できるようにすることを目指すSDGs(持続可能な開発目標)。

そのSDGs達成の担い手、持続可能な社会づくりの担い手を育てるESD(持続可能な開発のための教育)に取り組みます。

■ 児童生徒一人一台のタブレットがそろいました。学習支援ソフトやオンライン学習を取り入れ、より分かりやすい授業を進め、家庭での自主的・主体的な学習を支援します。



▲タブレットを使う児童

水道局

▼営業課▼上下水道課

安全、安心で快適な生活を確保していくために



水道局長 永井毅

市民の命や生活と、事業などの経済活動を支える基盤の一つに上下水道事業があります。安全・安心で快適な市民生活の確保していくために、適切な上下水道事業の運営を図ります。

■ 上水道では水道ビジョンなどの計画に基づき、施設や管路の維持・更新などの整備を進め、自家発電設備の整備や耐震化など災害に対する強化に努めます。

■ 下水道では経営戦略に基づき、後年度に過度な負担とならないよう健全経営を継続し、施設の適正な維持管理に努め、長寿命化を図ります。

■ 須坂長野東インター周辺開発は、道路整備などの事業の進捗にあわせ、水道関連設備などの整備を進めます。

■ 令和元年東日本台風で被災した下水道終末処理施設(クリーンピア千曲)の復旧は、順調に進んでいます。今年度中の完了を目指して、引き続き協力をしてまいります。それまでの間はこれまでと同様に簡易的処理での放流が続けられる状況です。皆さまには、引き続き環境負荷の少ない適切な下水道の利用にご協力をお願いいたします。

消防本部

▼総務課▼予防課
▼警防課▼消防署

防災意識の向上と
減災力の充実



消防長 飯塚俊樹

日々変化していく社会情勢と、複雑多様化かつ大規模化するあらゆる災害に対し、その被害を最小限度にとどめるよう、地域や消防団と連携して、迅速かつ効果的な消防・救急体制の充実確保に努めます。

■ 消防本部では、119番通報や消防隊などを統制する通信指令台の3年目の改修工事をはじめ、配備して26年が経過するはしご車を更新整備します。消防団では、第6分団2部(塩川町)器具置場の移転建設、第9分団1部(峰の高原)の小型動力消防ポンプ付き積載車を更新して、施設・機械力の充実を図ります。

■ 救急車到着前の応急手当てが大切な命を救います。地域や事業所などと協力し、応急手当の普及を図ります。

■ 住宅用火災警報器の設置維持を徹底し、住宅火災による「死者ゼロ」を目指すとともに、たき火に起因する火災を防ぐため予防広報を徹底し、火災発生件数の減少に取り組みます。

■ 消防団員の定数確保に努め、消防団協力事業所やサポート事業の普及と増加を図り、地域から消防団を応援します。

2021年度の予算

問合せ 財政課 (8026・248・9016)

●当初予算総額は250億3千万円

2021年度一般会計当初予算額は、2020年度当初予算と比較して、25億2千万円、9.1%減の250億3千万円となりました。

人口減少や超高齢化社会に加え、新型コロナウイルス感染症拡大による市税収入の減収も避けられない状況ですが、「市民との共創、自助、共助、公助を明確化」「求めるから、分かち合い(愛)、与え合い(愛)、譲り合い(愛)」の意識の醸成を図るとともに、さまざまな課題に真正面から向き合い、「オール須坂市」「課題発見解決型行政」で、将来世代に負担を負わせることなく持続的発展ができるよう健全財政の体質をつくります。

また、第六次須坂市総合計画・前期基本計画の初年度となることから、須坂市の将来像である、『豊かさ』と『しあわせ』を感じる共創のまち「須坂」の実現のため、各施策を着実に推進します。

●歳入の内訳

【市税収入】

前年度対比2.3%減の58億3126万7千円を見込みました。その主な理由は次のとおりです。

▼個人市民税：コロナ禍による経済活動の停滞や税制改正による基礎控除の見直しなど

▼固定資産税：土地や家屋の評価替えと事業収入が減少した中小企業者などの軽減

【地方消費税交付金】

新型コロナウイルス感染症拡大により、経済活動が停滞し消費が落ち込んでいることから、前年度対比2.6%減の11億1200万円を見込みました。なお、地方消費税引き上げに伴う増収分は、障がい者福祉や高齢者福祉、児童福祉などの社会保障経費に充当します(左表参照)。

●地方消費税引き上げに伴う増収分の充当内訳一覧

事業名		経費	財源のうち、税率引き上げ分
社会福祉	障がい者福祉事業	13億6,090万円	8,083万円
	高齢者福祉事業	2億3,296万円	2,993万円
	児童福祉事業	21億7,640万円	1億4,868万円
	母子福祉事業	1億9,721万円	2,097万円
	生活保護扶助事業	4億2,219万円	2,447万円
	小計	43億8,966万円	3億488万円
社会保険	国民健康保険事業	2億9,570万円	1,877万円
	介護保険事業	6億6,701万円	1億313万円
	後期高齢者医療事業	6億7,060万円	9,397万円
	小計	16億3,331万円	2億1,587万円
保健衛生	医療対策事業	3億3,831万円	3,403万円
	疾病予防・健康増進対策事業	4億2,217万円	5,322万円
	小計	7億6,048万円	8,725万円
合計		67億8,345万円	6億800万円

●2021年度当初予算の主な事業と歳出

記号説明 ☆：新規事業 ◎：拡大事業 □：継続事業

令和元年東日本台風災害からの復旧・復興／安心・安全なまちづくり

令和元年東日本台風災害からの復旧・復興を推進するとともに、地震や台風災害に強いまちづくりに取り組みます。

☆ 令和元年東日本台風災害記録誌の作成 (130万円)：総務課

☆ 地域防災力向上のため、防災士の資格取得者を支援 (207万円)：総務課

☆ 千曲川堤防舗装(嵩上げ)工事(2000万円)：道路河川課

□ 県営相之島排水機場更新事業(600万円)：道路河川課

□ 福島排水機場3号機エンジンオーバーホール (1320万円)：道路河川課

□ 福島北排水機場更新整備計画作成 (2516万円)：道路河川課

□ 耐震診断・耐震補強工事補助 (1458万円)：まちづくり課

ウイズコロナ社会での「新たな日常」の実現

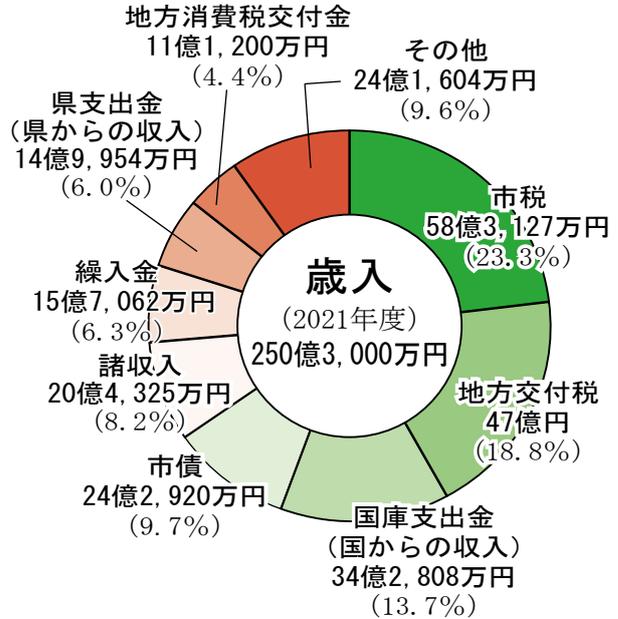
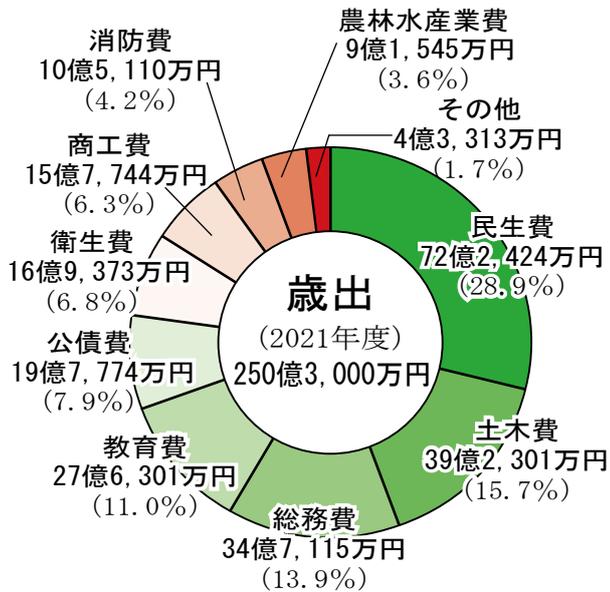
感染対策と経済対策の両立を図りながら、「新たな日常」の実現を目指します。なお、一部の感染対策は、前倒しで予算計上していますが、今後とも補正予算を編成して対策に取り組みます。

☆ 新型コロナウイルスワクチン接種事業 (2億7057万円)：健康づくり課

健康長寿発信都市「須坂JAPAN」創生プロジェクトの推進

市民と共創で取り組んできた健康づくりを核に、さらなる健康長寿の取り組みの促進を図ります。

□ 「須坂JAPAN」創生プロジェクト(451万円)



●特別会計の予算

特別会計	予算額	前年度比
国民健康保険	51億1,406万円	0.3%増
井上、幸高、九反田、中島財産区	780万円	1.2%減
介護保険	45億7,454万円	1.5%増
後期高齢者医療	7億1,284万円	0.9%増

●企業会計の予算

企業会計	予算額	前年度比
水道事業	21億9,555万円	4.8%減
下水道事業	39億 287万円	4.4%減
宅地造成事業	1,388万円	83.4%増

●歳出の内訳

須坂市が健全財政を保ちながら持続発展するために、事業の必要性や優先順位を考慮し、必要な事業の絞り込みを行いました。学校給食センター建設などの大型事業が終了したものの、インター周辺開発に伴う道路整備が本格化することから、前年度に次いで過去2番目の予算規模となりました。

【2021年度予算の重点施策】

- ▼令和元年東日本台風災害からの復旧・復興/安心・安全なまちづくり
- ▼ウイズコロナ社会での「新たな日常」の実現
- ▼健康長寿発信都市「須坂JAPAN」創生プロジェクトの推進
- ▼健康長寿発信都市「須坂JAPAN」創生プロジェクトの推進
- ▼須坂長野東インター周辺大規模開発
- ▼子どもは宝プロジェクトの推進
- ▼「まるごと博物館構想」を核とした事業の推進
- ▼デジタル化の推進
- ▼外部人材の活用
- ▼笑顔とあいさつの地域づくり

須坂市が健全財政を保ちながら持続発展するために、事業の必要性や優先順位を考慮し、必要な事業の絞り込みを行いました。学校給食センター建設などの大型事業が終了したものの、インター周辺開発に伴う道路整備が本格化することから、前年度に次いで過去2番目の予算規模となりました。

【2021年度予算の重点施策】

- 信州須坂健康スムービーの普及(90万円) ……健康づくり課
- 須坂長野東インター周辺大規模開発 ……健康づくり課
- 引き続き関係省庁や開発事業者、地元と調整を行い開発を推進するとともに、周辺地区の交通安全対策や渋滞緩和対策を進めます。
- インター周辺開発事業に伴う道路整備 (16億8406万円) ……道路河川課
- インター周辺開発事業に伴う道路整備工事 (5000万円) ……道路河川課
- 子どもは宝プロジェクトの推進
- 「家庭教育」「ICT教育」「食(べ)こ教育(食育教育)」「信州型自然保育(信州やまほいく)」の推進を図るとともに、学びを核とした人材(財)育成、子育て支援施設の整備を推進します。
- ☆ 須坂未来塾(仮称)の開講(26万円) ……産業連携開発課
- 小中学校へICT支援員の配置(966万円) ……学校教育課
- クラウド型学習支援サービスの追加導入 (503万円) ……学校教育課
- 自然体験学習(697万円) ……学校教育課
- 就学援助費の支給(6610万円) ……学校教育課
- 「まるごと博物館構想」を核とした事業の推進
- 「まるごと博物館構想」を核とした「人・地域資源」で紡ぎだすまちの元氣創出事業を推進します。
- デジタル化の推進
- 「DXの推進」により、行政事務の効率化と市民サービスの向上を図ります。
- 外部人材の活用
- 地域振興、観光振興、まるごと博物館構想、DX推進などの事業を推進するため、地域おこし協力隊、地域活性化起業人、外部アドバイザー、須坂応援大使などの外部人材を活用します。

新型コロナウイルス感染症の対応

年度始めは、転勤、入学、帰省、歓送迎会などによる人の移動や、飲酒を伴う会合が多い時期になります。皆さんには新型コロナウイルス感染の収束に向けて感染予防に取り組んでいただいておりますが、須坂市においても新規感染者が確認されています。また、長野県では4月9日まで感染対策強化期間としています。引き続き感染防止策の徹底や、感染拡大地域への訪問を慎重に検討するなどの対策をお願いします。

年度始めは、新型コロナウイルス感染症が拡大する可能性が高まります。
帰省、旅行、会食、休暇などの

「分散化」「小規模化」「遠隔(リモート)化」

にご協力をお願いします。

1 県外との往来のお願い

- 県外への訪問 ▶ 基本的な感染予防対策を徹底してください。
▶ 大人数での会食などリスクの高い行動は控えてください。
- 長野県への訪問 (進学、就職、帰省) ▶ 感染対策強化期間はなるべく避けてください。
▶ 来訪2週間前から健康観察し、リスクが高い行動は控えてください。



2 日常生活のお願い

- 人と接する際はマスクを着用してください。
- 風邪の症状がある場合は外出しないでください。
- 会食する場合には ▶ 信州版「新たな会食のすゝめ」^{じゅんしゆ}を遵守してください。
▶ 一緒に生活、勤務しない方との会食を控えてください。



信州版「新たな会食のすゝめ」

3 事業者・学校の皆さんへ

- 入社式・入学式 ▶ 感染リスクを低下させるための対策をしてください。
- 転勤・引っ越し ▶ 感染対策期間を避け、できるだけ分散化をしてください。
- 転勤・入学などにより、感染拡大地域から転入される方は、**転入2週間前から健康観察し、リスクの高い行動を控えてください。**

ひぼう
誹謗中傷や差別は絶対にやめてください。「思いやり」の気持ちや「支え合い」の輪を広げ、
コロナ禍を乗り越えましょう。

新型コロナウイルスワクチン接種

新型コロナウイルスワクチンの接種は、新型コロナウイルス感染症の発症を予防し、重症者と死亡者の発生をできる限り減らし、新型コロナウイルス感染症のまん延防止を図ります。

接種対象者

接種対象者は16歳以上の方です。

原則として、接種を受ける日に須坂市に住民票のある方が対象となりますが、やむを得ない事情がある場合には、申請により住民票のある市町村(住民票所在地)以外でワクチン接種を受けることができます。

○新型コロナウイルスワクチンの接種は、平時の定期接種と同様に、各地域で住民向けの接種体制を構築することから、住民票所在地の市町村で接種を受けることを原則とする。
○ただし、長期入院、長期入所しているなどのやむを得ない事情による場合には、住民票所在地以外で接種を受けることができることとする。

ワクチンの入荷予定

須坂市へのワクチン供給は

4月下旬から予定されていますが、供給される数が少なく、5月の連休明けから順次ワクチンが供給される予定です。

高齢者の接種券発送

高齢者(65歳以上)の接種券は、4月中旬に発送を予定しています。

接種券と合わせて、予診票とワクチンの説明書を同封します。

接種券が届いたら

接種券が届きましたら、同封物をご確認いただき、予診票の内容に心配な点がありましたら、かかりつけ医がいらっしゃる場合は、通院される際にご相談ください。

かかりつけ医がない方で、ワクチンの副反応やワクチンに対する専門的な相談をされたい場合は、県のコールセンターへご相談いただき、一般的な相談は市のコールセンターへお問い合わせください。

