

広報

さくほ

2019

No. 155

8.22



「高野町祇園祭 若衆の熱気」 撮影：地域おこし協力隊 山上 雅子

●主な記事 特集①地域防災力を高めよう！ 2～5p



しらかぼちゃん

地域防災力

を高めよう！

消防団幹部対談

司会…今日は、『地域防災力を高めよう』というテーマで、佐久穂町消防団の幹部4人にお集まりいただきました。井出団長、青木副団長、畑副団長、永井副団長です。

さっそくですが、現在佐久穂町の消防団で、地域の防災力を高めるためにやっている活動にはどのようなものがありますか？

団長…昨年度、消防団では災害時に役立てようと「住民支え合いマップ」を作成しました。

マップを作ることによって、何らかの支援が必要な高齢者や障がい者の皆さんを把握して、災害時に迅速に動けるようにしようという思いから作成しました。マップは毎年更新していく予定です。

災害が発生してから72時間をどう生き残るか、行動する上でまずは知識がないと正しい行動はとれません。

災害時には情報もライフラインも遮断されてしまうということは想定しておく必要があります。そういう非常時には、消防団も住民もなくて、「絶対に生き延びてやるぞ!」という強い意志が必要になります。消防団ができることは、平時において住民の方々にきちんと災害時の対応について啓発すること、災害時には住民の皆さんの支援をさせていただきま

す。

消防団は、ほぼボランティアに近い組織です。何か災害が発生した時には、まず自分の安全を確保することが最優先ということは徹底して伝えています。自助の部分では、まず住民の皆様が自ら積極的に情報を取りに行き、命を守るための必要な行動をとっていただくことが重要だと思います。

司会…行政区と連絡を密にとる必要

がありそうですね。そのためにはどんな活動をされていますか？

団長…消防団の幹部の皆さんには、区長の皆さんに挨拶に行き顔をつなぐようにお願いしております。地区の消防団と各区のトップが仲良くなつて、情報をしっかりと共有できるようにすることが必要だと思っております。佐久穂町では毎年9月の第1日曜日に防災訓練を実施しています、区長さんは消防団員を頼ってくださいと申し上げたい。

佐久穂町はいま災害に対して危機感が薄れてきているように思います。何もないことに越したことはありませんが、大きな災害は突然やってきます。佐久穂町だけが大丈夫なんて全く何の根拠もありません。

青木副団長…平成11年のお盆の大水害での災害対応を経験しているのは、

消防団のなかでも幹部クラスだけになつてしまいました。大きな災害を経験しているか否かは経験値として大きい。消防団員は、ぜひ地元の高齢者のところについて、昔の災害時のお話を聞いてほしいと思っております。先人の、経験からの知識を受け継ぐことによって、地域の防災力をより高めることが出来るのではないかと思います。

司会…地域防災力を高めるうえで、住民にお願いしたいことなどありますか？

畑副団長…防災訓練などの際に、地域のお年寄りに昔あった災害の様子のお話をお聞きし、災害が発生した際にきちんと情報を集め、的確に行動することが大切であると思います。

永井副団長…災害が発生したときの

ことをリアルに想像するのは大切で
す。私がある区で講話をしたときに、
実際に東日本大震災、阪神淡路大震
災で起こった具体的な事例をお話し
すると、しつかりと興味をもつて聞
いてくれました。東日本大震災のと
きには、リアカーが大活躍した話で
すとか、阪神淡路大震災の際には、
生き埋めになった人のうち8割を地
元の人たちが協力して救出したお話
をしたときは、皆さん食い入るよう
に聞いてくれました。

団長…おそらく大きな地震があつた
ときには、チェーンソーやトラクタ
ーが大活躍すると思います。平成11
年の大雨による災害や平成26年の豪
雪の際にも、地元の有志の方が、重
機やトラクターを総動員させて、土
手を直したり、雪かきをしてくれた
りした。佐久穂町の住民の皆さんは
高い防災力を持っていると思いまし
た。これからも突然発生する災害に
対しいつでも臨機応変に対応できる
ように準備しておくことが大切だと思
います。

司会…地域防災の要である消防団で
は新入団員の勧誘に苦勞していると
聞いていますが、それに対して取り
組んでいることはありますか？

青木副団長…消防団に加入する、し
ないというのはほんのちよつとのき
っかけだけなのではないかと思つて
います。先日、筆岩の火事を見聞き
して、自分も防災にかかわる側に回
りたいと思つて問い合わせをしてく
れる人が増えた。避難所で助けられ
る側にいるのか、助けるほうにいる
のか。だったら自分は助ける側にい
たいという思いで、私は消防団に入
団しました。

しかしながら消防団も変わらなけ
ればならない時期にきていることも
事実です。今まで伝統でやってきた
ことの中にはいいこともたくさんあ
ります。しかし団員の負担を考えると、
一度リセットして考えるべき時
期にきているというのも事実です。
団員が家族に過度の負担をかけるこ
となく、行事に参加してもらえなか
ることを考えています。人に来てもらわな
いと始まらない。訓練をやるにしま
も毎年やっている訓練を続けるだけ
ではなく、有事の際に自分で考えて
行動できるように考えさせるような
消火訓練などを取り入れるようにな
りました。今のところ、消防団員か
らも訓練に関し好意的な感想が寄せ
られています。

団長…消防団員の負担軽減は地域防
災を考えるうえで極めて重要なテ

マです。地区防災マップの作成など、
消防団員がやることはどんどん増え
ています。消防団員としてやるべき
ことをきちんとこなしつつ、これか
ら消防団員の負担の軽減をどう図つ
ていくか検討し取り組んでいきます。
また限られた人、時間、予算の中で
消防団が地域に根差した組織として
どのように地域住民の皆さんの支え
となれるか、必死になつて考えて挑
戦しているところです。

青木副団長…消防団にはコミュニテ
ィとしての側面も大きい。地域の仲
間意識を高めるためにも消防団は機
能しており、その部分はきちんと
残していきたい。

畑副団長…最近消防団は少しずつ変
化しています。消防団員が個々に考
え行動する体制が徹底されてしまし
た。今はポンプ操法の練習方法も、
分団ごとによつ、どこで、どのよう
にやるかを消防団員が自主性を高め
るため自ら負担の軽減策を考え対応
してもらっています。

