

市報 アルプスがふたつ映えるまち

こまがね

2021年(令和3年)
7
No.1163



まちをピカピカに★
小さなお掃除屋さん

魅力を生かし、 そして継ぐ

～中央アルプス国立公園～

中央アルプスは、令和2年3月に県内で4番目の国立公園に指定されました。私たちは、古くから氷河期の爪痕が残る珍しい地形や希少な動植物、四季それぞれに人々を魅了する景色とともに、大自然に寄り添いながら生活を営んできました。この地域の貴重な資源を、後世へと受け継いでいかなければなりません。

中央アルプスは、希少な自然環境を守るために、昭和26年に国立公園に指定されました。以来、地域の財産として大切にされてきました。その後、昭和42年には、当時東洋一といわれた駒ヶ岳ロープウェイが開通。これにより、標高差950メートルを7分30秒で駆け上がり、誰もが気軽に標高2600メートルの高山帯へ足を踏み入れることができる、身近な山にな

国立公園を目指す きっかけ

みちのり 国立公園になるまでの道のり

りました。それまでは、一握りの登山者しか立ち入れなかった世界が多くの人に解放され、山岳の雄大な景観に触れることができる場になりました。そして、毎年多くの観光客が、その美しい景色を求めて訪れています。一方で、多くの人々が気軽に訪れやすくなったため、貴重な自然が人の活動による影響を受けることが心配されてきました。希少な自然環境の保護と魅力を生かした地域づくりの両立を、どう図るかが重要な課題となっていました。

Contents ～もくじ～

- 02 特集 魅力を生かし、
そして継ぐ
- 06 情報ピックアップ
・プレミアム付応援券
「こまPay」を発売
- 09 ・後期高齢者医療保険料率が変わります
- 10 ・国保保険証が変わります
・福祉医療費受給者証の更新
・地籍調査にご協力を
・青少年育成委員会だより
- 12 ・駒ヶ根ロードレース大会
ランナー・ボランティア募集
- 13 市長への手紙
- 15 こまかっぱ情報コーナー
- 20 すこやかライフ (健康情報)
カリヨン (文化センター情報)
- 22 やまびこひろば
駒ヶ根のシゴト
就職活動イベント紹介
ずくだせ！地域おこし協力隊
矢満田 務 さん
ちょっとひとこと
友野 由美 さん
- 24 みんなのレシピ
伊藤市長の雑記帳
- 25 すくすく (子育て情報)
子育てイベント情報
子育てリポート
(馬見塚公園)
元気なこまがねっ子
(北割保育園 地下道清掃)
Happy Birthday 7月生まれ
司書おすすめ絵本

今月の表紙

小さなお掃除屋さん (5月13日)

北割保育園では、定期的に近くの地下道清掃をし、まちをきれいにしています。詳しくは、26ページに掲載しています。





1



2



3



4

- ① 本年度改修を進める檜尾避難小屋
- ② 空木岳へ続く稜線（後藤寛さん提供）
- ③ 千畳敷カール内にあるモレーン
- ④ 紅葉シーズンでにぎわう千畳敷のカール底

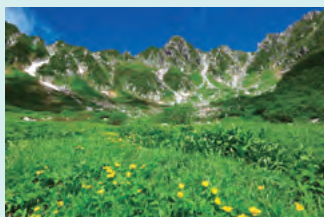
中央アルプスのココが貴重

□氷河地形（カールとモレーン）

カール（けんこく）とは氷河の浸食によって高山の斜面にできたおわん型のくぼ地のことです。また、氷河によって削られ運ばれた岩のちりは氷河の末端に堆積し、堤状のモレーン（たいせきてい）を造ります。伊那谷は、このカールを見ることができる日本唯一の盆地です。

□動植物

高山植物は、固有種（けんこくしゅ）のヒメウスユキソウとコケコゴメグサが生育しています。また、高山蝶のクモマベニヒカゲやライチョウなどの希少な動物も暮らしています。



夏の千畳敷カール
（後藤寛さん提供）



固有種のヒメウスユキソウ

悲願の 国定公園に

自然環境の保護と適正な利用を進めるため、平成27年に駒ヶ根市の呼び掛けで、関係市町村とともに県に対し、国定公園化の要望を行いました。これを機に、県と地元自治体、観光関係団体などによる「中央アルプス国定公園化研究部会」が発足し、公園計画案の検討など具体的な取り組みが始ま

りました。さらに、平成30年には上伊那郡、下伊那郡、木曽郡の地域で、国定公園化に係る事業者説明と地元説明会を実施。そして、国定公園指定書と公園計画の長野県案が固まりました。その後、環境省中央環境審議会による現地視察や諮問、答申などを経て、ようやく地元の悲願であった国定公園の指定が5年越しでかないました。

つながり 麓との深いつながり

里の暮らしと 山との関わり



冷たく澄んだ中央アルプスの伏流水（駒ヶ根高原）

国定公園の指定理由の一つには、中央アルプスが古くから麓に暮らす私たちの生活と、深く結びついてきたことが挙げられています。駒ヶ根市は二つのアルプスに抱かれた地域であることから、この地に暮らす人々は、昔から山を仰ぎ見ながら生活を営んできました。

山を見てその日の天候を判断したり、残雪の雪形で農事

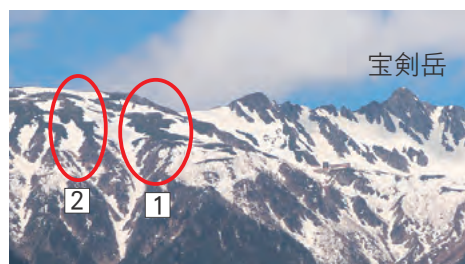


学校登山による宝剣岳登頂（大正4年撮影、駒ヶ根市立博物館所蔵）

の時期を見定めたりするなど、山と共に習慣や文化がつくられてきました。中でも、雪形は古来より伝えられ、「島田娘」や「種まき爺^{じい}」は、多くの方に知られており、春を告げる目印となっています。

また、地域産業においても中央アルプスから湧き出る豊富な伏流水を使用した企業も多くあります。水を生かして、食品・酒造・精密機器等の企業が操業しており、山からの恵みは地域経済を支える上でも、欠かせない存在となっています。

新緑の季節に現れる 中央アルプスの雪形



① 島田娘

結婚式などで見られる島田髷^{まげ}を結った横顔の女性の雪形。

② 種まき爺^{じい}（稗^{ひえ}まき小僧・盆踊り娘）

種をまいているおじいさんの雪形。稗まき小僧ともいわれます。また、娘が袖を垂らして踊っている姿にも見えます。

昔の人は、これらの雪形が現れると農作業開始の目安にしたといわれています。

120年続く 学校登山

このように、ここに暮らす人々は、古くから山に寄り添い、山に支えられてきました。

この地で生まれ育った多くの方が、学校登山を経験した思い出をお持ちのことでしょう。市内では、中学2年の時に学校行事で木曾駒ヶ岳に登ります。

この学校登山の歴史は古く、約120年前に始まったといわれています。明治時代に入り学校令が敷かれると、明治30年頃から心身鍛錬のために

木曾駒ヶ岳への集団登山が行われるようになりました。

明治から大正時代にかけては、近代登山（山に登ること自体に楽しみを求めた登山）の普及により、中央アルプスで盛んに登山が行われたことが、記録として残されています。

大正時代以降は、山小屋や登山道の整備が進みました。環境が整備されたことで、登山が快適になり、学校登山をする上でも、安全面で大きな役割を果たしました。先人たちの努力があったからこそ、学校登山は今も伝統行事として受け継がれています。



南信州山岳ガイド協会
ひでなり
代表 **林 秀也** さん

ありのままの美しさを後世へ

国定公園の指定を受け、うれしく思います。中央アルプスは主に花こう岩からなり、その白い岩はとてもきれいな景色を作っています。歩道の一步外には、ありのままの自然がある。その美しさを大切に、後世へ引き継いでいてもらいたいです。

魅力を守るとともに
活用に期待
国定公園になった今、中央アルプスの魅力を、より多くの皆さんに知っていただく絶

いかす
自然を守り、
魅力を生かす

好の機会です。国定公園化による知名度の向上といった利点を生かし、公園全体の適正な利用を推進します。さらに、ナショナルパークとして、海外への情報発信も可能となり、外国人観光客などの増加も想定されます。集客が上がることで、地域全体の振興につながることも期待されます。今より多くの皆さんに山の魅力を知ってもらい、全国に誇れる山岳都市を目指します。

同時に私たちは、登山客や観光客が増えても、国定公園だからこその「特別保護地区」の設定により、希少な自然環境を一層保護していかねければなりません。そして、この素晴らしい自然環境を大切に守り、後世へと受け継いでいきたいと思います。

【問い合わせ】

商工観光課 観光係
内線 441

中央アルプス国定公園記念イベント

イベント当日は、予約不要で楽しめるブースが盛りだくさん♪
お気軽にお越しください。

FM 長野「SATURDAY D」
公開生放送 11:00 ~ 12:00
(エントランスにて)



登山 YouTuber として活躍しており、今年、山の日アンバサダーに就任した、かほさんを迎え登山や自然の魅力を楽しくお話しいたします。



中央アルプス写真展
「地球の色と形を切り取る」
(小ホールにて)

日本アルプスの山岳地帯を主に、国内の自然風景を撮り続け、数多くの作品を発表している津野祐次さんの作品展です。

駒ヶ根市立図書館
山岳コーナー



約 1,200 冊の山岳ガイド本を所蔵。中央アルプスの自然を学びたいとき、小説・紀行本で登山に親しみたいとき、山岳コーナーをご利用ください。当日のみ司書が「山スタイル」でご案内します。

その他、さまざまな出店が予定されています。詳しくは、右 QR コードからホームページをご確認ください。



※新型コロナウイルス感染防止のため、イベント内容は変更になる場合があります。

応援

プレミアム付応援券 「こま Pay (第2弾)」を発売します

新型コロナウイルス感染拡大によって影響を受けている市内事業者の皆さんを応援するため、市と駒ヶ根商工会議所では、過去最大規模となる発行総額3億円の「プレミアム付応援券(愛称:こまPay)」を発売します。

今回は、飲食店事業者への支援として、新たに「飲食店専用券」を追加し、昨年同様、デジタルと紙の2つの方法で販売します。購入を希望される方は、スマホアプリ「LINE」で購入するか、往復はがきでお申し込みください。

応援券で購入できない商品がありますので、詳しくは以下をご覧ください。
※この事業は、国の地方創生臨時交付金を活用しています。

【問い合わせ】商工観光課 商業係 内線431



飲食店専用券は、
他の券よりも
2,000円お得!