予約

現在、個別接種(個別の医療機関での接種)と集団接種(公共施設などでの接種)の調

整を行っているため、まだ予約はできません。

接種場所の調整が整いましたら、市ホームページや全戸配布のチラシなどで皆さんにお知らせした上で予約を開始します。予約された方から接種となります。

集団接種の予約は、Web予約も検討中です。改めまして皆さんには、予約の方法などが決定次第お知らせします。

接種当日の持ち物

- ▼接種券
- ▼予診票(必要事項を記入してお持ちください)
- ▼本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
- ▼おくすり手帳(服用している薬がある方)
- ▼マスク着用

高齢者の接種期間と接種順位

高齢者(65歳以上)の接種は、7月末頃までを想定しています。64歳未満の方には、国が示す優先順に沿っての接種となりますが、現在未定です。

優先接種の順位と基礎疾患のお知らせは、3月中旬に全

戸配布しました「須坂市新型コロナウイルスワクチンコールセンター」を開設しました」をご覧ください。

注意事項

かかりつけ医への電話による相談は、通常の予約などに支障がありますので、ご遠慮いただき、通院の際にご相談ください。

相談先

- 須坂市新型コロナウイルスコールセンター(午前9時～午後5時…平日のみ)
- ▼026・248・9068
- ▼026・213・6131
- 長野県のコールセンター(午前8時30分～午後9時…無休)
- 相談・問合せ内容 ワクチンの効果、副反応などの専門的な問い合わせ)
- ▼026・235・7380
- 厚生労働省新型コロナウイルスコールセンター(午前9時～午後9時…無休)
- 相談・問合せ内容 新型コロナウィルスの総合的な問い合わせ
- ▼0120・761・770

介護保険料が変わります

介護保険は、介護が必要になった時に安心してサービスを利用できるように、社会全体で支える社会保険制度です。

問合せ 高齢者福祉課(☎026-248-9019)

段階	保険料(年額)	計算式 (基準額×負担率)
第1段階	16,000円	58,200円×0.275
第2段階	20,370円	58,200円×0.35
第3段階	34,920円	58,200円×0.6
第4段階	49,470円	58,200円×0.85
第5段階 (基準段階)	58,200円	58,200円×1.00
第6段階	69,840円	58,200円×1.20
第7段階	80,310円	58,200円×1.38
第8段階	90,210円	58,200円×1.55
第9段階	96,030円	58,200円×1.65
第10段階	101,850円	58,200円×1.75
第11段階	125,130円	58,200円×2.15
第12段階	128,040円	58,200円×2.20

【基準月額:4,850円(年額58,200円)】

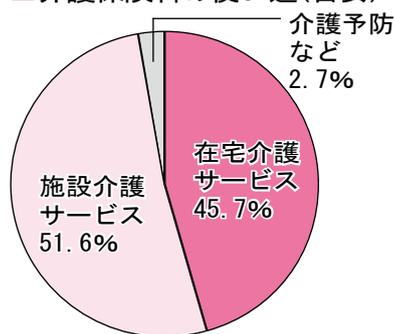
2021年度から2023年度の介護保険料を見直しました

65歳以上の方の介護保険料は、人口推計や介護サービス費用に応じて3年ごとに見直します。
 保険料は所得に応じた段階別に設定されます。2021年度からは所得段階を12段階とし、所得段階を区分する所得金額に800万円の基準を設け、所得に応じた保険料負担をより明確にしました(左の表のとおり)。

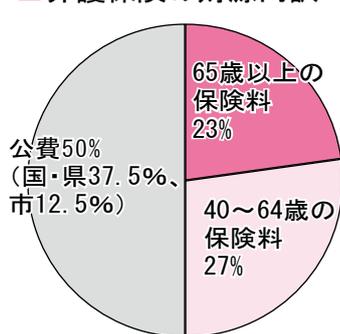
介護保険料基準額が下がります

新しい介護保険料の基準額は月額4850円(年額5万8200円)で、昨年の月額5040円(年額6万4800円)から引き下げます。
 引き下げの理由は、①前期間(2018年度)2020年度(の介護サービス給付額が低く抑えられたこと、②所得の低い方の保険料を低く抑える一方、所得の高い方の保険料負担を上げたこと、③基金を活用する計画などです。

■ 介護保険料の使い道(目安)



■ 介護保険の財源内訳



須坂市は県内19市の中で最も低い保険料に設定することができました。
 なお、基準額は下がりますが、所得段階第10段階の方の一部と第12段階の方は、負担率を上げたため、保険料が上がります。
 ※基準額は、須坂市で必要な介護給付費に23%(65歳以上の方の介護給付費の負担分)を乗じた数値に、須坂市の65歳以上の人数を除いて算出した数値です。

	高齢化率	認定率
全国平均	28.7%	18.6%
県平均	32.3%	17.2%
須坂市	32.5%	14.2%

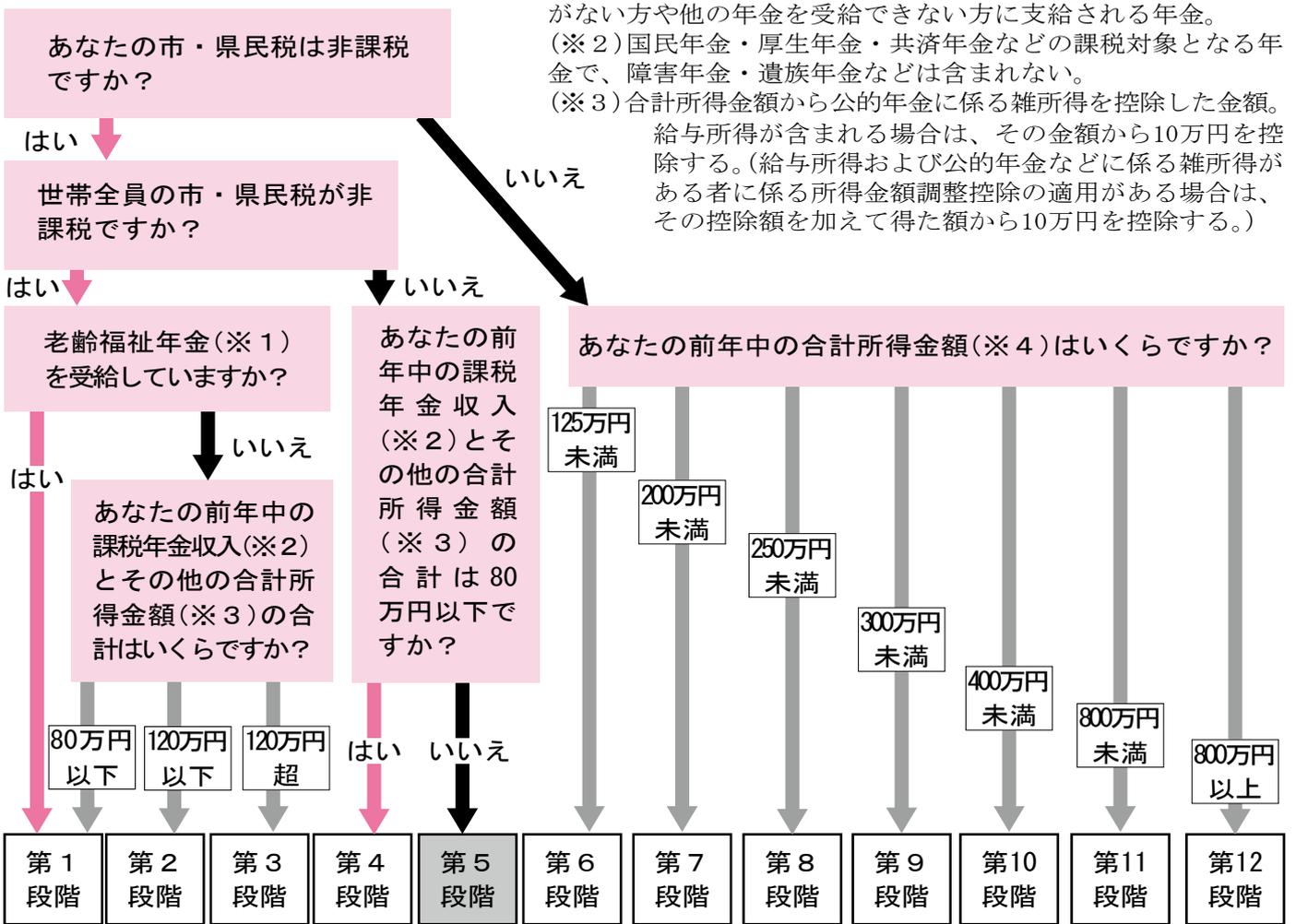
※高齢化率は2020年10月1日現在。
 ※認定率は2020年9月30日現在で65歳以上の方のみです。

高齢化率(全人口に占める65歳以上の割合)は全国平均より高いですが、認定率(高齢者人口に占める要介護認定者の割合)は全国平均や県平均を大きく下回っています。
 須坂市は元々高齢者が多いため、保険料を安く設定できるのです。

介護保険事業費の財源
 介護給付費など、介護保険の運営に必要な財源のうち、65歳以上の方の保険料は23%を占める大切なものです。
 介護保険事業が健全に運営できるように、保険料の納付にご理解・ご協力をお願いします。

多い 須坂市は元々高齢者が

介護保険料を決める所得段階

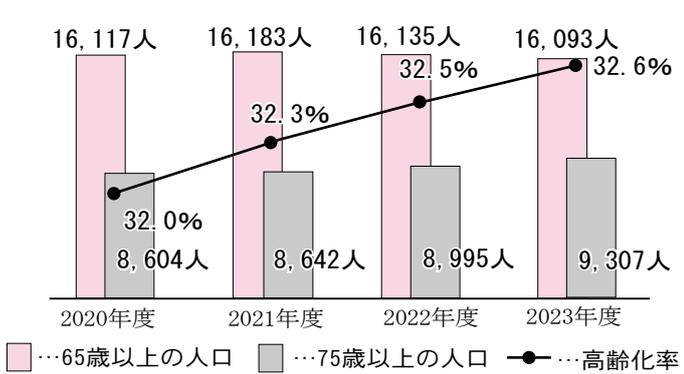


(※1) 明治44年4月1日以前に生まれた方などで、一定の所得がない方や他の年金を受給できない方に支給される年金。
 (※2) 国民年金・厚生年金・共済年金などの課税対象となる年金で、障害年金・遺族年金などは含まれない。
 (※3) 合計所得金額から公的年金に係る雑所得を控除した金額。給与所得が含まれる場合は、その金額から10万円を控除する。(給与所得および公的年金などに係る雑所得がある者に係る所得金額調整控除の適用がある場合は、その控除額を加えて得た額から10万円を控除する。)

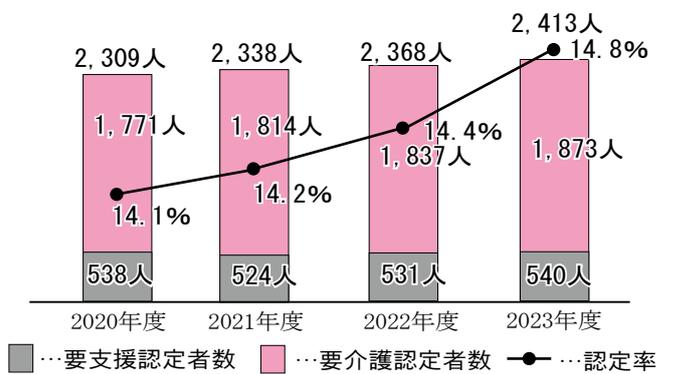
(※4) 収入額から必要経費相当額を控除した金額。給与所得または公的年金などに係る雑所得が含まれている場合は、その合計額から10万円を控除する。土地・建物の譲渡所得に係る特別控除がある場合は、長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額。
 ※生活保護を受給している方は、第1段階になります。

これからは、後期高齢者数の増加に比例して、要支援・要介護認定者数が増加する見込みです

高齢者人口と高齢化率の推計



要支援・要介護認定者の推計



健康を意識した生活を

いつまでも元気に過ごしていくために、日頃から健康づくりや介護予防を意識した生活を心がけましょう。皆さんが元気に過ごされることが、低い介護保険料を維持していくことにつながります。



須高3病院で看護職員を募集しています

■ 県立信州医療センター

【2022年度採用の看護師・助産師を募集しています】

第1回試験日・試験地

① 4月24日(土)・長野市

② 5月8日(土)・松本市

第2回試験日・試験地

6月27日(日)・長野市

第3回試験日・試験地

8月7日(土)・長野市

問合せ

▼県立信州医療センター看護部長斎藤 (☎026-245-1650) (代表)

▼地方独立行政法人 長野県立病院機構 本部事務局人事課 採用担当 (☎0120-173-314) (採用専用フリーダイヤル) または (☎026-235-7156) (直通)

※詳しくは、機構ホームページ (<https://www.pref-nagano-hosp.jp/honbu/>) をご覧ください。

【介護福祉士・看護補助者の募集も行っています】

詳しくは、県立信州医療センター看護部長斎藤までお問い合わせください。

■ 轟病院

【随時、看護師(正職員)・看護補助者(正職員)を募集しています】

※詳しくは、轟病院ホームページ (<https://www.todokoki-h.com/>) をご覧ください。

問合せ 轟病院看護部長五十嵐 (☎026-245-0126) (代表)

■ 新生病院

【2022年度採用の看護師を募集しています】

試験は、第1次募集は5月、第2次募集は6月、第3次募集は8月、第4次募



集は10月に行います。

※詳しくは、新生病院ホームページ (<http://www.newlife.or.jp/>) をご覧ください。

問合せ 新生病院看護部長酒井または人財部人事課 (☎026-247-2033) (代表)

3病院の4月29日から5月5日の診療日

【県立信州医療センター】
4月30日(金)は通常通り診療を行います。

【新生病院】
4月30日(金)と5月1日(土)午前中は通常通り診療を行います。

【轟病院】

4月30日(金)は通常通り、4月29日(木)・5月1日(土)から5日(水)は内科・外科のみ午前中の診療を行います。
※詳細は各病院にお問い合わせください。

予防接種

高齢者用肺炎球菌定期予防接種を受けましょう

問合せ 健康づくり課 (☎026-248-9018)

高齢者の肺炎球菌による肺炎の重症化を防ぐ予防接種です。2021年度の対象者で接種を希望する方には、予防接種券を発行します。健康づくり課(窓口6番・本庁舎1階)へご連絡ください。

■ 2021年度の対象者

今までに高齢者用肺炎球菌の予防接種を受けたことがない方のうち、次のいずれかに該当する方

- ▼下表の生年月日の方
- ▼60歳以上65歳未満の方のうち、心臓や腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいのある方

■ 費用(自己負担額)

2千円

※生活保護受給世帯、中国残留邦人等の円滑な帰国の促進

並びに永住帰国した中国残留邦人等特定配偶者の自立の支援に関する法律による支援給付対象の方は無料です。健康づくり課で予防接種券を受け取る時にお申し出ください。

年齢	生年月日
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれの方
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれの方
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれの方
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれの方
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれの方
90歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれの方
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれの方
100歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれの方

4月1日からスマートフォンアプリで市税・上下水道料が納付できます

簡単で手軽なスマホ決済

問合せ ①～④…税務課(☎026-248-9001)
⑤……………営業課(☎026-248-9012)

インターネットにアクセスできるスマートフォンで、いつでもどこでも市税および上下水道料金の納付が可能になります。

スマートフォンでの納付は、手元に現金がなくても、スマートフォンを利用して銀行口座などから電子マネーをチャージして納付できるため便利です。

また、アプリから納付履歴を確認することも可能です。



納付対象

- ①市・県民税(普通徴収)
- ②固定資産税・都市計画税
- ③軽自動車税(種別割)
- ④国民健康保険税(普通徴収)
- ⑤上下水道料金

納付に必要なもの

▼納付書(バーコード記載のあるもの)

▼スマートフォン(PayPayまたはLINEをダウンロードして登録やログイン、チャージを済ませたもの)