永井副団長…今年からポンプ操法で
朝の練習を取り入れました。夜の練
習に参加できない団員もおりました。
方法を変えたことでもちろんいい部
分も悪い部分もありました。人の生

き方も価値観も多様化してきている。
いろんなチャレンジをして、ベスト
な消防団の形を探っていきたい。

団長…消防団員の皆さんには、失敗
を恐れずにいろいろと取り組んでほ
しい。本部でも消防団員の皆さんと
連携しながら新しいことにチャレン
ジしていきます。今後ともよろしく
お願いします。



自分の身を守る ために準備しておくこと

いつ、どこで、起こるかわからない災害。

尊い命を救い、被害を少しでも小さくするために大きな力となるのは自分の身は自分で守り、家族や地域で助け合うこと。そのために、今、できること、しなければならないことを考えましょう。大切なのは、ふだんからの準備と心がけです。

大地震や豪雨など自然現象は人の力でくい止められなくても、災害による被害は自分たちの日頃の努力によって減らすことができます。

日頃からの準備編

■普段からご近所づきあいやお年寄りへの声掛け

- ・大規模災害時の救助や避難などには、隣近所同士の助け合いがかかせません。自分の地域の危険な場所を知っておく、近所づきあいやお年寄りへの声かけなど、日頃からのつながりがいざという時に力を発揮します。
- ・町では9/1（日）に開催する総合防災訓練で各地域が中心となっていく避難訓練や水防訓練などの、参加型の防災訓練を体験することができます。

■自分の家でできる安全対策

- ・大地震では、テレビが飛び、タンスが自分の上に倒れかかってきます。多くの人が倒れてきた家具の下敷きになって、尊い命を失ったり、大けがをしたりしています。寝室や子ども部屋などには、できるだけ家具を置かないようにし、家具を置く場合はなるべく背の低い家具にし、転倒防止対策をとりましょう。また、家具が倒れてけがをしたり、出入り口をふさいだりしないように壁に家具を固定したり、家具の向きや配置を工夫しましょう。
- ・また、窓ガラスや食器は、鋭い破片を床一面に広げ、自分の行く手を阻み、素足で歩ける状態ではありません。スリッパやズック靴など、いつでも使えるように置いておきましょう。

■災害時に備えた備蓄品、非常持ち出し品リスト

- ・リストは町ホームページ、防災ポータル「日頃の備え」のページに掲載されています。ご確認ください。

■土砂災害ハザードマップ・千曲川洪水ハザードマップをチェック

- ・土砂災害、洪水などの自然災害が発生した場合の被害の様子や、避難・救援活動に必要な情報が掲載されている地図です。自宅はもちろん、学校や職場の近く、通勤通学途中にある避難所を、家族みんなで確認しておきましょう。ハザードマップは、役場（佐久庁舎と八千穂庁舎）で配布いたします。また、ホームページにも掲載しております。

■災害用伝言ダイヤルの情報発信の方法を知っておく

171

- ・災害は、家族がそろっている時に発生するとは限りません。万一、被災した場合は、家族や知人に向けて、真っ先に自分から安否の情報を発信することが大切です。家族の無事が確認できれば、安心して救援活動にも参加できます。

- ・携帯電話の普及により、電話番号を覚えておく必要がなくなってきましたが、携帯をなくしたり、バッテリーが切れてしまったりした場合にも家族と連絡が取れるように、家族の電話番号は覚えておくようにしましょう。

災害が迫ってきた際の情報収集編

- 災害を完全に防ぐことはできませんが、被害を減らす（減災）ことはできます。減災のために事前対策として避難場所の整備や災害による避難情報を町の防災行政無線や緊急速報メールで皆さんにお知らせします。洪水・土砂災害について、町が出す避難情報と、国や長野県が出す防災気象情報を「警戒レベル1～5段階」で分かりやすく表現することとなりました。

警戒レベル	気象・避難情報	皆さんの行動
1	早期注意情報	災害への心構えを高めましょう。
2	洪水注意報、大雨注意報	避難行動を確認しましょう。
3	避難準備・ 高齢者等避難開始	避難に時間を要する人（高齢者の方、障がいのある方、乳幼児等）とその支援者は避難しましょう。 その他の人は、避難準備を整えましょう。
4	避難勧告、避難指示 （緊急）	全員避難 速やかに避難先へ避難しましょう。
5	災害発生情報	命を守るための最善の行動をとりましょう。

- 気象庁では毎日、いろいろな気象情報をテレビやラジオなどで発表します。災害等が心配されるときなどは、予め気象情報の内容を確認しておくことが重要です。町では、長野県や長野地方気象台が発令する情報により避難勧告や避難指示などの情報を皆さんにお知らせしますが、お住まいの地区の地形や降雨状況により必ずしも適切なタイミングで発令することができません。災害等による危険が迫る前に気象情報を確認の上、「自分の命は自分で守る」という意識を持って、自主的に早めの避難をお願いします。なお一人で避難などの判断をすることが難しい場合には、お近くにお住まいの消防団員の皆さんと一緒に考えアドバイスしていただけますので、相談してください。

【主な気象等の種類】

- ・ **注意報**：災害が発生する恐れがあると予想される場合。
- ・ **警 報**：重大な災害の恐れがあると予想したとき。
- ・ **特別警報**：警報の基準をはるかに超える数十年に一度の大雨等により災害が予想される場合。
- ・ **土砂災害警戒情報**：土砂災害の恐れがあると予測した場合。
- ・ **記録的短時間大雨情報**：数年に一度程度しか発生しないような激しい短時間の大雨を観測または解析した場合。

悩んだ時の相談窓口のご紹介

皆さんは最近、以下のようなことで悩んでいませんか？



「誰かに聴いてもらうだけでも、気持ちが楽になった」という経験は誰しもあると思います。
「相談したいがどこに連絡したらよいかわからない」といったお悩みをお持ちの方は、ぜひ一度、
下記の相談窓口にご相談ください。相談は無料でご利用いただけます。