応援券の概要

よくある質問

◆応援券の種類

券種	内容	販売セット数	購入上限
地域専用券 (中小規模店でのみ利用可、 大型店利用不可)	1セット 12,000円分(1,000円券×12枚) を 10,000円 で販売 2,000円お得!	デジタル 7,800セット 紙 5,200セット	一人2セット まで
全店共通券 (大型店を含む全ての登録店 で利用可)	1セット 12,000円分(1,000円券×12枚) を 10,000円 で販売 2,000円お得!	デジタル 3,000セット 紙 2,000セット	一人1セット まで
飲食店専用券 (登録の飲食店でのみ利用可)	1セット 14,000円分(1,000円券× <u>14枚</u>) を 10,000円 で販売 4,000円お得!	デジタル 3,600セット 紙 2,400セット	一人1セット まで

◆対象者や期間等

販売 対象者	平成15年4月1日以前に生まれた駒ヶ根市内に住民 登録のある方(高校生は除く) ※個人単位でのみ購入可。法人や団体等での購入不可。
利用店舗	市内約300店舗(店舗一覧は8ページ参照)
販売・申込 期間等	【デジタル応援券】 販売期間: 7月3日(土)～16日(金) 利用期間: 7月3日(土)～10月31日(日) 【紙応援券】 抽選の場合は60歳以上優先 申込期間: 7月3日(土)～16日(金) 販売期間: 7月27日(火)～8月31日(火) 利用期間: 7月27日(火)～10月31日(日)

応援券利用上の注意

- ▶ 応援券利用の際、お釣りは出ません。
- ▶ 飲食店専用券は、1セット14枚つづりです。他の2つの応援券と枚数が異なりますのでご注意ください。
- ▶ 新型コロナウイルス感染拡大状況により、利用期間が変更となる場合があります。

◆応援券を利用できない例

- 税金や公共料金などの支払い
- たばこの購入
- 家賃、地代、駐車料など不動産に関わる支払い
- 商品券、ビール券、図書カード、切手、印紙、プリカなど換金性の高いものの購入
- 電子マネーへのチャージ

※国や県が発行するクーポン券等の購入も、対象外となります。

◆購入・申込方法

次のいずれかの方法で購入・申し込みをしてください。両方の購入はできません。

【デジタル応援券】スマホアプリ「LINE」で購入

先着順 紙は発行されません

購入手順

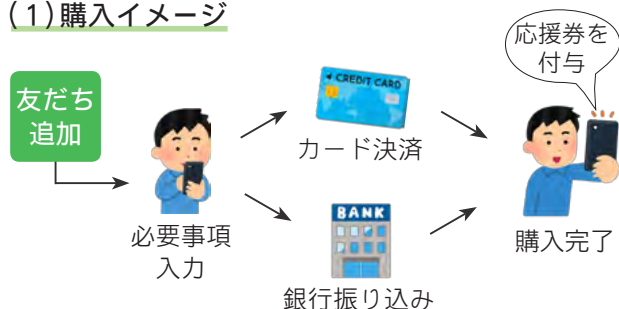
- ①LINE公式アカウント「駒ヶ根市」を友だちに追加。
 - ②希望する応援券の「購入」ボタンを押す。
 - ③利用規約を確認の上、必要事項を入力。
 - ④ショートメッセージが届き、記載の認証番号 4 桁をLINE上で入力。
 - ⑤購入セット数と支払い方法を選択し、購入。
- ※クレジットカードの場合、決済後から応援券を利用できます。
銀行振り込みの場合、入金確認後 3 営業日以内に応援券を付与。



友だち追加

デジタル応援券購入時に入力いただく住所・氏名等の個人情報は、前回・今回ともに、委託事業者の国内のデータセンターで安全に保管しています。

(1) 購入イメージ



●銀行振り込みの注意事項●

- ▶ 振り込みは1人分ずつ、応援券の種類ごと振り込んでください。まとめてお振り込みされると、応援券との関連付けができません。
- ▶ 振り込み名義は「LINE上に表示された番号 4 桁」+「購入者名」としてください。ショートメッセージの認証番号は不可。
- ▶ 振り込み後は、必ずLINE上で「振込を通知」ボタンを押してください。
- ▶ 振込手数料は、お客さま負担となります。

(2) 利用イメージ



市公式LINE始めます！

7月中旬から、駒ヶ根市LINE公式アカウントが配信スタート。応援券に関する情報の他、新型コロナウイルスやイベント情報等を配信します。

【紙応援券】往復はがきで申し込み

応募多数の場合は 抽選

当選者には、
7月26日(月)に購入券を送付。
7月27日(火)以降に郵便局で購入。

●はがきの記入例

往信面(切手部分の色:青)

63 □□□-□□□□	
〒399-4192 (住所不要) 駒ヶ根市役所 「応援券」受付係	※何も記入しないでください

返信面(切手部分の色:緑)

63 □□□-□□□□	①郵便番号・住所 ②氏名 ③生年月日(西暦) ④電話番号 ⑤希望購入場所(郵便局名) ⑥希望応援券・セット数
申込者の郵便番号 住所 氏名	

次のいずれかの局
・駒ヶ根
・赤穂福岡
・中沢
・東伊那

紙応援券の注意事項

- ▶ 申し込みは、一人1通まで。2通目以降は無効。
- ▶ 抽選となった場合、60歳以上の方を優先して抽選します。
希望数より少ないセット数で当選する場合があります。

【記入例】

地域専用券 2セット
全店共通券 1セット
飲食店専用券 1セット

- 全店共通券は、大型店を含む全てのお店で利用可。 ●地域専用券は、大型店以外のお店で利用可（飲食店も利用可）。
●飲食店専用券は、以下「飲食店」に記載されたお店でのみ利用可。

飲食店(飲食店専用券も利用可)
DINING KITCHEN ARCH
アクア ディフォンテ
味菜処
アドニス
味わい工房
a.d.f(アディエツフェ)
Arika
バー アンビエンス
旬魚介料理 一心
いな垣
イルブント
喫茶 ウッディナナ
Coffee House WOOD INN
EleRiona
味処 おおくら
小木曾製粉所 駒ヶ根店
レストラン OZ(オズ)
COWBOY GRILL
花兆
かっぱ厨亭
桂
麺匠 がむしゃら
唐子亭
カフェ カリーノ
きっちん かわ
カントリーカフェ
そば処 喜野や
とんかつ きらく
カフェ グース
グリーンオックス
らーめん道 黒こくや
Cross Life
居酒屋 幸元
ここまるキッチン
越百
駒ヶ根シェアカッチン
彩園
居酒屋 さいとう
スナック さえら
さかなや道場 駒ヶ根店
インド・ネパールレストラン SARIKA
島小Café
Sink
割烹 新谷
割烹食堂 水車
御食事処 すが野
休み処 すみよしや
焼肉 スローボート
隠れ家ダイニング sorama
焼肉レストラン 高砂
食堂 たつみ
Tapas en bar えむ
TEAK
足湯茶屋 東右衛門
巴寿司
トラットリア・オグラ
鳥三食堂
居酒屋 とりや
手打ち蕎麦処 なごみ
レストラン 菜々ちゃん
焼肉 なる
レストラン パオ
初寿し・味処初
お食事お酒処 ばばりん
居酒屋 浜
バル和幸
bien bien
酒菜割烹 福元
福麟楼 本店・福麟楼 中割店
うなぎ 藤よし
カフェレスト ペリカン
ピッツェリア 堀内
ボン コパン
食事処 まさき屋
味香月
みはる食堂

ムーミンPaPa
明治亭 駒ヶ根本店・登山口店
喜多方ラーメン めんこい
スナック MONCHI
元祖光前寺そば やまだや保翁
ゆるりと
食処 よし乃
ラーメンとギョーザの店 雷音
Japanese びしゅ Dining 爛漫
Infinte Space RING
Lily
割烹 若松
焼肉食堂 わっしょい
食品・酒
仲町食糧販売店
入亀酒店
ヴァンドール
漆山精肉店
和スイーツ 圓月堂
大中屋酒店
かっぱふれあいセンター
駒ヶ根高原農産物直売所
信州駒ヶ根菓子処 斉藤
サカマ洋菓子店
自然食品 桜屋商店
お菓子の里 信州苑 光前寺店
すずらんハウス
御菓子司 生月
つるや酒店
中太屋酒店
長野食料品店
Bimi(ビミ)
御菓子処 ふくざわ
福田屋商店
ケーキ店 HONOKA
丸玉あわや商店
ワインショップ マルマス
マルモ柳屋商店
三澤焼菓子店
食パンの店 盛屋
柳屋肉店
茶處 山二園
養命酒 健康の森
よねやま醤油酒店
りんごのきのした農園
ル・プレジール
スーパー
A コープ 東伊那店
マルトシ 生鮮食品館
コンビニ
セブンイレブン 伊南バイパス店
セブンイレブン 大徳原店
セブンイレブン 中央店
セブンイレブン 梨の木店
セブンイレブン 古田切店
ファミリーマート JAこまがね店
理美容
サロンド アカハネ
analog
美容室 うふふ
echt hair
n-west
ヘアサロン ogiso
理髪処 キガサワ
Quon信州
CLAP Hair Design
髪匠 Leaves
ヘアショップ こいけ
ヘアズクラブ SAVA
The BALANCER
さんぱつ屋 駒ヶ根店・西友店
美容室 シェリオントワ
hair shimizu
hair salon shimizu
理容 しもじま
お肌の専門店 中島屋
ヘアールーム ナプア