※納期限(コンビニ取扱期限)を経過した納付書は利用できません。

利用方法

【PayPayの場合】

- ①アプリのホーム画面にある「スキャン」をタップ
- ②納付書のバーコードを読み取る
- ③確認画面で納付額を確認し「支払う」をタップ
- ④完了画面が表示され、PayPay残高から納付



【LINE Payの場合】

- ①LINE Payのお財布マークの「ウォレット」タブ内にある「請求書支払い」をタップ
- ②バーコードリーダーを起動し、納付書のバーコードを読み取る
- ③確認画面で納付額を確認し「支払い」をタップ
- ④完了画面が表示され、LINE Pay残高から納付



注意事項

- ▼通信料は利用者負担です。
- ▼市税の上限は30万円です。
- ▼上下水道料金はPayPayが30万円が上限、LINE Payは5万円未満です。
- ▼領収書は発行されません。車検などで領収書などが必要な場合は、納付書でお支払いください。
- ▼スマートフォン決済での納付後、取り消しや変更はできません。支払い前に納付書の内容をご確認ください。
- ▼口座振替の登録がされている場合にはスマートフォンアプリでの納付ができません。

※LINE Pay請求書支払いサービスは、国の個人情報保護委員会による調査などで状況に変化があった場合には、サービスの見直しをすることがあります。

犬の登録と狂犬病予防注射を忘れずに

問合せ 生活環境課 (☎026-248-9019)

狂犬病予防法により、生後91日以上を過ぎた犬の飼い主には「犬の登録」と、年1回の「狂犬病予防注射」の実施が義務付けられています。

犬の登録

生活環境課(窓口7番・本庁舎1階)で、随時手続きできます。また、狂犬病予防集合注射の会場でも手続きできます。
登録手数料 3000円

【犬の鑑札】(24mm×24mm)

犬を登録すると「鑑札」が付されます。必ず首輪に付けてください。迷い犬として保護された時は、鑑札の番号で特定できます。



狂犬病予防集合注射

市では、毎年4～5月に狂犬病予防注射の集合注射を行っています(日程は左ページ参照)。

登録が済んでいる犬を飼っている方にハガキでお知らせします。ハガキの裏面に問診票がありますので必要事項を記入し、料金とともに会場へお持ちください。



▲狂犬病予防注射の様子

注射料金 3050円
狂犬病予防注射済票交付手数料 550円

【狂犬病予防注射済票】(15mm×30mm)

狂犬病予防注射を受けると「狂犬病予防注射済票」が交付されます。必ず首輪に付けてください。



狂犬病予防注射済票の色は毎年変わります。2021年度は青色です。

狂犬病予防注射を動物病院でも受けられます

【市内の動物病院の場合】

市内にある次の動物病院では、犬の登録と狂犬病予防注射済票の交付手続きが、その場で同時に行えます。

- ▼ツチャ動物病院 (☎026・248・2835)
- ▼須坂西動物病院 (☎026・246・0577)
- ▼くらは動物病院 (☎026・214・5558)

【市外の動物病院の場合】

市外の動物病院では、「狂犬病予防注射済票」を受け取ることができません。動物病院が発行する「注射済証」に交付手数料550円を添え、生活環境課へ提出し、「狂犬病予防注射済票」を受け取ってください。

まわりに迷惑を掛けていませんか？

【犬の苦情(放し飼い・ふん尿被害)】

おとなしいから大丈夫と、散歩中や公園などでノーリードで犬を放していませんか。犬の放し飼いは、県の条例で禁止されています。ふんを放置していませんか。

その行為が迷惑になっていきます。犬が悪いのではなく、飼い主さんのマナーが悪いのです。ふんは必ず持ち帰って可燃ごみとして処分してください。

【猫の苦情(ふん尿・侵入被害)】

猫を外に出すと、行動を把握できなくなり、ご近所にお

んなどの迷惑を掛けたり、交通事故で命を落としてしまう可能性があります。迷惑防止のためにも室内飼いに努めましょう。

【野良猫に餌を与えていませんか】

命を放っておけないと思う心は素晴らしいですが、きちんと管理をしないまま餌を与えると猫を居つかせ、繁殖しかえって不幸な命を増やしてしまうことになります。また、集まってきた猫たちが、周辺に迷惑を掛け、ご近所のトラブルになることもあります。餌を与えるのなら、まず、周囲の理解を得ることが重要です。「自分が飼い主になる」というくらいの自覚を持ち、次の事を守ってください。

- ▼ご近所の理解を得たうえで行動しましょう。
- ▼食べ残し、ふん、尿のあと始末は必ずしてください。
- ▼不妊去勢手術を行ってください。
- ▼里親を探しましょう。

問合せ ▼犬猫相談・飼い主募集

募集：県長野保健福祉事務所 (☎026・225・9065)
▼野良猫・猫の相談(不幸な猫が増える前に)：長野県動物愛護会猫の会 (☎090・9660・6201)

犬の登録と狂犬病予防集合注射の日時と会場

4月15日(木)

- ▼多目的(防災)広場(市役所西側) 9:00~ 9:20
- ▼米持町公会堂 9:30~ 9:45
- ▼井上町公会堂 9:55~10:05
- ▼幸高町公会堂 10:15~10:25
- ▼福島町公会堂 10:35~10:45
- ▼中島町公会堂 10:55~11:05
- ▼村山町公会堂 11:15~11:30
- ▼高梨神社境内 11:40~11:50

4月16日(金)

- ▼望岳台公会堂 9:00~ 9:10
- ▼小山町公会堂 9:20~ 9:30
- ▼屋部町公会堂 9:40~ 9:55
- ▼八幡町公会堂 10:05~10:20
- ▼境沢町公会堂 10:30~10:40
- ▼塩川上部公園 10:50~11:05
- ▼田の神町公会堂 11:15~11:30
- ▼南小河原町公会堂 11:40~11:50

4月19日(月)

- ▼旭ヶ丘町公会堂 9:00~ 9:10
- ▼旭ヶ丘ふれあいプラザ 9:20~ 9:30
- ▼光ヶ丘ニュータウン集会所 9:40~ 9:50
- ▼松川町公会堂 10:00~10:10
- ▼新田町公会堂 10:20~10:30
- ▼豊島町公会堂 10:40~10:50
- ▼小島町公会堂 11:00~11:10
- ▼北相之島町公会堂(跡地) 11:20~11:30
- ▼相之島町公会堂 11:40~11:50

4月20日(火)

- ▼高甫地域公民館 9:00~ 9:15
- ▼大日向町公会堂 9:25~ 9:35
- ▼豊丘地域公民館 9:45~10:05
- ▼米子町公会堂 10:15~10:25
- ▼夏端町公会堂 10:35~10:45
- ▼亀倉町公会堂 10:55~11:05
- ▼仁礼浅間塚公会堂 11:15~11:25
- ▼仁礼コミュニティセンター・くつろぎ荘 11:35~11:45

4月21日(水)

- ▼旧上高井郡役所 9:00~ 9:15
- ▼サマーランド駐車場 9:25~ 9:45
- ▼相杜神社境内 10:00~10:10
- ▼中央公園(芝宮神社裏) 10:20~10:30
- ▼穀町公会堂 10:40~10:50
- ▼村石町公会堂 11:00~11:10
- ▼明德町公会堂 11:20~11:30
- ▼創造の家駐車場 11:40~11:55

5月16日(日)

- ▼市役所前駐車場 8:30~10:00
- ▼旭ヶ丘ふれあいプラザ 10:25~10:40
- ▼サマーランド駐車場 10:55~11:15
- ▼仁礼コミュニティセンター・くつろぎ荘 11:35~11:55

【集合注射での注意事項】

- ▼事故防止のため、飼い犬を制御できる方が会場に連れて来てください。万が一、会場でかみつきや逃亡による交通事故などが発生した場合は、飼い主の責任になります。
- ▼マスクの着用、周りの方と十分距離をとって新型コロナウイルス感染予防対策をしたうえでお願いします。発熱など体調が悪い場合は来場せず、体調改善後に動物病院での接種をお願いします。
- ▼会場への行き帰りも含め、ふんや尿は飼い主がきちんと始末してください。

入札

小規模工事受注希望者登録制度の申請受付を行います

申請・問合せ 財政課(☎026-248-9016)



小規模工事受注希望者登録制度とは

「須坂市建設工事入札参加資格審査」に申請し難い小規模事業者を対象とした制度です。2021年度から2024年度の登録申請の受け付けを行います。

登録を希望される場合は申請してください。

受注できる工事

予定価格が50万円以下の工事(建築物などの修繕含む)のうち、内容が簡易で履行の確保が容易であるもの。

登録要件

次のすべてに該当する事業者など
▼須坂市内に主たる事業所を有すること

受付期間・申請方法など

- ▼市税の滞納がないこと
- ▼須坂市建設工事入札参加資格名簿に登録がないこと
- ▼受注を希望する工事を履行するために必要な資格・免許などを有していること
- ▼暴力団員または暴力団関係者でないこと

受付期間 4月9日(金)~30日(金)(土・日曜日、祝日を除く)

※6月1日(火)以降は随時受け付けします。

登録有効期間 6月1日(火)~2025年5月31日

※6月1日(火)以降に受け付けた事業者は、登録の翌日から2025年5月31日まで有効

申請要領および申請書類

市ホームページからダウンロードできます。また、財政課窓口でも配布します。

須坂の魅力を発見！ 携帯アプリ「ポケナビすざか」

問合せ 信州須坂まちの元気創出推進委員会
(文化スポーツ課内) (☎026-248-9027)



アプリ内の「スポット」ボタンを押すとカメラが起動します。カメラを街中にかざすと須坂市の文化財や観光施設、飲食店の情報が表示されます。これまで知らなかったスポットが発見できるかもしれません。

AR(拡張現実)機能で 須坂の魅力を発見！

須坂の文化財やお店などの情報に触れていただき、コメント投稿による情報発信など、市民の皆さんが参加して須坂の魅力を高めていく携帯端末向けアプリ「ポケナビすざか」が公開されました。

須坂を楽しむための情報を詰め込んだアプリをダウンロードして、もっと須坂を楽しみましょう！



行政、民間を問わず須坂で開催されるイベントを掲載します。イベント主催者の方はアプリ画面よりイベント情報をお寄せください。無料で情報発信ができます。

須坂の最新ニュースも掲載していますので、ぜひチェックしてみてください。

市内のイベント情報や ニュースが見られます



須坂にある文化施設やお宝の情報を手軽に見ることができ、昔の町並み写真も掲載しています。

須坂の気になる施設やお宝を探してみてください。

文化施設や文化財の ライブラリー機能も

※アプリの画像は、開発中のイメージです。AR機能は対応していない機種もあります。

また、アプリは今後更新予定です。更新後は小学校の副読本を基にしたクイズなどが利用可能になります。お楽しみに。



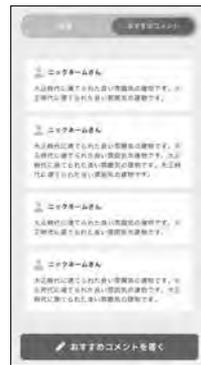
▲iOS版



▲Android版

アプリの利用

アプリはこちらからダウンロードできます。(利用は無料)



「コメント投稿やお気に入り登録機能も」好きな場所の情報をより身近に、マイページ登録をすることで「コメント投稿」「スポット登録」「お気に入りスポット機能」が使えます。

店舗経営者の方は、自身の店の情報を登録することで、お店をPRできます。

「須坂のまるごと博物館」 WEBサイトがオープン

文化財のアーカイブサイト「須坂のおたから」が「須坂のまるごと博物館」としてリニューアルしました。

文化施設の特集記事も掲載し、より須坂の魅力を感じることができるようサイトとなっています。



▶WEBサイトトップページ
市内在住の宮下芳一様よりご提供いただいた写真を使用しています。



▶文化財紹介コースなどを掲載
時代や地域など、カテゴリー別検索で施設などの検索もできます。

開池90周年記念 臥竜公園さくらまつり

4月3日(土)～25日(日)



桜の開花情報

問合せ 市観光協会 (☎026-215-2225)



【協力金をお願いする期間】
桜の開花期間中の毎日午前7時～午後7時

【駐車場と料金】
下の表と略図を参考にご利用ください。

お花見などで臥竜公園の駐車場などを利用する皆さんに、次のとおり協力金のご負担をお願いいたします。

■ 駐車場協力金のお願い

さくらまつり期間中は、臥竜公園周辺道路の渋滞が予想されます。できるだけ徒歩で来園ください。

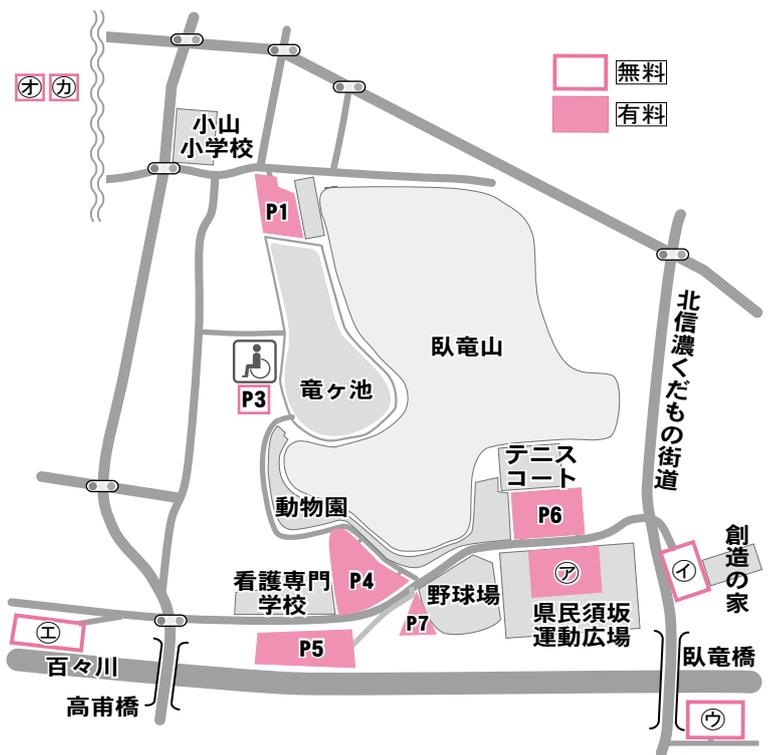
また、ごみの持ち帰りと公園内の禁煙にご協力ください。

近隣の方にご迷惑をおかけしないよう、皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

なお、夜間に行っていたらイトアップは行いません。

【さくらまつり期間中の駐車場】

駐車場名	協力金
P1 臥竜公園北口	700円(普通車など)
P3 臥竜公園西口	無料(身体障がい者優先) 700円(一部普通車も可)
P4 看護専門学校東側臨時駐車場(大型バス優先)	3,000円(バス) 700円(一部普通車も可)
P5 百々川緑地中央	700円(普通車など)
P6 臥竜公園南口	700円(普通車など)
P7 野球場西駐車場	700円(普通車など)
県民須坂運動広場(ぬかるんでいる場合閉鎖)	700円(普通車など) ※10日、11日、17日、18日のみ
創造の家	無料(施設利用者優先)
アートパーク	無料(施設利用者優先)
百々川緑地小山口	無料
市役所庁舎前(第2・第3駐車場も可)	無料(土・日曜日のみ)
J Aながの須坂支所職員駐車場	無料(土・日曜日のみ)



臥竜公園のサクラ

1990(平成2)年4月6日に、財団法人さくらの会から、さくら名所100選に臥竜公園が選ばれました。

竜ヶ池の周りには、約23種160本のサクラが見られ、公園全体で約600本のサクラが咲きまします。満開だけでなく、舞い散る花吹雪、池に映えるサクラ、滅多に出会うことができない花筏をお楽しみください。