令和元年8月1日現在

相談できる内容	相談部署	連絡先	相談時間など
◆こころや体の健康に関する相談◆			
心と体に関する一般健康相談	健康福祉課 健康づくり係※	86-2528	月～金(祝日除く) 8：30～17：15
心と体に関する一般健康相談・ 医師による専門相談	佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課	63-3164	
◆こころや自死に関する相談◆			
うつ・依存症・ひきこもり・自死遺族 の悩みなど全般的なこころの相談	長野県 精神保健福祉センター	026-227-1810	月～金(祝日除く) 8：30～17：15
「死にたい」「家族や知人にそう訴える 人がある」「身内が自死してつらくてど うしようもない」など自死関連の相談	こころの健康相談統一ダイヤル (長野県精神保健福祉センター)	0570-064-556	月～金(祝日除く) 9：30～16：00
様々な心の悩み、自死問題	長野いのちの電話	026-223-4343	毎日11：00～22：00
◆障がい者等に関する相談窓口◆			
障がい者の保健・福祉、サービス利用 の援助、生活全般に関する相談支援	佐久広域連合 障害者相談支援センター	63-5177	月～金(祝日除く) 8：30～17：15
障がい・難病をお持ちの方や家族の相 談、障がい者虐待・成年後見制度に関 する相談、個々の障がいにあわせた就 職前後の相談・支援	健康福祉課 福祉係・健康づくり係※	86-2528	
◆生活・福祉に関する相談窓口◆			
生活・福祉に関する困りごと	佐久穂町社会福祉協議会	86-4273	月～金(祝日除く) 8：30～17：15
生活保護に関する相談	佐久保健福祉事務所 福祉課	63-3142	
	健康福祉課 福祉係※	86-2528	

相談できる内容	相談部署	連絡先	相談時間など
◆子どもや青少年に関する相談窓口◆			
児童虐待・育児・非行・いじめなど、子ども（18歳未満）に関する様々な相談	教育委員会　こども課 子育て支援係・学校教育係※	86-4940	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	佐久児童相談所	67-3437	
子どもの抱える悩み、保護者の子育て等に関する悩みなどの、子どもに関する相談全般	長野県子ども支援センター	【子ども専用】 0800-800-8035 【大人専用】 026-225-9330	月～土（祝日除く） 10:00～18：00
いじめ・不登校など学校教育問題全般の相談	教育委員会　学校教育係※	86-4940	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
学校でのいじめに関する相談	学校生活相談センター（長野県教育委員会）	0120-0-78310	毎日24時間
◆経営や倒産に関する相談窓口◆			
多重債務・債務整理等、各種法律相談・情報提供	総務課　庶務係※	86-2525	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	住民税務課　人権政策係※	86-2527	
	産業振興課　商工観光係※	88-3956	
	法テラス長野	050-3383-5415	月～金（祝日除く） 9：00～17：00
◆消費生活に関する相談窓口◆			
商品・サービス・消費者金融などの消費生活に関する相談	総務課　庶務係※	86-2525	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	東信消費生活センター	0268-27-8517	月～金（祝日除く） 8：30～17：00
◆人権に関する相談窓口◆			
様々な人権に関する相談	住民税務課　人権政策係※	86-2527	月～金（祝日除く）
日常生活の中で受けた人権侵害に関する相談	みんなの人権110番（法務局総務課）	0570-003-110	8：30～17：15
◆女性のための相談窓口◆			
女性の犯罪被害（性犯罪・ストーカー・DVなど）と被害者家族・友人の相談	女性犯罪被害ダイヤルサポート110（県警・臨床心理士）	026-234-8110	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
女性の悩み事・困りごと、配偶者からのDVの相談	住民税務課　人権政策係※	86-2527	月～金（祝日除く）
	健康福祉課　健康づくり係※	86-2528	8：30～17：15
◆高齢者の相談窓口◆			
高齢者・介護者の相談、介護保険などのサービスの利用相談、権利擁護、成年後見制度、高齢者虐待に関する相談	健康福祉課　高齢者係※	86-2528	月～金（祝日除く） 8：30～17：15
	健康福祉課 地域包括支援センター※	86-1550	
◆農業に関する相談窓口◆			
農業者・新規就農希望者に関する相談	産業振興課　農政係※	88-2528	月～金（祝日除く） 8：30～17：15

※は、佐久穂町役場です。



9月10日から16日は自殺予防週間です。
一人で悩みを抱え込まず、お気軽にご相談ください。

佐久穂町自殺対策連絡会議
（事務局：健康福祉課）

消費税引き上げに伴う公共料金等の改定について

令和元年10月1日から消費税が10%に引き上げられることになりました。これに伴い佐久穂町の公共料金等の金額も改定を行います。改定される料金は以下のとおりです。なお、消費税改定が見送られた場合には改定を行わない予定です。また、掲載した料金はすべて消費税を含みます。

■千曲病院 各種利用料（※今回の改定には、消費税増税分のほかに料金見直し分に係る改定も含まれています。）

区 分		単 位	改定前	改定後	備 考
文 書 料	自賠責用診断書	1 通 1 件	3,240円	5,500円	
	自賠責用証明書		2,160円	2,200円	
	死亡診断書		3,240円 (1 通増すごとに 1,620円を加えた額)	5,500円 (1 通増すごとに 2,200円を加えた額)	
	生命保険用死亡診断書		3,240円	3,300円	
	保険・共用入院診断書			4,400円	
	恩給診断書			3,300円	
	各種年金・身体障害者用診断書			5,500円	
	普通診断書		2,160円	3,300円	初診のもの
			1,080円	2,200円	受診中のもの
	障害保険・共済用証明書		2,160円	2,200円	
	銃砲用診断書			3,300円	
	身体検査書又は健康診断書			3,300円	
	市町村交通災害共済入院等証明書		1,080円	2,200円	
	会社健康診断書		540円	2,200円	
	証明書		540円	550円	
特 別 室 利 用 料	個室（1 人室、トイレ有り） 201号室、202号室、203号室 211号室、212号室	1 日	3,240円	3,850円	
	個室（1 人室、トイレ無し） 205号室、206号室			3,300円	
付添人寝具利用料		1 人 1 夜	320円	330円	
付添人まかない		1 食	管理者が別に定める額		
自動車利用料		1 回	2 kmまで860円 以降 2 km増すごとに 430円加算	2 kmまで1,100円 以降 2 km増すごとに 550円加算	
死 体 検 案	(1) 時間内	1 件	5,400 円	38,500円	
	(2) 時間外・休日			44,000円	
	(3) 深夜			49,500円	
松葉づえ使用料		1 回	1,080 円	1,100円	
面談料		1 回	簡易な相談 5,400 円 複雑な相談 10,800 円	簡易な相談 5,500円 複雑な相談 11,000円	生命保険に関 すること等に 限る
健 康 診 断	(1) 総合健康診断（ドック等）	1 件	医料点数表に定める金額を基本として 管理者が別に定める額		
	(2) 普通健康診断				
	(3) 血液検査				
受診券再発行手数料		1 枚	—	330円	