Knoah(ノア)
ビアンシュール Hair Art CLAIR
ヘアサロン ファイブ
Bulichu Hair Design
ヘアサロン フレッシュ
ヘアサロン ポッポリーまつした
ヘア マリー
ビューティサロン みその
Milky Way
Nail Room MIN
らっきい理容
Rapi relaxation shampoo
Ran ビューティプロジェクト
Lea hair.co
LOTUS
衣料品
AOKI 駒ヶ根店
Amie(アミイ)
メンズショップ キクヤ
北沢屋
CUTE DEUX
クオーク駒ヶ根(ベル駒内)
ブレタサロン すずらん
レディスショップ たちばな
アトリエ 丹歩歩
チヨダ 駒ヶ根店(ベル駒内)
ブティックとのお
TrePini(トレピニ)
ふじや
カジュアルショップ ブルーポイント
棒政洋品店
マスマヤ衣料品店
丸三いしはら
マルタ(ベル駒内)
クロゼット ヨネザワ
龍水呉服
家電
エルコンパス ハラ
カメラのキタムラ 駒ヶ根店
TAC(タック)
まいどのティブロン
三澤電気商会
燃料等
オートバル フラワーロード駒ヶ岳
オートバル 中沢油所
カーケアステーション 北町
カーケアステーション 花の道
カーケアステーション 南町
川岸商会
サスコ丸山商店
田中燃料店
ホープ 駒ヶ根店
ヨコヤ給油所
専門店
アウトドアショップK
赤穂カメラ
伊勢周商店
ふとんのオクムラ
角十綿屋商店
カクタ
クスリのカツヤ
手作りの店 かれんすとあ
クリーニングショップ浦野
古島屋
堺澤辰弥鍼灸院
手づくりの店 サンワ
下宮伸一写真事務所
シェウワ美術
夢倶楽部 しらかば
白鳥時計店
仁整骨院
ZCOO-SHOP(ズクショップ)
助六
タケモト小間物店
Flower ちいさな庭
TSUTAYA 駒ヶ根店
ギフトギャラリー としまや

駒ヶ根 永井仏壇
長野デラップス
ハヤシ薬局
整体×コンディショニング Piece
フォトガーデン・ホンダ
富貴屋金物店
BOOKOFF 宮の前店
マヌ's ヒーリング マッサージ
マルコミ
丸正毛糸専門店
ミストラル 駒ヶ根店(ベル駒内)
三ツ星屋京染店
フローリスト むかしや
メガネの21 駒ヶ根店
ヤマサン宝飾
吉村商店
リンパ整体 楽
りらく庵
RIDGELINE
雑貨屋 RunaRuna
ROND BICYCLE
渡辺家具店
自動車
オートアールズ駒ヶ根バイパス店
オートバル駒ヶ根
スズキアリーナ南信
林モータース
タイヤショップ駒ヶ根
タイヤショップ池上
トゥモロウ・ネット・ワークス
花木タイヤ商会
ポディエショップ キガサワ
ホリデー車検 駒ヶ根
Honda Cars 松本南 駒ヶ根店
増田屋自動車工業
松井自動車工業 本社
松本日産自動車 駒ヶ根店
みつい自動車
三菱サテライトショップ駒ヶ根
リフォーム等
あんしんリフォーム 石田建設
伊南電工
窪田建設
中島電気工事
旅館・ホテル・レジャー等
駒ヶ根高原 家族旅行村
割烹 しぶき荘
駒ヶ根高原リトリート すずらん堀
西山荘
和みの湯宿 なかやま
山野草の宿 二人静
馬見塚旅館(お食事処まみづか)
駒ヶ根高原 リゾートリンクス
露天こぶしの湯
交通
赤穂タクシー
伊那バス 駒ヶ根営業所
伊那バス観光 駒ヶ根営業所
丸八タクシー
その他
アイバル
ISC駒ヶ根スイミングクラブ
アルテホール光祥院
学研CAIスクール
虹のホール 駒ヶ根・花みずき
ビジナルのおそうじセンター
flat-k
大型店(全店共通券のみ利用可)
A コープ こまがね店
エディオン 駒ヶ根店
ケーヨーデイツー 駒ヶ根店
デリシア 駒ヶ根店
テックランド 駒ヶ根店
ニシザワ 福岡食彩館
ベルシャイン 駒ヶ根店

高齢医療

後期高齢者医療保険料の 軽減率が変わります

後期高齢者医療保険とは

後期高齢者医療保険は、75歳以上または65歳以上75歳未満で障がいのある方（県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた方）が対象の医療保険制度です。保険料は、「均等割」と「所得割」を合わせたものとなります【図】。

均等割額の軽減率を見直し

保険料の均等割額は、制度当初か

【図】 保険料の計算方法

均等割額 40,907円(年額)

- ・全加入者が負担
- ・所得による軽減あり【表】



+

所得割額 $[(R2 \text{ 年所得} - 43 \text{ 万円}) \times 8.43\%]$

- ・本人の所得に応じた額

＝

1年間の保険料 ※上限額年間64万円

ら軽減の特例措置を実施してきました。しかし、高齢化による制度の持続性や世代間の負担公平を図るため、見直しが行われています。今回

【表】 均等割額の軽減

世帯内の被保険者と 世帯主の前年の総所得金額を合計した額	軽減割合と年額
43万円 + 10万円 × (年金・給与所得者数※ - 1) 以下の世帯	7割軽減 12,272円/年 (28,635円軽減)
43万円 + (28.5万円 × 被保険者数) + 10万円 × (年金・給与所得者数※ - 1) 以下の世帯	5割軽減 20,453円/年 (20,454円軽減)
43万円 + (52万円 × 被保険者) + 10万円 × (年金・給与所得者数※ - 1) 以下の世帯	2割軽減 32,725円/年 (8,182円軽減)

※世帯内の被保険者と世帯主のうち、55万円を超える給与収入がある方の数と、公的年金等の収入が125万円(65歳未満の場合は60万円)を超える方(給与収入がある方を除く)の数の合計

の見直しでは、7・75割軽減が廃止された他、税制改正による基礎控除の引き上げなどから、軽減割合を判定する所得の計算式が変更となりました【表】。

7月の中旬以降に、市から保険料の決定通知書を送付します。本年度の保険料額が記載されていますので、詳しい内容等は通知でご確認ください。

保険料の納付方法

保険料の納め方は、年金からの天引きによる「特別徴収」と、口座振替や納付書による「普通徴収」があります。加入から半年～1年程度は、普通徴収で納付いただき、その後一定の要件に該当する方は、特別徴収に切り替わります。

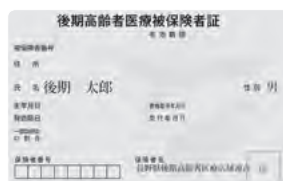
ただし、年金が年額18万円未満の方や、次のいずれかの場合には継続して普通徴収となります。

- 介護保険料が普通徴収の場合
- 介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が、基礎年金額の半分を超える場合

普通徴収となる方には、納め忘れ

新しい保険者証を7月に郵送します

8月になっても届かない場合は、お問い合わせください。古い保険証は破棄してください。



旧 オレンジ色



新 黄色

のない口座振替をお勧めします。また、特別徴収の方も、前年度より保険料が大きく変わった場合等に、普通徴収に切り替わることがあるため、振替口座の登録をしておくことが安心です。登録方法などはお問い合わせください。

【問い合わせ】

市民課 国保医療係
内線 322

国保

国民健康保険証の更新



新しい保険証を送付

国民健康保険(国保)の保険証は毎年更新しており、現在の保険証の有効期限は7月31日までです。

新しい保険証は、国保に加入している世帯の世帯主に7月中旬に郵送します。届きましたら、該当する世帯員全員の保険証があるか、住所や氏名等の記載内容に誤りがないかなどを確認し、古い保険証は破棄してください。

届け出漏れにご注意

社会保険から抜けた時に、国保の加入手続きを行わないと、国保の保

保険証の色が変わります

旧保険証(7/31まで)

空色



新保険証(8/1から)

緑色

険証は発行されません。また、社会保険に加入した際に、国保を抜ける

手続きを行わないと、国保税がそのまま請求され続けてしまいます。特に、次のよくあるケースと原因①・②に該当する方は、必ず市民課へ届け出を行ってください。

【よくあるケースと原因①】

勤務先の健康保険証を持っているのに、国保の保険証が届いた。

↓会社の健康保険に入った際に、国保を抜ける届け出をしていない。

【よくあるケースと原因②】

会社などを退職しているのに、国保の保険証を持っている。

↓国保への加入手続きをしていないため、保険証が発行されていない。

本人が手続きすることが困難でも、同一世帯の方であれば代理による届け出ができます。手続きに必要なものなどは、左のQRからご覧いただくか、お問い合わせください。

【問い合わせ】

市民課 国保医療係

内線 321



福祉医療

福祉医療費受給者証が更新時期に

福祉医療制度とは

市では、乳幼児や児童、障がい者などの皆さんの医療費を助成しています。左表に該当する方は、資格を取得できる場合があります。詳しくは市民課へお問い合わせください。

受給者証の更新

◆区分が【障がい者・母子父子】の方
障がい者の方は7月下旬、母子父

【表】福祉医療制度の対象者の概要

区分	対象要件	給付範囲	所得制限
子ども	0歳～中学3年生	外来	なし
	0歳～18歳以後最初の3/31まで	入院	
障がい者	身体障害者手帳1～4級	外来 入院	あり(※)
	療育手帳A1・A2・B1・B2		
	65歳以上国民年金法施行令該当者	外来	
母子父子	精神障害者保健福祉手帳1～3級	外来 入院	あり
	18歳未満の子がいる母子父子家庭		
結核患者	感染症法第37条の2第1項該当者	対象治療	

※年度末年齢が18歳以下の方は、所得制限なし。

子の方は10月下旬に新しい受給者証と更新申請書を送付します。申請書の記載事項に訂正があれば、旧受給者証と申請書を窓口(市民課、中沢・東伊那支所、駒ヶ根駅市民サービスコーナー)へ提出してください。訂正がない場合、提出は不要です。

○提出期限

・障がい者…8月31日(火)
・母子父子…11月30日(火)

※区分が【子ども】の方(障がい児と母子父子の子ども含む)

8月診療分から、柔道整復施術療養費についても、1カ月1医療機関につき最大500円を支払うことで受診できるようになります。これに伴い、7月下旬に新しい受給者証をお送りします。なお、母子父子の子どもも、8月診療分から同じ取り扱いになりますが、新しい受給者証は年度更新に合わせ、10月下旬にお送りします。

【問い合わせ】

市民課 国保医療係

内線 322

土地

地籍調査にご協力を



地籍調査は、土地の所有者や境界等を確認し、面積を測量する調査です。市では、平成25年度から地籍調査を開始し、調査結果を基に法務局の登記簿と地図を正しい情報に更新しています。

地籍調査の必要性

現在、法務局で管理している土地の形状や面積等の情報は、現状と異なることがあります。地籍調査が未実施のため、次のような問題が発生したという報告もあります。

▼大規模災害で、土地の境界や権利関係がはっきりしないため、復旧が遅れてしまった。

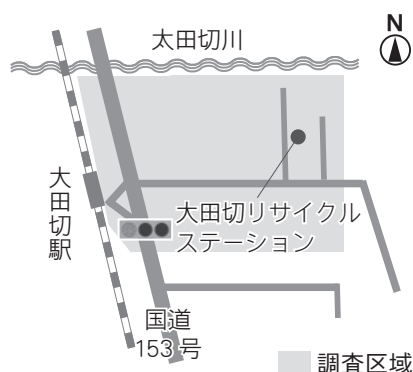
▼土地を購入後、登記簿の面積と違っていたと分かり、代金返還等のトラブルが発生した。