■ 感染防止対策のお願い

臥竜公園さくらまつりは、新型コロナウイルス感染症防止対策を実施して開催します。

ご来園の際には、感染防止対策にご協力いただくとともに、感染しない・感染させない対応を取っていただくようお願いいたします。

- ▼露店商の方による出店の販売はありません。
- ▼市内事業者による出店やテイクアウト販売を行います。
- ▼園内では宴会などを禁止します。また、歩きながらの飲食はご遠慮ください。

施設名	指定管理者(2021年4月～)	担当課問合せ
福祉ボランティアセンター (☎026-248-5606)	(福)須坂市社会福祉協議会 (☎026-245-1619)	福祉課 (☎026-248-9003)
ぶどうの家(☎026-248-9370)		
福祉会館(☎026-246-8759)	(公社)須高広域シルバー人材センター(☎026-246-2003)	
須坂ひだまり作業所 (☎026-248-2194)	(福)夢工房福祉会 (☎026-214-3531)	
老人デイサービスセンター すえひろ(☎026-246-6191)	(福)須坂市社会福祉協議会 (☎026-245-1619)	高齢者福祉課 (☎026-248-9020)
老人福祉センターくつろぎ荘 (☎026-246-2058)		
屋内ゲートボール場ふれあい	須坂市シニアクラブ連合会 (永楽荘内☎026-246-1746)	
旧小田切家住宅 (☎026-246-2220)	(一財)須坂市文化振興事業団 (☎026-245-1800)	文化スポーツ課 (☎026-248-9027)
福島人権ふれあいセンター	部落解放同盟須坂市協議会 (☎026-248-0456)	人権同和政策課 (☎026-245-0909)
二睦学習センター (☎026-248-0456)		
豊丘活性化施設 (☎026-248-2350)	豊丘地域活性化連絡協議会	
米子農村公園	米子区	農林課 (☎026-248-9004)
塩野ふれあい広場	塩野町区	
そのさと有機センター (☎026-248-1510)	ながの農業協同組合 (本所☎026-224-0550)	
勤労者研修センター (☎026-245-0134)	連合長野高水地域協議会須高 地区連合会(☎026-245-2100)	産業連携開発課 (☎026-248-9033)
シルキーホール・市民プラザ	須坂市観光協会 (☎026-215-2225)	商業観光課 (☎026-248-9005)

指定管理

市の施設の指定管理者が 決まりました

問合せ 総務課(☎026-248-9000)

電話番号を記載している施設への申し込み・お問い合わせは、各施設へ直接ご連絡ください。



※第2勤労者研修センターは昨年度廃止しましたので、第1勤労者研修センターの名称が、勤労者研修センターに変わります。

要望と事業化

2021年度の事業が始まります。市政要望への基本的方針は次のとおりです。自助、共助、公助の観点。当該事業の行政関与の要否。自助、共助、公助の観点。自助と自己責任とは似て非なるもの※。行政が関与する場合には、総事業費、必要性、費用対効果、継続性、将来負担、維持費、発展性などを総合的に検討(真に困っている社会的弱者への支援と将来への投資は重点)。

- ・総事業費は、市民負担、市負担、国・県など支援を検討。市民負担は、金銭面に限らず、市民自らの地域活動も考慮(例えば、地域住民が道路・水路の整備を実施する際の手作り普請)。
- ・個別要望には理由がありすが、事業実施は個別(最適)ではなく、市全体の最適が基本。
- ・よくあるご意見
- 要望に対して財源を説明すると「知恵を出すのが仕事」との意見をいただきますが、家計や団体と同じで、財源確保は一朝一夕とはいきません。
- ・何年も継続して要望しているにもかかわらず、事業化されないという意見をいただきますが、継続しても叶わないことが世の中には多々あります。事業化は、常に市全体を見て判断します。
- ・要望をいただいた際に、その場で困難な旨を伝えることは、相手を傷つけることにもなり躊躇しますが、理由を丁寧に説明しなければと考えています。
- ※自己決定と自己責任の間―法哲学的考察(https://www2.rikkyo.ac.jp/web/taki/achievement/article/les2001a.html)

▼市長のメールマガジン「虹のほほえメール」を毎週木曜日にお届けします。登録はホームページから
https://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/melimga/

市長の いきいき 通信



みんなの広場

お便り紹介コーナー

～3月に届いたお手紙から～



雪が多い？

今シーズンは雪が多いと言われていましたが、少なくともびっくりにです。

雪かきをしなくて得をした気分です…

(神田さん 75歳)

●雪かきは重労働なので、雪が少ないにこしたことはありませんね。でもスキー場など必要ところには降ってほしいですね。昔と比べると積雪も少なくなり、温暖化が懸念されますね。

ジョギング

ジョギングにはいい季節になってきました。

リンゴ畑の中を走るのので、マスクは必要ないと思うので

すが、花粉症が怖いのでマスクを着けて走っています。(ペンネーム)

マサピーさん 70歳

●温かい陽気になり、ジョギングするには気持ちのよい季節になってきました。花粉症は本当に怖いですね。マスクを外せないつらい気持ちがあります。息苦しさだけに十分注意してください。

詐欺の電話

このところ、毎日のように市内に詐欺の電話がかかってきているようなので、自分も十分に気を付けます。

(小林さん 69歳)

●毎日のように新聞などで特殊詐欺の記事が載っていますね。特殊詐欺はさまざまな手口で近づいてきます。しっかりと対策をしておきましょう。

先月のお便りから

手荒れがひどいという投稿が先月ありましたが、私はコーヒールをドリップしたカスを使います。

ひび割れしていない時だけですが、カスを手にまぶします。カスには油分もあるのでしっかりとします。さらにお風呂でかかにもまぶします。適度に角質が取れてしっとり

します。その後、水洗いしてクリームをたっぷりつけます。残ったカスは庭の植木などに活用ください。

(飯田さん 68歳)

●飯田さんお便りありがとうございます。ありがとうございました。ドリップした後のカスには香りがあり、使い終わった後は、肥料にもなるのでエコになりますね。

おしゃれなお店

須坂市にもチョコレート専門店やタコフリスのお店など、おしゃれなお店がオープンしてうれしいです。

もっといろいろなお店がオープンしてくれるといいなあと思っています。

(小林さん 46歳)

●新しいお店がオープンするとどんなお店なのか興味が湧きますね。新しいお店がオープンすることで地域の活性化にもつながるので、どんどんにぎわってほしいですね。

部活の大会

最近やと部活(バレーボール)の大会ができるようになって良かったです。

(大内さん 14歳)

●コロナが落ち着くことで、少しずつ元の生活に戻ってきましたね。大内さんは中学3

年生になり、最終学年として悔いの残らないよう部活も頑張ってください。



孫への愛情

孫たちが明日は何ができるようになるのだろうか考えるだけで楽しくなります。

誰かに愛情を注ぐ。喜びとワクワクに乏しい私にとって明日の楽しみが倍以上に増えた気がします。

(ペンネーム)

雪割草さん 70歳

●「孫は目に入れても痛くない」と聞きますが、お孫さんがとてもかわいくて、明日には何ができるようになっていくのかを想像するだけで楽しくなりますね。

※お便りの掲載とクイズの当選は別になります。ご了承ください。

郵送

切手	382-8511
須坂市役所 政策推進課	
「みんなの広場」係行	
住所・氏名・年齢・電話番号 クイズの答え・希望の プレゼント番号・ご意見	

市報クイズ

今月のプレゼント

①湯つ蔵んど入浴券(ペア) ……5人

②須坂温泉入浴券(ペア) ……5人

③須坂市動物園年間パスポート(ペア) ……5人

一問題一
2021年度の代表動物は？
モルモットのちく○
ヒント…34ページ

応募方法

クイズの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号、希望するプレゼントの番号、とっておきの話や日頃感じていることなど、何か一言ご意見を必ず書き添えて、左の宛て先へお送りください。(FAX・Eメール可)。

※いただいたご意見は紙面で紹介いたします。紹介はペンネーム可。字数などの都合で内容を調整し掲載することがあります。ご了承ください。

●応募締切 4月16日(金)必着

※当選はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

●FAX 0266-246-0750
●Eメール info@city.suzaka.nagano.jp

婚活バーベキューin須坂

とき 5月9日(日)午前10時
午後4時

ところ 臥竜山公会堂・百々川
緑地・動物園(周辺の周遊含む)

募集人数 男女とも20人ずつ

参加費 5千円

募集期間 4月1日(木)～30日(金)

イベント内容や応募条件などの詳細は須坂青年会議所ホームページをご覧ください。



問合せ 一般社団法人 須坂青年会議所

(☎026-245-5592)

※平日の午前9時～正午

果樹などせん定枝の焼却

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、野外で廃棄物を焼却する「野焼き」は原則禁止されていますが、農業を営むためにやむを得ず行う廃棄物(果樹などのせん定枝など)の焼却に限り例外とされています。

その際は、事前に消防署への届け出を行い、焼却煙が周辺住民の生活環境に影響しないように配慮して、延焼など火災予防に努めてください。また、チップ化するなどし堆肥や土壌改良資材などでの活用もご検討ください。

問合せ 農林課

(☎026-248-9004)

市外局番…(026)

- 子ども課相談室☎248-9026
(子育て相談、家庭生活など)
とき 月～金曜日※ 8:30～17:15
ところ 子ども課(東庁舎1階)
- 教育相談室☎248-0001
とき 月～金曜日※ 8:30～17:15
ところ 学校教育課(東庁舎1階)
- 空き家バンク活用相談☎248-9017
とき 月～金曜日※ 9:00～17:00
ところ・問合せ 政策推進課
(本庁舎2階、要予約)
- 年金相談☎244-4100(代表)
とき 月～金曜日※、第2土曜日
ところ・問合せ 長野北年金事務所
(長野市、要予約)
- 日本政策金融公庫相談会☎245-0031
ところ・問合せ 須坂商工会議所
- 弁護士の無料法律相談☎248-9977
とき 8日(木)、22日(木) 13:00～16:00
ところ 須坂市生涯学習センター
問合せ まいさぼ須坂(要予約)
- 不動産無料相談☎228-2130
とき 15日(木) 10:00～15:00
ところ 長野県不動産会館(長野市)
問合せ 県宅地建物取引業協会長野支部
- 結婚相談☎214-2994
とき 18日(日)、5月2日(日)
9:00～12:00
ところ 社会福祉協議会(要予約)
- 行政相談☎248-9002
とき 20日(火) 14:00～16:00
ところ 市役所相談室(本庁舎2階)
問合せ 市民課(要予約)
- よろずなんでも相談☎245-0909
とき 20日(火) 10:00～12:00
ところ 人権交流センター
問合せ 人権同和政策課(要予約)
- シルバー人材センター入会説明☎246-2003
とき 21日(水) 13:30～
ところ シルバー人材センター
- 司法書士無料相談☎245-0031
とき 22日(木) 13:00～15:00
ところ 須坂商工会議所(要予約)
- もの忘れ相談日☎245-4566
とき 28日(水) 8:30～17:15
ところ 地域包括支援センター
(本庁舎2階)

※祝日を除く

木 金 土

1	2	3
		イ 竜ヶ池 池開き式(☆) イ 臥竜公園さくらまつり(～25日)(P17)
8	9	10
講 かみかみ離乳食講座(P28)	健 3カ月児健康診査(P28) 知 参議院長野県選出議員補欠選挙 期日前投票(～24日)(P22) イ 旧小田切家住宅宅企画展(～5月23日)(P26)	
15	16	17
知 狂犬病予防注射日(P15) 講 うつ病の方の家族教室(P27) 講 高齢者健康教室公開講座(P27)	知 狂犬病予防注射日(P15)	
22	23	24
講 もぐもぐ離乳食講座(P28)	健 1歳6カ月児健康診査(P28)	
29	30	1
診 信州医療センター イ「五月人形 菖蒲の節句」(～6月27日)(P26) イ 動物園「ワクワクふれあいフェア」(～5月5日)(P34)	イ ゴールデンウィークUIターン移住相談会(～5月2日)(P26) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">税金などの納期限 ※詳細は上段をご覧ください。</div>	

2021年

4月

- 診 … 休日緊急診療室
- 健 … 各種健康診査など
- 講 … 各種講座・教室
- イ … イベント情報など
- 知 … お知らせなど
- パ … おでかけパソコン相談室

税金などの納期限

納期限・口座振替日
4月30日(金)

固定資産税・都市計画税…1期
介護保険料(普通徴収)…1期

日 月 火 水

●スマートフォンやiPad、パソコンの操作などでお困りのことがありましたら、須坂市技術情報センターにご相談ください。
026-251-2255

4	5	6	7
診 信州医療センター イ 長野パルセイロホームゲーム(☆)	講 初めて学ぶ文化芸術講座(P32)	知 小学校入学式(午前)(☆) 知 中学校入学式(午後)(☆)	知 須坂支援学校入学式(☆)
11	12	13	14
診 信州医療センター		健 1歳児健康相談(P28)	
「須坂市家庭の日」 18	19	20	21
診 信州医療センター 知 消防本部・消防団合同消防訓練(P22)	知 狂犬病予防注射日(P15) イ 動物園「419の日イベント」(P34)	知 狂犬病予防注射日(P15) 健 2歳児健康相談(P28)	知 狂犬病予防注射日(P15)
25	26	27	28
診 信州医療センター 知 参議院長野県選出議員補欠選挙 投票日(P22)	パ 仁礼コミュニティセンター(10:00~)	健 3歳児健康診査(P28)	
2	3	4	5
診 信州医療センター イ 長野パルセイロホームゲーム(P26)	診 信州医療センター	診 信州医療センター	診 信州医療センター

※☆は『広報須坂』3月号をご覧ください。

◎テレビやラジオ、雑誌などで「須坂」が紹介される場合は、情報提供をお願いします。政策推進課(☎248・9017)

情報ファイル 4月

須坂市役所 代表 ☎245-1400
 〒382-8511 須坂市大字須坂1528-1
 Eメール info@city.suzaka.nagano.jp
 ホームページ https://www.city.suzaka.nagano.jp/
 市役所の業務時間 平日の午前8時30分～午後5時15分
 (土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く)

お知らせ

● **スポーツ競技全国大会などの出場者に激励金を交えます**

対象 ▼市内在住・在勤の方
 ▼市内の事業所・学校およびクラブ単位で構成される団体
 ※国際大会の場合は、出場者の実家が市内にあり、居住履歴のある方
 交付額 ▼個人…3千円

▼団体…上限5万円
 ▼個人…1万円
 ▼団体…上限10万円
 ※年度内において、1人(1団体)1回まで。
 申請方法 大会出場前に申請が必要です。詳細はお問い合わせください。
 申請・問合せ 文化スポーツ課スポーツ振興係
 (☎248・2020)

● 参議院長野県選出議員補欠選挙

投票日 4月25日(日)
 投票所 郵送される投票所入場券をご確認ください。
 入場券 4月6日(火)に発送
 期日前投票 4月9日(金)～24日(土) 市役所305会議室(本庁舎3階)
 入場券の「期日前投票宣誓書」に記入してお持ちください。
 【感染症対策にご協力ください】
 ①マスクの着用、手指消毒
 ②黒鉛筆の持参も可能
 ③混雑を避ける
 ▼投票日当日の混雑見込み
 午前9時～正午、午後4時～7時
 ▼期日前投票の混雑見込み
 混雑する日：23日、土・日曜日
 混雑する時間帯：午前10時～午後2時、午後4時～6時

● 春の特別火災予防運動

詳細は、全戸配布のお知らせチラシ・市ホームページをご覧ください。
 ※こども投票は行いません。
 問合せ 選挙管理委員会
 (☎248・9022)

【消防訓練】

春の特別火災予防運動期間中に、消防本部と消防団合同による消防訓練を実施します。
 と き 4月18日(日)午前8時～9時
 ところ 仁礼町宇原川右岸(災害復旧記念碑周辺)
 問合せ 消防本部警防課
 (☎245・4900)

● 長野県民交通災害共済

3月末までに継続申し込みを忘れてしまった方や新規加入ご希望の方は、4月以降でも加入できます。
 加入対象 ▼市内在住者▼市内在住者の被扶養者で、学生など就学のため市外に居住している方
 会員期間 会費納入日の翌日