●問合せ先 佐久穂町立千曲病院 0267-86-2360

■し尿・浄化槽汚泥処理手数料

利用内容	区分	単位	改定前	改定後	備 考
便槽・浄化槽	一般	10 ℓ 当たり	90.7円	92.4円	それぞれの額に加算
	別荘地		118.8円	121.0円	
仮設トイレ（附加料金）		1 回につき	2,365円	2,049円	

●問合せ先 問合せ先 佐久平環境衛生組合 総務課総務係 0267-62-1119

道路上に張り出した樹木等の 適正管理についてのお願い

町道や歩道などの道路上に樹木の枝等が張り出している箇所が多く見られます。ご自宅など私有地の樹木や竹の枝等が車道や歩道に張り出していると、自動車、自転車や歩行者等の通行に支障をきたすだけでなく、事故が発生する恐れがあります。私有地から張り出している樹木は土地所有者の方に所有権があるため、町で剪定や伐採を行うことができません。

(民法第233条)

折れ木、落枝等や樹木が道路に張り出していることが原因で事故等が発生した場合は、所有者の方が責任を問われることがあります。(民法第717条、道路法第43条)

樹木等所有者の皆様には、所有地をご確認いただき、適正な管理をしていただくようお願いいたします。

なお、電線や電話線がある箇所で樹木の伐採や枝払い等の作業をする場合には、事前に最寄りの中部電力やN T Tに連絡し、立会いのもと行ってください。作業にあたっては、通行車両や自転車又は歩行者の安全確保と、樹木やはしご等からの転落防止に十分ご注意ください。

民法第233条（竹木の枝の切除及び根の切取り）

隣地の竹木の枝が境界線を越えるときは、その竹木の所有者に、その枝を切除させることができる。

民法第717条（土地の工作物等の占有者及び所有者の責任）

- 1、土地の工作物の設置又は保存に瑕疵があることによって他人に損害を生じたときは、その工作物の占有者は、被害者に対してその損害を賠償する責任を負う。ただし、占有者が損害の発生を防止するのに必要な注意をしたときは、所有者がその損害を賠償しなければならない。
- 2、前項の規定は、竹木の栽植又は支持に瑕疵がある場合について準用する。
- 3、前二項の場合において、損害の原因について他にその責任を負う者があるときは、占有者又は所有者は、その者に対して求償権を行使することができる。

道路法第43条（道路に関する禁止行為）

何人も道路に関し、下に掲げる行為をしてはならない。

- 1、みだりに道路を損傷し、又は汚損すること。
- 2、みだりに道路に土石、竹木等の物件をたい積し、その他道路の構造又は交通に支障を及ぼす虞（おそれ）のある行為をすること。

問い合わせ先 建設課 管理係 電話 88-2527（直通）

踏み出す一歩



～運動習慣を身につけよう～

運動習慣を身につけるきっかけづくりとして、運動の効果や実践するための方法をご紹介します。チャレンジデーの復習としてチャレンジ体操を紹介します。今回は足踏み運動を行ってみましょう！！

足踏み運動

1 効果

- ・股関節の柔軟性改善
- ・脚とお尻の筋力アップ
- ・つまずきの予防

2 やり方（図1）

- ①しっかりと前を向いて立ち、足をしっかりとそらせながら片脚を持ち上げます。
- ②「1,2,1,2,」と数えながら腕を交互にふって軽やかに足踏みをします。
- ③背中が丸まっていると、脚を持ち上げにくくなります。（図2）
- ④つまさきがさがらないように意識します。（図2）
- ⑤目標を1分程度からはじめてみましょう。

図1



図2



3 注意点

- ・痛みがある場合は無理をせず、痛みの出ない範囲で行うか運動を中止しましょう。
- ・ふらふらしてしまう場合は壁や物に手を添えて行いましょう。

佐久穂町立千曲病院 リハビリテーション科

佐久穂町の事業者を
応援します!

消費税の軽減税率対応のための 「レジ・システム補助金」

消費税の軽減税率制度開始を控え、レジや受発注システムを導入・改修する方への国の補助制度のご案内です。
軽減税率対応レジの導入・改修の支援



ポイントをチェックしよう!

- ☐ 今使っているレジが複数税率に対応しているかレジメーカー等に確認する。
- ☐ 2019年9月30日までに導入・改修、支払いを完了し、2019年12月16日までに補助金を申請する。

●軽減税率対応レジの導入等支援

対 象 者：軽減税率の対象商品の販売を行っている中小の小売事業者等

補 助 率：原則 3/4

なお、3万円未満のレジ購入の場合 4/5

補助上限：レジ1台当り20万円、券売機1台当り20万円

なお、商品マスタの設定等が必要な場合にはプラス20万円で上限40万円

1事業者あたり上限200万円

完了期限：2019年9月30日まで

掲載資料出展：中小企業庁

- あわせて町でも国の補助制度に上乘せ補助いたします。こちらもご活用ください。

補 助 額：導入対象経費から国の補助額を除いた額の1/2の額
※1事業者あたり10万円を上限

お問い合わせ：佐久穂町商工会本所：86-2275 八千穂支所：88-2215
佐久穂町役場産業振興課商工観光係 88-3956

—[広告欄]—

収穫の秋

野菜収納ポリ袋

穴あき穴なし各種
サイズ豊富に取り揃え

プラモデル エアガン トミカ

良い子のグッズ
たくさんあるよ!