このような事態を未然に防ぐため、市では地籍の調査を着々と進めています。

立ち会い等のお願い

正しい登記内容や地図にするため、境界立ち会い、仮杭打ち、結果の閲覧には必ず出席してください。

【図】本年度地籍調査を開始する大田切地区の範囲



また、調査の結果、境界や面積が変わることがありますので、ご理解をお願いします。

本年度の調査地区

引き続き、飯坂東地区の調査を実施します。なお、本年度から大田切地区の調査を開始します【図】。現地立ち合いが必要な土地所有者の皆さんには、直接通知します。また、地元説明会で調査の具体的な内容を説明します。

【問い合わせ】

建設課 地籍調査係
内線511

非行防止

青少年育成委員会だより 安全な地域づくり

7月は「青少年の非行・被害防止全国強化月間」です

【あいさつで非行・被害の防止を】

県では、家庭や地域でお互いに「あいさつ」をすることで、みんながつながり、地域ぐるみで子どもたちの育ちを応援する「信州あいさつ運動」を推進しています。無理せず、できる地域や人であいさつをしてみましょう。まずは家庭で、大人から子どもへあいさつをしてみましょう。

【家族の時間を増やしましょう】

家族との時間が増えれば、ゲームやスマホ等に向かう時間が自然と減り、ネット依存の予防にもつながります。日頃から会話の機会を増やすなど、家族の時間を作りましょう。

また、親子でゲームやスマホの利用ルールを決めましょう。

【例】

- ▼利用する場所・時間
- ▼有害サイトのフィルタリング
- ▼SNSで知り合った人と会わない

青少年育成委員の選任

令和3年度駒ヶ根市青少年育成委員

員会の、各地区の委員と役員が決まりました。青少年育成、非行防止、安全なまちづくりを目指し活動していきます。

地区	◎は会長、○は副会長 (敬称略)
南割区	代田卓生 飯山千恵美
中割区	杉山哲也 武田りえ
北割二区	加藤昌幸 臼井正美
北割一区	齋藤真一 中村祐一
小町屋区	浦上一夫 岩松眞奈美
福岡区	渋谷博光 松原博人 城田摂世 桜井さおり
市場割区	湯澤雅博 辰口憲治
上赤須区	熊澤榮吉 吉瀬とよ子
下平区	浅井和彦 宮澤重雄
町一区	保科公幸 下平桂
町二区	鈴木博志 伊藤道夫 池上耕史
町三区	○松崎茂 雨澤隆明
町四区	◎熊谷篤司 金山久美子
上穂町区	春日章 小鍛冶綾子
中沢区	○竹村定男 宮下聡子
東伊那区	久保田昇

【問い合わせ】

社会教育課 生涯学習係
内線721

募集

駒ヶ根ロードレース大会 ランナー・ボランティア募集

駒ヶ根ロードレース大会を
開催します

信州駒ヶ根ハーフマラソンの代替
イベントとして、9月に駒ヶ根ロ
ードレース大会を開催します。7月12
日(月)に申込受付を開始しますの
で、ぜひご参加ください。

なお、新型コロナウイルス感染症
対策を十分にとった上で開催します。

大会の概要

●種目と参加費

- ①5キロ(中学生以上) 3千円
- ②3キロ(小学生) 500円

※①は上伊那、②は市内の方限定

●定員 各種目300人

●会場 天竜川河川敷

(丸塚公園・駒見大橋付近)

●開催日

9/26 (日)

雨天決行

●申込期間

7/12(月)～30(金)
午後4時まで

※定員になり次第締
め切ります

●申込方法

- ①大会パンフレットに添付された
郵便振替用紙に必要事項を記入
- ②郵便局で参加料を支払い申し込
み完了
- ③9月中旬にナンバーカードなど
がお手元に届きます

大会パンフレット配布

●配布開始 7月6日(火)から

●設置場所

市教育委員会(保健センター1
階)、市役所市民ホール(本庁舎
1階)、市内公民館、市内郵便局
※第7回信州駒ヶ根ハーフマラソン
(2019年開催)の参加者には、
7月上旬に送付します。



ボランティアの皆さんの様子

大会ボランティア募集

例年の信州駒ヶ根ハーフマラソン
も、各地域やボランティアの皆さん
のご協力のおかげで、ランナーが安
心・安全に楽しく参加できています。
懸命に走るランナーを支えるボラン
ティアになってみませんか。

ボランティア活動の内容

物品配布や走路員など、可能な範
囲でご協力いただきます。ご希望の
ボランティア内容がある場合は、申
込時に事務局へお伝えください。

◆活動日時 9月26日(日)大会本番

駒ヶ根ロードレース大会は、
独立行政法人日本スポーツ振
興センターの「スポーツ振興
くじ助成」を
受けて運営を
行っています。



午前7時～午後1時(予定)

◆内容 参加賞の提供やコース周辺
の警備など

◆対象 個人・家族・団体・企業など、
どなたでも参加できます。

◆事前説明会 9月中旬(日時が決
まり次第、お知らせします。必ず
出席をお願いします。)

◆申込締切 7月21日(水)

◆申込方法 事務局へ窓口や電話で
ご連絡ください。

【問い合わせ】

社会教育課 スポーツ振興係
内線723

(ここを折ってください・やまおり)

3994190

料金受取人私郵便

駒ヶ根局
承認

48

差出有効期間
令和4年5月
31日まで
切手不要

(受取人)

駒ヶ根市赤須町20番1号

駒ヶ根市長 伊藤 祐三 行



市長への手紙

(ここを折ってください・やまおり)

市長への手紙

市長への手紙は、市民の皆さんからさまざまな提案などをお聞きし、市政に反映していくものです。より良いまちづくりのために、皆さんの率直なご意見をお聞かせください。

原則1カ月以内に回答

いただいた提案などで返事が必要なものについては、調査など時間を要するものを除き、市役所へ到着後、受け付けたのち原則1カ月以内に返事をします。なお、内容等によりお時間をいただく場合があります。

市報などで公開

いただいた提案などは、氏名などの個人情報伏せた上で、公開させていただく場合があります。

送付方法

13、14ページを切り取って、三つ折り後に必要な部分にのり付けし、切手を貼らずにポストへ投函する[※]か、市役所市民ホールにある意見箱へ入れてください。

「子育て全力応援！」の 施策の提案を募集します

駒ヶ根市の令和2年中の出生数は200人と前年の234人から大きく減少しました。近い将来、地域社会の持続性が危惧されます。この危機感から当市では、令和3年4月1日に「子育て全力応援！」を宣言しました。令和3年度から令和5年度の3年間で集中的に結婚・出産・子育て施策の充実化に取り組めます。

そこで、結婚・出産・子育てに関して、施策のアイデアを募集します。出生数が少しでも増えるようなアイデアや駒ヶ根で楽しく安心して子育てができるようなアイデアをお聞かせください。

また、赤穂高校、駒ヶ根工業高校とウミガメプロジェクトの協定を締結し、ふるさとへ関心を高める活動を進めています。このような、若者たちが進学等で都市部に出た後、地元に戻ってきてもらえるような取り組みにつながるアイデアもお聞かせください。

お寄せいただいたアイデアは、部署横断で組織している「子育て全力応援！推進プロジェクトチーム」で、市内外の関係団体等のご意見などをもいただきながら検討いたします。

※応募いただいたアイデアは、子育て施策の充実を図るための参考とするもので、回答はいたしません。

(ここを折ってください・やまおり)

(ここを折ってください・やまおり)

(ここを折ってください・やまおり)

裏面にのりを付けてください

※楷書^{かいしょ}でわかりやすくお書きください。

ご住所	〒				
お名前			年 齢	10代以下 40代 60代	20代 50代 70代以上
回答	要 ・ 不要		※どちらかを丸印で囲んでください。 不要に丸をしているもの、丸印がないものには回答いたしません。		

ひぼう
また、個人への誹謗中傷、個人的な要望などはご遠慮ください。

※書ききれない場合には、別の紙に書いて同封してください。

こまかっぱ 情報コーナー



イベント
お知らせ
相談
募集

市の人口(5月1日現在)

- 人口 31,723人(+22)
男性 15,558人(+12)
女性 16,165人(+10)
- 世帯 13,352世帯(+57)
- 4月中の異動
転入143人、転出108人、
出生12人、死亡25人

シルクミュージアム まゆクラフト体験

コロナ収束を願って、疫病退散の象徴「あまびえ」を作ってみませんか。



- ▶日時 7月11日(日)
午前10時～11時30分
- ▶定員 8人
- ▶料金 講習費 1,000円
- ▶申込締切 7月10日(土)
- 問 シルクミュージアム
☎ 82-8381

市民総合体育大会を 中止

7月18日(日)に予定していた、第48回市民総合体育大会は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します。

問 社会教育課 スポーツ振興係
内線724

イベント
お知らせ
相談
募集

高齢者クラブ連合会 作品展示会

市高齢者クラブ連合会では、会員が丹精込めて作った作品(絵画や手芸)などを展示します。入場は無料ですので、ぜひ足を運んでみてください。

▶日時

開催日	時間
7/6(火)	午後1～4時
7/7(水)	午前9時～午後4時
7/8(木)	午前9時～正午

▶場所

駒ヶ根駅前ビル アルパ
(3階)

問 市高齢者クラブ連合会
☎ 81-8131

男女共同参画を学ぶ セミナー

「～長野県の多様な人材は活躍できているのか～ダイバーシティの第1歩は男女共同参画」と題して、ジェンダー平等について、世界や日本、長野県の実情を知る講座です。

- ▶日時 7月17日(土)
午後1時30分～3時
- ▶講師 県男女共同参画審議委員会委員 山極 清子さん

▶場所

市役所南庁舎 大会議室

▶申込締切 7月6日(火)

▶申し込み・問い合わせ

総務課 人権・男女共同参画推進室 内線211

市長と語り合う会 開催

第5次総合計画策定に向け、ご意見をお聞かせください。



生涯学習・文化・スポーツ

地域・芸術を育むまちづくり、スポーツ推進による健康づくりなどについてご意見を伺います。

- 期 日 7月15日(木)
午後6時30分～8時
- 場 所 駅前ビル アルパ
多目的ホール
- 定 員 30人
- 申込締切 7月8日(木)

協働・男女共同参画・コミュニティ

協働のまちづくりや、男性も女性も活躍できるまちづくりなどについてご意見を伺います。

- 期 日 7月29日(木)
午後6時30分～8時
- 場 所 駅前ビル アルパ
多目的ホール
- 定 員 30人
- 申込締切 7月20日(火)

◆テーマに関連した取り組みをお話しいただく報告者は、決まり次第、市ホームページでお知らせします。

◆申し込みは、電話か市ホームページのフォームからお願いいたします。応募者多数の場合は、抽選となります。

問 総務課 秘書広報室 内線262

市HP▶



組合員・地域のみならずへ (株)グレースはJA上伊那のグループ会社です。伊那、駒ヶ根、辰野商工会議所会員です。

お盆の準備、 お済みですか？

お盆の特別料理、特選返礼品、
盆提灯のご注文は7月31日(土)まで、
家紋入り提灯は7月25日(日)迄です。

搬送依頼、葬儀打合せは
24時間365日受付

フリーダイヤル ☎ 0120-81-1509 TEL0265-81-1109

ふれあい・語り・地域と共に
株式会社グレース
GRACE CO., LTD.