● 春の全国交通安全運動と防犯運動

2022年3月31日～
 会費 1人400円
 加入方法 申込書に会費を添えて市民課(窓口1・①番・本庁舎1階)に提出してください。
 申込・問合せ 市民課
 (☎248・9002)

期 間 4月6日(火)～15日(木)
【交通安全運動】
 「信濃路はみんなの笑顔 つなぐ道」
【安全な横断】
 歩行者は、右左の安全を確認してから道路を渡りましょう。
《自転車も車のなかま》
 自転車の通行ルールを守る
 と共に、ヘルメットを着用しましょう。
《歩行者などの保護》
 車は横断歩道手前では減速して歩行者の有無を確かめ、歩行者がいたら必ず一時停止しましょう。

《高齢運転者へのお願い》

運転に不安を感じたら、家族や警察の安全運転相談窓口で相談しましょう。

【防犯運動】

「はじめよう！街の安全あなたから」
《安全な登下校》
 新入学、進学の季節です。児童や生徒たちが安全に登下

広告欄



法律事務所
MAIMEN

☎ **026-285-0941**

弁護士法23条により、弁護士にはご相談者様の秘密を守る義務がありますので、安心してご相談ください。

離婚/相続/交通事故/企業法務

債務整理/自己破産/DV/成年後見/消費者契約/不動産関係/労働問題/外国人問題/会社設立/事業承継/刑事事件/少年事件など

長野県弁護士会所属

ふじわら ひろふみ 弁護士 藤原 寛史
 きたむら しゅんこ 弁護士 北村 純子

〒382-0047 長野県須坂市大字幸高222番地2
 E-mail : mail@maimen.jp H P : http://maimen.jp

広告の問い合わせはアド・コマーシャル(株)へ(☎291・5070)

校できるよう、地域の皆さんで協力しましょう。

《特殊詐欺被害に注意》

市役所・金融機関職員や警察官がキャッシュカードや通帳を預かることはありません。キャッシュカードなどを要求されても、絶対に渡さないでください。

《自転車盗難被害に注意》

自転車をとめておく時は、必ず鍵を掛けましょう。

《万引きの防止》

万引きは犯罪です。「しない」「させない」環境づくりをしましょう。

問合せ 市民課

(0248-9002)



●須坂長野東インターチェンジ周辺地区開発造成工事

説明会

とき ▼4月22日(木)▼23日(金) 両日とも午後7時～8時(予定)
ところ 井上小学校体育館

内容
▼造成工事に関すること(株式会社社長工および造成工事実施事業者より説明)
※造成工事では、令和元年東日本台風災害復旧工事などの建設発生土を使用します。農地転用許可後、4月初旬以降から、ものづくり産業施設用地の一部に仮置きする予定です。

道路整備に関すること(市より説明)
その他
▼駐車場は井上小学校グラウンドをご利用ください。
▼スリッパなどの履きを持参してください。
▼新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。

問合せ まちづくり課 (0248-9007)

●都市計画変更に係る公聴会を開催します

県で都市計画の変更案を作成するにあたり、市民の皆さんの意見を広く反映させるための公聴会を開催します。

とき 5月29日(土)午前10時～(予定)
ところ 須坂市生涯学習センター3階ホール
変更する都市計画 都市計画区域マスタープラン(都市計画区域の整備、開発および保全の方針)

原案の閲覧 4月26日(月)～5月28日(金)

原案の閲覧場所 ▼県都市・まちづくり課 ▼県須坂建設事務所 ▼市まちづくり課 ▼小布施町役場建設水道課の各窓口

問合せ 総務課 (0248-9000)

公述の申出 公聴会で公述を希望する方は、5月21日(金)までに「公述申出書」を閲覧場所の担当部署へ提出してください。

※公述の申し出方法などの詳細は、県、市または小布施町ホームページをご覧ください。
※公述の申し出がない場合は、公聴会を中止します。中止する場合は、各ホームページでお知らせします。

問合せ まちづくり課 (0248-9007)

●「須坂市洪水土砂災害ハザードマップ」を配布します

県が管理する河川(鮎川・百々川・灰野川・八木沢川・松川)の浸水想定区域の見直しが行われ、公表されました。これを受け「須坂市洪水・土砂災害ハザードマップ」を更新して、『広報須坂』4月号とともに各戸に配布します。

新たに浸水想定区域となった地域がありますので、ご確認の上、避難行動に役立ててください。

なお、土砂災害警戒区域の変更はありません。

問合せ 総務課 (0248-9000)

●今年度から小学校通学用「標準かばん」を導入しました

須坂市教育委員会では、保護者の負担軽減を目的に、今年度から小学校通学用「標準かばん」を導入しました。

「標準かばん」の仕様などは、ホームページをご覧ください。



また、4月下旬以降に市内の保育園・幼稚園で、サンプルを展示予定です。学校教育課(窓口12番・東庁舎1階でも)ご覧いただくことができます。

価格 9200円(税込み)
※6年間の無償修理保証付き

【今後の予定】

- ▼4月下旬 市内保育園・幼稚園などでのサンプル展示
▼5月下旬 仮予約受け付け
▼9月上旬 本注文受け付け
▼2月～3月 「標準かばん」引き渡し

※「標準かばん」の使用は任意ですが、6年間使用するための機能は備えています。入学準備の際にご検討ください。

問合せ 学校教育課 (0248-9010)

●市庁舎改修工事のお知らせ

市役所を引き続き長く大切に使用するため、空調設備の改修工事を行います。

工事期間中は駐車場スペースの減少、工事に伴う騒音・振動の発生、一部通路の一時的不利利用制限などご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

●道路にはみ出した枝は切ってください

道路や歩道に、住宅の樹木や垣根、リンゴやモモなどの果樹の枝がはみ出すと、自動車や歩行者などの通行の妨げになります。また、はみ出した枝が原因で見通しが悪くなったり、カーブミラーや道路標識が見えにくくなることもあり、大変危険です。

道路や歩道にはみ出した枝は、剪定や刈り込みをするなど、みんなが安全・安心に通行しやすい道路環境づくりにご協力をお願いします。

問合せ 道路河川課 (0248-9006)

◎2020年度須坂市人権教育啓発標語優秀作品

……話す聴く

思いつながら

第一歩

豊洲小6年

根岸侖風

◎FMぜんこうじ(76.5FM)の番組に市長が出演します。放送日時 4月7日(水)午前11時40分頃(約20分)

●『須坂市くらしと防災ガイドブック』を配布します

『須坂市くらしと防災ガイドブック』は、市と株ゼンリンが協働発行する冊子です。行政サービスや公共施設など、さまざまな情報を掲載しています。



配布時期 4月5日頃～5月上旬
※株ゼンリンで各家庭にお届けします(配布数は一世帯につき一冊)。
問合せ ▼配布に関すること
：株ゼンリン長野営業所
(☎263-3755)
▼内容に関すること：政策推進課(☎248-9017)

●要介護者などで紙おむつを使用している方へ可燃ごみ指定袋を交付します

対象 ▼介護保険の要介護認定を受けている方 ▼身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けている方
※在宅介護で、おむつを使用

している方に限ります。枚数 上限50枚
※申請月により、枚数が変わります。

申請方法 対象者であることを証明できるもの(介護保険証・身体障害者手帳・療育手帳)とはんこを持って、生活環境課(窓口7番・本庁舎1階)で申請してください。
申請・問合せ 生活環境課(☎248-9019)

●農作業中の事故防止と農薬散布時のお願い

【農作業中の事故】
毎年、全国で約300件もの死亡事故が農作業中に発生しています。事故の多くは、農作業機械使用時の安全確認の不足や操作誤りが原因です。互いに声をかけあい、農作業事故ゼロを目指しましょう。
【農薬の散布】
農薬の散布は病害虫防除のために重要な作業ですが、宅地などに隣接している畑では、「あらかじめ周辺の皆さんに連絡する」「通勤・通学中の時間帯を避ける」「歩行者や通過車両への飛散に配慮する」など、トラブル防止を心がけてください。
また、農薬の使用や安全性

●「須高地域の医療を守る」義援金の受付期間延長

「須高地域の医療を守る」義援金の受付期間を2022年2月28日(月)まで延長します。新型コロナウイルス感染症のワクチン接種を行う須高地域医療従事者へのご支援をお願いします。
詳細は須坂市ホームページをご覧ください。
問合せ 総務課(☎248-9000)

募 集

●子ども会リーダー養成研修会参加者募集

体験型プログラムで楽しく学びながら、企画・運営力や行動力、コミュニケーション能力などを高めます。

須坂リーダーズクラブのお兄さん、お姉さんたち(中学生～20代半ばの青少年)が、一緒に活動し、指導してくれます。
対象 小学4～6年生
日程 ▼6月5日(土)▼7月10日(土)▼10月9日(土)▼11月6日(土)▼11月27日(土)(全5回)
各回とも午前9時～11時30分
内容 ▼オリエンテーション・リーダークッキング(野外炊飯)▼リーダークッキング(2野外炊飯)▼すざか探検隊(ウォークラリー)▼子ども手話教室(福祉体験)▼レクリエーション体験・疑似イベント運営体験 ほか
申込期限 5月10日(月)
申込・問合せ 子ども課(☎248-9026)

●須坂リーダーズクラブ(SLLC)入会者募集

須坂リーダーズクラブは、市内の子ども会活動の活性化と将来にわたって地域で活躍するリーダーを育成することを目的に、中学生～20代半ばの青少年が活動しています。
4月現在、18人が所属し、近隣の中学校や高校の仲間たちと交流を深めつつ、小学生との体験活動を通して、指導力や企画力を高めます。

SANWA HOUSE 情熱の家づくり
リフォーム・新築
新築・リフォームのことなら何でもおまかせください！どこへ頼んでいいかわからない・・・どんなことでもお気軽にご相談ください！
0120-207-117 サンワスタイル 検索
株式会社 サンワシステム
本社：須坂市大字仁礼1235-1 塩川オフィス：須坂市塩川503-12

広告欄

※入会の前にクラブ活動の見学もできます。
※対象者は中学生以上です。
【クラブ説明会】
クラブの説明会を行いますので、ぜひご参加ください。
とき 4月29日(木)午前10時〜
ところ 防災活動センター2階
申込・問合せ 子ども課
(☎248-9026)

●市民農園利用者募集

野菜や花の栽培を楽しんでみませんか。
申込資格 市内在住の方
農園の場所 ▼米子町▼本郷町▼井上町▼田の神町など
利用料 年間3500円程度
申込・問合せ JAながの須高営農センター
(☎245-0153)

●農業サポーター募集



須坂市農業サポートセンターでは、農家の繁忙期に農作業をしていただける方を募集しています。

作業内容 ▼リンゴ：摘果、葉摘み、収穫など▼ブドウ：房切り、摘粒など▼その他の果樹、野菜の栽培などに関する作業
※リンゴとブドウの作業は、

初心者を対象にした講習会を開催する予定です。
報酬単価 県最低賃金(時給849円)以上
※求人者とサポーターの両方で決定
申込・問合せ 須坂市農業サポートセンター(農林課内)
(☎248-9004)

●地域包括支援センター 運営事業受託法人の募集

市直営の地域包括支援センターの機能強化を図り、相談窓口をさらに充実させるため、地域包括支援センターの運営の一部を受託する法人を募集します。
担当地区 日滝・豊洲・旭ヶ丘・日野地区
委託内容・募集方法 4月15日(木)から掲載予定の市ホームページをご覧ください。
申込期間 5月17日(月)〜31日(月)(予定)
申込・問合せ 高齢者福祉課
(☎248-9020)

●マラソン大会臨時職員募集

募集人員 1人
募集期間 4月5日(月)〜21日(水)
申込方法 文化スポーツ課

ポーツ振興係内にある申込書に必要事項を記入の上、提出してください(郵送可、4月21日(水)の消印有効)。
※受験案内および申込書は市ホームページからもダウンロードできます。郵送で請求する場合は返信用封筒(84円切手貼付)を同封してください。
試験 書類選考通過者へ改めて面接試験日を通知します。
任用期間 6月1日(火)〜10月31日(日)(予定)
※勤務条件などその他詳細は受験案内をご覧ください。
申込・問合せ 文化スポーツ課スポーツ振興係
(☎248-2020)

●「おやこのアトリエ」有償ボランティア募集

イベント「おやこのアトリエ」の有償ボランティアを募集します。
内容 イベントでの絵の具の配布や子どもたちの見守りなど
日程 ▼4月17日(土)▼29日(木)▼5月5日(水)▼23日(日)▼29日(土)▼6月12日(土)▼26日(土)▼7月18日(日)▼25日(日)
各日とも午前9時30分〜午後

0時30分頃
※参加可能な日のみお知らせください。応募者多数の場合はスケジュールを調整させていただきます。
謝礼 1回1500円
申込・問合せ 須坂版画美術館
(☎248-6633)
※5月12日(水)以降水曜日休館

行事・催し

●「らぶじ」のお披露目会

しらふじ(旧丸田医院)が民間活用されるようになりまして、オープンにあたって、お披露目会が実施されます。
とき・対象者
①4月23日(金)：本上町区民
②4月24日(土)：市内在住者
③4月25日(日)：市外在住者
各日とも午前10時〜正午、午後1時〜3時
※感染症対策のため、居住地域別で開催されます。なお、セレモニーは実施されません。
参加費 無料(②、③は要予約)
※体調が悪い方は来場できません。来場の際は、マスクの着用と来場者名簿への記入にご協力ください。
申込・問合せ SHIRAJI321(ゲストハウス蔵)(☎214-7945)

広告欄

マリアこども園 つうえんバスのひみつ

ねこのひげのようにバスの周りにはセンサーと4つのカメラでまわりをチェック!