ポロシャツ・ブルゾン Tシャツ 好評発売中

ロゴ入り

秋に備えて
ブルゾンを

森田屋

佐久穂町東町 TEL 0267-86-2312 FAX 0267-86-2993 配達もいたします

相続・遺言セミナー

9月22日(日) 午後2時～4時

会 場：茂来館2階 小会議室

テーマ：「遺言書の書き方と相続法の改正」

無料相談

相続・遺言・家系図・農地など

<毎月第2・4木曜日を予定、変更も有り>

9月13日(金) 10:00～12:00

9月26日(木) 10:00～12:00 (会場：東町事務所)

会場：茂来館2階学習室 ※ご予約の方優先

一般社団法人 全国相続協会相続支援センター会員

行政書士 竹内 達朗 (相続の窓口)

☎0267-86-3717 FAX 86-3727

information

お知らせ

こどもセンターさくほっこからのお知らせ

■問合せ 佐久穂町こどもセンター ☎0267-86-2123

『9月 こどもセンターさくほっこ行事』 ～♪さくほっこdeリトミック♪～

- 日時：9月10日(火) ①乳児の部 10:00～10:45
②幼児の部 11:00～11:45
- 場所：こどもセンターさくほっこ ホール1
- 定員：15組程度 ※事前の申し込みが必要です。
- 申込み先：こどもセンターさくほっこ窓口
または ☎86-2123

音楽に合わせて体を動かします。動きやすい服装でお越し下さい。

『子育てママの就労相談』

- 日時：9月18日(水) 10:00～12:00
 - 場所：こどもセンターさくほっこ 和室
- 女性就労支援員が個別に相談に応じます。お子様連れでの相談もできます。お気軽にお越し下さい。

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

さくほっこ行事は、参加費無料、就学前のお子さん
と保護者の方を対象としています。また、行事の
際は、必要に応じて水筒やおやつ、軽食などをお持ち

ください。

『すくすくTIME』

- テーマ：「数字の1はなあに♪」
～数感覚を身につけよう～
 - 日時：9月20日(金) 10:00～11:00
 - 場所：こどもセンターさくほっこ ホール1
- 今回は数に着目した知育あそびです。
事前申し込みは必要ありません。

『よみきかせ&おたんじょう会』

～図書館司書による読み聞かせと
さくほっこスタッフによるお誕生会～

- 日時：9月25日(水)
10:00～ 手形アート作り
10:30～ よみきかせとお誕生会
 - 場所：こどもセンターさくほっこ ホール1
- 事前申し込みは必要ありません。

佐久穂町こどもセンター さくほっこ
〒384-0503 佐久穂町大字海瀬309番地
(旧佐久中央小学校)
TEL・FAX 0267-86-2123

News

出生祝金を贈呈しました

■問合せ こども課子育て支援係 ☎0267-86-4940

7月24日に5名のお子さんへ出生祝金を贈呈しました。

*平成31年2月・3月生まれのお子さんです。



information

News

佐久穂中学校生徒が少林寺拳法と空手で全国大会に出場しました！

■問合せ 教育委員会 こども課 学校教育係 ☎0267-86-4940

佐久穂中学校の生徒が少林寺拳法と空手で全国大会に出場しました。

7月19日には、町長へ大会出場の抱負を語り、大会での健闘を誓いました。

■少林寺拳法

選手：小山樹 浅川風生（9年生）

大会：第13回全国中学生少林寺拳法大会

種目：組演武

■空手

選手：松嶋未来（7年生）

大会：第62回小・中学生全国空手道選手権大会

種目：個人組手・団体組手



お知らせ

町有林のマツタケ山への立入禁止について

■問合せ 産業振興課 林務係 ☎0267-88-2529

佐久穂町では、町有林マツタケ山（別図）において、土地賃貸借契約を締結していますので、令和2年3月31日まで区域内への立ち入りは禁止となっています。

当該箇所へは、契約関係者以外が誤って入山しないように看板・ナイロンテープ等で立入禁止の表示をしています。無許可での立ち入りは法律で禁止されていますので皆様のご理解とご協力をお願いします。



information

お知らせ

聴覚や発話に障がいのある方へ「119」緊急通報システム導入に係るお知らせ

■問合せ 佐久広域連合消防本部通信指令課 ☎0267-64-0119／Mail：tsushinshirei@areasaku.or.jp

佐久広域連合消防本部では、聴覚や発話に障がいがあるなどの理由で音声による119番通報が困難な方のための新しい緊急通報システム「NET119」を令和元年10月1日から導入いたします。

つきましては、関係者の方及び利用対象者の方へ向けた説明会・事前登録会を下記日程で行いますので、皆様のご参加をお待ちしております。

■説明会日程

- ・ 9月13日（金） 13時30分～（1回目）
18時00分～（2回目）
- ・ 9月14日（土） 10時00分～（1回目）
14時00分～（2回目）

■説明会会場

- ・ 佐久広域連合消防本部 3階講堂（両日）

●NET119 緊急通報システム

聴覚や発話に障がいのある方がスマートフォン・携帯電話のインターネット接続機能を利用して、簡単な操作で素早く119番通報することができるシステムです。

✓システムのご利用には事前登録が必要になります。
登録方法につきましては上記問合せ先へご確認ください。

✓システムの利用には、通信料のみご負担いただくことになります。

✓その他詳細につきましては、9月に行われます説明会へ是非ご参加いただき確認してください。また、消防本部ホームページにも掲載されておりますので併せてご覧ください。

■ホームページアドレス

www.areasaku.or.jp/shobou/

お知らせ

思春期精神保健相談について

■問合せ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課 保健師 ☎0267-63-3164（直通）

思春期は、大きな成長の波にころも体も揺れ動き、不安定な時を過ごすことが多い時期です。不登校、ひきこもり、勉強や仕事に集中できない、人の視線が気になる、人とのコミュニケーションがうまくいかないなど、不安や心配がある方は相談してみませんか。どうぞお気軽にお問い合わせください。

■日時 不定期（毎月1回。日程については、佐久保健福祉事務所までお問い合わせください）

■場所 佐久保健福祉事務所（佐久合同庁舎1階）

■相談担当者 児童精神科医・保健師

■対象者 原則として、ご本人が18歳未満の方

■費用 無料

■申込み

- ・ 申込みは佐久保健福祉事務所健康づくり支援課保健師までお願いします。
- ・ 相談は予約制です。事前に必ず申込みをお願いします。
- ・ 申込み後、申込書をお送りしますので、記入して

ご返送願います。

- ・ 申込書をもとに担当医師と相談の上、実施日時などをご連絡します。

■その他

- ・ 相談内容等、秘密は厳守します。
- ・ ご家族、学校関係者のみの相談もお受けしています。
- ・ 市町村や学校等にご相談されている場合は、申込み時にお申し出ください。



information

お知らせ

精神保健福祉相談について

■問合せ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課
保健師 ☎0267-63-3164（直通）

ストレス社会と言われる中で、こころに疲れがたまっている方が増えています。精神的に緊張してしまったり、理由もないのに不安になったり、眠れなかったり、そんな悩みはありませんか？こころの病気や依存症、認知症などでお悩みの方の相談を行っています。