本社/伊那市東春近車屋207 TEL0265-76-2080 ホームページ <https://grace-ja.com>

虹のホール駒ヶ根南側

虹のホール駒ヶ根

虹のホール 花みずき

虹のホール伊南



お新盆祭壇の
飾り方がわかる!
YouTube動画
配信中です。

事業者の皆さんへ

感染対策防止費用の一部を補助しています

～新生活様式に対応する衛生環境整備事業補助金～

新型コロナ感染予防のために整備する備品購入や工事にかかる経費の一部を、予算の範囲内で補助しています。対象者や補助対象の例など詳しくは、ホームページをご覧ください。



▲市HP

対象経費

事業所内の感染防止対策のため、令和3年4月1日～10月29日までに整備する備品等の購入・設置費用(消耗品不可)

補助額 対象経費の3分の2(上限30万円)

申請期限 9月30日(木)

注意事項

- 原則、市内事業者に依頼するものに限りです。
- 令和2年度に受給した方でも、上限額(30万円)に達していない方は、差額分を申請できます。



問 商工観光課 商業係 内線431

知 国民健康保険税を減免(コロナ対策)

コロナ禍で収入の減少が見込まれる場合は、要件を満たせば国民健康保険税が減免になります。減免を受けるには、申請が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

▶要件

世帯の主な生計維持者の収入が、前年から30%以上減少する見込みの方(その他要件有り)

▶対象となる保険税

令和2年2月1日～令和4年3月31日までに ▲市HP

納期限が設定されているもの

- ・令和元年度9・10期分
- ・令和2～3年度 全期分

問 税務課 市民税係 内線275



知 サマージャンボ宝くじ発売!

サマージャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて7億円!好評の「サマージャンボミニ」と同時発売です。この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりのために使われます。購入の際は、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。



▶発売期間

7月13日(火)～8月13日(金)

問 (公財)長野県市町村振興協会

☎ 026-234-3611

知 ハッチョウトンボ観察会

ハッチョウトンボを育む会と市教育委員会では、市の昆虫「ハッチョウトンボ」の観察会を開催します。当日、会場ではハッチョウトンボのTシャツ、ピンバッジ等のグッズ販売も行います。皆さんの参加を、お待ちしております。



▶日時

7月17日(土)、18日(日)
午前10時～正午

▶場所

南割公園(アルプス球場北)

問 ハッチョウトンボを育む会
☎ 090-6562-3017

知 議会体制が新しくなりました

令和3年第2回市議会臨時会が5月10日(月)～12日(水)まで開かれ、正副議長選挙や常任委員会委員の選任などが行われました。



議長
小林 敏夫さん



副議長
氣賀澤 葉子さん

常任委員会委員など詳しくは、市ホームページでご確認ください。



問 議会事務局 内線801



弁護士法人このまち駒ヶ根支所 青木法律事務所

Konomachi Legal Professional Corporation

当事務所は、平成31年1月より、弁護士2名体制となりました。(所属弁護士:弁護士青木謙一、弁護士及川裕貴)
弁護士、事務職員一同、みなさまに益々充実した法的サービスをお届けできるよう、より一層業務に邁進する所存でございます。

離婚、借金、遺言・相続、交通事故、不動産、顧問弁護士業務、債権回収など



← 詳しくは
こちらをチェック

TEL 0265-98-7171

受付時間:平日8:30～17:30

駒ヶ根市上穂南 9-3 (駒ヶ根警察署北)

ご相談は予約制です。HPからも予約できます(電話予約優先)

(所得制限等がありますが、法テラス利用にて無料でご相談することも可能です)



知 日赤の活動資金にご協力ください

日本赤十字社は、国内外でさまざまな活動を行っています。

▶主な活動

- ・災害時の被災者救護
- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止への対応 など

この活動は皆さまからお寄せいただく「日赤活動資金」によって支えられています。活動資金は、区を通じて協力をお願いしているほか、市役所福祉課窓口でも受け付けていますので、ご協力をお願いします。

問 日赤駒ヶ根市地区(福祉課 社会福祉係内) 内線313

相 高齢者・障がい者の 困りごと相談会

高齢の方や障がいのある方、その家族やご近所の方々が安心して生活ができるよう、法律や福祉についての相談をお受けします。相談は無料ですが、予約が必要です。

▶日時 7月11日(日)
午前10時～午後3時

▶場所 ふれあいセンター

▶申込期限 7月7日(水)

問 市社会福祉協議会
☎ 81-5900

各種納期案内

◇固定資産税	2期
◇国民健康保険税	2期
◇介護保険料	2期
◇後期高齢者医療保険料	1期

知 ハロートレーニング(職業訓練)

ハロートレーニングは、働く意欲があり、ハローワークに申し込みをされている方なら無料で受講できる職業訓練講座です(一部実費負担あり)。訓練期間中は、雇用保険または求職者支援制度に基づく給付金が受給できる場合もあります。

▶主な訓練コース

ビジネスパソコン、IT関連、OA経理事務、介護福祉、Webデザイン

▶訓練期間 2～6カ月間

詳しくは、ホームページをご覧ください。
くか、お問い合わせください。



問 ハローワーク伊那
☎ 73-8609

知 社会教育委員を紹介しす

社会教育委員は、社会教育活動に対して皆さんの意見をお聞きする地域と行政のパイプ役で、教育委員会の委嘱を受け活動しています。



社会教育委員の皆さん
写真左から宮下 美奈子さん、
鰐澤 琴江さん、宮澤 賢司さん、
梶田 ひと美さん、片桐 美登さん、
高嶋 義人さん(右上枠内)

問 社会教育課 生涯学習係
内線721

無料歯科健診を行っています(後期高齢者)

県後期高齢者広域連合では、高齢者の無料歯科健診を実施しています。詳しくは、6月下旬に対象者の皆さんに送付される通知をご覧ください。お口の健康は、体の健康への第一歩です。ぜひこの機会に受診しましょう。

対象者

- ・昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれで、後期高齢者医療保険に加入している方
- ・昭和16年4月1日～昭和20年3月31日生まれで、直近に生活習慣病での受診があり、令和2年度に歯科医療の受診がなかった方

対象医療機関 県医師会所属の歯科医院

期間 令和3年7月1日(木)～12月30日(木)

費用 無料(健診により治療が必要な場合は、自己負担となります)

問 県高齢者医療広域連合 保健事業室 ☎ 026-229-5320

梅雨 カビの多い時期は... プロに任せて **安心・安全**

●エアコンクリーニング
一式 **13,200円**～(税込)
※機種により料金が異なります。

●お風呂クリーニング
一式 **16,500円**～(税込)

蜂 駆除承ります

毎年多数の蜂駆除のご依頼をいただいております。

- ▶まずはご連絡下さい。(無料でお見積りいたします。)
- ▶現地確認の後、駆除作業いたします。(蜂の習性上、夕方以降の作業となります)

かなし

謹んでご冥福をお祈りいたします。
【敬称略】

(4月中)

松崎喜美男(95)町二区第7

(5月中)

赤羽美寿恵(87)南割区第2-1
小松原 登(93)上赤須区第1
柴田 廣男(92)上穂町区第3
松下 光 (83)町三区飯坂2
井口 眞吾(81)上赤須区赤須ヶ丘タウン
北村 幸子(88)中割区八幡原
堀内 四三(85)市場割区放下小平
北原 榮子(84)中沢区本曾倉
矢澤あやめ(99)福岡区第4
松澤さち子(81)中割区柏神
小松 茂夫(96)町四区第4
小田切清一(90)北割一区馬場北
有賀 菊枝(84)上穂町区第2

※依頼があった方のみを掲載しています。



こまがねTV放送予定

6日～	貨幣の製造に迫る (政府広報テレビ)
13日～	文化センターだより
20日～	中央アルプスの魅力
27日～	こまかっぱニュース

- 放送 地上デジタル11ch
- 時間 6:30、8:30、10:30、
12:30、15:00、19:00、
21:00、23:00

2021 信州ねりんピック「長野県高齢者作品展」作品募集

高齢者の皆さんの知識、経験、技術が光る作品を募集します。

出品資格 県内在住60歳以上でアマチュアの方

募集作品 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真のいずれか1品

申込方法 市役所福祉課にある出品票でお申し込みください

申し込み・作品搬入期限

8月12日(木)までに市役所福祉課へ申し込み・搬入してください

作品展示 9月10日(金)～12日(日) 安曇野市穂高公民館

問 福祉課 高齢福祉係 内線317

募 国家を守る公務員 自衛官募集

自衛官の採用試験を実施します。

▶**応募資格** 18歳以上33歳未満で日本国籍のある方

自衛官候補生

▶**応募期間** 年間を通じて実施

▶**試験期日**

受付時にお知らせします

一般曹候補生

▶**応募期間**

7月1日(木)～9月6日(月)

▶**試験期日** ※いずれか1日

1次:9月17日(金)～19日(日)

2次:10月9日(土)～11日(月)



◀自衛隊候補生

一般曹候補生▶



▶**申し込み・問い合わせ**

自衛隊長野地方協力本部伊那
地域事務所 ☎ 73-4860

善意のコーナー

☆工藤 恵治 様

教育振興のため中沢小学校へ
図書カードを寄付

相 ビジネスアイデア等 出張相談@駒ヶ根

信州スタートアップステーションでは、創業支援や新規事業創出の支援を行っています。

無料の出張相談を行いますので、この機会にぜひご活用ください。

▶**相談日** 6月28日(月)