ねこの俊敏さを兼ね備えた雪道も安心な四輪駆動

季節によってウインドウのデザインが変わるかも

Maria Kodomoen
認定こども園 マリアこども園
須坂市春木町1092
Tel 026-245-0012 www.mariakids.jp

マリアこども園の通園バスは『ねこ型バス』が2台あります。そのひみつを大公開

広告の問い合わせはアド・コマール(株)へ(☎291-5070)

◎令和3年2月福島県沖地震災害義援金を受け付けています。問合せ 福祉課(☎248・9003)

● **ゴールデンウィーク
Uイターン移住相談会**

須坂市にUターン移住をしたいという方に向けた移住相談会です。ゴールデンウィークの帰省中に市役所で移住相談ができます。

Uターン移住希望者も大歓迎です。

とき 4月30日(金)～5月2日(日)午前10時～午後3時
ところ 政策推進課
問合せ 政策推進課
(☎248・9017)

● **世界の民俗人形博物館
イベント**

入館料 300円(世界の民俗人形博物館と須坂版画美術館の共通券は500円)

【五月人形 菖蒲の節句】
高さ6mの15段飾りに武者人形250体を展示します。等身大鎧飾りなど、迫力のある展示をお楽しみください。

期間 4月29日(木)～6月27日(日)午前9時～午後5時
【イースター・エッグハント】

新学期に新しい友達とイースターエッグ探しやなぞ解きクイズなどを楽しもう!
とき 4月18日(日)午後1時30分

ところ 世界の民俗人形博物館
参加費 200円(要予約、入館料別途)
申込期限 4月16日(金)
問合せ 世界の民俗人形博物館
(☎245・2340)

※5月12日(水)以降水曜日休館

● **AC長野パルセイロ
ホームゲーム情報**



AC長野パルセイロの2021シーズンが開幕しました。皆さんのご声援をよろしくお願ひします。

ところ 長野Uスタジアム(長野市)
【トップチーム】
▼第7節 福島ユナイテッドFC戦
とき 5月2日(日)午後5時

チケット発売の詳細はパルセイロホームページをご覧ください。



問合せ AC長野パルセイロ事務局(☎244・7780)
※日・月曜日、祝日は定休日

● **4月23日(金)～5月12日(水)は
「子どもの読書週間」です**

市立須坂図書館は、楽しい企画やイベントで、子どもたちの読書を応援します。

【「おすすめの本」リストの配布】
年齢別に「おすすめの本」を

選び、展示・貸し出しします。「0～3歳」「4～6歳」「小学校低学年」「小学校高学年」に分けて、リストも作成・配布します。昨年までのバックナンバーもありますので、ぜひご利用ください。

【おたのしみ会】

「信州須坂紙芝居のさとプロジェクト」の皆さんが、自転車の荷台に舞台を積んで、楽しい紙芝居の口演にやっけます。

とき 5月1日(土)午前10時30分～11時ごろ

ところ 市立須坂図書館1階
対象 幼児・小学校低学年程度

※申込、参加費は不要です。
※マスクの着用、来館時の手指の消毒・検温のご協力をお願いいたします。

問合せ 市立須坂図書館(☎245・0784)

● **旧小田切家住宅イベント**

入館料 300円(市内70歳以上および中学生以下無料)
【企画展 長野県ゆかりの工芸作家 伝統工芸長野展 早春から花の季節へ(後期)】

県内で活躍する総勢24人の工芸作家によるグループ展で

す。後期は花の季節をテーマにした工芸作品をご覧いただけます。

期間 4月9日(金)～5月23日(日)
【伝統工芸長野展ギャラリートーク】

とき 4月17日(土)
①午後1時30分～2時30分
②午後2時30分～3時30分

出演者
▼城田領さん(陶芸作家)
▼平林義教さん(七宝作家)

両名共①、②に出演します。
定員 各7人(要予約)
問合せ 旧小田切家住宅(☎246・2220)

休館日 木曜日

講座・教室

● **子育て支援センター講座**

【すくすく育児ランド(全5回)】
とき・内容
▼5月18日(火)：絵本の話
▼5月24日(月)：子どもの食事

▼5月31日(月)：ヨガと子育ての話
▼6月8日(火)：健康チェックなど

▼6月15日(火)：グループワークなど

各回とも午前10時～正午
ところ 福祉会館

参加費 無料
定員 子育て中の方10人

広告欄

修理・修復も おまかせください!!
北信地域初!!
樹木葬大好評分議中!!
飯山で創業200余年
お問い合わせ
山崎本店 TEL.0269-62-3242
飯山市愛宕町3050
営業時間/9:00～18:00/火曜定休

供養でお困りの方、お気軽にご相談ください。
仏壇じまい
まずは、仏壇の扉を開けてサイズ計測
サイズ(巾/高/奥行cm) 区分 料金
50cm以内/70cm以内/40cm以内 小型仏壇 ￥20,000+税
70cm以内/175cm以内/70cm以内 中型仏壇 ￥40,000+税
90cm以内/175cm以内/90cm以内 大型仏壇 ￥50,000+税
上記以上のサイズ 特大型仏壇 ￥60,000+税
お仏具のお引取は上記価格に含まれております。遺影、その他の宗教用具・神棚のお引取は別途料金がかかります。ご相談ください。
樹木葬 ご好評につき 新区画増設
25万円～
樹木葬聖園
イイもじ
中野 陸奥寺墓園内
隆源寺墓園内 中野市吉田880
樹木葬 花もみじ

広告の問い合わせはアド・コマーシャル(株)へ(☎291・5070)

※託児があります。
申込期限 5月6日(木)
【お父さんの育児講座「すくすくパパ」】
 親子で豊丘町の「離山」を散策しましょう。
 とき 5月15日(土)午前10時
 30分〜正午(雨天中止)
集合場所 そのさとホール
参加費 無料
対象 育児中の父親と子ども(ご家族でも参加できます)
定員 8組(先着順)
申込期限 5月6日(木)
申込・問合せ 子育て支援センター(☎245・6588)

● **お達者クラブへ全12回**

温泉施設を利用しながらストレッチや筋トレ体操などを学んでみませんか。
開催日時 4月16日(金)〜9月24日(金)の原則第2・4金曜日午後1時30分〜3時(初回のみ午後1時15分〜3時)
ところ 須坂温泉古城荘
内容 ▼腰痛・膝痛予防体操 ▼ストレッチ・筋トレ体操 ▼音楽療法 ▼脳トレ など
参加費 1回300円
対象 市内在住の後期高齢者医療保険加入者
 ※2020年10月〜2021年3月のお達者クラブに参加

した方は対象外です。
定員 20人(申し込み順)
申込方法 地域包括支援センター窓口(本庁舎2階)または電話でお申し込みください。
申込期間 4月1日(木)〜13日(火)(土・日曜日を除く)
 ※締め切り前でも定員に達し次第、申し込み終了とさせていただきます。

● **高齢者健康教室公開講座**

自宅で行える転倒予防の体操や認知症予防に関するコツを学び、みんなで楽しく頭も体も動かしましょう。
とき 4月15日(木)午前11時15分〜正午
ところ 保健センター(3階)
内容 ▼体操 ▼脳トレ など
対象 市内在住65歳以上の方
持ち物 ▼飲み物 ▼タオル
 ※マスク着用の上、動きやすい服装でお越しください。
問合せ 地域包括支援センター(☎245・4566)

● **うつ病の方の家族教室**

うつ病のことや本人との関わり方などを一緒に学びませんか。
とき 4月15日(木)午後1時

30分〜3時30分
対象 うつ病の方の家族
受講料 無料
申込み 参加ご希望の方は、保健センターにご連絡ください。詳細をお伝えします。個別での相談にも応じます。お気軽にお問い合わせください。
問合せ 保健センター(☎248・9023)

リサイクル情報

《差し上げます》
 ▼座卓(2台) ▼漬物用の丸かめ ▼漬物用のひのき樽 ▼スキー板とブーツ(男性女性各1セット)
【差し上げます】の申込期限と抽選日】
申込期限 4月13日(火)
交渉順位抽選日 4月15日(木)午前
 ※リサイクル情報の登録は随時受け付けています。
申込・問合せ 市民課(☎248・9002)

善意の窓口

《寄附》
 ▼ランドセルカバー430枚、登校班旗250本(児童の交通事故防止のため)
 : 須高交通安全協会様
 ▼現金(未来を担う子どもたちのために活用してもらいたい): 藤沢一三様
 ▼掘直虎写真ガラス乾板など計11点(博物館収蔵資料充実のため): 故小林久芳様

入居者募集【市営住宅】			【特定公共賃貸住宅】		
募集団地	間取り		募集団地	間取り	
○屋部	1戸	3DKY	○旭ヶ丘S2-204	3DKY	
○屋部	2戸	3DKB	家賃	66,000円	
○豊丘	8戸	3DKB	敷金	家賃の3カ月分	
○境沢	1戸	3KB	要件	同居親族・所得など	
○末広	1戸	2DKY※	※…身体障がい者世帯用		
○西原	1戸	3LDKY	※Y…浴槽あり B…浴槽なし		

募集期間 4月1日(木)〜9日(金)(土、日曜日を除く)
 抽選日時 4月14日(木)午前9時
 ※申し込み資格の市税に関する条件、入居時に必要な連帯保証人などに関してお困りの方はご相談ください。
申込・問合せ 長野県住宅供給公社須坂管理センター(☎214-5620)

能登忠

ご予約お問い合わせ

☎026-245-0053

須坂市大字須坂304 営業時間/昼11:00~14:00・夜17:00~21:00

当店は、お気軽に会席料理を楽しんでいただける日本料理店です。
御法事、お祝いごと、御会食にご利用ください。
 お部屋はすべて個室となっております。宴席もご利用いただけます。
 御法事、お祝いごと、御会食にご利用ください。 ※お部屋の状況はお電話にてお問い合わせください。

のちゅう

能登忠 芝宮神社前 [駐車場完備]

☎026-245-0053 能登忠 検索

広告の問い合わせはアド・コマール(株)へ(☎291・5070)

日曜日・祝日の当番薬局

- 4月4日(日) りぼん薬局
- 4月11日(日) りんどう薬局
- 4月18日(日) わかば薬局
- 4月25日(日) アイリス薬局
- 4月29日(祝) アキヤマ薬局
- 5月2日(日) オオクマ薬局
- 5月3日(祝) 小布施薬局
- 5月4日(祝) さくら薬局
- 5月5日(祝) かおり薬局

※今月から当番薬局のみの記載に変更させていただきます。蔵の町薬局と薬局マツモトキヨシ芝宮前店の営業日はお問い合わせください。

休日緊急診療室(小児科・内科)

とき 日曜日・祝日
9:00～12:00、13:00～17:00
ところ 県立信州医療センター
問合せ ☎245-1650

※咳、発熱、喉の痛みなど風邪の症状のある方は、受診前に必ず電話してください。

※休日緊急診療室は、須高医師会、信州医療センター、須高行政事務組合が共同で運営しています。

各種健康相談

【保健センター健康相談】

電話 ☎248-9023
とき 月～金曜日※ 9:00～16:00
ところ 保健センター
※来所前にお電話で予約してください。

【妊娠・子育てなんでも相談おひさま】

電話 ☎213-6400
とき 月～金曜日※ 8:30～17:15

【悩み無料ダイヤル】

電話 ☎0800-800-7223
とき 月～金曜日※ 8:30～17:15

※祝日を除く

4月の乳幼児健康診査・相談・講座、予防接種

【乳幼児健康診査・相談・講座】

(会場:保健センター)

健診名	日	受付時間	対象者
3カ月児健康診査	9(金)	13:10～	令和2年12月1日～12月31日生
	5/7(金)		令和3年1月1日～1月31日生
1歳児健康相談	13(火)	9:15～	令和2年3月10日～4月13日生
	5/18(火)		令和2年4月14日～5月18日生
1歳6カ月児健康診査	23(金)	13:10～	令和元年9月13日～10月23日生
	5/21(金)		令和元年10月24日～11月12日生
2歳児健康相談	20(火)	9:15～	平成31年3月19日～4月19日生
	5/13(木)		平成31年4月20日～ 令和元年5月13日生
3歳児健康診査	27(火)	13:10～	平成30年3月23日～4月21日生
もぐもぐ離乳食講座	22(木)	13:00～	令和2年10月1日～10月31日生
かみかみ離乳食講座	8(木)	13:00～	令和2年7月1日～7月31日生
	5/11(火)		令和2年8月1日～8月31日生

※今年度から上記の乳幼児健診・相談・離乳食講座の受付時間がWEB予約制になりました。詳細は「健康カレンダー」の4ページをご確認ください。

※持ち物は健康カレンダーをご確認いただくか、健康づくり課までお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を中止・延期する場合があります。市ホームページなどでお知らせしますので、ご確認ください。

【個別予防接種】

(会場:各医療機関)

開始対象者	予防接種名	対象年齢
令和3年2月生	ロタウイルス	ロタリックス 出生6週0日後～24週0日後まで
		ロタテック 出生6週0日後～32週0日後まで
	B型肝炎	生後12カ月(1歳)の前日まで (標準的な接種期間は生後2カ月～9カ月の前日)
令和3年1月生	ヒブ・小児用肺炎球菌	生後2カ月～60カ月(5歳)の前日まで
令和3年1月生	四種混合1期初回	生後3カ月～90カ月(7歳半)の前日まで
令和2年11月生	BCG	生後12カ月(1歳)の前日まで (標準的な接種期間は生後5カ月～8カ月の前日)
令和2年4月生	麻しん・風しん1期	生後12カ月～24カ月(2歳)の前日まで
	水痘	生後12カ月～36カ月(3歳)の前日まで
平成30年4月生	日本脳炎1期初回	生後6カ月～90カ月(7歳半)の前日まで (標準的な接種期間は3歳～4歳の前日)
平成24年4月生	日本脳炎2期	9歳～13歳の前日まで※ (標準的な接種期間は9歳～10歳の前日)
平成22年4月生	二種混合	11歳～13歳の前日まで (標準的な接種期間は11歳～12歳の前日)

【持ち物】対象予防接種の予診票、母子健康手帳、住所確認ができるもの
※生年月日によって対象年齢が異なります。詳しくは「健康カレンダー」をご確認ください。

【問合せ】

- ▼乳幼児健康診査・相談・講座…健康づくり課母子支援係(☎248-9023)
- ▼個別予防接種……………健康づくり課保健予防係(☎248-9018)

広告の問い合わせはアド・コマーシャル(株)へ(☎291-5070)



須坂から全国へ。

ヤマキ工業は、須坂の本社・工場から東京、仙台、名古屋の営業拠点を通じて、全国各地の建築案件に製品や技術をお届けしています。

正社員 募集中!
設計・施工管理
営業・生産管理

お問い合わせ
Tel.026-248-1121
担当:武田

形鋼カーテンウォール、金属パネル等の開発、設計、製作、施工

ヤマキ工業株式会社

〒382-0005 長野県須坂市小河原3954-20



形鋼カーテンウォール製作施工/高崎芸術劇場

広告欄

公民館だより 須^す坂^が

発行・編集 須坂市生涯学習推進課 〒382-0013 須坂市大字須坂747番地イ
TEL 026-245-1598 / FAX 026-246-3906 / E-mail : shogaku@city.suzaka.nagano.jp



▲逆転オムライス

講師の黒岩さんは修業時代から現在まで、まかない料理で特においしかったものをノートにまとめています。今回の講座では、まかないレシピの中から逆転オムライス、豆腐とモヤシのサラダ、ミネストローネの3品を作りました。そこには参加者が驚くさまざまな工夫がありました。

①逆転オムライス

皆さんが思い浮かべるオムライスはチキンライスの上に皆さんが思い浮かべるオムライスが乗っていますが、逆転オムライスは、具だくさんトマトソースの上に卵ピラフを乗せませす。これが「逆転」の発想で面白く、見た目がとても華やかで、食欲をそそるできばえで、味も良し。

②お菓子が調味料に早変わり

豆腐とモヤシのサラダは、なんとポテトチップスで味付けます。封を開けて、袋のまま細かく砕き、半分をサラダに振りかけ、残りを少しのお湯で溶いて塩コショウをして、ソースに変身させます。計量カップなどを使わずに味付けができ、「ポテトチップスなら簡単にできるので自宅でもやってみたい」と参加者にも大好評でした。

まかない料理の醍醐味

黒岩さんのまかない料理は、ニンジンやレンコンなどの野菜を皮ごと小さく切ったり、セロリを葉っぱまで調理して、食材を無駄にしないものばかりです。根菜のゆで汁を捨てずにオムライスのトマトソースと合わせて、ミネストローネを作りました。皮をむかないことや1品の材料から2品目を作ることで手間が省け、時短にもつながります。

飲食店のまかない料理は従業員の食事に作られます。そこには、手間をかけずあり合わせの材料でおいしい料理を作るさまざまな工夫がされていることが分かりました。参加者は「食材を無駄なく使うことを学び勉強になりました。料理もとてもおいしかったです。」と話していました。皆さんも少しの工夫で、手間をかけずに食材を生かした料理づくりをしてみませんか。

店主の発想が面白い

2月9日(火)、日滝地域公民館で開催した料理講座に10人が参加しました。講師である黒岩文隆さん(高山村の子安そば文の蔵店主)のアイデアをお聞きして、食材を生かし、手間のかからないおいしいまかない料理を作りました。

まかない料理は手間をかけない

日滝地域公民館



▲黒岩さん(左)に教わりながら楽しく作っていました

がりがり山



今年もプロ野球が開幕した。少し早く感じるのは昨シーズンの終了が例年より1カ月遅かったからかもしれない▼田中将大投手がアメリカ大リーグから日本プロ野球界に戻ってきたことが大きな話題となった。野球に詳しくなくても「ニューヨークヤンキース」という名前が聞いたことがある人も多いだろう。そのチームで7年間、先発投手陣の一翼を担っていた。大リーグには二刀流で注目を集める大谷翔平選手もいる。2019年に引退したイチロー選手は大リーグで数々の記録を打ち立てた▼言葉はもろろん、文化も習慣も異なる地で生活し活躍するためには、どんな苦労があるのだろうか。活躍の裏には受け入れてくれた人たちなど、周りの環境も少なからず影響しているのではないだろうか▼日本にも海外から来て活躍しているスポーツ選手がたくさんいる。文化や習慣の違いという点から見れば、大相撲の世界はまた特別ではないだろうか▼異国の地で人一倍努力を重ねているであろうことを考えると、見方も少し変わるかもしれない。