■日程 9月13日（金）
午後1時30分～

■場所 佐久保健福祉事務所（佐久市跡部65-1）

■相談担当者 精神科医・保健師

■その他

- ・相談は予約制です。事前に必ず申込みをお願いします。
- ・相談は無料です。
- ・相談内容等、秘密は厳守します。
- ・ご家族のみの相談もお受けしています。
- ・市町村や医療機関等にご相談されている場合は、申込み時にお申し出ください。



お知らせ

くらしと健康の相談会について

■問合せ 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課
保健師 ☎0267-63-3164（直通）

弁護士による失業、家庭問題、多重債務等の法律相談とあわせて、関係機関職員による生活・就業相談や保健師によるこころの健康などの健康相談をお受けします。

■開催日 9月3日、10日、17日、24日（火）

■時間 いずれも10：00～12：00、
13：30～15：30（1件1時間）

■場所 佐久合同庁舎（佐久市跡部65-1）

■内容 弁護士による法律相談、保健師による健康相談、関係機関による生活・就労相談

■費用 無料

■申込み

- ・申込みは佐久保健福祉事務所健康づくり支援課保健師までお願いします。
- ・事前の予約が必要です。
- ・各相談日の前週金曜日の昼までに申し込んでください。

■その他

- ・匿名での相談はお受けできません。
- ・同じ方による同一内容の相談は1回に限らせていただきます。
- ・相談の内容によっては日程の調整をお願いすることがあります。

お知らせ

良い歯のコンクール 高齢者の部 表彰者募集について

■問合せ 健康福祉課
☎0267-86-2528

10月13日（日）に開催される「福祉と健康のつどい」において、8020を推進する「よい歯のコンクールの表彰」を行います。高齢者の部では、次の条件を満たす方が表彰の対象となります。

■対象条件（年齢は令和2年3月31日で起算）

- 70歳以上で、現在ご自身の歯が28本残っている
- 80歳以上で、現在ご自身の歯が20本以上残っている（入賞歴がある方の応募はご遠慮願います）。

■申請方法

町内歯科医院を受診し、良い歯のコンクール用の調査票を書いてもらい、健康づくり係まで申請して下さい。

■受付期間

8月23日（金）から9月6日（金）まで

■備考

よい歯のコンクール「三歳児の部」「親子の部」「中学三年生の部」の表彰対象者には、後日町から通知致します。

8020（はちまる・にいまる）とは、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。楽しく充実した食生活を送り続けるために、健康な歯を保ちましょう。

information

お知らせ

保育園からのお知らせ

■問合せ 海瀬保育園 ☎0267-86-2187

〈9月の園庭開放について〉

園庭で自由に遊べます。

9月 7日（土） 21日（土）

■時間 9時～11時30分

■場所 海瀬保育園 園庭

■対象 未就学児とその保護者

・事前予約で子育て相談も行っています。

〈未就園児交流会について〉

未就園児とその保護者を対象に各保育園で行います。

10月5日（土）保育園運動会

運動会にて未就園児の参加種目があります。

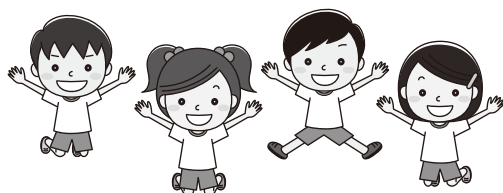
■場所

- ・栄保育園 園庭 雨天 海瀬社会体育館
- ・海瀬保育園 園庭 雨天 こどもセンター体育館
- ・八千穂保育園 園庭 雨天 しらかば体育館

■時間

各保育園共に午前10時頃

・事前予約は不要です。当日、直接お越しください。



お知らせ

司法書士無料法律相談所を 開設します

■問合せ 長野県司法書士会佐久支部 ☎0267-92-3011

皆さまの貴重な財産権をはじめ、権利の保護に携わっております、長野県司法書士会佐久支部による無料法律相談会です。（予約は不要です。）

■日時

令和元年10月5日（土）

午後1時30分～午後4時30分

■会場

佐久穂町生涯学習館（花の郷・茂来館）

■相談内容

不動産登記、会社（法人）の登記に関する相談
不動産の売買・贈与等に関する相談
相続・遺言に関する相談
空き家に関する相談
成年後見制度に関する相談
高齢者・障がい者等の財産管理に関する相談

例えば上記の相談にお悩みの方など、お気軽にお出かけください。皆さまの秘密は厳守します。

お知らせ

図書館だより

■問合せ 佐久穂町図書館
☎86-7020

■夜の図書館演奏会

時間 8月31日（土）19：00～

場所 図書館内（入場無料）

出演 ギター：井出武清

ヴァイオリン：三井田則子

～いつもと違う夜の図書館で

ゆったりと音楽を楽しみませんか？～



■とちの実おはなし会

日時 9月14日（土）15：00～16：00

場所 イベントギャラリー

内容 絵本の読み聞かせ

紙芝居ほか

☆詳しくは館内チラシでご確認下さい。

話題の本、読んでみませんか？

第161回芥川賞

『むらさきのスカートの女』今村夏子／著

第161回直木賞

『渦』大島真寿美／著

どちらも図書館で所蔵しています！

〔貸出中の場合はご予約ください〕

information

お知らせ

林業退職金共済制度（林退共）の 退職金請求について

■問合せ 独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
☎03-6731-2889 FAX：03-6731-2890

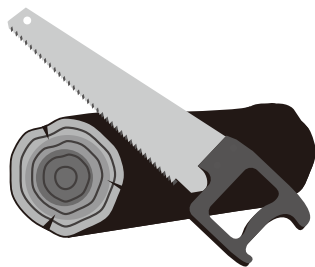
林退共は昭和57年に発足した林業界で働く方のための退職金制度です。

以前、林業の仕事に従事されたことがあり、その当時、林退共制度に加入していた方で、退職金請求手続きをしたお心当たりのない方は、退職金をまだ受け取っていない可能性があります。最寄りの支部または本部へお問い合わせください。