①午前10時30分～11時30分

②午後1～2時

③午後2～3時

④午後3～4時

⑤午後4～5時



▶**場所**

こまがね市民活動支援センター ぱとな(中央16-7)

▶**こんな方にオススメ**

ビジネスアイデア、ビジネスモデル、事業戦略の相談をしたい方

相談は事前予約が必要です。
メールか電話でお申し込みください。

▶**申し込み・問い合わせ**

信州スタートアップステーション ☎ 026-227-9821

✉ shinshuss@tohmatu.co.jp

イベント

お知らせ

相談

募集

（広告欄）

もしも…の時は 儀礼センター

もしもの会会員募集中

新盆お料理承ります。

この機会に会員以外の方も是非、儀礼センターのお料理をご利用ください。1万円以上から配達致します。

※ お知らせ 本年度の人形供養祭は10月17日開催予定です

事前相談、随時承ります

ご遺体安置所完備

ご遺体のご搬送 24時間
ご葬儀のすべて 365日
いつでも対応

株式会社
儀礼センター

TEL83-2929



緊急当番医・薬局

7/4 (日)	のどかクリニック(飯島町) 飯島亀田薬局(飯島町)	内・小 —	☎ 86-6705 ☎ 89-1006
7/11 (日)	神戸医院(上穂町区) 興生堂薬局(上穂町区)	内・小 —	☎ 82-3522 ☎ 83-3352
7/18 (日)	座光寺内科医院(中割区) 高仲薬局(北割二区)	内・小 —	☎ 83-3222 ☎ 81-1602
7/22 (木・祝)	まえやま内科胃腸科クリニック(町四区) アイルニコニコ薬局(町四区)	内・胃・小 —	☎ 82-8614 ☎ 81-0017
7/23 (金・祝)	高山内科クリニック(北割一区) やじま薬局(北割一区)	内・循 —	☎ 82-6690 ☎ 82-3930
7/25 (日)	東伊那すこやかクリニック(東伊那区) 南山堂薬局(下平区)	内・小 —	☎ 83-4024 ☎ 98-6592



休日水道当番店

7/4 (日)	(有)丸共産業 ☎ 83-4081 ☎ 83-4082(夜間)
7/10 (土)	(有)山本ポンプ設備 ☎ 83-3044 ☎ 82-3620(夜間)
7/11 (日)	福美建設(株) ☎ 87-2030
7/18 (日)	窪田建設(株) ☎ 82-3201 ☎ 83-4896(夜間)
7/22 (木・祝)	(株)小平建設 ☎ 83-4111
7/23 (金・祝)	(株)光洋設備 ☎ 83-1121 ☎ 83-0597(夜間)
7/24 (土)	赤穂建設(株) ☎ 83-7181
7/25 (日)	(株)倉田工務店 ☎ 83-7134

※4～10月の休日水道当番店は、土曜日が隔週となります。



緊急歯科診療

7/4(日)、11(日)、18(日)、25(日)

- 場所 上伊那口腔保健センター
(伊那市保健センター内)
☎ 78-8510
- 時間 8:30～11:30



相談窓口

- 心配ごと相談(民生委員)
7月1日(木) 14:00～18:00
ふれあいセンター
問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900
- 司法書士相談 **要予約**
7月26日(月) 13:00～16:00
ふれあいセンター
問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900

- 行政相談(行政への意見・要望)
7月13日(火) 14:00～16:00
福祉センター
問 総務課 秘書広報室 内線262
- 女性相談
平日 9:00～17:00
福祉課(市保健センター1階)
問 福祉課 社会福祉係
☎ 83-4770

- 外国語相談窓口
場所は市役所市民課の正面です。
・ポルトガル語
(月) 13:00～17:00
(水) 8:30～12:00
・中国語 随時(要予約)
・英語 随時(職員が対応)
問 企画振興課 地域振興係
内線242

畳替えは最も簡単にできるリフォームです!

「市報を見た」と言って
いただいた方は特典があります

特典例

たたみ替え(裏返し) (市90cm×高180cm) 5,500円～ (表替え7,150円～(税込))	ふすま貼替え(片面) (市90cm×高180cm) 4,950円～ (片面)	障子貼替え (市90cm×高180cm) 2,750円～ (片面)	網戸貼替え (市90cm×高180cm) 2,750円～ (網戸の種類により異なります)
--	--	---	--

たたみ + ふすま又は障子又は網戸

のセット注文で税込55,000円以上ご注文のお客様

3,000円引き!

材料によって料金が異なります
まずはお気軽に下記までお電話ください。
サンプル持参でお伺い致します。
★市営・県営住宅にお住まいの皆様へ…畳・ふすま・障子・壁の
塗装など退去時のお手入れは当社にお任せください!!

私がお伺い
します!

地元で90年続く畳屋さん!

たたみの山岸

飯島町飯島1162-1 受付/あさ8:00～よる8:00 TEL 0265-86-2236

お問い合わせは
通話料無料



0120-193-875



すこやかライフ

※新型コロナウイルスの影響で、中止や延期となる場合があります。

各種検診や健康に関するイベント、健康に役立つ情報をお知らせします。

地域保健課 健康長寿係 内線331～334

大腸がん検診

要申込

【保健センター】

7月1日(木)、2日(金)、5日(月)、6日(火)、14日(水)～16日(金)、19日(月)、20日(火)

子宮頸がん検診

要申込

【駒ヶ根高原レディースクリニック】

7月1日(木)～30日(金)の平日必ず、事前に市役所へ申し込みをお願いします。

乳がんマンモ検診

要予約

【昭和伊南総合病院】

7月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

【前澤病院】

7月2日(金)、9日(金)、16日(金)

【保健センター】

7月1日(木)、2日(金)、6日(火)

【中沢支所】7月5日(月)

心理士相談

要予約

不安で落ち着かない、イライラするといった思いを公認心理師に無料で相談してみませんか(一人60分)。

市民の方ならどなたでも相談できます。



【保健センター】

7月7日(水)、14日(水)、21日(水)
いずれも9:00～14:00

※最終受付13:00

地域保健課 地域ケア係(地域包括支援センター) ☎ 81-6695

認知症サポート医との個別相談

要予約

7月16日(金)

14:00～14:45、15:00～15:45

竜東メンタルクリニック

本人やご家族の不安などを個別にお聞きします。相談は無料です。上記相談日以外の日時をご希望の場合は、ご相談ください。

みんなが

「ほっと」なる語らいの場

7月5日(月) 13:30～15:30

駒ヶ根駅前ビル「アルパ」3階

「せん妄」をテーマに、昭和伊南総合病院の出前講座を開催します。せん妄の症状や、予防と対応方法のお話です。費用は300円で、事前申し込みは不要です。

地域保健課 介護予防係

☎ 83-2443

エース ACE体験プログラム 要予約

7月22日(木・祝) 9:00～11:00

市営グラウンド

子どもから大人まで楽しく走るコツを伝授します。参加無料ですが、事前申し込みが必要です(定員20人)。

ポールウォーキング 要予約

7月8日(木) 10:00～12:00

みなさんも、ポールを使って歩いてみませんか。

集合場所は、「おもしろかっぱ館」です。参加無料、申し込み必要。先着20人で、定員になり次第締め切ります。ポールの貸し出しもあります。

7月から特定健診・生活習慣病予防健診が始まります

受診券に同封されている一覧から希望の医療機関を選び、直接電話で予約をしてください。10月以降は混雑するので、9月までの受診がお勧めです。

健診の種類	対象者	健診期間
特定健診	市国保加入の40～74歳	7月～12月末
若年者健診	20～39歳	7月～10月末
後期高齢者健診	75歳以上	7月～10月末

問

地域保健課
健康長寿係
内線334

風しん抗体検査&予防接種

風しんは、妊娠初期の妊婦が感染すると、生まれてくる赤ちゃんに障がいがあることがあります。無料クーポン券を使って、ぜひ受けてください。

問 地域保健課 健康長寿係
内線334

●風しん抗体検査&予防接種の対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
※過去に予防接種を受けていない世代の方々のため、自分が風しんにかかり、家族や周囲の人たちに広げてしまう恐れがあります。

●無料クーポン券の有効期間

令和4年3月31日まで
無料期間は本年度が最後です
※転入した方、クーポン券を紛失した方は再発行できます。



文化センターのお知らせ

カリヨン

文化会館、図書館、博物館、おもしろかっぱ館のイベント情報です。

7月の全館休館日

5日(月)、12日(月)、19日(月)
26日(月)
30日(金)は図書館のみ休館

図書館(開館9:30~18:30) ☎ 83-1134

第5回

駒ヶ根市の図書館を使った 調べる学習コンクール

疑問に思ったことや興味のあることをテーマに、図書館で調べてまとめてみませんか。市の審査で上位の作品は、全国コンクールへ推薦されます。詳しくは図書館ホームページをご覧ください。多くの方の応募をお待ちしています。



募集部門

小学生、中学生、高校生、大人
(市内在住・在学の方に限る)

募集期間

9月14日(火)~10月5日(火)

ありがとうBooks

図書館で所蔵しなくなった一般書、児童書、雑誌、紙芝居などを無料配布します。毎月第3水曜日「家族読書の日」に行っています。



日時 7月21日(水)~
なくなり次第終了

場所 図書館前のロビー

調べる学習相談会

調べる学習コンクールの作品募集に先立ち、専門の先生方や図書館スタッフが「テーマが決まらない」「やり方やまとめ方がわからない」お子さんのお手伝いをします。申し込みが必要です。

開催日 7月24日(土)、25日(日)

時間 ①10:00~11:45
②13:00~14:45
③15:00~16:45

おはなし会

申し込み不要、参加無料です。

①おはなし会0・1・2(乳幼児向け)
7月1日(木)、15日(木) 10:30~

②小学生向けおはなし会
7月17日(土) 15:00~

③ねえ、この本よんで!
7月21日(水)
10:30~11:30、15:30~16:30

④東伊那分館おはなし会
7月3日(土) 10:00~

場所

①~②文化センター大会議室、
③本館おはなしの森、
④東伊那公民館

文化会館 ☎ 83-1130(代表)

劇団四季

「The Bridge~歌の架け橋~」
歌って踊る圧巻のエンターテインメント。

日時 8月9日(月・祝)
開演 18:30

場所 文化センター 大ホール

料金 S席 9,900円
A席 7,700円
B席 5,500円



駒ヶ根高原音楽祭special

佐野成宏テノールリサイタル

市出身のテノール歌手、佐野成宏さんのデビュー25周年記念リサイタル。



日時 8月22日(日)
開演 14:00

場所 文化センター 大ホール

料金 S席 5,500円
A席 4,000円
自由席 2,500円

博物館(開館9:00~17:15)

☎ 83-1135

【展示室】

~記憶と証言~

登戸研究所の伊那谷疎開

期間 8月15日(日)まで

【ロビー】

伊南の代表石工の石仏写真展

展示写真を入れ替えて開催。

期間 7月18日(日)まで

田中邦治の昆虫観察

「昆虫・植物スケッチ細密画展」

パネル30点と標本昆虫を展示。

期間

7月24日(土)~8月18日(水)

おもしろかっぱ館(開館9:00~17:00) ☎ 81-4767

青空カフェdeふるさとづくり
ピザを食べながら故郷を語ろう!