地域公民館の特色

豊洲地域公民館

豊洲地域公民館は、1980(昭和55)年に開設し、帰宅後の子どもたちの憩いの場や、多くの人たちの交流の場として親しまれています。そんな豊洲地域公民館は、地域に根ざした独自の事業が特徴的で、地域づくり推進委員会の活動も活発です。今回は、地域に根ざした活動が特徴的な豊洲地域公民館を紹介します。

地域に根ざした事業

豊洲地域公民館には「トールペイント」や「大人のための漢字教室」など、他の地域公民館で行っていない独自の講座がいくつもあります。これらの講座は豊洲地域在住の方が講師を務めています。交流の中で「私はこんなことができます」と会話が弾んだことで、これらの講座が誕生し



▲数字を素早く指で表す脳トレを行いました

ました。

高齢の方を対象にした講座も好評です。中でも今年で4年目を迎える「豊洲サロン」は、脳トレや軽い運動を行ったり、参加者同士でおしゃべりも楽しめるので人気があります。参加者は「健康の話題などで盛り上がりたりして、有意義な時間を過ごしています」「毎回にぎやかで楽しい」とサロンの日を楽しみにしています。

台風の教訓を生かした冊子

令和元年東日本台風で豊洲地域は大きな被害を受けました。地域づくり推進委員会では、市が行った令和元年東日本台風に関するアンケートを分析・検討し、冊子を作成しました。何度も会議を重ねて情報を



▲令和元年東日本台風で浸水の被害を受けた豊洲地域

館長の想い

集め、台風の被害状況をはじめ、避難行動や避難生活の問題点など、内容が盛りだくさんの冊子になりました。この冊子には「今後、住民の向上はもちろんのこと、区や分館活動にも生かしてほしい」という思いも詰まっています。

新型コロナウイルスの影響でかつてない逆風にさらされていますが、工夫や知恵を絞りながら事業を進めています。また、時代のニーズに合った講座やイベントの開催を通して、「ふれあい」「支え合い」を大切に魅力ある「ふるさと豊洲」を住民の皆さんとともに創り上げていきたいと思えます。

須坂学舎11期生 2年間の活動を終えて

須坂学舎11期生は3月で活動が終了しました。コロナ禍で例年とは活動が異なりましたが、2年間の活動を通して学んだことなどをお二人に聞きました。

学舎での学び

当初は「学習についていけるのだろうか」と不安でいっぱいでした。しかし、そんな不安も学習の楽しさですぐに解消されました。新たな知識を得ることで使っていたいなかった脳が活性化している感覚は、消化試合のような私の生活に程よい緊張感をもたらしてくれました。

須坂の歴史について深く学んだことで視野が広がり、これまで車で通り過ぎるだけの



▲学ぶことで新たな発見がありました

学ぶ楽しさ

風景でしたが、今は趣のある特別な街に見えています。この度卒業を迎えましたが、また学ぶ機会がありましたら積極的に参加したいと考えています。

初めての現地学習は、長野市大柳にある枕状溶岩でした。2千万年前の海底が少しずつ隆起してできた枕状溶岩から、永い歴史を知ることができたことは、これからの未来を見つめることに大きくつながっていると感じました。

講師の先生方には、年齢に関係なく学ぶ楽しさを教えていただきました。また、須坂の知らないことが多くあることを知るきっかけになった学舎に感謝をし、私自身も学習を続けていくことで須坂の素晴らしさを発信するお手伝いをしたいと考えています。



▲長野市大柳の枕状溶岩



生涯学習推進課

生涯学習
まちづくり出前講座
新規講座をご紹介します

市民の皆さんに広くご活用
いただいている「まちづくり
出前講座」。2021年度は、
全140講座の豊富なメニュ
ーでスタートです。新規講座
をご紹介します。

俳句教室

(田中義人さん)
17音の詩「俳句」について、
成り立ちや季語などをわかり
やすくお話しします。実作や
鑑賞をお話して、初心者から
わかりやすく学べる講座です。

街頭紙芝居の世界

(信州須坂紙芝居のさとプロ
ジェクト)
須坂市立博物館に眠る昭和
の貴重な紙芝居の複製版を見
ながら、紙芝居の文化を楽し
く学びましょう。段ボール
で「マイ舞台」を作り、実際

に紙芝居を演じてみるワーク
シヨップもあります(材料費
有料)。

世界の民俗衣装とファッションを楽しむ

(世界の民俗人形博物館)
編み物、革工芸、飾り箱な
ど、いろいろな手芸体験をと
おして、世界の民俗衣装やフ
ァッション・伝統工芸につい
て学びます。

防災啓発プログラム

「ぼうさいまちがいさがし
きけんはっけん」
(日本赤十字社長野県支部
須坂市地区)

災害はいつどこで起きるか
わかりません。イラストなど
を使って、幼児から大人まで
わかりやすく学べる防災講座
です。

気軽に版画を楽しもう

(須坂版画美術館)
全国に2館しかない公立の
版画専門美術館。その1館が
なぜ須坂にあるのか、版画の
魅力とともにお話しします。
版画の体験もできます。

SDGsを学ぼう!

(須坂市社会福祉協議会)
SDGs「持続可能な開発
目標」とは、国際連合が定め
た世界をよりよくするための
17の目標です。身近なことか
ら取り組めるSDGsについ
て、わかりやすくお話ししま
す。

福祉施設で働く人の話を聞こう

(グリーンアルム福祉会)
福祉施設で働く介護福祉士、
理学療法士、作業療法士、看
護師の方から、仕事ややりが
いなどのお話を聞きます。将
来の職業選択に役立っていた
く講座です。

排水機場について

(市道路河川課)
須坂市の排水機場について、
概要・役割・能力・仕組みな
どについてお話しします。

申込・問合せ

☎245・1598
※その他の講座は、広報須坂
4月号に挟み込みました別冊
「2021年4月改訂須坂市
生涯学習まちづくり出前講座」
をご覧ください。

市内見学まなび号(隊)
インストラクター募集!

須坂市内のお宝を発見する
「まなび号(隊)くお宝探
しの旅」のインストラクタ
ーを募集します。

インストラクターは、市民
の皆さんに「須坂のよさ」を
再発見していただけるよう、
歴史や文化、町並みなどの「
お宝」を案内するボランティア
です。これらの活動を通し
てまちづくりや地域づくりに
も貢献してください。

現在活動されているインス
トラクターの皆さんは、オリ
ジナルな表現で活動していま
す。
先輩方が無理なくサポート



▲ぼたもち石の説明をするインストラクター(右)



▲史跡の説明をするインストラクター(中央)

お詫びして訂正します
3月1日発行の公民館だよ
り34ページの「まなび号(隊)
と須坂市民学園の紹介ページ」
について「29ページ」と記載
誤りがありました。
正しくは「35ページ」です。

申込期限・相談受付
4月28日(水)まで
※相談は事前にご連絡くださ
い。
資格 興味があつて意欲的
な方ならどなたでも
活動内容 市内の歴史や文化、
町並みなどの案内役
募集人員 若干人
申込・問合せ
☎245・1598

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントや講座などを中止・延期する場合があります。主催者に確認をお願いします。

中央地域公民館

体験 みんなでラジオ体操をしよう(全2回)

ラジオ体操を一から学びませんか。「明るく・楽しく・元気よく」毎日続けて心も体もリフレッシュしましょう。
※全2回ともに参加できる方

とき 5月10日(月)・11日(火)
午前10時～11時

ところ 奥田神社境内

※雨天時は生涯学習センター3階ホール

内容 ラジオ体操第一ほか
講師 大石美雪さん

参加費 無料

持ち物 運動のできる服装、飲み物・タオル

対象 須坂市在住・在勤の方

定員 20人(先着順)

申込期限 4月28日(水)

問合せ 214-6086

日滝地域公民館

体験 高津住職のお勝手

男性のご参加大歓迎!

施設が利用できません

とき 5月11日(火)
午前9時30分～午後1時

ところ 日滝地域公民館
内容 シュークルート(ソーセージと春キヤベツの煮込み)

講師 高津孝道さん

参加費 700円(材料費)

持ち物 エプロン、三角巾、はし、食器用ふきん、持ち帰り用容器

定員 10人(先着順)

申込期限 4月27日(火)

問合せ ☎248-1686

※平日午前9時～午後4時30分

4月25日(日)に予定されている参議院長野県選出議員補欠選挙で、投票所として使用するため、次の施設の一部が使用できません。また、選挙当日は全館使用できません。

◎生涯学習センター(西館を除く)

4月23日(金)～26日(月)

◎日滝地域公民館
4月23日(金)～25日(日)

◎旭ヶ丘ふれあいプラザ
4月23日(金)～25日(日)

※旭ヶ丘ふれあいプラザは24日(土)も全館使用不可

須坂市文化芸術協会・中央地域公民館連携講座

初めて学ぶ文化芸術講座

日本文化・芸術にふれてみませんか。初心者の方や外国人の方も大歓迎です。

講師 須坂市文化芸術協会会員

対象 どなたでも(経験者は要相談)

申込開始 4月5日(月)

申込・問合せ ☎214-6086 (中央地域公民館)

※持ち物については、申し込み後にお伝えします。



▲一緒に講座を始めませんか

講座名	とき・ところ	参加費	定員
出会い楽しや触れ合う 日本文化 「尺八汎山2021」 (全15回)	5月13日・27日、6月3日・17日、7月8日・29日、8月12日・26日、9月2日・16日・30日、10月7日・21日、11月4日・18日 ※各回ともに木曜日 午後6時15分～7時30分 日野地域公民館和室2 (2階)	1,000円/回	5人
仲間づくり謡曲塾 (宝生流) (全8回)	6月3日・17日、7月1日・15日・29日、8月5日・19日、9月2日 ※各回ともに木曜日 午後7時～8時30分 生涯学習センター 202 教養室	無料	5人
はじめての日本舞踊 (花柳流) (全8回)	6月12日・26日、7月10日・24日、8月7日・28日、9月11日・25日 ※各回ともに土曜日 午前10時～11時 生涯学習センター 206 和室	無料	6人
気軽に楽しむ日本舞踊 (藤間流) (全8回)	7月2日・16日、8月6日・20日、9月3日・17日、10月1日・15日 ※各回ともに金曜日 午後7時30分～9時 生涯学習センター 206 和室または3階ホール	無料	8人
楽しいいけばな (小原流) (全7回)	9月11日・25日、10月9日・23日、11月13日・27日、12月11日 ※各回ともに土曜日 午後1時30分～3時 生涯学習センター 102 会議室	700円/回 (花材代)	8人
さわやか謡曲講座 (観世流) (全8回)	9月11日・25日、10月2日・16日、11月6日・20日、12月4日・11日 ※各回ともに土曜日 午後2時～4時 生涯学習センター 207 視聴覚室	無料	8人

子育て支援センター・児童センター

★集まりの日(11:00～)

- 7日(水) はじめましての会
自己紹介をしながら、友達と仲良くなりましょう。
- 21日(水) ふれあい遊びをしよう
体操をしたり、親子でふれあい遊びを楽しみましょう。
- 28日(水) おはなしポケット
みんなで手遊びやお話しを楽しみましょう。

★子育て相談(11:00～)

- 12日(月) 家庭児童相談員による子育て相談
- 19日(月) 管理栄養士による食育相談

問合せ 子育て支援センター(中央児童センター内)

☎/FAX 245-6588



南部児童センター 屋部町 ☎/FAX248-2330	
幼児・親子	14日(水) 11:30～ センターで遊ぼう！ 21日(水) 11:00～ 親子で遊ぼう！ 28日(水) 11:00～ こいのぼりを作ろう！
東部児童センター 高橋町 ☎/FAX246-0079	
幼児・親子	14日(水) 11:00～ はじめましての会 21日(水) 11:00～ お花見おさんぽ 28日(水) 11:00～ こいのぼり工作
北部児童センター 北旭ヶ丘町 ☎/FAX248-8381	
幼児・親子	14日(水) 11:00～ はじめまして&お話の会 21日(水) 11:00～ リズム遊び♪ 28日(水) 10:30～ 手形でこいのぼり製作

【未就学児の利用時間】

子育て支援センターの利用は、月～金曜日は10:00～12:00と13:00～14:45、土曜日は10:00～12:00です。南部・東部・北部児童センターの親子の利用は、月～金曜日10:00～12:00です。

【一般児童の利用時間】

中央児童センターの一般児童の利用は、月～金曜日は15:00～17:30、土曜日は14:00～17:30です。南部・東部・北部児童センターの一般児童の利用は、土曜日のみ10:00～12:00と14:00～17:30です。

【子育て支援センター・各児童センターの利用に関して】

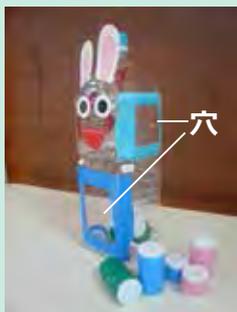
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間は利用人数などを制限しての利用になります。

また、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、施設の利用方法などが変更になる場合があります。詳細は各センターへお問い合わせください。子育て支援センター・各児童センターの利用制限などの詳細は、市ホームページでも確認できます。



家庭でも簡単に作れる おもちゃの紹介

「ペットボトルでポットン落とし」



ペットボトルの穴に「ポットン!」と落とす感覚を楽しみましょう。手先や指先の運動にもなりますよ。

材料

- ♥ ペットボトル 1.5ℓまたは2ℓ…1本
- ♥ ペットボトルのふた…多め
- ♥ ビニールテープ ♥ 布ガムテープ

作り方

- ①カッターナイフやハサミでペットボトルをいくつか写真のように切って穴をあける。
- ②けが防止のため切った部分を布ガムテープで覆うようにはる。
- ③ペットボトルのキャップを2～4個重ねてビニールテープで側面をはり完成。
- ④お好みのキャラクターを貼ってもかわいいですよ。

Beautiful Name ビューティフルネーム

とくけい めい ちゃん
徳嵩 萌衣 ちゃん

(1歳0カ月)

お父さん…秀一さん/お母さん…千明さん



春らしい意味を持ち、かわいい印象の「萌」を選び、「愛らしい笑顔で周りを包み込める、前向きで明るく優しい心を持った娘になりますように」と願いを込め、「萌衣」と名付けました。

36週で元気に誕生し、よく寝ておとなしかった萌衣。今では姉と一緒に動き回りながら、たくさんおしゃべりしています。手遊びや仕掛け絵本、何でもポイッが最近のマイブームです。

ニコニコ萌衣ちゃん。これからも元気にすくすく成長してね。大好きだよ。

このコーナーに登場してくれるお子さんを募集しています。
掲載を希望される方はお気軽に政策推進課へ(☎248-9017)

みてみて すぐかしてどいぶじえん ⑫

高齢動物の給餌内容と体調管理の方法

当園では高齢の動物たちを多く飼育しています。

南園で飼育している動物では、ポニーのゆき(33歳)とミニブタの遊喜(16歳)が平均寿命を超えています。

ポニーのゆきの餌は、他の2頭と異なるものを与えています。主食の乾草や副食の果物をそのまま与えるのではなく、消化しやすいように乾草は10センチほどの長さに、果物は5ミリ角に切って与えています。しかし、取り込んだ栄養が筋肉として体に付きにくいため、その他にもカロリーの高い餌も混ぜ与えています。

また、寒い時期には毛布を体にかけてたり、赤外灯を使用して体温調節を行っています。ポニーには体温計を使って、体温測定を行います。ゆきの場合、毎日体温測定を行っており、体温から体調の変化が分かります。