■お問い合わせ先

独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
〒170-8055 東京都豊島区東池袋1-24-1
ニッセイ池袋ビル

詳しくはホームページでもご案内しております。
<http://www.rintaikyo.taisyokukin.go.jp/>



お知らせ

経済センサスー基礎調査 実施のお知らせ

■問合せ 総合政策課 情報政策係 ☎0267-86-2553

総務省統計局・長野県・佐久穂町では、「経済センサスー基礎調査」を実施しています。

■調査方法

この調査は、我が国の全ての産業分野における事業所の活動状態等の基本的構造を全国及び地域別に明らかにするとともに、事業所・企業を対象とする各種統計調査の母集団情報を整備することを目的としています。

調査は、調査員が全ての事業所の活動状態を実地に確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。外観等により活動状態が確認できない場合は、近隣の皆様に活動状態等をお尋ねすることがあります。

■調査期間（全5期中、第2期～第3期）

8月1日（木）～9月30日（月）

10月1日（火）～11月30日（土）

調査へのご理解・ご回答を
よろしくお願いします。



お知らせ

オオキンケイギクをご存知ですか？（特定外来生物の駆除について）

■問合せ 住民税務課 生活環境係
☎0267-86-2552

皆様オオキンケイギクをご存知でしょうか？

5月から7月頃にかけて、道路脇などに、黄色い目立つ花を咲かせる植物です。

実は、この植物は、「特定外来生物による生態系等に係る被害の防止に関する法律（外来生物法）」において、「特定外来生物」に指定されている植物になります。飼育、栽培、保管及び運搬、野外に放つ、植える、及び蒔くなどの行為が禁止されています。

このオオキンケイギクを栽培している場合や、ご近所で目にされた場合は駆除をお願いします。

※駆除方法

- ①根から丁寧に抜き取ってください。
- ②抜き取った花は種子などが飛散しないよう、可燃ごみとして処分してください。



参考：オオキンケイギクの一例

information

お知らせ

ふるさとCM大賞NAGANO作品・映像募集

■問合せ 総合政策課 情報政策係 ☎0267-86-2553

佐久穂町は「第19回ふるさとCM大賞NAGANO」に応募します。昨年の第18回では最優秀賞である「ふるさとCM大賞」を受賞することができました。今年も役場新入職員を中心に、地域おこし協力隊の副島隊員とともに作品を作っていきますので、皆様のご協力をよろしくお願いします。

■応募作品募集について

住民の皆様からの「ふるさとCM大賞NAGANO」への応募作品を募集します。

○内容：市町村の特徴を表現した30秒の未発表CM作品

○主催：abn長野朝日放送

○応募締切：9月20日（金）必着

○応募先：総合政策課情報政策係

※応募形式・資格などの詳細は、お問合せいただくか、佐久穂町ホームページをご確認ください。



☆家庭に眠るビデオのご提供のお願い☆

ーふるさとCM大賞で活用させてください！ー
今年の応募作品は、住民の皆様が佐久穂町で過ごした時間をつなぎ合わせて映像作品にしたいと考えています。ついては、以下のとおり住民の皆様が過去に撮影した動画をお借りしたくご協力をお願いします。

■募集内容：

2000年までに佐久穂町で撮影した8ミリフィルム

・miniDVテープなどのビデオ動画

※ホームビデオでかまいません（×写真）

※DVD化し、現物とともにお返しします

例）・地域の行事・小中学校での行事

・商店街の姿、家族での余暇 などなど

■応募先：総合政策課 情報政策係

ご提供いただける方、まずはお問合せください。

お知らせ

運転手つきマイクロバス手配の注意喚起について

■問合せ 北陸信越運輸局長野運輸支局 ☎026-243-4603

- 運転手付きマイクロバスの手配は、国土交通大臣の許可を受けたバス会社を利用しましょう
- ・運転手付きの「白ナンバー」のマイクロバスは、いわゆる「白バス」と呼ばれる道路運送法に違反するサービスです。
- ・道路運送法の許可を受けたバス会社（貸切バス業者）の正規のマイクロバスには「緑ナンバー」が付いています。
- ・正規の貸切バス事業者には「運送引受書」や「領収書」などの関係書類の交付が義務づけられています。口答による契約は、法律に違反するサービスです。

- ・レンタカーと運転手が一体的に提供されるサービスも、いわゆる「白バス」と呼ばれる法律に違反するサービスです。
- ・違法な「白バス」を利用して、万が一、事故に遭って負傷した場合、適切な損害賠償がなされず、治療費などの損害額を利用者自身が全額負担しなければならないケースもあります。



【広告欄】



「広報さくほ」では、企業の皆様からの広告を掲載しております。広告を出したいが、どこに出せばよいかお困りの方、広告の範囲拡大を検討している方、「広報さくほ」をぜひご利用ください。

●広告掲載料金は下記のとおりです。

	1 枠 (44×85mm)	2 枠 (44×175mm)
町内業者	2,500円	5,000円
町外業者	5,000円	10,000円

※この広告は、2 枠 (44×175mm) サイズの広告です。

広報 さくほ

月 1 回発行、部数は 1 回あたり約4,300部
常会長を通じ町内世帯配布及び役場窓口で配布

地域おこし協力隊員コラム

「安心できる暮らしに必要なこと」

地域おこし協力隊 炭谷 茜



「暑いですね」なんて会話をかわせることに幸せを感じる佐久穂の夏。私が初めて佐久穂町に滞在したのは平成28年の10月末。しばらく千葉の実家と行き来しながらお試し移住をしていました。2年前の冬、思い出してください。本当に寒かったのです。1月末頃はマイナス2桁代はざらで、-20℃という数字も体験しました。味噌汁がみぞれ状になり、トイレが流れなくなり、掃除機まで動かなくなり、知らない土地で本当に心細い思いをしました。

これまで町の移住支援員として、空き家の掘り起こしと、移住希望者とのマッチングを行ってきました。住まいの紹介をする際には、そうした経験も踏まえてお話をして「本当にここでやっていけそうか」判断いただくようにしています。住まいが安心できる場所となっはじめて、地域に目が向いたり、なにかやりたいという意欲がわいたりすることを身に沁みて感じたからです。