日時 7月10日(土)
13:00~15:00

講師 宮下 学さん

定員 14人(要申し込み)



粘土でかっぱ作り&展示会
「かっぱと飴玉」

日時 7月31日(土)
①10:00~ ②13:00~

講師 野崎 遊河童さん

定員 14人(要申し込み)

夏季特別展

河童の妙薬「加減湯」など必見の宝物が並びます。かっぱ館の展望台にも登れます。

日時 7月28日(水)~8月15日(日)



展望台



＝特別編＝

就職活動 イベント紹介

参加された方には
上伊那の企業ガイドを
プレゼント！

上伊那の就活を知る 保護者のための就活セミナー

～上伊那の働き方、暮らし方～

コロナ禍で就活はどう変わる？
上伊那ではどんな働く場所がある？
上伊那で就職した先輩たちはどんな仕事をしている？
保護者としてどう応援すべき？
等の疑問に専門家、企業人事担当が答え！

参加
無料

就活本番前に上伊那の企業を知って準備しよう！

就活準備合宿

2021
8/10火・11水

上伊那を
代表する企業等
約30社
が参加予定

対象：大学（文部科学省）専攻、
専門学校などに在学中の学生
（卒業生は問いません）

参加費無料

※写真は令和元年度のイベントの様子です



情報配信サービス

学生の皆さん向けに、雇用対策協議会会員企業の情報や就活イベント等の情報提供（資料の郵送）を行っています。登録は無料ですので、県外に進学されているお子さんにも、ぜひおすすめください。

対象 在学中の学生と、その保護者の方

登録方法

右のQRコードの申込フォームから必要事項を入力してください。



若者の地元就職へ
就活情報を提供

文部科学省と厚生労働省の公表する大学等卒業者の就職内定状況によると、令和3年4月1日現在の大学の就職内定率は、96%と前年から2ポイントの低下となりました。

直近5年間で98%前後で推移していたことからすると、新型コロナウイルス感染症が就職活動にも影響を及ぼしているといえます。

一方、5月に実施した市内企業への景気動向調査結果では、新規採用数

【問い合わせ】
駒ヶ根雇用対策協議会
事務局（商工観光課 工業係）内線433

は前年同時期と比べても大きな変化は見られませんでした。コロナ禍においても、企業側には一定の採用意欲があることが伺えます。

こうした状況の中、駒ヶ根市雇用対策協議会事務局では、若者の地元就職を応援するため、学生向けの情報提供を行っています。今回は、今後開催される2つのイベントを紹介します。

●保護者のための 就活セミナー

参加
無料

今後就職活動を控える学生等の親御さんを対象に、企業や行政の担当者が、さまざまな視点で就職活動の情報をお伝えします。「コロナ禍の就活戦線の現状」や「上伊那の就活事情」など、有益な情報が満載のセミナーです。

日時 7月3日（土）午前9時30分～正午

場所 ニシザワいなっせ
ホール（6階）
伊那市荒井3500-1
またはオンライン

申込締切 6月28日（月） 申し込みはこちら



●就活準備合宿

参加
無料

就活前の学生を対象に、地元企業担当者との交流を通じて、早期から就職活動を考えるきっかけを作ります。参加者からは、「企業担当者と企業説明以外の話もできて良かった」「同じ立場の学生と意見を共有できた」など好評をいただいています。

日程 8月10日（火）、11日（水）

場所 JA上伊那本所（3階）
伊那市狐島4291番地
またはオンライン

申込締切 7月21日（水） 申し込みはこちら



上記2イベントの詳細は、**Kamiina Life** で検索！ **問** 上伊那広域連合 地域振興課 ☎ 78-2500



ずくだせ！地域おこし協力隊

地域おこし協力隊員が、活動の様子を紹介します。

矢

満田（ヤマシタ）です。珍しい名字ですが、実は松本市四賀地区にある地名で、地図にも表記されています。松本の実家からは北アルプス常念岳が見え、遠くに青く見える山々が私の原風景となりました。

東京にいた時に、登山や自然に関わる経験をしたと思います、東京都主催の都レンジャーを支援するサポートレンジャーとして活動し、奥多摩登山道の巡視や補修、環境モニタリングを経験。水道局主催の多摩川水源森林隊では、水源林管理のため森林組合員指導のもと枝打ちや作業道作りを行いました。

昨夏は白馬村主催のグリーンパトロールに従事



地域おこし協力隊

やま なた つとむ

矢満田 務 隊員

昭和51年生まれ、松本市出身。高校卒業後、東京で技術者として働き、登山道保守や自然保護のボランティア活動を経験。5月から商工観光課へ配属となり、中央アルプス国定公園や市内の里山で活動中。



奥多摩での活動の様子

し、グリーンロープ保守や登山客へ開花紹介、安全登山・植生保護の啓発活動を行いました。荒天で大変な思いもいましたが、山岳自然に包まれた中で素敵な体験ができました。こうした経験を地域おこし協力隊で生かしたいと思っています。

駒ヶ根の素晴らしい自然を守り、観光客や地元の方々が楽しめるよう情報発信していきます。よろしくお願いします。

仲間の存在

娘が年長から始めて夢中になっている新体操は、私の心も虜（とりこ）にしています。始めは知り合いもいなく1人で飛び込んだ世界でしたが、今は素晴らしい指導者と大好きな仲間に出会って、大会ではライバル、練習では刺激し合いながらいい環境で練習が行えていました。

今、コロナの影響で体育館が使用禁止となり、1人で行う練習はとても寂しく不安にもなるようです。このような状況に置かれて、仲間のありがたさ、当たり前でできていた練習がとても幸せだったと気付かされます。

そんな中送られてきた先生からの言葉。

「ピンチはチャンス。自分の不得意分野に向き合い、上手になって体育館での練習で再会しましょう」

一気にやる気スイッチが入りました。また、みんなで思いっきり新体操がしたい！！私も団体のお母さんたちと手を握りながら大会の会場で応援したい！

家トレ、私も一緒に頑張ろうと思います。少しでも娘に近づけるように。

次は、肥野 諭志さん（町四区）へ バトンタッチ

ちょっとひとこと



ゆ み
友野 由美 さん
（北割一区）



クックパッドで
レシピ公開中！

素材の風味で旬の食材を味わいましょう♪

新じゃがと キャベツのサラダ



ハムのうま味と塩分、ヨーグルトのコクが素材の味を引き立てます。旬の新ジャガイモの風味を楽しみましょう。

材料4人分

新ジャガイモ…1個 キャベツ…2枚
ブロッコリー…1/4株 ロースハム…4枚
ニンジン…1/4本

マヨネーズ…大さじ1
プレーンヨーグルト…大さじ1
塩…ひとつまみ

作り方

- ① 新ジャガイモを一口大に切る。ブロッコリーを小房に分ける。
- ② ニンジンをいちょう切り、キャベツをざく切りにする。
- ③ ロースハムを1cm角に切る。
- ④ ジャガイモを水からゆで、やわらかくなったら取り出す。鍋に残ったお湯で、ブロッコリー・ニンジン・キャベツをゆで、水を切る。
- ⑤ ③、④、Aを混ぜ合わせて完成！

このレシピの食塩相当量:0.6g (大人1人分)

【1日の食塩目標量】18歳以上:男性7.5g 未満 女性6.5g 未満



アルプスを映し出す早苗田

伊藤市長の

雑記帳



6月は多くの企業が株主総会を開く。経営状況の点検とともに注目されるのは役員の顔ぶれだ。上場企業の社長になれば、新聞に顔写真や経歴付きで紹介される。会社員にとっては一つの到達点だ。

た。しかし、取材は記者だけではできない。現場への車両や通信手段の確保、食事や宿泊の心配、トラブル解決まで多くの人が支える。成功は自分の努力の結果と思いたい。しかし、米ハーバード大のマイケル・サンデル教授は、多くの要素に左右された結果だとする。能力主義ばかりを優先すれば、社会の分断が進むと警告する。

目指す地点は人それぞれだ。多様な価値観を認め合うことが、その出発点。想像力の翼を広げることが必要だ。頑張ればできるよとの励ましが常に正しいとは限らない。

湯灌 (沐浴・お着替え お化粧) で お見送り **ご高齢者**のお葬儀時**見守りサービス**
専門の介護資格者がご家族に代わりお付き添い

ご遺体保冷庫完備の安置室 **遺品整理** 真心込めてご供養

事前相談 家族葬、仏事、費用、お墓、相続など

平安祭典 相続相談センター

万全のアフターサポートで、ご葬儀の後も「あんしん」! 分からない事は、何でも専門家に聞いてみよう! **0120-256-113**



平安祭典なら、エンディングに関する **全ての「あんしん」をサポート!**

- 駒ヶ根斎場 ● ファミリーホール伊那 ● さくらホール
- 美すず斎場 ● 箕輪斎場 ● 辰野斎場

あいネットグループ

平安祭典 伊那市西春近2270 **0120-265-028**

もしもの時は、まずお電話を…
365日・24時間 お客様をサポート致します

平安長野

検索



子育て応援コーナー すくすく

子育てに関するイベントなどの情報をお知らせします。



子育て
サイト



イベント
カレンダー



新型コロナウイルスの影響で、中止や内容が変更となる場合があります。
事前にホームページ等で状況をご確認の上、お越しいただくようお願いします。



子ども課 母子保健係 ☎ 96-7725

子ども食事相談

要予約

7月9日(金) 9:00~11:40
保健センター

お子さんの離乳食や食事に関する個別相談を行います。申し込みは前日まで(参加無料)。

母親学級①

要予約

7月14日(水) 9:30~11:30
保健センター

内容は、「お母さんの体づくり」。
妊娠4~8カ月の妊婦が対象。申し込みは7月9日(金)まで。

◆入室前に検温をします。

◆保護者の方はマスクの着用をお願いします。

◆風邪症状のある方の入室はご遠慮ください。



きっずらんど(アルパ3階) ☎ 82-6011

まあるくなあれ♪(経塚保育園内) ☎ 81-5112

集団での教室やイベントは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催を見合わせていますが、Zoomでイベントを開催します。詳しくは右QRコードからご覧ください。