高齢動物は、若い動物に比べて体重を増やしたり、体力をつけるのに時間がかかると日々実感します。しかし、毎日継続することで動物たちへの健康につながっていると感ずる瞬間も多くあるため、これからも動物たちの体調管理には特に努め、私たちの工夫で、より長生きしてもらいたいと思います。

■飼育(419)の日イベント
と き 4月19日(月)

■「ゴールデンウィークだよ!」
ワクワクふれあいフェア
期 間 4月29日(木)〜5月5日(水)

※5月5日(水)のこどもの日は、小・中学生の入園料が無料です。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントは縮小させていただきます。おひびき。

■代表動物が決まりました
「須坂市動物園代表動物選挙2021」を行い、有効投票数2089票中、455票を獲得したモルモットの「ちくわ」が今年度の顔に決まりました。投票していただいた皆さん、ありがとうございました。



問合せ 臥竜公園管理事務
所 (☎026-245-1770)

少子化対策

結婚に伴う住居費・引越費を補助します

申請・問合せ 政策推進課(☎026-248-9017)

結婚新生活支援事業補助金の概要

対象経費

▼住居の購入費および住居の賃料(敷金、礼金、共益費、仲介手数料を含む)

▼引越越しに係る実費(※引越業者または運送業者への支払いに限る)

経費の対象期間 2021年1月1日〜2022年3月15日

補助額 10分の10以内の額(限度額は30万円)

対象世帯 2021年1月1日〜2022年3月15日に婚姻届を提出し、受理された夫婦

交付条件 次のすべてに該当すること。

▼夫婦ともに須坂市に住所があること

▼対象住居が須坂市にあること

結婚に伴う住居費・引越費を補助します

申請・問合せ 政策推進課(☎026-248-9017)

▼夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下であること

▼夫婦の所得が400万円未満であること(※)

(※)貸与型奨学金の返済がある場合は、年間返済額を所得から差し引きします。

(※)申請時に無職の方は、「所得なし」で算出します。

▼生活保護による住宅扶助その他の公的制度による家賃補助などを受けていないこと

▼申請者および配偶者が市税を滞納していないこと

▼過去に同補助金の交付を受けたことがないこと(他市町村を含む)

▼暴力団員または暴力団と密接に係っていないこと

申請期限 2022年3月15日

注意事項 予算がなくなり次第終了します。 ※申請方法など詳細はお問い合わせください。

クリーンピア千曲災害復旧だより

令和元年東日本台風により、クリーンピア千曲は一時下水処理ができなくなりましたが、先月までに全ての水処理施設が復旧しました。被災直後から節水等に取り組んでいただいた皆様には、1年半にわたってのご協力に心から感謝申し上げます。



復旧した揚水ポンプ



復旧した水処理施設

被災直後は仮設のポンプを設置していましたが、昨年10月に揚水ポンプが復旧し、現在は流入する下水を順調に汲み上げ、水処理施設へ送っています。

水処理施設は令和元年12月から2系列、今年に入り残りの3系列が順次復旧しました。これで全ての系列が稼働し、被災前と同量の下水を浄化することができるようになりました。



送風機設備（R4 本復旧予定）



電気・制御設備（R4 復旧予定）

送風機設備、電気・制御施設、汚泥焼却炉など残りの被災施設は令和4年3月までに復旧予定です。なお、グラウンド、テニスコートなどの運動施設は、令和4年度以降、順次復旧していく予定です。

これからも一日も早い完全な復旧を目指して工事を進めてまいりますので、今後ともご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



—お問い合わせ先—

千曲川流域下水道事務所下流施設課(クリーンピア千曲)

電話:026-257-4000 FAX:026-257-4428

電子メール:chikumagawaryuiki@pref.nagano.lg.jp

ホームページ:<https://www.pref.nagano.lg.jp/chikumagawaryuiki/>

柳生大成さん



高井大輝さん(左)と
篠原和政さん



元全日本女子バレー
ボール代表の
櫻井由香さんと
窪田瑞紀さん(右)



友人の結婚報
告のお祝い会
西垣未来さん
(上段一番右)

長野☆ガロンス選手と マネージャーが須坂へ

須坂市をホームタウンとして活動している長野ガロンスが参戦したVリーグ2部(V2)2020・21の成績は、コロナ禍の影響で中止となった試合もありましたが、8勝10敗で11チーム中、第6位でした。

2020年10月17日、Vリーグ機構から、2021・22シーズンのライセンスの発表がありました。S3ライセンスとなり、V3リーグで戦うことになりました。

2019・20の成績が最下位となつてしまったこと、競技力、財政力、運営力などから、S2ライセンス条件に達していないことが原因です。

チームの立て直しを図るため、2019年から選手の若返りを図りました。最年長は24歳と若く、大学生の補強を行いました。また、チームスタッフも増やして、チームのサポートや運営改善を図っていきます。

2021・22シーズンはV3リーグで優勝して、1年でV2リーグに返り咲くように、市民の皆さんで応援しましょう。

長野ガロンスの活動拠点が須坂市にあることから、生活を須坂市に移してこの4月から新生活を始める選手とマネージャーがいます。

今回は5人の方に長野ガロンスへの思いなどをお聞きします。

教員と選手との両立



しのはらかずまさ
篠原和政さん
ポジション：セッター
東京都出身

父が保健体育の教員で、昔プロバレーボール選手を目指しており、兄弟3人もバレーボールをしてきたため、私も小学1年生からバレーボールを始めました。父の背中を見て育ち、教員になることを夢見ていました。東京都の教員採用試験に落ちてしまったため、バレーボールを続けたい思いが強く、ガロンスのセレクションを受け合格しました。チームには2020年11月から合流しましたが、大学生であったため、その都度須坂市を行き来していました。

4月から新社会人として高校で保健体育を教えるながら、ガロンスの一員として頑張っていきます。不安もありますが、新天地で覚悟を持って頑張りたいと思います。今はワクワクドキドキですが、少しずつ須坂のことでも知っていきたいと思います。ガロンスの拠点である須坂市を少しでも盛り上げていければと思います。

悔いの残らない新生活



たかい だいき
高井大輝さん
ポジション：セッター
岐阜県出身

友人の親に誘われて小学2年生からバレーボールを始めました。小学4年生の時、コートから手が大きいと言われ、セッターを始めました。大学4年生までバレーボールを続けさせてもらっていましたが、私は長男でもあることから、卒業後は岐阜の企業から内定をもらい帰郷することになっていました。ただ心残りは「大好きなバレーボールを高いレベルでやりたいこと」だけでした。父に相談すると「長男だからといって実家を守ることを考える年齢ではまだない。悔いが残らないように挑戦しなさい」と背中を押され、ガロonzのセレクションを受け合格することができました。両親からの言葉を励みに、活躍することで恩返しをしていきたいと思えます。

バレーボールを始めたのは高校1年生からです。中学3年生までは野球をしていましたが、野球に向いていないと思っていたため、やってみたくったバレーボール部に入部しました。幸い部員が少なかつたため試合に出ることができました。バレーボールが面白く、大学でも続けたいと思いい入部しました。全国大会などの出場経験者が多く、レベルの差を感じましたが、一生懸命練習に取り組みました。



やぎゅう たいせい
柳生大成さん
ポジション：センター
茨城県出身

初心の気持ちで臨む

ガロonzの選手として大学の先輩が所属していたので試合を観に行くのと、自分も同じ舞台に立ちたいとセレクションを受けて合格しました。私は他の選手よりバレーボール歴が短いですが、選手は皆バレーボールが上手なのでおいていかれないように必死で、いつも初心の気持ちでやっています。4月からは新社会人として仕事も頑張っていきたいと思えます。



くぼた みずき
窪田瑞紀さん
マネージャー
埼玉県出身

チームを支える役割

小学2年生からバレーボールを始め、大学3年生までは選手として、全中や春高バレー、インターハイに出場しました。大学4年生の時に男子バレーボールのマネージャーとして80人近い部員をまとめていました。昨年はガロonzと同じカテゴリーの別チームに所属していました。ガロonzの監督とキャプテンからお話をいただき、来シーズンはガロonzのマネージャーになることを決めました。窪田の自家は上田市、祖母の実家が長野市にあり、長野県には縁を感じていました。



にしがき みらい
西垣未来さん
マネージャー
北海道出身

マネージャーになりたい

市民リレー インタビュー

No.13

このコーナーは、普段須坂市に関して思っていることや、考えていることなどを市民の方にインタビューします。

今月のインタビュー

は、遠山景行さんからバトンを引き継いだ関野幸さんです。



関野幸さんは、須坂で生まれ育ち、大学に進学して環境ツーリズムを学んでいました。退学。須坂に帰ってアルバイトをしていた幸さんに、お父さんが「そろそろ家（関野農園）の手伝いをしないか」と言い、最初は渋々始めましたが、今では農業が好きでブドウやリンゴ作りに励んでいます。



関野幸さん
(上八町)

地域を意識した農業

上八町で農家として生きていくためには地域に溶け込む必要があると、父が経験してきたため、私に鮎川や八丁鎧塚古墳の草刈り、祭りなどに参加して地域に出ていくように働きかけてくれたおかげで、畑で農作業していると、声を掛けてくれたり、情報交換をしたりと、たくさんの知識をもらっています。また、畑を



見るとその人の性格が分かります。見本となる方が作業をしていると、なぜこの作業をするのかと聞いたりして、周りの畑を見ながら作業を進めていきます。

畑は自分の畑だけを管理していれば良い訳ではありません。周辺に荒れた畑があると、病気、虫やイノシシなどが出るなど、周辺の畑にも迷惑を掛けてしまいます。昨年は黒とう病が発生しましたが、すぐに周辺の畑の人にも伝え、大きな被害にならずにすみました。

高甫地区は果物の栽培に適しています。地域で病気を出さずにおいしいブドウやリンゴを作ることで、地名度のアップにもなり、農業をしに戻ってくる若者も出てくると

思うので、地域全体で生産量を上げ農業を盛り上げていければと思っています。

父の大きな背中

父は関野農園の社長であり、農業の師匠でもあります。また、新規就農の里親としても農業の推進に携わる他、ブドウ棚を建設・修理、農機具を修理したりもします。

近所の方で後継者がいなく、畑を関野さんにお願ひしたいと言われ、何軒かの畑も管理しています。繁忙期にはお手伝いさんを15人もお願ひしています。父は人から相談されたり頼られることが多いです。性格は頑固で厳しいですが優しさもあります。

農家を始めたころは、農業が嫌いで、厳しかった父に盾

突いていました。徐々に農業の楽しさを感じ始めましたが、ここ4年前くらい前から、好きな野球を小学1年から大学3年までさせてもらえたことに感謝できるようになり、今では何でも相談できる関係で、一緒にゴルフに行ったりもします。

父には「決められた仕事をするのではなく先を見ずえた仕事をするように」、「農業は追われたら終わり。自分で追わないといけない」と言われています。

今の父の仕事の段取りや進行管理していくことを考えると不安しかありません。父からたくさんさんの知識をもらって、少しでも父に近づき超えられるように、また皆さんにおいしいブドウやリンゴを届けられるために日々頑張ります。



地域おこし 協力隊員の 紹介



いとうまゆみ
伊藤真弓隊員

2021年1月1日から須坂温泉古城荘を拠点に活動を開始しました、地域おこし協力隊の伊藤真弓です。私は、長野県と同じ海なし県の奈良県で生まれ育ちました。大学卒業後は保健師として、神奈川県内の大学や市役所などで健康づくりの支援に携わってきました。自然が大好きで、数年前まではトレイルランニングやロゲイニングなどで毎月のように長野県に遊びに来て、いつか信州で暮らしたいと考え、念願の須坂市に移住することができました。

須坂市は山に囲まれ、美しい川があり、野菜や果樹などの農業も盛んで、豊かな自然と歴史があるとても魅力的な街です。また、須坂温泉は源泉100%で、からだ短時間でポカポカ温まり、お肌がつやつやになる最高の温泉です。敷地内には、見ているだけで癒やされるお庭もあり、四季の移ろいを楽しめるとてもすてきな宿です。この素晴らしいさを多くの方に知っていただき、須坂市を訪れていただいで楽しんでいただければ、これからさまざまな活動に取り組んでいきたいと思えます。

まずは、温泉にお越しくださいお客様さまに心地よく過ごしていただけるよう接客業務を学び、市内をたくさん歩いて感じて、たくさんの方と知り合っで地域の歴史や文化などを教えていただきながら、須坂市の魅力をたくさん発見していきたいと思えます。そして、健康づくりに関する仕事の経験と、山と親しんできた経験を生かし、温泉と健康食、温泉周辺でのウォーキングや森林浴など、宿泊や日帰り入浴をご利用されるお客さまが、からだも心もより健康に、より元気になっていただけるよう、皆さまとのつながりを大切に活動していきたいと思えます。

市ホームページに掲載する 有料バナー広告主を募集

問合せ 政策推進課(☎026-248-9017)

市では、事業者などと連携を図ってともに市をつくっていくため、民間企業などの広告を有料で市ホームページに掲載しています。

広告掲載仕様

【広告掲載媒体】

市ホームページ（市政情報やお知らせなどを掲載）

平均アクセス数 約4万5千件（2020年度のトップページの1カ月平均）

掲載期間 5月1日(土)～2022年3月31日(木)

受付 4月8日(木)～

※10枠に達し次第受付終了とさせていただきます。

【掲載広告】

掲載面・位置 トップページ

下部(下の写真緑色の囲い枠内)

規格 縦70ピクセル×横220ピクセル

募集枠 10枠まで

形式 GIF、またはJPG、PNG

※データ容量に制限はありません。

※点滅や切り替わりなど動きのあるものは掲載できません。

価格 4千円（1枠・1カ月間）

申し込みなどの詳細はお問

い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。



「クックパッド」須坂市公式キッチン

信州須坂の台所 51

レシピ投稿検索サイト「クックパッド」に、須坂市公式キッチン「信州須坂の台所」を掲載しています。その中から、毎月おすすめ料理を紹介します。



菜の花とツナの和風サラダ



調理時間15分

1人分の栄養成分

- エネルギー…127kcal
- 炭水化物…8.4g
- たんぱく質…8.7g
- 脂質…7.5g
- 塩分…1.3g

レシピ動画(第37弾)

今月のレシピの作り方を動画でご覧いただけます。レシピ動画は、1分程度です。



食べ物マメ知識

春が旬の菜の花は、βカロテンやカルシウム、ビタミン類が豊富に含まれ、ほんのり苦味があるのが特徴です。この苦味は、体内にたまった毒素を出す解毒作用があり、のぼせを防ぐと言われています。

【材料】(4人分)

- 菜の花…400g
- ツナ水煮缶…80g
- オリーブオイル…大さじ2
- 酢…大さじ2
- しょうゆ…大さじ1
- 白ごま…大さじ1
- 練りからし…小さじ2
- 塩昆布…大さじ1

【作り方】

- ① 菜の花はたっぷりのお湯でさっとゆで、食べやすい長さに切る。
- ② ボウルにオリーブオイルと酢、しょうゆ、練りからしを入れ、よく混ぜる。
- ③ ②に水気を切った①とツナ、塩昆布を入れて和える。仕上げに白ごまをふる。

人口・世帯数

人口…50,321(+2)
 男…24,482(-9)
 女…25,839(+11)
 世帯…20,283(+36)
 2021.3.1現在の住民登録者数による集計、()内は前月比

スマホやパソコンなどで『広報須坂』を読めます



「マチイロ」



「マイ広報紙」

★災害情報

	2月	2021年 1~2月	昨年 同期
火災	3	3	4
死者	0	0	1
傷者	0	0	1
救急出動	196	366	345
交通事故	9	18	16
急病	131	249	222
その他	56	99	107
救助	0	0	4
交通事故	0	0	3
その他	0	0	1

★交通事故

	2月	2021年 1~2月	昨年 同期
件数	5	10	20
死者	0	0	0
傷者	5	11	22

◎火災・救急・救助は局番なしの119
 ◎火災などの問合せは消防情報ダイヤル ☎026-245-1119

※「よもやまばなし」は休みます。