昨年度から、私自身が大日向に住んでいることもあり、大日向小学校の開校にともなう大日向地区での移住支援を中心に活動を続けています。当初の課題は「大日向に住みたいんです」と言われても、紹介できる住宅がない現実でした。平成28年度に町が当時の区長さんに依頼して行った空き家調査では、約500件の家が「常時住まいとして使用されていない」と判断されており、そのような家は

大日向地区に87件ありました。

現在まで、大日向小学校に入学するために移住してきた12家族が佐久穂町で暮らし、そのうち大日向地区の空き家には5家族が入居しています。移住してくるといのは、環境の変化、仕事の有無、様々な不確定要素との闘いです。ある大家さんが、入居した家族が楽しく暮らしている様子を見て「安心したよ。本当によかった」と優しい笑顔を浮かべていらした姿は印象的でした。不安だらけの生活のスタートに、こんな風に真心をもって接してくれる人が一人いるだけで、どれほど心強いかわかりません。私自身もひとりの移住者として、佐久穂町で出会う人によって、地域と自分自身との結びつきが日に日に強くなるのを感じています。そんな関係性が、あちこちで広がることを望みに、これからも移住支援を続けていきます。



集落の人、信州大学生、大日向小学校の家族とのよもぎだんごづくり

<プロフィール>
千葉県松戸市出身。信州大学経済学部にてまちづくりを学ぶ。平成30年4月より佐久穂町地域おこし協力隊に就任。大日向4区に住み、集落での暮らしの楽しみ方を日々発信中。
ブログ：さくほの場合は。
<https://sakuhodekurasu.hatenablog.com/>



さわめびと

発掘!

夏は甲子園(高校野球)、冬は都大路(高校駅伝)に熱中する、郷土愛溢れるスポーツウォッチャー。

たかみさわ よしと
高見沢 義人さん

1942年佐久穂町生まれ。東京の電波関係の専門学校を卒業後、日立製作所に勤務。高松赴任中に高校野球の魅力を知る。20代後半で郷里に戻り、48歳の時電子部品の会社を興す。鉄道、富士山登山、アマチュア無線など多趣味でイベント好き。「これは行かなくちゃというイベントがある」としていらなくなり、何とか仕事を間に合わせて飛んでいく」性格で、「何事もハマったら、夢中で遊ぶ」が信条。高野町在住。家族は奥さんと2人。

「私、高校時代は夢も目標もなく、ただボケーつと過ごしていた。その反省というか、青春時代の忘れ物を取りに行く、そんな気持ちで高校野球、高校駅伝をしています」

夏

――入道雲が現れ、セミの声がかまびすしくなると、義人さんの腰が落ち着かなくなる。高校野球の季節がやってくるからだ。

今年も例年通り、県大会の準決勝から観戦。「今年はすばらしい準決勝でした。ベスト4に勝ち上がった公立の伊那弥生ヶ丘、飯山二校とも、ここでヒットが欲しいというチャンスに必ずヒットが出て、見ていて気持ちがいいほどでした」

義人さんの高校野球ファン歴は二十代にさかのぼる。四年間赴任した高松時代、住んでいたアパートの目の前が高校(高松工芸)のグラウンドだった。強豪校ではなかったが、夜遅くまで練習する選手たちのひたむきな姿に引き込まれた。週末は近くの市民球場で地元の高校の練習試合を観戦、いつしか熱心な

高校野球ファンになっていった。「プロはミスしても次の試合で取り返せるが、高校野球はミスしたら次がない。そこが高校野球のほかなさであり、魅力だと思います」

義人さんの初甲子園は一九九四年。佐久(佐久長聖の前身)が甲子園に初出場したときだ。以来、甲子園に行くこと十四回、戦績は六勝八敗四欠席。

しかし今年、義人さんが甲子園に行くことはなかった。なぜなら県代表は飯山高校。佐久広域の学校ではなかったからだ。そう、義人さんにとっての甲子園は佐久広域の高校が県代表になる、それが条件なのだ。

「この地域を盛り上げるためにも、佐久広域の学校に行つて欲しいんですよ。だから小諸商が決勝に進出した去年の夏の県大会は盛り上がりました」

高校駅伝にハマったのは十年ちょっと前。佐久長聖の応援に甲子園へ行った際、応援仲間から「駅伝にも行きましょう」と誘われたのがきっかけだ。以来、応援ツアーに参加。「駅伝の魅力は、一本のタスキをつないでいく選手たちの懸命な思い、走り」と義人さん。

義人さんの観戦場所は西京極陸上競技場のスタンドと決まっている。応援仲間は選手たちが競技場を出ると、各自好きな観戦ポイントに散って行くが、義人さんは大型スクリーンでレースを見守る。その大きな理由が「レース途中に、香川県のブリスに行つて讃岐訛りを聞くこと(笑)」。

香川は義人さんにとって第二の故郷でもあるからだ。応援ツアーのメンバーは義人さんを含め、佐久長聖とは無関係の人が半分を占める。

「部外者が先頭に立つて盛り上げている、そこがまたいいんですよ。しかも熱心な人ばかりで、毎年三十二、三人が参加するんですが、バスの中は行き帰りと駅伝の話で大盛り上がり。仕事とか他の話は一切しません」

駅伝に関しては、義人さんの仲間内で有名なエピソードがある。三年前の師走の早朝、義人さんが眠っていると、友達からの電話で起こされた。友達は電話口で言った。「おい、丸々バレとるぞ。新聞見ろや」



「高校生のがんばっている姿にはいつも胸を打たれます」。県大会準決勝2試合を観戦する高見沢義人さん＝松本市野球場

朝刊を開いた義人さんは「あつ!」と叫んだ。そこには西京極陸上競技場のスタンドの写真が載っており、そのど真ん中に義人さんが写っていたからだ。実は前日、同級生の葬式があったのだが、義人さんは用事があるといつて欠席。その用事というのが駅伝ツアーだったのだ。「あのときは友達から大ヒンシュクを買いました(笑)」

「高校野球、高校駅伝になぜ夢中になるか? 私、高校時代は夢も目標もなかっただボケーつと過ごしていた。その反省というか、青春時代の忘れ物を取りに行く、そんな気持ちで高校野球、高校駅伝をしています」

「実は私には夢があつて」と義人さん。「それは夏、甲子園のそばにアパートを借りて、全試合を見ること。ただ、炎天下で全試合見るのは体力的にちよつと無理かなと思つてます(笑)」。