● 3密を避けて個別相談を開催します

要予約

場所は、どの相談も駅前ビルアルパ小会議室(3階)です。

【予約開始】6月24日(木)~、定員になり次第終了。

【受付場所】きっずらんど ☎ 82-6011 (10:00~15:30)



子育て相談

7月2日(金) 9:30~12:00 家庭児童相談員による相談。

食事相談

7月28日(水) 9:30~12:00
子ども課栄養士による離乳食や食事全般の相談。



赤ちゃん成長記録相談・助産師相談

7月13日(火) 9:30~12:00

7月27日(火) 13:30~15:30

赤ちゃんの体重測定や、助産師相談。

あそびのもり(駒ヶ根高原レディスクリニック内) ☎ 82-1131

感染症拡大防止のため、イベントは予約制で行います。
無料で参加できますが、食事は付きません。

要予約

孫育て子育て教室

7月3日(土) 10:00~

祖父母の方も一緒に学びましょう。
定員は2組。

誕生日会

7月15日(木) 10:00~

7月生まれのお子さんをお祝いしましょう。定員は5組。

離乳食教室

7月26日(月) 13:00~

おやつは付きません。

ママのためのマッサージ教室

7月5日(月) 10:00~

親子で楽しく運動しましょう。
定員は5組。

親子運動あそび教室

7月21日(水) 10:00~

1歳以上のお子さんが対象です。
定員は5組。

助産師相談&発育測定

7月29日(木) 9:00~

対面での個別相談です。

ベビーマッサージ教室

7月28日(水) 10:00~

ねんね期のお子さんが対象です。定員は5組。



市内保育園・幼稚園 ウエルカムきっず(園開放)

7月2日(金)	聖マルチン
7月15日(木)	赤穂、下平、飯坂、すずらん、福岡(※)
7月20日(火)	美須津、赤穂南、東伊那、桜ヶ丘、北割、経塚、中沢

※福岡保育園の園開放は、2日前までに電話で予約が必要です(定員あり)。☎ 83-2057

子育て期の女性就業相談

☎ 090-1617-1905

7月15日(木) 13:00~15:00

駅前ビル アルパ 小会議室(3階)

子育てレポート

子育てに関する講座や取り組みなどの様子を、毎月紹介します。

今月は **馬見塚公園** です。

馬見塚公園は、駒ヶ根工業高校の南東にある公園です。子どもたちに大人気の滑り台や、ブランコ、鉄棒などの遊具が置かれています。公園内には大きな池があり、池に浮かぶ島には真っ赤な橋を渡って行けるので、お子さんとの散策も楽しめます。

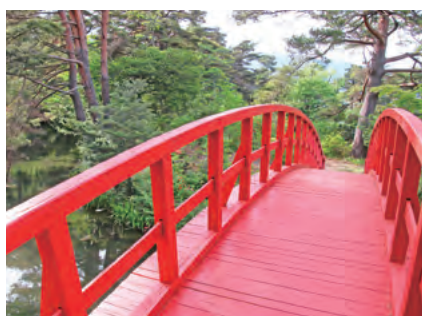
春は桜やツツジ等の花が咲くなど、自然豊かな公園です。お子さんと遊んだり散歩したりして、楽しい時間を過ごしてみてください。

【公園の詳細】

住所	赤穂14番地5
駐車場	有り
トイレ	有り (多目的トイレ)



地図はこちら



池の中島とをつなぐ橋



子どもたちに大人気の滑り台



自然豊かな公園内



出発前に掃除の仕方をもう一度確認



この上から始めよう！



みんなで隅々まで丁寧に

元気なこまがねっ子

市内の保育園・幼稚園、小中学校などの子どもたちの様子を紹介します。

地下道清掃(北割保育園)

北割保育園では2～3カ月に1回、子どもたちが周辺の地下道清掃をしています。この日は、年長さんが駒ヶ根IC東にある北原の地下道へ。今回が初めての子どもたちは、昨年度の年長さんから教わったほうきの掃き方で、地下道をみるみるうちにきれいにしていきました。

ごみをパイ捨て
しないだね



Happy Birthday 7月生まれ



吉田 妃那ちゃん
博明さん、あゆみさん

たくさん笑って
大きくなあれ♪



太田 夏輝くん
直樹さん、弥生さん

元気いっぱい
大きくなってね！



細川 宗介くん
一希さん、麻美さん

すくすく
大きくなってね♡



中原 花怜ちゃん
洋矢さん、絵里加さん

明るく元気に
育ってね♡



小池 和歩くん
知毅さん、里美さん

いつも楽しい時間
をありがとう！



田中 周翔くん
幸洋さん、佑紀さん

もうすぐ1歳！



大槻 和葉ちゃん
圭佑さん、沙久良さん

笑顔いっぱい
育ってね



宮下 ももちゃん
仁さん、成弥さん

いつもすてきな
笑顔をありがとう♡



操上 颯佑くん
和弘さん、那津美さん

笑顔いっぱい
大きくなあれ♪



デルテセーラちゃん
サイルスさん、ジュディさん

Happy Birthday



誕生日のおともだち大募集

8月に誕生日を迎えるお子さん(3歳まで)の写真に、名前・生年月日・性別・電話番号・メッセージ(15文字以内)・親の名前を添えてご応募ください。メールサイズは最大3MBまで、締め切りは7月2日(金)。

メール

hisyo@city.komagane.
nagano.jp



司書おすすめの絵本

市内の図書館司書が、おすすめの絵本を毎月紹介します。



市立図書館 司書
中坪 三佳

夏がきた

作/羽尻 利門 出版/あすなる書房

もうすぐ暑い夏がやってきます。皆さんが、“夏になったなあ”と感じるのは、どんなときですか。

朝から元気なセミの声。軒先につるした風鈴が、「ちりん ちりりん」と鳴る音。「からん ころろん」と氷を鳴らして飲む麦茶。庭先には、小さなナスや、まだ青いトマトが育ち、家の中では、扇風機が風を送って、おじいちゃんがうちわであおいでいます。

「あーそーばー」と誘いあった男の子たちが走っていく町中も、真っ青に晴れた青空も、風も雲もおひさまも、ぜんぶが昨日までとは違う“夏”。3人の男の子が向かった先では、「とんとん ととんとん なつのおと」が響きます。さて、とんとん響く夏の音とは、いったいなんの音でしょう？ ヒントは夏の海辺。楽しい準備の始まりです。

この絵本を開いて、一足早い夏を楽しんでみませんか。

子育てニュース

こまかっぱ噴水に
遊びに来てね♪



●場所 すずらん公園(文化センター南)

●遊べる日(雨天・荒天、気温が低い日はお休み)

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により休止する場合があります

7月4日(日)まで	土・日 午前9時～午後5時
7月10日(土)～8月22日(日)	毎日 午前9時～午後5時
8月28日(土)～9月26日(日)	土・日・祝 午前9時～午後5時

・保護者が必ず付き添ってください。

・すずらん公園トイレ横に、簡易更衣室があります。密を避けて、順番にご利用ください。

【問い合わせ】文化センター ☎ 83-1130



5/1

駒ヶ根文化サークル協会 初の総会

4月1日に設立した駒ヶ根文化サークル協会の総会が赤穂公民館で開かれました。同協会は、市勤労青少年ホーム、駒ヶ根女性ふれあい館と赤穂公民館で活動する団体が一緒になり発足。初となる今回は、新役員や年間活動計画を決めました。会長に就任した肥野京二さんは「各々の活動に歴史はあるが、一つの団体になった。活動の成果を文化祭で花開かせたい」とあいさつしました。

市長と語り合う会でアイデアを募る

産業振興と雇用確保をテーマに市長と語り合う会が駒ヶ根駅前ビルアルパで開催されました。はじめに、駒ヶ根テレワークオフィスKoto代表の梶田直さんと、公益社団法人JOCA事務局長の堀田直揮さんが、活動等を報告。その後、参加者からは、「楽しいまちの姿を若者に見せること」「駒ヶ根だけで回るような経済の仕組みを」などの提案がありました。



5/14

駒ヶ根の
旬の話題Komagane
Topics

ここに掲載しきれないイベントや写真は、市ホームページの「市政の動き」や市公式フェイスブック「駒ヶ根市役所」で配信中。



5/17

内閣総理大臣賞受賞を報告

彫鍛金家の木下五郎さんが、第59回日本現代工芸美術展で最高賞となる内閣総理大臣賞を受賞し、伊藤市長に報告しました。同美術展へ出展した「羅盈一窮」は、連作「天壤無窮祈」の3作目で、天地とともに窮まりなく永遠に続く大自然の営みを、鍛金技法やさび出しで表現。木下さんは「めったにもらえるものではないので感激。今後も制作を楽しみたい」と意欲を示しました。

飲食店従業員の希望者にPCR検査

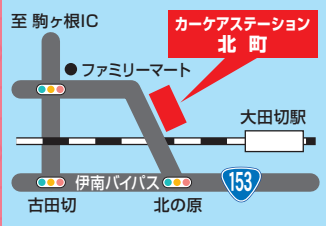
県は、駒ヶ根市と宮田村の飲食店勤務者を対象に、駒ヶ根総合文化センターでPCR検査を行いました。検査は、両市村で新型コロナウイルス感染症の陽性者が多く発生していることを受け実施。初日は、検査を申し込んだ130人が受検しました。受検者は「県外からの来客も多く、現時点での陰性を確認したいと思い検査を受けた。お客さんの安心のためにも、ありがたい機会」と話しました。



5/27

カーケアステーション 北町

駒ヶ根市北町31-15
TEL 0265-83-3434
【営業時間】
平日 7:00~19:00
日祝 7:30~19:00



駒ヶ根自動車産業株式会社

ヘッドライト クリーン&プロテクト

フロント左右：

通常価格 8,020円(税込)

7月キャンペーン価格

5,980円(税込)

Before

After

施工時間 45分~

車全体の美観が引き立つ 明るさがよみがえる
光が拡散しない

※一部の外車に対応できない場合があります。